

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



美国华盛顿州法轮功学员二零一七年七月二十九日晚参加西雅图海洋节中最大的游行——炬光大游行，向美西北民众传递着真、善、忍的美好。此前不久，西雅图市市长爱德华·默里宣布二零一七年七月二十日为西雅图市法轮大法日。

第 **814** 期
2017年8月17日



重要新闻（上图）

美国加州旧金山法轮功学员二零一七年八月十二日参加菲律宾文化节游行，受到主办方和民众的盛赞。

修炼交流

转变观念 正念制止迫害

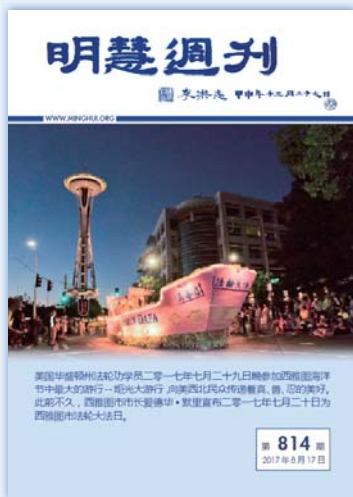
大陆综合

被非法拘禁近两年 成都市苏青华终获释

插播真相陷冤狱 12 载 河北两位法轮功学员出狱回家

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的总人数：281,545,430



明慧周刊

第 **814** 期
2017 年 8 月 17 日
WWW.MINGHUI.ORG

内容提要

目 录

2	时事新闻
2	清除迫害 呼唤良知
4	中国大陆学员近期遭迫害案例
5	海外学员证实大法、讲真相摘要
7	大陆综合
7	大陆综合消息
9	严正声明
9	世人觉醒
11	人心与因果
15	修炼园地
15	转变观念 正念制止迫害
17	梦中点悟 一定要修成
18	对敲门骚扰的反思
19	去掉隐藏的妒嫉心
24	参加日本关西游行 体会慈悲的内涵
25	放下自我 配合整体多救人
27	法中修炼 心想事成
29	正负生命的展现与世人的选择
33	正面看待入冤狱的经历 正念正行
34	根除怕心
36	心里装着法 去怕心并不难
37	清除干扰学法的邪恶因素
38	修炼交流摘录

时事新闻

清除迫害 唤醒良知

“真善忍国际美展”于七月十八日至八月五日在瑞典首都斯德哥尔摩著名的旅游景点老城画廊举行，正值瑞典旅游高峰季节，有来自世界五十四个国家和地区的民众、包括很多大陆游客前来参观了画展，许多观众在留言簿上签字并留言表达心中的感动：

“希望有越来越多的人来欣赏、经历这个无与伦比的艺术展，认识到我们自己的内心、认识到我们每个人所带的善念、这对我们这个世界是如此的重要。”“很遗憾！我居然一点都不知道中共政府在这件事情（迫害法轮功）上的邪恶表现，你们的画展展现出的希望和信念，一定可以使迫害结束，非常感谢这些画作展现的和平内涵。”

美国国务院八月十五日发布了二零一六年《国际宗教自由报告》，关注全球信仰自由状况。中国及其它九个国家因存在严重的宗教迫害问题，被列为“特别关注国”。美国国务卿蒂勒森对中共迫害信仰人士的行径表示关注。他在新闻发布会上提到，二零一六年有数十名法轮功修炼者在被关押期间死亡。在今年报告的序言中，川普总统写道：从一开始，美国就是一片珍惜信仰自由的土地。可悲的是，全球有许多人无法享有这种自由。

该报告记载，二零一六年有八十位法轮功学员在被关押期间或释放后很短时间内死亡。中共当局仍使用精神迫害的手段强迫法轮功学员放弃信仰，包括“洗脑班”强迫“转化”，以幼儿入学为条件逼迫家族成员写保证放弃信仰等。报告也表示，据明慧网报道，过去一年，中国多地检察院、法院和公安部门承认被抓捕的法轮功学员没有违法行为，拒绝对法轮功学员提起诉讼或判刑。

八月四日，丹麦政府回信给丹麦法轮功学员魏再群与丹麦法轮大法学会，对陈光忠（魏再群的姐夫）的逝去表示哀悼，并向

其亲属表示慰问。信中并表示，在二零一六年，丹麦政府已经在欧盟与中国进行有关人权问题的对话时，就把魏再群家人受迫害的案例提交给欧盟。丹麦政府一直通过外交途径与中国官方直接对话，或通过欧盟与中国的人权问题对话这两种渠道，在各方面对中国的人权问题尽力敦促其改善。这封信是魏再群夫妇及丹麦法轮大法学会因陈光忠最近被四川省乐山市嘉州监狱迫害致死，分别向丹麦首相、外交大臣发出紧急呼吁信的回应。

八月五日，在瑞士苏黎世贝尔维尤广场的街口，法轮功学员的功法演示和展出的揭露中共活摘器官罪行的展板吸引了众多路人。人们接过资料，有的与学员长时间交谈，了解更多相关讯息。很多人签名支持法轮功。一位住在瑞德边境的女士在签名后说：中共活摘器官“这是绝对的犯罪，绝对不该存在。希望能有更多人，整个世界都能来关注发生的这一切，并杜绝这罪行。”在苏黎世大学就读的凯撒表示对中共活摘器官的罪行“非常清楚，对我而言是完全不能容忍的”，他希望通过自己的签名“可以让更多人来关注这一切，在联合国也能对此展开讨论，能制止这场迫害。”

八月六日，荷兰一年一度最大的书市，也是欧洲最大的旧书市场，在荷兰东部风景如画的旅游城市代芬特尔举办，吸引了近十三万读者及书迷慕名而来。荷兰法轮功学员这天在很多前来书市的访客必经之处设立了一个展位，向人们介绍法轮大法及仍在中國大陸发生的对法轮功的残酷迫害。

八月五日，法国法轮功学员在西部永河畔的拉罗什市市中心的拿破仑广场演示功法，同时用喇叭播放录音，讲述法轮功在全世界弘传的盛况及在中国无辜遭受的迫害。看到展板上揭露的中共活摘法轮功学员器官的信息，人们震惊了，停下脚步，阅读展板，观看功法演示，倾听录音广播，然后签名支持法轮功学员反迫害。

八月十二日上午，加拿大多伦多部份法轮功学员在这繁忙的太古广场前的十字路口再次筑起了真相长城，声援二亿八千万人退出中共，让更多人了解真相作出“三退”（退出中共党、团、队）的选择。一位二十来岁的中国留学生是中共高干子弟，他听完学员讲的真相后做了退团退队的声明，他说：“我爸要我到海

外千万不要加入共产党。现在他可以放心了，我什么都退了。”“因为他非常清楚中共的坏和腐败，他就抓了很多腐败的案子。”

以色列法轮功学员七月二十日在中共驻特拉维夫大使馆前举办活动，抗议中共对法轮功的迫害；第二天，学员们来到特拉维夫沙滩炼功、讲真相、征签。耳其法轮功学员七月二十日在中共驻伊斯坦布尔领馆附近举行烛光守夜，悼念被中共迫害致死的法轮功学员，谴责中共的迫害。匈牙利学员七月二十日到中共大使馆前和平静坐，谴责迫害，要求把迫害元凶江泽民绳之以法；第二天在市中心多瑙河旁举行了讲真相的活动，呼吁人们携手共同制止中共的暴行，停止迫害法轮功。

近日，芬兰法轮功学员在首都赫尔辛基举办信息日活动，吸引不少游客前来了解功法和发生在中国的迫害详情。了解到中共残酷迫害修炼真、善、忍的法轮功学员，人们感到震惊和愤慨，立即签名谴责这种暴行。

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

甘肃兰州军区通讯部队少校军官王有江，坚持修炼法轮大法、按真善忍做人，二零零一年七月被非法判刑十年，被迫害出“强直性脊柱炎”；出狱后身体还没有完全恢复，二零一二年六月在友人家串门时再遭抓捕，又被判刑六年，并在兰州监狱遭狱警虐待、殴打、电棍电击、高强度劳动等折磨，于二零一七年七月一日被迫害致死，卒年四十八岁。

安徽省阜阳市法轮功学员李明祥，男，七十一岁，家住临泉县土坡乡李集行政村营子自然村，二零一七年五月二十九日在临泉县滑集镇讲真相，被滑集镇派出所孙姓所长绑架，并伙同县公安局国保大队警察把李明祥关押在县看守所迫害，关押期间血压高达二百，看守所恶警强行让李明祥服下大量不明药物，仍不放人。家人通过一亲戚托关系找人送礼，于七月九日李明祥才被释放回家，七月十九日夜间突然去世。

4 辽宁丹东东港市法轮功学员张伟与张小平姐妹俩，正在辽宁女子监狱遭强制转化迫害。二零一七年六月以后至今，张伟每天

晚上坚持炼功，遭警察与犯人毒打。目击者说张伟腰腿被打伤，行走困难。八月九日，张伟的丈夫去监狱接见，遭监狱方面拒绝。张小平的女儿和张伟的母亲都接到沈阳女子监狱打来的不让家人去接见二人的电话。全家人都十分担心张伟姐妹的处境与生命安危。

黑龙江哈尔滨法轮功学员孙同庆二零一六年五月六日请朋友给自己购置的电脑主机做系统，被蹲坑的双城公安分局警察野蛮抓捕、构陷，被诬判五年后上诉。哈尔滨中级法院在二零一七年四月将冤判案件退回市检察院，于六月二十七日做了二审，七月二十七日开庭宣布维持冤判。据悉，审判长董世杰吩咐法警：“你们给我看住了。辩护人和当事人要说些没用的，你们就给我往外赶、赶出法庭！你们怎么做怎么有理！我给你们兜着！”。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

