

明慧週刊



來洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



香港法轮功学员坚守真相点，向民众传播真相。基督教储圣会以太堂的主任牧师姜嘉伟表示，法轮功学员在艰难困境中的坚持，让他感佩法轮功的真善忍中忍的精神，“我看到每一位学员都是坚守着他们的光，继续在黑暗中展现他们生命的光辉”，让港人看到曙光，让更多人觉醒，这精神值得香港民众互相学习。

第 1005 期
2021 年 4 月 15 日



明慧周刊

第 1005 期

2021年4月15日

WWW.MINGHUI.ORG

内 容 提 要

重要新闻（上图）

四月十日，法轮功学员在澳洲第四大城市本迪戈市中心举办汽车游行和集会，图为在集会上展示功法。

修炼交流

吉林伊通学员遭严重骚扰迫害的反思

大陆综合

辽宁本溪市法轮功学员被枉判入狱
家属坚持追责

女军医：法轮大法太神奇了！

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的
总人数：375,706,058

目 录

2	时事新闻
2	明慧编辑部：任何借口的集资都是集资
2	讲清真相、唤醒良知
5	中国大陆学员近期遭迫害案例
6	海外学员证实大法、讲真相摘要
7	大陆综合
7	大陆综合消息
11	严正声明
11	世人觉醒
12	人心与因果
16	时事评论
16	“不退如喝苍蝇汤”
19	修炼园地
19	吉林伊通学员遭严重骚扰迫害的反思
26	信师信法向内修 - 结束迫害靠正行
31	去掉妒嫉 - 方能走向无私为他
32	默写《转法轮》的感悟
36	分清真我与假我
36	转变观念 - 干扰立即消失
40	应该善意对待不理解大法的人
41	修炼交流摘录

时事新闻

任何借口的集资都是集资

【明慧网二零二一年四月十一日】据悉北京某区有学员以新唐人、神韵需要资金资助为名在大法弟子中集资，借口是中共疫情影响神韵演出、没有收入。有的大法弟子是普通的退休工人，一拿出来就是十万；已经有好几个同修拿出十万、几万的在做这件事情；更多的同修都在参与此事。一直以来都有类似的人和事出现，也一直有学员被卷入其中，大家应该各自想想自己了：为什么明显违背大法的事，却总能在学员中找到市场？

不管是谁，在邪党控制的大陆做这样的事，会给学员带来危险，干扰师父给弟子安排的修炼道路。什么人才热衷搞这种事呢？神韵是不会这样做的。

这种行为完全违背了师父的有关讲法。不管集资的人认识谁，也不管是谁带的头，是凡违反师父讲的修炼原则，都是不对的。请大家多学法，从自己做起，坚持以法为师，不再被一个又一个蛊惑和说辞带动。

明慧编辑部

二零二一年四月十一日

讲清真相、唤醒良知

四月十日，澳洲墨尔本法轮功学员驾驶三十多辆真相汽车组成车队，在清晨出发，前往距离墨尔本市中心两小时车程的淘金古镇、维多利亚州第四大城市本迪戈（Bendigo），并在那里举行集体炼功和真相集会活动。载着醒目中英文标语和展板的汽车队伍，如一条长龙，在墨尔本市区穿行一个多小时后出城，上午十一点，车队抵达本迪戈。

学员们在在本迪戈市中心花园广场举行了集会，人权活动家以及数位法轮功学员在集会上发言，期间穿插法轮功五套

功法展示和腰鼓表演及音乐节目。本迪戈市议员威廉姆斯（Vaughan Williams）专门前来集会现场表达支持，他说，墨尔本法轮功学员愿意开车往返五个多小时选择来本迪戈举办活动，非常好，举办这样的活动很重要，支持你们。

澳洲人权活动家、澳洲听障协会主席、自由党资深成员安德鲁·布什（Andrew Bush），从一百多公里以外、在巴拉瑞特（Ballarat）市的家，赶到本迪戈参加集会。他说，国际社会应该要求中共对自己的邪恶所为负责，尤其是为中共对本国人民所犯下的滔天罪行负责。

中共魔爪已伸进香港，甚至制造红色恐怖，一直处在风口浪尖的香港法轮功学员的处境备受关注。最近一周，位于香港街头的多个法轮功真相点，密集式遭中共恶徒破坏逾十次，但法轮功学员无所畏惧，风雨无阻地坚持传递真相。基督教储圣会以太堂的主任牧师姜嘉伟表示，经过这三年，香港人看见了法轮功学员在艰难困境中的坚持，让他感佩法轮功的真、善、忍中“忍”的精神。“他们一定是在苦难里面，但我看到每一位学员都是坚守着他们的光，继续在黑暗中展现他们生命的光辉。”

姜嘉伟认为，尽管中共妄图以“爱国等于爱党”蒙骗市民，打压香港法轮功学员，甚至以红色团体渗入香港各行业，然而法轮功学员二十多年来坚持告诉人们真相，让港人看到曙光，让更多人觉醒，这精神值得香港民众互相学习。

前《信报》主笔、日本山梨大学教授练乙铮赞佩法轮功学员善良、坚韧和勇气，“法轮功如水般的坚持，让中共很头痛”。“其实我觉得很根本的信仰这方面，法轮功可以给我们启示。”练乙铮认为法轮功强调善良，能触动执行恶法的公安的良知，而选择善待或释放法轮大法学员。

何俊仁律师表示，向法轮功学员等坚持信仰者致敬。他说：“对任何坚持自己信仰的人，我都是致敬的。当然大家都明白，有时候你用你最理性的，或者是和平的方法来行使自己的自由，去坚持自己的信仰，很多时候，在一个极权的体制

之下，往往都是备受打压、备受迫害的。法轮功是其中一个受迫害最深的群体……我都是为他们感到难过、伤心。但是，这样是不足够的，我们真是一定要继续，要为了人民真正得到自由，我们要持续奋斗。”

对于法轮功真相点被破坏，何俊仁担心法轮功学员的安全，也赞赏法轮功学员的勇气。虽然前路未卜，但他对香港前景仍充满希望，“最黑暗的时候，也是最光明的时候”。他鼓励大家不用恐惧，“我要这样去恐惧的时候，那就只能够回家，或者是只能够不说话，当什么都看不见。对我来说是失去了做人的尊严，那我是做不到。”

四月十日，美国旧金山部份法轮功学员在中领馆前集会，谴责中共雇凶攻击香港法轮功真相点的恶行，呼吁港府将凶手绳之以法。法轮功学员的活动获得了过往司机的支持，他们不断按喇叭对法轮功学员的行动表示声援，还向学员挥手致意。电脑工程师张先生表示，“我对中共雇凶攻击香港法轮功的真相点不感到震惊，因为中共在大陆对法轮功的迫害已经二十多年了。中共在香港所干的，是将在大陆的迫害延伸到香港。我今天来到这里，就是要谴责中共雇凶攻击香港法轮功真相点。”

四月十日下午，在巴黎市中心的哈佛广场（Place du Havre），法轮功学员进行了讲真相和征签的活动。自中共病毒爆发以来，法国进入了第三次隔离禁足期。在疫情如此严峻的情况下，人们更想知道为什么法轮功学员依然坚持不懈，传递真相信息。得知中共迫害修炼真、善、忍的法轮功的学员，对他们进行酷刑折磨，甚至活体摘取器官，人们感到震惊、气愤，纷纷在征签表上签字。有的说：“中共是恶魔！”有的称赞法轮功学员：“你们的行动很棒，祝贺你们！”

米歇尔·雨柯（Michel Huguet）在法国文化部下属部门工作。他表示：“法轮功真、善、忍的理念是很好的价值，你们为信仰而抗争，我支持你们。”“所有的迫害，对法轮功、西藏人、维吾尔族人的迫害，都是不能容忍的。”他说：中

共是专制政权，一个坏的政权是不能长久的，“我认为，中共政权有一天会自行崩塌。”“我们当年没有想到苏联的解体，但是苏联崩溃了，也许有一天，中共也是一样。”

中国大陆学员近期遭迫害案例

辽宁锦州凌海市法轮功学员孙继萍与丈夫周永林，二零二一年一月二十日在盘锦市锦采新区的大集上告诉人们“法轮大法好”的真相，被绑架构陷，二零二一年三月十五日被凌海市法院非法视频庭审，被非法判刑。三月二十六日，锦州市中级法院非法维持凌海市法院对孙继萍与丈夫周永林每人各五年刑期、罚金各一万元的枉判结果。

黑龙江海林市法轮功学员姚淑霞女士，二零二零年十月二十九日被绑架，二零二一年三月三十日被海林市人民法院非法开庭，她自辩无罪。姚淑霞已被非法判刑六年零三个月，有十天的上诉期。

内蒙古赤峰市元宝山区法轮功学员白宝华，二零二零年十一月十六日被警察绑架、抢劫了借来给儿子治病的钱一万四千元，二零二一年二月三日被非法开庭，被非法判四年。婆婆因哀伤、着急而离世。

山东省潍坊诸城市法轮功学员王平升先生，二零二零年十二月二十四日被青岛市黄岛区公安分局海青派出所警察绑架、并秘密非法关押。二零二一年三月二十六日获悉，王平升于三月九日被劫入山东省济南监狱迫害。王平升二零一八年四月被绑架、“取保候审”，二零一九年十一月中旬被警察用车拉到黄岛区法院，法院声称他被判刑四年，警察强迫他体检，结果全身都是严重的病，法院声称撤回判决，“取保候审”。

广东深圳市关工委常务副主任、法轮功学员唐海海（国内教育专家）与夫人孙雪新在二零二零年三月被绑架。现在得知，唐海海被非法判一年两个月、孙雪新被非法判三年。

海外学员证实大法讲真相摘要

四月十日，奥地利法轮功学员在格拉茨举办了信息日活动。学员们向民众揭露中共对法轮功的迫害并演示了五套功法。学员们的活动引起了很多人的注意，不少人驻足观看学员炼功，也有人为活动拍照。人们了解到中共对法轮功学员的残酷迫害后，纷纷表示愿意为反迫害签名并向学员道谢。真相点前，不时有人排队等待签名。一位女士感谢学员告诉她中共迫害的真相，她对学员说：“你们的信息日非常重要！”

三月的美国南方休士顿正是春暖花开的季节，在市中心的知名荷门公园（Hermann Park），休士顿西南的糖城的牡蛎溪公园（Oyster Creek Park in Sugar Land），医学中心附近的赫尔亢大道（Holcome Blvd）旁的主要公共场所，人们都遇上了传播真相的法轮功学员。有位美国人了解真相后，竖着大拇指向学员表示：“了不起，我愿意与你们在一起。”

罗宾女士了解到法轮功学员在中国被迫害这么严重，说：“这件事情（迫害）让人感到非常难过，怎么可以对有信仰真、善、忍的人进行这么残酷的迫害！”她说：“中共自己不信神，反对神。不信神的人很危险。人们应该遵循传统文化，信守传统价值理念。如果人类不信神，人类的道德就会败坏，也就没有希望。”

她并询问：“怎样才能帮助你们？”学员付女士回答：“请尽量将这些真相告诉更多的人，例如把这些信息分享给亲朋好友，分享到您的社交媒体。这样能有更多的人知道真相，帮助人们认清中共的邪恶本质、远离中共。”

有一位从中国来美国不到一年的邹先生，遇见学员在街边展示横幅，竖着大拇指赞扬道：“你们有坚韧的精神，辛苦了。”他告诉学员自己从事科技工作，已明真相，并在学员的帮助下退出少先队。他表示自己曾经在中国城看过真相横幅，当时就买水果想送给学员。

