

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 在正法修煉中修成新宇宙正覺

第 1159 期（二零二四年一月二十六日）

www.minghui.org



图：巴西法轮功学员二零二四年一月十二日在圣保罗布拉斯区（Brás）集体炼功，传递法轮大法的美好。

本期内容提要

- 【修炼】在上不去明慧网的这些日子里
- 【修炼】再用心把救人的资料做的好一点
- 【修炼】在配合中修去自我

目 录

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报 3

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选 7

◆修炼园地

在上不去明慧网的这些日子里 9

信师信法 突破网络封锁 11

再用心把救人的资料做的好一点 13

在配合中修去自我 15

对大法弟子离世的再认识 21

再去妒嫉心 24

在与母亲共同学法中修心去执著 26

挖掉怨恨心的根子 29

◆时事评论

从十亿到十亿 33

耳熟的命令和又一波心悸 34

【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”。】

海外学员正法修炼活动简报

欧洲二零二四年一月十八日，欧洲议会议员在**法国**斯特拉斯堡的欧洲议会总部，以压倒性的多数赞成票通过第2024/2504（RSP）号决议，要求中共立即停止对法轮功学员的迫害，要求“立即无条件释放丁元德先生和所有法轮功学员”。决议要求对所有迫害法轮功的责任者和组织实施制裁。该决议呼吁欧盟委员会和成员国政府立即采取行动，谴责中共滥用器官移植、强摘人体器官的行为。该决议由欧盟多国议员跨党派联合发起，决议内容将转发给欧盟各机构、各成员国政府和议会以及中共政府。

在表决前一天晚上，议员们在斯特拉斯堡欧洲议会大厅对草案展开了辩论。多国议员发言，谴责中共视法轮功这个修炼团体为敌人，极尽残酷手段，要求欧盟对人权迫害参与者实施实质严厉制裁。欧洲议会德国基民盟议员麦克·加勒（Michael Gahler）在发言中提到：“修炼法轮功并不伤害任何人，也不对国家构成威胁。但是从一九九九年开始，中共把修炼法轮功视为对其意识形态的威胁，从而发动迫害。具体的案例就是去年发生的中国法轮功学员丁元德被非法审判事件。”“所有这些人，（中共）都必须无条件释放，并允许他们信奉自己的信仰或文化，这也是中国宪法所规定的。”

意大利无党派议员法比奥·马西莫·卡斯塔尔多（Fabio Massimo Castaldo）十八日在决议通过后，走出议会大楼，与在场的法轮功学员见面，他鼓励法轮功学员继续坚持下去。

一月十七日和十八日，来自法国和德国的部份法轮功学员在欧洲议会前，向前来欧洲议会的各界人士讲述中共二十四年来对法轮功的迫害，呼吁欧洲议会议员制止中共迫

害法轮功。旅居德国的丁乐斌先生向欧洲议会讲述了他的经历以及他的父母在中国所遭受的迫害。欧洲议员亲自与活动场地的法轮功学员见面、交谈，支持法轮功学员的行动。

一月十六日至十七日中共总理李强访问**爱尔兰**期间，当地法轮功学员一直在首府都柏林和平请愿，告诉世人法轮大法好，同时揭露中共对法轮功学员长达二十四年多的迫害。过往车辆向学员鸣笛表示支持，也有司机特意打开车窗，对学员竖起大拇指。也有行人在了解真相后与学员一一握手表示支持。爱尔兰法轮大法佛学会在李强抵达前夕，向爱尔兰总理递交了请愿信，呼吁当局在会谈中，向中方提出法轮功学员在中国所受到的迫害。爱尔兰和英国媒体对此进行了报导。《爱尔兰检查者报》(Irish Examiner)对法轮功学员的诉求以及中共对法轮功学员的迫害做了专题报导。爱尔兰参议员马尔科姆·伯恩(Malcolm Byrne)也要求当局在与李强会谈时，以人权问题为先，并表示爱尔兰与中国之间的往来并不意味着对中共“持续侵犯人权的行为视而不见”。

总部位于意大利都灵的杂志《寒冬》杂志(Bitter Winter)一月二十二日刊登记者马可·莱斯宾蒂(Marco Respinti)的文章说，欧洲议会谴责中共迫害法轮功，并呼吁欧盟打击所有迫害法轮功学员的肇事者和实体。

从二零二四年一月初开始，**俄罗斯**法轮功学员们都会聚在一起集体学法炼功。学员们交流和分享自己践行真、善、忍的原则，克服人生障碍、改正错误、提高健康水平的经验。他们中的许多人最近才开始修炼法轮功；有些人已经炼了二十多年，但学员们都有一个共同的愿望，那就是通过修炼改善提升自己。已经修炼十二年的叶卡捷琳娜分享了自己修炼后总是能在集体修炼的环境中感到身心放松、吸收正能量，同时也看到了自己的缺点和不足。

二零二四年一月十二日，**巴西**法轮功学员在圣保罗布拉斯区（Brás）举行了弘法活动。法轮功学员们有的向过往的人们举起真相展板，有的举着“法轮大法好”横幅，有的发真相传单和《明慧周报》，有的进到沿街店铺里讲真相。许多市民会过来主动向学员拿真相资料。尤其对于从中国来的新移民来说，他们在国外见到法轮功、接触到真相，这种强烈的反差，让他们很惊讶、甚至目瞪口呆。布拉斯区是巴西有名的商业批发中心，聚集了很多华人在此做生意。学员们为了让他们了解真相，几乎每天都会来此发《明慧周报》、讲真相做三退，告诉他们法轮大法的美好、揭露天安门自焚的谎言、中共迫害法轮功的真相。

日本国际交流节“和平与爱”活动，于二零二四年一月十四日在广岛市中区的HIROSHIMA GATE PARK（旧市民球场遗址）举行。法轮功学员作为参展团体之一，参加了舞台表演和设立了展位，向人们介绍法轮功及其在中国遭受的迫害事实。本次活动实行委员会副委员长河野房子（Kouno Fosako）来到展位前和学员合影留念。广岛的法轮功学员从二零零四年开始参加“和平与爱”的活动，实行委员会成员由开始的不明真相，到了解真相，感受到了大法的美好。

印度班加罗尔的部份法轮功学员二零二四年一月七日参加了第二十一届奇特拉·桑特（Chitra Santhe）艺术博览会，向民众展出“真善忍国际美展”中的七幅作品。学员们还在现场演示了平静舒缓的五套功法，不断有观众来此参观。在学员的讲解下，观众们对艺术家的心灵历程有了更多的了解，他们纷纷表达对真善忍价值观的认同，并表示希望更多的了解法轮功。

印度法轮功学员二零二三年十二月二十二日至二零二四年一月七日参加了两大书展——第三十四届印度维杰亚瓦达（Vijayawada）书展和本地治里（Puducherry）的

第二十七届国际书展，不少人通过书展了解法轮大法和中共迫害法轮功的事实。法轮功学员的展位都被安排在显著位置，展示了真善忍国际美展中的几幅精选画作。二零二四年一月三日，泰卢固语报纸《安得拉乔西报》（Andhra Jyothy）的一名记者和一名摄影师参观了维杰亚瓦达的法轮功展位，并拍摄了真善忍国际美展的画作。他们向展位上的学员详细了解了法轮大法的讯息，并在第二天发表了一篇关于法轮大法的文章。

韩国首尔天梯书店二零二四年一月四日举办二场纪念《转法轮》出版二十九周年读书会，来自首尔地区、庆南、居昌、群山等韩国多个地区的七十多人前来参加。与会者并分享了各自在阅读《转法轮》、修炼法轮功后的身心变化。他们有的表示修炼法轮大法后“健康和性格都变好了。”有的说：“能遇到改变自己 and 周围人命运的《转法轮》，真的很幸运，非常感谢。”“找到了人生的指南”“大法在乱世中给他们带来希望”等。退休教师柳弼男（Ryu Pilnam）女士开始修炼法轮大法六个多月，她说自己读完《转法轮》后，人生发生了巨大变化。▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

黑龙江哈尔滨市道外区法轮功学员李玉珍，二零二四年一月初被黑龙江省女子监狱迫害致死。李玉珍被该监狱送到医院，大约一周左右在医院含冤离世，终年约七十四岁。在入狱前她很健康。李玉珍被哈尔滨道外区法院冤判四年，于二零二二年一月七日被送往黑龙江省女子监狱遭受迫害。

