



图：德国法轮功学员应邀参加在慕尼黑举行的第十八届南方自然疗法博览会，向参观者介绍法轮大法，祥和的音乐、舒展的功法吸引了观展者的目光。这是欧洲最大的自然疗法博览会，学员哈拉德(Harald)跟很多参展者交谈，她说：“我能感到这些人正在寻找真理，就象我当年一样。”

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5257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：451,153,548

•翻墙找到明慧网

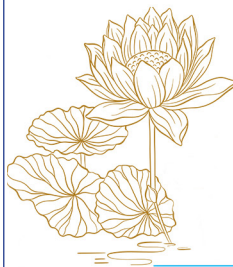
自由门电脑版：<https://j.mp/fgp88>

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

第1242期（2025年8月29日） WWW.MINGHUI.ORG



图：英国法轮功学员八月二十三日在伦敦市中心举行盛大游行和集会，呼吁社会各界关注，共同制止中共长达二十六年的残酷迫害，同时庆祝已有超过四亿五千万中国民众明白了真相，并退出了中国共产党、共青团和少先队。

本期内容提要

【修炼】快动笔 勿拖延

【修炼】读明慧网大陆法会征稿通知有感

【修炼】针对烟台“反邪教主题公园”一事与同修交流

【修炼】向内找 我学会了实修

【文化】说说“礼”的古今之变（上）

目 录

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报..... 3

◆大陆综合

明真相世人看见漫天神佛..... 9
二哥不再唱“红歌”..... 9
中国大陆学员近期遭迫害案例选登..... 10

◆修炼园地

快动笔 勿拖延..... 13
读明慧网大陆法会征稿通知有感..... 15
读《发泄不满的人》想到的..... 17
那一刻 我心生慈悲..... 20
针对烟台“反邪教主题公园”一事与同修交流..... 23
向内找 我学会了实修..... 25
枯萎的我修大法获新生..... 29

◆文化频道

说说“礼”的古今之变（上）..... 36
说说汉字的简化和简化字的制度化..... 39

是图形，而人类从小就对图形有着整体识别和记忆的能力。婴儿看到父母的脸，马上就能记住，无关面部特征的多少。人类的眼睛和大脑是上天制造的，能力非凡。这也是为什么很多人在大陆受简体字教育长大，却自然而然的就能认识绝大部份繁体字的原因吧。

中共强势的、制度性的推行其简体字体系，在剥夺中国人的传统生存环境和传统道德思想方面，起到了无可否认的毁坏作用。▲

【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”。】

简体字也越来越挤压着繁体字在港台的生存空间。正如他们从五十年代在中国大陆用所谓的“汉字改革”（简化字），配合一场又一场的政治运动，终于消灭了繁体字（真正的汉字），让中共党文化横行大陆。

三、汉字本身无过

值得一提的是，汉字无过，无论简化字还是繁体字。

简化汉字便于书写和扫盲也是人之常情。真正有害的是中共将简化字制度化和强制使用。不妨说，中共的汉字制度化，实质达到的效果，是将汉语的自由思想、独立思考、道德伦理、美学表达，以中共西来意识形态的固定化模式，把中国社会向去除文化遗产、去除自由意识、去除独立思考的社会形态的转化过程。而使用繁体字的人，也不再自动等于承袭了中华传统文化和做人理念。

意识形态之争将繁体字、简体字问题变的政治化，这是现代社会政治败坏、人的思想复杂的一种体现。如前所述，在古代中国，变体字很单纯的是为了审美、为了书写快捷。文盲不识字并不等于没有文化遗产的渠道，经过严格训练的说书人、戏曲表演家、家族一代又一代人的口耳相传、言传身教，都能让人学到做人的理念和历史的典故。

结语

从文化角度来看，简体与繁体汉字的争议，其实是一场关于“文化遗产与异化”、“意识形态及道德演变”的深层对话。简体字书写快捷，但也引发文化价值、道德理念与美学的丢失；繁体字（正常汉字）深植传统与美感。

顺便一提，繁体字并非难写难记，因为汉字本质上

海外学员正法修炼活动简报

英国法轮大法修炼心得交流会八月二十四日在伦敦圆满举行，来自英国各地的中西方法轮功学员齐聚一堂，十九位学员交流了他们在学法实修、救度众生中的体会与心路历程，比学比修，共同精进。杰克是伦敦唐人街真相点的协调人之一，同时也是一名双层大巴司机。他分享了自己如何在繁重的工作中，始终将学法实修放在首位，并坚持每天到唐人街讲真相的体会。回顾历程，他说：“无论是学生、夜间打工、兼职还是全职，每个阶段考验的都是能否重视学法、向内找、做好三件事。”他认识到，基点若不放在救度众生，就容易被名、利、情困住，失去修炼的正道。正因为始终坚持把学法和实修放在首位，他才能在忙碌与挑战中不断提高。

英国各地的法轮功学员八月二十三日在伦敦市中心举行盛大游行和集会，呼吁社会各界关注，共同制止中共长达二十六年的残酷迫害，同时庆祝超过四亿五千万中国民众明白了真相、做了三退。这场游行彰显了法轮功学员坚定不屈的信念和和平理性的精神。游行沿途，很多民众驻足关注、拍照、接受传单，并表达对法轮功学员的支持。莱奥斯（Laioosh）是一位知识管理师，他明确表示，对信仰的迫害严重违背了基本的人权准则，是完全不可接受的。莱奥斯表示愿意帮助传播真相、提高公众对此事的关注。他微笑着补充：“能为正义发声这是我的荣幸。”

法国西部的法轮功学员八月二十三日在圣纳泽尔市举办了法轮功信息日活动。他们在海滨搭建了信息台，演示法轮功五套功法，展示海报、横幅和法轮功真相信息展板，分发传单并征集签名反对中共迫害。许多人感

谢法轮功学员来到圣纳泽尔，告诉他们中国发生的事情。有些人表示，必须尽可能多的谈论这件事，因为这场种族灭绝必须立即停止。

德国第十八届南方自然疗法博览会七月五日在慕尼黑黑活动中心举行，这是欧洲最大的自然疗法博览会，法轮功学员应邀参加了这次博览会，祥和的音乐、舒展的功法吸引了观展者的目光。对来自奥地利的凯(Kai)来说，闭上眼睛跟着法轮功学员炼功时不仅感到能量，之前僵硬的肌肉放松了，背部好象也被拉直了，感觉很好。

奥地利部份法轮大法学员八月十六日在卡林西亚州首府克拉根福举办了信息日活动，真相展位设立在当地著名的“沃尔特湖之神”纪念碑旁。来自奥地利各地的学员汇聚于此，向民众传递大法福音，讲述法轮功反迫害的真相。不断有市民和游客在展位前驻足了解，纷纷在请愿书上签名声援反迫害。一位导游向她来自罗马的游客团翻译了真相横幅上的内容。随后，几位来自罗马的女性游客在呼吁停止迫害的请愿书上签了名。这位导游从展位上拿了很多真相传单，她希望尽自己所能呼吁停止在中国进行器官活摘。

拉脱维亚的部份法轮功学员八月十六日来到第三大城市利耶帕亚，连续第二年参加科普姆斯青年节，向民众介绍法轮大法。活动期间，许多游客来到法轮功展台，他们主动与学员交谈，询问关于法轮大法和炼功点的信息，许多人当场学习了功法动作，并表示想要开始修炼大法。加比(Gabi)是一位来自爱尔兰的年轻女士，正在医学专业学习，目前从事特殊儿童工作。当天她了解到很多关于法轮大法和真、善、忍的信息，她表示，那些有特殊需求的孩子们能从学习法轮功中受益。

罗马尼亚法轮功学员八月八日至十二日分别在马马

在中共之前，简化字来源于长期的俗写、草书或书写方便的变体。例如，“礼”是“禮”的简化形式；“云”曾为“雲”的早期形式。中共建国之后，则以简化书写为名，以根除中国传统文化理念为实，进行文字革命，在“文革”结束后，更变的“理所当然”。

2. 文化政治象征意涵

繁体字在台湾、香港、澳门被视为文化传承与身份认同的象征，也是对大陆政治或文化统一的某种无声抵抗。

3. 传统文化与美感的丧失

繁体字承载着较多的象形结构、历史元素与哲学理念，与古典文学、书法艺术及文化传承密不可分。而被中共系统性推广的简化汉字，则破坏了汉字笔画结构与字形美感，去除了汉字结构中的历史和道德因素。

