

而近期本地区不断有老年同修离世，都知道非法抓捕、判刑是对大法弟子的迫害，而这种对老年同修的迫害更是隐晦、甚至让人猝不及防。我现在认识到，要珍惜身边的老年同修，他的事就是我的事，看到的、接触到的就是自身范围内的修炼因素，不能逃避。做不好、不去做是对同修不负责任，对众生的不负责，也是没走好自己修炼的路。

——《珍惜同修缘 走正修炼路》

# 明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

WWW.MINGHUI.ORG



“2019 年纽约法轮大法修炼心得交流会”五月十七日隆重召开，万名法轮功学员与会，分享修炼法轮大法的心得体会。法轮功创始人李洪志师尊亲临会场，为众弟子讲法答疑。

第 906 期  
2019 年 5 月 23 日



干净吗？或者自己怕吃苦不愿辛苦发放，这不是安逸心吗？这些都是我们应该修去的东西。

### ——《信师信法 和同修整体配合救众生》

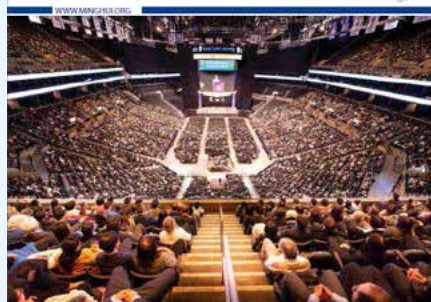
反思自己一直以来的所作所为，体会什么是真正的善，什么才是对别人好？站在自己的基点，去要求对方，当对方达不到自己的要求时，就看不上、就埋怨，这是对别人好吗？尤其对待病业当中的同修，魔难当中的同修，更应该多包容，大善大忍才能真正帮到同修，否则就是在帮助旧势力往外推同修。我在两年多的所谓“帮同修”中，从一开始劝说，看不到任何改观后、到慷慨激昂的数落同修的不足，再到最后失去耐心，觉的他就这样了，看不上同修，也就视而不见了。

在这里，我想以自身切身的教训，与同修们交流，一定要珍惜身边的老同修，对同修不在法上的不正确状态，不能产生负面想法或看不上，往往旧势力迫害同修的手段就是加重同修的人心，使得周围同修产生负面情绪从而达到孤立同修的目地，认为他就这样了，认为怎么说都没用。其实不是这样的，千万不能被假相所带动。师父都不轻易扔下一个弟子，我们怎么能轻言放弃？即使帮不到同修，也应保持一个正念去对待。其实与其说是“帮”同修，其实是共同提高，从中修的是自己，也是对整体的考验。我眼睁睁的看着亲人同修从无奈到少言寡语，最后把自己内心封闭起来，走了旧势力的路。面对这种结局，撇开旧势力的干扰迫害，作为身边同修是有责任的。同修被迫害致死，不是孤立的，其实是对整体的迫害。

我体会到，真正的善，是不强加别人的，不求对方的改变，不去看对方的表现，无条件的修自己、找自己。而不是站在自己的境界去要求别人，什么是为别人好？不是我认为这是好的，就强塞，对方就得接受；而是站在对方角度上，设身处地的体会对方所需，考虑对方的难处，真正为别人着想。师父在近期讲法中不断提醒老同修，不要懈怠，要珍惜自己。

## 明慧週刊

明 李洪志 甲申年十二月十七日



“2019年纽约法轮大法修炼心得交流会”五月十七日隆重召开，万名法轮功学员与会，分享修炼法轮大法的心得体会。法轮功创始人李洪志师尊亲临会场，为众弟子讲法答疑。

第 906 期  
2019年5月23日

## 明慧周刊

第 906 期  
2019年5月23日  
WWW.MINGHUI.ORG

### 内容提要

### 重要新闻（上图）

五月十六日，来自全世界各地的万名法轮功学员在纽约举行盛大集会游行，横穿曼哈顿，游行以联合国广场为起点，途经时代广场，一直走到十一大道。

### 修炼交流

“受惊”后的向内找

### 大陆综合

79岁任守志走出冤狱  
张伟狱中炼功 辽宁女子监狱剥夺家属探视权

### 本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的  
总人数：333,103,056



注：  
[1] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈致词〉  
[2] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈无阻〉  
[3] 李洪志师父著作：《转法轮》  
（明慧二十周年法会交流稿选编）

### 修炼交流摘录

自从我们当地有了资料点，我们几个协调人相互配合，同修们都各自走在自己证实法的路上，我们的资料应有尽有。虽然不时有同修被邪恶迫害，但走出来后，在师父加持和同修们帮助下，都冲破重重阻力又汇到救人的大潮中。十几年来，尽管和我们配合的同修换了一个又一个，我们的资料点从没停过。我做资料不受同修心境的影响，有时有的同修遇到干扰、造成资料积压，我在向内找的同时，多发正念清除自己的干事心，也给我们整个空间场发正念，解体障碍大法弟子救度众生的邪恶因素。不长时间救人的资料就疏散开了。真的是“修在自己，功在师父”（《转法轮》）。只要我们做事符合大法的要求，一切是师父在帮我们。这是我们多年的深切体会。

自从我做资料开始，我从来不给资料添加任何负面信息，常常认为这么好的资料，只要世人看到，他就会改变对大法不好的认识。现在的人都很忙，很少有长时间仔细听我们讲真相，但资料给了他们拿回到家里，利用休息时间会认真阅读。出来遇到面对面讲真相的同修，三言两语就退出了邪党组织。有的人告诉同修，资料攒了一沓子，隔段时间拿出来看看，越看心里越亮堂。有的还说他哪一期什么期刊还没看呢，问有没有？有些地方同修现在发资料的很少。我知道的一个资料点，同修一周连周刊在内只做一包纸的资料。有的说是打真相电话，有的说不拿资料面对面讲安全。我想这拒绝发放真相资料的心态肯定不对。是不是自己潜意识中对真相资料定位不正确，认为是遭受迫害证据？这不是怕心没修

## 目 录

2	时事新闻
2	2019 年纽约国际法会 师尊莅临讲法
3	万名法轮功学员曼哈顿集会游行 展现大法福泽四方
5	中国大陆学员近期遭迫害案例
6	海外学员证实大法、讲真相摘要
8	大陆综合
8	大陆综合消息
10	严正声明
10	世人觉醒
12	人心与因果
15	时事评论
15	退出邪党身心净
18	RFA：尽管受到打压 法轮功在北朝鲜传播
20	修炼园地
20	“受惊”后的向内找
23	修去狡猾的妒嫉心
25	从不忍看迫害文章说起
27	在项目配合中走向成熟
32	实修自己 丈夫渐渐明白了真相
36	丈夫过病业关 我向内找修自己
40	译文：在明慧项目十六年的修炼
44	在明慧工作中修炼走出人
48	修炼交流摘录

## 时事新闻

### ——2019年纽约国际法会 师尊莅临讲法——

五月十七日，“2019年纽约法轮大法修炼心得交流会”在位于纽约市布碌伦区的巴克莱中心（Barclays Center）体育馆隆重召开。万名法轮功学员与会，交流修炼法轮大法的心得体会。上午十点五十分左右，李洪志师尊亲临会场，众弟子起立长时间鼓掌致敬。师尊为与会大法弟子讲法、答疑将近两个小时。讲法结束时，全场大法弟子再次起立，以热烈的掌声感谢师尊。

会场的正上方是中英文“2019 纽约法轮大法修炼心得交流会”，李洪志师父的诗句“法轮大法好 渐入世人道 众生切莫急 神佛已在笑”[1]的蓝底金字大条幅悬挂会场两侧。全方位电子大屏幕交替显示中英文“普天同庆法轮大法洪传27周年”。绕场一周的电子屏幕所展现的是表现佛道神和天国世界题材的美术图片。

法会上有来自美国纽约、波士顿、亚特兰大和英国、德国、以色列、印度、日本、香港的十二位中西方法轮功学员，和大家交流了他们在神韵推广、媒体、真相点等各个项目中升华自己救度众生的修炼体会。他们中有修炼二十多年的老大法弟子，也有正快速跟进挑起大梁的青年大法弟子。现场除了中、英文，还有法、德、韩、意大利、日、俄、西班牙语和越南语，共十种语言的同声翻译。

来自美国的张女士一九九六年得法，于一九九九年五月移民到澳洲。从制作展板贺卡到网站新唐人再到景点讲真相，她参与了许多讲真相的项目。张女士谈到，自己于二零零六年在墨尔本协调新唐人新年晚会时遇到了来自各个方面的矛盾挑战，不过晚会最终获得了成功。之后她向内找修炼升华上来后和同修的关系恢复和睦如初。

来自香港的胡女士放下常人中的高薪厚职，从零开始做大纪元的销售，从中学会放下自我互相配合，在主流社会中

有的走回来了，有的一直走的很稳。但是经历了一个漫长的修炼过程之后，慢慢的都修出来了，成熟了，成了真正的正法弟子。有时候我想，从某种意义上讲，我也和他们一样，开始参与明慧网工作的时候，我并不真的懂自己在做什么，只是知道要做，过程中吃苦、受累、精神上受折磨，在其中魔炼。通过不断的学法，不断的去人心，慢慢的终于走过来了，法给我展现了我这一层应该明白的办明慧网的意义。正如师父说的：“修炼路不同 都在大法中”[2]。谢谢师父！

### 二、在工作配合中修出善

虽然明慧网的工作非常神圣，但是日常事务中也会遇到很多配合中的问题。有一次，我和一位同修发生了一点小误会。我意识到之后，马上想：我得写信解释一下，否则他肯定会怨我。信发出去了，误会解除了。但是过后不知为什么我心里总翻这件事，总觉的还缺点什么。怎么回事呢？不该解释吗？师父说：“当然我们可以善意的去解释，把事情说清楚都没有关系”[3]。那到底怎么回事呢？一天，突然一个念头打到我脑中：师父说的是“善意的去解释”[3]。我恍然大悟：我错了，我解释的时候不是“善意的”。我当时想的是，他会怨我，所以我要解释一下。基点是“我”：我不能让人误解，我不想受委屈，我不能让人对我有成见。总之都是“我”。我怎么没想到，如果我不写信，他会难过，心里会过不去，会影响他学法、做三件事？我虽然解释本身并没有错，但是心态不对，基点不对，没有先想到对方，想的都是自己，所以我还是错了。

通过这件事，也深深的感受到法的洪大和修炼路上师父的慈悲看护。通过这件小事，师父点给了我这句法更深一层的内涵，让我真切的认识到了，《转法轮》里的每一个字都是法，每个字都有很深的内涵。

修炼的体会很多，以上是我在现阶段的一点感悟，不对之处请慈悲指正。

了众生。我们向世人展示我们承受的苦难，是为了帮助世人摒弃邪恶，选择善良，从而得救。我们不是在讲述我们经历的悲剧，我们是通过展示我们的苦难在救人，我们在展示大法弟子的大善大忍，我们在证实大法。如果我们只是个人修炼，作为修炼人都明白，我们承受的一切不公与魔难都是有因缘关系的，修炼人不需要世人的同情，更不必去求得世间的公道。吃苦、消业，还清业债，提高心性，同化大法，才能圆满。但是我们处于宇宙正法的特殊时期，我们身负助师正法的使命，我们的承受是旧势力强加的，是不能被承认的，我们揭露迫害是为了救人，这是出于正法的基点，是为他的，这是最正的事，是最大的慈悲。

