

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG



二零一七年一月一日，法輪功學員在香港中環愛丁堡廣場集会后，舉行大遊行，分為“明真相 得吉祥”、“和平理性反迫害”、“揚正氣 擒惡狼”、“天滅中共 三退是福”、“法辦元凶 結束禍港”、“法輪大法好”等六大陣列，途經九龍多個鬧市，吸引許多中外民眾駐足觀看。

第 **783** 期
2017年1月11日



重要新闻（上图）

澳洲墨尔本法轮功学员向慈悲伟大的李洪志师父恭贺新年，二零一七年新年元旦到来之际，全世界各地法轮功学员恭祝师父新年好，表达诚挚的感恩。

修炼交流

进一步向内找

大陆综合

2016 中共监狱迫害法轮功学员综述
长沙市洗脑班近期黑幕曝光
遭拦截后讲真相 大法弟子平安回家

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的
总人数：261,760,098



明慧周刊

第 **783** 期
2017年1月11日
WWW.MINGHUI.ORG

内容提要

目 录

2	时事新闻
2	海外学员证实大法、讲真相摘要
4	中国大陆学员近期遭迫害案例
6	大陆综合
6	大陆综合消息
9	严正声明
9	世人觉醒
11	人心与因果
14	修炼园地
14	進一步向内找
15	看到心性的尺度
18	在交流中认识到了自己的执着
19	突破自我 在理性上升华
25	在面对面讲真相时注重发真相资料
29	青年大法弟子：精進实修的美好
33	再次提醒不要用微信联系同修
34	体悟“柳暗花明又一村”
37	修炼感悟：跳出名利
38	修炼交流摘录

时事新闻

—— 海外学员证实大法、讲真相摘要 ——

二零一七年一月七日下午，美国首都华盛顿国家广场的大草坪被皑皑白雪覆盖，几位东、西方法轮功学员仍在广场炼功，向过往游人传递真相。说一口流利中文的美国小伙子尼克拉斯·泽法克跟两位华人法轮功学员一起向过往的游人展示法轮功功法。尼克拉斯修炼法轮大法已有十一年多了，他说，虽然天冷，还会有游客来，他要向美国的游客和中国游客讲真相。他说：

“我们要向他们讲真相，更了解法轮功，看到在这么冷的天还坚持，因为法轮功不应该被迫害，所以希望他们能够了解。”

当天，美国大华府地区居民杜海芑再次来到中共驻美国大使馆前，要求无条件释放他母亲袁晓曼。杜海芑一月六日从明慧网上得知，二零一六年十二月二十三日，母亲被非法判刑三年六个月，罚金五千元，已上诉。自从得知母亲被绑架、关押，过去七个多月来，杜海芑三次来到中共使馆要求释放他的母亲。

不久前，美国第三大食品公司通用磨坊全球总部的一名法轮功学员于萍萍，获得了公司“服务社区、服务世界”的奖项，以表彰该学员在公司总部所在的明尼苏达州揭露中共迫害、特别是呼吁制止中共活摘法轮功学员器官方面所作的努力。

二零一七年一月一日，法轮功学员在香港中环爱丁堡广场集会后，举行大游行，分为“明真相 得吉祥”、“和平理性反迫害”、“扬正气 擒恶狼”、“天灭中共 三退是福”、“法办元凶 结束祸港”、“法轮大法好”等六大阵列，途经九龙多个闹市，吸引许多中外民众驻足观看。首度和丈夫从深圳来港旅游的周女士初次看到法轮功游行，感到很震撼，她表示很支持法轮功学员真善忍的精神，“我支持，这种真善忍精神是值得我们每个人去学习。”一对操上海口音，年约六、七十岁的夫妇，兴致勃勃地观看游行。官员模样的丈夫表示，他很赞同法轮功学员的诉求，要法办迫害元凶。他说：“法轮功是炼

身体的，又不是坏事”，他赞扬游行讲出老百姓心里话：“这是民声。”他说：“游行打出来的抓江泽民，就抓江泽民。该抓的就抓，这些（迫害元凶）都是败类。老百姓都在骂江泽民，骂这些坏人，曾庆红也应该抓，他是一个大贪官。”

二零一六年十二月三十一日，辞旧迎新之际，捷克法轮功学员来到布拉格查理桥景点讲真相。来捷克布拉格旅游的各国游客很多，中国大陆游客也常年不断。布拉格查理桥景点是游人到布拉格城堡总统府的主要通道，法轮功学员在这里摆放真相展板及英文、德文、法文等几种主要文字的真相资料，并设有“支持法轮功反迫害，反活摘器官，审判江泽民”的征签簿。学员们有的在展示法轮功功法，有的散发真相资料向游客讲真相，华人学员给远道而来的大陆游客讲真相、劝三退（退出中共党团队），让游客有机会了解法轮功真相，不虚此行。

有四位大陆游客在听完法轮功学员讲真相后，高兴地做了三退，并索取真相资料，临别时说：“谢谢！你让我知道了法轮功的真实情况，在国内还不知道是咋回事。”两位来自马来西亚的华侨听了学员讲真相后，立刻在征签簿上签名。两位来自芬兰的中国留学生，听了学员讲真相后说，“我们都知道法轮功好。”其中有一个说，“我的爷爷在中国被共产党打死的，我们恨死中共了。我们都没入过中共的党团队。”

澳洲法轮功学员发起的“反活摘 SOS 汽车之旅”活动，从二零一六年八月二十九日启动后近三个月，跨越了全澳洲（除北领地之外）二百多个城镇，帮助了许多澳洲民众了解了当今还在中国发生的中共迫害和活摘法轮功学员器官的罪行，”所到之处，受到当地各界的极大关注和声援。媒体纷纷报导、政要和各界民众积极互动支持。Ballarat 副市长寇茨女士在当地“汽车之旅”新闻发布会上表示：“今天我能在这里（对你们的车旅）表示支持非常重要，能为人权站出来发声的机会并不多，这是非常重要的问题，可惜没有很多澳洲人知道。但一旦人们从最近几年在征签表上了解到这一切，他们都感到很震惊和愤慨，并愿意加入你们的行列、支持你们的行动。非常感

谢你们到巴拉瑞特所做的一切，并向人们告知所发生的迫害。”

在新南威尔士州 Temora 地区长老格雷厄姆在街上遇见“汽车之旅”学员，他了解真相后赶紧带他们去见当地市长，并把自己在周边地区做议员工作的侄子介绍给他们。格雷厄姆先生表示：你们这样无私的人，在做这么一件对人类非常有意义的事，你们让世界各地的人们知道在中国发生了什么，我希望你们得到十倍以上的更多更好的反馈和成功。每个人都有责任去反对那些他们相信是错误的事。我希望我们政府更应对澳中贸易设限，让中共感到压力和被制约，尽快停止迫害。

伴着新年的到来，一年一度的俄罗斯冬季学法交流会如期在多个地区同时举办。二零一七年一月三日至五日，西伯利亚地区多个城市包括克拉斯诺雅尔斯克、阿巴坎、托木斯克、切列姆霍沃、安加尔斯克、乌兰乌德等地的法轮功学员齐聚伊尔库茨克市参加冬季学法交流会，学员们一起恭读了《转法轮》、集体炼功，分享了在过去的一年做好三件事过程中的心得体会。四日至六日，俄罗斯北高加索地区包括来自顿河畔罗斯托夫、克拉斯诺达尔、斯塔夫罗波尔、新切尔卡斯克、塔甘罗格等城市的法轮功学员聚集在五山城举行了冬季学法交流会。

台湾嘉义法轮功学员为了弘扬法轮大法，在各地举办健康讲座，二零一七年一月七日来到毗邻嘉义市的义义县大崎村时，社区活动中心已坐满了四、五十位里民。学员演示五套功法，里民纷纷跟着学炼。一名身为中医师的法轮功学员除了教里民健康养生常识外，还告诉大家要平心静气，宽恕别人，她说，这是不必花钱的药：“炼法轮功是身体健康的捷径。”讲座结束时，有十位里民报名参加学炼法轮功的“九天班”。

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

辽宁丹东市郑淑春二零一六年九月十一日张粘真相不干胶遭绑架，二零一六年十二月十三日被非法判刑七年半，罚金二万元。郑淑春依法上诉。郑淑春十多年前身患严重肝病，经多方医治无效，听说诚念“法轮大法好”会有奇效，她就开始

默念，疼痛等病状均得到缓解，二零零五年修炼法轮功一个月后，身体无病一身轻。郑淑春由于告诉人们法轮大法好的真相，于二零零九年被丹东四道沟派出所警察绑架，遭非法判刑七年。

黑龙江省七台河市今年63岁的王静女士，被绑架关押8个月，被迫害得骨瘦如柴、生命垂危、意识不清，2017年1月6日被从重症监护室劫持到看守所进行所谓“开庭”审判。七台河市于桂华、谭风云、赵春阳、王元菊、张桂荣、吴旭姝、王静、张兰君等十名法轮功学员被非法关押在七台河市看守所大半年，构陷迫害她们的所谓“案子”都到了法院阶段，其中几人在二零一六年十一月底被非法开庭，国保警察等在绑架、构陷法轮功学员的违法行径被当庭揭穿。

广东广州市越秀区法轮功学员黄潜女士，四十七岁左右，原广州购书中心职工。二零一五年初，黄潜在国内微博网络上以“越狱档案”刊文揭露中共对法轮功学员的迫害，发表五条长微博，命名为《古拉格回忆录》。她于二零一五年二月三日晚在广州市海珠区的住处被瑞宝派出所警察绑架，这是黄潜第六次被非法抓捕。二零一六年十二月三十日黄潜被广州市海珠区法院非法判刑五年。

宁夏吴忠市三十九岁的张学彦女士，大学文化，原系吴忠市第一中学教师。二零一五年十一月十日，张学彦女士被绑架，当地国保人员非法搜查了她家和她的轿车，并劫掠了电脑、现金等大量私人物品。二零一六年七月二十七日，利通区法院非法对张学彦一审开庭，随后非法判刑七年。张学彦上诉后，十二月十九日吴忠市中级人民法院作出维持诬判的决定。

