

祝你平安

2026年3月28日 第134期

翻墙软件下载

电脑版 <https://j.mp/fgp88>安卓版 <https://j.mp/fgv88>

春天的希望

1992年5月，法轮大法弘传于世，福泽苍生。至今“真、善、忍”之花，开遍世界100多个国家和地区。

34年后的今天，本应是万物复苏、充满希望的春天。然而在中共暴政之下，举国上下却是一片悲凉景象——经济下行，百业凋零，灾疫齐降，民不聊生，打压百姓，民怨沸腾！

我们如何才能在这纷繁乱世中平稳生活呢？敬请静心阅读本期《祝你平安》，了解法轮大法真相，这是您得救的希望！



得福 十几年来夜夜担心
缘结大法喜开颜

机缘 大学生疾病缠身
7天脱胎换骨

三退 九旬老人
“三退”保平安

科技人走出生命的低谷

黄伟哲，在台湾高科技产业公司担任主管多年。然而，在看似顺遂的专业成就背后，他却曾陷入一段极度高压、几乎撑不下去的人生低谷。

走出人生低谷

2007年，黄伟哲因工作转换，进入新竹科学园区一家大型半导体公司担任主管。身为主管，却没有团队，所有基层与管理一肩扛起，一人担负四五个人的工作量。长期过劳与巨大责任，让他的身心逐渐失衡。“那时候每天压力非常大，大到失眠，手会一直发抖，没办法静下心来。”黄伟哲说。

2008年，同事向黄伟哲介绍了《转法轮》（法轮大法的主要著作）。他看后，洞彻了生命的真谛，深受震撼。走入修炼后，他尝试以“真、善、忍”作为处事的标准，身心也逐渐回归稳定。黄伟哲坦言：“我修炼十几年来，几乎没有用过健保卡。”

由抱怨到为他人着想

在高度竞争的科技产业，部门与部门之间的利益冲突司空见惯。黄伟哲也曾因前后端责任归属问题而心生不平。他曾抱怨：“前面没做好，后面就得有人兜着，功劳却被别人拿走。”修炼后，他有了变化。

一次，前端单位在规格设定上过于理想化，导致后端执行困难。



▲ 高科技公司主管黄伟哲（图片/明慧网）

他先压下抱怨的冲动，转而思考：如果我是前端，现在最需要的是什么帮助？黄伟哲主动提出调整方案。过程中，他不再急着证明谁对谁错，而是专注于让事情完成得更好。

“很多时候，当我先考虑对方的任务，自己的事情反而迎刃而解。”黄伟哲学会先为对方着想，这样的转变，让团队合作也更为顺畅。

在家庭中，黄伟哲逐渐放下“一定要照我的方式来”的偏执，学会倾听与体谅。看着他的转变，太太惊喜之余也走入大法修炼。

今年60岁的黄伟哲刚从著名的芯片设计大厂主管退休。沐浴在大法中，一家人其乐融融。

（明慧记者黄宇生报导）



十几年来夜夜担心 缘结大法喜开颜

1972年，我与丈夫从农村被招工来到城市工厂工作，工资能补贴双方家庭，小日子过得令同学、朋友们都羡慕。

可是丈夫身体不好，有风湿性心脏病和胃炎，夏天吃水果都要用热水泡温，胃部整天用棉布袋子围着，一旦着凉犯病，几天吃不下东西，还吐。他整个人没有精神，脸色蜡黄，整天吃药。

痛苦折磨十几年

一天晚上，丈夫在睡梦中突然抽搐，整个人抽得挺直，脸色青紫，嘴吐白沫。我从没见过这样的情景，我哭喊着丈夫：“你这是怎么了？”我吓傻了，就是哭。

过一会儿，我才想起去诊所，把值班大夫请到家。丈夫已停止抽搐，满身是汗。他竟不知发生了什么，只说头痛。大夫让我们

到大医院做脑CT，全面检查。

经大医院诊断，丈夫是风湿性心脏病二间瓣狭窄，引起脑供血不足，而出现抽搐。最好的治疗办法是去北京做手术，换金属心瓣，一个心瓣需要6万元。我们根本治不起，只能靠西药维持。抽搐还是频繁发作。

