

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 1190 期（二零二四年八月三十日）

www.minghui.org



图：澳洲慈善马拉松兴趣赛跑活动“从城市到海滩”八月十一日举行，在悉尼玫瑰湾（Rose Bay）海滩的晨曦下，如潮水般的长跑者与祥和的法轮功学员的晨炼，在动静中相映成辉。赛跑者纷纷签名支持法轮功反迫害。

本期内容提要

【编辑部】第二十一届明慧网大陆法会征稿通知

【海外】充当中共代理人 美籍华人认罪

【修炼】“自大”加一点就是“臭”

目 录

◆编辑部

第二十一届明慧网大陆法会征稿通知 3

◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报 5
充当中共代理人 美籍华人认罪 9

◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选登 11

◆修炼园地

那一年..... 13
法轮大法不断的荡涤着我的心灵 18
珍惜与感恩 26
说心态和舞蹈训练 29
大浪淘沙是一个很自然的过程（节选） 34
“自大”加一点就是“臭”（节选） 39
一次神奇的破网经历 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”。】

第二十一届明慧网大陆法会征稿通知

【明慧网】第二十一届明慧网大陆法会征稿从即日起开始。望中国大陆的同修们踊跃投稿，珍惜共同精進、共同提高的机缘。

明慧网大陆法会从二零零四年开始，至今已走入了第二十一年。每一年的法会稿件都反映了一九九九年出现法难至今，大法弟子助师救人和提高心性的过程，记述了大法弟子同化真、善、忍的过程和故事，都是大法洪大法力在人间的展示和印证。

在二零二四年六月师父发表《法难》和《惊醒》两篇经文之后，很多大法弟子都回顾了自己的修炼历程，查看自己修炼以来，是否对世人体现了应有的善意与爱心；正法修炼二十五年来，是否还保持着修炼如初、勇猛精進的心意。

师父一九九七年发表经文《佛性无漏》说：“我还要告诉你们，其实你们以前的本性是建立在为我为私的基础上的，你们今后做事就是要先想到别人，修成无私无我，先他后我的正觉，所以你们今后做什么说什么也得为别人，以至为后人着想啊！为大法的永世不变着想啊！”对照师父讲的这个法，我们是如何修的，做到了多少？很多同修也在想这个问题。

每一年的明慧网大陆法会都是全世界大法弟子盼望的修炼盛事。希望中国大陆的每一位同修，珍惜这一年一度的机会，用心写出自己的那一份实实在在的修炼过程，向师父汇报，与众同修比学比修、共同精進，功成圆满随师还。

让我们共同努力，共同促成明慧网大陆法会的再次成功，为后世留下正法时期大法弟子的见证。

投稿文章应重点突出，干净、实在、发自内心，摒弃弄虚作假、报功显示的党文化的习惯。无需涵盖从头至今

的整个修炼历程，选择一个或几个修炼中最深刻、最触动人心的经历来写即可。

投稿方式和注意事项：

(1) 截稿时间：二零二四年九月三十日，但文稿请尽量在中秋节过后的二十号左右寄出，给编辑充分的时间处理数以万计的稿件。请尽早动笔，思考、写稿、修改、打字的过程都是每个人修炼提升的过程，给自己留足时间。

(2) 参加者：征稿只面向身在中国大陆环境中的大法弟子，投稿时请注明所在省份。

(3) 文字方面：请同修在写稿、整理和传送稿件时，既能让读者看懂故事，又能兼顾身在大陆的安全问题。

(4) 投稿平台：<https://www.minghui.org/mh/contact-us.html>，选“⑤ 明慧网征文/法会投稿”。

明慧编辑部
二零二四年八月十日 ▲

海外学员正法修炼活动简报

二零二四年八月二十一日，**澳洲**参议院通过了一项旨在遏制非法器官贩运和活摘罪恶的新法案——“2023年移民修正案(海外器官移植披露及其它措施)法案”(Migration Amendment ‘Overseas Organ Transplant Disclosure and Other Measures’ Bill 2023)。新法案要求所有入境澳洲的人在填写旅客入境申报卡时，声明过去五年内是否在海外接受过器官移植，如果答案是肯定的，那么接受过器官移植者需披露进行移植的医疗机构名称以及该机构所在城市和国家。这些数据将被收集并汇总在一份年度报告中提交议会。

该法案由西澳自由党联邦参议员迪恩·史密斯 (Senator Dean Smith) 于二零二三年六月首次提交参议院，二零二三年十一月，该修正案提交给外交、国防及贸易立法委员会审查。二零二四年三月二十二日，参议院就该修正案举行了公开听证会。经过分别于上周四（八月十五日）和本周三（八月二十一日）上午举行的两次二读辩论，法案于本周三获得自由党、国家党、绿党及独立参议员的支持而顺利通过。自由党参议员保罗·斯卡尔 (Senator Paul Scarr) 发言说，“我注意到英国修改了英国的《人体组织法》，加拿大也采取措施修改了《加拿大刑法》。因此，我们需要与国际合作伙伴保持同步。”他说。“澳洲需要尽自己的一份力量。我们有道德义务提出这些问题，我们不能保持沉默。”

加拿大首都渥太华法轮功学员八月二十四日参加奥尔良 (Orleans) 多元文化节，介绍法轮功并展示功法，受到主流人士的欢迎和赞赏。多元文化节主办人阿希里 (Ashiri) 对法轮功团体的到来表示感谢，她说：“看到法轮大法总是很高兴。这是法轮功学员第二年参加奥尔良多元文化节，

我们很欣赏（这种）打坐冥想。”阿希里认为，法轮功遵循的真善忍是极其重要的价值观。“我相信这些价值观非常重要，这些价值观在我的生活中也很重要，我每天都要秉持这些价值观。”

美国知名脱口秀主持人瑞克·约翰逊（Rick Jensen）七月十九日邀请了三位法轮功学员在特拉华州WDEL电台做了十八分钟的专题节目，揭露中共迫害法轮功及其活摘法轮功学员器官的罪行，呼吁制止这场长达二十五年的残酷迫害。节目一开始，约翰逊就讲述了他认清中共就是邪教的一段经历。约翰逊表示，他知道很多和平的宗教徒和法轮功修炼者被中共迫害，他现在正在尽自己的所能让人们了解中共的邪恶本质，尤其是中共活摘法轮功学员器官的罪行。法轮功学员黄奎说：“一九九八年我开始修炼法轮功，当时我是清华大学的学生。清华大学是中国顶尖的工程学院，人们也称其为‘中国的麻省理工学院’。仅仅因为我信仰法轮功，一九九九年七月二十日之后，我的生活完全颠倒了。我因为信仰法轮功被关了整整五年。”

美国麻州部份法轮功学员八月十七和十八日参加了位于波士顿公园的年度非洲节活动，向人们介绍了法轮功的美好，并演示了五套功法。不少明白真相的人希望法轮功学员继续为正义而努力，早日结束中共对法轮功的迫害。州议员候选人克林顿·格雷厄姆（Clinton Graham）一大早就来到了法轮大法展位，学员向他介绍法轮功，讲述中共对法轮功的迫害，也讲了目前美国联邦众议院已通过《法轮功保护法案》，希望联邦参议院也能通过，使该法案能成为法律。他表示很高兴能了解这件事，马上在征签表上签了名。他表示支持法轮功，希望学员们继续征签，为正义而努力。

大特尔诺沃（Veliko Tarnovo）位于**保加利亚**中北部，

是大特尔诺沃州首府，以独特的建筑著称。八月十日，部份保加利亚法轮功学员在酷暑中，组织了一场市中心的讲真相活动。真相展板设置在中央邮局前，行人和过往车辆都能看到，众人纷纷停下脚步阅读展板上的信息。学员们向大家介绍二十五年来中共对法轮功的残酷迫害，甚至活摘法轮功学员器官牟取暴利。很多明白真相的人在谴责中共侵犯人权和向七国集团提交的请愿书上签名，要求联合国采取措施制止中共强摘器官的行为。

罗马尼亚法轮功学员八月十六日至十八日，在蒂米什瓦拉（Timisoara）、布拉索夫（Brasov）和马马亚（Mamaia）三个城市举办了系列讲真相活动。来自各行各业的民众与学员交谈，他们不仅了解到中共迫害中国人的真相，更表达了对法轮功学员的支持。有人说，法轮大法的修炼原则是人类一切正信文化的基础，还有人说，真、善、忍很重要，我们要努力把它们传给子孙后代。听完学员讲述的迫害真相，埃尼亚（Enia）呼吁年轻人“为法轮功发声：‘我们年轻人应该更加积极，因为我们所做的一切都是为了未来。这正在发生的迫害，就象基督徒曾经受到迫害一样，法轮功修炼者也在经历同样的事情。这是可怕的。我们可以改变周围的事情。’”

