

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



八月九日下午，法国法轮功学员与往常的星期日一样，在巴黎人权广场进行炼功、讲真相和征集签名反迫害活动。当天巴黎气温达到 39° C，人权广场沸沸扬扬，不同的团体的呼声此起彼伏，法轮功学员平静的炼功打坐，吸引着过往的游人，让人感受到一片清爽。一位导演说：“你们在平静中打坐，我感到你们的能量，我感受到你们的事情的重要。”

第 970 期
2020 年 8 月 13 日



明慧周刊

第 970 期

2020年8月13日

WWW.MINGHUI.ORG

内 容 提 要

重要新闻（上图）

加拿大多伦多法轮功学员和民众八月八日在万锦市太古广场前举行声援三退大潮的集会和汽车游行。

修炼交流

近期讲真相的体会

大陆综合

遭非法取保候审 昆明八旬老人鲁菊英申诉
派出所警察托人退党

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的
总人数：361,815,444

目 录

2 时事新闻

- 2 第十七届明慧网大陆法会征稿通知
- 3 清除迫害 唤醒良知
- 6 中国大陆学员近期遭迫害案例
- 7 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

14 时事评论

- 14 危难时刻的“党”与“民”
- 18 为什么全世界都在停用抖音、微信？

23 修炼园地

- 23 近期讲真相的体会
- 26 站在为他的基点上救度众生
- 30 迷中修亦可察觉并排除另外空间的干扰
- 33 放弃 - 我感到修炼变的简单和轻松
- 35 帮助同修时修去自己的观念
- 39 找到不正常状态背后的因素和执著
- 44 十多米长的横幅一个学员在天安门是怎么打开的
- 45 修炼交流摘录

■ 时事新闻

—— 第十七届明慧网大陆法会征稿通知 ——

【明慧网二零二零年八月十二日】明慧编辑部从即日起开始征集第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会稿件，望中国大陆同修们踊跃投稿，热诚参与！

正法修炼已经走过二十一年。自去年大陆法会到今年以来，世间已经发生了很大变化，中共邪党也象灰烬般燃到最后了。大法弟子肩负着巨大的历史使命，走在所剩不多的最后的修炼路上。

希望中国大陆的同修们能够用心写稿件，写出自己如何做好三件事：例如，如何抓紧时间，在此最危险的历史关头救度更多的众生；如何在世间乱象中不被干扰与带动，抓紧修好自己；坚定的信师信法、克服怕心、抵制迫害、心系众生；如何克服安逸和惰性、去掉对七情六欲的各种执着、守住修炼的初衷与根本；如何在同修间的协调配合中放下对自我的执着，发挥更大的力量；如何在迷住、在看似无望的寂寞中，不被消磨，坚持始终，等等。

我们作为修炼人，不论在哪方面感受到自己的提高，都可以真实的记述下来，以相互促进，溶入整体。任何一方面或一些方面真实的提高、详实生动的体会都会对其他同修有帮助。

千万年的轮回，亿万年的等待，盼到了今朝，我们在大法中锤炼着自己，师尊在造就着新宇宙纯净无私的神，大法弟子在收救着未来宇宙体系的众生，现在的每刻都很关键、很珍贵，我们不懈怠，更加努力精进，才能修好自己，不负师恩，不负众生的期待。

希望同修们共同努力，使本届法会圆满成功！

投稿方式和注意事项：

(1) 征稿时间：二零二零年八月十一日开始，九月十五日截止。为防止疫情来袭和其它网路方面可能出现的不便，请

尽早动笔、在八月底之前寄出稿件。

(2) 征稿只面向身在中国大陆环境中的大法弟子。

(3) 请同修在写稿、整理和传送稿件时，既能让读者看懂故事，又能兼顾安全问题。

(4) 请用明慧站内信箱投稿，并注明所在地区。

(5) 请在投稿标题中注明“法会投稿”字样，以便编辑部在收信时快速、正确分检。

(6) 投稿请寄大陆法会专用信箱：fahui@minghui.org

明慧编辑部

二零二零年八月十一日

清除迫害 唤醒良知

◇八月八日上午，加拿大多伦多法轮功学员和民众在万锦市的太古广场前，举行了声援三退大潮的集会和汽车游行。在十一点的集会上发言的有：作家盛雪，港加联主席冯玉兰，现旅居加拿大的前凤凰网记者张真瑜等，揭露中共的邪恶，鼓励更多人退出中共邪党组织。

作家盛雪说：“和法轮功学员在一起已经21年了，16年前《九评》刚发表的时候，可能那个时候还有很多的人不理解，他们不知道法轮功学员在做什么，不理解这件事的深远意义。”“当所有的中国人开始有权利去选择脱离中共邪魔的时候，当整个世界终于认识到必须要结束中共暴政的时候，所有的法轮功学员，你们的每一位，你们在场的每一位都是值得人民去尊敬，因为你们付出了你们很多时间、精力、心血、健康，甚至在中国大陆有那么多学员，付出了他们生命的代价，今天才有这样的一个转机。所以中国人应该说谢谢你。”“世界上所有爱好自由、和平、人权，希望中国能够实现民主的人，应该（对法轮功学员）说一句，谢谢你！我也在这说一句，谢谢你！”

集会结束后，法轮功学员们用汽车真相展板的形式组成“真相车队”，33辆汽车从太古广场沿三条线路出发，来回巡游，

在华人聚居的士嘉堡、万锦市及约克区的主要繁忙街道，包括芬奇大街（Finch Ave.）、斯蒂尔斯大街（steels Ave.）及7号公路（HWY 7）等来回巡游，时间持续1个半小时。

◇八月八日下午，来自魁北克省和安大略省的部份法轮功学员在蒙特利尔老城的兵器广场（Place D’armes）集会，声援3.6亿中国人退出中共党、团、队（简称三退）。阿朵玺（Patenne Adolci）女士非常支持法轮功学员揭露中共恶行，

“这是正确的。我们必须讲出来，必须讨论，与人们分享这些信息。”她表示，对中共独裁政权的恶行早有所闻，中共当局不公开信息，拖延瞒报疫情，导致全球大流行病。她谴责说：“病毒大流行不是中国人的错，是中共造成的！”

◇日前，美国弗吉尼亚州49位州议员联署致信美国国务卿蓬佩奥，要求美国国务院帮助制止中共对法轮功的迫害，关注中共强摘法轮功学员器官的罪行。公开信发起者、弗州众议员大卫·布洛瓦（David Bulova）希望通过发出此信，引起美国国务院的重视，帮助制止中共对法轮功的迫害，另一方面，也让美国人了解并警觉中国移植业的器官来源。布洛瓦议员说，他将把这封信送交弗吉尼亚州州长和健康官员，请他们了解迫害的情况，并采取相应行动。这封公开信也同时抄送给了弗吉尼亚州的两位联邦参议员和十一位联邦众议员。

◇八月九日上午十点开始，韩国约五百名来自首尔及周边地区的法轮功学员，在首尔九老儿童公园集会，随后冒大雨沿着韩国最大的中国城大林洞一带游行两个小时，向当地的中国人和韩国人传递了“退出中共，远离瘟疫”等讯息，为因挥之不去的瘟疫和雨灾而内心忧郁沉闷的人们带来光明和希望。人们纷纷驻足，聚精会神地观看着由韩国法轮功学员组成的声势浩大的退党游行队伍。

韩国退党中心负责人高成女说，共产党不代表中国，“中国有灿烂的历史，有上下五千年的文明，受全世界人民敬仰。反之，马克思、列宁的是西来的幽灵，不是中国传统的东西，是外加给中国人的。当人们真正了解真相，知道共产党的邪恶本

质之后，都会选择退出，这样会更知道怎么样爱自己的国家。”

在游行现场进行保安工作的一位韩国警方负责人说，一般人遇到这么大的雨，大多将活动取消或者延期，可是法轮功学员们个个神态坚定、毫不动摇的坚持着，令人感动。

◇八月六日，芬兰法轮功学员来到汉科的海边的教堂公园（Kirkkopuisto）讲真相活动，告诉人们法轮功是以修炼“真、善、忍”的高德大法，但是在中共集权统治下受到残酷迫害并被活摘器官。卡塔尼娜（Katanina）是艾斯堡城市一所学校的老师，她告诉学员说，她在学校里给学生介绍过法轮功！

◇八月八日周六中午，骄阳似火，是瑞典首都斯德哥尔摩市进入八月份最热的一天。但法轮功学员仍一如既往的在斯德哥尔摩市中心国会大厦（Riksdag）旁的钱币广场（Mynttorget）举办讲真相活动，揭露中共谎言，曝光中共活摘法轮功学员器官牟利的罪恶。他们希望更多的瑞典民众了解法轮功真相，有一个美好的未来。一位瑞典女士感慨地说：“你们的音乐那么优美，人很友善。每次我看到你们出现在这里的那种感受，简直就是一种享受。”“在目前这种特殊的环境下，人们都很焦虑，不安，你们给人们带来了宁静、祥和。”

◇八月一日，德国弗兰肯地区的法轮功学员，顶着高温酷暑，再次在人权之城——纽伦堡市举办了讲真相活动。不少行人直接过来就签名，支持法轮功反迫害。一名七十岁左右的女士对中共罪行了解很深，她上世纪八十年代曾在中国当过护士，知道中共在各种政治运动中犯下了滔天罪行，也听说过法轮功学员遭受的迫害。她在要求德国联邦政府帮助制止这场迫害的请愿书上签下了名字。一名老年妇人对横幅上“Organraub”（器官盗取）这词感到很震惊。她询问了情况后，问自己能做什么。当得知可以在请愿书上签名时，她很快就签下了名字，并取走了多种资料。

◇八月八日，德国慕尼黑法轮功学员在奥迪安广场（Odeonsplatz）举办了信息日，旨在让德国民众了解法轮

功，揭露中共对法轮功学员的迫害，提醒德国民众不要忘记中共对中国民众的迫害以及对世界的危害。奇勒医生（Dr. Zierer）主动到信息台前签名制止中共迫害，当说到中共活摘法轮功学员器官的罪恶时，他说，“无法无天，就是典型的共产党，共产主义罪犯！”同样签名声援法轮功学员的工程师施奈德（Manuel Schneider）表示，“我不愿见到中国民众的遭遇，无法接受（中共）这样践踏人权。”他表示自己生活在一个民主国家，为此感到高兴和自豪，希望“在中国也应该这样”。

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇黑龙江大庆市林甸县一中优秀教师、法轮功学员王凤臣，二零一七年一月十八日被绑架、枉判四年，在呼兰监狱被迫害出现严重肿瘤病状，大量吐血，上不来气，生命垂危，于二零二零年八月九日含冤去世。

◇湖北省武穴市五位法轮功学员郭平珍、龚月贵、刘艳峰、程学珍和廖元华，二零二零年七月二十三日被法院以制作和传播法轮功真相资料为借口非法判重刑。其中，郭平珍被非法判刑十年，勒索罚款两万元；龚月贵、刘艳峰和程学珍被非法判刑八年，勒索罚款两万元；廖元华被非法判刑四年，勒索罚款一万元。

