

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 1193 期（二零二四年九月二十日）

www.minghui.org



图：二零二四年中秋佳节来临，中国大陆与海外各国大法弟子们深深感念师尊救度之恩，恭祝师尊中秋节快乐！

本期内容提要

- 【修炼】人的观念阻碍了我们顺利上明慧网
- 【修炼】请写征稿的同修抢时间尽早投稿
- 【修炼】看见别人不足找自己
- 【修炼】精進就从这些“小事”开始

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登 9

◆修炼园地

人的观念阻碍了我们顺利上明慧网 13
请写征稿的同修抢时间尽早投稿 16
由出现《黑神话悟空》想到的 18
从前神韵演员的思想变化想到的 21
看见别人不足找自己 24
背法得法 真正同化大法 26
去“怕心” 31
跳出具体事表象看问题 35
对简单的一点理解 37
精進就从这些“小事”开始 42

【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

二零二四年中秋佳节来临，来自五十二个国家和地区的
大法弟子向师尊敬献节日的问候，他们深深感念师尊的救度
之恩！在此瞬息万变、法正人间之势迅猛推进之时，弟子们
会谨记师尊教导，精进如初，多救人。这些国家和地区包括：
美国、加拿大、德国、法国、英国、俄罗斯、丹麦、西班牙、
荷兰、瑞士、苏格兰、印度、韩国、马来西亚、日本、厄瓜
多尔、奥地利、香港、新加坡、瑞典、印度尼西亚、台湾、
越南、菲律宾、澳大利亚、新西兰、罗马尼亚、波兰、叙利亚、
芬兰、匈牙利、爱尔兰、泰国、意大利、丹麦、葡萄牙、希
腊、乌克兰、保加利亚、挪威、波斯尼亚和黑塞哥维那、塞
尔维亚、比利时、伊朗、老挝、沙特阿拉伯、蒙古国、以色
列、哈萨克斯坦、巴西、秘鲁、澳门。

美国纽约部份法轮功学员于九月七日齐聚纽约法拉盛
凯辛娜走廊公园 (Kissena Corridor Park)，向慈悲伟大的
师尊恭祝中秋快乐。他们讲述自己修炼法轮功后的身心
受益，表达对师父的思念和感恩，也衷心希望世人牢记“法
轮大法好，真、善、忍好”。有的学员说起师父的救度之恩，
数度哽咽落泪。洛杉矶部份法轮功学员九月十五日在圣盖
博市公园集体炼功，恭祝法轮功创始人李洪志师父中秋快
乐。学员们分享修炼后身心受益的体会，感恩李洪志先生
将法轮大法弘传世界。

美国中部十多个州的部份法轮功学员九月十四日齐聚
在美国第三大城市芝加哥，在中国城举行大游行，向人们
展示法轮大法的美好，呼吁人们了解真相、共同制止中共
对法轮功的迫害。正值中秋佳节来临之际，学员们感谢法
轮大法师父传法于世、救度之恩。

美国波士顿部份法轮功学员九月七日参加了华埠灯笼

节日活动，他们在法轮大法展位上向人们介绍法轮功和揭露中共迫害法轮功的真相。人们对《法轮功保护法案》表示支持，希望尽快制止中共对法轮功学员惨无人道的迫害。

二零二四年**美国**中部地区法轮大法修炼心得交流会，于九月十五日在芝加哥举行。来自美国中部各州的部份法轮功学员参加了法会。十七位学员在会上交流了自己的修炼心得。无论是近几年得法的新学员还是修炼已二、三十年的老学员，都在修炼中深切体会到身心的升华，感受到大法的殊胜与伟大。学员们的交流令与会者深有共鸣，表示今后将更加坚定正念，扎实修炼。

在传统中秋佳节来临之际，**加拿大**首都渥太华部份法轮功学员向李洪志师父表达节日问候和感谢。他们表示，遵循真、善、忍，修炼法轮大法，让他们获得新生。吉利斯(Kathy Gillis)一九九八年修炼法轮大法后感到，修炼让她的艺术表达形式和内涵更为统一、更为深邃。“修炼法轮大法一段时间后，我觉的我的整个创作思路清晰起来，创作的素材和意义也豁然开朗。”她真诚的向师父表达敬意和感谢。

加拿大魁北克省各地的法轮功学员怀着喜悦的心情，向慈悲伟大的李洪志师父表达问候和感恩。他们见证了修炼法轮大法，不分族裔、老少都从中受益，都感受到了大法给生命带来乐观、光明与希望。

春天刚刚唤醒了南半球的**澳洲**大地，各种各样的文化娱乐庆典活动纷至沓来。二零二四年九月七、八日的周末两天，法轮功学员参加了悉尼各地举办的四个节日庆典活动，当地民众欢欣鼓舞的迎接他们。络绎不绝的有缘人前来了解法轮大法或获取简介单张。许多人对学炼法轮功表现出了浓厚的兴趣。两天活动中有六十多位民众注册登记、期望学炼法轮功。

在悉尼威乐比市(Willoughby)政府主办的新秀节

(Emerge Festival) 上，由法轮功学员组成的天国乐团参加了节日游行，受到当地民众的欢迎和喜爱。许多人对学炼法轮功表现出了浓厚的兴趣。有人期望法轮功学员去他们的教堂介绍法轮大法和免费教授法轮功功法；还有一位老人院的临床医务长也希望法轮功学员去老人院教功，她也想一起学炼法轮功功法。

澳洲墨尔本部份法轮功学员九月十五日在墨尔本东南区的丹德农广场 (Dandenong Square) 举办了与社区同庆中秋的演出活动，把大法的美好传递给社区，受到政要和民众的欢迎。几位法轮功学员分享了修炼后身心升华的神奇体验和对师尊的深深感恩，并恭祝慈悲伟大的师尊中秋快乐。

九月七、八日周末两天，**澳洲**昆士兰法轮功学员在瑞蓝市 (Redland City) 瑞兰海洋节 (Redlands Coast Festival) 上举办活动，向市民和游客展示法轮功功法，传播法轮大法的美好；同时揭露中共在中国残酷迫害法轮功学员的真相。担任社区支持和服务委员会成员的马克·鲁滨逊 (Dr Mark Robinson MP)，当选克里夫兰 (Oodgeroo) 选区州议员已有十五年了。他认为法轮功遵循的真、善、忍原理是很重要的，他说：“作为一名议员，真实、可信、可靠、诚实，这些都非常重要，因为人们需要知道你值得他们信任和信赖。”

台湾嘉义部份法轮功学员在嘉义县中埔乡和睦国小举办半日学法活动，以尊敬感恩的心情，恭贺慈悲伟大的师尊中秋快乐。学员们修炼多年，在助师正法，传播大法美好及讲清大法真相的同时，身心得到了改变及升华，心存对大法及师父的感谢。

法国法轮功学员九月七日参加南部城市阿格德 (Agde) 举办的“社团节” (Fête des Associations)，向民众介绍法轮功功法，以及法轮功主要著作《转法轮》。在轻柔舒缓

的练功音乐声中，他们还向公众演示法轮功五套功法，人们对法轮功功法表演报以热烈的掌声。当天，有上百人报名学炼法轮功。市长塞巴斯蒂安·弗雷（Sébastien Frey）及市镇代表与法轮功学员在一起，市长感叹道：“如果人人都拥有真、善、忍，生活会更轻松。”弗雷德新任教区牧师里克·福雷尔（Frédéric Forel）了解中共政权对法轮功的迫害，因为天主教徒在中国也受到迫害。他说他也需要真、善、忍。

九月十四日，**法国**法轮功学员参加了在巴黎第九区区政府内举办的协会论坛。让（Jean）曾经在医院工作，现在已经退休。他说他相信法轮功学员说的每一句话，他们的外表、表情和话语都给了他信心。真、善、忍对社会非常有益，他赞同法轮大法的修炼原则。他认为必须停止中共对法轮功学员的迫害，修炼法轮大法是走一条充满希望的路。

英格兰北部的罗马古城威姆（Wem）九月七日举行嘉年华游行，由市长打头阵，然后就是这个城市的学校学生，之后就是由部份法轮功学员组成的团队。随着祥和美好的《法轮大法好》等乐曲，阵阵腰鼓声响彻上空，人们都目不转睛的看着大法弟子的队伍。游行结束后，市长大卫·帕里（David Parry）亲自向法轮大法团队颁发一等奖，市长说：“从来没有见过这样的具有文化内涵的表演。”市长还表示很多沿途观众和组办方工作人员也都说法轮大法团队是最棒的。

保加利亚的部份法轮功学员九月七日至八日在第四大城市布尔加斯（Burgas）举行了年度修炼心得交流会。在交流会期间，学员们举办了多种多样的讲真相及弘法活动，受到民众欢迎。两天的时间里，学员们还向民众讲述真相，并在两份请愿书上征集签名。这两份请愿书一份是由国际医生反活摘器官组织（DAFOH）发起，敦促七国集团（G7+7）国家采取行动，反对中共（CCP）对法轮功长达二十五年的

