



图：中国传统新年之际，美国、加拿大、巴西、法国、英国、德国、瑞典、印度尼西亚、印度、日本、韩国、越南等五十七国和地区的大法弟子衷心感谢李洪志师父的救度之恩，敬拜师尊过年好！

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5031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：426,193,413

•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1162期（二零二四年二月十六日）

www.minghui.org



图：二零二四年中国新年之际，中国大陆各地各行各业的各族裔大法弟子及明白真相的民众通过明慧网，向李洪志师父献上节日问候和生命最深切的感恩，恭祝师父过年好！

本期内容提要

【修炼】甲辰年 贺卡贺词再传真相

【修炼】不同对待和心态

【修炼】放下自我

【修炼】走出人的思维

目 录

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报	3
甲辰年 贺卡贺词再传真相	6

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选登	11
-----------------------	----

◆修炼园地

不同对待和心态	13
师父帮我上明慧网的神奇经历	14
放下自我	15
走出人的思维	16
风雨无阻讲真相 二十年从未停歇	21
大法弟子是有功能的	24
“这哪里是在破网 这是修炼啊”	26
修机器修与去“急”和“气”	28
信师信法 把自己当作真正修炼的人	30

◆文化频道

何为“酒”礼?	35
---------------	----

了酒色财气。在中国人的内心深处，埋藏着宝贵的善良与真诚。为什么一旦说到“老天爷”，人们都心生敬畏，为什么什么都不信的人，却相信“命”？尘封的心灵，一旦洗净，就会焕发生命本来的光彩。

珍惜生命，回归传统，让我们找回生命真正的意义。▲

【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”。】

变异的酒文化：每年喝一个西湖

自一九四九年，中共篡政之后，以无神论、进化论破坏传统文化，破四旧、砸庙毁寺，焚烧传统书籍，宣传“优胜劣汰，适者生存”的弱肉强食进化论思想。在经过了数十年的运动式洗脑之后，真正的传统文化几乎荡然无存，道德、伦理、仁义的善良美德被冷漠、自私、利益替代。

“酒文化”的内涵，已经是另外一个意思了。有测算数据显示，中国全年的公务用酒量是每年喝一个西湖。而位于浙江省杭州市的西湖，面积约为六点五平方公里，水容量约为一千四百二十九万立方米，这意味着内地官员每年公款喝酒至少一千四百多万吨！湖北省汉川市人民政府办公室下发的二零零六年十一号文件，要求汉川全市党政机关必须完成两百万元的喝酒任务，更让人惊讶的是，这份文件还附了一份任务分解表，汉川市直各部门各乡镇各街道办事处全都被分配了喝指定品牌白酒的任务指标。对于中共变异的“酒”经济，美国《纽约时报》曾经刊文报道称《中国一种名牌白酒是党的生命》。对于国际社会来说，这样的现象是无法想象的。酒饮料在各个国家都有，但是从来没有象中共国这样畸型与极端，简单点儿说，这就是害命。

时间是衡量善恶的尺子。二零一八年，中国疾病预防控制中心发布的报告指出，二零一六年约三百万死亡归因于饮酒，占全球所有死亡人数的5.3%，其中大多数为男性，中国的状况尤其严重。权威的医学期刊《柳叶刀》二零一八年八月发表文章，公布了一百九十五个国家一九九零年～二零一六年的饮酒数据，以及因饮酒产生的医疗卫生负担等问题。其中，中国在因饮酒导致的男女死亡数量上双双位居第一。

生命是造物主对于众生的恩赐，人生在世，不应是为

海外学员正法修炼活动简报

法轮大法是性命双修的功法，教诲人们按真、善、忍做人，洪传至今三十余年，改变了亿万实修者的身心，尤其在老年人身上，法轮大法创造了一个个奇迹。中国传统新年来临，美国、加拿大、法国、英国、德国、芬兰、荷兰、瑞典、瑞士、挪威、波兰、西班牙、奥地利、爱尔兰、意大利、希腊、澳大利亚、新西兰、白俄罗斯、罗马尼亚、俄罗斯、塞浦路斯、阿联酋、塞尔维亚、印度尼西亚、日本、韩国、台湾、香港、澳门、新加坡、菲律宾、克罗地亚、越南、巴西、泰国、土耳其、保加利亚、马其顿、匈牙利、印度、马来西亚、伊朗、以色列、阿富汗、丹麦、波黑、比利时、捷克、斯洛伐克、哈萨克斯坦、葡萄牙、乌克兰、蒙古、厄瓜多尔、克里米亚等五十七国和地区的大法弟子衷心感谢李洪志师父的救度之恩，敬拜师尊过年好！

大年初一（二月十日）清早，**美国**旧金山湾区部份法轮功学员来到旧金山渡轮大厦前的广场以集体炼功的形式，向李洪志师父拜年。多位法轮功学员在活动中分享了自己修炼大法后，按照大法“真、善、忍”原则的指导，不仅身体健康了，而且找到了返本归真之路。他们表达了对师父的感恩。洛杉矶部份法轮功学员二月三日上午齐聚在繁华的华人社区——圣盖博市的文森特·卢果公园（Vincent Lugo Park），向李洪志师父送上深深的感恩。

加拿大多伦多法轮功学员二月二日晚上在史蒂芬·里柯克学院（Stephen Leacock Collegiate Institute）的礼堂给慈悲伟大的师父拜年，齐声祝贺李洪志师父新年好：“恭祝师尊过年好！”“法轮大法好，真善忍好。”学员们的脸上都洋溢着喜悦，祥和的能量充满全场。

甲辰年新年之际，**韩国**首尔、安山、高阳市、金海市、

昌原、仁川、大田市、光州市、大邱市、庆尚北道、釜山、京畿道、安养市、蔚山市、水原市、全罗北道、富川大法弟子恭祝师尊过年好！

非洲多个国家的大法弟子恭祝师尊过年好！感谢师父的洪恩浩荡、慈悲苦度。

中国新年除夕，二月九日傍晚，**日本**九州岛熊本地区法轮功学员在福冈中领馆前请愿，呼吁国际社会人士共同制止中共对法轮功学员的残酷迫害。一位八十三岁的学员说：“二零零四年我开始修炼法轮功。法轮功让我明白做人的道理，使我身心健康，是对人对社会百利而无一害。十九年如一日每逢中国除夕，我都在中领馆前呼吁停止迫害的同时希望迫害早日结束，祝愿中国法轮功学员早日与家人团圆。”

台湾法轮大法青年学员寒假期间于二月二日至五日在云林西螺川田府邸举办为期三天两夜的学法交流活动。来自台湾及海外青年学员齐聚一堂，在学法交流中，青年学子们感受到大法的美好与纯净，找回修炼初心，同时意识到自己的责任与使命。

中国新年的第一天，由**印尼**峇里岛法轮功学员所组成的腰鼓队、天国乐团，来到登巴沙市（Denpasar）的生活世界商场（Living World Mall）介绍法轮大法。法轮功学员应邀加入商场的庆祝二零二四年中国新年的晚会，介绍法轮大法也列入商场的“本周特别活动”（Week Special Event）。学员在表演的同时，也向观众分发法轮大法的真相资料，并且告诉他们在中国的法轮功学员所遭受到的迫害。

