

明慧週刊



來洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



二零二零年三月七日，美国洛杉矶部份法轮功学员在热闹的华人区圣盖博市（City of San Gabriele），举行活动，将“真、善、忍”的美好带给当地居民；同时揭露中共前党魁江泽民与中共互相利用迫害法轮功的罪恶，让人们认清中共的本质，为自己的生命作正确选择。

第 950 期

2020年3月26日



重要新闻（上图）
澳洲法轮功学员二月二十八日至三月一日在布里斯班展览中心举办的健康博览会期间弘法、讲真相。

修炼交流
成长的感恩

大陆综合
在中共病毒面前国人醒悟
2019 年河北省 43 人因迫害法轮功
遭恶报

本周三退统计
截止到本周退出中共党、团、队的
总人数：353,044,163



明慧周刊

第 950 期
2020 年 3 月 26 日
WWW.MINGHUI.ORG

内容提要

目 录

2 时事新闻

- 2 中共隐瞒武汉肺炎疫情祸及全世界
- 5 中国大陆学员近期遭迫害案例
- 5 海外学员证实大法、讲真相摘要

7 大陆综合

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

15 时事评论

- 15 国际社会：“中共撒谎，民众死亡”
- 18 从苏共到中共
- 21 打手们的下场

23 修炼园地

- 23 成长的感恩
- 30 从以自我为中心到放下自我
- 35 去掉下断言的习惯和极端化思路
- 38 加强主意识的一点感悟
- 42 与同修共同学法、闯心性关
- 47 低头 认错 道歉
- 49 炼功动作要准确
- 49 修炼交流文摘

时事新闻

—— 中共隐瞒武汉肺炎疫情祸及全世界 ——

“中共病毒”（武汉肺炎）因中共去年十二月隐瞒信息而很快在中国大陆蔓延，至今已祸及全世界。根据最新统计，迄今中共病毒已蔓延至 188 个国家地区，超过 30 万人感染，死亡近 1.3 万人，其中意大利、伊朗、西班牙沦为海外最严重疫区。目前仅意大利死亡人数高达五千多例，也反证了中共在疫情数据上作假。多国专家机构估算，中国实际感染数字可能是中共公布的 10 倍。

这场瘟疫让意大利人遭受了与中共为伍所带来的巨大痛苦。香港《苹果日报》专栏作家程凯曾发文表示，欧洲政客当时甚至垂涎“一带一路”可能会对他们带来好处，最疯狂的就是意大利竟然真的签署加入，让中共大举在当地投资建设厂。讽刺的是，如今“中共病毒”在欧洲率先大爆发的国家就是意大利。文章还表示，或者就是跟中共走得太近，这次竟然引来“中共病毒”大爆发，对当地人命和经济损失难以估计，实在是得不偿失。

三月十七日，意大利参议员、前通信部长毛里齐奥·加斯帕里（Maurizio Gasparri）公开发表演讲，要求大家清醒。他说，“中国（中共）是一个没有将病毒真相说出来的国家，中国（中共）是地球的毒瘤，欧洲需要从意大利的教训中醒悟了。不要被中共的谎言欺骗了。”“中共制造谣言和对整个国际的危害，不但是污染源最严重的国家、还是一个靠着不正当手段进行国际贸易以导致各国陷入经济危机，这次甚至隐匿并虚报（中共病毒）疫情，欺瞒全世界以导致全球各国都陷入灾难之中。”

中共近期企图用官媒及外交系统，扭转其“祸及全球”的国际形象，妄图由“疫情输出国”变成“疫情援助国”，但遭到意大利媒体的揭穿：中共声称的“物资援助”全都是

“商业交易”，而所谓“中意友好”全是“慈善假新闻”。中共宣传它向意大利“援助”了三十一吨医疗物资。意大利知名记者庞皮利（Guilia Pompili）在媒体中指出，据外交部和民防部的消息证实，中共寄来的“救援物资”并非“捐赠”，没有什么东西是免费的。

自从伊朗爆发疫情以来，数十名伊朗官员和议员已感染冠状病毒。《华尔街日报》三月十一日刊登文章说，伊朗官员将该国新冠病毒疫情的源头追溯至圣城库姆（Qom），那里有数十处神学院和宗教圣地，也有众多受中国支持的基础设施项目。伊朗与中共政权之间的战略伙伴关系催生了众多的潜在接触者，从而助长了2019冠状病毒病（武汉肺炎）的传播。伊朗卫生官员表示，疫情的爆发源可能来自库姆市的中国工人，也可能是曾到中国旅行的库姆市伊朗商人。

德国发行量最大的日报，“图片”报（Bild）三月十二日发表题为“中国这样微笑着欺骗了世界”的文章。文章罗列了四点事实：第一是中共领导人在病毒开始爆发的两周用各种方式隐瞒真相，不让外界知道。第二是“吹哨人”李文亮医生被警察要求噤声，后来又死于冠状病毒。对于李文亮的真实死因，文章也提出了质疑：“他究竟是怎么死的，世界永远也不会知道。目前死于冠状病毒的人中，他肯定属于最年轻、身体最好的那一类。”第三是中共数据造假。“据国际专家称，中国政府从一开始就在感染者人数上作假。没人知道那里实际有多少人生病和死亡。”第四是，当病毒波及全世界后，中共当局又声称“冠状病毒来自国外”。文章最后说到：“在通往超级大国的道路上，冠状病毒并不是它们对世界最后的一次欺骗。如何应对它们的欺诈取决于我们。”

三月二十一日，美国总统川普在白宫简报会上说，他希望北京政府能在更早的时候告诉他有关中共病毒的信息。“我尊敬中国，我也喜欢中国，”川普说，“但是，我希望它们能早点告诉我们中国境内发生了什么事。”“不幸的是，

中国（中共）非常隐秘。”

美国务卿蓬佩奥日前表示，中国共产党没有做正确的事，因此才让无数生命处于危险之中。蓬佩奥强调，北京是第一个知道中共病毒（武汉肺炎）风险的国家，它有责任确保全球各国及科学家等专业人士获得最准确的信息，这也是各国应有的权利。“与他国共享实时信息，不是政治游戏或惩罚，而是为了确保公众安全，因此中国共产党推迟提供信息及拒绝专家去大陆调查，给全世界的人带来风险。”

三月二十三日，资深媒体人、专栏作家凯文·李斌（Kevin Libin）在加拿大《国家邮报》发表文章称，中共是威胁人类生存的最大病毒；中共在疫情爆发的关键几周里撒谎和否认，现在全世界都在为此付出代价。作者强调，如果中共没有继续其欺骗，那结果将是乐观的。据该文揭示，中（共）国政府的掩盖和谎言显然是由恐惧驱使的，如果认为北京方面没有继续欺骗，如声称遏制疫情的努力、（抑制）死亡率提升奇迹般地成功，那结果将是乐观的。

文章指出，这个瘟疫已经使我们的经济损失了数十亿，如果还没达到数万亿的话，甚至可能损失还会更大。人员伤亡是令人震惊和永久的。我们很可能会坚持下去，但世界再也承受不起的是，中共对我们的整体健康和福祉构成的威胁。当它拼命地试图挽救其合法性时，我们至少不要助纣为虐。这不是第一次从中（共）国出现致命的流行病毒，可能不会是最后一次。如果我们都希望下一代生存下来的话，中国的善良人民将不得不从中共这个病毒中康复过来。

三月五日，中共副总理孙春兰视察武汉市青山区开元公馆小区时，社区人员冒充义工送肉送菜给住户，被困家中的居民忍无可忍，隔着窗户争相呐喊：“假的！假的！”“全部都是假的！”这简单直白的一声声怒吼，吐露出中国人积压心底许久的真话。小小的武汉冠状病毒，把中共的画皮再一次撕开。从此次肺炎事件中，民众对中共的认识越来越清楚：草菅人命、邪恶无耻。

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇河南法轮功学员陈孝民，遭郑州市新密监狱迫害，回家一个多月，于二零二零年三月十日含冤离世，终年 51 岁。陈孝民的两位哥哥陈跃民、陈少民先后被中共迫害致死。

◇四川绵阳市年仅 46 岁的未婚女音乐教师张燕，坚持修炼法轮大法“真善忍”，二十年来累遭绑架、非法劳教、判刑五年、解除公职等种种迫害，被非法拘禁 2208 天，于二零二零年二月十一日含冤离世。

◇宁夏银川市 75 岁的法轮功学员蒋红英老太太，已被劫持到宁夏女子监狱非法关押。这是老人第三次遭冤狱迫害，老人何时被非法判刑及刑期均不详。蒋红英老人曾被非法劳教两次共四年，被非法判刑两次，一次四年，一次两年三个月。二零一九年七月十八日，蒋红英老人再次被绑架，被中共公检法人员合谋构陷入狱。

◇山西汾西县法轮功学员刘记香二零一五年三月在上海被绑架、非法判刑三年，劫持到上海市南汇监狱继续非法关押迫害，被迫害失明。

◇辽宁省辽阳市辽阳县法轮功学员于飞，被非法判刑九年，被沈阳监狱迫害致不能自理，已于二零一九年一月十八日含冤离世，终年六十八岁。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇三月十四日，澳洲墨尔本部份法轮功学员参加了在市中心举行的文化节（2 World Festival），利用这个机会向民众介绍法轮功以及身心受益的修炼体会，以及二十年反中共迫害的真相，告诉民众抵御“中共病毒”（武汉肺炎）的良方，是选择良善、唾弃中共，获得神佛的护佑。安德里亚娜（Andriana）在签名表上签下了名字，希望澳洲政府能帮助制止迫害，“迫害是错误的，并且持续了这么长时间（超过二十年），从此，绝不会再听信或被这样的政权欺骗了。”

园林设计建造公司老板本恩（Ben）说，法轮功学员反迫害的努力令人钦佩，“‘真善忍’是一切正直良善事物的基础，我想，这也就是为什么法轮功学员能做到现在的一切吧。”

◇三月十四日，芬兰法轮功学员仍和平时的星期六一样在赫尔辛基甘比（Kamppi）购物中心弘法，祥和舒展的五套功法不时地吸引路人的关注。阿利珂（Alica）陪两位西班牙的同学一起逛街，过来问学员们在干什么？学员告诉说：“法轮功以修炼真善忍的佛家修炼大法，由于在中国很受欢迎，却受到中共的打压，后来还被中共活摘器官，并持续到今天。”阿利珂的两位朋友都不会讲英文，她就用西班牙语翻译了学员的话。三个人都愿意签名表示支持法轮功学员反迫害，临走前她说：“谢谢你们让我知道这件事情。”

◇新西兰奥克兰法轮功学员三月十四、十五应邀参加了一年一度的库姆秀（Kumeu Show），新西兰社会信用党的摊位就在介绍法轮大法摊位旁边，其领袖格罗丽娅·布鲁尼（Gloria Bruni）非常欣赏法轮功学员的舞龙表演，她告诉记者说：“我们很关注中共对中国人的迫害，中共甚至试图迫害生活在新西兰的人。世界上这种事情发生的太多了，我们一定要引起注意，让他们停止迫害。”对于中共活摘法轮功学员器官，她气愤地说道：“这是完全错了、不道德的、不能被接受的。”

大陆综合

大陆综合消息

◇四川省峨眉山市法轮功学员被入室骚扰、抢劫

四川省乐山市峨眉山市政法委 610 秘密开会布置打压措施，从二零二零年二月中旬开始，对峨眉山市境内的法轮功学员跟踪调查，然后挨家挨户的进户骚扰。

一大群人非法入室，拿着小型摄像机，有社区主任带队（村主任），派出所警察，政府综合治理人员，一般都在六人左右（农村上门 3 人左右）。凡是进户的都要搜查大法资料，墙上贴的年画，门上的福字、对联，家里的台历挂历，见啥抢啥！有的是下午去，有的是晚上去，把大法书籍、《明慧周刊》、真相资料等，全部抢走。

