



图：南美厄瓜多尔法轮功学员二月十六日至三月十日在一家大型电力公司，利用职员的休息时间，相继为七十五名员工演示功法，并现场教功。此前，当地法轮功学员在首都南部一所学校、南部政府平台教功。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：4923

•三退人数：

自二零零四年十二月三日起退党（团、队）总计人数：409,874,949

•翻墙找到明慧网

自由门电脑版：<https://j.mp/fgp88>

自由门安卓VPN：<https://j.mp/fgv88>

无界一点通（安卓）：<https://s3.amazonaws.com/693/um.apk>

无界浏览电脑版：<https://s3.amazonaws.com/693/u.exe>

明慧网成立于一九九九年六月，致力于收集、整理和发表关于法轮功真相的第一手信息，维护和弥补迫害环境下中国大陆大法弟子的修炼环境。

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

在完成使命中提高心性 在正法修炼中修成新宇宙正觉

第1105期（二零二三年三月十七日）

www.minghui.org



图：二零二三年三月十一日，由法轮功学员组成的美西天国乐团参加了旧金山第一百七十二届圣派翠克日大游行（St Patrick's Day Parade），为观众演奏了《法轮大法好》、《佛恩圣乐》等乐曲，受到热烈欢迎。

本期内容提要

【修炼】我们为什么要参加“五·一三”征稿

【修炼】小事不小

【文化】轮回转世的内在逻辑：善恶有报

目 录

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报.....	3
找到了生命的灯塔.....	7

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选登.....	10
----------------------	----

◆修炼园地

我们为什么要参加“五·一三”征稿.....	12
肃清乱法余毒 走师父安排的路.....	13
小事不小.....	16
对实修和形成整体的认识.....	19
帮同修整理文章中修自己.....	23
从一绑架案看从法律角度反迫害、讲真相.....	26
师父点化我要以苦为乐.....	30
师父一路鼓励着我.....	34

◆文化频道

轮回转世的内在逻辑: 善恶有报.....	39
----------------------	----

【编者注：因篇幅限制，《明慧周刊》所收内容仅为明慧网每周内容的小小一部份，且多数文章为缩写版。交流文章代表作者在当前修炼状态中的个人认识，谨与同修切磋。请大家共同“以法为师”，“比学比修”。】

轮回转世的内在逻辑：善恶有报

文：王晨

【明慧网】从东方到西方，从传统文化到现代科学与现代医学，生命的轮回转世都被证明是客观的存在。而生命转世轮回的内在逻辑就是善恶有报这一天理，人今生做好事、行善积德，来生就会有福报，相反今生作恶来生将经历病痛、贫穷甚至不得善终。下面举几个小例子。

布赖恩·贾梅森医生在《寻找前世：探索轮回奥秘与前世疗法》一书中提到，芭芭拉对鸟有一种天生的恐惧，每当她走到公共场所，都要打伞，以避免和鸟遭遇。

芭芭拉在前世回溯中记忆起，她曾是十九世纪末居住在美国西南部的一个二十七岁白人男子，因强暴了一名印第安少女而被受害者家人扔在沙漠里等死，最后六只秃鹫将他啄死，而死亡悲剧就是从一只大鸟啄了他的眼睛开始的。可是，鸟为什么会啄他眼睛呢？当回溯到中世纪法国时，她明白了，那时她是一名男性狱卒，他的拿手好戏是把被关押者的眼睛抠出来。

历史上对信仰者的迫害，罪过都很大，不可赦免，这在东西方文化中都有深刻的教训。美国近代著名的预言家爱德加·凯西曾解读过一名因车祸瘫痪的十六岁男孩的前世，爱德加·凯西看到男孩曾是基督教早期时的罗马士兵，非常自负，不但对迫害基督徒幸灾乐祸，还直接参与迫害基督徒。

北周武帝宇文邕生前灭佛，全国佛像被毁，三百万寺僧被勒令还俗。宇文邕死后坠入地狱。隋朝隋文帝开皇十一年，一个叫赵文昌的旧臣忽然暴死后在阴间遇到北周武帝，只见其戴着三重钳锁，异常痛苦。宇文邕对旧臣赵文昌说：“我原先的各种罪过都快要偿还清了，只有锄灭佛法这条罪恶，实在深重，偿还未尽，至今未可赦免。希望隋文帝为我做一些功德，我借此福佑，方可得离地狱。” ▲

初我开干洗店时她总来我店里洗衣服，她认可我，总夸我人好。但我并不知道她是居委会的人员。她调到我们社区来是来当主任的。我劝她千万别干迫害法轮功的事了，我给她们三个讲真相，她们听着听着，主任好象突然想起了自己的身份，拉着那两人就跑，说：“快走吧，再不走就被她转化了。”

一次在街上碰到这位主任，我简单的给她讲了一会儿真相，她听的很认真。

一次我去居委会办事，一进屋，一个女的对主任说：“她不就是某某吗？你不正叫我们找她呢吗？她正好来了。”主任大声说：“某某（指我）可是好人哪！”然后问我办什么事，她很快帮我办事办完了。

虽然我还有很多没修好的地方，但我坚信师父和大法，决心一定要修好自己，跟师父回家。▲

海外学员正法修炼活动简报

由法轮功学员组成的**美西**天国乐团三月十一日参加了旧金山第一百七十二届圣派翠克日大游行（St Patrick's Day Parade）。身着蓝白相间唐装的天国乐团，为观众演奏了《法轮大法好》、《佛恩圣乐》等乐曲，受到热烈欢迎。吉娜（Gina）女士说：“他们的演奏令人震撼，我支持他们，支持他们所做的，他们是英雄，令人崇敬，他们所做的是正确的。”“我非常喜爱真善忍原则，不幸的是，法轮功学员在中国受到迫害。法轮功学员是英雄，他们是人类的楷模，人就应该向他们那样。世界需要真善忍，我们所有的人都需要。”来自中国大陆的移民崔女士说：“法轮功学员的队伍演奏的挺好，很好，很好！”她说，她来旧金山十几年了，这是她第一次看到法轮功学员的队伍，“很壮观，非常的整齐，很好。我知道法轮功很好。”

美国德州部份地区法轮功学员以横幅和花车的形式三月十一日参加了休斯顿第六十二届圣派翠克日游行，沿途受到夹道民众的欢迎和赞赏。花车上载着巨型英文版《转法轮》书的模型，身着仙女服或传统炼功服的法轮功学员们，或坐或立，展示着舒缓祥和的炼功动作，吸引着民众的目光。

厄瓜多尔（Ecuador）是位于南美洲西北部的国家，二月十六日至三月十日，当地法轮功学员们走进厄瓜多尔一家大型电力公司，利用职员的休息时间，相继为公司七十五名员工演示功法，并现场教功。此前一月二十日，法轮功学员与首都基多南部政府平台的保健医生取得联系，六位法轮功学员获邀前往他们的工作单位教授五套功法，获得了不少好评。还有一位法轮功学员现场教大家折叠小莲花，并给他们讲述法轮功学员在中国遭迫害的真相，引起了在场不少人的共鸣。几天后，南部政府平台再次邀请法轮功学员，于一月

三十一日至二月三日，连续四天到该政府机构集中教授五套功法。二零二二年八月十五日，法轮功学员们来到基多南部一所学校为四十五位全体教职工演示和教授五套功法。

“真善忍”国际艺术展三月四日至五日在**俄国**莫斯科郊外的梅季希（Mytishchi）市举办，很多民众驻足观看。工程师阿纳斯塔西娅和她的女儿一起观看了画展，她说：“画中有非常深刻的含义。每幅画都展示了法轮功学员灵魂的积极品质，比如说善良。即使在生活困难的情况下，只要在行动中坚持更高的原则，一个人就一定会上升。人们说善良永远是胜利的，这不是没有道理的。”在大学学习的戴安娜、卢米尼萨、尤金观看画展后，卢米尼萨说：“展览触及了中国的迫害这一重要话题。我不知道有这样的事情，甚至在现代世界中也可能有。这让我印象深刻，现在我将进一步了解法轮功。展览中的画作非常漂亮，深深触动了我灵魂的一部份。”

罗马尼亚法轮功学员三月四日在布加勒斯特大型购物中心（Mega Mall）附近举办讲真相活动，向当地民众揭露中共在中国对法轮功学员长达二十三年的迫害。法轮功真相点设在购物中心的入口处附近，许多民众被法轮功真相点祥和的炼功音乐所吸引，索取介绍法轮功的小册子、日历和莲花，了解真相。特里夫女士认为，当今人类社会不重视道德，真、善、忍的原则应该在罗马尼亚得到弘扬。她表示，应该让更多的人了解真、善、忍，了解修炼法轮功给人们带来的好处。

