

明慧週刊



來洪志 甲申年十二月二十七日



在完成使命中提高心性 在正法修煉中修成新宇宙正覺

第 1086 期（二零二二年十一月三日）

www.minghui.org



图：二零二二年十月，“真善忍国际美展”在墨西哥多个城市举办，当地政要和参观者感谢法轮功学员给他们带来法轮大法的美好。

本期内容提要

【修炼】我们只要动神念就具有很强大威力

【修炼】慈悲讲真相及时化解了一场迫害

【修炼】警惕不在法上的做法

目 录

◆海外综合

哥伦比亚“真善忍美展” 十一万人观看..... 3

海外学员正法修炼活动简报..... 4

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选登..... 8

◆修炼园地

我们只要动神念就具有很强大威力..... 10

与老年同修交流过病业关的两个问题..... 13

在学法小组中提高心性..... 17

也谈发正念的重要性..... 21

慈悲讲真相及时化解了一场迫害..... 23

警惕不在法上的做法..... 26

把心放下..... 27

师父帮我善解了那个极端的生命..... 30

管好自己的嘴..... 33

从花眼的现象体悟转变人的观念..... 35

遇到关难 向内找去执著..... 37

【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”。】

哥伦比亚“真善忍美展” 十一万人观看

【明慧网】在二零二零年大瘟疫期间，哥伦比亚麦德林城（Medellin）法轮功学员悟到，在住宅单位、大学和购物中心举办“真善忍美展”。由于购物中心急于吸引顾客，学员们就利用这个机会为他们提供画展作为吸引顾客的景点。该地区最重要的购物中心之一向学员们敞开了大门。这家名为洛斯莫利诺斯（Los Molinos）的购物中心在他们的社交媒体上为画展进行了宣传，效果非常好。对于这个商场来说，画展的参观人数和影响是出乎意料的，画展在那里举办了一个月，每天平均有三百五十人来看画展。

鉴于画展的效果很好，其它购物中心的负责人也请法轮功学员们到他们那里举办画展。通过这种方式，学员们能够在大都会区规划另外八个购物中心的画展。从那时起，学员们的目标就是让画展一直进行下去，在每次画展结束之前，就已经准备好在另一个地方展出。就这样，法轮功学员们走遍了哥伦比亚西北大部份地区，讲清真相，同时也省去了储存费用。在展示画作的空间里，学员们通常可以演示功法并教功。

为了策划画展，学员们将一个地区的所有购物中心列出来，并写一封信和一个记录在其它购物中心成功举办画展的文件夹，然后将其发送到每个购物中心；也将参观画展的人数资料，包括视频和照片放在文件夹中。然后就约商场管理员见面，安排展出日期。

一次，一个非常有影响力的购物中心最初拒绝在那里举办画展。在另一个举办画展的商场里，有一位参观者说他被画展的主题感动了，要求和画展的负责人谈谈，他想将画展带到他的工作单位。原来，这个人是之前拒绝画展的那个商场的高级管理人员。一段时间后，画展在那个商场举办了，并获得了圆满成功。

从这次经历中，学员们了解到，师父已经把一切都安排好了，我们只要努力去做，把真相讲到位。这些经历让学员对救度众生和完成正法时期历史使命的意义有了更深的认识。当地的学员们通过举办画展，形成一个整体，协调行动，并克服协调中出现的问题，去掉私心。大家都能够每周工作七天，每天工作到晚上八点。

到目前为止，法轮功学员们已经在麦德林市附近的三十个购物中心和文化馆举办了画展。迄今为止，参观画展的人已达到约十一万人次。一些参观者表达了他们观看画作后的兴奋之情；还有人被迫害感到愤慨；另一些人则表示希望更多的了解法轮大法。

目前，“真善忍画展”正在距离麦德林四十分钟路程的贝洛市（Bello）文化馆举办。之后，画展将在叫伊塔吉小镇（Itagui）举办，然后在拉埃斯特雷拉（La Estrella）市举办。

海外学员正法修炼活动简报

“真善忍国际美展”今年十月分别在墨西哥普埃布拉州（Puebla）的圣佩德罗乔卢拉市（San Pedro Cholula）和特拉斯卡拉州（Tlaxcala）的萨卡特尔科市（Zacatelco）举办，当地政要和参观者感谢法轮功学员给他们带来法轮大法的美好，同时让他们了解了中共迫害法轮功的真相。圣佩德罗乔卢拉市文化局局长加列戈斯（Gallegos）说，太好了，美展提倡的和平与美德正是当今社会缺少的，我们的社会需要这些美德，尤其是年轻人和儿童更需要这些。对于画作呈现的残酷迫害感到震惊，她说，希望更多的人能了解中共对法轮功的迫害。

代表墨西哥政府文化部副部长出席美展开幕式的布林

加斯（Bringas）博士说：我发现人们看了画作后非常感动。她说：这些画作展示了神性，也披露了那些勇于实践信仰的人受到的折磨。没有任何迫害是正当的，所有人都应该是自由的。我坚决反对任何形式的迫害，人们应该有思想自由。她还说：这个画展展示了美丽，也展现了痛苦。这是一个震撼人心的画展，让我们了解真相，认识了真、善、忍。

芬兰首都赫尔辛基展览和会议中心（Messukeskus Helsinki）十月二十一日到二十三日举行了“我爱我”展销会。当参观的民众路过法轮功的展位时，映入眼帘的是穿着黄衣服的法轮功学员平和的笑容，一部份学员伴随着舒缓的音乐展示缓慢圆的五套功法，一部份学员在发传单。许多民众驻足观看，不少人了解到法轮功被中共残酷迫害真相后，表示签字支持法轮功学员的人权反迫害。会展期间，会展提供一个房间，学员可以安排每天的教功时间段。每天前来学功的人把房间挤的满满的。炼功后，人们反馈“感觉特别好”，“很舒服”，“动作不剧烈，但是感觉身体发热”。

十月二十一日**大英**博物馆外的法轮功学员真相点前，游客们排着长长的队伍等着入馆。当地法轮功学员借机在这里摆出真相展板等，有些游客利用这段时间阅读展板的真相，并主动前来签名反迫害；有的在了解真相后，也在递交给英国政府的请愿书上签字，声援法轮功学员揭露中共罪行。女记者拉丽莎（Larissa）经过时，匆匆拿了真相材料，签完反迫害征签表后，就进入大英博物馆。大约半个多小时后，她再次出现在展板前，手握紧刚刚拿的真相材料表示在读完真相材料后，想与相关负责人联系，她希望能藉由媒体的力量为这些被迫害的人发声。

十月份的每个周五和周六下午，**瑞典**法轮功学员在诺贝尔博物馆前举办讲真相活动。在博物馆的大门口处首先映入人们眼帘的是醒目的“停止迫害法轮功”的横幅、整

齐摆放的真相展板，有学员伴随着炼功音乐、展示舒缓的五套功法。人们对学员们无畏风雨、坚持不懈向世人讲真相的勇气，深感敬佩，很多人明白真相后签名支持反迫害。一对老年夫妇认真的把所有真相展板上的信息阅读完后，在活动现场和学员聊了很久，认认真真的签下了各自的名字，还连声向学员道谢：“谢谢你们，你们做的非常非常好！”

十月十二日正值**西班牙**国庆日，西班牙法轮功学员来到东北部旅游城市萨拉戈萨（Zaragoza）举办讲真相和弘法活动。许多人被优美的动作和舒缓的音乐所吸引，并驻足观看。有的行人前来主动了解法轮功，并就地跟学员学炼法轮功的功法动作。许多人听过学员讲清真相后，对中共迫害法轮功学员并强摘器官的罪恶行径表示强烈谴责，并在征签簿上签名支持法轮功学员反迫害。