八月十三日，台湾法轮功学员受邀参加教育部体育署委由嘉义县中埔乡体育会举办的“武术嘉年华”活动。活动中，法轮功学员演示了五套功法及腰鼓，观众都感受了大法的美好。嘉义县中埔乡体育会总干事刘家好欣悦的说：“我们终于盼来了法轮大法。”

八月五日、六日周末这两天，日本法轮功学员在中部地区的爱知县首府名古屋市和三重县四日市进行了系列活动，把法轮大法的美好带给了世人。名古屋市一位女士接了资料，并听法轮功学员的介绍，非常高兴地说：她本人平时就在做对健康有意的工作，对法轮功很感兴趣，她对学员说：“太好了，我会跟你联系的！”

八月十二日，美国加州旧金山举办了第二十四届菲律宾文化节游行，法轮大法美西天国乐团再次受邀参加游行，受到主办方和民众的盛赞。“法轮功的队伍是最优秀的，我们喜爱他们。”菲律宾文化节游行主委 John Espiritu 说，“他们总是为我们带来能量，非常荣幸能邀请到法轮功的队伍。”旧金山菲律宾文化节是全美菲律宾裔最大的庆典活动，每年有几万人参加。

每年夏季从六月至八月，美国西北地区都会举办海洋节系列

庆典活动，今年，西雅图玉兰区的庆典活动于八月五日和六日举行。游行组委会授予法轮功学员队伍唯一的特等奖，评委主席亲自带着奖牌到队伍中颁奖给法轮功学员，他说：非常欢迎你们来到我们社区！经过组委会决定，我们很高兴颁发于你们本次游行的特等奖。祝贺你们！

八月十二日，美国纽约上西城社区里举办了阿姆斯特丹大道集市，法轮功学员利用周末的休息时间也来参与这个社区集市，义务向各国游客和居民介绍法轮功提高身心健康的显著效果，希望人们能了解这个美好的功法及其在中国无辜遭受的迫害，共同制止中共暴行。

澳洲悉尼一年一度最大规模的“从城市到海滩”慈善长跑都在每年的八月中旬举行，今年的长跑于八月十三日举行，当天一早，法轮功学员们便来到东悉尼玫瑰湾的主街，拉开“法轮大法真善忍”、“世界需要真善忍”等横幅，并演示法轮功功法。

八月十二日，新西兰法轮功学员在奥克兰 Newmarket 商业中心举办活动，介绍法轮功。两位主持人分别用中英文介绍了功法特点，随着炼功音乐的响起，法轮功学员们展示了优美舒展的五套功法，过往行人纷纷驻足观看。

大陆综合消息

被非法拘禁近两年 成都市苏青华终获释

苏青华，成都市新都县人，为了让百姓了解法轮大法的真相，二零一五年九月二日晚，在外面用记号笔写大法真相时，遭人恶告，被高新区三瓦窑派出所警察抓捕。二零一六年十二月苏青华被冤判三年。苏青华随后提交了上诉，在经过半年多的上诉期后，成都市高新区法院撤销了原非法判刑三年的结果，二零一七年八月十一日上午，释放苏青华回家。

在近二年的非法拘禁中，从一入黑窝，苏青华被戴上镣铐，六十七天被铐手脚镣；戴头盔，睡觉都不允许取下头盔。

二零一六年四月二十一日，狱警在下七区十二个监室以“游监”、“踩刹车”等方式折磨苏青华近一个小时，在这个过程中，苏青华高喊：“法轮大法好！真善忍好！”约有五百名犯人目睹了这一过程。恶人慌忙找来抹布，把苏青华的嘴堵住，并且连续数天折磨他，晚上只让睡二小时，一个晚上多达十六个犯人将苏青华交叉戴手脚镣的方式强行拖起。

苏青华在被非法关押中坚持发正念，在六次转移监室中，向周围的犯人讲大法真相，一百一十二名犯人退出了邪党组织。

山东济南法官承认法轮功学员是好人

二零一七年八月八日上午九点，山东省济南市章丘区法院对法轮功学员鲁守禄非法开庭。鲁守禄的家人经过交涉只争取到两个旁听的名额，村里去了一人，镇上去了两人，其余座位全被公检法的人坐满，约三十多人参加了旁听。

庭上，两位律师为鲁守禄做了无罪辩护。法庭上，律师的话没有被打断，他们都在静静的听。庭审进行了约两个多小时。

庭审后，律师跟法官说：“老鲁的老母亲九十四岁了，老

盼着儿子回去，老鲁又没犯法，你就让他回去吧。”法官说：“我们去他村调查了，村里人都说他是好人。红白喜事他都参加，谁家有困难主动帮，都说他人很好。”律师说：“大法弟子都是好人！”

七月中旬开始，鲁守禄的家人先后给公检法部门用 EMS 邮寄了控告绣惠派出所所长李忠军等人违法办案的控告信。庭审过后，公安局国保大队的人把鲁守禄的家人带到公安局询问控告信的事，追问还给谁邮寄了？并以拘留他儿子进行恐吓。家人怒斥警察说：“我们没有越级，有冤情就得跟这些部门反映，你们就吓唬老百姓行！你们也不看看现在老百姓有几个说江泽民好的？都在骂江泽民！”

被劫持近两月 内蒙古苗志莲获释回家

检察院不再起诉，内蒙古锡林郭勒盟正蓝旗法轮功学员苗志莲获释。二零一七年八月九日深夜，苗志莲被丈夫接回家中。

当天，锡林郭勒盟锡林浩特市被非法关押二十七天的法轮功学员宋小花和米超也获得释放回家。

之前在被非法关押期间，苗志莲一直本着慈悲善念向公安、检察院部门的相关人员讲法轮大法好的真相。苗志莲因为不配合邪恶的命令和指使，在看守所挨过打；因为抗拒无理关押，绝食期间被插鼻管野蛮灌食。八月初，苗志莲身体出现病症，被送往医院。八月九日夜，苗志莲血压不正常。国保队怕担责任，给她丈夫打电话，勒索了五千元保证金，让把人接回家中。检察机关不再起诉。

期间，很多公检法人员通过不同渠道收到了关于法轮功好和被迫害的真相资料与劝善信息，做出了良知的选择。

插播真相陷冤狱 12 载 河北两位法轮功学员出狱回家

二零一七年八月七日，因插播真相身陷冤狱十二年的河北省保定市满城区大固店村法轮功学员支占民，终于走出冤狱。当天上午，众多亲属、乡亲、朋友及同修上百人前往保定监狱迎接。支占民精神尚好，和大家亲切握手，轻松交谈，但曾经

浓黑的头发变得几近全白而稀疏。支占民随家人乘车回家。

另据悉，同因插播真相同样身陷冤狱十二年的张荣杰也于当日从石家庄女子监狱“期满”出狱。

二零零五年八月二日，保定法轮功学员在天津蓟县插播大型纪录片《九评共产党》，长达两个小时，将中共打砸抢骗起家、历次政治运动残害死八千万同胞的邪教本质向民众曝光。

当月七、八、二十六日三天，张荣杰、支占民、杨金英、魏海武和刘永旺被非法抓捕。“专案组”在保定市看守所对刘永旺刑讯逼供，连续七天七夜不让合眼。保定市公安局、安全局对绝食抗议三个多月的张荣杰熬夜、踢腰。保定市法轮功学员杨金英年过半百，受到警察几个月的极度摧残。她在医院脱铐走脱，流离失所，身体一直未能恢复，二零零八年六月二十一日含冤离世。

二零零六年二月十七日上午，保定市新市区法院非法庭审。律师用大量事实说明罪名不成立。新市区法院无法做出宣判结果，只得报送保定市中级法院，保定中院也无法判案，又把案子推到河北省高院。二零零六年五月十一日第二次庭审，法院枉判支占民、张荣杰十二年，刘永旺八年，魏海武四年。这个结果由河北省高级法院直接做出，元凶罗干亲手过问了此事。

严正声明

本周二百九十八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

本周一百四十九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。

抵制骚扰 让上门警察记住法轮大法好

* 大连法轮功学员告诉警察：这九个字对每个人至关重要
二零一七年六月二十三日上午十一点左右，辽宁省大连市庄河市光明山镇派出所三个警察到小营村下窑屯法轮功学员郑德财家骚扰。

警察把车开到门口，下车后，一个警察拿一张检查证给郑德财看。郑德财说：“检查什么？我们这一亿人都按照师父的要求做个好人，有什么可检查的？”警察对门口的对联照相，叫郑德财撕掉，郑德财没撕。郑德财身上穿着汗衫，上面写着“法轮大法好 真善忍好”，警察对着照相。郑德财说：“这九个字对我、对你们、对全世界每个人至关重要。”

警察没说什么，到屋里乱翻一通，把大法师父的法像翻出来，被郑德财抢过来，说：“不许乱动！这不是一般的东西，我不能让你们在这个问题上犯罪，遭报应。以前咱派出所里孙学忱前十年来我家三次，抢走法像，还说自己不信什么报应不报应，结果不长时间突然死去。你们这些小青年根本就不知道这个事。”

这时一警察说：“好吧，你跟我们走一趟，到派出所签个字，就放你回来，法像我们不拿；你不去签字，法像就得拿走。”

郑德财说：“我不去，法像你们也别想拿走！”几个警察没说什么，就走了。临走时，郑德财对警察说：“你们对法轮功这事永远再别来了（指骚扰）！”

* 四川法轮功学员让警察记住法轮大法好

二零一七年八月二日，四川省彭州市隆丰镇派出所两个警察到法轮功学员王道琼家中骚扰，问他是不是还在炼法轮功？王道琼说这么好的功法怎么不炼呢？！

警察要给她照相，王道琼顺手把警察的相机拿了，并说，你们照相就是知法犯法，你这是知法犯法。警察喊她，你不要到处串联。王道琼问：什么是串联？警察回答不了。

当王道琼给他们讲法轮大法真相，叫他们记住法轮大法好，他们什么话都没说，就走了。

诽谤法轮功 广电官员遭恶报 26 例

一九九九年七月二十日以来，以中央广播电视台为首的媒体炮制假新闻，电影、电视、戏剧、音像制品等栽赃、污蔑法轮功（包括炮制 1400 例等），从而在全国形成了迫害的气氛，后来又通过编造“天安门自焚栽赃案”绑架民众仇恨法轮功及修炼者，使中共迫害得以继续。

