



图：加拿大多伦多法轮功学员八月十九日在市中心举办声援4.17亿华人同胞退出中共的游行。一些华人在明白真相后，选择摒弃中共，现场做了三退。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：4981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：418,136,254

•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。

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

在完成使命中提高心性 在正法修炼中修成新宇宙正觉

第1138期（二零二三年九月一日）

www.minghui.org



图：来自欧洲各国的上千名法轮功学员八月二十六日上午在巴黎共和广场举办集会游行，法国前教育部长霍斯塔利埃女士（中）走在队伍的最前列。

本期内容提要

- 【海外】师父发表新经文“远离险恶”
- 【修炼】参加欧洲法会 西人学员分享体会
- 【修炼】压我胸口的“大石头”消失了
- 【修炼】转变观念 走正修炼的路
- 【修炼】欧洲法会 | 修出责任心

目 录

◆海外综合

| | |
|-----------------------|---|
| 海外学员正法修炼活动简报 | 3 |
| 参加欧洲法会 西人学员分享体会 | 7 |

◆大陆综合

| | |
|-----------------------|----|
| 中国大陆学员近期遭迫害案例选登 | 10 |
|-----------------------|----|

◆修炼园地

| | |
|----------------------|----|
| 压我胸口的“大石头”消失了 | 13 |
| 转变观念 走正修炼的路 | 17 |
| 欧洲法会 修出责任心 | 20 |
| 欧洲法会 难行能行 | 25 |
| 在写稿、改稿过程中的修炼体会 | 31 |
| 找到显示心 | 33 |
| 我是幸运的大法徒 | 35 |

又一天，我推着自行车，突然右腿不会动了，我乐了：又来好事了。我找个台阶，先把这条腿放上，另一腿蹬车，蹬蹬就好了。

师父总给我好事。感恩师父！

谢谢帮助我的同修！

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》▲

【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”。】

直奔我而来，哇的一声，刮着我的自行车前轴过去了，就是这一瞬间的事啊，一百个也不见得有一个活的。

还一次，我骑自行车，前面有辆车停在自行车道上挡在那，我正绕过此车，“嗖”一辆车快速从对面驶过，我要是没被挡着，再快一点点，也就半秒的时间，就会被车撞个正着。

前些日子，我一早起出去，一辆大摩托照着我撞过来，“咣当”一响，我倒在地上，摩托车转个圈跑出去一丈多远摔那了。小伙子吓坏了，跑我跟前：“大爷，你有事吗？”我说：“我没事，大爷是学大法的，我啥事没有，我有师父保护。你以后骑车注意点。”我起来，啥事没有，只手指破了一点皮，冒点小血星，也没流血。小伙子说：“我家有急事。”我问他三退保平安了没有？他说没有，我告诉了他大法真相，并给他三退了，他高兴的了不得。

有三、四次我被汽车撞倒，连人带车被汽车推着往前走，因为北方冬天冰雪路滑，汽车刹闸了也溜，司机都吓坏了，我啥事没有，我都告诉他们：我是学大法的，有师父保护，并让他们三退保了平安。

这都是大法给我的福份，想起来就流泪，师父一分一秒都在看着咱们，咱们有休息时间，师父没有啊，师父给咱们太多了。

师父讲：“好坏出自一念”^[1]，是千真万确的真理。

有一天看电视时，我突然间啥也看不见了，象雾笼罩着，我当时就乐了，因为师父说了：“在修炼中你们所经历的都是好事”^[2]。这一想，没三分钟，雾慢慢散去，好了。

去年的一天，我走在路上，啪，摔倒了，摔的很厉害，我刚要想不好的，突然冒出个小女孩，趴在我耳边说：“你有事吗？你有事吗？”我马上说：“没事，没事。”我就自己往起爬，非常费劲，起来后，没用五分钟，啥事没有，继续走路。

海外学员正法修炼活动简报

二零二三年八月三十一日，师父新经文“远离险恶”在明慧网发表。

二零二三年欧洲法轮大法修炼心得交流会于八月二十七日在法国巴黎的凡尔赛宫会议中心（Versailles Palais des Congrès）隆重召开。师父为欧洲法会发来贺词。来自三十多个国家的一千六百多名法轮功学员参加了法会。来自德国、意大利、西班牙、法国、以色列、瑞典、奥地利、俄罗斯、英国和拉特维亚的二十四位法轮功学员在法会上发言，分享了他们在参与主办和推广神韵、媒体工作和证实法的各个项目中，面对困难和矛盾时向内找，信师信法，去掉人心和观念，做好项目的修炼体会。他们中有修炼了近三十年的老学员，也有刚踏入修炼一年的新学员。学员们也表达了对师尊的无尽感恩，对助师正法，救度众生感到责无旁贷。

八月二十六日，上千名法轮功学员汇聚在巴黎共和广场（Place de la République）举行反迫害集会与游行，呼吁制止迫害。多位政要到场支持。弗朗索瓦丝·霍斯塔利埃（Françoise Hostalier）女士是法国前教育部长和欧洲委员会法国代表团副团长，她对在场的民众高声说：“这里是自由广场，因此，我们要在这里维护中国人民的自由。人们应该可以有自由的思想，能够自由的生活，并能自由的修炼，而这些在中国是被（中共）禁止的。我们应该把这些罪行揭露出来。”

集会结束后，游行队伍从共和国广场（Place de la République）出发，环绕巴黎城内主要购物中心，最终抵达交易所广场（Place de la Bourse）。下午四点，游行队伍移至巴黎十三区，从意大利广场（Place d'Italie）出发，

环绕华人聚集的街道，再回到意大利广场。巴黎退休教师波蒂埃（Pottier）看到法轮功学员的游行队伍没有警察来维持秩序，感到非常惊讶。他觉的法轮功学员的信仰非常好，说：“真、善、忍是非常美好的价值。”“这个游行组织的很好，没有噪音，只有音乐，我觉的很强大，了不起。”

爱尔兰西岸小城特拉利拉八月十八日至二十三日举办特拉利玫瑰节（Rose of Tralee Festival），法轮功学员二十日和二十一日参加了玫瑰节的市集活动，通过展示功法，真相展板等，向来自世界各地的游客介绍法轮大法的美好，与中共迫害法轮功的真相。许多观众赞同真、善、忍。有游客说：“真、善、忍正是这个世界需要的。”来自德国的科斯顿（Kirsten）说：“讲真话，现在这样的世界太需要真了，至于善，不用多说，我们都需要他。”

意大利托斯卡纳地区部份法轮功学员八月十九日来到位于托斯卡纳（Toscana）海滨的阿尔贝塞（Alberese）海滨公园，举办炼功弘法活动，受到当地民众和过往游客的喜爱，他们踊跃学炼法轮功。

奥地利部份法轮功学员八月十九日在第二大城市格拉茨（Graz）举办信息日活动。一周前，八月十二日，学员们在奥地利圣珀尔滕（Sankt Pölten）的市中心也开展了讲真相活动。学员们向民众讲述了法轮大法的美好并揭露中共对法轮功的迫害。了解真相的民众纷纷为反迫害签名支持。一位从事过汉学研究（Sinologie）的男士在和学员长时间交谈后，不仅为反迫害签了名，还拿了真相资料以便回去阅读，并表示要拜读《转法轮》。

俄罗斯第八届“印度节”八月十日至十三日在首都莫斯科南部的梦幻岛主题公园举行，法轮功学员参加了活动，向当地民众展示了真、善、忍价值观的美好，并揭露中共对法轮功学员长达二十四年的迫害，呼吁世人关注并共同

说：“两个小时。”我一小时五十分钟后回来了。他们说：“那你小心注意啊。”这两个人不管我了。

另一拨人要跟着我出去。行，跟着吧。我骑车快，他们跟着费劲，我猛一下骑车到山上，到那炼静功打坐一个小时，炼完骑上车，嗖回来了，他们也追不上。到家后，我拿出西红柿叫他们吃，让他们解解渴。第二天我再出去，他们说：“你小心注意啊。”不管了。

