

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



神韵纽约艺术团二零一八年一月十一日晚在纽约林肯中心的首场演出，盛况空前。

第 836 期

2018年1月18日



重要新闻（上图）

二零一八年一月十四日，德国法轮大法修炼心得交流会在巴伐利亚州召开，参加法会的部分法轮功学员集体合影向师父拜年。

修炼交流

见证神迹

大陆综合

2017 年迫害法轮功者遭恶报综述
孝誉乡里的好人面临非法庭审

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的
总人数：295,166,658



明慧周刊

第 836 期
2018年1月18日
WWW.MINGHUI.ORG

内容提要

目 录

2 时事新闻

- 2 神韵热北美持续升温 好评如潮
- 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
- 10 严正声明
- 10 世人觉醒
- 10 人心与因果

14 修炼园地

- 14 见证神迹
- 22 修出为他之心
- 24 不仅要学法 - 还要用法修心
- 28 向内找 - 与同修共同提高
- 31 想起了香港同修
- 33 发现妒嫉心、怨恨心 - 要及时清除
- 35 我的使命是救度这个村子里的乡亲
- 44 210 天的牢笼生活
- 47 在工作中实修
- 51 修炼交流摘录

时事新闻

神韵热北美持续升温 好评如潮

新年伊始，神韵五个同等大小的艺术团在美国和加拿大巡回演出，上周在美国纽约、加州首府沙加緬度、著名学府伯克利、以及德州达拉斯等地的巡回演出，场场爆满。纯善纯美的艺术表演，带给观众们美妙辉煌的历史画卷和现代传奇，征服了各界主流人士，纷纷赞叹神韵“神圣”“纯净”“独一无二”“震撼”“启迪人心”……他们表示，神韵演出兼具美与德，是视觉与心灵的盛宴，神性内涵启迪人心，指引人们找到正确的人生之路。许多观众并迫不及待强烈推荐给亲朋好友，要他们一定要不要错过这个演出。

“艺术家们从博大精深的中国传统文化中，选取了如此丰富、风格各异的部份，再完美的提炼，这种以如此美妙、赏心悦目的方式呈现，让人实实在在感到灵魂被滋养充实。”百老汇专业演员凯尔琳·康诺利观看了纽约林肯中心的首场演出后表示神韵演出感人至深。“绝美的舞蹈和服饰，让你体会到演出对文化内涵的表现力，美妙超凡。”凯尔琳还说：“音乐太美了，悦耳动听、精彩非凡，让人喜出望外。”“演出能和存在于人类灵魂深处的美好情怀产生共鸣。”“动人心魄。”

波·迪特尔先生是二零一七年纽约市长参选人，也是纽约市警察局历史上功勋最卓著的警探之一，被两任纽约州长任命为纽约州安全顾问委员会主席。他在折服于神韵艺术造诣的同时，也赞叹神韵能使人们重新凝聚到一起。他说：“人们都应该能喜爱我们今天在这观看的（演出）。我们需要更多这样能把人们凝聚在一起的演出。这演出（神韵）能使人们都走到一起。如果人人都能看到这个演出，他们就能理解这一点。”

纽约证券交易所退休经纪人乔治表示，神韵热已传到朋友圈，“前几天和朋友聊天，他们刚看过神韵、正在热议，我说我们也定好周日看。”他说回去后，要告诉没看的朋友，“一

定要来看神韵”。

美国 CBS 节目制作人黛安·瓦格纳与朋友布伦达·韦德博士一同观看了一月三日旧金山歌剧院的第三场演出。两位女士都非常喜爱神韵，特别被神韵的精神内涵所打动。黛安·瓦格纳说：“神韵的节目让我感动落泪。”布伦达·韦德博士说：

“神韵以一种艺术的形式，来传递精神启迪，正如鲁道夫·施泰纳所说‘艺术是通往灵魂的窗户’，这一点神韵做得非常好。”

知名画家勘基·坦娜与先生赛斯·坦娜一月七日驱车数小时来从蒙特雷到旧金山歌剧院观赏神韵演出，她表示：“色彩绚丽非凡。”“那些服装以及优雅、平和。”“这一切使我心中充满希望。”“启迪心灵！这远远不仅是舞蹈，神韵传递的是一种讯息，一种深层的神性讯息。”“我的朋友和她先生看过神韵后告诉我们，这是一个改变生命的演出。”“能够来观赏演出，我太高兴了。”

曾获得一九七四年奥斯卡最佳纪录片奖的著名电影导演、制片人兼作家基斯·梅里尔与太太一月十日观看神韵国际艺术团在加州沙加缅度中心剧院的演出后说：“精彩绝伦！我和我的太太都非常陶醉。我对神韵展现的神性也非常钦佩。”“神韵展现的精神层面非常正面。令人耳目一新，我非常喜欢。”

一月三日至七日，神韵纽约艺术团在加拿大多伦多四季表演艺术中心的八场演出场场爆满。四季剧院总裁亚历山大·尼夫说：“神韵的艺术造诣卓越非凡。客观的讲，我对中国文化没有太深入的了解，看神韵是我学习中国文化的一个非常美好，非常享受的过程。神韵的节目艺术技巧非常完美，我陶醉其中。”

乔治·安东尼是加拿大广播公司执行总监、屡获殊荣的娱乐记者及传记作家。他兴奋地说：“这是我们第一次观赏神韵。而且我们此前的等待是值得的。我们真的被神韵所倾倒。我认为演出的一切都超越我们的期待。神韵的表演及舞蹈极为优秀。服饰也很华丽。”“神传文化是令人惊叹且非常值得分享的，能够有机会通过神韵体验这文化，真是太好了！”“我绝对会向所有人推荐神韵，真的，一定要推荐的。”

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

◇湖北武汉市法轮功学员崔海女士，遭五年冤狱折磨，从武汉女子监狱里出来时头发枯白，骨瘦如柴。仅十九天后，就于二零一八年一月一日含冤离世，终年六十九岁。在中共迫害法轮功十八年中，崔海只因坚持修炼法轮功，按真、善、忍的原则做好人，屡遭绑架、非法关押，二次被非法判刑，被非法开除工职、剥夺了一切工资福利待遇，还经常遭到骚扰。

◇河北省涿州市法轮功学员陈凌梅，二零一四年起在石家庄市女子监狱遭三年冤狱，出狱时双眼失明，不能自理，仅三个多月后，就在二零一七年十二月七日含冤离世。陈凌梅因坚持信仰真善忍，为大法说句公道话，曾数次被非法关押劳教，酷刑折磨。

◇河北香河县三位法轮功学员被非法判刑罚款。二零一七年十二月二十九日下午，香河县法院通知当事人律师：郁兆霞被枉判八年并处罚金一万元；荆连珍被枉判三年并处罚金六千元；王建华被枉判十个月并处罚金三千元。三人二零一七年二月十四日被绑架、构陷，十二月十五日被香河县法院非法庭审。

◇辽宁大连市法轮功学员董玉芳，二零一七年十月三十一日被庄河法院冤判五年，上诉被驳回。董玉芳现年六十三岁，二零一七年九月二十八日被绑架，二十九日被放回家，但被构陷、非法庭审。董玉芳的丈夫郭书春二零一七年春天被冤判五年，现被关押在沈阳东陵监狱遭受迫害；儿子郭吉祥在二零一七年春天被冤判一年零八个月，现被关押在沈阳第一监狱遭受迫害。

◇河南省平顶山市鲁山县法轮功学员郑青山、杨五、汤保于二零一七年十一月份分别被非法判刑七年、三年、三年。三人二零一七年七月七日上因为用微信讲法轮功被迫害的真相而被平顶山市公安伙同鲁山县公安国保人员绑架抄家，被非法关

押在鲁山县看守所。

◇浙江省杭州市法轮功学员焦罗军被非法判刑七年，家人为他请了当地律师上诉至中院。焦罗军，湖北人，二十八岁，被迫害前在杭州从事计算机通讯方面的工作，二零一六年九月初在临安天目山度假地使用真相币，被绑架。

—— 海外学员证实大法讲真相摘要 ——

◇二零一八年一月十四日，德国法轮大法修炼心得交流会在巴伐利亚州的巴德克兴恩召开。十八位法轮功学员在法会上分享了他们的修炼体会和故事，发言的学员中，西方学员占绝大多数。会后，不少学员表示法会对自己的启发很大，发言都实实在在的在修心性，对自己的修炼是个敦促和提高，也有的学员提到，听法会同修的发言感动的时常流泪，发现了自己跟同修的差距。来自德国和瑞士德语区等地的法轮功学员参加了法会，并集体合影向法轮功创始人李洪志先生拜年。

◇二零一八年的第一个周末，瑞典法轮功学员聚集在李洪志师父当年在哥德堡办班讲法的礼堂学法、交流，随后来到市中心举办活动，向民众介绍法轮功，并告知人们发生在中国大陆对法轮功学员的迫害。学员们摆设展台，拉起横幅。桌子刚刚搭好，就有人直接过来在谴责中共迫害法轮功的表格上签名。很多人详细询问：什么是法轮功？中共为什么要迫害法轮功？将来的世界会变的如何？法轮功学员认真解答着这些问题，人们十分钟、二十分钟，有的甚至半小时都不愿离去。

◇二零一七年十二月二十三至二十五日，乌克兰法轮功学员在敖德萨市集体学法，就个人修炼和讲清真相等展开了交流，并举办讲真相活动。二十三日，学员们在位于市中心的敖德萨歌剧院旁边举办了讲真相活动，向人们派发真相资料，介绍功法，并征集签名谴责中共邪党对中国大陆法轮功学员的迫害。

二十四日，学员们在敖德萨胜利公园举办了讲真相活动。当天正值敖德萨市长在胜利公园主持一个新年庆祝活动，非常热闹。很多人了解了法轮功真相，在征签簿上签名反迫害。

◇从二零一七年八月到现在五个月时间，在丹麦哥本哈根的一个社区活动中心，先后有近一百五十人次参加集体炼功。他们中有公司职员，有在校大学生，有艺术家，有退休的老年人等。很多人学炼功法之后身体受益，并开始学《法轮功》和《转法轮》；不少人通过自己炼功的感受把法轮功介绍给亲朋好友。圣诞节前，新老学员在一起交流了自己的修炼体会。有的新学员主动致信市政府，讲述法轮大法的美好，希望政府可以继续帮助提供免费场地。

大陆综合

大陆综合消息

二零一七年迫害法轮功者遭恶报综述

二零一七年明慧网报道了中国大陆 25 个省、直辖市出现的因迫害法轮功而遭恶报的事件。

遭恶报的人包括各级政法委书记、副书记，各级 610 人员，各级公安局局长、副局长，各级司法局局长，监狱长、各级法院院长、副院长，各级检察院检察长，省、市、镇、乡、村书记、副书记，国保大队长，派出所所长、警察，各级宣传部部长，看守所所长，公安厅禁毒总队总队长，教育局局长，中学、大学校长、院长等。

据对明慧报道的不完全统计，遭恶报死亡 115 人，伤残 10 人，重病、癌症 45 人，被查处、判刑 145 人，自杀 14 人，共有 329 人遭到不同形式、不同程度的恶报。

孝誉乡里的好人面临非法庭审

原河南项城市农机局局长吴子祥修炼大法后，为官清正，事母至孝，谦卑和气，以行善事为乐，在单位、家乡、亲邻、战友中口碑甚好。

二零一七年九月十九日，周口国保支队、项城市国保大队等警察，闯到吴子祥家中，抢走大量私人物品，并将吴子祥绑架关押在项城看守所。而后构陷罪名，报项城检察院批捕。目前吴子祥正面临非法庭审。

吴子祥一九五二年出生在项城城郊乡吴营村一户农家。从部队转业回到原籍项城，曾在交通局副局长，后担任农机局局长。不幸患上肝炎，慢慢发展成晚期肝硬化。吴子祥遇到了法轮大法，从此柳暗花明，单位的好处不占了，礼也不收了，什么病也没有了。

吴子祥老家一个大院子，只有母亲一人居住。八十八岁的老娘患病，出院后，因怕老人孤单害怕，经四个儿子商议，四人每人一个月轮流陪伴母亲。四个儿子都很孝顺，老太太打心里满意。而最让她欣慰的，还是二儿吴子祥。三个弟兄，有的是教师，有的做生意，都比较忙，吴子祥体谅他们，只让他们白天陪娘，晚上回去，而所有的晚上，都由自己在家陪母亲聊天，照顾饮食起居。二零一三年，老母亲以九十二岁高寿安详辞世。吴子祥晚上住家陪伴、伺奉了整整四年。在吴营及其附近乡村，男女老少都知道吴子祥是个大孝子。

监狱本来是应该关那些坑蒙拐骗、杀人放火的坏人的，现在却把吴子祥这样的好人关住不放。这场对无辜好人的迫害已使中国的法制越发黑暗，使中国社会的道德越发沦丧。

身陷冤狱五年多 辽宁大连朱成乾将出狱

大连法轮功学员朱成乾被非法判刑五年九个月，关押在沈阳第一监狱，将于二零一八年四月二十五日刑满出狱。

四十多岁的法轮功学员朱承乾，毕业于大连工业大学，毕业后直接分配到普兰店市质量技术监督局工作。一九九六年修炼法轮大法后，受益匪浅。自中共迫害法轮功以后，只因朱成乾信仰真、善、忍，将法轮功真相告诉世人，他人生最美好的年华是在一次又一次绑架和五次非法劳教、冤狱中度过的。

