

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觉

第 1117 期《二零二三年世界法轮大法日征文选登》

www.minghui.org



今年的五月十三日是第二十四届世界法轮大法日，也是法轮大法洪传三十一周年纪念日。

很多学员遇到大法后，打开了眼界，扩展了心胸，对人体、生命、宇宙的认识不断升华，以修的无私无我为目标，持之以恒，坚定的走在神的路上，为末劫末世的人们播撒希望。

目 录

【二零二三年世界法轮大法日征文选登】

- 【5.13 征文】我与同事们的十年之约..... 3
- 【5.13 征文】修炼后懂得了为他人着想..... 12
- 【5.13 征文】逆境之中的天意安排..... 16
- 【5.13 征文】摩尔多瓦学员：赞扬和矛盾都是考验..... 23
- 【5.13 征文】美国学员：另一扇窗打开了（译文）..... 29
- 【5.13 征文】日本学员：修去嫉妒心 真实体验“心花怒放”... 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”。】

我与同事们的十年之约

文：中国大陆大法弟子 小慧

【明慧网】每年的“五一三世界法轮大法日”、中国新年和中秋佳节，同事们都说，希望我帮助做贺卡，表达他们对大法师父的问候！有的同事说：“别说写贺卡了，就是在咱们车间拉个横幅庆祝‘法轮大法日’都行。”车间每次来了新同事，大家都主动对新同事说：“你知道三退吗？在咱们这上班，第一就得三退，要明白真相。”

我是一名在法轮大法中修炼了十八年的青年弟子，下面与大家分享我的同事们的一些真实故事。在多年的接触中，明白真相的他们感受着法轮大法的美好，用自己的方式传播着真相。

一、同事说：“有了法轮功，中国就有了希望”

我到单位工作不久，就受到了中共“敲门”行动的迫害，同事们因此知道了我是一名法轮功学员。在和他们的接触中，我时刻按照大法真、善、忍的法理指导自己，与他们和睦相处，遇事为他们着想。在工作中，很多荣誉、晋升、涨工资的机会我都让给他们。遇到矛盾和不理解的事情，我都向内找自己的不足，不和他们争辩，他们都很愿意和我相处。

当他们得知我修炼法轮功的时候，都很惊讶。在同事们的心中，他们认为法轮功离他们很遥远，只是小时候在电视上看到的中共邪恶宣传，他们对法轮功的真相一无所知，有的同事也只是片面的了解一些。他们没想到，在自己身边的这样一位好同事竟然是炼法轮功的。

他们得知我修炼法轮功后，有很多的问题都想问我，例如“天安门自焚”是怎么回事？“围攻”中南海事件、为什么法轮功要劝人三退（退出中共的党、团、队组织）

等等，我给同事们一一解答了。同时，我把自己因坚持信仰，多次遭受中共非法关押迫害的亲身经历讲给了他们。同事们将信将疑，但心里又非常矛盾，我就给他们介绍使用翻墙软件来了解真实信息。

同事L说他了解一种加速器，可以上海外网站，但一般都是玩游戏的时候用，还真不知道能查到这么多真相。同事们拿出手机，都安装上了无界一点通和自由门软件。连接成功后，大家开始登陆谷歌，搜索法轮功真相和“六四”中共屠杀的真相，找到了很多相关的视频。

大家在休息时，凑到一起观看《伪火》、《我们告诉未来》、“天安门六四事件”等真相纪录片。同事M说：“看看能不能找到《九评共产党》？我在家的时候收到过这个光盘。”一个同事找到《九评》的音频，然后连接上音响，大家就一边工作一边听，还时不时的交谈中共的邪恶。我们还一起听《共产主义的终极目的》的音频，还有明慧广播传统文化故事和“法轮大法好”等歌曲。单位领导听到我们在了解法轮功的真相话题，说：“这年头，信谁也不能信共产党。”

我们部门有个“大师兄”，他是中共邪党党员。我们谈论中共邪恶的时候，他非常反感，有时候和同事们还争的脸红脖子粗的。我一开始劝他退党，他根本就听不进去，他是当时部门里最后一个三退的。他知道法轮功是好的，是被江泽民迫害的，但不能说中共完全不好。我就给他介绍“禁书网”，让他了解更多中共的历史。过了一段时间他明白后，主动找到我说：“把我入的那个党退了吧，不能与它为伍，我要和人民站到一起。”

“大师兄”经常翻墙，了解法轮功为什么被中共迫害的真相，想知道法轮功到底讲的是什么，我就给他介绍了《转法轮》，让他看。他看了几页就说：“法轮功是正法，一点错都没有。”还让我给他找纸质版《转法轮》书，说要收藏。

一次，“大师兄”去手机店办理业务，他让那里的业务员帮助他连接无线网。业务员看到他手机里的“无界”，问他说：“你也用无界啊？我们都在用。”这个“大师兄”明白真相后，经常和大家说共产党的邪恶，和同事们分享“禁书”中的真实片段，他真的活明白了。

同事们还在谷歌上搜索我被中共邪党迫害的事实报道，这些年来我被迫害的报道在网上很全面。他们知道我被中共迫害的细情后，很震惊。我遭受的迫害使他们同情，有的同事甚至落泪。他们没想到我这么乐观开朗、阳光向上的人曾经遭受过那样的非人折磨。同事说：“这样的迫害要是换成我，早就崩溃了，更别说还能有这样的心态面对生活。”修炼人无私无恨、坦然的修炼境界让他们敬佩，他们说：“有了法轮功，中国就有了希望。”

在中共病毒（武汉肺炎）的肆虐下，同事们看到海外大纪元、新唐人媒体揭露出的惊天真相非常的震惊，他们没想到有这么多人染疫身亡。他们主动传播着真相，他们盼望着中共早日解体。

二、同事们身感法轮大法好

在和同事们的接触中，大家都知道了法轮功被迫害的真相，对我也非常尊重。大家有什么话都想和我分享，遇到不开心的事情都愿意和我说说。我就用自己在大法修炼中的认识和明白的道理给他们讲自己的认识，如告诉他们如果是一个大智慧的人应该怎样面对，等等，因此大家都和我很贴心。

有位同事和妻子矛盾很大，感情几乎到了破裂的边缘。他妻子在家带孩子，基本没有什么社会活动，脾气暴躁，爱发火。但这位同事无法理解妻子一个人带孩子的那种烦躁心理，只要妻子对他发一点火，他就和妻子吵翻了天，甚至大打出手，孩子被吓的嗷嗷大哭。经常因为他们吵架

报警，扰的四邻不安。同事的妻子甚至半夜给领导打电话，给他请假说明天去离婚。

我和这位同事谈了自己对这件事情的理解和在家庭中身为丈夫的责任，告诉他古人对婚姻的态度。给他听明慧广播《古人的婚姻观》，劝导他身为男人，要有应有的大度和胸怀。慢慢的他听进去了，能理解妻子了，妻子发脾气时他也能忍让和包容了。不想着和妻子离婚了，也笑着工作了。我对他说：“你又提高了。”他说：“咱们共同提高。”现在他生活的非常幸福。

工作的闲暇之余，我喜欢写毛笔字，经常写一些“法轮大法好”、“真善忍好”的真言短语，同事们也过来拿起笔和我一起写。在同事之间，大家传阅着《转法轮》，哼唱着“法轮大法好”的歌曲，优美的旋律伴随着忙碌的工作，大家每天都非常开心。“法轮大法好，真善忍好”九字真言变成了大家见面打招呼的问候语。

在这样的环境中，争辩少了，不愉快的事情渐渐没了，没有了其它部门员工间那样的争名夺利。人心在这里变的祥和了，无论家庭的琐事多么繁杂，只要一进入公司、一到车间就变的淡化，在交谈与理解中，心中的不愉快都烟消云散了。领导也不象其它部门那样用规章制度严格的管理了，大家都能开开心心的把工作做好。在工作与生活中，大家都深切体会到了法轮大法所带来的美好。

