



左图：墨尔本最大的希腊裔媒体《新世界》报道了当地法轮功学员的修炼故事，图为报道网站截图  
右图：比尔·托多里与妻子和两个女儿都修炼法轮功。

## 为什么人们喜欢这种特殊的打坐方式 墨尔本媒体刊登法轮功学员修炼故事

【明慧网】前不久，澳洲墨尔本希腊社区最大的媒体《新世界》（Neos Kosmos），以“为什么这些希腊裔澳洲人都喜欢这种特殊的打坐方式”为题，在其报纸和网站的健康栏目报道了希腊裔法轮功学员比尔·托多里的故事。

该文讲述：2002年，比尔·托多里从希腊移民到澳大利亚后不久，发现自己的健康突然崩溃了，当时他才20多岁。

连续几个月不间断的晕眩，最终他决定去看医生。随后他被推荐给很多专家并进行一系列检查，结果却是身体一切正常。但是严重的晕眩发作迫使比尔放弃了工作。

他想起了在悉尼认识的一位希腊同胞——法轮功学员安东尼。安东尼在电话中分享了自己修炼法轮大法（法轮功）的体会，鼓励比尔尝试。炼法轮功不久，神奇的功效让比尔折服，他欣喜地说：“不到一个月，我的所有症状都消失了。”至今比尔修炼法轮大法已经超过17年，健康快乐，妻子和相继诞生的两个女儿都走入了法轮功修炼，一家四口幸福美满。

文章中还说：法轮大法，又称法轮功，是一种古老的气功修炼方法，主要是通过五套功法（包括打坐）改善身心。法轮大法是由李洪志先生在中国创立的，于1992年才开始广泛地介绍给民众，然而，已经在世界各地迅速传播，在包括澳洲和希腊在内的100多个国家里广受欢迎。

虽然不是宗教，但法轮功确有精神修炼原则和信仰。不仅对身体健康有益，正如比尔等人所分享的那样：改善了健康状况、使头脑清晰、解除精神压力；而且通过修炼提升道德品质，还能使人获得智慧和启发。法轮大法的三个主要原则是“真、善、忍”，鼓励修炼者在日常生活中按照这些原则去做。

文章介绍，（法轮大法）两部主要书籍是《法轮功》和《转法轮》，后者已被翻译成39种语言，包括英语和希腊语。学炼法轮大法是完全免费的，甚至不需要捐赠。比尔是周末费茨罗伊公园炼功点的常客，这样的炼功点遍布全澳各地。如果天气等原因导致户外炼功不方便，人们可在家中炼功，网

上也有大量免费的书籍等资料可指导修炼。

由于法轮功不是一个组织，因此您无需注册自己的名字；在炼功点学或参加一个教功班，如果觉得好，可随时回来学炼。

文章还提到，尽管这种修炼方法来自中国，但各种文化背景的人们都对此产生了兴趣——比尔是墨尔本众多希腊裔法轮功学员之一。他说：“就像古希腊人所说的那样，‘拥有健康的心灵，就拥有健康的身体’。我相信思想能起很大的主导作用。心存真善忍，不断炼功、打坐，能使人保持内心平静，一切都变得更祥和快乐。”

比尔说，除了身体恢复健康，他还见证了自己生活中各个方面的积极变化，从与家人和朋友的关系到工作环境，甚至让他戒除了驾车时经常超速、易怒的毛病。“修炼后，驾车时内心变得非常平静，（不超速）虽然花了更长的时间，但感觉时间过得很快。”

比尔还说：“老实说，有时候看社会新闻真让人恐惧。但法轮大法（教人向善）带给人希望。”◇

## 土耳其大学法轮功讲座受欢迎

【明慧网】土耳其法轮功学员于2019年10月31日在伊斯坦布尔耶尼尤济尔大学（Yeni Yüzyil University）举办法轮功讲座，150多人参加。

过程中，法轮功学员播放了介绍法轮功的录像片，并示范了五套功法。

学生们兴致勃勃地跟着学功。大学生乌尔·杜穆斯学功后表示，炼功时他感到放松，并有一种安全感。他希望法轮功学员能够再来教功。杜穆斯还了解到中共对法轮功的迫害，他表示，对中共的迫害感到愤慨，他希望迫害能够停止。

