



图：俄罗斯法轮功学员三月四日至十二日在克拉斯诺达尔市皇家城市购物中心（ROYAL CITY MALL）举办真善忍美展，吸引当地市民前来观赏。观展者表示，画作充满了生命力，意义深远。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：4931

•三退人数：

自二零零四年十二月三日起退党（团、队）总计人数：410,647,135

•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1107期（二零二三年三月三十一日）

www.minghui.org



图：二零二三年三月十七日，是爱尔兰的传统节日圣帕特里克节（St. Patrick's Day），起源与五世纪，已成为爱尔兰的国庆节。法轮功学员应邀在爱尔兰两大城市科克市（Cork）和利莫瑞克市（Limerick）参加游行庆祝活动。

本期内容提要

【修炼】花甲成立资料点 古稀学会装电脑

【修炼】去掉过度依赖别人教技术的心

【修炼】谈 513 艺术稿件

【修炼】修出为他人着想的境界

目 录

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报..... 3

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选登..... 6

◆修炼园地

花甲成立资料点 古稀学会装电脑..... 8

去掉过度依赖别人教技术的心..... 11

谈 513 艺术稿件..... 14

抓住每一个不正的念头修去它..... 14

背师父新经文《为什么会有人类》的体悟..... 19

无条件向内找修心的体悟..... 22

从同事的表现 找自己的问题..... 25

修出为他人着想的境界..... 26

《天地苍生》他读了..... 28

分分秒秒救人急..... 29

申诉是遭冤狱同修解体后续迫害的关键一环..... 30

最近被绑架闯出后的反思..... 32

认清邪党文化对自身的影响..... 36

Office 2013 于 2023 年 4 月后停止支持的对策..... 38

【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”。】

软公司不再继续提供Office 2013的安全补丁。届时，上网的电脑系统中装有Office 2013软件的，存在一定的安全风险，如果需要使用Office软件的，可参考本文推荐的文库教程，卸载Office 2013软件，安装Office 2016软件。

注：Office 2003、2007、2010等版本早已经停止提供补丁更新，如果上网的电脑系统中装有这些版本，或安装有不是本教程推荐的Office 2016版本（包括：Office 2019、2021、365，其它版本的Office 2016），同样存在一定的安全风险，请立即卸载它们。详细教程请翻墙破网浏览：纯净版Office 2016下载安装与设置。

常见问答：

1. 我不用Office软件，可以只卸载旧版Office，不再安装Office 2016吗？

答：可以。明慧网站提供下载的各种资料（真相小册子、技术教程等）一般都采用了word和pdf这两种格式，大家的系统也往往都同时安装了Office（Word）和PDF软件。有些人只需要阅读和打印资料，通过PDF软件打开pdf格式的资料就可以实现，卸载Office后可不用再安装本教程推荐的Office 2016；而有些人需要编辑真相资料或教程的，可在卸载掉不符合安全要求的Office软件后，安装上文教程中推荐的Office 2016，并做好相应的安全设置。

2. 我的电脑是断网使用的，可以不卸载旧版Office软件吗？

答：如果是在始终不联网（物理断网，或禁用网卡）的系统（含虚拟机系统）中使用Office软件的，这样的系统中已安装的Office软件可以不卸载。▲

其实邪党文化已经渗透到我们生活的方方面面。比如在管教孩子中，如果仔细向内找都会看到党文化的影子。记的有一次放假当晚，我想让孩子把语文老师布置的三课作业写完。孩子说：“妈妈，我一天写一课不行吗？”我说：“你要养成放假第一天就把作业写完的好习惯。”孩子马上就不高兴了，说：“这不是好习惯，我每天写一点不也能写完吗？还能一口气都写完啊？”这时师父的法出现在脑海中：“中共邪党那个社会做什么都是极端的！”^[2]哎呀，我真是师父说的那个干什么都极端的人。

师父的法包罗万象，只要学法，师父就会赐予我们智慧去明辨党文化的东西，排斥它，清除它。当自身的内在环境清理干净了，也会有力的解体常人空间场中的邪党文化，就能带动常人环境往传统的神安排的路上走，这也是大法弟子应该做的。

在助师正法的最后时刻里，为了更好的救度众生，回归传统的路，让我们都重视起来一起解体自身存在的党文化的因素吧。

注：

[1] 李洪志师父经文：《各地讲法十五》〈二零一九年纽约法会讲法〉

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法十四》〈二零一六年纽约法会讲法〉

Office 2013 于2023年4月后停止支持的对策

文：大陆大法弟子

【明慧网】Office 软件是微软公司出品的一套包含 Word 等组件的办公软件，有2003、2007、2010、2013、2016、2019、2021、365等不同的版本。2023年4月11日之后，微

海外学员正法修炼活动简报

三月十七日是爱尔兰传统节日圣帕特里克节（St. Patrick's Day），法轮功学员应邀在爱尔兰两大城市科克市（Cork）和利莫瑞克市（Limerick）参加游行庆祝活动。法轮功学员的方阵所经之处，掌声、欢呼声此起彼伏，沿途观众纷纷举起手机拍照、录像留念，有观众随着学员动作一起炼功，也有华人竖起大拇指、向学员挥手示意。经过主席台时，主持人介绍说：“法轮功以真、善、忍为准则，包含五套功法”，“法轮功免费学炼，在全世界一百多个国家和地区都有人修炼”。介绍完后，主持人向观众高呼：“请向法轮功致以热烈的掌声！”全场旋即掌声雷动。

德国莱茵-内卡地区法轮功学员三月二十五日在曼海姆（Mannheim）集市广场对面举办活动。向过往民众介绍法轮大法并展示功法，呼吁民众关注中国法轮功学员受迫害真相，同时征集签名制止中共迫害。许多前来购物的人们停下了匆忙的脚步，主动询问和学员交谈了解真相。得知修炼真、善、忍的好人在中国遭到禁止并被活摘器官的事实后，他们感到十分震惊，纷纷签名支持法轮功学员反迫害的活动。法轮功学员佐娅（Zoia）已是九十岁高龄，去年由于乌俄战争而来到德国与女儿生活，她说：“在乌克兰时，我经常去参加当地法轮功学员组织的活动。现在生活环境虽然改变了，但我的使命始终一样，就是让更多的人知道真相，认清中共邪恶本质，早日结束迫害。”

德国法轮功学员三月十八日，在慕尼黑玛利亚广场（Marienplatz）举办活动，向民众展示法轮功的美好，并揭露中共迫害及活摘法轮功学员器官的罪恶，得到过往民众声援。大家震惊于中共残酷迫害修炼真、善、忍的人，纷纷签名制止中共罪行。电台编辑苏珊·莫特采女士（Souzan

Mortezai) 看到揭露中共活摘法轮功学员器官的横幅，深感震惊，马上在征签表签名，“这个话题不仅关系到中国人，也影响所有地方的人。当涉及到苦难和痛苦时，大家都应该一起承受，无论在中国还是在慕尼黑玛利亚广场。”她说，“每个发声都很重要。我的发声要能引起关注，让大家都来声援。”

芬兰法轮功学员三月十八日在首都赫尔辛基市中心（Forum）购物中心对面举行炼功、发真相传单和征集签名的活动。许多市民接过学员手上传递的真相资料，有的向学员微笑示意，有的对学员竖起大拇指。芬兰市民表示对（中共对法轮功学员的）酷刑和活摘器官的罪行感到难过，每个人都应该了解这场迫害。来自北京的女士驻足在真相点前，交谈中她赞同学员所说的内容，她说“知道法轮功是好的”，她勇敢的在结束中共的征签上签字，并祝福学员一切顺利。

俄罗斯法轮功学员三月四日至十二日在克拉斯诺达尔市皇家城市购物中心（ROYAL CITY MALL）举办真善忍美展，吸引当地市民前来观赏。观展者表示，画作充满了生命力，意义深远。埃琳娜是一位老师，她表示：“这是一场非常有趣的展览。离开展览时，你会觉的自己是一个改变了的人，变成了一个更光明的人。有一些东西值得思考，值得深思。”学生达里亚（Daria）认真观看了每一幅作品，他说：“通过参观展览，我了解了我以前不知道的（中共对法轮功的）迫害，而且这种迫害还在继续。非常感谢你们的展览和意识。”

