

明白后，我身体马上就不痛了。谢谢师父又在帮弟子了，无尽的感恩，我深深的明白了，把一切都交给师父就是最好的。

——《感恩师尊再次将我救起》

上班后明白法理了，处处要求自己做一个好人，无论在社会上、单位里，都能按法的要求去做一个好人，比如在街道上有碎玻璃，怕伤到车辆或行人就给收拾起来；路上有坑了就给垫起来；有看不起病的就给资助一点钱。在单位里更是这样，处处考虑别人，不占单位一分钱，不报药费（有规定每人每年可报多少钱，别人都开药票子报），发奖金时捡到钱，就交到财务等等，单位里没有一个人不说好的。虽然不追求名利了，但在单位我提升的也是最快的。一九九九年七月法轮功遭中共迫害后，我被迫从单位辞职。事隔七、八年，单位以前的领导在街上看到我，拽着我的手与同行人说：“这个人太好了，好到什么成度，看到自来水龙头滴水给关了，地上有痰他给擦了。”实际这些事我也不记得，但对我的触动也是很大的。一个在机关工作几十年的领导，这么多年心里记着这些事，可见大法弟子按法的要求做事，就是平平常常的不在意的小事但对世人的影响有多大。

——《老板到处讲：这个炼法轮功的人好》

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



十月三日是东、西德统一日，德国法轮功学员在南部最大城市慕尼黑市中心玛琳广场（Marien Platz）举办“制止中共迫害法轮大法”的集会活动，多位德国政要致信支持。与此同时，部分法轮功学员在慕尼黑王宫和国家歌剧院前炼功、集会。

第 874 期

2018年10月11日



天亮后，甚至村西头有一户做事麻利的人都带着香烛火纸给我吊丧来了。可我就是不死，儿子见我这样，就找来村医给我打针。回家第三天，我感觉打针的地方特别疼，我悟到这是师父点化不让我再打针了。我就对儿子说我不打针了。儿子不同意，说：还有药呢，不打可惜了。我对儿子说：“你是要药还是要我呀？再打针我就死了。”儿子只好把针收起来。停止治疗后，我的身体一天比一天好。回家十一天后，我基本恢复正常，就到菜园子里去干活。村民见到我很害怕，以为见到鬼了。消息传开后，村里人都来看热闹，成了奇景。有人就问：“你不是死了吗？……”我说：“医院里说不行了，可是我师父又救了我。”

——《师父给我新生》

前几日，我与一位老大法弟子交流，她说我只是做到了部份否定旧势力，没有做到全盘否定，被邪恶钻了空子。我法也看了不少，网上同修交流也听了不少，但我总固执的认为自己走偏了那么多年而且做了那么严重的错事，我的空间场有不好的东西，清理也要有一个大过程啊，也要有时间的，不知不觉中还在认可旧势力的迫害，它就又来了，所以长年的这痛那痛的。同修说我们一点都不能认可它，过去我走错了也是旧势力的安排，否定它，不承认它，我们也不能总是在悔过中出不来呀，这样就被旧势找到了迫害的借口了。师父说：“不要背包袱，做错了你就再做好。以前的事想都不要想，要想以后怎么样做好，为你自己与众生真正的负起责任来。”（《北美巡回讲法》）我进一步认识到，不是师父的安排我都不要，当然作为大法修炼弟子还要向内找自己心性上的不足，师父会立即就可以帮弟子清理的，不好的东西瞬间就被解体了，再也不会出现了。这下我明白了，与同修交流到这，我流泪了，同修也流泪了，这些年我修的真的很苦很累，原来还是法理不清啊！与同修交流的太少了。

重要新闻（上图）

九月二十四日至二十九日联合国大会期间，来自大纽约地区的部份法轮功学员都来到联合国总部对面的哈玛绍广场和平请愿，传播法轮功的真相，呼吁制止迫害，法办迫害元凶江泽民。

修炼交流

浅悟“修炼有素”

大陆综合

给警察讲清真相 长沙甘介君老人已回家
李飞被劫持 28 天 遭天津警察抽血六管

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的总人数：316,743,101



明慧周刊

第 874 期
2018年10月11日
WWW.MINGHUI.ORG
内容提要

己心清体透。

注：

- [1] 李洪志师父著作：《转法轮》
- [2] 李洪志师父著作：《各地讲法六》〈亚太地区学员会议讲法〉

修炼交流摘录

医院那天做了各种检查，检查后大夫对我儿子说：“你父亲肠子、内脏全都烂没了，你们赶紧走，慢了到不了家。”我家离医院也就五公里，也就一二十分钟的车程，慢了到不了家，那意味着我的生命随时可能终结。家人一听吓坏了，立即分头行动：找车的，买寿衣的，回家布置灵堂的，扯白布的（出殡时用），找人修坟的，好不热闹。单说这找车的就挺麻烦，好几个司机都不愿接这活儿，因怕我死在车上。最后这五公里路程是出了五百元高价才算找到车。到家后他们给我穿好寿衣，放入灵堂等着我咽气。这期间我已经失去意识，只剩一口气了。村里管白事的人也来了，他要我老伴好好看着我，说到不了天亮了。恍惚间我又看到师父端着一盘烂肉让我看。我想可能是师父给我净化了身体，把我那些烂了的内脏都清理了，但可能是邪恶演化的假相，让我承认我的身体已经烂掉、不可救要？随后有个邪灵演化成我的一个侄子，带着我的元神去看给我修的坟，说这个坟位置如何好、风水如何好。目地还是让我承认旧势力的安排、承认我会死。我极力排斥：我是大法弟子，这不是我呆的地方，我不会住这里的。

在那次魔难中，在慈悲师尊的加持下，无论我的身体表现的多么糟糕、情形多么凶险、多么不可逆转，我都不以为然。我始终认为：我是大法弟子，我没有病，我不会死。就象师尊讲的：“我是修法轮大法的。这个念头一出，“唸”一下子什么都没有了，本来就是幻化出来的。”（《转法轮》）

目 录

2	时事新闻
2	清除迫害 唤醒良知
4	中国大陆学员近期遭迫害案例
5	海外学员证实大法、讲真相摘要
7	大陆综合
7	大陆综合消息
9	严正声明
9	世人觉醒
12	人心与因果
14	时事评论
14	又一起“中共体制”造成的惨剧
15	打着“法律”幌子的迫害
18	修炼园地
18	浅悟“修炼有素”
26	挖去执着心的根
33	浅悟没有情的感觉
37	实修大法 不流于形式
44	提高心性与破除观念
47	从“修”同修到修自己
50	在法理上悟明 去掉负面情绪
52	修炼交流文摘

时事新闻

清除迫害 唤醒良知

◇德国法轮功学员十月三日、四日在世界名城慕尼黑举办了“制止中共迫害法轮大法”的集会和游行，并邀请欧洲天国乐团前来表演。时逢德国东西两德统一日，又遇上著名的慕尼黑十月节（啤酒节），内城挤满了游客和市民。人们震惊于中共对法轮功学员迫害的罪行，签名声援法轮功。集会在闹市区慕尼黑王宫与国家歌剧院前的马克斯—约瑟夫广场（Max-Josef Platz）和玛琳广场（Marien Platz）两地分别举办，吸引了很多人驻足观看。

珂茜娜（Kesina）女士过去生活在东德，对共产主义用暴力和谎言迫害人性的行径不陌生，但中共残酷迫害法轮功，特别是活摘法轮功学员器官的罪恶仍令她震惊。她感谢学员揭露中共的反人类罪行：“今天是德国统一日，柏林墙在一九八九年倒塌了。我认为在慕尼黑让更多的人了解这些（法轮功真相）很好，我祝福法轮功学员。”

马赛·詹姆森（Maser Johnsen）说，当他得知法轮功学员就因为修炼真、善、忍在中国被迫害，他说：“我感到很震惊，只是打坐炼功就会遇到这么大的灾难。对此我还不是很了解，回去会好好看看资料，发生这样的事让我很伤心。”

德国国会议员斯特凡·皮尔兴格（Stephan Pilsinger）、德国人权组织“为了受威胁的民族协会”主席乌尔里希·德琉斯（Ulrich Delius）、德国国际人权组织（IGFM）慕尼黑分部负责人缇拉克先生（Jürgen Thierack）为本次活动致信支持。皮尔兴格议员说：“人都必须作为人享有尊重。肆意滥用器官移植，恰恰动摇了此一人之根本。因此我们必须坚决抗击对器官移植的恶意滥用！作为德国国会议员我的第一职责是制止本国滥用的发生。”

一些中国大陆游客也当场表示退出中共的党、团、队

这话听起来很在理呀。可是在稍微高一点的层次中看，它就不在理了。”[1]“恰恰我们人有了这个物质空间的这双眼睛之后，就能给人制造这样一种假相：让人看不见。所以过去讲，人们看不见的不承认，修炼界历来认为这种人悟性不好，被常人的假相迷住了，迷在常人中了”[1]。

之前一段时间，在婚姻方面，我总会用人的思想去想自己以后如果一直是单身的话，生活中很多事做起来都会比较艰难，所有的事都要自己一手操办，没有人会帮你，这就是常人的思维。如果选择婚姻这条路的话，碰不到合适的，也不愿意将就，毕竟大法弟子要为自己的修炼环境负责。

当我静心读师尊关于天目的这段讲法，我才意识到自己一直还陷在常人的思维中，那种对未来充满悲观消极的情绪其实就是自己的后天观念在作祟，其实这种负面情绪就是那双“肉眼”被世俗的观念迷住了。

作为一个大法弟子，我们的路都是师父安排好的，我除了做好三件事，其它的都不是我要考虑的。正因为自己看不到以后的路是什么样，才会用人心去做各种假设和担忧，用自己的“肉眼”增加自己的执著和思想业力，这本身就不在法上。

大法造就的生命，也一定要有独挡一面的能力，这样才能肩负起历史赋予我们的责任，所以以后无论是否结婚，我都不会用这种常人思维迷惑自己。

师父说：“除了要对法负责之外，你们没有任何人的执著，没有自己的东西、自己的个人因素在里面，这件事一定会做好。一掺了个人因素，那么这件事情就会做不好。”[2]证实法的路上，我们就得去掉常人观念的枷锁，才能在这条路上畅行无阻。

有时候，我们的执著靠发正念只能抑制一段时间，要想彻底根除它，就得认真学法，从法理上悟到。当我找到这颗消极心态后面隐藏的执著，并彻底去掉它的时候，感觉自

颗不安的心稳定下来！净心学法，无条件的向内找，珍惜这万古不遇的机缘。

个人近期修炼中的一点体会，不当之处，望同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《美国西部法会讲法》

在法理上悟明 去掉负面情绪

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十月六日】最近一星期，我时不时的被一种悲观、消极的情绪包围，这种负面情绪一上来，我就会满脑子不由自主的思考以后的路。

因为我是未婚弟子，对于婚姻的态度，就是在为自己修炼环境负责的前提下，顺其自然。尽管常人对婚姻的那套世俗观念从来没有影响到我盲目草率对待婚姻，但是最近这种消极的感觉搅扰的我心烦意乱，甚至在一次炼功过程中，有了撑不下去的感觉，只想掉泪。

我知道这种状态是我必须修正的地方，所以除了认真学法，净化思想，在发正念中，我特意清除这种悲观、消极的负面情绪，有时候效果很好，发完正念感觉自身空间场清朗干净，但是第二天，那种负面情绪还会瞬间袭来，几次感觉这样的状态无法根除，我知道我并没有从根上清除它。

当我读到《转法轮》第二讲里关于天目的讲法时，让我顷刻间对自己修炼不足之处，那种悲观、消极的负面情绪，有了更深的认识。师父说：“现在有些人认为这双眼睛能够看到我们这个世界中的任何物质、任何物体。所以有些人产生了一种固执的观念，他认为通过眼睛看到的才是实实在在的；他看不见的就不相信。过去一直认为这种人悟性不好，有些人也讲不清楚为什么悟性不好。看不见就不相信，

组织。

西戈蓉·瑟格麦雅（Sigrun Segmeiyer）了解到中共迫害法轮功的真相之后，马上签名制止中共迫害。她说：“我之前就听说了在中国发生着买卖器官的事情，非常非常可怕。对我来说，这种事根本就不应该发生。……我们有责任，无论什么其它的地方发生了糟糕的事情，都不应该只观望。”“这（签名制止中共迫害）是人们或是我能做的最微小的事情了。”
◇十月五日，欧洲法轮功学员举行了穿过瑞士苏黎世市中心大游行，后来到布克利广场（Bürkliplatz）的市政府公园（Stadthausanlage）集会，发表演讲和，天国乐团也做了演奏。通过演讲法轮功学员介绍了法轮功是什么，以及中共为什么迫害法轮功。同时也呼吁中国人不再被中共的谎言欺骗，认清真相找回自己的本性。

