

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG

師恩浩蕩 恩澤蒼宇



山東省司法系統大法弟子于2020年仲秋敬上

二零二零年中秋节到来之际，中国大陆各地和海外各国大法弟子以及明白真相的世人，纷纷将发自内心的节日贺词、自制的贺卡等传送给明慧网，敬献给李洪志师尊，遥寄他们的问候和感恩。弟子们感谢师尊在末劫之时引领弟子接上圣缘，修炼真善忍，返本归真，并赋予弟子助师正法、救度众生的神圣使命。

第 977 期

2020年10月1日



重要新闻（上图）

美国旧金山硅谷圣荷西市法轮功学员九月二十六日中秋之际表达李洪志师父的感恩。

修炼交流

浅悟用“正法理”修炼

大陆综合

重庆警察及社区人员上门骚扰 大法弟子与家人共同抵制
长春家乡百姓恭祝法轮功李大师中秋节好！

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的
总人数：364,757,781



明慧周刊

第 977 期

2020年10月1日

WWW.MINGHUI.ORG

内 容 提 要

目 录

2 时事新闻

- 2 世界各地大法弟子与民众中秋谢师尊
- 4 讲清真相 唤醒良知
- 5 中国大陆学员近期遭迫害案例
- 6 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
- 12 人心与因果

15 时事评论

- 15 美国政府高层、智库公开谴责邪恶中共

18 修炼园地

- 18 浅悟用“正法理”修炼
- 21 不再躲避 - 我是来救人的
- 23 清除学法时“迷糊”状态的经历
- 26 由亲人的反常表现反思自己修炼中的不足
- 31 关于身体不舒服的思考
- 34 从四次病业关浅谈信师信法
- 38 及时向内找 归正人的观念
- 42 修炼交流摘录

■ 时事新闻

世界各地大法弟子与民众中秋谢师尊

二零二零年中秋节到来之际，中国大陆各地和海外各国大法弟子以及明白真相的世人，纷纷将发自内心的节日贺词、自制的贺卡等传送给明慧网，敬献给李洪志师尊，遥寄他们的问候和感恩。弟子们感谢师尊在末劫之时引领弟子接上圣缘，修炼真善忍，返本归真，并赋予弟子助师正法、救度众生的神圣使命。

一位黑龙江大法弟子说：“感恩师尊的救命之恩！我从小是一个体弱多病，多灾多难的人，从上到下没有好地方，修炼十多年了，师父为我操了很多的心，把我从死亡线上一次次拉回来，从地狱中捞起洗净。我的生命是大法给予的，我要精進实修，把执着都去掉，不辜负师父的慈悲苦度，跟师父回家！”

一名偏远山村大法弟子说：“叩谢师尊的慈悲苦度！是师尊把我从苦海中捞起，纯净我的身体，洗净我的心灵，把我送向幸福的彼岸。我决心从方方面面修好自己，努力做好三件事，不负师恩。”

一位上海大法弟子说：“弟子得法二十三年，时刻都沉浸在无比幸福、无比快乐、无比幸运和无比自豪之中。弟子走的每一步，做的每一件事，无不渗透着师尊慈悲保护和精心安排，常有心想事成的神奇感觉。”

一位退休法官大法弟子说：“弟子们无论用什么语言也表达不了对您的感恩，无论用什么行动也不能报答您的慈悲苦度。弟子们一定抓紧学法修心、发正念、讲真相，救度更多的世人。”

新疆兵团大法弟子说：“弟子有幸走进大法修炼，助师正法、救度众生，这是何等的荣耀！弟子一定珍惜这万古不遇的机缘，做好三件事，与同修互相配合、共同提高，兑现

自己的史前大愿！”

山东省政府机关大法弟子说：“每一天都珍贵无比，弟子会抓紧时间多学法，发好正念，多救人，不辜负师尊慈悲苦度，不辜负正法时期大法弟子的称号！”四川大法弟子说：“我们一定更加努力，踏踏实实的修好自己，无论还有多久，抓紧救度众生，完成史前大愿！”

吉林大法弟子表示：“我们会静心学法，修好自己，在法中不断归正自己的一思一念，全盘否定旧势力的安排，在最后的修炼路上走好走正师尊安排的路，学好法，发好正念，讲清真相，救更多世人，圆满随师归。”

澳洲首都堪培拉部分法轮功学员在家中小聚，向慈悲的师尊传递心声：有幸得到了万古不遇的大法，我们一定会珍惜，不断的同化宇宙特性真善忍，不断的归正自己，救度更多的众生，不辜负大法弟子这个伟大神圣的称号。

“中秋佳节象征团圆，我们也感到与您团圆的时刻即将到来，恭祝您中秋快乐！”——河北省平山县百姓敬致法轮大法李洪志师父的贺词代表着亿万中国大陆明真相百姓的心声。在法轮大法中受益的民众看到了大法的美好和纯正，纷纷退出中共邪党组织，保平安。有的市民表示“大法师父是来救人的，我也三退了”；很多大法弟子的家人表示支持法轮功，自己也帮助传真相，因此获得了大法给予的福报，身体健康，疾病痊愈。

山东大法弟子家属说：“法轮功弟子的慈悲和善良感召着周围的人们，使我们生活的环境充满了祥和，你争我夺的事情几乎不再有，人们都是互相帮助，互相尊敬。我们从内心感谢慈悲伟大的李大师，使我们也有机会沐浴佛光，能够得到您的慈悲眷顾！”

北京大法弟子家属说：“谢谢师父20多年来一直保护着我们全家，事事如意。作为大法弟子的家属，无以报答您对我们的慈悲保护，我知道您和您的弟子们一路走来，逆流而上，是多么的不容易与艰难……”

“我在自己家附近的公园经常听到法轮功学员给我讲真相，我相信法轮大法是好的，但我以前并没有那么深切的体会。最近发生在我家里的一件事让我真正明白了法轮大法是真的好！”一名长春老太太说，念“法轮大法好”，让她老伴起死回生。

二零二零年中秋佳节之际，香港法轮功学员带着无限感恩的心情，以各种方式向慈悲伟大的师尊恭祝中秋节快乐，同时坚持在各景点讲真相、劝三退。支联会主席李卓人、明星阮民安等多位民主人士也向李洪志先生恭祝中秋快乐，赞赏法轮功学员的坚持和善良，给香港人抗暴的勇气和力量。

讲清真相 唤醒良知

◇九月二十二日在布鲁塞尔中使馆前，比利时法轮功学员抗议中共近期大肆抓捕非法关押大陆法轮功学员。揭露中共邪恶本质，呼吁国际社会关注发生在中国持续二十一年针对法轮功的迫害，要求解体中共、停止迫害、结束暴政。比利时青年纪尧姆（Guillaume）说：“中共政府活摘人体器官，用老百姓的命去赚钱，贩卖器官，那是一个什么样的政府才能做出这样的事情啊，就是一个魔鬼。”

◇九月二十六日，美国大芝加哥地区法轮功学员在中共驻芝加哥领事馆前集会，抗议中共近期大肆打压抓捕大陆法轮功学员，谴责中共对法轮功长达二十一年的残酷迫害，呼吁国际社会认清中共本质，共同制止迫害。

◇九月二十六日六，芬兰法轮功学员一如既往的来到赫尔辛基甘比（Kampi）商业中心附近的广场上，举办讲真相活动。很多民众说：“你们做的是很重要的事情！”“你们要加油！”“我能为你们做什么？”等等，以此来表达对法轮功学员和平理性反迫害的支持。巴瑞卡（Parika）女士感慨地说：“你们站在这里发声是非常重要的事情。迫害一定要停

止。这不是一般的迫害，而是群体灭绝。神会保佑你们，迫害一定会很快结束。”临走时，她双手合十，表示对学员的感谢。

◇九月二十六日，德国西部法轮功学员来到北威州伍珀塔尔市（Wuppertal）市中心的广场上搭起真相点，演示功法，并为反迫害征集签名。揭露中共邪恶本质的横幅格外吸引人。许多人主动找到法轮功学员了解真相，签名反迫害。一位中年女士告诉学员，她曾经去中国旅游，虽然只是游客，她当时也能感受到中共政府对人民很强硬，她很同情中国人民。她表示很高兴能为反迫害签名，并说：“人们应该更多的关注这件事”。

◇九月二十六日，德国斯图加特及周边的法轮功学员们，在路德维希堡（Ludwigsburg）的城市教堂广场（Stadtkirchenplatz）北侧举办信息日。当天上午风雨交加，法轮功学员们迅速搭好帐篷和摆好桌子后，雨越来越小，学员们开始展示功法，为反迫害征集签名。

◇九月十九日，来自西澳退党服务中心的法轮功学员们，在珀斯市的唐人街地区举行车队游行，向世人传递躲避瘟疫良方与退党保平安的讯息。每辆车顶上的展板都有一句标语，车队为当天飘着细雨的唐人街增添一道风景。

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇吉林省吉林市陈继海和宋德满被非法关押一年余，分别被枉判九年和八年，被劫入吉林省第二监狱迫害。二零一九年七月十九日，吉林市公安局及下属派出所警察绑架至少有21名法轮功学员、二名家属，其中两位是陈继海、宋德满。

◇吉林省松原市乾安县法轮功学员孙占国先生，二零一九年九月被乾安县油田采油厂派出所绑架，被关押迫害已一年，近日被乾安县法院枉判五年。孙占国曾连续两次被非法劳教，关押在吉林省九台饮马河劳教所。

◇山东庆云五名法轮功学员二零二零年九月十日被夏津县人民法院枉判二至八年：赵俊香被非法判刑八年，杜全村四年，王淑娟三年，于炳兰二年，张连云二年。这些学员二零一八年十一月被绑架、构陷，二零二零年一月十五日在庆云县人民法院遭非法庭审。

◇黑龙江哈尔滨法轮功学员宛芳二零二零年九月九日被哈尔滨铁路运输法院以视频的形式，非法开庭，律师为宛芳做了有理有据的无罪辩护，近日得知宛芳被诬判四年。宛芳二零一九年九月十一日被哈尔滨铁路公安局国保处及抽调铁路派出所的警察入室绑架。

◇浙江省宁波市法轮功学员秦莲玉，九月二十四日在宁波市镇海区法院，第二次被非法开庭，被枉判三年，勒索罚款六千元。

◇重庆市九龙坡区法轮功学员范德芳老人和女儿于霞二零一九年九月末，被九龙坡区国保大队警察绑架、抄家，当天母女俩被放回，女儿于霞被“取保候审”。二零二零年上半年，历经多次迫害，身心受到严重摧残的范德芳老人含冤离世。八月，于霞又被绑架，至今已被秘密关押迫害了一个多月。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇九月二十七日，来自台湾南部六县市的部份法轮功学员，包括嘉义、台南、高雄、屏东、台东、澎湖等地约八百多位参加，在高雄市福诚高中举办秋季一日学法，并交流修炼心得。会场气氛祥和，大家比学比修，互勉精進。上午分成三十四个小组学法，朗朗的读书声和学员间热烈交流互动中，每个学员认真省思自己的修炼状态，查找不足，同时，相互勉励每日修炼中要做好的三件事，学好法、发正念、讲清真相的心得。各组交流场面热络，不管新老学员都觉得收获满满。

