



图：新西兰法轮功学员三月二十三日至三十日在太平洋岛国斐济弘法，拜访了二十所学校、二十四个教堂、一些政府机关、公司和医疗机构等。图为学校组织学生集体炼功。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5057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：429,020,076

•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1171期（二零二四年四月十九日）

www.minghui.org



图：韩国法轮功学员在济州岛举行为期两天的讲真相活动，三月三十日在市中心举办游行。

本期内容提要

【海外】本周期刊发表情况简讯

【修炼】学会在矛盾中找自己修自己

【修炼】“扁康丸”事件的教训

【修炼】去掉傲慢和自大

【修炼】“这九个字可不一般啊！”

目 录

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报 3

期刊发表情况简讯 5

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选登 6

◆修炼园地

学会在矛盾中找自己修自己 9

“这九个字可不一般啊！” 12

转变人的观念方面的一些认识 15

“扁康丸”事件的教训 19

去掉傲慢和自大 修出谦卑才能真正救了人 22

放松状态也是一种“魔难” 26

由强势想到的 28

同修在一起是修炼不是过常人生活 30

提醒大陆同修注意 31

我不就是那个“申公豹”吗？ 32

“我们一直传到上面看” 35

在帮助母亲过病业关的过程中修炼 37

父将计就计的更全面的安排。我个人认为，不管旧势力抓到大法弟子什么把柄，师父的安排就是让大法弟子在救度众生的过程中修成。当我们按照师父的大法去修的时候，就是走的师父安排的路。很多时候我在迷茫不知怎么办的时候，我就会想：师父会不会这么安排？就是站在师父的一边，站在大法的一边去看问题。这样就会很快找到方向，按照师父的要求去否定邪恶的安排，从而走师父给我们安排的路。

谢谢师父的慈悲救度！ ▲

【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”。】

会有问题的，这样母亲的心稳下来了，就开始消肿了，后来就越来越好了。

四、在母亲接连不断的病业状态中反思自己

在经历了一次又一次的家与医院的疲劳奔波后；在一而再，再而三，三而四的痛苦的心灵折磨和恐惧接到家里的电话后，我感觉到我的修炼出现了大的问题，经过这样没完没了的折磨，我终于觉的有点承受不起了。我才开始冷静下来，好好的理清思路。我终于明白了，母亲的状态其实一部份是我的修炼状态的反映。

在我的修炼状态好时，对大法的坚定成度越大时，她的病业状态就很快的过了，那种状态中，我什么也不想，就是坚定的一念：她一定能走的过来！自己对大法和师父充满了信心，对同修是慈悲和体谅。而在我放松时，对同修没有责任感时，在自我膨胀，以为是自己救了母亲，自己有“功劳”而沾沾自喜时，还有埋怨母亲同修心性提高不上来，病的观念迟迟不转变，给大法抹黑，给自己带来麻烦时，母亲的状态就非常糟糕。

现在我明白了，其实救人的只有师父，大法弟子在这过程中就是修炼，我们能做的了什么呢？我们连自身的业力都要靠师父给我们消减，师父如果不度我们，我们就是地狱的鬼，我们怎能生出狂妄之心？我开始真心向内找，找到了自己很多的人心：显示心、欢喜心、埋怨心，瞧不起同修的心，执著自我的心等等。我发现自己这两年来对修炼的放松，对众生的责任感远远不如以前了。我下定决心找回当初的修炼状态，并从心里开始求师父，帮帮我，这样，母亲的状态也很快好转起来。

我认识到，一个修炼中的人，在常人中所遇到的一切事情都不会是偶然的，其中有旧势力的安排，同时也有师

海外学员正法修炼活动简报

美国德州休斯顿的部分法轮功学员四月十三日，在中国城百利大道（Bellaire Blvd）前举行集会，纪念万名法轮功学员“四·二五”和平上访二十五周年。学员沿路展开多面横幅，上面写着“纪念四·二五和平上访二十五周年”、“真善忍”、“法轮大法好”、“制止中共迫害法轮功”、“爱国不等于爱党 退党保平安”等。法轮功学员一如二十五年前那样平和理性。有现场民众赞叹法轮功“扬善抑恶”，还有人说自己支持法轮功，反对中共迫害。赖先生来自台湾，他拿了很多真相资料，并与学员交谈良久，他郑重的表示：“这个世界需要发扬善良，抑制邪恶。感谢你们扬善抑恶！”

四月十四日，**加拿大**约克区警察局举办国际消除种族歧视日（International Day for The Elimination of Racial Discrimination）活动，法轮大法学员的展位吸引了不少当地居民和警察。有的警察在了解功法后，表示要去炼功点和学员一起炼功。有的警察为了表达对功法的支持，还热情的与学员合影留念。新学员红帆说：“我强烈的感受到了加拿大警方和民众的支持。市民们很愿意了解法轮功的真相信息，也很认可功法的真、善、忍原则。法轮功所传递的价值是超越国界和种族的。”

土耳其两名法轮功学员四月九日从三小时车程外赶到穆拉省的度假胜地马尔马里斯镇，向当地居民介绍法轮大法，及其在中国遭受中共的迫害情况，学员们展示了五套祥和的功法，并教功。前来学功的阿利奇女士炼功结束后，说：“我感到非常平静，内心平和。希望我能再次体验到这种感受。”另一位女士巴尔奇表示：“很高兴幸遇法轮大法。能量非常好。”她说：“我度过了美好的一天。”活动结束后，这些学功的民众和法轮功学员们一起，展开了横幅：“世界

需要真善忍！”和“五·一三世界法轮大法日”，并拍摄了一张合影。

韩国法轮功学员三月三十和三十一日在济州岛举行了为期两天的讲真相活动。其中包括在济州岛市中心和城山日出峰的两次大游行、在济州岛著名旅游景点上展示法轮大法的美好与揭露中共迫害法轮功的真相。人们欢欣鼓舞的感受着法轮大法带来的希望和纯正的能量。当天国乐团嘹亮、震撼人心的军乐声响起时，瞬间吸引了在免税店附近的游客们，他们纷纷驻足观看。有的中国游客竖起大拇指，表示真了不起。有位女士高喊：“法轮大法好！真善忍好！”“中国人民感谢你们！”

日本中部地区法轮功学员三月三十日与三十一日周末这两天参加在爱知县丰田市水源公园（Suigen-Park in Toyota-City, Aichi-Prov.）举办的第三十届樱花节。由于疫情的原因，本次樱花节是时隔五年才举办的。法轮功学员们在含苞待放的樱花树旁炼功，在舞台上表演腰鼓、演奏小提琴并且展示了法轮功的五套功法，他们的表演受到人们的欢迎。活动结束后，樱花节的负责人安藤夫妇（Mr. and Ms. Anto）向参加樱花节的法轮功学员们表示感谢。

罗马尼亚法轮功学员四月六日在首都布加勒斯特（Bucharest）的潘特利蒙区（Pantelimon District）购物中心附近举办信息日活动。他们设立真相展位，向人们介绍法轮大法的美好，以及如何在日常生活中遵循真、善、忍的修炼原则。当天的活动引起了很多路人的关注，他们了解到中共残酷迫害法轮功的真相。一位老奶奶在孙女索菲亚（Sofia）的陪同下来到活动现场，当得知法轮功秉持真、善、忍理念修炼时，她惊讶的表示，当今世界上竟然还有这样的好人。她表示：“他们（法轮功）讲的是道德（理念）在社会中的作用！这很好！我们生活在正邪颠倒的社

言不逊，反对母亲修炼。为此，我从心底里看不起父亲，特别是我母亲出现病业状态时，父亲就会牵强附会的硬说是母亲因为炼法轮功炼成这样的，我听到后心里很不是滋味，就更是不喜欢父亲。我内心对父亲的怨强烈到我自己都意识不到了。

二零二三年六月份，我在家照顾母亲的时候，有一天，在学师父的《为什么会有人类》和《为什么要救度众生》两篇经文时，我的慈悲心突然出来了，我觉的我不应该这样对待父亲，他也是师父的亲人，也是冒着天胆下来当人，等待师父和大法救度的生命，是因为大法弟子没有做好，让众生看不到大法的美好所在，从而对大法犯罪。母亲和父亲的渊源我看不到，我不能陷在人世具体的恩怨中，要跳出情的羁绊，我才能生出慈悲来。我怎么能看不起他呢，我也应该对他好才对啊。

就这样我从情中跳了出来，放下了对父亲的怨恨，想发自内心的对他好，父亲也感受到了我的善念，在我离开他们的前一天，父亲要给我钱，这是我工作后三十年都没有过的事情，因为父亲是个把钱看的很重的人。我当时很感动。所以，修炼就是修自己，看到别人的不足，就反过来看是不是自己哪儿不合法，才会遇到这样的事情。当我们顺应了宇宙的特性“真、善、忍”，我们周围的环境也随之而改变了。这就是我理解的师父说的“相由心生”（《各地讲法十》〈在大纪元会议上讲法〉）和“随心而化”（《转法轮》）的一层内涵。

