

告辞的时候，问她是否愿意三退？她毫不犹豫的点头同意，并表示感谢。

当我伴着晚风回家的时候，心里涌动着对生命无比的尊重与珍惜，和对师父的无尽敬仰与感激。

自从中共病毒（武汉肺炎）爆发以来，同修们都意识到救人的紧迫，我和家人同修也不例外，抓紧时间利用各种形式讲真相、救众生，我们也参与到一些其它讲真相的项目中去。

回首二十几年的修炼路，每一步的提高和升华，都离不开师父的加持和点悟，也是源自于加强学法对大法法理的正悟。我深深的体会到：只有大法才是我们生命的源泉与根本。在此向伟大师尊表达弟子无尽的感恩！感谢师尊的慈悲救度！

（明慧网第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

WWW.MINGHUI.ORG

明慧网 第十七届大陆法会

特刊 [四]

- | | |
|----|--------------|
| 02 | 一朝得大法 不必问前程 |
| 09 | 做好技术支持 不断修心性 |
| 14 | 我是师父的小弟子 |
| 20 | 转变观念 闯出魔窟 |
| 28 | 险境正念出 一念能制邪 |
| 33 | 找回修炼人的祥和从容 |
| 38 | 见证大法无边法力 |
| 43 | 最后一刻我终于清醒 |



一朝得大法 不必问前程

文：河北省大法新学员

【明慧网二零二零年十一月二十一日】

尊敬的师父好！

同修们好！

我是二零一九年三月才正式走入大法修炼的新学员。一年多来，师父给予我的太多太多，值此第十七届大陆大法弟子法会之际，对师父说说心里话，表达弟子对师父、对大法的无限感恩。

我今年六十岁，初闻大法，是二零零九年三月。那一年，我从新组建了家庭，丈夫是省会重点中学的一位语文特级教师，诗词歌赋、琴棋书画，样样娴熟。丈夫的才学和人品让我仰慕，他对我也是保护有加，视我与先夫的小女如己出，因此我们感情很好。丈夫与他的前妻曾经学过大法，大法遭邪党打压后，由于怕心放弃了。几年后，他的前妻因病去世。二零零九年三月，他向我介绍了法轮大法。这样，我俩偶尔也学学法，炼炼功，但始终没有真正走入修炼。

人生绝境

二零一八年十二月的一天，丈夫在一个多小时内，因急症撒手人寰。猝不及防之间，天塌了，地陷了，我大哭着求丈夫“带我走吧！”安葬了他后，回到空空荡荡的家，孤独寂寞如腊月的寒流浸透我的身心。我不敢独居在家，身体潜伏的一些病痛，如慢性胃病、颈椎发硬、腿疼、怕风怕凉、心律不齐、脑垂体血管瘤、脑血栓前兆等等，也都凸显出来，身体状况急剧恶化。

正赶上二零一九年中国新年，民间有种说法：新寡之人不能在别人家过年，会给人家带来晦气。自己家呆不下去，姐妹兄弟家不能去，我走投无路，思想钻到失去丈夫的痛苦中不能自拔，整天以泪洗面。女儿把我接到她家。可看到人

修没有丝毫不悦，语气里反而满是关怀与真诚。看到这一幕，我真是感慨万千，想起我以前在单位自己的小工作室里，坐在办公桌前，看看这个顾客人比较好，就给他讲真相；瞅瞅那个人不顺眼，从心里就不想多搭理，无形中错过了多少可救度的众生啊，真是追悔莫及！

以前我总觉的那些真相讲的好的同修，他们一定有什么好办法和绝招，才能救那么多人。所以和同修出去讲真相的时候，总想在旁边多听听，看看他们都是怎么讲的，打算“偷偷艺”。后来发现，同修们讲真相，就像是在和对方聊天，没什么特别的，只是态度亲切，说出的话平实无华。同修提醒我，讲真相就是怀着慈悲的心态，顺着人的执著讲，别讲太高，别把人说烦了。

在这段修炼过程中，我明白了：大法弟子做任何事情只有怀着坚定的正念才能成功，而不是靠人的什么办法和手段。

一次我去讲真相时，遇到一位外地来的阿姨，我就和她坐在一起聊天。那天我的状态并不好，怕心很重，思路也不是很清晰，但那位阿姨很善良，我觉的是一位有缘人，我真的很希望她能得救。我就在心里默默的求师父加持我。神奇的是，虽然我觉的自己表达的并不是很清楚，但阿姨却听的很明白，并且很痛快的就同意三退（退出中共的党、团、队组织）。我心里感谢师父的加持！

还有一天晚上，我和家人去家附近的一个热闹场所讲真相。我看见有一位姐姐独自坐在一边，就去和她聊了起来。我们从当前的时事聊起，聊了很多。看得出来她是个比较固执的人，被无神论毒害的很深。要是以前遇到这样的人，我就会知难而退，礼貌的告辞了。可是这一次，我没有，我觉的我们此时相遇真的是缘份，我应该用慈悲的心态尽量给她讲好真相。

因为有师父的加持，我的心很平和。尽管我们对一些事物的看法有分歧，但我们聊的还是很融洽和愉快。她有一些疑惑，我也尽量用在法中认识到的给以解答。最后当我和她

就知道其他同修已经来过了。每次遇到这种情况，我内心都很感慨，我真的感到同修们真是了不起。大家的心在一起，都在抓紧救人，那种整体的力量，让我受到很大的触动和鼓励。

封城那段时间，面对突然改变的环境，我们除了发资料以外，几乎每天都出去花真相币，利用各种可能的办法传播真相。对于真相币，以前我有一种不正的想法，总觉的纸币上的内容少，在大陆流通这么多年，老百姓好象都习以为常了，能有人看吗？没想到这期间发生的一件事，彻底改变了我的想法。

那天下午，我和家人说好，分头去市场买菜，多走几个摊位，目地是多花点真相币。我在一个摊位前买好菜付款时，把钱上打印了真相内容的那面朝上递给了摊主。没想到他接过去竟认认真真的看了起来。我被这一幕触动了，大法弟子发的一份传单、打的一个电话，都在起作用，真的不能轻视，头脑里对真相币不正的那个念头瞬间就没有了，同时心里升起了救人的紧迫感和使命感。我知道这是师父在用这种方式启悟弟子的正念。

随着心性的提高，怕心好象也比以前小了，出去发真相资料不那么害怕了。解除封城以后，同修们都意识到要抓紧时间，在这历史最危险的关头多救人。家人提出应该出去面对面讲真相。虽然我在单位里也给顾客讲真相，但那都是熟悉的人，要上街给陌生人讲，我还真是有些顾虑。但又想，我是大法弟子，我不能让怕心挡住我该走的路，我要努力往前走，我要按照师父的要求做。

大概六月份，我决定和同修们一起去讲真相。走出去之后，才切身体会到，同修们真是了不起，每天顶着烈日去找能被救的众生，又热、又渴、又累、又饿，但是没有人觉的苦，大家都习以为常了。

一天我在一个公共场所，看见一位不认识的同修给一个中年妇女讲真相。那女子的态度比较傲慢，很不友好，但同

家一家子（她乡下的公婆和我女儿一起生活）欢欢乐乐的过年，我只觉的自己是多余的人。自然，人家在我这里看到、感受到的，只有怨、泪眼和一副苦脸。人家当然烦我，连我一手带大的唯一能给我带来些许欢乐与安慰的外孙子，都不让靠近我。我沉浸在孤独、寂寞中，感觉深度抑郁。

终于有一天，我离开了，投奔一个相交很深的朋友。正赶上朋友家生孙子，我随了五千元的贺礼。可是只待了四、五天，朋友看我整天哭丧着张黄脸，泪眼婆娑，长吁短叹，一副活不起的样子，担心我有什么三长两短，担不起责任，就委婉的劝我离开。我真真的体验到了什么叫“绝境”。万不得已，我住进了旅馆。

在旅馆里，我开始沉思：看来，有难时，谁都指望不上，我得把几处房产和所有存款攥在手里；我要完成丈夫的遗愿，把他准备出书的稿子整理出版；女儿刚过三十，就我一个亲人了，我得陪着她走好她的人生；继子一家三口，这个孙女是我和老伴一起带大的，他们一家从南方回来，父去楼空，连个开门迎接的人都没有，太可怜；还有好多事情需要我打理，不行，我得好好活下去。

可低头看看我这个样子，我怎么活下去？此时，隐隐约约想起了法轮大法，想起了师父，我虽然没有真正走入修炼，但大法的种子已经深深埋在我的心中，当人生处于绝境时，只有大法，只有大法师父才能救我出苦海……我的思想逐渐清晰，此时我虽然还不懂什么是修炼，却坚定了一念：我要学大法！

晚上，我一个人走到公园，仰望天空，对丈夫说：“我反悔了，我不跟你走了，我要学大法了！”

精進实修

有了修炼的念头，可省会这里没有认识的大法弟子，我想起来了，在老家（北方的一个地级市）的妹妹曾经跟我说过，她有一个朋友炼法轮功。我决定回去找她。同修把我带入了

学法小组。端坐在给大家提供学法环境的同修家里，看着同修们一张张真诚热情的脸，我的心踏实了。那是二零一九年的三月。

从二零零九年三月到二零一九年三月，整整十年，我象一只迷途的羔羊，徘徊、辗转、迷茫、寻找、盼望，终于找到了回家的路。在这里，弟子叩谢师尊救度之恩！

我在老家的妹妹家住了八十多天。在这八十多天里，我每天乘车来回两个小时去学法小组学法，中午在那里吃顿饭。同修们什么都不让我干，给我腾出所有的时间，让我集中精力学法，还给我找到了所有大法经文，师父讲法录音，下载了真相资料的播放器，以及各种资料。我每天学三讲《转法轮》，自己再挤时间学师父的各地讲法。

随着学法，我知道了正法时期的大法弟子要做三件事，特别是要讲真相救众生。看到师父为众生不能得救而着急，我想作为师父的弟子，应该急师父所急，师父要我们做什么，就应该全心全意的去做什么。

学法时间不长，我就开始讲真相了。先从当地的亲朋好友讲起，再给每天必坐的公交车上的乘客面对面讲，再到遇到人就讲。我也不多想什么，没有任何负面思维，只想听师父的话，多多救人。

在八十多天里，我劝五十多人退出了中共的党团组织。不知不觉中，我身上一切不适的感觉都没有了，变的神清气爽，感觉有使不完的劲。在这里，借明慧一角，感谢老家同修们对我的真诚、热心的帮助，谢谢同修们！

在这期间，女儿赶来老家看望我。当她看见一个神采奕奕的妈妈时，非常高兴，可看到满屋是大法书时，就又极力阻止我学大法。我说：“你也看到了，只一个半月，妈妈判若两人，是大法给了你一个健康的妈妈，你应该感激大法，感激师父才对，你怎么还阻止我修大法呢！实话说吧，我什么都可以不要，我只要大法。”