部份**爱尔兰**法轮功学员们十月二十二日再次来到首都柏林市中心繁华的商业城，向中西方民众介绍法轮大法的美好，揭露中共对法轮功修炼者的残酷迫害及活摘器官的暴行。酷刑图片上表现出的残忍野蛮与学员祥和优美的炼功动作形成鲜明对比，吸引过往行人驻足观看、拍照。

今年是**法国**大选年，包括法国总理在内，各级政府部门都换了新的官员，法国法轮大法学会致信给新一届的官员们，呼吁他们关注中共对法轮功修炼者已经持续了长达二十三年的迫害。据法国法轮大法学会透露，自二零二二年七月以来，陆续收到了来自法国政府不同部门和地方政府官员的回应。在回信中，有的官员表示，感谢法轮大法学会让他们看到了这些信息；也有的直接表示支持法轮功学员反迫害。法国新总理伊丽莎白·博尔纳女士（Elisabeth Borne）办公室在回信中说：“我们已经提请总理关注修炼打坐入静的法轮功修炼者在中国的情况。总理伊丽莎白·博尔纳（Elisabeth Borne）女士已经关注到了这一点。”

日本中部地区法轮功学员十月二十二日参加了爱知县稻泽市（Inazawa-City, Aichi-Prov.）第三十三界福祉节，向游人们介绍法轮功及其真相。学员们在展位上展示了法轮功的功法、义务教功，并发送介绍法轮功的真相资料。

十月二十日至二十四日，日本“中国器官移植考量会”分别在奈良、横滨和东京举办了三场讲演，加拿大国际人权律师大卫·麦塔斯先生会上详细讲解了中共活摘人体器官的现状。日本多位议员到场声援，谴责中共暴行，呼吁日本政府独立调查，协同国际社会共同制止中共恶行。神奈川县逗子市会议员丸山治章先生谈到：“我认为日本政府应以强硬的态度去推动联合国的改革来制止中共活摘器官的恶行，我们也会为制止中共活摘器官这一恶行有所作为，今后也会继续支持你们的。”

来自**美国**罗彻斯特大学（Rochester University）的十多名大学生十月二十二日周六清晨，再次到密西根州特洛伊市（Troy）的公园，观摩当地法轮功学员的集体晨炼。学生们和世界宗教课的代课老师卡罗尔·库珀（Carol Cooper）教授一起，体验了法轮功功法。从二零零六年以来，法轮功学员一直都坚持把法轮功的真相带到罗彻斯特大学的基思·休伊（Keith Huey）教授的课堂上，并和美国的大学生们一起探讨和解答他们关于信仰和法轮功的问题。二零二二年四月二日，法轮功学员首次在公园的炼功点给休伊教授（Prof. Huey）的学生们展示了法轮功功法，给他们留下美好印象。十月十八日，应罗彻斯特大学卡罗尔·库珀（Carol Cooper）教授的再次邀请，法轮功学员来到该大学世界宗教课的秋季课堂上讲述法轮功真相。休伊教授表示，一年一次的法轮功课不能满足需要了，以后秋季和春季两个学期都应该开办法轮功班。▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

辽宁沈阳市皇姑区法轮功学员董怡然，二零二二年八月被沈阳市于洪区法院诬判三年，现已被非法关押在沈阳第二监狱，监狱方不许他的亲属接见、存钱或物。董怡然二零二二年二月二十四日在发放真相资料时被和平区马路湾派出所警察绑架。

河北定州市七十五岁的法轮功学员王俊桥老太太，二零二二年八月十七日被非法判刑两年。王俊桥老人二零二一年七月七日去安国市郑章乡郑章村讲真相发资料，被不明真相的人举报，被绑架到安国市派出所，被劫持到保定清苑（拘留所、看守所）非法关押构陷。

广东高州市法轮功学员吴有清二零二二年九月二十六日晚上被高州市公安局国保便衣和警察绑架、非法抄家，非法关押在信宜看守所已逾一个月。因吴有清坚持炼功，被看守所警察戴脚镣折磨。吴有清绝食反迫害已十一天。律师见到她身体非常虚弱，表达不够清晰，呕吐。

湖北黄石市六十二岁的法轮功学员李菊兰，二零二二年九月二十一日上午被三个身穿黑衣服的人绑架，现被非法关押在武汉第三看守所，至今已经一个多月。

湖南郴州市法轮功学员廖松林三次遭冤狱迫害，分别被中共法院非法判刑四年、三年、三年，二零二一年七月十三日出狱回来，身体一直不好，于二零二二年十月十四日含冤离世，终年八十一岁。老人去世之后，郴州北湖社区人员还去骚扰，没看见人还追问，还说去看埋葬到哪里等等。

山东东营市胜利油田季英梅二零一九年被查出宫颈癌晚期，万分绝望中从新修炼法轮功，半年后身体完全恢复健康。但自从二零二一年七月十五日季英梅被海滨分局警

察绑架之日起，不到一年三个月的时间，季英梅就经历了中共邪党从身体上、经济上和精神上的高压迫害，于二零二二年十月九日清晨含冤离世，年仅四十五岁。▲

我们只要动神念就具有很强大威力

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】今天学法，我读到师父说：“对炼功人讲，人的意念指挥着人的功能在做事；而作为一个人来讲，意念指挥着人的四肢、感官去做事”^[1]，我浑身一震。

迄今我修炼二十四年了，回想在这些年来，也确实出现了很多神奇的事情，过去从来没有认真的想一想，为什么会出现这些神奇的事情？今天读到师父的这段法时，我猛然想到了，过去二十多年来，在自己身上发生的神迹，不都是由于自己是个炼功人，自己的意念指挥着自己功能做的事吗？下面我把修炼过程中出现的部份神迹写出来，与同修们交流。

记的在发真相材料和贴真相不干胶时，每当遇到不安全的地方时，如派出所大门亮着灯，我说：灯快灭。灯马上不亮了。发完材料后，灯又自然亮了起来。贴真相不干胶，电线杆上方亮着灯。我也发出一念：灯快灭。灯马上不亮了。这种例子很多很多的。

再如：发真相材料时，农村狗很多，到村里我都先发出一念：所有的狗都不准叫，我是救你们主人来的。发的整个过程，有时达近一小时，一只狗也没叫过。有时偶尔遇到狗在大门口，我说：狗狗你离开。狗马上离开，也不叫。等我放好材料后，我说：你回来吧，狗又回来了。

还有一次，一只狗在一个大门口，我要进胡同，必然走狗身旁。狗横在胡同中间，没法进出。我到狗身边，对它说：狗狗你到大路那边好不好？那只狗起身走向大路的另一边，我马上走进了胡同，发完了真相材料回来后，看到那只狗还在路那边，我对它说：谢谢你，你回去吧。狗又慢慢的回到了原来的地方。

我还遇到一次奇事，记的一年的腊月二十三下午，我带着八十多张大法真相粘贴，往连接村与村之间电线杆上贴，一共走过了三、四个村庄，路途也有二、三十里路远。当我贴完最后一张真相帖子后，准备回家时，一摸兜里的钥匙不见了。那时天已经黑了，寻找钥匙很困难了。再说我一共走了那么远的路，到哪里找啊？回不了家，怎么办？因当时就我自己住一处，别人没有我家的钥匙。我就求师父帮忙，帮我找到钥匙。然后，我发出一念：钥匙，你回到我贴第一张不粘胶的电线杆的地方吧！我来到电线杆处认认真真的找，没找到。我又一次说：钥匙你快回来吧，我等着你一起回家呢！当我再一次看电线杆周围时。奇迹出现了，十几把钥匙出现在我眼前。我心里那个激动啊，谢谢师父！谢谢师父！现在想想，这不就是我发出的意念，指挥着功能将钥匙搬回来吗？