拉脱维亚（Latvia）安静节（Silence Festival）八月十六日至十八日，在包斯卡山堡公园（Bauska hillfort park）举办，这里是一个两河交汇的半岛，安静节旨在为大众提供一个从忙碌的日常生活中摆脱出来并放松身心的机会，游客们可以在为期三天的活动中尝试各种自我提升、寻求内心宁静的办法。十七日，法轮功学员来到节日现场，向游客介绍法轮功真相以及大法对改善身心健康的巨大作用。他们还演示五套功法，为感兴趣的人们免费教授法轮功功法。许多尝试了炼功动作的人说，他们感觉很放松。

日本茨城县的筑波市八月二十四、二十五日举行了一年一度的文化庆典——筑波祭，吸引四十多万人前来观看，场面十分热闹。今年法轮大法天国乐团也应邀参加，给庆典氛围更增添了一份色彩。

截止到二零二四年八月，**日本**埼玉县久喜市举办了三期法轮功教功班，受到当地民众的广泛关注和喜爱，很多居民参加并给出了积极反馈。久喜市炼功点的学员为了感谢当地社会，增进居民身体健康，最近几年持续举办法轮功教功班。这次又提前在当地政府出版的刊物上做了宣传，引起了广泛关注，吸引了众多市民前来学习这一强身健体的佛家修炼大法。

台湾中区法轮功义务辅导员八月二十四和二十五日在云林举办了两天一夜的学法交流会。八十多位来自台中、彰化、南投的学员，分享了他们在日常生活中去掉执著、提升心性、以及维护整体修炼环境的经历与体会，以期互相促进、共同提升。参与交流会的大多数学员表示收获颇丰，提升了自己对大法法理的认识，也看到了自身的差距，期许自己更加精进修炼。

充当中共代理人 美籍华人认罪

【明慧网】二零二四年八月二十三日，美国司法部宣布，佛罗里达州电信和信息技术工人李平承认密谋充当中共政府代理人。一旦被定罪，该指控最高可判处李平五年监禁和二十五万美元罚款。

目前，美国地方法院法官纳塔利·赫特·亚当斯（Natalie Hirt Adams）将李平的认罪请求提交给联邦地区法官。认罪请求正式被接受后，将确定宣判日期。

据坦帕湾媒体（Tampabay）八月二十三日报道，一名佛罗里达州帕斯科县（Pasco County）男子于八月二十三日在法庭上承认，他多年来一直充当中共政府代理人，向外国情报官员提供有关中国异见人士和民主倡导者、法轮功学员以及美国公司和组织的信息。

本周提交给法庭的认罪协议详细列出了李平十二年来与中共国家安全部的一名官员互通的一些电子邮件。虽然其中大部份信息都是公开的，但其中一些内容涉及李平所在公司的电脑黑客行为和网络安全信息。

今年五十九岁的李平于八月二十三日承认了一项联邦指控，即在未事先通知美国司法部长的情况下串谋充当外国政府代理人。该指控最高可判处五年监禁和二十五万美元罚款。

上个月，联邦特工逮捕了李平，此前大陪审团向李平提交了一份起诉书，详细指控他多年来使用多个包含虚假用户信息的电子邮件账户与中共国家安全部的一名官员进行通信。法庭记录中，这名官员的名字仅为“国安部官员1”。

根据认罪协议，李平一开始只承认向中共国安部官员提供有关投资股市的信息。联邦特工随后向李平出示了他与中共官员往来的电子邮件副本。

在二零一二年夏天，李平与中共官员往来的电子邮件中，李平向中共官员提供了圣彼得堡一名律师的姓名和个人资料。法庭记录中未透露这名律师的身份，这名律师曾为一家与法轮功有关的出版物撰写博客。

该中共官员在后续邮件中要求李平提供更多信息。

认罪协议还描述了李平与中共官员在随后几年中的多次往来。应中共官员的要求，李平提供了有关两名以色列法轮功书籍作者的信息；一家未具名的美国公司及其总裁和总裁夫人的信息。

李平还向中共官员提供了一名在加州中共领馆前参加抗议活动的男法轮功学员的信息，包括他的地址、电话号码以及他的汽车品牌和型号。

二零一四年底，李平前往中国与该中共官员会面。

认罪协议中提到的最后一份通讯涉及一名男子，该中共官员称该男子犯下了“某种罪行”并逃往美国。他提供了该男子在加利福尼亚州的地址。李平回信中提供了该男子的加州房产的详细信息，包括房屋照片和房主姓名。▲

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

天津市法轮功学员齐志银先生，二零二四年二月四日在北京的女儿家被警察绑架，非法关押在武清区看守所。现得知，齐志银已于二零二四年七月被当地法院非法判刑九年。齐志银今年六十二岁，家住天津市武清区上马台镇。二零一七年十二月二十八日，天津市公安局出动大批警察和各区级公安分局及下属派出所在全市绑架了三十七名法轮功学员。齐志银在武清区看守所被非法关押了八个月，他以绝食的方式抵制迫害，四十天后，出现命危，被“取保候审”回家，被迫离家，流亡在外。

云南省昆明市六十七岁的法轮功学员郭伶二零二二年九月二十四日遭西山公安分局、海口派出所人员绑架，半年后被“取保候审”。此后一年中，她频繁遭国保、派出所警察、检察院人员跟踪、骚扰、罗织构陷材料。二零二四年七月十七日，郭伶遭昆明市西山区法院非法判刑四年。在中共迫害法轮功的二十五年中，郭伶多次遭到警察绑架、抄家，曾被枉判十一年，两次在云南省第二女子监狱遭受迫害，她被关禁闭，长时间罚坐小凳等，被迫害致股骨头坏死，出狱时，她不能行走。

广东省梅州市梅县区程江镇六位法轮功学员曾秀琼、谢国芬、张桃凤、李利珍、刘梅芬、黄淑珍，被绑架、关押构陷三、四个月，据悉，梅县区法院欲于九月十二日上午九点半非法庭审他们。二零二四年四月十七日下午两点多，梅州市梅县区国保大队和程江镇派出所大约十三个警察闯入梅县区程江镇扶贵村曾秀琼家，绑架了曾秀琼和在其家的七位法轮功学员，随后，法轮功学员张桃凤和刘梅芬被非法抄家。刘梅芬被抢走电脑和大法书，但因为重病（癌症），人没有

被绑架。张桃凤被抢走电脑和打印机、师父法像，并被绑架。

湖北省黄冈市浠水县法轮功学员蔡美莲老人因修炼法轮大法，经常遭当地派出所、社区人员骚扰，多次被非法抄家，并几次被绑架、关押，还曾被非法劳教。二零二三年五月，派出所警察又闯入蔡美莲家骚扰、恐吓，蔡美莲义正词严抵制迫害，警察理屈词穷灰溜溜地撤退了。在长期的高压、恐吓、迫害下，蔡美莲身心受到严重伤害，于二零二四年八月十三日含冤去世，终年七十六岁。▲

那一年……

文：大陆大法弟子

【明慧网】时间又过去一年，回首二十多年的修炼路，真是感慨万千，从得法之初的喜悦，到迫害之初的天安门证实法，从被迫害中的坚守到修炼的逐渐成熟，一幕幕，似影片在脑海中回放，又似照片在一个个瞬间定格……

那一年……

那一年冬天，我因坚定修炼大法被中共关押在看守所。一天清晨天还没亮，走廊里喊起了我的名字，原来是要把我和其他几位同修送劳教所，此时已临近过年。

那一年的冬天异常的冷，拉着我们的面包车窗上结了厚厚的霜，一点也看不到窗外，偶尔欠欠身子，再伸伸脖子才能从前方的挡风车窗看到部份外面的情况。白，外面最大的感受就是白，白雪，白霜，感觉空气都冻的发白，再加上一大清早的寒气袭人，整个空气中弥漫着一股刺骨的寒意。

面包车晃晃荡荡的开着，大家坐在车里都不说话，可能心里都有些沉重。当地公安局不按照正常的法律程序，送劳教所之前应该让我们与家属见一面，可不但没与家属见面，还突然送走，大家没有一点思想准备。都知道劳教所迫害很惨烈，此去不知道将要面临的是怎样的凶险。我凑近同修一点，其他几位同修也偏偏身子，我小声背师父的经文给大家听，此时此刻，只有师父的法能让我们抛开一切纷扰，走正走好我们的修炼路。

