

童诗：胖胖的云

文/谢恩

今天
我看到胖胖的云在微笑
它一团一团的
胖着脸对我微笑

我说：
胖胖的云
你胖胖的笑
让你的洁白柔净
也在我心里微笑

它说：

小小的人
你小巧的笑
让你的洁白柔净
来使你心里微笑：
当你的心
变得和天
一样蓝
一样澄
一样宽
一样的不染尘埃……
你就能来天上
和我一同微笑

大法小弟子

小娃娃，乐哈哈，
别看人小志气大，
勤炼功，多学法，
返本归真走正路，
纯浩无私早回家。

眉开眼笑一朵花。
跟随师尊修大法。
善良宽容说真话。
纯浩无私早回家。

在大法中成长



小弟子交流园地

第1期

目录

◆ 修炼故事	2	小弟子：用自身的行动证实大法	22
奇奇的神奇故事	2	在证实法中放下自我	23
初中生：讲清真象 救度众生	3	一生都忘不了的一天	26
终于鼓起勇气认错	4	修炼从认识到大法弟子的真正	27
小弟子在集市上讲真象的经历	5	意义那一刻开始	29
教室里响起了“普度”的音乐	6	小弟子也要做好三件事	30
山东五岁小弟子省吃俭用救度世人	8	◆ 另外空间	32
小弟子退队后的几个小故事	9	波波发正念所见	32
◆ 修炼心得	11	小莲的修炼故事	33
童心纯真：去除“嫉妒心”	11	◆ 小弟子文苑	40
台湾大法小弟子努力做到“先他后我”的修炼故事	14	童诗：胖胖的云	40
大法中成长 风雨中成熟	19	大法小弟子	40
台湾小弟子：我最富有	21		

奇奇的神奇故事

文/中国西南地区大法小弟子

【明慧网 2004 年 10 月 23 日】我叫奇奇，今年 8 岁，1996 年出生。要出世时，我看见师父身穿唐僧穿的那种衣服，头上没有唐僧那种帽子，说：“奇奇，你出生后一定要去学法轮功。”出生后我爸爸给我取的名字与师父叫的一样，那时我就知道了，我的名字是师父取的。

两岁左右，我在婆婆家看见有各种颜色的法轮，真好看！后来一连几天我又看见一条龙在追法轮，好像要吃法轮，我害怕极了。这时师父来了，告诉我说：“奇奇，你不要怕，那是龙在与法轮玩呢。”从此我不再害怕。

三岁左右，我迷上了动画片，每天要看几个小时。一天，师父来了，笑着说：“奇奇，你不能再看卡通片啊！你如果再看，你的头以后长得比大头儿子的头还要大，好不好看呀！”

我贪吃乐百事，一吃就要吃好几瓶，后来只要一贪吃，我的肚子就会痛，我知道错了就说：“师父，我以后再不贪吃乐百事了。”话声刚落，肚子就不疼了。

一天晚上我做梦，看见只有婆婆、我、还有小玉阿姨几个人跟着师父上山，我哭了，我对师父说：“我原来看见数不清的大法弟子跟着师父上山，为什么现在才有几个？那些大法弟子为什么不见了？”

师父慈悲的说：“大法弟子的路不同。”我突然觉得好像明白了什么。有一天婆婆问我，到底什么叫圆满？我答：圆满就是回家。

在那个黑色的 1999 年 7 月，我当时年幼，不识字，没有学法轮功，只能背一些师父的经文和《洪吟》。在乌云压顶的日子里，我相信师父，相信大法。当婆婆第一次被抓放回来后，我坚持要她学法，有时半夜把她推醒，叫她读《转法轮》给我听。她有怕心，炼功时把声音放的很小，我就给她放大。

一天婆婆和妈妈带我到市中心去玩，我就大声喊：“法轮大法好！”震惊了周围人群，吓坏了妈妈。有时她们带我上公园，我也高喊“法轮大法好！”

无法用语言形容。天兵天将一下子把它扔进地狱中最大最热的油锅里。两个小时，天兵天将皱着眉头把它的尸体钩出来扔到一边。它恢复了原样，又活了。

阎王出现了，脸黑黑的，可凶了，身穿类似人间古代的衣服，身边跟着判官，手中拿着册子，用一支特别粗大的毛笔记录着江××所受的刑罚。

小鬼们抬来一个大铁盆，只见阎王用袖子往盆里一甩，把江××极少的一部份罪恶变成火红的岩浆，江被扒光衣服架在盆上烤，阎王用嘲讽的口气问它：“你蒸好了吗？可以给你洗澡了吗？”好多小鬼用铁勺舀起岩浆，浇在它身上，灌进它嘴里，还有的拿搓澡巾沾岩浆给它搓澡，江××惨叫一声，变成了焦炭。四位天兵天将不愿看这令人作呕的情景，转过头去，但是还得看着它，不然它会从小鬼手中逃脱的。连小鬼都嫌它脏，皱着眉头抬起尸体扔在地上。江泽民又恢复了原形，小鬼们拿着阎王的好多裤带抽打它，它的黑血流干了，死了，一会儿又活了。阎王的座位两边伸出两根树枝，上面站着两只大黑鹰。小鬼口齿不清的喊：“老鹰，老鹰！快叫你的伙伴来啄食这个脏家伙！”这时从地狱入口处飞来一千只巨鹰，每只巨鹰有一千个头，一千对翅膀，一千双脚，每个头上有一千张嘴，每个翅膀上有一千个小翅膀，每只脚上有一千个利爪。巨鹰扑到江××身上用嘴啄，用爪子抓，用翅膀打，江××痛苦万分，一会儿就变得血肉模糊。我想：早知今天这么痛苦，何必当初迫害大法？它又受了一千多种酷刑：火烧、活埋、巨石压、山压、楼房压、锯成无数碎块、扔进粪池、在玻璃碴子上滚来滚去……受完刑之后，天兵天将又把它押回人世。

我也从出口走了出来，又来到了海底。但在水中我喘不上气来，一只装仙丹的大葫芦出现了，我想起孙悟空吃仙丹的故事，就变成孙悟空，倒出仙丹，像吃豆一样吃起来，好多葫芦飞过来，我不停的吃啊吃。吃了仙丹，在水中就没有喘不上气的感觉了。我看见海底沙子中有许多人，生活方式和世间人相似，但长的和人不完全一样。我和海底的动物们玩了很长时间，直到妈妈把我从梦中叫醒。

心呢！我上楼到第五层取了几本故事书，又下到第三层取来音乐盒靠在雕着龙凤的大床上，一边看书，一边听音乐，还吃了几个水果。

当我躺下的时候，灯自动关了。这时我听到花盆里的泥土与花及窗台、墙在谈论地球是什么、里面装的是什么、能不能吃的话题，很有趣。

睡醒后，我听见一、二、三层传来歌声、乐曲声、唱戏声、原来三层是用来听歌曲的，二层是欣赏舞蹈的，一层是听戏曲的。我没有再停留，就坐着莲花一层一层地飞下来（每层飞一分钟）越往下我变得越难看了。

我在法轮世界玩了两天半，可回到人世中，爸爸妈妈已经六十多岁了，他们问我上哪儿去了，怎么这么久才回来？还没等我回答呢，妈妈就把我叫醒了。我睁开眼睛，先看看左手的手掌，那首诗还有淡淡的墨痕呢！

迫害狂在受地狱之苦

2005年3月31日晚，睡梦中，在一片青翠的竹林里，我想起刚刚看过的一幅大法弟子的画：一位古代仕女在竹林中弹琴，旁有一首唐诗：“独坐幽篁里，弹琴复长啸。深林人不知，明月来相照。”于是我坐在莲花上，也开始弹琴、弹琵琶、弹古筝……，边弹边唱，还吹笛吹箫，全是仙曲和大法弟子作的歌曲。圆圆的月亮升上来了，月光照着幽静的竹林，我开始学法、炼功。当我正想看《洪吟（二）》时，两个警察从竹林边的湖中游过来，把我的双手铐在背后，想抓走我。我不费力的摘下手铐，刚想发正念，一个大法轮在空中出现了，我一下子就到了另一个空间。

