



图：三十年来，法轮大法传遍中国大江南北、世界五大洲的一百多个国家和地区，亿万民众承蒙法轮大法的恩泽。中国大法弟子与明真相民众恭贺法轮大法洪传三十周年，庆祝第二十三届世界法轮大法日！并向李大师献上最诚挚的感恩！

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：4801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：396,056,426

•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

在完成使命中提高心性 在正法修炼中修成新宇宙正觉

第 1062 期（二零二二年五月十九日）



图：二零二二年五月十三日，来自大纽约及周边地区各族裔的法轮功学员约四千人，在曼哈顿中城最繁华的闹市区——四十二街上，举行盛大游行，庆祝世界法轮大法日，大法洪传三十周年，并表达对慈悲伟大的师尊的感恩。

本期内容提要

【海外】五十多国大法弟子同贺世界法轮大法日
全球一千多名政要褒奖祝贺大法传世三十周年
美国德克萨斯州七城市宣布“法轮大法日”

【大陆】中国三十省五十余行业大法弟子恭贺大法洪传三十周年
【明慧周刊编辑部】法轮大法日征文将另行成册发表

目 录

【明慧周刊编辑部】

法轮大法日征文将另行成册发表..... 3

【海外综合】

五十多国大法弟子同贺世界法轮大法日..... 4

全球一千多名政要褒奖祝贺大法传世三十周年..... 6

旧金山排字庆祝法轮大法日 游客震撼..... 9

美国德克萨斯州七城市宣布“法轮大法日”..... 10

海外学员正法修炼活动简报..... 11

【大陆综合】

中国三十省五十余行业大法弟子恭贺大法洪传三十周年... 14

中国大陆学员近期遭迫害案例选登..... 16

【修炼园地】

我家的小花风中绽放..... 18

用法弟子的正念做主导..... 19

用心学法 遇事向内找..... 22

学《洪吟六》知实修的重要..... 24

魔难中修怨恨心..... 26

人人都来上明慧网..... 28

记去北京上访时的同监舍同修..... 30

理智的对待讲真相效果..... 34

挖根去执著 走过病业关..... 36

发表严正声明后的变化..... 38

明被排在第一位。因为我的姓名很特别，再加上我把几年的事情连在一起，这样我的声明就真的象公开的了。我想：“这不是偶然的。”我自己一遍遍的看，又想：为什么很多次都是在我不知情的情况下，别人代替我签字？以前觉的这不是我的责任，现在突然发现，是因为我有问题，这个事情才一次次出现。我一下子意识到了，我内心一直怕邪党人员知道我还在修炼，我总想自己偷着炼，但是却让它们以为我没炼。这样的念头一直隐藏着。我的严正声明被放在第一位，就是让我这颗心“晒一晒”。

明白后，我一下子从阴暗的怕中跳了出来，感觉自己堂堂正正的，我不怕你们知道，我就是在坚定修炼，而且感觉它们渺小的根本动不了我。这种正念以前我一直有，就是在一次被绑架没做好以后，就失去了。我没想到严正声明还起了这么大的作用。我也没想到别人在我自己不知情的情况下做的事情，我也要声明跟自己无关。写到这里，我突然明白了为什么要声明，因为那白纸黑字上签的确实是我的名字，虽然不是我签的，但是我不声明跟自己无关，我就是认可。那邪恶就利用它钳制我。

严正声明发表以后，有一种解脱出来的感觉，虽然我还是有怕，但是深层根子中已经归正了。所以希望没发表严正声明的同修要重视这件事情。

个人体会，有不在法上的地方，请同修们慈悲指正。▲

【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”。】

从根子上归正，一思一念都要归正才行。而自己在色欲心方面虽然没有实质性问题，但并没有从根子上归正，没有严格要求自己。如注重衣着，在异性面前显示自己等。这时我也悟到了梦中师父点化的意思了：“大角”是“大觉”的意思。涨价是对大法弟子的要求越来越高。牛角颜色发黑，是我空间场中不干净，离大觉的标准还很远。

还有一天晚上回家时，正在写作业的女儿打电话让我给她买修正带，我感到“修正”两个字在我脑中印象很重，我知道是师父在点化我，到了正法的最后，方方面面都要从根本上修正啊。

找到根本问题后，在放假最后两天，情况发生了很大变化，发正念时力度很大，空间场中败物在减少。在上班的第一天，我的面部外观和说话基本上恢复了正常。

感恩师父为弟子承受，感恩师父的精心安排、慈悲保护与点化。

发表严正声明后的变化

文：中国大陆大法弟子 清澈

【明慧网】前段时间，一篇明慧网交流文章提示，是否有做错事的同修还没发表严正声明。我想了想，在我不知情的情况下，村长代替我在“清零”的东西上签了字。还有，被绑架拘留后，在出门的时候，我不签字，我丈夫没经过我的同意，代我签了字。还有几个类似的不是自己做的事情，这样的严正声明，我没有发。然后，我就把从“七二零”迫害开始，一直到现在，所有涉及这方面的严正声明全都整理出来，写了很长的一大篇，发往明慧网。

后来我关注明慧网严正声明那一栏，我发现我的严正声

法轮大法日征文将另行成册发表

二零二二年法轮大法洪传三十周年暨第二十三届世界法轮大法日征文，将另行汇编成册，作为《明慧周刊》的特刊陆续发表。

《明慧周刊》编辑部
二零二二年五月十八日 ▲



五十多国大法弟子同贺 世界法轮大法日

【明慧网】二零二二年五月十三日，是法轮大法弘传世界三十年。三十年来，真、善、忍的光芒普照大地，给世界各族裔亿万民众带来道德的回升、身心的健康、家庭与社会的福祉。世界法轮大法日“五·一三”到来之际，全世界大法弟子同庆同贺这一众生得救的伟大的节日！恭贺师尊华诞！

化，有多个员工因私事请假，公司一把手认为人员不齐，聚餐失去了意义，就让办公室通知聚餐推迟了。

因第二天就是五月初的长假了，我就开始大量学法，并不断向内找，找到了色欲心、怨恨心、显示心、安逸心、爱发脾气，不顾别人感受等，但感到没有找到根本问题。发正念时，思想中业力干扰很大，思维散乱，空间场中有不好的物质难以清除。自己照镜子时，感到右眼的眼神都充满了邪恶。那几天感到心理压力还是很大，怎么会这样啊？

我在学法的间隙，看着大法书中师父法像，心里一阵感恩，赶紧跪下给师父磕头。我知道大部份业力是师父在为我承受，我自己承受的只是其中小小一部份。这时也增强了过关的信心。

放假第一天，妻子（不是同修）就发现情况不对，她说：你是咋了啊，嘴歪眼斜的，说话不清，赶快去医院吧。我说：没事，过几天就好。接下来的两天，她还是不放心，老催我去医院。我说：你放心吧，放完假开始上班时一定好。因妻子过去也见证过大法的神迹，就说：那好吧，我就看你上班能不能好。

接下来的过程中，我不断的向内找。一天晚上做了一个梦，梦见自己买了一只大牛角，买时花三十元，后来涨价了，好象值几万。这只牛角特别大，质感也很好，只是颜色有点发黑。醒来后也悟不出这奇怪的梦是啥意思。

接下来的学法过程中，我感到空间场中不好的物质在减弱，终于在一次发正念时，我悟到了问题的根本，那就是色欲心、怨恨心等没有从根上去掉。正如二零二二年四月二十三日明慧网上一位澳大利亚同修的文章《正视和去掉色欲之心》中所说：“我之前只是表面上做到了约束，但是内心深处并没有放弃对色欲的执念”。

