

## 瑞典健康博览会 法轮功受欢迎

【明慧网】2025年10月25日和26日，瑞典最大的秋季健康博览会在首都斯德哥尔摩北部索尔纳举办，有来自瑞典各地3百多家厂商参展，展示各式健康产品和服务。

在忙碌喧嚣的展览大厅中，一处邻近表演舞台、人流量多的位置，以宁静祥和的炼功场面吸引了众人的目光——这里是法轮大法的展位。

### 多年手痛被治愈 展商：法轮功真神奇

法轮功（又称法轮大法）因其改善身心健康的神奇功效，与展会主题契合。每年，法轮功学员都被主办方邀请参展。

一位来自瑞典西部的中年女士，高兴地来到展位与学员交谈。她是展商，也是一位气功爱好者。按捺不住内心的喜悦，她兴奋地告诉学员：“今天是特意过来与你们分享，我见证了大法的神奇。”

她谈到，不久前在居住地附近的公园里，看到有人在炼法轮功。“当时阳光像利剑似的照射下来，围著那个炼功的场地，很壮观。我很好奇就走上前想看个究竟。”没想到



有人当场学功，体验炼功动作。

亮剑般的阳光也落在了她的胳膊上，让她感觉很舒服。

“原来我有个老毛病总是胳膊痛，从那以后胳膊再也没疼痛过、彻底地好了。你说这个法轮功有多神奇！现在我还在看《转法轮》，这部书太好了。我也在炼功，这功法的确是不一般、非常好！”

### 女士激动泛泪： 这正是我需要的

两天展会期间，很多参观者对法轮功真、善、忍的普世价值表示认同，来展台购买法轮功书籍的有缘人络绎不绝。来自瑞典北部一位年轻女士就是其中的一个。

在现场，她询问了许多有关法轮功的详情，并表示对功法感兴趣，学员向她推荐大法书籍。当打开大法书的那一刻，只见她眼中闪著泪花，激动不已。大法真、善、忍的法理似乎将她唤醒，她说：“这正是我需要的，一定要买回家好好阅读。”

法轮大法是由李洪志先生于1992年5月在中国传出的佛家上乘修炼大法，指导修炼者以真、善、忍为原则提升道德与身体健康，至今已弘传100多个国家，法轮功的主要著作《转法轮》已被译成50种语言，获褒奖、支持决议案和信函逾万项。◇

# 绝望毒瘾者的逆转人生：奇迹真的存在

【明慧网】我是一名昔日吸毒者，曾经深陷毒瘾十几载。如果不是修炼法轮大法，恐怕我早已不在人世了。现把我的故事讲述出来，向世人证实法轮大法的伟大，同时感恩李洪志师父的洪恩浩荡。

## 小小年纪，误入歧途

我于上个世纪 70 年代出生于大陆某城市。父亲是上山下乡的知青，在插队的农村娶了母亲。我出生后，是在城里祖母身边长大的。

祖母没什么文化，不会教育孩子，我从小学 3、4 年级就开始学坏了。因打架，偷窃等等劣行，经常在派出所进进出出。因为经常逃学，小学断断续续读了 8 年才毕业。初中只读了 1 个月，就因抢劫进了收容所。因年龄太小，无法判刑，收容所通知父亲接我回家。从此以后我彻底不上学了，在社会上游荡。

1995 年，我染上毒品海洛因。后来我因抢劫被劳改两年；因吸毒被劳教两次，共计 4 年；被强制戒毒 4 次。我每次从监管场所出来，过不了几天又开始吸毒。那个期间，我整个人是茫然的，没有正当的职业，没有稳定的经济收入，看不到前路，看不到希望，就这样在苦海中沉沦，滑向深渊。



## 得遇大法，却怯步迟疑

时间来到了 2011 年，我最后一次从劳教所出来，遇到了曾经一起吸毒的小 A。小 A 也是因为吸毒被劳教。在劳教所期间，他遇到了被非法关押的法轮功学员。在那位学员的引导下，小 A 决定修炼法轮大法。解教回家后，小 A 就正式地走入了修炼，很快就彻底戒掉了毒瘾，过上了正常的生活。小 A 吸毒期间，曾经因逃避警察抓捕从二楼窗户跳下，摔断了腿，成了残疾人。修炼法轮大法以后，他的腿很快康复，行走自如，跟正常人没什么两样，根本看不出他曾经腿残。