了“法炼人”的一点内涵。当你真的顺应宇宙特性而行的时候，自己行为的归正、在法中的同化和生命的更新都是自然而然达到的，一切都是师尊和大法无边法力的体现和恩赐。

无比感恩师尊在正法修炼的最后一刻叫醒了弟子，使我能够从返归途，兑现夙愿。

二、讲真相 救众生

年初封城时，我们的小区管理却比较松散，那段时间不论集体学法还是外出讲真相，我和家人都没受到太大干扰。我俩一起出去贴真相粘贴，发真相资料，花真相币。开始时，由于自己长时间没去发真相资料了，怕心很重，每次就只带很少的几份资料，发的时候还吓的够呛，心怦怦跳，有时手和腿都直发抖。

因怕心比较重，出去发真相资料时，我内心都会先经过一番人心和正念的交战，次次如此。有一天晚上，我看到明慧网上报道了我们当地一位同修因出去发真相资料被监控拍到，结果遭到恶人绑架、抄家等的迫害。看完这条消息，我的怕心一下子就上来了，负面思维和怕的想法在头脑里不断的翻腾：我出去发真相资料会不会也被监控拍到？要是被绑架了，怎么办？要不要先停两天再说吧……越想怕心越重，可自己也知道这是怕心，不能被它带动，大法弟子该做的事更不能被怕心阻止。

怕心和正念激烈的交战中，那个心被搅的啊，说不上是什么滋味。后来我想：算了，先不想了，学法吧，只有法能增强我的正念。就这样一想，刚把大法书拿起来，就有一念出现在脑中：按照师父和法的要求去做，就是最正的，任何邪恶都不许干扰！我的头脑瞬间清醒了，底气也足了，明白了救度众生是大法弟子的使命，只要我们把心摆正，符合法的要求，任何邪恶都不敢来迫害我们。

那时附近的小区进不去，我们就先在自己的小区里发资料。后来正念强了，有时就到周围的小区发。有好几次，我走在陌生的楼道里，看见有的人家的门上挂着真相资料，我

震醒了，意识到了修炼机缘的珍贵和救度众生的急迫，发自内心的想要振作起来，从新好好修炼了。

我们每天的时间都抓的很紧，除了上午的大量学法外，还利用各种形式讲真相。虽然那时全国封城，但我们小区管理却很松，可以随便进出，我们不但每天外出发放真相资料，还把同修找到家来集体学法。因为集体学法是师尊留下的修炼形式，任何情况下都不能被干扰。

大量的学法，使我的主意识渐渐的清醒了，每天都能感受到师尊的加持；每天都觉的自己在往修炼的路上回归；每天都能感受到生命在被大法清洗、归正、更新。我心里充满了无限的喜悦和希望。

我很懒惰，以前总是以上班为借口，很少干家务，全都是家人来打理。而且我很爱吃零食，饭后要不吃点小零食，感觉这顿饭都没吃好，已经形成了强烈的执著。玩手机就更是成瘾了，明知不对，就是戒不掉，自己也非常苦恼。

随着自己逐渐清醒，每天心里想的是怎么抓紧时间做好三件事，救众生，不知不觉中，那些执著就减弱或消失了。我意识到我和家人同修是个整体，不能把所有家务都推给她一个人做。我应该把属于我的那部份做好，这也是我修炼的一部份。让她有更多的时间做她自己的救人项目。不论是做三件事还是家务事，两人分工有序，相互密切配合。

我很久都不玩手机了，原因很简单，因为我真正认识到了这是个强烈的执著。我是大法弟子，我怎能被手机控制？！以前对手机的执著也曾经使我感到很苦恼，可反复多次也戒不掉，最后干脆放弃了，随它去了。这次最大的体悟是，在师父和大法法力的加持下，我是发自内心的认识到了自己的执著和不正对自己造成的危害，是真心想要改变自己，而不是强制自己去做。

以前，我总觉的自己修的不好，对修炼没有信心。现在我明白了，那是因为自己之前并没有做到在大法中实修，没有真正的溶于法中。最近由于修炼上精进了，才初步体会到

女儿看我决心已定，大哭一场，回去了。回去后，她去告诉了她的两个舅舅。这一下可炸锅了！他们从网上查到的都是邪党对大法和师父的造谣诽谤之词，妹妹又跟他们说了当地对法轮功的迫害情况，小弟还专程从居住地过来，说了一些很过分的话。大弟也打电话来苦苦劝说。我说：“如果你们担心我修炼大法受到株连，那咱们去做个公证，脱离姐弟关系吧。”我默默的把大法书整整齐齐摆在那里，来表达我坚修大法的决心。我想：他们都是被邪党谎言毒害的众生，我一定要听师父的话，好好修炼，让他们在我身上看到大法的美好，我还要救他们。

这一年多来，我有机会就给他们以及所有亲戚讲大法真相，那些坚冰一样的心也在慢慢溶化。有的亲戚把我给他们讲大法真相的事情向我女儿告状，女儿也开始站在我的角度劝说他们了。

住在妹妹家总不是长久之计，我得回省会的家，溶入那里的整体。感谢师父苦心安排，在二零一九年七月，我联系上了省会的同修。一回到省会，我立即告诉继子和女儿，我到家了，让他俩抽空过来。待他们来家时，我让他们把各自的房产证拿走，我什么都不要，因退休金够我生活的。

当时我看到一个讲真相项目很好，就拿出了两万元钱赞助这个项目。平时需要什么真相资料，我再给做资料的同修钱。现在，我和两个单身同修合租一套房子，其中一同修处于病业魔难中，生活需要照顾；另一同修B姐为了让我这个新学员多学法，尽快跟上正法进程，几乎包揽了所有的家务活。在这里，我感谢B姐的无私帮助！

我们三个人生活很简单，抓紧一切时间做好三件事。我们每天早晨三点起床炼功，发完六点正念，煮三碗面条当早饭，饭后各自回自己房间背法。发过九点正念，我就出去面对面讲真相救人，十一点半之前赶回来，在家的同修蒸三碗大米饭，炒一个菜，二十分钟吃完午饭。发十二点正念，午

休一会儿，下午一点开始背法，两点集体发正念学法；四点半做家务、做晚饭；五点半吃饭，发完六点正念，各自回屋，或背法，或看明慧交流文章。循环往复，天天如此，心无旁骛，笃定踏实。

讲真相救人

我们租住的房子的位置在省会城乡结合地带，有些周围村里的村民做环卫工作。一次，我跟一环卫工人讲大法真相，他自豪的说：“我们村里的六个环卫工都三退了，我们也在一起学习。”我问：“你们学什么呢？”他说：“就你们给我们发的那些小薄书，我们轮流念。”我备受感动，笑着问：“你们想修炼吗？”他说：“想啊！”我说：“想修炼，还得读《转法轮》，那是一本天书。”这个环卫工人憨厚的不好意思的笑了。

后来，我给了他们两本《转法轮》，一本《法轮功》，几本师父各地讲法，给了他们每人一个播放器，输入师父讲法和炼功音乐和发正念的钟声。现在他们都不同成度的走入大法修炼，我时常会去关注一下他们。

有一次，跟一个衣着讲究、五十多岁的男子讲真相。他跟我说了很多，他对邪党的罪恶了解的较深，对大法弟子们也是钦佩有加。他退出了邪党的党团组织。最后，他和我合十告别时，真诚而关切的说：“我知道，你们法轮功学员都很勇敢，一定要注意安全啊！”我表示感谢，也很感动。

一天，我骑着车在街上寻找有缘人，看到不远处一个男子推着电动车走路。我赶上去，问他：车怎么了？他说：没电了。和他聊下去，听谈吐，他读过一些佛教方面的书。我跟他讲了一些大法法理，他很认可，跟他讲大法真相，也很接受。我给了他《九评共产党》和《共产主义的终极目的》，他非要给我20元钱，我说不能要。正推辞之际，过来两个人，我赶紧回身给那两人讲真相。等讲完真相，回头一看，车筐里有二十元钱，那人已经走的无踪无影了。我心里想：哪是

给我的。虽然我修炼时间不长，可师父为我承受的太多，时刻都在保护着我。可我修的不好，读法还不流利，讲真相还讲不好，可我能发真相资料、光盘，花真相币，贴粘贴，尽大法粒子的一份责任。我一定坚修到底，回报师恩！

感谢师尊的慈悲救度！

注：

- [1] 李洪志师父著作：《转法轮》
[2] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》

（明慧网第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

最后一刻我终于清醒

文：吉林省大法弟子

【明慧网二零二零年十一月二十四日】

慈悲伟大的师尊好！

各位同修大家好！

我是八零后，在法轮大法中修炼已有二十多年。回首这么多年的修炼路，我真是走的磕磕绊绊，并不精进。由于安逸心、贪玩心、懒惰等执著，慢慢就放松了修炼，很多时候把自己混同于常人。

最近几年，随着智能手机的普及，我也迷上了玩手机。平时工作不忙的时候，就和周围的同事一样，看视频、浏览网页等，下班回家后，就勉强学几页法，走走形式，学法自然不可能入心。讲真相救众生的事，偶尔才做一次。三件事在我这儿就是糊弄事，心性境界和常人没有什么太大的区别。

一、师尊保护 从返归途

师尊多次点化我，可是没好几天，就又恢复原样。直到今年年初，中共病毒（武汉肺炎）突然爆发，蔓延全国，肆虐全球，我才开始觉醒。疫情期间全国各地封城、封小区，我得以有时间在家，每天上午和家人同修一起集体学法。此时我的学法态度端正了，也专心了。通过大量的学法，我被

大火过后只有宝书完好

二零二零年七月二十五日，我在县城锅炉房上班，供应全县城的浴池用水。我值班的宿舍在二楼，一楼堆放五、六百吨煤。晚上，我学完法、炼完功，把《转法轮》宝书装在背包里，就睡了。

好像在梦中有人大喊：“华子！”这是我的小名，只有家乡人知道。接着喊：“快起来出去！”我被惊醒，看看是谁在叫我？强把门推开，火一下冲了进来，把门都封住了！哎呀，晚一分钟，门就开不了了，我也就出不去了！

我穿个裤头，光着膀子，顺手抓着床头一条唯一能拿到的裤子，什么也看不见，顺着三米多高的楼梯滚了下去。肩膀烫伤一块，腿破几处皮。

我立即想起我的书，我的大法书，就喊：“师父，快保护大法书！”我赶紧给消防队打电话。消防人员灭火后，我急切的跑上楼，一看，所有的物品全部烧光，装书的书包也烧焦了。我急忙把烧焦的书包打开，哇！宝书完好无损，灭火的脏水都没沾书上！我惊讶的无法形容……

九字真言的威力

邻居的弟弟是邪党党员。妻子给他讲过真相后他“三退”了。妻子告诉他们常念“法轮大法好，真善忍好”能保平安，能遇难呈祥。

他的妻子在外面打工，孩子跟他妈在外上学，他经常一人在家。一天夜里两点钟，邻居的弟弟睡醒了却全身动不了，只有心里知道，想：“不好了，来病了。”想吃药，无人给他拿，想打电话，动不了，他突然想起我妻子告诉过他：紧要关头念“法轮大法好，真善忍好”，于是他就开始念，念了几遍后全身都能动了。

他来我家说：“这大法太神奇了，谢谢大法师父！谢谢嫂子！”

