



图：三月二日，法轮功学员应邀在印度的那格浦尔（Nagpur）市政府牙科学院为学生们介绍法轮大法。这所著名的政府牙科学院是印度、也是亚洲最大的政府医学院校园。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5047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：427,323,375

•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

来洪志 甲申年十二月二十七日

在完成使命中提高心性 在正法修炼中修成新宇宙正觉

第1166期（二零二四年三月十五日）

www.minghui.org



图：美国纽约市近千名法轮功学员三月三日在华人社区布鲁克林游行，庆祝四亿两千万中国人退出中共党、团、队。

本期内容提要

【编辑部】二零二四年世界法轮大法日征稿通知（更新）

【海外】中共的死亡面包车

【大陆】派出所警察关注明慧网 人心变

目 录

◆明慧编辑部

二零二四年世界法轮大法日征稿通知（更新）..... 3

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报 5
中共的死亡面包车 8

◆大陆综合

派出所警察关注明慧网 人心变 10
中国大陆学员近期遭迫害案例选登 11

◆修炼园地

也谈老化现象 13
找到了隐藏的有求之心 16
修炼人心底的执著 18
给明慧网投稿的体会 20
也谈突破网络封锁 22
层层去怕心 修炼路上快步追 25
一次向内找的体会 29
八旬老妇修己利他 耳目清明眼不花 30
远洋轮船船长：多次遇险情 师尊救命 34
践行真善忍 学生变化大 37
对“学法”涵义的一些体悟 40
两种不同的选择 42

这两个大法弟子不同的选择带来截然不同的结果。哪一种做法是真正为自己的家人负责、为众生负责呢？

表面上看，A同修因为不签名导致孙子没能当上兵，好象是件坏事，B同修配合签名孙子当上兵了，好象是件好事，但实际上并不是这么回事。

B同修只是用常人的观点看，或者陷在人情中看，没有站在法上看，看不到事情的本质，就不容易摆正这个关系，配合村委干了不该干的事儿了，在这件事情中所牵扯到的人（家人、村委等）可能因为这件污蔑大法的事情而要承担自己所做的，再想得救就有点难。对于B同修自己来说，虽然她又到明慧网上声明自己的签名作废了，但还是说明自己没能识破旧势力的安排，被其利用了一把，给自己的修炼抹黑了，没能真正为众生负责。

A同修站在法上看，当兵和不当兵不是邪党的流氓政策所能决定的，是更高级的生命所安排的，那么谁打乱了，谁就得承担后果。还有失与得的理在衡量着一切，A同修的孙子被强迫失去当兵的机会，不失者不得，就一定会得到补偿。所以A同修不签名是真正的为家人负责，为村委负责。这样他们就不会因欺骗而被利用来干坏事了。

通过两个同修不同的选择我看到了，宇宙是有法在的，但是宇宙众生不知道，不知道就容易干坏事，也就是偏离了法。我也明白了为什么旧宇宙会偏离了法。不管众生选择什么，法是不变的，法在衡量着一切。一个生命能选择摆正与正法的关系才能有未来，选择同化大法才是正道。而背离法的旧宇宙的生命很难自己做出正确的选择，所以大法弟子选择如何证实大法非常重要，这是众生得救的希望。▲

【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”。】

两种不同的选择

文：大陆大法弟子

【明慧网】在末劫时期里，阴阳反背的天象变化下，把正的说成是邪的，把好的说成是不好的，在社会现实的诱惑下，在亲情的笼罩中，大法弟子如何选择，走正自己的路很重要。

一个村有两位老年大法弟子，她们的孙子都够当兵的条件了，也都被选上了，但也都面对一个所谓“政治”问题，就是家里不能有炼法轮功的。村委就找到这两位大法弟子，告诉她们得写不炼功的“保证书”，孙子才能去当兵。

面对这个无理的要求，怎么办呢？A同修想起师父的法：“当一个人降生的时候，在一个特定空间当中都有他一生存在的形式，也就是说，他生命到了哪一部份，该干什么，那里边都有。谁安排他的一生啊？很显然，就是更高级的生命做的这件事情。”（《转法轮》）

她明白了自己应该怎么对待这件事情，就跟村委的人说：“人一出生，他的命运早就安排好了的，如果我孙子的命运中应该去当兵的话，谁要不让他去当兵，得给他多大的德呀？我们家的孙子非要去当兵吗？要是你们非得不让他去当兵的话，那么我孙子将来就当大官、发大财。”她坚决不签名，结果她孙子就没能去当兵。

B同修呢，为了不影响孙子当兵，就赶紧配合村委签名，保证不学不炼了，结果她孙子就去当了兵。

A同修的孙子虽然没当上兵，但后来孙子家真的是发大财了。孙子开大货车拉货一个月能挣一万多元，孙子媳妇和婆婆在大街上摆摊卖小吃的，一个月能挣二~三万元。

B同修的孙子当了两年兵后回来，什么也不是，技术也没有学到，什么本事也没有。回到村里当农民。

二零二四年世界法轮大法日征稿通知(更新)

【明慧网】

各位同修，大家好！

二零二四年的“五·一三”征文从即日起开始。

今年的“五·一三”是第二十五届世界法轮大法日。这个节日对我们大法弟子的人生意味着什么，对世人意味着什么，相信经过了二三十年修炼的我们，认识已经远比得法之初深刻；相信得法一二十年的海内外同修，也在修炼的路上经历了从表面到深层的变化；相信得法再晚的同修，也不同程度的体会到了法的珍贵与殊胜。写出来与世人分享吧，与更多人一起见证这个人神同在的历史时刻，帮更多人找到他们的天赐洪福。人身难得，生活在这样的时刻，不分年龄、种族、职业、国界，每个人都可以修善积德、提升个人内在品质，从而实现生命存在的真实意义。

征文以文字为主，但不限于文章。文章、故事、诗歌、音乐、绘画、摄影等作品，只要符合与同修与世人同庆“五·一三”的主题，均可入围。欢迎所有大法弟子和学员积极参与。

投稿要求：

(1) 使用投稿平台：<https://www.minghui.org/mh/contact-us.html>，选择“明慧网征文”。

(2) 填写作者真实姓名（大陆学员出于安全起见可用化名）、居住国家和城市及联系邮箱。[*大陆学员可用明慧站内信箱，忌用大陆域名的电子信箱；海外学员请一律用海外电子信箱，不要用站内信箱。]

(3) 文化类作品，请提供专业规格。

收稿截止日期：

二零二四年四月十五日。

入选稿件、作品除了在明慧网上陆续发表，还可能被明慧期刊、明慧广播、明慧书籍选用，与更多有缘人分享，为人类增加福祉。

明慧编辑部

二零二四年二月二十五日 ▲

法会讲法》)。师父连说四个“学法”，我才知道自己根本上是没有正悟出学法的真正涵义。

师父说：“只要看大法你就在变，只要看大法你就在提高”（《精进要旨》〈溶于法中〉）。

因为我看不见怎么变的，所以人的观念一上来，就忘了师父讲的不让挑着看法的话了；因为没看见怎么变，所以学法时也经常达不到学法应有的状态，这也是被现有很多变异观念障碍学法得法的一个重要原因。因为有观念，在学法上有其它的想法，这就对学法的真正意义上大打了折扣。感恩师父让我明白了这层法理。

这么多年来年年看神韵晚会，但是今年看完后才知道自己以前看神韵只是感受和视觉上的一种喜爱，有点象外行看热闹的状态。今年看神韵则大不相同，我从内心看懂了这是在展现传统文化，从服饰到动作及故事叙说，我感受到了现代人的变异及丑陋。在看儒生那个节目时，看到古时神在引领着人，现代人是被魔鬼引领着，一种感伤涌上心头。还悟到历史演绎的那些忠奸善恶，是为了今天。

感恩师父，也感谢那位同修的交流，因为看了那篇文章，我才用至诚的心、正确的想法来看神韵，也肯定有其它因素，今年看神韵让我领悟了很多。

一点认识，不足之处请指正。

大法的美好真相讲给他听，明白了真相后，他退出了少先队，从自己的书包里掏出红领巾扔进附近的水坑里。从那时起，孩子就逐渐的慢慢的变的聪明些了。孩子的母亲高兴的说，他可愿意到你这来了。我顺便讲了真相，她高兴的做了三退。她告诉我，疫情期间，我们家里两个大人都阳了，只有孩子没阳。