还有一位法轮功学员上街贴不干胶，被摄像头监控，当地派出所直接到单位绑架，非法抄家，抢走了全部大法书籍和《九评》等，还抢走了二百多元现金，并绑架到派出所审讯室戴铐审问，24 小时后放回家。

目前骚扰行动还在进行中。

◇北京法轮功学员左艳被警察入室绑架、抢劫经过

二零二零年三月十二日、十三日，北京丰台区成寿寺派出所警察，在没出示合法警察证、搜查证、逮捕证的情况下，非法侵入法轮功学员左艳住宅，抄家、绑架，并恐吓威胁左艳八十多岁的父母。

自从左艳被绑架后，左艳八十多岁的父母每天写信送到成寿寺派出所去要求无条件放人，跟警察讲不要仇恨法轮功和法轮功学员，法轮功学员们都是在救人。迫害法轮功学员，那样对自己和家人不好；并告诉警察所触犯的法律、面临的下场。

左艳被劫持到丰台区看守所后，三月十九日晚上，左艳

父母给北京市政打热线 12345 和警察执法热线 12389，反映北京成寿寺派出所警察四次非法闯入家中抄家，并绑架左艳。三月二十日，左艳平安回到家中。

◇原黑龙江省桦南县公安局副局长于洪君被举报

黑龙江省桦南县法院纪检组组长于洪君，在任桦南县公安局副局长期间，跟随中共邪党疯狂参与迫害法轮功学员。据不完全统计，在他的授意指使下，被绑架、非法劳教、判刑的法轮功学员就有十多名。就连残疾人他都不放过。

于洪君遭恶报患脑血栓已多年，现病退在家。出生日期：1961 年 10 月 5 日；身份证号：230822196110057852。妻子：李秀荣。儿子：于子晨，单位：黑龙江省佳木斯畜牧局

◇中共在唐山以“智慧社区”之名加紧对民众的监控

有资料显示，从 2019 年夏天开始，河北省唐山市就已经着手建设所谓的“智慧社区”，其实是打着服务民众的名义进一步加紧对民众的管控。目前，该计划已在唐山部份社区开始实施，相关设备已经开始安装调试，据说有的小区还要求居民自费安装监控设备。

该项目的建设单位是唐山市各区的公安分局，项目建设地点涵盖了各区的所有居民小区。实现以下目标：

1) 对进出小区的流动人员监控到位；

2) 实现人脸布控、报警推送；

3) 对进出单元门的人员监控到位；

4) 更新小区单元门人脸智能门禁系统，安装防尾随摄像头，完成与公安系统对接，实现人员控制，实现门禁授权开关门，实现多人进入的异常行为进行统计、记录及后台报警；

5) 实现社区实有人口以及出入口大数据挖掘；

6) 通过社区动态人脸、人脸视频门禁的人员、刷卡记录、人脸照片、能耗、等数据的汇总，根据不同的应用管理对数
8 据进行的专项分析挖掘，建立流动人口动态数据库，为公安

工作提供各类预警分析，为各政府部门提供强力的数据支撑。

该项目一旦实施，将实现“对黑名单人员、关注人群、高危人群、异常出去等情况，及时进行预警通知”。

该项目中的电子围栏系统可实时无感知收集电子围栏内的手机硬件信息（IMEI/460 码、出入时间、位置、设备号）。通过转译技术将 460 码实时转换为相应手机号码，并串联出号码归属地、归属地电话区号信息，为管控平台电子围栏功能提供数据支撑。

该项目在“研判分析”中提到，通过以上措施，“利用设置对关注人员（如前科人员、违法犯罪人员、受控人员等）定时出入行为分析，对其进行异常活动预警，利用关注人员的人脸、车辆、手机号等信息进行轨迹研判，并分析形成研判结果。”

中共邪党打着为社区安全的幌子，正在干着干扰大法弟子救度众生的恶行，同时也会影响大法弟子之间的相互联系，给大法弟子做正事增加安全隐患。所以，在此提醒并呼吁唐山大法弟子，发出强大正念，坚信并如意使用大法赋予我们的神通，解体邪恶的监控计划，正念正行。

严正声明

本周二百三十六名大法学员严正声明一切不符合大法的言行全部作废，表示要加倍弥补给大法造成的损失，坚修大法到底。

世人觉醒

本周一百五十七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。

◇在中共病毒面前国人醒悟

〔大陆来稿〕

* “应验了！应验了！真应验了！”

在一家大超市门口，我去给一位站那儿的老者讲共产党迫害法轮功的真相。我刚一提法轮功是教人按“真善忍”做好人的，老者立刻兴奋的竖着大拇指对我说：“应验了！应验了！真应验了！天真要灭共产党了！真好！真好！”

老者非常清楚这次“武汉肺炎”是针对共产党来的，所以那么高兴的重复说“应验了！”

他告诉我：“五、六年前法轮功的人就帮我退党了！”

看到老者高兴的样子，我想：中共作恶多端，老百姓已经看透它了，已经不得民心了！

* “护”党大叔退党

在超市门口看到两个大叔在聊天。一个是方脸，一个是长脸，看样子都是退休的。我问他们是否知道“三退”保平安？方脸大叔马上说：“你说共产党不好，你就是反党！”我说：“共产党历次运动害死了八千万中国人，中国的钱大多数被共产党贪腐了。你说共产党杀人好？共产党腐败对？……”

长脸大叔点头认同。方脸大叔说：“你说现在什么最重要？”我说：“保命最重要！”方脸大叔马上又说：“现在共产党多强大，要是没有共产党，这个武汉肺炎……”我马上说：“要是没有共产党，这个武汉肺炎瘟疫还不能传染到全世界，武汉也不能死那么多的人！这个武汉瘟疫本来就是共产党招来的。当初武汉刚刚出现这个瘟疫的时候，八个医生发出信息提醒要防护，共产党为了所谓的‘维稳’，对这几个医生训诫，封他们的口。共产党利用御用专家和记者出来说这个武汉瘟疫‘可防可控’、‘不会传染人’，捂不住了，武汉死人太多了才开始防控，多少无辜的老百姓被害死了！现在反过来它又自吹成防疫‘英雄’了！”

方脸大叔不再“护”党了，而是认真的听我讲。

我问长脸大叔：“您三退了吗？”他说：“早退了！”

我问方脸大叔说：“您是党员？用‘永强’给您把党、团、队退了吧！希望您永远身体强壮，记住法轮大法好，真善忍

好，永远保平安！”

这回方脸大叔高兴的大声喊“感谢！感谢！非常感谢！”

* 共产党把神得罪了！

我给一位老阿姨讲共产党制造“天安门自焚”骗局嫁祸法轮功，迫害修炼真善忍的法轮功学员，讲人无德就会出现天灾人祸，天灾是人惹的祸，是人的道德不行了，老天要淘汰坏人；讲“中共病毒”就是江泽民、罗干操纵武汉电视台台长赵致真首先编造谎言诬蔑大法师父和大法而造成的天惩；讲共产党活摘法轮功学员器官牟取暴利，讲共产党把还没有咽气的中共病毒（武汉肺炎）患者推进焚尸炉等等灭绝人性的罪恶！

这时老阿姨气愤的说：“共产党太可怕了！”她说：“共产党把神得罪了！”意思是现在是神在惩罚共产党了。

人心与因果

◇诚念九字真言 中共病毒消除

〔河南来稿〕一位河南省大法弟子在武汉读研究生的女儿在这场疫情中出现中共病毒（武汉肺炎）症状，真心敬念“法轮大法好、真善忍好”恢复健康。为了感谢法轮大法师父的救命之恩，她特意写了一份亲身经历，她也衷心希望众多的朋友们在疫情中、在任何灾难的环境中，诚信敬念“法轮大法好、真善忍好”，定能走出魔难。

我是二零二零年元月十七号从武汉学校返家的，当时的武汉还没有封城或发生疫情的通知，只是道听途说的知道一些风来言去，当然也不在意，我和大部份人一样，也没有做任何防护措施，也算安全地回到了家中。

回家后仅几天的时间，武汉人传人瘟疫的消息像暴风骤雨一样铺天盖地的压了下来，互联网上的消息和各个村里那些吓人的广播喊话，使人的灵魂都飞出了七窍之外，保命成了首选项。因为我是来自武汉肺炎的前线，按照当地的规定

和学校的通知，成了隔离和监督的对象。

从元月二十六号（大年初二）开始，我在家中不准出门，按照当地的规定每天上报体温。元月二十九号，黄历正月初五，在测量体温时发现体温有些偏高（37.2度），本来也就惶恐不安的心情促使我吃了些退烧药，体温恢复正常。

二月一号，身体感到有发热的迹象，量体温发现是37.5度，此时的心情成了一锅粥，害怕的心情已不能自主，一来我是从武汉来的，二是我已经得知我的辅导老师已确诊是武汉肺炎病例，为此我也十分担心自己。

当时我想起了妈妈，妈妈是修炼法轮大法的，可妈妈又不在身边，我急得两眼含泪把我的体温和害怕的心情打电话告诉了妈妈。妈妈告诉我：“闺女别害怕，你就真心念‘法轮大法好，真善忍好’，病情就消除了。”

听了妈妈的回答，我当时并没有采取，虽然在以前我也从大法中受过益，但我从小就生长在中国这个社会环境中，无神论、党文化、伪科学观念在我的心目中还占有一定的地位，把科学和医院当成了唯一的靠山。在我的要求下，父亲陪我到医院进行了排查，得到的结果是没有被感染，悬着的心情落了地，感到浑身轻松，和父亲欢快地回了家。

可是好景不长，从医院排查回家不到一周的时间，一天我感到喉咙发痒，咳嗽，呼吸感到不畅，又陆续出现了拉肚子，浑身肌肉酸痛，骨头都是疼的，和中共病毒的症状非常相似，突如其来的变化，使我才放下的心又起空了，武汉肺炎我可能真的“中招”了，可怕的后果在等着我，想想我家里的人，和我接触过的人……越想越怕，越怕越想，加上身体不适的折磨，夜里我不能入睡。父亲说我是自己在吓唬自己，可我心里有数，病情已经很严重了，只是不敢大的声张而已。

经过反复思虑，还是采取妈妈教我的念九字真言“法轮大法好，真善忍好”。又加了法轮功师父在《洪吟四》中的“真善忍三字圣言法力无限 法轮大法好真念万劫即变”这

两句法，可是我嘴在念“法轮大法好，真善忍好”，可心里一直是武汉肺炎的情形，一直在执著我的事情该怎么样怎么样，甚至又想到再去医院排查，或者到医院治疗。明的来说念“法轮大法好，真善忍好”不是那么诚心，但还是在念，身体的症状也是不重不轻。

姥姥也修炼法轮功。姥姥也得知了我的消息来看我，顺便还带来了一本《天赐洪福》的小册子让我看，姥姥问了我的病情，也告诉我要真心念“法轮大法好，真善忍好”，一定能躲过这次灾难。我说：我也一直在念呀，好几天了也没好转。姥姥说：法轮大法是佛法，诚心念“法轮大法好”，师父绝对会帮你，就怕你念得不真心，咱想想，咱是让师父给咱解难的、救命的，如果自己念一句“法轮大法好”都不能诚心的去念，那对得起师父吗？病会好吗？

姥姥的几句话刺激了我的心，使我茅塞顿开，脑子一下清醒了：对啊，自己是求师父救命的，自己连求师父都不诚心的求，那不是在欺骗师父吗？我觉的一下找到了自己病不好的根本原因：自己根本没有诚心，自己的行为是在骗师父，最后骗了自己。认识到自己的错误后，突然觉的心情很畅快，有一股暖流通便全身，于是我在姥姥和妈妈面前保证：请姥姥、妈妈放心，我一定诚心的去念“法轮大法好，真善忍好”。姥姥、妈妈听了微微一笑说：只要有诚心，以后你就知道了。