◇吉林省延吉市法轮功学员范明兰女士，二零二零年一月十天左右被延边州龙井市警察绑架，七月末家人获悉，她被非法判刑七年。二零一八年六月十一日，范明兰在延吉市大千城讲真相时，遭警察绑架、抄家，后被“取保候审”一年。

◇天津市宁河区法轮功学员马金霞，女，57岁，二零零五年开始修炼法轮大法的，二零一九年十月九日在拨打语音真相电话时被定位后绑架，二零二零年七月十七日被宁河区法院以莫须有的“破坏法律实施”的罪名非法判刑四年半。

6 ◇黑龙江佳木斯市法轮功学员李桂华二零一九年十二月十八

日被佳木斯市向阳区法院非法判刑四年，上诉到佳木斯市中级人民法院。二零二零年七月三十日，佳木斯市中级人民法院裁定非法维持一审冤判。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇八月九日，台湾近千名法轮功学员相聚于台中，参加“全台对大陆讲真相的学法交流会”，透过交流比学比修，在修炼上更精进，在讲真相上发挥更大的力度。

◇七月二十三日至二十六日，一群修炼法轮大法的青年学子在台湾云林县斗六市台湾环球科技大学举办一年一度的“明慧夏令营”，共近六十名法轮大法小弟子参与，透过精心安排的课程、集体学法炼功，以及在戏剧观赏中检视自己生活中的待人处事，以归正自己。在营队的集体环境中，法轮功小弟子们在法理中提高心性、比学比修。

◇八月九日下午，巴黎人权广场沸沸扬扬，不同的团体的呼声、高音喇叭此起彼伏。虽然巴黎气温达到 39° C，然而法轮功学员的活动场地却让人感受到一片清爽。和往常的星期日一样，法轮功学员在这里进行炼功、讲真相和征集签名反迫害活动。他们平静地炼功打坐，祥和的炼功音乐，吸引着过往的游人。贝拿申（Penhachen）是电影导演，他被法轮功所吸引：“就在你们的旁边，也有搞活动的人，高音喇叭噪音很大。而你们在平静中打坐，我感到你们的能量，我感受到你们的事情的重要。”针对中共对法轮功的迫害，他说：“这是反人类的罪行。我感到我必须和你们站在一起，必须揭露，揭露这样的迫害，如果人不尊重人类的某一种族，就是侵犯了人生存的权利。”

◇八月八日，法轮功学员在德国法兰克福市中心著名的保罗广场对面举办了讲真相活动，并于当晚在市中心繁华的商业街举行了烛光悼念活动，向民众揭露中共对法轮功的残酷迫害，悼念在中国大陆被迫害致死的法轮功修炼者。

大陆综合

大陆综合消息

◇遭非法取保候审 昆明八旬老人鲁菊英申诉

近日，昆明市八十老太鲁菊英向全国、省、市、区各级检察院、法院申诉被盘龙区公安分局、金沙派出所非法抄家、绑架、取保候审一案。鲁菊英老太在申诉状中明确：我要求立即撤销昆公盘（金沙）取保字[2020]012号昆明市公安局盘龙分局取保候审决定书，撤销对我的取保候审，责令盘龙公安分局、金沙派出所归还从我家非法抄走的合法私有物品，并赔偿对我及我家人造成的损失。

鲁菊英老太太，今年80岁，是昆明市市政公司幼儿园退休职工。2020年5月12日下午，八个警察到鲁菊英家抄家，其中一人说：“你在沃尔玛（超市）发资料被摄像摄到！”说着就在家中各个房间里翻，搜走《转法轮》九本、播放器八个、印有“法轮大法好、真善忍好”的钱币共两千八百元。老太太被带到金沙派出所审讯。鲁老太太认为警察对她抄家、抓捕、审讯等都是非法的，拒绝签字。当晚十点后，派出所通知老人的大女儿到派出所，签了一份取保候审保证书，让她女儿把她接回家。

鲁老太太在之后亲自去了金沙派出所，要求返还从家中搜去的《转法轮》，说这是她自己修炼用的，每天都要看都要读。但警察没有归还。

鲁菊英老人在申诉中讲述了警察搜查扣押程序违法，凭空扣的罪名荒唐。即使按照中国现行的法律文件，法轮功学员持有法轮功书籍和资料也完全合法。同时也写了自己修炼法轮功身心受益的事实，以及因为向世人讲述法轮功真相，曾经被非法判刑四年关押在云南省第二女子监狱的经历。在申诉的最后，鲁菊英老人说：“从古至今，迫害修佛的人，其恶报是人所无法承受的，在历史上有过许多这样的教训。

我不愿看到这样的恶报发生”，并要求撤销对她的取保候审，并归还从家中搜走的所有合法私有财产。

◇北京市十多法轮功学员被绑架情况

2020年7月19日和21日，北京市法轮功学员许那、李宗泽、李立新、孟庆霞、邓静、郑玉洁、张任飞、李佳轩、王宇、郑艳美、还有一位男青年小强等十多人分别在不同地点被绑架。据悉北京市国保大队谋划这次绑架案，被绑架的法轮功学员大部份是90后年轻人。他们目前大部分被非法关押在北京东城区看守所。

◇政法委金钱激励迫害 明真相世人明智选择

黑龙江密山市政法委无视法轮功学员修心向善做好人的事实，还在继续迫害他们，同时也践踏宪法和法律，近期，发“微信通告”以金钱引诱市民举报法轮功学员，但是人们明白真相后，做出明智选择。

二零二零年七月二十七日，黑龙江省密山市七十多岁的老年法轮功学员，善心的把法轮功真相资料递给一个四、五十岁的男子，老人刚走出不远，这人就追上来了。他一直跟着老人说：“大姨，你跟我到二派出所去一趟。”说着，就亮出手中的“红牌”，并说：“这是上面给我们发的，让我们抓法轮功，抓一个，奖励五百元钱，求求你了。”老年学员走到路旁停着的一辆私家车，告诉司机说：有人追我。老人上了车，那个男人也跟着上了这辆私家车，他告诉司机：“她是法轮功，别拉她。”司机听明白后，就劝那个男人：她那么大岁数了，你抓她，要有个意外，她的家人还不来找你算账啊？那男人听明白了。老年法轮功学员下了车，那人也下车，往别处去了，没有坚持做错事。

二零二零年七月二十四日，密山市第一派出所邓长浩、阳光社区网格长等共四人，到法轮功学员杨晓林家。他们让

杨晓林配合他们的“转化工作”。杨晓林认为自己是按真善忍做好人，不配合别人作恶，给他们讲真相。网格长的同事拿着手机在录像，杨晓林问：“你是在录我吗？”他的同事说：“是。”杨晓林说：“你录我，那我也录你们。”警察告诉杨晓林说：“你录可以，但是不要随便传播，不要掐头去尾。”杨晓林说：“我们不会那么干的，但你要侵害到我，我也会把它公布出去的。”然后，网格长说：“那好，以后有事，我们找你丈夫，我们有他的联系方式。”说完，就走了，没有再难为杨晓林。

二十一年过去了，越来越多的百姓明白了大法的真相，了解了谁善、谁恶，即使有人还没有彻底摆脱中共迫害指令的控制，但是，良知也在复苏。

严正声明

本周三百七十六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

本周一百二十八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。

◇明白大法好 世人保护大法弟子

〔中国大陆来稿〕最近，本地 A 同修在一集市讲真相时，遇见一位六十岁左右的男子，就递给他一本真相期刊，告诉他好好看看，是保平安救人的书。那个男子恶狠狠的问：“是不是法轮功的书？”A 同修没有正面回答他，就告诉他说：“让你保平安的。”A 话音刚落，那人就抓住她的一只胳膊不放，威胁说要报警，还去抢夺老同修另一只手里的包。包里都是救人的真相资料，不能让他抢去，老同修一边继续和他讲真

相，一边把手里的包往背后放。

就在A把包往身后一放的瞬间，就感觉有只手把她的包接走了。这时人越聚越多，老同修在心里求师父帮助，然后继续和那人讲真相，告诉他：“你前面有个大坑，你没看见，我告诉你赶快躲开，这不是为你好吗？”这人听了这句话，就慢慢的松开了手。同修A就快步的离开了那里。

A同修找到了同在此集市讲真相的B同修，说了刚才发生的事，说包不知道让谁接过去拿走了。B同修就去了A刚才讲真相的那个地方打听。一个买菜的老太太告诉她是一个卖旧衣服的女子拿走了，老太太就带着B同修找到了那个卖旧衣服的女子。一问，还真是这位女士拿走了A的包。

这个女子大约三、四十岁的样子，她说：“我早就知道法轮大法好，炼法轮功的都是好人，我看那个人挺恶的，包里的东西让他抢去就坏了，我就把包接过来放到那个修车人的车厢里了。我去给你取。”说完她就去修车人那里把包取回来了。B同修谢过这位女子之后，就和A汇合一起回家了。

两位同修回去之后交流了一下，A说，这样有正义感的人真应该当面感谢她。于是她俩就在下一个集市时又去了那里，找到那位保护大法资料的女子。A对她说：“那天你对我的帮助，我非常感谢！你保护大法弟子和大法资料功德无量啊，会有福报的！”

那女子马上回答说：“我已经得了福报啦！这几天我干啥都顺当！你看今天才九点多，我已经卖了二百多块钱了。”A同修说：“真应该通过什么方式表扬你一下。”女子笑着说：“不用，不用，应该的！”

◇公安部门人员走过场，不愿再参与迫害

〔河南来稿〕今年三月以来，河南地区法轮功学员受到不同程度的骚扰。可喜的是，不管邪党怎么折腾，很多曾经参与过迫害的公安部门的工作人员都醒悟了，不会跟着邪党

跑了。

今年三月，疫情正严重时，一位郑州法轮功学员在外讲真相过程中遭举报，派出所的人到他家里，没翻到真相资料，就让法轮功学员回家了。今年五月，焦作地区有一法轮功学员也是在被派出所绑架第二天就让回家了。

七月十七日，河南某市公安局与“610”人员到法轮功学员家里，这些警察就是完成任务似的走走过场。他们说“要求必须到处翻，到处找”，但他们翻到法轮功真相册子后，就用手给学员指指，又去翻别的地方了。

这些警察也清醒了，他们要给自己和家人选择好的未来。

◇派出所警察托人退党

〔辽宁来稿〕自从美国政府考虑全面禁止中共党员及家属入境美国的消息传出后，近日，就有辽宁某市派出所警察托人在大纪元退党网站上退党。

我的同学给我发信息，说，让我帮她儿子在大纪元退党网站上退党。她儿子是在职警察，现在已经明白大法真相，他给自己起了化名，主动退党。

退出后，他还多次追要查询密码，要电子退党证书，留作可查证据。后来，他得到了退党证书，态度很虔诚。

神对恶党的清算已经到来，有些警察还在被利用迫害救人的法轮功学员，最后只能为中共陪葬。要想醒悟，还有机会，退出中共党、团、队组织，保护法轮功学员，自己和家人才会有好的出路。

人心与因果

◇参与迫害法轮功 山东省 2289 人遭恶报

（明慧网通讯员山东报道）山东省是中共邪党迫害法轮功最严重的地区之一，然而追随中共江氏集团参与迫害而遭

恶报的人数也是最多的省份之一。据明慧网一九九九年七月至二零二零年七月这二十一年报道的资料的不完全统计，山东省参与迫害法轮功学员的各类人员，共有 2289 人遭到不同程度的恶报。