炼功人只要动真念，就会出奇迹。修炼这么多年了，我们还承受着中共的迫害，是不是我们没有正念对待呢？

师父说：“人没背后的因素你告诉他干啥他就干啥。你是修炼人，你是有能力的，你是走在神的路上的生命，他是一个常人，他是没有力量的。”^[2]

如果我们用功能解体迫害我们大法弟子那些世人背后的因素，那么不就会出现：我们告诉他干啥他就会干啥吗？我们没有理解好用意念指挥功能做事的法理，往往遇到事情，用了常人的理来解决神的事情，怎么能有好的结果呢？这也说明了一个问题，为什么同修被绑架后，会出现不同的结果，有的被判多年，而有的堂堂正正的走出来了呢？有的同修的案子看来很一般，但绑架后判的很重，而有的在常人看来，被抄走很多东西，一定会判的很重，可同修一路讲真相救人，一心只为别人，最后警察用车送同修回家了。难道警察办案不公吗？这不是常人对人、对神不一样的对待吗？明

慧网报导中说过：两个同修被绑架，警察一边狠狠的打一个同修，一边对另一个同修和和气气的说话。这个警察是个两面人吗？不是。两个同修心里想的不一样，一个同修想自己是个神；另一个同修想的是自己被绑架生出了怕心。不言而喻，对人和神不可能是一样的态度。

其实，我们大法弟子在正念很强时能如意运用功能，有很多时候还没动手动脚，那个事确实就已经做成了（这在明慧网上有很多正念显神迹的报道），这不就是当时的心态达到了神佛的标准、当时的状态达到了神佛做事状态的体现吗？

我们修炼这么多年了，我们都具备了很多很强的功能，我们只要动神念，我们都是具有很强大威力的。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈二十年讲法〉

与老年同修交流过病业关的两个问题

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】我是一九九六年开始修炼法轮大法的，现在七十多岁了。那时候得法的同修，在我们当地现在几乎大部份都是六十岁往上的，也有年轻一点的，但相比较少一些。

前几天，我们当地有两位老年同修出现病业的现象，一位是七十多岁，一位是八十多岁。有一位同修被家属送去医院，后回来了，当前的状态头脑还比较清醒。当地同修给我打电话让我过去看看，我就到这位八十多岁的同修家里。由于刚从医院回来，同修的家属不让我同修长谈，说：她什么都记不住了。我和同修聊了一会儿，加持同修正念正行，走师父安排的路。然后又看望了一下那位七十多岁的同修，精神状态挺好，家属也支持同修炼功，我和这位同修交流的时间就长一些。

我通过和老年同修的交流，看到一种很普遍的问题，就是这些老年同修都有一些迷惑的地方。比如：几乎都是修炼二十多年了，本人又出现了常人的病业状态，对这个问题有些迷惑。还有，就是出现问题当时不是想到师父怎么说的，法是怎么讲的，而是当时想到交流文章上怎么写的。对这两个问题我想说说我的看法。

我先说第一个问题。我们看到一个常人得癌症了，他在念“法轮大法好，真善忍好”后，癌症消失了，因他知道了大法、认可大法好，大法和大法师父就给他消去了业力，他的癌症消失了，这是一个常人最初级的认识。而我们都修炼二十多年了有的怎么又出现严重的病业呢？我想这是一个很严肃的问题。我们修好的那一部份，师父都给隔过去了，当初修炼都感觉到一身轻，上楼不累，有的病业消失，有的还出现一些功能等等，各种好的状态几乎都体验过，

后来怎么都没有了呢？我的认识是，修好的部份师父都给隔过去了，现在都修到表皮了，其实就是剩下从里面推到表皮的千百年来的那一点点的业力，放大了表面现象，还在干扰着我们的正念，让我们自己提高的。

师父说过我们是“整体提高，整体升华”^[1]的，因为我们都得等到师父领我们回家的那一刻，整体的修炼结束，整体的回归各自的天国世界。那时才是我们修到大圆满的结束，现在谁先走了，没等到最后，我理解那不是大圆满。大法是性命双修的功法，我们的生命是可以在修炼中延长的，我想我们这些老年同修很多人的生命都是延续来的，都不知道自己的生命延续多长时间了。所以出现一些症状家属把同修送去医院，当时感觉还好，有的在医院没几天就不行了，有的回家后不长时间就去世了，因为这些人本来生命就是延续来的，当时本人又不能转变人的顽固的观念，抱着人的执著不放，还说自己没有人的执著了。其实每个人都最清楚自己的执著，最固执的观念，都在名利情里面，只是不好说出口而已。

我个人理解每个修炼人都得过生死关的，有的表现过几次，不管几次都得正念足、向内找自己，一个修炼人的生死去留都是师父安排的，一个人怕死不一定不死是吧？一个修炼人不怕死，那才是修炼人应有的状态。

师父说：“什么叫：朝闻道，夕可死？是不是我早上闻道，晚上就死去了？不是这个意思。它是说，我早上得道了，我晚上死了我都不害怕。这是它的真正涵义。”^[2]

我们都修炼二十多年了，我们害怕什么呢？我们当地的有位老同修八十来岁了，是位大学老师，写了一封给儿女的信，大概说：“我修大法了，我出现什么症状，你们不要把我送去医院，我是修炼人，我是大法弟子，我的生死由我们师父管，我按照法的要求去做，我自己处理我自己

的事。”给儿子、女儿各一份，因为到医院都得按照病人的愿望去对待的。

我们都是修炼人，都由师父管，我们每个修炼人的身后都有师父的法身看着我们，我们还有什么怕的？遇事首先找自己，看看自己还有哪些地方修的不到位，人的观念该放的就放，不要被黑手烂鬼钻空子。相信师父，相信法，相信自己正念的作用，没有过不去的关。不能因为自己一时的错念，毁了自己修炼的路。

我对第二个问题即喜欢看交流文章的个人看法。我个人体会，交流文章是让我们看看同修是怎么修的，怎么过关，怎么在法上提高上来的，怎么样做好修炼人应该做的三件事，交流的过程中吸取同修好的修炼经验，借鉴同修的修炼提高的过程让我们更快的提高上来，跟上正法进程。

我们修炼人遇到问题我们应该首先想到的是法，想到师父是怎么说的，或者是我们修炼到的那个层次的境界的修炼人在法上的心态应该怎么做，怎么去处理一些事情，这都是我们在自己那个层次中的修炼所得。

如果在自己过关的修炼中，出现了问题总是照搬交流文章上怎么写的怎么说的，记的再好，背的再熟，那不叫修炼。对修炼二十多年的老同修来说，那叫跟着那个写文章的同修学习，没有提高。你觉的在修炼中了，那也是修到那篇交流文章同修的境界。

交流文章它不是法，我们应该想到的是法，尤其是老年同修对这些事情一定要分清，怎么样才是走自己的修炼路，修了二十多年了应该明白，应该清醒了，一旦发生什么魔难总也过不去，严重了会断送了个人的修炼的路，甚至走向反面，这是个严肃的问题。

这几年老年同修多人已经都去世了，其实也影响到周围的老年同修，我认为都是一个问题的，我们都修炼二十多

年了，得用修二十多年修的那个修炼的层次境界看问题了，个人的观念要转变过来，这也体现对大法和师父的正信。

举个例子：我们学法组有位女同修，六十多岁了，有一天晚上感觉自己不行了，出现心梗的状态。当时，她就想到自己是修炼人，出现这种状态可能是过生死关了，用法来要求自己，生死去留由师父安排，炼静功打坐，炼了四十多分钟，心态平静，然后身体流出来很多凉汗把睡衣都湿透了，然后感觉身体很轻松，转过天感觉自己的身体很正常也有劲了，和正常人一样就去公司工作去了。