女记者尼克尔（Nicole）被法轮功学员平和有序的游行队伍以及鲜明醒目的真相信息吸引住了，她表示以前听说过法轮功，支持法轮功学员平和反迫害、赞赏法轮功学员传播真相的努力：“当然，（和平揭露中共谎言和恶行）是很好的做法，这的确很好，很重要”。

瑞士国民院议员露丝玛丽·奎格蕾蒂（Rosmarie Quadranti）女士因故不能参加当天的集会，但是她给法轮功学员发来声援信。她认为法轮功学员的集会能让更多人关注人权：“这次集会也应该被理解为一个警钟。叫醒所有在我们国家也选择沉默的人们。”最后她感谢法轮功学员长年累月无私的付出。

苏黎世市市议员安德鲁·埃格利（Andrew Egli）先生在他的声援信中表示为那些仍然奋斗努力保持人性的人致以最崇高的敬意！

十月六日，瑞士法轮功学员再次来到著名旅游城市卢赛恩（Lucerne）的狮子广场（Loewenplatz）讲真相，主要由“欧洲天国乐团”定点演奏乐曲《法轮大法好》、《神圣之歌》、《法轮圣王》、《法正乾坤》、《送宝》、《欢乐

颂》和《法鼓法号震十方》等乐曲。在短短的两个小时中，有多个中国旅游团经过，他们有的接过真相资料，有的还将天国乐团拍照留念。有些人找法轮功学员交谈了解什么是法轮大法、法轮功学员告诉他们举行这样的活动是为了传播大法美好，也是要揭露中共对法轮功的残酷迫害。

◇十月二日在著名的维也纳美泉宫广场内外，奥地利法轮功学员又一次来到皇宫大门外设立法轮功真相点，向来自世界各地的游客展示法轮大法的美好、揭露中共对法轮功的迫害并发出要求中共停止迫害法轮功的呼声。学员帮助多位大陆游客退出中共邪党、团、队。

◇美国八所常春藤盟校之一的哥伦比亚大学是全美排名前五名的高等学府。十月一日至五日，哥伦比亚大学法轮大法社团在学校图书馆前，举行为期五天的真相海报展，展现法轮大法弘传世界的盛况，并揭露中共迫害法轮功及中共活摘法轮功学员器官贩卖的罪恶。观看展览的学生了解到迫害的残酷，都感到震惊。有来自中国大陆的学生张先生表示，“我觉得（展览）很好，可以从不同的角度了解一下法轮功，到底真相是怎样的，各个角度去看吧，毕竟不能只听信中国（政府）的一面之词，也要看一看别的国家的看法。据我所知法轮功现在还没有‘平反昭雪’，但我觉得这件事情迟早会发生。”

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇天津市法轮功学员郭成茹，二零一七年八月二十五日被天津市河西区桃园派出所警察绑架、非法关押、构陷。二零一八年七月份家人得知，郭成茹已被河西区法院非法判刑五年、罚款五千元。她曾经两次被非法劳教、两次被非法判刑、多次被非法拘留，累计十二年时间她是被囚禁在中共的看守所、劳教所、监狱中度过的。

◇贵阳市七十二岁的法轮功学员陈贤忠二零一八年九月二十六日前后，被南明区法院非法判刑四年。陈贤忠二零

同修的，而不是按师尊要求向内找自己，修自己。展示给同修的都是“金玉其外”。我悟到了这些后：下决心修掉这些人心。

今年开始，我用心学法向内找。我对师父各地讲法，一本一本的学，特别是师父今年的新讲法下来后，我反复通读，一口气通读了十几遍，认真思考，对照师父的讲法，找自己的问题。我终于认识到了：一切都是自己这儿出了问题，拧劲了。自己象个手电筒一样，光照别人，向外看，修同修，不对照法找自己，不修自己，光去找同修的问题。没有做到无条件的找自己。跟同修的接触中，我就会看到同修们表现出的自认为不合法的言行。拿同修的短处和自己长处相比，走魔道而不自知。我就是忘乎所以、不知天高地厚的妄自尊大，太危险了。

幸好师父的讲法，点醒了我。我终于会修自己了。我终于明白了：每个同修都有师父在管，用不着我指手画脚来教训同修。师父说：“我经常跟大家说这样的情况，就是俩个人发生矛盾的时候，各自找找原因：我这儿有什么问题？自己都找找自己有什么问题。如果第三者看见了他们俩个人之间有矛盾，我说那个第三者都不是偶然让你看见的，连你都要想一想：为什么叫我看见了他们的矛盾？是不是我自己还有不足的地方啊？”[1]

是啊！如果每一个同修都能好好修自己，遇到矛盾都能无条件的向内找修自己，都不指责别人，哪里还会出现让我们看不上的人和事呢？

现在我知道了，自己虽然说是修炼二十年了，可根本不会修，对师父的向内找的法理，只局限在感性认识上，没有从理性上认识到法理的内涵。

我现在能有如此的体会，非常感谢十几年来风风雨雨和我一起走过来的同修们。在今后的修炼路上，我会从仰面“修”同修中走出来，真正做到低下头来修自己。让自己那

不到的反作用！认识到这些后，我放弃了两个小组的交流，认认真真的在现有学法小组学法，可自己的旧毛病不断的翻出来，在这两个小组学完法后，也少不了进行一番交流，都是以自己为主讲人，进行交流。同修们只当听众。

可自己的交流，都是针对同修们，表现得如何不在法上。如：让同修们看看自己包书用的纸，是否有问题；回家对着镜子看看自己炼功动作到不到位；发正念倒不倒掌；家里还有没有没清理净的邪党书和画等等。在小组里发正念时，自己根本静不下心来，看看这个，看看那个，尽管不是马上提醒同修倒掌了。但是，心里还是放不下。

记得有一次，一个老同修学着法，用手抠脚丫，同修们其实都看到了，只有我直言不讳的提出来了，告诉同修：不能这样做，这行为是不敬师不敬法。当时老同修无话可说，虽有些不好意思，还是立马当着同修们的面就改正了。尽管我说的没错，可出发点不对呀。表面上是提醒同修敬师敬法，其中却有炫耀自己的成份在里面，显示自己悟性高，法学的好，隐藏在这些话语背后的是显示心，抬高自己。这种修表面，不修实质的自我抬高、自我膨胀，发展到再后来，生出了瞧不起同修，看谁都不顺眼。

记得二零一七年四月的一天，那天是学法日，我被一同修请到了她们的学法小组，想让我跟她们交流交流。那天，自己毫不客气的，用自己悟到的一些法理，与同修交流。将近三个小时的交流，基本上都是我自己在说。

那天，我耽误了同修们学法的时间。第二天，是那个小组救人的时间，因为应该学法的时间让我给耽误了，她们没有学上法，救人时被旧势力钻了空子。一同修在讲真相时，被不明真相的人举报遭到绑架，后来被非法判刑三年，至今还在监狱里。现在，每当想到此事，我都不会原谅自己，总感到同修遭绑架，自己有不可推卸的责任。

自己这种看同修，修别人，平日想起的法理都是针对

一七年一月八日被贵阳市南明区二十多名警察绑架，第二天被送往贵阳市烂泥沟洗脑班非法关押十二天。二零一七年五月二十四日，警察上门再次将陈夫妇绑架到花果园派出所。陈贤忠被非法关押一年多后，二零一八年六月十一日在南明区法院被非法庭审。

◇辽宁省辽阳市白塔区法轮功学员钱爱芝因为控告江泽民，二零一五年十二月十四日从外地回家，被当地派出所警察绑架，被非法关押在辽阳看守所至今已接近三年。大连市开发区八十一岁的郝福奎，被非法判刑三年并处罚金五千元。六月十一日，大连开发区法院人员打电话让郝福奎去一趟，趁机将他绑架，目前老人被非法关押在辽宁新入监监狱。

◇新疆乌鲁木齐市法轮功学员张春献女士，二零一八年九月初被二审维持三年半冤判。张春献，现年四十八岁，二零一六年十二月三十一日因挂法轮大法真相横幅，半夜被沙区公安局警察绑架、构陷。二零一八年三月十五日第二次开庭，六月中旬一审冤判三年半。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇纽约哥伦布日大游行（Columbus Day Parade）十月八日在曼哈顿繁华的第五大道上举行，法轮功学员组成的“天国乐团”应邀参加，带来很拿手的进行曲《法轮大法好》、《凯旋》、《神圣的歌》，还有美国国歌《星条旗永不落》。民众纷纷用手机拍录天国乐团的精彩表演。主办方表示，单街头的围观人潮即超过一百万。

◇一年一度的美国旧金山哥伦布日大游行十月七日举行，旧金山湾区的法轮功学员再次应邀参加，受到主办单位和观众的欢迎。当法轮功的队伍经过主席台时，主持人向观众介绍说：“现在走过来的是法轮大法天国乐团的队伍。天国乐团的成员不仅演奏乐器，而且他们还是法轮大法的修炼者。法轮大法的原则是真、善、忍。年复一年，法轮功的队伍都是

最优美的队伍之一。我们真的非常感激他们。让我们为他们鼓掌。”首次看到法轮功学员队伍的大陆人表示，法轮功的队伍很壮观！有气势！感觉到有一种很强大的能量场。

◇十月八日，加拿大多伦多法轮功学员组成的天国乐团参加了一年一度的基奇纳－滑铁卢（Kitchener-Waterloo）慕尼黑啤酒节感恩节游行，是唯一一个华人团体。民众感谢法轮功学员给这个特别的节日带来欢乐。沿途估计有来自美国和加拿大的十五万人观看，加拿大电视台 CTV 现场直播，CTV 网络在全国播放。刘女士刚到加拿大两个月，她抓住跟着游行队伍发资料的法轮功学员的手说：“我是中国人，我为他们感到自豪，我非常的感动。真的太好了，太棒了”她说：

“我在国内就知道他们都是一群好人，我非常了解，我一直都支持他们，‘真善忍’到哪说都是好的。他们在中国的处境太惨了。”她的眼睛闪着泪光。

媒体摄影师 A1 一直给天国乐团拍照，他说：“这个乐团令人印象深刻（Very impressive）！”他表示他知道法轮功在中国的情况：“每个人都应该有信仰自由，迫害在哪都不应该发生，人们都应该支持他们的反迫害！”

◇十月六日，丹麦的法轮功学员应邀参加了奥尔堡市的健康博览会，吸引了众多的参观者，不少参展商也前来咨询有关信息。“太好了，谢谢你。我们一直在寻找一种方法，希望自己能够做些运动，保持自己的身体健康。”约库姆什夫妇高兴地说。最后他们买了《法轮功》书，表示回家好好看，学炼法轮功。

还有一次是从楼梯的第五台阶扑到第一台阶，还有一次更神奇的，有一天晚上粘贴真相资料，刚走到一小区楼群，被脚下的石子一滑，一下就跌坐在地，脚踝立刻肿起来，疼的站不起来。我想站不起来哪儿行？众生都在等着得救呢。我就硬生生的站起来，心里念着“法轮大法好，真善忍好”，手里拿着“法轮大法好，真善忍好”的粘贴，一个单元门一个单元门换着贴，在粘贴的过程中，根本没觉的脚坏的疼痛，不到半小时，一百多张就粘贴完毕，我的心舒畅极了。

注：

- [1] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈越最后越精進〉
- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈排除干扰〉
- [3] 李洪志师父著作：《转法轮》
- [4] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈致澳洲法会〉
- [5] 李洪志师父著作：《长春辅导员法会讲法》

从“修”同修到修自己

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十月八日】对我认识的同修，我总是能找到他们的不足。自己针对同修们的不足，对照师父的讲法，反复找出同修不在法上的问题所在，然后再到同修学法点上交流。当时，同修们会修，看到我对他们提的问题都在法上，大家都欣然接受，并且还当面夸奖我，悟的对，还说我学法学得好。

听了同修们的夸奖，我不知道找自己，还生出了欢喜心，再加上显示心，自己觉的高高在上。岂不知这正中旧势力的圈套，上了旧势力的当。让我放大了这些人心。接下来使自己变本加厉的继续做着所谓帮同修的事情，这些年的表现现在看来，自己简直就像一个小丑。