这里是地狱，到处阴森森的，发着臭味，黑暗中我的身体放着金光，还有远处地狱的出入口有一点亮光。这里一排排牢房中关押着戴锁链的罪人，很多正在受刑：有迫害大法弟子的恶人，也有其它罪人。

行刑和看守都是怪模怪样的小鬼。地狱中的一切都非常可怕，当然我并不怕。我想，绑架我的那两个恶警哪去了？找来找去，原来他俩已经下了油锅。

在地狱的出入口，四个天兵天将押着江××走了进来。天兵天将是银盔银甲，放着光，十分威武。江低着头，满脸沮丧，身体不断变换着：一会儿是人形，一会儿是癞蛤蟆，又肮脏又丑陋，简直

后来婆婆第二次被抓，我失去了修炼的环境，父母害怕，我只好默默无语，把“真、善、忍”藏在心中。

今年六月，我高烧不退，医生说是“心肌炎”，要求住院，我坚决不住，她们强行让我吃药，我吃一次吐一次，人也支持不住了，奄奄一息的。这时连婆婆这个老弟子也没有了主意，我心里明白，坚持说：我没有病，我是大法弟子，我要学法，看《转法轮》。

奇怪，我才上小学二年级，很多字我都没学过，但看《转法轮》，每个字我都认识，只有万字符不知读什么。一会我看到自己全身都是这种符号，奇妙极了。

几天后我奇迹般的好起来了。现在《转法轮》我看了五遍，明白了许多法理，身体长得又白又胖，很好看，连腿上的血管瘤也慢慢变小、变淡。

一天去看妈妈，坐小车时头晕，心跳很快。我第一念就想：我怎么晕车了，但马上想：不对，这一切都是假象，人很快精神起来。

我有时贪玩，不愿炼功，婆婆生气说：这样不听话就送你走。我说：你怎么没有慈悲心呀，送我去，你想毁了我，我可是一个宇宙啊！但仔细想还是自己的不对。

初中生：讲清真象 救度众生

文/山东大法小弟子

【明慧网2004年10月20日】光阴似箭，日月如梭，一眨眼五年多过去了。在五年的正法修炼历程中，我经历了无数的风风雨雨，在此，我想谈几件让我难忘的事。

我是一个大法小弟子，今年13岁。现在是一个初中一年级的学生，虽然年龄小，但从我修炼到现在已经快九年了。因为爸爸妈妈都修炼，所以99年7.20以后邪恶经常到我家骚扰，我也常常被绑架。因此我在学校里也成了“名人”，同学们都知道我炼法轮功，所以我就经常跟同学们讲大法真象。我们班的班长由于受造谣媒体影响很深，一直反对大法，无论我怎么讲，他都极力反对。记得2000年，那时我正在上小学二年级，一天中午吃饭的时候，我们又谈起了大法，我们的班长又出言不逊，象电视媒体讲的一样诽谤大法，我的所有在场的同学都站到了大法一边，你一言，我一语，反驳班

长的不实之词，最后说得班长竟“呜呜”的哭起来了，再也不敢说了。我心里非常高兴，我感谢师父，感谢大法救了我的同学们。

在2001年，我上小学三年级时，在社会课上，老师也讲起了法轮功，跟电视媒体的诬陷一样。我的一个要好的同学马上站了起来，并用眼睛看着我，说：“老师，不是那么回事”。我也紧跟着站了起来说：“老师，电视上全是撒谎。”老师笑了笑让我们坐下了，再也没说什么。从此在课堂上，老师再也没提法轮功的事。事后我悟到，由于我当时没有站起来，师父通过我的这位同学来点化我，让我站起来讲真象，幸亏当时我站了起来讲真象，要不，我的老师又要造业了，我的同学们又要受污染了。

2003年的一天，学校里组织看电影，电影刚刚开始，我一看是诬陷大法的，我马上发正念：让电影放不出来，不能让它毒害全体师生。屏幕上马上就没了图像和声音。我心里一阵高兴。可是过了一会，屏幕上又出现了图像，并有了声音。我意识到是我产生了欢喜心，被邪恶钻了空子，我赶紧接着发正念，这时电影声音嘈杂，根本听不清讲了些什么，图像也时好时坏，我们班的一位调皮的男同学把一只手伸到放映机前，这时屏幕上出现了一只大手，根本就看不见屏幕上的东西，放映室里吵成一片，老师批评了这位男同学，他虽然不再把手伸出来，可是他人却在放映机前来回晃动，因为本来就声音不好，图像也不好。所以老师再也没说什么，直到这部电影放完，同学们也不知道演的是什么。

虽然我做的事不多，但通过这几件事，我却认识到了讲清真相和发正念的重要性。今后我一定继续努力，以法为师，做好我作为一个大法弟子该做的事。

如有不足之处，请大家指正。

（首届大陆大法弟子修炼心得书面交流大会交流稿）

终于鼓起勇气认错

文 / 台湾大法小弟子

【明慧网2005年6月19日】各位同修好，我是台湾大法小弟子，今年三年级。我在二年级的时候做了一件很不好的事情，心里很不安，通过学法去掉执著，勇于认错。以下是我的心得分享：

二年级时，和同学一起到合作社买东西，同学一时起贪念，想

合十问好）有画龙的、有画凤的……他们用的是银色纸，颜料的颜色很美和其它所有东西一样发着柔和的光，画出的画也发光。

我们上了二楼，去写书法，主佛伸手召来一朵十层荷花，然后把花画在纸上，又在旁边题了一首诗。我把这首诗抄在手上，主佛只准我告诉家里的炼功人。

我们又跟主佛去图书馆看书，又去看哈哈镜，又去逛市场，又去动植物园玩……

主佛领我们玩了一天就向我们挥手告别了。我回到最初遇到飞天的那个宫殿旁。这个宫殿有八层，其他还有五十座高低不同的宫殿，所有的宫殿都是彩云托着的。我到下面的每一个宫殿去玩，每个宫殿都有一个佛或一个菩萨，每层楼上都有5个房间。佛和菩萨们看见我，就笑着说：“咱们常说的那个小娃娃回来了。”有时候，我变成一只小鸟飞来飞去，还钻到一个菩萨的腋窝下咯吱她。她为了忍住笑，用手把嘴捂住，最后终于忍不住了，笑出声来。

我回到那个八层宫殿前面，门前有两个卫士带兵器把守着，我走上前去，他们把交叉着的兵器打开，然后跟在我身后一同走进门去，他俩小声说：“在这儿站了这么久，主终于来了，咱们也能活动活动了。”我一直飞到第八层，卫士为我打开门，里面有100个年轻女子（每层都有100个）她们向我鞠躬，领头的女子20岁，说：“主终于来了，我们每天都打扫房间，就是因为不知道您什么时候回来。”我说：“下次我回来，提前告诉你们时间。”

我吃过人世间所没有的美味食品与水果，就下到第七层楼，这里像是个大游乐场，有秋千、滑梯、转盘、蹦蹦床、儿童自行车、小火车、小汽车……在这里我玩得很高兴。

我来到第六层，里面有一些天女边奏乐边跳舞，演奏的都是大法弟子谱的乐曲《普度》、《济世》、《如梦》、《如梦》、《明思》，我听得入迷，就想学一学奏乐。我最喜欢的是琵琶，手中就出现了一只琵琶（在此之前，我不知道琵琶是什么样的）。我很快就学会了，还学着天女的样子边弹边舞、反弹琵琶，琵琶随着我的手转动着，我又试了很多别的乐器，二胡、鼓、古琴、古筝、笛子……有时乐器自己就能奏乐。

这时我们又玩了一整天了，已经是晚上，学完了乐器，天女们把我安排在第四层的一个房间睡觉。在卧室里，有一双大手为我洗脸，洗脚，他们跟我开玩笑，故意弄了我一脸水，还搔我脚