还有一组的两个人，看到了我用的油漆，把我家屋檐下的油漆拿走了，我就往外走，他俩截住我，我趁他俩没注意，拿过油漆，蹭蹭骑远了，他们追不上。第二天，他们俩向领导汇报说我出去了，他们没追上。领导说：“我不看表面，我看实效。”把这两人全换了，又新派了两人，这两位和我配合的挺好，他们说：“大哥呀，你该干啥干啥。”

我修大法身体健康、思维敏捷、无私无畏。其实监视我的都是干体力活的，可是他们骑车、走路都赶不上我这个快退休的老头子，这就是大法的神奇和超常。

一次我发真相资料，有个人拿着大棒子出来，喝问：“你是干什么的？”我还没说话呢，他一翻我书包：“啊，你是发资料的。”他走了。

有一次，在邪党所谓的敏感日，单位派来个面包车在我家门口看着我，我拉开窗帘一看有面包车，发正念求师父让他们看不到我。我照样出去，他们真没看到。我发资料、贴标语、写标语。回来后，我走到面包车前跟他们说：“你们在这，别做迫害大法弟子的事啊！”他们说：“我们不会，领导让来的，咱们都是上班的，你也知道。”正说着领导来电话了，让他们回去。

师父时时保护着弟子

我出门都是骑着自行车。一天，一辆大车嗖的急转弯，

心中总是不舍。半年后，我做了一个梦：一条大河，河中间有路，我走着走着，路越来越窄，没路了；回去吧，全都是水，也没路了。我想：师父还要我呢，路窄也得往前走别回头。这回悟到了，我下决心修炼大法。

看师父讲法录像时，我看到师父脖子上有大串珠，时隐时现，哎呀，原来师父是佛啊！我精進不怠，师父让我们多学法，我就多学法，肯定有好处。在以后反迫害的日子里，我靠着学法打下的基础，冲破一道道难关。

胸有使命反监控

一九九九年七月江氏流氓集团颠倒黑白迫害大法。单位派六个人二十四小时在我家门口看着我，每拨俩人，不让我出门。我是大法弟子当然不能被困在家里，我必须反迫害。我让人帮我买好油漆放在后门，晚上我从后门骑着自行车出去写真相标语，蹬着自行车往电线杆的高处喷写“法轮大法好”、“真善忍好”，一、两个小时才回来，看到那些监视我的人在前门楼子里睡觉呢。

一天，儿媳买了带鱼放在后门，这样我出去就得挪走。我刚挪，儿媳出来了：“爸，你干啥？”我说：“我把这鱼挪开。”儿媳说：“你别挪，就搁那放着，别动。”儿媳从来没和我这样说话过，她很孝顺，把我当亲爹一样。我悟到：这是师父点化我，不让我走后门了，那我就走前门。我开开我家前门，板凳横在门口，两个人在上面躺着，我大声说：“你们这是干啥呢？”他们小声说：“领导让我们看着你。”我严肃的说：“你们这是象啥，象个狗，拿开！”他们把板凳移开，我堂堂正正往外走。他们说：“你干啥去？”我说：“救度众生，讲真相救度众生。你们老老实实在家呆着。”他们说：“那领导让我们看着你。”我说：“你还想上班吗？小工还想做吗？惦着做就在家呆着。”他们说：“那你去多长时间回来？”我

制止这场迫害。主办方还给法轮功学员们颁发了证书，赞扬他们在本次“印度节”期间的参与和贡献。

匈牙利部份法轮功学员八月十二日在巴拉顿菲雷德小镇（Balatonfüred）举办弘法和讲真相活动，受到民众的热烈欢迎。明白真相的镇民纷纷在请愿书上签名，用行动支持法轮功。

罗马尼亚部份法轮功学员八月六日至十三日分别在五个沿海城市康斯坦察（Constanța）、玛玛亚（Mamaia）、艾福雷诺德（Eforie Nord）、南埃福列（Eforie Sud）和曼加利亚（Mangalia）同时举办信息日活动，将法轮大法的美好带给黑海沿岸的民众。

西澳法轮功学员八月二十日参加了在巴拉朱拉社区学院（Ballajura Community College）举行的巴拉朱拉社区博览会（Ballajura Community Fair），演示功法，介绍法轮功，讲述真相，受到民众的赞誉。席佩斯（Schippers）女士来到法轮功展位前，说：“在这里我感到很快乐，我感受到很多令人愉悦的能量。”“当你修炼真、善、忍这些原则时，你就是在亲身实践他，由此而散发出的能量会传播到世界，并影响一切。”她说：“我一直在寻找更高层次的东西，这就是我在这里感受到的。”

土耳其法轮功学员八月十九日在伊斯坦布尔海滨盖达尔-阿利耶夫公园（Istanbul Heydar Aliyev Park）传播真相。由于正值周末，公园里来往的民众很多，不少人被法轮功学员祥和的功法展示吸引。学员们告诉人们什么是法轮功，并讲述了中共迫害法轮功的真相。同一周，国家级媒体机构《Ogis news》刊登了有关法轮大法的信息。这篇文章详细介绍了什么是法轮大法、法轮大法的历史、功法、祛病健身效果、所获奖项，也介绍了一九九九年七月二十日后，中共对法轮功学员的迫害。

美国大费城地区部份法轮功学员八月二十六日在费城中国城集会，呼吁“解体中共，停止迫害法轮功”。当天，至少有三十名华人选择了“三退”（退出中共党团组织）。还有华人在麦克风前即兴演讲，痛斥中共的邪恶。

美国国务院立法事务局首席助理部长菲利普·莱德劳八月十八日在回复国会议员凯文·凯利的信函中表示，深切关注中国大陆法轮功学员孟昭红遭迫害的案件，以及中共对法轮功和法轮功学员的持续迫害。他说，我们呼吁中国立即无条件释放孟昭红等良心犯。

美国新泽西州部份法轮功学员八月十九日来到泽西海岸著名的旅游海滨城镇-阿斯伯里公园镇（Asbury Park），向当地居民和众多游客展示法轮功功法，传递法轮大法的美好同时揭露中共迫害法轮功学员的真相。

美南法轮大法修炼心得交流会八月二十七日在休斯顿市中心举行，来自阿肯色、奥克拉荷马、路易斯安那、亚利桑那、德克萨斯等多地的法轮功学员怀着喜悦和感恩的心情相聚于此。现场提供中、英、越三种语言的同声翻译，与会者静心聆听每一篇交流。

我是幸运的大法徒

文：大陆大法弟子杨柳（本人口述 同修整理）

【明慧网】我是一九九八年开始修炼的大法弟子，今年八十二岁。我要是没有修炼大法，就算有十个命也没了。

师父领我接上圣缘

我修炼前百病缠身，肝疼、胃不好、肠炎等，天天不舒服。功友说：“你修大法吧，特别好，祛病健身。”我还说：“能祛病健身，你咋不上医院让病人都学，病不都好了吗？”人家也不生气，给我拿来一本书，就是《转法轮》，我回家放柜子里了。

半年后，有一天我翻东西见到这本书，那天正下着小雨，也没事干，我就拿起来看。看到第二页，书中有句话：“我觉的能够直接听到我传功讲法的人，我说真是……将来你会知道，你会觉的这段时间是非常可喜的。”^[1]我文化不高，但我看到这六个点，我想一定有内涵，我就认真看，很快把这本书看完了。看完书，我发现，我一身的病都没了，哪也不疼了，哪都好了，身体舒服了。