恶有恶报。那些追随江泽民犯罪集团，制造谎言，栽赃陷害法轮功的中共广播电视部门的官员们，开始偿还他们污蔑法轮功而造下的罪业，他们或者锒铛入狱，或者遭到灾祸，或者罹患绝症。

很多迫害法轮功的官员因贪腐而入狱，这固然是因为其贪腐犯罪，但更根本的原因是迫害法轮功而遭到恶报，同时也让我们看到，迫害法轮功的官员大多是道德败坏的贪腐之徒。

案例一、公安部副部长李东生导演天安门自焚栽赃案获刑十五年

二零零零年七月元凶江泽民制造自焚骗局迫害法轮功最猖獗之时，李东生出任广播电影电视总局副局长。二零零二年五月煽动仇恨、迫害法轮功得力，被元凶江泽民提拔。李东生任中共中央 610 领导小组副组长、中央 610 办公室主任及央视副台长等职。作为“天安门自焚”伪案的导演之一，李东生被形象地称之为“玩火自焚者”。

二零一三年十二月二十日，李东生被抓；二零一六年一月十二日，天津市第二中级法院对李东生受贿案作出一审判决，判处有期徒刑十五年，没收非法所得 100 万元。李东生当庭表示不上诉。

案例二、辽宁广播电视台台长史联文遭恶报被判无期

在中共迫害法轮功十二年之际，七月二十二日晚九点四十分左右，辽宁电视台新北方都市频道“正在行动”节目中，播放石晓岩污蔑陷害法轮功的节目，造成极坏的影响。辽宁广播

电视台作为中共的喉舌，长期以来编排并转播中央广播电视台及其它省市广播电视台丑化污蔑法轮功的新闻、视频等毒害众生。史联文是辽宁广电系统污蔑法轮功的直接责任人，表面上看史联文是因贪腐被判刑，实则是他长期追随江泽民迫害、污蔑法轮功的恶报。

案例三、重庆市广电局局长张小川被判十七年，殃及兄弟被判十二年，儿子吸毒死亡

案例四、重庆广播电视集团党委书记、总裁李晓枫被判处死刑，缓期二年

案例五、河北省广播电视厅下属干扰台台长岳云（音）七窍流血身亡

案例六、四川广播电视台党委副书记、副台长张翊涉嫌严重违纪接受审查

案例七、江苏省副台长张苏明被判刑九年

案例八、江苏广电总台原台长、江苏广电集团原董事长周莉被调查

案例九、福建广播影视集团原董事长舒展受贿千余万，被判刑十一年

案例十、辽宁省大连广播电视台党委书记、台长王卫涉嫌严重违纪，接受审查

案例十一、四川省资阳市安岳县广播电视局局长陶光耀出车祸死亡

案例十二、湖北省浠水广播电视局局长何国民被开除公职

案例十三、湖北省监利县原县广电局长苏兆新被判刑六年

案例十四、湖南慈利县四任广电局长相继遭恶报

案例十五、辽源市东辽县广播电视管理局副局长车祸身亡，连累三位亲人死亡

案例十六、黑龙江省勃利县广播电视局原局长曲江猝死

案例十七、云南省玉溪市广播电视局原局长张耀力遭恶报获刑十二年

案例十八、榆树市电台长任雨昌配合邪恶污蔑大法脾脏被

摘除

案例十九、原昆明电视台台长孙福遭恶报患直肠癌死亡

案例二十、原湖南省电视台副台长、省广播电视厅副厅长覃晓光遭恶报被调查

案例二十一、武汉市江夏区有线电台台长杨如清重病缠身

案例二十二、山东广播电视台副总编辑王英（副厅级）被审查

案例二十三、安徽广播电视台原台长张苏洲获刑14年，副台长赵红梅十二年、吴涛三年、缓刑五年

案例二十四、新疆乌鲁木齐市电视台原台长殷宝龙因受贿获刑九年

案例二十五、湖南广播电视台原副台长罗毅被提起公诉，涉贪污等三罪

案例二十六、海南电视台原台长鹿松林领刑十年

《九评共产党》中有段话讲的非常精辟：“历史上任何一个流氓无赖，都没有像江泽民和中共的弥天大谎来得彻底，来得无所不在。它针对每一个人心中的各种各样的观念，用各种各样的谎言，全方位地来迎合人的想法，再加以利用放大，让人接受谎言，以制造对法轮功的仇恨。”

“你相信政府不会再撒那么多谎吗？它就把谎越来越大地撒下去，从自残自杀到自焚，从杀亲人到杀他人，从杀一个人到杀一群人，多得让你不得不信。”

“天安门自焚”是由江泽民授意，罗干精心策划、公安部副部长李东生导演的一台戏，以活活烧死人的手段，来煽动中国人仇恨法轮功，目的就是为迫害找借口。从中央电视台到各省市县区级所有的广播电视台滚动播放，为迫害造势。

中共在迫害法轮功中失去了民心，把自己迫害倒了。截至二零一七年八月，在海外大纪元退党网站上声明退出共产党、共青团或少先队的人数超过了二亿八千万人。（节选）

卖油郎三退得福报 村支书也要退

〔河北来稿〕在唐山市曹妃甸区有个卖油郎，四十多岁，明白关于法轮大法的事实真相，选择“三退”后，在两次车祸中得平安，村支书及亲友见状也急着要求“三退”。

由于曹妃甸沿海是新建的工业园区，炼钢厂、码头众多，每天拉钢铁、矿渣等大型载重车辆昼夜不断，卖油郎骑摩托到处赶集卖油，路上狂奔的大车经常从身边呼啸而过，很危险。有一次他骑摩托车带着油去赶集，路上与大车相遇，躲避不及，眼看就要和大车轱辘撞上了，就在这一瞬间，突然好象有人把他和摩托车往外推了一下，他和摩托车倒在远离车轱辘的路边，躲过了一劫。

还有一次，在路上大车不但撞上了他，车轱辘还从他身上碾了过去。他躺在地上感觉自己没有事，这司机可吓坏了，要送他去医院。他对司机说：“别动我，我动动看能不能起来。”一动还真起来了。司机要给他一千块钱，他不要，觉的这么重的大车从身上碾过，自己能把命保住，还能这么好的站起来已经有神灵在护了，还要钱干啥呢？可这司机非得要给，他没办法，只是象征性的从一沓百元票中抽了一张，说自己回家买点消炎药吃就行了。

他回家后，大家听说他被大车压了，亲朋好友都过来看望他，都觉的被大车轱辘压了，非但没有死，还这样好好的，觉的不可思议。他告诉大家，是他“三退”了，才躲了这取命的大难，才发生了这样的神奇事。亲朋好友见证了“三退”真能保平安的奇迹，也让卖油郎帮着他们找法轮功学员办“三退”。他们队的书记也听说了这事，也让卖油郎帮着他找法轮功学员办“三退”。

由于卖油郎被大车轱辘碾过去，受到惊吓及表皮擦伤，在家休息了二十多天，这可急坏书记了，问卖油郎怎么还不去给他办“三退”。后来卖油郎见到法轮功学员时，拿来了亲友们的“三退”名单，说了事情的经过，表达了亲友们盼“三退”的心情。

修炼园地

转变观念 正念制止迫害

二零一四年，由于在学法上和实修方面出现了松懈状态，导致我被绑架并遭判刑三年。

监狱里的恶警安排犯人打我、骂我，让我写所谓“转化书”，队长每天都找我谈话想“转化”我。我当时的状态就是怕，就感到那个怕心象一座大山一样，怎么清都清不完，怎么清，还是怕。

有一次犯人迫害我时，用热水烫我，一瓶热水从脖子倒进去，我当时是被犯人打倒在地上，热水倒在身上时疼的我一下子坐了起来，但我立刻想到：“清除热水烫就会疼的观念”。这一念一出就感觉不到疼了。过后，我的脖子到前胸处被烫的黑黑的还起了水泡，后脖子的气泡连着皮被一犯人在迫害我时都给搓了下来，不停的淌着脓水，衣服的后领上沾满了脓水，就是这样，我却一点不适的感觉都没有。

通过这件事情我开始认真的思考，热水烫我能用转变观念，发正念清除了魔难，那么这场必须让我“转化”的迫害，我也应该通过转变观念把迫害制止住，让她们不再迫害我。我找到了这个不好的人的观念，就是“监狱就要让大法弟子转化，不转化就会被迫害”。我认识到了这个观念不是我，是旧势力强加的，于是我就发正念清除这个观念。清除后，我周围的环境就象狂风暴雨骤停一样，犯人不再对我打骂，队长也不再找我写“转化”书了。

还有许多事情，我通过转变观念，使事情变得神奇起来。如在监狱里犯人都要去参与的活动，开各种会议，我不想参加就发正念清除，清除“犯人都去我也得去，不去就会被罚被迫害”的观念，去掉这些常人的思维方式。清除后，我真的不再参加各种活动。

还有，在出监时要照相、签字，我就转变“不照相，不签字，队长会迫害我，不让我出监的观念”，队长也不强迫我做这件事了。

写到此我不由的想到被绑架的同修，是不是也可以通过转变观念来破除旧势力强加的“牢狱之灾”呢？在讲真相、救众生的事情中，也多转变各种不正的观念，从而使讲真相、救众生的事做的更好、更广。

