

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 1133 期（二零二三年七月二十八日）

www.minghui.org



图：美国东部部份法轮功学员七月二十日在首都国家广场举行集会，呼吁制止中共对法轮功长达二十四年的残酷迫害。

本期内容提要

- 【海外】大陆移民：多谢法轮功坚持二十四年
- 【海外】全球各界声援法轮功学员反迫害
- 【修炼】找到学法时不能静心的原因就是提高的机会
- 【修炼】近期修炼体悟：修心是关键

目 录

◆海外综合

大陆移民: 多谢法轮功坚持二十四年.....	3
全球各界声援法轮功学员反迫害.....	4
海外学员正法修炼活动简报.....	8

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选登.....	11
----------------------	----

◆修炼园地

磨难中修去人念 大法展神奇.....	14
找到学法时不能静心的原因就是提高的机会.....	18
千万不要忽视清理自身空间场中残存的邪党毒素.....	22
近期修炼体悟: 修心是关键.....	27
放下亲情 真正重视孩子为法而来的机缘.....	31
挖出隐藏的执著和观念.....	36

【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”。】

大陆移民：多谢法轮功坚持二十四年

【明慧网】二零二三年七月十五日，法轮功学员在温哥华市中心举行集会和游行，彰显法轮功反迫害二十四周年。一九九九年七月二十日，中共对法轮功发起了一场旷日持久的残酷迫害，每年的“七·二零”前后，许多法轮功学员都会来到温哥华市中心举行活动，让人们了解法轮功真相，呼吁人们共同制止迫害。

下午一点半游行队伍从固兰湖街出发，游行方阵以天国乐团为先锋，后面是横幅队与炼功队，近百人的队伍整齐壮观，观众不断地举着手机拍照录影，经过热闹的商业街时，更是有许多路边行人停下脚步，站在队伍旁边照相录影，一辆经过的皮卡车朝着队伍大喊：“法轮大法好！”

大陆移民：多谢法轮功坚持二十四年

大陆移民陈大民在街上等朋友，看见法轮功的游行队伍



图：法轮功学员为民众介绍法轮功真相。

经过，他说：“我是第一次看到法轮功的游行，法轮功在中国受到打压，被迫害了二十四年，当年（中共）打压时，我年纪很小，不知道整件事。多谢法轮功坚持二十四年，迫害他们的中共是要下台的。”

他还说：“这个政权是罪恶的，是应该被推翻的，是不应该存在的。因为我们是一个资讯自由的社会，所有人都很清楚他们（中共）过去几十年犯下的罪行。”

卡城夫妇：为被迫害者发声是加拿大的责任

法轮功学员祥和的炼功场面吸引了斯科特·菲利普（Scott Phillips）和妻子凯西（Kathy）的目光，他们从卡尔加里来旅游，凯西表示：“我们以前见过法轮功的炼功活动，也知道他们在中国和其他宗教一样受到迫害，关于（中共）活摘器官的信息也知道，就象维吾尔人也被活摘器官。这太糟糕了！”

斯科特认为：“每个人都需要发言权，都应该被倾听。每个国家都有责任，对加拿大来说，我们都应该站出来，维护我们的（普世）价值。其实让中国人了解中共才是最好的改变方式，不过独裁国家都控制媒体，所以在这里让人们了解真相很重要。”

全球各界声援法轮功学员反迫害

【明慧网】二零二三年七月二十日，美国东部部份法轮功学员在国会山附近的国家广场举行集会，呼吁制止中共对法轮功长达二十四年的残酷迫害。美国国际宗教自由委员会（USCIRF）主席亚伯拉罕·库珀（Abraham Cooper）在集会中谴责中共对法轮功系统、持续且异常恶劣的镇压，他表示，美国宗教自由委员会将继续敦促美国政府采取更

有力的行动，追究中共政府及其代理人在中国和美国践踏宗教自由的责任。

基督教自由国际总裁温迪·赖特（Wendy Wright）在集会上对法轮功学员们说：“你们的努力正在产生巨变。你们平和的坚持对于反抗中共的邪恶至关重要。你们的见证、你们的发声、你们对邪恶的揭露，鼓励政府领导人采取行动。你们正在唤醒民众，你们正在向企业施压，要求他们不要与共产党有牵连。你们在戳中人们的良心。”

美国国务院发言人马修·米勒（Matthew Miller）七月二十日发表推文说：“今天，我们意识到自从中国在国内外发动对法轮功以及数百万学员，倡导者和人权捍卫者的镇压运动以来，（至今）已经二十四年了。我们与这个团体团结在一起。”

在美国首都举行的反迫害集会之际，美国国会参、众两院的一些议员录制视频，颁发褒奖或致信声援法轮功学员，谴责中共迫害，要求停止迫害法轮功。美国佛罗里达州联邦参议员马可·卢比奥（Marco Rubio）在写给佛罗里达州法轮大法学会的声援信中说：“二十四年前，在中共发动铲除法轮功的运动中，成千上万和平的法轮功修炼者突然被关押。我今天写信给你们，是为了纪念自那时以来不幸遭受可怕的虐待、强迫劳动、酷刑和更糟糕（迫害）的数百万人。我也想借此机会赞赏你们所有人面对不公所展现的勇敢和勇气。”

美国前众议院议长、加州联邦众议员南希·裴洛西（Nancy Pelosi）在给法轮功学员的信中说：“当你们聚集在华盛顿特区时，我非常荣幸地向你们这个杰出的团体致以问候。我赞赏你们为捍卫宗教自由并唤起人们关注法轮功学员遭受的迫害而做出的不懈努力。”

七月二十日，**加拿大**渥太华部份法轮功学员在中使馆前集会，抗议中共对法轮功长达二十四年的迫害，并要求中

共立刻停止迫害，释放包括加拿大人家属在内的所有被非法关押的法轮功学员。加拿大“国会法轮功之友”的联合主席，国会议员吉尼斯（Garnett Genius）认为，在过去的二十四年中，法轮功修炼者在提高人们对中共迫害和中共暴力的认识方面发挥着重要作用。“我认为法轮功学员在引起人们对正在进行的迫害的关注和认识方面，做的非常有效。他们采用了许多不同的方式来提高（公众）认识，同时也分享中国传统文化，作为提高认识的一部份。”

七月十七日，**英国**法轮大法学会在伦敦的议会大厦内，组织召开“法轮功的故事—中国是否又在发生一场种族灭绝？”（The Falun Gong story - is there another Genocide in China?）主题研讨会，阿尔顿勋爵（David Alton）是英国议会跨党派宗教和信仰自由小组的联合创始人和副主席，他在议会中多次提到法轮功受迫害的遭遇和涉及中共的暴行，特别是强制活摘器官。他在发言中说：“许多法律和学术专家认为，中共正在进行的全国范围内的消灭法轮功的运动，构成了现代的群体灭绝。”他最后表示：“朋友们，如果我们要认识到中共对我们的民主的威胁和干预，那么我们必须认识到中共对法轮功进行的威胁和暴行。我们必须大声疾呼，因为确实是这样。现在不是沉默的时候。”

七月二十日，**瑞士**法语区法轮功学员在日内瓦湖边，联合国人权事务高级专员办事处前集会，呼吁制止中共对法轮功持续至今长达二十四年的迫害。日内瓦州州务委员会前主席毛罗·波贾（Mauro Poggia）和五位不同州的议员到场支持，及瑞士基督徒反酷刑组织也发来支持信函声援法轮功。日内瓦州大议会议员克里斯托·伊万诺夫（Christo Ivanov）说：“让人无法接受的是，直到二十一世纪还有人们受到攻击、酷刑、活摘器官的迫害。这绝对是难以置信的。我希望人权委员会因为酷刑和活摘器官而强

烈地谴责中共。我全力支持你们的抗争，希望这一切早日结束，人们可以继续象一直以来这样和平地修炼法轮功。”

七月十八日中领馆前，**比利时**部份法轮功学员举办反对中共持续二十四年迫害的活动。比利时议会议员外交事务委员会成员安尼克·庞蒂尔（Annick Ponthier）致信比利时法轮大法佛学会主席尼克·比恩斯（Nico Bijmens），表达对法轮功的支持以及谴责中共持续二十四年的迫害。

