

# 明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



台湾法轮大法修炼心得交流会召开前夕，五千四百名法轮功学员于二零一八年十一月二十四日在台北自由广场举行大型排字活动后，集体炼功、展示法轮功五套功法的美好，并向法轮功创始人李洪志先生拜早年，感谢师父的慈悲普度。

第 882 期

2018年12月6日



## 重要新闻（上图）

二零一八年十一月，为时两周的真善忍美展在巴西巴伊亚州（Bahia）首府萨尔瓦多市（Salvador）政府议会文化中心展出，部份在议会工作的人员学炼法轮功。当地电视台、电台和报纸作了多次报道。

## 修炼交流

正念正行 切莫再滋养邪魔

## 大陆综合

检察院撤诉 北京某集团公司中国区总裁杨观仁回家

检察院撤诉 深圳法轮功学员廖丹银回家

## 本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的总人数：321,428,715

**明慧週刊**  
www.minghui.org

台湾法轮大法修炼心得交流会召开前夕，五千四百名法轮功学员于二零一八年十一月二十四日在台北自由广场举行大型的字活动后，集体炼功，展示法轮功五藏功法的爱好，并向法轮功创始人李洪志先生拜早年，感谢师父的慈悲普度。

第 882 期  
2018 年 12 月 6 日

## 明慧周刊

第 882 期  
2018 年 12 月 6 日  
WWW.MINGHUI.ORG

内容提要

# 目 录

## 2 时事新闻

- 2 清除迫害 唤醒良知
- 5 中国大陆学员近期遭迫害案例
- 5 海外学员证实大法、讲真相摘要

## 8 大陆综合

- 8 大陆综合消息
- 11 严正声明
- 11 世人觉醒
- 15 人心与因果

## 18 修炼园地

- 18 正念正行 切莫再滋养邪魔
- 21 戒“火”
- 25 读《宽容的有限和无限》感悟放淡情
- 28 在抄法中提升心性
- 30 修去求回报的心
- 31 与还使用微信、电报的同修交流
- 33 在矛盾中修自己
- 36 学法向内找 - 走出“消极”
- 39 青年弟子 背法伴我平稳走在修炼路上
- 42 修炼交流文摘

## 清除迫害 唤醒良知

◇ 美国国会及行政当局中国委员会（CECC）的共同主席、资深联邦众议员史密斯（Chris Smith）就十一月九日黑龙江哈尔滨和大庆众多法轮功学员被绑架案发声，谴责中共十九年来持续迫害法轮功的劣迹，他说，“中共持续消灭法轮功的做法，是中国近代史上的黑色烙印。” 美国国际宗教自由委员会（USCIRF）的研究与政策副主任 Tina Mufford 代表该机构接受媒体采访表示，“这非常令人震惊，因为这些人没做任何错事、没违反法律、没犯任何罪，但是，中共打压他们、抓捕他们。”

美国国务院的一位发言人十一月二十九日代表国务院向媒体表示，“我们要求中国（中共）停止对法轮功的禁令，允许法轮功学员依据国际人权承诺自由地修炼、实践他们的信仰。”

美国国务院国际宗教自由办公室的第一任主任、宗教自由协会的总裁法尔（Thomas Farr），十一月二十八日接受媒体采访时表示，“虽然我对这起绑架案不了解，但我确实知道法轮功二十年来一直被（中共）残酷对待。” 他建议：“将法轮功议题纳入宗教迫害和迫害的残酷性等方面的美中对话中……” 法尔认为，美国应对参与迫害法轮功的中共官员实施制裁，比如：“拒绝为那些对这些罪行负有责任的官员签发签证。”

◇ 十一月二十八日，比利时法轮功学员在欧洲议会前举办活动，揭露中共长达十九年针对法轮功信仰群体的迫害，希望社会各界共同呼吁欧洲议会为制止迫害采取行动。来欧洲议会访问的各国人士，看到法轮功学员展示出的发生在中国针对法轮功的残酷迫害信息，纷纷表示无法容忍这样的恶行。人们支持法轮功学员走出来揭露迫害事实，让更多的人了解

事情的严重性，共同制止迫害。布鲁诺（Bruno）对学员说：“我在欧洲议会工作，我的工作使我了解发生在中国的事情，中国现在有很多的问题。我支持你们的信仰自由，我支持欧盟反对中共活摘器官的决议。”

◇ 十一月二十六日和二十七日举行第八届以中欧经贸为主题的“汉堡峰会”期间，汉堡法轮功学员举办了两场公众活动，呼吁与会代表关注中共对法轮功的迫害，帮助制止迫害。有多位峰会代表微笑地接受了传单。有些德方代表告诉学员，他们已经知道真相，并且很认同学员们在峰会期间揭露中共对法轮功学员的迫害。

◇ 巴西巴伊亚州（Bahia）首府萨尔瓦多市（Salvador）有着近五百年的建城历史，二零一八年十一月，为时两周的真善忍美展在市政府议会文化中心展出，给这个以多元文化而闻名的古城带来法轮大法，参观者无不惊叹能有机会认识法轮大法的修炼方式，并非常关注在中国发生的迫害。市议会的电视台、电台和报纸作了多次报道。部份在议会工作的人员学习了动功和静功。

电视采访中，中国学员还介绍了中共违反中国宪法的残酷迫害，听到这些时，女记者握着话筒的手在颤抖，她在总结中说：“让我们共同关注在中国的对正信者们的迫害，为他们发声，让更多的人开始了解真相，了解真善忍这普世价值。”采访后，摄影师专门走过来对中国学员说：“你们经历了这么血腥的迫害，真让人心酸，但是你们还在坚持着，太不简单，佩服你们这样的修炼者。”

《议会日报》的记者马塞拉（Marcela）和雷吉纳尔多（Reginaldo）作了画展的专题报道，摄影师雷吉纳尔多说：“这些画每幅我都想放到报纸上，很难取舍。”当了解到法轮大法以提升道德为修炼内容时，马塞拉说：“这个世界太需要真善忍了。”当听到在中国中共残酷迫害修炼者，手段如此邪恶时，她的眼中充满了泪水。

◇ 十一月十日至十八日，真善忍美展在俄罗斯北高加索地区的著名旅游度假城市叶先图基市(Ессентуки?)举办，很多观众在观看画展后留言，表达他们对法轮功学员们的敬佩，以及对真善忍普世价值的共鸣。一位参观者留言感谢法轮功学员们“启发了我们的宁静并净化了心灵”。来自莫斯科市的一位医生写到：“（法轮功）教化行善和关心他人，唤起慈悲心。非常感谢，祝你们好运！”

◇ 十一月二十七日，阿根廷法轮大法学会向阿根廷总统马克里(Mauricio Macri)呈交了有三万多人签名的请愿信，请总统在二十国集团(G20)峰会期间告诉习近平，阿根廷民众要求停止在中国发生的对法轮功的迫害。在峰会前一天，十一月二十九日下午，为了让中国领导人习近平及其代表团看到法轮功学员的心声：“法轮大法好”、“停止迫害法轮功”和“法办江泽民”，阿根廷法轮功学员在飞机场到喜来登饭店(习近平入住的旅馆)的路上，以及旅馆前打横幅。当天傍晚约七点在喜来登饭店外，中共唆使警察暴力强取法轮功学员横幅、扣押学员。一名女警员跟学员无奈地说：“我们无法帮助你们，所有的命令是上面下来的。这里有很多的腐败官员。我认识法轮大法的修炼者，我知道你们在做好事。”

◇ 从二零一八年十月二十六日至圣诞前的每个周五下午至傍晚，来自世界各地的游客和当地民众，都能看到法轮功学员在澳洲悉尼市中央火车站附近的两个公园里展示祥和的五套功法和揭露中共持续迫害法轮功十九年的罪行。在慈善机构工作的莱昂妮(Leonie)表示：“如此简单的炼功打坐就要遭受如此残忍迫害和活摘器官，中共真的太邪恶了！我们应该做些什么能一起制止如此残忍的迫害。”“如果我们能站出来一起制止迫害，那么公正、道德、和平旧会永远伴随我们。今天这么忙碌的我们应该多学习法轮功的打坐，修炼做好人，早回我们平静的传统生活方法。而不是对此熟视无睹。”



感慨地表示：“我们需要做的是呼吁更多的澳洲人来关注人权，来帮助制止中共对法轮功的迫害。这个法轮功团体让我尊重和敬佩，因为他们是那么的祥和、善良和自律，不像其他抗议团体。法轮功在社会上展示的总是那么祥和优美的中华文化传统修炼方法。”

## —— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇ 山西晋中市太谷县年近七十岁的法轮功学员程全英十一月二十一日被太谷县法院非法庭审，尽管律师的无罪辩护有理有据，但太谷县法院仍然非法判程全英七年冤刑。陈全英不服，表示要上诉。程全英女士，现年六十九岁，家住晋中市太谷县城，因为修炼真、善、忍，曾被枉判六年。

◇ 山东省青岛市黄岛区法轮功学员刘奉春于二零一八年九月六日被黄岛区法院非法庭审，十一月二十六日被非法判四年。刘奉春于二零一八年三月二十日下午在家干活时被黄岛区泊里镇派出所警察绑架、抢劫。

◇ 黑龙江巴彦县法轮功学员高福治，六十一岁，十一月五日被非法判刑三年，勒索罚款一万五千元，现已被劫持到双鸭山监狱。高福治二零一七年十一月九日晚六点左右在家中绑架，被迫害出现胰腺炎、胆囊炎、胆结石、脑血管等疾病。

◇ 安徽淮南市法轮功修炼者孙广荣，六十四岁，遭八公山公安分局警察捏造黑材料，构陷到法院，通知二零一八年四月二十日非法开庭。在非法开庭的前一天，四月十九日突然被绑架，之后音信皆无。近日，家人突然被告知，孙广荣已被劫持到安徽省女子监狱，而非法判刑的刑期家人仍不得而知。

## —— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇ 十二月一日，虽已入冬的台湾高雄市仍然艳阳高照，迎

来两年一次的“志工大会师”，台湾法轮大法天国乐团应邀参加，引领现场一百零八个服务团队、七千多名志工进场，受到志工朋友们的欢迎。闭幕时，法轮大法团体获得大会颁发的最高荣誉奖项“最佳贡献奖”。立法委员许智杰比起大拇指赞道：“法轮功推动健康、和谐，是对社会贡献很大的一个团队，法轮功为社会服务的精神，值得学习，非常感谢，让我们一起来说‘法轮大法好！’”