以上列举的超常例子，人是很难做到的，一切归功于大法。

对“学法”涵义的一些体悟

文：大陆大法弟子

【明慧网】有一天，我去同修家，想跟同修一起背法，就拿了本《洪吟六》。原本自己有种想法，觉的大部份诗词都是说的现代观念行为、无神论、进化论，就想挑着背几首。和同修一起背法时，虽然有上述想法，但毕竟是师父的讲法，理性上还是让自己一首一首挨着背。

中途同修离开了一会儿，我自己背，我忽然想起了明慧网登载的《一名英国学员在神韵演出现场看到的》那篇文章，就想：常人看神韵是那样壮观的景象，大法弟子读法时会是什么样呢？

我正瞎猜乱想时，忽然悟到，背《洪吟六》那不是师父在给弟子清理各种现代观念行为、无神论、进化论、红魔毒素及变异观念吗？觉的自己知道了什么是党文化，就能把党文化、变异观念、现代观念行为等都去掉吗？不可能的，因为去掉这些不好的东西的是法，不学法师父怎么给我去除呢？我一下子想起师父说的：“我告诉大家多学法、学法、学法、学法呀”（《各地讲法四》〈二零零四年芝加哥

海外学员正法修炼活动简报

三月三日，近千名法轮功学员在**美国**纽约市的第三大华人社区布鲁克林八大道上游行，庆祝四亿两千万中国人退出中共党、团、队，同时向当地民众传递法轮大法的福音。来美两个月的吴先生说：“看到横幅上写的回归传统，人类才有出路，深感共鸣。中共操控着所有国家资源，破坏了传统，更是硬生生的断了中国人的生路。”

陈先生是一位老年广东移民，他说，他了解中共的历史和专制，共产党会用暴力镇压任何反对声音。他说道：“为什么有这么多人选择背井离乡？如果共产党真的好，就不会有这么多人逃离中国。如果中国真的发展的好的、自由，那个个都会回去。所以，现实并不是共产党吹的那样。”他说：“我支持法轮功，我希望他们能够继续坚持。真、善、忍很对，千秋万代都对。”

二月二十四日、二十五日，**美国**佛罗里达州法轮功学员受邀参加了在杰克逊维尔（Jacksonville）举办的一年一度的“世界各国庆祝节”。看到学员炼舒缓祥和的五套功法时，许多人都想当场学功。乌克兰娅（Ukrainia）女士居住在圣奥古斯丁（St. Augustine），她高兴的对学员说：“我终于找到你们了！我曾经炼过（法轮功），感觉非常棒，从那以后一直在寻找你们！”

美国加州首府沙加缅度以北四十英里的小城马里斯维尔（Marysville）三月九日、十日举行第144届“北溪庙会”（Bok Kai Festival），当地法轮功学员受邀参加。身着金色炼功服的法轮功学员炼功队特别耀眼，成了游行中的一个亮点。很多人伸手拿取介绍法轮功的资料；也有的观众模仿学员的炼功动作。一位华人走上来就想学功，还多拿几张介绍大法的资料给朋友。他表示

了解法轮功遭迫害的真相，说：“我都知道。我经常看你们的媒体节目。”

三月八日至十日，**加拿大**多伦多法轮功学员应邀参加超自然科学展（The Meta Expo）及宝石博览会（The Gem Expo），展出了中英文及其它文种的《转法轮》书籍、明慧国际杂志和法轮功功法的介绍资料。来展位了解功法的观众纷纷现场学炼了五套功法，亲身感受了炼功带来的身体变化；也有观众听到学员讲述家人因修炼法轮大法而被中共迫害，不禁感伤落泪；有观众接到传单后，回忆起曾经到大法展位学炼过功法；也有观众在了解了法轮功能帮人们获得平静的心灵和健康的身体后便不停询问，想要得到更多信息；有观众说自己购买了大法书籍，已经开始阅读了。三位青年学生学炼了一至五套功法，得知法轮功的理念是真、善、忍，他们都点头认同，表示这样做人既重要又有意义。

三月二日，法轮功学员受**印度**那格浦尔（Nagpur）市政府牙科学院邀请，为学生们介绍法轮大法。学生不但学习了法轮大法的五套功法，还了解到中共在中国对法轮大法修炼人的持续迫害。这些年轻的学生对法轮大法舒缓的功法表现出浓厚的兴趣，并表示炼完功后感到平和、充满能量。索纳瓦内博士是这所亚洲最大的政府医学院的助理教授。他说：“法轮大法对人的身体和情感都有积极的影响，非常适合现代人们的需求。”

三月三至四日，第三十六届海德公园节在**西澳**北珀斯标志性的海德公园举行。西澳法轮功学员参加了为期两天的活动，介绍法轮功，演示五套功法，并在舞台上为观众带来精彩的腰鼓和舞龙表演，受到当地人们的欢迎和喜爱，人们发自内心的赞颂真、善、忍。乔纳森（Jonathan）带着他的两个孩子来到展位。他说，法轮功的展位有一种祥和的力量，“当你走过这里时，你会对她印象深刻。我喜

这个数字说明了什么？创造了该校的历史性的突破，此年度我获得学校一等奖学金。

就在当年，因为我不放弃大法修炼，不能评为先进，反而被非法开除。后来，我又被中共邪党迫害，从监狱出来后为了维持生活，办了一个小型辅导班，每期班百分之九十九的学生提高的幅度非常大，有从中上游提升到第一名的，有从后数第二到前五的，个个都是跨越式的提升，被其所在学校称为班级的、年级组的黑马。

二零二二年经人介绍我接收了这样一位三年级的小学生，家境比较困难，一节课只收他十几元。该生的情况是这样的，其个子矮小，反应迟钝，在学校经常排在教室的最后一桌，书包里没有一本练习本，常年不写作业，语文方面，学过的课文没有一篇能读成句的，数学方面二十以内的加减法不会做。我问其家长，为什么不给孩子找个辅导班补习一下，说找了一直没断呀。

了解情况后，从零开始手把手教他，我以从大法中修出的大忍、大爱之心不厌其烦的教他，有的时候我大声呵斥他几句，他就哭了，我马上意识到我的急躁心伤害了孩子。此时师父的法响在我的耳畔，“我们作为一个炼功人，矛盾会突然产生。怎么办？你平时总是保持一颗慈悲的心，一个祥和的心态，遇到问题就会做好，因为它有缓冲余地。你老是慈悲的，与人为善的，做什么事情总是考虑别人，每遇到问题时首先想，这件事情对别人能不能承受的了，对别人有没有伤害，这就不会出现问题。所以你炼功要按高标准、更高标准来要求自己。”（《转法轮》）

后来我的心态彻底稳定下来了，就十遍百遍的不厌其烦的教他，知道会了再往下一步进行。我给孩子讲大法真相，孩子中毒很深，说了句不敬大法的话。我知道这是学校老师听信了邪恶谎言的宣传，毒害了孩子。我细心的把

不良的嗜好，如抽烟、喝酒、玩麻将、用气枪打鸟全部戒掉，工作之余学法炼功，身心得到了根本的净化。

我想作为一个大法修炼人，作为一名教师，我的胸怀应该装着学生的前途、家长的希望，我每一节课、每一句话，都要有极高的责任心，善心对待每一个学生，在短短的四十五分钟课堂里应该保质保量的完善的完成教学任务。工作中，我时时处处用真、善、忍宇宙特性衡量、鞭策自己。我讲课时以和善的语气讲清、讲透所教的内容，用亲切的目光巡视着讲台下的一张张稚嫩的脸，好象是一种无声的语言在和学生们善心沟通在一起。我从不用苛刻的语言去批评、责怪学生，总是用祥和的心态鼓励，让他们看到自己的成绩和希望。

那时，我每踏进教室时，学生的掌声即起。在我的心里没有愚钝的学生，相反愚钝的是教师。讲课时因材施教，让上等生吃的饱，后等生吃的消。个别因事缺课的，我去无条件的进行补课。讲课时语言简练，方式方法多样，趣味横生，吸引着每一位学生静心听讲。我经常给学生讲做好人的道理。学生说，老师，你上课我们没有机会溜号，还没听够呢就下课了。有时候学生对我说，老师你变了，太善良了。我告诉他们，法轮大法改变了我。学生们说法轮大法真好。

当时我带的是初三毕业班，英语课成绩提升的速度、幅度非常快，中考平均成绩名列全县第二，该年度我获得了县政府表彰的模范教师称号。下一年我又从初二带班，当时该班初一的期末成绩是平均十九分，我想这个成绩下去这届学生不毁了吗？我和学校领导说明情况，我准备自愿无偿的加班加点的补课，学校当然是持支持的态度。早晚自习的英语课就变成了正常授课时间，初升高时我带的班英语成绩平均分达到了八十一分。仅仅经过二年的时间，