在监狱我经常发这样的念：让迫害和所有要发生的事情向有利于证实法、有利于世人得救、清除邪恶，破除旧势力的迫害方向发展。效果出奇的好。举两个例子：

记得刚到监狱的时候，队长就不让我洗漱，近一个月我都没有洗漱。那时正值夏天，天气很热，我自己都会闻到自己身上的气味越来越大。周围的犯人更是嫌弃反感，不停的骂我，我想这也太影响大法弟子的形像了，干扰世人得救啊，我就开始发正念：让洗漱这件事向有利于证实法，有利于世人得救，清除邪恶，破除旧势力的方向发展，我这一念发出后，队长就真的让我洗漱了。

第二件事情，由于执着心没有及时被清除，邪恶又开始迫害我，让我写“转化”书，那时已进入冬季，所有的人都穿上了棉衣，队长不让我穿棉衣，把我冻得不得了。有一个刚刚入监的犯人悄悄的问我：为什么不穿棉衣，没有为什么不向队长要？这件事被包夹我的犯人告到队长那儿，按照监狱的规定，队长一定会处罚那个新犯人。我知道后马上发正念，让这件事情向有利于证实法，有利于世人得救，清除邪恶，破除旧势力迫害的方向发展。结果队长居然让我穿棉衣了。

还有很多这方面的例子，我就不一一举例了，无论大事、小事，我就这样发正念，由坏事变成好事，好事变成更好的事，效果非常的好。特别提到的就是，上面写的转变观念、显神迹，如果是在有执着、有漏的情况下，转变观念也制止不了迫害，在没有强烈的执着与怕心的情况下，转变观念迫害立即停止。

以上只是个人的一点点认识，不对的请同修慈悲指正。

梦中点悟：一定要修成

昨日梦到师父。看见师父，我很高兴，我对师父说：如果修不好，我请求形神全灭。师父慈悲而严肃的对我说：“不要再说这句话。一定要修成！”当时感到一股巨大的能量通彻全身，当时仿佛在我面前展现一番新的境界和殊胜的状态。

醒来回忆此梦，师父的一段讲法显现在脑海：“我不只是为你们，我为所有的生命操尽了心，我为所有的生命几乎耗尽了了我的一切。当然了，这种耗尽不是你们理解那个就没了。我经常讲一句话，我说我把所有能够使你们修炼提高，在修炼中能得到的东西都压进这部法里面去了。你们虽然在不同境界中，但是都不能够真正理解我说的话有多大的份量。你只要去修，你什么都会得到。但是你们知道吗？你们所得到的那里溶入了我多少东西在里边？（掌声）当然我不想讲我自己这些事情，我只是想告诉你们我这个当师父的做这件事情，你们也得珍惜呀！你们一定要好好修，不要错过机缘。”[1]

仔细想想自己对待修炼的心态，在走过二十一年的修炼生涯中，自己虽然一直非常严格的要求自己，但还是有很多做的不如意的地方，面对这些不如意自己很是遗憾，所以我经常用“修不成就形神全灭”这种破釜沉舟的方式要求自己，让自己保持精進的状态。这种状态一方面表现对大法的坚定，但从另一方面来看似乎还是有意无意的掺杂了“我”和“私”的因素。

师父把我们当作“众生的希望”，我却想着“修不成就形神全灭”，这总觉的不是很对劲，看上去似乎很有决心，实际上还是没有信心，对大法的认识不足。再打个不太恰当的比喻，一个人怕跑的慢，是明确前方有着美好景象有利于他快点跑呢？还是设想后面有个老虎追着逼着自己好呢？这是主动和被动的区别，其实有着天壤之别的境地。

师父在历史上为了和我们结缘，历尽艰辛；在修炼中师父为我们承受巨大的业力，又赋予我们法的威力，时刻看护着我们，不就是为了我们能有一个好的未来吗？当我们在过关或者

在证实法中想到师父的期望、众生的期望和自己的责任的时候，就会充满着无穷的力量。而不要想如果做不好会怎样，自己将来修不成会怎样。从这个角度来说“修不成就形神全灭”这种思维是有些对自己和众生的不负责任，也辜负了师父的慈悲苦度。

修炼证实法的路我们必须走好，必须修成，这才是真正圆容师父所要的。对各种变异观念和人心，不能留有余地，一定要清除。

注：[1] 李洪志师父著作：《瑞士法会讲法》

对敲门骚扰的反思

近日，我地多名同修被警察非法抓捕、骚扰。

向内找，我自己对救度公检法众生的心就没有救普通民众那么强、那么慈悲。平时给警察邮寄真相信，做事的心多于救人。在大街讲真相看到警察绕开走。在被邪恶关注和迫害时，往往放不下自己，首先想的是如何保护自己，而不是去救度他们，直到无路可走才逼出正念。警察也是众生，下来也和我们一样吃尽了苦，抱着大法能救他的希望来的。我们不想救他们，他们明白的一面急啊！表面是参与迫害，是不是急着接触大法弟子要得救啊？我应该去掉保护自己的私心和分别心。

记得有个地区，同修们都找到“不想救警察的”心后，这个地区的警察变化非常大，由原来的疯狂迫害到后来警察见到同修讲真相不管、甚至有事提前告诉。

当我意识到自己这颗心后，发正念时，发自内心呼唤警察们清醒，感到巨大的慈悲包容着。到放下观念的时候了。

也希望和我有同样心的同修，共同解体不好的观念，救度公检法人员。

去掉隐藏的妒嫉心

文：海外大法弟子

最近在修去党文化和修去隐藏的很深的妒嫉心方面，有一些感悟，在这里和大家分享，因层次和悟性有限，不当之处，请同修慈悲指正。

一、在难中在过关中修心

师父讲过：“妒嫉心这个问题很严重，因为它直接牵扯到我们能不能够修圆满的问题。妒嫉心要不去，人所修炼的一切心都变的很脆弱。这有一个规定：人在修炼当中，妒嫉心要不去是不得正果的，绝对不得正果的。”[1]

其实这一段法一直在反复读，还会背，但是却没有真正的重视起来，把它当作一个执着心来去。其实师父已经强调了，妒嫉心不去是不能得正果的，那也就是说，只要带着这个心，就算做了很多事，到头来也是一场空，白修。

一直以来我总是觉得自己很少有妒嫉心，因为在公司我从来都没有和谁发生矛盾。别人给我提意见，我也总是乐呵呵的接受，唯一的是在家庭中有时管孩子，或者和家人同修会有一些矛盾，但也都不是什么大事。我有时也觉得是因为和家人同修有人中的情，所以还会有些家庭矛盾，但是对整个修炼没有什么影响。在这种状态下，因为以前背法比较多，也喜欢在集体中交流，有时还会听到同事夸我守心性做的好，这样就更没有在修去妒嫉心上扎扎实实的修，也错过了很多提高的机会。

前一段时间自己感觉，在忙于做事，结果就被安逸心干扰，想要突破又觉的很难，感觉精進不起来。有时发正念倒掌，有时莲花掌打不开。后来就出现了身体被病业干扰的情况，严重的影响我做三件事。在身体的痛苦承受中，旧势力不断的在我的空间场打入非常消极的物质，第一次感觉到修炼真的很苦，心里和身体都在承受很大的压力。

在这种情况下，同修A找我交流，她说，“你知道吗？你曾经在背后议论过我。你不修口，我感觉你在议论我的时候充

满了嫉妒心，你不是在帮我，你只是为了证明你是对的，我是错的。”

我当时听到她这么说，马上下意识的说：“真的吗？那我很抱歉啊，希望你能原谅我。”同修走了之后，我开始真正的找这颗嫉妒心。

我仔细回忆甚至追溯到两三年前我们刚刚认识的时候，我在想我曾经说过的话，和曾经对她动过的什么不正的念头，发现自己真的有这颗心。我真的曾经嫉妒过她，有时也知道这是嫉妒心，但是每次当它出现时，我都没有及时的抓住它，彻底的清除它，所以嫉妒心就一直在我的空间场中留存，还在不断的膨胀，散发出不好的物质，对别人造成了伤害。想到这里我落泪了，我对师父说，我错了。因为嫉妒心不去，我伤害了别人。后来我又和同修A再一次坦诚交流，我真心的向她道歉，为曾经带给她的伤害而道歉。

在自己身体上出现严重干扰的同时，我不得不严肃认真的对待自己修炼中出现的问题。我必须面对一个事实，我其实修的并不好，很多是做在表面。我真的是有嫉妒心的，不但有而且隐藏的很深，还一直在膨胀。

想到这，我发出强大的一念：“弟子有漏，也会在法中归正，决不允许任何生命来迫害。任何强加的迫害，都是非法的，是绝对不承认的。”周围的同修也都帮我发正念，我自己也加强学法、炼功、发正念，闯过了这次身体上的干扰。后来梦见是师父替我承受了很大一部份业力之后，我才走了过来。

当我能真正认识到这颗心，去这颗心，不断的在法中归正时，出现很奇妙的景象。我在人生当中的许多事情，都象放电影似的，一幕幕出现。甚至能看到几年前发生的事，我曾经说过的话，我曾经动的念背后是有嫉妒心的。

现在我感觉这个东西已经浮到表面了。现在每天我都能抓住它。

比如，先生给女儿买礼物了，没给我买。我就问：“怎么没给我买礼物？女儿也不理你。”这句话一出口，我就知道是

嫉妒心在往出返。

比如，家人用钥匙打不开门，我就不耐烦的说，怎么你就和别人不一样，别人咋都能打开，你咋就打不开呢？这句话说出了以后，当时没感觉，事后马上觉得是嫉妒心在起作用，让我看不上别人。

当我悟到这层理时，我再读有关嫉妒心的这一段法，又有很多新的感悟。

当我读到：“我在讲法时经常讲到嫉妒心问题。为什么呢？因为嫉妒心在中国表现的极其强烈，强烈到已经形成自然，自己都感觉不出来。”[1]

