

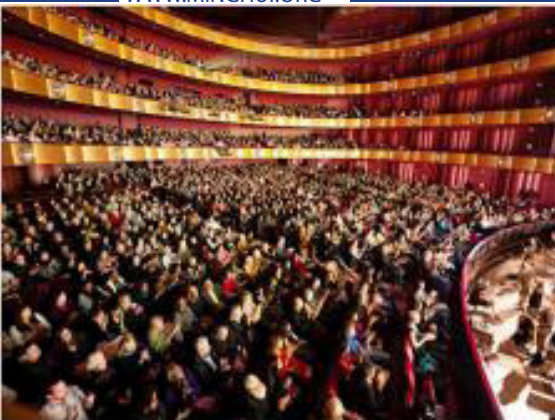
明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



美国神韵艺术团的六个团二零一九年同步全球巡回演出，以纯正的中国古典舞和音乐，展现五千年中华神传文明的壮丽与深邃，诠释历史、传统和生命的真谛，不仅令各族裔观众深感震撼，更令海外华人深感中华民族的骄傲。神韵纽约艺术团一月十日至二十日在美国纽约林肯中心的十四场演出，神韵国际艺术团一月八日至十三日在英国伦敦西郊的沃金新维多利亚剧院和伯明翰的国际会议中心（ICC）的七场演出，都提前售罄，一票难求。

第 889 期

2019年1月24日



重要新闻（上图）

二零一九年一月十二日，印尼巴丹岛法轮功学员再次来到第 43 国立中学，向学生与老师们介绍法轮功的功法。大约八百名国中生聚集在学校大操场，一起学炼法轮功。

修炼交流

修去怨 善自生

大陆综合

救援晕倒路人 广州董丽娟被诬判两年

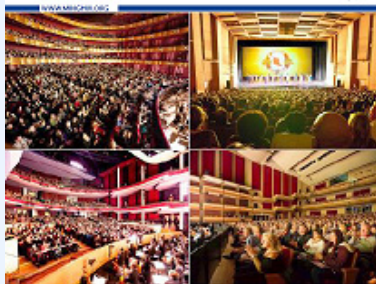
七旬王元昇被河北冀东监狱剥夺探视权

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的总人数：325,049,789

明慧週刊

第 889 期 2019 年 1 月 24 日



美国神韵艺术团六个团二零一九年四地全球巡回演出，以纯正的中国古典舞蹈和音乐，展现五千年中华神韵文脉的壮丽与深邃，追溯历史、传统和生命的真谛，不仅令各座观众众深为震撼，更令海外华人深感中华民族的精神。神韵国际艺术团一月十日至二十日在美国纽约林肯中心的十四场演出，神韵国际艺术团一月八日至十三日在美国纽约林肯中心新多利亞剧院和林肯中心国际会议中心（ICC）的七场演出，都获得售罄，一票难求。

第 889 期

2019 年 1 月 24 日

明慧周刊

第 889 期
2019 年 1 月 24 日
WWW.MINGHUI.ORG

内容提要

目 录

2	时事新闻
2	清除迫害 唤醒良知
4	中国大陆学员近期遭迫害案例
4	海外学员证实大法、讲真相摘要
6	大陆综合
6	大陆综合消息
7	严正声明
7	世人觉醒
9	人心与因果
11	时事评论
11	十八年前天安门的一把火 《焦点访谈》事先知情吗？
15	小心“警察新规”中的陷阱
23	修炼园地
23	修去怨 善自生
26	信师信法是修去妒嫉心的根本保证
29	时时用正念、法的标准衡量自己
31	修炼如初再精進 时时修心多救人
37	修炼人的“一念”非常重要
41	关于向内找的修炼体会
43	做师父的真修弟子
47	修炼交流摘录

清除迫害 唤醒良知

◇ 二零一九年一月二日至十三日，俄罗斯法轮功学员在科斯特罗马市（Kostroma）举办“真善忍美展”。当地民众表示，观看画展让他们了解到中共对法轮功学员的迫害真相，对遭受迫害的法轮功学员表示深深的同情。也有的观看画展后表示想学法轮功。

现在正在兼职律师工作的大学生安娜观看画展后说：“对于我们经常不知道中国发生的事实，如（中共）对法轮功修炼者迫害、杀害，我感到非常的遗憾。我对所有被牵连的家庭表示同情。”她表示，画展让人了解迫害真相。

叶列娜（Elena）女士观看画作《孤儿泪》中，因为父母修炼法轮功遭受残酷迫害，小女孩孤零零的一人时说：“看到画中的小女孩，她承受了多少痛苦和心酸，一看这双眼睛，一个眼神中就说出了所有，也什么都明白了。”

大学生纳斯佳（Nastya）和马克西姆（Maksim）表示：“画作都非常雅致，从画中我们知道了很多法轮功修炼者在中国被迫害的真实情况，因为很多都被掩盖着。许多画家自己经受了迫害，所以在他们的画儿中反映了真实发生的一切。”

◇ 二零一九年一月十六日，比利时佛拉芒语每周新闻杂志《诀窍》（Knack）刊登文章，详尽报道了获奖影片《求救信》中主人翁——法轮功修炼者孙毅，因坚持信仰惨遭中共迫害的遭遇。该文提及一九九九年中共发起迫害法轮功，使成千上万的中国公民（法轮功修炼者）在没有任何形式的审判的情况下被抓捕关押；因为他（孙毅）坚持信仰惨遭多次被抓捕的迫害，而且妻子被中共官方强迫在离婚书上签字或失去工作以及殃及自家兄弟前程被毁之间做选择，以此达到加剧迫害。

记录片《求救信》讲述的是：住在美国俄勒冈州的朱丽

·凯斯（Julie Keith）女士，在当地的凯马特超市（Kmart）购买的万圣节装饰中，发现了一封藏在里面、来自中国辽宁省沈阳市马三家劳教所的求救信。求救信中详细描述了主人公——孙毅，因为修炼法轮功而被非法关押在中国辽宁省沈阳马三家劳教期间，亲身经历种种酷刑折磨，被逼迫从事奴工生产，制作出口饰品的骇人事实。

◇ 二零一八年十二月十日傍晚，在“独立人民法庭”首次公开听证会结束时，法庭主席杰弗里·尼斯爵士（Sir Geoffrey Nice QC）宣布独立法庭做出了暂定判决：“作为本法庭成员，我们都一致确信，可以排除任何合理怀疑而认定，在中国，强制摘取良心犯器官的行为发生的时间已经相当长，涉及到很大数量的受害者，我们将在最终判决中申明这种做法是否犯下国际罪行，若是如此，谁是犯案者，并详细说明作案时间和受害者数。”尼斯爵士还声明独立法庭将进一步开展证据收集、听证和审理：“本法庭正在调查中（共）国政府或政府认可的机构、组织或个人，是否犯下过参与强制摘取器官的罪行。”

“独立人民法庭”（Independent People's Tribunal/China Tribunal）是全世界首个针对中共活摘器官罪行进行调查听证审理的民间法庭。二零一八年十二月八日至十日，“独立人民法庭”在伦敦举行公开听证会（Public Hearings），来自世界各地的三十位证人向独立法庭的听证陪审团和法律顾问组提供了证词，公开听证会也吸引法律、医学、人权领域的专业人士以及各界民众出席聆听。几位受访的与会专家学者谴责中共强摘良心犯器官罪行，警醒世界人民认清中共反人类的邪恶本质，呼吁用法律制裁和道德审判去震慑邪恶制止中共迫害。

人权活动家、英国保守党人权委员会副主席本尼迪克特·罗杰斯（Benedict Rogers）近年来一直关注在中国发生的中共活摘良心犯器官罪恶，十二月八日，他来到“独立人民法庭”伦敦听证会，认为独立法庭的成立和运作有助于把

中共侵犯人权、危害人类的恶行曝光给全世界。

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇ 河北秦皇岛市法轮功学员左洪涛被非法判刑十三年，吴文章被非法判刑十一年，李国爱被非法判刑十年，刘长富被非法判刑八年，左洪涛妻子崔秋荣（没炼功）被非法判刑一年零几个月。家属提出上诉。左洪涛等二零一七年六月被绑架。

◇ 贵州毕节威宁县法轮功学员朱家彩（女，五十多岁）、罗翠琴（女，六十多岁），二零一八年十一月二十七日在毕节七星关区法院被非法庭审，近日得知朱家彩被非法判刑十年，勒索罚款二万元、罗翠琴被非法判刑五年，勒索罚款一万元。朱家彩、罗翠琴上诉到毕节中级法院。

◇ 湖北武汉市汉阳区七十二岁的法轮功学员李合珍，被非法秘判四年，现已被劫持到武汉宝丰路女子监狱。李合珍老人二零一八年六月四日在汉口中山公园，被宝丰路王家墩派出所警察绑架。

◇ 山东济南三十二岁的法轮功学员战玉彩被非法关押在济南市看守所七个月，于二零一八年十二月十一日被济南市历下区法院开庭迫害，十八日被告知枉判三年刑期。战玉彩于十二月二十四日上诉。这是战玉彩女士第二次被非法判刑。她在二零一四年八月被济南历下区法院非法判刑四年；随后她丈夫杜泽洲被济南长清区警察跟踪绑架，被非法判七年，至今仍在山东省监狱关押迫害。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇ 二零一九年一月十二日星期六，印尼巴丹岛法轮功学员再次来到第 43 国立中学，向学生与老师们介绍法轮功的功法。大约八百名国中生聚集在学校大操场一起学炼法轮功。

法轮功学员在台上展示功法动作，并简要介绍了法轮功的特点以及真、善、忍修炼原则。

炼功之后，部份学校老师与工友交流了自己尝试功法的心得。一位社会学老师表示：“音乐能帮人集中注意力，感受到正的能量，身体感觉清爽。”一位学校警卫说：“动作柔和，身体放松，音乐平静。”有的老师表示自己炼功之前小臂有点酸，炼完之后身体感觉很舒服。

◇ 芬兰法轮大法学会应邀参加了一月十二日至十三日在坦佩雷市举办的VIRE健康展会。简单易学的五套功法和真、善、忍修炼原则吸引了很多民众前来了解与尝试功法。很多人询问当地炼功点的信息，获取相关的联系方式和更多的资料。一对夫妇在展位前停住脚步，当听到迫害事实时，妻子说她曾在中国居住五年，知道在中国各种对人权的迫害非常严重。他们在呼吁停止迫害的征签本上签名，并希望法轮功学员得到更多的签名，早日制止这场迫害。

◇ 二零一九年德国法轮大法修炼心得交流会一月十三日在巴德基辛根（Bad Kissingen）召开，新学员 Johannes 是奥地利人，生长在一个天主教家庭，二零一六年开始修炼，他说，“师父把大法传给我们，我对师父有说不尽的感激。”“几个星期里，我完全变了，一个很大的奇迹发生了，周围的世界也因此改变了。抑郁症和其它疾病都消失了，家人看到了我的巨变，我们之间变得和睦。我从一个只顾自己的自私的人变成了一个为他人着想的人。医治我的医生直到今天还说，这是一个奇迹，她从没在病人身上看到过这个情况。”“《转法轮》把我的信仰和科学融合为一体，而且还明确展示给我科学所不知的。忽然，多年来困扰我的科学和宗教之间的对立化解了。很多我不理解的问题一下子变得非常清楚，顺理成章了。”

大陆综合消息

◇救援晕倒路人 广州董丽娟被诬判两年

二零一七年一月十七日上午，广州市海珠区法轮功学员董丽娟看到一名男子晕倒在海珠区昌岗路江南坊金康药房门口，已陷入昏迷状态，便过去帮助他。董丽娟对晕过去的男子念“法轮大法好”，使他清醒了过来。随后董丽娟问该男子是否需要保平安的护身符，在征得对方同意后，董丽娟将护身符放到这名男子的衣服口袋中。

