



图：瑞典国王卡尔十六世·古斯塔夫（King Carl XVI Gustaf）登基五十周年的庆典活动九月十五日和十六日在首都斯德哥尔摩隆重举行，法轮功学员这两天在市中心王宫附近的钱币广场和诺贝尔博物馆前设立的讲真相展位引人注目。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：4987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：419,199,055

•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1141期（二零二三年九月二十二日）

www.minghui.org



图：日本法轮功学员九月十七日在中部地区爱知县首府名古屋市中心的荣公园（Sakae Park）集体炼功，举行游行活动，弘扬大法。

本期内容提要

【师父新经文】正确对待师父家人
【明慧编辑部】正念对待◎师父评语
【修炼】茫
【修炼】也说修炼人如何对待苦与难

目 录

◆**师父新经文**
 正确对待师父家人 3

◆**明慧编辑部**
 正念对待◎师父评语 5

◆**海外综合**
 海外学员正法修炼活动简报 6

◆**大陆综合**
 中国大陆学员近期遭迫害案例选登 10

◆**修炼园地**
 茫 12
 也说修炼人如何对待苦与难 13
 说说这个怨恨心 15
 修去怨恨心 胸中天地宽 16
 认清误区 19
 狂傲自大易自毁 25
 就本地出现“反邪教网上签名”的思考 29
 从不轻易打断别人说话说起 32
 看到同修的不足找自己 能做到吗? 35
 在法中修心性 不是在法中求常人生活 38
 对互救的点滴理解 42

【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”。】

地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉）谁也不想自己回去的时候是个“光杆司令”，世界空空如也。那么就请珍惜身边的有缘人，因为他们也是为法而来，也在成就我们。如邪恶迫害我们时家人的承受，如家人帮我们分担的业力，还有有缘的邻居、亲朋、同事同学、认识的不认识的、要债的还债的都在成就我们，这个凡尘的俗世已经成了成就修炼人的“道场”。

第三，互相救就要放下人心人念人情

我负责技术这几年，经常是在修别人。有妒嫉心、怨恨心、看不上人的心、自我的心、不平衡的心、妄自尊大的心、讨价还价的心等诸多人心。尤其是修机器赶上同修学法时，经常挂在嘴边的话就是：看你们学法我就眼馋，你们想在一起就在一起，想学多少就学多少，想什么时间学就什么时间学。言外之意：我却不能。那意思是你们学法我却在修机器，嘴上好象没说一句抱怨的话，其实就是变相的认为自己付出的多，心有不公、计较得失，就是隐藏着抱怨，这种抱怨一直持续了很多年。

直到看了师父的新经文才豁然开朗，当下释然。
一点粗浅的认识，不妥之处，还请慈悲指正。▲

对互救的点滴理解

文：大陆大法弟子

【明慧网】关于项目的整体配合问题，我以前的认识只停留在“师父的安排不同、分工不同”上，所以认知是浅薄的，有理性但不足。师父的新经文《远离险恶》揭示天机：“这是末后众生互相救。”使我对我和同修之间、我和众生之间的关系有了更清醒的认识。个人仅从互相救度的角度，谈一点粗浅的认识。

第一，“互相救”体现在同修间

由于我们没能做到师尊讲的“遍地开花”（《精进要旨三》〈放下人心 救度世人〉），就目前而言，各个项目推进过程中，不可能一个人什么都做，基本上都是只做一项或兼顾几项的居多。有开花的同修负责资料，有专门负责各个真相项目的，也有多个项目交叉进行的。当然少不了专门负责讲真相的同修。无论从事哪一方面的工作，都离不开配合，都能体现同心的价值，这个价值就是“互相救”，说白了，他救的人当中可能就有你的，你救的人当中可能就有他的。站在整体的角度上看，真的能展现出大法“聚之成形，化之为粒”（《二零零三年元宵节讲法》）的威力。成形，哪里有彼此你我；化粒，从一个整体化散而来，哪里有什么多少高下之分。

第二，“互相救”体现在众生上

无论是你或他“救度”的众生，在众生得救的同时，众生也在得救的那一刻成就了你，也在丰满着你的世界。师父讲过：“佛是不讲穷的，是为富的，生命就是财富，才能使你的世界繁荣。那都是财富，每个生命都是财富。”（《各

正确对待师父家人

大法修炼是严肃的。师父来世之初，只为救众生于覆灭。无牵无挂只身赴恶世，转生人中，又分身无数，遍及世界各个角落、各个民族；从君王到庶民，从三界神仙至阴曹地府，无所不在。因此与各界众生广结亲缘，从而生生世世结下各世各界无数父母、妻子儿女、兄弟姐妹。一为看护人间道德；二为与众生结下圣缘，以利于人体救度时所用。漫长历史中，众生及世人，多与师有了各种缘份，尤为世人，多已与师有了亲缘关系。特别是大法弟子，多与师有过多世直系之亲，这也是能成为大法弟子之缘的主因。

现如今，宇宙正法开启，有人来当大法弟子，有人来当待救众生，有人来当亲戚、朋友、同学、同事，当然也有来当兄弟姐妹、妻子儿女的。除师父外，皆为大法修炼人，都负有度己救人、助师救众生之使命。

然而末世之末，人心不正，道德低下，人念及行为变异，尤其中共邪党对人心道德的破坏尤为险恶。大法弟子在这样的乱世中救人与修炼，不可能不被现时环境所影响，修炼一旦放松就会用常人心、常人念看问题，久之就危险。所以师父才叫大家不要放松修炼。

此时要说的是，在如何对待师父现世家人的问题上，也成为了表现“人心”的突出问题。有时师父说也不听。不听你还是我的弟子吗？对师父家人好或不好都会影响他们的修炼。你们想过吗？特别是不当的恭维就是在害师父家人。还有人把师父家人当师父一样对待，还有人给他们钱财等物。你出自什么心？所有大法项目都不能从学员中募款。所有大法项目，特别情况下接收千元以上的，都要请示同意后才能收。那些自作主张给钱的，这是在害人害己。你在玷污师父家人与师父！其实有些人是想在师父家人那

得到点什么，还有人想在修炼中走点捷径，什么可笑的人心都有。还有的想师父知道后会特别照顾一下，把师父当成什么了？其实他们收了也不敢对师父讲。而有些人给了钱没得到什么好处，心又不平衡，还有反悔的，从而生事。这都是中共邪党背后的红魔要干的！

宇宙在覆灭中，一个生命想摆脱末后之灭，只有得大法。这宇宙大的事，你不非常严肃的对待能行吗？过去宇宙的神都不知道宇宙有法的存在，现在却拿给人修炼。何等的缘份！何等的洪恩！得用什么心对待！从大法开传之时，就考虑过世人包括神，在漫长的宇宙岁月中生生世世造下无数的罪业，特别是世人。对于这样的生命要想救度，只能不记过往之恶，这是何等的大法救度之恩！何等的巨大慈悲！何等神圣的恩典！有多少人想过这些？那些用人心人念对待大法与师父的，这心配得上这巨大的使命与圣恩吗？

其实，为能使众多生命得救度，在救度中过往之恶一律不看，也不是无底线的；宇宙正法中是看世人之心、众神之心的。在这从未有过的乱世中修炼，可以有认识过程，可以有精進与一时没精進的，可以有理解和暂时的不理解，毕竟人的智慧有限。但是作为当今人类的一员，特别是作为大法弟子的一员，有两点绝不能做：一是欺师！二是干扰救度众生！因为这是生命留去的根本界限。碰一碰都不行！

最后告诉大家，师父的慈悲几乎是无限的，但是对于生命救度与否的要求，对于大法弟子的标准是极为严肃的！

师 李洪志

二零二三年九月十三日

后来，身体恢复过来以后我发现，以前头脑中时常反映出来的一些肮脏的思想业没有了（以前感觉怎么排都排不净，总干扰我），背法也比以前快多了。这次我深刻体会到了师父说的“你学大法了，无论你遇到好的情况和坏的情况，都是好事”（《二零零五年旧金山法会讲法》）的法理。也感恩师父太慈悲了，我当时都放弃过关，甚至已经摆烂了，师父还没放弃我，还在帮助我，弟子没有语言形容师父对我的珍惜和洪恩浩荡。从这件事，我也悟到当时虽然关没过好，但是我也痛苦了，承受了，师父就把业帮弟子消了。