突然，一个刹车，大家都不由自主的欠欠身子向挡风车窗方向望去，我愣住了：丈夫抱着四岁的孩子站在面包车的侧前方，因为天冷，可能等的时间长，丈夫头发的边

缘都是白色的霜。孩子虽然穿的很厚，但眼眉、眼边、鼻尖、脸蛋都冻的红红的，戴的毛线帽子上也上了白色的霜。丈夫眼圈发红，孩子怯生生的眼神，好久没见到孩子了，孩子太小，我眼泪止不住的往下掉。

丈夫冲到车门边，迅速塞给我一封信，被看守所的女狱警一把抢过去，车门随即咣当一声关上了。我下意识的站起来，被警察按在座位上，我又站起来，又被他们按在座位上。此时感觉就象生离死别，近在咫尺，却没有机会说一句话，慌乱中不知是我还是丈夫用手指甲把玻璃窗上的霜抠掉一小块，这样我就能透过这一小块没有霜的玻璃，看到外面的丈夫和孩子了，我们隔窗默默相望，似有千言万语不知从何说起……

之前听在我之后进看守所的同修讲，丈夫为了把我捞出来，四处托人。此时感觉车就要启动了，我想跟丈夫说，不要为了让我早点回家而去拉关系走后门，给那些参与迫害法轮大法的人送钱助纣为虐，因为我知道对那些不放弃修炼的，他们不敢放人。可是没有机会说话，又不让说话。

车，已经启动了，可贵的每一秒钟在流逝，珍贵的话语却一句也没有说出来。一着急，我对着丈夫大声喊，“不要找人，找人我也不回来。”千言万语汇作一句听起来很可笑的话，司机笑了，车上的警察也笑了，车上的同修明白我的意思。我只想丈夫知道我的心态，让他知道我坚修大法的决心，这样他才有可能放弃找人花钱的想法。

是的，丈夫是了解我的，丈夫塞给我的那封信，女狱警看过之后还给了我，信中主要就是担心我不放弃修炼，从而遭到残酷的迫害。丈夫在信中委婉的劝我不要太犟，但他又对自己的劝导没有信心，因为他了解我，所以他在信中也对自己的劝导表示苍白无力。

车，开的越来越快，早已看不到丈夫和孩子，但脑海

中有一个丈夫抱着孩子渐渐远去的身影，似一幅画，似一张照片定格在我的脑海里。

有良知的警察

那一年一个深秋的晚上，为了让世人明白真相，我和两个同修去挂法轮大法真相饰物，正在我们即将挂完准备回家时，突然从暗处出来几个穿着迷彩服的警察，不由分说就要把我们抓到派出所，跟他们讲真相也不听。我一看没别的办法，就瞅准时机，夺路而跑。

我拼命在前面跑，后面一个警察一边喊着让我站住一边在后面追，我毫不理会，继续跑，心想不能坐以待毙，等着你来迫害我，那样对你也不好。跑着跑着，突然，前方没路了，我傻眼了。其实这是一个正在施工的观景桥，脚底下是一条死水的河，左右两边是桥的栏杆。这个观景桥很长，当时只修了一半，另一半没修完，在桥的中间用一些设施拦住了，没有其它的路。情况紧急，又不能跳水，我一转身，与那个警察面对面了。

当时夜已经很深，周围没有路灯，很黑，我俩虽然离的很近，但互相看不清对方的脸。我想跟他讲真相，但没有那么多时间，因为前面还有其他警察，如果他要想拦住我，我一定是过不去的。我说：“小兄弟，你做点好事吧，我们没做坏事。”但我不是央求着说，而是义正词严的说。他一愣神说：“啊，咋的？”趁他迟疑，我迅速从他身边再次夺路而跑。我不敢回头，就是拼命的跑。刚开始我还能听到追我的脚步声，渐渐的，好象没有声音了。顾不上细想，前方有一个距地面五、六米的水泡子（水泡子就是面积不太大的湖泊），我将身体一滑，趴在路面和水泡子之间的坡上的草丛中，我屏住呼吸，但仍能听见自己咚咚的心跳声。

过了很长时间，我感觉上面好象没有声音了，我慢慢

的爬上来，慢慢探出头观察一下，四周静悄悄的，没有人。我迅速爬出草丛，又开始跑起来。

跑了一小段路，突然，前方一束大灯，晃的我睁不开眼睛，是车灯，派出所的车，我又紧张起来。这条路是回家的必经之路，而且没有其它的路，周围都是稻田地，我停下跑步的节奏，装作被车晃的看不清路的样子，趁机半遮上脸，那个车开的很缓慢，我也稳住架，装作不慌不忙的样子，车终于过去了，我回头看看车，确定已经走远，才松了一口气，又开始跑起来。

事后知道，那个车就是警察打电话叫去的，去拉另外两名同修的车，因为当时我们挂饰物的地方是一个河边的坝体旁，没有车，现叫的车。为了免遭迫害，我当天晚上没回家，事后据小区门卫讲，当天晚上警察在我家楼下蹲了一夜的坑。后来我离开家乡被迫流离失所，而另外两名同修分别被判三年劳教迫害。

整个过程惊心动魄，感觉就象拍大片电影。差一点点就要被陷冤狱迫害，差一点点就化险为夷。其实那个追我的警察开始是真的追我，后来在我说了那句话后，他有一个瞬间思考和良知的复苏，并没有使劲的追我，就如那个枪口抬高一厘米的故事中法官所讲：不执行上级命令是有罪的，而打不准是无罪的，你有把枪口抬高一厘米的权利，而这也是你应主动承担的良心义务。在这个世界上，法律之外还有良知，当法律和良知发生冲突，良知才是最高的行为准则。这个警察做了“追不上我”的良知选择，也是为自己选择了一个无限美好的未来。

坚守

观影片《再次成为神》，看到宋光明被逼迫写保证书时，我的心就象天上的众生一样被收紧，生怕他把握不好自己

做了错事，看到小凤写给宋光明师父经文的那一刻，我已泪崩。天界众神松了一口气，光明天界再次大放光明，也勾起了我在黑窝那段辛酸难忘的经历。

在那个邪恶的黑窝里，警察与刑事犯人互相勾结，对我极尽侮辱，又打又骂，不让睡觉，不让穿棉衣，当时真的感觉是掉进了人间地狱。因为不妥协就不让家属会见，丈夫为了能见我一面，四处托关系，他们也为了让家属能说服我，破例让家人与我见上一面。

久别的亲人，长期的监禁，残酷的迫害，未曾说话我早已泣不成声，泪如雨下……丈夫看到我衣衫不整，脸色灰暗，身体状况异常，心疼的拽着我的手，从来不会哄人、不会认错、不会向别人低头的丈夫，为了让我能早日回家，不再受到迫害，竟然长跪不起……我哭的一塌糊涂，而心中坚修法轮大法没有一丝一毫的动摇。最后，狱警一看达不到目地，就气哼哼的让我回监室了。

其实丈夫一直是支持我修炼的，因为他知道我修炼大法后，无论是在心性上，还是在身体上都发生了很大的变化，只是在压力下希望我能为了回家而假装妥协。师恩难忘，千言万语难以表达师尊救度之万一，我又怎能为了一己之私而去谤师谤法呢？这是万万做不到的。无论怎样艰难，我认准的路一定要一走到底。

回首往事，真是感慨万千，当年艰难的守住那一念，现在看来却是弥足珍贵……

一个伟大光焰无际的神，降临人间成了凡夫俗子，而他的一举一动，一思一念却牵动着整个天界的众生。

二十多年了，在这看似漫长而又短暂的二十多年中，修炼路上的坎坎坷坷、酸甜苦辣一本书也写不完。修炼过程中的平凡经历，提笔写来，却发现平凡中的不平凡。

如果将来某一天，如果我的后代或者后人回忆起今天

发生的事，问法轮大法被诬陷被迫害时，我都做了什么，我可以无愧的告诉他们：在被迫害中，在高压下，我害怕过，恐惧过，但没动摇过，而是挺直了脊梁！

师尊讲：“当历史走过这一页时，留下来的世人会看到你们的伟大，未来的神会永远记着这伟大的历史时期。”（《精進要旨二》〈理性〉）

记录，只想记录下来，记录修炼中的点点滴滴；记录法轮大法洪传世间的历史见证；记录伟大的师父伟大的法造就的伟大历史时期中不平凡的大法弟子，正在人世间演绎着历史的大戏，正在人世间谱写着历史上最壮丽的诗篇。