读到这，我才明白，原来不是我修的好，没有嫉妒心，而是我的这个心太强烈了，强烈到我自己都感觉不到它有什么不好了。也分不清哪些心哪些念头是嫉妒心所造成的。

又如当我读到：“气功师办班，有的人坐在那也不服气：啊，什么气功师，他讲那玩意儿我都不愿意听。”[1] 读到这我想，这不是在说我吗？我有时听别人交流，有些我就不愿听。这一段正好是说我呀。原来这是嫉妒心，我要去掉它。

我又找出这颗心的根源在哪，我想起我儿时一直是性格内向的人，这样的性格就容易留存嫉妒心。我的第一份工作是在酒店上班，结果我被评为最佳员工，理由是我脾气好，对客户服务态度最好。结果我回家就和家人发火，家人还说你在外面怎么装的那么好脾气？在被党文化灌输和教育的环境中长大的我性格中的两面性，也是嫉妒心产生的根源，自己也都意识不到。

后来由于一直从事销售的工作，整天和人打交道，也就不认为自己是内向性格，没有把自己和嫉妒心联系起来。后来长期从事销售工作，练出了常人中的销售本事。常人都讲：一个好的销售一定是抗挫折能力强的，也就是“脸皮要厚”。工作中，经常有客户不耐烦了，就开始骂人。骂人的话听多了，也就练出了本事。谁说我，我都不会跟他急，一般的批评指责根本都动不了我的心。我都呵呵一乐，开个玩笑对付过去了。但 21

是这只是在常人中养成的一种处世的圆滑，其实我的心里并没有动，我也不会被改变，所以这颗心就一直隐藏的很深，没有被及时发现，又错过了应该提高的机会。

二、在实修过程中提高

有一次同修来和我交流，对我说了一番话，大致的意思是：“你别看你学那么多法，你还会背那么多法，没有用。因为你没有实修，你不修自己，法不会给你得的，你也没有提高。”听完她这么一说，我愣在那里几秒钟的时间。因为，同样这一番话，正是我想对这位同修说的，只是还没有机会说。

我开始思考，为什么她看我和我对她的看法是一样的呢？这时我忽然明白了，当我看到别人有什么执着心，其实那正好是我自己的空间场也充满了这些物质。别人看我也是这样的。所以当我看到别人有问题，不是她真的有问题，是师父要通过让我看到她的问题修我自己。是为了让我提高。

同时我也找到了自己的一个长期固守的观念，就是总是用法去衡量和要求别人。有时学法时或者读明慧交流文章时，读到哪里，脑中就会有声音说，咦，这不是在说谁吗？这不正好说的就是她吗？有时看见两个人在发生矛盾，我听见了嘴里啥也没说，心里马上就想：“小事都过不去，就发脾气，还想长功啊。”[1] 师父讲过的法马上就从脑子里反映出来了，但是对照的是别人，不是看自己。

有时遇到矛盾，别人责怪我，我嘴上说：“好的，我下次一定注意。”但是心里马上又在想：“现在这个人就是这样，遇到问题首先推责任，怨不怨他都往外推。”[1] 师父讲过的法又马上想起来了，还是针对的别人。我又在想，我这不是嘴上说的和心里想的不一样吗？这不就是党文化中的说一套做一套吗？这又不符合“真”，这也是妒嫉心的表现啊。后来我发现这些念头很多，几乎每天都有往外返，有时我也很困惑，我就求师父帮帮我，后来我就发正念清除它，只要一出来就否定它，灭它，现在它已经越来越弱了。

经过了这次的魔难和教训后，我感悟到师父洪大的慈悲。替我消去巨大的业力，同时启悟我的正念，让我体会到修炼的严肃。在修心上，我也不敢再有任何懈怠。长期的党文化不去，妒嫉心不去，不修口，不但自身的业力不能消去，还会给周围的环境，和整个项目带来不好的影响。

通过学法我悟到，一个被党文化灌输和充满妒嫉心的人，是不符合真、善、忍的标准的。首先不符合真，往往是说一套做一套，或者喜好夸大事实，喜好表现自己。容易信口承诺，却很难去兑现自己说的话。这样的人也是不符合善的，善也是伪善，喜欢表现自己的善，却不是真正的站在对方的角度去思考问题。忍就更无从谈起了，这样的人是不能容忍和自己想法、做法都不同的人 and 事。总是用法去衡量别人，认为自己比别人好。总是要证实自己是对的，别人是错的。这些都是旧宇宙生命为私的特性体现。我自己在走出这个私的过程中，也感受到了，只要你有这颗想要修好的心，认真的去面对这些执着心，其实做的都是师父，是师父一直在帮我把这些不好的物质拿掉。

现在当我再遇到别人在我面前发生矛盾时，我就在想：为什么叫我听到看到啊？师父讲过：“可能有人想骂人，突然间改变思想，不想骂了。只有正法修炼的能量场，才能起到这样一种作用。所以在过去佛教中有这样一句话，叫作“佛光普照，礼义圆明”，就是这个意思。”[1]我想，如果我修好了，我的场很正，不会出现这些事啊，马上就会看自己哪里没做好。

平时看见别人有什么不好的心时，我就在想是我自己的问题吧，为什么叫我看见，先看自己，真能发现自己的问题。遇到其他人的做法说法我不能理解的时候，我会想到，我以前也是这样啊，每个修炼中的人都有自己正悟宇宙大法的方式和过程啊。为什么一定要按照我的想法来呢？宇宙的法那么大，什么不好的都会归正。瞬间就感觉能宽容、能容忍、能理解对方。

现在我还是做着和以前同样的事，但是心境和思维却发生了很大的变化，因为宇宙的法在熔炼着我，这就是法的伟大。

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

参加日本关西游行 体会慈悲的内涵

文：日本大法弟子

在参加日本关西的第四场游行之前，团长告诉我们说这次游行的路线会经过一个很繁华的商店街，那里人很多，希望大家经过那儿的时候要好好的演奏。但是当队伍走到那个商店街的时候，我才发现那个街道特别长，而且指挥同修走到那儿的时候步伐也变的特别慢，就好像是大家闺秀在走路一样，迈着小碎步一点点的前进。大概走了一半的时候，我感觉这种慢慢走的步伐比平常的走要累，很希望指挥能走的快一些。我正不停的这样想的时候，突然注意到指挥同修的帽子都被汗水湿透了，他也很辛苦，但仍然在很认真的指挥着。看到指挥同修的表现，我对慈悲的内涵有了更多的理解。

在参与电话平台讲真相的项目时，大家经常会在一起交流怎样讲真相才能把中国人劝退了，一些劝退率较高的同修在交流中反复提到的一点是，要带着慈悲心讲真相，人才愿意听你讲。师父在讲法中也多次提到慈悲心。以前我一直不知道师父讲的慈悲心是什么，认为也许是一种善吧？但慈悲的内涵是什么，我完全不明白，慈悲心在我以前的概念中只是一个普通的单词。

但这次游行中，看到指挥同修的举动，我对什么是慈悲有了一些理解。慈悲不只是与人为善，也包含了忍的内涵。修炼人有慈悲心，不仅仅因为修炼人会与人为善，他们还有能吃常人难吃之苦、能忍常人难忍之事的大忍之心。

在游行的前一天晚上，大家在一起交流的时候，团长分享了一个故事。在今年七二零游行的时候，有一个去香港参加游行的同修，他是在香港借的大鼓，但是那个大鼓的鼓架只有上半部的钩子，没有支撑大鼓的下面一部份，那样背着鼓会很累，因为大鼓本身的重量会一直把人的肩膀往下拉。但那位同修很平静的背着那个大鼓演奏了四个多小时。我理解那是修炼人慈悲心的表现，因为心怀慈悲，所以能吃那么大的苦。

这种慈悲是修出来的，心性越高，承受力越大，慈悲心也越大，这是相辅相成的。以前经常苦恼自己慈悲心出不来，但又不知道怎样去修。现在悟到唯有在实修中不断的提高心性，在生活中遇到考验、麻烦的时候能默默的忍受，告诉自己笑着面对；在与人接触中遇到各种心性摩擦，心里感觉很苦，很委屈的时候依然能默默的忍受，表面云淡风轻，当自己不断的这样提高心性的时候，慈悲心会一点点修出来。所以在后来的游行中，我没再去想还有多久到达目的地，只是全力完成这次演奏，直到最后。

放下自我 配合整体多救人

文：大陆大法弟子

作为一名正法时期大法弟子，能在正法期间享此殊荣、助师正法、救度众生，尽己所能，实践誓约，是多么幸运和荣耀啊！那么我们就没有理由不去做好。我就把我这两个多月来的心得写出来与同修们共享。

我们学法小组有一位A同修，由于家人都在外地，非常希望她过去。经再三思考，她决定去。出于私心和依赖心，还有同修情，我们都不希望她走，但她却说必须要走。A同修家是资料点，同时要供应多位同修真相资料、光盘，她走了，那这些事情谁来做呢？

A同修说想让我来做。可我从来也没有碰过那些东西，平时听她们说起什么打印啊、刻录啊，我都听不懂。我只会上网看明慧文章，就连简单的复制粘贴都不会，至于遍地开花做资料，偶尔也想过，可又觉的我家地方小，放不下。我自己也用不了多少资料为借口就不去想了。现在让我做这些，我一时没想通。而且我还要上班，下班后晚上还要出去打真相电话，还要学法炼功，哪有时间啊！

A同修说我是私心，总想着自己做好就行了，却没有想到整体，那些每天去面对面讲真相的同修，手中拿的资料不也是

在救人吗？是呀，我怎么那么自私呢！师父讲过：“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！”[1]

想到这我明白了，不能光想自己，不会做还不会学吗？那些七、八十岁的老同修，从来没念过书，他们都能会，我为什么不能？何况我还年轻有点文化，我一定也能学会。悟到这些，我放下了怕麻烦的心、畏难的心，还有私心，决定让A同修教我。A同修决定等我学会了她才走。