二零一二年七月六日，大连市发生了一起七十九名法轮功学员被绑架迫害的案件，即“大连安锅案”。当天，大连市政法委、六一零、公安等，针对为市民安装海外新唐人电视接收器的七十九名大连法轮功学员进行的绑架抄家。车中山、朱成乾、余钺、曲滨等十七人被非法判刑，被非法关押在沈阳第一监狱。

辽宁新民市七旬老妇被绑架 子女要人被殴打

二零一八年一月十一日下午辽宁省新民市胡台镇法轮功学员高老太太（73岁）发真相材料被举报，被胡台镇派出所

绑架。家属去要人，被暴力群殴。下面是她女儿的自述。

二零一八年一月十一日晚五点左右，我母亲买菜未归。我与父亲、哥哥决定去派出所寻找。到派出所前台，我们询问值班民警，见没见到70多岁的老太太，姓高。民警问我，老太太出来干啥，信点什么吧。父亲说信法轮功，我也炼。然后民警就找出来很多民警把父亲带到密码门内。

接着才看到哥哥已经被戴上手铐，被要求回家搜查。过了大约一个小时才回来，有很多人把哥哥拖拽进办公室，又喊又打，还把爸爸推到里边的屋子里。我赶紧敲他们的密码门，从里边冲出5、6个年轻警察，把我拽到门内，摁倒在地，在背后上了手铐，开始打我的耳光，眼镜被打飞。他们又抓住我的头发往地上摔，把背后手铐使劲往反方向掰。折腾到最后，我心脏钝痛，浑身发抖，呼吸困难。我断断续续说心脏不行了，他们才住手。

我问警察为什么打人，他们却说我没有证据，打你也白打，还说我袭警，骂警察。我说我一个女人袭警你们这么多男人吗？而且我从来不骂人，要不你们就放录像出来看。警察还多次问我为什么不炼法轮功，我说我信佛教的才罢休。

在此期间，警察不断地折磨我哥哥，让他跪着，撅着，蹲着，坐在冰冷的地上，用皮带抽，打耳光。经过了一系列询问，我和父亲以及哥哥才被放回来，到家晚上12点多了。

一月十三日晚，警察告诉我带两千元押金去派出所领我妈回家。我急忙和哥哥打车去接，被告知母亲低压110，高压180-190，心脏供血不足，颅腔内有血栓。母亲眼睛红肿，流泪，我们才知道母亲挨了打，被好多人架住了，打眼睛和手。

从一开始母亲被抓，没有一个人告诉我原因，更没有拘留证，搜查证，警务人员一律没有出示证件。我们被打被拘留被罚款之后，警察没有一点说法，一点正规手续文件都没有。

严正声明

本周三百四十三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。

人心与因果

河北定兴县教育局局长、副局长、纪检书记遭恶报

因为参与推动迫害、诬陷法轮功，河北保定市定兴县教育局正局长王文华、副局长郭建军、仙洪坡、纪检书记李所田遭恶报：有的被判刑，有的被停职检查。

王文华，男，六十岁，保定市定兴县教育局局长，因经济问题，于二零一六年八月份，被保定市公安用拉犯人车带走，判刑三年半，现已精神失常。

郭建军，男，五十多岁，保定市定兴县教育局管人事的副局长，因经济问题，于二零一六年八月份，被保定市公安用拉犯人车带走，判刑三年半。

仙洪坡，男，五十多岁，保定市定兴县教育局管业务的副局长，吃喝嫖赌，因经济问题，现被停职在家反省。

李所田，男，五十多岁，保定市定兴县教育局纪检书记，吃喝嫖赌，因经济问题，被带走调查。

王文华、郭建军、仙洪坡、李所田，在任期间，二零一五年下旬，受政法委、六一零指使，骚扰教育部门控告江泽民的法轮功学员，用开除、降职等多种方式威胁。

二零一五年下旬，他们还让全县学校给学生传单，上面有

诽谤法轮功内容，并要求学生在诽谤法轮功的传单上签字，有的学校还发给学生家长信，上面有诽谤法轮功内容，并要求学生家长在诽谤法轮功信上签字。

他们还让南关学校在教室里挂诽谤法轮功条幅，张贴标语，“四中”老师让学生举手表决对法轮功的态度，“一小”给学生发诽谤法轮功传单，还有的学校在外边挂诽谤法轮功的横幅，毒害世人。

另外，任庆军，保定市定兴县教育局原管人事副局长，无理开除五名法轮功学员，还让全县校长、教师给全县学生发放诽谤法轮功书册，并在学生考卷里出现诽谤法轮功考题。任庆军遭恶报也殃及儿子。他的儿子在天津医院当医生，三十五岁，于二零一七年上半年，得脑血栓突然死亡。任庆军得了痴呆症。

佛法慈悲，但威严同在。生死阴阳界，善恶分两边。常言道：机不可失，时不再来。往后人生怎么走，相关人员可要三思而善行啊！

人心不同 结果不同

我娘家侄女，直肠癌晚期动了手术，术后腰、腿疼痛不止，四肢无力、生活不能自理。我们给她送去了法轮功真相光碟和一些真相资料并告诉她：诚心默念“法轮大法好，真、善、忍好”，就能逢凶化吉、遇难呈祥，病就会好的。

侄女天天念，还看了《转法轮》书，也懂得了不少做人的道理。两个多月后，她完全康复。做家务、带孩子、骑车上街购物，正常生活，她的后半生真是柳暗花明。她总是说：“我的命是李大师给的。”

可是，我们一个多年的老朋友，人生结局与上例相反。以前，我们多次给他讲真相，他总是半信半疑。在北京协和医院他被确诊为肺癌后期，住院化疗。我们也给了他真相光碟和一些真相资料，嘱咐他常念“法轮大法好！真、善、忍好！”祛病有奇效。他当时答应了。半年后，他向我们报喜说：回北京复查，专家们说没病了，上次是误诊。我们都高兴的了不得。 11

半年后，他的老乡告诉我们，他已经离世了。我很震惊！那人说他病好后，又闹离婚，又忙着找老伴，他的病是怎么好的全忘得一干二净。

两个亲身经历的真实事例，令我们深思。在宇宙正法时期，人要清醒的选择自己的未来。师父慈悲众生送来救人的大法，大法弟子说的也都是真话。希望至今尚在迷中的世人，抓住这得救的机缘。

相信大法 瘫痪痊愈

文：江苏大法弟子 清梅

我是九八年开始修炼的大法弟子。去年我丈夫在外地由于工作压力大，没有及时吃降压药，突然全身瘫痪在地，幸被同事及时送到当地医院。

孩子们立即把他接回当地医院，他既不能讲话，又不能行走，坐在轮椅上还往一边歪，耳朵能听见，一只手还能歪歪扭扭写字。一夜要上五六趟厕所，常常是到了厕所，又没有小便，到了床上，又要上厕所，有时昏昏沉沉，来不及还弄在床上。

亲友探望他时，他都要流泪，很是伤感，唯独见到我时，还傻笑。我极力安慰他，耐心伺候他，白天黑夜，我都在他身边，弄不动时，再叫儿子帮忙。

在医院呆了半个月，还是不能开口讲话、不能行走。医生说只能这样子了，要回家慢慢锻炼，慢慢调养。

出院回家，第一天睡午觉，他示意要上厕所，我还没来得及扶他，他就从床上一骨碌滚了下来，他的体重有一百六十斤，我扶他、抱他，从床头弄到床尾，还是没法弄到床上，最后，只能将被子垫在地板上，让他躺在被子上，再盖上一条被子，然后我再打电话，叫力气大的亲戚来把他抱上了床。

凡是见过他的亲朋好友都为他担忧，他近八十岁的母亲就更别说有多难受。等我把亲朋好友接待完后，我拿了纸笔，

敬念，他点头答应，还拿起笔在“大法师父好”的前面加了“尊敬的”三个字，我立即夸奖他、鼓励他：“你能有这份心意太好了，了不起，你会好起来的。”他也有信心地笑了。

第二天，我说念法轮大法主要著作《转法轮》给他听，他也要听。于是我每天一讲念给他听，念第一讲时，看上去他挺认真，可是一会儿就睡着了，还打着呼噜，我刚念完，他眼睛就睁开了。真象师父在《转法轮》说的，“有的个别人还会睡觉的，我讲完了他也睡醒了。为什么呢？因为他脑袋里边有病，得给他调整。脑袋要调整起来，他根本受不了，所以必须得让他进入麻醉状态”。

念完四讲，第五天凌晨，我在炼第五套功法，听他上厕所的脚步声很正常，炼完功，我迫不及待地问他：“你今天上厕所为什么不喊我？你的脚步声为什么这么正常？”他兴奋的告诉我说：“我晚上做了个梦，清清楚楚的，师父来到我身边，从兜里拿出一根线来，从我左手连到右手，边做边说：你这点事是小事，这样一通就好了。我顿时感到一股暖流通透全身，非常舒服，还请师父再来一次，师父说，不行，以后要看你自己了。我马上就醒了。是师父为我打通了经脉，我能走路了，也能说话了，而且很轻松。我要谢谢师父。”

我说：“你真有福，师父对你太慈悲了，你不能忘本啊。”他说：“那当然。”

我们全家真是太高兴了，太感谢师父了。亲朋好友也觉得恢复得太快了，我和我丈夫就把大法师父的恩德告诉了他们，他们也觉得神奇。很多以前都做了三退，这次更相信大法了。

修炼园地

见证神迹

文：吉林大法弟子

【明慧网二零一八年一月十三日】我是开着修的，看到了瘟神下界，以水、冰雹、疾病、阴风等形式扑向所有生灵，我看到了人类和一切生灵大淘汰时的惊心的一幕幕。

我一九九八年得大法。事情虽然过去近二十年了，但每每回想起来，就像发生在今天和昨天。以下都是我亲身经历的事情。师父为我这个从三恶道来的今天尚有人体的卑微根基的人超前去掉了色心、妒嫉心等各种常人心，使我最后能得大法，能静心修炼，闯过很多关、难。谢谢师父的救度之恩。师父好，法轮大法好。

得法后的神迹

一九九八年十二月十五日，我到我姨姐家蹓跹，我屯老曲太太正在我姨姐家劝她炼法轮功，她说她肩周炎都炼好了。我姨姐也有病，可她说自己炼不了，因为自己又抽烟又喝酒的，还老骂人，脾气不好，腿硬盘不上。我和她们聊了一会佛家的事，并双盘腿给她们看，我问她有书吗？她说有。我说先给我看看。她借给了我几本书。

我回到家打开一看，正是那五本书，心里很激动。我想先挑本厚的看，就拿起《转法轮》，亮起灯，一口气看到第八讲。这时屋里的四面墙上出现了奇怪的现象，象闪电一样，到处都打着闪电，我象被闪电包围了一样，前额和头顶一鼓一鼓的，一闭上眼睛满屋通红。这时母亲醒了，问我大半夜的打着灯干什么？催我睡觉，我就睡下了。接着做了一个梦，非常清楚，瓦蓝的天空中飞来一尊佛，象白玉雕塑的一般，盘着腿，双手结着印，来到我家房檐边上，一动不动的往屋里看，嘴唇微微启动好像说什么，眼中含着泪水，我躺在炕上向上看着她。

14 后来我起来双手上举，喊她进屋，可是喊不出声来。她见我

起来了，就向后退，飞快的消失在瓦蓝的天空里。

这时我妈拍打着墙壁说，小小（我的小名）啊，你睡觉魔住了咋的，喊什么呢？快醒醒，我就醒了，说：妈我做了个梦，没喊什么。因那会儿还没亮天，我也没起来看书。

第二天，老曲太太来要书，说每天都得学法，我很不情愿的还给了她。第三天我来到了炼功点，大家都欢迎我加入。就这样，我终于得法了。

走入大法修炼后，才知道什么是真正的佛法。师父没用上十天就给我净化了身体。炼功时，大大小小的法轮在我周身旋转，很快就出了功，天目也开了，看到和接触到了另外空间的生命，做什么一想就发生了，威力很大。不久，元婴也长的有两尺多高了。也知道了我的前世。那时我在一个青铜造的寺院当住持。再后来我是三岁小孩模样只穿一红肚兜，穿越天宇下世转生李户人家做儿子。其它就不一一列举了。

魔难中的神迹

得大法后，我有六次要命的魔难，在师父的保护下都走了过来。第一次，那时刚得法不长时间。我们那里冬天卖玉米时，除了开脱粒机的机主挣钱以外，其它家打玉米都是你帮我，我帮你，就是帮工，不挣钱。邻居家要打玉米，来找我帮忙倒筐，我当时正在学法，心里起了怕累的心，心想倒筐是个很累的活，没人替，一卯顶一楔，干上了就没人换你。我晚去一会儿，等开打了，有人上去倒筐，我就轻巧了。没想到我到那儿一看，机器响着，人已经各就各位，倒筐的位置虽然被人占了，可是打撮子灌麻袋的活留下了，一个大铁撮子在地上放着。心想，还是没躲过重活。他家一晌半地，三万多斤玉米，我打撮子灌麻袋，一干上了就没人换你，得打多少撮子呀？我很不情愿的端起大撮子。可是马上也想到了自己是个修炼人，应当处处表现出一个修炼人的样子，不能怕吃苦，那点怨气马上消失了。