吉林榆树市八十八岁的法轮功学员徐景超被长春市公主岭监狱非法监禁了三年八个月。二零二三年八月五日，家人去接他出狱，老人是被人背出来的，而且几乎呈死亡状态，他没有意识，不会说话，仅剩一口气。家属立即用车将老人送医抢救，几家大医院都不敢接诊，家人只好找了一家有熟人的小医院，打了几针才接回家中。经家人的精心护理，目前徐景超老人勉强能够自理。据悉，监狱对老人迫害严重，又怕他死在狱中，于一年多前要释放他，但是榆树市政法系统的某个部门就是不签字，足足拖了一年。

山东聊城市茌平区法轮功学员徐金凤，二零二三年十二月十一日被非法庭审，二零二四年一月十日被聊城市东阿县法院非法判刑七年，并勒索罚金一万元。二零二二年八月十二日晚九点，聊城市公安局及茌平区国保大队、“610”、振兴派出所等约三十余人，非法闯入法轮功学员李传禄家中，绑架了十几名法轮功学员，并抄走相关大法书和物资。路金玉、刘明森、王成国、徐金凤、商素芳五人被非法拘禁在茌平区新政路尚客优宾馆内所谓“批评教育”强制洗脑，于八月三十一日回家监视居住。徐金凤被迫害离家出走，十月三十一日在出租屋内被茌平区公安局国保警察绑架。

辽宁大连市开发区法轮功学员闫善卫，二零二三年六月十日在开发区滨河公园小区发放救人的真相资料时，被大连市开发区公安局湾里派出所警察绑架，非法关押在开

发区看守所构陷。二零二四年一月三日，他被大连市普兰店法院非法枉判五年，勒索罚金两万元。

湖南湘潭市法轮功学员杨适宜（或名杨适怡），被非法判刑五年，已送至株洲攸县网岭监狱。至于以什么罪名，什么时候非法开庭，全是秘密不可告人。杨适怡因信仰真、善、忍，曾被中共邪党非法劳教一次，非法判刑两次，累计冤狱迫害长达十五年，受尽折磨。二零二三年二月二十日，湘潭市公安局雨湖分局云塘派出所几个警察冲进杨适宜的出租屋内，将他绑架到湘潭市看守所非法关押构陷。

河北廊坊市三河市燕郊七十二岁退休教师、法轮功学员隋丽先二零二三年五月十四日在家中被绑架，私人物品被抄抢。五个月后，二零二三年十月，她被三河市法院非法判刑三年四个月。

天津宁河区七十二岁法轮功学员刘淑玲二零二三年十二月二十六日上午再次被非法开庭，被非法判刑一年，由于检查身体不合格，她现在在家里。刘淑玲于二零二三年十一月六日被非法开庭时，给在场的法官及世人讲真相，讲大法的美好和法轮功是合法的。刘淑玲曾被非法劳教二年半、非法判刑四年。

江西萍乡市两位女性法轮功学员肖放梅、肖秋文，因传播法轮功真相，于二零二三年十一月十六日遭萍乡市芦溪县法院非法庭审，肖放梅被非法判刑十一个月（监外执行）、肖秋文被非法判刑十个月（监外执行），并各被非法罚款一千元。肖放梅今年七十四岁，肖秋文今年六十八岁，二零二三年二月二十七日在萍乡市上栗县彭高镇赶集讲真相，被萍乡市公安局安源分局警察绑架，后被劫持到后埠街派出所。第二天下午两点多，两位老人被劫往萍乡市看守所，因身体检查不合格，看守所拒收，当晚八点多被放回家。之后，两位老人被构陷到芦溪县法院。▲

在上不去明慧网的这些日子里

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】算起来，我上明慧网已有十七年了，每次上网都很顺畅。可是，从二零二三年十一月二十日开始，不知什么原因，我就上不去明慧网了，用下载的二零二三年新版火狐浏览器也上不去，一直到今天（二零二三年十二月二十八日成文时间），已经四十天了。

我每天都坚持试几次，用大约一个小时的时间，还是上不去。开始的时候，我心里很着急，感到上不去明慧网的日子，就如同失群的大雁一样，彷徨无着落，看不到世界大法弟子的证实法的状况，心里感到很失落。本来每天晚上的固定时间上明慧网，却一次次的失败，就觉的自己的修炼也没有了航线一样，看不到前方的目标，每天这个时候，就这样在心情郁闷中划过。

慢慢的我就放开了，觉的上不去明慧网其实也没啥，一九九九年，邪恶刚刚开始迫害的时候，大陆很多地方不也是没有明慧网吗？那时候，我并没有觉的自己很孤单，每天学法，感到师父时时在我身边看护着自己。

自从二零零六年我开始上明慧网以后，最让自己欣慰的就是能够及时的看到师父的新经文，能够给选择三退的人在退党网站发三退声明，而且过年过节还能够给师父发贺信贺卡，以表达弟子对师尊的无限感激，还可以给明慧网投稿，参加明慧网举办的大陆大法弟子的网上法会，能看到世界大法弟子的揭露中共邪党迫害法轮功修炼人的游行讲真相的盛大场面。这都是能上明慧网带来的巨大方便，也是对自己修炼的极大鼓励和促进，这一切都是师父给我开创的正法修炼的通途，所以，我非常珍惜上明慧网的机会！

可是，随着海外大法弟子创办的自媒体的出现，以及

动态网上那些五花八门的新闻的出现，渐渐的吸引了我的注意力，从以前只看几分钟的时事新闻，到后来的看动态网和海外自媒体视频的时间能够占用几个小时，大大的超过了看明慧网的时间。

每次过后，我都告诫自己不看动态网上常人的新闻了，以前自由门设置是先打开动态网，我为了控制自己不看动态网，还把自由门设置成直接打开明慧网。即使这样，过几天，我就又不自觉的点开了动态网，看到感兴趣的标题就点开，一看就不可自拔，浪费了大量时间，每天从下午六点看到午夜零点，发完午夜零点的正念，有时还要接着看，甚至到凌晨两、三点钟才关闭电脑。而看明慧网的时间有时只有十几分钟。

这种情况持续了很长时间，其实这就是起了执著心了，被常人的各种五花八门的新闻诱惑了，正念也就慢慢的淡了下来，旧势力也就乘机钻空子干扰，每天的学法心也不静，发正念也没有那么大的力量了，心里总是着急快点结束，好象等着什么事要做一样。每到晚上吃完晚饭，就想着赶快坐到电脑旁，将当天明慧文章下载下来，就打开动态网看起来。我也感觉这种状态不对劲了，想改变，却断断续续的总是去不了好奇心的根。

所以这次突然上不去明慧网了，也让我好好的找找自己，让自己冷静下来，明白自己修炼的过程是去掉执著心的过程，而不能对动态网新闻产生好奇的执著。师父和大法才是自己修炼的指导，坚信师父坚信大法，才有光明的前程。

我知道，只要我归正了心态，找到执著心并去掉它，我一定能够再上去明慧网的。这段时间，我就是让自己沉静下来，好好的修自己的心，多学法，让自己真正的同化大法。

到了二零二三年十二月了，我就想，该给师父发新年贺卡了，我得上去明慧网，每天我都坚持试几次上网，失败也坚持。终于在十二月二十八日，我用以前的二零二零

年版的火狐浏览器登上了明慧网，首先给师父发了二零二四年的新年贺信，并将四十天的明慧文章都下载下来。更让我感到欣慰的是，我还收到了电影《再次成为神》的加长导演剪辑版下载链接，是专给大陆同修的。

我知道这一切都是师父对我的鼓励和看护，师父一直在弟子身边，当我意识到自己的执著并决心改正，多学法，保持强大的正念，师父就帮助我扫除了上明慧网的障碍，给予了我正法修炼路上该有的一切方便！弟子拜谢师尊！

信师信法 突破网络封锁

文：辽宁大法弟子 梅

【明慧网】我是在二零一二年开始上明慧网的。一直以来我上网都很快，比较顺利，偶尔有信号弱，跳过一个时间点也能上网，完成自己该做的。

但是近期上网很不顺利，我天天都在点击网址，在不同的时段尝试，还是上不去。两个月来，我只上去了两次，大约间隔有半个月左右能上去一次，急急忙忙把自己要做的做完了，然后就没有信号了。而且这两次都是我请求师父加持、帮我上网的，我非常感谢师父！但有时觉的也不能每次都劳烦师父呀。但我也没想到自己是修炼人，不知道该修自己。这让我很郁闷，感觉自己脱离了整体，仿佛就如过去在深山里的修者。