法轮大法不断的荡涤着我的心灵

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】十年前，我开始修炼法轮大法。因为周围没有同修，我是这样修炼的：看师父的教功录像学炼功；每天学《转法轮》和师父的各地讲法；同时上明慧网看同修的交流文章。我从不知道什么是“实修”、“向内找”，到在实修过程中不断的向内找，修去了各种执著心。我越修炼，越觉的放不下，越修炼，越觉的大法好。法轮大法不断的荡涤着我的心灵，使我从一个自私自利、满身怨恨、党文化很重的人，道德得到了回升。

一、在家庭矛盾中向内找

1. 在与丈夫的矛盾中向内找

我修炼前，家庭矛盾比较突出，和丈夫长期处于矛盾中。家中没有温暖，相互在冷漠中。丈夫党文化严重，中共邪党斗争的思想对他毒害很深。有一段时间，他对家里的事

不管不问，特别是在孩子要找工作时，我要和他商量商量，他不但不管，不商量，还恶语相加，对我的感情伤害很大。他把斗争的思想运用在生活中，好象有意在整我，把我整的难过了、哭了、心力交瘁了，他似乎还在暗自得意。

而我自己也是争强好胜，讲起话来不考虑别人的感受，咄咄逼人。总认为自己是正确的，有时对丈夫火气很大。认为很多事情都是我做的，他不表扬我，还要整我，党文化思维处处表现了出来。在这种争斗中，我们谁也不服谁，互相伤害。我的血压不断升高，睡眠越来越差，又得了甲亢，心脏出现了早搏，身体越来越差。

在这种情况下，我走入了大法修炼。开始还不会修，只觉的大法好，要按照师父讲的做。学法中师父讲修炼要做好人，要忍，我觉的很难做到。时时为一些小事和丈夫争吵，过后又后悔。我想自己已经修炼了，为什么还不能忍呢？这不是怨恨心、争斗心吗？怎么修去呢？慢慢的随着不断的看书、不断的修炼，我认识到了自己的各种人心，可是很难放下。有时心里愤愤不平，只能强忍；有时自己感到受到很大委屈时，就盘腿打坐，默默发正念清除。

为了躲避矛盾，退休后我去了远方女儿工作的地方。这里就我们两个人，生活平静了。女儿早上去上班，晚上才回来，除了早、晚做两顿饭，我一个人清静了。学法、炼功、发正念，天天如此。可是我这样躲避矛盾，能行吗？能提高吗？

我想我在生生世世中可能与丈夫有很深的渊源，我可能前世对他不好，我现在要还债。而且在矛盾当中，还牵扯一个业力转化的问题，还有一举四得的法理。

在女儿那里，我多次给丈夫打电话，他都不接，最后还把我拉进了黑名单。怎么办？我决定回去，要面对矛盾，要在矛盾中修自己。以前丈夫挺好的，有责任心，很爱家。

他爱干净，每周都要把房子打扫干净。他心很细，很多事情想的比我周到。他有这么多优点，我怎么就盯着他现在的缺点呢？我向内找，我自己平时大大咧咧，也不怎么关心他，对他有嫉妒心、怨恨心、争斗心、瞧不起的心、忿忿不平的心，我应该好好修自己啊！

在家庭矛盾中，我修的很难，我常常问自己，为什么我就修不出慈悲心呢？我怎样才能化解和丈夫的矛盾呢？我想有师父在，有法在，我没有过不去的关。晚上他回家，我主动和他讲话，给他做好吃的。我用了几天的时间，把房子连贴壁纸的墙都全部擦了一遍，窗帘洗了，厨房、厕所擦洗干净，把家里的床单、被套、枕巾洗了，把家里上上下下彻底的打扫了一遍。

在和丈夫发生矛盾时，我常常不断的背诵师父的法：“修炼人 自找过 各种人心去的多 大关小关别想落 对的是他 错的是我 争什么”（《洪吟三》〈谁是谁非〉）。我不和他争执，但是是含泪而忍。

在这十年的修炼过程中，我不断用真、善、忍的法理要求自己，开始做不到，我就慢慢的按照大法的要求去做。慢慢的，我学会站在丈夫的角度考虑问题，不断的去掉自己的怨恨心、争斗心、委屈心、忿忿不平等各种人心。发生矛盾冲突时，尽量忍，很多次都是含泪而忍。在生活上，我改变了遇事只考虑自己，多一点关心他，照顾他，多想他的好处，时时抑制、修去党文化思维。

终于有一天，面对他所做的一切，面对出现的任何矛盾，我突然觉的都能平静的对待了，我终于可以觉的不产生气恨，也不觉的委屈了。我知道，当我达到标准时，师父给我把不好的物质拿掉了，我感觉一身轻。

随着我的变化，丈夫也发生了很大的变化。他脾气变好了，也不怪我了，说话也和气了，谈笑风生了，对孩子

对我都很关心了，我有什么事情他也主动帮助我，这在以前是根本不可能的。如果正好有事要出去办，赶上到了发正念时间，他也会等我。我突然觉的丈夫原来这么好呀，他也对我说：“你变了。”我知道，是大法改变了我，是我从大法中修炼出的善心融化了丈夫。

2. 在与婆婆的相处中向内找

在我家孩子还小的时候，有一次婆婆和公公闹矛盾，我让婆婆到我家来住。我性格比较开朗、比较粗心，说话不注意，大大咧咧，婆婆在我家住了几天，到我丈夫那里搞是非，说我的坏话。丈夫信以为真，这也是我和丈夫长期处于矛盾的原因之一，由此我对婆婆产生了怨恨。

十年多前，婆婆家住四楼，我家住一楼，婆婆不断的说自己年龄大了，爬楼困难，我们也考虑她的身体情况，就花了八万元钱把我们的房子从新装修了一遍，给婆婆住，我们搬出去住了。这些年来，婆婆一直感觉房子住的很好，很方便。最近婆婆却对我说：“房子是儿子给我住的。”那说话的语气是我这个儿媳妇不同意给她房子住，是她儿子给的。还说她老姐妹的房子装修的如何如何富丽堂皇，自己住的太简陋，还说装修花了八万元。

我们对婆婆好，为了让她住的舒服，又自己花八万元装修好让她住，她不感谢我，还这么讲。我听了后感觉很不舒服。心想都十年多了，婆婆为什么要在我面前说这种话呢？我还有什么心没有去呢？我知道我有图回报的心，想听好话的心，对婆婆的怨恨心还很大，我要修去这些不好的心。

近期的一天，丈夫拐弯抹角的对我说，婆婆有两套房子，过户给他弟妹了，意思是我们什么都没有。我听后说：“给谁都行，我现在修炼了，给谁都可以。不修炼，我不会这样对待的，我会吵的翻天覆地。”同时我不平衡的心又上来了，我又说：“我妈妈已经写好了遗嘱，我父母的房子我们

兄弟姐妹每个人一人一份（包括两人已经去世了）。公证处的人都说：“你们家的关系太融洽了。”我知道，我的嫉妒心、利益心还没有修去。

婆婆是挺好的一个人，家里的事从孩子的工作、结婚，到每天买菜做饭，大大小小都是她一个人操心，很辛苦。八十岁的老太太，还自己天天买菜做饭，没给我们添过麻烦，做好吃的有时还叫我们去吃。我们把房子给婆婆住也是应该的。她讲装修房子花了很多钱，也是从我们的角度考虑，怕花冤枉钱。我们的家庭条件比小叔子、小姑子都好，房子给我们只是锦上添花，给他们却是雪中送炭。丈夫一个常人没说些什么，我一个修炼的人还有什么不平衡的。师父让我们事事处处都要先考虑别人。

去除了嫉妒心、怨恨心、自私心、利益心、图回报的心、想听好话的心等各种人心后，我再看婆婆，感觉她太辛苦了，太操劳了，只要她能快乐的生活，我还有什么不能做的呢？

二、清除党文化毒素

1. 语言、思想中的党文化

我讲话党文化色彩比较严重，很想改变，真正想要做到又感觉很难。我受母亲的影响较重，母亲的思想比较偏激、极端，说话都是带有斗的意识，出口就伤人。

首先我先分析了一下我与母亲的对话。母亲长时间看电视，视力有些模糊了。我对母亲说：“妈，电视要少看，会看坏眼睛。”母亲答：“电视不是你给我买的吗？！不就是让我看的吗？！”开始听到这些话，我都会火冒三丈，也用很极端的话怼她，常常是气的一摔门走了。很长时间我就在想，为什么我一与母亲讲话就这样呢？我为什么不能心平气和的呢？看了《解体党文化》之后，我找到了讲这种话的根源就是党文化。