◇ 十一月二十四日，墨西哥法轮功学员参加特拉斯卡拉州（Tlaxcala）赤奥特马潘市（Chiautempan）圣诞游行，受到欢迎。该市一年一度的圣诞节活动被称为“市政厅的梦想”，今年有超过三万墨西哥民众参加了庆祝活动。法轮功学员的队伍包括仙女队、花车和腰鼓队。

◇ 十二月一日，美国北加州洛斯加托斯市（Los Gatos）著名的“儿童圣诞游行”（Children's Christmas / Holidays Parade）举行，法轮大法美西天国乐团再次参加，受到欢迎。主持人向观众介绍：“法轮功的原则是真、善、忍。他们希望让人们了解在中国发生的迫害仍在继续。我们非常高兴看到法轮功的队伍。欢迎天国乐团，你们很棒！”

◇ 十一月三十日至十二月二日，新加坡博览中心（Singapore Expo）举行“Health Fiesta 健康保健展”，悬挂黄色“法轮大法好”横幅以及各种颜色的莲花手工挂坠的法轮功展位显得十分亮眼。学员们登台展示了平静祥和的五套功法。学员们还向民众赠送印有“法轮大法好”的二零一九年日历卡以及书签，而孩童们则可拿到印有“法轮大法好”的气球。

◇ 十一月二十四和二十五日，日本关西法轮功学员参加了兵库县伊丹市立中央公民馆举办的一年一度的节日活动，在舞台上表演了仙女舞，并做了五套功法演示。功法演示时，伴随着优美舒缓的炼功音乐，台下几乎所有的观众都站起来了，一起体验法轮功的美好。

6 ◇ 十二月二日，新西兰南岛的最大城市基督城举行了盛大



的圣诞游行。法轮功学员和学员们组成的天国乐团一如往年应邀参加了游行。天国乐团格外引人注目，蓝白相间的古典服饰、整齐的步伐、明快的乐曲获得了阵阵掌声。所经过的人群都欢呼雀跃，有的还不停拍照，还不时听到有中国人在喊：“快看，法轮功，法轮大法好！”

◇ 十一月二十三至二十五日，挪威法轮大法学会和往年一样应邀参加在挪威博览会中心举办的第二十六届健康博览会，这是一个北欧最大型的健康博览会。许多参观者了解了法轮功并尝试了法轮功的五套功法，其中有人专为寻找法轮功而来到博览会。

◇ 十二月一日和二日是加拿大多伦多周边城市最后的圣诞游行，法轮功学员两天应邀参加了三个城市的游行，天国乐团、花车和腰鼓队所到之处都受到中西方观众的欢呼声和掌声。十二月二日，温哥华法轮大法学员参加了在市中心举行的一年一度的圣诞大游行，受到观众热烈欢迎。

# 大陆综合

## 大陆综合消息

### ◇检察院撤诉 北京某集团公司中国区总裁杨观仁回家

二零一八年十一月十六日，深圳南山区法院公布了针对北京法轮功学员杨观仁的《刑事裁定书》，准许南山区检察院以证据不足为由撤诉。数日后，被非法羁押了一年半的杨观仁夙愿得偿：回老家，为八十多岁的老母亲尽孝、祝寿。

二零一七年五月十五日，杨观仁出差，从广州叫了滴滴打车前往深圳办事，途中向司机讲到中共的历史造假、行恶杀害中国人，善恶有报是天理。长期受中共洗脑的司机一时无法接受事实和真相，沉默中偷偷开车把杨观仁直接送到深圳南山区粤海派出所。听说当时派出所人员不太想管，司机却执意举报杨观仁。在司机的执意举报下，案子由深圳南山国保大队负责办理。

今年六十八岁的杨观仁是北京某集团公司中国区总裁，本想回家探望八旬父母，没想到在深圳意外遭劫。面对警方多次许诺放人的欺骗，家属和公司方面一度想控告南山区公安分局，遭到警方威胁而作罢。

家属为杨观仁请到一位维权律师。二零一七年六月二十八日，杨观仁遭遇非法庭审。期间检察官左海霞指控杨观仁所谓的犯罪事实、证据、程序上的缺乏太多，根本拿不出法律依据证明杨观仁违法。

杨观仁认为：信仰是每个生命必须有的。他始终信师信法，把自己的一切交给师父安排，正念闯关，不配合邪恶。他在看守所拉血多次，双腿肿得象面包，脚背流脓、流血。看守所警察带他去医院，拿了些药膏，他没用。听说杨观仁瘦了十几斤，人很白净。

### 8 ◇检察院撤诉 深圳法轮功学员廖丹银回家

二零一八年十月十二日，被非法关押九个多月的深圳法轮功学员廖丹银终于回到家中。

据说深圳南山区检察院释放她的理由是“取保候审”。十几天后检察院办案人员打电话给她丈夫，让他们夫妻去南山检察院结案。廖丹银被告知，检察院对她的所谓案子撤诉了。

二零一八年一月八日，廖丹银从香港回深圳，入境时被海关抽检背包内物品。因包内装有两本法轮功书籍，廖丹银被海关官员限制人身自由，后被绑架到福田区福强派出所。一月九日，福强派出所警察、610 国保警察等六人去廖丹银家抄家，抄走法轮大法书籍等物品。次日家属们得知廖丹银已被送到看守所。一月二十一日，廖丹银被非法批捕。警察威胁说要对廖丹银判刑。

廖丹银被关押后，她的亲属们不畏强权、一直不懈努力地去做办案单位要人，因此女儿被打、先生被抓去看守所十天左右，亲属朋友被严重骚扰。

而廖丹银本人行为上也不配合邪恶，坚称自己无罪。廖丹银在福田看守所坚持炼功，看守所就不给她菜吃，只让她吃米饭许多天，同时给她戴上脚镣和手铐来惩罚她；廖丹银拒绝值夜班，看守所就让别的在押人员替她值班，但是也不允许廖丹银睡觉。

廖丹银清瘦了很多，但精神很好。

### ◇四川会理五位老人第三次被非法庭审 律师被阻在外

十一月二十九日上午，四川会理县人民法院第三次对五位法轮功学员郑琼、罗继萍、马凌仙、董秀琼、沈佳凤进行非法庭审。此案是被中院撤回判决后，重审开庭，可是法轮功学员的律师卢廷阁、黎雄兵却被阻挡在外。

二零一八年年十一月二十九日八点五十分左右，卢廷阁、黎雄兵两位辩护律师准时来到法院，接受了法警们所要求的

随身物品及人身安全检查，并递上证件进行了法院来访人员的登记。

经过安检后，两位律师就向法庭走去。这时四、五个法警突然阻挡在律师们的面前，并伸手拦截两位律师，声称因为律师们携带了公文包，所以不得进入法庭，要求两位律师交出随身公文包。

律师认为，公文包内装有出庭辩护所需的纸笔、案卷、法律法规以及电脑等工作物品，在律师依法通过安全检查后，法警禁止律师携带公文包的做法，没有法律依据，属于法警滥用职权。

这天是卢廷阁、黎雄兵两位律师第四次来到会理县法院。律师们认为，会理县法院院长杨鲁坡、分管刑事业务的副院长罗文对会理县法院有组织、有预案的系列违法行为，负有领导监督不力以及纵容、袒护和包庇责任，构成滥权渎职，已向相关部门控告，请求依法查处并敦促纠正违法行为。

当法庭正式开庭时，令郑琼、罗继萍、马凌仙、董秀琼、沈佳凤五位法轮功学员惊讶的是，审判长杨继兰突然给每位法轮功学员分配了一位素不相识，从未谋面的“辩护律师”。

法轮功学员郑琼、罗继萍对审判长杨继兰说：“指派律师我们不认可。我们请了律师，是你们不让他们进来。”杨继兰竟然说：“那你们请的律师我们也不认可。”就这样，庭审在会理县法院的第三次违法的情形下，又被取消。

## ◇下载炼功音乐 2018 年版的一点感悟

《大陆来稿》自从十一月五日明慧网上发表的“法轮大法”炼功音乐二零一八年版，我地区大法弟子都下载并更新了。同修们都悟到这是师父对我们的慈悲。同修们体会都很好，炼完功全身都很轻松，有几位同修都谈到：在炼静功的时候无名的流泪，师父的声音好象从很远的苍穹中传过来，感受到师父无限慈悲。农村同修现在也都行动起来了。

也有的不能上明慧网的同修来问：明慧网上有通知，这么大的事情怎么《明慧周刊》上没有通知啊！好象心里有点没底。

同修们可以放心的更新“法轮大法”炼功音乐 2018 年版。

## 严正声明

本周二百一十七名大法学员严正声明一切不符合大法的言行全部作废，表示要加倍弥补给大法造成的损失，坚修大法到底。

## 世人觉醒

本周一百六十名觉醒世人郑重声明，以前所写、所说、所做对大法、对师父不利的言行全部作废。相信法轮大法好，支持法轮大法，弥补过错。

### ◇台湾警察对法轮功的态度

文：台湾法轮功学员

当大陆公安警察参与迫害法轮功时，我们来看看台湾警察如何对待法轮功？

\* 巡逻车载法轮功学员到炼功点

有一次，本地区办集体炼功、学法、交流活动，清晨四点多钟，法轮功学员赶来要参加晨炼，车子在半路抛锚。警察巡逻车正好经过，下来了解情况后，就请法轮功学员上巡逻车，载他到炼功点炼功。

\* 警察局长：找个最明显的位置给法轮功学员们站

二零零八年十一月，当时中国海峡两岸关系协会会长陈云林到台湾，他所经过的县市，法轮功学员都拉横幅——要求中共停止迫害法轮功。

二零零八年十一月四日，中国大陆海协会会长陈云林抵达台湾的翌日，近三千名法轮功学员在台北自由广场前炼功





图：二零零八年十一月四日，中国大陆海协会会长陈云林抵达台湾的翌日，近三千名法轮功学员在台北自由广场前炼功

本地区学员在二天的活动中，第一天傍晚下着雨，当地警察分局副分局长要买雨衣给学员穿，后来我们婉拒了。第二天早晨，在垦丁国家公园的活动，本地警局最高长官警察局长坐镇指挥，当时我站在他身旁，他跟警察指示：找个最明显的位置给法轮功学员们站，让陈云林一行人一进入园区，就可以看到法轮功的要求——停止迫害。后来这些帮助法轮功的警察一个个升官，大陆是迫害法轮功的人也升官，但终究最后遭恶报。

