



图：日本大阪寝屋川市的“寝屋川文化艺术节”十一月四日至五日举办，法轮功学员们演示功法和腰鼓表演，获得好评。学员在台上介绍了法轮功功法、并讲述了法轮功在中国大陆遭受中共的迫害，呼吁市民的关注和支持。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5010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：422,065,360

•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。

# 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1149期（二零二三年十一月十七日）

[www.minghui.org](http://www.minghui.org)



图：美国纽约市第一百零四届老兵节游行十一月十一日在曼哈顿登场，近三百个团体逾两万人参加游行，法轮大法团体带去真、善、忍的美好。

## 本期内容提要

- 【修炼】赶快走出险境多救人
- 【修炼】三位八十多岁老人返老还童的故事
- 【修炼】同修的提醒 助我精进实修
- 【修炼】哪里都有我们讲真相要救的

# 目 录

## ◆海外综合

海外学员正法修炼活动简报 ..... 3

## ◆大陆综合

中国大陆学员近期遭迫害案例选 ..... 6

## ◆修炼园地

赶快走出险境多救人 ..... 8

三位八十多岁老人返老还童的故事 ..... 10

修炼的美妙 ..... 15

千万不要拿师父的慈悲开玩笑 ..... 19

从“自我”中走出来 ..... 22

同修的提醒 助我精进实修 ..... 24

我变了 世人也变了 ..... 26

哪里都有我们讲真相要救的 ..... 28

一个小同修的修炼经历 ..... 32

面对各种考验毫不动摇 ..... 34

生为法来 救人不怠 ..... 37

我单位一个门卫，我常给他真相资料看，《九评》书也给他看过，有一天他对我说：“快过年了，你不去你儿子那里？”我就开玩笑对他讲：“我走了你们的摄像头不就没有目标了吗？”他摆着双手说，都坏了都坏了，全部坏了。多么神奇啊。

邪恶在二零一七年、二零一八年抄家破坏资料点 我坚信师尊、坚信大法，抄了我的家，动不了我修炼的心，慈悲的师尊让弟子救众生，弟子绝对听从师尊的话，我很快又恢复了资料点的运行，我自己做自己发，从二零一九年十月底开始，每次炼完功、发完正念我就带上几十份资料出去发。一出门就发正念，我走在另外空间做救人的事，任何生命都要为我开绿灯。而且边发资料边对世人讲，资料一定要看啊！明白真相你得救，你有福呀！三个月的时间一万份资料在慈悲师尊的保护下平安的发给众生。二零二零年二月三日我地封城。

希望世人早明真相、早得救啊！▲

【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”。】

利用空余时间向技术同修请教。开始时，我连电脑开关机都不会，就是这样我现在会上网下载做资料。是慈悲伟大的师父开启了我的智慧。

记的一次天下着雪。同修教我开机学电脑，如何看网页、如何看文档突然他家来电话就急急的回家了，怎么关机呢？我不会，不关机会不会烧坏呀？我背着电脑到另一同修家，找她她也不会，她说孩子在家你去问问，结果她的孩子教会我开关机。把我高兴坏了，总算学会一些啦。

到二零一二年我学会下载文件，自己做资料，各种形式的资料都会做了。做好的资料我再自己去发，边走边跟世人讲真相做三退。

二零一七年因为同修被迫害没有守住口，我被抄家，二零一八年又被抄家，共三台电脑、七台打印机、大小过塑机、打印纸多件。我家中的一个玉佛像也被他们顺手拿走。

我每次打坐中常常不自觉的流泪，十几年都是如此。我二十多年的病业都是师父为我清理了，我想是明白的一面对师父的感恩吧！想到师尊的承受，我个人的病业我就感觉痛苦至极、难以承受，地球上那么多人师父要承受多大！“众生业债一身当”（《洪吟三》〈还原〉）。师尊洪大的慈悲、神通法力、佛恩浩荡，叫弟子无以言表！我心情就难以平静，唯有双手合十谢谢师尊。

二零二一年我发完资料回来碰到一位同事问我的点心在哪里买的？我就趁这机会给她一份真相资料看，就这时我单位的摄像头就把我俩摄进去了，保卫科找我谈话，说摄的很清楚，而且还摄了我们四十张照片。我对她说：“不用害怕，我没有做坏事，我都不怕，你千万别怕！”

从那一天起我每次发正念，我悟到发正念把这院里所有参与迫害大法弟子的摄像头的电子组织结构、排列程序全部炸掉，全部炸坏，炸废不起作用。

## 海外学员正法修炼活动简报

**美国** 纽约市第一百零四届老兵节游行十一月十一日在曼哈顿登场，近三百个团体逾两万人参加游行，法轮大法团体每年均参加，今年的方阵包括天国乐团、炼功队、彩旗队、花船队、腰鼓队等，多姿多彩，令人赏心悦目，向各界民众送上法轮大法的祝福，带去真、善、忍的美好，也为游行增添光彩。队伍经过主席台时，主持人大声说：“现在过来的是法轮大法团体，他们参加纽约退伍军人节的游行，已超过二十年，他们向老兵致敬，他们促进和保护了世界的自由和人权！欢迎法轮功！”退伍老兵贝希特（Beicht）说：“我多次见过他们，我很喜欢。”对于法轮大法“真、善、忍”的价值观，他说：“我想每个人都应该善良，对别人好，这个队伍让很多人快乐，很感谢你们来参加游行。”

在**美国**感恩节来临之际，休斯顿地区的部份法轮功学员十一月五日汇聚在市中心的赫曼公园（Hermann Park），他们双手合十，感恩李洪志先生将伟大的法轮佛法传度世间，福泽四方。法轮大法是佛家上乘修炼大法，于一九九二年五月由李洪志先生公开向全社会传出。一九九四年八月三日，休斯顿市政府授予李洪志先生“荣誉市民”和“亲善大使”的称号。一九九六年十月十二日，师父莅临休斯顿讲法，市长宣布这一天为“休斯顿李洪志大师日”。

**美国** 德克萨斯州农工大学（Texas A&M University）法轮功社团十一月四日在该校放映纪录片《活摘》（Human Harvest），揭露中共大规模活摘法轮功学员器官的罪恶黑幕。当天许多教师和学生观看了电影，他们表示影片让人感到震撼与沉痛，谴责中共活摘人体器官的罪恶，认为制



止行动刻不容缓，也坚信暴行终将结束，公道真理终会回归人间。

**加拿大**多伦多国际中心（International Centre）十一月十到十二号举办为期三天的圣诞季装饰礼物展（Seasons Christmas Show），当地法轮功学员设立展位，向来往的游客介绍功法要领，并义务教给他们炼功的动作。人们展现出对功法的兴趣，现场学炼了功法。其中有西人表示已经通过网络搜索，找到法轮大法，在家自学过。帕梅拉（Pamela）在展位上学了功。“我感觉真好。我想要一直学下去，直到掌握功法要领，能够做出标准的手势和动作。因为我很享受炼功的过程，所以我还会告诉我的亲朋好友们，让他们也受益。感谢学员教我，这个功法非常好。”

十一月份每个周五和周六下午，**瑞典**法轮功学员都在国会大厦旁的钱币广场，向过往人们展示法轮大法的美好，揭露中共的罪行，同时征集反迫害签名。法轮功学员多年来坚持不懈在这里举办的讲真相反迫害活动，赢得了越来越多瑞典民众的敬佩、关注和支持。一位瑞典男子走到正在征签的西人法轮功学员米克伊（Micke）面前，对学员们的反迫害活动赞不绝口。他介绍自己在议会里工作，“你们每次的抗议活动总是那么的平静祥和，从开始到结束，每个人都知道各自的责任，大家都很自律，配合默契，包括活动的各种准备工作都是有条不紊的进行着。”

**德国**汉诺威（Hannover）法轮功学员十一月四日在市中心的火车总站附近举行了信息日活动。在学员们还在搭建真相点时，第一批路人已经来到展台为反迫害签名。不时有人上前感谢学员多年来讲真相，让他们知道了法轮功，以及中共的残酷迫害真相。这天下午，一位男子特地把两杯咖啡送到真相点，并说：“谢谢你们在这里所做的一切！”