正法接近尾声，对大法弟子要求会越来越高，一切都要

挖根去执著 走过病业关

文：大陆大法弟子

【明慧网】在写这篇文章的标题时，我原本是想写“闯过病业关”，但想了一下过关的过程，全都是在师父的看护与点化下，与学法时的所悟，才一步步走过来的。“闯”字过于强调了自我，与实际不符，所以还是“走过病业关”较为合适。

四月二十六日凌晨三点，闹铃响时，我感到太困了，就又睡去了，到快五点才醒，就只炼了一套静功。炼完后，感到右眼不舒服，有点沉沉的，也没在意。上午开工作会时，我对下属工作不满意，批评中还带有讽刺，语气很不善，一点也没有顾及下属的感受。开完会时，就感到右眼和右脸不舒服。这时我才开始向内找，知道刚才做错了，不是修炼人的状态。其实前天安排工作时，我已经对该下属语气不善了，事后就知道错了，但是第二天不但没有修正，语气反而更加不善。

接下来的两天，情况更糟了，整个右脸完全没有了表情，右眼也耷拉下来了，说话也不清了，漱口时右边嘴唇也闭不严，往外喷水。有一个同事对我说：你怎么说话也不清了，嘴也歪了。但大部份员工还没有发现。我上班时就尽量呆在自己办公室不出去。在公司，大家都知道我修炼法轮大法，出现这种情况，不是给大法抹黑吗？这时，我越来越意识到问题的严重性，而且四月二十九日晚上公司还有一个欢迎新员工的聚餐，到时大家看到我这形像，会怎么想？

到四月二十九日下午，我越来越不安，这时只有求师父了，我心里想：师父，这是旧势力的迫害，我自己受点苦没啥，但不能给众生造成负面影响啊！接下来，情况发生了变

明慧网收到来自五十二个国家和地区的大法弟子精心制作的贺卡与贺信，包括来自：中国、美国、法国、克罗地亚、西班牙、加拿大、日本、韩国、越南、台湾、香港、澳门、奥地利、苏格兰、加蓬、泰国、印度、阿富汗、阿联酋、澳大利亚、新西兰、德国、波黑、爱尔兰、瑞士、比利时、南非、伊朗、以色列、厄瓜多尔、意大利、瑞典、巴西、南美玻利维亚、智利、俄罗斯、芬兰、荷兰、马来西亚、印度尼西亚、新加坡、捷克、斯洛伐克、保加利亚、白俄罗斯、乌克兰、克里米亚、丹麦、挪威、希腊、葡萄牙、菲律宾等国家和地区。



全球一千多名政要褒奖 祝贺大法传世三十周年

【明慧网】全球一千三百多名政要及政府分别颁发褒奖、贺信，祝贺第二十三届“世界法轮大法日”暨法轮大法洪传世界三十周年，盛赞法轮大法对社会产生积极影响，并感谢李洪志先生创立了法轮大法。

加拿大东部部分法轮功学员二零二二年五月十日在首都渥太华国会山前庆祝法轮大法弘传三十周年，九位联邦议员到场与法轮功学员同庆法轮大法日。瑞德（Scott Reid）议员说：“时隔两年，法轮大法日庆祝又回到了国会山。很高兴在这里见到大家。今天的好天气正像法轮功修炼者给这个国家带来的真诚和正直的美好感觉，一切都再次被（真、善、忍的）歌声感动，如此安心祥和。”

加拿大各省市的政要在四月份就开始纷纷用贺信的形式恭贺世界法轮大法日，赞扬法轮大法给世界带来的美好和福祉，目前收到贺信、祝贺视频和褒奖至少一百二十件。联邦绿党党领伊丽莎白·梅伊（Elizabeth May）在贺信中写道：“我非常敬重指引法轮大法修炼者修炼的真、善、忍的理念。我不仅是在庆祝法轮大法日之时，与你们站在一起，而且，在你们为捍卫自己的信仰权利而奋争时，我也与你们站在一起。”

加拿大共有二十一个城市举行升旗、亮彩灯仪式以庆祝。加拿大卑诗省纳奈莫市市长伦纳德·克罗格（Leonard Krog）在“世界法轮大法日”升旗仪式上说：“在疫情期间的艰难时刻，法轮大法让我们意识到，这些价值观与道德准则对我们所有人来说是多么重要。”

美国纽约法轮大法学会收到纽约州一百多位各级政要的

住了，这会让世人对大法产生多大的负面情绪啊！还有的把真相小册子十多本放一起发，等等。

看到这些时我就在想：经过了这么多年的风风雨雨，同修们也都成熟了，救度众生是大法赋予我们每个同修的责任，同时也是我们的使命，怎么能这么不严肃的对待呢？我们做不好，不但救不了众生，还会毁了众生呢。要知道我们每份真相资料，都携带着能量，会感染收看资料的人，解体阻碍他得救的因素。如果我们不严肃对待，不认真去做，那世人看到会怎样呢？能救了他吗？

我常想：我们每份资料，从同修购买耗材，到上网下载，再打印装订包装好，送到同修手里，其中同修的辛苦和劳累是可想而知的，真的不容易。同时我们是否想过，这过程中也包含着师父的多少操劳、保护与付出啊！因此请同修们发放时一定珍惜每份救人的真相资料，带着慈悲的心，让它能起到最大的作用，能真正达到救度众生的目地。

师父说：“用理智去证实法、用智慧去讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人，这就是在建立觉者的威德。”^[1]

让我们理性的做好救人的事，珍惜救度众生的机缘，在这最后的时间里，让我们做的更好！不辜负师父的期望，让师父多一份欣慰，少一份操劳！

注：

[1] 李洪志师父经文：《精进要旨二》〈理性〉

理智的对待讲真相效果

文：大陆大法弟子 方圆

【明慧网】讲真相中用怎样的心态去对待才能达到好的效果呢？下面就自己在发放真相资料中看到的一些事情和同修交流，不当之处请慈悲指正。

今年正月初七，我到一小区发真相资料，看见楼梯间写着大大的字：“诽谤大法死”，“谁敢画死全家”，“画”字明显还是一个错别字，个人猜想应该是想写“划”。看到这个当时心里想：“大过年的，是哪位同修这么不理智，写出这样的话，这白白的墙壁写这些话不是败坏大法名誉吗？怎么救的了众生，这不是在毁众生吗？这样的话怎么能体现出大法弟子的慈悲和善良呢？”

回去后，觉的这样的话写在墙壁上会给大法带来不好的影响，我和一位同修切磋了一下，就一起拿着砂布和不锈钢金属球去擦，那些字是蜡笔写的，很不好处理，擦了好一会还是有些许多印迹在上面。

象这样随意在楼梯间写类似字的在发资料时遇到不少。由此不禁想到多年前有一次从同修家学法出来，在楼下看到楼前小棚门前放着一个个塑料袋，每个小棚门口都放着一个，拿起一个打开一看，里面装着神韵光盘、真相光盘、真相资料、护身符。一个袋子里光盘就有十多个，一共七、八个袋子，我和同修立即收集起来拿走，感觉这么多资料就这么扔那还不知道会不会有人拿，太可惜了。发资料时有时候看到十几份资料就这么丢在门洞边，有时候看到同修贴的不干胶，同样的内容每层都贴。有的贴在玻璃上；有的贴的过低需要低头才能看到；有的位置过高注意不到；有的字还贴倒了；还有的A3大法真相贴贴到人家门上的福字上、把门上的福字盖