到二零二三年七月初，母亲又出现了双脚双腿浮肿，一直肿到膝盖，姐姐打电话告诉我母亲的“病”很严重，吃药肿也消不下去，擦了芦荟，又破水了，开始流黄水。姐姐觉的母亲不行了，又伤心又害怕。我赶紧跟我母亲打电话，鼓励她不要害怕，不好的东西排出去，就好了，不

呼吸机，身上插满了各种仪器。母亲告诉医生这儿、那儿有问题，完全把自己当成常人了。

看到这种情形，我心里又生出了对母亲的怨，觉的母亲怎么一点正念都没有了，还叫我要听医生的。很快我就认识到自己这种心态不对，赶紧调整过来，不能对母亲有要求的心，就把她当成个常人来对待，因为她在这个病业的问题上一直都没有悟上去，每次身体哪儿不舒服了，就以为自己病了。这样一想，我心里就放下了，母亲也恢复的很快。没几天，母亲就出院了。回家后，我看母亲恢复的差不多后，我也就回到了自己的家。

哪知回家才十多天，母亲又因为臀部疼的厉害，又住进了医院。在医院里也照样疼，针灸、按摩等多种方法都用了，还是照样痛。医生也没办法，就打止痛针，但过不了多久，又开始痛。姐姐打电话来说：“咋办呢？医院也治不好，回家也要痛，咋办？”我说，既然医院都治不好，那就出院回家吧，我回来照顾母亲。于是，我又赶紧坐车赶回家。这样我们很快就办理了出院手续回家了。

回家后，我对母亲说，你的病医院也治不好了，那就只有求师父帮你了，同时给她讲了很多同修们在过病业关时的体会，在实在困难的时候，要想到求师父帮助。这样后来在遇到身体很难受的时候，母亲就能想起来求师父帮助，也很快就好了。这对母亲来说，是很大的鼓励，也增强了她信师信法的信心，再加上学法炼功和发正念，母亲也恢复的很快。二十天后，六月底，我又回到了我自己的家。

三、修去对父亲的怨

我的父亲是个个性很要强的人，对母亲是一直都不好，特别是母亲修炼大法后，在邪党迫害以来，多次对母亲出

会，但还有一种修炼的功法在教人向善，树立道德（典范）。”她说：“这是在教化人。”

期刊发表情况简讯

【明慧网】本周，即从上周四（4月11日）到本周三（4月17日），明慧网发表的热门期刊有：

1. 《明慧周刊》（第一一七零期）；
2. 《明慧周报·中国版》第一零零一期，以及本期《明慧周报》的保定、成都、河北、临沂、北京等三十三个省市的地方版；
3. 《明慧国际》2024年英文刊；
4. 《慧闻图说》第四五期；
5. 《祝你平安》第八三期）（2024年4月16日更新）；
6. 《明慧广播》节目九个；
7. 《明慧简讯：看到穿透黑暗的光芒》视频节目一个。欢迎大家使用并帮助推广，让更多人受益，功德无量。▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

辽宁锦州市黑山县法轮功学员韩春龙二零二三年十月二日被沈阳市沈河区皇城派出所警察绑架、非法关押在沈河区看守所。二零二四年二月二十七日，他遭沈阳市大东区法院非法秘密开庭，三月二十五日被非法判四年，罚金三万。韩春龙已提出上诉。韩春龙今年五十二岁，黑山县镇安乡营盘村人，在修炼法轮功之前，是村上有名的“病篓子”，多种疾病缠身，其中腰椎三、四节结核、右脚大脚趾结核、肾结石、左肾已失去功能必须切除，不用说干活，走路都困难。一九九八年三月，韩春龙有幸修炼大法，身体一天天好起来，又能干重活了。

辽宁沈阳市于洪区法轮功学员赵秀丽，二零二二年十月十七日在自家的裁缝店被于洪区分局国保大队指使城东湖派出所警察绑架、非法关押。近悉她已经被非法判刑四年半，具体情况待查。赵秀丽，五十七岁，家住沈阳市于洪区紫郡城。她从小就体弱多病，在修炼前饱受胃病、严重的风湿病、痔疮、牛皮癣、乳腺增生、阑尾炎等多种疾病的折磨。一九九六年四月她开始修炼法轮大法，她按照真、善、忍的修炼原则提高自己的道德，不到半年，各种疼痛都消失了，心情也好了。

四川南充西南石油大学的八旬退休医生刘俊华，与另一位法轮功学员高志君女士，于二零二四年三月二十七日被劫持到四川成都女子监狱（成都龙泉驿监狱）。刘俊华老人被非法关押在三监区，高志君在四监区。据悉高志君现在在监狱医院，狱方对她家人称她出现肝病在医院治疗。刘俊华已经八十一岁，二零二一年三月十一日被南充市顺庆区国保警察以在民众车上发放真相U盘为由非法抄家、构陷。顺庆区法院三次非法庭审，非法判她两年。高志君家

下泻，被家人送到医院，家人在电话中告诉我母亲非常严重了，这个小医院已经不行了，准备转大医院，叫我回去照顾。我马上和母亲通电话，在电话里，我鼓励母亲，并用法轮中学到的理开导她，说了有二十多分钟。母亲告诉我，她跟我说了话后，觉的很高兴。我感觉到母亲已经好了一大半了，并告诉她我马上就回去看她。

晚上我做了一个梦，梦中我和一个人走在一片坟地，怎么走就是走不出这块坟地，没有一条出去的路。于是我就对那个人说：“只有超越人，才能出去。”说完后，我俩一下子就飞到空中，飞离了那片坟地。

当我赶回去后，母亲已经基本上好了，很快出院回家了。我家人还开玩笑的对我说我妈得的是心病，这么严重的病，你一回来，她就好了，肯定是想你了。我只是笑了笑，心里还很受用，却没有去证实大法，只是我心里清楚，这是师父帮助了大法弟子。修炼人和常人不一样。

这样的事情后来又经历了几次，都是我一回去，母亲就很快的好了。不知不觉中，自我也有点膨胀了，认为自己不错，还给同修讲我母亲过病业关的过程，有种沾沾自喜的心，忘记了救人的只有师父。把自己摆在了大法之上，已经是处于非常危险之中了，还不自知。

二零二三年从二月份开始，我母亲经历了两次住院，二月份，我是回家看望两位老人。因为前一年疫情的缘故，我一年都没有回家。回家不久，母亲就出现了严重的病业状态。父亲是个常人，就请医生来家里给母亲输液、打针，后来母亲好了。二十天后，我就回家了。

到了四月份，母亲因为腰椎骨裂，疼的要命，就去医院做手术。手术后，又引发了心衰，母亲差点丢了命。我赶到医院时，正在进行抢救，我在心里求师父救救母亲，很快母亲被抢救过来了，后转到心内科监护室，母亲带着

父亲和家人怎么乱说，她对家人说：“我修炼法轮功，谁也阻拦不了。”所以看她这颗坚定修炼大法的心，师父的法身一直都在保护和看护着母亲。

母亲还经常告诉我十多年来她经常都能看到大法轮在面前转动，最先看到的是黑白的，后来看到的就是彩色的了。所以，每次母亲过病业关时，看起来非常严重，但每次都能在师父的帮助和保护下走的过来。

二、我和母亲闯过病业关的经历

二零零五年五月的一天晚上，我梦见母亲已经被泥土埋没到了脖子，我从土中把她刨出来，抱在怀里，母亲的身体已经冰冷，但人还是活着的。结果过了两天，我接到家里的电话，说母亲因为患了肠梗阻痛的不行，已经住院一个星期了，不能进食，吃啥吐啥，全靠输液维持。

我知道后，就立即坐火车赶回老家，当时我是晚上九点过到的医院，到了医院，见我姐姐和母亲都在哭泣。姐姐是个常人，因为我哥哥怨她没有把母亲照顾好而哭泣，母亲则是因为我父亲对她不好而哭泣。我知道后就笑了起来，并开导母亲说：“你觉的父亲对你不好，说不定哪辈子你把父亲治的更惨，有什么好怨的嘛。”于是我就开始背诵师父的《做人》这首诗，母亲也跟着我一起背，背完后，母亲对我说：“我心头的一块顶着的东西落下去了。”第二天早上，母亲就可以喝半碗稀饭了，我建议医生输液量减一半，医生采纳了我的建议。第三天早上，母亲可以喝一碗稀饭了，我又建议医生停止输液，医生也采纳了，说这样观察一天看看。第四天上午，我们就出院回家了。大法解开了母亲的心结，师父帮助母亲化解了这一劫难。