澳洲法轮功学员三月十八日参加库苏玛印尼社区（Kusuma Indonesia Community）在布罗德沃特公园（Broadwater Parklands）主办的黄金海岸祥和日活动（Harmony Day），登台展示五套功法，并在真相展位介绍法轮功。大法小弟子们还身穿中国各民族服饰，合唱了《法轮大法好》歌曲。还有学员教授折叠纸莲花，学习创意艺术治疗的辛·格瓦拉（Cin Guevara）表示：“我们可以从莲花中

前段时间，老板的两个公司同时在做体系认证，另一个公司比我们公司发展相对快一些，因为他们用了各种手段：专家来时塞红包，要了我们公司之前做过的批改上去的资料，审核完之后还做了宣传页发给老板等等，做足了场面上的工作，最让人接受不了的是在老板面前抬高自己，贬低别人的行为。因为我也在这项目中，领导回来说我们资料准备的慢时，心里就开始忿忿不平，还跟领导找了很多理由狡辩，心里想：你要的资料我们都尽量的提供给你，你们现在做完了反而来说我们，以后再也不帮你了。但转念一想：我是个修炼人，在做这个项目的过程中，自己虽然也按照修炼人的标准尽量准备真实的资料，但当实在没有真实资料的时候也免不了弄虚作假。当看到他们表现出的造假、贿赂、干面子活、抬高自己贬低别人、过河拆桥的做法时，却突然发现原来自己的思想和行为中也存在很多党文化的影子：狡辩、造假、怨恨、报复、暗地里使心劲，这不是“争斗”吗？以前总觉的只有在邪党的官场上才有的东西，怎么在我身上表现的这么强烈。这些发现真的让我内心一惊：原来党文化的因素已经无孔不入的渗透到我的思想中操控着我的行为。而作为修炼人，还在给这些东西存在的空间，这不是助长邪恶吗？

一次，一位其它部门同事由于没有找到想要的资料，气势汹汹的来我们部门兴师问罪，还说是老板要查，她来给我们提个醒的。问她为什么还要查这些资料，她说的模棱两可、拐弯抹角的，一副有什么事不能说的样子，我就给其他同事发信息说了她的不是，结果阴错阳差发给了她本人，她刚出门看到信息后转回头来就跟我理论。当她说我“你还告状”的时候，我突然明白过来，我这是背后说人坏话呢。

师父说：“你们知道国际社会的人很少背后讲究别人的”^[1]。通过学法，我渐渐明白了发生这些事情的自身原因，这是师父借这个机会让我看到自身存在的党文化的东西。

一定要跟上，是急心，其实是变相的求结束的心、求圆满的心。在发放师父的新经文时，一开始主张面对面的发，后来觉的太慢，认为既然明慧期刊都登了，就可以大面积发放。我先在本小区挂门把，反馈的情况还挺好，平时不接资料的也都接了。自己还挺高兴。可是听了空中明慧同修的交流，我知道错了，看到和同修的差距太大了，自己不敬师不敬法，犯了修炼人的大忌，还叫有的生命犯罪，是这次被迫害的根本原因。

再一个原因是对手机的执着，每天必看天气预报，有时接着看看新闻什么的，同修的提醒、师父的点化就是戒不了，屡戒屡犯，把修炼当儿戏，招来了这次魔难。

希望同修们以我为鉴，珍惜师父用巨大的付出延续来的时间，修好自己，救度众生，兑现自己的史前誓约，跟师父回家。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟》 〈大觉〉

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟四》 〈灵不灵〉

认清邪党文化对自身的影响

文：大陆大法弟子

【明慧网】当今社会物欲横流，各种现代观念行为，五花八门，手机、网络，把人带动的已经脱离了传统文化的路太远太远。尤其自幼出生在邪党谎言灌输的社会中，对邪党文化渗透的方方面面很难看懂、看清它，以及渗透下的行为表现是什么，更不懂如何辨别它、排斥它。

在最近的学法中，我经常看到师父这方面的讲法，这让我意识到自身存在的党文化思想和行为。以前也知道要排斥，修去党文化的东西，可是它是一种什么表现形式，在我眼里还是比较模糊。最近通过发生的几件事让我慢慢看懂，看清了它的存在和表现形式。

受到启发，她出污泥而不染，纯洁干净。法轮功象是希望的光从黑暗中照亮我们。我们需要真、善、忍引导年轻的一代。”

三月二十二日是**印度尼西亚**的国定假日，雅加达法轮功学员聚集在南部德贝特绿色公园（Tebet Eco Park）的南亭，举行集体炼功，传播法轮功真相，并提供免费教功，受到了民众的欢迎。当了解到法轮功修炼者在中国正在遭受中共的残酷迫害时，他们希望迫害可以立即停止。参与此次集体炼功的年轻学员分享修炼心得时表示，很高兴能够和大家一起炼功，对于整体提高非常有益。

印度法轮功学员二月六日在萨姆拉特酒店（Hotel Samrat Residency）向一个由上流社会中、老年女子组成的社团里的成员介绍法轮功，并教功。该社团成员宾黛尔·沙赫（Bindal Shah）不久前在一处法轮功学员的炼功点看到学员们炼功，优美的炼功动作和祥和的场面让她印象非常深刻，于是邀请学员来此社团介绍法轮功。三月八日是妇女节，该社团邀请了法轮功学员参加她们的庆祝活动，当天约有一百位女士参加。▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

贵州贵阳市法轮功学员李林先生，于二零二一年七月十八日被绑架、非法关押构陷；二零二三年三月下旬获悉：李林被中共邪党法院非法判刑五年，目前在上诉中。这是李林第三次被非法判刑，他曾两次被非法判刑共十三年。

山东威海市七十八岁的法轮功学员丛兰英老人，二零二三年二月一日下午五点多，在家中被威海市环翠区公安分局国保警察绑架，二月十六日被荣成市邪党法院以所谓的“利用邪教组织破坏法律实施罪”诬判四年，并勒索两万元罚款。二零二二年十月十五日、十六日，丛兰英在广场炼功，被国保警察劫持，后被“取保候审”回家。

山东东营市胜利油田女职工郭宏焱、二十三中女教师陈晓红二位法轮功学员，二零二三年一月十四日被东营区法院非法视频庭审，几天后宣判：郭宏焱、陈晓红均被枉判三年半，勒索罚款两万元。

湖北黄石市七十二岁的法轮功学员李起么，在江苏她儿子家带孙子。二零二二年十月左右，黄石港区国保给她儿子打电话说叫她回来签个字，并威胁说不回来就去江苏抓捕，李起么回黄石后被劫持入狱，现被非法关在武汉女子监狱，具体刑期不详。

湖南祁阳市法轮功学员王双凤二零一六年三月份到祁阳县三口塘镇集市上去讲真相救人，被绑架、非法判十一个月，在衡阳女子监狱受酷刑折磨，被打毒针。她出狱后不到三个月，就含冤离世，终年五十五岁。

辽宁阜新市七十五岁的法轮功学员王宝亮、刘桂萍夫妇，于二零二二年十月被四合派出所绑架、非法关押构陷，于二零二三年三月二十一日被阜新市阜蒙县法院非法视频开庭，刘桂萍被非法判刑一年，王宝亮被非法判刑八个月。

十四、五岁的样子，穿着单鞋、单裤，一看就知道是混社会的。我问她多大了，她告诉我十四岁了，问她因为什么被抓的，她说了我也没听清。我问她戴过红领巾吗？她说戴过，我说把你举着拳头宣誓的话作废，那是毒誓。我给你起名叫奇缘退了吧，她说行。这时来人了。没人时我问她，想出去吗？她点点头，我说你就诚心的念“法轮大法好，真善忍好”，神佛就会帮你。过了一会，我问她你念了吗？她说一直念呢。这时来人把她叫走了。

人少的时候我就找话题和两个办案的警察唠嗑，我说咱们这是结的什么缘呢？其中大个警察说，孽缘。我说不是，大法弟子是救人的，有什么比救人命的事大呢？我们结的是善缘。你们是乡下来的，咱们无冤无仇的，你们把我们绑架来，我们也不恨你们，因为是邪党利用你们的工作绑架你们来迫害我们，你们也是被害者。他们说，你们找共产党算账，和我们没关系。我说你们在具体实施者呀！你们知道枪口抬高一厘米的故事吗？他们说知道。我说善待大法弟子吧，你们会有福报的。我说我给你们背我师父《洪吟》里的一首诗吧。“善恶有报天理明 满天神佛观人行 迫害法徒罪滔天 现世就报灵不灵”^[2]。他们谁也没吱声。