芬兰法轮大法学会三月二日向芬兰议会人权网络部门，做了关于法轮功的详细报告，并提交了一万零一百五十位签名的请愿书。上万人的签名包括来自芬兰一百五十二个地区和城市，超过六十一个国家的游客，二百四十四不同职业。芬兰议会议员维诺尼卡·洪卡萨洛（Veronika Honkasalo）

我又嘱咐儿子千万不能替我签任何字。儿子把电话交给他们说：“让我妈和你们说吧。”我告诉他们：“你们先回去吧，放心，明天我保证去找你们。”

回到家我就发正念：解体邪恶的安排，绝对不配合他们，绝对不向邪恶妥协。

第二天上午，我请同修在居委会外面和我一起发正念。发完正念，带上我写的控告状我去了居委会。我准备给居委会人员念念我的控告状，利用这机会给他们讲真相，叫他们知道江泽民迫害大法弟子的邪恶手段。

到了居委会，看到屋里有七、八个人，心想正好叫他们一起听我讲真相。我自我介绍：“我叫某某。昨天你们到我家找我，我没在家，今天我来找你们。”他们挺客气，寒暄几句就说服我叫我签“三书”。我说：“这个我可不能签。我签了不仅对我不好，对你们更不好。修大法我从中受益匪浅，大法修的是真、善、忍，我自然不能说假话，同时要为你们的将来负责。”他们说不签不行，其中一人说：“你受什么益了？你是受害了，你还不知道。”我说：“我给你们念念我为什么控告江泽民，你们就知道我受什么益了。”我开始大声念了起来，他们都站那听。

念了一会儿，居委会主任就不叫我念了，我说：“那我就放这儿，你们慢慢看吧。”他们说：“我们有，你邮寄出的信邮局都送到我们这儿了。”他们还叫我签字，我就给他们讲真相，讲柏林墙倒塌的故事。正在这时物业经理来了，问怎么回事。他们回答后经理就说：“你们快别叫她签了，快叫她走吧，打死她她都不会签的，对法轮功坚定着呢！”经理过来把我推到门口，说：“快走！快走！”这个经理早就听过同修给他讲真相，每次见到我就大声喊：“大法好！”

几个月后居委会主任换人了。新主任带着两个女的来我家还是让我签所谓“三书”。她一来我发现我认识她：当

还是有点怕。后来悟到就是因为有怕心导致他们当时没放我回家。

我知道他们审我多次什么结果也没有，已经审够了，不想继续下去了。深夜三点了，四个男警察开车把我送到北小营派出所。我在车上给他们讲法轮功真相，有两个警察不叫我讲，说再讲把我铐上。我说：“我也没犯法，不是犯人。这深更半夜的你们拉什么警报？你们是在扰民！”我话音刚落，就听到车顶上的警报器“啪！”的掉了下来，连着两根电线砸到车右侧的玻璃窗上。四个警察被震住了，一声不吭默默的看着我。

到了目的地，他们要把我锁到一个小黑屋里。给我开门的那个警察大声问：“你有功能？”我说：“因为我是好人不是罪犯，是师父在保护我！”他自言自语的说：“看来是。”这个警察可能明白些大法真相，一路他都在护着我。

早上，他们又把我送到顺义看守所。这个警察把我护送到关我的监室时对一工作人员说：“给大姐拿点吃的，多给点，两天没吃东西了。”临走时喊住我：“大姐，欢迎下次再来。”我回头看到他用一只手挡住另一只手竖起了大拇指，我笑着说：“下次不能用这种方式对待我啊。”他大声说：“一定。”

我真心为这个警察明真相而高兴，同时我更感谢师尊的一路保护。

给居委会人员讲真相

二零一五年六月十四日，我也向两高控告江泽民迫害法轮功。十月份，三个居委会的成员来到我家，说让我签所谓“三书”。当时我没在家，他们就叫我儿子给我打电话，叫他劝我回家。我告诉他们我确实有事不能马上回去，明天到居委会找他们。他们说叫我儿子替签，我说：“不行！这么严肃的事情谁也不能代替我。”心想可不能叫儿子犯罪，

接过万人签名请愿书。请愿书上写着：“我们呼吁芬兰决策者在与中国的交往中，关注对法轮功学员的迫害，并要求立即停止迫害。”芬兰民众希望芬兰政府尽最大努力，对弱势的受迫害的中国人给予正义支持。议员维诺尼卡询问了目前中国监狱的现状。听到活摘器官，她用“非常震惊”形容，并表示，在当天的国会小组会议中，会带着这些信息向各党派议员汇报。

法国法轮功学员弗雷德里克（Frédérique）三月二日利用自己工作的学校团结周，和其他法轮功学员一起，在校园内设立一个展台，向学校的师生讲述法轮大法的真相。教师、学生和辅助教学人员，三三两两结伴而来，当他们得知法轮功在中国遭受的迫害后，大家都深感震惊，在呼吁停止迫害法轮功的请愿书上签名，支持法轮功学员的反迫害。一位协调主持当地广播节目的老师邀请法轮功学员上他的节目谈法轮功。在请愿书上签字后，她表示准备下一次去巴黎时去参观一下法轮功学员主办的“真善忍”画展。

奥地利国民议会绿党议员恩斯特·齐德兹奇博士（Dr. Ernst-Dziedzic）和公共福利基金会COMÚN二月二十八日，共同在议会发起“全球强迫劳动”摄影展。奥地利议会成员和非政府组织在内的小组成员们参加了开幕活动和讨论，从不同方面阐述了一系列有关于强迫劳动的问题。法轮功学员赵丽君作为证人，讲述了她因为修炼法轮功而遭受的迫害。她曾被非法关押在上海女子劳教所，亲身经历了劳改和所谓的“再教育”。后来赵女士又被非法关押在上海女子监狱三年，中共利用残忍的酷刑和在恶劣条件下的强制劳动，逼迫法轮大法学员放弃自己的信仰。听了法轮功学员的口述，让很多观众再次感到震惊。活动结束后，多位听众与赵丽君交谈，在场的其他法轮功学员也向人们讲述了中共的邪恶本质。

西澳珀斯第三十五届海德公园节（35th Hyde Park Festival）三月五日至六日在海德公园内举行，由珀斯法轮功学员组成的腰鼓队和舞龙队参加了该活动的舞台表演，学员们还在舞台和展位上演示功法介绍法轮功，受到当地民众的欢迎和喜爱。很多人接过真相资料，并在反迫害征签表上签名支持法轮功。一位女士主动在征签表上签名，并对她的先生说，“你也要签名。”等先生签完名，她由衷的说：“就是需要把真相传播出去。”

澳洲墨尔本传统富人区霍桑（Hawthorn）三月五日举行了一年一度的格伦菲里嘉年华（Glenferrie Festival），法轮功学员设立真相展位，进行了功法展示，散发了很多传单。不少民众在展位前驻足了解详情，还有的现场学炼功法。

日本广岛法轮功学员三月五日参加了广岛市中央公民馆庆典，通过功法表演和教功活动，向当地民众介绍法轮功，深受民众欢迎。有的民众还表示要学法轮功。在下午举办的炼功体验活动中，学炼功法的市民感受到了很强的能量场，有的人表示即使是冬天开着窗户也觉的很热，而且普遍感到炼功之后很舒服。吉川女士体验炼功后，觉的功法很好，于是报名了在中央公民馆的教功点学功。

特别纯净。我高喊：“法轮大法好！真善忍好！”“法轮大法是正法！还大法师父清白！”喊着喊着，突然上来四、五个便衣恶棍对我一顿拳打脚踢（详情不多说，相关情况、同修们的有关交流，网上都有）。

我遭踢打后被抓到一辆大巴车上送到顺义县公安局。那里的警察对我从上午一直审问到晚上，我拒绝告诉他们我是从哪儿来的、和谁一起来的。我当时的想法就是不给我们当地政府添麻烦。到了晚上，发现被抓来的其他同修都走了，只有我因没说姓名、家庭地址还被关在那里。晚上十点左右，他们把我锁到一个伸手不见五指的小黑屋里，说：“一会你就得说出来，没有几个能承受这么长时间的。”他们把我铐在窗户的铁栏杆上，蹲不下站不直，屋里漆黑一片，真有点毛骨悚然。