二零一二年底，母亲又出现了严重的病业状态，上吐

住南充市顺庆区，曾两次遭非法判刑共六年半，二零二二年九月二十一日在家中被顺庆区西城派出所警察绑架构陷，又被非法判三年。

河北承德市李桂芳等六名法轮功学员被非法判刑：李桂芳，四年；于素华，三年零七个月；刘井春，三年零六个月；杜凤娟，三年零四个月；赵晓红，三年零四个月；赵宝利，三年，以上六人均被勒索罚金一万元。二零二三年七月十八日，承德市双桥区国保大队有预谋的绑架了这些法轮功学员，将他们非法关押在承德市看守所构陷。二零二三年十二月二十五日，六名法轮功学员遭承德市双桥区人民法院非法开庭审理。二零二四年三月七日，法院下达判决书，审判长：樊晓军。

河北邯郸市永年区法轮功学员何世国先生，于二零二三年四月二十九日被邯郸市公安局国保大队伙同永年分局国保大队恶警合谋绑架。二零二四年四月上旬获悉：何世国被当地法院非法判刑一年半，已被劫入唐山冀东监狱关押迫害。何世国今年四十五岁，家住邯郸市永年区（原永年县）小龙马乡北护驾村。他修炼法轮大法后，按真、善、忍法理做好人，身心受益。中共迫害法轮功后，何世国因坚持自己的信仰，多次被中共邪党绑架、非法关押，他曾三次被非法劳教。

江西鹰潭市法轮功学员程来花女士因把存有法轮功真相的优盘送给路人，于二零二三年七月八日被警察绑架，并被劫持到鹰潭市看守所非法关押。二零二四年四月上旬获悉，程来花被当地法院非法判刑四年，已被劫入江西省女子监狱关押迫害。程来花今年六十多岁，家住鹰潭市月湖区建设路，曾被中共邪党非法劳教、非法判刑，在江西省女子劳教所、女子监狱遭受迫害。

甘肃临夏市法轮功学员李学贻在陕西省榆林市榆神工

业园区工作，二零二三年三月三十一日他被榆林市公安局恶警绑架，最近得知他被非法判刑三年半。李学贻目前仍然被非法关押在榆阳区看守所，据说要被非法关押到陕西渭南监狱去。李学贻，从小就遭受迫害，二零零零年三月二十二日，在临夏中学上高三的他被临夏市公安局警察从家中绑架到临夏市公安局五楼非法拘禁，第三天被临夏县公安局刑警队队长王万平狠狠打耳光导致耳朵听力严重下降，直到现在还没有恢复。二零一一年六月二十八日，李学贻在西安郅辉房地产盛龙广场项目部担任工程师期间，被临夏州公安局警察绑架、非法拘禁半年后，被临夏县人民法院枉判四年，二零一二年一月九日被劫持到天水监狱。

山东青岛市黄岛灵山卫办事处七十多岁的法轮功学员高秀花，二零二四年三月十四日晚被警察骗到派出所非法扣押、构陷，三月二十二日被非法判刑一年六个月。期间，高秀花被检查出半个肺部没有功能，肺结核、心脏病、高血压等疾病。这些检察院、法院和警察都知道，他们完全无视，在知法犯法。

黑龙江大庆市七十三岁的法轮功学员张世平，二零二三年七月五日被绑架、非法关押在大庆市看守所，近悉，他已经被非法秘密判刑多时，目前被劫持在泰来监狱。狱方不让他家人探视。张世平家住大庆市大同区高台子镇采油八厂家属区，他妻子夏显芳（七十一岁）祖籍四川，他们夫妇一直遭受着惨无人道的迫害。二零零九年八月被绑架，被非法判刑四年和五年。二零二三年七月五日，张世平被大同区公安分局国保大队邹万金、高台子镇中心派出所张春德等蹲坑绑架。▲

各种厚书，还有U盘、护身符，样样充足，只要我们需要，协调资料的同修就会很快送到我们手里。只因有这些幕后默默无闻的同修们的付出，才有那么多众生能看到真相明白真相从而得到师父的救度。谢谢师父！师父辛苦了！谢谢明慧编辑部同修们，谢谢资料点的同修们！你们辛苦了！我们会不断精進，兑现誓约。

在帮助母亲过病业关的过程中修炼

文：四川大法弟子

【明慧网】这篇文章写的是在邪恶迫害大法以后，我在帮助母亲同修过病业关的过程中的一些修炼体会。

一、母亲的修炼故事

母亲今年虚岁八十八岁。因我外婆在母亲一岁多时就去世了，外公又抽大烟，家里很困难。母亲没有钱上学，也没有人照顾，只是小时候读过《女儿经》，认识一些字。后来，我们几姊妹在外地上学，经常写信回家，母亲就通过我们的书信认识了不少字，为以后学法打下了基础。

母亲于一九九七年底开始修炼大法，修炼后，由于文化水平有限，《转法轮》中的字只能认识八成，对法的理解很有限。母亲得法才一年多，中共迫害就开始了。由于没有集体修炼的环境（我家离娘家一千多里地），也搞不懂修炼是怎么回事，偶尔看看书，炼炼功，还要遭到父亲的责骂和羞辱。所以，母亲对法理的认识很不足。特别是在对待病业的问题上，不能从法上认识，身体一出现不正确状态，还是认为是生病了，就吃药、打针或住院输液。

但是母亲对待大法和修炼的态度是非常坚定的，不管

可一件实事都不办，它不行了，快了。”我问他三退没有，他说已经退过了。我又给了他一张真相护身符，并嘱咐他多念九字真言。他高兴的接过去，一直说谢谢！我说：“谢我们师父吧！”

和老人分手后我追上同修，和同修叙述着刚才的那一幕。开始老人说的“一直看到上面”，我当时心里还琢磨“上面”是哪里，难道是他们单位的领导？在和同修说的时候，我一下反应过来了，他指的“上面”应该是他们这一个单元的住户，从他家一直传看到顶楼。这时候我内心无比感动，世人也在用他们的方式传递着真相，兑现着自己的誓约。

本来这天出来，路上我忽然肚子疼，推着电动车走路都没精神，肚子一会儿一会儿拧着疼，所以一路就看着同修讲，我发正念，没象往常一样积极上前讲真相。可是当我兴高采烈的把这位世人刚刚那一幕给同修讲述了一遍后，我俩笑的都合不拢嘴，内心的喜悦无以言表，就在这时我一下出了一身的汗，身上热乎乎的。我对同修说：“我肚子一下不疼了啊，真是太神奇了，太感谢师父了，这个业力不知不觉就被师父给消下去了。”我和同修都感慨万千，我俩互相勉励，一定要精進实修，做好师父交给的三件事，多出来，多讲真相多发真相资料让更多人能明白真相得救。

一切都是师父有序安排，我们只是动动嘴，跑跑腿，一切都是师父在做，师父时刻保护着我们，看护着我们，给我们消减着生生世世的业债。每当我们懈怠时，师父就利用世人的一句话或是一个举动鼓励，激励着我们前行，没有师父我们什么都做不了，谢谢师父成就着弟子，叩谢师恩！

在这里还要感谢明慧编辑部的同修们和做真相资料的同修们，我和同修发的资料是要什么就有什么，要多少就有多少，所以我俩的资料是最全的了，各种期刊、大画报、

学会在矛盾中找自己修自己

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】我今年六十岁，一九九九年前就看过《转法轮》，蹉跎多年才真正走入大法修炼，至今也有十几年了。在师父的慈悲看护下，从一个修炼之初法理不清，只把学法和做弘扬大法的事当作修炼，直到在生活小事上遇到魔炼人心的事时才知道时时事事去人心才是真修。我把自己经历的过心性关和信师信法、维护大法的部份修炼过程写出来，向师父汇报，与同修交流。

一、跳出人的情 去掉对前夫的怨恨

修炼中我觉的最难过的关就是和前夫的情关。前夫在家中是老小，养成了以他为中心的性格，懒惰、暴躁、没责任心，因此婚后的争吵成了我们的家常便饭，让我觉的日子过的很苦。幸运的是我遇到了法轮大法。大法从塑了我的世界观、人生观，我觉的人生有了希望，有了奔头。修炼后，在他不敬我父母的情况下，我仍孝敬公婆，与他尽量不吵，尽量忍。但很难，我做到的是表面的忍，没有做到真修。我遭受邪党迫害后，他忍受不了没人照顾的日子，找了个第三者，提出与我离婚。

由于在被非法关押期间无法坚持学法，我的怨恨心、争斗心强烈起来，就想：我就不离婚，拖着他，我难受你也别想有好日子过。回家后当他再次提出离婚时，也是我又拿起大法书认真学法的时候，此时我的心已慢慢平静下来，争斗心不那么强了，也没跟他计较他在财产上的无理所得。