明白了这一点之后，那种持续了十多年的隐隐的心痛的感觉消失了，再看揭露迫害的文章，不再觉得沉重，不再觉得无奈，只感受到大法弟子的慈悲和坚韧，感受到自己肩上的责任。

个人认为，之所以经历很长时间才认识到这一点，是因为一直限在情中，被情左右了，同修情、同情心、对行恶者的义愤等等人之常情占据了主导，以致没有清晰认识到这一层法理。许多大陆学员也可能和我过去一样，还在情中，还把这场迫害看成是对人的迫害，没有认识到揭露邪恶的真正意义。所以我们看到很多投稿中依然流露着对邪恶很深的怨恨甚至仇恨。这样的文章也许能打动一部份人，但是因为还在人中，没有超越人，常人感受不到我们的超常和善心，起不到更大的作用。如果我们写文章的人都能意识到这一点，在法理认识上提高上来，去掉情的因素，去掉恨，以救人的基点去揭露邪恶，我们的网站将更加纯正，发挥更大的作用。

一九九九年“七二零”的时候，很多大陆学员义无反顾的走出来了，走到天安门去告诉人们真相。但是很多人是被当时那个气势带出来的，可能并不真的明白为什么要走出来。过后他们中很多人经历了很多迫害和魔难，有的掉下去了，

讲述大法真相，竖立大纪元品牌。来自印度的 Upadhyaya 女士二零一一年得法后立即参与了媒体工作，交流了她一人在印度参与大纪元的酸甜苦辣。二零一四年四月她成为大纪元在印度的记者，六个月后被解雇，之后她找到一份常人工作。很快媒体又找到她希望在印度设立新唐人。加强学法和心性的冲突中，她们的团队在修炼上越来越成熟，制作的真相短片有一千万的点击量。雅雅感恩师尊安排自己在媒体中修炼并救度众生。

来自英国的罗布·格雷（Rob Gray）交流了他在协调“在英国议会大厦举办辩论会——关注活摘器官”中的修炼升华。在交流中，他谈到，刚开始他无法和其他同修联系上，之后他意识到作为协调人他必须用真心去帮助其他同修，同修间的合作支持非常的重要。格雷和他的团队相互鼓励不要执著于结果而是在过程中讲真相救度众生，越来越多的议员明白了真相，英国议会大厦再揭中共活摘器官罪行，并被英国各大主流媒体大幅报道，谴责迫害。

下午五点多，法会圆满结束。众多学员都感到从法会活动中受益很多。大家互相鼓励，在修炼路上要更加精进。

## 万名法轮功学员曼哈顿集会游行 展现大法福泽四方

五月十六日，万名来自世界各地的法轮功学员在纽约曼哈顿联合国总部前的哈玛绍广场公园（UN Dag Hammarskjold Plaza Park）举办盛大集会，随后举行了横跨曼哈顿的盛大游行，欢庆法轮功弘传世界二十七周年暨第二十届世界法轮大法日，同时向全世界展现法轮功学员的风貌，并揭露中共对法轮功学员旷日持久的迫害。

现居美国纽约的法轮功学员 Dorin 修炼五年了，十年前他从罗马尼亚来到美国。他说修炼法轮大法让他身心受益，他参加活动不仅要展现大法美好，更要让人了解在中国发生的中共对法轮功的迫害：“这是每个人应该知道的，这是对无辜善良人的群体灭绝，而法轮功是非常好的功法，不能让



这样的罪行再继续下去了。”

来自瑞士德语区的路特·乌尔里希（Ruth Ulrich）女士身穿瑞士传统民族服装参加游行，“今天感觉真的很好，散发着不可思议的强大的能量场。”能够来纽约向全世界讲述法轮大法好、法轮功反迫害的真相，乌尔里希觉得这非常重要，“这非常重要，也是我们来此的目的。”

克里斯托弗（Christoph）来自德国法兰克福。他说：“有一次我经过中领馆，法轮功学员给了我一份真相报纸，上面写了通过修炼法轮功可以让心灵得到平静。于是，我就在网上下载了《转法轮》这本书。读完后我就立刻开始炼功。我的睡眠一下变好了。在学校，我也可以更加集中精力的学习，就这样，我的成绩也上去了。”

声势浩大的游行历时数小时。游行队伍由“法轮大法好”、“解体中共结束迫害”及“声援三亿三千万华人退出中共”主题方队组成，规模盛大、气势宏伟，从位于曼哈顿中城的联合国公园，47街2大道出发，行至42街，然后从二大道横贯42街至12大道，从东至西横穿曼哈顿中城。天国乐团雄壮震撼的乐声、腰鼓队轻快有力的鼓点、法轮功祥和的炼功音乐，以及身着各自民族服装的各国各族裔大法弟子、展示法轮功功法的队伍、不同特色的花船、身着白衣手捧花圈悼念被中共迫害致死同修的方队……等等，吸引了纽约人及来自各地游客翘首引领观看。

丹尼尔·在四十二街上的一家银行工作，看到法轮功游行队伍传递“真善忍”信息，他说：“这很好，媒体应该有更多报道”，“与更多的人分享这个信息，太好了”。“过去二、三十年世界变化很大，世界上每个人都应该学会包容，每个人都保持善良。”“这是给每个人的希望的信息（It is a message of hope for everybody）。”

来纽约出差的法国教育工作者费雷罗（Ferrero）表示：“看到法轮功学员从内心表现出来的善良又祥和的美好、纯真，太令人高兴了！如此美丽感人！我喜爱亚洲文化的原理。

的，随着师父不断的加持、点化，正念强一些了。同时也可能是经历的多了，麻木了，心不那么容易被带动了。其实我自己也知道，很大程度是强制自己把那种无奈和憋屈压到内心深处去了，但时不时的还会返出来。多少年后，内心深处那种迫害的阴影依然时隐时现，挥之不去。

这种状况一直持续了很多年。直到几年前的一天，学法时读到《精进要旨二》〈致词〉，突然觉的一震，师父说：“作为大法弟子，目前所做的一切都是在抵制对大法与弟子们的迫害。讲清真相是对邪恶揭露的同时抑制邪恶、减少迫害；揭露邪恶的同时是清除民众头脑中被邪恶的造谣与假相的毒害，是在挽救人。这是最大的慈悲。”[1]

我突然明白了办明慧网的意义（在当时那个修炼境界中认识到的办明慧网的意义）。明慧网揭露邪恶对大法弟子的迫害，让邪恶在国际上曝光，极大程度的抑制了对大法弟子的迫害，有力的支援和支持了大陆大法弟子反迫害。这是人这一层面的体现。而在另外空间，那一定是实实在在的佛法威力的展现，是师父、正神在清理邪恶、销毁邪恶，是大法震邪灭乱、法正乾坤的真实展现。我作为明慧网的一员，正法巨大的法力在人中展现的一个环节，正法在人中的一个小小的棋子，何等荣幸？为何还会有那么多负面的想法，那么多迫害的阴影？这是我自己对法认识的不足所致啊。

与此同时，明慧网在揭露邪恶、曝光邪恶的同时，我们是在救人。明慧网给世人展现的是邪恶迫害的真相、法徒坚持正信和实践真善忍的真相，把大善、大恶同时展现给民众，为的是让世人能明辨是非，为的是通过一个个翔实的迫害案例，让人看清谁是善的，谁是恶的，在对恶人的愤慨中返出良知，从而能去进一步了解真相，去掉头脑中被强行灌输的谎言毒害，从而在正邪大战中选择正的一方，摆正位置，有一个好的未来。也就是说，我们揭露邪恶的目地不是在诉苦，不是想伸冤，也不只是想博取同情，不是为了自己，而是为

## 在明慧工作中修炼走出人

文 / 海外大法弟子

【明慧网二零一九年五月二十二日】

尊敬的师父好！

各位同修大家好！

参与明慧网工作二十年了。二十年恍如一瞬间，但又无比漫长，期间浓缩了宇宙、三界、人间无数惊心动魄的大事。回顾这段历史，感慨无限，这里采撷修炼中的片断向师父汇报，和同修交流。

### 一、跳出人 认识到办明慧网的意义

一九九九年七月二十日，邪党开始了大面积、全方位对大法弟子的打压，明慧网每天收到大量大陆学员遭受迫害的报道。在最严重的那几年，大陆大法弟子承受的迫害似乎每天都在加剧，迫害的惨烈程度令人发指，无数善良的大法弟子被迫害致死、致残、致疯，原本幸福的六口之家被迫害死五人，坚贞不屈的女大法弟子遭受禽兽不如的恶警的残害……

一个生活在西方自由社会里的人哪见识过这样的邪恶？哪能想象人间存在着这样的黑暗和罪恶？面对铺天盖地而来的迫害案例，感到那是一篇篇血泪控诉，一个个惨绝人寰的人间悲剧。每天面对这样的情形，几乎每天都是一边流着泪，一边编辑整理文章，那时感觉到自己的空间场也是黑压压的，喘不过气来，看不到光明，看不到希望。最困难的时候甚至会想：做点别的吧，这个工作太折磨人了、太难了。

自己也知道这个状况不对，不能这样被带动，也知道要调整。但是那时候学法浅，正念不够强，很大程度是用人的办法在调整：一边努力的做事，让自己忙于事务，脑子不要闲下来，不去感受那种负面的情绪；同时也加强学法，用法来充实自己，告诉自己乌云遮不住太阳，天总会晴的。慢慢

我对真、善、忍很认同，我也喜欢打坐，我将回去对法轮功了解更多。”

游行结束后，部分学员来到纽约中领馆前举行和平抗议集会，呼吁制止中共邪党对法轮功长达二十年的迫害。他们希望世界上所有的人都来了解法轮功真相，看清中共的邪恶本质，一起携手制止中共迫害。

五月十八日，来自世界各地的约五千名法轮功学员在纽约市总督岛（Governor's Island）举行排字活动，排出巨型法轮图形和“真善忍”三个大字，现场氛围庄严，场景非常壮观，殊胜美好。来自台湾阿里山的林先生和两个女儿参加排字，林先生感谢师父，修炼法轮大法使他身心受益，太太和两个女儿也相继走入修炼。

鲁迪·米凯隆（Rudy Michelon）来自圣地亚哥，是一家IT服务公司的老板。他参加排字活动作为对法轮大法所呈现的一切美好的支持，“我从法轮功中受益这么多，我也想帮助其他人，让他们也能受益。”让人们知道法轮大法是什么，帮助他们在当今紧张的生活中能够继续前行。

内耶依力（Naiyiri Asvazadurian）出生于黎巴嫩贝鲁特，现居住在奥地利维也纳。她是珠宝商和图像设计师，自从二零一二年开始学炼法轮功后，她几乎每年来纽约参加大型活动。她说：“我看到过其它地区的排字空拍照片，特别漂亮，今天我也有幸能成为其中的一员。”，“我希望通过参与展现我对法轮功，以及对师父的敬意，能够参与其中对我而言是一份荣耀，我也可以成为法轮中的小小的一部份，非常好的经历。

### —— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇四川成都市六十九岁的法轮功学员文举平二零一九年四月二十八日被龙泉驿区法院非法庭审，近日得知，法院对他非法判刑八年。与文举平先生一起遭非法庭审的袁学芬女士稍早前已遭诬判两年。文举平与袁学芬二零一八年五月二十一

日在小区贴真相不干胶时被小区监控发现，后遭警察绑架。  
◇吉林长春市法轮功学员李绍志、刘庆杰、李国军二零一九年五月十日被南关区法院非法开庭，李绍志被非法判五年、勒索罚款两万元，刘庆杰四年六个月，李国军四年。律师给李绍志做的无罪辩护被法院“不予采纳”。

◇黑龙江哈尔滨市双城区法轮功学员赵海军被非法判刑八年，在呼兰监狱病情严重，监狱给做了保外就医，但是双城区司法局矫正科科长于建民拒绝签字接收，家属多次去说明情况无果，于建民甚至把家属推出政府门，并恐吓说：再不走就拘留。

