



图：捷克法轮大法学员五月十七日在首都布拉格市中心著名的瓦茨拉夫广场，庆祝第二十六届世界法轮大法日暨法轮大法公开传出三十三周年，感谢师父的慈悲救度。学员们给过往民众发放法轮功的真相资料，展示五套功法，表演了仙女舞和腰鼓等节目。一对母女表示，她们对法轮功真、善、忍的原则产生了强烈共鸣，各级政府官员都应用其为指导，这不仅会造福捷克，也会使整个世界更美好。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5224名

•三退人数：

自二零零四年十二月三日起退党（团、队）总计人数：447,149,828

•翻墙找到明慧网

自由门电脑版：<https://j.mp/fgp88>

自由门安卓VPN：<https://j.mp/fgv88>

无界一点通（安卓）：<https://s3.amazonaws.com/693/um.apk>

无界浏览电脑版：<https://s3.amazonaws.com/693/u.exe>

明慧网成立于一九九九年六月，致力于收集、整理和发表关于法轮功真相的第一手信息，维护和弥补迫害环境下中国大陆大法弟子的修炼环境。



明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



第1229期（2025年5月30日） WWW.MINGHUI.ORG



图：加拿大安省八座城市通过升旗仪式庆祝世界法轮大法日，首都渥太华市长马克·萨特克里夫（Mark Sutcliffe）代表市议会宣布五月为“渥太华法轮大法月”。

本期内容提要

【修炼】多学法、学好法才有正念

【修炼】学法不得法的问题

【庆祝 5.13】警察中有这样可贵的生命

【庆祝 5.13】山村小镇的不凡故事

目 录

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报	3
近看《纽约时报》对法轮功的报道	9

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选登	13
-----------------------	----

◆修炼园地

多学法、学好法才有正念	16
学法不得法的问题	24
走过生死劫后的反思	30
请重视明慧网上的安全提醒 停止使用有隐患的通讯软件 ...	35
改变人的观念 实修自己	37

◆时事评论

中共利用美国媒体迫害法轮功 波澜再起	43
--------------------------	----

◆同庆世界法轮大法日

【庆祝 5.13】警察中有这样可贵的生命	46
【庆祝 5.13】山村小镇的不凡故事	55
【庆祝 5.13】回忆天津大学当年的时光	62

【编者注：因篇幅限制，《明慧周刊》所收内容仅为明慧网每周内容的小小一部份，且多数文章为缩写版。交流文章代表作者在当前修炼状态中的个人认识，谨与同修切磋。请大家共同“以法为师”，“比学比修”。】

伟大的师父了，当然是从师父的讲法录像中看到的，但我们也高兴、幸福的不得了。

六里台的男生研究生自己出钱买了电视、录像机，专门放师父的讲法录像。他们提前把宿舍卫生打扫干净，摆放好凳子，凳子多数从隔壁宿舍借来的。早来的同修就安静的坐在凳子上，后来的就站在后面。只要一打开电视，我们的眼睛都瞪的大大的，目不转睛，耳朵支棱起来，生怕漏掉一个字，更想多看看师父。

同修们都互相帮助，互相鼓励着，都珍惜着这份法缘。无论是修炼上，还是生活中，都互相给予关心帮助，我是深有体会。当他们知道我家庭经济困难时，都热情的伸出援手，让我好好学习，好好生活，好好修炼，不要有什么心理负担和压力，一切都会好起来的，让我感到从未有过的温暖。

同修们为了让我回家能好好学法、洪法，给我买了录像机。几经搬家，至今那个录像机还保存完好。那是责任，那是回忆，看到了它，就想起了我的同修们，想起了我们同修间的点点滴滴。

这一桩桩，一幕幕，炼功点同修的音容笑貌，在一起炼功的祥和场面，学法交流时的严肃认真，彼此间的包容负责，仿佛就在眼前。二十多年过去了，我们失去了联系，但我们的心是相通的，我们都是师父的弟子。

愿我们彼此祝愿，珍惜我们在一起的美好幸福时光，珍惜曾经走过的修炼路；愿我们一如既往，好好修炼，把法轮大法的真相告诉每一个有缘人；愿我们走好走正正法修炼之路。

（明慧网二零二五年世界法轮大法日征文选登）▲

师父说的做，一定坚持住，就这样，我神奇的第一次双盘了一个小时。

可是第二天就根本盘不上腿了，那剧疼的滋味真是一秒钟都无法忍受，也无法形容，腿刚搬上来，马上就推下去了。可是，我已经有了能搬上来的信心，我要求自己：不管多疼，我都要坚持住，因为我已经双盘过一小时，我不可能退步。无论怎么剜心透骨的疼，腿的颜色怎么由紫到黑，我都不拿下来。

我流着眼泪，眼瞅着对面的闹钟，一分钟、五分钟、十分钟，一刻钟……看到腿的颜色变的黑紫的同修，她们也在忍受着巨大的疼痛不拿下来，我暗暗给自己打气：“要坚持到底，要坚持到底。”咬牙坚持到一个小时后，双腿都已经失去了知觉。我一点点把腿滑下来，半个小时后才能起来走路。

每天炼功前，我们三个人都是提前半个小时到，先去压腿，揉腿，来回活动，盘上腿后一分一秒的坚持。打坐结束后，过半个小时才离开。经过半个月的坚持，我终于可以轻松的双盘打坐一个小时了。而且双盘的时间在一点点的增加，后来我盘三个多小时都不怎么疼。我打心里感谢师父！谢谢同修。

我们主要是通读《转法轮》，我双盘腿端坐在座垫上，双手捧书，聚精会神，生怕读错了。其他同修也都那么认真、全神贯注。交流切磋时，大家都在说自己怎么做的更好，怎么提高心性的；发生矛盾了，是自己哪里不好，哪里不合法了；哪里没有为他人着想，只想自己了。大家都在按照大法的要求找自己的不足，找没有做好的地方。看到同修有不在法上的，大家也善意的指出来，帮助同修提高，这个纯正的修炼环境在熔炼着每一个人。

周末是我们同修最盼望的，因为我们可以看到慈悲

海外学员正法修炼活动简报

为表彰法轮大法洪传世界三十三周年及李洪志先生对宾州和全球作出的卓越贡献，二零二五年五月十三日，**美国**宾州州府哈里斯堡议会大厦升起了一面美国国旗。宾州州长乔什·夏皮罗（Josh Shapiro）为此特别颁发证书表示：“向李洪志先生致敬！我很荣幸的将二零二五年五月十三日飘扬在哈里斯堡议会大厦上空、我们国家深爱的国旗赠送给您。”

五月十八日，大费城地区部份法轮功学员在费城著名历史景点——自由钟独立广场举办了盛大庆祝集会。他们以演示法轮功功法、教功，展示真相板、传递法轮功真相资料 and 手折莲花，演唱大法歌曲，分享修炼体会，演示中国书法等形式，向中外游客传递法轮大法的美好，和呼吁结束中共迫害法轮功的征集签名。颁发贺信及褒奖的有：特拉华州联邦参议员丽莎·布朗特·罗切斯特（Lisa Blunt Rochester）、宾州参议员文森特·休斯（Vincent Hughes）、宾州众议员玛丽·艾萨克森（Mary Isaacson）、罗伯特·梅尔斯基（Robert E. Merski）、曼迪·斯蒂尔（Mandy Steele）、费城市议会议长肯尼亚塔·约翰逊（Kenyatta Johnson）、市议员马克·斯奎拉（Mark Squilla）、宾州阿勒格尼县行政长官帕特里克·卡特纳（Patrick J. Catena）和县议员鲍勃·梅西（Bob Macey）。

美国德克萨斯州两位资深联邦参议员约翰·康宁（John Cornyn）和泰德·克鲁斯（Ted Cruz）分别以贺信及在社交媒体发文的方式，赞扬法轮大法对社会的贡献及制止中共对法轮功的迫害。

美国威斯康星州密尔沃基市（Milwaukee）市长发出贺信，宣告升旗褒奖法轮大法，赞扬法轮大法带给人们

的福祉。密尔沃基市共同理事会也宣布二零二五年五月十三日成为密尔沃基市的法轮大法日。

威斯康星州各地法轮功学员举办了不同的庆祝活动。州首府麦迪逊的学员在闹市区的天桥上悬挂了“庆祝世界法轮大法日”的横幅，让来往的市民了解法轮大法日和实践真、善、忍准则对减压及增进身体健康的益处。

美国密苏里州的圣彼得市 (City of St. Peters) 颁发褒奖，赞扬法轮大法为民众和社区带来的福祉，并宣布二零二五年五月十三日为法轮大法日。

内华达州拉斯维加斯市市长雪莱·伯克利 (Shelley Berkley) 颁发褒奖，庆祝世界法轮大法日。

南卡罗来纳州格里尔市 (Greer) 市长里克·丹纳 (Rick Danner) 颁发褒奖，宣布二零二五年五月十三日为当地的“世界法轮大法日”。

佛罗里达州劳德代尔堡市 (Fort Lauderdale) 市长蒂安·川塔里斯 (Dean J. Trantalis) 携劳德代尔堡市其他四位市专员宣布二零二五年五月十三日为劳德代尔堡市“法轮大法日”。

五月二十日，密西根州参议员吉姆·鲁内斯塔德 (Jim Runestad) 代表第二十三选区，颁发特殊褒奖令 (Special Tribute)，致敬“无私传播法轮大法”的志愿者们，感谢李洪志大师“将如此珍贵的法门带给世界”，并愿世界法轮大法日“这一天成为人类精神坚韧力量与和平、善良、内在修养的恒久象征。”

美国大华府地区的部份法轮功学员五月二十六日参加了在华盛顿近郊马里兰州洛克韦尔 (Rockville) 和弗吉尼亚州瀑布教堂市 (Falls Church) 举行的两场阵亡将士纪念日游行。观看游行的大华府地区民众赞赏法轮功学员传递真、善、忍，对社区产生积极的影响。比

可我又幸运的，我有幸参加了纪念师父来天津讲法传功的大型炼功活动，那种盛大壮观的场面让我终生难忘。那么多人的炼功场面引来了很多人的观望，也是一次难得的洪法活动，使许多有缘人相继得法修炼。

我们也时而走出校园，组织一些洪法炼功活动。每天都有大量的人加入修炼法轮功，校园、公园的炼功点随处可见。

二、大法熔炼着每一个人

户外集体炼功是我们洪法的主要形式，好多有缘人看见我们炼功而纷纷加入。同时炼功改变着我们的本体，我们个个都精神抖擞，面容祥和，白里透红，真的年轻了好几岁。

法轮功更注重修心性，所以看书学法很重要。为了帮助学功的人深入了解法轮功，用法指导修炼，辅导员就组织大家一起集体学法。在七里台，一个博士生姐姐联系了管理宿舍的领导，申请到我们可以研究生的活动室集体学法炼功。我们在这里学法背法。《论语》、《洪吟》、《精进要旨》，我们都在很短的时间内熟读背会了，用法指导我们的一思一念，一言一行，做一个好人、一个更好的人。

我们几个双盘艰难、腿剧烈疼痛的姐妹，就是在这个比学比修的环境里一点一点突破打坐的。我的腿硬的一点都盘不上，翘的老高，一个同修说：“我看你能盘上，你能行！”她让我自己按住下面的右腿，她往上搬我那硬棒子似的左腿，就这么一使劲，双盘上了。

开始还没有感觉怎么疼，过了半小时，就疼的钻心，我就想起师父的法：“难忍能忍，难行能行”（《转法轮》）。既然我下决心修炼了，就得听师父的话。我坚定的按照

务辅导员不辞辛苦的为大家付出，每天拎着自己买的录音机，到炼功点给大家播放炼功音乐。还要拎着一包一包的《转法轮》宝书、师父的讲法录音带、录像带、师父的其他讲法书籍给需要的学员，从来不叫苦叫累。

眼看着炼功人数增多，为了不影响路人的通行，辅导员就决定分出去另建炼功点，劝校外新来的学员在自己家附近找个比较好的地点炼功，这样也利于大法的洪传，会使更多有缘人了解大法。

校内分出去的炼功点选在六里台的一个小树林里，主要以学生为主，由一个博士生大哥负责拎录音机，带着大家炼功。这里，秋天的落叶，冬天的积雪，早来的学员都会自觉的打扫，给大家一个干净的炼功环境。

这个炼功点也是早、晚两次炼功。我在七里台住，一般是参加这里的晚上炼功。为了洪法，无论多冷的天，我们年轻的学生都坚持把外套脱掉，让其他的学生们看看我们标准的炼功动作和不怕冷的吃苦精神，从而升起对大法的敬佩和喜爱。多数时候我们是没有冷的感觉，而是浑身热乎乎的。

有一天，那是真的冷，风刮的很厉害，我们仍然脱掉外套。整个炼功过程，身体都是冰冷的，手冻麻了，已经失去了知觉。回到宿舍，用热水暖暖，好长时间才恢复知觉。即使这样，我们也没有一个叫苦的，相反心里是热乎乎的，为自己吃苦消业而高兴。

一九九四年一月十七日，师父第一次在天津市和平区建设路人民礼堂讲法传功。本来这一年师父的安排已经满了，因为受天津方面的一再邀请，师父挤时间于一九九四年三月十四日在天津八一礼堂又办了第二次讲法传功班。可惜我都没有能参加，因为我是一九九四年夏天来天津上学的，这是我的遗憾。

利（Billy）以前在电视上看过法轮功学员参加游行，这是第一次在现场看。他说：“我很喜欢他们，很积极向上，他们带来了积极的影响，我觉的真、善、忍很棒，对社区产生积极的影响。”

五月十三日世界法轮大法到来之时，加拿大能源中心亚伯塔省的省长、卡尔加里市长、周边城镇镇长，及其他三级政府官员向法轮大法学会发来贺信，祝贺这一历史时刻。他们感谢法轮大法为加拿大民众的身、心、灵健康做出的贡献，赞扬真、善、忍价值观带给社会的和平，认为法轮大法的修炼者在当今世界树立了强有力的榜样，并献上最诚挚最美好的祝福。

