

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



为迎接第二十一届“五一三世界法轮大法日”，暨法轮功创始人李洪志先生六十九岁华诞，台湾中部部份法轮功学员二零二零年五月二日至三日来到日月潭风景区的晶园休闲度假村，以学法炼功，更加精進修炼的方式庆贺世界法轮大法日，并祝贺师尊生日快乐。多位学员交流修炼后身心受益，为自己及家庭带来巨大帮助的心得，认为能修炼法轮大法“真是太幸运了”，“是此生最大的福报”。

第 956 期

2020年5月7日



重要新闻（上图）

四月二十四日，部份荷兰法轮功学员们来到中共邪恶政权住荷兰大使馆前和平抗议，展示法轮大法的美好，揭露中共对大法弟子残酷的迫害。

修炼交流

被迫害后所悟到的

大陆综合

1 ~ 4 月疫情期间 89 名法轮功学员被冤判
局级干部争着要翻墙卡片

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的总人数：355,582,004



明慧周刊

第 956 期

2020 年 5 月 7 日

WWW.MINGHUI.ORG

内容提要

目 录

2 时事新闻

- 2 隐瞒武汉肺炎疫情祸及全世界 各国追责中共
- 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

7 大陆综合

- 7 大陆综合消息
- 9 严正声明
- 9 世人觉醒
- 12 人心与因果

15 时事评论

- 15 从“与中共合作 = 打开潘多拉的盒子”说起
- 18 “运动了，运动了！七、八年来一次！”

23 修炼园地

- 23 被迫害后所悟到的
- 26 对去除为私之心的一点浅悟
- 29 台湾新学员 看完神韵之后实修
- 31 生死大难中正念正行
- 33 从修的很苦到修的很甜
- 36 在集体学法中归正自己
- 39 忘带手机之后（节选）
- 43 有感“把自己放在最低的位置保持谦卑的心态”
- 44 修炼交流摘录

■ 时事新闻

隐瞒武汉肺炎疫情祸及全世界 各国追责中共

中共病毒（COVID-19）大流行，在全球造成二十多万人死亡，导致全球经济持续恶化。四月二十三日，加拿大麦克唐纳德·劳里尔学院（MLI, Macdonald-Laurier Institute）高级研究员舒瓦洛·马朱达（Shuvaloy Majumdar）通过网络接受采访时说，这次的病毒是中共独裁者给世界带来的灾难。

舒瓦洛·马朱达说：“正如我们所见，这场危机始于武汉，几个月来由于中共的管理不善、沟通不畅、拒绝与世界通力协作，现在已演变成为一场全球性的大瘟疫和经济危机。”“我们都看到早期中共严重缺乏信息透明度，掩盖（中国）国内疫情的真实情况，噤声试图向（中国）国内人民和全世界通报疫情威胁的医生们，还有，不但不给予民众应有的教育与资讯，确保人民的安全与健康，反而镇压自己的国民。”他说：“中共还是个撒谎大魔，而它的欺骗，他们从来不会为其所作所为承担责任。他们还针对全球的产品供应链武器化，寻求利用贸易来获取安全优势，获取在世界上的政治地位。这非常令人不安。”

近日，加拿大国会议员麦克 库伯（Micheal Cooper）接受记者采访时表示，应该对中共和世卫进行独立调查，追责其掩盖疫情真相造成的病毒大流行。同时，他建议更广泛的看待中加关系，重新考虑加拿大对中国经济的依赖。库伯议员说，世卫组织需要回答的问题很多，因为从病毒爆发一开始，世卫组织提供的信息就被证明是不准确的、误导性的和虚假的，而实际上，从所发生的事情中我们唯一看到的真实现象是世卫组织对中共政权的屈从。

库伯议员说，直到二月下旬世界卫生组织才被（中共）允许进入中共病毒的爆发地武汉，那么为什么世卫组织一直

对中共政权报告的数据如此有信心？同时还存在一个问题，指责如美国、台湾等地早期实行对武汉的旅行限制，世卫组织在其中也起到了推动作用。

库伯议员说，我们需要深入了解到底发生了什么，中共政权知情不报的坏消息到底有哪些。他鼓励对此进行独立调查。并且表示，美国和澳大利亚都对中共政权处理中共病毒（COVID-19）的做法进行独立的国际调查是恰当的。

世界各国政要谴责中共独裁政府隐瞒疫情真相，导致病毒在全球肆虐。四月二十日，澳大利亚朝野两党一致呼吁政府就武汉病毒起源进行独立调查，莫里森政府应要求在当日启动组建皇家独立调查委员会。澳大利亚外交部长佩恩表示对中共的透明度担忧已达到最高点。她称，由于中共隐瞒病毒的严重程度，令世界各国失去应对疫情的黄金时间。

四月二十七日，法国保守派共和党副主席纪尧姆·帕尔贴正式向国民议会提案，希望通过国际法庭，追究中共在疫情中的责任；加拿大国会议员詹姆斯·贝赞（James Bezan）也表示，国际上必须彻底调查中共在疫情期间的作为，加拿大可以运用《马格尼茨基人权问责法》制裁中共官员。

让世人备感突兀的是，中共驻澳洲大使向牵头呼吁调查中共疫情的澳洲发出威胁称，澳洲推动调查的行为可能招致中国抵制澳洲农产品，中国游客对是否来澳洲会“三思”，留学生的父母会考虑“澳洲是不是送他们的孩子来上学的最好地方”。澳洲外交部长佩恩（Marise Payne）立即对中共以经济手段胁迫澳洲的行为予以反击，她表示，澳洲要求独立调查疫情内幕合情合理，公开透明非常重要。澳洲联邦贸易部长伯明翰（Simon Birmingham）则强调，澳洲不会因此而改变立场。

前澳洲工党领袖比尔·肖顿表示：“中国（共）在全球的质疑中，一直闪烁其词，不敢正面回应。中国（共）政府如果就如他们所说的是清白的，就应该允许全球开展此次病毒源头的调查，没有必要阻挡，用经济威胁。调查对他们也

是有利的。”

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇广东省汕尾市法轮功学员庄虾昌、黄盛伟、吴义国、曾少兰、陈显镇，二零二零年四月九日晚在庄虾昌家学法时，被城区公安局国保大队联同新联派出所一帮人闯入绑架、非法拘留。庄虾昌、黄盛伟、吴义国、曾少兰四人现已被非法转刑事拘留，陈显镇由于身体原因，已取保在家。

◇北京顺义区多名法轮功学员被绑架。四月二十四日早上，顺义国保大队、后沙峪派出所十个警察，在家中绑架了周素霞与儿子刘阔，后非法关押在顺义看守所，派出所对家属表示，这是“上面”的命令。顺义区木林汉派出所警察，四月二十六日早六点多钟，绑架东沿头村法轮功学员孙秀英等四、五人。派出所说是“两会”，“上级”指示。目前这几位学员已回家；其中有两位学员曾被送看守所，疫情期间不收，回家。

◇湖南省郴州市七旬老人雷安祥被北湖区法院非法判决三年刑期，并勒索五千元。雷安祥不服冤判，提出上诉，于十二月十三日宣布维持原判，未公开审理。二十多年来，雷安祥多次被中共绑架、关押，两次被非法劳教，一次被非法判刑，累计遭冤狱达七、八年之久。

◇内蒙古呼和浩特市回民区医生成福荣、梁凤英夫妇，是患者和家属们公认的好医生，三月九日被跟踪绑架，被非法关押在呼和浩特市第一看守所至今已有一个多月，被非法批捕。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇ 为迎接第二十一届“五一三世界法轮大法日”，暨法轮功创始人李洪志先生六十九岁华诞，五月二日至三日，台湾中部部份法轮功学员来到日月潭风景区的晶园休闲度假村，

以学法炼功，更加精進修炼的方式庆贺。多位学员交流修炼后身心受益，为自己及家庭带来巨大帮助的心得，认为能修炼法轮大法“真是太幸运了”，“是此生最大的福报”。

五月三日，台湾高雄部份法轮功学员提前在小港高雄公园、凤山卫武营两处举办活动，迎接并庆祝“世界法轮大法日”，学员们炼功弘法后合照，双手合十齐声“恭祝师父生日快乐”，表达对师尊无尽的感恩与敬意。虽然中共病毒疫情仍肆虐全球，高雄学员配合政府防疫策略，分批分地举办庆祝活动并向民众展示祥和优美的五套功法，传递“法轮大法好 真善忍好”九字真言抗疫良方的真相，吸引不少散步的民众驻足观看，了解真相。

五月三日，台湾花莲部份法轮功学员，聚集在花莲蔚蓝的海岸北滨公园，以集体学法炼功交流的方式庆祝法轮大法日，感恩师尊的慈悲救度。花莲部份法轮功学员庆祝法轮大法日，除了炼功外，还集体学法《精進要旨三》，学法后交流心得要如何整体协调、圆容配合、精進升华及在讲真相方面遇到那些问题，更有学员谈到了自己在讲真相时，要如何做得更好，是因为自己感受到有一颗救人的心。

五月二日上午，台湾新竹市赤土崎公园传来优美祥和的音乐，新竹法轮功学员为了庆祝即将来临的“5.13 世界法轮大法日”，同时恭贺法轮功创始人李洪志先生华诞，齐聚一堂展示五套功法，并交流修炼心得，期盼新竹市民借此了解法轮大法的美好。

五月二日，来自宜兰县各乡镇的部份法轮功学员在宜兰运动公园集体炼功，并为师父祝寿。在悠扬的音乐声中，学员们精神抖擞的演练五套功法，展示着法轮大法的祥和美好，每个人心底深觉温暖，沐浴在“真、善、忍”的慈悲法光中。

◇ 四月二十四日，部份荷兰法轮功学员们来到中共邪恶政权住荷兰大使馆前和平抗议，展示法轮大法的美好，揭露中共对大法弟子残酷的迫害。同二十一年前一样，没有口号，没有喧嚣。当天悬挂的横幅上书写着中英文“法轮大法”，

“世界需要真善忍”，“解体中共”，“制止迫害”。受中共病毒疫情的影响，很多公司、学校、商店被迫关闭，但荷兰政府依然批准了荷兰法轮大法协会的请愿申请。由于人员的限制，十几名大法弟子参加了当日的活动。

