

关于投稿 和写文章的交流

稿件专业化，能更好的讲清真相、救度世人。本册收录了相关内容供写作和投稿的同修借鉴。大家一起努力，提升写作的专业度，让更多读者愿意听我们讲真相，让我们写的文章更利于传播。

明慧文章汇编

目录

◆ 版权常识

写文章投稿 如何注意不侵犯他人版权?	1
关于规范转载明慧网内容及落实版权署名的通知	4
莫让复制粘贴成为修炼路上的劫掠	6
关于“一稿多投”	11
小常识: 美国公司发行的印刷品版权和发行问题	14

◆ 投稿交流

将“定性词”改为“事实描述”更有说服力	16
读《将“定性词”改为“事实描述”更有说服力》有感	20
谈谈给明慧网写活动报道的一些基本要求	21
如何走出创作瓶颈?	27
面对报道与写作的挑战	30
大法弟子的稿件如何杜绝错别字?	33
浅谈文章投稿前的字词校对	38

◆ 修炼体会

努力成为穿起珍珠项链的线	43
我和明慧的缘份(译文)	48
在明慧项目十六年的修炼(译文)	52
突破阻碍写交流文章	56
给明慧网投稿的体会	59
运用法律反迫害要有更大的慈悲	61

写文章投稿 如何注意不侵犯他人版权？

文：笔农

【明慧网二零二六年一月三十一日】在使用网络信息（文字、图片、音频、视频、代码等）时，必须注意版权问题，否则很容易造成法律问题和经济损失。特别是来自中国大陆的人，没有尊重版权的习惯。在未经了解版权规定的前提下，自称“应该没有版权问题”，最容易导致让自己做出侵权行为，并带来复杂后果。

以下是从实用角度整理的一套注意事项，写文章、转载、汇编等情况都适用，谨供大家扫盲（学习版权常识）和参考：

一、总原则：“网上能看到”不等于“可以随使用”

请记住：哪怕没标“©”（“版权所有”），只要作品具有独创性并以某种形式表达公布，即默认（自动）受版权保护。

二、常见网络内容的版权风险点

1. 文字内容

新闻报道、网站文章、公众号、博客、论坛帖子都有版权。整段复制、拼接文章，侵权的风险很高。改几个字、换个说法，如果结构和表达高度相似，仍可能侵权。常见误区包括：“我注明了作者就没事”“别人都这么用”“没赚到钱不算侵权”“改过就不是他/她的了”诸如此类。这些“理由”都不是侵权的法律依据，在法律上都站不住脚。

比如美国，人像和私人财产图片的发布都非常敏感。

在发生法律纠纷后，法院只看合同文字，只认合同和版权链条是否完整，而不看行业习惯，个人习惯和动机（无论善意、恶意）都不是法律判断的依据。

美国律师函文化非常成熟，他们会使用批量扫图、自动比对，并专门盯跨境公司和独立网站，来针对图片侵权者。这是一个由侵权者和律师共同滋养的现代行业。

2. 图片

在中国买到“合法”的图片版权，不等于一定能在美国合法公开使用。跨国使用时，必须把授权范围看得非常细。

从网上搜到就用，这种做法是最常见的侵权雷区，请规避。

摄影作品、海报、漫画、IP 形象（如动漫人物）拿来就用，也是侵权的高风险做法，请停止。

私人二次创作、影视截图做表情包，也都是可能侵权的做法。只有事先官方授权的图片，才能合法使用。

3. 音乐、音效、视频

背景音乐随便加（尤其是商用），剪辑影视片段、综艺片段、“可下载”等等，这些情况，并不等于“你有版权”。

4. 培训材料、付费资料外传，也是侵犯版权的高风险区。

三、什么是“合理使用”？

授权至少包括四个方面：地域范围（Territory）、使用方式（Usage Type）、使用主体（Who can use）、授权类型。

授权使用的“地域范围”，比如，很多中国图库的“可

商用”，其实只覆盖中国市场 + 常规宣传，并不自动包含海外广告或品牌传播。

授权的“使用主体”指是授权给你个人？还是你所在的公司？如果擅自超范围，则也属于侵权行为。

使用方式指个人使用、商业使用（广告、营销）、网站、社交媒体、印刷品，以及二次编辑、裁剪、合成等。

授权通常类型包括：RF（Royalty Free，不代表“无限制”，只是免版税，和 RM（Rights Managed，必须严格按约定用）这两种。

关于版权的常见标识有：CC0（作者主动放弃版权，让作品进入“公共领域”）、CC-BY（可以随使用，包括商用，但一定要署名作者）、CC-BY-NC（署名 + 非商业使用），及 CC-BY-SA（署名 + 相同方式共享，不适合付费课程、会员内容，不适合纳入公司核心物料；不适合不想被别人“拿走再用”的内容）。

有 CC-BY-SA 授权协议时的署名怎么写？和 CC-BY 一样，一般包含：作者名，作品名，协议类别：CC-BY-SA，以及原链接。

在中国，“合理使用”不等于“随使用”，一般要同时满足四点：非商业目的；少量引用（不影响原作品价值）；明确标注来源和作者；不歪曲、不损害作者权益。

注意，整篇照搬，用于广告、营销、引流，即使标明了来源，也可能侵犯版权。并且，商用和非商用的区别很大，一旦用于“赚钱、引流、推广”，标准会非常严格。

那么，哪些内容相对安全呢？

自己的原创内容，明确标注“可商用”的素材，公共领域的作品，版权图库 / 音乐库（付费或免费的，这些内容

相对安全。

结论：一定要养成尊重知识产权 / 版权的好习惯：

- 1) 使用前先看“版权说明 / 使用协议”；
- 2) 保存授权截图或页面；
- 3) 标注来源（哪怕不一定免侵权）；
- 4) 商用前，不确定版权的素材，宁可不用。

尊重版权是自重、尊敬他人、尊重创作，是善良，是守法，也是修真和自律。对立志在社会上做一个好人的现代人来说，并非小事。◇

关于规范转载明慧网内容 及落实版权署名的通知

【明慧网二零二六年三月十九日】致各媒体编辑、自媒体及个人创作者：

多年来，广大媒体与自媒体人士在传播真相、维护正义方面发挥了重要作用，我们对此深表敬意。然而，在讯息转载与引用的过程中，我们发现部分平台和个体创作者，明显存在不符合传播行业规范及版权保护要求的行为。

为维护明慧网的信誉、公信力与权威性，保障内容的真实性、严肃性与原创版权，特此发布以下规范说明：

一、规范引用的必要性

明慧网的每一篇报导与原创文章，均凝结了作者与志愿者的勇气与心血。这其中既有中国大陆学员冒着生命危险、出于对明慧网的信任所提供的第一手资讯，也有海外学员基

于使命感与责任感长期默默耕耘的劳动成果。规范的署名与来源标注，不仅是对原创者的基本尊重，更是维护明慧网、支持明慧真相传播，以及维护各媒体自身伦理底线的必然要求。

二、存在的主要问题

目前发现的违规行为主要包括：

1. 隐匿来源：引用明慧网的消息、数据或案例，却未在文中明确注明来源于“明慧网”。

2. 据为己有：直接搬运明慧网文章（包括标题、作者、正文内容），未按行业惯例在显著位置标注“转自明慧网”或“来自明慧网”，导致读者误以为是该平台原创，从而削弱明慧网的传播力与信誉。

3. 断章取义与品牌混淆：对明慧内容进行碎片式剪裁、套以个人产品的风格和品质标准，或者将“明慧”字样用于推广个人品牌或产品。这不仅是不尊重原创，更在客观上损害了明慧网的形象和公共影响力。

三、转载与引用规范要求

即日起，请各平台和自媒体人士在转载、引用明慧网内容时，严格遵守以下准则：

- 开宗明义，标注来源：凡转载全文或大段引用，必须在文章顶部或开篇显著位置明确注明：“据明慧网报导”、“来源：明慧网”或“本文转载自明慧网”。

- 保持内容完整性：转载应尊重原意，不得随意篡改标题或内容以误导读者或迎合流量。

- 严格保留作者署名：文章原有的作者署名（包括明慧编辑部为作者所取的笔名）应予以保留。在全文或大篇幅

转载前，须清晰注明该内容出自明慧网的具体标题及作者。

- 提供原文链接：在网络平台发布时，建议附上明慧网原文链接，以便读者查证核实。

- 洽谈合作：具备专业制作能力并希望深度合作者，请通过“明慧投稿平台”联系明慧编辑部洽谈相关事宜。

四、结语

维护明慧网、传播真相是一份神圣的责任，而尊重与诚信是这份责任的基石。希望相关媒体与个人自觉遵守规范，共同维护健康、严肃的传播环境。顺便提醒一稿多投者自重、尊重行业规定、尊重明慧编辑部。

对于长期、故意无视版权规范（甚至利用明慧内容为个人品牌牟利）的行为，我们保留追究责任及采取进一步维权的权利。

明慧网编辑部

二零二六年三月十八日

莫让复制粘贴成为修炼路上的劫掠

——关于剽窃和抄袭

文：善果

【明慧网二零二六年三月十三日】最近看到一些关于创作的交流，觉得很有道理，想分享给同修。

剽窃，指抄袭（别人的思想或言词）；采用（别人创作出的产品）而说不出其来源。抄袭，指未经授权或不适当

引用他人的作品、思想或表达方式。根据多国版权局的定义，抄袭即剽窃，是指将他人作品或其片段据为己有的行为。

大法弟子修炼交流、讲真相，也应当厘清创作和剽窃的区别，否则是否等于在正法修炼这场大考中作弊呢？无论是作弊还是剽窃、抄袭，性质大家都清楚。从字面上看，“抄”，把原作照搬叫做抄写。“袭”有袭击的意思，指趁人不备抢夺和攻击。“剽”的本意是抢劫、劫人；大家想想，把别人的作品强行据为己有，不但抢夺了别人的作品，是不是也在强迫他人无偿为自己所用呢？

我们是修真善忍的，在浅层说，“真”是说真话，办实事；“善”是善待他人，包含善待作者和其他刊物，而且“善”中也包含“真”；“忍”是吃苦、守心性，“忍”中也包含“真”和“善”。以抄、袭、剽、窃手段，都违背真、善、忍。而诚实、尊重他人、吃苦长进，才是好人的常识表现。

现代观念对“抄袭”“作弊”早已习以为常。我们都知道，在压力与紧迫感面前，原创会显得既缓慢又艰苦，而“复制粘贴”则是一种唾手可得的便宜。本文想跳出那些虚伪客套和现代变异观念，进一步聊聊剽窃、抄袭这件事的本质。

一、行为的真相：这是一场隐形的“掠夺”

我们必须正视，抄袭在本质上就是一场悄无声息的“偷窃”。每一行文字、每一个创意，都是原作者、编辑等所有参与者熬过的夜、翻过的书和无数次自我否定、反复锤炼的结晶。当你轻而易举地将其据为己有时，你不仅是在搬运文字，更是在暴力抢夺他人的思考和劳动成果。这种行为剥夺了原创者应得的尊重、盗取了他人的信誉，也践踏了在这个世界上该被珍视的勤奋。