南美哥伦比亚法轮功学员五月十日和十三日分别在波哥大（Bogotá）、麦德林（Medellín）、通哈（Tunja）和里奥内格罗（Rionegro）等四个城市举办世界法轮大法日庆祝活动。他们在活动中分享修炼体会、展示五套功法，并向民众介绍修炼大法给人带来的益处。大学教师莉莉安娜（Liliana）修炼大法十三年了，她说自己在《转法轮》中找到了许多问题的答案，并理解了生活的意义，她学会做事先考虑他人，而非自己，这帮助她避免冲突，乐于助人，而且更有慈悲心。莉莉安娜希望这次的庆祝活动能让更多善良民众了解法轮大法，因为大法能恢复传统的价值观，让人类重获善良，修炼也是改变思维和生活方式、提升幸福感的好机会。莉莉安娜说：“因为法轮大法，我成为一个更平静、更珍惜现在和不断追求上进的人。”

西澳法轮功学员五月十七日在珀斯市中心默里街购物中心步行街（Murray Street Mall）举办集会活动，以传递真相、功法演示和文艺表演的形式，庆祝第二十六届世界法轮大法日。珀斯市民驻足观赏喝彩，并赞颂真、善、忍，与法轮功学员一起欢度这一普天同庆的日子。

苏格兰及北**英格兰**的部份法轮功学员五月十七日相聚苏格兰首府爱丁堡，在著名的王家一英里大街举办活动，向民众介绍法轮大法洪传世界三十三周年、为世界各国民族上亿修炼者带来福祉的盛况。优美的炼功音乐，祥和的五套功法，吸引了众多行人驻足观看、拍照、摄影，有人现场学炼功法，更多的人了解到大法真、善、忍的理念，以及中共迫害法轮功的真相后，签名声援学员反迫害。格雷厄姆（Graham）是名退休教授，在中国生活十多年，表达了对法轮功的认同和声援。他告诉学员：“我百分百支持法轮功——法轮功不会对任何人造成伤害，反而给参与其中的人带来快乐。”他表示，法轮功学员充满善意和仁爱，绝对不应遭受如此的迫害：“我非常了解法轮功学员遭受的迫害，这绝对是彻头彻尾的恶行。我在每一个层面上都谴责这种迫害，世界需要认识到这一点。”他赞佩学员和平反迫害的精神：“我全心全意支持他们努力结束这场迫害。”

意大利法轮功学员五月十三日在佛罗伦萨历史中心圣十字广场（Piazza Santa Croce）举办了集会活动，庆祝5.13世界法轮大法日。五月三日，罗马当地法轮功学员在弗拉米尼奥广场（Piazzale Flaminio）举办活动，庆祝五.13世界法轮大法日。五月四日，米兰法轮功学员在米兰城堡附近的森皮奥内公园（Parco Sempione）举办了世界法轮大法日庆祝活动。五月十一日，撒丁岛（Sardegna）学员在首府卡利亚里（Cagliari）的罗马大街（Via Roma）也举办了信息日活动，向人们演示功法并分发传单，以此庆祝世界法轮大法日。

罗马尼亚部份法轮功学员五月十日至十三日在首都布加勒斯特举办了为期三天的活动，庆祝世界法轮大法日。他们在罗马广场、卡罗尔一世国王雕像前举办信息日活动，还在米哈伊尔一世国王公园的炼功点展示法轮功功法。退

我也喜欢这样柔美舒缓的功法，但是因为我学业繁重，就推脱以后有时间可以学炼。我还是坚持每天早起跑步，只是多了一个项目，就是每天都要到科技馆门前停一会儿，看一下，就象有股强大的磁力在紧紧吸引着我。后来我学法才悟到，是伟大慈悲的师父在时时召唤我这个迷失在红尘的孩子。

尽管我没有马上学炼，但在我萌生想以后学炼法轮功的念头后，我严重的偏头疼就不翼而飞了，情绪也不浮躁了，性情平和了，象换了个人似的。我感觉法轮功太神奇了，求医问药、折磨我死去活来的偏头疼，就在这一念间好了，这是现代医学解释不了的。

于是我挤出了时间，开始修炼法轮功。从此，科技馆门前的炼功点有了我的身影，多了一个活泼开朗、积极乐观向上的女大学生。我每天风雨无阻的参加晨炼，每天坚持学法轮大法的主要著作《转法轮》，我走上了修炼法轮大法的返本归真之路。

短短的两、三个月，炼功点的人数就象雨后春笋般增长，由原来的十几人增加到几十人，再增加到一百多人，最后到三、四百人。人数一天比一天多，而且年轻人越来越多，和我年龄差不多的本科生、研究生、博士生在增多。科技馆门前那片空旷的场地已经容不下日益增加的炼功人群，人多的时候，都要站到马路边上，甚至马路对过的小湖边上了。

旁边练其它气功的，练太极拳的，还是原来那五、六个人，他们都惊叹法轮功如此迅猛的发展趋势，有的人还放弃原来练的东西改炼法轮功了。可见当时法轮功是多么的受人欢迎。

为了方便大家炼功，除了晨炼外，还增加了一次晚上炼功，方便白天上班、没有时间晨炼的人。法轮功义

角落及沟沟岔岔。因为夜路难行、山路崎岖，曾多次摔倒，有时从很高的地方摔下，他们仍义无反顾的坚持前行。

我们坚持了二十多年，在履行着自己的使命，兑现着久远的誓约。伟大的法造就了伟大的弟子，我们这些平凡的农村人，没有多少文化，却做着不平凡的事。弟子们感恩师尊慈悲救度！

（明慧网二零二五年世界法轮大法日征文选登）

回忆天津大学当年的时光

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】今年的五月十三日，是法轮大法洪传三十三周年暨第二十六届世界法轮大法日。在神圣的“五·一三”来临之际，我不由得想起我在大学得法修炼那段幸福美好的时光。在此，我回忆与同修们在一起的点点滴滴，见证师父的伟大，法轮大法的神奇。

一、有缘人相继而来

一九九七年三月的一个清晨，春寒料峭，阳光明媚，天津大学的校园里热闹起来。喜欢晨练的男女老少，三个一群、五个一伙的聚在一起锻炼着。在英语桥旁边的科技馆门前，有几个老师模样的人在听着优美的音乐，做着缓、慢、圆的舒缓动作，迎来好多人的驻足观看。

爱好跑步晨练的我也停下来，去看个究竟。和我说话的是一位退休老师，他面容慈祥，和蔼可亲。他告诉我法轮功动作简单易学，修炼法轮功要按照真、善、忍的标准做好人，做更好的人，法轮功可以祛病健身，使道德回升，这功法太好了，一定要学。

休老师多伊娜说：“我觉的活动很美好，非常有趣，而（法轮大法）重视道德，这一点从一开始就深深的打动了我。”“在我们这个道德日渐衰落的社会，思考如何改善社会道德，我认为是一件非常棒的事情。非常好，令我印象深刻。”

乌克兰首都基辅的部份法轮功学员五月十一日在一个市中心公园举办活动，庆祝世界法轮大法日。活动期间阳光明媚，学员们一起集体炼功，并向过往行人分发法轮功真相资料。伊万（Ivan）修炼法轮大法二十多年了，他非常渴望与乌克兰人分享自己的感受：“我们想告诉人们，有这样一种功法——法轮大法。他对健康非常有益。修炼者会变的更善良、更诚实，道德水平也会提高。这对个人和社会都有益处。”

乌克兰第聂伯（Dnipro）的新老法轮功学员五月十一日举办庆祝大法洪传三十三周年活动，他们分享修炼心得，向现场观众展示五套功法，并赠送真相资料和小莲花，受到民众的欢迎。玛丽亚（Maria）是二零二四年十月走入修炼的新学员，她表示，尽管修炼时间不长，但她的生活发生了巨变：“师父赐给我幸福和能量，还治愈了困扰我的疾病。因此，如果我今天没来参加这个活动，我会觉的自己是个不知感恩的人。”“得法后我的整个生活都有了意义。毫不夸张的说，大法对我来说就是一切。”

法国巴黎法轮功学员五月二十三日在市中心夏特莱街区举行洪法、炼功和讲真相的活动，向人们展示法轮大法的美好，揭露中共对法轮功的迫害。不少人在反迫害征签表上签名，支持法轮功学员反迫害。活动地点正好在当天集市的开端，因此吸引了很多游人和民众。很多人看到了法轮功学员的炼功和打坐，纷纷前来咨询，他们了解了修炼法轮功的美好，一些人想学炼功并打听炼功点的地址；另一些人想读《转法轮》，开始修炼法轮功。

法国法轮功学员五月十七日和十八日应邀参加了西部圣布雷万莱滨（Saint-Brevin-les-Pins）市的健康与有机产品展览会，向众多寻求改善身心健康的到访者介绍法轮功以及法轮功主要著作《转法轮》。嘉艾尔（Gaëlle）和理查德（Richard）是天主教徒，他们认为宗教并未给他们带来他们所寻求的东西，一段时间以来他们在寻找，希望找到更适合他们的东西，但不知道是什么。见到法轮功，理查德随意翻开《转法轮》的一页，便找到了他所提问的答案，发现这本书非常有力量。他们将前往圣纳泽尔的炼功点学功。他们的眼中流露出幸福和喜悦。

瑞士日内瓦州议会五月二十二日召开全体议员会议，瑞士法语区的法轮功学员为了让更多议员了解法轮功真相，于当日在日内瓦议会大厦前设立讲真相摊位举行集体炼功、洪法、讲真相、征签等活动，受到多位政要及市民的关注及支持。日内瓦公民党主席弗朗索瓦·巴尔奇（Francois Barchi）先生、中心党的安妮·卡伦（Anne Cullen）女士、中央民主联盟的克里斯托·伊万诺夫（Christo Ivanov）先生以及一些新议员都前来向法轮功学员致意。他们都拿了瑞士法轮功协会印制的最新简讯并告诉法轮功学员：“这太棒了！”他们鼓励法轮功学员继续！

荷兰法轮功学员五月十七日，在北荷兰省希尔弗瑟姆市（Hilversum）举办法轮功信息日，在繁华的街道基克斯街（keekstraat）布置展板，并向过往行人派发传单，向人们讲解法轮大法的美好和中共迫害法轮功的真相。一个出生在中国、六岁就来到荷兰的华人女孩说：“作为中国人，知道真相很重要，虽然我没有加入少先队，但是我的父母在中国居住的时间长，请多给我几种传单，我要带给他们看。”

清白”、“还大法清白”、“善恶有报是天理”等，字体方正有劲，闪闪发光。

写完后，我们贴到了大街小巷，把村部、学校、派出所、镇政府大门都贴上，震慑了另外空间的邪恶。派出所警察找到大法弟子时说：“要说这事是你们干的，你们也写不出这样的字；要说不是你们干的，别人也不能干这事。”我知道这是师父的加持，我们才能写出这么方正且充满能量的字。这些真相条幅贴在平整的墙面和电线杆上，让很多人明白了真相。

二零零三年“非典”（萨斯瘟疫）爆发时，我们这里没有真相材料，面对芸芸众生，我们着急救人但很无奈。H同修联系到了一位离我们很远的同修，他那里有真相资料。H同修叫我傍晚和她作伴一起去，因路途遥远，同修花三百元钱租了一辆车。司机的妻子也是同修，也同意和我们一起去。途中设有关卡，县与县之间要盘问检查，我们发出一念：只盘问司机一人，不要盘问我们。就这样我们顺利到达同修家，拿上满满一大箱子真相资料往回走。走到半路，车就不跑了。我们三个人下车推着车走，累的“呼呼”直喘。走着走着，我们悟到，是不是这个地方也需要真相资料，众生等着被救度呢？我们就一边走一边发放真相资料。就这样走走停停，回到家时真相资料剩的不多了，天也亮了。

后来明慧网提倡资料点遍地开花，我们这里也有了自己制作的真相材料。有的同修做真相资料，有的同修发放，不方便出去的同修在家里发正念，清除另外空间的邪恶，直到同修们安全回家。有几位骑摩托车的男同修，还有几位骑摩托车的女同修，都是五、六十岁的年纪。他们不畏路途艰险，不畏风吹雪雨，载着真相资料 and 同修们驰骋在救人的大道上，穿梭在方圆百里的村庄

掉，热气在头顶呼呼往上冒。所长挨个问：“还炼不炼？还上不上北京？法轮功是不是X教？”不回答就打，轮番的问，轮番的打。所长问一位同修：“法轮功是不是X教？”她说：“要是的话，我们就不到北京去证实大法了。”

所长听后，气急败坏的用皮条狠劲打她。还不解气，又用穿着皮鞋的脚狠狠的向她身上踹去。听同修说所长踹她的紫黑色脚印，到家三个月后还没有完全消失。

有一个警察打排在第一的同修时，刚打了几下，他拿着皮条的这只胳膊举起来老半天也没有放下来。我当时在场，还以为他良心发现不打我们了。后来听说是这个警察的胳膊拿不下来了，脑袋也疼的厉害才住手了。同修们都悟到是师父在保护我们呢！

每当我回忆起这些时，瞬间就会眼中闪着泪花，非常感慨，是伟大的法造就了我们，锤炼了我们。在上访无门、无处讲理的情况下，我们不能眼睁睁的看着大法被污蔑，众生被谎言蒙蔽。同修们开始用各种方式证实大法，挂真相条幅、树挂、贴真相不干胶、给有缘人送大法真相护身符、寄真相信、面对面讲真相等等。

有一年的中国新年，村里编排节目，有一个三句半的节目污蔑法轮功。同修们纷纷找自己认识的演员讲真相，阻止了节目的演出，让乡亲们少造业。还有一次，学校宣传栏写了污蔑法轮功的言辞，两位男同修用身体搭梯子，半夜里翻墙而入，处理掉了污蔑大法的言辞，避免了老师和学生们被邪恶毒害。