二零一六年，我从同修的举动，看到自己做的事情有点不对劲，反思自己，我这么与同修们交流，不是耽误了同修们学法的时间吗？我这不是帮同修，我是在起着旧势力起

的逻辑。

二、抓住执着心的表现除去它

师父讲：“你的心性提高上来，你的身体就会发生一个大的变化；你的心性提高上来，你身体上的物质保证会出现变化。什么变化呢？你追求执著的那些不好的东西，你会扔掉。”[3]

我今年六十七岁，也就是今年七月份，有几天我的双脚双腿走着走着突然没劲，又软又沉，抬不起脚，上楼时手要拽着楼梯栏杆，身体疲累。这是怎么了？我就照常天天学法炼功，发正念。师父早就讲过，修炼法轮大法，“骑自行车好象有人推你一样，上楼上多高也不累，保证是这样的。”[3] 我就想我的这些表现都是假相，是干扰，不是真我，当我的认识提高上来时，我边走边发正念清除干扰，不知不觉间，两脚就轻松了，速度也加快了，正念强了。

有时学法犯困，拿起书来犯困，困的睁不开眼睛，读着读着就咯噔迷糊一下，睁眼再读，都找不着读哪一行了。可心里还想接着学，可在这种情况下，迷糊半小时也学不了两页，根本学不进去。实在困的不行，索性就躺那睡一觉，这一睡不就符合困了吗？总这样那哪行呢？“不是打瞌睡吗？你一看书你就想睡觉，一学法你就迷糊吗？我告诉你，他就是这人类空间的一层的神。你冲不破他你就是人。”[5] 于是我就跟困直接说话，我说：我师父说过，困，你也是神，你是制约常人的，我是大法弟子，我现在学的是宇宙大法，你让我犯困，眼睛还模糊看不清法，学不了法，你起到了魔的作用，干扰了我学法，你能承担的起这个责任吗？这个罪可太大了！赶快退去吧。话一说完，立即就不困了。那些不好的状态都没了。

我自一九九七年开始修炼大法，我的脚和脚腕九次被跌伤，最严重时穿的新皮鞋被折成九十度弯，鞋也废了，脚心脚背都是青紫色。

大陆综合

大陆综合消息

◇给警察讲清真相 长沙甘介君老人已回家

甘介君女士，今年七十六岁，一九九五年开始修炼法轮大法。今年八月十八日，湖南省长沙市望城区公安局警察闯进她家，把甘介君老人和家中女儿、外甥女一并绑架到公安局。甘介君慈悲地向警察讲明真相，三个小时后回家。

二零一八年八月十八日上午，望城公安局以有人举报甘介君发真相资料为由，六、七人闯进甘介君家，四处翻找，抢走几十本大法书籍，并强迫老人去望城公安局。因她女儿与外甥女当时也在家，也被强行带到公安局。

甘介君老太心地善良，面对这突如其来的状况，她的心里反而更坦荡，因为她内心深深的明白：自己是修炼真、善、忍的，自己做的都是最善的事，发真相资料是告诉人们真相。她内心很平静，没有惧怕。尽管眼前的人来者不善，但她心中明白，他们也是被谎言蒙骗的人，佛家讲缘，她心想：我一定善解这份缘份。于是，甘介君老太太用慈悲善念告诉警察们法轮大法好的事实，告诉他们参与迫害的危害。

经过三个小时，终于让那些警察内心明白了大法弟子今天做的事完全是为了他们好，是为了救人。三小时后，甘介君老太和女儿、外甥女顺利回到了家。

二十多年来，甘介君女士一直坚持修法轮大法，曾被多次绑架。二零一零年曾遭诬判被劫持至广东省女子监狱。

◇李飞被劫持 28 天 遭天津警察抽血六管

现年四十多岁的法轮功学员李飞，原籍辽宁锦州，在天津已工作生活多年。二零一八年九月三号被天津警察绑架，劫持二十八天后释放，期间李飞被警察大量抽血。

二零一八年九月三号早上，李飞去上班，在小区门口

被警察拦截拽上车。在板厂路派出所，警察非法提讯审问之前要采她的血和印指纹，李飞不配合。之后警察所有的问话，她都一律不作答。警察带李飞去了大港医院体检，要强行给她抽血，李飞不配合，拼尽力气抗争，警察三次想给她抽血都未得逞。然后他们去给上级打了电话请示，决定给李飞强行抽血。他们把她带到一个房间里，两个警察死死按着她的胳膊，那个便衣按着她的腿，然后医生抽走她五管血，导致她浑身无力。

之后他们就把她送到了看守所，看守所拒收并说没有身体检查。于是又去市里的新生医院给她强行透视，三个警察抬着她，架在那里透视，并又抽了一管血。最后把李飞送到大港第三看守所。在看守所，李飞拒绝背监规，让她写学习心得时，她写“法轮大法好”。当检察院来提审的时候，让她在笔录上签字。李飞说：“我没有犯法，警察抓我到这里，是警察违法。现在警察办案实行终身责任制，我不签字是为了警察着想。”

在拘押近一个月的时间里，李飞只是当天被询问一次，未涉及任何实质问题。在这么长时间里办案人员唯一做的就是当天用强迫的方式抽她的血，总计抽了六针管。

九月二十九日李飞的家属决意去板厂路派出所要求无条件放人并递交了律师写的控告书。接待的警察态度蛮横，告知李飞案已转检察院，家属又到检察院找检察官递交控告书，检察官不收。后又给国保队长刘海洪打了电话，他匆匆挂了电话。

三十号晚上，警察把李飞接回板厂路派出所，要求她在一张写有“×教”字样的释放证上签字。李飞拒绝签字。警察放弃了，于是三十号晚上李飞堂堂正正回了家。

据了解，李飞被绑架当天，另有其他与李飞有关联的法轮功学员同时被绑架或抄家，但唯独原籍辽宁锦州的李飞被不明原由的非法关押甚至抽血。办案人员随心所欲，无视法律，玩弄权术，意欲何在？

原因是从人出生以后就在不断的对人类社会认识中产生着各种各样的观念，从而产生执著。”[1]作为大法弟子就要突破观念，师父把我们在地狱中除了名，我们不属于三界内的生命，不受三界内的任何人和物的制约。我们的认识和人的想法一样，使我们的层次降低，所以就要受到牵制和制约。想不受它的制约，就得转变观念，不在人的想法上，用师父给我们的向内找的法宝，突破千百年来骨子里形成的人的观念的束缚，正念正行，那人类的物质就制约不了我们。

那么，什么是观念呢？通过学法，认真想一想：生老病死，年龄大身体差，感冒了，发烧了，什么经络调理，草药治病。头痛医头，脚痛医脚，执着于人的东西，用人的办法解决人的事情，等等等等，这都是观念。师父告诉我们：“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]而正念来自于师父，来自于大法。

开始入门时，师父就告诉我们：“我们这里不练气，低层次上这些东西不需要你练了，我们把你推过去，让你身体达到无病状态。”[3]可是，身体一不舒服，这儿疼了，那儿痒了，就往病那儿想。在日常生活中，在吃东西上，这个有营养，那个撤火，这个补气，那个补钙，那个补肾，那个补血……，现在认真想一想，这不都是常人的观念吗？你的想法符合了常人你不就是常人吗？你是一个修炼人，你老用常人的想法，常人的思维方式，人的生活方法去对待一切，那哪儿行？我们必须用师父给我们的向内找的法宝，突破观念的束缚，正念正行，人类的物质就不能制约我们。

师父讲法中叮嘱我们最多的是多学法。叮嘱我们：“学法不要走形式，要集中念头去学，要真正自己在学。”[4]我们要不负师望，学好法做好三件事，开阔思维，放弃自我，提高心性，提高从别人的角度看待事情的能力，能看到更大格局的那种谦卑，能更好的圆容自己所不理解的其他人的主意和概念的那种开放心态。这种出发点来自大法，而不是人

还请师父的法身加持我，老人家本来很凶很激动的情绪，会不知不觉的平息下去。

我呆在大姨家半年的时候，他儿子对我说：“大姐，谢谢你。没想到你能坚持下来，这么好的照顾我妈。我还以为你也坚持不了多久，跟以前的保姆一样就走了呢。”我说：兄弟，你放心，只要你们愿意用我，我就会留在这照顾大姨。大姨的亲戚来了也直夸我。以前不愿听我讲真相的，也慢慢从抵触到开始变的有兴趣，做起三退就更容易了。有的还主动跟我要护身符和真相资料。

我把这件事告诉同修，同修也为我感到高兴。她说：“只要我们用心，真正的按大法的要求去做，什么都难不倒我们。”师父说过“任何事情都不是偶然的”[3]。任何事情的存在和出现，一定是有他的因缘关系的。是啊，要是我当初走了，别人就会说：大法弟子不也就这样，跟别人没啥两样。

用自己的行动去改变常人的观念，才是真真正正的，最有效的证实大法啊。我庆幸我没有错过师父给我安排的提高自己的机会。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《法轮功》〈第三章 修炼心性〉

[3] 李洪志师父著作：《洛杉矶市法会讲法》

提高心性与破除观念

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十月九日】我是闭着修的，什么也看不见，发正念时另外空间的正邪大战感觉也不灵敏，但在任何环境下，我就是坚信师父领我们走的是最正的路。

一、信师信法 突破人的观念

师父讲：“一个人在修炼中会有很多关要过，造成的

◇广东茂名市林燕梅第九次被绑架 家属聘请律师维权

二零一八年八月二十九日，茂名市电白区国保大队队长陆尚辉、电白区610头目陈昌兴一行二十多人，到林燕梅父亲的家，绑架了林燕梅与林燕梅的外甥吴朝棋，并抢走了电脑、打印机、大法书籍、真相资料、两万多元现金。三天后，林燕梅的姐姐林丽珍（吴朝棋的妈妈）在父亲家又被茂名市电白区国保等十几个警察砸烂门锁、入室绑架。一家三口现被非法关押在茂名市第一看守所。

家属聘请了律师。九月十八日上午，律师到茂名市第一看守所会见了吴朝棋。九月二十七日上午，律师会见了林燕梅。同日下午，家属与律师来到滨海新区公安分局，后又到电城镇派出所找办案警察杨桂添。有好几个警察在场。律师向杨警察简单说明了：“我的当事人无罪，请贵局撤案，予以释放”的观点，并向杨警察递交了《关于林燕梅案律师意见书》的法律文书。

严正声明

本周二百七十三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

本周八十七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。

◇世人越来越明白

〔大陆来稿〕近几年我几乎每天都到农村讲真相、劝三退。随着时间的推移，世人越来越明白，几乎每天都能碰到感人

的故事。下面，我把今年过年以来碰到的几件事跟大家分享一下：

一、“我帮你宣传宣传”

今年一月份，我看到一老一少正在地里干活，就过去送给他们每人一个护身符，并介绍护身符上的内容。告诉他们戴着护身符，诚念“法轮大法好，真善忍好”，可以得到神佛的护佑！那位老者很愿意听。我又接着讲了大法的真相和三退保平安的事。老者直接说我叫刘某某，是个党员，我要实名退出党、团、队。他的儿子在旁边一直听着，最后也把少先队退了。我最后想留给他们一本《九评》和一本《三退手册》。那位老者非常高兴，说你多留下几本，“我帮你宣传宣传”。

二、“再给我儿子留一本《九评》”

三月十三日，我去一个小山村讲真相。在村口附近的一个小山坡上，看到一位老者正踩着铁梯子给果树剪枝。我走到跟前大声打招呼：“大哥您好呀，忙着哪？”他一听有人招呼忙下来，我上前把护身符递过去说：“大哥，我给您送护身符来了。”他很高兴的接过去看，我介绍说这是：“法轮大法好，真善忍好！”您带着他，骑车、上树、登高都会有神佛保佑的。老伯见我称呼他“大哥”（我六十岁出头了），就打量着我说，“小伙子，你看我多大岁数了？”我看他面色红润，思维敏捷，刚才站在一人多高的梯子上剪树枝。我说您也就六十多不会到七十吧。他说今年八十二了！我惊讶的说：“那您肯定是积德行善修来的福呀！”老者很高兴的讲他的做人五忌，忌吃喝嫖赌抽，又讲曾经如何拒绝色诱，如何帮助人等往事。我说您这都是按照我们老一辈人传下来的要求做人，所以您才这么健康长寿。可您一定知道和经历了中共对我们老祖宗传下的文化的破坏，所以现在社会道德如此低下呀。随后我拿出一本《九评》说，老伯您看看这本书，这里面说清了中共干的那些邪恶至极的事。我们聊了二十多