师父讲：“修在自己，功在师父，你有这个愿望就可以了。”[2]当我们有了救人的愿望的时候，师父真的在帮我们。刚开始的时候，A同修边操作边讲解，我就边记笔记边问。没几天我就基本学会了如何打印真相册子、不干胶，还会刻光盘、打光盘面等。从什么都不会到会，我都没觉的难，我明白是大法打开了我的智慧，是师父在帮我。当然，其中也有A同修无私的付出、不厌其烦的、一遍一遍的耐心讲解。

A同修要走了，此时我也没有了那种不舍的感觉了，我觉的我又成熟了很多。此期间我也悟到很多法理，那就是配合，放下自我，圆容整体。你一个人做的再多、再好，也没有整体的力量大。

没有轰轰烈烈，一切都那么自然，每个星期我都会提前把资料做好，不耽误同修讲真相救人。虽然感到很忙，但却很充实。真的感恩师尊给我这个不精进的弟子机会，也感谢那位教我的A同修，给我创造了这个条件，房子现成的，机器现成的，什么都不缺，上哪去找这么好的事呀！

真的是什么事不做不知道，以前也没觉的做那些事有什么，可当我做的时候，我才能理解，那些做资料的同修有多么辛苦。特别是上班族，每天上班、做家务，还要学法炼功做资料，还得讲真相救人。时间很紧张。特别是教我的A同修，平时就一个人在家，没人跟她说话、交流。可从来没听她说苦、说累、

说寂寞。其实，当我们的真心在法上的时候，想到的是别人、是众生，那我们再苦再累再寂寞，也是值得的。何况我们还有师父，还有大法，怎么会苦会累会寂寞呢！每当我一个人在做事的时候，我一点都不感到寂寞，静静的挺好！相反，有人在说话会分神、会影响做事。

回顾这一段时间，真是有很多感慨。虽然我和那些同修并不认识，有的甚至都没见过，但因我们同修一部法，为了同一个目的地，让我们的心紧紧的连在一起，共同走在助师正法、救度众生的路上。

谢谢师父！

谢谢同修！

注：[1] 李洪志师父著作：《精进要旨》〈佛性无漏〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

法中修炼 心想事成

文：大陆大法弟子

我和妻子都修大法，在别的同修眼里看来夫妻同修，都很羡慕我们。其实每个人都有自己的修炼道路。每个人的心性高低不同，执著不同，对各种事情的认识和处理方法不同，就会造成互相之间的矛盾。往往我们和其他同修在遇到矛盾时，都能够相互理解和忍让，尤其和家人同修遇到矛盾的时候，就不能忍让，那个说话态度就不一样了。一遇到不符合自己观念的事情就不是在法上交流，而是反唇相讥，认为不管怎样也没事，实际上已经忘记了自己是个修炼的人。我们修炼人在任何情况下都得修自己的心性，提高自己的心性，抓住一思一念去修。

我在这方面做的就很差。在遇到问题时总是用人的观念和方法去处理，不是争个你对我错，就是很委屈的忍让，忍让了还觉得自己姿态高，因为不在法上，事情的结果怎样就可想而知了。如今年春耕的时候，我大姨家的地不种了，我爱人就愿意种，我不同意种，我俩有不同的想法，我说地是人家的，我们不能要，再说现在种地收入也不多，花费时间很多会影响我

们修炼的，再说我现在也退休了，每月都有退休金，别的负担也没有了，生活上是有保障的，不需要再那么忙忙活活的了，不如有时间我们多在修炼上下点功夫，多救些人比什么都强。她认为反正地人家也不种了，又是亲戚没有什么，再说你看人家别人，每年秋天多少收入，在外打工挣钱又多，别人家都是过的好好的，要什么有什么，我们能和谁家比呢？看看咱们家什么都没有，每月有两毛钱就撑不下你了。我说物质财富上我们是比不了别人，可我们有的东西常人不一定有，和常人比那些干什么呀，财富多了你还想带到天国去呀。想种你就种，反正我不种，不管。这样一说她就认为我不符合常理，就不高兴了，她就说，现在离了钱行吗？什么都离不了钱，物价又贵，花钱的地方又多，你不去挣，你就等着天上给你掉馅饼吧，就不想再理我了。我也没有在法上心平气和的与她交流，只是觉的她执著心重，不好交流，也就不理她了。类似的事情经常发生。

为什么在看似不起眼的事情上会产生矛盾呢？表面上看，是她常人心多，交流听不进去，其实在深层自己有看不起人的心，自以为是的心，证实自己的心，缺乏宽容心，慈悲心。师父说：“整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”[1] 其实我们所遇到的每一件事，无论大小，都存在我们所修炼的因素在里边，都不是无缘无故的，只是自己不悟而已。

现在好多了，只要遇事能在法上，抓住一思一念向内找，修好自己，矛盾就不会产生或减少。比如最近我们安了宽带，花了二千多元钱，按正常情况下她是很难接受的。在以往我会瞒着她，不告诉她实情，到安好后再告诉她实情，那时生米已经做成了熟饭，她也就没啥说的了，可是她会不高兴的。这次我没有这样做。因为我家也建了一个小资料点，平时上明慧网下载东西都是用的无线网卡，信号不稳定，每次下载都得用很长时间，很是费时费力。为了上网方便又省时间，我就与她

28 在法上交流：我们不能为了一点钱而浪费我们的救人时间，

时间是珍贵的我们浪费不起。就告诉了她实情。这次和她交流时，开始我还是有一种不安的心（平时我上网用的网卡每月只用40元，费用不多，一下子花二千元，她可能接受不了。因为我知道在平时她对花钱很抠，这是我平时在人的经验），但我马上意识到这是人心，要否定它，不承认它。结果她很高兴的同意了，并说早就该安了。自从安上宽带后，网速很快，节省了很多时间。

又如，同是做真相资料，以前在潜意识中我还存在着一种不被正法形势落下，抱着一种完成任务的心态在做（其实是为私为我的私心），做的过程中很多时候遇到过和做常人的事情在时间上发生冲突，家人就不愿意我先做资料，总是先考虑常人的工作，为此我们也经常发生矛盾。

经过向内修自己摆正了关系以后，现在时间发生冲突时，她都能让我先做大法的事，有时还经常提醒我该做资料了，怕我忘了。这真是修好了自己，能在法上做事，一顺百顺，心想事成。

以上是我的一点修炼体会，不在法上的地方请同修指正。

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

正负生命的展现与世人的选择

文：大陆大法弟子

这样的大法弟子才是真正修炼的人

去年八月份的一天，我在门市上遇到一个人想买我的小商品，我将这些商品一一给他作了介绍，他见我态度非常好，怎么问都不烦，百挑不厌，他就说：“你怎么这么好啊？”我说：“我是修佛法的，我按照真、善、忍去做，这都是应该的。”接着话题，我就给他讲真相，也谈了我本人受益的情况、身体的变化，然后他高兴的“三退”了。

他感慨的说：“我们单位也有一个你们这样的人，表现特

别好，别人不愿干的她都干，工作兢兢业业，助人为乐，真让我佩服的五体投地！如果我当厂长招人一定招你们这样的人才放心！”

看到常人明白真相后的喜悦和流露出来的善，我不由的想到：如果每个大法弟子都象那位大姐一样，让身边的人佩服，众生得救就有望了。正因为我们做不好，比如失去肉身的、出现各种病业的，家庭关系一直紧张的等等，才会影响一片人。

二零一零年八月中旬的一天，送孩子去上学的路上，我给路上司机讲真相，并且还找了一个当地同修配合，我们配合的很默契，一路上差不多五个司机都劝退了。有一个三十多岁的女司机，当我给她说到我身体在大法中受益的神奇故事时，她也赞叹的竖起大拇指说：“你们这些人太好了。我遇到的一个老太太，她在送孩子的路上捡到了六万现金，就从早上七点多一直等到了十二点左右，她在那等候着失主的到来，我本人当时拉着失主，一见这位老人东张西望的，失主就下车告诉老人自己丢钱的事。老人问，你丢的包是什么包？包里有多少钱？失主一一都答对了。然后老人高兴的将包交给了失主。失主激动的说：谢谢大妈！老人便说：不用谢了，谢就谢我们师父吧！是师父教我们做好人。失主要送一些钱给老人，被老人拒绝了。司机说，真是没见过这么好的好人，电视上说的我再也不相信了。修法轮功的原来这么好！”

在铁的事实面前，谎言被戳穿了。我听到人讲的这两个故事，深受感动，自己虽说96年得法，但比起这两个同修，不由的觉的自己修得很差，惭愧不如。在钱财利益面前，有时还放不下。有一件最可怕的事，前两天我进货时，我还多拿了人家一个小东西。师父说：“他当时脑子“嗡”一下：我是个炼功人，怎么能求这个东西？我得这不义之财，我得给他多少德呀？”[1]修了二十年了怎么这么不会修呢？为什么还有这占便宜的不好心呢？借这次写体会的机会让自己藏着很深的利益之心、私心曝光，不让它毒害众生，让它死掉，向山西、唐山

30 山那两位同修和很多做的好的同修学习，在三件事上下功夫，

正如师父所说：“学法得法 比学比修 事事对照 做到是修”[2]。

邪灵毁掉可怜的众生

去年十月份左右，我正在门市上班，一个六十多岁的老年妇女去我那里买东西。说着说着她觉的我很亲切，很有缘，我就表明了我是修炼人，是修真、善、忍的好人。她说：“我不怎么出门，不知道怎么就来到你这里。有件事憋在我心里很长时间了，连儿子我都不敢对他说。”

她说，“是这样的，我的老公原来是个部队的干部。有一天，他严肃的对我说，我昨天晚上做了一个梦，梦到毛泽东叫他当秘书去。当时我也稀里糊涂的，谁知道第二天老伴就去世了。我老伴平时身体棒棒的，很健康的，你说这是怎么回事？”