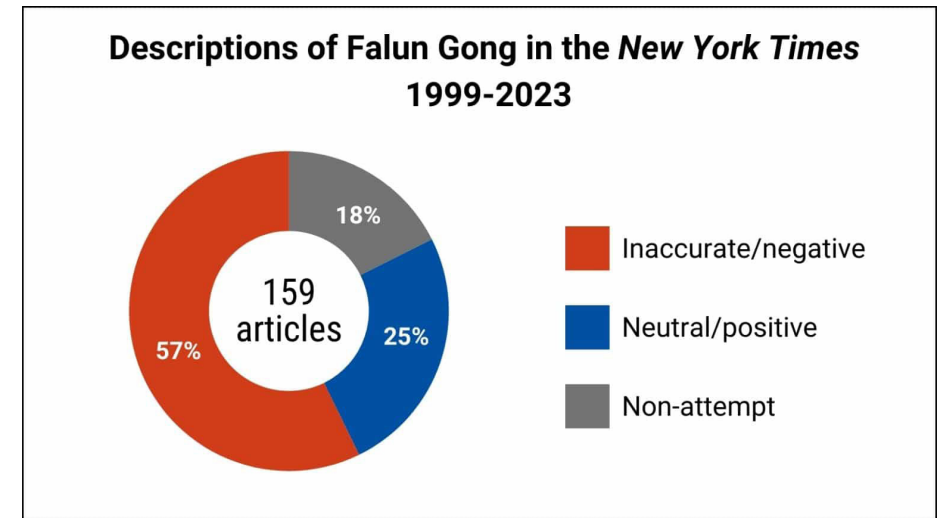
刚开始我地没有真相资料，都是远处同修给送点来，也不够用。后来我们就自己解决，一位同修会写毛笔字，我们就买了彩纸，写了两个晚上，还不够用。他又教会一位同修，写的满屋都是条幅，有“法轮大法好”、“真善忍好”、“法轮大法是正法”、“还我师父

近看《纽约时报》对法轮功的报道

【明慧网】（明慧记者宇澄纽约报道）《纽约时报》这个号称“记录报”的媒体如何反复的失于未对中共迫害法轮功的暴行给予报道，并放大中共宣传的影响、带来了极为严重后果的呢？法轮大法信息中心二零二四年三月发布的一份研究报告，指出了以下几个方面的问题：

主要发现

中共（CCP）为试图彻底根除法轮功这个精神团体而发动的暴力运动，是中国当前最严重的人权危机之一，影响了数千万人的生活，并且造成了数十亿美元的经济损失。然而，这一事件却被媒体们严重忽视，受害者们也都在很大成度上被丢弃和诋毁。



图：1999至2023年，纽约时报对法轮功的描述：红色：不准确或负面，蓝色：中性或正面，灰色：不作为（来源：法轮大法信息中心）

广泛的错误报道

《纽约时报》在法轮功问题的报道上，无论是对法轮功的本质，还是对中共迫害的范围都存在着严重的忽视和不负责任的扭曲了事实。不予报道和错误报道均具有广泛的影响，波及中国及世界各地的人们。

频繁的不准确

《纽约时报》关于法轮功的报道充满了事实错误。这些错误从相对轻微的表述到更具伤害性的贴标签，助长了不了解真相的人们对该团体的仇恨。《纽约时报》对法轮功的（真、善、忍）宗旨和信仰的主要描述是错误和带有负面倾向的，常常遵循的是中共（CCP）的抹黑口径。从该报报道中浮现的法轮功形象与修炼者的实际生活，与专家对中国宗教信仰的评估相悖。

不加批判的跟随中共的迫害口径

自一九九九年七月中共发起对法轮功的暴力迫害运动以来，《纽约时报》的报道始终在偏袒中共政府的消息来源。该报未加证实的重复并似乎已内化中共政权的核心宣传。这种情况一直存在，甚至当这些主张与《纽约时报》最初的报道及人权组织的陆续研究相矛盾时，仍未得到修正。

对法轮功迫害的沉默

在过去的二十五年里，《纽约时报》对中共针对法轮功学员的暴行几乎一直保持沉默，包括对良心犯的器官强制摘取。令人难以置信的是，自二零一六年以来，《纽约时报》没有发布任何一篇专门报道法轮功学员在中国遭遇的人权侵犯事件，尽管这些侵犯行为仍在大规模发生。该报忽视了人权组织的重要报告，以及二零一九年伦敦的独立人民法庭-中国法庭关于器官强制摘取的调查

同修老张是一个单身汉。他曾经也有妻子儿女，因妻子嫌弃他窝囊，和他离了婚，他就和母亲在一起生活。他上有兄嫂，下有弟妹，但由他一个人照顾母亲，他毫无怨言，一直到九十多岁的母亲去世。期间的艰辛与忙碌可想而知，他从没推卸过责任。乡亲们平时经常找他干农活，别人给多少报酬，他从不讨价还价，不给他也不要。乡亲们在他身上都见证了法轮大法好。他在大法真、善、忍中修炼出的境界是一般人做不到的。

赵同修没成家，和老张有着类似的经历。他一人无怨的细心照顾老母亲，他母亲也是九十岁左右离世的。赵同修给母亲养老送终后，已经是六十多岁的人了。按常规讲，他赡养母亲应该多得到家中的财产，他却把自己的土地和果树都分给了兄和弟。

老赵说：“师父让我们救人，我也不会跟人讲啊！”他就坚持去周边发放真相资料，他想让更多的人了解大法真相，让世人都能得到大法的救度。

一九九九年七月二十日中共邪党疯狂迫害大法后，我镇的同修很多都去了北京上访，都想用自己的亲身经历证实大法，还师父清白。到北京后，没有看到信访局的领导人，看到的是警察和警车，很多同修都被非法抓进看守所，在看守所里受尽酷刑折磨，被辱骂、蹲马步、戴大铁链子、用皮条抽打、用笞帚打、趴冰、坐电椅子、长时间站立等等。

一九九九年十二月，有十多位同修因为去北京上访，被非法关进看守所。一次，所长把大法弟子叫到院子当中非法审讯时，让按身高一字排开，蹲马步，蹲成一般齐。蹲不齐，就让警察和犯人轮番用皮条打。有两位年轻女同修个子高，怎么也蹲不齐，她们两个被打的后背和臀部都是紫青色，寒冷的冬天豆粒大的汗珠在脸上直往下

有一位七十多岁的男同修，辛辛苦苦在自家山上捡了三大袋栗子，当天没卖。第二天早晨一看，栗子全丢了，把不修炼的老伴气的又骂又哭。老同修在修炼大法中明白了失与得的关系，对老伴说：“别哭了，他们偷走的不是栗子，是业力啊，这回你的病该好了（他老伴得的是脑血栓，说话走路都不利索）。”果然时间不长，他老伴的病真就好了。

E同修，中共迫害法轮大法后她就不修炼了，也没有珍惜大法书，后她又学了别的功法十来天。不长时间，她身上长了蛇盘疮，吃什么药也不好使，各种治疗都不见好，遭了两年的罪。找“大仙”看，告诉她身上有两条黑乌蛇，就是想要她的命，让她买符烧纸喝，一张符要几百元。她猛然想起大法书上师父讲的法：“一正压百邪”（《转法轮》）。她想什么符也不如炼大法好使。回家后她开始入心学法，身上的病不到一个星期就好了。通过深入学法，她明白了很多法理，知道按照师父的要求做个好人。

有一天，王同修去大集上买水瓢，跟人讲价没讲下来，无奈原价买下。摊主找钱的时候，无意多找了。她一边走一边想：“跟你讲价你不降价，这回这瓢不但白用了，还多给我一块钱。”走到集市门口，她想到我是修炼人哪，不能占别人的便宜，就往回走。走了两步，她又站住了，想：“我要给他送回去，他不得说我不正常啊。讲半天价，发现多给钱了还往回送。不行，我还是回家吧。”她一边往家走，一边想：“如果我这样把钱拿家去，我也算不上一个真修弟子啊！不行，还是送回去吧，不能占便宜。”走到摊位前，她把多出来的钱给了摊主，并告诉摊主：“我是学法轮大法的，要不这钱我不能给你送回来。”摊主夫妻俩举起手，大喊“法轮大法好！法轮大法好！”这突如其来的喊声还给王同修吓了一大跳。这小小的善举，就能让世人感受到大法的美好。

结果，还忽略了已高调披露的个人案例，如监禁判刑和死于拘禁等。至少一名前《纽约时报》记者报告称，曾被编辑阻止调查针对法轮功学员和其他良心犯的器官移植滥用问题。

与媒体竞争对手的对比

《纽约时报》在法轮功人权危机初期的报道与其他主要报纸相比，差异显著。尽管《纽约时报》似乎更关注扭曲法轮功的信仰并改善与中共领导层的关系，但象《华尔街日报》、《华盛顿邮报》等同行媒体却做出了开创性调查并报道了对法轮功镇压所造成的人道主义危机、中共对法轮功的宣传中的不实之处等。跳至二零一九年，《卫报》和路透社等媒体报道了独立人民法庭-中国法庭的调查结果，而《纽约时报》对此却视而不见。

与维吾尔人和藏人报道的对比

当与《纽约时报》对中国其他宗教和民族群体（如维吾尔人和藏人）面临的人权危机的报道相比时，对法轮功的沉默显得更加刺眼。维吾尔人和藏人的人口规模远小于中国的法轮功群体，但自二零零九年以来，《纽约时报》发布了数百篇文章，其中包括调查报告和对维吾尔人及藏人囚犯的同情性报道，同时也刊登了多篇关于这些群体学者和成员的评论文章。相比之下，该报仅发布了七篇关于法轮功迫害的报道，且没有一篇是由法轮功学员撰写的评论文章。

随着时间推移的扭曲加剧

近年来，《纽约时报》的报道问题愈加严重。除了对法轮功学员遭受的人权侵犯保持完全沉默之外，该报还发布了几篇公开敌视法轮功的文章，针对由法轮功学员

创办的组织。这些负面文章重复了之前的错误，并加入了新的不实之处，这实际上在为中共的目标服务，即诋毁法轮功、压制中共党内的批评声音。

失去的生命与信息缺口

《纽约时报》对法轮功学员的扭曲报道和将他们作为“不值得（报道）的受害者”的不负责任处理，助长了施害者们的不被要求承担法律责任，并剥夺了受害者至关重要的国际支持，无疑导致了中国大陆（法轮功乃至其他民众）更大的痛苦和生命的丧失。鉴于中共对法轮功的迫害与中国日常生活中诸如互联网审查、公共监控、强迫劳动和法治缺失等议题之间的紧密联系，《纽约时报》对法轮功的沉默使得决策者和企业缺乏了应对当今中国所需的重要信息。

中共受益于《纽约时报》的扭曲报道

相比之下，中共政权从《纽约时报》的报道中受益匪浅，推动了其边缘化法轮功并掩盖对法轮功镇压的计划，同时也为中共国内外的反法轮功宣传提供了所谓的可信度。与此同时，《纽约时报》通过对中共针对法轮功的系统性宗教迫害采取放手态度，避免了来自中共政权的严厉惩罚（甚至可能获得某些好处）。

记者不得不注意到，由亨利·J·雷蒙德和乔治·琼斯创刊于一八五一年的《纽约时报》，曾一直以严肃的风格和深度报道，涵盖政治、社会、文化等各个领域，树立了良好的口碑。它曾经是美国自由派的第一大报，致力于为读者提供高质量的新闻内容。然而，就是这样经过几代人的努力而建立了很大信誉的一份大报，却在过去的二十六年中，栽倒在错报、误报、不报法轮功，这个对整个世界、对《纽约时报》本身都具有着实际和重大影响的问题上。这背后的主要原因是什么呢？▲

许的目光看着，并竖起大拇指。有的人停住车说：“谢谢！”有的人大声喊：“我们这儿有好人了，我们这儿可有好人了！”还有人说：“你看人家学大法的就是好。村里年轻力壮的人有的是，除了打麻将就是看电视，没有一个人去扫雪。”

有一次，我们好几个同修傍晚的时候打扫积雪。正扫着，邻居表弟来到我跟前，说：“表嫂，你干啥哪？”我半开玩笑的说：“我干啥哪，你不知道？”他说：“你还说啥，你往后看看。”我回头一看：后边有个派出所的警车在看着我们，我心里想：“我们也没干坏事，我不怕。”警察开车就在后边跟着，一直到派出所门口，派出所的警察把灯给打开了，说：“真不知道怎么说你们：说你们是好人的吧，共产党让抓你们；说你们坏吧，你们做的事还都是好事。”

A同修修炼前不识字，修炼大法后把《转法轮》读的很流利。她在常人中是一个很强势的人，从来不吃亏。修炼大法后，对人和善，整天笑盈盈的，经常帮助别人干活。七十多岁了，还帮儿媳带孩子，料理家务。

她六十岁那年，丈夫去世了。丈夫临终前，嘱咐儿子说：“我有十万元钱，留给你母亲花。”丈夫离世不久，她儿媳因为这钱经常生气，A同修就把这十万元钱给儿媳了。钱虽然给了，但她心里很委屈，经常背地里哭泣，有时还跑到丈夫坟地去哭诉。

她天天坚持到小组用心学法，她说：“师父说向内找，我也得向内找。”有一次A同修浑身无力，走不动路，她想：“我还有啥心没放下呢？”后来她找出来了，是怨恨心，怨恨儿媳和亲家母，怨亲家母不管她女儿。找到了，心放下了，腿走路也有劲了。她用自己的改变让很多人见证了法轮大法的美好。

村与村之间有八里路，夫妻俩一直坚持听完师父的九讲法，并且学会了五套功法。奇迹出现了，这位村民的病好了，夫妻俩从此走入大法修炼。他们到处洪法，告诉亲朋好友法轮大法的神奇，法轮功教人修心向善、做好人。在他们的引导带动下，村里有很多人都去他们家里学法、炼功。人们受益之后，更是亲友相传，镇里好多村子都有慕名而来学法的人，越来越多。那位妻子担任起我地区法轮功义务辅导员的职责，无条件的帮助每一个来家里学法的人。不管谁来，她都热情接待，耐心辅导。

一九九六年的冬天，我也很幸运的成为了大法弟子中的一员，每天去他们家学法、炼功。那时人多的一个大屋都搁不下，晚去的人都得坐到外面，学法组一片祥和的气氛。他们夫妻在师尊的加持下，为我们这里后进门修炼的学员付出了很多。

大法就象一束明亮的光，照进了这座小镇的每个村庄。每个村修炼大法的人数发展很快，真、善、忍的种子在人们的心里生根发芽，每个人都沐浴在师父的佛恩浩荡之中，感到无比幸福快乐，生活的充实，知道了人生的意义。就连不修炼的常人都知道法轮大法好。

有一对兄弟俩开矿车，拉铁石。他们哥俩都在不同的地段，撞了不同的人。相同的是，他们很幸运撞的都是大法弟子。撞人的一瞬间，他们自己都吓坏了，但是被撞倒的人却没讹他们，只是告诉他们自己是学法轮功的，拍了拍身上的土，都说：“没事，你们走吧。”