一天，九岁的外孙回来了，我说了自己看不到明慧网同修的文章的苦闷，还诉说了自己今年没能在网上给师尊致新年贺词，心里很难受。

外孙让我现在就上网，说：“你一定能上去！我的感觉告诉我，你一定能上去。”我看着孩子，半信半疑的开机操作，

然后链接显示“封网严重”，一分钟不到我就退出了。外孙看到我的操作，很严肃的说：“你也太没有耐心了，得等一会呀！”我听了也没说什么，因为以往我都是打开就有信号，现在要是时间长了会不会有安全问题？这事就这样过去了。

其实这是师父借孩子在点化我，我不悟，更没有向内找。有时我也掠过一丝念头：是不是我的人情（同学、同事、同修、故乡情、还有亲情）太重被情网羁绊？是不是一些软件更新我没能及时做到因此受阻？但我也就这样想想，没有认识到自己的修为是否合法，还在向外看，甚至把封网的邪恶看大了，自己无可奈何了。

我现在人在外地，处于独修状态，也不知其它情况。以前看过明慧网上同修的交流文章，谈到过封网的情况。我悟性很差，明慧网上同修们的交流文章对我帮助很大。可现在看不到网，又没有同修交流，真觉的脱离了整体的孤单。

很长时间以来，我学法犯困，背法很吃力，好象大脑麻木肿胀的一丝都很难入内。我这时才警觉增加了清理自己空间场的时间，以前很少专门清理自己空间场，就是整点发正念前清理自身空间五分钟。也增加了发正念的次数。感谢慈悲伟大师父的加持和净化，一切不好的状态都在大法中得到归正。

我仍然每天学法后找不同的时间登陆，十多天过去了还是没有信号。我想：是不是以前经常浏览动态网形成执著了？现在是不是师父让我静心学法、去掉那些不好的东西呀？向内找自己，我确实有很长时间被动态网上的一些事吸引了，而且这段时间没能上网烦躁不安，很想回家乡与同修在一起。

我想：听师父话静心学法吧。我接着上一天的顺序，背了《转法轮》第九讲的最后三页。然后又接着看师父的《二零零三年元宵节讲法》，刚看了两页，一行大字映入眼中：“明慧网他们从来也没有封住过！”

我惊喜，是师父看我实在不悟在用重锤敲醒我呀！我

看着《二零零三年元宵节讲法》，坚信的出声的念道：“明慧网他们从来也没有封住过！”“明慧网他们从来也没有封住过！”“明慧网他们从来也没有封住过！”

这时脑子里有一念：是我的修炼状态有问题了，有漏被旧势力钻空子了。瞬间我找出好多执著心：怕心、急躁心、不能忍耐的心、依赖心、懒惰心、安逸心、求结果的心、向外看的心、欢喜心、显示心等。于是我盘腿发正念：请求师尊加持！清除干扰我上明慧网的一切邪恶生命与因素，去掉那些不好的心。

十五分钟后，我打开计算机，顺利看到了久违的网页，而且信号特别强，网速也很快，那种心情真是……瞬间，我又抓住了欢喜心，去掉它。

谢谢师父指出我的执著心，修去它，谢谢师父的慈悲救度！现在，我每天都在正常上网和同修又形成了整体，谢谢同修们的帮助！

再用心把救人的资料做的好一点

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】在多年的正法修炼中，我一直做真相资料供周围同修救人。期刊、光盘、护身符、台历年历、不干胶等等，只要是救度众生需要，我都在第一时间，尽最大努力做出最好的质量。从迫害当初到如今，从经济拮据到手里富裕，无论多艰难、多危险，在师父的慈悲加持下，平稳走到现在。每每看到一本本精美的期刊、一摞摞光盘、护身符源源不断送出去救人，真心体验到救度众生的庄严、神圣、荣耀。

近段时间，接触到几个资料点，看到部份同修做的明慧期刊质量不尽如人意。有的封面不用铜版纸，更不用无边距

打印；有的册子内页用纸太薄，两面打印的内容互相渗透，有图片的地方模模糊糊，颜色混乱；还有的同修打印的字迹不清、有断线、图片有条纹、缺色、偏色等等。与之交流，同修说，这个都比早些年好多了，原来的资料都是黑白的，现在都是彩色了，能救人就行。还有的同修家里开着打印机，设上几十份，就出去讲真相或做其它事去了。回来，打印机打完了，有的页面缺色、偏色，字迹模糊，勉强能看清；一大摞纸，废了可惜，也就凑合发出去。还有的打印机用了很久了，打印出的字迹、图片发暗、发灰，还在凑合着用。

节俭，惜物，充分利用时间，无论在常人生活中，还是修炼中，都不是错，但是要保证资料的质量，要有一颗认真负责、严肃敬重的心；我们不是一般的做事，我们做的东西是去救人的。

当然，我们不是专业印刷厂家，做不出多么顶级的印刷，但在现有的环境、条件下，还是应该用心把资料做的好一些，最起码字迹清晰，图片明亮，干干净净，这是完全能做到的。

再说了，修炼中，不能停顿在小学生阶段，我们不是得不断的用高标准来要求自己，做的越来越好，得上中学、大学吗？

我们这里是个小城市，不是偏远乡村，打印机、耗材、各种物品购买很方便。打印头堵了，清洗清洗，保证打印出的页面清晰完整，不缺色、不偏色；115克的铜版纸10元一包100张，采用无边距打印出来的封面，效果就比普通复印纸好很多，更精美正规；70克的复印纸一箱8包4000张，120元一箱的纸透墨，125元、130元一箱的纸就不透墨，多花这5元、10元，就能做出不透墨的册子。我接触的上述几个同修都有工资收入，有能力负担，而且是有能力长期负担多花这5元、10元的，何况周围同修还能资助。

这些年，修炼中一路走来，我们从大法中得到的太多

了，有的同修原来一身病，现在无病一身轻，很多同修甚至是修炼后绝处逢生，获得第二次生命，师父的洪恩我们无从回报，师父给我们的都是最好的。我们就不能把质量好一些的真相资料给众生吗？明慧网编辑部同修设计的各种期刊、真相资料，内容、版式都是专业水准，到我们制作资料这个环节做不好，对不起设计资料的同修付出的心血，对不起期盼得救的众生，更对不起师尊对我们的慈悲救度。

把资料做的好一些，这个要求不过分，这个标准也仅是最低标准。这些细节，再用用心是能做好的。

师父说：“无论做任何一个项目、任何一件事情，不做你就不做，要做一定要做好，有始有终。”（《各地讲法十一》〈二零一零年纽约法会讲法〉）

修炼无小事，小事见人心。修炼中点点滴滴体现出我们的修为，也是我们的心性层次所在。

在配合中修去自我

文：河北大法弟子

【明慧网】我一九九六年开始修炼，二十多年来，走的是跌跌撞撞，自己由当初对大法肤浅的感性认识，到现在修炼中逐渐走向成熟，过程中无不溶入着慈悲师尊的无尽心血和付出。下面写出自己的修炼感悟向师尊汇报与同修交流。

一、在制作台历中提高心性

二零二二年，我地刚刚解封后，我与A同修通过其他同修取得一些真相台历，准备一起发放并提供给别的同修。拿回来后我俩一看，大失所望，台历制作质量实在说不过去，有的铁圈压的太紧，台历页无法翻动；有的压的太松，

一翻就掉页；有的裁切不齐，看上去有点斜。这样的台历送到众生手中怎么能起到好的救人效果？我与A同修第一时间找到相关同修提出台历质量问题，希望能尽快予以修补，同修答应了，说已经给我们的台历，让我们自己想办法处理。

回来后，我与A同修试着修补，发现没有专业装订机是无法修补的，因为要拆卸铁圈，从新压圈。怎么办？总不能把这些台历浪费了，可也不能就这样往外发吧？同修C有装订机，我们就借来，单独购买了铁圈和台历架，开始全面修补手中的台历，等我们把手中台历修补完后，自己又制作了一些。没想到同修们看到我们制作的台历非常精美，爱不释手，一再说要从我们这里拿。装订机必须要还给C同修了，只能我们自己购买装订机进行制作，这样就能保证同修们正常发放。

