



图：二零二二年十一月十二日，来自台湾各地近五千位法轮功学员在台北自由广场参加盛大的排字活动，排出“法轮大法洪传30周年”和耀眼的法轮图形。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：4870名

•三退人数：

自二零零四年十二月三日起退党（团、队）总计人数：404,836,767

•翻墙找到明慧网

自由门电脑版：<https://j.mp/fgp88>

自由门安卓VPN：<https://j.mp/fgv88>

无界一点通（安卓）：<https://s3.amazonaws.com/693/um.apk>

无界浏览电脑版：<https://s3.amazonaws.com/693/u.exe>

明慧网成立于一九九九年六月，致力于收集、整理和发表关于法轮功真相的第一手信息，维护和弥补迫害环境下中国大陆大法弟子的修炼环境。

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

在完成使命中提高心性 在正法修炼中修成新宇宙正觉

第1088期（二零二二年十一月十七日）

www.minghui.org



图：二零二二年十一月十三日，万里晴空如洗，来自台湾各地的六千多名法轮功学员汇聚在台北和平篮球馆，参加台湾法轮大法修炼心得交流会。

本期内容提要

【编辑部】注意安全

【编辑部】大陆出来的学员注意

【修炼】体悟到善的力量

目 录

◆明慧编辑部

 注意安全 3

 大陆出来的学员注意 4

◆海外综合

 海外学员正法修炼活动简报 6

 台湾法会成功召开 兑现誓约勇猛精進 9

◆大陆综合

 中国大陆学员近期遭迫害案例选登 10

◆修炼园地

 千万不要学人不学法 12

 读《红尘女子得以重见光明》想到老学员的责任 13

 保安培训提醒了我 15

 感慨 16

 体悟到善的力量 18

 不讲高 拘小节 看《九评》 20

 对“物质和精神是一性的”一点体悟 22

 什么让我没有了嫉妒心 24

 心性提高 魔难消退 27

 向内找实修自己病业消 30

 小事上去私心 33

◆时事评论

 道德腐烂的中国社会 还承受着多少“层层加码”？ 37

对城市)、反右(针对知识份子)、文革(针对全国人民和中华文化)、法轮功(针对信仰)等不停的运动中,导致了至少八千万人死于非命,就是这样来的。

回溯历史,可以了解今天。也就是说,中共的防疫“措施”都是“错施”,给民众带来了痛苦,也使中共“反人性”、“逆天而为”的无神论本质曝光于天下。江泽民就是利用中共爬上权力顶峰、又利用中共迫害法轮功学员,其层层加码更是到了令人难以置信的地步:江泽民在迫害之初直接下达的命令就是对法轮功学员“名誉上搞垮、经济上截断、肉体上消灭”。在这个基础上层层加码,那些邀功获利的“610”、国保、警察为所欲为,早已没有了任何道德和人性的底线。大家可以自己去了解,以正自己的视听,不再生活在党干部们制造的欺骗与虚幻中。

善恶在一念之间。每一个人做了什么事情,都要最终为这件事情负责。在善与恶的较量中,总有人明智的站在正义一边,却也总有追随邪恶的迷途者。在层层加码的防疫中,有的医生悄悄告诉求治者怎样去其它医院的办法,治愈的患者在网媒上感谢,却不敢披露医生的姓名。在层层加码的迫害中,有不少人悄悄保护法轮功学员,知情者在明慧网上披露这些良知善报故事,却一直不得不隐去当事人的真实信息,二十三年了。

中国有句话叫“人在做,天在看”,善恶有报是千古不变的真理。由一堆道德良心腐败魔化的人组成的邪恶之党,不遭报应吗?藏字石上“中国共产党亡”的谶言可能就要兑现了。让我们拭目以待。▲

【编者注:因篇幅限制,《明慧周刊》所收内容仅为明慧网每周内容的小小一部份,且多数文章为缩写版。交流文章代表作者在当前修炼状态中的个人认识,谨与同修切磋。请大家共同“以法为师”,“比学比修”。】

的规定，就会造成缺口泛滥，而真实的情况最上一级永远不知道，真知道一些时，很多做法的后果已经无法挽回。对中共官员来说，瞒报、掩盖已是常态，恶循环遍及各个领域和所有地区——官官相护，层层欺骗，以人民和国家的利益为代价，表现自己、拉帮结派、饱足私囊。每一级对下一级提出要求时，一定是层层加码，超过上级的标准，才会让自己被认为达到了上一级的指标。中共从头就是保它自己的权力、它自己的合法性，下面的官员也都是为自己，哪来的为人民？百年来，不谎报、不为自己捞权捞利的人，在中共体制内根本呆不下去。这样的党，你还对它报什么幻想呢？一纸卖身契，一部绞肉机，到头来玉石俱焚，血泪斑斑。

隐瞒和层层加码，这在中共历史早已不是新鲜事，但是由于中共对于真相的隐瞒，年轻几代的普通民众根本难以得知：在一九五一年的镇压反革命（针对有地产者、国军留在大陆普通人），中共发布文件：“很多地方畏首畏尾，不敢大张旗鼓的杀反革命”。一九五一年二月，中共中央又指示说除掉浙江和皖南外，“其它杀得少的地区，特别是大、中城市，应当继续放手抓一批，杀一批，不可停的太早。”毛泽东甚至批示说“在农村，杀反革命，一般应超过人口比例千分之一……在城市一般应少于千分之一。”以当时中国六亿人口计算，毛一声令下就有至少六十万人头落地。“反革命”界定并无确切的标准，这使得各地方抓捕地主，层层加码，只多不少，最终中共官方披露镇压反革命中，共杀害八十七万人，而外界学者估计被杀人数为一百万～两百万人，早已远远超过了千分之一。

俗话说，人皆有侧隐之心。人性中的善良，本来是一个社会稳固的根基，但是共产党就是要“反人性”——你们都不忍心执行命令、镇压反革命？那就下死命令，不留余地，不讲法律，直接下屠杀指标。从三反（针对农村）、五反（针

注意安全

【明慧网】迫害尚未结束，大陆学员注意安全的事，已经说了很多遍了，但总有一些人，遇到事情还分辨不清，或者不重视。

例如，今年海外学员中发了订购冬装外套的通知、有了“神韵作品”、“干净世界”、“希望之声”等一些可以订阅的内容，就有人在大陆学员中公开或半公开的集体征订，还出现“代购”等等各种花样，还有用支付宝、微信等大陆控制的支付方式付款的。

这些事，不仅涉及大陆学员的个人真实信息，包括姓名、住址、电子信箱、电话、银行卡等等信息；而且，究竟是谁拿走了这些敏感的个人信息、这个人是否可靠，拿走的信息储存在什么地方，存储的电脑等媒介是否干净、安全，都无法保证，所以这类做法从很多层面来讲都很不安全。大家应该学会举一反三了，否则下次有人再推出一个名目时，自己可能又不知道该如何做了。

顺便说一下，还有些学员习惯于显示自己和强加于人。比如炼功音乐，有了一小时的就自行制作两小时的、要求正式发布两小时的；还有人说层次高了就不用炼功音乐了，等等。个人有时间想多炼属于是个人的事，不要强加给别人，也不要抱着显示心。记住：任何人以任何形式改动师父的东西，都是乱法，后果严重。

最后再次提醒大家，一定要以法为师。学会以法为师才能不心如浮萍、不随波逐流。

明慧编辑部

二零二二年十一月十三日

大陆出来的学员注意

【明慧网】这些年从大陆到海外的学员越来越多，数量已经超过了海外原来学员。这部份学员的出国原因，有些是为了自己避难，有些是为了孩子上学、考神韵，也有是为了找到一个更宽松的环境生活和做项目等等，总体上看，还是以个人原因出来的居多，真正为神韵项目所需而出国的专业人才很少。

这部份学员给海外和大陆都带来了一些问题，比较突出的问题之一，是从海外给大陆传话、传小道消息，传的很具体，指导和鼓动大陆学员如何如何做。这种现象以前是从来没有的，给大局制造了新的麻烦。

在大陆时，很多都是给邪恶写过什么“三书”“五书”的，甚至配合邪恶做了更坏的事的；还有很多在大陆时是根本没有实修、没有走出来证实法、心思没放在讲真相救人上。出国后，以前跌倒过的虽然发表了严正声明，但“从新修炼”、“加倍弥补”谈何容易！这两个词的分量有多重！无论以前走出来过但又退缩回去的，还是以前根本未曾走出来的、没有真正履行大陆大法弟子在大陆救人的使命的，现在到了海外宽松环境才走出来，要想修去重多的人心、观念和党文化习气，也绝非易事啊，得奋起直追，真正在法上修，才有希望。