当时我修炼大法已经有半个多月，面貌改观很大，油黑

的头发亮亮的，我也舍不得剃。在我弯腰去撮粮时，头不小心碰到皮带轮上，皮带轮是被一个钢销固定在那儿的，钢销漏出来五公分长。那钢销在我头顶上扑啦啦划了一圈，我听着就象金属碰到金属的叮铃铃的声音，就是那个钢销子扑拉我头顶时发出的声音。就听他们那几个人喊着我的名字，我直起腰，头往斜上方一偏，无意中看到一个磨盘大小的彩色法轮在我头被机器皮带铁轮扑拉的地方旋转着，然后打着斜飞快的消失在深蓝的夜空中。法轮的图形我都看得非常清楚。我激动了，是师父保护了我，否则后果不堪设想。大家把机器停下了，围着我都惊讶的不知道说啥好了。一个人说，大哥呀，你真命大啊，我喊你你没听见呀？多玄没把你头发搅进去，搅进去头皮都得扒下来的，可吓死人了！先歇会儿，等会儿再干。干完活我回家后，想到师父保护了我，为我挡了一难，流下了热泪。

第六次是去长春糖厂打工期间碰到的一难。那是一九九九年“七二零”中共开始迫害法轮功以后的事儿了。迫害发生后，我们村的炼功点也散了。二零零三年经人介绍我去长春糖厂打工，每月工资两千元，包吃住。当时我们一起去了四个人。老板安排我们四人去新厂房做交接和开工准备工作。第三天夜里我们睡觉时，听见铝合金窗户框咔咔响，可能有小偷来偷窃。我招呼他们三个起来看看，他们说，李哥少管闲事，杨老板家大业大丢啥再买，黑灯瞎火的，看有人拿刀捅了你。他们三人把头蒙在被窝里，吓得一动不敢动，大气儿都不敢喘，还拽着我不让我起来。我想起师父的讲法……这时，门窗框响声越来越厉害，砸玻璃的声音都听见了。我想起我们厂房东北角有一家空车配货站，老板高大魁梧，顿时增添了胆量。下床把灯全部打开，拿起一块木板冲了出去，一边喊：“有贼，快抓贼呀！”

夜深人静，喊声也大，那小偷一手拽着窗框，一手拿着大螺丝刀向我捅来，我一闪躲，拽着窗框没撒手，借那小偷往外拉的力一推，那小偷一个腚墩坐在地上，仰面朝天。这时东北角空车配货站的老板也开了灯，穿个小裤头冲出来，手里高举

16 一把菜刀，高声说：老婆快打 110 报警，有人行凶作案。说完

举刀冲了过来。那小偷见状撒开窗框，冲到墙根拽出自行车骑上一溜烟消失了。配货站老板说，小老弟你真了不起。其实我早就听见了，我还以为你们监守自盗，祸害老板呢。后来听到你的喊声才知道不是你们，真有贼，就冲出来了。我说谢谢大哥拔刀相助，要不然说不上吃啥亏呢。这时那三个人也出来了。配货站老板说，今后咱们是邻居了，晚上互相照看，互相帮助。

第二天杨总来，我们把情况讲了。杨总说，你们才来几天也不能开资，就把那几个门窗框卖了做饭伙钱吧，不算这个月工资内，算是对你们的奖励。他们三人乐颠颠的拿窗框去卖，卖了三五百元钱。回来说，咱们把钱分了吧，吃啥自己买，我坚持不要。他们说，你不要那我们三个请你吃顿饭，剩下的钱我们哥仨买烟抽。我说饭也不吃，他们不好意思了，说李哥你看你，门窗框是你抢下来的，我们就拿去卖卖，你钱也不要，饭也不吃，我们也太没面子了。饭我们都订好了，就在马路对面的小吃部。我寻思那就吃吧，这几天尽吃方便面了。就跟着他们去了。他们三个大步流星地过了马路，我走了几步又不想去了，心想修炼人求啥好吃的呢？他们三个回头看我不走了就站在小吃部门口招呼我，李哥快过来呀，啥都买了，今天咱们好好吃一顿儿。我看马路上车少了，我再过去，正当我往对面穿过时，从西边来了一辆开的飞快的黑色轿车，砰的一声把我撞飞起来，然后头朝下，脚朝上斜着扎在马路上，头挨地时右边半拉脸贴着马路往前出溜了几米，蹭了一脸灰，就差几公分磕在马路牙子上。那辆轿车又开出去二十多米才刹住车。从里边下来一个穿着很讲究的男子，胳膊夹着一个包，走过来。

马路边上的人都惊呆了，不知是谁喊：“出车祸了，撞死人了！”我趴在地上听得清清楚楚。我慢慢的从地上爬起来，去捡鞋穿。马路两边的人都朝我这看，那三个工友也看着，没敢过来。等我穿上鞋和那个司机说话时，他们才过来说，李哥呀，真吓死我们了！撞坏没有？我说没事。正说着，道北过来五、六个大姐，过来就把那个司机围上了，一个大姐说，你眼睛瞎呀？这么宽马路不够你走，开车往人身上撞？今天把我兄

弟撞了，你说怎么办吧？几个大姐也七嘴八舌的数落他，好像我是她们的亲人一样。说车主你不是有钱吗？愣着干啥，我兄弟让你撞了，是报警还是上医院？那车主看看我，瞅瞅她们几个和围观的人，那意思是这位被撞的兄弟都说没事，你们这么横干什么？我急忙说，几位好心大姐，谢谢你们关心我，我哪儿也没撞坏，不信你们看——我抬抬腿，晃晃头，原地转了一圈。她们前后左右地看看我，一位大姐过来给我拍打身上的灰土，一边说我，一边让她姑娘把车号记下来了，又冲那车主说，我兄弟要没事拉倒，有事你到天边也跑不了。车主听到这句话，执意要拉我去医院检查，我说不用，你赶紧走吧。他就走了。

我回身谢过几个大姐，其中一个大姐说，这兄弟也真傻，怎么不讹他？开个破车，他不就有钱能装吗？要是撞了我们市里人，不讹死他。其中一个大姐小声对另一个大姐说，撞车的都这样，当时说没事，过两天就不行了。我们那三个工友也说，李哥呀，你真气死我们了，大伙好心好意把那车主围住了，你说没事，非得让他走。咱们出来不就是打工赚钱吗？你跟他私了，讹他五千元，用两千请大伙吃饭多好。我说，也没撞坏，讹人干啥？刚才要不叫贪吃，能被撞吗？小吃部的一个小兄弟过来说，大哥你真命大，我们都寻思你指定活不了了，没想到你没咋地。

我们一个工友调侃的说，你知道我李哥是干啥的？他是炼法轮功的，碰到啥危险事都说是没有事。你看人都撞飞了，表演了一个特技镜头掉地上，就是没事。那小兄弟说，今天这车主在哪个庙上烧高香了，碰上好人了，要是碰上我们二道区这儿的人，不讹死他才怪呢。

第二天我们装车，马路对面站着几个昨天看热闹的人，那个记下肇事车车牌号的姑娘手指着我喊她妈妈，妈你快看，那个人不在上周袋子吗？真命大！看了一会儿，他们就说笑着象松了口气似的回小区去了。在师父家乡长春市二道区，我碰到了这些陌生的亲人对我的关心，很是感动，谢谢师父！谢谢师父家乡的亲人！

之后的几天，我就是感觉困，干什么也打不起精神来，学法也老想睡觉。几天后，我回了趟家。夜深人静时，我开始炼功。抱轮时，我感觉有一只大手软绵绵的按在我的头盖骨上，另一只手用一根鹅毛翎来回捅我的两个鼻孔，弄得我鼻孔痒痒的。我耳边响起：“炼功时遇到什么事都不要管它，你就炼你的功。我没睁眼看，就继续炼功。”突然，我感觉我整个身体就象手机开机震动时一样，震颤了一下，一股热流把我包围了，热浪围着我周身旋转，皮肉都有点烫人，就象一掀开锅盖，一股热气扑面而来，我猛地点头打了一个喷嚏，我继续保持炼功不动，心想不能乱了机制。可是就感觉着从鼻孔里往外淌水，嘀嗒嘀嗒一会儿就成流了。再一会儿就象从鼻孔往出掉东西，一块一块的。等我炼完抱轮睁眼一看，整个衬衫前面被血水和血块染红了，地上也是一片。但我的头脑非常清爽，也不困了，老想睡觉那种感觉和状态也没了。我想起那两个大姐说的话，“撞车当时都说没事，以后就不行了。”可能撞车当时颅内有了淤血，是师父给我抑制着，趁着我回家炼功时帮我清理了。师父又保护弟子过了一个大难。

打那以后，我炼功更长进了，各种功能出的很厉害，元婴也长到两尺多高了，整个人达到了出世间法的高度。还看到了小婴孩儿从我的鼻孔里出入。

破除迫害的神迹

我有三次得法机缘错过和得法后几次闯过生死关的经历，使我对大法书看的比生命都重要。大法就是我的救命法宝，谁也别想从我这儿拿走大法书或者把书销毁。世上妻财子禄什么我都可以没有，我也不求，但是我不能没有大法。我当时就是这样想的。直到现在，师父各地讲法、新经文、《明慧周刊》、新唐人和真相资料，我什么都有，一应俱全。

有一次，我屯一个邪悟的同修的儿子来我家，我正在学法，他看见我的书、录音机和炼功带放在一个红色的小纸箱中。之后他就走了。我有一种不好的预感，马上把书藏好，纸箱倒出

来放进几个大萝卜，然后把箱子还放在原地方。一会儿，警察来到我家管我要书，说放在一个红箱子里，有两条金龙的箱子。我把纸箱搬出来放在地上，理直气壮的瞅着他儿子，警察问他儿子，你当时看见了吗？是书吗？结果他们不欢而散，灰溜溜的走了。

有人说真相材料是我联系来的，警察到我家翻了个底朝天，第二天又来搜，啥也没搜到。说也怪，我的书放在我父亲那间屋里，就那个屋他们没去翻。我预感他们还会来，就把书放进头天他们翻过的一个装绳子的麻袋里，下边装书，上边装上绳子，扎上口。然后把箱子里放进一些闲杂破书啥的，还故意扔上两件旧衣服。果然第二天他们又来了，下车直奔我父亲的屋里。原来是我屯有人告密，挣了五百元钱。他们直奔箱子而去，掀开一看，泄气了。他们出来到处看，看到我装书的麻袋，就盯着看，我把麻袋放倒，蹲下来，手拎着麻袋，仰着脸说，头天你们翻过的，不信我再倒出来让你们看看？一警察说，你别倒了，完了还得装。他们又到我家后院看了看，就走了。走之前对我说，今天从你家翻出一片纸都够你喝一壶了。

他们一走，我回身马上把书送到我老妹家去了，然后把麻袋里装满了绳子，怕他们杀个回马枪。我妈也在我老妹家趴在窗户上看，一边流泪。我老妹说，我拿两本书打发他们走得了，我妈说不行，那不等于承认你哥有书了吗？我老妹不听，拿出两本书就往外走。刚出屋，就好像谁在她背后给了她一掌，推她个大前趴子。她爬起来捧着书就往回跑，冲我妈说，妈呀，妈呀，这书真不能交。真是佛经呀！刚才象有人推我一下。后来那个举报我的人被传去派出所，说举报不实，五百元钱也被要回去了。转年那人得病死了，才五十多岁。一次我老妹趁我不在，把我的单张经文烧了，能有二十多篇。第二天早晨起来往出扒灰，一看经文完好无损，扒出来了。我老妹惊呆了，说我哥说的全是真的，真是佛讲的法呀！昨晚我俩（她和她丈夫）亲眼看见烧没的，扒拉着烧个满堂红，咋没烧没呢？

讲真相中的神迹

迫害开始后，我们也象各地同修一样，在本地散发真相资料，经常一宿。有时夜走千户，时空错位，快的不可想象。从这个屯子出来，看见那个屯子很远，可是走不一会儿就到了，也不知咋到的。遇狗不叫，警车拦截看不见我们。第二天照样干活，一点不累。日走百里不累，三日不食照样铲地干活。一次夜里，我们几个同修走失散了，我回身一看，那个同修正在一户人家门前放资料，可是她是那么小，好像师父说的小人国的小人那么大，我用手可以把她捧起来。我招呼她，她听见了，立即恢复原状，就又和原先一般大了，回到我们身边。其实是我的身体变大了，发生了时空错位现象。

一次我散发资料时被警车跟踪了，我用神足通甩开警车，之后闪身躲进玉米地。警车停下后，警察下来直嘀咕，怎么这人一转眼就没了，真是出了鬼了。这种事情发生了好几次。

有时发正念时，整个大地和天空变成红色。有时夜过木石河，遇蛟龙不伤。一次晚间我过木石河去取资料，见一瘦老头坐在岸边，不像常人。他问我，你啥时候回来？我说，说不准。九时左右，我背着一大包资料回到木石河，遇到一龙状物从水中升起立在那里，面对着我，我心生一念：我背的东西都是救人的，你不能干扰我。它就缩回水里，向上游游走了。

还有一次，月夜外出散发资料时，遇到一金黄颜色的不明飞行物从玉米地立着升起来，直径有一米多长，圆盘状，发出“唰唰”的声音，里面微带着红色的光，后化作一个L形，朝南方向飞去，瞬间就不见了。

祝愿所有的同修，不管你是哪层空间、宇宙、天体、大穹来的；不管你是什么原因、根基深浅、怎么转生来的；不管你的悟性高、低，生活环境条件好、坏，只要是按着师父讲的真、善、忍宇宙根本大法，真心纯净实修，修成金刚不坏之体，穿越一切时间空间不受阻碍。可是修不出来，什么都谈不上。师父给我们每个真修的弟子都打开了智慧，用我们的智慧做好三件事，一切尽在其中。同修们，精進呀！