叫不出名的水果，我跟着她们，一边唱大法弟子写的歌儿《明思》、《登归途》……一边向主佛的宫殿飞去，我一路上总是东张西望，和遇到的婴孩、胖娃娃一起玩，有时天女们飞出好远，我才去追她们。

主佛的宫殿有十层，非常壮丽。我进去后，看见主佛坐在十层莲花上，身材非常高大，深蓝色的卷发，黄色的袈裟，特别特别的慈祥，总是笑呵呵的。主佛身后和头上有无数层光圈，身体就好像是用各种颜色的光构成的，比谁的身体都亮都美。主佛身后的墙上有个大法轮在转，上面有四个字：法轮世界。我们单腿跪在地上，一手托着果篮，一手提着果篮敬献水果，主佛身边的童子把果篮递给主佛。

我和一个九岁的姐姐，还有一个五岁的小弟弟和一个五岁的小妹妹跟主佛一起出去玩。还有两个女童子跟着我们。我们到了一片绿草地上，一个胖娃娃说：“主佛，我们玩球吧！”主佛的手上多了一个球，球上画着二龙戏珠，我好奇地问：“主佛，为什么没有二凤戏珠啊？”主佛微笑着摇摇头。我们和一些婴孩、胖娃娃围成一圈，跟主佛传球玩。飞天们也想玩，主佛又变出一个球给她们玩。

主佛又去跟一位老神仙下象棋，我和姐姐在她们之间跑来跑去喊着：“主佛，加油！”“老神仙，漏油！”主佛微笑着说：“也给他加加油啊！”主佛一直在赢，后来又换了两位神仙，主佛还是赢，赢了看不出高兴来，输的也一直笑呵呵的。小弟弟、小妹妹也在一边下棋，他们就热闹多了，赢的乐得直叫，还吐舌头，输的说：“下回我肯定赢！”也做怪相。

主佛带我们去欣赏龙凤舞，二龙二凤舞姿非常优美。

我们又去听音乐，是原来那个八层宫殿中第三层，几天女用乐器演奏曲子，很动听，我和姐姐到台上跳舞。主佛轻轻用手打着拍子，两个小孩不好好听，在主佛身后玩石头、剪子、布。谁赢了就刮对方鼻子。一会儿，天女开始给大家上水果，大家边吃边听，水果吃完了还有，吃完了还有，想吃多少就有多少。

我们去看彩灯，有龙灯、凤灯、还有一些叫不上名字的动物灯，特别逼真。还有真龙真凤挂了满身的灯飞舞着，还向大家做出仿佛抱拳的动作致意，大家也向他们还礼，主佛抱拳。

主佛领我们去一个楼中玩，楼上的牌子写着“艺术精品博览楼”。在第一层楼，我看见许多神仙在里面画画，（他们都向主佛

偷东西，我当时只觉得好玩，不但没有阻止同学，反而和同学一起起哄，偷了合作社的玩具。随着对师父法理的更深理解，知道要做到“真、善、忍”，也很后悔自己做了这件坏事，却还没有勇气认错。随着学法修炼，对这件事心里越来越觉得很不舒服，每当想起这件事情就觉得不安，于是，我鼓起勇气向妈妈认错。

很意外的是，妈妈竟然没有生气，还鼓励我要对这件事情做补偿，要我拿自己的零用钱加倍赔偿合作社的损失。妈妈对我只有一个要求，妈妈说我是学了大法才知道自己行为的错误，她要我向合作社阿姨认错时，一定要证实大法的好。

隔天，在同学的陪同下，鼓起勇气到了合作社，因为有怕心，我只匆匆向阿姨交代自己偷了东西要赔偿钱就走了，并没有讲出我是因为学大法才良心发现的，没有做到讲清真象、证实大法。

回家后妈妈知道了，问我：“现在心里舒服吗？”我回答：“还是有点不舒服。”妈妈说：“因为你没把事情交代清楚，你的良心过意不去，该怎么做，自己想清楚。”

我明白自己应该好好为自己的行为负责，再次鼓起勇气向合作社阿姨认错，将该说的都说清楚，还送给阿姨真象报纸，心里踏实多了，我知道自己做到“真”，符合师父的法理要求。

从现在开始，我要时时刻刻做个“真、善、忍”的好人。讲出这段经历，希望大家引以为戒，千万不要和我犯一样的错误喔！

小弟子在集市上讲真象的经历

【明慧网 2004 年 11 月 21 日】为了加大力度更大面积的救度世人，我姨妈、我、还有我弟弟决定一定要利用好集市的机会让世人知道真象，我把我们周围几个乡镇的集市是星期六和星期天的在日历上都找出来了，这样我们利用不上学的机会就去集市讲真象。

今天我和弟弟还有姨妈第一次到集市上去发真象传单，前一天晚上已经把所要发的真象传单准备好了，我的心里说实话挺高兴的。为了不让那邪恶钻空子，我不断的抑制自己的欢喜心。第二天，出发的时候心里有些紧张，天气很阴要下雨的样子。我知道一定是那恶重重重的阻拦我们，我们三个人便静下心来发正念，清除集市和自己空间场上的一切干扰我们救度世人讲清真象的黑手和一切邪恶，清除操纵聚集人身上的一切邪恶，让更多的世人明白大法的真象，发完正念我们出发了。

集市到了，我们兵分两路，我和弟弟一组，我姨妈自己一组。我的心开始怦怦直跳，我知道这是怕心在起作用，我便努力地把心平静下来。我小心翼翼的拿出一份真象材料，看见了一位老奶奶正在提着篮子买菜，我便迎上去对她和蔼的说：“奶奶请你看一下。”没想到她不屑一顾的说：“我不要。”我的心一下子凉了。是我自己有问题，还是邪恶在干扰？我不断的发正念并向内找，发现是邪恶利用我要面子的心在干扰，我把自己的问题找出来之后把自己的心平静下来，心想：“我做的是最伟大的事，他们不会因为这样而嘲笑我，他们会因为明白了真象而感谢我。”这时我感觉自己的身体象灌了热汤一样，感觉全身喇的一下，接着我用平静和慈悲的心态去发传单，笑着礼貌地称呼爷爷奶奶叔叔阿姨并把传单递给每个人，他们也笑着接过真象传单，我接着对他们说“谢谢”，他们也和蔼可亲的说“不用谢”。我边发边感觉身体热乎乎的，我知道是师父在加持我。

当我把近百份真象传单发完后，我感觉身体非常的轻快。此时黑压压的乌云没了，太阳露出了笑脸。在回家的路上我和弟弟把我们带的真象不干胶，一个一个贴在马路边的电杆上，有的贴在汽车的后面，让汽车带着真象到处宣传。

这是我第一次面对面地把这么多真象资料送到世人手里，而且人们拿到传单后说“法轮来了”。我看到生命都在着急的等着明白真象，讲真象没有人敢反对的，关键是做事的心态，心态越正，救度的效果越好。

教室里响起了“普度”的音乐

文 / 大连瓦房店小弟子

【明慧网 2004 年 12 月 17 日】我今年 14 岁。以前身体虚弱，特别是到了夏天，经常头晕、无力、恶心、呕吐，常常不能上课间操。老师经常对妈妈说，让我到医院里检查一下是不是有什么病，奇怪的是，到医院从来也查不出什么病来。

在法轮功遭镇压前五个月（1999 年 2 月）妈妈得病了，随后我也得病了。得法后，这些难受的症状全好了，可我一直不精进。当

别看我。看守们立即呆呆的一动不动的翻着白眼，我和几个小弟子在他们身边绕来绕去，觉得又可笑又好玩。大法弟子们获得了自由，都各自回了家。我也在一条清澈的小河边遇到了我的小伙伴。