二、逻辑的误区：短期“甜头”背后的剧毒

很多人或许觉得，自己并不在意能力的提高，只要能换来当下的安逸、名声、分数、点击量、广告……总之，只要对自己“实惠”，就值得走抄袭这条路。然而，这种行为会让你陷入一种“能力自残”的恶性循环：当你习惯了“抢夺”他人的大脑，你自己的独立思考能力会象久不使用的肌肉一样彻底萎缩。古人云：“行不信者，名必耗。”靠窃取建立的荣誉，如同布满裂纹的镜子，照不出真实的才华，只映照出内心的虚伪与懒惰。现代人把“人不为己，天诛地灭”当成座右铭，可什么才是真正为自己好呢？古人说，“行不信者，名必耗。”我们修炼人不但以真善忍为标准衡量好坏，更知道为什么要用真善忍为标准。

三、法律的红线：不只是道德的约束

除了人格的体面和心性的标准，我们更不能忽视常人社会的现实规范。在法律层面，抄袭是对版权（著作权）的公然侵犯。每一个字、每一张图都有它的著作权人，未经许可的挪用是违法行为。如今信息追溯技术如此发达，任何“偷”来的东西都有被留痕、被起诉的风险。现在的捷径，往往就是未来塌方的伏笔。

四、师父早已明示正确做法

有的同修说，我们主要靠“搬运”（抄袭的现代别称），不抄就没有内容了；采用别人的作品而按照行业规范，在显著位置注明出处来源，显得我们自己没作品，怎么办？想做事，但不想吃苦付出，这个思路对不对？

至于说“搬运”，师父早已明示：“所以在具体报道

内容上要有自己的特点，多报道欧洲的情况，同时要把每天明慧网上的报导、重要新闻转发几条，因为这是第一手国内大法弟子的情况。”“文章的数量上以欧洲为主，穿插明慧网报道中国大陆大法弟子的重要情况。”（《精進要旨二》〈致欧洲圆明网〉）

也就是说，转发明慧网每天的报道、重要新闻几条，按行业规范注明出处，比如“明慧网某月某日报道”，其余都是自己网站的原创作品，才是正路。

五、创作难就应该抄袭吗？

这里想对有抄袭习惯的同修说，哪怕你的初稿并不完美，哪怕你的文字显得笨拙，那也是属于你自己的声音、你的修炼所得、你的创意、你的劳动成果。借来的光，虽然能照亮眼前的路，但终究是外在的，并不来自你的内心和能力。与其做一个永远无法独立行走的“窃贼”，不如找回属于自己的真实角色，提升自己的道德境界。别为了一时的甜头，弄丢了那个诚实且有力量的自己。

真正的内容创作者，大家都知道，在这个追求效率的时代，坚持原创很难，长期坚持更难。人人在创作过程中都难免遇到卡点，或者觉得思路枯竭，但努力拆解难题，吃苦提高专业素质、提高创意能力，都是正路，而用“透支信用”的欺骗方法则害己害人，特别是从长远看。所以，除了极少数天纵之才外，绝大部份创作者都在面对每天的创作之难，你并不孤独。

六、讲真相好的同修是如何做到的？

有些同修可能是因为“怕写不好”或“怕跟不上进度”而产生依赖心理，或者羡慕和欣赏别人的作品、想帮助传播。

原创的过程虽然辛苦，但那是长功和修出智慧的过程；传播需要尊重原创、原作者。有些大陆学员事先未经授权就随意改编、然后将原网站的名称夹在自己频道中，这就不仅仅是侵权，还是毁坏原著作者信誉的行为了。你如果真是一个好的创作者、推广者，可以寻求合作或者加入团队。

古人有句话，“唯天下之至拙，胜天下之至巧。”引申一步说，当“诚”（真）达到极致时，任何虚伪都无法动摇它；当“拙”达到极致时，任何机巧也无法战胜它。我们很多大法弟子讲真相讲的非常有效，他们当中，有些人很有沟通技巧，也有很多人靠的不是话术和抄袭，而是至诚、至善和对世人的慈悲。慈悲所致，宇宙的智慧就会流向你的指尖、打入你的脑海，那就是常人所说的“灵感来了”。

讲真相好的同修不是学人、照搬、抄袭来的，是通过一点一滴的努力，修出来的。宇宙中的智慧只要拿出一粒沙子中的一点点给你，就够用了，关键是自己得修。

七、从“真善忍”标准看版权尊重与一稿多投

顺便提一下一稿多投。一些中国大陆学员、海外学员坚持一稿多投，目的是增加自己稿件的发表几率和覆盖面积，或者认为自己的稿件重要、了不起等等，这种做法在常人社会中被广泛视为不道德行为，更是在浪费公共资源和损害媒体信誉。造成的很多负面后果中，直接包括作者被列入黑名单，刊物名誉受损、大法弟子群体的名誉，以及法律和经济后果，所以对修炼人来说是很不足取的。

结语

在现代社会这个大染缸里，潜移默化，“不择手段达

到目的地”已经演变成了一套完整的生存逻辑。即使是修炼人，也很容易在不知不觉中把这种思维带进创作或证实法的项目中，甚至觉得这是在“走捷径”或“效率高”：

- 结果抹杀过程：只要拿到了结果（金钱、名声、地位），过程中的欺诈和掠夺就被视为“聪明”和“谋略”。

- 诚实被污名化：守信、原创、诚实的人常被贴上“迂腐”、“没本事”、“不开窍”的标签。

- 道德成本倒置：坚持真创作、真付出、遵守创作原则，反成了一种高成本的行为，而造假和抄袭反而成了低成本、高收益的“捷径”。

谨以这篇交流抛砖引玉。希望有关同修从中得到正向启发，用实际行动归正自己，共同树立更好的、言行以真善忍为指导的大法弟子群像。◇

关于“一稿多投”

文：笔农

【明慧网二零二六年二月一日】“一稿多投”是指同一篇文章、作品或内容同时投递到多个媒体或出版平台的行为。这样做的目的是希望能够增加作品的曝光率和被接受的机会。然而，这种做法往往会涉及一些伦理、法律以及合作协议上的问题。

“一稿多投”本身并不是一种违法行为，但在学术、媒体和某些专业领域，这样的行为常常被视为不道德或不专业，可能会对作者的声誉和后续的发表机会造成负面影响。

1. 学术和专业领域中的一稿多投

学术期刊：在学术领域，绝大多数学术期刊都有明确的规定，禁止作者将同一篇文章同时投送到多个期刊，这被认为是不道德的行为，称为“一稿多投”。这是因为期刊通常会对稿件进行审查过程（如同行评审），如果一篇文章同时被多个期刊接受，将会给期刊带来困扰，并且浪费审稿人的时间。若被发现，该作者可能被禁止在该期刊甚至其它期刊上发表。

2. 媒体和出版界的一稿多投

新闻媒体和杂志：在新闻和杂志出版领域，一些杂志和网站也会对“一稿多投”持有类似的态度。许多媒体要求稿件必须是“独家提交”。若作者同时将相同的文章投给其它媒体，可能导致稿件被撤回或拒绝发表。

自由撰稿人和专栏作家：对于自由撰稿人而言，“一稿多投”通常会被视为不专业，特别是当合作平台或媒体方明确要求不可以“一稿多投”时。若强行一稿多投，可能会失去与该媒体的合作机会。

3. 商业和市场营销领域的一稿多投

在市场营销、广告和网络内容创作中，“一稿多投”有时指的是将相同的广告、文章或宣传内容发送到多个平台或网站。这种做法本身并不违法，反而是很多品牌宣传策略的一部份，因为它有助于扩大影响范围和提升曝光度。

需要注意的是，网站、期刊（品牌和公司）也须确保遵守各平台的规范，避免过度刊载重复或滥用相同的内容，引起公众反感。

4. 版权和一稿多投

在涉及著作权的情况下，若创作者未事先与平台或出版商协议，“一稿多投”有可能构成版权问题。例如，某些平台会要求内容的版权归其所有，或者要求在一定时间内对内容有独占的发行权。若同一作品被多个平台发表，这可能违反与某一平台签署的独家发行协议。

如果涉及书籍、长篇文章或报告等，某些出版平台也可能要求作品的专属发行权，禁止其它平台或出版物同时发表相同内容。

5. 如何避免“一稿多投”？

诚实披露：在投递稿件时，作者应该清楚告知出版商或媒体，这篇文章是否已经提交过其它平台或期刊，并遵循对方的规定。有些期刊或平台会允许作者同时投稿，只要事先说明并得到许可。

查看条款和协议：无论是学术期刊、媒体平台还是商业合作，了解并遵守每个平台或出版方的投稿规则和合约条款是非常重要的。

撤回或选择：在提交给另一平台之前，若已有其它平台接受了稿件，应撤回并通知其它平台，避免与他们之间的品牌和利益冲突。

一稿多投的做法，除市场营销和广告稍有例外，在常人社会中基本上属于一个尊重对方平台 / 媒体 / 网站，以及自重的道德伦理和诚意问题。法律纠纷是另一个话题。◇

小常识：美国公司发行的印刷品 版权和发行问题

文：笔农

【明慧网二零二六年二月二日】美国公司发行的作品，版权和发行许可有哪些规定呢？比如，美国公司出版的网站、纸质书籍、纸质报刊，以及相应书报的电子版，在台湾、欧洲也可以访问和购买，但如果在当地大批量发行，是否分别需要当地公司向美国公司购买版权，并获得当地的发行许可呢？

答案是需要从两方面考量：

每个地区的版权法、发行规定和许可要求都有所不同，具体情况如下：

1. 版权（著作权）

美国的版权：如果该印刷品在美国已经拥有版权，这些版权通常是全球有效的，并且受到国际公约（如《伯尔尼公约》）的保护。也就是说，美国的版权会自动在多数国家生效，无需额外的注册。

当地市场的版权保护：即便是美国的版权可以在其他国家自动生效，但如果印刷品在这些地区被进行大规模发行或出版，当地的法律可能会要求取得授权或协议，特别是在某些情况下，这些国家可能要求进行额外的版权注册。

2. 发行许可

各地有不同的规范。例如台湾：台湾的发行规范通常不会要求特别的许可，但若是牵涉到书籍、杂志等大量出版

物,最好确认该出版物是否需要遵循台湾的出版管理规范(如 ISBN 注册、文化部的出版规定等)。如果该印刷品涉及到某些敏感话题,还需要遵守当地的内容审查规定。

又如欧洲:欧洲各国的规定差异较大,但大部分国家都遵循欧盟的指导方针。一般而言,出版物在进入市场前需要遵守当地的出版规范,如 ISBN 注册、税务登记等,并且可能需要特定的发行许可,特别是如果涉及较大范围的发行或需要特别的法律合规性时。

3. 其它注意事项

翻译与改编: 如果印刷品需要翻译或改编,这通常需要获得原作者或出版社的授权。即使原著作权已经在其他地区生效,进行翻译或改编也会涉及到授权问题。

商标与品牌: 如果该印刷品涉及某些商标或品牌名称的使用,则可能需要获得当地的商标授权或许可,特别是在市场推广或贩售时。◇

将“定性词”改为“事实描述”更有说服力

文：海外大法弟子

【明慧网二零二六年四月十二日】我们明慧网上有很多法轮功学员被迫害的案例，其中很多文章提到“非法抓捕”“非法绑架”“非法抄家”“非法闯入”，但很多同修都没有提供事实描述，而是直接下结论 / 定性而已。

换句话说，无论是当事人或大陆通讯员在撰写报道时，还是大众读者在阅读报道时，将“定性词”改为“事实描述”能显著增强文章的客观性和说服力。举个例子：

写法一：“恶警非法闯入大法弟子家，非法抄家，并非法绑架了大法弟子。”

写法二：三名未着制服、拒绝出示搜查证的人员闯入民宅（三男一女，年龄看起来在 30-40 岁之间），在未提供扣押清单的情况下搬走两台电脑，并将当时正在做饭的李女士强行带上私车，未向当事人和当事人家属告知去向。”