例如，在中共的简化字中，始于西周时期的“蔡”姓，曾经被改为蔬菜的“菜”；强调“耳”与“德”(耳德)的“聽”，被改为了只与口(嘴)有关的“听”；大耳小口的“聖”，被改为了不知何意的“圣”。这样的汉字简化原则与传统文化的变体字书写原则大相径庭。

4. 中共的文化占领

一九七八年十二月十八日被视为中国大陆的改革开放的起点。这一政策的主要目的是实现对内改革和对外开放。很多人可能至今都没有注意到，大陆的改革开放，不但没有采用国际上通用的繁体字(正常汉字)，而是利用所谓的“对外开放”，在八十年代就将中共的简体字体系广泛的推向国际社会。

目前，尽管繁体字在港台仍为主流，并拥有丰富的书法与文化传媒资源，但“一国两制”被中共取消后，

3. 国民政府的异类表现

一九三五年，国民政府首次试图采行简化字，共发布了三百二十四个简化字，但因政治与学界阻力强烈，在隔年停止。

国民政府在大陆时期（一九二零～一九四九）秉持复兴中华传统文化的立场，支持儒家思想，并反对一九一九年“五四运动”中对传统文化的猛烈批判与西化浪潮。因此，一九三五年的简化字行为，疑似联俄联共、允许共产党员以个人身份加入国民党而带来的渗透效果。

4. 中共在推行汉字简化中扮演的角色

中共一九四九年十月开始在中国大陆执政后，自一九五零年代起在大搞土改、公私合营、反右运动、人民公社、大跃进等运动，改造中国社会的人文结构、打乱中国社会的社会基础的同时，开始了系统性的简化汉字。

一九五六年一月三十一日，中共国务院公布了《汉字简化方案》。这一方案是中国历史上第一次将流行于民间的汉字简化形式整理并法定为社会用字的规范。此后，在一九六四、一九七七、一九八八、二零一三年等多次修订。

无论怎样，系统性强制推行的简化字，打着中共意识形态的深刻烙印。通过破四旧、无产阶级文化大革命等政治运动，更成为一九四九年之后中国大陆文化变异的象征之一。

二、社会与文化效果

1. 汉字“简化”的原则变异

简体字简化的原则，在文化层面发生了本质的异变。

亚、曼加利亚港、北埃福列、南埃福列和康斯坦察等五座城市举办信息日活动，向民众介绍法轮功和中共迫害的真相。几位家长和教师也带着孩子们来到真相展位，了解了法轮大法的真相后，一位身着传统服装的女孩表示：“折磨和杀害那些遵循这些（真、善、忍）道德原则、想要做的更好的人是不可接受的，必须立即停止。”她也签署了要求中共停止迫害的请愿书。

加拿大蒙特利尔法轮大法心得交流会八月二十五日在圣·皮埃尔中心举行，十四位中西学员上台发言，分享了在法中修出正念，在矛盾中向内找、实修自己的体会，与同修比学比修，共同精进。

二零二五年**美国**中部地区法轮大法修炼心得交流会于八月十七日在芝加哥成功召开。来自美国中部各州的部份法轮功学员参加了法会。十七位学员在会上交流了自己的修炼心得，交流内容从深入细致的向社会各界讲真相，到举办神韵晚会期间的故事；从经历磨难时坚定正念不退缩，到在工作环境中提高心性去执著。学员们的交流令与会者深有触动，修炼者将更坚定不移，迎难而上，不断精进，扎实修炼。讲真相是一把万能的钥匙，它能破除邪恶的谎言和迫害。多位学员都交流了这方面的体会。学员们表示在下一年中更加努力的把真相和大法的福音带给世人。

此前八月十六日，美国中部十多个州的部份法轮功学员在中共驻芝加哥领馆前举行和平反迫害集会。现场，学员们集体炼功，展现出修炼法轮大法的祥和与美好。通过横幅、展板、资料发放、征签以及发言等多种形式，揭露中共持续跨国打压，迫害法轮功，呼吁社会各界共同制止这场残酷的迫害。集会上法轮功学员宣读了多位政要致法轮功学员反迫害二十六周年的支持，和对中共

跨国迫害法轮功的谴责。其中包括印第安纳州联邦参议员托德·杨、堪萨斯州联邦参议员罗杰·马歇尔、密苏里州联邦众议员萨姆·格雷夫斯、密苏里州联邦众议员伊曼纽尔·克利弗二世、威斯康星州联邦众议员汤姆·蒂凡尼以及印第安纳州州参议员朗尼·兰道夫等。

波士顿一年一度的非洲节于二零二五年八月十六和十七日在市中心公园举办，法轮功学员优美舒缓的功法演示吸引了很多不同族裔的游客驻足，他们倾听着学员们讲述的中共在海外发起的对法轮功、神韵艺术团的跨国打压以及中共对法轮功学员犯下的活摘器官等罪行。前来展位参观的很多人对中共的恶行表示愤慨和谴责，纷纷在请求参议员支持《法轮功保护法案》的征签表上签名，以此声援法轮功学员的反迫害行动。

南美**哥伦比亚**麦德林及周边城市的部份法轮功学员八月五日至十日在著名的花卉绽放节活动上，向民众展示法轮大法的美好，并揭露中共对法轮功的迫害。许多参观者表示，他们从学员和展位中感受到祥和与内心的平静。主办方表示，他们被法轮功学员为了传递真、善、忍的美好与呼吁制止迫害的无私付出所感动。

新西兰奥克兰法轮功学员八月二十三日在新市场的Lumsden Green公园炼功、集会，庆祝四亿五千万中国人明真相、办三退。新西兰民众表示反对中共活摘人体器官牟利，希望迫害能够终止，让正义与善良得到延续。他们还表达了对中共迫害法轮功的谴责和对中国人退出中共的支持。贾斯丁因为工作的原因，多年来频繁往返中国，因此他长期关注中国人权问题，尤其是中共活摘器官的罪行。他表示：“我百分之百相信中共正在活摘器官。钱可以买到一切，权力让他们为所欲为。而西方国家因为经济利益而选择沉默，实际上在纵容这种暴行。”

说说汉字的简化和简化字的制度化

文：明月

【明慧网】从八十年代起，大陆的简化字体走向了世界舞台，从此关于简化字和繁体字的争议变的更加突出。经过四、五十年时间，大陆的中国人中，很多已经处于望繁体字而反感、抵触的状态。这就不再是扫盲与否、汉字书写快捷与否的问题，而是落入传统与现代、传统承袭与外来侵略的意识形态之争了。本文尝试就汉字变体、简化和简化字被制度化问题，做一些思考与整理。

一、渊源与历史背景

1. 汉字变体与系统性简化

汉字从甲骨文、金文，过渡到小篆、隶书，再演变成楷书、行书与草书，逐步简化笔画、书写效率提高，这本身是千年流变的文化自然演变过程之一。汉字的简化形式早在秦朝（公元前221～206年）就已存在，主要体现在草书或速写之中，用于日常书写中非正式变体，是出于实用、效率以及书法美学的需要。真正制度化、大规模推行简化字的是中国共产党。

2. 令人质疑的五四运动

一九一九年，大量知识分子将传统汉字视为阻碍现代化的障碍，呼吁文字改革或简化，连“废除汉字”都被提上日程，让五四运动的起因和社会作用格外令人质疑。

在汉字问题上，尽管“新文化运动”看重的鲁迅、中共早期领导人瞿秋白等，都曾高呼“汉字不灭，中华必亡”，想用字母文化取代象形字文化。

以及古代君王应对之道，从未在中共国的电影、电视中出现，因为共产党是无神论，其抹杀的恰恰正是千百年来人们所普遍信奉的天道伦常，从根子上切断人们对于神、对于天的信仰。

中共对于古代文化的扭曲、变异是系统的、长期的，它要完全把祖先留下的文化彻底清洗掉。

(1) 从物质层面，在“文革”破四旧中，砸烂一切牛鬼蛇神，逢庙就拆佛，见到民间供奉的神像就毁，浩劫十年，中华文明神传文化，被共产主义者破坏的面目全非、七零八落。

(2) 从精神层面，灌输“斗争”意识，“与天斗、与地斗、与人斗，其乐无穷”，大搞阶级斗争。

(3) 在广播影视的传播中，人们看到中国古代是战乱不断、百姓困苦、宫廷角斗，没几天好日子过。

(4) 在教育系统，从小学生起学的是“陈胜、吴广起义”的英雄事迹，中学生看到是鲁迅对封建社会的痛斥，翻开历史看到写着两个字“吃人”。

(5) 在科研领域，以所谓的专业壁垒，每个研究者只管自己的“一亩三分地”，知识碎片化，视野定向化，让学者摸到是永远是大象的一个局部，而看不到整体。

(6) 文化古迹包装成了景点，但是游客难以见到这些古迹，还原在历史场景中具体意义。

通过数十年的“改造”，中共几乎达到了目地，中国社会已经沒有一丁点儿“礼仪之邦”的样子，在公共场合大声喧哗，粗俗不堪，人与人的关系勾心斗角，到了不可思议地步。

他强调，新西兰媒体应当更加勇敢的揭露真相，而不是因为金钱利益而噤声。“在中国，人民是善良的，但政府完全不同。正因为他们能逃避惩罚，所以迫害得以持续。”他呼吁国际社会：“活摘器官是反人类罪行，必须立即停止。西方国家不能再因利益而装作看不见。”

