

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



全體以色列法輪大法弟子
恭祝師尊新年好！

כל תלמידי הפאלון דאפא בישראל
מאחלים למאסטר שנה טובה!



第 886 期

2019年1月3日

恭祝师父新年好
师父辛苦了



黑龙江省哈尔滨阿城区祥泰小区大法弟子
二零一九年元旦

明慧周刊

图 朱洪元 甲申年十二月二十七日



第 886 期
2019 年 1 月 3 日

明慧周刊

第 886 期
2019 年 1 月 3 日
WWW.MINGHUI.ORG

内容提要

重要新闻（上图）

修炼交流

在小事上认识私心 修出慈悲心

大陆综合

河北三位法轮功学员被非法关押三年多 家人控告
吉林榆树市警察近期绑架三十余名法轮功学员

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的
总人数：323,554,672

目 录

2 时事新闻

- 2 全球大法弟子和大陆民众的新年感恩
- 4 2019 神韵全球巡回演出拉开序幕
- 6 中国大陆学员近期遭迫害案例
- 7 海外学员证实大法、讲真相摘要

9 大陆综合

- 9 大陆综合消息
- 11 严正声明
- 11 世人觉醒
- 12 人心与因果

16 时事评论

- 16 “师父新年好” 各地送感恩
- 17 制裁人权恶棍是解决人权恶化的重要环节

18 修炼园地

- 19 在小事上认识私心 修出慈悲心
- 24 对彻底否定旧势力的一点认识
- 28 讲不通时修自己
- 34 背师父经文《越最后越精進》的感悟
- 37 坚持背法
- 46 突破观念 在背法中学会向内找
- 49 学人不学法的教训
- 52 修炼交流摘录

时事新闻

——全球大法弟子和大陆民众的新年感恩——

二零一九年新年之际，中国大陆和海外各地各行各业大法弟子和家属及明真相的民众，纷纷通过明慧网以发自内心的祝愿、自制的贺卡向法轮功创始人李洪志师父传递最真挚的问候和感恩。

四川达州市一女大法弟子恭祝慈悲伟大的恩师新年好！她说：“我是二零零四年住医院期间得法的老年弟子。……在这苦不堪言、心灰意冷之际，慈悲伟大的恩师派来了您的弟子给我讲法轮大法真相，并引导我入道得法。从此我走上了法轮大法修炼之路；体会到了无病一身轻的幸福美妙，感恩慈悲伟大的师尊给了我第二次生命！十多年来，不管邪恶怎么猖獗，也没动摇我坚定修炼大法的意志。”

山东烟台市一位新学员说：“我有幸在今年五月份喜得法轮大法，虽然修炼才几个月，但我受益很大，亲身体会到了大法的美好超常。……在医学治疗无望的情况下，我听从了亲友的劝说，开始修炼法轮大法。短短的几个月，几种顽疾都不见了踪影，身体康复了，快乐和幸福又回到了我的身上。我们全家人都见证了大法的神奇，都相信大法，支持我好好修炼大法。我今生既然有缘得了这么好的法，我不会轻易放弃的，我会好好珍惜的。”

宁夏一大法弟子恭祝慈悲的师父新年好！“是您把宇宙的大法传给了苍生，是您给了生命回家的希望，是您救度了迷失的我们，是您指引着我们走向光明与未来。在经过20年的修炼后，大法已经溶入了我的生命之中。”

吉林大法弟子说：“师尊为弟子承受的一切痛苦，师尊给予弟子的一切美好，弟子无以言表，无以回报。只有听师尊的话，精進再精進，修好自己，做好三件事，不愧为正法时期大法弟子的称号。不辜负师尊的慈悲苦度。敬请师尊放

心，不管今后修炼的路还有多长，多么艰难，弟子一定跟随师尊走到法正人间那一天。”

广东大法弟子说：“师尊：您辛苦了！您为所有的众生操尽了心，包括弟子们的每一步提高都离不开师尊的慈悲保护，弟子们千言万语也表达不尽对师尊的感恩。我们将珍惜师尊用巨大承受换来的每一天，谨记师尊教诲，静心多学法，学好法，整体配合好，做好三件事，救度更多的众生，跟随师父返家园！”

各行业的大陆大法弟子向李洪志师父发来贺词，表达他们对慈悲伟大的师父的新年祝贺和感恩。河北教育界大法弟子表示：“每次给师尊制作贺卡，内心都充满了感动！自身的健康、家人的健康以及修大法之后得到的福份，不是一个“谢”字、也不是罄尽人类所有的语言能够表达的出来的！”

来自某空军干休所、某空军大院、国防大学等单位的大法弟子叩谢师父慈悲救度，在贺信中说：“我们都是7.20以前得法修炼的，年龄最大的87岁，最小的50岁，大法之圣缘把我们紧紧连在了一起。跟随您走过二十多年的正法之路，我们越来越成熟了，能够成为正法时期大法弟子我们感到无比自豪。”

电力系统一大法弟子在贺信中说：“师尊您为洪穹、为弟子、为众生的得度、得救操尽了心、吃尽了苦，用难以想象的承受换来众生得救的宝贵时间和机缘，弟子时时刻刻都在师尊的浩荡洪恩中，弟子的生命是在大法中造就的，弟子唯有抓紧时间，珍惜万古修炼机缘，修炼如初，纯净自己的内心，真修实修，多去执着，……救度更多众生。”

辽宁大法弟子表示，“深知救度众生的责任和时间的紧迫，在新的一年里，修好自己，扎扎实实学好法，向内找，放下人的观念，人的执着，放下自我，勇猛精进，用法赋予的智慧、以大法中修出来的慈悲和正念唤醒世人，多救度众生。”

法轮大法弘传全球，福泽众生。明慧网收到了很多来自

中国各地未修炼大法的民众给师父的贺信，感谢师父与大法给他们带来了幸福。哈尔滨市大法弟子家属写道：感谢大法师父给我们家带来幸福和美好，我也要按照“真善忍”做个好人。湖南省靖州县一居民说：“当我全家都了解大法真相并三退后，真是时来运转，干什么都非常顺，叛逆的儿子也变的通情达理……”

明慧网收到了来自世界五十余国与地区的大法弟子们给师父发来的新年贺信。美洲墨西哥、美国各州、加拿大多个地区和省；欧洲包括来自英国、法国、德国、俄罗斯、意大利、西班牙、瑞典、瑞士、荷兰、比利时、罗马尼亚、捷克、乌克兰、克罗地亚等国；亚洲来自台湾、香港、澳门、日本、印度尼西亚、马来西亚、泰国、韩国、越南、新加坡；还有来自澳大利亚、新西兰、土耳其、沙特阿拉伯、伊朗等国家或地区的大法弟子给师父献上的新年问候，表达对师尊的无限感恩。

——2019 神韵全球巡回演出拉开序幕——

二零一八年十二月十二日至十六日，神韵纽约艺术团在加州大学伯克利分校的艺术中心——伯克利泽勒巴克馆（Berkeley Zellerbach Hall）连续上演六场演出，拉开了2019全球巡回演出的序幕，通过具有丰富表现力的中国古典舞及现场乐团伴奏的全新音乐，将中国五千年神传文化，化作一个个精彩起伏的篇章，穿越古今，给新老观众带去希望和惊喜。

在圣诞节前的周末，神韵五个艺术团分别在加州圣荷西市（San Jose），伊利诺州罗克福德市（Rockford），德州博蒙特市（Beaumont）和麦克艾伦市（McAllen），马里兰州巴尔的摩市（Baltimore）同步演出，让美国这五个城市的观众观赏到这台享誉全球的“世界第一秀”。圣诞过后，

美国神韵艺术团在加拿大渥太华和美国芝加哥、圣荷西、新奥尔良和休斯顿，五地继续同步巡演。

“我一生中，从未见过能与今天的演出相媲美的表演。”马里兰剧院（Maryland Theater）前董事会主席罗纳德·鲍尔斯（Ronald Bowers）先生十二月二十二日在巴尔的摩观看了神韵演出后说：“世界上的每一个人都应该来看神韵演出。演出让我们深入了解中国，从五千年前一直到今天。”

格拉迪·希尔曼（Grady Hillman）曾担任美国总统艺术与人文委员会评审，他在巴尔的摩观看神韵演出后说：“非常精彩！我非常喜欢其中自律性和艺术性的展现，真是太美了！”他认为，整场演出充满了神性，以舞蹈形式很好地表现出人内心对神性的向往。

大学教授迈克·杜里根（Mike Durrigan）是第三次观赏神韵，被神韵的精神内涵深深打动：“神韵展现了神佛，非常优美。舞台放射出的白光，疗愈着观众。人类不光有物质世界，还有精神世界。神韵的节目提醒人精神内涵的重要。”他表示：“神韵演出充满神性，精神内涵温暖人心。这也是西方需要的。”

“我明白神韵是为未来而演，从神韵的演出中看未来，我能看到未来无比光明。”这是二零一八年十二月二十八日下午，波斯王室后裔哈金·卡拉吉（Hakim Reza Khalaj）先生在加拿大渥太华的国家艺术中心（National Arts Centre - NAC）连续两天观看神韵后的感叹。卡拉吉先生说：“神韵所发出的能量是非常正面，既让人们了解了中国的历史和文化，又让人身心放松，两者如此巧妙地融合在一起。”“真相如同阳光一样的明亮，我从神韵的演出中理解到我们都是来自天堂，人生的目的是回归天上。”

“我们每年都来看神韵。”美国德州石油大亨乔治·史特雷克（George Strake Jr.）与夫人如是说。二零一八年十二月二十八日晚，史特雷克先生携妻女看完神韵演出后，连声赞叹：“棒极了！这些年轻的艺术家的了不起了！”“整

场演出呈现了极高的专业水准、意义深刻、效果绝佳。”史特雷克夫人说：演出“关乎所有事物的真相、美丽和人民。她让你的心灵欢唱。这是一种奇妙、美好的体验。”

加拿大外交官莱奥纳多·瑞尔（Leonard Reil）特别推崇神韵通过艺术形式恢复传统文化的努力，赞叹演出中所表达的精神内涵。他说：“演出太精彩了，制作绝佳，视觉上令人震撼。”“虽然世界变化巨大，但我认为我们的本性保持如初，人们在生活中需要面对的事情和需要遵循的准则是亘古不变的。这些不会随着科技和文化的发展而改变。”

根据神韵艺术团网站目前公布的信息，神韵艺术团将在近一百五十个城市演出六百四十余场，创下巡回演出规模最大的新纪录。美国联邦参众议员、马里兰州州长及巴尔的摩市长等各级政要为神韵颁发褒奖及贺信，欢迎神韵艺术团。九位加拿大联邦参议员和国会议员向神韵主办方发来贺信，赞扬神韵对加拿大多元文化做出的巨大贡献，鼓励所有加拿大人都去看神韵。

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

辽宁省朝阳市法轮功学员李捷春被朝阳市北票法院冤判五年，二零一八年十二月三日被大连监狱迫害致死。现年六十二岁的李捷春，二零零零年开始修炼法轮功，二零一六年九月七日被北票国保大队副队长潘宏凯带人绑架，二零一六年十二月二十九日被非法庭审，被冤判五年，于二零一七年七月份被劫持到锦州监狱后转到大连监狱。

陕西延安市延川县法轮功学员高世远出冤狱不久，于二零一八年四月底离世，去世时五十岁左右。高世远历经三次被非法劳教，二零一六年四月份在西安市城东客运站准备乘车返回老家时被客运站警察绑架，被灞桥区法院非法判刑一年半，并送至陕西省渭南监狱继续迫害。

吉林省农安县哈拉海镇法轮功学员王明辉女士已被非法

判七年，于二零一八年十二月二十日被劫持往吉林省女子监狱继续非法关押。所有庭审和冤判过程法院均未通知家属，也不给判决书，监狱至今未让家属接见。

辽宁省辽阳市白塔区法院日前已对李伟涛等六名法轮功学员非法判刑，刑期是：李伟涛五年、王永生四年、罗丽四年、汤显贺两年半、国世游两年、谷林杰两年，并附带罚款，其中五人已上诉。李伟涛等二零一七年七月十九日被辽阳市白塔公安分局国保警察马文博等人绑架、非法抄家，二零一八年四月份被构陷到白塔区法院，十一月六日庭审中律师多次指出证据不足，起诉指控漏洞重重。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

二零一八年新加坡法轮大法修炼心得交流会于十二月二十五日隆重召开，十八位大法弟子分享修炼故事，让同修们发自内心地感到修炼上应该更加精进。法会结束后，学员们怀着无以言表的感恩，在二零一九年即将来临之际，向慈悲伟大的师尊虔敬合十恭祝新年好。

二零一八年十二月二十五日，韩国首尔地区部份法轮功学员在中国游客喜爱的首尔购物天堂——明洞举行了集体炼功，祥和的炼功场面成为熙熙攘攘的街道上一道独特的风景线。众多的中国游客在惊叹之余，纷纷驻足拍照，接看真相资料。还有的人在角落拍摄视频，说要给国内的亲人看，让他们也“感受感受国外自由的氛围”。

二零一八年十二月十五日至十二月二十二日，国际艺术展“真善忍艺术”在希腊雅典成功举办。该展览于十二月十五日在雅典市中心著名剧院“帕拉斯（Pallas）”的门厅举办。帕拉斯剧院坐落在雅典最昂贵的街道之一，毗邻议会大厦。在为期一周的画展中，剧院“帕拉斯”每天都迎来了希腊各界人士，有艺术家、时装设计师、画家、音乐家，艺术爱好者和上层主流社会人士，并吸引了很多媒体现场采访