这些大陆到海外的“消息灵通”学员，虽然也想修炼、也想做项目，但却放任着自己的各种人心。显示心、好事心、勾心斗角、拉帮结伙、颠倒好坏对错、“老子天下第一”、“不以为耻，反以为荣”，这些不正是共产邪党的流氓习气和党文化的东西吗？为什么现在还不能识别和加以排斥呢？近期有个《分享干净世界的同修和我的对话交流》在大陆一些地区流传。据干净世界公司负责人确认，该人并非该公司的员工，公司内也没有讲过那样的话，但《对话交流》却说的

道德腐烂的中国社会 还承受着多少“层层加码”？

文：语明

【明慧网】疫情以来，街头巷尾的老百姓们，都在议论中共防疫的“层层加码”，道德腐烂的中共官员们，口口声声说是为了人民，但是百姓的生命受到直接威胁时，每一层都以“清零”为责任，禁止民众外出、把各自的责任推卸干净而已。从西安医院不接受无阴性记录证明而导致孕妇死亡，到最近兰州三岁幼童煤气中毒后因无人承责耽误救治而夭折，这仅仅是曝光出来的悲剧中的小小一部份，被掩盖着的不幸还有多少呢？

比如疫情对策，为什么就不能有一个明文规定说：如果出现生命危险的情况，可以前去就医。这不很简单的事情吗？不能，为什么呢？因为这至少会暴露出当地的疫情数字是假的一一不是零，也不是个位数。

大陆民众都熟悉这样一句话：（党的）新闻联播，除了日期是真的，没一句实话。中共的每一个层级向上汇报的数字，都是数字游戏。目的是，中共那些良心腐烂的官员们推卸个人责任、把悲剧篡改改为“政绩”。这些人道德丧尽、良知不再，其实对他们来说，连共产党本身都成了他们谋私利的工具——对他们来说，共产党的“伟光正”都不如他们个人的升官、发财、泄私愤重要，老百姓的福祉和性命算什么？草芥不如，不值一提。

所以，如果有一个规定说，有特殊情况可以特殊对待，那结果会是什么呢？结果是每一级都用瞒报、谎报对付上级。“上有政策，下有对策。”上一级也是这样对付他的上一级的，所以党内大家都明白：如果有一个特殊情况特殊对待

着拿起二嫂家的木锨三下两下，把玉米往两边一挪，就在门前开出一条一米见宽的道来。“这道又直又宽的多好走，你铺的那木板还得拐弯又不稳当。”我在心里不平的说：“二嫂平时那么善解人意，这时怎么有点自私了？不为别人着想了？”看着自己挪出的直通院门的路还有点沾沾自喜，觉的自己为别人着想呢。

第二天晚上，二嫂虽然自己挪出了和我挪的一样的道来，但是没有我挪的宽。我嘴上没说心里又冒出来：晚上又没太阳晾玉米，二嫂你要把道宽点留还累着你吗？可是我立刻警觉了：哎呀，我这为我为私的人心时时刻刻又出来啦，怎么还怨起二嫂来了，二嫂忙了一天，晚上为我们留出一条道来，不得谢谢二嫂的付出吗？

一天晚上去二嫂家学法，见屋里窗户关着开着电风扇，我进屋不假思索的说：“窗户怎么不开呢？透透气多好！”其实二嫂是想开两边有门纱的门通风，窗户开着会往屋里招小飞虫。我没有考虑别人的处境只是以个人喜好处理问题，说话也没用和平、善意的方式，伤害了别人都不自知。这些都是我该去的人心，该归正的地方。

以上是我修去私心的几件小事。我能够发现自己的不足并归正，还要仰仗于同修们互相鼓励，共同提高的学法环境。我们现在每天都把人民币新的、平整的、干净的积攒起来，由同修用熨斗熨平、压平，再印上真相短语，兑换给集市上卖菜的、卖鱼的、卖肉的等各行各业的人群。我们有的在集上讲真相救人，有的去人家入户讲，过年时我们就借送年画台历的机会去讲。在修炼的环境中，有了同修的帮助，在师父的佛恩浩荡下，我愿彻底修去私心，跟师父回家。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》▲

有眉有眼，混淆视听。之前还有自称有渠道给各种海外项目捐款、订阅的，传山上的内部消息、神韵的内部讲话等等，这类都是扰乱大陆学员的修炼和救人环境的。

到了海外不抓紧时间修炼救人，还自以为是的扰乱海外和大陆的修炼环境、救人环境，严重的后果想过没有？那些业力和损失自己能否承担的起？信的是自己还是神？需要正视这些问题了。

修炼没有捷径，只有脚踏实地、一思一念、时时处处对照法要求自己做到。在此特别提醒这些大陆到海外的学员，好自为之。这是特别提醒，请不要一看到批评就反感了，就把自己排除在外了，就起恶念了。大法弟子在宇宙众神的眼里是一个整体，维护大法、在世间走正，不仅仅是个体大法弟子的责任和使命的问题。

明慧编辑部

二零二二年十一月十四日▲

海外学员正法修炼活动简报

来自**台湾**各地近五千位法轮功学员十一月十二日在台北自由广场参加盛大的排字活动，排出“法轮大法洪传30周年”和耀眼的法轮图形。当天台北艳阳高照，学员们未经排练，但有序入座，画面殊胜而宁静，吸引许多民众、国内外旅客驻足。排字结束后，学员们举行大炼功。最后，整个活动在学员们齐声敬颂“师恩浩荡”、“谢谢师父”、“法轮大法好，真善忍好”的声音中画下句点。

每年的十一月十一日是**美国**退伍军人纪念日（简称老兵节），当天，全美最大的老兵节游行在纽约曼哈顿热闹登场。与往年一样，法轮大法队伍再次成为游行中的亮点，把真、善、忍的美好带给民众。法轮功学员组成的天国乐团、炼功队、旗阵、莲花舞蹈队、腰鼓队、横幅队、LED车逐一亮相，在第五大道上浩浩荡荡，中英文横幅“法轮大法”、“真善忍”分外醒目。经过主席台时，主办方“老兵委员会”（United War Veterans Council）的主持人高声说：“法轮大法！法轮大法有五套功法，倡导真、善、忍，他们每年都参加游行，感谢法轮大法的参与！”

美国加州圣地亚哥法轮功学员十月二十九日，在圣地亚哥港口的罗科公园（Ruocco Park）举办了近期第三次“真善忍画展”和讲真相活动。萨迪斯（Sadith）是从秘鲁来圣地亚哥参加国际会议的学者，她观看画展后十分震撼，很想了解法轮功是什么，并主动向法轮功学员询问中共为什么迫害法轮功。当她了解真相后，更为法轮功修炼者为了坚持信仰、不畏强权酷刑而感动。

加拿大多伦多法轮功学员组成的天国乐团十一月十二日应邀参加了第六十六届伦敦市圣诞老人游行（London's Original Santa Claus Parade），深受观众的喜爱。杰西卡

在细致的活上有些疏忽了，他不满意。这次姐姐一提，他憋闷的情绪象开了闸的洪水一样发泄了出来。说什么人家干不好不是背后有人给撑腰吗，还炼大法的！所有的怒气都冲我来了。说的话不干不净、骂骂咧咧的。因为丈夫血压高，姐姐就一个劲劝他别着急、别暴躁。当时我觉的很突然，当着婆婆和姐姐说我自己也就罢了，还提炼大法的了，心里有点不平，脸上挂不住。

我冷静了一下，认识到我还有为大法弟子打抱不平的心，有同修情，让丈夫误认为我们姐俩好，姐仨好的，向着同修合伙气他。我还找出了我为私的爱面子心，被冤枉而感到委屈的心。刚才丈夫这一番“表演”全是为了我提高而来的啊。

师父说：“你的心性提高上来，你的身体就会发生一个大的变化；你的心性提高上来，你身体上的物质保证会出现变化。”^[1]

丈夫这三次发火真是帮我消去了许多为私为我的物质，我的心性得到了升华，脖子的不正确状态彻底消失了。

二、与同修交往中找自己

在与同修交往中，我那为私为我的人心也会时时冒出来。

在农村，这个时候玉米都收上来了，家家户户门前晾满了玉米。同修二嫂家是学法点，她家院门外也是晾了满满一地玉米。二嫂在门外拐弯处留出了小道——小沟上放秸秆搭上木板，为我们推车进院铺好了路。我推着车子过去时感觉有点不稳。想起我自家嫂子因病业腿有点不正确状态，她铺的这小道能过来吗？心里想着嘴里就说出来了：“二嫂，怎么不把门前这玉米挪开个道，又直又好走。把玉米往两边一挪不就行了吗？”二嫂说：“我铺那条道能过呀。”我说：“我嫂子能过来吗？我都觉的不稳当，她行吗？”说

