



图：二零二五年二月八日，国际真善忍美术展在法国马利尼纳市媒介图书馆拉开了序幕，多位市政府官员和参加了开幕式典礼。人们在留言簿上写道：“触目惊心，感人至深！”马利尼纳市政府文化部门负责人雅克奥（Jaques）说“这是一个非常有意义的展览。”

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5180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：442,825,955

•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

来洪志 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1215期（二零二五年二月二十一日）

www.minghui.org



图：美国德州众议院通过第七十二号决议案，宣布二零二五年一月二十九日为德州“神韵日”。图为德州州议会决议案文本。州众议员汤姆·奥利弗森在立法会上发言说，“今天是中国新年，也是通过决议案的好日子，这有助于人们认识神韵艺术团的成就。”

本期内容提要

【修炼】消除隐患 保证安全

【修炼】用什么标准衡量我们的修炼？

【修炼】争论争斗的背后

【修炼】保护自己 不被迷惑

【修炼】“以我为大”何时休？

目 录

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报 3

◆大陆综合

消除隐患 保证安全 7

中国大陆学员近期遭迫害案例选登 8

◆修炼园地

用什么标准衡量我们的修炼? 11

争论争斗的背后 13

保护自己 不被迷惑 15

“以我为大”何时休? 17

浅谈“私” 21

大陆学员注意卸载 23

从心念开始彻底否定旧势力安排 闯过病业关 24

去掉怨恨心后 我不晕车了 33

学新经文 实修自己 36

正念中我重见光明 39

整体发正念的威力 44

◆时事评论

浅析与“大淫妇”做交易的代价 50

主义恶魔的各种面具（无论是“微笑”、“商业”、“战狼”，还是其它形式），不再给中共输血（提供金钱和市场），不再给中共继续壮大和生存的机会，共产主义这个亵渎神明、毁坏人类的最大恶魔，才会彻底消亡，各国才能从新得到神的恩典，恢复真正的自由、尊严，享有真正的博爱、民权、民生。

《圣经启示录》中写道，世界陷入乱世时必会出现引导世人的大天使，捕拿及囚禁千年古蛇（红龙，中共在其它空间的形象）。现实中修炼界早已看到，正（以神及其大天使们为核心）与邪（以中共红龙为核心）的决战于一九九九年夏天已经开始，最后战役的号角也已于二零二四年吹响。

当最后的大审判降临时，造物主将如何评判我们的一生？回归天堂、获得永生的结局，是每个人在人生、国家、人类的重大问题上，用自己的正确选择所赢得的。▲

【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”。】

的套路中，中共无所不用其计谋，如攻心计、美人计、金钱计、苦肉计、挖坑计等等，对任何利益有所求、有所幻想的人，几乎鲜有不中招的。对中共来说，只要有想要的，“拿下你”只是时间长短问题。

如今，共产主义明流暗流充斥着美国的肌体，从传统媒体 (legacy media)、专家学者，到政府官员，为中共站台、从中共手里拿好处者，比比皆是。

早在六十年代，蒋介石在《共党是人类最大的敌人》一文中指出，“共产主义扩张之迅速，殊令人惊异。劝服八亿五千万人皈主，费时达一千九百多年之久；而在短短的四十年中，全世界竟有半数人口被关入‘铁幕’之内。自第二次世界大战结束后的十五年来，已有八亿人口，生活在共产主义的奴役暴政之下。它的侵略步伐，正获得与时俱增的速度。”

蒋公所说的那四十年，是共产主义“大淫妇”在对自己的人民以暴力专制的同时，韬光养晦、伺机崛起的过程。

二零零四年，奇书《九评共产党》在美国发表，中共的魔鬼伎俩，有史以来第一次被全面的、系统的曝光。

二零一七年，《共产主义的终极目的》一书在美国发表。

二零一八年，《魔鬼在统治着我们的世界》一书在美国发表。

上述这三本书，系统阐述了共产党、共产主义、魔鬼统治世界的来龙去脉，并帮助人们在看清现状的同时，看到与魔鬼为友、与“大淫妇”做交易的沉重代价，为美国和世界敲响警钟！

美国的国父乔治·华盛顿曾经说过：“自由失于放肆之时，专制之魔最易乘虚而入。”

二零二五年，这个世界离共产主义要实现的终极目地仅剩一步之遥；唯有清醒头脑，识破以中共为代表的共产

海外学员正法修炼活动简报

神韵舞蹈艺术家，飞天艺术学院前任校长，飞天艺术大学前舞蹈系系主任，法轮功学员张铁钧 (Tia Zhang) 女士荣获**加拿大**加冕奖章——查理三世国王加冕勋章 (King Charles III's Coronation Medal)。颁奖仪式于二月十三日 (周四) 晚上六点在多伦多市政府大楼的议会大厅举行，加拿大国会议员王启荣 (Kevin Vuong) 代表联邦政府颁发了奖章，加拿大总督办公室登记该荣誉。同时，张铁钧女士还收到三位加拿大资深国会议员的贺信及多伦多市议员的褒奖。加拿大“国会法轮功之友”联合主席、自由党国会议员朱迪·思格若 (Judy Sgro) 的贺信中说：“衷心祝贺您荣获这一殊荣！这不仅是对您长期以来坚定弘扬真、善、忍价值观的认可，更是对您在加拿大社区中孜孜不倦地致力于传承和复兴中华优秀传统文化的高度肯定。……在法轮大法博大精深价值观的指引下，神韵作品触动人心，为全球观众带来启迪与希望。”

在颁奖仪式上，张铁钧 (Tia Zhang) 女士表示：“感谢加拿大政府一直以来对法轮功团体的支持和鼓励，从法轮功在中国被迫害的开始一直到现在加拿大政府都非常支持法轮功的反迫害，所以我非常感谢他们。”“我很荣幸在今晚荣获查理三世国王加冕勋章，这个奖项不仅认可了我的影响，并且也代表着神韵至高的价值，也展现着真、善、忍带给世人的美好，感谢今天到场的所有人，感谢大家和我一起分享这份荣誉。”

美国纽约部份法轮功学员二月十六日在布碌仑最大的华人社区举行盛大游行，再次把“法轮大法好，真善忍好”的福音带给社区民众，同时也表达新年的祝福。游行分为三大方阵、二十四支队伍，打头阵的“法轮大法好”方阵，

以浩浩荡荡的“天国乐团”军乐队开场，演奏了《法轮大法好》《送宝》《凯旋》等多首的曲目。紧接着，大法横幅，功法展示，法轮图形，大法书模型，舞龙，莲花舞，旗阵，太鼓，腰鼓等，一一亮相。游行展示的信息“法轮大法好，真善忍好”，“停止迫害法轮功”，“打倒中共恶魔”，“庆祝4.4亿中国人退出中共党团队”，震撼人心。当天共有九十八人退出中共党团队，其中退党八人，退团十六人，退出少先队七十四人。

美国西南部的科罗拉多州法轮功学员一月三十一日参加了位于杜兰戈市年度雪镇灯光大游行，这是第三年他们连续参加该活动。在为期十天的当地庆祝活动中，法轮功学员展示了一辆装饰着灯光和花卉的功法演示花车，以及写着“真、善、忍”的大型横幅。许多观众表示钦佩，并告诉学员，法轮大法的花车总是最美的，期待每年都能看到。当地电视台杜兰戈新闻在采访一位法轮功学员时问到：“你们的花车是我见过最美的，请告诉我你们是如何制作的？”受访学员在回答问题时也分享了法轮大法的法理，并邀请社区成员每周六到当地公园参加免费的炼功活动。

二零二五年乙巳年伊始，美国夏威夷中国城举行一年一度的华人新年游行，法轮功学员如往年一般，打出“法轮大法在夏威夷州”、“法轮大法好”、“世界需要真善忍”等条幅，为人们送上新年祝福和真、善、忍普世价值的福音，赢得了人们的喜爱。有的人向法轮功学员双手合十，表示祝福；有的人看到“世界需要真善忍”而竖起大拇指；也有华人同胞高喊“法轮大法好！”

国际真善忍美术展二月八日在法国马利尼纳市（Marignane）媒介图书馆拉开了序幕。多位市政府官员和部份当地民众参加了开幕式典礼。真善忍美展的画作让人感到震惊，有观众感动落泪。透过展览，人们发现了法轮功，以及了解法轮功修炼者在中国遭受的惨烈迫害。人们

一九四九年（时任美国总统是哈里·杜鲁门），蒋介石被迫退出中国大陆前往台湾。在台湾期间，蒋公静思往事，看到了共产主义在人间的表现，正好验证了《圣经·启示录》中的预言：撒旦必从监狱里被释放，出来要迷惑地上的列国。蒋公提醒人类：共产主义是神造宇宙以来人类面临的巨大灾祸。

一九九三年至二零零九年（时任美国总统顺序为比尔·克林顿、乔治·布什），苏联及东欧解体，而在二零零一年中国加入WTO（世界贸易组织）。人们以为共产主义的大厦坍塌了，但这只是假相——马克思的《共产主义宣言》宣告，共产主义是一个幽灵。幽灵不会打着标签，光明正大，而是附体到不易察觉之处。中共（邓小平政权）声称“改革开放”，以韬光养晦的方式，让世界误以为中共早已放弃了意识形态，误以为中共在与世界的融合中会走向民主自由。这就是那个时期幽灵借人行事的方式。

近年来，随着经济的发展，中共（习近平政权）不再韬光养晦。他们打着“一带一路”、“人类命运共同体”的旗号，在全球范围内展开统战，逐步渗透和控制全球。“大淫妇”与各国做交易，目地始终如一：控制全球，达到目地之前的示好、韬光养晦、讨价还价，无非是过程中的算计。

据二零一八年美国国会的“美中经济与安全审查委员会”（US-China Economic and Security Review Commission, USCC）公开发表《中共海外统战工作》报告称，指出统战是对世界各国“最具颠覆性、最反民主的中共渗透行动”，“（中共统战）目地是要转化美国人，去反对美国政府的利益，反对美国社会的利益。”报告称，近几年来，中共已经增加了大约四万名统战干部。

大量的美国记者、学者、政治及军事领袖前往中国大陆进行所谓的“交流”。在中共“交朋友”（即统战和渗透）

甚至最核心的部门，都有了中共的“朋友”；他们几乎把所有的秘密都在第一时间传递给了中共。

中共也开始了以“交朋友”的方式统战国际人士。中共特工头目李克农反复权衡，这个目标者既不能是“共产苏联”的，也不能是美国的明显的亲共人士，必须中立且名声不错，于是埃德加·斯诺进入中共视线，成为了理想人选。

不久，李克农亲自率领一个团的兵马到延安之外迎接斯诺。而在延安，已经周详的布置好一切，腾出了一间最好的房子，抽调了最勤快麻利的“红小鬼”（勤卫兵）来伺候。李克农甚至手把手的教这些“小鬼”如何泡茶，如何挂衣，如何抹桌，如何扫地，唯恐有任何的不周到之处。

他让斯诺看到，毛泽东住的窑洞比给自己（斯诺）准备的窑洞要寒酸的多。由此，斯诺不禁为之感动。

中共的这番苦心果然获得了丰厚的酬报。斯诺撰写的《红星照耀下的中国》一书轰动了西方新闻界，使得美国上下对中共产生了好感；后来，甚至派出美方考察团到延安，而他们看到的、听到的，和斯诺一样，都是中共精心安排的布局。今天这个方法仍在延续，只不过斯诺已逝，目标者变成了中共筛选的众多美国政、商、科技、教育、法律、金融、情报等等各行各业希望从中国获得丰厚好处的人士（《圣经·启示录》中所说的“地上的客商”）。