法国西部地区的法轮功学员大年初一在南特市（Nantes）皇家广场（Place Royale）举行集体炼功、弘法、讲真相和征集反对中共迫害法轮功的签名。

保加利亚南部的部份法轮功学员一月二十七日至

击鼓弹琴为乐，并且问左右的大臣：“仁德的人也喜欢这样吗？”左右的大臣说：“仁人的眼睛耳朵，也象一般人一样，为什么会不喜欢这样呢？”景公说，驾车去把晏子迎过来。

晏子穿着朝服，来到朝堂，景公说：“今天寡人很高兴，愿和大夫您一起畅饮而乐，请你也把衣冠去掉吧！”晏子说，“大王您过分了。在齐国五尺以上的人，力量都大过您和我，为什么他们不敢冒犯呢？是因为人们明白‘礼’是制约一切的根本。所以如果天子失去礼节，就会失去社稷；诸侯失去礼节，就会失去他的封地；上级不守礼节，无法让下级信服，下级不守礼节，没有办法让上级信任。士大夫无礼就没有办法安顿家庭，兄弟无礼就不能住在一个院子里。人如果失去礼数，那么他距离最危险的地步也不远了。”

景公清醒过来说，“寡人没有仁德，但是左右的臣子却放纵陪乐，才导致这样，杀掉左右大臣以弥补这个过错。”晏子说，“左右大臣没有过错，君王如果遵守礼节，有礼的人就会来，无礼者离开。君厌恶礼节，那就是无礼的人会来，有礼者离开。左右的人有什么罪过呢？”

景公说，说的有道理啊。于是，重新穿着好衣冠，拜送晏子离去。

酒作为国家祭祀的礼仪之本，善用为礼，沉湎酗酒，则与其本来的意义相悖甚远。酒在中华文明中扮演了各种各样的角色，作为中国最高的学府国子监的长官称为“祭酒”。文人志士在词赋中，往往以酒寄怀，托物言志。

传统文化的博大精深，在酒文化的多姿多彩中可见一斑，善恶之间，好坏之间，看的是人心，而不是物质本身。神传文化给世人留下宝贵的精神物质财富，然而，如果不珍惜上天的恩赐，那么事情会走向反面。

示仁爱；禘祭祀的礼仪，是对祖先表示仁爱；馈奠祭祀的礼仪，是对死者表示仁爱；举行射礼和乡饮酒礼，是对乡里表示仁爱；举行食礼和飧礼，是对宾客表示仁爱。”

每年君王要举办国礼，祭祀天地，而在民间，则有“乡饮酒义”，让百姓体会敬天礼祖的道义。在《礼记·乡饮酒义》中记载：“尊有元酒，教民不忘本也。”酒作为祭祀上天的供品，可以起到教化民众不忘仪礼的作用。在《仪礼·乡饮酒礼》和《礼记·乡饮酒义》等典籍中，对于酒礼有详细的描述，乡饮酒礼的目地是为了使乡里百姓知“尊贤养老之义”，使民“尊让则不争，洁敬则不慢，不慢不争则远于斗辨矣，不斗辨则无暴乱之祸矣”。

孔子非常重视“乡饮酒礼”，在参加乡饮中，他说：“乡人饮酒，杖者出，斯出矣。”和同乡人在一起饮酒，仪式结束后，要等拄着拐杖的老者离席，才能离席。孔子敬老尊先，成为后世佳话。

在唐、宋、明、清都有乡饮酒礼的传统，人们从小在这样的环境中成长，耳濡目染，体会酒礼的庄严，明白敬老与尊卑的道理，打下涵养德行的基础。

晏子谏景公失“酒礼”

在春秋战国时代，齐景公贪图享乐，一天夜晚，带着随从来到晏子家，要与晏子夜饮。晏子答：“陪国君饮酒享乐，国君身边有这样的人，此等事非臣之职份，臣不敢从命。”

景公又来到司马田穰苴的家中，穰苴听说齐景公深夜造访，明知其故，却故意穿上戎装，持戟迎接出门，还假意问：“是外面诸侯来犯，还是内部有臣子造反？”齐景公讨了没趣，只好去了喜欢逢迎他的梁丘据大夫家。梁丘据曲意逢迎，景公感到很开心，把酒欢呼，亲自击缶奏乐。

有一次，在朝堂之上，齐景公饮酒而醉，脱去衣冠，

二十八日在加布罗沃（Gabrovo）和旧扎戈拉（Stara Zagora）两个城市举办讲真相活动，让更多善良的保加利亚民众了解到法轮功在中国遭受的迫害。在两天的活动中，学员们不仅展示真相展板和条幅，还向民众发放真相传单，并征集谴责中共迫害法轮功的签名。法轮功学员克雷梅娜·克鲁莫娃（Kremena Krumova）接受保加利亚二十四电视台（24 TV）的邀请，向观众介绍中共对法轮功的残酷迫害。克鲁莫娃在节目中介绍了反对强摘器官医生组织向所有联合国会员国发出的公开信，还提到欧洲议会于二零二四年一月十八日通过第2024/2504号决议（RSP），谴责中共持续迫害法轮功。

两个非政府组织——欧洲“CAP信仰自由组织”和“国际医生反强摘器官组织（DAFOH）”一月二十二日在瑞士日内瓦的联合国内举办关于中共迫害法轮功及活摘法轮功学员器官的简报会。此次简报会是在联合国人权理事会基于“普遍定期审议（UPR）”程序对中国的人权现状进行审查的前一天举行的，目地是向审查员通报中国当前正在发生的中共残酷迫害法轮功学员的行为。简报会上，两个非政府组织组成的专家小组提出法轮功学员遭受中共迫害和被活摘器官的证据，他们呼吁审查委员会代表团采取行动，进一步调查和谴责中共活摘器官的罪行。

甲辰年 贺卡贺词再传真相

【明慧网】拜年是辞旧迎新、相互表达美好祝愿的一种文化传统。每逢新年，儿孙给父母、祖父母拜年，学生给老师拜年，弟子给师父拜年，法轮大法弟子们也尊重遵从着这一美好习俗。从二零零一年的农历新年开始，中国大陆的大法弟子、新学员乃至在大法弟子帮助下明白了真相的世人，一直通过明慧网向李洪志师父表达新年问候，至今已经持续了二十三年。

瑞雪待时

二零二四年二月，拜年的贺卡贺词照例纷纷飞向明慧投稿平台。二零二四年二月十二日大年初三，明慧编辑部发布了一则面向广大读者的通知。通知说：“甲辰年大家寄给李洪志师父的拜年贺卡贺词，已于正月初一（二月十日纽约时间中午、北京时间午夜）停止接收，并从除夕的三天前开始陆续分批发表。今年的贺卡贺词量创下过去三年的新高，高出二零二三年百分之三十三，也从一个侧面证实了中共封网对很多大法弟子是不起作用的。”

通知并告知送件者，二月十二日大年初三将再发表贺卡贺词三千余件，分拣整理出的最后近三千件则将于大年初四发表，请大家不要担心或焦虑。

来自南太平洋的拜年

新西兰地处西南太平洋，紧邻国际日期变更线西侧，比世界上绝大多数国家都更早的迎来新的一天。二月六日是立春后的第二天，离除夕的到来还有三天。这一天，明慧网宣布捷克语明慧网正式开通，并于同日开始陆续发表

何为“酒”礼？

文：闻思睿

【明慧网】在中国传统文化中，节日有着特殊的涵义，辞旧迎新、感恩天地、祭拜祖先等等，一年中的中国新年、元宵节、清明节、端午节、中秋节、重阳节、冬至等，连接起来就是一幅丰富的历史文化长卷。民间有着“无酒不成席”的风俗，酒在各种庆典仪式中承担重要的角色。