三、同事们的“十年之约”

我们几位经常在一起的同事，经常聊的一些话题就是中共的邪恶本质和法轮功的相关真相。《为你而来》电影上演后，我们利用三个午休的时间看完了整部电影，他们感触很深。同事Z当时就请走了《转法轮》。他们盼着法轮功能早一天平反。

一次外出的时候，我们三位同事开着车在路上聊天，说到了中共邪党什么时候会解体的话题。同事G说：“咱们这辈子能赶上就不错了。”另一个同事Z说：“别看共产党表面多么强大，只要老百姓知道它干的那些坏事，立刻它就解体，没人拥护它。”同事继续说：“你们法轮功应该使用武力，共产党里头肯定有很多人都炼法轮功。全世界这么多法轮功学员联合起来对付中共，各国政府再支持你们，肯定它就完蛋了。然后你们法轮功当权，统治国家，老百姓肯定高兴。”我说：“大法师父讲了，修炼人不参与政治。我们讲真相是让世人明白后能得到救度。中共的解体是天定的，很多预言中都讲了，这也是历史的必然。”同事说：“对，就是天灭中共，天要灭它了。”

Z问我：“你说多久中共能解体？”G说：“怎么也得几十年。”我说：“我觉的也就这几年了，你们看这些年的变化，共产党都烂到根儿上了。咱们这岁数，肯定能看到那一天。”Z说：“我们来个约定：十年之内要是中共能解体，我们就请你去最好的饭店，咱们去庆祝中共解体，到时法轮功就能正过来了；如果十年共产党还没解体，咱们就继续约定再等十年，直到中共解体。”我说：“行。”

我们开车回来后，部门同事听说了我们这个“十年之约”，有的人也加入我们说：“到时请客算我一个。”大家都盼着共产党能早一天解体，法轮功能平反昭雪。

四、同事们问候大法师父，劝新人三退

每年的“五·一三世界法轮大法日”、中国新年和中秋佳节，我都会做好精美的贺卡发送到明慧网，表达对伟大师尊的问候和感恩。同事们在明白真相后，多次写好贺词，让我帮助做贺卡，表达对大法师父的问候。

同事F说：“你每次做贺卡都帮我做一张，我代表我们

家三个人向师父问好，感谢李大师和大法弟子。”同事Y说：“我也向大法师父问好，感谢大法师父保护我和我老母亲在疫情放开后没被感染。那些天我每天都打坐，念诵‘法轮大法好，真善忍好’九字真言。”

同事H说：“向师父问好，感谢师父教出你们这么多修心向善的好人。要是这人都象你们这样，那世界就和平了。”Z说：“别说写贺卡了，就是在咱们车间拉个横幅庆祝法轮大法日都行。”这是同事们明白真相后，发自内心的真实感言。

车间每次来了新同事，大家都主动对新同事说：“你知道三退吗？在咱们这上班，第一就得三退，要明白真相。”我就顺着同事的话，给新来的员工讲为什么要三退和法轮大法真相。新同事明白后，就主动退出加入过的中共邪党组织，同时也加入到“翻墙”的行列。大家都说：“这事（指劝三退）以后你就不用说了，我们就替你讲了。”

一位新来的同事W，我还没找机会给他讲真相。一次在吃饭的时候，我问他：“你听说过三退吗？”他说：“不知道。”我就给他讲了为什么三退和三退的意义，W还是有点半信半疑。一个同事插话说：“他不是要让你干嘛，也不是拉你入什么组织，只是想让你从内心明白真相，退出加入过的中共组织，能有未来，只是为你好。”这时W似乎明白了我真的是为他好，说：“退，我入过团、队，都退了。”一桌吃饭的同事还说：“要记住‘法轮大法好’。”W也跟着说“法轮大法好”。

同事H明白真相后，不但自己做了三退，还告诉我说：“我姥爷和爷爷都是中共多年的老党员，但都去世了，他们到去世了都没明白真相。”我说：“你是他们的亲人，你明白了真相，你可以帮助他们代理三退，他们的生命就会得到救度。”H说：“那敢情好，退，退。我告诉你他们的真名，都给他们退了。”有的同事还自己拨打海外退党服务中心的电话，办理了三退。

五、同事们主动制作“九字真言”的摆件和挂件

同事们明白真相后，我都送给他们大法真相护身符和真相挂件。写着“法轮大法好”的小葫芦车挂同事们非常喜欢。由于同修拿来的不多，我就都给同事们了，自己没留。我买车后，在车上放了一个水晶的七彩莲花，电动的自己会转，很漂亮。同事B说：“这个莲花很好看，就是没有‘法轮大法好’。”我说：“我已经记在心里了，没有也一样。”他说：“那不行，还是要有字才是护身符，才能保平安。”Z也说：“B说的是，一定要有字。”

Z说：“我们在车间给你做一个独一无二的莲花（我们公司车间有各种机床设备）。”同事G就开始给我编写软件程序，编好后，B在加工中心上雕铣。雕铣出来的“法轮大法好，真善忍好”九个字是隶书字体，很清晰。但因为是玻璃材质，字的边缘有些毛刺。我说：“很好了。”同事们说：“不行，大法的字一定要最完美的。”

L就用激光机给我在有机玻璃上从新用激光雕刻，字雕刻出来非常完美，字体也很漂亮，九字真言围绕莲花的花芯一圈，在阳光的照耀下金光闪闪。一位同事开玩笑的对我说：“你得请客吃饭啊，这可是世界上独一无二的莲花。”另一位同事说：“吃啥饭啊，这是积大德行的事。这么点小事还用吃饭，不能把‘德’换饭吃啊！”大家都笑了。

一次，同事S在工作之余做了一个金属的钥匙挂件拿给我看，问我做的怎么样。我说：“做的真好，抛光的真亮。”这时他又掏出了另一个同样的挂件，说：“这是送给你的。”我一看，上边还刻着“真善忍好”四个字。我说：“这是谁弄的啊？”他说：“是我设计的，字是G雕刻的。”

同事们的这些善举，是因为把法轮大法的美好溶入到了他们的心中，真、善、忍让他们体会到了生命的幸福。

六、“江鬼死了，共产党的解体就不远了”

二零二二年十一月三十日，我正在工作，同事突然说：“快看新闻，江泽民死了！”我一看，手机上已经有几个同事和亲人给我发来的截图和新闻报道，证实中共前党魁江魔头真的死了。

B高兴的说：“江泽民终于死了。他身上有几个器官是他的啊，这肯定是实在换不了器官了，要不还得继续害人。”S说：“江泽民死了，我们那边都在放鞭炮。咱这要是能买到鞭炮，我得放它一晚上。江大蛤蟆一点好事也没干，老百姓都在骂他。”同事C说：“江泽民卖国、搞贪污腐败、搞色情、祸害了几代的中国人，他可死了。”Z听闻江的死讯说：“今天可是个好日子，咱们要吃涮羊肉，共同庆祝。”

那些天，大家都在谈论江鬼的死讯。同事L问我说：“江的追悼会你看直播了吗？习近平的讲话把‘六四事件’都扣在江身上了。”一位同事说：“江死了，共产党的解体就不远了。”大家纷纷庆祝江的死亡，他们说：“江终于下地狱了，对人类是一件大喜事啊！”

在中共邪党的防疫政策彻底失败后，中国的老百姓几乎全面变“阳”了，我们公司要求居家办公。部门同事大家都相互提醒，要念“法轮大法好，真善忍好”九字真言。

在这个过程中，有的同事一直没被感染，有的同事被感染了也是很轻的状态。有位同事说：“我天天都念‘法轮大法好，真善忍好’，我和母亲都没染疫。”同事W说：“我天天念，但还是被感染了，怎么没保护我呢，是我不够虔诚吗？”M搭话说：“你不能动摇，要继续念，要坚定。”W就继续念九字真言，结果很快就好了。