当年就对中共产生了好感的美国（时任美国总统是富兰克林·罗斯福），不仅给中共提供了打国民党、搞内战的武器装备，在抗战刚刚结束的一九四五年八月二十五日，美军（时任美国总统是哈里·杜鲁门）还用飞机将邓小平、林彪、刘伯承、陈毅、聂荣臻等中共将领，紧急从延安空运到东北、华北前线指挥部；这比美国空运国民党先遣人员还早一天。美国政府当年的这一失误，为蒋介石的国民党在中国内战中被中共（毛泽东）打败，埋下了伏笔。

在留言簿上写道：“触目惊心，感人至深！”“面对可怕的、令人无法接受的迫害，在这个本应将人性和民族放在首位的世界，这个展览引发了人们的思考和反响。”“精神胜于物质！”“令人感动的展览，对难以接受的真相呐喊！”展览将于三月二十九日结束。副市长热拉尔-特里耶（Gérard Terrier）在开幕式上发言：“当我们看到这些画作时，我们似乎看到了被欧洲帝国迫害的原始基督徒，历史在重演。我们正处于这样的阶段。丑陋的政治试图主导思想，并不寻求改善事物，而是寻求掌握和保持权力。至今历史仍然在告诉我们这些。”“历史也告诉我们，精神比物质更强大。很多的信仰者已经证明了这一点。”

法国法轮功学员自二零二四年十二月以来，在留尼旺岛南部的圣皮埃尔（Saint Pierre）市设立了一个法轮功真相资讯点，每周一次，向人们讲述法轮功真相并为反迫害请愿书征签。

以色列法轮功学员二月一日在特拉维夫唐人街举办洪法、讲真相活动，庆祝华人新年。法轮功学员举行集体炼功，并发放中文和其它语言的法轮功真相资料。法轮功学员讲述了他们从大法修炼中受益的经历，以及中共在中国对法轮功持续至今长达二十五年的迫害。在庆祝活动上，女学员身着粉色长裙，表演了优美的莲花舞，受到许多观众热烈的掌声与欢迎。

台湾新竹县新埔镇一年一度的天穿日花灯踩街活动，在二月十六日晚间盛大登场，由法轮功学员组成的天国乐团、腰鼓队和仙女队也应邀参加，三支队伍成员共约两百人非常壮观，是本次踩街活动中最大的管乐团，团员各个精神抖擞，演奏歌曲精彩动听、备受瞩目。新埔镇民邱先生表示：“真善忍是普世价值很重要，尤其‘善良’是现在台湾社会最需要的，保持善良才不会互相伤害。他对法轮

功在大陆被迫害的事也时有所闻，认同维护人权的重要性，在台湾能过着自由的生活很可贵，要珍惜！”

日本中部地区法轮功学员二月十日在爱知县稻泽市（Inazawa-City, Aichi-Prov.）名铁国府宫车站（Meitetsu Konomiya-Station）附近，举办了向社会各界讲真相的活动。当天正值严寒气候、风很大。法轮功学员们冒着严寒打出了写有“法轮大法”、“真善忍”、“法轮大法洪传世界”与“SOS 停止迫害法轮功”等内容的中日英文横幅，同时派发法轮功的真相资料。一位明真相的警察为法轮功学员们买来了热茶，他对法轮功学员们说：“天气很冷，趁热喝、暖和暖和吧！加油啊！”

从二零二五年一月至二月，**印度尼西亚**巴厘岛的大型购物中心（Icon Mall）举办了一系列传统的文化活动，庆祝华人新年。二月二日，法轮大法团体应邀参加了庆祝活动，法轮功学员表演了腰鼓和舞蹈，主持人在舞台上向观众介绍了法轮大法的五套功法及其在祛病健身方面的奇效，并介绍了法轮大法的主要著作《转法轮》，受到游客的欢迎和好评。来自澳洲悉尼的游客史蒂夫说，他已经注意到了中共的迫害，并强烈谴责中共的暴行。他说：“共产党是卑鄙的，他们屠杀自己的人民，囚禁良心犯。”“共产党应该被彻底清除，然后中国人民才能享有信仰自由。”▲

消失殆尽。但共产主义国家并没有放弃在全球实现共产主义，反而骗取对共产主义红祸没有切肤之痛的西方国家的善意，借力崛起，短时间内成为经济大国和军事大国。至二零二四年，短短的三十五年，共产主义意识形态，通过中共的操作，在西方世界，对王室、政府、教育、传媒、印刷、医疗、公共卫生、环境保护、文化艺术、慈善事业等等各行各业，快速做到了收买、洗脑和高度渗透，堂而皇之的成为西方社会（包括美国）人们日常生活和工作的一部份，只等最后击败美国后成为世界第一强国。

回顾一下，在一九八九年柏林墙倒塌之前，中共是如何为窃取中国、为今天的“打败美国”、在全球“迅速崛起”做准备的呢？举一个简单的例子。

一九四零年八月十九日，在一份名为《关于对友军扩大交朋友工作的指示》中，中共提出要在国民党军队中争取两百万朋友过来，包括国际友人。在这份文件中，中共要求：“对各党派、各阶层、各友军、各政权、各界团体的每一个具体代表人物作多方面的深刻仔细的研究，对这些人的姓名、年龄、籍贯、财产、生活、历史、思想变迁、政治倾向、生活嗜好、个性特点、社会关系、亲族关系等详细研究，分别写成传记。”对于争取对象要达到“写传记”的成度，并利用“一切可能的社会关系”以送礼、贺节、关心急难等方式“交朋友”。可见其心机之深，早已超越任何人类的道德伦理。

对于拒绝“交朋友”的人，中共在文件中指示：“可巧妙的设法扩大其生活困难，逼使之不得不改变对我态度，以打开联络之门。”也就是说，先要通过种种手段，给对方找麻烦、制造难以解决的问题，然后再假装雪中送炭，用感情笼络目标者的人心。

至一九四六年，在蒋介石的国民政府中，自上而下，

浅析与“大淫妇”做交易的代价

文：章天佑

【明慧网】在《圣经启示录》中预言，人类的末世到来时，撒旦将为祸人间，“列国都被他邪淫大怒的酒倾倒了。地上的君王与他行淫，地上的客商，因他奢华太过就发了财。”回顾历史，我们发现，因狂傲自大妄图与上帝平等而从大天使蜕变为堕天使的撒旦，似乎并未起到这样的作用，共产主义才与《圣经启示录》中那个“与列国君王行淫，与地上的商客做交易让后者发财”的魔鬼更为相符。

共产主义（“大淫妇”），与世界各国国王、总统、首相以及各级各部门政客、要员的交易，一个突出的特点是，选取原义美好令人向往的词汇，然后以无关甚至相反的内容偷换词义，用来实现共产主义的全球目标。

比如“进步”（否定和抛弃传统）、“种族平等”（以强调肤色，取代对能力的认可，取消“多劳多得、少劳少得、不劳不得”的平等，事实上造成很多领域的反向歧视和不平等）、“妇女权利”（以这个名义鼓励非婚关系、单亲家庭，学校并剥夺了母亲在性别问题上保护和教养孩子的天赋人权）、“地球村”（全球化，“英特纳雄耐尔一定要实现”）、“高福利”（共产、鼓励不劳而获、劫富济贫）、“艾滋病”（鼓励乱性所导致的后果，不仅当事人承受后果，也遗祸新生儿，却美化艾滋病、大力号召资助）。用来达到这些目的的手段，常见的有高税收、大政府、欧盟、联合国，以及诸多以“国际化”名义设立的机构和项目，将广大纳税人的钱（劳动者的劳动收入），用在少数共产主义、马克思主义者的个人致富，以及在全球以共产主义意识形态和共产主义经济模式控制各国的一个个战略目标上。

一九八九年柏林墙倒塌之后，世界上的共产主义国家

消除隐患 保证安全

【明慧网】据可靠消息，中共邪党公安部持续破坏法轮功名誉及修炼群体的战略部署从来未停止过；其对大陆和海外之间的数据监控以及特务渗透的行为，更从来没放松过。在迫害中，中共采取的一个阴谋手段是，通过那些混迹在大法学员群聊和项目中的坏人，散布谣言，制造波动，勾起学员内部矛盾，将矛盾的外部形式复杂化。

这个时期，中共对法轮功的迫害超过历史上任何时期，它是在利用整个中国的经济实力，裹挟绑架中国人，全民全力迫害法轮功，毁灭众生。它们所采用的卑劣手段不仅残忍极端，而且更加阴险狡诈。大法弟子无论在任何环境，要理智清醒，分清正邪，安全是大事，不要一谈安全就找借口避重就轻。

进入二零二五年的正邪交战，大陆公安正在彻查用海外电话注册的、中共能审查的软件的人，特别是用海外真实电话与虚拟号注册微信、快手、腾讯、抖音之类的账号的人。目前每个城市都查出不少，多的好几百人，都视为与海外联系的“反共势力”，这些人的个人的隐私信息已经被中共全部掌握，具体怎么处理在等待上级来令。

数据涉及民主反共人士，也包括海外对大陆讲真相的隐蔽项目，特别提醒！凡是暴露个人IP和隐私的环节，目前都处在危险之中。

请大陆资料点和上网的大法弟子注意安全，多学法、发好正念，清除余恶。海外大法弟子更要注意坏人和邪恶特务对群聊和项目的渗透、煽动。要保证项目隐蔽性，同时避免任何项目中会暴漏大陆同修IP及隐私的行为。

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

山东烟台市栖霞市六十三岁的法轮功学员林建平女士，二零二二年二月六日，林建平在栖霞市公安局门口给一个警察（后来听说是所谓“公安局管迫害法轮功的领导”）讲真相，林女士问他：“法轮功被迫害冤枉了，天安门自焚是假的，您知道吗？”就因为一句真话，二零二三年三月又被栖霞市法院非法判刑三年，因体检不合格，得以回家。二零二四年十月中旬，林建平被当地警察绑架到济南监狱，二零二五年二月十三日被迫害致死。

山东潍坊市下辖青州市六十七岁的法轮功学员闫希玲女士，二零二四年十一月二十九日中午在吃饭时被青州市警察绑架，关押在潍坊看守所，近悉她已被非法判刑五年半，勒索罚金五万多元。闫希玲是青州市昭德街办王府新村人，她于一九九七年开始修炼法轮大法，按真、善、忍做好人，身心受益。在中共邪党对法轮功的疯狂迫害中，闫希玲被多次绑架、非法关押，她曾两次被非法劳教、两次被非法判刑，累遭十八年冤刑。

辽宁大连市许秀云被绑架、非法关押构陷八个多月，被普兰店法院非法开庭，在重病中被非法判刑四年，所谓“取保候审”后，遭到大连市普兰店法院王东东、刘坚壮的“收监”骚扰威胁。二零二三年十二月八日许秀云在大连开发区一个小区贴大法粘贴时，被哈尔滨路派出所警察绑架、非法关押在看守所八个多月，突然有一天有人喊她“开庭”，是视频开庭。所谓的“开庭”没过几天，许秀云在一次饭后就呕吐不止，狱警和狱医就强行把她拖出去打吊针，打上不一会儿她就心脏疼，告诉看她的两个警察快点拔掉吊针，她心脏难受。狱医用听诊器一听，立即拔掉吊针，把她送到医院抢救室抢救，第八天转到监管病房。在医院期间，