澳洲悉尼法轮功学员八月十九日在第二大商业区帕拉玛塔市图书馆举办了法轮功免费教功班。多位当地市议员和前联邦大选候选人与市民一起出席活动。市议员萨米尔·潘迪不仅发表演讲赞赏“法轮大法实践真、善、忍理念，倡导平衡与平和，提升人们的身体、精神和心灵健康，也给社会带来福祉”，还鼓励社区居民参与学炼五套功法，使更多人受益并将所学到的坚持下去，“如果我们将这些理念贯穿到日常生活中，会带来积极的变化。”帕拉玛塔市市长马丁·扎伊特通过邮件感谢法轮功学员举办免费教功班，并祝愿活动成功。

澳洲昆士兰法轮功学员八月十六日在布里斯班市中心的布里斯班广场也举办了类似的真相活动。

以色列杂志《Shishabat》七月三十日刊登了一篇由知名媒体人阿夫里·吉拉德（Avri Gilad）撰写的文章，他在文章中说，由于中国共产党（CCP）迫害法轮功学员、维吾尔人、藏人及其他少数群体，并从他们身上摘取器官，因此他拒绝为中国产品做广告代言人。《Shishabat》是以色列发行量最大的报纸《今日以色列》（Israel Hayom）的周末杂志。文章在杂志上发表后，吉拉德还在自己脸上发布了文章的部份内容，获得数千人的点赞和支持。

日本关东地区明慧学校七月三十一日到八月二日举办了为期三天的夏令营活动。本次活动共有十位大法小弟子参加，孩子们在此除了集体学法炼功外，还可以去

海边玩耍，与大自然亲密接触。活动中还有放烟花、烤披萨等丰富的内容，寓教于乐。

韩国明慧夏令营七月三十日至八月二日在庆尚南道山清郡举行，今年有二十名小学生、初中生参加，还有教师和家长共十五人同行。活动为期四天丰富多彩，包括观看真相电影、学唱歌曲、学习传统礼仪、参加民俗游戏等。每天都安排了读《转法轮》和背诵《洪吟》等学法时间，每天还学习五套功法的炼功动作。大家围绕“向内找”这一主题，交流了在修炼过程中如何发现和去掉各种执著心，并通过图片资料，了解了《转法轮》中提到的部份史前文化遗迹。一位小朋友表示：“我感到非常开心、有趣，还经历了很多新奇的事情。即使夏令营结束，我也会记住真、善、忍。” ▲

中国古代对“天人合一”和“敬天法祖”的重视。古人认为，天是世界万物的创造者，天主宰着人间一切，人必须按照“天道”行事。几千年来，无论帝王将相或是黎民百姓，全都信天、敬天、畏天，他们以各种方式祭祀天神，祈求天神的护佑。

在古人看来“天命”与“人事”息息相通。人的善恶行为能够被天所感应到，即“天之照人，与镜无异”、“为善，天地知之；为恶，天地亦知之”。所以，人类要敬天修德，才能达到天人合一的状态。

这是中国古人基本生活方式，一旦离开那个时代、那个场景，现代人很难体味到古代那种以天为尊的境界和真实。

翻开《二十四史》，朝堂之上，常常可以看到对哪里发灾异、洪水、地震等的讨论。而应对之道，就是君王视灾异为天谴，自查自找有无失德之处，“听直言、省冤狱”在《二十四史》中屡见不鲜。

据《清史稿》记载，清朝嘉庆帝即位后，下诏求言献策。洪亮吉任职上书房，写下千言的奏折，直言朝政之弊端，言辞激切，触怒嘉庆。下狱并定死罪，随后嘉庆后悔，又下旨改为流放伊犁。洪亮吉被流放伊犁后，这年四月，北方大旱，地方官们祈雨，不下；嘉庆祈雨，不下；设粥场赈济饥民，不下；下令赦免人犯，还是不下雨。嘉庆忧心忡忡，自己想到可能是冤枉洪亮吉，激怒了上天。他把平反的诏书亲自抄写，当他写完“钦此”最后一笔的时候，一道闪电划破长空，紧接着雷声大作，大雨从天而降！嘉庆感叹道：“天鉴捷于呼吸，实可感畏。”人之所为，神目如电。人的善恶行为能够被天所感应到，即“天之照人，与镜无异”。

但是，作为《二十四史》中高频出现的种种“灾异”，

说说“礼”的古今之变（上）

文：闻以明

【明慧网】中国素称礼仪之邦，文化源远流长。在一九四九年之后，“礼仪之邦”仅仅成为课本中的一个名词，抽去了内核，只剩下外壳。人们谈起“文明古国，礼仪之邦”，往往津津乐道，引以为荣，却鲜有人能说出“礼”的内涵了。

礼，在中国文化中有着无可替代的作用，或者如果概略的说，礼就是中国古代的整体特征。

自夏商周三代，至秦汉唐宋元明清，数千年历朝历代“国之大事，在祀与戎”，国家最重要的事就是祭祀与守卫疆域。“祀”排在最重要的位置。

祭祀是“礼”的根本之道。“礼莫大于敬天，仪莫大于郊祀”。礼没有比“敬天”更大的，仪没有比“郊祀”更大的。

说到这里，大家就不那么陌生了，“天”就是民间所说的“老天爷”，原来“敬天”在中国古代有这么重要的地位。位于北京的天坛和地坛，是清朝皇帝祭祀天地、祈求风调雨顺、五谷丰登的皇家祭坛，其核心功能是与上天（天父）和大地之神沟通。天坛的面积约为二百七十三公顷（约二百七十三万平方米），而用于皇帝生活、办公、朝会于一体的故宫，尽管已经是世界上最大的宫殿建筑群之一，面积约为七十二公顷（约七十二万平方米），故宫的面积也仅有天坛的大约0.26倍，即四分之一。而且遇到重大的事，皇帝要从故宫步行十公里到天坛行祭礼，以示虔诚敬意。

祭天是皇帝最重要的职责之一，天坛的建设体现了

明真相世人看见漫天神佛

【明慧网】〔中国大陆来稿〕河北有一位女士，因为她同学是大法弟子，她也经常听法轮功真相，对大法也十分认同。大法弟子发真相资料，她主动说给她留点，有时她也跟着发，跟着贴，跟着讲真相。她早晨四点多出门去市场卖菜，天黑害怕，她就一路唱《法轮大法好》。

一次她烧锅炉，锅炉爆炸，把她从房内轰到屋子外，头发都立起来了，满身都是煤渣，却一点没伤着。她知道自己得到大法的保护。

还有一次，她因为突发心脏病被送入北京301医院抢救，在接近弥留之际，她元神离体，看见漫天神佛，殊胜无比。她出院后，马上打电话给修大法的同学，告知自己的神奇经历，并兴奋的说：“真的有佛呀！这回可是真的！”现在她特别健康。

二哥不再唱“红歌”

【明慧网】〔中国大陆来稿〕我二哥虽然不修炼，可是相信大法好，我两次被中共非法判刑，二哥都和我丈夫、女儿跑前跑后到看守所要人。《为你而来》三部电影大片，二哥都看过，《九评共产党》他还没有完全听完。

一天，我到二哥家，把电脑打开，给他听《九评共产党》。他听了一会就睡着了。我到二哥跟前小声问他：“你困了吗？”二哥说是。我说：“好好听吧！清理你身体不好的东西。”二哥听我这么一说，有点精神起来了。

我说：“你看你的脸多黑呀？以后别去唱什么红歌了。”他说：“这怕什么？”我严肃的对二哥说：“你唱邪

党的歌就是给邪的东西增加能量，不好的东西就往你身上加。”二哥听了很惊讶的说：“那我从明天开始不去唱红歌了。”