从此，我不再执著我的身体状况，一心诚念“法轮大法好，真善忍好”，走路、吃饭，有空就从心里念。两天后，我的身体就有了明显的好转，我心里也知道是法轮功师父在帮我，到第三天晚上，我浑身感到热的不行，烧的比前两次更严重，可我没有害怕会怎么样，也没有再去量体温。我想，既然我相信法轮大法，我就不三心二意，病情好了，是师父的慈悲；不好，是我自己做的不够，只管一心念“法轮大法好、真善忍好”。

念着念着不知不觉的便睡着了。早上起来我突然觉的身

体很轻松，不正确的状态完全消失了，我高兴啊！我心里的那股舒服劲头真是无法言表，我洗了手脸后，向大法师父的法像恭恭敬敬地上了一炷香，以此表示我对大法师父的感谢。

◇ 2019 年河北省 43 人因迫害法轮功遭恶报

〔河北来稿〕刚刚过去的 2019 年，河北省又有 43 人遭恶报情况被曝光，其中 36 人直接参与迫害法轮功，7 个家人被殃及。统计显示，公安局包括看守所、派出所遭恶报人员最多，达 19 人，占总恶报人数的 44%。保定阜平县原国保大队长范振华二零一九年十一月四日突发脑溢血，随后丧命，年三十八岁。

秦皇岛山海关区公安分局国保大队副队长孙玉斌，多次参与迫害法轮功学员，并直接参与了二零一七年六月九日对法轮功学员左洪涛、刘长富、吴文章、李国爱等人的绑架以及之后的构陷。孙玉斌于二零一八年十月遭恶报死于肝癌。

叶宪锋，男，石家庄深州市公安局国保大队便衣。此人不穿警服，经常骑自行车到处转，恶意举报法轮功学员粘贴大法不干胶和真相资料；十几年来，多次参与非法抓捕深州市大法弟子。二零一八年夏天，叶宪锋摔折一条腿，手术截肢，五十来岁，就成了残疾人。

二零一九年二月三日清晨，衡水市公安局桃城分局康复街派出所副所长赵亮，突发疾病，抢救无效死亡，年 31 岁。自一九九九年七月中共迫害法轮功以来，桃城分局康复街派出所警察积极追随中共迫害法轮功，赵亮是康复街派出所迫害法轮功学员的直接负责人。

曹宏艳，廊坊香河县检察院副检察长，自任副检察长以来，她分管检察院的立案监督、批捕工作，主管非法批捕法轮功学员，致使法轮功学员被非法判刑，刑期高达八年，二零一六至今，香河县先后有六名法轮功学员被非法批捕，曹宏艳都是主管。二零一七年底，曹宏艳遭恶报，其在国外留

◇国际社会：“中共撒谎，民众死亡”

(明慧记者薛莉编译报道)因中共隐瞒疫情、控制信息，截至3月22日，“中共病毒”不但蔓延全中国，而且殃及了世界上188个国家和地区。在这种情况下，中共面向全世界，造谣说病毒是美军在2019年10月的武汉军运会上带入中国的，令全世界的政府、媒体和机构开始清醒地认识中共。在德国媒体发表了题为《总是别人的错——来自北京的无耻宣传》的文章，台湾英文新闻则直接点明“必须解体中共”。

* 德国新闻频道：“来自北京的无耻宣传”

3月20日，德国新闻频道NTV发表了一篇题为《总是别人的错——来自北京的无耻宣传》的文章。文章指出，中共在几天前发起的“新的宣传攻势”是“无耻又可笑”的。中共的危害不仅在于颠倒事实，还有对世界卫生组织以及对非洲国家的渗透。

文章指明，“对于一个观点提出依据本来是个常识，何况是有关病毒发源地这么重要的问题。”文章认为，中共外交官们既然四处散播“把病毒的源头定位在中国是荒谬的”这种言论，应该提供有力的证据来向世界证明“武汉不是发源地”。可是，“恰恰相反，中共没有为其粗糙的阴谋论提供任何证据。”

对于中共这种“转移视线的策略”，文章认为主要有两个原因。

一是“转移中国国内可能出现的追责的问题”。把中国人对“中共政治决策错误”的不满转移到臆想出的“国外所谓的反华势力身上”。

二是世界其他国家会把重心放在“独裁者对危机的处理”上，从而忘记这个独裁政权才是“问题的原因”。这样，中共病毒本来很清晰的发展过程就会被放入一个不清晰的因素。

文章认为，中共的这种做法对世界会产生很大的负面影响。“考虑到世界人口不断地增长和国际旅行的不断增加，中共病毒不会是最后一种这类（传播性很广的）病毒。”

* 台湾英文新闻：“中共撒谎，民众死亡”

台湾英文新闻（Taiwan News）2020年3月22日发表了大卫·斯宾塞（David Spencer）题为《武汉病毒应归咎于中共》的文章，指出疫情肆虐，中共难逃其责，必须解体中共这个给全世界带来重创的病毒。

“‘中共撒谎，民众死亡’。”文章说，随着武汉冠状病毒对每个人的生活的巨大影响，当前这句话在世界各地流行，引发了人们强烈的情绪反应。中共左倾支持者立即打出了种族牌，指控任何敢于批评中国的人是种族主义者。中共在这方面也取得了飞跃，因为其宣传机器已进入超速运转状态，试图平息各方对它的指责。”

文章指出三点：

1) 中共严控信息，扰乱视听

“武汉冠状病毒起源于中国，并由于中共深植于中国社会的腐败文化而传播。造成冠状病毒危机的责任全在于一个组织，即中共。

“根据中共内部的一些文件，正是中共，迫使早在2019年9月就谈到武汉冠状病毒的医生和其他举报人沉默；正是中共，破坏了样本，阻止医护人员及早了解病毒的传染性，影响了对病毒的追踪；正是中共，在疫情爆发初期拒绝了国际援助，并拒绝让世卫组织或其他国际观察员进入武汉和其它感染地区；正是中共，通过伪造死亡和感染人数掩盖了疫情；也正是中共，选择审查互联网，以删除在冠状病毒肆虐的中国内生活的所有真实记录，并继续这样做以防止真相传出；是中共，继续传播关于冠状病毒爆发的虚假消息和宣传，使阻止其蔓延变的更困难。”

2) 中共难辞其咎

惟有中共是武汉病毒席卷全球的原因，别无他人。我们来简要总结一下他们得承担的责任。直到撰写本文时，全球有 284,013 病例，死亡 11,848 例。我们知道，从中国出来的数据是虚假的，而其他国家和地区由于测试的限制，只记录了实际病例数的一小部分，真实数字可能会高得多。当然，当病毒开始在非洲和中美洲等欠发达地区流行时，病例和死亡人数可能会大大增加。中共也应为此些死亡负责。

武汉冠状病毒正在感染所有人。全球各地的工作场所和学校都关闭，经济处于自由落体状态，旅行几乎是不可能的。我们所知道的生活已经陷入停摆，世界濒临崩溃，没有人能确定何时重新开始，中共应对此负有责任。

3) 西方媒体应拒绝谎言

(中共的) 宣传仍在继续。顺从的媒体告诉我们，中共已经控制了这种疾病，中共向我们展示了如何遏制这一流行病。上周国际媒体报道说，中共首次声称当天没有新增病例。在武汉病毒肆虐全球的时候，对于拥有 13 亿人口的源头国来说，如此荒唐的宣称是荒诞不经的，西方媒体却对此欣然接受。

中共的宣传工作正在奏效。在许多媒体口中，中国远非恶棍，反而被描绘成穿着闪亮盔甲的骑士，向全世界示范如何打败武汉冠状病毒。

我们决不能接受这些谎言，我们绝不能被这种欺骗所蒙蔽，绝不能上这样的当。

最后文章指出，这场瘟疫由“中共病毒”引起，“中共必须面对造成死亡和破坏的后果，它应该在财政和政治上为造成的混乱付出代价。只有一种方法可以确保这种情况不再发生：必须解体中共。自由和透明度最终要交还给这个世界上人口最多的国家。”

◇从苏共到中共

——当人们反思历史

文：仁心

苏联解体之前也是乱象丛生：每年发生流血事件近二十万起；维稳经费和国防经费基本持平；热衷修建大型水利工程，造成史无前例的自然生态灾难；贪污腐败横行；年轻人热衷于当公务员；GDP 不断升高，国民生活水平不断下降；苏联克格勃的监视、监听无孔不入，人们对苏共已经丧失信心。不仅如此，连特权阶层也丧失信心，只不过为了保住他们的特权而维护统治。

* 勃列日涅夫：共产主义是哄老百姓听的空话

美国记者赫德里克·史密斯曾揭示，在苏联，国家上层和特权阶层根本不相信共产主义，勃列日涅夫对自己的弟弟说过：“什么共产主义，这都是哄哄老百姓听的空话。”

前苏共书记戈尔巴乔夫上台后，鼓励人们揭露历史真相，以前的禁书得以出版，影射斯大林的电影《忏悔》在全国公映，以“填补空白点”为特色的“历史热”在苏联兴起。史界和社会各界对内战、新经济政策、大清洗、工业化、集体化、饥荒、第二次世界大战等重点领域补充了 150 多个历史空白点。在真相面前，人们发现，苏联的现行教科书中充满了谎言，一九八八年六月，羞愧使有关部门取消了那一学期的全国中小学历史考试。

这些历史真相使苏联人极为震撼，他们在从新反思历史，从新认识苏共的历史。苏联解体之前有一千九百万党员，公开退党的就有五百万人。

* 一场旨在赶戈尔巴乔夫下台的军事政变

苏联“八一九”政变前，提倡改革新思维的戈尔巴乔夫，尽管对斯大林的批判认识继承了赫鲁晓夫的观点，但仍无意于解构国体，他极力想促成的是各加盟共和国与自治共和国的新联盟条约，保持一个没有中央集权的完整国家形态。

但是戈尔巴乔夫与叶利钦等人的秘密会晤，被苏联克格勃窃听，他们因在新联盟里找不到自己有利可图的位置而担忧和愤懑，密谋了一场旨在赶戈尔巴乔夫下台的军事政变。

一九九一年八月十九日上午九点，数百辆装甲车涌进莫斯科市中心，包围了俄罗斯联邦议会和政府大厦“白宫”。保守派们成立了八人的“国家紧急状态委员会”宣布接管国家全部权力，取消新闻自由。但是，“白宫”周围迅速聚集了几万名叶利钦的支持者们，市民将坦克和装甲车团团围住，青年们与士兵对峙。

全国各地开始声援支持叶利钦，空军和海军司令发表了“不用武力反对人民”的声明，也做了不支持国家紧急状态委员会的表态。第二天，克格勃的军队想强攻“白宫”，但是克格勃军队的军官们犹豫了，这样会导致里面的警卫人员及俄罗斯领导人流血和死亡，“接下来将怎么办？”最后他们决定拒绝执行上面的命令，苏军不想再为共产党担负任何永远都无法清洗的罪责，政变失败。恢复自由的戈尔巴乔夫最终将苏共解体。

很多党员公开与共产党决裂，人们在大街上焚烧党员证。许多人呼吁对共产党进行类似纽伦堡审判一样的大审判。

*** 中共因苏共解体而指摘美国**

中共一直把苏共的解体解释为“美国和平演变”的结果，戈尔巴乔夫在中共的字典里仍是个“变节”的反面典型。认为苏共解体的根本原因是共产党“放松了党的领导，放松了意识形态工作”。甚至，中共还在国内抛出舆论，认为苏联“竟无一人是男儿”，没有阻止共产党的垮台。