夜间十一点多钟，大个警察从公安局回来说，大娘，因为你岁数大不拘留了，一会你就可以回家了，并用他的手机给我家打了电话。我说谢谢，我从心里感谢我的恩师，是师父救我出危难。

回家几天了，心也平静不下来，被绑架的阴影挥之不去，再加上那么多的同修还在里面，每天只有多发正念加持他们。

自己为什么在救人的关键时刻摔了跟头？向内找有以下几个原因：

师父的新经文《为什么会有人类》发表以后，法正人间的序幕已拉开，自己感到救人时间的紧迫，以前没做好，现在

二十多年不停止，迫害大法罪大如天，招来了天惩，大瘟疫就是来淘汰邪党分子的，把你们加入党、团、队举着拳头宣誓的为共产主义奋斗终身的话作废，那是毒誓！他们不吱声了，一再要求我签字，我说我看看都写的什么。我一看表名头是（大意）“犯罪嫌疑人询问笔录”执行单位是某某派出所，我说你们是乡下某某派出所的？他们说是。看表我知道他们是异地出警，材料都制成模板存在电脑里了，看来这件事情已蓄谋很长时间了。看完后我说，我不签是对的，因为我不是犯罪嫌疑人，我没有犯罪，是你们在犯罪，是共产邪党在犯罪。他们说你们还跟共产党斗，我说它不配，是天要灭它，谁也挡不住。

他们出去一会，回来问我认不认识某某某，我说不认识。这时我已经悟到了，告诉他们姓名都是配合他们，我心里跟师父说，师父，刚才弟子做错了，不应该配合他们，给弟子机会改正。所以他们再问我什么，我说，我有权拒绝回答。

让采尿样，化验是否吸毒，我说这是对大法弟子的侮辱，我绝不配合。他们小声嘀咕一会说，你这么不配合，只好拘留了。我说你们说了不算。他们瞪着我问，谁说了算？我大声告诉他们，我师父说了算。

这期间，我一直没吃没喝也没坐，一边走着一边和他们对话，气氛很平和，尤其那个小警察一再的让我坐，劝我吃东西，把蛋糕摆在铁椅子上，把水递给我，我也真有点累了，毕竟站了四、五个小时了。虽然不说话，时时都在发正念，但都没敢立掌，当我一坐下时，师父的诗词“立掌乾坤震”^[1]打入脑中，我就堂堂正正的立掌发正念，解体迫害大法弟子的一切邪恶生命与因素。出来进去的警察和协警们看到说，这人厉害，到这儿还炼呢！他们以为我在炼功，就干扰我，和我说话。有的说，信点别的吧，何苦呢？！我说我炼法轮功二十七年了，没打过针、吃过药，你们说大法不好吗？他们都相信。让我在另一房间等待时，来了一个小女孩，

辽宁抚顺市法轮功学员王秀国和孙晶，二零二三年三月二十一四日，因在抚顺市顺城区前甸镇附近给民众介绍躲避瘟疫的良方——“法轮大法好，真善忍好”九字真言，被顺城区法院非法判刑一年六个月，各被勒索罚金五千元。王秀国，男，五十六岁，曾被非法判刑七年半。

四川西南石油大学南充校区八十岁的法轮功学员、退休女医生刘俊华，二零二三年三月十七日下午两点半，第三次被南充市顺庆区法院非法开庭，被非法判刑两年、勒索罚款三千元，她当即被绑架关押到南充市看守所。刘俊华已提出了上诉。

四川南充市西华师范大学女教师、法轮功学员陈平二零二三年三月十七日被南充市顺庆区法院非法宣判两年徒刑。据悉，当天是顺庆区某社区人员打电话叫陈平去一下，结果陈平一去到就被绑架，顺庆区法院人员当场对她宣判非法刑期。二零二零年七月二十六日，陈平因讲真相遭两个中学生恶告，在顺庆区莲池路被警察绑架、后监视居住。

四川攀枝花市米易县法轮功学员朱召杰先生，在一九九九年七月二十日中共江泽民流氓集团迫害法轮功以来，遭受了严重的迫害，他被非法劳教一年，被非法判刑九年，有十年多都是在监狱中度过的，后来社保局又停发他的养老金，他身体和心灵都遭受了巨大的折磨，二零二三年二月二十一日含冤去世，终年六十九岁。

吉林长春市朝阳区法轮功学员李晓光，曾经多次被绑架、非法关押迫害，在中共警察、社区人员近年多次上门骚扰中，一次被敲门时由于过度压力倒在门前、失去意识，在医院抢救后失去自理能力，于二零二二年一月二十三日含冤离世，终年六十九岁。▲

花甲成立资料点 古稀学会装电脑

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】我是一九九六年开始修炼的大法弟子，在慈悲的师父保护下，风风雨雨的走过了二十七个年头。今天我拿起笔，写出了自己修炼过程中的点滴。

盛开一朵“小花”

二零零五年五月，那年我五十九岁，我和丈夫来到了他的家乡一座省会级大城市，我们居住的小区很大，那时真相资料短缺，每周只能拿到一点资料，什么时候才能把小区都发遍呀？自己心里想：我要是会做资料多好，自己做自己发，这样能多救人，还能节省资料点同修的时间。

就这一念，二零零六年，我回到千里之外的家乡，在师父的保护下，跟做资料的同修学做资料。在学的过程中，同修教的很耐心，自己也用心学，从鼠标左右键开始，怎么上明慧网、怎么下载，基本都学会了。

回来后，我面临要买打印机、墨水、纸张等耗材的问题。纸张还好说，打印机、墨水得到科技城去买。那时还很邪恶，科技城到处是便衣警察，也时有同修因买耗材被抓的事发生。怎么办？这怕心也得去呀。

记的第一次去科技城买打印机和墨水，我心里求师父加持让邪恶看不见我，那还吓的心怦怦跳，考虑到自己当时的情况，同修建议我买了一台佳能 IP1200，一台小打印机，这样自己能自给自足了。

在做的过程中，不论是哪里出了什么问题 and 故障，我都求师父：师父！这个问题我没遇到过，我不会；那件事没见过，我不会。每每这个时候，自己鼓捣鼓捣就好了。真感到是“修在自己，功在师父”^[1]。那时自己每天必须

上车（私家车），我问他们是什么人，回答是市局的。我问为什么抓我们，他们说到地方就知道了。一个警察大声的呵斥我们不许讲话。当时我心跳的挺厉害，我问自己：心跳什么？害怕吗？怕什么？师父就在身边。

我的心稳下来了，我心里跟师父说，师父对不起，弟子哪里有漏了，叫旧势力钻空子让警察来迫害我，师父叫我们抢人救人，我这不是害人了吗？感到心里特别特别的难受。

一进派出所大门，映入眼帘的是：大厅的左手边大法书摆了一地；大法真相资料堆了一大堆；真相币一堆。我知道有资料点遭劫了，损失很大。

这时的警察态度不象劫持时那么暴戾，说，找你们（还有另一同修）谈谈心。让我们随便坐。这时来了一个象头头的人说，你们也太不象话了，无视我们的存在，满大街的贴、粘。我说那不是为了救人吗？我师父都急的不行了，叫我们抢人、救人，都这时候了，你们还迫害大法弟子，你们可怎么办哪？！你们看看我师父给你们写的《为什么会有人类》就明白了。问我包里有什么东西，我说有大法真相资料、有真相币，都是救人的。在我心目中没有把资料当作什么证据，那是救人的。问我叫什么名，我就堂堂正正的告诉他们叫什么，我问他们，你们叫什么名啊？他们说你记警号吧。我说，你们把我绑架来，我都不知道是谁绑架我的。问我身份证号、手机号我都说了，问我资料哪来的，我说不知道，知道了也不能说。后来他们让我签字，我不签。他们说，我们对你多好，给你水喝、给你蛋糕吃，也没用铁椅子铐你，你就配合一下呗，我们管你叫奶奶还不行吗？孙子求你了！签了名就回家了。我说就我这年龄（七十六岁）你们叫我奶奶也不为过，但是我不能害你们。