后记

我的生命，家人的平安，现有的生活，这一切都是师父

电动车没电了，是师父让我救你呢！回去后，把钱给了资料点。

有一天在街上，我骑车漫无目标的寻找有缘人，突然听到前边“啪”的一声响，好象轮胎爆裂的声音。接着，我看到一个三十多岁的小伙子从单车上下来，低头察看车子。我赶紧上前，表示关切，询问情况，顺便给他讲了大法真相，做了“三退”。刚讲完，那人骑上车就走了，车子根本没有任何毛病。我知道，是师父把有缘人带到我的跟前，让我救他。感谢师父！

一天，我看见一个七十来岁的妇人在路边坐着，我上前向她问好，老妇人用右手手指指耳朵，连续向我摆手，告诉我，她是个聋哑人。我就掏出纸笔写道：“你加入过少先队吗？”老妇人点了点头，我又写道：“退出来吧，退出来，才能保平安。”老妇人一脸迷茫的抬头看着我，我又写道：“共产党历次运动，害死了八千多万民众，罪恶太大，老天要清算它了，不退出来，你就是它的一员，就得给它当陪葬。退出来，就归神佛管了，神佛就会保佑咱平安。”老妇人顿时高兴的不住的点头，并双手合十，向我表示感谢。

找回昔日同修

一天，看到一位五十多岁的妇女，穿戴得体，但心事重重的样子，在路边独行。我下车迎过去问：“大姐，有什么事需要帮忙吗？”原来她就是市里的，刚刚退休，老伴就得急症去世了。她一个人很孤独，又浑身是病。现在在附近姑娘家住，可姑娘和她又说不到一块儿，老是互相怄气。

我就跟她聊天，讲了我的经历和得法后的美好。她顿生同病相怜之感，跟我倾诉她的不幸，还告诉我九九年“七二零”以前，她也炼过法轮功，后来邪党迫害，她就不敢炼了。我一听是昔日同修，感觉很亲切。我想起师父让我们找回昔日同修，我就跟她说：“看来今天是师父让咱俩相遇的，师父不舍得落下一个弟子。”

我给她讲了师父的正法进程，当前大法弟子做的三件事。她很激动，表示也想要从新修炼。我邀请她参加我们学法小组，并表示会给她找大法书。她说，大法书她都有，也知道哪里有学法小组。我鼓励她参加集体学法，对自己会有很多帮助。

一天，在公交车站，遇到一个四十岁左右的男子。我上前给他讲大法真相，他笑着说：“你们市里的同修做的真好，我们自愧不如啊！”我一听是同修，就了解了一下他的情况，看能否提供些帮助。

原来他和村里另一男同修一起，为了躲避中共的骚扰迫害，带着一家老小来到城里。他摊煎饼、卖果子，那个同修卖白吉馍。两人为了一家生计忙忙碌碌，也精进不起来了，学法炼功跟不上，三件事做的也不好。卖白吉馍的同修有电脑，但电脑升级跟不上，也上不了明慧网了，师父的新经文、《明慧周刊》和其它真相资料都看不到了。我们互相留了电话，我联系到技术同修，给他们从新装了系统。

从去年十月到今年八月，我面对面讲真相十个月来，邂逅过十几个掉队的昔日同修，我都尽最大努力给他们提供帮助，使他们早日回归，跟上正法进程。

我有时还会后悔，十年光景，蹉跎而过，但又觉的很幸运，在师父宇宙正法即将结束的时候，我能走进大法，成为师尊的真修弟子。我学法时间短，悟的法理少，实修基础差，人心还很多，但我一定不折不扣的听师父的话，不浪费一点一滴的时间，坚持读法背法，遇到问题无条件的向内找，找到人心，斩钉截铁的去掉，每天正念十足出去讲真相救人，圆容师尊所要的。我只管赶路，不问前程。

再次叩谢师尊！

再次谢谢同修们的无私帮助！

（明慧网第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

痛的不是我

修炼大法约八、九个月时，我在离家三公里的养鸡厂打零工。一天，五点多下班，我骑着摩托车回家，要到家门口时，往家一拐，后边一辆轿车就把我撞上了，帽子碾在车胎下，右半身、头都和车胎挤在一起，动不了。

这时，妻子正在院子里拔草，当听到急刹车和撞车声，急忙跑出来，看到此景，就大喊：“华子，没事，师父会保护你的，不要害怕，慢慢起来，求师父救你！”这时，我也想到求师父救我。

我慢慢爬起来，感到头晕脑胀，腿肿了，肩膀、胳膊都不敢动，擦破几块皮，脸色青紫，腰不灵活。围观的人很多，大儿子在后街听说也跑回来了。

肇事车主想送我去医院，妻子安慰我说：“我们是修大法的，没有偶然的事，这是来讨命债的，师父都给承担过去了，会好起来的。咱不给人添麻烦，不讹人，什么也不要，让他们走吧。”接着妻子告诉他们：记住“法轮大法好，真善忍好”。大儿子不让车主走，妻子说：“放他走，我们有师父管，会好的。”

之后，我有些顾虑，不去医院看，能好吗？妻子与我学师父的《二零零三年元宵节讲法》。师父说：“也有些新学员，真有谁能给你发过来一些不好的东西你也不要怕，你是大法弟子，有师在有法哪。也许你是在历史上欠它的，那就把它还了。可是你是修炼的人，你的心放的下，师父一定会管你的，它虽然弄进来了，回头用不了多长时间师父就会把它给你变成好东西。（鼓掌）因为你是修炼的人，师父会管你的。”[2]

妻子说：“别执著，不用去感受摔得如何，只要你百分之百的信师信法，很快就好，你越放不下，拖的时间越长。”后来，我一痛，就想：“痛的不是我，和它断开。”并求师父把它给我转化成好东西吧。不知不觉的，就都好了。

妻子听到了，抬头一看，车下去了，说时迟那时快，一边往下跑，一边喊：“停、停、停！”喊了三个停，我们还没跑到，车立刻奇迹般的停了下来。我们到那一一看，车前后无任何阻挡物。妻子忙说：“是师父、是师父在帮我们！”我也说：“是呀！是师父在帮我们！”

可是这个位置是山坡最陡的地方，如何往出弄啊？！我说：“找个四不象拽吧。”妻子说：“没事，师父一定会帮我们弄出去的，你别急，稳下来，上车，按我指的方向往后倒。”我心里很打怵，能行吗？可妻子一招手，我往后一倒车，就感觉车后边有一股强大的力量，硬是顺顺当当的把车拽到道上了。谢谢师父！再一次让我见到了大法的神奇。

妻子说：“我这头象似铜，又象似钢”

年底三九天很冷，我要去县城办事。城里的朋友让我买两只大鹅给他带去。我开着三轮摩托，带着妻子，要去东街买。由于天冷，又着急，我就加大油门，从院子里往公路上冲（我家院子比公路低很多）。

妻子站在车上的车挡板上，面朝后，后脑勺朝前，双手穿插在棉衣袖里。两边大门柱上，有两根三公分塑料护线管，从水泥大门柱里外露着，管上横连一根四寸木方，四米长，准备新年贴对联横批用的。当车冲出大门的瞬间，就听妻子惨叫一声：“哎哟——！”车开的太快，冲出去六、七米远才停住，就听车后——“嘭！”“叮！”“铛！”“哐！”好大的几声。我下车一看，门框上那根四米长、四寸木方从妻子后脑勺弹起，并把两根塑料管绷断后，又弹出四、五米远。

妻子双手抱着头，蹲在车上。我赶紧问：“怎么样？”妻子说：“没事，刚撞上时，觉的头爆炸了似的，但我感觉我的头有弹力，象似铜，又象似钢……”，接着妻子高兴的大声说：“啊！全凭师父护佑，否则脑袋就开瓢了！”妻子仔细摸了摸，头上没起包，没破，没出血，也不疼。

做好技术支持 不断修心性

文：辽宁大法弟子

【明慧网二零二零年十一月二十一日】在正法修炼中，我感悟到，当我们面对与他人的矛盾，面对自己内心的矛盾，我们从法中找答案，才会走正路，就会感受到创世主的慈悲！

一、突破怕心 做技术维护

记不得是哪一年了，A同修突然找到我说，有个同修的电脑不能用了，找不着人维修，不知该怎么办了，她问我能不能帮忙。A同修知道我的怕心重，不愿接触更多的同修，就不辞辛苦的把出事的电脑取回自己家，或送到我家来修理。

那时，我因为学法少，对正念正行、堂堂正正救人的概念都很模糊，难以突破怕心走出去，与更多的同修配合。A同修就这样风里雨里的，从中协调、帮助着。当时我觉的A同修象一把大大的保护伞，让我在一个避风港中，做着我该做的事。说来惭愧，这样的配合方式持续了好几年后，A同修看我的正念升起了一些，才带我认识了另一名B同修。

虽然当时我很不适应B同修家庭资料点的环境，但面对B同修全心为大法救人付出，和她为众生担当的心，我无法什么都不顾的离开，实在不忍心让同修一个人艰难的支撑这么大的资料点。没有了A同修在身边商量，我只能自己来决定，要把自己摆放在什么位置上。

现在想来，当时做出选择的难度，正是我多年的依赖心受到了冲击，真的是到了该独立在法中思考与选择的时候了。我明白了：大法弟子必须得自己选择修炼的路该如何走。我终于开始了与B同修配合。这一配合，就是七年。

二、以救人需要为标准

在与B同修配合期间，B同修对各种真相材料的要求比较严格，从选购耗材，到打印、装订，封面制作，再到真相

资料的外包装，无一不精益求精。刚开始配合的时候，我觉的B同修要求的太高了，还有些强制别人，所以比较难接受。我总觉的有些环节做的太细了，浪费时间。所以，我虽然按照B同修要求的标准在做，但并不情愿接受，只是暗暗的不服气。

忽然有一天，我发现自己对做真相资料的标准要求，已经很接近B同修了，因为B同修的做法，更符合救人的需要。精美的真相资料本身，也是在证实大法的美好，会起到证实大法、救人的作用。精美的真相资料更会吸引人去看，去传播，更使众生愿意接受大法真相。我自己认为的怎么做救人效率高，这只是自我的想法，并不是站在救度众生的角度去思考问题。

在不影响其它项目的前提下，虽然多花了一些金钱与时间，但只要是有利于众生接受真相、得到救度，那就是把劲用在了刀刃上，是提高了救人的效率。后来，明慧网发表的各种真相资料，制作标准也不断提升。我明白了，采用高标准制作真相资料，是正路。不以救人效果为基点，执著固守自己的认识，是执著于自我。

随着接触更多的同修，我发现，当我把自己心中的标准提出来的时候，并不是所有的同修都愿意接受。也有的同修顾及面子，当我提出建议时，当时就调整了制作方法，但等我一离开，就又改回去了。还有的同修，干脆直言不愿接受我的建议。刚开始时，我的心会随着同修的态度而动。同修愿意接受，我就满心欢喜；同修应付我，我就觉的很无奈；同修直接表示不愿意接受，我就会表现出不高兴，会对同修产生一些想法，不想交流了。