以前在法中求，有意无意觉的师父的慈悲是应该的。最近这两天我突然觉的，我不仅要师父心怀感恩，对身边所处的一切人和事都应该用珍惜和善来对待。因为这是师父的安排和恩赐，和自身的修炼息息相关，我应该用最大的善念来对待。

我想我应该好好的想想自己到底为何而修，为谁而修，到底要怎样修。站在什么样的基点去理解修炼，这是至关重要的。心在人中只能是人，心在法中才是大法修炼者。

师：我想这都与你修炼有关系，不是帮你消业就是帮你提高心性，所以你得正确对待。有的人处在很困难的情况中时，因为你们是修炼的人，所以保证对你们都有好处。你们所以认为对你没有好处是你还放不下人造成的，你觉的对你不公，你觉的他不应该这样对待你，应该更好的对待你。可是站在炼功人的角度上，大家都那么对你好，你怎么修啊？你的心怎么暴露出来呀？你怎么提高啊？你怎么消业啊？不是这个问题吗？所以你碰到的所有这些魔难，你不要抱着抵触的心，你一定要正确对待。因为你们是修炼的人，跟我不一样。如果谁这样对待我，对待大法，那就是阻挡正法的邪恶破坏。”（《新西兰法会讲法》）

我看到自己一直在用人心理解修炼，在利用大法想求得各种好处。求不到的时候，或者没有达到自己的心理预期的时候，就会怀疑甚至怨恨。现在我也明白了为什么怨恨心会那么重，干啥事都带有目的地性，未达到目的地自然就怨啊。修炼是放弃执著，而我是带着目的地在法中求，这和真正的修炼背道而驰啊！而这个求的背后就是私和我。

修炼中的理是反的，认为吃苦受难是好事，是在消业在提高。我的观念却一直停留在人中，没有转变，把吃苦当成不好的事，心里很排斥。难小的时候还行，难大点就受不了了就会怀疑抱怨。还有一点就是觉的自己也在法中做了一些事，现在比以前精进了，就满足了。是安逸心让我放松了自己的修炼。当我用人心、人情去理解修炼的时候，我的心在人中，不在法中。

在此我也想说说师父帮助我消业过关的事。去年底，全国一片“阳”的时候，我也出症状了。连发三天高烧，别提多难受了。刚开始还想好好过关，到后来就彻底放弃，躺平了。我以为这关没过去，心里不太好受，对待修炼也有点消极，觉的很挫败。

正念对待◎师父评语

【明慧网】师父发表《正确对待师父家人》，指出了学员中长期存在的一类严重偏离法的行为。

恭维、把师父家人当师父一样对待，这是直接干扰师父家人的修炼，甚至干扰到师父。务请大法弟子相互提醒，及时自我纠正。

同时，也要避免走入另一个极端。大法弟子应该尊敬师父的家人，这不但是我们做人的基本礼貌，也是修炼人尊师的体现。有些人本来就对师父家人在某些事上有矛盾，当然都是常人心在作怪，这下可得到发泄的机会了。其实他们所处的位置也是很难做的，而且师父对家人在修炼中从没特殊对待过，师父的目的地是叫他们走向圆满。我们一定不要走向另一个极端，给师父增加不必要的麻烦。师父的经文是指导大家修炼的，不要用人心对待。

明慧编辑部

二零二三年九月十五日

是啊，有些人还是要注意了！收起那些人心！

师 李洪志

二零二三年九月十五日

海外学员正法修炼活动简报

九月十五至十七日，北美最大的乌克兰文化节在**加拿大**多伦多布洛尔西村（Bloor West Village）的街头举办。法轮功学员设立了展位，乌克兰裔学员身穿绣花的传统维什万卡服饰，向来往的游客介绍功法，义务教他们炼功。听着展位上播放的炼功音乐，看着软垫上炼功的学员，很多路人被这份祥和、宁静吸引，不禁感叹：“这里的感覺真平静啊！”谢尔文（Sherwin）学炼了一至五套的所有功法。他说，“我相信宇宙中有一种力量，牵引着我来到了展位前。炼五套功法的过程中，我一直都感觉特别舒服。”“我觉的真、善、忍应该是生命本来的样子，生命本该遵循这些原则。”法轮功学员组成的腰鼓队也应邀参加游行。

美国加州纽瓦克市（Newark）及附近城市的法轮功学员九月十六日参加了该市庆祝成立六十八周年的活动，在庆祝游行中，法轮功学员的队伍经过主席台时，主持人向观众介绍说，法轮功是中国古老的性命双修功法；法轮功有五套缓慢的功法，包括打坐；法轮功的原则是真、善、忍；欢迎大家学炼法轮功；让我们欢迎法轮大法。观众赞叹法轮功为社会带来美好。住在纽瓦克的辛迪（Cindy）看到法轮功学员的队伍，高兴的向他们挥手，她说：“我喜欢这支队伍，他们太美了。我们需要真、善、忍，我们比任何时候都更需要真、善、忍。”

九月初，**蒙古国**学员来到著名景点库苏古尔湖区举行弘法活动。九月九日，又在乌兰巴托市国家公园弘法，使更多的民众了解了大法真相。法轮功学员告诉这里的人们，修炼法轮大法使人们身心健康、道德提升，继而向更高层次迈进，以及大法弘传世界的盛况。民众对大法表现出了浓厚的兴趣，孩子们看到精美的小莲花，喜笑颜开。大人

此刻我意识到自己那隐蔽的执著背后，和这位同修是一样的，在法中求。我做的很多事情的背后都是有目地的。而这目地的背后又是啥呢？我看到我是想利用修大法，来得到人中的和修炼中的好处，比如身体的健康、安逸、层次提高、甚至是修炼中的名等等。

挖出这背后隐藏的执著，我有点不知所措，我猛然惊觉那些细微的执著背后，竟然掩盖着如此严重的问题。之前我还一度认为自己在努力精進呢。我问自己是什么原因使你的修炼出现了如此重大的问题和偏差呢？师父的新经文给了我答案：用人心、人情、人念去理解修炼。

记的很多年前，忘了什么原因，突然觉的师父怎么不管我呢？！当时年纪小，对修炼懵懵懂懂，但这件事留在了我的记忆中，每当想起来，都觉的愧对恩师。近些年，头脑中偶尔会闪过一念，如果不是因为修炼大法，我可能也出去旅游呢，或者不炼大法，我可能也干什么什么。虽然当时都及时否定了，但现在看来，不正念头背后的根并没挖出来。

有的时候不精進，头脑中偶尔竟冒出这样的念头，我要是被邪恶绑架了，实在不行就妥协了吧。当时只觉的是自己的怕心太重了，但是今天我不再这样认为，这是修炼基点的问题。抱着有求之心学法，还想利用大法，怨恨师父，还想着为了自保而向邪恶妥协。看到自己这些隐藏的执著，我真觉的自己根本就不象个修炼人。我已经不是脸上发烧，而是身上冒汗了，我觉的这些掩盖的执著不暴露出来，不去掉，我真的已经濒临险境了。我大概用了一天的时间思考自己当前的修炼状态，同时认真梳理一下这些执著之间的关系。

当我认真想修自己时，师父让我看到了以下这段讲法：“弟子：魔性很强，周围环境又不好，如何处理？”

在法中修心性 不是在法中求常人生活

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】读了师父最近连续发表的两篇新经文《远离险恶》和《大法修炼是严肃的》，我找到了长久以来都没有意识到的隐蔽很深的执著，写出来与同修交流。

几天前的一个早晨，我脑海中偶然划过一念，“今天我五套功法炼全了，我的腰应该不难受了。”这一闪而过的念头被我捕捉到了，我意识到这念头不对啊，但是没有深究。晚上我看师父连续发表的两篇经文，我意识到我们的修炼应该是出了大问题，我很用心的又看了一遍。应该是师父帮我打掉了头脑中障碍我的东西，我一下看懂了发生了什么。

结合师父的新经文，我瞬间联想到今早我发出的那不正的一念，意识到那不正的念头背后还有玄机。我静下心来顺着这根线仔细往下找，我要挖出执著背后的根。我看到今早那个念头背后的想法，是想要利用炼功来达到自己的舒服。我马上查找自己平时所动的念头里，有多少是带有这种隐蔽的目地，而这目地的背后又是什么呢？

我联想到今年大概三、四月份的时候，我觉的自己应该彻底改变不能按时晨炼的状态，下决心早起。这本来是件好事，在这方面提高了嘛，但是我想起自己当时闪过一念，“我能参加炼功，那我的身体以后就能好了，腰部不舒服的状态也能好了。”