二哥很有悟性，当时就把手机和唱歌人的电话都删除了。一会儿，我看到二哥的脸色好了很多。我接着告诉二哥：“每天诚念‘法轮大法好’、‘真善忍’好这两句话。”二哥高兴的答应了。

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

吉林省德惠市法轮功学员王淑敏，女，五十多岁，二零二四年三月被绑架、非法关押构陷，近悉被非法判刑四年。二零二四年三月十一日，德惠市公安局以顾民为首的头目统一指挥对当地多名法轮功学员的迫害行动。王淑敏被德惠市公安局部署的派出所多人实施绑架，非法搜查，非法抄走大法书籍等私人物品。当时王淑敏被非法关押在德惠市看守所。

北京市延庆区法轮功学员石翠英，二零二五年七月二十五日被北京大兴监狱从家绑架。石翠英被非法判三年九个月。情况待查。二零二零年八月十九日，石翠英和女儿郭萌在一超市被绑架、非法抄家；八月二十一日，石翠英被所谓“取保候审”回家；她女儿郭萌被非法关押在昌平看守所，被构陷到昌平检察院、法院，遭非法庭审。石翠英回家后，昌平检察院多次骚扰她，声称对她也要“走程序”。

云南省昆明市法轮功学员毕金梅女士二零二五年一月十一日被西山区警察绑架、关押。近日获悉，毕金梅已经被西山区法院非法判刑三年半，毕金梅当庭上诉，

己没收入，保障不了孩子以后成长的需要，自己没能力给她提供多一点的依靠。想到这些，我心里有些难受，眼泪哗哗的流，觉的很对不起女儿。但又转念一想，这也是情啊，得放下，过于担心孩子也是情。

看清楚这些，我就不断的加强自己的正念，更彻底的放下和去除自身内心深藏的恐惧和情的执著。通过这次过关，内心对人心又有了更深的感触。迷中的人们为了欲望、名利，丢失了自己纯真的本性，不信因果，不懂宇宙中真正的理，造业而不自知，真是可悲啊！

我知道，通过这些痛苦磨人的经历，随着修炼的加深，我逐渐蜕去了常人的很多观念和执著，从一个凡人逐渐走向了通往神性的路。遇到事情时，我学会了不断向内找，找自己的人心和执著，我知道放的越彻底，才能越接近佛性。

失业这段时间里，我每天学法、炼功，做家务，变的简单而快乐！从未有的放松和舒适。一天夜里，我梦到了一个美妙的地方，树上开着金子做成的花，荷花在池中绽放，五彩宝石做成的鱼儿在水里游来游去，真是美极了！

当看到《再次成为神》这部电影时，我就象看到了这一路走来的自己，眼泪止不住哗哗而下，有太多的共鸣和感触。那个活在迷中，在后天观念控制下执著于名、利、情的自己，痛苦不堪，并险些放弃生命。幸而我遇到了法轮大法得以获救，让我从迷中醒来获得了新生。

在我的影响下，我母亲和孩子也走入了大法修炼。同时，我也在尽力帮助更多身陷迷中痛苦的人们，让他们知道人生最重要的事情就是修炼，希望更多的人能从迷梦中醒来，回到我们自己真正的家。

感恩慈悲伟大的师父！感谢一直耐心帮助我过关的同修们！▲

对于前夫，离婚至今他没看过孩子，没给过一分抚养费，甚至离婚后又以无赖的方式讹走我一笔钱，亲戚朋友都让我起诉他，打官司。通过修炼，我内心对他已经没有一点怨恨。师父说恨也是情，我不恨他，他这是帮助我过关呢，就当我欠他的还给他，我还提高了心性，一举两得。

对于孩子，我也逐渐摆脱了常人教育的理念和焦虑，更多的从法理上去引导和教育孩子，心里变的非常平静和安稳。

二零二三年，亲戚因为自身短板业务遇到瓶颈期，诚挚邀请我去他的小企业工作。经过考虑，也可能是被亲戚的诚意打动，我辞去了稳定的编制工作，然而这件事让我的修炼门槛更高了。

一年后，在帮亲戚解决了所有难题、搭建并理顺了工作后，亲戚过河拆桥，使我突然失业了。作为一个修炼人，这次我始终做到了真、善、忍：期初，我把亲戚事业当作自己的事业，真心实意站在亲戚角度为他着想，尽全力去解决一个个难题；在面对亲戚用难堪的手段过河拆桥时，我没有一句争执，甚至连法律规定的补偿工资都没有要。我把手头工作全部整理好，留下字条，没吭一声就回家了。

旁边的人都看不下去了，说我太怂，你一个人带着孩子不容易，亲戚利用你，害你失去了稳定的工作，简直不是人，缺大德了，怎么也得痛骂一顿出出气。说实话，我内心一点波澜没有是不可能的。我中年失业，独自抚养孩子，父母年事已高，压力怎么可能不大？但我内心知道，这是对我又一次大考验，我还是得向内找。

那晚我打坐了一整夜，一处处审视自己还有哪些心没有放下：对于我自己来说，好象没什么放不下的了；父母也还好，这些年对他们也不错，我没有遗憾；其他的人我也没有过亏欠。唯一亏欠的就是孩子，我担心自

昆明市中级法院二审非法维持原诬判。毕金梅今年六十岁，原昆明市嵩明县水务局灌区淡水养殖工程师、养殖专家。她因坚持法轮大法真、善、忍信仰，遭到中共残酷迫害，曾遭非法劳教两年、非法判刑七年半，这次是她第二次被非法判刑。

贵州省贵阳市法轮功学员申美银被非法关押构陷一年九个月余，二零二五年七月二十五日被当地法院非法判刑三年六个月、勒索罚金一万元。她不服一审非法判决，已上诉。此前，申美银多次被中共邪党绑架、非法关押，二零零二年被非法劳教三年、二零一五年被非法判刑九年，在洗脑班、看守所、劳教所、监狱遭受迫害。二零二三年十月八日，贵阳市小河经开区平桥派出所警察闯到申美银家，将她绑架到小河经开区公安分局，非法刑事拘留，关押到贵阳三江看守所构陷。

黑龙江省鸡西市四十八岁的法轮功学员周丽东女士，二零二五年二月十一日被闯入家中的鸡西市鸡冠区公安分局国保警察张跃斌及南山派出所警察绑架，非法关押构陷，六月九日遭鸡东县法院非法庭审。近日获悉，周丽东被非法判刑三年。与周丽东一起遭绑架的法轮功学员王淑香女士，后被鸡东县法院非法判刑二年。

黑龙江省哈尔滨市宾县现年八十七岁的法轮功学员赵云古，二零二五年八月八日被宾县看守所警察劫持到哈尔滨新建监狱非法关押。二零二四年八月十六日，赵云古在他家里，被依兰法院非法庭审。赵云古被依兰县法院诬判三年六个月，并勒索处罚金三万元。赵云古是宾县小拖厂退休职工，他妻子刘淑梅是宾县商业系统退休职工，屡遭中共劳教迫害，二零一一年被非法判刑七年。刘淑梅于二零一九年五月含冤离世，终年七十七岁。

广东省揭阳市三名法轮功女学员林素贞、江碧吟、

丽英因阅读法轮大法书籍，近期分别被揭东区法院非法判刑一年半、一年、半年，其中江碧吟八十三岁，林素贞六十九岁。二零二五年一月二十一日下午三点多，揭阳市榕城区新兴派出所警察突然闯入林素贞的家，将正在一起读《转法轮》的林素贞、江碧吟、江锡娥、丽英四位法轮功学员绑架，分别劫持各家非法抄家。林素贞、江碧吟、丽英三人被非法关押在揭阳市看守所构陷。

辽宁省抚顺市东洲区法轮功学员余寿荣女士，因坚持真、善、忍信仰，遭受了中共二十多年的残酷迫害，于二零二二年二月七日含冤离世，终年七十三岁。余寿荣女士生前多次被中共人员绑架，被非法关押在洗脑班、看守所、劳教所、监狱，陷冤狱至少十年以上。▲

的病例、检查单给这位医生，他说：“不用看，你没病，你是心里病了。”

听到这句话时，我仿佛当场被雷击中，失声痛哭起来，好象要把这些年心里的委屈全部都哭出来！当时已经瘦的奄奄一息的我说：“人世间太痛苦了，我要离开这里，有什么方法让我再也不来？”他说：“只有修炼！”