小 A 的经历深深地触动了我。他彻底戒毒，不再复吸，这一点尤其令我震撼。于是我也拜读了宝书《转法轮》（法

轮大法指导修炼的主要书籍），被书中的法理深深地折服。我知道了自己是谁，为何来到世上。我知道了人应该有尊严地活着，应该同化宇宙特性真、善、忍，应该重德，应该堂堂正正地做个好人！

可是，我并没有立即走入修炼。那个时候我不吃海洛因了，但是吃上了新型毒品，什么冰毒、K 粉、大麻、摇头丸、麻古，市面上能买到的毒品我基本上都吃过。这些东西虽然不象海洛因那样容易让人上瘾，但是对身体的伤害更甚！我还抽烟喝酒，这些都是法轮大法的修炼原则所不允许的。于是我决定，先不修吧，把烟酒毒彻底戒掉之后再修。

然而，这些东西哪能轻易就戒掉的。（转下页）



(接上页)转眼到了2017年。一天晚上,我做了一个梦,梦中我被很多邪恶生命追赶,它们的外形就象美国大片中的那些奇形怪状的外星生命。我往一座山上逃,一直逃到了山顶。眼看就要被它们抓住了,我一横心,一闭眼,从山顶往下跳。没想到它们追上来一把抓住我的脚,死死抓住不放,不让我跳。我本能地喊了一声:“师父!”就醒了。醒来的那一瞬间,我清清楚楚地知道,我必须修炼了!只有修炼,才能彻底摆脱恶魔的纠缠与戕害!

## 正式修炼 脱胎换骨

一旦正式地走入修炼,奇迹就发生了。我就跟小A一样,在大法的神奇功效下,很快彻底戒掉毒瘾,同时戒烟戒酒,戒绝了一切不良生活习惯,彻底告别了昔日荒诞不经的生活。

我再也不干非法勾当,而是用诚实劳动换取合法收入。我做过保安、送货员,现在以开出租车为生。

随着一天天地炼功,我身体也在一天天地变化。师父用强大的功,净化了我那因常年吸毒而伤痕累累的身体,使其焕发出新的生机。我吸毒时瘦骨嶙峋,只有80斤,人们叫我排骨。修炼后的我,红光满面,精气神十足,体重增加

到正常的130斤。开出租车是很辛苦的,可是我不管开白班还是夜班,都不觉得累。

法轮大法是性命双修的功法,身体净化的同时,道德品质的提高也是突飞猛进的。举个例子,我所居住的小区,曾经有一段时间,清洁工对薪资待遇不满,干活儿不好好干,马马虎虎敷衍了事,楼道里经常脏兮兮的,而我所在的楼层,永远是干干净净的。因为我长期坚持义务清扫楼道,一丝不苟地拖地,直到换了清洁工。

再比如,开出租车经常碰到这种情况:某天堵车,计价器显示的费用自然高于不堵车的时候。

有的乘客就不高兴了,说平时这个距离只要多少多少钱。我说:“那就随你吧,你觉得给多少合适,你就给多少。你就是一分钱不给,也行啊!”因为我明白了大法书中所讲的不失不得,看淡得失的道理,我愿意明明白白地吃亏,吃多大亏都不往心里去,都乐呵呵地不在乎。

亲朋好友看到我的变化,都知道是法轮大法的威德所致。最感慨的当数祖母,看到自己最疼爱的孙子终于改邪归正,浪子回头,老人家别提多开心了。祖母明白了法轮大法的真相,发自内心地感激师父,感恩大法。祖母93岁寿终,

走得很安详。

## 传播真相,再陷囹圄

2020年的某天,我因散发法轮功真相资料被派出所警察绑架。我坚信自己按真、善、忍做好人无罪,向世人讲述法轮功真相无罪。在派出所,在看守所,在一次一次的非法审讯中,我做到了零签字、零口供。之后我被非法判刑2年。在监牢里,我堂堂正正地炼功,堂堂正正地向同监室的人讲述法轮大法的真相,讲述法轮大法的好、法轮大法的正,讲述大法师父的慈悲伟大。狱警和牢头都知道我炼功、讲真相,都不阻止我。