褒奖令、贺信，包括联邦众议员、州参众议员、市长、市议员、曼哈顿区长、郡长、郡议员、镇长及镇政府官员等，三位纽约州联邦众议员授予法轮大法“美国国会特别褒奖令”。

美国宾州州长沃尔夫贺信中写道：“法轮大法是一种源于中国古老文明的自我提高的修炼方法，包括五套功法与高尚的道德和伦理原则。在我们庆祝这个节日之际，我们应该反思一下是否符合真、善、忍这一教导。”“作为州长，我代表宾州所有居民，非常高兴地庆祝法轮大法弘传世界三十周年。”

美国新泽西州参议院和众议院签发联合议案，表彰法轮大法传世三十年和法轮大法创始人李洪志大师的重大贡献，赞誉法轮大法学员在新泽西州社区的贡献，并确认“世界法轮大法日”的重要性。五月十二日，新泽西州首府城春顿市(Trenton)举行了“世界法轮大法日”升旗仪式，庆祝法轮大法洪传世界三十周年和二十三届法轮大法日。中英文“法轮大法日”的蓝色旗子，高高悬挂在市政大楼前。市长古斯乔拉(Reed Gusciora)亲自主持升旗仪式，并现场颁发褒奖。升旗仪式结束后，学员们身穿明黄色T恤，在市政府大楼前草坪上集体炼功。

美国密苏里州长迈克尔·派森，州务卿杰伊·阿什克洛夫特，国会议员维姬·哈茨勒都对庆祝活动发来了贺信。密苏里州参众两院也通过了褒奖，感谢法轮大法对社区的贡献，同时赞扬学员二十多年来和平反迫害的努力。密苏里州九个城市颁发褒奖，并宣布该市的法轮大法日。

美国德拉华州众议院颁发褒奖，赞颂法轮大法改善了无数人的生活。五月十一日上午，在纽瓦克市Deer Park Tavern餐馆举办的与选民见面会上，德拉华州众议员保罗·鲍姆巴赫(Paul Baumbach)亲自向法轮大法学员颁发了褒奖，并向法轮大法创始人李洪志先生表达了敬仰。

美国麻州众议院议长、少数党领袖布拉德利·琼斯 (Bradley H. Jones, Jr.) 颁发褒奖，祝贺法轮大法洪传三十周年。

爱尔兰国家、市和地方十多位政要纷纷用贺信形式为这个节日送上衷心的祝贺，高度赞扬法轮功的真、善、忍这普世价值，和法轮大法给世界带来的美好与福祉。参议员大卫·诺里斯 (Senator David Norris): “我很高兴能够帮助庆祝法轮大法三十周年。法轮大法修炼中的真、善、忍原则是非常值得赞扬的，当之无愧于普世价值。”

十六位**瑞典**政要联合签名给法轮功学员发来了贺信：“真、善、忍是非常重要的普世价值，尤其现今的疫情及后疫情时期，个人健康、个人责任及个人的发展比任何时候都要重要。”

奥地利国会议员佩特拉·巴伊尔 (Petra Bayr)、佩特拉·维默 (Petra Wimmer)、和马里奥·林德纳 (Mario Lindner) 发声明祝贺大法日，并谴责迫害。

台湾包括执政党和在野党的跨党派民意代表及政要，祝贺并感谢大法弘扬真、善、忍普世价值，福泽社会人群，敬佩法轮功学员坚毅百忍传递真相的勇气和毅力。立委郑运鹏说：“五月十三日是法轮功弘传全球三十年的特别日子。”他表示，恭喜及祝贺大家在真、善、忍的教义及修行之下，可以得到幸福美满的人生，以及健康的体魄。郑运鹏表示特别感谢法轮功，长期以来在各个领域，包括媒体报导上提供正确的资讯，让全世界知道中国的真相。

就这一念，管子秃噜一下就进去了。那种不知该怎么办了的无奈感觉令我很是郁闷，不觉就“啊”的大喊了一声。后来明白了，如果当时想：不许给我插！那也许就不给我插管了。

回到监室后，我看到年轻同修浅粉色的T恤上有个大脚印。她告诉我：“我就在你的后面，我听到你在灌食的屋子里惨叫，不知你咋样了，心里很害怕。轮到我时，我说我已经吃饭了，不用灌了。一个穿白大褂的人说：‘吃了也得灌！’他们就是为了折磨人。然后那个人问我：‘怕不怕？’我说：‘怕！’他问：‘说不说哪来的？’我说：‘不说！’后来那人就踹了我一脚。”

我没想到我的一声大喊会给同修造成那么大的恐怖压力，我觉的很惭愧。同修是那样的纯净，心象水晶一样干净清澈。

几天后，我被我单位领导找到，带回家乡非法关押。他们付给北京警察三千元钱，这样我就不在我省进京上访的名单上。因为那时江××下令：哪个省大法弟子上访的人多，就撤哪个省官员的职。所以那时各省市都有拦截上访大法弟子的“驻京办”人员，“驻京办”人员从北京警察手里买回一个不上册的大法弟子会花三千至五千元不等，北京警察很是发了一大笔横财，这也是北京警察极力审问大法弟子姓名地址的原因。而当地警察又把这笔费用转嫁到大法弟子身上，有的大法弟子甚至被勒索几万元钱。那些长期审问不出姓名地址的大法弟子，被大客车运走了，一车又一车。几年后，当活摘器官这个星球上前所未有的血腥罪恶被揭露出来后，我才猜到运走的那些大法弟子有可能是被关进了秘密集中营或地下医院，成为中共活体摘取器官的供体，成为无辜的受害者。

二十多年过去了，我再也没有见到过那些同修，也不知她们的任何信息。每当我想起那些同修，都衷心祈盼：她们依然都健在，依然走在修炼、救人的正路上！

徒步三天进京证实法的同修

监室里有一位肤色稍黑的同修。我刚见到她时，她很憔悴，一手捂着胸部，很痛苦的样子。她在天安门广场遭到了警察的殴打，肋骨被踢伤了，胸部已经疼了很多天。这位同修应该不到三十岁，听口音似乎是江浙那一带的人，穿的衣服是地摊上最便宜的那种，身上带有长年劳做干活的痕迹，生活应该很艰苦。后来交谈中证实了我的猜测。她要走几十里的山路才有车坐，没钱的她只借到八十多元，带着自己做的干粮走出了大山——那仅有的八十多元钱到不了北京，她买了一张离北京最近的车票。下车后她开始步行，走了三天，也饿了三天，最终找到天安门广场。上访无门，她只想到天安门广场告诉人们：“法轮大法是正法！法轮大法好！”

同修那种对大法、对师父的虔诚与坚信令我感到震撼！

害怕也不说出姓名地址的同修

一位年轻同修总爱和我在一起，她是南方女子，看上去娇娇柔柔的，象个文静的高中女生。她的小孩儿刚刚两岁多，我问她想孩子吗？她点点头。她告诉我：她胆子小，愿意和有正念的同修在一起，让她也有正念。我问她：“既然胆子小，为什么还来北京呢？”她说：“我觉的应该来，就来了。”