这时现场的两名保安用力拉住董丽娟，强行搜查她的包，并将她恶告到昌岗派出所。董丽娟被非法抓捕，随后被非法关押到海珠区看守所。

二零一八年五月十七日上午，广州市海珠区法院对董丽娟非法开庭。二零一九年一月十六日上午，海珠区法院非法宣判，董丽娟被诬判两年，罚款五千元。因为刑期已满，董丽娟在宣判后回家。

董丽娟女士，今年五十六岁，修炼法轮功后走出了原本比较严重的抑郁症，人也变的开朗起来。二零零八年她丈夫不幸患上出血性脑中风时，她女儿才八岁多。董丽娟勇敢的担起了家庭的重担，在培养好女儿的同时，耐心细致的照顾着生活不能自理的丈夫，坚定而顽强的支撑着这个家。

二零一七年一月十七日董丽娟被绑架时，她丈夫过世仅二十八天；十七岁的女儿在丧父的悲痛中，又被迫与母亲分离。

◇七旬王元昇被河北冀东监狱剥夺探视权

河北冀州现年七十岁的法轮功学员王元昇因拒绝转化，被冀东监狱第四监狱非法剥夺探视权，家里交的一千元钱也

王元昇老人二零一七年三月被冀州市法院非法判刑三年，于二零一七年七月被劫持到河北冀东监狱第七监狱三监区非法关押。

二零一八年五月二十四日，因狱警清点人数未到，王元昇老人遭谢姓狱警队长殴打，从监室打完，又拖到楼道打。在场三、四十服刑人员对狱警行为表示愤怒。八月份家属去七监狱探视时看到他面黄肌瘦。

二零一八年十一月份，冀东监狱第七监狱改扩建，王元昇被转到冀东监狱第四监狱继续非法关押迫害。十二月四日是探视日，王元昇的年迈老妻，和他的妹妹、女儿从千里以外的老家来到四监狱，四监狱郑姓主管及队长却拒绝家属会见，说家属炼功。另有警察告知被非法关押的法轮功学员不转化是不准接见的，说是有明文规定。当家属要求出示文件时他们也拿不出来，说你们要是觉得我们哪里违法可以去主管部门告我们。家属告诉监狱方面：宪法规定信仰自由。王元昇修炼法轮功以后无病一身轻，时时处处按照书中要求做一个好人。对王元昇的判刑是没有法律依据的，是违反天理良知的。

严正声明

本周一百八十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

本周一百三十二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。

◇明真相的人感谢法轮大法

〔辽宁来稿〕二零一九年一月九日，我到经常去的麻花店买

油炸麻花，他们看到我来了，一位做麻花的男师傅就问我：“法轮功李老师什么时候回国啊？我们都盼望李老师能早日回国呢！”

我说：“你们都能看到李老师回国的那一天，因为你们都知道法轮大法好，都知道共产党邪恶，你们都退出了少年时代加入的少先队组织，你们都是有大福份的人。”

我每次去这个店买麻花，刚一进店，里面工作的人就都说：“法轮大法好！”

我买麻花都用真相币，上面印有“天灭中共”、“退党团队保命”。他们都给我找五元或十元的干净纸币让我做真相币用。

一次我在路上遇到一位六十岁左右的妇女，刚要开始给她讲真相，她就对我说：“你给我讲过了，还给了我一个护身符呢。我身上装着护身符，天天念‘法轮大法好，真善忍好’。我原来得过半身不遂，好了后两条腿走路很费劲。你看，念这九个字现在腿都好了。我谢谢你呀！”

我说：“你可别谢我，你谢谢法轮功李老师，是李老师救了你。”她说：“谢谢法轮功李老师！”

在讲真相中，经常遇到明真相的世人对师父的感恩和对法轮大法好的认同。

◇明真相的百姓保护大法弟子

〔湖北来稿〕一天，一位老年大法弟子到菜市场讲真相时，遇到一个老汉，大法弟子给他讲真相，送他资料，他把真相资料往地上一扔，想用脚踩，大法弟子就急忙制止他。他一把抓住大法弟子的自行车不放，使劲往派出所拖。

菜市场的很多人围了上来，都在说老汉的不是。有的说，“这不是你老汉管的事！”有的说，“这个婆婆这么大了，你怎么能这样对待她？”有的说，“快放手！”有的说：“不相信法轮功也不要反对法轮功。”有的叫大法弟子快走。

8 当然也有的站在旁边观望。

明白真相的世人越来越多了，明真相的世人都在用各自的方式保护着大法弟子，众生得救真的有望了。大法弟子被不明真相的老汉拉着不放，始终笑咪咪的，没有怕，也没有不好意思，心态祥和、慈悲。

人心与因果

◇一个大学恶党书记两次恶报的警示

文：整理 粟沂州

原山东临沂大学恶党书记丁风云，因宣传中共谎言和迫害好人而升官，先后遭到两次恶报，第一次是身体上的警示恶报，筋断骨折，第二次恶报，被中共自己判刑十一年，身败名裂。

丁风云，女，六十二岁，山东乳山人，曾在临沂市两个县任县委副书记、县长、书记，后升为临沂市委常委、宣传部部长、市社联主席等职。中共公开迫害法轮功之前，她曾经炼过法轮功，迫害发生后，丁为了个人名利，放弃了对“真、善、忍”的信仰，还昧着良心助纣为虐，成了迫害法轮功的打手，从此，一路升迁，官至临沂大学恶党书记，是中共体制内的正厅级。

二零零一年至二零零三年一月，丁历任临沭县委副书记、县长、书记，正是中共迫害法轮功的狂潮时期，丁风云与尹子川（原政法委书记）、刘玉洪（原610主任）、李金全（原公安局政保科科长）等充当中共江泽民团伙的打手，采用威逼、扣押工资、开除公职、巨额罚款、监控、非法拘留、拷打、株连亲朋、劳教判刑等各种手段对法轮功学员进行迫害，在法轮功学员身上搜刮了几十万元钱财，吃喝一空。仅二零零一年初在民兵训练基地办第三期转化班，按每个法轮功学员两个月每天上交一百元的生活费搜刮，就一次捞十几万元。使许多法轮功学员生活无着落，有的被反复非法关押，许多家庭陷入凄风冷雨、支离破碎的处境之中。

丁利用其丈夫担任临沂市水利技校校长的职务之便，于

二零零二年元月，在临沂市沂州路北段“临沂市水利技校”院内，办起了“转化”法轮功学员的洗脑班，一轮轮的酷刑洗脑，一轮轮的暴力残害，一直延续至今（现秘密转到通达路北），使成百上千的临沂三区九县法轮功学员遭到了精神、肉体和经济多重迫害。而她与丈夫及610帮凶等都接连不断地发了黑财。

另一方面，丁笼络一群中共文人艺人，策划乱写红色丛书，胡编红色乐舞诗，滥拍红色电视片，强行推广推演到当地各个单位，推销到全中国，极力宣传中共“伟光正”，歪曲历史真相，灌输红色谎言，不仅迷惑辱弄了沂蒙山一方民众，还毒害欺骗了全国人。几番折腾，官欲熏心的她本以为自己苦心经营的这些红色文化政治资本，能让她再次连升官位，但她日夜向往的高官调令一直没有出现在眼前。于是政治嗅觉灵敏的她，再次把眼光盯向了直接迫害法轮功。

二零一零年七月三十日，丁风云直接负责临沂市所谓的“创建文明城市办公室”，向市民联通手机号码发送诬蔑法轮功的信息。八月份，又上任所谓的“综合治理办公室主任”，对临沂市各县区的法轮功学员进行了大范围的骚扰、抄家、绑架、关押、罚款等。半年多时间，在临沂市，多达八十多名法轮功学员被绑架和抄家。其中，就有临沂大学理学院教授、企业家王庆忠被绑架、长期关押。她将这些恶绩报功于上级，很快惊动了迫害元凶周永康亲自前来督办大案要案。最后，丁依靠这些迫害恶绩，在周永康的提携下，她于二零一零年十二月被调任第一任临沂大学党委书记，属正市级，正厅级。

当她沉湎于升迁的喜悦时，恶报也如影随形。同年十二月三日，丁风云去北京教育部汇报工作，显摆自己的工作目标时，在某宾馆澡堂滑倒，双腿摔得筋断骨折，住院治疗，在轮椅上躺了三、四个月。这是丁遭到的第一次恶报，这是上天对她的一次警示，给她悔罪改过的机会。

但躺在中共贼船太久的丁风云，依然执迷不悟，上任临

沂大学邪党书记后，极力推广红色教育，打造红色高校，毒害青年学生。同时与临沂市“综治办”、洗脑班相互勾结，在学校诽谤法轮功，强迫完成“反××知识竞赛试题”，等等。丁风云的所作所为，受到了很多有正义感的老师和学生的抵制，很多师生都自觉的抵制做试题、看展板等，即使一些不明真相、被迫去看展板的学生，也对“天安门自焚”伪案等提出了诸多质疑。

当丁风云一步步走向罪恶深渊时，恶报终于如期来临。

二零一四年九月，丁风云因涉嫌严重违纪违法被中共双开沦为贪腐疑犯。二零一六年，山东菏泽市检察院指控被告人丁风云利用职务便利，贪污公款共计人民币七百五十八万余元。索贿受贿共计折合人民币一百二十六万余元。

二零一七年七月六日上午，菏泽市中级人民法院一审认定被告人丁风云犯贪污罪，判处有期徒刑九年，并处罚金人民币四十万元，犯受贿罪，判处有期徒刑四年，并处罚金人民币三十万元，决定执行有期徒刑十一年，并处罚金人民币七十万元。

这是丁风云遭到的第二次恶报，从此，她不再有鲜花掌声，门庭若市，不仅“政治生命”划上句号，说不定人生在监狱中也要划上最终句号。

面对丁风云的起落人生，但愿丁的同僚和正在迫害善良的中共官员们，能及时从丁的身上吸取警示教训并猛醒！

时事评论

十八年前天安门的一把火 《焦点访谈》事先知情吗？

文：欧阳非

二零零一年一月二十三日除夕，在天安门广场发生了一起震惊中外的自焚事件，新华社马上发稿栽赃法轮功。七天之后，即一月三十日央视《焦点访谈》播出了自焚节目来进一步煽动仇恨。自焚录像有一些事发现场的特写镜头。这些画面是谁录制的呢？

《焦点访谈》说是它亲自采集的。在《焦点访谈》自焚节目的文字版网页的末尾有一个“资料后记”，原文是这么说的：“自焚事件发生后，《焦点访谈》记者率先赶到自焚现场，采集到了最为鲜活的第一手材料，……”。

事件发生的全过程不过七分钟，《焦点访谈》记者比救护车还先到了好几分钟。《焦点访谈》自焚录像中除了平视、俯视的近身大特写外，还有一些远景。那些远景应该是来自广场的监控视频，画面右下角写有“摄像机 71，2001 年 1 月 23 日以及几点几分的时间”字样，这个时间正好提供了线索来看央视记者是不是事先知情。

*《焦点访谈》来得及赶赴现场吗？

下午二点四十一分，王进东点火，不到一分钟火被扑灭，然后被抬上一辆警车运往急救中心。刚处理完王进东，二点四十七分另外四人点火。二点四十八分，三辆救护车赶到。

我们来看王进东的处理过程，总共有六分钟。第一分钟是点火、灭火，第六分钟是被弄上警车拉走。王进东没有等到救护车，却等来了率先赶赴现场的《焦点访谈》摄制组。六分钟除了第一、第六分钟之外的中间四分钟就是《焦点访谈》摄制组接到任务赶赴现场并实施第一手采访的时间了。

天安门的警察什么时候通知《焦点访谈》呢？不可能在第一分钟，大家忙于救火，就说是第二分钟吧，警察或者天安门广场监控室打电话给了中央电视台。这本身就是匪夷

所思的行为，不在第一时间叫救护车，而是叫央视，总之就算是这样吧。于是，央视火速联络《焦点访谈》摄制组，纠集人马之后（至少得有记者和搭档的摄影师，还得有司机），把车子弄到位，立即赶往天安门广场。要知道天安门广场要对行人审查，除夕更是敏感日，差不多是戒严状态，《焦点访谈》人员要掏出证件让警察过目，然后还不能直接就开车驶到出事地点，因为远景画面上只有两辆警务车，没有看到其它车辆，也就是说摄制组必须在广场外边下车，跑步至少五十米才能赶到王进东坐着的地方，到位之后记者要弄清楚采访什么，怎么采访，摄影师要拿出摄像的家伙。