“这种党文化的非正常思维在解决事情时，往往第一念头就是整人、斗人、治人，把人家压服，气势上胜过对方，掌握‘主动权’，强制对方按自己的意愿行事。体现在言语上就是语言中带有斗的意识，已经超越正常人的范畴，整个的语言系统的主导因素就是斗。语气带有质问，反问，挑衅的意味，说出的话刺人。”找到根源后，我努力清除这个“斗”的意识。

2. 清除党文化

我意识到，从小浸泡在党文化中的人，在体内形成了厚厚的一个党文化的假我，把真我层层包裹起来了，思维方式、语言表达、行为动作都是中共邪党教给的，跳不出党文化的框框，党文化对中国人渗透的是无孔不入。

我问丈夫：“我说话也和母亲一样吗？”丈夫说：“形不似，神似。”我认真分析自己：我对父母付出比较多，总想得到家人的认可。当得不到回应时，争斗心、怨恨心就起来了，就要在语气上压倒对方，语气带有质问、反问，说出的话咄咄逼人。有一次，我用强势的语气把母亲的话压了下去。去洗手间时，我在镜子中看到自己的面容是如此的丑恶，突然就感到那面容就是白雪公主中恶毒皇后的形像，把我自己也吓了一跳。

我常常问自己：我为什么没有慈悲心呢？我意识到，满脑子都装着党文化，能修出慈悲心吗？每次与母亲在一起，我都告诉自己我是修炼人，母亲就是我的一面镜子，她的表现就是我要修去的人心，可还是常常守不住心性。

我知道母亲把我要修去的执著心一个一个的表演出来，我应该感谢母亲。这些年我找到了妒嫉心、争斗心、怨恨心、爱面子的心、不能让人说的心、显示心、想得到认可的心、争强好胜的心、说一不二的心等等，反复出现，我就反复修掉。就是到现在，我身上党文化的因素还很多，真的很

着急啊！《九评共产党》、《解体党文化》、《共产主义的终极目的》、《魔鬼在统治着我们的世界》这四本书能够帮助我们认清共产党的本质，我还要再看再学，彻底清除共产党的毒素，返回自己先天的本性。

3. 清除党文化后的奇效

因为自己党文化的因素很多，刚开始修炼时一下子也去不掉，尤其是别人不能说法轮功不好，一说我就炸，给我讲真相带来了很大的难度。随着我不断的实修自己，身体内党文化的物质不断的被清除，我周围的环境也在发生着变化。

有一次，婆婆说我对丈夫说话语气不好，我感到受了很大的委屈。我仔细向内找，发现还真是语气处处带有党文化的因素，我对丈夫说：“我也不想那样说话，可是我自己意识不到。如果我再那样说话，你就告诉我，我改。我一下子做不到，但我慢慢会做到。”在以前，这种道歉的话我是绝对不会说的。

慢慢的，我说话的态度、语气也在改变。有一次婆婆对我说：“我观察了，你不再那样对某某（我丈夫）说话了。”特别是我的病全好了，脸上变的细腻、光滑、红润，嘴唇就象涂了口红。丈夫、婆婆都感到我变化很大，丈夫对婆婆讲：“她现在变化很大。”后来丈夫也不反对我修炼了。

婆婆看到了我巨大的变化，也认可了大法，走进了大法修炼。我真没有想到，清除党文化后能有这样的奇效。

十年的修炼，在真、善、忍法理的指导下，使我的身心发生了巨大的变化：我从一个满身业力，各种病缠身、自私自利、遇事总是先考虑自己的人，变成了一个做事尽量先考虑别人，道德逐步回升的人；家庭环境也发生了巨大的变化；自己的身体也是无病一身轻。我已经六十多岁的人了，可我乐观开朗的心态象年轻人，眼角的皱纹越来

越少，看上去也就五十岁左右。是师父不断的净化了我的身体，重塑了我的心灵。

我修炼十年了，虽然修的很难，但在修炼过程中，处处都能感受到师父的点化。师父就在我身边，不断的扶我起来，帮助我前行。我的心灵不断被大法洗涤、净化，思想境界在不断的提升。

在我修炼的过程中，明慧网就象辅导员一样。在我不知道怎么修，什么是修，什么是真修的时候，同修的交流文章使我知道了怎么样向内找，怎么样层层去执著；在我不知道怎么样讲真相时，同修的实例呈现在我面前；在病业关中，我反复听“走出病业假相”，使我闯过了病业关，并对病业有了更深的认识等等；在我懈怠、迷茫时，能及时看到师父的新经文，跟上正法进程。明慧网就象我的家，我把在修炼中的心得、感悟写成文章，发到明慧网。不管能不能刊登，我都象是给亲人诉说我的成长经历一样。我能历经艰辛，一路走过来，明慧网的陪伴也起着十分重要的作用。

以上是我修炼的感悟，不妥之处，敬请同修慈悲指正。

珍惜与感恩

——一名飞天学校学生家长的感言

文：海外大法弟子

【明慧网】从未投过稿，但最近看到一些恶意攻击神韵和飞天学校的不实报道，作为一名正在飞天艺术学院上学的学生的家长，我应该把这些经历分享出来。

去神韵的意愿

我们每年都会带孩子观看神韵；当神韵巡回演出到本地前，会帮助做一些力所能及的推广项目。尤其是每次发放宣传资料，孩子是我们团队的主力。他从小喜欢中国传统文化，很想去神韵，希望能够通过这种方式弘扬传统文化，向世人讲清真相，助师救人，这也是我们家长的愿望。在年龄、身高、软度等条件接近报考条件时，我们报名通过了初试，但是孩子偏胖，距离正式考试前两个多月，参考网上一些减肥建议，我们和孩子一起改变饮食方式，加大运动量，买了用来减肥的衣服，不吃米、面等主食，冰淇淋、饮料一律不买，只吃牛肉、鸡肉、蔬菜、水果等，两个月减了二十磅。这都是孩子严格自律的结果——普通人想瘦点都知道节食、运动，更何况一个想学舞蹈的人呢。

上飞天艺术学院后的变化

我们送孩子到飞天艺术学院考试，通过面试后，孩子留在学校，老师叫了两个同学过来，我以为同学只是给孩子带路到宿舍。可是同学们主动帮孩子拿行李，孩子反而空着手，跟着同学有说有笑，和我们道别。对于初见面的同学都能这样友善互助，这一幕深深的印在我的脑海里。

我的孩子原来和朋友们在一起很喜欢不分场合、地点

的打打闹闹，怎么说都不听，提醒后还不高兴，上飞天艺术学院后不久给我打电话时，说：“我前几天和同学吃完饭，在餐厅我又开始乱跑，突然我觉的这样不好，我和同学立刻说，下次我再乱跑一定提醒我啊。”听到他主动告知这件事情，真是很欣慰，现在能自己主动意识到改变不好的行为。

本以为孩子离家上学后，会有些不适应，可是每次打电话都是欢声笑语，很喜欢和同学们一起，常常在电话那头跟我们介绍：“刚刚说话的是我朋友。”还告诉我们，在这里和同学发生矛盾后没一会就和好了，会想想自己哪里有问题，不会记恨别人。在这样的环境中，孩子变的非常开朗、善良。

对于学艺术的孩子，可能都想不断的提高，精益求精，刻苦练习。以前在家时，我们经常催促他，赶紧去压腿，练基本功；现在是，他有空时就自觉去练习，以此为乐，有时晚上练太晚了还被老师催着回去休息。在学校完全是发自内心的想做好，远比家长的督促更有效。

没有上飞天学校以前，因为电子产品的无度使用，我们家长和孩子发生过多次数争执，开始收走他的平板，停了需要上网学习的课外班，但是学校统一发放电脑，他还要做学校功课，为了避免他玩游戏、看小说，这就让我们彼此斗智斗勇，一直让我们头疼，甚至为此想去上教会学校或者在家教育，远离这些电子产品。上了飞天艺术学院之后，孩子只用学校的电脑看学习相关的内容，不再看让人沉迷的不良信息，空余时间更愿意去练习基本功，提升自己的专业技能，还说每当有一点进步会非常开心，整个人都变的非常阳光。

放假回家的变化

放假回家一见面，变化太大了，无论从外形还是内在，人整体变的平和了——原来说的他不高兴了，立刻顶嘴，

或者横眉冷对，这是原来多少次教育、说教都没有改变的；现在没有了针锋相对，展现出来更多的善和忍。早上原来是不喊不起床，现在主动早起学法、炼功、发正念。原来炼功抱轮时，人都是松松垮垮的，两臂也不圆，现在都能很自觉的做到位。压腿是很痛苦的事，原来是差不多就行了，现在他压腿疼的哭，眼泪哗哗的流，可依旧坚持，这是以前不可想象的。