#### \* 面对骂脏话的大陆公安警察

另外，当我打电话给大陆公安劝善时，警察骂脏话。我告诉他们：台湾的警察不会这样骂人，世界各国警察也应如此。不是你们不好，是共产党把你们教坏，你们本性是好的。我相信你的爹娘也不希望你讲脏话；如果你有太太、孩子，我相信他们也不希望你这样脏话出口。公安要当人民的表率，希望你按照真善忍作为处世的准则，希望你成为一个好公安，成为一个好公民。

12 这时他们静静听下去，再也骂不出来了。



## ◇人们抢着要真相资料

〔大陆来稿〕我和另一同修常一起去集市上给人们讲法轮功真相，劝三退。今年夏天，我学会了骑电动车，而且越骑越熟练。现在不管是十里地、二十里地、还是更远，我骑上电动车就走。

我和同修每天都去周围村镇的大集送真相、劝三退。到集市上一拿出《共产主义的终极目的》就会有人围上来要，也要明慧期刊或者车挂，一会儿的功夫我们手里的真相资料就没有了，我们就赶紧告诉大伙：“别抢、别抢！咱们必须得退出党、团、队组织，抹去兽的印记，才能保咱们平安呢！”然后再逐个的深入讲大法的美好和为什么要三退，帮他们起化名，记录下来。

又一次我们俩刚到集市上，又围上来很多人，这人要这个，那人要那个，我说：别急、别急，人人都有份。在做三退的时候有一个六、七十岁的老太太说：“我要厚书（指《共产主义的终极目的》）看去了（方言指可以看很长时间）！”而且她还是个老党员，我们一并给她起化名做了三退。

当我写到最后一个名字的时候，一个五十多岁的男子急匆匆的走过来，两眼凝重的看着我们说：“给我也写上，我叫某某某。”象是生怕我们走了，落下了他一样。我赶紧给他写上名字，他看我最后一个字写错了，拿过笔郑重的亲自写上了真实姓名，退出了少先队！

## ◇中共用微信监控所有的中国人真实不虚

〔大陆来稿〕八月十六那天晚上一位亲属来我家吃饭。刚一进屋，就乐呵呵的坐在我身边说：前段时间您告诉我微信的事，我还半信半疑呢，但是现在我告诉您，我百分之百的相信了。然后他就讲了他单位同事一位朋友因为微信惹祸的事：

这位朋友是市公安局的警察，上个月习近平来我市视察，朋友负责安全工作。人还没来呢，保卫人员都不能回家，人

来后更是神经绷得很紧，生怕出一点漏洞。这个警察的妻子在微信里跟亲朋好友聊天时说：（大意）这些天我可忙了，也很累，我家他，因为习近平来咱市视察，为了安全，他很多天都不能回家，家里的事都得我处理，把我累得够呛。她说，习近平住在某某宾馆，现在习近平一行已经走了，去哪哪了。我家他还没回来呢……

朋友的妻子就这几句话却招来了祸。事情结束后，警察单位领导和这个警察谈话说，国家领导人来我市，这么大的事，你在你妻子面前泄密，你妻子又在微信里向亲朋好友泄密。市局已经决定，你不能当警察了，先别上班了，在家反省反省吧，能不能撤销职务，能不能开除公职，还没最后定下来。这个警察听领导放妻子微信的内容和声音，傻了，什么话也说不出来了。

亲属说：我就想不明白，人都走了，泄密又有什么危险呢？！啥危险也没有啊！共产党怎么就这么怕中国人呢？

我告诉他：你们年轻，不知道共产党的底细。它是一个邪灵、红色恶龙，就是马克思说的“共产主义幽灵”，也叫共产邪灵。一九四九年它来到中国欺骗中国人，说跟它走就能过幸福生活。所以，当年有不少有识之士、爱国青年被它骗进来了。它是靠暴力抢夺了国家政权，然后就利用中国人在一次又一次的运动中叫中国人杀害中国人，它的终极目的就是毁灭人类。它怕中国人识破它的真面目，它就把十三亿中国人圈到它设的一个“网”里，然后在这个网的外围设几个监控部门，比如，监控微信、腾讯QQ、文字短信、语音电话、视频等等，设置专门监控人员，看你、听你每天说什么、做什么，你说了对它不利的话，它就会惩罚你迫害你。中国人在共产党面前已经没有一点隐私了，都在它那个网里呢，连那个市级公安局的警察包括国家领导人都不例外。每天都被它监视、监听、嘲笑着，所以必须逃出这个网。

亲属说：这共产党还真不是个好东西，跟着它混啥呀，  
14 等于毁自己，看来我退出它还真对了，到现在我才百分之百

的认为退出它百分之百的对了，不再画魂儿了。

## 人心与因果

### ◇黑龙江迫害法轮功者遭恶报案例统计

黑龙江省位于中国的东北边陲。一九九二年，法轮功的传出与法轮功学员亲身修炼的实践给这块饱经共产邪灵蹂躏的土地与龙江人带来了道德回升的希望！

一九九九年七月，江氏流氓集团与中共相互利用发动一场前所未有的、邪恶至极的对法轮功的迫害。据明慧网数据，黑龙江是法轮功学员被迫害致死最高的地区。自1999年至今，已有至少552位法轮功学员被酷刑迫害致死。直接受迫害的法轮功学员人数至少10611人。震惊世界的“万家惨案”、“建三江案”就发生在这里。

善恶有报，亘古不变。我们从明慧网报道出的恶报案例整理出黑龙江省十九年恶报人数统计：遭恶报总数为1846人；祸及家人总数为323人，二者之和为2169人。其中恶报死亡总人数674人，患恶疾的恶报人数为233人，祸及的家人死亡人数为148人，三者之和为1055人；公安系统恶报总人数为799人。由于中共各级部门的刻意封锁、隐瞒与篡改，实际的恶报人数可能会更惊人！

2018年11月9日以来，黑龙江省又发生了全国最大规模的绑架、骚扰法轮功学员。在法轮功真相大白的今天，在天灭中共天象渐明的今天，在天警世人的大量恶报发生的今天，我们真为那些还在参与迫害的人担心。所有还在参与迫害法轮功学员的人，你们的一只脚已经踏进地狱，赶快清醒！

（全文见明慧网）

### ◇心正得福报

【大陆来稿】人这一世幸福与否是由前世所为决定的，可是我们现在正处在一个特殊的历史时期，人对大法、大法 15

弟子的态度，不仅决定了幸福与否，还会影响后代。

十七年前，正是邪恶迫害法轮功最疯狂的时候，一个夏天，我和S同修一起去楼道里发真相资料。不料被两个警察堵在了楼道里。两个警察把守着楼道口，其中一个警察还认出了S同修是法轮功学员，一边打电话调兵，一边等着我们下来。

正在走投无路时，S同修说有个亲属（以下称小D）好象住在这个楼里，但现在是在上班时间，不知道能否在家。我说快求师父吧，让他在家，快点敲门吧，警察追上来就完了。结果一敲门，小D果然在家。他说今天身体有点不舒服，所以就没上班。我心里清楚这都是师父安排让他来保护我们，同时也给他一个摆放自己位置的一个机会。

我们开始唠家常，我以为把小时警察就撤了。可是天黑了，非但没撤，还增加了警力。那时候迫害十分邪恶，抓住或举报一个法轮功学员，要给不少钱的。

我们一看已是晚上十一点多了，警察还没走，就只好说出了实情。小D往楼下一看，楼口有好几个火星在亮，就是有好几个人在抽烟。小D预感事情不妙。他想了想，给他爱人打电话，让她马上回家。他爱人说：啥事呀这么急？这么晚了，我咋回家呀？你来接我吧。他说：不能接，回来就知道了。

他爱人回来一说，楼道口有好几个人在把守，还有摩托车。怎么办？俩口子一商量，给我俩化妆，换上新衣服、改了发型，身上又撒些酒，装成四人打完麻将后又喝醉酒的样子，他们俩口子还叼着烟，又说些粗话，一看就不是法轮功学员，就这样蒙过了警察，走了出来。

这俩口子下岗后，干了好几样买卖，都不挣钱，后来就开大客车包一条农村线，男的开车，女的卖票。他家的车里总有大法真相资料，法轮功学员也经常上车去给乘客讲真相劝三退，这俩口子从没说个不字儿。一次，一个老乘客说：哎，我说××（指小D），你这车里咋老有法轮功

的东西呢？你不怕有人举报你呀？小D说：“我开车挣钱，你上来他下去，凡是客，给钱我就拉他，别的我管不了，你不愿意坐就下去，别跟我扯些没用的……”

小D的正义和善心真的得了福报。

小D之前跑的那条线路人多票价低，一天到晚累的够呛，还挣不到钱。后来调到入少票价高的线路，不很累又挣钱。家中儿子是一个很普通的大学毕业生，也顺利考上当地相当不错的一个事业单位。是的，这个单位就凭他家的势力及他个人的能力，是去不上的，可他却轻松的考上了，是因为这个孩子顺从了天意（做了三退），他的父母在那么邪恶的情况下保护了大法弟子从而得了福报。

# 修炼园地

## 正念正行 切莫再滋养邪魔

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十二月五日】正法已经到了最后的最后时期了，那么讲真相、救度世人的时间就弥足珍贵，大法弟子立足于常人社会的修炼环境中，最大限度的保持着和常人一样，平衡着工作单位、家庭及邻里之间的关系，还要抓紧每分每秒做好正法时期大法弟子要做的三件事，如何正念正行，不被邪魔钻空子干扰和浪费了宝贵的证实法的时间，就显得非常重要。现将我在证实法中的一些感悟写出来和同修交流，共同精進实修。

### 一、集中最强的注意力通读大法，正念法中生

虽然我看不到另外空间，但是我坚信面前这本《转法轮》每个字的背后都是重重叠叠的佛、道、神和师尊的法身，所以通读大法的时候，我绝不允许头脑中闪现一丝一毫的杂念，集中最强的注意力通读大法，字字入心，有时就象定住了一样，浑身发热，能量非常强大。