七月十二日，**爱尔兰**法轮功学员在国会伦斯特府（Leinster House）前集会，揭露中共二十四年来对法轮功学员的残酷迫害，呼吁民众共同制止中共，早日结束迫害。活动当天多位爱尔兰议员到场签名支持。众议员丹尼·黑利瑞（Danny Healy-Rae）表示，中共对法轮功学员的迫害是“不合理的，是错的”，“我不愿意看到任何人遭受迫害”。黑利瑞支持法轮功学员反迫害，他表示“我们都可以有所作为，如果不行动，就永远不会知道我们能带来多大的变化”。众议员马帝·麦格拉思（Mattie McGrath）也表示声援，并与法轮功学员合影以示支持。

七月十九日，《欧洲时报》（European Times）刊登欧洲宗教自由论坛主席亚伦·罗德（Aaron Rhodes）和《寒冬》杂志主管马可·雷斯宾蒂（Marco Respinti）的文章，呼吁制裁迫害法轮功的人。

台湾中部法轮功学员于十五日和十六日分别在台中市文心森林公园、云林县斗六市柚子公园、彰化火车站前广场举办集会，向人们讲述法轮功的真相，悼念被中共迫害致死的法轮功学员，以唤起更多人关注及了解，共同制止迫害。台湾多位民意代表及政府官员、民团组织、医生、企业家到现场表达支持。他们谴责中共的暴行，承诺推动立法来制止活摘恶行，并呼吁民众协助传播真相。台中市议员黄守达表示，法轮功学员长久以来用各种方式、渠道

向全世界，包括台湾大众传递这些重要的讯息，学员坚持不懈的精神是相当值得尊敬的。他说：“法轮功学员和平理性反迫害的这段经历，相当不简单，可以让更多人愿意站出来，唤醒更多人的理性和良知，这对全世界来说也是很重要的。”他呼吁大家一定不要遗忘这段迫害的历史，每个人都需要了解和关心，因为这也关系到自己。

海外学员正法修炼活动简报

二零二三年七月二十日晚间，一千五百多名法轮功学员聚集在**美国**国会山与华盛顿纪念碑之间的国家大草坪上举行集会，随后在宾夕法尼亚大道与宪法大道上游行。当天晚上烛光夜悼，呼吁停止迫害。

加拿大蒙特利尔部份法轮功学员七月二十日来到中领馆前，谴责中共对法轮功持续二十四年的迫害，要求立即停止迫害，并呼吁民众认清中共反人类的本质，得到过往民众支持。来自巴西从事国际贸易的皮埃尔（Pierre），看到展板上中共活摘器官的罪恶后非常震惊，他对法轮功学员说：“我们的心和你们在一起”。他感谢法轮功学员曝光中共罪恶，“我要把这件事告诉所有的朋友。”温哥华法轮功学员七月十五日在市中心举行盛大集会和游行。

巴西圣保罗学员七月二十日分别在中国领事馆和巴西圣保罗利伯达德区举行了讲真相活动。早上八点半到十点，两名巴西学员在中国领事馆前，向排队等候进入领事馆的人们发放传单，并与他们交谈。一些人好奇地询问真相。日落后，学员们举办了烛光夜悼，悼念在迫害中失去了生命的中国法轮大法学员。

七月二十日，在**韩国**的首尔广场召开了谴责中共迫害

法轮功的全国民大会。早晨八点三十分，学员们在广场草地开始集体炼功。之后五位市民团体代表发表演讲，他们严厉谴责中共迫害法轮功学员的人权。活动现场气氛变的十分热烈。从十一时四十分开始，举行了长达约两小时的法轮功反迫害游行。

马来西亚部份法轮功学员七月十五日来到了首都吉隆坡中共驻马大使馆附近举行反迫害集会。

七月二十日，部份来自**日本**东京、大阪、名古屋、福冈、札幌的法轮功学员分别来到各地所在地的中领馆前，反对中共对法轮功长达二十四年的残酷迫害，期盼唤醒更多人的正义良知，共同制止中共暴行。

印度尼西亚雅加达的部份法轮功学员七月二十二日在中共大使馆前举行和平集会和烛光守夜活动。部份法轮功学员七月十五日在泗水市（Mayjen Sungkono）中国领事馆前举行和平抗议。

新西兰法轮功学员七月十九日在首都威灵顿市中心商业街游行，并在米德兰（Midland）公园和新西兰国会大厦集会，举办反迫害二十四周年活动。国会大厦的一位政府工作人员赞扬法轮功学员：“你们做的很好！我们都在（国会大厦）楼上看。我们的工作人员都在看。你们每次在政府国会大厦门前举办的活动，我们都在看。对中共（的邪恶）我们都有所了解。”

七月二十日，**德国**法轮功学员聚集在杜塞尔多夫、汉堡、慕尼黑和法兰克福的中共领馆及市中心，揭露中共对法轮功长达二十四年的迫害。在慕尼黑和杜塞尔多夫，学员们还向中使馆信箱投放了劝善信。七月二十二日，德国北威州部份法轮功学员聚集在科隆大教堂前，向民众传递法轮大法的美好，呼吁制止中共对法轮功长达二十四年的迫害。德国多位政要发信函声援支持法轮功反迫害。

七月二十二日，**欧洲**多国部份法轮功学员云集捷克首都布拉格，举办集会游行，旨在向民众展示法轮功的美好，揭露中共迫害法轮功的真相以及活摘法轮功学员器官的罪恶。

七月二十日至二十二日，**瑞典**法轮功学员分别在瑞典首都斯德哥尔摩、歌德堡、马尔默举办了“七·二零”反迫害系列活动。爱尔兰法轮功学员齐聚首都都柏林，在市中心繁华地段举行游行、集会。

来自**荷兰**各地的法轮功学员七月十五日齐聚水坝广场，举办反迫害二十四周年活动。荷兰国际特赦（Amnesty International Nederland）发表声明，表示支持法轮功反迫害，呼吁中国当局立即释放所有仅仅因为行使信仰和言论自由权利而被监禁的人。部份在乌克兰首都基辅的法轮功学员七月十五日也加入了全球的反迫害努力，并在基辅市中心的城市行政大楼前举行集会，呼吁制止中共对法轮功修炼者的残酷迫害。

七月二十日，**波兰**法轮功学员在华沙总理府前举行集会，揭露中共迫害法轮功真相，彰显法轮功反迫害二十四周年。

七月二十日，**澳洲**堪培拉法轮功学员在市中心举办真相日活动。

应**土耳其**卡德柯伊区（Kadidöy）政府的邀请，伊斯坦布尔的部份法轮功学员七月十五日在生态生活中心教功和讲真相。这次的活动，卡德柯伊政府在其网站上开放登记。活动前，《卡德柯伊报》对法轮功学员进行了专访。

二零二三年六月底至七月初间，“真善忍美展”在**阿根廷**图库姆市（Tucuman）圣米格尔议会大楼内的大天使加百列文化中心举行。首都议员阿拉兹给学员留下了这样的寄语：“此画展让我们对建设一个没有暴力、永久和平的更美好世界充满希望。” ▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

北京延庆区法轮功学员郎东月女士被迫流离失所多年，二零二一年十二月十四日在河北张家口市怀来县被绑架、非法关押构陷至今，二零二三年三月八日被非法开庭，因为事实不清，证据不足，庭审无法继续。近悉，郎东月被河北张家口市宣化区法院非法判九年，勒索罚款一万五千元，现在已经上诉到中院。

北京四岁孩子的妈妈、法轮功学员高宇二零二三年七月二十日被北京市密云区法院非法开庭，被诬判一年。高宇二零二三年初在某公交车站善讲真相，被一位不明真相的女子偷拍、恶意举报，二月六日被西滨河派出所两名警察闯入家中绑架。

河北邢台市宁晋县南迁善村法轮功学员张宏谦、巨玉霞夫妇，二零二二年七月六日被非法抄家、绑架，二零二三年五月，张宏谦被迫害的生活不能自理，巨玉霞被非法判七年六个月。巨玉霞上诉到邢台市中级法院。二零二三年七月，中级法院法官王佳培剥夺律师辩护权，非法维持冤判。

河北衡水市冀州区女教师、法轮功学员李志君被非法关押一年九个月，二零二三年六月底得知，被冀州法院非法判刑四年六个月。李志君及家属已经上诉到衡水中级法院。二零二一年十月十日凌晨五点多，冀州警察翻墙入李志君家中，绑架了正在睡觉的李志君，吓坏了李志君一直带着的十岁左右的侄子。李志君后被非法关押在衡水看守所构陷，二零二三年三月三十日被非法开庭。