大陆综合

大陆综合消息

◇ 1～4 月疫情期间 89 名法轮功学员被冤判

今年的四月份是“四·二五”法轮功学员和平请愿的二十一年纪念日，在大疫期间法轮功学员还是一如既往的善良、理性地向中国民众讲述着法轮功被迫害的真相。然而，中共毕竟是邪恶俱全的魔鬼，在气数已尽、四面楚歌的形势下，还在迫害着为讲真相而付出的法轮功学员。

据明慧网信息统计，二零二零年一月至四月，有 89 名法轮功学员被非法判刑。其中，一月份判刑 42 人，二月份判刑 18 人，三月份判刑 16 人，四月份判刑 13 人。

疫情期间，中共法庭肆无忌惮地破坏法律实施，审判不走法律程序，不通知家属和律师非法秘密判刑，至今，有的法轮功学员的家属、律师都不知道什么时间开庭、判决情况都不知道。天津市南开区法轮功学员程桂英、程桂靖姐妹被非法关押构陷近两年，被非法判刑：程桂英被诬判八年、勒索罚金 40000 元；程桂靖被诬判九年、勒索罚金 50000 元。程桂英、程桂靖和家属均已对判决提出上诉。河北保定 73 岁法轮功学员高金萍被非法判刑七年。

◇ 北京各区县派出所绑架、骚扰法轮功学员

二零二零年四月份以来，北京各区县中共警察、社区人员大规模骚扰法轮功学员，非法搜查、抢劫法轮功学员的私人财物，有的法轮功学员被带到派出所做“笔录”，有的在严管登记表上填写是否修炼，以及“转化”情况。据了解，这一次的大面积迫害法轮功学员是因为中共又遇其“敏感日”——“四二五”，以及中共将在五月二十二日开两会。

街道派出所和社区工作人员上门骚扰，据说是“上级”的安排。在四月二十九日，中共公布了“两会”将在五月二十二日召开，已有法轮功学员被强行离开北京，并被告

在两会结束之前，不能回到北京。

据了解，多个区县都有法轮功学员被绑架，因疫情期间，大多数法轮功学员被以“取保候审”释放回家。

◇黑龙江省女子监狱强制法轮功学员“码坐”折磨

在武汉肺炎疫情期间，黑龙江省女子监狱强制法轮功学员“码坐”，从上午 10 点至下午 3 点钟，每天码坐四、五个小时，迫使坐姿正直，两腿并拢，双手放在膝盖上，不许闭眼，下午 2 点钟迫使法轮功学员唱红歌。对不配合的，警察指使恶犯杨旭等人进行拳打脚踢，非打即骂，放污蔑法轮功的录像。刑事犯人在警察的指使下为所欲为，看谁不顺眼就破口大骂，恶犯分为组长，帮教，包夹。

在长期迫害的恶劣环境下，有近 80 岁的法轮功学员承受不住这种痛苦经常晕倒，出现血压高、心脏病，肚子长瘤得不到救治。在以前家属接见时有狱警监听、监控，被迫害的法轮功学员不敢告诉家人被迫害的情况。

法轮功学员郝明媚对非法关押迫害进行申诉，可是警察狱警肖淑芬以种种借口什么申诉格式不对或年前相关人员工作量大没人接收、没人理你们等。其他法轮功学员向驻监申诉科写的申诉状，也没人办理。

◇石家庄市第二看守所封闭式迫害法轮功学员

自一九九九年七月中共发动对法轮功的残酷迫害，二十一年来，河北石家庄市第二看守所一直充当邪党的迫害工具，曾非法关押上百名法轮功学员，采用十几种酷刑和手段逼迫法轮功学员放弃信仰。目前，在疫情期间，石家庄第二看守所完全处于封闭隔离状态，对被非法关押的多名法轮功学员，不准家人送衣物、送钱，也不准律师会见。

目前在石家庄第二看守所被非法关押的法轮功学员有李冬梅、耿树兰（已被关押九个多月）；石家庄市鹿泉法轮功学员张云、马素瑞（被非法关押八个多月）；石家庄行唐县

法轮功学员杨焕平（已被非法关押六个多月）。

长夜将尽，曙光已现，正义终将彰显。那些仍在参与迫害法轮功学员的各级人员，应该赶快停止迫害，保护法轮功学员，将功补过。

◇被骚扰时请注意说话分寸和安全因素

最近，邪党各部门、社区骚扰大法弟子的情况很多，大法弟子普遍给他们讲真相。但是邪党人员上门来是为完成任务，是带着“抓小辫子”目的来的。大法弟子在讲真相的同时，不要回答他们的问题、问讯。他们问的问题，都是有目的的。比如：“你的资料从哪里来的？”“是不是某某给你的？”“谁给你做的？”记得不要配合他们回答任何问题。

我地有老同修夫妻被绑架了，中共警察问他：“你家里的这些不干胶哪来的？”他说：“以前发剩下的，没用了，就放在那里的。”问他：“你老伴一大早就出去了，干什么去了？”他说：“讲真相去了。”恶人问了很多问题，虽然他觉得自己尽量往轻了说，不希望给老伴带来麻烦，但是他的回答就成了作为邪恶取证的直接证据。而他老伴自己是零口供。

建议同修如果不太懂法律，又看不懂太多法律的条款，说不清，那当有人来问话的时候，除了讲法轮功真相，其它一律不回答。同修要知道，不说话、不回答问题是我们的权利，不是警察或者社区、公司单位领导的问话，我们就必须回答。

严正声明

本周二百九十九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

本周一百五十九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， 9

支持法轮大法，弥补过错。

◇局级干部争着要翻墙卡片

〔大陆来稿〕我丈夫是局级领导，来我家的他的朋友同事大都是邪党干部，这么多年来我也抓住机会和他们讲真相，他们要么只是微笑不吭声，要么摆官腔，就是不认同我讲的，给其真相资料随意的翻翻，随即又放在我们桌子上。前几天又来我们家，我就把同修制作的精致美观的、和银行卡一样的翻墙二维码卡片，分别给了他们一人一个，并且和他们说：“这可是个好东西，能看到古今中外名人，特别是刘伯温对今天疫情的预言，更重要的是能找到防疫的妙方。”有人随口说到：“是不是又是你们法轮功的？”我微笑着说：“百宝网站，什么都有，回去扫一下好好看看。”

这一次或许是受疫情的影响，他们比老百姓更了解共产党的所作所为。他们就把卡片装到口袋里了。昨天他们几个又来了，还没等我开口，其中一位说：“你那个卡片真好，还有没有？再给我一个，我那个被亲戚要走了。”另一个说：“多给我两个，我的朋友也想要。”

我看他们这样争着要卡片，心里说不出来的高兴和激动。我就告诉他们要想长期看就下载安装软件，因为二维码有时效性（是因为邪党封锁造成的）。

现在的人们很相信眼见为实，特别是这些邪党领导，脑子灌输的都是党文化，自认为文化修养高，轻易不会相信别人的说辞和观点，通过扫二维码，他们不但能去自己看和说卡片内容好，而且又传给亲戚朋友，做到这一步确实不容易。再讲三退的事就很容易了。

卡片制作美观一些，最好是面对面递给世人，因为现在的人戒备心很强，当你和他搭话时，首先看看你这个人是什么样，再瞧瞧卡是啥样的，曾经有人就说：“扫一下，对我的电话卡和银行卡有没有妨碍？”还有的说：“手机中毒了咋办？”面对这样的，我们就要善意的和他们去解释。试想，

如果随意的发放，他们轻易是不敢去扫一个捡起来的卡片的。所以，还是面对面的发放效果比较好。

◇一个政法官员的觉醒

〔大陆来稿〕这场突如其来的瘟疫使很多世人看清了中共邪党的本来面目，其中也包括一些邪党体制内职务较高的人，甚至其中有一些还是邪党政法系统中参与过迫害大法弟子的官员。

我地有个同修老杨开了一个店，每天晚上十点打烩。去年年底有一天傍晚，来了一个外地口音的中年男子找老杨聊天。将近二十天，天天如此。老杨耐心的听他讲，待他讲完之后就给他讲一些大法的真相。

时间久了，老杨就断定他是政法系统的人。老杨在一次交谈中说：“大法师父要我们要尽可能的救所有的世人，包括那些迫害过我们的也要尽量救。”也许是这句话触动了他，他走了之后很久都没有再来。

没多久就爆发了武汉肺炎，病毒也蔓延到了我们地区。都以为他不会再来了，没想到他又来了，而且是在疫情正猛的时候。他说他刚去了一趟武汉。能够在武汉封控这么严的情况下来去自如，也能看出他身份不一般。

老杨问他：“武汉肺炎死了那么多人，怎么官方报道才死了三千多人？”他说：“你认为死了多少？”老杨说：“听老百姓说，得在公布数字后面加零，至于加几个零还说不准。”他说：“是这样。政府公布的消息都是假的。”

老杨又问：“听说有个领导在武汉视察一个小区的时候，小区居民喊：‘假的！全是假的！’”他说：“有这么回事，当时我就在现场。当时很多居民推开窗户这样喊。太假了，共产党真是太假了。共产党完全没有把老百姓的生命当回事，纯粹是草菅人命。我这次算是彻底认清共产党了。麻烦你在大纪元网站上把我和我家人的党退了。”

随后讲了他连续多天来找老杨的原因。在他来店里之前， 11

他们已经调查监控四个多月了。还安排当地派出所带着外地警察抄了一次家。因为师父的保护，在那次抄家中，大法书籍和其他同修刚拿来的来不及放好的真相币、真相资料就放在显眼的地方，他们到处翻就是没有看到。

他说：“我以前也不相信什么神不神的，这次疫情的发生真的让我不得不相信了。原本是准备在过年后开两会前对法轮功来一次大的行动的，没想到瘟疫发生了，计划就被打乱了，也就不了了之了。”

老杨说：“我给本《转法轮》你看吧。”他说：“我有，我在看。为了了解你们的动向，你们法轮功的网站包括明慧网我也经常看。以前因为没有亲身经历过，所以对明慧网讲的不太相信，尤其是那些在法轮功中发生的神奇事例，觉的怎么可能？我这次在武汉见证了法轮功的神奇，我是真信了。一些武汉居民感染病毒居然只念‘法轮大法好，真善忍好’就好了，真是太神奇了。这是我亲眼所见。”