欢这里的宁静平和。”帕帕利亚（Papalia）女士说，自己是被法轮大法展位吸引过来的，她表示，法轮大法真、善、忍原则非常重要，“这个世界更需要她”。

意大利法轮功学员二月二十四日、二十九日及三月三日在罗马、维内托大区及撒丁岛等地举办了弘法、炼功、讲真相活动。学员们给过往路人分发大法信息，告诉人们法轮功修炼者就因为坚持修炼以真、善、忍为原则的、能使人身心受益的法轮大法，因为不放弃修炼，他们在中国遭受了中共惨无人道的迫害。

中共的死亡面包车

文：美国大法弟子

【明慧网】偶然看到一名在中国生活了十年的西方人发现并揭露出来的一个中共洗脑视频，标题为《令人不安的中共死亡面包车——它们真实存在、普遍使用、非常恐怖（看不见的镜头）》(Inside China's Disturbing Death Vans - They're Real, Common, and Very Scary (Unseen Footage))。这个视频是对中国人宣传“死亡面包车”(Death Van)的。影片中多次出现了“尸体火化车”的镜头。

“死亡面包车”在面向中共国人的网站上被称为“死刑车”或“死刑执行车”。在墙内中文网站上，《沉浸式体验死刑车》、《死刑执行车 70 万？》、《死刑执行车内部长啥样、犯人在里面是如何度过人生最后一刻的》、“造价 40 万”赫然排列，渲染出中共国的黑色“人道”。中共国令人作呕的墙内宣传片，宣称尽管“很少执行死刑”，但建立一个行刑设施要花费两百万人民币（二十八万美金），而建立一辆“行刑面包车”只需七十万人民币（九点八万美金），而且行刑面包车还有可移动到受刑者所在地的便利，节省了把行刑者押送到行刑设施所在地所需要的费用。

根据中共的这个“死亡面包车”宣传片，中共国的死刑主要以枪毙和注射两种方式执行。“死亡面包车”内的主要装备有：心脏检测仪、脑电波检测仪、固定受刑者的床。行刑过程包括四种注射，而对这四种注射的描述，均以“你”（影片观看者）为假设受刑人，对“你”讲述每种注射的效果，包括“你的”肌肉、血管、内脏、大脑的感受和恐怖变化，让“你”体验这种注射死亡所带来的恐怖过程。至于几分钟后，当“你的尸体”被从“死亡面包车”里拿出来时，是让配套伴随的殡仪馆拉走，还是直接送入影片中

以前有一条船，因为工人落水死亡，船一直在外锚地抛了几个月，直到船公司倒闭了。我告诉他说，我是炼法轮功的，我师父教我要时时处处做个好人，不能见死不救。他说，法轮功这么好啊，不象电视说的。

由于江泽民迫害法轮功的政策，使我们这些坚持真、善、忍，舍己为人做好人的人，有的失去了工作，有的家破人亡。我被迫失去了我热爱的工作。在迫害中，我无悔的走过来。

在此，我也感恩师父，把我从一个身体状况近于崩溃、道德正在急速下滑的人挽救回来，使我明白人生真谛，走在返本归真的路上，谢谢师父！

践行真善忍 学生变化大

文：辽宁大法弟子

【明慧网】二零二三年暑期来了一位面临初升高的学生，英语成绩在七十分左右，他却仅有十天的补课时间，他问能起作用吗？我肯定回答，能！但是得主动去顺应和同化大法，我知道她母亲在修炼大法，孩子也支持，我和他切磋法理，一个人的言行越接近真、善、忍宇宙特性，伟大的神佛就给你开启智慧，赐给你灵感。我劝他每天都读一读法，哪怕是一段儿都行。他爽快的答应了。因为路途较远，每天只能下午补三个小时，而且只剩十天的时间，根据他的分数，我有针对性的补习，待中考完毕后他高兴的告诉我，他答了九十多分。

我是从一九九四年得法修炼的，学了《转法轮》后，如获至宝，爱不释手，好象我的生命就是为此而来，从此找到了千载难逢的大法和师父，走上了返本归真之路，喜悦的心情无以言表。看完《转法轮》宝书之后，我把以前

后来，一个长江引水员听了这个过程说：“你们当时是逃不出去的，那么近的距离，大船吸小船，碰撞是避免不了的。”他还说：“你当时喊的谁，那就是谁的手臂。”我心里明白，是师父在另外空间的手臂把两船隔开了。那个梦中看到的手臂是师父的，是师父救了我们。

（二）

还有一次，我们船在长星岛卸货，妻子来船看我。由于码头边没有设防护，她不小心失足落水。当时船甲板与水面有距离五米，她还不会游泳，我直接从甲板跳了下去。浮上来时，她还没有上来，我正准备潜下去找她，她突然在我面前冒出来了，我一把把她抱住了。在边防武警和船员营救下，我们平安上船了。

后来，我问妻子经过，她说：“我脑子里想‘我怎么落水了？’求师父救我。”突然一股力量向上托她，她一下浮上来了。后来听人说，那个码头水下有暗流，以前淹死过两个人。

（三）

还有一次，大约在二零一一年六月，我的轮船在码头卸货。在凌晨三点左右，我起来上甲板巡视，发现该地潮汐落差大，船舶系泊缆绳受力很大，因此和值班驾驶员去调整缆绳。当调整船头时，岸上码头工人说：“他掉水里了！”我向后边一看，一个人在船尾水面挣扎。我迅速跑到船尾，脱下衣服，准备跳下去。一个船员抱住我说，船长，危险！不能下去！这时另外的船员把一根大绳递给我，我把绳捆在腰上跳下去。

这时，工人已经沉下去了，我从水下两米处摸到他，把他提出水面。后来经过一系列努力和医院抢救，他脱离危险。船的代理很佩服的和我谈，救人就是救自己。他说

出现的“焚尸面包车”（移动焚尸车）销毁，影片的心理恐吓作用已经达到了，所以并未劳神去为“你”描述焚尸/火化遗体的过程。

大家可以根据自己获得的信息和经验，来研究和推断：大陆为何出现“死亡面包车”？为何向大陆公众宣传“死亡面包车”？推广死亡执行车与移动焚尸车，是否与活摘器官行为扩展到更多群体有关？是否与过去四年在疫情中人口大量死亡有关？这两种车又是给哪些潜在的“受刑者”准备的呢？真正的知情者都知道，中共国是没有真正意义上的法律、法制、法治的。

有兴趣的读者朋友，还可以看看“laowhy86”频道里，点评中共国幼儿和小学教育的这部影片（英文，17分钟）：《杀了美国人——中共学校的新教育运动》（KILL AMERICANS-China's New Education Campaign in School）。影片收集了很多小学生身穿迷彩服、军服，接受各种战争训练，包括在泥水中爬过路障、开枪射击、把自己的身体扑在手榴弹上以掩护其他同学逃离危险等等等等。少儿们被训练成条件反射式的仇恨日本人、美国人。成年人问：“你最想杀谁？”儿童回答：“我最想杀日本人。我想杀了美国人……”

还有这部（英文、15分钟）：《中国疯狂的反美运动曝光（你会对中共国的所作所为感到难以置信！）》（China's INSANE Anti-America Campaign Exposed (You Won't Believe what China Did!)）影片总结了中共用重金对墙内、墙外观众同时宣传的一组主题：中共国比美国富有。中共国没有无家可归的人。中共国的住房比美国便宜。中共国的硬件和公共交通是世界上最棒的。中共国的人比美国人幸福。中共国是世界环保技术的领军……对此，“老外”马特为大家列举了真实的图片和数据，帮人看清中共国的有关真相。▲

派出所警察关注明慧网 人心变

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】一日，一个警察看到一位大法弟子，就聊起天。他说：你知道吗？我们所里的某某和某某上了你们网站（指明慧网）的恶人榜了，我们也在私下议论这些事……你们就在家炼，我们现在没人去骚扰你们了。

一次，一位大法弟子被骚扰后，当地派出所所长带几个警察去非法搜家。他们到大法弟子的家里看了看，说，让你家人带我们到你家另外的住处去看看，回来再细查。所长留下了个警察看着这位大法弟子。

所长走了以后，留下来的警察赶紧和大法弟子说：“你有没有电脑？赶紧把里面的敏感信息删了。”