我问功友：“你给我的这本书是什么书？怎么看完了，我的病都没了。”功友说：“你就看吧。”我又看了两遍，然后去找炼功点，早晨到炼功点上我还很不好意思问人家：“你们这还添人吗？”有个小伙子说：“添人，你快来吧，你是有福份的人。”学完功，我感到身上到处都在动，这也动，那也动，我问：“这个功忒好吧，我刚炼就长功了。”后来明白是师父当时就给我下上法轮了，法轮在给我调理身体呢。从那以后我天天跟他们一起炼功。

可是过些日子，我突然炼不了了，打坐、抱轮都坚持不了。我悟性太差，不知是消业。我开始跑步锻炼，但是

有一天我在学法组学完法出来，我的左脚脖子很疼，走路一瘸一拐，我很迷惑，这脚没崴没碰的怎么就疼呢？我一边一瘸一拐的走，一边想我这一上午说的话，突然一句话引起我注意。有同修说谁谁自己能上明慧网了、会打印资料了。我得意的说，是我教的，这个同修没文化，怎么怎么教，教的多么费劲。哎呀！这不是显示自己吗？唉！师父，我错了，我跺了一下脚很懊悔，可这脚不疼了。我拖着这只左脚一瘸一拐走了四十分钟，突然不疼了。脚好了！啊！脚疼是假相，目的是让我找出显示心。我高兴极了。

一天，我牙床很疼，我想是不是里边假牙磨的，让牙医给我修一修假牙吧，不行，假牙越修越松。我忍了一星期，也没好反而疼的更厉害，漱口都疼的不行，不敢张嘴了，不修，疼！修，越修越不好，怎么办呢？我突然想我这不是人的想法吗？我是大法弟子，为什么不站在法上看问题、找自己？是自己哪没做好？没修口？想到一天丈夫对我吼，你怎么这么自私，师父这么教你的吗？我马上说，老师教你上清华你上了吗？丈夫立刻眼直了张大嘴巴，呆若木鸡。我心想就你那点水平还能斗过我吗？我没把自己当修炼人，不找自己哪没做好，而是盛气凌人，和他争斗。还把这事和同修说，显示自己强者。

这一找，吓一跳，不但找出了显示心、还找出了争斗心。疼了一星期的牙床瞬间不疼了，好了。太奇妙了！太神奇了！

忽然我悟到不管身体出现什么异样，那都是好事，是警示自己要向内找了，要提高心性了！要长功了！要上层次了！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

参加欧洲法会 西人学员分享体会

【明慧网】二零二三年欧洲法轮大法修炼心得交流会于八月二十七日，在法国巴黎的凡尔赛宫会议中心(Versailles Palais des Congrès)隆重召开。参加法会的新老学员们纷纷表示，法会交流让自己受益匪浅，大家比学比修，共同受益。

据法国佛学会负责人唐汉龙介绍说，今年与会的法轮功修炼者来自欧洲三十一个国家，共一千六百多人。与会者是历年之最。所以法会除了主会场，还设了三个分会场。

唐汉龙分析，今年参加法会学员人数增加的原因主要有两个：一是二零二三年的神韵演出在法国有约十万人次观看，许多观众观看演出后，购买了法轮功书籍《转法轮》和《法轮功》。神韵在法国今年的演出季，共售出上千本法文的《转法轮》和《法轮功》。他说：这些购买了大法书籍的观众，不少人看书后开始修炼法轮功。另一个原因是，一些在家独修多年的学员开始和当地其他同修取得联系，于是也能参加这次法会。

把困难视为提高的机会

来自奥地利的马提亚斯·克仁(Matthias Krenn)是五年前开始修炼法轮大法的。从那时起，每次召开欧洲法会，他都会参加。他说：“看到那么多的欧洲同修，大家共同在为救人努力，这让我感受到了整体的能量。我很受鼓舞。”“同修们在修炼上和项目中的交流，给了我很多启示，也激励着我。”

对马提亚斯而言，给他印象最深的是一位同修关于为神韵演出做安保时去怨恨心的交流。他谈到，自己在做项目时，有时也会抱怨：“有时，我会觉的别的同修对我不公平。这件事为什么该我来做，而不是别人？于是我会带着怨恨心做事。”

通过同修的交流，他认识到：“任何困难都是在个人修炼中提高的机会，我们能走过来，就能更好的做救人的事。”对于将来自己会如何做，他微笑着说：“就得把这个‘私’放下，实际上并没什么不公平的事。”

对身体的不适有新的领悟

来自奥地利的雅丽桑德拉·凯格（Alexandra Geiger）是从二零一七年起开始修炼的。这是她第二次参加欧洲法会。她喜悦的说：“在昨天的游行和今天的法会上，我看到了那么多的同修，我可以感受到很强的能量和整体的力量。”

在雅丽桑德拉谈自己的体会时，正好是学员们刚刚吃完午饭的时候。她环顾周围正在休息的同修们说：“您看，刚刚这里看上去很嘈杂，但是大家吃完东西后，这里却干干净净，没有留下任何垃圾。我可以感受到修炼人的场很正也很纯净。”

谈到自己的收获，雅丽桑德拉表示自己常常把身体上的不适当作干扰，而一位在神韵做主持人的同修让她有了新的领悟：“当这位同修嗓子疼时，他没有把疼痛看作难关或是干扰，而是悟到是师父在给他调节音域。于是我明白了，对自己一直视为麻烦和干扰的事，还可以有另外的理解。”

一位瑞典同修交流的有关举办神韵演出的修炼经历，也引起了她的共鸣。她感叹道：“我的心愿是神韵能在维也纳国家剧院里演出。听了同修的交流后，我对自己说，要坚持下去，不能放弃，要有耐心，尽我所有的力量。”“我现在很有信心，神韵将来一定会在国家剧院上演。”

信师信法 不再轻言放弃

来自德国科隆的乌苏拉（Ursula）是一位修炼二十多年的法轮功学员。谈到参加法会的受益，她说：“这次法会让我对什么是信师信法有了新的领悟。”

找到显示心

文：辽宁大法弟子

【明慧网】每当我读《转法轮》第六讲显示心理时，心里总是很苦，我知道自己的显示心很重，总是改不掉，每次我说完话，我都要用心琢磨，认真想想我说出话的目地，我为什么要说这句话，什么意思。每次我都很沮丧，因为我的话，明理、暗里都是在显示自己。

例如：有人说我的衣服很好看。我会很自豪的说，这是儿子给买的，花多少钱，在哪个名店买的，什么品牌。话里话外显示儿子孝顺，衣服多么贵，是名牌。

有同修有病业了，我会把我自己如何在病业中是怎么想的，怎么做的，怎么好的，目地是显示自己法学的好、悟性好、正念足。

有同修说给一个人讲真相，那人脑袋摇的象拨浪鼓似的，怎么也不信，我会插话说，我遇到这种人，我是怎么说的，怎么给他说明的。目地是显示我有文化、有知识会说话。

有人夸我会电脑，我马上会说，我在单位就用电脑工作，我是最早期学电脑的，从二进制开始学的。目地是显示自己，我在单位是干什么的不是普通工人，我学电脑有多么早。

有人说我法读的好。我会美滋滋的说，我在单位是经常发言讲话的，锻炼出来了，显示自己有能力。

有人夸我文章写的好，字也写的好，我会很自豪的说，我是第二师范学院培养出来的，写作水平能没有吗？我学过美术，在学校、在单位都是搞宣传工作，写字当然不会差。

我说出的每句话都带有显示心，师父说：“他已经形成自然了，可能是不自觉的。他在潜意识中就是有这么一种显示心理。”^[1]怎么办？我开始注意自己说话，要说话前先想一想，这句话有没有显示心。

在修炼中是怎么做的，象面对面讲真相那样说出来就行了，会写的把它写在纸上，交给我，我再来修改；不会写字的，你把你的故事说出来，我再把它写成文字，然后再读给你听，你认可就可以了。这样一讲，打消了很多同修的顾虑，投稿积极性也被调动起来了。我常给大家开玩笑的说，你把你的“珍珠”倒出来，我来帮你穿成“项链”。这样大家都乐意投稿了，也不觉的那么难了。