◇吉林通化钢铁公司公安处经警大队经警张洪伟，因坚持修炼“真、善、忍”法轮大法、讲真相，被非法判刑十三年，先后被非法关押在长春铁北监狱、吉林监狱，遭受抻床、手弹眼珠、弹鼻梁、捏睾丸、拳打脚踢等酷刑，出狱时四肢无力，走路迟缓，几近失明，于二零一九年五月三日含冤离世。

◇河南信阳市息县法轮功学员王继成，被迫流离失所，二零一四年春被潢川县国保大队绑架，被非法判刑，在郑州新密监狱被迫害致生命垂危，于二零一五年九月十四日含冤离世，至今已经近四年。

## —— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇五月二十日，刚刚从纽约法会回来的部份渥太华法轮功学员在郁金香节人流量最大的道斯湖（Dow's Lake）集体炼功，将法轮大法的美好传递给来自不同地区的各族裔的民众。静谧、祥和的集体炼功的现，吸引了大量游客驻足了解，一些游客当场停下来学功。

◇五月十八日，参加第二十届世界法轮大法日庆祝活动的部分法轮功学员在纽约富利广场（Foley Square）集体炼功，向美国社会民众和各国游客展示法轮功的美好。有路人当场学炼法轮功。

◇五月十一日，巴西圣保罗的法轮功学员来到华人经营者众

处理问题的方式如何不对，他解决这个那个问题的时候如何没水平，我知道我错了，我看问题的角度不对。所有我心中的埋怨瞬间完全化解了，无影无踪了。通过这段法，师父让我明白，我们语种的协调人尽力做到他能做的，他有的他的局限和他神的一面，我的角色不是生出对他的负面的想法，而是在我的角色上帮助他。

一切都变得轻松，我不再跟他争斗了。我们不是竞争对手了，而是互相补充的关系。他有他的角色，我有我的。

我谢谢师父让我在法上悟到。

## 贺卡的翻译

贺卡翻译期间是我们团队很特别的时刻。技术性的障碍都克服之后（排版、固定的格式、图片的处理），对我来说，我心中升起巨大的喜悦。每年四次，全球大法弟子给师父发来贺卡感恩，那些贺词非常感人，激动人心，代表着大法弟子的崇高的敬意。

虽然有时候会做到夜里，需要非常专注，我内心深处充满喜悦和能够做这项工作的感恩。最近的这次贺卡翻译的时候，我感觉那些贺词就在我的指尖，我都不用想怎么翻译，就翻译好了。弟子们的感激、坚定的信念、感恩、深深的尊敬从我的指尖流出，真是很奇怪的感觉，我静静的观察着这个现象，继续做我要做的。

我想以谢谢大家来结束我的交流。我们一起走过的路，或长或短，谢谢亲爱的同修们。我们的修炼环境特殊，我们相隔数千公里，但是我们的距离也是我们的力量，在全世界都有大法弟子在为明慧网工作，完成我们的使命。

感谢师父给我们明慧网，还看护着我们。

合十。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

（选编）



道自己有多么重要的心等等。现在当我知道我校对或翻译的还不错时，我只是平静的高兴而已，不是因为通过我的工作做的好而感到自我价值得以实现，而是因为我的校对或翻译让我们的网站更完美，让明慧网站更好的起到讲清真相的作用。

## 去掉嫉妒心

我的嫉妒心是阶段性的被暴露出来的，就好象在每一层次都有一点嫉妒心要去掉，每次去掉之后，我就不再去想了，直到下一层又出现。有时候就是觉得的心里不舒服，但是又不知道到底怎么回事，最后明白那是嫉妒心在作怪。这是我修炼中遇到的第一关，然后就象浪潮一样，在我提高的过程中一波一波的涌来。

嫉妒心不是那么容易就被发现，因为它会以各种方式表现。争斗心就是表现之一。写这篇心得体会时，我查了一下字典上对“争斗心”的定义。字典上写道“一个团队里的几位成员为了达到同一个目地而持敌对和竞争的态度”。我们的团队里怎么能有敌对的人呢，怎么能成为竞争对手呢？

我的争斗心反映在我做我们团队的工作时：想比别的同事校对的多，有时我看到别的同事校对的文章那么多，我并没有考虑发表的文章够不够，而是想看看我是不是比他们校对的多。现在当我看到别人的数量时，我能抱着平静的心态，只是做我应该做的。

我觉得我在其它情况下的争斗心完全去掉了。一次发正念时，我想到我们团队当时的协调人，然后马上就想到姜子牙。我自问，为什么想到姜子牙？我知道师父在讲到嫉妒心的时候提到过姜子牙，但是跟他有什么关系呢？发完正念，我就翻开《转法轮》第七讲师父讲到姜子牙的那段。

师父讲：“咱们讲个故事：《封神演义》中的申公豹，看姜子牙又老又没本事，可元始天尊让姜子牙封神。”[1]

我突然明白：不管我认为他做的事情如何的不正确，他

多的批发商业区布拉萨（Bras）传播真相。一些学员开着广播车沿街缓行，播放中文真相，行到人多的地方就停车，发放《明慧周报》和葡文传单。在约五十公里的大小街道的两边有许多商铺，大都为华人经营者。另一些学员在街心广场上炼功、讲真相。

◇五月十二日，韩国首尔中心地带——市政府前的首尔广场四周彩旗飘扬，悠扬美妙的音乐缭绕在广场上空，上千名韩国法轮大法学员汇聚于此，同庆第二十届“世界法轮大法日”、法轮大法弘传二十七周年暨创始人李洪志先生华诞。优美祥和的炼功音乐飘荡在广场上空，舒缓柔和的炼功动作展现了法轮大法的美好与殊胜，吸引了现场民众咨询并学炼功法。下午两点三十分，游行活动拉开序幕，从首尔广场出发途径市议会、清溪川广场、光化门、仁寺洞、钟阁、明洞及乐天百货店，全长4.5公里。

◇五月十三日，印度中部城市纳格普（Nagpur）的法轮功学员们庆祝世界法轮大法日，在Shrimant Purnachand Buti Sabhagrah的大型活动场所里一起炼功学法。在印度西部城市普勒（Pune），南部城市班加罗尔（Bangalore），在东部城市加尔各答（Kolkata），北部首都德里（Delhi），西部城市孟买（Mumbai）等各城市的学员们都来到当地公园为过往民众散发法轮功真相传单，揭露中共在中国大陆迫害法轮功。

◇土耳其法轮功学员四月二十日和二十一日参加了安塔利亚（Antalya）市的旅游节活动。法轮功学员在两天的活动中，设立了真相摊位，向当地民众介绍法轮大法。

◇五月十五日，中共人大委员长栗战书到达位于挪威首都奥斯陆的国会大厦与挪威政府人员会面。法轮功学员早已等候在国会大厦前，拉开横幅，展示“法轮大法好”、“停止迫害法轮功”等大篇横幅。部分法轮功学员在街上派发中共迫害法轮功以及活摘法轮功学员器官等罪行的传单。

◇德国北部部份法轮功学员五月十八日在汉堡举办活动，向人们介绍法轮大法，同时向人们讲述中共对法轮功的迫害。

## 大陆综合消息

## ◇屡遭绑架、拘留、劳教 79岁任守志走出冤狱

二零一九年五月一日，黑龙江省鸡东县七十九岁的法轮功学员任守志结束两年冤刑，从呼兰监狱出狱回家。

任守志曾是鸡东县农民中等专业学校（后改为鸡东县成人中专）函授部主任（副科级高级讲师）。曾患有三十年风湿性腰腿痛、慢性支气管炎、荨麻疹、颈椎骨质增生、乙肝阳性等多种疾病，久治不愈。一九九六年七月，任守志开始修炼法轮大法，炼功几个月所有疾病全部不翼而飞，身体得到净化，思想得到升华。

一九九九年七月中共魔头江泽民发动对法轮功的全面迫害。任守志因坚守法轮大法真善忍信仰，遭到中共多次迫害，至少被绑架八次，被非法拘留六次，两次遭非法劳教共四年，两年前他又被非法判刑两年。

二零一七年五月十八日，任守志再次被绑架到看守所，次日接到鸡东县法院的判决书，他被非法判刑两年，罚款一万元。任守志立即向鸡西市中级法院上诉，要求市中院公正公平的无罪释放。二十天后，鸡西中院来了两人到鸡东看守所提审任守志，要求任守志拿出无罪的证据。任守志指出，他挂真相展板是说明事实真相，是弘扬正气，不违法，更谈不上犯罪。中共邪党不法人员拿不出被害人有罪的证据，却让被害人拿出无罪的证据，真是岂有此理。最后鸡西市中级法院还是无理驳回任守志的上诉，维持原判。

二零一七年七月十七日，任守志被劫持到鸡西监狱集训队，整天坐在硬板床上码铺，二十多天不许洗漱。二零一七年九月二十五日，任守志又被转到呼兰监狱。任守志在监狱继续申诉。他向黑龙江省高级检察院、高级法院进一步详细申诉自己无罪的理由。但是监狱方压着不上交，理由是任守志状告的是国家的法。有个姓王的狱警教导员还说：你可以

炼大法的母亲身边长大的，到了加拿大修炼有所放松，更愿意跟同学一起玩耍。大学毕业之后的一天，他读了一篇师父的讲法，非常受触动，就自问，我在做什么呢？我得选择我的位置。我是修炼人呢，还是修炼人的儿子？这篇文章正好打动了：我是修炼人呢，还是修炼人的女儿？我的选择显而易见。悲伤没有存在的位置了，有一种既温柔又强有力的感觉，就好象我找到了回家的路。

## 去掉自我

在我最初做明慧的时候，要求我们完全按照英文的文字翻译成法文。我很不情愿的逐字逐句的翻译。我当时很不赞成，很抵触。我看明慧文章的时候也很抵触，“这不是法语，根本就看不出说的是什么。”等等，这样的负面思想在我的头脑中，但是我不想离开这个项目。

## 跟翻译相关的小故事

在我修炼之初，我觉得法语《转法轮》翻译的不是太好，有的句子没有动词，有的看不懂在说什么，总之在我看来这不是好的法语。当新的翻译版本出版的时候，我特别激动。终于有一天能看到高质量的文字了、翻译的更好了。

可是有一天，不知道为什么，我打开电脑，点开的是以前的翻译版本。令我惊讶的是，我并没有觉得翻译的不好。后来我悟到大法展示给人看的是内涵，无论哪个版本都一样好。所以重点不是翻译问题，在不在法上才重要。

这个小故事让我明白我应该放下执着：执着翻译的漂亮，强调自己在工作中的重要：“看，我做的多好。”通过这次的事，我更明白了什么叫放下自我。

渐渐的，我从为了自己而做，变成了为明慧这个网站而做。

通过逐字逐句翻译的这个过程，让我的自我暴露出来经受考验，让我放下那些根深蒂固的执着：证实自己的心，渴望被人承认的心，需要让自己做的事被别人看到，让别人知



上厕所，甚至晚上都惦念着他上了几趟厕所。我在问自己：你这是干什么呢？你这是在帮他吗？分明是在推波助澜，忘却它。我不看你，你的表演就将停止。我要做的是发出强大的正念，我们夫妻俩要形成强大的合力，解体干扰他的一切邪恶生命及因素，我们都走师父安排的路，我们和师父一起回家。

由于向内找，我发现我的心性有所提高，向内找真好。

谢谢师父的慈悲苦度！

谢谢师父的一路看护！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法九》〈二零零九年华盛顿DC国际法会讲法〉