婚虽离了，但对他的怨恨心始终没去掉，尤其看到他在短信中骂大法、骂我、骂我的家人时，我对他更是怨恨中还加上了仇恨。每每觉的自己是个修炼人，不应和他计

较，可怨恨总会时时涌上心头，甚至有时炼功心也静不下来，一会是人念一会是神念，反反复复，这成了我修炼的一大关。

这个情我怎么才能跳出去呢？师父还讲了业力转化成功一举四得的道理，我也明白他骂我是给我德帮我长功，可一到现实怨恨他的心就往出冒，怎么办？理性上想着是我做的不好。读着师父苦口婆心的一次次讲法，我的“怨恨心”这块坚冰渐渐的在溶化……

有一天我还在想着这个关该怎么过，忽然在我脑中打入两个字“成就”，我知道这是师父在提醒我，但要我成就什么呢？成就我的修炼？是啊，所有我认为的关、难，所有前夫对我的不公，都是我要成就的，是对我修炼的帮助和促成，我有什么理由怨恨呢？我真的应该谢谢他！师尊为我这个不争气的弟子操尽了心：从法理上开示，从思想上点悟，使我的心性能够从中得到提高，原来看着貌似高山一样的难关，心性提高后回头再看看，真是“一览众山小”。弟子对师尊的感恩无以言表！

二、修去杂念 坚定正信

你修大法了，如果有人对你说：“你不相信师父和大法”，你肯定会坚决否定的，我也一样。但在日常修炼中，我发现如果真正从一思一念上与法对照，自己还真的没有做到百分之百信师信法。比如，师父叫我们发正念，无论在除恶时发出的能量多么强大，面目表情也应是平静的、祥和的。而我发正念时，时常是紧锁眉头，紧绷双唇，好象这样才能集中力量。一次学法，忽然觉的我这样发正念是不是带有恨意、带有常人的争斗心？

师父说：“真正慈悲的力量能解体一切不正的因素”（《各地讲法十》〈曼哈顿讲法〉）。

我却觉的那样太善了，不能灭邪。师父讲的法是造就

“我们一直传到上面看”

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】去年冬天的一天，我和同修沿着马路牙一路走着，找有缘人讲真相。同修前面走，我后面跟着，这时我看到马路上一骑自行车的老人看到同修在给路人真相资料，他就下了自行车向这边看，我马上下了马路，跨过树丛来到他跟前问：“叔，您是想看书吗？”我一边说一边拿出真相资料让他看。

老人急切的说：“啊呀，正好，我正想要这书呢，好长时间没书看了。”我说：“有缘人落不下，今天您心想事成。”于是我从包里给他拿资料，他看着我的包说：“要厚的，各样给我拿一份，我有半年多没看到你们的人了，我搬家到这边住就没有碰到过你们的人，在那边住的时候，有位老太太经常给我书看，今天正好碰上了你们，太好了。”

我给老人一本《天地苍生》，一本《江泽民其人》，他看到书眼睛都放光了。他看我包里好多厚书，有些不好意思的问：“能再给我几本吗？”于是我又拿出《共产主义的终极目的》、《九评共产党》等，问他看过这书没有？他说：“都没有看到过，都给我行吗？”于是我给他把这些书都装在一个袋子里给他，对他说：“这回够您看一阵子的了。您看完了也给身边的亲朋好友传着看。”

老人说：“你放心吧，我们都传着看呢。我每天上午出来买菜，下午就不出门，在家看一下午书。我看了给对门看，对门看了给楼上看，楼上看看了给老张，老张看了给老李，我们一直看到上面。”他一边说着一边手向上面指着。我说：“那您可功德无量了啊！”他说：“共产党不行了，快了，人们每天在政府广场遛弯，你去广场听听人们都在骂它，共产党成天就瞎说，光会骗人，电视上说着可好了，

样的状况，我也沉浸在怎么跟她说，跟她争辩的情境之中，导致我学法、炼功都不能静下来。

后来在一天的打坐中，突然打进来一段法，就是《转法轮》中关于申公豹与姜子牙的那一段法。突然我就清醒了，最近我的所思所想，不就是那个“申公豹”吗？对A起了妒嫉心吗？起了怨恨心吗？认为A“又老又没本事”吗？但我知道这个不是真的我，只是“假我”。马上，那些不好的物质不再纠缠我了，我的空间场清亮了。

虽然A由于个人原因，出现了解怠的状态，但我明白了，这个也不是真正的“她”，她修好的那一面已经隔开了，而且她没修好的这一面不正好可以让我看看我自己的妒嫉心、怨恨心、显示心和欢喜心吗？她是师父的大法弟子，是我们的同修，我们应该对自己的同修给予足够的慈悲和信心，通过努力，我们都会走出来的。作为同修，我们应该更着眼于自身的修炼，而不能老是盯着其他同修。对其他同修更多的应该是给予鼓励、善意提醒和支持。

果然，当我放下了，A也开始转变了，很多问题，她自己已经意识到了，并在努力归正中。而我自己，也把目光转回到自己的身上，多向内找，特别是回顾这段时间里，多挖挖自己的心，而不是帮别人找问题，找别人的问题，我修的应该是自己，而不是别人。

此交流文章仅作为本人修炼过程的一点感悟和记录。如有不在法上的地方，请同修们慈悲指正。

宇宙的法，师父说的就是最终的真理，我怎么会怀疑呢？我发现原来我的思想深处并没有做到百分之百信师信法。

从悟到那一刻起，我开始调整自己的思想和行为，去掉争斗心，升起慈悲心。我发现，此时再发正念时，能量反而会充满全身，虽然我看不见，但我相信除恶的力量会非常强大。

时时想到自己是修炼人，是对我们修炼的一个要求。但修了这么多年我才明白，不只是做到学法、炼功、发正念是修炼，我们日常生活中的思想行为都是修炼的一部份，确切说都是修心的重要方面。比如和年岁大的人聊天，总是情不自禁的会说起自己老了，如何如何，过后又觉的这样不对，其实这就是没把自己当成修炼人。师父已经明确告诉我们，只要实修就会发生脱胎换骨的变化，会越来越年轻，这怎么能和常人相提并论呢？

再有就是遇到和自己意见不同的人或事，总是评头论足带着人心发表议论，虽不是激烈争论，但也不起好的作用，没做到师父说的“修口”。还有时把做大法的事当作修炼，甚至挤占学法时间，困于忙忙碌碌做事的怪圈，也知道不对，但一忙起来就忘了学法是可以事半功倍的，这还是没有把自己当作一个修炼人嘛！种种表现说明自己有待提高认识、需要修的方方面面还很多。

三、利用常人法律反迫害 维护大法 维护大法弟子的权利

我由于遭受过迫害，对警察及公检法人员从心底有一种“怕”和“恨”，怕他们无端迫害，恨他们没有人性，不分是非善恶，颠倒黑白。师父讲法中一再讲修炼的人没有敌人，公检法人员也是我们救度的对像。公义论坛是相关同修付出很多建立的，为我们讲解了反迫害有关的法律依据，警察的行为是执法犯法，我们如何维护自己的权利。

阅读后，我不再凭着勇气蛮干，而是面对警察“敲门”能条理清晰的指出他们在执法犯法，指出他们是违法的，是在迫害好人，使他们当中的有些人没有对大法犯罪。

同时，日常的学法也使自己慢慢的去掉了怕心，虽然现在还没修到能很慈悲的对待迫害我们的警察等人，但我也能把他们当成需要救度的受害者了。每当有怕心、畏难心时，我就想：这不是我的本心，师父就在我身边，我身后有无数的佛道神，我修的是宇宙大法，此时我的内心就充满能量，什么怕心和杂念也就不存在了。

有时我想，今生今世能修大法真是太幸运了，越修越觉的师父对弟子真是佛恩浩荡，越修越觉的自己差的太多，只有多学法，多找自己的人心，修去人心，让师父少些操心多些欣慰才能无愧自己的称号——大法弟子。

“这九个字可不一般啊！”

文：中国大陆大法弟子 高云

【明慧网】我家住豫东乡下，是一名老年大法弟子。这些年来，我听师父的话，天天讲真相，把大法的美好告诉世人，把福音传递给众生。那些有缘人明白真相之后，得到了大法的恩泽，发生了很多奇迹。在此，略举几例，以证实师父的慈悲伟大和大法的美好神奇，并替那些得救的众生叩谢师尊！但愿世上的众生都能明真相，得福报！