四月十日，德国北威州的部份法轮功学员来到勒沃库森

（Leverkusen）市中心的步行街，举办信息日活动。学员们通过现场演讲，告诉民众什么是法轮功，并揭露了中共对法轮功的迫害。结合目前德国民众关心的中共病毒话题，学员们向人们讲述了中共的邪恶本质，并提醒民众警惕中共对德国的渗透。学员们还在真相点上表演了腰鼓并演示了功法。虽然活动当天一直在下雨，仍不时有民众驻足倾听学员们讲真相，许多明真相的民众为反迫害签了名。

大陆综合

大陆综合消息

◇辽宁本溪市法轮功学员被枉判入狱 家属坚持追责

辽宁本溪市四位法轮功学员邓玉林、张莉敏、张鹏柱、杨丽威二零一九年五月二十三日被绑架后，于二零二零年九月四日被非法判刑3-4年，上诉后，本溪市中级法院无视法律，在律师没有递交辩护意见的情况下，不通知律师，直接下维持原判的终审裁定。

一年多来，家属曾多次向辽宁省各级公检法及政法委等许多政府职能部门提交《刑事控告状》等法律文书，从未得到回复过，但家属们不气馁，不放弃，坚持追究不法人员的责任。经过一年多的奔波，现在，已经开始陆续接到各部门的回复信息了。

最高检察院以手机信息回复告知提交的材料已经转到相关部门处理。

向辽宁省检察院邮寄的《刑事控告状》，他们现已给家属打电话，核实了控告情况。

辽宁省政法委对于递交的《刑事控告状》，已于二零二一年二月二十二日受理，现已转辽宁省高级法院。

辽宁省司法厅对于家属递交的行政复议，审理终结：本溪市司法局以“涉及个人隐私不予公开”的回复，其认定事实不清、适用法律错误，程序违法。现撤销本溪市司法局对《政府信息公开》的回复，责令本溪市司法局在法定时限内对于《政府信息公开》重新作出答复。

近来，家属于三月二十三日星期二上午，到本溪市中级法院面交《控告状》及各种证据材料，立案庭以各种理由不予立案，告知到市纪委或公安局报案。家属知道如果不能在纪委信访部门登记，一旦登记，很可能就会被邪党上到“访民”黑名单上，会遭到非法“布控”。所以，最后材料只能邮寄了。

次日，家属们在早8点又赶到本溪市人大，等了很长时间，负责接待的一位姓段的人员才来，一听说是关于法轮功的案子，很激进、嚣张，高声叫嚷了一些被邪党洗脑后的歪理邪说，并说：“告诉你们，在本溪市所有领导的办公桌上都有你们寄的法轮功材料，谁都知道，谁都管不了……”但家属们不动心，和善的对他讲了在法律方面对法轮功迫害的违法之处及善恶有报的真相。接待人员很快的平静下来听，并表示“领导指示：有关法轮功的案子一律不接”，他也做不了主。他说现在公检法马上开始大清洗了，一切冤假错案都要追责，回家听信吧。当时，现场还有一些其他访民也在听。之后，家属到邮局把材料寄往各个公检法及政府职能部门。

过程中，家属能感受到，只要到各部门现场，有理有据的诉说和展现出来的素质，都能让接触到的人们感受到，修炼法轮功的人是善良的好人，有素质，根本不象电视里说的那样，大多数接待的人都很友善。近两年的时间，家属们一直不间断的对各级公检法及各级政府职能部门递交控告及各种法律文书，已经有了一些成效。

◇张淑芝、侯晓艳母女冤狱中仍修心向善

大庆市让胡路区法轮功学员张淑芝老人与女儿侯晓艳，二零一七年十月十日被哈尔滨市、尚志市、大庆市高新技术开发区警察合谋绑架，被劫持到哈尔滨市，后分别被非法判刑五年半、五年，被劫持到黑龙江省女子监狱迫害，至今已经三年半。

张淑芝被迫害致双眼视物不清，家人无奈出钱到监狱外做了手术，至今还有一只眼睛视物不清。

自从二零一八年到现在，黑龙江省女子监狱一直不让张淑芝和侯晓燕与家人会见。

侯晓艳被绑架迫害时，女儿未满十六岁，身患甲亢病，听说妈妈、姥姥被无辜的抓捕关押，爸爸又在边远的地方工作。小女孩独自在家，晚上都不敢开灯。

侯晓艳，一九七七年出生，原大庆石油管理局采油二厂职工，修炼法轮功后，更加纯朴善良，善待他人。她母亲张淑芝七十多岁，一九九六年初修炼法轮功后，患有难以治愈的严重神经衰弱、失眠症等多种疾病，都神奇的康复。张淑芝老人与人为善，是一位亲邻公认的好人。

侯晓艳被非法关押在黑龙江省女子监狱集训监区（原九监区），她的母亲被非法关押在八监区（原十一监区）。在这个环境中，侯晓艳被限制不许自由出监舍，但她尽自己所能帮助别人。当别人有困难时，即使不向侯晓艳开口，她也会尽最大努力帮助。因为不认罪，侯晓艳被限制每月消费不得超过90元，不允许家人会见。

现在母女二人同陷一个冤狱，不得相见，得不到对方的任何消息。

◇大连八旬郝福奎三年冤狱即将期满

二零一七年十月八日，辽宁大连包括郝福奎老人在内的数十名法轮功学员被绑架，其中九人被非法判刑，郝福奎老人非法判刑三年。二零一八年六月十一日，时年81岁的郝福奎老人被劫持到大连监狱。现已84岁的郝福奎将于二零二一年六月二日结束冤狱。

郝福奎老人，家住大连市开发区，人称郝大爷。他心地善良，整天乐呵呵的，经常帮助别人，是位名副其实的好大爷。

郝福奎的老伴郭玉英曾经参加过法轮功创始人李洪志师父的讲法班，真切体会到法轮功是一个让人身心升华的好功法，开始虔心修炼，不多久，郭玉英身体上的顽疾好了。郝福奎看到老伴实实在在的变化，也走上了修炼之路。修炼以后，郝福奎的身体越来越好，多种疾病不翼而飞，精神饱满，走路生风，修炼二十几年来，面容几乎没有太多变化，如今八十多岁，看上去就像六十多岁的人。

自从中共迫害法轮功后，郝福奎和老伴郭玉英多次遭到

迫害，几经周折，郝福奎一家人从吉林市来到了大连开发区。二零零六年，郝福奎曾被劫持到沈阳马三家劳教所，被非法劳教两年。郝福奎从马三家回来以后，身体虚弱，通过修炼法轮功，才逐渐恢复健康。

郝福奎和老伴郭玉英没过几年安稳日子，二零一二年两人被警察监视居住，骚扰、恐吓，致使两位老人精神压力很大。二零一四年五月十二日，郭玉英在长期的精神恐吓中凄凉离世，郝福奎忍着悲伤处理了郭玉英的后事。

二零一七年十月八日，郝福奎被大连开发区公安分局警察非法拘留，二零一八年六月，被劫持到大连监狱非法关押至今。

严正声明

本周二百八十四名大法学员严正声明一切不符合大法的言行全部作废，表示要加倍弥补给大法造成的损失，坚修大法到底。

世人觉醒

本周一百五十三名觉醒世人郑重声明，以前所写、所说、所做对大法、对师父不利的言行全部作废。相信法轮大法好，支持法轮大法，弥补过错。

◇八旬大姨和警察的故事

文：辽宁大法弟子口述 同修整理

（一）大姨说：那你也是个好人

二零一九年的一天，八十三岁的大姨，在楼群附近，发放法轮功真相小册子和贴不干胶，被不明真相的男子诬告。

一会儿，警车开到大姨身边。从车上下来一警察，问那个举报的人，是这个老太太吗？那人说，是。

警察问大姨：你干什么了？大姨说，我没干啥。大姨用手拍着胸脯说，我从来没干过坏事，我对的起人民，也对的

起你们警察。

那个警察一听这话，也学着大姨的样子，拍着自己胸脯说，我也没做过坏事。

大姨说，那你也是个好人。警察一听，笑着开车离去了。

（二）警察：是我帮你解围的

二零二零年的夏天，八十四岁的大姨，在菜市场附近，给一位年轻女人讲真相。那个女人拽着大姨的手就不松开，并大声地嚷道：你这是反党。当时那架势就是想举报大姨。

在这紧要关头，从附近的门市房中，快速走出来一个男子（警察），奔过去，冲着那个女人大声地说：一个八十多岁的人，告诉你法轮大法好，反啥党了？共产党那些高官贪污腐败，不反党，是吧！那个女人被问的答不上来，自觉没趣地走了。

当时，大姨也没对这名男子说声感谢话，就走了。过后，大姨挺后悔的。

有一次，大姨又在这地方放真相资料，一个男子走过来，主动要资料，并问大姨：你不认识我了？上次那女人拽着你时，是我帮你解围的。

大姨心想：谢谢师父，又安排让我遇到他，了了我上次没完成的心愿。大姨说：小伙子，神佛看人心，你帮了大法弟子，一定会得福报的。

人 心 与 因 果

◇感染 B. 1. 1. 7 多伦多居民幸运康复

（明慧记者章韵报道）多伦多华人居民刘先生（四十五岁），今年一月底检测新冠病毒呈阳性，二月初突然出现严重症状，再检测，结果是感染了新冠病毒英国变种(B. 1. 1. 7)。他在加护病房靠呼吸机维持生命长达十五天，最终于3月16日康复出院。这期间他经历了什么？

* 不幸染上变种病毒

B. 1. 1. 7 这个新冠病毒变体最初是2020年9月在英国检

测到的，有1600多个基因组，传染力比原来的新冠病毒（包括2020年6月发现的D614G）高出70%，于2020年12月首次在美国被确认，目前在50个国家传播。

刘先生回忆道：“今年一月底，我们的一位朋友首先感染了病毒，我们一家也要去检测，我就检测出来是阳性，感觉只是感冒症状。回家后有医生每天的电话跟进，到了第四天（2月3日）的时候我就突然严重起来了，咳嗽厉害，发烧，呼吸困难，没有味觉。医生就要我马上去看急诊，我就到了万锦市史托维尔医院（Markham Stouffville Hospital），查出得的是变种病毒——新冠病毒英国变种（B.1.1.7），是目前危险性最大的一种，它的死亡风险和传染风险都是最大的。”“然后我就进了ICU重症监护病房，马上给我插管，上呼吸机，我就一直迷糊过去了。”刘先生说。

刘先生的太太琳达（Linda）女士补充说道：“他迷糊过去的那十多天里，那个过程我真是每天都是提心吊胆地度过的。4日和5日的时候我还可以跟他视频对话，看得出他非常的虚弱。6日就进了重症监护病房（ICU），医生说是得了变种病毒，已经是迷糊状态了。”

到了2月15、16、17日这三天，刘先生出现了更危险的状态。

琳达回忆道，“15日上午7点多我就接到医院的电话。我吓得发抖，因为平时医院都不会这么早打来电话的。医生说，他的情况有点危险，现在需要的辅助吸氧是70%的高流量氧（High Flow Oxygen）。如果再不稳定的话，继续到100%的话，人就不行了。”

“每天通过视频看着插着管的他这么多天也不醒，心里就发慌，只能求助上天保佑他。”