现在孩子还主动帮忙做家务，有时白天外出游玩，晚上他会自觉的把落下的任务完成，我让他早点睡觉，他会把功炼完，并说炼功是最好的休息……太多太多在家不好的行为习惯，现在都变了，就象换了一个人，真是让我们感慨万千。

结语

在思想上没有不良信息的干扰，学业上老师悉心教导，生活中老师的关心，同学间互帮互助，安全问题无需担心，学费、生活费都免，孩子变的越来越好，作为家长，我不知道还能在哪儿找到另一所这样的学校。在神韵作品中可以看到，有好几个家庭都是姐姐或者哥哥上了飞天学校，妹妹或者弟弟也在飞天学校。目前我们正在培养孩子的妹妹，希望她将来也能够上飞天学校，如果学校不好，父母会再让家里的一个孩子去吗？现在我与孩子联系时嘱咐最多的就是：“珍惜，一定要好好珍惜这样的机缘。”

孩子能上飞天艺术学院，无论是家长还是孩子，我们唯有无限的感恩！

说心态和舞蹈训练

——关于最近《纽约时报》造谣污蔑事件的一点个人看法

文：加拿大大法弟子

【明慧网】最近《纽约时报》连发三篇有关污蔑神韵、飞天大学和法轮大法的文章。在此我想谈谈个人对此事件的一点看法和此阶段的个人感悟。如有不当之处敬请同修慈悲指正。

关于心态

首先我认为关于此事件师父早在二零二四年六月五日的《法难》经文中已经说的非常清楚了，建议同修们可以再次回顾与拜读几遍《法难》经文。近日在读这篇经文的过程中，我个人体悟到针对此次事件师父已经提前最大限度的给过所有众生机会了，里面包括一些不太精进的大法弟子，或者正在被干扰着的人。

此阶段我深刻的体悟到，我们修炼很关键的一方面是自己想要修好的愿望，和百分之百信师信法的坚定不移的正念，因为“修在自己，功在师父”（《转法轮》），“师父领进门，修行在个人。”（《转法轮》）包括我们跟别人讲真相劝三退，真正能让众生得救，包括其背后层层复杂的因素与巨大的业力都是师父在解决与承受，可是我们只是动动嘴跑跑腿，那么大的威德却都给了我们，被救度的众生也很有可能成为我们自己世界的众生，那我们自己修炼上遇到的种种磨难其实也都是我们自己造下的业力。师父已经给我们消去巨大到无法形容的业力了，留下的一些师父也安排在我们不同的修炼阶段中为的也是我们自己提高上来，去掉非真、善、忍特性的那些脏东西，把我们洗净，我们

能做的也唯有叩拜师恩，不断精進与最大限度的救度众生，助师正法，兑现史前誓约。

通过大量阅读同修的交流文章，我体悟到对于真正精進的人，珍惜大法与修炼机缘的人，对于自己是否算精進这个话题，大部份人都会觉的自己还不够，还是离标准很远，几乎没有人吹嘘自己多有本事，只有不断的感恩师父，珍惜这万古机缘，我觉的这才算是一种正确的心态。

那些觉的自己已经很辛苦了很累了，还觉的别人如何不够、别人如何亏欠自己的，我觉的这种状态是非常危险的，要赶紧学会修炼，赶紧向内找找了，因为如果你觉的委屈难受，心怀不满那正是不符合真、善、忍的部份，正是需要你修去的部份，可是这个时候不向内找反而一吐为快大肆宣泄自己的不满，这不是把坏的物质当成了自己，情愿被干扰吗？这样下去不是自甘堕落且向不好的物质、没有资格進入新宇宙的部份靠拢吗？

其次我个人此阶段体悟，作为一个修宇宙大法的人、全宇宙最幸运的生命，多精進都不算精進，多严肃都还可以更严肃，为了救众生我们做什么都不算多。

关于舞蹈训练

由于我近期听到了一些对于舞蹈训练不太清楚甚至质疑的声音，那作为一名专业舞蹈生，我想在这里分享一下我真实的舞蹈训练生涯，供大家参考。

我是一名从大陆到海外的留学生。我从小练习舞蹈，到了初中开始逐渐接受专业舞蹈训练，高中進入艺术高中学习并正式开启专业舞蹈训练，随后考入了一所本科院校，专业是中国舞舞蹈学。

高中舞蹈集训期间，一天的训练生活从早上六点半的早课开启，期间休息一个小时吃早餐，之后就一直训练到

中午十二点结束。每节课约两个小时，课间休息十分钟，然后午休一个半小时到两个小时。之后每人自觉提前来教室活动身体。下午一直要训练到六点半，休息片刻，随后七点四十分继续上舞蹈晚课并一直持续到十点四十分，有时候加课到更晚。

总结每天至少大约十一~十二个小时的训练时间，其次每周或不定期专业老师会进行体重抽查，并做记录，因为身材达标是作为一名专业的舞蹈学生最起码的素养。那我们这是个什么水平呢？是个最低水平。

就这样小时候有些基础，高中集中训练三年，比较出类拔萃的才能考个国内本科学院，并且家里还得有足够的经济条件。除此之外，自身条件更具优势的，并且从小一直不停的接受刻苦训练的就是考入北京舞蹈学院、中央民族大学等等中国一流的舞蹈院校，这就是更加专业的学生了，那付出的汗水与金钱又要比我们多很多倍，再往上就是中国一流的舞者，直接进入中国一流的剧院或者舞团成为正式签约的舞蹈演员，象这种级别的舞者更是万里挑一的好苗子。

我们都知道台上一分钟台下十年功，舞台上光鲜闪耀的一秒背后却要付出无数辛苦与汗水，那种训练强度比我们还要强上十倍几十倍都不止了。据说很多专业舞者单单为了保持体重这一项，很多时候一天就吃一个苹果，喝一杯咖啡，还要持续大量的训练，就这种成度也只是国内一流的舞者。

那世界一流呢？那是什么概念呢？对舞者专业度的要求大家可想而知。其实很多时候，我非常非常羡慕神韵的演员和飞天大学的学生们，能在专业老师的带领下稳步提升，学到的都是没有经过后期乱改的、最纯正的我们中华民族传统的舞蹈技巧，并且还能在一个那么好的氛围下，

边学习最纯正的舞蹈技艺边在一起比学比修互相精進。最重要的是能有机会成为世界一流的舞蹈演员，在顶尖的世界剧院中演出，还可以救度众生。这是多么美好和殊胜啊！

可是在最近发生了这些事情后，我也反思了自己。在向内找后果然找到了自己对于神韵演员的羡慕心，甚至嫉妒心，平静下来仔细想想我更加明白了修炼是严肃的，在任何时候都在考验着我们修的扎不扎实，任何时候也要修自己，不能依赖任何一种环境和形式，也绝对没有捷径可走。其次我认为我们每个人都应该珍惜师父给安排的路，不管做什么项目，其实都在看我们是不是有那颗纯正的救人的心，而不在于多么光鲜多么出名或者有多少成绩，这些都是人心人念。

最后我认为，不管是谁，如果你决定要走舞蹈这条路，那首先心里要想清楚这是一条什么样的路，因为哪一行都有哪一行最起码的要求和标准，并且你要有一定的决心，不然就真的不要輕易走一条路。要做就做好。

那作为修炼人，修炼人的一生都是有安排的。既然能有幸成为一名舞蹈学生或者演员，又背负了救度众生的使命，要在千人甚至更多人的舞台上展现真正的中华五千年的神传文化，在救度众生的同时，也给后人奠定着这美好的神传文化，用每一个舞姿书写着最美好最神圣的历史，这不是一件非常值得珍惜和感恩的事情吗？

那如果作为一个修炼人行为或思想不在法上，犯了错误，或作为一个舞者没有达到世界一流的水准和要求，那这样就肯定需要有达到要求的人去圆容，这样才能保证神韵的口碑，和达到救人的目地。反过来，如果真的因为自己的问题而被别人替换，首先要做的是应该及时向内找看看是哪里有漏，哪里影响了自己继续在这个神圣的位置上做好三件事，并且应该感谢能替补上的同修继续把神韵做

的更好才对吧。可是这时候没有及时止损反而一错再错，甚至酿成大祸，连师父一次次给的机会也不珍惜，这难道只是一个发牢骚的事情吗？

此外我想说自己时不时还会听到有同修提及神韵的票价，觉的票价高等等。以我作为舞蹈生的经验来说呢，中国舞蹈秀那就是国内比较多一些了，如果这是一场舞蹈晚会或者舞台秀，就算是正常的不上档次的表演，那也涉及场地租赁，宣传推广，舞台布置，服装道具，乐器，舞者们的吃住行等等等等，那一般都不会太低，都有个最起码的标准，甚至都是很高的。这只是一般的舞蹈演出。那神韵是世界一流的演出啊，并且在海外那当然就是美元加币这些货币单位，我认为这个价钱真的不高，师父慈悲已经真的给到了最合适的价格。因为我们要保证神韵的定位和口碑，因此我觉的对于价格方面不应该再有什么想法吧，师父关于这方面的讲法也说的很清楚，我认为这也是考验我们是否信师信法与法学的扎不扎实。