修出为他之心

文：河北大法弟子 颢莲

【明慧网二零一八年一月十一日】我是一九九六年开始修炼法轮大法的老弟子，在师父的慈悲保护下跌跌撞撞的走到今天，修到今天才真正认识到自己的根本执著是维护自我。维护自我表现在方方面面，最突出的表现就是认为自己是正确的，别人是错的。这样总是用法去修理别人，还觉的自己是为别人好。认识到这颗最大的人心后，开始发正念清除维护自我的一切人心，在遇到事情时真正实修，去掉这颗私心，才能真正做到先他后我，才能真正达到修炼人的标准。日常几件事情发生后，反思回顾，发现自己真的变了，在逐渐达到真正的为他。

一、高姿态对待分财产

我先生兄弟三人，公婆在村里有地，家中两个哥哥，一人种一份老人的地。我与先生大学毕业后一直在市里生活。因村里搞开发，两个哥哥就把地卖了。

公公已经不在人世，为了婆婆安享晚年，我们就在村里新翻盖了房子，平时婆婆就住在那处房子里，每到寒冷的冬天。我们就接她来市里一起住。其它季节，婆婆就住在我们新建的房子里，这新房是我们特意为了婆婆安享晚年翻盖的。

修炼大法，要处处与人为善，何况自己的亲人。因此婆婆平时花的钱，穿的衣服等以至于连治病花的钱，基本上都是我们拿的。每年婆婆过生日也都是我们花钱，亲人们欢聚一堂。逢年过节，大姑姐家来看望老人，也都是我们出钱出力招待。时间长了，大姑姐夫也不是很乐意，他要兄弟三人轮着来招待亲戚，我们总是一笑了之，是大法改变了我，让我变的宽容、大度，不与别人计较个人得失。

最近，兄弟三人分卖地的钱，婆婆的意思是：两个哥哥家的地都卖了不少钱，老俩口的地卖的钱，除了给婆婆留一点外，余下的钱让兄弟三人平分。事实上，两个哥哥都商量好了，他

婆婆与两个大姑姐都为我们打抱不平，给我先生打电话，先生不修炼，也被她们带动的愤愤不平。我知道，我是修炼人，我要高姿态对待这件事。我给先生讲：家和万事兴。我们要多为两个哥哥考虑，他们都是农民，也都五十多岁了，挣钱也不容易，他们多得点也对，他们过得好，咱们替他们高兴。我们俩都有文化，有技术，挣钱比他们容易多了。这钱，他们给多少就拿多少，不给也不去争。我们还是高高兴兴的一家人。先生是孝子，也很明事理，我一说就明白，想通了。

周末我们开车回家，俩哥哥都来了，说出给我们多少钱，我们乐呵呵的接受了。把分给我们的钱拿出来，给生活比较困难的大、小姑姐的孩子结婚用，赢得了家人的赞赏。

二、与人相撞

前一段时间，上班路上，与一大姐相撞。那天，路上有一位大姐骑着小黄车，左手扶自行车，右手拿电话，缓慢前行。我顺路骑电车，骑的也不快。

那大姐一手骑车没掌握好平衡，自行车歪向我的电车，慢慢倒下，把大拇指蹭破两块皮。我把那位大姐扶起来，又领她到我们小区卫生所进行了包扎，那位大姐说，她要打破伤风的针。我当时心态非常祥和，说，行，只要您好就行。

按理说这事责任不在我，这些费用不该我出。因为修炼大法，只想大姐好就行，我交完费用，又给大姐留下了自己的电话，把她送到她儿子那。

三、换衣服

前几天，我买了一件衣服，可是回家后，发现衣服有点毛病，我想人家卖衣服的也不容易，就不打算找人家换了，自己花钱找裁缝修修就算了。

周末拿着衣服找裁缝，人家一看说，这衣服是裁歪了，修不了，你去换去吧。我找到了卖衣服的大姐，我说本不打算换衣服给你添麻烦的，实在没有办法，裁缝说修改不了。我又主

动补给大姐五元钱，大姐很痛快的给我换了，还说再不行还换。我想说的是，我的心态真的变了，变了，变的能为别人考虑了。

修炼二十多年了，自己真的发生了脱胎换骨的变化，真的在去掉私心，在逐渐变成为他的生命。是法轮大法重塑了我，谢谢师父。

不仅要学法 还要用法修心

文：青年大法弟子

【明慧网二零一八年一月十一日】我从小随母亲走入修炼，现在已经二十余年，最近发现，依然是站在修炼的门边徘徊，在法中长大，却没有真正得法，内心很惭愧。这几年，师父拉着我一步步的走了回来，但是我的修炼状态依然时好时坏，写出我这一段修炼经历，曝光人心，更好的精进，也是与同修交流。

一、不仅要学法 还要用法修心去执着

学生当久了，学法中就会受到人理的影响，带进一些不对的习惯、想法和目的地，如总结一下这段法讲的什么、这句话什么意思，上次学这个问题没入心，这次认真看看；上次这段读懂了，就是这个意思，等等等等。这些观念时常在读法中影响着自己，直到最近学《转法轮》忽然冒出一股不耐烦的情绪才意识到这个问题。

我在读法时，内心深处在求着读懂法理，求着明白法背后另一层意思。当一段时间过关过不好或者麻烦事很多时，我就会加大学法的量，也是一种好办法，这当然没有错。但是我把学法当成了一种让自己事事顺心，过的舒舒服服、在同修面前表现超常、满足自己事事完美的办法，而不是真正的把自己溶入法中，对照法去实修。因此我总是过得很辛苦，很累，压力很大。每天要拿出半天的时间学法，再加上讲真相、写作业、上课，常常是晚上一两点、或是三四点实在熬不住了才睡，早上五点多就继续爬起来学，这样熬了很久，梦里师父点化我，

我反而哭着说我不知道怎么办，好似跟师父在说我已经很努力了，怎么还不行啊。

这样俨然成了一种固定生活模式，学多少法、寄几封真相信、给几个人讲真相、回来几个小时学习常人的功课，什么时候听交流，什么时候背法，自己觉得时间分配的挺好的，但是哪天出现了一些事情或者作业量大了点，内心就开始焦虑：这可怎么办啊？这作业怎么写的完啊？今天学这讲法比较短，时间应该够用了；这篇讲法短，估计可以快一点；今天背的书以前背过，估计要快点……

我意识到这是个问题，可是不敢改，因为之前每次想着今天就认真学，不求量，几天之后就松懈了，开始沉迷于常人的东西了。就是在写这篇交流时，我心里还在盘算着一会儿回去得再学点法，今天量不够，交流改天接着写。可是破网怎么上也上去，只好又回来继续挖自己，我问问自己为什么学法？因为我在人的现实中很快就没了正念，很容易混同于常人，比常人还常人，沉迷于小说、电影、食物、化妆品、衣服，身边人谈论的，做的都是这些事情，我就觉得我也应该这么干，可是做完了心里会很空虚、后悔，但不知道为什么反反复复就是这么掉下去，被师父拉上来，再掉下去，再爬回来。回来之后没有正视这颗人心，反而又生出了怕掉下来的心，从表面上找事跟事的联系，而不是挖出背后的求名心、利益心、怕心、要面子的心、贪吃的心、色欲心、安逸心、疑心，修去它们。也没重视发正念，看了这么多不好的东西，没有正念清理自己的空间场。其实是在根本上，对修炼的心不够。

二、去掉对修炼的有求之心

明慧网在上周刊登了同修的交流《假如没有得到世间的好处……》，这个问题困扰了我很久，因为我从记事起就开始学法，可以说是从小沐浴在佛恩里，这可真是个大好事。可是在迫害的高压下，在邪党的歪曲宣传灌输中，不知道用法来对照自己的言行，就很容易迷失了自我。我把追求物欲、名利当成

了正常事，把坚持真理做好人当成了一件很丢人的事。

修炼后有什么变化，我一直反复拷问我自己，好像还真想不出来，感觉自己也没啥超常的啊，学习成绩一般般。为了跟人讲真相让人明白，我会绞尽脑汁跟人说，你看，我修炼大法了，我这么多年都没吃过药，我健健康康的长大了。可是之后每次出现病业假相时，我在否定病业过程中内心还在想，哎呀，别人该想这修大法的怎么还有病啊。其实这都是我自己的贪欲与人心所致。我学习成绩一般，是因为我常被常人带动，上课玩手机、看小说，写作业糊弄事；自己偷懒不爱炼功，本体哪能改变的了；自己还追求跟常人一样减肥、化妆，根本就不把自己当作个炼功人，那怎么会有炼功人的超常呢？我用常人的理来衡量我自己，那当然就是常人了。扪心自问，我为什么这么注重表面的改变？因为我想要的还是人，而不是想当一个修炼人。因为心不正，分不清真我和假我，逐渐的假我中的欲望就被掺进了修炼之中，有意的、无意的，修炼的心念就不正了。真我的念头就被假我用各种名义掩藏起来的欲望埋没了。

师父看我还有正念，就一次次的拉起我，点化我，我提高一点，就又生出了欢喜心、显示心，做不好又出了怕迫害的心、怕再掉下去的心，真是像师父说的啊，“因为它在你身体周围形成一个场，正好把你包在里边，和宇宙真、善、忍的特性就隔绝开了，所以这种人悟性可能要差。”[1]

这个有求之心被我藏在怕心之后，又被疑心挡着，每次做不好向内找就把怕心找到了，再挖挖，挖到了自己的疑心，对师对法不信的心，可是这个有求之心总是被漏过去。其实师父对我的看护无处不在，我第一次面对面和陌生人讲真相时，一抬头警察就在我头顶的假山上站着却什么也不知道；想讲真相，出门有缘人就在路口等着我；时间太紧考试复习时间不够用，每次学习时脑袋就空空的，学什么就一下记住；出现病业假相，心一正，马上就好；考试中更是神奇一笔接着一笔，根本说不完。是我自己没有做好，辜负了师尊对我的苦度，更没有把大法赐予我的超常用来证实法，反而生出了贪欲和证实自我的心。

三、在生活中的利益之心

我之前一直觉得自己利益之心很淡。最近由于记错了时间，考试差点迟到，路上还堵车，在我把心一横，交给了师父时，临考前几分钟我到了考场。坐在候考室签到完之后，我跟师父说，我一定要向内找，请师父帮帮我。考官说，请考生把口袋掏空，不要带任何物品进入考场。我把东西都掏出来之后，摸着口袋夹层还有个硬币，掏啊掏啊怎么也出不来，一下明白了，这不是利益之心吗？一毛钱硬币从口袋漏的小缝隙里被我掏了出来。

我认真回想，我还真是有很重的利益之心。尤其在这些“小利”上。比如考前迟到，就是因为我衡量了一下，去早了要在考场外吹冷风，还不如在学校多复习一下再走，所以我更改了前一天订好的计划，记错了时间，差点迟到。走路前，我也会衡量一下，哪趟车花的时间少，跑得快。今天这个考试重要吗，不重要就去等公交车少花点钱。出门买个饭也衡量一下，出门能不能顺便印个资料，打会儿真相电话，不能我就一直饿着不出门。每一件事，我都在衡量着得与失，衡量不出来的，我就一直拖着，不去做，因为做了会犯错，不做不会错。在钱上反映的更突出，因为以前在钱上犯过错，没有去利益之心，反而生出了怕心。这个利益之心每时每刻都充斥着内心，每一次的后悔，不是因为没按照师父的法做，而是比较另一种办法，自己得到的少了。完全歪曲了修炼的涵义。没有放下，反而一直抱着固有的自我，一点不敢放。

因为心不正，所以犹如惊弓之鸟，有一颗怕这怕那的心，所以执着于常人的预兆、梦境，右眼皮一跳、心跳一快，就生出了怕心。

写到这，我真正明白了我修炼的问题。我不是在修炼，我是在掩盖，没有从根本上否定旧势力，观念没有变，学法就不会入心，不放下自己就跟旧势力的做法一样，那就在走旧势力的路，看似爬起来了，其实还是在趴着。彻底否定旧势力对我

的安排，才能找到真我，不断的强化主意识，真正主意识得法，扎扎实实的修自己，而不是拿不好的心跟同修显示。

个人体会，如有不当，请同修慈悲指正。

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

向内找 与同修共同提高

文：辽宁大法弟子

【明慧网二零一八年一月十二日】我是一九九五年走进大法修炼的老弟子，以往提起笔每每写到这句话，觉的自己得法较早，是一种荣耀。如今，我真的发自内心的自愧，在大法中我修炼了二十二年真觉的好像才迈进大法的门，浪费了那么多的时间，让师父为弟子操了那么多的心，真觉的汗颜。一直以来自己把做大法事当成了修炼。其实，做大法事必须是在学好法、发好正念的基础上进行。带着人的观念做事，这不是修炼。

通过修炼，我体会到了向内找的无边法力：只有向内找我们才能在法中提高，才能走过修炼中的关、难。师父让我们在常人社会中修炼，我们每一天遇到的每一件事都是修炼的因素，有什么高兴与气恨？高兴与气恨都从自己的心性上找一找，是什么心使自己如此，去掉那颗不好的人心，就是一个提高。