前不久，他又来找了老杨一次。见面寒暄后他问：“你们知道为什么美国尤其是纽约武汉肺炎（新冠病毒）感染那么严重？你们师父刚发表的一篇叫《理性》的经文看了没有？”老杨说：“看了，当然看了。”他说：“你们师父说了，瘟疫就是来淘汰邪党分子的。的确是这样。很多人不明白为什么美国的瘟疫也这么严重，他们不知道美国被中共渗透得多厉害。美国疫情最严重的地区就是被中共渗透的最凶的地方。我就亲自到美国执行过几次渗透相关的任务。”

他说：“你们法轮功太了不起了，敢于担当，敢于讲真话。你们的真相资料，写的非常好。我也要象你们那样去做一些事情。”

人心与因果

◇无神论的顽石被击碎了

12 〔辽宁来稿〕我丈夫今年70出头，是老转业兵，入了邪党，转业到地方，当了警察。因为受无神论的毒害，不相信

神佛，变的很现实，还有一套所谓的人生哲理：人不吃饭不行，没钱不行。

近几年来，身体状况很糟糕，百病缠身。最严重的是肺气肿，肺大泡，两片肺叶没有好地方。一年多也下不了楼。从2017年至现在，每年都住院十几次，好不容易出院了，没隔几天又进去了，成了医院的常客，钱没少花，罪没少受。

我修炼法轮功二十几年，一身病全无，彰显了大法的神奇和超常，这些丈夫都亲眼所见，我多次跟他讲大法的美好，讲大法受迫害真相，并举例讲大法祛病健身有奇效，开导他，唤醒他真我的复苏，可他就是块顽石，不听不信。当我问他：你亲眼见我修炼法轮功后，医院治不了的病都好了，这是事实吧？我再怎么问，他就是不吭声，默默的抵触。

2019年的整个冬天他几乎都是住在医院里，直到腊月底才勉强出院回家。到中国新年这一天，身体支撑不住了，但一想今天是新年，儿孙们都回来了，别因有病而搅了大家的兴致，所以只好强忍着挺了一天。正月初一，病情加重，喘不上气来了，坐不下，躺不住，憋的两眼瞪的老大，捋气儿，同时还伴有高烧，一量体温39度多，情况很危急，我的心也急。

因是疫情期间，他正好双叶肺已坏，又发着烧，如果去医院就诊，非把他当成武汉肺炎不可，那可就坏了，我们全家都得被隔离。因心中有事，丈夫又病着，前半宿我没眨一眼，丈夫被折磨的也没睡着，到凌晨一点多，也就是正月初二，高烧仍然不退，并随时会因喘不上气窒息而死，我急中生智，问他：“你知道啥叫背水一战吗？”“你……你啥意思？”他问，我说：医院你是别指望了，没别的办法，你就诚念“法轮大法好，真善忍好”九字真言，求大法师父救你吧！

他非常清楚自己当前的状况，求生的渴望使他用尽力气，用颤抖的声音，从内心喊出了“法轮大法好！真善忍好！”还说：“求李大师救救我吧！”这个受邪党无神论毒害至深

的聾人，终于冲破无神论的桎梏，在生与死的叉道口认同了大法，并一直默念着“九字真言”。

到凌晨四点，两个小时过去了，他出了一身透汗，烧退了！胸不闷了，喘气平稳了，他说很久没有这么舒服的感觉了！

他的心情异常兴奋，彻底的相信了法轮大法，师父是来救人的。无神论的歪理邪说彻底被击碎了！

现在他的身体正在逐步恢复。他非常感激师父在临危时刻救了自己的命。

◇继孙力军之后又一酷吏下台

4月29号，中共司法部部长正式换人，由辽宁省长唐一军替代现任的傅政华。

在2018年出任司法部部长之前，傅政华长期在公安系统任职，是江泽民集团迫害法轮功的主要打手。2010年，由江泽民派系成员、原北京市委书记刘淇一手提拔，担任北京市公安局长。2013年，升任公安部副部长。2015年2月，又兼任专门迫害法轮功的中央“610办公室”主任。从2010年至2020年的十年间，成千上万的法轮功学员在其任内被迫害致死，迫害法轮功是其主要罪恶。

傅政华也被认为是2015年“709大抓捕”事件的始作俑者。他出任司法部长的这两年，中国又有多地发生维权律师执照被吊销或注销事件。

傅政华曾是中共前政法委书记周永康的亲信，原是在北京公安局搞刑侦出身的傅政华，担当了至少十多年中共“政治打手”，被外界冠以“狠角色”之称。所谓“狠角色”是指在迫害法轮功学员、维权律师等民众中充当着“政治打手”、“刽子手”、酷吏而出名。表面看傅年届65岁，到站下车，其紧步前中共公安部副部长、国保局局长孙力军突然下台，能是偶然的吗？

今日发动迫害法轮功的中共江泽民集团，正在步历史上

那些迫害佛法遭恶报的后尘，犯下的是逆天大罪，更严厉的恶报正在等着他们。历史上的深刻教训正在中共江泽民集团的周永康、薄熙来、李东生、周本顺、张越、孙力军等这些不遗余力地迫害法轮功的昔日当权者身上兑现着、验证着，因果报应，真实不虚！傅政华的最终结局是什么样呢？人们将拭目以待！

时事评论

（两篇）

◇从“与中共合作 = 打开潘多拉的盒子”说起

文：郑岩

“潘多拉的盒子”出自古希腊神话，比喻会带来不幸的礼物。希腊之神宙斯给潘多拉一个密封的盒子，里面装满了祸害、灾难和瘟疫等，让她送给娶她的男人。这也许是一道人性测试题，也许还有别的深意，在人的境界无法想象神的安排。

如今，至5月1日纽约时间上午10点，这场武汉肺炎瘟疫，全球检测出的感染者已高达333万3千人，死亡人数逾23万5千人。劫难当头，如果深入追溯一下就会发现，无论感染者还是死难者，在过去的二三十年中都曾直接或间接与中共“联姻”。

中共手里天文数字的经济利益，恰似一副让鱼儿闻风而动的诱饵，让全球多少国家、城市和个人，抛弃了自由社会的传统价值，奋不顾身地去打开潘多拉之盒，直至遭受中共病毒对生命和经济的重创，才开始苏醒。

* 班农：从中共那里获取的钱沾满鲜血

白宫前首席战略家班农（Steve Bannon）最近在视频节目中，抨击美国前国务卿基辛格（Henry Kissinger），揭露过去50年来以基辛格为首的政坛菁英和华尔街财团，为了利益而屈从中共。

所有和中共做生意的华尔街集团、大公司，和中共合作的智囊团手中握的是沾满鲜血的钱，这一切都将真相大白。班农直截了当地说：“全世界都会对你们进行审判。”

“你们知道中共迫害法轮功、活摘器官，你们也知道中共迫害维吾尔人、迫害达赖喇嘛和藏传佛教，还有天主教、基督教，你们也知道（六四）天安门事件。”班农说，这些人很清楚知道每一个在中共暴政下为自由而战的人遭遇的苦难，但是他们却还屈从中共独裁政权，“手上沾满了鲜血。”

班农在视频中特别指出，这不是种族主义，他针对的是中共政权。“我们是为了中国人民的自由而战”，而中国人民生活在中共恶魔的统治下，是最直接的受害者。

数十年来，大家一直回避，从另一个角度看问题。“为什么我们要回避？为了钱。因为雇用中国的奴工比密歇根和宾夕法尼亚州的劳工，可获得更高的利润。”

* “美国疫情比中国严重” 是中共的宣传效果

至于说很多人困惑，认为在被中共严重污染的美国，比被中共死死掌控的中国疫情更严重，那只是又一场烟幕，是“中共制造”的数字所造成的又一宣传效果：

首先，美国医疗系统先进，重视人权、珍惜生命的道德理念仍有相当的民众基础，此次对中共病毒的检测率也是全球数一数二，在此前提下，美国公布的全美死亡人数是 6 万 3019 人。而中共是以撒谎、人权恶棍、杀人如麻著称的，此次对疫情的掩盖造成了全球瘟疫大爆发；中共 4 月 17 日之前一口咬定武汉死亡人数只有 2579 人，4 月 17 日公布了一个上调 50% 的死亡数字，声称只有 3869 例。中共制造的数字，可能是真的吗？不可能。

其次，在此次瘟疫的爆发地武汉，仅武汉一个城市，二至三月的一个月时间内，殡仪馆就烧了至少 2 万多尸体。加上驰援武汉的 40 个焚烧炉（每个日焚 5 吨），以及偏远郊区和农村不经焚烧直接掩埋的，全中国在瘟疫的这一波袭击中的死亡人数，怎么可能只有 3869 例呢？不可能。

事实上，随着对中共真实面目的认识，很多国家已经不再把“中共制造”的虚幻数字算在疫情统计之内了。这对人类来说，是这场不幸之中的一件幸事。

* 为利益养大中共，违背天意

3月12日，专栏作家乔什·罗金（Josh Rogin）在《华盛顿邮报》，引用了川普总统国家安全顾问罗伯特·奥布赖恩（Robert O'Brien）的话说：“我不明白为什么我们应该为中共国防工业提供保险。……这些活动使中共能够压制人民、殖民世界各国……更不用说，那些实际上受到美国政府制裁的扩散活动或侵犯人权等劣迹。”

这话说的很对，可惜还是没有提到最最重要的关键词：法轮功。

1、对法轮功的迫害是本世纪最大人权迫害

事实上，二十年来，人类社会最大的人权迫害就是中共对法轮功的迫害，即对真善忍这一普世价值的迫害。

中共斥巨资掩盖和维持对法轮功的镇压，并以经济利益为要挟，对全球政要和企业封口。所造成的后果是，不但在中国大陆，就连在海外，在美国，许多政要、金融大佬、科技和商业菁英，一直不敢承认“真善忍”这一普世价值，只因为这是中共执意要打压到底的，而他们想通过与中共“联姻”获取天文数字的利益。

1999年6月，中共前党魁制定了迫害法轮功政策，“名誉上搞臭，经济上截断，肉体上消灭”，并动用全国的媒体、党系统、军队、医疗、教育、企业、公安、劳教所、监狱等等，试图“三个月消灭法轮功”。为了消灭法轮功，中共甚至建立了一个全国性的新商业，以活摘法轮功学员器官牟取暴利、打造大批移植器官名人、名医院、移植大国为诱饵，把本应保护民众的警察和军人变成杀人魔鬼，把本应救死扶伤的医生和护士变成杀人魔鬼。