有时我在修炼中做了点什么，心中会闪过一丝喜悦，觉的我可能会得到的比付出的更多。我发现自己不经意间闪过的很多念头都是：我今天做好了这个，我应该会这样吧，我做好了那个，应该会那样吧。我脑海中想起多年前一位同修和我说过的话：“我找到自己的问题了，我不是在法中修，而是在法中求！”

们则咨询如何学功，并现场向学员学习五套功法，直到傍晚天黑了，还有人不愿离去，和学员交谈了解更多的信息。

日本 法轮功学员九月十七日在中部地区爱知县首府——名古屋（Nagoya — City, Aichi — Pref.）中心的荣公园（Sakae — Park）集体炼功，并在市内的繁华地段荣（Sakae）附近举行了游行活动。他们向人们展现了法轮大法的美好，同时揭露中共活摘法轮功学员器官，要求中共当局立即停止对法轮功学员的迫害，获得了很多民众的支持。一位了解了法轮功真相的警察，看到学员们顶着烈日在公园里炼功的场面，为他们买来了很多大瓶的凉茶与凉饮料。他对学员说：“今天太热了！这些凉的饮料，是送给你们的，小心别中暑啊……”

澳洲 墨尔本、布里斯班、麦凯和圣灵岛的部份法轮功学员参加了八月二十五日和二十六日在凯恩斯滨海艺术中心（Cairns Esplanade）举办的凯恩斯节（Cairns Festival），二十七日在道格拉斯港集市（Port Douglas market）弘法，以及二十八日在库兰达（Kuranda）旅游胜地举行集体炼功，向游客们展示了法轮大法的美好。许多民众感受到法轮功学员展示功法的祥和能量，对法轮功产生了极大兴趣，他们不但学炼了五套功法，还表示回去会继续了解更多法轮功的真相。有的游客学完功后表示：“我感到内心非常平静、身心融为一体、炼功动作非常流畅，全身充满了正的能量。”

瑞典 国王卡尔十六世·古斯塔夫（King Carl XVI Gustaf）登基五十周年的庆典活动于九月十五和十六日在首都斯德哥尔摩隆重举行。期间，法轮功学员在斯德哥尔摩市中心王宫附近的钱币广场和诺贝尔博物馆前设立的讲真相展位格外引人瞩目。有的被法轮功优美的炼功音乐、祥和的炼功场面所吸引，当场就尝试学炼法轮功；有的主

动接学员递上的传单并和学员交谈，想了解更多真相。人们明白真相后，纷纷签名支持法轮功学员反迫害。一位中年男士拿起笔就在反迫害的征签簿上签名，他告诉学员：“我曾在欧盟工作过，法轮功在中国遭受迫害的事实真相我都知道，尤其是（中共活摘法轮功学员器官）这个恶行，必须要制止。”他接着说：“今天虽然是个特殊的日子，有瑞典国王登基五十周年盛大的庆典活动，但我认为你们（反迫害征签活动）这个事情最重要，所以我必须要先把这个事情（签字支持法轮功）办完了，再去那边的活动。”

奥地利法轮功学员九月十日参加了在施泰尔马克州（Steiermark）首府格拉茨（Graz）举办的大型“体育日”（Tag des Sports）活动，向人们讲述大法的美好，并揭露了中共的迫害。奥地利广播集团（ORF）的新闻队伍拍摄了包括法轮功学员炼功在内的镜头，并在九月十日晚十九点的新闻中播放了出来。

德国法轮功学员九月九日在兰道（Landau in der Pfalz）市政厅旁的市场大街（Marktstrasse）举办信息日活动，向民众传递法轮功真、善、忍的价值观，同时揭露中共残酷迫害法轮功学员及活摘法轮功学员器官的罪行。人们签名声援法轮功学员反迫害。彼得森（Pettersson）微笑着说：“我是佛教徒，相信心灵的感召。现在我明白了，我就是来这里签名的，这真是缘份。”彼得森非常认同法轮功的精神价值观。他说：“在生活中我会努力遵循这些原则。”

德国慕尼黑法轮功学员九月九日至十日参加利物浦大街节庆，向民众展示了法轮功的美好，不少民众表示感兴趣，并询问炼功点信息。法律工作者蒂斯塔瑞菲茨女士（Distarevicz）签名声援法轮功学员反迫害，对于中共不允许民众修炼真、善、忍，她表示简直难以置信：“不可思议，不允许人按照真、善、忍来生活，这是个耻辱。人们被剥

看没看到呢？看到了，可是他看到的不是真相。为什么呢？因为他的层次不够，只能在他这个层次中给他显现出来他应该看到的佛法的体现。”（《转法轮》）

我一下明白了！同修修好的一面我没看见，说明我层次不够，显现的不足恰恰是我心性的位置。我应该首先修自己，再善意的去提醒对方——我还是放不下修别人的心。我应该无条件的修自己。

修炼二十多年了，宇宙正法到了最后的最后，随时都可能结束，如果都象我过去修的这么费劲，恐怕会失去很多机会。我们还是按照师父的要求一下子就能做到吧！不要让师父耗费那么多心血，操那么多心了。

Z同修染疫症状特别重，我建议他们都看看《九评》。再后来，我看他儿媳真的不断在修自己，改变自己；可我看眼里的同修Z还在埋怨儿媳，说儿媳的不是。

我们一起学法一年了，感觉Z同修一直向外看。我想，我还是放下吧，这可能是让我修呢，我身上党文化表现也不少，我还是把自己修好吧。加上Z家楼下出现点状况，我和另一位同修商量我俩先不去那儿了，她说她也不想去了。

到了下一次学法，我们照常学，学完在说暂停的事儿。可这次没听Z同修说以前那些话，却说：“自己这边一向内找啊，那边就改变啊！”乐呵呵说了好几遍，我也没往心里去。过后另一同修告诉我，Z同修是说自己一向内找，儿媳就变好了！

我反思后终于明白了：Z同修一直向外看儿媳，而我一直向外看Z同修，我和Z同修一模一样！是师父为了让我修去向外看、修别人的习惯而安排了这出戏！这戏都是给我演的，是演我呢，我看了一年，竟然不晓自己就是戏中人！我放下修别人的一瞬间，戏就闭幕了！

同修们，看到了吧，师父为我们修去一个执著，操了多少心啊！还只是表面上我们能领会的。师父在法中什么都告诉了我们了，可是人心挡道，就是不悟啊！

二、一下子能做到了“看到同修的不足找自己”

一天，我背法背到《转法轮》第九讲“大根器之人”时，这句法从书中跃然而起，进入我脑中：“今天你一下子就能做到了，那你今天就是佛了。”（《转法轮》）我恍然大悟：这句法后面是“。”号，是肯定句。不要误读成疑问句。可是为什么很多时候，我不能一下子就做到呢？

比如，我怎么能做到：看到同修的不足马上修自己，而不向外看、修别人呢？一天，又一段法打入我脑中：“他

夺了做人的意义，以及（被剥夺了）他们的灵魂，我觉的太可怕了。”她觉的在公开场合揭露中共的罪行非常重要。

法国巴黎法轮功学员九月九日参加了巴黎五区和巴黎十一区的协会论坛活动，受到参观者的喜爱和欢迎。巴黎区长在法轮功展位前说：“我来到了论坛最好的地方，也是酷暑中最凉爽的地方。”在巴黎五区，法轮功展位设在市政府里面。法轮功学员演示五套功法时，吸引了许多居民前来了解有关修炼打坐的更多信息，同时有更多人了解法轮功和中共迫害法轮功学员的真相。来到法轮功展位的人们都带着灿烂的笑容和真相资料离开。▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

吉林长春市德惠市法轮功学员苏翠芝、谢云香、刘忠荣、王桂英被非法判刑，苏翠芝被非法判刑七年；谢云香被非法判刑五年；刘忠荣被非法判刑三年半；王桂英被非法判刑十个月。二零二三年二月二十五日，以德惠市公安局局长、“610”头目顾民为首的犯罪团伙，制造恐怖。由公安局副局长和“610”国保大队带队，伙同多个派出所合谋作案，对德惠市法轮功学员实施绑架或非法抄家。苏翠芝、谢云香、刘忠荣、王桂英、王玉芬、郑玉明被非法刑拘，被德惠市检察院非法批捕、构陷。