休息时，我的委屈心上来了：每天洗衣做饭，每个月有半个月侍候婆婆，忙不完的农活，又忙又累还不被人待见。眼泪就是控制不住。堵的心里难受，憋的脖子发粗。到了下午，脖子上象包了一层厚厚的东西，感觉被捆着，非常难受。连着打几个嗝才能舒服点。过了两天还是这样。

我修炼二十多年了，没有吃过药、打过针，没有病的概念。这时脑子里却有一种邪念说：长粗脖子了，生闷气容易得这种病。我拿镜子照照脖子，看看粗没粗。照过之后，我突然意识到：你没有病，是谁控制你去拿镜子？是谁控制你的手去摸脖子？这是为私为气的意念，是邪恶因素在钻空子。修炼无小事，小小的人心会将修炼人毁于一旦。我查找到：自己有不乐意被人说的心，有争辩自己做事正确的争斗心，有嫌弃丈夫不知道疼爱我的心，有看不上他说话粗俗的心。我知道自己需要提高心性了。再回想自己拿镜子照脖子的样子，感觉就象个小丑一样可笑。

一天早上，我把饭菜端上桌，丈夫和婆婆在屋里准备吃饭，婆婆喝牛奶，吸管就放在桌边的凳子上。我见饭还太热就出去在院子里给丈夫洗衣服。丈夫找不到吸管问我，我就告诉他在凳子上。他以为我在外边玩呢，大声吼叫：“你放哪啦？你不进屋找？”说着说着又骂起来了。这一次我很坦然，我知道是师父安排他帮我提高心性呢。

下午他找鞋，鞋在窗台上晾着，他就站在窗台边却看不见，又怒吼起来：“你放哪啦？我找不着！”又是一些不干不净的话说出来。我没有把这件事放在心上，没有偶然的事发生，他着急发火，发泄情绪，是师父安排的又一次帮我提高的机会。

过了几天，大姑姐来我家，吃饭时，问起我家果园的情况，这一下子又触及到了丈夫。因为女儿在我家住着，我要帮她看孩子没去果园干活，就雇了两位同修去帮忙。可能是同修

(Jessica) 女士说：“蓝白颜色搭配的衣服让我觉的他们来自仙境。这是我在整个游行中最喜欢的队伍了。”她还表示：“我觉的现在这个世界非常需要真、善、忍，正如我们所见，现在的社会充斥着很多不好的因素。真、善、忍能让这个世界变的更好。”

十一月五日，在**瑞典**哥德堡文化中心哥塔广场的上空，“法轮大法好”的乐曲伴随着震撼人心的腰鼓声，向世人传递着真、善、忍的福音。西人学员安娜(Anna)也交流了自己的修炼和用腰鼓传播真相的体会。安娜就是有幸参加当年李洪志师父在哥德堡举办的七天讲法面授学习班的学员之一。谈起二十七年前师父来哥德堡讲法教功的情景时，安娜的脸上挂满了幸福。

十一月六日，来自北欧四国的部份法轮功学员参加了在**瑞典**哥德堡举办的北欧法会，十五位学员交流了如何修自己、向内找、讲真相救人过程中的修炼心得。与会学员们表示，交流加深了同修间的了解，也看到自己的差距，激励自己更精进、多救人。

圣米歇尔广场(Place Saint-Michel)位于**法国**巴黎中心地带，是著名的文化街区。十一月五日，法轮功学员在这里进行了洪法、讲真相和征集签名的活动。醒目的横幅、展板，优美的炼功音乐，平和的功法演示，都吸引了来往的游人。很多人都签字支持法轮功学员，反对中共迫害，并鼓励法轮功学员坚持下去。

法国海外省瓜德路普公共心理健康机构(Etablissement Public de Santé Mentale)与蒙特朗医疗中心(le Centre hospitalier de Montéran)十月十四日至二十三日联合举办了“精神健康周”，加勒比海法轮功学员参加，向人们介绍法轮功及其真相。

因中共病毒疫情蔓延全球而中断两年的**日本**大道艺祭

典活动，十一月五日至六日在富士山下的静冈市再度举行。东京、大阪、名古屋、广岛、仙台和静冈当地的部份法轮功学员到活动现场，向民众传播法轮功真相，弘扬大法美好，并征集“制止中共活摘法轮功学员器官、法办迫害元凶江泽民”的签名。

十一月五日，在**澳洲**珀斯坎宁顿（Cannington）展览中心举办的年度农展会活动上，法轮大法展位受到民众喜爱和支持。西澳法轮功学员不仅向人们介绍法轮功，并免费教功；同时，在大舞台上演示了法轮功舒缓祥和的五套功法，还为观众带来了精彩的腰鼓表演。朱莉（Julie）女士说：“中共对法轮功的迫害是非常令人不安的。真、善、忍绝对是我们所需要的，尤其是在这个时代。这个世界还远远达不到真、善、忍的标准，我们需要更加善待彼此。”

墨西哥法轮大法心得交流会十一月五日在墨西哥城召开，十三位法轮功学员上台发言，交流了他们在正法修炼和救度众生中的心得体会。罗莎拉（Rosaura）分享了她是如何开始修炼的。当她请到法轮大法的书后，被书中的法理震住了。她回忆道，有一次在学法的时候，“我记起了我在师父面前立下的史前誓言，我哭的不行。”那一刻，她明白了自己在救度众生中的重大责任。英迪拉（Indira）分享了她在十五年前是如何得法的，以及从那以后她无数次亲身见证了法的伟大。加西亚（Garcia）在法会上分享了她在推广神韵中的体会。来自墨西哥各地的法轮功学员参加了法会。与会的法轮功学员表示，参加这次法会，感到十分受益。

哥伦比亚第五届法轮大法修炼心得交流会十一月六日举行，二十五名学员分享了他们在修炼、去执著和助师正法道路上的心得体会。在法会的前一天，十一月五日下午，部份学员到波哥大市的Parque el Virrey公园发正念，并向行人发放有关法轮功和在中国遭受迫害的资料。

看着人们欢呼雀跃，我们备受鼓舞。我在游行队伍里连续打鼓一个多小时也没觉的累，谢谢师父的加持！

过关中师父点化我“弟子正念足 师有回天力”^[1]，给了我无比的信心。感恩师父的慈悲救度！谢谢同修！

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈师徒恩〉

小事上去私心

文：河北大法弟子

【明慧网】我是农村大法弟子，小学文化，一九九七年开始修炼大法。得法二十多年，慈悲伟大的师尊每时每刻都在保护着我，为我净化身体，提高着我的悟性，没有因为我的不争气放弃过我。我无法用人世间的语言来感谢师尊。现在我想把自己修去私心的过程写出来交流。

一、在家庭生活中去私心

我家种着果园，白天几乎天天下地干活。晚上才能到同修家学法，所以我非常珍惜集体学法的时间。丈夫未修炼大法，这些年，他打过我，骂过我。我知道这是帮我提高心性，可有时心还是放不下。

每天下地回来，我都是手脚利索的做饭，快吃快喝。而丈夫呢，则不紧不慢，稳稳当当的该吃吃该喝喝。我有时心急会催促他。有时候太晚了，我就先去学法，回来再收拾碗筷。

今年八月的一天，我和丈夫在果园干活。因一项活干的不合他心意，他气急败坏的大吵大骂，声音高出平时几倍。我当时想：你就骂吧，闹吧，我不往心里去，我提高心性。正值中午，三十多度的高温，在树底下干活，我已经是大汗淋漓。就这样挨着骂干着活，他骂够了，出气了，我俩回家了。

我承认这是“病”，稍不注意就被它们钻空子。所以我尤其注重清理自身，以前发正念清理自己时，经常是整点钟声响了，心中一惊：这五分钟自己并没发什么正念啊！没发好下次注意！得过且过，从不重视，现在我深刻体会到师父让我们清理自己的重要，师父让我们做的三件事哪件事都不能含糊啊！

我在电话平台给公检法人员讲真相，由于邪党干扰，电话很难接通，更造成组内一些人员流失。自己嘴上说随其自然，都是大法项目，谁做什么都一样，心里却放不下，时不时抱怨：A同修推神韵半年现在上不来了；B同修请假三周也不想的平台打电话了；D同修车游，现在也打不了电话了等等，抱怨，这不都是怨恨心吗？现在这些心我都能放下了。