◇九月二十六日，美国旧金山部分法轮功学员来到渡轮大厦前的广场集体炼功，传播法轮大法的美好，并感谢师父的慈悲苦度。旧金山硅谷圣荷西市的法轮功学员，齐聚在圣荷西 Townsend 公园，共同恭祝慈悲伟大的李洪志师父中秋快乐。九月二十七日，洛杉矶部份法轮功学员，怀着对李洪志师父的深深感恩，相聚在文森特卢果公园（Vincent Lugo Park），以崇高敬意恭祝师父中秋快乐。

◇为了让更多的巴黎人有机会看到法轮功的美好，了解中共的邪恶本质，巴黎法轮功学员不仅坚持每周在著名的埃菲尔铁塔下讲真相，还在华人居住的主要街区、法国人喜欢逗留的广场上设立信息台，以期让这里的民众能最大限度地接触到法轮功真相。位于巴黎三个行政社区交汇处的“共和国广场”（Place République），是一个传播信息的好场所，二零二零年九月二十日，法轮功学员来到这里设立信息台，向过往民众展示法轮功五套功法和反迫害真相，有几位过路人走进炼功的队伍，开始学习炼功动作。

大陆综合

大陆综合消息

◇重庆南坪派出所及社区人员上门骚扰 法轮功学员与家人共同抵制

2020年8月份，重庆南岸区南坪派出所警察与南坪东路社区一男一女三人上李玉琼家骚扰，进屋不说任何理由，就开始照像。李玉琼告诉他们，你们这种形为是侵犯人民的肖像权，是知法犯法。派出所警察说，社区有文件要你签字。李玉琼给他们讲真相，法轮功是合法的，信仰自由，迫害佛法是有罪的，我不会配合你的，他们无奈只好走了。

9月15日下午，南坪东路社区一行5人又上门骚扰，社区头还说了些胡言乱语的话。李玉琼不准他们乱说，给他们讲真相后，他们就离开了。

派出所警察还打电话，骚扰李玉琼的大儿子，要他去派出所签字，李玉琼的大儿子告诉他们说：我母亲炼法轮功身体好，减轻我们的负担，是好事，我支持她。

派出所警察又打电话找李玉琼的小儿子签字，小儿子告诉说：我拒绝你们对人民的无理迫害，炼法轮功是好事，是她的权力，我不会签字。

◇河北省沧县乡政府人员骚扰 法轮功学员和家属抵制

二零二零年九月二十日，河北沧县大官厅乡史贾村大队人员史坤峰、白红建，领着乡政府两个人，到本村法轮功学员张秀华家骚扰。张秀华给他们讲，共产邪党的腐败和自己在大法中身心受益的情况。他们没话说了，又找到张秀华的丈夫说：你家人炼功，有什么好处？然后，又信口雌黄的污蔑大法师父。

张秀华的丈夫说：我不知道那些，我只知道如果她不炼（法轮）功，她早就瘫痪在床了！她丈夫并问乡政府人员叫什么

名？哪村的？他们不说话，就走了。

后来两三天，大队人员史坤峰又到张秀华家，送去四本污蔑法轮功的书，让张秀华写“三书”，张秀华拒绝。

二零二零年九月二十日，这伙人也去了本村法轮功学员张赵迎家骚扰，也问了一样的话。法轮功学员张赵迎说：我对共产党没抱什么希望。你和我的年龄差不多，都经过“文化大革命”，说什么亩产万斤？把种着谷子的地里的最大的谷子穗割下来，擦在地上，照下来，还有把袋子里装上乱七八糟的东西假装当粮食，让接袋子的人装的使劲的样子，表示粮食多。他们用各种方式骗人。来人听后都无语。张赵迎又讲了自己依法轮大法中受益的过程，以及对大法师父非常感恩。他们无语的走了。

在沧县大官厅乡枣林村，马明长带着乡派出所人员到法轮功学员杨秀云家，没人，又上她儿媳妇家骚扰，她儿媳妇不欢迎他们，把他们嚷出家门。

◇关于曝光参与迫害者的一点建议

邪恶最怕被曝光，对想利用迫害大法弟子来升官发财的人，我们还是按照传统做法，除了向内找、发正念外，有条件的同修要去了解恶徒家乡、就读学校地址，在他亲朋好友面前曝光他，让他有所顾忌。比如，深圳市某派出所恶警是吉林省长春市某县某镇某村人，那么他家乡的同修看到消息，马上要在当地曝光他，两边都要曝光。

十年前，我被迫害流离失所，恶人到处找我，找不到，就跑到我父母兄弟姐妹家去恐吓威逼，搞的亲人们压力很大，怨气很大。在明慧网曝光他们后，他们一百八十度大转弯，竟然提着水果上门道歉，口口声声对不起，说是为了工作，做一下表面功夫，不是真心想绑架我，还说其实根本不想上门骚扰。从此，在路上遇到我的亲戚们，他们还满脸笑容主动打招呼。（文 / 大陆大法弟子）

◇提醒同修：向明慧网提供参与迫害的责任人信息要负责任

如今邪党官员的职务经常调换，我们提供迫害责任人的信息报道时应当负责任。

今天在搜集某县委书记 D 的信息时，发现 A 县 2020 年 8 月份报道的责任人的信息中还有 D，在明慧网报道的信息中，D 在 2011 年就不在 A 县了。

我们报道的目的是让参与者停止迫害，唤醒其良知，救度众生，他早就离开了那里了，若还说他是责任人，他怎么能接受呢？怎么看我们呢？这样的报道不但给海外同修打电话讲真相造成障碍，还浪费了大法资源。

我们的修炼不是做表面形式，而是真心为他人着想，用心去做啊！不可随意照抄多少年前的信息，一定需核实，为自己提供的信息负责。还望同修认真对待。（文 / 大陆大法弟子）

◇同修遭遇骚扰后 用现行法律揭露邪党人员在犯法

近段时间以来，我所在地区有几位同修经常被邪党人员骚扰，尤其有两位同修被骚扰得很严重。一位八十几岁的同修被居委会、社区和国保人员骚扰，要同修到居委会签字不炼了，几次都被同修家明真相的儿媳妇训斥退去。有一次，国保和居委会十几个人员串通同修儿子逼同修去签字，同修没有配合他们，却差点被逼出外租房住。

另一位同修儿子的单位要挟其叫母亲签字不炼法轮功，还造成同修的丈夫打骂同修。迫于无奈，同修只好离家出走。

造成这两起事件的因由，一是同修自身有正念不足的个人因素；二是没有懂得用现行的法律法规来维护自己的权利。我从 968 期《周刊》中抄录几条法律条文发给同修看，有几个同修看了，才恍然大悟，原来是他们邪党人员在犯法。针对此现象，我们同修找了相关的法律条文和本地同修交流，找出应对邪恶骚扰迫害的法律依据，熟记几条法律条文。

他们的行为，指出他们是在做违法的事这点也很重要。特别是同修的家人，更要知道相关的法律条文，认清修炼法轮功是合法的，明白是非，不但不要帮助中共迫害家人，还要理直气壮站出来揭露邪恶，维护家人的合法权益。（文：大陆南方大法弟子）

严正声明

本周一百八十七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

本周六十一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。

◇香港市民声援正义 亲共者破坏真相点被捕

文：香港法轮功学员

近期，香港多个法轮功真相点多次被亲共者破坏，二零二零年九月十六日，再有一名亲共者破坏位于深水埗鸭寮街真相点的横幅。现场法轮功学员两次报警后，警察到场将搞破坏的女子带走。期间，现场有不少市民声援法轮功，并围住该女子，阻止其逃离。

据法轮功学员洪先生忆述，十六日开档期间，一名女子在旁一直拍摄。在他派报期间，突然听到有布被撕裂的声音，回头一看，看到一只手和一把工具刀正在割横幅，他立刻走到横幅后面，看到一名女子站在横幅附近，手里拿着刀放进右边的裤袋。

女子逃走奔向地铁，洪先生冲上前去，抓住她的手，该女子喊道：“你不要抓住我的手，我告你非礼！”

于是他放开该名女子，但拦住她，防止其逃跑。当时鸭 11

寮街上很多市民围上来，帮助洪先生围住该女子。洪先生说：“香港有普世价值，有言论自由，这里讲人权。如果不中意我做的事情，可以走开，但不能够破坏我的横幅。”现场许多市民呼应道：“不能让她走。”

基督教人士也上前提醒洪先生说，该女子袋里有刀，这是证据，不能让她扔掉。不少市民也赞同及提醒他。

在被围住期间，该女子曾打电话说，她被好多法轮功学员围住，走不掉。洪先生估计，该女子可能是中共组织青关会的成员，打电话或是向上司汇报情况。

在他和另一名法轮功学员两次报警后，警方到场将该女子带走。

近来，全港多地都有法轮功真相点被不明人员破坏或挑衅，旺角亚皆老街真相点多次被人泼墨，法轮功学员于是用塑胶袋包起横幅标语。铜锣湾真相点的标语也被人扯下。

洪先生表示，之前真相点的“天灭中共”罗马旗也被人破坏。他说，虽然遇到这些阻碍，但还是要继续出来向民众讲述真相，“市民遇到危难的时候，诚念‘法轮大法好，真善忍好’，生命就得救。我们的目的是出来救人。”

人心与因果

◇长春家乡百姓恭祝法轮功李大师中秋节好！

〔吉林省来稿〕我是一名长春普通百姓，在中秋节来临之际，我和老伴儿向法轮功创始人李大师致以节日问候。

我在自己家附近的公园经常听到法轮功学员给我讲真相，我相信法轮大法是好的，但我以前并没有那么深切的体会。最近发生在我家里的一件事让我真正明白了法轮大法是真的好！

我丈夫78岁，因身体不好已经在敬老院被全天24小时照顾两年多了。今年8月份丈夫病危，全家人已经在为他准

备后事。

就在最危难的时刻，法轮功弟子让我告诉我丈夫念“法轮大法好”，可他已经不能说话、不能吃饭、身体僵硬、目光呆滞、意识不清了。法轮功弟子又让我贴在丈夫耳边念给他听。我虽然照做了，但我觉的人没什么希望了，就叮嘱儿子马上去买装老衣服，怕没买来人就走了。