在此之前，所有这些想法一直都被“只想让对方认同自己”的执著挡住了。后来的一件事，更让我体会到了整体配合中，放下自我的观念，尊重每个个体意见的意义了。

那一年，打印明慧真相台历，我看到一位同修将打印属

大法的美好。你现在机缘已到，只有师父能救你，咱就回家，咱俩一起修炼大法吧！”我同意了。

出院时，我脸灰青色，走路一点点挪。医生给开了一些口服药，并说，头不能单独动，与身子一起转。

回家后，我心里还是没底，想服药。妻子用大法法理与我交流，讲了业力与病的区分，修炼人与常人的区别，也就是说，你要把自己当作修炼的人，按师父的要求做，那就不是病，是业力。如果真正修炼，师父就会给弟子清理身体。从此，我坚定了信师信法的心，与妻子一起学法炼功。

学到第四天，突然觉的天旋地转，上吐下泻，妻子说这是好事，不用担心，不要害怕，把心稳下来，这不是犯病，是师父在给你净化身体（给我往下拿病），要信师信法，坚持修炼。

第七天，我真的基本恢复正常了，脸色红润了，头能随意动了，走路也正常了，烟、酒、色欲、附体等，师父也都给我清理了，拿掉了。

谢谢师父救了我！

二、见证大法的超常

听话的四轮车

秋天，我与妻子去山坡地运玉米，本应通过邻家地装车，省时省力，可妻子说不能损坏邻家的地垄，按师父说的“做事先考虑别人”[1]。这样，我把车停在自家地稍平一点的地方，用石头把轮胎垫上，就和妻子开始往车上装玉米。

车周边的玉米装完了，四轮车斗满了，还剩距离车有四十米远的一些玉米要装。我与妻子用袋装完，当我要扛起来去装车时，看到车转向了，垫车轮的石头错位了，车正顺着山坡往下滑。这个坡地上无任何障碍物，只有蒿子、草。这一车玉米往下冲，这个惯力，这个速度，别说追不上，就是追上也挡不住啊！这时，车已到了最陡的地方，我无望的说：“完了，这下完了！”

他们听后说：“原来是这样！”然后，就起身告辞了，再也没有和我提去洗脑班的事。

以上是我交流的内容，有不在法上的地方，请慈悲指正。

谢谢师父！

谢谢同修的包容！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《二零零四年纽约国际法会讲法》

（明慧网第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

见证大法无边法力

文：中国大陆大法新学员 华子

【明慧网二零二零年十一月二十四日】我是一位农村大法弟子，小名叫华子，修炼大法才三年。修炼时间虽短，可师父时刻都在保护着我。下面就把我这段亲身经历写出来，感谢师恩，证实大法的神奇。

一、师父救我

二零一七年九月三日，我住进了县城医院。当时处于昏迷状态，人事不知。做了各项检查，结果是：高血压 200，颈椎狭窄，医生给开了七天备用的药。

妻子将我安排好，就立即赶回家把法轮大法师父的讲法录音拿来给我听。我听了一天一夜，醒过来了。我每天挂吊瓶，吃口服药，还做每次 30 分钟的理疗。三、四天后，不见好转，医生说：“这不行，转市级医院吧。”

这时妻子与我说：“现在这种病，转到哪儿也解决不了根本问题。就说这个理疗吧，不就是个超声波吗？我修炼的法轮大法里，什么次声波、超声波、电磁波、红外线、紫外线、伽玛射线、中子、原子这些微量金属元素都有。不用花钱，就能从根本上解决医学无力解决的问题。我修炼大法二十年来，无病一身轻，从未上过医院。从我身上，你看到了法轮

性里面几个调颜色的参数都勾选上了，这样打印出来的颜色比较浓重。我觉的这样的颜色与原文件中的颜色相比，相差比较大，我就跟同修说：“我们不选这几个参数，可能更接近原色，会比较好看。”同修不认同我的想法，觉的不选这几个参数，颜色太浅，不够浓艳，不如选上参数好看。

我们僵持不下，就约定要问问别的同修的看法。我心想：“原来的颜色，纯正高雅，同修们一定会喜欢原来的颜色；问过，你就会知道了。”结果，问了几个同修，反馈的结果是，同修们到郊区的集市上送给有缘人明慧真相台历，那里的很多众生都比较喜欢颜色浓重的封面图案，觉的快过年了，浓重的色彩能更好的烘托气氛。

我明白了，在正法时期大法弟子的修炼中，救人是主线，在各个项目中，应该以救度各方众生的需要为标准。

三、破除观念 否定旧势力

几年前，在本地区发生一次非法大抓捕，我被绑架。当时我悟的是，虽然身在牢笼中，应尽量不为所动。

被非法关押期间，我观察、思考自己想出去的心，每一个想出去的想法是不是人心主导？是不是为私为我的？我努力压制着各种人心的翻涌，告诉自己这个想法是什么人心控制的，那个想法是哪个执著引发的。

我发现，在我以往的修炼中，去掉的比较多、比较彻底的人心与执著，在被非法关押的环境中，使我的心态也比较稳定。而以前疏于思考、迟迟不愿面对、不去主动归正的那些欲念，这时候就暴露的非常明显，被冲击到的主要就是这样的人心、执著与人的观念、低的标准。我悟到，旧势力就是想利用这些来钻空子，达到它们为私的目地。而大法弟子在各种各样的环境中，应该保持清醒、分清自我。理清了这些，我的心渐渐的稳定了下来。

忽然有一天晚间，我体会到了一种“无欲无求”的感受，这是我从未有过的一种体验。之前所有的强烈的想法，尤其

是想出去的心，在那一刻，丝毫都找不到了，心中忽然变的很空。我很惊奇：当我们心中想着法中的要求，即使身在此地，竟然也可以体会到这样神奇的感受。

第二天上午，监室的大门打开，喊我的名字，告诉我可以回家了。我明白，在这一关中，我所悟到的达到了此刻法对我的要求。

虽然身体自由了，但被非法抓捕、关押的经历，却形成了一把心锁，锁住了心，也锁住了我的脚步。E同修发来邮件，让我去她家交流。E同修也是一名技术同修，同时家里也是资料点。我回信告诉E同修，我不想去、不敢去，不想给你添麻烦。E同修回信说：“你来吧，我不怕！”

我心中感谢着同修，也被同修的正念所感动，但还是不敢去同修E家。E同修没有放弃，接连发了几封信，约我去一个商场见面聊，我终于答应了。记的当时我惴惴不安的坐在商场的长椅上，身旁的E同修语气平和，面带轻松的微笑，一聊就是几个小时。第二次，又是几个小时。E同修那些理性的交流内容，象一把把铁锤，敲击着我心中的锁。E同修的努力没有白费。两次交流后，我做出决定：我要走回师父给我安排的路，我要把该是我的责任，从新担当起来！有师在，有法在，我不能这样自暴自弃！

师父说：“作为大法弟子来讲，你们的修炼是第一位的，因为如果你修不好，你完成不了你要做的事情；如果你修不好，那救人的力度也就没有那么大。”[1]

我就开始系统的学习师父的所有讲法。因为从与E同修的交流中，我感觉到，之所以人的观念能被灌入我的思想中，就是因为我学法少，尤其是除《转法轮》以外的其他讲法。这样致使我在很多方面，尤其是对正法修炼中的很多法理，是不清醒的状态。我开始按照法轮大法网站上大法经书的顺序，一本接着一本的学法，学到现在，一直没有停下来，也不想再停下来了。

来发，我就抓你。”一句话马上冲到我嘴边：“你敢抓，我就敢发！”话到嘴边，发觉不对，把它咽了回去。

回家后，我反思自己，怎么讲着讲着就生气了？就争上了？回想当时的心态就是把自己放在了被迫害的位置上了，觉的自己冤。其实真正被迫害的不是我们，而是世人，他们才是可怜的众生，抱着保护自己的私心和受迫害的委屈心，是生不出为他的正念的。

去年中共所谓敏感日，刚上任的单位书记找我谈话。事先我就对自己说：“要修出为他的正念。”我心平气和，就象对自己的兄弟一样，给他讲法轮功是怎么回事。我说：

“法轮功是佛法，你千万不要反对他。古人讲：‘宁搅千江水，不扰道人心’，还说‘打僧骂道，不得好报’。迫害佛法是要遭天谴的。”我还对他说：“这场迫害是没有法律依据的，就是一场运动，运动就有结束的那一天，要给自己留后路啊！”那次谈话虽不长，但我心态很好，解答了他一些问题，他也很尊重我。

今年年初，他又找我，说要办“学习班”（即洗脑班），让我去“学习学习”，我严词拒绝。他说我不去他还要来找我。回家后，我想这次我又动了保护自己的人心了，讲真相都是围绕着怎么不去洗脑班讲，没合格。

果然，五月份，他又要找我，我告诫自己放下心，善心对待他们。他们几个来敲门，我开门，他说：“姐，我们能进来吗？”我赶紧把他们让进来。因为他们都知道我是一直不配合警察和他们的。他们不好意思的说：“你看上头交代了，不来不行啊！”我说：“不碍事，没这个事咱还坐不到一起呢！你就当来串串门，聊聊天吧！”

他们说了来意，要填表，办洗脑班。我说：“我就是想说个真话，不想做违背良心的事，却要承受这么大压力。”我就开始讲当年我被送洗脑班的情况，没有人身自由，逼看污蔑大法的录像，还让写“悔过书”、“保证书”，我不写，就被非法劳教。单位还派人陪着，还交了不少钱。

跟谁都不能发火，但到具体事上还是忍不住。有一次，跟同修商量一事情时，同修的意见触动了我的怕心，我嫌同修不体谅我，说了不该说的话。

过后，我就起了痔疮，越长越大。我向内找，找到了怕心、私心，爱钻牛角尖、发脾气的魔性。我向同修道了歉，可痔疮还是越长越大，疼的我睡不着觉，之前从没有过这样的事。先生说：“你那脾气应该改了吧！”他在说这话的时候，我发现自己心里还是有些不服气。我及时抓住这个念头，灭掉它，坚定向内找的决心，无条件的向内找。

师父说：“我们大法弟子不是在邪恶面前都表现的打不还手、骂不还口吗？都能忍吗？都能耐心的去讲真相吗？那你这时候发火是为什么呢？修炼人发什么火？修炼人和修炼人之间，是不是更不应该发火？不管你是谁，你都是在修。你为什么总是对我的弟子发火？我同意你对我的弟子这样了吗？”[2]

对照师父的法，我无地自容。隔天，我坐在床上发正念，想针对自己的身体状况发正念。可是我想这是报应，是我不修心招来的，我还是给讲真相的同修发正念吧！就这样，我发着发着，感觉能量场特别强，身体也没痛的感觉了。五分钟后，我把腿拿下来，痔疮不疼了，好了。我想，可能是我那时的心态符合了法的要求、放下了私心，师尊帮我化解了这一难，大法在我身上展现了神迹！

自那以后，我暗下决心，一定不能发火，遇到什么事都不能发火，一定修去这个魔性。之后，我遇到几次激我发火的事，我都忍住了，明显感到师父把这爱发火的物质给我拿去了很多。我终于找回修炼人祥和从容的状态。