琳达继续说：“谢天谢地，到了18日医生就说稳定了，医生说要试一下拔氧了。试过后说还不行，到了20日说已经稳定了，才把氧气拔掉，21日就从ICU转到普通病房了。”

刘先生自述：“转到普通病房，我自己才有点清晰的意识，13

在这之前的什么事都记不清了。这个时候太太才可以进来见我，之前都是视频对话。太太就说我已经走过一大难了。躺了二十天，我瘦了二十多斤。之前是160多斤，降到了130多斤。”

* 梦中记得九字真言

在那二十多天煎熬的日子里，刘先生经历了什么呢？

他说：“在ICU昏迷的十多天里，我做了很多梦，（细节）都不怎么记得了，只记得法轮功学员教的九字真言和梦到去看了神韵。我非常明白是什么救了我的命。”

和法轮功学员结缘是在二零一九底，刘先生在加拿大机场遇到一位向他介绍真相的法轮功学员。他因此知道了法轮功的真相，回到家后就上网查找炼功点。

“开始我要找炼功点是因为我有脚痛的毛病，医生也检查不出来是什么病，但我每个月都要痛两三天，都是痛得什么都做不了的那种状态。所以我就决定要炼法轮功。”

“当我找到太古广场有炼功点时，正好遇上有报名参加‘九天班’的，我就参加了二零二零年一月份的九天班。炼功后我的腿痛就真的慢慢好了。参加了九天班后，才知道要学法和修心性。”

刘先生继续回忆住院过程中的经历：“有时会在迷糊中听到医生说，他怎么这么严重？我就在心里对师父说：师父啊，我才刚得法，我还想修炼啊，我一定要过了这个难啊，请救我！”

“有一次我在心里念九字真言（法轮大法好，真善忍好）时，我好像听到医生说，你今天拔完管就可以回家了。我当时就觉得是师父在告诉我你就要回家了，后来又睡过去了。”

讲到这时候，刘先生不禁地哽咽着说道：“这次能醒过来，全靠师父的慈悲。”

刘先生说：“当时在医院时转到普通病房后就不用呼吸
14 机了。医生说如果自己觉得不舒服，就可以用插管来呼吸。

我感觉全身无力，但我都没用插管来呼吸了，我就一心一意的念诵‘法轮大法好，真善忍好’这九字真言，所以我康复很快。医生也说：‘你恢复得真快，原来还准备要送你到另外一个科去做康复，现在看来不需要去了。你可以回家了。’

3月16日，刘先生康复回家了。一回家，他就开始天天炼功，尽管手脚都还不太灵活。（节选）

◇女军医：法轮大法太神奇了！

【中国大陆来稿】我在一个退休军队老干部家做清洁工，已经做了十多年了。在讲真相，救众生过程中，出现了很多神奇的事，充分体现了大法师父的慈悲伟大，法轮大法的美好神奇。今天跟大家分享其中的几例。

这位老干部一家人非常善良，在中共恶党迫害法轮大法严重的年代，他们请我去他们家里工作，对我起到了保护的作用。工作上我兢兢业业，从不争名利，遇事为他们着想。我们彼此之间建立良好的关系。

时机成熟后，我就给他们讲大法真相。他们也都相信师父和大法好并做了“三退”（退出中共的党、团、队组织）。这样我就能在老板家堂堂正正的修炼法轮大法了。我还告诉他们每天默念：“法轮大法好，真善忍好”九字真言保平安。他们也都非常信师信法。

老干部的老伴有哮喘病，她念“法轮大法好，真善忍好”后哮喘病好了，人也变的健康漂亮。他们家里还开了优昙婆罗花。

去年十月的一天，老干部把他的战友请到家里来做客。来的客人中男的是老干部，女的是个老军医。这位军医有非常严重的心脏病，需要做搭桥手术。老干部的老伴就介绍我与他们认识，并叫我给他们讲法轮功真相，帮帮他们。

我心里求师父加持我救这两个人。然后我就开始给他们讲大法真相。他俩都做了三退。于是叫他们和我一起念“法

轮大法好，真善忍好”。念了十五分钟后，女医生满脸是汗，她说：“太舒服了，谢谢你！”我说：“这是大法的威力。我们一起谢谢大法师父吧！”他们和我一起双手合十，说：“谢谢大法师父！”

我又送给了他们真相护身符，叫他们回去后每天念“法轮大法好，真善忍好”。

两个月后，女军医去医院做检查。医生说她的心脏病好了，不用做手术了。她激动万分，高兴的哭了。她非常感恩大法师父，感恩法轮大法。她打电话给老干部的老伴说：“我当了几十年的医生，也没治好自己的病。莲莲（指我，化名）给我退了党、团、队，我每天念：‘法轮大法好，真善忍好’，不用吃药，不用打针，我的病就好了。法轮大法太神奇了！”

时事评论

◇ “不退如喝苍蝇汤”

——认清中共后人们纷纷选择“三退”

文：蒋清

2020年7月26日，来自南方一所高校的教师夫妇王老师、罗老师在海外大纪元网站发表“三退”（退出中共党、团、队）声明时说，结婚以来，我们多次讨论过退党问题，考虑到在工作单位直接申请退党会受到各种打压，但是如果不退，实在感觉不舒服，就像喝了一口飘着一只苍蝇的汤一样。所以，我们要退出曾经稀里糊涂被洗脑时加入过的中共组织。

另一位40年党龄的军队转业的退休老煤矿工人说，早在2004年办退休手续时已经明确跟单位申明同时退党，因为“共产党是短命党，它做的都是短命事，肯定长不了。日后会被人清算，怕的自己子孙后代会被牵连，所以退休了就把党也退掉”。

*** 一位历史研究者的心愿：希望矫正被中共歪曲的历史**

2020年5月8日，来自北京的文长苏在大纪元网站发表“三退”声明时说，我是搞历史的，曾经帮助抗战的国民党老兵和几位高级将领争取福利，为他们的尊严和生计奔走。这些民族英雄在中共眼里都是阶级敌人，生活在社会的底层。我想通过历史来唤醒今天的人，但是在中共的统治下，近现代历史都不可能以真实面目示人，这是很可悲的。我感觉自己能做的事太少，没有发挥应有的价值。现在想想，可能更应该被唤醒的是我自己。

马上又到了6月4日了，距“八九年六四”已经31周年了，我的孩子都快到中年了，现在他也有孩子了。六四期间我去过六部口，亲眼看过荷枪实弹的军人。孩子经常问我对六四的看法，对此总感到无奈。我当时也像孩子现在这个年龄，也刚有了自己的孩子，有过一些激情，但是最终还是选择了沉默。我不希望孩子到我这个年纪也像我这样遗憾，更不想小孙子还继续生活在这种被洗脑的、没有言论自由的不正常社会。

最近我看了关于法轮功真相的资料，了解到中共对不同意识形态的迫害是何等残酷和不择手段，也了解到法轮功学员的不屈和非暴力抗争，对我的触动很大。之前对他们有过偏见，想对他们道歉。这次瘟疫，也让我看到了中共的末日疯狂——谎言隐瞒、发国难财、甩锅诬陷、新闻叫骂，很符合历史上王朝灭亡前丧心病狂的“绝响”。为了成全自己，成全孩子，我彻底抛弃幻想，退出中共的一切党团组织。历史、人民，甚至全世界都会对中共进行正义大审判，我希望能在有生之年，贡献自己的力量，矫正被中共歪曲的历史，还后人以真实。

* “震惊于如此庞大的国家居然会如此荒谬”

2020年3月23日，来自辽宁的字竹说，从小接受无神论教育影响颇深，一心只虔诚地相信共产党。曾听信了教科书上的话仇恨法轮功，甚至极不理智地举报过法轮功学员。后来身体不好疾病缠身，抱着有病乱投医的心态，听了法轮 17

功学员的告诫心里念“法轮大法好”。结果真的发生了神迹，我的多种医院说一辈子都好不了的疾病都消失了。我真心的谢谢法轮功和法轮功师父。

事后我开始听取学员讲真相，看真相网站。理智的思考过后，我感到了深深的震惊和恐惧，震惊于如此庞大的国家居然会如此荒谬。今天翻墙突然便看到“我要退党”的链接，不知为什么心里很不是滋味。共产邪党迫害法轮功，共产党用谎言毒害了14亿人，而我作为法轮功的直接受益者明白了真相的情况下居然因为一点怕心无动于衷？！今天我要声明“三退”，我会以法轮功所说的“真、善、忍”作为人生指导，从思想上排斥党文化的余毒，做一个堂堂正正的好人。同时，也感谢法轮功学员把我们从恶毒的中共谎言中解脱出来。

* 迫害大法遭报之后

2020年11月11日单既贞说，我是村委干部，因听信邪党对法轮功的污蔑，每天早上起来就挨家挨户拾大法学员发的真相资料，拿回家烧了。法轮功学员曾经告诫我，真相资料是救人的，这是阻挡上天救人要遭报应的，这种事不能干。我因受邪党蒙蔽太深不听劝阻一味地干。以后出现双手颤抖乱摆动，吃饭喝水连碗和水杯也端不了，自己也不知怎么回事。

一位法轮功学员听说我干过烧真相资料的事，看到我双手不正常，就好心告诉我：“你用手干的坏事阻挡世人了解真相得不了救，罪很大，这是上天在警示你，再干可能还有更大的灾难等着你。”还举了一些遭报应的例子，我知道了事情的严重不敢干了，手也不抖了，正常了。

中共隐瞒疫情使武汉肺炎传遍全国乃至世界。在法轮功学员的劝说下，我开始看大法资料，明白了真相。现在我主动向大法学员要真相资料看，彻底从内心退出邪党组织。（节选）

修炼园地

吉林伊通学员遭严重骚扰迫害的反思

文：吉林省法轮功学员

【明慧网二零二一年四月八日】自从二零二零年疫情解封后，吉林省伊通县政法系统部份人员执行中共邪党对法轮大法修炼者的迫害政策——“清零”骚扰，陆续对伊通县法轮功学员进行骚扰迫害。从二零二零年八月份开始更加疯狂，并胁迫部份公职人员、社区人员参与迫害，此次迫害持续时间之长、涉及人数之多、采用手段之卑鄙，是今年以来迫害最严重的一次。

骚扰迫害的详情，请见《吉林省伊通县“清零”迫害手段》。现在针对这些迫害过程中世人和学员的不同角色表现，希望伊通县大法弟子从中能有所借鉴，通过学法找到不足，尽快提高，更有效的清除邪恶、救度众生。如有遗漏和不完全准确的地方，希望有条件的同修能给予补充、完善。

一、世人在迫害中的表现

经过法轮功学员二十多年不断的讲清真相，很多世人，包括政府公务人员都能明辨是非，在善与恶较量的关键时刻，选择站在正义的一方，从而给自己奠定了美好的未来。

例如有人在政府或社区工作，不得不参与迫害相关的工作，但只出工不出力，有时还帮助说几句好话，减轻了对学员的迫害；也有在预谋绑架学员之前，把消息透露给学员的，使学员避免了被绑架迫害；也有单位领导、同事智慧保护学员的；也有村干部想方设法保护学员的；也有学员的家属顶住压力，无怨无悔继续支持学员的；也有的学员亲属敢于仗义执言，斥责恶人，保护学员的；也有学员亲属在被逼无奈的情况下，劝说学员签字的，但当看了邪恶的“五书”内容后，被里面邪恶无耻、恶毒的内容所震动，从而升起了正义感，保护亲属学员的；也有亲属极力制止其他家人顺从邪恶代替学员签字，并智慧保护学员的；也有已经放弃修炼很长