我们换位思考，上述这两种写法，哪种属于“内部伸冤”，哪种让人感到具有无可辩驳的真实呢？

现代读者不再喜欢被喂养现成的结论，而是希望通过细节自己推导出结论，因此在报道中，为了更好的讲清真相、让真相更好的传播，我们应避免直接使用“非法抓捕”作为唯一论据。很多读者对他们认为具有强烈政治色彩或宗教色彩的“定性词”（如“绑架”“构陷”）有天然的防备心理，我们叙述时，也应该注意在他们眼里，逻辑和事实的关联是否成立。

根据法律，一份程序合法的“抓捕”必须满足一系列法定条件：

1. 执法主体与证件（身份合法性）

执法人员必须主动出示《警察证》，证明自己的身份合法。如果是进行刑事拘留，必须出示由县级以上公安机关负责人签发的《拘留证》。

例如，描述“来人未穿制服，未出示（或拒绝出示）警察证，也未出示任何法律文书，便强行将人带走。”这样的事实描述，能让读者自己看到事件的“非法”属性。当然，如果能正确地指出对应的法规作为参考信息，则可以让有心的读者自己去查证、确认。

2. 传唤与拘留时限（时间合法性）

法定要求遵守传唤时限，刑事传唤或拘传持续的时间不得超过 12 小时；案情重大复杂需采取拘留、逮捕措施的，经批准不得超过 24 小时，并严禁变相拘禁，比如通过连续传唤的形式延长拘禁时间，很可能属于“变相拘禁”，要当场提出质疑，报道中也应对这样的事实给予陈述。

如何用事实说明“非法”呢？举例说明，如果你说“当事人在派出所铁椅子上被扣留超过 48 小时，期间未收到任何拘留证明，且审讯结束后仍不释放。”这就属于事实描述。如果你只说“非法绑架”“非法拘留”，读者不但无法了解事实，还会认为你很主观或情绪化，从而丧失阅读愿望，更谈不上帮助你传播事实。

3. 家属通知义务（知情权合法性）

法定要求采取刑事拘留或逮捕后，除无法通知或涉及特定危害国家安全、恐怖活动犯罪外，应当在 24 小时内通知家属，告知拘留原因及羁押处所。

如何用事实说明“非法”？例如，你可以描述：“当事人失踪三天后，家属多方打听才得知其被关押在看守所，期间办案单位从未主动履行通知义务。”

4. 搜查与扣押（物权合法性）

法定要求，进行搜查时必须出示《搜查证》（紧急情况除外，但事后需补办手续）。扣押财物必须当场开列《扣押物品清单》一式三份，由当事人和见证人签名。

如何用事实说明“非法”？例如，可以描述“警察进入民宅后翻箱倒柜，未出示搜查证，拉走数箱私人财物却未提供任何扣押清单，也拒绝见证人签字。”

5. 暴力与文明执法（人身安全合法性）

法定要求严禁酷刑：严禁刑讯逼供，严禁以威胁、引诱、欺骗以及其他非法方法搜集证据；使用戒具（手铐等）应仅限于防止逃跑、行凶等必要情形。

如何用事实说明“非法”？例如，你可以描述：“抓捕过程中，多名无警号人员将年过六旬的当事人按倒在地，导致其手臂多处挫伤，且在审讯中连续多日剥夺睡眠。”

上述举例不一定准确，只是建议同修们多从主观“定性”转向“实证”（即关键事实描述），通过列举时间（何时）、人物（有无警号证件）、文书（有无拘留证 / 清单）、地点（有无送往看守所）等事实，读者和法律专业人士自然能推导出“非法”的结论。至于违反了哪条法律法规，能向法律专业人士请教、确认、在报道中指出更好。

对于年轻或受过高等教育的学员来说，这种规范化、法律化的写作方式更符合他们的逻辑习惯。

当然，即使文章用了“事实描述”，一些普通读者仍

会怀疑：“你说的这些细节是真的吗？”这时如果有照片、视频或第三方的佐证，而不是仅凭文字描述，会有助于更多读者打消保留态度。

还有的读者可能会问：“如果法律规定得这么明确，为什么基层执法中会大面积出现文中所述的违规行为？”现代读者习惯于碎片化信息，我们的报道可以点出这种“执法违法”的深层原因，但不必长篇大论，而且新闻报道与时事评论属于两类不同的文章，不易混淆。

“非法”本身的确是事实，用“绑架”能精准体现迫害的性质，所以有的同修可能会提出异议：“在那种暴力抓捕的极度紧张环境下，我们很难记全警察的姓名、警号，甚至无法索要文书。要求提供详尽的事实描述是否有些脱离实际？”

答案是，讲真相的确很难，顺着普罗大众的执著讲清真相更难；然而，我们如果没有描述事实的意识、不知道如何才算“讲清”，又怎能尽最大限度地做到“讲清真相”呢？所以不是要求做到完美，而是这种意识和努力是必须有的。

有的同修可能想：“迫害本身是邪恶的，中共本身根本不讲法律，我们跟他们讲法律程序有用吗？”答案是，有用，因为法律是常人层面的理，之上才是良心和天理。从最低的层面开始讲，有助于震慑邪恶、唤醒当事警察的良知，也有助于报道的读者接受真相。

总之，即便在世俗层面，我们也要学会从“喊冤者”（弱势群体）转变为“目击者”和“记录者”（强者）。也就是说，反迫害的文章，要有事实、有要点、逻辑通顺，让读者自己认为你说的合情合理，他们才会生出正义感而不是疏离感，从内心支持和认同真、善、忍普世价值，赞同大法弟子的反迫害勇气和韧性。◇

读《将“定性词”改为“事实描述”更有说服力》有感

文：海外大法弟子

【明慧网二零二六年四月十四日】《将“定性词”改为“事实描述”更有说服力》这篇文章，将“讲真相”的技术与“传播学心理”结合了起来，提供了一种“理性反迫害”的专业路径，能够极大地缩小真相与大众读者之间的距离。

这种从“主观定论”到“用事实描述说话”的转变，实际上是一种从内向式表达向外向式传播的跨越。它不仅能让真相更有力量，也能让记录者在这个过程中保持更加冷静、专业的强者姿态。

近三十年讲真相的经验告诉我们，事实描述可以消解偏见，逻辑自洽能够化解抵触。这种理性反迫害的力量，往往比单纯的呐喊更能穿透人心。

在当场互动、事后调查、下笔写作之前，我们大陆同修和明慧通讯员可以考虑给自己配备一个简单的《报道事实自查清单》，例如：

- [] 是否记录了对方的性别、大概人数、大概年龄？
- [] 是否记录了对方是否着装、是否出示有效的职业身份证件？
- [] 是否记录了对方是否提供法律文书（搜查证 / 拘留证 / 准确完整的物品清单）？
- [] 是否有具体的现场动作、语言描述（如：翻箱倒柜、强行抬走、拒绝家属签字等等）？

一点个人想法，仅供参考。希望我们在最后关头，反迫害效果更好，真相传播效果更好。◇

谈谈给明慧网写活动报道的一些基本要求

文：海外大法弟子

【明慧网二零二六年四月十三日】海外活动报道是明慧网内容的重要部分，不仅展现了法轮大法在世界各地广传的盛况，同时也展示了当地社区是如何受益于法轮大法的。通过向明慧网投稿，我们不仅扩大了当地讲清真相活动的成效，同时也带给中国大陆同修希望与鼓励——让他们看到，全世界都在支持大法。

近年来，越来越多的学员认识到向明慧网提交活动报道的重要性，来自世界各国丰富多彩的报道越来越多。每一篇报道都蕴含着各地同修的正念与辛苦付出。每一位受访者，都代表着在这个乱世中依然闪耀着光芒的善良与美好。这些文章作为讲清真相的素材无比珍贵，也经常被明慧网的视频、期刊、报纸及其它各类出版物选用。

许多学员也想投稿，可是却不知道一篇好的活动报道需要符合哪些要求。在此，我们提供向明慧网提交活动报道的几个原则，以帮助更多学员写出更多有影响力的报道文章。

1. 活动报道的架构

新闻报道最起码要呈现出事件的事实。这些事实通常归纳为六大要素，即新闻学中常说的“5W1H”：人物（Who）、事件（What）、地点（Where）、时间（When）、原因（Why）和经过（How）。

“人物”部分应描述活动的参与者，例如活动的组织者、参加者、学员，以及背后的相关背景。“事件”部分应描述

活动的内容及相关背景信息。“地点”部分应说明活动的举办地点。“时间”部分应说明活动的持续时段。“原因”部分要告诉读者举办该活动的目的；而“经过”部分则应详细描述活动的过程。在提交稿件之前，请务必确保文中所述的全部事实均准确无误且表述清晰。

在我们的活动报道中，通常首先对活动本身、举办地点以及学员在活动中做什么进行描述。然后，我们会采访前来参加活动的职业人士、观众、路人、志愿者，询问他们对相关活动、参与活动的学员乃至“真、善、忍”这一普世价值有何观感与想法。其中，事先、现场或者事后采访政府官员或活动主办方，了解他们的看法、反馈、建议，这也很好。对筹办和参与活动的志工（学员），我们可以了解他们为什么参加这个活动，他们希望通过此次活动让世人了解什么具体事实和信息，以及相关故事和花絮。

一篇好的报道必须配有图片，尤其是在当今这个互联网时代，人们高度依赖视觉信息，图片应当与文字内容相呼应。

一篇理想的报道篇幅应在 600 字以上，这样才能具备足够内容来讲述一个让读者感兴趣并能产生共鸣的故事。

2. 明慧活动报道的写作风格

明慧网的活动报道，记录着大法弟子做过的修炼之路，但实际上主要面向的是常人读者，并非专为学员内部分享和记录；因为大法弟子的一些状态，明慧报道（无论海外还是中国大陆）在提升明慧网作为媒体的公信力和穿透力方面，仍有明显的提升空间。

对于一位阅读活动报道的常人读者而言，我们写活动报道的目标是帮助他们以最省力的方式，快速、轻松地了解

关于法轮大法的事实真相。

这意味着，我们在写活动报道时，不应加入个人的修炼体会；如果受访的学员谈及内心感悟，我们认为这些信息对活动报道的效果有帮助，也应转换为日常语汇，避免使用同修之间内部常用的表达方式。因为内容讲的过高，对于大众读者来说难以理解；而学员内部常说的话，例如：“常人”、“助师正法”、“救人”、“讲清真相”、“旧势力”等，会给民众读这造成疏离感、排斥感、居高临下感、情绪化等等。

另外，我们也应避免过多地提及活动筹备过程中的内部细节，因为报道面向的读者是大众。“内外有别”是社会常识，正如在家里和在职场说话方式不同，面对大众读者，我们应使用大众听得懂、感觉亲切的语言。反之，信息不分内外的做法，不仅会让大众感到困惑或误解，还可能造成安全隐患。

换个角度说，在特定语境中，“常人”或“世人”通常用来区分“修行者”与“非修行者”。但在面向大众的普世传播、新闻报道或日常交流中，这些词汇可能会让读者感到一种“圈内”与“圈外”的隔阂感。为了让表达更专业、中立且具包容性，建议用“民众”“大众”“公众”，这些词汇是现代汉语中的标准表达，没有任何身份高低的暗示；在适用于涉及公共事务或社会影响的语境中，通常应该使用“公众”。当然，最自然、生活化的表达则是“人们”“所有人”“大家”等日常用语。