后来，她家属知道了这事不放心，把她带到北京空军医院做了身体检查，心脏专家一看很吃惊，人的心脏有三个主血管，她已经有一根主血管被堵死了，可是从主血管旁边有一根毛细血管膨胀了，代替了被堵死的那个主血管，专家说病人感觉没有什么症状，就这样保持现状，要是做手术通开那个主血管心脏上面就是四根血管了，心脏上多一根血管效果不一定好，保持现状就回来了。可专家、家属都觉的太神了！这不就是大法弟子修炼出的正念奇迹吗？正念正行走师父安排的路，出现奇迹是很多的。

老年同修要弄明白这一个问题什么关就都过去了，为什么一个常人念“法轮大法好，真善忍好”癌症都好了，有的同修修炼了二十多年了又出现了严重的病业状态，有的还过世了，太可惜了。

我想这就是个信念问题，关键时刻千万不能转向。一定要信师信法，坚定正念，就是听大法师父的话，跟着师父走。这也是我个人在过病业关、生死关时的体会。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《长春辅导员法会讲法》

在学法小组中提高心性

文：辽宁大法弟子 小圆

【明慧网】下面我谈一下在学法小组里剜心透骨的去执著心，提高心性的过程，向师父汇报。

我平时参加三个学法小组的集体学法，有两个都是很正常的，就说说我和姿同修、蓉同修这个小组。我们是每星期一、二在一起学法，这两位同修可真是磨我啊！姿同修读法快，没有标点符号，且总是丢字、落字、添字，怎么说都改不了。我渐渐的就不耐烦了，她读快的时候，经常字连着念，一个字不是一个字，两个字不是两个字，漏字、添字的现象非常严重，这时我就叫停，告诉她学法要一个字一个字的念，把每一个字都念出来。她好了两行，往下念又那样了，我的心也起来了，她添一个字，我就狠狠的说：“哪有那个字啊！”落下一个字，我又重重的说：“重念！”这时我的耐心和善心一点也没有了，我说：“你这样主意识不强的念法，能得法吗？念法也体现出修炼的状态，我们学法也有二十多年了，这二十多年天天念这本书，现在还念这样，不敬师不敬法，念错了是不是就乱法了？”我已经气的不行了。

再说另一位蓉同修，她一开始念不成句，每一句话都翻来覆去的念，念一遍念对了，又从新念，结果还念错了，给她纠正，她又找不着行了，她念一段要好长时间，不是念的慢，而是字连的太快，这两个人都不会慢慢的读，所以我们一下午也学不完一讲法，时间都耽误在纠正字、找行上，耳朵还背，有时念错行，给她纠正，她还听不到，轮到她念时，老是停顿，非得告诉她，她才“啊”一声，知道该自己念了。

面对这样两位同修，我觉的自己的耐心真是到了极限了，每当跟她俩学法时，都是一种负担，在学法过程中身

心疲惫。每次都想：今天学完法后，再也不跟她俩学了，太累了。可是每次学完法，她俩都感激我，还说“就你能帮我俩”，说“师父安排你在帮我俩”。我听了心想：哪个同修愿意和你俩学法呀？简直是折磨人。我曾直言不讳的对她俩说：“明天别来了，你俩在一起学吧！”可她俩说：“那可不行，你不能不让我俩来，是师父安排我们在一起的，你也得提高上来。”我听了虽然心里不舒服，可想也是有道理。但每次在一起学法时，我都守不住心性，说话刻薄、尖酸，我心里也很苦恼，因为我读法流利，几乎从不读错，所以我跟她俩在一起学法心里不太平衡，总想甩掉她俩，从二零一八年开始也曾甩掉一段时间。

我们每天一下午的时间读完一讲法的时候很少，到四点多她俩就看不见字了，就念的更不流利了，因此，我们就剩下几页自己回家补上。

面对这样的环境，我很困惑，也很苦恼，也向内找过。我悟到这样的环境在去我的执著心：烦躁心，怨恨心，没有慈悲心，总是看同修的缺点等。她俩学法的状态，我心烦的不行，什么刺激话都能说出来。虽然找到了这些心，但是没有在法中归正自己，依旧烦恼，心想：怎么又跟这两个人学上了呢？我和她俩说：“我没有那么高的心性，和你们在一起学法，我一点也提高不上来，反而还把我拽下来了，你们快自己学去吧。”由于每次都这样说，这两位同修知道我的心，不但不离不弃，反而大声说：“我就不走。”那个说：“你不能不让我们来啊，是师父让你帮助我们呀。”我听了真是无语，有时我也下决心，修去烦躁心，看不上她们的心，可是一学法就是这状态，我就控制不住了，说话没好气，弄的我心里堵的慌。

有一天下午我们学法，姿同修又念错字了，我还是不耐烦的说：“重念！”她还是念落了，我又狠狠的说了一遍：

“重念！”她还是落下那个字，我一直说了三遍，她还是落那个字。这时我平静的告诉她：“你一个字一个字的念一下。”她一个字一个字的念才发现落字了。这时我彻底向内找，为什么同修念错？我气的不行，动这么大的人心？这是旧势力控制我没修去的烦躁心、急心，瞧不起人，挖苦人的党文化等种种人心在作怪啊。

那一刻我想：不能再伤害同修了，这些魔性出来不就是在害人害己吗？同修不是在帮我吗？看到两位同修面对我的指责一点也不生气，反而还感谢我。我一下看到我那颗不善的心，马上求师父：师父呀，请加持弟子的正念、主意识，解体干扰我们学法小组的一切邪恶因素。此念一出，真是发生了神奇的变化，首先我立刻感到我的心态祥和了，轻松了，再看姿同修读法一字一板的念着，一点也没出错，轮到蓉同修读也同样是一句一字的念着，也没出错，这种情况在以前几乎没有过，我迫不及待的对两位同修说：“你俩读的太好了，看来问题不在你们，而是在于我这里。”两位同修自责到：“我们俩念的不好，耽误了你，你可别嫌弃我俩呀！”我说：“是你们俩在包容我。我刚才向内找，又求师父加持，才出现这样的结果。”她们听了也很感动，表示一定要珍惜这个环境，克服困难，好好学法。

看到同修，找到自己的差距，在这个小组，看似我在帮她俩，实则是她俩在帮我呀，矛盾来了是好事，以前我怎么就没当好事呢，就是没把自己当炼功人，这就是不会实修的表现。

师父说：“所以在今后炼功中，你会遇到各种各样的魔难。没有这些魔难你怎么修啊？大家都是你好我也好，没有利益上的冲突，没有人心的干扰，你坐在那儿心性就提高上来了？那是不行的。人得在实践中真正的去魔炼自己才能够提高上来。”^[1]

通过这次剜心透骨的去执著心，我才知道这两位同修就是为了我的提高才对我不离不弃、忍辱负重的。师父啊，弟子感谢您的慈悲苦度，精心安排。也感谢两位同修，不知道我们是什么样的缘份促成，她们为了帮助我去这些执著心，甘愿付出，她俩的境界不知比我要高多少。现在我们三人学法形成了一个很强的场，即使她们偶尔念错，我也心平气和的给她们纠正过来。学法场圆容了，我们的学法场明显的感到师父的加持，因为我们都向内找，达到了整体提高的效果。我们的学法小组归正了，每星期都盼着这两天的学法日，她俩更是珍惜。这两天姿同修本来腿脚不便，走路困难，但是风雨不误。看到同修学法心切，我感慨无比。

回想从一九九五年得法一直到现在，经历过多少个学法小组，在一起学法的同修一茬换一茬，现在和姿、蓉两位同修在一起学法，去执著心是最剜心透骨的。等提高上来之后才发现，一切都是师父的安排，一切都是为了弟子的提高。

谢谢师父！

谢谢同修！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

也谈发正念的重要性

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】看到明慧网上报道的大法弟子被迫害的消息，虽然被迫害的不是我自己，但是我想到了自己的责任，很可能有本该我清理却没有清理掉的邪恶的参与。