每天我都担心他晚上会不会犯病，所以我晚上根本睡不实。这种无望的日子持续十几年……

修大法 前后两重天

1998年底，丈夫请回了两本《转法轮》，给了我一本。丈夫第一天从炼功点回来，人就变了样，笑嘻嘻的，打心里笑。从此，我们一起走入了法轮功修炼。

我们明白师父传的是佛家修炼大法，按照“真、善、忍”修自己，成为一个好人，一个更好

的人，最后返本归真。丈夫决然将家里备的一抽屉药全部扔掉。

修炼大法后，丈夫发生翻天覆地的变化，他在“忍”上下了功夫，去掉了急躁心、得理不让人、遇事钻牛角尖等不良脾气。他变得精力充沛，脸色白里透红，整天笑容满面。他的心脏病、胃炎等疾病不翼而飞。

回老家过年时，小妹妹说：“姐夫变年轻了，比你们刚结婚的时候还年轻啊！”我们家终于结束了困苦忧愁的日子，我多年叹气的习惯也没有了。

自己花钱装修

修炼后，我家分到了楼房，要装修。丈夫是厂子采购员；我是电工班班长。我们都可以利用工作之便往家拿装修材料。

但大法让我们明白了做人的标准。我们自己花钱装修。过后，装修师傅常常说：“人家两口子，都是炼法轮功的。他家装修一分不占公家的……”

(文/丽丽 插图/明慧网)

善良的新疆人得救了

2024年的一天，我在菜市场遇到一个卖大饼的新疆小伙。在谈话中我得知，这个新疆小伙20多岁，曾当了3年警察。

我问他为什么不干了，他说：“他们不让做好人，我不干了。”“不让做好人”，一句话道出了共产邪党的邪恶本质。中共体制内的警察流氓执法，执法犯法已是常态。

我给他讲真相，把大法的福音告诉他，希望他有个美好的未来。我说的话他能听懂，他的话我听不懂，他就一个字一个字地，加上手势说：“我妈妈下半身瘫痪，爸爸照顾妈妈，妻子生了双胞胎，为了这个上有老、下有小的家，为了生存，我被迫离开了爸妈、妻子和两个刚出生16天的儿女……来到四川。”他说着眼泪夺眶而出。我也流泪了。他真



吉祥

诚善良，把电话留给了我。

2024年11月份，我第一时间把明慧真相台历、挂历送给这位新疆小伙。之后，师父的新经文和每周的真相资料我给他，他都看。他对我说：“我明白，如果人做坏事，就会得到业力，所以要做一个好人。”

他也努力按照“真、善、忍”做一个好人，并实名“三退”（退出中共党团队），诚念“法轮大法好，真善忍好”。他的生意做得顺

风顺水，好起来了。

2025年2月，新疆小伙的妻儿和大哥、大嫂来到四川。后来他二哥、二嫂和大嫂的哥哥、弟弟也来了。小伙的两个好友夫妇等4人也来了。我给他们都讲了真相，他们也都实名做了“三退”。他们分散在各个菜市场烤新疆大饼，各自的生意都红红火火。有时看他们忙不过来，我就帮着收钱，装大饼。

（文/小兰 插图/明慧网）

诚念大法好 高龄孕妇顺产

我家附近有一户人家，女儿快30岁了才成家，怀孕后就是高龄孕妇了。她结婚前喜欢到我家来玩，我给她做了“三退”，她很相信大法。

到了预产期，她住进医院，分娩时疼痛得很厉害，用尽全身力气，也没生出来。当她浑身没

有半点力气时，孩子的头抵到宫口就是出不来。医生说：“现在情况紧急，只能动手术了。”

浑身无力的她不想动手术，心里又急又怕，眼泪控制不住地流出来。就在此时，她脑子一机灵，想起来我给她“三退”时告诉她的：“遇到什么危难事情时，

诚心默念‘法轮大法好，真善忍好’，会逢凶化吉，遇难呈祥的！”