修出为他的心

迫害初期，我争斗心很强。跟警察、单位领导讲真相，都是义正词严，单位领导说我象“刘胡兰”。迫害的压力和自身修炼的不足，使我根本做不到心平气和。有一次，跟片警讲真相，他说：“好就在家炼，不能出来发资料，你要出

通过学法，我悟到，不管邪恶旧势力演化出什么样的表面形式，包括非法关押、肉身迫害、经济迫害、家庭环境干扰、手机、电视、电子产品干扰等等，其邪恶目地，是想让大法弟子做不了、做不好正法时期大法弟子应该做的三件事，动摇大法弟子做好三件事的意志。那么彻底否定旧势力，就需要我们从言行上、从思想中不让旧势力达到目地。

四、担当使命 避免自我膨胀

最后想与同修们交流的是，在做技术项目中，比较容易出现的自我膨胀问题。很多资料点的同修会对技术同修待为上宾。时间长了，人心就容易被滋养出来。如果我们能认清自己，明确责任，不贪功，摆正与同修的关系，就能抑制自我的膨胀。

我悟到，我们是在整体当中，不是在整体之上。技术同修一般比较少，会显的紧缺，但这并不说明做技术有什么特别之处，做技术与做其它项目没有实质上的不同。

首先，我觉的我们无论做哪个项目，都是师父安排的。不管做什么项目，正法中都是有标准的，没有谁是特殊例外的。其次，做技术中接触到的同修，多数是资料点的同修，还有发资料、面对面讲真相，利用手机讲真相、劝三退的同修，也有在家中上明慧网、配合整体发正念的同修。我觉的，他们才是做技术要配合的主体，技术同修是在给这些主体同修们提供服务。为同修服务时的心态、自己摆放的角度，都会体现出修炼的状态。

悟到这些，每当维修、维护工作完成，同修表示感谢时，我都怀着感恩的心，对同修说：“我们的缘份都源于师父那里，让我们都谢谢师父吧！与您做好您的项目一样，我只是在做着我该做的。”有时候同修还是觉的我修机器、维护电脑、教技术很辛苦，我对同修说：“您使用这些法器，上网、下载、采购耗材、打印制作各种救人的资料，再把真相资料送到众生手里，那也是很辛苦啊！”

有时候同修要送一些钱做路费，甚至有些强制，我就对同修说：“谢谢您，您的好意我心领了。我想，您做项目，坐车、买耗材、购置法器等等，都是花自己的钱。我做我的项目，是不是也应该花自己的钱啊？如果我经济状况比较紧张，不收您这个钱会影响救人，那我可能会收下。但现在不是这个情况。”同修听我这样说，就不再勉强了。

文中所述，只是自己现有层次的认识。文中如有不符合法之处，敬请同修慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉

（明慧网第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

我是师父的小弟子

文：大陆大法小弟子口述 妈妈同修整理

【明慧网二零二零年十一月二十二日】

慈悲伟大的师父好！

同修们好！

我是大法小弟子，今年十岁了。我要参加今年的大陆法会。

一、学法炼功

我刚生下来的时候就修炼了。我先是听师父的讲法录音；两岁半时，我就认识很多字；四岁，我就可以通读《转法轮》了。学法我每天都没间断过，只有二零一七年，妈妈在北京上班的时候，我不学法了，我觉的我退步了很多。我梦见自己从彩虹上掉下来了，很可怕。二零一八年四、五月份的时候，妈妈从北京回来了，我才又开始每天学法。学法使我认识到要做一个比好人还好的人，跟师父回到天国世界，所以我很喜欢学法。

四、五岁的时候，我就催着妈妈教我炼五套功法。我六

还有就是我在法上悟到一件事就应该这样做，可别人不认同或不这样做的时候，自己就着急。与同修交流时，交流不通，就强制把自己悟到的理灌给同修，结果搞的不欢而散。而我自己也很苦恼，觉的自己的出发点是为了大法，为了整体。当我退一步，把心放下来的时候，才明白：每个大法弟子的路，都是师父安排的。我这样强势，让别人按照我悟到的法理去做，这是不是干扰了师父的安排？

我怕同修被邪恶因素钻空子，怕同修没走好，其实是自己的负面思维在起作用。再说，发生什么事也不一定是坏事，从中提高上来，就把坏事变成了好事，平平坦坦的可能还升华不上来。想到这，我真为自己的不在法上感到羞愧。

从那以后，我就重视修这块儿。可是长期形成的东西，不是一时半会儿就能修掉的。在与同修的切磋中，觉的别人说的不在法上时，我还是忍不住发表自己的看法，有时越说越多，成了我一人说了，而不是象师父说的：“大家互相切磋，互相谈，互相讲，我们要求这样做。”[1]

同修都很包容，也没人说我。我想我必须加强自己的主意识，向内找。到集体学法时，我就时常提醒自己：“过关了！我一定要忍住！”有时听同修说的话真别扭，要在以前，我一定会打断别人，现在我就忍着，不说话。这时，思想中那个“假我”还在以“帮同修提高”为借口，想发言，可我就是要求自己不说话。只要能忍住不说，过后，我就会发现自己对这事看法和心态就不同了。

我还试着在看到别人的不足时，向内找自己。有几次，我看到同修有看不起别的同修的心，我就很不耐烦。我发现自己在闹心，我就首先忍住不说话，忍住那颗烦躁的心。过后我向内找，发现我心里想的是：“你都修的这样了，还瞧不起同修呢！”原来，我也有这样的心，根本就是自己的问题。现在看来，我以“帮同修”为名，却错过了多少提高的机会啊！

还有一个，就是我跟同修发火时，也能认识到不能发火，35

出去，继续在大厕所里走。梦醒后，我知道我本可以正念闯出去的，可是我没有做到。我很快爬了起来，写了严正声明，用最朴实的做人的道理，给警察讲了真相，她们也没有为难我。

有一天，在车间干活，我向师父发了一个愿，我想把我会唱的那首大法弟子的歌曲唱给大家听，我求师父给我安排。一个月后的一天，大队长来了，见到我，她很高兴的样子，还让我给大家唱歌，我答应了。我把那首歌唱了出来：“落入凡间深处，迷失不知归路，辗转千百年，幸遇师尊普度，得度！得度！切莫机缘再误！”

过后，大队长想找茬，我说：“你让我唱歌，我唱了，可你又嫌我唱的不合你的胃口。”她没说话。同修都为我捏把汗，我心很踏实，我知道师父的安排里没有迫害。

快出劳教所的前两个月，气氛突然紧张起来。劳教所里办了个洗脑班，不断的有同修被拉了去，还有一些坚定的同修被调到另一个大队集中关押。恐怖气氛笼罩着我，随时都有被拉出去的可能。我想：“怕又能怎样？”我就不再想怕，不再想这些事情与我有什么关系。我继续不穿囚服，警察走到我跟前，却避开目光。我体会到，没有怕心，也是在否定邪恶的迫害。

修去强势与魔性

从黑窝回来后，我办理了内退。从此我有了大量的学法时间。同时，我也很重视发好正念。通过大量学法，我渐渐明白了自己这几年被迫害的原因，渐渐分清了什么是旧势力的思维。

在接下来的几年中，我担负起本地的协调工作，在救人的路上忙碌着。有一段时间，我发现自己的修炼状态不对劲，我就不再到处跑，在家静下心来，大量学法。我开始反思自己的修炼状态，在这些年的协调工作中，我滋长了许多人心：喜欢指指点点，发表自己的意见；有高高在上的心、强势，等等。

岁的时候，妈妈才开始教我炼功。头顶抱轮的时候胳膊很疼，我哭了，可还是坚持炼了下来。炼静功时，我先从五分钟双盘开始炼，每一次炼功都增加五分钟。有一次，应该加到半个小时的时候，妈妈不告诉我，结果我一下子炼到了四十五分钟。几天以后，我就能双盘一个小时了。

我也闯过病业关。几个月大的时候，我发高烧，烧了几天几夜，全身非常烫。闯过来的时候，我全身放光。三岁时，我去游泳池游泳，差点被淹死，我看到师父把我抱出来了。

二、提高心性

二年级的时候，我中午在学校吃饭，班里有七、八个人欺负我，我也没生气。回到家，我跟妈妈说：“一举四得。七个人打我，四七二十八，我得到了二十八份好东西。”我还高兴的又蹦又跳。妈妈在那笑着，觉的我很可爱。

我在楼下看到了一块钱，把它捡了回来，放在椅凳上，我越看它越象泥土，很脏。我跟妈妈说了这件事情，妈妈对我说：“把钱送回原来的地方吧！”我放回去了，我心里觉的很踏实。我对妈妈说：“好奇怪呀！拿回来的时候，象泥土；放回去，就又变成了一块钱。”这次过关我没过好，师父又让我过了一次。我在外面又发现了一块钱，我把它装在口袋里，跑了很远，最后我把它使劲往后一扔，为了自己捡不到，所以我扔的很远。这一关，我还是没过好。师父又让我再过了一次，我又看到了一块钱，我只看了一眼，没捡它，就走了。我在心里说：“我终于把这一关过好了。”

三、讲真相

三岁的时候，我就在幼儿园给小朋友讲真相了。我说：“法轮大法好，真善忍好。我是大法小弟子。”我跟老师也这么说，老师对我说：“谢谢！”

三岁时，我还在晚上跟妈妈出去贴真相不干胶，妈妈抱着我，我把真相不干胶贴的高高的。后来，我和妈妈拿着真

相册子放在别人家的窗台上，妈妈发正念，我跑过去发。

四、五岁时，我就可以面对面讲真相了。最开始，我跟爷爷奶奶说：“爷爷好！”或“奶奶好！”然后我再把小册子递给他们，他们很高兴，一直对着我笑。

后来我听明慧网“小弟子园地”广播，我知道其他小同修讲的比我好的多，我就从“爷爷好！”改成了“爷爷好！送您一本书。”这样过了一段时间，又改成了“爷爷好，送您一本书，这本书非常好，请您记住‘法轮大法好，真善忍好’，危难来时命能保。”爷爷边笑边对我说：“好！好！”

小学三年级的时候，我带同学来我家看真相影片，她们都看的津津有味。琴琴看完了一个影片后，对我说：“我还想再看一个。能再放吗？”

吴梦瑶（化名）是我的好朋友，我先是问了她一个问题：“你猜，我妈妈看的是什么书？”她就问我：“是什么书呀？”我就给她讲了法轮功怎么好，邪党怎么不好。然后，我跟她说：“我讲的不是很清楚，让我妈妈给你讲吧。”她说：“好。”我就把她领到我们家，妈妈就开始给她讲真相。她听明白了，说她要退出少先队。然后我就给她起化名，起了很长时间，最后选中了“吴梦瑶”这个名字，她觉的这个名字很好。我那天很高兴。

我三年级的时候，班主任老师生病了，一直住院。到她生日的时候，我给她画了一张贺卡，上面写着：“老师，祝您身体健康，万事如意。”放在信封里，里面还放了一张真相护身符，还有护身符的小故事，信封外面画了一个大大的彩虹。老师很感动。