我开始背《论语》，背《洪吟》和《精進要旨》。背着背着突然屋里出现一片亮光，我看到屋里有无数五颜六色的小法轮在转啊转啊，围着我全身转。我知道是慈悲伟大的师父在加持着我、保护着我，直到他们把门打开。我看到离我不远处有一个排椅，我用脚勾过来，坐在排椅上，一边继续背法，一边看着无数五颜六色旋转的法轮，心里非常欣喜，也很平静。

过了不知多长时间，一个男警察打开门说：“这里怎样？”我开玩笑的说：“还不错，还有座。”他说：“你能看到有排椅？”我说：“你看我不正坐在上面吗？”他说太奇怪了。我说：“有什么奇怪的，我有师父保护，满屋子的法轮为我照亮。”看的出他很吃惊！

他们又开始问我从哪儿来的？叫什么名字？我还是不说。他们想用三角皮带打我，被我正念制止。

到了深夜两点，来了个大局长，他说：“都这时候了，把你放了你也不敢走啊！”我嘴上说：“我敢走。”可心里

师父一路鼓励着我

文：河北大法弟子

【明慧网】我是一九九六年开始修炼大法的。从一九九九年“七·二零”中共迫害大法和大法修炼人后，当地的同修们便利用各种方式讲真相证实法，我也参与了其中。

当时的方式、方法有限，就是给各级政府部门及负责人大量邮寄用复写纸手写的真相信。写多了，手指握笔处都磨出血泡，用布缠上继续写，一点也不觉的疼。

有个同修用麻袋背来了外地同修做的真相资料，清楚记的第一次发的真相资料就是：《江泽民推卸不了的历史责任》。我把这份资料一户不落的送给街上的商铺，给街边停放的自行车筐里也放上，有时也给民众讲什么是法轮功，共产党为什么迫害法轮功。一天回到家炼功，炼第二套功法时师父让我看到“三花聚顶”，与师父在《转法轮》中讲的一模一样，打坐时师父叫我飘起来，然后乐呵呵的看着我。我知道这是师父在鼓励我做对了。

一九九九迫害发生后那年，我多次想去北京证实法，却由于各种原因没去成。二零零零年十月，我和姐姐（同修）及另外几位同修商量进京证实法。这次我正念十足，站在师父法像前求师父加持我们一定要成行。

十月四日那天下午，我们几个就坐上了进京的汽车，一路在师父的保护下，闯过了多次各种检查。到了北京，我们由于没带身份证不能住旅店，我们就在公园的排椅上露宿一晚，椅子少，有的同修就坐在地上过夜。虽然冷点儿，有的同修几乎一宿没合眼，但仍然非常有精神，因为我们终于可以到天安门证实法了！我们利用这个时间交流对法理的理解，谈自己的修炼心得体会。天亮了，我们迈着坚定的步伐走上了天安门广场。那一刻我觉的我们每个人都特别高大，

找到了生命的灯塔

——一位韩国护理主任的修炼故事

文：韩国法轮功学员

【明慧网】崔景顺是一家韩医院的护理主任。她总是面带微笑。当她遇到病人抱怨、护士抱怨、科室之间争吵、科室负责人之间对峙等各种心理冲突时，都能平静的不在矛盾当中处理问题。她在困难中能做到不抱怨而又能保持平静心的秘诀是什么呢？

在茫茫人生路上经历磨难

崔景顺也经历过困难时期。梦想成为贤妻良母的她从婚姻刚开始就受到了冲击。最初丈夫用闲钱投资股票，但最终连做生意的本钱都赔进去了。他想挽回损失就目不转睛的盯着股票走势图。不管身边人怎么劝阻他都没有用。崔景顺承受着极大压力，丈夫经常喝的大醉并常常骂人，她没有一天不泪流满面的。

“丈夫是坚持自己主见的人，我没办法和他沟通。家里经济他也不顾，虽然我想恨不得马上和他离婚，但想到年幼的女儿和父母，我还是忍住了。我放下自尊，想着等女儿长大了，父母也去世了，那时我就离婚。那段时间真的很艰难。”

二零一零年，崔景顺父母去世后不久，她在梦中见到了母亲。母亲在梦中无助的倒下了。崔女士想到或许是坟的位置不对，她就去善山看坟地。在与陪同者一起回家的路上，她向陪同者吐露了丈夫因酗酒从而导致的家庭生活苦不堪言的情况。

“当时那位陪同者跟我说我丈夫有办法戒酒。她还在小纸条上写了一个网址。”纸条上写着法轮大法网站。

找到生命的灯塔

刚开始崔女士也没有在意那张纸条，几个月过去了。为了维持生计她在医院里找到一份工作。有一天她突然想起了上次收到的纸条。“法轮大法。”她直接打开了网址。

“真、善、忍，免费教功”，“真、善、忍”这三个字和免费教功的几个字打进她的脑海。不知为何，崔女士感觉很真实。

“我想修炼，就让给我写字条的人把法轮大法著作《转法轮》寄给我了。”

崔女士一生中好奇的一切都写在了《转法轮》这本书里。她书不离手，一有机会就看。甚至在等红绿灯的时候，都在目不转睛的看着。

在附近的炼功点学完炼功动作后，她自己也能感受到变化。皮肤变细腻了，身体也变的轻盈了，早上起来都不用挣扎了，连走路都感觉轻如风拂过耳际。最重要的是，修炼之后最大好处就是再也不用为了寻找生命的意义而彷徨了。

“修炼之前，生活的动力已经被耗尽，不知道活着为了什么，要往哪里去。就好象一艘帆船在大海中漂流。但是修炼之后，无论遇到什么困难我都不会崩溃，我变的坚强起来。”

但两年后，丈夫反对她修炼，并且突然提出离婚。甚至去过两次法庭。每当这时，崔女士对不负责任又懒惰的丈夫的怨恨和仇恨就会涌上心头。但是，她还是决定放下执著，修心性。“我决定放下离婚的念头，我也开始放下对丈夫的怨恨。这时家里的情况逐渐开始发生变化。我悟到：只有当我真正放下这些人心时，矛盾才会消失，周围的环境才会改变。”

之后，崔女士的丈夫得了心绞痛，立即戒酒戒烟。之后，家庭环境开始变的融洽起来，原本抑郁的女儿也变的更加开朗，从新绽放笑容。

一九九九年“七·二零”，我们到市政府上访，有一个警察在我们身后呵斥我们并把我丈夫推倒，我转身把我丈夫扶了起来，并冲警察笑了笑。他好象被震了一下，再也没有呵斥和推搡同修。

在被迫害中，很多警察被中共邪党蒙蔽、欺骗，对大法弟子很凶恶，在接触大法弟子后，看到了大法弟子的善良，看到了大法弟子的理性和对家人的负责、爱护，破除了许多被谎言灌输的观念。大法弟子的理性和善良启迪了他们的良知和善念。有的警察在他能力范围之内保护大法弟子。但也有些警察受毒害太深，还在迫害大法弟子，他们真的很可悲，也很可怜。

女儿的婆婆因为没怎么照顾孙子，孙子对她也没感情，不喜欢爷爷奶奶，连提都不让提。我想不能叫孩子从小就在心里和爷爷奶奶有隔阂，亲家来看孩子，临走时我真诚的跟她说：“孩子现在大了，也懂点事了，你们要常来看看他，培养培养感情，不能叫孩子在心里觉的爷爷奶奶不爱他，从而和你们很生分。”亲家眼含泪水拍着我的肩膀说：“亲家婆，我永远也不会忘记你，你对我太好了。每次我来都没给你带来什么东西，每次我走你都给我带东西。你处处替我着想，我不知怎么感谢你。”

二十六年的修炼中，这些只是修炼片段，还有很多很多在修炼过程中思想上的升华、放下执著时的剜心透骨、不精进时的痛悔、被迫害时对法的坚信、危难前师父对我的保护等等等等的体会，师父和大法给予我的太多太多，我无法用语言表达出来，唯有在今后的修炼中勇猛精进，做一名合格的修炼人。感恩伟大慈悲的师尊！

亲家过来了，我挺高兴的，结果只呆了三天就走了。女儿很生气。以后的日子里，亲家想孙子了就过来看看，呆两天就走。女儿、女婿上班也很忙，我自己带外孙忙家务，很累，三件事也做不好，心里很苦，常人心就重，心里对亲家母也生出了一些怨恨，觉的她太自私了，一点不想付出，还常和我女儿要东西，完全不想儿子、儿媳还有几十万的房贷，而且觉的我看孩子是我份内的事，应该的，半点都不想我的劳累和心酸。有时我觉的很难很苦时，晚上就偷偷落泪。