这种论调仍然是共产党的自我解嘲和颠倒黑白的一贯洗脑术。苏联的百姓、官员都觉得这个政权不值得去挽回，这个政权早应该结束，军队也不想再为这个政权卖命去残害百姓了，谁又能挡住历史的车轮呢？

*** 中国人心渐明：中共“向内隐瞒、向外抹黑”**

中共和当时的苏共一样，一直在用谎言和暴力统治国家。在武汉肺炎中不断地制造一个又一个谎言，但却不断地被清醒的民众戳穿。

武汉封城后各级官员推卸责任，多位从事病毒研究的网民发文称，早在十二月就做出了病毒基因测序，是一种类似SARS的病毒；国家卫健委为了推卸责任，在官网上发出一月十四日召开会议部署抗疫工作，谄熟互联网的网民查到这篇文章是二月二十日才挂到网上的；当国内水军攻击美国抗疫时，也有公众号发布美国抗疫的真实信息，称美国的应变能力、政府与市场结合的做法，是其它国家抄不了的。张狂的谎言与默默的真相时时都在发生着较量。

中共隐瞒疫情酿成世界灾难，近日中共官媒却大肆宣传中国各地“疫情趋缓”的消息，激起许多中国媒体人的公愤。他们罕见地群起反击中国共产党，通过各种渠道发布政府掩盖疫情的内幕。

一面是人们对于中共隐瞒疫情的揭露，另一面，是对于境外疫情的抹黑，人们也不断地给出真相。

* 中共灌水军的造假操作

最近网上流传这样一段话：“日本疫情已经失控了，我从日本医院的朋友那里打听到，每天无数人问诊，但是没有试剂检测，只能把患者打发回家。日本老年人多，无数患者就自己死在家里，没有确诊，就不算得病，所以日本才保持你们低的增长，太可怕了。我已经买好回国的机票，关键时刻还得集中力量办大事呀！”

单独看这段话，可能人们还会信以为真。但是，当网民们搜索到很多同样的信息，只是把日本换成加拿大、澳洲、美国、瑞士等等，其他一个字都不差，人们就明白了，这无非是“（灌）水军”的操作。

网民们把这些信息挖掘出来，公之于众，将中共操纵舆论的拙劣曝光于天下，然而中共又出花招，说这几个发送消

息的人，自己注册了公司，发这耸人听闻的消息是为了流量。很多人却不想再上当，他们认为，如果是中共主动公开的秘密，一定不是真相。

中共建政以来，灌输“假恶斗”，标榜“伟光正”，以假治国，以警治国，压制舆论，不顾人民死活，却让人民感恩，这样邪恶的政权难道不是祸国害民吗？当人们明白真相，唾弃邪恶，远离邪恶时，邪恶就没有了立足之地，反而要被吓跑了。如今已有3.5亿中国人选择退出中共党、团、队组织，不与邪恶为伍，人心的觉醒必将使邪恶无处遁形。

◇打手们的下场

文：清音

* “看来，上帝毕竟是存在的”

苏联党内“大清洗”从一九三三年开始，号称是为根除腐败，被清洗人数达两千万人。斯大林的打手亚戈达领导了“大清洗”的前一半。一九三六年，亚戈达的势力达到了顶峰，捞到了相当于元帅的头衔。然而，随着苏共罪行被曝光，舆论压力之下，到了一九三七年，亚戈达的手下们，主要是各部门的领导，都被逮捕了。斯大林把亚戈达推上被告席，宣称亚戈达“恶毒的暗杀”。当时亚戈达在被告席上的出现轰动了世界。

其后，斯大林新培植的打手叶若夫、贝利亚领导了“大清洗”的后一半。可想而知，人杀的差不多了，打手的使命已经完成，他们不得不承担了“刽子手”的恶名，而叶若夫、贝利亚接连被秘密枪决。

根据《历届克格勃主席的命运》一书记载：“这个工作尚未给任何人带来殊荣。其中有5人遭枪决，另外一些人蹲了监狱或长期失宠。”

任何人做了恶都要偿还，这点，斯大林的高级打手亚戈

达死前的醒悟也许更能说明这个问题。

一天，当亚戈达的前下属例行探望他、正打算离去时，亚戈达突然说：“你在给叶若夫写报告时，能否为我捎上这么一句话：看来，上帝毕竟是存在的！”

“你这是什么意思？”

“很简单”，亚戈达解释道：“我忠心耿耿地效力，斯大林仅仅给了我嘉奖，其它什么也没给。我本来就应该受到上帝最严厉的惩罚，因为我屡屡破坏他的戒律。现在，你看看我这下场，自然就能判断出，上帝在还是不在。”

这正应了那句话：“不是不报，时候未到。”在中共这条沉船上干坏事的人，谁又能逃脱呢？

*** 剩下的机会越来越少**

中共的政法委、“六一零”组织、国保等公检法人员，充当江泽民集团迫害法轮功的打手，自一九九九年迫害至今二十年，无数信仰“真、善、忍”的法轮功学员被非法抓捕、判刑，甚至被活摘器官。“六一零”及参与迫害法轮功的官员们，曾以迫害法轮功捞取政治资本，但最终没有好下场。政法委书记周永康、“六一零”主任李东生纷纷落马。

据明慧网对一九九九年七月至二零一八年七月整理的数据，在十九年中因迫害法轮功遭恶报者达两万余人，均为政法委、六一零、国保公安等公检法人员，有的精神抑郁、有的因贪污被判刑，有的因得绝症遭报，有的牵连家人尝恶果。

对于那些曾经迫害过法轮功，但现在什么事也没有的人，或许就是留给他的机会，如果继续跟随中共行恶迫害修炼“真、善、忍”的好人，剩下的机会越来越少了。（节选）

修炼园地

成长的感恩

文：河北大法弟子

【明慧网二零二零年三月二十日】在师父的慈悲呵护下走过了反迫害、讲真相的二十年修炼路，我也从青年走到了中年，怀着感恩的心，记录下自己在法轮大法中成长的这一段经历，这过程浸透着师父无量的慈悲。

方向

我修炼大法两年多后，邪恶就开始了疯狂的迫害，但大法深深扎根在我生命里，外部的恐怖环境和家庭的魔难，没有压垮我。大法弟子证实法，前仆后继，舍生忘死，那壮举震撼着我。我于二零零零年底，只身走上了天安门广场，抱着善念告诉世人真相，被非法关押三个多月后，闯出洗脑班。

我知道这条修炼之路要义无反顾地走下去，怎么走？怎么走好？有些迷茫，那就学法吧！那时除了上班、忙家务、就是学法。那时本地真相资料少，大部份是靠外地同修给，我有一念想解决本地资料问题，我想电脑和打印机也没什么难的吧！其实，我从来没有摸过这些东西。这一念使我走上做资料、证实法的路，这一干就是十四年。

同修把他会的技术无保留的教给我，我有一个愿望，就是让资料点发挥更大的作用，那就要学很多技术。修炼非常神奇，我有这个愿望，师父就给我智慧，在同修的帮助下很快一些技术就掌握了。当我第一次用手机拨号上到明慧网见到师父的法像时，真是热泪盈眶，很自豪的能代表本地同修给师父发贺卡了，心中充满的是生命的感恩。

机器出现故障，要拿市里去修，那时会修理的同修不多，给技术同修造成很大的压力。技术同修要求我们地区有一位技术同修，说几次，我也没往心里去，觉的那是力气大的男同修的事。一次去看送去的机器修好了没有，正赶上同修修

理，同修说：“你看也不难”，我说：那就学学吧！说着同修从兜里摸出一串钥匙，用一把钥匙在机器前后左右一插，机器上盖就下来了，我看着想还挺简单，当同修把上盖拿下来之后，我就傻眼了，大轮、小轮、电线的，咋整啊？站在那同修说啥我也不知道了，心里一个劲儿的求师父让我记住，同修继续修，我就在旁边看着，偶尔的上手回装某些零件，感觉什么也没记住，什么也没学会。

回到当地不久，就有机器出现问题，我心里没有底，同修鼓励我说：“都学了，就试一试，不行再送市里去。”站在机器旁，同修教我的拆机步骤，像电影一样在播放，我就平静一步一步的做，回装后一切正常，这次成功给我很大的鼓励，我知道是师父在帮我。后来又有三台机器也是这个故障，这样这一部份的技术就掌握了。

随着修理的机器多了，技术经验也积累了很多，再有问题基本上不用去市里了。我知道这一切来源于法，我把住法去修，师父也给我展现很多奇迹，如：我用主机的光驱不带刻录功能的，刻出了炼功音乐盘，直到别的技术同修说出来才知道；不知道点了哪个键，问题就解决了；零八年的讲法视频下来，面对拿下来的几百个的文件，不知如何是好，似睡非睡间，有人告诉我右键点解压，猛然醒来，右键点那个文件迅速在走，最终出来视频文件时，感叹师父的伟大，佛法的无所不能。

外县的有技术问题需要去帮忙，我把自己学法时间安排好，没去之前就发正念，没有思想压力，因为也不知道机器什么故障？哪的毛病？会不会修？真就是抱着正念，同机器沟通：“你是大法弟子的法器，你现在受到干扰，你清理不了，我帮你清理，我们要一起救度众生，完成使命。”我也相信我的功能能解体那一层的邪恶，往往都能解决。

在修机器时，大概知道问题所在，也不直接解决问题，在拆机时有同修学，就教他们，一边拆一边看，上油维护、清理油污、换搓纸皮，心里想的是经过大法弟子的手，你就

是一个全新的生命，在这过程中脑海就会浮现出解决的办法，或是哪的问题，自然的就解决问题了。真的很神奇。

百里之外的几个邻县都去过，有个县是山区，那的技术同修被迫害，给他们技术支持已有三年了。我坐大客车走一个半小时到市里，市里同修再开车用两个小时，才能到山里。那里同修对法的坚定，那精進的状态，真的让我很感动。其中的艰辛不必说，我的一切来源法，这一切都是法的给予。

修心、救人

与同修配合做资料，零几年资料点少，压力大工作量也大，协调同修也在开辟新的资料点，就要去教技术，那时真的很忙，上班工作完成后，就学法，回家的时间几乎都用在做资料上。

一位同修用油印机做《九评》，后来机器坏了，就剩下很多单页，八十多页的九评，有四十多种单页，多得多，少的少，刚接手的时候心里有些不知所措。怎么补啊？另一位同修说：“不急，先都摆上，看看再说。”就这样我们在屋里地上铺上纸，一种单页放一起，放了满屋的地。同修记录，都有哪些页，中间缺多少页，事情一目了然。看看同修不急不躁的状态，修炼的多平稳啊，我找到了自己的差距。

随着正法進程的需要，我们又添置了胶装机、电动刀、商务机，做《九评》、《共产主义的终极目的》节省人力、节省时间。同修打印的《九评》送来，我们两个同修配合，一天能做出五百本左右的《九评》。冬天还好，夏天又不能开窗户，守着一百多度的胶装机，同修真是汗流浹背，看看装订精美的书，救人的利器，一切辛苦都烟消云散，能做法弟子应做的事，真的很幸福的。

哪里需要我，我就去哪里，除了维护大家的机器正常运转，我有时间自己也做。不管冬夏，去资料点做资料，一去就是一天，一天能打印五箱纸，大约三百多本《共产主义的终极目的》，一个煎饼或是一袋方便面就是午饭。机器工作时，我就学法或发正念，法器欢快的运转，在法中一切都那么自

然、顺畅。

大法弟子肩负着救度众生的责任，这个责任和使命，使自己在修炼上不敢懈怠，无论做什么都把法放在第一位，学好法是做好三件事的根本。当自己拿着工具包，去各处修机器时，就想这是做事呢？还是修炼呢？不能光做事，不修炼啊，修炼的根本是境界的提高，是面对问题实修自己，做资料的同修相对比较封闭，怎么在这个环境修自己呢？我又修什么，怎么修呢？随着静心学法这个问题越来越清晰。