## 生为法来 救人不怠

文：湖北大法弟子

【明慧网】我今年八十二岁，湖北人，我只是读了五年半书，一九九七年十月开始修炼大法。

我曾患有小脑萎缩、乙肝、美尼尔氏综合症、浅表性慢性萎缩性胃炎，还有肠梗阻、腰椎肥大等等，真是痛苦极了，活着受罪，再加上人与人的矛盾，使的我情绪非常烦躁，每天乱发脾气，家里人都怕我。那个胃疼起来如万般利箭刺痛要倒地打滚，无药可治，不得其解。

人生苦短，冥冥之中自己总想找个修炼的法门离家去修炼就好了。可现在社会上哪里有正道啊？去哪里呢？一天我们院里来了两个人，闻说是要建庙收徒，我象见到救命的稻草一样，即刻去找那两人，他们收了我三百元，说庙建好后在他们那里修炼。后来一直没有人影，我知道自己被骗了。

一九九七年十月的一天，原来一起和我跳舞玩剑的大姐，突然有一天给我送来宝书《转法轮》。我打开目录就看到修炼两个字映入我的眼帘。书还没看，心情就已经很激动了，我知道这就是我要找的，正是梦寐以求的。修炼几个月时间后，没花一分钱，没吃一粒药，折磨我二十多年一身病神奇的全都好了，坏脾气没了。全家的家务一人担。家人都说大法太神奇了！真的要诚挚的感谢你们师父！

### 自己学会做资料

二零一一年前，我地同修受到邪恶的严重迫害，做资料的同修少很多。有天做资料的同修叫我去他们那里帮忙，我看到做资料讲真相效果很好，同修要做生意，时间不够用。正法救人急啊，时间不等人，我就回家买打印机、电脑，

里也不去，堂堂正正的面对一切。我相信师父就在身边，我的一切由师父说了算。我坚守正念，丝毫都不妥协，在家里绝食抗议，家人无奈。

警察和单位领导就逼迫我丈夫去省监狱洗脑班参观，欺骗说洗脑班如何春风化雨。结果一下车，丈夫就看到几个恶徒连喊带叫从轿车里强行拖下一位中年妇女，生拉硬扯的往大院里送。旁边一人还嘲笑的说：“别看刚来闹腾，几天后就老实啦。”（当时情况是，法轮功学员如果在洗脑班不“转化”，立即被劫持到监狱迫害，有的被迫害致残，有的甚至被迫害致死。）

丈夫从洗脑班回来，警察和单位领导直接跟着丈夫进了我家，准备把我送洗脑班。丈夫指着桌子上摆的饭菜，告诉他们我已经不吃不喝绝食三天。他们看到我躺在床上，闭着眼睛，一声不吭，就七嘴八舌说了一些骗人的谎话，见我不理睬，只好悻悻的走了。

当时的情景，能够让十分嚣张的警察停止对我的迫害，不是我有何德何能，仅仅是我有一颗坚守佛法的心，得到师父的保护，化险为夷。

位于加勒比海的瓜德罗普岛（Guadeloupe）是**法国**的海外省，这里四季如夏，地貌多变。二零二三年九、十月间，法轮功学员参加了当地的多项文化体育活动，所到之处，他们把法轮功真相带到那里，受到人们的好评和欢迎。

二零二三年十月一日是**多米尼克**（Dominica）总统就任的日子，一位法轮功学员应邀参加了西尔瓦尼-伯顿（Sylvanie Burton）总统的就职仪式。法轮功学员向新任总统讲真相，讲述了修炼者在中国遭受的迫害，以及法轮大法在一百多个国家弘传。他还向总统展示了可以找到信息的英文网站。总统说：“来教卡利纳戈人炼功是件好事。”法轮功学员与当选总统的妹妹被邀请一同前往卡利纳戈保护区介绍法轮功。

**塞尔维亚**部份法轮功学员十一月四日在苏博蒂察（Subotica）市中心广场举行了弘法和讲真相活动。当天蓝天白云，秋光明媚，学员向市民及游客展示功法传递法轮大法的美好，受到人们的喜爱和欢迎，有的表示当下就想学炼功法。有四人预订了李洪志大师撰写的法轮大法主要著作《转法轮》。

**澳洲**奎纳纳社区扶轮社十一月十一日在西澳珀斯市南郊卡利斯塔（Calista）举行社区活动，法轮功学员在展会上设立展位，向当地居民介绍法轮功。社区支持工作者凯莉（Kylie）被展位和学员的着装所吸引，她说：“这里是如此平和，我需要这些，在生活中我需要更多的祥和与平衡。是的，我想修炼法轮大法。”“世界百分之百需要真、善、忍。”罗莎莉（Rosalie）说：“如果我们能够聆听并践行真、善、忍，我们的生活将会更加美好”。▲

## 中国大陆学员近期遭迫害案例选登

**甘肃**庆阳市庆城县法轮功学员王立群，二零一五年七月控告迫害恶首江泽民后，被迫流离失所。二零二二年十月十九日，他在陕西西安市被庆城县国保警察绑架、非法关押构陷，二零二三年二月二十七日遭非法庭审，王立群否认强加给他的罪名——即刑法第三百条“利用邪教组织破坏法律实施罪”，他说：“我国宪法规定，公民有言论自由信仰自由的权利，我作为一个农民，我没有做破坏法律实施的事情，也没有破坏法律实施的能力。”王立群和他的律师有理有据的驳斥了检方强加的所有荒唐罪名。最后公诉人实在理屈词穷，竟然下定义说：“劝人退出中共就是邪教。”近日获悉他被非法判刑十二年。

**甘肃**天水市甘谷县七甲村法轮功学员王进仓，男，五十二岁，二零二三年九月被秦州区法院非法判刑六年，十月十八日被劫持到兰州市大沙坪监狱关押迫害。二零二二年九月二十日王进仓被甘谷县国保大队李彦林、李小刚等一行四人翻墙头跳进家院中绑架，之后劫持到清水看守所非法关押构陷。

**河南**洛阳市法轮功学员王丽娟，七十一岁，丈夫李树林，六十九岁，二零二三年过年期间给有缘人发放真相资料时，被受谎言毒害的人举报，二零二三年一月三十一日被洛阳市涧西区公安分局政保警察闯进家中绑架并非法抄家，后二人被监视居住。二零二三年三~四月，李树林、王利娟夫妇失踪，近日被法院非法秘密判刑，李树林四年，王利娟五年。

**黑龙江**宁安市六十岁的法轮功学员孙霞二零二三年六月十四日被哈尔滨市道里区法院非法视频开庭，被冤判五年并勒索罚金五万元。孙霞上诉。近日得知，她被非法维持原判。孙霞在哈尔滨市女儿家照看孩子，在本小区发资料，

选择。当时，我心里真的感到很无助，只有抽空学法，大法给了我无限的希望和勇气。

在车间工作，我是年龄最大的，已经四十多岁了，车间里多数都是年轻的临时工。我早上五点半上班，晚上十点下班。因为是流水作业高节奏，吃饭、方便只有十分钟的时间。节假日车间休息，却不允许我休假，平时进出都有人监视，和所谓“文革”时期的做法一样。那段时间，我身心感到从未有过的煎熬，度日如年。因为我明白作为修炼人在魔难中可以消业，可以去掉人心，可以提高心性，所以我从未后悔自己的选择。

我每天都在思索：我是师父的亲传弟子，是大法中直接的受益者，我怎么能光去索取而不付出呢？作为一个大法修炼者，明白了大法的真理，就应该主动的去维护佛法，为师父说句公道话，得知恩图报，这是做人的基本良知。

二零零零年十月一日，我和同修进京上访准备讲明法轮功真相，为师父讨回公道。在路上被当地警察劫持，直接把我劫持到拘留所非法关押十天。当时，七十多岁的老父亲离休在家，惊闻我被关进拘留所，悲愤至极，心疼的躲在阳台流泪。我回家后，对父亲讲清事情发生的经过，父亲才放下心，没有一句埋怨的话，只是告诉我：共产党治人很有手段，小心秋后算账。回家的第二天，父亲告诉我：“昨天，我骑车去花市的路上，想起你的事，我觉的我闺女真了不起！让我感到挺自豪！”我知道这是师父借父亲的话给弟子的鼓励。

二零零一年夏天，因为我不放弃信仰，拒绝“转化”。邪恶“610”组织人员威胁我母亲和丈夫，让他们逼我去省监狱洗脑班，必须放弃修炼，否则我将失去工作，连丈夫的工作也不保了。家人和同修劝我离家出走，躲避邪恶的迫害。那一回我真的放下生死，放下名、利、情，决定哪