同修们决定绝食抗议邪恶的非法关押（有先进来的同修告诉我们，前些日子有位女同修在被插管灌食时，插到了气管里，当场窒息而亡）。在绝食抗议的第四天，我们遭到野蛮灌食。灌食的屋里两侧分别摆着两张铁床，床栏杆上有四个手铐，能把人铐在床上固定住。几个男犯人在一旁虎视眈眈，准备鼻饲灌食（胶皮管子从鼻孔经过食管插到胃里）。给我插管时，我心里一直默念：你插不进去、插不进去。结果他们就一遍一遍的插，又换人插，折腾了老半天，怎么也插不进去。我被插烦了，心想，插到什么时候是个头啊，插完得了。

旧金山排字庆祝法轮大法日 游客震撼

【明慧网】二零二二年五月十四日，为庆祝法轮大法洪传三十周年，暨祝贺李洪志师父七十一华诞，美国旧金山部份法轮功学员在旧金山金门大桥附近的迪斯尼家庭博物馆（The Walt Disney Family Museum）前的大草坪上排出壮观而神圣的“大法洪传三十周年”几个大字。

当天上午九点，法轮功学员首先在大草坪上炼功，之后列队排字。排字和集体炼功祥和、有序的场面，吸引与震撼着民众，行经的路人驻足观看，并拍照留念。



图：二零二二年五月十四日，美国旧金山部份法轮功学员在旧金山金门大桥附近的迪斯尼家庭博物馆前的大草坪上排出壮观而神圣的“大法洪传三十周年”，庆祝法轮大法传世三十周年，暨祝贺李洪志师父华诞。

美国德克萨斯州七城市 宣布“法轮大法日”

【明慧网】五月十三日是世界法轮大法日，二零二二年的五月十三日是法轮大法创始人李洪志先生传法三十周年纪念日，暨第二十三届世界法轮大法日。美国德克萨斯州的艾伦市 (City of Allen)、雪松山市 (City of Cedar Hill)、锦绣市 (City of Fairview)、葡萄藤市 (City of Grapevine)、艾文市 (City of Irving)、麦肯尼市 (City of McKinney) 及南湖市 (City of Southlake) 的市长给美南法轮大法学会发来褒奖，宣布这一天为本市的法轮大法日，以表彰法轮大法为社会、社区的贡献，和对法轮大法的支持。



恶警故意把监舍里的纱窗都撤走了。夜里明亮的灯光会把蚊子引来更多，郊区的蚊子又大又毒，同修们都被叮的全身大包，睡梦中都会把红包挠破、出血。一位矮个子、胖乎乎的老同修每晚睡很少的觉，抢着一件衣服为大家撵蚊子，想让大家睡的安稳一些。一位老同修撕开自己的白背心给大家当毛巾用，仅有的两卷手纸大家都节省着用，因为我们不知道什么时候才能获得新手纸。虽然如此，大家那颗修炼向善的心，谁也动摇不了，一起背法、一起炼功，互相鼓励，大家都很平和安详。

为打人的警察落泪的老同修

这位老同修身材高大，皮肤白里透红，谁也看不出她没修炼前曾患多种严重疾病，如果她不说自己已经七十二岁了，我以为她只有六十岁左右，老同修的方言很重，认真听才能听懂她的话。

一次，老同修被非法提审，回来时眼睛红红的，明显哭过。大家很关心，问她是否挨打了，因为这样的事情经常发生。老同修点点头，说起了经过：年轻警察审问老同修从哪来的，老同修就讲自己的亲身经历，告诉那个警察自己修炼后所有的病都好了，按照真、善、忍做好人，家庭和睦了，最后老同修说：“我不能告诉你姓名地址，如果说了会让我们那儿当官的被撤职，他们能当上那个官儿也挺不容易的，不能连累他们丢了官儿。”那个警察根本不愿意听，开始拳打脚踢。老同修看着那个警察恶狠狠的样子，很可怜他，眼泪一下就流出来了，边哭边说：“我已经七十多岁了，比你母亲岁数都大，你不能这么做呦。你这么打骂修炼人，是在造业啊，将来会下地狱的，要偿还的，你将来可怎么办呢？”大家听同修讲述后，都为那个警察叹息，佩服老同修的善良，感佩她有一颗金子般善良的心！

记去北京上访时的同监舍同修

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】在我二十二年的修炼过程当中，经历和见证过的故事很多，和这些故事相关的人，有的我只见过一面，有许多我一直不知道她们的名字，但她们的故事，我从未忘却。这些故事象一颗颗珍珠，散落在我的记忆深处，熠熠生辉，我拾捡其中的一小部份，穿珠成串，与大家共同分享。

一九九九年七月，邪党魁首江泽民开动全部镇压机器，以恐怖之势造谣、诽谤、诬陷法轮大法及大法师父。很多大法弟子认为政府不了解真相，都想用自己的修心向善、身体健康的经历，向政府反映真实情况，证实大法的美好，还师父清白。众多的大法修炼者，前仆后继来到北京，走上了和平请愿之路，只想为大法说句公道话，说句心里话：“法轮大法好！”“真善忍好！”可等待这些善良人的，是镇压、酷刑、监狱、甚至还有未知的去向。大法弟子为了不牵连本省官员、单位领导，不报姓名、不报地址，于是，很多鲜活的人变成了黑户，成为公安数据库里一个个冰冷的数字编号。

二零零零年六月，我和妹妹进京为大法和平上访，被非法关押在北京郊区的十里渠收容所，被女警强行裸体搜身后，除了身上穿的衣服，一无所有。狱方不卖给我们任何生活用品，监舍里连被褥都没有，条件很艰苦。由于去北京的大法弟子太多，每个监舍里都塞的满满的，我所在的六人通铺监舍里，有二十名左右大法弟子。这些修炼人都非常善良，做事都为他人着想。由于人多床少，大家都抢着睡在冰凉的地砖上或散发臭味的厕所旁，把木板床铺让给其他人。有的同修每晚只是靠着墙壁坐着睡，只为了让其他同修睡觉时能舒展一下腿。

艾伦市褒奖译文：

鉴于，法轮功学员热烈庆祝法轮大法传播三十年，五月十三日世界法轮大法日这天，这个庆祝活动遍布全美国及世界各地；

鉴于，法轮大法是源于古老中国文化，以真、善、忍为准则的一个平和的自我提升的功法；

鉴于，法轮大法的创始人，已经帮助了全世界上亿的人改善了身体健康、提升了道德水准，以及使他们通过修炼法轮功加深了对生命、人生、以及宇宙的认识；

鉴于，法轮大法已经给上亿的人们、八十多个国家带来了深远的影响，已经向世界展现了生命的价值和人性的光辉；

鉴此，我，肯尼斯·福克（Kenneth M. Fulk），艾伦市市长，在德州的科林郡，宣布二零二二年五月十三日为“法轮大法日”。

在德克萨斯州的艾伦市，我鼓励支持所有公民了解此事，并参加与之相关的所有活动。

肯尼斯·福克市长（签字）

海外学员正法修炼活动简报

【明慧网】二零二二年五月十三日，是第二十三届世界法轮大法日暨大法洪传第三十周年，也是法轮功创始人李洪志大师的华诞。来自美国大纽约及周边地区各族裔的法轮功学员约四千人，在曼哈顿中城最繁华的闹市区——四十二街上，举行盛大游行庆祝，并表达对慈悲伟大的师尊的感恩。

美国首都华盛顿地区的部分法轮功学员五月八日在美国国家广场集体炼功，并以乐器演奏、歌声、诗朗诵、舞龙、腰鼓表演庆祝世界法轮大法日。国会众议员戴维·特隆（David Trone）在褒奖中说：“谢谢你们通过分享真、善、忍核心价值