就在当天，那位法轮功弟子再三叮嘱我：“不要放弃！不要放弃！要坚持诚心诚意继续念‘法轮大法好’。”当天我就在丈夫耳边不断的对他说：“你要记住‘法轮大法好’啊，听见没？”然后我就诚心诚意的念给他听，我什么都不想了，脑子里就这五个字。

怎么也没有想到，第二天我丈夫眼睛能动了，也能吃一点流质食物了。我继续在他耳边念“法轮大法好”。过了一天，他又好了一些。现在，他能正常吃饭、喝水了，脸色还有一丝红润，还能和我一起唱歌呢。

这几天我们老俩口天天都是我念一句“法轮大法好”，他紧跟着念一句“法轮大法好”，有空就念几遍。

中秋节来临，今天我和丈夫表达心愿，一同说出：“祝法轮功师父中秋节快乐！法轮大法好！”

◇山西省一位老年大法弟子之子恭祝李大师中秋快乐！

【山西来稿】我已届不惑之年，我未修炼，但我和哥哥都支持妈妈修炼。从我妈妈那里我们了解一些真相，知道法轮大法好。

我妈妈已70几岁高龄，却两眼不花、耳聪目明，无病一身轻；生活起居从来不用我们操心，全都能自己料理。这使我们能安心工作，没有后顾之忧。不仅如此，老人家还20多年如一日坚持清理楼道的公共卫生。妈妈不怕吃苦，不计个人得失。妈妈自身的状态于无声中证实着大法的超常与美好。

我还亲身见证了法轮大法不可思议的神奇：

有一次，我不小心将房门反锁，我和妈妈当时想尽办法却怎么也打不开房门。在这无计可施之时，妈妈双手合十，虔诚的敬请师父帮助。之后，妈妈手拿钥匙轻轻一扭，房门瞬间轻易地被打开。

还有一次，家中密码箱的密码被遗忘，取物的事只好去求开锁匠，他表示没问题，却两个多小时也未打开。最后他说这是进口的密码箱，结构不同，没办法。回家后又是妈妈敬请师父帮助，只见妈妈双手刚刚接触到密码箱，密码箱竟然神奇的自动开启。

类似这种看似不可能却成为可能的事情，何止这两件？均因妈妈求助于师父，使难题迎刃而解、如愿以偿。

我真诚的相信李大师，相信法轮大法。我时常敬念九字真言，随身携带大法护身符。由于工作需要，我四处奔波，开车上路，驰骋千里，一路顺风。

现在很多企业前景都不乐观，失业的人越来越多。我所在的国有企业也在裁员。我能由一名普普通通的员工一步步履职到“中层”、“中上层”的职位，这是托大法的福。用妈妈的话来讲，那就是一人炼功全家受益！

我衷心的感谢李大师！感谢法轮大法！

◇河南鄢陵县三任中共县委书记遭恶报银铛入狱

河南省许昌市鄢陵县三任中共县委书记谢连章、张海涛、袁宝根，三人累计担任鄢陵县委书记十五年，且三人任职交叉，互为搭档。此三人于2014年、2015年相继落马，均被以受贿罪判十年以上徒刑，银铛入狱。其实这些人也是因为参与迫害法轮功，而遭了恶报。

原鄢陵县委书记、漯河市长谢连章因受贿罪被判刑十二年。在其任职期间，辖区内法轮功学员谢会建、郑双喜被非法关押或判刑。2004年5月30日，鄢陵县政法委610在县政府大门前办污蔑法轮功的图片展，毒害世人。

原鄢陵县委书记袁宝根因受贿罪被判刑十二年。在其任

职期间，禹州市法轮功学员转业军官王宏伟、法轮功学员李梅荣、尹海峰、李振亭、王永胜等被非法判刑。

原鄢陵县委书记、许昌市副市长张海涛因受贿罪被判刑十年半。在任职期间，利用监听监控绑架六位法轮功学员，法轮功学员屈春荣、赵荣花、边博等被非法判刑。

鄢陵县三任原县委书记落马被查处，是其恶行的恶报。

时事评论

◇美国政府高层、智库公开谴责邪恶中共

（明慧记者英梓综合报道）自二零二零年年初，中共病毒肆虐全球以来，美国川普政府高层政要、精英阶层不断公开发声，谴责中共给美国和全世界自由国家带来威胁；开始称当前的瘟疫为“中共病毒”，并揭露中共号称“代表14亿中国人”的谎言，倡议将中共和中国人分开……

川普总统9月22日在联大发言，强烈谴责中共对疫情撒谎误导世界，他说，“必须追责把这场瘟疫释放到全球的国家：中国（中共）。”

* 白宫顾问纳瓦罗首提“中共病毒”

白宫贸易顾问纳瓦罗（Peter Navarro）9月13日接受采访时，提到当前的瘟疫是“中共病毒”（Chinese Communist Party virus，简称CCP virus）。

今年6月21日纳瓦罗在接受CNN采访时就表示，冠状病毒是“中国共产党的产物”。纳瓦罗强调，病毒是从中国传播的，中共应该对此负责。他多次表示，在疫情早期，中共不禁止从武汉飞往世界各地的国际航班，让病毒“播种”到世界其它地方。

* 美国国务卿蓬佩奥：中共威胁美国和整个自由世界

蓬佩奥7月23日下午在加州理查德·尼克松总统图书馆发表主题为“共产主义中国和自由世界的未来”演讲。 15

他强调中共对美国 and 整个自由世界的威胁。

他断言，中共的最终目标是基于“破产的极权主义意识形态”在世界范围内实现共产主义霸权。他说，不能忽视中美两国根本的意识形态差异。

蓬佩奥将中共政权与中国人民区分开来，他说中国人渴望更大的自由。他发誓要与民主运动站在一起，并敦促世界各地的民主国家推动中国人争取更大的人权。

“共产主义者几乎总是撒谎。他们说的最大谎言是：他们代表14亿中国人。但这14亿人受到中共的监视、压迫、不敢说话。”

“我呼吁每个国家的每一位领导人开始做美国所做的事情：坚持互惠，坚持透明，追究中共的责任。”

他说：“改变中共的行为不能只是中国人民自己的任务。自由国家有工作要做，去捍卫自由。”我们希望各个国家在自由和暴政之间做出抉择。

*** 中共无休止打压所有宗教团体 应强硬对抗**

蓬佩奥还呼吁罗马教廷对中共强硬，强烈表达对中共迫害宗教自由的关注。他表示，中共不仅严重迫害天主教徒，也严重迫害基督徒、藏传佛教徒、法轮功等所有宗教团体。

蓬佩奥9月18日在写给美国天主教杂志《第一件事》(First Things)的文章中说，“针对中国共产党按照其意志和极权纲领，无休止地打压所有宗教团体的行为，梵蒂冈应该有力和持久地表达教会向世界所教导的宗教自由和团结的理念。”

蓬佩奥说，“两年过去了，中梵协定并未使天主教徒免受中国共产党的蹂躏，更不用说中共对基督徒、藏传佛教徒，法轮功学员和其他宗教信徒的残酷迫害了。”“共产党当局继续关闭教堂，监视和骚扰信仰者，并坚称共产党是宗教事务的‘最高权威’。”

*** 美助理：中共是“目无法纪的恶霸”**

美国国务院亚太助理史达伟 (David Stilwell) 9月17

日出席国会参议院外交关系委员会听证时表示，从中共最近在世界各地所作所为看，它不是负责任的全球行为者，而是“目无法纪的恶霸”。他表示，他们的工作就是将更多的冰山指给其它国家看，帮助他们了解中共（CCP）的真实面目。

他说，“对任何一个、我们在全球看到的中共从事的恶性活动，底下都有大量的潜伏活动。”史达伟表示，国务院，特别是东亚和太平洋事务局（EAP）的工作就是将更多的冰山指给其它国家看，“让他们了解中共的真实面目——一个侵略性的、专制、野心勃勃、偏执、对自由开放社会和国际秩序的敌对威胁”。

*** 安全顾问奥布莱恩：中共谋求对生命和思想的控制**

9月23日，美国国家安全事务顾问奥布莱恩（Robert O'Brien）在爱荷华州德雷克大学演讲时说，川普政府正在建立国际共识，以多种形式应对中共日益增长的侵略行为。

6月24日，奥布莱恩在凤凰城亚利桑那州商业局发表有关中国问题的讲话说，共产主义认为，个人只是作为一个工具被用来实现一个民族国家想要实现的目的，因此个人可以轻易地被拿来为实现民族国家的目标做牺牲。

他说，可是在中国，这些思想一直是中国共产党的根基，就如同《宪法》和《权利法案》是我们美国人的根基。中国共产党谋求对人民生命的完全控制，这意味着经济控制、政治控制、身体控制。也许最重要的是思想控制。

他说，中共宣扬的目标就是创建人类命运共同体，并且按照中共的意愿重新塑造全世界。他们正在越出中国边界去控制人们的思想，并取得了成效。

他强调，川普政府正在对中共的恶行予以还击。川普政府会继续大声疾呼，揭露中国共产党的信条和阴谋。这不仅是为了中国，为了香港、台湾，也是为了全世界。我们会和我们的盟友和伙伴一起抵御中国共产党企图操控我们的人民和我们的政府，伤害我们的经济，侵害我们的主权。（节选）

修炼园地

浅悟用“正法理”修炼

文：河北大法弟子

【明慧网二零二零年九月二十八日】最近通过学法与同修的交流和发生的几件修炼中的事，使我对利用正法理修炼有了一点浅显的认识。我发现一直以来无形中阻挡我用正法理修自己，使我向外看，不能向内找自己，不修自己，产生安逸心，执着结束与圆满的是一个我一直以来没有意识到的一个人的观念——对抗苦难，想让自己舒服一些。而且我几乎一直把这个后天的观念当成自己，被这个后天观念一直左右着所谓的在修炼，我却一直没有意识到它的存在。

记得迫害前我刚开始修炼时，我们那个学法组有个同修很着急，因为别的同修都出现了消业症状与家庭矛盾的提高心性的修炼机会，可自己既没有消业表现，家庭也没有矛盾，自己怎么修？几天后，她来到学法组非常兴奋的告诉大家，这回家里人终于给她制造矛盾了，她守住了心性。大家都为她高兴。那时，我们看到哪个同修出现消业状态或遇到家庭矛盾都会为同修感到高兴，都是这种心态。

那时我们学法组晚间学法前先炼静功。有一次，我们都在安静跟随着炼功音乐在炼静功。突然我孩子的妈妈旋风一样的冲进来，我还没来得及反应， she 就把刚买来的一袋酱摔破在我身上，立刻屋里弥漫着酱的味道。我没有动心，我知道自己提高的机会来了。当然无怨无恨了。这样的例子还有不少。