黑龙江鸡西市密山市八五七农场三位法轮功学员徐荣诗（女，现年七十八岁）、富连华（女，现年七十七岁）、郭淑芬（女，现年七十七岁）被非法判刑四年，徐荣诗被劫持

到监狱非法关押迫害，另外两位老人因身体原因，所谓的“收监”未遂。二零二零年十一月十六日上午十点左右，徐荣诗、富连华、郭淑芬在集市上讲真相，被警察绑架至当地派出所，次日被直接劫持到鸡西市看守所非法关押、构陷。构陷她们的所谓“案件”被移交到异地法院办理（红兴隆农垦分局）。后取保候审，期间被非法判刑，详细情况待查。

黑龙江哈尔滨市道里区法轮功学员李继武和赵军胜分别被道里法院非法判三年，现已经被劫持到呼兰监狱遭受长期迫害。赵军胜妻子韩亚香被非法判一年六个月，现已回家。赵军胜、韩亚香二零二一年六月十日下午遭到道里分局国保警察绑架和非法搜查。当天上午，道里区榆树镇蒋化法轮功学员李继武，被道里区国保警察从家中绑架。

广东广州市荔湾区四十四岁的法轮功学员邱楚燕，二零二一年三月二十二日被荔湾区公安分局、石围塘派出所、侨中派出所警察绑架，经历了非法取保候审、监视居住、骚扰等一系列迫害，身心受到巨大伤害，于二零二二年十二月中旬离世。

山东潍坊市高密市法轮功学员秦少华女士，二零二三年二月八日再次被高密市孚日派出所警察绑架，两天后被非法批捕。七月传出被非法判刑两年半，七月十七日被劫持入狱。相关机构都没有通知家属。在高密市政法委、公安局、检察院、法院暗箱操作下，整个批捕、庭审、判刑、送监过程都没有通知家属。从秦少华被非法关押在潍坊看守所的二月份起，她的家人就开始给有关机构写控告状，共寄出两百多封。秦少华女士是高密市夏庄镇益民村人，一九九八年和家人一起开始修炼法轮大法，从此一家人身心受益，家庭和睦。而一九九九年七月中共迫害法轮功后，秦少华一家人频频遭迫害，父母曾被非法判刑，秦少华也曾被非法劳教。

山东潍坊市诸城市五名法轮功学员孙培英、迟桂兰、陈秀兰、马术艳、刘召清，二零二一年六月二十九日被国保警察绑架、非法抄家、非法构陷，二零二三年三月二十四日被高密市法院非法庭审，均被非法判一年至一年半，勒索罚款；上诉后，六月二十五日被潍坊市中级人民法院非法维持原判。▲

魔难中修去人念 大法展神奇

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】我从小听老人讲神话故事，奶奶也讲“三尺头上有神灵”^[1]，我一直有想找名师修炼的愿望。长大后，随着踏入社会慢慢忘却了。结婚生女儿后，本就没恢复好的身体又因带环怀孕流产，变的更加虚弱。那时丈夫都说，你一个月能干十天活我就烧高香了。

一九九八年六月二十二日，我喜得大法。得法不长时间的一天晚上，我和丈夫从炼功点回家，约十点多吧，刚躺下，身体就被定在炕上，头开始轰鸣，当时非常害怕，就喊：“师父，我这是怎么了，师父救我！”这时，从头部开始金光往下罩向全身，我看到在我腹部那里有两、三个人在弄什么，听到一个问“怎么弄”，一个说“这样吧”，说着一只大手伸到我腰下往上一托，我一下子离炕起来四十多公分，一会儿，又听到一声“好了”，随后身体又回到炕上。这时金光从脚开始退到头部消失了，我一下子能动了。我激动的告诉身边的丈夫师父给我净化身体的玄妙，他却什么都没感觉到。

那年的冬天，我经历了师父讲的净化身体的现象。那不光是骨头痛，浑身连肉都疼的不动，一边的鼻孔不通气，堵的眼睛、耳朵、太阳穴涨的满满的，通气的那个就干的火燎燎的疼，晕的躺在炕上，炕就象在大风浪中的船一样晃动、旋转。知道是师父在给我净化身体，所以也没害怕。

这时丈夫第三次回来叫我上大棚帮他盖草帘，因那天刮六~七级阵风、八级的东北风，丈夫自己没法上草帘。每一次我都说去不了，我在消业浑身都疼、晕的坐都坐不了，没法去。他叹口气又走了。我无可奈何的看他走后，就想背背法吧，这时师父把《精進要旨》〈警言〉里的一段法打到我脑子里，师父说：“你们不改变常人那千百年来骨子里形成

的人的理，你们就退不掉人的表面这层壳，就无法圆满。不能总是我给你们消业，而你们不真正在法上提高，跳出人的认识、人的观念。”^[2]我一震，对啊？那什么是人的观念、人的认识呢？什么是大法的认识呢？噢，人的观念就是我头晕浑身疼不能干活，法的认识就是遭罪就是在还业债，是消业。那么我躺在炕上这不就是等着师父帮我消业吗？借助外在的强大因素吗？人的观念是得病了要好好休息，在法上的认识是师父说炼功人没有病。那没有病我现在应该干什么呢？我应该上大棚去帮忙盖草帘啊！对，我不能躺炕上等师父给我消业，自己不主动消业，我得上大棚去。

说着就爬了起来，刚起身，人和炕象地震似的旋转起来，差点旋吐了。我使劲趴在炕上，心想不行，坐都坐不起来怎么去？又想师父说：“难忍能忍，难行能行”^[1]，就重复背着，使劲坚持着慢慢挪到炕边，好不容易下了地，穿好鞋，披上大衣就出门，一出门刺骨的风使我又打了退堂鼓。安逸心一起，心想算了，别去了，这么大的风，身上又消业，不去也能说的过去。这时师父的法又打到我脑里，我又鼓起勇气向外走。

走到村口，大风呼呼刮的站都站不稳，就又出了回家的念头，师父的法又一次打到我脑子里，我又坚定信心继续走，因风刮的太厉害，我就背过身来退着走，刚走几步就突然笑了，这哪象大法弟子？就这么点风就害怕了，干脆把身体一转，把大衣一放对着风说，你刮吧！我堂堂大法弟子你能把我怎么地。这时，对面刺骨的冷风一下子变的暖暖的从我身边分开，我身上就象有避风珠似的，感觉不到风的存在。

到了大棚，丈夫刚盖了个棚头，盖上一张草帘，第二张还没压上，第一张就被风刮翻了。我到了以后，突然风没了似的，一会儿就帮丈夫盖好了草帘。这时我身体已经好好的了。后来想想，其实在我下了炕，往外走的时候，晕和疼就

已经消失了，只剩下佛性和魔性的较量，所幸我在师父的慈悲点化、加持中转变观念提高上来了。

一九九八年年前，我开始牙疼，一上火就牙疼，疼的忍不了了就吃药，一个月最少一两次，后来吃药不行了就打针，再后来打针也得打好几天才见效。修炼后，知道这是师父给我净化了。刚开始几天没管他，他疼的有规律，吃饭不疼，不吃饭就疼，睡觉不疼，醒来就疼，我想这都是我不修口造的业，还了业就好了。过了几天，疼的有些厉害了，我想这可能以前打针吃药压进去的，师父也给推出来了。又过了几天，疼的更厉害了，吃饭也疼，脸肿的眼睛都成一条缝了，我婆婆说，你别不治，要是在里面化脓了就坏了。我说，没事。说着没事可已经有十天左右了，吃饭都张不开嘴了。

这时，到了大年三十，一桌子好菜上来了，我牙都张不开缝，心想，不吃了，正好去我对好吃的执著。吃完饭家人一起玩牌，我就在一边学法，刚看了一会，就想，师父，明天就是正月初一了，人人都出去拜年，我脸肿成这样怎么对人洪法啊，师父我知道您说业力是一块一块的消，一下子推出来人会受不了，不要紧师父，我能承受的了，你给我一下子推出来吧。刚想完，可又想师父看的最清楚，师父想一块一块的推，就一块一块的推，师父想一下推就一下推，弟子怎么能要求师父怎么做呢？我就把心放下交给师父吧！就认真看起书来。

刚看了一行，身体突然定住了，一只温暖的大手在我肿胀的下巴牙疼的地方托起来一拧一拽，我疼的一下子蹦了起来，这时牙一下子不疼了，脸不肿胀了，张开嘴很轻松，第二天脸象从来没有肿过似的非常正常。家人都惊奇赞叹大法太神奇了，大法的神奇使我们全家人开始听我读法。