## 译文：在明慧项目十六年的修炼

文：法语大法弟子

【明慧网二零一九年五月二十一日】

师父好！

明慧同修们好！

我在得法之后不久，经我母亲介绍进入明慧项目。开始只是翻译文章，很快就让我做校对工作。

这些年做明慧已经成为我生活的一部份，我没有一天不阅读、翻译和校对明慧文章的。我觉得跟全世界大法弟子都是相连通的。对我来说，为明慧网工作就好象在摸着大法弟子整体的脉搏，就好象身处在核反应堆里。

在十六年中，每当最艰难的时刻，是明慧网帮我能够挺过难关，让我能够与我生命的本质相连、再次接通。

我的母亲离世了，我当时感到巨大的悲伤。一年后我看到一篇心得体会，一个年轻的中国人，在中国的时候是在修

写，但我不给你送达。你告国家（中共）的法有用吗？

二零一九年五月一日，七十九岁的法轮功学员任守志结束冤狱回到家中。

## ◇张伟狱中炼功 辽宁女子监狱剥夺家属探视权

辽宁省丹东市法轮功学员张伟现被非法关押在辽宁省女子监狱，因为她坚持炼功，狱方竟剥夺她家人的探视权。

张伟遭诬判九年，被非法关押在一监区七小队，监区主管迫害张伟的管教科长：师静，入监时小队长叫刘宇，现在的小队长叫李队长（好像叫李媛媛）。

张伟从二零一六年春天入监至今，因反迫害被迫害得十分严重。小队长刘宇、主管迫害的科长郭某对张伟大打出手；狱警还将张伟关在一屋子里监控不到的地方，操控犯人刘丽等对张伟轮番毒打。张伟入监的第十二天被狱警刘宇与犯人迫害的生命危急。

二零一九年四月二十二日，张伟的家属按张伟的要求，请了律师一起到辽宁女子监狱，在登记处办理好手续准备会见张伟。一小时后来了两狱警，说：张伟在车间炼功被关禁闭，不允许见家属。

五月十四日上午十点多，张伟的丈夫再次到辽宁女子监狱登记探视张伟。登记处的一警察大声告诉张伟的丈夫说：

“你永远都不用来了，不让见。”张伟的丈夫当时就火了，大声说：“怎么回事？永远不让来了？她到底是什么样了？凭什么不让我见？”登记处人员见此情况，又与监区打电话。

二十分钟后李某与另一狱警出来。李某说：“张伟蹲小号不让见。张伟一直炼功。”她丈夫说：“杀人放火都能见，炼法轮功的怎么就不能见？我今天必须见到她，我已经两个月没见到她了，张伟在里面什么样我都不知道，我不放心！张伟二零零二年就在这里被迫害得出现过生命危险，去年又被你们的队长刘宇唆使犯人刘丽打她，也是两个月不让我见，两个月后张伟身上的伤疤好了你们才让我见。去年八月份，

我和张伟的母亲和儿子来见时，张伟身上只穿了一件衣服，她撸起衣袖，两只胳膊上的伤疤还清晰可见。这件事不会完！张伟现在怎么样？我必须见到她本人。” 交涉了很长时间，队长李某她们就走了。

二十分钟后，队长李某又与一狱警出来。李某说：“领导说继续炼功就是不让见。” 张伟的丈夫坚定地说：“今天必须见！以前你们队长刘宇峻使犯人打张伟，她在电话里也说没有人打张伟，好话说多了，都是骗人，今天我再也不能上当受骗。张伟继续炼功，难道你们还要我等到五年以后再让我见到她吗？她炼功我不管，她的生命安全我要管，李队长你有责任，张伟有什么事我就找你！” 李某与另一狱警商量：“家属就是不放心，回去拍个视频给家属看看。” 张伟的丈夫没有反对，但他强调一定让张伟说出今天的日期。

视频给张伟的丈夫看了，听到张伟说今天是五月十四日，但是视频不清楚。这时，队长李某一直没有明确表明张伟现在是否还在蹲小号。

### 严正声明

本周一百八十二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

本周一百三十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。

### ◇观看万名法轮功学员纽约游行直播有感

文：一帆

漫天的雾霾，让人喘不过来气儿，楼下的“西城大妈”们又站起了大岗，今天是什么日子？赶快翻墙看真相。哇，

理干净了。丈夫告诉我说：我这回好了。从那时起，他真的什么都能吃了。那天是五月四日。

前后历时一个月，慈悲的恩师为我们付出的太多太多了，用尽人间的任何语言都无法表达我们对师父的感恩之情。

### 三、过程中我在向内找修自己

按常理，丈夫在过病业关，他得向内找，好象与我没啥关系。现在的我已经真真切切的认识到，无论在什么情况下，作为修炼人都要向内找，师父说“向内找这是一个法宝。”[2]而且在修炼过程中，我体悟到时时向内找你就时时在修自己，我的这次向内找真的不是强为。

在丈夫过病业关的时候，我还是坚持做救人的事情。一次，我从外面回家，走到卧室，当我看到往日精神十足的丈夫靠在床头上，佝偻着腰，头歪着，脸朝上，闭目无力的模样。瞬间我看到了自己的不足，平时为了做一点饭菜对他产生攀比心真不应该，我心中自己暗暗告诫自己：我不要这个攀比心，灭了它。从那时起，我对他产生了很久的攀比心去掉了。我发自内心的理解他、同情他，我想这还不够，我应该慈悲他，要修出慈悲心啊！

当丈夫遭罪，难熬时，我一次次向内找，真的发自内心的感到，病业虽然在他身上，促成这种状况一定有我的原因，因为他平时有个什么不顺心的事一般不作声，我如果能多理解他，关心他，可能他的心情会得以释放……我今后一定好好修自己，大法修炼不是为他吗？应该多为别人着想啊！

当丈夫糖尿病假相表现的突出时，我看他口渴的难受的样子，又一趟趟上厕所，我发现夫妻情在干扰我，因为我在极力注意他喝水和上厕所的次数，我心里对自己说：我要去掉这个情，如果这个情不去，他可能在表演给我看，什么叫假相，我如果动情，那就是嘴上说假相，实际我把它当真相了，我要去掉这个情。情中还带着急的心，盼他少喝水，少



自然没问题。两次师父对你的帮助，你体会到了吧？他说：就照你说的做。我说：照我说的做不好使，你要听师父的话，照师父说的做。他说好。

吃过早饭，我们俩就开始学法。接下来几天，我们有时学《转法轮》一讲、两讲、三讲，有时还学些师父的各地讲法。刚开始几天还挺好，他的病业反应不重，等到半个月时，即二十五日学法时，他口渴的实在坚持不住，一会儿一喝水，一会儿一趟厕所，二十六日渐好，再后来又开始腰疼、肚子疼，再后来又吃不下饭，肚子胀，基本是不大便不小便，照他的话说，下边的通道堵死了，根本不通气，连喝口水都下不去，几年不敢喝大米粥（听说糖尿病人不喝粥）现在不喝不行了，干饭一口也下不去，每天每顿都得喝粥，光喝粥倒行，肚子疼的使他白天晚上难以入睡。一直到五月四日的下半夜两点多钟，他告诉我说他好了，通气了。

## 二、师父用另外空间的景象鼓励弟子过关

这期间慈悲的师父一直在鼓励他，让他看到了一些神奇的景象：一次是四月三十日的晚上，他对我说：前天下午，我在炼动功抱轮的半小时里，师父一直让我看到了另外空间的景象，我刚头前抱轮，师父就给我展示了另外空间的景象，而且是运动的，我看到一幅活动的金色画面，这地方房子是金的，全是几层的别墅，地是金的，树是金的，一切全是金的，那里的人都穿着长袍，不是现代人的装束，他们的浑身上下全是金的，脸都是金的，他们排着整齐的四、五列围着我走，人很多，我也是金的，我旁边还有一个人也是金的，但我是站着的，这种场景持续了十五、六分钟，当我一分神，又换一个场景……

当他堵的上下不通的最后一晚上，他说有三条脉都通了。我说：是师父给你通的。他说没看见师父。我说你别忘了“修在自己，功在师父”[1]。这天晚上睡觉，他说看到一个场景，师父把他的内脏分成三堆儿，每一堆连肠子的空隙都为他清

是法轮大法学员纽约大游行直播，太好了，我赶上了。

纽约的天好蓝，对于土生土长的北京人，享受蓝天早已成了奢望，自从中共迫害法轮功以来，老天爷就没给过好脸儿。

四位谦和的主持人出现在眼前，言语间如春风沐浴、沁入心脾。我喜欢新唐人电视台源于它的真实、迅速的报到事实真相。

游行队伍缓缓走来，太震撼了！蓝天白云之下，身着黄色服装的大法弟子，手举横幅，在《天国乐团》的音乐伴奏下，向我们走来，我仿佛置身于其中，如果法轮大法在北京大游行，我肯定会不顾一切加入其中，太神圣了，那是我的荣耀。

拉入近景，很多金发碧眼的老外也在队列中，老外也修炼法轮功，而且是全世界的各族裔。日本、韩国、越南、新西兰、比利时、奥地利维也纳、德国、俄罗斯、瑞典、丹麦、台湾、法国……悲催了，原来全世界只有中共不让百姓健康长寿、不许国人修炼法轮功做好人，真是丧尽天良、天理不容。

今年过年前，北京石景山九中优秀化学教师陈彦，就是因为免费赠送百姓一本有法轮功真相的精美新年挂历，被中共警察非法抓捕、抄家，现在还被非法关押在石景山看守所，不准家人探视。

清华大学坚持修炼法轮大法的高材生们，被中共迫害、在监狱遭受酷刑九死一生，被中共逼迫背井离乡、离开自己的祖国。

北京顺义区的法轮功学员柳艳梅因为向百姓发放庭审邀请函，被迫害致死，看到真相报刊上她的遗照，让人惊呆了，人都脱像了，她才五十一岁，生前很漂亮，究竟遭受了怎样的迫害、不得而知。

游行的队伍还在行进中，身着节日盛装的大法弟子，与蓝天白云形成美丽的风景线，遥相呼应浑然一体，象一抹雨后的彩虹，镶嵌在天空。

不知是看走了神儿、还是幻觉，让我感觉大法弟子举着的静态、平面法轮是旋转的，荡涤着人间的阴霾、洗刷着人们的心灵，向着美好的明天一路前行，冲破黎明前的黑暗，

走向华夏神州，相信神归来不远了，仿佛听到了大法弟子的脚步声、应合着天国乐团的天音伴奏“法轮大法好”，就要回到故乡、我的北京。

两个多小时的直播，感觉意犹未尽，看着长长的队伍还在缓缓流动，象一首永恒、快乐的音符，流淌在心中，一眼望去看不到队尾，从天际边走来。

## 人心与因果

### ◇看守所警察说：用你真善忍去影响她

〔大陆来稿〕我从黑窝监狱出来一年多了，今天把在看守所里经历的几件事写出来。

在看守所我呆过两个监号，转到第二个监号的时候快入冬季了，北方这个季节天已经冷了，一天晚上大家坐在炕板上看电视，我曾经呆过的第一个监号的警察站在窗前喊我的名字：“某某某，你有棉衣服吗。”大家很惊愕的看着我。

在看守所不允许穿自己的衣服，所需衣物都得在看守所买，一套棉衣 300 多元钱，第一年冬天就是这位警察给我的棉衣，今年转到第二个监号，刚来正好赶上冬天，她怕我没有棉衣，特意来问我。

\* 警察说：你去和她谈谈

在第二个监号，一天，从别的监号转过来一个人，这个人搞过工程，说话声音很大，还爱说，谁有事她都说几句，说说就吵起来了。她还有高血压的病，在家的时候每天吃药维持在 140 到 150 之间。

一天负责这个号的警察站在窗前喊我：“某某某，你过来。”她说：“我把你安排在她的身边，你和她谈谈。”我欣然接受，心想感谢给我提供讲真相的机会。在看守所，每个人坐的位置是固定点，一经安排是不允许动的。