甘肃白银市五位法轮功学员廖安安、顾复满、李巧莲、王立贵、赵琴珍，于二零二三年三月三十日被白银区法院非法开庭，近悉，五人都被非法判刑。廖安安，女，八十七岁，被判处有期徒刑三年九个月，同时加上二零一五年的五年刑期中因严重心血管病改为监外执行而未坐满的刑期，共执行六年零六个月；顾复满，男，六十五岁，被判刑三年九个月；李巧莲，女，六十九岁，被判刑三年九个月；王立贵，男，六十二岁，被判刑三年五个月；赵琴珍，女，七十五岁，被判刑一年，缓刑一年六个月。他们都被勒索罚款数千元。

四川达州市达川区法轮功学员刘明珍、李金汝，二零二三年六月九日在达川区法院被非法开庭。达川区法院于九月十二日下达了判决结果。七十二岁的刘明珍被诬判四年半、勒索罚款三万元；李金汝被非法判刑五年半、勒索罚款五万元。

河北衡水市武邑县法轮功学员杨会勇（杨会永），二零二二年十一月七日再次被警察绑架，二零二三年九月初被非法判刑四年半。杨会勇现已上诉。

陕西西安市新城区法轮功学员妙忠军，二零二三年九

看到同修的不足找自己 能做到吗？

文：大陆大法弟子

【明慧网】同修Z八十多岁，各方面修的都挺好，师父的法从《洪吟》到《洪吟四》四本诗词能按顺序背下来。讲真相，到派出所营救同修，方方面面都做的挺好。但是出现一个状态，就是和儿媳同修之间互相修对方。

为此，Z同修想给儿媳找个集体学法环境，帮儿媳尽快提高上来，于是让我和另一同修到他们家一起学法。可每次去他家看到的都是同一出戏，就是Z和儿媳都在说对方哪里哪里不足，对方什么什么不在法上。

一、一出戏上演一年，向内找瞬间闭幕

我总试图让他们都向内找、修自己。为此，我跟他们交流，还教Z的儿媳如何在大法网站检索师父相关的讲法，如何在明慧网搜索同修相关的文章。Z同修上网有困难，我告诉他看哪本书中哪部份内容，把交流文章打印出来给他看。

其实Z的儿媳本性很善良，他们之间更象是父女，没有隔阂，说话也不拘束。虽然她是新学员，但每天都能抓紧学法，看交流文章，她也在对照修自己。只是有些法还没看全，有些方面还没意识到，修炼总得有个过程。

可是每次去他们家，同样的戏还是重复上演，还是互相说对方如何如何。我也没向内找，反倒想起中共内斗的一句话：“马列主义尖儿朝外！”因为党文化那一套都是针对别人，修理别人的。我也没意识到是给我修呢。

二零二二年末疫情大爆发，我出现染疫症状。有一天我想起师父的法，中共病毒是针对“邪党份子”的，想到我身体里可能还残存着邪灵份子毒素，就看《九评》主动清除邪灵毒素。第二天早上染疫症状就消失了。

五、狭隘

当同修话没说完，要表达的意思还没有表达完整时，就打断对方、反驳对方，否认对方的认识。急于表达自己的认识、见解时，往往带有自己强烈主观的臆想，是狭隘的一种表现。在并未理解别人的前提下，武断认为自己什么都知道，给别人的话下定义。

提到法理时，有人认为这句话是这个意思、那句话是那个意思，无意中也是曲解了法，甚至给某句法下了定义。有人说我没有曲解法呀。但是你的言行中、思想中、你的无意中，已经进入那个框框当中了，可能已经开始钻牛角尖儿了，已经走入迂腐之中了。

有的同修对同一件事情已经讲过好几次了。不给自己的修炼下定义，设框框，留障碍。有些事情已经太久远了。有些事情早就应该把它忘记了。把自身没用的东西倒出去，腾出空间来承载在法中不断加深的认识，用法来充实自己。

月十一日被西安市莲湖区法院枉判四年，勒索罚金一万，所有合法私人物品被非法没收。本人不服枉判，已上诉。妙忠军，今年六十六岁，十多年来一直伺候、照顾双亲。自二零二二年七月二十五日被绑架至新城区看守所后，就再也没有见到过两位耄耋老人。尽管其母亲李凤花在病危时，家属和律师向法官权波蓉申请见最后一面，均未得到允许。在思念和悲愤中，妙忠军的母亲于今年三月十三日离世，他的父亲于五月二十二日离世。

陕西西安市未央区七十五岁的法轮功学员李雪松，二零二三年九月十一日被西安市莲湖区法院枉判三年又两个月，勒索罚金一万。本人不服枉判，已上诉。李雪松老太太二零二一年八月二十三日在236、207路公交车上讲真相时被恶意举报。未央区公安分局国保大队指定徐家湾派出所对她实施绑架。

黑龙江大庆市现年六十六岁的法轮功学员冯莲霞女士，因为坚持按照“真、善、忍”修心向善，二零二二年七月十二日再被中共警察绑架、关押构陷，二零二三年八月获知，冯莲霞被非法判刑三年六个月，被劫入黑龙江省女子监狱迫害。

湖南株洲市今年四十九岁的法轮功学员喻颖祝女士，于二零二三九月八日被长沙市雨花区法院非法判刑三年。喻颖祝因坚持真、善、忍信仰，在中共对法轮功持续二十四年的迫害中，曾三次被非法劳教，共计入冤狱七年。喻颖祝二零二三年三月二十九日在家中被当地警察绑架，六月一日被释放回家“监视居住”。八月二十四日，喻颖祝再次在家中被警察绑架、非法关押在长沙市第四看守所。

河北廊坊市香河县法轮功学员张宪、王志山在被绑架、非法关押构陷近一年后，于二零二三年九月五日被香河县法院非法判刑，张宪被枉判一年半，王志山遭非法判刑两年。九月六日，张宪、王志山被派出所警察劫持到香河县看守所。▲

茫

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】两年前，在黑监狱里，我的天目看到一个场景：

在古代，我是一个官员，在审讯一个犯人，这犯人拒不招供，于是，我用一桶滚油浇到他的后背上，他被滚油烫死了，死的极其凄惨。这犯人今生转生成了主审我的警察。巨大的业力压向我，我却没有任何痛苦。我天目的层次有限，看不到更微观的空间，但却能真切地感受到是师父替我承受这巨大的业力。

随即，我的元神进入师父为我承受业力的空间，我看到师父不仅在为我承受业力，而且是为宇宙所有的众生在承受业力，包括哪怕是空气中的一粒灰尘的业力。我一下没有了思维；大脑组织不出任何语言，表达不出任何情感，一片空白。许久，想起师父的一句诗：“真相大显天下茫”（《精进要旨二》〈心自明〉）。在真相面前，所有感恩的词汇都是苍白的。“茫”是那个状态最准确的表达。

第二天，一群旧势力的神对我说：“因你害死了人，所以，你这次有三年牢狱之苦。”我非常坚定的对它们说：“我生生世世犯的罪，杀的人远不止我看到的这一个人。但我在历史上所有的罪，我的师父都替我还了。你们没有任何理由再来找我要债。”旧神无语，过了一会，它们说：“好吧，历史上的罪，你的师父替你还了，我们不再追究。但从你修炼至今，你做了多少错事，犯了多少罪你自己知道吗？你不应承担吗？所以，你还是躲不过三年牢狱之苦。”我对他们说：“我修炼至今的所有错事，都是你们（强加）干的，没有一件事是我干的。你们强加给我的罪，我绝不承认。”当我坚定正念、识破旧势力的伎俩时，师父把我的业力拿掉了。旧势力消失了。第三天，我走出了黑监狱。