## 面对各种考验毫不动摇

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】佛法修炼，修炼人是要返本归真，返回先天真正的自我，方能功成圆满得正果，那么既要有恒心和毅力，还得在各种考验面前毫不动摇，做出正确的选择。

记的得法初期，我睡梦见到：夏天，我和小姑子坐在院子树荫下乘凉，旁边有一口水井。忽然看见成千上万的蚂蚁爬进我的小腿血管中，瞬间，顺着透明的血管爬满全身。我心里感到十分肮脏，双手拼命往外拽血管。扔的满地都是血管。小姑子见状哀求我，说：“姐，别拽啦，再拽就没命了！”我坚定的说：“我就是粉身碎骨，宁死也不要这些肮脏的东西！”说着，我用尽全力把身体拽空，身体只剩下一层空皮，看到满地爬满蚂蚁的血管，我十分厌恶的踩的粉碎。猛然，一下子梦醒，全身已经被汗浸透。我悟到：师父给弟子完全净化了身体，我已经脱胎换骨，不是常人的身体了，表面只是人的一层皮。我明白在今后佛法修炼的路上，无论遇到多少艰难险阻，我都会持之以恒、坚定不移的紧随师父返回来时的家园！

一九九九年“七·二零”中共邪党开始迫害法轮功。从此我义无反顾的走上反迫害、证实法、讲真相救人的正法之路。

在修炼的路上，我所遇到的每一关，每一难都是选择。一九九九年八月，暑假期间。一天，单位领导找我谈话，问我要教学工作还是坚持法轮功信仰？我毫不犹豫的选择法轮功。为此，我失去学校（厂办子弟小学）的工作，被下到工厂接受“再教育”。亲朋好友都不理解，远离了我。家人也嫌弃我一根筋不会变通，连娘家人都不能接受我的

被业主恶意举报，二零二三年一月二十八日傍晚，被哈尔滨市哈南派出所警察闯入家中绑架、非法抄家。

**广东** 茂名市七十二岁的电白区法轮功学员李钧二零二三年十一月八日被茂南区法院非法宣判五年，勒索罚金一万元，要求上诉。李钧二零二三年二月十四日在家被电白公安分局十多个穿黑衣服的国保等警察绑架、抄家，二零二三年八月二十二日在茂名市第一看守所内被非法庭审。

**山东** 济南市莱芜区六十三岁的法轮功学员亓英俊，遭到莱芜区公、检、法人员构陷。二零二三年九月二十五日，他被莱芜区法院枉判四年，罚款一万元。亓英俊上诉，二零二三年十一月九日二审法院做出维持原判的非法裁定。

**江西** 南昌市法轮功学员徐珍，二零二三年三月被绑架，被非法关押迫害致严重病症，多次被送医院救治。九月二十八日她被西湖区法院非法庭审，家人聘请的律师做了无罪辩护。徐珍被冤判三年半刑期、勒索罚金一万元。律师已向南昌市中级法院提起上诉。目前，徐珍还被关押在中寰医院（公安监管医院）。

**吉林** 长春农安县法轮功学员潘艳军，二零二三年三月二日被农安县公安局青山口乡派出所警察绑架，七月十三日被德惠市法院非法庭审。潘艳军被非法判刑三年六个月、勒索罚金一万元。她上诉后，长春市中级法院已立案。

**吉林** 长春市法轮功学员徐占清二零二三年五月一日被恶人举报，被长春市前进大街派出所警察非法从家里抓捕，绑架至看守所非法关押构陷。据悉他已被非法判三年，本人不服判决，提出上诉。

**吉林** 长春市六十四岁的法轮功学员、退休女教师聂艳，二零二三年五月三十一日被卫星路派出所警察李晋全等绑架。八月八日，她被朝阳区检察院检察官高迪构陷到朝阳区法院，近日她被长春市朝阳区法院非法判刑两年。▲

## 赶快走出险境多救人

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】师父的新经文《远离险恶》九月三日看了后，给予我的第一反应是：这是说别人，我不会这样。很快，我认识到，这是向外看，不正。因为师父的法是恩赐给所有大法弟子的，每个大法弟子都有要修掉的东西在里面，怎么能只是说别人呢。

我立即归正自己。再用心学，抄写，背诵。很快背诵记住了。随着读、抄、背，对照自己，我越来越体会到师父的洪大慈悲，深刻认识到这法跟每个同修都有关。写出来，与同修交流。不足之处，请慈悲指正。

在正法时期，无数大法弟子遭到邪恶的迫害。由于各种原因，很多很多大法弟子曾被不同的谎言所欺骗，明慧网上发表的几十万的《严正声明》就是佐证，还有长期不敢走出来、几乎不做三件事的。这些就是现在的险境。

这种险境具体表现为：在正法修炼路上的不同时间点，大法弟子配合过邪恶，写过所谓的“决裂书”、“保证书”、“悔过书”、“揭批书”、“深挖材料”、签字、按手印、上交大法书、毁大法书、出卖同修、出卖资料点、诽谤师父和大法、污蔑师父和大法、做所谓的“帮教人员”转化欺骗其他大法弟子、抱怨大法、抱怨师父、怨恨大法、怨恨师父、给大法弟子名号抹黑等等。诸如此类，无论是无意的，还是有意的；无论是真心的，还是假意敷衍的，都是人间的肉身的所为，当然都是旧势力强加的，但所有这一切，在另外的空间里都完整的留下了详细的记载，都是把自身置于险境的东西。有了这些邪恶的东西，讲真相救人兑现誓约也不会做好的。高层生命对此一目了然，师父看的清清楚楚。

当然，师父慈悲，恩赐了这样的大法弟子从新做好的

个月，我们哥俩在一起玩时弟弟很强势，不论是玩玩具，坐座位，还是吃饭用餐具，他总是抢好的，我总是让着他，从不和他争抢，我们俩从不争吵和不打架，如果外公外婆和妈妈在一边看着的时候，总是训斥弟弟，说他没规矩抢我的东西等等，而我时刻用大法要求自己，按真、善、忍标准要求自己，能礼貌对人。我今年上五年级了，从没和同学吵过架，师父告诉我们在哪里都要做个好人，我的成绩好，每次考试都是九十分左右。

在家里，我从来没用手机、电脑等看不好的东西，从没想过玩手机游戏，对手机上的快手等从没看过。因师尊在法中讲过那些东西不好。我五岁时，妈妈给我买了钢琴，请来了教我练钢琴的老师，我有时间就练钢琴。也和妹妹两人一起玩游戏、画画。不玩手机、电脑，我过的也很充实，晚上学法，有时帮着父亲整理真相资料，炼静功我也能坐一个小时的时间。不争不斗按照大法的法理做人，知道人来自世上的目地，我庆幸自己能成为大法弟子，谢谢师父。

随着年龄的增长，外婆怕我在社会这个大染缸里堕落，让我写出篇心得，督促自己在助师正法中，修炼要更加精進，走好走正最后的修炼路。有不足的地方请同修指正。



## 一个小同修的修炼经历

文：辽宁大法小弟子 非凡

【明慧网】我出生在辽宁老家的一个小镇，今年十一岁。我的爷爷、奶奶、爸爸、妈妈和外婆都修炼大法。

据母亲说，我在娘胎里母亲就让我听师尊的讲法和大法歌曲；我从出生就听师父的讲法；我刚刚会坐着的时候，奶奶就教我盘腿；不到一周岁，我就学着和大人一起发正念、炼功；一周岁左右，奶奶就经常骑自行车带我出去贴真相标语、发真相资料；不到三周岁，我就会背诵《洪吟》里的好多诗篇。记的有一次，我和大姑奶奶出去，大姑奶不修炼，她和别人打招呼的时候，我忙着上前告诉那人记住“法轮大法好，真善忍好”，那人笑了。大姑奶不高兴说我：“守啥人出啥人。”

我天天和奶奶学法炼功，也定时到学法小组学法，同修奶奶都夸奖我懂事。我不到三周岁时离开奶奶到父母的居住地上幼儿园。我和父母在家学法，有时他们工作忙，晚上到学法时间忘记学法了，我就说：“到时间了，咱们该学法了。”我虽然刚上幼儿园，可我能通读《转法轮》，我们每人一段，一段一段的读。