师父就点化我，我一下清醒了，我是大法弟子，是修炼人，我要以苦为乐，去理解去宽容亲家母，站在她的角度去看问题。我这样说，女儿和她爸爸就很不愿意，说我怎么总替她说话。我说我是一个修炼人，就应该按照大法的要求来要求自己，要善良，要站在别人的角度考虑。

二、善的力量

作为一个修炼人，我们就要按照法的标准来要求自己。虽然很多时候因为常人心太重而做的不好，但在大法修炼过程中修出的善也会体现出来。真心为别人的时候，他们真的会接收到的。

一九九九年十月末，我被邪党绑架到派出所。在片警准备把我往拘留所送时已经很晚了。我看他表情挺痛苦的，我就问他怎么了？他告诉我他胃痛。我很关切的问他是不是饿了？赶快弄点东西吃，或者赶紧吃点药。他感受到了我是发自内心的关心他，他很感动。

后来我被非法关进洗脑班。被关的有个男同修没有饭钱，我和另一位同修听说后通过“狱警”把钱送到男同修手里。“狱警”就把这事告诉了片警。之后片警就跟居委会、街道政法委的人说：“某某很善良，她家条件并不好，却去帮助别人。”后来居委会的人就把片警说的话给我听。

丈夫也不再反对她修炼，反而开始帮助崔女士修炼。

工作中的变化

从二零一八年开始担任韩医院护理主任，作为护理科长，崔女士要协调医院的很多工作。当有职位空缺时，她还要进行无数次员工面谈，并亲自处理问题。

有一次，病人不断指出保洁工作做的不好，因刚来不久的保洁员不久就辞职了，所以那段期间只好她自己做垃圾分类的工作，并且还要亲自打扫卫生间。

“如果我不修炼，我是不会这么做的。医院工作人员也觉的我与其他护士长不同。”

当挑剔敏感的病人指责员工的失误时，在紧张的气氛下崔女士能做到平静的听取病人的指责。

“我们是抱着积极听取意见的态度去面对的。病人告诉我，说我不适合在这种医院里工作。之后这位病人不和其他任何人交谈，只来找我谈话。”

修炼十三年的崔景顺体会到，遇到问题先找自己的执著，当想办法改正错误时，情况就顺利的转变了。

“修炼法轮大法后，我尽量做真实的自己，不说谎，不管有没有人看着。说真话需要勇气。即使这事对我不利我也要说实话。法轮大法是我人生的灯塔，是引导我该往哪里去的导航坐标。修炼法轮大法，就不用再问人生是什么？只有法轮大法才能真正告诉人们如何改变自己的人生。” ▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

贵州贵阳市两位女性法轮功学员赵跃、郭永凤，日前获知被当地中共法院分别非法判刑六年、三年，两人已经被劫持到贵州省第一女子监狱继续非法关押迫害。赵跃二零二零年三月十二日晚，在家中被北京路派出所警察绑架，被非法关押一个月后被保释回家、不许出门；同年五月十日，她遭检察院非法批捕，又被警察从家中带走，最近才获悉，被非法判刑六年。郭永凤二零二二年二月二十八日在贵阳市观山湖区给民众发放真相护身符时遭人恶告，被警察绑架、非法关押构陷。

黑龙江哈尔滨市法轮功学员焦晓华女士二零二二年三月五日被呼兰分局原野派出所绑架，七月十二日被道外区法院非法判刑两年。她的女儿试图营救母亲，但却被国保大队警察罗织罪名，导致焦晓华被追加两年刑期，焦的女儿最终悲愤离世。焦晓华的丈夫金成山也多次遭受迫害，两次被关押在监狱中受到酷刑，多次面临生命危险，在迫害中不幸离世。

吉林通化市七十岁的法轮功学员刘玉华被非法关押一年后非法判刑五年，被劫入吉林省女子监狱；七十四岁的法轮功学员于桂兰被判一缓二，目前在家中。二零二二年二月十三日，时年六十九岁的刘玉华与七十三岁的于桂兰，被老站派出所警察绑架、送长流看守所被拒收回家。老站派出所一直在暗箱构陷刘玉华和于桂兰老人。目前得知，刘玉华和于桂兰老人在二零二二年末就被秘密非法开庭。

北京房山区法轮功学员李文才和李素娟夫妇于二零二零年四月十八日在北京市被房山区琉璃河派出所警方非法抓捕并抄家，二零二一年五月十四日被房山区检察院构陷到房山区法院，但由于疫情的缘故，案件被中止。二零二三年

意义是什么。当天我就看完了《法轮功》。我太高兴了，这就是我要找的！

学法，我明白了生命存在的意义，我不再迷茫，不再忧郁，能积极的面对我经历的魔难，也知道了我的难是我自身业力所致。修炼之前我的身体弱不禁风，被神经衰弱、低血糖、风湿性关节炎、胃肠炎、贫血等疾病困扰。修炼一个月后，突然发现自己身体好了，什么毛病也没有了，每天很轻松，心情快乐。

我母亲和我嫂子住在一起，我常回家帮母亲干活。嫂子对我还挺好，可常常骂我母亲，在我面前骂我的两个姐姐，大多时候为了不让母亲日子不好过，我都忍了。有一次我实在忍不住了，就说了句：“你总说别人不好，你怎么不看看你自己啊！”这一下捅了马蜂窝，她就闹翻天了，不允许我回我妈家，变本加厉的骂人。我一气之下就给她母亲写了一封信，把她嫁到我家做的许多很无德、很过份的事，一五一十的都写上了，同时也给我嫂子写了一封警告信，一起送给她母亲手中。从此我俩结下了仇，多年不讲话。

修炼以后，我觉的自己是一个修炼的人，应该按照修炼人的标准要求自己。从家庭来讲，要顾全大局，要为母亲及家人着想，要以和为贵。我就到我嫂子母亲单位向她母亲道了歉，又主动的向我嫂子道歉。我俩和好了。如果不修炼，我是不会这样做的。修炼前，我常在丈夫面前挑婆婆的不是，心里怨恨她。修炼后能真心的从婆婆的角度看待她做的一些事情，去理解她，宽容她，化解了对她的怨恨。以至于有一天丈夫突然说：“你怎么许久没有在我面前挑我妈了？”

女儿坐月子，我自己照顾她和孩子，既要做全家人和产妇的饭，还要收拾家、洗衣服，给孩子洗澡、晒黄疸，每天忙的只吃一顿饭，连水都喝不上。晚上学法就困的不行，常常睡过去了，当时心里多么希望女儿的婆婆能过来帮帮忙。

己最开心的事是一次，他通过和有关部门人员讲道理(真相)，那人把一位被关押的同修当场给放了。对于很多家属认为请律师，都希望达到一个什么结果，律师说，有的地方做无罪辩护还有给重判的现象。我们鼓励律师，毕竟我们把迫害违法的真相告诉了相关公检法人员了。律师说，这是我最佩服你们的地方，你们师父真是大智慧。

其实，运用人间的法律制止迫害、揭露邪恶中，更显大法修炼人的理性、智慧。令真正的行恶者害怕，使旁观者佩服。而且，大法弟子慈悲、无畏、正的表现给被邪党祸害的污浊不堪、是非颠倒的不成样子的社会环境下的众多生命，带去的是清澈与光明。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟三》〈唯一的希望〉

师父点化我要以苦为乐

文：中国大陆大法弟子 慧慈

【明慧网】回首自己在大法修炼中走过的路，点点滴滴，历历在目。每当想起在这二十六年的修炼中，师尊的看护、慈悲的点化、危难中的化解等等，热泪盈眶，对师尊的感恩无以言表。

一、大法使我升华

从小受父母影响，我相信世间有神。一九九五年初夏，单位同事给了我一本介绍法轮功的简介，当时我就觉的好，也想学这个功。

一九九五年七月末，我家亲戚到我单位给我送来大法书，对我说：“炼法轮功要吃苦，你怕不怕？”我说：“我不怕。”因为当时我经历了一些魔难，感觉人生很苦，不知人活着的

三月初获悉，他们被房山区法院非法判刑，分别被判四年和三年监禁，上诉后依然被维持冤判。

辽宁锦州市七十六岁的法轮功学员魏秀英老太太，于二零二一年五月二十五日被便衣警察跟踪绑架、非法抄家，后被“取保候审”回家。二零二三年二月二十四日，魏秀英被锦州凌海市法院枉判五年，勒索罚金一万元。魏秀英已上诉。