感恩师父慈悲救度与安排。个人浅谈如有不当之处敬请同修慈悲指正。

大浪淘沙是一个自然的过程（节选）

——对个别神韵前演员的几点看法

文：大陆大法弟子

【明慧网】总部设在纽约的神韵艺术团，是全球首屈一指的中国古典舞和古典音乐艺术团。在李洪志师父的亲自带领下，神韵艺术团从无到有，从一个团发展到八个团，从美国走向世界。神韵除了在全球首创动态高科技天幕之外，还将早已失传的“身带手，胯带腿”之绝技展现在世界舞台上。二零二四年演季，神韵八个艺术团在全球五大洲二十个国家的二百多个城市演出总计八百一十场，惠及全球一百多万现场观众。

神韵是在一无所有，缺人、缺钱、缺物的极端困境下，在全球演艺事业普遍走下坡路的情况下，凭借信仰的力量，异军突起，在短短几年时间内就创造了一系列惊人奇迹。这也令原本打算“三个月消灭法轮功”的中共如鲠在喉，必欲除之而后快。

中共指使国外所有使领馆，收买大量海外媒体，派遣无数特务间谍，来干扰和破坏神韵在世界各地的巡回演出。最近，又收买个别前飞天学员和前神韵演员，公开在海外媒体上非议、诋毁神韵，煽动仇恨。下面我就站在修炼的角度提出几点看法。

大浪淘沙是一个很自然的过程

地球上任何一所学校，从小学到初中，从初中到高中，从高中到大学，都有一个优胜劣汰的过程。不可能人人都能考上名牌大学，也不可能人人都能成为大腕明星。同理，飞天艺术学院的学生也不可能百分之百都能达到神韵正式

演员的标准，神韵艺术团的演员，一旦不合格了也会被筛选出去。就象一块肥沃的土壤，不可能全部生长的都是稻子，也会长出几根稗子。

大家知道，神韵不仅是一个演出团体，大部份演员也是修炼人。当年释迦牟尼佛在古印度传法时，其出家弟子中也有不遵守佛门戒律而离开的，甚至还出现了调达（提婆达多）这样的佛门叛徒。耶稣传法时，其门徒犹大仅仅为了三十块银币便出卖了耶稣。世界著名油画《最后的晚餐》表现的就是，当耶稣说出“你们其中一人将出卖我”后，十二门徒各种表情。

《圣经》中还有耶稣撒种的比喻：有些种子落在路边，飞鸟来把它们吃掉了；有些落在岩石地上，那里没有多少泥土，它们立刻就发芽了，因为土不深，当太阳升起，它们被暴晒，就枯萎了，因为没有根；有些落进荆棘丛里，荆棘长起来，就把它挤住了；但是另有落在好土壤上的，就不断的结出果实来。

耶稣开示撒种的比喻说：无论谁听了天国的道而不领悟，那魔鬼就来，把那撒在他心里的夺走，这就是那被撒上种子的“路边之地”；那被撒上种子的“岩石地”是这样的人，他听了道，立刻怀着喜乐的心接受了它，只是他里面没有根而不能持久，一旦为道受患难或逼迫，他立刻就放弃了；那被撒进种子的“荆棘丛”是这样的人，他听了道，但今世的忧虑和财富的迷惑把道挤压住了，他就成了不结果实的；那被撒上种子的“好土壤”是这样的人，他听了道，就领悟了，必然结出果实来。

一九九九年“七·二零”，中共江泽民政治流氓集团迫害法轮功时，最初铺天盖地在“一言堂”谎言媒体进行所谓揭批的，也是长春曾经跟师父写“血书”，并发誓要一修到底的几个内部败类。时至今日，在大陆各地洗脑班里，

也还有一些邪悟的“犹太”，仍在帮助中共邪党强迫“转化”坚持信仰的大法学员。

不同的根基就会有不同的表现

《道德经》有云：“上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。”师父在《北美巡回讲法》中也谈过，大法弟子有三部份人，其中第三部份学员绝大多数是属于历史上没有和师父直接结过缘的。这次传法，门打开了，旧势力没挡住，他们进来了。而做的不好的也是从第三部份学员中出现的，由于做的不好，迫害就更严重，所以使大法的形势看上去迫害的非常险恶。

其实，师父早在迫害开始前，就曾提醒过那些抱着根本执著不放的学员：“大法可以度一切众生，我不反对什么人来学，我就是把大法传给众生的，关键是这些人心里并不认为我是他（她）们的真正师父，学大法的目地是利用大法来保护他（她）们自己心里放不下的东西以及宗教中的什么，或他（她）们心中的神。这是窃法行为。”（《精進要旨》〈大法不可被利用〉）

由于这部份学员根基差、业力大、悟性低，承受能力和忍耐能力都极其有限，因此往往经受不起各种艰难挫折，也经受不起各种名利诱惑。就象老子讲的那些“中士”和“下士”，就象耶稣讲的那些撒在路边、岩石和荆棘丛里的种子。

记的《密勒日巴佛修炼故事》中，他的师父为了清除他过去所欠下的深深罪业，曾经三次令他独自一人从山下往高山上背石头，盖房子。又故意找茬，令他建了又拆；拆了又建；建了又拆。即使他背上长了三个大背疮，脓血模糊，也不准停工。还突然对他大发无名之火、破口大骂、拳打脚踢，甚至无数次当着众人的面将他赶出会供轮，以至于密勒日巴无地自容，多次想到自杀。最后，还是在俄

巴喇嘛的劝阻下，告诫他自杀有杀佛之罪，密勒日巴才最终放弃了自杀的念头。殊不知，密勒日巴的师父正是通过这种苦行的方式在消除他生生世世所造的重大罪业——如果他能受九次的大痛苦、大折磨，便可即身成佛，永远不再受地狱轮回之苦。没想到飞天老师对学生的严格要求，反倒成了一些人攻击神韵的借口。

不过，密勒日巴的师父最后也叮嘱他：至于象谛洛巴祖师与那诺巴大师的种种苦难和我给你的种种折磨，这些方法对于今后那些下根人，将会毫无利益，所以不可再用。

至于神韵舞蹈演员在训练和演出时受伤，这在任何一个艺术学校和演出团体中都是司空见惯的现象。尤其在中国大陆，哪位知名舞蹈演员和世界体育冠军不是浑身伤痛。舞蹈老师在训练中对学生严厉，这也是无可厚非的。一个世界一流的演出团体，如果没有严格的管理，如果没有刻苦的训练，哪能取得风靡全球、好评如潮的巨大艺术成就？

看看中国大陆，二零二三年六月份，青岛八岁男童被母亲送到武术学校后，却被教练活活打死。象这种恶性事件，以及军训时打骂和体罚学生的例子，在全中国简直多如牛毛。不知那些对飞天信口雌黄的别有用心之人，对此作何感想？

只有不懂感恩的才会以怨报德

自古以来，知恩图报乃是中华民族的传统美德。俗话说，一日为师，终身为父。《弟子规》中亦有“恩欲报，怨欲忘；报怨短，报恩长”的经典警句。

大家知道，中国历史上还流传着“一饭千金”的典故。替刘邦平定天下的大将军韩信，在少年未得志时，处境相当困难。他时常饿着肚子，去城下钓鱼。幸好在他钓鱼的河边，经常有漂母们来清洗衣服，其中有位漂母十分同情韩信，便从家里带饭来给韩信充饥。韩信感激的说，我将

来一定会重重报答您的恩惠。漂母则不以为然的说，我是可怜公子才给你饭吃的，并不是为了贪图你将来的回报。后来，韩信从齐王改封为楚王，想起了从前的漂母，便赏赐漂母千金，以报当年一饭之恩，从而成为千古佳话。

所有考上飞天大学的学生都是不收学费的，衣食住行也是全部免费的。另外，神韵的实习演员每月还有津贴。离开神韵的个别演员，不但不心存感恩，知足惜福，反而忘恩负义，恩将仇报；还在自媒体中公开抹黑、肆意歪曲师父和神韵，甚至黑白颠倒，十分恶毒的将救了上亿人的正法大道与杀了上亿人的真正邪教混为一谈，这是丧失了做人最基本的道德良知，不仁不义，丧失天良。