现在想来，那时我们对待修炼的态度都是这样的，其实就是都能用正法理修炼了。只不过是那时我们没有明确的概念而已。可迫害发生后，特别是最近几年，我针对修炼的态度与当初相比几乎完全是反过来了。身体难受了，就想快点过去。发生了矛盾，不但不高兴，还要找对方的不足，来缓解自己心里的不舒服。还认为自己在修炼，其实已经不是修

炼的状态了，自己并没有认识到。直到最近发生一件事，我才警醒。

一个同修突然出现病业关，我去同修家与同修一起学法、发正念，并在法上交流，在师父的慈悲加持下，同修闯过了病业关。过程中，我把这当成师父给我们安排的一次修炼提高的机会，我也向内找自己修炼的不足，我们在法理上切磋，提高在法上的认识。很快同修的不正状态就归正了。那几天感到自己在法中飞快的升华，好象有一个机制或场把自己溶在里面，带着我往上走。师父明示：“所以你碰到了好事、坏事，只要你修了大法，都是好事，一定的。”[1]我对此有了深刻的认识。感受到在大法中修的美妙，感到找自己，修自己是最快乐的事！

从同修家回来，我开始反思，我为什么以前不能找自己，总是向外看？是什么因素促成我那样去做？这时我想起了师父的经文。师父讲：“因为人类社会就是苦难与利益享受并行的世界，人生就是有很多的苦难，无论你有多少钱、什么样的社会阶层。因为痛苦会使人难过，从而人自觉不自觉的就会对抗苦难，目地是想活的幸福一些，因此在追求幸福中人就会形成如何使自己不受到伤害、如何好过、如何才能在社会中出人头地、功成名就、如何能获取更多、如何成为强者，等等。为此，在有了这些经验的同时，也就形成了人生的观念，经验又在实践中使观念变的顽固。”[2]

再次认真学了师父这段讲法后，我明白了自己问题出在哪里了。为什么出现病业假相我会心里难受，想快点过去，因为我认为病业难受的感受伤害了我，使我不舒服，不好过；我为什么遇到矛盾不找自己，向外看，找别人，因为矛盾冲击的我心里不舒服，我不想自己不舒服，我就不想让别人刺激我的心，我就要向外看，找别人来缓解自己心里难受的感觉。而且作为一个常人来讲，找自己的不足是要对抗自己长期在人中形成的顽固的观念，那是很痛苦的一件事。所以我不情愿向内找，也是因为我认为那样我会很不舒服，不好过。19

有时逼到头上了，我不得不找自己了，也是蜻蜓点水式的象征找自己，而不是剜心透骨找自己，去执着心。总之，我就是不想吃苦，不管是身体的苦、还是心里的苦。我就是想要自己好过。我一直以来，我都把上述的想法与做法当成自己，没有认识到，这是我后天在人中形成的顽固的观念：对抗苦难，想让自己好过。就是这个观念一直在无形的支配我的所谓修炼与做三件事。现在想来自己修炼中摔的一切跟头都是这个观念在背后捣乱造成的，我一直没有认识到它。我为什么在当初证实法中不能完全彻底的放下生死，做一个舍尽一切维护大法的大法弟子，总是到最后就出问题，就是这个观念在作怪。它一直隐藏到今天。

这个观念的作用，我慢慢产生了安逸心。学法时不能端正自己，总想靠着东西，舒服一些，炼功也是不能保证每天不落。有时觉得今天太累了，休一天吧！三件事做的不能全力以赴，总是留有余地。

我还发现，我之所以执着圆满、执着结束时间，也是这个观念在起作用。这个观念觉得修炼很苦，特别是在大陆随时都有被迫害的危险，心里压力很大。一旦被迫害，身心将承受巨大痛苦，那将非常不好过！怕迫害的执着心的后面就是这个观念。如果我觉得修炼很快乐，救人非常紧迫，我还会执着结束时间吗？根本不会！就是这个观念给我造成的对修炼与救人的错误认识，才使我不能真正的用正法理修自己，不能真正的在大法中修炼，也就感受不到修炼的美好与救人的伟大。

如何破除这个观念？那就是按照师父的法做。师父讲：“其实人类社会的理在宇宙中是反理。人有难、有痛苦是在为人还业，从而有幸福的未来。那么修炼的人就要按照正理修炼。吃苦受难是除去业力、消除罪过、净化人体、提高思想境界、升华层次的大好机会，是大好事，这是正法理。”[2] 我们如果真正能正悟师父这段法，那个观念就会破除，我们就会真正的按照正法理在大法中快乐的修炼，就能感受到大法修

炼的美好与神圣，感受到师尊的佛恩浩荡！如果这个观念不破除，我们怎么叫在大法中修炼呢？

破除了这个后天的观念，我们才能真正理解“好事坏事都是好事”的法理，我们就会以一种乐观的态度对待修炼中发生的一切。特别是当前的邪党的所谓“清零行动”。

从师父的讲法中，我认识到，我们修炼中遇到的一切，不管是旧势力安排的也好，还是其他生命安排的也好，如果师父不让出现就绝不会出现。旧势力的许多安排对我们大法弟子修炼没有利用价值的都没有发生，都被师父挡住了。我现有层次认识到，师父让它出现是师父“将计就计”[3]利用这些安排让大法弟子认识到自己的执着，在法中修去，在法理上升华大法弟子的同时完成救度众生的使命，在否定这些安排中树立大法弟子的威德。若魔难发生时，我们不能用正法理看问题，被旧势力的思维方式所左右，使得问题出现很多负面结果，这真的是我们自己招来的。

个人的一点认识，不符合法的请同修慈悲指正！

注：

- [1] 李洪志师父著作：《二零零五年旧金山法会讲法》
- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈越最后越精進〉
- [3] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》

不再躲避 我是来救人的

文：中国大陆大法弟子 慧恩

【明慧网二零二零年九月二十九日】偶然的机会，在外县遇到了晨曦（化名）同修，交谈中她跟我讲最近他们地区同修郝霞（化名）不再躲避警察，正念对待警察骚扰。这些年一有警察到家骚扰郝，郝就背着背包去几个亲戚家里躲，家里人也都习惯了。五月份郝又听到了风声说国保和警察第二天去她家里，她照例带着自己换洗的衣裳打上包裹上路。可巧遇到郝的女儿回家来看她，大老远的看见她挎着包袱。就喊：妈，您又想出去躲几天哪？这会儿您是去我姨那儿还

是我妹那儿？

郝听见女儿这么一喊。心里一怔心想：我躲啥？我不是来救人的吗？我得回去，我得救这些人。郝想着就随女儿一路又回到了自己家里。到家后对老伴说你去买个大西瓜来，再买些好的糖果，明天我要招待客人用，郝的老伴一会儿就把东西买来了，郝把买好的西瓜和糖块摆在茶几上。

第二天一早，国保和警察共有七、八个人来到了郝的家，进来就在几个房间翻找真相资料。最后一个进来的派出所所长腋下还夹个包，问郝：“这阵子干啥呢，发资料了吗？”郝真诚的对他们说：“我正想去找你们呢。”那个所长问：“找我们？找我们干啥？”郝回答：“给你们送真相资料，去救你们哪。现在很多人都知道法轮功是救人的，只有你们这些警察们还被中共牵着鼻子跑干着傻事，到法轮功真相大白于天下那天你们的位置在哪里？”

郝说话的这时，有两个警察来到郝的房间翻找资料，郝就对这两个警察讲真相。这时郝的女儿、老伴还有家里的孩子因害怕就拦着郝，嚷嚷着不让她说。那个派出所所长说：“你们别拦着，让她说，我爱听老太太说。”

郝接着说：“共产党向来是卸磨杀驴，当年在文革中给中共卖命的北京公安局长刘传新，在文革结束后畏罪自杀，还有十七名干部拉到云南被秘密枪决，然后给家属一张因公殉职通知单。”

郝一边让大家吃西瓜，一边和善的对这些警察说：你看你们现在穿着这身衣服是警察，当回到家里把这身制服一脱你是什么，你是你妈妈的好儿子、你是妻子的好丈夫、你是孩子的好爸爸，多少亲人系在你一个人身上，你得为他们负责呀。你看你们今天来，给我的家庭带来多大的伤害，邻居又怎样看我的家庭，可为了救你们这些警察，老伴和孩子们都支持我做真相。

郝的一番慈善之语感动了这帮年轻人，他们主动拿起了资料说回去好好看看。在这个过程中郝还给一人做了“三退”。

最后那个所长又特别和郝交谈了许久。

讲到这儿，晨曦又接着说：由于郝同修转变了观念，正念主导自己，修去了怕心的执着，不但不躲，还使警察对大法有了正确的认识。通过这件事，使警察不但没有对大法犯罪，还给一个警察做了“三退”，邻居也认同了大法。

特别是，郝经过这件事之后从此不再躲避了，家人对她做大法的事也更加支持。

我回到本地区，与本地同修交流郝同修的例子。同修们听了很受启发，不经常走出去的同修也主动让身边的同修带她出去救人。

清除学法时“迷糊”状态的经历

文：山东大法弟子

【明慧网二零二零年九月二十五日】我有的时候学法迷糊，发正念也迷糊、倒掌。我反思自己，这究竟是怎么了？被邪魔烂鬼这样干扰。

师尊说：“恶党那些个邪灵因素啊就是让你迷糊，你越迷糊它越加强你迷糊。它就是不让你发正念，因为你发正念清除它，你发正念销毁它它就要干扰。”[1]

一次，我学法、发正念迷糊。我向内找，发现自己对丈夫有怨恨心。因为他晚上先在电脑上看常人新闻、小视频等，到夜里十点半左右，他才和我集体学法。我早晨起的早，参加全球大法弟子的集体晨炼，需要早睡。而他早上睡到很晚，不参加晨炼。我哪能经的起他这样安排时间？

因为他刚修炼，不太精進，没把学法放在前边，我就不乐意，拿自己的标准要求他。所以和他一起学法时，就有点打盹，我就不痛快；因不痛快，又发展成对他的埋怨心，就更打盹；我懊恼，你这不是让我提高不了层次吗？進而又有了怨恨心，就更被困魔等干扰的困，有时候困的睁不开眼，迷糊。

我和丈夫学法时，一人一段的读。他一读法几秒钟，我就迷糊过去了，睡的很沉，快我读的时候，我就清醒过来了。开始我以为是自己打盹了、睡着了。后来我发现了，是我对他的反感情绪使我的心性那时候掉到了常人层次上，招来了邪魔的干扰，干扰我学法、得法。

那次发完夜里12点正念，因迷糊，被丈夫呵斥。睡前，我很苦恼，一打开《转法轮》，一段法映入眼帘：“你一味的强调你自身功的变化而不强调你心性的转变，它可是等着你心性的提高，才会发生整体的变化呢。”[2]我明白了，师尊点化我，我片面的强调外因和结果，忽视了扎扎实实的实修心性。