后一定要做到“实修”，不能只停留在表面。我开始调整自己的心态。这是自己在常人生活中的一份工作，我要在这份工作中修炼自己，魔炼自己。

如何能做好这份工作呢？大姨的情况跟一般人不一样。我得找到适合她的方法。我就让家里人给我找了一些如何照顾老年痴呆症的资料，同时也暗暗观察大姨的喜好，总结和她相处的规律。我不太会说话，可我慢慢学着和大姨说一些她爱听的话，夸奖她，有时还开个玩笑。她会反反复复说她过去的事，我就记在心里。她情绪好的时候，我就带她到附近的公园或市场转一转，有时遇到熟人，大姨还很高兴和他们说话。以前我总觉的大姨成天呆在家挺好，我可以有机会看书学法，却没想到她成天闷在家里，其实对她身心都不好。更重要的是，我还可以趁机讲真相，做三退。等她转累了，回到家，我就给她削些水果，她如果咬不动，我就给她切得薄薄的，或是蒸了吃。她一顿饭吃不多，我就让她少食多餐。她一边吃，我就放大法弟子的音乐给她听。一有机会，我就教她念“法轮大法好”，还给她听师父的讲法录音。她糊涂的时候，我就借她讲给我的故事和她聊天，转移她的注意力，慢慢的调节她的情绪；有时她根本听不进去，赶我走。我就躲到外面的屋子，一面悄悄注视她的动静，如果有需求，我可以赶过去；一面发正念清除她背后的旧势力和邪恶因素。

慢慢的，我的心开始变的开阔了。以前大姨犯病的时候，我总是提心吊胆，闷闷不乐，不知如何是好。现在我能应付了，掌握规律了。大姨骂我打我的时候，也不感觉那么委屈了。在我面前的就是一个生病的可怜的老人。如果有缘，大法要救度她。只要有机会，我就让她念“法轮大法好”。以前我看她不愿念的时候，我就放弃了。现在我告诉自己一定要坚持，绝不能三天打鱼两天晒网。我坚信，只要大姨念一遍，她另外空间明白的那一部份就会得救。渐渐的，我发现当我的心态越平和，越纯正的时候，即便是老人家犯糊涂，症状持续的时间也比以前短了。有时候，我不断的发正念，

2、气恨之心

有时大姨犯病，骂我难听的话还打我的时候，我觉的很委屈。找自己，认为自己没有做错什么事，为什么大姨还打骂我呢？以前也遇到过别人骂自己，讲自己的坏话，自己能够一笑了之，不放在心上。为什么这次就不行了？师父说过：“可是往往矛盾来的时候，不刺激到人的心灵，不算数，不好使，得不到提高”[1]。其实自己的执着心没有根本的去掉。或者说在低层次上的执着心去掉了，到了更高一层，我还没有达到一个炼功人的标准。没有完全修去常人的情，没能做到心不动。

3、私心

现在想想，自己未能修出真正的慈悲之心，未能用慈悲之心去对待大姨。有时同修来了，还跟同修说大姨今天又糊涂呢，还把打我骂我的事学一遍。我虽然笑着说，可不免有些抱怨，还想听听同修们安慰的话。细想想，很多常人都会可怜这样的老人吧。谁不希望安度晚年呢？家里人也跟着受罪。大姨的儿子也经常挨打挨骂，却一声不吭；有时要陪着大姨一整夜也不能休息，第二天一大早又要赶着去上班。儿子对母亲孝顺，是常人之情。而我作为一个大法弟子呢？我的慈悲心又在哪呢？修炼人的慈悲心还比不过常人之情吗？我们常说要修成无私无我，可是关键的时候还是私心当头。找活先问问工资多少，家里的情况，先要掂算适不适合自己；活难了或太累，就找一些冠冕堂皇的理由辞职；自己受委屈时，先想到的是自己的付出；困难来的时候，先想到自己抽身而退，却无视别人的需求。如果大法弟子都不能忍受大姨，常人又如何能忍受的呢？大姨的儿子又怎能找到合适的保姆，安心的上班呢？总是告诉别人自己是炼功人，是大法弟子，可很多事情，自己也只是做到了“常人中的好人”这个层次。有时甚至都不如一个常人。

我把认识到的都写在了一张纸上。我告诉自己从今以

分钟，老人曾经做过邪党的团支书，没入过党，答应退出邪党的团队组织。最后说：“再给我儿子留一本《九评》吧，我儿子是村支书，我得让他好好看看。”我说好啊，如果他想退党的话，可以打书后面的退党电话。老伯嘱咐我注意安全。一路上我真为众生得救而高兴，更为师尊的慈悲等待而感激。

三、“我们真是太幸福了”

三月二十日，我看到一家三口正在给地里的果树施肥、浇水。我过去先跟男主人招呼：“兄弟，忙着哪，给您送平安符来了。”他一看我就高兴的说：“原来是你呀，我听过你讲的真相了。这是你弟妹，那是我儿子。你也给他们讲讲真相吧。”我非常高兴地给他们讲了真相，还给他妻子和儿子都用真名做了三退。临走，我把《三退是福》的真相资料递给他们，他妻子接过去，翻看了几页，忽然由衷的说，“我们真是太幸福了”。我心里知道这是众生得救后，发自内心的高兴。谢谢师尊！

四、“法轮大法好，李大师万岁！”

三月二十八日，我把真相资料发完了，手里只剩下五个写着“法轮大法好”的车挂，做的很精美。我看到回家时间了，就一边往回走一边想，若路上能碰到五个人该多好呀。

一会儿真的看到五男一女在地里挖树苗呢。我走过去还没打完招呼，其中两个男的就说：“这次给我们带来什么好东西了？”可能我经常来这里讲真相，听过真相的都能认出我来了。我把车挂拿出来，他们几乎是一抢而光。但有一个人说不要，先前那个人说：“这么好的东西你真不要吗？”接着就讲自己戴着真相护身符如何的受益。另一个人随后也说：大法教人做好人。甚至喊起来：“法轮大法好！李大师万岁！”

我在旁边看着，真是高兴。明白真相的众生在自觉的传播着真相。当那个人在说中共邪党如何腐败，他自己如何

被中共邪党伤害时，我借机给他们讲了三退保平安的意义。四个没有听过真相的人都纷纷做了三退。先前说不要车挂的那个人，主动要了一个护身符。

每天这样类似的事很多，感人的场面也很多，限于我的写作水平有限，表达不出来。

人心与因果

◇近一个月公检法司部门恶报频发

据明慧网报道的八、九月发生的恶报案例的不完全统计，遭报应的25人中，4人在省人大或政协任职，3人曾任市长或市委书记，18人在公检法司部门任职，包括：3人曾任政法委书记，公安局长4人，国保1人，派出所所长1人，戒毒所所长1人，法院院长4人，检察院2人，公安厅1人，司法厅1人。也就是说18人曾在具体执行对法轮功学员迫害的部门任职。

中共自一九九九年七月发动了对法轮功的疯狂迫害，动用国家机器对按照真善忍修心向善的法轮功学员实施洗脑、酷刑、关押、劳教、判刑。然而，善恶有报是天理，毫厘不爽，恶报也在这些部门频频发生。

以下所列25人之中，至少有21人事先得到过足够的警示和劝善，遗憾的是他们没有勇气停止作恶，被中共牵着鼻子一条路走到深渊。无论多么位高权重的作恶者，一旦报应到眼前，连后悔的机会都没有。

- 1、引火烧身丧命，河南新乡牧野国保大队长钱霖遭恶报。
- 2、原辽宁省政法委书记丁世发遭恶报，呈植物人状态。
- 3、吉林榆树市常务副市长赵国军遭恶报被审查，榆树市副市长常建从市政府六楼跳下，自杀未遂。
- 4、辽宁人大常委会副主任李文科遭恶报，被判十六年。

12 (略节，全文见明慧网)

一个人坐在椅子上，静下心来，回想同修的话，对照自己的行为，再静静的读师父的讲法。我反思了很多，找到了很多执着心。以前好象都被掩盖着，现在好象一下子跳了出来。

1、畏难之心

当稍大一点的难，稍大一点的考验来临时，自己没有决心度过这一关。觉的太难了，尤其还有别的选择的时候，就更想退缩。虽然知道自己没过了关，只是嘴上说着检讨，却还是让机会溜走了。其实自己真的是畏难了。总给自己找理由，表面上看很合理，其实是自己的怕心，畏难之心。没有看清是旧势力在利用邪恶因素不让自己过了这一关。师父讲：“一个普普通通的常人，不想修炼，他会觉的修炼简直太难了，不可思议，修不成。他是个常人，他不想修炼，他会看的很难。”[1]“老子讲：“上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之；不笑不足以为道。”真正修炼的人，我说是很容易的，不是什么高不可攀的东西。”[1]“修炼功法的本身并不难，提高层次的本身并没有什么难的，就是人的心放不下，他才说是难的。因为现实利益当中很难把它放下，这个利益就在这儿，你说这个心怎么放的下？他认为难，实际也就难在这里。我们在人与人之间发生矛盾时，忍不下这口气，甚至于不能把自己当成一个炼功人去对待，我说这就不行。我过去修炼的时候，有许多高人给我讲过这样的话，他说：“难忍能忍，难行能行”。其实就是这样，不妨大家回去试一试。在真正的劫难当中或过关当中，你试一试，难忍，你忍一忍；看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行。如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！”[1]

是啊，如果我真正能够横下这条心去做，什么环境都难不倒我，什么难都难不倒我。如果光捡着容易的过，每一次都绕过难关，又如何能真正地提高呢？真正的大法弟子应该是“要能吃苦中之苦，要能忍难忍之事”[2]啊。

同修说当时就觉的好象有人在脑袋上敲了一棒，又惊讶又羞愧。平时总是以大法弟子自居，总觉的常人做不到的事情我们可以做到。回头看看，很多自己以为做得好的事情，其实很多常人也可以做到，有时甚至比自己做得都好。很多时候自己只是停留在“常人中的好人”[1]这个层次上，却不自知，并没有达到修炼者的标准，还差得远去了。平时总是说真、善、忍，可也只停留在表面，并没有修炼出一个修炼者应该有的真正的慈悲之心，忍耐之心。所以一遇到大一点的难，大一点的考验，就经受不住，就想避重就轻，绕道而行。还给自己找借口，这次没做好，下一次做好。等下一次考验来的时候，还是逃避了。总是在检讨，却也总是没有过了这一关。同修当天晚上就下定决心：这一次不能再逃避，一定要过了这一关。

之后，同修更加悉心照看病人。有时病人的家属不能来，她也不休息，坐在凳子上打个盹儿，病人随叫随到。新来的人还以为同修是病人的闺女呢。同修还利用休息的时间，帮大家打扫卫生，洗刷厕所，帮别人打水买饭，只要能帮她就搭一把手。渐渐的，同修和其他人熟悉起来，话也多了。同修就趁机给他们讲真相，做三退。病人的家属也直说：以前不了解法轮功，现在知道大法弟子是真的不错！说以后出院了，还请同修去家里玩。

同修讲到这，对我说：“很多事情不是你能做不能做的问题，而是你愿不愿意去做。就看你怎么看待这个事，如何摆放这颗心。如果总是挑环境，挑事情去修炼就不是真正的修炼了。”

同修走后，我的心久久不能平静。好象有很多思绪涌来，又不知道如何捋顺。但我隐隐的知道，师父在借同修的嘴点化我。我有些兴奋，似乎找到了过去几年一直不能再提高的原因。

有几个晚上，我等大姨睡了以后，自己发完正念，就

◇救命的太阳雨

【文：山东人】那是二零零一年四月下旬，具体哪天记不清了，那天天气特别晴朗，南风微微万里无云，我们青岛自来水公司，在延安一路一处主管道分支对接处，须挖接近二米见方三米深的坑才能对接，我在底下挖，老赵在二层倒。就在还有几锹土就完成了的时候，万里无云的天空飘来一片白云。突然下起雨来，而且雨点特别大，打到管道上溅起老高的水沫。打到脸上特别的疼。

“上来避避雨吧？”我说就还几锹了，再下来挺费劲的，将就着完成。这时雨更大了。老赵大喊，这雨不行，赶快上。他把我的褂子扔下来自己上去了。我也跟着上来了。

几米处有个小门楼，就到那里避雨了，刚到雨就停了，云也飘走了，怎么也没五分钟。我还埋怨呢，晚下二分钟我就完成了，刚上来又不下了，正晴的天下大雨这是干啥？奇怪。再干吧。