四、陪妈妈闯关

二零一九年十二月三十一日晚上，妈妈骑电动自行车摔了一跤，妈妈打电话让爸爸去接，我们急忙赶过去。我看到妈妈躺在路边的草坪上，我哭了，是慈悲和情混在一起的感觉。然后爸爸拨打了120，救护车把妈妈送到了医院。拍了

大的付出。

谢谢师父！

谢谢同修！

注：

[1] 李洪志师父著作：《精进要旨二》〈强制改变不了人心〉

[2] 李洪志师父著作：《精进要旨二》〈发正念两种手印〉

[3] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈师徒恩〉

[4] 李洪志师父著作：《转法轮》

[5] 李洪志师父著作：《洛杉矶市法会讲法》

（明慧网第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

找回修炼人的祥和从容

文：山东大法弟子

【明慧网二零二零年十一月二十三日】一九九八年，我开始修炼法轮大法。刚得法的那段日子里，我一遍遍的学《转法轮》，震惊的不得了，就如同师父所说：“他一旦学习了我们法轮大法以后，他一下子就明白了他在人生当中许许多多想要明白、而又不得其解的问题。可能伴随着他的思想会来个升华，他的心情会非常激动，这一点是肯定的。”[1]

我才修炼了几个月，中共邪党对法轮大法的迫害就开始了。在铺天盖地的压力下，我走过弯路，有过迷茫。但慈悲的师父没有放弃我，帮助我从新走上了返本归真的修炼路。下面我交流一下这几年的修炼体会。

师父没有给我们安排迫害

我最后一次被迫害是在二零零三年，我被非法关押在劳教所。在那里，我看到了什么叫“阴毒”。我生出了怕心，认定自己是走不过去了，我向邪恶妥协了，我也为自己的走不过来找借口。师尊一次一次的点化我，最后我彻底认识到自己做错了，没有借口，没有理由。

师父通过我的梦点化我。在梦中，我在一个大厕所里走着，墙破了个大缺口，外面是自由的田野。我看了看，没有

可是，刚一上客车，就发现曾经迫害过我（主谋两次非法判我劳教）的县“610”头子，就坐在客车门口的第一个座位上。我一上车，他好象很敏感的发现了我一样，我当时犹豫了一下，到底上还是不上呢？要是不上，车票浪费了，也会引起他的怀疑。

瞬间，我的正念出来了：我送真相资料救众生，是宇宙中最正的事，我不应该怕他。于是，我就上了车，在后面第七个位置上坐了下来。我一坐下，他就站起来往后瞅我。他瞅我，我也不害怕，我当时打出一念：“我是神，能制邪。能控制你，让你根本想不起来我是谁。”瞬间，我想起师父说：“炼功人他的一生是经过改变的，手像、面像、生辰八字，和身体所带的信息的东西已经不一样了，是经过改变的。”[4]

想到这里，我心里更踏实，正念更强了。他立刻坐了下去，不再往后望我了。我不停的发正念，让他在车上睡觉。这样过了两个小时，快到县城了，离县城十公里左右，有个长途客车检查站，旅客可以下去休息几分钟或上厕所。我就在那里提前下了车。这时，我看见他在座位上睡的很香，我下车他根本就不知道。

我下车后，逆着去县城的方向走了两公里的路，然后搭上了到县城的短途中巴客车，顺利到达了目的地，把真相资料送到了家乡同修手中。

回去后，我跟市里的同修切磋此事，他们听后，都替我捏了一把汗。我想起了师父的一段法：“修炼人讲的是正念。正念很强，你就什么都能够抵挡的住、什么都能做的了。因为你是修炼人，你是走在神的路上的人，你是不被常人因素、低层法理控制的人。”[5]

如果我们每个大法弟子都能达到大法对我们的要求，都有很强的正念，那么在反迫害和救度众生中就会少走弯路，少受损失，就能救度更多的众生。

在二十多年的正法修炼中，在大法中经历的神奇实在太多。我知道，弟子的每一步提高，都凝聚着师父的心血与巨

X光片后，医生说是膝盖那里粉碎性骨折，当时我一惊。然后妈妈打了一个石膏，还挂了两个吊瓶，是生理盐水和葡萄糖。来了三位同修跟妈妈交流。经过了一个晚上，妈妈正念越来越强，她不做手术，也不再用药，坚决出院。

回家以后，我和妈妈一起学法，我还和妈妈一起背《洪吟》、《洪吟二》，我看着妈妈把《洪吟三》也背了下来。那段时间，我几乎每天都是十二点以后才睡觉，我想应该是师父在加持我，我才能那么精神。

当我读到师父的法：“巨难之中要坚定”[2]，“考验面前见真性”[3]，“学法不怠变在其中 坚信不动果正莲成”[4]，“重锤之下知精进”[5]，“少息自省添正念 明析不足再精进”[6]，等等时，我跟妈妈说：“妈妈你看，这象在说你。”妈妈受到了很大的鼓舞，正念越来越强了。五天后，妈妈就自己取掉了石膏。那段时间，我跟妈妈每天学六十页讲法，妈妈每天背好多法。我每天也背一段或两段法，因为我还要写寒假作业。

当妈妈灰心丧气的时候，我就鼓励她说：“你的腿从分子到原子，直到最微小的粒子都是好的。”她觉的我说的很在法上，正念就又起来了。我每天照顾妈妈，给妈妈热馒头、煮粥，再把粥端给妈妈，爸爸几乎不用管；我还给妈妈接尿倒尿；妈妈无望的掉眼泪的时候，我就抱着妈妈。妈妈说我象妈妈，她象宝宝。

妈妈刚摔了没几天，中共病毒（武汉肺炎）疫情就来了，我们小区被封了。我觉的那些人还有得救的机会，所以我还要去发真相资料。妈妈还是不能动，我就自己晚上的时候出去，发放家里剩下的真相册子，妈妈在家里帮我发正念。我每个单元发一本，把整个小区发了一遍。发完了以后，妈妈说：“过一、两个星期再发吧。”我说：“不行，瘟疫来了，小区里没有得救的人会得瘟疫的。”妈妈说：“好吧。”

我拿了一张彩纸，裁成小片，在上面写上“诚念法轮大

法好，真善忍好，瘟疫来时命能保。”上面还画了一朵粉色的大莲花，很漂亮。我问妈妈：“用什么贴，家里又没有胶水。”妈妈说：“把一个土豆蒸熟，切开，在墙上涂一涂，再把纸贴上，可以坚持很久不会掉。”我就这么做了，真的很管用。我每天早上出去贴，妈妈还是在家里发正念。这样贴了一、两个星期。

我们在明慧网上看到一些武汉得了中共病毒瘟疫的人，因为念“法轮大法好，真善忍好”九字真言好病的小故事，我们就把这些小故事抄写下来，再配着画上一朵大莲花。我提着装白乳胶的小桶，晚上出去贴，贴的很牢。妈妈还是在家里帮我发正念。

小区刚刚解封的一天晚上八点多钟，我带着白乳胶去公园贴真相粘帖。天上电闪雷鸣，马上要下雨了。我一个人在漆黑的路上走着，我感觉师父在提醒我：“要快点贴。”我就赶紧贴。半个多小时后，我回到家，刚一进门，就下起了大暴雨。我觉的这件事很神奇。

三月份疫情期间，我做了一个梦：梦到我们在一个很漂亮的大房子里，二楼的走廊里挂着一张画，画的中间是师父，两边是两条金龙，后面是金色的宫殿，象神韵演出里面的场景一样。师父身上不断的放射着五颜六色的佛光，很漂亮。天上还有花瓣撒下来，奇妙的是，那个花瓣还在往下飘。两条金龙在飞，底下的云彩也在飘。妈妈和一位老年同修在画的前面炼抱轮。我觉的这个梦是师父在鼓励着我和妈妈。

有一次，中午我妈妈在发正念，我看到师父的法身在我妈妈的身后，很大很大，师父单手立掌。还有一天晚上，我和妈妈在炼第五套功法时，我看到两位护法神，一位穿着绿色的衣服，另一位穿着蓝色的衣服，衣服胸前有一个圆圈，圆圈里面画着一条金龙。他俩都是一只手拿盾牌，一只手拿剑，站在窗户前面，很神圣。我想他俩是师父派来守护我和妈妈的。这些都是疫情期间我看到的，我想这是师父在鼓励

租车到了现场。当时是十点半左右，既没有刮风也没有下雨。大家你望着我，我看着你，有些犹豫。这时我脑子里显出一念：清除邪恶，证实大法的事是神圣的，心态要纯净，不能讲条件。这时，W同修第一个走上台阶，朝展板方向走去。我想，她这么大岁数了都不怕，我一个年轻人还怕什么。那一瞬间，我感觉自己有万夫不当之勇，一股强大的能量从头灌到脚，我一个箭步跑上台阶，一口气就划破了五块展板。

顿时，大雨滂沱，劲风呼啸而来，把行人的雨伞都吹到了地上。五分钟左右，我们把邪恶展板全部清除完了。蹲坑的邪党特警没有任何反应，就象没看见我们一样。清理完，我们各自安全的回到家里。

回到家后，我还在思考一个问题：我们在老同修家发完正念后，为什么没有立刻刮风下雨，而是等到我们开始清除邪恶展板时，才刮大风、下大雨呢？我悟到：神佛看人心。我们虽然有清除邪恶展板的愿望，但是到了现场，还要看我们能不能放下生死，真正走出来，这才是至关重要的，这个行动才能带来变化。如果我们尽管人到了那里，但怕心严重，犹豫不定，不敢做甚至是退缩了，绝不会有后来的刮大风、下大雨。

“我做的是宇宙中最正的事”

我的家乡地处两省边境，是个中等大小的县城，大法弟子很少。当地的真相资料大部份都是我在工作之余给他们送去的，十多年来都是如此。由于经济原因，多数时候我都是乘长途客运汽车回去。

长途客运站有例行安检，行李要过安检机。每次过机检查时，我都是提前二十分钟或三十分钟开始发正念，从不掉以轻心。在师父的慈悲保护下，每次都能顺利通过。但其中一次的经历，却让我难以忘怀。

那是二零一三年春夏之交的一个星期六，我准备了两袋真相资料回家乡。那天，我发完正念，做完行李过机检查，然后买好了车票。上午九点半，准备上客车了，一切都很顺利。

念。当我走到前面一个丁字路口时，三辆摩托车已经开到了我面前停了下来，把我围在中间。我不惊不怕，继续发正念。过了五分钟左右，他们自动离开我，远去了。我知道，又是师父慈悲的保护帮助弟子脱了险。

那天我们发资料一直发到凌晨四点。人又累又饿，就在当地叫了一辆出租车，把我们送到了市区。吃过早餐，刚休息了十分钟，就听见有人喊：“坐飞艇过河，二十元一个人。”我们同时悟到是师父点化，必须在天亮之前离开此地。如果天亮后坐轮渡过河，就会有危险。我们刚一下飞艇上岸，就发现对岸上出现了一辆白色警车停在那里，显然是刚抵达的。想必他们没想到我们会这么早就离开了，以为会拦截到我们。而我们在师父的保护下，顺利的返回。