从那天开始，从那个机缘开始，我走上了修炼法轮大法之路。

一开始修炼，我法理不清，对各种事情还有很多执著，很多心和情都没有去。在同修的帮助下，我一步步做到信师信法，不再抱怨，把每一件事情都当成是自己的修炼。把病业看成是假相，否定它。我告诉自己：“我是来修炼的，不是来治病的。”

慢慢的，我胖了二十斤，整个人气色也越来越好，精力象是回到了年轻阳光的我，大家都说我的面像变的圆润柔和了。面对过去痛苦的情感经历，通过学法我放下了怨恨。法中告诉我们，从出生那一刻起，每个人的人生进程都同时存在了。

明白了法理后，我不再怨恨母亲，我感谢母亲帮我去除情的执著。心结解开了，我对母亲依然恭敬孝顺，在生活上处处替她着想，无微不至的照顾她。读过《九评共产党》后，我清楚了父亲的思想是被党文化给控制了，父亲其实也是个可怜的人啊。看明白这点以后，尽管父亲对我还是以前的做派，但我一点怨念也没有了，我知道这是在帮助我提高呢。修炼的人是我，我得向内找，对照真、善、忍去找自己哪些地方还做的不好，我不和父亲计较，主动对他好。有一天家人一起吃饭时，父亲居然主动倒了一杯茶给我，我当时感动的眼泪盈眶，这对于我来说是多么不可思议的事情。

遇以前一个熟人，得知初恋男友在分手后来我家找过我，但母亲当时为了让我尽快结婚，怕节外生枝，谎称我已婚，把他打发走了。听到这个消息的我，惊呆了！从那天起，我病倒了，睡不着，吃不下，吃了就拉和吐，吐到黄疸水，身体仿佛在和这个世界决裂。一个月的时间，一米六五个子的我，从九十五斤瘦到七十多斤，整个人象枯柴一样，逐渐油灯枯竭。我变成了哑巴，也没有心情对待任何事。

一天夜里，我感觉自己的灵魂仿若飘到了半空中，我想我可能是快要离去了吧。突然，我隐约听到我丈夫对我母亲说我得了神经病，要把我送到精神病院里去。我心里一惊，天哪！他们居然认为我是神经病！我是心里苦，但我不是神经病，我是找不到活着的意义！

我突然想起女儿，我要是被送进精神病院，那就会变成真正的神经病，那我的孩子怎么办？！不行，我绝对不能把孩子落在一个不负责任的父亲和一个只为面子而活的姥姥手里，那女儿的将来比我还要痛苦。我要好起来，我要看病，为了孩子好好活着。作为离婚条件，我把仅有的一点财产全部给了丈夫，和他离了婚。

我病的似乎很严重，但是去各大医院做了肠胃检查，都没有问题。然而我的血小板却在急剧减少，开始贫血，身上出现了紫癜，凝血数值爆表到随时可能血崩。医生让我住院，抽骨髓，做一系列检查。我恐惧，还是太不能相信眼前发生的一切。我没人能诉说，没人能懂我，更没人能帮我。

二、修大法获新生

在一个我胃剧痛到走投无路的早晨，我跑了出去。也许是命运的安排，我跑到了很久以前朋友介绍过的一家中医工作室。我没抱任何希望的照例拿出一叠叠厚重

快动笔 勿拖延

文：中国大陆大法弟子 必成

【明慧网】今天看到明慧网《第二十二届明慧网大陆法会征稿通知》，想起自己之前参加的几次法会投稿，都没有在第一时间动笔，有时甚至是在最后一刻才发出去。也有很多时候是因为同修的提醒和催促才完成的。我问自己为什么要拖延？我发现身边也有很多同修都有这样的问题。

“拖延”在常人中有个通俗的说法叫“拖延症”。通过向内找，我发现“拖延”是一个非常狡猾的生命。它让人们变的松懈，滋养人的安逸心，让本该能做到一百分的事，最后只能达到六十分。最后等事情做完了，又因为自己没能呈现出百分之百的质量而懊悔不已。

拖延的人并不是不做事的人。不想做的人不会因为错过了该做的事而痛苦，但拖延的人基本都是知道这件事该做，可就是不自觉的往后推，并给自己找各种理由开脱。就拿我来说，有时我想：我要先把这次想说的重点在脑子里过一下再写，这样会更有质量；有时想自己先帮着别人写，等帮别人写完了，最后自己再写也来的及；还有时会有各种突如其来的事情的冲击，让自己一直迟迟不能下笔。向内找，我发现这都是借口，并不是造成“拖延”的最主要原因。

比如说“我想把征稿写的更好，脑子里过一遍”，就应该赶紧落在纸上，逐步推进，而不是只停留在头脑里，然后随着时间的推移，被各种杂乱念头所淹没。当要写的时候，又要再从新想一遍思路，才能再次清晰起来，才知道该怎么写。

再比如说，自己需要帮助别人写的时候，更应该自己先以身作则把征稿写完，这样更能把自己写作中的感受和同修交流分享，更能帮助同修主动的写好征稿。即便是先帮了同修，我们也能从同修的经历和障碍中找到自己的不足，从而更加促进自己写好征稿。

最后再说说那些突如其来的各种事的干扰，比如有时工作上需要加班，有时家里有些事需要处理，有时同修需要帮忙等等。其实很多事并不需要很多时间，只要处理完，根本不会影响到自己写征稿。但这时“拖延”这个狡猾的生命就会让你给自己找借口，不让你去完成你该完成的事，也就达到了“拖延”的目地。

拖延的人很多都有这种感觉：虽然你一直往后推，但这件事并没有在头脑中消失，因为你知道这件事就是你该做的，也是你必须要做而且要做好的。所以头脑中就会时不时的想：“还有件重要的事没有做，要抓紧。”离截止日期越近，这种心情就越明显，从而让人变的一直焦躁、不安。也就是说自己并没有因为“拖延”让自己变的轻松，心理上的痛苦和不安可能比“把事情提前做完”更让人难受。最后到了截止日期前，不得不草草完成。等事情做完了，自己又痛悔自己应该拿出更多的时间把事情做好。其实这个时候，你应该分清哪个是“真我”，哪个是“假我”，让你在人间享受人间的幸福、轻松的，都是“假我”的想法，因为我们的修炼过程本身就是去掉自身执著、逆流而上的过程。

而根本上说，“拖延”还有一个最重要的问题，就是我们到底把什么看的最重要？我们对自己认为重要的事从来不会拖延，比如一般人对吃饭、喝水和自己认为“重要的事”从不拖延，除非有比这更重要的事出现时，我们才会把这些事往后拖。

怀孕七个月时，我还在工地上熬夜。生产当天，丈夫把我送到医院就跑了。孩子难产，两天两夜没有生下来，母亲又生着病，我身边没一个人陪伴待产。第三天早上，我预感胎儿不对劲，跑出产室找到医生请求立刻剖腹产。手术时间很长，孩子脐带绕颈两圈半。大夫对我说：“孩子就算活着，也可能是脑瘫。”我的内心充满了恐惧。

孩子活了，可我却失血过多。一周后，我拖着一个毫无气血的身体和一个不知道是否脑瘫的孩子回家了。回到家，我依然不停的流血，丈夫时隐时现不着家。我自己一个人新手上路，没有老人的帮忙指导，拖着虚弱的身体照顾孩子，经常忙完了孩子就顾不上做饭。由于我吃饭有一顿没一顿，也没有坐过一天月子，本来奶水很好的我加上折腾，内心压抑，很快就没奶了。

在孩子没奶吃哭泣的夜晚，我也痛哭，感叹我的生活怎么就突然变成了这样，绝望无助，好几次想抱着孩子从楼上跳下去。也后悔我怎么这么草率，为了尽孝嫁给了这样一个没有能力和责任心的人。孩子的哭啼声让我一次次不得不面对现实，本来颇有成就的事业因无法兼顾只有放弃了。我拖着极其虚弱的身体和有名无实的婚姻，边带孩子边努力学习换新的工作，每天只睡三、四个小时。一天天，一年年，忙不完的生活琐事，经济压力和教育孩子的重担全部落在了我一个人身上。

几年的时间，我从一个阳光积极的漂亮女孩，变成了一个容颜枯萎衰老的中年妇女。丈夫依旧不挣钱，也不带孩子。为了逃避责任，他故意大吼，把孩子吓的哇哇大哭，甚至对我动手，有几次把我打到骨裂。我的内心逐渐枯萎，身体也越来越差。为了孩子、家庭，我一天天在坚持。