目前，中共邪恶政权对法轮功信仰团体的迫害，已经由国内公开、国外掩盖，扩大到国外公开——由地下转向公开，由党媒转入自媒体，梦想通过潜伏在学员内部的特务制造各种混乱，来继续分化瓦解法轮功学员；并向美国当局诬告举报，妄图借刀杀人。

然而，魔高一尺，道高一丈。前不久，协助中共对法轮功跨国镇压的两名中共代理人在纽约南区联邦法庭认罪，并将面临最高二十五年的监禁。美国国会众议院还全票一致通过了《法轮功保护法案》。信神的人和不信神的人，对世界和事物的认知不同，这也是客观现实的一部份。但神不会因为人不信就不存在，天道也是如此。

“自大”加一点就是“臭”（节选）

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】那一段经历是好几年以前的事了。我因讲真相被不明真相的人举报，在看守所，我的内心极度的懊悔与崩溃，反复的向内找自身的问题。因为一直忙于讲真相救人的事，又忙于一些协调的事，整日忙忙碌碌停不下来，好象没有时间静下心来反思自己，没有在实修上下工夫。

被绑架后，在看守所面对横在面前的大墙，万般的痛苦与懊悔，我不得不迫使自己剜心透骨的去反省到底问题出在什么地方。回想那时，每天要做的事情太多了，除了面对面讲真相，还有其它的讲真相项目，还要做资料，还有同修之间的一些协调的事情要做，家里老小的家务活还要干好，在家里干活的时候都是同时三个活计一起交叉着干，唯恐浪费一点时间。每天象个陀螺一样不停的转动，陷在干事当中，忽略了个人修炼在心性上提高自己。

在结束了三年冤狱回到家中后，再从新调整自己，既要处理好家庭，还要大量学好法，同时更要接受教训，在修心性上下工夫。

有一天，和一位也是从冤狱回来的同修切磋，她说她在看守所有一天在打坐的时候，看到师父给她显现出一个字，“自大加一点是‘臭’”。很明显是师父的点化，因为我听说那个同修也是能力比较强、比较能干的人，一些小生意在她手里做的顺风顺水，在证实法的项目中也是能说服人带动人的。但是我只是象听故事一样听她讲在看守所的一些事情，没有联系到自己身上。

后来有一天，小外甥在我的房间里做作业，突然他象发现新大陆一样说，姨妈，我发现“自大”加一点就是“臭”。

两个人不约而同，在我面前都在说同样的话。我顿然

醒悟：这不是师父在点化我吗？我是不是有自大的心啊，于是我这才真正静下心来，回头理顺在被绑架以前所经历的过往。

在被绑架以前，我为什么那么忙？象上了弦一样的停不下来，是单纯的干事心导致的吗？为什么有时候会有欢喜心、会有显示心？显示的什么？显示自己能干啊；同修之间的协调，包括同修的常人事也热心帮忙，忙的不亦乐乎，同修有时候夸两句，内心也不免沾沾自喜的，然后就更愿意的给同修帮忙干这干那，越能干就越喜欢去干，在干的过程中自己的干事心、虚荣心也得到了满足，最后生出那个自大自我的心。

在自大自我心的驱使下，越加忙于事中不能自拔，学法的时间也减少了，发正念的时候脑子里都是事，根本静不下来，也就想不起来随时随地向内找修正自己。这个自大和自我是紧密联系在一起的，有自大心，必定凡事都认为自己对，认为自己的看法和决定一定是对的，听不进别人的意见，凡事都是一意孤行，做什么事不是在法的指导下，而是都是用人念，还自以为是。也因为觉的自己能干、自己对，所以看到别人的缺点和毛病时，不能及时的反观自己，而是用法去衡量对方，然后去指点对方。

当我那天真正找到根本执著的时候，就意识到以前找到的那些不好的心和行为只是表皮，这个自大自我才是导致出问题的根源所在。根本上的问题明确以后，当时好象感觉一下子挖出了一颗深埋多年的毒瘤如释重负，一身的轻松。

修炼这么多年，从不会修，到学会了找自己。一路磕磕绊绊走来，每一个修不去的执著心都是挡在修炼路上的一堵墙，修炼就是不断的去掉在人间的执著心，洗净自己境界才能升华上去！修炼不是一蹴而就的事，会经过许多的关和难，去心、归正，用法洗净自己，因为业力的阻挡

人间的迷障，有时候一些心意识不到，有时候意识到了却做不到，但是首先我们得知道向内找，向外看是流于常人、是走魔道。

我在不知道实修的时候摔过跟头，在学会了实修却没做好的时候也摔过跟头，在真正忍苦实修的时候也有过柳暗花明的愉悦感受，走过那些崎岖不平的路才越来越感受到师父的洪大慈悲、法的伟大，以及个人的渺小如尘。

记的以前看过一篇交流文章，我们那些不好的心，在一定层次上呈现不同的生命物质状态，在更高层次上呈现和我们是一样的生命体，和我们长的一样，只要我们意识到那是一颗肮脏的执著的心，用正念排斥解体它，它在我们的空间场就不能存活。通过这次向内找我还悟到，这个“自大”的心是一个很危险的东西，给它留一丝丝缝隙，它会象一道魔障一样挡住修炼人的视线，让修炼人完全陷入向外看、向外找的危险境地。这颗“自大”的心让你的内心世界杂草丛生却不自知，也曾经看到周围有同修因“自大”的膨胀而经历了惨痛的教训。庆幸自己在跌了大跟头后，在师父的点悟下及时醒悟、悬崖勒马，回归正途，感恩师尊的慈悲苦度！

仅限于个人层次所悟，不当之处请同修慈悲指正。

一次神奇的破网经历

文：中国大陆大法弟子 小敏

【明慧网】最近这段时间，同修普遍反映上网困难，有时打开电脑几个小时甚至一连几天都联不上网。我也不例外，无法翻墙或者无法连接。遇到同修，也在交流这事。

一天，我想到我们当地的一位懂电脑技术的同修，就想去请教她。来到同修家说明情况，她说电脑本身没有问题，一定要多学法，信师信法。

晚上，我学完法，打开电脑，可是依旧无法联网。这时我想：那今天晚上我就不睡觉了，一直炼功、学法，电脑开着，时不时试试能不能联网。就这样，炼功到清晨五点二十分，还是无法上网。我有些沮丧、懊恼和心烦，因还不到发正念时间，就想干脆去躺下睡一会。

大概过了二十分钟后，我的身体猛的动了一下，被一阵阵彻骨的寒意冻醒，还冷的发抖，直打哆嗦，内心充满了恐惧，心里明白是遭邪恶迫害了。睁眼一看，自己盖了一床被子，连忙又盖上一床被子。这可是三伏天啊！可还是觉的冷。于是就在心里默念“法轮大法好，真善忍好”和发正念口诀，微微蜷缩着身子，又睡了……

梦中，我和几个人在一个比较宽敞的地方，准备象往常一样回家。可大家却都在说：“奇怪，怎么回家的路现在走不通了？回不了家了？”于是我说：“我不信，我带你们走，都跟我来！”大家跟我来到一个有点老旧的象古代的一个木房子里。在房子的角落处，有一个狭小的管道。以前只要进入这个管道，顺着它走，就能回家，可现在怎么也找不着那个管道了。大家四处张望寻找，感到既着急又压抑……

这时，我突然听到一声巨响，眼前一亮，一片光明，转身一看，一块巨石被推倒，一个大大的窗户出现了，窗

户后面出现两个人。其中一人指着另一个人对我们说：“这是我们教育局的局长，他亲自推倒了这巨石。以前这里是个大窗户，被坏人故意堵住了，现在好了。”这时，我发现自己已经爬在一个有四、五层楼这么高的墙上……

梦醒了。我的第一念是：师父把另外空间的邪恶因素解体了，教育局长是教书育人的，我们就是师父的学生和弟子。我心想现在一定能上网了。此时自己也已经是满头大汗，全身被汗水湿透了。

果然中午，我顺利上网，一直到现在，再也没有出现不能上网的现象。

这个梦告诉我：一定要百分之百的信师信法，不要抱着“试一试”的心理，我们的一思一念都很重要。学好法，坚信师父，做好三件事，就没有任何困难能困住我们。▲



图：德国巴伐利亚州的部份法轮功学员八月十七日在著名风景区新天鹅堡山脚下的菲森（Füssen）举办活动，向过往民众介绍法轮功，揭露中共对法轮功长达二十五的迫害和活体摘取法轮功学员器官的罪行，引起当地民众和旅游者的关注。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5099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：435,130,563

•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。