样了，他还给我泡了一杯茶。我跟他在法律方面聊了很多，告诉他修炼法轮功不违法。公诉人最后同意以证据不足放人，不是撤卷。你们准备接人吧。”我和C同修都高兴的说：“太好了，谢谢你！”

B同修的姐姐顺利回家了，被绑架的四位同修回来了三位。很遗憾，B同修被非法判刑。我们又从新搜集公诉人的信息，同修又给公诉人发了一封彩信讲真相。不久这位公诉人也调出公诉科，去别的科室当科长去了。很刁钻邪性的国保队长和公诉人在大法慈悲的感召下，在同修整体正念的威力下，离开了危险的岗位，等待被大法救度。

师父赋予正法时期大法弟子发正念的能力，使弟子转危为安、遇难呈祥，使邪恶胆寒，使众生脱离险境。感恩师父！感恩大法！

大法弟子们一定要多学法，修好自己，真修实修，充份运用好师父赋予弟子们的能力，助师正法，清除邪恶，救度更多的众生。▲

就是雇佣关系。我们得起主导作用，请他来配合我们要人、救人。”C同修说：“我和你一起去见律师。”我当时眼泪都要流下来了，多好的同修啊，在这严峻的情况下，风雨中与我并肩同行。

我和C同修去律师吃饭的地方，路上遇见一位同修的丈夫开着出租车停下来，他问我：“姐，是咱们请的律师来了吗？”我说：“是。”同修的丈夫说：“律师咋去看守所见当事人？”我说：“我们准备找一个私家车去。”他指着自己的出租车说：“自个儿（方言：自己）家有车，还花钱雇车？姐，你让我去吧。”我说：“不用了，你去干你的活吧。”

这位同修和丈夫都没有固定收入，房子还是租的，就靠开出租车挣钱养家。出租车还是租赁来的，每天除去租金、油钱，剩不了多少钱，所以我坚持不用他去。同修的丈夫急了，说：“姐，谁家老请律师呀，这一次的机会就给我吧。我开车，我陪律师去看看守所、检察院，你们不用去，我还能发正念呢。”我的眼圈红了，我说：“好。”我们都笑了。我急忙去饭店给同修的丈夫买了一份饭菜，放到了他车里。

我和C同修见到了律师，因为以前我们聘请过他，所以都是熟人了。我说：“某律师，这一次不想让你在法庭上为法轮功学员做精彩的无罪辩护了。”律师问：“那你们请我来干什么？”我说：“请你帮我们去要人。海内外同修给这位公诉人（公诉科科长）打电话讲了真相，我想请你再从法律方面给他讲讲。”律师很为难，说：“上次我来，他在法庭上百般刁难我，还要找我的律所，要吊销我的律师执照。”我说：“这次不一样了，正法进程不一样了，邪恶因素少了。我们给你发正念，正念加持你，你去吧。”律师说：“我试试。”

律师走后，我和C同修给律师、公诉人等人发了一下午正念。晚上我和C同修又去见律师，律师见到我们很高兴，说：“是不一样啦，公诉人的态度不一样了，对我的待遇也不一

许秀云始终是被强制戴着脚镣的。在监管病房“治疗”了半个月后，普兰店法院不顾她病重，把她接去所谓的“开庭”，并非法判刑四年。

安徽阜阳市临泉县杨桥镇七十多岁的法轮功学员张启平，二零二四年二月十八日（正月初九）被警察非法抄家、绑架、关押到临泉县看守所构陷，被秘密非法判刑三年六个月，现被非法关押在安徽省宿州监狱。中共公检法相关人员未告知家人什么时候开庭。

广东梅州市大埔县法轮功学员杨励军女士已被梅州市梅县区法院非法判两年三个月。二零二四年四月十八日上午十点，梅州市公安局办案组人员带领大埔县国保大队和派出所人员，把大埔县法轮功学员杨励军家上下两层（七楼和八楼）翻了个遍，并绑架了杨励军。之后杨励军一直被非法关押在梅州市看守所。二零二四年十月十日，杨励军在梅州市梅县区法院被非法庭审，十点左右开庭，主审法官是魏东华。

黑龙江绥化市肇东市五站镇七十三岁法轮功学员闫志秋老太太，二零二四年九月被警察绑架，非法关押在绥化市看守所构陷，十二月二十七日被绥化市安达市法院非法判刑两年，勒索罚金一万元，还非法扣押了她的养老金。

北京法轮功学员朱颖在河北承德市兴隆县照顾老父亲，二零二四年六月四日被警察入室绑架，非法关押在承德县看守所。二零二五年二月十日，朱颖被突然非法开庭，律师和朱颖本人都做了辩护，朱颖不承认自己的行为有不当之处。承德法院对朱颖做出了两年非法刑期的判决。

天津宁河区七十四岁的法轮功学员刘淑玲老人，二零二四年十二月十六日被宁河区桥北派出所警察非法闯入家中绑架。当时家中只有刘淑玲和她老伴两人，警察说，以前一年刑期已到不算数了，再从新判刘淑玲一年刑期，警

察不容分说将她劫持到看守所。最近获悉，刘淑玲早已被劫持到天津女子监狱迫害。

河北廊坊三河市鲁春杨先生，原三河市外贸总公司办公室主任，因坚持法轮大法真善忍信仰，屡遭中共迫害，被非法刑事拘留二次，家中被非法搜查三次，抄家一次，被骚扰无数次，被绑架到廊坊洗脑班洗脑二十天，身体被毒打等直接伤害过三次，于二零二五年一月十五日离世，终年六十三岁。

广东河源市东源县船塘镇汶水村法轮功学员邱汉浓女士，多年来因讲法轮功真相，四次被东源县警察绑架，至少二次被非法判刑共七年三个月，她在广东女子监狱遭受迫害，被监狱迫害成重病，于二零二四年农历十一月十四含冤离世，终年六十六岁。▲

对这个国保队长的悲悯和救度，我在心里求师父救这个生命，当时的场非常的祥和。

第三天下午，老同修的女婿来了。他明白真相，支持他岳母修炼法轮大法。他和公安局的人都很熟，也经常去公安局。他一进屋，看见我们就说：“我说的嘛，原来是你们！”同修忙问他：“咋回事？”他说：“现在某某某（指国保大队长）抱着脑袋在公安局楼上楼下的乱窜，嘴里还不停的说‘我受不了了，我受不了了’。还跑到大局长办公室说：‘大哥，给我换个活儿吧。这活儿我不能干了，我受不了了。如果没我干的活儿，我回家也行，就是不能干这活儿了。’原来是你们在发正念啊！好，发吧。”说完他就走了。

我们知道是师父派他来告诉我们的，同修们听到后很受鼓舞。同时，也就是在这一天下午，有人看到从我地东边的天上掉下来一个亮晶晶的不小的东西。有好事好奇的人就往掉下东西的地方跑，想看个究竟，但到那一看，就是一个很深的坑，什么也没看到。这件事在当地公安局里引起了轰动，也极大的震慑了邪恶。

A同修回家了，串门的老同修家人也多次去找警察要人。老同修后来出现了病业假相，也被放回来了。B同修和她姐姐还被非法关在看守所。国保大队长调到其它科室当科长去了。

三、公诉人改变了态度

B同修和她姐姐（同修）的所谓案子到了检察院。家人为她们姐俩请了北京的律师，但B同修拒绝请律师，就只为她姐姐请了律师。我正准备去见律师，C同修来了。她问我：“律师来了吗？”我说：“来了，我正准备去见他，想和律师谈谈往回要同修的事。”C同修问我：“你咋想的？”我和C同修详细谈了我的想法，我说：“我们既然花了钱，和律师

这时海外同修及时给公安警察打来真相电话。我地同修给新上任的国保大队长发去彩信讲真相。这个国保大队长受中共邪党毒害太深，不但不听真相，回复彩信时还破口大骂，诽谤大法。

A同修给国保大队长讲真相，他薅着A同修的头发打A同修。他扬言：“我就是新来的国保大队长，我要发给你们法轮功每人一个名片，我叫某某某，我不怕遭报。我要有枪，我把你们法轮功……”邪恶气焰非常嚣张。面对这些，我们咋办？说不怕，那不现实。面对邪恶的环境，我们心中有师父，有大法，怕也得往前走。

师尊说：“其实大法弟子每个人都是有能力的，只是没在表面空间表现出来，就认为没有功能。但是无论能否在表面空间表现出来，动真念时都是威力强大的。因为我们是修正法的，对于善良的生命和世人都要爱护与救度，所以做任何事都要用善的表现，但对于操纵人破坏人类的邪恶生命的处理也是在保护人类与众生。大法洪传，救度一切众生。而那些邪恶的、完全不可救要的邪恶生命，虽然不能得度，也不能任其无限度的做恶、从而迫害大法与学员及世人。所以除恶是在正法，也是在救度世人与众生。”（《精进要旨二》〈大法弟子的正念是有威力的〉）

我和同修们交流，决定有条件的同修集体针对这次对同修被绑架事件和被邪恶裹挟的国保大队长发三天正念。

三、整体发正念，国保队长受不了了

我和几位同修在一位老同修家发正念。我从法中知道，真正的迫害是来自于操控这些公安人员背后的邪恶。清除这些邪恶，迫害才能停止，众生才能被救度，所以背后操控警察的邪恶必须被清除。我们没有恨，也没有怨，只有

用什么标准衡量我们的修炼？

文：清醒

【明慧网】围绕着在法上的交流，在此提出一个更直接的问题：应该用什么标准衡量我们的修炼？如何看到我们的差距？

一、今天的情况不同，应当用最终的标准来衡量我们的修炼

关于“用什么标准来衡量我们的修炼”，大法弟子以法为师，当然是以大法为标准衡量我们的修炼，以此看到自己的差距，这就是总体的统一答案。在这个问题上，经常没有具体的统一答案。因为“不同层次有不同层次的法”（《转法轮》）。大法弟子在不同的层次、不同的状态中修炼，大法会展现给大法弟子不同的内涵、不同的方面，所以在通常情况下这个问题没有具体的统一答案。

但今天的情况不同。因为正法修炼已经走到了接近最后的阶段，那么就要用最终的标准来衡量我们修炼者。在此，我个人认识到，每个大法弟子都可以用师父在二零零七年一月一日发表的《谢谢众生的问候》经文衡量一下自己。

师父说：“真心希望我的大法弟子都能圆满！真心希望世人都明真相、认清历史定给人类最大的恶魔、邪党对中国人对全世界的毒害、对大法弟子的迫害，走出这历史上众生最大的“劫”，真心希望众生都能得救！”（《精进要旨三》〈谢谢众生的问候〉）

师父在经文中所说出的希望，就是大法弟子在修炼中应当要求于自己的标准。在过去，大法弟子本来就可以以此为标准衡量自己的修炼。而当今、在正法修炼的最后，大法弟子应当主动以此为标准衡量自己的修炼。

二、如果用最终的标准来衡量，我们的差距总体上还很大

如果用这个标准来衡量我们的修炼，我们在修炼中的差距就会凸显出来。

首先是，很多同修在讲真相、发正念中，还是把“中共倒台、迫害结束”作为不自觉的目标，把“自己、同修能够从被迫害的危险中解脱出来”作为不自觉的目标，还没有把“世人都明真相、认清中共最终本质、认清邪党对中国人对全世界的毒害、众生都得救”作为修炼指向的目标。

其次是，很多大法弟子在决定做什么、不做什么的时候，主要是在“为了自己能够修炼的更好”，还没有把“大法弟子都能圆满”当成自己要努力圆容的一个原则。

如果我们用这个最终的、更高的标准来衡量我们的修炼，我们就能够更快的提高自己，从而使自己更好的同化大法，使我们的整体有更大的威德，来完成这重大的历史使命、宇宙重托。