到那一看我惊呆了——全部坍塌。老赵喊到：“哎呀，某某呀，某某，你要晚上来一会就没命了，你的命真大，神佛保佑你呀！”是啊，那一刻我真的相信了天地间有神佛。

我从小没干过伤天害理的亏心事，可也没做过什么大的善事，和别人一样在社会上凭着良心为人处事，能在性命攸关大难来临之时得到神佛保护，一定是因我妻女修炼大法，我明白大法真相，珍惜大法真相。工地上经常有扔掉的法轮功小册子，我都捡回宿舍或给别人看，二零零二年回家我带回家好多本。其他我没做过什么特殊的。

看到法轮功学员发的小册子上，很多明白真相得福报的事例，因此也把我的这个亲身经历写出来。在此谢谢法轮大法的救命之恩，谢谢李洪志大师的救命之恩。

时事评论

《又一起“中共体制”造成的惨剧》

最近，安徽芜湖的两家幼儿园给孩子吃发臭的肉、发霉大米等过期劣质食品引起广泛关注。

家长在幼儿园厨房发现发黑发绿的大米中有虫子爬，冰箱里放着霉变的馒头、厨房里爬着蛀虫和蟑螂等，但校长和老师吃的米却很干净。家长们非常愤怒和担心，因为食用霉变食物会产生毒性非常大的致癌物质——黄曲霉毒素，而且会永久性破坏肝脏组织。

安徽芜湖绝非一个孤立的事件，在中国儿童经历过毒奶粉、毒疫苗、红黄蓝、甲醛、馊饭一系列冲击人的道德底线的惨剧后，不少人在问：素有礼仪之邦之称，遵循“幼吾幼，以及人之幼”的中国怎么变成了今天这个样子？”

找寻这个答案就需要来看看是谁在系统破坏中国的传统文化和道德体系？是谁在中国土地上大搞政治运动？从三反五反、文革，到六四，尤其是一九九九年到现在仍在进行中的对信仰“真、善、忍”的法轮功学员的迫害？大家应该不难得出结论。

和历次政治运动一样，中共编造“天安门自焚假案”，抹黑法轮功。迫害导致上万人被非法判刑，十多人被非法劳教、数千人被强行送精神病院受到药物摧残，中共对法轮功学员使用了上百种酷刑，至少数千人被迫害致死，大批法轮功学员被强行活摘器官而谋杀，被称为这个星球上从未有过的罪恶。

中共建政以来对传统文化和道德的系统破坏，对“真、善、忍”信仰价值的打压，造成当今中国社会道德底线崩溃。当人们眼睛里只有权力、欲望和人民币，没有任何道德诚信的时候，还有什么事情做不出来？

中共体制是中国社会危机的根源，不然今天就不会发生一系列触目惊心的残害孩子的事件。只要它存在一天，就

一天同修来给我送资料，说着说着我的眼泪就掉了下来。我说我可能干不了这个活，不适合，我想走了，我从来也没遇到过这么难伺候的人。同修看了看我，没有说话。接着给我讲起了她的经历：

中介介绍她在一家医院当护工。一开始她是犹豫的。医院很脏，什么样的病人都有。而同修又是个特别爱干净爱整洁的人。但是她又一想，正好借这个机会去去这个执着心。可是没过几天，她就有些呆不住了。大病房每天很多人，吵吵嚷嚷；房间里经常弥漫着难闻的气味；厕所也脏得恶心。她每天要给看护的病人擦身，喂饭喂药，病人不能下床，大小便也都在病床上。病人身上还长了褥疮，皮都破了，有时候都不敢看。活强度不大，但一天下来也累得够呛。有时想看看书，但很快就睡着了。她心里开始有些后悔，心情也时不时有些烦躁，总盼着病人早点好起来，自己就不再干这活了。靠着窗户，有一位老年病人，看护她的是位年轻人，一开始同修以为是老人的女儿。姑娘很细心：每天晚上睡觉前，都会给老人打热水擦一遍身子。老人打点滴，一整天也不能动。姑娘就给老人按摩。边按摩边和老人聊天，有时还给老人讲笑话。病人有时把屎尿拉到床上，姑娘就会及时更换老人的床单，帮老人擦拭身子；有一天老人拉肚子，姑娘忙了一整天也没休息；姑娘也会根据天气的状况，适时地为老人开窗关窗。阳光太强，姑娘又会拉上窗帘不让阳光刺到老人的眼睛上。

同修禁不住表扬姑娘：你对你妈可真好！姑娘不好意思的笑了笑：我不是她闺女，我也是护工。原来老人有两个儿子。可儿子和儿媳都不愿意照顾老人。只是三五天才来一回，平时通过电话问问情况。旁边的人听了，也都禁不住赞扬姑娘真是个好心人。姑娘说：谁都有老的时候，谁想老的时候生病没人照顾啊。我这不是遇到了吗，我要再不管她，老人家就太可怜了，我也是为自己以后老了积点德。

有时间看看书，炼炼功，挺好的。尽管有的人家不太好伺候，但我以大法弟子的标准要求自已，倒也没事。正好自已也想找工呢，所以就答应去看看。

一见面，老人家的儿子就对我说：“大姐，我必须先告诉你我妈的真实情况。我妈患有老年痴呆症，家里已经换了几十个保姆了。都干不长，最短几天，最长能干上一个月就不错了。我妈犯病的时候，会发脾气、骂人、打人。一点道理也不讲，能把人气死。我经常在外出差，想找一个可靠的人，别人就推荐了你们大法弟子，可你们也是人，你能受得了么？”我看了看老人。老人看起来很安静，话不多，口齿不太清楚，身体有些虚弱。我对她儿子说：“放心吧！我们大法弟子就是要做到‘打不还手，骂不还口’。正好这还提高我的心性呢，我会好好照顾大姨的。”

刚开始的时候，老人家和我处得很好。跟我聊家常，我也跟她讲关于大法的事，给她听老师的讲法录音。她有时听得很认真，我也很高兴，觉的大法弟子的正的能量场感染了她。可是她的痴呆症也开始显示了出来。抽屉反复的打开又关上，衣服从柜子里拿出来摆的到处都是。有时不知道要重复多少遍。告诉她的事，扭头就忘记了。有时把白天当成晚上，晚上当成白天，连饭吃没吃有时都忘记了。情绪更是反复无常，有时好好的，突然就瞪眼发脾气，摔东西。

一天，她突然说她的钱包不见了。我帮她找，也没找到。她就骂我是小偷，是贼，是大坏蛋，要天打雷劈我。我说：大姨，我没拿你的钱包。我不会偷你的钱的。结果她追过来用笤帚把我打了几下，还把我的行李扔在地上翻，正巧她的儿子回来才把她拦住了。有一天早上刚起床，我给她穿鞋的时候，她使劲踢了我一脚，说我把她的脚扭着了，要害她。开始的时候，我总是告诫自己是大法弟子要忍耐。可是次数多了，自已也开始觉的委屈。自认为是尽了心去照顾她，却时时无缘无故的被骂被打。

会源源不断产生“中共制造”的没有道德底线的政客商人，如同魔鬼一样吞噬我们的下一代，事实上每人都是共产党的受害者。推荐朋友阅读《九评共产党》及新书《共产主义的终极目的》，里面有详细的阐述。

法轮大法是佛家修炼的上乘功法，学炼者以“真、善、忍”为原则要求自己，因为对祛病健身，提升道德水平卓著，而传播世界一百多个国家和地区，唯独在中国受到残酷迫害。然而，天理昭昭，参与迫害法轮功的人的所作所为决定了他们的结局。迄今为止，迫害法轮功的主要责任人江泽民已被21万人控告到最高法院和最高检察院，一百多万各级落马官员中，有一大批是跟随江泽民迫害法轮功的急先锋，包括周永康，李东生、薄熙来、张越等，更有不少公检法司媒体界人员因参与迫害污蔑法轮功而遭到各种形式的厄运。遭厄运者上至国级高官，下至基层警察。他们有的离奇猝死，有的跳楼自杀，有的患癌死亡，有的车祸丧命，有的成了植物人，有的落马入狱，有的殃及家人惨死。古今中外，迫害正信的从来没有好下场。

请您转告官场的朋友，迫害法轮功的事情，千万不要沾边，无论是从人间法律，道德良知，还是天理报应角度，都应坚决抵制。不仅如此，在职权范围内，保护和善待法轮功学员，就一定会得到上天的护佑而前途无量！

中共迫害佛法必将受到天谴，只有抛弃中共，选择善良，顺应天意，中国社会才会重建中华民族的道德和信仰，百姓才能安居乐业，孩子们才能健康的成长，已经有三亿一千多万人选择退出党、团、队（“三退”）。为了您和中国孩子们的生命和未来，您是否也愿意“三退”，做出良知正义的选择？

《打着“法律”幌子的迫害》

文：林展翔

今年六十三岁的山东省青岛市法轮功学员公丕启，是一名退休上校、正团职军官。他退休前任山东省预备役高炮师副参谋长。二零一七年十月十七日，公丕启去法轮功学员宿桂花（七十岁）家串门，被蹲守在宿桂花家的警察绑架，被关押在青岛市即墨普东看守所。二零一八年五月二十四日，在青岛市政法委、610、市北区公安国保大队的操控下，公丕启被青岛市市北区法院非法判七年半刑期。

二零一七年七月四日晚，辽宁省鞍山市铁西分局的警察砸门闯入法轮功学员王殿国家，将他与妻子于宝芳、儿子王宇绑架，然后打着“办案”的幌子明目张胆地大肆劫掠王家的私有财物。二零一七年七月五日，于宝芳被送往鞍山市女子看守所，仅十二天，她于七月十七日在看守所内被迫害致死。之后，王殿国被非法关押，二零一八年四月二十四日被非法判刑四年，被劫持到大连市监狱。

上面只是众多法轮功学员因为信仰真善忍做好人而被非法判刑中的两个例子。这些年来法院以法律的名义走过场，对众多善良、无罪的法轮功学员非法判刑，然后把他们投入监狱，进行精神和肉体的迫害，许多法轮功学员被迫害致死、致残，有的甚至被活摘器官。

近来网上流传这样一则讽刺笑话，说中国政法大学法学院教授给学生上课，教授讲到：“现在是大案讲政治，中案看影响，小案凭关系。”一个学生愤怒地把书摔在地下，喊道：“什么时候讲法律？”教授平静地说：“把书捡起来，考试的时候讲法律。”这位教授一针见血地戳穿了中共“依法治国”的谎言。

自江泽民出自于个人的妒嫉，破坏宪法和法律，以权代法发动迫害法轮功以来，警察肆意非法抓捕、绑架法轮功学员，所谓的法轮功案子都成了敏感的“大案”，都成了“政治案件”。中共的政治就是所谓的党性。中共要求党员把党性放在首位，要求党员无条件地、盲目地听党的话、

个同修要发挥好净化同修、共同维护好纯净的学法环境的作用。

助师正法的这些年中，真正体悟到了生命在法中不断的升华，心性的提高和修炼层次的不断突破。打坐中元神霎那间可穿越自己所处很多的空间，眨眼间又回到人中来，过程不可思议的美妙。师尊伟大，法伟大，让我真正体验到“生命之庞杂将永远是人类永恒之迷”[5]的部分涵义；也能体会到法中升华后看到人类真的是处于低能生命的状态；更是常常感到生命的超然、自由；也知道自己的境界离真正法中的高境界相差甚远。

师尊无限慈悲，不记弟子过往之过，让我这个小小的生命体悟到佛法无边的内涵，弟子定会精進实修，跟随伟大的师尊回家。弟子在这里仰望师恩，叩谢师尊！

个人感悟，不在法上的地方敬请同修慈悲指正。合十。

注：

- [1] 李洪志师父新经文：《二零一八年华盛顿 DC 讲法》
- [2] 李洪志师父新经文：《世界法轮大法日讲法》
- [3] 李洪志师父著作：《洪吟 四》〈人在做神在看〉
- [4] 李洪志师父著作：《洪吟》〈真修〉
- [5] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈穹〉

实修大法 不流于形式

文：北京大法弟子口述 同修整理

【明慧网二零一八年十月十日】我是一个修了近十年的大法弟子，一直以为自己能做到用大法严格要求自己，一时做错，事后能够检视自己。每天学法炼功，近几年却觉的自己并不象开始那会儿提高的快了，好象一直徘徊在某个层次，却又不知道该如何提高。直到去年，我才真正的发现自己离大法的要求实际上还差得太远。