我向内找，发现有以下几点没做好：

一是没做到圆容。我在提醒丈夫归正自己这方面，对他没有做到用商量的语气说话，不祥和，而是用不耐烦的语气埋怨他，用命令的语气让他早过来，开始集体学法。因为我的心性不合法，说的话没用，人家不听。

师父说：“咱们也没有什么权力，没有命令人的资本，只能是劝人家，劝善、劝善嘛。”[3]

我就改变自己，真诚的建议说：“咱们今晚能不能早点学法？把常人的事往后放，怎样？”这样一商量，行为符合了法，有时丈夫还真就听了我的建议，早点学法了，我也不迷糊了。

二是对修炼层次还有执著心，没有完全做到无求而自得。而我自己全然没意识到。我就注意清除这种隐藏很深的有求之心，后来觉的自己纯净多了，脑袋也清亮了，这时学法也不打盹了。

三是对丈夫缺乏慈悲心，不够宽容。对他不耐烦，没做到忍，没做到善。我心里憋着不满，不够真，不够善。还拿自己的标准强加给他，他不照着做，就看不上他，没有给他加良性信息。

丈夫一到深夜说要集体学法，我就有些不耐烦。我越是

这样的心态，他就越这样表现，就是冲着我这颗不宽容的心来冲撞我的。后来我就对他道歉，曝光自己这颗不好的人心，解体它、清除它。

当我用法归正自己的时候，晚上12点的正念我发了近半个小时，也不打盹、不迷糊了。发完正念，看见窗外小区的灯光特别亮，家里墙上挂的夜光石英钟的每个数字和表针也特别亮。我想：“是师尊鼓励我呢！修自己真好。”

有一天中午，我忙完一件证实法的事之后，有点困了，我就想趴在沙发上睡一会儿，又想这样不解乏，还是躺下休息，睡一会儿吧，毕竟还有这个肉身。我回想以前有几次，我曾经因为累了，倒头就睡去了。结果醒来一看，居然两个半小时过去了！被困魔干扰了。

我悟到，自己上几次睡前没发正念，累了倒头就睡，啥也不想了，就想一心一意的睡觉了，这不就是顺从了安逸心吗？因此困魔就来干扰了。

有一次，丈夫开车，我在车上听师父的讲法，发现自己又迷糊了，我立即警醒了。向内找，我发现自己听着听着，就闭上了眼睛听，自己找借口说这样注意力更集中，能更好的理解法。结果符合了安逸心，困魔就来干扰了。我让自己睁着眼睛听，不准闭眼，做到敬师敬法，然后就不打盹了。

有一次，我和丈夫学法时，又困了，向内找，是我刚才的争斗心在作怪。刚才一边学法，又一边大声责备丈夫一句：“读着法，你怎么还插常人话？”又说：“师父这段法说的就是你，明白了吧？”我虽然学法了，但没实修自己，修别人去了，拿法衡量别人了，邪恶就钻空子，让我不能清醒的学法了。

而且，修炼不久的丈夫生气了，跳起来，就进了房间，说：“我不跟你一块学法了！”被晒在一边的我，一看自己心不正，被魔干扰，乱到这地步了，心里很后悔。自己修了这么多年，怎么还犯这么低级的错误：法是用来修自己的，我怎么用来修别人呢？

我这样的表现，不是大法弟子应有的状态呀！我就赶紧用法归正自己，跟师父认错。我发正念清除另外空间一切间隔我和丈夫共同学法、精進的黑手烂鬼，共产邪灵及其它一切邪恶因素，全盘否定旧势力的参与。我笑着去跟丈夫道歉，丈夫就好了，又出来跟我一起学法了。

显示心、妒嫉心、不修口，都可能导致困魔烂鬼干扰学法。因为此时心性标准低到魔能够的着自己了。

总之，运用向内找的法宝，及时归正自己，就能破除“迷糊”的困魔干扰。

注：

[1] 李洪志师父著作：《洛杉矶市法会讲法》

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《法轮大法义解》〈为长春法轮大法辅导员解法〉

由亲人的反常表现反思自己修炼中的不足

文：山东大法弟子

【明慧网二零二零年九月二十七日】几天前，我大嫂病了，说是后背疼的下不了床，我去探望她，发现大哥家的客厅柜上摆了邪党头子毛魔头和周魔头的瓷器盘子画像。当时，我就着急了，要毁掉这两个画像。大哥不同意，开始搪塞我，最后我的一句话激怒了他，我说：“家里供着这两个死鬼，人不得病才怪呢！”大哥异常愤怒，情绪很激烈，开始攻击我的修炼。这是我始料未及的，情绪也受到很大的冲击。

回家后，连续几天都在思考这件事情，大哥全家人都做过三退，并且有时还骂邪党，虽然他不理解我的修炼，但是也并没有干涉和反对过。尽管意识到他背后有邪灵因素在操控，但是当着我的面说出那些话，实在让我接受不了，我也意识到，这么多年，自己身边的亲人对大法竟然有如此误解，一定是我修炼中存在问题，慢慢从怨恨的情绪中冷静下来，

26 我开始反思自己修炼中的不足。

这件事很明确的告诉我，我做的救人的事不到位。我大哥属于典型的既得利益者，他常说：“谁给我好处我就听谁的。”所以当初劝他三退的时候，也是顺着他的这个思维跟他讲：“邪党要完了，将来要有大灾难，退出邪党才能避灾难、保平安。”他当时表示：“既然退了有好处，那也给我退了吧。”从做三退的过程似乎看不出有什么不妥，可是我的基点是让亲人得好处，并没有把真相讲到位，没有跟他讲明白为什么天要灭邪党，为什么退出邪党才能保平安，也没有给他讲明白法轮功是什么，邪党为什么迫害法轮功，更没有唤起他的正义良知。

这些年也尝试过深入讲真相，但是他表现出极不感兴趣，也不愿意听，每次都不愉快，内心的求安逸使我抱着侥幸的心理觉的，他只要点头三退了，就得救了。可是事实证明，这个人并没有真正得救。那天他的一句话点明了他三退的目的地，就是为了得好处，他说：“你说这些年，你们图了个啥？得到什么好处？整天提心吊胆的，你说的那些事，哪件发生了（指邪党倒、大灾难等）？”看来用好处利诱和用灾难吓唬都不能真正使这个人得救，必须得真正的讲明白真相，在大是大非面前有了正念，这个人才真正能得救。

这些年，我一直有个误区，觉的我所在的这个阶层的亲友大多都是既得利益者，只有我们在社会中有一定的地位，才能向他们证实大法，否则他们会看不起我们的。可是事与愿违，这些年身边状况不断，越想向他们展现修炼人的优越，却越让他们看到我们没有得着常人中的好处。虽然说常人有所求于好处没有错，但是我们修炼人就不应该顺着他们下滑的标准来迎合他们，我们真正应该向他们展现的是大法弟子提升后的心性状态、无私的境界、善良忍耐的品行，用正念来归正他们的变异，用善念来唤起他们的良知。师父说：“身在红尘中 良知不可松 善恶定未来 别把邪党烘”[1]。现在我悟到这才是得救的世人要达到的标准。

再接着向内找，那天我大哥表现出的狂妄自大仿佛是一

面镜子，通过这面镜子，我看到了自己的自我自大。那天，表面是我大哥魔性大发，其实恰恰是我强烈的自我触动了常人的魔性：我觉的对的事情，必须强迫别人照着做。长期以来，我这个自我自大的心就没有好好修过，有时注意到了，也只是动动表面。在自己家里，丈夫处处让着自己；在同修当中，觉的自己法理清楚点，不是看不上这个，就是看不上那个；配合做事时，总觉的自己能耐，凡事希望别人听自己的；和自己有分歧的同修，虽然表面不说什么，但渐渐就疏远了他们。其实，我的这个自我自大已经很严重了，那天，我从我大哥家回来，一路嘟囔着：“他这么狂妄，简直是在作死。”现在想想，我这么自我自大，难道不也是走在危险的边缘上了吗？！

这件事还反映出我修炼中一个很大的不足，就是缺乏慈悲心。平日里，和我大哥等亲人相处都是用情来维系，大家你好我好，享受亲情带来的愉悦，从未从一个众生的角度去想想，他们是不是真的得救了。发生这事后，令我念念不忘、愤愤不平的竟然是我大哥当着我的面攻击大法，是对我的羞辱，是在欺负我。那时，并没有想到他一个等待得救的生命，因他的无知或我做的不好，导致他犯了这么大的罪，这个生命是多么可怜、可悲；更没有想到，是邪灵在毁掉这个生命，真正害人的是邪灵，我应该帮助他摆脱邪灵，而不是怨恨他。

事情发生后，连续两天，我的内心极度沮丧失落，开始自己也不知为什么，在学法小组和同修交流这件事情的时候，暴露出了失落的原因，我说：“我这些年救的人可能好多都属于我大哥这种，他们根本没有真正得救，那我这些年不白做了吗？”原来我真正关心的并不是这些生命是不是真正得救，关心的是自己做的有没有用？更确切的说，关心的是自己的修炼、自己的威德。

从根本上讲，我救人是为了成就自己，不是出自于慈悲，这是长期以来横在我救人路上的一堵墙，也是我修炼路上最大的瓶颈，究其根本原因，是因为我的修炼和救人的基点都

是为私的，我始终没有摆脱旧宇宙为私为我的属性。这种为私在我修炼中反映出来的状态就是救人之心不迫切，精进状态不能持之以恒，修炼中有求之心始终伴随我，妒嫉等一些不好的执著心无法从根本上去掉。

师父说：“我还要告诉你们，其实你们以前的本性是建立在为我为私的基础上的，你们今后做事就是要先想到别人，修成无私无我，先他后我的正觉”[2]。我明显感到，修到今天，这个为私必须要转变了，这个根本的东西不转变，我的修炼路会越来越窄，甚至于无路可走。

我注意到，明慧网最近有很多关于怎样转变为私为我状态的交流文章，读了这些文章后，感触很深，越来越多的同修清醒的认识到，旧宇宙生命为私为我的属性，已经在严重阻碍我们助师正法，是到了必须转变的时候了。

虽然找到这些问题，可是我的心情依然沉重、不安。顺着这种不安寻下去，发现真正导致这件事情发生的根本原因是我长期来自欺欺人的修炼态度。始终以来，我没有从骨子里改变自己的决心，不愿意承受真正触动自己顽固的执著所带来的剜心透骨，害怕失去安逸舒适的“修炼环境”。没有真正按照修炼人的标准提升自己的心性，这样自然体现不出来修炼人应有的状态，常常和常人混为一谈，没有让身边的人真正看到修炼人的境界。