因为是星期日，天气又好，逛街的人很多。不一会儿，有的警察说头疼，有的警察往厕所跑。大约十多分钟，忽然狂风大作，一瞬间把邪恶的展板都刮跑了，警察和那些工作人员慌慌忙忙去追展板。“610”的人看到了我们，他和我们目光相对，我们没有怕，他好象明白了什么，匆匆的走了。从此，邪恶的展板再也没有在广场出现过。

二、同修被绑架后

二零一四年秋天，我地有A、B两名女同修去农村讲真相，被不明真相的人诬告，被当地公安国保警察绑架，非法抄家。警察用从同修身上抢来的钥匙去B同修家非法抄家时，B的姐姐和另一个前来串门的老同修正在上网，被突然闯进来的警察绑架。串门的老同修也被非法抄家、绑架，私人物品被抢。四名同修同时被非法关押到当地看守所。

我们知道消息后，感觉周围的气氛非常压抑、紧张、恐怖。怕、难，那也得往前走，不能退却。我们立即通知同修发正念，搜集迫害者的信息，上明慧网曝光邪恶。我去找另一位同修，想让她和我一起去见串门老同修的老伴，鼓励他去公安局要人。同修说：“姐，我在家发正念吧。我有点怕，我不想去。”我笑了，说：“不怕，咱们又没干坏事。你和姐作伴，两个女人去方便一些。”同修说：“那你先给我发个正念吧。”我说：“好。”我俩发了一会儿正念，就去了老同修家。

我们几经周折，找到老同修的老伴，说明老同修被绑架的原委。老同修的老伴明白真相，也支持老伴修炼。他听后非常气愤：串门还犯法？他们也太无法无天了，串门何罪之有？并掏出手机给公安局副局长打电话，说：“我老伴串门犯的什么罪？你们警察撒谎说她是去发资料被绑架的。她要有什么闪失，我跟你们没完，你们立即给我放人。”

高兴的喊着：“师父我好了！我的眼睛好了！感恩师父救我重见光明！弟子叩谢师恩！”

回顾经历的诸多磨难，我无比的感慨：是伟大的师父一次次帮我化险为夷，一次次挽救我的生命。使我还有机会修炼这万古不遇的宇宙大法，还能在大法中被师父重塑。用尽全人类的语言，都无法表达我对师父的无尽感恩！弟子唯有稳健走好最后的正法路，把住一思一念修自己，努力完成历史使命，回报师父的浩荡洪恩！

整体发正念的威力

文：内蒙古大法弟子

【明慧网】我是修炼二十多年的老大法弟子，今年六十九岁。下面把我修炼中的点滴体会写出来，向师尊汇报，与同修们交流。如有不在法上的地方，请同修慈悲指正。

一、整体发正念，邪恶的展板被风刮跑了

前几年的一个星期日，早上风和日丽。上午八点多，我老伴急忙回到家，告诉我：“你快去看看，步行街小广场上摆满了展板，全是诽谤大法的。”我听后，马上边走边想办法通知同修。

我到广场一看，摆的一溜展板全是诽谤大法、毒害众生的，“610”的人、警察、还有穿便装的工作人员站在展板旁。一会儿，陆续来了几位同修，我们都看到了展板，会意的点点头。有的同修坐在展板对面店铺门前的台阶上，有的同修在展板周围来回走动，我们同时都发出了强大的正念：彻底解体迫害大法、毒害众生的一切邪恶生命与因素。发正念中，我明显感到了师尊的加持，能量场非常大。

争论争斗的背后

文：海外大法弟子

【明慧网】大法洪传三十三年，法正人间在即，然而学员中仍有一个相当常见的现象，很不乐观，那就是，很多学员，一旦遇到与自己意见不合的人和事，发出的第一念都是强烈的向外指责，以自己的认识和观念为标准给别人下定义，对方不理睬或不接受就争吵、强词夺理、在事情当中纠缠不休。

换句话说，心性考验来了，第一念却是把别人定位为错误，争个“我高你低”，这不就是证实自我、向外求、向外推之心吗？把修炼提高的机会搞成了世俗之争。这是不是不修、假修呢？

当遇事第一念都这样，大家还对此习以为常，可想而知，修炼环境和当事人的修炼状态会怎样。有些困难一直解决不了，有些项目一直达不到法的要求却无法突破，有些环境中人心泛滥、人情泛滥，不正是环境中的大家修炼状态不在法中的镜像吗？

“训练有素”的修炼人遇到任何问题，都会想起法是怎么要求的，自己如何才能达到法的要求，想为什么让我遇到此事？这件事让我修什么？我有什么不好的观念该去掉了？所以根本不会把时间和精力放在和人斗、向外求上。有些人觉得自己“很讲理”，其实都是在向外求，强词夺理，讲的都是让别人和自己保持一致，认可自己，“我对我对我最对”，发出的也不是善念。坏人以群聊者和项目为目标的煽动、挑拨为什么有市场？因为有些人不把自己当修炼人；不修、假修、不用心修的，很容易上钩。

说这些，是因为正法修炼二十五年了，无论一直在大陆的，还是从大陆到海外的，还是原来就在海外的一些人，

任何事都用常人标准衡量的，仍然非常普遍。从九九年迫害时开始，该不该走出来证实法讲真相，讲真相讲什么、如何讲；让恶人现世现报是否不善；该不该这样，该不该那样；这件事，那件事；谁说的话刺激我了，我认为什么应该是什么样的；听到别人的一句话，认为说到自己了，马上辩护的心、证实自己的心就起来了，斗斗斗；看到一篇文章与自己认识不一样，马上反驳和纠正别人的心就起来了；发正念要领，集体发正念的时间应该怎么选……好象任何事都引起争论，过瘾吗？同修们，修炼不是“你错你错就是你错，我对我对就是我对”啊！

师父在《转法轮》结尾时说：“希望大家在今后的修炼当中，把自己当成一个炼功人，真正修炼下去。我希望新老学员，都能在大法中修炼，都能够功成圆满！希望大家回去抓紧时间实修。”这三句话，也许有些人认为没说什么，一看就懂，可实际做起来呢？怎么才是把自己当成一个炼功人、修炼人了？怎么才是在大法中修炼了？怎么才是抓紧时间实修了？这不是真想修的人，每天、每时、每事都需要问自己的吗？虽然不一定每次都能悟到、做到，但毕竟做到了才是修啊。

反之，当一个本该是修炼人环境的环境中，人们第一念都是常人心、常人观念；第二、第三、第最后一念也只有常人念的时候，那么嘴上再光鲜亮丽，自我感觉再高，对法中的名词再“运用自如”，也不是修炼人的体现啊！不在法上啊！有些同修争斗惯了，争不到自己想要的还要拉帮结伙、还要找“裁判”断案，那不是搭上了禁锢自己于俗世凡尘的“惯性列车”不肯下来吗？而这种列车的目的地，却不是修炼的圆满，也不是大法弟子圆满兑现史前大愿。

前两天看到一位同修的交流文章，提到《道法》这篇经文对她的帮助。如果我们都能把《道法》和《佛性》这

倒头大睡，或许就起不来了。大法弟子岂能向邪恶低头？不会的，只能是千锤百炼更顽强！正是这凶猛的切肤之痛震惊了我，到底是什么原因导致了这样的局面呢？之前没有过任何征兆吗？这时我想起俩月前的事。一天，我从同修家下楼时一脚踩空了，摔下楼梯、脚肿了。只可惜当时没悟到师父在点化我什么，也就没能向内找。现在看，是我隐藏的人心被旧势力抓到把柄，累积成今天的肉体迫害。

这一次，我冷静下来找自己：记得有同修告诉我，说有人在背后议论我、谎言诋毁我。当时我说这是好事儿，帮我提高心性呢。我自以为心性稳定、能放的下呢。可是后来却时常内心翻腾起来，觉的那人咋这样？修炼人咋能撒谎、不修口呢？我为此瞧不起同修，心里愤愤不平。甚至想找她当面对质，争个我对、她错的。

如今我清醒了，怕别人在背后议论、说我不好，那不就是不让人说、只想听好听的吗？那是面子心、求名心！而那个愤愤不平、乃至瞧不起同修，那是妒嫉心！还有怨恨心、争斗心，搅的我心绪不宁。那些东西不正是修炼人要去掉的吗？之前我从楼梯上掉下来，不正是师父点化我要实修、要走稳吗？遗憾的是我没能悟道，固守着人心不放，终究没躲过旧势力的虎视眈眈与迫害。

如今找出了不足，就决不姑息。此时不修、更待何时？我用强大的意念排除它、解体它。说来真神奇，就在我追根溯源的一瞬间，心情特别的轻松舒畅。回头再看那令我愤愤不平的事，心里不翻腾了，真的是小事一桩。

中午十二点发正念，我心里异常的平静。发正念中，身体热乎乎的被能量包容着，俨然被洗礼般的全身通透，舒适而美妙。发完正念一看表，三个小时过去了。也就在睁开眼睛那一刻，眼前从未有过的清亮，好象到了新的世界，屋里清晰明亮了。眼睛不怕光了，右眼红肿也褪去了。我

同时借助放大镜看书，好不容易学了一讲法。第三天就能多学一些了。

不仅多学法，我还坚持多炼功，一天至少炼两遍。炼抱轮时，后背和腰部一阵阵剧痛，象被电钻扎透似的，钻心的痛、彻骨痛，痛的直流泪。于是我正念排除疼痛：我是神，神不会痛！而那个剧烈的疼痛挑战着我的正念，挑战我的意志力和身体的承受极限，使我几乎站立不稳。可是站不稳我也咬牙坚持，决不妥协。因为这疼痛不是师父安排的，是旧势力干扰不让我炼功。我只归师父管，其它的安排都不要、都不承认。我相信我能行，强挺着炼完了第二套功法。此时泪水伴随着汗水在滑落，毛巾擦湿了，衣服也湿透了。

虽然身体承受了极度的疼痛，心里却不觉的苦。我知道在另外空间此时在正邪大战，你弱它就强，所以我必须强大，首先从气势上压倒邪恶。何况我有大法和师父，我相信师父在看护我、保护我！师父也会赋予我神通，我用意念调动神通，把痛苦转移到迫害大法、迫害大法弟子的邪恶身上。就这样持续围剿旧势力，一天一宿没睡觉，一点儿也不困。

炼完功紧接着发正念，全盘否定旧势力对我的一切安排。我正告旧势力：如果我过去与你签过约定、任何约定，我今天郑重声明全部作废！我是李洪志师父的弟子，我只听师父的安排，你的安排一概不承认！我高密度发正念否定旧势力迫害，每次都加长时间，一般不少于一小时。很明显感受到我空间场清亮了，身体在往好的方向转。

只是这期间我还发烧，穿少了怕冷、怕风；穿多了炼功时满身是汗。而且眼睛一直痛的流泪。我能感受到眼部细胞浸润在疼痛中，全身细胞浸润在忽冷忽热中。我坚守信师信法的正念，以顽强的毅力支撑着，学法、炼功，发正念，丝毫不敢悲悯一下自己可怜的小心情。否则会立即