江苏省南京法轮大法弟子陈春美，原南京市儿童医院主管护师，被非法劳教一年、三次被非法刑事拘留、六次被强制洗脑、十次被非法抄家，尤其在二零一二年四月二十日被劫持到南京看守所强制服用不明药物，于二零一六年十二月二十四日离开人世，终年六十二岁。陈春美女士二零零零年九月三十日在天安门广场高喊“法轮大法好！”被四个便衣警察追击的现场照片，当日晚在明慧网刊登，后来被用在很多真相材料中。

大陆综合

大陆综合消息

2016 年中共监狱迫害法轮功学员综述

二零一六年明慧网发表揭露中共监狱迫害法轮功学员的文章四百九十一篇，证实至少有一百零九所监狱曾使用和正在使用暴力、酷刑，强制“转化”迫害法轮功学员。

据明慧网统计，二零一六年有四百七十三名法轮功学员被中共非法判刑，目前有数千名法轮功学员正非法关押在中国大陆监狱中遭受着迫害。

为了强制“转化”法轮功学员，中共监狱使用各种残忍的迫害手段。一边酷刑迫害，一边严密封锁迫害信息。

二零一六年至少有二十二名法轮功学员被中共监狱迫害致死：河北省秦皇岛卢龙县李凯，黑龙江哈尔滨市杨瑞芹，吉林朱海山，陕西省熊纪玉，山西中医师王继贵，广东省彭文秀等等。多人被迫害致残、致精神失常；还有被迫害致命危的法轮功学员。

长沙市洗脑班近期黑幕曝光

“长沙市法制教育中心”是一个打着“法制教育”的幌子对法轮功学员关押洗脑的犯罪中心，坐落于长沙市开福区捞刀河镇中岭村丰岭组。从二零零二年十一月成立至今，该“中心”几乎年年都绑架法轮功学员进行迫害，迄今为止，已非法关押湖南省各地法轮功学员数百人次。

二零一六年八月上旬，长沙市“610”再度在该“中心”办洗脑班迫害法轮功学员。已知至少有杨天佑（又名：杨天柳）、李志鸿、姜爱军等五名长沙法轮功学员被绑架，她们在被剥夺人身自由整整一个月，遭隔离关押、24小时贴身监控，饱受恫吓、威胁等各种精神折磨之后才得以恢复自由。这也是长沙

市“610”头目胡亚军自二零一一年上任以来，连续第六年办洗脑班迫害法轮功学员。

“你们控告江泽民咋不跟我说一声！”

〔山东青岛来稿〕为揭露江泽民对法轮功的迫害罪行，让更多的民众了解共产党的邪恶，青岛地区部份乡镇大法弟子从二零一五年底至二零一六年十月，在广大的民众中征集举报江泽民的签名，已得到了 1912 位善良居民的支持。

听到大法弟子遭受的残酷迫害后，有的民众非常同情，知道这场迫害是江泽民干的，签名举报江泽民，有的说：“我就不怕，法轮功叫人做好人，他却迫害人家，赶快把他抓起来，审判他。”

一天，三、四个大约四、五十岁的村民到一大法弟子家购买打鱼用的物品，大法弟子给他们讲征签举报江泽民的事，他们已了解很多真相，开口就大骂江泽民执政期间没干好事，不但贪污腐败，还出卖领土，特别是残酷迫害法轮功、甚至活摘大法弟子的器官，做这种天理不容的事，都说：“应该起诉他，我们都签名。”他们都用真名签了字。

大法弟子在市集上给一对四十多岁做买卖的夫妻讲征签的事，希望得到他们的支持。刚说完，男士就说：“我看过你们的资料，江泽民是个卖国贼，迫害好人，还活摘器官，我用真名签。”他妻子说：“我也用真名签。”

有位卖海货的男士，常年看法轮功真相资料，看完还传给别人看。每逢世界大法日，他都用手机给大法弟子发信祝贺节日快乐，说“法轮大法好”。他经常主动向大法弟子要真相材料、台历等发放给他身边的人。有一天，他听说征签起诉江泽民的事，马上去找大法弟子，一进屋就说：“你们控告江泽民咋不跟我说一声，我也要签名！”

仍有 12 名法轮功学员被非法关押在河北省女子监狱

河北省女子监狱位于石家庄鹿泉市铜冶镇，二零零五年八月建立，表面上装扮得碧草芳林、鸟语花香，如同花园，然而

这人间美景的背后，却隐藏着血泪飞溅的累累罪恶。许多因信仰真、善、忍而被非法判刑的法轮功学员被关到这里迫害，已知的在这里被非法关押过的法轮功学员共三百二十四人，目前仍在被迫害的法轮功学员约有十二人（不完全统计）。

据不完全统计，截至二零一七年一月，仍被非法关押在河北女子监狱的法轮功学员有：

王素兰，被冤判九年的唐山法轮功学员（二零一零年被非法关押到河北女子监狱）。

庞舒月，秦皇岛海港区法轮功学员，二零一四年九月被海港区法院非法判刑四年半。

黄翠金，秦皇岛卢龙县法轮功学员。

李学颖，秦皇岛海港区法轮功学员，被非法关在第十监区。

张晓杰，秦皇岛海港区法轮功学员，二零一四年九月被海港区法院非法判刑五年，现被关押在第十三监区。

胡日美，昌黎县法轮功学员，约于二零一六年三、四月被卢龙县法院非法判刑三年。

高素珍，石家庄市法轮功学员

周秀珍，唐山法轮功学员

卞晓晖，唐山法轮功学员

陈英华，浙江省法轮功学员

卢桂芬，河北省涞水县法轮功学员

遭警拦截后坚持讲真相，大法弟子平安回家

二零一七年一月一日，河北廊坊五名法轮大法弟子驱车去农村挨家挨户送台历讲真相，遭人恶告。两名警察驾警车赶来，将大法弟子的车截住，拔去车钥匙。当时只有一名开车的大法弟子在车上，其余四名大法弟子都拎着很多资料在几步之外。警察站在车前喊另几名大法弟子过去，于是两名大法弟子过去给警察讲真相，另两名大法弟子带着所有资料走了。

开始警察不让大法弟子说话，让上警车跟他们去派出所。

8 大法弟子拒绝上警车，坚持给警察讲真相。警察又打电话叫来

两个警察，大法弟子仍然是讲真相，跟警察要车钥匙。后来警察把车钥匙还给大法弟子，让大法弟子开车跟着警车去派出所，然后四名警察开车先走了，不一会儿就把大法弟子的车远远甩在后面，不见踪影了。于是五名大法弟子都平安回家。

此次经历让大法弟子体会到正法到最后，操控世人的邪恶被大量销毁，表现出来就是警察们善的一面觉醒，不愿再追随江氏集团积极迫害大法弟子，同时大法弟子正念足，师父时刻都在呵护着弟子。

北京大兴采育镇大法弟子刘金英已回家

2016年12月26日，北京大兴采育镇大法弟子刘金英在市场讲真相被人举报，采育派出所找开锁公司撬开刘金英的门，绑架了刘金英。好心人通知了她的儿子，警察见到刘金英儿子后要钱，被当面严厉拒绝，撬我家门我还没告你，要钱一分不给，老太太有什么闪失咱们没完。老太太70多岁，用自己亲身经历、变化，告诉人们大法怎么好。刘金英1月3日下午回家。

严正声明

本周二百零七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

本周六十五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。

110 警察退党

〔河北石家庄来稿〕前两天，石家庄一位法轮功学员外出办事，出家门不远，她拾到了两张一百元的钱币，她环视周围也没见有人，只有不远处停着一辆“110”警车。她等了一会不见有人来找，就决定把钱交给“110”警察。车上两名警察，

她说明情况，把钱交给了警察。一警察说：那登记一下吧。这位法轮功学员说：我是炼法轮功的。并向他们讲了法轮功真相，并劝他们两人退出中共党、团、队保平安。

开始两警察说：不行，我们吃共产党的饭。这位学员进一步讲：你的饭是你自己工作挣来的，共产党一不种田，二不做工，它拿什么供你饭哪，你的工资那是纳税人的钱啊。他们听明白了，一警察先说：行，退了吧！另一警察也跟着同意退党。

天津警察说：“百分之九十五的都知道，都不往前冲了”

〔天津来稿〕那天我在公交车上与身边的人聊天，也借此机会讲法轮功真相。车开到天津安康医院一站，站在我身边的一个警察说：“这个安康医院是公安局办的，安定医院是一般的医院。”

众人皆知，天津的安康医院和安定医院都是治疗精神疾病类的专科医院。我问他：“公安局把什么人关到这里？”他说：“上访的。”我说：“还有法轮功学员，是吧？”他点头。

我说：“法轮功修真善忍。修炼人道德提高了，身体康复了，家庭和睦了，有什么错？”他说：“其实法轮功没错。”

谈话中得知他是天津某公安局的。我问他象你这样明白的警察有多少人？他说：“百分之九十五的都知道，都不往前冲了。陷的越深越倒霉。”接着又强调了一句：“法轮功没错，一点错都没有！”

警察吼道：“别跟我说这些！”

〔辽宁来稿〕一家子女之间为分老人财产发生了纠纷。其中子女甲是法轮大法弟子。

有一次分钱，子女丙看甲修“真善忍”后不争不抢，不但少给了甲钱还诬陷甲。听到这些，甲没跟丙计较，钱也没要。一次丙又把老人的钱骗走。当甲来到丙家了解此事时，丙便破口大骂，赶甲走，说不走就报警。甲没怕也没走，丙真报了警。

来了四个110警察。其中一个手里拿了个小录音机问丙为何报警？发生了什么事？丙指着甲对警察说：“他是法轮功！”

警察没说话，又问丙家里发生了什么事？丙依然指着甲说：“他是法轮功！”这时警察冲着丙大声吼道：“别跟我说这些！”吓得丙后退一步不再说话了。

甲告诉警察是家庭纠纷。丙又跟警察说：“他（指甲）被判过一年！”领头的警察却冲着甲笑了笑，转身带着几个警察离开了丙家。

人心与因果

恶官遭恶报 水上休闲离奇丧命

跟随江氏集团迫害法轮功学员的中共官员，大部分是为了自己的名、权、利，为了个人享受而放弃了良知。可是做了恶就得还；如果作恶大了，就得用命来还。我们看几个恶官作恶后遭恶报，在水上休闲时惨死。

死在自家豪华游船旁的司法局副局长

二零一五年六月四日下午三时，广西壮族自治区百色市田东县司法局副局长邓明北在上班期间，呼朋唤友，到田东县境内右江河查看他私人游船的装修进展情况。因天气炎热，一行人下水游泳。入水后，邓明北就不见了踪影，蹊跷失踪。