我想这个行为中可能存在着“中共九大基因中的第六大基因——‘抢’”。这里的抢是同修的话语权，抢先表达自我，抢先给别人下定义。

二、显示欲

这里说的显示，不只是说显示自己的认识比别人强，还包含求名、执著情而产生的欲望。

这种表达，一种显示欲，由隐性到显性，本质上其实还是表功、邀功：“不说谁知道？”认为说出来才“不吃亏”、才没白做，说出来自己就不会受委屈了。

从法中我们知道，其实修炼人所做的一切，一思一念，在宇宙中都有记载，你不用显示给同修，层层的神佛都在看着呢！

三、倾诉欲

倾诉欲其实就是人情所致，希望被人关怀、同情、认同等等。

特别想倾诉的时候要反观一下自己，看看自己有没有什么执著显露出来了，应该当成一种修炼提高的机会。

四、表现欲

抢着说话就是突出“自我”。“我”想说、“我”要说、“我”先说。以自我为中心，而不是为他人着想。

师父说：“过去的基点是为私的，而大法造就的一切是不执我的。”（《各地讲法四》〈二零零三年亚特兰大法会讲法〉）

私所表现出来的是自己的包容心不够大，或者听到一点不符合自己观点就排斥和否定；不是用法来修自己，而是用自己的认识去衡量别人的一切了。

的在大法中混事了，每个人都把自己放在其中看一看，找出根本执著。

我没有想指责同修，经过交流，意在抛砖引玉，深刻的想一想自己的修炼是怎么回事，严肃对待修炼，不要只是皮毛上找一找，事情已经发生了，我们看看我们怎么补救，在以后的修炼中，尽量成熟起来，少受损失、多救人。

这里只代表自己在这层次的一点认识，不在法上的地方，请同修慈悲指正。

从不打断别人说话说起

文：未署名

【明慧网】作为一个常人，打断别人说话是很不礼貌的。同修之间，作为修炼人，对方虽然多半不会计较这些行为，但也是不礼貌的，应该向内查找一下，是什么原因使自己轻易打断对方说话。

特殊情况下，比如临时想起了一件重要的事情需要及时说出来时，那是另外一回事。对于多数习惯性的打断对方说话的现象，可能存在着修炼人要修去的不好物质。应该抓住时机及时消除这些阻碍修炼人提高的物质。

打断对方说话有不同的场景、不同的情况，不能一概而论，我谈一谈我对这方面的认识。

一、争抢欲

有的人觉的自己理解能力强，很快就能明白对方想要表达的意思，所以喜欢插话，用以显示自己“理解力强”、“聪明”。所以有的时候同修刚讲了几句话，自己就顺嘴接过来了。讲来讲去，讲成自己的意思了，打乱了同修想要表达的意思。

修炼中，师父对我们是单向付出，我们没有任何事物能回报给师父，因为我们境界中最美好的事物都是卑微的，我们的一切都来自创世主的恩德。

读师父新经文读到“师父不欠你的”（《远离险恶》）时，我对有的人的状况感到极其震惊，竟然有人有如此大逆不道的想法，会认为师父欠我们的？！于是，把我的这段经历写出来，与真修的同修分享。

也说修炼人如何对待苦与难

文：辽宁大法弟子

【明慧网】同修在《正念对待苦与难》一文中说：“是啊，修炼是为了什么？为了常人中的美好生活吗？物质上的好和不好那不都是在人这的衡量吗？所有的不好都是在考验着修炼的人心如何摆放，都是给我们铺就通天的大路吗？我心里亮堂了，师父给我拿下去很多人的东西，我一下子没有那么痛苦了。”我被同修的正念所震撼，深受启迪。

是啊！大法弟子的修炼，是为了在常人中出人头地吗？是为了身体健康，精神愉快吗？是为了事事顺利，舒舒服服过常人的日子吗？一句话是求得常人中的幸福吗？不是。完全不是。我悟到，是在痛苦、难受中有正念，能够正悟法理；放下人心，坚定的修下去，师父会帮助我们化解苦难，善解冤缘；我们走过来后心性在提高，境界也升华了上来，逐步突破层次，达到师父要求的法的标准。所以，苦难中正念是起着至关重要的作用。

我是一九九七年喜得大法的老大法弟子，二十多载的修炼是在苦中修，身体舒服的时候很少。师父怕我修不了，曾经无数次的点化我。刚得法时，我读《转法轮》读到第

三讲时，有个声音告诉我，人生的真正目的地就是返本归真。那时，我的悟性低，没能真正理解师父对我的点化，没有悟到大法修炼是从人修成神的法理。

一天晚上，我天目看到，一大群红脸大汉，有的挑着大箩筐，有的背着硕大的背篓，箩筐和背篓均空空如也，大汉们把我团团围住，跟我讨债。我站在他们中间，被吓的六神无主，不知所措。因为我还不起他们的债，别说一大群人的债，就是一份我都还不起。这时，师父来了，师父没有说话，开始给他们打小手印，他们都静静的看；师父打了大约一分钟时间，打完后，他们都乖乖的离开了我。

那时，我只是知道师父给我解了围，帮了我的大忙。在后来的修炼中，我才明白是师父提前点化我欠的债不是一般的债，是又多又重。

修炼初期那几年，每到农闲季节，我就开始消业，卧床不起，吃饭都得丈夫帮我才能起来。丈夫心里没底，劝我医治，我就相信大法和师父，无论怎么难熬，我就是不去看医生。一粒药没吃过，果然没有事。到农忙季节，我和丈夫一样下田干活。

后来，也有几次严重的病业关，生死难测，我没有去医院，没有用药，在极度的痛苦中，我把自己这个肉身交给了师父，服从师父的安排。丈夫每次都以为我不可能活过来，我却神奇的都活了过来。所以我没有留下一点遗憾。

我们在大法中修炼，师父为我们承担了许多许多，也为我们平衡着每一层次的业债，层层师父都为我们安排的非常有序和妥当。痛苦中，我们是难以承受，可我们自己还的这部份，是很少很少的，很多很多的那部份是师父给我们承受和抵消了。我们所承受的这点痛苦，都是师父为我们提高安排所用。

我悟到，吃苦是好事，痛苦能消去业力，难熬中才能

了的就写一个郑重声明，声明一下。这几天，各事业单位也通知下去了，每个人都要签。

三、当地大法弟子为什么无动于衷？

其实写到这，我想同修都明白怎么做是对的，我不想再说怎么做，我想交流的，是什么东西让我们修炼了这么多年，会对众生被毁灭而漠视，做出这么不象大法弟子身份的事？我们每天嘴里喊着救度众生、救度众生，每天都在大街上讲真相救众生，为什么这么多的众生被毒害、被毁，竟无动于衷呢？

通过这件事的出现，是不是众生在摆放自己的位置，大法弟子也在摆放自己的位置？我相信哪一个大法弟子都想做好，只是自己没有意识到而已。那么通过这件事，我们就要把背后隐藏很深的那个障碍自己不能提高的因素找出来，去掉它，自己的提高才是第一位的，

四、向内找因 接受教训

在这个过程中，我找到我的很大的问题，就是抱怨心，抱怨同修修炼这么多年了，怎么还这么自私？漠视生命是邪党文化，它让人不把生命看的珍贵，由此在别的事情上，我也是这个思维，很害我自己，提高不了。进而，我也看到有的同修学法也不少，怎么遇事就不会在法上看问题呢？就随着自己的认识去想去做，也没想一想自己的所作所为在不在法上？我想，通过这事，让我认识到自己存在的很深的、不在法上的东西，去掉它，就是一个很大的收获。

有的同修说，自己太松懈了、太自私、太麻木。我认为不要嘴上一说就过去了，实修是一个剜心透骨的吃苦的过程。师父最近刚发表的《远离险恶》和《大法修炼是严肃的》两篇经文，对我们的触动应该是很大的，事情已经很严重了，根子上的问题应该挖出来了，不能再稀里糊涂

还有一种说法，就是咱们又不是“邪教”（注：中共才是真正的邪教），自己干嘛往自己身上揽啊，他说他的，邪党才是邪教，他说的是邪党。可是世人的思想中，一提“邪教”就是中共灌输的法轮功，邪党玩了一个文字游戏，就象现在宪法规定信仰自由，现在的任何一条法律法规没有一条说法轮功违法，法轮功现在在中国是完全合法的，但是世人一提法轮功，就说是“违法的，要不怎么镇压你们呀”。

师父讲：“你们是众生得救的希望。”（《各地讲法八》〈二零零八年纽约法会讲法〉）

我们交流，现在是邪党邪灵在往地狱里拉人、在毁人；我们是在救人、在抢人，在和邪灵抢人，可是我们现在的态度，是漠视生命、是麻木、是自私。

师父在《转法轮》中讲：“你看到杀人放火那要不管就是心性问题，要不怎么体现出好人来？杀人放火你都不管，你管什么呀？”