如果作者原意是想表达“尚未了解情况的人”或“普通老百姓 / 市民 / 邻里”，与其说“不明真相的群众”，不如说“对该事件尚不了解的民众”；与其说“世人”，不如说“世俗社会”或“大众”，这样才是新闻化的表达。更多

的，例如：“向常人讲真相”可以改为“向公众说明事实”，提升报道的正式感与客观性；“引起了世人的关注”可以改为“引起了社会各界的关注”，强调关注度的广泛性；“一位常人走过来说...”可以改为“一位路过的市民走过来说...”，增加临场感和真实感；“救度世人”可改为“帮助人们”，降低宗教色彩。

写报道时，根据活动发生的场景，使用具体的身份称呼会显得更真实、亲切。例如，如果是街头征签、发传单的报道，用“路人 / 过往行人”，而“当地居民 / 市民”则更强调社区属性；如果是景点讲真相或文艺演出（如神韵）的报道，用“游客 / 观众”；如果涉及不同职业背景的人，用“各界人士 / 政界人士 / 当地各界人士”。

在公共传播和新闻写作中，带有强烈个人情感或主观倾向的词汇通常被称为“加载词汇”（Loaded Language）。这些词汇往往跳过了事实陈述，直接向读者强加了作者的道德评判。因此，在语言运用方面，我们不但应该做到理性、客观、讲事实，更应避免使用带有强烈个人情感的词句。

其中，重点之一，避免使用缺乏量化标准，出发点是反映作者（而不是受访者）个人感受的形容词；替代方案是描述具体的事实：例如，不直接说“伟大的成就”，而是列举具体达成的指标。重点之二，避免带有强烈情感色彩的动词，替代方案是使用中性动词。之三，避免标签化与非人化称呼，使用职业、国籍或具体的群体称呼，如“相关从业人员”、“抗议者”、“持不同政见者”。之四，避免绝对化的副词，因为这些词汇在逻辑上往往经不起推敲，表现出一种急于说服读者的情绪，例如“必然”、“绝对”、“统统”、“完全”；改为使用更严谨的限定词，例如“极有可能”、

“很大程度上”、“在某些情况下”，会让报道读起来更中立、客观、讲究分寸。

“这一伟大的壮举令世人震惊”，可改为“这一行动引起了多国政府与媒体的关注”；“面对邪恶的打压，他们没有退缩”，可改为“尽管面临法律诉讼与行政处罚，他们仍坚持原则”，用中性词汇描述事实，让读者自己得出结论，而不是把作者的主观定论 / 判断直接砸向读者。换句话说，真正的力量往往蕴含在客观事实中。当你把事实摆在读者面前，让他们自己得出“这是伟大的”或“这是卑劣的”结论时，你的传播才是最具穿透力的。

此外，对于某些特定的读者群体来说，某些“圈内”词汇会产生强烈的隔阂感和“被说教感”。即便在“圈内”是日常词汇，但在公众眼中则带有极强的个人信仰色彩，容易让“中立读者”产生警觉或抵触心理，结果是影响阅读和传播效果。

若想进一步了解明慧网的新闻写作风格，您还可以参考以下文章：《谈谈大法弟子新闻写作的基本要求》（共有六个部分），以及《给咖啡加点糖——从题目和开头入手，挖掘真相文章的可读性》（共分三个部分）。

3. 图片与视频

每篇明慧报道最多可配 20 张图片。理想的图片尺寸为 200 KB 至 3 MB，以确保图片上传至网站及或用于明慧网的印刷出版物时，仍能保持良好的画质。拍摄照片时，请尽量保持相机处于水平状态；在明慧网上，横图通常会呈现出更好的效果。此外，您也可以提交活动的短视频，供明慧网视频制作组选用。

为文章拍照配图时，请务必确保相机与地面完全平行，避免画面中的主体出现倾斜。相机对焦必须清晰，主体不能模糊。在拍摄大法活动时，请特别留意要将横幅和展板拍摄完整，切勿截断上面的文字信息。同时，请确保横幅上的文字及图案顺序正确（从左至右），不可出现左右颠倒的情况。这是对文字与图片本身的尊重。

照片的背景内容也至关重要。在拍摄照片之前，请务必检查画面背景中是否包含任何可能导致照片显得杂乱或负面的东西，例如垃圾桶、垃圾车、涂鸦墙、不当的广告、衣着带有粗俗图案的路人等等。

此外，在采访之后，请询问对方是否愿意拍照，并为其拍摄一张半身（腰部以上）的照片。请尽量单独拍受访者，而不要拍受访者与学员的合影。在西方社会，对于未成年人的采访和拍摄，原则上必须获得其监护人的书面或明确口头同意。如果受访者未明确表示同意拍照，请勿在其不知道的情况下拍照，更不可将此类照片作为受访者的配图提交，例如：在受访者低头在请愿书上签名时拍照，或在受访者与其他学员交谈时拍照。这种做法既不专业，也是对受访者隐私权缺乏应有的尊重。

4. 提交报道

若要提交活动报道，请登录明慧网投稿平台，并选择第 16 项类别——“其他”。请提交您的文稿，并附上报道的配图；同时请提供您的全名、所在国家及联系方式，以便编辑部在对报道内容有疑问时能与您取得联系。在正式提交之前，请务必将文章通读几遍，仔细检查是否有错别字或不实之处。

以上仅为活动报道的一些基本要求，不求面面俱到，只希望能为更多同修提供一个开始参与和提升报道传播效果的契机，给大家增添信心，向明慧网提交更多更好的社区报道。让我们共同拿起笔，记录下人们明白真相的这些闪光瞬间，从而帮助更多人见证“真、善、忍”给个人、社区乃至国家所带来的正面影响。◇

如何走出创作瓶颈？ ——聊真实创作中的智慧启迪

文：笔农

【明慧网二零二六年三月十四日】在创作中，我们常会遇到“思维枯竭”的时刻。此时，若守不住“真”，便会产生借用、搬运甚至抄袭的念头。其实，瓶颈期往往是心性提升与专业突破的契机。以下几个实操建议，或许能帮你找回属于自己的文字力量：

一、改变“求结果”的心态，回归“修炼”本身

很多时候，瓶颈源于“求名”或“求成”的心。当我们太想写出一篇“惊世之作”或者急于完成任务时，思想就会变得僵化。

心态归正：告诉自己，文字是修炼体悟的自然流露。写不出来时，先放下笔，静心学法或发正念。

接受“笨拙”：诚实的笨拙，远胜于虚伪的华丽。哪

怕这一稿写得象流水账（指按时间顺序记录组成故事的每一个事实，不进行分类或分析），只要它是真实的，就带有你真实的信息和能量。

二、建立个人“素材库”，而非临时“搬运”

“书到用时方恨少”是瓶颈的常态。真正的原创者，功夫在平时。

日常积累：养成随手记录的习惯。读到感人的交流、看到社会的新闻，或是路上一瞬间的感悟，都记在笔记本里。

深度内化：看到好的表达，不要直接“复制粘贴”，而是问自己：“为什么这段话写得好？它背后的逻辑是什么？”用自己的话复述一遍，这就是内化的过程。

三、运用“结构化思维”拆解难题

有时候写不出来，是因为题目太大，无从下手。

切小口子：别试图一次谈论整个宇宙。试着只写一个具体的矛盾、一个细微的心理转变。

思维导图法：拿一张白纸，在中间写下核心词，然后象树枝一样向外延伸你想到的所有碎片。

自问自答：想象一个读者坐在你对面，他在质疑什么？他在关心什么？你如何回答他？这些答案连起来就是一篇文章。

四、借鉴而非剽窃：明确“参考”的边界

借鉴是学习，剽窃是盗窃。区分点在于：你是否付出了劳动力去“消化”原料，然后设计、加工、创造出自己的产品。

三步法转换： 1. 阅读他人的观点，了解读者和同行。 2. 关掉页面，闭上眼，放空自己，独立思考。 3. 结合自己的修炼实践，重新组织语言。

规范标注： 引用他人的精辟论点时，大大方方地写上“诚如某某所言”或“参考自某媒体报道”。这不仅是尊重他人，更是作者自信、诚实、职业素养的体现。

五、突破“观念”的阻碍

有时候我们觉得自己“没内容写”，其实是受了现代变异观念的干扰，觉得一定要“新颖、刺激、反传统”才叫好。“反传统”就是“变异”，“标新立异”经常和“哗众取宠”联系在一起，出发点和目的地，不是传达正的、真实的、健康的信息。我们要做的，是“截窒世下流”（《洪吟二》〈普照〉），为社会和他人树立善的、真诚的、美的（而不是丑恶的）思想观念。这需要品德与智慧，而这两点都是我们修炼人的长处。

大道至简：传统的、纯正的、真诚的东西，本身就具有直抵人心的力量。

善的力量：当你真心为了读者好、为了众生明白真相而写时，智慧往往会源源不断地涌现。那不是“想”出来的，而是“修”出来的。

结语

创作的瓶颈，本质上是智慧的瓶颈；而智慧的开启，源于对“真、善、忍”的践行。当我们宁可“写不出”也不肯“抄袭”时，这一念的坚定，或许正是神笔开启、灵感喷薄的起点。◇

面对报道与写作的挑战

——与大陆同修共同努力

文：海外大法弟子

【明慧网二零二五年二月二十八日】反迫害是一九九九年明慧网初创的主要动因之一。二十五年多以来，提供中国大陆迫害信息的是中国大陆法轮功学员和通讯员，提供编辑的是海外明慧编辑。非亲非故、素不相识、互不见面的大家，主动付出，相互圆容，共同努力，在师尊的指引和看护下，明慧网以大道无形的方式，在正法修炼中起着独一无二的正面作用。

在正法向法正人间过渡的关键时刻，为了继续做好揭露中共迫害、坚持真善忍信仰、共同讲真相救人，二零二五年伊始，部分明慧编辑各自分享了一些编辑中的挑战，希望更多有条件的大陆同修关注，共同完成这项意义重大的工作。

1、需要长期静得下心来，花时间查找核实信息

我们的主要工作是编辑来稿，包括迫害、修炼体会方面的交流文章，与大陆综合消息。节日期间编辑贺卡、贺词。征文期间参与征文的筛选和编辑等。

对于多数经手的文章，不论最后是否被发表，我觉得看过后对自己都有所启发，更觉得自己做这个项目的珍贵，应该认真做好才是尽到责任。多年下来，遇到过的各类文章很多，这里就不一一总结了，只想说说我目前仍需努力做好的。

一是交流文章的内容，有的篇幅偏长，需要提炼；有的关键的修心和提高的过程，又写的不具体，我会犹豫文章的去留。

二是有的比较长的迫害事实综述等，还是需要花稍长

的时间，查找、核实以往的报道消息，然后裁剪、编辑。如果很忙，匆促之间有时就不能做到细致，想来也是我修炼状态的问题。有时多检查两遍会再找出不少问题，但不是每次都能做到，客观原因是时间不够，本质上还是自己的心不静了，沉淀不下来了。

具体的各类投稿的编辑情况，我受益于其他编辑，因为在不定期的会议上，我们会对一些文章的编辑要点进行分析和交流、互相提醒。多年下来，很是受益。

2、需要更耐心更细致，不掺杂各类观念

从工作量和工作性质来讲，我的工作跟以往变化不大，只是需要更细致、耐心一些。一个是因为形势的急速变化、修炼人表面上感受到的压力增加，投稿人的状态比较复杂，各种修炼状态的同修都有，也有假冒修炼人的，所以稿件内容是否严谨、在理，消息是否准确，相差很大。作为编辑来说，需要常识经验、细致负责的心态来做判断。更需要自己心在法上，多学法，才可能思想清晰。