还有位同事明白真相很透彻，早就请了《转法轮》。居家办公后，我提醒他利用休息时间好好看看《转法轮》，他答应了。但是他也“阳”了，而且还很严重。他说：“我这

是大难一个，该偿还的都得偿还，是好事。”我说：“你说的对，其实是这样，吃苦能消罪业。”我跟他：“别看症状严重，但咱们可以保住命啊，将来会得大福份。”他说：“对。”他说他有几位远方亲人都染疫死亡了。

有的同事是“无症状”，几乎身体没有什么反应，就过来了。他们在大瘟疫中都得到了法轮大法的佑护。

七、结语

在中共对法轮大法长达二十四年的迫害中，人们从最初听信中共邪党对法轮功的造谣宣传，到现在的全民三退，反对这场迫害，支持大法弟子。世人明白真相后，生命中明白的一面开始清醒，在黑暗中选择了光明。同时，也见证了法轮大法的慈悲与神圣，见证了大法弟子对正信的坚定。

在唤回人们正义、良知的过程中，世人更加体会到了法轮大法的神奇与超常，真正感受到了法轮大法给人类带来的美好。正气回升在中原大地上，法正人间序幕已经拉开。法轮大法将给人类和宇宙众生带来最最伟大而又美好的一切，人类将同颂师尊的浩荡洪恩！

修炼后懂得了为他人着想

文：中国大陆青年大法学员

【明慧网】我是一名青年法轮大法学员，今年三十岁。修炼之前，我是一个一心追求名校、高学历的利己主义者。修炼后，法轮大法重塑了我的宇宙观、人生观、价值观，让我变的淡泊名利、真心为他人着想。

一、在常人的大染缸中追名逐利

我是独生子，在家里被娇生惯养，好吃的都给我，从小就养成了自私、不愿与人分享、不知感恩的习性。父亲把未实现的“出人头地”人生梦想寄托在我身上。我的学业被严格规划，但在道德教育上严重缺失。

《共产主义的终极目的》一书中有一言节为“奸猾早熟的孩子”，此言不虚。上中学后，我开始妒嫉那些有钱的亲戚，瞧不起没钱的亲戚；羡慕富二代、官二代同学，讥笑乡镇来的同学。自己的分数不够进尖子班，我却埋怨家长没找老师，导致自己没进尖子班。

我住的高中宿舍有六个人，因水房仅下午供水，熄灯断电后，饮水机也不能再烧水了，所以我们约定每天轮流打热水供晚上用。一天晚上临近熄灯，室友说他忘打水了。我想都没想，快速拿着盆，把饮水机里仅有的热水接完了，准备自己洗脚用。这时室友说，刚才是骗我的，其实他打水了。我别提有多尴尬了。

上大学时，有一门难度较大的课，我就去抄一个“学霸”的作业。后来“学霸”担心这么多人每次都抄他的，会被老师看出来，就不给我们抄了。我就背地里骂他，当面讥讽他、孤立他，还觉的自己占理。

硕士毕业后，我进入一家企业，工作涉及到技术项目

的招标竞标,对常人来说算是个“肥差”,常有供应商来讨好。供应商请吃请喝,我也来者不拒。

有一年,公司要调整基本工资和绩效工资的比例。我就和人力资源部门死顶,拒绝调整工资比例,结果人力资源部门没有动我的比例。当时我觉的自己有能耐,还给同部门接受工资调整的人显摆,心里笑话他们软弱。

总之,修炼前的我就是这样一个利己主义者,绝不吃亏,几乎不会考虑他人,是一个在常人的大染缸中削尖了脑袋往里钻的人。

二、修炼后,看淡得失,为他人着想

中共病毒(武汉肺炎)疫情全面爆发期间,在师父的慈悲点化下,在同修的帮助下,我有幸走入了法轮大法修炼。

修炼以后,我明白了“不失不得”[1]的宇宙法则,停止了贪占便宜的行为。某供应商的销售经理多次单独约我吃饭,我都婉言谢绝。

有一次,我提交的发明专利获得授权,公司发了一大笔专利奖金到我账户上。其实,我是那个专利的第三发明人,负责撰写申请材料。第一发明人是前领导,也是他想出的专利创新点。但他后来离职了,按公司规则,他分文没有。第二发明人是现领导,只是挂个名,一般不拿钱。

我给现领导提议,把奖金全给第一发明人,现领导同意(他知道我修炼法轮功,做好人)。后来第一发明人坚持把奖金一分为三,结果我还是得了三分之一的奖金。假如没有修炼大法,我可能就自己独吞或者跟现领导把钱分了,哪会考虑已经离职的人呢?!

我参与的合作项目某阶段结束,又逢年底,我和同事A决定一人出一半钱,请乙方团队吃饭。吃饭时,乙方的领导开玩笑说:“从来都是乙方请甲方吃饭,没见过甲方请乙

方的。感谢A总！”（他以为全是A请客）他又询问同事A，得知我们公司不报销，这顿饭完全是个人出钱，他更是惊讶，继续称赞同事A。

如果在修炼前，我可能会向乙方明示或暗示我也出了一半钱，等待他们的感谢或奉承。但这次我没有这样做，我想到的是这件事代表我们公司的风貌，不在于我个人；同时也暴露出我的嫉妒心和求名的心，正是要修掉的。

去年，我市搞极端封城。居家办公期间，公司承诺按工作时长足额发放薪资。我的工作以现场为主，居家办公没有太多事务，每天花两、三小时就处理完了。月底，公司要求填表统计工作时长，大家都是往满了写。

师父说：“常人中讲不劳不得，多劳多得，少劳少得，付出的多，就应该多得。”^[1]

我想我工作了多少小时，就应该写多少小时，照实写。另外，我还想到公司在封城期间也很艰难。后来，人力部门还专门打电话，问我是不是填错了？我说：“没填错。”又问我如果按比例扣工资，我认不认？我说：“认。”结果，居家办公一个月，我的工资少发了六千多元，但我心里很踏实。

去年八月最热的那几天，中共却搞“节能限电”。某天中午，公司停电，恢复时间不确定。空调一断，其他同事全都汗流浹背的，抱怨发牢骚。我修炼后，大法改变了我的物质身体，也使我更能忍耐。我几乎没出汗，只是有点闷。

下午两点，我有一个想法，要请同事们吃雪糕。其实，我常年很少吃雪糕，不爱吃。外面地表温度超过五十度，没有风，象蒸笼似的。师父教我们为他人着想，于是我就出去了。

最近的便利店，走路来回需二十几分钟。买到雪糕，怕化掉，我快步走回办公室。正好刚刚来电，空调开了。同事们高兴的吃起雪糕，还聊起童年的记忆。我一头汗，却体会到无条件为他人付出的快乐。

什么是真正的为他人着想？学法中我悟到，在天灭中共的天象下，叫对方明白真相、选择三退（退出中共的党、团、队组织）保平安、认同法轮大法，才是从根本上为他人着想、对其生命负责。工作中，我的为人处世被认可，也为讲真相做了铺垫。当我拿出真相U盘送给同事或供应商时，他们多数都愿意接受，有的还向我要最新的翻墙软件。

结语

修炼法轮大法三年，我的变化太大了。从前体弱多病、郁郁寡欢的我，如今身体健康，工作精力充沛，每天感受着学法、背法的喜悦……

以上我仅从对待个人利益的角度，讲述了修炼法轮大法给我带来的巨变。希望对读者，尤其是大陆青年读者们有所启发。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

逆境之中的天意安排

文：大陆大法弟子彩云口述 同修整理

【明慧网】我生下来就是软骨症，四岁时还不能翻身。父母买个小车，让我推着练习走路，但我不会走。别人扶着我走，我也不会走。怎么弄，我就是不会走。只要大人一撒手，我就会摔倒，所以出门只能被父母抱着。