需要一提的是,在我被迫害的整个过程中,那些所谓的执法者对我从头到尾都没有讲法律。警察抓了我,没有通知家属;法院对我非法开庭审判,也没有通知家属;家属请了律师,律师打电话给法官询问我的情况,法官开始还接电话,后来干脆不接了。所以直到我被非法判刑,家属和律师都不知道。

## 中共容不下好人

当初,我因吸毒、抢劫,被劳教、被判刑,而今却因为做好人再次身陷囹圄。中共是容不下好人的,更容不下教出了亿万好人的法轮大法。因为,中共假恶暴的本性,与法轮大法的修炼原则真善忍,是根本对立的,是根本背离的!◇



# 武汉商业精英、作家梁贵民遭中共非法关押

【明慧网】湖北省武汉市法轮功学员梁贵民先生是武汉市汉阳区交石技术集团（湖北）有限公司副总。2025 年 10 月 20 日，他在公司被警察绑架，目前被关押在看守所。

## 德才兼备 因说真话被迫害

梁贵民现年 40 多岁，毕业于华中理科大学和中国地质大学，取得双科硕士学位，曾在中国银行全国演讲大赛中荣获第一名，在知乎网站短篇小说全国 100 万作家中排行前 50 名。在 2025 “环球文学杯”华语诗歌散文年度大赛 8721 件网络投稿中获奖，参赛者来自中国 30 多所知名高校教授及海外知名作家、文学家、诗人、华语作家。

梁贵民不仅在文学领域是一颗璀璨的明珠，也是商界奇才，他在交石技术集团（湖北）有限公司任副总，业务成绩第一，兢兢业业，早来晚走，待人谦虚，认真负责，为公司发展付出很大。

他曾任银行行长。2021 年，因给人讲述法轮大法真相，被一学生恶告，被非法开除行长职位，失去工作，并遭非法抄家。据悉当时所有个人存款及家中财物都被警察抢劫。武汉市武昌区法院于 2022 年 8 月 26 日非法庭审梁贵民。但因处疫情期间，后续情况不明。

2025 年 10 月 20 日，梁



贵民再次被警察绑架，目前被关押在看守所。他的妻子没有工作，带着两个不到 10 岁的孩子，没有经济来源。

中共自 1999 年开始迫害法轮功以来，就将修炼法轮功的社会精英视为眼中钉、重点迫害对象。被迫害的社会精英人士包括博士、教授、研究员、工程师、设计师、高管、银行干部、军官、主任医生等。

## 辽宁高工栾长辉 狱中遭酷刑迫害

辽宁省葫芦岛市渤海造船厂高级工程师、法轮功学员栾长辉 2021 年 7 月 20 日遭绑架，后被非法判刑 4 年，劫入辽宁省沈阳第一监狱。

栾长辉，54 岁，是一位令人尊敬的优秀高级工程师。他修炼法轮功后，身心受益，工作上兢兢业业，任劳任怨，多次获得优秀奖。在单位、在家中，他深受大家的赞誉。

2021 年 7 月 20 日，正在渤海造船厂上班的栾长辉被葫

芦港市龙港区边防派出所所长孙玉柱等绑架、抄家。之后他被非法批捕，于 9 月 24 日被构陷到法院。

2021 年 11 月 30 日，栾长辉被非法判刑 4 年，罚金 2 万元。他上诉后，被葫芦岛市中级人民法院维持原判。2022 年 8 月 6 日，栾长辉被劫入辽宁省沈阳第一监狱，遭受迫害。

一入狱，他就被送到高度戒备监区进行摧残。狱警用电棍电栾长辉，为了增加电流，还往他身上泼水，电棍都用了好几根。电击之后，狱警指使犯人盯着他，不让他睡觉，用熬鹰的手段折磨他。狱警恐吓他说，“这只是冰山一角，还有更残酷的刑罚等着你呢。”