法轮世界游记——小莲的梦之二

二〇〇五年新年前的一个夜晚，我又做了一个奇妙的梦。

梦中，我和家人正坐在桌边谈话，忽然一朵小莲花飞来把我接走了。回头一看，我的肉身还坐在那一动不动。我坐着莲花飞出了人间，第一层天是三界之内的，第二层天 是三界之外的。我在每层都飞半个小时（是每个层次中的时间），我一直飞到第十层。一层比一层更干净、更美好、更大。在每一层，下面的很多空间我都一目了然，能看到那些空间的生命，包括烂鬼和身穿灰色盔甲的黑手（烂鬼又渺小又无能）。我每次看见他们，就在空中用手一指，说声“灭”，就这样我灭了上千的烂鬼和五十个邪恶黑手。

我还看见常人空间全是土，空气是颗粒很细的黄色尘土，人是黑色泥土构成的身体，而大法弟子身后多了一个干净的白色身体。我还看到我在人世间的家，我的小书架上的故事书好像一堆粪便，可大法书却金光闪闪。大陆和海外大法弟子都在忙着讲真象，发材料，发正念。有的海外大法弟子去天安门拉横幅。也有的大陆大法弟子在遭受酷刑。折磨他们的恶警身后有一个黑色身体，我发正念清除了他们，解救了大法弟子。有的常人拿着金光闪闪的真象材料看，他们说“法轮大法好”，身体就放出点金光来。我看到了江××，我想看它的本来面目，手中就多了一面照妖镜，镜中映出一个令人作呕的大癞蛤蟆。大法弟子一发正念，它就死了，可一个小鬼上了它的身，它又活了。

我坐着莲花向上飞，身边总是有几个婴儿在嬉戏。每一层的山、水、房子、人都有很大不同，看下一层次的人都非常小。我上到第十层后又飞了半个小时，飞到一个壮丽的八层宫殿上方，看到一群飞天唱着歌飞过，我问：“姐姐你们要去干什么？”她们中最大的 12 岁，说：“我们要给主佛送水果，现在要先去编盛水果的篮子。”我就跟她们来到一片彩云托着的绿草地上。我们采下绿草，摘下头上的凤凰羽毛，用亮粉涂在草茎上，用凤羽编提手，用草编篮子，再用金线银线在编好的篮子上绣上龙、凤、花。我的篮子还插了许多鲜花，散发出阵阵清香。大家用手一指花篮。篮里就装满了各种

伙伴们都喜欢花零钱买各种小食品，特别是新年过后，他们都大把的花钱，还把钱或好吃的东西送给她；小莲从不花零钱，也从不接受别人的赠送。因为她是开着修的，能看到《转法轮》中每一个字都是佛道神（包括师父让弟子改过的字），字的偏旁有的是小神童的形象，“飞”字则是一个飞天的形象，很美。

小莲同意把她的梦写出来发表，以此勉励大法弟子更坚信大法，做好三件事。我们想发表两个梦《从洗脑班里救出大法弟子》和《法轮世界游记》。小莲在法轮世界经历的事情看到的東西很多，只能选择一些片段。

从洗脑班里救出大法弟子——小莲的梦之一

梦中，我去贴真象标语。我踩着小椅子，踮着脚尖，把标语分别贴在电线杆上、墙上、门上。几个身高约二米的警察抓住我，给我戴上背铐把我押进洗脑班。

洗脑班的大门是暗红色的，上有暗金色的突起的圆钉，还有两条非常难看的灰红色的龙。走进洗脑班，地上全是各种动物的粪便，恶臭难闻。墙是用粪便和烂泥糊成。里面乌烟瘴气，又阴又冷，好像是在地下。我进去后浑身哆嗦。

走廊的左面是牢房，几个宽大的房间里整齐的坐满了大法弟子，前面是小弟子；右面是警察喝酒吃饭的餐厅，里面发出怪叫怪笑声。所有的房间都装着宽大的落地窗。警察不断的把非法抓捕的大法弟子推进牢房，按到小矮椅子上，并背铐上，然后用生锈的大铁锁锁上牢房的大铁门，并发出得意的狂笑声。这时走廊里燃起了大火，以威胁和折磨我们。但我们一点也不害怕也不觉得热。我想：哼！好在戏在后头呢，别笑得过早。

我稍微活动了几下被铐疼了的双手，真奇怪，手铐“啪”一下开了，我甩了甩僵硬的手，咦！所有的警察都随着我的动作倒下了。我的裤兜里不知怎么有了一块石头，我就用石头砸开了同牢房的大法弟子的背铐，又从门的铁栏杆伸出手砸开铁锁，打开门，又砸开其他牢房的铁锁和大法弟子们的手铐。大家排成一行跟在我身后，我心里高兴，不由得松了一口气。这口气一出去，走廊里的大火就从中间向两边分开一条路。我领着大家来到外面的一道大门前，砸掉了门上的龙眼睛，门就出现了一个洞，我从洞中伸出手砸开了铁锁，外面的看守瞪眼看着我，正准备抓我，我推开门，心想：定！

时就属于师父说的那种“中士闻道，若存若亡”（《转法轮》）。妈妈曾经对我说过：我们轮回转世不知多少世了，才能遇上师父亲自传法度人，咱是多么幸运的生命啊！你难道不想做师父的弟子吗？那妈妈可要跟师父回家了。我哭了，我对着师父法像说：我也要跟师父回家，师父！我要做您的小弟子。从此，我经常同妈妈一起学法，发正念，做真象。这其中有在学法好、正念强时做的特别好的，也有带着执着心被邪恶钻空子的时候。

看了近期明慧上的文章，一再呼要救救孩子，而我每天都接触众多的师生，如果我们做真象，会比其他同修做要方便多了。在这里我想把最近发生的一件小事与我同龄的在校小同修说一下，让我们共同精進，助师世间行。

今年我升入中学，接触到新的老师和同学。我想，我来到这个学校也不是无缘无故的，这些师生也在等着我救他们。因为在小学时，我做了许多讲真象的事，我的好多同学和老师都知道大法好。可是每当我想在这个新学校证实大法时，脑海里总是想起那些明慧周刊登的大法小弟子被迫害失学的事情，这时总给自己找借口，心想，现在心不稳，还是别做了，做了效果也不会太好，等适应一下环境，好好学法再做吧！每次有机会发真象资料、讲真象时，总是给自己找借口，就这样，来到新学校两个多月了，我也没有做到一个大法弟子该做的，其实都是怕心在作怪。

前几日上音乐课，老师说下节课找一些曲子，比如像快乐的，激昂的，也可以是电视剧的插曲，让人听了就能想起当时的情景、环境。老师说完，我想：下节课我一定把“普度、济世”的音乐带拿来。这次我一定要做好不能错过这机会，让我们全班同学都得救。回到家我把这件事告诉了妈妈，妈妈也表示赞同，妈妈说：“从现在开始发正念，铲除你们学校及班级另外空间的一切邪恶，同时铲除干扰你救度众生的黑手，哪怕你有漏，那就修去漏，正法是不准它们干扰的。”

第二天下午第一节就是音乐课。老师一进教室就说：“老师病了，上午都没来上课，下午好不容易来了。”当时我就想，邪恶企图干扰我，“念一正 恶就垮”（《洪吟（二）》），这都是师父安排的机会。老师说上节课不是让同学带录音带吗？谁带了？我扫视了一下班级，谁也没有举手，我慢慢的把手举起来，心里有点不稳。老师看见了说，这位同学带了，先请你介绍一下你的曲子。我

在心里发正念，同时请师父加持我。我站起来说：“我这首曲子感觉好像在一座云雾环绕的山上，不知自己身在何处，让人听了非常舒服。”老师说：“好，先听一下教材里的音乐，再听你的。”坐下以后，好多人心和后天形成的观念都返出来了，能行吗？能不能让不明白真象的人听出来？听出来会不会诽谤大法呢？如果那样不但没救他们反而毁了他们呢？我能不能有勇气站出来证实大法呢？如果站出来，老师和校长会不会逼我写“保证书”，会不会牵扯到父母？我的心矛盾起来了，但我马上意识到，这都是旧势力在干扰我，这些想法都不是我，要全盘否定它，这是怕心被邪恶钻空子了，发正念，清除它们，发了一会正念，心也平静了。这时想起了师父的一句话“修在自己，功在师父”，师父只看那颗心。