民工老于：这九字可真灵啊！

十三年前，一位姓于的民工来我家干活。老于五十来岁，淳朴善良，但身体不好，脸色青黄，消瘦，喘气都有点困难。我问他：“怎么啦？”他说他有好几种病，最严重的有气管炎、

状态，譬如：集体学法走过场（以私事为重，有一点事情，就不来参加）；很少炼功、发正念（A除外）；不看《明慧周刊》（以前A拿来的，也没有人去主动看，后面A也没有拿来）；极少讲真相；互相恭维（总是说现在讲真相很难，监控很厉害，觉的大家都比常人好多了，还说我们自己属于上士闻道）；忽视自身修炼（人心重，在家庭或工作中，与常人无异）；等等。现在回头一看，实在太可怕了！

幸得师父的不离不弃，在中共病毒疫情后，我们开始陆续的意识到了问题的存在。我翻出了多年积存在家里的《明慧周刊》，一本一本的阅读。其实，现在回想起来，以前不爱读《明慧周刊》就是被旧势力拖着，是疫情期间，师父为我们解体了不少党文化毒素，我们才得以清醒过来。同时我与家人同修也惊觉起我们应该负起责任，不能象以前那样依赖A拿资料，我们都是青年大法弟子，为什么就这么不悟呢？！于是我们开始自己做起来，每周给组里的同修分发资料，分享阅读《明慧周刊》的重要性。此外，我们各自也重视了每天的学法、炼功，互相鼓励督促，按各自条件都在每天归正着自己。这也是我第一次真正感受到“整体提高、整体升华”，既是自己身心的，也是整个小组的变化。

但随之，考验也来了。由于觉的自己做出了很多新的尝试，也比往日精進不少。其实在这段日子里，我一直在提醒着自己不能起欢喜心、显示心等等不好的心，无论做什么，我们都只是做我们弟子应该做的事情而已，没什么值得炫耀的。但那个后天的“假我”，还是钻了空子，特别在与A的交流和相处当中，不断的浮现很多A做的不够好的地方，总觉的A有点掉下来了，身体状态大不如前，带孙子以后，由于害怕家人埋怨，都不敢讲真相了，家里环境也处理不好，人心重，跟以前的老同修失联之后，她也没有尽力去寻回等等。有那么几天，我脑子里不断出现A这样那

我不就是那个“申公豹”吗？

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】以前，每当读到《转法轮》中关于姜子牙与申公豹那一段法的时候，由于作为知识份子，存在一种认识的障碍，习惯于用常人思维来学法，因此，心里总有个不太好，甚至可以说是不敬的想法冒出来，但我始终坚信师父的每一段法都是有序的安排，每一段法也是与每个弟子提高有联系的。随着学法的深入，现在也会分清那个生出不好想法的我是“假我”，我不承认它。

一直到最近发生的一些过心性关的事情，我才更理解和明白了这一段法。突然我清醒了：最近我的所思所想，不就是那个“申公豹”吗？对学法小组老同修A起了嫉妒心吗？但我知道这个不是真的我，是“假我”，马上，那些不好的物质不再纠缠我了，我的空间场清亮了。现在我更要曝光它，把这个嫉妒心解体掉。

我是在二零一三年得法的大法弟子，我们学法小组里只有一位是一九九九年前得法的老同修A，我也是因为A的介绍而走入大法修炼的。我是我们小组里第二位得法的大法弟子，所以我们这个小组基本都是年轻的得法不久的大法弟子。

一直以来，我们都会对A有很强的依赖心，而且在心底，多少都会有点拿A对照自己，而不是用大法对照自己。而A也经常顾虑我们是新学员，对我们也是比较宽容对待，总觉的我们得法已不易，很害怕如果对我们严厉的话，会把我们推出去。而且A后来由于带孙子，跟其他老同修慢慢的也减少了交流（A一般是从其他老同修那里拿取资料）。

在这样的情况下，慢慢的，以至于在很长的一段时间里，我们学法小组的各个同修都出现了懈怠、流于形式的修炼

心脏病，没少找医生看，也没少花钱，也没啥效果。我说：“我告诉你一个好办法，你要相信，就能出现奇迹，你的病就会好。”于是，我就给他讲真相，告诉他三退（退出中共的党、团、队邪教组织）保平安，诚念“法轮大法好，真善忍好”，按真、善、忍三个字去做事做人，你的心有多诚，就会有多灵！他当时就说：“别管以后灵不灵，听你讲，我现在就感觉很舒服，我信，我念！”当时，我又送给他一枚真相护身符，让他随身携带，能逢凶化吉，遇难呈祥。

去年腊月的一天，我去赶集，迎面走来一个人跟我打招呼。我一看这个人白白胖胖，满脸红光，有点面熟，问他：“你是老于吗？”他高兴的说：“是我。我是老于。”我说：“猛一见，都不象你了，我记的当年你又黄又瘦。”他说：“自从听了你的话，我每天诚念那九个字，不长时间，所有的病都好了！这九个字可不一般啊！”

我说：“那你以后还天天念。我再送给你一个护身符吧。”老于没有伸手接，而是把手伸到自己口袋里，掏出了十三年前我送给他的那枚护身符。

十三年了，看到那护身符依然完好。我很吃惊，问老于：“那么多年，你还一直放在身上？”老于高兴的说：“那当然！他可是个宝。要不是他，我去年就死了。”我忙问：“怎么回事？”

他说：“去年，我和老伴送小外孙上学回来的路上，被一辆拐弯的大货车的车尾给撞了，当时，我被甩出去两米多高，又重重的摔在马路上，昏死过去了。等我醒来时，发现哪也没撞坏，也没出血，就是腿有点疼。我就赶紧去找老伴和三轮车，这时，听见老伴喊我，我一看，三轮车被撞到路边的沟里去了，沟水很浅，老伴正站在沟边水里，水刚没过脚脖，三轮车也没翻，啥事也没有，就是吓了一大跳。你说，要不是这个护身符，我们老两口哪还有命啊？！谢谢大法师父！也谢谢你，给了我一个保平安的宝贝！”

生意人老张：这九个字真灵啊！谢谢你了！

我除了种地，经常抽空做个小生意。邻村有位老张，也做小生意，我们关系很好，每逢上集赶会，经常在一块出摊儿。有一天，老张对我说，他身体垮了，坐下站不起来，站着腿受不了，以后赶不了会了，出不了摊儿了，想把他的生意转让给我。于是，我给他讲真相，做了三退，告诉他不要担心害怕，诚念“法轮大法好，真善忍好”，会有奇迹的。

过了几个月，再见老张，他老远就高兴的喊我：“老伙计，我好了，真好了，这九个字真灵啊！谢谢你了！”我说：“是你明白了真相，相信大法，大法师父给你的恩赐，你心里就多谢大法师父吧。”

女村民老范肠癌消失

我村有个姓范的老太太，不幸得了肠癌，四个儿子都不愿出钱。医院不给治了，催着让回家了。年迈的老范痛苦绝望。我听说后，去她家看望她，并讲真相，劝三退，告诉她念九字真言，让她老伴也帮她念。老俩口都听的很认真，说我说的有道理，当时就念起了九字真言。

过了不久，老范慢慢觉的身体不难受了，舒服了，没事了。去医院一复查，癌瘤不见了。老俩口高兴啊，感谢大法，告诉子孙亲戚大法好，千万别反对大法。

如今，已经七、八年过去了，老范的身体跟正常人一样，什么农活都能干了。

邻居老葛恶性肿瘤变良性

我的邻居葛老先生，平时身体很棒。我以前给他讲过真相，他不在意，言语敷衍。有一天，老葛突然身体难受，到医院检查，确诊是肺癌。我去看望老葛，给他讲了真相，

提醒大陆同修注意

文：大陆大法弟子

【明慧网】请购买或出售过“净莲天香”的同修注意：已经发现有同修因此事被国安部门绑架骚扰。个别被抄家，没收手机。请注意安全，同时提醒停止这种不理性的行为。

大法弟子以法为师，注意安全，不要扎堆购买；不要追随一些自媒体文章及个人，不要被功能或天目看到的所诱惑，不要学人而不学法，甚至搞个人崇拜。大法弟子之间是圣缘，不要在大法弟子之间传与大法无关的事或产品。

只有在不断提高心性的同时，讲真相与三退才能真正救人，也不要自以为是的跟着在微信等中共平台搞什么。

同修在一起是修炼不是过常人生活

文：大陆大法弟子

【明慧网】看到同修交往中的事，谈谈自己看法。同修在一起集体学法是好事，可是同修到一起，见到新面孔的同修都好奇打听你是谁？做什么工作？甚至家人做什么的都想问问，同修不想回答就认为不坦诚。要么同修间就谈谈他家谁谁怎样了，或者哪个同修什么事做的不好，或者说谁谁什么了。其实同修在一起就是学法、炼功、交流做讲真相有关的事。都是修炼人难免有做的不合法的地方，可以当同修面直接指出来，而不是在其他同修面前说某个同修某件事做的不对。在人世间修炼，我们总有做的不好的地方，站在修炼的角度去交流会整体提高，而在常人家长里短中会加强个人执著，还会给不修炼的家人带来不好的影响。这么做还不如常人，世人知道闲谈莫论人非。这不仅是修口问题，也关系到整体安全。