我月事来就会肚子疼，我知道又是消业就不管它，疼到第三天的时候，我想这都三天了怎么还没消完，我想，我不

能老认为是消业，是不是应该提高提高心性了。我正想呢，肚子就象抽丝一样把那疼抽走了。

二零二零年的一天上午，好友来我家玩，说起了戴避孕环，她十年去医院换一次，她去换了两次了。我说我这好三十年了一次没换。她说不换不好。下午三点左右，我的小腹疼，我开始没当回事，疼的更厉害了。我想，是不是上午说的话题动了不正的念头了。当时确实有过不正的念头，但马上否定了，想起有个大法弟子打了钢板，修炼大法后钢板不翼而飞，这点算什么，就没再想它。是旧势力在钻空子，我就打坐发正念不承认强加的迫害，一会儿不疼了。

晚上发完十二点的正念，刚躺下一会小腹部位又开始疼，而且疼的特别厉害，翻江倒海似的。我就向内找，并发正念，刚缓一点一会又疼。我就想为什么会这样呢？旧势力在钻我什么空子呢？为什么向内找和发正念不管用呢？突然悟到，我向内找和发正念的目地不纯，我是想让这个疼快点好，是在不自觉中对抗苦难，基点不对，把它当坏事了。

在法中我知道疼就是在消业，是那个地方有一个灵体，是要债的来了，这要债的来了我就发正念清除他好象不太对。我想：应该给这个生命讲真相让他得救啊。

我就对小腹部位说：“我也不知道你叫什么，暂时就叫你疼吧，我说疼啊，我不知道在历史的什么时候伤害过你，我那时候没得法，在无知中给你造成了很大的痛苦，我现在得法了，知道错了、真对不起、我向你道歉；如果是过去的个人修炼，我会承受这一切，但是我现在是正法时期大法弟子，师父不记众生一切过往之过，只看众生对正法的态度。我告诉你这个真相，旧势力利用你，在这个时候来要债、迫害大法弟子，是干扰正法，利用完你后、再以你干扰正法的借口毁灭你，师父不承认旧势力的这种安排，希望你选择大法，不要被旧势力利用。”

“我欠你的会用福报偿还你，我给不了的，我的师父也会给你。你若不信，你也只会疼一疼，我忍一忍就过去了，而你付出的却是生命的永远。你若信，就和我一起念‘法轮大法好，真善忍好’，同化大法。现在我们一起念‘法轮大法好，真善忍好’。”刚念了三、四遍，那翻江倒海的疼瞬间没了，我知道它选择了大法得救了。

感恩师尊慈悲的救度！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈警言〉

找到学法时不能静心的原因就是提高的机会

文：大陆大法弟子

【明慧网】同修们一起交流的时候，时常说静心学法的问题。我觉的学法时能不能静心，和打坐时能不能入定是一个道理，都是清净心的问题，也同样是功力的表现。而努力从心不静达到静心学法的过程，和生活中实修的过程几乎一样，都是不断的发现自己的执著心和观念，然后去掉，从而逐渐从静不下来到静心。只是在学法中遇到的各种难以静心的问题时，很多人没有追究原因，都当成了让人苦恼的干扰了。其实，学法时所有不能静心的原因，找出来都是宝贵的提高机会。

下面是我学法时常遇到的一些问题。

1. 学法总是走神，拉回来很快又走神了。周围很多同修都说时常遇到这种情况，我自己也是。我说的这种短暂走神都不是什么大事儿，都是小事儿。这个时候我通常有两种情况。第一种原因，是些很琐碎的小事，比如：“我一会学完法要干什么家务，怎么干，干到几点……”连着拉回两次，

还是继续走神。其实走神的内容就是我执著的事情。即便是将要干的小事，也会成为执著，障碍着学法。这个时候我会很认真的问自己：“学法提高和人中的这些事儿，你更想要哪个？”是非常认真严肃的问自己。这么一问自己，我的心一下就定住了。这个问题会反复出现，其实是加强正念和提高心性的过程。心性和悟性提高上来后，这个问题就魔过去了，走神的问题就越来越少了。

第二种原因，学法态度不对。潜意识里有完成任务的心。这颗心足以障碍我学法得法。每天学法，是修炼人必须完成的事情。但真正学法的时候，不能带着完成任务的心。而是要真正抱着学法得法的心态。当我意识到后，走神的问题马上就解决了。很多同修只一味的走神就拉回来，不查找走神的内容，其实背后的内容恰恰就是提高的机会。

2. 学法时的胡思乱想是在提醒我隐藏的执著心。起初我总把这种事情当成干扰，因为影响我静心学法了。但是，接连几次以后，我惊奇的发现，其实那些不是胡思乱想，而是法在提醒我被隐藏的或者还没有被我发现的执著心。有时学法，脑子里总回放曾经发生过的事。我为此分心走神。这种走神，会长时间的沉浸在那些画面里。有时不是实际发生的事情，而是近似于一种臆想或者是遐想之类的。拉回来，还会继续想。但其实，不管是过往发生过的，还是自己遐想出来的，这个时候都要认真查找自己在这些事情里是不是错过了提高的机会？是不是有没做好的地方？有执著心没有意识到？通常这个时候，我会认真的分析脑海里的这些事情，认真的按照修炼人的标准一一对照。有时的画面会让我生气，会让我愤愤不平。甚至会想起讨厌的人。这些都是我没有意识到的执著。是法在提醒我、告诉我。懂得了这个道理后，在后来的学法中，我抓住这样的机会，翻出自己很多的执著心和观念。

3. “困”魔考验我们学法得法的决心。我有一段时间只要拿起书就困。“困”的恨不得稍微一闭眼就睡过去了。后来意识到这种状态不对,当时我还有没有意识到这是“困”魔。起初,困了我就先睡一觉,起来再学。但这么一来,当天的学法任务通常都无法完成。一段时间后,认识到这么学法是对法不尊敬。每天学法任务必须完成。我想了各种办法克服“困”的问题。抹清凉油、风油精、冷水洗脸……能想到的办法全用上。也就是三四天后,我困的都恶心了,拼命抹清凉油,反正心里就抱着一念:“什么情况都不可能动摇我完成每天的学法内容。而且我还要保证能静心学法,学法得法。”清凉油有些熏眼睛,我用冷水洗了脸。洗完脸拿起书继续学。我的这一念坚定、不可被动摇。才读了没几行,只一晃神的功夫……我看到“困”魔站在我面前恭敬的给我鞠了一躬,说:“我佩服你。”然后恭敬的倒退着退了几步,离我有一段距离后才转过身离开。(这是古人告退时,非常礼貌的一种离开方式。)我的困意瞬间消失了。而且从那天开始,我学法再也没困过。哪怕学法前困的眼睛都睁不开,只要拿起书学法,立刻就无比精神。

我觉的在修炼中遇到的这些干扰和麻烦,不要当成障碍。这些事情其实是为了魔炼大家,给大家提供更多提高的机会而存在的。对于修炼来说,都是好事,是我们登高的台阶。

4. 不要带着人的观念学法,观念覆盖在法上会看不到法的内涵,学法得不到法。有一次我学法的时候,心里想到了一个幼年在人中总结出的经验:“生命的贵贱不是以大小来区分的。做最好的自己就是生命最大的价值。”这一念瞬间从我的思想里飘出来盖住了金色的法。此时法上就是我的这个观念,看不到法的内涵了。我一惊,马上意识到这是我从人中得来的观念,不是从法中得来的。不能用这个当成修

炼的指导。当我意识到的时候，我的观念从金色的法上撤了下来，法的内涵再次展现了出来。

带着人心和人的观念学法，虽然在学，但很难得到法。因为人的观念会掩盖在法上。学了半天，得到的还是自己的观念，还认为自己做的对。这是最麻烦的，也最不容易察觉。对于人的观念很重的人来说，就是屏障。观念象山一样障碍着人得到法。

我身边就有这样的同修。虽然每天都学法，但是在遇到事时，还是用人中得到的经验和人的观念去处理。非但毫不自知，甚至都不觉的有问题，还当成了高明的修炼心得在同修中散播：“咱们遇到问题时，如果不知道怎么用法处理，你就用人中的理指导去做。因为人的理也是法开创的。咱们按照人的理做，也是在按法理在做。同样是符合法的。”这套说辞，初听时觉的有道理。可是认真的分析，按人的理修，那修来修去，不还是人吗？工作中被别人质疑不合法的时候，又说：“工作是工作，生活是生活，修炼是修炼，不要混在一起。”用人的观念学法，学来学去，还是人。虽然这样的人在大法弟子中，但是却不在法中。我们学法时要放弃观念才行。在静心学法的过程中，只要学法到位，观念就会越来越少。