迫害；另一份是谴责中共侵犯人权的罪行。阿莎·切尼瓦（Asya Cheneva）是保加利亚国家广播电台的记者，她对法轮大法很好奇，问了很多问题。在签署了两份请愿书后，她将自己的名片留给法轮功学员，希望今后可以再次相见，以便更多的了解真相。

罗马尼亚的部份法轮功学员九月七日至八日分别在山区度假小镇锡纳亚（Sinaia）、第二大城市布拉索夫（Brasov）和东部沿海城市康斯坦察（Constanta）举办讲真相活动。人们赞赏法轮大法真、善、忍的修炼原理，并钦佩中国的法轮功学员在巨大压力下坚持信仰的毅力。六十四岁的瓦莱里乌（Valeriu）感慨的说：“我真的很感动，因为很难得遇到象你们这样努力付出、富有同情心、帮助别人的人。……你们所做的一切是帮助世界变的更好。”许多路人纷纷谴责中共迫害无辜民众的暴行，并对中国的法轮功学员表示同情。

德国不来梅九月四日至五日举办银发族健康展会（In Vita），当地法轮功学员连续七年应邀参加，并在主舞台上演示功法。学员们在主题为“体验法轮大法的力量：身心健康与和谐”的介绍中，向观众演示了五套舒缓平和的功法。主持人详细讲解了功法的动作，大法真、善、忍的法理及其对修炼者身心改善的原理。一位护理机构的负责人对法轮大法也表现出极大的兴趣，这位负责人表示，她希望将法轮功推荐给她的员工，并与学员交换了联系方式，计划组织员工学习。

来自十多个**欧洲**国家的法轮功学员八月三十日、三十一日在奥地利维也纳市中心斯特凡（Stephansplatz）广场上举办了大型活动，揭露中共对法轮功学员的迫害以及活摘法轮功学员器官的罪恶，向民众展示了法轮功的美好。祥和的炼功音乐，舒展平静的功法表演，还有欧洲天国乐团的演奏，都吸引了众人的目光。尤其是法轮功真、善、

忍的理念，更是打动了无数当地民众与游客的心。来自以色列的沙桑女士（Shasan）和先生雅科夫（Yakov）带着孩子们路过，他们先是被法轮功学员的炼功和演讲吸引，通过与学员交谈，双双签名声援法轮功学员反迫害。然后他们表示非常喜欢法轮功，并跟着学员学炼动作。最后，他们表示希望法轮功学员一切顺利，也希望自己能从法轮功的理念真、善、忍中找出解决战争的出路。

荷兰法轮功学员八月三十一日和九月七日在北荷兰省的哈勒姆（Haarlem）和霍夫多普（Hoofddorp）两座城市传播法轮大法的真相，揭露中共活摘法轮功学员器官的暴行，越来越多的荷兰民众了解大法真相，支持法轮功学员反迫害。一位父亲带着小女儿来到签名桌前，自己签完名后，耐心的跟女儿讲述自己在做什么，告诉她，在中国有许多修炼法轮功的人被酷刑迫害，失去自由甚至失去生命，自己是在签名反对这场迫害。小女孩听明白了，也拿起笔写上自己的名字。

日本法轮功学员九月十五日在中部地区爱知县首府——名古屋市（Nagoya-City, Aichi-Pref.）市中心的荣公园（Sakae-Park）集体炼功，下午在市繁华地段荣（Sakae）附近举行了向世人传递法轮大法的美好、揭露中共对法轮功学员长达二十五年的迫害、呼吁中共立即停止对法轮功学员迫害的大游行。从大坂来名古屋购物的赤濑川先生表示：“（法轮功学员）在被迫害的严酷条件下，仍能站出来反对中共，坚持自己的思想，这真的非常棒。正因为你们的坚持不懈，会给其他人带来积极的影响。虽然在经历残酷的迫害，但我希望你们能够继续坚定的走下去，不要动摇！” ▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

安徽合肥市李彩侠、张玲、孙士伟三位法轮功学员，二零二三年十一月被非法判刑，李彩侠四年，孙士伟三年，张玲缓刑。李彩侠，女，一九九四年出生，大学毕业后曾经在上海嘉定区工作，后在安徽省合肥市打工。二零一六年，开始修炼法轮大法，以真、善、忍理念做好人，善待、关心亲朋、同事，深受身边人喜爱。二零二一年十一月二日晚，李彩侠骑电瓶车带张玲去滨湖发大法真相资料，被跟踪监控的警察绑架。第二天中午，李彩侠被非法抄家。法轮功学员孙士伟也被绑架和抄家。随后，孙士伟和张玲被非法“取保候审”，李彩侠则一直被非法关押在合肥市女子看守所。二零二三年六月二日，三人被合肥蜀山区法院非法开庭，其中李彩侠是被视频开庭。

辽宁辽阳市灯塔市法轮功学员洪秀艳，二零二四年四月份被当地公安部门绑架、非法关押构陷，九月五日在灯塔市人民法院被非法开庭，被非法判刑四年。洪秀艳家中只有一个未结婚在外打工的儿子，二人相依为命。洪秀艳于二零二四年四月下旬失踪，后获悉，洪秀艳被警察非法抄家、绑架，非法关押在辽阳市看守所。洪秀艳二零一四年曾被非法判刑六年半。

辽宁凌海市金城原种场法轮功学员杨学平女士于二零二三年十二月五日在凌海市白台子集市上讲真相，被绑架、非法抄家。杨学平被非法关押到锦州市看守所，她于二零二四年四月左右被凌海法院非法判两年，现被非法关押在辽宁省女子监狱。

吉林长春市七甸法轮功学员吴青元，二月二十九日被净月大街派出所绑架，他已被长春市净月区法院非法重判五年半，目前被非法关押在长春市看守所病号监区。吴青

元一九五二年一月生，曾多次被骚扰、绑架关押，他曾被非法劳教两次，非法抄家至少五次，中共不法人员抢走个人财物，勒索钱财，还半夜吓唬他家人。二零二四年二月二十九日，长春市净月大街派出所多名警察到吴青元家中非法抄家，抢走现金和大法书籍后，将吴青元和他老伴带到派出所非法关押、审问。

河北石家庄市行唐县法轮功学员樊瑞海，被非法关押在行唐县看守所长达一年多。近悉，他在二零二四年六月十七日被非法秘密判刑四年，劫持到石家庄鹿泉监狱。樊瑞海曾于二零零四年被绑架、非法判刑四年，二零二二年十月九日在行唐县城路口粘贴真相粘贴时，他被河北省驻行唐巡视组人员发现。巡视组指使行唐县龙舟分局警察将他绑架，于十月十八日被非法关押到行唐县看守所。

河北廊坊市三河市法轮功学员杨慧荣，曾经经历残酷迫害：被“610”和警察非法追捕、有家不能归，多次被非法拘留，三次被非法拘禁到洗脑班迫害共计七个多月，一次非法劳教迫害，遭受派出所、居委会人员等每年不间断的长期骚扰、监控、恐吓等迫害，于二零一五年双目失明，不能站立和行走，生活不能自理长达九年，于二零二四年九月四日含冤离世，终年八十三岁。

黑龙江宝清县852农场七十岁的法轮功学员刘让芳，再次被非法判刑三年。这是她第三次被非法判刑。刘让芳二零二二年十二月才结束三年冤狱，二零二三年五月又被绑架构陷，十二月八日在红兴隆法院被非法开庭，当日没宣判。刘让芳（女），居住双鸭山市宝清县852农场一分厂七队，原本是农场小学教师。刘让芳曾被确诊为胰腺细胞瘤，一九九八年七月修炼法轮功后，很快身体得以康复。一九九九年七月中共江泽民集团迫害法轮功以后，因坚修法轮大法，为大法说公道话，刘让芳女士被非法抓捕九次，

曾被劫持到洗脑班迫害半年，被非法劳教两年，在佳木斯西格木劳教所遭受了非人的折磨：强迫坐铁椅子折磨七天、关禁闭室、奴役、野蛮灌食等；二零一一年十月八日被绑架、非法判刑五年，在黑龙江女子监狱遭受了毒打、坐小板凳、码坐、奴役等种种折磨。

甘肃兰州市退休医生刘桂芳女士，被非法判刑三年四个月后上诉，于二零二四年六月被非法维持冤判，现已被劫持到兰州九州女子监狱继续非法关押迫害。刘桂芳，五十九岁，大学毕业，兰州市七里河区八里窑镇卫生院退休医生。二零二三年五月三十日，她在兰州小西湖公园讲真相被绑架、非法抄家，后被构陷到城关区检察院；二零二三年十一月九日被兰州市城关区法院非法庭审。