她赶紧在心里念起来了“法轮大法好，真善忍好”，没念几遍，孩子就顺顺当当地生出来了。

孩子满月后，她抱着孩子来我家，告诉我此事，兴奋地对我说：“阿姨，大法真的太神奇了！”

我对她说：“你还不快快谢谢大法师父！”她马上说：“谢谢大法师父！”（中国大陆来稿）

大学生疾病缠身 7天脱胎换骨



我是因病走入法轮功修炼的，如今30年了，无病一身轻。

疾病缠身

上高中时，我得了偏头痛。如果没有午睡，整个下午以及整夜，头都是痛的。1996年大三的时候，我得了重感冒，头痛欲裂；嘴上和眼睛上都长了脓疮疮；这时候痔疮也犯了。多种疾病一起上来。我每天大把大把地吃药，把伙食费都挤没了，每天只能吃两顿饭，饿得两眼冒金星，走几步歇一歇。一个20多岁的小伙子就像一个老人。

入道修炼

一天，D同学向我介绍了法

轮功，又送给我一本《转法轮》。我打开书一看，文字浅显，但内涵很深，拿回去坐在床上看了几十页，知道了这是教人做好人的书。晚上，D同学教会了我四套动功。

第2天傍晚，我在操场上炼第一套功法时，肚子里面就像翻肠子一样，咕噜转了一下，当时那动静很大。我就赶快去找D同学。他说那是师父给我下了法轮。当时我懵懵懂懂的，但是感觉身体特别舒服。这增加了我炼下去的信心。

我回寝室，继续看《转法轮》。对面寝室的一个同学Z，问我看的什么书，我说是佛家书。他一把夺过书，倚在床帮上，看了两分钟，说：“这书怎么这么特别呢，太不寻常了，没有看过这样的书。”接着，他说了声“不给了”，拿着书就跑了。我夺也没夺回来，只好再找D同学。D同学就把他正在看的《转法轮》送给了我。我如获至宝，看完就藏起来。

脱胎换骨

第4天晚上，我做了一个梦，一个高大的大神仙，烧了一锅开水，用大勺

子一勺一勺往我身上浇开水，从头至脚，热水一下通透全身，热得我受不了了，一下就坐起来了，惊醒了！原来是一场梦，但真真切切。

第5天上午，我是跑着去上课的，身上有使不完的劲，上下楼特别轻松。

第6天是星期天，一觉醒来，头痛欲裂，清清楚楚地感到脑壳里面有一股水，哗哗啦啦地淌，头向左边歪，水就向左边流，头向右边歪，水就向右边流，同时伴随着头痛。我难受得想吐。我赶紧去药店买止痛片，却都没开门，只能拍打着头回学校，找到D同学，他说：“你头部原先有病吧？这是师父给你调整身体呢。”我说以前偏头痛。他说师父讲了“难忍能忍，难行能行”（《转法轮》），你看你能忍受得了吗？我说能，我一定能行。回到寝室，我就看书，炼功。

第7天，一觉醒来，一身轻松。
(下转5版)

法轮功简介

法轮功，又称法轮大法，是由李洪志先生于1992年5月传出的佛家上乘修炼大法，以“真、善、忍”为根本指导，包含五套动作舒缓优美的功法。法轮功已弘传世界100多国，法轮功的主要著作《转法轮》被译成50种语言版本，在世界发行。



人和摩托从轿车顶上飞过 轻伤无碍

我儿子从小就认同法轮大法，赞同“真、善、忍”，他很支持我修炼，也支持我做救度众生的事。

2024年7月的一天晚上，儿子因下班晚了，急着回家。骑

摩托车过十字路口时，看着绿灯马上要变了，他就油门踩到底，想冲过去。就在这时，对面开过来一辆转弯的轿车，这时儿子刹车已来不及了，直接撞上轿车，人和摩托车从轿车顶上飞了过去，摩托车前半部撞烂，头盔都摔坏了；对方的轿车两个车门报废了。儿子躺在地上，摔懵了。