同修发我一个视频：一只金黄色大红冠子公鸡正伸着脖子十分卖力的在打鸣，声音拉的很长，由洪亮变弱，渐渐越来越弱，直到缓不过来气，突然一个倒毛儿向后翻过去，挣扎了一会才缓过气儿来，抖了抖身子才站稳。我想，同修发来的这个视频点化我什么呢？显示心，争斗心、好胜心，这些心我都有，不断反映出来就不断的去，发正念清理它。

八月二日当地一个警民活动特邀我们腰鼓队为他们的活动助兴。那天我负责打“法轮大法好”的横幅。开始时队伍行进速度很慢，不一会儿就和前面距离拉开了，我们就加大速度快步前行，没走几步，我前胸就开始痛，我一边否定旧势力的安排，一边和着腰鼓队的音乐大声唱着“法轮大法好，法轮大法是正法，佛光普照……”一直到终点。腰鼓队在美国这里非常受欢迎，到了终点我们又为民众表演，这时我啥事都没了，同修说我气色很好。活动结束后，觉的一身轻，是师父给我拿掉了很多不好的东西！

八月十四日震撼曼哈顿的多米尼加日大游行，法轮功是唯一受邀的华人团体，观众人山人海，腰鼓队尤其受欢迎。

台湾法会成功召开 兑现誓约勇猛精進

【明慧网】二零二二年十一月十三日，来自台湾各地的六千多名法轮功学员汇聚在台北和平篮球馆，参加台湾法轮大法修炼心得交流会。

这次法会共有十九位学员发言，交流他们在修炼中内找自己、实修心性、用心救人的体悟，深深触动每一位在场的学员。

在媒体工作七年的吕文馨表示，刚开始是抱着全身心投入媒体讲真相的心态来的，即使加班到凌晨，也不漏掉晨炼。但随着工作时间增加，没修去的人心也相继凸显出来。在面对每周工作七天，每天只能睡三小时的情况下，她发现内心的妒嫉是源于分配不公，而不是工时多寡。在不断学法中，她意识到因为自己的利益心放不下，才会出现种种针对她执著心的矛盾。仔细向内找后，才顿悟师父的苦心安排，都是为了要帮弟子去掉名、利、情的执著。

好蕤是高二舞蹈班学生，虽然从小跟着母亲修炼，但到了艺术高中习舞后，才真正惊觉到什么是“修炼”。她体会到修炼不是每天有学法有炼功就叫修炼，而是必须按照师父的要求真正去做到、去实修。

从事看护工作的越南学员皇氏河表示，虽然过去常跟着家人烧香拜佛，却不知道拜佛的真正意义，直到经由弟弟介绍听了师父讲法，才明白什么是修炼。得法前，皇氏河有鼻窦炎，脊椎又长过骨刺，手腕也因为发炎骨头肿大，手举起来都歪歪的。一次睡梦中，她感觉有三、四个人在拉她的手、腰和背部。醒来后，她悟到是师父法身在帮助她调整身体。现在皇氏河的双手都变直了，手腕的骨头也变平了。

台湾法轮大法修炼心得交流会在下午四点半左右圆满结束，无论新老学员都在同修真摯的发言中深受触动，并不断鼓励彼此把握时间兑现誓约，比学比修，勇猛精進。▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

广东 惠州市博罗县法轮功学员赵天华、陈华良、练日光，二零二一年五月十一日被博罗县公安局国保大队和九潭派出所警察绑架、非法关押、构陷。二零二二年十月二十七日被惠州市惠城区法院非法判决：赵天华被非法判刑七年、勒索罚金五十万元；陈华良与练日光都被枉判四年、勒索罚金两万元。三名学员均对判决表示不服，已提出上诉。

山西 太原市法轮功学员季国荣被非法判刑五年，勒索罚金，现被非法关押在山西省晋中市榆次区女子监狱。季国荣二零二一年十二月十四日只身前往晋源区金胜村讲真相，被金胜村派出所和晋源区公安分局联合绑架并非法抄家，后被非法关押到太原市古交市第四女子看守所。

内蒙古 赤峰市现年五十六岁的法轮功学员王秀芳在元宝山电厂打工，二零二二年七月十三日给人讲大法真相，遭到受谎言毒害的人恶意举报，被绑架、构陷，又被非法判刑四年，现在正在上诉。王秀芳曾多次被中共当局绑架，两次遭非法判刑（累计刑期七年多）、三次遭劳教迫害共六年又加期五个月。

山东 东营市法轮功学员白兴文二零二二年十一月八日被东营区法院法官纪鹏辉非法判刑三年半。白兴文说：“我按照真善忍修炼做个好人，我有什么罪了？”并当庭表示要上诉。白兴文和女儿季英梅二零二一年七月十五日被海滨分局警察绑架、构陷。季英梅经历了中共邪党从身体上、经济上、精神上的高压迫害，于二零二二年十月九日含冤离世。

辽宁 大连市法轮功学员徐桂莲因信仰法轮大法，被劫持一年半后，目前被非法判刑三年，被非法关押在沈阳于洪区女子监狱。八旬的母亲失去徐桂莲的照顾，患病的丈夫也失去依靠。

接下来的那次长岛游行是历次长岛游行路程最长的一次，我一路发着正念走完全程，结束时，在停下来的那一瞬间突然一阵眩晕，我抓住旁边同修的肩膀才站稳。我发正念，很快恢复正常。这两次病业假相使我警觉，到底哪出了问题呢？

前几天跟同修发生矛盾，各执己见，争执的很厉害，谁都没能说服谁，下楼时感觉头有些晕。联想前几天的心脏病业假相，这是师父通过这事让我找自己呢。争执这不就是执著心吗？谁对了又怎样？在法上提高了吗？！没有，只是又加强了执著，暴露了自己的魔性，那强烈的争斗心！往深挖：坚持自己，好为人师，别人不服气，不听，自己又生出怨恨心；不向内找，指责别人；不愿意听不好的话；做事不能先考虑别人；自己修的太差劲了，修了二十几年还有这么多的执著心。

师父一再讲，让我们在矛盾中无条件向内找，同修的表现就是我的一面镜子，是我没能理解师父给我们安排的修炼形式，还人心泛起，唇枪舌剑争人的理，这哪象是修炼的人哪？我泪水一个劲儿的往外流，内心无限感恩师父的苦心安排。

现在我非常注重修自己的一思一念：某某说话逆耳，不愿意听了；某某做事不顺眼，不愿意看了等等，出现这些情况就立刻发正念清理这些负面思维，告诉自己，听师父的，就想别人的好的一面，情况马上就不一样了。

自从长岛那次心脏病业假相出现，此后陆续出现几次小的病业假相：倒垃圾时、上下楼走急了、突然有人喊我做什么的时候都可能出现胸部痛，头晕。我加强学法，发正念，否定旧势力的安排同时清除趁机迫害我肉身一切黑手烂鬼、共产邪灵和中共恶党的一切邪恶因素、清除虫子、细菌等迫害我肉身的一切邪恶生命，无所不包，无所遗漏。

同修提醒我要顺着表象深挖病业假相的原因，我找到自己思想中不好的思想念头和不好的观念，是这些东西在代替

许是这个原因、那个原因，因素的因素太复杂了。所以那些年出现魔难时，在心性上这么找，那么找，其实是有条件的在“向内找”，好象是在为消除魔难而修。因此干脆把心放下，不去针对某种魔难“对号入座”今天哪做错了，而是平时就应该按照修炼人的标准一思一念修自己。不再看重身体上的各种魔难。以前可能就是老在这方面找原因，误的时间太长形成一种找执著的执著。有了这些认识。不知不觉业力什么时候、什么原因消退了也不知道，不过多的想它。身体某部位什么时候难受了、什么时间又好了想都不想，有时都忘了。比如，有只胳膊疼了很长时间，手抬不起来（不影响垂直用力），不知不觉什么时候好了，现在都想不起来是哪只胳膊。

常人的顺心事、高兴事都是名、利、情的东西。吃苦、麻烦，对修炼人可能是好事。遇到魔难的时候如果能用修炼的正理看待、把它当作是好事，它就不是魔难了，是提高的因素。

向内找实修自己病业消

文：美国大法弟子

【明慧网】近一段时间，我经历了一场病业魔难，写出来向师父汇报，与同修们交流。

我幼年时身体很弱，先天性心脏病，心间隔缺损，持续走快或上坡就前胸发紧、痛，如同跑马拉松后的感觉，感到气不够用。今年六月参加腰鼓队纽约长岛的游行，途中前胸剧痛，以至脚步凌乱，举臂艰难，我发正念并否定旧势力，好不容易坚持到终点，一下子趴到终点的交警用的路障上，缓了一阵子，又找个座位趴在桌子上。过程中我一直正念否定旧势力的安排，坚信自己的身体是师父再造的，是不受低层法理制约的。离开长岛时，身体已恢复正常。