我按着大法真、善、忍的标准要求自己，从不和小朋友争夺玩具，小朋友打我、抢我东西我也让一让，不和他争吵。我四岁那年五月一日到外婆家去，外婆家房间大，那天奶奶、爸爸、妈妈、外婆、太姥姥，还有同修奶奶等，我们好多人在一起炼动功，我和大人一样炼一个小时，我记的那天的场特别好，我还很少和这么多同修一起炼功，我那时打坐只能坐半个小时。

记的我四岁多的时候。妈妈生小妹妹坐月子时，姥爷、姥姥带着舅舅家的弟弟来帮助我母亲干活，我比弟弟大四

机会，很多大法弟子走回来了，在大法中继续修炼自己和助师救人。这是可喜的。在这过程中，一部份大法弟子知道自己错了，而且真的知道错在哪里，及时在明慧网发表了《严正声明》，及时向内找，及时归正自己，并用心弥补因自己的过错而给大法造成的损失，一路走了过来，做的很好，洗刷了污点，洗净了自己，远离了险境。

但是同时，有很多大法弟子在师父法的指导下，只是知道错了，就发表了《严正声明》，但却忽视了用心向内找，更没有用心弥补损失；有的污点至今还在那（那是实实在在的邪恶物质，活的生命，与师父大法是对立的），真的是处在险境中。

目前，宇宙正法已走到了尾声，师父另外空间强大的功，正法的洪势，即将进入人间，无所不在。一走一过，所到之处，该留下的，就留下来了；该淘汰的，就淘汰掉了。这是非常严肃的宇宙大事。这就是正法时期的结束，法正人间的开始。

到那时，身体里有这种“险境”表现的大法弟子，可能会留下永远的遗憾！那可不是简简单单的一个人的事，其背后的庞大生命群也随之变成永远的遗憾！这是师父不愿看到的！正因为如此，师父慈悲，一而再、再而三的用自己巨大的承受，延长正法时期结束的时间，期望所有的大法弟子都能被大法留下来，进入新宇宙。

我深深的体会到了师父的无限慈悲。师父既然讲了这个法，另外的空间神都在配合，大法弟子就用心的配合宇宙正法的要求吧。修补，圆容，尽量在大法中洗净自己，走出险境，多救人，不留遗憾！

这是在个人目前的层次上从大法中理悟到的，请同修以法为师，在法上修。

## 三位八十多岁老人返老还童的故事

文：中国大陆大法弟子 莲成

【明慧网】在我身边有这么几位耄耋老人，原本早该到寿的生命，通过修炼法轮大法生命得到延续，不但身体康健、皮肤白净、皱纹舒展，精气神明显往年轻方向转，真有些返老还童的感觉。法轮大法自一九九二年洪传于世以来，创造了无数人间奇迹。就讲讲这几位老人修法轮大法的故事。

### 八十五岁的老人头发全变黑了

同修A结婚后，就把婆婆从农村乡下接到城里一块住了。同修A于一九九八年得法，不久，之前生小孩后落下的月子病和各种后遗症都好了，她感到这大法太好了，得赶快让自己的婆婆也学，好让婆婆延年益寿。婆婆老说自己的寿命不长，因为年轻时算命的说她只能活到五十八岁。儿媳就苦口婆心的向婆婆洪法，讲自己和身边炼功人身心受益的事例。在儿媳的带动下，婆婆也在一九九九年初开始看宝书《转法轮》了。

婆婆仅上过一两年学，所以《转法轮》只能读个大概。好在婆婆喜欢看这本书，遇到不认的字就问，慢慢的，《转法轮》就读下来了。那时，儿子出差回来，看到的一个令人愉悦的场景是：媳妇在外屋读宝书《转法轮》，妈妈在里屋读宝书《转法轮》。他通常会赞叹一句：“你们东屋一个修，西屋一个修。”

儿媳还鼓励婆婆早晨到附近的公园参加集体炼功。炼了几次功，婆婆的天目就开了，她说炼功时看到一条笔直的大道，还有三根功柱在她头顶上，还看到了另外空间的那只大眼睛，这都和《转法轮》里说的一样。

后我说：“你要找的就是法轮大法，他是最高的科学，是最高的佛法。”

我告诉她退出她入过的党、团、队，她欣然接受。我说我回去后把《转法轮》给你邮去，你看看你就明白你要找的是什么是了。她很高兴的把她的地址给我留下，并嘱咐我尽快的邮。回来后，我很快把宝书《转法轮》和《九评》，还有怎么突破网络封锁上明慧网以及在明慧网怎么找大法经书的说明用U盘准备好，可邮时我犯难了，怎么邮？邮寄包裹是要检查的，不允许邮寄大法的東西，怎么办？我求师父帮助。第二天就有一个快递员到我办公室来了，我跟他说明我要邮寄两本书，怕你们检查后包不好，弄丢了，不知道怎么办？他说：“你包好明天我来取。”我说：“你们不检查吗？”他说：“你，我就不检查了，你包好包结实了，给我就行了。”我心中暗喜，知道这是师父在帮我呀。这样大法书顺利的邮寄到这位有缘人的手里了。

回想整个的学习过程，我悟到：我这次学习就是师父安排的，因那里有我要救的人，师父都给我安排好了，就需要我动动嘴和腿，想到学习前的推三阻四，不情愿去，没有悟到是师父给我安排的救人机会，真是愧对师父。

在随师正法、讲真相救人的过程中，无论走到哪里都有我们要救度的有缘人，如我去深圳、桂林、洛阳等地，随机缘救人的事也很多。我体悟到：我们不能一味的就是闷在家里学法炼功，生活中要随其自然，你要去哪里，那么你就去，那里就可能师父为你安排的要救度的人，救一个不少，他们可能就在那里等你去救度，救一百个也不多，因为生活中在哪里都有我们讲真相要救度的有缘人！

短暂的学习结束了，早上吃完早餐就各自可以回家了。因我是晚上的火车，还有一整天的时间我想到哪里去呢？这时看到一起学习的四、五个人边走边说，他们要到哪里去，我迫不及待想跟他们一起去，可他们却说，他们是一个地方来的，人够了。我知趣的走了，坐在宾馆的大门旁，正不知去哪里时，同是一起学习的一个人走过来问我说：“你也是来学习的吗？”我说：“是呀。”她说：“你在这里，怎么不走呀？”我告诉她，我是晚上的火车，现在不知道该去哪里。她一听很高兴的说，她也是一个人来的，也没伙伴，并热情的说那咱俩就去普陀山吧，晚上你正好还能赶上回家的火车。我说去哪里都行。这样我俩一起坐车到了普陀山，路上，她给我讲了她的情况。她是国外留学回来的博士，现在是国内一家大型三甲医院的科室主任，事业有成。但是她觉的这些都不是她想要的，冥冥之中她觉的好象在寻找着什么，但她又不知道找的是什麼。她现在想到宗教中去寻找，也看过佛教的经书，似乎也不是她要找的，今天到普陀山，就是想到寺庙里来寻找。

我俩到了山顶，看到这里的寺庙今天却不开门。我心想寺庙哪有不开门的呢？看到她很失望的样子，我明白了她要找的就是法轮大法，是师父把这个有缘人送到我跟前。我说咱俩休息一下吧。于是我俩坐在树荫下长谈了四个来小时，我说：“你知道法轮功吗？”她说知道个名，但具体是怎么回事她不知道。江鬼在全国铺天盖地打压法轮功最厉害时，她正在国外读硕士博士，学业压力很大，一心扑在学习上，根本不关心其它的事。回国后也没人跟她说，所以她对法轮功是什麼，为什么遭迫害都不知道。我就从我是怎么开始接触法轮功的，法轮功是什麼，以及中共为什么打压法轮功，法轮功学员被迫害的情况，法轮功祛病健身的奇效、利国利民、福祉社会等等全面的讲给她。最

可是一九九九年“七·二零”，法轮佛法遭邪党迫害。得法修炼时间不长的婆婆怕影响几个子女的前程，吓的不敢学了。儿媳感到可惜，几次劝导婆婆，但迫害太残酷，经历过文革等历次政治运动的婆婆，说啥也不敢学了。