北京西城区八十二岁的法轮功学员郑金志老太太，近期被西城区法院非法判刑，目前被非法关押在北京女子监狱。中共当局不顾郑金志年龄大，生活半自理的状况，强制执行收监。郑金志年轻时在单位被要求献血，造成低血压，晕厥摔倒造成脑震荡，经常头痛影响到工作生活，还有肩周炎、结肠炎、附件炎、心动过速、牙周炎，腰痛，痛时动不了身等等。为祛病，她于一九九四年走入法轮功修炼后，不长时间，一身的病全好了。

北京延庆区法轮功学员张连雨女士的家属近日才得知，延庆区法院五月份对张连雨的非法判决不是象法官说的“判刑一年缓刑两年”，而是非法判刑四年半。延庆区法院执行局人员近期要对张连雨进行体检，欲将她收监迫害。张连雨的家属对此非常气愤。六年前，二零一八年五月十四日，有两个便衣到张连雨家查看，随后叫来几个警察把张连雨劫持到夏都派出所，晚上十二点又把她带到延庆公安局，凌晨两点把她劫持到昌平看守所。因体检不合格，十五日中午张连雨回到家中。而后张连雨不断受到他们骚扰，被

迫流离失所。二零二四年五月十五日，延庆区法院的几人到张连雨家中开庭，他们对家属说只是走个程序，判一年就结案了。

北京延庆区法轮功学员孙志刚、王素霞夫妇因坚持真善忍信仰，遭中共长期迫害，王素霞在二零二一年八月二十八日含冤离世，终年五十八岁；孙志刚于二零二四年二月二十八日含冤离世，终年六十一岁。孙志刚的母亲张文芳也是法轮功学员，已经八十多岁，她多次遭中共人员骚扰，两次被迫流离失所，二零二三年被延庆法院人员到家中非法开庭判刑一年半。▲

人的观念阻碍了我们顺利上明慧网

文：大陆大法弟子

【明慧网】同修告诉我说：近来有很多同修上不去明慧网，有的同修竟然半月甚至好几个月都上不去网了，很苦恼。我想把我近来上网的经历写出来，与大家交流，希望对同修们有所帮助。下面是我当时写的日记：

七月十六日

昨天我先生说今天下午要和我一起出门，我正好借这个机会去给朋友讲真相。等回来得好几天时间，所以昨天晚上我已做好准备，该上网的上网，该看的文章都看了，然后把电脑收拾好，准备今天不上网了。可今天上午遇到同修，给了我一些三退名单，回家后我想赶快先打开电脑把三退名单先输入电脑，心里想：看看能上网的话那就发出去。可是当我打完名单后却怎么也上不去网，连续好几次都上不去，我有些气馁，心想那就等我回来再上吧。

当我准备关电脑时，突然想：我刚才的想法不对呀。怎么会想能上网的话就发出去，那就是说不能上去网的话就不发了，那不是给旧势力钻空子了吗？所以它就正好让我上不去。我想：不行！我那想法不对，否定它！这次一定要上去，做最重要的事不能受到干扰，大法弟子说了算。于是我又从新上网，打开自由门，结果一下子就上去了。我赶紧打开三退页面，一会就传完了上传名单，把前几天的一起核实了一下，都正常发表了。谢谢师父！

七月二十七日

今天是周六，正是我们学法小组规定的两周一次的交流切磋时间，因为学法小组中有一个资料点的同修竟然很

长时间不能正常上网，而且《明慧周刊》、《明慧周报》、真相小册子等都下载不了，靠同修给他下载。所以晚上交流期间一个同修提出了关于上不去明慧网的问题，同修读了师父在《二零零三年元宵节讲法》中的法：“明慧网他们从来也没有封住过！”

以前也看到同修在交流文章中提到过，但我不记的是师父在哪部法中讲过这段法。今天当我看到《二零零三年元宵节讲法》师父的明示时，我感到很震惊。师父早在零三年就讲过这段法，而我却一直印象不深，所以前几年有时上不去网，也想不起师父的这段法。我在想我为什么没把师父讲的法当回事呢？那是不是不信师信法呢？想到这里我真的从内心感到很震撼，一直说：坚信师父！坚信大法！可是我却并没有真正做到信师信法，打了折扣。

晚上回去上网，就想着师父的这段法，坚定的想：师父说“明慧网他们从来也没有封住过！”（《二零零三年元宵节讲法》）就一定能上去，结果一会就上去了。

七月二十八日

我从自己的经历，悟到：现在同修们必须要运用神通了，而且要修出为他的心。

晚上回去上网，第一念就是一定能上去，转而一想，铲除阻碍同修上网的一切邪恶因素，结果看到火狐一下子就打开了，而且是五、六个信号，真的是为他的那一念，力可劈山。

七月二十九日

今天刚开始上网时上不去，我开始只是简单的运用了昨天的方法，铲除不让全世界大法弟子上网的一切邪恶因素，只是这样一想，但没再继续发正念，正好有几件事要在电脑上处理，我只好处理这些事，等着能上网，但就是

没上去，用了好几种方法也上不去，我正好处理完这些事后，又一想不对呀，师父在法中讲：“明慧网他们从来也没有封住过！”（《二零零三年元宵节讲法》）

刚想完，网就“唰”上去了，真的是很灵。我知道这是我发出的强大的一念：师父说的就一定能行。

本来上面的文章前几天要发出去，可是突然又上不去了，正好同修让我发一个郑重声明，问我能不能上去，我说我能上，而且几乎天天上。当时起了显示心，结果两三天上不去。

当我意识到自己起了显示心时，立即修掉它，不要它。结果又能上去了。

可过了两三天又上不去了，我知道是自己心性出了问题，赶快向内找，是自己出了怕累的心。这几天同修们在配合发正念做营救被非法关押同修的事。头一天说开庭，我下通知同修们集体发正念，结果刚下完，又获知，开庭中止。我因为怕累、求安逸的心，没有及时去通知发正念的同修。我悟到：修炼人应该做好集体配合的事，不能怕累，整体的事一定要去做。再说如果不发正念的话，同修上午该讲真相的就按原计划外出讲真相救人，该做其它事的照样去做。想到这里，第二天一早我就赶紧去通知了该通知的同修。结果回来后就一下子上去网了。

修炼真的很奇妙，心性提高了，一切也都正常了。

上不去网的同修，我想一切都不是偶然的。同修们一定要否定旧势力的一切安排，多发正念的同时，还要向内修，提高心性，转变人的观念，突破网络也是破除旧势力干扰的一部份。

希望还上不去网的同修，多从自身找一找原因，修一修自己，赶快提高上来。转变人的观念，才能突破旧势力对上网的干扰。

另外上网时，有时上的去动态网却上不去明慧网，我就从动态网上“明慧广播”，然后转到“语言”，选“正体中文”，也可阅览当日明慧文章。

请写征稿的同修抢时间尽早投稿

文：大陆大法弟子

【明慧网】第二十一届明慧网大陆法会征稿通知中，提醒同修们提早寄出稿件，勾起了我很多记忆……

近二十年来，我一直参与帮助本地同修给明慧网中国大陆法会投稿的工作，全程配合当地同修组稿、写稿、改稿、发稿的整个过程，那是一个非常特殊的修炼过程，也是一个难得的修炼机缘。

同修递上来的稿件，只要是用心参与写稿的，正念对待明慧网大陆法会的，文章无论长短，字里行间都沁透着修炼人的境界、心态、意志，无形中会感染启发读者。同修读了文章后，有的会加紧修炼的步伐，有的也会看看自己修炼中的不足，找到与同修的差距。总之，明慧网大陆法会是我们大陆同修一个盛事，庄严而神圣。

遗憾的是，不是每个人都能认识到明慧网大陆法会的可贵，有的同修多少有些敷衍的心态，不参与写稿吧，怕失去这机缘；写吧，不是发自内心的真实反应，是在身边同修的一再鼓励下，动笔写的稿，有类似完成任务一样的心态，有一些勉强的因素。可想而知，这样的心态下，写出来的稿件，难免有杂质。也有的同修，能认识到大陆法会的珍贵，但是在懒惰、安逸等人心、观念的左右下，拖拖拉拉，一晃就拖到了截稿日期，为争取时间而仓促成文，在截稿日的前几天，甚至在截稿日的

当天，送给整理稿件的同修，不考虑改稿、发稿同修的实际情况。

我们参与改稿、发稿的同修，每次都坚持到截稿日的那晚子夜，伴随着最后截稿日那一时刻的来临，感觉到修炼的机缘是严肃而弥足珍贵的。仿佛看到了大陆法会征稿的那扇大门，慢慢的在关、关、关，一到子夜十二点，大门就紧紧的关上了。记的市区同修们年年都有大量的征稿稿件，修改的同修们紧锣密鼓的抢时间打字、整理、改稿。即使这样，也有错过截稿时间的。