二十年后的2020年，迫害法轮功政策在中国大陆仍在实施着。当然，中共用了很多手段，让中国人沉浸在游戏、追 17

金、色情、享乐中，尽量让人们忘记“法轮功”这三个字，忘记“真善忍”这三个字。遇到“敏感日”，实在不得不提起，也是抹黑、魔化、恐吓，目的是保持人们对“真善忍”的恐惧，担心如果正面对待法轮功真相，就会被剥夺所有的利益。

2、法轮功屹立不倒，靠的是真善忍道德力量

一直以来，中共想打倒谁谁就会被打倒。但是迫害法轮功这件事，中共从第一天就注定了失败，明慧网1999年的文章就宣布了这一点。支撑和造就法轮功学员和大法弟子的是宇宙特性真善忍，是真善忍的巨大道德力量。对真理的镇压从来就只能是一时，而不可能是永远；对真善忍的镇压更是从一开始就注定了失败。明慧网从1999年至今，每天发布第一手法轮功学员的受迫害信息、修炼心得交流等等，就是法轮功在迫害中屹立不倒的一个有力明证。

与此同时，这场对法轮功的迫害，从开始到彻底失败的过程，不但锤炼了法轮功弟子，也无意中成了测试全人类道德底线的过程。一幢摩天大楼，如果没有稳固的基础，是无法屹立不倒的。一个国家，如果在道德底线上千疮百孔、与中共保持千丝万缕的合作，是不可能繁荣昌盛的，更有可能让神不能庇佑。

中共必灭无疑，但是，谁能不被中共裹挟到坟墓中去，选择权掌握在每个人自己的手里。这个选择权是上天赋予每个人的，不论贫贱富贵，只看人心。（节选）

◇ “运动了，运动了！七、八年来一次！”

文：玉清

“运动了，运动了！”电影《芙蓉镇》结尾，发疯的王秋赦敲锣喊着这句让人心惊的话。鲜为人知的是，这部影片经过多次审查才通过，“运动了”后面被删掉了一句话“七、八年来一次”。

18 大家知道，中共建政后大大小小的运动不断，有人统计

过，历次运动中给人扣的罪名多达数十种。文革结束至今已有40余年，但武汉肺炎疫情中，“文革漫画”在网上重新回头，比如肩扛“健康包”的年轻人气宇轩昂地表示“中国人民不是好惹的”；在打倒“反动学术权威”的漫画中，医师张宏文被人揪起衣领踩在脚下；被斥为“美帝走狗”的武汉作家，在漫画中翘起了狗尾巴。

爱国=反美、与美国脱钩、《拔剑吧，中国人》，诸如此类的极端言论，在网上颇为盛行。清醒的人意识到，极端的“文革”习气从未真正退去，只是隐藏起来了，遇到合适的土壤又冒出来了。就像电影中说的，七八年来一次。为什么会这样？为什么90后的年轻人也会那么极端？

因为我们并没有真正地反思历史，没有清醒地、主动地、不断地去除共产主义邪恶因素对我们的侵蚀。

从1990年代东欧、苏共共产主义倒台，用了二十多年时间，至近几年才从法律、社会共识、公共场所的标志等方面，真正系统地“清洗”共产主义遗留的污垢。

从1991年苏联解体，直至2017年10月30日，二十六年过去了，前苏联时期政治镇压受害者纪念碑“悲伤之墙”方才落成。这是俄罗斯第一个全国性的此类纪念碑。普京出席了揭幕仪式并向纪念碑献花。普京在发言中概述了当年苏共政治迫害的惨烈，强调这种罪行不可能洗白。他说：“我们的义务是——不忘记。”

在这个过程中，人们重新认识历史，否定自己的过去，明白共产主义的危害，这是一个从个人到整个社会的精神洗涤过程。而在中国，人民一代接一代只能接收的，只有“仇恨、仇恨、再仇恨”教育。

《魔鬼在统治着我们的世界》一书指出：传统正教教人向善；共产邪教则恰恰相反，它是建立在仇恨的基础上的。虽然共产党也谈到“爱”，但这个“爱”也是建立在“恨”的基础上的。……在中国，表现爱国的方式是“恨美国”、“恨法国”、“恨日本”、“恨韩国”、“恨台湾”、恨海

外那些一心为国但却批评共产邪党的人。

* 俄罗斯废除斯大林自编的教科书

相较于纪念馆、纪念碑，教科书起到不可替代的作用。因为教科书具有权威性、传承性以及广泛的影响力。

斯大林执政时期，亲自担任总编，编纂了一本《联共（布）党史简明教程》。1949年之后，中国人学的苏俄历史都是以此为蓝本编写的。进入21世纪，普京将安·鲍·祖波夫编纂的《二十世纪俄国史（1894—2007）》，作为俄罗斯11年级（高中二）学生写的历史教科书。该书还原了历史真相，用大量历史事实指控列宁创建的苏联原来是人间地狱。

比如：列宁是依靠德国皇帝威廉二世提供的5000万金马克进行秘密策动组织，成功发动俄国十月革命，建立苏维埃政权。夺权后，列宁马上与德国和谈并签订条约，列宁有句名言：“无产阶级没有祖国”。

列宁还说过，“专政的定义就是不受任何法律约束的，直接依靠暴力的政权。”

斯大林继承了列宁时代的残酷统治，与其同时代的其他5位苏共主要领导人如布哈林等全部被杀。

列宁54岁死于梅毒，妻子克鲁普斯卡娅说列宁有份遗嘱。斯大林对她说：你再乱说话，我们就宣布你不是列宁的妻子！克鲁普斯卡娅说，这个国家的任何人都知道我就是列宁的妻子。斯大林说：党说你不是你就不是。不久，她被关押，1939年不明不白地死去。

《二十世纪俄国史》把20世纪20—30年代之交苏联的农业集体化称为“第二个农奴法”，说它是苏共开展的一场对付农民的斗争，消灭富农就是摧毁了农业生产的中坚，苏联一直到解体也达不到沙俄时代的粮产量。

* 撒谎就是为了保护罪恶

教科书的修改，让人们能够看到令人震惊的历史真相，人们不由得要问一句，过去我相信的东西对吗？

而中共不承认错误，利用其霸占的官方教科书、教堂，

通过篡改历史，给中共的罪行洗地。比如：把人为制造的三年大饥荒说成三年自然灾害，对十年文革浩劫也是淡化处理。

2018年，适用于初中二年级的新版历史教科书，删除了旧版“文化大革命的十年”一课，把有关文革的内容与旧版“建设社会主义的十年探索合并，统称为“艰辛探索与建设成就”。

对于文革原因，旧版教材中的“毛泽东错误地认为党中央出了修正主义，党和国家面临资本主义复辟的危险”，新版教材中删改为“毛泽东认为党和国家面临资本主义复辟的危险”。文革一章的旧有标题“动乱和灾难”也被删除。论述文革影响时，新版教材还添加了一个新说法，所谓“人世间没有一帆风顺的事业，世界历史总是在跌宕起伏的曲折过程中前进的”。

撒谎就是为了保护罪恶，方便继续作恶。

与俄罗斯承认历史错误相反，中共的教科书中还在延续错误的说法，继续欺骗世人。比如：仍将中共说成抗日的中流砥柱；将失败大逃亡的长征说成为了北上抗日进行的战略大转移。日军在东北，中共红军往南、往西北逃窜时为了抗日吗？

事实上，中共为了保护罪恶，方便继续作恶，一直在强化灌输篡改后的历史。比如每年举办纪念长征的大型演出，推动井冈山、延安、西柏坡的红色旅游，甚至很多企业都带领员工到这些地方进行红色教育。

1999年中共江泽民集团掀起对修炼“真、善、忍”的法轮功的迫害，2001年导演“天安门自焚”假案，被联合国认定为骗局，但现在依然出现在教科书中，如山东教育出版社将其被编入小学教科书《品德与社会》五年级上册，继续毒害涉世未深的小学生。然而令人欣慰的是，部分明白真相的老师们，已经公开在课堂上把“天安门自焚是骗局”的真相讲给学生，使很多学生明白“法轮功是好的，共产党是骗人的”。

中共用中国人的鲜血来维持谎言、欺骗世人，将真话说成“不当言论”，将宪法规定的言论自由、信仰自由说成是“有限的自由”，制造文革式话语、组织网络暴力，宣传谎言迷惑世人。罪恶见光是其死亡的开始，所以中共不惜一切金钱和黑暗手段，试图封住所有知情者之口。

封闭太久，人们犹如关在一个黑暗的屋子里，突然一道光照进来，眼睛会感到不舒服，但人的本性是追求阳光的，阳光会给人温暖，给人健康，和真实的希望。

修炼园地

被迫害后所悟到的

文：大陆山东大法弟子

【明慧网二零二零年四月三十日】二零一九年五月三十一日，我利用下班回家的时间到村庄讲真相发资料，被恶人举报，被绑架到附近的派出所。

当时，三、四个警察将我的胳膊拽住反扣，其中一人还用力的将我的胳膊再往上别一下，那一瞬间，感觉自己被像一个罪犯一样对待，面子心、仇恨心、报复心一下子上来，对绑架我的警察大吼大叫起来：“你们这么多人对付我一个弱女子，你们不怕遭报应吗？”绑架我的警察说：“你一点也不弱。”我听了一惊，心想：对呀，我有师父啊，我怎么会弱呢？

接下来的强制采血、按手印、按掌印，我竭力的抵抗，但是隐约感觉已经陷入了一种常人式的争斗当中，正念出不来。之后，两个穿便衣的人过来要对我进行审讯，其中一人面相很冷硬，我心里隐隐的产生了一种怕，怕他们行恶迫害我。当时的我虽然声调很高，但是内心正念是不足的。

我又开始给他们讲真相，内心急切的盼望通过告诉他们现在遭报的那些官员的下场来警醒他们，让他们停止迫害，放了我。那个表情冷硬的便衣说：“你说的我都知道。”他们没等我说完就去吃饭了，留下两个小警察看着我。

他们吃完饭，还是那个便衣上前来边给我解手铐边说：“送你回家。”我说：“不用，我自己回去就行。”结果他将我解开手铐的一只手反扭到背后将我背铐起来，我被他们扭送到医院体检，之后送至本地拘留所，被非法关押七天。