一位同修阿姨很急躁，机器老卡纸，解决了没几天又这样了，每次去都是先说我一通，怎么耽误她讲真相了，不找我找别人也行了。反正每次去都是我的错，心里有些不平，后来就惧怕去她家，不知她又要说什么。但我知道这是修炼问题，不是技术问题，我就考虑自己，还是爱听顺耳的话，自己没有坚定正念被带动了，就做自己要做的，不能平和的在法上交流，就是被眼前同修不在法上的状态带动了，为什么不能做到“听而不闻 难乱其心”[1]？找到自己问题，坚定这一念：我是修炼来了，什么也不动心。

那天我去同修阿姨家很平和的同她说：“姨，我有什么不在法上的，请您告诉我，我们就是共同完成使命来救人的，个人的思想不一样，思考的问题角度不一样，但最终的目的地是一个就是救人。”阿姨笑呵呵的一个劲的说：“没有，没有。”阿姨那天敞开心扉说了好多修炼上遇到的问题，我也很坦诚的说了一些自己悟到的，和自己的修心性的过程，我们在非常祥和的状态下结束了交流。

面对不同的同修，都有自己要修去的人心，一路走过来真的好感激，同修在帮我走出人来。自己在法中悟到：事情发生，机会是均等的，谁在这件事情上修自己，师父就成就谁。自己浅悟师父的每一次安排，在其中让自己修去什么，修出来什么，就在铺就上天的路。

从学修理机器的神奇经历，更加明确了自己的使命和责任，我的一切能力来源于法，所以要回归于法，这就是只要

同修在法上需要，我就全力配合，放下自我。为私是怕自己损失，受到伤害，破除这个思维去做事时，师父给我一次一次展现为他的美好境界。

一次去市里有三个机器要修，还不在于同一个地方，我同丈夫商量我去三天，让他照顾母亲。到那里一上午就修好了两台，剩下一台没有配件，一天就完成了。我地也有许多技术问题需要解决，我不经意间问同修：“我想学装系统，还想买两个笔记本。”同修高兴地说：“你找对人了，我带你去，都能解决。”这样到同修家一说，同修手里正好有两个笔记本，同修也很感慨说，师父都安排好了。第二天上午我就学会了装系统，我那里还有没修好的机器，突然想到总来这的外县技术同修，看看能不能联系他帮我解决解决问题，我把我的想法跟同修一说，同修说联系看看，下午就把这位同修联系到了，刚好在市里，同修开车来了。同他说了我的想法，同修答应明天去。找来明天开车的同修说明情况，同修说她知道有位同修的机器停着呢，这样我跟同修去看看，同修的机器外接电源线掉了，拆机接上电源就好了。后来听到信儿还有一个机器要修理，就安排在明天上午。第二天我早早的去了，没找到问题，外县技术同修发现是编码盘被污染造成的。快到中午了才修好。

简单的吃了点饭就往回赶，在回来的路上，就感觉干扰法器的邪恶在解体，在车上我们也交流技术人员形成整体，在救度众生发挥更大的作用，也都认识到自己的责任和使命。

到家后，我说咱们先试试，我觉的他们都在变好，这样有两台一试没有问题了，一台找出问题我自己可以解决，那一台也是没有配件，就送给同修学技术了。说着这个事情，同修都很感慨：这些事情是由师父安排好的，师父在做，真是：“修在自己，功在师父”[2]啊！

随着正法进程的推进，同修都走出来救度众生。大法需要什么我就做什么。这样我就从做资料到去建资料点教技术，到参与营救同修；给予外县技术支持；负责大部份耗材的购

买；再到给予技术支持的形式担负起主要协调的作用。在慈悲师父的呵护下，平稳的走在正法修炼的路上。

平衡好家庭关系；在整体中遇到的人多事多，不免人心浮躁，用人心去安排，师父看我不悟就点化我，在梦境中看到自己的心，象镜面一样平静，广阔无垠。师父在《转法轮》里讲到“大家知道，达到罗汉那个层次，遇到什么事情都不放在心上，常人中的一切事情根本就不放在心上，总是乐呵呵的，吃多大亏也乐呵呵的不在乎。”[2]自己人心的想法是，解决完的问题不放在心上，那些没解决的问题，还不记在心上吗？师父让我达到那样的胸怀，我修去人心安排事情，人心算计时间的心，师父展现了这个法理“我告诉你，一点也不重要，你想多了就是执著心。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。”[2]我要解决的问题师父都恰到好处的有序安排好，我更加信师信法。

面对不同的魔难，从法理上明白后的正悟，走过来时，自己象一只浴火重生的凤凰一样，真切的感到生命在升华。

二零一五年初春，当地有三台机器出现问题，两台新买来就红色堵头，另一台同修使用不当出现问题，这三台机器得一万多块钱，怨恨和名利心就起来了，怨同修使用这么多年机器还这样不用心，损失这么多钱怎么办！人心压得我简直要崩溃了。

冷静下来问自己为什么难受啊？为什么你这么难受啊？我意识到这念不对，同修都想做好，那不是他的本愿，我正念加持法器没有坏。我想到师父的法“治不好病时垂头丧气，这不是名利心在起作用吗？”[2]明白了是名利心在起不好的作用。放下它，就去做。不经意间与母亲同修说起《千古英雄》韩信。他是常胜将军，神奇的以弱胜强，以少胜多。许多成语典故都是他留下來的。我就说了一些成语，最后说的是“背水一战”。这时我为之一震，刹那间我觉的自己就

是一个勇士，身穿战袍迎风站在岸边，岿然不动。

我到同修家，把墨盒灌上清洗液一边打测试页一边发正念，守住一念：机器没有坏。打出的测试页时而好时而坏，时而更糟糕，我不动心就发正念，不被表象带动。三个小时后，机器打出了非常饱满的测试页，那时已是晚上十点多了。我很高兴的想明天就用这办法去修另一台，但马上否定了这一念，不是技术问题是修炼问题。

第二天到同修那，简短说了一下我的修炼过程，问同修有没有灰心，同修有正念，说我就为做资料来的，咱们请师父加持。我们一起发正念，休息时就交流，向内找，如何修自己。意识到自己的不足，及时归正。不被表象带动，解体干扰法器救度众生的邪恶因素。最终正念解体了邪恶，机器顺畅的打印了。那一台同修给修好了，在师父的加持下，法器都复活了。

二零一七年秋末，同修们经过一个多月的努力，技术同修还是被旧势力拖走了肉身。技术方面的问题几乎都压在我身上了。一次做资料回来的路上泪水模糊了我的双眼，心里跟师父说：师父，弟子真的很难。可又一想我是修炼人，有师有法，难啥！回到家后，对同修的情和依赖心，使我失去了理性，大哭一场。家人同修从两方面劝解我，发现了执着自我这颗心的另一种表现形式，忘记了师父的法，“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。”[2]

转年买耗材的同修也离世了，我很平静的接下了买耗材的工作，坚定的走在修炼的路上。年初主要配合的司机同修摔伤，在师父保护下捡回了一条命。面对这样的环境，我没有动心，该做什么就做什么。丈夫怕我承受不了打击，劝我说：“这都是对你的考验。”我知道是师父在点化我。

没过多久一位家里有车的同修对我说：这个时间我有空闲，有事你就找我。我微笑着点点头，心里说：谢谢师父，谢谢师父！

结语

在正法修炼的二十年间，风风雨雨经历了很多，每一个前进的步伐都浸透师父的心血。从一个卑微的人到走在神路上的修炼人，再到为救度众生，无私无我的大法徒。师父给了我生命的永恒，深深叩谢师父的救度洪恩！

谢谢师父！谢谢同修！

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈道中〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

从以自我为中心到放下自我

文：陕西大法弟子

【明慧网二零二零年三月二十日】因父母都是同修，所以我有幸从小修炼大法至今。在二十多年的修炼道路中，经历了从对大法修炼的懵懂、疑惑到清晰，从被动修炼到主动修炼。

一九九九年中共迫害开始后，我经历了很多次的非法抄家、恐吓、绑架，直至最后和亲人的生离死别。庆幸的是，在经历这么多后，我没有放弃修炼，并可以从迫害中超脱出来。我知道这一切都是师尊的护佑。

师父在《洪吟》中写道：“常人不知我 我在玄中坐 利欲中无我 百年后独我”[1]。这么多年，我一直在困惑，其中的“我”究竟指的是什么？所以对自我的不断认知也一直贯穿在我修炼的每一步中。

一、从听不进不同意见到放下私我

我是独生子女，从小性子比较倔强，家里人又宠着，学习上也比较优秀，所以就有高高在上的优越感，自尊心很强。长大后在和同修的接触中，因为技术上知道的多一些，就听不进去同修的建议，一有和我不一致的观点，马上反驳，觉的别人什么都不懂，当时的自己就是年少轻狂的样子。

慢慢的在经历一些挫折和魔难后，我开始学会忍，对照

大法的要求去做。因为意识到自己这种状态是对“私我”的保护，就逐渐有意的去忍耐一些我看不惯的人或事。当别人说的话不符合我的观念时，虽然脸色不好，但是忍着不去说了。经过了不知道多少次的考验，还是感觉自己陷在一个痛苦的圈里面，总觉的自己是错的，走不出来，也不知如何摆脱，很苦恼。

那时经常想起师父说的：“忍是提高心性的关键。气恨、委屈、含泪而忍是常人执著于顾虑心之忍，根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍。”[2] 于是对那种境界心生向往，不知如何达到。

转折点是在去年，我被非法关押到洗脑班十天。最终在师父加持下正念闯出，回来就有一种感觉，觉的自己象变了一个人一样，总是游离在以前那个私我之外。

最明显的是，有一次去同修家，因在去之前邮箱里联系时有点误会，所以同修在见我时错怪我，一通数落。要是以前，我会赶紧解释，并且会觉的委屈，然后忍下去。可是这次我仿佛置身事外，脑中空空的，一直笑盈盈的看着这件事的发生，连解释都没有，好象她说的话不是在说“我”。这种感觉是以前从来没有过的，很美妙，没有委屈、生气，就是一种与“我”无关的状态。以前我会觉的这个事对我是一个考验，可是现在的我就觉的这就不算个事，一笑了之。

二、从在生活困境中挣扎到不再忧虑自我

我是自由职业，所以收入并不稳定。家中经历这二十多年的迫害也没有什么积蓄。在营救家人同修上，把自己的积蓄花的差不多了，在这个节点上，工作上再出现不稳定的状况，就会出现捉襟见肘的情况。

第一次碰到这个困境是在四年前，当时家人同修被绑架，急需请律师，自己的积蓄已经几乎花完，就在这时工作突然没了，没有收入，可是还有好多急需用钱的地方。那时我一下子就慌了，没有钱的状况象是把我的安全感全部抽离，整个人看不到希望的感觉。一开始焦虑不安，法也学不进去，

没有任何办法。最终还是让自己放下心，向内找，突破自我，用了半个月的时间改变了心境，突破了困境。那半个月的煎熬让我深刻的认识到了自己对钱财的依赖和对亲情的执着，看到自己仿佛到了没有财物上的保障就生活不下去的地步，犹如过了一个生死关。

现在想想，古时修炼的人都是放弃钱财、地位等一切物质名利，在社会中云游乞讨，入山修炼等，财物上的舍弃是他们一开始就要做到的，而我却把对钱财的依赖和渴求当成了“我”，去掉它的时候就要生要死的，何其可笑。