这么多年来，我到底修了什么呢？我修了表面，在表面上下功夫，用情维护着亲人的关系，用人中养成的八面玲珑的处世之道解决着人与人之间的矛盾，用小代价的付出平衡着亲戚之间利益关系，把以此换来的好名声误当成自己修的好，并且一直追求这种表面的你好我好，自欺欺人的用别人说我好来证明自己修的好，糊弄自己。

师父说：“那么作为一个修炼人就得按照宇宙这个特性去要求自己，不能按照常人的标准去要求自己。”[3]

师父还说：“如果只改变了你的表面而你的本质不动，那就是假的。到了一定时候，到了关键时刻，它还会反应出

来，所以不改变人心，只是一种假相的掩盖。必须从本质上发生变化才能是真正的改变自己。也就是说，你修炼要对自己负责任，你得真正的去改变自己，从你心灵的深处把你执著不好的东西放下，那才是真放下。你表面上做的冠冕堂皇，而在你心灵的深处你还保守着、固守着自己不放的东西，那是绝对不行的。”[4]

所以说这些年来，我只是外表贴了张修炼人的标签，而内心固守着自己的东西不放，这种表面的好虽然让周围的亲人说不出什么，但是他们的内心并不敬佩我，因为我体现不出修炼人由内而外透出的平和与大度。我这种人为的求好、做好，和修炼人真正提升后的境界使然，是截然不同的。说实在的，常人从内心都不认同我，又怎能让他们认知大法，光靠嘴上的说教是没有用的。我悟到由于我们自身修炼境界的不足，导致很多的世人不能真正得救。由此我也更加认识到修炼的严肃性，没有实实在在的提高，糊弄事是绝对不行的。

文章结束前，我想再讲一件事。刚发生事情的那两天，我争斗心极强，魔性也出来了。有天晚上，心情烦躁，什么也不想干，躺在床上，思想业干扰很厉害，后来睡着了。半夜的时候，被一种声音叫醒，仔细听，原来是我放在餐厅的音响在播放《魔鬼在统治着我们的世界》。爬起来关掉音响，看时钟正好半夜十二点，虽然蹊跷，但没多想，发完正念，又睡了。

第二天，又想起这事，心里唏嘘不已，昨晚播放的音响是在半个多月前播放过，这半个多月，没人动过它，开关是关着的，它自己怎么会在半夜自动播放呢？我马上悟到，这是师父看弟子魔性出来，用这种方式点悟我，让我赶快调整心态，抓紧精进。

我心里明白，师父时时刻刻都在看护着我，为我的修炼状态着急，对师父的感恩无以言表，唯有精进！

注：

- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈佛性无漏〉
[3] 李洪志师父著作：《转法轮》
[4] 李洪志师父著作：《美国西部法会讲法》

关于身体不舒服的思考

文：山东大法弟子

【明慧网二零二零年九月二十五日】前几天，我的膝盖突然不舒服，觉的发胀，用手按一按还疼。持续了好几天，发正念也不见好转。这时，坏思想就冒出来了：“这是关节炎吧？是这几天吹空调吹的吧？”看到丈夫以前贴的效果非常好的药贴，脑中闪过一念：“贴上一贴就好了。”虽然这思想冒出来了，但我并没有按它去做。

师父说：“大家想一想，得了脑血栓哪能这么快就能下地了，胳膊、腿都会动了？”[1]我悟到，那个得了脑血栓的人，命中注定业力轮报一定会得这个病。修炼了，欠下的业债也要还。虽然那个人出现了脑血栓的症状，但是已经和常人的那个脑血栓不一样了。可是，那个人没有做到真正的相信师父，我觉的挺可惜。

由此，我想到了自己，也许在人生的道路上，按照业力轮报，我就会膝盖不好。旧势力还在按照我旧的人生道路安排，往我这扔业力，这怎么能行？我就走师父安排的修炼路，我可不能象那个得脑血栓的人一样。我相信师父已经把我的身体都清理了，我不会有事。

就这坚定的一念，第二天，我的膝盖就好了，真的好了。我再一次体会到了大法的威力，明白了正念才是改变状态的关键。这也增强了我对修炼的信心。

自从生完孩子以后，觉的自己的腰就不如以前了。这么多年倒也不影响什么，也发正念，但没觉的有好转。可在膝盖好了以后，腰的症状又感觉加重了，早上起来就觉的腰疼，而且直接影响到腿也没劲。一天没干啥事，就觉的累了。

直到腰疼的真受不了了，我才开始反思这个问题。我想： 31

你旧势力干扰我，不就是想让我对师父不坚信吗？不就是想让我对大法产生动摇吗？这是不可能的！我就是坚信师父、坚信大法。就这么简单的一念，想过之后，第二天一觉醒来，腰好了，轻松舒服的感觉，让我感到浑身有劲。这么多年了，我的腰终于好了，我非常高兴、激动。大法的神奇再一次展现。

这看似简单的一念，却是发自我内心的；这看似简单的一念，却是正念。这一念的产生，是以这么多年的修炼为基础的。我觉的正念的产生，也没有那么容易。身体不舒服了，知道要发正念。可是发的是正念吗？如果是正念，为什么不好使？我也曾发正念清除背后的干扰，可是目地是什么呢？是为了解除痛苦，这根本上和常人有啥区别？人是用吃药、打针解除痛苦。而我是想用正念来解除痛苦，本质上是一样的，都是为了舒服。这样的正念不叫正念，也不会起到什么效果。

那么什么是正念呢？我理解的是：正念就是对出现的矛盾、身体的不舒服，乃至整个人世间所有的一切的一个正确的认识，符合大法的认识。这是我通过多年的修炼，而得到的切身体悟。当人念和自己在法中悟到的法理发生碰撞、冲突时，自己怎样选择，怎么能找到正念呢？身体不舒服了，矛盾产生了，这时需要我们能静下心来，去反思自己的每个念头和背后的目地，能承认自己的不足和看到自己的执著。一旦真正看到自己的自私和不足，就会改正，就会在法中找到正确的认识，正念也就产生了。所以说向内找是最重要的，是把人念变成正念的唯一办法。

师父说：“咱们就讲，好坏出自人的一念，这一念之差也会带来不同的后果。”[1] 人神之差也就是这看似简单的一念之差，师父说：“念一正 恶就垮”[2]。我悟到，正念的威力就是大法威力的体现。

作为修炼者，我们都知道，现在身体出现的不舒服状态，
32 特别是影响了大法弟子做三件事的时候，已经不是消业，而

是旧势力的干扰。那么它为什么能干扰得了呢？它为什么就敢干扰呢？我认为，根本上的原因，就是对法的正信和坚信的程度上没达到标准，想通过师父叫我什么病也没有了，什么不舒服的状态也没有了，从而去相信大法，也就是体会到了，才去相信。

而大法的要求是，你坚信了，心性提高上来了，对这个问题有了更高的认识了，身体才会有超常的表现。问问自己：你真的相信你的身体已经不会再有人的病了吗？在身体出现不舒服的时候，当时的念头是什么？刨根问底，才能看到自己信师信法的程度。其实，我们的身体已经不会有人的病的反应了，只是自己没提高上来，让旧势力钻了空子而已。因为把自己摆在人中，对这个问题还是人的认识，调动不了功来清除邪恶，所以就受其干扰。因为认识是人的境界，所以旧宇宙、旧的法理、旧势力就敢干扰。说到底，还是提高认识、提高心性、向内找是根本啊！

师父说：“你一味的强调你自身功的变化而不强调你心性的转变，它可是等着你心性的提高，才会发生整体的变化呢。”[1] 如果我们对大法的信坚如磐石，那邪恶早就吓跑了，还敢来干扰吗？所以说，正信和坚信是我们最终要达到的，正信和坚信的程度不同，也就是修炼层次的差别。

那么，怎样达到正信和坚信呢？其实这就是我们的修炼过程，向内找是唯一的办法。我们只能真真切切的去发现不足、承认不足、去掉不足，就按照大法的要求去做。当我真的去相信师父时，一切都变的很简单。因为我相信师父，才能坦然、才能不动心；因为我相信师父，才不计得失；因为我相信师父，我明白一切好坏都是我该承受的；因为我明白，大法在衡量着一切，在衡量着我，一切就该那样。

再有，什么是不承认旧势力的安排？不是嘴上说我不承认它，就代表不承认，它就能不起作用。而是按照大法的标准提高心性，提高认识，去掉人的认识才是不承认旧势力的安排。因为人的认识、人的观念也是旧势力安排的，按照它

去做，不就相当于承认旧势力的安排吗？不就是对它的承认吗？所以，关键时刻能选择正念做主导，才是对旧势力的彻底否定，才是对它的彻底不承认。有时正念没起主导作用，也不要放弃，终有强大正念，抛弃人念的时候。

这段时间，我总做着同一个相同的梦。梦里知道这房子应该是我的，但是好象我都把这个房子忘了。再一次的梦中，我知道这应该是我的房子，可是别人怎么住进去了呢？我想要回我的房子。昨天晚上在梦中，我回到了自己的房子，打扫自己的房子，清除一切脏东西。我心里想，这么多年，我怎么就让别人住在这里了呢？我从中悟到，一定要自己的正念做主，如果正念不做主，就会被别人给做主了。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈怕啥〉

从四次病业关浅谈信师信法

文：河北大法弟子 新生

【明慧网二零二零年九月二十四日】大家都在讲信师信法，可是在修炼中，在过关中，在真正的劫难中，在生死攸关中却是丝毫不差的严格检验。也就是，你信的成度大小，事情的结果却是你信师信法的答卷。所以我悟到：信师信法要达到“24K金”，这就要衡量我们对修炼的态度——直指人心！

每次关难出现时的心态不同，其结果就是不同的。

我于一九九七年秋末幸得大法，那时的我每天都被各种疾病煎熬着，生不如死，自己知道生命已到了尽头。因子宫肌瘤而冒血不止。只学《转法轮》不到两个月各种顽疾不治而愈，那种身心的愉悦无以言表。

师父讲：“同时你还得吃一点苦，遭一点罪，把自身的业力消掉一些，那么你就能够升华上来一点，也就是说，字

宙的特性对你的制约力不那么大了。”[1]一大部份业力是师父为我们承受了，还有一部份需要自己承受，就把这些业力分成无数的若干份，摆在我们修炼的不同层次中，为提高心性而利用的。所以我悟到：每一次的关难都是对我们信师信法成度的考核。不是什么关，也不是什么难。就是提高心性、提高层次的台阶。师父巧妙的为我们安排的，即使有旧势力的迫害，也是师父“将计就计”[2]而利用的。下面就拿我自己的几次病业关来和大家交流，如有偏颇敬请同修指正，意在共同提高。

第一次

大概是修炼不到一年的一天，那种大冒血的现象又出现了。那时对法的理解很肤浅，我先是一惊，转念一想：我要不学大法早死了，多活一天都是赚的，它爱咋地咋地吧。我没把它当回事。结果一天就好了。后来在学法中才知道，那是放下生死的一念，没有执著“病”这个假相，符合了那时层次所在的标准要求。