现在想想，那时我们还不够成熟，有意识不到的执著，导致发资料的过程中惊险不断。但“弟子正念足 师有回天力”[3]。在遇到危险的时候，我们能真正把自己当作大法弟子，正念正行，师父就为我们化解了这一难。

行动才能带来变化

二零零五年十月中旬，我市沿江大道旁突然出现了一组诬蔑大法的宣传栏，此宣传栏由十块大展板组成。邪恶还安排了人员，二十四小时看守。一个多星期过去了，依然在那里毒害着众生。同修们都很难过，但一时不知怎么去做。我也很着急，暗下决心，无论如何，哪怕有再大的危险，我也要清除它，绝不允许它诬蔑师父和大法。

十月十八日晚，我召集了五位同修在一位同修家碰头。其中两位是七十多岁的老年同修，另外三位是年轻女同修，我们一起商量了做法，决定当晚十点钟去完成清除邪恶展板这件事。我们先发了二十分钟的正念，然后发出一念：我们做的是最正的事，是维护宇宙大法，请天兵天将、护法神、风神、雨神来帮助我们。刮大风、下大雨，分散人们的注意力，让蹲守的人员定在那里不动，看不到我们。

我们每人准备了一把文具刀，放在口袋里，打了两辆出

我和妈妈不要怕，要精進。

五、做个懂事的好孩子

我在妈妈肚子里的时候，爸爸（同修）被绑架了，被非法劳教了一年，我一岁之前就没看到过爸爸。后来在我幼儿园的时候，妈妈被绑架了两次，我变的很独立。每天爸爸给我定闹钟。早晨我起床后，自己穿衣服、洗漱，然后再叫爸爸起床。我说：“爸爸赶紧起床，送我去幼儿园。”如果他没反应，我就使劲的推他。妈妈在北京的时候，爸爸又被绑架了半个月。那半个月里，我住在了一位叔叔家。

小区解封的时候，我拿我的压岁钱，买了两桶油和一袋三十斤的米。油我是直接提回来的，那一袋米是我用小拖车拉回家的，而且拉的时候我一点都不觉的累，反倒很轻松。

我还经常去超市买菜，超市的叔叔、阿姨、伯伯都认识我了，他们还夸我很能干。我也学会了发面蒸馒头、包包子、包粽子、包饺子、烤面包、做蛋糕卷等等。我没开学时，妈妈上班，我就给她准备好第二天的早餐。

六、我的不足

我很贪玩，有时候控制不住自己，出去玩了，浪费了不少时间。有好多次，我带着好玩的心出去发资料，四次被监控拍到，警察还上门骚扰我跟妈妈。妈妈向内找，是她对我的依赖心招来的，我说自己是“好玩的心”和“做事心”带来的。

妈妈一直督促我修炼。我对妈妈说：“瘟疫期间，是我带着妈妈修炼，现在妈妈腿好了，妈妈又带着我修炼。”

我口述三千多字了，很累了，不写了。有不对的地方，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：《洪吟二》〈坚定〉

[3] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈见真性〉

[4] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈精進正悟〉

[5] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈鼓楼〉

[6] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈理智醒觉〉

（明慧网第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

转变观念 闯出魔窟

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二零年十一月二十二日】

师父好！

同修好！

很高兴能参加第十七届明慧网大陆法会。在今年疫情期间，我被绑架关押后，转变人的观念，保持善念，守住心性，七十七天闯出黑窝。我想借这次法会的机会，把自己的这段经历写出来，与同修交流。

遭绑架

今年正月，中共病毒来势凶猛，先是武汉封城，接着是全国停运，城市封城、封小区，农村封道。我所居住的城市的小区都被封了。师父说：“瘟疫本身就是针对人心、道德变坏、业力大了而来的。”[1] 作为大法弟子，我们的使命就是让世人明白大法真相，从而走出大淘汰这一劫难。

那时，老百姓都出不了家门，我们想多做些真相册子、不干胶，送到、贴到各家门口，效果会很好。可是由于封城，我们手里的耗材越来越少，也不知道要封多长时间，不能耽搁救人啊！在得知省城还有存货时，我们就决定去省城买些耗材。

当时的气氛紧张，上高速还要检查身份证。因为我在当地被非法关押次数多，邪党把我当成了迫害重点，身份证上他们都是动过手脚的，无论我走到哪儿，他们一检查身份证，就知道我是炼法轮功的，所以我也不愿意去买耗材。但一想到没有耗材，就没法做真相资料，还是强挺着去吧！现在想

一起去外地发真相资料。我们准备了两大袋真相资料，包括真相小册子、真相光盘和真相不干胶，共八百份左右。按计划，我们乘长途客车到了离省城一百八十公里以外的湖区的一个农场。我们三个人简单的分了一下工：我负责提袋子，他俩负责发放。晚上八点，天黑了，我们开始发放。

开始的两个小时做的很顺利。后来，A同修起了欢喜心，放松了发正念，也不注意表面安全了，到人们聚集的地方去贴不干胶，就暴露了。我和B同修都感觉到周围的气氛不对劲，明显有另外空间的邪恶压过来，表面空间也出现了可疑状况。我马上请师父加持我们，并发出强大的正念：清除另外空间操控邪党人员迫害大法弟子、干扰众生得救的一切邪恶生命与因素。同时我们应该尽快转移，离开此地。

正巧此时来了一辆拉人的“啪啪车”（三轮车），我们马上上了车，离开了当地。我们三个人同时悟到这是师父的慈悲保护，让我们脱离了险境。

大约四十分钟后，我们到了另一个镇。在那里，我们发了几百份真相资料后，又被发现了。我们分析可能是当地的治安联防部门之间互相通了气，不然不可能这么快就被发现。联防队巡逻的摩托车几分钟一趟，围着我们发真相资料的区域打转转。还好，那地方路的两旁栽了两排树，大都是些灌木，一米多高，很茂密。我们发了一段时间真相资料后，就在树下发正念，调整心态，背师父《洪吟》中的〈威德〉，去怕心。

晚上十一点半，我们正在往电线杆上贴真相不干胶。突然，有三辆邪党治安人员的摩托车冲着我们来了。我对A、B同修说：“你俩散开，藏到树下背阴的地方，我来掩护你们。”

那天晚上没有月亮只有星星，湖区的能见度较差。我把一袋真相资料放在路边散放着的一堆建筑用的红砖背后，这样真相资料就被保护了，邪恶发现不了。我则顺着大马路，即与追来的摩托车同一方向慢慢的向前走着，同时立掌发正

种种奇迹，都知道大法好，大法神奇，超常！

在修炼上我还有很多不足，在今后的修炼当中，我一定会修好自己，走师父安排的路，救度更多的众生，不辱使命，圆满跟师父回家！

有不合法的地方，请同修慈悲指正。

注：

- [1] 李洪志师父经文：《理性》
- [2] 李洪志师父著作：《澳大利亚法会讲法》
- [3] 李洪志师父经文：《关于副元神一文引起的波动》
- [4] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈二零一零年纽约法会讲法〉
- [5] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》
- [6] 李洪志师父经文：《二零一五年纽约法会讲法》
- [7] 李洪志师父著作：《转法轮》
- [8] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈见真性〉
- [9] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈也三言两语〉
- [10] 李洪志师父著作：《美国中部法会讲法》

（明慧网第十七届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

险境正念出 一念能制邪

文：大陆大法弟子 志明

【明慧网二零二零年十一月二十三日】我是一九九六年九月修炼法轮大法的弟子。在师父的慈悲保护下，一直平稳的走到了今天。一九九九年“七·二零”之后，邪恶江泽民出于一己之私，利用手中的权力残酷迫害法轮大法，把上亿的大法弟子推向了立面。然而，师父明示：“历史上一切迫害正信的从来都没有成功过。”[1]

二十一年来，在反迫害中，在救度众生中，我遵照师父的教导，信师信法，正念正行，在我身上，发生过许多神奇的事情。借这次中国大陆大法弟子法会的机会，与同修们切磋交流，让我们共同精進，走好最后的路。

正念脱险

二零零三年十月初的长假期间，我和A、B两同修决定

一想，过年那些天，家里事多，修炼状态不是很好，不应该强为，当时决定去，有点不理智。

我和A、B同修开车，上了高速公路。当要下高速公路时，那里有多个警察拦车，要求检查。当时头脑里就以为检查疫情，也没有想什么。当检查到我身份证时，那个警察马上指着我们说：“他们是炼法轮功的！”那群警察当中有当地国保大队的人，不容分说开始检查我们的车，翻车的后备箱，结果在后备箱里发现了两本《九评共产党》。他们马上就把我们三人非法扣押，不让我们走了。

那时在一种将要被迫害的心理的带动下，也想不起来求师父，也想不起来讲真相，更主要的是自己心中有了一种怕心和自责。因为自己的不清醒，还连累了两个同修，就一直后悔，后悔，这可怎么办啊？头脑里翻江倒海，为什么没有这样做？为什么没有那样做？自己正念不足，也压不住那些警察。

终于，一下想起来求师父！我心中想：“师父，我应该怎么办呢？”只是这么一想，就感到师父好象就在身边一样，马上脑中出现一句法：“放下生死，就是神，放不下生死就是人。”[2]我清醒了一些，心想：“我是大法弟子，我的使命是来救人的，我不能被关在这里。”师父又点化我：“在任何干扰下都不钻到具体事件中搅乱自己，才能走出来，而且威德更大。”[3]我马上冷静下来了，不能再陷入后悔当中。在这邪恶的黑窝里，一定要理智、正念强、正念正行。

这时，我们已经被劫持到派出所了。我开始转变自己的观念：我是正法时期的大法弟子，来到世间就是来救人的。师父告诉我们：“因为真正被迫害的不是大法弟子而是世人。”[4]

我得转变人的观念。这时我又想起了师父讲过“将计就计”[5]的法。平时我们还不能到黑窝里除恶，今天到黑窝里来了，正好能除恶，清除公检法司工作人员背后的邪恶因素，救度他们。从那一刻起，我真正的为了那些警察好，归

正自己的念头，在法上想问题。当警察在问话时，我能用法来衡量，看自己说的是不是在法上。整个的七十七天的关押中，我一直是白天发正念，晚上背法。

不配合

开始，警察让我写笔录，我不配合。他们问我一些问题，又问我炼多少年了，和 A、B 是什么关系？我告诉他们：“我是合理合法的。我一点也不能说，真的是在为你们好，不然是在害你们，让你们犯罪。”我知道大法弟子遭受迫害，其实毁的是众生。我的正念更加坚定，真是为他们好。这时奇迹出现了，他们就不再问我了。在七十七天里，共做了两次笔录，都是问我来干啥来了？我坚持不说是买耗材的，他们就不再追问。在第二次做笔录时，我对他们说：“我没有罪，放我回家！”他们真的在笔录上写上了这句话。