很多同修都是迫害前得法，但是有些同修常人心还没去干净，做事还不如常人，同修提出心性不愿改正，执著自我。连常人都觉的我们做的不好，我们怎么去证实法轮大法的美好。不仅学法、炼功时是个修炼人，特别在亲人面前更要做好，往往我们在家人面前不管不顾，很难让家人体会到修炼人的心性高，那不就是没有做到真正的实修吗？

一点想法，希望同修共同精進。

做了三退，告诉他诚念九字真言能遇难呈祥。老葛爽快的表示：“我相信你的话，就按你说的办。”

从那天开始，老葛每天都诚念“法轮大法好，真善忍好”，身体状况一天比一天好转。过了三个月，去医院复查，结果瘤子变成了良性的，做了手术，摘掉了瘤子。现在，过去五、六年了，老葛身体很强壮，每天跟着工头在乡里给人家盖房子挣钱。

转变人的观念方面的一些认识

文：内蒙大法弟子

【明慧网】我就转变观念方面，谈一下自己的一些认识。不当之处，请同修指正。

一、常人真正的“成就”在于“顺天时、少造业”

常人讲究的是“功成名就”、“衣锦还乡”、“光宗耀祖”等等，在名利的追求中劳心劳力，甚至自己达不到目地，还要寄希望于后代。

但是人的一生是定好的，那些算卦的、研究周易的、甚至一些低灵的东西都能给人说出来。人只是在按着剧本在表演，有时顺风顺水，有时费尽心机也枉然。“成就”也是命中本该有的，出现了又有什么值得过于彰显的呢？常人的成败是前因的“后果”，世人却被争取、努力拼搏取得的结果所迷。人在无知中都不知自己伤了多少人，造了多少业呢！这才是最悲哀的。

放下私念，与人为善，水到渠必成！

二、转变“识时务者为俊杰”的观念

“识时务者为俊杰”，这是一种变异的观念，现在已经

成了许多国人的口头禅。特别是在当今世风日下、物欲横流、强权当道、良知泯灭的末世，许多人出卖良知、助纣为虐时就是用它来壮胆的，它也给那样的人一个堂而皇之、自欺欺人的理由，以掩盖本性中那稍有的不安。

当初在邪党骚扰大法弟子时，单位有的领导找我谈话，我就跟他说：“一个人回忆起一生的善恶，有什么事值得自豪，有什么事令自己愧疚、悔恨呢？正常的工作谁在其位都可以去做，工作的努力也不足为奇，但是遇到大善大恶之事，在良知的拷问中，怎样的选择才是最令人神瞩目的。神目如电，但是神目只为善恶而睁！”我曾经的一个领导说：“如想让我让大法弟子签什么书，怎样要挟我，我都没执行。”又如有的领导说：“在铺天盖地的打压法轮功时，我顶着压力保护了法轮功弟子。”这才是值得人生自豪的。如果有人说：“别管法轮功怎样冤枉，只要共产党让干的，我都干。”明白人都会知道这一定是这个生命永远的耻辱。面对邪恶的要求，“枪口抬高一厘米”，甚至抵制邪恶，一定是另一种人生，一个积德积福、升华生命的人生。

师父说：“识善恶是俊杰”（《洪吟四》〈何时醒〉）。

这对我是醍醐灌顶，使我真正明白了什么是“俊杰”！社会就是一个大的炼功场，每个人都在修炼中，师父正法不会落下任何一个生命。想走向未来，就得修上去。

三、“公职”的误区

在大法弟子被迫害中，邪党拿公职要挟，拿对象的、父母的公职要挟、拿子女的公职、前途要挟，可以说是极尽邪恶。

在二零二零年末，我和妻子都面临着邪恶的所谓“清零”，要坚持修炼，不自动辞职就开除公职。我俩都有三十多年的工龄，妻子再有几个月就可退休了，开除公职岂不

觉。怎么会这样呢？以前我可不是这样的：如果家里的活都是我干的，丈夫没干，心里就不平衡了，就发火、骂人。现在怎么不一样了呢？仔细想想：噢，是我在修炼过程中修去了懒惰心、急躁心、自私心所表现出来的一种状态。

以前看交流文章，有同修说修炼是一件很幸福、很快乐的事。我就想：怎么可能呢？就晨炼早起对我来说都是很难的。现在我才真正体会到了，真是这样的。跟同修相比，真是差距太大了。

其实强势也是一种魔性的体现。比如说：不让人说、爱听好听话、不符合自己观念的就不爱听等等。这都是我修炼中要修去的，而且是必须修去的。当遇到这些事情的时候，一定要找自己、修自己，如果指责别人、抱怨别人，那就是助长魔性、滋养魔性，把自己的魔性表现的淋漓尽致，当时觉的自己气势高，把别人压下去了；理性的想想，用法来衡量，你法没学好，没有修。修自己就会越修越好，老是说别人的不是，那就修到魔道上去了。

自己修炼中的体悟，不当之处，请同修慈悲指正。

由强势想到的

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】一次听同修A说同修B很强势，我听后也没往心里去，因为我和B不熟，所以也没发表意见。可是这几天老想起这句话。是不是我也有这样的心呢？

强势说白了就是自以为是、自私。在家里我觉的这件事我做的好、丈夫做的不好；我买的东西好、丈夫买的东西不好。同修说你的眼角有脏东西，我说不会吧！哪有啊？同修说你的裤子这样不好看，你把它弄的平平的多好啊，我说弄不平，它自己就抽上来了。还有一次，我们一起做一件事，同修说你把它抓起来一扔，这样快，节省时间。我说你可以，我不行。想都不想、试都不试，就给人怼回去。仔细想想，这都属于强势的表现。不听别人的意见，老觉的自己是正确的，自己的啥都是好的，这是常人心，是现代观念行为。作为修炼人，这些心都应该去。

什么是修炼呢？以前我觉的今天炼了功了，学了法了，今天就算修炼了。其实不是。修就是修去我们在人与人之间发生矛盾时表现出来的不好的心；在家里做事时表现出来的不好的心；说错了话时表现出来的什么心等等。

比如说：家里的事情都是我做，丈夫手脚不好，帮不上忙，老公公已经九十三岁了，就连家里的垃圾我不扔都没人扔。可最近，我把家里的窗帘洗干净、挂好；吸顶灯擦干净；沙发套换上干净的；纱窗取下来清洗干净。说实话，这些事一个人不好做，得有人帮忙才行。可是我做了，而且还做的挺好。我经常想，我是修炼人，没有我做不了的事。家里的亲戚也经常说：“你真是太能干了，太辛苦了。”而我每当做完一件事情的时候都有一种发自内心的高兴的感觉，就连家里的菜放了几天没吃，我今天把它吃了，都有一种高兴的感觉。

被邪党一切清零？当时压力可想而知。但是，回到家对我岳母（同修）一说，老人毫不犹豫的说：“一个字都不能签，也坚决不主动辞职！”一个没有任何生活来源，只能在女儿家养老、从农村出来的老太太，面对自己费尽心血供养出的，也是唯一使自己能老有所养的女儿即将失去“公职”的时刻，竟作出这样的抉择，真的令我震撼，这是真正觉悟的生命！

不向邪恶妥协，我们走的必定是师父安排的路。回头看看，我们的生活并没有陷入困境，时间的宽松、心里的轻松使我们愉快的走在大法修炼的路上。

末劫末世，为了救人、警示于人，一切都是现世现报，世事很快就是一个轮回。有同修说：“现在做买卖的朋友也都讲究诚信了。”是的，随着师父正法的推进，人们逐渐的明白了，怎样守住自己的“道”，怎样走脚下的路才越走越宽。

在现今的邪党的统治下，没有人敢吹嘘自己是“铁饭碗”了，就是那些贪官污吏抱着的金饭碗，或许也会被瞬间打破、“双开”。有人统计中国月收入过万的人有八千五百万，绝大多数的人是低收入或无收入的人。但是，整天提心吊胆或觉的生活乏味的在那八千五百万中也许是占了多数！公职和生活没有必然的联系。对抗苦难是人的观念。消去罪业、生命得以升华才是生命的意义。

常人的理是反的，在正法理中修炼的大法弟子，排斥苦难、追求享乐这些从中生成的观念也必须改变，这是提高心性的一部份。修炼人遇到的好事坏事都是好事，没有偶然的事，也不会出现与修炼无关的事。