我给她讲了真相，做了三退。过了两天，看守所的医生来量血压，量完血压，她坐在我身边不吱声，我想怎么不说话，就问她“多少？”她有点疑惑的说：“高压 127，我在

间，他又从新走回修炼中来，可因糖尿病假相困惑着他，一直以来一边学法炼功，一边不断的吃各种药医治，什么祖传中药、什么盐酸二甲双胍肠溶片、什么参芪降糖胶囊，基本是不间断的吃，但降糖效果不是很好。

### 一、病业假相一起袭来

今年清明节，他去乡下给故去的父母上坟，出现感冒发烧的症状还伴有咳嗽，在亲戚家他又吃了退烧、消炎药，可是高烧仍是 38 ~ 39 度，回家后他坚持听法，没吃药退烧，36 度多，当高烧退去后咳嗽的非常厉害，咳嗽伴随哮喘，折磨的他不能躺着睡觉，多半时间是靠在床头坐着喘，他又在不断的听法，两、三天的时间咳嗽和哮喘都好了，这时他可能感到有些迷糊，自测体内糖指数是十六个多，正常人的数值是六、七个，他对我说，我现在可能是糖尿病合并症了。我问什么特征，他说，我现在有些迷糊，有时忽悠忽悠的。我说合并症就是综合症吗？因我修炼二十三年来从未吃过药，我也不懂这些。他说：是综合症还完了呢。我想：唉，从字面上看差不多是一回事，我也别和你掰扯了，哪有什么合并症，全是假相。这一天药药的，我看他吃药我就觉得难受，一直以来按捺着自己，怕说多了把我的想法强加给他，怕说的话带有枪药味而刺伤他，对他修炼造成干扰，真是难啊！

四月十日早晨，他又量血糖，数值没降。我问他：我做饭不？他说：什么意思？我说：你要选择去医院，我们就不吃饭，好化验，不去医院就吃饭，学法修炼。他说：你说呢？我说：你的事我说不好使，你自己说了算。他还是问我。这时我说：我们俩好好交流交流。因他搞技术，平时也不善谈，我就开口说：你想想，这几天无论是发烧还是咳嗽，你都没吃药，在听法中师父两次在恩赐你，这是事实。如果你把它当成糖尿病到医院就一条道：扎针，那是要终身携带，每天饭前扎针，因为常人就是那样。如果你能在法上好好修炼，



坏我尽量做到不动心，保持一个修炼人的平和心态。慢慢的，我说大法好他也不反对了，我揭露邪党散布的谎言他也不吭声了，说邪党不好他也不愤怒了，电视上播放邪党的歌曲和电视剧，我让他换台他也不反对了，这在以前是不可想象的。过去别说说邪党不好，就是提法轮功三个字他都要大动肝火，暴跳如雷。

丈夫的改变证实了大法的无边威力，也证明了大法弟子修好自己对救度世人的无比重要！现在的我不再把丈夫得救的希望寄托在丈夫出国听真相上了，救人的法宝就在眼前，师父赋予了我们每个大法弟子威力无比的“向内找”的法宝，我还向外求什么呢？

感恩师尊！感恩大法！使一个面临淘汰的生命绝处逢生，也使我这个满身党文化，遇到问题就向外找的不合格的弟子通过学法向内找不断在法中归正自己，跟上了师父的正法进程。虽然我离合格大法弟子的标准还相差很远，但我会继续努力。

再一次感恩师尊的慈悲苦度！

注：

- [1] 李洪志师父著作：《洛杉矶市法会讲法》
- [2] 李洪志师父经文：《致台湾法会的贺词》
- [3] 李洪志师父著作：《各地讲法九》〈二零零九年华盛顿DC国际法会讲法〉
- [4] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈二十年讲法〉
- [5] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉

## 丈夫过病业关 我向内找修自己

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一九年五月二十一日】近日，丈夫过了一次病业关。在他过病业关期间，我除了和他一起学法、发正念，就是向内找自己，不断的在大法中归正自己的一思一念。

我们夫妻是同修，只是丈夫在修炼的这条路上，因志不坚，表面上是工作忙而放弃了几十年，没能精進实修。近两年多时

家天天吃药都140多。”又过两天再次量血压，她告诉我：“高压120，低压80。”

第二天早上，管号的警察问她血压多少。她说：“120，80。”警察说：“这不正常了吗！”

\* 警察说：你用真善忍去影响她

转过来的这个人在社区工作，因设赌场被抓，家里有点背景，脾气很大，说话声音也大，用吵架的方式说话，一旦张嘴很难停下来。

过了一段时间，管号的警察站在窗前喊我的名字：“某某某，把你安排在她身边。”我有点为难，怕做不了给自己带来麻烦，给大法抹黑（这是当时的悟性）。她说：“你用真善忍（去影响她），你坐在她身边不说话都行。”我说：“试试吧。”

我给她讲真相，做了三退。她平静了，不吵架了，过了几天转到别的监号。

警察正在认同大法，善待大法弟子，他们善良的一面也愿意用正的方式、善的方式处理问题。

## ◇ “你是好人哪！真是好人哪！”

〔河北沧州来稿〕走在熙熙攘攘的大集上，一个农家门口坐着的一位老人进入我的视线。他大约七十多岁，目光呆滞，流着口水，身边放着一把拐杖。他就那样呆呆地坐着，仿佛等待着什么，与周围匆匆的人流，热闹的环境是那样格格不入。

我走近老人，弯下腰，礼貌地给老人一个问候。老人好象不会说话，看样子“栓”（脑血栓）得不轻。我拿出护身符，指着上面的字对他说：“大爷，您就念‘法轮大法好、真善忍好’这九个字吧。大声念，小声念，心里默默地念都行。我是炼法轮功的，原来有多种病，就是炼功炼好的。法轮功师父是救人的，教人按‘真善忍’做好人。谁相信谁有福，有了福，咱这病好得就快，病好了，咱就不用小辈儿伺候了。行走也方便，多好！”老人重重地点了点头，口齿不清地“嗯”<sup>13</sup>

着。然后伸出一只手，哆哆嗦嗦地接过护身符，看了又看，攥在手里。“大爷，我这还有本《金种子》（明慧真相期刊），您可以看一看，对法轮功多了解一下，您收下吧。”老人又“嗯嗯”了两声，示意我给他放在半拉着拉链的棉袄里。最后，老人还点头同意退出了曾入过的少先队。

我弯腰合十，向老人道别：“大爷，过些日子，我再来看您，到时候您身体要大有进步哟。”“嗯！嗯！嗯！”老人非常用力地回应。

两个多月以后，为了兑现诺言，我又特意到了那个集上。我的目光在搜寻着每一个门口及每一个门口坐着的人。“你，你，你来了！”一个满脸堆笑的老人主动跟我打招呼，并且一个劲儿地向我合十。“大爷，您真的好了。您看，您一眼就认出我来了。”“你是好人哪！真是好人哪！”老人一把抓住我的手，紧紧地抓住不愿撒开。我被动地被老人拉到他们家的屋子里。一进屋，我发现那本《金种子》端端正正地放在床头上。而那个护身符，老人把它放在桌子上供起来。老人赶忙拿起护身符，对我说：“念啊，好啊！”然后对着我和护身符合十。突然，老人象孩子一样“呜呜”地哭起来。我，作为一名大法弟子，曾因坚守对大法的信仰，被中共酷刑折磨得上肢瘫痪。那时，我未曾掉过一滴眼泪，而此时，我却被感动得泪流满面。

老人非留我在他家吃饭，我婉言谢绝了。他又拿起桌上的火龙果往我包里塞，我又礼貌地谢绝了。老人不知如何是好，一个劲儿地说：“谢谢你，谢谢你！”我告诉老人：“我的师父叫李洪志，他是来救人的。我也是在大法中受益的人，要谢，咱们一块儿谢谢我的师父吧！”

临走的时候，我又送老人一本《天赐洪福》小册子，并鼓励老人继续念“法轮大法好、真善忍好”。走出老人的家门很远，我回头一看，老人还在门口直直地站着，保持着双手合十的姿势。

生的被救度，为了兑现我史前的誓约，我必须修好自己。

我在心里对师父说：“师父，我错了，我一定会改！”

## 二、改变自己

清除争斗心，我先从做一个贤妻入手，首先要求自己今后说话声调降一个八度，放下在丈夫面前强势、高高在上的架子，从行为上和思想上彻底抛弃争强好胜，好勇斗狠的心；遇到问题不再向外看，先学会闭嘴，然后向内找执着；按中国传统女性温柔、贤惠、善良、温文尔雅、善解人意的标准做人；在生活中无微不至的关心丈夫，体贴丈夫，处处为他着想；在与丈夫的相处中处处敬重他，在家庭生活中不再高调，甘当配角，低调做人。让丈夫从新感受到家庭的温暖，从新恢复他男子汉的自尊与自信。

每当我守不住心性，怨恨心往上冲时，我立即对自己说：抱怨是魔鬼，灭！遇到问题时，我不再象过去那样急于表达，自以为是，抢着评判对错。我提醒自己学会修口，少说话，不应该说的话坚决不说；需要交流时尽量做到心平气和，不带人的观念，内心充满善意。同时加强学法向内找，增加发正念的时间和次数，多看多听《九评共产党》、《解体党文化》、《共产主义的终极目的》等大纪元文章。随着执著心的不断清除，我的争斗心越来越小，内心充满善念。从小到大自尊心极强，从没在人前认过错的我第一次在丈夫面前真诚的道了一声：“对不起！我错了！”让丈夫明白真相的过程，其实也是修炼自己的过程，在这过程中我发生了脱胎换骨的变化，我的修炼有了根本的突破。

随着心性的不断提高，我和丈夫之间的坚冰逐渐消融，我们之间紧张、对立的关系也日趋缓和，家庭气氛也越来越融合。这时丈夫也开始愿意和我说话，并和我交流一些看法。这时的我也会心平气和的，尽量不带观念的说出自己的意见，并寻找适当的机会讲大法真相。一开始听真相丈夫也会反对，真相触动了他的禁区时他也会激动的反驳。但无论他态度好



变异的多么严重！邪党的终极目的地真的是在毁灭人。如果不是学法向内找，我可能永远都意识不到邪党文化对我的毒害已经达到这么严重的程度了。在我的思想深处、心灵深处彻底清除党文化已经刻不容缓！

师父说：“善的最大表现就是慈悲，他是巨大的能量体现。他能够使一切不正确的都解体。”[3] 大法弟子只有修善才能救了人，邪党所宣扬的党文化是在毁人，争斗心就是典型的党文化，就是不善的表现，所以必须解体。回想过去自己在党文化的影响下，整天象个充了气的好斗的公鸡，带着强烈的争斗心，怨恨心，愤愤不平的心去给世人讲真相，不但救不了人，还给大法抹了黑，增加了救人的难度。正因为我强烈的争斗心和满身的火药味，在我身上体现不出来大法的美好和大法弟子的善，因此我得不到丈夫的认可，从而使他拒绝真相。这一切不都是因为我自己没修好而造成的吗？

现在认识到彻底清除党文化对大法弟子修好自己非常重要。回想起我平时讲真相也是这样，只要争斗心不去就会遇到麻烦。

师父说：“过去我跟大家说，我说大法弟子修炼的好坏，决定了救众生的力度，也决定了在世间配合正法的成败。”[4] “作为大法弟子来讲，你们的修炼是第一位的，因为如果你修不好，你完成不了你要做的事情；如果你修不好，那救人的力度也就没有那么大。如果修的再差一点，那看问题想问题的方式都是用常人的思想、常人的想法，那就更糟了。”[5]