有一天，父母抱着我到亲戚家去串门。大人们把我放到屋里就上街去了。我当时就上火了，一只眼睛一下子就得了“火蒙眼”（白内障）。我越长大，眼睛越往出冒。母亲说：“小姑娘长大了，冒眼多难看啊！”母亲没带我去医院，直接用白矾往我病眼上一敷，结果这只眼睛整个塌坑了，从此彻底失明。

又过了几年，离我们住的很近的一个亲戚说：“把这小丫头扔了得了，不会走，眼睛又坏了。”邻居也这么说。那时，我已八岁了，懂事了。听到他们这样说，我怕父母真的会把我遗弃。也许是出于求生的欲望吧，不知我哪来的一股劲儿，手扶着墙和窗户，一下子就站起来了。

慢慢的，我奇迹般的会走了。这可把我父母乐坏了，父母说：让他们这么一说，我的女儿竟然会走了。之后，我上学、工作、成家，一路酸甜苦辣的走了过来。

我对父母非常孝顺。因娘家困难，父母已年迈，成家后我也时常回去看望并接济父母。父亲病重时，我给父亲送饭，每天跑来跑去。我和丈夫都失业了，就自己做买卖。丈夫看我老往娘家跑，既耽误了赚钱，也把自己的身体累坏了。

那时，我腿发麻，走路吃力，心情也不好。丈夫说：“你家兄弟姐妹那么多，谁都不管，就你管。你要是不会走了，等你不行那天，我就把你扔到坑里去。”我当时心里想：夫

妻之间能说出这话来！你这样，我也不能这样。我决心把自己的身体锻炼好。

第二天，我就开始起早遛弯。路过公园时，我听到一个美妙的音乐声从远处传来，此时，我就觉的自己好象缓缓的走入了另外一个世界。后来才知道，这首曲子是法轮功炼功点在炼功前播放的大法音乐《普度》。

我走进公园，看到有一个近二百多人的炼功场，大家站列的整齐、有序，做着舒缓优美的动作。我感受到炼功场上有一股祥和慈悲的能量，我被深深的吸引。

第二天，我就走入了炼功场。从此，我开始修炼法轮大法。

回想过去的一切，似乎都有冥冥之中的安排：小时候，大人们一句要把我扔掉的话，使我一股劲儿站了起来，从此会走了，活下来了；丈夫一句刺激我的话，促使我得到修炼法轮大法的机缘，从此走上了一条返本归真的路。

从“不能被人欺”到“摆在最低处”

因为眼疾造成的外貌丑陋，使我从小就形成了很要强的性格。当学生时，我学习出色，成绩好；参加工作后，我不想落人后，不想被歧视、更不愿受人欺。

我喜欢我行我素，且脾气暴躁、倔强。在家里，打骂孩子是常事儿，对丈夫也不甘示弱。女儿要是说我什么了，即使说的对，我也不服不认，我会说：“我是你母亲，你得听我的。我说的不对也对，对错都是对。”女儿知道我的脾气，也不敢吱声。

丈夫向来不吃葱、姜、蒜，而且还限制我吃。我若买回来了，他就跟我干仗，我就说他是侵犯人权。有一次，姐姐给我送来几棵小葱，让我蘸酱吃。丈夫看到后，把小葱顺着窗户就给扔了。我劝他扔到垃圾桶，如果让姐姐看到了不好。他一听，就翻了，上来拽着我的头发就开始打。

面对丈夫的粗暴无理，我也不甘示弱，我拿起装满开水的暖瓶一下摔到地上，大声向丈夫喊道：“你不想过了？！”那时我还觉的自己满身是理。丈夫不吱声了，我倒越气越来劲了，还想接着摔电视机，最后，被丈夫制止住了。

刚成家那会儿，我就想我干啥啥行，什么也不差。我不欺负人，但是谁要骑到我头上欺负我，那我可不干。偏偏丈夫心胸窄、气性大，凡事愿意斤斤计较，所以我们时常会因为琐碎小事而发生矛盾，甚至导致家庭战争，使得家庭氛围紧张压抑。

那天清晨我走入法轮大法修炼后，我变了。我用修炼人的标准要求自己。在家庭生活中，我把自己摆在最低处，无论和丈夫、孩子之间发生什么矛盾，我都按照大法的法理去对照自己，用真、善、忍的标准来要求自己，改掉了坏脾气。

在家里，女儿再说我、再向我发牢骚时，我能忍的住，不生气，也不发火了；当她指出我的不足时，我也能放下架子，虚心接受了；发生矛盾时，我也能向内看，查找自己的不足了。

我对女儿教育的方式也改变了，她有做错的地方，我不打也不骂了，而是心平气和的与她沟通，用大法的法理引导她如何做人做事。看到我的变化，女儿说：“妈妈学大法，真好啊！妈妈的一切都改变了，不但身体好了，性格也变好了，听不到妈妈再吵吵了。”

对待丈夫，我也放下了女强人、不能受欺压的观念，同样把自己摆在最低处，多干家务，多付出。在矛盾中，用修炼人的心态去对待，忍让、包容，多为他着想。哪里做的不好，我向内找自己的原因。我的变化使家庭环境也发生了彻底的改变。

有一次，单位领导给在厂职工分饺子，分的是蒜苗馅

的饺子，丈夫吃了觉的也挺好。所以后来有一天包饺子时，我就往馅里加了蒜末。丈夫回家就发火了，把包好的饺子和剩下的饺子馅全都扔到地上了，生气的说：“我不吃，你也别想吃！”

那时，我已经开始修炼法轮大法了，我想自己是修炼人了，我得忍，不能再象以前那样对待了，不能和他一样。我什么也没说，默默的把地面收拾干净。又到市场买了菜，回家从新做了饭，炒了四个菜，丈夫也都吃了。若在以前，那就是一场不可避免的家庭战争。

女儿出嫁后，有一次回来时说：“我在家睡不着觉，到这儿来，咋就能睡着了呢？就象坐在水中的荷花上一样，舒服美妙，家里这场太好了。”我想到这就是师父说的“佛光普照，礼义圆明”^[1]。

女儿守善念

通过我修炼法轮大法，女儿不仅明白了大法真相，支持我修炼，而且也能用大法教导的做人的道理，保持善良，明辨是非，不随波逐流，因此在大法中受益，得到了福报。

前些年，女儿在商场给一个私人老板销售高档丝巾、围巾，价格几百、上千元的都有。老板让我女儿任店经理，既销售又负责管理。女儿相貌气质出众，销售业务能力强，工作优秀。生意兴隆时，一天的销售额达数万元，女儿的工资最多时就能拿一万元。

后来老板见钱眼开，在利欲熏心的驱使下，动了歪脑筋，让我女儿把上货价格仅几元钱的丝巾，充当上千元的高档丝巾销售。女儿当时就想：我妈是学法轮大法的，经常告诉我做人要按真、善、忍去做，不能违背良心做损人利己的事。

女儿就跟老板讲了法轮功教导人做一个好人的道理，

劝她不要这么做。但老板一心钻到钱眼里，根本不听。女儿一看阻止不了，自己也不愿配合去做这伤天害理之事，就果断的辞职不干了。

有一天，那个老板通知我女儿去参加葬礼。后来女儿对我说：“妈妈，你看我这工作不干就对了。老板的丈夫得了心脏病，不久就去世了。不出三个月，老板也得了不治之症，病亡了。店铺黄了，生意也没了。”

这真实的事例就发生在女儿身边，女儿亲眼见证了善恶有报的天理，破除了中共恶党所宣传的无神论邪说。此事，也让女儿更加相信法轮大法，相信做人要保持善良、要做一个好人的道理。