这一系列动作都必须在四分钟之内完成，真可谓“恐怖的四分钟”。可能吗？绝无可能。

在中国，没有事先得到允许，企图在敏感地点、对敏感事件拍照是不可能的。举个一九九九年一月九日北京丰台路口的华龙灯具市场火灾现场发生的故事。

《焦点访谈》记者李玉强和摄影师邢旭东写过有关华龙大火的回忆文章，“大火烧出的热情”（邢旭东），“六小时能不能做得更好”（李玉强）。李玉强说，大火是上午十点燃起的，她在中午十二点二十分正好坐车路过出事地点，看到后就立即请示领导，领导马上调兵，摄制组在下午一点二十分左右赶到了现场。邢旭东说，“为了采访到第一手资料，就要再靠近现场，可受到的还是警察无数次的盘问，无数次的阻拦”，“李玉强和我冲将上去，接近现场正在拍摄时，警察把我们的摄像机、镜头撇向了天空。定格。”从李玉强和邢旭东的描述中我们得到了什么？第一，发现火灾的人通知的是消防队，而不是《焦点访谈》，所以火灾现场是警察先到；第二，消防警察就算到了也没有给《焦点访谈》打电话，而是忙于救火；第三，是《焦点访谈》自己的记者偶然路过才发现，而从请示到摄制组赶到，花了整整一个小时；第四，要想接近现场，就不得不突破警察“无数次的盘问，无数次的阻拦”；第五，警察是不让记者摄像的，拍大

特写没有事先得到允许是绝对不可能的。

记者李玉强在华龙灯具市场的火灾事故中的经历是正常的，是符合中共的惯例的。而同样的这个李玉强，也正是《焦点访谈》在天安门自焚骗局中的主要记者和采访人。她要在“恐怖四分钟”内完成“接到通知、调动人马、赶赴天安门、突破警察的无数次盘问和阻挠、步行几十米接近点火者、摆出架势近身拍摄录音录像”等一系列规定动作，是完全没有机会的。

如果画面来自《焦点访谈》的第一手材料，只有一个解释，那就是李玉强的《焦点访谈》一队人马早就在自焚者身边等着事件发生了，也就是说《焦点访谈》是事先的知情者，并且是同警察协调好了的。一句话，《焦点访谈》是事先知情的。

*《焦点访谈》预先知情，说明什么呢？

《焦点访谈》事先知情，还有公安系统来配合，并在现场有便衣把刘春玲击打致死来制造能够煽动仇恨的最大的悲情效果，更是在最最最敏感的天安门广场来实施这一计划，这一切都说明是最高层策划好的一场阴谋。

《焦点访谈》是这样评价其自焚骗局节目的：“该节目在对‘法轮功’的斗争中起到了关键作用，开创了揭批‘法轮功’宣传工作的新局面，奠定了以后揭批‘法轮功’节目的风格，受到了中央主要领导同志的好评。”显然，这个“中央主要领导同志”应该就是江泽民。一九九九年七月二十日发动迫害法轮功的元凶江泽民原计划三个月铲除法轮功，在经过了一年半的密集诽谤、严酷打压之后，法轮功并没有被打倒，千千万万法轮功学员持续地上访、打横幅、讲真相，人们对江泽民一伙的政治宣传也厌倦了，中共积累几十年的整人经验第一次不灵了。天安门自焚骗局就是在这样的背景下出炉的。

谁是自焚骗局的幕后主使？正是江泽民和时任政法委书记罗干及其操纵的“610 办公室”（专门负责迫害法轮功

的类似盖世太保的恐怖组织）。就《焦点访谈》而言，中央电视台的副台长李东生就兼职“610 办公室”副主任。李东生是跟随江泽民迫害法轮功的急先锋之一。

《焦点访谈》预先知情说明了什么？残害人命，谎言洗脑，证明了中共才是真正的最大的邪教。（节选，全文请见明慧网）

《小心“警察新规”中的陷阱》

——致中国大陆所有的警察

文：章良

二零一八年十二月二十九日，中共公安部在新闻发布会上通报了关于警察执法方面的新规定，并称将于二零一九年二月一日起正式施行。规定称，警察“依法履职对公民、法人或者其他组织合法权益造成损害的”，个人不承担法律责任。对侵犯警察“执法权威”的民众，将被追究刑事责任或治安处罚等等。

给警察损害别人的权益都不承担法律责任的权力，无疑是在“鼓励”和“诱惑”警察违法犯罪，因为大陆很多警察作为“专政工具”早已没有“依法”的习惯。对侵犯警察“执法权威”的民众可以任意追究刑事责任或治安处罚，一些本来就在经常知法犯法和执法犯法的警察将更加肆无忌惮，甚至可以胡作非为，可以预见，一些警察滥用这些“特权”的可能性是极高的，这将引发更多的警民冲突，加剧社会动荡。

这些“新规定”从表面上来看，对警察是有利的，是“保护性”的。看似有好处，实际上是陷阱，挖好了坑是方便你跳，利用的后面就是出卖。

当然，我们也看到，即使有中共的纵容和唆使，但有不少警察是有正义感的，不愿善恶不分地跟随中共残害百姓、迫害善良。明慧网上时有报道那些明白真相的警察保护善良民众的言行。我们知道，很多警察是受制于体制，

受制于饭碗，而无奈地参与到对民众迫害中。正是看到这一点，所以我们想善意的提醒中国大陆的所有警察，对公安部的新规定一定要留个心，看清它其实是一个陷阱，对你们来说，鼓励你们违法，给违法“创造条件”，真的是“害”，绝不是“爱”。

* 一九九九年的警察免责条款是前车之鉴

看到公安部制定的这个“新规定”，不由让人想起一九九九年，中共制定了一个《公安机关人民警察执法过错责任追究规定》，其中有一条：“因执行上级命令而犯错可不追究警察责任”的免责条款。

在江泽民发动对法轮功的全面迫害中，大家才明白，原来这是中共江泽民集团在给迫害创造条件，为利用警察对民众大打出手，消除警察参与迫害时有违法犯罪的顾虑，因而设立的。十多年的迫害事实证明，那条“警察执行上级错误的命令不承担责任”的免责条款，使不少警察肆无忌惮地参与到迫害中，大量违法和触犯各种刑律。

江泽民发动对法轮功的迫害，使法律被强力破坏，一些警察在参与迫害中，因为违法犯罪还被保护和奖励，因此人性最坏的一面被全面调动，本来就无制约的权力更加失控，执法中知法犯法、执法犯法的行为愈加普遍。因为在迫害中已养成了暴力执法等等恶习，不少警察在对待其他民众时也不可能收手了，因而把迫害法轮功学员的手段全面用在了对待其他民众中，恶行越发突出，使整个社会对警察的看法越来越负面，舆论对警察执法严格约束的呼声越来越高，民众积累的怨气也越来越重，对中共本身也越来越不满。

在这种情况下，中共不得不于二零一六年三月一日修订新的《公安机关人民警察执法过错责任追究规定》，明确指出：对警察等的违法办案行为，依照有关法律和规定追究责任，并且终身追究执法过错责任。特别值得注意的是在《公安机关人民警察执法过错责任追究规定》中，取消了旧条款

款，撤销了警察职务犯罪的保护伞。也就是说，因执行上级命令犯错要被追究。

在被中共利用的警察违法犯罪行为一旦危及到中共的统治时，中共就会修改利用警察的条款。那么可以看出，那些出于利用目的而制定的条款，绝不是为了保护警察的利益。

事实上也正是这样，当初制定免责条款的中共江泽民集团根本就没把被利用的警察当回事，视他们的生命如草芥。为使自己有“退路”，中共权贵利益集团会毫不犹豫地出卖所有被它利用的中共基层人员。可以肯定的说：中共为被它利用的人创造犯罪条件，一定不是想为他们好。可悲的是至今还有不少警察还在为中共迫害法轮功做打手、当“先锋”。

目前在中国，经济大幅下滑，企业大量倒闭，失业剧增、民怨积深，群体事件此起彼伏，内外交困的中共在末日危机中加强了对民众的各种专制压迫，导致不稳定因素越来越大，随之而来的社会大规模冲突的可能性就更大。要让警察镇压民众，警察本身违法犯罪的几率就越来越高，因此出台这样“鼓励、教唆、保护”警察犯罪的新规定就一点也不奇怪了。这个规定和一九九九年中共制定的那个免责条款的目的很相似，这样的规定必然诱发和引起更大的冲突和动荡，使基层警察更处于官民尖锐对立的风口浪尖。

*** 被中共利用的整人工具，被中共出卖和当替罪羊是难逃的宿命**

被中共利用的整人工具，中共一定会为他们整人创造条件，一旦利用完，就是出卖，在中共自身危机时就是“替罪羊”，从来被中共利用来整人的人下场都不好。这方面的历史的教训已经不少了。

文革中，毛泽东为打倒刘少奇等等政敌，利用红卫兵造反整人，鼓励红卫兵“革命无罪，造反有理”，然而红卫兵被利用完，就被毛亲自下令：上山下乡接受再教育，那些红卫兵被骗到乡下受够了罪，后来他们自己都说这是“变相劳改”。

文革结束时，北京公检法中七百多积极参与整人的军管干部，被拉到云南秘密枪决，其后一纸“因公殉职”欺骗家属了事。在文革中当他们积极的为党整人的时候，摆在他们面前的是党给他们提供和创造的不可多得的表忠和表现的机会，按党的意图和需要整人后，那意味着将“立功”、受奖、发财、升官……那个时候，作为专政工具的他们觉得有党撑腰，肆无忌惮地把别人往死里整时，绝不会想到有一天自己会被党出卖，在党的枪口下惨死在异乡……

类似的例子太多，在中共体制下，前一刻整人，后一刻被整，就是整人工具们难逃的“宿命”。中共无数血腥的整人历史告诉现在的我们：在一个不是法治的国度，法律不能保护老百姓或被整的人，也同样不能保护专政工具和其他整人的人。

正是因为看明白了这一点，所以现在中共的高官、权贵、利用这个体制暴富了的有钱人才拼命的把自己的老婆、情妇、子孙，巨额财产想尽办法送到那些被他们欺骗老百姓说成是“反华势力”的欧美国家。为什么呢？因为那里法制健全，总统犯法都得对簿公堂，人身、财产有法律保障。

而在中国国内，为什么他们还要强行给我们宣传共产主义和社会主义的专制制度如何优越、高效呢？因为在这样专制的地方，他们才能拥有绝对的特权：宣传工具被他们牢牢掌控，军队、公检法成了他们的私家打手，他们的胡作非为无人可以监督和约束，因此才有机会鲸吞国有资产，把天文数字般的人民血汗钱据为己有，或肆意挥霍，干尽坏事无人敢问。但他们对中共的种种罪恶和黑暗内幕太了解，对这个随时可以残酷倾轧的体制毫无信心，即便手握重权，或富可敌国也没有任何安全感，他们的内心是恐惧的，所谓“自信”的说法，还有党媒上各种一如既往宣传的“大好形势”，那是蒙骗民众和欺骗基层人员跟他们跑的手段。所以中共权贵们才有那些说一套做一套的自相矛盾之举。其实在他们心中根本没有国家和民族的概念，只有他们自己的利益，家天下，