或转载。

在线生活方式网站 fayscontrol.gr 在评论中写到：“在世界各地二百多个城市展览了几年后，艺术活动于十二月十五日至二十二日在 Pallas 剧院免费入场。开幕式由豪华礼宾部与希腊法轮大法协会合作举办，获得了巨大的成功。在尊贵的嘉宾中，著名画家阿格罗斯（Aggelos）在开幕式上对真善忍画展表示敬意，他对他们的作品和技巧表示感动，并表示他们在心里对他说话，因为他们带着巨大的爱来完成作品。”

在二零一九年新年到来之际，南澳阿德莱德（Adelaide）部份法轮功学员，欢聚维多利亚公园（Victoria Park）集体炼功展示功法，不少路人驻足观看拍照。之后，一些学员在中国城讲真相点摆展板讲真相。

大陆综合消息

◇河北三位法轮功学员被非法关押三年多 家人控告

河北唐山市迁安市法轮功学员万永红、刘小元、周秀霞被非法关押三年多，他们的亲人们多次找相关部门要人未有任何结果，在万般无奈的情况下，近日分别到唐山市、迁安市的相关部门反映情况，并递交了对迁安市国保大队副队长浦永来等人的刑事控告状。

万永红、刘小元、周秀霞于二零一五年十二月十五日被迁安市公安局国保大队警察非法抓捕后，并于十二月十六日送到唐山市第一看守所刑事拘留；迁安市检察院于二零一六年一月十八日非法批准逮捕；并于二零一六年七月十一日非法提起公诉；迁安市法院于二零一六年十月二十八日开庭。在法庭上，四名律师从法律角度分别为三位法轮功学员做了无罪辩护，把检察院公诉人所列举的罪名从法律角度一一推翻。检察院的公诉人不敢正视律师，数次哑口无言。律师们当庭提出修炼法轮功合法。万永红、刘小元、周秀霞分别为自己做了自辩。

法院开庭已经有两年多的时间，三位法轮功学员却被长期超期羁押在唐山市第一看守所，亲人们多次到有关部门要人，有关人员互相推诿、搪塞，说等待上面的决定和指示。

二零一八年十二月，三位法轮功学员的亲人们在万般无奈的情况下，分别到唐山市、迁安市的相关部门反映情况，并递交刑事控告状。控告浦永来（迁安市国保大队副队长）、王小京（迁安市检察官）、王子良（迁安市法院副院长）触犯《刑法》，已构成非法拘禁罪、滥用职权罪、诬告陷害罪；依法追究被控告人的刑事责任；要求立即释放万永红、刘小元、周秀霞。

◇吉林榆树市警察近期绑架三十余名法轮功学员

自十一月十一日至十二月二十一日，据不完全统计，吉林省榆树市市内、镇、部份派出所不法警察闯进法轮功学员家中，非法抓捕、抄家、强抢法轮功创始人法像、法轮功著作，及个人物品。三十二人被非法抓捕，二十八人被非法拘留。

被非法拘留的法轮功学员已陆续回家。现非法关押在看守所的共七人，一人被构陷到检察院。六名法轮功学员被非法庭审。

◇四川泸州市巫德蓉被冤判三年 家人提起控告

二零一八年十二月四日，四川泸州市纳溪区法院非法判六十七岁的法轮功学员巫德蓉有期徒刑三年，勒索罚金五千元。

巫德蓉二零一八年十二月七日得到判决书，家人得到寄出的判决书是十二月十八日。这是巫德蓉第二次被非法判刑。鉴于巫德蓉累遭迫害，她家人决定对违法迫害的相关部门人员提起控告。

巫德蓉，泸州市纳溪区农村妇女。二零零一年一月，被纳溪六一零绑架到洗脑班，被非法剥夺人身自由两年零八个月；二零零四年三月，被非法劳教一年零三个月；二零零八年九月十日再次被绑架，被泸州合江法院非法判刑三年零六个月。

二零一七年九月十八日，纳溪派出所警察断电、伺机绑架了巫德蓉，随即刑事拘留、非法逮捕。二零一八年三月十三日，纳溪区法院非法秘密庭审，庭审信息无人可知；二零一八年十二月四日下达判决结果。

◇希望有条件的同修给被非法关在监狱里的同修寄新年贺卡

被非法关押在监狱里的同修他们遭受了很多的痛苦和折磨，我们应该利用过年这个传统节日（在正月十五以前都可以）给非法关在监狱里的同修寄新年贺卡。

10 外面的关注可以震慑邪恶，海内外同修的关注可以减轻

同修的压力，使邪恶不敢轻易的迫害；也可以使监狱里的警察明真相，得救度。这就要求我们有能力的同修，把监狱的详细地址、邮编和被非法关在监狱里同修的姓名发给明慧。

此外，当地同修也可以慰问一下被非法关在监狱里同修的家人。

以上是自己的一点建议，如有不在法上的请同修慈悲指出。（文 / 大陆大法弟子）

严正声明

本周二百二十一名大法学员严正声明一切不符合大法的言行全部作废，表示要加倍弥补给大法造成的损失，坚修大法到底。

世人觉醒

本周一百五十一名觉醒世人郑重声明，以前所写、所说、所做对大法、对师父不利的言行全部作废。相信法轮大法好，支持法轮大法，弥补过错。

◇村民明白真相后的喜悦

〔大陆来稿〕十多年来，我面对面讲真相，劝三退，把真相撒遍周边的村庄，在这里单说我们村的民众，盼真相和得到真相后的喜悦。

我挨门挨户的把真相资料送到他们手中，全村人基本上都三退了，有的是大人、小孩一起退。真相期刊、光盘、优盘、护身符、台历，跟随着正法进程，不断的更新，我源源不断的送到乡亲们的手中。台历家家户户都送到，没送到的，村民就上门来要。进门就问：“今年的台历为什么不给我呀？”我说：“给、给、都给。”村支书进门就问：“还有台历吗？往年都给我，为什么今年不给我？”我说给，都给。我送他一本台历、一本期刊和一封“给父老乡亲的信”。他接到后

高兴的举过头顶，一边往外走，一边高喊：“法轮大法好！真善忍好！”

我村唱大戏，我带上期刊、真相信和新年台历。装了一车筐，后面带了一大包，来到大戏台。人们看我提着一个大包就问，又给我们送什么宝贝来了？我说是新年台历。人们一听就把我围住了，争先恐后的要，我一边拿，一边大声的高喊：“请记住‘法轮大法好，真善忍好’！”村民们等不及就自己动手拿，把台历抢光了，没抢到的人急切的问：“还有吗？”我说：“有，你们等着我去拿。”我把家中的台历都拿到戏台前，装了一大纸箱，一下又被人们抢光了，看戏的观众在场中间出不来，就急的站起来大喊：“给我一本，给我一本！”没得到台历的人很遗憾的又坐回去了。

得到真相资料的人们低着头，有的拿着“给父老乡亲的一封信”看，有的拿着各种明慧期刊，有的拿着台历入神的看。

人心与因果

◇坚守真善忍 被非法关押的大法弟子恭祝师尊新年好

自一九九九年七月，中共利用全部国家机器迫害以真、善、忍为准则的法轮大法修炼人，企图摧毁他们的意志，但是十九年的迫害却见证了大法修炼者的慈悲和坚忍，他们以大善的胸怀向民众、各级官员讲真相，体现了大法对众生的慈悲和普度。

在二零一九年新年到来之际，在中国被非法关押的大法弟子以各种渠道转达他们对师父的思念和感恩。

四川南充被非法关押在监狱迫害的大法弟子说：“慈悲伟大的师尊您好！您辛苦了！我们无论身在何处，都会遵循真善忍的原则，修好自己，慈悲面对公、检、法、司人员及身边的世人，把法轮大法的美好带给他们。我们坚信法轮大法的真理之光将驱走监狱的黑暗，把迷中的世人引向光明美好的未来。”

吉林省长春市一大法弟子表示，中共监狱中近五千个日夜(14年)的关押迫害，从未动摇过自己对大法 and 师父的坚信。

陕西西安市一位大法弟子说：“我在黑窝（冤狱）里最绝望的时候，在我的耳边响起《普度》的音乐，让我知道我不是一个人，师父让我鼓起勇气闯了出来，一切都是师尊为我承受的，我只是在师尊的加持下坚定了信的那一念。”

◇医生断言“不动手术好不了”的病好了

〔河北农村来稿〕我孙子四岁那年，一天和他姐姐逗着玩，姐姐推了他一下，不想，把他推倒了，后脑勺摔在水泥地上，疼的他哇哇大哭起来。我忙把他抱起来，看看既没肿，也没破，就哄他说：“没事，一会儿就好了！”他爸爸、妈妈都来了，看了看，也说：“别哭了，不碍事，一会儿就不疼了。”

可是，过了两天，他后脑勺上却起了个包，有鸡蛋那么大，他更说疼了。我们就让本村一个外科医生看了看，医生说化脓了，需要手术把脓清出去，于是，就那样做了。好几个人摁着孩子，最后缝了五、六针才算做完。

孙子一直说疼，一直哭，哭个没完，总是哭叫着说疼。后来，哭的那蛋都肿起来了，而且，越哭肿的越大。当时我想：哎呀，这不成了气蛋（暂且这么叫吧）了吗？只见那蛋肿的跟鸭蛋那么大了，肿的肉皮锃亮！像透明似的。他哭叫的更厉害了！不但说头上（那动了手术的地方）疼，而且说那蛋更疼。

这可怎么办？一家人商量：“赶快送医院吧！”到医院一检查，医生说，这个病是什么病，得动手术，否则好不了！必须要住院治疗。医生还让我们去交住院费。我儿子赶快交了住院费，连床位都确定了。

可这时我儿子突然犹豫了，他说：“这么小的孩子，就做这样的手术，万一做不好，出个一差二错的怎么办？！那时后悔也拿不回来了。”儿媳觉得也是。于是，当时决定，不住院了！不做这个手术！

这样，我们带着孩子又回家了。回到家中，孙子还是哭。我想：我是大法弟子，这孩子生在我家，就是缘份，求大法

师父救他，师父说一人炼功，全家受益。

我对小春春说：“孩子，别哭了，咱念“法轮大法好，真善忍好！”大法师父就管咱了，就好了！来——跟着奶奶念！”孩子很听话，止住哭，抹抹眼泪，立即念起来。儿子儿媳都支持我炼法轮功，也赞成这么做，他们也帮着念。一连念了好几遍。果然，孩子说不疼了！我说：“看！师父管咱了吧！咱们还继续念！”

就这样，一遍接一遍的不停的念着“法轮大法好，真善忍好！”孩子的病情也逐渐好转，那气蛋也越来越小，之后，彻底消肿了，恢复正常了。孩子高兴地说：“奶奶，一点也不疼了，一点也不疼了！”

也就十来天吧，那头上动了手术的地方，也一点不疼了！全都好了！全家人都见证了大法的神奇！我对孩子说：“师父救了你！可得好好谢谢师父啊！”他说那是！说着就跑到师父法像前去磕头。

现在孩子十二岁了，已经过去八年了，孩子一直天天念“法轮大法好，真善忍好”。当初医生断言“不动手术好不了”的病，不但好了，而且八年从来没犯过！法轮大法就是好啊！

◇我的父母明真相得福报

〔大陆来稿〕父亲今年八十一岁了，年轻时就患有严重的胃溃疡，很能抽烟。退休后随着年龄增长，胃溃疡越来越严重，犯病时经常要到医院抢救（不能吃饭，一米七二的身高，体重只剩八十几斤），医生强调不能抽烟，一抽就容易犯病。可是戒烟哪那么容易啊！身体稍微好点，又背着我妈在外面偷偷的抽，一抽又犯病抢救；就这样循环往复，我妈是又气又恨又心疼着急。

直到爸爸开始为了姐姐的女儿能睡着觉，念“法轮大法好！真、善、忍好”后，渐渐他的烟彻底戒了，胃溃疡也好了，不用顿顿吃米糊了。现在爸爸每天早上醒来第一件事就是念

“法轮大法好！真、善、忍好”。

最后说说我妈妈。妈妈胆子小、自我保护的心很强，是有原因的，她给我们大概讲了一些。当年姥姥带着孩子在农村生活，姥爷是城里一所学校的校长，发点工资就攒着，舍不得用，攒够一点就买点地。等到一九四九年以后，姥姥一家就被划分为地主成份，全部家产被共产党没收，妈妈最小，还跟着姥姥要过饭。周围乡亲知道姥爷一家人很善良，就偷偷的给她们很多吃的。

妈妈和爸爸在同一工厂工作，朋友关系确定后，因爸爸“成份好”（其实爸爸家是真正的地主，我的爷爷、奶奶是门当户对的两个地主家庭联姻，只是一九四九年前夕，家里失大火，一下子败了），是厂里骨干技术员，二十出头就入了邪党。被党组织找去要求和妈妈划清界限，爸爸没同意，差点被划成右派，只是从此不能提干了，愤愤不平、怀才不遇、爱发脾气性格一直伴随着爸爸。妈妈和我们三姐妹都怕他，看他的脸色生活。