价值观做出的宝贵贡献，通过你们的故事和精神教化，努力促进人类进步，这对于建立一个更强大的社区至关重要。祝贺！”

美国旧金山部份法轮功学员五月十四日在旧金山金门大桥附近的迪斯尼家庭博物馆（The Walt Disney Family Museum）前的大草坪上排出壮观而神圣的“大法洪传三十周年”几个大字。

五月十四日下午，**德国**柏林法轮功学员在勃兰登堡门前的巴黎广场举行活动，庆祝世界法轮大法日以及大法弘传世界三十周年。学员们在广场上竖起醒目的大横幅，还进行了腰鼓表演以及功法演示等。鲜亮的服装、嘹亮的音乐、欢快的鼓点和优美的功法，令广场上的各国游客驻足。

五月十三、十四日**瑞典**法轮功学员聚集在斯德哥尔摩皇家花园与当地各族裔民众共同庆祝第二十三届世界法轮大法日暨大法传世三十周年。学员们集体炼功，并以真相展板、腰鼓表演等方式向世人颂扬大法的美好，表达对师尊无尽的感恩。

五月十四日，在**俄罗斯**莫斯科市河内宾馆（Hanoi）的舞台上，法轮功学员和民众共同庆祝了世界法轮大法日。独具东方色彩的舞龙舞狮、腰鼓和歌舞表演引来阵阵掌声。同时，法轮功学员在舞台上向所有人介绍法轮大法是什么和展示五套功法的动作。在炼第五套功法的时候，台下很多人共同尝试盘腿打坐。

波兰和**乌克兰**学员五月八日在华沙举办活动，庆祝法轮大法弘传世界三十周年。上午八点半，学员开始集体学法炼功并在中午十二点来到华沙中使馆门前静坐，中、英、波三种文字真相展板一路排在使馆门前，引起不少过往行人关注和询问。

五月十四日下午，来自**意大利**北部伦巴第大区、皮埃蒙大区和威尼托大区的法轮功学员在米兰市中心纪念法轮大

帮我把电脑加密、防火墙等装上，帮我买了网卡，又让另一同修教我使用。

我上网后第一个月三退名单四百八十八人，第二个月劝退一百九十人。

恶党大面积封网，网卡不能用了。我哭着求师父，我要上明慧网，请师父加持弟子。因家中我自己住，网络要用实名。有一天我路过网络厅，心想我问一下情况如何。一问正在办理优惠，一个月只需十元钱。我一听马上求妹妹，用妹妹的身份证办了手续，三天内网络畅通。我到师父法像前双手合十，谢谢师父给弟子安排的都是最好的，感谢师父成就弟子，威德给了弟子。

从我上明慧网后，附近有四位七十多岁的老同修也相继上网了，而且学会了用中文打字，及时的把自己每天的三退名单发出去。如果人人都能这样自己上网，就会减少占用其他同修的时间。

再说一下上明慧网后的感悟和提高。

二十多年的修炼心得投稿没超过五次。上网后半年多投稿已八九次了，虽然没发表，但我每次写稿智慧都源源不断，写完一篇又想写下一篇。有时一天能写两篇，同修看后还说写的挺好。

随着修炼的提高，每天出去救人的数量比上网前增加了，我真实的感受到了师父对我的加持。谢谢师尊慈悲苦度。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

人人都来上明慧网

文：大陆大法弟子

【明慧网】今天听了同修的交流文章，我也有同感，抱着共同提高的心，写下自己的感悟。

作为一名真修弟子，确实都应该上明慧网，因为明慧网是师尊让弟子们办的，是大法弟子的交流园地，也是曝光邪恶的窗口，意义重大。在这里谈一下我上明慧网的体会。

说起来很惭愧，我是一九九八年修炼的老学员，在修炼的路上一路走的跌跌撞撞。事没少干，学法不用心，用人心干事，多次被邪恶迫害。二零一二年出狱后工资被扣，造成了怕心、利益心、怨恨心很重，自己为这些修不去的人心很是苦恼，而且也一直干扰我上明慧网。

直到两年前，看到大我四岁的老同修，她每天要为五至六个同修上传三退名单。老同修不会打字，用五笔形写，上百人的名单写完，她已经很累了，还要做资料，还要天天再外出救人，三件事做的很努力。每当我把三退名单给她时，我心里总是酸酸的，而她总是乐呵呵的接过去。多好的同修啊，七十多岁了，我也是师父的弟子，我应该突破人心，我也要为同修着想，让同修多有时间学法炼功，我也要上明慧网。

决心已定，奇迹出现了，真象师父讲的“修在自己，功在师父”^[1]。第二天我去同修家，进门不久，有一位同修背着一台笔记本电脑来了，说要卖。我问明情况后留下来电脑。背回家后心里犯愁，怎么开机都不会，谁来教我。放了一段时间后，心想我不要了，送给同修吧。

我原封不动的把电脑背到同修家，说明来意。这时有人敲门，一看来了一名技术同修，听完了情况，同修二话没说，

法弘传三十周年，一如既往地公众传递法轮大法的祥和与美好。五月八日，罗马和周边城市的部分法轮功学员来到罗马市中心举行了集体展示五套功法等活动，庆祝即将到来的“五·一三”世界法轮大法日，同时，向民众讲述法轮功学员反迫害真相。

五月十四日，**芬兰**法轮功学员在首都赫尔辛基市中心举办世界法轮大法日庆祝活动，以歌曲和集体炼功等形式，向民众展示大法的美好。五月十四日，瑞士法语区的部分法轮功学员在日内瓦举行了集体炼功活动。五月七日，荷兰法轮功学员来到首都阿姆斯特丹繁华热闹的市中心——水坝广场（Dam）举行了盛大集会和游行，向民众展示法轮大法的美好，传播反迫害的真相。

为了庆祝五月十三日世界法轮大法日，**巴西**法轮功学员们准备了花车游行和真相照片展。花车在热闹的市中心缓慢行驶，沿途用中葡双语介绍世界法轮大法日、什么是法轮功、讲解法轮功迫害真相。学员们在圣保罗旅游景点东方区自由广场（Liberdade）上摆放了真相展板、学员们做法功演示、给过往民众传单、讲解法轮功以及被迫害的真相。

在**香港**，法轮功学员一如既往地在公园炼功，在街头派发揭露迫害的真相刊物，希望将真、善、忍的美好带给更多人。台湾中区法轮功学员五月七日在云林古坑河边公园举办一日学法，以学法交流，相互督促精进方式修好自己，救更多众生回报师恩。五月八日下午，台湾大台中市地区部分法轮功学员在市政府广场上集体炼功。

澳大利亚墨尔本部分法轮功学员五月七日在市中心的女王桥广场（Queensbridge Square）举行盛大庆典，欢庆世界法轮大法日暨大法弘传三十周年。澳洲墨尔本不同党派多位政要及精英人士在发言中表达了对法轮大法的敬重与支持，还有议员专门发来了贺信。▲

中国三十省五十余行业大法弟子 恭贺大法洪传三十周年

【明慧网】一九九二年五月十三日，尊敬的李洪志师父将万古难遇的法轮大法洪传于世，向世人揭示了生命的真谛。三十年来，大法弟子遍布中国三十省各个行业、各个阶层，人们争相传颂法轮大法的慈悲与威德。在第二十三届世界法轮大法日到来之际，来自五十余行业的中国大法弟子感恩师尊的慈悲救度，恭贺大法洪传三十周年！恭贺师尊华诞！