由于自己在常人中是单位领导，邪党文化的东西时常对自己修炼形成干扰，尤其是常常在修炼中去修理别人：谁哪句话不在法上，谁谁怎么做不在法上，用镜子光照别人，不照自己。再如，哪个同修过病业关，就有协调同修让我去和他们一起学法，意思是帮助帮助同修。我自己也有种帮助同修的想法，认为都是师父的弟子，她的事就是我的事，除了和同修一起学法，就是帮助同修找心性方面的问题。帮助同修当然是应该的，但如果夸夸其谈，不在法上，那就会起反作用。

这一年多以来，自己对照法向内找，找到了一些人心，加大了学法力度，从学《转法轮》到师父的各地讲法再到新经文，使我从感性上认识法，有了在理性上的升华。

一次一老年同修身体出现病业状态，当我有事到他家后，

夫妻同修都特别高兴，说：你来了，太好了。之后妻子同修就讲了丈夫同修如何状态，让我帮助发正念，又要我与他们交流。我们一起发正念后，这次交流我没有去找同修的心性问题，而是找自己，同修也在向内找，我们都对照法修自己。临走时同修告诉我，抽时间再来啊，我答应了。回家后找自己，我真是在这个同修身上看到了我们似乎有共同的心性问题，真的是应该修自己呀，于是我抱着修自己的一颗坦诚的心又来到同修家，我们又一起发了正念，又进一步各自向内找，同修告诉我说：前天自己站着炼功都不行，得靠着床炼，但也困难，现在可以独立炼功了。是呀，师父说：“修炼人嘛，向内找这是一个法宝。”[1] 修炼人遇到的事不是要帮他，而应该是修自己呀。

再如，一次我去同修家了解甲被绑架的事，同修看到我就拉着我的手说：来，我姐姐从外地来，修炼遇到关了过不去，我们一起交流交流。然后她就讲了姐姐如何从遥远的地方来，家庭魔难大，近八十岁的人架着双拐、两个人护送乘火车来她家，她这一来不想走了，要在这买房子，拉一个孩子过来伺候她。妹子与姐在法上交流，总是一针见血的指出姐的错误，姐总是抱怨全家人四个孩子还有丈夫都对不住自己，她恨丈夫。我听后就把我自己以前怎样没做好，不修自己，丈夫不买账的事讲给她听，现在自己怎么遇事想着家人的感受，丈夫发生了变化，支持我学法修炼。我们还交流了有的同修在修炼过程中，转变自己，家庭发生变化的例子。看出来她心没有动，情绪还是不高。回到家后，我还再向内找，找到了根子在于自私，这颗心也在干扰我呀，于是我深挖其根，自己又学了师父在《休斯顿法会讲法》，感受颇深。第二天，我带着师父的这本法，来到同修家，后又来了三位同修（不约而同）与其一起学法，我们一字一句的学师父的讲法：“我经常讲，别人欺负你的时候、给你制造麻烦的时候，或你遭受什么痛苦的时候，你不要去记恨别人，因为你是在修炼。”[2] 学完法后，我们只做了简短的交流，主要是说我们遇事要把自己当作一个大法弟子；要听师父话；向内找自己。我们走后，大姐的孩子对她姨说：

今天我妈心情挺好，还主动吃香蕉了。过后妹子同她交流，她说：人家同修拿来师父的法一句一字的给咱念，对照师父的法还真是我错了，我总说老头打我，其实，开始老头没打我，我真的先给老头一个大嘴巴子。咱没修自己呀。

是啊，修炼人总要改变别人，不改变自己，这是没修啊！我们作为一个修炼人，一件事没修，在这一件事上我们不是修炼人；天天不修自己，那就是常人。我们要听师父的话呀，师父告诉我们：“向内找这是一个法宝”[1]，我们在遇到关难的时候要用啊，这是一把万能的钥匙，即可过关，又可除妖。大姐笑着说：是啊！我不在这修炼了，我老妹子过两天过生日，过完生日我就回家好好修自己。我现在不恨老头了，也不怪孩子们了，我儿子总打电话要我回家，说在网上给我买票呢。小女儿说：妈，你让儿子和儿媳来接，要不你回家多没面子。同修大姐说：别让他们来，儿子一天不上班要扣三百多元钱呢，我不要面子，要修炼。同修转变了观念。我再去时发现她不用拄双拐了，我问大姐，她说不用双拐现在改用一个塑料凳当拐杖。我说大姐你若不用塑料凳怎样？她说：在家迈不动步。我说：你扔掉塑料凳看看。她走起来挺轻松，在屋里走了好几圈。同修转变的过程，其实就是我们修炼的过程。

近一年以来，邪党用敲门行动来骚扰大法弟子，本地大法弟子因诉江被绑架、拘留、判刑的都有。我有些害怕。一次，有两个人到我家敲门，我从门镜看不是同修，没给开门，心中有些怕。但我马上对丈夫说发正念清除干扰，敲门就是骚扰。于是，我立掌清除邪恶。后开始学法，师父的法清晰的打入我的脑海中：“已经得法了，我连生死都不怕，命都可以不要了，那么什么事情还能执著呢？”[3]

是啊，自己天天说是大法弟子，你做到放下生死了吗？你是真正的大法弟子吗？你向内找了吗？对呀，在生与死的考验面前，我怕过，这件事上没修出来，这不正好是我提高的机会吗？今天，我把怕心去掉，我是大法弟子，我怕什么，一切都

踪，是师父把怕的物质帮弟子拿掉了。我再发正念，我的整个空间场通红一片，是师父在点悟弟子观念转变了，心性提高了。我告诉丈夫，他们再不能来了。的确如此。谢谢师父！

发现自己在修炼上的问题，马上归正自己，心性得到升华，这才是修啊。修炼是严肃的；修心是必须的。

注：[1] 李洪志师父著作：《各地讲法九》〈二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法〉

[2] 李洪志师父著作：《休斯顿法会讲法》

[3] 李洪志师父著作：《美国法会讲法》〈纽约法会讲法〉

想起了香港同修

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年一月十五日】同修去香港旅游回来，我急切地问：“香港环境咋样？”同修说：路的一边是香港同修，静静站在那儿，行人到跟前时，有讲真相的，有发资料的，很平和，很善良。也有静静发正念的。对面是邪恶一伙的，举着丑化师父像的牌子，放着大喇叭，“文革”阵势，乱哄哄的，有点闹心。我说：“香港同修就那么老实？想办法呀？铲除邪恶，高密度发正念呀？让恶人遭报！把这个点撤掉，怎么多少年了香港还是这个状态？”

和同修交流时，我认识到自己错了，自己党文化因素太多了，想事还是“以恶治恶”的邪党套路，没有善和慈悲，心性和境界与香港同修差距太大了。

以前我想：师父讲法总是肯定香港同修做的好，我怎么没看到好在哪呢？那里不是大陆，没有恶警和监狱，就几个地痞混混，怎么摆不平呢？若是我去，早搞定了。和同修交流中，我看到了自己争斗、不服、强势、好战、自以为是等人心一大堆，香港同修有吗？最起码，他们整体状态是让人敬佩的，在那样环境中，能平和慈悲的救人，身上没有大陆人恶党邪灵的现象表现，那是境界呀。

魔不怕恶，魔怕善，越善，魔越怕。师父说：“佛是善的，这一点是肯定的。但是那种慈悲是一种伟大的佛法的力量的体

现。不管你再不好、再坏的东西，象钢铁一样的东西在佛法的慈悲威力面前都得熔化掉。所以魔一见就害怕，它真的胆怯，它会化掉、会消失掉，绝不象人想象的。”[1]香港的邪恶表现只是我们看到的这点，另外空间的表现不知复杂多少倍？和大陆一样，都有同修要面对和突破的东西，那是成就香港同修威德的环境，能够在邪恶张牙舞爪面前，用善心去讲真相，用慈悲去救人，用纯净心态去发正念，没有一定修炼境界功夫是做不到的，也是站不久的，在那种环境中锤炼自己提升自己，人心冲撞和观念改变与方方面面的突破和大陆也是一样的。“正法必成，大法弟子必成。”[2]师父告诉了我们正法的结局，那我们就要走稳每一步，做好每件事，达到大法标准，特别要修出强大的慈悲心，不要有斗和怨恨的心，就像《九评》一样，在平和中就把邪党解体了。

香港，是被大陆人高看一眼的地方，去香港也是选择未来的机会。有人到了香港，导游一吓唬就怕了：“别拿法轮功资料，海关扣下你我们不管。”有人不敢听，有人就敢听，有人不敢拿，有人就敢拿。同修也有不一样的，有的同修去香港旅游，不敢跟香港同修接触，怕摊事，有的什么都敢，跟香港同修交流，说的很热乎，遇上大游行，有的还在前面打横幅。不管在哪里，考验都是一样的。我的最大差距是（包括身边不少同修）：缺少香港同修那种大善和慈悲，香港同修在默默的、不张扬、平和的讲真相与发正念中，就在把另外空间的邪恶排山倒海般的解体。

邪恶怕啥？怕善，一个同修给我讲一件事：有个同修被警察叫到派出所，开始同修不服，想给警察讲真相，刚说几句，警察吼道：“别说这个，我说拘留你就拘留你，还敢讲这个？”同修马上意识到，自己争斗心、不服心太强了。他平静一会儿，又给警察讲真相，说自己炼功后病好了，脾气改了，单位人没有不服气大法的。同修在说时，警察也不发火了，最后也没让他写所谓“三书”，说：“你回去吧。”送到门口时，警察说了一句：“你们这些人是值得敬佩的。”同修感慨的说：“强

硬救不了人，大善才能让众生得救。”

本地还有个同修，去公安局给警察讲真相，警察翻脸说：“你好大胆子，敢到这来讲，我马上把你拘留进去，你信不信？”同修说：“我信，但我想你不会的。”警察说：“为什么不会？”同修说：“你不是恶人，是个有善心好人，所以我才敢来。”警察态度马上就变了。

我们的善心越大，越符合大法的要求，解体邪恶的力量越大，当人背后没有邪恶操纵时，救度也就容易了，就是说修炼境界提升越快，救人就越容易。

一点感受与同修交流，不对之处，请同修慈悲指正。

注：[1] 李洪志师父著作：《美国西部法会讲法》

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法五》〈二零零四年美国西部法会讲法〉

发现妒嫉心、怨恨心 要及时清除

文：辽宁大法弟子

【明慧网二零一八年一月十三日】我于二零一七年的三月份和五月份，连续两次因讲大法真相被绑架，这过程中，我不断的向内找，找出了许多执着心。

在出事之前，我就已经意识到自己有妒嫉心、怨恨心，但没有及时清除它。

A同修会技术，我不会，我的机器全是A同修帮我装的。我认识的同修都找她做，不说依赖也差不多，时间长了，同修们都开始喜欢A同修。我开始也为她做的好而高兴，后来就变的妒嫉她了。

具体表现在：我每次见到同修，听到的都是大家赞扬她的声音。其实我以前是被同修们赞扬着往前修的，同修们都夸我能吃苦，悟性好，学法好，这一赞扬，我的欢喜心、显示心、自以为是、自以为了不起的心就不断的往外冒，我不会修，还以为是好事儿，不知道否定，就这样滋养着它。

自从A同修出现以后，同修们都去赞扬A同修，不理我了。我心里边觉的很没面子，再加上家里老人病卧在床需要照顾，

占用了我大部份时间，我就走不出来。自己总觉的修的差、不如别人，把每个与我有缘的同修看的都比自己高，使自己生出了自卑心、妒嫉心，特别是对 A 同修的妒嫉心尤为突出，总觉的叫 A 同修帮我干什么的时候心里就打怵，总把她看的比自己高一等，直到现在还是。

A 同修脑子聪明，但干活有些粗心，给机器装东西装不全，我也不好意思开口跟她说，现在我认识到了，是我对她的情太重，也可能是生生世世缘份深，因为我一遇到困难，她就出现在我眼前帮助我。

另外，我还时不时的去怨恨 B 同修。我和她一起出去讲真相救人，我总嫌她有怕心，干扰我。我不知道找自己，去找别人的不对，这不是向外求、向外看了吗？现在我知道错了。

我还怨恨自己的丈夫（同修）。同修们给我提出来我对他情重，我虽然嘴上没否认，可心里不承认，因为我自己没觉的。同修们说我包容他，我就不吱声了，其实不是我包容他，是我有面子心、怕心、怕被别人笑话，被这些心障碍住了。比如：同修们问我他整天在忙些什么？我就掩盖说不知道，他做啥我也不懂，说他忙金融呢！什么金融啊？我在一旁听着这个朋友来个电话，那个朋友来个电话说什么挣钱的门路、项目，那不都是骗人嘛？现在社会市场那么乱，人们都打着漂亮吸引人的噱头变着法儿走直销，拉人头骗人骗钱，可他太单纯，做事又真诚认真，别人说什么他就信，我真拿他没办法。一说就吵吵，最后我也就不管了，其实是默认了。丈夫现在钱被人骗，被拽的修炼怠慢往下滑，精神头儿也提不起来，好像没了自信心。我对他修炼上，由着急而产生了怨恨心，这不就是对他的情吗？

师尊在《转法轮》中讲：“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。”一发现妒嫉心，一定要及时清除它。

我的使命是救度这个村子里的乡亲

文：河北大法弟子

【明慧网二零一八年一月十六日】我今年七十六岁了，同修借我一支笔，向师父汇报我的修炼情况。

找到能改变命运的大法

师父说：“可是我告诉你，你为了得这个法，可相当不容易，也许你前半生吃的苦都是为了得这个法，这是你知道的；还有你不知道的，也许在你前几世甚至于更长的时间，都在为得这个法在吃苦、受罪。”[1]