时间的人，在被叫去签字时，在看了邪恶的内容后，断然拒绝签字的。我们相信这些坚守正义、良知的人们，都给自己奠定了美好的未来。

但也有学员的亲属知道大法好，平时也支持大法，但在自身利益面前顺从邪恶，逼迫学员签字的等各种情况。实际上这样做的是真正断送了自己的前程，还会殃及亲人和子孙后代。有位学员的老伴被骗去派出所签字，回家后头晕目眩，连拉带吐，在床上躺了三、四天才好；有位女学员没修炼前是个病秧子，家务活都干不了，学法轮功后身体非常健康，实际上全家都在大法中受益了，但在这次迫害中，家人都逼她签字，签字后她老伴身体就不好了，就只能躺在床上，不能下地了，当认识到自己的错误后，才能下地。这很可能是神佛对人的慈悲警示，而当真正的恶报降临时，就不会这么容易过去了。

二、同修们的状态

坚持修炼到今天的同修们都知道，不能配合邪恶的命令签这种字，一开始都是拒绝的，有的同修还给来的人讲真相。但由于种种人心未修去，被邪恶钻空子施压而违心签字。如有的学员在被威胁收回土地或停发退休金的时候，向邪恶妥协了，违心签字；也有的学员在被绑架到洗脑班后，怕被判刑，到监狱里承受不住而违心签字；也有的学员在儿媳妇要挟要与儿子离婚、断绝关系、不让见孙子的压力下签字；有的学员在丈夫被停职后违心签字；有的学员在家人暴力殴打、用儿孙前途逼迫下签字；也有学员虽然未在那几书上签字，却签了似是而非的东西，如有学员被哄骗写了批判邪教（未提法轮功）的东西，有的学员在“未说中共邪党不好”的字上按了手印（三个月后，此学员离世）。

当然也有一些没向邪恶妥协的同修。有一对夫妻同修，他弟弟来家串门，正好遇上派出所、村上的人逼他哥嫂签字，上洗脑班，不让炼法轮功。他弟弟说：“咋的？谁不让炼法轮功？好，就炼，我们就炼！”就这正念使得来迫害的几个

人二话没说，灰溜溜就走了。

还有一对夫妻同修，有一天儿子、儿媳妇、弟弟、姐姐等亲属一拥而来，劝他们签字，说怕影响孩子升学，还说我们给你们报警等逼迫的话，这位男同修表现出至死也不会放弃的，一句放下生死的话，就把他们给镇住了，亲属们半天无语，后来儿媳妇说，那我们也不管你们了，你们愿怎么办怎么办吧。

也有同修的丈夫被叫到派出所，代替同修签字，同修丈夫正气十足，质问派出所警察，“如果我能代替她签字，你们为什么不签？”警察被镇住了，也不再找同修签字了。

也有同修丈夫在政府机关工作，因为妻子平时把真相讲到位了，丈夫非常认同大法，这次迫害刚开始时，这位同修被骚扰的不能正常工作，她丈夫也要面对很大压力，这位同修就与丈夫沟通，“你知道我的性格，我不会放弃大法，也不能签字，我也舍不得这个家，但为了不影响你的工作，咱们离婚吧！”丈夫说：“都二十多年的夫妻了，怎么能离婚呢，那咱们俩扛着吧！”从此再没来电话骚扰，夫妻俩都在正常上班呢。

有一位女同修，她老伴身体不好，需要人护理，因为邪恶的株连政策，她的女儿、女婿们就来逼她签字了。她开始给他们讲真相，但他们都不听，同修感觉他们被邪恶因素控制的太厉害了，就说，咱们先去吃饭吧。到饭店吃完饭后，同修找个机会，就离家出走了。女儿没办法，就留下来照顾父亲。又过了几天，她老伴打来电话说，“你回来吧，他们不逼你了。”这样也过关了。

还有一位同修，在这次骚扰开始时，悟到：这是放下生死的时候了！她告诉家人，我的事你们不用管，我自己面对。她积极准备给上门找她的人员讲真相、救度他们，她就不断的背法、不断的琢磨。当她感觉准备好了的时候，有一位社区人员找上门来了。她打开门，把这位社区人员让到家客厅里落座。社区人员说明来意，这位大法弟子把准备好的内容

胸有成竹的开始讲真相：讲了什么是法轮功，法轮功合法，讲法轮功对国对民有百利而无一害，也讲了中共恶党的邪恶本性。这时，社区人员频频点头，表示，我这回可真的明白法轮功是怎么回事了，并说我保护你，我回去说你不在家，找不着你，再有别人敲门，你可不要开门，你出去呆几天吧。

也有一部份同修流离失所躲避迫害。也有学员这些年在常人中逐渐沉沦，当受到骚扰时反而高兴了，认为师父还在管，从而积极面对。但也有个别同修未被骚扰，每天正常做好师父要求的三件事。

三、找出不足抓紧提高

我们是走在神路上的生命，是有师父管的，无论邪恶如何疯狂，都有我们可以走过去的路，只要我们能在法中走正，邪恶是不敢随便迫害的。痛定思痛，我们伊通县的同修应该从个人方面和整体方面冷静向内找自己，在法上提高上来，抓紧弥补损失，跟上正法进程。

下面所列的几方面不一定符合实际情况，也不一定完全符合法，仅起抛砖引玉的作用，希望同修们能正面理解、理性对待。

1、整体不足的思考

从一九九九年七月迫害开始后，伊通县的大法弟子整体上应该是很好的，虽然有时邪恶也很疯狂，但大家都没被吓倒，继续坚持做好该做的三件事，并且做的更多，从而抵制了邪恶。但从二零一七年六月，有四名同修因讲真相被绑架和二零一八年二月份有同修因发年画被绑架后，很多同修都产生了怕心，加强了自我保护。真相资料很少有人发了，有的同修虽然也出去讲真相，但不带真相资料，有的连护身符都不敢带了，认为光靠嘴讲更安全。

回想一九九九年刚开始的时候，有同修因为发放真相资料被绑架后，其他同修就更多的发放真相资料，减轻被绑架同修的压力，有效的震慑了邪恶。而目前的这种自我保护，

很可能让邪恶因素敢于向我们地区聚集，当邪恶聚集多了，就给我们地区带来了大面积的迫害。

2、找到在哪里摔倒的

在这种考验中摔倒后，还想继续修炼的学员下面两种状态表现需要注意。一种表现是，对于有的同修而言，摔倒后，为了弥补损失，就在讲清真相上加大力度的做，这当然也是好事，但最容易忽视的就是找一找自己为什么会摔倒。

另一种表现是，摔倒后，就陷入深深的懊悔中，师父讲：“我不喜欢你们自责，一点用都没有。我还是那句话，摔倒了别趴着，赶快起来！”[1]

师父说：“你修炼你那个心，最根本上心要不动还不算呢，你说你表面做好了，你内心还有那么一点点执著你自己没发现都不算过关，因为它是最严肃的，得本质上真正发生变化。”[2]

对于在这一次考验中没过好的同修，不是一开始就签字的，那么在哪一刻使自己动摇的？或者在提到哪一个问题时自己动摇了？如果冷静回想自己签字前那段时间的思想过程及外部环境情况，象放慢镜头一样的用法来对照、衡量自己当时的一思一念，找自己的时候要抽丝剥茧，一层层的深入去找，就可能找到自己摔倒的原因所在，只有找准问题，才能通过学法、实修有针对性的提高上来。

比如，有的学员被疯狂殴打后违心签字了，可能只找到怕心或承受不住迫害还是不够的，要找为什么被殴打，是不是有怨恨心或其它什么心招来的，如果找到怨恨心，再找为什么有怨恨而没有慈悲，每找到一个什么心的时候，就可以发正念清除，并不断用法理归正自己。

有的学员在家人逼迫下签字，那么就要找找自己是因为不让见孙子而决定签字的，还是怕影响孙子考大学而决定签字的，或是怕影响儿子工作而签字的，或是看儿子打自己耳光时心疼了而签字的，找到这个后，再深入去找为什么那个事就能让自己动摇了。

冰冻三尺，非一日之寒，也要回顾一下自己近几个月或近几年的修炼状态。比如前些年我们当地环境相对宽松，虽然也有迫害情况发生，但都只涉及了个别同修，对大面积同修没有造成影响。在这种宽松环境下，有的同修不知不觉中滋长了安逸心，有的开始懈怠，有的想过常人中的好日子，有的看常人的电视连续剧，有的看常人网站，有的弄常人视频，但当有同修帮助指出问题时也听不进去，虽然“三件事”都在做，但有点按部就班，类似做常人的工作了，没有真正在法上提高。

3、认识修炼的严肃

我们都知道修炼是严肃的，但有的同修好像对修炼严肃性的认识上存在不足。请同修思考一下，中共不法人员事先准备好了“三书”或“五书”，明知道学员不会放弃法轮大法，即使签了字也是违心的，为什么还让学员签字？为什么有的让你签字时，还说，“签了字，愿意炼就在家炼？”因为对于学员而言签字与不签字完全是两种截然不同的走向，邪恶的目地是要毁灭众生，所以想尽一切办法让学员在邪恶的几书中留下你的笔迹，因为那是将来它可以毁灭学员的把柄。

下面简单分析一下邪恶的“三书”或“五书”有多邪恶。

邪恶的“保证书”就是自己保证不再修炼法轮大法了。大家可能都知道给老子赶车人的故事，因为老子当时的官职小，没有能力支付给他赶车人的工钱，后来那个人在别人的唆使下向老子要工钱，并把老子告到官府，当老子从他的体内取出给他下的帮他延长寿命的东西后，那个人即刻变成了白骨，也就是如果老子不帮他延长寿命，按照他正常的人生安排，他早是白骨一堆了，并且老子想用天国世界的东西来回报他在人世间的工钱，人因为一念之差，失去了最好的东西。有的学员在签字后马上休克了，也可能有这方面的原因。凡是签了字的学员身心都会有非常难受的反应。

人世间有几项重罪：欺师灭祖、谤佛讽法。中国历史上最有名的“三武一宗”灭佛的报应，中共邪党文化大革命时

拆庙砸佛像那些人的报应，不但自己遭报，还殃及子孙后代。在那邪恶的“几书”中，中共邪党用最下流无耻、最恶毒的语言污蔑师父，谩骂大法，有正义感的常人在看了内容后都说：“这个字真不能签！”有的已经不修炼的人看了内容后，也顶住压力没签字。如果不是师父无量慈悲，签了字以后，很可能永世在地狱中了，也包括逼你签字的家人，也可能包括你怕在常人利益受影响的儿孙！

密勒日巴佛把常思三恶道的苦作为精進修炼的动力。而我们由于受中共邪党几十年来的无神论宣传，虽然在大法中修炼多年，但能看到另外空间的学员毕竟是少数，所以很多学员对生死轮回和地狱、天堂可能仅停留在感性的认识上，所以才认为不让孙子上大学、儿子失去工作、停发退休金、收回土地等人中的得失比下地狱要可怕，所以才会在得失权衡中选错方向。如果你的家人能知道这种利害关系，他们都会主动抵制邪恶了。

对于这方面没做好的学员，师父也给了继续做好的机会——严正声明。严正声明是非常严肃的事情，也体现出师父的无量慈悲。看看明慧网上严正声明前面的编者注：“编者注：‘严正声明’是在压力下曾给邪恶写过‘不炼功保证’的法轮功学员宣布重返修炼的声明。为保持严肃性，声明必须用真名实姓发表。如发现使用化名的‘严正声明’，将予以删除。”