许多学生和老教师参加了法轮功讲座。院士佩里汉·埃仁·巴那还向法轮功学员赠送了牌匾。她表示，中共对法轮功的迫害令人感到悲哀。

### 简介：法轮大法在土耳其

土耳其是一个横跨欧亚两洲的国家，现有人口约8千万，东西方文化在这里交汇融合。

法轮大法于2003年传到土耳其，2005年成立了土耳其法轮大法协会。现在10多个城市有人修炼法轮大法，包括最大的城市伊斯坦布尔、首都安卡拉、伊兹密尔、安塔利亚、梅尔辛、萨姆松以及科尼亚等。土耳其法轮功学员举办了很多人活动，向民众介绍法轮功，并呼吁制止中共对大陆法轮功学员的迫害。比如在城市大学开办法轮功讲座；在20多个城市举办了“真善忍”画展；还在很多城市举办了“法轮大法之路”的图片展。2019年11月明慧网土耳其语网站（tr.minghui.org）正式开通。◇



1



2



3

▲图1：法轮功学员做功法演示；图2：学生和老师在学功；图3：大学院士向法轮功学员赠送牌匾。

## 小便利店生意兴隆的“窍门”

【明慧网】由于不放弃修炼法轮大法，不放弃对“真、善、忍”的信仰，我被工作单位开除。为了生活，在家人的帮助下，我接手了一家小便利店。面对商界为追求利益弄虚作假、互相倾轧的竞争环境，我该怎么办？

### 货真价实

刚接手便利店时，我首先做到货真价实。我先清理转让过来的货，把过期的货、假货都扔了。虽然损失了钱，但是心里很踏实，坚决不为自己的一点利益以次充好、以假乱真，欺骗顾客。进货时我严格把关，只进有质量保证和售后服务的商品。

### 为顾客着想

在卖货的过程中，我站在顾客的角度帮助顾客挑选满意的商品，为顾客着想。有时天冷了或是天很晚了，有小朋友来买冰糕，我就会

善意地规劝他们：“先不要买了，现在吃了冰糕会肚子疼的。”

有时顾客付钱时发现钱不够，我就说：“先拿回去用吧，等有时间再送钱来。”这样顾客会很快就把钱送来了。也有的顾客粗心，付钱时付多了，我就赶快退给他们。这样逐渐形成了人与人之间互相信任的环境。

我的这种经营原则在顾客中口传口，很快使小店的顾客多了起来，都说我人好，心善，货真价实，不骗人。

我的小便利店有外卖业务，我接手后，每天的订单直线上升，一天比一天多，从最初的一天几个订单到最多达到40个，营业额随之大幅上升。窍门还是真诚地为顾客着想。要外卖的顾客一般都是很着急的顾客，急着吃饭或急着要使用商品，所以我都是第一时间接单，以最快的速度配好货，缩短顾客的等待时间。



由于我按“真善忍”的原则经营小店，忙忙活活生意很好，有一位老顾客跟我说：“你不象谣言（中共谎言）讲的，说炼法轮功的人都不干活，只知道整天炼功。”我告诉他：法轮功师父要求法轮功学员在各行各业都要做好自己的工作。我建议他看看《转法轮》（法轮功指导修炼的主要书籍）。他认真看了，告诉我，他把书上对他有启发的段落都记录下来。

其实，修炼法轮大法之前，我也是个只图自己利益的人，认为老实、善良会被人欺。是法轮功师父的慈悲教诲和在法轮大法中修炼，我的思想境界、道德水平提升了。我还发现，人们内心中都渴望“真、善、忍”。

而正是对“真、善、忍”的坚守，让我的生意兴隆。◇

# 河南淮阳县李军旗一家三口被迫害致死

【明慧网】（明慧网通讯员河南报道）河南周口市淮阳县刘振屯乡李菜园村曾经有一个三口之家——李廷林和老伴、儿子李军旗。李廷林老两口原来体弱多病，李军旗患癫痫病，庄稼人靠种地为生，收入少，仁人经常去医院看病，也不见好转，日子过得很苦。

一九九六年，李廷林一家三口喜得法轮大法，苦尽甘来，身体都很快康复，往日的愁眉苦脸，变成了开心的笑容。

一九九九年七月风云突变，中共疯狂迫害法轮功，李廷林一家成了当地迫害的重点，连番被警察抄家抢劫、绑架关押、敲诈勒索。因屡遭迫害，李廷林老两口先后含冤离世；李军旗五次被绑架，两次被非法判刑、多次遭受酷刑摧残，二零一八年出狱四个月中含冤而死，年仅四十六岁。