两篇经文，乃至《精进要旨》全部背下来，随时对照自己要求自己，特别是自己要动心的时候，那我们的心性状态，必将发生质的飞跃！

保护自己 不被迷惑 ——与网络讲真相同修交流

文：大陆大法弟子

【明慧网】最近看了海外同修网络讲真相的文章，感觉海外的黑水军已经非常泛滥了。文本就我在大陆了解到的行业情况跟大家交流，供大家参考。

舆论引导是已经产业化的工作，有的是私人经营有的是官方的，国际时事、社会民生、娱乐八卦，方方面面都在用。大陆任何一个网络平台都有职业水军带舆论风向，以达到支持、反对某一些人或事的目地。他们有的长期针对某一个人群，这种就是职业做坏事的；有的是来什么任务就发什么，这种是机械的传播信息的。同修要想网络讲真相，可以对这些事有个基本认识，保护自己不要被迷惑。

1. 不要进群

任何网络平台上的群、网站都不要加、不要用。所有建群的人都是有目地的。群的最显著特征就是封闭，封闭的地方人心很容易被带动。可能一开始这是个好的群，但后来混进去什么人，谁也不知道，或者有的群本来用意就是坏的。

这些事情非常难以识别，因为他不一定一上来就干坏事，他一开始可能表现的很不错。就是因为难以识别，所以大家不要加群、不要上那些网站，不要给他们市场。没

人看他们就不表演了。因为他们是职业的，他会回去汇报：我们建了多少个群，群里有多少人，什么样的人，多少群维持高活跃，多少群维持基本活跃；我们进了多少别人的群，群里什么样，他们关注讨论些什么；我们有多少网站，可以联系上多少网站，网站每天有多少用户，我们全渠道发布信息可以达到什么样的扩散速度，影响多少人等等。

水军是有组织、有规模的，他们背后是有邪灵的，表面上我们非常难以识别，不要想着就进去看看不说话等等，非常容易被利用。早期大陆被绑架进去转化了的学员，很多都是好奇就想听下邪恶的说词，好跟他们辩辩，邪恶就灌进去了；从一开始就请师父加持一点不看的，往往就能走过来。

2. 不要跟坏人辩论

讲真相、做推广可以主要面对那些不了解这些事，态度正向、中立的人，面对那些持反面意见的人就要警惕了。因为这些反面意见者他是不是职业水军我们不清楚，他有可能直接是反面意见，也可能说些模棱两可带风向、抹黑的话。碰到这种人，可以试试私信他讲道理，如果不回复或者说不通就不要管了。一方面，跟坏人反复回复辩论就是加热这条内容和评论，让算法识别到后推荐给更多人，同时也是帮坏人养账号，是非常错误的做法；另一方面，坏人就是按条挣钱的，你反复回复他，他赚得更多更轻松，他回头就拿跟你的对话去结算了，所以不可能说动他的。

3. 不要随意互动

大家如果是讲真相，那就得注意千万不要上瘾去刷社交媒体，也不要互动和讲真相没有关系的内容。“钓鱼”的话术非常多，都总结不过来。比如，我见过这样做的：长期观察，他知道这个群体喜欢什么东西，他就发点相关的，自然就把这个群体的人引来互动互关，账号“养”起来了，

没想到三天后严重了。早上一睁眼，发现屋里雾蒙蒙的，看不清物体。我想看看几点了，被亮光刺得不敢睁眼，就用手遮挡一下，透过指缝看，把钟表贴近眼前才能看见。我被这突来的症状吓一跳，惊恐的自言自语：“师父，这不是真的，是假的，是迫害，我不承认。我要出去救人，求师父帮我！”我给师父上香，跪在师父法像前哭了，越哭眼睛越痛。我说：“师父，弟子没做好，是我太差了。我要归正修炼状态，要精进。不争气的弟子让师父操心了！”

虽然嘴上说要做好，心里却犯嘀咕，负面思维不断的涌来：我们学法组一位同修就因为眼睛出了问题不能看书了，只能听录音学法；我母亲眼睛不好，我哥眼睛也不好。联想到这些，我心里掠过一丝不安。

真的是好坏出自一念，就因为我心里不稳，事态变的严重了。我两眼都肿痛了，睁眼痛、闭眼也痛。这时候我警醒了：大法弟子不能认可负面思维。我不认可同修的不正确状态，更不认可我的家族病史。只要头脑中闪现出不好的念头，我都视为旧势力的圈套，坚决排斥、否定它。大法弟子的身体充实着高能量物质，出现病业症状那是自己没做好造成的。要从心性上找原因，在法中归正人心和不足，才能破除魔难干扰。

于是我调整心态，不把眼睛痛看重，照常做大法弟子该做的事。我首先保证学法。可是想学法却看不清字，就拿放大镜看，每看一行字都很吃力。并且一看书眼睛就磨的流泪，连带着面部疼痛，头也痛。我一手拿书，一手拿放大镜，旁边放着毛巾擦眼泪，一会儿毛巾全湿了。尽管看书的难度很大，那我也坚持。坚持一个字、一个字挪动着，看了一天连一页都没看完。

第二天学法时，眼睛依旧疼痛、流泪，我默背师父的法“难忍能忍，难行能行”（《转法轮》），鼓励自己要坚强。

扰，再怎么痛也得坚持炼功。炼完五套功法，脚热了，脚趾不抽了，左胳膊肘也不太痛了，只是左手还麻木不太灵活。我又发了一小时正念，就好了。

第二天，我想骑电瓶车出去讲真相，发现左手又麻木不好使了。我心想我是神，我的手好使，然后就能骑车了。只是胳膊肘很痛，我停下来，手按痛处缓一下。再痛，就再按。后来我一边骑车，一边发正念，不准旧势力干扰我救人，我坚决不承认这一切。胳膊肘不痛了。我很疑惑，怎么就突然半身不遂了？向内找：几天前有同修问我卖房子的事，我说：“房子给孩子了，他们卖，我不管了。”转而补了一句：“现在的孩子就认钱。”我说这话的时候也没多想，回家后就出现了病业症状。此时我找到了问题根源，之前我以为自己早就看淡了利益，现在看那是表面放下了，其实心里没放下，才会说孩子只认钱，显然是不太情愿给孩子，就算给了心里也不太舒服，这是利益心哪。抱怨孩子只认钱，一方面是嫉妒心；另一方面跟人说起这事的时候，那个自我感觉还不错：还是我修炼人高姿态，房子都能给孩子。潜藏着求名心。我找出了这些人心执著，在心里跟师父认错：师父，我错了。我要真正放下人的东西，真正去掉利益心，去掉求名心和嫉妒心！

当我归正了心念之后，半身不遂症状完全消失了。我顿时感到一身轻，再次见证了法轮大法的伟大和殊胜。感恩师父为弟子消除业力，化解了一场突如其来的迫害！

二、正念中我重见光明

二零二一年夏季的一天，我在车上突然感觉右眼被迷了一下，摩擦的痛。回家照镜子，发现眼睛有点红，同时伴有发烧症状，浑身发冷。我相信大法弟子没有病，也就没当回事。

就编造一些内容，说这里那里不好，自己被骗了等等，然后还会把高互动的内容编辑掉，换成反面的内容，利用互动数据去推反面内容。

其实现在在算法的作用下，社交媒体的“信息茧房”非常严重。普通用户也都习惯了上网搜一件事，而网上大家怎么说的都有。所以同修看到负面内容时，不要过度忧心——过度担忧是不是也是一颗执著心呢？也许邪恶的目的地不是扰乱普通人，而是扰乱大法弟子！

所以，大家要以一个修炼人的心态做事，保持正念是最重要的。

“以我为大”何时休？ ——浅悟“以法为大”

文：大陆大法弟子

【明慧网】最近学法和看明慧网文章，个人体悟，很多时候，我们不自觉的“以我为大”，这正是造成根本执著放不下、学不会修炼、放不下很顽固的人心执著，提高不了心性。

师父有诗云：“道说乾坤事 万物法为大”（《洪吟五》〈茶道〉）。在新经文《关键时刻看人心》中，师父又两次提到“以法为大”，还提到“以法为重，用法衡量一切。”

我们大法弟子个人、大法弟子群体在正法修炼中出现的问题，是否是没做到“以法为大”？让师尊反复的在强调。

初学师父经文《走向圆满》，有好多的不理解，例如：“有人觉的大法可以挽救人类败坏了的道德，有人觉的大法能治好自己的病，有人觉的大法与师父正派，等等等等。”（《精进要旨二》〈走向圆满〉）挽救人类败坏了的道德、治好自己的病、大法与师父正派不好吗？

如今再读，那些“觉的”基点都在人这，是没脱离人的，是“以人为大”，而师父要的是带领我们走出人、超越人达到更高境界。

再看“有人觉的大法符合自己的科学观念，有人觉的符合自己做人的道理，有人觉的符合了自己对政治的不满”（《精進要旨二》〈走向圆满〉），方才发现整个都弄反了，不是用大法去衡量自己的“科学观念”、“做人的道理”、“对政治的不满”符不符合大法，而是大法符合自己的各种观念，才说大法好，才认同大法。这不是“以我为大”吗？如此所谓的“修”下去，能走出“人”、走出“我”、达到师父的要求，大法的标准吗？达不到。

回想自己是怎么入的大法的门，是生命冥冥中对修炼的向往，所以，在看过一遍《转法轮》后，听人说起法轮功是修炼，不是一般的气功，就是“修炼”二字让我动了心。得法后，一段时间还沾沾自喜啊：我不是祛病健身来的，我是来修炼的，似乎我的目地是非常纯的。

现在终于明白了，我在干什么、我要什么，我怎么怎么样，那不就是“以我为大”吗？我是谁呢？没有师尊大法的启悟、度化，在无明的迷中造业还业、又造业又被迫还业、被业所困的我算什么？虽然当初，要想修炼是尚存佛性，可现在看来，那也不过旧宇宙生命的最大智慧——把个人修炼、成就自己看得高于一切，最终目地是为我私，而在今天，是达不到师父正法要求的，带着私也进不到新宇宙。

师父说：“而我要你们能够做到的是真正纯正的，无私的，真正的正法正觉的圆满，才能达到永远不灭。”（《瑞士法会讲法》）

我们只能“以法为大”、“用法衡量一切”，才能达到真正的法的标准、新宇宙的标准。

对本地区的正念后，我又单抽出时间针对干扰师父正法、阻碍神韵救人发正念，清除攻击神韵的邪恶宣传，明显感觉正念的能量比之前强大了。

感恩师父的慈悲伟大，及时警醒弟子、看护弟子、领着弟子继续前行。

感谢同修们陪我学法、背法、帮我指正人心。从此时起，从自身起，精進再精進。

正念中我重见光明

文：黑龙江大法弟子

【明慧网】我今年七十岁，修炼法轮大法二十多年了。这期间经历过许多魔难，也都在师父保护下平安过关，在我正念正行中走过来了。下面写出我破除魔难的一点体会，与同修分享，有不当之处请慈悲指正。

一、两天消除半身不遂症状

我在修炼中一向严格要求自己，从不滋养安逸心。每天夜间十二点发完正念才睡觉，平时从不懒散躺着。

可是二零二零年的一天晚上，我发完六点钟正念就想躺下，这一躺就睡了一会儿。朦胧中，主意识不断的提醒我不能躺着、快起来！我好不容易起来了，没想到左侧身体不听使唤了，左脚很凉，并且抽搐；左手也凉、麻木不好使，左胳膊肘很痛。我心里不慌，就定住一念：“我是神，我的一切都归师父管！这都是假相，我不承认，用师父赋予的神通解体它。”我先发正念一小时。然后炼功，发现身体站不稳了，左胳膊肘很痛，我用右手按住痛处，缓解一下再炼，这样反复了几次。后来我想不能这样顺从干