二、邪恶真的在毁人

有的同修说，邪恶翻不起浪来，都到什么时候了，别把它看大了，世人现在都明白真相了，没人签。我找到几个同修交流，也没能达到一致，各执己见，也就不了了之了。

没过几天，有同修来我家，我们说起这事，同修说，有这事，现在已经行动了，她老家村里就有签的，而且还是已经三退了的，谁签了名，就在村里的微信群里发到村支书那里，已经有好几个签的了。我们认识到此事严重，邪恶在毁众生，我们不能见死不救。

这几天，又有同修说，学生要开学了，老师都要家长签字，就是在“反邪教”网上签名，一个班上只有三、四个没签，几乎是大部份都签了；有同修的家人也签了，签

验证是否真修。人成神的路没有捷径可走，该吃的苦就得吃，该还的债就得还，闯出苦难才能修出来。一个业力满身的人要修成一尊金光闪闪的神能不难吗？

苦难中是师父在为我们消业洗罪，使我们完完全全纯净后方可回天。

说说这个怨恨心

文：大陆大法弟子

【明慧网】师父在新经文《远离险恶》、《大法修炼是严肃的》中，都提到了怨恨心。开始时，觉的自己从没怨恨过师父，经文中提到的这种人与自己没啥关系。然而近几天反复学习两篇新经文后，渐渐认识到，其实自己就是那种怨恨师父的人。这里说一说自己的认识，希望同修都能用新经文来对照自己，查找不足。

一直以来，自己在遇到矛盾时，很少用法来衡量，总是习惯性的产生埋怨心，甚至由怨生恨。表面上怨恨的是周围的人和事，其实就是对师父为自己苦心安排的修炼之路不满意、不高兴啊！根子上怨恨的是师父，只不过表现形式不同而已。

我们都知道慈悲的师父为弟子承受了巨大的罪业，只留下一点儿业力，用来提高我们的心性，铺就回天之路。身边的矛盾恰恰是师父为了我们能走出人而精心安排的，可是自己“却不知感恩，还死死抓着执着不放”（《大法修炼是严肃的》），觉的身边的人都欠自己的，因此怨恨的不行。

怨恨心是女同修中普遍存在的。恨婆婆、恨丈夫、恨儿女……简直恨出了水。可是如果把镜头推到前几世看看，都是有原因的。

我悟到，修炼人长期怨恨心不去，最终会怨恨到师父，甚至魔变。

一个修炼人如果不能用正法理来看问题，不从根本上转变人的低俗观念，不能把常人眼中的坏事看成修炼提高所需的好事，不能把对人和事的怨恨转变为对师尊的感恩，就无法修炼！然而，修成修不成却不是个简单的事。

师父已经在《大法修炼是严肃的》一文中发出严重警告：“修不成的，违背誓约的，对大法犯罪的，就必定兑现用生命所做的承诺！”

我们作为弟子，大家都得重视啊。

修去怨恨心 胸中天地宽

文：大陆大法弟子

【明慧网】我曾经是一个怨恨心很强的人，稍微受到一点不公正的待遇就会含恨在心，自怨自艾，让自己陷入巨大的痛苦之中。在修炼中，我认识到了这颗心，也一直在努力的放下这颗心。

一、放下对父母的怨恨

从小到大，继父对我都很不好，动辄辱骂，言辞激烈恶毒（他并非只对我这样，对包括他自己父母兄弟领导同事，即所有的人都这样），使我受到了很大的心理伤害。当时我年少无知，认为自己受到了很大的委屈，对继父产生了很大的怨恨。同样的，童年时我经常生病，母亲因为要工作，就把我寄养在姥姥家，很久才来看我一次，也让我受到了很大的委屈和折磨。姥姥不会带孩子，我从小没人教，不懂人情世故，不会和人交往，这使我之后的生活受到了极

就本地出现“反邪教网上签名”的思考

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】最近，我地出现了要求各企事业单位、学校、村镇等在“反邪教网上签名”的毁人事件，在各单位、村镇等微信群里发出的。村里要求村民签名之后发到村支书那里，其它的也是签名之后发到工作群或是居民群里，现在都有不同大小范围的群组，要签名就必须打开那个链接，不然签不了。

一打开那个链接，第一个就是一九九九年中共迫害后所有给师父、给大法造的谣言，污蔑师父、污蔑大法，真是对众生的毒害很深。在一九九九年刚刚迫害时，邪恶那时很猖獗，都没有敢这么明目张胆的搞这样邪恶的事。在今天邪恶因素已经少之又少，大法弟子又走过了这么些年的修炼，已经趋于成熟，却发生这样如此大的毒害和毁灭众生的事件。大法弟子担负着救度这一方众生的责任，邪灵因素在肆无忌惮的毁众生，就此事，我谈一下我的想法。

一、“签名”事件之初

大约一个月之前，有同修来找我，说政法委开会了，要在各企事业单位、村镇、居委会、学校等发起“反邪教网上签名”。我们交流了一下，说正法到了最后了，出现这么大面积的诽谤师父、诽谤大法的现象，我们大法弟子应该好好找一找自己，看看有哪些不足，赶紧归正，我也在我们的学法小组提了此事。

可是一开始同修本能的认为，这些与我们没有关系，我们做到心不动，我们有师父管，这事与我们没关系。现在就是到这时候了，是一种天象变化，世人都在做选择，选择对了就留下来，选择错了就被淘汰，该死的就死了。

臣的故事的启示》。李靖与侯君集都名列凌烟阁二十四功臣。李靖是大唐名将，平生攻无不克、战无不胜。作为自古少有的立功、立德、立言、能善始善终的名将，他面对唐太宗时却无比谦逊的说：“我过去凭借天子的威力，做了点微小的贡献。”而作为反面参照人物的侯君集，恃功自傲，贪恋权财，面对太宗的一再宽容，却辜负圣恩，谋逆反叛，最终事败被处决，其下场令人唏嘘不已。以史为鉴，大法弟子更应在任何成绩面前保持谦卑恭谨，常怀对创世主的无限感恩敬仰之心。

个人理解，很多心，如自傲、自高、自大、自恋、沾沾自喜、总是自己对、不愿被人说等等，一旦发展起来都非常可怕。如果修炼人不能用强大的主意识来排斥并去掉这些心，遇到矛盾总是向外指责、抱怨，最终都会魔变，甚至毁掉修炼人自己，需要千万注意。

其实师父也早就在传统文化中铺垫好了。周易六十四卦中，只有“谦”卦六爻皆吉。常怀谦卑之心的修炼人更容易看到自己的问题，及时修正并提高心性，修炼路也会走的更顺畅更稳健。

大的影响。在学校里我没有朋友，不会与人交流，尤其不敢和女生接触，有很强的自卑心理，性格特别孤僻，在学校和工作单位也经常受到欺负，一直过的很不如意，这让我对父母积累了更多的怨恨。

修炼之初，我还没有意识到自己对父母的怨恨有多大，只是学会了忍，不管心里有多少委屈和痛苦，都忍下来，但是随着修炼的深入，仅仅做到表面上忍是不够的，要真正放下这颗心才行。

一次，父亲在吃晚饭的时候提出一个脑筋急转弯（这是他的常用手段，用这种带争议的话题和人交流，引导人和他吵架，父亲除了吵架不会用别的方式交流），我给他解释之后，他毫无意外的开始胡搅蛮缠，情绪越来越激动，表情越来越狰狞，言辞也越来越激烈，无论怎么解释也不接受，一味强调我是错的，冲动之下开始拽着我的胳膊，硬要辩个明白，我也开始有点生气了，用严肃的语气告诉他我不想再继续这个对话了，让他坐下别再纠缠。

回头我意识到自己起了执著心，如果是一般的人，我不会这么生气，也不会这么执著于和他争论，不理他就完了，但是长期的怨恨使我失去了理智，总是想和他争个对错，证明他是错的。之后我开始找自己，找到了这颗怨恨心、争斗心、争辩心、证实自我的心、说不得的心、急心、名利情、私心、报复心，真的太差劲了！在我发正念清除这些执著的时候，母亲在一边训斥我，也在考验我的忍耐力，幸好我这时已经冷静下来，不再被魔性左右了。发完正念以后，我感觉轻松多了，走到客厅一看，父亲躺在沙发上玩手机，象什么事都没发生一样，都是假相。