## 一、遭绑架 陷黑狱 李廷林被迫害致死

二零零八年奥运期间，淮阳警察对法轮功学员大抓捕，李廷林在县城平信桥第一个被警察劫持。他被投进看守所，七十八岁的老人，遭到狱警和同号犯人的迫害，得了重病。三女儿李玉芝闻讯，去国保大队要人，讲真相劝善，警察们推诿搪塞（数天以后，将李玉芝绑架，判刑四年，送到新乡女子监狱）。后来，李廷林病情越来越重，国保警察怕承担责任，才放他回家。

李廷林拖着病体到家，得知女儿李玉芝被判刑四年，极度悲伤，再加上警察到家骚扰，承受不住，病情很快恶化，治疗无效，于农历二零零九年三月二十六日，含冤离世，终年七十九岁。

## 二、遭毒打瘫痪 李军旗母亲卧床多年、含冤离世

二零零八年农历四月初一晚上九点，公安局国保大队长程维锋、刘振屯乡派出所副所长黄伟带领四个警察，窜进李军旗家非法抄家。



此时，李军旗劳累一天后正在床上休息，警察蜂拥而进到他屋里，先把他控制住。

在李军旗住屋，他娘看警察要抓人走，就问：“你们为啥抓我儿子？我儿子犯法了吗？”一个姓张的年轻警察，恶狠狠的上前抓住老太太按倒在地，用穿着皮鞋的脚，照老太太身上连踢带踩十来脚，还不解恨，又对着老太太的脸打十几个耳光，打罢又恶声恶气的吓唬：“别吭气，吭气还打你！”

老娘知道儿子是个好孩子，眼看就要无缘无故被抓进监狱，心急如焚，前后跟着警察，走到屋外，继续以理相争。张姓警察又对老人一顿毒打，扇耳光，用脚又踢又踩，再次将她打倒在地。

老娘忍着剧痛，站起来挣扎着保护儿子。在她的住屋外面，姓张的警察第三次下狠手对她拳打脚踢，照脸上掴巴掌，又把老太太打倒在地。被反复毒打后的老人满身青紫肿起，多处重伤，面部肿大，呼吸困难。

遭此毒打后，李军旗的娘身体受到巨大摧残，从此生活不能自理，长年瘫痪在床，针药无效。加上三女儿被冤判四年，警察上家骚扰，老人家忧伤恐惧，身体一天不如一天，于二零一三年正月初二含冤离世。

## 三、在监狱屡遭受酷刑摧残 李军旗被迫害致死

二零一四年六月二十四日，淮阳县国保大队警察程维锋、李昌峰、窦明科、王剑、程伟中等，闯到城关镇小孟楼村一位法轮功学员

家，绑架了在场的李军旗等十一名法轮功学员，劫持到公安局。酷刑折磨李军旗之后，送看守所羁押。

看守所所长李西志为了加重对李军旗的迫害，强行逼他所谓“转化”，三天给他换一个监号，每换一个监号，就等于过一道鬼门关，监号犯人整人的下三滥手段五花八门，号号收拾他，看守所里经常传出李军旗惨痛的叫声。期间，李军旗癫痫病复发，精神和肉体受到极大的摧残。

恶警构陷罪名，报检察院非法批捕，检察院又公诉到法院。后来，李军旗被冤判三年，劫持到郑州新密监狱继续迫害。

监区长赵洪涛为了达到让李军旗“转化”的目的，软的不行来硬的，折磨他。看他仍然不“转化”，就把迫害升级——关了他半个月的小号。李军旗从小号出来后，还不“转化”，赵洪涛用电棒电他，命刑事犯折磨他，给他戴手铐，砸脚镣。还对他采用一种刑具，此刑具不知叫什么名，外表好像个网兜子，套到身上之后，光露个头，然后，往那刑具里加水，受刑者极其难忍，生不如死，其痛苦程度无法用语言形容。

二零一七年六月二十五日，李军旗三年冤狱期满，回到家中。十月二十一日，李军旗又被刘振屯派出所警察绑架到公安局，酷刑折磨后送看守所关押，接着又被非法判一年徒刑，送郑州新密监狱迫害。

二零一八年十月二十六日，李军旗刑满恢复自由，从郑州新密监狱回到淮阳家中。不知监狱用的什么毒招，李军旗出狱后精神明显不正常。回家不到四个月，即含冤离世，年仅四十六岁。◇