冬天下大雪，雪封路面，人们出行不方便。村里的大法弟子看到上学的孩子和老人直打出溜、摔跟头，就自发的扫雪。我地多数都是女同修，很大岁数的同修都参加扫雪。当司机行驶在同修正扫过的路面时，都用赞

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

辽宁沈阳市法轮功学员王艳女士因传播真相于二零二二年被中共法院非法判刑四年，二零二五年五月九日在辽宁省女子监狱被迫害致死，终年七十一岁。王艳老人一人独居，二零二二年三月五日被闯入家中的沈阳市大东区东塔派出所警察方朋等人绑架，非法关押了三天，勒索五千元。七月二十日早，王艳再次被警察方朋带走，非法关押到看守所。王艳被当地法院非法判刑，被劫持到辽宁省女子监狱。

黑龙江哈尔滨市法轮功学员佟明宇，二零二五年二月二十七日被哈尔滨市道里区法院文昌福等非法判刑五年零三个月。二零二四年十一月二十日，佟明宇去法轮功学员刘淑文家串门，正赶上双城区永治派出所警察在刘淑文家。然后，佟明宇和刘淑文一同被这些警察绑架，被非法关押在看守所构陷。他上诉后，哈尔滨市中级法院非法维持原判。佟明宇今年四十三岁，大学毕业后，在北京中小学教材编辑部审批稿件处工作。二零一七年六月二十五日，在北京市昌平区马池口镇百泉园小区，被昌平区马池口派出所警察绑架构陷、非法判刑三年半，被迫害的奄奄一息。回家后，佟明宇通过学法炼功，两年后，身体才基本恢复健康。

云南昆明市九位法轮功学员刘翠仙（七十三岁）、刘晓萍（六十八岁）、马玲（六十八岁）、杨惠芳（五十七岁）、郑翠兰（七十八岁）、张秀珍（六十六岁）、李焕珍（六十九岁）、朱永珍（七十二岁）、毕晟（男，六十二岁）二零二五年三月二十六日被西山区法院非法开庭。五月初，九位法轮功学员被非法判刑：刘翠仙四年六个月，罚金一万五千元；刘晓萍、郑翠兰、马玲、李焕珍、

杨惠芳都三年，罚金一万元；朱永珍两年，罚金七千元；张秀珍一年五个月，罚金五千元；毕晟一年三个月，罚金五千元。二零二四年六月六日，昆明市西山区国保大队、五华区国保大队、盘龙区国保大队、官渡区国保大队以及其辖下多个派出所，非法抓捕了三十多名法轮功学员，其中，法轮功学员刘翠仙、刘晓萍、马玲等九人被西山区检察院非法批捕，被构陷至西山区检察院，二零二五年二月八日被非法起诉至西山区法院。

四川达州市下辖万源市七十三岁的法轮功学员李守兰老太，二零二三年二月在陕西省安康市探亲期间，被当地国保警察绑架逼供、非法关押十天，原因是安康市市长王浩收到了一封劝善信。二零二三年底，李守兰又被安康国保警察绑架后，从此杳无音信。二零二五年五月下旬获悉：李守兰已被安康法院非法判刑五年。

辽宁抚顺市法轮功学员张慧强先生二零二四年十月二十一日晚被警察绑架，被非法关押在大东区看守所构陷，二零二五年三月六日遭沈阳市大东区法院非法庭审。张慧强遭非法判刑四年半、勒索罚金两万元。上诉沈阳市中级法院，近日得知二审非法维持原判。家属继续申诉。

天津武清区河北屯镇小杨庄村法轮功学员姚之凤（女，七十三岁），在一个星期前，被一帮警察闯进家中，强行拽上车去体检，由于体检不合格，晚上用120车又把车送回来。第二天，又来一帮人，又强行把人带走，再去体检，这一去就没有了音信。姚之凤二零零七年八月一日修炼法轮功，原来得过高血压、心脏病、心率快、血糖高、胃病，炼功十七天后所有疾病不治而愈。老人因为讲真相被村官恶意举报，被警察绑架、构陷，二零二四年九月十四日被天津市武清区检察院、法院、大良乡派出所等二十多人，在上小杨庄大队办公室所谓的“开

共产党喊倒了才好了。一到这里（指劳教所）我就头疼，也就是和她们（大法信仰者）聊聊还好！’”

盼望可贵的你们，不沾染法徒的血

生命都是可贵的，无论是做普通工作还是做警察的，都是可贵的生命，只是邪党利用一线警察迫害大法修炼者，欺骗警察说法轮功如何如何，那都是蛊惑人心的煽动。其实，用头脑对照分析分析就知道是谎言，事实完全不是那么回事。

盼望可贵的你们，能清醒面对这场迫害，不沾染法徒的血，公安局有很多维护正义的工作，不要沾边法轮功这件事。大法是乱世中救度人心的，每个人都是为法而来，得法回归是人的本愿，不要迷失在这里。

（明慧网二零二五年世界法轮大法日征文选登）

山村小镇的不凡故事

文：中国河北大法弟子

【明慧网】一九九五年，法轮大法传到了我们村庄，照亮了这个山村小镇，温暖了人们的心。这些普普通通的平凡人，在大法中炼就出了一颗至真至善的纯净之心，凡事为他人着想。借“五·一三”世界法轮大法日这个普天同庆的日子，我讲一讲这个山村小镇里的故事，感恩师父的慈悲救度。

一九九六年三月，我村有个村民得了一种怪病，到医院里检查不出来哪里有病，可就是干不了活。在求医无果的情况下，他听从了一个医生的建议，夫妻俩去我们镇里一位修炼法轮大法的同修家里学法。

种司空见惯的行为也都改变了，她们都知道那是一种低下的行为，造业，将来都得偿还，都愿意为自己的孩子、老人积点德，做点好事。有大法弟子环境，狱警都变的文明友善。

这些狱警值班的时候，或者家里头外头有什么烦心事时，都愿意找大法弟子陪着聊天，聊家庭矛盾、亲友关系、子女上学、同事矛盾等等，大法弟子都是修炼大法法理过来的，站在法上给她们分析，人的心里就敞亮，就能放下怨仇，善良相待，对人间想得到的东西就懂得有规律，不强求，强求来的造业，守住德要紧。

我一直是被单独关押的，说怕我影响别人，因而被狱警找去聊天的时候就多。每次我都会说到真相，说到邪党的邪恶之处，每次都会由衷的劝她们退出邪党保平安。狱警们都会高兴的说：“行，退！”大队长有次大声说我：“咱队十五个警察，你都可以给她们开个班了！”

在劳教煎熬难耐的岁月中，我会喊口号：“法轮大法好！真善忍好！天灭共产党！三退保平安！”招来一群人疯狂的跑来把我打倒在地，无数只手伸过来堵、掐我的嘴。有一次，碰上男的巡逻队，他们也一齐下手，没想到，大队长拼命拿身子护着倒在地上的我，不让人碰到。她一只手护住我头下，怕我磕到头。等到所有人都走了，她拉我一起坐在床边，呆呆的，苍白着脸，手放在我腿上，半晌，默默离开。两个包夹看我嘴里都是血，哭的稀里哗啦，吓坏了，说：“干什么了遭这么大罪？”我倒是心态很平静祥和，每次喊口号都很愉快！

一个胖胖的上岁数的狱警，不怕领导，她上班总是到我这里呆会儿。一天早晨她生气的说：“刚来接班，那个谁（某警察）就说你怎么啦怎么啦，我就没让她说话，我说：‘她又怎么啦，不就喊口号吗？喊吧，什么时候把

庭审判”。姚之凤被非法判四年零三个月，并勒索罚金一万七千元。

天津 宁河区七十四岁的法轮功学员刘秋芳女士，二零二五年四月七日被警察绑架到天津市宁河区看守所非法关押，后被宁河区法院非法判刑两年，五月九日被劫持到天津女子监狱。在中共对法轮功的持续迫害中，刘秋芳女士曾于二十年前被宁河区法院非法判刑两年半。

吉林 吉林市丰满区七十七岁法轮功学员吴志芹老人，于二零二五年五月十五日被劫持到吉林省女子监狱。二零一九年，吴志芹由于向世人讲清法轮功被中共邪党迫害真相被绑架，由于血压高达两百多被拒收而释放回家。但他们仍不死心，在此期间吉林市丰满区法院及其相关部门多次去吴志芹家骚扰，之后非法庭审判两年零八个月，由于体检血压过高而被保外就医。▲

多学法、学好法才有正念

文：黑龙江大法弟子

【明慧网】我刚得法，邪党就开始了迫害。由于当时实在学法太少，对修炼没有理性认识，遇到事情不会向内找，就是凭着感性认识在做事。最终的结果是丢了工作，经济陷入一团糟，身体还被病魔折磨，钻到执著中出不来。

不光如此，我心中无比的怨恨，造了巨大的业力，我明知道那些思想不对，却抑制不住。年幼的孩子，三天两头生病、上医院，我还得承受着周围人歧视的目光。别说救度众生了，我能够正常的生活在人世间都是一种奢望。

一、打起精神 从头修炼

面对这种状况，我不甘心就这样无可奈何混下去，毕竟遇到了大法，如果真的离开法，那就是生不如死。我想，既然路走成这样，肯定是自己没有做好，那就只有从头开始了。可是，学法也学，读完一遍《转法轮》，都不知道学的是什么，满脑袋的胡思乱想。

那我就开始背法吧！我想背总能知道法的表面意思吧。最开始我没有打算背《转法轮》，因为感觉难度比较大，开始背的是师父其他的讲法。通过师父点化，我明白了，就凭着当初从天上敢于跳下来的一念，师父就度我。我非常感恩师父，于是打起精神，开始从头修炼。

当时我有一个非常清闲的工作，上班时间除了接几个电话之外，就没事了。于是，我开始背法，上班基本就是早八晚五，大量的时间学法。师父的讲法，我一本接一本的背，因为背的过程中明白了许多法理，越背越来劲，越学越爱学。花了两年时间，我废寝忘食、如饥似渴的学法，基本上把师父的所有讲法，除《转法轮》

一本《洪吟五》。那位年轻同修不分白天黑夜的投入的去做了，大概一周时间，说做完了，并快递到公安局去。下午，我接到国保队长的电话，高兴的说：“我收到你们发的书了，真好，我拿到别的部门都给他们看了！谢谢你们！”

面对一个年轻的单纯的心、被共产邪党唆使干坏事迫害好人的人，我做不到那么轻快的跟他说话。迫害大法修炼者，罪孽太大了，那是下地狱的事，那种无边的苦难，我将如何面对他？

他救过同修，他也帮过，他当着同修的面由衷称赞：“炼法轮功的人素质都可高了！”非法抄家时，他会悄悄的拿着收音机送回给老同修，说：“这功挺好的，您在家好好炼吧！”也会说：“你看我抄你家时，我都是拿小本的，大本的我都不拿。”我家里师父的法像、大法的東西，他没动过，每次还安慰：“别害怕，我们来的时候没事。”

但他也在作恶，伤害过很多人。明知道大法是好的，明知道修炼者都是道德高尚之人，却还在搞迫害。做一般的恶都知道损德，对大法修炼者行恶，罪业如山！明慧网上那些有名有姓的遭恶报的人，表面上是因为权斗贪腐，这都是小事，实际上是因为他们迫害了大法修炼人，都是因为迫害大法弟子才遭报，入狱、暴死、罹难不幸，这是宇宙的因果铁律，刊登出来是神佛的慈悲啊！

劳教所大队长用身体为我挡拳头

在那些年，劳教所的狱警因为接触了一批又一批大法弟子，都认识到大法弟子是道德高尚的人，用她们的话说，她们不象前些年刚开始时都不了解（法轮功修炼者），所以打骂，现在都不这样了。也就是大法弟子开创出了环境，狱警就连骂普教、恶毒对待被关押人员的那

没意思，还不如干点别的。”还说：“会有一个老替你们说话的人来接替（我这个工作）。”

简短的几句话结束了。我希望留个联系方式，他拒绝了。就这样，他默默的做完，就失去了踪影。

我的心里沉甸甸的

一个普通的国保警察，每次和几个国保的人来见我时，他总是骂骂咧咧，骂的话不干净。虽然我不介意，但也不禁看着他，心想：长的白白净净的，老骂人，多可惜呀！在共产邪党统治下，你都不觉的这是丢人的事。

有一次他们过来时，我就特意跟他说话：“别骂人，骂人显的素质多低。好好的年轻人，让共产党假、恶、斗那一套都熏染坏了，就是人家违法咱也不骂！”他是聪明人，体会到我的好意，从那以后我再没听到他骂过。

后来，他当国保队长了，特别天真的给我打电话说：“我现在管你们了，有我在多少对你们要好点！”我心里五味杂陈，很心酸，不知如何回应——干这个是好事吗？可是换个人干又是一样造孽！所以后来每当看到明慧网报道本地哪些同修被骚扰了、被抓、被判刑了，我的心里都沉甸甸的，我知道他是首当其冲布排的人，虽然他可能来回掂量会放宽，但并不是停止迫害，甚至有时在利益、虚荣的诱惑拉拢下，会主动加重迫害，这是在葬送他自己的生命啊。因而我的心总是揪着。

一天早上，我刚到单位，接到他的电话，他高兴的问我：“《洪吟五》出来了，你看到了吗？”我说：“不知道啊！”他继续说：“你看你都没有我知道的早！你们出来书以后能给我一本吗？”我答应：“好。”

我与做书的同修没有直接的联系，还不知道什么时候能传过来，就问一位美术专业的年轻学员能不能手抄

之外的绝大部份讲法背了一遍，包括师父评语文章中师父的评语。

我背法主要是这样背的，一段法背下来了，然后就过了，不再复习，再背下一段，就是没有连着背，连着背对我来说，难度实在太大。

这次背法为我今后的修炼打了很好的基础，我终于明白修炼不是凭着感觉来的，是依靠法理来的，而正法时期大法弟子会遇到的问题，师父在法中全部都讲了、都讲了，如果学法不够，遇到问题很难分辨。