在山东省的十七个市中潍坊遭恶报人数最多，达 480 人，烟台 312 人，临沂 308 人，青岛 292 人。

遭恶报的 2289 人，按其所在部门，大致分为八类，第一类，党政官员遭恶报人数最多，有 566 人，占总数的 25%，其中有 102 人作恶殃及到 145 个家人；第二类，公检法人员 482 人，其中 66 人殃及 94 人；第三类，基层人员 481 人遭恶报；第四类，企事业单位 252 人；第五类，“610” 211 人；第六类，宣传教育 134 人；第七类，教育、劳教所 100 人；第八类，政法委 63 人。

参与迫害人员遭恶报的情况分了七类：第一类，死亡 919 人，占 40%；第二类，重病、癌症 431 人，占 20%；第三类，伤残 342 人；第四类，遭精神折磨 269 人；第五类，被查处 245 人；第六类，遭经济损失 48 人；第七类，自杀 35 人。

看到那么多人因为迫害修炼真、善、忍的好人而遭恶报，法轮功学员的内心是沉重的。可悲的是，有的人在升官发财的利益驱使下，中共让干什么就干什么，却不知道一个生命干了坏事需要偿还的天理。

九评编辑部最近出版的巨著《共产主义的终极目的》一书，第一次深刻向世人揭开了“共产邪灵”的真面目和它为毁灭人类而来的终极目的。这个邪灵不属于人类，更不属于中国，他是来自宇宙中的一个邪灵。希望中国人，特别是那些曾经参与迫害法轮大法或还在迫害法轮功学员的各级人员，珍惜这宝贵的机缘，倾听法轮功学员讲给您的真相，摆脱中共恶魔的魔爪。

时事评论

(两篇)

◇危难时刻的“党”与“民”

——看一看中共与中国人到底是什么关系

文：青山

在中国大陆流传这样一个故事：有两个相邻的县，来了两个年轻的县长，一位县长知道该地区洪灾频发，就投入人力、物力修筑防洪工程，而另一位县长什么也没做。几年后，洪灾果然发生了，修防洪工程的县，因为坝体牢固，没有灾情发生。而什么也没修的邻县，洪水灾情严重，县长率领众人抗洪，虽然百姓损失惨重，但是“终于”战胜了洪水，“事迹感人”，这个县长很快上调为市长，而那位修筑抗洪工程的县长调到这个县，他开始等待下一场洪水的到来。

这是一个故事，却是现实的真实写照。中共把自己的国家命名为人民共和国，货币叫人民币，报纸叫《人民日报》，政府叫人民政府，但人民只是一个概念，实质是党国、党币、党报，人民只是口号而已。

* 七百万人次的“战争级”军队调动

在一九九八年的“世纪洪灾”中，当时许多水利专家认为洪水本身其实并不算“特大”。然而这次洪灾却意外地酿成“高水位，重灾情”。在两个月的危难中，洪水受灾人口近四亿，死亡及失踪妇女、儿童及老年人一万一千人，官兵及民工一千多人，直接经济损失三千多亿元。

其实有准备、有次序的利用分蓄洪区，减轻洪水危害，是大多数发达国家防洪的最主要手段之一。然而，从灾情开始到最后，江泽民要求“人在堤在”，“严防死守”。在汛情的发展中，尽管地方多次请求启用荆江分蓄洪区，居民曾三次全部撤到安全地带，分洪的方案都没有得到江

外界一直难以理解江泽民为何拒不接受专家们的劝告，从荆江分洪。《江泽民其人》一书透露出真相，江泽民当时相信了有人说的“要保龙脉”的“玄机”。江泽民相信如果从荆江分洪区分洪，主动决堤，就等于挖断了自己的“龙脉”。

一九九八年八月七日，长江的九江段干堤决口。当晚，江泽民立即指示军队，在接到命令后两小时内，必须无条件执行命令，迅速开往前线。

在这次军队“抗洪抢险”行动中，江泽民在全国范围内调集了十多个集团军、三十万官兵。一百一十四位将军、五千多名师团级干部。在这场洪水中，总计出动官兵七百万人次，组织民兵和预备役人员五百多万人次，用兵总人数居然超过了中共建政之前的淮海、辽沈、平津三大战役解放军人数的总和。

灾区亿万百姓的生命财产，不过是用来调兵遣将的砝码，几十万官兵的性命，在江泽民眼里也不过是儿戏。在中共的宣传机器中，在“百年一遇特大洪水”的说辞下，如此惨重的人祸仿佛真的只是一场天灾，江泽民的罪责被完全掩盖过去。

*** 七十二小时救灾黄金时间 按兵不动**

无独有偶，二零零八年五月十二日，汶川大地震发生四十二小时后，进入汶川几个受灾重镇的救援官兵只有赤手空拳的一千人，而需要被挖掘出来的人却是十几万人。

即使到了震后七十二小时，这个地震救灾黄金时间的最后期限，进入重灾区的救援士兵也不足一万人。按照国际惯例，把一个人救出地震废墟，至少需要三个人来抬起水泥板。十万人受灾，至少需要三十万人的救援部队，这强烈的反差，让人难以理解。与一九九八年长江决口两小时内，军队必须开往前线的状况相比，真可谓天壤之别！

军队无法调动的原因在哪里？二零零八年年底，时任中 15

共总参谋长陈炳德在党媒撰文揭示，在震后的三天时间里，军方的一切行动都要经过“军委首长”——江泽民的批准。二零零八年江泽民已不是国家主席，为了显示对于军队的把持仍然牢固，而无视灾情紧急，让身处前线的救灾者无计可施。

只有漠视生命的共产政权，才有这样极端的悲剧，民意、民生被视如草芥，而把危难中权柄的把持视为展示实力的机会。

* 武汉疫情中的“红十字会仓库”

武汉疫情爆发当初，海内外物资源源不断涌入武汉红十字会，然而结果是大量物资堆积在红十字会仓库，每天面临危险病毒的一线医护人员被逼使用床单做口罩，雨衣当作防护服应急。

在各界关注之下，又发生了一起司机给领导领捐赠口罩事件。二月一日，在一群讨要物资遇阻的医护人员当中，一名男司机却轻松从武汉红十字会临时仓库提出一箱 3M 口罩放入一辆汽车后备箱中，在周围人的质问声中，该司机称口罩是给领导的。其车牌号“鄂 A0260W”被拍下，后发现是武汉市政府办公厅公务用车。

二零零八年四川地震造成近九万人丧生之后，人们询问救灾筹款的去向，包括捐赠给红十字会的资金，直至现在也没有明确的说法。至武汉疫情，同样的一幕又一次上演，只要中共存在一天，这一切就什么都没有变。

* 人心在觉醒

近一个月以来，中国大陆多地发生洪灾，灾区民众损失惨重。然而中共政府一边对外出手阔绰——给印度七亿 5 千万美元，让七十七国停偿债务数百亿美元，对内却无钱救灾。

中共红十字基金会六月十二日在网上募捐，筹款目标

六十万元。然而募捐上线二十天，仅筹到两千多元。七月六日有网友留言表示，“人民都觉醒了。”

人心在苏醒。二零一八年，北京政府在全市发起为“七二一”特大自然灾害救灾捐款活动。北京市民政局在公布捐款方式和账号后，两个小时内收到七万多条微博。

有人说：“不是我们没爱心，是你们太让我们心寒！七二一暴雨过后，上下一片歌功颂德，甚至无人鞠躬致歉！汶川地震捐款数亿，贪污腐败随处可见！七二三动车追尾不到一年，下马官员纷纷换装上任！百姓岂能捐款，最终只会肥了腐败官僚的腰包！”

著名经济学家、耶鲁大学陈志武教授一针见血地指出：“中国的钱美国可以用，非洲可以，朝鲜可以，政府可以，官员可以，富二代可以，二奶可以，唯独老百姓不能用。”

*** 世界这一次真的分清了中共与中国人民**

近期，对于国际社会开始逐步把“中共”与“中国人民”分开，中共媒体声称，美国在挑拨中共与中国人民的关系。

有句话叫，“路遥知马力，日久见人心”，一个人或者一个组织，到底是好还是坏，只要时间够长，总有水落石出的一天。

一九四九年之后，被中共迷惑的百姓，以为共产主义是为了打造一个“人间天堂”，因此付出代价是必然的，哪怕是牺牲生命也在所不惜，因为是为了一个崇高的理想。

因此，在上世纪五十年代，中共可以堂而皇之地打着共产旗帜，把百姓的生命当成“代价”，从毛泽东在“大跃进”、大饥荒期间的一些魔鬼言论一窥端倪：“我和一位外国政治家辩论过这个问题。他认为如果打原子战争，人会死绝的。我说极而言之，死掉一半人，还有一半人，帝国主义打平了，全世界社会主义化了，再过多少年，又会有二十七亿人”。

（一九五七年十一月十八日毛泽东在莫斯科的讲话，载沈志

华：《中华人民共和国史》卷三七百六十一页）

中共视百姓生命如蝼蚁，数十年来，从未变过。一直以来中共都用“中美终有一战”来对国内民众进行恐吓、洗脑。早在二零零五年七月十四日，中共少将朱成虎就曾放言，美国如果介入台海冲突，中共将不惜牺牲西安以东所有城市而使用核武器。

坏人从来不认为自己是坏的，但是老天爷却在看着这一切，也就是“人在做，天在看”。

二零二零年注定是不平凡的一年，在这一年，世界认清了中共不是中国，中共把中国人民作为人质，危害世界、魔变人类的噩梦终将结束！

◇为什么全世界都在停用抖音、微信？

文：青山

早晨上班的路上看“今日头条”，到了单位一边工作一边看“微信”，晚上睡觉前看“抖音”两小时，这已经是数不清的大陆年轻人的生存状态。

据公开的资料，“抖音”每日活跃用户是4亿人，“微信”每日活跃用户是10亿人。

在印度宣布停止使用“抖音”等上百种中国软件之后，美国限时“抖音”海外版(TikTok)完成交易，否则禁止使用，而日本、新西兰等国已陆续提出将禁止抖音海外版，在世界范围内清算“抖音”、“微信”已成定局。

有人说了，不过就是一个软件，为何如此大动干戈？

* 让无数人上瘾的抖音

“抖音”与“今日头条”属于同一家公司，其共同特点是：“算法分发”，简单说，通过大数据搜集个人的阅读偏好，然而按照你喜欢的内容，发给你更多同样的内容。

美国之音（VOA）表示，TikTok 用逗乐子的手法闯入美国社会是有理论根据的，这就是“认知轻松度”。在这种状态下，使用者会毫不怀疑地接受所有被灌输的内容，因为一切看起来都是舒服的，是对的。