然而这样的坚持在十年后的一天，终于崩塌了。我偶

天工作，夜里到医院照顾母亲。这时我的上级领导也突然换了，我拒绝了新领导的不正想法后，正常提拔流程被中断，被穿小鞋和各种打压，我被很多妒嫉我的人看笑话，也有人说我傻。

虽然我从小吃穿不愁，但实际上我没有感受过太多父亲的关注。我父亲出生在一个贫苦并极其重男轻女的家庭，我作为女孩从出生，就被列为“外人”，不被认同。我从小到大，无论学习成绩再好，有何工作上的成就，父亲没有一句言语，也不和我交流，好象我的一切和他无关。妈妈此时危在旦夕，在双重压力下，我特别渴望结婚，想要一个港湾和支撑。

然而在筹备婚礼期间，熟人告诉我，我的男友移情了。我和他是初恋，谈了七年。我愤怒的去找他理论，遭到否认。他指责我对待上司的骚扰处理的不够圆滑，失去了这么多年自己辛苦打拼来的成果，我们大吵大闹之后分手了。

得知我和男朋友分手后，母亲突然病重。当被抢救醒来时，奄奄一息的母亲对我说，希望能在去世之前看到我结婚。一个月后，在母亲的催促安排下，我与仅仅见了三次面、母亲给介绍的人结了婚。在我结婚后没多久，我把这个所谓“体面”的好工作也辞了。

我开始创业，辛苦忙碌，顶着巨大的压力艰苦前行。然而最让我难受的是和丈夫完全没有共同语言。他没有工作，做什么都嫌苦嫌累，生活习惯很差，脾气不好，经常两句话不对付就暴怒，没有上进心，也没有责任感。我想离婚，可是刚试图和母亲说明并希望她理解时，在家休养的母亲为此又被120送进了医院。

我发现自己怀孕了，我没有开心的感觉，反而觉的孩子出生在这样的家庭得不到幸福。我的整个孕期，游手好闲的丈夫没有为我做过一顿饭，也没有陪我去做过产检。

那作为大法弟子，最重要的事是什么呢？当然就是做好三件事，和师父希望我们做的事，因为这就是我们来到人世的目的地所在。只是我们有时陷在人中，时而忘记了自己的使命，这时就需要我们用大法归正我们的一思一念。特别在现在这个末后之末的紧要关头，就更应该时刻保持理智、清醒，只有这样才能跟上师父的正法进程。只有这样，才能彻底摆脱所谓的“拖延”，完成好自己该完成的事。毕竟我们“拖延”的每分每秒都是师父用巨大慈悲付出换来的，我们没有任何理由不珍惜。

我们不知道明慧网的法会还会有几次，但每次法会的征稿都是我们向师父递上一份答卷的机会，无比的珍贵。所以希望同修们赶快拿起笔，尽早完成我们的征稿，做我们该做的事。这也是我们大法修炼者应该具备的“为他”的表现。所以希望大家：“快动笔，勿拖延。”

读明慧网大陆法会征稿通知有感

文：北京大法弟子

【明慧网】第二十二届明慧网大陆法会征稿通知到了。我迫不及待的和学法小组的同修一起阅读，我们分享了看后的感受。

有的同修说：“可写的可多了，我回去想想就写。”有的同修说：“我一看觉的自己修的差远了，我要实修，回去就写，争取自己发出去。”有的同修说：“（只要用心写）发表不发表另外空间都有了，考试就得答卷。”有的同修说：“自己原来什么都不会写，有了证实法的一念，师父就给智慧，现在写东西就不发愁了，老有的写，我们是神，自己要相信自己成。”有的同修说：“第二十二届了，我们

应该思考一下自己参加了几届，为什么没参加，得找找为什么？”

是啊，每一份答卷也都反映了个人的修炼状态和真实境界。不仅是法会，每天也都在答卷。就我自己来说，从修炼开始，丈夫是义务辅导员，每天出去学法炼功，当时孩子三岁，我就在家看孩子，没怎么参加学法小组学法，只是自己在家看书，个人修炼阶段还比较扎实，一九九九年“四·二五”和一九九九年“七·二零”也都去证实法，甚至在非常严厉的情况下，邪恶迫害，逼我在大法和工作之间选择时，我选择大法而失去了正式工作都没有悲观，展现了大法的威力。但始终没有走出个人修炼的状态，一会儿什么都不怕，一会儿恐惧又来了。丈夫被非法判刑几年，我也都是独修状态，打印机的墨盒都干了。他回来以后我家又能上网了，我的心也慢慢开阔了，家里成立了学法小组，我也受益了。有时遇到邪党开会等“敏感日”，我有怕心，他却坚持不停，他经常告诉我的一句话就是：“修炼法轮功合法，迫害法轮功有罪。”我也由个人修炼，走入真正的正法修炼。

我们小组的同修，家里也成立学法小组，邪党有“敏感日”也不停。有的同修家门口，还有人看着，同修就堂堂正正给他们讲真相做三退，到小组一交流，大家都正念足，做的更好。我们和海外同修虽然没见面，但我们心在一起，共同解体邪恶。

我地区没有因集体学法而被骚扰，这次北京大雨，我地区就没出现灾情。借着这次大雨我们就给家里人讲真相，家里人也都相信有神，这就是在破除邪党的无神论。我告诉家人，不信你查一查灾难多的地区都是迫害大法弟子严重的地区，抓的贪官也大多是迫害大法的。

比起一九九九年“七·二零”那会儿，我觉的现在修

枯萎的我修大法获新生

文：云南大法弟子

【明慧网】我从二零一五年接触法轮大法，到如今成为一名真正的大法修炼者，刚好十年。回顾我的人生经历，仿若大梦一场，从梦中醒来；一个在痛苦深渊里要放弃生命的人，通过修炼逐步回归到了原本的那个我。我怀着感恩之心写下了这篇交流文章。

一、“红人”的枯萎

我父母从事医学制药工作。我从小就听话乖巧，学习优异。每当看到父母向同事、邻居炫耀我，别人羡慕时的表情，我就愈发告诉自己要好好学习，给他们挣面子。小学、中学，成绩一路前茅，我进入大学。

二零零一年我大学毕业，顺利进入一家国有资管平台，从事投融资工作。这在当时是非常抢手的工作，有钱有权，周末有请吃不完的山珍海味，出入各大高档场所。我努力考取了各种专业证书，工作上吃苦耐劳，成为业务骨干，唱歌跳舞、体育比赛，样样出类拔萃，一时间成了单位的“红人”。

工作学习之余，我还关注经济趋势，加入到当时新兴的直销和电商行业。几年下来，主业、副业都取得了非常好的成绩。不管从外形穿戴，还是内在气质，我都俨然变成了一个标准的职场精英女性。我还有一个外表帅气挺拔、和我一样优秀上进的男朋友。

然而，就在我以为一切美好的生活向我展开时，命运业力的大手却悄悄伸向了我。二十七岁那年，我发生了巨大转折。我母亲突然病了，随时晕倒，呼吸心跳停滞，被120急救车多次反复送入医院。半年多的时间里，我白

看了人家车位一眼。这时我突然警觉了，这是什么心啊？这么不好，还让这思想持续了这么长时间。那不是不平衡的心吗！因为你没开进来占地方，人家占了，你嫉妒嘛！我不能要这个心，那没法修炼，我告诫自己以后不要看那车位，让自己心里都无感那才符合师父的法。现在我真的连看都不看了，我终于又把嫉妒心去掉一些了。

学会了向内找、向内修，我感觉自己这几年提高了一些，而且人心少了很多，真的遇到关难时，想到师父的法，就过的很容易。和同修去讲真相，我也时时归正自己的一言一行，一思一念。我主要发正念，配合同修讲。有时我会觉的同修讲的入题太慢，有着急的心，这时我就会告诉自己不能这样，我只有圆容师父的法，不能嫌弃同修，那恰恰是我自己的心出现了漏。只要站在法上想问题，就能及时归正自己。让自己的思维在法理的良好性循环中思考问题。

谢谢师父的救度！

炼环境真是太好了。那会我丈夫流离失所，我家二十四小时有人看守，得个经文可不容易了。现在家家都能自己上网，我们这七、八十岁都会上明慧，没文化都会写诗，这就是大法的神奇。

法正人间在即，师父一直在等我们的修炼成熟，我们可修的、可做的太多了。珍惜与大法的万古圣缘，珍惜每一个世人，包括找我们的警察，跟他讲一讲自己为什么还坚持修，法轮功没收咱一分钱，咱身体好了对国家对家庭都是百利而无一害的，迫害法轮功，中共它在国际上自己都没脸；大法弟子在哪里都是好人，是不是给中国人挣了光？