二、放下对恶人的怨恨

我因为讲大法真相两次被派出所绑架，进过一次拘留

所，被工作单位开除过三次（国内很多私营企业不敢收留大法弟子，如果不讲真相还能勉强留用，一讲真相就坚决辞退），日子过的不太顺利。每次事情发生之后，我都会对恶警和举报者产生怨恨，怨他们迫害好人，怨他们剥夺了我的工作机会，使我生活无着，但是现在想想，他们对我做了多少坏事，师尊不就给我转化成多少好事了么？没有这一次次的魔难，我又怎么会象今天这样理智清醒，对法坚定呢？是我自己没认识到，其实不管遭受多少魔难都是假相，都是成就大法弟子的具体表现而已，我要做的就是正念对待这些魔难，从中修好自己。

现在，我不再怨恨这些加害过我的人，也不再因为自己的处境而怨天尤人，我只会感谢他们又让我放下了很多人心，让我得到了提高，同时也感到他们很可怜，在邪恶的蒙蔽下做了大坏事，希望他们还有机会明真相、得救度。

三、怨恨心和其它人心的关系

在向内找的过程中，我发现怨恨心和很多执著心是有联系的。首先，怨恨心源自于私心、自我的心，体现为一种负面的情；第二，怨恨心往往伴随着争斗心、妒嫉心、报复心等等其它执著心，很少单独存在。这些执著心互相加强，互相关联，往往在一件事上同时都反映出来，一颗心不去，其它心也难去，只去一颗心，其它的也会死灰复燃，所以要同时修这几颗心；第三，这些执著心往往互为表里，看起来是争个高低，辩个对错，其实可能是因为怨恨，而怨恨是出于妒嫉。名利情受触动，也会催生怨恨，怨恨的来源，也一定是自私自我。想要真的去掉一颗心，就得好好挖根，找到源头，才能知道自己为什么有这颗心。

几经魔炼，我终于明白了，根本就没有什么不公，也没有什么恶人，只是师尊要成就我，就要让我放下这

看不起别人。我也一直在去这个心，总觉的去不干净。同修文章写他有了好事，我有时也会想：看作者描述，就他修成这样，还有这种好事？总是去跟别人作比较，似乎都成了习惯性的思维方式。

直到有一天，我突然发现妒嫉心跟狂傲自大是有关系的。因为狂妄自大，觉的对方不如自己修的好，就想怎么对方有了好事，自己却没有；因为狂傲，所以智慧很有限，看不到别人的福报是前世积累的福德换来的；因为看重自己，就觉的同样被迫害，自己遭的难怎么比别人大，心里不平衡，却不去想是自己业力深重所致。

也是因为狂傲自大，无法体会众生之苦，老是在意他们表面上种种不如己意的表现，看不起他们，没生出怜悯慈悲之心，却反而有意无意的常在思想中造业。众生下走最肮脏的三界都是为得救而来，历经风霜苦痛，我只不过是比他们幸运，早得法早明真相而已，没资格去瞧不起别人。

再比如说，自己经常会盘算救了多少人。这种贪天之功的想法也是狂傲自大的表现。救人这么大的事，那是小小的我能做成的吗？那是师父铺垫好了一切，把众生送在我面前，让我动动嘴皮子而已。那是师父慈悲救度，大法无限威德的展现，实质的事都是师父做的，就连我讲真相中的智慧和能力都是师父赐予的。

如果没有师父的慈悲保护，我连自己的生命安全都无法保障，何谈救人？每一次传真相的机缘，包括其中遇到的各种矛盾与魔炼，都在师父有序的安排中，都是提供给我们的修炼机会，都应无比珍惜与感恩，而不是贪天之功。

狂傲自大这颗心会反映在方方面面，这里就不细说了。

三、历史上的正反面参照

前一阵重温明慧网上二零一八年的文章《唐朝两名功

显的如此浅薄；师父讲出的法理我闻所未闻，大法解答了我人生中所有的困惑。

师父一下子把我拔上来，使我明白了很多事情。我没有感叹大法的浩瀚无边，反而滋长了沾沾自喜的心，加强了自视过高的心。因为没有修出谦卑，遇到事情没有看自己，不能向内找，使我在修炼之初连摔两个跟头。

第一次出事时，当时我没有认识到修炼的严肃性，觉的修炼挺苦，留恋起常人的生活。出事前师父的点化很明显。一天早晨我去上班时，发现办公楼入口侧面有块很大的玻璃碎了一个大洞，周围装上了护栏。我想：这么大的洞，这是谁有了大漏？没有找自己，却想：这么大的一个办公楼，修炼者肯定不止我一个吧，估计点化别人呢。就这样滑过去了，遇事不向内找的教训是深刻而惨重的。

第二次摔跟头，表面上是因为讲真相被构陷从而失去一份好工作，但深层次原因还是跟狂傲自大有关。

得法之初我如饥似渴的学法，感觉进步神速，每次学法都能看到法理。但是因为自傲，一段时间之后，每看完一遍《转法轮》我就会想：我都看到这么多法理了，看下一遍时，还会有新的法理吗？现在想想很可笑，但那时我就是被狂傲的心控制着，认识不到自己的卑微渺小。

因为执著自我，在迫害面前、关键考验面前，人念太重，不能完全坚信大法的威力，不能放下自我、把自己完全交给师父。如果做到的话，工作应该能保住。

二、狂傲自大阻碍提高与救人

近年来我认识到，很多心去不掉，很多方面进步缓慢，也都与狂傲自大有关。

比如说妒嫉心，个人体会主要有两种表现：一种是看不得别人好（其另一面表现就是幸灾乐祸）；还有一种就是

颗心，让我在魔难中悟到，真正的做到“打不还手，骂不还口”（《转法轮》）。

现在回想起来，我真的太笨了，修了这么久才认识到这个浅显的道理，一直陷在谁对谁错，谁好谁坏，吃亏受罪这些可笑的表面假相之中，被这颗心折磨着、拖累着不能进步，不能精进，真的太差劲了！

今后我要更加严格的用法来要求自己，不能再“知法犯法”了。

认清误区

文：修敬

【明慧网】最近和两位同修交流，发现他们对迫害问题有着认识误区，本人不察觉。由此也想到长期迫害中出现的其它一些方面的问题。

首先是很久没见面的同修A。我问他：“这两年有没有受到什么迫害？”对方说：“没有被迫害。”但在接下来的交流中，我了解到同修A没有集体学法环境，学法炼功也没怎么坚持；国保经常打他电话、上门骚扰，甚至跟踪他、对他的公司业务做出限制。

还有同修B。他是外省人，来到我所在的城市工作。他家乡的警察定期打他电话，要他汇报行踪。交流中发现，他也认为自己没被迫害。

这些认识上的误区已经很严重了，同时我了解到，周围还有一些同修也是这样的认识。他们可能以为，只有被拘留、被劳教、被送洗脑班、被判刑，这些才叫迫害，其它的只能算“骚扰”。

我认为，这种情况一方面是没有认清邪恶的迫害，另

一方面又没有正念否定迫害，才导致迫害如影随形。下面列举一些常见的隐形迫害，看能不能给同修提供一些参考。其实前三种迫害已经不能算是隐形的，但有的同修没有在法上认识。

一、定期打你电话，要你汇报行踪

这其实是常态化维稳。表面上，警察可能不会问你太多，只是问你在哪里、在做什么工作，你可能几句话就可以应付过去。但通过问答这种形式，邪恶间接实现了对你的精神控制。你如果看不清这是迫害，配合了对方，就是配合邪恶，就被旧势力抓到了进一步迫害你的借口。

怎样否定这种迫害？建议摆脱对手机的依赖，或更换手机号码，除工作需要外，尽量不开机，不接任何陌生电话。

二、上门“慰问”“关心”你的生活

有些上门的警察，可能态度非常好，甚至“关心”你的生活，问你是否缺这缺那。别以为是真正关心你，定期上门其实是610安排的一项工作，上门之后，他们会把了解到的情况汇报给上级，最后上传到公安系统。所有上了黑名单的大法弟子，每次被上门的情况，都在公安系统里有详细记录。

怎样否定上门迫害？明慧网经常有同修发表相关体悟，各人有各人的做法，见仁见智。我个人的看法，建议还没有准备好时，拒绝对方进门。如果正念到位，可以对上门者讲真相，但不建议在这种情况下给对方发资料。因为对方上门是工作，回去后是要向上级交差的，而在常人眼中，工作是自己的切身利益，他们可能会倾向于把收到的资料上交。