前年秋天，一个亲戚带着一个朋友来到家中问我愿不愿意去照顾一个老人。我以前干过保姆，活不太累，晚上还

破除旧势力的一切安排。不要维护低层人的理，忘记真正的自己是谁。大家都要严肃的对待法，严肃的对待自己的大法弟子的伟大使命，才是真正的尊重生命。

放不下人的情，修炼中方方面面都有一定的影响，比如在学法小组（点），有的同修还很讲“面子”，各种人心、同修情等的存在，使学法点没达到互相提高，相互促进的效果，使很多修炼中的问题没有得到有效解决。

记得我很熟悉的一位同修，在很多学法点都有他的身影，对同修的“事情”很是热心，同修情重；喜欢交流法理，经常讲些自己知道的同修们的修炼故事，讲的时候头头是道，逻辑性很好；但该同修很少讲自己实修的过程，同修认为自己在努力的助师正法。认识的不少同修大多数用人的观念认为他修的很好，很少有同修用法的标准对照，人的情在修炼中占了上风，没有做到大法弟子一定要维护法的要求。后来我用功能在自己的境界中看此同修外在有个假我在包着他，他交流时带着法的因素很少。

个人认为这种情况下，同修出去交流的越多，越不利当地同修跟上师父正法进程。这位同修频频被邪恶迫害直到近期出现较严重的病业，大家才意识到修炼不严肃，给法造成了不良影响，损失太大了，在我的境界中看本质上是平时修炼时同修们用情掩盖了正念的作用。

修炼的学法点上同修交流时要尽量放下人心，严肃认真的对待同修的交流，师尊赋予我们很强的各种功能，要重视用功的角度清除一些不真的因素，避免给我们证实法造成不必要的困难。发现问题要及时慈悲的指出，正念归正一切偏离法的因素及人心干扰，共同修上去，达到法中的纯净，圆容的境界，完成法徒的伟大使命！

记得在我们学法点上，有一天，在我的境界中看到师尊把一个很大的碗中盛满清清的水交给我们。我们学法点的同修一起把碗举过头顶，小心谨慎的保护。我悟到学法点每

跟党走，跟党中央保持一致。微博上曾经流传河南省内乡县法院的宣传标语，标语其中一句是“论党性不论人性”，该院院长称，当党性和人性冲突时，我们坚决只论党性不论人性。虽然中共喊着依法治国的口号，但是可悲的是，当法院院长把党性放在第一位的时候，其结果自然是践踏法律，党大于法。

“党大于法”在中共迫害法轮功上十分突出，法院打着法律的幌子，但是却不讲法律，而是根据中共政法委、610办公室（中共迫害法轮功的非法组织）的意志，对法轮功学员非法判刑。中共的“依法治国”只是骗人的谎言。法官只要党性，不要法律，不要人性，不要良知，以党治代替法治，以政治代替法治。法律成了掩盖迫害的遮羞布，法律成为迫害的工具。也有一些所谓的法官公开讲，对法轮功案子，只讲政治，不讲法律。中共打着依法治国的幌子践踏法律，对法轮功搞政治迫害。

中共的党性是邪恶的。许多法律界人士和律师指出，中共对法轮功的迫害毫无法律依据。希望被中共谎言蒙蔽的人们认清中共对法轮功迫害的非法性，也希望法官们从党文化中跳出来，找回自己的良知，做一个真正的、问心无愧的法官。

修炼园地

浅悟“修炼有素”

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十月六日】师父在法中讲：“大法弟子哪，每个人都想成为真修弟子，都想成为一个坚定的、走在神的路上的、修炼有素的大法弟子。”“作为大法弟子中修炼有素的，正念非常强、自己也知道该怎么做、修炼有素的，那是没有问题的。”[1]

我记得最开始我在读师父这段法时，把“修炼有素”误读成了“训练有素”，后来仔细看才发现是“修炼有素”。

所以，我后来对这四个字印象非常深，感觉“修炼有素”的内涵非常大，我现阶段个人的浅层次理解有：坚持不断的一直在修炼；在正法修炼中经历了各种各样的修炼实践，走过了各种各样的关难，从而有了丰富的经验，知道怎样走好走正正法修炼的路；知道在自身出现了问题，还有外部环境发生了各种变化时，怎样按照法的标准和要求去应对、解决，还有对师父和大法从根本上真正有了坚定的信念，修炼成熟了等等。

下面我就把自己对“修炼有素”的各方面的理解与同修们分享，不足之处，请慈悲指正。我理解的大法弟子的“修炼有素”体现在以下几个方面。

一、重视学法，能学好法

我看到，这么多年，凡是能从各种魔难和环境中坚定顺利走过来的大法弟子，都是能重视学法的，能学好法的。

在这样的大法弟子那里，学法已没有任何外来的强迫的因素，因为无所求的学法已是生命存在的必须的事，就象一个人需要呼吸空气一样自然和正常。对这样的大法弟子来讲，不学法或长期不学法是不可想象和不可思议的事。实践证明，在任何情况下、环境中，再忙他们都能坚持学（背）法。

正在想还有点困，要不再躺会，但母亲一句简单的问话，我突然悟到修炼人，到任何时候都不应该说出“不炼”的话，分辨出是旧宇宙因素的邪恶考验，我马上跳起来说：“当然炼呀！”以后早晨炼功没有特殊的事很少耽搁，有时做资料或做项目太晚了，夜半一～三点钟也要把动功补上是较经常的事，我知道每一次机会都不会再有，不要放弃师尊留给我们每次走向圆满的机会。

还有一次我要下楼，就听母亲说：“你要下去，把垃圾带下去。”又一句听似平常的话，去掉人的情后，境界中感受犹如炸雷，我意识到修炼人平时言谈举止，一思一念，要慎言慎行才是，同时看到母亲空间里有个不好的生命死死的盯着我。我心里说：“我已了然，你不配考验。不会往下走，我会奋力精進，真正的修上去。”

走出了情，真正的我就会通达自在。记得有一次师尊赐予我一种可以不断向上延升象光似的功柱，我可以任意在苍宇间遨游（那时境界中刚刚突破银河系），我就升起一念：“师尊，我能否看一下我的天国？”瞬间不知过了多少层空间。因为我当时发出的一念是请求师尊让我见到我曾经的天国，别无他求，所以我不敢做半刻停留，强忍眼泪，极速回返。又是穿过无数层空间苍宇的瞬间，我回到人类空间。当时正在与母亲发中午的正念，我悟到是师尊鼓励我精進实修，可圆满回家的整个修炼过程的演化，弟子在这里叩谢师尊慈悲救度之恩！

师父讲：“说到这儿啊，我就在想，这件事情有多严肃！这么严肃，很多人却不能严肃的对待！特别是一些个老的大法弟子。你想过你所有生活的一切都在修炼当中吗？你的一言一行，你所做的一切，你都是在修炼中，你知道吗？”[2]“人做神看帐上留”[3]、“时时修心性 圆满妙无穷”[4]。

大法弟子要严肃的按照法的标准实修一思一念，彻底

常人，渐渐的体悟到法中的美妙。有一阶段炼功时能感觉全身象透明玻璃似的玄妙境界，经常能体悟到被师尊不断的清洗、被法不断的净化、不断提高的状态，这阶段有时感到自己另外空间的身体，从人中慢慢的升起来，慢慢的走出来，分离出来，对人世间的事物的本质了然于修炼的境界中。

情的因素少了，净化了，在助师正法中的作用也提高了。在人的空间中很容易分辨出是这个空间因素还是法中的因素，同修在一起配合项目时，能更好的走正助师正法之路，避免很多弯路，其实法中每个项目的出现都是让我们整体提高、整体配合、更好的溶入法中，更多的救度众生的。

法中的项目是没有偶然的，不论大小，过程中人心的干扰有时是不知不觉的，按照自己的标准做，按照同修的标准做都是不对的，每个同修都要严肃对待，都要对照不同层次的法的标准做才是最好的，才能避免很多不必要的损失。

记得有一次营救病业中的同修，一位同修大姐在否定旧势力的安排时，很坚定的说了句：“咱不承认它！”大姐当时在我后面坐着，我在自己的境界中竟然看到一个法轮从她口中飞出，直奔当时病业同修空间场不好的东西飞旋过去，那个不好的东西应声而落。我悟到纯净好自己的状态，真正的提高上去才是做好大法项目的保障。

法中得知人世间、三界内，生命的状态都是在情中泡着，每层生命在每层空间都有他的使命和因缘。在人的空间里，充满着情和欲，父母、儿女、妻子、丈夫、姨姑、叔侄等相关的生命由于各种因缘互相联系着。维系着人这层空间的生命的主要物质就是情、欲，你看不破这层空间的迷，就很难修出去，成为高级生命。

放下了人中的情，用更高层空间的状态思考问题，对旧宇宙因素与一些低层空间的生命干扰就会很容易辨别出来，不走旧势力的安排。有一次早晨炼功，我还没起来，就听母亲问我：“你还炼不炼呀？”原本安逸心时有时无的我，

因为他们已从长期的修炼实践中，也就是实修中，从内心中体会到了大法的威力，对师父和大法充满信心，他们在不断的学法中获得师父的加持，补充进强大的能量。他们知道只有大法才能使自己生命从本质上发生改变。只有心中有法，才能抵挡这最复杂和败坏的末劫乱世的诱惑与干扰，从法中获得了智慧，才能明辨善恶与真假，从而走出各种魔难。才有足够的正念去救人。他们知道能真正学进法的本身就是在自己对应的宇宙大穹的无量众生在被大法救度。

而他们也明白，学法时，不能流于形式，一定是学懂了法，学进了法才能得到法、在实修中同化法。因为师父告诉我们：“有大法在，你真的把那大法学进去了，才是真的在。真的修进去了，真的成为一个真修弟子，那才是有大法在什么也不怕。”[1]

我知道很多同修为了学好法，有更好的学法质量，一直在坚持或已经开始背法。他们克服了畏难的心，不被记性不好，或年龄大的假相阻碍，他们在不断的背法中消除了各种思想中、身体上的邪恶与业力，使自己能随时保持一颗慈悲、祥和的心态，在遇到关难时，因为心中有法、充实着法，所以正念十足，遇事沉着冷静，意志坚定，不被人心执著、观念与思想业干扰和左右，就能很快闯过魔难和否定旧势力的安排。

其实，对这样的大法弟子来说，他们时常能体会到学法入心时，溶入大法的幸福、美妙和无比的殊胜。一个真正明白学法重要性的大法弟子，就会克服一切困难和破除一切干扰去学好法。其实，我们对师父和大法的正信与坚定，我们应有的强大正念，我们要想成为师父说的“修炼有素”的大法弟子，就来自于不断的学进了法，学好了法。

二、向内找

经过这么多年的正法修炼实践，一个真正成熟坚定的大法弟子已经基本上能随时向内找，遇到矛盾、麻烦、各种

魔难都能及时向内找，当然有的当时就能守住心性向内找，有的当时守不住，过后清醒过来也能找到自己的原因，从而真正提高上来。

我记得七二零之前，师父就给我们讲过：“有问题向内找，这是大法弟子与常人的根本区别。”[2] 我认识到，向内找是师父对我们的要求，给我们安排的实修之路。大法弟子时时能无条件向内找时，就是在提高心性，在实修，就是一个真正修炼的人的真实表现，就有师父在管，那不是承认旧势力，更没有在旧势力的安排中向内找的说法。

旧势力是不会让我们向内找的，因为我们在向内找的时候，躲藏在人心执著表现后面的各种邪恶就会暴露出来，被法清除，再后面的旧势力及其安排也会被清除和否定。在人这面，我们向内找只是一个简单的思想表现和行为，但在那极度复杂的宇宙空间中，我们向内找时，很可能就是我们同化法、修成的一面在正法，在超越一切时空、迅速的找到、清除和解体邪恶，这时，伟大的师父也在加持和帮助我们。人这一面的简单一念，在无垠的宇宙穹体中可能就是一个无比壮观的天翻地覆的巨大变化。

而且我悟到，将来在新宇宙中，正法时期的大法弟子已同化了法，成了不同层次宇宙的主宰者，在其所管辖的宇宙范围内，一旦在漫长的岁月中，有局部出现了坏的表现，就会自动迅速的查找到表现后面实质的原因，并用法去归正变异和败坏，圆容和弥补漏洞，从而使宇宙永恒不灭。