所谓的“维稳”就是维护中共权贵利益集团贪占国家人民利益的稳定。

中共现在高调宣扬马克思和毛泽东的专制暴政那一套，“依法治国”已成了在中共治下永远无法实现的“梦”。在面对着国内外变革、抗议的声音，面对着国内汹涌的民意，面对着内外交困的局面，中共在末日来临的绝望和恐惧中，不愿放弃特权和利益，因此选择加强专政机器，加强对民众的控制，妄图将任何反抗都消灭在萌芽中，于是强化和放纵警察权力就是其中的举措之一。但这只会加速中共的灭亡，中国民众（包括中共体制内稍微明白和清醒一点的人）对中共的失望和怨恨都已积累到了一个临界点，就象一座即将爆发的火山，岩浆已在火山口翻腾，压制越重，被逼上梁山的民众反弹和反抗也就越激烈……中共的倾覆只是时间问题，覆巢之下没有完卵，所有跟随中共行恶的人其罪行必被清算，在大变局来临的当口，作为中共“专政工具”的警察们这时最需考虑的是怎样给自己留后路。

*** 面对利用和陷阱，警察们一定要清醒**

不要错觉自己是既得利益者，即使有一个旱涝保收的工作，比普通民众高一点的工资和奖金，那也只是被中共利用的工具，而且这点好处还可能朝夕不保。绝大多数警察朋友和老百姓天天一道吃着各种毒食品，地沟油，孩子喝着毒奶粉，不得被打毒疫苗，在投资平台被骗一样得打落牙齿咽下肚……你自己穿上警服表面没人敢惹你，但你能保证自己的家人、子女、亲戚朋友在中共制造出的各种“假、恶、暴”的环境中不被骗，被伤害和损失利益吗？当伤害你的是更有权势的中共利益集团和阶层时，你要维权吗？好，那么维稳工具随时可能变成被维稳的对象。

因为贪腐太严重，社会不公平太多，走投无路的民众会越来越多的出来对中共抗暴，在民众对中共的抗暴中，你们还不得不为中共披挂上阵，当家丁，做打手。把老百姓整凶了，被报复也有可能，我就知道，在某地，一个派出所所长在为 19

中共整人后被人用麻袋套住，一顿打以后塞进垃圾桶，第二天凌晨才被环卫工人发现，这种事还不敢声张。某地一些警察参与强拆，被当地农民包围缴械后吊打，这些公安后来痛骂中共官员：××的共产党，他们贪污腐败，把我们当枪使，害得我们倒楣……

真的是这样，被中共利用当枪使，最后倒楣的是自己，而且可怕的是哪天被出卖了都不知道。

有警察就想，整一般老百姓怕被报复，那我就专挑好欺负的来整。对了，法轮功学员讲“真、善、忍”打不还手、骂不还口，那我就整法轮功，来“立功”来捞“政绩”。有人觉得法轮功学员好欺负，觉得整好人没后果，真的是这样吗？中国有句老话：“人善人欺天不欺”，迫害修心向善的法轮佛法的修炼者，那个罪大得不可想象。是，法轮功学员无报复之心，但迫害他们的人必受天理的严惩。这么多年来，参与迫害的警察因此遭恶报者不计其数，有的死于各种惨烈的灾祸，有的身患各种恶疾生不如死，有的获刑入狱人财两空，有的殃及家人痛苦不堪……

明慧网上报道出来的各种恶报案例已近两万例，触目惊心，警察的案例占了很大一部份。

这里有一个非常值得所有中共警察吸取教训的典型例子：重庆市江津区贾嗣镇派出所所长周立波，其为利益多次参与迫害法轮功，面对法轮功学员一再劝善而不悔改，后因皮肤癌，二零一零年十二月十六日，年仅四十余岁的他痛苦不堪地死在医院病床上。据当事医生讲，周临死时哀叫：“我不再整法轮功了，饶了我……饶了我吧！……”周立波临死前的哀叫太振聋发聩，他的教训太惨痛，然而人身的死亡不是痛苦的终结，却是更大痛苦的开始，可怕的还在后头……

其实全国各地被中共掩盖的，没上明慧网曝光的恶报事例更多。为蝇头小利跟共产党整人的人最后都是得不偿失害了自己。整人中的“政绩”越大，最后面临的报应和痛苦越

有人不相信报应，只相信眼前的“现实”，觉得中共很强大，现在还越来越专制，所以无可奈何只得跟中共整人。其实，物极必反，越到此时，也就是中共越到垮台和末日之时，这是历史的规律，前苏联看上去那么强大，但垮台之日说垮就垮了，墙倒众人推。被利用的警察们一定要多留一个心，越到这种时候越要为自己留后路。

有些人的目光看不了那么远，口口声声：那是“国家大事”与我无关，上班时上头喊干什么就干什么。却从来没想到那些迫害中的事违不违法？自己不加分辨的盲目的去干了有没有风险？有没有可怕的后果和必将承担的罪责？

那些终身追责的法规如二零一六年三月一日修订新的《公安机关人民警察执法过错责任追究规定》，公务员第九章五十四条（公务员执行上级明显违法的命令，自己承担责任）并未废除，现在公安部定的这些“警察新规”和那些法律法规明显矛盾和对立。中共一旦因恶行激起巨大民愤，收不了场时，那么就要出卖被其利用的人，把你当“替罪羊”，用以上法律和规定处理你“平民愤”是很容易的事。这就是中共的阴毒之处。这不是陷阱是什么？别“迷信”和恐惧上级，别一说上级安排下来的命令就无可奈何盲目的执行，恰恰是在执行所谓迫害民众的“上级命令”是最容易损害别人的合法权益，最容易违法犯罪的。

其实警察的天职是伸张正义、惩治犯罪、保护善良的，很多警察朋友当初可能都有这个初衷和愿望，但在中共治下，黑暗而残酷的“现实”早已碾灭了你的梦想。当你随波逐流，作为专政工具一次又一次为中共权贵的利益欺压百姓、迫害善良后，当你为利益充当黑社会的保护伞后，当你利用手中的特权在色情场所放纵欲望后……你可曾体会到没有生命意义的空虚、失落和抑郁？

人不应该就这样沉沦和堕落，人应该光明磊落，充满正义感的活着，特别是警察，你们本应是维护社会良知、道义、正义的中坚！但是中共绝不会给你们这样的机会，它就是要 21

创造条件逼着你、引诱你去当坏人，干坏事，去违法犯罪，去整人，然后被整。

很多警察内心是有正义感的，是有血性的，希望你们能多了解法轮功真相，有机会找来《九评共产党》、《共产主义的终极目的》看看，或自己翻墙去看看外面真实的世界。真相能唤醒你的勇气，唤醒你的善念，使你从内心对罪恶、黑暗、邪恶的中共说“不”，退出它吧，做一个清清白白，顶天立地、有浩然正气的中华儿女。有机会找来《转法轮》看一看，你会明白人来在世上的意义，你就会明白这么多法轮功学员为何历尽艰辛都要坚守“真、善、忍”的信仰。

衷心祝愿更多的警察朋友能明白真相、三退（退出中共的党团队）保命，远离罪恶和灾难，和更多善良的人一起迎接没有中共的灿烂明天。

修去怨 善自生

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一九年一月二十三日】在很长时间里，我也想善待母亲，但是无论我怎样努力，总也做不到。向内找啊，剜心透骨的找啊，最终找到了，是深深的怨恨，刻骨铭心的怨恨。而怨恨源于何处呢？是不平衡，是妒嫉。

我儿时有病，母亲没有领我积极治疗，结果使我终生苦痛与强烈自卑。从我记事起，她比较偏爱别的孩子，看不上我，有时对我冷嘲热讽、恶语相加。这是我们今世的缘份。有一次梦中，我看到，在前世，母亲曾经把我关在水牢里。我被用镣铐铐着，在阴暗、冰冷、肮脏的深水里。如果梦境是真实的，也就难怪我对母亲莫名其妙的恐惧，深恶痛绝的怨恨，那真是咬牙切齿、牢骚满腹。

我要求自己放下怨恨，但是我越排斥，怨恨越强烈。那真是排不去、压不住，象潮水一样，此起彼伏的在我脑子里翻滚。只要我稍不留神，母亲的歇斯底里、怒目圆睁就显现在我的面前，我也就怨的怒火冲天，气的哆哆嗦嗦。

怎么办呢？我一遍又一遍的背师父的经文：“恶者妒嫉心所致，为私、为气、自谓不公。善者慈悲心常在，无怨、无恨、以苦为乐。觉者执著心无存，静观世人，为幻所迷。”[1]

背着背着，就明白了：站在自己的角度，用常人的理衡量，我自认为不公，才怨天尤人。站在宇宙的角度，用因果的理衡量，一切都是公平的。不平衡、委屈、妒嫉、气恨、埋怨，是自己魔性的表现。

师父说：“人的魔性是恶，表现为杀生、偷抢、自私、邪念、挑拨是非、煽动造谣，妒嫉、恶毒、发狂、懒惰、乱伦等等。”[2]在对待母亲的问题上，这些魔性我都有。自己有这么多的魔性，怎么可能生出佛性呢？魔性与佛性是水火不容、势不两立、此消彼长的关系。魔性不去，佛性不生，怨恨不去，慈善不生。只有在自己的心上下功夫，去掉自己

的魔性，才能善解一切。师父说：“而修佛就是去你的魔性，充实你的佛性。”[2]

在以后的日子里，每当母亲狰狞的面孔浮现在我眼前时，我告诉自己：忘了她的不好。每当母亲歇斯底里的话语响起在耳畔时，我提醒自己：别执著她的恶语。那真是痛彻心扉，有的时候，我会眼泪汪汪，有的时候，我会哭出声。更多的时候，我拼命的排斥着、否定着干扰。

有一次，我被怨恨心折磨的头痛欲裂时，一个声音打到我的脑海：你此生此世，只为修去怨恨。那么，如果我不根除怨恨，就等于虚度此生。天堂无怨，心怀怨恨，佛国无门。人能带着怨恨往生天国吗？我能带着对母亲的怨恨圆满成佛吗？带着怨恨的，只能是坠入地狱，苦海轮回。不断的学法、坚定的排斥，渐渐的，那些灰色的记忆在消失，自己的魔性也在减弱。

放淡怨恨，魔性减少了，看问题自然也不偏激了，也不看人坏处了。其实母亲优点很多。她自强自立，工作出色，对孩子的教育也成功。常常教育我们“受人滴水之恩，当涌泉相报”、“静坐常思己过，闲谈莫论人非”。我今生的病痛不能归因于母亲，那是自己的业力轮报，与母亲是毫无关系的。她养育我几十年，为我付出那么多，我却忘恩负义的怀恨她，这不是我自己的魔性在作祟吗？

现在认识到：人的本性是善的，而怨恨等的魔性只是覆盖在本性上的脏东西，清除了魔性，拂去了脏东西，本性就自然而然的显现出来。也就自然能够理解、原谅、包容，也就能正念看问题。所以清除魔性与修出慈悲是相辅相成的，缺一不可的。

我意识到真正让修炼人烦恼的，不是别人的凶狠残暴与恶言恶语，而是自己的怨恨心不去。曾经有个常人问道，而善人只说了三个字：不怨人。这个人开始觉的善人在敷衍他，后来恍然大悟：“善人要我不怨人，此是成佛大道根，从今以后天天问，你还怨人不怨人？”佛是解怨的，道是无怨的，

真修就要去怨了恨。怨天尤人，永远是人。

当我慢慢去掉怨恨时，面相都慈眉善目了，家庭也和睦了，财富也增多了，屋子都暖和了。母亲阴沉的脸，也露出了笑容，也很少横挑鼻子竖挑眼了。怨恨消融，佛光才普照到我家里。师父说：“当你善心出来的时候，你做事就很善了。从你内心到外在表现，一看就很善良，那时谁也不会欺负你了。”[3]

当怨恨烟消云散，回首过往，我才明白：这一切实质上都是旧势力的安排。它安排我与母亲前世的深仇死结，它安排我们今生的磕磕绊绊。它安排在我脑海里极度放大母亲的缺点，它安排我的怨恨膨胀。其实从修炼那天开始，修炼人就与怨无缘了，就应该超越常人了。而正法弟子，除了救人，与人世也毫无关系，更不应该怨恨于人。