总结

静心学法是应该有的状态。但“干扰”肯定一直都会存在。因为修炼人有执著心、有观念、有各种需要自己意识到的问题。这些“干扰”能帮助我们更快的提高自己。所以，有“干扰”的情况时，别气馁别沮丧。认真查找原因，抓住法给我们的提醒。作为真修弟子，要想走好最后的路，一定要坚持每天学法，要学法得法。学法就是在同化法，被法熔炼。我们都是在地狱被师父捞起来的，我们的起点和个人修炼状态

其实相差无几。谁也没有比谁强太多。真正决定我们修炼的高度和状态的，就是谁能更主动的同化法。这是我们后期拉开了遥远距离的原因。

千万不要忽视 清理自身空间场中残存的邪党毒素

文：大陆大法弟子

【明慧网】记的去年十二月，中国大地一片“阳”，几乎家家户户都关门闭户，人心惶惶；街上空荡荡的，一片肃静。有时，偶尔能看到零星的几个人在街上走动，那是少有的、幸运的、未中招的或“阳”过了的人在为生计不得不外出寻物购物，此刻，整个空气都让人感到死一般的宁静。

我的亲朋好友、同学、同事也陆续中招，甚至死亡，少有人幸免。再看看周围的同修，大多也出现了“阳”的假相，但表现状态不一：有的病业假相几小时就消失了，大多几天都能归正。我还暗自庆幸自己不在其中，但内心时不时的也有点担心。

十二月的一天，我外出讲真相回家，觉的心里很难受，浑身无力，吃不下饭，我想：难道我也“阳”了？此念一出，我又赶快否定它，不对！我是大法弟子，师父说了：“真正的大法弟子都是有能量的，本身就是除业除菌者”^[1]。病毒一上来，功就会将其灭掉！怎么会“阳”了呢？这是消业，不管它！

但此现象却越演越烈：胸口紧、心里难受，吃不下饭，浑身越加乏力，连坐都懒的坐，话也不想多说了，加之晚上又长时间睡不着觉，更恼火的是：尿也开始憋不住了，真是搞的我焦头烂额。

过了几天，家人都“阳”了，他们说是我传染了他们。我说，我是消业，没有传染性。他们要求我在家做测试，试纸显示“阳”性。此结果让我大吃一惊，忙说，这是假相，它表现出来的状态和染疫一样，我才不承认它嘞！

话虽这样说，但我还是立即静下心来向内找：这假相还真是自己求来的，看到别人“阳”了，尤其是周边同修大多也“阳”了，心里不稳产生了怕心，被旧势力钻了空子。一会这样的执著，那样的怕心。结果就将疫病求来了。我不断发正念否定旧势力的一切安排，否定旧势力的存在，不断的解体怕心、求心、负面思维等执著心及其因素，但收效不大。

一天，我做了个清晰的梦，梦到一个似曾见过、皮肤浅黑的男人仿佛带着嘲弄的表情看着我，我一下就惊醒了，心想这是什么意思呢？不得其解。但我本能的感到此梦一定与瘟疫有关，与邪党有关。我想：难道我在这方面有漏？

我找来找去，思绪一下飞回到半世纪之前：那是在上世纪所谓“三年自然灾害”时期，我家生活极度困难，父亲因营养严重不足饿死，我家一下陷入极贫，我一度需要停学，幸得学校班主任老师协助，帮我申请了助学金，并对我说：“你不必住读，你每月将助学金领回家还可补家用，好好学吧。”我回家高兴的对妈妈说：“妈，我不用停学了，班主任老师给我申请了助学金，比学徒工的工资还高，而且还可将助学金领回家补家用，你每月除了你的生活开支，能给我们多少就给我们多少吧。我们尽量节约着用。”当时，我最怕的就是放寒暑假，因为放寒暑假就没有助学金，生活需要自理，还面临着书费、作业本费等必需的自费。我们为了生计就到处打牛草卖，到山上挑煤挣运费……那时我们别无他求，只要能读书，就心满意足了。几年后，我们大的几个都考入了理想的大学，升为天之骄子。几十年来，我都非常感谢那

位善良的班主任，是他改变了我的命运。但同时，我也被深深植入了“党妈”情怀。

在“十年文革”的浩劫之中，我家也飞来横祸，母亲成为揪斗对象，我们几兄妹也都成了“黑五类”的“狗崽子”。同学们都用异样的眼光看我，背后议论着我。记的有一天在学生宿舍里，我愕然发现在我靠床的墙壁上用白纸红字写着一张标语：黑五类的狗崽子×××滚出去！不得已，我只好乖乖的“滚”出了学校。后来返校时，我留下的所有东西早已被洗劫一空，而且从离校之日起全部助学金均被扣发，断了我的全部生活费。第二天，我刚坐在教室里，一个造反派同学当着上课老师和几十个同学的面不准我听课，动手打我，要将我撵出大教室，我身心备受屈辱，当即被迫愤然离去。毕业分配时，我被发配到边远山区最基层。后来弟弟在工作单位要求复查我家“文革”挨整的情况，最后我家获得平反。弟弟把这“天大的”喜讯和调查材料给我寄来，可此信却不知去向，不知被我单位的谁给扣押了。经过此事，我以为我看透了中共：尽整人！就再也不想去落实那个成份了。我决心不入那个党，凭技术吃饭。

可悲的是，长期的艰辛生活，我的身体早已拖垮了，考上大学不久就被确诊出严重肝功能不好、慢性胃炎、慢性肠炎等多种疾病，从此长期药不离身。毕业后，又一直和致癌物打交道，很多同事都因患肝癌、肺癌、胃癌、脑癌、骨癌等绝症而英年早逝。我的身体更是每况愈下，旧病未除又添新病，身体由慢性胃炎演变为严重的萎缩性胃炎、低血压、白内障、类风湿等多种疾病，最终提前病退，抱着药罐罐在家养病，真是绝望至极。

一九九七年，我幸运得到宇宙大法——法轮大法，修炼不久，我全身疾病不治而愈。二十几年来，药未沾，身心健康，无病一身轻，我明白了人生的终极目的地是返本归真！更重要的是在大法法理的指导下，在师父的浩荡佛

恩中，我经历了太多的神奇，彻底改变了我的世界观，深信神佛的存在，深信创世主造就了一切，主宰着一切，我深深折服于无限高深、洪大的大法法理，我为我能成为大法弟子而感到无限荣幸！

当思路回到现实中时，我一下明白了：尽管我以为我早就看透了中共，不想与政治沾边，也不想当官，其实在内心深处还是隐藏着残存的邪党的情怀，在潜意识中还是认为是“党”给了我助学金，改变了我学生时代的命运。

这种在内心深处还隐藏着的残存的“邪党党妈”情怀，不正好被旧势力钻了空子吗？你心存好感，在天灭中共时，它不就要你随它去吗？那不是取命来的吗？原来这才是造成此次魔难的根本原因！

其实，学生享用助学金是世界各国政府鼓励品学兼优的学子或家境贫寒的学生完成学业的一项举措，其本身就是政府职能所在、应尽的职责。可中共却糊弄百姓党、国不分，以“党”代国，把纳税人的钱变成了它的一种恩惠。可悲的是，在邪党文化的长期教育下，很多人也被植入了“邪党党妈”情怀，从而对邪灵感恩戴德，使自身在天灭中共时处于极其危险之中！

悟到这点后，我除大量的学法、听法外，就反复听《九评共产党》、《共产主义的终极目的》、《解体党文化》、《漫谈党文化》等系列文章，同时将家中残存的含有邪党文化的书籍清理了，并加大力度长时间发正念，全盘否定旧势力的安排，全盘否定旧势力的存在，解体无孔不入的邪党因素，渐渐的邪党形象在我的脑中越来越模糊，越来越淡，直至消失！我的身体也在迅速康复。

可旧势力却无孔不入，它曾一度让我尿频、尿急的现象越演越烈：有一天晚上，我思想不稳，竟将“尿不湿”套上睡觉。可是套上“尿不湿”之后，尿频、尿急现象又迅速演

变为任尿自流了。到了下半夜，我越发觉的不对劲，心想：我都在大法中修炼了二十几年了，怎么会睡在床上任由尿自流呢？你还是大法弟子吗？！你修到哪去了？

此时，慈悲的师父又将法打入我脑中：“在修炼中碰到魔难要修自己要看自己啊，这不是承认了旧势力安排的魔难、在它们安排的魔难中如何做好，不是这样。我们是连旧势力的本身的出现、它们的安排的一切都是否定的，它们的存在都不承认。我们是在根本上否定它的这一切，在否定排除它们中你们所做的一切才是威德。不是在它们造成的魔难中去修炼，是在不承认它们中走好自己的路，连消除它们本身的魔难表现也不承认。”^[2]