那么，酒为什么会成为节日祝贺的一种象征？

中国被称为“礼仪之邦”，古代祭祀天地神明，庄严而神圣，有祭酒、祭牲的仪式。用粮食酿出的酒是不是馨香？这意味着百姓五谷丰登，粮食丰收；牛、羊毛色是不是纯一、光亮？这意味着水草繁茂，牧养肥美。为此，从国君、臣子，到百姓都行祭祀之礼，感恩造化之功。

据《说文解字》注释：“酒，就也，所以就人性之善恶。宾主百拜者，酒也；淫酗者，亦酒也。”酒为五谷所酿，国家礼祭之时才用，目的是敬畏天地，引人向善；但世间万物，相生相克，善恶同在，如果沉湎酗酒，那就是趋于不善了。

“酒礼”，到周代形成了系统、全面的礼法，据《尚书·周书·酒诰》记载，“饮惟祀（在祭祀时才能饮酒）”，“无彝酒（不要经常饮酒）”，“禁沉湎”（禁止饮酒过度）。《周礼》中对于酒的礼仪，成为此后两千余年历朝历代遵循的准则。

孔子参加乡饮酒礼 敬老尊先

孔子一生以恢复“周礼”为自己的理想，称“克己复礼”。他奔波于各国之间，行仁道，倡礼制。

对于酒，孔子认为是用来敬神祭祖的，市面打来的酒如果不是用来敬神祭祖，随心所欲的不按传统规矩饮酒吃肉是不妥当的。孔子说：“郊社祭祀的礼仪，是对鬼神表

相继魔难就来；我们向内找，正念一动，魔难就消了，干扰也没了。

现在这位同修在大法的感召下，在师父的佛恩浩荡中，又从新走进大法修炼中来了，做着一名正法时期大法弟子应该做的三件事。

我会珍惜师父给我们开创的修炼提高的机会，珍惜这万古机缘，多学法，向内找，尽快提高，形成整体，多救人。不进则退，千万不要放松自己。我们只有听师父的话，逆流而上，时时保持勇猛精进，才能圆满完成自己的史前大愿，兑现史前誓约，圆满随师还。

感谢师尊慈悲救度！▲

整理出的甲辰年贺卡贺词，新西兰和澳大利亚的大法弟子们用最诚挚的心向李洪志师父拜年。

澳洲布里斯本的玛丽（Mary Hayes）在二零零五年的时候，朋友与她分享了自己如何因修炼法轮功而身心受益的故事，当时不知为什么，“法轮大法”就深深的印入她的记忆中了。几天后，当玛丽坐在电脑前时，“了解法轮大法”这个念头突然出现在她的脑海中。她说：“当我进入法轮大法网站后，被深深吸引住了。马上打电话……决定修炼法轮功。”

当玛丽第一次读《转法轮》时，激动的泪水不停的流，再继续读下去，她感觉自己终于找到家了。她心怀感激的表示：“谢谢您，尊敬的师尊。我很荣幸在有生之年有机会修炼法轮功，在您的引领下，我会坚定对大法的正信，精进实修。恭祝李洪志师父新年好！”

三十八岁的克雷格（Craig English）在西澳乡村医疗服务机构（WACHS）工作。多年来，克雷格一直在练习各种形式的太极拳和气功，但他内心渴望着一种真正的精神修炼。二零二一年七月，在一位前太极拳老师的建议下，他开始阅读《转法轮》并炼功。并开始与当地学员一起学法炼功。“我真切的感受到修炼法轮功改变了我的一生。”

克雷格说，“《转法轮》回答了我所有精神层面的问题，并真正赋予了我生命的意义。”“我曾经倍感孤独，但现在这种孤独感消失了。以前我身体消瘦，修炼不到六个月，我的体重就增加了。”

克雷格表示：“我的生命得到了救度，能够得到大法，我感到自己是多么幸运，无法用言语来形容。师父给了我善良的处世之道，并逐渐向我揭示了我所有的执著。我知道我总是可以做的更好，我永远感激师父对我如此耐心。”

更多事实

在二月十日正月初一发表的一则题为《57国和地区大法弟子敬拜师尊过年好》的组合中,来自美国、加拿大、法国、英国、德国、芬兰、荷兰、瑞典、瑞士、挪威、波兰、西班牙、奥地利、爱尔兰、意大利、希腊、澳大利亚、新西兰、白俄罗斯、罗马尼亚、俄罗斯、塞浦路斯、阿联酋、塞尔维亚、印度尼西亚、日本、韩国、台湾、香港、澳门、新加坡、菲律宾、克罗地亚、越南、巴西、泰国、土耳其、保加利亚、马其顿、匈牙利、印度、马来西亚、伊朗、以色列、阿富汗、丹麦、波黑、比利时、捷克、斯洛伐克、哈萨克斯坦、葡萄牙、乌克兰、蒙古、厄瓜多尔、帕劳、克里米亚等国家和地区大法弟子,在甲辰新年之际,表达了对师父的衷心问候。

在二月十一日正月初二发表的一则题为《大法洪传神迹显 感恩与师结圣缘》的组合中,贵州省贵阳市九十四岁大法弟子在敬致师尊的贺词中写道:“弟子没上过一天学,在这近三十年的修炼中,全部大法书籍都能认读,有些还能背下来,并且眼不花。上街卖菜,以我身体健康为话题讲法轮大法的美好,师父给了我人见人赞的好身体,以此救度众生。感恩师父给予弟子的一切,弟子一定走好走正最后的修炼路,谢谢师父!”

山东省招远市税务系统一退休大法弟子说:“弟子今年八十九岁,修炼大法二十六年了。修大法使我身体健康,腿脚灵便,皮肤光滑细嫩,人见了我都说我七十来岁,我就从岁数切入讲真相、劝三退,都能讲退了。老伴看到了我的变化,也走进了大法修炼,成为了一个新学员。”

四川省成都市温江区一老年大法弟子说:“我是一名医务工作者,曾患多种疾病,中西医治疗无效。在投医无路之下,走进了法轮功修炼。不到半年,各种疾病不翼而飞,是慈悲伟大的师父救了我的命。弟子只有学好法、修

并且说了一些对师父不敬的话。那时完全不象他本人了,乱说一通:“你们以后不要来了,来了也不给开门。”叫他妻子不要学了,再学就不给她饭吃。我们发了一会儿正念,他还在说。我严肃的对他说:“闭住你的嘴,你知道你在说什么吗?你在造业。你不能瞎说,这对你自己不好。”他停下来了。我又对同修说:“我们都向内找吧。”我们让同修一定赶快起来,不要什么事都不做,把自己当病人,要丈夫侍候。

我也找到自己喜欢听好听话的人心。我给师父认错:“师父啊,弟子没做好,还让众生造业,真是对不起师父,对不起众生。”我继续向内找,找到还有显示心、欢喜心、急躁心、不善的心、私心。我想起一次学法时,应该一人读一段,一位同修读了两段,又比较长,还读的有气无力的,读读停停,读完了,下一位同修又不接着读,我终于忍不住了,说:“怎么?你睡着了?”这反问句、这语气里,隐藏多少人心啊!急躁心、高高在上、居高临下、不谦卑、瞧不起人,没有善心。我还有这么多人心,怎么办啊?只有学法,多学法,多发正念。