离下课还有十五分钟时，老师开始放“普度”的曲子，曲子刚一响，我同桌的同学说：“这种曲子你也敢拿来放。”我知道这是旧势力利用他的嘴来吓唬我，我发正念，不让他讲话，让他认真听。刚听完，一个同学把手放在嘴上说“嘘”别出声，老师也说“嘘”好好听，教室里顿时静得出奇，一缕阳光照在教室里，“普度”的音乐在整个教室里回荡着，充满了祥和，那一刻我流泪了。

由于学法不深，不足之处请同修指正。

山东五岁小弟子省吃俭用救度世人

在山东梁山有一个大法小弟子，才五岁。有一次把自己平时父母给的零花钱积攒了19元7角，给了她妈妈说：“我没有买零食吃，你快拿去救人吧。”她妈妈说：“你可别后悔？”小弟子说：“我不后悔。”

后来小弟子又把自己的压岁钱50.02元也拿出来，并对她妈妈说：“我要把压岁钱交给做资料的大法弟子去救人。”

这位小弟子平时不爱说话。小朋友骂她，她不吱声，别人或她姐姐打她，她也不还手，也不骂，打疼了只是哭几声。平时如不高兴了就会说：“我是大法弟子，我不哭，我也不闹。”

朋友，希望你能珍惜来之不易的法轮功真象资料，看后切莫忘记传给亲朋邻里。让人知道真象，这会带给你的福份。

业、不好的观念和外来干扰，让它们死，念到“灭”字时，眼前浮现出那些思想业、不好的观念等生命跪在那里，一个巨大的“灭”字，象锋利无比的大刀一样，将那些思想业、观念等不好的生命“刷刷”的一个个砍下了头，在砍它们头时，那些思想业、观念等不好的生命还流露着憎恨、愤怒的表情，似乎很不服气的样子，随后它们的头被“灭”字砍下来，立刻流出了黑色还带点绿色的血。

当波波开始立掌念正法口诀，念完“灭”字时，就看见巨大无比的“灭”字，闪着金光飞快的旋转着（就象“电动磨碎机”中间那锋利的刀在磨碎东西一样），瞬间将黑手烂鬼、骷髅头等邪恶生命绞成了泥状物，而后无影无踪。

波波叙述完后，妈妈告诉她：这是师父在鼓励你和妈妈，告诉我们“大法弟子的正念是有威力的”，但我们不能执著自己的能力。我们一定要在这最后的、最关键的时刻里，按照师父的教诲，做好大法弟子应该做好的三件事，不辜负师父的慈悲苦度，对那些应该救度的众生负起责任来，很好的完成史前大愿！

小莲的修炼故事

【明慧网】小莲出生于一九九七年七月二〇日，自幼她就跟着母亲听师父讲法，刚学会说话就能随着母亲背诵《洪吟》，四、五岁时开始自己读《转法轮》，由读几段到读一讲、几讲。她也很喜欢炼功。她说她出生太晚了，应该早来得法。

一九九九年七月，干警迫使姥姥放下正在怀中玩耍的小莲而带走了姥姥；她的姥爷因不放弃修炼而被非法抓捕、关押，父亲抱着小莲去看望姥爷。二〇〇〇年小莲的母亲去北京打横幅（还没来得及打开）遭到非法抓捕关押，从未离开过妈妈的小莲不哭不闹，很懂事，说：我要放下情。

二〇〇二年由于对大法的认识不同，姥爷和姥姥常常争论不休，一次在他们争论的过程中小莲清清楚楚的说：人人都有对，人人都错了。她的话促使他们各自冷静的思考自己。

二〇〇四年公安监控她家的电话，街道几次打听她姥爷的情况，她的姥姥和妈妈都为姥爷担忧，她说：什么事情都要往好处想。使她们有了足够的正念而轻松了许多。小莲在学校里是一个品学兼优的好学生，学习非常努力。她的考试成绩在班里总是前三名。小

养老院，我就告诉老师我有材料作为赠送的礼物。可是老师说，他们已经有很多可以阅读的东西了。回到家后，妈妈问我是否把材料给了他们，我说老师没让。于是，过了几天，我和妈妈一起把所有材料塞进了信箱。

每个周末星期六我们都到一个城市去做反酷刑展，以揭露发生在中国的迫害。我想扮演受害者。妈妈写了电子邮件征求大家意见。有一位学员不同意，担心常人不能理解。于是有一位学员为我制作了小的展板，展板上的画是一个小男孩和他的妈妈被关在监狱里，上面写着：为什么。在旁边写着，我叫卡塔林娜，今年六岁，我非常幸福，因为我有爸爸和妈妈。可是许多中国孩子们却失去了他们的父母，只因为他们的父母修炼法轮功（而遭到中共迫害）。有些孩子还被关进了监狱，甚至于被迫害致死。每当我在外打坐炼功时总是把这张小展板放在我身边，许多过路人来看。我非常高兴我能有这幅小展板。也许已经有许多人看到了我的小展板，我非常愿意帮助他们。

最后我想读一段经文给大家听：

快讲

大法徒讲真象

口中利剑齐放

揭穿烂鬼谎言

抓紧救度快讲

非常感谢大家听我的心得体会。

（2005年欧洲斯德哥尔摩法会发言稿）

◆ 另外空间

波波发正念所见

【明慧网2004年11月14日】波波是大陆大法小弟子，今年9岁，跟随妈妈修炼六年多了（都是关着天目修炼的弟子）。一次，波波与妈妈在正午12:00全世界大法弟子共同发正念时，看到了自己在另外空间铲除邪恶生命的场面。于是告诉了妈妈，妈妈基本按着波波叙述的原话记录了下来。

波波刚开始默念：清理自己思想中一切不好的思想念头、思想

小弟子退队后的几个小故事

文 / 吉林市大法小弟子 妈妈整理

【明慧网2005年4月17日】我是大陆大法小弟子百灵，今年十三岁，小学六年级，马上就要考初中了。现在我每天功课很多，我们学校校长是市里的“保先”积极分子。最近她上了报纸，因此学校的纪律很严，每天在上学的课间、放学时都有值日老师和值日生监督检查，尤其要求每个学生必须佩戴红领巾，不戴就记名，然后扣班级分，罚老师款（校长说一人一次不戴，罚老师10元钱），可是我已经退队了，我是师父的小弟子，我认为在中国大陆这种特殊的环境下，更应该“坚修大法紧随师”（《洪吟二》——心自明）认清共产邪灵，肃清党文化余毒，下面就讲几个我退队后的小故事。请同修慈悲指正。

★ 学校主任说：“不用戴红领巾照相”。

一天上午，我们六年级的同学统一排队去校外照毕业像，走在半路时，我班老师向主任请示说：“孩子们照相要不要戴红领巾？”这话被我听到了，我马上发正念，解体操控主任空间场内共产邪灵的一切因素。心想“主任你快说不用戴”。当我刚说完，主任便脱口而出“戴红领巾干嘛，不要戴。”真是神奇呀！您想啊一个学校的主任怎么可能说出这么正的话呢？回家后我跟妈妈交流，妈妈鼓励我，给我背师父的《洪吟二》“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟（二）》——师徒恩）

★ 拒绝戴红领巾

一天早上我迟到了，走进班级一看，座位上空空的。我有点着急和好奇：咦！同学们都哪儿去了？于是我到教员室问老师，她责备我说：“你来的真早呀！”突然，老师发现了我没系红领巾，就生气的大声问我：“红领巾哪去了？为什么没戴？”我一点也没怕，看着她发正念。这时坐在旁边的另一位老师怕我再挨说，连忙递给我一条红领巾劝我说：“赶快戴上吧！”我没有顺从她，（因为我是大法小弟子，我知道师父多次讲过“修炼是严肃的”）而是顺手把红领巾揣在了裤兜里，回家后给了妈妈把红领巾烧毁了。