我猛然悟到：我这不是承认了旧势力安排的魔难、在它们安排的魔难中如何做好吗？悟到这点后，我立即起床，将“尿不湿”扔了：我就不承认你！我就不承认你旧势力！我归我师父管，不归你管，我只走师父安排的路！谁安排谁是罪！谁干扰谁是罪！紧接着，我又一步到位坚持将五套功法全部炼完，然后发正念。神奇的是：尿频、尿急、尿失禁假相竟然戛然而止，一切恢复正常。我终于彻底走出了这一魔难！你说神奇不神奇？！

后据官方统计，前段时间国人又有42.5%的人中招，我老伴及孩子均遭二阳，家人也都为我担心。经过上次的魔难，我心态已逐渐稳定，坚信瘟疫有眼，它是有目地、有目标而来的，所以，只要我们心正，怕什么？我没有刻意的采取任何隔离措施，义不容辞的全力投入到家人的护理中。不久，家人转阴，我安然无恙。

无限感恩师父的无量慈悲与浩荡佛恩！弟子唯有谨遵师尊教诲，不断精進实修，多救人，多救人！完成历史使命谢师恩！

写出这段经历，是想给有类似状态的同修提个醒：“邪

党党妈”看似是一种变异了的情怀、精神上的东西，但在另外空间它却是一个活生生的生命体、一个邪灵，只要你残存着对它的一点好感，都是在支撑它的生命，这恰恰给予了旧势力迫害同修的把柄，如不能尽快在法中归正，正念闯关，就会使同修长期处于魔难之中，甚至造成不可挽回的损失。望同修能引以为戒。

注：

[1] 李洪志师父经文：《理性》

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法四》〈二零零四年芝加哥法会讲法〉

近期修炼体悟：修心是关键

文：大陆大法弟子

【明慧网】一直以来，妻子（同修）一直给我“制造”魔难，帮我修炼，我一直都是用炼功人标准“忍”，找自己。找了一些人心后，可是妻子还是不依不饶，最后把我逼到了“墙角”，我实在受不了，就与她吵了起来。这种魔难持续了很长时间，我一直找不到自己问题到底出在哪里？也知道是自己有问题，可就是找不到根本，所以一直很苦恼。

一、去显示心

师父看我实在不悟，就点悟我。我的大脑中出现一个场景：我们几个同修在一起交流，家人同修对另一个同修说，某某（我的名字）真能忍。其实这种场景在现实中出现过多次，我一直不悟。我今天一下明白了，就是觉的自己“真能忍”的这个显示心招来的魔难，旧势力抓住这个显示心，不断的利用妻子没修去的人心给我强加魔难。你不是显示能忍吗？这回我叫你忍！

我找到这个“觉的自己能忍”的显示心后，立刻感到一

身轻松，我知道自己找对了，谢谢师父慈悲点悟。从此以后这种魔难消失了。

其实，我这个显示心体现在方方面面。显示自己能忍，显示自己心性高，显示自己法学的好，显示自己悟性好，显示自己正念强，显示自己修的好等等。正是这个显示心被旧势力钻了空子，强加给我许多魔难，造成自己修炼的环境很复杂，使自己一直在旧势力安排的魔难中修，还意识不到。

我的这个显示心在我修炼中叫我吃了很多苦，我一直没有去干净它。那几天，我静下心来查找这个显示心的根源。这时迫害初期的一个梦显现在我的大脑中：师父坐在一个白色的宝座上，我在师父的斜下方坐在一个莲花上。我看到下面地上有几个粉红色的桃子。我跟师父说，我下去把那几个桃子摘上来。师父对我慈悲的笑了笑，打过一念：你摘不下来！我还想下去试试！我就下去了。我拔了这个不动，我拔了那个不动，我又去拔了一个桃子，只是晃了一下就不动了。我来到师父身边对师父说，师父，我真摘不下来那几个桃子。师父看我笑了。

第二天，我去找同修交流去北京证实法的事，我找了几个同修都不去，最后我找了一个同修同意去了。可是到了下午那个同修告诉我不去了，还说一些维护自己的理由，我只好自己去北京证实法了。我当初悟这个梦就认为师父点悟我同修不能去，你自己去吧！没有往深层次去想。我现在明白了，师父在点悟我有太强的显示心。师父说了都不信，还要自己去试试，这是多么狂妄自大、自以为是的显示心啊！

这个显示心却隐藏在深层次微观中，很不易察觉。我往更深层次查找这个显示心的来源，我发现它来自于旧宇宙中的极端的“私”那种因素。因为有“私”，当这个“私”被不断加强的时候，才有了“自以为是”。而这个私产生于旧

宇宙的“成、住、坏、灭”的“坏”时期，师父讲：“苍穹成住在道中 坏时离道众为己”^[1]。我若想彻底修去显示心，就必须修去“私”，成为一个无私无我的为他的生命才行。

二、去“私”

前几天，我与妻子骑一辆三轮车去一同修家商谈一件证实法的事。妻子就叫我自己去同修家，她在楼下等我，然后我们一起回家，明天再来。

我到了同修家，说明情况后，同修说等几分钟就可以完成，不用明天再来了。我想那就太好了，因为这个事情很着急。我就耐心等同修把这个事做完，却过去几十分钟了。我急匆匆来到楼下找妻子，可是没有找到。我想：妻子一定自己回家了。我打出租车打不到，就步行很远才回到家。发现妻子正躺在床上，胸部不断的起伏，已经气的不行了。我心想：怎么生那么大气？我也没想到同修当时就能做好啊！都是证实法的事不是越快越好吗！你也是修炼人，应该理解支持才对呀！怎么不能在法上看问题呢？我查找自己没有错啊！我就当一次提高心性的机会吧！

过了一会妻子突然起来赶我走，她就象疯了一样，不依不饶，我怎么解释都不听，她说我自私。我想：我也不是为我自己，是为了证实法，我怎么自私了？想不明白。

以前也发生过类似的事，我与同修去农村帮助同修修机器，按照计划在天黑之前就能够回来。可是到了那里之后，“节外生枝”出现了我们意想不到的问题，就很晚才能赶回家。每次回来后她都与我大吵，我也一直不明白怎么回事，就当作提高心性的机会了。简单解释一下，也不生气。

可这次同样的修炼问题又出现了，我必须好好找找自己了，我是真的自私吗？师父讲：“你老是慈悲的，与人为善的，做什么事情总是考虑别人，每遇到问题时首先想，这件事情

对别人能不能承受的了，对别人有没有伤害，这就不会出现问题。所以你炼功要按高标准、更高标准来要求自己。”^[2]

我明白了，我做什么事情都没有考虑别人的承受能力，只考虑自己。不仅如此，我还总是用自己的标准去强加别人，改变别人。比如说：别人的心性承受能力是四十斤，我要求他达到一百斤的承受能力，我这不仅是强加，简直就是往下推同修。带着这样的私心与不好的人心怎么是证实法呢？这个在所谓的“证实法”的光环掩盖下的“私心”终于现出了原形。

我真心的向妻子道歉，我自己真的错了，我感谢妻子为了帮我修炼为我承受的一切。那一刻我真的感到无条件向内找的一种境界：百分之百是自己的错，就连考虑对方对或错的概念与想法都没有，这种境界中没有对方的因素，只有自己的错的认识。

一天，一个家人同修突然对我发难，冤枉我如何如何，说的话很难听，讽刺、挖苦至极。我就想：这是修炼的机会来了。我没有去做任何辩解，只是静静的找自己，心态平和。可是我却那种与妻子发生矛盾过关后的那种感激妻子的心态，没有发自内心认为自己错了那种心态。我想：为什么会有这种差异呢？原因在哪呢？我突然认识到，我与妻子过心性关后感激妻子是因为我还有对妻子的情的因素，因为我对妻子的情很重。也就是我的过关中还掺杂着情这种因素，是不纯净的。而我与其他家人同修的情就不那么重。只有修去情才能达到纯净的过关，达到那一层次的“无私”的标准啊！