这位大法弟子和这个警察讲真相，讲到了大法的美好，中共为啥迫害法轮功和“三退”等，最后告诉他九字真言“法轮大法好，真善忍好”。警察认真的听着。大法弟子让他“三退”，这个警察非常痛快的同意了。

一会儿，所长带人回来，啥都没说，就走了。

这个警察和大法弟子分手的时候，特意让大法弟子把九字真言“法轮大法好，真善忍好”又给他重复念了一遍。

关注明慧网，有的个别警察在伺机迫害，有的警察明白了大法真相，心在变。

在三十年风风雨雨的修炼中，我凭着对师父和大法的正信，在师父的慈悲看护下，在最艰难的岁月中走了过来。下面我汇报一下，在工作中，师父慈悲保护走出险情的经历。

（一）

大约在二零一二年左右的一个大年初一，我所在的轮船在日本装货。傍晚七点多钟，行在东京湾横滨航路，和一条比我们船快几倍的高速行驶的集装箱船发生险情。

这条比我们大几倍的大船突然向我们船左侧拦腰冲来，当时只有我一个人在驾驶台值班，我下意识的说了声，不好！一个右满舵向右转，这条船的船头一下子就冲到和我船头相差几米的地方。由于我们船在做圆周运动，它的船头顺着我们船船体左侧向后移动，一直逼到我的驾驶台附近。它太大了，我需要仰着头，才能看到它的船头。

我们船和它就如同小鱼遇到了大鲨鱼，我心想完了。同时，我大声喊：“师父救我！”我当时看这种状态，再右转，船尾就朝向它的船头了，它速度之快，我们船根本跑不过它，因此我把舵扳到正舵，我就闭上眼睛，不敢看了，就等听撞击声了。

等了一下，没有撞击声。我睁眼一看，它左转向了，不是船头对着我了，我迅速打了一个左满舵，也跟着向左转，我们两船形成了一个平行行驶的状态，而且两船之间没有超过五米。我们船稳稳的，脱离了险境。

这时，一个船员在船尾，他拿个引缆绳，直接就扔上去了，所有船员都上来了，都吓坏了。二副说，刚才那条船是全世界最大的三条集装箱船之一，全长三百多米，我们船才七十米。

次日三点多钟，我被一个清晰的梦吓醒了：两船平行行驶时，一条巨大的手臂夹在两船之间，将两船隔开，但是手臂却被夹的血肉模糊。

师父在《转法轮》中讲：“性命双修就是除了修炼心性外，同时又修命，也就是说，改变本体。在改变的过程中，人的细胞逐渐的被高能量物质代替的时候，会减缓衰老。身体呈现出向年轻人方向退，逐渐的退，逐渐的转化，最后完全被高能量物质代替的时候，那么这个人的身体已经完全转化成另外一种物质身体了。”“而且老年妇女还会来例假，因为性命双修功法，需要经血之气来修你的命。”二零二三年十月十二日早上，我的身体也出现了这种返老还童的好事。例假一直持续了六天。之后，我身体还脱了很多皮，脸上的皮肤变的细嫩，象擦了胭脂一样红润。

现在我头脑清晰，记忆力好，没有出现常人中的衰老现象，耳不聋，眼不花，这都是托了大法的福。

感谢慈悲伟大的师父，我要永远听师父的话，修炼圆满跟随师父回家！

远洋轮船船长：多次遇险情 师尊救命

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】我是一名远洋轮船船长，从小就骨瘦如柴，中医说我脾胃不合，吸收不了营养，体质差。上船工作后，因为晕船严重，呕吐，几天不吃饭，身体每况愈下。后来有一位修奇门功法的人跟我说，有一个佛家功法在传，叫我去找。

一九九四年，我找到了法轮功，有幸参加了师父的讲法班。听师父讲课后，我的世界观、人生观一下就改变了，我的身体也相应的发生了改变，听课期间，不断的向外排凉的物质，逐渐的饭量增加了，身体也逐渐强壮了，胃溃疡也好了。从此，我走上了返本归真的修炼之路。

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

黑龙江 哈尔滨市七旬法轮功学员孙淑云，二零二三年五月被呼兰区公安局国保大队警察蹲坑绑架、非法关押构陷，二零二三年九月四日在哈尔滨市道外区法院遭非法开庭，被非法判六年，二零二四年二月九日被劫持到黑龙江省女子监狱。一九九九年七月中共疯狂迫害法轮功以来，孙淑云先后曾被非法关押十余次。

黑龙江 大兴安岭地区松岭区古源镇法轮功学员郝玉红，被加格达奇区法院非法判刑四年半，二零二四年二月二日，她被劫持到黑龙江省哈尔滨女子监狱。郝玉红六十岁，二零二三年九月十三日被加格达奇区公安局警察非法抄家、绑架，二零二四年一月中旬被加格达奇法院非法判刑四年半。

山东 烟台市龙口市法轮功学员葛丽娟、王周琳、吴静昆二零二三年五月九日被绑架，非法关押在烟台和龙口看守所构陷，十月二十六日遭龙口法院非法庭审。近日获悉，葛丽娟被冤判四年半，年前被送到济南女子监狱；王周琳被冤判四年，年前被送到济南男子监狱。吴静昆被非法判两年缓刑三年，勒索罚金六千元。

四川 乐山市犍为县六十八岁的法轮功学员余发全，二零二三年十二月十二日被非法开庭、非法判刑四年、勒索罚金五千元。他上诉后，被非法维持原判。余发全以前久病，瘫痪不能起床，后来修炼法轮大法后，按照真、善、忍修心向善，病完全好了，身心健康了。在中共迫害法轮功期间，他因为坚持学法、炼功、讲法轮功真相，被两次非法劳教。二零一一年被非法判刑七年半。

山西 忻州市五台县六十八岁的法轮功学员张素华，二零二二年四月九日在发放真相资料时被绑架，六月十八日被绑架到洗脑班。十五天后，她被劫入五台县看守所，家

人不得见。现在得知，张素华被非法判三年，目前被非法关押在山西省女子监狱。

江西九江县法轮功学员李义龙二零二三年十二月被永修县法院非法判刑十个月，他依法上诉。近日得知，九江市中级法院非法维持对李义龙的诬判。李义龙（又名李英义），今年五十四岁，九江县涌泉乡鼓岭村人，二零二二年六月十六日在单位宿舍被警察绑架，后因体检不合格，取保候审。

山东济南钢城区黄庄镇齐家岭（仙人桥村）法轮功学员马清贤，被迫流离失所、非法追捕二十年，颠沛流离中身心遭受了难以言喻的苦难，每日的艰辛使她瘦的皮包骨，困苦中昏迷多日，于二零二一年十二月去世，终年六十岁。马清贤的丈夫齐庆信在不断的被骚扰威胁中，于二零二二年正月十五前夕离世。▲

工作，使我们本地同修形成一个整体。师父交给我们做的三件事，一直没有受到影响。

一次，我怀揣五封真相信，独自去本镇派出所送了两封，又把剩下的三封真相信智慧的送到了镇政府，希望他们明白真相，守住自己的良知，不听信中共不实的虚假宣传，挣脱中共邪灵的魔爪，停止对善良人的迫害，拥有一个真正的未来。

当同修们被非法关押到镇上后，我去购买大饼等充饥的食物，找到镇上送给同修们吃。同修们救人需要的真相资料、内部交流的《明慧周刊》，我都到资料点按需所取，并亲自及时送到同修手上，风雨无阻。

经济上走正

大家省吃俭用出的钱都汇集到我这儿，我都一分不差，全部用在了救人的项目中。因为同修们都来自于农村，有的同修家庭本身经济就很困难，却舍不得留给自己花。有捐送十多元的，有位同修身上只剩一元五角钱，也都交到我手上，我看到了同修们那颗闪亮的金子般的救人之心，一直被他们感动着。不管到我手的钱有多少，我都从没有贪占过一分一厘，经济上走的特别正。

师父说：“资源是有限的，它是用在正法救人上的。”（《各地讲法十二》〈世界法轮大法日讲法〉）

八十七岁来例假

有一年我身体上出现不适。我不上医院看医生，而是请了一个同修帮忙照顾我。我们一起学法、炼功。我二儿子知道后，以为是同修叫我不吃药的，就阻止同修来我家，还讲，来一个就要举报一个。我不被儿子的言行所左右。儿子理屈词穷，说不过我就让步了：“你不吃就不吃（药）嘛。”之后孩子们就不强迫我吃药了。不久，病业假相也消失了。