四、精明与愚钝的观念

我的女儿在工作中能时时严格要求自己，不与人争、抢，尽力帮助他人，可有时心里委屈，我们就用修炼人的标准提醒她。我觉的女儿有智慧，是个聪明、悟性不错的

人，有时听她的同事说她“太直、尽吃亏，甚至有些傻”时，我们都是一笑了之。她在工作上的口碑还是不错。

我有个妻侄，原来我们与他讲大法真相他都非常认可，自己有时还能按大法要求自己。如开始做买卖时，能为顾客着想，包括售后服务很到位，有的顾客还感动的给他介绍新的顾客。但是，随着涉世越深，在大染缸中的污染，觉的自己在社会上玩的有些转了，反过来就认为我们说的话跟不上形势了。前两天我们在一起谈话，我说：“你现在接触的人多了、广了，见识也多了，但是，我觉的你没有象原来那种对工人、对邻居的谦卑了。原来受气、吃亏也能忍耐，一笑了之，现在为了一句话都想对簿公堂。给我的感觉是在社会上越圆滑、越看似精明、表现为时时动心思，最后格局变小了、心胸也不如原来豁达了，还劳心劳力，而悟性也不如以前灵光了。”

越往下理越低、越复杂。所以，我觉的常人的精明实际是作茧自缚，那不是悟性好。常人的理是反理，人说的好不一定真好，人说的坏不一定真坏。人的许多问题，修炼人得反着看。人最难改变的是观念。我悟到，即使是正统的传统文化或者是以前的佛的法、道的理，在大法修炼中都应该用大法从新衡量，都需要同化大法，否则都是修炼的障碍。即使是以前的神传文化，那也是为了维持人类道德、为大法洪传铺路。释迦牟尼佛、耶稣等这些大觉者之所以没有留下真言，就是为了不影响师父传宇宙大法；不影响世人认识大法、同化大法，因为低层的法由于层次局限会对领悟更高的法理形成障碍。大法才是衡量好坏、对错的唯一标准，才是生命回归的天梯。

摒弃一切观念，时时想到师父的法，那才是本性真正的回归与升华。

越积越厚，它操控你驾轻就熟。一念一出人神分，不出正念就是人念，促使人经常处于“放松”的难中，没正念就不能下决心修。无奈加安逸心的满足，没认真的把它当执著心来下决心去掉它。就等于是想不想过这个魔难。不想消掉这个业。

看看各种执著心的根子，都是个“私”，都围绕着“我”转。为私是旧宇宙的特性，在人这又是私加情，形成各种人的观念。阻碍修炼人同化法走向新宇宙都是执著、是魔难，难中不割舍就无法提高。

师父说：“另一方面是看不起一些大法弟子的人心太多、太重，遇事不在法上，用人心看问题。所以做不好的难就大，长此下去就很危险！”（《大法修炼是严肃的》）

为什么危险？我能体悟到的是，放松是无法做到“修炼如初必成”（《大法修炼是严肃的》）

法没学好，没入心，修炼中就做不好，真修实修的意志也达不到。如果不是“放松”的状态了，就会是吃苦状态，能舒服吗？身体不舒服心也不舒服。得能忍耐所有的不安逸。放不下时就觉的修炼难。是业力让你“难受”，不让你放下，真有意志放的下。

舒服、难受也许是活的吧，与宇宙法理比是反理的人的理，你放松就给你的物质身体来一种舒服的感受，你精进去执著就给你一个难受甚至剜心透骨的感受。在迷中、反理中，看你怎么修。我不清醒时就容易把人心当自己，老提高不上去。生生世世跟着你的业力，在你的肉身上非常“自然而然”的存在着，不注意就察觉不到，觉察不到就被带动，按法的要求，修炼是逆流而上，我在那放松着安逸着，逆流了吗？就是没修啊。

我得努力了，同修们让我们法中共同精進吧。

层次有限，有不在法上的地方，请同修慈悲指正。

放松状态也是一种“魔难”

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】最近学法找自己，有一些新的体会。师父说：“有些人开始修炼的当初，心很坚定。但有的人长期形成的各种执着，修炼中也很难放下，时间长了，有些人就放松了自己”（《大法修炼是严肃的》）。

我正是这种情况，在大法弟子应该做好三件事上，不能保持一直精进，抓紧少、放松多，常常处于提不起劲的状态，对于这种懈怠，自己有种无奈，不能清晰的认识这就是一种“魔难”，不能用坚定的正念认真去否定突破它。

现阶段我悟到：这个最后的关键，就是要求修炼人不要放松，千万不要放松。反过来看，造成自己修炼放松、长期形成的又没放下的各种执著主要有哪些呢？

前几天，一边看同修有关“怨”方面的体会文章，一边思考自己的问题。突然觉的一个包袱打开了，冒出来一大堆的“怨”，以前都没怎么明确意识到。细细一找方方面面许多事情都体现出来这个“怨”。

这个怨一句话概括就是固守着自己的人念，都有哪些表现呢？符合了就高兴，反之就不满。如：欲望没得到满足（好听话）；不合自己喜好的；平衡心没得到满足；对自身不如人的方面的不满；对别人的缺点不满；持续迫害形势中对时间的执著；学法走神、炼功提不起劲的无奈；讲真相遇到抵触发脾气感到懊丧；同修配合中被怨怼的不满等等等等。实际上一不满一不高兴了就是不符合修炼人的标准了，就是执著了。法没学好不能真正在法上认识法，一做事就糊涂被执著带动。

这个怨来源私、情、妒嫉，也是自己生生世世积攒的业力。修，它就会被消掉；修，它就要挡着你。没放下，

“扁康丸”事件的教训

文：山东大法弟子

【明慧网】据知情者透露，二零二四年四月十一日前后，中共公安部组织大陆各地市公安局及国保大队统一行动，在大陆范围内抓捕了诸多参与销售“扁康丸”的法轮功学员。目前他们被非法关押在安徽省蚌埠市。

据透露，前段时间韩国的某位“扁康丸”负责人到中国大陆开展相关商务活动，被中国公安部门非法扣押并逮捕。迫于压力，这名韩国人向中共警方透露了在中国大陆地区的相关销售代理人员名单及信息，中共根据这份名单信息开展了此次大范围的非法抓捕行动，但此名单事件的真伪仍有待进一步考证。

“扁康丸”的销售无论在国内还是在海外都是合法的，是正常的社会经济活动，但法轮功学员是修炼人。修炼人想参与常人经营活动则需要对照法，看自己的言行是否符合修炼人标准，不能妄为，否则就会被邪恶钻空子。

中共相关部门针对此事非法抓捕法轮功学员，估计也抓捕了部份参与销售的常人。请当事的大法学员亡羊补牢，抓紧对照大法向内找，找出自己的常人心，排斥和解体它们。也请在海外的学员不要干扰大陆学员的修炼，不要破坏师父对大陆学员的修炼安排。在这件事中起了不好作用的，除了立刻发正念清醒自己的头脑、排除干扰，还应该以打电话等营救行为，弥补自己造成的损失。

【编者注】这些年，同类事件一再发生，有的人修过来了、提高了；有的人执迷不悟、掉下去了；新的学员、原来没走出来的、掉下去又回来从新修炼的学员，又把以前的弯路走一遍。大家真正理性的对待修炼，在法上修，这样才是真正的吸取教训。老学员在各自的修炼环境中，把形成好的风气

视为己任，每次遇到问题，都去掉思想中不合法的那个根，去掉第一念、第二念……第五念都是“我对、我对、我就是对、你才是错的”、“我（们）一贯正确、伟光正”这种坏习惯，这样我们作为一个个小整体，才不会总是重蹈覆辙，才能形成纯正的大整体。

以下是近期的几个同类案例，大家可以借鉴一下，去除观念、去除矛盾面前强烈强调“我对你错”的习惯：

例1：参加微信卖货存在巨大安全隐患

明慧网二零二零年七月三十日报导：五月份，大陆有个卖玉的微信群遭到大面积迫害并波及全国，群里三百多法轮功学员被绑架抄家。群主被非法关押两个多月。

这么多学员在全国范围被同时抓捕，实属罕见。以前只是抓群主。现在微信群中同时有几百人被抓捕，在全国可能是第一次，而且此事并没有曝光，卖货的大法学员为了掩盖自己的利益之心，不在微信上买货，卖货的大法学员不知此事。这起事件相当严重，应该引起广大同修的足够重视。（明慧网全文链接：<https://www.minghui.org/mh/articles/2020/7/30/参加微信卖货存在巨大安全隐患-409779.html>）