他们说到时候你找共产党算账。我见缝插针的说，邪党是要流氓，国家公安部定的十四种邪教没有法轮功，可是迫害

六年前，二零一六年十二月二日，中共最高法院第二巡回法庭，在重审聂树斌案后，宣告撤销原判，改判聂树斌无罪。

明慧网曾刊登过一名被冤判十年的同修，坚持十年申诉，共写了五十多篇申诉状，坚持不认罪，走出冤狱后，当地的政法委、“610”，派出所等各级邪党部门上门要挟此同修，听说此同修申诉十年不认罪，非常震惊，后来，邪党的各级部门就再也没来骚扰此同修。

常人尚能为自己的儿子遭枉法裁判而鸣冤上访，何况不承认迫害的大法弟子，怎能对维持迫害的邪恶势力放弃申诉呢？

师父说：“我做事最注重过程，因为在这个过程中能叫人认识真相，在过程中能救度世人，在过程中能揭示那真相。”“但是大家往往重视结果，不注意在这个过程中把你们应该讲到的真相都讲到位。应该叫人知道的人知道了，那才是真正的证实法、讲清真相。”^[1]

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法三》〈大纽约地区法会讲法〉

最近被绑架闯出后的反思

文：吉林大法弟子

【明慧网】今年二月二十五日，在邪党的两会前夕，我地发生了自一九九九年“七·二零”迫害法轮功以来大规模的绑架案。此次行动是全市公安系统、“610”、政法委统一行动，就是同一时间按预定目标抓人，而且是交叉执行、异地审问、异地关押。现在知道的绑架了十八名大法弟子，我也是其中一个。

当迫害突然发生时，自己当时有点懵，心跳加速。因为正在路上行走，突然被人下车拦住，不出示任何证件强行推

保证学一讲《转法轮》，同时背法，在师父的加持下，一直挺顺利。

后来认识的同修多了，就给其他同修提供资料，这样就又买了一台佳能 IP4680 打印机。买 IP4680 打印机时，同修答应陪同我去买，但到时不知为什么她没来，我想她在本市，警察认识她，不能让她担风险，我必须自己面对。

记的那天下着毛毛细雨，九点钟左右，科技城刚开门不久，我念着正法口诀，发着正念，来到卖打印机的柜台前，整个三楼顾客很少，大家目光都投向我这边。打印机需要安装连供，因我去的较早，安连供的技术人员还没来，售货员不会安装，技术人员就用电话遥控她怎么安装。当时我悟到，这是去我的怕心，越想买完快点离开，越怕，越有事。我边发正念，边求师父加持，就觉的头顶大法轮“呼呼”的转。很快就安装好了，商家给搬到外面，我打车回家。我家当时住在七楼，把它搬到七楼对我来说挺费劲，我就心里说：“师父，我不觉的沉。让众生暂时先别出门。”就这样，在师父的慈悲保护下，我很顺利的把打印机买回家。谢谢师父！现在买耗材就跟去商店买其它物品一样，但记住去时随时发正念。

后来随着救度众生的需要，我又给同修们刻录光盘、做法真相护身符。二零零九年，又添置激光打印机和云广 805 切刀，给大家做法书。在师父的慈悲保护下，我家庭资料点平稳的走到今天。

给同修装电脑系统

大约二零一八年，我回家乡，看到同修的电脑系统有不符合明慧网提出的安全要求的地方，有的用的还是 windows7 系统。我就想：我要会装系统该多好，给大家装上明慧网要求的安全系统。可能我有这一念的原因，在回去不久，一位同修对我说：甲要教大家装电脑系统，我向她推荐你。我与

甲相识在大约二零零八年，她给我装过电脑系统，在我的印象中，她做事很谨慎认真，很注意安全，从来都是按明慧网要求去做。她给大家装系统已很多年了，我也很想见见她，就说：“那我去见见她。”就这样，第二天我就去了她家。当时是四位同修，我年龄最大，七十二岁。同修给我们打印了教程，按教程一步一步教我们，教的很有耐心很认真，我学的也很认真。

回来后，怕时间长忘了，第二天，马上就用自己的一台电脑学安装，我有二台电脑。我按教程一步一步的装，装完后，失败了。心想可能是哪步落下了，从新来。装完后，又失败了。怎么回事？觉的没落下哪步啊。再从来。装第四遍还是失败。

这时儿子下班回来了，他是搞软件开发的。我对他说此事，他说：你以为那么容易呀？你以为那玩意谁都能装啊？就你，肯定不行！我不服气，连装六遍都是失败。最后我说：不行了，你给我装上吧。儿子说：放那吧，明天我拿单位，抽时间给你装上。第二天，他下班回来后说：第一遍他也没成功，后来他只装声卡、显卡、网卡驱动，这样装成功了。我学的是所有驱动都装，他说，有的驱动厂家是不许动的，我的电脑可能就属这种，所以安装失败。听他这样一说，我又有了信心。

不长时间，有位同修要开一朵小花，我就把多余的一台爱普生打印机给了她，因为那时我已用双面打印机了。我又到科技城花八百元，帮她买了一台不错的二手戴尔电脑。回来后，我按教程很快就将系统安装成功了。装完系统后，我拿电脑给教我装系统的甲同修看，她表扬了我：你们四人一同学的，就你装成功了。后来我又陆续装了几台 windows8.1 系统。大约是二零一九年九月，我回到千里之外的家乡，给同修安装了 windows8.1 系统。

现在是用工具箱安装 windows10 系统了。其实工具箱

其二，被冤判的同修可能认为申诉也是徒劳的，邪党不可能妥协纠错、为我们平反昭雪的。

诚然，邪党不会为大法弟子平反昭雪，它也没这个资格，可申诉是冤狱同修讲真相、救公、检、法、司众生的一个契机，而且是冤狱同修解体后续被反复冤判的关键一环。申诉书就是一份真相材料，申诉可以正大光明的把真相送到各级有关部门，而且迫害不停，申诉不止。

其三，申诉可以结合自己被迫害时警察程序违法，监狱酷刑转化行为进行举报、控告，并要求追究公、检、法、司的法律责任。

师父说：“虽然大法弟子是以救度世人为主要目地，但是对于那些非常邪恶的还真不能放过。”^[1]

前不久，我地一位走出冤狱不到两年的同修，因粘贴真相小贴再次被绑架至看守所。

几年前，我地就有被冤判的同修在讲真相时遭构陷被反复冤判，而且，明慧网上这种被反复冤判的案例，近几年有上升趋势。

曾经一位同修说过：她身边一名走出冤狱的同修被再次绑架，而且当时邪恶在他身上没搜出任何所谓的证据就被冤判了，据说是只要被冤判过，就可以被反复冤判，不需任何理由，这位同修困惑的说不知是怎么回事？

其实，这就是二零一七年中两高司法解释所做的邪恶规定。而且，被反复冤判的往往都是自动放弃法律赋予的申诉权利的同修，而放弃申诉等同于认罪。

写到这里，想起大陆曾经轰动一时的、二十年前已被枪毙的聂树斌“强奸、杀人案”，从二零零五年三月中旬起，聂树斌的老母亲开始踏上长达九年的上访之路。她一趟又一趟奔波在从家乡到河北省高级法院到北京最高法院的路上，全世界各大媒体一直瞪大眼睛紧盯着这位白花苍苍老人疲惫的身影。

谁知大哥开始大声的念《为什么会有人类》。因为当时那里的人很多，当时我担心他声音太大，说，大哥，小声点，最好拿回家去看。大哥说：“怕什么？李大师的文章很好嘛！很好嘛！”听他说“怕什么”，我想：对呀，我们救度世人是师父要的，做的是最正的事，怕什么？！

我也就不再担心，继续给大哥带过来的男士讲了真相，给了护身符，他退出了邪党、团、队，也要了师父的新经文，然后两人高兴的走了。

那天还遇到一个听明白了真相的世人，他要用真名真姓退出邪党、团、队，我们给他记上了。当我们走出四、五十米远时，他追上来对我们说：“你们不要把我的名字写错了呀，我叫某某，姓某。”看见他真诚的表情，我们很感动，世人都在等待大法救度。

法正人间的序幕已经拉开，在最后有限的时间里，我们要多救人，多救人。

申诉是遭冤狱同修 解体后续迫害的关键一环

文：大陆大法弟子

【明慧网】上诉就是不认罪，申诉就是坚持不认罪，可大陆同修被非法庭审时，往往把重心放在无罪辩护和上诉这两个环节，一旦同修上诉被驳回，多数被冤判的同修都默默的承受冤狱带来的身心伤害。