背完之后，我真是感觉到恍然大悟，如果早点明白这么多的法理，我也不至于把路走的那么糟糕。我再遇到问题，就不那么难了，包括同修间很多不正的问题，我发现也能分辨了。而且不是需要我冥思苦想，是法直接显示出来告诉我怎么做，因为我们这一法门是“法炼人”，是自动的修炼。我发现修炼变的简单了。

二、突破困难 背《转法轮》

后来，有同修说最好还是背《转法轮》，因为《转法轮》是系统指导修炼的。我想也是，还是背《转法轮》吧。因为之前走过弯路，造的业很大，我背《转法轮》的过程非常辛苦。因为脑袋有业力，主要难度就体现在脑袋上，一背脑袋就疼。越背越疼，脑袋上就象戴了一个紧箍咒，而且还特别容易困，后来师父点化是邪党文化的干扰。

当时我没有上班，为了抓紧时间把法背下来，为了不求安逸，背法的两年时间，我除了下午去讲真相和必须做的家务之外，我基本上都是在桌子前的椅子上坐着，或者单盘或者双盘，一边背法一边练习盘腿。晚上睡觉也是趴在桌子上，这样就避免了躺在床上太舒服了不想起床的现象。春夏秋还好过，冬天是比较难受，物业供

暖不好，晚上屋里就不给暖气了，趴在桌子上睡觉真冷呀，我就只有穿的更厚一些，然后垫上一个电热坐垫过来了。

我现在想起来，可能是师父看到我那颗心，想要好好修炼的心，所以增加了我的吃苦能力，要不然真是很难坚持下来。中途也是好几次想放弃，每次打算放弃的时候，就会遇到一个会背法的同修鼓励我一定要背下来呀，千万别放弃。于是我又坚持住。

我记的有一年夏天中午，我背着背着就睡觉了。然后梦中梦到我十来岁模样，双腿跨着一辆小自行车。师父过来了，高大的身材，穿着白衬衫，慈爱的拍拍我脑袋，然后大意是：“你的业力比较大，暑假就不要去旅游了，要好好学法。”然后我就醒了，泪流满面。师父已经替我承受了无比巨大的业力了，我不敢懈怠，又捧起了书。

大概经过了两年多时间，我把《转法轮》连着背了下来，当然也有遗忘的部份，总是在背，还是有忘掉的。大概在背到第九讲开头的时候，我突然感受到自己的身体变化很大，不是体现在表面空间，我们从法中都知道，人的身体不只是表面这一层，表面只是人体的细胞，下面分子、原子，到无限微观都是人的身体，随着人的表面记住了法的内容，微观身体被迅速归正、同化，对应的宇宙天体也在被法归正、同化，其实这也就是修的过程，也是救度自己天体众生的过程。

我最大的痛苦来源还是头痛，就是头上的业力，每天背法的时候，我都不得不忍受着头部的疼痛，但是痛其实也是消业的过程，有的时候痛的直扯头发，揪头皮。但是随着不断的背法，头上的“紧箍咒”越来越小，头痛的范围也越来越小，最后从整个头部疼痛缩小到一个鸡蛋大小，疼痛程度也减弱的比原来轻，容易承受。同时下午也出去讲真相，不断的努力做好三件事。

这时人群里走出来一个便衣警察，一个劲说：“没事，没事，谁都别搜，我来搜。”他弯腰摸摸床下，一张光盘“啪”掉了出来，他捡起来送回去，嘴里说着“没事没事”。床下箱子里是真相光盘，笔记本电脑还打开着窗口，他随手关上，还把同修的两个手机整齐放在桌上，说：“这些我都没动啊！”然后开着玩笑说：“某某（指我）的信，我看了。”又问萍和琨：“你给公检法人家门口都挂这盘，从哪儿来的地址？要是知道我家是不是也给挂上？”同修愉快的说：“不会，我亲自送到你手上。”他听了挺高兴。

同修被带到派出所走程序，在那里劝退了很多警察。派出所警察说：“你们炼法轮功的人素质很高，他们国保好尊重你们啊！”

有两位年轻学员失去联系了，到租住房也找不到。这是一种不祥的信号。我想到派出所打听打听有没有两个年轻人的消息。

进入派出所，冷森森的大厅，那些警察都一身戾气、一身灰土，看人就象围捕猎物一样。我问他们什么都不回答，只是问我，“你还炼吗？家里有东西吗？”并操作计算机。看看那铁门，我感觉出不去了。这时为首的警察拿起手机打电话，打完了放下，盯着计算机不甘心似的，最后吐出一句：“你走吧。”

我走出来，到大门口，手机响了，是国保队长的，他说：“赶紧回家，今天多亏了我值班，一会儿你到家，我再给你打。”这是第一次打电话，以前从来没有通过电话。

我到家了，紧紧握着手机，“漫长”的等待中终于等来了电话。我赶紧说：“谢谢您，谢谢您救了我！第一重要的事，你赶紧退党吧，否则我真对不起你！共产党太邪恶了！”他说：“我退！”回答的简短有力。他说：“出国看到过国外法轮功的形势。干这个（指迫害法轮功）

的在电话里说了一些国保警察不好的话，我下意识的阻止：“不要这么说他们，他们其实挺好的。”因为师父在讲法中说过：“警察也是等救的生命”（《各地讲法十二》〈二零一三年大纽约地区法会讲法〉）

也许我与那位同修家人通的电话被监听了，第二天我在单位迎来了国保警察。我放下恐慌，希望他们释放被抓的那对父女。没有人正面回应什么，但国保队长说起同修晓华的事：“她的事我们问了，案子已经上去了，我们也做不了什么，你也不要再管了。”我听出了诚恳，他们能这样回复很难得，于是我赶忙说：“谢谢！”

他们要走了，我坚持送他们，并想说更多的话，被他们几次强行阻止了。他们走的很远了，我一直站在原地目送没动，忽然，国保队长回过头来看了我一眼，转身离去了。那一刻的回身，就象一个生命在茫茫尘世的幡然醒悟，人生在世是过客，来在世间都为等大法、好回归。我知道，同修也有希望回来了。

果然不久，同修回来了。

他默默的做完，就失去了踪影

在那以后的几年里，当地的迫害形势明显减轻，因为讲真相、发材料或者其它形式被举报的同修，多是大事化小、小事化了，警察出警，并不用意迫害；有农村同修说，警察看到屋子里用布盖着的印大法书的大型机器也没动，看到师父法像也不动，贴着的对联也不忍心撕（对联的内容很好），见面也不凶巴巴，都是挺高兴的，开着玩笑。

一天傍晚，同修萍和珺刚进入租住的小院，墙头上忽然跳下很多警察，一下子抓住她们，上了背铐。可能是发资料被举报跟踪了。

有一天，师父让我看到自身的情况，以前那怨恨造下的巨大的业力已经被消的只剩下薄薄的一层，就象一个长方形的巧克力蛋糕，下面是白白的厚厚的德，来自于自己做三件事中吃苦付出的，当然主要还是师父为我巨大承受换来的。我觉的很有希望，不象以前在看不到希望的痛苦中坚持了。

三、心中有法 明辨是非

背法让我明白了法理，很多不正的事情与不正的说法，很多时候比较容易看清，让我在许多问题上不会随大流，在一些问题上，我发现周围同修认识是错的，但是却无法交流明白。这个时候我会保持沉默，但是却不会盲从，主要是心中有法，不管别的同修怎么说，我都知道，法是不变的，修炼是极其严肃的，大法弟子的标准是极其高的，这不是想当然，我觉的如果在学法上多下点功夫，就不会在这些问题上犯糊涂，因为如果不能真正认识到正法时期大法弟子的标准，就容易放松自己的精进意志。

1. 破除怕心

在中国大陆的残酷迫害下，最容易产生怕心。通过学法，我明白了这场迫害不是人对人的迫害，是旧势力对大法弟子的迫害，过程中很多是抓住了大法弟子的业力与心性上的不足。法不但让我自己明白了自己曾经被迫害的原因，也看到了一些同修被迫害的原因，法中也讲了当事人如何破除这场迫害，其他同修如何配合被迫害的同修反迫害，都有解决的办法。这些法理都破除了我的怕心，明白旧势力的安排是非常有序的，同时也明白了如何破除旧势力的安排，从而帮助增强正念，走好以后的路。

有的时候，我对某件事情想不通，很快也会想通，实在想不通，师父就会用各种方式来让我明白。这样有法对照来修，感觉修炼比较简单和轻松。

2. 厘清学人不学法的问题

当然也有过的比较难的关。有一件事，我基本上花了二十年才想明白，才走出来。我一直很奇怪，为什么在这事情上悟性如此不好，后来才知道原因。一是旧势力借我有业力为由，阻碍着我的悟性，二是我在这个问题上还是学人不学法，总去听周围同修的意见，结果就一直不能正悟。我在这种被迫害中把业力快还完了，才明白过来。

从这件事情上，我也认识到，不被人带动，遇到事情自己解决多么重要。师父要每一个大法弟子都修成自己世界的王。可是我遇到问题还是老想找别人商量，听别人意见，不愿意自己对照法来解决，其实就是在这个问题上还有漏。虽然我在很多问题上也能自己做决定，但是还是依赖心没去完，总觉的别人的说法比自己高明，总想听听别人意见，学人不学法这个毛病没有彻底解决。

在学人不学法的问题上，我经过思考，明白了一个问题。对于我来说，什么是法呢？师父讲的多少本法，这就是法。还有就是，我在学法中明白的法理，是指导我修炼的，对于我来说就是法。别人悟到的法理，对他来说是指导他修炼的，对他来说是法。如果对方把悟到的法理说给我来听，就是属个人认识。同样我悟到的法，讲给别的同修听，也属个人认识，但是对于我来说是法理。包括有的时候同修会引用很多师父的法来证明他的观点，这种情况对他来说是对的，对我来说很可能都是断章取义。

我非常费劲的终于明白这二者的区别后，困扰我多年的学人不学法的问题终于被解决了，至少主要的部份被解决了。我心中升起了非常坚定的对法的正念，遇到

相信。我写法轮大法的美好，写迫害的残酷，写象晓华这样的善良的修炼人不惧生死证实真、善、忍的美好，写中共邪党的违法和邪恶，写法轮大法金刚永驻，写在中国大地各个角落都能看到大法传单，真、善、忍在民间深深扎了根。然后我以快递的形式发出去，不放心，又拿起电话拨通国保大队，告诉对方：“转告国保队长，某某给他写了一封信，发的快递，让他签收！”

在高度的压力下，我屏住呼吸，专注的心似乎能聆听到国保大队办公室的声音，似乎能看到国保队长展开我信看的神态，时间静静的，落地的针的声音似乎都能听到，但也踏实安宁，因为在法中我做了该我做的。

从此我开启了与国保队长的正面交流：

转天，我接到另一个区警察电话，说要见我，晓华的案子牵扯到我，检察院那里过不去。律师告诉我：“看到笔录了，晓华把你说了出来了，说从你家拿的资料！”律师很失望。

有人让我躲躲。我说：“同修是被迫害的，不承认！我一点都不怪我的同修，她压力太大了。”

放下自我，营救同修，得到师父加持，我反而救了自己。后来警察来电话说不找我了，结案了。

那封信发出去之后，没有任何回音。但是若干年后我才知道，从那时开启了国保队长品性中的担当、勇气、保护良善的篇章。国保队长通过这些直接正面的接触，及中共无所不在的世界上最庞大的监控系统——监控这群修心向善的透明群体，开始累加对大法学员的好感。

一对父女学员被绑架，留下的大女儿很慌张，给每个认识的同修打电话，这也给大家造成了恐慌。没有任何防备能力的我也不知道自己的手机是不是被监控的，但不忍心看别人有难，就打过去电话问候，其家人恐惧

快到晚上时又看到副所长。我问：“怎么还不让我走？”他说：“等一会儿，今天我值班，拖到明天别人接班就不好办了。”

到晚上，副所长、一个国保警察、一个警察，三人开车带我回家。一开门，孩子直视着这些不速之客一动不动。当时家里与修炼、证实法有关的物品、书籍等都还在，没有被转移走，都在那里摆着。警察们在师父的法像前驻足看了一会儿，又在小屋里转转，这时副所长手机响了，应该是国保队长的，他好象说“没事了”。什么都没动，他们就静静的离开了。

果然不久，同修回来了

同修晓华非常善良，在法上给我很多启发，但由于几次被迫害，她神志有时恍惚，我很心疼。一天，听到她又被抓了，我非常担忧——以她的状态，在看守所那恶劣的环境里恐有性命之忧。我冒着风险与她的女儿、她的妹妹联系，奔波，但她们枉顾亲情，我真的不知如何是好。

走投无路之时，我想到了国保队长，只有他能办。我祈求师父加持，加持弟子平安去救自己的同修。我看到过明慧网上有他们的号码。为了同修安危，我放下了对自己的安全考虑，用自己的实名手机拨通了那个号。

对方是一个粗鲁的声音：“谁？！”

我礼貌的小心翼翼的自报家门：“我叫某某，是炼法轮功的，晓华被抓了，她的状态很不好，你们帮帮她！”

对方粗鲁的说：“不要再往这里打了，再往这里打就抓你！”

电话挂断了。

我没做任何思考，拿出纸笔，开始给国保队长写真

任何问题用法来衡量，加上有强大的学法基础，很多事情真的是想一想就明白了。举几个非常简单的例子：

我认识一个同修，很多方面我俩比较谈的来。这个同修被关押过很多年，出来之后对常人社会的很多事情感到比较陌生，我也是热心帮她拿主意，出各种主意，当然效果也是有好有坏。后来我用法对照了一下，才觉的不妥。师父讲要求每个大法弟子都修成独立的王和主，我这么做，其实是在挡同修修炼的路，何况这个同修出来好几年了，在社会中已经魔炼好几年了，完全可以独挡一面了。我以前很多时候也是凭着感觉走，所以觉的热心是好事，但用法来衡量，却不是好事。

再举一个例子，我刚好看到明慧网上一篇文章，意思是对伤害过自己的人要“以德报怨”，如何如何。要是在以前，我看完之后，一定会觉的这个同修做的真好。明白学法不学人之后，我想了一下，师父法中没有讲过“以德报怨”。师父讲的是不跟别人一般见识，但是心里要谢谢对方。针对干扰与迫害，师父讲的是表面要善，对背后的邪恶清除的时候要毫不客气。