有些事情不是那么明显，有时自己第一反应未必是对的，需要来回想一下。这种现象以前较少发生，碰上的事情会觉得比较直接，并不复杂；最近感觉需要多想想，审视一下思想来源：有没有惯性和观念？有没有其它执著掺杂其中？

编辑要翻阅大量文章，不放心的时候也会互换着多筛选一次，尽量不遗漏好文章。当然自己认为的好文，别人也许有别的判断。每位编辑同修的状态不太一样，大家的长处放在一起，更能领略各种类型来稿的特点和含金量。大家秉着谦虚、能相互听取意见的心态来做，但在大的方向上不能偏移。在工作当中，有时会因为查找一个细节，忽然发现之前处理过程中发生的遗漏。这也让我深刻体会到，师尊时时在看护

与点化，在点醒我，一定要保持良好的修炼状态，避免受干扰。

读同修文章、修炼体会，我觉得很受益。虽然编辑需要帮作者同修调理文字文理，更清晰严谨的表达，等等，但投稿同修的修炼状态已跃然纸上，往往我会感受到同修比自己精進很多。

因为最近发生的一些事件，不少同修在交流自己或周围同修是怎么做的。开始我也是当成文章来看，后来觉得有的同修坚持的真好。我周围的同修也有做的非常好的。于是我想：天天看文章，自己做的怎么样啊？所以，近期也加长发正念时间。加长时间发正念的过程中，发现心意很坚定、目标很明确的时候，确实感受通透、很好；但有时就有干扰，得再次下决心做好。个人体会，因为之前没有象别的同修们那样重视，真要重视起来的时候，需要坚持久一点，才可能突破。

3、需要先严谨核对事实、尽量提供详尽背景

从来稿情况看，近年迫害方面的新闻相对少一些，但也有迫害比较严重的，被非法判刑八、九、十年的。有的来稿通常比较简要，具体细节很少；很多时候，编辑需要找到相关的、以往的迫害事实等等，才能编写出一份让读者（而不仅仅是当事人或者投稿人）一看就明白的报道。

有的迫害消息投稿中，受迫害学员的背景写的不清楚，比如，经常不写性别、年龄，所在地区不明确。受害人是男是女，有时根据上下文能猜出来，有时就完全没有线索。尤其是有重名的时候，仅靠在网上查找到的有限内容就非常容易混淆事件发展过程和细节。这点让编辑们很苦恼。

记得有一次某市有三位同名的法轮功学员都在受迫害当中，如果来稿能写明性别、年龄、职业、所在具体地区（县、

镇），编辑就有据可查，报道就可比较准确，易于核实。

另外，中共参与迫害的公检法人员、责任官员遭恶报案例的报道，一般需要其在任某具体责任职位的时间区间，当地所发生的迫害事例，或此官员参与迫害的具体表现（会上的发言、谈话，发动造谣诬蔑的行为等）作为依据，才能充分说明恶报发生的原因。我们的报道要严谨、慎重，有理有据。这一点也需要查找消息的同修、写稿人和编辑共同的努力，才能做好。

总之，提供消息的同修、写稿和投稿同修、编辑们，大家一起克服困难，认真严谨的做好这件事，让明慧网能够发挥更好的讲真相的作用，给海内外同修不断的提供更好的讲真相资料，通过这个交流平台，比学比修。这也是师尊赋予我们的职责，我们一定精进的走好这条修炼之路。感谢同修们的坚忍不拔、努力付出！

感恩师尊的看护与指引！◇

大法弟子的稿件如何杜绝错别字？

文：明慧编辑部

长期以来，尽管相关大法弟子在各自的状态中尽心尽力，明慧网发表出来的文章中，错别字问题仍然没有得到解决，并一定程度的影响到公众对法轮功学员群体的印象。

虽然在出版界，“完全杜绝错别字”可能被认为是一个理想化的目标，即便是顶级报社也难以做到 100%。但身为大法弟子，如果自身的能量很纯正，在护法和师父法身的加持下，将“零错率”设为目标并非奢求。高标准要求自己，才有可能达到高水平。

一、极度受限所带来的挑战

实际情况是，在没有物理办公室、全员远程，且主要由志愿者组成的工作环境下，确实很容易出现校对疲劳和流程断层；每个修炼人的状态，特别是在给明慧网写稿、编辑、校对的过程中，业力和另外空间不好的生命，也随时想钻空子干扰。

问题来了：明慧网的内容，被中共、和绝大部分互联网公司视为高敏感；操作流程去中心化，人员居家作业、相互之间常年物理隔离；技术方面，严禁外部工具（如 AI、云端协同）且全手工操作。还有低调、安全方面的其它不便。在这种极度受限的环境下，如何达到极高的准确率？

答案是，参考传统出版社最严谨的“离线纸媒”校对模式，并结合分布式协作的特点进行改良，建立一套工业级的协作流程，可以将错误率降至极低，甚至零错。

二、全人工离线校对流程

第一阶段：物理层面的“视觉切换”

大脑对熟悉的显示器和字体会有“自动纠错”的欺骗性。在不能使用外部工具的情况下，必须通过物理手段强制大脑“重启”：

- 异体字 / 字体切换：在初校完成后，校对员必须将文档全选，更换成一种平时不常用的字体（如将宋体改为仿宋或楷体），并放大字号。这种视觉上的陌生感能显著提升发现错别字的能力。

- 逆向阅读法：针对关键标题、口号或人名，要求校对员从文章最后一句往前读。这能打破逻辑惯性，让注意力集中在“字”而非“意”上，在做“校对”而不是“阅读”。

第二阶段：三校、分层校对、核红、终校（核心流程）

由于没有物理办公室，建议采用“接力式离线校对”，确保每一篇稿件至少经过三双不同的眼睛：

1. **文本预处理**：由作者以外的人员担任，确保没有字体、字号、漏字、添字、多余空格、标点符号错误。

2. **一校（逻辑与常识）**：重点检查专有名词、日期、逻辑连贯性。

3. **二校（色块核对）**：这是一个土办法，即给每个校对员发一份“高频易错词表”（离线文档），校对员在文中每发现一个敏感词或重点词，就手动标注颜色，全部标注完后再统一检查颜色块中的文字是否正确。

4. **三校 / 分层校对（将不同元素分为不同的层级进行核对）**：

- 数字检查：阿拉伯数字，中文数字的区别使用规范。
- 字体检查：简体字、繁体字是否有混用。
- 事实检查、要点检查、经文核对、语法检查、排版元素 / 格式核对。
- 结构性检查：大标题、署名、导语、结语与第一读者群的对应性检查。
- 图片：图片与文章要点的对应性检查；图片说明的规范性检查。
- 风格 / 审美检查：图片、版型元素、颜色设计的美观性与协调性检查。

5. **核红**：核红不是一次即可，而是每级 / 层人员的校对结果，均需要高级别编辑确认正误。如果是错误，须核对并确保纠错的完毕；如果属于校对人员的误判，编辑则须核对并确认原版被保留不动。

6. 分块校对法：对于篇幅较长的作品，如期刊，长文，这是一个极低成本但有效的“土办法”：

负责人将长文拆分成 500 字左右的小块，分发给不同的人。由于篇幅短，校对者的专注度会极高。最后由一名总编负责把小块拼接，并检查衔接处的流畅度。这种“化整为零”的方法，在人员分布在不同地区、没有面对面办公室的作业条件下，对降低疲劳感非常有效。

7. 栏目互换法：

人眼看同类的东西多了，容易疲劳和降低敏感度。比如习惯于“迫害案例”类文章的校对编辑，要与“修炼心得体会”、“时事评论”、“海外报道”、“文化类文章”定期互换，以此清醒的保持在“校对状态”中，而不切换到“阅读状态”导致“无效工作”（浪费流程、时间，给上下线造成负担与压力）。

【注意 1：】在明慧网这种完全依赖志愿者却二十多年没有正常的面对面工作环境的条件下，必须“两条腿走路”：保持“修炼状态”，并遵守“刚性流程”（主要靠口耳相传，不留文字）。修炼状态和刚性流程是相辅相成的，缺一不可——前者会最大限度的发挥修炼者的自觉性和所在境界中的能力，弥补作业环境的艰难；后者会在个人修炼状态有起伏时，确保明慧网作为一个整体，按照应有的方向和状态运行。

【注意 2：】即使是非常信任的同修，也必须通过交叉校对来互相补位，消除疲劳、放松和可能的干扰。

三、离线校对的管理方案和准则

由于无法面对面，也无法使用云端工具，管理上需要建立一套离线准则：

1. 建立《离线纠错手册》

这是由经验最丰富的编辑整理的一份《离线版易错字对照表》。

(1) 包括：同音字辨析（如“时间”误为“事件”、“师尊”误为“世尊”、“师父”误为“师傅”、“洪吟”误为“哄吟”）；同修内部交流的“圈内”词汇；面向公众的日常和专业用语；中国大陆的敏感词的替代规范；破除中共谎言宣传的词汇（如“转化”应为“洗脑 / 强迫放弃信仰”，“逮捕”应为“绑架”，“审判”应为非法庭审，“抄家”应为“非法闯入 / 搜查”），不一而足，同时还要避免一口一个“非法”的情绪化表达。

(2) 每个成员电脑里都存一份（不使用云端、不存入谷歌等互联网工具），校对时作为强制比对工具。

2. “交叉盲校”制度

- 身份隔离：负责人分配任务时，不告知二校员是谁写的一校稿，避免因为人际关系或信任感导致的“懈怠”。

- 错误公示（离线统计）：负责人定期整理一份“近期错字通报”，以纯文本形式下发给所有义工。不针对个人，但针对错误类型进行集体“免疫”。

3. 强制“静息检查”

居家办公极易疲劳。流程中应强制规定：校对完一稿后，必须离开电脑 15 分钟，回来后再进行最后一遍“过电影”式的扫描。

四、结语 / 温馨提示

每小时或四十五分钟，停下来炼十分钟动功；每天坚持固定时间学《转法轮》；校对过程的间歇时间学经文、背法，这些都会加强我们修炼人的一面；不仅是对项目的维护，也是得到神佑所需要具备的状态。◇

浅谈文章投稿前的字词校对

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二六年四月五日】一般来说，文章写完后，作者都会理顺一遍，对文章结构、叙述、笔误等自己不满意的地方作出调整，然后再投稿。本文仅针对文章的字词校对方面作简单探讨。

一、文章中引用师父的讲法

文章中引用师父的讲法要全部都对照一遍，包括标点符号。另外也要注意炼功动作名称和功法口诀也不要写错了，同样需要仔细对照。法中的每个字都有法的内涵，伟大、殊胜，所以不管我们写作水平如何，这一步骤都尽量做。