我知道在整个过程中我的话中缺少慈悲，一味的告诉他们坏人遭报的下场，怕迫害的心很重，却没有真正的为他的心，讲出来的话带有自己的目地。师父说：“真正的善， 23

是修炼者在修炼过程中、在善修的过程中，已经修成的真善。面对众生时，因为你有还未修好的人的一面，所以你不可能使修好的神的部份完全表现出来。必须时你就得理智的、清醒的象个修炼人，让自己的责任、让自己的正念来主导，然后你真正的善才能展现出来，这就是修炼人和神的不同。”[1]“其实慈悲是巨大的能量，是正神的能量。越慈悲这个能量越大，什么不好的东西都能解体掉。”[1]“善的最大表现就是慈悲，他是巨大的能量体现。他能够使一切不正确的都解体。”[1]对照师父的法，我真的很惭愧，修炼这么多年，一遇到问题还是用人的办法去争斗，而没有按照法在不同层次上对修炼人的要求用善去解决问题。

事后，我静下来仔细想想，在这次迫害发生之前，其实师父就在梦中点化过我，让我看到了一幕：我去乡村讲真相，被村里人举报，有人要来抓我，我转身就跑，接着就醒了。我知道自己即使有漏也不允许旧势力利用他们来迫害，我会在法中归正自己，不需要旧势力用他们的那一套来考验大法弟子。但是这一段时间感觉学法没有什么提高，三件事按部就班的在做，但是做的很苦很累，好像在完成任务。在这种状态下的做事已经脱离了法，没有法的力量。自己也感觉心里不稳，但是表面还在维护着修炼人的形像，其实是那个后天形成的虚伪的假我在起作用。

更关键的是修了这么多年，气恨、恶的因素竟然能这么轻易的能在我思想里、行为上起作用，我感到很吃惊。平日我在常人中很少和人发生争执，更别提肢体上的冲突。自己觉的自己是常人中有涵养的那种人。而当面对被操控的警察强行绑架我时，尤其是肢体上发生冲突时，那种受侮辱、受屈辱的感觉让我觉的难堪，面子心驱使我以牙还牙，完全忘了修炼人的心性标准。“但是修炼人在常人中受到屈辱、受到羞辱的时候，也不一定比这差。人与人之间心性中的摩擦，我说不亚于这东西，有过之而无不及，也是相当难的。”[2]

这些年证实法中，虽然坚持着每天做着三件事，但是总结自己的言行、所思所想，与法对我的要求相差太远，实修不够，个人修炼和正法修炼的关系没有摆好。其实师父早就开示：“作为修炼的人，你们既然知道自己现在在社会中所做的这一切，甚至于包括你的个人生活，都在修炼范围之内，那大家就更应该严肃的对待你们身边所发生的一切，更严肃的对待你们这种没有形式的这种形式的修炼”[3]。而我始终处于一种做事和修炼分离的状态，个人生活中我行我素。身体上一直处于被不正确状态干扰，学法不入心。半夜十二点的正念一直没有重视起来，被困魔干扰的颠三倒四。

不在法上修，做再多的事都是常人在做大法的事，而不是修炼人的状态，长此下去，就会出现假我为完成任务做事的状态，真我已经被埋没的很深了。

我悟到分清哪个是真我，哪个是假我是非常重要的，能分清的同时就已经在解体邪恶的迫害了。同时发正念清除那个由后天的观念，自私、恶、狠、斗构成的假我。解体为私为我的旧宇宙的盘、机制；针对身体上的不正确状态，有针对性的对照师父的讲法：“我们就讲最普遍的，人哪儿长瘤啦，哪儿发炎了，哪儿骨质增生了等等，在另外的空间就是那地方卧着一个灵体，在一个很深的空间中有一个灵体。”[2]发正念清除身体各个空间中由怕心、思想业、色欲心、求安逸心、怨恨心、妒嫉心形成的阴性物质场和灵体。梦中我看见在一个阴森的水洞里，一个王八模样的东西跑了，一个浑身毛茸茸的东西也跑了，我被从洞底救上来。我知道是那个被埋没的真我复苏了。

正法修炼走到最后了，很多问题真的需要反思：阻碍我修炼提高的是否是自身的许多顽固的观念？许多观念是否还被假我维护着不想去掉？每天从学法中悟到了吗？做事是用意念在做还是神念在做？求安逸心上来了，是否顺着其去了，而不是反其道而行之，用本性的一面来正法？如果长期没有

按照修炼人的更高标准来要求对照自己，本性的一面将越来越弱，真我会被埋没。

个人修炼体悟，不足之处，请慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法九》〈二零零九年华盛顿DC国际法会讲法〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《各地讲法十》〈曼哈顿讲法〉

对去除为私之心的一点浅悟

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二零年五月五日】下午去一个老旧小区发真相资料，我把车随便停到了一栋楼的单元门前，下车把资料揣进兜里，就进了单元门。我一边发着正念直接爬到五楼，然后从上往下发，很快就发完了，然后在一楼的楼洞里贴了一张不干胶贴，做完了我就出门上车了。

刚在车上坐稳要发动车子的时候，一抬头，一个摄像头正对着我，当时我心里就“咯噔”一下。刚刚下车进楼的时候我没看到有摄像头啊！因为这个小区我来了两、三次了，第一次来的时候我还特意围着小区仔细观察了一圈，整个小区路口和楼前都没有摄像头，只是零零散散有的住户私人安装的为自家安全安装的摄像头，所以后面再来的时候我就比较放松，没往这方面多想。没想到今天这个楼洞外面就按了一个。摄像头安装在一楼一户人家的窗户上。因为一楼下面还有个车库，正好对着车库的大门，车库门旁边就是单元大门。

发现这个情况，我的第一反应是：“疏忽了！”马上意识到不对，赶紧发正念清除，不承认也不允许邪恶对我进行干扰和迫害！然后发正念清除自己的怕心，一边发正念一边人的观念也往上返，脑子里就不自主的想：要是被拍到了怎么办？虽然戴着口罩但是车牌号拍上了。又想，我只是在单

元门外被拍到，楼里面又没有摄像头，他们怎么知道是我发的呢？真要被找着他们也没证据！这些念头不停的往外冒，知道不对，再立即发正念清除、否定！然后又往外冒，我就不停的清除，接着又有个念头出来：“要不我回去把资料都拿回来吧，这样就保险了。”刚这么一想，又意识到不对了，就开始继续清除和否定……就这么反反复复的在思想中出现排除，出现排除。

就这样，我离开这个小区往回走，就这一路上，我就这么不停的往外返这些怕心和不好的念头，然后又不发的发正念清除，再想师父讲过的法：“好坏出自人的一念，这一念之差也会带来不同的后果。”[1]

回到家，这个心还是有点不稳，虽然感觉发正念清除了不少，没那么强烈了，但还是不舒服，于是就拿起师父的讲法，让自己定下心来学法。拿起书来学了一会，心里慢慢的静下来了。这时师父的一段讲法映入了我的眼帘：“但是有一点，如果在正法期间对大法犯了罪、干扰了正法，这个罪就不能饶。就这么一个标准。”[2]

看到这我心里突然悟到了一个理：刚才我一直在清除自己这些个不好的心，从修炼角度上来讲，好像是没有错，怕心出来了，也意识到了，是应该去掉，破除人的观念，同时彻底否定旧势力，可是为什么总感觉不太对呢？在这个过程中，虽然我不断的找自己，可一直在强调是以自我为中心的，“我”的怕心、“我”应该否定，“我”不能承认等等等等。可是没有想过装摄像头的这家人如果因为我的执着和怕心被邪恶钻了空子而对大法做出什么不好的举动，从而对大法犯了罪，那他的下场该如何呢？他如果在正法中被销毁，那他所代表的那个体系中的所有生命也会因此而被销毁，这是多么可怕的一件事情！我不是也在这件事情上因为自己没做好而犯罪了吗？

其实旧势力一直都是这么干的，它们打着“考验”大法

弟子的旗号，让世人对大法和大法弟子犯罪，从而达到淘汰它们看不上的生命。师父也讲了真正被迫害的其实是世人，他们在迷中被指使着对大法犯罪却什么都不知道。大法弟子即使哪个关没过好，认识到后可以弥补，早晚都要走向圆满的，可是常人因为被旧势力利用来考验大法弟子，成就了大法弟子，他们的生命却会永远被终结，这才是真正最可悲的！我们不应该可怜他们吗？

想到这，我才发现自己这颗心太自私了，我只顾着自己的安危，处处考虑的都是自己，永远把自己放在第一位，即使是做证实法和救人的事，都没有把法和众生放在前面。师父讲：“我们在哪里都是好人，做事不是先考虑别人吗？”[2]

晚饭后，妻子又跟我说了一件事：傍晚她妈妈给她来电话，把她数落了一顿。事情的缘由是因为前几天她给她妈妈在网上买了一个血压测量仪，结果测量结果不是很准，她妈妈就要她退货，然后卖家就找理由不想给退。她妈妈气不过，说这个卖家太缺德，做生意昧良心，就把这个卖家好一个骂！越骂越来气，连我妻子一块也骂了，说她办事不力等等。

妻子跟我交流这件事，说：“我妈骂我的时候我心里一点没动气，我今天心性把握的挺好。”我听了以后想到我刚刚悟到的理，就说：“当时你妈骂人的时候你为什么阻止她？”妻子说：“我哪儿敢阻止她啊，我要说了她，她不得更要冲我来了？”我说：“你明知道骂人会失德，而你却为了不被挨骂而眼睁睁看着你妈妈失德。她造业将来不得自己吃苦去还吗？你这不是为私吗？关键时刻你宁愿你妈妈造业，你也要保护自己，你这个私心多重啊！”

妻子听完豁然大悟，这才意识到自己的问题。

师父说：“宇宙的过去是为私的，就说人吧，那真的是在关键时刻不管别人的。”[2]为私的这颗心，在人的观念中已经根深蒂固，一思一念都带着为私的心，并且十分的不易觉察，有时候很细微很小的念头都能体现出来。我们作为

大法弟子，我们就是要时时刻刻注意不能让这为私的旧宇宙的不好东西成为我们修炼路上的阻碍，去掉私心，才能向慈悲迈出更大的一步！

“大法的修炼者发现自己有私，那就渐渐的克服它。”[2]

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《二零零四年纽约国际法会讲法》

台湾新学员：看完神韵之后实修

文：台湾大法弟子

【明慧网二零二零年四月三十日】二零一七年年底我开始修炼法轮大法。我是一名市场销售员，由于工作时间又长又累，每天的睡眠时间总是不够。下班后，还要学法炼功，所以初期学法并不顺利。一拿起书，读不了几页就犯困，业力阻挡着我的修炼。