师父的法如同惊雷把我震醒，那一刻我明白了我不是一个普通的修炼人，而是一个有着重大历史使命的大法修炼人，大法弟子能否修好自己责任重大！因为他直接关系到宇宙众生的能否被救度。在这关键的历史时刻，大法弟子救人光凭热情和良好的愿望是远远不够的，一定要在法中归正，同化宇宙大法“真、善、忍”，真正达到大法修炼人的标准才能救得了人。大法弟子救度众生义不容辞，责无旁贷。为了众

【河南来稿】二零一九年四月二十六日，河南省郑州市公安局二里岗派出所（分局）副所长王振福涉嫌严重违纪违法，目前正接受省郑州市纪委监委纪律审查和监察调查。其实这是王振福参与迫害法轮功而遭到报应的开始。

王振福，一九九九年六月至二零零一年十一月郑州市公安局经侦支队七大队副大队长；二零零一年十一月至二零零八年三月历任郑州市公安局管城分局副科级侦察员、二里岗派出所所长；二零零八年三月至二零一一年十二月郑州市公安局正科级侦察员；二零一一年十二月至下台，郑州市公安局二里岗派出所（分局）党委委员、副所长（正科级）。

自一九九九年中共江泽民集团发动迫害法轮功后，王振福始终充当江的流氓打手，违背人性与良知，对管城区诸位大法弟子施行不同刑种的酷刑折磨，如：权培建（施行九种刑罚）、牛童琴、李惠珍、薄丽梅、封彩芹、刘春玲、许松朵、郭建玲等多位大法弟子均遭他殴打与折磨。

二零零八年五月末的一天，王振福对大法弟子闫静进行连续三个多小时的酷刑折磨，致闫静多次昏迷，心脏病突发，双腿发麻，左臂不能动，右手拿东西发抖，高烧一个多月未退。闫静后被诬判四年，监外执行。明慧网恶人榜有王振福记录。

## 时事评论

### ◇退出邪党身心净

文：清音

在5月16日的纽约市曼哈顿第42街上，法轮功庆祝第20届世界法轮大法日的游行队伍绵延数英里，一眼望不到头。在游行的第三个主题方阵走来时，一个蓝底金字的“全球退党服务中心”的巨大立幅告诉人们一个重大天象：已经有三亿三千万中国人宣布退出了共产党的党团组织。

在这个队伍中，有退党中心的义工，有刚刚做了三退的

普通人，也有在世界各地不论风吹日晒都坚持在景点向中国游客讲真相的法轮功学员们。他们高举“了解真相是得救的希望”、“天灭中共”、“天佑中华”、“退党保命”等彩色条幅，向世人透露着天机。

田璐是游行队伍中的一员，她每天在好莱坞景点收集的退党登记表都有一厚摞。田璐说：“很多人都知道共产党真的挺不住几天了，十年前你跟人提这件事，很多人不敢公开表达，现在敢于公开表达的人越来越多。”“很多人说……（你们）讲的真好。有的人就说，我虽然不炼法轮功，但是我支持你们，希望你们李大师也救救我。”

台湾法轮功学员程曦从2008年起就先后在101大厦景点和国父纪念馆前拿着喇叭讲真相。她说，大陆人看到台湾每个景点都有法轮功学员，经常问的一句话就是：“怎么没有人管你们？”她就回答说：“哪个国家管好人？法轮功在全世界都是合法的，其实在中国也是合法的，而恰恰是中共的镇压是非法的。所以你们要多听多了解才不会吃亏。”

#### \* 明真相后的觉醒

很多中国人是从法轮功学员的介绍中，或翻墙上网了解真相的，尤其是看到《九评共产党》之后发生了深刻的变化。来自辽宁的于泽在大纪元网站发表三退声明时说：“《九评共产党》像九面照妖镜般照出、剖析、揭穿中共邪党谎言欺骗与暴力、暴政、杀戮，震撼中触发了我的精神觉醒。读《九评》明真相、识真邪，把那邪教恶魔和流氓本性抖了出来，又像九把利剑折断了它的命脉。”

来自云南蒙自的王尧说：“因幼时接受了邪灵的蛊惑，变得狂躁，在网上不停地针对抗共义士进行攻击，但是偶然有一天我不小心看到了《九评共产党》，遂感到豁然开朗，之后翻墙更对我原有认知产生了颠覆性的作用。我的后悔无法用语言来表达。特此声明三退以表达我对自己失去的几十年的弥补。”

黑龙江省佳木斯市的长莲说：我是高中教师，我们学校

## 一、向内找是提高心性的法宝

师父说：“修炼就是向内找，对与不对都找自己，修就是修去人的心。”[1]“修炼是修人心、修自己，当有了问题时、有了矛盾时、有了困难与不公平对待时，还能找自己向内看，这才是真修炼，才能不断的提高、才能走正修炼的路、才能走向圆满！”[2]

不断的学法，师父的法打开了我的心结。我终于认识到多年来丈夫拒绝听真相的根本原因还在我身上。是我没把自己当成一个炼功人，没有实修自己；是我没有转变人的观念，遇到矛盾就向外找，因此长期以来心性得不到提高，执着心太多所造成的。我认识到，作为一个修炼人，修好自己是第一位的。要想改变别人，首先改变自己。

当我真正静下心来向内找，才发现自己的每一个执着心都打上了党文化的烙印，如：强烈的争斗心、怨恨心、愤愤不平的心、自以为是的心和不让人说的心；什么都是自己说的对，一切都要自己说了算；喜欢把自己的观念强加给别人，说话强势，坚持自我，放不下自我，维护和保护自我，自我膨胀的心；喜欢听好听的，怕受伤；做事走极端，爱钻牛角尖，常有理，无理争三分，得理不饶人；心的容量小，爱生气，不能包容和宽容人，说话尖刻，爱讽刺人、挖苦人，容易伤人；总想改变别人，不想改变自己，等等等等。

向内找的结果让我震惊，一直认为自己对邪党没好感，邪党迫害法轮功以来更加认清了它的邪恶本质，怎么自己身上会有这么严重的党文化？自己满身的党文化还盯着丈夫的党文化不放。丈夫的表现其实映衬的是我的表现，他就像一面镜子把我的各种执著心放大，暴露无遗。用大法的标准来衡量，我的表现与宇宙特性真、善、忍的要求相差甚远，与中华优秀传统文化所倡导的仁、义、理、智、信和温良恭俭让也格格不入。

在我自己身上我看到了邪党文化对中国人的毒害，将人



注：

- [1] 李洪志师父著作：《各地讲法四》〈二零零三年亚特兰大法会讲法〉  
[2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈为谁而修〉  
[3] 李洪志师父著作：《各地讲法一》〈北京国际交流会讲法〉  
[4] 李洪志师父著作：《各地讲法十》〈再精進〉

## 实修自己 丈夫渐渐明白了真相

文：大陆甘肃大法弟子

【明慧网二零一九年五月二十日】我和丈夫是双方丧偶后重组的家庭。丈夫大学毕业后一直在教育系统工作，为人诚实正直，工作认真、踏实，但性格倔强，认死理。因出身不好，家庭遭受过邪党迫害，所以他胆小怕事，对邪党心存恐惧，多年来一直按邪党要求的“夹着尾巴做人”。

文革后丈夫担任教育处处长和邪党党委书记，被邪党彻底洗脑，邪党说什么就信什么。特别是江魔头开始镇压法轮功以后，我给他讲大法真相不听，给他真相资料不看，一概拒绝，只相信电视上的诬陷宣传，他甚至多次说过对师父和大法不敬的话。

后来，他竟然开始限制我的行动和自由，审问我的资料来源，不准我接触同修和给世人讲真相。再后来连法轮功三个字都不准提，一提就遭到他的严厉训斥。多少次我试着给他讲真相都被他粗暴打断，不准我说话。我在家失去了言论和信仰的自由。

我们之间的矛盾越来越深，关系也越来越僵，双方互不相让。家庭气氛紧张，压抑，开始了长达十年的冷战。

但我知道他本性善良，是被邪党的谎言所欺骗，所以从内心深处又不想放弃他，我知道放弃他就等于毁了他。无奈之下我把他得救的希望寄托在让他到海外听真相。可多次劝说他都不动。我的内心苦闷到极点，对他的怨气越来越大。认为他太固执，不可救要，彻底放弃了对他得救的希望。

有两位法轮功学员，都是非常好的教师，屡遭迫害；校领导贪污几百万，却没人管；这中共腐败透顶，太邪恶了。我声明退出邪恶的中共党团组织。

辽宁省葫芦岛的肖月说，我相信神佛，听说中共年初炸毁了河北石家庄的一个摩崖观音立像，感到气愤，如果这世界有神佛，不会保佑无神论的党徒，我声明退出中共团队，做有信仰的好人。

\* 一名电视台记者的感慨

化名“良心”的电视台退休记者说，今天遇见多年前的病友，笔直的身材，红光满面，令我诧异。和之前因腰椎间盘突出只能弯腰行走的他判若两人。他说是修炼法轮功使他走上身心健康之路。他还说修炼法轮功不让杀生，更不会自杀。天安门广场连个草根都没有，警察事先准备好了灭火器，是自编自演的伪火。——又是一个弥天大谎。

这让我联想到“六四”我们台里一位同事的弟弟被杀的往事。他的弟弟是一位采购员。“六四”凌晨骑自行车在天安门南面的公路上被打死。他从北京认尸回来，到我们台里说，他弟弟的尸体是在天安门附近的人防工程里找到的。里面有很多等待辨认的尸体，找了几个小时才找到她弟弟的尸体，可见尸体之多。里面还有许多医生流着眼泪抢救伤者，不时传来伤者呻吟声，喊叫声，惨不忍睹。这是我心中挥之不去的伤痛，是人民的悲哀，祖国的悲哀。

民间流传着新闻联播，满嘴胡说；人民日报，胡说八道；地方媒体何尝不是胡说八道。我当记者时，也是满嘴胡说。中共总是用谎言欺骗人民，掩盖其暴政。中共制造了太多的人间悲剧，邪恶至极。我声明退出中共团、队组织；我的良心与恶党本来不是同类。

现在，越来越多的中国人明白真相，甚至很多高层官员都选择“三退”，正像有60年的党龄的92岁的河北退休干部李国民所说：“退出这个共产党恶魔邪教组织，干干净净地过日子。”（节选）

## ◇ RFA: 尽管受到打压 法轮功在北朝鲜传播

（明慧记者王英编译报道）据消息人士透露，尽管朝鲜当局已经发起镇压，但法轮功正在朝鲜首都平壤传播。

自由亚洲电台（RFA）五月十七日报道，法轮功于一九九二年在中国传出。在随后的七年中成为国内外发展最快的修炼功法。一九九九年时任中共头目江泽民主令迫害法轮功。法轮功学员被从家中拖走，关进拘留所。

在海外，法轮功继续蓬勃发展。法轮功学员经常举行活动，抗议中共的迫害，并呼吁关注中国法轮功学员所面临的遭遇。

文章说，朝鲜内部消息人士说，平壤当局已开始镇压法轮功，因为平壤市人口中的法轮功学员数量急剧增加。

“朝鲜司法当局正在挣扎，因为法轮功在平壤公民中的传播已经超出了他们的预期。”平壤消息人士在五月十一日接受自由亚洲电台韩语节目采访时说。

消息人士说，当局上个月开始镇压。“四月初，警方发布公告，下令公民自愿报告他们法轮功学员的身份。他们威胁要对那些没有自首的人施加严厉的惩罚。”消息人士说。

据消息来源表示，政府对法轮功的行动适得其反，因为对法轮功的负面宣传反而使其更受欢迎。

“在宣布镇压之后，人们突然对法轮功非常感兴趣，之前，法轮功已经在平壤的社会中传播开来。法轮功在这里被称为信仰修炼，结合了打坐和动功，所以现在人们对法轮功非常好奇。”消息人士说。