师父在讲法中说：“我告诉大家，现在所有剩下的能够迫害大法和大法弟子的，就是我们学员自己的原因。没有重视发正念的这些学员，你们自己所应该承担的、负责的空间里面的邪恶还没有清除，就是这么个原因。所以发正念这事大家一定要重视起来，不管你自己觉的有能力和没能力，你都应该去做。你清除你自己思想中的，那是在你自己身体范围之内起作用的，同时你要清除外在的，那与你所在的空间是有直接关系的，你不去清除它们，那么它可不只是迫害你、抑制你，它还要迫害其他的学员、其他大法弟子。”^[1]

曾经有一位开天目的同修谈到，有一次他和几位同修帮一位身体出现严重不正确状态的同修发正念，他看到有一个旧势力的坏神没有被清除跑掉了，在以后的很长一段时间，那个旧势力的坏神就经常干扰这位同修。

前几年，我经常到看守所和监狱这些迫害大法弟子的黑窝附近发正念，常常是一开始发正念就困的不行了，和我同去的其他同修也有这个情形，就是那个地方邪恶非常多，不管你是谁它们都会干扰迫害。

邪恶就是邪恶，不邪不恶它难受，它就是那个性质的东西，它可不管谁是谁。邪恶生命也是有灵性的，在常发正念的同修的空间场里呆不了，它就会往不常发正念的同修空间场里跑，那里就成了窝藏、保护邪恶的地方了，当邪恶聚集的多了，这位同修自己离麻烦也不远了。

与迫害初期比，现在邪恶的数量肯定少很多了，想搞大规模迫害一定是力不从心了，所以，每次搞迫害它们一定是想方设法纠集各处邪恶力量才能得以实施的，另外空间的邪恶也不是各个独立的，它们也有头头脑脑，还有那些黑手烂神的操控，所以我们最起码要把自己的责任承担起来，不但是避免自己被干扰迫害，更不至于使自己的姑息养恶成为别的同修被迫害的潜在因素。特别是某一个地区或某一个小集体中的大法弟子出现问题，其余大法弟子都要想一想自己，不要觉的事不关己。

有一些同修也相信正念的威力，但是平时不注重发正念，只有在自己身体出现状况或者面临麻烦、危险的时候才加急发正念，这是自私、狭隘的一种表现，好象发正念就是解决个人问题的一种手段了，只有需要的时候才用一下，而没有当作正法时期大法弟子应该承担的责任去对待。如果大法弟子都这样，邪恶哪里会有现在消滅的成度呢？整体正法形势的推进与邪恶的消滅，与每个人都是息息相关的。

还有一些没有暴露的大法弟子，觉的自己不在邪恶的黑名单上，从来也没有被恶人恶警骚扰和绑架过，也不参与任何具体的讲真相的项目，好象自己就是安全的了，从而忽视发正念，这也是错误的。

你自己不觉的怎么样，没把自己当作大法弟子对待，旧势力可看的清清楚楚，现在还能在大法中的人都是早就定好了要当大法弟子的，它们可把你当大法弟子对待，是不可能特别给你开绿灯的，怎么会不给你的空间场分配邪恶生命呢？你不清理它们就是在养它们，暂时没出问题不等于永远没有问题。看看自己的不精进状态就可以看出，邪恶的干扰迫害早就已经在无形之中了，只是因为自己没有高标准要求自己从而没有察觉而已。

所以，不管自认为状态好与不好、有事没事的同修，让我们都重视发正念吧。

这是个人的一点体会，有不对的地方，敬请同修指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉

慈悲讲真相及时化解了一场迫害

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】在中国大陆每逢所谓的敏感时期，特别是什么的召开都会对坚定修炼法轮大法学员升级迫害。二零一零年，一个国际性的某某会在我地召开的前夕，当地的“610”及公、检、法、司已经将具体迫害的措施落实到了每个不放弃修炼的大法弟子身上，我便是其中之一。

一天下午，家里突然来了四、五名便装警察和“610”人员敲门，被妻子拦下询问，这些人便强行夺门而入。我在里屋发正念：请师父加持弟子清除这些迫害人员背后的邪恶因素；展示大法的美好，让其对大法少犯罪！随后入厅对他们说，既然来了就进屋坐吧，来了都是缘份。

我随即给每人沏了一杯茶，气氛有所缓和。其中一名警察说，根据目前形势的需要，将对一些修炼大法的学员进行一定成度的限制措施等等。我接着说，作为社会上的每一个人都应该遵守宪法及法律的约束。作为我们，除了做一个好人外还必须做一个更好的人。随后简单谈了一下自己是如何因多种病久治不愈而走入修炼行列的；又如何不到一个月的时间内这些顽固疾病奇迹般的不翼而飞。更重要的是，学大法能使人变的真诚、善良、忍让！最后说，你们大会小会上都是灌输我们修炼人如何如何的不好，妖魔化这群社会上已经不多见的良善群体。你们想过没有，

上级在向你们布置重大迫害任务时多是口头说说。按理这么不好、这么大的违法群体为什么没有正常的书面文件呢？这不是大问题吗？

当时这些警察都在认真听，此时突然手机铃响，一位看上去较年轻的人员出去接电话了。我继续谈了一下修炼人遭受非法及不公正的对待后，也善意的提醒执法者区别对待这样的修炼者。

他们告知我已被列入一级监控的名单，将每天二十四小时被监控。监控小组每天四组、每组四人，由二名警察和二名协警组成，配有一辆轿车（发动机二十四小时不停止）和一辆电动车，在家监视居住，外出紧随其后。

随后出门接听电话的一名警察回来后，态度显然有所放松，言语也较为随和的说了一些无关紧要的话之后就全部撤离回去了。

接下来的几天发生了这样几件事：

一是，一位年龄四十多岁的便装警察换岗上门察看我是否在家时对我说，他在门外按门铃时多次手举起放下，足有几分钟，而且手还在发抖。我听后心里也在乐，便问他，你知道为什么会这样吗？他回答，不太清楚。那我告诉你吧，这是因为你心里还存有良知，知道你的所作所为与相关法律、法规不符，而且执法的对像搞错了，自己好象做了亏心事。他连说三个“对”字！

二是，几天后，当时那位出门打电话的警察又登门了。此时的说话态度已经很自然客气了，坦诚告知了这次行动的一些情况。原来她就是新调来的副局长，专门负责这次监控任务。当时来了近十名警察，其余都分布在楼上楼下的电梯口把守。原打算当天就准备将我绑架到洗脑班（黑监狱）。当进屋我们见面之后立即改变了主意。当时的电话正是她的上级打来的，告知改变行动计划时得到的答复

是，你全权负责，如有差错自负！她谈到了当初一進你家门就感到这是不一般的家庭（显然和他们头脑里对大法修炼者的印象大相径庭），男女主人温文尔雅，为人善良客气，谈话有理有据，有说服力。如果将这样的人抓去关押几个月我不是在犯罪吗？你们不是要恨我一辈子了吗？我对她说，你是警察中屈指不多的有良知、有自我判断力的几人之一，你的果断会有好的未来。你的仕途也会有大的前程！她说，谢谢！

三是，这样的监视居住是违法的。几天的监控也并没有原来那么认真，不长时间也就全部撤走了。

慈悲、正念讲真相及时化解了一场迫害。正如师父所说的那样：“有坏思想的人，想不正确的东西的时候，在你场的强烈作用下，也能改变他的思想，他可能当时不想坏事了。可能有人想骂人，突然间改变思想，不想骂了。只有正法修炼的能量场，才能起到这样一种作用。”^[1]