如果我不彻底放下怨恨，旧势力会以对母亲怨恨不去为由，加大魔难，制造隔阂，甚至制造迫害。常人都讲：怨恨能招灾惹祸。修炼人一定要明白：怨恨于人，就是魔性发作。

其实怨恨心表现的比比皆是，但又不易察觉。有的同修记恨亲人，念念不忘，积怨成疾，含恨而逝；有的抱怨领导，愤愤不平，怨声载道，造成关系紧张；有的对警察不能释怀，招来了更残暴的酷刑；有的同修之间结怨隔阂，结果被邪恶迫害。很多时候，怨恨在心，就是旧势力钻空子的地方，也是迫害的始作俑者。如果我们认真反思，及时清除怨恨心，修炼的路上，就会轻松的多，魔难也会少很多。

有怨恨，是因为不能理解，不能原谅，不能包容，是向内找自己修为不够。有怨恨，是因为还在对立，还有争斗，魔性还在控制我们。当我们带着气呼呼的怨恨讲真相时，世人接受到的是怨恨，而不是慈悲。这时，我们还可能破坏了佛法的声誉，毁掉了众生的前程。

有怨恨，就少慈悲；有怨恨，就无救度。修去魔性，修去怨恨，善心自然而生，才能真正的救度众生。

一己之见，请慈悲指正。

注：

- [1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈境界〉
- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈佛性与魔性〉
- [3] 李洪志师父著作：《法轮功》〈第三章 修炼心性〉

信师信法是修去妒嫉心的根本保证

文：美国大法弟子

【明慧网二零一九年一月十九日】在常人社会当中，人的妒嫉心反应出来是非常强的，都到了完全错误的把它当作人的本性的一部份了，还有一些道德底线的常人也会感到妒嫉心不好，可是他们是没办法摆脱妒嫉心，因为他们不是修炼人。

我们大法弟子在人类社会当中修炼，我们还有各种人心要去，当然也明白妒嫉心是非常不好的人心，是必须要修掉的。由于修炼的因素，往往妒嫉心会以各种形式不同程度的反映到我们的修炼、生活中来。我个人有这样的体会，当发现有妒嫉心反映出来的时候，马上感到那个心不好，而且自己感到很不舒服，难于启齿，甚至还有点自卑的想法，自己怎么会有这样的心啊？当然也想很快修去它，可是，坦率的说，往往发现后，都没有根本清除干净，过一段时间，可能还会有不同程度和不同形式的妒嫉心反映到修炼和生活中来。这个过程就象一个人看到自己家的后院有杂草，只是去割掉它，没有连根的拔除，它还会再长出来一样，因为没有挖根。这个比喻不一定恰当，但是在修炼中，去执着心也是要挖其根子的。

下面具体的写一下自己近来在修炼中，对妒嫉心本质的认识和去除它的一些个人的体悟。

妒嫉心的一个最典型的表现，就是看不得别人比自己好，不管是哪一方面。总是与别人攀比，特别是生活当中自己身边的人，一起工作的人，同行业的人，同一个修炼团体中的

妒嫉心还会派生出各种争斗心、显示心和名利心。修炼的人如果妒嫉心不去，不但达不到修炼的标准，得不到正果，同时在修炼的团体中，会造成很多矛盾和配合上的问题，会影响大法弟子做证实法的事，危害严重。

妒嫉心是怎样形成的呢？个人理解：生命在下走的过程中，会有很多的不同的层次的生命群体生活在同一个迷的世界中，越往下走或者是越往下掉，就迷的越深。不管生命来自于哪个层次，可是大家都生活在同样迷的空间当中，谁都不知道谁。就象最后掉到人类这一层空间一样，都在一个层次当中，可是生命的来源是不同的。生命在三界中生生世世的轮回当中，在各种不同的迷的空间中，产生了私心、攀比心，各种执着心和各种人的观念，在迷中做了很多错事，积累了各种业力把我们的先天的神性给埋没了。我们把很多在历史上形成的观念和执着当成自己的思想了。

还有一层的理解：邪恶的目的地是毁掉人类。为了在救度众生的大法洪传时，让人们不容易得法，宇宙中的邪恶势力安排共产邪灵在控制着整个人类社会，在西方社会潜移默化的宣传无神论，在中国大陆那个地方就是公开的否认神的存在，鼓吹无神论，破坏人的传统道德，讲绝对平均主义，助长人们的妒嫉心，扩张人们的魔性，这也是中国大陆人妒嫉心很强的一个原因，根本上就是受害者。当人不相信神时就不服从天命，就不相信生命有不同的层次，就看不得或者不服气别人比自己好，不懂得知足常乐，安分守己，就会做逆天叛道的事，就不遵守人的道德规范。所以妒嫉心不管在哪个层次以什么形式反应出来，都是一个很不好的心。那就是不信神，或者不是真正的相信神。不服从天命，不认命，其实也就是不承认不相信神创造了一切，安排了一切。

我个人的体悟是人的妒嫉心都来源于：不认命，当然不认命也就是不相信神。作为大法弟子来说，我们不能执迷不悟，要明白我们生命的来源，要明白我们当初的誓约，为什么来到这里，要明白生生世世在低层空间中形成的执着，包

括妒嫉心不是我们的本性，那是观念和业力，我们如果把这些不好的观念当成自己的本性，那我们就会真的被他们埋没了，其实这些心都是要在修炼当中修去的。

那么我们怎样才能真正彻底的修去妒嫉心呢？

我们必须对师父对大法坚信不疑，不能带有任何人的观念来看待师父和大法，更不能带着人心对师父的大法在正信上打折扣，符合自己的执着对自己有好处的地方就接受，当师父和大法要我们归正一切不正的东西，放下人心的时候，感到痛苦的时候，在心里就不能完全接受，这样就走不出人来，也就没修出神的正念，这都是信师信法的问题。

我个人的体悟：我们大法弟子的修炼，就是要修出我们对师父的真正的正信。心要单纯、真诚，这样我们才能做到认认真真、踏踏实实的学好法，凡事都向内找，提高我们的悟性和层次。如果对师父和大法有疑惑，那是过不了去执着心的关的，当然也去不了妒嫉心，这是修炼当中致命的漏洞。如果我们真能做到正念十足信师信法，师父说什么我们就相信什么，也按师父的要求去做，你就会发现不同层次的法理会清晰的展现在我们面前。大法的法力无边，师父慈悲无量，能让一个人修炼成一个神，真修的弟子有大法熔炼着，就能去除一切不符合新宇宙高层生命标准的所有人心，包括最不好的妒嫉心。

真正相信师父，你就会相信也会看的很清楚：师父创造了大法，大法创造了所有宇宙当中的不同层次的不同生命。不管我们是在宇宙哪个层次当中的生命，宇宙大法造化了我们，那是我们生命的幸运，我们的一切都是宇宙大法给的。没有大法的造化，也就没有我们每一个生命。是的，大法弟子是来自不同层次的生命，现在我们是要在师父的大法当中修炼回去，回到师父正法以后为众生创造的新的宇宙当中，做自己属于的那个层次的同化真、善、忍的生命，这是师父要的，也是我们每个生命的本愿。

我们都是为了一个共同的目的地，在千万年的轮回中，来

到人间等待得法，然后正法修炼，助师正法，救度众生，自己也在修炼中返本归真，同时也是救度了自己天国世界的众生。师父让我们在入中得法，用最浅白的人的语言给我们讲宇宙大法，有些法连过去的神都不知道的，我们在入中修炼，还有迷的一方面，但是最关键的就是对师父讲的法信不信，这完全取决于我们对师父的信的成度。我们是已经得法的生命了，我们不能让在历史上生生世世轮回中所形成的人的观念，执着，妒嫉心，使我们执迷不悟。

人的观念不是我们真正自己的本性，认清它，排除它，只要我们有强大的正念要修去它，师父就会为我们去除这些不好的东西，那么修去妒嫉心也就在其中了。

以上交流，受个人修炼状况的限制，不对之处，请同修慈悲指出。

时时用正念、法的标准衡量自己

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一九年一月十九日】在道德一日千里下滑的今天，是法轮大法给了我们生命的希望，让我由一个迷失的孩子找到了回家的路。历经了重重磨难，走过一道道难关，在助师正法的回归路上，我懂得要按真、善、忍做，做一个为他人着想的人，学会善良、忍让、宽容。

有一次，我和丈夫同修发生了矛盾。事情过后，我首先承认错误，并且向内找，而且无条件向内找，我发现了我有不服气的心。夜里师尊点化，鼓励我向上走，同时点化我每一层要扎扎实实的达到标准，否则就可能掉下去。师父说：“我们修炼要符合那一层的标准才能够修到那一境界中去，不然的话你就去不了。”[1]

有一年的夏天，天气非常热，但我却觉的冷，我把门关上了。我丈夫怕热，我关上了门他热的受不了了，就对我发火说：“这么热你还关门！”我没有说话，一会儿就不冷了，29

好了，真是瞬间就不冷了。我明白了，是我的业力落在了丈夫身上，他帮我提高，师父讲过：“因为业力落到谁那儿谁难受，保证是这样的。”[2]

有一次坐公交车，我对我要下车的站点不熟悉，就早早站在了车的门口。但是站点过了，司机却没给停车。我跟司机说我要下车，他说你刚才站那么晚了，并且向我大吼，态度很生硬。看到他的态度，我悟到：原来是我欠他的。我没有说话，心想：欠了就得还。于是我又多坐了一站才下车。师父说：“所以你遇到什么矛盾，我说就是要使你本身黑色物质转化成白色物质，转化成德。”[2]

在生生世世的轮回中，谁知道欠过谁的。有时和同修在一起，整体配合，救度众生，也有矛盾时有发生。有一次同修说我坏话，正好让我听到。本来按理说这件事我没错，可我悟到：在常人中，你的对与错不重要，发现执着心去掉它才最重要。我悟到可能是我以前欠下的账，该还就还了吧。我想：碰到使我生气的事、碰到伤害个人利益的事、我的心被撞击时，要能向内看，修自己，找自己的错。矛盾中你就是这件事本身没有错也是其它地方有要去掉的执着心被暴露出来了。我明白了，我一定是哪儿没做好。

记得是在二零一五年春去东站发光盘，早晨去了，同修说有警察查车，我心想今天要早点离开。当看到进站的汽车中那么多人下车时，我心想，他们在等着我们救度，还是发了再走吧。我们很快就发完了。因为发的快，就起了欢喜心。另一同修也说，一会儿就退了两个党员，也起了欢喜心。这时来了七、八个警察，把我们围了起来。我知道这是我们起了执着心造成的。后来我们立即修正自己的心，并且发正念，求师父保护。在师父的保护下，我们有惊无险的离开了。

时时用正念、法的标准衡量自己。前几天我们夫妻俩到了取免费乘车证的年龄，汽车公司要求办理时要用身份证复印件，女儿要利用工作之便帮我们复印两张复印件。当时说起来我们也没在意，过后才想起来，修炼的人没有小事，师

父说过“怀大志而拘小节”[3]，我悟到，小便宜也不能占。于是我马上打电话告诉女儿不要帮我们复印了。

修炼是严肃的，生命是有标准的，每当我觉的苦时，我马上否定，心想：不苦太容易了。想想师父吃的苦，我禁不住泪流满面，师父为众生承受那么多，你还说苦，你有资格吗？要不是师父传正法，你还有今天吗？我深深的体会到，每一关、每一难、每一次去执着、每一次的正念正行，都是在师父的看护下走过来的。

我体悟到，身在中国的大法弟子，责任重大。中国为什么叫神州？内涵使每个中国人骄傲：神的故乡，神的子民。自古以来中国是居世界中心的国度，我们千万年的等待就等今天。路还没有走完，还要继续去人心直至圆满，兑现誓约，完成使命，向师尊交一份合格的答卷。

注：

[1] 李洪志师父著作：《瑞士法会讲法》

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《精进要旨》〈圣者〉

修炼如初再精進 时时修心多救人

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一九年一月十九日】我是一九九六年得法的大法弟子，今年七十一岁。在二十二年的正法修炼中，伟大的师尊给予了我太多太多，将我从生不如死的病魔中救起，从常人的名利情仇中超脱出来，让我领悟了人生真谛，使我一步步除去人的执着、业力、观念形成的假我，一步步走出人。