女儿和女婿订婚时，我首先告诉女婿全家：“我就一个条件，我是修炼法轮大法的，你们只要支持法轮大法，不反对我修炼就行，其它的我没有什么要求。”女婿和他父母异口同声的说：“不反对，只要做好人就行。”我当时心里就有底了。

在中国大陆中共迫害法轮大法的情况下还能支持大法的人，是能分清善恶是非、有正义良知的人。这样的人讲仁义，也会有责任心，而且顺应天意也会得到福报，把女儿嫁给这样的人家差不了。果然，女儿婚后生活很幸福，衣食无忧，夫妻和睦；女婿做买卖，生意兴隆；他们已经有了两个孩子，全家和乐美满。

丈夫的善举

丈夫起初对大法还不太相信，后来，他看到我什么药都扔了，身体也健康了，心态也改变了，为人处世与之前大不一样，遇事知道为别人着想，能够包容了。他不仅支持我修炼，而且还敢于公开站出来向别人讲法轮大法好的真相。

在公园里，听到有人说法轮功不好，丈夫就会说：“法

轮功可不象电视里说的那样，是教人做好人的。我老伴就是炼法轮功的，人都变好了。”有人提醒他：“注意点，可别说了。”丈夫对此却不以为然。

丈夫的善举得到了大福报，他与我一起炼功后，原来患有的脑血栓、高血压等不治之症全都好了。他亲身感受到了法轮大法创造的奇迹，见证了法轮大法的美好。

百姓的义举

我大弟弟得了脑血栓，不能动了。住院期间，我去看他，告诉他念“法轮大法好，真善忍好”九字真言会有福报，他非常相信。念九字真言后，他就觉的身体好了，没多久，就出院回家了。

我再去看大弟弟时，他已经痊愈了，跟正常人一样，没有留下任何后遗症。大弟弟逢人就讲“法轮大法好，真善忍好”，他发自内心的主动向身边的同学、同事讲述他的亲身经历，证实法轮大法的美好。

有一天我到超市买鸡蛋，正准备付款时，听到一个年轻小伙子的声音：“大姨，这份钱我交。”我心想：我也不认识你，为啥你给我交钱？年轻小伙说：“大姨，您忘了？我出院时碰到您，您给我讲了法轮大法怎么好、教人怎么做好人。我回家就念九字真言了。我没打针没吃药，现在已经痊愈了，彻底好了，所以这钱我交。”

这时我才想起来，大约半年前的一天，我给一个年轻人讲真相。他说，他刚住完院出来，是心脏病。这年轻人是单位干部，中共邪党党员。我给他讲了大法真相，他听明白后，记住了我告诉他的九字真言，同时办理了三退，退出了加入过的中共邪党组织。

看来，小伙子是因为明白真相得到福报了。我对小伙子说：“你的心意我领了，但是我不能让你交这份钱。你交，

我就不能买了。因为大法师父让我做个好人，更好的人。是师父让我救你的，你就谢谢大法师父吧！”

亲朋好友看到我修炼法轮大法后的变化，他们都支持法轮大法，支持我修炼。在我遭到中共迫害被非法关押期间，亲朋好友经常去看我。监狱不让他们见我时，他们就给警察讲真相。警察问：“你们学法轮功吗？”他们回答说：“没学，我们看她做的好，我们才支持她。”

有一次，我在告诉百姓大法真相时，被巡逻的两个协警看到，他们过来正要绑架我时，就听到路过的几个人说：“她是学法轮功的，多好啊！”还有人说：“你们为什么拿好人当坏人抓？”还有人说：“是啊，你们不抓坏人，抓好人。你们有调查吗，就随便抓人？！”想要行恶的协警被善良民众的正义之声震慑住了，他们自知理亏，走了，我平安回家了。

结语

以前我受中共无神论洗脑，是个什么也不信的人。修炼法轮大法后，师父把我的天目打开了，看大法书时，看到书上每个字都是法轮，有时是层层叠叠的佛道神；看见旋转的彩色法轮，看见师父每天都在我们身边；看到另外空间的美妙景象，是那樣的殊胜美好，无比的神奇玄妙。

佛家讲佛度有缘人。我理解的是，神佛不轻易向人显现，但会给敬天敬神、保持善良、对上天心存敬畏之心的人展现，也会给他们一个美好的未来。

注：

[1]李洪志师父著作：《转法轮》

摩尔多瓦学员：赞扬和矛盾都是考验

文：摩尔多瓦大法弟子

【明慧网】师父说：“作为一个修炼者，在常人中所遇到的一切苦恼都是过关；所遇到的一切赞扬都是考验。”^[1]

最近我对师父上述经文中关于如何看待我们在日常生活中所遇到的赞扬和苦恼有了更深的理解。我想和大家分享一下我的修炼体会，但我想从我得法的经历开始说起。

一、我是如何开始修炼法轮大法的

我曾苦苦寻找生命的意义。

二零零九年二月，我初次遇到了我的丈夫，并喜得法轮大法，从此我的内心感到无比的平静和安宁。我明白，这就是我长期以来一直在寻找的东西。从这个世间表面上看，我找到了人生的另一半，得偿所愿；但实际上，是我找到了真正的自己。

在这件事发生之前，出现了几个暗示和插曲，它们以引人入胜的顺序展开，证明师父一直在看护着我们。

其中一个暗示是，一位为我拍摄肖像的摄影师告诉我，我看起来象要结婚了。另外，我的无名指周围感觉到一种非常温暖的能量在流动。另一个插曲是，我在公司的白板上写下了一个愿望——一个开玩笑的“征婚启事”，并规定了征婚申请的截止日期。

那时，我正在练习瑜伽，但那是作为一种健身方式。在瑜伽课上，我注意到几个事情，比如高层次的瑜伽练习者能长时间双盘打坐。我有了想去某个地方积累更多能量的想法，我试图寻找其它课程。

二零零九年初，我收到了一个付费课程的邀请，我准备付钱参加。我记的我对邀请我参加课程的那位女士说了

一些话，那些话直到现在我才明白，“也许我们在这块土地上是为了救这些人”。与此同时，本应从国外来教课的教官生病了，我觉的很奇怪。

几天后，也就是二零零九年二月，我遇到了我后来的丈夫。他告诉我，我不需要参加任何课程，我们可以一起修炼法轮大法。就在遇到他的几个月前，我听到了非常美妙的音乐，我当时想这就象是天籁之音。两周后，我们向民政部门提交了结婚文件；三周后，我们结婚了。结婚日期就在我二零零八年十二月写的“征婚启事”中设定的截止日期前。

此外，我立即决定开始修炼法轮大法。我明白了，师父最终以这种方式回复了我的精神探寻。

二、在工作场所修炼、讲真相

工作场所是我们花费大量时间的地方，也是讲清真相的有利环境。讲清真相的方式有很多。在这些年里，我的同事们收到了（我送的）花和其它材料，参观了“真善忍美展”，也有人参加了由我丈夫主持的中国茶道。

过去我在政府部门工作时，我以不同的方式向几位同事讲了真相，现在他们中的一些人是高级官员。

当我在教育部工作时，时任部长参加了我们的中国茶艺表演。后来，我送给她一本《转法轮》和一朵莲花。她非常了解中共迫害法轮功学员的真相，为自己摆放了非常好的位置。现在，她是我们国家的总统，正直、敢于反腐败，真正把人民的福祉放在第一位。

讲真相时，理性也很重要。得法最初的几年，我在总理办公室工作，为“医生反对活摘器官”组织征集签名。有一天，我进入邻近的办公室，那里有一位高层人士。我请她在谴责中共活摘器官的请愿书上签名，她劝我要小心，

不要在工作中做这种事。我告诉她，工作日已经结束，让她了解在中国发生的事情很重要。后来我听说，她向我的老板称赞了我。

我工作了近六年的另一个机构，让我有机会与教育机构建立了联系。在那里，我们开展了“和平花瓣”项目，开办了教授折纸莲花的课程；放映了童话故事《莲花的故事》，并向数百名儿童及老师介绍了（小）法度的故事。