山东临清市法轮功学员邢爱玲及儿媳王华燕，二零二二年五月十三日被当地派出所警察绑架。二零二二年十二月，山东冠县法院对邢爱玲非法判刑四年，罚金一万元；对王华燕非法判刑一年半监外执行，罚金一万元。

河南项城市法轮功学员夏东梅二零二三年二月二十三日被周口市川汇区法院非法庭审。律师提出了有力的无罪辩护，驳斥了检方以“邪教”污名构陷。然而，法官郭周勇的判案依据竟来自一个网站，该网站怎么说他就怎么判。最终，川汇区法院非法判处夏东梅有期徒刑两年六个月，并勒索罚金五千元。▲

我们为什么要参加“五·一三”征稿

文：余音

【明慧网】“五·一三”世界法轮大法日快要到了，而今年的“五·一三”又有所特别，因为自从师父发表《为什么会有人类》这篇经文，已经拉开了法正人间的序幕。在这末后的末后，恰似黎明前的至暗时刻，这样的“五·一三”还能有几个？因此，天上人间都在为这个神圣日子做准备，我们大法弟子以投稿的方式向伟大的师尊献上诚挚的感恩，给世人带去美好与福音。

明慧网刚刚发出了征稿的通知，我身边同修有的已经在着手写了，有的在观望，有的以各种理由不想写，各种心态。其实这也都是各自状态的反应。

同修曾经写过一篇《五·一三排字花絮》文章，给我的印象很深，我们来一起回顾文章的片段：“就在活动的前一晚，（台湾）中正纪念堂的大广场上爬进了一只乌龟，同修透过他心通功能和乌龟沟通，才明白它是多么努力爬到这里来。乌龟说，它转世了七、八百年，才能有幸得到这个机缘，来到活动现场恭祝李洪志大师七十华诞。它情绪非常激动和兴奋，因为这次之后，它生命结束后，可以得到人身，赶上大法洪传时投胎成人，再来修炼。”同修文章里记述的乌龟，历尽艰辛，因为有幸到达了“五·一三”排字活动现场，得到了能转生成人的福报，种下了修炼的机缘。这对于一个生命的永远，都会受益无穷，是最美好的事情啊！

当然，我们修炼人不能带着得到好处的有求之心来参加“五·一三”征稿。师尊开示我们要“有心炼功，无心得功”^[1]。人间有个理，春天播下种子，秋天必会收获。但是我们修炼人讲无为，本着纯净的心态去做事，这才是正道。

明慧网是我们大法弟子的网站。明慧网的交流文章对促

宽，有很多路可走。既然邪恶能利用公、检、法、司这些暴力机器制造恐怖、迫害大法弟子及世人，大法弟子也可以运用人间的法律反制或唤醒那些真正的违法、犯罪者，人间的一切形式，包括法律，都可为大法弟子正用。

真希望更多的同修都能认识到、参与进来，有很多事要做。特别是被迫害过的同修，真的不能默认邪恶迫害完了就没事了。反迫害自然不是常人中的报复，虽然同修遭到迫害，那也不是针对那个人的迫害，是针对同修的信仰，是对法的迫害，所以，必须站在法的基点上，不能承认迫害。

对于相关法律知识不懂、不清楚时，找律师又需要很大的费用，而且常人的律师在一些认识上与修炼人还是存在差距的。此时，有幸登录公义论坛，论坛同修们给予了及时、专业、详尽的指点与解答，使国内没有相关的法律知识的同修们，也足以坦然去面对中共的各级行政、司法部门及人员。

个人体会，逆流而上反迫害，看似艰难，确是一条正路，去面对和讲真相中，体现出了大法弟子坚定的维护法，根本上不承认这场邪恶迫害的慈悲与威严，作为正法时期的大法弟子，我们是在给未来人留下正的、可参照的正路。

有同修有种误解，认为控告分量重，会不会激起迫害者的负面因素？其实这种顾虑是不必要的。邪恶对法轮功没讲过法律，迫害法轮功学员时更是毫无底线的无耻与邪恶，用谎言和暴力制造和维持这场迫害的目地只有一个：就是要毁灭掉一切可贵众生。师父多次讲“大法徒是众生得救的唯一希望”^[1]。我们是来助师正法、救度众生的大法弟子，不能默认邪恶迫害大法、危害众生，更不能去依赖人、或者寄希望于人的转变。制止邪恶迫害，阻止世人对大法犯罪，是在除恶，在救人。而且，修炼人所做的一切又都是出于慈悲、善念，只能起到消除其恶念、唤醒人良知的作用。

记的有一位律师，为同修做无数场无罪辩护，他说，自

从这个案例中可见，中共的公检法私下里就暗箱操作了，而且都是用最快的速度做成冤案，用它们的话说，是适用简易程序（其实都是骗人的谎言，因为按照法律规定，适用于简易程序的前提是，案情简单、清楚，当事人认罪。这里，法轮功合法，法轮功修炼人都不承认有罪），草草结案。至于当事人、家属怎样的承受，他们连考虑都不考虑。本案中，如果不是该同修请了律师、家属控告，家属无从获知同修的一点信息，是死是活没人管。正因为这位同修的家属不承认迫害，对迫害者起到了制止的作用。

同修回来后说，看守所警察也不象之前那么凶了，因为他们常能接到真相信，还有国外同修打电话，都起作用。这不是他们变好了，真的是正的力量在消解他们背后的邪恶因素。虽然看守不象以前那么凶了，但是还在欺骗、诱导被非法关押的修炼人写“保证书”等等。就是说，邪恶不会主动变好，的确需要大法弟子继续用强大的正念去清除那些邪恶、败物。

从法律角度反迫害、讲真相的必要和可行

在迫害中，很多人员是被动的，我们不能指望人会突然良心发现，从而对我们友善，而是我们慈悲威严的讲清了真相、反迫害的过程中，促使他们不能去配合作恶了。其实，很多中共体制内的官员、公务员，就是处在这样的境地，他们本身都是被邪党体制或意识形态绑架的，没有人身、思想自由的状态，从师父正法慈悲救度一切众生的角度理解，这些被邪党、大魔头利用来参与迫害的部门、人员是在等待大法真相的福音来唤醒和解救他们。但是如果没有这些因素，他们依然会在迫害的机制中主动、被动的起着作用。

从法律角度反迫害、讲真相，等于把正的能量注入到邪恶集中的系统、领域中，的确是在清洗与救度。其实，路很

进整体提高起到了不可估量的积极作用。每一篇交流稿是大法弟子在证实大法。同时，身为大法中的一员，响应和维护大法弟子的网站也是我们每个大法弟子的责任。

“五·一三”是世界法轮大法日，也是师尊的华诞，写出自己在修炼中的收获、提高和体会是为了歌颂、赞颂师尊的洪恩和伟大。在写稿中，我们回顾修炼的历程，呈现的高境界行为和对法理的再度思考与升华，也许会使自己跨越一道关坎，提升一个境界；也许会使某个同修在助师正法中有所借鉴、有所鼓励；也许会使某个世人有所感动、有所启发，从而抹去兽印，再现正义和良知。

可贵的同修们，如果你把参加征稿视为一次难得的锤炼，你就会克服种种困难，突破层层观念围堵，用愚公移山的精神来参加的。在正法进程接近尾声的时刻，我们更应该做好，珍惜每一次修炼的机缘，用百米冲刺的心态，完成自己的历史使命，回归美好的家园。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

肃清乱法余毒 走师父安排的路

文：四川大法弟子

【明慧网】最近，读了明慧网上《肃清演讲乱法的余毒走出旧势力的禁锢》和《纠正自己不在法上的行为》交流文章，对我帮助很大。多年来我也是学法不能入心，学法犯困、炼功犯困、发正念迷糊、倒掌，而且遭到当地公安派出所、国保大队多次骚扰甚至绑架，甚至旧势力想操纵公检法加重对我的迫害。

“演讲乱法”是个非常严重、非常严肃的问题。我也曾参与过并给演讲者提供市场，必须肃清它的余毒和挽回所造

成的影响，堂堂正正、坦坦荡荡的面对，才能从旧势力安排的魔难中闯出来，才能跟师父回家。

二零一一年年底，我被通知和几个同修到省城附近一个区，去参加某地同修的切磋，名为切磋，实为演讲，那个演讲者介绍他们那里的修炼环境很少有干扰和迫害发生。自己就产生了对该地区学员修炼环境的羡慕之心。