我认真的告诉她：“毛泽东与天斗、与地斗，与人斗其乐无穷，砸毁庙宇，罪恶滔天，已经到了阴曹地府，是地狱的鬼。他想害死信他的人，因为你老公太深信毛泽东了，不了解真相，没有分清真假是非，因此就被毛害死了。”她恍然大悟，说：“原来是这么回事！我心中的疙瘩终于解开了！”我确认了她不是党员、团员，就让她多念“法轮大法好，真、善、忍好”，然后她眼睛一亮，高兴的离开了。

我望着她的背影，感到救人的急迫。师父说：“众生醒来看正义 全民三退恶党毙 同协力 千古文明从新起”[3]。了解真相退出邪党，“三退”才是唯一的希望，才是得救的希望！

希望那些还在麻木、有怕心的同修，赶快神起来去救这些可怜的众生吧！珍惜慈悲伟大的师父给我们的机会吧！

师父推着众生得救

那是去年的夏天，有一个派出所的工作人员到我店里买东西，边挑边说，我们越说越亲近，他说：“姐，我昨天晚上做了一个梦，有人抓着我的胳膊做动作。”（他模仿梦里的动作就像“弥勒伸腰”和“金猴分身”）。我说：“看来你根基挺

好的，该得救了。”我就播放了炼功音乐，问他是不是这个动作。他说是。我说：那好，就跟着我一起炼吧！不一会儿炼完了第一套功法，他感叹地说：太好了！我给他做了“三退”。这个有缘人得救了。师父真是太慈悲了，用各种形式推着众生得救。

另一次，两位女士来我店里买东西，我热情的招待，然后就讲起了真相。首先从祛病健身讲起，说了我身体的变化：得法前追求名利，造业很多，全身是病，关节炎、妇女病、腰椎等多种疾病，炼功使我变的几十年不吃一粒药，不打一次针，身体轻松自如、神气十足。然后又讲了其他的真相。她俩感叹的说：“这是什么神奇的功法？”“我说是法轮功，是大法救了我，这么好的法谁不炼啊？姐姐，你也想学？明天我给你带宝书来。”结果第二天一早我还没开门，她就來等我了。我把书递给了她，告诉她要一气看完，一定要珍惜机缘。她爽快的说：“那是一定的！”

后来她们告诉我，请回了大法书像得了宝贝一样珍惜，两人传着看。看完后神奇的事发生了：其中一个大姐说：“我看了书之后，肚子特别热，就有东西转啊转啊，特别舒服，特别美妙。”我说是师父管你，是法轮转呀！

前两天，有个五十多岁的妇女，是个刚从医院退休的工人来到我店里，我看她身体很弱，就给她讲真相，然后送了她两个真相光盘：《机缘》和《我们的故事》。过了几天，她看完光盘明白真相后说：“我终于找到了‘宝书’，一切都明白了。我以前是佛教徒，我想给还在到处乱跑找寺庙、乱拜佛像的人说一声：也该清醒了！我以前身体不好，以为念佛号就好了，结果怎么念身体也不好。我现在只跟着炼了几次功，读了一遍《转法轮》，就像变了个人似的，浑身轻，太神奇了！大法太好了！”

师父说：“大法弟子，你们是浊世的光、世人的希望、助师的法徒、未来的法王。精進吧，世中的觉者，现在的一切就是未来的辉煌！”[4] 看来众生明白的一面都急迫的想得救，

我们要抓紧分分秒秒，赶紧救众生。

以上是我的所见所闻的几个真实小故事。我与其他同修比，三件事做的相差甚远，可是慈悲伟大的师父一直没有落下我，时时处处保护着、帮助着我，给我机会，我一定要勇猛精进追上去，跟上正法进程，用各种方法救度更多有缘众生！

不当之处请同修慈悲指正。

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈实修〉

[3] 李洪志师父诗词：《洪吟三》〈红潮末日〉

[4] 李洪志师父著作：《精进要旨三》〈贺词〉。

正面看待入冤狱的经历 正念正行

文：大陆大法弟子

看了明慧八月八日《在魔难中千万不能失去对师父的正信》一文，深有同感，想结合自己的情况谈谈看法。

我在邪党的监狱里被非法关押了相当长的时间，不自觉的产生了这样的想法：“坐了这么长时间的牢，也算是走出来了，也对得起大法和师父了，这威德应该是不小的。”

有时候看到同修被冤判，甚至产生了“这才几年呀，我坐牢的时间都比这长的多”的想法。

现在回过头看这些想法完全是一种邪悟。最主要的是没有摆正自己和大法的关系，我是大法造就的生命，无论做什么都是应该的，如同该文所讲“证实法中我们做了那么一点点事，其实都是为自己做的，那还是当初写在史前誓约中自己要做的，而且我们都为此发过重誓：不兑现誓约，必将形神全灭。为自己做了那么一点点事，算什么？！”

坐没坐过牢，坐牢时间的长短和次数，都不可以和修的好不好划等号。我本人坐牢的原因很复杂，但有一点是肯定的，就是自己的业力太大，执着心太多，否则邪恶也是无法安排的，虽然师父将计就计，坐牢吃苦也是大量消去业力、去执着心的机会，但毕竟是走了弯路。记得看过一篇明慧文章，那位同修 33

从迫害开始到现在，没有受到任何的干扰，她堂堂正正的做自己应该做的，心正，念正，邪恶无可奈何，这才是修的好。

把自己坐了多少年的牢看重，虽然嘴上不一定说，但心里念念不忘，这就是一种隐藏的显示和变相攀比，这颗心必须得去掉。

而且有一段时间，我产生了对师父的埋怨，倒不是埋怨自己做了这么多还是被判了这么多年，因为我切实感受到没有对师父和大法的正信，根本就不可能活着出来。在监狱里，不止一个人问我“你们的师父给了你什么？”我智慧的反问：“你说一个人出家修行，佛祖给了他什么？”也有人说：“你什么都没有了，很不值得。”我举孟子的鱼和熊掌不可兼得，告诉他们道义是无价的，不能用常人中的得失去衡量；还有人说：“你发现你不能圆满，你都没法活。”我说我知道自己有许多修的不好的地方，最后真的不能圆满，也是我自己的问题，我不会埋怨任何人。”

但是我曾有对二零一二的执着，虽然也能理解师父二零零二年讲的不会再有十年的话另有含义，但也曾想过“师父不应该这样来考验弟子”的错误想法，当然现在清醒了过来。

希望同修们，特别是入过冤狱的同修，都记住文中的一句话：只有我们对不起师父，没有师父对不起我们的。

根除怕心

文：大陆大法弟子

在今年六月底，我和同修去讲真相，回家后，听老伴说今天来了警察，向老伴打听我的情况，问老伴我还炼不炼法轮功了。随后，还告诉老伴说，他中午还要来。当时我没有全盘否定，生出了怕心，心里不踏实，就赶紧到了同修家说了此事。

在那里，我们学了法，发了正念。同修帮我从法上提高，帮我找出了许多执着的心，找出了那颗怕心的根源，使我很快提高上来，一切由师父说了算，我只承认师父安排的，其它的

我谁都不承认。师父说：“我的根都扎在宇宙上，谁能动了你，就能动了我，说白了，他就能动了这个宇宙。”[1]

从六月底到七月十一日，片警来了七次左右。有时他们半天就来两次，在最后一次，我讲完真相回到家，听见有敲门声，开门一看是村长。村长表示无奈，他也不愿意管这些事情，随手打了电话到了派出所，告诉片警我回来了。

过了一会，来了一个片警，上衣兜装的好像是个录像机、通话机之类的东西，一进来，就问我还炼不炼法轮功了，我没回答他。接着又问了几遍，我都没有回答他，最后我就把他推出了门外。

过后，我认为作为一个大法弟子来讲，没有做到证实法，没有坚定自己的正念，就是没做好，对不起师父，对不起大法。我后悔莫及，我要弥补过失，要把造成的损失挽回来。我就是要告诉他们，我就是要炼，就是要证实大法。

于是，我就找到村长，想核实一下我抄的那个片警手机号码是否正确，想打个电话过去，告诉片警我还炼，要跟他们讲真相。我顺便和村长讲了真相，村长听后很认同大法，并告诉我硬起来，我听了很感动。他说这事他给办。第二天，村长告诉我事办妥了，我谢了他。

回想在今年四月底一天上午，我老伴出门时，可能没把门锁好。过了一会，有两个片警闯到我家。他们吆喝了几声，我没吱声。当时，我以为他们没见到人，就能走开，没想到，他们就一直朝我屋里走来。

我正在家做证实大法的事，在那一瞬间，我们同时开了一个门，我赶紧随手把门带上，去了另一个房间。当时我很坦然的面对，他们说了一句所谓的要遵纪守法的话就匆匆走了。过后，我很后怕。我家里大法的東西很多，一旦他们闯入，后果不堪设想。是师父保护了弟子化险为夷，化解了魔难。

近几年，我家房前屋后时常出现便衣，有的还直接开我的街门，探头探脑。我对此事并没有太重视，也知道是疑心、怕心招来的，并没有真正的向内找，表面上也在修，也在做证实

大法的事，想的却是怕自己被落下。事实上是修了表面，并没修到其心。所以使自己遇事害怕、没理智。因此，在这个怕心的驱使下，使我修的很累。师父说：“如果大法弟子都能正念正行，无论在任何情况下都用正念思考问题，每一个大法弟子都不会在迫害面前生出怕心来，看谁敢来迫害你！”[2]

之所以能不断出现这些问题，如今才使我如梦方醒，才知道问题的严重性，旧势力为什么能乘虚而入？它为什么能干扰到你？它有你的把柄，它看的见你有那个物质，它能甘心吗？它能让你往上修吗？它在往下拖你、拽你。通过这些事的出现，给我当头一棒，修炼绝不是儿戏，不是糊弄糊弄事就能过去的，那得真正踏踏实实的去实修那颗心才行。