下面是部份来自中国大陆铁路、航空航天、化工、医院、市场监督、教育、科技、文化、体育、水利、电力、银行、服务行业、燃气、房地产、电商、外贸、文卫、油田、医药、石化、纺织、重型机械、金融、矿业、税务、会计、军工、餐饮、拍卖师、经济师、音乐界、新闻界、地勘、油气技术、煤矿、建材工业、商业、黄金、农垦、医疗卫生、机车车辆厂、通信、林业、建筑设计、环境艺术、保险、粮食、钢铁集团、采油、军队、公、检、法、司、政府等各行业系统大法弟子们的节日贺词。

教育、科技、文化系统大法弟子庆祝法轮大法洪传三十周年！“师父把我们在地狱里捞起，净化了我们变异的思想和肮脏的身体，唤醒了我们尘封的记忆，让我们成为助师正法的大法弟子，赋予我们救度众生的神圣使命。今生幸遇慈悲伟大的师尊救度，喜得大法，走上了生命回归之路。在宇宙正法最后不多的时间里，我们一定牢记下世来的使命，做好我们应该做的三件事，尽可能多的劝善救人，挽救众生脱离中共魔掌，从而避免随旧宇宙被淘汰，带领众生进入新宇宙。”

看着发正念。炼功动作都忘记了，但是听到炼功音乐，就跟着炼，不对的地方，妹妹给我纠正。后来，就把师父的《大圆满法》从新学了一遍。遇到困难，我老是想不起求师父，妹妹就提醒我，告诉我，求师父加持。

七天后，妹夫和他女儿女婿旅游回来，看到我，都说我好的挺快。妹夫说，你是我见过得这个病恢复最好最快的。我也加强炼功，每天炼两遍，开始第二套炼半个小时，一个月后，就炼一个小时，虽然很难，但我努力坚持。也坚持做自己力所能及的事情，否定邪恶强加的一切不该承受的。四十天后，我回到了自己的家。

在和妹妹学法、向内找中，我找出了许多人心，争斗心、怨恨心、色欲心、对情的执著。在情的带动下，做事显示自己多么好啊，自己如何对待亲戚朋友、家人好啊。特别是丈夫。丈夫不支持我炼功，我每次被邪恶迫害，他承受很多，又惧怕被邪党扣掉工资。所以这些年，他干什么都是自己想干啥就干，从没听过我的意见，使我心里产生了怨气，不平衡的心，关系越来越紧张，有个风吹草动的，这家就处在飘摇之中。但我是炼功人，遇到问题向内找，心里一边怨着丈夫，我仍然对他好，关心他、善待他。其实是情的作用，是自己摆不正和丈夫的关系，分不清情与慈悲的体现是什么样。在色欲方面，自己面对丈夫时，总是没有正念，用人的狡猾心里对待，一次次失败，放大了执著，让魔钻了空子。也是造成今天出事的原因。自己原来是在情中对丈夫好，丈夫不领情，自己还生出了怨恨心、不平衡的心。

谢谢师父在弟子过关时的点悟，给了弟子生的希望，赐给弟子又一次修炼机缘。在今后的修炼中，我要严格要求自己，抓紧修去怨恨心等，做好三件事，跟师父圆满回家。

魔难中修怨恨心

文：河北大法弟子

【明慧网】首先感恩师尊又一次把弟子救起，给了弟子又一次生命。

在二零二一年五月底到八月底的三个月中，我从不会说话到会说话；从不会走路到会走路；从不会写字到会写字；从不会读书到现在每天学法。在这三个多月的时时刻刻，师父时刻慈悲的保护、救度着弟子，弟子才能走过这次魔难，谢谢慈悲伟大的师父，也谢谢帮助我的同修们。

二零二一年五月底的一天晚上，只有我和外孙女在家，我突发脑出血（假相），不省人事。十岁的外孙女哭着电话告诉了她远在河南工作的爸爸，她爸爸才紧急联系了没在家的我丈夫及家中亲人。在县医院诊断后，县医院不敢负责，让转院，丈夫连夜带我到市医院抢救和治疗。半个月后出院，妹妹（同修）接我回到她家。

当时的我，走路得人用力扶着，吃饭只能用左手，说话颠三倒四，把法中的一切都忘记了。妹妹教我念“法轮大法好，真善忍好”，我一会儿记住一会儿忘的。从卧室到卫生间时，谁扶我就和我一块念九字真言，晚上睡觉也听师父讲法。

就这样，大概第三、四天的晚上，半夜上卫生间，我没有喊妹妹，我要自己去，结果在客厅摔倒了，不知用了多长时间，终于爬了起来。从这以后，我就一个人在家里活动了。我出事后的那天，女儿的妯娌也在场。大概一个星期之后她来看我，惊奇的说，伯母和那天比，不知好了几十倍啊！

我和妹妹每天学法，许多字都不认识了，这时我就默念“法轮大法好，真善忍好”。念几遍后，就知道这个字念啥了，就再往下学。发正念的内容都忘记了，妹妹就给我写在纸上，

四川医疗卫生系统大法弟子贺世界法轮大法日！并向慈悲伟大的师尊表示：“在正法修炼的最后，我们一定谨记您的教诲，多学法，做好三件事，救度更多的众生，迎接法正人间的时刻。”

湖南省司法系统大法弟子表示：“大法洪传三十年，无数众生沐浴佛法洪恩。大法师父教导的弟子，按真、善、忍标准为人处世，让无数的众生发自内心的赞叹：法轮大法好！”

中国大陆一位法官大法弟子写道：“我在大法中熔炼二十七年，主动同化真、善、忍宇宙大法，弟子无限感恩师尊把我从地狱中捞起、洗净；感恩师尊在正法中给予弟子建立威德的机会。”

山西省军工企业大法弟子说：“感恩师尊的慈悲救度！感恩师尊在修炼路上一路保护！坚信师父！坚信大法！多学法，学好法，去掉各种执著心，修好自己，多救人。兑现史前大愿，圆满随师尊回家。”

山东烟台招远矿业系统大法弟子恭贺世界法轮大法日！庆祝法轮大法洪传三十周年！“弟子永远忘不了师父的救度之恩！弟子所过的每一关、每一难都是在师父的承受与保护下走过来的。弟子一定谨记师父的教诲，多学法，修好自己，多救人，兑现誓约，不辜负师父的期望。”

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

【四川】乐山市法轮功学员朱明容女士，遭冤狱迫害十五年，二零二一年十月二十四日讲真相，被乐山市公安绑架、构陷，据悉，二零二二年四月（或五月）被秘判八年。朱明容女士，四十八岁，一九九九年十月，朱明容女士到北京上访，后被非法判刑三年；二零零三年被非法判刑六年；二零一零年被非法判刑六年。

【四川】西南石油大学南充校区七十九岁的退休医生刘俊华（女），被南充市顺庆区检察院检察官肖熠辉构陷到南充市顺庆区法院，四月十九日下午被非法开庭。

【黑龙江】大庆市老年法轮功学员胡玉莲老人，二零二二年四月二十六日被当地中共法院非法判刑五年，罚金两万元。胡玉莲老人，现年七十八岁，自己独居，二零二一年十一月二十日在家中被东湖区公安分局警察绑架，二零二二年一月十八日被让胡路区法院非法庭审。

【辽宁】兴城市法轮功学员刘锦明，因在二零一五年控诉江泽民，被构陷到法院，被非法传唤，没有到庭。二零二一年一月二十七日下午，刘锦明被温泉派出所绑架，现被非法判刑一年。