这里有三个原因：

其一，被冤判的同修可能不懂如何去申诉，如何不承认枉法裁判，如何不承认邪恶的安排。申诉没有时间限制，冤狱中、出狱后多长时间都可以去申诉。

安装windows10系统是一件非常简单易学的大好事。可是因为自己的基础太差，习惯了按教程一步一步装，用工具箱安装对当时的我来说又是一次挑战。第一次装又没成功，进入PE点工具箱，安装显示是找不到文件，后来才知道自己没有把文件放入根目录。就想自己岁数大了，不学了，让年轻人干吧。

后来发生一件小事对我触动很大，因为自己接触的多数是和自己年龄相仿的七十多岁的老年同修，她们的电脑基础都很差。有一次系统装完后拿回去，她说自己弄了一上午，就是上不去网，让我去看看。我到那一下就上去了，原因是原本一打开WLAN，就记住第一个用户是她的，现在第一个不是了，就不知道下拉找到它，结果耽误那么多时间。

回来后，我站在师父法像前双手合十说：师父，我不打退堂鼓了，无论多难，我一定要走下去，这些老年同修需要我。

现在，我基本上掌握了用工具箱安装windows10系统了。今年七月份，我回家乡，用工具箱给同修安装了windows10系统，并把自己学会的这项技术教给了同修。

有不在法上的地方，请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

去掉过度依赖别人教技术的心

文：元圆

【明慧网】也浅谈一下部份同修对技术同修的过度依赖问题。技术同修也是通过到技术论坛看看技术方面的交流，从而学习了许多关于技术方面的知识。但是要说多么精通专业也是远远不及的。这么多年我发现，针对技术同修有许多相似的意见，但是在这里我有不同的看法。

一，往往技术同修很注意安全事项，有时不喜欢出名并且关注电话安全。但是往往很多时候却被部份同修扣上“怕心”的大帽子，不停的提示要正念，不要怕，不会被窃听。然后不修口，过度讲技术同修的信息，手机放在身边大肆谈论同修的情况以及真相项目。

但是果真如此吗？注意手机问题不想被窃听难道是一种怕吗？并非如此吧？如果怕的话技术同修怎么会研究项目并且一直在不停的做事呢？我认为注意手机安全是一种对自己、他人、项目都负责的行为。这么多年有多少技术同修是因为不修口以及手机窃听暴露遭受迫害，又有多少项目是因为窃听被邪恶针对而中止了呢？这些损失难道不值得反思以及改过吗？

二，对技术同修的恶意揣测。原谅我以这种词来形容吧。人一天只有二十四小时，对于技术同修毕竟人家也不是专门搞这方面的，更多的是选择了其它职业。工作需要一部份时间，管理好家庭关系需要一部份时间，维持和常人的人际交往需要一部份时间，突发的一件事也会打乱计划临时需要时间，每天都要保证学法、炼功、发正念。进行必要的吃饭和睡觉。学习技术都是在繁忙中挤出来的碎片时间。甚至一个文档有时都要分天来看。

在我看来许多同修是在一起感觉很轻松沟通没有什么障碍，事情可以较为顺利的继续下去。但是部份同修却很让人有负担。仿佛觉的技术同修不需要时间似的，要随找随到，有需求就要满足。

就拿最常见的论点授之以鱼不如授之以渔来讲吧，以某位技术同修的视角来讲吧，在某一个项目中该技术同修教了某同修怎么干，教了很久很久足足有好几个月，但是某同修仍旧学不会，甚至怀疑该技术同修故意不教给她。该技术同修是把孩子放在家里，孩子放学回家路上自己买饭吃，

分分秒秒救人急

文：四川大法弟子 净心

【明慧网】我们学法小组共四人，每天都出去讲真相救人，大年三十、初一也不例外。我们每天基本上能讲退十多个人，感到世人好象就在那里等着我们去救他们似的，往往我们刚到一个地方，师父引导的有缘人就来到我们跟前，听我们讲真相。世人急急忙忙的来，明白真相后又高高兴兴的去。我们在救度众生这条路上，不停的前行，不停的救人。

师父的新经文《为什么会有人类》发表后，我们明白了伟大的师父用洪大的慈悲在救度全人类，我们也想让世人尽快的看到这篇经文。所以我们在面对面讲真相后，依次送上真相大册子、真相护身符，最后送上师父的经文《为什么会有人类》，一般对方都非常高兴的接受。

有一天，我们四个同修到一个小镇去讲真相，我讲真相，她们发正念，整体配合。那天遇见一位五十多岁的大哥，我问他，你听说过九字真言吗？他说没听说过。我就告诉他，常念九字真言“法轮大法好，真善忍好”除瘟疫，百病消，你看我现在身体多好，可是我以前是瘫痪在床等死的人，是法轮功师父救了我。只要你相信法轮大法好，常念九字真言，你的身体也会越来越好，各种疾病，瘟疫上不到你身体上。大哥高兴的直点头，连说好、好、好，并收下护身符，退了党、团、队。我又告诉他，李洪志大师发表了一篇经文《为什么会有人类》，句句天机，你想看吗？他说，我要看，快给我！我给他，他非常高兴的收下了。

我们继续给别人讲真相，那个大哥带来一个和他同龄的男士，告诉我们，把他也救了吧，他也是党、团、队都入过的人。那个男士笑咪咪的看着我们，我正准备给他讲真相，

《天地苍生》他读了

文：吉林市大法弟子

【明慧网】我身边一位老年同修，她的丈夫今年七十多岁。这位老伴由于听信中共邪党的造谣宣传、被谎言欺骗，多年来对同修不理解。跟他讲法轮功真相，他不但不听，还经常口无遮拦的说什么“让某某党把你抓起来才好呢”、“某某党给我钱，你们给我钱吗”等等这类造业的话。他妻子多次给过他真相资料，他基本都不看。这么多年来一直都这样，谁劝说他都不听。

然而这位妻子（大法弟子）出于善意，没有放弃他。二零二三年二月的一天，同修给了他一本明慧期刊《天地苍生》。这回，他一篇一篇认真的看了一下，把这本明慧期刊一篇不漏的全部看完了。看完后，他说身体轻松许多，说也要念“法轮大法好，真善忍好。”从那天起，他再也不说对法轮大法不好的话了，还支持妻子做修炼人该做的三件事。

我听了这件事之后很是欣慰，为又一位众生得救感到高兴。

我们做大本（正常杂志尺寸）的明慧期刊，用的是爱普生彩色A3打印机制作。

《天地苍生》字大清晰，图片大幅明亮，看起来赏心悦目，内容丰富多彩，古今中外，东方文化，西方艺术，茫茫人海，天下大事等，让人爱不释手，正象《天地苍生》第二百九十四期卷首语中说的：“世界需要真诚、善意和包容”，“希望我们每个人都在动荡中成长了，变的更有爱心、更有智慧、更懂得尊重与珍惜。”“中国人讲天人合一，愿我们带着对生命的感恩、对天地的敬畏，平安的走过二零二二年，健康的步入二零二三年。”

同修们，加油！让我们做出的真相资料更为世人阅读舒适考虑，更适合常人理解和接受，让更多人得到救度。

还能特意为了这演戏吗？这上哪解释说理去？某老年同修因为看了授之以鱼不如授之以渔的文章，也许是因为不敢出去讲真相，所以想学会在家搞技术，手机没电了开不了机，都要问好几遍还是一次一次的问手机怎么了。要求技术同修把她教成高手，技术同修真的努力过了，那段时间法都没学多少，想放弃不教了。有个老年同修说，某技术同修不教技术，自己干，死在出租房了。其实这是妄下断言：该技术同修有苦难言，很多学员依赖心强、学习愿望低、成度差，实在是教不出来啊！怎么反而还埋怨技术同修呢？

三，资料点。技术同修帮助建资料点。也就是买个电脑做个系统可以上网。买个打印机连上打印机可以进行打印。平时打印机遇上什么问题，当时整好了后也会告诉问题出在哪儿怎么解决，这本身就是教。然后之后再次坏了，如果每每都记不住，这个问题怎么解决了？那么教了也会再次忘记，不用管那么多，找常人修理打印机或者技术同修直接修理是不是最快了。不会耽误更多的时间，因为教怎么修理打印机，技术同修不是需要更多的时间来一次次教导一个记不住的人？