往年，我多次收到同修迟来的征稿稿件，有的是法轮大法日征稿文章，有的是大陆法会征稿文章，一次，有十多篇文章在截稿日过了二十多天了才转送过来，这样的情况不止一例。

最让我痛心遗憾的一件事，发生在今年的法轮大法日征稿活动中。当时，同修们整体认识到了法轮大法日征稿的深远意义，当地仅有几个同修没有参与，精选出了多篇推荐文章。现在，有的文章在明慧网上陆续刊登。那是在截稿日的最后一天的晚上十多点，同修送来一篇文章，是因为封网的原因，同修不能及时发到明慧网，同修担心延迟发稿，匆忙的给我送来了。本来我这儿的网速很畅通的，但是，当我打开网以后，怎么也上不去了，坐在电脑前，足足等了一个小时的时间，就是上不去网，打不开明慧网，那种焦急、等待，加之渴望出现奇迹的心，真是五味杂陈，眼看着时间在一秒一秒的流逝，直到子夜十二点，也没有把稿件成功发送。那种未能正念破网而耽误了同修稿件的心情，让我痛心不已，毕竟是没有完成自己所担的任务。

但愿我们都能牢牢的把握住每一个修炼机缘，不给自己留遗憾，这是我写此稿的初衷。修炼已经到了最后的最后了，让我们共同做好该做的每一件事，圆满兑现史前誓约。

慈悲的师父为救度宇宙中的无量众生，在承受着巨大的压力，我们是助师的法徒，要做好助师救人中的每一件正事。我们必须要让神的一面复活，用神念对待我们的每一个修炼机缘，大陆法会稿一定会展现修炼人的慈悲善念，一定会让更多的同修精进起来，从而救度更多的人，这正是师父对弟子的期盼哪。我们应该怎么去做，自己把握好吧，不要一再错失机缘。

由出现《黑神话悟空》想到的

文：吴意

【明慧网】最近大陆新出了一款游戏，是以中国古典神话《西游记》为背景的一款战斗游戏，非常火爆，被很多年轻人追捧。我大概了解了一下，有一个为很多人所喜欢的结局是悟空没有接受佛位，再次成为花果山的猴王带领各大妖王准备打天庭，最后悟空黑化（魔化）。悟空放弃佛位成为他黑化的起点，认为天庭不公，对天庭不满（怨恨之情）；天庭镇压，加速悟空愤怒和反抗情绪（逆反情绪）。一系列事件，导致悟空最后黑化。其实同类游戏和动漫有很多，在玩和看的过程中人们产生的思想，让我后怕，也让我陷入了沉思。

对常人处境的思考

《黑神话悟空》，给成人的感觉都是神佛无情，不能明辨是非，做神佛有什么意思，不如超脱束缚，斗争到底。很多年轻人玩这类游戏的感觉是：XX都成魔了，还那么痴情呢，看来成仙不讲人情，成魔可以。

那么这样的宣传，给未成年人或者青春期的孩子带来

什么后果？会活在黑暗权势之中，不择手段的获取自己想要的权力、名望、财富、享受，即便动机、手段充满了罪恶，甚至需与魔鬼打交道，也无所谓。

目前的社会，人们强调极端的个人主义，否认道德。所以，当人们看到神佛按天理做事，没有一点个人情绪波动，有条不紊进行时，魔就会说，这是神佛要限制你的自由，夺取你的欢乐。常人就会产生逆反情绪——信神佛要遵守那么多规矩，还是不要信了。这正是魔鬼要的结果。所以现在会产生大量这种对神佛不敬的动漫和游戏。

从生活中游戏中，潜移默化让人对神产生怀疑和否定，达到让人不再对神佛有信仰和敬畏，从而让人脱离神佛的庇护。魔鬼利用各种机会，放纵人类自己的欲望，包括淫乱、吸毒，敲诈、偷窃、说谎。此时他就可以乘虚而入达到他的目标。这个时代，已经到真正的神佛信仰少有人问津，反而魔鬼当道大受追捧的成度。

对修炼人状态的思考

黑化的悟空，就象半途而废的修炼人。由于各种欲望和执著心，放不下自己的利益，导致自心生魔，抑或是被大陆当局绑架洗脑，从而走上反神的道路。而这些转化的“修炼人”又带动了一批不真修不实修的人，从而产生蝴蝶效应，做着离经叛道，大逆不道之事。

师父在《转法轮》中指出：“因为人有情在，生气是情，高兴是情，爱是情，恨也是情，喜欢做事是个情，不喜欢做事还是个情，看谁好谁不好，爱干什么不爱干什么，一切都是情，常人就是为情活着。”

我个人理解：人之所以是人是因为有情在，才把神佛想象为和人一样滥情。其实神佛讲的慈悲和博爱，是高于人情的。人情有爱有恨，通常是自私的，而慈悲和博爱则

是包容和爱护所有人的。魔也是高于人的层次的生命，也不生活在人情中，只是，魔不讲善，不讲慈悲，是恶的。

神佛创造了世界，创造了人类，所以他们定下了道德规矩，让人少走弯路，让人从歧路回归正路，故“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨”，早日返本归真。可事到如今，这个世界有许多反神佛的思潮，妨碍着人们返本归真，妨碍着修炼人跟随师尊正法回家。

虚构中黑化的悟空就是放纵自己的人类；虚拟中黑化的悟空就是离经叛道的人。

神佛的拯救是面向全人类，所有人的。但神不会勉强人去接受拯救，只有人类自己意识到，真正的从内心改变，抛弃魔鬼魔性，神迹才会在此展现给人。

从前神韵演员的思想变化想到的

文：大陆大法弟子

【明慧网】近期看到前神韵演员去了一趟北京，思想就和原来迥然不同，连“天安门自焚”是假的都看不出来了。这使我想到了刚迫害时在劳教所看到的一些乱象，也给海外没经历过洗脑迫害的同修提个醒，以法为师，辨别真伪。

当年被绑架到劳教所之前，就听说有很多在外面“很精進”的同修都被所谓的洗脑“转化”了，而且是真的变了，觉的不可理解。去了之后，我就静静的观察，从一些现象中我发现了一个问题，就是除非你主动接受那套歪理，否则外在的任何灌输都改变不了你。

举几个例子，有一次劳教所把拒绝向邪恶转化的人组织到一个教室，让以前是各地总站辅导员被转化了的几个人给我们做洗脑报告。当时，我旁边有个渐悟状态的同修悄悄对我说：“别听他们的，他们每个人身后都有一个邪灵，现在正在台上讲的那个人，背后是个女鬼在控制她讲，你接受了就象附体治病一样，往你身上发东西。”那时还没有发正念，我们就在心里背师父的法，大法给我们挡住了那些邪的东西。而那些在台下认真听，抱着好奇或者崇拜的心听进去的，很快就被转化了。

还有一次有两个被转化的学员给我洗脑，当时我的心非常纯净，只是想着大法，没有任何想法。过程中，其中一个来给我洗脑的人，说着说着就开始哭起来，也不说那些邪悟的话了，而且开始说她转化错了，非常伤心的嚎啕大哭，好象换了一个人。我当时还觉的挺有意思的：这么说着说着就变了？后来才想到，那是我当时心里很纯净，师父就布下了纯净的场，使任何邪悟的理在那个纯净的场里都归正了，也是师父慈悲，想唤醒那个转化了的学员。

旁边那个人却没有反应，后来知道，那个人是公安安排的常人特务，假装是转化了的学员。

还有一件事，当时转化了的和没转化了的很多人都象赶时髦似的都在抄一些常人的东西，还有孔子的《论语》等等。我当时就在犹豫的时候，晚上做了一个梦，就象阿拉伯神话故事里的飞毯飞来了，降落在劳教所，好象要接走学员，很多白天抄孔子书的那些学员都上去了，我正在犹豫的时候，突然这个飞毯就载着这些学员飞起来了，我正在后悔的时候，就看到这个飞毯突然在空中翻个了，这些人一下就都摔下来了。梦醒之后我一下就悟到了，是师父点化这是不二法门的问题。

还有一个例子，当时劳教所有很多邪悟的人写的所谓的“体会”，我记忆最深的是，当时有个没转化的还是一个地区的辅导员，当时也觉的她法理挺清晰的，但是当时不知道是出于什么原因，她说她不怕看那些邪悟的东西，就开始看那些东西，结果不长时间就被转化了。

从这些经历的事情中，我总结出，那些邪悟的说辞，它是有邪灵在背后支撑着，其实就是邪灵附体，你排斥它，它就不敢进来控制你。只要不听不看、不往脑子里进，它啥招对你也没有用。