* 让老师看不见我

有一次上完微机课回来，我刚要进班级，我刚要进班级，这时一个同学走过来对我说：“呀！你怎么没戴红领巾？老师正在班里检查，发火呢！快点戴上吧！”我笑笑说：“放心没事，我不戴。”于是我边走边发正念，大大方方的进教室，心想让老师看不见。当我从老师身边路过时，她真的就没看见我。

* 我让录音机坏掉，别唱了

一天在音乐课上，老师领着全班同学随着录音机唱歌颂恶党的歌曲，刚开始我捂着耳朵，趴在桌上不听也不唱。这时在我目中出现了一滩血，突然这滩血变成了一条红色恶龙，我只要说声“灭”，它就被我销毁掉。接着第二只，第三只……不断出现，一个比一个大，直到第九只，我一遍又一遍的发出纯净的一念“灭”。这第九只恶龙长得更凶，更大，胡须特别长，还会喷火，我念好几次正法口诀才把它消灭掉。在它灭掉的一瞬间，它化成了一滩脓血，那滩脓血很脏，上面还有泡泡，一股恶臭味，我继续发正念“让录音机坏掉，别唱了。”突然录音机真的坏了。这时音乐老师疑惑的拍打着录音机自言自语的说：“怪了？刚才还是好好的，怎么说坏就坏，这么脆弱？”没办法剩下的时间音乐老师只好弹琴改唱别的歌了。

* 看似没啥，去与不去结果可是不一样的。

从我声明退队的那天起，学校每周一早上的升旗仪式我就再没参加过。这天早上，老师和同学们从操场上升旗回来后，我看见他们每个人的头上都卧着一条红色恶龙，那些恶龙死抓着他们的太阳穴。而在班级里没参加仪式的，我们每个人的头上却开着一朵白色的小莲花，还会转哪，花心是黄色的，叶子是白色的，很漂亮，好灿烂！当然我头上也有一朵，只是比他们的大，而且金光闪闪，一念之差啊！去与不去看似没啥多大选择的不同，在另外空间里的后果却是不一样的。现在我和大姨、妈妈都已经悟到，都说好了，哪天我们就一起去我老师家，给她送《九评》，跟她进一步讲真象。辗转人世間，千百世的等待呀！就在这一刹那！

（正念正行征文稿）

现在我上小学一年级。我每天和妈妈一起读《转法轮》。刚开始我只能读短句，读得也慢。每天我读书都有进步，越快越好。我学校里的女老师感到惊奇，为什么我读书这么快。我告诉她，我和妈妈每天一起读《转法轮》。

有些大法弟子一直到我们家来炼功。我就和他们一起炼功、打坐和读《转法轮》。由于我天天炼功和学法，就帮助了我过病业关，如果有人对我不好，我也能过关。

去年夏天我在捷克爷爷家。在和我表姐阿克玩游戏时，不小心脚底板受伤。第二天，我的脚又红又肿，走路也不方便，而且情况越来越糟糕，就象起了火一样，都快肿胀到膝盖了。我妈妈说：看上去好象血中毒一样。

第二天她问我是否还是去医院的好，我说我要听师父讲法，我连续听法炼功三天。那时我站不起来，只能坐着炼。三天之后，我的脚和腿都好了。自我修炼法轮功以来，有过多次的严重清理身体和遇到不同的危险。我知道这是业力造成的，要过关。每次我都是看或听师父讲法，这样一来就好了。

有一次上体操课，我们要赛跑，我跑的慢，同学卡加里呢就骂我，而且还在背后打我。我就想到了《转法轮》中师父讲的，“打不还手，骂不还口”。我还谢谢她，她又打了我，我又谢了她一次，而且告诉她，赢并不重要，她回答我，赢对她来说非常重要。

我想告诉大家一件事情，有一次在放学回家的路上，风告诉我让我回转过身体，我就转身回头看见了我的朋友，我感谢了风告诉我，这样一来我就不用一个人孤单走回家了。

发正念是第二件要做好的事。我几乎每天发两次正念，有时我晚上睡觉做梦，我就发正念，但有的时候妈妈就叫醒我。发正念时要求思想集中，但我不是每次都做得到，有时会想其它东西。比如：想这想那，想童话故事等等。但是我会纠正的。

第三件事情就是做好讲清真象的工作。我也去帮着把法轮大法真象报纸塞到各家各户的信箱里，每次举办法轮大法信息日时，我帮着发正念，发材料和演示功法。当我还在幼儿园时，有一次我和女老师一起去养老院，那是圣诞节前夕，我们去唱歌和送自己在幼儿园里制作的礼物。当时，我有个主意，想送每个人一份法轮大法的真象材料。

我爸爸为此特地打字打印的特别大，好让他们看得清楚。刚到

◆修炼心得

童心纯真：去除“嫉妒心”

文 / 台湾小弟子

【明慧网 2005 年 2 月 18 日】在级任老师的带领下，我们全班成为法轮大法小弟子，修炼后我们的身心受益很多，现在分享一些我们去除“嫉妒心”的修炼故事。

心得 1:

我们法轮大法常讲要去除各种不好的心，才能提高我们的心性，要不然永远待在同一层次，永远都升不上去。有时候我在踢足球，因为对方的人都选拔强势的，使我嫉妒他们的人都很强，害我一口不平的气在那儿沸腾着。

有的时候上电脑课，我有的程式不会用，我叫人家教我怎么做，他们都玩得不亦乐乎，好像忘了我的存在，都没在管我，使我又起了嫉妒、不平的心：你厉害又有什么了不起。

有的时候，人家考试的比我还好，我也起了嫉妒的心，心想和他们一争上下。打篮球的时候，有的人都说他自己很强，说我很烂，这时候，我争强好胜的心又出来了，就起了嫉妒心。

嫉妒心会衍生出太多不好的心，致使互相吵架、打架、更甚至的还演变成凶杀案件，所以在任何地点我们都不能有嫉妒心。

如果意识到自己有嫉妒心就一定要提高心性了，所以，我坚定告诉自己，既然意识到，就要勇于去掉。

心得 2:

每个人都有嫉妒心，就算是很诚实的人，偶尔也会有这种心态出现，但不要小看嫉妒心引发的种种现象，有时可怕的吓人。

比如说：某人人缘特别好、功课也顶呱呱，尤其很受到师长的喜爱，这时我会嫉妒的想，他只是外表长得好看，才有好人缘，我们社会常有一种情形，不喜欢长得丑的人，成绩好只不过是考试时运气较好，有读的部分刚好考出来，并不是他的真本事，也说不定是偷看来的，然后越想越认为自己的想法对的，就越觉得自己为什么不长得好看一些，自己的考试为什么那么差，越想越气那个人，

第一个周一，同学们都排队去升旗，我没戴“红领巾”，心里开始发正念，大队长检查戴“红领巾”的情况时，看了我一眼就走了，升旗开始了，我不停的发正念清除另外空间的共产邪灵，旗升到一半的时候突然喇叭不响了，校长让同学们唱着升完了旗。

第二个周一，升旗时我继续发正念，音乐刚响起，磁带就坏了，旗没升上去，同学们就回到教室上课去了。

第三个周一，我忘了发正念，结果旗升上去了，回家后爸爸问我时，我感到很后悔。

这个星期一，升旗时，我继续发正念，旗就要升到顶时，突然升旗的绳子连同绑旗的旗杆同时断了，旗掉了下来蒙在了护旗手的身上，同学们哄堂大笑。

通过这件事，我明白了，其实在另外空间的邪恶是很弱的，只要我们时时发正念，它随时都会灭亡，同时也更加坚定了我发正念的信心。

小弟子也要做好三件事

文 / 卡塔林娜

【明慧网 2005 年 6 月 18 日】

尊敬的师父好！亲爱的同修们好！

我叫卡塔林娜，今年 7 岁，来自瑞士。我已经修炼法轮功 5 年了。师父每次都强调我们要做好三件事。第一是要学好法，第二是发正念，第三是讲真象。今天我想告诉大家，我是怎么做的。