师父给了我们无量的好处，而学员却在人中的压力下，毁谤师父，但师父还在给你机会，自己不应该万分珍惜吗？千万不能遇到压力就签字，过后再声明，三番五次的，这不是拿师父的慈悲当儿戏呢？！

简单思考一下，如果自己这一关过去了，自己的家人、来找你签字的警察或社区人员可能都得救了，而因为自己没做好，他们是不是都面临被毁灭？是不是需要把他们再救回来？而正法进程已经接近尾声，还有没有足够的时间来弥补损失呢？如果自己真的没修成，那么你自己因签了字而造

下的无边罪业都将由你自己来承担！真的要严肃对待严正声明！

4、对身边人讲真相做的不到位

在这次迫害中，有一部份学员是在家人逼迫下签的字，而有一部份学员是在家人的保护下免于骚扰。两者对比，是不是有的同修平时对家人讲真相做的不到位？因为在善恶的考验中，家人也需要摆放位置。如果家人真的明白善恶有报，家人真的明白知恩图报，家人真的明白你修大法他们受益了，家人真的明白毁谤佛法罪大无边，家人真的明白保护大法弟子、为大法说句公道话能得福报，他们可能就是另一种表现。家人真的能有正的表现，也能在未来的宇宙中得到一个好的位置。

四、建议同修们静心学法

师父告诉我们：“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”[3]

看到我们本地很多同修在这次考验中摔倒了，感到非常痛心，但我们本地也有一些同修在这次考验中做的很好，这些好的经历也是值得借鉴的，就想把这些整理出来，供同修们参考、借鉴。

层次所限，有不合法之处，请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》

[2] 李洪志师父著作：《北美首届法会讲法》

[3] 李洪志师父经文：《精進要旨二》〈排除干扰〉

【编注：本文仅代表作者个人的观点，对错与否由作者个人负责，请读者自量。】

信师信法向内修 结束迫害靠正行

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二一年四月十三日】二零一二年六月，我

被非法抄家后，被迫流离失所，经历了八年多流离在外的生活。在师父的慈悲保护下，我于二零二零年八月回家，并领取了二十二万多元被单位违法扣除的退休工资。

二零一二年初，我因为送神韵晚会光盘到同修的店铺里，被不明真相的人恶告到派出所。我得到此消息后，没有及时否定邪恶的迫害，也没有重视发正念，忙着做各种救人的真相资料，干事心特强。邪党恶徒蹲坑、跟踪我几个月后，二零一二年六月，本地“六一零”国保、派出所一伙人趁我开门之机，强闯入室，实施非法抄家、绑架，我被迫离家，流离失所。在公安“六一零”的胁迫下，单位停发了我的退休工资。

我刚离家时，怕心、怨恨心、干事心等人心反应的非常强烈，学法时心静不下来，没有全盘否定旧势力的邪恶安排，只是淡淡的想了一下要否定迫害，没有重视发正念，致使邪恶紧追不舍。每当我被邪恶发现，他们还没下手时，我就被同修接走了。经过一段时间的辗转，在师父的安排下，我来到了L同修家，我们配合着做救人的事。

我把学法放在首要，每天坚持背《转法轮》三讲；再抽时间背《洪吟》；学师父的各地讲法。我还学会了向内找。在做好真相资料的同时，挤出时间学常人的法律。看明慧网上同修的交流文章，尤其是同修们用法律反迫害的文章和律师的辩护文章。

刚开始学常人的法律时，对一些法律术语一点不懂，有点丧气。再看同修的交流文章，同修的正念鼓舞了我。我把《反迫害法律手册》打印出来，坚持看下去，有关章节反复看。慢慢的，我对用法律反迫害有了信心。二零一五年五月底，我参与了诉江。

师父教导我们：“师父是反对迫害，是因为全盘否定旧势力。”[1] 我开始重视发正念，否定邪恶对我的非法通缉及构陷迫害，否定邪恶对我的经济迫害。为了助师正法，开创环境，我和同修配合给公检法、派出所等部门邮寄各种真

相信。并结合本地的实际情况，写了一篇劝善信，在同修的帮助下，邮寄了几百份。

《洪吟四》刚发表，我就一口气学了一遍，感觉能量很强。我又抄写了几遍，然后开始背诵，当我把《洪吟四》背完一遍后，我感觉自己的怕心已经很弱很弱了。在学法修心的过程中，我慢慢的把向外看的观念归正了，学会了向内找，学会了用正念对待一切事情。

师父说：“大法弟子神的一面也复活吧！”[2]我为什么神不起来？是因为人心挡道。学法时，不但要静心，还要不停的对照自己的思想、言行，修正自己，不停的清除人心和思想业的干扰。

认真学法修心，不知不觉中，我的心性提高了，思想中产生了一个强大的念头：结束流离失所，堂堂正正回到自己的家。

二零一七年，我写了控告非法抄家的恶警、恶人的信，但底气不足，对法律程序不懂。我打印了几十份给同修们看，征求同修的意见，同修们说不行，我也就放弃了递交。但是，我并没有放弃用法律反迫害的念头。后来，明慧网登载了关于控告的四个模板，我下载后，仔细的看了内容，结合法律写出了控告状。

写控告状的过程，也是一个剜心透骨的修炼过程。什么人心都往外翻，怨恨心、怕心、担心，不停的涌现：会不会遭到打击报复？会不会这样？会不会那样？

师父的法不停的在我脑中显现：“法徒慈悲世间行 善念救人除邪灵 一路正念神在世 满载而归众神迎”[3]。“弟子正念足 师有回天力”[4]。“谁能动了你，就能动了我，说白了，他就能动了这个宇宙。”[5]

师父的法加持着我的主意识。我不停的修正自己，正念越来越强，人心越来越弱。我把自己交给师父，一切由师父说了算，任何生命不配管我，我不要旧势力强加给我的一切，

害。

邪恶长期蹲坑监视。师尊点化我向内找，为什么会出现这样的事情？我静下心来审视自己，发现是那颗强烈的怨恨心阻挡了我，不能慈悲的对待被邪恶利用而参与迫害的人。我加大力度修去怨恨心、争斗心等人心，善念慢慢的在增强，怨恨心在削弱。

我认识到，我要结束流离失所，要堂堂正正回到自己的家。我必须学好法，修去人心执著，正念正行，还得走法律程序，用法律反迫害。我的一切都由师父说了算。

在强大的正念下，我的退休工资恢复了发放。但是邪恶并没有放弃对我的迫害，依然追找我。

经过几年的魔炼，二零一九年三月，我写出了控告状。在写的过程中，怨恨心不停的翻腾：总认为他们为了私利而参与迫害，这个想法阻碍了我修出慈悲心。我认识到那是不符合法的人念，是私心，必须去掉！我边写边修自己，我唤醒他们，制止迫害，是为了他们能得到法轮大法的救度。

在同修的配合帮助下，我打印了三十份《刑事控告书》，邮寄给了省、市、区及本地的公检法、人大、纪检、派出所、社区、教育局、学校、派出所等有关人员。同时有几位同修帮助发正念，我也加强了发正念。

在《刑事控告书》发出去一段时间后，我感到邪恶不象原来那么张狂了，害怕被曝光。我决定回家，但转念又一想，我的修炼路是由师父安排的，我把所有的人心都放下，一切都在师父的掌控之中，我的一切由师父安排，没有得到师父的点化我就不动。

我想，只是写控告状还不够，还得让公检法和有关人员知道：法轮功在中国是合法的，迫害法轮功不但没有任何法律依据，反而是在违法犯罪。我借鉴了同修的交流和律师的辩护词，结合法律，写了《事实胜于雄辩 谁违法了》一文，详细分析了公检法迫害大法弟子整个过程中的每一个环节所触犯的法律，并详细的说明了被非法抄家抢走的每一种救人 29

资料的合法性。

我准备打印三十份发出，但是，脑中清晰的闪出“五十份”，我知道是师父点化我。同样也是在同修的帮助下，五十份顺利寄出。

我坚定了一念：回到自己的家证实法，而不是追求常人的安逸生活。二零二零年初，中共病毒（武汉肺炎）疫情爆发。二零二零年五月十二日，我中午发正念清理自己的思想时，脑中闪出：七月二十日回家。我心里明白，慈悲的师尊为了弟子的安全操尽了心，感恩师尊。我兴奋的心情难以言表，立即开始收拾东西。八月一日晚，我回到了自己的家。

回家的第五天，来了一个老头，摇着扇子在我的窗户外窥视，我立即发正念。他马上背过身去，一会儿就走了。第二天，又来了一个戴着眼镜的年轻人，我也立掌发正念，不到一分钟，他也离去了。

一周后，学校领导与我约谈，女儿不放心，陪着我前往。我们这位校长是很善良的，我知道他是为了交差。我一点怕心都没有，心里只有一念：不允许邪恶生命迫害。谈话在平和中结束，领导要我等待，他们在走程序。

我心里什么也不想，只是想着做好三件事，想办法多救人。一个月过去了，没有结果。有同修叫我去找领导，催促办理退休工资。我心里非常稳定，我的一切是师父说了算，我没有去找任何人。两个月后，学校打电话给我女儿，叫查收金额，二十二万多被扣留的退休金全部到了我的银行卡里。

我自己的体悟是，用法律反迫害是反迫害的一个有效方法，各地同修用法律反迫害成功的例子也不少。我认为最关键的一点是，不能带着求结果的心去做，掺杂着人心人念都是适得其反。

要信师信法，学好法，向内找，提高心性增强正念，走正修炼路的根本。不然的话，就会陷入旧势力安排的个人修炼的框框中去。结束迫害靠我们自己，不能依赖常人。这方面的法师尊早已讲给我们了，就看我们怎么样去正念正行

了。

个人一点认识，如有不合法的地方，请同修慈悲指正。

注：

- [1] 李洪志师父经文：《二零一五年美国西部法会讲法》
- [2] 李洪志师父著作：《各地讲法六》〈二零零四年复活节纽约法会讲法〉
- [3] 李洪志师父诗词：《洪吟四》〈感慨〉
- [4] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈师徒恩〉
- [5] 李洪志师父著作：《转法轮》

去掉妒嫉 方能走向无私为他

文：大陆学员

【明慧网二零二一年四月十日】前几天丈夫和我聊天时谈起了他的一个常人朋友。丈夫拜托他帮忙办一件事，他答应的很爽快，说放心，包在他身上，可是真正去办的时候却不愿出力，还经常用一句话安慰丈夫，说：“没关系的，这件事就是这么难做，我以前办这个事儿的时候也是这么难，你多跑跑，办这事就是这么辛苦。”本来是举手之劳可以帮助别人的事情，却不愿给别人提供方便，这种行为的背后就是妒嫉心。

意识到这一点后，我就开始对照我自己：自己在做事和考虑事情的时候，会不会有这种心理？看到别人做什么事情的时候，很不容易的才把事情做到了，自己心里才过得去？觉得别人吃苦了、辛苦了，自己心里才觉得好受。说的再详细一点，就是不愿别人舒坦，别人得符合了我的观念，我才觉得满意——用自我的观念衡量和安排别人。

这种心理就是从“我”的基点上出发思考问题，而不是从别人的基点出发，是私心。再往下延伸，就是旧势力的思想：“你们轻轻松松完成的事情不会有威德，所以给你们制造难度。”[1] 旧势力迫害大法弟子的就是这种出发点。