有一段时间，我没有学法炼功。一次，梦境中有个“我”生气的大喊：“我要炼功、我要炼功！”把我吵醒了。师父说：“副元神想修炼，可是主元神不想修炼也没有办法。”[1]我悟到，得法不易，不精進实修，连副元神都着急了吧？

这种情况一直到去年看完神韵，才有了翻天覆地的改变。我也是近一年才开始实修的。我没法准确的用常人的语言形容，观看神韵演出的时候，我感到全身的汗毛孔都张开了，每个音符好似都在洗去我一层层厚重的执着心、业力。金光闪闪的舞蹈，舞动着的都是功、都是法啊！那个被生生世世业力埋没的真我苏醒了。我这才明白为什么老同修总跟我说“神韵是救人的，神韵是救人的。”

这之后，我决心把热门手机游戏戒了，不再成天抱着手机点那些没意义的东西了。我可以好好吃饭；搭乘捷运时能背一段法；长期嗜酒的我也戒酒了。什么 KTV 喝酒唱歌、什

么电玩游戏，我通通没兴趣了，脾气个性也变好了，常人朋友也感到不可思议，一直认为离不开的瘾好，竟然能那么轻松的戒除了。

这期间，师父开始管我了。记得刚戒电玩时，我对游戏的执着心还很重。有一次，刚参加完一个大型法会交流，心想今天整天觉的自己很不错的，该放松一下，就一人去了家火锅店。才坐下，就忍不住又开始玩电玩，想一边吃一边玩一会儿。谁知邻桌有个十几岁的小孩突然撞了我一下，我瞄了一下不以为意。过一会儿，这孩子拿菜拿碗的，又撞了我的后背、头好几次。

我开始觉的烦，心想：“他的父母怎都不管管他呢？”这时，突然脑子“嗡”一下，悟到是师父在点化我：“还玩、还在玩？”让这个小男孩朝我的头上、背上打，吓的我立刻关掉了游戏。为了彻底戒玩，我退出了游戏群组，卸载了游戏软件。

做市场的工作要很早起床，所以我都是晚上学法 and 炼功。以前，能多睡一会儿就贪睡一会儿。现在我每天学法一讲。五套功法有时炼不上了，我就凌晨两、三点补上一两个小时。神奇的是，以前只要熬夜，第二天就会头晕、精神涣散。但我现在熬夜学法、炼功，第二天却精力充沛。有时加上学各地讲法，很晚才睡。一觉醒来，才过了两、三个小时，还有好几个小时才要上班。师父说：“现在科学认为时间是有场存在的，不在时间场的范围之内就不受时间的制约。”[1]我感觉好象有一种力量将时间推移了。我悟到是慈悲的师父呵护着我，让我在另一个时间场睡饱了。

前几天，工作时伤了腰脊，不能弯腰，夜里痛到无法翻身。我就发正念清除自己空间场内的一切不正确状态。求师父加持我，让我能炼功和工作，并在最痛的第一天就坚持炼完了一个小时的第五套功法。头几天工作时，有阿姨帮我拿货，我也没吃药、也没请假，就照常工作。我能学法炼功，还能

消业，真是好事啊！师父说：“修炼中无论你们遇到好事与不好的事，都是好事，因为那是你们修炼了才出现的。”[2]

谢谢师父的慈悲救度！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《精进要旨三》〈芝加哥法会〉

生死大难中正念正行

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二零年四月三十日】下文是根据两位同修口述，回忆记录而成。

被打毒针变呆傻 坚信大法恢复正常

这是一位九九年前得法的老同修了，曾经为了给法轮大法说句公道话，去北京上访过，因此在邪党里上了黑名单。前几年，老同修因为个人家里的事，又去北京上访，但这第二次上访却被中共邪党视为所谓的重点人物，加以严重的迫害。

那位同修告诉我，第二次上访后，她被公安押送回当地，并被关入了精神病院。在里面，她被高压电击和被注射药物。她说，那些做坏事的人高压电击她的时候，那些恶人反而被高压电电回去，摔出好远，傻坐在地上，恶人反而像是被电傻了一样。我们知道这是师父在保护她呢。

之后，那些恶徒强迫给她注射了什么药物，这一下，她人变的口水直流，站都站不稳，整个人就变的跟傻子一样，浑身发抖。就这样，一个站着被关进医院的人，横躺着被送了出来，就连那些街道居委会的人看到她这番惨样，都说：“没想到共产党这么坏！”

她回到家后，家里完全被抄，家具等一切生活用品全部

被抄走，邪党那些恶徒说：“要彻底拆开来看看，还藏着什么。”

她的身体状况，一开始，她根本就无法炼功，说话也说不清，头晕脑胀，怎么办？她就念：“真善忍好，法轮大法好。”“真善忍三字圣言法力无限 法轮大法好真念万劫即变”[1]，就这么反复念啊，然后就是听师父的讲法录音。稍微有些力气的时候，她就炼第五套功法静功。

因为我是听她叙述再凭着回忆整理，我感觉我的笔写不出那位同修当时的处境和心境，但有一点，那位同修非常的坚定，非常的相信师父，非常的相信大法。我听她念“法轮大法好”时的语气，都是坚定和坚强的。

前后经历大概半年的时间，她真的是在生死的边缘游走啊，一个从医院被迫害出来时无法站稳、被迫害成像一个傻子那样、浑身发抖，一直到和我们同修见面，能够站着炼功，能够复述整个被迫害的经历，我们这些听的同修都感觉她真的是九死一生啊！真的完全是凭着信师信法走过来的。

她所遭受的迫害证明了邪党之坏，暴露了中共邪党确实是反人类的。她的经历也确实证实了大法的真实和力量！我们也真的感到：在过关时，真的要具备十足的正念！

正信师父 走出大难

这位同修也同样是一九九九年前得法的老同修，和我也是二十多年的同修，在互相帮助下，走到了今天。

这事发生在今年二月份正值“中共病毒”在武汉爆发期间。二月中旬的一天，这位老年同修快八十岁了，从外面回家后，突然感觉一下子呼吸困难，意识变的不清。这时，她意识中想到的是：“师父救我！”家里人给她喝水和食物，她一概吃不进，吃就吐。

家里人一看，要送她去医院，这位同修说：“你们送我去医院，就是送我去死啊！”然后，接下去的连续五天，她

没法喝一滴水、没法吃一口饭，就是听、看师父的讲法录音、录像。

我问她：你当时那种处境下，怕不怕？她回答说，她没怕！

这位同修和前面提到的那位遭受药物迫害的同修，从九九年到今天，一直是大量学法，正因为学法多，所以心性才修的扎实，遇到大难的时候，就能把自己当作真正修炼的人，脑海中和心中都能想起大法，而没有用常人心去衡量魔难。

在今年二月、三月期间，同修间很少有来往，她在基本独自修炼的状态下，还能够非常坚定的正念正行，那真的是非常的了不起！

过了五天后，她才慢慢能吃点东西，慢慢再恢复炼功。直到过了两个月后，我们再见面时，我一点都看不出她刚刚经历了一场生死大魔难。

在难中修，同修确实实体悟到了如师父所说：“难忍能忍，难行能行”[2]。

平时我们就得静心的多学法，学法入心，那么在痛苦中，在不知道这个痛苦还要持续多久的那种迷雾中，对大法和师父充满信心，一切痛苦都是过程中的感受，一切痛苦不会、也不可能是永远的痛苦，过了顶峰，就一定会回落，正法时期大法弟子一定能大圆满。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟四》〈对联〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

从修的很苦到修的很甜

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二零年四月三十日】我虽然多学法，可是忘了找自己，和外人交往中有了矛盾还好，多少还向内找自

己；可是到家里，虽然忍着心中的不平，但心里却一直怨恨，心里一直觉的修的很苦、很累！二零一七年初，有警察找上门，从那时起，才真正彻底的明白了“有问题向内找”[1]的法理，从那以后真的乐乐呵呵的修，再遇到先生的无理，谩骂，讥讽，不再觉的难过了，都当成了好事。

过了没多久，连这种乐呵呵的感觉也没有了，只是每天平平淡淡的做着该做的三件事，无论生活上，还是讲真相的时候，把好事坏事都当成了好事，找自己哪里有问题，哪里不合法了。

二零一八年十一月份，遇到了一位同修，在她的帮助下，又有了很大的突破，这才真正的清楚的明白了如何修炼，从家人的态度到讲真相的效果，都有了很大的变化！能够认清了哪些话是后天形成的观念，哪些是执着，哪些是外来干扰！

记得有一次，我妈妈做过一件事，但是过后她就是不承认她做的，我很理直气壮的说她如何如何，争辩起来，她气的够呛，开始翻脸，我才停止了不说话。当天整晚我都在找自己：到底哪里的问题，一定我还有问题，她为什么不承认，发现原来自己一点儿都不慈悲，总觉的自己认为的对，觉的是对她好，让她提高，把自己的感受强加给别人，认为她修的不好，显示心在作怪！没有真正站在她的角度，心平气和的对她讲，而是用了批斗的形式和她争，那不就被邪恶钻了空子，被控制了吗！这时赶紧发正念清除，全部灭尽！第二天，见到她，赶紧向她承认错误：“我错了，是我的不对，没有考虑你的感受，只顾自己，是私心呢！被邪恶控制了，我应该发正念清除它才对呀！”她听我这么一说，马上说：“你悟的真好！是的，我也明白了。”就这样又恢复到了以往的平和当中。

还有一次，晚上先生回来后，把牛奶滴到床上，我没有帮他擦，反而说，你自己擦一下不就完了吗？于是他开始发起脾气来，一顿数落，骂骂咧咧，反正都是我如何不好。我

当时就知道自己又错了，真的很自私，觉的自己在学法，不想耽误时间，却反而更耽误了时间。我停下来学法，赶紧发正念清除他背后捣乱的邪恶，他随后就说：“你不是就想让我死吗？！”我一听，这不是邪恶利用他的嘴在说话吗，我继续发正念，他又说，“明天我要和你离婚，一天也不想和你过了。”一会儿，他就跑到单位去了。第二天，我向他承认错误，他也说，是他自己太执着了，也不对，就这样一场风波就这样过去了。

从师父的讲法中，我知道了怎样否定旧势力的安排，怎样不承认它！就是听到，看到，还是自己遇到，就想是否符合大法，就按法的要求去做，有问题先找自己，这就是已经在否定旧势力了，已经不承认它了，连它存在的本身都不承认了！