想让我放弃修炼大法。我没吱声，心想：我是修炼人，我要坚定的修这个大法，谁也别想阻止我修炼。

这事儿刚过了几天，大儿子回家来坐到沙发上，突然人事不省晕过去了。我拉他起来，他就倒下去。家人见此情景，立刻将大儿子送去医院抢救。儿媳妇打电话对我焦急的说：“妈，怎么办？医生打的补充钾的针药打过量了，（现在）建议只有动手术了。”我立即对儿媳妇儿说：“有两个办法供你选择。第一个办法是听医生的建议，叫开刀就开刀；第二个办法听你娘家老人的建议。”儿媳的侄女当场就对她说：“你们别反对你父母炼法轮功，这个功法好。”儿媳的侄女曾出过国，知道大法好。儿媳就点头同意了。她刚一结束与我的通话，我大儿子就突然从床上爬起来了。医生惊奇的说：“从没见过这么奇的事。”医生觉的只有做手术患者才有康复的可能，而病人现在没有动手术，居然就这样好了。这是他行医中从未遇见过的神奇事。

事后我儿子要求到成都医院复查，结果也没查出什么病来，就这样痊愈了。全家都见证了大法的神奇和超常。大儿子从此全力支持我修炼，再也没反对过。

勇于承担 做好本地协调工作

自从邪党开始迫害法轮功后，我一直住在乡镇街道上。那时我们当地很多同修都在邪党的黑名单上，大多数同修都遭到了不同成度的迫害。

二零零一年一月十三日，我们片区的几十个同修遭到邪恶的绑架、抄家和非法关押，其他的同修都产生了怕心，协调同修也多次被绑架、关押迫害，致使协调工作处于停滞状态，我心里十分着急。

因为我没有在邪恶的黑名单上，不容易引起邪恶的注意。于是我放下怕心，决定主动站出来，承担本地的协调

也谈老化现象

文：大陆大法弟子

【明慧网】最近，看到同修交流文章，谈到有一些老年同修随着年龄的增长，逐渐出现了老化现象，如：眼睛老花、耳朵聋、牙齿掉的现象。想谈谈自己这二十多年来，在这方面的修炼经历，与同修切磋。

我今年七十五岁了，一九九八年开始修炼大法。修炼前，我有一身的病痛，眼睛已经老花，平时要戴200度的老花镜。修炼后，很快出现了无病一身轻的状态。可老花眼没什么大的变化。

因为我是做大学教师工作的，总怕取掉眼镜后，小符号看不清，影响了教学工作（错误的一念），有时候眼镜突然找不到了（实际是师父点化），也不敢不用眼镜。直到退休后，有一段时间不需要眼镜了。有一次又想用，两副眼镜全找不到了，却突然发现我什么都能看的见了。并且象年轻时一样清楚。我双手合十，面对师尊的法像不好意思的笑了：师尊，弟子真笨呀！

在后来的日子里，又出现过两次眼睛老花现象，看书都有些困难。按照常人的观念：年纪大了，就会老花的。可我修炼的是法轮大法，是会向年轻方向返的呀，怎么会老花了呢？是的，我是在党文化中泡大的，并且还当过多年的邪党书记，看了多少党文化理论，宣传过多少党文化思想啊！我要从思想中彻底清除这些坏东西。当然还找到了很多不好的欲望和执著心。一天晚上在梦里清清楚楚的看到我自己，就象十几岁的小女孩，脸是那么的细腻，那么漂亮。回想起三次出现眼睛老花现象都是按照师父的教诲，不断的修炼着自己。不知不觉中，眼睛都完全恢复了正常。

这些年来我有个好的修炼环境，兼职少量的常人工作，

有比较多的空余时间，接触的人比较多，接触的面也比较广；在家还要带孙子和辅导他的作业，都能够正常的看书和写东西。利用在单位的大量的空余时间，绣了不少的十字绣，边绣边讲真相，效果很好。很多年轻人做十字绣会出现腰酸背痛、眼睛昏花的现象，我什么事也没有。

也经常有常人问我：“你这么大了，眼睛那么好，吃了什么好东西？怎么保养的？能不能告诉我们啊？”当然这也是我讲真相的最好的开场白。有时候我故意说：“不告诉你。”对方就更要听了！我就会一边绣我的十字绣，一边慢慢道出救人的真相来。

在七十岁前后的几年里，我经历了两次耳朵聋的状况。有一天发现右边耳朵有问题，电话放在左边耳朵听的见，放在右边就听不清。我想可能是消业吧，也象以往一样在心性上找问题，也没有找的准，所以持续了很长时间。慢慢的有所好转。并不影响正常生活和工作。后来突然感觉到两边的耳朵都听不清楚了。对别人说话声音很大，听别人说话时，要把耳朵侧过去，凑到跟前去，反复问几次才能听到。啊！我成了聋子了，那真是急呀！可我首先想到的是：我是修炼法轮大法的人，是有李洪志师父管的。旧势力为常人安排的一切，对我是没有任何作用的。迫害我身体的一切邪恶烂鬼统统灭掉。当然我也向内找了：平日听到不同的意见，不符合自己观念的言语，嘴里不说，心里也还是愤愤不平。为人很强势，觉的自己能力强，能干，会处理事情等等；日常生活中喜欢听好听的话、恭维的话；喜欢与这些人打交道。比如有个德高望重的老教授夸我是个“才女”，就一直都记在心。教学工作得了奖，科研项目得了奖励，真是一辈子铭记在心。看看，这里隐藏了多么强烈的“求名的心”啊？直到现在我的这颗心还是相当突出。也经常把这颗心当作不是我的，我不要它。可过一段时间

手部和脸部的白癜风都消失不见了，不再是花手和花脸了，皮肤自然恢复如初了，身体变的健康结实，脸色红润光滑，太神奇了。家人和邻居都见证了大法的神奇。

不久，我就与同修们一起去乡下洪法。乡下的村民都是过去的熟人，见了面都吃惊不小，他们都知道过去的我是一个病秧子，惊奇的问我：“您手上的老年斑怎么不见了？白癜风也没有了，脸色还白里透红，到底是怎么回事啊？”我就对乡邻们说：“我只炼了还不到十天的法轮功，我身体上的病就痊愈了。”乡邻们听了我的话，都对法轮功有了正面的认识，很多人走入了大法修炼的行列。

有一天，村里一个开副食店的老板问我看的是什么书？我说是法轮功师父写的经文，他说借给他看一下。我马上就借给他了。他看完师父的经文后，高兴的对我说：“这位师父是天上来的。这本书是天上下来的写的。”副食店旁边的一位医生听说了，也争着看师父的经文。

面对迫害不为所动 家人见证大法神奇

一九九九年“七·二零”，中共对法轮功发动铺天盖地的疯狂迫害。面对迫害，我也从没有动摇过对大法和师父的正信。我的儿女们都有不错的工作，他们都反对我继续修炼大法，给我施加各种压力，用各种方式和语言来攻击我。我不为所动。我想家里不能呆，那我就搬出去住，我永远也不会离开师父和大法的。于是，我马上装了两件换洗的衣物，放在一个包里，挎到肩背，家里的钱也不要了，准备到坡上去搭个茅草棚暂住。最后在女儿的极力挽留下，我才留了下来。

过了不久，我大儿子带着两个镇干部来到家里，叫我把大法书交出来，还叫我初一、十五上庙烧香。他还说：“你到庙里去走一走，人就会死吗？”我知道他们的意图，就是

我从中又一次领会到：只要我们坚修大法，坚信师父，真正的炼功者是没有病的。也再一次深刻的体会到向内找的可贵。

师父辛苦了！感恩师父！谢谢同修！

八旬老妇修己利他 耳目清明眼不花

文：大陆大法弟子谢宇（本人口述，同修整理）

【明慧网】我今年八十七岁，农妇，是一九九六年十月二十二日走入大法修炼的。

得法之前，我患有腰椎间盘突出、坐骨神经痛、子宫下垂、严重的白癜风、腰肋痛、肝炎、腿痛、拉肚子及严重便秘等十多种疾病。尤其是白癜风，整个手上、脸上都是白一团、黄一团的，就象一张花脸儿，很难看；还有长期腹胀，形成了季节病，每年从上年的三月一直到十月腹胀才消失，期间不能下地干活儿，肚子也拉了好几年，吃不下饭，人瘦的象根炉柴棒；还有严重便秘，痛苦不堪。