经过向内找之后,我又找来几位同修,帮忙给魔难中的同修和她丈夫发正念。之后,我们商量同修家还去不去?她丈夫说我们去也不会开门。我们一致悟到:应该去。我们只走师父安排的路,不能上旧势力的圈套。

我们去了同修家。我问同修:“你丈夫怎么样?”她说:“一切正常。有时还提醒我学法、发正念、炼功呢。”她丈夫从外面回来,看到我们热情的说:“你们来了,谢谢你们!我和老婆星期一、二、三、四天天盼,今天你们终于来了,谢谢你们!”他拿来两个电扇开着,还拿来不少菜,说是他自己种的,特别好吃,要我们都带点回家。他又回归了正常。

修炼可是极其严肃的,人心一出,旧势力就看到了,

怎么办呢？我和另一位同修商量，我们必须帮同修走回来，帮同修闯过魔难。我们商量好每星期去一个人，上午在一起发正念，读师父的各地讲法和《精进要旨》，叫她自己每天在家读《转法轮》。

第二次去的时候，我问：“你学法和发正念了没有？”她说：“学法了，没发正念。”我说：“我们要听师父的话，那就必须做好三件事。我认为你现在就要多学法，多发正念。身体好了，做做家务事，就是证实法的第一步。接着，你就可以出去讲真相，救人了。”我又对她丈夫说：“要提醒她多学法，多发正念。”她丈夫很支持，给她买了闹钟。

开始，我们在一起学法时有干扰，她说眼睛看不太清楚。我们就安慰她，让她慢慢读，耐心的等她读，从不埋怨。她也很认真的读，有时她想多读，就让她多读。有一天学《精进要旨》〈病业〉这篇经文时，我读了一遍，然后对同修说：“你再读一遍。”她读的很认真，读完了，也到了我们应该离开的时候了。我们起身准备走，同修说：“你们今天晚点走可以吗？”我们说可以，问她：“你有事吗？”她说想炼功，可是很多动作不记的了。我们就留下来一起炼功，边教她，边让她自己慢慢回忆。动功我们一起炼了两遍，她就都会了。

我们下次再去的时候，她完全变了一个人，脸上都正常了，走路也稳了。她丈夫特别高兴，在路上碰到我们时说：“谢谢你们！太谢谢你们了！”我说：“你应该谢谢大法师父！”以后在路上再碰到她丈夫时，他就说：“谢谢李大师！”

之后再去同修家时，她丈夫都留我们在他家吃饭，并说一些客气话，我听了很舒服。时间一长，起了人心，爱听好话了。同时显示心、欢喜心等一些人心也出来了，被旧势力钻了空子。有一次我们正在学法，她丈夫把门打开走进来，气势汹汹的说：“X党发你们工资，你们还反对。”

好自己，配合同修多救众生，才能不辜负师尊慈悲苦度的浩荡洪恩！”

在正月初二发表的一则《中国各地学法小组大法弟子遥拜师父过年好》组合中，河北省邢台市平乡县一学法小组大法弟子在贺词中说：“师父您好！在您的看护下，在风风雨雨中，我们的学法小组稳健的走过了十几个年头。同修们在这个环境中，有争执、有摩擦、有鼓励，有悲伤，也有欢乐，更主要的是一个提高后的喜悦，无不体现着师父的慈悲和大法的神奇！我们真心希望，在这个邪恶迫害的环境下，我们的这个学法小组会以更加精进的修炼状态，做好自己该做的三件事，迎接师父回国！”

在二月十二日大年初三发表的一则题为《明真相得厚福 中国民众给李大师拜年》的组合中，湖南省娄底地区一家人写道：“我们全家人看过法轮大法的许多真相资料，知道法轮大法是济世普度的真法真道，而且我们全家多次受益于大法。每当意外难关降临，我们第一念就赶紧诚心敬念‘法轮大法好，真善忍好’，次次都化险为夷。”河南省许昌市几家大法弟子的家属表示：“我们知道中共对大法的舆论宣传，都是对大法和大法弟子的诬陷。我们明白了法轮功真相，得到了您的慈悲救度，身体健康，家庭和睦。我们非常支持大法。在新的一年里，我们还要宣传大法，弘扬大法。”

大年初四，美国东岸开始了降雪。清晨，大地、松枝已披上了约二至八英寸的白雪。美国农业是美国的主要产业之一，同时美国也是全球最大粮食出口国。今年老天爷会继续把丰收的喜庆赐予美国吗？这一天，伴随着清新的白雪，明慧网发表的拜年贺卡贺词中，有一组题为《法轮大法新学员敬拜师尊过年好》。这是来自中国大陆华北、东北、华东、中南、西南等地区的法轮大法新学员给李洪志师尊拜年。其中，江苏淮安的母女两位新学员表示：“我

和母亲特别感恩能得遇大法，知晓生命的真谛。在每一次魔难闯关中都能得到师父的点化，坚定了修炼的信心。”一名武汉新学员写道：“关键时刻是伟大的师父从鬼门关把我拖回来了，让我躲过了一次劫难。今后我要勇猛精進修炼大法。”

见证

一九九九年六月以来，从明慧网点点滴滴的即时报导中可以看到，中共的残酷迫害夺去了很多大法弟子的生命，剥夺了上亿人的正常生活和生存权利，但中共没有达成其“三个月消灭”法轮功的目地，也永远无法灭绝法轮功修炼者这个善良的人群。

历史上，中共想打到谁，不出几天，人民就会屈服和沉默。然而，中共低估了真善忍的威力。作为真善忍的追随者，身在中国大陆的大法弟子们没有被压倒、吓退，反而坚韧的坚持修炼、坚持在人群中播撒真善忍的慈悲。每逢佳节，发表在明慧网上的大量贺卡贺词，质朴而真诚，这是不是纯正信仰和法在人间的见证呢？▲

疫情期间，我们照样天天坐在一起学法，发正念，走出去讲真相救人。心里没有怕什么，思想很纯净。同修也很快一切都正常了，感恩师父的保护！

二、找回昔日的同修

有一位昔日同修的身体出现了病业假相，在家里一直没有走出来，基本不修了的状态。我和另一位同修去看她，她脸肿肿的，家里有很多药。我问她：“你学法吗？”她说：“有时候学，但眼睛看不太清楚。”我问：“你发正念吗？炼功没有？”她说：“没有。”我听了一惊，怎么会这样？她说不知道怎么发正念。

我想到师父说：“一个是帮他从法上认识、提高，再一个就是大家在一起发正念，多做大法弟子应该做的救度众生的事，这些事情都能帮助他。”（《二零零三年元宵节讲法》）

我悟到，身处魔难中的同修是需要其他同修帮助的，这种帮助是去私去执著的过程，是同修间突破间隔、圆容整体、共同提高的机会。以前我就是用人心看问题，被各种后天观念障碍住了。有时认为帮助他们会耽误自己的学法，有时埋怨指责同修不精進，有时去了二、三次就不去了，没有耐心，不能坚持去帮助同修，最后就没能达到很好的结果，更没有放下自我。

我想作为弟子就应该听师父的话，找到、找回没有精進的同修，找到、找回昔日的同修，帮助他们从法上认识、提高。把他们带到集体学法中来，圆容整体。因为只有法能帮助他们提高，只有师父能救他们。