写到此我哭出了声来。我有什么理由安逸？有什么理由抱着人心不放？有什么理由浪费大量的师父用巨大慈悲延续来的仅有的救人时间？自己救一个人就沾沾自喜，甚至还要和同修炫耀一下，还觉的自己三件事做的挺好，觉的自己修炼中悟性不算太差的等等，太多太多不在法上的人心、人念。和精進的同修相比、和法相比差之多远啊？

我个人所悟，我们大法弟子要立即归正自己所有不合法的一思一念、一言一行，在法上实修自己，时事事与法对照，找出自己该修去的不足从而升华上来。只有在法上，三件事才能做好、做稳，才能救下更多的众生。

师父给我们安排的该我们自己消去的、承受的相对就不难，从而不会给师父再额外的增加负担。如果我们做不好，不在法上，甚至再造的新业、有的很大，自己该消的业力就会觉的很难过，我们就会求师父加持，是不是会给师父增加本不该有的压力呢？我个人理解师父把我们生生世世造的业力加起来，替我们承受了一半，剩下一半只要在法上真修实修，其实都不难过。而如果再造的新业，有的自己承受不了，师父还是会替我们承受，那这部份是不是就是给师父增加的本不该有的呢？就会给师父正法、救众生添麻烦。师父亲自带着神韵从零开始周密的安排到现在八个团全球巡演，救度众生的效果，数量与质量都是其它项目无法相比的，而且神韵还起到了回归传统为后人在很多方面做铺垫的无法比拟的作用。其中倾注了师父多少心血，不是我们用人的语言能形容得了的。我们都知道我们要助师正法，可是怎么助？助的力度是多大？助的效果又如何？我们唯有修好自己，无条件同化大法，救下更多的众生兑现自己的誓约，才算走好了师父安排的路，方能随师进入新宇宙。

背完这两篇新经文后，我找出很多不在法上的观念、人心，并下决心一一去掉归正。在发好四个整点正念和针

现在明白了，“我要修炼”是我入门时的根本执著。学好法同化法修好自己才是助师正法救人的基础。越学法越体悟师尊对生命的珍惜，师尊是来正法救众生的，我们此生生命的根本是助师救人。

过去我认为，三件事中，讲真相救人最难。现在认识到，只要我们每个大法弟子尽心尽力做到了、做好了应做的，救人上可能会出现奇迹。因为本质上是大法在救人，我们不执著人心、不阻挡，大法的威力就能通过我们的好的修炼状态在救人中体现。

求高的问题

我身边有一对夫妻同修，认识了外地一女同修S。据说该女同修处于渐悟状态，如何如何。夫妻同修中的男同修A结识了S，在与A的交流中，知道彼此在历史上的缘分。虽然在不同的省份，也时有交往。

A在S处获得过据说是师父小范围没公开发表的讲法，传给周围同修看。这已经是乱法了，却以此证实自己。

A对师父身边同修执著，对历史上释迦佛法时的“上部座弟子”向往，似乎师父身边或曾经在师父身边待过的就是所谓的“上部座弟子”，能听到小范围讲法就是听到高的法了，似乎修得高了。

可修炼人用法一对照，那些想法、做法真的都不在法上！

对此，师父在《转法轮》、《精進要旨》上都有讲到。师父经文《永远记住》我们还记得吗？还有同修打坐三个小时，不炼动功，似乎也是自己修得高了的表現。

这样的同修不看《明慧周刊》，明慧网也不是经常看，微信还在用，跟S也有微信联系。跟海外同修有联系，说师父有新经文海外同修就会告诉。我说一打开明慧网不就看到师父的所有经文了吗？为什么要等别人相告？

A同修不看《明慧周刊》，说有的文章是新学员写的。你是“老学员”，假修、不修、不用心修，时间再长也没用啊！

明慧网、《明慧周刊》是师父给大法弟子开创的交流平台，自己体会对修炼者有很大帮助。不看是不是没有珍惜师父给我们在这特殊时期开创的修炼环境，没有珍惜相互提醒、相互借鉴、相互救助、共同提高的机会？

手机问题

尽管手机安全、手机危害问题，同修不断的在交流、提醒，师父法中也有明示，可还是有同修不重视。有同修说重视手机问题的同修是怕手机。在有的同修眼里，注意手机安全是“修炼层次不够”，自己修到的层次已经没有这个问题了。这种不理智、狂妄，很荒唐可笑。

以我的切身体会来说。明慧编辑部发表《所有大法弟子需知》后，我就卸载了微信，可在一段时间内还时不时的翻看手机新闻。早上晨炼起不来，设置了闹钟也听不到，很长时间都是五点多接近六点发正念时间才能起来，后来，下决心不再看手机新闻，早上听得到闹钟了，也容易起来了，对修炼人内境的清净有了一些体会。

从法中我们知道，网络就是魔窟，总是置身魔窟，会怎么样？自身空间场会填充什么呢？师父要我们发正念前五分钟都是清理自身空间场，我们还主动的让一些东西进来？由此，我想到有的同修学法不得法，导致最终脱离大法。自身空间场不干净、不清净应是其中的一个原因。试想，业力场会隔绝自身与大法的联系，魔物、不好的败物不也是会这样吗？因为修炼者得法就会消去这些魔物与败物，它不就拼命的不让得法？所以修炼人严肃的对待自己的修炼很重要，不是想当然的。

写出看到的问题，并不是要指责同修，而是希望我们

有同事们因为评职称互相举报、拆台，我也跟着背后针对某同事议论评论、妒嫉之火无名升起。

我除了没有救人的心态，表现的还不如常人。争斗心、妒嫉心、名利心、怨恨心、色欲心、显示心、不修口、说假话办假事、变异的现代观念行为随之增强放大，自己都感觉明显在往下掉，讲真相救人就更谈不上了。

这样的状态能不可怕吗？找出了这些肮脏的人心与执著，我决定赶快对照法归正自己，真修、实修。在心里，我一遍一遍的和同事道歉说对不起，发正念清除执著败物，反复的背诵师父的讲法，逐渐逐渐慈悲心油然而生，看到同事们为了名利迷在常人中争争斗斗实在活的太累太可怜了，有了想要救他们的愿望。

学习师父发表的新经文《法难》，我的心情有些沉重，觉的自己真是愧对师父、愧对大法，自己光知道我有无所不能的师父了，这儿疼了、那儿痒了的，求师父加持、发发正念没事了；遇到干扰了、遇事不顺了，求求师父帮帮，大化小、小化了的没事了；师父恩赐了我工作、房子、车子、好身体等等等等，是让我在常人中有宽松环境的同时要证实法的，不是过常人舒适生活的。可我都习以为常了，还觉的自己修炼的好。却不知师父为我付出了多少。

师父讲：“而被救的世人，自己无法偿还历史上留下的全部罪业，神就得给人善解一部分，叫其自身消一部分，师父我也得替人承受一部分，那么救的生命越多，师父承受的越大。”（《法难》）

我个人所悟，所有弟子的一切，已经三退众生的一切，和还有得救希望的众生的一切，师父都会苦心的安排好，那这一切师父得操多少心？师父还要层层层正法，还要造好新宇宙，安排好未来美好的一切一切等等等等。师父付出了多少？我们计算不来，更形容不来。

学新经文 实修自己

文：大陆大法弟子

【明慧网】学习了师父近期发表的新经文，对照法我想实修自己。因悟性差、人心多、层次有限，如有偏颇，敬请同修指正。

师父在《惊醒》中讲：“回想起来我都感到后怕，很多人长时间放松自己的修炼，做事又与常人一样，这是大法弟子的状态吗？这问题你们得重视起来。”

我就是师父说的长时间放松自己修炼的其中一个，也是在工作环境中没能很好的证实法救众生的不争气的弟子。回想近二、三年自己在单位时的状态着实感到汗颜。

二零二零年，我回到上级单位上班。由于考勤制度较严，每天刷脸四次，每周上五天班，有时还要星期天值班，甚至是下乡出差等，和以前的单位相比，时间紧了很多。不能参加期间下午的集体学法了，只能是下班后晚上学法、做救人的事等。有时，怕同事不理解互相请客也得参加。这样每天保证做三件事的时间减少了很多，而我的安逸、懒惰，一直修的拖泥带水，不能保证晨炼。

第一年我在上班期间，还努力挤时间背背法、看看同修交流文章、瞅机会给亲近的同事讲真相。可是随着人心的泛起，逐渐逐渐放松了，办公室同事聊天也跟着搭起话来，甚至有时滔滔不绝。闲暇之余一起逛街买衣服；同事间互相请客逢场必到；和异性间开玩笑说话随意；工作方面不严谨偶尔也会弄假等等。尤其是对我以前科长的看法与态度，大大跌至常人甚至更低层次，怨恨他多给我增加工作任务、就敢欺负我；看不起他摆官架子、吹毛求疵；用报复的心态在工作上耍笑人家；用尖酸的言语顶对人家；和同事背后一起贬低人家、抓着人家的缺点议论不休等。还

都真正“以法为大”在法上修，在法上提高，在法上精進，修好自己，兑现誓约。

个人现阶段的一点认识，难免偏颇，不足处请慈悲指正。

浅谈“私”

文：山东大法弟子

【明慧网】原先我有个观点，或者叫误区，就是在我现有能力范围内所触及到的事，或目前我认为我心性所在位置上的事，我才确定去做。这听上去好象没什么错，深挖实际上也是一种私我之下的认识，因为出发点是以自我为中心的，而且还给做事情的标准划上了条条杠杠框框。

先说符合自己心意的（其实都是执著，执著自己的心意）、觉的同修配合的或能听自己的、或觉的修的还不错的同修就愿意去做，反之就不情愿做或拖延着做。其实有些事情在同修那处理起来有一定的难度，但对你来讲也可能就是几分钟的事或不长的时间，但因你不是为他，而是设定了标准，有些就被划入了范围之外，没有为了大局而第一时间解决。

再有就是超出我能力范围或心性标准之外的一概不想管，但什么是能力范围？什么是心性标准？修炼人对自己的要求不是越高越好吗？想“少做”、“等等做”，潜在的意识里有“什么事都别找我”、“什么事都和我没关系”才好呢，所以也是一种变相的、推脱的说法，是自私行为。

这种被动式的做、量化分割式的做和不愿意去做，不情愿多做的背后都有“私心”的影子。

去年我有一阶段觉的修炼很困难，和同修交流他们也有同感，感觉有些跟不上了。是什么原因造成的，我在找。

后来想到一点，原因就是思维还停留在原来的修炼方式上。换句话说，就是标准还是以前的标准，固步自封了，没有按更高的标准来对待，所以提高不上来。

回想修炼之路，一九九九年“七·二零”之前，是师父带着我们修（当然现在也是），那时候就是学法、炼功、洪法，师父把我们推到位才进入正法修炼。迫害发生后，我们转到全面救人上来了，是在法中成熟后投入作为正法弟子该做的反迫害、救人。实际情况是大部份同修都跟上来了，可还是有掉队的。

到了向法正人间过渡时，所剩的人心背后的因素、观念，一切不正的都浮到表面上来了，就得彻底的去它的根源——“私”了，因为新宇宙是不要“为私为我”的生命的。这个阶段按我的理解是，所剩的私心必须去掉。

想一想其实每一个阶段师父都在给我们提示、引导和鼓励，给予过我们归正的时间和机会，“棒喝”过我们，只是我们没有用心去倾听、用心去领悟、用心去改正。

哪一阶段没做好都有损失，都会给圆满完成使命带来困难。那一直都不修、假修、不怎么用心修的同修，怎么办呢？人家走，你得跑着撵，还不一定能撵的上。差距不是一天造成的。人家盖成了高楼，你地基还没打好，可那欠下的业债不需要还吗？修炼中要面对的人心不需要一一修去吗？使命和誓约不需要兑现吗？