司法局组织人员在右江河打捞了十几天未果。在生不见人，死不见尸的情况下，家人在出事地点点上香、摆上祭物，开了一个不伦不类的“追悼会”。消息传出，老百姓议论纷纷：此人做了什么恶哟，不得好死，而且死无葬身之地！

邓明北是田东县思林镇百笔村人，一九六六年生。二零一零年前，担任田东县政法委六一零办公室主任。其人在任六一零办公室主任那几年，也是田东县法轮功学员遭受迫害最惨烈的时期，多名学员被抄家、恐吓、非法拘捕、非法劳教，甚至出现法轮功学员被迫害致疯跳楼身亡的惨案。

田东县属于贫困县，邓明北一个小小的科级干部却拥有两部上百万的豪车，多处房产，家产几千万，可见其人生前之贪。

据说，邓明北死前买的这艘游船花了好几十万，目的不就

是为了享乐吗？然而，人算不如天算，做了迫害佛法修炼人的大恶，还想好好享受？没有这样的天理。这一死，什么是他的？享受个啥？生前作恶多端，死后尸身全无，这是报应啊！

被快艇撞死的区委副书记兼公安局局长

二零一六年九月十一日下午，四川资阳市雁江区政府发布通报称，九月十日晚上六点五十分左右，资阳市雁江区委副书记兼雁江区公安局局长曹修光，在简阳市三岔湖环岛休闲路“老造船厂”附近水域游泳时，突遇意外，遭受一艘快艇撞击死亡，终年五十三岁。

三岔湖环岛休闲路附近水域浅滩多，水深仅一米，正是人们休闲游玩的好去处，夏天每到傍晚都有很多人在此游泳。曹修光出事地点十米开外的石桥拐弯处，绿树成荫，是很多游泳者下水的首选地之一。事发当天，时值周六，气温升至摄氏三十度，来游泳的人有所增加。在如此宜人的游泳场所，从没人遭遇危险，而单单曹修光被快艇撞死了，这能是偶然的吗？

身为雁江区委副书记、雁江区公安局长的曹修光，恶贯满盈，民间口碑极差。曾疯狂迫害法轮功学员，还绑架殴打维权律师。往前推几天，九月一日，法轮功学员陈友荣、刘淑辉、杨昌文被非法判了重刑，这都与曹修光有关。可是不到十天，曹修光就被快艇撞死。这是恶报啊！

被卖给黑工头 孙儿活着回来了

〔河北来稿〕我是河北人，近七十岁了，身边有一个二十来岁的弱智孙子和我住在一起，在省城打工。去年年初，孙子几个月找不到合适的工作，他就整天摆弄手机与外地联系，说北京那儿有他几个同学，到那闯闯世界吧。我善言劝他，现在这个社会太乱了，什么样的坏人都有，就凭你的能力，还跑北京去，人生地不熟的。咱慢慢的在当地找个活儿干，管他挣多挣少呢，家里人也放心。

三月初的一天，他偷偷的买了去北京的车票。他走后，只接到他两次电话，从此就失去了联系。我们给他打了无数次电

话，都是关机。我已感到出事了。

因孙儿是在我这儿走的，我就更感到责任重大，吃不下饭，睡不着觉。邻居过来看我，送来几个粽子，想起以前孙子陪我吃饭的情景，眼泪止不住的流了下来。身边的朋友们也来安慰我，让我把心放宽些，给我讲了有多少明真相得福报的事例。

家人尽快通过各种渠道找人。六月中旬，儿子来电话说，孙儿找到了，现在在内蒙和外蒙交界处，并赶紧让孙儿和我通话。我悬着的心一下落地了。回来后，孙儿和我说了这段死里逃生的经历：

到京后，先在四环一地当修路工，工作了一段时间后，又想换个轻松点的活。经人介绍，找到一家中介。谁知一到中介，就来了一辆面包车，不由分说，就把他推到车上，然后将他的手机、钱等一切私人用品全部搜走，不准说话，一路车只走山路、小路，车上还有一个上了岁数的，一个年轻点的。

一路颠簸后将他们拉到内蒙和外蒙交界处，卖给当地黑包工头。除了整天干建筑工程活，完全失去了人身自由。在那儿被劫持来的人很多，其中还有大学生。后来听说和他同来的那两人因不堪忍受这地狱般的苦役，俩人逃跑未成又被抓回后，遭到毒打，人都被打的快不行了，后来一直没再见到那俩人，不知给弄哪儿去了。当这一工程完后，黑工头又将他们转卖他处，继续榨取黑心钱。

孙子当时想，逃跑也不认路，又身无分文，抓回去也是死路一条，唯一的希望就是每天晚上心里不住的诚念：法轮大法好，真善忍好。脖子上戴的“法轮大法好”的护身符一直没离开他，在绝望中总有一丝能活着回来的希望。

几个月来，家人四处奔波，打听寻找，真是大海捞针啊，终于孙子活着回来了，奇迹出现了！

通过这件事，我想诚挚的告诉大家，在这个道德急速下滑，唯利是图，谋财害命的中共独裁统治下，不知什么时候就会碰到这不测之事。只要你能善待大法，诚心默念“法轮大法好，真善忍好”，就能柳暗花明又一村。

修炼园地

進一步向内找

文：大陆大法弟子

做事、说话那是人的表现，但是看不到人的思想活动，更看不到这个人做事的出发点和动机。

作为修炼人，如果不能够静下心来用大法来衡量自己的思想活动，那么一样也看不清自己为什么要这么说，或者为什么非要执着于做某件事。所以如果能够静下心来，认真的再進一步向内找，可能就会挖出更深的更隐蔽的执着，才能够不被表面的事情所迷惑、纠缠。

随着修炼的深入，对法的理解的加深，很多事情是不能够停留在表面上肤浅的向内找，甚至于把向内找流于一种形式。“我也向内找了，但是什么也没有找到”，这个是很多同修都遇到过的苦恼。个人认为是没有真正的再往前走一步，再進一步向内找，所以最后往往是不了了之，稀里糊涂的关没有过去，那么下一次关还会再来，因为这个关就象考试一样，你没有过去，那么就再考一次，再不过去，就再考，所以反反复复的，弄的最后自己筋疲力尽、焦头烂额的也没有写出正确的答案。

前一段时间自己老是想买房子，但是钱又不够，自己很苦恼，在一开始向内找的时候，问自己为什么要买房子呢？是怕房子再涨价，不买等于是吃亏了。这是等于为了利益而买。

这个心找到后，但是心还放不下，再進一步向内找，因为老家的亲戚基本上都在城里买房子了，自己不买，这个脸面不好看。所以这是为面子而买。

但是过了一段时间，又想买，上面的两个原因排除掉了，为什么还要买呢？因为还有一点，父母一直希望我在城里买房子，自己想买一套让父母高兴。这是为了父母的满意而买。

从理智上说自己不买房子是最好的，因为经济条件有限，但外在的因素，利益与面子和父母的感情老是带动你想要去买。

找到这儿，好象清醒了许多，原来自己是在为别人所带动啊，那么为什么要被别人带动？看上去是为了别人的感受。实际上仔细的想想，自己真正看重的是自己的感受，就是别人对自己的评价，这个才是根本的原因，就是希望别人说自己行，希望别人对自己满意，那么自己的所想所做都是为了证明自己聪明、有能力如何如何，说白了就是执着于自我。

进一步去思考，自己从小到大，包括在修炼中也是这样，很多时候都是为了得到别人的认可和好评而努力，为了虚名而表演、表现自己，甚至于自己每做一件事情都要想别人会这么评价，做好了这件事情会带来哪些好名声，所以很多时候自己并不是认真的去做好一件事情，而是因为别人看重这个事情，我如果做好了，别人也会对我刮目相看，还是为了做给别人看，真正的自己没有了，一直活在假我之中。

如果对于每一个矛盾、事情都能够进一步的向内找，那么一定会挖出隐藏在内心深处的执着，就比如挖井，每次都是挖了九十九锹没有水，换个地方又挖了九十九锹还是没有水，这样即使你换了很多地方也不会有水，其实是需要你再往深挖一锹或者几锹水就出来了，就差那么一点点，但是如果再往前一步，事情就会发生本质的变化。

作为一个修炼者，只有无条件的向内找，更深入的向内找，才能够看清自己的说话、做事的动机，才能够进一步去掉执着，纯净自己，同化大法，才能够用纯净的心态平稳的做好三件事。

以上是现阶段一点体会，不妥之处请同修指正。

看到心性的尺度

文：大陆大法弟子

师尊在讲法中说：“你不去实修，那功是长不上去的，因为它是有心性标准在那里。你长功的时候，层次高的可以看到你这个执著心、那个物质去掉了，在头顶上就会生出一个尺度

来。而且这种尺度是功柱式的存在，尺度多高，功柱多高，它代表你自己修出来的功，也代表着你的心性高低。”[1]

在这些年的修炼中，我不止一次见到过“尺度”。见过自己的，也见过别人的。正如师尊所说：“它是有刻度的。”[2]

见到别人的尺度

有一次，一个在病业中的同修抱怨家人，抱怨很多事情不如人意。我听着听着，觉的同修心性怎么还不如一个常人。这时，我看见了一个杯子，里面有半杯水，旁边有一个尺子，带着刻度，立在那，感觉在量这个杯子。我认为我见到的是给我显现出的这位同修当时的心性尺度和容量。

还有一次，一位同修站在我家门前，很生气的指责我，声音非常大。同修说：“你是一个修炼人？你怎么修的？你按着真、善、忍修了吗？你骗人。”当时我就懵了！随着同修的火气上升，我看到同修铁青着脸，眼睛象冒火了一样，说出的话象连珠炮一样向我轰来，同修因为生气，嘴都哆嗦了。在我发懵的时候，我见到了一个尺度，看见上面的刻度在往下滑。我好言安慰同修，让同修进门来，消消气，说明白事情。同修走了，我看见同修头上的尺度真的掉下来一块。

见到自己的尺度

在修炼的路上，我也曾见到过自己的尺度。前些年我和公公婆婆在一起住。丈夫是长子，小叔子没有职业，我和丈夫几乎把工资都拿出来养这个家了。在有一年的中秋节，丈夫张罗着吃火锅。吃饭时，丈夫劝告他弟弟，让他做点正事。他弟弟突然急了，站起来，把酒杯摔在地板上，酒水和玻璃碴子四溅，小叔子骂道：“你娶个什么媳妇，成天啥也不干，就知道饭来张口，衣来伸手，你还说我，我活的象个奴隶似的，成天看你们的脸色……”