一九九六年十月二十一日，我与修炼法轮功的侄女在路上不期而遇。侄女说：“舅娘，您这么多病，去我们炼功点看法轮功师父的讲法录像吧。”我爽快的答应了。次日，侄女带我到一位学员家中看录像，老远就看见院坝里黑压压的坐了很多，大概有一百多人。那天看了师父的讲法录像后，我觉的师父讲的就是好，可我却说不出具体好在哪里，口头就是表达不出来。第二天，我就把老伴儿叫上一块去学炼功，他也很乐意。

白癜风消失不见 乡亲震惊

我走入修炼不到十天，身上所有大、小顽疾都康复了，

又蹦出来了。这也是我修炼路上最难修去的执著心。但我有师父管，有坚如磐石的信师信法的心，总有一天会彻底清除掉的。

在这个过程中也修去了很多不好的欲望和执著心。几个月后，耳朵就恢复了正常。

我有很方便的治疗牙病的条件，牙齿也曾出现过多次的折腾。开始的时候，右边一颗大牙痛的厉害，那就按常人的办法治疗、做牙冠。没过多久，左边的一颗大牙又开始疼痛，又重复上面过程，花费了很多时间。突然有一天，朋友问我：“你的牙齿怎么变成了深褐色？”我照镜子一看，真的是四颗下门牙变成了深褐色，说话都能看的见。这时我才想到自己是修炼人啊！怎么老走常人的道呢？自己的悟性也太差了吧！还有一颗大牙，几次钻心的疼痛，并且每次都松动很厉害，要跳出来似的，医生都让拔掉算了。我想不能拔掉的，牙齿中的每一个粒子，都是跟着师父修炼二十多年了，怎么能随便扔掉它呢？我于是和牙齿沟通：我一定带着你走完师尊安排的修炼路。我同样不停的向内找自己：一，日常生活中，修口方面做的很不够。想说什么就说什么，有很多不在法上的言语，显露出很强的显示心、争斗心，妒嫉心等；特别是在自己的家人面前，亲友面前，更是不注意；二，在吃的方面，讲究色香味俱全，喜欢吃这个，喜欢吃那个等等。每次出现上述不正常问题时，我都是按照师尊的教诲这样找着、修着。几个月后那四颗变了色的下门牙又恢复了正常的颜色。这是不符合医学理论的，医生说是是不可能的。那当然了，我们修炼的本来就是超出常人的法，就会出现超常的事情了。痛的厉害的那颗大牙，现在也好好的工作在自己的岗位上。到目前为止，满口没掉过一颗牙齿。

我深刻体会到：修炼人不论是在闯大关、还是过小关

的时候，千万注意不要走到常人的道上去，一定要走在师父安排的路上。只要按照大法的要求去做，不断的向内找，不断的提高自己的心性。再苦再难、甚至到了痛苦的极限，也会是师父在《转法轮》中说的那样：“在真正的劫难当中或过关当中，你试一试，难忍，你忍一忍；看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行。如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！”

我现在没有衰老的感觉，心态平和，身体健康，做事仍然是风风火火，干脆利落，精神头十足。常人经常说我多年来没有什么变化。这都是法轮大法给我的，是师尊二十多年来，时刻在我身边保护的结果。

感恩大法，叩拜师父！

找到了隐藏的有求之心

文：大陆大法弟子 唐仁

【明慧网】我是一九九八年开始修炼的大法弟子，二十多年的修炼历程，在师尊的慈悲点化下，经过了很多关难，也修去了很多执著心。但也还有很多难以觉察的人心。最近在师父的点化下，我终于找到了隐藏多年的有求之心。下面我就谈一下自己在这方面的认识，如有不在法上的地方，请同修指正。

今年二月二十八日晚上，我在卫生间洗了澡，顺便将换下的衣服也洗了，晾好衣服后，我便回到卧室发正念，发觉昏头昏脑的，而且脑袋震的嗡嗡直响，发出有节奏的象农村早些年舂米的很不舒服的声音。我想难道是我刚才洗头时，水灌进耳朵里去了吗？一想也不对，这是向外求。这时，我突然想起了两天之前，我在入定中听见一个声音

一次向内找的体会

文：广东大法弟子 一粒

【明慧网】前几天上午，我与同修A约好去见其儿时的伙伴B，也是位昔日同修，想劝其回到大法中修炼。当时我的声音有点沙哑了，B说我：“今天的气色没昨天好呀！”到了下午，我的头就越来越沉了。

我向内找自己，找出一大堆执著心来：一是同修说怨恨我，恨我在她住院时没去看她，假如当时去看了，她就会跟着我回家了；二是上个月我外出办事，后来妯娌告诉家人我跟他人讲真相而事情没办妥（其实没关系的），家人怨恨我没办正经事，我反倒跟他们斗气，没向内找修自己；三是跟同修切磋，看着她们一件一件不在法上的事，也不知她们是一时悟不到还是不懂法理，自己心中有点“恨铁不成钢”的心理，不能慈悲于怀……现在回想，以上同修、家人的表现不正是自己的镜子吗？

我找到了自己有怨恨心、争斗心、指责心，还有觉察不到的欢喜心、显示心。于是我在加强发正念时求师父加持：“这不是先天的我、真我不是这样的，我不要它，要彻底清除！”并加强听法。在师尊看护下，我一天就好了。清早炼功时吐出了一大堆“口水”。集体学法时感觉喉咙逐渐清爽。

学完法后，有一同修在我身边说出她以前对我们一大堆不满的事情。我这次听后心中很坦然，丝毫也没怨恨她，只觉的应该包容同修，无条件的找自己！回到家后，口也不苦了，头也不沉了，几乎一夜未睡也精神十足的。

偶尔咳嗽的厉害，我也知道是要我修口了。修好自己，才能更好的救度众生。同修有法在有师在，自己会慢慢悟到的，我执著他人的执著也不行。到晚上，我身体一切都正常了。写此稿也一气呵成。

间，她是镇静的、明白的，这身体上的难受和那些想试图返上来的怕的因素，它们一点都不是我，它们跟我没有关系，它们跟明白的我在两个空间里，它们真的伤害不了我，我无需去理会这些东西。怕心和负面思维在一关关中层层被清理掉之后，这种假相状态也就出现的越来越少，直到现在基本没有，真的是象一块顽石、一座大山，需要我们一点点去凿开它，把横在我们修炼路上的这些障碍扫除。

我回归的晚，只觉的剩下的时间都是无比珍贵的。作为青年大法弟子，我知道一定也有很多青年大法弟子也被迷在了这个充满物欲的常人社会里难以自拔了。常人社会诱惑是大，所以历史上能修炼出来的才寥寥无几。

在修炼中有时会觉的苦，有时甚至会觉的还是常人中的享受来的痛快，但师父说了：“你千百年的等待不就是为了今天吗？！”（《二零零三年元宵节讲法》）师父敲醒了我，我也想叫醒那些象我原来一样还误在常人中的同修，师父真的给我们的都是最好的！我们能迈一步，师父巴不得把十步甚至百步的威德都赋予我们了。我们还有什么可说的呢？还迷什么呢？在迷中踟蹰的那一刻，能不能清醒起来对那些就为了拖住你的、障你眼的假相说一声：“不！”那一念能起，师父就能做主。

认识尚浅，不在法上之处还请同修指正。

严肃的说：“不能抱着有求之心来学法。”（《转法轮》）我马上悟到，这是师尊对弟子的点化。之后，我想了半天，也找不到自己的那颗有求之心。虽然一时找不到，肯定是存在这么一颗心，师尊在另外空间是看的最清楚的，是绝对不会错的。

想到此，我便上床准备睡觉，可翻来翻去就是难以入眠。脑子昏胀的厉害，我就针对它发了一会儿正念，接着背《论语》和《为什么要救度众生》。背完经文，我又开始不停的念“法轮大法好，真善忍好”九字真言，一直到发完午夜的正念。想闭眼睡觉，还是睡不着，我就躺在床上发正念。好不容易睡了一个多小时，闹钟响了，我还是起来坚持炼完五套功法。

上午起床后，我就开始向内找，想师尊《转法轮》中那句话“不能抱着有求之心来学法”。我是带着一颗什么有求的心去学法的？接着很快就找到了，把我着实吓了一大跳。原来我每天学法都给自己规定不少于两讲，认为自己学了法，邪恶就钻不了我的空子，也没有理由对我施加迫害。这也是一种变相求迫害的心，这不是在给自己设难了吗？我这不是把大法当成了保护伞吗？不是在利用大法避难了吗？学法的动机和出发点不纯啊！