问题在于，抖音不仅是“逗乐子”，而是在轻松观看的同时，有选择性地传播有利于中共控制人们思想的信息。

* 抖音：170 家网络警察单位入驻

中共党媒《光明日报》旗下“光明网”2019年9月14日报导：“全国网警巡查执法抖音号矩阵入驻仪式”在京举行。全国省级、地市级公安机关170家网警单位宣布，将以开通专门工作账号的方式集体入驻抖音。公安部网络安全保卫局副局长张宏业表示：“此次各地网警集体入驻是希望借助‘抖音’的独特优势，提升公安机关网络社会治理能力。”

* 抖音已成中共信息战的“航空母舰”

《华盛顿邮报》2019年9月15日的报导援引分析说，抖音成为中共全球信息战中，最有效的武器之一。

在今天的武汉肺炎疫情中，中共一直在推脱掩盖疫情责任，这一阶段，抖音传播了大量官媒和民间的短视频，或称“美军带毒到武汉”，或基于其素材和逻辑制作看似“客观、严谨”的分析评论，向民众灌输夸大虚假的信息。其热门视频的点击量常高达数百万。同期，国内外也有诸多澄清和辟谣的分析报导，在抖音却鲜见转发。

在国际社会证实中共掩盖疫情的事实之后，抖音视频却把国际社会对中共“掩盖疫情”和造假的指责歪曲为对中国抗疫成就的诋毁，将各国对中共的追责渲染为“新八国联军侵华”威胁，激发民众仇外的极端民族主义情绪。

对抖音观众留言分析显示，抖音传播的虚假信息成功欺骗了大多数（超过78%）留言观众，导致他们做出有利中共的价值判断和选择。

研究发现，抖音和TikTok已经成为中共反美宣传的重要平台，中共信息战的“航空母舰”。

* 最危险的是微信

比起抖音，微信是更为危险的中共舆论武器。据腾讯发布的信息称，中国微信日活跃人群为十亿，几乎就是互联网上的全部华人。

2014年中国的新闻报导提到，中共公安部正式接管微信后台服务器，这意味着微信不再是一个社交工具，而是中共政权机器的一部分。

中共封锁了所有国际社交媒体，大力开发微信新功能，让微信成为中国人唯一社交选择，以致于海外华人只能通过微信与国内亲属联系，无形之中也掉入了中共的舆论包围圈。

又通过双向收费的高昂手机通讯费，把人们逼进了拥有免费通讯功能的微信；当微信被用于商业支付后，人们再也无法摆脱了，最终成了一种生活习惯。而微信的后台坐着中共公安部的警察，他们通过微信，收集着使用者的全部信息，监控着几乎全部中国民众。微信实际上已经成为了中共控制民众的工具。

微信的信息生态，在中共的审查制度下，网上的政治敏感信息确实经常遭到封杀，但是色情内容却十分泛滥。要想上敏感网站需“翻墙”，而上色情网站却不用“翻墙”，到处都是。

微信不仅在国内控制言论，对于国际社会也是同样。多伦多大学安全研究小组“公民实验室”（Citizen Lab）发布的一份报告中，展示了微信如何密切监视在中国大陆以外用户的活动。

美国的微信用户发送美国之音中文网等网址，都会显示“已停止访问该网页”。

公民实验室的研究发现，当在中国境外注册的微信用户

之间发送的文件和图像，被发送给中国境内用户时，便会触发审查制度。

* 微信是阻拦疫情真相的帮凶

在中国的微信用户看不到国外的真实消息，而微信国外用户却可以看到任何来自中共发布的虚假新闻。

去年12月31日，武汉医生李文亮等8名医生在微信群里发了一条消息，大意是华南海鲜市场确诊了7例SARS，提醒人们注意。中共在删除、封锁这些消息的同时，对李文亮们进行了训诫。

同时，海外微信（WeChat）配合中共，打造出了一个虚假的平静。就在人们默不做声之下，病毒传入了美国，并迅速一发不可收拾。如果当初海外微信没有配合中共，没有封锁中共病毒的消息，那么更多的人会传出真实资讯，会让人们提早有一些防护措施。而海外微信恰恰没有这样做，它不仅配合中共，而且主动过滤封锁疫情的相关信息。到现在美国因疫情死去近16万人，微信应当承担什么样的罪责呢？

很多从微信看到“大国战疫”的海外华人，不假思索地听信微信的刻意宣传，于是纷纷购买昂贵的机票、回中国大陆避疫！结果呢？很多听任中共牵着鼻子走的中国留学生也马上订票回了国，让中共措手不及，随后，中共又在微信和抖音号召学生不要回国。

西方中国问题观察家称：微信因受中共政府审查及不透明，正从西方社会内部影响政治，如特洛伊木马般对西方构成新威胁。

抖音Tiktok是直接进入主流美国社会的年轻人，而微信的影响主要是国际华人社会，这两个加起来，对于国际社会而言，“共产主义”的魔鬼意识形态已经长驱直入。

海外的九评编辑部出版了《魔鬼在统治着我们的世界》一书。书中指出，“如果说上世纪共产邪灵还只是局部的渗

透、侵占世间各个领域，那么时至今日，魔鬼已经在统治着我们的世界，人类世界方方面面都已经被魔鬼侵蚀。媒体对人类的巨大影响被共产邪灵有效地利用来进行洗脑、欺骗、败坏世人道德，使人们在不知不觉中走向变异而不知。”

面对魔鬼，最好的办法就是斩断与它的一切联系，从精神上拒绝它，否定它；从形物上抛弃它，远离它。世界各国应尽快从政治、经济、出版、文化、教育、娱乐等各领域全面去“中共”化，与中共彻底脱钩，否则养蛊反噬，后果难以想象。中国人则应该赶快找到真相，重获思想自由，同时斩断共产党对自己的洗脑和绑架，那么也许灾难真的到来时，反而会成为自己重获人身自由的时刻。

快快找真相，才能防患于未然。（节选）

修炼园地

近期讲真相的体会

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二零年八月十一日】讲大法真相中发现，一直没“三退”的人，很多都是只关心自己，利益为大。讲真相中落实到他们切身利益、如何自保，还是很管用的。

另外发现，真正能起作用、让人“三退”得救的，是大法真相和大法弟子的善和慈悲心。慈悲心、大法真相，没得救的常人的状态（自私自利，开板就来他不感兴趣的东西，不行）——这三者怎么能结合起来，灵活运用。对于面对面讲真相、完善真相资料的内容，都是重要的。对一直没得救的人，一上来就说“听说过法轮功吗？听过三退吗”话题，效果不好，接下来几乎等于免谈、免读。改换路子，这也是大法弟子“放下自我、为他”的体现。

话题从时事新闻开始，对方接受你这个人、对你的观点感兴趣了，切入法轮功基本真相（“天安门自焚”伪案，1400例等），这样对方能接受，有的长期拒绝真相的人听完“自焚”真相恍然大悟：“啊！原来是这样啊！”再讲三退，对方就很容易得救。

一、大法弟子清醒 世人也会冷静

七月份面对面讲真相时，有个突出现象，很多人一提美国就激愤。以前也激动，但没七月这么严重。可能与七月邪党高调洗脑有关，也可能还有其它原因。

因为我们讲真相，总是要与对方聊天互动，先聊到邪党假新闻，目的是切入“天安门自焚”伪案等法轮功基本真相。结果发现，七月份就是讲国内疫情造假时，往往中途也被对方打断，对方自己把话题拐到美国，然后义愤填膺的样子，按着中共央视的思路，批评美国总统、批评美国政府“干涉

中国内政”、甚至重复中共谣言，说疫情是哪个国带来的，这么说的人有报社从业人员、大学教师、退休干部等等。

对方很激动的时候，这时只是静静发正念，不激化不良气氛。在对方发泄情绪之后，以善心救人的角度，让对方从操心国际和国家大事，降为关心自身的健康、财富、安危不受损失。善意与对方说：“你我的爱国之心是好的，但是咱们毕竟能力有限，也没当上国家主席，也没当上省长，这辈子估计也不可能从政了，也无力左右国家政策。事实真相什么样，象唐山大地震、文革，几十年后真相也还原了。老百姓及时了解真相的目地，是保护好自己，别受损失。”

这时，对方往往会降温，有的不好意思的笑了，可能明白了：自己只是一个普通人，别当愤青了。从邪党制造的蘑菇云烟雾里降落了，回到现实了。

接着，用正念压住不正之场、清除共产邪灵因素，连贯地讲一两个类似大地震、文革真相还原的例子，或者毒奶粉毒疫苗的例子，接着讲“天安门自焚”真相，让对方分清党与国，共产党是西方来的，三退是真爱国，也是顺天意自保。对方几乎都能同意三退。问他姓什么，他也告诉了，有的还说了真实姓名。还有一直被邪党迷惑很深的人也说：“法轮功是一种信仰嘛，是好的，我不反对。”

还有一个发现，对方同意三退之后，也不提美国了，再谈话都是说身边生活的事情，变成了一个正常人。

前面提到的那些一开始愤愤不平反美的人，后来都同意退党了。那位报社男士退党后，同修给他翻看《真相》100期，他从第一页一直看到亩产万斤和自焚那一页，前面每页都有很多图，他很感兴趣，然后他翻前翻后找书号，说：“我看看，这是哪出的杂志？”本性的一面复苏了，来世就在等待大法的福音呢。同修说送给他，他马上接过去，一边说谢谢，一边装入随身背的小皮包里了。《明慧传真》第一期，面对面给常人看的时候，常人也愿意接受。

進入八月，面對面講真相時，又有變化。我們還是按照七月的語言，避談“美國”的路子講，發現很多人在談話中途，不拐到美國話題了。在講到“武漢4月發放4萬多骨灰盒，當時全國報道死亡4000多人”時，對方往往接話說：“怪不得美國總說咱們隱瞞隱瞞的。”這時善意告訴對方：老百姓了解真相的目的地，是保護好自己，然後講到“自焚真相”、為何三退……對方最後也同意三退了。

二、關於“美國話題”、“中國控制的好”

其實，六月講真相也是避談“美國”。那時即使談到美國，也是說美國疫情為何重；美國疫情中的福利措施；或者說：不是哪個國家控制的好，瘟疫是天災，象大颶風似的，大颶風在哪登陸，哪里就遭殃，哪個政府也控制不了。在美國登陸，美國就遭殃，在台灣登陸，台灣就遭殃。美國科技那麼發達，在天災面前也無能為力，哪個國家也控制不了天災。咱們這裡災情、疫情沒起來，是颶風、瘟疫沒來，實質與控制無關。真來了，誰也控制不了，就看誰自身免疫力強了、誰命大了。中國人不是講天命嘛，人的命天注定。這時對方表示同意。一位省政府的男士說：“政府採取一些防範措施是必要的。但是你說的對，政府其實控制不了。”

然後轉話題到中國傳統文化，蒼天之下，人應該有個謙卑心態，千萬別逆天，才是科學態度。再講到共產黨西方來的，到中國之後與天鬥地鬥人鬥，歷次運動，切入江澤民迫害法輪功的這次運動、自焚真相。還是咱們中國文化講的對，天時地利人和，天人合一，切入三退，咱們中國人，不能宣誓為共產主義奮鬥終身。對方幾乎都同意三退。然後給一份真相資料。那位省政府的男士最後也同意退黨，要了真相冊子，還高興的與大法弟子握手道謝。