深入向内找

从走入大法修炼之日起，师父就给我开了天目，我很快就进入了渐悟状态，整个功的演化过程都是在看的到和感受的到的情况下走过来的。

修炼初期，因为心态稳定、真诚、纯净，能如饥似渴的学法、背法，逐渐的淡泊了世间名利。加之能坚持很长时间的炼功，浑身顽疾，不翼而飞，不到一个月就感到一身轻飘飘的舒适愉悦。功的各种形式、各种功能不断的出，天目看到我三天上了三层天。有时觉的自己象火箭一样的往上穿。也明显的感到自己心性在不断提高。刚得法后的几年就是这样走过来的。

一九九九年七月二十日，中共邪党开始迫害法轮功。二零零零年四月因在本市组织法会，我被非法劳教三年。在黑窝里遭受迫害三年多，正念闯出后，感到在修炼上比原来懈怠了，而且象多了一层薄薄的膜，隔着我与师父和大法。虽然三件事也在不停的做，但精進不起来，心里总是一种说不清的苦涩。多次想，怎么会这样，修炼当初的我哪去了呢？以前我心里有事会随时随地的向师父诉说，因为我知道师父就在我的身边。自那以后我不想再跟师父讲了，自己也说不清楚到底是为什么。

在邪恶迫害严重的时候，我也在顶着各种压力办资料点、发资料、送资料，别人不愿做的事，我都抢着去做。在极其艰难的时候，天目看到：师父用摩托车载着我和另一位同修在两边是水，仅能走一辆摩托车的很窄很窄的小道上行驶。有时在土质松软的陡坡上艰难的往上爬，有时在三面临水的很窄的小路上载着我们往前走。有时我拖着板车，师父在后面推，有人告诉我，推车的是你的父亲，我自己的父亲三十多年前就已经去世了。多少次的难和关在师父慈悲保护下都走过来了。可是修炼当初的纯真却没有回来。

我把正法时期遇到的所有的人和事都认真的在心里找了一遍，认识到过去的几十年受邪党文化的影响很深，在劳教所也潜移默化的受了一些影响。特别是对师父法中讲的“快了”，不理解。我嘴里没讲过，但心灵深处对师父对大法信任度减退了，这可能就是造成间隔我与师父的主要原因。

二零零四年十一月，《九评》横空出世，我大量学《九

评》、做《九评》、发《九评》，认真读《解体党文化》。反复学师父后期的讲法，同时也在向内找。那间隔我与师父的膜在逐渐解体，但还是没恢复到修炼如初的状态。

我开始大量的学法背法，而且继续向内找，对过去记忆中的不同时期，所发生过的大小事，都过了筛。师父开示：

“会有你意想不到的魔难，会有你意想不到的各种各样的执著与情的干扰。这种干扰来源于家庭、社会、亲朋好友、甚至于你们同修之间，而且还有人类社会的形势的干扰，人类在社会中形成的观念的干扰。”[1]

在各种情况的干扰下，也就是因为名、利、情、仇、色、气，已经积累数不清的怨和恨。从师父讲的法中也懂得了一点高层生命进入三界穿入人体，变异了的物质又加持了它，形成了强大的怨恨心理。我开始认识到间隔我与师父的这层膜就是怨恨心理这种很强很大的执着，加上它是以妒嫉心为基础的。

再继续向内找，造成怨恨的主要原因是我做事图回报。总是觉的为了别人付出太多，希望别人能对自己的付出给以肯定，哪怕一句好话也行，结果是事与愿违，有的还反目成仇。觉的人心难测，世态炎凉。真是师父说的：“为私、为气、自谓不公”[2]，觉的很累很苦。对不明真相的世人和警察还可以原谅，但是对大法弟子内部和自己家人，心里就极不平衡，钻到具体事里强调自己对。放不下面子，放不下人心，不修心性，争个人名利，争个人一口气，为一口气活着。这是千百年来骨子里形成的人的理，是人变异的观念，这是常人，是以私为基础的，而且这个私是有根的。师父告诉我们：

“人生出来和宇宙是同性的。但是生命体产生多了，也就发生了一种群体的社会关系。从中有些人，可能增加了私心，慢慢的就降低了他们的层次，就不能在这一层次中呆了，他们就得往下掉。”[3] 私心从天上有了群体的社会就存在了。旧宇宙成、住、坏、灭的规律，也就是让宇宙中的众生都滋生私心。

变异观念，构成强烈的怨恨和妒嫉，加上思想业力组成了假我。假我消灭了人的本性，掩埋了纯真的我。因此所想所做的都不是自己，而是假我。我把假我当成自己。抱着假我不放。我不但对常人，对同修用人的理来衡量，连师父要做的事，说的话都用人心衡量，对自己也不能用修炼人的标准衡量，对师父讲的“快了”，有什么不能理解的呢？主要还是我不想在人这里待了，觉的这里太险恶。一听到快了，正好符合自己的心愿。如果我真的对正法时间没有执着的话，这个假我又怎么能来间隔我与师父呢？我没有坚定的正念，人心太重，才错把假我当自己。其实我已经背离了法。师父又讲：“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。”[3] 以前读到这里，认为这是师父告诉我们佛的状态是这样的。现在悟到这是师父对我们的要求，要想修成佛，就得达到这个标准。就得做到无私无我。我离师父对我们的要求差的太远了。

清除假我，找回纯真

根源找到后，我很吃惊也很痛心。我开始不停的发正念清假我，决心彻底清除假我，找回真正的自己，找回修炼初期的纯真。自此，开始大量学法、背法，一切用法衡量。师父的“一举四得”的法理渗透到了我的微观细胞，经过一段时间以后，怨恨形成的坚冰在逐渐融化。

师父看到我确实对此有了认识，帮我把这个怨恨的执着心拿掉了，取而代之的慈悲心出来了。“好的那一面已经看不见、已经隔开了，你们看到的永远是没修好的这一面，但是你们不要不抱着慈悲心，不要固定的看人。我一再说好的一面你们看不见，那边已经非常好了、达到标准了。达到标准是什么样？神的标准。他没修好的那一面哪，越往表面上走就越显的不好，可是哪，他已经修的很好了”[4]。

这时觉的被我怨的那些人都太可怜了。都是因为我人心太重，才跳不出那个怨恨心理。我首先应该把同修当成镜子，找出自己应该提高的因素。她们有的事是因为分不清是与非，

师父曾经点化过我：他们已经在害自己了，你应该去善化他们才对。我当时听了，觉的师父是在告诉我，他们错了，认为师父是在安慰我，压根就没去想怎么去善化。

我继续随时发正念清除假我及维护假我的一思一念。坚持一段时间后，心里轻松了，寂寞、不胜寒的感觉没了。每天生活过的充实、平和、踏实。不知几何时，又随时跟师父说话了。学法时，法理大量涌现。悟到师父的法都是告诉我们如何修炼的，都是告诉我们如何成神的。我还认识到：如果我们悟到了高层次上的理，不实修，不真正的向内找，也升华不了。

常人这一层的法一定要圆容好，家人是我们的亲人，一样是我们要救的对像，如果他们能认同大法，也会给他们带来善报、福寿。我们在家庭、社会做好了就是在圆容常人这层的法。修炼初期的我终于回来了。回头看看只有一步之遥，我却象游子一样浪迹在外数年，吃了无数的苦，总算回家了。

整体提高，整体升华

在我们这个市里，用手机讲真相劝三退的同修很多，绝大多数的都是用按键的方式做三退。开始都是个人对外省远距离的打，选择哪里按键打哪里。后来渐渐都认识到，生在这片土地，这一片的众生就是我们应该救度的对像，再难我们也应该去救。大家都自觉的打我们各地区的电话号码，而且，哪个地区最邪恶就集中力量大家都往那个地区打。

几年来，周边的地区都经历了不敢听、不敢按键、不退、骂人等阶段。现在再给这些地区打电话，很多人都说，我们已经听过多次了，你说的这个事我们都知道了。目前，仅剩下我们自己所在的城市，大家还是打的不多，多数众生的状态还处在其他地区的那种初期的阶段。

城市内外有数十所大学，还有数不清的豪宅大厦。这些人真相资料看的少，出门开车也难听到碰到讲真相的大法弟子。同修打电话有时打多少天都没有人按键三退的，但是听的人还是不少。近距离打，同修内部也存在着不同程度的怕

心。所以大家都不太愿意在本城打真相电话。我们经过多次切磋，大家也逐渐的在改变观念。虽然按键做三退的人数不多，我们就更应该做这个工作，听多了，这种状态也会象其他地区一样改变的。

做证实大法的事，是不计名不计利的。虽然按键的不多，我们是一个整体，我们应该主动的做这个铺垫工作。这也是我们工作没有做好。我们是神的使者，做的是宇宙中最正的事，谁敢来干扰迫害我们？我们得用超常的理来衡量救人这件事。师父说：“所以作为大法弟子来讲，大家不要害怕，任何事情都要堂堂正正的，是邪恶在害怕。”[5] 大家也认识到了我们自己所在地，我们不救这里的众生，还要等着谁来救。

经过一段时间的讲真相，我们所在的城市三退的人数也多起来了，而且三退的党员占的比例特别大，有的一家都是党员，有一家人有八个党、团、队员，都三退了。老爷子高兴的说：我们家都成了诺亚方舟了。“这些事情是由师父安排的，师父在做，所以叫修在自己，功在师父。你自己只是有这种愿望，这样去想了，真正那件事情是师父给做的。”[3] 其实真正救人的都是师父。

师父为了成就大法弟子，把这份建立威德的机会都给了我们。一年多以前，我在一次炼静功时，看到无边无际的一个巨大法轮上，载满了摆放的整整齐齐的黑色和白色的卵石，我没悟到是什么意思。中午全球发正念时，天目看到我打出来的功都是白白的发亮的钻石，我还是没悟到是什么意思。师父点化我：“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。”[6] 这时我才悟到，黑白卵石，组成坚固的磐石，发出的钻石功是金刚不坏之体，也代表着我们整体的金刚不动。我的眼泪不停的流，师父是在鼓励我们的整体。

注：

- [1] 李洪志师父著作：《各地讲法七》〈美西国际法会讲法〉
- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈境界〉
- [3] 李洪志师父著作：《转法轮》
- [4] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈什么是大法弟子〉
- [5] 李洪志师父著作：《各地讲法五》〈二零零五年曼哈顿国际法会讲法〉
- [6] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈也三言两语〉

修炼人的“一念”非常重要

文：大陆大法弟子 明思

【明慧网二零一九年一月二十三日】坐动车查验身份证后，我被警察非法抓捕，近几年来，在大陆大法弟子中这类迫害案例不少，令人痛心。本人遇到过几次这类情况。从自身经历中悟到：大法弟子在面对特殊情形时，能不能守住在法上的一念至关重要。

我居住在 A 市。几年前，由于家人在三百公里以外的 B 市定居，我自然需要定期去探望，由此开始了我在 A、B 两市之间的穿梭往返。

二零一四年秋天，我第一次去 B 市。在此之前，我并不知道火车站有查验身份证的机器，之前也没有看到过相关的案例报导，所以出门前什么顾虑都没有，还带了神韵光盘、翻墙软件小光盘等真相资料，想的是走到哪里，就把真相带到哪里。结果来去顺利，过程中没有任何干扰，包括身份证查验的时候，都没有出现任何异样。

两个多月后，得知本地一位同修在坐火车查验身份证时，被非法抓捕，我才知道火车站的机器会读出大法弟子的身份信息。

在中共对大法和大法弟子持续至今近二十年的迫害中，我曾被非法劳教、判刑过，身份证早就被公安做了手脚的，然而第一次去 B 市过安检时，并没有被拦截，我知道是师父

保护的结果。当时有点后怕，因为那个时候，迫害造成的心理阴影还比较重，对于全盘否定迫害的认识还不象现在这么清晰、明确，怕心也就比较大。我不敢想象当时如果被非法拦截，被非法搜出真相资料后，自己会是什么反应，能不能正念对待。是师父看我有救人这颗心，帮我把魔难在无形中化解了。感谢师父的保护！