栾长辉的妻子刘聪为丈夫申冤，2024 年 7 月 12 日凌晨被闯入家中的警察绑架。2025 年 6 月，刘聪被葫芦岛市连山区法院非法判刑 4 年。

梁贵民、栾长辉的遭遇只是无数个遭受中共迫害的社会精英人士的缩影。◇



# 加国多位议员促法律制裁中共跨国镇压

【明慧网】加拿大多位联邦议员表示，加国政府应通过有效实施相关法律，全面根除中共的渗透和干涉，抵制跨国镇压。

## 加国议员提案推动法律制裁跨国镇压者

近日，加拿大影子国防部长、国会议员贝赞提出 C-219 法案，旨在修订



《特别经济措施法》与《马格尼茨基法》，以强化对外籍人权侵犯者的制裁机制，特别针对在加拿大境内实施跨国镇压的外国官员与代理人。

贝赞议员表示，C-219 的创新在于首次在加拿大法律中明确定义“跨国镇压”。他说：“C-219 将强化加拿大的制裁法律，阻止跨国镇压行为。避免加拿大成为中国及其它国家存在人权问题又牟取暴利腐败官员的避风港。”

该法案也将制裁对象扩大至施虐者的直系亲属，防止其利用家人隐匿资产或逃避法律责任。所有被列入制裁名单的外国个人与实体都将被公之于众，并由加拿大骑警（RCMP）与加拿大金融交易与报告分析中心（FINTRAC）向

外交部长定期报告执行情况。

2024 年 12 月，加拿大政府依《特别经济措施法》对 8 名中共高官实施制裁，理由包括对新疆人、西藏人和法轮功信仰者的系统性迫害。

## 跨国镇压和外国干扰是严重问题

近年来，多项国际调查揭示中共特工在海外公开场合对异议人士实施监控、骚扰、甚至人身攻击的案例。

加拿大参议院反对党领袖、参议员侯塞克斯说：“世界上有很多不民主



的国家正在利用我们的自由和民主；他们来到这里，追捕和恐吓各族裔的加拿大人，当然也包括华裔加拿大人。”

他呼吁总理与各级政府明确对中共与本国执法机构发出讯号，严正处理中共的统战与间谍问题。

## 干扰神韵尽显中共无理

神韵艺术团由法轮功修炼者创办，宗旨是复兴中华五千年神传文化，并揭示中共对信仰团体的迫害。神韵目前拥有 8 个巡演艺术团，每年在全球几十个国家顶级

剧场巡演数百场，观众超过千万人。

近年来，中共对神韵的打压已升级为“超限战”，具体手段包括：外交与统战施压、媒体与舆论战、法律战、威胁与恐吓。在过去的一年中，演出剧院以及神韵艺术团在纽约上州的训练基地已收到了数十起炸弹和死亡威胁。

中共在加拿大也针对神韵演出的剧院发出炸弹和枪击等恐吓威胁，对此，议员们谴责中共通过威胁手段干预加拿大的艺术与文化领域。

加拿大保守党副党领袖朗茨曼表示，



“无论是炸弹威胁、法律战，还是消音噤声，所有这些都是残酷的共产主义独裁政权的工具。中共政权的手伸向了全世界，试图压制一切为正义发声的人。”

联邦国会议员马国基表示，中共的打压“是不公平的”。他说：“据我亲身观看的经历，神韵是一场美丽的多元文化演出，伴随着旋律优美的音乐和令人惊叹的舞蹈。绝对没有任何理由不让人们去欣赏神韵，欣赏美丽的中国传统文化。”◇

## 传统文化

## 冬天养藏之道

“立冬”标志着冬季的开始，万物收敛生机，自然界进入“冬藏”状态。“立冬”通常是公历 11 月 7 日或 8 日，2025 年的立冬日是 11 月 7 日。

## 立冬特色

从“立冬”到“小雪”期间的降雨，具有药用价值，故称“药雨”。“药圣”李时珍在《本草纲目》中说：“百虫饮此皆伏蛰，至来春雷鸣起蛰乃出也。”意思是，各种虫喝了药雨都要休眠，直到来年春天听到雷声才出来活动。李时珍还说，药雨能“杀百虫，宜煎杀虫消积之药”。

立冬时节对古时的农民来说相当重要，当时没有气象预测，农村的老人们根据长期观察当日的雨水、阴晴、风向等，总结出“冬天冷不冷，就看立冬”。

到底该怎么看呢？几句流传已久的俗谚可略知一二，如：“立冬有雨防烂冬，立冬无雨防春旱”、“立冬晴，一冬凌（冰）；立冬阴，一冬温”、“立冬刮北风，皮袄贵如金；立冬刮南风，皮袄挂墙根”。