在 2004 年芝加哥法会上，师父说：“我告诉大家多学法、学法、学法、学法呀”。我几乎天天学法。当我还小的时候，不认识字时，总是听师父讲法的磁带。在睡觉之前妈妈总是给我念“论语”。我非常喜欢读《洪吟》。每当我们开车去参加大法活动时，我们这里的大法学员杨太太就用中文教我《洪吟》，比如：“实修”：

实修

学法得法，

比学比修，

事事对照，

做到是修。

一九九四年十月七日

越越觉得自己很无辜，甚至想伤害那个比自己好的人，那就是可怕的嫉妒心。

所以当嫉妒心跑出来时，我们发现到它，就要赶紧除掉它，出来一次铲除一次，一次又一次，不断的、继续的连根拔起一直到自己生出一颗与人为善的心，所谓相由心生，当然表现出来的那种气质，也会是美的。想到别人的成绩那么好，就会看到自己的不足，松懈、懒惰、求安逸，那一定要开始严格要求要求自己，才可以弥补自己的不足，能这么想，并且真的发心用功读书，一定能得到好成绩。

心得3:

说到嫉妒心我是有的！之前我都会嫉妒我弟弟都考的很好，读书才一下子，不用很久的时间，就能考第一名，真令人嫉妒；而我就得很认真的读书，读得很久后，只不过才考了前五名而已，而我弟弟却考了第一名。不只这样，我还会嫉妒他的字写的比我好，因为我的字写的很丑，而妈妈都说：“你怎么又写的这么丑，你就不能写的和弟弟一样？”一副很不屑，看轻我的样子。

而有些比较胖的大人会嫉妒比自己瘦的人，有时也会嫉妒比自己美丽、漂亮的人，往往他们都会想去减肥、或者上美容院等等，这些都有比较心和嫉妒心在那边作祟。

所以不管是大人、小孩都会有嫉妒心的，而我学法轮大法去掉了很多不好的心，例如，嫉妒心、争斗心、显示心、还有很多很多不好的心等等。《转法轮》320页写着：“嫉妒心要不去是不得正果的，绝对不得正果的。过去大家可能听说过，阿弥陀佛讲带业往生，嫉妒心要不去可不行。”

心得4:

每个人都有嫉妒心，比如，某人考试比我好或被夸奖，我就会嫉妒心；某人人缘好我也会产生嫉妒心，嫉妒心很不好，我们要把它去掉。把这种心去掉，心性也就会提升，也会提高层次，如果你想每个人都在嫉妒，会有多可怕，所以我们要去掉，同时别的好心也要去掉，也要向内找，才能提高。

在社会上人们都在争斗，让社会道德越来越处于急速下滑的状态，我们要赶快返本归真，回归到自己真正的善良本性。所以只要

度他们。突然，我的文笔开始流畅，我一小时就写完了。

去做这个演讲，我感到非常紧张。毕竟，我该怎么练习，我能做好吗？但我想，我不是为了分数而演讲，而是为履行一名大法弟子的义务。演讲进行得很顺利。当我在讲大法和残酷的迫害时，每个人都专心的在听。他们似乎很能理解大法的益处，并谴责邪恶的迫害。我很高兴我决定把大法告诉他们。

一星期后，成绩出来了，我得了A+。

最近发生的一件事是，我参加了从多伦多到华盛顿特区的自行车之旅。这是我第一次和年轻的同修及朋友在一起呆这么长时间。

自行车之旅对我们每个人来说都是一段难忘的经历。在夏日的烈日下，每天骑车几个小时，是很疲劳和费力的。但却是值得的。我们向路上遇到的许多人讲真象，告诉他们发生的迫害，以及小子因此而遭受的痛苦。在路上有很多特别感人的经历。

旅程开始后几天，在尼亚加拉大瀑布，我们在路上骑车的人和乘车的其他人被隔开了。当我们沿着河骑车时，我们决定在几座小房子前面的空地上休息一下。我们很渴，所以一位同修去问一位居民，我们能否接点水。同修把我们的故事讲给那位居民，这位居民听了很感动，去冰箱拿出三瓶冰水，送给我们。

这次旅程也暴露出我的许多缺点。我意识到，有时我可能令人讨厌，好奇心太强。我发现有时我很粗鲁，容易沮丧，甚至爱发牢骚。有时我太草率和傲慢。我看到了这些执著，我努力去掉它们。通过这次旅程，师父点化出我的不足，帮助我提高，使我成为一个更好的修炼者和小弟子。

谢谢你们给我机会分享我这些年的心得，不妥之处，请指正。

(2005年多伦多小弟子法会交流稿)

小弟子正念的威力

文 / 小弟子杨杨口述，妈妈整理

【明慧网2005年4月9日】自从师父发表《向世间转轮》之后，我就悟到不能戴“红领巾”了，并且声明退出共产党邪恶组织——少先队，我们学校每周一升旗都必须戴“红领巾”敬礼，我问爸爸妈妈怎么办？妈妈告诉我发正念。并且说发正念铲除另外空间的“共产邪灵附体”。

师父好，各位同修好：

我叫杰夫·邵。我是多伦多入，今年14岁，修大法快7年了。我是在中国发生4.25和7.20事件期间开始修炼的。那时我祖母正在我家，是她最开始把法轮大法的美妙功法教给我的母亲。那时刚7岁的我，跟随母亲去炼功点，参加各种大法的活动。

起初，我对作为一名大法修炼者意味着什么一无所知。只有7岁的我，自然的认为那只是普通的聚会，一起读书、炼功，等等。但随着我和其他学员一起学法、炼功，我开始意识到大法远不止这些。她是关于修炼你自己、返本归真、救度世人和慈悲众生的。我想我真正的修炼是从我认识到作为一名大法弟子的真正意义那一刻开始的。

每个人的修炼道路都是不同的。我们都有我们自己的执著、自己的麻烦、自己必须过的关。起初，我的关似乎很小。作为一个上小学的孩子，我需要应付的只是一名小学生面对的普通问题：欺负、戏弄、家庭作业。我记得有一件事发生在沙坑。一名学生没有任何理由的把沙子扬在我的脸上。沙子进了我的眼睛和嘴，我一整天都感到很难受。我抓起沙子准备还击，但突然想起师父的话：“修炼人就应该打不还手，骂不还口。”我把沙子放下了。

迫害开始后，师父鼓励我们向周围的人讲真象，不管是我们的同学、朋友或同事。起初，我没重视，因为我觉得我的朋友和同学不会理解大法。实际上，我担心他们会对我对大法有不好的想法。我的怕心使我很长时间都没向我的同学讲真象。

在我的学校，我们每年都要写演讲稿，作为期末口语分数的一部份。我5年级的演讲快到了，我已经做了研究，并完成了90%的讲稿。在我要演讲的前一个星期四，我母亲突然问我在学校做什么。因为我母亲不怎么了解我在学校做什么，我把演讲的事告诉了她。她问我：“你为什么不用大法的事呢？你可以利用这个机会向同学讲真象。”我告诉她我快写完了，另外，演讲就在下星期一。因为我们要去学法，母亲没再说什么。

但是，星期六她又提起这件事。那期间我没再多想。她又告诉我那是讲真象的绝佳机会，并且我有义务救度我的同学。我好好的想了一下，终于决定重写讲稿。我只剩下一个下午的时间写稿子。

我开始写。起初，我发现很难，不知道从何开始。但随后我想到了我的朋友和同学：他们是如何等着我给他们讲大法的真象，救

有不好的心就要去除此，一次一次，不断的去除，修炼自己，才能增加自己的功力。

要是每个人都向内去找，那世界就会变祥和、和平，世界就会更美好，这不是很好吗？有一次上课时候，老师在问题抢答时，我有回答，可是老师没听到，又说这么简单还不会，后来有一个人回答，老师就说他很厉害，我很生气，嫉妒心起来，生闷气使我很痛苦。后来找自己，想到是自己没举手，而且又太小声了，所以我就不生气了，往内找去掉嫉妒心后，心情海阔天空。