同样来自平壤的另一个消息来源，将朝鲜当局对法轮功的镇压比作对宗教的战争，并将这种情况与朝鲜当局过去迫害其他宗教信仰徒的方式进行了比较。

虽然法轮功的迅速传播可能令当局感到震惊，但第二个消息来源认为法轮功不容易被消灭。“即便是中共政权也没有赢得对法轮功的镇压，现在法轮功正在平壤传播。”第二个消息来源说。

第二个消息来源还认为，法轮功很受欢迎，因为人们生

考这个项目，如果我是负责人，我该如何策划呢？第二次见面的时候，当他问我的意见的时候，我一股脑的把自己的思路全倒出来了。心想：这可是我很认真的思考结果，我可没有置身事外啊。我们协商后，感觉项目还是没有太大的起色。

我回到家，心里隐隐的感觉我还是没有找到“配合”的实质。我回想，项目第一阶段的时候，同修B尽心尽力的全程配合我，项目需要什么，他都想方设法去解决。这次我怎样才能更好的配合呢？“配合”到底是什么心境和状态啊？那几天，我头脑中总是来来回回的想这个问题。

有一天，师父将“配合”两个字打到我的脑子里，字是立体的。师父在刹那间让我感受到“配合”的一层法理，它是暖暖的，是一种绵长、洪大的胸怀，是一种完全放下自己的想法去成全他人的无私状态，无比美好。我知道自己该如何配合了，我将自己的想法全部放下，认真的琢磨同修的策划，将不足的地方弥补和完善，完全没有“我的”、“他的”差别。后来，因多方因素，这个项目又转由我负责，后期效果反馈也还好。

这几年虽然时日不长，在我的修炼路上却是无比珍贵的时光。师父利用各种因素，让我从中看到自己的不足，推着我快速提高。每一次升华，就象打开了一片天，一层一层的。由于项目的需要，经常会有通宵达旦的时候，稍微休息一下就去上班，但是我从来都没有觉的苦。周围的人不知道我在做什么，就是看我每天都非常忙。

师父讲：“你能默默的去完成好你所看到的不足，你能默默的做好你应该做的，你把那件事中不完善的部份自己默默的把它做好，众神佩服的了不得，说这个人太了不得！这才是大法弟子应该做的。”[4]

我总是想：尽最大能力，默默的做好我能做的一切，我就很幸福了，我知道师父赋予我的太多太多。

今生，我能做师父的弟子，是多么荣耀啊！

再次叩谢师父！



有内涵。同修的直言，就象一桶清水彻底让我认清了显示心和欢喜心。从那以后，我做项目的时候，都认真审视一下自己，我是在表现我自己呢，还是纯净的在救人。

当项目的效果被许多同修认可的时候，我的内心也不再有什么波动了。我非常清楚这个项目中，是师父赋予我的能力和技术，是同修一起的配合，让我将这一切做好，达到救人的目地。做好本就是应该的，做不好那才是问题。

## 二、项目中的配合

### 1、分工不同，相互补充

出于安全考虑，项目不宜对外，参与这个项目的人很少，都是封闭的，有两位同修甚至从未谋面，基本都是通过明慧信箱进行交流。同修 A 主要负责协调；同修 C 是这方面的专业人士，经常给大家一些专业上的建议；同修 B 与我是项目的主要实施者。虽然小组人不多，但是大家都非常配合。我们也出现过几次意见冲突严重的状况，这个时候大家能坦诚的交流，不推诿、不指责，站在大法基点上找出解决的办法。

我与同修 B 经常会见面交流项目中的想法，他的理性总是让我看到自己在很多方面的不成熟和局限性，他指出的问题基本都是我需要提高的地方。每次交流后，无论是项目的本身，还是心性的提高方面，我都有一种豁然开朗的感觉。

大家共同精進，共同提高，保证了项目持续稳定的运作，以及项目的质量和救人的效果。

### 2、体悟“配合”的一层内涵

项目的第一阶段，主要由我负责，同修 B 辅助。当项目的第二阶段的时候，我和同修 B 角色换了，我来辅助他。我原以为“配合”就是：你需要我做什么，我就做什么。

有一次，同修 B 与我商讨的时候，征求我的意见，我谈了谈自己的想法。他说：我觉的你怎么好象在项目之外啊。我回来后，反复琢磨着这句话。我想，可能是我需要主动去做才行，不是被动的被提问。于是我把自已当作创作者来思

活在压迫之中，而且因为法轮功学员有极好的主张，给了他们希望。

“这就象干旱期间的降雨一样，因为公民对未来早已没有希望。”第二个消息来源说。

平壤镇压法轮功是政府首次对朝鲜的法轮功学员采取行动。因修炼法轮功而被捕的一百人发生在该市十八个区之一的平壤松江区。

朝鲜的宪法允许宗教信仰自由，但在其境内不存在真正的信仰自由，所有的教堂和寺庙都是国家经营的。（节选）

## 修炼园地

### “受惊”后的向内找

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一九年五月十八日】“惊”是常人七情“喜、怒、哀、思、悲、恐、惊”之一，我曾在常人中因名利突遇变故而有几次受惊，症状是小腹处“唻”的一下，然后就是全身有木麻的感觉。而就在前几日的一次本地协调人交流会上，我却又出现了受惊的症状。

那天，我们本地八、九个协调人开交流会，在我谈到个人实修与同修现状时，A同修突然打断我的话题，话语犀利，说我讲得混乱，一会说个人一会说同修的，不知所然。我多年未有的受惊状态突然又再现了。B同修又紧接A同修的话题，说我看到的都是假相，等等。我当时真是发懵了。尽管同修讲完后，我还表面上谦虚，表示如果我错了就改过来，就按照同修说的。但还是难以掩饰当时的窘态。

后来，C同修发言，A同修也对其提出了异议，当我听到A同修说，“修炼中，修一思一念是阶段性的”，我未等其发言完毕，便打断了他的发言，给予否定。看到我和A同修争执，紧挨着我的E同修马上提醒我换一个话题。

会上，只是表面上过去了。会后，情绪低落，心情沉重，心里堵得象压一块石头。脑袋里还是在回放着当时的情景。修炼毕竟不是演戏更不是变魔术，无意识的情绪流露那才是卸妆后真实的自己。那么点事儿竟会受惊？但当时自己的状态就是这样，此时方知自己修炼的竟是如此的差劲。

慢慢的沉静下来，意识到必须向内找一找了。

我开始问自己，为什么会受惊？究竟是惊动了哪颗深深掩藏着的执着心了？不断反思，并与同修交流，请同修帮助。方觉察到：自己高高在上自以为是而不容置疑的那颗虚荣心突然受到了冲击，它就吃惊了。工作上，在当地自己学历最

小组同修说：可能这个项目的救人力度大，压力也会大吧。我开始也认同这样的想法，师父在法中讲过“相生相克”[2]。但是这样的状态，让我总感觉自己需要突破什么。有一天，我突然意识到问题出在自己这，我无形中把这个项目看重了，才招来了这些阻力。

放眼周围的同修，他们都在做救人的事，只是分工不同罢了，没有差别。每个人的特长都是从久远历史就开始奠定了的，如今我有能力、有技术，那也是自己曾发过这样的誓约，扮演了技术人员角色。那些每天在外讲真相的同修是多么了不起啊，而我却不自觉的把自己所做的项目区别对待，我的人心招来了这些不好的物质，这与项目本身救人的力度和效果没有关系。而且我把“相生相克”的理绝对化了，师父讲：“相生相克是宇宙低层特别是三界内的理。”[3]当我把这颗心放下的时候，只用纯净的平常心态认真对待这个项目时，这些压力都消失了。

### 3、去除欢喜心与显示心

技术同修一般都有自己的一技之长，有自己的经验，这是优势。但是不站在法的基点上处理问题，这些经验就会成为桎梏，蒙蔽自己的双眼。在这个项目中，我的经验真是少之又少，这一路走来，经常是一边查资料学习技术，一边立即用于项目中。在师父的加持下，我并没有觉的这些技术生僻，却总感觉有一种水到渠成的顺畅。开始的时候，我的欢喜心与显示心并没有显露出来。后来，小组的同修逐渐认可了我的能力时，这些心就渐渐的滋生了。

记得有一天晚上，我把自己认为做的很不错的内容发到信箱里时，暗暗的等待着小组同修的赞赏。第二天，我去信箱看是否有留言，反复进去好几次，都没有任何留言信息。这种控制不住的查看信箱的状态，让我惊醒：这不就是显示心和欢喜心在作祟吗？我静下心来，开始清除它们。等到第三天，同修留言直接告诉我，做出来的内容效果并不好，没



学法和与小组同修交流，我渐渐明白，大法弟子的项目是为了让世人明白真相，那么就需要从常人的角度去考虑，哪种方案更有利于他们接受真相。师父讲：“讲真相一定要理智的讲，用符合人的理念去讲。如果神来神去的讲，完全不站在人的理念上、不考虑人能不能接受，那你就是在起破坏作用了，那起的作用就是反的。一定要理智的去做，清醒的去做。跟人家讲真相的时候要考虑到别人的接受成度。”[1]

我们在做项目的时候，很容易陷入自己的情感中，觉的这样表达才能让常人重视，那样解读才能让常人了解。其实这样做出的项目，更多的是表达我们自己，而不是常人。而当今的常人，他们信神的底线很低，被现代意识冲击的无暇关注他人。要唤醒他们的良知，就得从他们的角度去考虑，如何抓住他们的眼球，如何让真相在他们的心中产生共鸣。这个时候，我再回头审视同修的建议时，哪些建议更有利于救人，哪些建议出发点存在偏移，就看的非常清楚了，整个项目的框架很快就搭建起来了。

有时候，同修的不同意见其实是师父点化，指出项目存在的缺陷。记得，项目进展到一定成度的时候，我隐隐的感觉有问题，但是找不出问题所在。一天，小组同修婉转的转述了另一同修对项目的评价。评价虽然刺耳，但真的是一针见血，把我迟迟没有找到的问题都说出来了。我心里无比感激师父，针对问题，我做了很大的调整和修改，后来大家都觉的效果挺好。

## 2、面对阻力

在做项目的时候，小组的同修经常感觉到来自不同层面的阻力。有时反映在工作中，有时反映在家庭中，有时反映在身体上，有时是来自另外空间的重重压力。大家一方面在心性上下功夫，不断纯净自己，另一方面多发正念，清除这些干扰。

有一段时间，我感觉自己走路的时候，腿象有万斤重一般。

高，从事语文教学工作几十年了，在党文化的浸泡中养成了巧言善辩，无理也要搅三分的恶习。这么多年中，对于学生来说老师讲的就是金口玉言，不容置辩，也从未有过质疑。自以为说话不跑题、简练、有条理，因为这是自己的老本行。修炼中，自己是当地的协调人，参加的交流切磋法会不管是本片本县的，还是外县的，省城的，也不知有多少次了，讲起来总是滔滔不绝，这么多年从未被质疑过。潜意识中慢慢的就滋生滋养了那颗目空一切，妄自尊大，非常虚荣的心理。这颗膨胀而又脆弱的心一经碰撞它怎么还会安然呢？再加上自己负责着本地的技术问题，同修这方面有了困难，往往需要自己去解决。过程中听到的都是赞扬，很难听到对自己的异议。这就更助长了那颗越来越膨胀的自我了。

我又问自己，为什么不等同修讲完就突如其来打断他的话呢？其中夹杂了多少是为了挽回自己刚才颜面受损，而对同修发出的回击呢？这不是怨恨心，报复心吗？这是掩藏多么深的肮脏的心啊！找到这儿，我大吃一惊。