这么一部伟大的高德大法，不是给人利用的，我这不是在亵渎师尊和大法吗？修炼是一件多么严肃而殊胜的事啊！而且这颗有求的心很隐蔽、很肮脏、很狡猾，也很危险，现在我终于找到了，把它彻底曝光出来，解体清除它，不要它。

我从中悟到：首先，我们每天、每次的学法，都要端正学法的态度，怀着一颗无比虔敬的心来用心学法，一字一句读清楚，做到不添字，不漏字，不漏行，真正把法学进心里去，不追求学法的数量和速度，否则，学了法也得不到法；其次，我们学法的目地，是为了同化大法，是用

法来指导我们的修炼，使自己变的更加纯洁无私，逐渐达到新宇宙生命的标准。学法还可以增强我们的正念。

从现在起，我要做到学而不求，吸取教训，认真严肃的对待自己的修炼。

谢谢恩师的慈悲点化！

修炼人心底的执著

文：为鉴（瑞典）

【明慧网】纪晓岚在他晚年的著作《阅微草堂笔记》中，记录了一个关于修炼人的故事。

清朝有个读书人游历嵩山，看见一个女子正在溪边打水，就试探着向她讨水喝，女子很痛快的给了他一瓢；又试着问路，她也爽快的予以指示。于是他和她坐在树下交谈，女子似乎读过一些书，不象是农家女子。读书人疑心这女子是狐魅，却又爱恋她俏丽风雅，而且谈的融洽。

忽然女子拂衣而起，说：“太危险了！我几乎前功尽弃！”他有些奇怪，问她怎么了。女子羞红了脸说：“我随师父学道已有一百多年了，自以为心如止水。师父说：‘你不起邪念，可邪念仍在你心里。只是看不到你想要的，心才不乱，等你看到了，心也就乱了。就象万顷平沙之中留下一粒草籽，有雨水就会发芽。你的魔障将至，明天检验一下，你自己就会明白的。’今天果然遇见你，问答间已有所留恋，心神也微微动摇了；再过片刻，恐怕就不能自持了。真是太危险了，我差点儿坏了事！”说完纵身一跃，直上树梢，转眼间已如飞鸟一般远去了。

看完这个故事，我感叹修炼真是太不容易了！这女子修炼一百多年，差一点在短短的几句聊天之中就前功尽弃，

斥着暴力与色情的因素，每天吃外卖，生活作息一团混乱，大把的时间拿来虚度。但在所谓的享乐背后，我开始产生一股莫名的空虚感。而此时大法书还放在床头的小铁盒里，已经久久没有被打开过……

当心脏病业假相出现时，那些负面思维会随之涌上来，对于死亡的恐惧，以及一些过去形成的观念与思想业力，这些东西压着我，想让我垮掉。我试着不断排斥这些强加于我的东西，告诉自己：它们不是我的，真的不是我的。我求师父加持，让真我来主导、抑制这一切。

我每次靠正念渡过难关后，却又开始担心下一次的考验了。我心里对这种状态的抵触和抗拒，使我在怕上又加了一层怕——怕我自己会怕，怕我会被这种怕的感觉压垮，怕万一下一次没过好，怕自己走到负面去。

开始时我还是不能一下子分清哪些思想不是我的，后来真正意识到时，我知道了这层层的感觉都不是我的，都是假的思想状态，旧势力想骗过我，想让我当真。师父在《转法轮》中说：“还有一些人自己意识上老受外来信息干扰，外来信息告诉他什么，他就相信什么”。我心想这不就是说我吗？我就对它说：你想让我相信你给我的这些感受，我就不相信，我知道我信的是什麼，我只信师父说的，这层层怕的感觉，和整个一套你想让我陷进去的思维方式，都是你的东西，是你想给我下的机制，可我不接受。

就这么一念一出，就可以很大成度上压制住那些不好的东西。它有时还以一种类似常人中所说的“心理阴影”一样形式的物质存在来干扰我，我就想：什麼阴影？你那个阴影在我这里不好使，大法造就的光焰无际的生命所到之处就是光，照到的地方只有光明，没有阴影。

在真我发挥作用的时候，我体会到我完全可以看清并无视那种身体难受的感觉，我感到真的我在深深的另外空

察上门绑架到看守所，非法关押了一年半。从看守所出来后，我认识到学法的重要性。之前出现的种种漏，首先就是对学法的重视不够，许多法理还认识不清，对旧势力的存在和它的迫害形式认识不够清晰，没意识到自己的很多人心里其实是干扰。

我开始静下心来大量学法，所有空余都尽可能用来学法、背法。过去我对常人中的事情很感兴趣，还自认为是有个性，其实是把后天形成的观念当成了我。我还认识到，带着点不情愿和强迫自己不去接触常人的东西，这不是真心的排斥。而通过大量学法，我真正体会到了，常人的那些东西一点都带动不了我了。

得到了宇宙大法的生命怎么会被这些常人东西勾住心智呢？不受低层法理制约的大法弟子怎么能心甘情愿的去接受那些低层次的东西呢？我认识到要观念上根本发生改变才行，不然表面所做的就是无效的。从行为上的抑制开始，直到观念上真正升华上来、转变过来，而真正转变的那一刻内心是平静的、云淡风轻的。

在这段大量学法的期间，我体会到师父真是“拔”着我在往前走。就象师父所说：“大家知道，每个层次都有不同的表现形式，从头到脚，还包括你身体周围的场都在变化，所以有的人突破的很快的时候，层次提高很快的时候，那是一天一变。”（《加拿大法会讲法》）

师父还在管我这个如此不争气的弟子，这是我至高的幸运。

层层去怕心

我大学毕业后到外省独居、工作。突然而来的自由生活让我措手不及，有些兴奋，开始放纵自己的欲望，放肆的熬夜玩游戏、看漫画、看小说，接触到的文艺作品中充

也许她其它方面已经修的很好了，但是只要还有一个漏洞，就全毁了。而且她的师父虽然看到了她的漏洞，但也没办法帮她去除，只能在磨难来之前提醒她，警告她。好在这警告起了作用，让她及时止损，飞身逃离。但是这也只是断开而已，并没有去掉那个执著，堵上那个漏洞。她以后也未必能过了这一关。

反观自己，我又感到无比幸运。我们作为大法弟子，不必经历小道修炼的磨难痛苦，不需要每一个执著都硬磨过去。我感到在读法、背法的过程中，有很多以前执著的东西，无形之中都化解了。读法的过程中，某一句话点到了实处，一下就明白了自己执著的症结，就象云开雾散，我感到那是师父又把我推上了一个新的层次。

当然也有关难、考验。但如果学法用心，遇事向内找，这些考验都能过的去，不存在毁掉的问题。除非长期不学法，或学法不用心，不向内找，不实修，那考验来了，真是很难过去。

但同时，这个故事也让我警醒，也许某些方面自己觉的还不错，不会出问题，但是可能还有深层的执著没有暴露出来，如果掉以轻心，就可能造成不必要的损失。只要修炼没有结束，就不能放松要求，不能降低标准。只有做好师父说的三件事，一直走到底，才能圆满随师还。

以上浅悟，如有不在法上的地方，请同修慈悲指正。

给明慧网投稿的体会

文：大陆大法弟子 慧子

【明慧网】多年以来，明慧网对我修炼的帮助是不可取代的。因为有了明慧网，我得以了解和知道如何跟上师尊正法的进程；也看到了自己和同修在修炼上的差距，找到自己的不足，在修炼中不断的去提高自己。同时，自己也在给明慧网的投稿过程中受益良多。下面就谈谈我在投稿这方面的一些个人体会，有不当之处，请同修慈悲指正。

证实大法

在修炼过程中，真修大法弟子都能体验到修炼的玄妙和大法的殊胜，并且感悟到师尊无处不在的慈悲看护和点化。这同样是我所经历的状态，在我的修炼过程中也有着不胜枚举的神奇事例。比如，看似偶然实质奇妙的个人得法机缘，在正念中闯过的病业难关，亲朋好友因为明真相而得到的福报，家中多处绽放的优昙婆罗花，心性提高后带来的转机，信师信法所展现出的神迹，等等等等。我想着把这些点点滴滴写出来证实大法，于是便有了给明慧网投稿的念头。