同时，集体学法是师父留给弟子的形式。大法弟子都是用人体在人世间证实法、救度众生，这是师父安排的路。因为病业失去人身的、或各种魔难严重影响了做好师父要求的三件事的，这都不是师父安排的。

信师信法 把自己当作真正修炼的人

文：湖北大法弟子 珍缘

【明慧网】随着正法进程的推进，我越来越感到了作为正法时期大法弟子肩负的使命与责任。我经常提醒自己是众生而来，我必须做好师尊要求的三件事，要珍惜这万古机缘。

一、诚念九字真言，瘟疫上不了身

中共病毒（武汉肺炎）疫情期间，有一位同修吃不下饭，咳嗽，全身无力。社区知道了，派两个社区人员、一个司机把她送去检查，四个人在一个房间里一起等结果，等了一个上午。这位同修不停的念九字真言：“法轮大法好！真善忍好！”检查结果出来了，同修一切正常。那两个陪同的社区人员却要送去隔离。

当天吃过晚饭，这位同修来到我家学法，她给师父敬了一炷香，感恩师父的佑护。到学法时间了，我们先发正念再学法。读了一会儿《转法轮》，那位同修的染疫假相又来了，不舒服，要呕吐。她说：“我走，别影响你们学法。”另一位同修说：“这么好的场，你还回家？是师父在给你清理。我们都要信师信法。”我也告诉同修：“这是好事，是师父给你调理。”

师父在《转法轮》中说：“这一点跟大家说，你觉着“病”的怎么难过，希望你都坚持来，法难得。你越难受的时候说明物极必反，你整个身体要净化了，必须全部净化了。病根已经摘掉了，就剩这点黑气让它自己往出冒，让你承受那么一点难，遭一点罪，你一点不承受这是不行的。”

我们一起读师父讲的这段法。慢慢的，同修不难受了，也不咳嗽了。我们又在一起发正念。

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

广东河源市法轮功学员李友滨被非法关押一年多，被东源法院非法判八年；陈如勇、邱德浓遭非法判刑三年、三年半。李友滨、邱德浓被送往广东女子监狱，陈如勇被送往广东四会监狱继续非法关押迫害。李友滨，女，五十岁左右，二零二二年九月份发真相资料被绑架（具体日期不详），她被非法关押在东源看守所一年多，也没有家属探望。邱德浓，女，七十三岁，从二零零一年至二零零六年被中共人员绑架七次，被迫害流离失所十几年，二零二三年三月二十日到一人家里被监控到，遭一群警察绑架、非法判刑。

山东潍坊青州市法轮功学员南振欣女士今年六十二岁，于二零二三年三月被青州市公安局国保大队恶警秘密绑架到潍坊看守所关押迫害。二零二四年二月初获悉：南振欣被当地法院非法判刑五年，现已被劫入山东省女子监狱迫害。

黑龙江哈尔滨市延寿县六十岁的法轮功学员古春英，二零二三年七月十九日被警察从家中绑架、非法关押构陷，近悉，她已经被阿城法院非法判刑四年。

黑龙江大庆法轮功学员王彦明二零二三年六月二十八日被高新开发区国保警察绑架，非法关押在大庆第二看守所，被大庆市高新技术开发区检察院非法构陷，被开发区法院非法判三年六个月、勒索罚款两万元。王彦明上诉，被大庆市中级人民法院非法维持原判。

贵州赤水市法轮功学员刘军贸、汪泽宣，被分别非法关押到遵义市第一看守所、遵义市第三看守所后，家人请了律师维权，二零二三年十二月底，被遵义市法院非法判刑：刘军贸三年六个月，汪泽宣三年三个月。二人均不认可强加的迫害，已委托律师上诉。五十六岁的

刘军贸女士是贵州省赤水市第四小学教师，她坚持修炼法轮大法“真、善、忍”，因用粉笔在电杆上写“法轮大法好”，于二零零一年被赤水市法院非法判刑三年，在贵州省羊艾劳改农场遭受迫害。刘军贸二零一二年四月再次被绑架，被非法秘密判刑十年。

广东揭阳市揭东区法院近四年来至少对二十一位法轮功学员进行诬判，其中揭阳市普宁市法轮功学员赵德秀女士近日被非法判刑三年。赵德秀因给民众讲真相遭人恶告，于二零二三年六月十九日下午被普宁城北派出所警察绑架。▲

通过向内找，我还找到了私心的问题：与你有关了你也不急不气了，那是因它没触及到你的利益；你认为无关的事影响到你的时间和精力了，影响你自己的安排和行程了，就是自我的利益被触动了，那不就是个私我的问题吗？修炼的人没有偶然的事，那你认为不好的事其实也都是好事，正是对你这段时间或这个执著心的一次检验。

今后我将放下急躁，稳下来，修出稳健，更好的圆容环境，珍惜每一个同修，走好最后这段路，因为稳健的走好每一步都是大法对我们修炼人的要求，都将成为一段修炼历程的美好见证。

一点粗浅认识，不当之处，还请慈悲指正。

修机器修与去“急”和“气”

文：山东大法弟子

【明慧网】以前曾做过一个梦：在同修家别人拿来两台机器，其中一台缺配件，另一台的前端好象有个东西在运输的过程中被卡断了，在A同修家修不方便，我就说拿回家去修，好象当时因为机器的事说了A同修几句，她就哭了。我却不依不饶的临走时还说了A：“还是个修炼人吗？不让人说，一说就委屈的不行。”出了同修家，发现自己的车子没有了，我两只手里一边提着一台机器，茫然的站在那，走也不是不走也不是……

晚上同修来和我说事，一共说了四件事只有一件事和我有关系，我就把同修说了一通，当时她很淡然的对我说：“着什么急、生什么气啊！”我一想梦中的情景，再想想她说的话，我手里提着的这两台机器，一边一个，不就是一手拿着“急”，一手拿着“气”吗？不就是点悟我放下“急”和“气”吗？我做事确实有快的特点，但同时也兼具着急躁，心里装不住事，难免会有失误，还经常落东西，事做的不够好时，就会生气；不想说的生闷气，说出来的带怨气，搞的同修心里也不舒服。有时会责备对方：“怎么这么不小心，连个基本的维护也不会！”

梦中的指责是向外找，不修心。修机器的人都明白先修心性、再修机器的道理。首先的基本功就是“稳”，应该以平稳的心态来沉着的应对所发生的事。同修说的四件事，第一件事和你有关，你就没急没气，如果他只说了有关的，你还会生气吗？肯定不会。后三件事感觉和你没关，你就急了气了，那不正好去你的急和气吗？那恰恰与你无关的三个问题才是帮你修炼的，才能暴露你的急躁心，那有关成了无关，无关的却成了有关的。

不同对待和心态

文：大陆大法弟子

【明慧网】面对另外空间的邪恶生命与因素，我们要有足够的正念和自信，有捣毁一切邪恶黑手、烂鬼及共产邪灵的顶天独尊的气势，清除破坏大法的一切邪恶生命与因素。有师父给我们加持，在另外空间我们具足清除邪恶的巨大能力和神通，势不可挡，这是为宇宙中正的生命及众生负责，是圆容大法和师父所要的。

面对世人，我们要有足够的耐心、细心、善心，谦虚而智慧，慈悲众生，讲清真相，证实大法。在矛盾中都有自己的错，学会换位思考，时时提醒自己“对的是他 错的是我 争什么”（《洪吟三》〈谁是谁非〉），时时修心向内找，善待对方。对于无度作恶的人，要严肃的讲清利害关系，有时需要用正念神通制止人的恶行，体现大法的慈悲与威严同在，但我们内心里同样是善良的，是真心为别人好的。