退休后又经历我坚持修炼法轮大法被迫害，妈妈说我：“你胆子太大了！”我们大家开始陆陆续续三退后，就她说她啥都没入、不用退。结果没多久，她就不知得了一种什么病，症状是浑身痛，去医院检查又检查不出原因，她是西医、中医、偏方都看不好、去外地看也看不好。最后一次去外地看这个病，因离我所在城市比较近，就和父亲顺便到我家住了几天。我问她：“妈，你到底入过党、团、队没啊？”她说没入过。我说：“您是技校生，少先队应该入过呀？我看你们的老照片里，有同学戴红领巾的。”她最后承认了，也同意退了。回去后再没听她提这个病了。

希望更多的人明白真相，拥有充满希望、光明、幸福的生活！

时事评论

《“师父新年好” 各地送感恩》

文：唐恩

又逢岁末，近日世界各地的法轮功学员陆续向李洪志师父拜年，来自学员们的感恩、得福报者的感激，通过精美贺卡、贺词、视频与闪画等形式，雪片般地汇向明慧网，向李洪志先生祝贺新年。

这些法轮功学员们来自不同国家、不同族裔，遍及社会各阶层，亲身体会了修炼法轮大法后，心性道德提升、身体健康，家庭平安幸福的感受。“法轮大法好”、“真善忍好”、“谢谢师父”，是他们共同的心声。

二十六年前，李洪志先生在中国长春将法轮大法传诸于世，以真、善、忍法理开启人们尘封已久的佛性，给世人指明了一条修心向善、返本归真之路。仅凭人传人、心传心，法轮大法传遍中国大江南北，更洪传至一百多个国家与地区，《转法轮》一书已被翻译成四十种文字，真理之光照亮了亿万向善者的心田。

即使在中共长达十九年的灭绝性迫害下，法轮功学员虽历经魔难，仍坚守正信，讲清真相，澄清谎言，呼唤良知，带给世人选择美好未来的珍贵机缘，引领越来越多的有缘人走入修炼，加入反迫害的行列。

正因为很多人从原本药罐子变成无病一身轻，更是“一人炼功，全家受益”，法轮大法赐给他们崭新的生命，每逢新年或师父生日（也是“世界法轮大法日”），全球各地的法轮功学员纷纷以拜年或贺寿活动，大陆学员寄送贺卡及贺信到明慧网，表达他们对李洪志先生的思念和崇敬之情，感谢恩师的慈悲苦度，表达内心最真挚的敬意与谢忱。

这些来自五湖四海的法轮功学员或以个人、家庭的名义，或代表国家、地区、单位、讲真相小组、学法小组，向师尊祝贺新年。“师父新年好”之声响遍全球各地，再次证明中

共对法轮功迫害的彻底失败，任何谎言与暴力都改变不了法轮功学员对真、善、忍的坚定信仰，更无法阻挡真理在世间的洪扬。

每年此时，在中国大陆，从南疆到北域，从城市到乡村，从耄耋老人到稚嫩孩童，从修炼多年的老弟子到得法不久的新学员，包括军队、司法、文教、金融等企、事业单位等在内的各行各业，即使身陷严峻危殆的迫害之地，数不清的法轮功学员仍突破中共的网络封锁通过明慧网向师尊拜年，表达得度重生的感恩。声声高呼“师父新年好”，不仅记录了法轮功洪传世界的光辉，也为天地间长存正信做见证。

《制裁人权恶棍是解决人权恶化的重要环节》

文：觅真

据明慧网近日报道，加拿大法轮大法学会主席李迅，向加拿大外交部长递交了深度参与迫害法轮功的中共官员的名单，呼吁加拿大政府采取行动制止迫害，并制裁人权恶棍。

对身份确认的人权侵犯者，马格尼茨基法案（又名《为腐败的外国官员受害者伸张正义法案》下简称“法案”）将对其进行财富和自由方面的制裁。

加拿大法轮大法学会主席李迅呼吁加拿大根据该法案，制裁十四名深度参与侵犯人权、折磨和杀害法轮功学员的现任和前任中共官员，包括前中共头目江泽民。当日，他向加拿大外交部提供了人权恶棍们详尽的参与迫害的证据。

李迅在给外交部长的信中说：中共对法轮功的灭绝迫害是大规模的犯罪，这一点得到了世界各国政府和非政府组织的广泛认知。信中说，之所以选出名单上的官员，是因为他们在这场人权暴行中的参与和最高领导作用非常恶劣和广泛。他们臭名昭著，并成了象征迫害的符号。正是在这些情况下，制裁是最值得的，也是最有效地促进国际司法和人权的方式。

李迅在十日的发布会上说：“十四名官员犯下的暴行， 17

是中共政权持续十九年来针对法轮功信仰者的根除运动的一部份，这一根除性迫害是由仇恨宣传推动的。”他表示，加拿大不应该成为这些人权恶棍的避风港。

这份名单包括：江泽民、罗干、刘京、周永康、薄熙来、李岚清、吴官正、李东生、强卫、黄洁夫、郑树森、王立军、张超英、贾春旺等人。

这是法轮功学员以法轮大法学会名义向一国政府首次提出要求制裁部份人权恶棍的名单，相信此举会对世界各国制裁人权恶棍起到示范作用，推动维护世界人权的发展，意义是重大的。

近二十年来，中共参与迫害这场迫害法轮功运动的中央高层官员不止这十四名官员，省、市、县各层参与迫害的成千上万。他们在侵犯人权方面都犯下了累累罪恶，成为侵犯人权的凶手，其中有部份已经在反腐打虎中落入法网（以腐败名义），大部份仍在逍遥法外。

据明慧网相关报道，截至目前中国大陆的法轮功人权状况仍在持续恶化。二零一八年一至十一月份被绑架的法轮功学员达 4483 名；被骚扰的人数达 3783 人，被非法判刑的法轮功学员 837 人。二零一六至二零一八年三年合计被中共非法判刑的法轮功学员达 3105 人。

这些人权个案包括被中共非法监禁二十一个月的五十二岁加拿大公民、法轮功学员孙茜的案件，及目前因信仰法轮功被非法监禁的其他十一名加拿大人或家属。

大量的侵犯人权个案虽然发生在各地，各级政法委、公、检、法、司等部门，但根子在中央的相关部门。操控这些部门的某些人仍在持续江泽民集团的迫害政策，维持着迫害的存在，延缓着被清算的命运。如果不把这些大大小小的“人权恶棍”予以制裁，他们是不会自动放弃迫害的。如果他们的家属子女、家族利益可能面临着某种危险的时候，才可能促使他们做出选择。

在小事上认识私心 修出慈悲心

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一九年一月二日】前些日子，由于我一直在给婆婆家做午饭，中午就没回家给我丈夫做饭。有一天，从婆婆家匆忙赶回家，我丈夫很不好意思的说：“我两餐都没吃，你能不能给我下个饺子？”如果是平时，我肯定会给他做的，可是那天下午我要参加集体学法，而且还有其它事情跟同修有约，时间已经来不及了，所以我就说：“你自己做吧，你又没有工作，整天在家里玩游戏，没吃饭可以自己做。”说完了，我心里还想：“就是邪恶干的，想拖住我，不能听他的，有第一次就有第二次。”

我坚决的走了。往学法点走的时候，我发现电动车没多少电了，这是从来没有的事情，我隐隐约约的感到自己错了，想掉头回来吧，又不甘心，还是去学了法。回来的路上，我知道自己错了，一路上，边流泪边骑车回家，路上车没电了，还在修车那里充了一会电。

第二天，我到婆婆家做饭的时候，我问丈夫：“我帮你带饭过来吧？”他说：“给我滚出去，别假惺惺的。”我站在那里一句话也没说，我知道是我自己不对，我也知道说我假惺惺的是师父利用他在点化我什么，我想了半天，也没悟明白。

下午，我边学法边找自己，突然我想起我中午听的交流文章《我和孩子经历的神话》时的一念。同修写到自己儿子小时候得了一种可怕的病，全身骨骼变形，剧痛，整个身体除了眼球可以转动，其它的地方都不能动，后来同修和孩子在二零零六年得法后，孩子奇迹般的好了。当同修用微信给单位同事讲真相时，被诬告到市六一零，六一零专门为她开了两个小时的会议，最后决定不能动她，因为她是一个伟大的母亲，不仅不能迫害她，连威胁都不能威胁。当时我听到

这里，心里突然有个念头闪过，“她好幸运啊，有个得重病的儿子，能保护自己不受迫害。”虽然当时是一闪而逝，我仍然抓到了它，同时感觉自己的私心达到了令人恐怖的成度，我居然为了自我保护，让孩子处于极度痛苦中都在所不惜。可是，我平时真的还挺为别人着想的，就比如我天天给我婆婆去做饭啊，虽然事情不大，但是坚持下来挺难的。看来，我那无私只是表面，而骨子里却藏着一种极端的自私，我没有发现。

下午我到同修A那里去学法，跟她交流了我认识到的自己的私心。她谈了自己的修炼体会。她说：“我家进了老鼠，我想把它弄出去的原因是因为它惹了我……”听到这里，我心头一震，我马上想到了自己家里有虫子的事。前些日子，我发现家里到处爬的虫子，甚至还有蜈蚣，我就想把它们弄死，在网上买了杀虫剂。到货后，心里又翻腾，觉的修炼人不能杀生，又退了货。现在我突然明白了：我讨厌虫子，想杀死它们，是因为它们惹了我，让我活的不自在了。

师父说：“过去佛教中说，不该死的给杀死了，就成了孤魂野鬼了。过去讲超度，就是指这部份人。不给超度的话，这些生命就没吃没喝的，处在一个很苦的境地，这是过去佛教中讲的。”“可是一下子把一个生命结束了，动物也好，其它生物也好，那么就会造下一个相当大的业力。”“可是一下子上来这么大的业力，你怎么过去？凭你的心性，你根本就无法过去，就可能使你根本修炼不了。”[1] 仔细分析自己，我不杀它们不是因为担心它们成了“孤魂野鬼，无吃无喝，很苦的”，我根本就不在意它们是否会“处在一个很可怕的境地”，我是怕“杀生会造成很大的业力”，我怕我自己“一旦做了这种事情就很难修炼”。

师父说：“我们这里讲的是为了个人的谋取，或者为了满足个人的利益，或者影响到自己什么东西，自己非得要做坏事不可所带来的业力。”[1] 我想杀它们的心理不就是它们“影响到自己什么东西，自己非得要做坏事”吗？师父还

说：“杀生不只是会产生重大业力，还涉及到一个慈悲心的问题。我们修炼的人不得有个慈悲心吗？”[1]

我细细分析自己所有的心理活动之后，发现我这哪有一点慈悲心啊？全部都是私心。我以前看到虫子的时候总是想，为啥它能進的了我的场呢？问完自己这个问题后，却不认真去向内找自己。现在我明白了，只有佛法修炼的慈悲祥和的场，那些不好的东西才進不来，而我那么自私，当然招虫子了。

当认清自己的私心，也认识到自己没有慈悲后，我突然就明白了我丈夫为什么骂了我十几年“假惺惺”。我平时对他好，是用自己表面认识的那套“无私”的理在对他，就是说，我认为“无私”就应该是一怎样做，我就照着自己认为的方式在做，很程序化的。我不是对他这个生命慈悲，所以我根本看不到他需要什么。我一直奇怪这么多年来，为什么我平时天天都能对他好，自己承担了一切家务，可是在他最痛苦、最需要我的时候，我却一点忙没帮上，平静的（其实是淡漠）的置之不理？以前还以为是自己修的好，不动心，其实根本是心中没有其他生命，只有自己，或者说的更贴切一点，只有自己心理那套理而已，那么生冷，没有一点慈悲心。这次不给他下饺子吃，不也是一样的原因吗？由于我没有慈悲心，就看不到生命的苦，所以在他最需要我的时候，我根本就感觉不到。

这时，我想起自己修炼中，受迫害后，参与迫害我的人遭恶报，甚至恶报非常大。比如，我曾经在一个公司有一位关系非常好的女同事，她恶意举报我修炼法轮功后，不到半个月，就查出癌症，很快不治去世。当我跟常人提起来的时候，我是带着一种恐吓对方、保护自己的心，还有证实自己的心，那意思是，谁要敢迫害我这么个了不起的生命，他就得遭恶报。当我看到一些公检法司人员遭恶报的实例，心里甚至有一种隐隐约约的快意，好象名单越长越好，越能证明迫害佛法修炼人的下场。现在，我突然不是这个感觉了，一

种为生命迷失而被销毁的痛心从心底油然而生，泪水顺着脸庞流了下来。

最近，因为要写劝善信，到明慧网上查《劝善之心化飞鸿》，看到很多同修写的信，当信中提到恶报的时候，我也有这种生冷的感觉，全文都象在讲道理。当然我也看到那种特别慈悲的信，其中有对生命毁灭的痛心，对良知的呼唤和对生命的挽救，这种信看了，特别打动我。后来我再写出来的劝善信，同修们读后说：“好感动，好想哭。”不再是以前的“义正词严”，象教训人、审判人的感觉。

写到这里，我突然想到师父的讲法：“其实我有一个想法，我早就跟你们讲过，作为大法弟子来讲，作为一个修炼的人来讲，我说修炼人是没有敌人的，你们只有救人的份儿，没有用人的手段、用人的理去惩治人和判决人的份儿。这是个根本的问题呀。”[2] 以前对师父的这段讲法总是表面理解，现在我突然悟到，我给别人讲真相的义正词严的态度不就是在用人的理审判人吗？而我们应该只有救人的份，那不就得用无量的慈悲才能真正救的了人吗？