二零一九年上半年，我又一次经历了生活中的财物困境，几乎是一样的状况。不过这一次只是一开始慌了一下神，马上明白了哪个是真正的我，排斥不正的思想，那种悠闲自在的状态就又回来了。虽然深处其中，可是却与“我”无关啊，当然最后那个所谓的困境也就没了。

三、从以我为中心去说话到与“我”无关

修口，对我来说真的好难。我后天形成的主观意识很强，就是有些强势，所以对周遭发生的事物总要说上两句，由于妒嫉心、争斗心、欢喜心等执着心的影响，其中不乏冷嘲热讽、尖酸刻薄等语句，每当我意识到的时候，话已出口。

渐渐的我可以在我开口前意识到修口，就憋着不说。那个滋味很难受，不是发自内心不想说，而是逼迫自己要做到法中要求的那样。可是这并不是真正的改变，我并没有发现想说的那颗心不是真正的我，而是各种后天的观念和执着控制着我的大脑反应出的想法。

尤其是当周围的同修做了什么不合法的事，比如有些同修出现病业状态，心态上把握不住去了医院治疗；或者男女同修间接触不注意等等，我就更觉的自己应该理直气壮的站出来去指责这件事情，觉的这是给大法抹黑，让同修清醒过来。看起来逻辑上没有什么问题，可是在实施上往往都出现了矛盾。有时候觉的自己很委屈，明明是对的，为什么对方不按照我说的去做？可是我却忘了大法中的对错并不是按

照谁在理来区分的。

越争执越放不下，越委屈越往里面钻。这时，我的目地已经不纯了，并不是完全的为别人着想，而是在证实自我，让别人认同我，而不是证实大法。师父说：“我经常讲一句话，如果一个人没有自己的任何观念，不站在个人的利益角度上作为出发点，真心为别人好，给别人讲出他的不足，或者是告诉他什么样是对的，他会被感动的流泪。”[3]但是我一直体验不到这样的情形。

直到最近我的思维方式变了之后，很多话到嘴边会突然觉的无意义。修口就变成了一件简单的事情。心境变了之后，看一件事不会很表面的去判断谁对谁错，而是每个人到了哪一步就会出现什么事，同修身边都有师父看管着，无论怎样艰难，都还在坚持学法修炼，都有师父安排的路在走，我又在执着什么呢？那个执着别人的“自我”好象碎了一般，我也感到一身轻松。和同修交流时更多的是在听，而不是发表自己的意见，有时候无意中的几句话，同修听后恍然大悟的反应，自己还一头雾水，不知道刚刚说了什么。但是我确定的就是，我的心态摆正后，那些话是师父借我的口点悟同修的，所以与“我”无关啊。

四、从有目地的为提高而修炼到放下自我

修炼中想要精進，想要提高，这本身没有错，而过分执着的话就会走入另一个极端上去。原先的我只知道自己在修炼中要遵照法的要求去做，不做不该做的事。渐渐的我发现我走偏了，主要表现在以下几点：

第一点是我开始害怕做错事了。比如有时候无意中多得到的钱，退不回去，虽然数目小，但是心里面第一反应是害怕了，怕因此而造业，层次掉下来。还有做大法书做坏的，不敢去销毁，怕对大法犯罪，让别的同修去做。这种事情很多，第一反应几乎都是怕自己造业，掉层次，而不是吸取教训，向内找做错的原因，下次做好。

第二点是为了提高而做事。还记得讲真相刚开始时，我

就很不理解，因为怕心，觉的这是在和政府作对，可是出于不想被落下来，想提高层次的心态，不情愿的照着师父说的去做，当然，心性不到位的情况下效果也不好。还有诉江开始的时候，一开始也是不理解的，但是看到周围同修都做了，自己心里就嘀咕会不会不做就圆满不了，跟着风做了。

师父说过：“大法弟子有着重大的责任，不能只是个人圆满，必须承担救度世人、救度众生的使命，这是历史上从来没有的。”[4]可是我由于怕心等人心的阻隔，慢慢才悟到其中的意思。

这种修炼状态看起来是为了修炼，实际上是为了达到个人圆满为目地，围绕着自我展开的。在这种为私的心态中迷失了真正的我，也就总是觉的自己提升的很慢，止步不前的感觉。越慢越着急，想要赶紧提升，急躁心又会让自已继续走偏，有目的地性的做证实大法的事早已使自己的思想不纯，也就达不到应有的救人效果。

现在的我不去想那么多，只要遵照着大法的要求去做，做好三件事就足矣了。至于说是否能修成圆满，我想一切都是顺其自然的。师父说：“你付出多少，得到多少，就是这个道理。”[5]我只要做好我该做的，剩下的都不想再去用人的观念去想了。

我把修炼中能想到的一步步的变化写了下来，当然这只是一小部份，大法早已改变了我生活中的方方面面。如今没有什么过多的想法，每天的身心都很自在，做好自己该做的事，完成自己的使命。不动摇，不忘修炼如初，我相信一切都会是最好的结果。

注：

- [1] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈觉者〉
- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈何为忍〉
- [3] 李洪志师父著作：《新加坡法会讲法》
- [4] 李洪志师父著作：《各地讲法十》〈在明慧网十周年法会上讲法〉
- [5] 李洪志师父著作：《转法轮》

去掉下断言的习惯和极端化思路

——为同修议论如何写好文章

文：善果

【明慧网二零二零年三月二十三日】在中国大陆泡出来的同修，写文章时经常被两个问题障碍了文章效果。这两个问题，一个是断言加断言，不能中性叙述；另一个是用极端化思路对待人和事。我们在这里试着议论一下。

一、下断言

下断言也叫下结论。“结论”的词典解释是，①从前提推论出来的判断。也叫断案。②对人或事物所下的最后的论断。“下断言”如果作为名词来用，意思是极其肯定的说，或者断定、下结论。

从词典解释①看，正确的下结论过程，应该先提供前提，然后用清晰的逻辑，才能推出判断，也就是结论。

必须有可信的前提和可信的逻辑，才能得出令他人信服的结论。人都是有情的，讲真相中学员如果下断言不当，很容易被人认为偏激，引起反感。在感情和观念的作用下，人们很理性的从你说的一大堆论断中找出有用信息来吸取，效果就会很有限。

举几个例子。比如，聚餐时有人喜欢主动买单，在这个前提下，如果下结论说这个人钱太多，这个结论可能就被别人认为是个谬误断言，至少不够令人信服。因为这个例子中的特定前提和特定结论之间，不存在可信的、确凿的逻辑和情理。反驳的例子之一是，喜欢主动买单的人，可能不是因为钱太多，而是把友情看的比金钱重要。

又如，有人与别人发生争执后总是先提出道歉。如果在这个前提下得出，这个人自知理亏，所以才先道歉，这个结论就不足以让人信服。反驳的例子之一是，和别人发生争执后总是率先道歉的人，不一定是因为自己错，而是出自内心的善良、懂得珍惜身边人。

而“工作时愿意主动多做的人，不是因为傻，而是懂得责任。”这个结论或者断言，虽然没有包含所有的可能性，但是众多情况下，是令人信服的。

我看到一篇同修写的文章，标题是“冠状病毒就是中共恶党”。虽然能理解作者想表达的意思，但不得不说这个结论是个谬误。单从语法看也是不成立的：主语的“冠状病毒”是个病毒，宾语的“中共恶党”是个党，“病毒是党”，这个论断中的推理太曲折，恐怕很难有人看了标题马上就感到信服。

要给出结论，必须给出前提，然后才能出论断。也就是，列出主要事实，帮人看清其中的情理和逻辑。举例说明，冠状病毒是产生武汉肺炎的病毒，各国专家怀疑此病毒出自武汉病毒研究所（P4）。中共严控疫情信息而导致武汉肺炎在中国广泛蔓延，并传染了全世界。此瘟疫始发于中国武汉，所以有人管它叫“武汉肺炎”。又因此病毒专找与中共为伍的人去感染，所以人称“中共病毒”。

从上一自然段中给出的事实信息，可以得出几个断言，其中之一，“中共是制造这场瘟疫的元凶”。其二、“此瘟疫是武汉肺炎”。其三，“此病毒是中共病毒”。当然，要写成文章，还要提供更多具体事实信息，并从情理或逻辑上理顺。而且，要在了解自己所面对的读者的前提下，选择作为论据的事实和数据，然后按照一定的情理或逻辑整理清晰，最后得出的结论应呼应标题。

反之，句句结论、开口就下断言的文字，其实是不能称其为文章的。

顺便一提，把没有理顺的事实堆在一起，只能说文字还处于草稿阶段，而不能作为文章供人阅读。

二、极端化思考

极端化思路指思考或解释人或事时，采用全或无（all or nothing）的方式，或用“不是……就是……”的方式极端的分类。这种二分法的思考把事情只分为“好或坏”、“对

或错”，非黑即白，非此即彼，非亲则敌。

在中国大陆环境中泡出来的人，很多都习惯于把人和事绝对化。一个人做了一件坏事，甚至只是一件自己不认同的事，就对此人恨之入骨、贬到地狱。一个人做了一件好事，就把这个人说的好上加好、捧为英雄、甚至幻想其如何完美。其实一个好人也可能做出坏事，一个坏人也可能做出好事；一个好人也不可能处处完美，一个坏人也并非全身细胞都是恶的。这个世界五颜六色、众生百态，并不是非黑即白、非0即1。

其实专业织染的人用肉眼就能识别三十来种黑色；白色也有很多种；还有赤橙黄绿青蓝紫有色无色呢，每种颜色也有很多不同的饱和度和明度组合。

和妄下断言一样，极端化思路带来的最大弊端之一，是把人推走，让人认为你偏执、跟你没理可讲。

几个月来，学员中花了很多时间争论这场瘟疫是大淘汰还是旧势力安排。其实这种争执就是极端化思路在这次事件中的体现。让我们稍微分析一下：

从疫情爆发至今已经三个多月了，很多修炼人都看出来，这场瘟疫在定向淘汰着选定了中共的人、一直跟中共跑的人。所以说它是大淘汰的一部分是对的。但是这部分是不是旧势力安排的呢？当然是，可它是师父在将计就计，它是得到师父认可才能发生的，淘汰已经救不了的人、骨子里和中共合为一体的人。同时，这场瘟疫也在被中共利用，干扰神韵演出，煽动和蛊惑中国人、海外华人，和用其它方式讲真相的大法弟子抢人。这毁人、剥夺人获得真相机会的部分就是旧势力安排的。那么说这场瘟疫是旧势力的安排也没错。

在人世间，相生相克的理早就被绝对化了。任何事情一出，都有其正面和反面的两种效应。而我们有些学员，非要把眼前的这场瘟疫定性为“不是大淘汰就是旧势力安排”，那是很片面和绝对的。如此看来，这种思路是否需要去掉？归正？

再拿“复工”这件事分析一下：

有些人把复工一律说成是坏事。的确，中共强行复工，必须在隐瞒疫情真相的情况下才有可能实现；而继续隐瞒疫情，必定造成很多该检验的人得不到检验，确诊了的得不到医治，没治愈的出院造成更多人感染，治愈的又复发等等等等，中共的政治性复工是中国公共卫生的又一波大灾难。

但是不复工呢？老百姓生活难以为继。所以不能说复工是绝对的一件坏事，坏在中共强行控制疫情信息，强行控制社会生活的一切方方面面。复工如果能开始让中国社会回归传统，实现类似孟子所说的“制民恒产”，即赋予人民一定的个人生活资料和生产资料，使民“仰足以事父母，俯足以畜妻子，乐岁终身饱，凶年免于死亡”，何尝不是一件好事？复工如果能让更多人认清中共“假恶暴”本质，从而抓住最后的时机三退，又怎么能决绝的反对复工呢？