二零零六年，我在同修的帮助下建立了资料点，学会上网、下载、打印，发送三退名单等。二零零八年，我再次被邪恶非法劳教了一年半。二零一零年回来后从新购置了电脑和打印机，家中的小花又开了。这时从当初对电脑、打印机一知半解，到现在能安装电脑系统、掌握了一些打印机基本维护知识，特别是有师父的点悟与加持，至今已平稳走过了十三年。

对于是否要再添置制作台历的装订机和切刀，我心里有点犹豫不决。可现实摆在眼前，前两年刚送走了父亲，机缘巧合A同修住在我家，条件具备、环境是非常好的。通过学法我明白了，明慧台历与神韵推票有相似的地方，台历主要集中在年前阶段发放，是重点要做好的一个救人项目，珍惜时机才能更有效的救人。自己既然条件成熟为什么不承担这项救人的项目呢？还要等、靠、要，指望别的同修吗？救人需要自己就应该去做。

我上网查询了装订机和切刀的型号，准备去市场采购。

无意中我知道了可以从自己购买耗材的商家直接订购，简直是太好了。我与A同修迅速找到商家，订购了电动装订机和切纸刀。谁知第三天准备取货时，我们小区却因疫情突然封了，我们心里非常急，不停的求师父帮帮我们，封了两天后，小区第三天解封了。我与A同修激动不已，太谢谢师父了！我们马上赶到商家去提货，去后商家说：“你们来的太是时候了，我们这里明、后天就要封了。”我们知道一切都是师父安排的，师父安排的太巧妙了。

装订机买回后，购买的台历架等东西也全部到齐了。我与A同修全力开始制作台历。按照台历制作教程，从打印、裁切、打孔、上圈、制作，每一步骤都严谨、认真、仔细的完成，不图快、不图数量、不敷衍了事，成品力求完美、精致。A同修干活细致，裁切几乎一点儿不错的，保证了以后每道工序有效的完成，制作过程中我们心态平和，每做出一本，都仔细检查，看看是不是哪儿不符合要求，同时感受到师父的加持，做的干净、利落，出乎意外的顺畅。

那段时间，我们一直日夜赶做台历，心性也在不知不觉中提高，去掉了嫌麻烦、怕苦、怕累等人心。过程中，我看到A同修一丝不苟，绝不“差不多就行”、“能看的过去就行”，而是在现有制作条件的基础上达到完美无缺。我们互相鼓励、配合的更好，保证了同修们的需要，反馈也很好。

回首走过的这段过程，无不体现师父的慈悲点悟与看护，师父为弟子所做的一切，都是在成就弟子。作为弟子，只有心中想着救度众生，当救人需要自己去做什么时，无条件的去圆容，是弟子义不容辞的使命与责任。

二、在与同修配合中放下自我

二零二三年六月，我认识了D同修，D同修在二十多年的风风雨雨中，一直坚定的走在助师正法的修炼路上。这

一接触认识，可让我发现自己长久以来形成的“自我”被触动了，原来自认为已修去了的人心、观念、执著，在与D同修配合中，发现根本不堪一击。起因是自己经常写揭露迫害报导，无意中发现D同修起诉养老金被非法克扣、追缴的案子，一直没有任何只言片语的报导，当同修们知道要配合发正念时，D同修的案子已到中级法院开庭了。

我觉的自己没有做好师父要求的，曝光本地邪恶、解体迫害，忽视对D同修案例的报导，现在全国各地都有大法弟子因被非法判刑而遭到邪党相关部门恶意克扣、追缴养老金，从法中是要彻底否定旧势力的这种迫害的。可是我并不认识D同修，修炼中的一切都体现出师父的苦心安排，当我有了这个愿望，很快就与D同修联系上，同时表达了我的想法与建议。D同修对我一无所知，她知道自己的事情欠缺揭露迫害这一方面，出于同修间的信任，她给我提供了有关材料，让我帮忙整理上网。

几天后，我写好了文章发给D同修，D同修看后，改写了个别的部份，总体对文章较满意，明慧网登出后，更加纯正了文章，D同修与我觉的很好，这样我自然的参与到D同修养老金案子。

之后，我和A同修开始给相关人员邮寄真相信，在用心整理真相信的内容和过程中，明显的感到有另外空间的邪恶干扰，我们发正念彻底清除阻碍相关人员明白真相的邪恶因素。与A同修一起邮寄时，我还是被干扰的很厉害，出现心里压抑、烦躁、恶心等假相，甚至在邮寄过程中与A同修出现争执，我心里清楚虽然是邪恶在干扰，可一定有自身的原因，但始终找不到是什么。D同修知道后，只是说：“为什么你被干扰，一定是有问题。”说的没错，只能找自己，却没有头绪，而且干扰有时持续一、两个小时，表现上是另外空间对我思想的严重干扰，感觉发正念都收效甚微，甚至失去继续做下去的信心。

有一次，D同修在信箱中再次指出我应该好好向内找，这下我真感觉受不了了，一直以来的压抑、委屈、苦闷让我控制不住的落泪，哭的一塌糊涂，第二天情绪还不受自控，A同修适时提醒我要仔细向内找，我开始冷静下来想自己。“自我”被冲击产生的压抑、委屈、烦躁这些不好的情绪，还能分的清，但为什么自己会失去“信心”，不想再做了。

其实，自己近一段时间，时不时的反映出曾经在劳教所走过弯路的情形，我也很奇怪，为什么总是回忆起以前的事情，锥心刺骨的痛悔与耻辱，使我觉的生命不能承受之痛，是自己心底最痛苦、最后悔、最可耻的“伤疤”，虽然跌倒爬起来继续走，我不去想过去，可这次又想起压在心里总是排斥不掉，觉的自己不配再参与此事。甚至，觉的象我这样的生命以后任何涉及到项目和同修整体配合的事情，我都不配参与，只适合自己做，这样不会给任何同修带来不好的因素，自己也不会有这么大的干扰。可是真的要我向D同修提出撤出来，我觉的又不能这么做，这不是“拆台”吗？

那几天觉的很压抑，只好静下心来学法，师父的法点醒了我，我不再消沉、自责，但隐隐约约觉的自己还有一个根深蒂固的东西没有认识到。

我顺着思想去找，为什么这次在参与D同修的事情中，自己对曾经的过错总是放不下，让我在痛悔中不能自拔？而且总想着自己不配参与？是不是旧势力在加重这种因素，我撤出来对整体这件事真的好吗？虽然排斥这种思想，却总感觉力不从心，自己还有什么没有认识到呢？“师父就承认你！”这几个字再一次落到我的眼中，我瞬间明白了：原来自己没有做到全身心的信师信法。虽然我一直觉的自己是信师信法的，但信师信法到底体现在哪儿？信师信法就是不折不扣的坚信师父，把自己的全部都交给师父，无论遇到再大的魔难、困苦，对师对法没有丝毫的犹疑。我为什么还执著

于自己的过错和悔恨，就是不坚信师父已从生命的本质上清洗了我，不坚信大法的无边威力可以从本质上净化我。

我总是放不下过去的过错，同样是执著于“自我”，只是自我的表现方式不同，“自卑、悔恨”这些“自我”的表现更容易被旧势力和不好的因素利用，它让你陷在其中难以自拔，失去正信，觉的自己不配参与其中，离开整体就好。它恰恰是想用这种方式毁掉我的意志，从而让我更加失去修炼的正念与信心。当我真正认识到自己根本上是“信师信法”出了问题的时候，我觉的生命中与大法隔离的一种因素被彻底清除了，真正的主宰自己“真我”的那部份与法溶在了一起，内心中升起了无比坚定的正念，任何邪恶与不好的因素只能被清除。

我感受到了师父时时刻刻的苦心点悟与安排，如果不是让我遇到了D同修，我怎么发现“自我”变异的观念、人心，如果我不参与其中，我不可能认识到自己在信师信法这个修炼最基本的问题上，竟做不到生命根本上的坚信。在认识到这些后，我们与D同修配合的相当默契，同时感觉到师父帮弟子清除了许多旧势力对这件事的整体干扰因素，养老金案子在顺利的往前推进，无论是发正念清除邪恶和邮寄真相信等，过程中就是想着让与此相关的人员明白真相、得救。