二零零四年，婆婆得了肺病，白天黑夜老咳嗽不止，儿媳带她到市里最好的医院打针治疗一个多月，也不见好转。看到婆婆遭罪的样子，儿媳这心里难受啊，又苦口婆心的劝导婆婆：“你有病我们能照顾你，可这罪不能替你遭啊，你想想修炼得法的那些日子，你身体多好啊，身体多健康啊，再说了，修大法不但能重获健康，最主要的是能够超脱生死轮回，这可是万古不遇的机缘啊，您老还是走回来修炼吧，师父会帮你的。”

婆婆觉的儿媳说的在理，是真心为她好，就答应再学大法。儿媳给她放师父讲法录音，还帮她发正念，神奇的是，婆婆久治不愈的肺病，不用打针吃药很快就好了。就这样婆婆又开始学法炼功了。婆婆的根基好，天目有部份是开着的，她在读宝书《转法轮》时，经常说自己看到的字是金色的，金光闪闪的。婆婆沐浴在佛法修炼中，身体康健、精神矍铄。

在婆婆八十岁时，过了一次大的病业关。那次婆婆的元神都离体了，最后在师父的看护下化险为夷。事情的经过是这样的：那次婆婆又出现了咳嗽不止的症状，还伴随着头晕目眩，婆婆感到就快上不来了气了。儿媳在旁边赶快对她说：“快求李洪志师父救你！”婆婆就大声说：“李洪志师父救我！李洪志师父救我！”儿媳情急之下也求大法师师父救救婆婆，瞬间婆婆止住了咳嗽。儿媳扶婆婆上床躺下，打开师父的讲法录音给她听。就这样，在大法师师父的慈悲保护下，婆婆过了这次病业关，化险为夷。过后，婆婆对儿媳说，她看到自己的元神是个男的，穿着一件灰衣服。



在她咳嗽厉害的时候，元神离体了，瞬间冲到房间的顶棚上，又很快回到肉身了。

婆婆从二零零四年走回大法修炼，至今二十年过去了，在师父的慈悲保护下，婆婆目前已是八十五岁的高龄了，一头浓密的头发几乎全部变黑了，她腰板硬朗，生活自理。她常对几个不修炼的儿子、儿媳说：“我那些年浑身是病，你们尽给我买药回来了。看看我现在，你们从我身上就能看到大法有多好。你们看看那本《转法轮》，讲的都是让人做好人，你们为什么就不看看那本书呢？快跟我学炼大法吧。”

### 耄耋之年入道得大法

同修B的老父亲今年八十五岁，他可真是幸运，在耄耋之年入道得大法。张三丰七十岁学道，他比张三丰还晚十年。老人听法后，稀疏的头发很快就变黑了，皮肤变的细腻、红润，看面貌根本不象八十五岁的老人，也就是七十来岁的年纪。

老人本来在七十六岁那年就到寿了，那年冬天，他突发心肌梗塞，在重症监护室抢救。同修B看到自己的老父亲突发重病，忽然想起为什么这一年来晚上开车回家，经常会碰到在十字路口有烧纸的，她忽然明白，原来是自己的老父亲到寿了啊！她很替父亲感到悲伤、惋惜……她突然想起求法轮大法师父救救她的父亲，因为六道轮回得个人体太不容易了，在大法洪传之时能得人体，并且自己的女儿还修炼。

于是，女儿不敢怠慢，赶紧到重症监护室门外，让其他在场的亲人都回去休息了，她自己坐在那里用意念跟父亲的元神沟通，叫着父亲的名字，让他一块和自己默念“法轮大法好、真善忍好”，并且帮助父亲发正念，让他的主元神能主宰自己。她希望在宇宙更新的关键时刻，父亲能保住人体，得到大法的救度。之后，大夫同意她去监护室里看望父亲，她走到父亲身边，这时的老父亲生命垂危。她

爱抚的抚摸着女孩的头发，说：“天色不早了，我想你一定来很长的时间了，快回家吧，免的你父母惦念。”

说到这儿，女孩突然问我：“你打你女儿吗？”她的话把我问住了，一时不知怎么回答她。我看看女孩，女孩目不转睛的盯着我，我只好实事求是的说：“打呀，小时不听话，说不听就打呗。”女孩又问：“大了你还打她吗？”我说：“没有，不过我女儿很乖的，不惹我生气的。”这时女孩撸起衣袖，我看到胳膊上青一块紫一块的。我问：“谁打的？”女孩狠狠的说：“还有谁？”我拉着女孩的胳膊问：“为什么？”女孩说的很隐晦，但我听明白了她说的话。女孩告诉我，她在十七、八岁时，认识了一个有妇之夫，并因此做过两次人工流产。她哭着跟我说：“我叫他们大土豆和小土豆，我不知道他们在那边儿过的好不好。”现在这个男人还不想离婚，不想娶她，但女孩还很爱这个男人。女孩父母知道这些事情后，就多次狠狠的打她。每次被父母打后，她就跑到海边儿的山崖上，想跳下去一死了之。可是每次都没有勇气跳下去，就这样徘徊着。今天又是被父母狠狠的打了，坐在这里已有一天的时间了。她是想跳下去，可是又犹豫、胆怯不敢跳。

我擦擦女孩面颊上的眼泪，缓缓的用法理开导着女孩，足足和她说了一个多小时。最后女孩说：“阿姨，放心吧。我再不来这里了，我不想死了，以后我一定好好的开始新的生活。”我说：“你能这样阿姨就放心了。”接着我又说，阿姨还要告诉你一个最最重要的事，我就把三退和法轮功的真相讲给她，女孩郑重表示退出加入的邪党共青团，并和我表示以后也绝不会入党的。这时已是黄昏，我催促女孩快回家吧。我把女孩送到车站和她说：“阿姨看着你上车后我再走。”车来了，女孩不舍的和我拥抱一下，挥手告别。看着女孩登上了回家的公共汽车，我心里也轻松了。

## 哪里都有我们讲真相要救的

文：中国大陆大法弟子 慧圆

【明慧网】我于一九九八年末得法，和同修交流一下在工作、生活中救人的体会。二零一五年市里主管部门及单位领导派我去参加一个为期五天的全国专业技术学习班，因全市只有我一人去，没有同行的伙伴，我很不愿意去，反复推阻。可是因这个名单已上报省里，不能更改，也不能不去，我只好一个人很不情愿来到这个海滨小城。

因我来的时间比较早，报到后无事可做，就在海边蹒跚，看见人就讲真相。大约讲了两三个人后，我看见海边儿的山腰小亭子里有一对情侣就走过去，先是和女孩讲，男孩在一边听着。我给女孩三退后，对男孩说你也退了吧。男孩高兴的说：“行！”接着男孩又说：“阿姨，很奇怪，好几个人跟我说过这事儿，我都没同意，怎么到你这儿，我什么也没想就退了呢？”我也笑着随口说，咱们有缘呗。说着摆摆手和这对情侣告别，又往山上走去。

快到山顶时远远的看见一个穿白衣的女孩，在高高的山顶上，下面就是大海的山崖边儿，一会儿站起来，一会儿又面向大海坐在山崖边儿上。我看到后心里莫名的烦，本不想过去，可脚却不由自主的不停向那个女孩走去，来到女孩身边，看到女孩忧郁烦躁的表情，我瞅瞅她没吱声，想走可是不知为什么在离女孩大约几米远的地方转一圈儿又再次回到女孩的身边，说：“孩子，这里风大，你又站在山崖边儿上，要注意安全呀！”女孩看看我没吱声。我又接着问：“你多大了？”女孩说：“二十三岁。”我说：“和我女儿差不多的一样大。”女孩看看我说：“是吗？”我说：“是呀！看见你就象看到我女儿一样。”同时我心里真的感到冥冥之中，我和这个女孩好似前世有一段母女情。我情不自禁的

趴在父亲的耳边说：“爹，只有法轮大法能救你，求师父救你，你在心里默念法轮大法好、真善忍好啊。”法轮大法让濒死的生命出现了转机。

在后续的治疗中，女儿几乎全程陪护，在父亲清醒时，就和父亲一块默念“法轮大法好，真善忍好”。就这样，大夫给父亲搭了两个心脏支架，搭心脏支架的时候，大夫开始说老人的血管很脆弱了，几乎搭不上支架了，在危急时刻，女儿赶紧求师父帮助，结果顺利搭上了。父亲出院了。

老人从七十六岁搭心脏支架，到如今已是八十五岁高龄了。在女儿的劝说和老伴的带动下，近两年老人也开始听师父的讲法录音，老人明白了法轮大法是人类万古难遇的高德大法，大法弟子是历史的开创者，是为了人类的道德重建才遭受无辜的迫害，于是这位耄耋老人，毅然走上了返本归真的大道。