我观察之后发现，你用法来衡量，你就可以辨别那些所谓的理论都是假的，自欺欺人的。只要你保持清醒，坚决不接受，邪灵就上不到你的身，你就能看清它。

那些邪悟的理论其实质就是那些背后的邪灵不要你按照师父要求的三件事去做，修炼不了，完成不了使命把你拖下去。不信你问问那些邪悟的人，他们做不做三件事？你就会发现，他们是不按师父要求做的，而且会找出各种理由不去做三件事。而作为修炼人，都在踏实的按照师父要求的三件事去做。

我记的在劳教所有个渐悟状态的同修在遭受迫害时，有个声音告诉她转化是对的。当时她就有很强的一念：师父叫做三件事，可是转化的人不做或只做一、两件事，没按师父要求做，我不听！就这一念使她走过来了，没有被骗的向邪恶转化。

所以修炼就是人神一念，按着师父的法去修，做好三件事，就不会走偏。

最后以师父在《精進要旨》〈定论〉中的讲法与同修共勉：

“大法弟子们切记，将来无论何时、何地、何人，以任何借口把大法分成部、派、门、宗等类似行为都是乱法。我没有教你们做的，你们永远也不能做，显示心加上欢喜心最容易被魔心所利用。你们在大法中悟到什么，都是无边法理在一个层次中所存在法理之一点而已，切不可为此给法或法的哪一部份，以至哪一句话下定义。如当众宣说，话一出口，罪业即成，重者，深重如山、如天，如何修？如有窜改大法，另搞一套者，其罪大之无边，生命在还恶业时，层层被灭尽的痛苦是永无终止的。”

看见别人不足找自己

文：中国大陆大法弟子 无心

【明慧网】我母亲今年八十七岁了，在城里自己生活，身体非常硬朗。她有工资，从来不用儿女们花钱，我经常去帮她收拾屋子。最近我每次去母亲家，她总会提起二姨的不对、差事。我跟她说：“二姨家住农村，农村人攒钱不容易，别跟她一般见识。你有工资比她多，别计较太多。”母亲总是愤愤不平、心里过不去。

有一天，我去母亲家正赶上二姨也在那。我拿出两双袜子让二姨挑一双，她挑了一双带花样的袜子。我妈这时从厨房出来，一把抢过袜子，说她也喜欢这双。我心里想：妈怎么这么不懂事？其实她就是表现给我看的，可我当时没向内找，总以为母亲不对。心性没提高上来，机会一次次错过。

又过几天，我哥打来电话说母亲病了，让我去，我和丈夫开车去了。到了母亲家，她正躺在床上，说已经好多了，不迷糊了，血压也降下来了。然后她告诉我们生病的原因：二姨昨天打来电话，说她在我老舅家十多天了，她大姑娘家要办事，让我妈也去住几天。母亲撂下电话气的够呛，去了十多天才叫我，并且还得随礼，心里越想越气，一宿也没睡好，就犯病了。

我心里开始埋怨说了几句。这几天家里漏水，我想得好好找找自己了，为什么母亲总在我面前表现出怨恨？其实就是我心存怨恨，怨恨她不通情达理、不宽容、还总帮邪党说话。我告诉她电视上的事都是假的、别信，她不听。还看不上她心眼小、抠门，这不是嫉妒心吗？还有利益心、愿听好话的心。这些人心不是我，我得灭掉它。当把这些心去掉后，母亲再也不提二姨的事了。

看见别人不足，找自己。在我婆婆家，我丈夫他们总是背后议论别人的缺点。我一找自己，我也在背后议论过同修，不修口。同修每当夸赞我，我一找自己，刚刚碰到一个常人，我夸赞了她。每当执著钱财时，同修就在我面前讲哪有打折的商品。每当出现怕心时，楼下就会停一辆可疑的车等等。现在我悟到：在修炼的路上没有偶然的事情，全都是为大法弟子去人心铺垫的，全都是好事。一旦出现人心时，及时抓住不顺着它往下想；正念对待，排斥掉。再深挖，每颗人心背后都是一颗自私的心。因为修炼人的思想是为他的，才能达到新宇宙的标准。灭掉所有的人心，归正自己，走师父安排的路。

背法得法 真正同化大法

文：黑龙江大法弟子

【明慧网】我是五十六岁的妇女，由于我们这一代人在邪党无神论灌输下成长起来的，加之一九九九年七月后中共流氓集团的非法打压与迫害，我虽然一九九七年就走近了大法，遗憾的是却一直学法不得法，二十多年来自己一直都还是停留在感性上认识师父与大法，所以，在修炼的路上经常是走走停停，浪费了许多宝贵的时间。

慈悲的师父一直没有放弃我，安排我来到了现在的学法小组。小组里的同修们大部份都已经退休，年龄大多在五十岁左右。虽然各自的修炼状态不同，但是大家都有一颗想要修炼、想要提高的心。在小组同修们的帮助下，我渐渐的由开始的不会修到学会了向内找实修自己；由开始的骄傲自大到懂得了去谦卑的对待他人；而这一切的改变源自于背法的开始。

二零二二年秋，当我们看到明慧网上有同修交流背诵《洪吟六》能去除头脑中的无神论、进化论时，我们小组也在一名同修的建议下，决定每周背一首。大家在集体学法后，每个人都要轮流背诵一遍。我们由开始时的畏难情绪，到后来增加到两首。背完《洪吟六》后，又从《洪吟》开始背，一直坚持到现在。如今大家不再感觉背法有多么难了，都是主动背了。这样还可以把自己平时的零碎时间都充份运用好了。

开始背诵《洪吟六》不久，小组同修们又决定背诵《转法轮》。之前我也有过几次背法的经历，但都没能坚持下来。这次，为了让大家都能够坚持，我们在明慧网上下载了很多期“坚持背法”的音频体会。初期背法，偶尔想要放松或懈怠时，就听听同修们背法的经历与体会，同修们一个个

背法的故事感动并激励着我们继续坚持。再后来，当我和同修们不同成度懈怠时，我们就在小组学法后，逐个询问并把每个人本周背法的情况记录在一个专用的本子上，用来督促自己和同修们都能够坚持不懈。因为小组里每个人的修炼状态不同，当时就没有硬性规定每个人每周必须背多少页。所以尽管大家同时起步，但进度却一直都是参差不齐，好在大家至今都还在坚持着。

下面说说我是怎样背法的：首先双盘打坐，把要背的一段法认真的读一遍或几遍，然后以句号为最小单位，熟读直到背下来；紧接着背下一句，也是熟读直到背会；最后再把整段连起来背。一整段背熟后，还要再从新一句一句的背一遍，但这次是拿书一句一句认真的对照背的是否有误。直到背的一字不差，再背下一段。因为是一个人背法，没有人给纠正，一旦背错了，自己有可能还察觉不到。小的段落还好，长的段落偶尔也会出现添字、落字、甚至落下一句话的现象。而且我还发现，有些背过法的同修在集体学法时，背错的地方又很容易按错背的去读法。所以，我对自己第一遍背法的要求很严格，直到一字不差才能再背下一段。很长的段落也不拆开背，我想这么长的段落，需要反复背才能记的住，这一定有师父对我们的良苦用心在里面。

渐渐的，背法就形成了机制，如果哪里背错了，或者正在背的这段法中，哪方面还有自己没有意识到的执著心，这段法就会反复背也通不过。其实，别看我们通读时感觉把法读的很熟了，背法可是完全不同。后来我就把标点符号也一起背下来了。虽然从表面上看增加了背法的难度，但是在背的过程中，也真切体会到了师父在讲法中运用不同的标点符号表达出的不同涵义。

背法后的体会太多了。首先是学法的状态改观很大，

我们都知道学法对一个修炼人来说有多么重要，那是师父一再强调我们必须做好的事。但自己多数象是在完成任务一样的学，学法时读的又快又流利，却不入心，遇事又不会实修自己，多数都是听或看了同修的交流体会才能提高一点点。宇宙的大法怎么能展现给一个常人呢？所以自然也就看不到法的内涵。学法也是被动的在学。背法后自己主动学法了，学法也能入心了，遇到事时，能察觉出哪些念头不合法，也能分辨出哪些想法不是自己的了。

再说说炼功。自从抱轮改为一小时后，每天晨炼起床的时间虽然只是提前了半个小时，可是这对贪睡的我来说曾经一度很排斥，炼功也常常有种被动又无奈的感觉。所以晨炼经常不能按时同步，晚上还要找时间补上。一旦有别的事，就很难补的上。背法后晨炼基本能同步了，自己主动炼功了，尤其打坐时，明显感觉胡思乱想的东西少了，能静下来了。

发正念呢，之前基本没有太明显的感受，十五分钟时间很快就过去了。因为一直都认为自己修的不好，发正念也不会起什么太大的威力吧！背法后发正念时，感觉自己的身体被能量场包围着，念力也集中了，头部的感受尤为明显。现在的我，有时间就多发正念，因为我们都知道，如果清理不好自己内在和外在的空间场，那会直接干扰我们做好救度众生的大事。