记得几个星期前，看到明慧网发表的一篇交流文章，同修在被绑架残酷迫害后，正念特别强，后来也是发自内心的认识到自己有私心，没修出慈悲心，才招来的迫害。当时特别佩服同修的正念，感觉自己的差距很大。但是我现在想到一个问题：我们不能被世人举报或被警察绑架，因为破坏大法、迫害大法弟子的罪太大了！一定要坚决否定旧势力的迫害，一点都不能被钻空子，因为对于被旧势力利用的众生来说，那是灭顶之灾呀！一个举报我的人都得了癌症，那些参与迫害的警察那罪得有多大呀！别看他们现在看起来还没事，那是旧势力还没利用完他，所以他那些业力都在那攒着呢！最后清算的时候，他们可怎么办呀？我们不是救度众生来了吗？这可不是师父要。

一直以来，我很喜欢看有关迫害中正念反迫害的文章，觉的在小事上修心性的文章，没啥了不起的。现在突然觉的这

其中有太多执著心在里面了。首先是一种英雄主义的气节，就是想当英雄，也崇拜英雄，普普通通的形式就看不上，所以正念闯过来的经历就特别爱说给别人听，小事上修心的就不好意思拿出来讲。还有一种证实自己的心，能在那种迫害中正念闯过来，那多了不起呀，这不就是证实自己吗？另外，对修炼是修心性，还不是从内心里认可，非得在严酷的环境考验下走过来，才觉的这样才算达到标准，至少要面对酷刑后，邪恶动不了，才算心里踏实，觉的这样才行了。最严重的是，为了达到自己内心划定的标准（即从人的这面能够闯过世间一切邪恶的考验），根本不考虑那些被旧势力利用来考验我们的生命未来会有多惨的下场！这哪有一点慈悲心呀？平时自己在这些方面从来没有深入的思考过，今天我写这篇文章时，向内找到这一大堆心后，才发现，全部都是旧势力思维，难怪它们可以下手迫害我们。

写到这里，我想起师父的讲法：“只是现在旧的邪恶势力认为大法弟子还没有完全锻炼成熟，还要继续锻炼，还得维持邪恶。当然啦，旧势力要这样做我根本就不承认这些。它这样做也恰恰在我正法还没有到之前它能够表现，不然的话，法正人间时是平静的，没有这场邪恶，人们都在学法，人类道德在回升，正法之势过来了也是平静的。”[3]我们都明白旧势力这样锻炼我们，师父是不承认的，那在小事上修自己，在平静的生活中提高心性达到法的标准，不就是师父要的吗？

现在看来，只要承认旧势力，在旧势力的迫害中证实自己已经修扎实了，这些都是私心，都是不慈悲，严重的在毁灭众生呀！

个人现阶段的一点修炼体会，不在法上的地方，请同修们慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法七》〈芝加哥市法会讲法〉

[3] 李洪志师父著作：《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉

对彻底否定旧势力的一点认识

文：河北大法弟子

【明慧网二零一八年十二月二十八日】前段时间，旧势力下狠手迫害我，身体出现了严重的病业状态。在师尊的慈悲保护下，走过来了。在走过魔难的过程中，我对否定旧势力有了一点新的认识。

一天早晨六点发正念，结印清理自己的过程中，耳边清清楚楚的听到有生命在对话，有几个细嫩的声音说：“肉身，肉身，我要肉身。”一个粗壮发狠的声音说：“都回去，回窝里等着去。”听了这些话我很纳闷。

发完正念，我觉的还应该继续清除它们。我心里对它们说：如果你想迫害大法弟子的话，你没有资格，你不配。大法弟子修炼、证实法、救度众生和你没有任何的关系。我于是立掌发正念清除它们。

大概一星期以后，一天接近中午，我腹内剧痛，持续的剧痛。晚上，家人把我送到了一家市级医院。在医院里的前几天，邪恶生命把我与大法完全隔开，家人给我听师父的讲法录音，我一句都听不清。我以前会背的法竟然一句也想不起来。家人提示我念“法轮大法好，真、善、忍好”，我也只能顺着念一遍，以后又想不起来了。家人就在我耳边不停的念。

邪恶生命不仅把我与法隔开，还演化假画面给我看，同时也给在我身边帮助我的同修，以及在家帮我发正念的同修演化假画面，内容大致都是好多人抬一个大板子，上边躺一个人，人身上盖一块白布。周围有好多人跟随着，都穿一身白衣服。有的同修看到再后边还有穿其它颜色衣服的生命排队跟着。

看到这演化的假画面，我虽然想不起法来，但是我清楚的知道我是谁。我就正告它们：我是大法弟子，我归李洪志师父管，归大法管，谁都不配也没有资格对我做什么。你演化的假相我不承认，和我没有关系。同修们都是面对演化出

来的这些假画面发出强大的正念清除它们。在师父的慈悲加持下，在大法弟子的正念面前，邪恶生命使出的鬼花招没有人承认，败了。

我从医院回到家的大概第三天，又是早上六点发正念静下来清理自己时，还是那个粗壮的发狠的声音大声的问我：

“大法弟子的身体谁能管的了？”我严厉的正告它：“你太猖狂了，大法弟子归李洪志师尊管，大法弟子的一切都是师父说了算。任何生命都不配对大法弟子做什么，谁做谁是罪。”我又正告它：“你对大法与大法弟子犯了罪，我现在就发正念灭你。”

又大概过了四、五天，午夜十二点发正念，还是清理自己的五分钟，刚静下来，一个清晰的意念打进我脑子里：“师父管也得站在理上管，站在法上管。”我立刻知道又是它。我马上回答它，我说：“你说的非常对，我发完正念，就告诉你大法弟子的修炼是如何站在理上，站在法上的。”当那个意念一打进我脑子里时，我觉的师父在加持我，在帮我。我立马区分出它说的理是旧宇宙的理，是旧宇宙生命所秉持的理。

发完正念，我告诉它：第一，大法弟子的修炼和过去的修炼人有本质的区别。大法弟子最本质的东西是大法构成的，大法弟子的一切都是师父给予的。大法弟子不是普通的修炼人，不是以自己证得果位为目地，大法弟子肩负着巨大的历史责任与历史使命，是在宇宙正法时期跟随李洪志师尊来证实法、救度众生的。

第二，大法弟子的修炼方式和以往的修炼方式都不同，大法弟子的修炼是在大法中修炼，大法弟子的修炼方式是通过向内找，发现自己修炼中的不足、执著、人心，通过学法，在法中归正，同化大法，提高层次，修炼上去。大法弟子的修炼和任何生命都没有关系，其它任何生命都不配对大法弟子的修炼做什么，强加的东西大法师父不承认，大法弟子不承认。

第三，现在宇宙在正法中，所有的生命都将在这次正法中从新摆放自己的生命位置。如果你想被大法所救度，你就得明白大法真相，认同大法好，同化大法，不参与对大法与大法弟子的迫害。如果你能帮助大法弟子证实法、救度众生，你可能还能提升生命境界。你就是原地不动，什么都不做，也有被大法救度的机会。如果你用过去旧宇宙那个修炼的理，以这个理由、那个理由，或者以帮助大法弟子提高为借口，给大法弟子设关设难，那你就是给大法弟子的修炼路上强加什么，你就插手了大法师父给弟子安排的修炼路，你就对大法与大法弟子犯了罪。因为你没有资格也不配。而且你迫害我肉身，用心歹毒。你干扰了我证实法、救度众生，就是我不清除你，宇宙的法也不能留你。

早上发完六点的正念，我又把上述的话和它说了一遍。感觉有点累，我半躺着休息一会儿。睡着了，做了一个清晰的梦：我在老家邻村的一块较宽敞的街上站着，有三、四条路从这里交叉经过。就看着我对面的上坡路上开上来一辆车，不知何时，车的左侧面出来一个人，一个四十多岁很壮实的男人。那个人两手做着动作，好象要拽车、拦车的意思。我正看着，那人突然就摔倒了，摔倒在车的前方。摔倒的姿势是头朝车轱辘，正在车轱辘的前方。这时就听“噼”的一声，非常响。我心里想“把头碾碎了”。接着又“噼”的一声，我想“胸骨被碾碎了”。车子就象什么事都没发生一样从我前面经过开走了。我过去看看那人被压成什么样了，结果那人被碾压的地方是一滩黑水，什么都没有。我醒来了，我知道这是师父告诉我那个狂妄的邪恶生命被除了。

从旧势力邪恶生命和我的三次对话，还有它演化的那些假场景、假画面，我悟到它做的这一切都是有目地的，那就是想“被承认”。它想得到被它迫害者对它迫害行为的承认，它想得到其他大法弟子对它迫害行为的承认。因为不被承认硬强为是不占理的。如果我当时不是正念坚定的告诉它我不归三界管，不归旧宇宙、旧势力、旧神、旧宇宙理管，我归

我师父管，归大法管，尤其它第三次和我对话时，我如果觉的它占着理，那时我意念中要有一丝的疏忽，顺着它那些旧理去想：我修炼中有这样的人心，那样的执著，我修炼中有漏，旧势力抓住漏洞迫害我等等，那我就等于承认了它迫害我是有理的，它就有理由继续迫害。因为你承认了它的行为。这也是一种选择。作为在魔难中的大法弟子，能够法理清晰的正念否定旧势力的一切，一丝都不承认它，完完全全把自己的一思一念归正在法中想问题，把自己交给师父和大法，不管是什么样的旧势力恶生命，都会被大法、被师父清除。因为你选择了大法，选择了师父。

处于魔难中的同修靠坚定的信师信法，靠全盘否定旧势力的安排，靠在法中归正自己的言行念头，最后走过魔难，确实是一个实修提高的过程。我觉的我们帮助处于魔难中的同修也是一样。首先你面对同修的事，是否坚定的信师信法，也就是坚信同修在师父的保护下能走过魔难。你是正念坚定的帮同修全盘否定旧势力的迫害，还是在给同修承认旧势力迫害同修占着理。面对邪恶生命演化出的假场景、假画面，你是不动心，全盘否定，正念清除，还是随着邪恶演化的假场景、假画面去想象结果？如果要是后者的话，我们可以想象，实际上我们不是帮助同修，而是承认了旧势力。

回顾走过的修炼路，我地有多位大法弟子被旧势力迫害走了。旧势力针对被迫害的同修往往演化一些假场景、画面。同修们看到了也好，听到了也好，我们也得修自己，把握好自己。要站在法上看待这事。我觉的首先不去传，全盘否定。其次面对这些场景、画面不产生负面思维。如果你不克制、清除自己的负面思维，顺着负面思维走，就会想出一个结果，旧势力要的就是这个。它就是用那些假东西诱骗你让你这样想。

这些事虽然只是一思一念，但是它体现的却是修炼，修炼无小事。我们确实应该清醒呀。

自己所在层次中的一点浅悟，不在法上的地方请慈悲指正。

讲不通时修自己

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一九年一月二日】这些年在讲真相中，我几乎走到哪讲到哪，多数人同意三退，即退出中共的党、团、队组织。个别人不但不退，还说对大法和师父不敬的话。对于这样人救不救呢？有同修说：“给机会了，就不要强为。”还有的说：“法上讲了，总有救不了的，不理智容易出事。”

我最初也是这个想法，学法中师父告诉我们：“度人就是度人，挑选不是慈悲。”[1] 不听真相和反对的人，都是受恶党毒害较深的，这些人是最危险和可怜的，救他们虽然有难度，如果自己在认识和修炼上有突破，就可能救了他们。

在讲真相中，我最怕碰见反对的人，怕被恶告遭绑架，本地出现多起这样的事，这对我是个阴影，这种心态很长时间突破不了，感觉心里有堵墙。有一次，一个协调人跟我说，“本地有个老同修快九十岁了，一年能劝退四千多人，碰到说横话的，包括便衣，她啥都不怕，跟对方说我就是为了救你。师父点化她：你是宇宙中最富有的。”我悟，这是师父借协调人的嘴鼓励我。特别是“你是宇宙中最富有的”这句话，对我鼓励最大。大法弟子是众生得救希望，越是难讲的人越是应该讲，这个过程也是证实法和突破自己的过程，我不断鼓励自己：一定要突破！

一次去菜市场，遇见卖鹅蛋的老俩口，我一边蹲下身捡鹅蛋，一边给他俩讲真相，刚说两句，老太太说：“俺不信这个，别讲。”一抬头，见她一脸怒相，老头也说：“别讲这个，不信。”我想：农村人不该被污染那么严重呀？咋这劲？我说：“不信没啥，别反对，慢慢了解。”走时我说：“记住法轮大法好，真善忍好，会有福报的。”他俩不吱声，脸转一边。

向内找，发现有分别心：农村的，没文化，好讲，自己有点居高临下。我归正自己，同时发正念清除他俩背后的邪

灵，把“法轮大法好，真善忍好”打入他们头脑中。我还意识到，讲真相只要一开口讲就是正邪大战，那一刻表面轻松，心里得严肃对待，不能轻视敷衍。

再次去市场时，又碰见老俩口，我笑着说：“真有缘，再买二斤。”我说：“我告诉你大法福音，多好！你应该接受呀？”老婆婆不搭话茬，直夸鹅蛋好：“这市场独一份，你多买点。”我说：“您面善，是个有福的人，一定要记住法轮大法好，真善忍好呀！”这次我很谦卑。老婆婆说：“我们那也有炼的，邪了，这功不行。”我说：“那人是炼法轮功的吗？”她说：“是啊。”我说：“肯定不是，法轮功是真善忍，多正？咱教育孩子也得这个路子呀？不能教育孩子去说谎，做不善的事对不对？”她说：“那是。”我又说：“我炼二十年了，好，才告诉您，现在邪的东西多，出事了都往法轮功上赖。再说了，一碗饭里有个沙子，不能说这碗饭都是沙子，对不对？”可能这句话触动她了，她点头说：“那倒是。”我想再讲，有人来买鹅蛋了，我怕耽误他们的生意，就说：“下次再见。”