我所接触的老年同修比较多，他们都有很多精彩的修炼故事，我只要求他们把事情的时间，地点，事情的过程讲清楚就行了，凌乱一点都没关系，能谈出他自己体会的就如实记录下来。有些同修的故事比较曲折复杂，就详细的采访，需要重点说明的地方就详细的询问，听了他本人的述说以后，我就把收集的资料拿回来再写作。

在师父的加持下，用这个方法，多年来写了不少稿件。有的同修见到自己的稿件在网上登出来了，也在一定成度上提高了修炼的信心。同时，不管是否被刊登，写稿、总结自己的修炼经历也是在审视自己的修炼，向内找、证实法。

在组稿的过程中，协调人的作用也很重要，她把她能收集到的稿件传递给我，需要上门采访的她会带我去，有的同修与外地同修有联系，也会通过他们把稿件传递过来。这样就能够让更多的同修参与投稿中来。

这样做虽然自己很辛苦，经常会工作到天亮。但我悟到这也是我修炼的路，修炼就是要吃苦的。而且这是一件多么有意义的事情啊。让我们一起都来参加这神圣的法会，抓紧时间，讲出自己的故事和经历，互相勉励精进！

一点体会，仓促写出来与大家交流，有不在法上之处，请同修慈悲指正。

给乌苏拉启发的是一篇为神韵卖票的学员的交流。“我看到她从未怀疑过，有缘的众生一定会来看神韵。哪怕是被拒绝、哪怕到了最后一刻，她也不放弃。最后，那些应该来的观众真的都来了。”

“通过她的经历，我看到了自己的不足。我问自己，是不是也能象这位同修一样坚持到底。我发现我可能做不到。我在遇到困难或者被拒绝时，常常会放弃。很多时候，我想不到事情还有转机。而这位同修的修炼心得让我明白了，在做大法的事时，如果我在困难面前退缩了，实际上就是我没有做到信师信法。我忘记了师父已经把一切都安排好了，我应该做的是在人的一面坚持到底。我以后不会再轻言放弃了。”

年轻学员：大法是唯一能救我的

十七岁的阿里奥娜（Alyona）来自乌克兰，这是她第二次参加欧洲法会。谈到修炼，她说：“当今社会对人的影响非常不好，有时人们的所作所为甚至让我感到震惊。能学法，溶入法中，以及炼功都让我感觉很好，感到很舒服，很安全。我曾经历过没有修炼的时光，那时我感到非常紧张，没有安全感。于是我意识到，大法是唯一能救我的。炼功学法后，我感到有了希望。”

谈到参加法会的收获，阿里奥娜表示，学员们的文章给了自己很大的鼓舞。她特别提到意大利学员写的，有关为神韵找剧场的心得。“他们在和剧院打交道时，与那里的人产生了矛盾。可是他们没有放弃，而是在那几个月里，反复尝试，去那个小岛，告诉人们神韵。我们都知道神韵的重要性。这位同修内心的强大能量及力量，还有她对讲真相的坚持，都让我深受鼓舞。” ▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

黑龙江依兰县法轮功学员白洪友和朱得山二零二三年六月七日被依兰县人民法院非法判刑：白洪友六年三个月、勒索罚金十万元；朱得山两年十个月、勒索罚金五万元。他们均认为此判决非法，正在上诉。白洪友和朱得山二零二二年十月二十三日被依兰县国保、东城派出所和关岳派出所警察绑架。

福建福州六十七岁的法轮功学员李亚萍于二零二二年八月十七日散发大法真相资料时再次被绑架，被非法关押在福州第二看守所近一年后又遭枉判五年半，二零二三年六月底被劫持到福建省女子监狱，目前在一号监区。狱中她坚持信仰，身体被迫害致高血压和糖尿病，家人十分担心她的身体状况。

四川德阳市中江县仓山镇法轮功学员倪英女士，被非法判刑四年。据知情人讲，倪英六十多岁，二零二一年被遂宁大英县警察等非法抄家、绑架，她被劫持到德阳市看守所非法关押构陷。

河北辛集市法轮功学员王贵礼老太发放法轮功真相资料，于二零二一年十一月六日被辛集市公安局市府街派出所警察绑架，后被所谓“取保候审”。二零二三年六月二十一日，她被晋州市法院非法判刑一年，在上报到石家庄市中级人民法院内审时，结果上报两次都不通过。八月九日获悉：王贵礼被非法判刑三年半。

黑龙江哈尔滨市呼兰区现年七十岁的法轮功学员沙淑艳女士，二零二三年二月一日传播真相，被警察绑架、构陷。近悉她被哈尔滨道外区法院非法判刑三年半。

江苏连云港市赣榆区法轮功弟子张娟二零二三年八月十八日被非法判刑三年半。目前，张娟正在上诉。二

最终老板同意我的假期，我的护照在我出发前一天到达采尔马特。我飞往以色列作为舞台工作人员在特拉维夫帮忙了一周。过去几个月的劳累都消失了，我觉的很幸福。

谢谢师父！

谢谢同修！

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法十二》〈二零一三年大纽约地区法会讲法〉

在写稿、改稿过程中的修炼体会

文：大陆大法弟子

【明慧网】第二十届明慧网大陆法会马上就要开始了。这不仅仅是大陆大法弟子的盛会，也是全世界大法弟子的盛会。可是每次法会的征稿通知一发出，有不少同修发出的第一念就是：修的不好，没啥可写的；有的会想：我没有文化，也不会写啊；有的还会觉的，每天忙于学法、炼功、讲真相救人，哪有时间写啊；有的甚至会想：费好大劲写了，也没发表过，有点泄气……不一而足。因而出现在法会投稿不踊跃的状态。

我觉的，这些想法还是对法会的重要意义认识不足造成的。法会是大法师父给我们留下的修炼形式之一，是必须要做好的。而且在这正法修炼接近尾声、正法向法正人间过渡的特殊历史阶段，更显出法会的弥足珍贵。这是师父用他的巨大的付出为我们争取来的宝贵时间，我们怎能不珍惜？！

现在有的同修已经在着手写稿了，但是也有很多同修苦于不会写而着急。我们是一个整体，况且是为法会投稿这样的大事。

针对这个情况，多年来我是这样做的。我对我能够接触到的同修都说，写稿并不象你想象的那么难，你只要把你

手。同时，我了解到其他波兰同修将飞往以色列，作为舞台工作人员帮助演出。

我也很想去以色列，但是我知道演出正好在复活节，我们酒店有很多客人。我也知道我们酒店一直很缺人，我不在期间会给其他同事造成巨大压力。我知道要帮助神韵在以色列的演出需要至少一周假期，而且还是复活节期间，我事先也没有和老板说过。我觉的去以色列的机会渺茫。而且我也不知道是不是真的需要我的帮忙。而且我的有效护照还在华沙，而演出在特拉维夫三周后即将举行。

我内心想要去以色列帮忙神韵的愿望很强。我没有护照，没有主要协调人的确定回应，很渺茫的机会能够在复活节拿到假期。虽然一切看起来很无望，但我还是着手准备了。我让我丈夫从华沙把我的护照快递给我。然后问我老板能不能复活节请一周的假去以色列帮神韵。就象期待的一样没有批准。

我没有放松，接下来的几天还是不断的问能不能去以色列。回答还是一样的不。时间很紧了，我的护照还没到，主要协调人那里也没有回应是不是需要我。我放下了自己的心。我想这可能是我的执著心，一定要去以色列。我决定顺其自然。我不再问老板是不是能够拿到假期而是集中精力放在工作上。

几天以后我老板来找我说：“以色列可能可以呢。”同时以色列主要协调人也回复我需要我帮忙，需要我参加后舞台工作。我认为这是师父的启示马上订了去以色列的机票，因为演出几天后就开始了。这个时候我既没有护照也没有假期承诺。