背法中最为深刻的体会是：感觉师父就在身边，反复、耐心的告诉我要如何修炼；常常被师父洪大的慈悲感动的泪流满面；背法时还经常会有一种“这句法我怎么从来都没有看到过”的感觉；而之前通读法时完全没有这样的感受。

记的和同修过心性关时，怎么想自己都没有错。当背到“业力的转化”时，忽然间明白了，不再争谁对谁错了。还记的背到第六讲“走火入魔”中真疯的一段法时，背着

背着忍不住失声痛哭，想到自己不也是带着使命来的吗？天国世界的众生还在苦苦的等着我救度他们呢！而我这些年却险些在红尘中与大法擦肩而过，这是我第一次如此深刻的认识到了自己身负的巨大责任。

背到妒嫉心时，我知道所有的不平衡都是来自于这颗不好的心。想起一直和自己配合的同修，当她背法的速度超过我两讲的时候，我的心里就不平衡了：一起发资料，我要下载、打印、装订等等，事无巨细。而她却不需要做这些，她的时间比我宽裕多了，所以她的速度才快的。可是我为什么就没有想想同修为背法下了多少的功夫呢？我有人家精進吗？同修背的快，应该为她高兴才是啊！如果没有她在前面的坚持，也许我这次背法说不定又半途而废了呢！

当背到“周天”时，我豁然间明白了之前一直弄不懂的中脉的运转形式；背到“大根器之人”中什么是大忍之心的时候，每背一句都认真的对照自己，发现这法中句句不都是在说自己吗？为自己这么多年学法不入心、不实修而汗颜。

背着背着，思想中什么都没有了，只有法了，進入了一种空无的状态。不觉中晨炼的时间到了，我告诉自己：我是真、善、忍宇宙大法构成的生命，是不受世间的时间制约的，即使一夜没睡觉，炼功我也不会困的。然后五套功法一步到位，白天一切正常，该做什么就做什么，依然没有任何困意。

还记的在一次晨炼前，忽然发出一念：清除自己空间场中一切不信师不信法的因素，它们都不是我。然后感觉有什么东西瞬间从头顶到脚底下出去了。之后自己也很奇怪，刚刚起床怎么会发出这么一念呢？

还有的体会是只可意会、无法言传。

今年三月份，当我历时十九个月，把《转法轮》完整的背下来后，感觉自己就象亲自参加了师父的传法班一样。虽然看不到在另外空间里发生了什么，却能真切地感受到师父为我拿下去了很多不好的东西，破开了我一直不能真正同化大法的外壳。真的是把自己洗净后、拔起来再往前送。同时也真正体会到了“修在自己，功在师父”（《转法轮》）的内涵。而我呢？只是付出了一点点的辛苦，只是因为自己有一颗想要修炼、向善的心，师父就给予了我这么多。

穷尽人类的语言也无法表达对师父的感恩之心。我知道在修炼的路上，哪怕是自己一点一滴的提高，背后都融入了师父无量的慈悲与巨大的承受。

这篇稿件从动笔至今，用了近四个月的时间，一直在改了写、写了改，可还是不能把背法当时最确切的感受写出来。但是，每一次当我打开这篇未完成的稿件时，都能清晰的感受到师父的加持。

同修，如果你对自己学法的状态不满意；或者你也有和我类似的修炼状态；那么，也请你拿起书来背法吧！其实，背法并没有想象的那么难，不要被自己的后天观念障碍住。让我们一起把这部宇宙大法带回天国的家吧！

叩谢慈悲伟大的师父！

谢谢小组的同修们！

去“怕心”

文：大陆山东大法弟子

【明慧网】我是一九九九年“七·二零”以前得法的大法弟子，今年已八十四岁了，在大法中修炼二十多年来，为了我的提高，师父付出了无数的心血。

由于我不够精進，有很多执著心还没有放下，例如“怕心”，它隐藏在我的内心深处，平时我还不知道它的严重成度，直到有一天，在一个特殊的环境中它表现出来，才使我看到这个执著心已经严重到如此可怕的成度了。

有一天，我去超市买东西，就借机和新来的服务员、一个二十岁左右的姑娘讲法轮功的真相。这姑娘说她对法轮功了解不多，但不反对。我说：“我这里有法轮功的真相资料，你拿回去看看就知道法轮功是怎么回事了。”她同意了，我就在兜子里翻找适合她看的大法资料，找着了就赶快拿出来递给她。可她并不伸手去接，而是在那里按手机号码打电话，电话通了，只听她小声说：“你们快过来，现在人正在店里，来晚了人家就走了。”我好奇的问她：“你给谁打电话还这么神秘？”她说是给派出所的朋友。我一听她给派出所打电话，心里就嘀咕。她打完电话接过资料，马上指着资料问我：“你这资料是从哪里弄来的？谁送给你的？他是干什么的？他住在哪里？叫什么名字？今年多大岁数了？”我一听就觉的奇怪，笑着说：“你问这些干什么？这对你很重要吗？”她没有正面回答，反倒指着我问：“你叫什么名字？你住在哪里？今年多大岁数了？你什么时候学的法轮功？你家里还有谁学法轮功？他叫什么名字？”我一听她问这些，心里就烦了，我提高声音打断她的话说：“这些都是个人信息，跟你没有关系，你最好别问了，你要是不愿意看

“这些资料就还给我吧。”她并没有还给我，反而笑着说：“随便问问。”

就在这时，我突然想起十多年前的那一幕，我把真相资料发到便衣警察手里了。警察当时指着资料问我的话就是刚才那姑娘问的那些话，惊人的相似。我心里一惊，难道这姑娘也是便衣警察？她为什么也同样问我这些话？这能是偶然的吗？我联想到她刚才给派出所打电话时那种神秘的样子，她是不是在举报我？很可能。我越想越怕，心里越紧张，我的直觉告诉我要赶快离开，越快越好，今天可能要出事。于是我拿起兜子就向超市门口走，刚要出门，迎面进来三个警察，和我打了一个照面，但是并不认识。我心想他们来的好快啊，看起来那姑娘真是便衣警察，她真的把我举报了，这三个警察就是针对我来的，看情况我今天回不了家了，于是抄家、罚款、进看守所、蹲监狱等一系列的迫害镜头快速的从我脑海中闪过。我木然的站在那里，脑子里一片空白。

就在这时，我看到那姑娘快速的走过来迎向警察说：“你们快去，店长正在办公室，再晚一会儿她就走了。”我看到那三个警察随姑娘向店长办公室走去，我这才回过神儿来，恍然大悟：原来警察是来找店长办事儿的，并不是冲我来的。看起来那姑娘并不是便衣警察，人家也没有打电话举报我，是我那颗怕心演化出来的假相促成了这一场虚惊！直到这时，我才觉出脊背冰凉，用手一摸，哦，出汗了，衣服都湿透了。

这一场虚惊非同小可，完全把我内心深处隐藏着的那颗怕心勾出来了，并且暴露的淋漓尽致。我清楚的感觉到十多年前的那场被迫害的阴影还牢牢的纠缠着我，遇到今天这个合适的环境，那个阴影就叫我怕。而且怕的如此厉害，周围的环境都充满了使我害怕的因素。

师父说：“没有了怕，也就不存在叫你怕的因素了。”（《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉）

这一场虚惊完全是由我那个怕心造成的，严重成度真的使我非常吃惊。正法修炼已经到了最后，我还有这么严重的怕心没有去掉，我怎么能够跟师父回家？

师父在经文《醒醒》中说：“法正天体已结束，目前正在向法正人间过渡。”

既然如此，我想，说不定就在哪天法正人间开始，那么正法时期大法弟子的修炼就画上一个句号了。到那时，如果我这个严重的怕心还没有去掉——其实何止是一个怕心，争斗心、怨恨心、妒嫉心、欢喜心、显示心等等这些执著心我身上都还有，这些执著心我都去不掉的话，我岂不是失去了这万古不遇的人成神的机缘？想到这里，我想好悬哪！幸亏师父今天利用这个特殊的环境把我这颗最大的人心、怕心暴露出来，使我看到了它的存在。如今我还有机会去掉它，否则的话，我将来真的就要在“怕”的这条臭水沟里翻船了。我从内心深处感激恩师度我的良苦用心。同时也谢谢今天帮我提高心性的姑娘，谢谢师父！谢谢众生。

我把这次正法修炼的机缘看的比我的生命都重要，因为我在轮回中，说不定哪生哪世转生个什么样的生命。可是我却幸运的在今生今世转生成人，能够得法修炼，又恰巧生在中土，又恰巧碰上师父在今生今世要正宇宙的法，也下世转生在中土，这个难得的机遇被我碰上了，可见我是多么幸运。