得知同修乘车被抓后，我就多了个顾虑，总在寻思：以后坐动车怎么办？会不会被查出来？其实这些念头已经就不正了，是在求迫害。这样到了二零一五年再次去B市的时候，心里就不稳了，不敢再带真相资料。为了给自己壮胆，还约了几个同修去火车站送我（完全是常人的想法和做法）。过安检时，几个同修都在帮我发正念，然而还是被拦截了。我被工作人员带到警务处，登记了个人信息才被放行。

到了B市，住了些天，期间一位家人因出差回到A市，就住在我的住处。一天，家人从A市打电话来，说派出所找上门来了，他说我不在家，把两个警察打发走了。我心里非常清楚是因为诉江的事情，当时怕心又上来了。

启程回A市那天一大早，心里就特别慌，觉的那些怕的败物把整个身心都笼罩了，怎么发正念都排除不掉。在去火车站的公交车上，我还在发正念，还是排不掉。最后横下一条心：什么都不想了，一切交给师父！此念一出，心里马上稳下来了。接近B市火车站，“某某站”几个大字映入眼帘的时候，心里特别踏实，知道不会有事。

进了B市车站，过安检，把身份证递过去，什么事都没有，顺利通过。

由此可见，大法弟子正的一念是起作用的。

转眼到了二零一六年，又要去B市了。这次我没有约同修送我，但还是没敢带真相资料。到了A市火车站，又被查出来了，又被带去警察那里登记信息才放行。我知道是因为自己心里没有百分之百的信师信法，虽然发着正念，但是并不完全相信不会被拦截。

在B市住了些天，该返回A市了，又面对过安检的问题了。出发前想了很久，总觉得的前两次被迫登记身份信息，是对邪恶的妥协，是无可奈何的承受迫害，不应该配合，应该给警察讲真相，指出他们这样做是违法的。然后又想象如果警察要坚持登记怎么办，怎么抵制等等。转念又一想，最好是查不出来，不给警察任何犯罪的机会，就这样，一直坐上去火车站的地铁，还在想，如果查出来怎么办，当然，如果查不出来最好……

下了地铁，朝火车站走，一拐弯，看到扶梯旁边一个大型广告牌，什么产品我忘了，只记得广告牌上几个醒目的大字：“信念正专注”！我一下子开窍了，这是师父在点悟呐！象我这样，一会儿想，身份证查出来怎么办，一会儿想最好查不出来，这是专注吗？专注就应该是只想一件事情啊！那么，现在我应该只想哪一件事情呢？那就是不让它机器查出来，从这个空间的源头上断绝利用身份证信息对大法弟子的迫害，不给警察及安检人员任何犯罪的机会！这就是正专注，正确的专注，正念十足的专注！想明白这些后，我就把思想定在“不让查出来”这一念上。

我顺顺利利过了安检。

最近一次的A、B市往返，就发生在本月（二零一九年一月）。这次跟以往任何一次都不一样。去B市前，自己经历了几个大关，是跌跌撞撞的走过来的。这几次过关，魔难中对心性的冲击、对身体的冲击都很大，虽然勉强走了过来，但是感觉自己还没调整到最佳状态，成天头昏昏沉沉的，正念也不是很足，感觉这种状态不适合出行。但是母亲需要去B市大医院检查身体，因她身体状况太差，我必须陪同。

出发前，我反反复复回忆以往每次过安检的经历，再次明确了自己一念的重要。于是，我跟火车站的机器沟通：你们的生命也是为法而来的，不要配合邪恶迫害大法弟子，应该保护大法弟子。然后求师父加持，求正神加持。感觉正念比较足了。

可是進了火車站，一靠近安檢處，就莫名其妙的緊張，心跳加快，呼吸急促，頭頂上象扣了一口鍋，很沉。當時心里很明確，這是假相，不管它，不去體會這些假相。腦子里又出現被迫害的畫面，比如攔截、登記，甚至被翻包，一出現這些畫面就否定它，不順着它想，不允許這些想法在大腦中存在。

看着別人，包括母親，一個個的遞上身份證過去了，我還站在那裡不動。本來想等身體的假相消失了再過去，轉念一想，反正都是假相，它消失不消失有什麼影響呢？就這樣，在心跳加快、呼吸急促中，我把身份證遞給工作人員，過了。

由於要回來上班，把母親送到後，第二天我就返回A市了。回來的時候也一樣，看到安檢人員就莫名緊張，那種令人窒息的感覺又來了。我就去了洗手間，對着鏡子里的自己，我反復說，我是大法弟子，我只走師父安排的路，我不要舊勢力的任何考驗和幫助！出了洗手間，又慢慢的走，反復的在心里重復以上的話，漸漸的心里踏實了，順利通過了安檢。

在這四次往返，八次過安檢的經歷中，有兩次身份證被查出。同樣的身份證，同樣的機器，有時候能查出，有時候查不出，為什麼？查出的時候，都是自己心態不穩，怕心占了上風，沒有堅定的百分之百信師信法；沒有查出的時候，要么是自己不知情，完全沒有迫害的概念，要么是站在法上，守住了正念。可見大法弟子正的一念多么的重要，守住正信的一念，師父就會用無邊的法力將一切迫害化解於無形。

這些年，因使用身份證出行被迫害的大法弟子不少，使得一些同修對於出門坐動車產生了顧慮。從另外一個角度上想，那些查驗身份證的機器，它不是人這一層次的物質做的嗎？它們是分子構成的，而構成大法弟子的功能及神通的粒子，不知道比分子微观多少倍，細膩多少倍。大法弟子在法中修出的功能及神通還制約不了分子這一層的物質嗎？肯定能制約的，一定能！真要堅定的相信這一點，那些邪惡想利用身份證搞事迫害，它也是搞不成的。只是修煉人在正念不

足，法理不清的时候，往往把人这个空间的物体看的太实在了，自己的功能及神通被观念抑制着发挥不了作用。

建议同修们都背一背《什么是功能》这篇经文，以及其他有关师父开示正念作用的经文。愿我们大法弟子都能破除人的观念，在法中修出坚定的纯净的正念，在任何情况下，都能用正念对待，都能堂堂正正的走过来。

一点个人体悟，不当之处，请同修慈悲指正。

关于向内找的修炼体会

文：河北大法弟子 静一

【明慧网二零一九年一月十七日】二零一八年十二月十二日傍晚时分，我骑自行车去买点儿东西，回来上楼，电梯坏了。有的住户去爬楼梯，有的在门口等着。我住十二楼，还有自行车，怎么办呢？

我一看手表，五点半多了，虽然找了物业人员修电梯，但啥时能修好很难说。我想：我哪里有时间等这个，爬上去吧。我就扛着自行车爬上了十二楼，累出了一身汗。

我心想，是不是应该把自行车放楼下，等电梯修好了，再拿上来。怕自行车丢了，是不是利益心？六十多岁的人了，累坏了咋办？这样想着，修炼前得过的心绞痛症状就出现了，心脏一阵一阵的痛。我就怨我自己利益心重，舍命不舍财，使我犯了心绞痛。越想越后悔，越想越痛。

第二天上午，痛感没减轻，我想：不承认它！该干啥干啥！骑上自行车，讲真相去了。讲真相还算顺利，把心脏不舒服也忘了。

中午回来，路过超市门口，正在卖大白菜，挺便宜，心想正好没菜吃了，就买了六十斤（少了不卖），用自行车推着，走了大约二百米，就有些吃力了，我就后悔买白菜了。从来没想到要买白菜，怎么就稀里糊涂的买了这么多白菜呢？最后，把一半儿的白菜放路边一个卖杂货的熟人那儿，剩余的

就驮回家了。到家后，心脏又开始不舒服。向内找：又是利益心！有贪便宜之心。

中午吃完饭，同修们陆续的都来学法，那就学完法，傍晚再去取那颗白菜吧。傍晚，把白菜取回来之后，还没放稳，儿子来电话说，明天他们三口要来我这吃饺子。儿子好长时间没来吃饭了，我也就满口答应了。

第三天上午，我就忍着心脏不舒服，开始操持四个人的饺子，快十二点了，饺子也捏完了、也快煮熟了，儿子三口才到（以前不这样）。吃完饭，一点多钟，就把他们打发走了。

心想：好累，快休息一会儿，上午没出去讲真相救人，下午补上。刚躺下，还没躺稳，就有人来敲门，觉的很奇怪，一看是两个同修，说是来给我帮忙来了（装订明慧期刊）。我苦笑了一下，客气的让她们进来。本来这点活儿想过两天等心脏好点儿了再干，既然同修好心来帮忙，也不便拒绝，那就干吧。也没跟她们说心脏不舒服的事，一忙又忙到了傍晚。

晚上简单的吃了点东西，就开始学法。学了一讲法，心想休息几分钟，呆会儿再学一讲。睡了二十分钟，睁开眼，还没起来，这两天的忙碌一桩桩一件件就浮现出来。总感觉这两天不对劲，好象有谁故意折腾我，忽然观念一转，这两天之事是不是干扰？！这念头一闪，连一秒钟也没有，“唰”一下子从头顶到脚下，一种物质下去了，心绞痛的感觉立刻消失了。好象从来就没痛过一样，身心轻松舒适，一点儿劳累的感觉也没有了。我想：是我悟对了，师父就把干扰我的不好物质给清除掉了。

这让我不得不理性的分析一下这两天的事情。向内找这没有错，但是基点摆在哪儿？这是个严肃的问题。

一、六十多岁的人，扛着自行车爬上十二楼，这本身就超常。为啥要动人的念，怕累坏了呢？

二、修炼二十年了，健健康康的，为啥动人念，给自己定心绞痛呢？为啥给自己定罪名“有利益心”呢？怎么没想

到是干扰呢？这一系列的干扰是不是人心招来的呢？

师父讲：“作为弟子，当魔难来时，真能达到坦然不动或能把心放到符合不同层次对你的不同要求，就足以过关了。再要是没完没了下去，如果不是心性或行为存在其它问题，一定是邪恶的魔在钻你们放任了的空子。修炼的人毕竟不是常人，那么本性的一面为什么不正法呢？”[1]

我悟到：作为一名大法弟子，正念要强，要按照法轮大法的要求归正自己，如果修炼有漏，发现了尽快把漏补上就是了。如果接二连三的、没完没了的出现干扰，一定要警惕起来。千万不要轻易的把脏帽子往自己头上扣，给自己定罪名，会给自己招来麻烦的。所以向内找的基点一定要摆正。

记的几年前有这么个事，我们三个同修在一起交流，看看各自还有哪些不足。我说了一句：“我讲真相时，还有一些怕心。”就这一句话就惹事了，把这个怕心就定这儿了。第二天出去讲真相难上加难，往前看有警车，一扭头有警察，一抬头有摄像头，看谁都象便衣警察，可想而知讲真相救人效果如何。最后求师父加持，才把状态扭转过来。如果我说：“我还有点儿怕心须要修去，我不要这个怕心！”或许结局就不一样了。

所以提醒同修们注意：遇到问题，正念要强，一正本身就压百邪。不要象我这样，用人心“向内找”，要按照法轮大法的要求向内找，这件事儿符不合法，符合法就做，不合法就不做。基点一定要摆正。一念之差，结果就会不同。

现层次的一点认识，如有不足，望同修指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《精进要旨》〈道法〉

做师父的真修弟子

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一九年一月十八日】我是抱着祛病健身的目地走进大法修炼的。在学法炼功中，时不时的寻找自己身

体上的变化，也知道修炼要修心性，但很多时候按自己的想法、做法去要求别人，要对方做到和我一样，虽然我没有和丈夫明火执仗的干，可心里是委屈的。听到同修人人都说“一身轻”，我怎么体会不到呢？