## 立冬养生

中国传统文化强调“天人合一”。冬季天气寒冷，万物闭藏，人的生活作息也须顺



■ “立冬”是藏之始，立冬一到提醒我们要让身体闭藏、养精蓄锐了。

应大自然的变化。具体地说，冬天应早睡晚起，保证充足的睡眠；减少户外活动；注意保暖，多吃温补食物等，休养生息，以顺应冬天养藏之道。

中医说“冬不藏精、春天必温（瘟）”。冬天是生命能量潜藏、储蓄的季节，如果冬天过度劳累、耗损精气，来年春天就容易生病。

从五行相克来看，冬水克火，火属心，所以冬季容易发生心血管、心脏方面的疾病。新冠疫情之后，心血管疾病和猝死的现象明显增加。因此冬天更要注意养藏，不动气、不劳心伤神，保持内心平静。

根据中医五行学说，冬天属水，而水在人体上对应肾，因此冬天养肾正当时。“黑

色入肾”，黑米、黑豆、黑芝麻、黑枣、黑木耳等，都是冬天增强肾气的养生佳品。

## 包容与感恩

立冬拉开冬天的序幕。凝水成冰，风吼地寒，万物收藏，归避寒冷。但还有一种温暖，能消融冰霜，能让人如沐春风，那就是人与人之间的善意包容。

冬天是休养生息、养精蓄锐的时节，也是净心内省、感谢天地赐予的季节。中国人讲“敬奉天时，以人合天”，祝愿朋友们好好养藏自己的精气神，为来春做好准备。◇

翻墙软件：

电脑版 <https://j.mp/fgp88>

安卓版 <https://j.mp/fgv88>



# 于朦胧案带来的思考——中共是恶魔

【明慧网】随着各界网友和海外媒体对于朦胧惨死一案的持续深挖，越来越多触目惊心的恐怖真相呈现在大众眼前。面对超出人类道德底线的真相，许多人愤怒、震惊，甚至绝望。表面光鲜亮丽、被众多粉丝羡慕的明星，实际上遭受着正常人无法想象的非人待遇。娱乐圈的乱性和黑暗，仅仅是中共黑暗邪恶现实的冰山一角。

在中共权贵的眼里，中国人，从性命双修的法轮功修炼者，到普通的气功爱好者；从身体健康的年轻士兵，到大、中、小学的学生，从婴儿到幼稚园娃娃，到社会各界没有后台靠山的普通中国人，都是行走的人矿、活体器官库，是各种诓骗榨取的对象，是没有生存权、不值得基本尊重的蝼蚁、奴役、碾杀的对象。中共的嗜血性、邪教本质及其凶残程度，随着网友们对于朦胧惨死事件的持续深挖和海外媒体的曝光，可以说惊醒了众多以前不明真相、也不关心真相的朦胧睡眠，刺痛了人们的悲悯之心，一次又一次刺激了人们心底的善良和正义感。

悲愤之余，静下心来思考此事，命运悲惨的何止于朦胧？现在中国的普通人被称为“韭菜”，连“草民”都算不



■ 2025年10月17日，资深经纪人于朦胧的启蒙老师孙德荣在台湾板桥新月会馆，为于朦胧惨死举办超渡法会，现场有大批民众来悼念。

上，任人宰割。在于朦胧之前，中共已经肆无忌惮地制造了多少“于朦胧案”，真相至今不为人知、不见天日？曾有几十万、上百万法轮功学员赴京为法轮功冤案上访，他们中的大部分人被失踪了。失踪者被关去了哪里？有多少人被中共党政军利益集团活摘器官？

江泽民开启了中共通过活摘法轮功学员器官牟取暴利的罪恶生意。当法轮功学员的器官不再够用时，他们又把通过残害法轮功学员而积累的罪恶经验，移植到全中国人民身上。

于朦胧惨案发生后，面对勇敢的各界网友和海外媒体，中共邪恶集团显然毫无停手之心，只是设法灭火而已。在他们的心目中，钱和权能

“搞定”一切，就如同当年江泽民叫嚣“三个月消灭法轮功”一样。

我们生活在这个社会上，对自己的衣食住行都没有任何发言权。比如有网友反映自家孩子校服质量有问题，就被拘留，失去家庭和工作。记者因为曝光地沟油就被报复杀害。汶川地震中，祖国的未来有多少死在没有钢筋的豆腐渣工程下，就连民众捐给灾区重建的资金都变成了权贵们一副副闪亮的耳环。多少儿童、青年甚至年长者，失踪在回家的路上，他们到底去了哪里？为什么拐卖人口量刑会那么轻？