那么，我为什么不能向家人同修认错，达到我修炼人应该有的状态与标准呢？我找自己是什么阻碍我的心性升华呢？我看到了是自己的显示心、高傲的心、爱面子心、怨恨心、报复心、争斗心在阻挡我修炼中的提高。

结语

通过这次发生的一切，我对“忍”有了新的认识。我发现我以前在矛盾中的“忍”都是有个条件：对方错了，我要按照大法的要求去做，要高姿态，不与对方一般见识，我去“忍”。我现在才明白我的这种“忍”是有条件的，是站在自我的基点的“忍”，是自私的“忍”，根本就不是一个大法修炼者的“忍”。因此每次矛盾来时，我能做到看起来不动心，可是如果再加码或时间加长，我就有点“忍”不住了。因为这种不在法上的所谓的“忍”是经不起考验的。忍是善意的，是对生命的慈悲与理解与宽容。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟六》〈谁识理〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

放下亲情 真正重视孩子为法而来的机缘

文：黑龙江大法弟子

【明慧网】我今年五十八岁，二零零四年开始有幸修炼法轮大法，那时自己就知道大法好，修炼的心也坚定，但是因打工时工作繁忙，修炼基础不扎实，没有系统的学习师父的其他讲法，法理也不清，不精進，每天学法炼功也是勉强坚持。

我刚刚开始修炼时，女儿正在上高中，她很认同大法，也读了《转法轮》和师父的其他一些讲法（师父的其他讲法是她自己主动读的，我有时候都不知道）。因为女儿学业忙，我也没有重视和悟到让她得法修炼，因此女儿没有真正走入大法修炼。女儿在大学毕业远嫁他乡，但日子过的不舒心，人也变的争强计较，原来那个单纯善良、乖巧懂事的女孩不见了，我心里总觉的很失落，好象把女儿弄丢了似的，对女

儿的情很重。女儿和外孙每年最多回来二次（过年时和暑假时），每次最多也就勉强能住上半个月，他们娘俩特别愿意回来，外孙从小就跟我很投缘、很亲，每次走时外孙都得哭一场舍不得离开，回自己家就开始倒计时计算还有多少天再回姥姥家。我有时也不免被亲情带动，十分惦记女儿和外孙。

前几年外孙上学了，孩子的教育问题显现出来了。外孙非常调皮淘气，在学校里是出名的顽劣，哪个老师上课对他都很头疼，都不喜欢他甚至贬损他，经常被罚站或者请出课堂，校长那里都挂了名。女儿就怕学校老师打电话，一接电话就是老师告状孩子怎样了。女儿每天陪外孙写作业就象一场战争一样，各种哭闹、摔东西、发脾气等等。女儿面对很难管教的儿子很无奈，脾气也越来越大，经常发脾气甚至歇斯底里。我这时已经退休，修炼时间相对充足一些，对修炼大法的意义有了更深的理解，很懊悔当初没有督促女儿修炼。

我明白我帮不了女儿，我给予她什么都不如让她得法修炼，只有大法才能改变人，我得放下对女儿和外孙的情，引导她们走入修炼。后来只要女儿回来，我就让她看《转法轮》或者叫上女儿和我一起学法。我用法轮大法书中悟到的法理劝导她正确面对生活中的问题和魔难，在法上和她交流。女儿心性提高了，也渐渐的平和了许多，对工作和生活中遇到的事情一般情况下能够平静的去面对了。我感到又找回了那个乐观善良的女儿。

去年暑假女儿和外孙回来，我们学法时就尝试着叫上外孙也和我们一起学法。这时外孙十岁了，这孩子虽然淘气，但是特别愿意和我们学法，还问我姥姥这本书全看完了需要多长时间？我说如果朗读的话每页需要两分钟，看你每次看多长时间了，这本书不是普通的书，很神奇，要认真的看。

外孙学法炼功，也是我修心去亲情的过程。外孙好动，学法时坐不住，有时坐着也不端正，甚至半躺着，不敬师不

敬法，我就让他停下不要学，可是孩子还不放弃，非要学，我就耐心讲道理，外孙什么表现我都不动心，不勉强他学法炼功，不把他看成自己的晚辈，一切随其自然，不执著。暑假结束，女儿和外孙走的时候主动要求带走一本《转法轮》，我嘱咐她一定要坚持每天都看，一定要外孙按照自己的学法进度至少通读一两遍。

回去后，女儿带着外孙坚持每天读《转法轮》至少五到十页，之后外孙改变很大，他的爷爷奶奶说暑假回去后变的稳当了，也不那么发脾气哭闹了。

今年过新年之前女儿全家都出现“中共病毒”感染症状阳了，我嘱咐女儿和外孙念九字真言“法轮大法好、真善忍好”，外孙第二天就好了。外孙说，妈妈我们回姥姥家吧，在姥姥家可以炼功，我们和姥姥一起炼功。

女儿在征得公婆同意后提前回来了，这次在我这里住的时间长。我们每天一起学法炼功，外孙炼功动作学的非常快，也认真，早上三点多晨炼要我叫他起床，有一次我也睡过头了没有起来，孩子就不高兴，我都汗颜，其实我自己晨炼就坚持不好。这期间，外孙除了和我们一起学法炼功之外，还特别喜欢看我下载的大法神奇故事，大法真相视频，歌曲视频等，喜欢听小弟子的交流文章，就连《九评》他都听了不止一遍，而且听的时候很认真，大法的歌曲他听几遍就能哼唱下来，真相视频里面大段的朗诵他都能背下来。他最愿意唱《得度》和《天灭中共》，边玩边唱可投入了。有一次问他在唱什么，他说“天灭中共”。

新年过后，女儿和外孙走的时候又带走一本《转法轮》，回去后他们每天都坚持诵读。现在外孙的状态越来越好，在学校从一个不守纪律、老师同学都不喜欢的孩子，变成了一个经常有老师表扬的孩子，能帮助老师做很多事情。有个老师还特意把他叫到办公室说想和他聊聊，外孙说刚开始还以

为老师又要批评他呢。外孙的学习成绩提升成为班里中上等，写作业速度也快了，不怎么用大人看着了，有时不用大人督促都能自己完成该做的作业。外孙遇到不开心的事情时，情绪也平复的很快，不象过去那样耍脾气很难哄了。有一次有个同学骂他，老师也冤枉他，他也没还嘴，有一天这个骂人的同学从楼梯上摔下去了，外孙第一时间跑过去把那个同学扶起来，给他擦鼻涕眼泪安慰他，老师又安排外孙和另外一个同学把这个同学送到校门口交给家长。外孙的同学夸他说没想到你正经起来还挺正经的，还挺靠谱的。外孙还把在学校吃剩的食物包好带回家，知道不能糟蹋食物。

有一天女儿夸奖和鼓励外孙表现越来越好，随口问了一句什么原因呢？外孙笑呵呵的说两个字秘诀“看书”。只有大法才能改变让女儿和老师都觉的很难管教的外孙。

目前女儿和外孙的家庭修炼环境还没有开创出来，外孙的爷爷奶奶和爸爸不同意孩子修炼，女婿表示对女儿修炼没有异议，但是孩子修炼不行。不过女儿和外孙很智慧的抽空看书，外孙有时候早起还自己炼功呢，孩子爸爸每天起的晚都不知道。

通过女儿和外孙的得法修炼我有以下几点体会：

一、我们身边的孩子们是为法来的生命，他们出生在大法弟子家，和大法的缘份注定是很大，在他们年龄小的时候，我们应该放下亲情和转变观念，真正的为孩子负责，尽早的引导身边的孩子们了解大法，不让孩子们错过万古机缘。女儿和外孙一开始就认同大法，接受大法，没有一点排斥、不接受的情况，我作为母亲和外婆应该早一点引导她们走入修炼。外孙虽然很调皮淘气，但是对大法修炼很主动，让人感到意外，这说明我们不能看一个生命表面上的表现，只有大法才能把一个生命洗净，回归本性。

二、把基点摆正，放下亲情，以法为大，把修炼摆在第

一位。女儿和外孙每次都兴致勃勃的从千里迢迢的外地回到我这里来就是为了得法修炼的，我们要把握好自己，不要陷入亲情中，不要被亲情带动，如果整天只想着照顾他们给他们提供吃喝玩乐的便利，陪伴他们，会适得其反，会让我们自己的修炼也懈怠，甚至招来干扰。每次女儿和外孙回来，我都告诫自己，我和孩子们是大法的缘份，修炼精進是最重要的，这样孩子们反而心性提高很快，也越来越变的平和懂事。看到外孙开心快乐的哼唱着大法歌曲《普度》，我能感受到外孙的生命得到提升后的那种无以言表的美好和愉悦。