向内找内涵很深，意义重大，不是我们表面看到的这么简单。

所以旧势力只会千方百计阻挡我们向内找，或在你向内找时避重就轻、用假相来掩盖真正的实质，让你产生：找不到或找了也不起作用的错误认识。我想：在我们思想中反映出来：向内找就是承认旧势力的迫害等等这些念头本身可能就是旧势力弄来的。这些错误的念头阻挡着我们的实修和

们不断的修炼延长时间，为的是让我们修炼都到位，才能真正完成救度众生的神圣使命。

弟子深深拜谢师父的慈悲救度之恩！深深拜谢各位同修的无私帮助！不足之处，请慈悲指正。

合十

注：

- [1] 李洪志师父诗词：《洪吟三》〈麻烦〉
- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈何为忍〉
- [3] 李洪志师父经文：《致巴黎欧洲法会的贺词》
- [4] 李洪志师父著作：《各地讲法十》〈曼哈顿讲法〉
- [5] 李洪志师父经文：《二零一八年华盛顿 DC 讲法》
- [6] 李洪志师父经文：《二零一五年美国西部法会讲法》
- [7] 李洪志师父著作：《瑞士法会讲法》

（二零一八年欧洲法会发言稿）

浅悟没有情的感觉

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十月八日】“我知道没有情那是啥感觉，（师父指心，笑）对众生它是慈悲的，与情是完全是两回事。它是一种广义的，但是对那个情的感觉是一种多余的东西、厌烦的感觉，就象你听到感觉到反感的東西、你看到不该有的东西一样，是排斥它的。”[1] 正法进程到此刻苍宇时空点，个人认为，我们作为大法修炼者从法理上讲也应该升华到此才是。修炼人如何达到跳出情、走出人达到法的标准，个人悟到，归根到底是对世间一切的舍弃，对名利情的舍弃，根本上还是对情的舍弃。没有了情才能用慈悲看世界。

随着师尊的大法在世间的洪传，正法时期大法弟子在助师正法中不断的纯净自己，我也逐渐从修炼前情欲满身的

我认真的告诉自己，从今天起，我要努力成为一个时时、事事都是为了别人而活着的无私无我的生命。几乎是彻底找到、并且放下这个妒嫉心的那天晚上，师父就点化给我智慧、让我解决了另一个救人项目中长达一年没有解决的一个技术难题，有了突破。我不禁唏嘘长叹，感叹原来宝贵的救人项目的岁月是蹉跎在自己那个私念之中。

我曾经一直思索师父讲过的这句法的内涵：“过去的修炼人是一个执着、一个执着的去，你们是，几乎是所有的执着都在，把它一层一层的去减弱、减弱、减弱、减弱，减的越来越弱、越来越少”[6]；“我们很多人修炼了很长时间，发现思想中还有不好的思想，你要抑制它就能抑制住。因为它虽然越来越不好，越来越表面了，但是它却越来越弱，因为它没有根了。”[7]

一天看见两个人在田地里干活，一个人把过了季节的玉米秆从田地里拔出来，另一个人用剪刀从根部开始把它们一节节的斩断，直到最后都变短可以集中回收销毁处理。我似乎豁然开朗、更加形象的理解了师父关于去执着心的法理。每一根玉米秆就象一个执着心，首先我们要从根子上把它们找到，挖出来，挖根；然后，我们要不停的把这个执着心从根子上开始斩断、斩断、再斩断、直到最后一起被法彻底销毁干净。这两个人做的事情，就好像是自己每天修炼的必修功课。所以碰到矛盾一定是好事，一定是给我们机会去执着心、并且好好修炼提升的。

只有我们都提升了，达到新宇宙的标准了，救人的目标也就能自然而然达到了。

有一个梦境迄今历历在目：师父被一群旧宇宙的神重重包围着，那些旧势力对着师父吵吵嚷嚷：“为什么还不结束？”面对这些，师父平静而慈悲的说：“我就是要他们都归位。”

醒来之后，我深深体悟到，师父用无量的慈悲，为我

升华，使我们不愿或不能向内找。

师父在《二零一八年华盛顿 DC 讲法》中已给我们讲的很清楚了。

在这此讲法中，有弟子问：“当大法弟子经受魔难时，有的大法弟子认为不能先找自己、应先发正念，如果找自己就顺着旧势力走了。”[1]

师父说：“唉，（师父笑）我通常哪，都是说，遇到问题先找自己，（师父笑）看自己有没有问题，自己有问题马上改。发正念呢，是真的你知道有魔对某件事情、或者真的是魔在干扰，你得知道它真是它，你发正念。而且呢，这个发正念不要针对什么都发正念；你本来自己做错了也发正念，你的正念这时要真起作用就整你了。（师父笑）”[1]

我想，不管旧势力的安排如何恶毒、如何复杂，它只能通过人心执著来起作用，旧势力的一切干扰破坏，也都是因为抓住了修炼人的人心执著的把柄。在法上向内找就是在去除人心执著，以及它们后面牵扯到和关联到的实质的邪恶生命与因素，这本身也正是在否定旧势力的安排。我发现，很多时候，只要我们一真心向内找，矛盾马上就化解，魔难马上就被清除了……别忘了，其实我们一直是有师父管的，师父法力无边，无所不能，就看我们能不能真心的向内找，马上改正那个错误。

实践中，我们无数次看到，有同修在魔难中真心想找到原因所在，敢于面对在自己这里表现出的问题和错误，想从内心升华上来的时候，师父就会点化，就能找到真正的原因，魔难很快就被清除，那效果真的是立竿见影的。

但我也有个认识：向内找是我们时时都应做到的，不能等到迫害发生时，有大的病业状态时，才觉的那是魔难，应该向内找了。其实我们平时在平淡的生活和工作中，各种心性上的触及都是魔难，比如谁说了不好听的话了，谁让你反感生气了，突然间想起谁怎样伤害过自己了等等，这都是

魔难，只不过表现有大有小，它们后面都有对应的人心，都需要我们向内找，去掉人心，提高上来，同时也消掉了业力。这样就不容易造成业力堆积太大形成难过的大难。

三、能够不断的总结自己在修炼路上的经验和教训，重视明慧网的交流

修炼的路上，有顺利和成功，也有坎坷和挫折，每个人在修炼中都有经验和教训，走过来的各种状态和表现都是将来的参照。而在这过程中能不断的在法上把自己的修炼实践做一个总结，从而有一个理性升华，那这样的升华就是扎实的，提高也是非常快的。而对正法来讲，对将来的新宇宙来讲这些总结都是一笔笔不可多得的宝贵财富。

常常能对自己修炼过程做出回顾和总结，能明明白白的去修，知道自己在某一时间的证实法中，在修炼中为什么成功，也知道为什么失败，使自己的修炼更为理性和成熟，同时也可以为其他同修提供参考和借鉴，使自己不再犯同样的错，也使别人少走弯路，促进整体提升。这样做就会使自己的修炼越来越有素。

所以有条件的同修应尽量多动笔，写出不同时期自己修炼过程中的经验与教训，投稿明慧网，同时不执着于发不发表，因为我们在写稿时就是一个修炼过程，就在受益，就在增强正念，解体邪恶。我发现自己在真心的向内找修自己，平和的善意的提醒别人时，在这种状态下写出来的交流稿都发表了。而一旦目地不纯，想证实自己，或没有找自己，看到别人的问题时，言语激烈，用词尖锐，带着指责和想强烈改变别人的心时的稿件都没发表。还有，有强烈求发表的心时也不会发表。

修炼没有偶然的事，有师父法身和众神看护的明慧网更不会有偶然的事，发不发表都应找自己，看看这时表现出了什么心，去掉它，这就是我们升华的好机会。另外，我们积极的投稿明慧网，本身就是是在支持和圆容明慧网，若把明

各种表现、根源和危害，以及和其它执着心之间的关联。看完之后，发现自己也有隐藏很深的妒嫉心，原来自以为自己修的不错、不愿意承认，可是它确实在那儿，透过各种矛盾的现象都能找到它。以前找到的执着心比较肤浅，没有真正挖到根源。甚至当我意识到别人的妒嫉心的时候，其实并不是让你知道这个表面的事实，而是为了点化自己也有妒嫉心、自己也一定要去这个心的。

从理性上看，师父传授我们宇宙大法真、善、忍，告诉我们：“作为修炼人呢，你们要修的是为他、为公，生命都变成正法正觉的生命，这是指修炼人。”[5]

可是妒嫉心正好与宇宙“为公”的特性完全对立的、纯粹是为私的，看到别人好了还不高兴，这不是首先要去掉的么？有一种旧势力的状态表现也是妒嫉心，自己的妒嫉心不正是旧势力的干扰表现吗？难道不应该彻底根除吗？其实所有执着心的根源都是私心。

经过将近两年反反复复的修心，终于有一天在集体炼功后，因为讨论关于孩子的一个话题，同修讲了这样一句话：“要多看到孩子的天赋和长处。”听到这句话之后，在回家的路上，我一直反反复复在心中回味这句话的意思，想到与那位同修的长期矛盾，我突然豁然开朗，是啊，尽管他有这样那样的不足、尽管过去发生了那么多痛苦的摩擦，可是为什么不能看到他的长处和天赋呢？他的那个优点难道不是闪闪发光的吗？为什么老盯着不好的东西呢？那不是变相的妒嫉心在作怪吗？

回到家中的时候，觉的与那位同修两年多的瓜葛矛盾终于彻底放下了。而且，是我真正坦然放下了一切是非恩怨、不再去跟他争什么，就象什么事情都没有发生一样、就象我与他刚刚认识的当初那样、无条件的去配合、帮助他完成他想做的事情。越是这样做，我觉的自己的精神越轻松、空间场越亮。

执着心包括妒嫉心、不能被说的心、争斗心等等。这些心不去，在工作、生活的方方面面都体现出来魔难。

一次集体背法结束后，一位同修主动交流了她今天学到了师父以下这段讲法的深刻体会，师父说：“你们从现在开始也是这样，不管你对和不对，这个问题对一个修炼人来讲根本就不重要。不要争来争去的，不要强调谁对谁错的。有的人总是强调自己对，你对了、你没错，又怎么样呢？是在法上提高了吗？用人心强调对错，这本身就是错的，因为你是用常人的那个理在衡量你自己，你用常人的那个理在要求别人。在神来看一个修炼人在世间，你的对和错根本就不重要，去掉人心的执著反而是重要的，修炼中你怎么样去掉人心的执著才重要。”[4]

我听到同修的交流，马上意识到自己就有这方面的执着。集体学法结束后自己马上把师父的这篇讲法认认真真从头到尾读了一遍。既然找到了这个执着，我就去体会师父的这句话：“修炼中你怎么样去掉人心的执著才重要”[4]。问自己，怎么才能去掉这个不能被人说的心呢？

师父在讲法中说：“有对爱面子心的执著，叫人说了觉的不好意思，就会在这方面触动不能被说的心。也有的人觉的自己是项目负责人不能叫人说。也有人在哪方面有特长不叫人说。也有人对别人有不好的看法因此不能叫人说，等等方方面面啦。”[4]对照自己，都占全了。于是坦诚与同修交流自己的体悟，并且下定决心，这个心“一定得去，一定得去，一定得去”[5]。果然这个心就减弱了不少。

真诚的感谢明慧网，感谢同修一起营造的修炼环境。那一段时间，几乎每天都能收到一、两篇同修转过来的明慧网的修炼心得交流文章，交流的非常好。往往是一边看同修的体会，叹息之余，赶紧打印出来，随时提醒自己、对照自己，通过这种方法，很容易就找到了很多自己原来根本就意识不到的执着心。记的其中有一篇就深刻的剖析了妒嫉心的

慧网比喻成一座辉煌壮丽的宫殿，我们的一篇篇投稿不就是建成这座宫殿的砖瓦木石吗？即使没有发表，我们的投稿也使明慧编辑部多了一个选择，那也是我们的荣耀，其实我们每一篇用心的写稿，都在宇宙中有记载……那是大法弟子的荣幸和永远的威德，我们将来一定会看得到。

明慧网是师父一再肯定的，那是师父给我们安排的不可多得的整体交流和提升的平台，无可替代，弥足珍贵。重视明慧网上全世界大法弟子的交流，那对我们的修炼就是极大的促进。在这么多年的修炼实践中，我体会到：重视和尊重明慧网，能使我们见证师父和大法的伟大，放下自大与自我，消除狭隘和偏见，扩宽视野和胸怀，使我们的谦卑的溶入到大法弟子的整体之中，在思想中更好的保持修炼的概念，不被外界的变化带动和干扰，不忘大法弟子的责任和使命，不懈的跟上师父的正法进程。