現階段經驗總結：常人社會時事新聞要講，是揭露邪黨、分清黨與國的好機會，也是切入“天安門自焚”等法輪功基本真相的好話題。但是大法弟子不要無意中帶領常人陷入對

任何一个社会新闻的纷争之中。这是为接下来的明白大法真相、三退救人铺垫。

讲真相中发现，其实真正让人得救的，不是社会新闻，是大法真相。但是现在如果不以“社会新闻”搭话、引起话题，对方根本不与你说说话，所以也谈不到后面要说的大法真相了。引子也是必要的，是这样一个关系。

以上是近期讲真相的一点体会与同修交流，不当之处请指正。

站在为他的基点上救度众生

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二零年八月六日】大法弟子们每天顶着压力走出来，讲清真相救度众生，可是每天都会看到全国有很多同修被迫害的消息，这是邪恶的迫害，毁的却是众生。很多精进的大法弟子，由于时间不够用，忙于讲真相的工作，却很少有时间静下心来，把救度众生中如何修炼自己，如何提高心性，达到法的标准，把这些转变的过程总结一下，最大限度的减少损失。

我和妻子同修这些年经历的迫害太多了，每次出来都是顶着很大的压力。最近两年就觉的不一样了，因为身边同修经常的沟通切磋，使自己越来越明白，原来旧势力的迫害也都是“经过自己同意的”，只是这种同意是自己不知道的。

曾经被迫害的经历在心里留下的记忆，形成的阴影挥之不去。不论做什么事，首先自己就把所做之事和迫害联系起来。比如正在和世人讲真相呢，这时突然出现一个穿制服的人，或突然有警笛声响起，自己马上就会紧张，而另外空间的压力马上就变大。就像邪党一直推崇的条件反射理论，也是旧势力一直在运用的手段。

人 装着法 发正念 烂鬼炸 神在世 证实法” [1]。

大法弟子都明白，讲真相，救众生，这是师父叫做的，旧势力是不敢反对的。可是当我们自己想到会被迫害，或怕被迫害，那不是自己允许邪恶迫害，求邪恶迫害吗？甚至长期带着做贼一样的心理，打一枪换个地方，心理上一直是把邪恶看得很大，不是正面清除，而是抱着侥幸心理，躲避邪恶的迫害。

一位做生意的同修，每天都和来到店面的顾客讲真相，他的妻子同修说：我给他发正念，只清除阻碍众生得救的因素。因为他们内心根本就没有被迫害的概念，多年的经历使他们在这一点上非常清晰，讲真相和迫害是没有关系的，所以警察来了，他们就像对待顾客一样和他们讲真相，一切都那么自然，讲真相就是他们生活的一部份，和吃饭做生意一样，从来都不会把这件事和迫害关联起来。

如果自己的心态不对劲，那么连带的自己的环境也是不对劲儿的。一次同修们带着一车真相资料到邻近的县城讲真相，被不明真相的世人举报，结果同修们都被带到公安局。家里同修得知消息后，大家坐在一起，有同修提议，咱们应该去赶紧救那些参与迫害的警察，同修都有师父管，世人参与迫害就危险了，得去救他们。就这样，大家摆正了基点，那就是：救度众生，包括那些警察。结果就这一念的归正，众生也都变了，那里的警察态度都非常好。同修不但讲清了真相，被抓的同修们很快都回来了，车也取回来了，什么都没损失。

有位渐悟状态的同修说，当有同修被迫害时，很多参与营救的同修都急迫的想要让同修回来，可是对参与迫害的那些世人却没有慈悲，那些旧势力就说大法弟子，你看他们多自私呀，只想他们自己。大法弟子不承认迫害，更要否定旧势力的安排。新宇宙的标准是为他的，所以当大法弟子真的能为众生负责，为众生着想，那就要慈悲众生，不允许众生

参与迫害。如果我们平时能注意到自己的一思一念，都能够保持着慈悲的心境，那么环境中就不会有邪恶的存在，众生也不会被操纵着去迫害大法弟子从而毁了自己。

我知道自己平时心态都是旧宇宙生命的特点，很少想到为别的生命负责，于是我开始清理自己一切负面的思维。一次，店里来了两个人，我刚要和他们讲真相，但这俩人一看就不是来买东西的，再看那眼神我立刻意识到这两个人是便衣特务。这两个人非常邪恶的盯着我，加上另外空间邪恶生命的压力，心态不稳的话就会慌张起来，被邪恶抓到把柄迫害。当时虽然自己面不改色，但内心却被触及到了，感到压力很大，稳不下来。后来我到附近同修那里坐了一会，他说你心不稳的时候你就想师父的形像，我想了一会儿，平静了很多。其实还是信师信法的问题。

过后，我时常反思自己：一个新宇宙生命，一个完全为他的生命，会是自己这样思考问题吗？如果当时自己首先想的是：可不能让众生犯罪呀！能够为这两个生命着想，慈悲的告诉他们不要参与迫害，善待大法与大法弟子才能有未来。事情就不是这样了。

找到自己为私的根本，就知道怎么做了，于是我就在平时大大小小的事情中都去想怎么才是为他的，为别的生命着想负责，对自己想的越少，压力就越小，就越不存在迫害的因素。

前不久，一位经常和我联系的同修被绑架走了，她当时就想起了我们经常切磋的法理，应该为这些警察负责，不让他们真的迫害了大法弟子，于是她不断的调整自己的心态，完全为他们着想，一边讲着真相，一边让自己真的慈悲起来，很快所有在场的警察都变的和善起来，最后同修出现了病业假相从医院回到家里。她由初始的为私，转变成为为他的心境，而警方由最少要判她七年，到无条件的让她回家，这个转变就发生在一天的时间内。

师父明示：“真正的善，是修炼者在修炼过程中、在善修的过程中，已经修成的真善。面对众生时，因为你有还未修好的一面，所以你不可能使修好的神的部份完全表现出来。必须时你就得理智的、清醒的象个修炼人，让自己的责任、让自己的正念来主导，然后你真正的善才能展现出来，这就是修炼人和神的不同。这是慈悲，他不是有意的表现，不是人的善恶喜好的表现。不是你对我好了我就对你表现善。他是没有代价的，不计报酬，是完全为了众生的。所以这个慈善一出来啊，他的力量无比，什么不好的因素都能解体。慈悲越大，那个力量就越大。因为过去人类社会没有正理，所以人是不会用善来解决问题的，人从来都是用征伐的手段来解决人的问题，所以这就成了人的理。人要想成神、走出人的状态，那就得放下这种心，得用慈悲来解决问题。”[2]

大法弟子能意识到自己的行为是否是对的，但在复杂环境中却不容易觉察到，或很难做到，使自己的内心也达到法的标准和要求，这就需要平时也要在大体上让自己保持着慈悲祥和的心态，突然间遇到什么，很快就能调整到大法要求的标准上。

师父开示：

“那时候有人真的欺负你，你那大慈悲心起作用，你不会还手，它是一种力量，它也促使你不会和常人一样。

当你遇到劫难的时候，那慈悲心会帮助你度过难关，同时我的法身看护着你，保护你的生命，但难必须让你过。”[3]

大法弟子的路很窄，我觉的达到无私无我的标准，这是新旧生命的根本区别，如果意识不到私的存在，即使脑子里想着师父的话，可是心还是旧的生命的因素，那是证实不了大法的。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈怕啥〉

[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〉

[3] 李洪志师父著作：《法轮功》〈第三章 修炼心性〉

迷中修亦可察觉并排除另外空间的干扰

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二零年八月七日】大法弟子多数都是在迷中修炼，所以多数人都觉得自己知道的事情很少，另外空间的干扰也很难察觉的到，所以经常是处于稀里糊涂的状态。而很多人突然遇到一些大的干扰或迫害，也不知道为什么会发生这样的状况，大难也是日积月累起来的，只是在迷中不易察觉而已。但是随着自己对发正念的重视，发现自己的感知也越来越敏感。

有时自己感觉很压抑，精神也不是积极向上的状态，当自己静下心来发完正念，空间场也随之清亮起来，神清气爽，看到身边的人也都很友好和善。每天越重视发正念的质量，发现很多麻烦也都消失不见了，做事也都很顺利，人与人的矛盾也少了，法理也越来越清晰，越来越能够认识到，一切发生的事都是自己的心促成的。

后来又能够认识到，不同的时间、地点、不同的场合，遇到不同的人、事、物，而自身的空间场和思维与心境都在悄然的发生着变化。

师父说：“修炼人的思想如果离开法，邪恶就会钻进来。用人眼睛看，人与人世的一切是立体的，其实呢，整个人类空间的一切物质、花草树木，包括人、空气，一切都是那么大的粒子（分子）构成的。而在这一层粒子当中，一切是贯通的，包括人的身体。人自己没有正念，那么宇宙中，在三界中，一切不好的东西在人的身体里川流不息，甚至于在这里停留人也都意识不到。人就是被这样操纵，就是在这些粒子能够沟通的情况下操纵人。” [1]

不重视自己的起心动念，甚至自己的人心已经很强了，都想不到自己是个大法弟子，也不去归正自己的人心。而修炼人长期守不住心性，那会积攒成大难的。主元神修炼对本人的主意识要求是越强越好，自己的身体和思想就应该自己说了算，而不应该被其他生命和外来信息主宰。

可是哪方面执着心太强，那这方面就很难自己主宰自己。但是如果自己明确的知道这是执着心，并且明确的想要去掉它时，只要此心足够坚定，那么就能做好。

举个例子，有一次在同修家里，妻子（同修）与另外一位同修交谈，在诉说着我的不足，而且是积怨很深的样子。我当时看着她，努力的去向内找自己，看着她那怨心那么重，可是自己却生不起善念。但是自己知道不善就不对了，所以自己暗下决心，今天一定要实修一下自己，把自己的善念和真我找回来。就这样一边找自己一边分析自己的人心和观念是什么，逐渐的开始发现了自己的问题，其实人都有一种只同情弱者的心理，而对于很强势的人，即使看到人家受了委屈，因为强势嘛，她不会默默忍受，她要反抗，而反抗的越激烈就越觉得她过分，所以也就没有了同情与善念。而自己这么多年也没意识到自己还停留在你对我好，我就对你好；你对我不好，我不对你不好就不错了，哪里还会善待人家、从内心里理解人家？

想到这里，我看着妻子落泪了，觉得这么多年很对不起人家。当自己的心一软，发现妻子立刻发生了改变，也变得柔和了。可是这个转变过程我却用了两个多小时的时间，虽然很艰难，可是在这之前多少年我也不知道自己问题在哪里。如果用两个小时就能去掉一个顽固的观念，那修炼可就太容易了。可是如果修炼人真的认真起来去修炼和改变自己，提高的就会很快。

试想一下，如果我們都能在自己不真的时候，把自己变的纯真与真诚；在不善的时候，主意识很强的主导自己，让

自己慈悲起来；在不想忍的时候，使自己转变为根本就不产生气恨，不觉委屈；在私心很重的时候，能够认真的站在对方的角度上想想别人；在不高兴的时候，能够反过来想，把一切都当作好事，转变一下心境……那么很多不该出现的问题也就不会存在了。所以主意识强是修炼精進者才能做到的，而且注重心性的修炼是大法弟子所特有的，这和过去的小道与副元神的修炼是完全不同的，就是在现实复杂的环境中能够把握自己的心、自己的思想，这才是主元神修炼。