事后我想：跟农村人讲真相，唠家常式讲最好，别跟上课似的，越近乎，效果越好。

第三次去市场时，老头主动跟我打招呼：“来啦？”我想，家里还有蛋，买点也行。他说：“给你便宜点。”我说：“不用，小本生意不容易，该多少钱就多少。”他夸我：“你这人心眼好，行。”这次给他讲真相时，他很接受，三退时，他答应的挺痛快：“行，谢谢你。”我又问：“大姨呢？”老头说：“去那边转悠去了。”我说：“一定要告诉她：记住‘法轮大法好，真善忍好’，这话有威力，会得大福报的，咱素不相识，我不会骗你的。”他说：“好，好。”

救人要在理智中坚持，碰壁时别灰心，多找自己，多在法上归正自己，个人修炼状态突破一点，就能多救人。

还有一件事让我感触很深。原单位有个同事，我俩在一

个办公室多年，情如兄弟，单位解体后，他被调到别的单位当头，呼风唤雨多年。我修炼大法后，他反对，说：“你酒不喝，女人不沾，活瞎了。”我从看守所出来后，他哭过，劝我：“别炼了，过点正常人的日子吧！”见我还修，气得不行，训斥我，说对师父不敬的话。我给他讲了近二十年真相，多次给他神韵光碟、真相资料、上网优盘等等，他不信，口出狂言，好象对大法比我还明白。放弃他吧？心又不忍。因为以前他挺善良的，有才华，咋才十几年功夫，就下滑成这样？看不到他当年的影子了，恶党真是毁人啊！

他不听真相，我就找自己，发现自己对他情太重，心里有个念头：不救对不起他，前世也许是一家人，这世又这么好，故每次讲都企盼：“快退吧，大灾来时我好放心。”越是这样，效果越糟，经常争执，还翻过几次脸。我疑惑：为你好，讲的都是理，你咋就这么对立呢？

有一次，几个朋友在一起吃饭，席间，我刚说几句讲真相的话，他就横上了：“法轮功是好，要不是围攻中南海，不搞政治，共产党能取缔吗？”接着，指名道姓说师父如何如何。这下我忍不住了，说：“你跟法轮功有仇咋的？咋每次都这个劲？”他也不让步：“怎么一说你师父几句坏话就蹦起来？一说共产党怎么坏，就把你们乐的，说共产党好，看把你们气的！你们这些人还说不搞政治，这是干啥？”我说：“你要懂得尊重别人，不能当着我面说我师父不好，你的父母随便让别人诽谤你干吗？”说到这，有个朋友就说：“嗯，这话有道理。”他看我生气了，就笑着说：“你是佛门人，我是凡夫俗子，我错了行不？”

我气自己讲真相失败，这么被动，连朋友都救不了。同时，也想把这个场正过来。于是我说：“有一年新闻联播上说：一个大客车跟油罐车相撞，只活一人，记者采访这个人时问：‘你是怎么下来的？’他说：‘不知道，只见眼前一团火光，我就站在路旁了。’”我接着说：“这个人不是炼法轮功的，

也是相信大法三退的人，肯定有原因，不然他命咋那么大？”

刚说到这，全桌人哈哈大笑。原来，我在讲这件事时，我的朋友悄悄跟旁边人说：“你们听着，往下他准说这人信法轮功。”我被耻笑，想离席而去，心想：“以后不再跟你讲了，非得救你呀？”

第二天，我给他打电话，一大堆怨恨：“我为你好，讲了这些年真相，你铁石心肠呀？”也许他明白一面急了，这回口气软下来，说：“我也不是不信，我母亲有病时我还说：你跟某某（指我）学学法轮功吧。我是对你们有些人不理解，到处撒东西，还不让人说。”我想：今天不管你说啥，反正以后我不会理你了，我问心无愧。我决定不再跟他来往。

师父在讲法中有这么一段讲法：“特别是在正法期间，所有宇宙中的正负生命都想在这次正法中能够被救度，包括最高的层层无量巨大的神，特别是它那些个世界的众生，因此它们都在世间、三界之内插了一脚，它们能失去这万劫不遇的救命机会吗？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。你没那个威德、你没达到我那么高，怎么救我？那么它就让你摔跟头、吃苦、去你的执着，然后把你的威德建立起来，你修炼到了哪个层次了，你才能救了它，都这么干。”[2]

在学这段法时，我看到自己的差距，也想再去找他，又被另一种复杂的人心掩盖了：算了，事过去了，何必为一棵树舍下一片森林。对他已经有了隔阂，这个隔阂是被伤害后藏的很深的一片细小人心，有情、有怨、有自我……

有近一年时间，我没跟他联系，偶尔想起他我就排斥，觉的是干扰，渐渐几乎就把他忘了。

就在我将要忘记他时，师父三次在我梦中点化。第一次

梦见他，我想可能是偶然吧，我没在乎。第二次梦见他站在屋门口，要出门时被我拦住了（好象我知道他出去就会死了）。我想这是点化，得救他，可心里又怵：讲了近二十年真相，没少下功夫，再窝回来咋办？想了想，又放弃了。第三次梦见他跟一个人说话，那人提到我时他没反对。这个梦让我看到自己怕丢面子、掉价、失自尊等人心。

我讲真相时，潜意识里有种东西，就是遇到不听真相的人，跟人家好较劲、拿话压人、噎人，意思是：我救你，比你明白，你不能争辩，不能跟我犟嘴，得听我的……这些心被旧势力钻了空子。生命能不能得救，要看缘份和背后操控因素多少，更重要的，是取决于你的正念和境界。

我给他打电话：“这么长时间没联系了，忙啥呢？”说时感觉心里轻松不少。他说：“不忙啥，还是那些事。”他爱好摄影、写诗和书法什么的，是个大忙人。我向他检讨：

“以前我说话口气硬，伤了你，向你道歉，还生我气吗？”他说：“就你心眼小，好生气，我啥也没有。”我说：“咱们聚一下，找个地方唠唠嗑，行吗？”他说：“那咋不行？”

于是，我找了两个朋友和一个同修，一起去了一家饭店。心里没了隔阂，说话就敞亮，见面后我说：“你瘦了，身体咋样？”他说：“大病倒没什么，小病不少，不过眼下死不了。”大家都乐了。我说：“我二十年一粒药没吃，精神状态和身体一直挺好。”他很敏感的说：“这次别说这话题，一说就打嘴仗。”我说：“这次保证不打嘴仗，你说啥我都听着。”

我提醒自己：别跟以前那样：讲真相象背台词，从健身、自焚、“四·二五”、恶党罪恶……也不管对方，让他连插话机会都没有，一通下来，才看对方脸，一看没明白，自己还想：我讲的挺清楚呀，你咋不明白呢？我体会到，讲真相要先看看对方是否进入听的状态，然后再讲，讲好讲坏，能看出自己的修炼状态，语气、善心、境界，一张嘴全摆在那。

席间，我跟大伙说：“我跟这位兄弟最好，可他就是不听大法真相，为这事没少争执。”另两个朋友说：“谁愿信啥信啥，反对人家信仰干嘛？”她俩我都给“三退”了。我只抱着为他好的心，不刻意灌输什么，也不强加什么。师父告诉我看人要看好的一面，我就看他好的一面，我夸他优点，以前是不夸的，说到他的才华时，他不语，心里很受用。

我又讲了新闻出版署第五十号令，我说：“法轮功的书解禁了，可以合法出版了。”他惊讶：“什么时候的事？”我说：“这可不是我说的，你到百度上查新闻出版署五十号令的第九十九和一百条。”他眼睛发愣：“真的吗？”脸上虽有狐疑，但春风已开始在他心中吹过。我又讲周永康、薄熙来等老虎苍蝇遭报的真实原因，我说：“真正的原因，不是权力斗争，那是扯，贪钱对共产党来说也不是事了，是打压法轮功遭恶报了，外人不懂天理才那么说，不信你就观察吧，迫害法轮功的人，大大小小一个都跑不了。”

一起去的同修几乎没吃啥，除了发正念就是给他说些大法真相，他点头，好象听进去了。

结账时，饭店给的一张内有三十元的优惠卡，我说：“这个给你。”他很高兴。

回来路上，同修跟我说：“今天效果挺好，他也同意三退了，这人不是你说的那样，是你心重了。”我说：“是啊，确实我没做好，耽误他得救，这是个教训。”

师父说：“我告诉大家啊，我们作为修炼的人哪，就尽量慈悲的对待你身边的一切众生。也许有的人是机缘不到，也许有的人中毒太深但是还可救，当然也有一些人是不可救的，但绝大多数都是可救的，目前你还分不清。我想千万别心灰意冷，对谁都慈悲这样去做，有融化钢铁的慈悲就能做好。”[3]

对照师父法，看到自己的认识总是没跟上，做的也差劲。这件事之后，我心胸开阔了很多，自我也放下不少。如果当

初我放弃了这个朋友，对他来说，可能会永远带着一个无形的枷锁，他的未来也就很危险了；对我来说，会留下一个深深的永远的遗憾。大法弟子是助师正法的，是有使命的，要在不断摔打中认清自己的使命和责任，尽快改正自己提高上来。

我将在大法中不断精進，尽快成熟起来，多救人。

叩拜师父！

注：

- [1] 李洪志师父著作：《各地讲法九》〈二零零九年大纽约国际法会讲法〉
- [2] 李洪志师父经文：《大法弟子必须学法》
- [3] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》

背师父经文《越最后越精進》的感悟

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十二月二十八日】我想把最近背《越最后越精進》这篇经文的过程和所悟写出来，和同修分享，不足之处，请同修慈悲指正。

读完一遍《精進要旨三》中的《越最后越精進》，思想深处有一种震撼，但是继续往下学其他经文后，随着时间的流过，这种震撼越来越淡，甚至那种想精進的愿望消失了，我想我要把他背下来，这样印象才能深刻。

这时畏难情绪出来，不想背了。可又想：越不想背，就一定要背，不想背法的是观念和执着，法能让它们现出原形，法能清除它们，它们才百般阻挠，而修炼也确实要迎难而上。

师父讲：“一个人在修炼中会有很多关要过，造成的原因是从人出生以后就在不断的对人类社会认识中产生着各种各样的观念，从而产生执著。因为人类社会就是苦难与利益享受并行的世界，人生就是有很多的苦难，无论你有多少钱、什么样的社会阶层。因为痛苦会使人难过，从而人自觉不自觉的就会对抗苦难，目的是想活的幸福一些，因此在追求幸

福中人就会形成如何使自己不受伤害、如何好过、如何才能在社会中出人头地、功成名就、如何能获取更多、如何成为强者，等等。为此，在有了这些经验的同时，也就形成了人生的观念，经验又在实践中使观念变的顽固。”[1]

这一段法背下来之后，没感觉到提高，我悟到不应为了背法而背法，而是应溶于法，同化法。

我开始对照法找自己了，我问自己，我的什么所思所想所为是师父说的那种人生的观念呢？慢慢的我回忆起了，六月份装修房子时，我花了大量的时间上网查装修的每一项应该怎么处理，目地是不被装修工人欺骗，我什么都懂的话，谁都骗不了我，房子装修的能更完美。不想受伤害的观念使我浪费了很多宝贵的修炼时间啊。

带孩子一累了，我就开始想了，要不我带孩子回娘家吧，三个大人带一个孩子，肯定轻松些，这是为了好过啊。

我不能仅限于教一对一，我得能教班课，这我才厉害啊，挣的也多，这是想成为强者啊，有名又有钱，而且能获取更多。

每次背法，我的体悟是，一段法背的慢一些，几天都在背这一段，反倒感到自己学到法了，体会到了大法的博大精深。反复的背这段法，我体会到了人的后天的观念的形成过程，有些念头在脑中一出现，我就知道它是观念了，我能把真我和观念分开了。

“这本来已经是正法与大法弟子在修炼后期的展现，可是还有一少部份学员，甚至是老学员，却在此时或多或少出现了消沉的状态，松懈了精进的意志，没有意识到这也是对正法时间的执著或不正确的后天观念干扰造成的，从而被旧势力先前在人类空间表层留下的干扰因素与邪灵、烂鬼钻了空子，加大加强了这些执著与人的观念，从而造成了这种消沉状态。”[1]

“当然，多数处于这种情况的弟子其实是因为开始没有

意识到自己的轻微执著或者观念的干扰，被邪恶钻了空子、加大了这些因素造成的。”[1]

我的修炼状态很多时候是消沉的。我的嫉妒心也很强烈，记得上初中时，元旦三天假回来，当听到同学说这三天玩的多，复习的少，我心理暗喜，因为我复习了，他们没怎么复习，那他们肯定没我考的好。为了自己名、利的获得，我竟然希望别同学不爱学习，这种心理很扭曲啊。这次背法，我悟到，这强烈的嫉妒心并不是我原有的，是被加大加强后的表现，而我把加大加强后的执著心当成自己的执着，所以去起来很是艰难。突然间对清除嫉妒心有了信心了，其实它很小。