在魔难当中，我时刻在求师父，过去学过的法就常常显现在我的脑海里，我就按照师父的法去做，这样减少了很多的麻烦和迫害。但我好象还有点惧怕心，他们每一次来，我就有一种上刑场的感觉。一会儿，国保警察来了说，老太太，别人都说了，你就承认了吧。一会儿，来几个彪形大汉说，你还坚持啥呀，A 都说什么了，B 都说什么了，你不承认，你就自己扛着，判刑的是你！恐吓、哄骗、引诱，欺诈，各种方式都有，我保持住心不动，就是沉默，一声不吱，不配合他们，不上他们的圈套。

我知道另两位同修在那边被他们折磨，并连哄带骗，没有把住，可能说了些什么，但是我一点不动心。我时刻向内找，让自己不产生怨恨心，时刻清除那些操控警察的邪恶因素，和他们明白的一面沟通，让他们明白的一面记住“法轮大法好”、“法轮大法是正法”，别迫害大法弟子。

师父讲过：“我们看到那些个对大法态度不好的，对大法弟子很凶恶的，那这样的人其实他也很可怜，他其实也是被中共造谣的谎言给毒害了，所以他才那么干的。当然也有

22 一些人是受金钱指使。不管怎么样吧，反正是我们能救的，

的国保大队就派来一个年轻的警察与看着我的警察给我暴力灌食三次。每次他们都使劲捏、掐我的鼻子，憋得我要窒息了，只好张嘴呼吸。他们趁机往我嘴里灌食。我的嘴里往外喷血，有时鼻子里往外淌血。后来他们就不敢再灌了。

几天后师父给我演化出一种身体状态的假相，我平安回家了。

在这场看似来势凶猛的巨难中，我能平安的回到家中，再次体现了师父的伟大、大法的超常！

感恩

师恩浩荡！师父啊，弟子在二十多年的修炼过程当中，多次被邪党人员绑架迫害，甚至是长时间关押。弟子没有彻底否定旧势力给弟子安排的修炼道路，让师父为弟子承受了太多。每一次都是师父把弟子从死神那里拽了回来，如果没有师父的保护点悟，弟子的生命都不能保证，更不用说正念闯关了，在这里我由衷地感恩师父！

我还要感谢那些同修。因为我每次被绑架，都给当地的同修带来了麻烦和损失。尤其是这次，同修们一次一次的到百里之外找我；到公检法部门去讲真相要人；给有关部门写真相信；去找外地同修增援；还有近距离发正念……在那些天寒地冻的日子里，同修们经常是在外面站着。因为疫情街道上连个卖水的、卖吃的人都没有，他们就忍饥挨饿，一直坚持营救我。

这次我更加体会到：同修们的正念加持，对在被迫害中的同修反迫害会起到很大的作用。因为外面同修与我配合，共同解体了另外空间操纵警察的邪恶生命与因素，我的正念越来越强，这就加快了我闯出黑窝的速度，而且震慑了邪恶。有一次，同修去非法关押我的地方近距离发正念。看着我的警察感觉到特别冷，冻得浑身发抖，随后把两道门都紧紧的关上了。即便是我在那里面被迫害，我也能真实的感受到同修们的正念对我反迫害起到的巨大作用。

我的亲朋好友看到我在修炼真、善、忍大法时所发生的 27

不管他们怎么折磨我，不管当时同修说了哪些出卖我的话，我都不动心，即使警察说：“谁谁都说你了，就剩你自己了，不说也照样判你重刑，你就死在监狱里吧！”我的心照样不为所动。

白天一整天都在发正念，清除邪恶生命与因素，用真念告诉警察、邪悟者：记住“法轮大法好！”意念中，请师父借给我宝剑，消灭所有警察背后的共产邪灵，给他们的白衬衫上都写上“法轮大法好！真善忍好！”因为我修的是宇宙大法，师父是救度一切众生的，我的使命就是助师救人。不管他们怎么折磨我，我还拿他们当亲人，没有第二个念头，他们的所作所为都是另外空间黑手、乱法烂鬼、共产邪灵干的。

一天夜里，我做了一个清晰的梦：一个古代的元帅站在城墙上，对面是多一眼望不到边的武士。开始他们右手拿着扎枪，左手拿着盾，然后都放下武器，双手举过头顶，齐声喊：“法轮大法好！法轮大法好！”当时我离一个主帅不到十米远，我后边也有无数的人都在喊“法轮大法好！”这些人都是古代人的装束，但并不知道是哪个朝代的。

我又看到我的对面有一座绿松青山，一座黄花山，一座粉色的花山。我能真实的感受到，在另外的空间里，那些警察脱去了邪恶的外衣，穿着干净的白衬衫，也在高喊：“法轮大法好！”我知道是师父看到我心纯，所以再一次鼓励我。

天亮了，我再一次想起梦中看到的景象，这时突然感觉自己右上方出现了一个斗大的毛笔写的“缘”字。恩师让我看到了众生得救后的感人场面，我的眼泪流了下来……我体悟到了“把坏事变成好事”[10]这一法理的一层内涵。遇事看基点，是站在人的观念上还是站在神的观念上，按人的观念上去想，可能判你多少年；按神的正念去想，就是师父说了算。

那次酷刑之后，我就对迫害我的警察说：我无罪无错，放我回家，否则我要开始绝食抗议。我绝食的第二天，当地

就包括这些，我们都要去救。虽然你看他现在表现的很恶，可是你不知道，他当初可能是一个神圣的天上的神来到世间当人，是为了得这个法才来的。”[6]

因为我不配合，不说话，他们真的动手打，打的我的眼睛冒金星，打的我眼前一片漆黑。他们边打边喊着：“叫你嘴硬！叫你嘴硬！”一拳打过来，头上就起一个大包。有一次，他们把我左耳朵都打聋了，可是不管怎么样，我都保持固有的心态：不气、不怨、不恨、不配合。

师父说：“我告诉大家，全世界所有的世人都曾经是我的亲人，（鼓掌）包括那些最坏的，否则在这个时候就不可能有当人的机会。”[5]

我发出强大的正念不让他们犯罪，真心救他们。他们是师父的亲人，也是我的亲人，在迷中受欺骗的，多可怜哪！如果我不得法，我也可能像他们这样。我就保持正念，珍惜他们，不让他们犯罪。无论他们怎么打骂我，还是问我什么，我都一声不吱。

善念

为了让我们放弃对法轮大法的信仰，他们从省里弄来了三个人，来办“转化班”（即洗脑班），一个男的、两个女的。他们说以前也炼过，一九九九年“七·二零”之后，因为邪党的迫害，他们就邪悟了。在“转化”我时，他们整天颠倒黑白，歪曲大法，还劝我和他们一样去学佛教。

刚开始，我非常讨厌他们，他们胡编乱造，曲解大法书，还造假书，更不能容忍的是还敢辱骂大法和师父。我保持清醒，不上他们的当。一个女的在讲她的那一套歪理时，另一个就闭着眼睛念咒。不知道她念的是什麼，她一念，我就抬不起眼皮，就犯困。我一下警惕起来，就开始发正念。我发正念时，念咒的就睁开眼睛，不敢念了。

他们还说在他们面前没有一个能挺过去的。我心里说：“你们在我面前就是个零！”那些国保、刑警都听这几个“转化”的人调遣，我一点不能掉以轻心，不让他们钻我的空子，²³

从早上到晚上整天发正念。

看我还不“转化”，他们就弄来了铁椅子让我坐上。开始只是白天坐，晚上让我下来睡觉。后来白天黑夜都让我坐在铁椅子上，连吃饭都不让下来。到了晚上，邪悟者让警察把我的手铐在铁椅子上，脚脖子被扣在铁椅子的铁环里，整个人都动不了了，最长的时间有七、八个昼夜不让我下铁椅子，一共将近两百个小时。我的臀部都坐烂了，每次上厕所回来，一坐上铁椅子就像针扎的一样，疼痛难忍。

我知道是师父在保护着我，要不我是挺不过来的，何况我的腰椎骨还是断裂的，那是以前被邪党迫害造成的。我坐那里是靠胳膊支撑着的，两只脚肿的梆梆硬，脚环已经套不进去了，这才让我从铁椅子上下来。

就是这样，那个国保小警察还说：“别看你这样，你就是有尿毒症，我都能把你送到监狱去。”我心里想：“你说了不算，大法师父说了算！”我一直加强自己的正念：“难忍能忍，难行能行”[7]。“坚修大法心不动 提高层次是根本 考验面前见真性 功成圆满佛道神”[8]。“有多强的正念，有多大的威力”[9]。我就觉的师父时时在看着我，加持我的正念。有时发正念定下来时，真的感觉与师父同在，感觉到自己是这个宇宙中最幸运的人，不禁露出自然的微笑。

不管是谁，我都给他们一个善念，他们看到我都害怕。在“转化”我的期间，发生过一次神奇的经历：那个给我做“转化”的老太太，在屋里还有警察的情况下，和我说：“我告诉你，在二十一世纪，有圣人下世拯救人类，那时候每个人手里都有一本《转法轮》。”说完，她就捂着嘴呵呵乐，然后说自己说错话了。我觉的他们真的有明白的一面，本性的一面是知道真相的，只不过他们现在被邪恶要挟着迷失了本性。

看到他们这样，我的心里也很高兴。不管他们怎么折磨我，我根本不动心，只是向内找：他们不敬师、不敬法，

我就想自己在家忙活的时候，一忙，把师父的大法书放下就走了；从他们对我蛮横的表现，我认识到我自己平时也有很强势的一面，不让同修说。当我找到了不好的心时，就放下它，去掉它。一天晚上，我做了一个梦：粉红色大苹果一会儿扔过来一个，一会儿扔过来一个，在我面前堆了一堆。我知道这是师父在鼓励我。还有一次，梦到师父从我的胸前掏出了一个很大的大法轮。我悟到，这是师父在告诉我：我有法轮在保护，不要怕。

各种招数他们都使尽了，也没“转化”了我，也没能从我嘴里得到他们想要的信息，他们就又给我上了一次不知名的酷刑：他们把我的两个脚腕子用绳子紧紧的绑在一起，脚前边摆了两圈用来“转化”我的大法书，还有书中师父的三张照片。我的膝盖后边，还让我夹两本书，手被铐着挂到铁椅的手环上，他们围成一圈，强按着我蹲下，头还得抬起来，头不抬起来就用书抽我的脸，我疼的都要窒息了，喘不上来气。这酷刑太残忍了，真的要把我疼死了。时间一分一秒的过去了，大约过了半个小时，他们说不“转化”就让我蹲两个小时。

我看着师父的像，心想：“师父，疼死我也不转化。”A同修就是在这种酷刑的折磨下妥协的。午饭时间到了，“转化”我的人还大声说不许我动，保持一个姿势。两个警察去打饭去了，我当时就倒下了，“转化”我的人也没办法，只好把绳子解开。这时我真实的感到是师父在帮我。我的上半身刚爬到了睡觉的床垫上就睡着了，下半身一直在地上。直到晚上，我才睡醒。

坚定

第二天清晨，我被一束耀眼的光照醒，看到在我身边有一朵巨大透明的粉色大莲花，叶子很大，长、宽都足有两米左右，真是太鲜艳了！太美了！我心里真高兴，我知道因我坚定了，师父在鼓励我，让我看到的。在以后有难的时候，我好象就能看到那朵巨大的莲花，真是妙不可言。