另外，有个学员（是本地的）引来省城一个开了天目的学员，来我地一些同修中演讲，听他讲开了天目看到一些情况，我对这个学员说：师父《再论衡量标准》中说了，不准开了天目的学员看其他学员的情况。她说可以借鉴借鉴。过后有一个同修也去听了，她对我说：那个开天目的说，早上起来晨炼的时候，每个大法弟子天体的天兵天将、护法神来看场。我听这颗欢喜心一起，就找不着北了，也分不清对错与否了。到后来甚至我还邀请了二十几个同修，来听这个开了天目的学员演讲，并还提供了场地。幸好那个演讲者没买到车票，就没来成。这件事情也许是师父阻止了，避免给这些同修造成很大的干扰和伤害。

明慧网上一篇《警惕不在法上的做法》的交流文章内容使我很震惊！多年来，我也象文章中的同修那样，经常把师父讲法内容抄下来，有时也不标明出处的，有时还把师父的法与交流文章中如何发正念的内容混写在一起。我还时常把这些内容在同修中传递着，有时同修就让我帮助她们抄写下来。由于自己没有实修，所以一有时机在显示心、欢喜心及周围环境的滋养下，一有机会就会表演着。现在想想，这不就是旧势力在利用执著给我挖大坑吗？！是慈悲的师父没放弃我这个不争气的弟子啊！

师父说：“乱法有多种形式，其中以内部弟子无意的破坏最不易觉察，释教的末法就是这样开始的，教训是深刻的。”^[1]

这件事已经过去整整十年了，自己只知道错了，可是没

感觉不到、看不出来，但是邪恶造成的恐怖对当事同修及其亲属造成的压抑、压力是很重的。

那个国保的副大队长多年来一直积极的参与迫害当地同修，多年来同修对他的劝善，都无动于衷，他很嚣张，邪劲十足。

此次大面积的绑架行动，邪党国保召集了很多部门配合迫害，对集中绑架的那一片同修的修炼环境和救人环境几乎造成了摧毁性的破坏。派出所、国保、政法委都参与其中，对同修及其亲属进行恐吓，利用亲情、利益诱迫老年同修“认罪”、写“保证书”等等。面对突发的邪恶迫害，很多同修懵了，不知道咋做好。邪恶极尽流氓狡诈之能事，很多同修不同程度的向邪恶做出了妥协。

因同修们不能去面对或否定迫害，有的对自己的亲人也讲不清楚邪恶迫害的真相，亲人们出于恐惧，过程中也有起到了配合邪恶迫害的作用，使邪恶迫害几乎不受阻碍的得手。

主动反迫害的一例

其中一位同修，家属给请了律师，及时到看守所会见、沟通，既缓解了同修在那里的压力，同时家属积极向参与迫害的各级人员说明真相、要求无条件放人。被无理拒绝后，家属提出控告。当家属向12337举报国保人员绑架后，信息被逐级反馈到国保所在分局的信访科。

信访科两个工作人员直接去了家属的家。官官相护（其实是不明真相）的劝亲属不要告公安局（其实是责任人）了，还让亲属签字。亲属当时被来人和找来的当地派出所的人员一起给糊弄糊涂了，给签了字。事后，家属想明白了，是因为他们迫害我们，才告他的，怎么要我签字不告了呢？！后来家属又给信访科的人员写信，说明原因，讲述了一遍被迫害真相。

从一绑架案看从法律角度反迫害、讲真相

文：中国大陆大法弟子 澄澈

【明慧网】前几天，我地一位被非法判刑一年的同修回到家中，我了解到，对她的判决书里很多描述都是在编谎，中共的公检法人员故意把这些善心传递美好福音的老太太们，描绘成是“有组织、有预谋、分工明确的”犯罪团伙、恶性大案一样，制造恐怖。

据悉，此次绑架，国保事先在一老同修家对面的房间蹲守数日，然后，到她家，来一个抓一个，当天就抓了十多个人，包括来找亲人的家属，当晚都给他们送进了看守所。之后又陆续抓人，波及三十余人遭绑架、抄家及骚扰。其中，有些七十岁、八十岁的老年人被勒索保金，办了“取保”放回，多位被非法判刑迫害，附带勒索罚金。

看到我们的不足和损失

迫害案中，让我们看到同修们存在的问题，（尤其老年）同修中，人情重、不了解基本的法律等知识，面对绑架的中共流氓警察，不知道怎么去面对。很多同修都认为对于法律方面的真相看不懂，不愿看，不如自己去发点资料、讲个真相来的直接、熟络；或者认为法律方面讲清真相是地区个别几个有营救意识的同修的事，自己不在其中，这种观念具有普遍性。所以，在遇到类似情形时，很容易顺应人这面的想法，接受通过关系找找熟人、花点钱打点少遭点罪、或者办取保先出来再说……用人这面的保护自我的思维想问题，就是尽量不走程序、不入狱，规避或减轻自己的被迫害。

个人以为，这种想法是对邪恶迫害缺乏全面、理性的认识，从维护法和慈悲众生的角度都是不够标准的。

这次绑架迫害很严重，但在人表面上，之外的人似乎还

能认识到演讲乱法的严重性和严肃性，也没有认识到它的危害和危险性，把自己修出来提高上来。在这么长的时间里，旧势力及邪党（“610”）和公安局警察对我的多次绑架和迫害以及对我身体的迫害，还有师尊的多次点化，自己还不悟。直到今天师尊又多次点化和《乱法罪业和淘汰》一文，加上本地同修的提醒，我才感到震惊和恐怖。如果再不醒悟，那个罪业怎么消，很可能就是被淘汰！

回想起自己的愚钝、无知、不知悟和放不下自我，真是感到惭愧和无地自容。听了和参与了二零一一年底那次乱法的演讲和提供演讲场地之后，从二零一三年一月，我遭到当地派出所、国保多次绑架和骚扰，这件事给我的家属和亲友造成不良影响。

思来想去，这十年来的魔难，归结起来就是自己不理智、学法不深造成的。学法没得法，明显的心不正，不能时刻把自己当作炼功人，欢喜心、显示心和执著自我的强大的心，还有追求新奇和那个崇拜之心，听到演讲者吹嘘他们地区环境怎么好，自己的思维就被吸引到他的空间场之中不能自拔。我这样，不也是助长了他们演讲乱法的嚣张气焰了吗？其实不但害了自己，也害了同修，纵容了演讲者。

乱法的罪大如天，自己不坦坦荡荡承认自己的罪过，不敢面对自我，还遮遮掩掩，不放下好面子心、求名的心和自我膨胀的心，师父怎么给我们解脱这罪大如天的罪过？没有师父佛恩浩荡的慈悲，我们这样大的关难谁能过的去？！

师父还告诉我们：“作为师父我从不记你们在修炼中做的错事，只记你们做的好事与成就；作为大法弟子们来讲，也都是在修炼与无比邪恶的迫害中走过来的，深知修炼的艰辛，不会不理解走错路的学员，所以我再一次告诉你们：所有在这方面做错了的学员，从现在开始最好公开表示放下这污浊的包袱，走回到大法中来。只有公开做错的一切，才

能摆脱特务的纠缠与要挟；只有公开，才能去掉执著与怕心。”^[2]“我希望走错路的学员不要再一错再错，也许这是师父最后一次对这样的学员讲法。抓住机缘，无量众神在看着你们，我与大法弟子们也在盼望着你们走回来。”^[2]

学了师尊这段讲法，我的心久久不能平静，所以我要学法入心，从新净化自己的心灵，挽回所造成的损失和不良影响。

注：

[1] 李洪志师父经文：《精进要旨》〈惊醒〉

[2] 李洪志师父经文：《精进要旨三》〈走出死关〉

小事不小

文：大陆大法弟子

【明慧网】我是修炼二十多年的弟子了。通过修炼大法，我身上的多种顽疾全都消失的无影无踪，真是无病一身轻，每天沐浴在佛法之中，说不出的快乐与幸福！我特别喜欢看《明慧周刊》。因为有些自己看不到的执著，通过看同修的文章就找到了，提高的非常快。下面是自己修炼中的点滴，写出来自勉。

修炼中，也知道向内修、向内找，但在实际生活中有时遇到一些生活中的小事，还是向外找，找对方，没有实实在在找自己。例如：我做饭时经常会打开碗柜门，有时就忘关了。丈夫看见了就会大发雷霆，如果我再为自己辩解几句，他就会说一些更难听的话，有时甚至还会骂人。这时我就不知道找自己了，虽然已经不和他吵了，也不生气了，但心里还是不服，还想：“这么点小事，至于发这么大火吗？你看到关上不就得了？”用修炼人的标准去修常人，没想到这是给自己提高心性的，心里愤愤不平，还在想：“你做错什么事，我都是默默把它做好就完事了。整天因为一点小事，大