所以说，写文章，特别是写评论文章，思路很重要。不妄下断言、思想不极端，才能思路好、要点好，出好文章。

个人看法，谨以交流。

加强主意识的一点感悟

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二零年三月二十四日】很长一段时间以来，我一直处在一个层次中不能突破，在加强主意识时，我从中突破了许多。我把我近期的修炼过程写出来与大家交流。

一、用法理指导修炼

我最近两年来一直在背法，也从中看到了许多法理，确实尝到了背法的甜头，也为我修炼打下了基础。每当遇到问题或过关时，我就在脑海中搜索对应的法，用法来指导修炼。比如生活中方方面面都需要忍，作为一个修炼者，在我这个层次中，忍的最高境界是什么呢？我就在法中去寻找答案。

“忍是提高心性的关键。气恨、委屈、含泪而忍是常人执著于顾虑心之忍，根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之

忍。”[1] 师尊是要我们达到什么样的心态，才能做到不觉的气恨、不觉的委屈呢？我就在法中找答案：“作为一个修炼人，今后的人生道路会改变的，我的法身要从新给你安排的。”[2]

我悟到我们修炼人所遇到的一切都是师尊巧妙的安排，都是为了成就弟子的。每当遇到矛盾时就要迅速调整心态、转变观念去坦然的面对。比如：我家的压汁机，因为女儿不懂使用程序搞坏了。如果这事放在以前，我会自然的带气埋怨一下，你应该这样用不应该那样用，把长期以来形成的爱埋怨这个思维程序走一遍。现在不能这样了，我脑海中马上去找法在这方面对我的要求，这不是师父给我安排的一个提高的机会吗？我一定要做好，想埋怨这个思维我不走。我默默的把埋怨的思维压住了，很平静的对女儿说：“你可能用错了吧？”女儿也很平静的抱歉的说她不懂。一场家庭纠纷很平静的过去了。

在修心性上，我基本上能用法的要求去做了，虽然有时做的不好，但过后察觉到都会去调整自己的心态。但我总觉的离一个觉者的距离好遥远、好遥不可及。

二、加强主意识 让主意识控制大脑

在学法时、炼功中我思想老走神。虽然法理很清晰，但总抑制不住自己的胡思乱想。我意识到我必须加强主意识了。一个觉者的主意识应该是怎样的状态呢？

师尊在《转法轮》中讲了一个他和四、五个极高的大觉者、大道在一起的情形（我悟到师尊在法中讲的例子都是指导弟子修炼的）。我从中悟到修到很高境界时心应该是空的、无为的。我躺在床上，我想我现在就要求自己什么都不想，脑子一跑，我就往回拉（现在意识到还要灭死它），思想高度的集中，手心都攥出汗了，就这样坚持了近一个小时。晚上，我梦到一个男的在水中下沉淹死了，这时水落了，有个女的躺在他的身边也死了，还有个女的在那男的身边嚎啕大哭着说：“我离不开你呀。”梦醒后我知道我的空间场清除了一

些不好的生命，但还有不好的生命，并且与我的思维有关。我应该在加强主意识上下功夫。因为在这方面有问题，我就有意去找能加强主意识的法，比如“主意识要强”[2]、“谁炼功谁得功”[2]、“意念”等。我悟到我一定要我的主意识控制大脑。

我只要有这种愿望，师尊就会给我安排修心的事情。

有一天，我忽然发现我对面楼的窗户上有一个亮晶晶的东西，我怀疑是摄像头，那个怕呀，在自家客厅里干什么都不自在，一天到晚都是那个阴影不散，走在外面总觉的有可疑的人在监控我。我知道我有问题了，我该彻底修修这个疑心了。

疑心是每一个人都会有的。一个人刚出生时，什么观念也没有，很纯净，也没有判断事物是非的能力，慢慢的随着后天观念的加入就会判断一些事了。比如，家里的桌子上放了十元钱不见了，心想八成是儿子拿去了，你看到了吗？没有，判断的。当警察的疑心可能更重，因为是职业的需要，在断案中需要凡事都要敏感打个问号，所以疑心更重。而这种后天形成的思维模式恰恰是修炼的障碍，是要修去的。

认识到后，我就开始下功夫了，要灭这个疑心还不太容易，它总是用现实的事情来牵着你，使你去想、去疑、进入那个思维通道中去。对于这么重的思想疑心，实在是不好拔出来。我就背《转法轮》“主意识要强”一节，师父讲：“但大多数人可以以很强的主观思想（主意识强）排除它，反对它。这样，就说明这个人可度，能分明好坏，也就是悟性好，我的法身就会帮助消去大部份这种思想业。这种情况比较多见。一旦出现，就是看自己能不能战胜这坏思想。能坚定者，业可消。”[2]我就发正念，坚定的灭掉疑心，我就不进那个疑的思维通道，我就要思想什么意念也没有。就这样清理了几次后，我忽然觉的再想进入那个疑心的思维通道时似有一道屏障隔住了，进不去了，不想了。那两天心中空空的，好象什么也不想。师尊讲：“在很高层次上修炼根本就没有意念活动”[2]。师父还讲：“罗汉应该是无为、心不动的”[2]。

我体会到了这些法的一些内涵。过后我发现对面楼的那个亮点原来是他家防盗门上有个洞造成的。感恩师尊巧妙安排了一个我修疑心的过程。

通过修去疑心的过程，我觉的我与一个同修之间那道障碍我们沟通的墙倒了。其实是我对法有了更深的感悟了。

师父讲：“在很高层次上修炼根本就没有意念活动”[2]。那我们平时所有的人的意念活动都是不应该有的（因为我们还在人中，还要证实法，所以要最大限度的去做到）。悟到这，我再看那所有的妄念，有种一目了然的感觉，念一出，不用再去分类，是这个心那个心出来了，马上就意识到是后天思维，因为真正的我是什么也不想的，不用跳进去很费心思去辨别好坏，马上就能抓住它，立即发出强大的正念解体它。然后尽量用最短的时间使思想调整到什么都不想的空的没有意念的状态。我悟到当你在常人打基础的层次时，还不具备在很高层次没有意念活动的能力，只有基础打好了才行。所以修心性这个基础要打好，每遇到事情时一定要在法上去认识，用法理指导修炼，把人的思维逐渐转变为神的思维，而不是苦苦的去抑制，没有法的力量是很苦的。所以一定要多学法。

当我刚悟到了这些，一个大的心性考验来了，疑心加妒嫉一起来，没有理由的怀疑丈夫有了外遇，那个疑心和妒嫉时刻在脑中翻腾，翻得心烦意乱，乱了阵脚。对着它发正念，清除后只要一动念就又进入那个思维通道继续疑心和妒嫉，也知道是一个大的提高来了，可就是跳不出来，很无奈。

一天早上这种状态又发作了，我想我就用我最近悟到的去做，我就发正念，彻底从根子上解体这种败坏的思维，铲除这种思维通道。我就不进入那个思维通道，我的主意识控制我的大脑，我的大脑就象一个平台，这个平台现在应该是空空的，谁也不允许上，谁上来我就炸死它，脑子一有其它思维我就炸死它，我就保持我的大脑什么都不允许想。就这样坚持了大约半个小时，我从那种状态中出来了，脑子不再

胡思乱想了，我就尽量使自己的大脑保持着什么都不要想的状态。现实中，这种家庭矛盾迅速化解了。

就象师尊在《二零一九年纽约法会讲法》中讲的那个吸毒的例子，就不去吸毒，那个毒的灵体就饿死了，试想吸了再戒就有些难了。所以，平时尽量使自己的主意识控制大脑什么也不想，抑制那些后天观念，制约它们，它们没有发作的机会，直至饿死它们。

师尊在讲法中多次提到：“我们一下子站在很高的层次上去炼了”[2]，而很高层次的修炼者应该是什么状态呢？我们这里师尊一上来就给我们推到了位，并给了许多，这与师尊讲的“返修”挺类似的，其实师尊法中举的例子都是让弟子悟的。那“返修”都是什么状态呢？“返修”，首先要求心性得高，其次是有功能的，师尊在讲法中多次提到我们大法弟子是有功能的。

我有一个去抑郁这个执着心的心得：我的性格较内向，再加上长期处于被迫害的地位，我的思想时常会莫名的抑郁，这种状态来时，我的情绪会很低落，心口难受。每当这种情绪来时我就背师尊有关的法，半年后，这种状态基本没有了。最近，这种状态又有了，我很自然的直接上去就灭，这种症状很快就消失了。我悟到，我在逐渐具备灭邪的能力。“我的法身一直要保护到你能够自己保护你自己为止”[2]。

弟子感恩师尊！

一点体悟，层次有限，不当之处请同修指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈何为忍〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《美国中部法会讲法》

与同修共同学法、闯心性关

文：中国大陆大法弟子 重生

【明慧网二零二零年三月十九日】一位同修正在经历消

业闯心性关，她自己不能自理两年多了。二零一九年十月下旬，我又一次来到这位同修家里，因种种原因，我已大半年没来了，这期间，同修又进过三次医院。

看到同修后，我说：同修，看到你，我很高兴，你的面目表情像个大法弟子的样子，很好看。同修对我诉说了半年来又去过三次医院，如何如何。我没被同修的话带动，静静的聆听后，在法上与同修交流了有关师父对病业的讲法。同修认识到自己的做法不合法，下决心通过多学法，多炼功，能早一天自理。我说：行，师父一定会帮的，我们一起闯过这个心性大关。

二零一九年十一月二号，我第二次到了同修家，我们一起学习了师父《二零一九年纽约法会讲法》，我一句一句的读，同修很认真的听，状态好了很多。期间，同修上了两次厕所，因同修不能自己擦洗，我没有任何人心，帮同修擦洗，并把以前黏在身上的大便擦干净了，同修很感动。我说：没什么，这是应该的，我就希望你能快一点好起来，好走出去救人。同修说：我这次一定听师父的话，好好修自己，早一天去救人。

第三次到了同修家，同修对我说：我觉的你好长时间没来了。我说：到今天整十天。坐下来，同修述说了十几天自己家中发生的事情，都是常人中的事情，我心里有点不稳，真想不让同修继续说常人的这些是是非非，可同修就是不停下。我打断同修的话说：咱们学法吧。同修说：好吧。

读法的过程中，同修开始不盘腿，我提议让同修最好双盘听法，同修马上盘上腿，虽然只盘了十几分钟。可只听了半个小时，同修又借故讲常人中的是是非非，我反复重复的说：“咱们从修口开始，先做到不说话了好吗？”同修说：

“好，等下一次来了就学法，不说话了，”可同修又一次说了一遍刚刚说过的话。当我再说：“不是不说了吗？怎么又说呢？”同修有点发急说：“你不能这样强人所难，我说好话也不好吗？”我说：“不是的。同样的话，你已经说了六 43

遍了。”我一看时间到了，我说：“咱们今天没学完今天应该学的法，下一次咱们一定抓紧时间补上，再不能耽误我们学法的时间了。”同修答应得很好。我说：“我给你买了包湿巾，你大便后用它擦干净，不用经常换内裤了。”同修很感激。我说：“应该的，用吧，没了我再给你买。”

回家后，我静下心来向内找，今天是什么心能引起同修说起话来停不下呢？同修反复说常人的话，师父是不是用这种方式点化我，也存在爱说常人的话呢？这一找，还真的。我也存在爱说常人的话，特别是对自己感兴趣的话题，不是自己也经常说起来不停下吗？我怎么还能怨同修呢？找到执著后，我很开心，很感激师尊的慈悲安排，让我在看到同修执著的时候修自己。

第四次，我来到同修家后，我们马上发正念，发完正念后，开始学法。学完师父一讲法后，同修又不自觉的拉起了家常，我想：同修已经上一次说过，以后不再唠家常了，怎么又拉起来了呢？我开始提示同修，不能背后议论别人，这是党文化的表现。可是我越不想让同修说，同修说的越起劲，一说又是大半个小时过去了，我很不理解，为什么会这样？