辽宁大连市四十七岁的法轮功学员刘红霞，被跟踪绑架、非法关押构陷，在身体极度虚弱、半躺在椅子上的情况下，二零二二年七月十三日被甘井子区法院强行开庭，被非法判刑四年、勒索罚金四万元。非法判决后，刘红霞被送进ICU、生命垂危，甘井子区法院仍拒绝其“保外就医”的申请。刘红霞于十一月八日早晨含冤离世。

湖南长沙市法轮功学员龚湘晖女士，二零二零年十月二十七日被长沙市五里牌派出所警察绑架，被非法关押在长沙市第四看守所；二零二一年十二月七日被浏阳市法院非法判刑三年四个月。二零二二年七月，她被劫持到湖南省女子监狱迫害。

河北衡水市景县法轮功学员杨迎春，二零二二年七月一日被景县法院非法开庭，二零二二年九月份，被诬判三年。二零二零年，杨迎春在给三个学生讲法轮大法好的真相时，被恶意举报，遭景县公安局绑架，后被“取保候审”。景县公安局警察伙同检察院和法院，黑箱作业，罗织罪名，构陷杨迎春。

北京密云区现年六十一岁的法轮功学员来秀春女士，二零二二年十一月八日在家被北京密云法院非法开庭，后被诬判两年。二零二一年九月十五日，来秀春在讲真相时遭人恶告，被绑架、非法抄家，后被“取保候审”回家。二零二二年这一年，当地公、检、法不法人员多次闯到来秀春家，实施骚扰、抄家、绑架、强行体检，并一度欲非法拘留，因拘留所不收，只好放人。

吉林长春市六十八岁的法轮功学员吕丽珍，二零二二年六月被长春市朝阳区法院枉判两年六个月、勒索罚金五千元，于十一月三日被劫持到吉林省女子监狱继续非法关押迫害。吕丽珍二零二一年十一月十一日上午被西安广场派出所绑架、非法抄家。▲

千万不要学人不学法

文：大陆大法弟子

【明慧网】有一部份学员学人不学法，衷心的希望这些同修们认清自己不在法上的行为，归正自己，不留下遗憾。其中一些典型的表现有：

（一）学法少，侧重交流

他们经常组织一些学员交流，交流时经常是听他们认为修的好的学员讲，很多话题都是所谓的开着修的学员讲。讲者夸夸其谈，学员听的津津有味。晚上一交流就是半夜，有时外地车来接学员，有时市里学员开车前往。有时在市内开交流会。最近，他们有时带着吃喝到学员家交流，交流的内容是：同化、善解。大意是：在修炼中如果你身体哪有不舒服的地方，你就和那不舒服的地方的生命沟通善解，因为它也是生命，善解同化到自己的小宇宙中去，很快、甚至马上就。如，某学员嘴唇上起一个水泡，水泡也是生命，和它一沟通，马上水泡没了。什么执著心出来了，和它善解，马上执著心没了。一听说什么都是生命，所以有的学员一段时间晚上吃完饭就到外面去救度花、草、树、木，忙的够呛。有的学员认为某某修的高，到处宣扬他们市某某修的最高，其次谁谁修的高。

（二）执著圆满，唯我独尊

二零二二年五月二十日，明慧网发表了法轮大法佛教会的《订购通知》。这些人按捺不住自己，问他们熟悉的人，谁定棉服，还有帮助量尺码的。前些日子，他们中有的学员还到处给学员照像，包括五套功法的动作，说发到网上，学员有照的，有不敢照的，还有把学员的照片放到莲花上的，

我第一念答道：“没事儿。”（心想有师父保护）嘴说没事儿，疼的真难受。强忍着扶着自行车回了家。晚上也是强忍着炼完五套功法，炼功前整个脚踝周围肿的老高，炼功之后马上不痛了，早晨起床发现脚踝也不肿了，只是整个脚踝皮肤都是紫黑淤血。心想：“修炼大法太神奇了”，家人也觉的太不可思议。回想起当时作为新学员的自己，也算是正念吧。修大法了，如果还把自己当作常人肯定是过不去。

但在这二十多年的修炼过程中，这只是初期过关中小小的心性考验的开始，之后是魔难频频。曾几年中多次出现大量吐血块、拉肚子、皮肤出现瘙痒水泡、发烧咳嗽、四肢无力、腰疼等等状态。有的时候是来势汹汹；有的时候突然出现，有的时候断断续续，连续性或间断性的长期处于魔难中。但因为师父看护，不影响三件事和工作与生活，比如：全身都是水泡，可露在衣服外边的皮肤却没有，不影响与人接触；出现严重影响工作的状态时，几乎都是休息日，到上班时恢复正常；嗓子嘶哑发不出声，但在工作会议上却可以正常发言；一次从电动车上摔下，膝盖处摔破了一大块皮，可没出血，流出的是水；身体再怎么难受，想要做三件事时马上精神起来。这些超常现象让我悟到是消业等等，不是常人的病。因此更坚信有师父保护。当然，光有这点认识还非常肤浅。学法时间长了，渐渐认识到：要真正按照大法修炼人的标准提高心性，不能老停留在进大法门初期祛病健身那种认识上。大法修炼是神圣而严肃的，总想身体舒服而不重视修炼心性，执著心那么多、那么重，师父怎么保护呢？师父会保护常人怎么过的舒服吗？同时自身欠的业债不还，光想舒服怎么行呢？是违背法理啊。觉的这是问题所在的主要原因。

再一个原因是看不到真相：也许是旧势力邪恶的干扰迫害；也许是自己欠的债；也许是自己哪里没做好造成的。也

二是邪恶迫害的心理压力（魔难）。我在面对邪恶迫害方面颇有感慨。得法初期那些年，面对邪恶的迫害，不怎么会讲真相。到北京上访、在各派出所、拘留所、看守所等邪党迫害机构，只是被动的、很局限的讲法轮功如何好，自己如何受益，没有把被迫害的角度转过来，把它当成是过关的魔难。经常是一听说“警察”、“派出所”等名词心生寒颤，看同修交流都不想看被迫害部份，可想而知对邪恶的那种“怕”有多重。

学法中也知道面对迫害该怎么做，可一想到被迫害就怕。直到五年前一次发真相资料被绑架之后，那种“怕”才有所减轻。因为那次被绑架的经历，让我体验了一下当“主角”的感受。在两个派出所里，有时机就讲真相。有两、三次一群群警察在我面前集体听真相，越讲正念越强，思路清晰。直接感受到师父加持正念的强大能量，当时那种怕心消去很多，结果几小时正念回家了。从那以后迫害机构人员时不时的上门骚扰迫害，面对迫害就是讲真相，有一两次没讲反而生出怕心，被邪恶牵着思维走，那种感觉就是在被迫害中。之后很后悔，吸取了前几次教训，以后每次都主动讲真相。不错过每次机会。一波又一波的、数十（人）次上门来搞迫害的那些人，绝大多数听完真相后平静的走了，也许是邪恶因素消退了。每次他们上门来的时候，感觉有种物质压过来让我产生怕心。他们听了真相走了，好象压在心上那些“怕”的物质散开了，轻松多了。面对迫害机构人员，那种观念也转变了，没了以前那种“怕”，觉的是给他们讲真相的机会来了。

再就是身体上的魔难。修炼当初，因学法不深，遇到魔难时，具体咋回事，不清楚。但有一念：有师父保护，不会真正有事。一九九八年刚得法一个多月，工作中从二楼的高度坠落，脚跟儿着地摔落在地上站不起来。同事叫我上医院，

做出一整套等待圆满的架势。这部份人中有的自称她看到某场景了，很多人在往上修的时候，到了一定高度走走走，都掉下去了，她自己走过去了；还有的学员说：我就是法，法就是我。更有为其吹捧的学员说，她修的高。

这些都判断不出来，是不是“学法而未得法”呢？我们的修炼一定要以法为师，不能学人不学法。事事处处用师父的法来衡量，向内找，实修自己，听师父的话，做好三件事，才能跟师父回家！