小叔子这场破口大骂，并且句句指向我。全家人都懵了。丈夫二姨家的妹妹紧张的看着我。丈夫见弟弟那样，起身出门走了。婆婆哭了，公公不知所措。女儿吓的憋着小嘴，不敢吱

声。我坐在凳子上，心里非常稳，就好象他骂的是别人，和我无关，照旧吃我的饭。正吃着，只觉的头顶上一股热流通透全身。我知道，是师尊在给我灌顶，我心里很感激师尊。我看到了我的头顶上出现一个尺度，上面的刻度在上升。虽然小叔子把我骂了，但是修炼人明白背后的理，不和表面的人计较，遇事高姿态。所以这事在我这儿就象没发生一样。

师尊在讲法中说了：“他欺负你给你德，你又消业了，你没和他一样对待，心里很平静，你的心性标准高了，心性有个尺度在头上，在头上这个尺度多高，功多高。你是心性也高了，功也高了，你的业也转化成德了，他还给你德，你一举四得。你还不谢谢他，真得发自内心谢谢他。”[3]

可是，我也有心性把握的不好的时候。

有一次同事们在抱怨工资低，我也参与进去。正说的来劲，一位同事突然严肃的对我说：“某某某，你怎么能参与我们的讨论呢？你是修炼人，是高境界的人，是跳出三界外，不在五行中的人，怎么能和我们一起抱怨呢，你得象莲花一样，出淤泥而不染……”同事的话没说完，我马上意识到自己错了，我立刻闭着嘴，坐在椅子上反思。其他同事都愣住了，谁也不说话了。我低着头，不知怎的手拿起了一个尺子，我无意间看着尺子，突然，我发现，在我手里的这个尺子前面出现了两个透明的尺度，一个尺度高，一个尺度低，我明白了，我参与常人的抱怨，心性掉下来了。我正在懊悔时，说我的那个同事突然“扑哧”一声乐了，用手指敲着桌子，说：“我的话真好使，把某某某吓的不说话了，‘跳出三界外，不在五行中’，这句话挺高深，我怎么会说这话呢？是哪位大神仙指点我说的？”我心里想：“是我们师父让你说的。”

我非常后悔自己被常人心带动，混同于常人。查找自己的人心，希望工资高，抱怨工资低，说明我在修去利益心方面还是很差。师尊借同事的嘴点我，修炼人要用高标准要求自己。这件事情我一回想起来，自己都觉的很不好意思。

在修炼中见到的这几次尺度，在我背法时，清晰的展现了。17

一天我背法背到：“衡量心性有多高，还有一个尺度。尺度和功柱不在同一个空间存在，可它却是同时存在着。你的心性修上来了，比如说在常人之中，别人骂你一句，你没吱声，你心里很坦然；打你一拳，你也不吱声，一笑了之，过去了，这人心性就已经很高了。”[1]我正在背着时，我看见了经历过的这几次关于尺度的情景，它们象录像一样同时在放映，周围闪烁着光芒，最后都以不同的尺度的形式定格。

我在自己的亲身修炼中认识到，师尊所说的一切在另外空间都是真实的存在。大法弟子，遇事真的要向内找，提高心性，做一个真正的修炼人，才能提高上来。

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《转法轮法解》

[3] 李洪志师父著作：《悉尼法会讲法》

在交流中认识到了自己的执着

文：大连大法弟子

前段时间，当同修找我参加集体学法时，心里有个不好的想法：去看看同修怎么评论我。可是第二天在集体学法的过程中，先前的想法就没有了，心里产生了为法负责的念头，并决定要把看到的问题说出来。当真的指出问题并谈了自己的认识后，没想到大家你一言我一语的都在指出我的不足。我为此内心感到愤愤不平，不高兴的告诉大家我要回去学法、再认识。

回家的路上，心里翻江倒海，脑子里反映的都是大家怎么说我，同时感觉自己也不是大家说的那样，怎么也找不到自己的问题。在写这篇文章的过程中，认识到了当初是色欲心招来的麻烦。

另外，参加这次集体学法后，在大家的交流中，我的思维开始发生了转变，能象法中讲的：“他们怎么样能把看到的对方如何如何，反过来看自己”[1]了。对正法修炼也开始有了一点认识。

记的这次参加集体学法不久，一天晚上突然接到提供地点

的同修家人（同修）的电话，他对我们的集体学法形式很排斥，态度也很强硬。当时我只是在人的这一层面上看问题，认为他说的也不是没有道理。第二天又去了该同修家，并准备不再去学法了。随后通过与同修交流并加强学法后，在师父的启悟下，认为在修炼中遇到的魔难和干扰不能总是站在个人修炼的角度去看问题，而且还应该认识到旧势力利用大法弟子个人没去掉的执着和业力进行迫害与考验，因此依旧参加集体学法。后来该同修也和我们一起学法。

在继续学法的过程中又认识到：自己以前，总是陷在具体事情中判断对错，然后用法来给对方扣帽子，而不是向内找自己的问题。因此多年来和同修间一直存在着间隔，不能敞开心扉交流，而且总是用在以前发生的事情中产生的观念看同修，觉的她就是这样，他就是那样的，坐在一起也是貌合神离。这次通过和同修们一起学法切磋交流、做到向内找后，我去掉了以往的观念，不但看到了同修好的一面，同时还认为同修间不能再向外看谁怎么样，应该认识到每一个同修的到来，都是师父利用来让自己认识到修炼的不足，来丰富自己的智慧，从而和同修形成真正的整体，更好的助师正法救度众生。

注：[1] 李洪志师父的著作：《精进要旨》〈和时间的对话〉

突破自我 在理性上升华

文：四川大法弟子

我是一九九五年十一月步入大法中修炼的，二十一年的风风雨雨在师父的呵护下，在大法的修炼中，我最大的感受就是：讲真相救度众生的过程，就是不断突破自我的过程，也就是不断从实践到理性升华的过程。

突破怕心到第一线去救人

面对面讲真相的第一大关就是“怕”。初期面对陌生人不知怎么开口，如何打招呼，即使开了口，也是胆胆突突。怕心使我充满了恐惧，针对这个怕心我开始学法。师父在《学好法

去人心并不难》中说到：“其实那些走不出来的，无论是这样的借口还是那样的借口，都是在掩盖怕心。可是有没有怕心，却是修炼者人神之分见证，是修炼者与常人的区别，是修炼者一定要面对的，也是修炼者要去掉的最大的人心。”[1]

于是我向内找：为什么要怕，不外乎是怕迫害，怕坐牢，怕吃苦，怕我个人利益受损失，这么多人心如何去承担救度众生的责任与使命呢，原来我怕的根子源于“自私”，作为一个觉悟了的生命，一个真修弟子，那我就要修去它，修成无私无我的正觉。后来只要怕心一出来，我就马上意识到并请师父加持我解体它。

有一天，我和同修到了一个小区门口，碰到十多位路人，我们就边发资料边讲真相，其中一年轻人马上大喊：“你们好大的胆子，竟敢在光天化日之下宣传法轮功！”我上前笑着说：“兄弟，现在是信息年代，你可以看也可以不看，你可以信也可以不信，看一看对你是有好处的。”他说：“我现在打110，让他说能不能看？”我说：“现在公、检、法、司、110都在看。”他说：“你让我学法轮功？”我说：“不是让你学法轮功，是让你分清善恶、好坏，你就会有一个美好的未来，是为了你好。”他说，哦，让我看看。一场惊吓在师父的呵护下化险为夷了。

回来学《转法轮》，师父讲：“修炼我们这一法门，只要你心性把握的住，一正压百邪，你不会出现任何问题。”[2]法给我展现出来了，平时学法怎么就看不到，原来不去实修，法的神圣你是看不到的，我好激动：谢谢师父！从此我怕的物质减弱了。

还有次一中年男子坐在路边的椅子上，好像在等人，我上前礼貌的招呼后步入正题，讲真相，讲为什么要三退，他边听边点头，最后让他退时，他不表态也不说话，我说：“兄弟啊，生命好可贵，你的平安将给你及家人带来幸福，你看你的平安多重要，老天看你是个好人让我把平安的话带给你，希望你平安和幸福。”他说：“你凭什么说我是一个好人？”我说：“兄

弟啊，你看我说的你都能认可，说明你在大是大非的问题上能分清善恶、好坏，所以你就是世上一个好人，你就会有一个美好的未来。”我边说边竖起大拇指，他爽朗的大笑起来说：“这个党我退了。”师父说：“你在正念作用下，你身边的一切和你自身都会发生变化，你从来都不想去试一试。”[3]法理又给我展现了，怕的因素减去了许多，我知道在实修中师父在帮我把怕的物质一点一点的拿掉，我信心大增，也更精进了。

大法弟子讲真相的过程，在正念的作用下就是口吐莲花，解体世人背后的不好因素，启悟人正的一面，善的一面，此人也就得救了。如果你不去实践，不在实践中去实修，怕的物质还在，人的这层壳脱不掉，没有完成人走向神的过程，那还是个人。作为一个修者只有去实践，边学法，边实践，怕的物质才可能去掉，自身才可能升华，才能达到法中的标准：正念，理智，智慧，慈悲。

突破人观念的束缚，才可能救更多的人

我曾一度因救人的力度上不去，也就是修炼上不去而苦恼，一天不知走了多少路，有的路人说：“发什么资料，发钱吧！”有的说：“发什么资料，发枪吧！”说了多少话，效果不佳，有的人不听，有的说我们搞政治，有的谩骂，还有的要举报。每天法也学了，正念也发了，炼功也没落下，救人的力度为什么达不到呢？

向内找，学法不静，炼功、发正念走形式，还有人的观念的束缚，应该这样不应该那样。归正自己后法理又点给了我：

“在宇宙成、住、坏、灭的过程中，大法弟子的出现恰恰是在最后阶段，那么也就是不管是生命也好、物质也好，都走到了最后最不好的时候，表现上也是最复杂的、最不好分辨善恶正邪的时候。在这个时期大法弟子要来承担历史赋予的使命，真的太难了。”[4]