我们要和世人一起解体迫害，找回昔日的同修跟他们一起学学法，把征稿通知一起读一读，交流交流。大家通过写稿和交流，找一找修炼如初的状态。大家同心协力，各自找出不足，更加精進，支持明慧网大陆法会的成功，为师父呈上一份欣慰。

读《发泄不满的人》想到的

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】看了明慧网上西人同修写的《从修炼角度看离开神韵或飞天发泄不满的人（译文）》，我没想到在自由宽松的海外，也会出现那样的人。因为经历了太多中国大陆的严酷和高压，我以前一直羡慕神韵和飞天的环境，觉的只要到了这样的地方，在这么好的修炼环境中，能那样相互促进，任何人的修炼过程都可能是一帆风顺的了。我现在发现我是在用人的观念，站在人的角度看待修炼。

我感到正法修炼的严肃，真修、实修的重要，有再

好的修炼环境，都得靠自己去真修、实修，别人都代替不了。修炼是要吃苦的，人世间能有苦吃，才能修炼，就是不修炼的常人，要作成什么大事，都是要吃很多苦，克服很多困难的。一个情欲和业力满身的人要成为神，而且是大法造就的伟大的神，想高高兴兴的、舒舒服服、安安逸逸的，什么都以自我为中心，别人都能顺我的心就修成了，那是人在求安逸心的控制下的妄想罢了，我们大法弟子的群体是一个修炼的群体，不是常人的什么追求表面开心享乐的俱乐部。

修炼就是在各种心性的矛盾、摩擦和各种魔难中，能想起自己是个修炼的人，不断对照法向内找，不断去掉各种执著欲望，不断升华提高，才能最终修成。

在相对宽松自由的海外环境，虽然没有中国大陆这样的高压和残酷的绑架和关押迫害，但修炼的考验，对正法时期大法弟子的标准都一样是极其严格的，甚至因为外部环境的相对宽松，要求可能还更严，没有一个人能例外。所有长期没有正信的、不真修的，就可能成为被旧势力淘汰的“沙子”。

其实对走过二十多年残酷迫害的大法弟子来说，特别是在艰难的修炼实践中，已经从根本上建立了对师父和大法坚不可摧的正信的大法弟子来说，所有那些对师父和大法的诋毁、诽谤都是可笑的、可悲的、可怜的，那些出自于低能的人情、人心搞出来的东西已经对这样的大法弟子构不成干扰。

但是为什么多年来，总有那些乱法者、发泄不满者以及他们乱法和破坏法的言行不断的出现呢？操控这些人的旧势力它们是冲着什么来的呢？我个人看到主要就是冲着根本上还没对大法建立正信的长期不真修、不实修的人来的。

他也有被灌输的邪说洗脑的因素。针对这些问题，我就讲师父讲的法。我会在与他闲聊时，有意无意的关注他的表情，给他讲师父法中讲了什么；讲些同修们正念正行的故事；讲我们认识的一个大姐去派出所办身份证，被扣押了五个多小时，让她写“三书”等，她就不写，不配合警察的任何要求，最后没有被照像、没写“三书”，身份证也给办了，平安回到家。还有明慧发表的同修写的一些正念正行的文章，我常讲给他听，关注他听后的反映。

去年，我和丈夫聊面对病业魔难中的同修我自己应该修哪方面的话题，没想到，他和我说了很多，最后强调说是因为我现在不象以前那样了，才和我聊这些修炼的话题的，否则是不会跟我说这些的。就这样，在几年的不断修正自己、同化师父的法的过程中，我不断向内找自己修炼的差距，丈夫和儿子都看到我和身边同修的变化，丈夫对修炼重拾了信心，开始学法炼功了。而且在这个寒假，孩子也主动要学法，我们一家三口每晚都读一讲法。

我深深体会到了，向内修，找自己是修炼的诀窍，师父给的修炼的路。以前对孩子我就是强制，弄的不但不学，还说我不象修炼人，现在孩子不但很孝顺，遇到事情总是能用法和我一起切磋，交流体会。在同学中、朋友中，孩子处处都先想到别人。

二、归正自己的一思一念

我家两台车，但只有一个车位。突然有一天，我看到别人家的车，占了公共区域，心想物业咋不管呢？啊！这家可能有钱，开宝马，物业不想惹。所以我每次去取车，就会看一眼这家的车，心里就会翻腾出不好的心，觉的这家人真自私，总占公共区。有一天，我又下地库，又

因此，他回家后，事事我都不与他争辩。他是个思维很缜密很细心的人，而我却是个大大咧咧的个性，差不多每天都会被数落。无论我做的对不对，我都不回嘴，总是乐呵呵的认错。这在刚结婚的时候，我是万万做不到的，那时有一点事不顺心，我都会生气不理他。

后来，我也想总让人家数落却不吱声，是做到忍了，但得找找我为什么总被人家说啊，那不还是自己有问题吗？这么一想之后，我开始注意自己做事的方式方法，在对事情的思维上，看自己的问题所在。我以前就是这个大大咧咧男人的性格，不象个女人的样子，做事情不求甚解，俗话说毛躁，没有女人的温柔。男人是天，女人是地，我们家有点反过来了。看到自己的问题，我就改这些。师父在法中说过：“女的就属于阴柔”（《美国法会讲法》〈纽约座谈会讲法〉）。我开始注意自己的言谈举止，尽量做到淑女的样子。做饭也不毛躁，切完菜，一定直接把刀洗净，放在刀架上，随手放的不良习惯改掉了。

思维上，我知道他是被中共迫害的不敢炼了，他就想给家人一个好的生活，因素还是怕。在他回家后，我辞职不上班，有五年的时间，每天就有更多的时间做些与大法修炼有关的事情。我就尽量让自己做到符合法，别让他为我担心。但我还是出了一次事，被关进看守所了。我想我自己哪里出了问题了？自己回头看自己过往修炼中的事及思维，找到了一些问题，我向师父认错，让师父做主，我没修好的地方，我会修去，同时自己也全盘否定，不能认同旧势力迫害，这样对众生得救不利。结果，我被非法判一年的判决书下来，我被体检不合格，在师父的看护下，回到家中。我把我的思维怎么用法想问题也讲给了他，我知道这对丈夫触动很大，他也看到了同修们的齐心合力的营救我，同修陪同我哥去派出所要人。

我曾听一位多次到过海外的同修讲过，她知道的某一海外国家，在我们大法弟子办的媒体中，很多年轻的学员，长期不学法，不炼功，没有修炼概念，基本不看明慧网，同修说这还不是个别现象。甚至还有长期在矛盾中不能自拔，关难大了过不去，就开始怀疑和怨恨师父的……

长期不学法或学法不得法，没有修炼概念，就无法从修炼的角度来看待自己遇到的一切矛盾、魔难，就更不可能向内找，就一定会用人情、人心、人念来看待周围的人和事。把修炼中本来能使自己提高的人中的“苦”当成了对自己的不公，那就只能往下掉了。就这样，错过了一次次从本质上改变自己的修炼机会，相应的业力也消不掉，妒嫉、怨恨、仇恨等人心可能还会被邪恶加强放大，越来越无法用正念主宰自己。

但修炼不等人，人一旦进入修炼，人生的路，师父就已经改变和从新安排好了，修炼中一关过不去，下一关又来了，这样关难和业力堆积多了，不在法上实修，那过起来真的就很难了，最后就可能放弃修炼，彻底掉下去，这样的例子太多了。这时候，这样的人一旦接触到乱法者、邪悟者（多年来我们看到，旧势力和毁灭众生的邪恶也会千方百计的让他们接触上，在中国大陆也是一样），他们就有可能更会被迷惑，那就可能彻底走向大法的对立面，被邪魔操控干出各种破坏法和毁灭众生的事来。当他（她）明白的那一天，面对自己毁掉的无量众生，造下的无量罪业，面对自己用生命作保证签下的誓约，如何去兑现？那是怎样的痛苦和悔恨啊？不真修，真的太危险了。

另外，我想，对于所有乱法者、邪悟者搞出来的东西，我们海内外的所有大法弟子最好都不要抱着好奇心去看、去听，因为从人的层面来说就是在给坏东西增加所谓的

流量，从高一层来说就是在给邪恶增加能量，让他们更“来劲”，同时我们就是在自我污染。所以根本不给他们任何市场，同时用正念清除操控他们不理智的做坏事的一切邪魔，才是我们正确的做法。