读《红尘女子得以重见光明》 想到老学员的责任

文：大法学员

【明慧网】在读这篇文章后，我就睡觉了。晚上做了一个梦：本地一个协调人督促一位新学员做的更好，那位新学员各方面都做的很好，已经尽力了，可协调人却认为她做的不够，应该做的更好，结果那位新学员一气之下不修了。醒来后，我仔细回想梦中的场景，想到这是一个很严肃的问题。

同修在文中说：“得知身边有部份老年同修需要真相资料后，我便开始热衷于做资料，买来的打印机一个比一个大，学法时间一天比一天少。这样，尚未真正走入大法修炼的我，被邪恶绑架、抄家并冤判四年。在人心执著和家庭压力之下，我刚开始就妥协了，写了‘悔过书’。”

看到同修的经历，真的很痛心，这些年多少同修因为类似的情况被迫害，有的甚至走向反面，这不能不引起我们的重视。

其实回想这么多年的正法修炼，我觉的对新学员的被迫害，很多老学员是有责任的。文中提到的那些需要真相资料

的老年同修们，和其他相关同修，不可能对这位新学员的状况一点也不了解，怎么能那么心安理得的让新学员大量给自己提供资料？我们都知道讲真相不能讲高了，得根据世人的接受能力去讲。那么其它事情不也是同样的道理吗？

我记的一九九九年邪党刚开始迫害大法弟子时，因为那时我已经走入修炼两年，明白应该走出来和为什么要走出来，可是对于很多新学员我却有点操之过急。那时我正在大学读书，得知某女生天目看见师父的巨大法身在云层中伸出手，把她托住，让她选择，是走出来维护法还是在学校复习功课准备考试。她对师父法身说她还得考试呀，不能去上访。我去找她“交流沟通”，督促她也无果，还很着急。多年后，回忆此事，吓出一身冷汗。其实那个女生才修大法几个月，对大法理解不深，参加学校考试才是正确选择，我当时表面看是做好事，其实是做坏事，在毁新学员。

当时在我们学校里还有位男同学，那时刚走入大法修炼半个月，老学员就和他交流了很多，具体内容不详。结果后来那个男生就去北京上访，被劳教，结果在黑窝里面当了邪恶帮教。多年后我在网上联系他，怎么劝他也不听了，他一再认为他学大法是被骗了，他甚至比没接触过大法的同学还难救，已经什么都听不进来了。相反我在网上联系到一些其他同学，都是当年学过法的，有的自己还在学，有的不修了，但是对大法还很支持，完全是正面的，这些学员虽然当时对大法认识不深，但是因为没被迫害过，有的还救了自己的亲人，和家人一起看神韵光盘。

这些年我还接触到有的新学员，也是听了某些“老学员”的建议，在夫妻生活方面走了极端，给自己修炼带来很多麻烦，把自己的家人推向反面，造成很多负面影响，不但没救了人，还毁了人。

当然在修炼中，有很多学员放松自己，不精进了，那当

都是在法轮大法中修炼而达到的啊！身心受益，真的是无法用语言表达对师尊的感恩！

心性提高 魔难消退

文：大陆大法弟子

【明慧网】一个生命能够被大法救度是非常幸运的。而大法修炼者不只是被救度，是更神圣，是生命的纯净与升华——返本归真，返回到大法给予最美好的境界。所以，大法修炼是在不断的去掉自身不好的物质、纯净自己，以致达到大法不同层次的标准。这个过程可能就有吃苦、麻烦与各种过关与魔难。

二十多年，我历经了大致三方面的魔难。一是剜心透骨的心性魔难，与同事、家人甚至同修产生矛盾时，经常过不去了才知道向内找。表面上也知道修炼人应该时时刻刻都用“真、善、忍”标准衡量自己，可刺激人心的东西变换着各种方式出现的时候，很难守得住心性。有矛盾过不去的时候觉的修心太苦、太难了，尤其是家人常在气头上指责我说：“好好一个家，三天两头来人找麻烦，都是你造成的。”

我修炼大法做好人、更好的人，她们是直接见证与受益者，却这样责怪我，心里无法平静，我说：“你明知道邪党迫害好人，你不找他们评理，反而埋怨我修炼法轮功给你们带来了迫害与压力。”她每说这话的时候，我觉的她太不可理喻，心里极其委屈难受。现在看，是自己真相没讲到位；把常人说什么看的太重，法理不清：用修炼人的认识去衡量未修炼的家人。觉的委屈、难受的本身是“情”的感受，如今跳出“情”看问题，认识到自己的修炼状态：放不下情，就走不出人。心里明亮多了，压在心里委屈、难受那种东西散开了。

那是修炼大法以后了，我们教研组有三位教师，我是组长，另两位比较年轻，其中一位刚刚毕业参加工作，我们相处的很融洽。

作为修炼人，我要按照大法中标准要求自己，尽心尽力做好工作，帮助年轻教师，毫无保留的把我的经验介绍给大家。所以我们教研组在学校整体工作中，一直是很优秀的，如在课后辅导、特色教学、在第二课堂上等等的活动上，一直是很突出的。

在教师节到来之际，学校领导评选优秀教师，我们组的另两位教师都被评为优秀教师了。颁奖的时候，搞的很隆重。全体教师、学生都集中在操场，各个学年、各个班级，都按纵队坐好，教师坐在中间，统一服装。在众目睽睽之下，在座位安排上，要求获奖的教师坐在前几排，坐在后几排的就是没获奖的，这样一来反而把没获奖的教师弄的很突出。

这还没算完，获得优秀的教师一组一组的不断的上主席台领奖、照相。没获奖的教师坐在那儿看着，有的人有些不自在，有的情绪显的很低沉，他们一定觉得很尴尬，而且学生也不时的在向这边张望着。坐在那儿，我心里却很平静，没有波涛起伏，即使有一点点涟漪都被大法的法理给平复了。

后来有的学生还和我说，老师，你应该是优秀教师，你没被评上我们心里都不服气。学生还说，你们组是优秀教研组，你是组长，你怎么还不是优秀呢？我笑着说，我不看重这个。

是啊，此时非彼时，此时的我，是不是优秀都无所谓了，心放的很淡了，没有了妒嫉。只想付出，不想回报，所以内心是轻松的、愉悦的。不管在哪里，我都会按照大法的要求尽心尽力的工作，对的起学生、对的起家长、对的起我的这份工作。

有的同事说我波澜不惊。我能做到与世无争、坦荡、平和，

然是做错了。有的人执著手机、玩，找学员聊些家长里短，年岁大了最后得了重病。

保安培训提醒了我

文：大陆大法弟子

【明慧网】最近找工作不太顺利，我误打误撞的去找了一份安保工作，参加了一点岗前培训。现在的安保人员是不能够随意翻看行李的，检查行李也要要求客人自己亲手把包打开、把东西拿出来看；工作人员不能未经允许随意翻看客户的东​​西，哪怕是安检存疑的包裹。

我想作为普通公民，警察也不能私闯民宅，不能侵犯别人的肖像权。遇到紧急情况时，警察会带上警棍迅速赶往现场，控制嫌疑人，不能让人跑掉或者做出什么危害公共安全的事，然后等待上级领导到场，进行后续处理工作。

说来惭愧，我二零二一年曾经被不明真相的人举报过。由于正念不足，当时认为自己是讲的真相，最后还是录了口供、签了字，被执法记录仪录了像。他们说的“批评教育”，我还回答了一声“晓得了”。其实现在邪恶因素已经很少很少，一般人遇到举报法轮功的看起来都不太明白发生了什么事，哪怕举报人大吵大嚷的让保安大爷赶紧把我抓起来，人家听了也是一脸疑惑不知道自己该干嘛。公安部门的工作人员可能身上的邪恶因素稍微多一点，但是如果我们心态比较稳、比较祥和，发过一两个小时正念以后他们还是会变成正常状态，目光和悦的打量我们是啥人。

那天我说完这句“晓得了”，脑中就打进一个念头：“你还是没有及格。”如今通过常人的工作培训，才揭晓了答案。惭愧。

希望同修们正念更足一些，要对大法、对自己有信心。

我们就是合法公民，我们没有去偷、去抢、去做危害他人的事，他们就是应该象对待合法公民那样对待我们，不让进屋他们就不会进屋，我们不给身份证、不签字、不按指纹，他们就不能强求我们按，也不能随意给我们录像的。打疫苗也好，上医院检查也好，这些事情我们自己就可以办好了。我们不要他们操这份心，他们真的就没话说，挂了电话就没敢再打过来。我们说要回家他们可能也没话说，我们不是嫌疑人啊，他们管不着的。