### 美莲的修炼故事

美莲可不是个年轻的姑娘，她今年八十七岁高龄了，之所以给她取化名“美莲”，是因为这位老同修比较爱美，八十多岁了，至今还爱穿裙装，对穿着比较讲究，加上她的修为好，以前的皱纹都舒展开了，皮肤光滑、白皙，身材保持的好，所以看起来根本不象耄耋之年。

难能可贵的是，这位老人修炼很精進，长年累月、风雨无阻的出去讲真相救人，让周围的同修很感动，也感动了无数世人。她经常乘坐公交车出去讲真相、救人。为了多救人，本来直达某大型超市的公交线路，她为了多救一车人，多接触人，她能坐上一班车，讲完了真相，下车换乘另一班车继续讲，等讲完了，再下来，再换车再讲，最后到超市里讲。

她通常讲真相之前，先跟人搭话聊天，别人一般都会

问：“大姨，您什么年纪了？”她马上大声自豪的说：“我都八十七岁了。”一车人都惊呆了，赞叹不已。她顺势讲自己是因为修炼了法轮大法才会变的年轻，法轮大法是性命双修的功法，强身健体有奇效……周围人听她这么一说，看她的相貌和实际年龄相差悬殊，很快就对法轮大法肃然起敬、刮目相看了。

美莲在家人们面前和亲朋好友中也有力的证实了大法，老伴和孩子们都很支持她修炼、救人，女儿对她说：“妈，我支持你出去救人，你没钱我给你出出租车的钱。”女儿就给她很多钱。

老人的亲人中有几位大法弟子，在中共这些年对法轮大法的迫害中，这几位亲人同修几乎都遭受过冤狱迫害，有一位亲人同修出狱后不久离世。即便这样，也没有动摇过他们对法轮大法的正信。

谨以此文，呼唤末劫时的人们：请抓住法轮佛法洪传的机缘，登上法船，返回天国家园。

吧，我再也不反驳你们了。”我为他高兴，又给他仔细的讲了一遍天安门自焚伪案和大法洪传情况，他很认同的说：“真佩服你们法轮功，这么迫害，你们还敢坚持，现在就法轮功厉害，了不起。”我给他讲为什么要三退，他高兴的退出了中共少先队。

一次，我给一年轻小伙子一个大法真相挂坠，指着上面的九字真言告诉他，诚念“法轮大法好，真善忍好”，危难来时命能保。小伙子高兴的接过去，对我说：“这个我相信，我也是这样做的。我有个亲戚是炼法轮功的，给我们讲法轮功的事，我们都认为法轮功挺好的，不反对，亲戚早就给我们做了三退，我身上还装着护身符，也常念‘法轮大法好，真善忍好’。念这个还真管用，我有体会。”我问他的体会是什么？他说：“有一次我拉货返回时，汽车发动机出故障了，不能停车，一停车就发动不起来了，只能慢慢的一直开车走，当时我困极了，光想睡一觉，还有二百多里才到家。正在犯难时我想起了念九字真言，念着念着，一点也不困了，念着念着平平安安的把车开回家了。这就是发生在我身上的神奇事，我真的验证了念九字真言的神奇。”我说：“把你的神奇经历告诉别人，你会更有福份。”他说：“我会这样做的。”

一次遇到一位八十多岁的老人，我递给他师父最新经文《为什么会有人类》，告诉他句句天机，要他一定要珍惜，多看几遍，看明白了就有大福份。他高兴的说：“哎呀！我就爱看你们发的这个，我不爱听它（邪党）的广播，尽说假话。我眼花不戴眼镜看不清，一会儿回家戴上眼镜好好看看。”

现在这种主动跟大法弟子交流感想的世人很多，还有人主动要这种资料、那种资料的，询问怎么能找到《转法轮》这本书，跟谁学功等等。这是师父正法到这一步了，也是弟子助师正法做的越来越好了。我要真修实修自己，做好三件事，完成好自己的使命，不辜负师父慈悲苦度。



## 我变了 世人也变了

文：河北大法弟子

【明慧网】以前我不会修自己，带着很强的争斗心、显示心和严重的党文化习气讲真相，还把预言和灾祸常挂在嘴边，常人不爱听，有时和我吵吵起来，给大法造成了负面影响。

后来我发现这是党文化的表现。我就大量的听明慧修炼园地中有关去除党文化的心得交流，发正念清除自身争斗心、显示心，效果还挺好。再讲真相时，我就用祥和的心态、温和的语气去耐心的讲，紧紧围绕：法轮功是什么、法轮大法洪传世界、法轮大法的美好、中共邪党迫害法轮功、天安门自焚伪案、中共活摘器官、劝三退等主题。

我变了，世人也变了。我发现现在我讲真相世人爱听了。尤其最近时期，感觉觉醒的世人越来越多了，态度也变了。过去讲真相许多人不但听，还说不好听的，有骂人的，有嘲讽的，还有拿出手机拍照要举报的等等。现在不同了，许多人主动和我沟通，交流感想。

二零二三年新年后，我在集市讲真相，一个人对我说：“你知道我以前是个什么人吗？我一听法轮功讲真相，必定要反驳，说不好听的话。现在我不那样了。我根据法轮功讲的真相，再看看社会现象，认为你们法轮功说的是真的，共产党执政这么多年，尽搞运动整好人，害死那么多人。为了巩固它们的权力，消耗国家大量财力、物力，动不动就维稳，都是冲老百姓来的。搞的中国人买不起房、上不起学、看不起病，现在加上死不起。这三年疫情清零政策，更是把老百姓往绝路上逼。共产党为了保它二十大，突然解封了，造成疫情大爆发，村里人买不起药，死了那么多人。村里经济也不行了，许多商户关门了。今年过年村民怨声载道，家家酒席上都在骂共产党，可以说场场酒席都是这话题。你再给我好好讲讲

## 修炼的美妙（节选）

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】一天同修们在学法小组学完一讲《转法轮》后，按惯例又学习了师父的其他讲法一个半小时。大家兴致勃勃不愿散去。这时一位同修说，明慧网“五·一三”法轮大法日征稿通知下来了。通过这一年的修炼，大家一定有很多体会，提议谁有好的修炼故事讲一讲，与大家交流、交流。于是就有了以下的交流：

**A同修：**我跟大家说说我在修炼中修师父法中讲的修炼人的“忍”的一点体悟。

我家刚搬到新房子时丈夫养金鱼。有四个鱼缸，两大两小。一天丈夫与朋友聚会，一起喝酒，半夜才回家。他看到鱼缸里有许多鱼都死掉了，就骂骂咧咧的发起脾气来，操起鱼缸里养鱼用的小箊篱就摔在我的枕头上，说是我把鱼毒死了。

当时我一点也没动心，平静的看着他，显现出了师父法中讲的修炼者的忍在我当时那一层的展现，很美妙，暖暖的整个身体被能量包围着。后来丈夫自己知道是他在换水时把净化剂放多了造成的。

丈夫脾气暴躁，动不动就大喊大叫，打骂人是常事，以前有时我会和他吵起来。修炼了，再遇到这样的事，我顾虑和他吵闹有不好的影响，会打扰邻居，怕吓着孩子，等等，多数我会带着孩子躲出去，避免与他发生冲突。其实这是自我控制下的强忍。后来丈夫得了小脑萎缩，生活不能自理，需要我照顾他，我就修自己这颗心。特别是发病最严重的那一次，医生认为他已无救治的可能，让我把他接回家。

抬回来后，我给他听师父的讲法录音，慢慢的他能下

地走动了，我领着他绕着屋里的小茶几转圈走，边走边念“法轮大法好”，我念一句，让他跟着我念一句。

就这样，随着走的圈数越来越多，他念的越来越好，他的身体每天都在发生着变化。他闯过了要命的大难，活过来了。医生都觉的不可思议。原来他大小便失禁，现在自己能上厕所了；大叫、骂人、摔东西这种事少有发生了。有时我在厨房做饭，他扒开个门缝告诉我：“法轮大法好！”象个孩子一样，期待着表扬。我就鼓励他，说：“‘法轮大法好’，你念的真好！”他就心满意足的回屋去了。