二、常见错误类型与避免方法

这里列举了一些常见的错误，如果能避免出现这些常见错误，那么遗留的问题就很少了。

1) 同音字笔误

例如“攻击”写成“公积”，“吓了一跳”写成“下一跳”。

要想避免同音字笔误，在最开始选择候选词的时候就需要看清楚了，按下选词键之后，再看看录入到文章中的字词对不对，这样能减少出错率。

2) 同形字笔误

例如“人”写成“入”，“己”写成“已”。

这样的字外形相近，稍不留意就会选错。要想避免这种笔误，同样需要在键入候选词的时候看清楚。

3) 多字、少字

例如“一九三三年”写成“一九三年”，“这么多”写成“这么么多”。

这种情况不太容易针对着去避免，主要就是在写作过程中，能够明白输入的是哪些文字，思想别溜号，遇到多的、少的及时更正。

4) 重复用词

例如“当我向内找的时候向内找的时候”。

这种情况，往往是复制后重复粘贴了，或者是本来已经写完了几个字，脑海里面还在继续重复这几个字，从而再次键入造成重复。

5) 字词颠倒

例如“研表究明”，“我明了白”。

往往是无意中鼠标选字后挪动鼠标导致文字错位，或者字词复制粘贴的来源本来就是错的。

6) 双重否定笔误

一般用双重否定方式加强语气，即同时出现两个否定意思表示肯定，例如“师父无时无刻不在看护着我”这句话，“无时无刻”和“不在”构成了双重否定，表达的就是“师父时时刻刻都在看护着我”。而如果写成“师父无时无刻在看护着我”，那意思就表达反了。

对于类似的想用双重否定方式表达的语句，写完后建议立即推敲一遍，确认意思表达正确。

7) 缺少标点符号断句

如果句子太长，中间没有标点符号，那么读者读起来会有比较累的感觉。建议叙述的时候，尽量避免使用超长句，适当的断句，让对方读起来简单轻松。

有的缺少标点的语句会产生歧义，例如“大哥送你一本真相台历”这句话，如果不看上下文明确出场人物，单独

看这句话，人物关系上会出现歧义，一个可能是说话者自称是大哥，另外一个可能是称呼对方为大哥。例如，对应第二个可能，加上一个逗号，改成：“大哥，送你一本真相台历”，这样读起来一目了然，也不会产生歧义了。

再举个例子，“我看到同修很高兴”这句话，理解起来有两个可能：一个可能是看到同修，高兴的是自己；另外一个可能是高兴的是同修，我看到了同修高兴的样子。如果对应第一个可能，加上逗号断句，改成“我看到同修，很高兴”，就可以避免歧义了。

8) 标点符号失误

比较典型的是双引号方向写反了，这个出现频率相对较高，例如：“引用文字“、”引用文字“。另外引号都是成对出现的，有的时候开头出现一个引号，结尾的引号却一直没有出现。对于这个问题，在整理稿件的时候如果选择使用宋体字，则比较容易看清引号的方向。

还有一个时常会出现的情况，就是段落结尾使用了逗号，此时需要换成句号、感叹号等带有结尾功能的标点符号。

9) 地名错误

例如“凤城”写成了“风城”。多出现于迫害简讯或迫害报道，可能稿件比较急，写完就赶紧发出去了。由于别人很难发现小一些的地名错误，而作者本人一般对当地的地名都比较熟悉，建议发稿前快速核对一下地名。

以上的常见错误，大家有一个印象就可以了，容易犯某个具体类型错误的，可以逐渐的在写作过程中克服。

三、克服先入为主思维和快速阅读的影响

有的同修可能说：我投稿前也校对了，但是发表后，发现同修给改了好几个错误，为什么我自己发现不了这些错误呢？

其实有一个原因，是先入为主思维的影响，自己下意识的会认为自己写的东西都已经斟酌过了，都是对的，所以看到错误的地方也会自动忽略。另外还有一个原因，由于是自己写的东西，自己太熟悉了，熟悉到看到一句话的第一个字，就已经在脑海中呈现出后面的一连串语句，所以阅读速度往往是非常快，做不到逐字逐句读，做不到斟酌词句，缺少推敲，遇到前面提到的那些常见错误，自然就看不出来了。

与之相反，当我们阅读别人文章的时候，因为是别人写的，不会下意识的认为每句话都是对的，所以就没有了先入为主思维的影响；同时那些事件、人、物，以及作者的思维过程，对自己来说都是新鲜的，不仔细看领会不了，所以阅读速度就比较慢，遇到那些常见错误往往就容易看出来。就是说，阅读别人文章的时候这两种影响字词校对的习惯障碍就没有那么大。

所以建议的做法是，写完文章后，不要一分钟都不停歇的开始校对，先放一小段时间，例如放几个小时，如果不是特别急的稿件可以放一两天，把注意力从稿件中切换出去，然后再来校对，校对的时候把文章当成别人写的，带着一些审视的角度阅读，消除头脑中残存思维的影响；另外校对的时候一定要避免快速阅读，排斥那种熟悉感，放慢速度，尽量逐个字阅读，包括标点符号，整句斟酌，推敲用词。这样两方面结合，能够一定成度的抑制自己主观因素的影响，往往能够收到好的字词校对效果。

另外尽量找一些不会被打扰的时间片段校对，这样能够精力集中。能够起到很好的效果。

结语

一篇文章成文后，一点错误也没有，那是很少见的。

我们在投稿前做一遍字词校对，主要是避免粗心大意带来的笔误，在我们自身这个环节减少出错，相应的给编辑同修那边就减轻了许多负担，毕竟他们面对的是海量的稿件。

另外，同修也不能因为担心有错误而不敢写作、不敢投稿了，不必有这样的想法，实际上我看到，同修的每篇文章都无比璀璨，让同修受到鼓舞，让邪恶胆寒，投稿前的字词校对只是让文章更加完美，我们根据自己的能力做就好。

以上只是个人对文章字词校对方面的一些看法，都是比较表面的一些认识，写出来与同修交流，以期抛砖引玉。有不在法上的，请同修慈悲指正！◇

努力成为穿起珍珠项链的线

文：海外大法弟子

【明慧网二零二二年八月二十三日】尊敬的师父好！
各位同修好！

曾听一位同修在交流发言中说，协调人就是穿起珍珠项链的线，而同修们就是一颗颗散落的珍珠。当时对此印象尤为深刻，今天回想起这句话，发觉原来要成为那根透明、不显露自己，但很结实，并能尽可能呈现珍珠之美的线，并不容易，而可以比为珍珠的也不仅仅是同修们，还有在采访过程中会遇到的那些受访者。

成为受访者与读者间的纽带

至今仍记的十七年前，当得知可以为明慧网写报道时，深感荣幸，觉的这是一份殊荣。

记的初期听总编说过，当地办了活动若没有报道，其效果就只局限在当地；如果能在明慧网上报道出来，会让更多人了解活动；特别是若能选入明慧期刊中，那影响力将更不可估量，因为有那么多大陆大法弟子会去分发。

由此对明慧记者需担当的责任略有了解，至少要保证活动报道吧。一开始会在活动后问学员，当天有什么特别的经历和交谈。后来发现，直接采访路人得到的回答会更精准。

说来也奇怪，向来内向，不愿意和人打交道的我，在采访的时候好象脸皮也厚了，胆子也大了，随着时间，就算被对方拒绝也不会在意，渐渐的还有了常问的问题，采访的时候更加沉稳了。随着语言能力的提高，从一开始听录音时，常会扼腕后悔，为什么这里不追问一句，到后来发现，哦，

下一个问题就是追问的。看上去渐渐的开始得心应手了。

但是我非常清楚，在自己惰性很强，缺乏正念时，会在活动时泄气，想着，哎，今天应该不会有足够的采访内容成文了，等下次一起写吧。等到下次，又是类似的想法，又等。有时几次活动后，虽然有了足够的资料，最后还是拖沓没有成文。心里也会对同修们深感抱歉，因为他们全力的努力付出，效果却因我被打了折扣。

后来明白，我们可以起到纽带的作用，将受访者和国内的读者连线。认识到，在活动中，作为记者应该用读者的视角来看这个活动，用读者的耳去倾听，替读者去提他们想了解的问题。

而那些接受采访的路人，看似偶然，但这可能就是他们立下的誓约，要在这个时候，通过接受采访，分享自己的观点，支持大法。如果错过了这个机会，也可能就无法完成他们的誓约了。

在成文时，感到自己又应该成为受访者的代言人，表达他们对大法的支持，对迫害的谴责，用读者能接受的方式，让他们，特别是被中共洗脑后的读者看到，在正常社会，人们是如何看待迫害的，希望能拓宽他们的思路，少受中共的欺骗毒害。

写出报道，不仅仅是要扩大当地活动的影响，也要让受访者的声音能够被听到，这同样也适用于修炼故事。当自己脑子清醒的时候，会清楚的感受到师父的鼓励，师父会将受访者送来。

太多太多次，当我在泄气后，又打起精神，告诉自己，要坚持到最后，或者查看自己的不足后，就会有人来签名，并愿意接受采访，或同修会让受访者来找我。有时就在活动的最后一个小时里，得到了足够的素材。

记的有一次，两个城市同时有活动，需要坐火车一个小时通勤。在第一个地方并没有特别出彩的采访，忐忑的赶往第二个城市，刚到，就遇到合适的受访者，采完后，我深感这是师父送的。因为他所说的正是我们在讲真相中会讲到的内容，而且相当全面，完全可以用在报道里，替学员讲真相。

另一次，游行结束时我才赶到，后悔之余还是打算亡羊补牢，问了一位路人，那个采访却成为当天采到的最好的。

最近一次活动中，我几次被游行队伍“甩包”，在放下焦虑，顺其自然后，就遇到了说的很好的受访者。定心的，并被鼓舞着采访结束时，发现游行队伍正朝我走来，当时真是倍感幸福。

只是幸福后，起了欢喜心，所以在第二段游行时，被彻底的“甩包”了，直到活动结束后才找到队伍。虽然报道以之前的采访作为主线完成了，但如果当时能保持平和谦卑的心态，或许可以采到更多更好的内容。最主要的是，能让路人完成他们应尽的使命。

向内找 得到意外的收获

有一段时间，因为家里有事，我不在报道组里，但一直想，至少作好当地的报道。当时常苦于得不到任何反馈，但多次经历后，深感师父的指点及鼓励，让我能提高采访水平和增强信心。以下的两段经历让我印象尤为深刻。

一次，有机会到一个语言不通的国家去采访，没有具体的安排，就周末两天，需要采些故事回来。周六，当地同修带我去参加了集体学法。结束后我试着在人走完前问谁愿意接受采访。我告诉华人同修，可以把我当成大陆来的游客，通过他们的故事给我讲真相，但是他们都让我去找佛学会，只接受佛学会的安排。我当下就放弃了，那天只有学法时在

我旁边的两位西人同修愿意接受采访，而其中一位几乎不说英语，我上哪去找英语翻译呢？

当时心里非常焦急，想着难道此行要无法交差了吗？也对中国同修有些埋怨，觉的就这点小事还不能自己做主吗？可是马上又想到，这么多人不愿接受采访，是不是我自己有什么问题啊，我得找自己呀，不是吗？

这个念头刚出来，还没找到啥，开门进来了一位看上去很豪爽的西人女同修，交谈中得知她在英国待了几十年，是专业媒体人，平日里住在其它城市，这个周末刚好有事来此。她不仅愿意接受采访，还愿意为我翻译。陡然间，一切问题都迎刃而解了。

当天下午采访时，我刚向她提出了第一个问题，她立即反问，我为什么没让她先自我介绍一下。她以为我忘了，却不知，我一直以为这会让人觉的不礼貌。

第二天集体炼功后，她看我拍了近两个小时的照片，问我是不是既拍了全景，也拍了特写。我立即发现，原来师父安排她来，不仅仅是接受采访、为我翻译，还让她从专业上帮助我，而这似乎就始于我打算向内找的那一刻。