虽然得法的时间很长了，但是我感觉我好象不相信大法法理，眼见为实的观念和无神论却占着上位。不珍惜今天的得法机缘，不珍惜现在的肉身，从得法到现在，炼功的总次数少之又少。这次背法中，我突破了，我开始往精進的路上走了。

师父讲：“我知道你们明白后会很快跟上来，但是你们要能在这条最伟大的神的路上少走弯路、不给自己将来留下遗憾、别拉开层次的距离，才是我与你们以至期盼你们的众生的愿望。”[1]

在读法时，我把“距离”理解为是我与精進同修的距离，这么悟说明我还有争斗心，总想和同修比。在背法中，我悟到，“距离”是我能修到的层次与我原始的层次的差距，不精進修炼，我是回不到原来下世前的层次的，不能心存侥幸心理。

在背这篇经文的过程中，曾经出现多次想放弃的想法，感觉背不下来，感觉不好背。在确定我要继续背之后，我没有急于背下来，而是通读，要背哪句话，就先一遍一遍的通读，我悟到背法和背常人的文章和课文是不一样的。背常人的东西，是我们记下了这些东西，在记的过程中，还可以用

一些常人的记忆技巧。背法，在背的过程中，法清除了观念和执著后，自然而然给我们在思维中的展现。

大法的每一句话都有博大精深的内涵，如果觉的在相同的时间内，背法没有读法学的多，这是不是一个亟待去的执著呢？

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈越最后越精進〉

坚持背法

文：大陆大法弟子 秀儿

【明慧网二零一八年十二月二十八日】一九九五年十月，在单位大姐引导下，我们夫妻俩一起走进大法修炼。过一段时间，我和A同修组织了集体学法小组，大家比学比修、共同提高。

我也开始背法了

一次有位同修学完法后交流说：“我正在背《转法轮》，这是一部宇宙高德大法，我一定要背下来，装在脑子里，我一定要修上去！”他说的时候特别坚定，对我有一种强烈的震撼，也激发了我背法的愿望。我从此克服了上班远、工作累（纺织厂）、孩子小等各种困难，也开始背法。

开始时一段一段的背，先把一段背熟后，再往下背。把背熟的法装在脑子里，利用等班车、坐班车、上班休息的时间背法，由于经常沐浴在法中，感觉到精力充足、心情愉快，用了一年多的时间背完一遍《转法轮》。

当我背第二遍《转法轮》时迫害发生了，我三次进京证实大法，三次被非法关进看守所，两次被非法劳教，还曾被关在洗脑班迫害近一年。

回到家中，家庭发生了很大变化，上小学的孩子不听话，

天天泡在电话上；丈夫不修了，并坚决反对我修炼。过去和睦的家庭没有了，我整天伤心、痛苦，学法不能入心，更不知修自己，家庭矛盾越来越大，裂痕越来越深。

二零零四年，当我快修炼不下去、痛苦承受到极限时，我突然意识到只有大法能救我，马上决定要再背法。这一背，就坚持了十几年，直到现在。如今，我一天背一讲《转法轮》，骑车、走路、坐车都能连贯的背法，背法已成习惯，越背越爱背，越背越感受到修炼的美妙、超常；越背越感到时间象金子一样珍贵，需要我珍惜。

背法使我去掉了执着心、各种欲望；背法使我更加注重向内修，注重修每一思每一念；背法使我走过家庭魔难；背法使我增加了智慧、增加了慈悲心，能救更多的众生；背法使我看到法在不同层次博大精深的内涵，那种美妙难以言表；背法使我更加坚定的百分之百信师信法；背法使我更加珍惜这万古机缘、珍惜师尊用巨大承受延续来的分分秒秒，抓紧时间做好三件事；背法使我找回了修炼如初的修炼状态，使我在返本归真的路上奋起直追、更加勇猛精进。

现在回想起过去发生的事情历历在目，一幕幕在我眼前回放，有悲伤有喜悦，我决定把我这十几年中背法中的修炼经历和体会写出来，向伟大的师尊汇报，与同修们交流分享。有不在法上的请同修慈悲指正。

只有大法能清除修炼中的干扰和魔难

我被非法关押后，为了照顾女儿上学，侄女住进我家。从劳教所回到家时，发现丈夫和我的侄女之间关系很不正常。丈夫当着我的面给她钱让她去买菜，晚上俩人还一起出去，很晚才回家。有一天在收拾房间时，发现了一封侄女写给我丈夫的信，打开一看，越看越让我恶心肉麻，心跳加快，这是真的吗？世上真有这样的事吗？好像是在噩梦中，信中的字，象一根根毒针扎在心上，来的是这么突然、残忍。霎那间我好像掉进了万丈深渊，痛苦的不能自拔，完全忘记了自

己是个修炼人，妒嫉、委屈、痛苦，顿时对他俩恨之入骨。想拿这封信找我侄女说她恩将仇报，还有一点良心吗？想跟丈夫说：你的道德沦丧到如此可怕的地步，连禽兽都不如！

痛苦中到了同修家，在她劝说下把这封信撕了。回到家中，两腿发软，痛苦的忍受到了极限，如果不发泄，就象疯了一样，好像死去一样难受。在痛苦中拨通了我嫂子家的电话，我的眼泪就像打开的闸水一样，一边哭一边诉说自己的委屈，泣不成声，也不知哭了多长时间，只听嫂子说：“妹子，你再苦也不能离婚。”放下电话，全身无力，这封信使我心烦意乱，也不想学法了，陷入了跟丈夫、侄女争斗打架之中，矛盾越来越尖锐。

有一次出去发真相资料被丈夫发现，他打我，嘴被打出了血，脸肿了半个月。有一天他气呼呼的说：你们还贴全球公审江泽民！又打我两个嘴巴子。有时跟他要钱，上来就踢我两脚，还说：“有法想去，没法受着。”在家里也没有学法炼功的环境，看见我学法就把书抢过去撕成碎片，再从楼上扔下去。有一天晚上发正念，他阻止我不让发，用死来威胁，当着我的面吃了一瓶安眠药。把他送到医院抢救，我看着他洗胃时发出痛苦的呻吟，我的心被揪着，说不出什么滋味。旁边的人也议论纷纷：“怎么还吃药呢？”都用奇异的眼光看着我，使我很内疚。出院后，他说这日子过不下去了。我也感到修炼的艰难，心理承受到了极限。

夜幕降临，难以入睡，想想自己在这几年中学法根本不入心，怨心、妒嫉心不但没去，还在增加。眼睛看着法，心却不在法上，总想丈夫怎么对不起我，根本不知道向内找，家庭环境不但没改变，矛盾还在不断升级。丈夫的表现，不都是自己执着心促成的吗？师父告诉我们：“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”[1]是我自己在魔难面前忘记了根本，忽视了学法，而造成当前的状况啊！

我决定开始背法。这是二零零四年。

我背法 丈夫转变

我又开始背法，在家时利用丈夫不在家的时间背法，干活卖面条时就在侄女中午回家休息的时间背法。利用骑自行车时再反复背已经背熟的法。心中有法，怨恨心、妒嫉心、还有不好的思想念头出来时，马上认识到那不是我，让这些不好的败物在另外空间解体、灭尽，增强主意识修自己，按照法的标准要求善待丈夫。

以前他不给我钱我就不给他做饭，认为合情合理。平时不和他说话，一直处于冷战状态。背法后，我去掉这些邪党思想，用自己挣的钱买菜做饭，给他买衣服，也能主动跟他说话了。他爱好养鸽子，以前他不在家时，他找他的朋友喂鸽子，背法后我主动承担起这个责任，他上班或不在家时，主动帮他喂鸽子。他虽然嘴上没说什么，看得出来他心里很高兴，打扫鸽子棚时，及时告诉他鸽子的情况，有病的鸽子就及时给它们打针。

我们之间有了沟通，家里也变的祥和。

在背法过程中，去掉了很多执着心和不好的思想念头，同时不断的对丈夫发正念，清除他背后的一切邪恶因素。

丈夫发生了意想不到的变化：给我买了一辆新的自行车；看了我放在他枕头下的真相资料；跟他讲“三退”，还同意退出了少先队；我发现放在家里的真相资料少了，他告诉我是他帮我发了一部份，等等类似的事情不断出现，我在家里也有了修炼环境。

从丈夫的变化，我体会到了大法的威力，更增加了背法的信心。二零零五年过年之际，他又从新走向大法修炼中来了。

我无法用语言表达对师尊的感恩，面对师尊法像，我泪流满面：像这样一个生命，烧过许多大法书、大法图片、对

大法做过许许多多坏事，师尊依然给他选择的机会，师尊慈悲，弟子唯有精進实修，做好三件事，才对的起师尊的慈悲苦度！

坚持背法 女儿从吸毒走入大法修炼

女儿技校没毕业就不上学了，经常去网吧、舞厅，还学会了抽烟、喝酒、说谎话。有一天晚上，有位四十多岁的男人来我家，女儿说是来给她修电脑的。

想不到的魔难又来了，女儿突然失踪。想来想去，女儿的失踪跟这个人有关系，大海捞针，去哪找他们呢？我焦急万分，怎么办呢？我家也建立了资料点，就跟我一同做资料的同修说了此事。同修听后也很着急，说：“请师尊加持，必须找到孩子，我们发正念。”

同修的正念我很感动，几天后，晚上一点多钟接到了一个男人的电话，说他知道我女儿在哪里。我说：“这么长时间为什么不告诉我呢？作为她的母亲你应该知道我的心情，我必须见到女儿，明天八点，你在A地等我！”他答应了。放下电话，我的心怦怦在跳，担心、害怕、恐惧，使我根本不能入睡。第二天早上见到了这个男人，正是那天晚上去我家的那个人。

他把我带到一个阴暗、潮湿的大房间里，我看见了女儿，她头发披散着，上身穿一件大秋衣，下身穿一条内裤，脸又黄又瘦，目光呆滞。看见我，没有母女离别后重逢的喜悦与亲切，就是哭，一边哭一边让我快走，不停的让我走。

看见眼前的这个女儿，我的心难受到极点，霎那间，两个最可怕的字在我脑子里出现：“吸毒！”

在劳教所里见过吸毒犯，她们不止一次的进劳教所，用她们的话说：“只要吸毒，根本就戒不了。”这么可怕的事情发生在女儿身上，想到这使我毛骨悚然，我的肉像被刀割一样，每个细胞都在承受着痛苦……

女儿还在哭。

我告诉自己要抑制住情感，让自己的心平静下来，用最大的母爱跟女儿说：“你不在家，我是多么的想念你，你现在身体不好，咱们回家吧。”我劝她，说了很多，她就是不想走，变的麻木、冷漠、无情。

我必须把女儿从这个魔窟中救出来，我请伟大的师尊加持，让女儿回家，我发正念解体她和他背后的一切邪恶因素。在师尊加持下，女儿最终跟我回家了。

几天后，那个男人把女儿报警了，两个警察把女儿带上警车，送到了戒毒所。

女儿走后，像一把重锤把我击倒在床上，说不出是怎么难受，就像一切都在静止。我的情绪从未如此低落过，被情带动的学法不入心，经常走神。修炼有漏被旧势力钻空子。一天同修让我参加一个协调会，我走后警察来绑架我，抄家，抄走电脑、打印机等法器。

感谢师尊的巧妙安排，让我躲过了这次绑架。从此我走上了流离失所的路。

女儿在戒毒所里呆了不到半年回来了，为了不让她接触不好的人，在同修的帮助下，我们搬到了比较偏远的农村。房子很旧，没有院墙，地上都是杂草，西边没有房子，显得很荒凉、孤单。女儿说：“好像破庙。”这里离城市很远，但她还是早出晚归的去戒毒所，说是看某某。女儿的事成了我的心病，很难放下。觉的很无望，方方面面干扰很大，女儿天天打电话，一直打到半夜两三点钟，交谈的都是吸毒的事，告诉我有二十多岁吸毒过量死的。有一天跟我说，在戒毒所里认识一个人，四十多岁，等他出来后要跟他结婚，还骗了我五千元钱给他。

我的精神好像要崩溃，真好像师父所说“百苦一齐降看其如何活”[2]。这里的环境也很特别，房子后面有个大坑，晚上青蛙呱呱叫个不停，这里有两间房，房的外边盖了一个

小间，只有一个光线很暗的小灯，把灯拉到小屋里，在一个什么都没有的小土炕上垫一张大报纸，我就坐在报纸上学法、背法，炕的中间还有一个大洞，夜深人静的时候还很害怕有蛇爬出来，房顶上面还有老鼠在爬。

我知道再艰难、再困苦我也要坚持背法。只有法能让我度过这个魔难。我每天晚上坚持背法，不断的给女儿发正念。毕竟是母女，所有这一切，女儿都看在眼里。

就这样，过些日子女儿终于有了很大的变化：她手机里有很多败坏的照片，我让她删除了，马上就删除了；她想去戒毒所的时候，我就告诉她不要去，不要再接触不好的人，她也能听话不去了；告诉她该睡觉了，也能及时关机。

四月的天气，农村蚊子很多，我们被咬的满身是包，在这里住了两个多月实在住不下去了，就搬到我们所在地的亲戚家的房子里，结束了这段艰辛的日子。

在这二十几年的修炼中，女儿也跟我经历了很多魔难。“七·二零”中共邪党迫害大法后那几年我不在家，用她的话讲，在她幼小的心灵里，“经历了难以想象的艰难。”