那一刻 我心生慈悲

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】看着病业中的母亲，想着平日里对她的相劝与提醒，她一点也不听，再想想她对我所做的那些事，我真的对她太失望了，心里满是抱怨与委屈，心想：唉，算了吧，我就把她当成常人，就做一个女儿应该做的就好了，其它的顺其自然吧。可是，我在伺候母亲的时候，心中的不满与怨恨却表现的淋漓尽致，这更给病业中的母亲增添了关难。“人家同修都说的，你咋个还不遭报？”母亲委屈的说道。

而此时，我的内心却异常平静。对于说这话的同修，我没有一丝丝的怨恨，肯定是母亲在同修面前说了我的种种不是，她才会这样说。同修通过学法在法上提高上来之后，一定不会用人心来对待同修间的矛盾，这就是一个修的过程吧。而此时，我更体会到修炼的严肃与不易，我更体会到为什么师父要求我们必须修出善意与爱心的重要性，都是因为我在修炼上的漏长期未能修去，才会让同修一直想帮助我与母亲，而又因同修在修炼上可能有这方面要修的因素吧，才会导致同修说出此话，我站在自己现在的修炼层次上看，是自己对同修造业了。

看着眼前的母亲，我突然心生悲悯，她从一个美丽有气质被人仰慕的人，被病业摧残成而今这般模样，我

那么这次针对烟台“反邪教主题公园”一事，呼吁烟台的同修们不懈怠，运用我们的神通将其背后的邪恶因素彻底清除。

三、讲真相

师父说：“哪里出现了问题，哪里就是需要你们去讲清真相、去救度。”（《各地讲法二》〈二零零二年华盛顿DC法会讲法〉）

如果同修们能找到主办单位信息、公园管理者等等相关人员信息，可以在尽量注意安全的前提下，以写信、传单、电话方式讲真相。

大法弟子们慈悲善念的讲真相，威力巨大。明白了真相的人会选择正确的方式，摆放自己的位置。邪灵干的坏事，我们都有能力把它转为好事。

向内找 我学会了实修

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】我逐步体会了师父教导的向内找、向内修的法理。现把在生活中找自己、修心去执的过程写出来。

一、在家庭中提高心性

我和先生是中共开始迫害法轮功后相识结婚的。结婚不到三年的时间，他被中共迫害，被非法重判，在监狱被关押了近八年的时间。他回来后，就不修了。在他回家之前，我就清楚的告诉自己，把他当作一个需要讲真相得救度的生命就好，万事不强求，更不要要求他非得学法看书。我用法要求自己，一定要让他看到大法的美好，解开他的心结。有师父在，有法在，不信善良唤不回。

把发正念当成没有办法的办法。这些做法往往从表面上看不出问题，但是一个人两个人多少人都用人的观念理解发正念这件神圣的事，时间长了就会严重影响我们正念的威力。

师父说：“发正念是展神通，说白了就是功能的运用，目的是清理邪恶烂鬼。”（《二零零三年元宵节讲法》）

“发正念这个词儿在过去是不这样叫的，过去就是神通，使用神通，佛法神通，常人叫功能。”（《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉）

从法中我们知道发正念就是施展神通，所以我们不能再局限在人的思维当中，从而怀疑师父给我们的能力。

二、整体配合发出强大正念

修炼中没有偶然的事情。这次烟台莱山出现的事情，个人认为或许我们整体上有所懈怠，放松了对另外空间邪恶的清理，使得邪恶有了喘息的机会来毒害世人。这就需要我们尽快调整自己的修炼状态、修上去。其实一个地区的同修整体配合发正念，真正的心性达到标准的时候，威力是巨大的。过去在我们烟台已经实实在在的发生过：

二零一四年底，中共邪恶人员在烟台市莱山区五彩广场同样针对法轮功搞了一次所谓的“反邪教宣传展览”。当时展览是在地下室布置进行，门口有保安站岗。强行组织行政公务人员及学校师生等参观。考虑到这种场合无法用人的办法清理，在协调同修组织下，五大区所有大法弟子整体行动，分区、分片、分组分配不同的时间段，接力、近距离、高密度发出强大正念。过了不长时间，据内部人员透露展览撤销了，本来还要安排到各地巡展，结果不了了之，没了动静。

好难过，除了悲悯、同情，想发自内心的帮她，竟没有一丝平日里对她的指责与怨恨，只想着：如果可以，妈妈，我真的好希望你能真的从心性上突破这些关难，提高上来，我们携手同回天国家园。

这一刻，我对母亲几十年来对我的伤害及她那些党文化的表现的怨恨，淡然而去。

过去的岁月里，我因为想彻底修去对母亲的怨恨心而一直非常努力的修，一次次、一点点的修着，甚至因为这怨恨之心总也去不掉根而陷入绝望的心境，是师父一次次的点化、鼓励我。

前几天，对母亲怨恨的这种物质又一次强烈的反映在我的头脑里。我心想，咋这关就总也过不去，还没完没了了，这么多年了，它还能轻易的左右我的思想，我到底漏在哪里？突然我想到前几天看了同修的一篇交流文章，大意是，正法时期的大法弟子一切要以证实法、救度众生为第一位。对啊，我是正法时期的大法弟子，一切以证实法、救度众生为第一位，这怨恨心分明就是旧势力强加的干扰与迫害，它想毁了我、母亲，更想毁了与我们相关的众生啊！我不承认它，立刻解体，我要在师父安排的修炼道路上奋力精进。认识到这一点，我仿佛整个人都一震，感觉自己正念强大，整个空间场都亮了起来，之后无论是发正念清理这些败物、还是学法炼功时，对母亲怨恨的那种坏的生命体就再没有出现在我的空间场了。

而当母亲对我说上述那句话时，我的慈悲之心油然而生的同时，我真切的感受到师父把那颗心对应的那层情的物质与因素给拿掉了，我与母亲之间的恩恩怨怨也几十年了，现在终于彻底修去、除掉了它的恶根，面对我眼前的这个母亲，我再没有了想改变她的心，没有

了看不起、讨厌她的心，我也意识到要改掉长期养成的对母亲说话语气重的习惯，我就想用善意与孝心一点点的帮助她走过这场磨难，我突然觉的自己对眼前的这个母亲竟然如此珍惜，那不是情，也不是强为的要对她好，就只是一种非常平静、平和的心态，就如同对等待自己的众生一般珍爱。

在修去对母亲的怨恨心的过程中，我修的很艰难，反反复复的修来修去，现在因为悟到“正法时期的大法弟子一切应以证实大法，救度众生为第一位”从而破除了旧势力的安排，慈悲的师父看我悟到了、悟对了，就把这层怨恨的物质与产生它的根源——情，拿掉了，真正的从根子上修去了怨恨的物质，没有了怨恨心的那种感受真的非常超然美妙，感恩师父一路慈悲保护与点化。

写出此文，愿与我一样在修炼中某一颗心久久根除不了的同修，不防也站在正法修炼的基点上来悟一悟，找一找，看看是什么根本执著滋养着执著心的恶根。层次所限，不当之处敬请同修慈悲指正。

针对烟台“反邪教主题公园”一事 与同修交流

文：山东大法弟子

【明慧网】近期中共邪恶人员在烟台市莱山区双河东路南侧的逛荡河绿地公园（大华上海滩花园对面）搞了一个所谓的“反邪教主题公园”（注：中共是真正的邪教），里面有多处污蔑师父、大法以及神韵的内容，污蔑内容分布在公园不同位置。展板安装牢固，现场有便衣，主题公园周围有很多摄像头。面对这样一个现实情况，我们该怎么办？想就此从两个方面来与同修交流。

一、归正对发正念的认识

遇到当前的事情，同修们都会想到发正念。那么怎样才能使我们的正念真正的发挥作用，这就需要我们的认识升华上来。可能有很多同修对发正念存在着一个误区，认为发正念是人中没有办法了才采用的办法，就象有的同修说的：“实在没办法了，只能发正念了。”把发正念当成辅助手段，其实这是没理解好发正念的内涵和意义。

正法修炼走过二十六年了，在这期间，大法弟子一方面符合着人的状态，在常人社会中用人的方式做着反迫害、讲真相、救众生的事；另一方面，以正法修炼弟子神的状态，发正念清除另外空间的邪恶，排除干扰；遇到魔难时，也会求师父，展现神迹。

但有一部份同修形成一种观念，把做事看的越来越重，把发正念当成保障或者辅助。同修配合做事，往往年轻的、在人中有能力的同修去具体做事，年岁大的发正念；遇到难事在人中没有办法解决时，靠发正念解决，