同时，因为有了明慧网这个珍贵的平台，在每个重大节日，我们可以通过给师尊发送贺词来表达心中的感恩，同时也可以通过每一条感恩的贺词把大法弟子的心声广传给宇宙众生。

提高自己

写稿的过程也是提高心性的过程。写稿时，有时思绪万千不知从何落笔；有时事例繁杂不知如何取舍和理顺；有时半天也想不出一个合适的标题。这时，只要写稿

们要按照师父的要求全盘否定邪恶迫害，只走师父安排的路。百分之百信师信法，在修炼的这条路上就没有什么能挡住我们的。

层层去怕心 修炼路上快步追

文：大陆青年大法弟子

【明慧网】我是二零二一年从新走入修炼的青年大法弟子。很幸运，我小时候家里有得法的环境，所以我从小就知道大法好，四岁跟着大人们背《论语》和《洪吟》中的诗句，内向的我小时候却会嘹亮而欢快的跟大人们说：“走！去老奶奶家学大法！”现在想来都是一段值得回味的时光。但是随着长大，我迷失在常人的物质世界之中，各种诱惑使我脱离了大法，只是内心深处还有一个很确定的想法是：大法好，我迟早得回归大法。

二零二一年，我出现了心脏病业假相。不争气的我出于恐惧，从新走回到修炼当中。在之后的几个月里，我慢慢克制在常人中的各种执著，让自己投入学法当中。但后来我意识到我在这个过程中有很重的有求之心，这个心悄悄的伴随了我很久。另外，我有很重的怕心，这个怕心体现在各个方面、各个环境中，一层又一层。比如，有由于自己进门太晚，怕跟不上正法的进程，怕被落下；在讲真相过程中，怕世人有不好的看法；到后来发资料怕被警察盯上；其中有不敢做却又觉的必须得做的强为；以及陷入做事当中不敢让自己停下来的焦虑等等。

带着如此不纯的动机，用强为的方式驱使自己去做助师正法这件事，在神圣的事里掺杂了这么多肮脏的杂念，导致被邪恶钻了空子，我在发真相传单时遭人举报，被警

(三) 我在以前上网困难时，技术同修曾告诉我在自由门设置中选m 通道上网快，但有同修说使用m 通道不安全。但我想既然自由门中有这个通道，那就是安全的。所以我一直用m 通道上网，加之采用以上的方法，所以没感到上网困难，没影响做正事。

以上是突破封锁登录明慧网的做法和经历。但这只是用人这一层的方法突破封锁的。最主要的还得是我们在法上看问题，按照师父的要求彻底否定邪恶的迫害和封锁，因为我们是修炼人。

师父说：“我们有能力打破它。明慧网他们从来也没有封住过！”（《二零零三年元宵节讲法》）

我写下来放到我电脑键盘的右上方，随时提醒自己保持正念，百分之百的信师信法。

不要把邪恶看大了，把我们自己看小了，其实它什么也不是，只不过是帮助我们修炼成熟。

只要我们正念足，就是不承认邪恶封锁，师父什么都能为我们做。师父说：“实在不行了，你就喊师父。”（《各地讲法十五》〈二零一八年华盛顿DC 讲法〉）

我在给明慧网发稿件或查找资料时，发现信号弱了，我就求师父，马上速度就快了，真真切切的感到师父就在我身边，无限感恩师父的慈悲看护。

我们是大法弟子，助师正法救度众生，做的是宇宙中最正的事，谁都没有权力干涉，谁动谁是罪，我们有漏也不归邪恶管，归我们师父管，我们在大法中归正。就是不承认你邪恶迫害。用正念看问题。往往我们上不去网时，感觉很沮丧，就用人心去看问题了，邪恶封锁严重，就感到无能为力了，放弃了。忘了自己是走在神的路上的正法时期大法弟子、是神，我们有伟大的师父在时时刻刻看护着我们，保护着我们，师父无所不能，大法无所不能。我

的基点摆正，能够克服畏难心理，就能得到师尊的慈悲加持。思路变的清晰起来，删繁就简，顺利成文。过程中渐渐的修去了怕麻烦、浮躁、急于求成、好大喜功等人心杂念。写稿也帮助我学会为他人着想。当遇到用词用句困难时，一时半会又想不出更恰当的表达方式。这时，私心就冒了出来：算了，就这样吧，留给明慧网审稿的同修去修改。但正的一念会提醒自己要为明慧网的同修着想，要尽量减轻明慧网审稿同修的工作量。本着这一善念，每一篇稿件我都会认真的写，反复的检查和修改，发稿前尽可能使稿件更加完善。

此外，写稿也是修真的过程。写稿时要求自己没有把握的事不写，记不准确的细节不用，确保信息经得住求证。也不夸大事实，尽量用平和的语气和平实的语言写出自己真实的经历和感受。

之后如何对待投稿的结果也是对心性的一种考验。稿件被采用后要提醒自己不生欢喜心；没被采用时不沮丧，也不自卑。无论什么结果，都把它看作是修炼过程的一部份，都是自己精進的动力。

感恩师尊恩赐给我们这样一个珍贵的修炼交流平台！也感谢从写稿、投稿到编辑的同修们的辛苦付出！

也谈突破网络封锁

文：吉林大法弟子

【明慧网】我是二零零五年开始上明慧网自己下载制作真相资料的。同时让同修的儿子帮我建立了明慧信箱，我一直使用到今天。明慧网伴随我在大法修炼中走过了近二十个春秋。用受益匪浅表达不了自己的亲身感受。我每天都登录明慧网，明慧网就是我们大法弟子在人间的家，师父在那里看着我们的一切。上明慧网是我每天的必修之课。就是有事不在家，回来后的第一件事就是登录明慧网，将这几天的网页下载浏览（大陆综合必看，关注本地区的情况）。

自从二零二三年开始至今，邪恶封网非常严重，对大法弟子及时沟通，形成整体，救度众生干扰很大。

看到明慧网上不断有同修谈用正念破除网络封锁的经验交流，看到有的同修说被封网有时一天或好几天。我也深深的感触到了。我与同修建立的明慧信箱（我与同修联系一直用明慧信箱，一部老年机电话只跟家人联系，出门不带手机）经常看到同修不及时回信。当同修上网看到信后首先声明说：“我这几天上不去网”；或见面时问同修，怎么不看信呢？对方回答，上不去网。

我是二零一六年因为搬迁改用移动网络上网，就是一个小设备里插一个卡。我一直使用“自由门”登录明慧网。八年多来，尽管邪恶经常以各种情况封锁网络，都没有影响我每天登录明慧网，只不过浪费点时间而已，最终我还是照样上明慧网做我该做的事。

我也发正念清除邪恶对网络的干扰，用师父赋予给我们大法弟子的功能将阻挡我们翻墙登录明慧网的邪恶因素解体灭尽，同时向内找自己的问题，不承认邪恶的封锁。

我都是每天下午三点钟以后或者晚上登录明慧网（这

是我这么多年的习惯），没有特殊情况，每天下午三点钟以后明慧网页就更新当日的了。

下面是我目前突破网络封锁的具体做法：

（一）当在电脑联网后，翻墙软件“自由门”找不到服务器时，我没有按照提示耐心等待5至15分钟，因为我是急性子，不到一分钟我就等不急了，我就关掉“自由门”然后从新点击上网；当依然找不到服务器时，我就把电脑上联网断掉后再连接；再不行，我就将我的移动网的电源线开关关闭，稍等一会再从新打开。在这个过程中，说不上在哪个环节就能登录明慧网了。

（二）有时登录上明慧网了，但网页显现不完整，服务器信号弱，那我就等一会，还是打不开完整网页时，我就关闭明慧网页，关掉“自由门”从新点击上网。但是会有时自由门根本找不到服务器，这就彻底上网失败。

后来我在一次下载时操作错误，把明慧网页关掉了，要做的事还没有做完。我就又到火狐浏览器中从新点击“自由门”上网。“自由门”没能显示对话框，但马上闪现个火狐，然后顿时打开完整明慧网页。我很吃惊，这是从来没有过的现象。我查看后发现，自由门没出现对话框的原因是我没关闭已打开的“自由门”。受到这次启发（其实是师父给我打开智慧的），我再上网出现明慧网页显示不全时，我就用这个方法从新登录。但有时成功，有时失败。经过多次操作我发现在“自由门”显示信号弱时，（还有点线条时可行，线条多了不行）在明慧网页右上角点击X关掉明慧网页，保留已打开的“自由门”不动，然后再回到火狐浏览器文件夹中再双击“自由门”小鸽子，只要不出现提醒“程序已经在运行 请勿重复打开！”字样。马上就出现火狐一闪，明慧网页也随之打开，而且是完整的。再查看“自由门”小鸽子，发现信号也强了，而且保持时间会很长。