对于大法，我们唯有无限的谦卑、感恩和敬仰。大法造就了一切，我们只是其中的一个粒子，我们是被大法师父造就和成就的，我们无论做了什么证实法的项目，做了多少救人的事，背后都是师父加持而成的，并借此在成就我们的威德，救度我们的世界与众生。我们对师父唯有感恩和亏欠，却永远无以为报。只有学好法、修好自己、多救人，才不辜负师父对我们的辛苦付出，才是我们对自己珍惜，对自己世界众生负责的态度。

师父帮我上明慧网的神奇经历

文：内蒙古大法弟子 新宇

【明慧网】我怀着激动无比的心情，忍不住立即把师父帮我上明慧网的神奇经历告诉所有人！因近期每次上网都非常困难，一段时间以来每次上网我都是利用了最新的以及过去的所有自由门软件，快慢不一，最后还是能上明慧网下载周刊和明慧音频文件等。因此，很早就动了一颗人心：上网如此困难，给师父的“贺年卡”应该提前做好，提前发给明慧网（每年多数是过小年才发的）。

为此，二零二四年元旦过后，我就开始给师父做贺卡。这样，刚刚进入农历十二月中旬我就开始登陆明慧网站准备发送贺卡。可也就是从此时开始，我用尽了所有的办法就是上不去网了。结合同修交流的各种上网经验，利用各个时间段，但十几天过去了，就是上不去网，越执著越上不去。

又过小年了，我一早还是打开了电脑，还没有开始去想今天如何上网时，突然眼前显示出刚刚开机的电脑竟然出现了明慧网的网页，我惊讶、激动不已，还没有打开任何一个软件，电脑竟然自动上网了！如果不是亲眼所见，谁又能相信这一摆在面前的情景呢？！我怀着对师父的无限感激坐在电脑前，即刻把满载着同修对师尊感恩的贺卡发给了明慧网。

更神奇的是，师父帮弟子联的网，不象以往那样的不时掉线、时有时无的不稳定，而是让我稳稳的下载了一段时间落下的《明慧周刊》和明慧音频等所有文件。师父对弟子的慈悲就是这样的无微不至！弟子真得不能再抱着人心不放了！感恩师父！

帮助我去执著心，在帮我提高啊！师父在告诉我什么是修炼，师父在教我如何修炼，如何找自己的执著心，如何在法上认识法，如何以法为师，师父在告诉我如何时时刻刻保持一心不乱的正念和正念的威力！

感恩师父，叩谢师父——感恩无尽言！

“这哪里是在破网 这是修炼啊”

文：一名新学员

【明慧网】昨天过小年儿，我很想在这一天把我们地区大法弟子恭祝师父的新年贺卡与祝福语发到明慧网上，可是从早上开始登录几次一直到午夜十二点以后，都没有上去明慧网。这过程中我去父亲那里吃饺子等事情，没有集中精力发正念。

今天早上，六点发完正念后，又清理自己和排除干扰四十五分钟。打开电脑，心里想：今天一定要把贺卡发出去，师父说过：“明慧网他们从来也没有封住过！”（《二零零三年元宵节讲法》）于是打开电脑登录，反复三次，没有成功登录。但是我的心是空的，没有冒出人心和胡思乱想。

我开始在心里对师父说：求师父帮助我上去明慧网吧，我要给师父发贺卡和祝福语，我还要下载《明慧周报》和《明慧周刊》，打印资料救人，求师父帮帮我吧！

退出重新登录，这时我突然想到背《论语》，我双盘，双手结印，开始背诵，背完一遍后，我回想自己背的过程中都想了什么，发现有两处思想溜号了。我发现自己发正念思想溜号后，我对自己说：“不能溜号，要集中精力背诵。”接着又背一遍，我这次闭上眼睛快速的背诵，不给外来的干扰机会，又背了两遍。接着又开始快速不停的背：“真善忍三字圣言法力无限 法轮大法好真念万劫即变”（《洪吟四》〈对联〉）。这回我能做到“一心不乱的念经”（《转法轮》）了，我快速不停集中精力出声背，也就三五分钟的时间，我无目地不经意的睁开眼睛发现明慧网页居然完整明亮的在那里呢，我惊喜而发自内心脱口而说：“感恩师父，感恩师父，感恩师父！”

同修们，这哪里是在破网啊，这是修炼啊！是师父在

放下自我

文：大陆大法弟子

【明慧网】看到明慧网二零二四年二月二日的通告，看到有昔日同修离开了修炼人的群体，知道这对于她本人和仰仗她的众生都是巨大的损失，或说是灭顶之灾。

很多是因执著于人、事、情的心不放，或执著自我与个人认识的心太强，甚至超过大法了，才会走向反面，其实是陷入了旧势力圈套。这是在自毁，也是师父不愿看到的。

修炼的路太窄了，修炼太严肃了，可不是看你在常人中的能力大小，而是看你在关键问题上，在重大的心性考验和过关中，能否把自己当成修炼人向内找，能否放下自我，圆容大法和师父所要的。

我们无论做任何证实法的事情，无论处于任何阶层或环境，都要把自己的心性修炼与提高溶入其中，学好法，修好自己，这是第一位的。只有时时把自己当成修炼人在法上修，心正，做出来的事情才会有威德，才能经的起任何的挫折、考验、魔炼与蛊惑，才能走正，才能不走向反面或误入歧途。永远不要把自己或自己的认识摆高了，而把法摆到次要位置去了，保持谦卑的自我和对大法的敬意。

师父在《精進要旨》〈大法不可窃〉一文中告诫我们说：“人修起来难，可是掉下去太易了，一关过不去，或太强的常人的执著放不下就可能走向反面，历史的教训太多了，掉下来时才知道后悔，可是晚了。”（《精進要旨》〈大法不可窃〉）

让我们各自吸取教训，引以为戒，好好修心吧。

走出人的思维

文：大陆大法弟子

【明慧网】人的思维背后就是观念和执著，形成的就是人的状态。四十岁以前的我，迷茫中、刻骨铭心的形成许多固有的僵化的思想观念和执著，再加上生生世世的业力，在我得法前身心已经到了崩溃的边缘。看似偶然的得法机缘，铭刻着师尊在污浊的尘世中找到封尘已久的我的艰辛。作为一个漂泊已久的生命，寻到了师父，我的誓愿就是永永远远不离开师父，永永远远的不离开大法。

一、走出人，才能走向神

我在娘家时，父母给我的教育是畸形教育，其实这在中国社会是比较普遍的。在中国社会邪党统治初期，搞阶级斗争，将人划分成份，地主、富农和中农受社会歧视，父亲家庭成份不好，可偏偏父亲又是暴脾气、狠毒，人世间除了杀人他不敢外，凡是允许杀的生物他什么都敢杀。后来在他走入大法修炼后，因为这方面业债太大，修炼中又不能够严格要求自己，使他没能走出病业假相。