以前跟她说过很多修炼的事，她就是不想学法，当师父的《二零一八年华盛顿DC讲法》发表后，我让女儿看了一遍，我说：“以后跟我们学法吧。”她真答应了。每周一次的集体学法她也参加了，到现在已坚持几个月。当她坐在那学《转法轮》时，我眼里含满了感恩的泪水，是伟大的师尊去掉女儿的罪业，使她一步步变好，走进大法修炼中来，这是一件多么不容易的事情啊，永远感谢伟大的恩师，弟子唯有精进实修、救度更多众生，才对的起伟大的师尊的慈悲救度。

坚定的信师信法 医生的判断错了

我和同修去偏远的农村讲真相救人时，被不明真相的人举报。警察把我们绑架到派出所，然后送到邪恶的洗脑班迫害。我们被送到四楼，同修在隔壁。我发现关我的房间上面

的窗户没关严，窗户里面的铁罩子有一个比较窄的口，外面还有绳子，可以顺着绳子溜下去。

第三天晚上，我决定从这里出去，在没出去之前，背了两讲法，我的右手被铐在床上，手被铐肿了。我请师尊加持，第四次手从手铐里出来，窗户里面的铁罩子共有十七层，爬到最上面发现这个口太小出不去，扒开大一点的口是有响声的，洗脑班里有很多人，四楼值班的就有几个。请师尊加持发出强大的正念让他们听不见声音。我开始扒铁罩子，夜深人静，发出很大的声音，用了半个多小时，口稍微扒大一些，全身还是出不去，怎么办呢？想起师尊在《转法轮》里说：“那个生命体也不是固定不变的，他可以变大和缩小的。”请师尊加持让我的身体变小，第三次终于从这个口出来到了凉台上。长长出了一口气，从四楼看下去一片漆黑，抓住这条绳子往下爬，可是绳子日久天长霉烂了，断了，我一下子就掉下去，然后什么也不知道了。

被送到了医院。当我醒来时，两脚已打上牵引，两腿膝盖处摔成严重的粉碎性骨折，身上有八处伤，缝了几十针，全身都肿了，牙被摔掉了好几颗。医生判断我必残。我在医院住了三天，就坚决要求出院回到了家中。

到家后，女儿很伤心，哭着告诉我残废了。我说：“没事，明天站起来，骨头不就没事吗？”她不相信。三天后全身还肿着，还没拆线，同修跟我学完法后，我请师尊加持，同修帮我站起来了！女儿也相信了骨头没事，证实了大法的神奇。

通过学法、背法、发正念、向内找，发现自己有很大的漏：有强烈的显示心、欢喜心、求名的心、证实自己、做事走极端、不修口、执着同修的执着、爱听好话的心。发现这些不好的思想及时排除，解体灭尽各种执着，今后一定扎扎实实的修好自己。除了跟同修集体学法，其它时间就是背法。腿很痛，就站着，手扶着床背法，背完法后就发正念。

在师父和法加持下我的腿好的很快，在两个月零两天的

时候，我能在屋里走十九步。女儿高兴的说：“终于盼到这一天了！”她笑了，我却哭了，泪流满面，是伟大的师尊替我还了欠下的业力，我无法用语言表达对师尊的感恩，师尊给了我全新的生命。

半年后我又骑上自行车出去救人了。用医生的话讲我必定残废，但我信师信法，又一次见证了大法的超常、师尊的伟大。

多学法、多背法是多救人的根本

师父在《大法洪传二十五周年纽约法会讲法》中讲：“对你的要求上，作为大法弟子来讲，还是要尽量的做好，完成你的历史使命，救度众生，你必须得去做好，我告诉大家，救度众生这件事情它是至关重要的，你必须得做。”

作为弟子就要听师尊的话，我安排每天早晨六点半左右出去救人，中午十一点左右回来，吃完午饭后就开始学《转法轮》，下午四点左右再出去救人，六点之前回家，晚上背法。我的日子过的特别充实。在坚持十多年的讲真相救人的路上，经历了很多，也积累了很多经验，走出了自己救人的路。从城市到农村，四、五十里的范围留下了救人的脚印，在救人的路上越走越宽，越走越理智、成熟，救的人越来越多，正念也越来越强、越来越有智慧、慈悲心也越来越大。

结束语

在这二十几年的修炼中，风风雨雨走到今天，都是伟大的师尊替我承受了欠下的业债，我才可以完成救度众生的使命，在正法的最后阶段，加强自身的修炼，用心学法、背法，救度更多众生，让师尊少一份操劳，多一份欣慰，弟子唯愿师尊笑！

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈排除干扰〉

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈苦其心志〉

突破观念 在背法中学会向内找

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一九年一月一日】二零零六年我有幸开始修炼法轮大法，师尊很快的给我净化了身体。不知不觉中我以前很严重的胃病、头痛病都没有了。可是我只知道真善忍好，这样的感性认识，还谈不上修炼。我受益了，我想，我有文化、又年轻，能不能也为大法做点什么（当时的想法，其实都是给自己做），很快联系上了同修。那是二零一零年的下半年。那时我错把做事当成了修炼，用人理衡量事情的对错，根本就不会修炼。

一、被迫害中才知道了法的重要

二零一二年，我跟人讲真相时被举报，被警察送进了劳教所，违心的所谓“转化”了，当时内心的痛苦无以言表。在一次狱警给大法弟子开会中，我讲了大法的真相，于是好多违心转化的学员都说大法好。

在劳教所，我遭受了第一次毒打，那时四、五个警察把我堵在墙角，有用电棍电的，有用脚踢的，有用书卷成棒子使劲抽我脸的。当时我一个字不提，不能连累同修。心里想起了师父讲法时说的喊师父呀，就在心里喊了两声师父，同时把心一横。“朝闻道，夕可死”[1]。就这样，他们电我，我居然没有感觉，打我也不知道疼。被打后，我的脸几乎被毁容。那个可怜警察不知使了多大的劲踩我的手，我当时还想，这干什么呢？过后发现自己的手背整个都青了。后来才知道是师父替弟子承受了。丈夫在家做梦说我被打死了，第二天来看我，遭到拒绝。

又有一次，大概是队长说我们做错了什么，对我们罚站。当时一场针对我的邪恶迫害就要爆发，我没有动心，忽然想起了师父讲的一段法，对我的迫害就烟消云散了，而且让我回去睡觉了。在那样邪恶恐怖的环境下，我才知道了法的威

力。

零零星星的想起了曾经背过的师父的几首诗，来回反复的背，不觉间悟到了法理，那种内心的喜悦无以言表。知道了自己的这场不必要的魔难是求来的。

二、突破观念

我家楼下有个老年同修，二零一零年得法，每天学法六、七个小时，而且天天参加晨炼，非常精進。我一开始不认同，心想什么时候炼都行，我有时间，不用上班。

后来，经过大量的学法，我想我也参加晨炼。然而多年懒散的习惯已经养成，下定决心三点四十起床，第一天就没起来，第二天又不想从被窝里出来，第三天铃声响了，我就象被粘在褥子上根本就起不来，我想肯定是安逸心不让我起。我就一边念着安逸心死，懒魔死，就这样我终于起来了。但是，没两天，丈夫不干了，说你不睡觉熬死了，被他拖过那么几回。后来习惯了，他也就不管了。我在炼功上突破了。

晨炼起来之后，我居然连续过了六、七个关。虽说过的不是太好，但感觉百分之九十五的算过去了。过去之后，好多同修都说我改变了。

现在我每天三点四十分起床，五套功法一步到位，基本没有耽误过。在讲真相中，我也由原来的不敢讲，到现在的堂堂正正的讲，也悟到救人是师父在做，而且生出了慈悲心。这都是我以前想都不敢想的。

三、背法，向内找

看着同修背法的体会，我羡慕极了，我也要背法。然而背法却不是一件容易的事，背了两句就背不下去了，就开始划手机，很快一、两个小时就过去了。过程中有好多同修带着我背，在此，感谢同修的无私付出，更感谢师父的慈悲安排，让我现在还在坚持背法。

在背法中我学会了向内找。开始时是遇到什么事我就无

条件的找自己，后来看到同修的不足也找自己，把同修当作自己的一面镜子，形成了向内找的机制。仅举一个例子，那天见了A同修，她在我面前提了一堆同修的事，大概就是张三怎么了，李四又怎么了，我听了很不舒服，没说什么，找了个理由就离开了。没几天，见到B同修，她也说了一堆同修的事，我听了不悦，还跟同修说，修炼就是修自己。回去后，觉得不对劲，为什么他们都是这样表现呢？我就问甲同修我是不是也这样呢，她说，没她们严重，但也有。我知道我该修心修口了，因为每个同修都有师父管，我归正了自己。再见了同修A、B，人家都是只字不提别人，原来师尊是叫我看呢。

就这样心性得到了升华，我很轻易的戒掉了看手机、看电视的坏毛病，以前也知道这些不对，可是反反复复就是戒不掉。现在我用了一个老年机。

背法、向内找真的太重要了。师尊讲，“如果人人都向内心去修，那就截然不同了。也用不着你打抱不平了。”[2]我悟到，如果每个大法弟子都能向内找，这场迫害就没有了。

师尊还讲：“真正修炼，就得向心去修，向内去修，向内去找，没有向外去找的。”“你想通过什么手法、方法去静，我说那都是向外去求了。而炼功恰恰走偏，走了邪道了，就是指人向外去求。”[2]

学法、背法、向内找、时时修心性，不断的突破自己，融入整体。此外，看明慧网同修文章，对自己的帮助也很大，能找到自己不易察觉的错误和缺点。谢谢同修！

最近，好多人说我年轻了，讲真相时，有几次都有人称呼我闺女，其实我已经四十五岁了。

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈溶于法中〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

学人不学法的教训

文：吉林大法弟子

【明慧网二零一九年一月二日】我是吉林省一乡下大法弟子。从中共迫害开始，一直和妈妈一起学法，有什么事，不会拿法衡量该怎么做，而是出去问同修S，S说怎么做，我就怎么做。

二零一七年的一天，S说：单篇经文啊，放的很乱，可以烧了。我没加任何思考，还理解为以前单页的、旧版的、小版的大法经文，明慧网出了正版的经文以后，都应该烧掉，于是我就都烧了。烧完，我就觉的不对，又不知道不对在哪里，又后悔，又难受，在师父法像前痛哭忏悔，请求师父原谅自己。与其他同修说了烧经文的事，同修也说我错了。

为此心里背上了重重的包袱。因为这事在我心里已经形成了很大的阴影，一直感觉自己做了件无法承担的大错事，每天心思沉重，愁眉不展。我多次跟其他同修说起此事，同修也说我烧经文不对，也叫我跟师父忏悔，说只要自己知道错了，师父会原谅的。

可是每次切磋完此事，我心里跟没切磋一样，还是难受，而且每次想起烧经文的事就流泪。不知道为什么，怎么认错都卸不下来这个包袱，我实在太难受了。有同修让我在明慧网上写声明，我也想写声明，可我又不会写字，一筹莫展。

一晃事情都过去一年多了，我还是被这个问题压得经常流泪，心里一直轻松不起来，也不知道为什么。今天再次跟A同修说起此事，请A同修找人帮我写声明。A同修领我去参加了集体学法。学完法后，A同修就要求学法小组的同修切磋切磋。于是我流着眼泪很痛心的跟学法小组的同修们说了我曾经烧经文的错事，请同修帮我写声明上网。

A同修让B同修给我写。C同修说：你自己知道错了，在师父法像前诚心认错，再把痛悔、懊丧、自责等人心都放下就够了，不用上网声明，你这样痛哭、懊丧、自责的，会被

旧势力钻空子的。B同修说：可以声明，也可以不声明。这事既然让你难受一年多了，说明你还不知道自己错在哪里呀？你得在法上明明白白的提高上来，才能去掉人心啊。你是拿什么衡量自己的行为是错是对的呢？你感觉自己做错了或听同修说你做错了，你是拿法对照自己而明明白白看到自己做错的吗？我们修的是大法，我们的言行都要遵照大法去做，才符合法啊。你记得师父说的“有的人拿我的这本书随便勾勾画画”[1]那段法不？

切磋到这，我的心被触动了，似乎明白了什么。同修帮我在《转法轮》里找那段法，可是怎么也找不到。我从兜里拿出《转法轮》，一翻就是这段法：“有些人的悟性就是上不来，有的人拿我的这本书随便勾勾画画。我们开天目的人都看的到，这本书看起来五光十色，金光闪闪，每个字都是我法身的形像。我要说假话就是在骗大家，你那一笔画上去黑乎乎的，你就敢随便往上画？我们在这里干什么？不是带你往上修吗？有些事情你也应该想一想，这本书能够指导你修炼，你想他珍贵不珍贵呀？你拜佛能不能使你真正修炼？你很虔诚，不敢碰那佛像一点，天天给它烧香，而真正能指导你修炼的大法你却敢去糟蹋。”[1]

我流着眼泪读的这段法，我终于知道自己错在哪了，我做了一件糟蹋毁坏指导我修炼回家的大法的大错事。

同修帮我理顺，当时的我不是“怕”家里经文多，也不是没有地方存放经文。那是为什么我有事不是拿法衡量应不应该做，而是要听S同修的呢？是因为我一直崇拜S同修，自认为他修的比我好，他做的比我好，认为他说的一定是对的，所以不加任何思考的就照做了。师父说：“当然啦，还有一些事情发生。因为各地学员现在基本上都很冷静了，都能在法上认识了，正确对待这些事了。以前经常有学员说，在我们炼功点，这个人表现的太好了，他怎么做咱们就怎么做。我告诉大家，千万不能够这样干，也千万不能这样想，