我悟到，首先做到不动心。如果一味强调以德报怨，会出现一个问题，常人现在没有道德底线，可能内心会认为大法弟子软弱好欺，而产生邪念，同时还容易把大法弟子陷入情中，陷入具体事中，陷入做好人中耽误时间与精力。就是任何事情都不能做过，做过了，当时没有负效果，会对以后的修炼产生负效应。

还有方方面面，哪怕一个细小的说法，法中都会告诉我，对，还是不对。师父讲过：“你们肯定有很多问题，我想，通过学法呀，你们也都能够解决。很多具体问题，你们只要去学法，也都能解决”（《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉）

四、学法入心的殊胜体会

学法中还有几次比较让我印象深刻的感受。这几次都是在我学法很入心的时候出现的。

一次，背法很入心，每句话的表面意思我全部知道，一点不溜号，没有杂念。背完两讲之后，我坐在床上，那一瞬间，突然感觉到自己整个身体是由法构成的，人念全无。我一下子就明白了师父《转法轮》中讲的“因为那样一个世界就是法的构成体现”的一层涵义，全都是法，都是能量。

还有一段时间很精进，学法很认真，发正念时刚一立掌，突然感觉到自己整个身体变成了纯金，那种纯净的能量物质，无法用语言来形容，只是觉的：“哇，修炼真奇妙！”

还有很多很多的感受，都是在心很纯净的时候出现的。

五、学好法才能讲好真相

然后再说说讲真相。我当时采取的是电话对讲，讲真相从不会到会的过程中，靠的是师父不断的点化与鼓励，走了过来。我觉的很多同修都做的比我好。针对讲真相，我体会最深的是，讲真相是师父给的功在做。

我发现，如果上午我背法入心，因为法就是能量，就是功，直接能够清除邪恶。下午去讲真相，就有人愿意听，也有人愿意退，而且可以详细的从基本真相讲透，都有人能听。要是上午在家干别的常人的事，下午去讲真相，众生不但不听，还会表现出扭头、撇嘴或辱骂等态度。我悟到就是没有能量，解体不了邪恶，救不了众生。心不正，救不了人，我觉的那些能够坚持天天出去讲真相的同修，真是了不起。

有一次，我没有学法，直接带了一包真相材料去一个小胡同里发。第二天，听一个同修说：“不知道是谁在

以下写出几个真实可贵、为正义站台的警察！虽不能具名，但神目如电，都在宇宙中有记载，记载那深邃的篇章。

他们什么都没动，静静的离开了

我租住的小房子旁边矗立着一排二十多层楼高的大高楼。一天周六，几个同修相约去那里发真相光盘。我因消“病业”在家，便时不时的看看窗外的动静。忽然，看到一辆警车开来，警察全副武装下车，有个男人拿着光盘对警察说着什么，警察抬起头看着高楼。我意识到有人报警了，马上穿鞋往外跑。

我走高楼的楼梯，因为同修是不会乘电梯的（有监控），一层一层的找，见到同修就告诉他们把手里的资料放到角落，下楼，警察来了！我一层一层的拼命的跑，一个楼层不敢落下，等到同修都安全离开了，我也跑不动了，瘫软在地上。警察正好把我逮个正着，问我：“是炼法轮功的不？”我气喘吁吁答不上话来。

警察强行把我带到派出所，锁在老虎凳上，一个皮肤微黑、很刚直的人冲我喊：“你们闲着没事干发这个！谁做的光盘？谁发的？说！”我问：“你是谁？你叫什么名字？”他吼着说：“我叫某某，你把我登到明慧网上去！”这时我才知道这是国保队长。

我发自肺腑的回答说：“不会，做好事不会登上去的，做坏事才会。我一直想见到你，跟你好好说说这些事！”他听了我的话显然有些意外。这时外面好象有什么事，他出去了。一个当官模样的人进来，我告诉他：“我们是被迫害的！”他说：“一会儿放你走。”我问：“你说了算吗？”他说：“算，一会儿我给他们说。”他很和善。我看墙上派出所人员照片，知道他是副所长。

警察中有这样可贵的生命

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】二十年来，我在大法法理的指引下，在师父的慈悲看护、点化、加持下，见证了大法的诸多神迹，见证了佛法伟大。尤其是在邪恶迫害的时期，真、善、忍无边的法力在充分显现，神佛在选善人，越来越多的人看到大法的美好，包括一些在一线直接参与迫害大法的人，也从心里由衷感叹大法弟子的善良和道德操守，赞叹大法师父的伟大！

阳德与阴德

一些中共邪党体制内参与迫害的人，受邪党欺骗，被假新闻欺骗，把法轮功学员当“洪水猛兽”，辱骂、抓捕、虐待他们。然而，他们当中有些人，一旦接触了真实的大法弟子，接触到大法弟子的善良、纯正、美好，中共的谎言就会被捅破，他们被大法弟子的善良和道德操守感染，内心的正义被唤醒，不愿再去干那些为非作歹的事，还反过来保护蒙难的大法学员。

这些人的行为难能可贵，因为无亲无故，因为身份对立，尤其在非常残酷的迫害环境中，连大法学员的一杯水的回馈都喝不到，做了好事不能声张，没有大张旗鼓的奖状，不能在自己的同事中说谈，就是连被保护的学员本人也不能告诉，默默无闻，还要承担一定的风险，还坚持去做，真的了不起。

我想起古人说的阳德和阴德。阳德是做了好事得到了名利，得到人们的认可和感恩，这个德就回报了。阴德是做了好事不声张，没人知道，这种德才能成为转变生命根基的因素。

小胡同发真相资料了，被常人扔的满地都是，全被扔了。”我一寻思，昨天不就是我去了吗？真是惭愧，竟然损失这么多。正常会遇到扔真相材料的，但是比例不会这么大。通过这件事，我以后再讲真相就非常注意保持一个纯净的心态，而且尽量是学好法再去讲。

有一次，我法学的很好，一出门，感觉天都透了，整个世界都不一样了。我随手就递给一个小贩，他一句话没说，在繁华的大街上，马上就开始认真看起来，十分入心。法的威力真大，效果真是不一样呀！

六、学好法才能发出强大的正念

关于发正念，我的理解是，发正念就是运用师父给的功来清除邪恶，关键是能调动得了自己的功，有多强的正念，能调动多强的功，学好法最重要。学好法，人表面正念就强，表面正念强才主要，这才是调动功的关键。

我发正念时，正念强与不强自己是知道的，力量强时就是师父讲的力可劈山。正念不强时自己也知道，那种感觉就是自己用人的思想在想灭字。正念强时，基本上就是学法不溜号时才能达到。有一次学法时，一心不乱，非常集中。到了发正念的时候，我自己一立掌，立刻感受到强大的功被调动了，那种巨大的能量，跟我一起发正念的同修也感受到了，说发正念的时候，涌来强大的功，她身体都有感受到。其实这都是师父给的，就看我们用不用了。后来我慢慢的有点会了，明白了学好法是调动功的关键，发正念强的时候也多了。这种强大的功可以做很多事情，如果持续针对迫害发的话，是可以解体各种迫害的。毕竟是师父给的功，力量太大了。

现在的状态已经比起我最初的状态，真的是一个天上一个地下，各方面都发生了巨大的变化，那个体弱多

病的孩子现在已经长成了正读大学的小伙子，身体健康，很懂事。其它方面，包括经济状态、修炼的环境也发生了很大的变化。

我的体会是，学好法，修炼中什么都可以解决。我也知道有的同修学法的很好，每天量都非常大，效果非常好，三件事也做的非常好。但是她们的体会却没有写出来，跟她们相比，我其实差的太远了，跟师父的要求相比，我更是觉的不够格。写出这篇体会，希望与同修们共同精進。

学法不得法的问题

文：大陆大法弟子

【明慧网】今天学到师父在《转法轮》中讲的：“有很多人想往高层次上修炼，有这样的想法，有这样的愿望，但是修炼不得法，结果造成了很大的困难，还出现了许多问题。”以前学到这里，我一直都认为讲的是别人，练气功的人，他们没有法指导。跟我没有关系，我是学大法的，师父讲的就是高层次上的法，我不会出现这种情况，最近才明白了，其实自己也是在这方面出了问题。

回忆起快十多年前吧，因为学法不入心，为了解决这个问题，我就开始背法，最开始背法的时候明白了很多法理，也感受到自己对应的宇宙与层层身体被师父归正，印象非常深刻也很神圣。但是随着背法越来越熟，可以不用看书都能背下来之后，我发现自己又开始出现之前的情况，背的很熟，却不走脑。特别是背第一讲，因为背的太熟了，可以在不知道每句话表面意思的情况下背完，最多一个小时，比读还快。

而根据《华盛顿自由灯塔》的披露，《纽约时报》并不是唯一一家这样做的新闻机构，自二零一六年以来，中共还向《洛杉矶时报》、《芝加哥论坛报》和《华盛顿邮报》等媒体支付了总共两千万美元。当时的推特(Twitter)也收到了来自中共政府几十万美元的支票，而这种操作已经持续多年。

二零二四年以来《纽约时报》发表一系列污蔑法轮功和神韵的文章，更让其难以自证《纽约时报》不是中共大外宣计划的一部份。

历史上，对信仰的迫害从来就没有成功过。法轮功真修弟子对真、善、忍的信仰与实践，更如烈火炼就的纯金。江泽民叫嚣的“三个月消灭法轮功”彻底失败了，中共利用中国大陆所有的媒体，铺天盖地的抹黑法轮功，终归以失败结局。如今，中共在美国利用美国媒体和法律迫害法轮功，也只会再次以失败告终，因为人心需要真、善、忍，人类需要真、善、忍，这是不以中共党徒党魁们的意志为转移的。相反，执意迫害法轮功，只能加速中共的覆灭。

事情的另一面，只有中共解体、停止迫害法轮功，中国人民才能迎来充满神性、再次被神眷顾的中国，而不是天降异象、人祸连连。▲

在海外打压法轮功失败了，然后却执意要部署，在海外，尤其是在美国，加大力度打击法轮功。

海外媒体报道说，中国的这次会议制定了打击法轮功的新战略。从具体行动的方案上，定下了“一个中心、两个基本方向”。所谓的“一个中心”，就是法轮功创始人李洪志及其家人，“要直接针对”法轮功创始人。“两个基本方向”，就是舆论战和法律战。从此中共开始了在美国同时利用媒体和法律迫害法轮功的新的系列行动。

如果说，中共长期渗透美国，建立间谍情报网，收集敏感信息，这已经是公开的秘密。例如，近期美国斯坦福大学的一份独立媒体，调查出校内存在中共安插的一个“众包式”情报系统。该系统锁定从事中国议题研究的学生，收集敏感科研信息。中共已经渗透到美国的很多方面。

那么，中共收买美国媒体，利用美国媒体散布谎言，不让美国媒体报导法轮功真相，帮助中共掩盖对法轮功的迫害，就是一个不注意好象不知道，一观察其实很显而易见的重大事实。这些美国媒体包括传统媒体，也包括自媒体、社交媒体、搜索引擎，等等。

其中，美国知名媒体人塔克·卡尔森（Tucker Carlson）曾揭露《纽约时报》每月收受中共贿赂超十万美元。早在二零二一年八月的节目中，塔克·卡尔森就揭露《纽约时报》每月从中共收取超过十万美元，积极充当极权政权的宣传工具。

卡尔森指出，二零二零年夏季疫情肆虐时，读者发现该报（《纽约时报》）近十年内发表的数百篇文章突然消失。而这些文章，早已被一些聪明的读者在文章首次出现时即保存下来。这其中的每一篇都是由中国共产党提供的宣传品，伪装成新闻报道。

我身边之前还有一个同修，背的更快，四十分钟就背完一讲。我曾经问她，你背这么快能悟到法理吗？她说“悟不到”。接着她又解释了一大堆话，意思是悟不到法理也不影响她修炼之类的话。我对她说的话半信半疑，因为我对这种状态总觉的有点问题。

结果我又遭遇了很大的魔难，在师父的点化与安排下，很艰难的闯过这次魔难之后，我开始思考一个问题，我为什么老是出问题，老是跑偏，老是路走不正。自己哪里出现了问题呢？其实这几年，我间断的也在和这种学法不入心的状态抗争，但是每次捧起《转法轮》想慢点，入心的背，只能坚持短时间，然后就象刹不住闸的又快了。但是这种慢慢学，让每一句话的表面意思能够知道，这样学完之后，都会明白一些法理，也能感受到身体的变化。现在想起来，是师父用这种方式在鼓励我，让我增强信心。比如说有一次背法很认真，每句话的表面意思都知道，背完两讲之后，发现自己变成法构成的了，整个思维状态全变了，没有任何人念，这可能就是法粒子的状态吧，非常神圣，我一下子就理解了师父讲的极乐世界是法的构成体现的一层含义。

还有一次学法很认真，学完之后，发现自己身体变成了纯金。还有其它一些感受，比如发正念调动功之后，那种力可劈山的状态，都让我印象非常深刻。之后也在明慧网上看到过几篇交流文章，说的是学法入心之后的体会，让我也印象深刻。现在想起来，就是师父用各种方式在点化我。但是大部份时间，我还是被思维牵着快快快，学法就是快，快了之后，这句话的意思还没有反应过来，下句话已经出口了。

师父又借同修的口点化。有一次，在学法小组听说某同修，抄法非常认真，每一句话得念上几十遍才落笔。

这位同修又说：“没有法指导怎么修呀！”我又想了想，对照师父的讲法，觉的自己好象白学了。

后来，我在家也开始抄法，我下定决心，一定要主元神得法。抄法的时候，这句话的表面意思我必须清清楚楚的知道，否则就不写下一句。这样下来，每天都能悟到很多法理。有的时候，我看着书放在我前面，真切的感觉到这是一本天书，无比珍贵，无数的法理向我涌来，我想起师父讲过的一句话：“有的弟子说了：李洪志大师讲的句句是天机”（《转法轮》）。我以前却没有这种感觉。