四、在法上有主见，又能听进任何意见

我觉的一个能称得上“修炼有素”的大法弟子，是有主见的，这种主见来自于不断的同化了法，对法有深刻的认识和理解，遇到事都会用法来衡量对错，辨明是非，不会跟人跑，不会人云亦云，不会总被情面左右或被外部环境的变化带动等等。

但有主见却不是刚愎自用，或强势自我，相反，我们在强势自我时，恰恰是被不好的生命或因素左右，埋没了真我本性，主意识很弱的表现。此时是主意识控制不了身体，身体和思想被魔性操控了。而那种真正的主见来自于法，是符合真、善、忍特性的，所以在法上有主见的大法弟子往往心态平和、待人诚恳谦逊，能听进任何意见。

能听进任何意见是一个生命的智慧，也是我们有能时时向内找的良好修炼状态。师父叫我们看到别人之间发生矛盾作为第三者的我们都要找自己，何况是别人直接针对我们提出的意见呢。当然这些意见有好听的，非常善意的，提

意见的人是我们亲近喜欢的、佩服的、尊重的，这容易听进去。但也有不好听的，甚至非常刺激的，提意见的人是我们讨厌的、反感排斥的、瞧不起的，这时就很难听得进了。

但修炼不会有偶然的事，很可能别人来给我们提出的不好听的意见，根本就是师父的安排，这时能不能听进意见，那就看我们能不能时时保持修炼状态了。当然这非常不容易，因为“不刺激到人的心灵，不算数，不好使，得不到提高。”[3]不过即使当时被刺激守不住，暴跳了，炸了，过后冷静下来，也得回忆回忆别人说的内容，想想自己是否真有这样的问題，往往能这样想时，一定能找到自己的问题，保证是这样。我发现每当自己这样做了的时候，对别人的怨气就没了，取而代之的是对别人造成伤害的愧疚和真心的感激。

正法修炼如逆水行舟，修炼的路也很窄，在这条艰辛的路上，邪恶又虎视眈眈，能有别人特别是同修来提醒，那是我们的福份和幸运，忠言逆耳利于行，非常的值得感谢和珍惜。

一个真正想提升自己的大法弟子，一定能听进任何意见。因为去掉执著和不足、改正错误我们才能升华。很多时候我们自己想找那些不足还找不到呢，因为有些执著早已形成自然，我们自己根本都意识不到了，别人能给我们指出来，那不是太好了吗？真能这样认识，那不就是“闻过则喜”吗？那就是修炼人“修炼有素”和成熟的表现了。

五、修炼中能做到坚持不断

从古至今的修炼中，有两个字最难：“坚持”。在漫漫的正法修炼路上，真的不知哪里是尽头，特别是天目闭着修的，基本上什么感受也没有的，就更难。而一路上又险象环生，荆棘纵横，魔难重重，有多少歧路，又有多少陷阱……所以惑乱中有多少“昔日同修”至今没走回来；压力恐惧中，有多少人至今没走出来……坚持的坚定的一直走在这条路上的大法弟子，不容易也了不起。

由于各种原因，感觉自己几乎走到了山穷水尽，背负着重重生活困难和修炼中的问题。去年我参加了巴黎欧洲法会，得到了师父的开示：“大法弟子是人类的希望，而且是唯一的希望。救度众生是我们的使命，责任重大，唯有修炼好自己才能做好大法弟子必须做的事。”[3]再次悟到，一定要向内找自己，好好修自己。法会上两位同修的发言让我感动的流了泪：一位项目协调人在受到来自多位同修的种种严厉批评之后，通过每天大量学法、无条件的向内找，从而提高了心性；第二位同修在过关时，每天学三讲《转法轮》，在法上精进不断升华。

法会回来后，我想，没有其它捷径，只能向内找，在做三件事上下功夫。怎么办呢？下决心开始背法。在师父的慈悲安排下，参加了一个集体背法小组，不求速度，只求质量，每天背法两个小时。

刚一进去，就被大法强大的能量场所吸引。我发现，只有当自己真正怀着一颗对宇宙大法的虔诚之心、一个字一个字的读、一个字一个字的学、用心体悟并且同化大法、用法来归正自己之时，法背后的内涵才会展现出来。亲身体会到了溶于法中的美妙感受，全身几乎都动不了。学法、发正念或炼功时感觉到浑身发热或者被灌顶。思想中很多那些杂念感觉几乎被一扫而光，经常能体会到内心慈悲、慈祥、安宁、祥和的心态。当时那位同修提出了一个不合常理的要求，我不但当时没有生气，而且慈悲平和的对他说。当下师父就给我灌顶，约大半个钟头，全身每个毛孔都是暖暖的，非常舒服。我知道，这是师父看到面对不合理的要求、在不公平的对待之时，还能保持不动心的状态，这颗心的的确确修上来了之后，给我的加持和鼓励。

可是矛盾只是表面上平息，依然没有从根本上解决，去掉了一层，还有一层。同时尽管自己去掉了一些表面上的执着心，可是并没有挖出所有的执着心的根源。而且自己还有一些根深蒂固的执着心都没有意识到，更没有去掉。这些

去同化新宇宙的标准。

同修的表现又给我重重的考验。我在万分苦恼之余悟到，新宇宙是为他的，旧宇宙是为私的，我看到的他的状态不正是提醒我要修掉自己的私心吗？我原本就是为了救度众生的大愿才要做这件事，什么也不要，只要众生都能得救。我不知不觉的生出了一个无私大愿，不禁微笑了起来，内心的安宁祥和油然而生。而这边一修上来，几乎是同时，那位同修就发生了改变，开始配合起来。

我想到是为了救度众生的大愿，才敢于放下人中的一切，来承担这件事情；就算要舍弃一切，耗尽一切，也无怨无悔。学习《转法轮》第四讲时，突然明白了他在帮我消业、给我德、提高心性、帮我长功。在那一瞬间，不仅不生气了，而且发自内心的真心谢谢他帮我修炼提高。

一悟到这个之后，第二天他就打来电话，说他没有原来的那些想法了，表示要好好配合。之后，我每次只要一开始看或读《转法轮》时，就体会到天目被大法强大的能量场包围着，是因为我的心性在各种考验中在不断提升，师父给我能量加持之后出现的自然状态。

那时为了提升修炼状态，我有意识增加了学法、发正念的时间。每天先学一讲《转法轮》，还有师父的经文，保证五至六次发正念。在大量学法后，一下子悟到，不管表面上的对错如何，在和同修的矛盾中、在他的负面言论中，我的确动了常人之心。于是我就放下这些常人心，向内找，发现原来那个与同修经常发生矛盾的，是一个由大量业力和观念构成的假我，而真正的真我是无私的、为他的，绝对不会与人发生争论的。

在一瞬间我感受到了真我的那个宁静、祥和的状态，真的感觉到修炼上一个很大的提升。当天晚上做梦就梦见了自己在一个大明亮的大厦里面，在一个直升电梯上不停的上升。

别的先不说，一个大法弟子能多少年如一日的每天做到坚持不断的学法、炼功的本身就是一种了不起，因为在这过程中，有各种各样的干扰，有内在的，外在的……坚持下来的本身就是克服了种种困难和障碍的，而在这基础上能去做好师父要求的三件事，那就更不简单了。

其实我看到不少同修，出了很多问题，或处于各种魔难，就是从这每天必做的“功课”上出问题的，或三天打鱼两天晒网，或长期不学法不炼功……所以先得坚持做好这基本“功课”那才是“修炼有素”的前提。

人往往顺利的时候较容易坚持，但正法修炼不容易，修炼也不可能一帆风顺，再加上旧势力的参与和干扰，所以会有坎坷，有挫折，也可能会犯各种各样大大小小的错。在挫折和失败中最容易让人丧失继续前行的勇气和信心，这时能尽快爬起来坚持往前走，坚信师父和大法，不消沉，不自暴自弃，不被魔难打垮，不执著于自我，把众生的安危放在心里，这时的坚持就是最可贵的，也是最了不起的。其实，不管一时做的再不好，魔难再大，只要能坚持做好师父要求的三件事，那就是在否定旧势力的安排，众生就有希望。大法弟子应有的金刚般的意志，对大法坚如磐石的正信就在这坚持中铸就。

多年来一路风雨和坎坷走到今天的大法弟子，每一个人真的都不容易，虽然其中经历过太多的迷茫、辛酸、曲折与坎坷……但是有师父在，有大法在，是师父的大法指引着我们，是师父牵着我们手，把我们一次又一次的从黑暗中、绝路上、歧路上拉出来，引领我们走向光明，走到了今天，我们是最幸运的生命。

很多时候，我们不知道自己能成为师父的弟子，能得到大法有多幸运。历史上，一个人想修炼，最难的就是能找到真正能度他的师父，否则一个人再有修炼的愿望，根基再好也枉然。而且那些修炼都是修副元神，很多要一世一世的还命才能有修炼的机会，很多在修炼中一个错念就会永远失

去修炼的机缘，很多即使说修炼圆满了其实都没出三界，很多没有真佛度他，拜了假佛，苦修成了，上面也没有天国要他。

到哪里能找到这样的师父：能真正度他，保护他，教给他能真正修炼回升、提高层次的大法，能给他消业，能给他平衡好生生世世和各个层次的一切，为他善解一切渊怨，让他一世就能修成，在他动了无数错念，做了各种错事，甚至背叛了师门时仍在给他承受，给他修炼的机缘和机会……想一想，能做到的，已经给我们做到这一切的，是谁呢？不就是我们慈悲伟大的李洪志师父吗？我们真的是太幸运了太幸运了，这种幸运是万古难遇的，是开天辟地都没有过的，唯此大穹从组，宇宙正法仅有的一次，将来永远永远也不会再有的，太值得我们珍惜了，也是旧宇宙历史中所有生命应该万分珍惜的。我们有这样慈悲伟大的师父，如果我们都不能被救度，那还有谁能度得了我们呢？

我们一定要珍惜，即使以前再糊涂，现在明白了，从下一秒开始，我们就开始珍惜。一定要做一个师父说的“成为一个坚定的、走在神的路上的、修炼有素的大法弟子”[1]

怎么办呢？我想，那就是坚持，坚持不断的学好法、坚持炼功，坚持实修向内找，坚持证实法救众生，一直坚持到跟师父圆满回家的那一天，成为各自世界中众生无限景仰的，从最艰苦、最复杂、最败坏的末劫乱世走出来的，经过了千锤百炼，有着助师正法威德的主与王。

注：

[1] 李洪志师父经文：《二零一八年华盛顿 DC 讲法》

[2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈致大法山东辅导站〉

[3] 李洪志师父著作：《转法轮》

挖去执着心的根

文：瑞士大法弟子

【明慧网二零一八年十月九日】

尊敬的师尊好！

同修们好！

作为一名正法时期的大法弟子，个人修炼是基础，救人是责任。在最近两年的修炼中，我证悟到个人修炼和正法修炼的进程息息相关，密不可分。如果修炼人不能去掉个人的执着，救人项目的目标就根本完成不了。只有彻底放下自我、放下各种各样纠缠的人心、执着、情，慈悲之心产生出来之后、达到无私无我的状态时，才能做好项目。

正如师父所说的：“天地难阻正法路 只是弟子人心拦”[1]。

我曾经在正法修炼中领悟到，要运用一些专业技能来证实大法、救度众生。这个过程孤独、漫长而又艰辛，而且不容易被理解。一度听到一些负面言论，因为生存压力过大，具体事情太多，学法炼功时间不够，暴露出了很多人心，包括委屈心、争斗心等等。当自己执迷不悟时，矛盾会继续扩大、加深，事情更加复杂。而一旦放下自我，从中跳脱出来，真正在法理上提升时，自己的修炼状态才会有本质上的升华。

比如，在矛盾激化、自己绝望、伤心和痛苦的时候，我曾经将师父的经文《何为忍》抄写数遍，还反复学习师父有关“大忍之心”的讲法，想修出“大忍之心”。觉的心里平静了一些，但是觉的还是没有达到师父法里讲的：“根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍。”[2]

我就静下心来问自己：怎么样才能修出修炼人的忍呢？这时正巧对我有误会的同修一个电话打来，在那一瞬间、在师父慈悲加持下，一下子对他生出了慈悲宽容的心，放下了气恨、心里马上宁静了下来，神清气爽，体悟到了“修炼者之忍”[2]的状态。原来师父要我修忍，让我无论在同修发生什么不好的事情，都再也不要去想同修的不好，就算摆在眼前，也不要想，修自己。我决心改变自己的旧观念，主动