我小的时候，父亲与母亲打仗是家常便饭。姊妹六人，我是长女，渐渐我成了父母共同的出气筒，父亲打完母亲后打我，母亲为发泄积怨也打我，家里啥东西丢了，说是我给人了，打我让我承认给人了，我不违心承认就要被打死。吃饭时我站在地下，父母与弟妹们坐在炕上，一会拿这个，一会拿那个，一会喝水，不符合他们心愿，巴掌撒子、勺子和筷子就打过来了。父亲常说的一句话是我是属反动派的，你不打她不倒。我四、五岁时，因被父亲在大街上撵着打而被过路人拦下训斥；小学一年级的時候，老师告状，父亲插上房门，将我吊到房梁上用皮带抽。我长大一点后，

现自己有欢喜心了，就归正自己，然后再讲就又顺利了。有时不想出去救人，觉的救人太难了，知道自己必须得去，那今天就少拿点资料吧，这不正的念一出，结果就是给谁谁不要，真难呀！我就找自己，知道是自己的念不正导致的，就求师父给我安排有缘人。渐渐的在生活中我也养成了向内找的习惯，不管做什么事，只要是不顺利就找自己，一切就都好了。

当然我也有做的不好的地方，也有悟到做不到的地方，我以后会努力做的更好，做一个合格的大法弟子。谢谢师父！

大法弟子是有功能的

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】一天我们拿着手编的小葫芦去讲真相，一直讲的很顺利。我还剩两个小时，同修建议往菜市场里边走走。进了菜市场，我给了一个推着自行车走的女士。

女士刚接过一个葫芦和一份《明慧周报》，一只男人的大手就抓过来了。他嘴里还不停的大喊着：“法轮功，你在宣传法轮功。”我一躲，他没抓住。我围着自行车转，他在我后边追。

我一点也没害怕，严肃的对他说：“一边去，你知道什么。”同时我心里想着怎么定住他，因为我还没给这位女士讲真相呢。就这么一想，功能已经起作用了，他老老实实的上一边站着去了，于是我就跟这位女士讲真相。

女士看到眼前这一幕乐的那个开心呀，我和她说啥她都高兴的赞同，并且一直在笑，真是发自内心的笑，她非常高兴的做了三退。

这件事情让我真切的感受到师父就在我身边，大法弟子是有功能的。我只要做的正，功能就起作用，师父也会帮助。并且，我们做的堂堂正正，给了大法一个正确的位置，符合了宇宙“真、善、忍”的大法，邪恶也就不敢迫害了。世人也有明白的一面，他们自然也非常高兴，欣然接受真相。

我是一九九九年得法的大法弟子，以前主要是做资料，近些年我主要出去讲真相救人，在这个讲真相的过程中很能去人心。刚开始讲，遇到不明真相骂人的、损人的，心里很不舒服，难受的不行，渐渐的这些心都磨去了，不再为常人说什么而心动了。

讲真相的过程中还能去很多执著心，有时讲的顺利时一高兴就给谁谁都不要了，讲也不听了，我就找自己，发

他骂我时常常是让我死去，并告诉我死的方法。偶尔被邻居看到，说我不是父母亲生的。那时候心中没有大法，想不明白他们为啥这样对待我。

为了迎合父母，小的时候我看护弟妹，拼命的干家务活，还得不到他们的满意。渐渐的，我生出了怕心、依赖心、怨恨心、争辩对错心、自卑心、虚荣心、面子心等等。怕心表现的是见人不敢说话，不会说话，怕灾难时刻会降临自己头上，怨他们不讲道理，…因为没法解脱，无奈中生闷气，我的脖子比别人粗一号。我发愤要出人头地，做出成绩给他们看看，求名求利的心全都生出来了。

我的性格也变的扭曲，结婚后在家庭与工作中，魔性表现的淋漓尽致。形成的人心观念使我在得法前造了很多业，身心状态到了崩溃的边缘，没有大法我活不到今天。

二十二岁考学，我是家族中唯一一个在自己的拼搏中考入学校，分配工作的。给他们脸上增了光，我的日子好过了许多，从此也给我加强了求名求利的心。成家后，形式上摆脱了父母给我的伤害，但已扭曲的性格，使我失去了正常人应有的思维。身心的痛苦，又使我产生了安逸心、追名逐利的心、怕吃苦的心、想过好日子的心。

修炼大法后，我明白之前的所有痛苦是我生生世世欠下的业债，以这种方式消业，不消掉这些业力得不了大法。道理明白了，但是形成的观念和执著却很难放下，好象都渗透到骨子里了。

见人不敢说话，一说话就哆嗦，这给我得法后讲真相带来很大的难度，遇事第一念是负面思维，怕、怨、面子、自卑，怕别人看不起的心，反正都是执著，甚至有些观念和执著意识不到，人的状态加强了人的思维，所以在人中苦不堪言。

通过学大法，我明白一切苦难都不是偶然的。可是形成的习惯思维和观念执著却很难改变，自己无能为力。初期，

师父给我净化时清理了大部份，需要我自己修掉的那部份却很艰难，也走了许多弯路，尤其放不下对父亲的怨恨心。这真的是一颗很难去的心啊，因为我一见到父亲就哆嗦，不敢说话，同修说你这么怕你爸呀？别人一眼就能看出我的状态不正常，我说不出来啥，不知道那个强加给我的怕的因素不是我，所以很难去掉。

向父亲洪法讲真相，我都胆胆突突的。父亲二零零六年在病危中喊了一句“法轮大法好”，然后他奇迹般的活过来了；因不守心性，五年后他又出现病业假相，我靠近他就骂我，没能帮助他我很遗憾。在他弥留之际，他向师父忏悔，师父让他看到了旋转的法轮，他才后悔没有好好修炼。父亲的离世，我对他的怕没了，可是那个怨却隐藏起来了。失去了主动修掉怨恨的环境，还以为自己没有怨恨了。后来我也出现了病业假相，向内找，我都没找到我对父亲的这颗根深蒂固的怨恨心。

我不断的学法、修炼、向内找，渐渐的我找到了那个为私为我的东西，那是生命堕落的根源。作为一个生命，是因为我在为私为我的路上走的太远了，自己无力回天了，需要别人帮助消减罪业，才会有重生的希望！也许哪生哪世我欠的债太多，对父母的伤害太大了。生生世世的轮回，迷茫中不知道自己演绎了多少角色，伤害了多少生命，干了多少坏事。站在被伤害的生命角度上，欠债还债是天理，所以我不应该有怨恨心。所有的痛苦，比起今天能得到宇宙大法的幸福，都是微不足道的。

因为我生命的本质是大法弟子，所以这里有旧势力的毁灭性安排，利用生命的极端思想，自行淘汰。然而作为大法弟子的思维是不能停留在人这儿的。人不是没发现观念和执著就没有观念和执著，把这些败物找出来，才是走向修炼的开始。人世间的一切理都是反理，反理中的正理，

在鼓励弟子。因为同修A在家开设了本地第一个资料点，二十年来不间断的印制资料，保证该地区的供应，妻子经常去她家拿资料，二十年间我们夫妻二人将资料散遍了徒步能及的各个村庄。如今正值新旧宇宙交替之际，天上众神纷纷下世转生人间，等待大法救度。大劫当前，真相资料就是救人的“良药”，可以说全国各地每个资料点上的同修，都是“制药者”，全国各地每个奔走在大街小巷散发真相传单、面对面讲真相的同修，都是“发药人”。我们救度的不是普通的生命，不是人中的一个个体，而是他们背后所对应的宇宙大穹与无量众生。