技术同修在整理或者告诉怎么使用的时候本身就是教的过程了，并没有自己偷偷摸摸藏在家里不告诉吧？不告诉项目也不可能能够进行啊！也不可能使用啊！帮助解决同修遇到的种种燃眉之急本身就占用了技术同修大量的时间来付出，怎么好意思要求不论难度技术同修必须教会呢？不切实际的要求会让技术同修难上加难！对技术同修多一份关心和善良吧！

谈513艺术稿件

文：海外大法弟子

【明慧网】一年一度的“五·一三”世界法轮大法日又要到了，明慧编辑部二月二十八日已经发布了征稿通知。我们想提一个观察到的问题，就是多年来艺术类投稿一直不够景气的问题。

这方面的突出表现是，专业出身、技术好的，画的很多都是闲情逸致类题材，如花鸟、山水、乡村、居家等，最常见的是在山水画、风景画里加上一个大标语或者横幅；而心中有讲真相实际场景、想做大法弟子做三件事的构思构图的同修，往往专业技能又比较欠缺，甚至是为了表现真相类需要的主题而去现学绘画的感觉。

不知今年是否能有改观，比如有人出构图，表现人神同在的特殊历史题材构；有人绘制，拿出专业训练的功底。当然，心里有手下才有，发自内心才有好的创作，但这些可能属于如何具体实现、如果提高修炼层次、如何得到智慧和灵感的问题了。

抓住每一个不正的念头修去它

文：大陆大法弟子

【明慧网】回顾自己二十多年走过的修炼路，前二十年是走了形式，虽然法在坚持学，功在坚持炼，但心性提高很慢。受迫害两次，在黑窝里共十年，特别是第二次被迫害，自己一直找不到漏出在哪里了。通过反复学法，看同修交流文章，再加上师父看我悟性差，反复点化我，我才开始明白应该怎么修，明白了修炼的严肃，发现自己：第一不会向内找修心

我回来之后反思：自己修炼十二年了，这不是大法弟子应有的状态，天气不好怎么会出现感冒的状态呢？这种现象已经好几年没有出现了。前几个月刚刚解封的时候，看到身边的人都阳了，自己很着急，一心想让世人得救，几乎天天出门讲真相，而且一出门就遇到有缘人（出门前发正念请师父加持）。

从去年十二月至今年二月，我劝退了二百四十八人。记的一次，一个年轻的上班女士提醒我不要离她太近，她刚阳了，还在咳嗽。我说：“没关系，我不怕。”我告诉她常念九字真言“法轮大法好，真善忍好”，病毒不着身，即使着上了也恢复的快，并给她做了“三退”（退出党、团、队）。抱着为他人着想、为他人得救的心，我在疫情那么严重的情况下都一点事没有，而且我们全家六口人没有一人染疫。现在为什么我身体出现了不好的状态呢？归根到底是出发点不一样，怕脏不出门是想自己太多了，没有想要得救的众生，这一念之差真的会带来不同的后果。大法弟子就是要修出为他人着想的境界。

这两天炼静功，我出现很少出现的现象：腿一搬上来就开始疼，第一天最后五分钟没坚持住，把腿拿下来了。第二天，我告诫自己一定要坚持住，最后五分钟是咬着牙挺过来的，音乐结束后疼的几乎瘫在床上。但是炼功后一身轻松，关节也不疼了，感冒症状也没有了，本来就是假相。因为自己悟对了，承受了痛苦，转化了业力，师父就把不好的东西拿掉了。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

一句话打到我脑中：看到别人修自己。他们为什么那样说，是不是我也存在不真的地方？

于是，我便开始查找自己。我脑海中突然浮现出一件事：就在前天上午我出了门，先去买牙膏等日用品，买完后，接着就要到母亲那去与母亲一起学法。这时，哥打来电话问我在哪？当时我随口就说：“我在家。”因为他一直不喜欢我和母亲在一起，怕我和母亲出事，其实他是担心，有时会说我两句，所以我怕他说我。其实当时我正走在去母亲家的路上，我想我真的是不真，当话说出口，我也意识到了自己的不诚实。但当时也没多想，没有好好修自己这个不真的心，还有怕人说的心。怪不得同事会用这样的方式再一次点醒我呢？

今天通过这件事，我终于找到了自己这颗不好的心，我一定要改掉自己这些不容易觉察的坏心，一直以来还自以为自己很真呢。看来这个真，我得好好修修了，我不要这个坏心，我要坚决去掉它。

多谢师父的慈悲点悟。

修出为他人着想境界

文：甘肃大法弟子 慧觉

【明慧网】近期发生的一件事情，使我真正的体会到师父说的“好坏出自一念”^[1]，认识到大法弟子就是要修出为他人着想境界。

三月二十日，我地区突遭沙尘暴，污染指数超500。看着满天黄沙自己就犹豫了，这么脏的天气很呛，可能街上也没有人，就没出去讲真相。结果晚上就感到嗓子痒、咳嗽。第二天头疼、发冷、关节痛、不舒服，我出去到超市转了一下，也没碰到要劝退的人。

性，第二把做事当作修炼。悟到这些后，我下决心真正从一思一念上严格要求自己，用一个修炼人的心态去做自己应该做的事。

学法入心才能真正得法

以前学法走了形式，读法时速度很快，不到一个小时读完一讲，好象就完成了任务，日常生活中也没有用法时时对照自己。自己以前走了很多弯路，都是心性有漏造成的，师父反反复复点化我，如，经常梦见自己把公共场所当作是厕所，人来人往我好象无所谓。同样的梦有好多次，我悟不明白。一次和同修交流，同修说，梦中那样不知羞耻，实际上就是不知道修。噢，我没有真正实修！感谢师尊点化！弟子的悟性太差了。从此以后，我认真的一字一句的读法、背法，先后背了《转法轮》、《洪吟》、《洪吟二》、《洪吟三》。

修去色欲心

色欲心这个肮脏的心使我走了很大的弯路，明知道是错的，但就是走不出来。在非常痛苦的时候，我就跪在师父法像前求师父加持我，帮助我，我一定要走出来！慈悲的师父真的帮了我。

我遇见了一个同修大姐，她不识字，可她说了一句话点醒了我，她说：“不符合真、善、忍的一切想法都不能要。”我想，这是师父借同修的口在告诉我怎么修心，要从一思一念上去修，不正的每一个念头都不能要。从此我就抓住平时的每一个不正的念头，修去它。

色欲心，不管它从哪一方面反映出来，我首先抓住它。如，一次我在公园里走，看到迎面过来几个人，突然感觉有一个男的气质很好，我马上反应这是色欲心，要不要，坚决不要，赶快灭掉。有的时候听见一个男的声音好听，或无意中脑子反映出来以前遇到或听到的一些色情方面的事，我马上抓

住它，心里嘲笑它：你又变着花样干扰我了，来了就是找死，坚决不要，灭掉。还有时看到哪个女的背的包好看，就想多看几眼。但我马上意识到，这是名利心，不要不要，全灭掉。渐渐的，这些念头很少很少了。

时间长了，色欲心偶尔还有微弱的变着花样的反应，再微弱我都不放过它，彻底灭掉。现在有时睡梦中还有考验，我没有白天那么强的正念，说明修的还不扎实，还需要进一步去修。色欲心淡之又淡了，现实生活中的干扰也几乎没有了。

修去嫉妒心

我的嫉妒心表现也很突出：看见别人孩子比自己孩子优秀，我心里就不舒服；听见哪个人和我干同样的活，工资待遇比我高，我就有点不服气；看见身边亲人穿名牌衣服、生活舒适自在，我也心里难受，甚至都不想看一眼。自己也明白这都是嫉妒心的表现，不能有。

师父说：“嫉妒心这个问题很严重，因为它直接牵扯到我们能不能够修圆满的问题。嫉妒心要不去，人所修炼的一切心都变的很脆弱。这有一个规定：人在修炼当中，嫉妒心要不去是不得正果的，绝对不得正果的。”^[1]

于是，我就时时从法上去想，我想，人各有命，别人优秀，别人吃的好、穿的好，那是人家前世积的德多，这世福报就大。而且这些都是人的东西，过眼烟云，常人追求的恰恰是我们要放下的，我怎么会因为这些带动呢？每当有嫉妒心的念头，我就想，灭掉，灭掉，我不要。一直这样想。有时候还嫉妒，还难受，虽然克制不住难受，但我想，你让我难受，我就让你彻底灭掉，越难受我越要灭掉你，灭！灭！灭！