感谢师父对弟子的时时保护！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

警惕不在法上的做法

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】发现在帮助闯“病业关”同修的过程中，有些同修的做法不太在法上。比如，有的同修在纸上写下明慧网上的修炼交流文章中关于怎么闯“病业关”的一些具体做法，下面也没有标明出处，说文章中的同修就是这样做的，很快就闯过来了，效果很好，让正处于病业假相的同修按照写在纸上的背诵，照着纸上的发正念，解体迫害同修的邪恶。当问到处于病业假相同修写的是师父的讲法还是同修的修炼交流时，同修说不上来。

又如，有的同修凭借自己的记忆把师父的某段讲法（比如师父讲到的关于善解的法，或者师父讲的全盘否定旧势力的一切安排的法）写在纸上，并且也没有标注上是师父的哪个讲法，而且还存在错字、落字的现象。当有其他同修看到后，问处于病业假相中的同修纸上写的这些是什么？同修居然说不清楚是师父的讲法，还是同修的交流文章！只说是某某某写的，让照着背。

试想一下，处于病业假相中的同修当下本身就正念不足，法理不清，最着急的就是归正自己的状态，有点“有病乱投医”的想法，觉的对自己有好处的办法都拿来用。但是其他同修不能糊涂，真正能帮大法弟子的只有师父，只有法，要引导同修学法，向内找，用师父的法归正自己，而不是学人不学法，其他同修按照那个办法闯过来了，是因为同修也是在师父的法中悟到的法理，坚定了正念，自己的认识提高上来了，邪恶就自灭了，假相就消除了，而不是因为哪个人的哪句话。

最好的办法，就是给同修找出师父的具体的哪一个讲法拿来学、念、背。而且抄法也是有要求的，“那么也就要

求学员的手抄本字迹要工整”^[1]，同时要标明某段法的出处，这是对师父及法的尊敬。如果不注明出处的话，以后的人都不知道写的是师父的讲法还是什么，是不是无意当中也是在乱法呢？

师父说：“乱法有多种形式，其中以内部弟子无意的破坏最不易觉察，释教的末法就是这样开始的，教训是深刻的。”^[2]

看到的一些现象，借明慧网一角写出来，旨在抛砖引玉，期待大家在这方面多发表一下看法。

如有不在法上的，还请同修慈悲指正！

注：

[1] 李洪志师父经文：《精進要旨》〈手抄经文的处理〉

[2] 李洪志师父经文：《精進要旨》〈惊醒〉

把心放下

文：山东大法弟子

【明慧网】师父说：“我不是说叫你们打不打针，也不是谈瘟疫对你如何如何。不要走另一个极端，那都是人心。我要告诉你的是，你在用常人心衡量自己，而不是站在修炼人角度上看问题，这是修炼中有漏。”^[1]

针对师父的这段讲法，我有了自己的理解，那就是遇事要摆正自己的位置，不要拧着劲来。

正好单位最近发生的两件事，也验证了这一点。

第一件事是：单位放射科的核磁共振需要值班人员报系统运行的参数，每天都得报，领导通知了我。我手机微信早就卸载不用了，这下咋办？重装吧不合法，不装吧单位不愿意。我可以找N个理由去搪塞，可这不是不真吗？看似个小事，这可是陷阱啊！不行，得直接面对。要是在

以前，我可能会用拖一拖的方式，急了就顶一顶，可这些不都是党文化那一套东西吗？不能用。怎么办？衡量再三，我把标准先定好，首先我是个修炼人，修炼人的底线就是做个好人，好人就得有好人的样，表现上不能出格，不能让人家觉的我们怪怪的。于是我把心放下，顺其自然的，准备智慧的用。我想好了：找个旧手机，不安装电话卡，只连接单位公共wifi，安上微信拍完照片发到群里，完成工作手机关机就放在单位。等我把一切想好也准备妥当了，第二天领导又变卦了，改成叫医护值班的人员白天报，没我的事了。

第二件事就是：我所在的城市出现了疫情，作为医疗单位以前是每周做一次核酸检测，一年多来我也只做过两次，都是主管叫我去我才去的，不叫我就不去。但这次不一样了，疫情爆发后需要一天一做，而且市卫健委报备。从心理上我是不想做的，知道那东西做了也没用，都是糊弄人的玩意，但修炼人有修炼人的标准，你去做了并不是怕什么感染啊、心里害怕啊等等这些因素，而是尽量的符合常人状态去修炼的这么一个过程。第一念定好位，调整好心态，第二天一早我就在单位做了核酸检测，意外又来了，由于疫情原因单位第二天就放假了，护士都被市卫健委抽调分派各社区协助做核酸去了，结果是这几十天下来，我还是上我的班，所以直到现在我还只是做了一次核酸检测。

以上的两件事，都是在我把心放下后，事情立刻就出现了转机。所以一旦遇到问题了，我们不能和常人较劲、拧劲，犟着来。要把心摆正，更要把心放下，才能把事情处理好。师父告诉我们遇到问题的时候，首先应该冷静，因为冷静下来做事会比较理智。还有一点就是不要固守着很自我的观念，你的想法始终是你目前的想法，是有人的因素在的，不一定是对的，很可能就是拧了劲的。如果我

们采用顶撞、莽撞、抱怨、过激、口不择言的方式会是什么样？会使小事变大，那不起反作用吗？

我听说有个同修社区里天天上门叫做核酸检测，他就是不去，和女儿发生了争执，叫女儿很不理解。我们不应该把自己摆在一个受迫害者的位置上，再去否定迫害。按我的理解，那样也否定不了，为什么？它会认为是你求它来的，它会赖着不走。也不要形成一个就是“我要怎么样就会怎么样”的一个观念，比如做核酸检测这件事，同修就流露出：我要做核酸检测了就会暴露身份，就会被……反正想的比较多。

大家知道，我们首先是大法徒，是在法中修炼的人，是不受低层法理制约的人，也不会受很低心性的那个生命干扰，任何生命是不配管的，我们只归师父管，只受法理和心性的制约。所以堂堂正正，相反能破除很多观念，尤其是怕心，也能排除很多干扰，解体一些不正的因素，因为“一正压百邪”^[2]嘛！

任何事情都不是偶然的，一定有我们修炼的因素在那件事里。向内找一找，可能就会找到答案。

一点粗浅认识，不当之处还请慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父经文：《醒醒》

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

师父帮我善解了那个极端的生命

文：中国大陆大法弟子 碧莲

【明慧网】前段时间，自己身体出现了不正确状态，就是在眼角与鼻梁处，有一硬块，向下按，里面的硬块有花生粒大小。起初我没在意，想多炼炼功，过一段时间就好了。可是硬块越来越大，最后突出到表面，鼓起了一个红红的葡萄大小的坚硬块，压的我面部失去平衡，眼睛用力才能眨几下。

孩子们劝我说，赶快看看医生吧，在眼这儿哪！出门碰见熟人，人家都被吓一跳，问我眼咋肿成这样？我嘴上说没事，可心里也有点不稳，就增加炼功时间。几天下来，效果不明显。我想，把心放下吧，一放到底，去留由师父安排，我就做大法弟子该做的事。

可是由于它长的部位明显，只要和人一说话，人家就会盯着我的眼睛吃惊的问，我的心被搅的静不下来。到底该怎么办？我想我是修炼人，修炼人没有病，那么这个硬块是帮我去什么执著人心？我开始认真查看自己近期修炼存在的问题和根本原因所在。

一是丈夫在外面有女人，一向忠实于家庭和丈夫的我，感到自己名利受到很大伤害，心里委屈，指责、埋怨、怨恨。作为修炼人也知道这是应该修去的人心，要忍；可就是按捺不住那颗愤愤不平的妒嫉心，甚至被情带动着，查看丈夫的钱包，看丈夫车里是否有女人的可疑物品，疑心重重。丈夫一回家，就象审犯人一般，丈夫受不了，大发雷霆，摔东西，说这日子没法过。