三、经济迫害

邪党的迫害，专门有一招就是“经济上截断”。

和迫害！大法弟子必须时时刻刻在法上认识到位，不要被邪恶钻了空子。

如果你长期陷在一个不好的状态中，无法突破，无可奈何，甚至习以为常，这可能就是走了旧势力的安排。我们要从法上认识，找到根本原因，尽快突破它，否则长此下去将被邪恶毁掉。

师父说：“没有人想让你修成，也没有人考虑你们修的怎么样。旧势力只想完成它们想完成的，仅此而已。”（《各地讲法十三》〈二零一五年美国西部法会讲法〉）

狂傲自大易自毁

文：大陆大法弟子

【明慧网】修炼中有些心比较好分辨，容易去，有些执著就隐藏的很深也很顽固。

就我而言，对于“狂妄自大、骄傲自满”这颗心的逐步认识，经历了一个漫长的过程，现在比较清晰了。师父最近的两篇新经文让我对此也有了更清醒的思考，以下是一点个人体会及深刻教训，写出来供同修参考指正。

一、个人的惨痛教训

我从小学习好，在赞扬声中长大，所以不自觉的就养成了“比别人强、自视过高”的心，在很多事上懂一点就觉的懂了很多，觉的自己了不起。如果不修大法，不明白各种法理，不了解各种因缘，狂傲自大的我肯定会在人生路上坎坷而行，郁恨终生。

一九九九年以后我才得法，是师父慈悲让我入大法的门。修炼后我惊觉自己如此无知，掌握的那点知识和技能

欢在微信群里发“交流”的同修，如果真觉的自己在法上，为何不发到明慧网上去呢？

有的同修可能说，在群里呆了几年都没事啊，我没有被迫害过。其实这些同修没有意识到，让你们沉迷在这样一个网络环境里，互相浪费时间，互相抱着执著取暖，甚至让你有一种觉的自己还算精进的错觉。这一切本来就是假相，这一切本身就是一种隐形的迫害啊！因为当你们习惯了这样过日子，就不会知道真正的集体环境是怎样的。实际上，迷在微信里出不来的同修，学法炼功往往都是无法保证的，更别提讲真相了。这不是让你掉下去吗？这不是迫害是什么？

不得不提的是，微信上很多同修往往把传播传统文化当成讲真相，以为分享一些传统文化文章到朋友圈，就算讲真相了，就不用另外去讲真相了，这是错误的认识和变异的观念。如果你沉迷在这种状态中、自我感觉良好，无疑是上了旧势力的当。

2. 还有一些喜欢呆在微信上的同修，他们似乎也重视“安全”，或者是由于怕心，因此他们不入群，也不和任何同修加好友。但他们喜欢聊天、喜欢看朋友圈、喜欢看短视频等等，还有的喜欢看同修发的传统文化内容，或者是常人发的心灵鸡汤内容。沉迷在这些东西里，长期掉下去而不自知。有一次我见到一个这样的同修，劝她戒掉微信，多看各地讲法。一两周后，这位同修说，提高非常大，师父让她看到了另外空间很多美妙景象，辉煌而又殊胜。

上面总结的几种隐形迫害，并不全面。此外还有各种各样的迫害形式，一直在很多大法弟子身上发生着。

其实我觉的可以这样总结：在大法弟子救人的正法时期，凡是干扰我们形成集体学炼环境的、影响我们做好三件事的、导致我们无法精进的，都是旧势力对我们的干扰

通过找你上司谈话、给你公司施压，让你失去工作。当你被逼去了外地，可能很难在原行业找到合适工作，于是你不得不换行，只有微薄收入。长此以往，你在家人就医、子女上学等方面用钱的时候，就会出现问題。亲戚朋友看到你的情况，有的也许不去谴责邪恶，而是认为你修大法才走到这一步的。形成这些认识，可能导致他们被救难度加大。

要破除经济迫害，首先得从法理上认识清楚，正念彻底否定。要知道大法弟子在常人中救度众生，是需要有一定经济基础安身立命的，绝对不能逆来顺受、无可奈何，否则等于变相承认了迫害，也就谈不上否定迫害。

此外，破除经济迫害的一个关键，还是得在工作中认真做好。我自己开过公司，陆陆续续有十多个同修在公司里上过班。也认识几个同修，在其他同修的公司里上班。过程中发现，同修往往容易混淆工作与修炼的关系，有不请假无故旷工的，有把同修的私人公司当大法项目的，有摆起同修身份教老板做决策的，甚至还有出现财务问题的……种种问题，不一而足。这些同修还有一个共同点，就是把同修对自己的帮助当成理所当然，甚至习惯成自然，唯独没有把本职工作做好。万一被老板辞掉，有的还生出怨恨心，整个都是向外找。

这里想给同修提个醒，如果你能在常人公司找到工作，建议尽量去常人公司，自己的路迟早要自己走。如果你是老板，一定注意到员工同修的这方面问题。公司就以公司制度来管理，否则一方面管理混乱，常人不理解，会形成负面认识；另一方面，同修受到超规格待遇，并不见得是好事，有时还助长了执著。

其实大法弟子不管到了哪里，都应做好自己的工作。不管是同修公司，还是常人公司，都不能应付了事。只要

工作技能过硬，到了哪里都会受欢迎。有了可靠收入，才能彻底否定经济迫害。

四、病业干扰

病业关，可能是人人都遇得到的一关。如果平时学法、炼功没坚持好，正念又不坚定，病业关可能就难过得去。过不去怎么办？有的同修可能买补品，心里安慰自己这不是药。还有的看中医，有的直接吃药等等。偶尔一两次过不去，可能也还好，老是这样，对法的正信就被消磨掉。慢慢的，潜意识中会觉的自己得的真是病，而不是病业假相，会觉的炼功似乎不管用。久而久之，放弃学法炼功，就渐渐混同于常人了。

五、负面思维

我自己经常碰到负面思维，几乎每个月都会来一次。每次负面思维到来，就感觉做的讲真相项目似乎没有意义，还不如不做。这种思维让我感到很难摆脱；同时安逸心也一起出来，免不了就想，还是看个电影打发打发时间吧。这样一陷进去，没好几天出不来。

要摆脱负面思维，我认为首先得从法理上认识到这是一种迫害，其次要有一个集体学炼环境，独修是很难过关的。当觉的讲真相项目没意义时，要清醒的认识到，发出这个想法的，并不是你真正的自己。要知道再小的项目，只要能救人，就值得坚持。我经常用师父的一句话鼓励自己：“有些事情做的没那么好，也能起作用；做的更好，当然更起作用；但是别把事情耽误了，别让它不起作用。”（《各地讲法十三》〈二零一五年纽约法会讲法〉）

六、电子游戏

电子游戏有多害人，这就不用说了。对修炼人来讲，

沉迷其中，三件事必定无法坚持，久而久之肯定带修不修。如果玩的是在线网络游戏，问题就更严重，游戏里面随处可见是脏话，大家追求的不外乎是谁打架厉害、谁装备好，男女关系也非常混乱，显示心、争斗心、色心……都会助长起来，成为巨大考验。我曾经多年深陷电子游戏，难以自拔。要想从中摆脱出来，没有强大正念和自制力是很难做到的。

对于电子游戏，很多年前我曾有过错误认识。觉的电子游戏是线上游戏，篮球、足球这些是线下游戏，反正都是游戏，让小孩玩去吧，玩什么都一样。如果真用这种认识去教小孩，后果将不堪设想。好在后来我认识到，科技是外星人带来的，电子游戏也是外星人的东西，这些都不是人类该有的。小孩玩篮球、足球，这是人类正常的运动，玩电子游戏则是与魔共舞，长此下去，一个人将被毁掉。

七、社交软件、短视频

和电子游戏一样，社交软件、短视频同样是外星人带来的，这些东西往往和人的安逸心是绝配，对年轻同修构成严重的隐形迫害。很多年轻的女同修，可能难被电子游戏吸引，但沉迷于聊天、看短视频的，就比较多见。这里大致又分两种情况：

1. 一些自称“没有怕心”的同修，在微信里入了同修建的群，以为是找到“家”了。须知这种群都被邪恶监控着。呆在群里的同修，也不会有实修的，实修的都不在微信群里。群里互相之间说一些废话，还有一些人，把敏感字用拼音或变形文字代替，以为这样说话很“安全”。偶尔还会有同修发表一些所谓的“交流”，似乎真让人有一种集体环境的感觉。其实很多人的“交流”，发泄的是自我情绪，实修的同修一看这些内容，就知道每句话背后都是执著。那些喜