师父看我在主动修，就帮我拿掉了另外空间形成的不好的物质，现在好多了，周围的人如何我也不去想了。

向内找我还发现，嫉妒心不是单独存在的，背后还有求

思维去面对，加强学法，无条件的向内找自己，师父就会展现你需要明白的那一层法理，再加上实修自己，就会提高升华。这也是我对什么是同化法的一点感悟。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法五》〈二零零四年美国西部法会讲法〉

从同事的表现 找自己的问题

文：山东大法弟子

【明慧网】上午，我正在办公室忙着，同事在外面聊天。突然，我听到一位老教师说：“为什么要学生做到诚实守信？当官的怎么不诚实守信？他们被抓出一个就是上千万，几个亿，他们怎么不讲诚实守信呀？”他竟然又说：“为什么要我们的孩子诚实守信？那是不对的。将来我孙子出生了，我可不教他诚实守信，我就教他要随机应变，我可不能让我的孩子们让人笑话，诚实守信就是傻子。”

他可是我们办公室一直被认为德高望重的老教师啊！怎么说出这样的话？我感觉不可思议。

有几个同事也在附和着说：“是呀，当官的都喜欢阳奉阴违的，我们也叫孩子学的世故一些，这样就可以得到当官的喜欢，不吃亏，我们为什么不叫孩子这样呢？可不能让我们的孩子叫他们笑话。”有一个同事想反驳，但也没说出什么。

我真的不知道他们怎么会这样想，而且还是那么多的同事都在这样说，我感觉是故意在说给我听的，我虽然没在现场，但心里好难过，他们怎么会这样呢？是非不分，怪不得这社会都变成这样了。

整个下午我都在想，平时以为他们还是道德观念不是很差的，他们怎么会这样？下班后去同修那里学完法，在回家的路上，我还在想这件事，现在的人怎么会这样呢？但突然

的出来说：“我忘了，等我几分钟换换衣服。”看到她的样子，我心里不高兴，脸也有些沉了，憋着没责怪她，但是有些生气了，她也看出来了，一路我俩没说话，到了下一站同修已经等了一会了。我们到达目的地，顺利完成了大法工作。过了不久，在一次集体学法后，大家交流体会和讨论事情，D同修说了一些我不想听的话，有点浮，给我的感觉不在法上，又把我的心翻了出来，我为了避免因自己有情绪而说出不好的话，起身离开了学法点。

回来后，我动了常人心，脑子里翻腾的全是同修的不足，一桩桩、一件件事连起来觉的D同修实在不象话，她的行为已经多次触动了我的“底线”，心里不悦的感觉满满的，都快溢出来了，包容不了她了。那几天，想起D同修就难受，心想：这么多年我们都相处、配合的很好，现在怎么这样了？又想：先缓一缓吧！好好学学法，悟一悟，赶紧找自己，看修炼卡在哪儿了。

我不断的找自己，对同修还有一定的情，慈悲心不够，没有用洪大的宽容心体谅同修，她还在难中，还需要我们的帮助。我是把自己的所谓感受和限定的底线放在了第一位。在一次集体学法中，师父的法点醒了我：“不要认为有矛盾了，有意见了，不想跟学员一起合作。要知道大家都是从那个状态中走过来的，而且每个人时不时的也会出现这个状态的，要知道原谅别人、体谅别人，要知道互相帮助。大家能够共同做好大法弟子证实法的事，这才是应该做的。”^[1]我如醍醐灌顶，心中豁然开朗，对同修的不满烟消云散，感觉很轻松。

接下来真是峰回路转，又一次的配合中，D同修早早在楼下等我，状态很好，我们在车上有说不完的话，又回到了从前。

我体会：在遇到矛盾、不顺心等关难时，要用修炼人的

名求利的心、争斗心、求安逸心等等。所以，每次灭嫉妒心时我就想，所有隐藏的那些不好的心统统灭掉，一个都不要，构成人的外壳我都要破掉，真我是纯净的，符合真、善、忍的，不符合真、善、忍的全部不要。

另外，我悟到“悲观”也是很多人心的混合反应。有的时候学法一放松，我就会产生一种悲观的情绪，觉的失去了工作，生活这么艰难，现在挣一点用一点，以后咋办？看看同学同事一个个都很自在，和我同龄的、比我小的都抱上了孙子，而自己的儿子年龄大了还成不了家，亲人见了这个怨，那个说，别人还歧视，怎么这么难呢？这个时候我就意识到，这一段学法放松了，人心就返出来干扰了。静下心来想，人各有命，一切都有安排，常人走的是常人的路，我们修炼人走的是返本归真的路，常人中的荣华富贵恰恰是能迷住人的东西，它使人追求它，享受它，忘记了来世的目的地。我们今天艰难，却是真正走在回家的路上；常人迷失了回不了家，才是危险的。所以我们有责任叫醒他们，带他们一同回家。自己得到了救度的大法是如此幸运，责任又如此重大，怎么还为人中的那些东西而悲观、伤感呢？我们是宇宙中神都羡慕的生命，应该知道珍惜，抓紧实修，抓紧救人。

救人中修去为私为我

以前我讲真相有完成任务的心态，觉的不救人不能圆满，是为自己能圆满而救人，并没有完全为被救度者面临着危险去想。很多时候怕心也重，所以面对面讲真相时效果就不太好，有时候连续讲几个人都不三退，有的人连听都不听。我就想，师父说遇到任何事先找自己，这是我哪里有问题啊。通过学法、向内找，我发现自己讲真相的心不纯，不合法。那样去讲，讲出的话没有法的威力，清除不了被救度者背后的邪灵因素，效果就不好。

我想到，现在世上的人都不简单，每个人背后都有一个庞大的生命群，救一个人就等于救了那个庞大的生命群。现在已经是最后的最后了，赶快救人，其它什么都不想，一天出去哪怕救一个人都行。改变了心态，一心想救人，效果就好多了，讲几个就退几个，也顺利了。我明白这是心性在法上了，师父就帮我了。

外出讲真相前，我都默默求师父给我安排有缘被救度的人。一次，我在大街上骑着自行车，后面来了一个面包车突然拐过来把我挂住、摔倒在马路中间了，自行车摔的很远，当时声音很大，我趴在马路上看到那辆面包车跑了很远才停住。旁边人行道上的人说：“别起来！别起来！”我还是很吃力的爬了起来。看见司机向我走来，心想：和他是啥缘份啊？还得以这种方式来救他。司机走过来问：“好着吗？”我说：“没事。”他回头就走了。我车子也来不及扶，赶快向前追，并叫他：“你先别走。”他一边走一边看我，我说：“你别害怕，我不会讹你的，我有话跟你说。”那一会我什么都没想，就想着赶快借这个机会给他讲真相。我问：“你入过党、团、队吗？”他说：“只入过团和队。”我说：“今天不管以啥方式相遇都不是偶然的，咱们入团写过申请书，入队时虽然年龄小，老师带着咱们都发誓要为共产主义奋斗终生，要为其贡献自己的一切，包括生命，这可不是小事，发了誓，走了这个过程，就是它的一份子，它灭，你就是陪葬品，一定要退出来。生命是自己的，自己做主。现在它也走到最后了，败象百出，我们退出来是为了保平安。它完了，改朝换代，以后不管谁执政，我们还是老百姓，有命啥都有，没有命一切都是空的。”他说：“是的，退了退了。”我说：“你记住‘法轮大法好，真善忍好’，他教我们要重德行善做好人。现在天灾人祸越来越多，这都是天在淘汰坏人，对待法轮功的态度也是给自己选择未来，天在挑选生命，留善除恶，认

回家的路上，我问B同修关于A同修的修炼情况，不解的问：“大家为什么这么迁就他？”B同修说：“其实他有很多优点，和律师会沟通，律师基本能按我们的诉求办案。每次和律师沟通前，都要准备到半夜。他看到同修被判的这么重，急的，才表现这样的。”我佩服同修的宽容和善意理解，觉的自己有差距。

再一次见到A同修时，看到他和律师沟通通畅，语言严谨，体现的是大法弟子的风貌，律师对他也很尊重。我看A同修也顺眼了，看到了他帮助受难同修的纯净之心。原来他之前的表现是让我提高的。