所有的都订好了。我现在除了放下常人的想法和对自己是否能拿到假期以及护照的担忧，其它什么都做不了。我把心静下来，发正念，顺其自然。

二零二二年四月十六日，张娟因讲真相，被当地警察绑架并被非法抄家，后被非法刑事拘留，被转移到连云港市灌南县，在异地被“监视居住”，同时遭逼供。二零二二年五月二十四日，张娟被连云港市海州区检察院非法批捕，又被转到连云港市看守所关押。

广东 茂名市高州市优秀教师、法轮功学员俞涛于二零二一年八月被高州市国保大队、城南派出所警察绑架、非法关押构陷。二零二二年三月，他被茂南区检察院的余华丹构陷到法院，二零二三年八月十八日被非法判刑两年十个月，勒索罚金一万元。俞涛当即表示要上诉。

广东 东莞市法轮功学员戴小兰二零二一年六月被警察绑架，在被关押在看守所期间曾遭人下不明药物，导致她呼吸困难，四肢无力。戴小兰后被非法判刑两年九个月，二零二三年六月被劫持到广东女子监狱。八月，狱方称戴小兰的高血压症状严重。亲友担心她又要遭药物摧残。

山东 济南市济钢法轮功学员许方泉，二零二二年一月去江苏连云港市女儿家探亲期间讲真相被绑架，被非法关押在连云港看守所，二零二三年二月二十四日被江苏省连云港市海州区法院非法庭审，八月十八日被枉判两年半。许方泉及家属上诉。

山东 济南市法轮功学员苗培华女士在经历多年迫害后，于二零二三年三月二十八日离世，年仅五十八岁。自中共一九九九年七月发动迫害法轮功运动后，苗培华先后被囚禁在劳教所、洗脑班、精神病院、监狱等黑窝，遭受到残忍的迫害。苗培华一九八六年七月末毕业于山东中医学院，在山东省政府医院任针灸师，持有中医经络健康师和高级按摩师上岗证，一九九六年初夏开始修炼法轮大法仅一个月，一身的疾病就全都好了。

吉林 抚松县法轮功学员曲桂青女士，遭迫害于二零

二三年八月十日含冤离世，终年七十岁。曲桂青近两年屡遭中共人员骚扰、迫害，她去世前刚结束非法刑期。

辽宁 丹东市法轮功学员郭庆女士于二零二三年八月八日在迫害中离世，终年六十九岁。郭庆生前多次遭中共人员绑架，曾被非法劳教、判刑，她在离世前的七月末、八月初，仍遭到丹东市八道派出所警察、天后宫社区人员的电话骚扰。▲

比得哥什的演出结束后我第二天一早又要去卢比林。我订了先去华沙的火车，要去那里的奥地利大使馆办理护照。时间又很紧张。去华沙的火车需要差不多四个半小时。我只有很少的时间去大使馆。半路上火车停了。我们因为技术故障停在半路上。我不得不写邮件取消我的预约，因为我在大使馆的工作时间内赶不到了。

大使馆的女士写邮件回复说会等我。我真心感激她。对我来说这是我回瑞士前唯一办理护照的机会。差不多晚了一个多小时我到达了华沙大使馆，然后发现指纹提取的机器无法提取指纹。在差不多半个小时后使馆工作人员终于修好了机器。我得知我的护照要两个星期才能办好。但是我需要两天后持新护照去瑞士。我们决定办理临时护照，意味着要多付一百欧现金。因为我没有现金，银行卡支付又不行。大使馆所在地区只有一个取款机，而且也坏了。

我又累又烦，现在必须去卢比林了。我尝试保持正念想着：“好吧，我就不要护照回去吧。”我虽然知道回程在瑞士的关口可能会需要护照，还是决定继续前往卢比林，不办理临时护照了。我把所有常人关于回瑞士没有护照的想法都放下，继续去卢比林准备神韵。

和比得哥什一样演出在卢比林十分成功，同修的合作非常默契。波兰演出结束后第二天我要回瑞士采尔马特。我带着过期的护照顺利回到了瑞士，一切都很顺利。

协助以色列的后台工作

回了采尔马特后我又开始自己的日常工作，我希望能够为神韵做更多。我查看了神韵网页看到神韵很快要在以色列举行为期一周的演出。这一刻开始我就想着怎么可以去以色列做神韵工作。

我联系了以色列神韵的主要协调人询问是否还需要人

时从采尔马特途径苏黎世最后到达萨尔茨堡，演出结束这天还要同样返回采尔马特。第二天我又要开始自己的工作日常。

两星期后就是波兰的演出。神韵在波兰的两个城市比得哥什和卢布林举行演出。两个城市间差不多四个小时的车程。两个城市的演出之间只有一天的时间。

因为奥地利和波兰的演出间隔时间很短，我知道在波兰演出之前我一天假期都不会有了。我处在一个一直工作的状态。在奥地利演出前我已经连着工作两周。还有两周神韵将在波兰举行演出。

我在酒店工作十到十二个小时一天，然后还要做神韵最后的准备工作。时间很紧，去波兰以及在波兰两城市之间的旅程很长。除此之外我的护照就要到期了，在波兰居住期间我还要抽空去办理，压力很大。

去华沙的前一天我还工作到凌晨一点，然后赶早上六点的火车。我不去想我累不累，我到底还能不能坚持。我只关注最重要的，那就是神韵。

我乘火车去米兰然后飞往华沙。到华沙后我先去了自己的房子，我坐在沙发上知道自己离重新出发没多少时间了。我很累，我在想：“好吧，你还有两个小时，然后坐火车去比得哥什。应该做什么，睡觉，炼功，吃饭还是洗澡？”我决定选择后者，我打包了些东西，然后乘四个半小时火车前往比得哥什，因为第二天一早就要准备舞台搭建工作。整个旅程我不停接电话，因为总有人需要我。这很正常，尤其演出开始前。

我晚上达到比得哥什，只有很少的时间休息。我真的累坏了。但当我第二天早上到剧院和同修打招呼时我又无比开心、充满感激。我几乎要哭了，感谢师父。在比得哥什的演出很成功，同修间的合作非常顺利。我感觉到我们完成了使命。这真的太棒了。

压我胸口的“大石头”消失了

文：黑龙江大法弟子

【明慧网】我十周岁与大法结缘，是师父一直在身边保护着我，也是直到最近几年，我才懂得什么是真正的修炼，而当真正实修后，才知道自己的很多执著心如此强烈，首先讲一讲在师父的加持下，我修去怨恨心的体会。

冰冻三尺，非一日之寒，重重的怨恨心，积压在我心底已经很多年了，还意识不到，导致我时不时的会感觉心疼，甚至呼吸困难，胸口就象有大石头压着一样，晚上睡觉时常疼醒，尤其在执著心很强烈的时候，胸口闷，喘气困难，平常生活状态也没有笑脸，一脸凶相，脸色也不好，经常要叹一口大气，才能舒缓一些。因怨恨心太重，给攀比心，争斗心，妒嫉心等等很多不好的心提供了温床。

直到有一天，我公司新来一名女同事，她说话的态度随意，说话随便不经大脑思考，语气不和气，常常带有怨气，思维方式另类，但是人还不坏，那也让我很反感，尤其是她不懂的地方，我告诉她，她还不领情。其他同事也总拿她无底线的开玩笑，总在背后说她的笑话。

我正好跟她是工作搭档，这让我每天备受折磨，工作很不融洽，导致工作效率很低，我把这事儿跟母亲（同修）在电话里说了之后，母亲说了一句：“那不就是你的镜子吗？”我一下愣住了。