直到有一天一个声音打过来：“天天光炼这几套动作，就算是法轮大法的弟子了吗？那可不一定。因为真正修炼得按照我们所说的那个心性标准去要求的，得真正的去提高自己的心性，那才是真正的修炼。”[1]是啊，心性没修到位，身体能有大的改变吗？我下决心改变修炼状态，从新做好。

学法时干扰实在大，这思想业力压不住啊，总是有一些杂念和乱七八糟的想法在大脑中萦绕，怎么也排不出去，刚学三句两句法，它又来了。我反复的排斥，一段法多念两遍，也不行。我问同修，他们都不象我这样。后来我决定背法。

背法的困难也挺多。首先是记不住，有一点儿常人的事，它就搅得你入不了心，有时一段法就得背一两天。但是我决心不放弃，不管多长时间我就是坚持背。现在我已经在背第三遍《转法轮》了。这期间我修去了很多杂念，很多人心。通读《转法轮》也比以前状态好多了，但有时还会出现杂念，我就一直抑制它，灭它！

背法使我的思想升华，我认真的向内找，一颗心一颗心的去。首先去看不起别人的心。同修读法读的慢，我就觉的闹心；爱唠家常的，我闹心，甚至不爱搭理她（他）。我表面平静可心里烦，所以到我读法时就一会儿声大，一会儿声小，一会儿快，一会儿慢。《明慧周刊》是同修修炼体会的精华，看同修的文章对我触动很大，看到自己的这种内心世界感到可悲，和法的要求差之千万里，我对自己说：“你有什么了不起？你什么也不是！”我开始多学法，明白了这都是后天的观念，并非真我，那我就灭了它！我想主动的和同修说话，可那个口真难开，但我必须做到。这个自以为是的心基本上去掉了，看谁都顺眼了。

在家里这个怨恨心、妒嫉心、不平衡的心，总是时不时

的往上翻，修去了一段时间又翻上来了，去掉了一段时间它又回来了。因为矛盾时常发生，都是些鸡毛蒜皮的小事，可它老是刺激我，损我。我努力严格要求自己，做好了师父会点化我、鼓励我，做到时时抑制自己的情绪。有一天学《转法轮》，看到师父说：“别人骂你一句，你没吱声，你心里很坦然；打你一拳，你也不吱声，一笑了之，过去了，这人心性就已经很高了。”[1]这句话很入心。我想我也要做到“坦然”。可是谈何容易，真正刺激心灵的时候，真难受啊！我就多学法、背法修我的这个心，告诉自己那不是真我。对师父说：“师父，我不要它！”

有一天我突然悟到：我与丈夫是救度与被救度的关系，得放下这个情，我怎么用常人心想事？我是大法弟子，我的目标是超出常人的层次，向更高层次迈进的，我要跟师父回家啊！心里平静了。我体悟到修炼中大事小事都不是偶然的，都是要去掉那颗心，做到海纳百川，奔着那个大目标——先他后我、无私无我的境界。

我身体上有一种不正确的状态，困扰我四年了。向内找、去执著、发正念改变都不大，尤其去年夏天高温期间，非常的艰难，甚至连做饭都很困难了，我心里没底了。我问自己：“动摇吗？”“不动摇！”“信不信师父？”“信！”“信不信法？”“信，坚定的信！”于是背师父的法：“放下生死你就是神，放不下生死你就是人，就是这个区别。”[2]坚定自己的正念正信。同时求师父，“师父啊！弟子已经承受到一定极限，求师父帮帮我。”

在这关键时刻同修来了，帮我发正念，鼓励我对师父与大法要有坚定的信念。我知道这是师父派来的帮助我的。我坚强的坚持做自己该做的事，决不滋养邪魔，加大发正念的力度，多发，长时间发，清除自己空间场的一切黑手烂鬼，共产邪灵，及一切邪恶生命与因素；清除千百年来形成的固有的僵化了的观念；清除生生世世轮回中旧势力打下的各种烙印，各种执著的人心和观念；清除共产邪灵灌输的无神论、

进化论和邪恶的党文化，求师父加持，请师父为我做主。

大法无所不能，师父给我的是最好的。师父说：“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”[3]我多学法、背法，反复学《二零一八年华盛顿 DC 讲法》，师父说：“所有的大法弟子，都不归三界管。”[4]“你只归大法管。”[4]“业力大，只要你正念足，它会过去，但是业总得消，可能还会出现反复，你也就把它当作是考验、修炼；正念足，再闯过来。所以修炼不会是一个模式，每个人的情况也不都一样。但是总有一点，我是告诉大家，有大法在，你已经得了法了，你这个生命已经属于大法了，你就豁出来了，正念正行，按照师父说的做。”[4]

我悟到生老病死是三界内常人的事，我们是大法弟子，不归三界管也就不存在老病死。全盘否定旧势力的存在！我是大法造就的生命，我归我师父管。站在法上认识法，我的身体改观很大，这期间我也体会到了修炼的艰难，修炼的严肃。

现在我的身体越来越好。我深知这是大法的力量。这过程中不知道师父为我操了多少心，承受了多少。我由衷的感恩师父！感恩大法！

我深知自己有很多地方还修的不够，有很多执著心去的不够彻底，这些都有待于在法中归正。做师父的真修弟子，同化法，修好自己，做好自己该做的一切，善待他人救度众生完成好自己的使命，决不辜负师尊的慈悲苦度。

在此我也诚挚的感谢帮助过我的同修。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《美国法会讲法》〈纽约法会讲法〉

[3] 李洪志师父著作：《精进要旨二》〈排除干扰〉

[4] 李洪志师父经文：《二零一八年华盛顿 DC 讲法》

修炼交流摘录

还有另一个案子，第二天开庭，我陪家属（也是同修）去法院，审判长对我很警惕，好几次问我是谁？干什么的？在哪里住？我对他笑了笑也没回答。同修给他讲真相我就在一旁发正念。我在想，我给他说点什么呢？他已经看过同修给他们写的有关两高的司法解释违法等不同内容的十来封真相信，从其它渠道了解到他也明白很多真相。审判长打断同修说：“你说的我都知道。”转头对我说：“我想听听你的看法。”我马上整理了一下思路说：“你既然想听我的看法，我就说说。其实，我觉的你也不容易，上支下派的，在其位不干也不行。”他突然抬起头来很意外的看着我。我继续说：

“我只是想告诉你，你要保护好你自己。我只是希望你能从这个案子中解脱出去，现在看来也不太可能了，因为明天就要开庭了，你看现在的办案终身责任制，你永远都得对这个案子负责。迫害法轮功是一场政治运动，你知道只要是政治运动就有它结束的那一天。当年纳粹法官站在被告席上的时候，法官有一段独白大概是：我们不是纳粹，可是我们比纳粹更不可饶恕，因为我们知道他们是谁，正在干什么，可是在良知与利益面前，我们还是选择了为虎作伥。某某，我真的希望你能运用你的智慧保护好你自己。”我们走时，这个审判长连忙起身，为我们开门一直送出走廊，还连续地说：

“姐姐，就这样。”“姐姐，慢走。”我们地区大法弟子交流，就不让它开成，一起发出强大的正念。傍晚，家属同修接到电话，庭审开不了了，审判长晕倒住院了。

——《给公、检、法、政府人员讲真相》

由于我处在一个相对封闭的修炼环境中，周围没有其他同修可以交流。丈夫因害怕，由迫害之前的支持我修炼，变为了迫害之后的反对，这也使我感到了极大的压力，常常觉的自己很孤单。虽然很想做讲真相救人的事，但感觉自己一

个人力量太小，做的范围也很小，好象没起什么大的作用。还好，我可以上明慧网，看看同修的交流文章，孤单感就没有那么强了。二零一七年十月中旬，因邪恶封网加剧，我也上不去明慧网了，感到自己好象掉进了一个巨大的黑窝中。身体的不正确状态也到了极点，头昏头晕得很厉害，好象随时都会死掉。很多过去背过的法都记不起来了。这时一个信息打过来：反正你也没有什么用……没等它反映完，我就给它立即否定了：我一定要跟师父走到底！虽然很多背过的法都记不起来了，但“师父”两个字在头脑中还清晰存在。睡觉前我就在心里默默的念着：“师父、师父、我一定要跟师父走到底！我一定要跟师父走到底！……”那时压力大得真的怕自己一睡觉就醒不过来了。过程中，师父点化了我四个字“将计就计”。我知道这是旧势力设置的索命大关，但我相信在师父的保护下能闯过去。就这样，通过学法（那时只要一合上书，刚学的法马上就忘了）、向内找，慢慢的、慢慢的能记起一点点法了。一天突然想起了一句话：“你的存在就在起着正面的作用。”我知道师父讲过与此相关的话，但这个不是原话。后来去查找，终于找到了：“你的存在就是在起着救度众生的作用。”（《二零零四年纽约国际法会讲法》）对呀，无论怎么样，我都要活着。我活着就在起着救度众生的作用。

——《巨难中师父扶我走正修炼路》

我决心坚持背法，先是一句一句的背，背熟一句后，往下背，然后几句连在一起背，最后一整段背，背错的地方重复读或背几遍。背熟后再几段几段连成一个小标题背，开始背法占时间较多，一天几个小时只能背几页或几十页。因为以前有抄书及背书的基础，这次一个多月背完一遍《转法轮》。背了三遍《转法轮》后，背的熟悉了，如果上班回家不累，每天背几十页，到今年背了七遍《转法轮》。背法状态好时，好象每个字都浮现在眼前，而且听到自己心里背每句话。开

始几遍背法时身体有很多好的反应，悟到很多法理及明白师父的点化和一些法背后的内涵，经常沐浴在法中，感觉到精力充足、心情愉快。状态不好、背不下去时，发正念清理自己的不好的思想及空间场。有时觉的静不下来背不了法了，但盘上腿坐到书桌前，就神奇的静下来了。

——《背法使我找回修炼如初的状态》

上高中后，女儿以作业多、时间紧为由学法就少了，叛逆心等一些不好的观念都出来了，社会上的负面东西包括手机在内吸引着女儿，渐渐的成绩下降。直到离高考只有半年的时间，学校开家长会才知道女儿的成绩已经滑到全班的最后了（升高中时，还考上了市重点高中、重点班的第一名）。班主任让我们提前给女儿找工作或退学，以免影响他们班的升学率。我心里很不是滋味，但马上静了下来，心想你们说了不算，我师父说了算。晚上女儿回家后哭着说，不想上学了，老师也排斥，自己也学不会。我说：你先冷静下来，你是大法小弟子，不应该出现这个现象。既然栽跟头了没关系，赶快爬起来，好好修大法，师父教我们做好人，作为学生就应该把学习学好，才能体现是一个修炼人。师父告诫我们：“再忙也得学法”（《各地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉）。我和女儿说：“作为家长我有一定的责任，是我修炼上懈怠了，学法少了，追求常人的名啊，想让你考上好的大学等心都出来了，被邪恶钻了空子，才造成今天这样，那我们共同精进来，一起学法好吗？”女儿答应了。因为上高三，晚自习下课晚，她吃点东西，再写会儿作业，已经是晚上十一点了，就这样不管多晚我们一直坚持学法。让女儿自己通读，我跟着默念。渐渐的女儿学法入心了，还不时的和我们交流，向内找自己的不足。在学校和同学交往中，体现着在大法中修出来的那种真诚、善良、忍让，处处事事为其他同学着想。同时还没有忘记大法弟子救人的责任，让我准备信封给老师写真相信。在发正念时她也能静下来了，就这样通过我们一

起学法、炼功、发正念，她的学习成绩又上来了。在高考前的每次（质检一、质检二，一模、二模等）考试中，次次考试成绩都增加五十多分。为此学校还专门为她开了表扬大会，发给她进步奖。在高考时，以优异的成绩考上了自己理想的一本大学。成绩下来后，同学和老师都惊呆了。原来老师说过，他带过毕业班，有经验，你们无论怎么找名师来补课，高考成绩都不可能提高多少。他就问我们：你们在哪找的课外班，在短短的时间内，成绩提高了这么多？这又一次展现了大法的神奇。

——《修好自己 带好小同修》