师父说：“做什么事情就把它做好。做的过程中看的是你的人心，而不是看你成功的本身。你做的过程中就把人救了！你做的过程中是你修炼提高的过程，同时就在起着救度众生的作用！不是说你把那件事情做成了才能起到救度众生的作用。”（《各地讲法十四》〈二零一六年纽约法会讲法〉）

师父的法使我们更加清晰了做好该做的才重要。

弟子现在真的体会到师父的安排就是最好的，修炼中如何走好师父安排的路，当人心、观念、执著被触动时，不折不扣的信师信法，相信师父是最关键的，走过来，才发现师父给予弟子的都是最好的一切。

对大法弟子离世的再认识

文：大陆大法弟子

【明慧网】读了同修交流文章中关于大法弟子的离世问题后，我心中不由的返出本地离世同修的一幕幕。（还有现在处在病业中的同修）曾经都是做事很积极、很精进，风雨无阻出去讲真相，大量发放真相资料，贴粘贴等等。其中包括协调同修、技术同修、还有经常到处帮助病业同修发正念的同修，还有一次次正念闯出邪恶黑窝的同修，最后都没有脱离病魔的魔爪。在病魔面前显的孤立无助，一点正念也没有了。最后带着遗憾和很多不解走了。甚者抱怨师父不管他。

师父说：“大家知道我们有个别学员去世了。有的是圆满的，有的是破坏的，所以我对这方面也不表态也不去说。可是它的出现，我觉的对我们学员就是一个生死的考验。不是摊在你身上，也几乎象摊在你身上，你的感觉保证是这样的。那么这就是一个生死关头的考验。一个人放不下生死，他绝对不会圆满。”（《新加坡法会讲法》）

从师父的这段法中，我们不难悟到个别学员的离世，也是我们每个人的一面镜子。同样是对我们生死的考验，也是一个很严肃的问题。怎样过好这一关呢？先从自己的修炼情况说起。

开始迫害初期，自己是不等不靠的出去证实法。当时没有真相资料，自己和同修商量，我们自己写大法标语出去粘贴证实大法。都是往最显眼的地方贴，比如电线杆、桥头，甚至十字路口的岗楼上也不落下。在自己覆盖面的范围内到处留下了证实法的痕迹。再到后来有了真相资料，大包小包的挨门挨户出去散发。再到后来随着证实法的推进，面对面讲真相、救众生、做三退、传递真相资料等等。

做的有声有色，很有成就感，觉的这样做才配的上正法时期的大法弟子。但是忽略了最重要的静心学法，拿做事当成了修炼，学法走形式。不知向内找，经常与同修争争吵吵，矛盾重重。直到身体出现各种不适，炼功清除不了，产生了很多疑问。

后来，通过看同修的文章《绝处逢生》方被点醒，从此开始静心学法，对照法向内找。结果发现，自己做事心强，浮躁的心、自我强势不能碰的心、听不进别人的意见、向外求的心等等。

再通过一段时间静心学法、背法、明白法理后，分清了业力的根源，师父替自己承受了一部份，自己也得承受一点。那些顽固的业力，用师父赐予的清理自身的法宝与功能，坚定的清除，直到把压入身体里的一个个黑色的小业力团击破散开，再通过炼功排出去，不断的清除、不断的排出、不断的削弱业力的力量，直到削弱到构不成侵害身体。旧势力也就抓不到把柄拖走我们的肉身了。所以明法理才能过好每一关每一难，才能否定旧势力的安排。

在这些年的修炼当中，修炼有素的大法弟子比比皆是，根本就不去感受病魔的病痛，信师信法坚如磐石。我们学法小组就有一位老年女同修，她笃信师父笃信法，闯过了几次大的病业生死关。一次她在家中突然晕倒在地，老伴儿吓坏了，赶紧打120，可就是打不通。又给儿子打手机，这时她已经苏醒，一看老伴儿在地上搂着她，推开老伴儿说：“你起来！我没事！我要上厕所。”到厕所一看大便已经失禁。这时儿子也到了，问他：“妈有没有事？上不上医院？”同修坚定的说：“我没事！我不去！”同修的儿子把她扶到床上。此时的同修心很镇定，大脑清醒，只是身体象被一座山压着感觉动不了。她昏昏沉沉睡着了，梦境中到了自家的坟地，有一个人正在挖坑，对她说：“给你挖的。”她说：

“你去吧！我还要带着我的众生穿过天门走向未来啦！”说完同修醒了。同修的这一念很正，过了几天身体恢复正常。假如同修默认了，后果不堪设想。

最近这位同修又过了一次生死关，同修突然腰疼，痛的躺下翻不过身来，只好坐着，黑白坐了几天，承受着巨大的痛苦。同修不怕，认为这一切都是假相，影响我做三件事不行。同修慢慢扶着床下地，然后扶着墙再扶着楼梯下楼，骑上小电三轮车照常出去讲真相、劝三退、救众生。有时忍着腰痛，坐在电脑前等待一、二个小时突破邪恶的封网下载《明慧广播》，从没有耽误老年同修们听交流文章。真是被同修的这种意志所感动。她说：“自己梦中两手抓着一根藤子，无论身体怎么摇摆，我就是不撒手，死死的抓着藤子不放。”

这位同修还讲述了另一个梦境中的故事：同修感觉自己坐在一辆大车中，走在半路不知不觉下车了，下车后，同修觉的不该下来，赶快上车，车突然不见了，她得追，这时道路两边有一伙人，身着道装模样，手持长把利器，拦着不让过，她就大声呵叱他们当头的：“你们不叫我过，你知道我师父是谁吗？”这时当头的吓的很惊慌的说：“快叫她过去，她师父咱惹不起。”这伙人立马收了利器。

这位同修几次正念过关的经历，说明同修心中装着法，正念足。谁都不敢动，邪恶见了都畏惧。

师父说：“我的根都扎在宇宙上，谁能动了你，就能动了，说白了，他就能动了这个宇宙。”（《转法轮》）

这些年的修炼中，有个别同修对师父这段法认识不清，认为有师父保护做了那么多大法的事、救人的事，就不该被迫害那么严重，就不该受病魔的折磨，不该死亡等等。其实这是用人心、人念去想师父去想法。师父管的是有正念的大法弟子。

其实哪一种死亡也不是师父要的，因为我们是性命双

修功法，一边修一边延长生命，这是绝对的。师父给我们每个人安排的时间都够用，无论年龄大小，而且师父推着咱们往上走。所以咱们得在法上修，心中有法才知道怎么修。得到了多少法就有多大的法保护，这是肯定的。

结语

磨难中的同修们，抓紧高质量的学法吧！在法上下功夫，在向内修心上下功夫，堂堂正正的跟师父回家。

再去妒嫉心

文：山东大法弟子

【明慧网】前几日，我去了一个老年同修家。因我们是邻庄，这些年我一直给她送明慧资料之类的，因此我们非常熟悉，可谓无话不谈。可这几年由于她到城里接送孙辈上学，不在老家住了，这一晃我们大约有两、三年不见了。这次我去她家，她非常高兴，我们在法上交流，说着说着，她高兴的对我说：“我没有怕心了！”我便说：“那挺好啊！”以前我知道她怕心挺重的。

回家后，我跟丈夫同修说起此事，我顺口说，她说她没有怕心了，那她怎么不去派出所、公安局讲真相、发资料呢？她能达到这个状态吗？能到这种成度吗？我刚说完，刚修炼不长时间的丈夫同修不紧不慢的说：“你应该替同修高兴才对，咋能这样想人家？！你几年不见她了，这些年同修在法中归正自己，提高自己，去掉了怕心，证明她精进了才没有了怕心，因为同修不会说假话的。”

我顿时汗颜，刚学法的丈夫同修能说出这些道理，分明是师尊的点化，让他提醒我。

同修走出怕心这一关，这不是最大的提高吗？想起师父说：“怕心是人走向神的死关。”（《精進要旨三》〈走出死关〉）应当替她高兴才对，咋会冒出这么肮脏的想法？真该找找自己到底还有什么心。

这一找，可把我吓一跳：这不是妒嫉心吗！师尊在《转法轮》中讲“妒嫉心”这个问题时写道：“别人要好了呢，不是替别人高兴，而是心里不平衡。”太可怕了，我可不要这个心。还有抬扛式的党文化；还表里不一，表面说挺好，内心另有想法；还掺杂着争斗心、显示心、背后议论别人的心等。