……即使生活如这般，我们却不得不持续地、当牛做马地为中共权贵们提供源源不断的财富，满足他们（转下页）

（接上页）日益膨胀的贪欲，自己却面临透支身体，被医疗、教育、住房三座大山压得喘不上气来。更可悲的是，当我们的某些特征符合了中共贵权们的需要时，比如象于朦胧一样，因为生日和想通过邪术续命的权贵相同；比如象 15 岁男孩胡鑫宇一样，因为基因血型 and 想换器官续命的权贵相似，这颗韭菜就可能随时被连根拔起，成为那些邪党成员续命的活体器官、赎命替身、活体标本，生命消失得无影无踪，不如他们脚下的灰土。

还记得那个正直的湘雅医生罗帅宇吗？网友挖出，他因为不愿同流合污，不愿按照坏人的要求绑架儿童以完成活摘器官的任务，而被跳楼灭口。为什么活摘人体器官杀人会变成医生入职的硬性规定？为什么这么恐怖的事情在中华大地大行其道？真相却被湮灭在喧嚣的城市乡野？

究其原因，共产主义是撒旦教徒，马克思为了完成魔鬼毁灭人类的旨意，而创造出来的由谎言和暴力相结合的怪胎。它一边自我吹嘘，一边以谎言开场，诬蔑它要迫害的群体。比如它想消灭有见识有理想的中国人，要先骂他们是“臭老九”、“思想反动”；比如它想抢夺中国人的财产，要先把人污蔑为“剥削阶级”、“资本家”、“地主”、“富农”；比如它想杀自己的官员，如刘少奇等，得先诬蔑他是“叛徒”、



“内奸”、“公贼”；比如它想消灭中国文化，得先诬蔑中华天人合一的五千年神传文明是“历史糟粕”、“封建迷信”；比如它想迫害法轮功，要先造谣他们“自杀”、“杀人”，上演“天安门自焚”假案……

人们就象被蛇妖抓住的葫芦娃七弟一样，从小被毒水浇灌，因为一直泡在谎言的毒水中，是非不分，把长相奇异的蛇妖当成亲妈，把手足兄弟当成敌人。那些和葫芦娃七弟一样听信谎言的人们，往往忽视了事情的真相与行恶者的残暴，甚至被洗脑与金钱诱惑参与其中而不自知。

其实早在 2006 年，法轮功修炼者就披露了中共活摘法轮功学员器官卖给中外有钱人续命的真相。随后，一个有良心的军医更是指证全国至少有 36 个类似沈阳苏家屯这样的集中营，形成了军队、医院一条龙活体摘取器官贩卖的产业链。

近二十年来，法轮功学员国内国外奔走相告，呼吁大家共同制止中共邪教的暴行。有人清醒，明白了中共的邪恶，

做出了三退（退党退团退队）的选择。有人却带着偏见，听信中共的谎言，拒绝真相。

人们的随波逐流，放任邪恶为非作歹，使得中共的活摘产业链逐步扩大，扩展至全国乃至全国人民。网友挖出，中共恶魔甚至在新疆等少数民族地区集中验血，建立更大的集中营，在这些地区的机场修建活体器官专用通道。近年来更是传出在某些地下或是山洞里拿无辜的法轮功学员和其他无辜的中国人做人体生化实验。我们不禁要问，那些每年失踪的几百万中国人，你们去了哪里？还好吗？难道我们就甘心每年象这样一个市一样多的人口，不明不白地消失吗？我们民族的未来又该如何延续？！

我们不是被随意虐杀的羔羊，寻找真相，说出你知道的真相，退出中共党团组织（三退保平安），在自己的能力范围内传播真相，诚念“法轮大法好，真善忍好”，这是免费的、安全的、每一个中国人都能用的，能为自己赢得上天佑护的正义之举。◇