第二次

二零零四年我建立了家庭资料点，开发了各种救人的项目，每天都忙到很晚。几年后的一天晚上，做完资料已经是夜里十一点四十多分钟了。我准备上床发正念，刚到床边就感到天旋地转，睁眼闭眼都一样，转的速度非常快！我以前那么多病还没有过这种现象，难受到了极限，我意识清楚，知道这是旧势力来取命的，我没害怕，心里说：师父救我。我的这一念是那么的相信，我不用多说，就说一遍，该救我师父一定会救我！我心里那个踏实，真是心无杂念的百分百的相信师父一定会救我！我也意识到我不能躺着只等师父救，那不是我修，我要做我该做的。我努力的爬上床，盘腿勉强的立掌发正念，坚持发了大约五分钟，那种状态缓解了，我知道我得救了，我没有睁眼，慢慢的躺下安静的睡觉。早上起来一切正常。

当时我住的是两层的别墅楼，偌大的房子只有我一个人，

两个孩子都在外地上学，丈夫出远门了。当时我没有任何一丝恐惧与杂念。而这种百分百的信是来源于认真学法，再忙我都得是学法是第一位的。那么大的难轻松的就过去了。

第三次

几年前的一天，我突然拉肚子，开始没在意，可是一次比一次间隔的近，而且肚子疼痛难忍，浑身颤抖几乎要昏倒。丈夫看到问：“你怎么啦？脸都变了。”我过“病业关”从来不让家人知道，以免他们担心或给自己找更大麻烦。这次他就在当下。我尽量保持平静。我说没事，过会儿就好了。我赶紧坐在床边，想给同修打电话，请同修来帮我发正念（心里有一念，怕晕倒了家人会害怕或采取什么措施）。

我很费力的拿起手机，眼睛几乎看不见字了。这样迷糊的找到同修的号码打过去：“喂，你能来一下吗？我有点事。”同修答：“噢，过会儿吧。”我很吃力的又给另一个同修打电话，她说：“我今天没空儿，有人给我擦玻璃。”一连打了三、四个电话都被拒绝了。因为她们不知道我发生了严重的病业情况。我不敢告诉她们，怕惊吓了她们。

以前过“病业关”从没叫过同修。都是我为同修发正念过病业关。所以同修们也想不到我会发生这样的事。打电话的过程中，我强忍着身体上的痛苦，听着同修的答复，没有责怪她们，体谅着她们。不知不觉中刚打完电话我就好了，身体一切恢复正常了！我深深的体会到为他人着想的玄妙。这也是因为信师信法才能实修，在关键时刻才能做到为他人着想的。真是一关一难一层天啊！太玄妙了！

第四次

大概是二零一八年下半年的一天，我的头胀胀的晕晕的，走路有些不稳，右眼睛象蒙上了一层薄膜，看不清东西。我没拿它当回事，不承认这种假相。别扭了几天后，一天我在闭着眼睛炼功，右眼睛通向头的右脑部位有一个贼亮贼亮的东西，还有一个象鱼一样的红色的嘴，吧嗒吧嗒的一张一合的，那吧嗒的声音听的很真，我有些恐惧。头又晕又痛。心

想是不是修炼出来的灵体？不象。肯定不是个好东西。

我就心里默念发正念口诀。但是头越来越疼，右眼往里揪着疼，我坐在床上发正念，还是不行，心里有些紧张，就给一个同修打电话。一会儿同修来了，她看到我的右眼瘪了。这时只有右眼角还有一丝丝的亮光，几乎右眼睛一片漆黑。我心里有些恐慌，肚子却饿的象掉了底一样浑身难受。

这时我丈夫回家了，他一看我没做饭，还和同修坐着，就把脸沉下来了，我说你快去买点吃的，我受不了了！（当时家里什么熟食都没有。）他没好气的说：买什么？我说有个馒头填上都行，快，越快越好！心里强忍着对他的怨。过了一会，丈夫买来了馒头，我迫不及待的抓起一个，三两口吞进肚子里，身体好些了。

眼睛还是疼的很，同修一直帮我发正念。我干脆躺下了。过了一会，我觉的好些了，我起来对着镜子扒开右眼皮一看，黑眼珠还剩小绿豆粒那么小。我一看都晚上十点了，就叫同修回家了。我自己还继续发正念，最后眼睛虽然恢复的差不多了，可是那层薄膜始终没去掉，看什么都模模糊糊的。很长时间我都不知道自己错在哪里。

现在我才找到被钻空子的原因：一是当时修炼状态很不好，学法不入心，炼功不到位，心里很乱。所以信师信法大打折扣，自然就做不到实修。二是既然没做到实修，那各种执著心都出来了还不自知。如怨恨心、恐惧心、向外求的心，为私为我的心，妒嫉心、显示心、色心、好为人师心、面子心、虚荣心等等等等。有这么多执著心何谈正念哪？！

修炼可是极其严肃的，法在不同层次都在衡量着我们的一思一念，一言一行，分毫不差的！希望我的教训能给同修一个警戒，让我们共同找回修炼如初，信师信法百分之百，达到24K金。精进不息。感恩师尊慈悲苦度！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》

及时向内找 归正人的观念

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二零年九月二十七日】师父说：“修炼人嘛，向内找这是一个法宝。”[1] 作为大法弟子都知道遇事向内找，但是认真的向内找，把执著心的根源及时找到，并且坚决去掉，才能真正地提高上来。

我是一名老弟子，得法二十二年，最近与女儿同修经常切磋，感觉自己在法理上提高了很多，破除了一些固守的观念，找到了隐藏很深的一些执着。下面我写出来，与同修共勉。

（一）

有一次，我给八十多岁的父亲买了纸尿裤，希望他经常换，很卫生，好打理，可是父亲就是不愿意穿，我就动心了，有点生气，起了埋怨的心。表面上是为了父亲着想，实际是想让父亲听我的。

女儿（同修）看见我生气了，就问：“怎么了？”我说：“你姥爷不穿纸尿裤！”她说：“作为修炼人，你不应该生气啊，你是真心为别人着想了吗？”

我听到这句话才猛醒，自己真是有为私的想法。为了照顾父亲方便，为了自己少点麻烦。这不是慈悲心，而是人心。表面看是为了老人好，内心却没站在老人的角度为老人着想，而是站在自己的角度图方便。以为别人好的名义，去试图左右别人。这是很难察觉的私心，很可怕。

（二）

前几年，我看到同修A学法时昏昏欲睡，后来发现同修A对上网很执着，几乎每次见面，都能碰到其在网上挑选衣服，或者是在看韩剧。当时我没有及时向内找，还出于私心，怕指出同修A的这个执着会惹同修生气，所以我在同修A面前对其做法不予表态。

但是心里又觉的为她着急，就私下里跟女儿说：“同修

A 学法迷迷糊糊，还上网看韩剧、买衣服……我可不这样！”女儿说：“为什么从来没听你说同修 A 有哪些值得学习之处呢？”我说：“不知道为什么，就是没有看到啊。倒是她表现不好的地方，我看的清楚真切。”

女儿说：“看到别人哪儿做的不好，都应该找找自己，你找了没？”我说：“我找了，我发现我学法状态挺好，也不困啊。我也从来不上网，从来不看韩剧……”

女儿说：“这不是真的向内找，这样找是找不到的。而且这样的心也会让你只能看到别人不如你的地方，看不到别人的优点。什么都做得比别人好，也没啥可提高的了？！”

后来同修 A 主意识不强，跟思想业纠缠了很久，造成了很多不必要的损失。我才真正意识到，我应该真正的向内找自己，看有没有因所谓的爱好而浪费宝贵的学法时间，而不是用“我不这样”一言以贯之。我应该善意的指出，并且帮助同修走过难关，不应该因为自己的私心而对同修 A 的问题视而不见。现在我明白了，再也不那样说，那样想了。

（三）

俗话说“隔辈亲”，自从我的外孙女出生以后来到我家，我也体会到了这种感觉。我对孩子非常的喜爱，孩子也对我非常的依赖，只要我出门，孩子就会大哭，一直到我回来抱她为止。而我却觉的很幸福，把孩子对我的依赖当成是“甜蜜的负担”，没意识到这是对亲情强烈的执着。

从此，我在单位与家之间两点一线，忙的自顾不暇。精进的意志逐渐消磨掉，没时间学法，功也炼的少了，三件事基本搁置。“执著于亲情，必为其所累、所缠、所魔，抓其情丝搅扰一生，年岁一过，悔已晚也。”[2]

我后来意识到不应该执着于所谓亲情而置众生安危于不顾，我应该好好学法，我要做好三件事。认清执着以后，事情就自然而然有了变化，女儿因想带孩子回省城上儿童班，就带着外孙女离开我家了。

转眼过去两年，外孙女开始学说话了，爷爷、奶奶、爸爸、

妈妈每天都叫个不停，偏偏不叫“姥姥”，还给我起了一个新名字“假不计”。开始的时候，我心里很不舒服，心想：孩子出生到现在，我付出这么多，怎么对我这样？！爷爷和奶奶不经常照顾孩子，孩子却反而对他们很热情。

后来女儿告诉我说：“你看，‘假不计’这几个字，就是想告诉你，人类社会一切都是假相，都不要计较。”听女儿一说，我心里一下子平静了，从此心甘情愿当一个“假不计”。

师父告诉我们：“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。”[3] 我应该充实佛性，层层修去妒嫉心。

（四）

前几天，进门时，把房门钥匙忘在门上了，好心人敲门后，还给了我。手机也总是忘了放在哪里，有一次丢在路上也是碰到好心人帮忙送回来的。女儿（同修）提醒我这都不是偶然存在的，要注意了。

我向内找发现，我一直认为自己是一个不拘小节的人，所以为人处世从来不较真。这其实是一个顽固的后天观念，做事马马虎虎，不认真对待。修炼是极其严肃的事啊！认识到之后，时刻注意，改变多年以来形成的人的观念，正念正行。

（五）

有天，我娘家嫂子批评我某事做的不好，我听完没吱声，也没表现出有什么不满。但是内里动了心，觉的委屈，不应该说我。刚动了这颗心，立刻意识到这是常人执着于顾虑心之忍。心想修炼人受点埋怨和冤枉也无所谓。

后来和女儿提起此事：“你舅妈今天批评我了，我本应该生气，但是我没有。”还觉的今天这个关过得不错。女儿听了说：“这说法我觉的不对，为什么本应该生气呢？作为修炼人就得做到打不还手、骂不还口啊。没生气不是应该的嘛？”我一下明白过来了，对呀！我用常人的理来衡量，还