看到这段讲法，我的眼泪止不住的往下淌，就象慈悲伟大的师父站在我面前亲自对我讲法一样，顿时感到失去几十年的母爱温暖着我、包容着我，我又象迷失了方向的孩童找到了回家的路，无比的兴奋和幸福。我在得法之前吃了无数的苦，学法后我豁然开朗，我终于可以回家了。

我八岁时母亲去世了，留下我们六个孩子，三个姐姐两个弟弟。不久比我父亲小二十岁的后妈进了我们家，很快我又多了三个弟弟。我的生活真的就象民间唱的就地黄的“小白菜”。后妈掌握全家大权，说：“女孩子上学没用，干活吧。”于是刚刚跨进小学的我就变成了小农民，我和三个姐姐一起在地里务农。我们小心翼翼地行事，老老实实的干活，多吃苦少吃饭，不敢吭声，唯恐后妈的那张脸。

几年后我终于出嫁了。结婚时用的被褥都是婆婆从别人家借来的，更谈不上有什么嫁妆。过年连饺子都吃不上，坐月子也没有什么补养，生了三个孩子后，我的身体就彻底垮了，气管炎、关节炎、肠胃炎、心脏病、低血糖等九种病缠身，使我生不如死。

天有不测风云，人有旦夕祸福，偏偏这时丈夫得了半身不遂，我还要照顾他。我在死亡线上挣扎着。我怎么这么苦啊！真是叫天天不灵，喊地地不应！老天爷呀！救救我吧！

我到处求神，想改变我的命运。我的三姐就是个开着天目

给人看病的。我去找她。一九九八年初，我再去找她时，她说：“你别再找我了。我现在炼法轮功了。你也炼法轮功吧，这可是个高德大法，真正能够改变你的命运。”我问她怎么炼，她当时就给我做了一遍动作，说：“你到你们村去找吧，肯定有。师父叫我们集体学法、集体炼功。”

回到自己家，我就一心想找法轮功，在村里转了几个圈也没有看见炼法轮功的，这可到什么地方去找啊？正在家发愁，进来一个人，进门就说：“嫂子，看你桌子上还摆着个酒杯。你喝酒了？”我说：“不喝，这胃痛的受不了。”她说：“你炼炼法轮功吧。”我说：“我正在找呢，到哪炼去？”她说：“到我家。”我这个高兴啊，真是“踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫”。我想：人心里想什么神都知道，她一定是神派来的。

晚上我早早就带着十岁的孙子去了那个人的家。学第五套功时我和孙子一盘腿就盘上去了，比她们谁都盘的好，她们都非常羡慕。从此我坚定的走进了法轮功，步入了修炼之路。

正念连闯生死关

修炼法轮功之后，我的各种病很快就不见了。九种病师父一下子都给去了，自己一点不承受也不合理呀，所以每隔一段时间我就要过一次病业关，每一关都是突然出现。这些病业关可不是那么好过的。

得法不久，那天我走在一个上坡道时，不知道怎么回事腿拧了，好象腿和脚都转了九十度，一下摔了个跟头。好不容易忍痛爬起来，非常艰难的回到家。第二天腿肿的很粗，疼的走不了路，不走路也不可能，我还要照顾老伴，我就念“难忍能忍，难行能行”[2]。

常人讲伤筋动骨一百天，我真的痛了三个来月才彻底好了。以后每隔一段时间师父给我的腿再推出一些病来。

就在我的腿刚刚好，肠胃炎犯了，先是拉稀，拉的我不能走动，紧接着吐。上吐下泻，把我困在床上，连续七天七夜不吃不喝，到最后吐的都是痰沫。每当难受的厉害时，我就打坐

念“难忍能忍，难行能行”[2]，七天后我完全好了。这次消业后我感到全身轻松，发生了脱胎换骨的变化。

女儿送来了一些婚宴菜，我吃得津津有味。很快就要过大了，我就象正常人一样，搞卫生、做年夜饭、迎接新年。老伴说：“真神啦！不用找医生就闯过来了。”

每当出现身体不舒服时，我都不把它当回事，我知道是师父在给我净化身体，是好事。随着炼功、学法，我的净化身体一次比一次升级。一次我身体左侧的上半部份长出了很多大浓疱，象核桃那么大，形状如几何图线，横平竖直的，更奇怪的是前后身都有，其痛无比，从来没有见过的一种怪现象。我只能右侧着床，不能翻身，每天疼的最多睡二个小时，不能睡我就爬起来打坐，心中默念经文。一炼动功脓疱就破了，炼完功背心上都是黄色的浓痂。二十天以后，这些大浓疱全好了，连个疤都没有。

在以后的七、八年间我的后背每隔一段时间就象有凉水一样的往外流，我知道这是师父继那些脓疱之后继续给我净化身体，我没有任何痛苦的感觉。

不久我又长口疮，满口都是，不能张嘴，吃饭非常痛苦，那我也得象正常人一样一点也不少吃，我把干粮掰碎了，泡在碗里，拿筷子往嘴里捅，我不把它当回事。白天还好，每到夜晚就从嘴里往外流口水，臭的熏死人，简直就想吐。我就在睡觉前把一些破旧衣服垫在腮下，让口水流到上面。有时能把我呛醒，我就忍痛起来打坐，心里默念经文，从不向任何人诉苦，更不去求医。也是二十天后彻底好了。

师父说：“我在一九九九年的“七·二零”就把“七·二零”以前的学员全部推到位了，推到了你们最高位置。”[3]告诉我们只要有强大的正念就能保护自己，就能抵挡得了邪恶，才能助师正法救度众生。可是旧势力就是捣乱，它觉的我们修得也太容易了，所以就制造了很多魔难让我过。

旧势力看到我一次次的病业关都在师父的保护下顺利的过去了，于是派死神来威胁我，让我摔倒晕死过去三次。其中 37

一次是去讲真相，还没讲就晕在人家家里。她知道我有血糖低的病根，很是害怕。我醒后告诉她：“你不用怕，我没事。我只要在你这坐会儿就好了。”在那打坐一小时后，什么事都没有了。她看着我闯过了生死关，也为她明真相做了铺垫。这也是唯一的一次我在过病业关时身边有人。

其实一切都是师父的安排。从此以后，死神再也没有来找我的麻烦。我的身体非常好，谁看见我都说我不象七十多岁的人，走起路来象个年轻人。

真修必须过好亲情关

常人道“英雄难过美人关”，对修炼人来说亲情关同样也不容易过。什么病业关、苦难关等对我来说都不在话下，唯独这个亲情关使我感到剜心透骨的难受。

老伴在世时，我拖着个病体用微薄的收入给老伴看病和维持生活，老伴去世之后我看了一年大门挣钱糊口，后又在儿子的饭店里帮忙干活，帮他做生意。除了管吃饭外，十几年来，儿子没有给过我一分钱。我都能忍，可是国家占用了我们的坟地补偿的钱，儿子领了竟然也不和我说一声。那坟地里埋的是我独自伺候死的婆婆和丈夫。这使我感到儿子也太不把我当回事了。

我是修炼人，有了难找师父，我知道师父会给我解心愁的。于是我就学法。看到师父说：“修炼的人是以脱离世间、成就生命圆满为目地的，执著任何世间的得失、利益都圆满不了，因为修炼人在世间修炼中就是要去掉常人所执著的各种各样的心才能成神。不然的话，世间上的任何一颗心、任何一个牵挂的因素，都是一把锁住人离不开的锁。”[4]

师父的教导使我明白了，我是修炼的人，是人在俗世中、念在方外的人，我们来在人世间，只是借这一块地盘炼功，就象住店一样，什么也不要，小住几日，匆匆就走了。不能把这里当作自己的家，真正的家不在这里，在天上。再说儿子不给我一分钱，在六道轮回中我还不知道欠人家多少钱呢，现在我

有吃有喝，要钱干什么？

我只有一个儿子，我年岁大了，理所当然的和他住在一起，于是就产生了很多矛盾，这都是我要过的亲情关。儿媳妇是练其它法门的，“七·二零”之后她不仅干扰我，还经常教唆儿子和孙媳妇不搭理我、孤立我。这使我的心必须时时刻刻都处在一种慈悲状态，不然就会闹出事来。在这个四世同堂的大家庭中，我最老，可修炼了我不把自己当作老人，什么活都干，可是我做的饭媳妇不吃，干活媳妇不满意，我就问儿子：“怎么办？”儿子说：“你从此不做饭了，也不干活了。”

在家里干了一辈子活，不让干了感到心里不平衡，不舒服。师父告诉我们什么不好的事对修炼人都是好事，是啊！是好事。我认真思考后改变观念，静心修炼，我把大量的时间全部都用在大法上。

我每天夜里十二点起来发正念，两点起来，打坐三个小时就象一瞬间一样，坐在鸡蛋壳里很美妙，动功一小时，接上发正念，上午读三讲《转法轮》或其他讲法，听一讲广州讲法，下午半天外出讲真相救度众生，不让我干活，不干扰我正法，我有足够的时间做三件事，我感到心里非常平衡。我做证实大法的事可有时间了。感到非常好。

过去和尚化缘还得到处跑、挨门化缘，我现在不用到处跑在自己家就有饭吃，挺好。可是又出来了新鲜事，谁都不刷碗，吃完后都把碗往那一丢就不管了，于是我刷，从此以后这搞卫生的事我干起来了，没有任何人干涉不让干。我觉的这都是师父安排晚辈们给我提高心性的，我都顺利的过去了，也都非常习惯了。不会因为这些生活上的小事有什么摩擦，不管儿媳妇搞什么花样，我都能包容，静心修炼。我这么做，不久以后我感到我的身体发生了很大变化，感到身体比过去更加轻松了。

儿媳妇经常搞一些小动作，比如我在烧开水时，经常水不开就给我把火关了，我不在乎，修炼人不怕水不开。洗澡时她把外边的热火门关了，我就在儿子、孙媳妇在家时让他们给我看着阀门。有时儿媳妇会用手指指着我挑衅骂我“疙瘩、混账” 39

等等，一般我不吭声，事发后儿子带媳妇去医院看病。

病了很长时间的儿媳妇还不悟，不久又这样对我，我的人心上来了，心想：“我怎么也是个长辈啊，你都不怕遭报。”我没有守住心性，没有做到“打不还手，骂不还口”[5]，我说：“上有天，下有地，人在做，神在看，帐上留。”儿子听见不干了，他说我：“你就咒她吧。”看来他很清楚善恶有报，也知道上次去医院的原因，只是不敢惹媳妇，又因为我这一说，实际上我的妒嫉心出来了，于是师父就借他的嘴来点化我，我明白后心里很难受，这一关没有过好，和人家干起来了。儿子一开口我马上就意识到了，也就不吭声了。可是我毕竟没有把握住自己，恶语出口伤了人，后悔莫及。

孙媳妇进门后对我很尊重，媳妇就千方百计的从中搞些事，加上孙子经常不在家，孙媳妇深知儿媳妇的厉害，也不敢得罪她，怕给小鞋穿，所以和我的话也少了。儿子心里清楚，在孙媳妇坐月子时，儿子叫我为孙媳妇做饭，想调和一下。可是饭做好了，儿媳妇不叫孙媳妇吃，她重新做，得吃她做的。儿子不敢惹媳妇就说：“妈，你以后不做了。”

孙子非常生气，看不惯他妈对我这样，可是又没有办法，又不愿意让我受这个气，一时不知说什么好，就说：“奶奶你走吧！”他的意思是你离开这个恶劣的环境吧，我妈老欺负你，你离开后就不受她的欺负了。我说：“我往哪走？这是我的家，我得在自己的家呆着。”

我有女儿，女儿对我很好，但那不是我的家。我还有一个过去和老伴住的小屋，那里很清静，什么是非都没有，肯定没有人给我制造麻烦，那么也就没有人给我提高心性，也就很难修炼了。我不能因为家里环境不好就离开这个家。师父说我们这一法门就是在常人环境中修炼，所以我不能脱离自己的家去寻找好的环境，不能到庙里去。

现在社会风气很不好，很多老人都不愿意和儿子、儿媳住在一起，实在不能自理了，等着给送口吃的。我是一个修炼的人，就这一个儿子，按照传统的道德习惯，我理所当然的堂堂

正正的和儿子住在一起，儿媳妇再厉害她不敢把我赶出去。关键是我修炼的不精進，没有做到象师父要求的在任何环境中都体现出对众生的慈悲。大道无形，各种环境都能够修炼。整个人类社会就是我们的炼功场，是我们的寺庙，在哪里都能修炼，就看自己修炼的精進不精進。不精進儿媳妇才会时不时的弄出点儿事来干扰我。师父讲：“没有人心的干扰，你坐在那儿心性就提高上来了？那是不行的。人得在实践中真正的去魔炼自己才能够提高上来。”[6]

有干扰才能看你能不能提高。

我把自己的想法和孙子说了，他非常赞成和支持我。

得了美名“名牌法轮功”

自从我走进法轮功，我就非常坚定，我知道这就是我终生所追求的，大法改变了我的命运，我坚信无比，什么力量都动摇不了我。

我们村有一千多人，原来很多人炼功，“七二零”中共江泽民开始铺天盖地打压法轮功之后，炼功的人就寥寥无几了。一开始我就坚决反对迫害，我没有任何怕心，不管什么头头来了问我：“你还炼不炼？”我都公开说：“炼！”谁要说：“别炼了。”我就会说：“我一身的病炼好了，不让炼，我有病了找你？我们家现在就有个病老头，拉你们家去？”都说：“别，别，别。”渐渐的谁都知道我还在炼法轮功，我也不瞒谁，于是我得了个美名“名牌法轮功”。没有任何人干扰我。