挂了电话后，我一个人静静的想着母亲同修的那句话，突然之间，豁然开朗，这不是师父利用同修的嘴在点醒自己吗？心里一震惊，好象什么东西通透了一样，心里敞亮多了。

在生活中，遇事不向内找，不修心性，一味的对外界环境的不满怎么能是修炼人？她可不就是我的镜子吗？她的一举一动，一思一念，就是我自己在自己面前表演一样，

跟我真的是一模一样，说话的语气，态度，内心的怨气，整天没笑脸，干点份外的活就不乐意，嘴还不好，跟谁都发怨气，好象天底下不公平的事都让我摊上了似的，还不理性，喜怒无常……我还比她大几岁呢，还满脑子想着人家怎么怎么不好，又想起其他同事背后说她的笑话，如雷贯耳！当时就感觉羞愧无比，无地自容，跟笑话我自己一样。我意识到自己说话被后天观念带动，很随意，又自私。同时发现自己的不理性，尤其是很强的怨恨心。

1. 对自己父母不满，认为他们对我不关心，苛刻不说，从来没夸赞过我，稍微有些过失甚至错误，要么就是不搭理，要么就是口不择言，说气话。看不惯他们的倔强，话不投机半句多，总是大吵，就算他们说的对，我也不愿意听。

2. 生活中遇到不顺，或当某件事情自己没做好时，心情便会很失落，极其埋怨自己，觉的自己没用，怨天尤人。

3. 工作中领导交给我份外的活儿，嘴上不说，心里却已翻江倒海，怨他啥活都让我来干。

4. 当有同事需要我帮助时，心里也是很很不愿，内心嘀咕老半天：“这么简单的事，就不能自己去网上查，自己解决吗？非得啥事都要麻烦别人。”

5. 当遇到不公平待遇时，用嘲讽的语气和口吻，笑着跟别人谈论，借此来宣泄我内心的不满，还以笑容来掩饰。

6. 当我的工作成果被别人占有盗用时，内心别提多焦躁了，又气恨又无奈！等等等等还有很多方面，时时刻刻都在记录着那颗怨恨心。

如此强烈的执著，自私，怨恨，我几乎每天都在学法，这么不好的心却没意识到？我沉默了……我知道，任何执著心都是修炼人要修去的心，分清那些不好的生命不是我自己，我心里求着师父加持，清除这些不好的，背后操控我的生命，同时加强正念，用心学法！

我很吃惊，前阵子这么复杂的情况这么快就积极的改变了。师父说：“只有一点最大的不同，遇到矛盾、遇到任何事情你能向自己内心去找原因：是不是因为我做错了什么？是不是因为我的问题造成了这件事情拧劲？这是和常人唯一的明显区别。当然啦，这一点也会表现在人的行为上。常人会觉的这个人的气质不一样啊，觉的大法弟子很善哪，愿意和大法弟子接触啊，因为毕竟是修炼人，周围的场是纯善的，而常人他就没有啦。这一点是不同的，人也会感受到。”^[1]

人们能够感觉到我身上大法的力量，这也深深打动着。没有师父和法我不可能在这么困难的环境里坚持下来。

奥地利和波兰的神韵后勤工作

在酒店的高压工作下，安排神韵后勤工作并不容易，但我的心全都扑在神韵上。我不会因为任何事情而放弃后勤协调工作。神韵的工作帮助我在常人的环境中还能够不忘记自己作为一个修炼者在正法时期的重心。我非常感谢我能为神韵工作。

除了可以在采尔马特网上进行准备工作外，我必须在演出期间到剧场。由于我在旺季的时候只能请几天假，所以我必须把一切都计划的非常紧凑。我的老板虽然给我放了几天神韵的假，但同时去掉了我所有的其它假期。在我去参加演出之前，我已经工作了将近一个月没有休息。我只得到了去演出路上的一天，演出的那几天，以及演出后回家的一天假期。第二天我又不得不回去工作。

采尔马特在瑞士的西南部非常遥远的地方。那里离意大利和法国已经很近。此外，采尔马特被群山环绕。从采尔马特到苏黎世的火车旅行就需要将近四小时。这意味着去和回采尔马特的旅程很长，而且有些艰辛，因为要经常换车。

先是在奥地利演出的准备工作。我乘火车长达十一个小

直定期炼功，但没有什么其它运动。由于媒体的繁重工作和压力以及多年来坐在电脑前对我的身体状况有一定影响。我身体不是很强健。突然间我需要为数百名客人每周六天每天十小时以上提供服务。不管是大堂里的还是露台的早餐我都一直在小跑。除此之外我有时候要工作到凌晨一点才睡觉，早上八点就得回到酒店工作了。

此外我的领导看我不顺眼总是想法设法挑刺。我感到不知所措。我和一些同事发生了争执。一位主管甚至因为我回嘴了直接让我暂停工作回家。我身心俱疲，不知道自己到底到了个什么地方。

从华沙的艰苦环境中，我来到了瑞士山区的这个无情的环境。这可真是雪上加霜。我收拾好行李，准备离开采尔马特。我甚至为自己找到了另一份工作。但是对我来说，要离开并不容易。毕竟我已经在工作合同上签字了。我正不知怎么办的坐在打包好的行李箱上，突然我心里有个声音小声说：“你是个修炼人。你到这里来并不是巧合，这都是安排好的。这么快就放弃是不行的。”好吧，我想还是留下来吧。

虽然我在这里的自由时间很少，但是我利用每分钟去学法炼功。我向内找也明白了不管在哪里修炼都不容易，我必须消去该消去的业力。我悟到这个常人高压的环境就是对我的考验。我想到酒店那些人和我的缘份。我感受到了对我的高要求。

我开始无条件的配合，不再回嘴。此外，我认真工作，乐于助人，脸上总是带着微笑。一段时间后，情况发生了明显的变化。我收到了越来越多积极的反馈。例如，说我有一种特殊的魅力，还说我能保持微笑做清洁工作是很了不起的。他们告诉我，我与其他人不同。尽管我已经四十三岁了，他们却认为我还很年轻。突然间，他们希望哪里都能有我。问我是否愿意和他们一起出去。

大法让我悟到，人与人之间都是有因缘业力关系的，不论是自己的家人也好，其他旁人也罢，他们对我好，有可能是我哪生哪世也对他们好过；他们对我不好，可能是我生前有过对人家不好的时候，是有业力要偿还，或者有执著心要去，而不能用常人间的“感情”去衡量好与坏，从而给怨恨心有存留的空间。

师父告诉我们修炼要向内找，当我看不惯别人时，便首先看看自己是不是也有同样的心，去掉那颗心后，空间场清亮了，散发出的信息也是会使周围环境变好，就不会有争吵和不服气。告诉自己得失心不要太重，一切随缘。当遇到烦心事时，我知道是自己太执著引起的，要向内心去修，而不是向外去求，修去执著心才会放松。在修炼中，遇到任何事都不是偶然的，可能微不足道的一件小事，都能映射出深层的执著心。

此后，那个女同事在我面前诉苦，说一些抱怨的话，发一些怨气，我不再是左耳听右耳冒，心里还看不上人家，而是时刻对照自己要修掉怨恨心；当同事妒嫉我时，我也不再是高高在上，觉的自己优越感很足，而是意识到自己也有妒嫉心该修去了。当那个女同事再跟我说一些无聊且无知的话题时，我不再认为她智商低，没头脑，而是内心感激师父，把这样一个人安排在我身边，是为了使我修炼成熟。就这样，我每天跟她接触，工作的很开心，不再嘲笑她，不再轻视她。不久，她便离职了。

其他同事找我帮忙，我都很乐意的帮助他们，跟所有同事关系都很融洽，领导再分派给我其它的活，我都是欣然接受，从无怨言。工作当中，注意修口，用修炼人的标准衡量该说什么不该说什么。容量扩大了，心里不怨恨了，觉的身边的人都很好，做什么事都感觉不那么难了。