为了阻止事态发展，我就表面忍住了，内心和他顶、呛，被负面因素带动，过不去这一关。现在看来，在这件事情上，自己只是求得世间表面的平和，并没有向内找，修去

人心。我悟到，根本原因还是观念没有转变过来。当转变观念，不用人心对待，用不同层次法对生命的要求来看待，并且坚定大法的信心，遇事就会忍的心平气和，矛盾就会迎刃而解，是另一番境界。

二是学法点同修指出的：说我自私、冷漠，同修间有什么事只考虑你自己的三件事。女儿说，咱家的啥东西都是爸置买的，他买来啥，哪怕你说个好，也不凉别人的心，你却象没看见似的，谁会高兴？！你活在自己的世界里，不顾别人的感受。

同修和女儿的一番棒喝，让我看到自己在修炼中存在问题。看上去在做三件事，根本执著没有放下，恐怕自己安逸生活环境被打乱。

师父说：“可是你看书的目地是为了调整你的身体，你看书的目地是为了排除你认为的魔难。我把大法传出是为了度人，为了让人修炼圆满，却不是为了给人解决什么危难治什么病，或去掉什么人认为的不好的东西。”^[1]

对照法，自己看上去是精進，实质上是人心想从大法中索取，误入歧途，步入极端，并没有真修。我想我也应该有所改变了，一思一念中开始约束自己，放下为私为我想从大法中捞取人中好处的不好的心，做而不求。努力让自己真正溶于法中，以法为师。

当我转变观念后，炼功时不抱任何人心、静下来的时候，不让自己未修去的人心干扰体内众生得救、从而失去万古机缘的善心就出来了，身体也在被充份的演练着。随着人心的归正，增加贯通两极法的炼功时间，我明显感到冲灌时，能量场越来越强，身心净化，头脑清醒，并能明确的辨析出这种操控让我失去理性的自私、执著自我、非要别人按自己的意愿行事的极端做法并不是真正的我，是党文化的走极端，这种想从大法中捞取，叫大法符合自己的意愿行

事，是极端自私党文化的表现，这不是我。我集中强大正念：彻底清除这种附着在体内的走极端的党文化观念，今后这个大脑与身体由我真正的自己主宰。当执著自我得不到满足而怨恨、妒嫉、愤愤不平的极端思想再次在体内出现时，我就能及时的抓住它，不被它带动，矛盾中做到不顶不呛，放下它，逐渐抑制这种走极端的党文化观念。

修炼中层层剥去人心观念的同时，我看到了背后的那个极端生命，上下活动，难以控制，我用善解的法，它不听，是因为我的心没有放下。我求师父帮助，师父用法解开了我的心结：“多少人间乱事 历经重重恩怨 心恶业大无望 大法尽解渊源”^[2]。我恍然悟到，师父在利用弟子历史上的冤缘，通过人世间的这一幕，偿还弟子所欠下的业债，放下对名、利、情的执著，化解历史上的冤缘，救度世人与众生，成就弟子。我的泪一下子流出来了，感恩师父为弟子操尽了心。当我了悟丈夫和那个女人（我曾经伤害过的生命）的关系后，对丈夫的怨一下放下了，心中升起了对丈夫的怜悯，对名、利、情也看淡了，一切都是因缘促成、因果报应的结果。

就在我放下对丈夫怨的那一瞬间，那个冤家债主也被善解了。接下来炼功、学法、发正念都很静，明显感到是真正自己纯净的正念在主宰人身。一有不好的念头、业力、观念、外来干扰就会被这强大正念自动清理，这是过去从没有过的。

就这样，在师父的保护下，随着弟子向内找、修去人心归正的同时，眼角处那个肿块背后的因素被师父拿掉了，表面露出了白头，自然撑破，把里面的脓流了出来，好了。

以上是自己近期修炼的一段经历，写出来和同修交流，如有不当之处，敬请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《美国东部法会讲法》

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈解大劫〉

管好自己的嘴

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】今天，学习师父的经文《猛喝》，其中“管好你的嘴”^[1]这一句话在我大脑中反复回荡，怎么也过不去。静下心来向内找，反思自己二十四年来的修炼路，我问自己：你真正做到了是个修炼人了吗？答：没有。管好自己这张嘴了吗？答案还是：没有。

我回想着师父关于修口的讲法，继续深找自己，自己没有达到师父要求的修口标准。有时同修之间还会扯一些无用的；特别是由于受执著心的指使，显示自己表现的尤为突出；有时还会有意无意的传一些小道消息，背后议论常人的是是非非。

师父教诲我们：“常人中的事只不过是那么回事。我们修炼人从来不评论。”^[2]

可自己就是没做到。特别表现在，由于平日里不注意自己的修行，说话做事经常不在法上。平日里感到自己能说会道的，走到哪里都很吃的开。可是到修炼这里，可就恰恰相反了。我这能说会道，不会聆听，就给自己修炼造成了很多麻烦，伤害了一些同修。

因为感到自己能说会道，总是喜欢评论同修，象常人社会中人的那种坏习惯，你说他，他说你的，虽然说的好象都是修炼中的事，其实骨子里并非是真的想帮同修提高，而是一种情绪的宣泄。师父教诲我们说：“你们在议论谁好谁坏的时候，神都不拿正眼看你们。”^[3]是啊！自己哪还象一个大法弟子呢？带着这样的显示心。

自身还存在着严重的党文化，尤其是背后议论别人。总认为自己修的比别人好，好象就自己能够看清别人的问题，其实不然。修炼人的真实情况，除了师父之外，谁也

看不透、看不明白。真让我们看到同修的执著，也是师父安排的，双方都需要提高的。如果真的是为了帮同修提高，当然可以给同修本人诚心善意的指出，这是真的帮同修，而其他同修背后议论却不是善，而是魔性作怪，也会给自己造下口业的。有的时候，看到同修的执著，其实恰恰是自己执著的反映和体现，如果能够认识到，向内找修自己，就会提高自己，可自己恰好不会修自己，放过了很多提高自己的机会。

有一次，小组一起交流有关修口的问题，我们都谈到了修口的重要性，也都知道修不好口，对自己修炼真的会带来很多麻烦的。本来想聆听的我，此时又不自觉的开始谈论同修之间不能背后议论别人，背后议论别人是党文化。可是，说着说着，自己竟不自觉的说起了某某同修现在如何如何，现在有的同修还不能按师父讲的做，会如何如何。

回家后，不到半分钟，我的左下方牙开始剧烈疼痛起来。恰好是晚饭，我忍着剧痛吃完饭，正好到了发正念时间。我发正念时，想起了自己在学法小组的表现，自己又没有修口，又没管住自己这张嘴。我马上心里向师父承认错误，同时发出一念，清理干扰我的另外空间的一切邪恶因素，彻底清除旧势力在我空间场上的一切邪恶因素。此时，牙马上不再疼了。

关于修口的问题，师父在《转法轮》中已经讲的很明白了，可到现在，自己还没做好，真的是愧对师父。

如果做不到修口，我们就不象个修炼人，背后说人的是党文化，其实这种党文化，说严重了就是人身攻击。如果说话愤愤不平，对自己和别人都没有好处。所以，不能背后说别人，不修口，就是害己害人。

我想，要做到修口，首先要从聆听开始，如果作为一个真正的修炼者，态度总是真诚、谦卑的对待他人，成熟

的谷子终是低着头的。要做一个成熟的修炼人，也得学会低头，学会聆听别人说什么。正象一位同修说的：“其实，不修口就是在给自己修炼路上挖坑，早晚自己会被自己挖的坑给埋了。”修炼是严肃的，修炼就是修自己，每个人遇到问题都修自己、向内找，周围的环境就在向好的方向转变。