迫害一开始，村邪党书记就通知大法弟子到邪党的党部去开会，头两次我都没有去，我以这种方式抵制他们。第三次我改变了，我想我得去向他们讲真相，于是我大步流星的走了进去。一进门书记说：“老婶，你真行！你还是来了。”我说：“我是要告诉你们法轮大法好。”他说：“好！好！那你就在家炼吧，别出去。”然后他就说：“散会！”我心想这么好的功法不让炼，不让出去，不行！我一定得走出去为我们师父说句公道话，为大法说句公道话。

众生在中共邪党的毒害下都不明真相，对大法弟子形成了一个强大压力，因为很多人就是不听、不接受，就是发传单也是很危险的，单独公开到处讲就会有人举报，很多大法弟子被绑架，我的心里也是不稳，有压力，感到这些世人实在是糊涂，救不了他们说说不定自己被他们给卖了。

师父说：“你们也没有想过他们曾经是多伟大的一个生命，冒着这么大的险恶，一头扎进来，下到这么险恶的地方来。就这本身都值得你们去救度他们，把他拉出来。”[7]

众生都是为法来的，他们现在不明真相，是因为被邪党毒害得太厉害了，可是他们又是那个世界里的代表，如果他们不能被救度，那么他们世界里的众生就一起被毁掉了，那就太可怕了。我们是助师的大法弟子，必须按照师父的教导去做。

晚上我与同修出去发资料，有时白天也去，丈夫去世之后我和同修结伴到很远的地方去发资料，贴不干胶。资料短缺时我们就带上彩色粉笔到处写“法轮大法好”、“真善忍好”、“世界需要真善忍”等等。最困难的时候连粉笔都没有，我就把秫秸剥开，拿里面的软芯代替笔写在纸上，然后拿出去贴。一次我正在贴，来了一个外村的同修，她一句话没说，跑过来帮我贴。

我在儿子的饭店里帮忙，对来吃饭的人，尽量都要救他们。有一次一个外县的人，他一边吃我一边讲，他不断的点头，吃完后走了，可过了一会又回来了，说：“你讲的挺好，我还想再听你讲讲。”我知道还没有劝“三退”呢，他是来求救的，于是我接着讲为什么要“三退”。帮他退了，他高兴的给我鞠了个躬走了。

我的本体改变的比较好，在本村讲起的效果也很好。我想这里的众生肯定都是和我有很大缘份的人，很可能就是下世之前神安排他们到我们村里来让我救他们的，也就是说我生活的村庄肯定是我承包的范围，我的使命是要把这个村子里的众生都救了。因此，我非常重视在我们村讲真相。

村里的人都知道我过去身体非常糟糕，炼法轮功之后无病

一身轻，虽然是个老人，面对别人的不公待遇，不争不斗、无怨无恨，不和别人一般见识，常人都说我高姿态。所以我讲起真相来得心应手，几乎是讲一个退一个。我比较早的先把邪党书记的妻子劝退了，我向她说：“为了你今后的平安幸福，听老婶几句话。”她说：“老婶，我听你的，你在我面前摆着呢，退，退，退，我都退。”不久我又把邪党书记也劝退了，我一开始就说：“老婶这些年来没有给你添麻烦，老婶有句话讲给你听，为了你的平安幸福……”他不等我说完就说：“老婶，我也听你的，给我把党、团、队都退了吧。”

一次我给一个妇女讲，她说：“就凭您的形像我都得听您的，您是七十多岁的人了，可是您‘坐如钟，站如松。面似玉，走如风’，咱们村有谁能象您这样啊？您真不愧是‘名牌法轮功’。这年头，您真了不起！”

对“三退”的，我进一步引导她们走进大法。

有一个七十岁的邪党党员“三退”以后，她又把她的儿子、女儿以及他（她）们的子女带动着都退了，她很快走进了大法修炼，每天学法、炼功、看明慧交流文章，让我到她家去集体学法，表现很精进。学了一段时间之后，一天她说：“我原来在天上打碎了一个花瓶，把我打下来了。我得快点好好修，好早点回我天上的那个家。”

正法还没有结束，我修炼的路还没有走完，助师正法我一定要走到底。我要抓紧时间救度更多的众生，完成我的史前洪愿。

不当之处望慈悲指正。

注：[1] 李洪志师父著作：《各地讲法一》〈北京国际交流会讲法〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮法解》

[3] 李洪志师父著作：《北美巡回讲法》

[4] 李洪志师父著作：《各地讲法五》〈二零零五年曼哈顿国际法会讲法〉

[5] 李洪志师父著作：《悉尼法会讲法》

[6] 李洪志师父著作：《转法轮》

[7] 李洪志师父著作：《各地讲法九》〈在新唐人电视讨论会上的讲法〉

210 天的牢笼生活

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年一月十七日】我今年七十二岁，二零一零年七月有幸开始修炼法轮大法。二零一七年初夏，我在公园跟人讲真相被人恶意举报，第一次被关进看守所二十天，管事的警察恐吓我的儿子说，象你母亲这样的，至少要关三至七年，儿女担心我承受不了，想办法找关系托人情送金钱，付出沉重的代价，把我救了出来。

回家后，居委会令住宅小区保安二十四小时监视登记我的出入，派出所派专人跟踪我。我没有理睬这一切，仍然坚持每天出去讲真相，寄真相信。

十五天后的一个夜晚，我在家中，再次被恶徒抓走，关进看守所。非法关押的第二天，我就立刻写信给儿子，告诉他不要为母亲再去求人想办法，做好你的工作，安排好家庭生活是母亲的心愿。即使天崩地裂，母亲仍然会坚持到底的。

刚进去时，我被关进“过渡”仓，多数是新进来的人，人来人往的，人来的多了，先进来的就被调到其它仓。有一天，来的人很多，我知道要调仓，就抓紧时间讲真相。新进来的人都很难受，我就一边安慰，一边讲真相，讲了四人，有三人同意三退，刚要讲第五个，牢头当着全仓人指着我大声说：以后不准跟新进来的人说什么，再这样就报警。我也不多说什么。

两天后，牢头的判决书下来了，她被判了二年，这个结果是她自己没有意料到的，情绪一落千丈，再也无心管我了。在仓里，我很多时间都是在安慰新进来的人，稳定她们的情绪，听明白后，她们情绪稳定了，同时也知道了很多道理，对我很感激，有的说我是她的“定心丸”，有的说是“开导大师”，有的说认识我是她人生的转折点等等。我说什么也不是，只是法轮功学员的本份而已。

在“过渡”仓可以多接触人讲真相，我不想错过任何的机会。仓里有个人，原判无期，她不服，上诉市中院，案子一拖

就将近三年，她被这个事折磨的整个人全变形了，思想也扭曲了，所长、主管经常找她谈话，关照她，牢头把她当姐似的护着她，没有任何人敢惹她，怕她发疯。

我进仓后，她喜欢接近我，我就讲大法的美好，教她念“法轮大法好，真善忍好”，她很爱听，从此以后，天天念这九个字。念了一段时间后，她变化很大，没有什么病了，人变漂亮了，也不乱骂人了，所长、狱警很惊讶，问她是否跟我学法轮功。仓里的其他人也因为亲眼所见，感触很深。等到案子开庭那天，她在庭上不断的念“法轮大法好，真善忍好”，法官问话，她头脑特别清晰，对答得当，开庭回来后，她很兴奋，案子由原来的无期改判为有期四年，这样好的结果是她没想到的。了解真相有福报，大法救度有缘人。

有一天，仓里来了一位女老板，据说有两三亿家产，因为拆迁补助纠纷被关进来，因她掌握部份地方官员的黑材料，这些官员特别关照她，三天两头找她谈话，经常带来衣物、食物、钱等。她知道我炼法轮功，一开始用鄙视的眼光对待我，她生病，我问候她，她都不睬我，给我难堪，我知道大法弟子要守住自己的心性。仓里的厕所经常堵塞，别人都不愿清理，每次都是我主动动手疏通，清理。

有一次一个新进来的，大便蹲了很久也拉不出来，难受的直哭，我毫不犹豫上去就帮她把大便抠出来，全仓人都很震惊。

刚来时，我没有购物卡，不能购买食物，好心人很诚心的送我一块饼干、一个苹果，我收起来不舍得吃，送给更需要的人。后来我能购物的时候，我把买来的食物分给别人吃，自己很少吃。有些人接过一个苹果、一块饼干，很感动。二十来平方米的地方，几十双眼睛，个个都看在眼里，记在心上。

有一段时间，天气很寒冷，加上仓里阴湿，一般人都穿两三条裤子，三双袜子，那个女老板里边穿毛衣，外边穿两件大衣，下边穿棉裤，而我天天光着脚，穿一条单薄的裤子，三件简单的上衣。寒来暑往，天天坚持打坐一小时。

有一天，大家准备睡觉，有人说很冻，睡不暖，那个女老 45

板发自内心的说：要暖和，就跟邓姨学法轮功，不怕冷，不怕苦，没有病，身体健康，还为别人着想，多好啊。她还说：我刚进来时，所长跟我说，仓里有佛教的，基督教的，还有法轮功，我问法轮功是什么？所长就重复说了中共媒体污蔑法轮功的谎言给我听，现在才知道是谎言，被他骗了。接着，大家说法轮功真好，出去一定找邓姨学法轮功。我真为众生明白法轮功的真相而高兴。

刚进来时，那里的饭菜很难吃，饭常常夹生不熟，我吃不下去，每餐吃几口，就连饭带菜一起倒掉，其他人也一样，每天望着满满的一桶剩饭，真不是滋味。有一天，我背师父的《论语》，背到“人类对大法在世间的表现能够体现出应有的虔诚与尊重，那会给人、给民族或国家带来幸福或荣耀。”[1]重复背了几次，突然想到自己整天浪费粮食和蔬菜，对大法在世间的表现，有应有的虔诚与尊重了吗？简直就是背离了大法，但实在吃不下去，怎么办？

我想到向看守所食堂工作人员发正念：食堂的全体厨师们，你们辛苦了，我们的生命及万事万物都是神佛恩赐给我们的，让我们共同珍惜粮食蔬菜及万事万物，现在仓里饭菜浪费很多，也影响了人的身体健康，请你们把饭菜煮好，谢谢你们。早上五时发正念，到中午吃饭时，先是牢头说，今天的饭菜很好吃，我尝了一口，真是很好吃，全仓你一句，他一句评论起来，吃的很高兴。我想全所几十个仓的人也吃得很开心吧。从此，我每餐的饭吃得很干净，那个剩饭桶也很少很少剩饭菜了。

虽然饭菜很好吃，由于自己几十年的旧观念没改变，认为自己是什么寒性体质，这种蔬菜寒不敢吃，那种湿不敢吃，特别是包菜，一直认为包菜最湿，活了几十年，从来没吃过。这寒，那湿，几十年来一直在脑海中打转转，影响着自己。一天早上四点钟，我念《洪吟二》的诗句“佛恩化天地”[2]悟到：师父恩赐的万事万物不是造福于众生，有益于众生吗？每种蔬菜和食物对身体都是有益的，我要珍惜创世主师父恩赐给天下众生的一切，不再浪费师父恩赐的对身体有益的所有蔬菜和

食物。当我发出这一念后，午餐送来的正好是包菜，而且比平时多一半，我一吃，那包菜太好吃了，从来没吃过的可口味道，我一口气把它吃光，吃后身体很舒服。此后，青瓜、豆芽、冬瓜等等有多少饭菜全部吃光，连菜汁或掉在地上的一粒饭都捡起来吃掉，身体一直都很舒服，谢谢师父。每当我吃着一口口饭菜时，倍感亲切，浑身是劲。我深深知道，创世主师父恩赐给天下众生的一点一滴都充满了创世主的智慧、慈悲、艰辛和汗水，恩赐的一切一切那都很珍贵。

这一次被非法关进看守所七个月，冤判了一年半。在二百一十天的牢笼生活中，我遇到了很多的关和难，师父给我开创了很多机会，有些关过得拖泥带水不够好，请师父原谅。

经历了这一切以后，也认识到，在任何环境，任何情况下，能做到先他后我，无私无我，那样的话，没有过不去的关和难。也只有这样，才是师父想要的弟子。谢谢师父！

注：[1] 李洪志师父著作：《精进要旨》〈论语〉

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈师徒恩〉

在工作中实修

文：大陆大法弟子

【明慧网二零一八年一月十三日】我修炼的环境比较窄，接触的人也不多，平时就是上下班所谓的“两点一线”。我把近年来如何在工作琐事中实修的点滴体会写出来，有不在法上的地方，望同修指正。

一、与同事的接触中提高心性

我在科里是个小小的负责人，年纪又比他们大一些，在工作的安排和接触上一般都较受人尊重，科里的大部分同事都或多或少得到过我的帮助。

有一段时间，有一个年轻同事也许学历较高，特别自我，对我安排的工作不理不睬，问他有什么意见，他也阴阳怪气的，一副清高自私自我的样子，不按我安排做事，不尊重我，还在

工作上对我呼来唤去的，背后还不时乱说我，给我造成很大的工作和心理压力，刺伤我的自尊心。

我曾经给予他很多帮助，他不但不感激我，好像蛮应该似的，影响科里的工作，科里的同事都有意见，也为我打抱不平。那一段时间我真受不了！我很想对他发威或想办法把他赶出科室，在我特别难受的时候，妻子也叫我不要他。