感慨

文：海外学员

【明慧网】看了明慧编辑部《大陆出来的学员注意》一文，有些感慨。

中共一九四九年篡夺了中国执政权，所以大陆一九五零年以前出生的人，如果在上世纪五十年代进入小学，就已经开始被灌输集体、国家而淡化家庭的概念和责任了。合作社、人民公社、为党为国等等，父母和老师的教育权被党剥夺了。

上世纪五十年代出生的人，则直接在各种剥夺业主、地主、知识拥有者的政治运动中，切断正常中国文化的承传；虽然当时，在家庭里、社会上，多少还能找到“解放前”的文化遗迹，有些印象，但这批人从学校里、从上山下乡中学到的，往往都是很遗憾的、与宇宙特性相反东西了。从小被植入的流氓强盗观念，从小看杀人，看打砸抢，后来在文革中自己也敢打死老师，打死“反革命”，也打砸抢。这批人快成年时被“上山下乡”赶出城市，在成人的那个年龄段，大都被剥夺了正常升学、正常生活的机会，鱼目混珠的社会成了磨砺和污染他们的大学堂。

上世纪六十年代出生的人，父母大致是三十年代后期

的工作没有成就了似的，没有被人肯定了，就如同被否定了一样。面子上过不去，利益上也放不下，所以人人都是争名夺利的。当时身在其中的我也是一样的想法。

就这样，她当了优秀好象反而在办公室被孤立了。我当时对她也有点疏远，都不愿和她一起散步了，就好象感觉自己和她不一般高了。她那时候一定挺苦恼的、挺孤独的。其他人背后也说三道四的，有的认为自己怎么干也闹不出来个好来，办公室的气氛反而不和谐了。

现在想想，那时的心性多不好啊！如果那时候我修炼法轮大法了，我不会这样对待的，我会高高兴兴的祝贺她。现在我越发的觉的法轮大法的可贵啊！和得到大法的幸运、快乐！

后来记的一个偶然的机，听到一个经常和校长玩麻将的一个同事说到她是怎么被评上优秀的。因为在那之前，她公公去世了，她请假要回家去奔丧，校长没给假，她就没能回去，因为我们是寄宿学校，每个月师生只放一次假，这件事我们办公室的人都知道。后来在麻将桌上，别人和校长聊天时就说应该给假，说，公公去世，儿媳妇不到场，让人看了也不好啊！校长也觉的有些愧疚，感到这事儿做的不对。为了弥补一下自己的愧疚、安抚一下她，校长就把优秀的名额给了她。

我当时一听愣了，对我震动也很大：啊，优秀原来不是看谁干的好就给谁的啊！而是校长找平衡啊。那我们下边的员工为什么要那么认真呢？眼睛盯着优秀的名额呢？一个个唉声叹气的、心灰意冷的。有的人没当上优秀觉的这工作干好了也白干，干的没劲儿，干多了也没人看到，好象打击很大。现在想想，人就是执著这些事。

当我修炼大法后，读到《转法轮》里关于妒嫉心的内容时，我一下子就明白了。师父讲的太明白了！明白了这个法理，还有什么放不下的呢？！说起来还有一个可以对比的事呢。

什么让我没有了嫉妒心

文：大陆大法弟子

【明慧网】一天学《转法轮》，学到嫉妒心的内容，我想到这样一件事，让我觉的法轮大法的可贵，和得到大法的幸运、快乐！

那是在我还没有修炼法轮大法之前的一件往事。我们办公室有个同事，我俩年龄相仿，个头相仿，当时也都挺讲究穿戴的，在审美观上也有相似之处。所以我俩关系挺好的，一个办公室，干什么都好在一起。

我记的有一个学期末，她拿一个表格让我看，是优秀教师登记表，她挺含蓄的没有直接说，拿出那个表格，是间接告诉我她被评为优秀了。

当时学校评比也不透明，让谁当就给谁一个表格填上，其他人什么都不知道。最后学校在大会上一公布，发个奖品、奖金之类的。

因为我俩关系比较好，她提前告诉我了。在中国大陆那样人心复杂的环境里，人们得到一点好处，一般是不敢轻易告诉别人的，真的是怕别人嫉妒的。

我当时看了感觉很突然，可什么也没说，也没祝贺她。表面上不动声色，但心里却觉的不是滋味、不舒服、不平衡。当时心里的想法就是：我俩天天在一起，她也不比我多干，干的也不比我突出的；我也不比她少干，干的也不比她差，怎么就让她当优秀了？心里不服气，波涛起伏的，嫉妒心出来了。因为那个时候还没修炼大法，也不懂得去规范自己的身心，在工作中争名夺利，遇到事情思前想后，晚上失眠，真的是很苦很累呀。

我感到周围很多人都有个不正确的心理，就是觉的：在一个单位工作，别人评上优秀了，自己没被评上，好象自己

出生的，父母从小学就受党的教育，即便有心找到传统读物、理念，可能也只有文革后被归还的残存旧物中去找寻了。好在六十年代推出了一个“学雷锋”，一直持续到七十年代初，这对在七十年代懂事的中国人以及他们的父母，在保持道德正确内涵方面，多少有点正面作用。至于真实的雷锋境界如何、“学雷锋”宣传中有多少造假，那是另外的话题了，邪党干事，不造假不能活。这批人在批“师道尊严”、“评法批儒”、“批林批孔”等另一批运动的叫嚣声中走入小学，到上大学年龄时国家恢复了高考。八十年代毕业后率先自费出国留学的大致是这一批为主。穷学生苦学中减少了被邪党污染的机会，抱着对正常社会的尊重，学到一些有益的价值观，同时因为所学的专业，又可能变的过于“科学”。

上世纪七十年代出生的人，如今也都五十多岁了，性格、观念、思想、做事，都是党文化中强化出来的，与正常的中国人的道德观念不但大相径庭，而且很多都是相反的。七十年代出生的中国人，从小接受的是“国外有个加拿大，中国有个大家拿”、“个性解放”、强调自我、做“强者”、“适者生存”、幸福、享乐，而“责任”成了被讽刺和抛弃的概念，社会上把“自私”和“自我”变成了新的“理所当然”。共产邪灵在全球推动的毁坏人类的东西，这代中国人打下了深深烙印。“三岁看老”，要去掉那些从零岁就被有意植入的恶的观念、毁人的观念、与宇宙特性相反的观念，得有多么的艰辛！不会别的，只会这个，没见过“旧社会”的正常形态，只见过“文革”和邪党的东西，把正常社会的人引以为耻的错误当成自豪的。因为失去了真正的标准，本性再善良的人为了生存也都有意无意的随波逐流了。

上世纪九十年代及之后出生的中国人，更是直奔大法而来。因为年纪小，被邪党灰尘覆盖没有那么透、那么深。九十年代初大法在中国开传，中共的洗脑也曾放松过，所以

按理说，这批人要净化出来相对容易很多，但其实也不是那么容易，因为党文化浸透了社会的方方面面，魔在西方社会布置的异化人类的东西，也随着“改革开放”传到中国去了，也成了中国的家常便饭，并一起向着更腐烂的方向滑落。

东土是出大德之士的地方。谎言遍地，歪理风靡，暴力、流氓、共产邪灵占领大雅之堂。中国人真是太苦了，几代人都在极端艰辛、极为险恶的环境中出生、成人和谋生。只有真正在大法中修炼，才有希望真正脱颖而出，成为符合新宇宙的生命。

体悟到善的力量

文：中国东北大法弟子 静心

【明慧网】一九九六年三月，在开学教师上班备课的第一天，病体的我来到教研室，午饭后，几位年轻老师叫我和她们同去楼上图书室炼法轮功。我拖着沉重的脚步进入室内，找好位置，伴随优美的炼功音乐和二十多人一起学炼起来。炼到头顶抱轮时，我竟然看到我沿着一座高山的上山阶梯登到山顶，有许多穿着古代服饰的人，还有亭台楼阁等美妙情景浮现在我面前。炼功音乐结束了，我还沉浸在那一幕中，深感法轮大法的神奇、美好！恩师把我领上了归途，我荣幸的成了一名大法弟子。

二零零零年十二月一日，我去北京为大法鸣冤。当我和同修到火车站买票时，见到警察，我的两腿颤抖害怕了，对同修说：今天别去了，孩子们在家会受阻拦。隐藏着心里的怕，没买票就回家了。我一连几夜彻夜难眠，最后我问自己：怕什么呢？当初为了名、利、情连死都不怕，而今天为大法去说句公道话都不敢，还配是大法弟子吗？