我的理解是，大法弟子有责任救度与自己打交道的人。但为了不损害法轮大法的形像，必须考虑到我们所在国家的背景、文化。尤其是在知识份子或学术环境中，适时、适地、适当的讲真相。

师父说：“其实修炼就是修人的心，尤其在复杂的工作单位环境，正是提高心性的好机会。”^[2]

工作场所也是提高心性的一个好环境。得法之初，我非常兴奋，对人世间的任何事情都不再感兴趣。后来我才知道，这种态度是走了极端。做一个好弟子，也意味着做一个好同事、好员工。我的理解是，诚实和敬业意味着对同事、上级、合作伙伴和我们服务的对象负责。因此，我赢得了同事和上级的尊重。

我在教育部工作时，收到了奖状、感谢信和在美国的一年赞助奖学金。此外，部长在给美国奖学金的推荐信中特意写道，她在我身上注意到了一种品质——高尚的道德。我惊叹于她的识人能力。

通过遵循法轮大法的法理，大法弟子成为了有价值的专家，因为法为我们开辟了更广阔的视野。因此，我们可以快速而深刻的解决任何问题或冲突。同时，我们可以高度集中注意力，从而获得最大的效率。而内心的平静，则使我们能够从更广阔的角度看待各种现象。重要的是，我们并不追求这些成就，也不会在取得成就后变的沾沾自喜。

我们的一个合作伙伴，一位国际组织的国家负责人，在我的上司面前赞扬我很好的处理了与一位大学教授的冲突。她甚至建议我成立自己的非政府组织，与他们合作，开展发展援助项目。

我前一位工作的上司称赞我写作能力强，她会把最困难的工作交给我，说我能够毫不费力的完成。一年前我辞职时，她非常难过，要把她的主任职位让给我。但由于我管理的项目已经结束，我决定寻找一份新的工作。

我很快就找到了新的工作。鉴于这个职位完全适合我的背景，我决定试一试。后来我明白，一个严肃的心性考验已经在修炼的新阶段等着我了。

三、暴露最深的执著

我从几个人那里听说，我的新上司A不好打交道。我和A就一个关于宗教的话题有了一次小争论。在这之后，我对她的负面想法不断滋长，我甚至没能及时发现这些想法是不对的。此外，我任由“自己在这个领域经验更多、知识更丰富、我会做的更好”的想法变的更强烈。

几个月后，A休了产假，她把她的主任职位托付给我。同时，我们临时聘请了一位新同事B。几个月来，我一直在帮助B适应环境，我带着她一起做她的工作。B觉的自己对这个领域不够了解，有了离开的想法。寒假的时候，新同事B做了一副长长的鲜红的指甲。假期结束后，她还戴着。她的红指甲每天都在我面前晃来晃去，让我不胜其烦。

一个月后，当我们为部里一项重要协议的签字仪式做准备时，我实在受不了了，针对她的指甲说了一些不恰当的话，甚至要求她要想参加正式仪式，就把指甲拿掉。后来，B从国外向我们的上级投诉，并辞了职。

师父说：“所有的执著心，只要你有，就得在各种环境

中把它磨掉。让你摔跟头，从中悟道，就是这样修炼过来的。”^[3]

之后，我内心整整挣扎了一个月，状态时好时坏。好的时候，我明白这是一个完美的提高环境，我必须要说“谢谢”；但有时，我也感到忿忿不平，心想这几个月我帮了B那么多，她怎么还敢抱怨。我发了很多次正念，发现了很多执著心：优越感、害怕失去名、做事心、期望常人达到修炼人的标准，等等。

当我明白了师父有多么珍惜我们时，我感动的热泪盈眶。师父给了我们无数次提高的机会，当我们还执迷不悟时，师父就安排严肃的考验让我们醒悟，让我们在镜子中看到自己的执著。

之前，我滋生了“我做负责人会做的更好”的想法。但最后的结果是，B投诉了我，我不得不面对上级的质询。回顾这个事件时，我在想这个结果真是出人意料。在这之前，我的同事们和上级都对我赞赏有加，更多的人在抱怨A。但现在，我成了“坏人”……但我马上纠正了这种想法，意识到是我在修炼，而不是常人在修。师父安排了这种情况，是为了让我提高的。

人类的环境已经非常堕落了，有时待在人世上是非常困难的。但是我们必须明白，我们不能刻意去改变事物，更不能刻意去改变常人。我们的首要任务是改变自己，助师正法。我们必须非常警惕不当的想法，并去掉这些想法。如果我们不注意，即使是看似微不足道的话，我们周围的人听来也会如雷贯耳。他们对我们的言行非常关注。

我学到了一个深刻的教训：在被赞美后，不应该沾沾自喜；在工作中被批评后，也不应该感到不安；在这两种情况下，我都应该向内找，并感恩法轮大法赐予我妥善处理事情的智慧。

在写这篇体会时，在纸上整理思路的过程中，我能够从不同角度审视自己，理解的更深刻。我的心变的清静，恢复了平静的状态。感谢师父对我的看护。感谢师父再一次给我机会，让我找到并去掉了自己的根本执著。

注：

- [1] 李洪志师父经文：《精進要旨》〈修者自在其中〉
- [2] 李洪志师父经文：《精進要旨》〈退休再煉〉
- [3] 李洪志师父著作：《转法轮》

美国学员：另一扇窗打开了（译文）

文：美国大法弟子

【明慧网】我是学医学精神科的，毕业后在一家诊所做兼职工作。修炼法轮大法使我的身体和思想得到了净化。我专心致志的工作，遵从法轮大法的原则，保持心正，一扇扇生命之窗就打开了。

身体净化 精力充沛

修炼法轮大法之后不久，我的身体反应出各种症状，然后消失。这消除了我身体内各种不健康的因素，我的身体得到了净化。

在我还未修炼大法的多年前，我搬到了（美国）中西部城市之后，出现了严重的季节性过敏。当时我没有意识到这是一种过敏，只以为是工作压力大。我睡不着，感觉头晕，晚上无法呼吸。多年来，症状越来越严重。每年都要出现过敏症状，从一个月到两个月，任何药物都不起作用。我几乎需要每天针灸，才能躺下睡觉。

当我开始修炼法轮大法的那一年，特别是在打坐时，我需要在我身前铺一条大毛巾，我的鼻子象水龙头一样一直滴水。就在那一年，我的过敏症消失了。那是在过敏季节结束时，我才意识到我不再有过敏症了！

我从小就有贫血和营养不良的问题，即使有十个小时的睡眠，我也感到疲惫。我记的在大学期间，我总是需要午睡一下，否则，下午的课程就会变的很艰难。当我开始修炼法轮大法时，我注意到我的精力明显提高。最终，我每晚只睡六个小时，白天也不觉的累。试想一下，我的生命已经延长了多少？

自从我开始修炼以来，我几乎从未错过晨炼。对我来说，

这就象我的身体到了另外一个空间，得到了调整、调理和净化，之后我感到精力充沛。我不会错过炼功的。

还有一个有趣的现象，在静心炼完五套功法之后，我的腿上会出现巨大的荨麻疹，又痒又红，但通常在几分钟内就会消退。

我的身体仍会时常经历净化过程，主要是通过头痛、发烧和身体疼痛。它通常会发生在周末或我休息的日子，所以并不影响我的学习和工作。

遇魔难 冷静对待

我是学医学精神科的。毕业后，我选择了兼职工作。三年后，我工作的诊所关闭了所有的门诊。因为我还在另一个社区精神卫生中心兼职，所以我和那里的医务主任商量，说这家诊所很适合他们，于是，他们接管了这家诊所。这使诊所里的每个人都保住了工作。原诊所里与我共事三年的D医生成为了这个诊所的主任，我继续兼职工作。