以为自己做得很好呢，没和常人一般见识。我应该坦然接受批评与埋怨，并且认真向内找，看看是不是自己真的有做得不到位的地方，或者自己是不是也有指责埋怨别人的心。

修炼无小事，应该时时刻刻用高标准要求自己。

（六）

一天晚上，我从外边回家，当时我觉的很晚了，外孙女这个时候应该睡觉了，所以开开门，我不假思索就把灯关了，顿时屋子里漆黑一片。女儿马上打开一盏灯，说道：“你忙啥关灯啊？走进来看看，屋里边有没有其它灯照亮，也不迟啊？”我当时有点动心，不情愿的说了一句“我错了”，然后就进到自己的房间。还对自己说：“我咋又手欠了？做得多，错的多，啥也不做，就好了。”

孩子睡着以后，女儿过来问我：“妈，你刚才是不是又没过去关啊，我咋听出来你有生气的情绪呢？”我当时还感觉自己把情绪控制住了呢，没想到还是暴露出来，被发现了。

我开始深刻的向内找，发现做事还是应该站在别人的角度多考虑，而不是我觉的怎么怎么做比较好。同时发现遇事不能走极端，不是因为事本身做得不对，而是因为做事的心态和出发点不对。做不好就不做了，就是走极端啊！

（七）

最近，经常和女儿切磋。女儿发现我每次一听到指正自己缺点和不足的时候，总是迫不及待的辩解。女儿常说：“你先别解释，你先别解释，听我说完。”

我向内找自己，发现这已经形成习惯了，掩饰自己的执著心，不愿意被指出，不愿意曝光。为了标榜自己一贯正确，遇事不管对与错，先跳出来辩解，为自己的过错和不足找理由和依据。“伟、光、正”这是党文化的余毒啊！从小被灌输的党文化已经渗透到的无处不在，抽空多听多看《解体党文化》，排除思想中的党文化余毒，清除多年形成的不好的思想观念和习惯。千万要警惕。

利用好生活中大大小小的事，及时向内找，在法上认识法， 41

才能得到扎实的提高。

一些修炼体悟，与同修共勉，如有不当之处，请同修慈悲指正。

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：《精進要旨》〈修者忌〉

[3] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈境界〉

修 炼 交 流 摘 录

多年来，我一直有个心结，就是很不喜欢公安人员和那些戴袖套的人，认为这些人迫害大法弟子，受毒害最深，不可救药，从心里不想给他们讲真相，认为是狗，就会咬人，所以一直不去救这些人。也是因为我被迫害过几次，心里有阴影，总是看着这些人就绕着走。一天，我同俩同修一起出去讲真相，在公园的一处，看见有一对老年夫妻，俩同修去给那个女的讲。但我看了看那个男的，觉的他不好讲，就想回避，但又一想，既然碰到了，可能就有缘。我没费多大劲，就讲退了。同修告诉我说，你退的那个是公安局当官的。我听了后，心里一惊，怪不得他什么都知道啊，同时我也明白了，师尊安排我遇到他的用意了，就是破除我脑中害怕公安，害怕迫害的心。同时，我也明白救人是应该挑人的，所有的人都应该有得救的机缘，而且一定要把住这个机缘，能多救人。我就在想明白了的那一瞬间，那个怕公安、怕被迫害的物质就被师尊拿掉了，我的心一下就明亮了，轻松了，谢谢伟大的师尊，谢谢！

————— 十几年面对面讲真相 破除观念多救人

真的是无求而自得，一年多的时间了，我多想让母亲有这个正念，她就是没有，现在，我只稍稍改变了一点自己，

她就改变了，当然我知道这一切是师父做的。师父说：“你想重了，你不就是执著追求了吗？修在自己，功在师父，你有这个愿望就可以了。而真正做这件事情，是师父给做的，你根本就做不了。”《转法轮》强加于人的党文化，让我深思了一会儿，我是真心为母亲同修好，强加于人？我想到曾经有同修说，在我跟前有压力；我也经常看到，丈夫为一点小事不符合他的观念，就对我发脾气，凡事以自我为标准，这不明显的是邪党的“顺我者昌，逆我者亡”的党文化吗？这是师父借丈夫的表现给我做镜子，来帮我，但我一直不悟，想到这，在我心中对丈夫还有隐隐的一点怨也释怀了；师父又借母亲表现，借同修的点拨，让我悟道，而我……，是我的一直不悟，加长了母亲同修的魔难，有愧！从同修那往回走，我想到师父的法“三教修炼讲无为 用心不当即有为 专行善事还是为 执著心去真无为”《洪吟》〈无为〉。想到陪母亲读法，读《周刊》，是有求，想让法改变母亲，是把我的观念强加对方，没有修自己；想到了善、慈悲、包容，是要容一个完整的人，乃至整个的万事万物，无一点私我；想到要主动清除自身被浸染的党文化毒素，要再听听《解体党文化》，最好看看《解体党文化》这本书。

——和八旬母亲一起修炼 见证无求而自得

我们就在摄像头的照射下挨个做完了所有的单元。完事后我和女儿都起了怕心，匆忙离开了小区，接着的几天里我们做真相看到摄像头都有些紧张和害怕。我和女儿交流，为什么会害怕呢？因为有摄像头。师父说：“大法弟子的正念是有威力的”《精進要旨二》〈大法弟子的正念是有威力的〉。我们的正念和神通就可以制约它，而且我们的身体是由高能量物质构成的，那个摄像头是分子构成的，我们比它还微观，它怎么能照到大法弟子呢？我们被这个分子构成的物质空间的假相给吓着了，而且信师信法不够，把邪党的迫害看大了，把自己看小了，承认被迫害。“你们越把困难看大，事越难 43

办，相由心生，那个事就越麻烦。相由心生还有这层意思，因为你把它摆高了，把自己摆小了。把那事情看的没什么了不起的，救人这么大一件事情，做你们该做的，心里踏实一点，碰到听到什么不太顺心的、不太如意的也别往心里去，堂堂正正做自己该做的事情。不被邪的干扰、不被它带动，那些不好的因素就不从自己这生，那邪恶就渺小，你们自己就高大，正念就足。真的都是这样。”《各地讲法十》〈在大纪元会议上讲法〉我悟到：你越怕它照你，它可能就照到你。我们把心放下，发正念清除怕心和摄像头背后邪党的邪恶因素并与它沟通，让它为大法弟子所用，起正面作用，帮大法弟子照明。以后再出去发真相遇到摄像头就不紧张了。

—— 不忘使命 疫情期间救人急

最后再提及一点的是：旧势力之所以能选在天灭中共进行时，安排出这么一场针对大法弟子整体来的检验与考核，也绝不是偶然的。是不是我们整体修炼出现了纰漏？叫它抓住了什么把柄？是不是我们太执着和太热心关注、甚至寄希望于西方社会脱共、去共、解体中共的浪潮；每天是否被这些事件牵扯而有一睹为快的人心浮动？是否有痛快感、解恨感，按捺不住的兴奋感而引起的急切企盼或者是不自觉产生了欢喜心、高兴、显示等人心。放松了自己的修炼，淡化了自己是修炼人，淡化了自己的责任和使命？！让邪恶钻了空子。别忘了一切都在师尊的掌控之中，是师尊说了算，谁说了也不算。我们真应该静下心来想想自己，归正自己，多学法，提高上来，正念正行走好最后的路，向慈悲伟大的师尊交一份合格的答卷。又及，我为什么写给老年同修呢？因为最近我得知看守所说：“超过七十岁，拒收”的事；又听说七十以上，在派出所关押不得超过多少小时。过去民间有句话：七十不打，八十不骂。可是我们在明慧网上看到七、八十岁老人集体学法被判重刑并罚款；讲真相被判重刑、罚款；在家里无故被恶警强行采血、按手印；被绑架派出所强行采集

各种信息等等。谁都知道中共既当婊子，又立贞节牌坊。一边残酷迫害，一边又装模作样立法。那我们就以此之矛击彼之盾，利用中共法律来反迫害，维护自己的老人权益，来曝光邪恶虚伪的无赖嘴脸，也是我们老年同修的优势。

——写给中国大陆的老年同修

“了却人心恶自败”《洪吟二》〈别哀〉，我在背这句诗时，忽然有种很有希望的感觉，觉的，只要我找到自己的执着，去掉它们，怎么叫去掉执着，就是努力按照法的要求做，并真的达到法的要求，你的执着就一定去掉了，也就是师父说的“了却人心”；具体讲，就是，扎扎实实做好三件事，多背法，多发正念，随时随地都能正念正行，善待众生（包括警察），多讲真相，多救人，坚定的信师信法，这样，邪恶就失去了迫害我的着力点，我面临的这场迫害也就化解了；这是决定这次事件成败（指解体迫害成功与否）最核心的部份，其它都是相对次要的表象。虽然是这么想，但我没有执着这个结果，我只是朝着这个目标努力，关键是过程中尽力做好自己。说实话，在看守所的时候，我并不十分确信，自己能解体迫害，很快走出黑窝，我只是很努力的做好自己，同时，我也确实感到解体迫害的正面能量在越来越强，我对自己能很快走出黑窝的信心也在越来越强。在看守所的第三十天，我以“取保候审”方式释放回家，监号里的不少人在欢呼的同时，也觉的意外；其实，我本人也有些意外。当然，仔细想想自己在这一个月里的所思所为，也就不感到意外了，因为自己放下了人心，真正做到了正念正行，信师信法，邪恶自然就败下阵来了，迫害也就解体了，因为师父说了，“了却人心恶自败”《洪吟二》〈别哀〉这就是不意外的真正原因。

——师父引领我正念正行、走出迫害

刚开始贴真相不干胶时，正念不足，常常顺着负面思维 45

而不知道那不是真正的自己，不知道那是旧势力的想法。我的脑中经常反应：我贴完，马上就会被撕掉。可我不会停止的，你撕掉，我再贴。于是，我贴的不干胶很快就会被撕掉。有一次晚间，我在自己住的小区门前贴完，就到别处去贴了。可是就在我回来时，就这么短暂的时间，我的不干胶就被撕掉了。我惊愕了，是自己的念不正、不在法上造成的。于是，我归正了自己不在法上的想法。再出去贴不干胶前，先发好正念：解体一切干扰我贴不干胶、毁掉不干胶的邪恶生命，阻碍众生得救的一切邪恶因素全部解体灭尽。请师父给开创一个不受干扰的环境。在贴每一张不干胶时，发出一念：请师父加持，邪恶看不见我。让毁掉真相不干胶的邪恶全部解体灭尽。众生啊，不要受邪恶控制啊！不要毁掉不干胶啊！这是救度众生的啊！你如果毁掉，就是造业啊！就这样，我用心贴好每一张不干胶。现在，我贴的不干胶经常能保持很长时间而不会被毁掉。

————— 贴真相不干胶的体会