因刚看了电影《再次成为神》，里面有一段去妒嫉心的过程，自己看到十分震惊，看到此心不去，层层天体都变的暗淡无光，即将毁灭，危险至极。

再对照自己的言语，认识到这是一颗多么肮脏的心，虽然它隐藏很深，很狡猾，从这一件事，我抓住它，不要它。今天写出来曝光它，解体它，不让它再有留存的空间，以后从自己的一思一念上归正，去除邪党文化这一套，纯纯净净，做好三件事。

在与母亲同学法中修心去执著

文：山东大法弟子 洁莲

【明慧网】二零二三年三月十七日，我与八十五岁的母亲同修组成二人学法小组，一起学法。由于母亲现在眼睛看不清大法书上的字，学法时，我给母亲读法，母亲只是听法。每天早上发完六点正念，我们一起学一讲《转法轮》；早饭后，学各地讲法；其余的时间，母亲自己听师父的讲法录音。

这种学法方式持续到二零二三年七月中旬。通过观察，我发现这样学法对于我母亲来说，效果并不好。因为我在读法的过程中，母亲时而出现迷糊状态。这样学法时，母亲既没有把法学全，也没有做到敬师敬法。

有一次学完法后，我与母亲交流：“妈，你学法的时候有时迷糊过去了，你这样做不但法没学全，而且对师父对大法也是不敬的，长期这个状态，我觉的不合适。再有，我看到你自己听师父讲法录音时，有时也会出现迷糊状态，同样不合适。”母亲听后，也觉的自己现在这个状态不对劲。我就跟母亲商量：“妈，咱改变一下学法方式，就是我读一句法，你也跟着读一句法，这样在学法的过程中你也就没有机会去迷糊了。”母亲同意了，并提出要多学一段时间的《转法轮》。

自从我们采取这种方式学法后，实际上母亲需要用大脑记住这句法，再背出来，有时遇到句子长的，就需要我反复的读，母亲背时，随时提醒她，直到母亲背对为止。之前，一早上，学一讲《转法轮》，现在一讲学不完，因为这种方式学法的速度比我自己读法时的速度要慢很多，可是对于母亲来说，效果却非常好，因为母亲需要集中精力听、记住每一句法，根本就没有时间再迷糊了。这个学法犯困的问题就这样解决了。

母亲学法犯困的问题是解决了，可是随之而来的是提高心性的问题。可惜的是我们彼此并没有站在修炼人的角度上去想问题，而是用人的观念来对待了。例如：母亲在“读”法时，经常把“能”说成“能够”；或者是把“能够”说成“能”；或者是加“的”、漏“的”等等。这样就需要我多次反复的去读这句法，母亲才能背对。八月十四日上午，我们继续学《转法轮》，当学到第六讲中〈主意识要强〉时，师父说：“一旦出现，就是看自己能不能战胜这坏思想。”母亲几遍背下来，都把“这”说成“这种”，我反复读着这句法，语气越来越不善，而且声音一遍比一遍高，直到母亲背对为止。

这次心性考验没过去，下一关接着又来了。当我们学到《转法轮》第六讲中〈心一定要正〉时，师父说：“所以我们有的人一旦他身体哪儿不舒服了”。母亲几遍背下来都把“哪儿”说成“哪块儿”。我气愤的说：“你的胆子真大，敢给师父改改法！”母亲口气不善的回了一嘴：“我胆子不大。”

此时，我虽然手捧宝书《转法轮》，却没有站在母亲的角度上想一想母亲的不易，完全不是修炼人的状态，就是常人中的常人。我继续语气不善的重复读着这句法，直到母亲背对为止。

在学法的过程中，母亲也曾心平气和的对我说：“请你读的再慢一点，行吗？有时我听不清。”我却没好气的答道：“也请你用心听，行吗？”

这次学完法后，我独自来到另一个房间，心情沉重。回想着与母亲同修学法的过程，向内找自己，才悟到：真正不敬师不敬法的是我，因为我没有始终如一的用纯净的心态去读法，而是带着争斗心、不善的心、自私的心、自以为是的心等等人心在读法。还有，不是母亲同修胆子大，而是我胆子大，敢如此的不敬师不敬法。

想到这儿，我心里跟师父说：“师父，弟子错了，弟子

不但没有做到敬师敬法，也没有珍惜师父给安排的提高心性的机会，一次次的用人心去对待，错失了提高心性的机会，辜负了师父的慈悲苦度。”

事后，我与母亲交流：“妈，对不起！在学法时，我不应该那样对待你，其实没有真正做到敬师敬法的是我。”母亲说：“也不能光怨你，我们俩都应该提高了。不过，我还是想让你读法的时候再慢一点，这样我才能听的清记的住。”我说：“行，让我们在学法的过程中都做到敬师敬法。”

现在想想，以前母亲只是听法，我自己读法，没有心性上的摩擦，没有人心的干扰，我自己读完一讲《转法轮》就算学完法了，至于母亲能记住多少，我心里没底。自从采取现在这种方式学法，就有了让我们彼此提高心性的机会。

在今后的修炼过程中，我和母亲同修一定会彼此提醒，共同精進，珍惜同修之间的圣缘，珍惜每一次提高心性的机会，溶于法中，做师父的真修弟子，走正走好最后的修炼路，让师父多欣慰，少操劳。

挖掉怨恨心的根子

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】怨恨心在我的修炼路上一直阻碍着我，今天我把自己修炼过程中去掉怨恨心的过程与大家交流。

我出生在西北的一个偏僻山村，我有一个姐姐，两个弟弟和一个妹妹，我是家里最不受宠的小孩。经过共产党轮番的整人运动，老百姓没有好日子过，缺吃少穿，民不聊生。贫困、劳累、饥饿伴随着我的整个成长过程。

对父母的怨恨

记忆中我最早感受到父母对我的不公是在我三岁时。那天邻居家的小孩满月，我母亲领着我姐姐和弟弟去邻居家了，把我一个人锁在我家的厨房里。我家厨房建在院子的角落，关上门屋里漆黑。我记的我双手掰着门，恳求母亲别把我锁里面，我母亲把我的手指掰开，甩下我走了。我哭的撕心裂肺。也许就是从那时起我对父母的怨恨与恐惧就深深的种在了心里。

到了该上学的年纪，本来父母不让我上学，让我跟姐姐一样去放羊挣工分，但是因为当时我定了娃娃亲，在我未来的公公的强烈要求下，在我十岁时就去上了学，所以挣不了工分，这样我在家时就必须要做更多的活。那真是连一刻空闲的时间都没有啊，不是上山砍柴就是做各种家务。早晨起来先到沟里挑水，然后再去学校。父亲和母亲下地回来时，我要把饭做熟。晚上吃完饭，我要刷锅洗碗，家人都睡觉了，我才能在煤油灯下写作业。

弟弟们也上学，却是衣来伸手、饭来张口，连盛饭加饭母亲都要我给他们做。他们和父母一起坐在炕上吃，我站在地上给他们端。从记事起一直这样。每顿饭我都是最后一个

吃，因为每天做饭的面是定量的，很多时候没吃饱饭就没了。父母却不关心我有没有吃、能不能吃饱。有一天我饿的实在是受不了，我把取好的面挖了一点用水拌湿，包在纸里，放在灶火里烧熟。正准备要吃，正好我妈进来了，她看到后，把我压倒在地上，用鞋底对我浑身抽打，问我为啥要偷吃。记的那年我刚十三岁，我知道偷吃是不对的，可是我确实饿的受不了了呀。

有一次我父亲给姐姐弟弟们都买了新腰带，唯独没有我的。我问父母为什么对我不公，母亲又用极端的话语刺激我，当时我的心象碎了一样。

这痛苦的记忆一件件一桩桩……我怨恨父母对我的不公，嫉妒父母对姐姐弟弟们的偏爱，更不理解为什么自己做什么都是错的，姊妹几个不管谁做错啥，挨打的却是我。不管我做多少活父母都不会满意，这样我又有了很强的争斗心，总是什么都想比别人干的好，想能得到父母的认可。