以后生活的期望以及后来对照顾她的老同修们的感恩戴德是不是情呢？是不是一种很强烈的依赖心呢？神会这么依赖别人吗？会有这么多的情吗！想想自己何尝不是如此呢！能把这么强的依赖心带到天上去吗，去依赖别的神、别的王？！情是常人的东西。自己和法的要求相差太远了。找找自己何尝不是如此？那些年开始对母亲同修的依赖、情、怨恨后来被旧势力钻了空子，直至母亲被迫害的失去了人身，造成了深深的无法挽回的损失，也成了自己修炼路上无法补救的遗憾。

再后来，年轻同修没有实现照顾同修的承诺，老同修有没有怨恨心呢？我也曾经这样啊。我想起当年结婚比妹妹晚，以前妹妹结婚时，我妈妈当时把我参加活动得的奖品——一个电饭锅送给了妹妹，等妹妹生小孩的时候，妈妈还让我给妹妹买了一条小毛毯送给了妹妹，并告诉我说，你现在给你妹妹买，将来等你结婚生小孩时妹妹也会给你买。谁知道，等过了几年我结婚，转过年生小孩的时候，正赶上妹妹孩子小，不上班，家里比较困难，就没有给我买这个毛毯，我当时就心里不平衡了，愤愤不平、妒嫉的不行。嘴上没说什么，心里对妹妹有了意见，对妈妈也起了怨恨心：净瞎说，你不是说我给她买，她就会给我买吗？现在怎么样？别人都有我没有，多丢人，自己买还得花钱。利益心、求名的心都出来了。自己当时也不知道向内找，只知道怨。妈妈后来给我买了这个毛毯才了事。可是每每想起这件事，心里还是很不舒服。现在想想这不是人心没修去造成的吗！

整稿的过程中，一些陈年往事也在不断的往上返，我知道师父在利用这些机会让我提高。现在明白了这些，我决定把这些不合法的人心曝光出来，因为它们都不是我，是因为我以前没有认清它们，才让它们钻了我的空子，得以在我的空间场存活。现在我发现它们，就要毫不客气的解体清除。

对孩子的情太重，依赖心太强，私心太重，不信师、信法，老是想自己考虑安排自己将来的养老生活，没有把自己当成一个真正的大法弟子，大法弟子的人生道路都是师父给安排好的，每一步都包含着修炼的因素，都是自己抓紧时间修自己提高的好机会，生活中的困难只是暂时的，只要我们真的信师信法，一切都会柳暗花明又一村。对于当年年轻同修们可以照顾自己的承诺，后来没有实现，老同修心里有没有怨恨、不平衡？自己一个人的生活经历中，有没有感到孤独寂寞？这些想法符不合法？有没有用法来衡量、归正一下心态，这样就可以把坏事变成好事。

看的过程中我就在想，为什么叫我看到这些呢？修炼中没有偶然的事情，都是师父的有序安排，都是我修炼的因素，就看我修不修自己了。同修就是一面镜子，找一下自己，发现我还不是和那几个年轻同修一样经常随嘴就说，言而无信吗？对于自己的承诺根本不在乎，挖挖这个根，其实就是党文化的骗，自己把传统文化中的大丈夫一言九鼎、言出必行、一诺千金的诚信给丢弃了，变成了党文化中的狡猾、撒谎成性，经常言不由衷的讲着过年话，哄别人高兴。这是典型的党文化中的骗。也没有想一想自己随口的承诺给别人带来很大的期待，如果自己没有完成自己的承诺，也同样会给别人带来那么大的伤害。

再往深处挖挖这个根，为什么自己会这样毫不在乎的随口承诺呢？表面上是觉的自己人微言轻，说什么话谁会当真、谁会在意呢？！其实这里还有无神论的阴影，觉的反正是说就说了，也没什么后果。不相信因果报应，三尺头上有神灵。为什么自己老在面对面讲真相的问题上停滞不前呢？表面上是因为怕心，仔细挖挖这个根，还是党文化中毒太深，是邪党的无神论、进化论洗脑的结果，造成的自己不信师、不信法、不信神。

老同修开始不愿意让孩子去外地、对年轻同修照顾自己

喊大叫的，没完没了。”虽然表面没争，可是心里还是过不去，表面平静，心里不平；表面不争，心里在争；表面没斗，心里在斗，还埋怨：“怎么嫁这么个男人呢？这一天提心吊胆的活着，唯恐哪件事做不好又惹他大呼小叫。”甚至尽量不在他面前做事，尽量不与他多说一句话，觉的活的很累。

一天学法，看到这几段话就特别入心：“都是常人中的状态，谁今天惹你了，谁惹你生气了，谁对你不好了，突然间对你出言不逊了，就看你怎么对待这些问题。”^[1]“别人对你不好的时候，可能有两种情况存在：一个是你可能生前有过对人家不好，你自己心里头不平衡，怎么对我这样？那么你以前怎么对人家那样？你说你那个时候不知道，这一辈子不管那辈子事，那可不行。”^[1]

师尊的这段法使我一下子悟到：是自己上辈子就对丈夫这样，自己上辈子怎么这么讨厌呢！怎么这么对待人家呢！欠了债，还不想还，还愤愤不平，还怨恨人家，还在心里跟人家争、斗。这哪象个修炼人哪？欠了债就得还，自己不但还想还，还找出丈夫一大堆毛病，静下心来一想，这件小事暴露出很多隐藏很深的心：不平的心、怨恨的心、争斗的心，不让人说的心。

平时觉的自己没有这些心，可是通过这件小事全暴露出来了。其实，只是表面修了，并没有从根本上真正去掉这些心，表面上不与丈夫争吵，可内心却愤愤不平，并没有认识到这是在去自己的根本执著。根本执著不去，所以一遇到矛盾的时候，就会心里不平，看不到自己的执著，只看别人怎么怎么对自己不好了，别人这不对那不对，都是别人不好，就是没有好好想想为什么这种事总是发生？现在想想，真是汗颜！看似小事，却隐藏着这么多该去而没有去的执著心，如果长期不去，不是很可怕的事吗？小事真的不小！

我的心一下敞亮了。是啊，丈夫那不是给我提高心性的

吗？那不是让我长功吗？内心的苦与累一下子卸掉了，仿佛沐浴在温暖的春风里一样，发自内心的说一句：谢谢他。

这之后还发生了一件小事。家里是全自动洗衣机，水管直接接在洗衣机上，有时洗完衣服就忘关水龙头了。因为洗完衣服水自动就不流到洗衣机里了，就觉的没事了，好象已经习惯这样了。一天我洗完衣服就又忘关水龙头了，丈夫就又大吵大嚷的问：是谁用洗衣机了？如果是女儿用的，他就不怎么说；如果是我，他就又得大呼小叫的。这次因为我已经把那颗心放下了，我说：是我没关，是我忘记关了。并马上去关上了。他不但什么也没说，还被女儿说了几句，就完事了。这又是一次考验。

紧接着又有一个小插曲。吃完午饭，女儿收拾碗筷，我回到卧室。女儿突然进来说：“妈妈，我得批评你了。”我说：“怎么了？”女儿说：“你的碗我刷不了，里面有几个米粒，我没法刷。”我当时想，有几个米粒怎么就不能刷呢？想发火，但这时我脑子特别清醒：考验又来了。马上说：“是吗？是不是我还没吃完啊，我看看，我自己刷吧。”马上去厨房，把剩的几粒饭放到嘴里，然后把碗刷了。要是以前，以我的强势，不让别人说，会说女儿一大堆不是：“有两个米粒碗就不能刷了，还能干点啥……”可是这次，却坦然接受了女儿的批评。一场母女大战烟消云散了。

这些说起来虽然都是小事，却又不是小事。它能检验一个修炼的人的执著心是真正去掉了？还是表面去掉了？有些心，在单位里或朋友间都能够放下，可是在家里的一些小事中就不容易察觉出来，出现矛盾还觉的自己对，对方不对，找对方的错。

弟子一定要记住师父的话，多学法！多找自己！不论大事小事，都找自己，只有找自己，提高的才快。谢谢师父的慈悲救度。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