写下这些略感沉重，这些事我是建议同修拿出点时间来好好考虑一下，责任和使命不仅仅是几个字表面的意思，生命也不是这一世的概念，大法弟子不是谁想当就当的，是最神圣的，神圣怎么体现？她背后的内涵有多深厚？不应该好好想想吗？

“私”字当头的状态应该解决了。师父讲：“关键时刻看人心”（《关键时刻看人心》）。现在真的是关键时刻，这关

每回都没有耽误给同修送资料。后来通过学法交流，认识到这样做资料不安全，我家就渐渐的又变成一朵小花，在师父的保护下安全走到今天。

变成小花后，我就出去面对面讲真相。开始的时候张不开口，不知道怎么讲，同修讲真相的时候，我就发正念，这样的状态持续三、四个月。后来我晕车很严重，不能出去讲真相了。直到我去掉怨恨心，我发现自己不晕车了。我就又开始出去讲真相，而且我自己也能张口讲了，我突破了自己。

在讲真相的时候也会碰到不听的、不信的、骂人的，什么样的人都有。我不动心，我就是要救人。

十五年的修炼，离不开师父的保护，每一次的提高都离不开师父的点悟。师父告诉大法弟子要做好三件事，弟子一定做好三件事，完成使命。感恩师尊！感恩大法！

因为修炼大法得为他人着想。”但其实我是不想让婆婆求得心里安慰，我就是想让婆婆心里难受，所以这钱我就是不要。修炼这么多年，我这个怨恨心始终不去，而且已经被滋养的非常强大，根本不能碰，一碰我就跟丈夫吵架，气的丈夫脸都白了。

去年我晕车很严重，直接耽误我出去讲真相。我开始大量学法，向内找，但就是找不对，因为这个怨恨心我根本就不碰它，每次向内找都绕过它。

后来师父看我实在不悟，就借丈夫的嘴说我。我才真正的面对自己这颗怨恨心，我知道我该去掉它了。但去掉的过程非常苦，也反反复复。

我隔几天就做好吃的给婆婆送去，一开始我憋着一口气去做，对婆婆的态度很不好。后来我忍住这口气，再后来强迫自己对婆婆和颜悦色，慢慢的这口气没了，我能平静的面对婆婆了。一天，我突然觉的婆婆真的很可怜，就这样去掉了我对婆家的怨恨。从那以后，我坐车再也不晕车了，坐多长时间也不晕车了。

救人忙

得法不长时间，我就出去发真相资料、挂条幅。二零一五年，女儿同修辞职在家，我们买了一台打印机开了一朵小花。开始打印胶贴，慢慢的开始打印台历、真相小册子、《九评共产党》书等真相资料。打印机从一台增加到五台，最多的时候二十箱打印纸只能用一个月。同修说我家成了印刷厂。

我每天都要给同修送资料。后来我买了一台二手的小电瓶车。到冬天很冷的时候，小电瓶车出去没走多远就冻的没电了。我就和它商量：“你为法而来，你也是幸运的，能为大法弟子救人出一份力，你是超常的。”它很有灵性，

键时刻不仅仅会展现人心向上的那一面，也会暴露出人心不足的那一面。那么同修，你的眼睛盯着什么呢？向内还是向外？出发点和目的地是自我私心？还是为了法为了世人？

中国大陆学员注意卸载

文：大陆大法弟子

【明慧网】中国大陆某视频平台近日突然出现大量跟明慧音乐，神韵音乐和神韵图像有关的短视频，而且经过剪辑去掉了有关：“法轮”等相关字眼，“很多人”在后面跟帖回复，什么“感恩师父”等话，应该使用了AI技术。

在国外中共邪党利用海外媒体攻击神韵的情况下，中国大陆突然出现的这种情况，极不正常。

一是安全问题，二是执著手机视频，三是涉嫌侵权，四是这种视频不能救人，只能暴露跟帖者身份，同时平台推送给你一定要注意了，说明大数据窃听，分析到你的喜好，这种大量跟帖不排除是特务的钓鱼陷阱。

如果是中国大陆学员所为，请立即停止这种侵权行为，这种方法不但不能救人、浪费大量时间，而且对执着手机视频的大陆掉队学员造成巨大安全隐患。

请立即停止点赞关注评论等动作，立即卸载这种视频软件。

从心念开始彻底否定旧势力安排 闯过病业关

文：欧洲大法弟子

【明慧网】去年夏天，我经历了一次严重的病业关。今天，我想向师父汇报，与同修分享的是我这次闯关的心路历程。

六月底的一天，我突然感觉浑身酸痛，非常疲倦。开始我以为是累了，休息一下就好，没想到，过了两天我的腰部出现了红疹。红疹很快发展成一片，布满了身体的一侧。接着，红疹上生出了大大小小的水泡。一个念头告诉我说，你得的是带状疱疹。

师父在《转法轮》中告诉我说：“好坏出自一念”。我到网上一查，症状果真和带状疱疹一模一样，于是无意中接受了“这是带状疱疹”的念头。这一念之差让我跌进了邪恶给我安排的陷阱。最终花了四个星期的时间，才破解了难关。

按照医书的说法，带状疱疹是身体免疫系统功能下降，或精神压力太大时，潜伏在身体里的水痘病毒被再次激活引起的。我自认为修炼近二十九年，一直坚持学法炼功，不可能是免疫系统功能下降。不过，我的确感觉长期以来负责的项目多，精神压力太大。但转念一想，即使压力大，也不应该出现这样的状况。这不可能是师父的安排。既然不是师父的安排，那就是邪恶的干扰。邪恶能干扰到我，就说明我修炼有漏，那到底是哪个漏被邪恶利用了呢？我猛然意识到，很可能是我前几天在心里嘟囔招来的魔难。

几天前，我和一个同修有过一个简短的对话。当时我感觉到这位同修期待我做些事，而我没理解她的具体需求，就发简讯问她，希望我做什么？她回答说，希望我能

去掉怨恨心后 我不晕车了

文：黑龙江大法弟子

【明慧网】我是一名二零零八年得法的大法弟子。修炼大法后，我身体健康了，所有的病都好了，唯独是原来不晕车的我，开始晕车了。这些年我一直在向内找，为什么病都好了，却开始晕车了？直到二零二三年，我去掉了婆婆家的恨，对丈夫的怨，不知不觉中不晕车了。

我结婚的时候，婆家什么都没给我，住的房子是个四处漏风的仓库。东北的冬天很冷，怎么烧火都不暖。女儿四岁的时候，我们自己攒够了钱，盖了新房。公公却对所有的亲属、邻居说是他给我们盖的新房，当时我气恨的病倒了，气出了心脏病，吃了好久的药也没好彻底。从此以后我的身体就变的多病，那时我才三十几岁。每当看到公公婆婆我气的心都在颤抖。三个小叔子，一个小姑子结婚时，公公都给了新房，只有我没有，我更恨了。在我得法半年后，公公去世了，我没去送葬，那时我还很怨恨他。

我女儿从小身体很弱，她左手一直用不上力，一用力左肩胛骨就酸痛。一位懂接骨的人告诉我，女儿的左肩胛骨应该是在一两岁的时候错位了（但我不知道），耽误治疗了，现在已经长肉芽了，要想治疗得做手术把肉芽刮掉，再重新接骨，但也不能保证象右手臂一样。因为婆婆一天也没帮我带过女儿，导致女儿一岁就得送托儿所，我听了后更恨婆婆了，恨的我直晕，也更怨丈夫。我得法后，女儿也得法了，她修炼不长时间，左肩胛骨酸痛就好了。

前几年，婆婆要给我一万块钱，算是弥补我这些年的委屈。我知道婆婆是想求得心里安慰，因为我修炼大法后对她很好，在生活中处处关心照顾她。但这钱我没要，因为我的怨恨心没有去掉，我虽然和丈夫说：“这个钱咱不要，

上扎，而这时的我已经不再是无可奈何的消极忍耐。我悟到，当我执著自我，想保护自己时，邪恶就有空子可钻；当我站在为他的基点上，一心想着救人的时候，就符合了新宇宙的理，师父就为我做主，解体了邪恶对我的迫害和干扰。

在这过程中，我还意识到自己一个不够信师信法的表现，那就是我一度使劲想怎么才能把工作分出去一些，给自己多节省一点时间。我想破了头，也没想出什么好的解决办法。

有一天，我心里对师父说：“师父啊，我最大的愿望就是做一个在正法中能为师父所用的弟子，但我目前的修炼状态达不到把所有应该做的事情都做好的成度，也想不清楚哪些事情该分出去，分给谁，师父能不能帮帮我？”

神奇的是，我发完这一念后不久，一个同修主动找到我说可以帮我做一件事。这是一件复杂但极为重要的事，对安全性的要求又很高，我一直找不到合适的人来做，想着只好自己做，可又苦于没有时间。这位主动提出帮我的同修平时非常忙，所以我从来没想过要去找她帮忙。我不知道她最近因为工作上的一些临时变化，正好有一点空闲时间，但很显然师父知道我们每一个人的情况，把她派来帮我。类似的安排还不只这一个。

经历了这次魔难，我深深的体会到老学员也没有老本可吃。我们修好的部份立即被隔开了，在人中的这部份，只有修炼如初，主动同化大法，才能真正的升华、达到大法给我们的新的标准。

想到师父时时看护着我，在我陷入魔难时，引导着我去学法，给我显现法理，唤醒我本性的一面，带着我一步步提升，走出魔难，又悉心的为我安排帮手，帮我解决工作中的困难，我无法用语言表达自己对师父的感激之情。

谢谢师父！谢谢各位同修！

把所有同修都装在心里，连同每个人的需求和他们的烦恼忧愁。同修这句话里所承载的期待和要求对当时的我来说，就象有人要把一座山压在我本就力不能支的身体上一样。我的心开始翻腾。我心想，我自己平日里要解决那么多困难，处理很多棘手的事情，我的难处都不知道找谁说呢？

同修又说，希望我象一个慈母一样，对每一个人都好。我想：一个修炼人本就应该修出洪大的慈悲，可是那一刹那，我感觉自己的承受力到了极限，内心的压力爆棚。我努力克制着自己的情绪，但还是能感觉到一股怨气从心底冲了上来，在它的带动下我在心里抱怨说：“我和大家一样，都是修炼人，为什么把什么都压在我身上？你们对我的要求太高了。”

一段时间以来，我确实感觉到自己在修炼上长进不大，急需静下心来，调整自己的修炼状态。

怨气和委屈占据了我的心。一个声音在我心里象小孩耍脾气一样的喊：“我也想和其他人一样多学法炼功！为什么我要协调那么多项目？为什么我就不能有时间象一个普通学员一样踏踏实实在家学法炼功？”虽然我一直承担很多工作，但此时这段时间顾不上照顾自己、积累出的“为私为气自谓不公”的一念，成了邪恶迫害我的借口。

在接下来的几天里，我满脑子想的都是怎么把一些工作交出去。我扳着手指，一个一个项目的数，盘算着哪些项目专业要求高，一下交不出去，得一步步来，哪些项目有可能马上交出去。我的心里有两个我，一个说：“你得赶紧把一些工作交出去，多给自己留一些时间。”另一个说：“现在还是法难期间，师父已经为我们、为众生承受了太多太多。你有没有想过你这样推卸责任会不会给师父添麻烦？”一个以自我为中心的我，和一个明白自己身负助师正法、救度众生责任的我，象走马灯一样轮番在我脑子中转。