这时，我对同修说：今天我们又没学完本来今天能学完的法，咱们长期下去，会影响我们学法的数量和质量的。咱能不能听师父的话，从修口开始修，咱俩都从修口开始，同修说：好的。同修又强调自己，感到说说事，心情好，没什么（客观上，同修平日没有别的同修接触她，很孤独）。唉！为什么？为什么走不出这不好的状态来呢？

回家后，我将今天发生的事情讲给丈夫听。丈夫听后说：还是你的问题，你能听就听，不能听就别去，你没有理由去改变别人，人的观念不同。她那么大了，已经形成定式了，没那么好改的。

听了丈夫的话，向内找。同修为什么会在我跟前反反复复背后议论其他同修和常人的事呢？我是不是存在同样的问题呢？我反思自己，将跟同修们接触中交流中的事情回忆着，

是啊！我不也存在背后议论人和事的问题吗？再说：我每次遇到不顺心的事，回家后，不也是毫不顾忌的跟丈夫述说吗？对，我找到了。就是自己存在背后议论人的问题，不修口，师父才让同修反复表演给我看的。真正的向内找，不是针对事情对错找根由的，是面对是非找出自己是否存在是非的问题，谁能在此事情中找到自己的执着，修好自己谁就是真修者。

由此看来，修炼真的太简单了，可二十多年来，我被旧观念捆绑着，主意识不清，经常犯糊涂，每当发生矛盾时，只会用人的理解决问题，有时尽管用的是自认为是大法的理，但还是没跑出人的理去解决问题。所以，对于同修之间的矛盾，时有发生。我下决心从修自己开始，不再强调改变同修，同修本来是由师父管的，不用我操心，我只要修好自己，同修一定会好起来的，此刻：我豁然开朗，天清体透了。

第五次，我变了，同修也变了。我们开始学法，我用了一个半小时读完了师父《二零一八年华盛顿 DC 讲法》后，我和同修开始交流。同修说了她这一个周中从修口开始，不随便说不该说的话了。她说，我不多说话了，我儿子、女儿、儿媳都好了，儿子也不找话刺激我了。儿媳也变好了，做饭先问问我吃什么。我都说：你做什么，我就吃什么，一切都是师父在管我了。同修还说：我晚上睡不着觉，我就起来听法，发正念。有时整晚上没睡觉，白天也不困，我照样听法。这真是心性提高了，什么都好了。

我说：对啊，上一次，我表现的也不对，跟你交流时，我表现出了急躁心，最后还生出了看不上你的人心，回家我发正念铲除这些心，下决心好好跟你一起学法，相信你一定会闯过这一关的。同修说：我一定好好的学法，提高自己。我说：对啊！为了你世界的众生能够真正得救，你也一定要坚持修好自己。

第六次，同修变了，家里的人也变了。同修不能自理已经两年多了，与家人的关系一直不和谐。儿子脾气不好，经

常对修炼的妈妈大发脾气，同修有时守不住心性，导致和儿子发生争吵。所以，家庭多少年来一直充满火药味。

可这次，我到同修家学法，同修的变化让我大吃一惊。同修对我说：一切都变了，我做到修口了。一个星期，我不说不该说的话了，儿子、儿媳、女儿都对我很客气了。从那以后，老同修更加严格要求自己，时时处处找自己，不管谁说她什么不好听的话，她都能忍受得住。儿子每天给老同修换洗床上用品，将老同修的床整理的干干净净的，还经常给老同修买好吃的。儿媳现在说话也温顺了，女儿也能经常来问候妈妈了，还经常带来好吃的。老同修的家人都变了。

这次老同修彻底醒悟了，她体会到：只要修好自己，师父就帮助，修炼太严肃了，修好自己太重要了。

这次，我和同修一起学习了师父的讲法：“修炼就是向内找，对与不对都找自己，修就是修去人的心。”[1]“发生任何矛盾，心里头觉的不舒服的时候，你就要找自己的原因，保证原因就出在你这里。”[2]

第七次，由于同修的变化，我们学法的状态好了很多。可我们在学法交流时，同修对我突然提到，她想让她妹妹给她买油饼吃，还说她给了儿子钱，让儿子买了一百元钱的羊肉做给她吃，什么什么的，说了好多样她爱吃的东西。我说：咱炼功人不能因为吃的，生出执着心来。等下一次我来学法时，我给你买吧，你先别张扬此事。

回到家里，我学法向内找，同修今天为什么会提这么多个问题，是不是我也存在贪吃的问题啊！这一找，还真是。因为从小我就生活在衣食比较优越的家庭中，对于食物特挑剔，爱吃这个，不爱吃那个。修炼后，尽管有所变化，但也不是从根本上发生了改观，对吃的还是时有挑剔。今天同修的表现，这不就是表现给我看吗？怎么办？我不能从修同修开始，我得从修自己开始。

想到此，我就该给同修买什么就买什么，但不让自己出现贪吃的心，比如给同修买粽子，我只留下一个，我和丈夫

分着吃了；给同修买面片，我一点都没留。可事情的出现，不刺激到心灵不好使。有一次，我打着给同修买一点草莓吃，就多买了一些，因刚下来，很贵，市场上二十多元一斤，这时丈夫就表现出了很不乐意，并且说：我不爱吃，你自己吃吧！此时，我马上就想到是自己的贪吃的心出来了。我就发正念消除贪吃的人心，后来丈夫也好了，也吃草莓了。事情就算过去了。

我给同修送去一盒草莓，同修先让我给师父敬上，等我们学完法后，我把草莓拿给同修，同修吃得那么开心，我在眼里，向内找，就是自己贪吃的心又出来了，这次，我必须要修掉它，不要它。这也说明：修炼确实是严肃的，比任何常人中的事都严肃，不能随心所欲的对待。

第八次，那天已经是腊月十六了，我们学完法后，进行了一次长时间的交流，总结了这一段时间我们修炼中的不足，我们各自都向内找自己，同修也找到了很多人心，我俩共同发正念铲除这些人心。

最后，我对同修说：过几天，外地的孩子们就要回家过年，我可能没有时间同你一起学法了，你可要精進啊！同修说：放心，我一定会听师父的话，好好修自己，闯过这个大心性关的。我说：我相信，你一定会的。明年见！

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：《新加坡法会讲法》

低头 认错 道歉

文：大陆河北大法弟子

【明慧网二零二零年三月二十日】我修炼二十多年来，一直在去怨恨心、争斗心、妒嫉心以及对情的执著，可是，每当遇到考验心性的事情，就会被人心控制，陷入争斗、指责、怨恨的漩涡，总是看别人不顺眼。

看了明慧网二零二零年三月九日同修的一篇文章《学会 47

道歉》对我触动很大，同修写道：“有时明明是自己错了，心里知道错了，也不认错，张不开嘴。”想想我自己，不也是这样的吗？内心的强势觉的谁也不配我去认错，更不用说给谁道歉说“对不起”了。

我意识到，我一直修不掉的那些执著心是因为我没有找到根源，这个根源就是不低头、不认错、不道歉，这是多年在邪党的灌输下形成的强势心态、自以为是、藐视轻蔑、不考虑别人的感受……

修炼这么多年了，自以为修的很不错了，法也学了无数遍了，法理也都明白了，就觉的自己是不同于常人的超常人了。可是，在遇到矛盾的时候，当人心被触动时，那时的辩解、争斗、指责、愤恨等等的表现是完全脱离真、善、忍的。此时，不管是不是我的错，让我低头、认错、道歉那简直是天方夜谭，根本做不到。

在工作中，不是一个人说过我这样的话：“你服过谁啊，一副七个不服八个不忿的样子！”每当听到这样的话，我还与之辩解，否认自己有那样的表现。其实，回过头来看看，那时我真是那个样子啊，一个内心装满了争斗、怨恨、妒嫉等不好的心，外在的表现能是祥和的吗？

意识到了这个根本的问题，我内心轻松了很多，同时反问自己：低头、认错、道歉又能怎么了？错了就低头、认错、道个歉，改了就行了。修炼不就是向内找自己的问题吗？不是自己的错还要找自己呢，更何况矛盾出于自己这里呢？

内心的强势是邪党文化下形成的竞争观念，啥事都要整个第一，久而久之，形成强烈的面子心、虚荣心、名利心、妒嫉心，中共邪党就是要人都训练成角斗士，为了私利不择手段，让人最终走向毁灭。所以，一定要彻底肃清自己内心的邪党文化毒素，用大法来纯净自己，修去高高在上的强势心态，脚踏实地的修好自己，完成助师正法的使命。

现阶段的一点认识，敬请同修慈悲指正。

炼功动作要准确

文：山东大法弟子

【明慧网二零二零年三月二十三日】从同修那里听到一件事，感觉应该写出来，提醒同修注意。

同修一次集体学法后，发现一位女同修做的第五套打的手印动作是男的，正好与女的动作相反，赶紧给她纠正，好不容易才纠正过来。

不久，又一次去她家学法时，发现她对顺时针、逆时针的概念不太对，后来同修说：“那你推转一下法轮（第三套功法），我看看。”结果她真反时针推转，这些年都是这样炼的，错了。

因她是九九年七二零后开始修炼的，自己在家按照教功录像学的动作，我们大家集体炼功的时间很少，在一起时也没太注意别人的动作，结果她就这样炼了十多年。难怪这么多年她的身体出现很严重的病业状态一直不好。同修们给她从新归正了所有的炼功动作，结果不长时间，她的病业状态消失了，原来蜡黄的脸也变白了。

这件事已过去好长时间了，一直想写没有写出来，前几天看到明慧同修文章受到启发，觉的应该写出来提醒同修注意，特别是大陆同修在集体学完法后抽出一点时间相互纠正一下动作，或看师父的讲法录像也可，动作要尽量准确。不要在修炼中留下遗憾。

修炼交流摘录

我悟到，我是在做三件事，但是做事的心态不是紧迫的、全力以赴的。我再找自己，这种留有余地的安排中，我看到了一种私，我看到自己对人中生活的一个个的安排，就使自己救人的心在一天一天的变懈怠。我还看到，我一直满足在做媒体，在做项目，并没有离开。我满足在这种形式中，但

是并没有尽全力去做好这一切，在业务上，在项目中，都没有做到最好、最极致。这种对形式的满足中，背后有一颗名利心在里面，没有做到师父要求我们的用纯净的心态去救人。

—— 向内找突破人心 再精进

回家后，我将今天发生的事情讲给丈夫听。丈夫听后说：还是你的问题，你能听就听，不能听就别去，你没有理由去改变别人，人的观念不同。她那么大年纪了，已经形成定式了，没那么好改的。听了丈夫的话，向内找。同修为什么会在我跟前反反复复背后议论其他同修和常人的事呢？我是不是存在同样的问题呢？我反思自己，将跟同修们接触中交流中的事情回忆着，是啊！我不也存在背后议论人和事的问题吗？再说：我每次遇到不顺心的事，回家后，不也是毫不顾忌的跟丈夫述说吗？对，我找到了。就是自己存在背后议论人的问题，不修口，师父才让同修反复表演给我看的。真正的向内找，不是针对事情对错找根由的，是面对是非找出自己是否存在是非的问题，谁能在此事情中找到自己的执着，修好自己谁就是真修者。由此看来，修炼真的太简单了，可二十多年来，我被旧观念捆绑着，主意识不清，经常犯糊涂，每当发生矛盾时，只会用人的理解解决问题，有时尽管用的是自认为是大法的理，但还是没跑出人的理去解决问题。所以，对于同修之间的矛盾，时有发生。我下决心从修自己开始，不再强调改变同修，同修本来是由师父管的，不用我操心，我只要修好自己，同修一定会好起来的，此刻：我豁然开朗，天清体透了。

—— 与同修共同学法、阅心性关