我虽然修的跟头把式，磕磕绊绊的，但是，我始终保持着坚定的一念，决不允许任何生命、旧势力等干扰迫害我。我是大法中的一个粒子，谁也动不了我，谁动谁是罪，将面临彻底毁灭。

我做的事是最伟大最神圣的事，我为什么要怕？怕的根本就不是我，让这个怕心永远不在我这产生，它与我没有任何关系，让它彻底解体、灭尽。

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《二零零五年旧金山法会讲法》

心里装着法 去怕心并不难

文：大陆大法弟子

我地一老年女同修，因为怕心重，在被迫害时曾多次妥协，恶人还经常找她，她也一直为此很懊悔苦恼，很想在面对邪恶的压力时过好关。二零一五年她递交诉江状后，警察把她强行带到派出所。在路上，老同修就求师父给她智慧，让她过好这一关。

到了派出所，警察问她还炼不炼？突然师父讲过的一句法“头掉了身子还在打坐的”[1]打进她的脑子里，她立即义正词严的说：“你就是把刀架在我的颈子上，我也要炼！”

警察一看平时这么胆小的老太婆，今天这是怎么了？很惊奇，却马上就乐了，也不再问炼不炼了，就问她怎么炼的。同修就给他们展示功法动作，讲真相。

最后，派出所把她的儿女找来，企图以亲情动摇她。师父讲过的另一句话“哪个是你母亲，哪个是你儿女，两眼一闭谁也不认识谁，你欠下的业照样还。”[2]立即出现在同修的脑海里，同修不为亲情所动，很快警察就让她回家了，而且以后再也没来找过。

注：[1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈大曝光〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

清除干扰学法的邪恶因素

文：大陆大法弟子

我是上班族。最近，有较长一段时间了，晚上自己学法很容易被困倒。每天晚上学法的时间很短。这对于重视学法的我来说，很是痛苦。

表现状态是：一要学法或开始学法不久，就开始犯困，而且不只是困，整个身体都发软，简直书都拿不动了。这时，一般觉的没法学了，就顺势睡觉去了。或硬挺一小段时间，终因实在挺不住了，也就躺下睡了。非常之苦恼，又感到无可奈何。有时，采用早上起来再学一会，虽然此时清醒，但又造成耽误了炼功，真是苦不堪言！

左找右找也没找到原因与正确的解决方法。

前两天，刚要学法，那个状态又来了。这时，我突然想起发正念清除干扰我、给我造成这种状态的另外空间的邪恶。我就这样半倚在椅子上，发正念。很快，觉的头脑中很多不好的东西被清除掉了，头脑也清醒了，身体也不软了，拿书也有力气了。哇，原来是我不经意间滋养了邪恶，没有很好的利用功能、神通除恶，以至于白白被干扰了那么长时间。

认识上清醒了，此后的每天晚上再学法时，就很容易保持

清醒了，我真是很高兴。

回头想想，想起了师父的两段讲法，与大家一起温习一下：

“其实这是人的一面对法认识的不足所致，人为的抑制了你们神的一面，也就是抑制了你们已经修成的那部份，阻碍了他们正法。还没修成的一面怎么能抑制主思想、抑制已经得了法的一面呢？人为的滋养了邪魔，使其钻了法的空子。” [1]

“我们有个别地区的负责人，不看书不学法，而且说一看法就头痛，这不是明摆着有魔干扰而自己又不想摆脱控制吗？” [2]

这是我的一点心得，与同修交流。

注：[1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈道法〉

[2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈猛击一掌〉

修炼交流摘录

第二天中午，女儿坐我身边让我给她捏捏胳膊，按摩按摩双肩，说因为昨晚自行车抵住花坛边震的两胳膊酸痛无力。我呵呵笑道：好在我师父保护你，否则你今天还不知啥样呢？最好你还是看大法书，先读《论语》吧。女儿一下就发火，吼着说：我困，我想休息，你就事儿多，不想给我按摩就这样推辞我！我乐呵呵的望着女儿那恶狠狠的表情，心想不能被亲情和撒娇动心。一个真修者要用正理看问题，把自己混同于常人去给她按摩按摩，那是解决不了根本问题的，只有怀着慈悲之心把大法的美好带给人，那才是解决人生的根本问题。我平静的发出一念：灭尽女儿背后所有阻碍她得救的一切邪恶干扰因素，笑着对女儿说：这个样子可不是你真正的自己哦！这是后天形成的不好的因素与你背后的旧势力操纵的表现，它们就是怕你看到好东西，反正我是告诉你了，大法是万能的钥匙，无所不能。就在我想这一念的片刻，女儿一下子就变的满脸笑容，开心的喊着：我看我看我看！妈，书在哪？我要看！于是女儿看了一阵儿书，然后双手捧着《转法轮》笑着对我说：我可是双

手捧着高高的归还你的哦！我笑道：那你现在胳膊舒服了吗？女儿乐呵呵的直点头，笑道：还真奇怪！我平时一人在外工作很忙，一切都好，放假回家休息，啥事都出了，而且还得到你们大法师父的保护，我真有福！然后做着乖巧幸福的动作，开心的转身走开了。

——《女儿暑期的经历》

这次行程中有一天是排字，当天的气候，又低温又降雨，很多人按规定穿着单薄的夏季黄衣，在无法撑伞的状况下，淋雨淋了两个多小时，所以大部份的同修排完字后，都是冷的直发抖，有的甚至身体状况久久不能恢复。但是，现场仍然有一部份别的团的同修有穿外套或者雨衣来御寒。那么为什么会有这个差别？为什么在事件变化中，还是有其他团长能够照顾到他们的团员？我不是都照着规定交代下去吗？我缺少什么呢？原来，我缺少的是为他人着想的念头，我太执着的是对于规定、规矩、规范的表面。是啊，主办单位是规定穿着夏季黄衣，也说去年的雨衣因为颜色不一，所以不要穿雨衣排字，但是，我们出国前不是已经知道纽约很冷而且偶尔下雨的天气了吗？主办单位只告诉你：“要穿夏季黄。”可是，主办单位可没说排字前不能穿雨衣、穿外套，也没说夏季黄衣服里面，不能塞雨衣、外套、羽绒衣、棉袄……那谁能想到这些呢？有，就是那些会关心到别人的修炼者，那些除了自身工作干好外，还能去想到其他人的修炼者。规定是给人表面看的，而只有更宽容的心，我们才能看到规定之外的东西。出国之前的在线会议中，台湾主要的协调人，最常说的一句话就是：有师在，有法在。是啊，我们自认为的安排，哪能考虑周全呢？那谁能考虑周全呢？师父看管着我们，师父教我们大法，唯有时以修炼人的标准看待自己、要求自己，放下自己的妄念，才能做好大法的工作，大法才会给我们智慧，我们才能完成师父要的。

——《协调台湾大法弟子参加纽约法会的修炼体会》

这一次我开始仔细反思以前背书为什么背不下去，我发现一个最大的问题就是我的目的地是把书能背下来，能够觉得骄傲，能够自我满足，想把书背下来的背后，其实是一颗显示心，而这个心就挡在背法的正前方，阻止我对法的内涵的理解，让我在背法中没有收获。第二个问题就是这些背书技巧的使用。师父在讲法中讲背书的法时，说的是：“说这样好的东西我们为什么不把他背下来呢？时时刻刻要求我们在常人中能做个好人，能提高，你背下来不就更好吗？时时刻刻都有对照。”（《法轮大法义解》〈在北京法轮大法辅导员会议上的建议〉）我理解到，背法的目的地是加深对法的理解，不能是为背法而背法。于是我注意放弃原先的求心，也放弃了我熟知的窍门，背法时开始用心，用学法的心态去背法，背法时不把注意力放在如何把每句话背下来，而是放在法的意思上，反复读师父讲法的意思，在这个基础上背。没想到这样一来，前面的路豁然开了，不断的看到法的意思，读了二十年的《转法轮》的很多文字，好像第一次出现在我的眼前，让我从新认识。……从背法以后，自己平时碰到的关中，背下来的法理会记得，会出现在眼前，就像师父说的：“他在行动中每当做什么事情的时候，他都能够用炼功人的标准来要求自己，真是不一样。”（《法轮大法义解》〈在北京法轮大法辅导员会议上的建议〉）我终于能够体会到这一点。现在背法终于不再是负担，而是自己很想找时间去做的事情。从背法这件事情中体会到，我们做的事情确实不是常人中的事情，要做成，常常是要去掉常人中自己的特长、所长、经验、观念，从法中来找正确的路，这样才能走的通。

——《按照法的要求做好每一天的功课》

一天，我坐在那里静静的想：“不对呀，学法时怎么会困呢？大法应该越学越精神才对呀！”想到这儿，突然感觉“刷”的一下，让我困的那个东西消失了，人一下子精神起来。自那以后所谓的“困魔”再也没出现过，学法时再也没被它干扰过。

有时干活儿干久了又困又累的躺在那里，同修一喊“学法了！”我立马就精神起来，困意全消。至此，在法理上又有了新的升华：所谓的“困魔”，在大法弟子这里根本就不应该存在，先前认识到的“学法时要严肃、认真，否则容易被‘困魔’钻空子”的想法其实也是有漏的，是对“困魔”的一种承认。其实让大法弟子学法时犯困，是旧势力对大法弟子的一种迫害，而且是最大的迫害，无论以任何借口都是不应该存在的。因为师父不承认旧势力安排的一切。当然了，学法时严肃、认真，做到敬师敬法，是大法弟子的本份，是应该无条件做到的，能不能做到和应不应该被其它因素干扰没有任何关系。大法是造就宇宙的根本，学法时不应该犯困，就应该越学越精神！一定要发自内心的认识到这一点。从法上认识到了，清醒了，这魔还敢来吗？

——《正念除困魔》