由于师父在宇宙中正法，开创了这个辉煌，把我带入这洪大的天象中来，我有幸成为大法弟子，得到了这万古不遇的人成神的机缘。我珍惜这个机缘，它在我心中的宝贵成度超过我生命的千倍万倍！正因为有了这个机缘，我

得到了实在难以得到的宇宙大法；也正因为有了这个机缘，我找到了师父。实现了这个我梦寐以求的万古洪愿。

我相信，只要我同化宇宙特性，把自己修成一个超常人，把自己变成一个更好的人，最终能达到神的标准，师父一定能带我回家。为了实现我跟师父回家的美好夙愿，我必须从现在开始，抓紧时间看书学法，尽快提高自己。

现在我把自己那颗最顽固最难去的“怕心”放在首位，这是我首先必须要去掉的最大的一颗人心。我相信，只要我多看书，多学法，按照师父的要求去做，我就能破除一切人心执著，包括那颗最严重的“怕心”，因为宇宙大法在熔炼着我。

我想起了前些日子我在超市遇到的那场虚惊所表现出来的那种强烈的害怕的状态，真的使我羞愧的无地自容！师父在法中要求大法弟子心里不装着害怕，堂堂正正的给警察讲真相，而我却那样的害怕警察把我抓走，心里只想找机会逃避，哪里还敢面对警察坦坦荡荡的讲真相，和师父所讲的法中的大法弟子思想行为对比一下，真是觉的汗颜。我看到了我自己的有漏之心，我修的真是太差劲了，正念不足，人心太多，执著太强。不能唱主角，反倒把自己摆在受迫害的位置上，真是给大法弟子丢脸。

万幸的是，我通过这些日子的看书学法，并且对照大法修自己那颗心，真的感觉提高很大。我不再把自己摆在受迫害的位置上，明确了我与警察的关系是救度与被救度的关系，而不是迫害与被迫害的关系。说白了就是我是救度警察的，而不是承受警察迫害的。

通过学法，法中的正念强烈的震撼了我的心。顿时觉的自己非常高大，我修的是宇宙大法，最高最正，我的师父是宇宙之主，万王之王，最高最正！我自己是走在神路上、享有宇宙第一称号的大法弟子。是走向佛、道、神的未来

觉者。我问自己：我怕什么？我在心里高喊：“什么都不怕！什么都不怕！什么都不怕！”当我喊第三遍时，突然听到我的大脑中“啪”的一声响，声音极大，当时我感到两耳被震的嗡嗡响。随即我听到有什么东西噼里啪啦的往下掉落到地板上的声音，我下意识的看看地板，上面什么也没有，噢，我明白了，这是师父用正念把我思想中那块顽固的、坚硬的怕的物质打碎了，掉下来了。我顿时觉的神清气爽，身体发轻，有点儿要飘起来的感觉，非常舒服美妙。我知道我的怕心被师父打碎了、去掉了，我升华了。我离师父又近了一步！

跳出具体事表象看问题

文：大陆大法弟子

【明慧网】大法弟子是走在神路上的人，我们在修炼过程中就是在不断的转变人的思维，去除观念，特别是从事情表面看事情的习惯和观念。

A同修因旧势力的迫害家庭贫困，租房子住，经常交不上房租，吃饭也没有着落，可是她丈夫出门办事每次都要打出租车，A同修就不同意，经常和丈夫因为打出租的事情吵架。她认为，让谁来评理都是她自己做的对。可是她丈夫完全不听她的那一套理，依然我行我素的。她宁可坐公交车也不愿意坐丈夫打的车，她丈夫就用手揪着她的头发，把她往车里拖，然后再揣上一脚、骂上几句。她坐在车里就哭，心里恨丈夫，敢怒不敢言，得痛苦的忍着。

一次，他们又出去办事，还是上演着过去演了好多次的那场戏。这次他们下车时她丈夫把包落在出租车上了。还好给司机打电话，司机把包还给了他们。丈夫为了感谢

出租车司机，给了他一百元钱。这件事情对A同修的触动很大——她生活困难不舍得花钱打车，省吃俭用的，却因为失误失掉了一百元钱。这件事情看上去是她丈夫的错，实际可能是自己错了。

她从新思考一下这件事情，她想起师父讲的法：“当一个人降生的时候，在一个特定空间当中都有他一生存在的形式，也就是说，他生命到了哪一部份，该干什么，那里边都有。谁安排他的一生啊？很显然，就是更高级的生命做的这件事情。比如说，我们在常人社会中，他出生后，这个家里有他，学校有他，或长大了单位里有他，通过他的工作和社会上取得了方方面面的联系，也就是说整个社会的布局都是这样布置好了的。”（《转法轮》）

她悟到：那么我丈夫的一生中是不是也安排好了？哪个家里有他，哪个出租车里有他，虽然家里没钱，既然神安排了他要打车，也一定会安排他有钱打车，如果省下打车的钱用来干别的事情，那神是不是不会同意呢？所以我就得挨打挨骂，还要失掉一百元钱。跳出原来的观念之后，对事情发生的背后原因认识和感受都变了。从此以后，她丈夫再打出租车时，她不再跟他生气，而是高高兴兴的坐上车。

我们回看A同修在这件事中的修炼过程。她因受人中的观念“没有钱就得节省着过日子”的影响，生活处处节俭；当遇到不符合这个观念的事情时，就开始愤愤不平，生出很多的人心。当她在法上看问题时，就能看到事情的因缘关系，看到神的安排，这时就不再执著人心和观念了。

我悟到，我们修炼中，去人心的过程中不能局限在人心中去人心。比如A同修在这件事情中表现出来的利益心、争斗心、怨恨心等等很多的人心，如果不断的在表面上去这些心，我得去争斗心，我得去怨恨心，那还是比较狭隘，

是很难去掉的。这些人心也不是光靠发正念去灭它就能去掉的，得跳出人的观念看问题，站在更高层次上看问题。用法去破执著心，才能从根本上从人中走出来。

在神的境界里看问题就不会生出人心，看到的都是佛理，是宇宙的真相。同时也否定了旧势力安排的一味的在承受魔难中去人心的个人修炼。师父安排的是在证实法中去人心、去否定旧势力的安排。

对简单的一点理解

文：北美大法弟子 简纯

【明慧网】我从小在农村长大。当地的民风比较纯朴，我的思想也比较简单，从小就很懂事、善良、孝顺、礼让，在父母的两大家族里都是出了名的好孩子。当然这也有它的不好处，就是听惯了夸奖，求名心比较强，争强好胜不服输，考试也必须考第一。后来因为父亲不供我上学，十六岁就辍学进城打工了，在市里比较繁华的商业区。城里的环境非常的复杂，生意人勾心斗角、尔虞我诈、面合心不合，甚至为一点蝇头小利大打出手。

我是农村娃进了城，脸上就象贴了“农村”两个字一样，人家一眼就能看出我是农村来的，所以就会受欺负，因为在那些人看来，我就是傻乎乎的。那些人相当的伪善。社会上流行所谓的情商高、圆滑世故、有眼力、“悟性”高，一下子就知道别人心里想的是什么，有话不直说，面上一套背地里一套，表面上在夸你，心里不知骂你多少遍了。一个人刚跟另一个人有说有笑，又夸赞又说好话，转头那个人走了，就跟我说是另一套说词，全是贬低人家的，还把人家的丑事都说给我，简直是震碎我的三观，因为我

接受的教育是：“静坐常思己过，闲谈莫论人非、无扬人丑”等等传统理念。平时我也很不喜欢农村妇女在一起嚼舌根，东家长李家短的。

我刚开始很不适应这种环境，一直觉的自己与他们格格不入，虽然跟他们站在一起，但我觉的跟他们隔的很远很远。

同时，我是一九九八年底到了城里就得法修炼了，每天学法炼功，日子过的很快乐。但是一九九九年七月二十日以后，风云突变，环境一下子来了一个大翻转，我也一下失去了修炼环境。我开始自己赚钱供自己读书，所以一边读书一边上班。我的生活变的异常的忙碌，慢慢的，修炼就开始懈怠，执著心也慢慢反映出来了。

我的争强好胜不服输的性格又开始反映出来，不想被她们欺负看不起，也开始主动的学他们的那些所谓的圆滑世故、察言观色。现在人已经复杂到什么都不直说，他说一句话，你要秒懂他这句话背后有多少层含义。你要去猜他的意思，人人防范，人人自危，人人都活的很累。人把那脑子都用到那个地方去了，我那时候也是主动的把自己的脑子敞开，让这些肮脏的东西钻进来，因为我不服输，我不想输给他们。再加上后些年自己做生意，天天泡在那种生意场里面，那些复杂的东西就非常的多，灌满我的大脑。但是虽然我也学会了，也象他们那样做了，我也得到了常人认为的好处，但是其实我内心里是非常痛苦的，我很怀念在农村时那个纯朴的状态。