最近，由于自己在修口方面做的不好，又一次出现左下方的两个牙疼痛，还从牙根处流坏东西，我知道又是自己修口做的不好，让旧势力抓住把柄了。此时恰好学习《醒醒》的经文，我明白了自己没有管住自己的这张嘴，今天写出来，一是灭掉自己不修口的坏东西；同时也提醒同修们：一定要管住自己的这张嘴。

注：

[1] 李洪志师父经文：《猛喝》

[2] 李洪志师父著作：《转法轮（卷二）》〈度人讲法不做表演〉

[3] 李洪志师父著作：《各地讲法六》〈亚太地区学员会议讲法〉

从花眼的现象体悟转变人的观念

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】今年我五十七岁。在五十四岁那年，眼睛出现学法看字模糊有重影，想戴老花镜，到学法点上，跟同修们说了这个想法，当时学法点上也有上年纪的同修戴老花镜学法的。

同修乙说：“你不能戴老花镜学法，走常人的路，你是大法弟子。”其实我也知道作为修炼人不应该有花眼的观念，当时就是人的观念占了上风，我也没有多说什么，可是学法看字不清楚，心里着急。

回家后，我把师父在《转法轮》第二讲“关于天目的问题”^[1]多看了一遍。

师父说：“所以有些人产生了一种固执的观念，他认为通过眼睛看到的才是实实在在的；他看不见的就不相信。过去一直认为这种人悟性不好，有些人也讲不清楚为什么悟性不好。看不见就不相信，这话听起来很在理呀。可是在稍微高一点的层次中看，它就不在理了。”^[1]

我学到这里，突然觉的“悟性不好”几个字在我脑海中一震，我仔细想了想，我还是用了人的观念，眼见为实来衡量了，我得用法轮大法的标准来要求自己。我只悟到师父的法能改变本体，没注重修炼心性，自己在修心性、去执著心这方面，没有用法理严格要求自己。这是修炼中有漏，所以眼睛时好时坏。

今年三伏天下地干活，出汗过多，眼睛又严重出现学法看字模糊。晚上到学法点学法，没经过思考拿起其他同修的老花镜戴上了，可是戴上老花镜，看字也不十分清晰，就摘了下来。同修乙看到我这举动，对我说：“怎么又想依赖花镜了？”她用自己悟到的大法法理说：“任何物体在另外空间不同层次都是活的，你依赖它，它就控制你，你怎么不用法轮大法法理来改变自己的观念？”

由于当时学法看不清字，我心里着急，就随口问，怎么改变？她说：“‘大法能纠正一切不正确状态’^[2]，你在看法时想，让字‘大’‘大’‘大’。”我还想说，和她顶。我突然觉的和同修说话的心态、语气都不是真正想提高，去掉执著心，往上修的那个真我的想法。我停了下来，不再说话，深找自己，找到那个向外求，以学法重要为借口为自己辩护，心里不平等不好的念头。

我认识到没有偶然事情出现，是师父借同修的口来点化我，在遇到关与难时如何去修、如何去做。

当我明白过来后，我发自内心感谢师父慈悲看护，谢谢同修帮助，谢谢这个共同提高的环境。

写到这里我对“吃苦当成乐”^[3]有了一点儿认识。苦：身体的不适或者各种提高心性的魔难，是一种提醒，是一种督促，是一种消业，是转化，是让我们不要沉迷于人世间，跟师父回自己真正家园的一件大好事。

现在我的眼睛已恢复正常，可我还有安逸心、自私心，讲真相救人难开口的心。我相信我一定能在大法法理中归正自己、同化法，跟上正法进程跟师父回家。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《美国东部法会讲法》

[3] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈苦其心志〉

遇到关难 向内找去执著

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】我是修炼了二十多年的老大法弟子，感谢师父的慈悲救度，让我这个满身病痛的老太太，看到了生命的希望，一直坚定的走在修炼的路上。现谈谈近期遇到魔难，去人心、去执著的经历。

今年七月下旬，听闻孙女得了甲状腺乳头癌，要马上动手术切除。我当时惊呆了，心想：她还这么年轻，刚刚大学毕业参加工作，就得了癌症，以后该怎么办啊？

孙女是我从小带大的，长的漂亮，又乖巧懂事，我心痛不已，又着急，人心里来，被亲情搅的彻夜难眠，各种负面思维不断涌上来，越想越难过，越想情越重。这时，师父的法打入我的脑海中，“你干涉不了别人的生活，左右不了别人的命运，包括妻子儿女、父母兄弟他们的命运，那是你说了算的吗？”^[1]我的心慢慢平静下来。我想我不能被情带动，我有师父看护，怕什么！

我连忙从床上爬起来，给师父烧香叩头，跟师父说，弟子错了，我要放下人中的情，用正念对待身边发生的一切事情，求师父加持。

孙女手术非常成功，她也一直诚念“法轮大法好，真善忍好”，身体恢复的很好。

一难刚过一难又起，过了几天，我老伴骑车摔了个跟头造成腿两处骨折不能动了，我要全天照顾他。他腿疼，脾气又急躁，不停的喊这喊那，稍不如意就大声责骂。我也是七十多岁的人了，加上天气燥热，四十一度左右，我整天忙的团团转，学法、发正念也不入心，炼功也不能保证，累的精疲力竭。儿子、媳妇也只是打打电话，看看就走了。我这抱怨心就上来了，也不修口了，对着儿子打来的电话生气的说，我这下明白了，你们是光想得，一点也不付出（我儿子在经济上一直靠我和丈夫资助），一点忙也不帮，就累我一个人。说完就把电话挂了，完全忘了自己是个修炼人，求回报。

这怨恨心一起来，我身体就出现状况了，头昏眼花，浑身无力，站都站不稳了，非常难受，身体不舒服，心也不舒服。这时，坐那儿的老伴说话了：“亏你还是一个修炼人，吃一点苦就受不了啦？”听他这一说，我更生气了，心想：天这么热，你吹着电扇，坐那儿动都不动，只会对着我指手画脚，喊这喊那，还骂人。我刚想发火，我警醒了，没有向他发火，忍住了。是啊！他不给我制造这个环境，我上哪去提高心性？这不是提高我心性的机会来了吗？我连忙说，谢谢你给我长功的机会。他笑了。我赶快坐下来发正念。

我还悟到，这是旧势力利用亲人出事，干扰我修炼，干扰我做好三件事。我发出强大一念：决不允许旧势力干扰我助师正法，我有漏，会在大法中归正，不允许旧势力

干扰和迫害。我背正法口诀，同时认真向内找，为什么最近家里会发生这么多麻烦事？我找出一大堆人心：显示心、嫉妒心、争斗心、怕苦怕累、贪图安逸的心、对信师信法不够坚定的心；一手抓着人，一手抓着神，想从大法中得到好处的有求之心；不愿听不好话的心，不能被人说的心，怨恨心，执著亲情、执著物质利益的心，色欲心，爱吃好的穿好的心，讲真相救人有懈怠的心，怕被迫害的心等等，这么多人心我今天把它曝光出来。我要对照大法的标准，一个一个去掉这些阻挡我精进的肮脏的执著心。我一定听师父的话，而不是嘴上说。我跪在师父法像前，跟师父保证一定要走好师父安排的路，精进再精进，跟师父回家。

由于明白了法理，转变了观念，家庭环境也变好了，老伴也不骂人了，儿子、媳妇也送饭送菜来了，家里也帮忙收拾干净了，我也有时间学法炼功救人了，这真是师父说的：“观念转 败物灭 光明显”^[2]。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈新生〉 ▲



图：二零二二年十月十八日，应美国罗彻斯特大学（Rochester University）教授卡罗尔·库珀（Carol Cooper）的再次邀请，法轮功学员来到课堂上讲述法轮功真相，并当场教功。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：4870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：404,187,682

•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。