修炼的人不能学人，要以法为师啊！（鼓掌）你们一旦要这样做、这样去想的时候，就会出现两种问题：一个是很可能你会把那个学员弄上绝路上去，旧势力很可能让他出问题甚至早走，从而考验其他学员：你们都看他，在这种情况下你们还学不学了、修不修了？在这种情况下还真的就有人这样想了：他都不行了我还能行吗？动摇了。那这是不是旧势力钻空子了呢？连我这个当师父的都没话说！那旧势力会说，你看看，这考验结果怎么样？我们做对了吧。所以正念不强时人心就会浮动，千万要注意！要以法为师，你不能看哪个人修的怎么样就因此而学人不学法。”[2]

我知道我真正的错是“学人不学法”造成的啊！今天又看到明慧网发表的文章“关于销毁《新经文》的认识”，我更加理智清醒了。

每天都在学法，我自己却没有溶在法中，如果脑子里都是法，时刻想起自己是大法弟子，出现任何事我都能想起法，对照法，向内找自己，就会放下私我，去维护大法的利益，邪恶哪有空子可钻啊。

今天请同修代笔，帮我写出此次沉痛的心得，恳请师父原谅弟子，今后弟子一定只听师父的话，按照师父说的做。

感谢师父慈悲苦度！感谢同修帮助！不当之处请慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《二零零四年纽约国际法会讲法》

修炼交流摘录

开始做发行时，我看到唐人街的报箱被涂抹，报纸散落在地上，有时报纸刚放进不久就丢失，一直为抓不到是谁破坏的而困扰。反映给主管，主管开会时跟大家强调说：“你们相信自己有功能吗？如果你在想你是修炼人好象应该有，那说明你的正念不够强。你是大法弟子，你是有功能的。遇到邪恶破坏，念口诀，你的强大的正念就能制止邪恶，让邪恶解体或者现世现报。”这件事对我震动很大，遇到问题用常人观念解决总会受限制，我们做证实大法的项目就应该超越常人思维，因为我們是最正的，宇宙的正神会帮助我们制止邪恶。从那以后，我时时用正念清理不正的因素，真的很神奇，从那以后，报箱没再损坏，报纸也没再乱丢了。

——《在媒体工作中实修再精進》

学会上明慧网以后，以前遇事就等着去学法小组问的同修，学会在明慧网上同修的交流文章中找答案了，看同修是怎样按照大法的要求修炼的；师父新经文发表后，同修们第一时间能看到，不用眼巴巴的等着其他学员给打印下来了；每日大陆综合消息中需要同修们整体配合的事项也能及时的参与，不象以前那样，等看到地方《明慧周刊》的消息时，往往都过了日期。现在明慧编辑部征文后，同修们都积极参加，不再觉的那是会写文章的同修的事了。现在同修们深深的体验到了，明慧就是我们的家。因常回家看看，所以对家里事知道的也多了，视野宽阔了。

——《学会上明慧网以后》

我白天要工作，有时候还有朋友之间的应酬，家里也有许多事情要处理，所以有时很忙，我把每天发生的事情都当

作是我实修的一个过程。有时没有大段时间背法，我就利用零散时间背法，我把明慧网上《转法轮》打印版本文件复制到手机上，实在忙我就抽空看一句法，然后把这一句法在心里反复背，一段里的所有句子都背完后，等有大段时间了我就背这一整段，背下来后再继续背下一段，若是背法得不到新法理，我就找自己当天或最近几天实修中自己没有修好、没有注意到的问题，等修过去之后，马上我就能看到新的法理了。平时我在遇到某件事情时，大脑也会反映出来不同的念头，我立即抓住这些念头，这就是我向内找的线索。我还利用在家里打扫卫生、等车等时间听明慧广播，借鉴同修的修炼心得，对照着找自己的不足。

——《直面矛盾找自己 才有力量救人》

在邪恶操控下，该市公安、国安联手连续绑架法轮功学员，一时间，看守所非法关押二十多位法轮功学员。当时该市同修心情压抑、恐慌，压力很大。同修们顶着压力在法上切磋交流，悟到是大家没学好法，没按照师父要求做——在向当地民众揭露当地邪恶方面做的不够，揭露当地邪恶的真相资料做的太少，人为的滋养了邪魔。因为邪恶是最怕曝光的，于是大家决定都努力放下自我，清除怕心，大量曝光邪恶，做当地真相资料。能贴的贴（有的同修将大粘贴在三天内贴了五百张），能送的送，能挂的挂，能讲的讲，咋做都行，同修都动起来了，用心做。一段时间后，狱中停止了邪恶的“转化”。被绑架到看守所的同修正念也起来了。一天上午九点多，有位同修向着看守所对面马路上的行人高呼“法轮大法好”，声音被师父加持的那样高亢、清脆、动听，一时被绑架到看守所的同修都齐声高呼“法轮大法好”。在强大的能量场下，人好象要飘飞起来，泪水也止不住的流。被关的刑事犯也有跟着说“法轮大法好”的，也止不住的流泪。那时是上午九点多，忽然天一下黑下来，象夜晚一样黑，同

时雷声大作，闪电划破长空，顷刻间大雨倾盆。关押上千人的看守所里警察没有了踪影，只有“法轮大法好”响彻看守所上空。直至两个小时后要吃午饭时，天才亮了起来，一场正邪大战暂停。次日，在慈悲伟大师父的加持下，被绑架的同修全部获释回家，两个被非法批捕的同修也取保回家了，当时看守所沸腾了；那天跟着说“法轮大法好”的刑事犯神奇般的变的年轻漂亮了许多，有些刑事犯跳着欢呼，没过几天，刑事犯罪嫌疑人也放出十多个。

——《整体配合好 邪恶必灭》

记得二零一零年，我和女儿在一个小区租了一间房子，是七楼，这一住就是八年。当时这个门楼的楼道非常脏，没有人打扫卫生，尤其是三楼和五楼，垃圾堆的走路都困难。我想自己是大法弟子，严格要求自己，展现大法弟子的风采。我开始清理楼道，从七楼扫到一楼，再从七楼擦到一楼，连擦两遍。从此以后我每个月都如此，坚持八年，楼道整洁了，人们也不随便扔垃圾了。邻居都夸我是个好人，有的说你看人家扫楼道一点灰尘都不起，有的孩子发自内心的说：“阿姨，您辛苦了。”有的还说，你这么辛苦，我们各家为你出点钱吧。我都婉言谢绝。邻居们都知道我是炼法轮功的，这样我给他们讲真相、劝“三退”，他们都听，送光碟、真相期刊、《九评共产党》的书，他们都能接受。

二零一三年十月的一天，我被警察绑架到当地派出所，当地的公安分局国保大队警察也来了，我在师父的保护下当晚被放回家。一天我正在打扫楼梯，碰上四楼的邻居，他当时在我们居住的街道上班，他告诉我说，街道领导派他对我进行“监视居住”，他说：“我天天和领导辩论说，‘你让我看着好人我不干！’领导说为什么？我说我们的楼道二十多家，老的少的都有，共产党的干部也有，可是就这么一个

法轮功（弟子）来了，常年坚持打扫楼道卫生，每次都是连扫带擦，每次都得两个多小时，而且扫楼梯时先掸水，处处为别人着想，水掸的不多不少，因为多了和泥，少了起灰。扫时她用塑料袋子把一个台阶一个台阶的灰都装起来，避免起灰。我被她的善心所震撼。你们说的再冠冕堂皇，你们没做到，我认为谁做到了谁就是好人。这么好的人你让我看着她我不干。领导说你不干就给你放假回家，我说放假就放假，那我也不干。”邻居接着说：“我以前觉的自己境界挺高的，最起码我自扫门前雪，把我这一层楼扫干净了，可我和这个法轮功（弟子）的境界简直没法比。最后领导说既然这么好，咱们看着这么好的人干啥？从此这事就不了了之。”当时我激动的说：“你摆放了你的位置，你会有美好的未来的。”

我深有感触，大法弟子做好了，本身就是真相啊！

——《在法中修出的真善》

我（现年九十三岁）走出门去劝三退救众生，成了我日常生活的一部份。做三件事儿的排序，就是我的生活序列。我每天上午学法：四个正点发正念，经常延长发正念的时间；下午就出去讲真相救人了，每天三个小时。劝退的人不是太多，但我每天都有收获。我一个人的生活没有困难，生活也很简单。每天的主食，买几个烧饼、馒头，早晨做个菜，就够一天吃的，我从不在于吃上浪费时间。

我对每天出去劝三退，有一种隐隐的期盼。我把这件事儿当成我这一天，学法、发正念的检验和收获。如果我这天能劝退几个人，那是师父助我，也是对我学法认真，心性有提高的肯定。如果忙活一下午，也救不了一个人。那就必须得向内找，自己在心性上，又有什么地方没过去？

有一天，下午我早早就出去了，一下午道没少走。可是，

碰上一个是损我的；一个和我翻白眼儿的；还有一个根本就不理我。我怀着很扫兴的心情往回走，头脑中的第一念，就是自己有什么地方不对劲儿了。细思顿悟：昨天讲真相，收获颇丰，到家快五点了，身上感觉有点儿累，就想躺一会儿歇歇，等到正点发过正念后再吃饭。可等醒来一看，都快七点了。我一看时间已然是过了，那就吃饭吧。吃过饭，看了一会儿新经文，就早早的睡了。今天的讲真相受阻，就应该和自己昨天不重视发正念有关系。以后，自己应该提高对发正念的认识，因为发正念里的内涵太深了，牵扯的面儿太广了。向内找对了，第二天，没觉咋地就劝退了五个人。

我以自己九十三岁的人能走能撂的健康体态，出现在世人面前，本身就在证实大法。做好三件事，我虽然信心满满，万事无忧，但有时，自己感觉走的好好的，也会摔个跤什么的。尤其冬天，我的侄子就劝阻我，不要出去了。我笑而不答，我心里太有底儿了。我本身就是师父给延续的生命，我的一切，都是师父给的。我必须按照师父说的去做，我会万事无虞的。有一次，我在一个大超市讲真相，不知被什么东西绊了一下，就摔了个大前趴。旁边的人都吃惊的望着我，我若无其事的站起身来，和周围的人说：谢谢大家关心，我没事儿。确实是没事儿！这时我就开始讲真相了。我实话实说，从我自身特色，入题劝退，很有效，讲一个退一个。我对自己摔跟头，我不认为是偶然的，这个跟头里一定有让我提高的东西。我就主动向内找，实在找不出来，就请同修帮我找。我如果找对了，第二天身体所有的不适都消失了；如果我没找对，那得第三天才能好，但事后我会继续找的。

有一次，我在医院讲真相，在门诊候诊室，有一个男的趴在椅子上，我就坐在他旁边，拍拍他问：老弟哪儿不舒服啊？又唠了一会儿，那人就退了。当时，旁边还有一个人，看着他就挺痛苦的。因为我刚退了一个，就没跟那个人说，抬腿我就走了。出门不太远，我就摔了一个前趴，回家以后，

我就琢磨，我又哪儿做错了？仔细一想，我不应该不管那个有病的人，应该和他说三退的事儿。我做的不对，错了！第二天我就没事儿了。二十多年来，在修炼的路上，无论是顺境还是逆境，还是经历人生的喜怒哀乐，我都活的心里踏实，没有任何后顾之忧，我是最幸福的人，因为我是大法弟子。

——《用师父给我延续的时间讲真相救人》

一次背《转法轮》，当背完第一讲中〈气功就是修炼〉这一节，当时有个很强烈的感受：人是低能、渺小的，神如意自在和伟大。这次再背这一章节，又有了进一步的感受：感到真的是人算不如天算，一切都在神的掌握之中。

想啊，在“文革”那种疯狂的年代，中共要反传统、反神佛，到处在砸毁寺院，焚烧佛经。以为从此就能无法无天，成为天下第一。但是神却偏安排要在那时利用“气功”为人回归成神铺路，让人修炼。表面上看，形势严峻，但是气功“在“文化大革命”中期就开始了，到后期就进入高潮了。”（《转法轮》）体会到人的癫狂自大，恰恰都是愚昧无知。人觉的自己有本事、有权势、能左右人，其实啥也不是。师父说：“尽管气功师普及气功的愿望是好的，为广大群众祛病健身，提高人们的身体素质，这多好啊，那也不行”（《转法轮》）。人说不行也没有用，把修炼起一个新名词叫“气功”，符合了现代人的思想意识，一切不都行了吗？！

当我体悟到这些时，感到放下了一个很大的人心，就是很长一段时间以来，对常人形势的执着。先是执着现政权，希望破灭后，又执着外国政府，每天都想看看动态网又有什么新形势，没时间看内容也要看看大标题。尽管知道所有的一切都在师父的掌握之中，心还被网上的消息带动的一喜一忧的。现在想来自己这不是在犯傻吗？想指望谁呀？迷呀！现在的形势，只不过是天象变化下人的表现，是每个生命在

摆放自己的位置。我的责任是修好自己多救人，可不能再糊涂了，要赶快归正自己。

——《背《转法轮》〈气功就是修炼〉的体悟》