【湖北】大冶市四十七岁法轮功学员彭辑珍，二零二二年五月五日在出租屋被众多警察绑架。给警察带路的是她儿子学校的老师，这个所谓“老师”以家访为名，套出彭辑珍的地址。彭辑珍被劫持到洗脑班后，一直绝食抗议迫害，至今已十天未进食，人极度虚弱，据悉她已被送入医院。

【吉林】舒兰市法轮功学员闫静（闫晶）在迫害中离世。闫静二零二零年七月十九日讲真相时被北城派出所绑架、非法拘留十三日。二零二一年闫静再次被人构陷、绑架，于当日因体检不合格回家。二零二一年十月二十七号，舒兰市南

换一个角度讲，同修写出来的文章，都达到了发表的水平，还找我整理干啥？正是由于在文字上有匮乏之处，才需要我帮忙。

过去看不惯同修时，交流中，我总是自以为是，滔滔不绝的发表自己的意见。现在同修存在问题时，我不轻易开口表达自己的观点，给同修留有悟回来的余地。在和同修接触中，多看同修的闪光点，用同修的长处补自己的短处。

在处理家庭关系上，老伴常年打工，下班回来后，一身尘土，一脸灰。过去，我嫌弃他，强调要求他讲卫生，常常弄的老伴很生气。现在反过来，我看老伴很苦，六、七十岁的人，天天上班，真是不容易。他下班回家后，我主动让他先躺在我的床铺上休息，老伴很感动。

按理说，我早就应该这样做。过去我身体不好，是老伴一直照顾我。修大法后，老伴支持我修炼。遭迫害时，老伴没说一个“不”字，为我承受了许多。证实大法中，老伴支持我救人，特别是支持我写作。写作中，非常占用时间，老伴没有怨言。老伴人好，令同修们称赞。常人中就有许多贤妻良母，何况自己是修炼人，更是应该做贤妻良母。现在，在我忙于写作时，老伴需要我帮他忙的时候，我马上放下笔，帮完他的忙，再写。这也是实修的一方面。

通过学法，我悟到了实修的重要性，必须抓紧在学好法的基础上，按法的标准严格要求自己。

近期的一点浅悟，难免存在偏颇，请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟六》〈度人度己难〉

学《洪吟六》知实修的重要

文：中国大陆大法弟子 修心

【明慧网】最近看了几遍师父新发表的大法经书《洪吟六》，我背下来的第一首诗词是〈度人度己难〉：“上士闻难一笑解 中士遇关不坦然 下士人心去不完”^[1]。对照大法，自己人心还有那么多，不就是师父说的下士吗？

我反思自己修的如何？尤其在遇到关难时，不但过的不坦然，而且反映出来的是人心一大堆，妒嫉心、争斗心、怨恨心、急躁心、利益心、欲望心、求名心，发现这些心后，今天去这颗心，明天又去那颗心，真是去不完的去。到头来，哪颗心也没有真正去掉。

自己在大法中修了二十多年，也一直坚持学法，炼功，发正念；在救人上，做资料，发真相资料；在证实法中，写文章，帮助同修整理稿件。觉的自己也紧跟了正法进程，还可以。其实不然，因为自己没有实修，被那么多的执著所困扰，没有得度，何谈圆满？岂不是太危险了吗？！

怎样做是实修？我悟到：就是用法来严格要求自己。过去我做资料，小组中有一个怕心重的同修，有时要，有时不要，还埋怨我不给他做。我非常生气，在同修中发牢骚，恨他不精进。现在他要，我就给他做，不要我也很坦然。我用慈悲心对待他，他能做多少就做多少，不能摊派似的强为。

过去在给同修整理稿件时，有的稿件很不成型，我看完非常闹心，没有信心修改，甚至想丢弃。现在同修的稿件，无论怎么零、散、乱，我都能静下心来改写，我体谅同修，即使不成文，需要全面整理，表达的也是同修证实大法的一颗纯善的心，基点和出发点都是好的，很珍贵的。

城派出所受法院指使，让闫静去，预把她劫持到吉林看守所，但检查身体不合格拒收，于当日回家。十一月份获悉她被非法判刑三年，在医院检查出乳腺癌晚期，未执行。这些迫害，给她和她的家人造成很大的压力，至此她的健康每况愈下。并于二零二二年四月二十二日左右含冤离世。▲

我家的小花风中绽放

文：黑龙江大法弟子 梅子

【明慧网】二零一三年，我建立了家庭资料点，开了一朵小花。当时，我县大法弟子遭到大规模绑架，很多同修身陷囹圄，协调同修被绑架，技术同修被绑架，做真相的同修被绑架。当地同修持续揭露迫害，参与的人少，忙不过来，有同修找到我，让我在家做资料，我没多想就答应了，我的小花在这样一个环境下绽放了。我家刚好回迁搬回楼，当时我丈夫在外地干活没在家，我就一点点的学会了打印等各方面的基础知识。天气冷了，工地没活干，丈夫回来了，我修炼他不管，可一见我做真相资料，他就不高兴了，他认为做这个有风险。他说：你炼功我不管，你越整越大了，让我跟你提心吊胆。他心里害怕，就跟我吵，整天阴沉着脸，一见我做大法的事他就来气，看不到他一点笑脸。我就劝他别这样，出什么事与你无关，让你操心了。

我一面安慰他，一面找自己。我想，他是被业力操控，还有旧势力及邪党的邪恶因素。我就发正念，并请师父加持弟子。丈夫再看我做什么，就不说啥了。谢谢师父。

在这期间，我还找到了自己许多不好的心，如证实自我，自私，没有慈悲的心，我行我素，争斗心，怨恨心，不平衡的心，羡慕一家都是修炼人的同修没干扰，等等，没有想一想师父在时时的看护着弟子，是利用这个机会让我提高的，想起来真汗颜。这些不好的人心我都不需要，归正自己、善待他人，做事不等于修炼。

我想，他也是不容易，我被非法劳教三年时，他承受也不少，那时孩子小，他一个人又是挣钱又是照顾孩子，挺不容易的，也应该理解他才对呀。

学法到第四讲《提高心性》时，又找出一些修炼中存在的问题。

修炼二十多年了，始终跳不出这些情，日复一日，年复一年，父母情、儿女情、同修情，各种情交织在一起，并派生出恨来。

对女儿的情很重，女儿上大学，去年放寒假，就怕疫情严重，孩子回不来。本来二十五号放假，孩子买的二十三号的票。我心想，那挺好。但孩子反悔了，说学校没通知，还得请假，太麻烦了，还得退票。这就是我的情不去，才出现的问题。心胸小，格局就小，孩子是众生一员。当我向内找对了，那边学校通知放假，不用退票了。

去年，我爸爸去世了，对爸爸的思念一直放不下。爸爸活着时，爸爸年年买了白菜，在亲属家积酸菜，也给我带一份。今年，亲属找到我说：“你爸也不在了，今年你自己积酸菜吧。”我说：“行！”嘴上说行，心里又想爸爸了，就觉的爸爸对我的付出是不要回报的，其他人都白费。其实，亲属就是来帮我去掉亲情的，而我没抓住这机会，反而心里生出了怨恨。