现在看来，过去就是不会修，虽说明白的有些晚，但是我很庆幸自己能真正的知道了正法修炼的内涵，感受到了师父时时刻刻都在保护弟子呢，就差自己的正念！

有一次，在打电话讲真相的时候，遇到一个市局的警察，讲了很长时间，也没让她明白，她说：“你这号，明天我就给你封了。”我对她说：“你不能这么做，这是用来救人的，我只是告诉人们真相，希望百姓都能平安的走向新纪元，我又没做坏事。”但是第二天，这号真的不能用了，第三天，手里所有的卡都不能用了，还有其他同修的，有很多都不能用了。当时真的很难过，由于自己做的不好，也连带着影响了同修。仔细挖根，到底哪里不对了，在同修的提醒下，发现自己就是在灌真相，而不是讲真相，想到师父在《洪吟》中的诗句“讲真相 发正念”[2]，彻底的明白了，在讲真相的时候，一定记得发正念！清除阻碍众生得救的一切邪恶！明白后，赶紧请求师父“把封了的卡全部解封，那是用来救人的，不能因为我做的不足，影响了大家救人，不能让这个警察对大法犯罪！”次月初，那些卡真的都解封了。

真的就是“修在自己，功在师父”[3]，都是师父在做呀！我们只是动动手动动嘴而已。谢谢师父！

个人体会，有不合法之处，请给予慈悲指正！

注：

- [1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈致大法山东辅导站〉
- [2] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈清醒〉
- [3] 李洪志师父著作：《转法轮》

在集体学法中归正自己

文：河北大法弟子

【明慧网二零二零年五月一日】一年前，我大胯时而疼时而不疼。刚开始我没在意，认为是自己家里活多，累的，也许多休息休息就好了，活干的少了，疼没减轻，还连带着腿，腰扯着筋疼，疼的站不住，只好蹲下，蹲下站不起来。常人说：“这是腰椎间盘突出。”有人说：“这是坐骨神经痛，没法治，在家平躺着，养着。”

刚开始，我没往心里去，认为常人才会得病，我是炼功人，没那病。可时间一长，这疼的也不轻，心里就有点不稳：“怎么老疼啊？我也向内找了，怎么还过不去呢？这什么时候是个头啊！”因为自己以前这痛那疼的，或者扭了伤了的时候，只要自己一炼功，向内找，基本上都能很快过去。可这回拖的时间长了，心里不稳了，负面思维也往上返。“自己不会真的得那些常人的病了吧？”我知道这思想不是我的，我就排斥它，抑制它，可一疼，那思想就往上返，弄得我身心疲惫，自己在家学法也不入心，只好找同修陪自己学法，后来又有三位同修加入。

在集体学法时，因为自己放不下腿疼的心，所以时不时的提几句，我的腿疼怎么怎么的。我一说疼，同修就说：“那是消业，好现象，读读法都消业，多好啊！”我还是疼，又

有同修说：“别想它了，该干啥干啥。”和同修们静心学法，慢慢我发现腿不那么疼了，能坐，能站。

因为疼痛减轻了，我的心也平静了许多，我回头再从新审视了一下自己，才发现自己身体的不正确状态与自己的修炼状况是相关联的。因为我在家做装订资料的事，家里有时会存些，由于自己有顾虑心，怕心，做完了工作，多余的时间也不敢面对面讲真相了，家里的东西给自己带来了后顾之忧，怕被迫害。所以放松了精進之心，因为有了多余的时间，自己不是多学法，而是迷上了手机小视频，越看越上瘾，有时连学法炼功的时间也占用上了。放任着人心，加大着魔性，家里人一不顺我的心意，我就发脾气，大吵大闹，自己都控制不住，魔性占上风。我发完脾气后，自己就后悔，下决心下次一定要把握住自己的心性，不发脾气。可一遇到矛盾，又发脾气，过后再后悔。自己感觉被一个恶性循环的怪圈干扰着，不能突破。那是自己的争斗心，妒嫉心，怨恨心，不让人说的心，看不上人的心，哪颗心都很强。由于自己没有严格要求自己，把自己混同常人，那常人当然是要得病的了。

我先调整自己的修炼状态，放下对手机小视频的执着。多学法，背法，多发正念。遇到矛盾，强忍，哪怕是含泪而忍，也要忍住，不发脾气，不让魔性主导自己。在社会交往当中，把自己当作炼功人，用法来衡量自己，按照修炼人的标准要求自己，在利益上随其自然，是我的东西不会丢，不是我的东西我也不争，再遇到触碰自己心的事，我就想师父的法，师父讲：“云游是相当苦的，在社会中走，要饭吃，遇到各种人，讥笑他，辱骂他，欺侮他，什么样的事情都能遇到。他把自己当作炼功人，摆正与人的关系，守住心性，不断提高心性，在常人各种利益的诱惑下不动心”[1]。

别的同修把装订的事接手了，我就面对面讲真相。在讲真相的过程中，无论自己走多远的路，腿、胯一点也不疼，只有闲下来时，才有疼的感觉，我就把它当作消业，消去生

生世世的业力，以前我怕吃苦，怕疼，现在活多苦，多累我也不抱怨了。师父讲：“在大觉者们看来，当人不是目地，人的生命不是为了做人，就是让你返回去。人吃多少苦，他认为吃的苦越多越好，加紧还债，他就是这个想法。”[1]

在过关中，同修们的帮助也很重要，因为常人有句话：“当局者迷，旁观者清。”有时我们人心中来，陷在执着中出不来，也许同修的一两句话，就能使自己解困，所以我们应该多倾听一些同修们的正面意见，虚心接受来自同修的不同意见，多学法，向内找，很快就能走过难关。也不能耽误做讲真相救人的事，因为讲真相救人是我们的使命、是我们的本份，是责无旁贷的。众生等着我们救度，自己身体的不正确状态，不能成为阻挡。当我们迈出去那步，发现真的没有那么难。我自己体会，当我去救人，身体的疼痛，真的消失不见了。

时时在法上，做我们该做的事，身体的不正确状态都会归正。

师父一直在告诉弟子们要讲真相救人。在这多年中，自己也一直在坚持做讲真相的事，但是自己就是感觉不到自己做的事与救人有关，感觉不到那么神圣，讲就讲了，做就做了，与救人隔着一层东西似的。师父《洪吟（五）》发表了，我们学法小组一连学了三遍，每学一遍都对我触动很大，可以说是震撼，师父诗文中多次提到“创世主”。每一次看到“创世主”，每一次对我心撞击一下，从身心到表面的细胞，我感觉到在变化，说不出的激动，兴奋，殊圣，那种感觉用常人的语言无法表达，好像自己以前被包在一个壳子里，在学《洪吟（五）》时，自己一下子有破壳而出的感觉。我也真正体会到了，大法弟子做的每一件讲清真相的事，确实实的是在救人，救那些敢于放下神的光环，来到险恶人世的各界众生、众神。师父的洪大慈悲，师父的苦心救度，还有大法弟子的责任和担当，我切身的感受到了。

再面对面讲真相的时候，我感到每一个世人都是那么的亲，那么的善良，只不过有的被尘埃埋的深一层，只要他们还存一丝善念，大法弟子都会伸出橄榄枝，救他。记得在一个集市上，有一个村的村支书，我跟他讲了很长时间的真相，他就是不退，还说：“我好不容易入的（邪）党，我还是村支书，我不退……”我没象以前想：“这个人完了，怎么说都不退，他不能得救了。”我离开前告诉他说：“大哥，你回去好好想想，咱可别办后悔的事。”大概过了一个月，在另一个集市上，这个人看到我跟我打招呼，我刚开始没认出他来，他跟我搭话，我想起他来了，赶快说：“大哥，把那个（邪）党退了吧，抹去你入党时发的毒誓。”他说：“是这样啊，那你给我退了吧。”我都没想到，以前那么坚持不退的人，一个月后会有这么大的变化，这么爽快的答应了。

大法弟子的正念是神念，是为他的，只要心中装有救人的念，世人就能感受到你的善，你是为他好的，他就会听真相，做三退。现在再讲真相，得先问对方：“你三退了吗？”有的人说：“我早退了。”有的说：“有人给我退了。”“我们村的给我退的。”“我亲戚就是干这个的，我们一家子早都退了。”

真的为这些明白真相得救的生命高兴，这么多年大法弟子的付出，真的使世人对大法弟子的看法都变了，很多人都说：“他们是在救人。”是的，我们大法弟子的使命就是救人。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

忘带手机之后（节选）

文：北京大法弟子

【明慧网二零二零年五月三日】前两天，下班开车到小区门口才发现手机放在单位里，忘了带回来了，怎么办？大

脑迅速反应：丈夫和孩子都不在家，万一晚上有事找我会联系不上，得回去取。往单位去的方向正是拥堵方向，又是下班高峰，终于开到单位，还很庆幸在办公楼门口看到一个空车位，妥妥停下。刚要下车，一摸包，坏了，钥匙和手机放在一个手袋里，都落在办公室了。

当时真是哭笑不得，算计了半天还是白跑一趟。找谁来开门？谁的电话也记不住，而且得有手机才能打电话呀！算了，回家吧。这时，大脑思维由考虑解决问题转而开始琢磨怎么跟家人、同事说这件事，好象都看到了他们面部表情戏剧性的变化，哈哈大笑，然后又把这当作谈资和笑料跟别人传。想到这儿，突然警醒：不修口。

近期发现总有一个小人儿在脑子里说话。说的是什么呢？都是琢磨怎么用词表述自己经历的事情，目的是向别人表现自己各种好、占理、清白等等，反正都是维护自己的名、利、情，因为多年习以为常，都形成自然了，大脑从不闲着，一有空它就占据大脑，翻来覆去念叨近来执著的那些事。特别在学法、炼功或发正念时，它肯定出来捣乱，还经常以救人、向内找的内容作掩护，不停的活动着。发现之后就注意抑制它，灭掉这个强烈的维护自我的念头。背法背到《转法轮》中“开光”一节时也悟到，它是有生命的，而且在我一次次承认它时，就不断的给它充实能量，滋养着它越来越强大，反映到表面上就是我个人意志越来越强，越来越不能被人说、不能被人伤害，甚至急了不理性，口不择言，怎么解气怎么说。事后自己也觉的奇怪，怎么那么没文化，和常人中的身份都不相符了，更别说大法弟子的形像了，其实就是因为自我强大了，而且追根溯源，发现很多执著心都是为维护自我而产生的。