那天他又一次刺伤了我，我当时很想发火，在我很无助的关键之时，大脑中突然有一个声音在重复说：“修炼人 自找过”[1]“修炼人 自找过”……

这是师父在《洪吟》中的诗词。我赶忙打开我存放在手机里的《洪吟》，不知不觉读了好多遍〈谁是谁非〉：“修炼人自找过 各种人心去的多 大关小关别想落 对的是他 错的是我 争什么”[1]。

我发现自己党文化的争斗心很重，凡事要争个输赢，哪象个大法弟子！我曾经给这位同事讲过真相，要是大发脾气，怎么证实大法救人啊？修炼人怎么连这个也控制不住自己啊？怎么是这个状态呀？！

回家后，学到师父的讲法：“大法弟子作为一个修炼人，看问题和人应该是反过来的。有的人觉的碰到不高兴的事了就不高兴了，那你不就是个人吗？有什么区别呢？碰到不高兴的事的时候，正好是你修自己的时候、修心的时候。”[2]

这不是在说我吗？我平时是怎么学法的啊？学法的时候都懂，怎么一遇到事情，就想不起修自己了？想到的全是人中的利益、自尊、面子，求的是别人对我的恭敬尊重、安逸舒服，这哪里象一个修炼人！我执着的这些是修炼人要去的人心啊！忘了自己讲真相的目的地是救人、是大法弟子的使命！我这不是在证实大法，是在证实自己啊！学法为什么不入心呢？是因为在学法中，没有对照自己向内修，是为了学法而学法走形式。师父告诉我们：“事事对照 做到是修”[3]。

经过一段时间大量学法和感悟，时常听、看同修的交流文章，感觉我心的容量在扩大，我体会到了什么才是实修，怎样修心

性，也体会到只有在平时的工作生活中、在一思一念上对照自己，按修炼人的标准去要求自己，才会不断提高心性，这样才叫实修。

这件事经过我反反复复的感悟，最后在师父的加持下，我主动找同事交流，通过几次我真诚的交谈，真心的为对方着想，解开了我俩的疑团。现在我和这位同事相处很好，他现在知道了谁是真正关心他的人，并且在工作上也比较主动认真。真是修炼人放下人心后，看似过不去的“难关”就会顺利的过去了。

二、与推销商的接触中智慧的证实法

平日里经常有推销商来科里推销产品，时常在我的办公室听他们介绍和交流产品。我悟到在我平常工作中所遇到的人都是来听真相的有缘人，但是我一直不敢和他们讲真相。一是怕暴露自己不安全；二是怕这类人只关心生意好坏，即便答应了我“三退”也只是应酬我、应付我；三是怕我为了给他们讲真相让我在工作中陷入被动。所以一直以来不愿给这类人讲真相，偶尔给有合作的经销商讲真相，也发觉他们有应付我的感觉。

近年来，通过我不断的学法，系统的把师父所有的讲法认真通学，时常遇事向内找自己、突破自己，发觉有很多观念挡住了自己。怕这怕那、患得患失，这就是用人心在想问题啊，要养成站在法上看问题、用修炼人的标准想问题的习惯，多在法上体悟，多在自己内心骨子里找原因。

师父说：“用理智去证实法、用智慧去讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人”[4]。慢慢的我试着先用心站在他们的角度和他们真诚的交朋友，就象唠家常一样，真诚关心他们的生活和工作，一边还在内心求师父加持清除干扰他们明真相的一切邪恶因素。从社会乱象到业内不公，从共产体制到官场腐败；从环境污染到人心道德，从传统思想到党文化的毒害等等都是我们谈论的话题，往往在师父的加持下，都很自然的谈论到大法的美好以及“三退”的话题。当然，很多时候，我都是以第三者的方式谈论我知道的法轮功的情况，也很自然的引出法轮

功是什么、“天安门自焚”伪案、活摘器官受迫害的基本真相，以及“三退”得救的真实。

有一次，在和一位推销商闲谈，他谈到他从小和父母在新疆长大，并告诉我现在新疆局势时，说共产党很暴力，我以问话和思考的方式引导着他得出共产党邪恶、崇尚暴力、充满谎言以及破坏传统文化是非颠倒的结论；他问我出国旅游没有，谈到他常去东南亚国家旅游的见闻，比如说他有一次在泰国遇到不认识的泰国人怎样帮助他们的经历，说人家一个小国国民素质如此的高，反观中国人的冷漠自私，无法比较，我也很自然的谈到人心道德与执政党的社会导向、我国的神传文化、宗教信仰对国民素质的影响。

我说，前不久，我接到一个电话叫我“三退”，我当时在电话中问了很多问题，也知道了法轮功信仰真善忍、遭受无辜的迫害以及“三退”救人的真相，我智慧地用我原来和现在对法轮功的看法对比，解开了对方对法轮功的相关疑问，理性的讲出了国家与执政党的概念区分和天灭中共的天象，用善念告知“三退”保平安以及怎样“三退”的重要性，结果对方很自然的认可和接受，效果很好。最后闲谈结束时，他很激动说今天和我谈话受益很多，思维很清晰敞亮，明白了很多原来想明白而又费解的疑问，还说以后有时间还想和我闲谈，很有帮助。

我现在重视在工作中遇到的大事小事，努力看作是提高的机会和证实大法的机缘。有时一下做不好，我就学法对照，一层层的向内找，直到找到平时不注意的深藏的人心，做好为止。

最后我想用师父的一段法和同修共勉：“作为一个修炼者，在常人中所遇到的一切苦恼都是过关；所遇到的一切赞扬都是考验。” [5]

注：[1] 李洪志师父诗词：《洪吟三》〈谁是谁非〉

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉

[3] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈实修〉

[4] 李洪志师父著作：《精进要旨二》〈理性〉

[5] 李洪志师父著作：《精进要旨》〈修者自在其中〉

修炼交流摘录

师父在一九九九年“七二零”就把“七二零”以前得法的学员全部推到位了，早已赋予我们足以抵挡在修炼路上应对魔难的一切能力，唯一需要我们的就是对大法的坚信！在中共邪党对法轮功的迫害开始后，我被绑架到派出所，警察欲审讯我时，当我看到电脑上打出“审讯笔录”四个字，突然生出一念：我是大法弟子，他们怎么能审讯我呢？随即站起来拉门出走，警察在后面喊：“上哪去？”就在抬起右脚的一刹那，我没有了意识，没有了我。再抬头时，我已经是在过了两条马路以外的巷子里了。是师父把我从派出所“托”了出来！后来有同修问我：当时想了什么？我答：空，大脑没有意识，一片空白。只知道我是大法弟子，他们不应该审讯我。

——《简单就是幸福》

我今年五十八岁，眼睛不时的也出现要花的迹象。我想这就是观念问题，应该改变人的观念，师父说：“放下常人心得法即是神”（《洪吟》〈广度众生〉），我身体的细胞都是由高能量物质构成的了，看书怎么会出现有重影的现象哪？这是不正确状态。我向内找，找到了一些人心，有不愿与老年同修在一起学法，嫌弃她（他）读法慢，丢字落字不流畅，不愿意陪病业的同修在一起学法，愿意和年轻的，对法理解认识较高的同修在一起学法的心。这不是分别心和私心吗？当我认识到这些不足，并努力去掉这些不好的心的时候，再拿起书看时，发现重影现象消失了，出现了越看字越大的超常现象，即使一口气学三讲《转法轮》，眼睛也不感觉疲劳。出现了象少年时代的视力一样，看远处、近处，在光线强，光线暗的环境下看物体都非常清楚。真是人神一念，结果大不一样。

——《我体验到修炼大法的超常、幸福》

我一开始要求自己每天背五页，争取两个月把他背完，可是谈何容易！背了一段时间之后，就发现背了后面忘了前面，而且伴随着各种心，什么不耐烦的心、着急的心、浮躁的心、畏难的心、想放弃的心，都起来了，看着这本厚厚的书，我有点泄气了，觉的干扰很大。我与同修交流，有的说她也是背了很久，也背不了一点点，没有坚持下来。怎么办？就这样放弃，我不甘心。突然我想起师父好像说过：“人念佛号要一心不乱的念，心里什么都不想，把大脑其它部份都念木了，什么都不知道，一念代万念，“阿弥陀佛”的每个字都能显现在眼前。这不是功夫吗？一上来就能达到这一点吗？达不到，达不到就肯定不能入静，不信就试一试。嘴里在那里一遍接一遍的念，心里什么都想：我们单位领导怎么这么看不上我，这月奖金给我这么少。越想越气，气的够呛，嘴还在念佛号呢，你说能炼功吗？这不是个功夫问题吗？这不是你自己心不净的问题吗？”（《转法轮》）是呀，功夫！对！是功夫问题，既然是功夫，那就不能走捷径。我告诉自己：背法也是在同化大法，也是修心的过程，不能有有求之心，不能急功近利。为了解决背了后面忘了前面的问题，我采取了一边通读，一边背书的方式，就是读书与背书结合起来。就是一边通读、熟读，一边背书。师父说：“你在背书的时候不会影响你通读，也不会影响你因为不能通读而造成不能提高。因为你在背书的时候，每个字背后都有无穷无尽的佛、道、神，每个字都能让你明白不同层次的理。”（《欧洲法会讲法》）我每天读书都读出声音来，这样可以加深印象，而且能熟能生巧，读的多了，不用想，后面的句子就会蹦出来，真的是一种功夫啊！我这样要求自己，读书时，不错字，不漏字，注意语速，注意咬字清楚，注意上下文连贯，注意法理意思入脑入心。这本书我现在已经读背几百遍了。

——《珍惜圣缘 背法修心》

近一年以来，邪党用敲门行动来骚扰大法弟子，本地大法弟子因诉江被绑架、拘留、判刑的都有。我有些害怕。一次，有两个人到我家敲门，我从门镜看不是同修，没给开门，心中有些怕。但我马上对丈夫说发正念清除干扰，敲门就是骚扰。于是，我立掌清除邪恶。后开始学法，师父的法清晰的打入我的脑海中：“已经得法了，我连生死都不怕，命都可以不要了，那么什么事情还能执著呢？”（《美国法会讲法》〈纽约法会讲法〉）是啊，自己天天说是大法弟子，你做到放下生死了吗？你是真正的大法弟子吗？你向内找了吗？对呀，在生与死的考验面前，我怕过，这件事上没修出来，这不正好是我提高的机会吗？今天，我把怕心去掉，我是大法弟子，我怕什么，一切都师父说了算，我不要它，我放下生死。真的瞬间，怕心无影无踪，是师父把怕的物质帮弟子拿掉了。我再发正念，我的整个空间场通红一片，是师父在点悟弟子观念转变了，心性提高了。我告诉丈夫，他们再不能来了。的确如此。谢谢师父！发现自己在修炼上的问题，马上归正自己，心性得到升华，这才是修啊。修炼是严肃的；修心是必须的。

——《向内找 与同修共同提高》

通过大量的学法发正念，对身体的干扰清除了许多。可有时人心返出来时身体还会被干扰，几年来都没有脱离被干扰的状态。发正念干扰减轻点，可还是根除不了。晚上出去贴大法真相不干胶，走路多了觉的很累，还得几天才缓过劲来，几年来都是这种状态，有一种无可奈何的感觉。直到最近家里卸煤，同修帮我买回来三吨煤，被装卸工卸在煤棚外面，得把煤放进煤棚里才行。这时我很犯难，这活谁干啊？有一男同修要干，可是还很忙没时间，我想这活就得自己干吧。想了又想，那么重的活我能行吗？身体还受干扰呢，即使干完也得趴几天炕。又一想，这不是私心吗？为什么把自己怕累的活留给别人呢？这也太自私了。我无意中转变了观念，心想：他们是大法弟子，

我也是。我的身体是高能量物质构成的，是金刚不坏之体，没有累那一说。就抱着发自内心的这一念，于是，我换上衣服往煤棚里端煤去了。我戴上 mp3，听着师父的讲法录音，听了两讲多的法，师父加持着我就把煤端完了。却忽然感觉整个身体非常舒服，干扰身体几年的巨难立刻消失了，干完活还洗个澡，这在以往是不可能的。第二天也没出现累的感觉，更没出现趴几天炕的状态，就象什么活都没干过一样。哎呀！这太神奇了。

——《转变观念 化解巨难》

当拍摄完成后的几天，接到台北来的电话，因某些疏失而需要重拍！很明显这是修炼有漏造成的结果，也明白是师尊在点悟我：参与项目的心纯不纯净？有没有严肃看待？向内找，找到自己在过程中夹杂很多人心：觉得什么事都自己做来的比较快比较顺手，表现出了自己的显示心。为何不让团队的人共同承担项目，暴露了自己那颗自私与不信任别人的心，即使只有一个人发出这样不好物质，就不那么纯净了。表面上看是因某人操作不当造成，而这假相的安排，就是为考验自己与考验整体来的。当大家静下来查找自己时，我感到这过程就是师父安排我们修炼的，做任何项目，不重结果，因为师父都已推到位了，就是重视在这过程中怎么互相配合、怎么共同承担、怎么为他人着想、怎么形成整体，过程中达不到标准就得重新来过，没有捷径也不能打快拳，只有更纯净更严肃的参与项目，与大家形成整体去救人，这是正法时期的大法弟子要达到的标准，更是体会到坚持学法的重要性。师尊说：“不叫旧的邪恶势力钻你们的思想空子，唯一的办法就是抓紧学法。”（《精进要旨二》〈走向圆满〉）

——《严肃对待修炼 不断纯净自己》