我这样每天学法的时候速度很慢，但是总有一种因素让我不入心，我一直在和这种因素对抗，我要使劲集中精力才能入心，我不知道这是为什么？学了十五天之后，我又去学法小组，我谈了一下自己的学法体会。一个同修说：“你是副元神在跟你主元神抢人体修炼，你副元神太强了。”我当时一下子明白了，顿时全身感觉到震动，全身发麻，刷刷就象过电一样。我明白了，这是师父借同修的口点出了问题所在，同时在我明白的一瞬间，师父就开始给我清理这种安排。这种安排是旧势力安排，因为按照旧宇宙的理，主元神根本就修不成，所以旧势力给大法弟子下的系统中，就是安排修炼副元神的。同时我也发出强大的一念，坚决不承认这种副元神借体修炼的安排。

之后我在学法的时候，又出现过三次这种情况，就是主元神不知道背的内容，但是却没有背错，每次出现的时候，我停下来，否定这种安排，同时发正念。到晚上的时候，我正在做家务，突然脑子中返出来一个念头，估计是副元神打过来的，大意是：“之所以他要这样做，是因为他（指副元神）在背法的时候，得到了很多好处

中共利用美国媒体迫害法轮功 波澜再起

文：荣亿人（美国）

【明慧网】中共利用美国媒体迫害法轮功，始于二十六年前。一九九九年的七月，中共党魁江泽民发动了迫害法轮功的运动，不久就要把迫害从中国大陆延伸到中国大陆以外，特别是美国。

如今的中共，为了保党保权，不惜在美国利用美国媒体和美国法律，掀起迫害法轮功的新波澜。其实法轮功是佛家修炼法门，教人真、善、忍，而天灭中共是上天的选择。中共为保党而在美国加剧迫害法轮功，只能事与愿违。

当初，为了把迫害延伸到海外，江泽民带头污蔑诽谤法轮功。

一九九九年九月，在新西兰举行的APEC会议上，当时的中共国家主席江泽民做出了一个很不符合身份的举动：亲手给美国总统克林顿递上一本厚达一百五十页的英文版的反法轮功宣传品，里面充满了可怕的图片，极力诋毁抹黑法轮功，使与会的各国首脑大吃一惊。

一九九九年十月，江泽民在法国访问接受法国媒体《费加罗报》采访时，公开污蔑法轮功是X教。二零零零年九月，江在接受美国CBS电视台六十分钟主持人华莱士专访时，信口雌黄，极力污蔑法轮功，自鸣得意。

然而，尽管江泽民赤膊上阵、带头造谣诽谤法轮功，还利用中共把迫害延伸到海外，延伸到美国，然而当时中共中央政治局的常委们并没有对江泽民的迫害决定投赞成票。到了二零二二年十月的中共二十大期间，据海外媒体披露，中共最高层召开了秘密会议，并且承认，

还有一次遇到一位七十多岁的大爷，同修刚和他打招呼他立即两眼一瞪，大声说：“干什么？”A同修笑着说：“见面是缘，看您是位有福之人，想告诉您三退保平安的事，您入过党吗？”他一听就大声说：“你是法轮功，你们还在反党，不要给我说这些。”A同修说：“您看现在天灾人祸这么多，我们师父要我们把躲劫难保平安的良方告诉你们，希望您能远离灾难身心健康！爹爹看您是个善良的人，请问怎么称呼您？您贵姓？”或许是同修的善心打动了，他态度缓和了来说：“我姓杨。”气氛缓和了讲真相就水到渠成，最后这位杨爹爹同意了退党。

象这样看似很难退的人，最终在A同修坚持讲真相劝退的例子经常碰到，同修不被常人表象带动，顺着常人的执著讲真相，抱着就是要把人救了的纯净心态让我暗暗佩服。我碍于面子心，在陌生人面前常常开不了口，有时碰到不愿听的人就放弃了，错过了很多应该得救的有缘人。现在每天上午我们讲两个小时真相，三退人数有时多达三十人，少的也有十多人，只要走出去就会有人三退。我悟到能做救人的事是师父在成全着我们，没有师父的保护和加持，我们自己的生命都保障不了，何谈救世人，现在的每一天都是师父用巨大付出为弟子们延续来的，在即将法正人间的最后时刻，唯有精進修炼多救人。

结语

在修炼路上磕磕绊绊走到现在，感恩师父在我多次遇到危险和过关时的慈悲保护和点化！我知道与修的好的大法弟子相比差的很远，还有很多人心执著没有修去，以后我会严格要求自己，努力在法中精進，兑现来世的誓约。▲

和好东西，所以才这样做的。”然后我针对副元神说：“大法是主元神修炼，我是主体，你是护法，你要是抢我人体修炼，我修不成，你也白修。而且你抢我人体背法，就算得到了再好的东西，我要是修不成，你也得毁。而且你看到的不一定是真相，有可能是旧势力让你看到的假相，因为你的层次也是有限的。如果你还要干扰，我就必须发正念清理了。”

从那以后，干扰我学法入心的那种强大的干扰因素没有了，我可以在走路，坐车的时候背法，也可以知道每句话的表面意思了。我明白了，之前我学法对抗的因素就是副元神在干扰。当然，我有的时候还是会不知道学的啥，但是和之前那种很大的干扰不能相提并论，这种可能是思想业力或者观念干扰造成的，学法中我明白了很多法理，也知道了自己存在的很多问题，这些问题，师父一个一个的给我点开，让我明白，就象牵着小孩学步一样，每一步都会告诉你怎么走。

修炼是有法来指导的，如果修炼中看不到法理，一定有问题。记的师父在《二零零三年元宵节讲法》讲过：“大家知道，我有一亿大法徒，每个弟子都由我主体亲自的告诉你们怎么修、看着你们，你们每个人遇到的问题都来直接问我，你们每个人的功的演化、你们世界的圆满、你们的消业，你们的一切一切都由我这个主体来做，大家想一想，这是做不到的，因为还没有法正人间清除最后的障碍之前，这是不行的。那么多学员又见不到我怎么修炼？有法在，因此我才告诉你们要以法为师，这是根本目地。我还告诉你们，这部法他有多大的力量，我把我的巨大的能力呀，容进了这部法中，所以这部法什么都能给你们做的了。”

我个人理解到的是，师父带弟子修炼，每一步师父

会告诉弟子怎么做。遇到问题弟子可以问师父。现在由于旧势力干扰，师父主体不能这样做，师父通过法来告诉弟子怎么做。所以每一步，其实就是每提高一个层次，用法来指导就极其关键。

禅宗就是不承认有法，不承认有法来指导，从一祖到六祖，之后就不行了。如果大法弟子学法不得法，后果就非常严重，想想禅宗的教训就知道了。

这短短的不到一个月时间，我看到了自己的很多问题，其实是法点给我的。每个同修所在的层次都是不一样的，是用不同的法来指导修炼。很多人问题就出在这里了，因为看不到法理，所以向外求，用别人所在层次的法来指导自己修炼。还有的同修看到了法理，却去指导别人修炼，忘记了自己看到的法理只是自己所在层次的，只能对自己有指导作用。比如打着帮助同修的名义去交流、帮助，这是很多协调人参与乱法的原因所在。还有小范围的相互干扰。我之前身边有个同修，每次遇到矛盾都来问我，我也一直告诉她怎么做，最后她还是离世了。现在想来，我们其实就是相互干扰——遇到问题不能自己从法中找答案，而是去找同修解决，这本身就是问题，不是以“比学比修”为原则的交流。从别人的理悟和实修中看到自己的不足，然后对照法去提高自己，才是“比学比修”，才是正常的交流。

师父说：“你们讨他们的说法当法用，这是不是在乱法？也是在叫师父家人对大法犯罪。”（《精进要旨三》〈什么叫助师正法〉）我认识到，如果学法能够入心的话，每一步都会从法中找到答案，很多问题都会避免。

师父在《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉讲过：“你们肯定有很多问题，我想，通过学法呀，你们也都能够解决。很多具体问题，你们只要去学法，也都能解决。”

真正的学法得法，而不是象完成任务一样的抄法。我打算今年再抄一遍《转法轮》，这次抄法我不能再象往年那样有抄错的现象，必须每字每句都完整无误的对照书本抄，如果发现抄错就重抄，真正做到虔诚的敬师敬法，这是一个修炼二十七年的大法弟子应该做到的。

讲真相劝三退

以前讲真相时，我都是独自外出发资料。师父的经文《醒醒》发表后，我感到救度世人时间的紧迫，从去年开始我开始配合同修面对面讲真相救人。今年我和同修A配合早上出去讲真相，我每天上午八点到她家，然后带上她上路讲真相。A同修讲真相已有十几年的时间，在师父的加持下，她讲真相很有经验，不管男女老幼，见人就打声招呼，如大哥、大姐、爹爹、婆婆，就象遇到亲人一样，首先拉近和人的距离，然后再聊几句家常，三言两语就聊到了三退保平安的话题上，接下来三退就顺理成章。A同修的劝退率很高，我和她配合较默契，看到前面路上有人行走，我赶紧把车停下，她立即下车小跑到路人跟前很自然的就聊上了，我边骑车边发正念，等她劝退完后我就赶紧写三退名单。遇到想看资料的人就拿出《为什么会有人类》和小册子给他们，不愿要的人也不勉强，只要他三退了就行。每天只要走出去，师父就会安排有缘人到我们身边。

有一次我们在路边看到一个老婆婆站着，A同修连忙下车和老人打招呼，一问才知道她已经八十多岁了，今天是准备去拿养老金的，由于身体有病，好久都没有出来了。今天一出来就碰到了我们，她非常高兴的三退了，还一个劲儿的谢谢A同修给她的护身符！有时听真相的人好象就等着你救他一样，只三言两语就爽快的退出了。

“向内找”，A同修就责备我不该向着B同修，我当时就回了一句：“你不要把你们的矛盾推给我。”过后我向内找，发现是我有颗不愿人说的的心，也是只想听好话，说自己不好就不高兴，这不是颗人心吗？我要修去这些隐蔽很深的人心执著。现在我不再执著同修的执著，就看同修好的一面。能跟随师父修到现在的弟子都是了不起的，我们能聚在一起都是无比珍贵的缘份，善待身边的每一个同修共同圆容师父所要的，在此感谢同修对我的帮助，我想也是师父借同修的嘴点化我。

抄法体会

最近我看到同修们都在抄《转法轮》，有的七、八十岁的老年同修虽然没读几年书，但抄法抄得很认真，字迹非常工整，而且每一页都和书上的字排的一点不差。我找到了自己和同修间的差距。我从二零一九年开始抄法，每年抄一遍《转法轮》，到去年年底抄了五遍。虽然抄的过程中有时能领会到法的内涵，但也暴露出我的人心和执著。今年到学法小组校对了两本手抄《转法轮》，每本都有错字和漏行和多行的现象，而且有的字写的很不工整。这反映出我修炼状态，当我三件事都能做的好时，字迹写的较工整。当我的安逸心出来时，学法发正念被困魔干扰时，字写的就不工整。

从抄法这件事，我找到自己的不足，没有做到敬师敬法，抄法时没有全神贯注，思想有时不是开小差就是被困魔干扰，这都是安逸心和急躁心的表现。现在我悟到不能为了抄法而抄法，抄法是为了加深理解法的内涵。师父为了挽救天宇众生把这么珍贵的宇宙大法传给我们，我们作为师父的亲传弟子，应该用十分虔诚的心对待法，把法溶进思想中，遇事用法对照，修去人的观念和执著，

要想不走偏，遇到问题就是自己解决，学法中看师父如何点化，这样才能不入邪道。

再举个例子，之前有个同修写了一篇文章，说很多人学法不知道学的什么意思，他举了一个例子，问同修“决定天目层次的三个因素是什么？”不瞒大家，我看到这篇文章的时候，那个时候我也是学法不走心的时候。我费劲想了半天，想出来两个因素，第三个因素不知道，想不出来。我还纳闷呢：“我学法咋学的呢，这个怎么也不知道，对号入座这说的是我啊？师父讲明的怎么好多都不知道，奇怪！”

之后半个月，我学法入心了，正好又是背的“关于天目的问题”，背法的时候，我要求自己每一句话的表面意思必须知道。我再次背完这一小节之后，明白了很多东西。什么叫开天目？影响天目层次的三个因素，人怎么看东西，天目怎么看东西，世间法天目的层次，出世间法天目层次等等等等。师父都写的明明白白的，可以前就象没有看着。还是借刚才天目问题举例子说，以前每次说起天目，我总是想起《西游记》里的二郎神，觉的天目就是在前额那个部位有一只竖着的眼睛，只不过修炼人是在另外空间前额有一只竖着的眼睛，这只眼睛就是师父给下的天目，然后我们看东西就用它看。现在知道我是用《西游记》的故事在联想，法中显现给我的是开天目是指的松果体到前额打出一条通道，让松果体直接通过通道向外看，当然这是世间法的一般情况。以前真是学法不入心，想象着在理解法！

我这种情况还很多，现在都是在一个一个的被师父归正。而且我还发现，如果真的能够看到法理，坚持按照法的要求做，守住心性，去掉执著，没有想象中那么难，因为背后有法的内涵在起作用。

下面几篇明慧网交流文章，都提到了学法要入心，主元神修炼的问题，同修们可以参考着看一下，对学法还不能集中精力的同修，可能起到一个提醒的作用。《清清楚楚的背法——让全身心装满大法》，《“愚者千虑必有一得”》，《问问自己严肃对待修炼了吗？》。

个人体会，层次有限，不足之处请同修指正。

走过生死劫后的反思

文：湖南大法弟子

【明慧网】我是一九九七年与大法接上圣缘的。修炼不久后，我所患的胆痛、手心、脚心发烧、风湿痛和月子里得的下身奇痒等顽疾都不治而愈。我心情特别愉悦，走路轻飘飘的，身心都得到了净化。我明白了人来世上的目的地是返本归真。随后，丈夫和几岁的女儿也相继得法，全家人沐浴在法轮大法的法光中！

一九九九年七月中共迫害法轮功后，在腥风血雨中，丈夫放弃了，女儿也放弃了，我因为坚持信仰，曾多次被骚扰、被绑架和被非法劳教，但我一直很坚定。

二零零九年，我从劳教所回家后，丈夫和女儿出于对邪恶的恐惧，都想让我放弃大法，我仍然义无反顾的坚守真、善、忍的信仰。但因我悟性差，对法理解浮于表面；又加之生性懦弱、情重，怕丈夫、怕女儿，一味的忍受，家庭环境没有归正过来。所以在学法、发正念、讲真相方面做的不尽如人意。