两名正在值班交警听到撞车声，急忙跑过来，喊躺在地上我儿子，我儿子听到喊声后，心里第一念就念“法轮大法好，真、善、忍好”。

随后儿子就被送进了医院的急诊室，儿子已清醒，他不用担架抬着检查，说：“我自己走着去，我没事。”急诊大夫都嘲笑他说：“都摔成这样了，还说自己没事。”可儿子心里有法轮大法，有师父，他相信师

父一定会保护他。等检查完毕，我儿子走回到急诊室时，大夫们还在那儿议论他呢。接着他们看了片子：除右腿和手有些外伤，啥事没有。大夫也很惊讶。

儿子怕我担心，第二天才告诉我。我让丈夫开车把儿子儿媳接回家，我们给师父磕头，拜谢师恩，谢谢师父救了我儿子，让我们一家阖家团圆，平安无事。

(文/小奇 插图/明慧网)



(上接4版)一同学说我：“你就像换了一个人似的，以前苍白憔悴的脸，一个星期，红光满面，精气神十足。”我俩比赛从1楼跑到4楼上课，我先跑上来的，很轻松，他上来已气喘吁吁。因他有体育特长，天天围着操场跑几圈，壮得像头牛，他说不敢想象，这个功法太好了，让我好好

炼。我说：“一定，一定。”

晚上，我想起那令我痛苦的痔疮，便从保温瓶倒了些温水，想洗一洗肛门，但当用手一摸，先前像花生米一样大的痔皮赘不知啥时间竟没有了，干干净净。我又用镜子照了照脸，脸上、嘴上的脓疱疮也没了，而且脸色红润，发亮。

只7天时间，我脱胎换骨，无病一身轻。从小受无神论洗脑的我，成为一个按照“真、善、忍”做人的大法修炼者，多么幸运！愿世人都明真相，看看《转法轮》书里讲了什么，走出中共的谎言，诚心敬念“法轮大法好，真善忍好”，一定会受益终身。

(文/欣明 插图/明慧网)



▲ 2024年5月10日，美国纽约法轮功学员在曼哈顿举行大游行。（图片/全球退党服务中心）

九旬老人“三退”保平安

我认识的一位老人，我喊他李长寿，今年91岁。

2013年，我遇到了退休多年在家的李长寿。我说：“大叔身体还挺好的啊。”他说：“我的身体勉强还可以，老伴的身体不怎么样。”我说：“你就退出中共的党团队吧，你自己老来健康，长寿。”他说：“命中注定是没有办法的。”

我说：“能得到神佛的护佑

比谁都幸福。”他说：“你这话我爱听。毛泽东发动文化大革命，让破四旧，把庙也推了，佛像也砸了，到后来推庙的、砸佛像的人全都遭了报应。甚至殃及子孙。我相信因果报应。”我说：“可中共讲‘无神论’，不让人相信因果报应，还让人为它‘奋斗终身’。退出它的组织，您就平安了。”

他说：“我对共产党算是看透了——你哪句话不赞成它，它

就要你命，把你打成右派，让你子孙都不能翻身。”李长寿毅然“三退”。我又给了他老人家一些真相资料，并讲了法轮大法是正法，是宇宙大法，李洪志师父是来救人的。

这些年来，李长寿老人身体很健康。疫情期间他全家人都“阳”了，他那么大年龄没“阳”。他还照顾老伴，他自己还有块菜地，种的菜吃不完，子女们也来摘。身边的人都说这老爷子越来越年轻，这就是明白大法真相后“三退”带来的福报。（文/安康）

为何要“三退”：“三退”是指明确声明退出中共及其附属的共青团、少先队等组织。中共恶贯满盈，必遭天灭；其成员都是其肌体的一分子，每人也都将承担一份罪责。如何解脱？当初加入中共党、团、队时都说自己是“志愿加入”，宣誓“奋斗终身”“牺牲一切”，所以只要当事人不声明作废，那些誓词早晚都得兑现。至今已有4.5亿中国人做了“三退”，他们与中共脱离了干系，为自己选择了美好的未来。

“三退”方法：1. 翻墙登录退党网站：tuidang.org 2. 三退信箱：santui@tuidang.org 3. 北美热线电话：1-702-873-1734 若无上述条件，将“三退”声明贴到公共场所或写在人民币上花出去。