对丈夫的怨恨

我对丈夫的怨恨由来已久。和丈夫结婚三十多年，对他也怨恨了三十多年。结婚后虽然生活上宽裕了，能吃饱了，但我和丈夫性格不合，丈夫是慢性子，干活拖拉，我总是看不惯他。我性子急，脾气大，遇事不能忍让，个性极强，三天两头和丈夫打架，而丈夫也对我没有什么包容，经常没有轻重的狠狠打我。有一次他把我从门外狠狠的朝厨房里边踹，我摔在厨房地面上，头正碰在水泥锅台边上。当时我就晕死过去什么都不知道。当我醒来时，他正在身边叫我，他说以为把我摔死了。这样的事多的不计其数，我经常是身上青一块紫一块的，疼的下不来床，他又把我扯到地上用脚踢，叫我给他做饭。这种动辄打骂让我对他的那个恨呀，无法言说，在恼气怨恨中一直熬着日子。再加上身体小病不断，常年在

吃药，有时在地里干着活就晕倒了。我觉的人活在这个世上太没意思了。我从没想到过人生还有什么希望与转机。

修大法 去掉怨恨心

直到二零一零年，我修炼了法轮大法，明白了做人的道理。得法不到一年，我一身的病不治而愈，全身轻松。也慢慢的去掉了很多执著心，但我这个怨恨心和争斗心去的拖泥带水，一直贯穿着我的整个修炼过程。

对于怨恨心，没有真正的去实修，总是向外找，即使找到了，也是很表面，流于形式，更别说实修自己了，时不时的还会向母亲抱怨她对我以前的不公。平时我只是尽量避免想起这些往事。但头脑中不由自主的会反映出小时候母亲打我骂我时的形象，想起丈夫打我时的那个狠。由于一直没有重视去掉怨恨心，直到被旧势力抓住我的把柄，把我迫害进监狱，我才清醒。

出狱后我每天抓紧时间通读《转法轮》和各地讲法，通过不断的学法，我悟到我的怨恨心太顽固了，真得好好修去这颗心了。

师父的《转法轮》早就告诉了我们：“在修炼中，在具体对待矛盾的时候，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。”

通过加强学法，这颗怨恨心淡了很多，但是感觉还是没有挖出它的根。有一天经同修推荐说，听了明慧专题文章汇编《去除党文化》系列讲座，受到很大启发，听后才发现自己原来以为没有党文化的我，实际是因为党文化已经发酵转变成为了自己的观念，以为那就是自己了，党文化形成的思维观念已经深植于自己的大脑中，而且几十年来一直或轻或重

的控制着自己。虽然修炼大法后，有了很大的变化，但是争斗心、怨恨心、妒嫉心等人心还是时不时冒出来干扰我。

现在我才明白，过去为什么自己不愿看有关去除党文化的交流文章呢，就是因为党文化思维背后的魔鬼在控制着我，是它不让我看，因为我若看了，大法就可能把它解体掉了。这样看来，自己喜欢和不喜欢的选择，背后很可能有一颗人心，有一种在魔鬼操控下形成的观念，那样很可能使自己持续滋养着邪魔。

这个怨恨心不去太可怕了，我可不能再要它了。我赶紧在心里求师父：师父啊，从现在开始，弟子再也不要这个怨恨心了，绝对不要它，求师父帮弟子去掉这个怨恨心吧！这一念发自我的生命本源，这个念头一出的那一瞬间，我感觉我的身心发生了巨变，前胸后背的那种压抑感消失了，压在我心中的那块沉闷的大石头飞走了，从头到脚轻飘飘的，整个人被一种强大的能量包容着，轻松美妙。

我知道慈悲的师尊把压在我身上的这种顽固的东西给去掉了。师尊见我有修炼的心，又实在太不悟，便叫我体会到了没有怨恨、不执著自我那种境界的美好，师恩浩荡！

其实我父母那时生活条件差，家里孩子多，每天劳累，身体经常有病，生活的很不容易。我开始真正修心了，丈夫也比以前好多了。在那年我被邪党人员绑架时，我母亲和丈夫都承受了很大的压力。我现在把以前受到的那些伤害看作是在吃苦还业债，所以我要感谢他们，做好自己该做的。

我悟到去掉怨恨心，才能修出慈悲心，才能感受到真、善、忍的力量。这么好的法，我得到了，是多么的幸运，法轮大法真的好！师父太慈悲了。我从内心充满了对师尊的感恩，师尊时时刻刻在我们身边看护着我们，一直在平衡着我们生生世世欠下的如山的业债。弟子唯有精進，以报师恩，谢谢师尊！▲

从十亿到十亿

文：一言

【明慧网】二零二四年一月十七日，中共公布二零二三年人口数据，称中国人口为14.1亿。而据中共公安部内部数据，二零二二年和二零二三年中国在册人口均只有十亿。

很多人知道，二零二二年七月曾发生上海公安局数据库遭入侵、泄露十亿人个人信息事件，当时黑客（叫ChinaDan）在网络犯罪论坛公开出售大陆居民信息和警察案件数据，包含十亿居民的个人资料。专业人士表示，被盗数据库是完整的，和中共官方宣称的14.2亿相差四亿。

近日，中共公布二零二三年人口数据，再称中国人口为14.1亿，仿佛疫情从未发生。针对此问题，江苏省南京市人凌霄（化名）对海外媒体透露，他最近看到一个中共公安部的内部资料，（全国）在公安机关有登记的，就是在册（在编）的人口是十亿人。这佐证疫情中死了四亿人。

如果按中共的数字，疫情前14.2亿人，四年疫情后为14.1亿人，则大陆疫情死亡率为0.7%。果真如此吗？

谈到中国的疫情，凌霄说，人们看不到真实消息。他说：“我估计现在医院里百分之百是人很多。死的人都一片一片的，全国的情况都一样。”

凌霄还说，感染了病毒，最后的结局就是白肺。生病的人就医，如果钱不够缴医药费的，医院会把病人撵出去。

难道14.1亿人中的四亿多人口都可以不在公安系统的名册上登记吗？难道三年疫情封控和“清零”中只死了一千万个李文亮吗？亦或这一千万个李文亮从未生存过？

二零二二年和二零二三年中国在册人口均只有十亿，从公安人口登记数据库里消失的四亿中国人，去哪了？

如果二零二零年中国大陆注册登记的是十亿人，经过二零二一至二零二三年的疫情后中国在册登记的仍有十亿人，那就是在说中国大陆三年疫情死亡人数只是个零头，疫情根本不严重、也不曾严重。如果大陆三年疫情中死人成批，而官方登记的人口仍为十亿，则只能说明中共在人口问题上严重撒谎。

至于中共为何在任何问题上都撒谎，仁者见仁，智者见智。但还跟着中共的人肯定极度危险——活着随时被牺牲，死了连数字都不算。

耳熟的命令和又一波心悸

文：箫戈

【明慧网】在二零二零年至二零二二年的三年疫情渐缓之后，人们认为疫情在逐渐消退。然而，二零二三年年末，中国疫情又起，尽管中共对外宣称“支原体”等等各种名义的肺炎，然而，中国的民众在社交媒体上，几乎是众口一词，认为是又一波“新冠肺炎”疫情。

中共从一开始遮遮掩掩，到隐瞒不住疫情，开始通报新冠重症、死亡病例，释放中国疫情严峻的信号。与此同时，近日中共当局推出多个新冠新疫苗，催促民众注射。专家表示，难以确认其效力。而国产新冠疫苗因其副作用，已饱受诟病。

中共疾控中心二零二三年十二月十二日通报，十一月，中国新增新冠重症病例一百三十五例、死亡病例八例。但官方这些数据受到外界严重质疑，认为实际重症和死亡人数可能远超过这些数字。

在百度、微博、今日头条的热搜排行榜上，年仅三、

四十岁的明星、名人突然离世的消息，频频出现，以至于现在人们看到这类消息，已经习以为常，见怪不怪。

中国新一波疫情自二零二三年“九冬十月间”传染以来，大量官员、专家、教授、警察、将领等死亡，特别是十一月下旬以来，死亡密度令人心惊。

近期，美国之音转发了《我们要为中国肺炎疫情感到多担忧？》一文，在世界各国千百万人为中国爆发新的肺炎疫情而感到焦虑之际，澳大利亚新南威尔士大学的四位流行病学研究者（C Raina MacIntyre, Ashley Quigley, Haley Stone, Rebecca Dawson）十一月二十六日联名通过英语世界由专家向公众普及人文和科学知识的网站《谈话》（The Conversation）发表文章，标题就是《我们要为中国肺炎疫情感到多担忧？》。