按照旧宇宙的理来讲，众生是没有得救的希望。而在这特殊的历史时期，师父网开一面，大慈大悲给众生一个机会，

就是看众生对大法的态度。而人在中共毒害下，许多人正邪不分，好坏不分，这也给我们救度众生带来了很大的难度。师父在讲法中还谈到外国人与人之间心扉是敞开的，而中国人人与人的心门是关闭的，我豁然开朗：原来和众生讲真相是间隔没有打开，心门是关闭的，他就不会听你的，我问自己：人关心的是什么，不就是人的利益吗，突破口找到了，我见人就从这个开口，谈工资，谈收入，谈有害食品，谈腐败，谈人生存在中共统治下的不易。很快就能与对方搭上话，常人也愿意接受。

突破自我 救更多的众生

一天我在学《大法弟子必须学法》时，我看到这么一段：“神韵去世界上许多国家巡回演出，如果你的艺术形式、你的艺术水平要不高超、你达到不了他们的标准，世人就不会说你好的，那就救不了人，所以你就必须得有一个象奇迹般的高超。谁都会说好，谁都不能说你不好，你才能把那个人救了。”[5]

师父用这种艺术形式救人，从最初的人员培训到舞台的艺术指导，都是认认真真的去做，神韵高超的演出效果震惊了世界，这不正是觉者的风范吗？原来自己在救人上被自我很多因素包裹着，放弃了很多该救的众生，原来是自己认真不够，用心不够，慈悲的力量不够，于是我开始在明慧网上下载同修的文章，阅读真相资料，抄背有关实例，特别是和救人有关的新闻，关键的用语，总结当天遇到的各种人哪些话说的不当，哪些地方欠力度，主线是摆事实，讲道理，简洁明了，我跟自己说：“我也要达到众生都说说的好的，谁都不能说你说的不好，——奇迹般的高超，这也是法对我的要求。”随着理性的升华感到功力上升，救人的力度又加大了。

一天，我看到一群人正围着一个摊位买东西，我上去喊着：“特大新闻，起诉江泽民，免费的，快来看！”然后把资料递上，边讲边退，正准备走有一人来到我跟前说：“这个字小了点，要大点就好了，真好！真好！”他又告诉我：“你的声音真好听，我全都听到了，你不知道我的耳朵有很多年都听不见

了，你今天说的我都听见了，真好！真好！”大法的神奇又给我展现了。

又有一次我遇到五个妇女在种菜，上前热情打招呼：“大姐，你们好，辛苦了，都在种菜啊，好好，这年头吃自己种的菜放心，没有农药、化肥、转基因，少得病。”她们说：“是啊！”我接着说：“你们知道吗，现在的粮食，蔬菜很多是转基因的，癌症发病率居世界之首，国家卫生部统计的数字，前年的癌症发病率是二百多万，去年是四百多万，你们说吓不吓人？”她们说太可怕了，接着我又给她们讲这都是人没有信仰一味追求金钱享受的结果，这都是因为江泽民迫害法轮功打击善良，迫害正信而导致我们整个民族道德的崩溃，再讲藏字石三退，她们说：“我们都是信神的，有神保护不用退。”我说：“信神的人都是善良的，我们烧香拜佛不就是为个平安吗？那耶稣和释迦佛他们能不能下来告诉你们人类明天就要发生劫难了？”她们说：“那怎么可能？”我说：“我就是神的使者，告诉你们三退保命。”这时她们五个人直愣愣地看着我说：“退，我退，我也退！”

我们是走在神的路上的生命，是同化了宇宙最高特性真、善、忍的，是带有慈悲的力量的，随着我们修炼层次的提高，功力的上长，慈悲的能量场将越来越强，在你所覆盖的能量场范围内的众生都将受益，得救，得度，这就是伟大的佛法在人间的展现。

二零一四年八月因讲真相而被举报，送往当地看守所拘留十天，十天我退了二十三人，告诉她们一定要记住“法轮大法好，真善忍好”。有个人说“我还说共产党好呢”，我说：“你们看阿姨家里给我寄了一百块钱，我一分也没用，你们没有毛巾、牙刷，我就给你们买，你们想吃月饼、牛奶我也给你们买，牢里规定五十岁以上的是不值夜班的，你们都不想值班，我就替你们值，这里每天的卫生、洗碗都是我主动去做，你们知道为什么吗？因为阿姨是修法轮功的，是按照真善忍做一个好人的，那你说真善忍好不好，法轮大法好不好？”

这时一个人站起来高喊：“法轮大法好，真善忍好！”又有一个犯人开始说话了：“你让我们记住这九字吉言可以逢凶化吉，遇难呈祥，你怎么进来了？”我顿了下说：“你知道耶稣吗？”她们说：“知道”。我说：“耶稣是一位伟大的神，他为什么被人钉在十字架上，耶稣是没有罪的，他是在为众生承受罪业。阿姨和他一样，如果阿姨不是为了你们的平安我可以在家里享受天伦之乐，而此时不行啊，共产党的大厦马上要垮了，如果你们不退出中共所有的组织，就会面临着被淘汰的最大危险，我是为你们而来，为众生而来！”她说：“阿姨，你好伟大啊！”我说：“不是我伟大，是我师父伟大，是大法伟大，我是大法铸就的生命。”认真对待每个众生，就是对一个生命的负责也是对自己修炼的负责，同时也是对法的负责。

只有修好自己，才可能不负重望

我们从法中知道，只有修好自己，众生才能真正的得救，我们才可能返回自己的家园，才可能不辜负众生的期盼、师父的慈悲苦度。往往实践中，修炼与实际脱节，修炼的不严肃不扎实而影响了本该提高的大好机会，给自己留下了许多的遗憾。

我长期和一个同修配合讲真相。开始我认为她真相讲的不好，讲话没有条理，思维没有逻辑。有次她给一位常人讲完真相，告诉对方说我是哪个地方的人，现在退休了，当时我心里大为不悦。过后我反问她：“你咋没告诉她我住在哪？这与三退有关系吗？”其实就是在挖苦她，心想：这么不聪明没智慧。有时她给常人讲真相时，有些言行让人觉得很理智，不是把对方惹怒了，就是别人要举报我们。这一切都让我心有余悸，不愿和她配合去讲真相。

这些事都不是偶然的，是冲着我的心来的，一定有我要修的。原来我的思维出了问题，遇到问题没有找自己，反而看对方，我马上归正自己向内找：不让人说自己的个人信息，还是怕别人知道自己的情况，怕危害了自己，不安全，怕迫害，那不就是一颗为私为我的“私”心吗？做着这么神圣的事还带着

一颗肮脏的心，怎么能达到神的状态？再看同修，她质朴、纯洁、不说假话，见人都可以把自家的事说给对方，有一颗待人坦诚的心，不象我见人察言观色、见风使舵，这就是人的狡猾，相比之下自己修得太差。

后来我俩配合去讲真相，陆陆续续又带了很多同修走出来面对面讲真相救人。有的同修说：“我终于突破了怕心，能面对面讲真相了。”有的说：“和你们在一起能量场就是强。”有的同修一个小时就能劝退十多个人，比我做的更好。原来我一天能劝退十几个，而如今十个同修就可以劝退一百多人，救人的力度大大提高了。师父讲过：“如果大法弟子都拧成一股劲、正念非常足的去做，大家想想，那才是神在人间哪，这对邪恶来讲太可怕了！”[6] 我的体悟就是：向内找那才是实修、真修，越修路越宽广、明亮、美好，如果不向内修，也就无法修，也不是修。

“一个大法弟子所走的路就是一部辉煌的历史，这部历史一定是自己证悟所开创的。”[7] 我时常背师父的这段法，问自己：你证悟了什么？你开创了什么？鞭策自己在修炼的路上精進再精進！

注：[1] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈学好法 去人心并不难〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈二十年讲法〉

[4] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈什么是大法弟子〉

[5] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉

[6] 李洪志师父经文：《二十年讲法》

[7] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈路〉

在面对面讲真相时注重发真相资料

文：河南大法弟子

我面对面讲真相有七、八年了，我经常在外面跑，会碰到许多环卫工人，我几乎从没漏过的跟他们讲真相，发资料。一天，我碰到一位环卫大叔，问他看过资料了吗？他说你给我的

书我都叫他们看了，这天冷了，我们村老头们都在围着烤火，都在传着看呢，看的可提劲了。我说：明天我再给你送几本。他说好啊，我们都愿意看。

我在讲真相中也碰到很多这样的人，你跟他讲，他跟你抬杠，你不用多说，劝其看看资料，对比一下，是法轮功好还是共产党坏？你再见到他时，他就不一样了，那时你再劝他三退就水到渠成。

前一段时间看《明慧周刊》上登的台湾的同修们在机场讲真相时大量派发真相资料很有感触。在国外那种宽松的环境下，还在大量发真相资料，而我们国内的大法弟子们却有一些人不再发真相资料了。有的认为过时了；有的认为净是浪费资源；有的抱着各种各样的心去搪塞；还有的也是应付一下，一个星期随便发出去几十份算是完成了，没有真正认清真相资料的重要性和其在讲真相中所起的作用。

真相资料，其实就是我们的另一张嘴，在这个空间没有时间和人讲，就伴随着常人回到家了或者到单位里接着跟他讲。现将我这些年在救度众生中面对面讲真相的体会写出来与同修们交流。

前几年刚出来面对面讲真相时，主要是去菜市场买菜、买东西时给他们讲真相，讲三退，后来不买东西也跟他们讲真相，再后来就逐渐扩大了范围，但发真相资料不多。有一天我讲真相，讲完后感觉对方似是而非的明白，当时时间紧迫，一转眼便失去了机会。我就觉得真应该给他一本真相期刊或光盘，可我一本真相资料也没有带，过后让我非常后悔。为什么不给他一本真相小册子呢？资料上什么都有，只要他看就能明白真相。在懊悔之余，我向内找：其实就是自己的怕心、保护自己的心在作怪！从那以后只要我出门，包里必须带上各种真相资料，有《九评》光盘、《九评》书、翻墙软件和各种小册子等。

讲真相遇到各种各样的人，有人一讲就明白，我就帮他们三退，同时给他们资料让他们帮着传，他们都愉快接受；有人不明白我就跟他们讲，劝他们看看资料就会明白真相。还有人

非常抵触，我就跟他们讲理，最后都劝他们看真相资料，几乎绝大部份人都能接受。后来我不只一次又见到他们，见面寒暄后发现他们发生了根本的变化，大多由原来的抵触、嘲笑变为佩服和认同。再给他们真相资料，他们都乐意看，还能痛快的三退。这些都是真相资料的威力。