意识到这种妒嫉心之后，我还发现很多恶的表现，和不能为别人付出的表现，也同样是出于妒嫉心。再往下找，妒 31

嫉心的根儿就是私心！不管外在表现的如何，可是关键时刻想到就是自己，出发点和目的地都是为了自己，而没有想到别人的需要，更不是为了别人好。

而作为修炼人，向内找归正自己按照大法的要求做，这就是去掉私心的过程。师父要求我们要修成无私无我、先他后我的正觉，成为为他的生命！这是怎样的付出和献身啊！

注：

[1] 李洪志师父经文：《二零一五年纽约法会讲法》

【编注：本文仅代表作者个人的观点，对错与否由作者个人负责，请读者自量。】

默写《转法轮》的感悟

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二一年四月十日】作为一名大法弟子，我深深明了必须要学好法。可是自己的学法状态好象过山车，时好时坏。

有一次，我连续加班近一个月。总算消停后，我赶紧拿起《转法轮》。这一个月学法太少了，想着好好补上吧。可是，学了一个多小时，感觉一个字也看不进去。我心里这个苦闷啊！我清楚的记的就在加班之前，我学法时，心里非常清静，基本没有什么干扰，都清清楚楚的学进去了。只一个月，自己就落下来了。

明慧网上很多同修都交流背法的益处。可是，我了解自己，《转法轮》背了好多遍，一闭上眼睛就能背上一段，大概太熟悉了，不入心。那就抄法吧，我怎么抄写，脑子也静不下来。我心里难过的问自己：怎么办？

我想起来以前有一次，也是因为自己的学法状态不好，脑袋乱哄哄的，所以我曾经默写过《转法轮》。就是背下来一段，然后默写下来。我给自己定的标准是：整个段落字迹要工整，不能有错字，不能有含糊，这样才算合格。

我记的那一段法我反复的写啊、写啊，从上午默写到傍晚。开始的时候，我的心里象是长了草，闹心的不得了。有时候实在默写不下去了，就在屋里走上两圈，然后接着写，反反复复。到最后，我的字迹越来越工整，头脑越来越清晰，心里越来越平静。总算默写好了。我大概数了一下，写了最少有十多遍。

默写好这一段，思想也清净了。可是往后的日子里，我没有那么多的时间，就放弃了默写。我想，现在有时间了，我就从新开始默写《转法轮》吧。

说起来容易，做起来不容易。明明这段法背的很熟，可是下笔的时候，不是这里忘了，就是那里模糊了，反复默写了几遍，总算记住了。可是写到最后几个字的时候，又想不起来了。师父点化我，默写就是默写，翻书看完了补上，就不叫默写了，那是不正的思想。我想，那实在想不起来就翻书看看，再从头默写吧。

我发现默写的过程中，最难放下的就是求进度。

我要是想着我今天一定多默写几段，想着进度，就算写的没有错字，可那个字迹都是带着风的，心里也总是不踏实。我明白了，什么想法都得放下。求进度也是有求之心，学法就是学法，什么人心都不能有。

我想，把坏事当成是好事吧，写错了，就是自己要向上走的台阶，不要灰心。想是这么想，自己就是做不好。写着写着，就开始求快了。甚至开始偷懒，有的段落太长了，指不定哪个地方写错了还要再来，我就想那就把一段分成两段默写吧，这样也算默写过了。

默写了几天，看着完整的一段法被我拆着写，实在觉的不应该，我就再也不想这么做了。

有时，说不定哪天一个段落就是默写不过，我就不想再写了，反正就错了一个字，不算大错，往下默写不是一样吗？我几次这样放低了对自己的要求。可是我发现，越是这样，我默写下一段的状态绝不会好，错的会更多。

我渐渐发现，那个求进度的背后，是那个为私的自我，什么都是以自己为标准，不想同化大法。我渐渐的看清了它，不断的在修去自己的执著中丢掉它。有时候做的好，有时候做的不好。坚持中，总想着自己要做好。

有一天我想，默写了这么长时间，心也静下来了，怎么看不到法理呢？以前要是学法静下来，会看到法理的显现。可现在，我下了功夫去学法，反而看不到法理了。我想不明白为什么，但知道这是一颗心，我就不想了。每天只要我去默写《转法轮》，经常会看到师父冲着我笑。我知道是师父在鼓励我，我不能放弃。

默写了一段时间后，我发现自己一个很难去的执著心，在不知不觉中消散的没有了。我知道是学法学好了，大法解体了那个执著的私心。在这以前，那个心总是难以克制。我发现默写《转法轮》好似感受不到法理，但是大法对我的改变是巨大的。

后来我想看看师父的各地讲法吧，很长时间没有看了。拿起法来看的时候，我几乎每天都看到以往看不到的内涵。我想这是这段时间默写《转法轮》的基础带来的变化吧。

就在师父的各地讲法快看完的最后一天，我感觉有个生命在我的空间场，总是干扰我，让我静不下来，我发正念也解体不了它。学法虽然能学进去，可是总是能感受到这个生命。我就一边抑制它，一边学法。

学完了各地讲法，我看还有时间，就接着默写《转法轮》。这一默写，立刻觉的不一样了。我觉的脑袋又困又木，但是一种力量让这个困和木不断的一层一层的消减。我感觉到大法的能量在从我的身体里排出和解体这个坏东西，只有二十多分钟，发正念了，我觉的自己立刻就静下来了，那个生命也消失的差不多了。

我深深的震撼：今天各地讲法我学了两本，也觉的学进去了，可是这个不好的生命一直在干扰我。《转法轮》我只默写了二十多分钟，这个坏东西就解体了大部份。

师父说：“我经常讲一句话，我说我把所有能够使你们修炼提高，在修炼中能得到的东西都压进这部法里面去了。你们虽然在不同境界中，但是都不能够真正理解我说的话有多大的份量。你只要去修，你什么都会得到。”[1]

“学法以《转法轮》为主。说如果时间多，你就学学其他的讲法，这是没有关系的，要以《转法轮》为主。要实在时间少、学不了其他的，你自己找时间去看其他方面的我讲的法。”[2]

“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”[3]

最近，我觉的默写时也感受到《转法轮》的内涵了，要不是自己的坚持，哪会有今天的感受啊。那个自我不断的被削弱，渐渐的，我做到了无求，一个字一个字的去默写。我觉的好象不是写，是在篆刻。神奇的是，我的字迹不自觉的变成了隶书，但这并不是我特意书写的。

即使如此，我的状态有时候变的很快：昨天还好好的，今天又记不住了。艰难的时候，我就一句一句的默写，再整段的默写下来。我认为那个结果不重要，重要的是自己坚持走过来的过程。

有时候忙了，我还是去看书。但是只要有时间，我就坚持默写《转法轮》。即使有每周一次的集体学法，但是自己一个人的时候，也要学好法。

法学好了，很多时候一张口，自己就感觉到这句话背后的执著心。出去讲真相，没讲几句，对方就三退（退出中共的党、团、队组织）了，还夸我讲的好，很有才华。其实，我没有说什么华丽的语言。

以上是自己的一点心得体会，不当之处，请同修指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《瑞士法会讲法》

[2] 李洪志师父经文：《二零一六年纽约法会讲法》

[3] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈排除干扰〉

分清真我与假我

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二一年四月十二日】近日，学法时为什么大脑会疲劳、疼痛？我发现是后天观念、思想业、执著心、不好的念头、外来干扰，是这些东西在疼。它们都是后天形成的假我，不是我生命的部份，它们不属于真我。因为它们是在我身体大脑上形成的，它们疼痛的时候会在我们大脑上反应出疼痛来，而我的大脑是我身体的一部份，所以我的身体就会有反应，就会感到头痛、不舒服。其实是那些后天形成的东西在痛、在疲劳。

大法是慈悲的，学法是我的主意识在学，带给人的应该是轻松、舒畅、美好的，为什么学法时那些后天的东西会疲劳、头痛呢？是因为法在消它们，它们想阻止我继续学法，就垂死挣扎，它们想让我大脑疲劳、疼痛来让我停止学法，可是办不到，因为学法是我必须做的，是我做好一切的保障！越痛就是在极速的销毁它们。所以我分清了那痛不是真我在痛，是它们在痛，是假我在痛，那就让它们痛吧，把它们都销掉了就没有痛的感觉了。

就象身体上的业力一样，消业时身体会痛、难受，就是在消业呢，此时能够忍受过去了，业就消了，关也过了。

所以修炼人身体的难受、痛不是病，而是消业呢，必须清楚这一点，主意识要清醒，否定清除一切假我。

现阶段的一点认识，敬请同修慈悲指正。

【编注：本文仅代表作者个人的观点，对错与否由作者个人负责，请读者自量。】

转变观念 干扰立即消失

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二一年四月十日】我们修炼中遇到的问题，
36 有的从表面上看难很大。但是当我们转变观念，不顺着人的

理，不被假相思维干扰的时候，发现真是柳暗花明又一村。下面是我近年来在修炼中的几件小事，写出来与同修交流。

一、看到别人找自己，积累的观念不见踪影

有一位同修，变异思想很重，很多时候做出的事，说出的话，让人觉的不可理喻。我对这个同修看法很大，多年来的交往，我对她形成了很多的观念。我不想要这些观念，但是老也去不掉。不接触还好，接触一次，我就闹心好几天。为此，我心里也是苦恼不已。

有一天，我想，我必须从她这里修出来，看到她的表现，我就找自己。一天，我俩都在一个小组学法。那天，我的学法状态非常好，看到了很多法理。学完之后，这位同修就开始交流，还是那一套话吧，一说就没完。那天，我就想，看到她，我要找自己，我是不是也是这样显示自己、表现自己？

我就在头脑中搜索自己平时的表现，话是这样说，其实也就是快闪的一点意念。让我感到震惊的是，我竟然对她一点反感也没有了，一点负面想法都没有了，还乐呵呵的看着她在那说，对她还有一点喜感。那是一种什么状态？不是说她表现自己，我要宽容她，不是这样的；也不是说她表现自己，已经很可怜了，得慈悲她，也不是这样的；我就是乐呵呵的，什么想法都没有的看着她说，平和、祥和、喜悦。

这也许是在当时的层次上，我对同修间关系最纯正的表现吧。我悟到，学法向内找，抱定就看自己，不看对方，不在人的表面表现上论对错的态度，就能达到这一点。

二、在矛盾面前，跳出人的理、人的思维

不久前，大学刚毕业的外甥毫无预警的、没有缘由的对我说了一句脏话，我当时震惊的愣住了。我不相信他是针对我的，因为我从来没有招惹过他。过了两天后，我才反应过来，他就是针对我的。我越想越生气，越想越委屈。十年谷子八年糠的事都翻出来了，人的恶念不断的往上涌。

我觉的头脑中这些翻腾的东西、恶的念头不是修炼人的 37

状态，我不能老顺着人的理去想。用人的理想问题，那不就是人吗？人才会在人事中论是非、论对错，我跟人论什么对错呢？我是修炼人，得用高层次的理来衡量，应该把自己摆在很高很高层次之上。

但是理是这个理，还是忍不住闹心。我就问自己：常人有骂神的吗？肯定有。神会生气吗？肯定不会的。那么我是修炼人，是走在神路上的人，对所有众生都是慈悲的，我得把外甥看成众生，善待他。再说了，一个大法弟子跟常人发生矛盾，百分之百是大法弟子的错。向内找吧，修炼人没有偶然的事发生，他骂我肯定有他认为该我骂的理由，肯定我有言行不在法上的地方。