那个周末我收获颇丰，不仅采到了精彩的修炼故事，还学到了相关专业知知识，最主要的是我如此真切地感受到向内找的威力及师父的看护。

另一次是大型法会前的活动，也是在一个语言不通的国家。看到组里熟悉的同修在采访，心里真的很想参与其中。正好一位记者同修希望我能帮她翻译，我当下起身，就觉的这才是我该做的。合作中感到这位同修正念很强，我提醒自己：这正是自己欠缺，应该补足的。

同修建议去采一位不太起眼的小个子女士，我去问了后，她欣然接受。可是当地同修随即将她引到了活动的最前

方，还架起了摄像机。这时我们才知道，她是国会议员。因为我最先提出要采访她，其它媒体的记者就不好再提了，最后在众目睽睽之下，我成了主要采访她的记者。时间已不允许我去紧张或临阵逃脱，当时我能想到的就是，明慧采到的内容，其它媒体也能用，但其它媒体提的问题，明慧却不一定能用，我就一如既往，从明慧需要的角度提问就好。

整个采访过程时间不长，过程中问题常常脱口而出，我深深感受到这是师父对我的一份额外的鼓励，让我对采访更有信心。

感恩师尊一直以来的保护及加持，也非常感谢同修一直以来的包容和信任。希望我能尽快去掉自己诸多的执着，真正做到师父要的。

谢谢师尊！谢谢同修。

（明慧海外报道与明慧之窗内部法会发言稿）◇

我和明慧的缘份（译文）

文：德语大法弟子

【明慧网二零一九年五月二十二日】自从我二零零二年开始修炼法轮大法时就和明慧结缘了。除了读《转法轮》之外，我每天还看英文明慧。当时德语明慧的文章很少。没过多久，有一位同修问我是否能给明慧翻译一篇新闻。我还清晰的记的这篇文章，是关于反对在香港立恶法。现在我知道，从那时起我就开始兑现久远的誓约了。从那开始，我几乎每天都做翻译，之后我做校对工作。再后来我参与了协调工作。在宝贵的十七年里，我学会了真正向内找，提高心性和无条件配合。

二零零四年时，可以选用的文章很少。我必须学会对项目，为工作人员承担起责任，而不是拿别人给的工作来做。我必须放下很多执著，放下只想在幕后做事的心、怕丢面子的心、怕被批评的心。在师父和法的指导下，我获得越来越多的信心；就是在有时我做的不好、甚至觉的自己不配做明慧的时候，我还是坚持做下去了。

那时项目的负责人对我说：“我们在这里为我们将来的世界锻炼自己，也帮助其他同修为他们的世界在锻炼他们。”这句话这些年一直伴随着我，因为话里包含着我们修炼中一个关键的目标：无私。

我知道师父一直在看我们的网站。当我们全心全意的投入项目，并放下所有的怀疑、害怕、观念时，师父就帮助我们完成任务。那时我能很明显的感受到，因为每次我们很清楚的知道在哪个方面需要什么，比如翻译组需要协调人，

在团队中就会出现符合条件的人选来承担工作。每一步进展的决定不经过很多考虑做的，因为对于要做什么的深入认识已经具备了。

对于我们在明慧真正承担的重大责任却是在这些年的工作中认识到的。

师父说：“如果少了一个其它媒体，另外的媒体可以代替；没有了明慧网，哪个媒体也代替不了，所以我说明慧网不但要办、还得办好。” [1]

我们的协调人说，我们要努力把明慧做好。如果我们只做到百分之八十的好，可能读明慧网的学员在讲真相中只得到百分之八十。明慧网应该象神韵一样完美。百分之二十的就决定了一个产品是有品牌的还是顶尖的。如果缺了百分之二十，就是普通产品。做到百分之八十的产品是常规产品，再做好百分之二十就是完美的产品。

我听了之后，很受鼓舞，想做到最好。之后我认识到，达到这个要求真的很难。网页上的错误和不足我都看不下去了。我想要把所有的事做好，就算整天做也做不完，要把所有的时间都投入到项目中去。我常常问自己，我从哪里抽时间呢？要达到高质量，我们需要很多练习和培训。然而我认识到，这个问题和思考都是障碍。师父讲：“他认为难，实际也就难在这里。” “修在自己，功在师父。” [2] 我应该提高我的心性，相信师父，就去做我要做的。我努力更加正面的思考，而且真的去下功夫。我得到了深一层的认识，当我们真的意识到思想里的阻碍，解体它，下功夫去做好该做的，我们就会得到帮助，达到另一个境界中。新同修加入了我们的团队，把他们的办法和能力带给团队，从而改善了工作的质量。

珍惜同修，看到他们的长处

在明慧工作很特殊。我们互相批评，指出对方的错误。对我来说，把别人的批评看作是正面的好事是个艰难的过程。过程中要认识并去掉自我后面怕被伤害的心、怨恨心，同时善意的看待别人的错误、多看自己的问题；而做到不生气是一个很长的认识过程。慢慢的我可以做的越来越好了，只看别人正的一面。现在我理解了，我看到同修的负面时，就是看到了自己的不足。然而我去看他们正的一面时，我就能看到。我不应该用我自己的标准去判断什么是错，什么是对的，而是用法的标准来衡量。因此我越来越珍惜我的同修们。

师父讲：“有些学员修炼中一直向外找、向外求、向外看，谁对自己不好了、谁说的话不好听了、谁太常人了、谁和自己总是过不去了、自己的意见总是不被采纳了，因此什么大法弟子证实法的事都不干了，甚至一气之下不修了。你真的不知是在给谁修吗？你真的不懂这不顺心的事是在帮你修炼、去你的人心、去你的执着吗？”[3]

我深刻的认识到，我作为大法弟子，不论在什么情况下，应该总是想到师父的大法，无条件向内找，这样我和我们的团队才能在法上提高。这是我们返本归真的唯一的路。

关于写引号的一件事

还有一件配合中的事我也想说一说。一位协调人不止一次的提醒我，说我把引号写错了，这些错误我经常犯，却不知改进。我被反反复复的提醒。不知哪一次，我不经意的看到又是引号的问题，突然意识到自己心里不安。终于我向内找自己，发现自己有一种对“小事”的反感。可是正是所

谓的小事显示出我们是否把一件事做的专业。这件事让我想起师父的诗：“怀大志而拘小节”[4]。我认识到，在正法修炼中对待大事和小事是没有区别的，而有区别是在表面的人世间看的到和看不到。从那以后我加引号不再出错了。正是这样的粗心可能会给读者留下不好的印象，造成负面思想，从而使其不能得救。

感恩

通过最后校对和编辑文章的工作，让我感受到我和中国大陆的同修以及全世界同修联系着。迫害的消息经常让我深深的敬佩大陆同修的忍耐力和坚定，那是发自他们不可动摇的对师父和大法的信念。纯净的心得体会数不清，总是在恰当的时候给了我重要的点化，让我看到自己的漏，从而提高自己，获得力量。大法弟子的心里都充满着真善忍。

这篇心得是我走在明慧网的修炼路上的认识，是在明慧二十周年之际我做出的最好行动。我真心感谢师父的慈悲指引、鼓励、点化、给予我力量，虽然很多事我没有做好，我总是一再得到鼓励，师父引领着我坚持走下去。我真心感谢所有的同修这些年一起全心全意的工作，为今天的德语明慧的影响力做出的贡献。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法十》〈在明慧网十周年法会上讲法〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父经文：《致欧洲法会》

[4] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈圣者〉

（明慧二十周年法会交流稿选编）◇

在明慧项目十六年的修炼（译文）

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的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），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》

（明慧二十周年法会交流稿选编）◇

突破阻碍写交流文章

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二四年九月十四日】我从小学就没学会拼音，现在我已经六十岁了，却学会了拼音打字。下面我把自己学电脑、学打字、突破阻碍写交流文章的经历写出来，向师尊汇报，与同修分享。

我初中文化，从上小学时不知什么原因，就是学不会拼音，在语文考试卷中，拼音填汉字，或者汉字填拼音，我都得不到分。

二零一二年，我写了一篇揭露被邪党黑窝迫害的文章，密密麻麻的写了十六、七篇纸，同修给我打字、上网。当时我想：我要能打字多好啊，就不会让同修那么辛苦，给同修增加麻烦，想写什么直接在电脑就写出来了，还不用稿纸了。

说学就学。可我不会用电脑，不会拼音啊。我就用儿子的台式电脑学了学，让儿子给买来笔记本电脑学打字，还买了一张带语音的拼音图。儿媳看到说：“妈，这么超前，我还没怀孕呢？这么早就预备上了。”

我用笔记本不如用台式的顺手，儿子又给我换了台式电脑。一个下午，我好不容易才打了二、三十个字，憋的脑子生疼，因为单个拼音认识，但不知道要用那些拼音字母放一起才能拼成字，打出的字还忘保存了，再开机，文档空白，这让我灰心丧气，撂下了。后来同修给我下载了五笔字型、拼音，学打字方法，后来我还是选择了拼音打字。在此感谢同修对我的鼓励支持。

同修教我上退党网站，发三退名单，因刚学，打字又慢，三、五十个人名我打到深夜才能完成。

二零一七年写交流稿，同修让我用电脑打字，省的用稿纸，纸上有法的内容，写错不能随意处理，否则对法不敬。我想，本来写稿就得头脑思维、条理清晰才能写出来，我再把心思用在怎么样拼出字来，思绪就乱了。可是奇迹出现了，我刚按键盘上的字母，想打的字就自动往上跳，一连写了一大段。因我起欢喜心了，就又恢复原状了。我知道这是师父鼓励我，让我坚持下去。我有了信心，调整好心态，静下心来认真学。

我经常分不清写错的字母，如：z 和 zh，s 和 sh， r 和 y 等，在学法时我更加留意同修读的正确的字音，及时的纠正，这样再打字时就容易分的清了。虽然那篇文章写的有些慢，但确实是我自己一个字一个字打出来的，那篇文章写了五千多字，在网上发表了。这是大法开智开慧。我不会拼音，竟然在学会拼音的同时还学会了打字，而且是盲打。现在我想打哪个字脑中就自然知道点键盘上的哪个字母。是师父是大法赐予我的智慧！谢谢师尊！

我开始写文章时不会写，打怵。写出来的语句有些是反话，颠倒着说，还有就是要说明白这个事，可是用到文字上，想的脑子生疼也不知道这句话怎么写。这里有邪恶的干扰、阻碍，也有需要我破除的人的观念。在删除、重写交流文章的同时，也清除了很多党文化的邪党毒素。因写出来的语句带有党文化毒素，或有些语句就是在承认旧势力安排，认清哪些语句中带有党文化，哪些语句是旧宇宙的理，或旧势力的安排。在删除重写的过程中，就是在法理上重新认识的过程，及时否定旧势力。

后来我负责给同修发严正声明，帮助同修写揭露迫害的文章，发“三退”名单，及时报道当地骚扰同修、绑架迫害同修的资讯。我写揭露迫害的文章时，注意有理有据，

信息齐全，时间、具体事件、本人被迫害及我所掌握的其他被迫害的同修的信息，参与迫害的警察及负责人、犯人的名字都有。揭露迫害，曝光邪恶，我和同修在一起互相提示、补充、求证，做到写出的材料真实、可靠。我在不断的写文章的过程中，越写思路越清晰，越写语句越熟练。

我写自己被迫害的文章在网上发表之后，对其他同修（当年和我在一起被迫害的）也起到了参考作用。陆续看到和我一起被关押迫害的同修写出了自己被迫害的遭遇。还有当年和我在一起，被邪党监狱迫害离世的同修，我也负责把她们被迫害的事实写出来，发给明慧网报道。