自从我来到这家诊所以来，由于D医生的日程已满，所以无法接收新的病人，我就收治了百分之九十的新病人。我相信，对病人要治本，并旨在治疗综合症。我对每一个新病人进行全面的病史询问，不仅仅是目前的症状，更是要追溯到他们十几岁甚至更小的时候。我会收集他们的家族史、毒品使用史和创伤史，以及他们过去对各种药物的反应，以给出一个准确的诊断。以治疗综合症为目标，大多数症状都会消退，病人不仅会康复，而且会保持健康。

现实也如此。我可能会有新的病人，他们最初需要密切随访，但他们最终会好起来，症状稳定下来。只要他们继续服药并远离任何毒品，他们中的大多数人都能够达到无症状。这更使我的日程放开，能接纳更多的新病人。

D医生不相信一个新毕业生有可能取得我这样的成就：

复诊的病人都很稳定，能接纳百分之九十的新病人。即使我是兼职，但我为诊所赚得了大部份的利润。

当我开始修炼的时候，D医生决定挑战我的工作，甚至就我的行医模式向卫生中心总部报告。前任医务主任来了，随机抽出了我的五十份病历，并进行了审查。他给了一个很好的评价：“如果我是她，我也会做同样的事情。”但不知为何，D医生和新的医务主任完全不顾审查结果，终止了我的工作。

面对这突如其来的磨难，我知道什么东西不对了。我觉的澄清事情应该没问题，所以我约见了公司的首席执行官，并提出了我所有的担忧以及我是如何工作的。由于他不是临床医生，他们还是决定在二零零六年的“国家医生节”让我离职。他们问我有什么要说的，我要求他们逐字逐句的写下我说的话：“你们将为你们的决定和行动承担所有责任。在没有医疗事故、没有病人投诉、在病人护理中没有出现任何错误的情况下，你们完全是根据主观感受，而不是客观调查结果来解除我的职务。如果我的病人出了什么事，你们将承担所有的责任。”

家人对我的冷静感到惊讶，我知道自己不会有事的，需要放下争斗的心态，尽管很多朋友鼓励我去起诉公司的歧视和错误行为。但我想我是一个修炼人，这不是简单的一个人对另一个人的问题，这是对我的考验，我不会去报复。

我知道这是一个考验，一个重大的考验，但是我有师父和法轮大法在指导我。我加强学法，继续尽可能正常的生活。我丈夫却非常担心和焦虑——房屋付款如何付？还有三个年幼的孩子（七岁、四岁和六个月大）呢，我拒绝让我的思想伴随着消极的想法。我安慰他不要担心，同时开始找工作。

因为这个诊所无理的切断了我的经济来源，我为发起此事的人感到遗憾，他的嫉妒和不安全感被宇宙中坏的因素利用了。六个月后，这家诊所永久关闭了。

另一扇窗打开了

我被解雇后，城里和周边没有任何的工作机会，我也忙于做证实大法的项目。当我在华盛顿特区参加洪扬大法的活动时，我接到了离家不到四英里的当地医院的电话。他们想在我开始工作之前，安排我接受计算机培训。

在我离开那个诊所的几周前，我曾打电话给这家医院。这家医院成立于二零零四年，被称为“治疗的圣地”，但这家医院没有精神科。当我打电话时，接线员直接给我接通了首席执行官的电话，他就在那个星期面试了我。

我们谈了两个多小时，首席执行官感叹道，他从未见过象我这样符合要求的人。因为我有许多专业的经验，也有中医经验。他说：“你真是一股新鲜的空气！”他承诺，会加快进程收我入职。在我离开那个诊所一个月后，我就开始为这家医院做精神科会诊了。

我也在考虑开办自己的诊所。就这一个想法，我的同事给我打来了电话。她在两年前就开了自己的诊所，她向我展示了如何运作。不到一个月，我的诊所就成立了。我的诊所的环境很好，大窗外是一个大的玫瑰园。一切都那么顺利，仿佛是命中注定的。诊所很宽敞，我用它来提供法轮大法介绍课程。我对医院管理人员讲述法轮大法的真相，他们对我周末免费上课印象深刻，他们帮忙在“时事通讯”和当地报纸上发了很多年的信息。

那一年，我不仅没有经济上的损失，而且时间也变的更加灵活，可以参与更多与大法相关的项目。我从不为我的诊所做广告，也不办理保险，我的大多数病人都是通过口耳相传来的。我的诊所成立至今已有十七年了，而且它一直在蓬勃发展。

我收治了一个严重的病人，她不仅有情绪障碍，还有严重的创伤，但她是一名“斗士”，拒绝拿残疾证和福利。

她一边上大学，一边工作。经过详细病史询问和解释了她的病情及治疗方案。她在出去的路上哭着说：“正是象你这样的人给了别人希望。”多年来，她和其他人一样，精神非常稳定。

多年后，我和辞退我的那位医生在一次会议上相遇，他惊讶的看着我。我上前和他握了手，向他介绍了我的工作 and 生活的最新情况。他对我的诊所做的这么好印象深刻。我能主动与他交谈，他明显的松了一口气。我拿了他的名片，后来把有关神韵演出的信息发给他。

是法轮大法引导我成为现在的我。在多年的修炼中，我更加注意摆脱争斗的心态。在矛盾出现的情形下，我能够冷静的判断，而不急于反应。我关注自己的每一个思想念头，不陷入任何负面的想法，在生活和工作中遵守法轮大法的原则。我认识到，我只有一个愿望，师父就成全了我！

日本学员： 修去妒嫉心 真实体验“心花怒放”

文：日本大法弟子 净恩

【明慧网】我是个独生女，家境虽不算很殷实，但从小到大也衣食无忧。父母的教育方式以鼓励赞扬为主，很少数落我的不是。即使在外人面前，也不会吝啬的称赞我，所以我从未有过父母所说的“别人家孩子”的苦恼。

在这样的环境中长大，我对自己的要求也很高，家里家外都要表现好，以赢得更多的认可。不自觉的，我就滋养出了听不得人说。别人比我优秀了，就有不平衡的妒嫉心。修炼法轮大法后，我明白了真、善、忍的法理，以及妒嫉心的危害。平日我也会注意哪些情况是妒嫉心出来了，并加以抑制。加之我性格内向、低调，因此和身边的人相处的都很融洽。

得法早期，我对大法的理解很表面，尽管经常是用常人强忍的方式解决问题，却也足以维系内心的平衡感。这样的平衡感，在我结婚后被逐渐的打破。

我先生是个极其认真、细致的人。在他身上，兼备了倔强和追求完美两种特质。随着心心相印的新婚生活过渡到平凡的柴米油盐，再到夫妇二人共同创业，我的心性不断受到挑战。

对大法的表层理解，已无法让我在矛盾中保持淡定，以往强忍的方式摧枯拉朽般的崩塌了。我经常陷入一种极度不平衡的心态：“你有什么权力这样和我说话？”“大我几岁，了不起吗？”“干嘛要听你的？你怎么知道你的对？”每当工作中出现分歧，这样的质问都会在我脑中不断翻腾，我只能勉强维持修炼人的最低标准而已。

于是，在我家经常上演这样的场景：一个（是丈夫）站着嗷嗷大叫，一个（是我）坐在椅子上默不做声；一个（是丈夫）提出修改意见，一个（是我）轻声反抗说：“我就不！”一个三十多岁的人说“我就不”，这十分孩子气，可那就是我当时最真实的心理写照。

从此，“我就不”成了先生给我的绰号，有事没事就拿来调侃。那些年，我没有认识到自己的不平衡来源于妒嫉之心，最终只是从“我是修炼人，不跟常人一般见识”这样的自觉中再次找到了些许的心理平衡。