这样一想，我静下心来发现，真的是因为自己有做的不在法上的地方，是贪婪之心的驱使；还有长期以来，从内心对外甥就是没有好感，非常排斥，觉的中国大陆的孩子绝大部份都是极端自私、冷血、没有人样的狠孩儿。这种观念使自己对众生难生慈悲，恶念翻滚。其实邪党的灌输在变异他、毁灭他，他已经很可怜了。我应该做好，大法弟子做好了，能救众生，做不好，会毁众生。

三、大善的威力，师父的无量慈悲

我在遭受劳教迫害时被迫离了婚，没有住所。前几年，姐姐借我住她的一套房子。后来有一天，姐姐（孀居）对我说，冬天太冷，她家离上班的地方太远，而离我这特别近，要和我住一个冬天，九月份搬过来。我听了，嘴上答应的挺好，心里一万个不情愿，心想：“她在这，我这一个冬天怎么过呀？这得是多大的干扰呀！”可是房子是人家的，还不能说什么，我心里闹心、上火。可是我知道，闹心也没用，倒不如不想了，反正还有两个月，到时候再说，就把心放下了。

一進九月，我把这事都忘了。星期日，姐姐突然把被子等一些要长期居住用的东西搬过来了，说从今天开始就住这

了。我忙着帮她收拾房间。晚上我想：已经来了，来了就来了吧，不就是四个月吗？我也豁出这四个月的时间了，我要把你伺候的让你一辈子忘不了我的好，我要给你展现出大法弟子的风采是什么样的。我问好她早上几点吃饭，早上吃什么。

第二天早上，我起来，把功炼完，让她看看大法弟子每天都是什么时候起床。到点做饭，做好，叫她起床吃饭。她上班走之前，我问好她午饭和晚饭吃什么。

不久，她给我打来电话，说她们科室要搬迁，而且搬到离她家很近，离我这很远的地方去。给半个月的时间搬完，现在就在收拾着搬，所以就不来我这儿了，本来上周通知了，她没听到。

我听了，就感到这象是演戏一样，比演戏变的都快。说好的四个月，就这么一个晚上一个早上，就过完了。我心里激动不已，浑身轻松的有一种自由飞翔的感觉。我感恩师尊无微不至的照看和师尊的无量慈悲，让一个科室搬迁，也不让常人干扰大法弟子做好三件事。想想，四个月的时间，那可不是四天或四个小时啊！而且四个月后，冬天并没过去，而且以后会不会变成常态，都在未知之中。

前不久，一位同修遇到了和我一样的情况。她因为她姐姐干扰她，闹的要僵了，要从她姐姐提供的住房处搬走。我给她讲了我的事，同时我跟她讲：“不要觉的别人总是干扰你，别人对你碰不得，摸不得。不顺你心，你就认为是干扰。你应该为你姐姐着想，要理解她的苦处。”她听明白了，正好她姐姐到处打电话找她，她回去了。那之后，她放下自我，真心善待她姐姐。时间不长，因为疫情突发事件，她姐姐回自己家去了。走的时候，她姐姐要了真相护身符，在危难时，还真心的求了大法师父。在以前，她姐姐是不可能这样相信大法的。

说到这里，我想起长期处在类似上述魔难中的同修，都说这样一句话：“可能是我欠他的吧，那我就还吧！”我觉

的这是一种无可奈何的表现。

师父说：“如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，（鼓掌）就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。就这么正信的一念，谁能守住这正念，谁就能走到最后，谁就能成为大法所造就的伟大的神。”[1]

在魔难中，一时解体不了干扰，也不要找不正的理由，那样很可能被邪恶钻空子。我们应该不断的找自己，不断的向内找，当真正转变观念，在法上认识法的时候，干扰一定会立即消失遁形。

层次有限，不在法上之处，请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法七》〈美西国际法会讲法〉

应该善意对待不理解大法的人

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二一年四月十二日】以前我听到别人污蔑大法或不理解大法，总觉的这是邪恶因素又在利用人嘴散毒，心中有种害怕的情绪。心想，怎么还这么多世人不理解大法，又这么大张旗鼓的污蔑大法，给讲真相增加难度？心里产生一种敌视和反感。

今天学《转法轮》，突然对第六讲的一段法有了新的体会，师父说：“有些人就固执到这种成度：你一说气功，他从内心笑话你，他认为你是搞迷信，太可笑了。你一说气功中的现象，他就觉的你这个人太愚昧。这种人虽然固执，可是根基并不一定不好。如果这个人根基要好的话，他要炼功，天目可能就会开到很高层次，还会出功能的。”[1]

我悟到，对大法不理解的人，未必就是道德败坏，只不过是

40 过是因为被中共邪党骗了，导致他不信神了，但其实他也许

根基还很好，内心也善良，那我看到这种人，为什么要反感呢？我不但不应该怨恨和反感，而且还应该看人家好的一面，发正念解体他背后的共产邪灵的因素，慈悲救他。所以面对不理解大法的常人，我不再反感，心中要有善，还应该向内找，为自己的不够精进而自惭形秽。

其实，一看到抹黑大法的文章或听人谈论诬陷大法，就生出怕心，还是对大法信的成度太浅，不相信今天的世人还会信神，不相信世人还能听懂真相，而且怕遭到迫害。对正的因素没信心，所以对讲真相也心生麻木，不敢讲。这种心理是被假相迷惑了，把世人的麻木不仁看的太重了。

无神论是中共对常人的洗脑，又何尝不是邪恶利用常人被洗脑后的言行对大法弟子信心的一种考验呢。不管常人迷得多深，各种宣传机器怎么造谣，大法弟子始终保持正念、善念和信心，不断的去讲清真相，讲的次数多了，有些迷得深的常人自然就明白过来了。

写出来一点体悟，不在法上之处，请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

【编注：本文仅代表作者个人的观点，对错与否由作者个人负责，请读者自量。】

修 炼 交 流 摘 录

深挖自己才发现，妒嫉心体现在方方面面。在工作环境中，看到那些不择手段得到好处的人，心里就不平衡；看到那些仗势欺人的人，心里就痛恨（痛恨中也包含着妒嫉），盼他们遭恶报；有时看到不相干的人在哪方面有专长，心里也是酸酸的，总想找出点破绽印证自己的藐视是有根据的等等。这些都是妒嫉心的体现，邪党文化的体现。我发现妒嫉心的根源是执著私与我。在生活中，凡事以自我为中心，强调自己的认识是对的，带着私与人相处，对别人缺乏慈悲心。有 41

时看到别人好，就会想方设法、不择手段超过别人，这些也是妒嫉心的表现。从法中我认识到，妒嫉心不去白修一场；韩信忍胯下之辱的故事，就是告诉我们，面对无理的妒嫉与羞辱应该怎么做。

————— 也谈对妒嫉心的一点认识

互换位置指的是：我从一位普通学员的位置，变成了一个小组负责协调的位置，这时，再回过头来看自己原来作为在配合的位置时做出的反应是什么。也就是负责协调的同修提出来一个建议的时候，大家是怎么配合的？配合的积极程度是什么样的。说白了就是经常讲的能不能协调配合好的问题。比如说，当我把一个“有关心得交流内容事项的通知”发出后，反应是很鲜明的：有的同修非常用心的配合，做足了准备，不用别人多说，自己就要求自己要做到最好！有的同修也配合了，但是不会很用心，但是她知道要配合。第三种同修就是压根不考虑配合的事，觉得麻烦，压根不考虑整体的安排，不考虑对方，等到事情轮到她头上了，她才给我发短信说自己没准备好！第四种同修就是临阵退缩了，找借口不来参加。

……整个过程结束后，整个画面我看得清清楚楚。我开始用同修的表现一个一个的对照我自己。这些表现在自己的表现中有时候还真有啊！我以前表现的怎么样，对同修的态度现在都会报应回来的！

“无条件配合”，我明白了这是一种境界的体现、是修炼层次的体现！层次的高低是你能为别人付出多少！这让我对师父说的“做事先考虑别人”《转法轮》，有了新的认识。这是一种生命境界的体现！这是一个生命遵从、顺应宇宙法理行事的表现，这是一个生命不执著自我的表现。放下自我，包括七情六欲，自己的喜好、自己的面子、架子、自己的观念等。

————— 协调与配合互换位置后

不知什么时候，安逸心已在我心中安营扎寨，而这个过程却是在我不知不觉中进行的。它使我修炼懈怠，追求常人的安逸、享受，逐步的丧失了精进的意志。甚至把自己混同于一个常人还不自知，大幅度向下滑着。……我知道，冰冻三尺，非一日之寒。发生这样大的事一定是我修炼有漏，而且是大漏，说明我的修炼状况出现了大问题，非常严重了，已不是一天两天了！刻不容缓！我必须马上静下心来认真向内找了。……安逸心不知不觉中已经养大，更可怕的是，自己并没有察觉，还认为自己比较精进。特别是从前年香港反送中到去年美国大选期间，我把大量的时间都浪费在看常人新闻和自媒体上，心静不下来，愤愤不平，并随着世间形势的变化而上下起伏。炼功，学法，发正念都心不静，学法中思想经常跑到美国大选上。……更为严重的是，这些年来我始终坚持把救人放在第一位，有很强的使命感，但现在见到陌生人竟然不愿开口，缺少慈悲心。并开始怕苦怕累怕危险，对救人感到了畏难和压力，出去救人象完成任务。不像过去那样怀着喜悦的心情堂堂正正去救人。……安逸心就像温水煮青蛙，不断的消磨着我的精进意志，使自己逐渐脱离了大法。而一个不在法上的生命是最危险的！修炼人的许多难都是因为修大法师父为我们承受了，使我们远离灾难。一旦降为常人，旧势力不会放过你，马上就会来找你算账。由于自己长时间修炼不精进，不在法上，已把自己置于危险的境地，危险向我悄悄袭来，旧势力已对我虎视眈眈，马上要对我下黑手了，而我却沉溺于人中浑然不觉！带着痛悔的心情提醒同修：千万别让安逸心毁了自己千万年的等待，千万别让旧势力找上门。珍惜师父的慈悲！珍惜大法修炼的万古机缘！

—— 惊梦

有一个同修问我，你看过某某电视剧吗？我说没看过。后来这个同修重复问我四次，她的一句话动了我的心，她说：

“看过四遍了，真好、特别精彩。”当时我主意识不清，忘了自己作为一名大法弟子来到世上是干什么来的了。出于好奇，陆陆续续去看了这个电视剧。对电视剧上瘾后，修炼逐渐的精进不起来了，时常的、或者吃饭时对一些感兴趣的情节，就想凑过去看一看。一看就是一、两个小时，也不象平时那样珍惜时间了，更可怕的是人离开了电视，心却没离开。脑海中还翻腾着电视中的人物、情节、结果如何等等，这个瘾就上来了。就是经常管不住自己，陷入看电视的瘾好中，事后又后悔、自责、下决心改正，可是时好时坏，时常的又陷入其中。不能自拔，造成学法不入心，发正念走神，甚至出去讲真相的时间都往后推。……师父在《二零一九年纽约法会讲法》中说：“人说中毒，我告诉大家什么叫中毒。人们在医学上认为是瘾好神经被刺激了、很发达就是中毒了，其实不是。是什么？在你身体里，时间长了，积累了一个和你形像一模一样的你，却是那个东西构成的，控制了你。因为它是很强的执着构成的你的形像，所以它就有那么强的能控制你的心，因为它是很强的心形成的。”对照师父讲法使我认识到：由于自己的放任，对电视执着的、长时间的积累，在自己的身体里已经形成了一个强大的生命—假我。它在我的身体和思维中，控制我，放大着我的执着。消磨着我的意志。最后可能在舒舒服服的享乐中毁掉我的千年等待，万年期盼的返本归真的修炼之路。