每天这样通读大法二～三讲，无论发正念，还是讲真相，正念正行中，正念越来越坚实、越来越强大。

### 二、彻底改变常人的思维，切莫再滋养邪魔

常人的思维形成惯性，顽固，且不易被及时察觉，所以对大法弟子不注意时，破坏力非常之大，因为它在滋养邪魔，也使邪魔钻了空子进行干扰和破坏。师父开示：“长期以来大法中的众生，特别是弟子一直对法在提高心性方面存在着一种不同层次的误解。每当魔难来时，没有用本性的一面来认识，完全用了人的一面理解，那么邪魔就利用了这一点没完没了的干扰与破坏，使学员长期处于魔难之中。” [1]



法在提高心性方面具有无边的法力，且是庄严、神圣的，用什么样的心态对待就尤为重要，这就需要我们彻底改变常人的思维惯性，用强大的正念取而代之。常人千百年来形成的思维惯性，一有个风吹草动，头脑中就不受控制的思前想后，甚至在学法中、炼功中、发正念中，有的时候这些想法貌似就是在为解决问题，尤其在魔难中更为突出和顽固。

殊不知大法弟子的一思一念可都是具有强大能量的，所产生的黑乎乎的物质不但滋养了邪魔，也就成了邪魔没完没了干扰和破坏大法弟子的必然。而到了正法的后期邪魔更是以此作为加重迫害的把柄，师尊的法身和正神也都是无可奈何，因为是大法弟子本身“要”的，或滋养的。

其实大道至简至易，我们只需将这些不受控制冒出来的一思一念对照大法来衡量一下，符不合法的要求，例如发正念的时候，师尊要求我们集中强大的念力，保持纯净的心态，那么发正念的时候冒出来的任何念头就是干扰和破坏，那么学法中、炼功中不也是这样吗？明晰后就立刻加强自己的正念，用强大的正念抵制和排斥这些思维和念头，往往这个时候，我就会感觉到全身发热，能量场非常强大，而邪魔只有被解体或是望风而逃的份了。

记得有一次中午，下班步行回家，心里背着师尊的经文《道法》，快到小区路口时，看到一辆防暴警车开到人行道上，冲着我缓缓开来，下意识心里冒出一个怕的念头，这一瞬间，我意识到这是去我怕心的，我立刻加强自己的正念，完全由强大的正念力控制住自己的思维，然后面带微笑迈着稳健的步伐走了过去，防暴警车没有停留，擦身而过。

第二天中午，我从厨房窗户又看到那辆防暴警车停在单元楼下，我依旧用强大的正念控制自己的思维，午休时躺在床上，心里背着师尊的经文《道法》。

上班时，和妻子（未修炼法轮功）一起出门，妻子看到防暴警车，表现出很惊慌的样子，我用强大的正念控制着

自己的思维，面带祥和的微笑走到她前面，堂堂正正的朝着防暴警车走过去。这时出现了极具戏剧化的一幕，防暴警车突然加大油门从我面前左转弯夺路而逃，车里的人貌似是看到了非常害怕的景象一样。我对妻子笑着说：“看到了吧，一正压百邪！”

### 三、保持“清净心”，走出人的状态

师父讲过这样一段法：“我有一次把自己的思想和四、五个层次极高的大觉者、大道连在一起。要说高呢，在常人看来简直高的耸人听闻。他们想知道我心里想的是什么。我修炼这么多年，别人想知道我的思想根本不可能，别人的功能根本就打不进来。谁也知道不了我，他也知道不了我想什么，他们想了解我的思想活动，所以他们经过我同意，有一个阶段把我的思想和他们连上。连上之后，我有点受不了，不管我层次多高，也不管我层次多低，因为我在常人中，我还做着一种有为的事情，度人的事情，心在度人。可是他们那颗心静到什么成度啊？静到一种可怕的成度。你要一个人静到这种成度还行，四、五个人坐在那里边，都静到那种成度，象一潭死水什么都没有，我想感受他们感受不了。那几天我真的心里头很难受，就感到那么一种滋味。我们一般人想象不到，感觉不到的，完全是无为的，是空的。”[2]

每次通读《转法轮》，读过这段讲法时，总被“静”的状态所展示的巨大法力所震撼！而我们在正念正行中，在做好大法弟子的三件事上，如能在思想中时刻保持“静”的状态，或许更有利于我们做好大法弟子的三件事。

有时候在准备什么时候，对谁谁去讲真相，就在自己头脑中想着如何去讲，还设想着会出现什么状况，自己如何去应对，甚至学法时、发正念时，也会想着下午要去对谁讲真相的事，而真正去讲真相时，却被这些想法所干扰，出现正念不足，起不到救人的效果。

后来在学法中明白了，这是在证实自己，而不是证实法。当认识到后，时刻用正念保持思想中“静”的状态，在讲真相中就能正念十足，说话的语气自然而然变的非常柔和，来自于法中的智慧就能启迪对方的善念，讲出的道理就会使人心悦诚服。

师父明示：“注意：我不是叫你们人为的做什么，只是叫你们明白法理，这方面的认识要清楚。其实大法不只是度人的，也是讲给各界众生的，觉悟了的本性自会知道如何去做，爱护你们人的这一面是叫你们在法中能悟上去。” [1]

所以我们要彻底改变总想人为的想什么做什么的状态，时刻保持一颗“清净心”，随其自然，正念正行，在精進实修中，在做好大法弟子的三件事中，走出人的状态。

个人体悟，有不妥之处，敬请慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈道法〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

## 戒“火”

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十二月四日】我的性格容易冲动，就是容易“发火”。虽然随着修炼时间的推移也改掉了一些，可是作为修了二十多年的老弟子，遇事仍然一不留神就爆发出来，自己也觉的修的太差劲了。

怎么才能修去这把“火”呢？我反复通读师父的讲法，渐渐悟到：脾气不好，其实质是心性问题的，戒“火”要在修心上下功夫。以事论事，强行压制火气，不能解决根本问题。师父说：“在修炼中你们不是由于自己真正的实实在在的提高，从而使内在发生着巨大的本质上的变化，而是依靠着我的力量，借助外在的强大因素，这永远改变不了你人的本质”

转变成为佛性。”[1] 师父在《转法轮》最后还叮嘱我们：“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。”[2] 我决心就在实际生活中时时处处修好自己。

## 一、原来是执著心在作怪

今年新年前，我向老年书画会交了一幅字，自我感觉良好，以为肯定能在展览会上展出的。谁知过了好些时间，筹备组组长告诉我说：作品写的不错，可惜有个字写错了，在评选时被落下了。我说：错了就改嘛，可怎么没通知我拿回来改呢？组长挺热心，主动给我联系了经办人，那人却回话说：“那些选上的作品在评比第二天就都已经打包寄出去装裱了。因为时间紧，没来得及通知你，你的作品现在改也来不及了……”我听了，心里就“火”了：以前我负责的时候，评审不合格的作品都会通知作者改正或改写补交，汇总好才一起打包寄出去装裱的。旁边有个会员也在替我鸣不平：你的字我特别喜欢，每次展览我都会把你的字用手机拍下来慢慢欣赏的，不行，我替你找会长去！那会员给找来了常务副会长，副会长说：可以改。并吩咐那办事人到时给我补寄出去装裱，回来与其它作品一起参加展览。

但我真的要这样做吗？到了晚上我的思想平静下来了，意识到炼功人遇到什么事情都不是偶然的。刚才我为什么发火了？因为失去了一次书法作品展览的机会。为什么失去一次书法作品展览的机会心里就过不去了？因为觉的自己的字写得好，不应该给落下……这样一剖析下来，自己才发现，里面隐藏着名利心，还有显示心、虚荣心等等执著心哪！自己是一个炼功人，怎么能求这些东西呢？我连忙拿起电话，向常务副会长表示不改写作品参展了，并向他的好意表示感谢。他很意外，说：其他人就是展览时作品摆在不当眼的地方都会有意见，你却因为办事员的疏忽而放弃展览的机会？

为什么？我说我是炼法轮功的，不求名不求利，而且要时时处处替别人着想，不给别人添麻烦。其它作品既然都已经寄出去了，我就不麻烦那个会员再为我操这个心了。会长听了，称赞我心胸宽，看得开。其他会员知道了也感慨的说：人人都是为名为利，你们炼法轮功的就是不一样！

## 二、跳出人的观念

我的大女儿很早就跟我一起学法、炼功，但因家里人反对，总是家庭矛盾不断，无论我们怎么解释也解释不通。特别是一九九九年七二零中共迫害大法以后，只要外面对法轮功有什么负面的消息，他们一家怕的不行，就劝说女儿不要炼，女儿坚持要炼，他们就上我家来闹；我给他们讲法轮功的真相，讲法轮功怎样教人做好人，我女儿按照大法要求去做，不贪不占、不骗不赌，上孝公婆，相夫教子，怎么不好？他们虽然也赞成我女儿好，但要修炼就是不行。怎么说也说不通。

一次，大女婿忽然就在亲友聚会上发飙了，说都是我教坏了大女儿，搞得他们家一日不得安宁……劈头盖脸、猝不及防，我哪能受这种气呀！“火”噌就起来了，脸红脖子粗的大吼：“你没良心！”大女婿愣住了，不敢再说什么，旁边亲友们也静了下来，不欢而散。

事后我很懊丧，怎么就没守住心性，又发火了呢，我误在哪呢？表面上看，自己是为了维护大法，为了维护大女儿：大法这么好，修大法的女儿这么好，他们不知感恩反而这么对待女儿，这么对待我。我心里愤愤不平，“火”也就爆发出来了。细想还是因为“私心”，是为了维护自我。师父说：“可是往往矛盾来的时候，不刺激到人的心灵，不算数，不好使，得不到提高。”[2]真是这样的。当我从矛盾中找到了自己的执著，提高了心性，从人的是非观念中跳出来，用慈悲之心去看问题时，再面对女婿一家，就没有了怨恨和不平，只想要把他们从中共的谎言蒙蔽中救出来。而女婿也象



什么也没发生过一样，笑嘻嘻的跟我打招呼了。

### 三、小外孙女也来帮我修

我那四岁的小外孙女刚来我家时，她外婆看她自己吃饭慢，又怕她自己吃不饱，就喂着吃。谁知道才喂了几次，这小孩子就依赖上了，每次都要喂，不喂就不吃饭，后来更发展到了边玩边吃，一吃就是很长时间。她外婆这时才发觉自己宠坏了小外孙女了，要我帮忙教育她，让她自己吃饭。