二零二四年十月，我从一百三十斤瘦到了九十多斤，家人强行把我送进了医院，检查结果是胰腺癌晚期，当地医院拒治。家人把我送进了上海专治此病的医院。因

当我在法上认识、改变人的观念后，就主动去关心他，家里的事我尽量的都安排做好，当他有时不高兴发脾气时，我不再与他争辩，只是默默的清除他背后的邪灵因素，渐渐的丈夫不再对我无故发火了，还常常主动帮我做些家务，有时还关心我叫我别累着，脸上也有了笑容，同修们到我家来他也不赶了，还笑着打招呼。

前两年有同修被邪党迫害离世，他还开车把我们几个同修送到省监狱去陪家属了解真相。现在丈夫常常在亲友面前夸我好，公爹年前年后住院几次动手术我都细心的照顾，老人家也常在别人面前夸我是孝顺的儿媳妇。虽然丈夫暂时还不愿退党，但已经改变了很多，我想随着我修炼的提高他终究会得救的。现在我悟到家里的环境是我们修炼状态的真实反映，以前用人心对待他们，还常常在同修面前抱怨家庭环境不好，当跳出人的认识，在法理上升华上来后，才知道我们的家人都是来帮我们修炼提高的，师父的安排都是最好的。

在矛盾中修心性

经过了十多年的家庭魔难后，我才知道怎么样去修自己，真正站在法上认识。不再用人心看待矛盾表面的是非对错，无条件的向内修，找出自己的执著心——争斗心和妒嫉心，还有怨恨心，这是矛盾产生的根本原因。我悟到这些不好的观念和人心在另外空间都是物质，当我抑制它想修去它的时候，师父就帮我把这些不好的物质拿掉了。我悟到师父在《转法轮》中讲的“心性多高功多高”的内涵，当心性提高后矛盾也就不存在了，有了矛盾一定是有人心执著暴露出来了，否则遇到什么事都不动心就不会有矛盾了。

有一次A同修和B同修发生了矛盾，我在一旁说了句

但你的心不在这个家，你就是个保姆，你心里只有法轮功。”我说：“法轮功教人做好人，我正因为修了大法才为这个家无怨无恨的付出，侍候老的和小的，还每天为你烧一桌菜给你下酒，你还有啥不满意，你是身在福中不知福。”他说：“你一天到晚就是想着你的法轮功，你就是想要别人说你法轮功好才做的这些。”

我一下愣住了，想想他说出这样的话，难道真的是我有问题？扪心自问，我好像是有这个想要别人说我炼功做好了的心。我找到了这个有求之心，我做好是为了让人说大法好，而不是发自内心的主动同化这个法，用真、善、忍的法理来要求自己，处处为别人着想。我开始反省自己一言一行，确实我每天忙忙碌碌的赶紧把家里的事做完，然后就有时间做我的三件事。晚上从自家小卖部回到家，我看书，他看手机，很少有语言沟通，我也没有主动的去关心他，因此讲真相他也不听。

我找到了自己那颗很强的执著心——执著自我的心，还有怨恨心、争斗心、妒嫉心等，还经常把自己和常人比，觉的人家都比我过的好，一直以来我总认为是丈夫的错，我修大法他不应该干扰我，是他无理取闹。有时用师父的法理对照，觉的他是在帮我消业，提高我的心性，从来没有认真向内找是不是自己有什么执著心才造成他对我这样的。

当我转变观念向内修自己的时候，我发现丈夫其实有很多优点，他待人诚恳吃苦耐劳，单位的领导和职工都对他评价很高。我修大法受迫害的那些年，他也承受了很多，家里家外都是他在打理，女儿也是他照顾。对我，他也不离不弃，虽然他不做家务，但总是为这个家挣钱，他对我不好也是在帮我消业，提高心性，我应该感谢他才对，怎么每次都要争几句人的理呢？

我的血型是万分之一的熊猫血型，极其罕见。上海医院给我做了九个小时的手术：将我的十二指肠、胆全部切除；胰脏、胃切除一半；大肠切除三分之一；这些器官周边的管道、淋巴全部切除。这些都是后来我大姐（同修）从医生与丈夫、女儿的谈话录音中知道后告诉我的。当时大部份家人把我和大姐同修孤立开了。

从此，我吃什么拉什么，肚子象烧开水一样沸腾，一天拉大便二十来次。一个月后，我又被家人送到本地医院开始做化疗，我的头发全部掉光，新发全是白的；人瘦的皮包骨，牙龈都包不住牙根，脸上满是皱纹，全身疼痛，痛到骨头缝里去了，非常痛苦。

从法中我明白真修弟子没有病，这次病业假相是旧势力钻了我平时没修好的，没意识到的，没做到真修的漏洞的空子，想毁掉我对师父的正信、修炼的意志，从而达到毁我肉身的目地，我决不承认。在被强行送到医院和手术中我一直在求师父加持我，我不承认邪恶强加的迫害，只要师父的安排。九小时手术后只在重症监护室住了一晚，在疼痛、冷的彻骨的情况下，我也是一直不停的念“法轮大法好，真善忍好”，清醒时就背法。第二天我就开始炼第五套功法三十分钟，醒着时就听法。手术后只有五天就出院了，等到四天复检后，线都没拆，就坐火车回家。在上海火车上，我还受到警察骚扰。旧势力就是想要拖走我的肉身，毁掉对我寄予无限希望的众生。

回家后，我就五套功法一步到位，不管多难，多痛，上厕所多少次，我都坚持把功炼完，有时一天炼两次功。学法抓的更紧了，虽然记忆力变的很差，我就反复学、背、抄法，对照法向内找，希望自己尽快归正一切不正的，正念正行迎头赶上来，弥补损失，证实大法的美好。

我虽然对法很坚定，很能吃苦，但悟性却很差。后来我通过学法、背法、向内找，找到了下面这些执著：

首先，我得法前认为人活在世上有什么意义？生老病死的，很苦很无奈。喜得大法后，我觉的大法可以解决轮回的问题，一世就可以修成，多好，到哪去找这么好的大法？我要一修到底，跟师父回家。当时这个想法是建立在为私为我的基点上的，是为了个人解脱，不是正法修炼的基点，正法修炼的基点是为他的，是要修成无私无我的正觉的。这是一个根本的执著。

其次，执著看电影电视连续剧。有时学法不入心，看不到法的内涵时，也很苦恼。看不进时就想看电视连续剧，此时女儿就会喊我看。开始我也能控制自己或拒绝，或只看一会儿，随着执著心的放大，就上瘾了，直到把几十集连续剧看完。看了电视连续剧后，我打坐、炼功、发正念、学法，脑袋里都是那些剧情，镜头在翻腾，浮想联翩的，脑袋就象灌了铅一样，学法就更得不到法了，而且好睡。自己又开始后悔，恨自己不争气、不精进，干扰了修炼。又强制自己不看。过一段时间之后，又忍不住要看，明知故犯，这样反反复复的看了两、三年。

我对丈夫的情也很重，有时还喜欢和他一起出去游山玩水。丈夫的职业是开车的，他特别喜欢开车出去玩，他也喜欢能有人陪他，他很想夫唱妻随，很想过常人的幸福生活。开始时我也拒绝，时间长了，我又怕他不高兴，而且自己也有一颗向往美好生活的心，也想放松放松自己，安逸安逸，所以半推半就的出去玩去了。修炼状态好的时候又后悔，也就这样反复着。

利益心也较重。下岗（失业）后，我就在自己杂物间开了一个小店，整天守在店子里十几个小时。虽然也做一些讲真相、用真相币的事，对人很善良，很替别人

改变人的观念 实修自己

文：湖北大法弟子

【明慧网】我在大法中修炼已经二十七年了，但直到最近十年我才认识到怎样真正实修自己。近十年时间我的修炼状态有了本质的改变，不再固守人的观念，能从内心找到自己的根本执著，遇事知道用法理衡量，这每一步的升华和提高都离不开师父的点悟和法理的指导！现在讲出我的点滴修炼体会，向师父汇报，与同修们交流，有不在法上的地方请同修慈悲指正。

丈夫的转变

从一九九七年到二零一四年，这段时间我一直处在家庭魔难中，因为丈夫反对我修炼，我一直在过家庭关。由于没有真正实修自己，那些年修的很苦很累。虽然每天做着三件事，但家庭环境没改变，每天回到家中，丈夫总是给我脸色看，有时生气了不是打就是骂，还说我是个活死人。

有天我从外面回来，他咒骂我：“你回来做什么？你怎么不被车撞死？”听到这些我也没生气，只是心里感到很苦恼委屈。每次我做完大法的事回来他就不高兴，虽然家里的事都是我一个人做，包括做饭、洗衣、照顾公婆和打理生意，常常忙的两脚不沾地，他不但不帮忙，反而还挑三拣四不领情。我有时守不住心性就说：“我如果不炼法轮功早就跟你离婚了，真是受气受够了。别人象我这个年纪的哪个不是吃喝玩乐，谁象我这么辛苦几十年，到头来还落不了个好。”心里老是委屈的不行，觉的他是无理取闹。

直到二零一四的一天，有一次他又对我发脾气，我就问他：“我家里的事都做了，炼功也是利用我的休息时间，你为啥生气？”他说：“是的，你是把家里的事都做了，

中共对大法弟子的迫害从未放松，其监控手段愈发精密，大法弟子需要保持高度的安全意识。

前几天明慧发表一篇文章，请大家重温《由自媒体推荐的VPN安全隐患》一文，提到V2如果是许多互相不常见面的人直接拷贝同一个配置，那么必然会用到特务控制的服务器，或者只要其中一人被发现，中共就可从网络上探测到所有其他相关用户从而造成所有用户的不安全。在这点上，potato翻墙有完全同样的问题。

明慧不可能一一点名所有软件。凡是需要配置一个服务器的翻墙方式，都存在这个问题。

为此，我们应立即行动，彻底停止使用“potato”和“68即时聊天软件”（包括手机和电脑版本），注销账号、删除相关群组，弃用关联的实名手机号，避免留下任何隐患。

同时，请加强学法，保持正念，学习安全的通讯方式，如加密工具或匿名渠道，并在讲真相中更加灵活智慧。

着想，很肯帮助别人，想让人们从我的为人处世上明白大法好，但不能象精進的同修那样做好三件事，把自己的利益看重了。

再次是色欲心、爱漂亮的心、安逸心没去、主意识不强。借口人太胖了，难突破打坐时间，减肥后，打坐就会轻松些，穿衣服也好看。这次的病业假相魔难表面原因就是因为这些执著心引起的，实际是“人心勾的鬼上门”（《精進要旨三》〈警醒〉）。

二零二四年八月份，女儿说她们单位有一个同事减肥瘦了一、二十斤，让我和她一起来减肥。女儿的提议正符合了这些执著。每天早晨她来搭配早餐：一个鸡蛋或一根玉米。她没准备时我就吃平常的饮食，晚上不吃晚饭，喝点牛奶或吃点水果。到十月份体重减了三十多斤，有时一天瘦一、两斤。此时我才反应过来，到大姐家，准备好好的反省自己，调整自己，归正自己。但已来不及了。另外空间的邪恶已经下狠手了。血糖升到三十几，第二天，六个亲人到大姐家劝我，丈夫、女儿声泪俱下，求我去医院。我还天真的想：让我的检查结果一切正常，他们就不会让我就医了。就是这一念之差，检查出的是不治之症，本地医院拒治，说什么只能活多长时间了。才出现了马上去上海动手术的那种不应该出现的结果。

这次病业假相的迫害使我看到了修炼的严肃：我之所以差一点被旧势力拖走肉身，就是自己没能严肃的对待修炼；没有珍惜千年不遇、万年不遇的修炼机缘；没有把个人修炼与正法修炼的基点摆正；没有做到百分之百的信师信法。事到如今，我非常自责、悔恨，恨自己对不起师父的慈悲救度，恨自己对不起对我寄予无限希望的众生！恨自己辜负了大法弟子神圣的称号！

通过这次魔难，我找到自己诸多的人心、人念、人情，

这都是旧势力的安排和干扰，我要加大力度发正念清除它们、解体它们。不但要做到在思想上清醒、理智，在行为上也要坚定、实修。从今以后，我要按照师父的要求从新做好，走正走好以后的路，不放纵，不放任，珍惜师父给我的再次重生的机会。

我把自己的经历写出来，希望同修们能吸取我的教训：重视走正走好最后的路，不要走弯路，在一思一念上修自己，严格按大法的标准做个合格的修炼人，做好我们应该做好的三件事，不辜负师父的慈悲救度，不辜负众生对我们的殷切期盼！

我一定会记住这生死劫的教训，多学法，多发正念，多救人，归正一切不正的，做好三件事，兑现誓约，跟师父回到天国的家园。

如有不在法上的地方，请同修慈悲指正。

请重视明慧网上的安全提醒 停止使用有隐患的通讯软件

文：大陆大法弟子

【明慧网】近日，关于大陆同修因使用“potato”软件被中共绑架的信息，令人痛心，更敲响了安全警钟。

明慧网已经多次发布大陆同修在网上使用通讯软件的安全警示：二零二二年五月十六日发布的文章明确指出，“68即时聊天软件”因其为大陆开发的“钓鱼”软件，存在严重安全隐患，已导致多位同修在二零二二年四月前后被抄家、传唤或绑架。而近期，有同修因使用“potato”软件讲真相，也接连遭到绑架，加上前期东北等多地同修的类似遭遇进一步印证了这一问题的严重性。这些事件提醒我们，在大陆高压迫害环境下，选择安全的通讯工具至关重要，不能忽视明慧网上的提醒，以免给同修和讲真相工作带来不可挽回的损失。

“68即时聊天软件”和“potato”看似方便，无需翻墙，可建群交流或讲真相，但其背后隐藏着巨大风险，不论是因软件本身的技术漏洞，还是因被中共国安刻意利用。二零二二年的“68即时聊天软件”事件中，同修因使用实名手机号注册，被派出所锁定，甚至连电脑版因暴露IP也未能幸免。而近期“potato”引发的绑架案例表明，类似问题并未因时间推移而消失，任何未经验证的通讯工具都存在隐患。

明慧网上发表的警示文章基于事实和同修的切身经历，同修们不要抱着侥幸心理，轻信所谓“方便”的工具，那可能导致使用者的安全受威胁、项目受损。