我顺着对亲属的怨恨，继续往内找，揪出了隐藏多年的记仇的心，谁对我不好了，我打不过，也骂不过，但在心里记恨他，不见他。

我对前夫就是这样，他过不好了，我幸灾乐祸；他过好了，我就嫉妒他，记恨他。通过学法对照自己，真正理解了“爱是情，恨也是情”^[1]的内涵。找到了，就坚决去掉它。

我要用心学法，修一思一念，多救人。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

说庭长不接见。我又对他说：你再去给我们约见吧。他又进去了，回来说庭长不让见。我毫不退缩，说：你再去给我们约见吧，边说边在心里让他同化真、善、忍。这次，他回来告诉我们：庭长答应下午接见你们。

下午，我们发着正念，走入大厅，我们想：佛光普照，万物同化真善忍，让所有的警察同化真善忍，法轮大法好。在这种正念之场下，庭长把我们迎进大厅，我对刚才曾骂人的警察说：古人都孝敬父母，尊敬长者。就听你骂人了，记住要敬师敬长呀。那个警察乐了，所有的人都对我们非常尊敬，有的站在那认真听我们讲，有的蹲下来乐呵呵的看着我们，整个场面被祥和慈悲包容着，我们把我们要说的都说了，还讲了真相，庭长搀着同去的老同修送出大厅，又送下楼梯。

用心学法 遇事向内找

文：黑龙江大法弟子

【明慧网】一天，我学法时，一边学一边对照法向内找，真找出很多不足。

我在平时遇到突发事情时，守不住心性，失去一次次提高心性的机会。二零二二年四月四日，我开车和A同修到B同修家，让B同修帮修改“五·一三世界法轮大法日”投稿。上车时，我问A，写稿了吗？A说没写。

到B同修家后，B打开电脑，对A同修说：“姐，你的诗我修改完了，你看看，有不恰当的地方，再修改。”我一听，从心里反感A说谎，当时就质问她：“上车时我问你，你说没写，你咋说谎哪？”正确的做法是：当时不吱声，事后找A交流一下。学法不深，事情发生了，容易被带动，胸襟不够，容量小，遇到突发事情时，守不住心性。

我改变了，丈夫也变了，他还经常说，师父说“佛光普照，礼义圆明”^[1]，你炼功我受益。我告诉他，你也好好炼吧，你不抽烟不喝酒，从不浪费钱，省吃俭用，有时比我还能看开。这样一点一点，丈夫在大法的熏陶下，也有正念了。

去年四月末，邪党搞清零回访，街道给丈夫打电话，是让他去签字。他再看见电话就摁了。当时我在儿子家，丈夫来了，告诉我派出所打电话问我家的地址，他就把打印机和电脑送我老妹家了。他还说派出所找到环卫领导让他去签字，他没去。我说你做的对。

就在前几天，同修需要小册子两百份左右，还配有单张，打印机却突然卡纸了，我一着急，一下把纸拽断了，弄一阵子也弄不出来，只好关机了。我发正念，求师父加持弟子，并和机器沟通。再开机时，我把露一点纸头一点一点的取出来了。师父帮了我！我心里这个高兴啊，眼泪都掉下来了，那个激动的心情无以言表。师尊啊，弟子只有做好来回报师恩，让师尊欣慰。

注：

[1]李洪志师父著作：《转法轮》

用法弟子的正念做主导

文：大陆大法弟子

【明慧网】我们在人中，形成很多思维，尤其在迫害中，会有很多负面思维，但这都是邪恶强加的。我们的生命都是大法造就的，是真、善、忍构成的，我们在修炼过程中，就是要去除那些后天形成的不好观念，同化真、善、忍。我们在讲真相时，不对众生发任何负面不正的思维，都用正念主导，引领众生都来同化真、善、忍，同化法轮大法，我们真的能体会大法的威力，感受世人的变化。

几年前，派出所的片警来敲门，屋里有打印机，我没有给他开门，他在外边敲了很长时间。他在外面没有动静了，我想：怎么了，没走吧？可别踹门哪，就这样一想，他在外面就开始踹门。我立即明白：我不对了，是我的念不对才招来的他的恶行。我想：万事万物皆由大法构成的，所有物质都是真、善、忍构成的，警察你的生命都是真、善、忍构成的。我在心里念：真、善、忍好，把真、善、忍打入门外面的警察的头脑中，警察同化真、善、忍，法轮大法好，真善忍好，法轮大法好，真善忍好……就这样诚心的一遍一遍的念。突然，警察在外边喊：“法轮大法好、真善忍好、法轮大法就是好、真善忍好。”真是太神奇了，他变了。

所以我们的心性决定事态的变化。

有一同修被抓了，我晚上和另一同修去公安局粘贴大法真相，她正把大张的真相粘贴贴在公安局对面的广告牌上，这时有警车往里进，另一同修害怕了，示意注意来车了，我把粘贴牢牢的贴在大牌子上，说：不要怕它们，明天公安局长看到吓坏了，明天必须立刻放人。第二天同修真出来了。

一次，遇到本小区的一位大爷，我看大爷总是爱帮助别人，帮人拿东西什么的，我就走上前跟大爷打招呼：大爷，您这人真好，总爱帮别人，象您这样的人都少了，您看共产党那些当官的，都贪污腐败把老百姓都坑苦了，您听过退党大潮了吧？大爷听我这样一说，吓坏了：你、你还敢说这个，你知道共产党有多厉害吗？文革时啥样的都整下去了，你可别说了。我说：大爷，我家里也有政府里的人，我也跟他们讲了，他们都认同我说的对，我们都很好哇！大爷还是吓的赶紧回家了。

回到家里，我边切菜边想：大爷，我这不是为您好哇，你看现在多腐败呀，天灾人祸这么多，你可得记住法轮大

法好！可别相信电视上的谎言，“天安门自焚”是假的。您回家一定要好好思考，我真的为你好哇……

第二天，我刚下楼梯，大爷从另一侧的楼梯也下来了，他直接奔我来了，没有想到的是，我昨天想的话全打到他的脑子里了，他说：姑娘，我昨天回家好好反思，你是好意呀！你这是为我好哇，现在天灾这么多，共产党这么腐败……你说的有道理。

我太惊讶了，大爷完全变了，是因为我在往他脑子里加正念，他完全没有了昨天的怕与不解，我昨天在脑海里对大爷说的话他全接到了，今天变了。真是我们的思想就能改变常人啊！我又继续给他讲了很多，他全都认同，退出了中共恶党的组织。

从这件事中我受到启发，以后讲真相时刻都归正自己的思想，用正念主导，真是不一样的效果。

一次去看看守所去见被非法关在那里的同修，我给那里的四个警察讲真相、讲传统文化，一个警察按动按钮，从里边出来一个警察，对着我大吼，骂人。我不说话了，慈祥的看着他，让他同化真、善、忍，不一会就剩下他自己了，人也平静下来了。我看着他穿着手工织的毛衣，对他说：你能穿你妻子给你织的毛衣，就知道你是一个好人，重传统，不虚荣。也看出你妻子也是个贤妻良母。人都是不失不得，你看现在有的官员，穿的、吃的、用的简直就是吃尽穿绝，无度的腐败，最后锒铛入狱……那个警察完全变了，摸着自己的毛衣道：我好，我妻子也好……他的思维已完全被我主导，我顺势说：这里关着（指同修）的也是好人。他点头认可，我就给他讲了真相，他退出了中共恶党。

一次一个同修被非法开庭，我和同修去见庭长，外面把门的警察不让见，我对着他念真、善、忍，说：你是个好警察，你去给我们约见庭长，我们要反映情况。他进去了，