师父看到我那颗想提高的心，想去掉不合法的观念、秉性，利用A同修的表现让我看到自己的不足修掉它，使思想境界得到升华，帮我把不好的物质去掉了。

我们学法小组从二零零六年一直坚持到现在，大家稳健的走在证实法救人的路上，配合默契，遇事都能向内找自己，即使有矛盾了，用法衡量归正自己，很快烟消云散。可是修炼不是一帆风顺的。D同修迷上了常人小说，渐渐的不来学法了，放松了修炼，被旧势力钻了空子，身体出现了严重的病业假相，大家很着急，经常找她学法、切磋。一次一次耐心的叫她参加集体学法，持续有三、四年的时间，现在身体状况大有好转，基本康复了，但她的状态时好时坏，精进不起来，我也尽所能的帮助她。但随着时间的增加，她有时不好的表现时不时的触及着我的观念，渐渐的对她失去了信心，没了当初的耐心了，心里对她产生了成见。

有一次，我们约好下午一点五十分共同做大法的事，还约了其他同修两点在下一站等候。我开车按时到了楼下等她，两点五分了D同修也没出来，因她有拖拉的习惯，多数比约定时间晚几分钟出来，可这次晚了这么长时间，我想不会又忘了吧！因之前发生过这类情况。赶紧按门铃，她睡眼惺忪

无条件向内找修心的体悟

文：河北大法弟子

【明慧网】我是一九九六年得法的大法弟子，回首二十多年的修炼，磕磕绊绊的在师尊的保护下走了过来，现将近期修炼中的体会，和同修共勉！

一次我地有一同修无辜被非法关押，外地同修积极帮助我们一起营救该同修。我们到外地同修处商量具体事宜，有个懂法律的A同修，说话满嘴的负能量，大都是常人话，我惊讶的看着他，觉的不可思议，看不惯他。当时想看不惯就少说话，有一同去的B同修呢，让她应答吧！可到了吃饭的时候，大家围着茶几一起吃，该同修叉开腿坐在沙发中间，一副盛气凌人的样子。这些同修中他年纪最小，却对七十多岁的C同修训斥，随后对B同修也不客气的数落了几句，两位同修都心态平和，什么事都没有。整个吃饭过程大都是A同修在说，多是些不入耳的话，我当时感觉有点难以接受，心想：真是大开眼界，头一回见，竟有这样的同修啊！

当时我心里不高兴，强忍着不说话。因我性子急，忍耐性差，遇事容易发火，爱打抱不平，知道是魔性，一直以来注重实修这方面，不让这些党文化的因素起作用，可这样的状况来的太突然，这人家还没说我呢，就受不了了，我告诫自己要有祥和的心态，在忍字上下功夫，就低下头吃饭，一言不发。就这样终于把饭吃完了，一会就感觉胃周围部位不舒服，用手一摸，原来鼓起了一个鸡蛋大小的包。

A同修因为同修被无辜诬陷的事，感到惋惜和痛心，用常人的心态对待，一直在说着悲观和没正念的话，临走时，我安慰他说：“一切都有师父安排，站在法上想问题，正念强一些。”他真诚的点头说：“嗯，嗯。”

同善的就是善者，反对善的，支持恶的，就是恶者，退出来做一个善良的人，一定会有好的未来。现在XX党反对法轮功，迫害死了多少修炼者，天理不容。”他说：“对的。”他用真名做了三退，还客气的说，他的店铺在什么地方，让我到他们那里去聊。我心里高兴，不管以什么方式相遇，恶缘善解了，一个生命得救了。

我返回去扶起自行车到边上一看，自己满身是土，手蹭破了，挎包也蹭烂了，自行车链子也掉了。我想，这才出来，自行车不能骑咋救人去？到哪去修车子呢？自己先试试吧。转了一下脚蹬子，“咯噔”一下安上了！我心里高兴：是师父帮我安上了。谢谢师父！一切都是师父安排，师父在做，我只是跑了跑腿。

二十多年来，我摔倒了爬起来不知多少回，尽管很艰难，但都有师父在保护着我前行，内心对师父有说不尽的感激、感恩。我会把这些化作精進的动力，扎扎实实的去修，以纯净的心态去完成救度众生的使命。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

背师父新经文《为什么会有人类》的体悟

文：辽宁大法弟子 严肃

【明慧网】这一次师父讲的法，很多同修都认为这是师父和众神佛慈悲于人、讲给人的法，与自己关系不大，所以不重视。有的同修甚至只看了一遍就放到了一边，只是不断的发给常人看。我个人认为这是不对的，现在我就谈谈自己在坚持不断背师父的新经文《为什么会有人类》时的体悟和感受。抛砖引玉，旨在共同精進吧。

今年年三十，师父发表了新经文《为什么会有人类》，

我有幸在正月初一首先拜读，读了两遍后，就在当天手抄了一份自己看，抄完后又找孩子帮我仔细对照了两遍。当时就觉的师父慈悲，看我们众弟子不悟，做的不好，提醒我们要善，要保持善良，一定要善。觉的这主要是师父给世界众生讲的法，是我们做的太差，师父在亲自救人。于是我就有了把这篇经文传给众生看的愿望，首先读给身边的亲人听。

同时有了想背下来的想法，但是心里又很畏难，觉的新经文太长了，自己又上班，没时间，根本就背不下来。因为我背法很困难，《转法轮》背了好几次也没有完整的背下来一遍，经常是好多天也背不会一段，而且还觉的背的过程还没有忘掉的快。甚至觉的自己就是那个掰苞米的熊瞎子。

后来，《明慧周刊》有一篇文章写的是同修自己把师父的新经文背诵给常人听，我很受触动，也生出了自己要熟背师父的新经文，将来有机会背给世人听的愿望。我就开始背，可是我好长时间才能背一段，我断断续续背了好几天，没办法，就先读，先一遍接一遍的反复读，读熟了再接着背。背法的过程中，我觉的自己的人心、观念，在一层层蜕去。

好不容易背了一遍，回头一看，前边的都忘了。从新背吧，又开始背，这一次刚刚背了个头，就赶上亲戚同修病业假相，去看望同修正好赶上同修们的集体学法，他们小组是以背法为主，有的同修年龄已经很大了，家里的农活很忙，但是也没有耽误背法，很精进，师父的新经文都基本能背下来，讲真相做的也很好。看到这些对我的促进也很大，和同修比较自己修的太差劲了。回家后，加紧背法，现在基本上是可以通背了。

可是要想背给别人听，还不行，必须再熟练熟练。就继续背。背法的过程中，人的这面明白了很多，因为知道了“因果报应”的法理，我空间场中的委屈心和抱怨心就解体了，

师父也在加持鼓励我，我自己人的这面经常是一边背法一边流泪。我悟到，这是众神慈悲于人，替人向师父求来了人的法，给人（包括大法弟子没修好的这一面）得救的机会。我不断背法的过程中，感觉自己世界的众生都在同时被法清洗，悟到自己世界中可能有以前由于自己没有实修自己掉下去的生命，在这次不断的背法过程中不断的从新在法中归正，同化大法，他们知道了真相，又有了得救的机会，有的甚至又开始从新走入到了大法修炼中来了！这真的是人的机会啊！

我自己在不断背法的过程中，悟到：我们都是人在修，修好的部份师父已经给我们隔开了，剩下的都是没有修好的部份、最不好的部份都有人心，这些不好的部份甚至还不如常人，可能是道德水准低于人的，甚至有可能是“入魔道造下新的罪业”^[1]的生命所以才会人在人中表现那么差劲，表现出来的东西甚至是站在大法的对立面的，是恶的。我在背师父的新经文《为什么会有人类》时开始感觉根本不往脑子里进，我的身体微观中有生命在抵触，在排斥法，在我加强主意识坚持不断背《为什么会有人类》时，他们也在同时在同化大法，在师父的法中归正到人应该有的道德水准上，这些生命真的是有了得救的机会，有了修炼的机缘。这是师父佛恩浩荡，众神、佛慈悲于人。这真的是“人得救的机会”^[1]。

背熟了《为什么会有人类》后，我发现，自己再学法背师父的《转法轮》时，进展快了很多，集体学法通读大法时也入心了，干扰少了很多，师父法的表面意思都能够理解了。叩谢恩师佛恩浩荡！

个人背法的一点修炼体会，请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父经文：《为什么会有人类》