师父说：“在师父的眼里，你们的一思一念哪，你们的一个举动啊，我都能看出你是一个什么样的心。我是最不喜欢那个只会说、不去做的，我也不喜欢那些狡猾的。我喜欢那些纯朴的、脚踏实地的。也希望大家在这么多年的修炼中，从正的方面增长智慧，不要在处世上、为人上收获太多。”（《各地讲法十一》〈二零一零年纽约法会讲法〉）

我当时觉的师父说的就是我，没在正的方面增长什么智慧，只在为人处世上，狡猾上收获太多。我想做那个师父喜欢的纯朴的、脚踏实地的弟子。但是“由俭入奢易，由奢入俭难”，学坏容易学好难。但我有了这个愿望，做师父想要的、淳朴踏实的弟子。

渐渐的我发现我的脑子变的不那么灵光了，反应也变慢了，感觉有一部份脑子象是封闭了，不好使了。

师父在《瑞士法会讲法》中说：“我告诉你们，在常人中脑子反应的非常机敏，为了维护自己的利益不受损失，在这方面思想反应非常快，而且记忆力也好。就是说呢，你动的这部份脑子是不好的，也就是他会造业的，太发达了，干扰你修炼。那么怎么办呢？我们就采取一个办法，先把你这部份脑子抑制住，换句话说就是把它先锁起来调整好，先让你能象修炼人思维的那部份思想替代，使这部份思想发达起来。然后调整好那些奸猾的部份，再逐渐的放开，那个时候你就能把握好自己了。”

我明白了，是师父帮我调整大脑了。

当时在修炼中我还有一个状态，就是变的越来越敏感，差不多就是别人只要一走近我，他的喜怒哀乐我都知道，这对我当时的修炼有严重的干扰，因为我会被别人的情绪带动，难以保持不动心。我觉的这些东西对我的修炼干扰太大，后来我就求师父帮我下了一个罩，把这些东西都与我隔开了，从那以后就不再会感觉别人思想中的东西了，修炼一下子变的清静很多。

我还发现，回忆都是负担。

有一次我看到自己正在往天上飞，但是我的两个脚被两个大包袱拴着往下拽，仔细一看里面装的都是回忆。回忆就是负担，是阻止人上天的包袱，于是我不再喜欢照照片了，把我曾经的照片都存进一个盘里，从手机里清空，

只在需要用到的时候去找一下，不再去看照片，不再回味曾经的经历。这样一来，感觉空间场一下就清净了。

大脑的空间场也更加干净了。我还在自己的身后下了一堵墙，一切发生过的事情，我就让它与我隔绝开。这样我的大脑就经常处于一种空空的状态，什么也没有。我很享受这个状态，根本不想往我的大脑里装东西，只想把里面的东西都挖出去扔掉。

只是有一点，我的记忆力变的很不好，因为不存储，所以也就记不住了，存储记忆的那个地方我去看过什么都没有了，那里是一个工厂的厂房，里面空空的，被清理的很干净，以前那里存着我的记忆，存储的方式就是一个个的电影屏幕，但是现在都是空的。

师父说：“人的大脑在我们这个物质空间形式当中，它只是一个加工厂。”（《转法轮》）

我看到大脑真的就是一个加工厂，里面有很多的车间，生产不同的东西，当原料一来了，就会进入不同的车间，那我们现在人很惯性的就会把那些原料全部扔进那个最复杂、最不好、最肮脏的那个车间里面去，所以即使你给他再好的原料，他在那个车间生产出来之后就会变成非常复杂、肮脏、狡猾的东西出来，所以师父把我那一部份不好的车间就封闭起来调整。

打个比方，有十个车间，从最不好、最黑暗、最肮脏的车间开始，然后一个比一个好一点，到第十个就是最简单、最单纯、最理智、最能同化于法的那个车间。之所以这样的顺序说，是因为现在人基本都是那个最不好的车间最大最发达，原料一来就进那里了。

师父在《各地讲法八》〈美国首都讲法〉中说：“其实无论你这个人怎么聪明、怎么狡猾，结局是一样的。说这个人很笨，你觉的他很笨、他很单纯，那个人很狡猾，无论

你在人生路上怎么走，结局是一样的，决不会因为人的狡猾发生什么变化，也决不会因为他单纯有什么变化。狡猾只能是把自己变坏，造业中又会使人向下滑，周围环境与自己变的紧张后会使人心更复杂，复杂的思想只能把自己变的更不好。”

学法中，我们都明白一个法理：我踢你一脚，我会给你一块德；你不服气，你回我一脚，一块德就又踢回来了，咱俩都不失也不得。但是咱俩都一人挨了一脚，挺疼的，这图啥呢？这不是傻吗？所以常人在做坏事，其实就是傻，啥也没得到，只是让自己造业更多罢了。

我想让自己能够回归到先天的纯真上去，但是先天的纯真到底是什么样子呢？我也不知道，但是我就看那几个岁的小孩，他们眨着大眼睛，天真无邪的看着你，最简单、最单纯、最直接，没有那些复杂的弯弯绕，也很容易相信别人，所以我们会觉的小孩子很傻。

有人说你这样不是很傻吗？连别人的话里有话你都听不出来？对，因为我选择不要用复杂的思想去想，在我看来，我怎么对待你，与你怎么对待我，其实是不相干的两件事。你怎么对待我，是你心性境界的体现；而我怎么对待你，是我的心性境界的体现。神佛的慈悲是永恒的。神不会因为人怎么对待他而改变了对人的方式。

无论人已经坏成什么样，怎么攻击我们，师父要求我们，“能做到对谁都慈悲，对谁都有爱心”（《惊醒》），这绝不是一个人可以做到的，只有神才能做到，师父是让我们在当下这个复杂的环境，只动神念，不动人念，以神的姿态再现人间，法正人间。

现阶段所悟，如有不当之处，请同修慈悲指正。

精進就从这些“小事”开始

文：湖南大法弟子

【明慧网】修炼人应有一个好的修炼环境，怎么样才能使自己的环境变好呢？只有自己变好后，才有一个好的环境，才能更好的修炼，才能做好三件事。也就是，一个精進的大法弟子能改变周围的环境。

对于大法弟子来讲，我们不是在选择环境，环境是我们创造和修炼出来的。师父说：“其实就是自己的因素改变了自己的环境。”（《各地讲法十》〈在大纪元会议上讲法〉）我们任何时候都不能忘了是修炼人，这是我们修炼的根本。

悟到这些后，我决定从在家里的一些言行开始改变。我耳有点背，原来说话声音大，现在注意自己把声音放低，说话时，尽量让自己的声音小下来；关门时，尽量用手把住门把，轻轻的把门带到位，不让门发出声来；在楼道里，我会轻轻的一步一步的走，在家里也是如此，尽量不发出响声来；买东西或买菜尽量做到不挑不拣；遇到事情先让自己冷静下来，再用大法衡量，最后把事情做好；学法时，先让自己的心静下来后再学法，尽量挤时间多学法；炼功方面，把炼功中不够准确的动作对照师父录像中的教功动作纠正过来……

我发现自己这一做，自己的变化很大。现在走路脚步放轻了，说话声音小了，关门不出声音了。有一次，家人跟我说：“你以前带门声音很大，现在没声音了，说话声音也小了，你好象变了一个人一样。”我说：“师父要我们修的是为他的，我要听师父的话，严格的按大法要求自己，做一个为他的好人。”从这些细微上的改变，得到了家人的认可，给我增加了更要修好的信心，修炼无小事。

我也悟到大法弟子自身做好，对救度众生有很大的作用；如果做不好，带来负面影响，就会阻碍世人得救。

今后，我会更加努力按大法的要求严格要求自己，精進就从这些小事开始，就能让自己修的更好，就能更好的做好师父让做的三件事。

我现在经常问自己：学法，理解了法的内涵吗？救人讲真相做到位了吗？听师父的话，大法书籍和新经文中每句话都是师父说的，我听了吗？我按照师父说的，做到了多少？我达到标准了吗？修炼中遇到的每一关、每一难，我都按大法法理去悟、去做了吗？我怎么就不能做到呢？

我发自内心的向师父说：“师父，弟子今后一定要做好，一定按大法标准做，达到您要求的标准修好自己，最后跟您回家！”

个人现有层次的一点体会，如有不在法上的地方，敬请同修慈悲指正。▲



图：台湾中部法轮功学员九月十五日聚集在南投侨光国小举办一日集体学法，并向李洪志老师表达敬贺：“恭祝师尊中秋佳节快乐”。多位学员分享修炼大法的美好，并感谢师父弘传大法，庆幸自己得遇大法。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5120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：436,123,602

•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。