的诱惑，精挑细选，浪费了不少时间，购买了不太急需的物品，而且收到货后往往也不太如意。接踵而来的就是麻烦的退换货，又浪费了大量时间。清醒过来才发现这是又陷入到物质现实中去了，是利益心给自己招来的魔难。发正念清除这种不好的心，并从物质现实入手，行为上约束自己，不再进行网购，不滋养利益心，精神中这个执著也就越来越小了。

5、审视家中的物品：各种画笔、吉他、Xbox游戏机、K歌麦克风、高性能手机、缝纫机、齐全的五金工具等，对应玩乐的执著；热宝、地暖垫、暖风机、特厚的衣物等，对应怕冷的执著；洗衣机、洗碗机、扫地机等，对应懒惰的执著；厚厚的沙发靠垫、松软舒适的床品等，对应安逸的执著；种类繁多厨具、常年冰镇的碳酸饮料、各种小食品，对应吃的执著；囤积的日用品、丰富的储备食品，对应怕吃苦的执著；各种更新换代的电子产品，对应接受变异的外星文化，对技术竞争的执著。正因为精神世界里充斥着这种种执著，也就把这些执著对应的物质实体一件一件的带到了家中。

师父讲：“人越来越着眼于我们这个物质空间有形的东西，越来越依赖于我们现代化的工具，所以我们人的本能就越来越退化，最后使这种本能完全消失了。”^[1]

我理解到割裂开精神联系看物质世界，就会永远活在物质构成的假相中，在迷中修不出来。

常听到有同修说：“不会找啊”，“不会修啊”这类话。这种情况或许也是在现实生活中，邪党文化变异观念切断了物质与精神的联系造成的。如果修炼人能把生活中遇到每件事时，思想中反映出一切念头都与大法对照，并在大法中归正，那或许就是会找了，会修了。

如有不在法上之处，请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

对“物质和精神是一性的”一点体悟

文：大陆大法弟子

【明慧网】我是一九九九年“七·二零”之后开始修炼大法的弟子。由于是在中共的邪党文化洗脑下长大的，唯物的观念让我遇事总是把物质和精神割裂开，单纯的从物质角度去想问题。慈悲的师父一次又一次的点化，让我破除唯物观念。下面写出自己对“物质和精神是一性的”^[1]的一点体悟，与同修们交流。

1、一次要去参加集体学法，路上我变的特别困。感到这状态不对，又不是太确定，于是我打开车上化妆镜，看着镜子里的眼睛，黑白分明，特别亮，根本就不是困的状态。心里便更加明确的知道是旧势力对我的精神干扰，于是发正念清除，一会儿，这种状态就消失了。

2、一次牙疼，本想刷刷牙缓解一下，到洗漱间，我停下来想：牙为什么会疼呢？师父的法“整个身体是松散的，象沙子组成的一样”^[1]出现在脑中，我立刻就明白了，是另外空间不好的灵体混在我这个松散的人体结构中了。意识到这个后，牙马上就不疼了。

3、一次卫生间顶棚漏水，发现是楼上下水管渗水，买来了止漏胶带打算贴上。但想漏水肯定是我修炼上有漏，还是先悟一悟再动手。我意识到最近炼功总是跟女儿（同修）说话，这种行为里有显示心，证实自己的心，这些心被魔利用破坏了我们的炼功环境，也干扰了师父在另外空间给我们演化的东西。找到执著后，否定、去掉，接着修复下水管。却发现我之前找到的下水管漏点不对，真正的漏点在更上面的位置。如果我没有向内找，那修复下水管的工作干了也是白干，下水管依然还是漏的。

4、总是收到各种力度很大的网购优惠券，经不住价格

我要做神，跟师尊回家！

早饭后，我给师尊上完香，双手合十，虔诚的跟师父说：师父啊，我要去北京上访，请您帮我完全去掉怕心。过后心里非常平静。和同修决定当晚去北京。临走时告诉家人说：我要去北京了，你们谁也不要拦我，我决定的事十头老牛都拉不动。他爷俩谁也没说话，把我送出家门。到车站买票，只剩两张去北京的卧铺票，被我俩买来了，这是师尊给我们安排好的。十二月五号中午下了车，我们直奔天安门广场，把“法轮大法好”的条幅放在小树围墙上。我和一同修买了两张上天安门城楼的票，路上被拦截，让我们把背包放到小件物品寄存处，我们去寄存时，被告知：不能存，怕里面有炸弹。实际是师尊在提醒我们有危险，我们没有悟到，寄存后我们刚进侧面的门，就被搜身、盘问，让我们骂师父，被我们义正词严拒绝后，我们被绑架到站前公安分局。

后来我们又被拉到一个派出所，下车时一男一女两个年青警察左右架着我两臂。我心里念着师父的法。我们被带到一个房间，警察搜查背包、盘问来地和姓名，我们没有说。警察分别给我们取名，叫我“不说乙”，并把我们的拘留在小号里。

下班前，年轻男警要走时告诉我们：“晚上冷了就炼功吧。”并说他家也有《转法轮》。夜里，我们坐在两根冰凉的粗铁管子中间，却不觉得凉，我们心里明白是师尊替我们承受了。半夜炼功时，一丝丝的扑鼻香味儿代替了臭味。第二天，我们被转到拘留所关押。有天晚上看电视时，我用心背法，突然脑中一片空白，什么也想不起来。我立即想，我是主意识不强了，得精神起来。睡觉时我闭目心里查找这几天哪里做错了，得纠正过来。正想着，眼前出现一尺多高的小骷髅人喊着“救命啊，救命啊”，随着它声音减小，它身体也变小，渐渐离我远去、至消失。

第二天，号长追问我的名字，我说：叫“不说乙”。她

立即凶狠的指着脸上布满伤痕的同修对我说：我最能打人了，你看她脸上带的伤就是我打的，你不说真名我就打你！我望着她的眼睛，平声静气的告诉她：“你若打我能给你减刑或是放你回家，那你打吧，我不怕。”她听后就搂着我说：“我可不打你了，你比我妈岁数大，不，你赶上我奶奶了。”从中我体悟到：这就是善的力量。

师父的救度之恩，弟子无以为报。在此叩拜师尊。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

不讲高 拘小节 看《九评》

文：大陆辽宁大法弟子 新莲

【明慧网】最近了解到，本地有许多后走进修炼的学员被迫害了。细一了解，主要问题是法还没学多少就开始讲真相、做资料，把做事就当成了修炼，被迫害时有的很容易就写了“不炼”的保证，造成了很大损失。同时发现新学员也逐渐多起来了，结合自己的经历，给同修提个醒，带好新学员也是老学员的一份责任。

一、不要讲高

开始读了宝书《转法轮》后，越读越觉的这书写的好，就开始介绍给朋友，朋友读了也觉的好。有一次接触到了老同修，这一顿讲，把我讲糊涂了，最后都想去举报她，虽然后来没去举报，但越想越害怕，寻思这不能学了，又想起朋友，赶快去把书要回来，结果把朋友吓的不敢来我家，站楼下我用绳子把书吊上来的。

具体讲什么，现在看来很正常，但在当时却使我放弃了很长时间。后来了解到给我书的同修，认为我有书很长时间

了，找同修来交流是为了帮我，她不知道我也没怎么看书。因为当时本地迫害严重，也没有学法小组。

二、拘小节

自己当初很注意这方面的观察，虽然是很小的事，但影响挺大：同修为了帮我，想在我家学法；有一个人棉衣袖子很脏，我一下就反感了，就不让再来了。

再就是男女之间很随意，这个影响很大，就不细说了。

还有就是不考虑时间、地点。我当时还做生意，无论是在家里还是在做生意的地方，同修来了坐着就不走。烦还不好意思说，几次都不想学了。

三、建议重视看《九评共产党》

和上述被迫害的新学员交流发现一个问题，没有重视看《九评共产党》。实修的老学员都知道，党文化对修炼人是很危险的，真的是“挡”住往高层次上突破的一个很大的障碍，用这种思维是理解不了法的真正含义的。

最近有一位一九九九年以前得法的老学员先走了，她在世的时候我俩交流过，她挂在嘴上的一句话就是“不会修”，我说你多看《九评共产党》，她说我还用看吗？那不是当官的才有的吗？我一个老百姓怎么能有那个？（句句反问、质问别人。）

我说咱们上学学的都是它的东西，这个东西不去，影响理解法，那怎么修？她说是啊，我得看。再看到她，问她看了没，她说听了，听不下去，一听就生气。几年她都是这个状态。却没悟到是另外空间的邪灵在生气、阻挡她对它们的清除。

个人层次理解，对于新老学员，《九评共产党》和《解体党文化》是始终应该重视看、听的。