开始第一次，我把饭端给她，让她自己吃饭时，她嚷嚷，但给她讲道理她能听，哭闹一会，也就吃了。第二次，她就不干了，哭喊着，讲道理也不听了，非要喂给她吃。要是以往，我早就发火了，说不定一巴掌过去，又打又骂了。但今天不行，师父说：“难忍能忍，难行能行”[3]。我是一个炼功人，要修“忍”，提高心性。我就不理她。过了二十分钟左右，再劝她，她才吃了，但一副不服气的样子。我忽然想到，这小外孙女是冲着我来，就是考验我来的，看我能不能做到忍。我把师父关于“忍”和提高心性的经文找出来重新读了一遍，以加深对这些法理的领悟。

果然，到第三次让她自己吃饭时，她竟哭的泪流满脸，声嘶力竭，怎么讲她都不听。我被她哭的心烦意乱，那颗心在胸口里突突的跳着。但我就是强忍着，就是不发火。

这时，对面坐着的媳妇忽然“啪”一声放下筷子，气呼呼的嚷起来：“你也就让着她！今天要是我的女儿，你早就把她拉出门外打她一顿了！”一副随时准备跟我大吵一场的架势。你这不是给我添“火”吗？我正想发火，就在差点冲口而出的一瞬间，想起了师父的法：“我们作为一个炼功人，矛盾会突然产生。怎么办？你平时总是保持一颗慈悲的心，一个祥和的心态，遇到问题就会做好，因为它有缓冲余地。”[2]说来也奇怪，就在那一瞬间，我忽然平静下来了。定了定神，我平和的说：“是我以前脾气不好，我今天意识到了。教育孩子不能靠打骂，要讲方法。你看我这就在改啦！”



就这样，一场眼看就要发生的风波平息了。小外孙女也不哭不闹了，睁着泪眼看看这个，看看那个，自己端起饭碗吃起饭来了。我心里知道，我这把“火”终于修下去了。

回想起来，我的“戒火”，其实就是修炼心性、去执著心的过程。随着学法修心的不断提高，我的心态也在逐渐平和，心境也越来越清静，面对再突然的心里冲击、再严重的心性干扰，都能一笑了之了。

在最近的一次同事聚会中，一位老同事忍不住赞叹说：“你现在的心态真好！”我知道，这是师父借同事之口鼓励我。我更知道，在修炼的这条路上，我与那些精進的同修比起来还相差很远，但我一定不会懈怠，一修到底，跟师父回家。

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈警言〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《转法轮法解》

## 读《宽容的有限和无限》感悟放淡情

文：大陆大法弟子 紫薇

【明慧网二零一八年十二月四日】我看到了上月明慧一篇交流文章《宽容的有限和无限》，其内容大意是：站在人的角度去宽容别人，无论你怎么宽容都是有限的；而如果站在法的基点上去宽容，那是无限的，甚至是不存在宽容了，只存在内找后的自责，从而修去自己的不足，提高上来，那前景是无限的。

得法修炼二十年，儿女们都是我的心头肉，无论大事小事都执著的牵动我的心，一生含辛茹苦操心、操劳个没完，总算劳有所获，儿女们个个成器懂事，工作好、收入好，个个过得忙碌开心，在人前提起来，都很欣慰，也喜欢把这些挂在嘴上。

我已七十多岁了，还有一个儿子未成家，我心甘情愿的 25

背着那口“锅”，去哪儿，心里都挂着儿子的那顿饭。可是，我为了他们好，引导他们得法修炼总是无效果；我召集全家，并宣布了为儿孙们取好的名字，要他们答应三退，可一个个都不吭声，我失望极了；过些日子又再次提起，可其中一个说：要我答应退出，得给我钱；另一个说：要我退出，先给我还贷款；我不远千里追到国外，得到的却是让我闭嘴。我气的不行！平时挺好的儿女，为什么一说到这个问题，就全颠倒了呢？他们的只孝不顺，让我几十年的家庭权威全扫地了！

同修曾提醒，要我修掉对亲情的执著。我也知道，但不知怎么修，现实面前太难！我也想下决心要修去这个情。就在这样的心境下，我看到了明慧交流文章《宽容的有限和无限》，使我触类旁通，触动了我的思考：我站在常人的基点上看儿女们的好、看我付出的收获，我怎的欣慰、满足等等都是人中的好，都是有限的，我不能永远拥有的，生不带来死不带去，全是人间幻想，是假的，几十年的光景什么都不是了，我修炼这么多年了，何必还执著不放呢？那也只不过是低层次中的东西而已；而修炼人肉身修出的功能，是高层次中的东西，是修炼人吃了苦，付出很大，才得来的，人世间的东西再好也带不走，都要扔掉，将来得到的是生命的永恒，宇宙不坏他是不坏的。

人中的儿女情又算得了什么？那些名、利、情都不是我要的东西，不知不觉转移到了儿女身上，整个心思和常人搅在一块还不自知，还很受用。

就因为自己与儿女处在一个层次面，救人要救人的灵魂，要自己灵魂升华了，有了神的境界才能救了人。从法中我明白，同等层次之间没有制约作用，所以我劝善不了他们，犹如抱着小学课本怎么上得了大学？！如果我去掉情，做好每天修炼的功课，提高上来，自己身心的素质、言行举止都能让儿女们从中能看到大法的好，他们虽不能直接看到法，却能看到我，因此能转变他们过去的看法，对未来

有了正确的选择。

也许那个时候，就象“火柴棍拔牙”那么轻松了，那坏牙一挑一个下来了，而我现在是“西医拔牙”，弄得大家都痛苦。

象师父说的那样：“这些职工学了你们法轮大法之后，早来晚走，兢兢业业的干活，领导分派什么活儿从来不挑，在利益上也不去争了。他们这样一做，把整个厂的精神面貌全部带起来了，厂子经济效益也好了。你们这功这么厉害，你们老师什么时候来，我也去参加”[1]。我也能让他们也这样眼见为实，对他们才是受益无限的，那才是真正的好。

可能师父看到了我的心思，让儿子对我表现出与过去不同的态度，让我冷心；还让我无意中偷听到了女儿电话中对我的不敬之言。我有些惊醒了，情是靠不住的，只有靠师父了！我受到很大的震动。

几天内，我的思想在法上升华着，好象与法在对话。突然一天，我的心里“咯噔”一下，掉下了什么东西，整个身体轻了起来，全身被暖流充盈着，丝丝缕缕的能量，从我穿着的毛衣针织缝隙中渗透进来，我真切的感受到那丝丝缕缕的能量来自于大穹深处！一时间那种暖意、轻柔、舒畅、美妙，使我真切感受到溶入到了上一层的“真善忍”法理中，并同化在其中。自己使劲的想着赶快提升自己的道德，同化上去。

那几天，什么怕心都没有了，旁边那些能勾起怕心的信息、言论也带动不了我了，仿佛离我很远，与我无关。真切的再现了师父说的：“宇宙中真、善、忍的特性，常人感觉不到他的存在，因为常人整个都在这一个层次面上。你超出常人这个层次时，就能体察出来。”[1] 我的思绪沉浸在那样的氛围中，亲情也好像没了，真正把法放到了首位。

一天，我很自然的对儿子说，你上班回家时间没有规律，我做饭很难把握，浪费太大，从今以后，我不再专为你做

饭了，我只做我自己的，你回来遇上了，有什么吃什么，不行就自己动手做一点，或在外面解决。儿子听了也很同意。后来儿子自己就在单位吃了，他也很乐意。

我几十年背的“那口锅”解下了，轻松了，自己该做什么做什么，一切都好安排了。去掉情真好！谢谢师父慈悲，读同修交流时，让我触类旁通，正确认识理解师父的法，在法上提高，从情中解脱出来，更好的溶入到证实法中，做自己该做的。

自己所悟，如有不在法上，请同修指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

## 在抄法中提升心性

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十二月四日】在被中共迫害非法关押期间，每天被强制重复抄写监规纪律，甚至不让睡觉。当时我意识到被限在魔窟里抄这些与己无关的东西这一切绝非偶然，自己在大法中修炼十几年了，却从来没有将能指导自己修行的《转法轮》宝书抄写一遍，我真的珍惜法了吗？走出牢门，我的第一个心愿就是将《转法轮》抄一遍。

真正提起笔来抄大法，才知道并非易事，抄写时，容不得半点走神，否则抄错就要从头再来。有时半天才能抄两页纸。

抄写大法书的过程，时刻对自己心性检验，是仔细学法的过程，也是排除干扰、坚定前行的过程。有几点收获，写出来与大家分享：

一、抄法是一个字一个字的抄，不是象普通抄写，凭记忆就行。对《转法轮》，我曾背过两遍，有许多法在头脑中都是有点印象的，有时看到一句开头，就能默念出整句法，

28 直接抄下去，常发现这样会写错字。

师父告诉过我们大法书每个字的背后都有很深的内涵。我意识到法的每个字都不是普通的文字，每个字都是神圣的，抄写时，对法的每一个字要持敬重的心，才会下笔写对。如果眼睛一扫而过，凭印象落笔抄写，是对法的不敬。所以我就一个字一个字的入眼、入心、再落笔，就很少出错了。

二、抄法不能心急求速度，这样越急越出错。抄每一个字，看每一段法，本身就是仔细学法的过程，在抄的过程中，心静下来，让每个字入眼、入心，本来就是师父对弟子学法状态的要求，过去认为抄法不如通读学法学得多的思想是错误的。

对每个字我都是一笔一画的写，写每一笔画都持一颗慎重的心，尽量不随意拉长、写歪，从中也抑制、去除了那种在头脑中隐藏较深的随意夸张、马马虎虎的做事习性。

三、抄法要心静，能真正静下来，不受外界干扰才行。做到静的前提是得平时就要纯净自己的一思一念。抄法时，什么家里的事、外面的事都不能去想，甚至手机都要静音才行。心思稍有一点不净，再小心、仔细还是笔下会出错。