帮同修整理文章中修自己

文：辽宁大法弟子

【明慧网】我帮助当地同修整理法会投稿，有位同修一次送来了两篇交流稿，我当时一边整理，一边嘀咕：这写的也不符合这次征稿的要求啊！怎么办呢？交回给同修重整？同修年龄都已经很大了，写一篇交流文章也不容易。要站在同修的角度想问题，不要伤了同修。

后来，我就在同修的稿件后面很委婉的提醒同修，是不是可以再深入挖挖自己在修炼、讲真相、病业闯关过程中实修自己的心得。同修再次拿回来的稿件中就加入了找自己、修自己的内容。

当时同修的交流稿讲了这样一个事情：那一年同修的儿子要到很远的外地工作去了，同修当时就想“以后有个什么的，他不在我的身边了，我怎么办呢？”思前想后，顾虑重重，老是放不下这件事。那时，同修家是学法点，有五、六个年轻的同修在同修家学法。学完法，切磋交流时同修就谈了自己顾虑的事情。当时在场的年轻同修都说，“姨，你怕什么呢？儿子不在跟前，如果有什么事，我们谁都能帮你跑跑腿。”后来同修的儿子去远方工作，同修遇到了很大的魔难，甚至一度生活都不能自理了，可是当年承诺帮助同修的年轻同修们却都不见了。只有一些老年同修仍然坚持不懈的努力处理好这件事，常年坚持帮助同修，毫不懈怠。

我先分析了一下老年同修的心态，首先，同修的儿子决定去外地工作，对于儿子当时的决定自己是什么态度？是反对、抵触。后来又是什么改变了同修的想法？可能是当时年轻同修们说的“可以照顾自己”的承诺，同修当时对年轻同修很信任，觉的这些年轻的同修们可以取代自己的儿子对自己的照顾。由对孩子的依赖心转变成对同修的依赖心。同修

破。相反，我们整体人念强时，我们会被旧势力因素强烈干扰或抑制。我们的路是实修，对应的是师父给我们安排的路。

配合好神韵推广以及配合找到最理想的剧院，表面看似是当地大法弟子在助神韵救人，但是从本质上来看，是神韵来助我们救人，同时为我们提供了修炼提升和建立威德以兑现誓约的机会。

我们也不是以卖票为目地，而是以共同的修炼提升和兑现誓约为目地。记的去年去爱丁堡，大家最大的变化就是不再去执著自己的付出，卖了多少票，而更加注重过程中大家如何配合着做的更好，每一步是否用心到位。过程中，大家最快乐的莫过于每个人的修炼提升和配合的默契，而不是执著于卖票结果的本身。我们人数很少，但是感觉救人力度很大、很有效。我想是因为大家当时的状态符合了法，从而得到了师父加持的缘故。

我想我们推广神韵的成功以及找到最理想的剧院，是存在于师父安排的路上，所以只有走师父安排的路才能实现。能否走上这条路，掌握在我们自己的手中，这与我们整体的力量和配合成度有直接关系，与我们当地每个大法弟子的实修成度和对神韵的用心成度有直接关系。

望同修们把握好珍贵的时机，走出来配合好，助神韵也是真正助自己，共同完成救人的使命，兑现誓约，不辜负师父对我们的慈悲救度。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮（卷二）》〈佛性〉

对实修和形成整体的认识

文：英国大法弟子

【明慧网】谈到实修，我体会到认清两个不同的“我”，对我个人的实修非常有帮助。这两个不同的“我”，一个是跟随师父下走的真我，一个是后天在常人社会中形成的各种人念和人心等的“假我”。

师父说：“就是活在世上的常人都找不到自己，这个观念还不只左右人的一生，它要一直左右下去。”[1]

从师父的讲法中我悟到，常人都生活在假我中，所以迷失了自己，找不到真我。大法弟子的修炼也是从常人开始的，那么也必然会经历一个由找不到自己，到逐渐认清和返回真我的过程。这个过程的本身，就类似于个人的实修过程。

那么真我是什么状态呢？我在法中悟到：真我是高层次来的，因此真我没有人的七情六欲，没有各种人的观念、人心，是不会被常人的各种利益或矛盾所带动的。即使最低层次的罗汉，无论常人说他好或不好，都能做到乐呵呵的不在乎，更何况大法弟子高层来的真我呢。

也就是说，大法弟子的真我是一个强大的整体，所以间隔大法弟子以及阻碍大法弟子修炼提升的恰恰是那些后天在常人中形成的各种人念、人心等假我，以及不同层次上的业力。因此，当我们的真我起主导作用时，我们的整体就会越圆容，力量也越大；相反，当我们的人心、人念等假我在主导时，再加上业力压过来时，会造成身体难受或对内心的冲击。

如果我们不能及时向内找，抑制或清除假我的干扰，或者被假我带动，会造成业力的进一步积累，又会产生新的业力。这在整体上会造成更大的间隔，更大的阻力。在个人修炼上，由于业力的积累，也难免有更大的考验或者魔难。

基于以上在学法中对两个不同的我的认识，我在修炼中养成了一个习惯，就是在考验到来时，或身处矛盾之中时，首先看看自己的人心有没有被带动。因为我知道，真我是不会被常人的东西带动的，被带动的一定是后天形成的人念和人心。所以，当我看到自己的人心一动时，我就立刻抓住它，去抑制它，发正念灭它。

我经常这样用自己的真我去分辨、抓自己的假我。渐渐的，我发现周围发生的一切矛盾，都是在帮我认清假我，帮助我进行业力的转化。因此，渐渐的我也由刚开始的气不过，到渐渐的做到不被带动，再升华到对发生矛盾的同修发自内心的感谢，认识到任何矛盾都不是偶然的。

发生在我们身上大大小小的矛盾，都是为了帮助我们认清假我和进行业力转化。相反，没有矛盾却是可怕的，就会失去心性提高和业力转化的机会。正是通过不断的修去自己的假我，慢慢的，我发现发生在自己身上的矛盾也越来越少。

当我看到自己脑中一旦出现不好的念头时，我会立刻去抓它、灭它；看到执著的东西时，我会立刻去抓住它；听到别人夸奖的时候，我会去抓住和清除欢喜心；听到不好听的话，我会去抓住和清除不满的心或抱怨心；做的好的时候，看自己有没有显示心，等等。慢慢的我发现，向内找是不分时间，不分场合，不分次数的。

我的修炼状态也在慢慢的发生着变化。我发现自己以前虽然许多年如一日的努力做好三件事，但努力精进的背后隐藏着为了个人圆满的私心。伴随着不断的向内找，我的修炼状态也在变化，渐渐进入了一种似乎有自己又没有自己的类似无为的状态。体现在表面上，就是万事顺其自然，不去多想什么了。

直到新的矛盾发生时，我还是通过向内找，发现这个无为的状态还是为私。我意识到，未来的生命是为他的，

生命为他而存在。我意识到了修为他才是最难的，比修去自己的执著难的多，需要更大成度的修去自我。我不知道最终自己能修到什么成度，但是修成为他的生命却是我一个明确的方向。

最近我经常跟一些精进的同修交流，交流中大家也形成了共识，希望我们相互提醒，注意避免修炼的形式化。在长期做三件事的过程中，无形中把学法、炼功、讲真相当作完成任务一样，变的形式化，却忽视了或没有足够重视实修。

我悟到，学法、炼功以及做事本身都非常重要，但不等于心性提升和真正同化法。就象常人也可以做好事，也可以吃苦，但是做好事再多，吃苦再多也是人，因为没有脱离人念，没有心性的升华。而大法弟子威德的建立，离不开心性和境界的升华过程，所以需要相互提醒，避免形式化和做事化。

修炼中使我逐步意识到，旧势力针对大法弟子的人心和人念进行了细致的安排，层层人心的背后都是层层陷阱，目的是毁掉我们。体现在大陆是高压迫害，逼迫大法弟子放弃修炼和禁止讲真相救人；体现在海外是通过加强安逸心以及对名利情的执著等，消耗掉大量修炼提高和救人的时间、精力，以达到同样迫害大法弟子的目地。

我们只有实修，才能真正同化法。而且我也领悟到，在实修中得到的智慧，也不是我自己的智慧，而是心性对应的那层法和师父给予的智慧。在这个智慧的引导下，使我走在师父安排的路上。而人心和人念是旧宇宙败坏后的产物，它和旧势力的机制是一体。

当旧势力抓住我们的人心进行迫害时，正神都干着急没办法。而我们的正念起主导作用时，师父法身和正神都会加持我们。我悟到，当我们整体正念强时，我们背后是宇宙中最正最强的力量，体现在人这边，就会在救人上有更大的突