下面我讲几个具体事例。

一天碰到一位农民工，我问他你看过法轮功的资料吗？他说你那天给过我一本起诉江泽民的书，我回工地，我那一屋十几个人都传着看完了。我问他入过党团队吗？他说入过团，我就帮他起个名字，他高兴的退了。我问他能不能看光盘，他说能，我又给了他《九评》等光盘，还有几种真相期刊，并告诉他回工地让大家传着看，他说：一定，一定。

走到一个大超市，正好看到一位看车子的人，我问他那天给你的《九评》和小册子你看了吗？他说：看了，好的很啊！你给我的《九评》别人拿走看去了。他还说我们超市经理的老舅是个局长，你那天给他的《九评》书和小册子他都看过了。我们还在一起讨论呢，都说法轮功好啊！我们都帮助传呢。

有一次我骑车碰到一位中年男子在等车，我说这位大哥在等车啊？他说：是。我问看过法轮功资料吗？他说没有。我问他能看光盘吗？他说能。我便给他准备光盘、小册子。谁知公交车说来就来了，他慌慌张张上公交车，并说来不及了，结果没有拿成真相资料。我后悔极了。心里对师父说：师父啊！弟子怎么这么救人不用心呢？为什么不抓紧时间给他资料呢，让这个有缘人带着遗憾走了。从那以后，碰到乘坐公交车的人，不管讲几句，我就抓紧时间给他发真相资料，有时这个救人的机缘真是一瞬即逝啊。

还有这样一位中年男子，我跟他讲真相，告诉他起诉江泽民的事情，送给他小册子，又告诉他三退的情况。他说：我三十五岁就入党了，十几年了，我用真名退党。我那里的村干部一手遮天，欺压百姓。你给我的资料我回去给你传一个村，共产党太坏了。

有一次，我碰到几位老人在一起，就上前问他们看过法轮功资料吗？他们说没有。我就问能不能看光盘，他们说：能。我就给他们发光盘、小册子。老人高兴极了。其中一位高兴地说：今天可碰到菩萨了。我笑着说，你们先看看吧。老人们当时就翻开书看了起来。

还有一次也是几位老人，穿着打扮不俗，像是有些身份的人。我问他们看过法轮功的资料吗？他们说：没有。又说二零零四年我们就知道有《九评》这本书了，就是找不到。我笑了，告诉他们，今天你们可是碰到我了，现在一人一本，你们先看看了解一下真相。他们都高兴说好。

讲真相救众生的过程中有许多感人的故事，有这样一件事。一天我在路边遇到一位六七十岁的老人在三轮车边站着。我说大叔啊，给你一本书看看吧。他说：啥书啊。我说：法轮功的小册子。他说好啊。江泽民迫害法轮功，全世界都起诉它了，法轮功是好的……最后我说你入过什么吗？他说：入过团。我说现在是三退大潮，中国人退出中共党团队的人数有二亿五千多万了，我帮你起个化名，退了吧？他说：行。我送给他起诉江泽民和三退手册的小册子并告诉他，法轮功真相和为什么三退这里都有你回去看吧。老人接过资料，站在车旁。这时冷不防老人突然双膝跪在地上给我磕头。我一看愣了，赶紧搀起老人说：大叔快起来。老人哭着说，你给我讲的话我爱听，我听了高兴，难过，没有人给我说过这样好听的话。我赶忙安慰老人。告别老人之后，内心也难过之极：众生都在等着我们去救度，我要是不抓紧时间，真是愧对他们啊。

有时在街上会看到有人不知在哪拾到的真相小册子，而且皱巴巴、脏兮兮的，还在那看。我就过去问看什么呢？他说法轮功的。我说那个太小了，送你一本大的。我就给他换过来。

讲真相救众生，离不开真相资料。特别是走出来面对面讲的，更应注重发真相资料。既然走出来了还不把人讲明白吗？实践中，我们也都知道，与众生的机缘也就是瞬间即过，一般

28 没有那个时间跟对方长时间讲，只能简单破除众生的一些障碍，

让其接受真相资料，了解真相，从而做出正确选择。

我碰到过这样的人，问起看过法轮功的资料吗？他说法轮功的不看不看。我说为什么不看看呢？是江泽民在迫害法轮功，它现在已经在全世界被起诉了，说着就递过去一本起诉江泽民的小册子，他接住小册子我就走了。过一段时间我又见到他，就问他看了没有，他很是高兴，说看了。我说再给你两本吧，说着就递过去《九评》、光盘和其它小册子，他高兴的接住。我问他入过党团队吗？他说入过团，我帮其起个化名说退了吧，他说行。

希望同修们都能认识到真相资料的巨大作用，都能把人救到实处。因为在今天众生满是渴望，渴望什么？渴望着能把他们救下来。在讲真相的过程中有时在建筑工地逢下班时间会遇到成群的人，我跟他们讲真相，发资料时，他们会成群的围着我，争抢的要光盘、小册子，生怕自己拿不到资料。我能分明感受到这是众生的渴望。

是啊，没有比生命走出劫难再大的事了，没有比生命在绝境中等待救度的绝望之苦了。面对师父的慈悲与呼唤，面对众生目不转睛的期盼，我们做不好那真是有愧！

青年大法弟子：精進实修的美好

文：大陆大法弟子

看到不断有昔日小弟子从新走向修炼，不断精進，同为昔日小弟子的我，也就是如今的青年大法弟子感到很欣慰。在与同修交流和从自己的修炼来看，我发现对于曾经的小同修来说，我们往往容易忽视学法和实修自己。然而我的切身体会是，这个问题是最不应忽视的。所以，写出几个小故事和一点修炼体会，与大家分享。

打坐 痘痘消

因为从小修炼，青春期我的皮肤一直很好，可是高中有一段时间，左脸突然出现很多类似青春痘的小包，小颗小颗的，

一大片。那是反迫害早期，没有看明慧的条件，高中课业忙，周围同龄同修要么不修了，要么不精進，作为在修炼上没有独立起来的小弟子，遇到的很多问题，我不知道如何对照法来修自己。

常人说是因为吃辣的，可是我从小就吃辣的，以前并没有这样长痘，有的同修说是因为同学们觉得我可爱，皮肤细嫩、光滑，喜欢捏我的脸，所以把业力传给我了，可是以前她们也捏，那时并没有长。最终我分析是洗面奶不好，于是换了一个，也不见好转，在不断追找原因的时候，心也越来越焦急和烦闷，越烦，痘痘越长越多。

直到有一天烦到不能再烦，瞬间悟到这是对皮肤和美的执着，不该有这个心，心想：不管了，随它去吧，我去打坐。

半小时过去，母亲同修進屋来看我的脸，忽然说：你脸都好了，包都没有了，皮肤好光滑、很细嫩。我还不相信，怎么会凭空消失呢，才打坐那么一小会儿，这时她把镜子拿给我看，只见镜子里的自己，脸红彤彤的，脸上的包一个都没有了，连痘印也没有，仿佛换了一层皮，真是太神奇了。

怪不得打坐时脸很烫，很舒服呢，当时也没在意，肯定是因为我放下了对皮肤的执着，师父帮我拿掉了不好的东西。顿时，我感到了放下执着的快乐。

被冤枉 坦然处之

高中时，每周五大扫除，学生会在大扫除后要检查，并给每个班评分。班主任老师为了大家能各负其责，把每个人都固定安排了任务，我被分配做讲台的清洁，因为做别的清洁需要使用讲台，比如放黑板擦、粉笔盒、抹布或是水桶，甚至有同学需要站在上面擦灯和电扇，所以要等别的同学做完才能完成。

我因为被选入校报编辑部，每周五下午大扫除后要参加集中培训。为了不和大扫除冲突而又能赶上编辑部培训，在班主任老师来寝室查房时，我和她说了这个情况，老师建议我找同学和我换，于是我当即和上铺的室友更换了任务，老师也欣然

同意。

没多久，一个周五的晚自习前，班主任来到我的课桌旁，和我说：“今天我们班大扫除扣了两分，因为讲台上有水，我看了任务分配表，讲台是你负责的。”我一头雾水，赶紧解释道：“讲台不是我负责的，我和××换了，我负责的是……”可是老师说：“因为上面写着是你负责的，所以我把你的名字写上去了。”我顺着老师的手，一看小黑板上赫然写着大扫除的分数和扣分的责任人，上面是我的名字。

事情来的太突然，我愣住了，心里感到诧异和委屈：为什么老师忘了我和室友换任务的事呢？而且那还是她的建议呢。同时生出了对室友的怨恨：我把这么轻的任务交换给了你，自己承担了重活，可是你连讲台两三分钟就可以解决的任务也做不好，也不站出来主动承担责任，让我背黑锅，全校都为大扫除比赛，现在全班都知道是我害了大家的辛苦付出，没得满分……

还没等我的愤恨与委屈发泄出来，班主任老师离开了，晚自习，老师已经进来上自习了。可是老师在讲什么，我什么都听不进去，只感到不公和堵的慌，越想越难受，课堂里又无法和任何人说。

就这么不平了一会儿，我突然意识到，不能顺着这个思想去想，我告诉自己：不要怕被冤枉，不要怕丢面子，要承受的起误解，要受的了冤枉，也许室友不是故意的，老师可能忘记我们换任务的事了……

虽然努力这样想，那个委屈和怨恨的念头却仍压不住，搅的心里更不舒服了，这时我加强了自己的正念：要修自己的心，把这当作提高自己心性的好机会，没有偶然的事。同时，一边默背师父的法，一边压制、排斥那个委屈、愤恨的痛苦念头。

这样持续了大概两、三分钟，突然一瞬间，感觉到那些坏思想全消失了，脑子空空的，心里升起了感动和喜悦，本来前一秒还很痛苦、委屈和怨恨，下一秒突然就好了，那种痛苦的感觉不是逐渐消失的，真的只是一秒前后的两种截然不同的心 31