转眼来到二零二零年，席卷世界的中共病毒（武汉肺炎）大瘟疫改变了所有人的生活。在师父的慈悲看护下，我先生终于走入法轮大法修炼。度过了家人终于得法的高兴的阶段，我又开始面临新的挑战。

学法后，先生对大法修炼有了认识，除了按照法归正他自己外，他也会用他看到的标准来要求我。无论我遇到什么事情，他都会煞有介事的说：“你怎么不向内找一找？”我当然知道要向内找，但被一个新学员这样要求，总觉得心里不自在。加之先生的根基好，师父经常为他展示法理，他几天一个层次，飞速的向上攀升着。在和他的交流中，我看到，他无论是在身体的感受上，还是对法的理悟上，都与我刚得法时大不相同，我从来都没有体会过他所说的那些状态。于是，一边为他高兴，一边小小的不平衡又冒出头来。

当矛盾发生时，我又从原来的忍耐、不屑一顾，转变成了忿忿不平：“你都修炼了，应该调整自己的沟通方式，你也应该向内找……”两个人都希望对方有所改变，于是经常不欢而散。之后又一起检讨，下次一定过好关。如此循环往复，磨合了一阵子。我与母亲同修交流，母亲就说我需要严格要求自己。无论以前修的如何，老弟子带好新

学员责无旁贷。而那是靠不断的向内修、提升自己，才能做到的。

通过不断学法，我发现自己虽然以修炼人自居，但还是把过关当成了生活中的魔难，并没有意识到不平衡的根源是妒嫉心。

师父说：“恶者妒嫉心所致，为私、为气、自谓不公。”^[1]而且我也没有理解师父在《何为忍》中所说的内涵：“忍是提高心性的关键。气恨、委屈、含泪而忍是常人执著于顾虑心之忍，根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍。”^[2]

我悟到，真正的忍并不是以解决矛盾为目的的，那是有为。只有内心不产生任何涟漪、不为任何外在条件所动，才是修炼人应有的“忍”的状态。有所悟，考验也随之而来。当先生再次用高声指责，而我想要反唇相讥的时候，我突然意识到“自谓不公”^[1]是恶者，自己是修炼人，不平衡的不是我，我不要，我要的是不动心的修炼者之忍。我的脑子就守住这一念不动。我知道那个“不平衡”还在，可它被定住了，我平顺的过了这一关。

师父看我有修去妒嫉心的正念，又慈悲的为我展示了更多的法理。就在矛盾发生的第二天早上，晨炼静功时已经可以双盘的先生突然盘不上腿了，单盘一只腿，还翘起来好高。看着他龇牙咧嘴、十分痛苦的表情，我深感不可思议。就在这时，脑海中突然传来一个声音：“这是为你而承受！”我震惊了！

师父说：“其实就是帮助你消业，可是他自己不知道。他可不只是表面上跟你干，心里对你还挺好，不是这样的，真的是发自内心的生气。因为业力落到谁那儿谁难受，保证是这样的。”^[3]

是啊，矛盾中，先生助我过关，可业力就得由他来承受啊！想到这，我才第一次真正意识到，所有在修炼的路

上为自己制造过关机会的同修，乃至常人所背负的究竟是什么。师父为我们每个弟子架起登天之梯，而那梯子上的每一磴，就是帮助我们过关的人。我的每一步提高，都是在师父的加持下，踩着别人的肩膀攀登上来的。那一瞬间，我无比感恩，深刻的理解了修炼人应该反过来看问题的法理。我的不平衡，融化了！

有了以上的体悟作为基础，在之后的修炼中，无论和谁在一起，遇到什么样的问题，我都会约束自己，尽量不起心，不动念，向内找。虽然并非总是做的很好，但能清醒的用正念去面对的时候渐渐多起来。

一次，我们和一位早期得法、非常精進实修的同修交流，先生开心的侃侃而谈近期悟到的法理，我在一旁静静的听。聊了一阵，同修突然转向我，说了一句：“怎么感觉你先生（比起你）有些后来者居上的感觉呀。”我心里一震，本能的想要辩驳几句，但又觉的不对劲，最后还是笑了笑，没说话。

同修走后，我就向内找，是什么心被触动了？被说不如别人，就不高兴，这是妒嫉心；原本觉的先生的很多状态自己没有，就觉的有点沮丧，被别人看到并说在当面，触动了求名之心；被人说时，想当场反驳，这是争斗心……找了一大圈后，我突然意识到，其实先生在很多方面的优点是我所不具备的，那为什么我就不能坦然的承认和接受呢？“谦卑”一词浮现出来，是我把自己摆的高了，不够谦卑，所以不能真心接受别人优秀的事实。

师父说：“你得救我，都说你得救我、你得救我，但是表现形式可不象世间的论理认识那样的，求人时要很礼貌的、很谦卑的才行：你救我、我得先感激你啊、我给你提供方便，可不是这个。在它们来看，你要能救了我，你得能到了我这层次才行，你得有这个威德，你才能救了我。”^[4]

高高在上、带着瞧不起人的心态去对待比自己优秀的

人，这不是和旧势力如出一辙吗？抓到这个隐藏在那些人心之后的“大魔头”，我发正念时，就否定旧势力的一切安排。同时，平日里多看别人的闪光点。自己不够好的地方，也尽量不去遮掩，坦然的听取同修的意见。虽然有时也会觉的不好意思，但心态和以往相比，还是大有不同。

前阵子，先生给家里的亲人读师父的新经文《为什么会有人类》，在家族中引起轩然大波。虽然我知道这是过关，但我一时间没能守住心性，激动的对先生说：“他们怎么能这样呢？”先生说：“你被带动了，你现在别说了。”我还辩解说自己没被带动，我只是着急，等等。先生严厉的说：“你被常人带动了，自己还不承认。我们给他们读经文的基点是什么？我们是不是在助师救度众生？你有百分之百信师信法吗？我刚才也有一点被带动，但是我马上认识到是在过关了！”

这时我才冷静下来，虽然那个想要反驳和“你个新学员，还来说我？！”的东西又要往上冲，但这一次我清醒的正视了先生的话，排除一切干扰，把“你说的有道理！”直接说了出来，而不象以往只是在心里想而已。这时，我半点妒嫉之心也感受不到了，只是心里由衷的感叹：你悟的真好，做的也非常好啊！我真为你感到高兴！

当发出这一念时，我清晰的感受到在自己物质身体的心脏里面，速度极为缓慢的绽放出一朵大大的鲜花，笑容也随之一丝丝漫上脸颊，我的表情由刚才的严肃，不自觉的变成了发自内心的微笑；整个过程完美的诠释了什么叫“心花怒放”。

原来古人造词都是有来源的，可这“心花”却不是因为自己有多高兴，而是在全心全意为他人高兴时才能绽放的啊！谢谢师父让我体会到了没有妒嫉心的美好感受。

最近，先生同修不再用“我就不”来调侃我了。每次

他要求我什么，不管态度好坏，我都毫不介意的笑呵呵、蹦蹦哒哒的来应对。有一次，他刚说了两句，突然自己就笑了，一边说：“哎呀，你最近修的真是好啊！”

感谢师父对弟子的看护点化，让我终于走出了妒嫉心的困扰，心性一点一滴的提高了上来。虽然在修炼过程中有反复、有起伏，但我得到了如何修炼的方法，弟子必将不断精進，以报师恩。

注：

- [1] 李洪志师父经文：《精進要旨》〈境界〉
- [2] 李洪志师父经文：《精進要旨》〈何为忍〉
- [3] 李洪志师父著作：《转法轮》
- [4] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉)



图：为纪念第二十四届世界法轮大法日，二零二三年五月十三日清晨，保加利亚法轮功学员在普罗夫迪夫市（Plovdiv）市中心的沙皇西蒙花园（Tsar Simeon Garden）集体演示法轮大法的五套功法。

•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。