几年过去了，在这种生活磨砺中我渐渐的做到了无怨、无恨、无悔，心里非常平静，做到了修炼人的忍。

**B同修：**大疫当前，救人勿忘修自己。我把去年疫情期间的修炼情况说一说。

北方疫情爆发来的非常突然，迅速封城，各社区也不让随便出入。我们社区两天才允许每家出去一人，一次，购买生活用品，还有时间限制。大街小巷几乎没人走动。

这怎么救人呢？我是负责给同修传递真相资料的，真是急的团团转。于是就想出个办法：发正念叫同修们都出来取资料，并请求师父加持。后来真的就碰到了同修，跟大家讲了怎样拿资料，各自去做救人的事。同修们还找到了适当的地方，恢复了小组学法。大家都坚定的走在正法修炼路上。

在修炼心性方面，最重要的就是认识到了自己的“私”、为我为私的心。

我的家庭关磨来磨去的，觉的很难过。老伴七十多岁了，性格很固执，什么都不信，总以为他自己的想法做法都是对的，给他讲大法真相不听，认为是迷信，邪党文化中毒很深。他有眼病，一只眼睛已经失明了，另一只眼睛视力也很差，说看东西雾蒙蒙的一片。我每天要参加小组学法、

同修的肺腑之言，我一直作为警钟，时刻鞭策自己、激励自己，不能辜负同修的一片真心，他的好意也是为他的、善良的，我心里也一直诚挚的感谢这位同修。

每周去同修家学法，我都要把本周的《明慧周报》、真相币等各种真相资料带给同修们。那天家里来客人了，忙完中午饭我赶紧去学法。忙中出错，竟忘了带《明慧周报》了。这位同修因为有事，没来学法，可是就在大家快要学完法时，她特意赶来取《明慧周报》。我这个自责呀！她说：“这么大的事儿，怎么能忘了呢？”我当时就说：“对不起，让你白跑一趟。”

回家的路上，我一直在责怪自己。为什么这么大的事儿就忘了呢？自己都知道五分钟都是很珍贵的，让同修白跑一趟，真是太不应该了，一定不能有下次。

修炼前我是一个宁可身受累，不让脸受热，很自律、自尊的人，无论做什么、说什么都要让人竖大拇指，有要面子的心。修炼后这个面子心修去不少，过份在意别人的心也得去。这三件事给我的启发和教训是：把大法和师父所要的要放在首位，同修的指正、提醒也要放在心上。无论是赞扬或是批评都要以感恩的心理性对待，扎扎实实的向内找，多问自己几个为什么？不能用人心、人念、人情对待，要用法的标准、修炼人的心态去看问题，就能找到自己的差距，就能提高和精進。

我真心的感谢同修们的帮助，因大法弟子是一个整体，都是师父的弟子，要做到师父说的那样：“那是师父叫你们互相救助，互相救人的同时度自己，这是末后众生互相救。”（《远离险恶》）

一面。认识到这儿时，“自我”销声匿迹，心里没有任何对A同修不好的想法了，轻松无比。

修到这儿时，我感觉到这件事情的发生让我发现了隐藏多年、不易察觉的“自我”，在证实大法中一层层的去掉它，太美妙了！这时真的是发自内心的感谢师父！感谢同修！

以上是个人修炼的认识，如有不在法上的地方，敬请同修慈悲指正。

## 同修的提醒 助我精進实修

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】正确对待同修的提醒与指正是我修炼中提高向上，不可缺少的一部份内容。我觉的无条件的接受和看待同修对自己的想法、意见、甚至批评，是修炼有素的炼功人应该做到的。

记的十年前一次集体学法后，发正念结束时一位同修马上对我说：“二姨，你刚才发正念过程中，有倒掌的现象。”当时我感到自己的脸就象被巴掌打了一样，热辣辣的，我怎么能犯这么低档的错误呢？太不负责任了！我赶紧说，我会改正的。从那天起，每天每次发正念我都非常注意自己手的姿态。我认为同修提出来我倒掌了，她的想法是为他的、是善意的、是为了我好，更是为整体负责。所以我心里一直感激这位同修。

今年看神韵时，一位同修说：“你这老太太，你咋修的呀？！”我听到这句话时，感到真是五雷轰顶一样震惊！心怦怦的跳，眼泪强憋住没有掉下来，可思想翻江倒海的不能平静，一直在反思自己，同修为什么出言这么重？！必须要好好的审视一下自己在疫情期间的修炼状态。

做救人的事，走之前都要把他用的毛巾、水和吃的东西给他准备好，放在他伸手就可以拿到的地方，生怕他找不到他要的东西着急。修炼大法了，做事得为别人考虑，中午在外面讲真相，又惦记着他吃午饭的事，就急急忙忙往家赶。

我觉的自己很关心丈夫了，照顾的也很周到了，可是我有时回来晚一点，他就很不高兴，跟我闹，不让我出去。为这事我们争吵多次，我觉的委屈，心想：我为你做了那么多，做的很周到了，你怎么还对我这样？

修炼人遇到什么事情都不是偶然的，过后静下心来仔细找找自己，用法对照对照，是不是还有什么不好的心促成的呀？我做的事的确是正事、大事，却因“我做的事情最最重要”为由而未能把家里的事做全面安排，都做好，这不就是私心吗？为我为私。只想着自己如何如何了，没有想到中午饭丈夫自己根本就弄不来的。我没有站在他的角度上去为他着想，这是修炼中的漏啊！找到了这个执著，立刻连根去掉，因为它不是真正的自己的本性体现。修真、善、忍就要求做事先想到别人，以为他为第一念，这是法中要求的。

改变观念后我发现，自己先前对丈夫的怨气都没有了，心里一下敞亮了，原来老伴的表现正是在帮助自己提高呢！从那以后，我再做什么事情的时候他也不阻拦了。

修炼时间很紧迫，我深深的体会到学好法非常重要，做好三件事，修好自己才能跟上师父的要求。

**C同修：**修炼状态体现了对法的认识和信。

一天，我学《洛杉矶市法会讲法》，其中师尊讲：“当时我要表面的身体转化和修好的部份协调起来，让身体在修炼中脱离人的状态，让修炼弟子用自己的正念保持和人一样的状态。”“我要的即使将历史倒回去从新来也得成了我的事。这是正法中必须的内容与过程，这不是指法正人间的事。”



学了这段法后，心里出现一个念头：现在已经是正法的最后了，大法弟子什么时候能达到师父所要的状态？师父正法还有多长时间，师父还要为弟子承受多少啊？当然也希望这个状态快些出现，可自己又不知怎么做。

过了两天，早晨起床时看到床上放的《明慧周刊》几个字比原来大了一圈，文章中的字也大了，再看看别的书也这样，觉的很奇怪。但很快意识到是我的眼睛能放大东西去看了。接着上午学法，我习惯性的拿起眼镜，刚要把眼镜腿打开时，眼镜腿就断了。我马上明白了：我不需要戴眼镜了，从那以后我就不戴眼镜了。现在连小本的《转法轮》我都能看的很清楚。

修炼中偶尔也出现过一些神奇的事情，认为这都是修炼中的状态，没有去深思。通过师父的点化和看同修交流文章，才认识到这段讲法的一层内涵。师父是二零零六年讲的这层法。按说，从那时起弟子们就已经该达到师父所要的状态了。二零零六年到现在十七个年头过去了，为什么这么长时间自己没有领悟到法的内涵？是因为我没有学好法！法天天学可是没有入心，经常是被思想业控制着，思想溜号，精力不集中，真正学到、得到的法就很少，也就很难按着师父所要的做好，因此身体上也出现了老化状态。我今年八十岁了，想一想，这可贵的时间浪费了多少？太痛心了！

师父把正法时间一延再延，就是在给我们机会，也是给更多众生得救的机会。我们一定要珍惜师父用巨大的承受为我们延长的这无比宝贵的时间，时时刻刻在法上归正自己，舍尽人间的执著，转变观念，一定要按师父正法时期修炼的要求要求自己，做到无私无我，圆容师父所要的，不要让师父再等了。

交流结束了。学法得法，大家都觉的颇有收获。

不舒服——是那个“自我”，我立刻就把它分出去了，我就想：这不是真我，我不要这样看同修。这个“自我”表现为：不能被别人孤立、不能被别人不信任、不能被别人瞧不起、别人不能比我好等等。因为我能及时的把它分出去，所以心里没有很难受的感觉，但是还是不认同A同修的表现。后来，我内心感受到她表现出来的不好的那一面不是真正的她，是后天形成的不好的观念在左右着她，我真正在法理上明白她的表现不是真正的她，就能宽容她，没有了不理解她的想法。