回到本文的主题上，其实随着环境的变化，修炼人的感受也在发生着变化，如果心性不稳定，修炼人的思想会随着感受的不同而发生着波动。比如遇到一个人，对自己不善了；或者遇到什么不顺心的事了，内心很快就会随着不高兴。甚至有时什么事都没遇到就莫名的心烦意乱，不安的心，不祥的预感，或者不知不觉就麻木了，冷漠了等等。可是这一切转变在修炼有素的人那里会随时被察觉，并及时归正。这样会最大限度的减少损失，因为大法弟子的一思一念很可能决定着宇宙中生命的留与不留。

大法弟子在不公的对待下却在想着怎样把人给救了，这种在大法中修炼出的无私与慈悲，会被无数的高层生命看到，从而认同大法，不再给正法与大法弟子制造魔难，那他们就有得救的希望。很长一段时间我就意识到这个心里不安甚至是有了一种不祥的预感，这种感受是旧势力想要迫害大法弟子强加给大法弟子一些它们的安排的一种前兆，这时我就会非常坚定的否定它，静下心来用强大的正念使自己的心由不安转变为安定祥和，使自己的空间场都要转变为安定祥和的气氛。

整个宇宙每个大法弟子都分担了一份，各自主掌一方天地，大法弟子安定祥和、强大慈悲的心境，会使自己负责的宇宙范围都被顺应正法的正神主导，就绝不会发生大法弟子救人，却被世人迫害这种事情。

所以如果大法弟子都能对自己思想负起责任来，任何外来信息，常人中的事情都干扰不了大法弟子慈悲平和的心境，那么所有外来干扰也都将不起作用。相反如果任由自己的人心随着环境的变化波动却不自知，想要迫害大法弟子的邪恶生命就会不断的引导加强大法弟子的人心，直至迷失方向，走了旧势力安排的路。理智的管理好自己的一思一念，就是在排除一切外来的干扰，最大限度的减少干扰和损失。

境界有限，不足之处还望同修们慈悲指正！

合十！

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉

放弃 我感到修炼变的简单和轻松

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二零年八月十日】我在家庭关上总过不好，妻子脾气不好，爱唠叨，发火，说我是脏猪，“跟你妈一样”。我母亲已过世十几年，我很反感她这话。我正念足时，会觉的她在帮我；人心强时，我会怨恨她，这种状态什么时候是个头呢？

有一次，她骂我挺狠，我回敬了几句，她委屈的不行，眼睛都哭肿了，一连两天不跟我说话。我心里也着急：不能老是这种状态呀？这样下去还是修炼人吗？我必须得突破！

于是，我问自己：为什么总过不去这个坎呢？不怨恨不行吗？剖析自己，我觉的修得很表面，虽然法在学，功在炼，正念在发，但实修不够，总在“争执”和“后悔”上徘徊，本质上改变少，每次出现矛盾时，总盯着表面的“事儿”，不服气，打嘴仗，事后又后悔，周而复始，不见提高。

我又深挖自己，这怨恨的根子是我吗？不是，它是后天的泥巴，只有用大法洗净，才有善和慈悲，才能做到无怨无悔。我有提高的愿望，师尊就帮我，师父一句法打到我脑里：

“但是真正的提高是放弃，而不是得到。”[1] 特别是“放弃”两个字很明显。我一想，对呀，争什么？往前顶啥？放弃就是后退一步，这多简单？修炼人的自我、人心、观念、执着象汪洋大海，放弃的过程，就是洗净和升华过程，这两字贯穿修炼的始终。

这样想时，心胸一下子宽阔了，精神也轻松起来。妻子再絮叨时，我象置身境外的一片祥云，能平静的看着她，不管妻子怎么霸道失礼，我都能平静祥和的接纳，她支持我修炼，这一点就足矣。

夫妻过日子，互相之间总有看的惯和看不惯的地方，如果硬坚持，结果只能斗气吵架，我感到，放弃是好的化解办法。比如：每次买肉包饺子时，她不把肉搅成肉馅，而是拿家里让我剁馅。我问：“为啥这样？”她说：“这样干净，放心。”我说：“买肉人不断，搅馅不一样吗？”她马上甩脸子：“你犟什么嘴？”我马上笑着说：“好好，听你的。”她的“干净”和我的“省时间”都是观念，放弃自己的观念才不拧劲。她是在成就我，矛盾的升级也是让我在放弃中有更大的提高。

又一次，小孙女发烧，她用酒给推拿和针灸，我一看这阵势，有点急：小孙女修大法，她整这事，不把孩子弄得一身黑吗？我立即制止。她火了：“关你啥事？”看着小孙女可怜的望着我，我怨恨的物质灌满了大脑，恶念也往上冒。如果以前，我会把孩子抱走，可这次我没，我立刻警觉：我想，孙女有师父管，谁能毁了？这是修我，这是清除怨恨心的好机会，我发正念清除！心里不堵了，也亮堂起来。

师父说：“我们是有针对性的，真正的指出那颗心，去那颗心，那么修的就非常快。”[2] 我一直牢记师父这句法，人心、观念、魔性出来时，立即抓住清除！感觉提高很明显。这样做简单、轻松、效果好。我是自己身体小宇宙的保卫者，我要为正的负责，身体哪块不舒服或者疼痛了，是那里的宇宙出了问题，我发正念归正那块天体，让众生得救。

当“放弃”形成习惯时，我看妻子太可怜太苦，不管史上我与她是什么缘份，我会把她对我的伤害看成是对我的成就。为了让她少造业，有时她刚要发火，我马上说：“有话好好说，别火。”当我能包容和宽待她时，自己也感觉高尚。

她身体不是太好，出门穿鞋时，经常让我给提鞋，最初，我弯不下腰，觉的下贱。可又想：什么是高尚呢？为别人，妻子不是别人吗？当我思想上有了提高时，行为上也自然了，把对方放在心里，把为别人付出看成是一种幸福，这样才会甘心去做。

同修之间也一样，修得再好的同修，你也会看到他身上的缺点或魔性，可是你如果在矛盾中能做到放弃，不看缺点，只看优点，你就不会动心，不会形成间隔。比如有一次，我看到一个同修去刮痧，惊讶之余，我立即想到“放弃”。要是以前，我会跟同修去说。

我记住师父的话：“不要看人家不好的一面，总要看人家好的一面。”[3] 哪个弟子咋样？师父最清楚，同修缺点是修自己的镜子，只有放弃看同修的缺点，才能看到自己的斑点，在不断放弃中，会体会到善心越来越大，会渐渐达到大法标准，把自己放低，才能把别人装在心里，才能为别人付出，你才是越干净的。

以上是近期一点体会，层次有限，不在法上之处，请同修指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法二》〈二零零二年美国费城法会讲法〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》

帮助同修时修去自己的观念

——自己的一点体会

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二零年八月十一日】最近我地有几个同修 35

出现了病业状态，在帮助出现病业状态的同修的过程中，我发现有一些可能没有意识到的，需要转变观念的地方，写出来想和同修们交流一下。

在帮助同修时我们最经常说的就是：病业是假相，让同修识破这个假相。其实作为帮助同修的同修其实也会被病业中同修的假相状态带动，尤其是当病业中的同修认识不到自己不正确的修炼状态或不愿正视自己真实存在的执著心，又或者是和病业中同修交流时同修越来越明白，越来越有正念了，但当同修一走，病业中的同修又恢复到那种不正确状态中，又没有了正念。当看到同修反反复复种种不好的状态时，我们往往就容易误认为那就是真实的同修的状态了。其实那只是迷在人世中，由后天各种执著和观念包裹着的同修，而那并不是真正的他自己。

《转法轮》第八讲中有一句法：“还有一次性完成的，大家可能听说达摩面壁九年，过去有许多僧人一坐几十年，历史上记载最长的九十多年，还有更长的，眼皮上的灰很厚，身上都长草了，还在那儿坐着。”[1]人身上怎么会长草呢？是因为时间太久了身上的灰很厚了所以会长草。而那层厚厚的土就如同我们在人世中千百次轮回转生中形成了很多的观念，在观念的作用下又生出了很多的执著心，而那执著就如同灰上长的草。我们修炼的过程就如同是在把草拔掉，然后把灰尘一层层去掉的过程。

真正的自己是没有灰尘的更不会长草的，所以我们在面对病业中的同修不好的状态时，要看同修真正的自己，要看他的根源。是灰尘和草把他真正的自己给包起来了，现在眼前同修种种不正的表现都不是真实的他自己。我们是在帮助同修把草拔掉，把灰尘去掉，让他找回真正自己的过程。这样看待同修时，那些不好的负面思维就不会生出来，就不容易被同修不好的状态带动。

在帮助同修的过程中我们会发现同修的很多不在法上的

地方，当和同修交流中很希望同修能尽快的从法中明白，尽快的归正自己不正的地方。一段时间后，当同修达不到交流的目的地时就会产生一些负面的思维，比如想：同修多年只注重做事很多地方法理不清，实修的不够，没有好的基础，当遇到大难了还真的很难走过来……这些说的虽然都是事实，但假如同修现在能有那么大的正念或通过短时间内的交流就能转变过来，也许这个魔难就不会出现了。

正因为长时间的没有实修旧势力才下手的，所以很多没修好的东西不是一下子积下的，冰冻三尺非一日之寒，现在我们只能帮同修增加正念从法中提高上来，冰化掉也是有个过程的。而且我们帮助同修时得站在他的角度，他的承受能力的基点上去帮他在法中提高，而不是站在我们现在所在层次上的角度去要求同修达到我们的标准。我们除了和同修必要的交流外，最主要的还是得和同修学法，师父说：“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。” [2]

因为同修有时不是不明白我们交流的那些大道理，而是没有足够的正念往前走，正念是来自于法的，只要同修能在他所在层次上提高上来，主动归正自己就可以走过魔难。而不是要达到我们给同修设的标准才可以走出魔难。师父说：“这么说吧，如果大法弟子碰到什么魔难或者消业，他一定是有前因的，找找自己。是，找到了之后马上做好，那个情况会马上转向好的方向、向正的方向转化。” [3]

其实帮助同修的过程同时也是修自己的过程，这个道理大家都懂。但在帮同修的过程中容易陷在事情当中，注意力更多的放在病业中同修的表现上而忽视了修自己。这个过程不仅仅是帮助同修提高，同时也是自己提高的一个过程。只有这个根本基点转变过来了，我们在这个过程中都提高上来了，不产生任何负面思维或是和旧势力一样的思想念头，要给同修加正念，才是走师父安排的路。其实，每天发生在我

们身边的大事、小事、好事、坏事，哪怕是听到别人和自己说了什么都是和我们的修炼离不开的，因为我们是修炼的人，我们的人生道路就是一条修炼的路，自然所遇到的一切都是和修炼离不开的。所以我们应当把注意力放在修炼提高上，因为我们能做到的就是修好自己。而实质的都是师父在做我们只是有那个愿望师父就成就一切。结果怎样是由法在那衡量的，也不要执著结果的心。