当时的我一心想的是怎么解决时间问题，并没有问问自己：是什么让我的心如此忿忿不平？其实，恰好是我那颗想要逃避压力的心被邪恶抓住了把柄。它们想的或许是：“你不是想少做点工作，多给自己留点学法炼功的时间吗？好！你天天待在家里养病吧。”

邪恶的安排是摧毁性的。我身上的小水泡很快长成一片连在一起的大水泡。开始几天，我感觉有三条粗大的铁链勾在我身体内部，一喘气，其中一条铁链子就会扯得我的内脏一阵剧痛。我琢磨着，也许我控制一下气息，慢点喘气，就能拉长疼痛的间隙，但没有用，很快就变成了心脏每跳一次，铁链就抽一次，疼痛就袭来一次。有时，身体往前挪动一步都很困难。邪恶把我自己的家变成了关押我的牢房。几天之后，抽痛变成了灼痛，腰部象被烈火烤着一样，二十四小时火辣辣的疼。好不容易找到一个能躺下的姿势，最多睡一个多小时，就会疼醒。

我想起师父在《北美首届法会讲法》中说：“修炼是最好的休息。能达到你睡觉都达不到的休息”。于是，我就一遍遍的背“修炼是最好的休息”、“修炼是最好的休息”。夜里疼醒，就起来打坐；打完坐，躺下再睡一会儿；再疼醒了，就再起来打坐。以前，我总觉的夜晚太短，晚上刚睡下没多久，就又到了起床的时间；而现在，我体会到了什么叫长夜漫漫。我当时以为，这完全是因为我自身还存在业力所造成的。我想，自己的业力只能自己消。能怎么办呢？扛着吧！总有消完的那一天。

我就这样一天一天的熬着。每天炼功学法之余，大量阅读明慧网上的交流文章，查找自己的问题。回顾前半年的修炼过程，我发现我最大的问题是放松了修炼。

今年初，神韵在我们国家的演出行程安排的非常密集。我作为本国神韵演出项目协调组的成员，有幸能够跟着神

法》时看到师父说：“我告诉了你们法的庄严、神圣，目地是抹去你们对法的迷惑、误解。”

我的目光反复停留在“法的庄严、神圣”这几个字上，猛然意识到，大法开创了宇宙万事万物，是如此的神圣，师父不承认旧势力的安排，我怎么能认为师父允许邪恶如此考验自己的弟子呢？

我意识到自己在看古代修炼故事时，往往只看到了修炼者的正信和意志力，而忽略了大法是宇宙的根本大法，任何法门都不可同日而语这一点。这也是我以前没意识到的因素，从而被邪恶钻了空子。它们让我反复想起约伯，还有其它一些历史故事，让我以为它们给我设的这些关难也是师父默许的，我只能接受并承受，别无选择。

师父在《二零零三年元宵节讲法》中说：“但是不管怎么样，师父是不承认它们的。你们也不承认它，堂堂正正的做好，否定它，正念足一些。我是李洪志的弟子，其它的安排都不要、都不承认，它们就不敢干，就都能解决。你真能做到，不是嘴上说而是行为上要做到，师父一定为你做主。”

看到这一段话时，我开始思考自己对旧势力一切安排的否认是停留在嘴上还是行为上也做到了。起初，我认为我一直坚持学法、炼功、发正念就算是从行为上否定了旧势力的安排。转念一想，这一切都是为了我个人修炼而做的。作为一个正法时期的大法弟子，我的责任不仅在于修好自己，而是要抓紧时间救人。

我知道我差在哪里了，决心要用救人的行动来真正否定旧势力的安排。于是，从次日起，我便每天开车去办公室筹备神韵二零二五年来我国巡演的事。

邪恶并没有立刻放松对我的干扰。最初几天，我不时感到强烈的刺痛，好象有个人手里握着一把钢针，用力往我身

我查找自己的一思一念是否符合法，不断归正自己，这是个需要极为认真对待的事情，我有时却不以为意的认为，只要我心里不再想某件让我不舒服的事，就算放下，就算过关了。说到底是个修炼是否用心，或者能不能严肃对待修炼的问题。

我在明慧网上找出近百篇大陆同修讲自己如何通过学《道法》这篇经文闯过魔难的，一篇一篇的读，和大陆同修的比学比修，查找自己修炼状态的不足。

师父看到我意识到了自己的一些问题，有修去这些执著的愿望，就给我安排了一些考验，比如说：有同修讲真相时遇到难处理的事，习惯性的给我打电话，问我怎么解决，而我那时正疼的说不出话；或有同修从电话里听出我声音不对头，知道我在消业，而且症状不轻，但还是要我一定要刻不容缓的处理某个紧急事项。每隔一两天就会有类似的事情发生。起初我还是会感到压力，心里埋怨同修不体谅我的处境。事后很快又意识到，这可能在检验我的心性是否达标。随着抱怨心的减少，我的身体状况出现明显的好转。可有一点还是让我感到困惑：我不承认旧势力的安排，也找到了不少不足的地方，并在改正，为什么病业关还是没全过去呢？

我多次想起约伯的故事。约伯是一个善良而富有的人，他虔诚的信仰上帝耶和华。撒旦却对上帝说，约伯敬畏您，是因为您给了他巨大的福份。要是他失去了一切，还会敬奉您吗？耶和华说：“你尽管去考验他，但不可伤及他的性命。”于是，撒旦夺去了约伯的财富、家庭，甚至健康。约伯失去了一切，浑身长满脓疮，但他对耶和华的信仰却丝毫不减。

每次想到这个故事，我就想，我所经历的痛苦或许也是在师父允许下，邪恶对我的试炼。直到有一天，我读《道

韵一站接着一站的跑。同时，在项目压力大、时间紧的情况下，静下心来学法炼功，就成了我面临的一大挑战。平时在家里，根据正常的上班时间安排好学法炼功的时间，相对容易；但在巡演途中，总有突发事件需要马上处理，不太容易维持正常的作息时时间，平衡好修炼和工作之间的关系难度也相应增大。

我虽然也每天炼功，学法，但经常是心静不下来，脑子里一会儿就蹦出一个念头来说：待会儿别忘了给谁谁发邮件，给谁谁打电话，这个事那个事的。渐渐的，我发现自己在学法时悟到的东西越来越少。经常是读了几十页的大法书，也没有那种看到某句话、某个词内心一震，豁然开朗的感觉。当时我没意识到学法时心不静，体现出的其实是对法不够敬重，看到的法理自然就少，因为法不是一个人想得就能得到的，而只有在修炼人心性到位时，法才会显现。

几个月里，我每天疲于奔波。因为我们团队的人手和车都不够，我除了要协调有关本地神韵演出的大小事以外，还承担着给神韵商品部运货的任务，所以我不能坐火车从一个演出城市赶到下一个演出城市，在火车上学法或者休息，而是一直要开着装满货物的车四处奔走。高速公路经常堵车，我一个人开九个小时、十个小时的车是常事。四月底，在离神韵我们国家的巡演结束还有两个星期时，我开始发烧，浑身疼，疼的我在开车时直不起腰来，恨不得趴在方向盘上。这不是一个大法弟子应有的状态。我清楚的感觉到自己的修炼出了问题。

神韵巡演结束后，我恢复了正常的生活节奏。学法炼功时间多了，也稳定了，但我并没有感觉自己的修炼有实质性的突破，不知道自己卡在哪里。不过，我发现，只要涉及到时间的问题，我就会变的异常敏感，有时反应还很强烈。当有同修兴高采烈的跟我说她天天背法，多么多么好，劝我也

赶紧开始背法的时候，或是有同修跟我说她每天早上、晚上和不同的小组一起读法，中午还和其他同修一起背法的时候，我一方面为这些同修高兴，也很敬佩她们；一方面心里却很不是滋味，因为我的工作太多，拿不出这么多的时间。

一九九九年“七·二零”，中共邪党发起对法轮功的迫害后，我和很多大法弟子一样，全力投入了反迫害、讲真相的工作当中，担任过很多项目的协调工作。二十五年来，几乎每个节假日我都在工作，“度假”从此与我无缘。虽然很忙，但我的生活过的简单而充实。我经常觉的自己除了缺时间、缺睡眠以外，什么也不缺。我从不羡慕别的同修去度假或和家人共度佳节，但现在我却因为看到别的同修有比我多的多的时间可以用来背法学法，而感到心里不平衡。妒嫉心和抱怨心一起冒了出来。

为了节省时间，我平时要求自己做事速度一定要快。因此一旦我觉的某件事或某个人过多占用了我的时间，心里就不由自主的开始烦躁。有些我认为重要的事情，如果推动不下去，时间拖的久了，心里还会产生焦虑。起初，我并没意识到这种状态是旧宇宙为私为我的特性在我内心的反映，也就没有主动去在这方面修自己。

去年夏天，这种对自我的执著，导致负面思想在我的心里象野草一样疯长，表现的方式是我更加关注自己的感受，经常感到烦躁、焦虑，甚至委屈。因为我是协调人，同修们找我，绝大多数都是因为有问题需要解决。我经常感觉自己就象一个类似自动饮料贩卖机一样的机器被对待。无论是谁，只要给我发个邮件、简讯或打个电话，我这台“机器”就得立刻拿出一个解决方案；拿不出来或耽搁久了，有时就会受到责怪和敲打。渐渐的，我产生了逃避的想法。最终让邪恶得到了下毒手的机会。

在和疼痛抗争的前两个星期，我找到了自己的很多不

足，其中包括妒嫉心、抱怨心、保护自己的心、求安逸的心、不够善的地方等等。渐渐的，我身上的水泡消退了，但疼痛依旧持续。

两个星期后的一天，我抱完一个小时的轮后坐下发正念。立掌时，脑中突然响起一个洪亮的声音：“本性的一面为什么不正法呢？”（《精進要旨》〈道法〉）我身体一震，打起了大莲花手印，感觉手中喷射出一股巨大的能量，冲向天顶，这股能量就象新年的烟花一样，冲到很高的地方散开来，变成了无数炸雷，将黑暗中的邪恶炸碎。我的身体象被定住了一样，脑子里只剩一念：除恶务尽。我感觉是师父唤醒了我本性的一面，本性的这面在这一刻主宰了我的肉身。我一直打着大莲花手印，能量连绵不断的从手中冲出，身体非常舒服。结束发正念时，我看了一下表，发现竟然已经过了近一个小时。

我想起发正念时脑中响起的那句话：“本性的一面为什么不正法呢？”（《精進要旨》〈道法〉）我悟到，这是师父提醒我去学《道法》呢。于是，我赶紧找到《道法》，一字一句，一遍一遍的读了起来。

《道法》中“没完没了”这个词让我意识到了我思想中的一个误区：从身体出现病业表现开始，我一直认为是自身业力所致，单纯是在消业，只要能扛得住，早晚都能熬过去。可师父提醒我们说，邪魔会没完没了的干扰。我明白了，遇到干扰，不是简单的靠忍就能熬过去的。我问自己在魔难来时，我有做到坦然不动吗？经常都没有。有去思考不同层次对我的心性有哪些不同要求吗？也没有。

师父说：“在魔难迫害中一思一念都很关键。你做得好与不好，你能不能被迫害，你做的正与不正、迫害到什么成度，都与你自己走的路、你的思想思考的问题有直接关系。”（《各地讲法十一》〈什么是大法弟子〉）