退党保平安



截至2019年11月底在海外退党网站声明“三退”（退党、退团、退队）的人数已超过3.46亿。

感恩节到来了，在所有人间的节日里，能唤起人心中最本性、崇高与圣洁的莫过于感恩节。

当一个生命来到人间的时候，首先最应该感恩的是父母的孕育、生育和养育之恩。因为是父母给了我们生命得以延续的躯壳和遗传给我们生命鲜活特征，说白了没有父母哪有我们自己。

在生命的成长过程中，我们经历了师长的传授解惑，朋友的真诚帮助，夫妻的相亲相爱，儿女的孝敬有加，社会的关注友爱。这一切一切都值得我们去感恩。

当我们真正知道了生命的内涵，知道了我们真正是从哪里来，来这里干什么，又要到哪里去的时候，才真正的知道了我们最应该感恩的是神佛的佑护。

在世纪交替的时候，人们发现

## 感恩节时 话感恩



佛经中记载的仙界神花——优昙婆罗花在人间开放了，佛祖释迦牟尼在两千多年前讲到的婆罗花开，转轮圣王将在人间传法度人的预言来临。1992年5月，法轮功创始人李洪志师父在中国长春市将被称为高德大法的法轮大法弘传于世。20多年过去了，法轮大法已弘传到世界的一百多个国家和地区，有幸走入法轮大法修炼的各族裔学员，最能体悟“感恩”二字的涵义，他们

中，有的在弥留之际被挽回了生命；有的破碎了的家庭重归于好；有浪子回头……

当人们真正明白了法轮大法真相，人们会发现，人类最应该感恩的是法轮大法给人类带来的无量洪福！

感恩节时想到了以上的话，愿与朋友们分享。感恩节年年有，感恩的心情日日有，让感恩的话题永存心头。◇ 作者：觅真

孔子



## 君子求诸己

| 传统文化 |

## 小人求诸人

### 过而能改 君子之道

孔子说君子能“内省不疚”、“过则勿惮改”，君子能不断反省自己，通过修身完善自我修养，砥砺自己的品格。小人有错总要推诸他人或文过饰非，掩饰自己的过失。

孔子称赞其弟子颜回“不迁怒，不贰过”，意思是不迁怒于别人，不重犯同样的错误。

宋国遇到水灾，鲁国派使者前往慰问，宋国国君回应说：“寡人不仁，因为斋戒不够诚实，徭役扰乱了百姓的生活，所以上天降下此灾，又给贵国国君增加了忧虑，以致劳烦先生前来。”孔子知道后说：“看来，宋国大概会很有希望。”学生们问为什么，孔子说：“当初桀、纣有过错却不承认，很快就灭亡了。商汤、周文王知道承认自己的过错，很快就兴盛起来了。过而能改，君子之道，善莫大焉。”宋国后来果然成为国富民强的国家。◇

在中国传统文化中，“君子”是孔子论述的中心和重点。为了辨清“君子”的形像，孔子常把“君子”与“小人”比较而论，从道德修养、人格理想、义利观和行为观等方面区分了君子和小人，指出两者根本的区别。

君子要求自己，小人要求别人，遇到矛盾时君子从自己身上找原因，而小人只从别人身上找原因。

孔子强调君子有君子之德，“仁”、“义”是君子所必须具有的品德。

颜回问怎样才能做到“仁”，孔子说：“如果你能够战胜自己的私欲而复归于天理，那么天下人都会称赞你是个仁人。”仁与义作为君子之德，小人是无法企及的，君子日日精进向上于进德修业，小人日日向下沉沦于私欲。

▲ 法轮功书籍中明确指出杀生和自杀都是有罪的，真正的修炼人绝不会杀生或自杀、自焚的。所有的法轮功书籍和音像资料都可以从互联网上免费下载。海外也有很多关于法轮功的正面报道。然而中共在迫害伊始就大量销毁法轮功的书籍，并在互联网上封锁一切关于法轮功的正面信息，把和法轮功有关的词汇都设成敏感词，就是害怕人们了解事实真相。

▲ 2001年8月14日在联合国会议上，国际教育发展组织就“天安门自焚”事件强烈谴责中共当局的“国家恐怖主义行为”。声明说：从录像分析表明，整个事件是政府一手导演的。面对铁证如山的事实，会议上的中共代表一句话也说不出。

▲ 2003年11月8日，由新唐人电视台制作的揭露“天安门自焚”真相的纪录片《伪火》获第51届哥伦布国际电影节荣誉奖。◇



你知道吗？