一次，我写一篇深挖怨恨心的文章，写到深夜才完成。天目看到，那个怨恨的物质形成的，和我长的一样形像的那个“我”，表情木呆，张大嘴巴，在那哇哇的骂人哪。是我在写文章中，深挖自己怨恨的根源，从法理认清、分清，修去它的时候，它隐藏不住，现出原形。让我正念锁定，把它销毁了。

当我写出第一篇文章，我就想把自己修炼过程中所经历的殊胜美好；在魔难中凭着坚信师父坚信大法走过的艰辛、困苦的过程；师尊的保护；讲真相众生得救后的喜悦；还有在没去掉的人心、人情的牵绊左右下的痛苦、辛酸，闯过的一道道坎坷的心历过程写出来。当我突破阻碍，去掉人的观念：不会写、不愿写、修的不好、没啥写的、怕人笑话，这些观念后，在师父的加持下，我写出来了，我的文章也陆续的发表了。

现在我不但自己写文章，还帮助、鼓励同修写。希望我们每个同修都能把自己修炼经历写出来，那将是一篇篇大法弟子的光辉写照，一部部辉煌的历史篇章！

感恩师尊！感恩大法！◇

给明慧网投稿的体会

文：大陆大法弟子 慧子

【明慧网二零二四年三月八日】多年以来，明慧网对我修炼的帮助是不可取代的。因为有了明慧网，我得以了解和知道如何跟上师尊正法的进程；也看到了自己和同修在修炼上的差距，找到自己的不足，在修炼中不断的去提升自己。同时，自己也在给明慧网的投稿过程中受益良多。下面就谈谈我在投稿这方面的一些个人体会，有不当之处，请同修慈悲指正。

证实大法

在修炼过程中，真修大法弟子都能体验到修炼的玄妙和大法的殊胜，并且感悟到师尊无处不在的慈悲看护和点化。这同样是我所经历的状态，在我的修炼过程中也有着不胜枚举的神奇事例。比如，看似偶然实质奇妙的个人得法机缘，在正念中闯过的病业难关，亲朋好友因为明真相而得到的福报，家中多处绽放的优昙婆罗花，心性提高后带来的转机，信师信法所展现出的神迹，等等等等。我想着把这些点点滴滴写出来证实大法，于是便有了给明慧网投稿的念头。

同时，因为有了明慧网这个珍贵的平台，在每个重大节日，我们可以通过给师尊发送贺词来表达心中的感恩，同时也可以通过每一条感恩的贺词把大法弟子的心声广传给宇宙众生。

提高自己

写稿的过程也是提高心性的过程。写稿时，有时思绪万千不知从何落笔；有时事例繁杂不知如何取舍和理顺；有时半天也想不出一个合适的标题。这时，只要写稿的基点摆正，能够克服畏难心理，就能得到师尊的慈悲加持。思路变的清晰起来，删繁就简，顺利成文。过程中渐渐的修去了怕麻烦、浮躁、急于求成、好大喜功等人心杂念。写稿也帮助我学会为他人着想。当遇到用词用句困难时，一时半会又想不出更恰当的表达方式。这时，私心就冒了出来：算了，就这样吧，留给明慧网审稿的同修去修改。但正的一念会提醒自己要为明慧网的同修着想，要尽量减轻明慧网审稿同修的工作量。本着这一善念，每一篇稿件我都会认真的写，反复的检查和修改，发稿前尽可能使稿件更加完善。

此外，写稿也是修真的过程。写稿时要求自己没有把握的事不写，记不准确的细节不用，确保信息经得住求证。也不夸大事实，尽量用平和的语气和平实的语言写出自己真实的经历和感受。

之后如何对待投稿的结果也是对心性的一种考验。稿件被采用后要提醒自己不生欢喜心；没被采用时不沮丧，也不自卑。无论什么结果，都把它看作是修炼过程的一部份，都是自己精進的动力。

感恩师尊恩赐给我们这样一个珍贵的修炼交流平台！也感谢从写稿、投稿到编辑的同修们的辛苦付出！◇

运用法律反迫害要有更大的慈悲

文：大陆大法弟子

【明慧网二零二六年四月五日】回想起自己在做正用法律救人这个项目过程中的状态表现，也因此发现了自己的诸多问题，令我警醒！

一、基点是为他还是为私的问题

由于屡遭各种形式的迫害，对我证实法救度众生造成非常大的干扰，给自身的修炼带来很大损失，修炼状况令人担忧。不仅如此，还给自己在常人社会中的生存也带来很大影响和破坏。在这种情况下，我不得不使用起法律，直面迫害系统这个群体。做这个项目的时候，我身边一个同修都没有，孤立无援，且自身状态也无力消沉。尽管这样，我始终不忘大法弟子的责任，所以在这样一个很矛盾的境况下我还是开始了这个项目。

身边虽然没有一个同修，但打开明慧网，就会看到标签页有一栏就是“公义论坛”。在浏览论坛的过程中，我选定了一个项目作为突破口，因为多少年来各种迫害形式可能与那份不敢公开的文件有关。做的过程中，论坛专家一步步直接指导。正用法律是救人，而不是为了求得个人的什么结果，或是什么公正。过程中同修适时鼓励与支持，让我获得很大的信心与动力，也有了多年来不曾有的感受：“大法弟子是一个整体”（《美国中部法会讲法》）。这其中最最关键的是，其实是师父的帮助，弟子的状况再怎么糟糕，师父都没有舍弃，让我与论坛同修连接起来。

从信息公开，到行政复议，再到行政诉讼、控告等等，整个一个链条下来，这是一条直接针对迫害者而救度迫害者的路！我由一开始的想要解决自己的问题，转而以此救人。所以在使用信息公开的时候，我不只是针对一个问题，也不只是针对某一个地区。

二、心态是否保持以救人为出发点的问题

我一直都显得很年轻，就算黑发里夹杂了几根白发，不靠近还是看不出来。可是正用法律进行到行政复议的时候，我第一次看到前额白发突然增多，不需要掀开就能看见；当进行到行政诉讼的时候，头顶出现了白发。日光下风一吹，几根银丝飘飘。我想，救他们真的实在是很沉啊，都青丝斑白了。

就说那个法律文书，一个不是法律专业的人却要写出专业水平的文书来。记得这个律条出自这部法律，又忘了那个律条是出自哪部法律；这个文书是哪天寄出的，那个文书又是哪天寄出的；这个哪天要到期限了，那个还剩几天要到期限了；这个格式该怎么写，那个内容该怎么写等等。我本来就不是一个很细心的人，却要做那么仔细的事情。而且整个文书写作还得逻辑严谨、条理清晰，而我偏偏是一个天马行空的人。好在有论坛同修非常负责任的帮助。论坛还有专门为非专业同修准备的律师培训教程，我对照着学，边实践边学，看了至少三遍以上。

一般常人写作法律文书也许就是技巧上的运用，但作为一个大法徒，写作文书除了运用必要的知识技巧，更多的是怎么写才能起到启迪与救度的作用。我认为这其中就要渗透自己的心血在里面，字里行间充满慈悲与救度。这

也就与修炼者的心性相关了，没有大海般的心胸，没有那么洪大的慈悲，你的文字就没有那么大的能量加持。

文书一次次发出，一次次被退回。格式不合要求了退回，内容不全面退回，证据不足退回；我很耐心的一次次按要求补充，一次次完善后，再一次次从新发出。众生的回应就是对我最大的奖赏。最后找不出文书上的毛病了，结果还是被全部退回。我失望又不失望，我尴尬又不尴尬，一来一去中，他们那点若隐若现的善良就是我要的，也是我该珍惜的，也是项目进行下去的动力。

运用法律过程中因具体的事实是针对迫害者的，这难免不一次次勾起回忆，被迫害的过往会一桩桩一件件在脑海浮现：狱警的变态嘴脸、惺惺作态、流氓习气、公安的暴力疯狂、非法抄家时的丧心病狂、跟踪监视时的鬼鬼祟祟、肆无忌惮以及亲人的难过和无力等等，足以触动人心。这时，你的心胸是否还象大海一般宽广？你的心是否还那么善良？你的慈悲是否还那么洪大？你的正念是否还那么强大？如果一开始的基点是从个人利益的角度出发，就一定会动摇正念。而我做事的基点不是完全纯正的，也不完全是为他的，因为其中夹杂了利用其解决我个人的被迫害问题。旧势力也在虎视眈眈，在你正念不足的时候下手。

三、严格要求自己，提升修为

法律本身是一个很刚性的东西，运用它的时候，自身刚性的一面一不小心就会出来。大法徒运用的时候那是慈悲与威严同出，也许需要更大的智慧才能平衡。

不久我被绑架拘留。当时我的主意识终究没能战胜人心与恶念，受到全方位的干扰和旧势力的强加，这些都会

在文字与日常生活中有所表现。出来后，我两鬓、脑后也有了白发，看着自己满头花发，我决定项目暂时停下来找一找自己。就在我向内找的过程中，有一天明慧广播正播出一篇文章，我一听怎么那么熟呢？原来是自己曾经写的，那么长时间了以为根本就没发表，却在这个时候被我听到了。其中就谈到慈悲心的问题，还信誓旦旦的决心一定要做到慈悲众生，听到这，就象自己打了自己一巴掌。我觉的这是师父的慈悲点化，告诉我没有做到，告诉我问题就出在这上面。

我悟到，在正用法律的过程中，我们不是为了运用而运用，也不是为了解决自己的什么问题。根本的目地就是为了救人，可以带有结束迫害的一念，但不能作为直接的目地。如果脱离根本，运用法律本身没有任何意义，反而是浪费时间，耗费精力。邪恶在任何事情上都可以钻空子。

我们做的每一件事是要扎扎实实起到救人作用才算是真正有效的，否则，就是浪费时间，将来真的会后悔。而在正用法律上尤其要慎重。被绑架的时候警察说：“你可以做律师了。”我当时听着还有点受用，现在想想那简直就是讽刺。检视自己后期的心态，做着做着就把它当成技术活儿了，觉的挺有意思，还真生出做律师的念头。

宗教修炼都讲慈悲，我悟到正法修炼讲的慈悲是不同的，承负的东西不同，太大太大。我们无论是在自身的修炼当中，还是在救度众生当中，还是在悟道之中，都存在一个为他的因素。只要在法中，只要做好三件事，我们修出的一切、所做的一切、成就的一切就都带有为他的因素在。一旦偏离法，那些就只能是口号。也因为囿于人身的限制，必须时时保持正念。我体会要能救度这部份众生，需要更

大的慈悲与智慧，需要更加严格的要求自己。同样的项目，能做好的同修有一个共同的特点，就是时时处处都能保持正念，严格用法来要求自己，用法衡量所遇到的一切。

修炼这条路，一点都不能偏。有一点念头不符合法，如果不能及时归正，随着项目程序往前推进，偏离法的尺度会越来越大。

以上是个人证实法过程中的一些体悟，也是一份总结。从一开始的基点不够纯粹，似乎就预示着做的过程的艰难。如果不是师父保护，根本就走不过来，何谈救人！

写到最后，我是真的认为自己有必要严格要求自己，修好自己，珍惜每一分每一秒，在自己所做正事中扎扎实实救人的同时提升自己。尽管弟子做的不好，师父一直都没有放弃。除了无尽的感恩，我只想好好完成使命。

谢谢师父一直在给弟子机会！感谢论坛同修的帮助、支持与鼓励！◇