接下来，在回家的路上它又思考丈夫、孩子找我怎么办，还想象出一系列事情：他们找到认识我家的朋友，朋友也着急，因为现在小区都是凭出入证出入，急的他们一晚上没休

息好，第二天早上往单位找我等等，想的我热血沸腾，跟真的似的。突然一念出来：“大法弟子的正念是有威力的”[1]。于是内心默默求师父帮助，不要让任何人找我，不能顺着这个小儿儿想。这时才想起手机忘带不是偶然的，肯定有我要修的因素，在法上修才是正路，才是师父要的。

于是我就留意自己的感受，吃饭的时候又下意识找手机，因为手机是走哪儿带哪儿，虽然吃饭的时候看《明慧周刊》，或者听“神传文化”，每次手机放在边上也踏实，方便接电话，或者随手查个什么的。没摸到手机感觉有点空落落的，偌大的屋子就我一人，又觉的有点儿冷清，不看《周刊》了，听“神传文化”吧，屋里有个声儿。收拾完回卧室时平时也是拿着手机，这会儿手里少个手机好象胳膊摆动都不自然了。坐到床上学法吧，发现平时是随心所欲的想马上学就学，想歇会儿再学就随便看看手机，现在没手机在旁边马上学法有点强制似的，心里不舒服。学完法还差一会儿发十二点正念，一般也是翻两眼菜谱、搜个什么讲真相辅助信息等来打发时间。早上六点的正念是靠手机闹铃叫醒，本来已经是半醒状态了，可就不愿意睁眼，因为没听到铃声，结果似睡非睡的到六点半才起来发正念。反正，这手机不在手边就打乱了我日常的生活规律了，心里都失去平衡了。

上班路上向内找，师父要让我去什么心呢？回想这一连串的反应，突然吓出一身冷汗，原来我对手机产生了很强烈的依赖心。因为已多年不看电视、不看常人文章，也卸载了微信，自认为杜绝了邪党文化的洗脑宣传，不看也是不给邪党输送能量，但手机作为通讯工具还得存在，于是自己就划定了一个自己可以接受的使用范围，谁知这么多年来它已不声不响的左右了我的思想，夺走了许多宝贵时间，削弱了我精進修炼的意志，还成了排解寂寞的一个伴儿了。

接下来一天里，我有意识的对脑子里的小人儿进行抑制，可它反抗的很厉害，猛烈的往脑子里打那些我还没放干

净的执著，我不灰心，随时意识到了就发一念：这个念头不是我、不承认、灭掉，排斥它、否定它。

师父说：“你静不下来的原因，是因为你的思想没有空，你没有那么高的层次，那是由浅入深的，与层次提高是相辅相成的。” [2]

加强对执著心的抑制。对手机也是不必须要看的不看，零散时间干正事，视情况安排发正念、学师父近期讲法、听大法弟子的音乐等等，就是不能靠看手机打发时间。

经历了这次向内找的过程，回想修炼这二十多年来其实师父无数次点化我，助我提高，遇到的大小麻烦以及家人、同事、朋友在我面前呈现的一些我看不上的状态，真的就是我的影子，可我一直没有悟到，没有往修炼上去想，都是按照常人的理看问题、解决问题了，反而把没修去的执著一次次放大增强了。其实那些都是我提高的阶梯，只要向内找，在法上修就能提高。

实修中我感到慈悲的师父一直牵着我的手往高层次上走，每一层次利用我生生世世的业债，安排着洗净我的机会，平衡着恩恩怨怨，同时又替我承受了许许多多，可我好象这二十多年修炼中过的关都是跟头把式的，磕磕绊绊，被动的摔着跟头过来的，这次算比较清醒的从一开始就把自己当作修炼人在法上修，虽然看似不大的事儿，但却收获颇丰，真正有所提高，真是修炼没有小事儿啊！同时也第一次感受到修炼的简单。

写出此文，一来潜心找一找自己，另外也想给有和我一样情况的同修提个醒，注意手机的危害。

还有一个体会就是，踏踏实实背法使我能注意时时溶于法中，主动接受大法的洗礼，每天通读大法时也注意不走神，不让那个小人儿钻空子，这个过程也是修去执著心的过程，那各种人的名、利、情执著构成的小人儿没有了能量，就越来越弱，抑制起来就容易。反映到表面上，自己感觉心越来

是越静，主意识越来越强，什么人什么事也轻易带动不了我，不极端，看众生有了慈悲和怜悯，只想救他们。一思一念同化大法，大法的威力才得以展现，才有无求而自得的结果。这两天自己都处在这样的状态中。

深深感谢师尊洪大的慈悲，弟子一定注意从点滴处实修自己，包容世人，耐心讲真相，不错过救人的每一次机会，完成历史使命。

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈大法弟子的正念是有威力的〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

有感“把自己放在最低的位置 保持谦卑的心态”

文：河北大法弟子

【明慧网二零二零年五月六日】家人几位同修坐在一起谈起修炼，有两位刚刚和大家一起学法，有的只修炼了一、二年，但大家谈的都很认真。听到一位同修的一句话：“把自己放在最低的位置保持谦卑的心态”，让坐在一旁的我，这个修炼二十多年的老弟子，感触颇深。

回想自己的修炼历程，在这方面真是做的太差。自己经常给大法弟子办的网站写一些文章，执著自我，证实自己的问题比较突出。每当文章发表时，欢喜心、显示心就悠然而生，不知不觉的就冒出来，知道这种欢喜心、显示心是执著自我，证实自己，是修炼人必须要去掉的，然后就发正念清除。等下次再有文章发表时，这些心又出来了，再清除，循环往复，很无奈。

为什么会这样？长期以来一直很苦恼。昨天同修“把自己放在最低的位置保持谦卑的心态”那句话，使我有了茅塞顿开的感觉，这不就是自己产生这些人心、执著的根源吗？ 43

你只是这个宇宙中一个最最最小的生命，你能在大法中写点文章或做点什么事情，是慈悲的师父赋予你的智慧和能力，如果没有慈悲的师父，没有伟大的法，你什么都做不成。在慈悲的师父与大法面前，你永远都是最低的、卑微的生命。所以把自己放在最低的位置保持谦卑的心态，是一个修炼人获得提高升华的最基本心态，是一个修炼者永远必须要做到的，也是尊师敬法的基点。

一点体悟，不对之处，请同修慈悲指正。

修炼交流摘录

这时看见一辆大货车，一个司机坐在车里看手机，我就走上前去，问他听说过三退保命的事吗？他手一摆，意识是让我走开。那天我真是怀着救人的心出来的，看到他的麻木、冷漠，想到他们将来的处境，我不禁升起怜悯之心，我没有走开，而是和他讲了许多发自肺腑的话。我说：小伙子，你看今天天气多不好，我七十多岁的人了，出来干什么，不就是怕你们有什么不测吗？你看看，武汉瘟疫死了多少人？人真的有难了，共产党恶贯满盈，又迫害信仰真善忍的好人，老天要灭他，我们不是怕你们受牵连给它当陪葬吗？说到这，我真动了心，声音有些颤抖，眼泪都要流出来了。善心真的能融化坚冰，小伙子终于被感动了，他听完了大法真相，并同意退出少先队，一个劲的说对不起大姨，我那天真的感到善的力量，体验到了慈悲心的状态。

——《疫情中抓紧救人》

几天后，我找到他说：咱们交流一下好吗？在交流时，他对我是一阵“炮轰”，什么哪个同修的孩子高考让我帮填志愿，我没理；谁谁出现“病业”，我也不关心；哪个哪个

同修说我太自私等等。面对他的指责，开始自己还能用法约束自己，知道是让我提高的一个机会，可越听越糊涂，好多事我自己都不知道，心想：这是睁着眼说瞎话！我强忍着自己想解释的心，我想最好不解释，最起码现在不能解释。那么就修自己吧。理性上明白是我要提高了，可人的理就要寻机往外跳，思想稍一放松，人的理就出来：谁谁说我自私，我怎么自私啦？我得找他们说个明白。当我认真学法时，又明白了，师父让我们无条件找自己，那就好好找找自己。为什么同修说我自私？为什么有那么多不实的传言？这一切为什么发生在我的身边？我静下心来找自己：喜欢和同修一起去讲真相，有那种气势，掩盖自己的安逸心、怕心、干事心、名誉心、嫉妒心、老好人的心等，好多的不易察觉的心。不找还觉的很委屈，这一找，我一下子知道了C同修为什么这样对待我了。这么多的人心藏在自己的空间场里，能好吗？难怪C同修老看我有“气”呢？他在帮我，让我尽早的发现那些人心，去掉那些人心。当我认识到这一点后，我的心胸非常豁亮，内心非常感谢C同修。想解释的心一点都没有了。

——《实修与责任》

同时我也找到了自己被迫害的真正原因：不修心、不向内找，拿法对照别人，与资料点的同修有矛盾、间隔。我执著别人的执著，觉的我自己高高大大的，对别人吆五喝六的。党文化使我听不进别人的话，自我强势，看不上别人，动气等。是法让我找到了自己的不足，归正了自己。没有了怨，没有了恨，慈心升善念，悲从悯中来。我们内心真正有法的时候，那个善就会自然而然的流露出来。有一次走在大街上，我看到在离我很远的地方，有一个曾经迫害过我的警察，是因为他的迫害，使我被工作单位开除，我的身体也受到很大的伤害。记得当时他问我：“你恨我吗？”我说：“我不恨你，我们是修善的。”但是从他的眼神中我看出来他并不相

信，因为我还不知道已被单位开除了，当时我还在黑窝里。等我回家后才知道我被开除了。不但我的工作没有了，我丈夫也因此失业了。面对方方面面的压力，我们面前的路非常艰难。这时我想起了那个警察的话：“你恨我吗？”为了修去这个恨，我学法，放下！学法，放下！终于有一天，我放下了，我放下了这个恨。

——《体现出对众生的慈悲》

是呀，作为在常人中修炼的人，尤其是没去掉的人心，就象那个拜佛求钱的，拜出的假佛，思想就是求钱的，而修炼人没去掉的人心，那可不是简简单单的一颗人心呀！在另外空间那就是这颗人心构成的一个实实在在的假我，人心越重，假我越实，越难分辨，甚至在魔难中被假我控制了思想还觉得那是自己呢！

——《放下一切执着 微笑面对魔难》