师父在《转法轮》中讲：“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。”[1]只要在这个过程中双方都在法中修自己，归正自己，就是在走师父安排的路。师父安排的路又怎么会有那些负面的事情发生呢？当然也不会有迫害发生，关键是我们要注重过程中放下自我修去私，修出一切出发点都是为他的善心来。

最后再和病业中的同修交流几句，师父说：“修炼中无论你们遇到好事与不好的事，都是好事，因为那是你们修炼了才出现的。”[4]我们要学会从正面看问题，不要本能的排斥痛苦。试想如果现在没有出现魔难，我们那些还没有修去的人心会因正法结束而自动没有了吗？那些没修好的部份在另外空间对应的都是无量的众生，假如正法结束了那些生命就会因你没修好而没有了，只要正法没有结束就还有修炼的机会，还有归正的机会。

还有一个问题和同修交流就是根本执著，我们在走入大法修炼之时都有一个根本的执著，都是因为大法符合了我们当时人的一个观念而走进来的。当时不能算错，但随着不断的修炼，这个根本执著是必须要去掉的，否则我们修炼的基点是不纯的。今天学《转法轮》读到：“你真正作为一个修炼的人，我们法轮会保护你。我的根都扎在宇宙上，谁能动了你，就能动了我，说白了，他就能动了这个宇宙。”[1]学这段法时，其中的“你真正作为一个修炼的人”[1]这几

个字突显出来。

怎样才算是一个真正的修炼人呢？人在痛苦中都会本能的排斥痛苦，当同修陷在痛苦中想要解脱出来时，想的是怎样才能让自己赶快好起来的目地是什么？是为了让自己身体先舒服了才向内找修自己呢？还是想到自己是有使命的大法弟子，还有自己没有救了的世人在等着自己去救从而想让身体尽快好起来呢？这个为私还是为他的基点问题很重要。旧势力是为私的，旧宇宙的属性也是为私的。而师父让我们去掉私做为他的生命，证实大法，助师正法，救度世人，可不仅仅是为了成就自己圆满自己的啊。

修炼是神圣而严肃的，在正法的不多时间里，在这个迷的世间中，不要再被世间的名利情带动，不要再把这世间的假相看的那么真实了，当人可不是我们的目地啊！我们要时刻认清哪个才是那个真正的自己，不忘来时发的誓约，不辱师父给我们“正法时期大法弟子”这有史以来都没有的伟大称号啊。

以上是我个人所悟，如有偏颇之处，敬请同修慈悲指正。

注：

- [1] 李洪志师父著作：《转法轮》
- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈排除干扰〉
- [3] 李洪志师父经文：《二零一九年纽约法会讲法》
- [4] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈芝加哥法会〉

找到不正常状态背后的因素和执著

文：清扬

【明慧网二零二零年八月七日】最近一段因为疫情，完全在家办公。因为时间相对自由，所以不象以前那样忙，有了更多的时间反思自己修炼中的不足。就象师尊讲的：“少息自省添正念 明析不足再精進”[1]。因此我想把自己在这段时间内悟到的东西和提高的心得跟同修分享一下。

一、 炼功的心得

在疫情这段时间之前，我打坐和抱轮都是最多一个小时，从没想过再往上突破一下。不过因为身体出现比较严重的病业假相，为了突破这个状态，跟家人同修交流后决定在炼功上突破一下。因此我就抱着试试看的心态突破九十分钟：坐到四十分钟就开始比较痛，七十分钟时就痛的全身抽动了。在坐到八十分钟左右的时候，忽然自己开始笑，然后又开始流泪。我不是一个容易因为自己的痛苦而流泪的人，但是当时就是控制不住的流泪了。坐完之后，虽然感觉前胸以下的身体全是麻的，但是明显感觉师尊给我拿下去了很大的一个东西。我想我的笑和哭可能都是另外空间的我看到了师尊为我所做的事情的反应吧。

但是打坐中还很不静，更定不下来，这也是我需要突破的地方。这个过程中的体会是：

（一）其实疼痛并不是太大的问题。自己之前坐不了那么长时间，是因为自己没想去突破，并且因为思想业或者其它因素的干扰导致决定把腿拿下来（虽然主意识可能还不太甘心），而当打坐中清理那些“让我提前把腿拿下来的因素”后（自己心里不稳的时候，就默念“灭掉让我提前下来的因素”），思想业和其它因素没法干扰我们的时候，坐多长时间完全取决于主意识的决定。这样就能够增加很长的打坐时间。

（二）干扰会变着花样来。第一次突破九十分钟时，到最后几分钟时脑袋里明确的出现一个念头：腿要折了。后来有一次，脑袋里又出现一个念头：“打坐中只有痛苦吗？”自己当时的反应是又好气又好笑，自己就想：“你是哪位啊？”打过来的念头，在这么长时间的修炼中，这也是头一次非常明确的感受到思想业反映出的念头，之前我只是意识到有些思想不太对，但是这样明确的反映了出来还是头一次。

另外，突破了一周之后，干扰就变了形式，忽然多出很

多琐事来，使得我难以找到整块的时间炼功，因此在发了几天正念之后才突破。现在努力突破早上三点之前起床这个关，还是不能稳定的做到，但是这个过程中发现需要睡觉前专门发一念，灭掉那些不让我早起打坐的因素。起床就会容易的多。之前我也试过三点起床，但是对我来说只打坐一个小时的话，白天非常困，还需要补觉，否则困的什么都干不了。但是现在打坐两个小时之后，不补觉白天的精力也基本够用了。

二、找到不正常状态的背后因素

从大约十年前开始，我就常常感觉眼睛很疲劳，特别是在阳光下呆时间长眼睛会感觉非常累，如果在阳光很强的白天出门，在外面呆几个小时，眼睛非常干涩，之后会体现出心脏很疼，胸闷和大脑反应很慢，严重的时候甚至无法有效的思考。这个状态一出现，早上就很难早起，其它事情也因此被打乱，所以干扰非常大。因为我的常人工作和救人项目都需要长时间的面对电脑，从常人的角度看很象是不好好保养所引发的干眼症。虽然我意识到了这是不正常的状态，并一直都对这个不正确状态发正念，清理旧势力及其安排的干扰因素，一直没有什么太大的改善。

但是最近学法，看到师尊讲：“目前只要大法弟子在证实法中表现出的不正常而且持续干扰的，一定是黑手干的，消除中一定彻底解体它们。”[2]（这不都是指对身体的干扰吧，所以发正念就起作用）我反思了一下自己的状态：正常人在很强烈的阳光下呆一段时间可能也会有点疲倦（正常状态），但是不会象我的反应这么强烈（不正常状态）——很明显是师尊所说的不正常而且持续的干扰。因此从那天之后我每天专门针对这个干扰灭黑手之后，果然症状减轻了不少，在很强烈的阳光下出门也只是感觉有点累而已。这让我的信心坚定了不少。

在这个过程中，自己的思想越来越清晰，我现在悟到出 41

现这种状态的原因是：这种干扰会有一些常人中的表面的引发条件，逐渐的使我头脑中形成了一个因果关系，建立起了一种观念“自己过去不好好保养眼睛，使得眼睛受不了强光，一出门就会非常累，没办法”。自己对这种状态的承认（也就是承认自己是个常人），使得黑手和烂鬼能够躲在这个观念后面给我施加强烈的干扰。

其实对于修炼人来说，眼睛非常疲劳这种状态的加重和减轻跟引发条件（长时间的室外光照）没什么关系。认清这一点之后，就不会把人中的原因和我自己的反应建立起因果关系了，我意识到旧势力的干扰、黑手烂鬼才是根本原因。

现在我思想中养成了一种象条件反射似的习惯，即使在日常生活中，一出现眼睛疲劳、心脏疼痛的状态，不管难受不难受，就立刻发出一念“解体、销毁黑手烂鬼，破除不正确的观念”，不让自己的思想沿着常人的思维观念走下去。因此这种强烈的干扰现在已经很少出现了，即使出现也很快的消散了。

这个过程中我还意识到自己的一个问题：之前一出现那种受干扰的状态，如果没有特别急迫的任务就想早点休息。这其实还是把这个当做常人中的事情，想用常人的恢复方式来过去。而没有认识到这时自己其实是在被强烈的干扰中。因此一旦这种状态出现，必须尽早突破，大量炼功突破这种干扰。

虽然悟到了这一点对我是个非常大的进步，但是就象太太同修跟我交流的那样：太被动，干扰来了才去破除。我自己也在想，为什么我会出现这种极度疲劳的假相干扰？沿着这个问题深挖下去，我又找到了自己的一个很深的执著。

三、执著成功的瘾好

我在常人中的学历算是比较高的，因此也养成了持续学习各种东西的习惯。经常为学到新的知识、技能或者解决问

题而兴奋。也因此，我在学习或者做项目时兴奋起来了就不休息不断的干。也因此积累了很多技能、职业认证。当然精益求精、勤奋刻苦在人中不是坏事，因此我也一直认为这是自己的一个很大的优点，从来没有认真想过这背后是否有什么执著。

但是在开始思考“为什么我会出现这种极度疲劳的假相干扰？”这个问题后，有一天在背法中，我忽然悟到，我很喜欢、享受学到新知识、新技能或解决问题后的兴奋感。在我认真学习工作的时候，其实很大程度上是在追求这种兴奋感。而且有的时候如果发现一个有趣的问题，甚至明知道有更重要的事情需要做，可能都会抛之脑后，更别说干累了之后的休息了。师尊讲：“人说中毒，我告诉大家什么叫中毒。人们在医学上认为是瘾好神经被刺激了、很发达就是中毒了，其实不是。是什么？在你身体里，时间长了，积累了一个和你形像一模一样的你，却是那个东西构成的，控制了你。因为它是很强的执着构成的你的形像，所以它就有那么强的能控制你的心，因为它是很强的心形成的。”[3]

从这段法，我还悟到自己这种状态甚至可以用上瘾来形容自己，再说重一点，这跟吸毒执着那种感受差不多。只不过是这种上瘾不是依赖于外部的药物。这种对成功的瘾好使我没有节制的工作和学习，使得自己经常处于不必要的很疲劳的状态。这在常人中也是严重伤害身体的做法。更何况旧势力还会给修炼人添加各种各样的干扰，所以就会很累。而且也让黑手、烂鬼钻了空子，出现了那种不正确状态。悟到这一点之后，我现在在强烈的排斥、灭掉这种瘾好和执著。

个人体会，不当之处请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈理智醒觉〉

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法五》〈二零零四年美国西部法会讲法〉

[3] 李洪志师父经文：《二零一九年纽约法会讲法》

十多米长的横幅 一个学员在天安门是怎么打开的

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二零年八月九日】二零一九年有幸见到了当年去北京上访的几名农村同修，同修朴实无华，回忆起当年上访的经历，仿佛就在叙说昨天发生的事情。

其中一名同修A书法特别好，负责写字。横幅上写上了“法轮大法好、真、善、忍好”，大约十三、四米长。一名同修B身材高大负责携带。三名同修约定好了，到北京某处集合。由于中共邪党的处处设卡，到处封锁，同修们走散了，没能在约定的时间见面。同修B怀里藏着横幅，来到了天安门广场。当时天安门广场上到处是警察与便衣特务，正当同修B寻找同修A和C的时候，有两个便衣来到了同修面前问：“有东西吗？”“有。”同修B告诉他们。“什么东西？”“横幅。”“拿出来！”