有几次抄法过程中，接听手机或看短信通知，马上就出错。有一天，因为中午与家人争执几句，下午抄法时，总感到心里有个结未解开、堵得慌。抄完两张纸后，我决定放下笔，回家去做些家务，主动化解家人的那份怨气。家人看到我回来没与他计较，也自然不提那些不快之事。第二天再坐下来抄法时，心就特别清静。

四、抄法要相对集中时间，如被其它事干扰，拖拖拉拉几天才提一次笔来抄，就会人为的把抄法的总体时间拖长。对每一个正法时期的大法弟子而言，每一天、每一分、每一秒都是恩师用巨大的承受延续来的，学法的同时，还有更艰巨的助师救人的事要做，尽快的把法抄好，是十分必要的。所以我明确告诉家人，这段时间，我要抄法，其它无关紧要的事都不参与。

要想抄好法本身也是十分不容易的一件事。师父讲过这

样的法：“大家知道那个书在出版校对的时候是非常艰难的。因为他是法，还有魔的干扰，人的思想有业力也在捣乱，所以是非常难的。”[1]所以在抄法累了时，在出错多时，我都停下来发正念、清除身体内外的一切干扰因素。

在抄法过程中，增强能吃苦的意志，不怕累、不怕寂寞，持之以恒，摒弃常人娱乐活动的所有诱惑；在抄法前，我尽量少喝水，保证中途不如厕。这样保证有相对集中的时间抄好法。

五、抄法要用规范的格子稿纸，不能随便抄写，确保手抄本与大法书在编排上保持一致。这是对大法的敬意。

每当抄好一页纸，我都在心里由衷感谢师父的加持！这么神圣的大法，不是每个人都有机缘一个字一个字抄写、一个字一个字的学的，如果没有师父的保护、加持，我什么也做不了。

注：

[1] 李洪志师父著作：《加拿大法会讲法》

## 修去求回报的心

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十二月二日】十多年前，我去帮一位从劳教所黑窝出来转化了的同修，没帮成。不知何时，她明白了，回到修炼队伍中，我看见了，再没提过那次帮她的事。过后常有一念：“你不说转化对吗？”

几年前的一天，在同修家，三位一起发正念，天目看见她躺在我面前，我也没悟到这一景象是师父点化我什么？随着学法的深入，我逐渐找到了：这是一颗求回报的心，那个景象是师父点化我：在对待同修的问题上有求回报的心，这颗人心阻挡我升华。总觉得见面她没说声：对不起，谢谢！也正是同修帮我修这颗求回报的心，所以十多年的多次见面中没听到“谢谢”这两个字。



师父说：“因为度人是不讲条件、不讲代价、不计报酬、也不计名的，比常人中的模范人物可高的多，这完全是出于慈悲心。”[1] 师父还讲：“佛家度人是不讲条件的，没有代价的，可以无条件的帮他，所以我们就可以为学员做很多事情。”[1] 而我离师父的法太远了，计名，计报，求名，求报，求谢谢。

谢谢同修这么多年一直帮我修求回报的心，我一定修去这颗人心。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

## 与还使用微信、电报的同修交流

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十一月二十九日】从明慧网交流文章中看到有同修对删除微信有抵触，有的转而使用电报等类似的东西，对其他同修的提醒也不当回事。现在我大概能体会、了解一些这些同修的心态了，因为修炼中看到自己过去在很多事情上也是类似的心态，所以也深深体会这种心态对修炼人巨大的破坏力。

尤其在邪恶迫害形势下，我们坚持大法修炼的每个人，都想要修好自己，跟师父回家，我也一样，在修炼上过去也自认为很努力：经历过邪恶的残酷迫害，对大法更加坚定了，对法理的认识、理解也更多更深入了，明慧编辑部文章发表后，赶紧一一对照自己有没有相应的问题，有就赶快改正；很多时候查看自己没那些问题，也很关注明慧网刊登的同修交流文章；有些交流文章也引起我的注意，查找自己相关方面的问题等等，平时也尽力做好该做的事情。现代社会流行很多东西，我知道都很不好，都尽量远离，每天过的挺充实。所以直到六、七年前，虽然嘴上没说出来，但思想里总觉得自己修的挺好。

而另一方面，在家庭环境里，跟家人却常常生气，磕磕绊绊。修炼前，各种因素的作用，我已经形成了非常大的脾气，尤其在家里，后来都不去控制了，碰着我的观念，火就上来了。修炼后，这么多年，确实改了很多。但前几年就常常感觉家人故意找碴，家务怎么做都不对，那种语气、一脸的鄙夷，感觉他就是故意胡搅蛮缠。道理我都懂，就忍，积累多了，强忍不住就发火了。很长时间我都没走出这个状态，认为家人找碴的观念越来越强，简直都见不得他。

终于大法弟子救度众生的责任促使我无条件说我错了、无条件的修自己，尽管当时我并不认为自己错了，也不知道自己错在哪儿。很长时间里，还是矛盾重重，不同的是，强忍的过程中记得提醒自己无条件找自己，渐渐由机械的、强制的无条件告诉自己是我说错了，变的真的能认识到自己错了，错在哪儿；之后常常还是很多矛盾，虽然能看到自己的问题了，还会有强忍、难忍，但明显感到自己冷静多了，理智多了。这几年感觉真是剜心透骨，如果不是一直坚持学法、决心要听师父话修自己，不是师父、大法加持、去掉我执着的物质，我根本迈不出“无条件说我错了”这一步，更谈不上剜心透骨、摔摔打打坚持几年下来。

这才体会到修去自己人心、执着不容易，也能了解有些同修不能按照师父、大法的要求去做，明慧编辑部文章指出了问题，也还有人用各种理由不认真对待，继续自己习惯的行为，并不是他们自己真我清醒、理智时想要干的，都是各种人心、执着、观念控制下干的，而自己不坚定正念遵照师父、大法要求去做，不认真对待明慧编辑部文章指出的问题，几乎无法摆脱那些自己不以为意的人心、执着、观念的干扰控制，而这背后的问题却很严重。

经过这几年剜心透骨的魔炼，我才看到自己气愤不平的背后，不仅是修炼中过去已经认识到的强烈的怨恨心、妒嫉心、争斗心、显示心、自以为是，顽固的维护自己，

强烈的负面思维等等，更深处还隐藏着只想按自己能接受的、认为好的去做，不想完全按照大法要求自己，被无法无天的邪党文化毒害。上学后就越来越抵触“你要听话”的要求，修炼后仍然不知天高地厚，修炼多年居然没有“要听师父话”的概念，更深处对在法上修炼提高也没真当回事，而把自己对修炼的有限理解当宝贝，沾沾自喜：“我修的不错”……自以为努力的修了十多年，在思想的更深处却隐藏着不敬师不敬法，不想按大法要求修炼、提高自己，还用各种貌似堂皇的借口层层层层、严严实实的掩藏着！

如果这几年还象以前那样的修，我永远也不知道自己思想深处潜藏这样的抵触大法修炼，永远不知道自己在修炼中有这么大的漏洞，永远不知道之前自以为修的不错，其实却很表面、很肤浅，差的很远很远，如果就这样走到最后，等于白修！根本上等于没修！意识到这些后，在很长时间内，对自己都很失望，甚至绝望，那种沉痛无以言表。

所以想对还使用微信、电报等的同修说，我大概能体会、了解一些你的心态，也深知针对人心、执着真正去修自己时，人心干扰很多，但是师父也讲过有关的法，明慧编辑部文章也明确指出来了，都不需要我们悟了，只要听师父话去做到而已，你却都不当回事，能说这是在修吗？错过了大法修炼机缘，可不是说起来这么轻松啊！

也许静下心来，想想自己的修炼要不要听师父的话，想想明慧编辑部文章指出的问题自己做的怎样，想想自己是否真心在大法中修炼，理智的答案一出来，相信我们会有正念做到做好。愿同修冷静、三思，做的越来越好！

个人认识有限，不足之处欢迎指出。

## 在矛盾中修自己

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十一月三十日】前几天向明慧网投稿了一篇交流文章，同修说我造假，说我把功劳都放在自己头上，错误都是别人的。同修是当众说我，当时我感觉自己并没有怎么太动心，更没有怪同修的意思。我虽然知道自己没有造假的成份，但毕竟是一己之见，偏颇之处是难免的。

没想到回家后，胸口象有块巨石堵着，还有一个不好的意识在心里反映，排不掉压不住。我开始发正念，一个小时过后，感觉清理了不少，但是那东西还有，只是弱了些。学完一讲法，心稍微静了下来，觉的应该向内找，错绝对在我身上。

找来找去，想到当时那篇文章写的时候就很不顺利，中间电脑坏了几次，当时就找到文章中在证实自己，不是证实法，想起字里行间的自我感觉良好的执著是那么的肮脏，就那么直白的浮现在文字表面。当时我认识到问题了，电脑就好了，我对文章做了一句句的修改。也许当时是达到法对我在那一层要求的标准了。但是现在想起来，却完全不是那么回事了。我并非是发自内心的把那个证实自己的心去掉了，而是从文字的表面上把证实自己的内容硬生生的换成了证实法。

回想起来，文章中证实法的伟大，不是发自内心的在说，只是觉的应该这样说而已。虽然我生命的本质是绝对相信师父伟大，法的伟大，但是却窝藏着证实自己的祸心。师父告诉我们：“如果修炼的人要是只从表面上放的下，但内心里边还在保守着、固守着一个东西，固守着你自己的那个你最本质的利益不让人伤害的时候，我告诉大家，那是假修炼！你自己的内心要不动，你是一步都提高不了，那是骗自己。只有你真正的从内心提高，你才是真正的提高。” [1]

想到这里，我自己心里也是一激灵，同时发自本性深处想把这颗最可怕肮脏的心去掉。

我记起几天前学法，师父的法出现在我脑中：“那膨胀的最后是啥呀？大家看那气球，吹、吹、吹，吹到极点的时候‘嘭’就爆炸了嘛”[2]。当时我就慌了，我知道师父点化我膨胀，而且居然已经膨胀到这种程度了吗？我居然膨胀到了要毁灭的地步了吗？可是我平时却没有那么强烈的感受到自己的膨胀啊？因为知道自己修的太差，还经常沮丧，跟同修天天叨叨我不行。但是我那一刻突然明白了，有些心虽然没有明显表现出来，不代表没有，也不代表这颗心不强烈。修炼上表面光是没有用的，执著心藏的再深，而不从本质上改变自己，那就是假修。师父这是给我从本质上在给我往外推。让我从内心深处找到这个膨胀的根子，挖掉它。