在发表文章的后面，还链接了美国研究机构新英格兰复杂系统学院的流行病学者丁量博士在社交媒体X（原先的推特）上发表的系列贴文，丁量博士写道：“我听到（中国）许多内部人士告诉我，政府当局告诉中国医生不要报告任何数字，不要对患者进行测试，也不要报告任何测试。这听起来异常耳熟。”

中共不报告染疫数字。但是，各个单位、机关，对于担任重要职位者的离世，要公开披露讣告。显然，二零二三年在各个领域的病亡通告是异常的：

二零二三年下半年以来，中共军队至少二十六名正军职及以上级别高级将领接连病亡，全为中共党员；包括中共上将、原空军司令员于振武，原总参炮兵部部长文击，原广州军区副政治委员兼纪委书记王同琢，海军原副司令员沈滨义，工程院院士、国防科技大学教授凌永顺等等。

据悉，二零二三年截至十月十日为止，至少有六十六名中共省部级高官病亡，其中有五十八人为中共党员，约

占87.9%。其余的12.1%，从一年萨斯和四年新冠的经验看，虽然不是中共党员，但也是深受中共意识形态毒害、热衷跟随中共的深度受害者。

仅十月、十一月，至少有十二名中国科学院和中国工程院院士接连离世，十一名青壮年警察突发疾病密集病亡，他们中多为中共党员。

显然，中国的疫情并没有结束，只不过是中共自上而下的掩盖了。

瘟疫有眼：中共迫害好人遭报

为什么看上去本来要退去的疫情，又一次让人心悸？

我们不妨站在“天人感应”的角度，去简单分析一下，与疫情“天灾”对应的“人事”到底是什么。“天人感应”说，是汉代大儒董仲舒提出的，汉武帝曾问董仲舒“灾异之变，何缘而起？”董仲舒以天人感应说回答“刑罚不中，则生邪气；邪气积于下，怨恶畜于上，上下不和，则阴阳缪戾而妖孽生矣。此灾异所缘而起也。”

董仲舒认为“刑罚不中”，是导致“灾异”的根本原因。

那么，打着“依法治国”、“自由民主”口号的中共治下，民众生活在怎样的环境下呢？

近期，据美国权威杂志《外交政策》(Foreign Policy)网站刊发的文章“中国(中共)监控新目标达上千万”。该文指出，中共通过公安部与科技企业的合作，将所谓的重点人口详细信息一一收集在“重点人口控制”(包括法轮功修炼者、异议人士、上访者、媒体记者等)数据库中，并进行实时共享以打压民众。

人权观察二零一七年表示，中国“警方无需获得任何形式的法院命令，即可进行监视，或提供证据证明他们所收集的数据的人，与犯罪活动有关联或参与其中。

警察局无需向任何其它政府机构报告监视活动或公开披露此资讯。”

据明慧网报导，中共长期以来一直在探索基于大数据分析 and 云端运算的技术，来追踪、监控和限制法轮功学员的个人自由。

不仅仅是在汽车、脚踏车、手机甚至法轮功学员的口袋里安装了电子全球定位和追踪装置。其它监控措施包括在法轮功学员家周围安装监视摄影机；脸部、指纹、步态和声音的个人资料收集；拒绝他们获得护照；并禁止他们离开中国。随意骚扰、跟踪、关押、抓捕、酷刑、甚至为了器官而杀死他们。

近日明慧网发表文章《五千多名法轮功学员被中共迫害致死》，列举了中共二十四年间残酷迫害法轮功学员的一部份罪恶，即姓名等个人信息得到确认，突破中共信息封锁传出，在明慧网上已经报导的被中共迫害致死的法轮功学员已达五千零一十人。

文章说：一九九九年七月二十日中共迫害法轮大法后，法轮功学员除了被活活打死、酷刑致死、灌食致死、活摘器官致死等直接被迫害致死的以外，还有大量由于遭受迫害，身体受伤太严重难以恢复而致死的；精神、药物摧残严重甚至精神失常死亡的；持续的遭骚扰恐吓、亲人遭迫害致精神紧张、恐惧从而旧病复发而亡的；有家难归，被迫流离失所而离世的；被打的奄奄一息，活着就被公安强行送进火葬场火化的等等，令人触目惊心。

直至今天，这样的罪恶还在每天发生着：从二零二三年一月至十二月份已获知，至少一千一百八十八名中国大陆法轮功学员被中共非法判刑，就是说每天都有三名法轮功学员在没有任何法律依据的情况下，被强制

关押监狱；至少二百零九名法轮功学员被迫害离世；至少六千五百一十四名法轮功学员被绑架和骚扰（绑架三千六百二十九人，骚扰两千八百八十五人）。

在中国大陆的法轮功学员，有官员、学者、工人、白领、农民，在各行各业法轮功修炼者都以真、善、忍为原则，去做一个好人。江泽民出于嫉妒，于一九九九年“七·二零”开始，发起了对于法轮功的残酷迫害，甚至组织了党政军医联手活摘和贩卖法轮功学员器官的反人类产业。

尽管二零二二年十一月初，迫害元凶江泽民终于结束了罪恶的生命。然而，现任中共党魁出于保党目地，对于迫害法轮功学员的恶政未采取任何措施，各省市的中共政法委、“610”、派出所，仍然对于法轮功学员采取高压监控、抓捕、非法判刑等。

据明慧网《五千多名法轮功学员被中共迫害致死》一文公布的数字，迫害致死法轮功学员最严重的前十名省、市是：黑龙江省646人、辽宁省629人、河北省560人、吉林省530人、山东省464人、四川省320人、湖北省233人、河南省190人、湖南省174人、北京市147人。

在疫情期间，明慧网曾在二零二一年一月七日发布《为什么疫情总在这几个省反复？》一文指出，“据中共官媒发布的消息，截至一月一日，全中国共有三十四疫情中高风险区，虽然云南、新疆等地出现疫情，然而大部份时间瘟疫是出现在东北三省，山东，及北京反复出现。”“调查显示，一九九九年至二零一三年的十四年中，黑龙江、河北、辽宁、吉林、山东、四川、湖北、湖南、河南、北京是省级直辖市“610”迫害法轮功学员最猖獗的十个地区，其中被迫害致死法轮功学员人数，黑龙江省最多、排第一，河北省排第二，辽宁排第三。

从明慧网调查的结果看，疫情较重且反复不断的地区，

与迫害法轮功学员最严重的地区基本吻合，这是偶然的吗？从“天人感应”的古老智慧中，我们是否可以感受到善恶有报的真实不虚呢？

结语

疫情爆发之初，李洪志大师二零二零年三月在《理性》一文中警示：“但是目前‘中共病毒’（武汉肺炎）这样的瘟疫是有目的地、有目标而来的。它是来淘汰邪党份子的、与中共邪党走在一起的人的。”

其实在上世纪九十年代中期，李洪志大师就预言过中国大陆会出现强大的疾病，并警醒世人要趋吉避凶。“新冠”出现后，李洪志先生明确开示天机：“远离中共邪党，不为邪党站队，因为它背后是红色魔鬼，表面行为是流氓，而且无恶不作。神要开始铲除它了，为其站队的都会被淘汰。”（《理性》）李洪志先生明示世人如何在这场瘟疫中趋吉避凶：“人应该向神真心的忏悔，自己哪里不好，希望给机会改过，这才是办法，这才是灵丹妙药。”（《理性》）

多年以来，法轮功学员风雨无阻的一直在苦口婆心讲真相：快三退，三退保平安！在疫情中，有人做出了明智的选择，退出中共党、团、队；而有的人，却迟迟没有表态，中国有句古话，机不可失，失不再来。当这场疫情真的结束，可能摆脱危难的机会也就不会再有了。▲



图：韩国首尔天梯书店二零二四年一月四日举办纪念《转法轮》出版二十九周年读书会，与会者分享了各自在阅读《转法轮》、修炼法轮功后的身心变化。书法家韩治善（Han Chiseon）先生说，二零二一年第一次听到《转法轮》后“我开启了新的人生”。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5026名

•三退人数：

自二零零四年十二月三日起退党（团、队）总计人数：425,339,874

•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。