——走出迷于电视的状态

我悟到，在修炼的路上，之所以关难重重，是因为我们做人太久了，习惯了人的生活方式、思维方式、逻辑推理方式等等。根深蒂固的“人”的观念，主宰着我们的大脑，主宰着我们生活的方方面面。因为我们的这个“人心”太强大了，尽管入道得法，也相信大法，可是在修炼中还是不能够完全用大法的法理要求自己，而是固守人的理念。其实，这是修炼路上最不好过的一关，也是从“人”走向“神”的死

关。当我明白这个道理的时候，我就干脆把自己当作“神”，为了时时刻刻不忘记自己是“神”，就不断的告诉自己：“我是神，我是神，我是神，我不是普通的人。”当我坚定了这一念之后，我看到了大法告诉我们如何当神的法理。随后，我又认识到了如何做更高的佛道神的法理。我就用自己认识到的这些法理来要求自己，去解决问题。我感觉修炼变的简单些了，而且更美妙，真的是象师父说的：“大道至简至易。”

……大法弟子正念对待邪恶，用法理来正念清除邪恶，那一层邪恶都将不会存在。这样做，救度了众生，显示出了大法的威德，成就了大法弟子，真正起到了证实大法的作用。所以在修炼中，同修们要勇敢的去实践，光害怕邪恶是不行的。在长期的魔难中，一定要看自己哪里有问题，不要听之任之，不能总是无可奈何的承受。……“大法弟子”是宇宙中第一称号。当我们明白：“我是大法弟子，谁都不配迫害我”这个念头升起的时候，这背后的力量就是来自于至高无上的师父和法轮大法，大法弟子只归师父管，所以我们不能承认邪恶的一切迫害行为，彻底否定邪恶旧势力的一切安排，真正从一思一念上开始反制邪恶，邪恶就会灰飞烟灭。……师父在保护着我们。在修炼当中，当遇到自己无法克服的魔难时，我们需要正念求师父。当我明白这个问题之后，当我在实践当中做到这一点时，邪恶的迫害真的就远离了我。……我深切体会到了心在法上，正念求师父是非常关键而且是至关重要的，师父法力无限，求师父也是信师信法的体现。

————— 在反迫害中证实法

有的同修人心出来了，别人善意指出时，却说：“你不要给我加不好的物质。”以此来掩盖自己的人心，把这些不好物质保护起来。在日常生活中和家人经常发生口角，用人的理指责家人，怨、恨、争在家庭中表现的淋漓尽致，没把家庭当作修炼的环境，搞的身体没有什么变化，还出现了一

些病业状态。这都是人的执著心在起主导作用，它利用人心控制你。那个执著心不想死，别人点到痛处，马上还击对方，弄得对方同修只能找自己、修自己，时间长了很少有人再与这些人交流，使这些人失去了提高的机会。关、难积多了，造成修炼的大关。所以学好法，读懂法，用法对照自己提升心性、让心越来越纯净，这个速度要快，才能使自己跟上正法进程，如不转变自己的旧观念，很难达到新宇宙标准要求，也就谈不上走向圆满了。……师父讲：“何为神 人心无存”《洪吟》〈人觉之分〉。……在做三件事中把自己各种不好的一思一念全部修掉，才能达到圆满的目的地。

—— 人心不去难成神

我们是正法修炼，但是有旧势力参与，对大法弟子进行了破坏性的检验；对此，师父不认可，大法弟子也不认可。师父也给了我们一个法宝，那就是“向内找”。我现有层次的体会是：我觉的长期处在病业魔难中的同修，很大一部份都有一个共同的想法：就是一出现身体的不正确状态的时候，第一念就自觉不自觉的想到了迫害，把清除迫害当作是第一位的，把向内找的法宝当成了第二位的，甚至有的还认为向内找就是承认了旧势力的迫害。

个人认识到，第一念认为是迫害和第一念认为是“病”没有多大区别，这都是属于心不正。师父讲：“无论你认为再大的魔难，再大的痛苦，都是好事。”《各地讲法八》〈二零零八年纽约法会讲法〉。你认为是迫害，那就会招来迫害。师父说：“是你自己要的，别人就不能管，这是个悟性问题。”《转法轮》。那迫害能是好事吗？如果是好事，那师父为什么要讲不承认这场迫害呢？我在现有层次的认识是，虽然有旧势力的迫害，但是师父不是讲了“将计就计”的法吗？师父已经给我们改变了，真的变成了好事，那我们就应该乐呵呵的接受，把魔难当作提高的好机会。

我们都知道眼、耳、鼻、舌、身是人的感觉器官。师父

讲到人的眼睛看到的是假相，师父还讲：“因为功的演化过程是极其复杂的，人的感觉什么也不是，不能凭着感觉修炼。”

《转法轮》。也就是说，其它器官的感觉同样是假相。既然感觉是假相（指“病”的状态），那师父给演化功当然就是真相了。我认为这个时候无论你觉的怎么痛苦都应该做到坦然不动，不被这个假相所动。所以要尽快的向内找，把那个导致“病”的执着找出来，去掉它。师父说：“要想去掉这个不好的东西，首先得把你这颗心扭转过来。”《转法轮》。我想这就足以过关了。

如果你承认是迫害，那为什么不把那个看家的法宝拿出来，降妖除魔。反迫害中却强调同修帮助发正念呢？当然，同修帮助发正念是对的，但能否走出来还是靠自己，“修在自己，功在师父。”《转法轮》。完全陷入“私”中，长时间过不去时才向内找，这是不是在被动的修、有条件的修？是为了对抗苦难、消除魔难而修？是在旧势力安排的魔难中修呢？

有的同修可能想：我好了可以证实法，可以救更多的人，我觉的这说的很牵强。你掉到旧势力“为私为我”的框框中了，你的思想符合了那一层生命，那一层生命就会管你，那旧势力迫害你就有了借口。本来遇到魔难就是叫你去掉私的，现在不仅没去反而又加了保护自己的更多的私，这时旧势力越是加重迫害你。那时候师父着急却不能管。同修使自己长期处于魔难中，修的很苦，很累。如果长期过不去，有的人很可能就陷入“病”的思维中，放弃过关而进医院。

如果第一念认为是好事（因为师父给改变了），向内找，挖出执着的根——私，是主动在同化法，符合炼功人的心性标准，那师父就会点化你应该去那颗不好的心了，还愁找不到吗？只要你提高上来，那个魔难的假相就会瞬间消失。……过程中一定要分清真我和人心执着，主意识要不断的排斥人心、执着以及和外来的强加的念头。因为那个业力、执着、观念形成的那个“假我”不愿死而挣扎，所以要排斥。

你能分清和排斥人心执着，师父就会给你拿掉。如果你把这个执着找的准、找的快，那个魔难就消失的快。

—— 向内找就是在否定旧势力 不找就是守误区

那些隐蔽很深的常人心，我一直都没仔细的查找：我喜欢跟我认为精進的同修和在同修中有影响的同修一起做事，这样做起事来才感觉有劲。跟在常人中有能力有地位或是经济好的同修一起，能满足我那可怜的虚荣心。抱着那么多人心去做大法的事，怨不得同修经常抱怨我。时间精力钱财都付出了，却没有收到应有的效果。这都是那些人心在阻挡着我的修炼提高，更加阻挡我向内找、真正的修自己，无形中走了旧势力安排的路。路是越走越窄，直到走不通时才很表面的向内找找，往往也是一笔带过，实在不行了，就向外去求，找精進的同修切磋一下，找回一点修炼的信心，再继续前行。这些年都是这样恶性循环，修得很苦很累。……直到有一天，一场突如其来的矛盾，使大家开始正视邪恶对我们学法小组的干扰。大家都开始向内找修自己，在这个强大正念之场的作用下，邪恶消失遁形，无空可钻。大家继续学法之后开始发出强大的正念，解体邪恶妄图给我们小组同修制造间隔的阴谋，使邪恶对我们的迫害烟消云散。就在一瞬间，间隔在我与大法，与同修之间的间隔，包裹着我的那个厚厚的壳瞬间崩塌了。我可以看懂大法了，读法也入心了，以前背过的法都想起来了。那一瞬间，我的生命似乎获得了重生，我跨越了过去的自己，我的修炼有了一个很大的飞跃，我感到无比幸福无比愉悦，从那天开始我学会了时时刻刻的修自己的一思一念。

—— 修自己才能体会修炼的美好与玄妙

回顾自己在面对面讲真相中，隐藏了一个很大的执著心，自己都没有察觉到。那就是放不下自我的私心，我想做好师父让做好的三件事，不是为了让更多众生得救，而是怕自己

做不好就无法圆满了。就是这颗私心没有及时意识到，并修去它，才会出现这样的干扰的。以后每当这颗私冒出来时，我就想起师父讲的一段法：“过去宗教修炼，佛家讲空，什么也不想，入空门；道家讲无，什么也没有，也不要，也不追求。炼功人讲：有心炼功，无心得功。抱着一种无为的状态修炼，只管修炼你的心性，你的层次就在突破，你该有的东西当然就有。你放不下，不就是执著心吗？”《转法轮》。其实我们能做到的就是修好自己，在法中提高心性，其实都是师父在做。不好好修自己，什么都谈不上。……最近，学习师父《再棒喝》的新经文，让我想到两种同修的状态，一种是象我这样的，开始没做好师父让做的三件事，后来又往上赶的，在这种情况下，就会在潜意识中有一种不想被落下的人心。所以三件事表面看上去做的很积极，但在做的过程中很容易忽视一个问题，就是自己到底是为了不落下而做好呢？还是自己做好是为了让更多众生得救而做的呢？也就是做事的目地究竟是为私的，还是为他的基点问题。这是需要摆正的根本问题。这也让我体会到师父讲的：“修炼本身走的是神的路，人心处处都是障碍。”《再棒喝》。还有一种同修是从得法到现在一直都做的很好，救人的事也是天天在做。但随着环境的宽松，就会生出安逸心和自满的心，这两种心就会消磨掉修炼人的意志力。所以一直做的很好的同修也得重视师父在《再棒喝》中的这句法的点悟：“最难的路都走过来了，最后别在臭水沟里翻了船。”《再棒喝》。

——青年弟子：此生为法来 走好最后的路

师父说：“创世主造了生命宇宙天堂 层层众神是他给的能力与权杖”《洪吟五》〈解天机〉。而在项目或讲真相的过程中，我有时候会错把师父给我修炼的能力当作了自己的，滋生了攀比心、求名心、急躁心、争斗心、埋怨心；有时候在做的过程中，会因为没有达到某种自己期待的结果而感到烦躁，就是由于我错将执着心和假我当成自己，错以为

自己的能力没有得到发挥，而不是向内找；表面上看，我似乎有一个为项目更好发展的立场，但是自己明显知道在这个问题上不够纯净，是掺杂了私、自我，并不是完全为他的角度，而是掺杂了想要别人采纳自己观点、把自己的观点强加给别人的党文化做法和偏执，在这件事情上并非站在证实法的基点上，而是掺杂了证实自己的执着。……事实上，我从什么也不会到会，能够胜任目前的这个工作，完全是师父在加持，是大法的力量，而我却用来自大法的法力来追求人的表面上的什么东西了。

————— 美国青年弟子：在媒体工作中向内找