第二天，B同修与我谈起了A同修在那件“私事”的处理上做的怎么怎么好时，那个“自我”又被触动了，我说其实她所说的“私事”里其实是牵扯到了我了，怎么就不能告诉我呢？B同修一点也没有觉的A同修有什么不对，反而觉的是我不好，不应该问。我无语了，不再坚持了，还是修自己吧。

那个“自我”又出来了，我心里就老是想A同修能和别的同修交流，为什么就不能跟我说呢？总是觉的她做的不对。我在法上知道不能这样想，在努力排斥这个“自我”。内心就开始改变，是啊，不管谁对谁错，我得能宽容她，我的心里得能容的下她。但是具体怎么做才算是宽容？我得跳出来看，不能陷在其中。

师父在讲法中说：“不计历史上一切生命过往之过”（《各地讲法二》〈二零零三年加拿大温哥华法会讲法〉）。那我就得这样做，不把它放在心上，不看、不记别人的过往之过。

那我怎么能做到呢？我想起师父能救度宇宙中的一切众生，是因为师父能把这一切看透，那我也得在法上看透这件事情：A同修是修炼人，在没修成之前都会有人心，有旧的因素在左右，在她没有察觉到之前就会有这样的表现。我得把这些都分出去，看同修的真心，不看表面她不好的

给你的那些无量众生、庞大的生命群，你都救度不了，那是什么？！那是简简单单的一个不精進修炼的问题吗？那是极大极大的犯罪！罪大无比！你说你到时候一喊师父，说我没修好啊师父，这事就完了吗？谁能放过你呢？那些旧势力放过你吗？多重大的事情啊？！”（《各地讲法十四》〈二零一六年纽约法会讲法〉）

师父无量慈悲，但是慈悲与威严同在。正法有结束的那一天，那时所有的生命的位置都已摆放完毕，该去哪就去哪了。现在师尊还在为我们慈悲讲法，往上拽我们，我们也得争气啊！千万不要拿师父的慈悲开玩笑！

“机缘只有一次，放不下的梦幻一过，方知失去的是什么。”（《精進要旨》〈退休再炼〉）

## 从“自我”中走出来

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】“自我”在人中已经形成自然，很难察觉到它。如果不是修炼，根本就不能发现它的存在，还觉的那就是真正自己的想法。

当我热心的问A同修遇到什么事情？想和她一起在法上认识、共同面对时，却遭到她的拒绝，说：“这是我个人的事情，不方便告诉你。”我听了后觉的我被同修排斥和不信任，平时我们经常说我们是一个整体，现在怎么这个样子？我不理解她的表现，心里特别的难受。

过了几天，A又在小组同修面前说起她所谓的私事是怎么解决的，我内心就不太愿意听，但还是在听着。听着听着我就不想听了，想离开那里。

在路上，心里感觉有一点不舒服，我能感受到是谁在

## 千万不要拿师父的慈悲开玩笑

文：吉林省北部大法学员

【明慧网】师父的几篇新经文已经发表一个月有余，看到网上的一些交流文章，也都是谈到海外学员情况的比较多。大陆有的地区还是不够重视。有的特别是农村地区的大法弟子，每次拿到师父新经文，也就看过一两遍，然后说不上藏哪掖哪了，再找到都难了，处于麻木状态。有的同修刚拿过新经文，乍一看好象是师父是针对国外大法弟子讲的，和我们关系不大，因而忽视。

记的刚学完师父的新经文，使我想起二零二一年十一月份师父发表的经文《醒醒》中开篇就说：“法正天体已结束，目前正在向法正人间过渡。大部份大法弟子将随师法正人间。”当时和同修一起学经文时，有同修提出问题说：“大部份大法弟子将随师法正人间，那么那一小部份大法弟子哪去了？”当时还不敢正面回答。

师父在《远离险恶》中说：“宇宙正法到了末后，这段时间过后会有一个严肃的筛选、淘汰过程。好自为之吧！”

个人理解这里的“严肃的筛选、淘汰”直接指向不合格、不够标准的和没有兑现誓约的大法学员。这可能还只是一部份现在能让我们知道的，可能还有别的情况，我们现在不需要去想。

师父在《大法修炼是严肃的》一文中还告诉我们：“修好的就功成圆满，归位新宇宙，主掌自己的天国世界。修不成的，违背誓约的，对大法犯罪的，就必定兑现用生命所做的承诺！只是师父慈悲一直在给机会。却不知感恩，还死死抓着执着不放。”“正法已经進入尾声了，旧势力要淘汰一批没能真修的，或是长期违约不能完成历史使命的人。”

那么什么样的算没真修的？个人理解没把自己当作修

炼人,抱着常人的执著心不放的。据我观察,有些同修把“修炼”看作只为在人中得到好处,首先是身体好了,工作生活顺利,有师父保护全家安康幸福,把心思精力用在过好常人日子上,把利益看的很重。

特别突出的就是农村老年女同修,六、七十岁了,一天起早贪黑的忙忙碌碌,自己家里地里的农活干完了,去别人家里蔬菜大棚去打工;有的已经七十多岁了,几次病业生死关师父都保护下来了,好了继续干。有的七十多岁的老年男同修,年年上外地打工,一年也学不上多少法,最后病业关找上来住进医院。还有的农村同修比较年轻的,也五十多了,自己扣大棚种菜,或承包十几垧地种玉米,成天有忙不完的农活,也是为了多挣钱给大城市里打拼的儿子买楼用。有的是夫妻同修一起拼命挣钱,去他们家交流时,半个小时都谈不到修炼的话题。

师父给我们个好身体不是在常人中过好日子,是用来修炼的。还有的同修在过去证实法中付出很多,在监狱被迫害多年,出来后就过起安逸的生活,不想再付出,更不想救人的事,只想着怎样能多挣钱。

总之,他们心里装的都是个人利益钱财,对众生安危没有放在心上。协调人给送点资料打心眼不愿意要;有时爱面子留点,挺长时间发不出去;有时干脆不要。精进点的,也就是一年发一两次小册子。我个人所接触到的农村大法弟子精进的不多,普遍都是这个状态,学法走形式,法理悟不上去,邪党人员一吓唬让签字就签字,过后又写严正声明发表,遇到病业关走不过来,或上医院,或在家用药,真正闯过来的很少,所以老年同修离世的时有发生。

这些同修不是因为生活所迫需要挣钱,而是放不下对钱财的执著要多攒钱。有的执著于亲情,供给儿孙们在大城市买房买车。

同修啊!想想自己的修炼状态吧,只想在常人中过好日子不行啊!因为我们是签约而来的大法弟子啊!肩负着救度宇宙无量众生的使命和责任,如果我们自己修不好,不兑现誓约救度众生,我们所对应的天体就会崩毁,寄予我们希望的无量无际的高层生命都将无存。同样的,我们不走出来救人,不完成自己的使命,我们也是无处可去的,因为我们不属于三界的生命。如果一直带修不修的,也不参与讲真相的,等待自己的就是淘汰!我想,这可不是我们想要的结局。

从现在开始精进还来的及,从多学法开始。各地讲法也不能落下,按时间顺序系统的一本一本的学,当自己多学法溶于法中时,才能感到自己是多么的幸运,才能珍惜这万古不遇到的机缘,才愿意主动从人的观念中走出来,才能回归新宇宙。

现在的每一天都是师尊的承受与巨大的付出而延续下来的,如果我们不做好自己该做的,那真是上对不起师父,下对不起自己,我们也是生生世世吃了无数的苦,才能在今天成为大法弟子的。

学完师父的新经文自己惊醒了,所以表达了以上这些。由于自己文化水平不高和修炼层次有限,心里想说的不能完全表达出来。

我们还是以师父的讲法共勉吧!

“讲真相,救众生,这就是你要做的,除此之外没有你要做的,这个世界上没有你要做的。”(《各地讲法十三》〈二零一五年纽约法会讲法〉)

“因此有的人不太精进,带修不修的。可是你想到了吗?你来到这个世间的时候曾经和我签过约,你发誓要救度那些众生,你才能成为大法弟子,你才能做这件事情,可是你没有兑现。你没有完全兑现,你承担的背后的那个分配