我接着再问自己，为何要与同修争辩呢？进一步再向内找，意识到自己争就是有争斗心，争斗的目地还是为了证实自己，显示自己。辩是为了掩盖自我过失，维护自我，保住那个放不下的自我面子。找到此我想到了师父的诗词中的“对的是他 错的是我 争什么”[1]，身心一下子轻松了。

可能是师父看到了我向内找了，又让我经历了一件事来点化我。

办公室，我旁边靠窗的位置刚换了一位新同事。冬天，其他同事嫌暖气不暖和，还要开空调。而这位新同事无论天气多冷却喜欢开窗透气吹风，往往开一阵子，他就走人了。今天，他又打开了窗户，一阵子后他叫我让一下道，他要走。我一看他又要大开着窗户走人，就说：“关上窗户吧。”他呵呵一笑说：“我还不走呢。”我看他要赖皮争辩，就说：“你真麻烦。”别的同事开始数落他了，这时我突然醒悟了，

他不就是我的影子吗？这不是师父借这位同事的表现在点醒我吗？用争辩来掩盖过失。是啊，自己是应该吹吹冷风清醒一下了，执着被掩盖的太深了。

有天晚上，因事找D（参加那天交流法会的一位）同修，D同修就和我交流说，那天别人也许没注意，她看到我表情非常难看，问是不是触及到了我深层的东西了。我便和她交流了我的真实的想法及体悟，那时的感觉格外轻松，原来修炼向内找真好啊！

## 后记

文章写完后，让妻子同修看，她看完后，笑笑说：“我也说不好，你还是让别的同修看看吧，因为我比较了解你。也许我是带着观念在看，总感觉说不上的一股劲。觉得有点假惺惺的。”我说：“这可都是真的呀？”她说：“知道。”“那你觉得不真吗？”“我知道是真的，只是一种感觉。”“不善吗？”“也不是，说不上，好象你向内找的还是有点浮。是做给同修看的。”

我平时学法很少能看到法的内涵，也许是思想上有所提高了，第二天，学《休斯顿法会讲法》，学到“我跟大家讲就差那么一念，人和神的区别就差在那一念，能放下就是修炼人，你放不下你就是人。”[2]，我对这段法突然有了新的认识。我觉得自己写文章的念还是不纯、不善、不真、不正。那么，自己写这篇文章之念中究竟还隐藏了什么呢？我忽然察觉：自己的这篇文章表面看是在向内找，其实那个自我还是有点憋屈，不服气，有那么一点想在明慧网发表，来证实自己的微妙心理。隐藏着利用这片纯净的圣地棒喝自己的同时，却也有潜意识的指向同修的一颗难以察觉的极为不好的心。这不就是“假、恶、斗”的邪党文化吗？在自己心里掩藏的多深哪！

我再和妻子同修交流时，她高兴的说：“对，是这样，这次好象找对了。”

而影响众生的得救。大陆大法弟子的正念都集中起来去针对每天曝光出来的邪恶，那个力量会是非常强大的，配合海外同修的真相电话，让明慧网的曝光作用更加强大而及时。

以上是我的一点浅悟，如有不当之处还请同修圆容，谢谢。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法三》〈二零零三年美中法会讲法〉

## 在项目配合中走向成熟

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一九年五月二十一日】或许是机缘成熟，我加入了一个本地新项目的筹划和运作中。至今，这个项目平稳的走过了四、五年，我在项目配合中渐渐的走向成熟。我非常感激师父给我这样一个环境和机会，从中锤炼自己、熔炼自己。时值大法弟子心得交流的机会，我将这几年的感受和历程与同修交流。

### 一、时时修自己

所有参与者的修炼状态都会反映到项目的进展与救人力度上。我参与的项目，在这点上反映的尤为突出。项目停滞不前的时候，基本都是我需要在心性上提高的时候。我时刻提醒自己要“向内找”，而且只有找对执著心的时候，项目才会往前推进。

#### 1、面对不同意见

在讨论项目具体实施方案时，小组的同修经常会出现不同的想法。特别是项目初期时，框架没有搭建好，大家的想法都不成熟，需要不断的协商、修改。这个时候也是意见纷呈的时候，如何找到更好的方案，就是我的修炼过程。

刚开始，我只是在这些建议中徘徊，哪条好，哪条欠缺。这样拼接出来的东西，总是感觉缺乏生命力。我知道自己需要在心性上提高，才能看清整个项目的脉络。通过大量认真



一篇同修的交流文章，其中有一段对我触动很大。大意是同修一开始也不忍看一些迫害文章和酷刑，但是后来悟到，如果我们作为大法弟子都感觉刺激、难受而不看，那么常人怎么会去看。我也是这样，总是避开这样的文章，不忍看，有时看恶警的邪恶还会产生一些怕心。我悟到这是师父让我看到这篇文章来点悟我的，于是我不再避开，认认真真的看每一篇报道同修受迫害的文章。

看到全国各地好多恶警那么无法无天的迫害同修，心里真是非常着急，自己能为同修做些什么呢？大陆的电话卡都必须用身份证实名办理，看到同修曝光出的一些恶首的电话也无法打，心想也不能光依靠海外同修来电话制止邪恶呀。我们就身在中国大陆，我们也得站出来做些什么。

就在刚才看到一位老人被冤判八年后，他女儿又被绑架，心里真是非常气愤，不知不觉就单手立掌……这时师父给予了智慧：我们是大法弟子，师父给了我们能力，我们的正念是除恶的佛法神通，我们为什么不用呢？

我建议能上明慧网的大陆同修，都针对曝光出来的邪恶去发正念。师父说：“当然，还象以前发正念那样去做，我讲出来你们知道了，发正念的目地明确就行了，不用太具体的去想。带有这样一个目地，彻底结束旧势力的参与。”[1]我们的功是有灵性的，他会自动去找到邪恶消除它。我在针对一个监狱长发正念时，意念中让自己的功打到那个地区那个名字的人身上，清理他背后的邪灵，让他现世现报，同时加强被迫害同修的正念，赶快回家……发了一会儿发现自己忍不住流泪了。我是闭着修的，我想也许是我神的一面看到同修的被迫害不忍，也或许是看到这个恶人在无知中造下如此巨业而替他难过。

每天明慧网都会曝光具体的地区和姓名，我们可以去针对他们发，清除操控他们的背后的邪恶因素，让无可救要的恶人现世现报，不允许他们再来干扰正法、迫害大法弟子从

从开始向内找完成初稿到如今成稿，二十多天过去了。向内找、向内找，几易其稿，向内找到此，我才醒悟自己受惊的原因原来是：师父看到我总是夸夸其谈，大谈特谈要修一思一念，可是自己根本不去实修，就借同修的话语来棒喝我，点醒我啊！

双手合十，谢谢师父的慈悲点化，使我在修炼中得以升华。谢谢A、B同修的无私与正直，使我能向内找实修自己，谢谢这么多天来一直不厌其烦帮我向内找的那些同修，使我能够不断的深挖自己。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟三》〈谁是谁非〉

[2] 李洪志师父著作：《休斯顿法会讲法》

## 修去狡猾的妒嫉心

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一九年五月十七日】今天上午学法，当学到第七讲看到关于妒嫉心的问题时，我心里不安起来，妒嫉心在修炼二十多年里，自己一直认为，这颗心自己修的还不错，见到别人好了，我从来表现的是为别人高兴，没觉得自己会妒嫉别人。可今天学师父的讲法，学到妒嫉心时，怎么我的心就不平静了呢？

我学完了一遍后，又从新看第二遍，师父在妒嫉心这一节的讲法中，讲了人在世间不同的生活环境中，人的妒嫉心各种不同的表现形式。一共用了七次“心里不平衡”。

第一次，讲到当自己得到好处情况下：“别人知道了心里就不平衡。”[1]这种情况在现实生活中屡见不鲜。

第二次，当一个人受到领导表扬或者得到点什么好处时：“别人心里就不平衡。”[1]这也是我们中国人东方妒嫉的典型表现。

第三次，当别人好了时，不是替别人高兴：“而是心里

不平衡。”[1]这种典型的妒嫉心在我们中国大陆，从小就会表现的淋漓尽致。

第四次，当自己比别人强的时候，而没有被别人重视或者没有被领导提拔：“他那心里就不平衡了，上下活动，愤愤不平，妒嫉的不行。”[1]

第五次，自以为自己比别人都强，不明白宇宙的理，人的一生中干什么都是按自己业力大小神给自己安排的，不是按自己本事大小安排的，命中没有求不来，德大才能当大官，发大财。如果德小这一生就会受苦遭罪，就象师父说的：“觉的很苦，很累，心里老是不平衡。”[1]

第六次，师父讲了在修炼界妒嫉心的表现：“有的人练功练了二十多年了没出功能，别人刚练就出了功能，他的心里就不平衡了：我练功二十多年了，我也没出功能，他出功能，他出什么功能啦？他心里气的够呛：他那是附体，走火入魔！”[1]

第七次，师父讲了一个故事：“《封神演义》中的申公豹，看姜子牙又老又没本事，可元始天尊让姜子牙封神。申公豹心里就不平衡了”[1]。

师父还说：“人在修炼当中，妒嫉心要不去是不得正果的，绝对不得正果的。”[1]“你想要达到的目的地是往更高层次上修炼，妒嫉心必须要去掉。”[1]

对照师父的讲法向内找：如果自己没有妒嫉心，学习妒嫉心时，怎么能出现心里不静了呢？肯定这里面有我修的。

我回忆着在学法小组里自己的表现，有时自己发表自己的看法时，面对有的同修对自己咄咄逼人的反问，尽管自己没有让自己反唇相讥，也没有产生对同修不好的看法，可过后经常会在心里出现：心里不平衡的反应。总认为自己是为了同修好才那样谈看法的。同修不认可，是因为同修悟性差，那自己为什么心里出现不平衡呢？这不就是因为当自己比别人强的时候，而没有被别人重视：“他那心里就不平衡了，

上下活动，愤愤不平，妒嫉的不行。”[1]是啊！这就是典型的妒嫉心。过去我还认为自己没有妒嫉心呢！

我继续查找自己的各种表现，对于女儿现在生活的幸福美满，这本来就是一件好事，可经常看到女儿过着很幸福的日子，却对自己经常没有尽到关心体贴父母的孝心，有时几个月都不给自己打个电话问候一声，心里会产生不平衡的心。师父讲的妒嫉心的表现，就是会在心里产生不平衡。只要是心里产生不平衡，就是妒嫉心所致。难怪我和女儿的关系处的时好时坏的，就是因为自己的妒嫉心造成的。我这哪像个修炼人呢？我修的太差劲了，今天我找到了这颗妒嫉心，我发出强大的正念：不要它！铲除它！妒嫉心“灭”！

其实，认真查找日常生活中的各种表现，出现心里不平衡的地方还真的不少：比如自己真心的为了同修一块提高，经常出现同修不认可的现象，这时如果心里平静的处理，就会将事情处理好，如果心里出现不平衡的心理，那就会将事情处理不好。因为这时是带着一颗妒嫉心处理的。

妒嫉心太狡猾了，修炼二十多年了，我没有重视修去妒嫉心，这次找到了自己修炼路上为什么修炼中修去的其它心，会经常反复的再出现，就是没有修去这颗妒嫉心而造成的。师父说：“妒嫉心要不去，人所修炼的一切心都变的很脆弱。”[1]所以，今后我一定注意修去妒嫉心。时时处处让自己不再出现：心里不平衡的现象。彻底修去妒嫉心。

个人认识，不正之处请指正！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

## 从不忍看迫害文章说起

### 同修们都来正念制止邪恶

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一九年五月二十日】那天在明慧网看到了 25