境。没有了想去质问室友的想法，也没有因为无法解释自己的难过和被冤枉的不平了。我真切体会到了无条件修自己的快乐。

背法烦恼消

作为青年大法弟子，我们大部份人从小就基本处于被大人同修带着修的状态，有些悟到的法理，严格来说是复制了成人人们的认识，或是学着网上交流文章去说的，其实内心境界并未达到成人同修或是写文章同修的心性标准，因为那不是自己实修过来的，而多是在耳濡目染的环境下形成的认识，所以一到自己的具体问题时，就不会对照法修自己、向内找。所以学好法才是最重要的，特别是近年来才走回来的，才精進起来的小同修们，把法学好，反复加强记忆，在实修自身多下功夫，把修炼基础打牢，这样救人才有力度，才能救了人。在学法方面也分享一个小片段。

也许因为我思想业多，读《转法轮》的时候容易溜号，所以这几年来，我一直是背《转法轮》，前段时间，因为工作和修炼的关系没平衡好，放松了背法，虽然也和母亲同修一起通读，也一直没放松集体学法，但是状态偶尔就不好，不久前又出现了消极、悲观、烦闷的状态，而且越这样越是不想背，而这样的状态看书基本就是走神，即使勉强看进去了也无法入心，感觉和大法、宇宙特性隔了厚厚一层东西，弄的我很痛苦。

我知道自己明白的一面也很着急，于是我下定决心，晚上一定要背法。晚上我捧着《转法轮》接着之前的开始背，努力集中思想，加强主意识，很快背顺了一段，因为我规定自己背顺了一段后要反复背十二遍再背下一段，于是我接着背，背到第三遍的时候，发觉让我烦闷、消极的感觉不知不觉消失了，再接着背，感到脑袋上有一层膜没有了，脑袋变轻了，有东西在融化，接着背了几遍，就感到脑袋前方中间偏左一点的一块地方清透冰凉的很舒服，此时身心轻松，進入了一种安宁光明的境界，心里充满了希望。

其实背法中这种事情经常出现，有时状态不好，背着背着

就好了，心境自动达到了殊胜的境界，背法时也经常感到法是立体的呈现，思维和心胸在背法中会有说不出的奇特感受。只是当自己人的一面占了上风，思想业干扰大脑，自己又很难克服的时候，就越是要坚定主意识，坚定背法。

最后说说青年同修容易怠慢的两个环节：

首先是炼功。炼功也不能放松，就我观察，迫害前，当年身边的小同修都没重视炼功，有的家长同修也认为“小孩有小孩的状态”。那么如今步入青年，就没有借口不好好炼功了。

我自认为在迫害之前，在本地小弟子中属炼功较多的，一上来就能双盘，修炼不久能盘超过一小时。近几年炼第二套和第五套经常能入定，自认为炼功效果也可以。但是就在前两年，有一次看交流文章，同修建议多炼功，于是有一天抱轮炼了两个小时，炼完感到全身发热，以往冬天手脚都是冰的，睡觉用电热毯还不行，还要用两个热水袋，手脚不热起来就无法入睡，可是那天晚上感到有很大的热量围着自己，于是什么都没带，一下就睡着了，睡眠质量很高，而且迟了的例假也来了。可见，对炼功的要求我还远远没达到，今后也要静下心来炼功。

作为一路走来的小同修，如今的青年同修，看到身边一些迷于学业、事业、情感的同修们，很是担忧，也为不断精進，不断走回来的昔日小同修喝彩，希望我们这些小同修能够不断精進，不被俗世假相牵绊，扎扎实实修自己，完成自己的使命。

以上是在自己角度上的浅见，如有不妥，请指正。

再次提醒不要用微信联系同修

文：大陆大法弟子

不能用微信联系任何同修，国内国外都一样。在国外也要考虑到国内同修的安全。这里再次提醒大家，特别是对此建议不屑一顾的同修，或者是听到此事总是讲出很多自己为什么继续用的理由、说自己用微信用的如何好的同修。

微信因为直接和手机号码绑定，所以安全性比QQ甚至更差。而且我看到，有不少同修用微信来和其他同修联系，甚至

说些敏感的话。

从一九九九年走过来的同修都知道，当年因为 QQ，无数的同修被绑架。这是血的教训。所以当年明慧对 QQ 强调过无数次，不能随意使用。

现在同一个公司，出了微信。微信现在的普及度直追 QQ，因为是网络工具，每一则消息都被记录下来，并极可能被分析。如果同修们不注意，就会和当年的 QQ 一样，被邪恶利用来迫害大法弟子，给我们造成更多不必要的损失。

另外，国外同修绝不能在同修之间联系电话上装微信。一装上，马上地址簿就被上载到大陆微信的主机，造成极大危险。这方面的教训够多了。再次请同修们注意。

体悟“柳暗花明又一村”

文：辽宁大法弟子

修炼前脾气暴躁的我，在单位是出名的厉害，同事们都非常戒备我，不敢冲着我，谁一旦惹着我，我就大打出手。我仗着自己胳膊粗、力气大在单位自然称王称霸。谁都不是我的对手。下岗后，为了谋生，我和丈夫做了个小本生意，在街心出摊，每当出租车停在我家摊位前面，影响我家买卖时，我就给其轮胎放气，因为我横，出租车的司机汉子们对我是闻风丧胆，我在城区街面上都算得上“一霸”。

我修炼法轮大法后，真、善、忍宇宙高德大法净化了我的心灵，让我懂得了天理，知道了如何做人，生活中能够按大法的法理要求约束自己，脾气改善了许多，与人为善，在社会上、家庭中能够与人和睦相处。我简直换了另外一个人，熟悉我的人都说我变的善良了，都称赞法轮功。

可是，一九九九年大魔头江泽民开始迫害法轮大法（也称法轮功），中共当局颠倒黑白，谤佛谤法，谎言铺天盖地，肆无忌惮迫害法轮功学员。我也不例外，先后几次遭非法关押、罚款，家人、亲戚均为我一次次承受着他们难以承受的痛苦，尤其是从小到大关心我的姐姐。她心里被罩上了厚厚的一层阴

影，唯恐我出事，担心我的安危，其实她是被中共邪党吓破了胆，与其说关心我，不如说是看着我，不允许我和同修接触。

我终于忍不住了，对姐姐几次发火。我重温师父《洛杉矶市法会讲法》后，师父指出：“有的就象那火柴一样了，一划就着。就象那个地雷，一踩就响。你不能说我，一说我就不行。”[1]打不还手、骂不还口是修炼人初期就应该做到的。对照大法我万分难过，自己修炼了二十来年，还没有做到打不还手、骂不还口，师父要求弟子做到真、善、忍，我没有忍，也谈不上善。我不应该和姐姐发脾气呀！我非常懊悔自己的关没过，暗暗下决心必须突破过好这一关，彻底去掉潜藏在自己身上根深蒂固的这个争斗心。

两天后，一同修和我商量，一块去帮助大家做台历。二零一七年明慧台历发行后，我县同修需求量大，要做一万本，同修们人手少忙不过来，急需帮忙。

大家在同修甲家里做台历。第一天，我俩来到她家，不巧，协调人A在往外运输台历路途中，遇到了个醉酒汉，给她造成了一定的麻烦。协调人A感觉很不顺利，认为同修甲家的空间场不纯，是我的到来给带来了不好东西，因为我遭受过恶警多次迫害，把责任全推在了我的头上。有几人被协调人A带动，针对我说三道四；同修甲又被那几人带动，一下子怕心起来了，把我视为不安全的隐患，她咋看我都不顺眼，开始呵斥我。

我准备走。协调人B和另几人认为同修甲悟的不对，都不让我走，况且这里做资料需要人手，我便留了下来，没有走。

同修甲经常对我发脾气，指责我，这不对、那不对，反正怎么就是不对。我有些接受不了，还想走，协调人B劝我别走，这么多台历帮着做完得了。为了众生，为了整体，我又坚持干了下来。不但同修甲天天斥责我，同修乙也对我阴沉着脸。

面对这一切，真是剜心透骨的难受，历练着我这颗人的心，磨炼着我内心世界中的棱棱角角。我双手合十，对师父说：“师父，为了无数的众生，我一定要守住心性。”瞬间，师父给我拿掉了不好的物质。无论同修甲怎样跟我过不去，怎么大喊大

叫，我好像没听见，感觉不是对我，跟我没有任何关系。

一次，同修甲很大声的说：“给你！”把我的纱巾撇给我。我拾起纱巾，在同修们众目睽睽中，我忍住了，没有动心，没有生气。在台历即将做完的一天，她大发雷霆，大骂我一顿，我又忍住了。她却气得嘴唇发青。

台历终于做完了，一个月的忙碌中，真是象师父讲的“劳其筋骨，苦其心志”[2]。我能坦然面对同修甲不善的言行，能坦然的把心放下，感谢师父的慈悲导航，感谢师父的良苦用心，感谢同修帮助我去掉了一直困扰我的争斗之心。

师父在新经文中告诫弟子：“来自大法弟子外部的压力是考验、是精進的机会；来自大法弟子内部的矛盾、压力同样是考验、是精進的机会。”[3]感谢同修甲给我提供了精進的机会，使我提高了一大步。

事后，同修甲非常懊悔，背地里和同修说：“我不该魔性大发，给人家当了二十多天的魔，我错了。”我去她家时，一见面，她就双手合十给我赔礼道歉：“真对不起，我不应该跟你发那么大的脾气。”

一天，我突然听见一句话：“柳暗花明又一村”，这句话一下子打入了我的微观，我体悟是师父在鼓励我。

从此，我去小组参加集体学法，我打坐双盘从原来的一个半小时增加到两个半小时。

最后以师父的一段法，与同修共勉：

“我过去修炼的时候，有许多高人给我讲过这样的话，他说：“难忍能忍，难行能行”。其实就是这样，不妨大家回去试一试。在真正的劫难当中或过关当中，你试一试，难忍，你忍一忍；看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行。如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！”[2]

注：[1] 李洪志师父著作：《洛杉矶市法会讲法》

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父经文：《致欧洲法会的贺词》

修炼感悟：跳出名利

文：中国大陆大法弟子

走在街上我最怕别人问：你在哪教书啊，退休了没有啊？这两个在常人看来很轻松平常的问题，为何我如此的难回答呢？因为我坚持信仰，十几年前被单位开除了工作。

虽说十几年没有因为没了所谓的“公职”而沦落到要饭的地步，但被人问及上面两个问题就脸红心跳，想回避。

师父要求我们堂堂正正的修炼，要我们堂堂正正的讲清真相救人，我为何在众生面前要躲躲闪闪呢？师父还说了：“什么是“正法时期的大法弟子”？在宇宙中这是第一称号，第一伟大的生命。”[1]我顶着这神圣的称号在天地间行走，为什么躲躲闪闪呢？那不等于说自己的内心并不认同师父所讲的“第一称号”的含义吗？不认同不就等于不信师不信法吗？难于回答不就是内心认为人的所谓公职、所谓的职位，在我的心中比大法弟子的身份更让我重视吗？公职是什么，不就是一个身份，一份稳定的收入，退休后一份福利，这些东西归纳起来不就是名利情吗？