同修从怀里拿出横幅打开，告诉一个便衣，你拿着这头，往东走，告诉另一个便衣你拿这头往西走，等我说抻的时候，你们就举起来。两个便衣当时象没了思想，非常的听话。同修在中间，随着一声“抻”，长长的横幅就被两名便衣高高的举起来了。两名便衣这才缓过神来，象触了电一样，赶紧把横幅放下来了。同修叙说着当时的场景说：如果当时再喊一声“法轮大法好，真、善、忍好”就完美了。

多名上访的同修被绑架，劫持回到当地，关到看守所。当地市政府的邪党书记，还亲自点了同修的名字，要亲眼见识见识B同修。同修们的壮举，让世人佩服。

为了让人们了解法轮功真相，为了让人们看清中共的罪恶，大法弟子放下了一切走上了天安门广场。一声声“法轮大法好，真善忍好”响彻云霄，一幅幅真相横幅被高高举起，一幕幕的壮举，放射着无比伟大的光芒，震撼着穹宇。

修炼交流摘录

现在想来，这次发正念的心态因为是为他的，并且生出了慈悲之心，基点在法上，很坚定，所以效果明显。自从那次为同修发正念知道了自己是有能力的，再发正念我就不敢怠慢了。我觉的如果师父给了我这个能力和使命，如果我不好好完成，怎能对得起师父和我世界的众生呢！即使看不见感受不到，我也坚信我就是有能力的。我就要求自己发正念时一定要集中精神。每到发正念时，我就告诉自己：我是威力无比的神，自己的身体高大无比，马上要开始正邪大战了！带着这样的心态发正念效果非常好，有时偶尔走神但立刻就能让自己主意识回来继续集中精力发正念。

后来每当发正念主意识就很清醒，基本不怎么走神了。虽然我的天目未开，看不见另外的空间，师父仍然给了我很多的鼓励，有时会感觉能量场强大，身体发热。有时感觉自己高大无比，还有时让我体会到正念之场会让邪恶自灭的强大威力，让我感受到神的慈悲的那种境界。

这里想说的是，我也是经历了这样一个过程：从发正念感觉不到任何效果从而变成走形式，慢慢感受到发正念的超强威力，从而重视、并认真发正念。如果我们不相信自己有这样的能力，是不是也是对师对法不够相信呢？而这种不信是不是又会反过来阻挡了自己的能力呢？看不到发正念的结果，只是表面上自己看不见，而在另外空间可正在发生着天翻地覆的改变呢，因为大法法力无限！

————— 如何对待发正念

在本地有学法小组学完法后，同修就会把零食或者水果拿出来，同修就开始边吃边切磋。讲着修炼中的事情，时不时夸赞一下食物的可口。记忆最深的一次是：两位同修前面还在切磋着修炼中的事情，最后开始讨论“哪家的鸭蛋吃起来更香”。集体学法这种形式是师父给我们留下的，师父说：

“你们今天所做的一切就是未来参照的实践”《二零零三年元宵节讲法》。从一开始吃零食时，就没意识到学法小组是纯正、严肃的修炼环境，绝对不能混同于一般常人中的聊天。如果我们走歪了这条路，是多么危险的事情啊！

学法小组不是常人中的聚会

事后深思：面对警察的上门骚扰，作为大法弟子，就是要正念对待和全盘否定邪党的一切迫害和要求。我们是来助师正法救度众生的大法徒，我们与警察的关系不是迫害与被迫害的关系，而是救度与被救度的关系。如果每个大法弟子都能做到坚如磐石的维护法、证实法，就能全盘否定邪恶的干扰和迫害，这也是对他们最大的慈悲与救度。

用强大的正念对待警察的上门骚扰

以前我总以为只要自己在修炼中，我在家躺着，什么都不干，成绩照样会很优秀。后来明白这是曲解了大法，是不可能的，修炼要最大限度的符合常人状态。我什么都没有付出，就可以轻而易举的拿到好成绩，这是幻想，是为自己的懒惰、安逸、逃避等执著寻找空间。认识到这个执著后，我却又走入了极端，就是要努力考所在专业里最好的大学和最好的老师。准备到最后，这个执著越来越强烈，我把对于名校名师的执著当成是人类纯洁无瑕的梦想，我还美其名曰是在证实法。失败之后，由于我对名利的执著所带来的不顺利，使我故意的要放弃各种看起来追名逐利的行为，这是我在修炼中一直以来的通病。如果是在往东的路上摔跤了，我就会下意识的逼着自己往西走，而且绝对的不往东走了，这就造成我并不是在放下执著，而是内心深处一直有着很深的“求对”的心。只是在真正走出自己执著的时候，把自己作为一个修炼人，不断的去掉执著心，师父会给安排最好的一切。

考学路上 一路修心 师尊看护

在修炼中有很多过不去的关，都和自我有关。在修去自我的时候往往在难中去这颗心，但是并没有跳出来看。如果跳出来看，其实去掉它很简单。很多关过不去其实都是自我在表现，比如说：哪个人说话刺激到我了，谁谁拿了我的东西了，拿了东西也不和我打个招呼，谁谁背后说我坏话了，我喜欢的什么如何如何了等等。看起来这些是名利情的东西，是对名利情的放不下，其实是对自我的放不下，如果仔细看那些想法里面都有一个“我”字。而这个“我”执著的并不是另外空间的什么，都是我们肉身生存的这个空间的东西，也就是这个身体在表面空间拥有的什么名利等东西，是这个身体想要，想吃什么，想要什么，名誉上的什么，都是被这个肉身享受到的。

————— 放不下自我 是把身体当作了“我”

很长时间以来，自己修炼状态总是时好时坏，起起伏伏。有时状态不好，法也不愿学，懒散，到晨炼时间起不来，经常睡回笼觉，过关时守不住心性……我困惑：怎么总是反反复复？近日，一个协调同修来学法小组交流时，她说了一句话对我很有启发：“给同修提个醒：不要有事了才注重发正念。”我一下子醒悟了，回想自己状态不好时，往往是正念发的不好，虽说四个整点也坚持发，之外还能多发二三次，但细想，质量不好，不能入静，有时发10分钟正念还要看一、两次表，这怎么能行呢？另外空间是正邪大战，岂能达到力可劈山，邪恶尽灭？就象两军激战一样，你看着表打仗，那会是什么效果？细究，还是走过场，心没静，意不专，没有达到神的境界，才有这种表现的。发正念是师父给我们的法宝，我们要珍惜，好好利用，旧势力邪恶因素和共产邪灵能干扰得了我们，是因为我们对发正念不重视，对邪恶清除得不够。发正念不能流于形式，动真念才管用，另外空间是正邪大战，你放松了邪恶就祸害你。

————— 给同修提个醒 不要有事了才注重发正念

在每天严格的修心过程中，我发现在每一个人心反映出来的一刹那，不拖延、不躲避就会越过一关又一关，而修去人心后业力的消减会让我更加坚信大法，还因为修去了人心，事情也在往好的方向转变，从而体会到修炼的美妙，就更增强了我修炼的信心。真是感动于大法的无所不能，连常人中的一切都在我实修自己中发生着各种神奇的变化。

————— 小事中修自己体会修炼的美妙

后来我悟到，中共病毒（武汉肺炎）爆发，明慧网根据天象的变化、正法进程的推进，不断刊出很多内容丰富、形式多样的真相资料：传单、册子、音频、视频、不干胶等等。从《明慧周刊》看，各地同修都在忘我的救人，做的非常好。近年来我怕监控器，怕给人真相资料。怕心阻挡，我没有达到大法弟子应有的紧迫状态，没有达到此时法对大法弟子的要求，比起以前夜行百里的劲头可有差距了。我想我应该提高心性，改变这种状态才对。现在的家境条件与交通情况，要上医院是非常容易的。但是，在生死考验面前，在亲情的诱惑下，如果我在信师信法上稍有一丝正念不足，他们就会强行送我去医院。我知道，另外空间的邪恶虎视眈眈的看着我，巴不得我就倒下去了，变成进医院就医的常人了，他们就真的会来取命了。我每天强忍着难受，坚持学法、炼功、发正念，几天后，肿胀的脸消肿了，水泡结痂了，高烧也退了。家人再次见证了大法的神奇，我也闯过一个生死大关，经受了一次在最后阶段信师信法的根本考验。

————— 自始至终信师信法 走好最后的路

二零零七年，我感到心抖，慌的厉害，脑袋和脸麻木，按一下就象过电一样，我没当回事。这时小姑子家里有事我就带上真相资料和老伴出发了，在山村我俩一起发资料，自

已坚持每天炼功，十多天后回来我感觉状况严重，同修每天到我家学法，给我发正念，我也在向内找，同修在时我觉的还好，同修走了还是那样。一天，我跟师父说：明天不叫同修来了，耽误同修出去救人……我就把腿盘上，从内心对我伤害过的生命说：我生生世世不知做了多少坏事，把你们伤害的好惨，我现在承受的是自己的罪业，自己的关，我一定自己过……在说的时候，很自责、很伤心，感觉对不起伤害过的生命，眼泪都流下来了。同时感到师父就在身边看着我，这时就感到脑袋从头顶上向下象倒沙子一样，几秒钟的时间，我好了。我大声喊老伴：我好了！老伴激动的说：快去给师父上香、磕头。

—— 救人的大法 无所不能

修炼二十多年来，困扰自己最大的执著就是“亲情”。这些现象都是业力轮报的过程，人人如此。我们修炼人明白这个理，怎么能被其带动呢？从人这儿看，姐姐在吃苦受罪，可是在这个过程中会消去多少业力呢？人间的理是反的，消去业力对一个生命来讲才是天大的好事，看她可怜，时常惦念，什么一娘姐妹，这些不都是人的理和观念吗？修炼人怎么能要这个和被这个左右呢？另外，亲戚中谁被骗了，谁离婚了，谁生气产生怨恨了，哪一件都不是偶然的，有他们背后的业力轮报关系，该出的事必定要出，该还的债一定要还，你能管的了吗？何况根本就不能管，对修炼人来讲，执着这些都是阻碍精進的一条条缆绳，牵绊着你无法前行。不修去这些东西就想回天？简直是痴心妄想！

回想自己修炼二十几载，困扰自己最大的执著是什么？不就是“亲情”吗？牵绊着修炼人不能精進实修的是它，摔的左一跤右一跤的是因为它，迷在难中不能醒悟的是因为它，险些失去修炼机缘的还是因为它。直到今天还牵挂着儿女的这个事那个事，甚至为孙女儿操不完的心，有多少心被“情”

牵动着、占据着、左右着……这一趟回老家让自己惊醒了很多，修炼人是有使命在身的人，带着你那个世界的众生回归天国，完成使命才是你所想所要的，怎么能泡在人的“情”中不能自拔呢？“情”是人中的东西，它阻碍我回归天国世界，我不要它！斩断这些阻碍精进的条条缆绳，兑现一个正法时期大法弟子历史使命！

————— 斩断阻碍精进的条条缆绳