我们做的这些事不是在为大法做什么，更不是在为师父做什么，而是在互帮互救，更是在兑现下世前的宝贵誓约。正是因为师尊的无量慈悲与承受，救人的时间才会一延再延，然而还有不少同修迷于人中，懈怠了这份关乎庞大生命体系得救的殊圣职责。同修们，精进起来吧，别让我们最后的修炼之路留下遗憾。

点。到了冬天，我们会选在晚上七、八点钟出门，什么时候手里的资料发完了，再徒步返回家中，有时凌晨两点才到家，一天能走六七十里地。

因为有的村庄较为偏远，没有安装路灯，我和妻子在深夜里经常是深一脚、浅一脚的抹黑前行。一次途经一个只有二十多户的小村庄，发放完资料往回走时，遇到个大下坡，妻子一不小心来了个倒栽葱，直接从坡上滑了下去，因为高坡陡峭，坡下又有深坑，若是一般人，出于惯性肯定会磕的头破血流，但是妻子却很淡定，她在心里想：“我是大法弟子，有师父保护。”结果真的化险为夷，除了摔跤外，没出现任何问题。

象这样神奇的事情还有很多。一年春天的夜晚，我和妻子到周围的村子发资料，就在挨家挨户放置真相册子时，我突然看到那些真相资料散发出了光芒，当时就有一念打入脑海：这些资料真的是救人的良方！以后我一定要将这条路坚定的走下去，同时我在心里默默感谢师父对弟子的鼓励。

除了发放资料外，每到村里有集市时，我和妻子就赶着马车到集市寻找有缘人面对面讲真相。每次师父都会把很多众生安排到我们身边来，有时三言两语就能打开对方的心结，让他们顺利“三退”。

一天，妻子从本地一个资料点上回来，兴冲冲的向我讲起资料点负责人同修A的话。她说，同修A的儿媳最近做了个梦，梦中显示宇宙即将遭遇天劫，神仙们都下凡来取解药，同修A在她儿媳的梦中幻化成了一个老寿星，她专职做药，做出的药丸每一颗都五光十色、晶莹剔透，而妻子在同修A儿媳的梦中，是个发药的角色，因为药丸太珍贵，妻子发放时非常谨慎，每人只给一颗，谁多要都不舍得给。

我和妻子同修都悟到，这是师尊借着同修家属的梦境

那就是在承受人世间苦难中找到执著。想到这里，生命中只有感恩，感恩师尊的良苦安排，感恩人生道路上接触到的所有人和事。心中哪里还有怨恨了呢！改变观念，修掉了执著，才能做一个真正为他的生命。自己把自己摆在人中，才会抓住人的执著不放。

二、提高心性，走入修炼状态

师父说：“对的是他 错的是我”（《洪吟三》〈谁是谁非〉）。

师父的这段法，我是强制自己认同的，当我认为自己对的时候，我愤愤不平，真有魔性大发的趋势，我就强迫自己念：“对的是他 错的是我”，当我念数遍后，我突然平静下来，环境也随之平静下来，这样使我安静的找到了欲望和执著。

修炼就是修自己的思想，渐渐我就养成了用法理想问题。比方说，当我认为某某、家人或丈夫说的话不在理或不讲理时，开始时我心里不平，想争高低对错，结果矛盾越来越大；当我试图权衡一下自己要和他（或她）讲理的那个理是哪个理时，才发现是人中的理，那我讲人的理我不就是人吗！那么《转法轮》中说：“业力落到谁那儿谁难受，保证是这样的。”是业力落到他身上了，我想他在替我承受，帮我消业，我应该同情他、慈悲他，同时我认为自己是自己没修好，有执著心被邪恶钻空子，才使别人痛苦，才给别人带来了伤害。这样我魔性思维没了，发自内心，满脑子想的是减轻别人的痛苦，认错道歉。

然后我突然认识到自己哪里哪里错了，不对了，发自内心的觉的对不起啊。过程中我修掉了委屈心，怨恨心以及讲人的理的执著，改变了人的思维。

三、发正念清理自己思想的感悟

我在发正念前五分钟清理自己时，经常是机械的背师

父的那段法，悟不到深层次内涵，有时还走神，在人的层面上背。

一次，我听到一个故事，那是一个修行之人走在沙漠上，虽然走在沙漠上，但心情很愉悦，因为他觉的神和他在一起，他不孤单，他知道他心中的神在与他同行，他回头时，看到他身后有两排脚印，他知道那是神在与他同行的脚印。后来当他过关时，他非常难受，他不知道自己能否闯过这个关，他想让神给他答案，他回头还想看看神的脚印，可他看到的只有一排深深的脚印。他心里埋怨神不管他了，以为在痛苦中神离开他了。以为那排深深的脚印是自己在艰难行走呢，此时神却在他耳边说：“那是我在背着你走啊！”

听到这里，我落泪了，这个故事触动了我不信师父的负面思维，在法中我知道，思想和物质是统一的。有过关的物质是因为有这样的不好思想。师父背着他的艰辛，作为一个生命怎么那么狭隘的就想到自己的苦难，感念不到师父的付出呢？！这不就是因为生命有了不好的思想，才产生的业债吗？

有同修说，师父不是普度，是苦度我们。不管同修站在哪个层面上说，就我们现在的修炼状态，真的是给师父增添了许多麻烦，承受了许多不该承受的痛苦。修炼人不正确的思想如果不去主动修掉，就得师父替弟子承受苦难。那个在沙漠中行走的修行人，如果没有这个思维，他会有这个关和魔难吗？

所以我在清理自己思想中不好的思想念头时，突然能定在那里，认真清理了，一切思想都在被大法归正着。那些不好的思想是师父正法的障碍啊。在法中清完自己，除恶的力度就大了。

以上是我这一年来的认识，不当之处请同修慈悲指正。

风雨无阻讲真相 二十年从未停歇

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】我是一九九八年得法的农村修炼者，今年六十四岁。没修炼之时，我常年胃疼，不能吃硬东西，头部因在煤矿工作时受了工伤，也是常年疼痛。在两种病痛的夹击下，我每日苦不堪言，对生活很悲观，总觉的自己没有几天活头了，每天除了硬挺着干活，就是担心家里两个未成年的孩子将来无人照顾。

一九九八年正月期间，妻子请了一本《转法轮》回家，我看过后，觉的这本书讲的真好，走入大法修炼，以前的病症都消失了，干活有了力气，家里的生活条件也逐渐改善。我们先后购置了电视、录放机、扩音机，渐渐的，我家成了师父讲法录像的一个播放点。随着大法的洪传，周围听说的人也来我家观看讲法录像，乡邻们相继走入大法修炼，我家也就自然而然的成了村里的一个炼功点。

一九九九年七月迫害开始后，警察挨家挨户的到大法弟子家抓人，我家的炼功点也被迫解散了。因坚持信仰，我被恶警先后非法拘禁两次，妻子被非法拘禁三次，尽管警察经常来家骚扰，但是我们并没有停止修炼法轮大法的步伐。二零零三年，我和妻子向本村和周围村子的民众散发真相期刊，期间无论严寒酷暑、风霜雨雪从未停歇，到目前为止已经发了二十年。

渐渐的，周边的村镇都被真相资料覆盖过了，我们就徒步前往更远的地方。最远的往返能走四五十里地，有时候下午两点出门，凌晨两点才回来，有的偏远山区没有能通车的路。我和妻子同修通常结伴出门，出发前发正念求师父加持，然后每人背个装满资料的大书包。天气暖和时，中午吃完饭我们就步行出发，两大包资料能发到夜里十二