我一直认为自己淡泊名利，好象是不求名了，虽说收入不多也能把钱拿出来给资料点做资料救人，但是深挖根源，内心还是对名利看的很重，只不过是淡泊一些，与常人比只不过是五十步与一百步的关系，只是还没有被触及到根源，还没有到那个底线而已。也正因为没有深挖这个对名利执着的根，所以也就认识不了作为大法弟子的神圣。

师父说：“为何不见神 跳出名利眼不盲”[2]。师父讲的这个法我能背下来，但是只是学理论，在现实中还并没有跳出名利的愿望，换句话说没有真修，就象师父在《转法轮》中讲的法那样：“不是说你坐在这里，你就是个修炼者。从思想上根本的转变过来了，我们就可以给的”[3]。师父在最近的新经文中说“人心小小的变化就是提高”[4]。

二十多年了，还只在大法边上摸到一点门，让师父为我操

了多少心啊！所以昨天跟几个老年同修坐在一起交流时，我说起那首歌“师恩难报师恩重，寸草难报三春晖，唯有精進再精進，同化大法随师回”时声音都哽咽了。

师父伟大！法伟大啊！

注：[1] 李洪志师父著作：《二零零四年纽约国际法会讲法》

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟 四》〈天路在何方〉

[3] 李洪志师父著作：《转法轮》

[4] 李洪志师父经文：《致欧洲法会的贺词》

修炼交流摘录

去年中秋节，代表学法小组、全家人，还有自己的，以及女儿的贺卡，除代表学法小组的发表外，都没发表。内心的失落感让我几天都打不起精神，到底怎么了？师父说：“向内找这是一个法宝。”（《各地讲法九》〈二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法〉）最初的贺卡清新明亮，因为我的心是纯净的。现在的贺卡暗淡无光，因为心中的杂念太多：贺卡比别人的亮丽，便沾沾自喜，甚至几次有意无意的显示显示；有常人问候师父得到了意想不到的鼻炎康复，便努力让女儿也照做，因为女儿也有鼻炎；每次发贺卡都带上家人，是希望不修炼的家人能得到福报；每次发贺卡只是问候、祝福师父，却从不敢象精進的同修那样，向师父保证努力做好“三件事”，因为怕做不好失信于师父；每次的愿望没达到后，下一次依然执著的追求……师父说：“只要你是一个修炼的人，无论在任何环境、任何情况下，所遇到的任何麻烦和不高兴的事，甚至于为了大法的工作，不管你们认为再好的事、再神圣的事，我都会利用来去你们的执著心，暴露你们的魔性，去掉它。因为你们的提高才是第一重要的。”“真能这样提高上来，你们在纯净心态下所做的是最好的事，才是最神圣的。”（《精進要旨》〈再认识〉）

——《以纯净的心为师父发贺卡》

我自己有时候总在想，修炼是人要走向神，超越于人，我就整天沉浸在人的手忙脚乱当中，也知道不对劲儿，就是不知道如何突破这个问题，甚至有时一忙还有一些抱怨的心，每天都是忙忙碌碌，甚至忙到了晚上才能吃上一顿饭，总算到了晚上可以上床休息了，可是刚刚躺下一会儿，就听到闹铃响了，我想，怎么这么快就响了，每天都觉得时间不够用，心想，要是听不到闹铃响该有多好啊！我就可以多睡一会儿。有时就有想把自己藏起来的念头。因为只要一睁开眼睛，就闲不着。正在这段茫然不知所措的时候，师尊的《致欧洲法会的贺词》发表了。师父说：“作为一个修炼者，修是修自己。来自大法弟子外部的压力是考验、是精進的机会；来自大法弟子内部的矛盾、压力同样是考验、是精進的机会。除了师父外，你们每个人都是修炼者。做的好坏都是修炼状态的表现，没有特殊者。”通过学法，一下子豁然开朗，目前面临的考验不是一个提高升华的大好机会吗？能帮助让更多的同修参与打电话是大好事，能挤出时间写稿子也是大好事，能上平台打电话救人还是好事。按部就班理顺理顺不就好了吗？为什么要心烦意乱呢？是不是正因为自己的心态有问题，才让你遇到一个一个问题，摆不正，旧势力就钻空子，就让你静不下心来，通过学法、发正念，心态好了。

——《修去执着 真正在法上提高》

在梦中的这个空间中，正法修炼在我们意想不到的平静中结束了。师尊穿着一身袈裟在前面走着，后面跟着的是一字排开的正法修炼弟子。那是弟子准备归位了，气氛庄严肃穆，我也在其中十来名左右的地方，内心平静祥和，发现世上的一切跟我丝毫的没有任何的关系，但是人数非常少。师尊带着弟子们走到了一处庙宇门前，对后面的弟子们说到：在色欲方面没修好的到旁边的那个门去！我猛然觉察到内心的深处还有色欲的存在，当时羞愧的无地自容，来到了师尊说的地方，进了门

就瘫倒在地上，浑身冰冷。这时门外有位同修一直在向内观望，看着我实在起不来了，就走进来，从我身上拿走了我整个正法修炼过程中成就的一切，此时我意识到自己还活着，但是什么都没有了，一切前功尽弃！正法修炼的这层空间逐渐的在眼前消失，我被封闭在一处空间中，瞬间内心的痛悔使我大声的痛哭，哭声震得周围嗡嗡的作响，这个空间里什么都没有，我真的完了！只有无尽的懊悔、无尽的后悔！……此时我无法用人类的语言来描述当时的内心感受，从梦中哭着醒来，修炼太严肃了，就是走到最后一步都还有考验！

——《正法结束时的痛悔》

我知道这不是病，然后就开始调整自己，那两天我做完家务就学法、发正念，做三件事。在我学到：“一个瓶子里装满了脏东西，把它的盖拧的很紧，扔到水里，它也要一沉到底。你把里面的脏东西倒出去，倒的越多，它会浮起来越高；完全倒出去，它就完全浮上来了。”“所以要重心性修炼，你的功才能长上来，层次才能提高。”（《转法轮》）师尊点化我，要重视心性修炼。我就天天注意修自己心性，在自己心性上下功夫，天天注意自己的一思一念、一言一行按照法的要求自己。我知道是我符合法了师尊就给我转化了，只三天就调整好了。在痛的时候不好的思想业总往上返，想自己好像要死了似的，我发现不正的思想我就清除，在心里有一念一定要和师尊走到最后，师尊说：“俗圣一溪间 进退两重天 欲入林中寺 一步上云烟”（《洪吟三》〈一念〉）。

——《我是怎样走过病业假相的》

第一站是去法国议会大厦斯特拉斯堡。欧洲议会的多党派议员联合推出一项书面声明，要求欧洲议会应该刻不容缓地对在中国的活摘器官进行独立调查。这份书面声明，有三个月的有效时间，一旦有超过半数以上的欧洲议会议员签署，就会自

动成为欧洲议会的决议案，时间非常紧迫。六月五日学法结束，在大街上等到晚七点多钟，同修在百忙中把我们送到机场，在机场坐了一夜，早七点乘飞机到瑞士，转辗六次倒车到达目的地时，途中的劳累和辛苦已烟消云散。第一天考验就来了。在议会大厦前，各国同修早早就做好了准备，拉开巨大的横幅，近百名来自不同国家的法轮功学员在炼功、发正念。法国的盛夏，天气酷热，同修们一直从早七点多坚持到下午六点发正念之前，邪恶承受不住了，发狂般的向大法弟子反扑，突然间一阵狂风暴雨袭来，旗杆被折断了，桌上的真相资料被刮的翻飞，温度一下降了十几度，当天的活动被迫终止。此时正值议员们下班前一刻，全球发正念的关键时间点。同修们陆续的离开现场，我已被冻的哆嗦，躲到桥下避雨去了。待我们英国的八个同修收拾完东西，在雨中等车将近一小时四十分钟，从酷热到浑身浇的透心儿凉，大家没有一丝一毫的抱怨。我们知道，修炼中没有偶然的事，魔难中师父在看我们的一思一念，锤炼金刚！事后反思，如果我不离开现场，如果大多数学员都不离开现场，在风雨中岿然不动，那会是什么结果呢？想起在大陆迫害以前，有一次集体炼功，也是突然暴雨倾盆，三十多个学员绝大多数都跑了，只剩下三、四个继续打坐，炼完功一看，他们打坐的地方象被罩住了一样，地面是干的，身上也是干的。我在心里对师父说：弟子错了，下回我知道怎么做了。其实大家也都意识到了这一点。这一幕在比利时重新上演。七月十三日在布鲁塞尔议会大厦前，学员们不停的在炼功、发正念，天一直在下着雨。经过上次的教训，大家都成熟了，明显感到那个场很宁静，祥和。似乎天气的变化与我们没有什么相干似的，炼功音乐在议会大厦空中飞旋，发正念的钟声震慑着邪恶，没有人走动，秩序井然有序，我们在场的学员都感受的到：大法弟子，心凝聚在一起，师父和众神在为我们加持。大约中午时分，从大厅内传来好消息：欧洲议会议员征签人数超过了半数，欧

洲议会关于制止中共活摘器官的决议案自动生效！当时，有同修看到师父的大法身，漫天的小法轮象雪花一样在空中飞舞，大家热烈鼓掌，掌声中却没有任何激动，因为同修在事先的交流中已经明确了：我们的目标不是为了决议本身，而是要让所有的议员都能得救。事后，据去大厅内讲真相的同修讲：你们在雨中炼功、发正念，感动了很多议员，他们都在往外看，雨下的最大的那一刻，征签人数一下子就升上去了。“修在自己，功在师父”（《转法轮》）。雨势其实是随着我们的心在起变化，大法弟子的心不被带动，邪恶因素便起不了作用。

——《在参加集体活动中提高》