我悟到，应该是一个人不执著于自己的时候，大

法会给予智慧，所以做事效率高一些，事半功倍。只有实修大法，真正修炼自己，向内找，才能体会其中大法给予的美好。

不知从什么时候开始，我胸口的“大石头”，不知折磨了我多少年的那种压迫感和疼痛感消失了，胸口不闷了，不疼了。我知道是师父给我拿掉了那些不好的物质，现在整个人的精神状态都很好，跟人说话也都是笑呵呵的，是真正内心的笑，不是机械的笑。人也显的越来越年轻，一脸的凶相也变成了笑脸庞。晚上再也没被疼醒过，这让我想起在炼功时，胸口尤其疼痛，心跳一会快一会慢的，有时候甚至半分钟不能喘一口气，我知道是有不好的因素在干扰，发出正念：“你疼你的，我炼我的，求师父加持，清除干扰我修炼的一切因素。”后来总是打嗝，排气，我想，应该是师父在给我清理身体。

感谢师尊安排的一切，为弟子承受，并给予弟子的一切。作为大法弟子，用法归正一思一念，在法中成熟、理性、生慧！注意思想、说话、行为，不随心所欲！大法弟子的所作所为就是“真相”的一部份，修好自己，才能让众生真正得救！

欧洲法会|难行能行

文：欧洲西人大法弟子

【明慧网】

尊敬的师父好！

各位同修大家好！

我二零零六年得法。二零一二年移民波兰。一直到二零二二年六月我和我丈夫一起在华沙生活。过去的十六年我几乎一直在大法修炼者创办的媒体工作。二零二二年六月我离开了华沙。这之后我在瑞士采尔马特的一家五星级酒店从事服务工作。

难上加难

我之所以接受采尔马特的职位是因为我想从事早餐服务，因为我一厢情愿的认为早餐服务最轻松简单。因为当时我的身体不是在最佳状况，所以很怕一天八小时端沉重的盘子，这一点我在已经工作过的餐厅里就知道了。在这里我有轮值表和有规律的上班时间。我甚至想工作八、九个小时后我还能有足够的时间在网上做证实法的事情。结果很快发现这只是我美好而短暂的幻想。

早餐服务的要求很高。这一切对我来说都是全新的。我必须学习很多东西，这让我压力很大。尽管如此，我还是能够迅速跟上节奏并很好的完成了我的工作，但这种情况很快就改变了。

突然间我不仅被分配到最繁忙的早餐服务时间，而且还被分配到酒店前的巨大阳台服务客人。我的值班表只有分段时间的工作，我的工作时间每天从早上八点到下午一点左右，然后从下午四点左右到晚上十点，甚至更久，每周工作六天。

在过去的十年时间里我一直坐在电脑前工作。虽然我一

的文章让我意识到，我因此而没有尽到对当地和整个德国的同修的责任。

我们尊敬的师父明确的表达了他的期望：“师父告诉你，你是负责人就要把当地的这些学员拢在一起，替师父把他们聚在一起，使他们修炼上能上来，帮师父带好他们。这就是你当地负责人的责任。”^[4]

当我意识到这一法理时，我感觉自己的心变的轻松了。几个月来，我经常思考，也感到担忧，为什么我身边的一些项目没有取得应有的效果。我从明慧编辑部的文章的建议中找到了答案：因为我忽略了师父交给我的原本的任务，即带好同修。

让我们一起更加做好该做的事情，让师父听到我们的好消息。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法十二》〈二零一三年大纽约地区法会讲法〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《各地讲法十三》〈二零一五年美国西部法会讲法〉

[4] 李洪志师父著作：《各地讲法十三》〈二零一五年纽约法会讲法〉

转变观念 走正修炼的路

文：湖南大法弟子

【明慧网】二零二二年八月，A同修被社区和派出所警察非法抄家；第二天，B同修也被一帮警察抄了家，并抄走了大法书等。B同修被带到派出所问话，问她的新书《洪吟六》是哪来的。B同修想，A同修年纪（七十多岁）大了，不能说，就说小某（指我）吧。她想：“小某修的好，邪恶迫害不了她。”于是在警察的再三追问下，B把我的名字说了出来，说书是我帮她做的。

事情发生之后，同修们有各种各样的说法，有的要我把家里的书和机器收起来，有的指责B同修：“修了二十几年了，一遇事就出卖同修……”我听到之后，心里却非常平静，心想，任何事情都不是偶然的，既然事情已经出现了，就不要再指责、埋怨同修，都应该向内找，站在正法的基点看问题。邪恶和黑手烂鬼就是希望我们乱，希望我们整体出现互相指责、互相埋怨，用人心看待所发生的一切，从而抓住我们的把柄迫害我们，还美其名曰在帮我们。我悟到，旧势力有旧势力的安排，师父有师父的安排，师父的安排就是将计就计。利用这件事，让我们看到自己的不足，从而提高上来。

有同修在我面前抱怨B同修，我说：“同修有错，不能互相指责、互相埋怨，应该互相包容、互相体谅，互相在法上慈悲的指出来，共同提高。”一次在学法小组交流时，有同修问我，B同修做出这样的事，你是怎么看的？我说，如果警察问我们书或资料是哪来的时，可以这么回答：“不好意思，我不能告诉你们。因为在利益和压力面前你们很可能会做出迫害大法弟子的事，如果那样，我反而害了你们，在不明真相的情况下，你们会犯大罪，你们的未来怎么办？”

（真的是发自内心的慈悲他们，为他们的未来考虑）如果你想了解法轮功如何的修身养性，如何的祛病健身，我可以什么都告诉你们。”

还有的同修为我担心，要防止邪恶放长线钓大鱼，防止跟踪。我理解同修的心情，是为我的安全着想，我真心的谢谢同修。我没有想这么多，更没有不安全和被迫害的概念。我认为这些想法都是人的观念，神不会这么想。也许正因为有各种各样的人心、观念，才会出现各种干扰，或被邪恶找到迫害的理由。

另外，同修为什么会有“小某修的好”这种想法呢？向内找，自己是不是有显示心？是不是有抬高自己、证实自己的言行举止？是不是给同修感觉表面上修的很不錯了？实质上离大法离师父在不同层次的不同标准还相距很远很远……

这件事情发生之后，我并没有把它看作是关难，而是把它看作是一次向内找，修自己，提高的机会。

二零一七年冬的一天，家里来了两个男人，说是居委会的，当时只有儿媳在家。那两个人看到客厅电视柜上有三本《转法轮》，他们把书一字排开拍了照，而后又到房间里看到打印机正在打印年历（因彩色打印机慢，我设置好自动打印后，就上班去了）。当时他们就打电话向他们的上级汇报，见我不在家，也没给儿媳说什么，他们一会儿就走了。儿媳急忙给我打电话，把发生的一切详细的告诉了我，并要我快点回去。

突然出现这么大的事，我想我得先冷静，冷静的理清一下头绪。第一，他们能到大法弟子的家里来是他们的缘份，也是他们的福份；第二，他们看到大法弟子在这么艰难的情况下，还在无私无畏的做着救度众生的事情，他们只有羡慕和敬仰的份；第三，如果是师父或正神来演化和考验

师父对我们提出了这样的问题：“你想怎么当？你想过这问题吗？你想大家象一群羊一样在你跟前那么听话吗？那是你要的，不是我要的。就是这么复杂，你怎么当好大法弟子的负责人”^[4]。

我目前的理解是，良好的辅导意味着辅导员要确保同修的安全和整体。

陷于项目中

除了作为负责人如何带好同修这一点之外，我还发现明慧编辑部的一篇名为《责任》的文章中的以下句子很重要：“佛学会负责人担任项目主管、从而忽视了佛学会负责人的职责的情况也很普遍。”

从二零零一年修炼开始，我就不断的面临各种难题，不得不摸索出一些路来——无论是给政治家讲真相，还是建立大法网站。实际上，从一开始，我就已经参与到各项活动中，我的修炼与讲真相项目紧密相连。这就是为什么我经常参与项目中的交流，而忽视了我当地小组和德国大组中的交流。