三、做事基点在法上，不受常人观念束缚，堂堂正正的修炼。今年新年女儿提前回来我还有过顾虑，觉的从传统礼节上讲，女儿出嫁了，年夜饭应该和公公婆婆家人一起吃，因此每年女儿都是年三十和公公婆婆还有先生一起过，大年初一就和外孙动身来我这里，女儿想家想提前回来我都劝导她考虑周到了不差那一两天。这次新年女儿提前回来我和同修交流时悟到让女儿早点回来，是为了有更多的时间学法炼功，是在法上，不会让亲家有想法。结果真是这样，亲家还挺高兴。

四、我应该重视对亲朋好友讲真相。我和亲家远隔千里，沟通交流少，因为各种顾虑对他们没有正面详细的堂堂正正的讲清真相。虽然他们也知道大法好，但是由于邪党的打压和欺骗，使他们害怕又有些误解大法，更不赞同外孙学法修炼。这样也给女儿和外孙修炼带来干扰和阻力，进一步讲清真相开创修炼环境这也是我和女儿外孙要共同面对和突破的。

以上是我修炼中的部份心得体会，不在法上的地方请同修慈悲指正。希望我的心得体会，能对同修们有所帮助和提醒，促进大家共同修炼和提高。

挖出隐藏的执著和观念

文：大陆青年大法弟子

【明慧网】读研时，在我的追求下，A成为我的女朋友。A毕业后回家乡工作，我说服了父母，也去了她的城市。A说她家人叫她告诉我，如果想和她长期走下去，就需要了解她家人的信仰——法轮大法。A让我三退，并建议我去读《转法轮》。于是我得法了。但当时的我一到周末就和A出去玩，我也放不下常人的许多嗜好，只是偶尔才阅读大法书籍。

中共病毒爆发后，我才真正开始修炼。A在这段时间也逐渐精進起来。我们时不时交流一下修炼体会，常人话题越来越少。在明慧网上，我经常看一些传统文化相关的内容，明白了男女之间随便交朋友、只谈恋爱不结婚是现代人类失去道德标准后的行为。我们也到了适婚年龄，于是我问A对于结婚的态度，A明确表示不想结婚。我不知道该怎么做，逐渐很少喊A出去玩了，到了周末经常自己一人在家学法。

几个月后，我加入了A的家庭学法小组。之后的一年时间里，我一次也没再约A出去玩。原因有二：一是我明白作为修炼人不应该抱着不结婚的态度谈恋爱，二是我认为A作为曾经的大法小弟子，虚度这么些年，如今终于走向修炼，我如果还象修炼前那样约她出去玩，会占用她本可用于学法的时间。但我没有和A交流这些认识，因为我怕一开口，如果她还是不愿结婚，可能就会碰到分手这个话题。

今年年初，我希望摆脱这种悬而未决的状态，觉的相处几年了，结婚还是不结婚，该有个定论了。我问起A对于结婚的态度。A回答说很久没喊她出去了，已经不算是男女朋友了；关于结婚，A的想法没变，不想结婚。当时我没有否认她的说法，对她说，明慧网上有很多交流文章写青年同修因为结婚，迷在常人中掉下去了，却没有哪篇文章说因为

不结婚而掉下去的。意思是也许就这样也好。我们就这样分手了。当天，我还觉的一身轻，以为终于斩断了情丝。

但是，往后几天，我经常回忆起和A在一起的岁月。同时，走在这个城市里经常触景生情，觉的很难过，以至于想要离开这里。

分手后第一次集体学法交流时，我单独和A说起自己的心态变化，从轻松到难过，再到不知何去何从。我说我找到了自己不平衡的心、求回报的心，当初我是因为你才来到这个城市，所以现在感到不平衡。A说她很早就想要分手了，但当时看到我在修炼上刚有起色，觉的分手对我太残忍，怕我承受不了，其实，她从未喜欢过我……因为A讲的太直接，我不知道还能说什么了，只是感叹道：我们是怎么走到这一步的？A无语。

又过了两周，集体学法结束后，我交流说找到了自己隐藏的有求之心，求大法不让我再经受失恋之苦。在A之前，我经历过失恋，是最痛苦的回忆。修炼初期我在明慧网上看到许多中老年同修写自己冰冷的家庭因为修炼而破镜重圆。我以为修炼了，最起码不用经受失恋之苦了。这种有求之心在分手之前我根本意识不到。

虽然集体学法还在定期进行，表面上风平浪静，但我每次看到A，心中都是五味杂陈。每次学完法，A几乎不多说一句话。我感到难过，内心总是用常人想法去衡量，认为她好无情，分手了就真的完全不理我了。久而久之，那颗不平衡的心已经演变成怨恨心，看到A就烦。再到后来，集体学法时，我一见到A就排除不了这些负面想法，于是我找借口退出了学法小组。

分手后，我的修炼状态急转直下。三件事中，学法不能保证每天都学，炼功每周只炼两三次，至今也没能双盘上；发正念每次十分钟里几乎有九分钟在胡思乱想；讲真相更是

很久没有面对面和人讲了。业余时间也不全用在修炼上了，经常一个人逛街、吃美食、看常人电影。

我在明慧广播里听到比我晚得法的青年同修们都可以稳步做好三件事，觉的自己怎么这么不争气？之前我找到的执著心，好象都很表面，我也没有就此精進起来。近几个月，我又不断找，挖出了一层一层隐藏很深的执著和错误观念：

首先是感情用事。我最初是因为A的劝说，才去做三退并阅读《转法轮》的。试想，如果A提出的不是让我了解法轮大法，而是让我去干不好的事，才能继续和她在一起，那我是不是也去干了？另外，分手后因为讨厌A，就轻易退出了学法小组，也是感情用事的表现。

二是把所谓“美满”的爱情和婚姻当作好事和人生追求。仔细想想，在当今的中国大陆，“美满”的爱情和婚姻可能包含着买房、装修、婚礼、柴米油盐、生儿育女、婆媳关系……每一条都充斥着名、利、情，以我目前不怎么精进的修炼状态，要真一头扎进去了，能保证自己不掉下去吗？三是看重常人中的角色却轻视同修间的圣缘。四是对时间的执著。师尊讲过“法正天体已结束，目前正在向法正人间过渡。”^[1]很多同修看了后知道要更加精進、抓紧最后的时间救人，而我潜意识中却以此为借口来缓解失恋之苦，以为再忍忍就到下一个阶段了。五是求名的心和面子心。几年前，我的很多亲朋好友都知道我为了A来到一个陌生的城市，他们的反应多是佩服我或认为这个女孩有福气。因此，我怕他们知道我失恋，怕被嘲笑……

另外，近几个月我还出现一种不正确状态：独处时我的嘴会不自觉的喊出A的名字。每次我都要发正念来克制它。这种状况至今还时有发生。

以上就是我分手后磕磕绊绊的修炼过程。悟到和做到

还是有差距的。要想彻底去掉这些执著和错误观念，我目前想到的就是要加强学法、加强主意识。我希望能尽快在修炼中归正自己，从这些常人的执著和观念中跳出来，做好该做的，不负师尊苦度。

再进一步讲，一直以来，我的思维方式都是“我”喜欢A，“我”希望结婚、“我”讨厌A、“我”要退出学法小组、“我”想离开这个城市……这个“我”是不是太自作主张、太狂妄、太不理智了？我们的修炼道路是师尊安排的，怎么能被情和私欲带动着乱来呢？从今往后，思维方式应该转变成“大法要求我做什么？”“大法要求我怎样做？”“如果我那么做，对救人起到正面作用还是负面作用？”……也就是真正的把大法摆在第一位，无条件圆容大法，在这过程中把为私为我的心修去。

写到此，感到我周围的环境顺过来了，之前对A的负面想法以及对生活的不确定感也都无影无踪。回不回到学法小组，留不留在这座城市，其实都不由我决定，一切随其自然。无论在哪，都能修炼。

感恩师尊慈悲苦度，感恩师尊慈悲于众生。

以上是个人修炼体会。不合法之处请指正。合十

注：

[1] 李洪志师父经文：《醒醒》▲



图：二零二三年七月二十日，法国法轮功学员在巴黎人权广场集会，揭露中共对法轮功学员长达二十四年的残酷迫害，呼唤良知善念，共同制止迫害。傍晚，学员举办了烛光夜悼，悼念遭中共迫害致死的中国大陆法轮功学员。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：4974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：416,502,547

•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。