越渺小的生命越自以为是，越邪恶的生命越狂妄，而越高级的生命越谦卑，越默默无闻，到了高层连形象都没有了，都是无形的生命了。生命之渺小，在法中小到连微尘都不如，只因师尊对我们生命的慈悲，才这么珍惜我们，救度我们，我们怎么还敢膨胀呢？

同时我想到师父的一段讲法：“面对再大的委屈都能够很坦然的对待，都能够心不动，都不为自己找借口，有很多事情甚至于你不需要争辩，因为在你修炼这条路上没有任何偶然的事情，也许相互说话中触动你的、也许和你发生矛盾有利害关系的这个因素就是师父弄来的。也许他说的那句话非常刺激你、点到了你的痛处，你才感觉到刺激。也许真的冤枉了你，可是那句话并不一定是他说的，也许是我说的。（众笑）那个时候我就要看你怎么对待这些事，那时候你撞他其实你等于是撞我。”[3]所以这是师父在管我呀！这是好事啊！如果相反，“那魔还会夸奖你，说你有多高呀，说你是多高的大佛，多高的大道，认为你了不起，这全是假的。”[4]师父说：“遇到这些问题的时候，大家一定要警惕！”[4]这才是危险的呢！

另外我之所以能认识到，是因为我是在背《精進要旨》，35



其中的〈博大〉、〈穹〉等经文都让我发自内心的认识到自己的渺小和膨胀的问题。我从内心的感激师父通过这件事情点悟我，也感激同修指出我的问题。

在这件事上，我也发现一个问题，当我浮现出对同修不好的心，我发现，如果不及时抓住，而是顺着这些心去想，认为就是同修有问题，就会产生间隔，整体中同修间很多复杂的矛盾间隔都是这样造成的，但是如果在这些心出现的时候，能意识到是自己这里的执著太多，通过这件事翻出来了，就能抓住它，去掉它，不仅不会产生间隔，还会通过这件事情修掉这些人心执著观念，纯净自己。

一点个人体会，有不足之处，请同修慈悲指正。

注：

- [1] 李洪志师父著作：《北美首届法会讲法》
- [2] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》
- [3] 李洪志师父著作：《各地讲法十》〈曼哈顿讲法〉
- [4] 李洪志师父著作：《转法轮》

## 学法向内找 走出“消极”

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十二月一日】前几天，有同修说，自己怎么都精神不起来，学法看不到法的内涵，也放不下想得到好处的想法，感觉到自己在人中是很有主见的一个人，在修炼上却这么消极。我也是刚从消极自责中走过来的，我想谈谈走出“消极”的一些想法。

### 净心学法

我们是大法弟子，学法却常常不够，修的不扎实，碰到一点干扰和魔难，就静不下心学法，就去逃避了，不愿意咬着牙，下决心真正改变自己、修掉那些脏东西。但修炼到最后，人中的一切都得放下：放下自己——自己怎么样、想怎么样、怎么样得好处等等，就是无条件找自己、



付出、吃苦。

当然说起来容易做起来难，其实我们修炼中遇到的每一件事情，师父都讲过了，我们只要能守住心性，甚至只从某一方面做到了，相信师父所说的话，就能破了这背后不好的执著心了。

我们问问自己，能放下那个为了自己的私心吗？愿意按师父讲的话去实践吗？真的做不到吗？师父讲过“难忍能忍，难行能行”[1]，那么我们要“行”吗？要“忍”吗？

师父曾讲过一个故事：“过去有一个修道的人在街上一边走一边喝酒，忽然看到一个人，此人正是自己要找的可以修道的人，他就想要度这个人，想收他为徒弟。”“他说着把那一掌大小的酒壶往地上一摆，打开盖，一下跳进酒壶里去了。他一看师父跳进去了，也学着师父的样子一跳，也进了酒壶。看热闹的人们都来趴在那个壶口往里一看，哎哟，一看里面是一个广阔的世界呀，非常大。”[2]

师父讲的法，用人眼看是一本书，可那就是师父的法轮大法！里面层层都是大法构成的层层世界和宇宙，威力无边、法力无边、无所不能的，怎么能改变不了我们呢？！可是，要想改变，这得需要我们自愿！不自愿，那就是再造，就不是我们自己了，也不是现时师父救度众生的方式了。而师父就是在救度我们，救度所有的生命！我们主动修炼到哪一步、心性提高到哪一步、修到多高，才能看到法轮大法里面多高的内涵。

师父讲过：“说有一个僧人打坐炼功，元神到了极乐世界看到了景象，转了一天，回到人间已经六年过去了。他看没看到呢？看到了，可是他看到的不是真相。为什么呢？因为他的层次不够，只能在他这个层次中给他显现出来他应该看到的佛法的体现。因为那样一个世界就是法的构成体现，所以他不能看到真相。”[1]

那我们是用什么样的心态在学法的呢？有对法的敬意吗？认识到大法书背后和另外空间的这个内涵了吗？如果

因为自己在修炼上不提高，而不能看到法的更高内涵，反过来，再用人心去对待大法，从而不去实修，这不也是在我们弟子中常见的、也是很大的问题吗？

从另一方面讲，我们真的还想这么浑浑噩噩的去过人生这几年？我们在人这里，就是当了皇帝、皇后，又能怎么样？朝闻道、夕可死，有什么东西让自己这么纠结放不下呢？没什么时间了，再不放下人心，再不跟着师父走，就真的走到头了。生命除了同化大法，已经没别的路走了。

我们常提到人的意志，我们作为大法弟子，有没有意志？如果没有，就树立起来修炼圆满、随师还的这个意志，任何时候都不要动摇，勇猛精进，一修到底！如果还是树立不起来要修炼的意志，就想想自己到底在追求什么？到底想要什么？到底选择了什么？

同修们，我们一起下决心吧！把那股坚持执着不放劲儿，用在勇猛精进上。认真的一字一句的去学法，什么思想念头都放下。学不下去，不就是思想上不舒服吗？当成打坐腿疼难忍的时刻去忍住，坚持住，让自己达到大法的标准的去认真学法。

## 放弃执著 同化大法

师父讲了失与得的道理，在我们的修炼中，有时候，或许就是让自己实实在在的失去不想失去的，或许只是自己的心害怕失去，而不敢去实修，不敢去放弃。那么，怎么样做才是合格的大法弟子？就是相信师父，无条件的找自己，不纯净、不合法的思想物质都割舍掉，不去执着任何结果，不去想自己到底能得到什么！

如果抱着侥幸心理：我只要提高心性，就能不失去自己想要的、保住不想失去的东西，或就能得到在大法中修炼的福份，或者我现在碰到的魔难就能过去，这就和有的学员出现病业状态，却过不了关，是一个性质的，只是表现形式不同而已。

也许提高心性的过程，会剜心透骨的痛苦，结果也不是人的执着心想要的，可是我们是大法弟子，我们只要在大法中修炼，走到最后，就能得救，跟着师父走，就能回到原来的地方。那么，我们自己相信师父吗？有这个不求一切、放下一切追随师父、追随大法的选择吗？

从法中理解，人这才能修炼，才有当大法弟子的机缘。天上的神想来得法，他得转生成人，在什么都不知道的迷的环境里，让他自己去做选择，不知道什么是好，什么是坏，甚至看不到自己最后能得到什么，看这个善心还能不能返出来，有善心，会去选择吃苦、修炼、付出，就能走上修炼的道路。那看着面前的是闪闪发光、光彩夺目的宝物，就去拿，那也不算，因为谁都会放下手中不够好的东西，来得这个法宝。我们都是在迷中选择，看不到真相！看佛性是否能返出来，如果每件我们碰到的事情我们都能以大法衡量来做选择，我们一定会圆满随师还的。

我现在从新开始背书了。在读了同修的体会后，从新看了师父的《各地讲法十一》，也有了更多的认识，我已经感觉到后悔和遗憾了，得法二十多年，为什么不好好学法修炼呢？已经浪费了太多时间了！也感觉到师父正法进程的推进，没有什么犹豫和摇摆的时间了，放下一切执着的、不想放的心，纯纯净净的跟师父走啊，不能再傻傻的原地转圈了，共同精进，回到我们自己该回到的地方！

以上只是我个人的一点认识，写出来和同修们交流一下，有不对的地方也请指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《美国西部法会讲法》

## 青年大法弟子： 背法伴我平稳走在修炼路上

文：北京大法弟子

【明慧网二零一八年十一月二十九日】我是一名八零后女大法弟子，于二零零七年走入大法修炼，二零零九年，在同修的建议下，开始背《转法轮》。我是一段一段的背，背熟一段再背下一段，前面的不去管，类似于通读，目的是集中注意力更好的学法。今年，在同修的建议下，开始按小标题来背，效果更好。

开始，每背完一遍《转法轮》，我会将时间进度记在记事本上。这样可以清楚看到背了多少遍，每次用多长时间。看到记事本上长长的清单，颇有成就感。同修问起时，也蛮自豪。我悟到这是人心，背到十多遍时就不再记进度了，以前记进度的手机记事本也删掉了。

## 两次中断

二零零九年，第一次背《转法轮》背到第三讲时，经历一次大的心性关，大概中断一两个月，又拾起来接着背。二零一二年初又经历一次大的心性关，虽然也学法，但背法中断半年多才拾起来。

回想这两次心性关，如果当时能够坚持背法，内心会更清净，更容易把事情处理好，过关会更顺利。记得同修在交流文章中说，坚持背法时，修炼路走的比较平稳；修炼不平稳的时候，都没有坚持背法。确实如此。

## 背法的美妙

背法最大的好处就是能够集中精力学法，平时经常想到法，用法来衡量遇到的事情，指导自己修炼。

背法中，有时会突然悟到法理，内心一震，莫名的激动。更多的时候，虽然没有特别的感受，但也是有收获的。记得有一次在嘈杂拥挤的火车上背法，背着背着，发现自己在微笑，看什么都高兴。

《转法轮》背过几遍后，有一天突然意识到目录还没背，就开始背目录。背着背着，发现自己在流泪。当时内心并没有特别的感受，或许是自己明白的那面看到了师尊的慈

悲。

去年搬到新家，上班坐一个多小时的地铁。我开始在地铁上背《洪吟》。早晚高峰的地铁拥挤不堪，容易让人心情烦躁，时常有人吵架。而我内心却充满师尊美丽的诗句和美丽的心境，在狭小的空间中感受博大。