例2：提醒大陆同修注意

明慧网二零二四年四月十七日报导：请购买或出售过“净莲天香”的同修注意：已经发现有同修因此事被国安部门绑架骚扰。个别被抄家，没收手机。请注意安全，同时提醒停止这种不理性的行为。

大法弟子以法为师，注意安全，不要扎堆购买；不要追随一些自媒体文章及个人，不要被功能或天目看到的所诱惑，不要学人而不学法，甚至搞个人崇拜。大法弟子之间是圣缘，不要在大法弟子之间传与大法无关的事或产品。

的话不但无法善化对方，反而容易激起对方恶的东西，让乱神和不好的生命趁机操控对方。真的很遗憾，因为这样不但不能救度对方，反而让众生对我们产生负面想法，给大法抹黑，给众生得救带来难度。

在（《各地讲法三》〈大纽约地区法会讲法〉）中，有这样一段问答：

“弟子：弟子现在还发现要处理平衡好慈悲众生与维护大法的尊严是非常困难的，请师父开导。

师：你想维护大法的尊严是对的，但是怎么维护啊？你堵他的嘴？你跟他辩论？我告诉大家，你就是去慈悲的对待众生，你就是慈悲的去跟人讲清真相，你就是维护大法的尊严，你就能维护了大法的尊严。（热烈鼓掌）”

大法的尊严不是靠常人的手段维护的。

个人目前的理解是，修炼人要达到师父要求的语气和善心，必须要去掉傲慢心，修出谦卑和对他人的尊敬和礼貌，这是最起码的要求。

师父说：“佛光普照，礼义圆明”（《转法轮》）。

我们自己做好了，就能善化自己身边的环境。我经常问自己是否达到了师父的要求？出现这些现象，我们每个大法弟子都应该静下心来好好向内找，先找我们自己的心，去掉人心，我们才能救度更多的众生。

以上是我个人现阶段的认识，不足之处望请指正。

他们非常坚持自己相信的那点东西，完全听不进去别人说什么。我向内找，我发现自己也有自满的心。

同修关于傲慢心的交流文章中引用了一段《九评》编辑部发表的《共产主义的终极目的》一段话，这里我也想引用一下：

“修炼要正心诚意，而傲慢是魔鬼的本性，和修炼的要求完全相反。共产邪灵目无神，在其破坏修炼文化的过程中，专门给人灌输魔性和狂傲，不让人谦卑而鼓励人自满、自傲，比如战天斗地、无法无天，让人走向对神的悖逆、不顺服。”

“古时候，人要正心诚意才能修炼，在心里神性的一面起作用时，才能领悟宇宙的特性和神讲的法。共产邪灵通过破坏修炼文化，放大人的傲慢，使人进入一种与神完全对立的心灵状态。”

我想起了撒旦、申公豹，还有释迦牟尼的一个弟子最后坠入地狱，都是因为他们骄傲自大，最后走向魔道，走向反面，教训极其深刻。个人目前的理解是，没有去掉傲慢的心，就无法无条件的同化大法；读法却不得法，只能停留在一定的认知中，无法精进；不能真正的认识到自己的不足，无法正确的看待别人、发现对方的优点。骄傲自大的人，处于偏见和狭隘中而不自知，精进修炼更是妄谈。这种状态时间长了就很危险，魔就会来吹捧蛊惑你，我看到走向邪悟的都是这种状况，也发现自己有这方面不好的物质，严肃的对待自己的每次言谈举止，及时清除败物。

现在网上有一些基督教的人在攻击和谩骂我们，当然他们中的一些人充满了狂妄自大，同时我也听到一些支持大法的人士对某些大法弟子的言行、发帖颇有微词，说的就是自以为是、居高临下教导别人的言行和心态。那种心性表现，让对方感受不到大法中修出的慈悲和善念，说出

只有在不断提高心性的同时，讲真相与三退才能真正救人，也不要自以为是的跟着在微信等中共平台搞什么。

例3：提醒大陆学员不要参与网上学法

明慧网二零一四年三月二十七日报导：现在有大陆学员参加网上学法，据说网站是台湾的一个学员办的，还有海外学员参加，用类似传销方法发展会员。此网站从早上6:10发完正念到夜间12点开放，每个学法小组都象个小屋，点一下就能进去和小屋里的同修进行学法和交流。大家觉的这样有严重安全隐患，希望提醒广大学员注意，不要参与网上学法。（选自明慧网《二零一四年三月二十七日大陆各地简讯及交流》）

例4：请大陆同修不要参与海外电话项目

明慧网二零二四年二月二十三日报导：三年前，我地引入了一个打电话讲真相的平台，三年内给很多世人做了三退。但这个平台在各地同修中引起了很大的分歧：打电话的同修认为救人是第一位的，只要能救人就行，认为不参与打电话的同修有怕心和放不下自我；另一部分同修提醒：这个项目不符合大陆的环境，会威胁到很多同修的安全，也不符合师父对大陆学员安全的讲法。而且，从大陆参与的同修并不知道主导这个项目的海外人员情况，无论是海外设置平台的技术人员，还是从海外指挥大陆学员的人，或者自称给海外平台和大陆同修提供资金的人，很容易被中共特务钻空子。（明慧网全文链接：<https://www.minghui.org/mh/articles/2024/2/23/请大陆同修不要参与海外电话项目-473522.html>）

去掉傲慢和自大 修出谦卑才能真正救了人

文：德国学员

【明慧网】最近我看了两篇明慧网关于尊重别人和修出对别人恭敬心的交流文章，对我触动很大。作者提到了自我、自大、看不起别人、傲慢和狂妄自大等等。我看到自己也有同样的问题，只是成度不同而已。

回忆起几次和同修、家人的矛盾，本来是劝善的交流，最后结果却让对方生气，产生矛盾。虽然自己认为讲清了道理，对方心里却很不服气。现在想起来是因为自己傲慢自大，以恶制恶。我看到了自己那个傲慢自大的后天形成的假我，这是修炼中要修去的。

讲最近发生的一件事情。我先生与租我家车位的印度人发生了矛盾，这个人一开始就把租金压的很低，低于市场价。这几年德国通货膨胀很高，所有东西都涨价，管理费和车位费也涨了，先生对租客说要按照现在的市场价继续租给他，但是印度人不同意。先生就想跟他解除合同，租客不但不同意，甚至半年连车位费都不付了。因为这件事情，先生对这个印度人产生了很负面的想法。

我就和先生交流了一下我的理解，我说，那既然一开始同意了那个价格租给他，可能也是一种因缘关系吧，可能是以前我们欠过他，这辈子要还，我们要和常人结善缘，我接触过一些印度人他们很善良。如果恢复到市场价，他不同意就算了，而且他反应这么激烈，那肯定是有因缘关系。我的理解是顺其自然，吃亏就吃亏吧。我当时说的时候还是很平和的，但是先生突然间就生气了，而且说不需要我教育他。当时还纳闷他为什么生那么大气。现在我意识到，

我还是有潜在的傲慢心，潜意识里骄傲，认为自己比他悟的好，说话态度居高临下。

之前与一个老年同修发生矛盾，和她交流她不在法上的一些做法时，她也生气了，也是我这颗傲慢的自我之心在起作用。我想我们就更没有资格以傲慢的心去和任何人交流。

师父在《洪吟》（四、五、六）歌词中很多次提到走向传统、恢复传统的问题。我也多次思考什么是真正的走向传统。近期也看了很多传统文化故事，我发现古人最大的特点就是宽厚和谦卑。而我们这代人，尤其在大陆长大的，充斥着中共灌输的“人定胜天”的狂妄；又刚好赶上中国经济大力发展、在学校可以靠聪明的头脑上大学的年代。尤其象我这样的，有点小聪明，学习不那么刻苦也能上大学读个好专业，去深圳能进外企，又能在大企业跳槽成功，人生小有所成，自大、高傲的心越积攒越多。

最近明慧网通报的几个人和我也算同龄人，他们在人中都是小有能力，自我感觉非常良好，然后学了大法，表面上知道了一些宇宙真相的知识，反而自大和狂妄起来，最后走向自毁之路。回想起自己这十六年的修炼之路，也曾经认为自己悟性好，做的还不错，沾沾自喜。还好，自己能够及时醒悟，在剜心透骨的痛苦中深挖自己的内心，才意识到：自以为了不起的心不仅幼稚可笑，而且对修炼人很危险，自己很多认识都是肤浅的，在佛法面前自己就是个不懂事的小孩子。自己悟到的那点东西都是一定层次的认识，只知其一，不知其二，还有更高、更高、更高的法理，佛法无边。

在救人中，师父也让我意识到自己的问题。例如，有一次给一个人讲完真相，虽然他同意退了，最后却说一句“谢谢你的教导”。我当时一下子意识到自己说话时带有自以为是和指导别人的态度。还有几次遇到过几个有信仰的人，