我和德国法轮大法协会的其他成员一起，负责筹备每周在网上举行的大型交流会。全德国和瑞士德语区的法轮大法学员都会聚集在一起，交流我们最新的心得体会。交流的内容应该是最新的、与修炼有关的、简单易懂的，更重要的是与正法有关。通常会有二百多名同修参加。这不是一件容易的事情。

在准备过程中，我发现有时我根本不知道各个学法组（炼功点）发生了什么。在德国，我们有很多较小的学法组（炼功点），理想情况下我们与辅导员的联系非常密切。然而因为我忙于项目，所以往往很少跟他们联系。

还有一个词：“忙碌”。意思是把注意力集中在一件事或一个人身上。就我而言：我几乎只关注项目。然而，明慧网

伴随着显示心，而这种执著从外表上看好象很精進。我意识到，我和我的项目都受到了阻碍，无法提高。

师父说：“宇宙中任何物质，包括弥漫在整个宇宙当中的所有物质都是灵体，都是有思想的，都是宇宙法在不同层次中的存在形态。他不让你升华上来，你想提高，就是提高不上来，他就是不让你上来。为什么不让你上来呢？因为你的心性没有提高上来。”^[2]

以前交流的时候，我事后会问我的丈夫同修，我说的话是否有问题。我总是小心翼翼，生怕在交流中出错，说的太多，我非常在意自己给别人留下了什么印象，而不是去看本质的东西：我如何提高了心性，更重要的是，别人如何提高了心性。

几个月前，我开始不再关注这些表面的东西，而是更直接、更本质的进行交流。坦诚的表达我的想法、直接指出问题，这在以前对我来说是非常困难的。为了不犯错误，我比较低调。我已经忘记了师父说的：“我讲过我说大法弟子啊，错了没有关系，坦坦荡荡的承认自己的错误”^[3]。

我害怕犯错，因为犯错就意味着丢面子。后来我明白了，我太不信任同修了。当他们看到我犯的很多错误时，也会按照大法来做出相应的反应，因为他们也是同一个师父的弟子。怕什么呢？

师父鼓励我们走自己的路，而我在法中的感悟告诉我，如何才能带好同修：就象我们尊敬的师父教导我们的那样，堂堂正正的修炼。

我的理解是，辅导的重点应该是辅导员陪伴同修走他们的路。我认为这就象一个导游，既要确保游客的安全，又要确保他们不会误入歧途，在异国他乡或丛林中迷失方向。不过，导游，也就是辅导员，并不下达任何命令，因为他不是将军，他只是撑起一把五颜六色的伞，把大家拢在一起。他总是环顾四周，看看大家是否都在，并把迷路的游客找回来。

我的呢？看到大法弟子不在法上看问题，又躲又藏的，或者搬家，那不是笑话吗！想到此，我就坚定一念，做大法弟子该做的事，没有错，该干什么还干什么，只当没有那回事。就这样，事情过去几年了，我也不知道那两个人是谁，是哪个居委会的。

通过这两件事，我悟到，人心越少正念越强，越是站在法上为他人着想，越能善解一切。我们所遇到的一切魔难（不包括邪恶的迫害）和过关，都是在成就我们。只要我们心在法上，转变观念，真正的放下人心，提高上来，那些关、难什么都不是。

有一次，我到同修家去，看到她在发正念，就问她为什么十一点就发正念？她说：“我们几人去看从监狱回家的某某同修，被那位同修的儿子拍了照，我发正念阻止她儿子作恶。”我与她交流说：“我们发正念是清除另外空间操控她儿子做坏事的黑手、烂鬼、共产邪灵，清除的是邪恶对他的毒害，真正目地是要保护她儿子纯真善良的本性，保护众生的安全。如果第一念想到的是别人，那我们就在向无私无我这个层次迈进，邪恶就会解体，众生就能得救。”交流后，她很认同。

近一年来，我感觉自己提高很快，在法理上不断有新的认识、新的突破。有时只要改变一下观念就行了，甚至在某些方面只要认识到了，师尊就把我们提上去了，越修越感到修炼的美妙。

我经常想，师父为什么把我们叫成“学员”、“弟子”、“大法弟子”、“大法粒子”。这是一个渐进的过程，从常人到“学员”到未来的“觉者”是一个实修的过程，也是一个不断洗净、不断纯净、不断净化的过程，更是一个从被动到主动同化宇宙特性真、善、忍的过程。只要我们时刻溶于法中，做好三件事，师父就给我们最好的一切。

欧洲法会|修出责任心

文：欧洲西人大法弟子

【明慧网】

尊敬的师父好，
各位同修，大家好！

今天，我想与大家分享有关辅导的体会。长期以来，我一直在思考“辅导”这个问题，但这种思考总是伴随着担忧。明慧编辑部最新的文章让我对此有了更清晰的认识。

对辅导的错误认识

我能够很好的倾听他人的意见，并为他人着想。这是我一直引以为豪的。然而，最近我开始怀疑，从法的角度来看，这是否真的正确，还是说，那更多是常人的事情。

六年前，我们与来自德国和瑞士德语区的辅导员一起就“辅导”的实际意义进行了交流。从法上理解，我们的任务是什么，我们如何才能鼓励我们的同修更好的做好正法的事情。

在交流过程中，我意识到对我来说最重要的一点是真正的倾听和陪伴同修。德语“辅导”的意思是照顾别人，确保他们拥有舒适生活所需的东西。

这正是我在担任负责人的项目中或主持交流会时所做的工作。在项目中，我有时会听到这样的话：“我们在这里可以比平时在小组中更坦诚的交流”，“在这里，我们不会因为自己的弱点而受到批评”，“在这里，我们可以踏实的表达自己的想法”。哦，我总是很高兴听到这些话！但这真的是我们尊敬的师父希望我们拥有的环境吗？

当我开始思考这个问题时，我想到了师父说的一段话：“师父把这么多大法弟子交给你，叫你把他们带好，那是你

必须得做的，这是责任。做不好，是与自己修炼有直接关系的。”^[1]

我是否象我们尊敬的师父期望的那样，带好了我的同修？答案刺痛了我的心：不，完全没有。你只是倾听，给他们提供了一个从常人角度来说安全的空间来表达他们的想法。我仍然认为，作为辅导员，倾听和陪伴是非常重要的和必不可少的。但要带好他们，这还远远不够。当同修们倾诉他们的担忧或恐惧时，作为一名辅导员，以慈悲的态度倾听并接住他们是非常好的。但有时也要把话说清楚，这样我们才能共同在法为我们安排的这条狭窄的道路上走好。我意识到，我做不到后者。

有些同修几个月都不参加这个项目，我却没能告诉他们应该另找项目。为什么我说不出来呢？如果我看到有同修总是抱怨别人，为什么我不能阻止他呢？我为什么甚至还跟着抱怨呢？我们谈论我们的理解，分享我们的心得体会，但我没有引导他们，反而“跟着抱怨”。本来应该把话说清楚的时候，我却含糊其词。

原因是：我想保住自己的面子。如果我善于倾听，给同修空间，他们就会喜欢我。如果我不那么严格，他们就会喜欢我。另外，这也让我少引火烧身，引发冲突。

这显然是一种执著：显示心。

即使我明白在协调的工作中，自己是服务他人的角色，并且看起来是在为他人存在，但实际上我只是很自我，想要被奉承而已。这不是修炼。

师父说：“没有矛盾的产生，没有给你制造提高心性的机会，你还上不去呢。你好我也好，怎么去修炼？”^[2]

当我意识到这一点时，我感到很羞愧，但却没有动手改变这种状况。这时我才明白，这种执著在我内心深处有多深。现在回想起来，我觉的我在正法的项目中迈出的许多步伐都