四本《洪吟》背过一两遍后，又开始看英文版《洪吟》。英文版四本《洪吟》看过一两遍后，正好常人工作需要大量阅读英文材料，明显感到英文阅读能力大幅提高。

## 每背完一遍都有大的变化

“弟子：我听说每读一遍《转法轮》能摆脱一层壳？（学员笑了）

师：大家可别乐，我看确实有这个威力。你第一遍看完《转法轮》的体会，你在第二遍看时不带有重复的。所以我告诉大家要多看多看。能悟到更高的理是因为你又进到那一个境界了，不达到那个境界就不让你知道那一层的理。”[1]

背法是高质量的学法，每背完一遍都有大的变化。这种变化可能是心性上大的突破，明白一层的法理，或者一个大关过去了，或者一个大关来了。回想起来，这么多年背法，似乎背完每一遍都如此。以前保留背法进度单时，有时看着长长的清单颇感慨，又颇疑惑：我经历了那么多大关吗？但看着每次背法的时间点，有的还能回想起来当时过的什么关。

## 坚持学好法，让法熔炼自己

师父讲：“难忍能忍，难行能行”[2]。我悟到，只要坚持学好法，多大的难关都能过去，多么难去的执着都能放下。因为法太大了，只要坚持学，不知不觉就在熔炼人。

修炼之初，我就知道自己重情：爱情、恩情、亲情、友情……千丝万缕的缠绕，剪不断、理还乱，想起就很烦恼，<sup>41</sup>

只能让自己尽量不去想。现在，十多年过去，当时让自己刻骨铭心、无法释怀的人和事，想起来已云淡风轻；当时自己痛苦不堪的样子，还隐约记得，但就象看电影一样，和自己没什么关系了。

二零一三年，我租住的房子临街，楼下一排底商，经常放音乐，都是流行音乐，情歌。我买了防噪音耳塞，把耳朵塞的严严的，可那些歌词、音乐仍钻到耳朵里，触动内心，烦恼不堪。

后来搬过几次家，现在的住处又临街，马路对面还是广场，一天到晚的歌舞。但我不再烦恼，因为这些已经无法触动我的内心。在这样的环境下，依然可以背法，感受内心的宁静。想想真是美妙！不知不觉间，自己已经发生很大变化。

十多年的修炼，大法已溶入我的生命，未来的修炼路不管还有多久，我都坚定的走下去。

注：

[1] 李洪志师父著作：《美国西部法会讲法》

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

## 修炼交流摘录

他嘴里不停的污蔑大法，我就心里不停的发正念。他就问，你怎么一句话都不说？我笑着说，虽然我年龄大，您是警官，请您先讲，他说我说完了，你说吧。我说，好，那我先跟你开个玩笑吧：你是法盲。他听后哈哈大笑，我是法盲？我可是硕士研究生，我说刚才不是说了吗，是跟你开个玩笑，一看他没发火。我接着说，中国什么法律最大？他说：没什么最大最小。我说：看我说你法盲对了吧，我告诉你宪法最大，你说，我们是×教，宪法上说信仰



自由，宪法都没说我们是×教，你违法了。他先是一愣，然后他说，宪法上没说，可是江××说你们是×教。我说，他已经下台了，再说他也没权定宪法呀，他也不能超越宪法之上，所以我说你是法盲。我接着说，刚才你说第二条说我师父在外国享受，有豪车有豪房，那我问你，农村人看城市人住的都是豪房，那你我住在市里，都住豪房，美国的国情就是那样，我师父是度全世界的人，不可能住中国大陆，美国人民全都开车，我师父也不能一人在美国高速公路上骑自行车吧，那不符合美国国情。第三，你说我们反党，反党这个词没有贬义啊，共产党不是讲批评与自我批评吗，批评就是反面意见……他问我，老太太你是什么文化？我说初中，文革前的初中。他说了不起，把我给说服了。……就这样，我们聊到半夜，第二天把我放了。

### ——《两次反迫害经历》

最近，我在看二零一八年十月一日《再悟病业假相》这篇文章时受到了启发，其中，同修写道，有一次，他正在看《转法轮》第七讲《医院治病与气功治病》，当他读到“曹操一听以为华佗要拿他脑袋”时，忽然听到一念：“这是那个瘤子说的。”他一惊，感觉到有一扇门打开了，明白了无边法理中一层内涵：这个瘤子是一个来讨债的阴性灵体，它为了能讨债成功，将曹操置于死地，就阻止华佗为他开颅做手术，于是它向曹操大脑中反应一念：“他要拿你脑袋。”曹操是个常人，自然分辨不出这一念不是来自真正的自己的思想，而是被这个灵体操控的。于是，曹操误以为华佗要杀他，把华佗关进监狱，最后这个灵体索命成功了。我非常震惊，瘤子也这么狡猾！也会干出这种事！曹操却把它当作是自己的想法，自己的判断。我立刻明白了：我的两个不信师信法的想法是思想业力干的，因为业力也是生命，我修炼正法，业力就会被消灭，它当然

不干，它会采取种种办法阻止我修炼，所以它使出了最阴险的一招：把这两个不信师信法的想法隐隐约约的反映到我的大脑中，让我在信师信法上有漏，让我修不成，它就可以生存下去。尽管它出现时隐隐约约的一闪而过，它却让我感到是自己的想法。每当我向内找时，它隐藏的很深，从来就找不到它，脑子里记不起来有这两个不信师信法的想法。可是，当师父把这两个不信师信法的大漏打入我脑子时，我却十分清楚的意识到：对呀！我是有这两个想法。我真的上了思想业力的当，十多年来，是它挡在我修炼的路上，阻碍我学法得法，阻碍我往上修炼。

### ——《找到深层执著 走向修炼如初》

自从师尊叫我们发正念之后我就重视发正念，这是三件事中的一件事，师尊讲：“对宇宙真理坚不可摧的正念是构成善良的大法弟子坚如磐石的金刚之体，令一切邪恶胆寒，放射出的真理之光令一切生命不正的思想因素解体。有多强的正念，有多大的威力。”（《精進要旨二》〈也三言两语〉）多发正念不仅让我们保持足够的正念，也会使邪恶没有立足之地，这是强大的法力的体现，我觉的受益很大。我曾经也有过怕，也有恐惧心，也有过不安稳的时候，有时也想在家炼功，但一发正念，心中的一堵墙就没了，怕心就没了，心中升起“一切师父说了算！”“溶在法中！”“同化真善忍！”我真切的体会到身上所有的细胞和各器官溶在了法中，原来拧劲的腿一下子顺过来了，原来手术摘除左侧的两根肋骨后表面身体造成偏左倾斜，一个多月后表面身体直过来了，都能感觉到细胞生长，所有疼痛感全部消失。

### ——《七年户外炼功 让我身心受益巨大》

我们的思维里面不能有怨恨、不平的心，正法一天没结束，就是给众生得救的机会，大法弟子的前程是绝对光明的，可是被邪恶操控的人未来是极其可怕的，我们有怨恨、有怕心，就生不出慈悲，所发的“正念”也就没有威力，因为慈悲是威严与法力的展现，大法弟子就是完全为他的生命。有一位老同修被告知去检察院接受调查，老同修一去，就给他们说，你们可不能做这个事啊（指参与迫害大法弟子），你们以后可怎么办啊？这些官员嗤之以鼻，感觉自己位高权重：我们怎么办？想想你自己怎么办吧！可是老同修每次去，都是发自内心的感慨：你们可怎么办哪，没有去想自己，并讲给他们当前的局势及大法真相。到后来，这些人一见到老同修就说，“哎呀，我们以后怎么办哪，不能做这种事啊！”这个地区的同修渐渐的归正自己的心态，散发着慈悲的场，到了二零一五年“诉江”，也没有一个同修被骚扰，同修一打电话，那边的人就说：大姨，我们不会干那些事！

### ——《就秦皇岛市多位学员被非法抓捕所思》

偶尔协调同修 A 也跟我说一点另一资料点 B 同修的不足。每当这时，我都会给 B 同修打对号，因为我不认识她，听不到她的想法。一天，A 同修告诉我 B 同修对我的看法，我立刻愣住了：我们之间也不见面，甚至都不知道她长啥样，怎么会出这种事呢？遇事向内找，这是师父对大法弟子的要求。我知道 B 同修说的是对的，立刻释然了，并给她打了对号。过了几天，C 同修说 B 同修的女儿也说我了，我立刻给她女儿也打了对号。

### ——《给同修打对号》

我们做了一次酷刑展图片的拍摄，同修们相互配合的

很好，警察的服装、手铐、电棍都借来很多，所以酷刑展图片拍的很好，很全面。我们把洗脑班、拘留所、看守所、教养院、监狱等邪恶黑窝对男、女同修迫害的方式方法都给展示出来、揭示出来了。不久，这些酷刑模拟图片就在明慧网发表了。当时我们参与的有二十左右人，协调人怎么说我们就怎么做，有条不紊，相互圆容的很好。当有不同意见，出现分歧时，我们当时就商定解决，按最好的方法去做。没有一个非要坚持自己意见的，非要证实自己的。整个过程是在一种圆容、祥和、正念场的覆盖下进行的。那天就感觉师父给下了一个罩，把我们与世间隔绝开来。那一天过的太祥和了、太充实了。

### ——《心系众生 救度世人》

作为一个修炼的人，不管在家里，还是在很熟的同修面前，是最容易放松自己、最容易暴露魔性的地方，觉的那都是生活上的事，没什么“大不了的”，完全没有了一个修炼有素的炼功人的表现。其实一个真正的修的好的人完全不应该是这种表现。无论在哪里，随时随地，时时刻刻都保持着一个修炼人的良好状态，言谈举止，大事小事都严格要求自己才是一个修炼人应有的状态。师父说：“物质和精神是一性的”（《转法轮》）。我悟到，如果自己的心性修到哪一层次，其行为表现也是那一层次的表现，修炼人的表现应该是高尚的，善良的，慈悲的，怎么还会惹的同修“生气”呢？那就是自己修的很差劲的真实写照，必须下大功夫去修了。

### ——《帮同修不是把自己的观念强加给同修》