心得5:

嫉妒心是一种很坏的心，也是很坏的行为，人一旦有了嫉妒心，就反而会失去更多，或引起了更多的争执与矛盾，这从日常生活中就可以了解明白的。

记得有一次，爸爸只给哥哥零用钱，我却没有，此时，我就嫉妒哥哥、恨爸爸，我脑海里一直想为什么爸爸只给哥哥零用钱，却不给我，之后我就很生气的跑上楼去睡觉！

还有一次，班上有很多人考试后，分数比我高时，我就会嫉妒他们，不管用什么方式我都要考的比他们高，后来我选择了作弊，结果也没有考的比他们高。后来我放弃了作弊，不跟他们计较分数，也不再嫉妒他们了，到现在我分数考高或考低了，我都不耿耿于怀了，因为我这方面的嫉妒心已经去了，我也知道了，学习重要的是过程做好，而不是强调结果要如何。

心得6:

有一次，我跟姊姊比谁写的字比较漂亮，给妈妈看的时候，妈妈说二姊的字比较漂亮，而且很工整，而我乱七八糟，因此，我就产生了嫉妒心，产生了气恨心。

又有一次，我又和姊姊吵架，妈妈来劝架，劝架完了以后就说大姊说得对，说我不应该这样，因此，我又起了嫉妒心，并起了争斗心。

话说回来，自从炼了法轮大法以后，我的嫉妒心渐渐的去掉了，法轮大法不仅改变了我，也使我懂得礼让别人，法轮大法真是好。

心得7:

不管大人或小孩都曾经嫉妒过别人，那你有没有想过为什么要去嫉妒别人呢！如果你自己做你自己的，就不会嫉妒别人的成绩好了。

每个人都嫉妒过，包括我也不例外，我常嫉妒别人成绩好，嫉妒别人考第一名，嫉妒别人跑第一名，但学了法轮大法，知道嫉妒心也是一种执著心，所以我横下心来去掉自己的嫉妒心，不断向内找自己，不断严格要求要求自己！去掉自己的嫉妒心后，自然而然，我的成绩进步了，由二十几名进步到十几名。

心得8:

每个人都会嫉妒别人，如果好朋友因为嫉妒心放不下而吵架，有可能就反目成仇，我也曾经嫉妒我的朋友，嫉妒他踢球的实力很强，但是我放下了嫉妒心，结果我跟他还是很好。

朋友互相嫉妒，有些是可以解决的，有的很难搞定，如果没有人会嫉妒的话，那就天下太平了。我学了法轮大法以后，我觉得心性变高了，头脑也清楚许多了，让我知道了做人的道理和目地。没有了嫉妒心，我的内心一片祥和。

心得9:

以前妈妈都会带我和哥哥去逛街，有时妈妈会帮哥哥买东西，这时我就会想妈妈为啥帮哥哥买东西却没有帮我买。我就会怪妈妈偏心，只疼哥哥不疼我，接着一堆念头就出来了。是我不讨妈妈的喜欢吗？还是……吗？是我粗心吗？等等消沉的话，心里一大堆怒气，埋怨妈妈忌妒哥哥，心里除了气还是气，恨还是恨。

从学法后我才知道我有这么多嫉妒的心，难怪我这么痛苦，所以我要好好学法，往内找，去掉嫉妒心。

台湾大法小弟子努力做到“先他后我”的修炼故事

【明慧网2005年2月16日】在班级老师的带领下，我们全班成为法轮大法小弟子，修炼后我们的身心受益很多，现在分享一些我们做到“先他后我”的小故事。

小弟子A：先他后我

也没有再怀疑了。阳光灿烂的八月份来临了。有一天中午我接到了一位阿姨打的电话，她问我有没有兴趣参加莲花艺术团、舞蹈夏令营？当我一听到这个消息之后马上就答应了。隔天练完舞后，才知道芭蕾舞不是个简单易易的事！练芭蕾主要是把全身的筋撑开一样，让身体变得更有弹性，跳出来的舞才美。回家后，在房间自言自语的说：“我再也不去练了，害得我全身都痛！”当时母亲从房间走过去听到我所讲的话，她就说：“一点劳身你就喊苦，那你还修炼什么？”我听了很难过，只好咬着牙又去练了。

经过了半年的辛苦练习，我们莲花艺术团在2004的春节晚会做了表演。为了这场演出，我自己牺牲了对钢琴的梦想。从小就想当钢琴老师的我，学了五年的钢琴发现渐渐的退步，最后把钢琴放弃了。我对舞蹈有了兴趣，还可以帮助我洪法。我说跳舞就像修炼一样。每年当春节晚会来临时，虽然在排练以及演出时出了些小插曲，但毕竟那是魔在干扰我们成员，最后我们还是渡过了难关也提高了我们的心性及演技。回过头看一看，莲花艺术团成立了三年，时间过的真快，满令人怀念的。今年的晚会对我来说是满特别的。今天在场上的人应该有四分之一都知道我过了一场关，自己的心性有了提高。

纽约晚会的前两个礼拜，我个人不小心遗失了公民卡。那一个星期除了上学和跳舞以外，自己关在房间里，想尽办法，连学法练功都减少了。当时我心动了，眼泪都流出来了。眼看着一天一天的过去了。纽约晚会即将来临，而我一点消息也没有。想到师父一定会帮我，不能放弃。同时身旁的弟子和成员们打电话鼓励我，使我从烦恼中清醒过来，及时申请到护照而能够顺利成功去演出。

经过这件事，每当我们排练时候，我都会觉得这段时间是可贵的。舞蹈要跳得一年比一年好。就像师父在《转法轮》第九讲中讲的：“难忍能忍，难行能行。”

谢谢师父，谢谢大家。

（2005年多伦多小弟子法会交流稿）

修炼从认识到大法弟子的真正意义那一刻开始

文 / 杰夫·邵 (Jeff Shao)

【明慧网2005年6月3日】

更多的出来救度众生。现在有很多的事情等着我们去做，有时也抱怨同修给我们太多的压力，但是每次抱怨过后，总是后悔又没有放下自我，为众生想一想。最后，我想以师父《洪吟（二）》中的一首诗来结束我的发言。

无阻

修炼路不同
都在大法中
万事无执著
脚下路自通

谢谢师父，谢谢大家。

（2005年多伦多小弟子法会交流稿）

一生都忘不了的一天

文 / 多伦多小弟子 苏玳璇

【明慧网 2005 年 6 月 2 日】

师父好，大家好：

我是苏玳璇，今年十六岁，是多伦多莲花艺术团表演者之一。我得法有两年了。这两年的时间就象飞船飞到太空去那样快，虽然岁月过的很快，但是这段日子以来，时时深刻感受到师父的慈悲：在修炼中，学法上，矛盾时，师父总是通过身旁的人给我点化与信心。

和其他小弟子得法是不一样的。还记得 2003 华盛顿法会，本来应该是去度假，就成为我得法的好机会。去到华盛顿看见莲花艺术团的成员穿着仙女似的服装，跳着优雅、高贵的舞。那个节目是我印象最深刻的。

第二天的法会是我这一生都忘不了的一天。那天一大早，母亲把我送进主会场，当时我分不清主会场和分会场有什么不同，一直到现在到慈悲伟大的师父来到了现场。一阵阵的掌声响起来了。师父的讲法，虽然我听不懂，但我还是静悄悄的坐在那里听完每一句话。师父讲完法要离开时，打了一个极其漂亮的法轮，让我感觉到一股热风从我身前吹过来。发正念时，不知不觉的我掉出眼泪来，心里一直在怀疑：这世界上真的有人会为我们来吗？

回到多伦多，跟着母亲读《转法轮》后，自己对大法更理解，

要使自己的道德提升，白色物质（德）增多，要如何做呢？“凡事先他后我”就是好方法。意思就是一什么事情都先礼让给他人，先给他人方便，最后才轮到我自己，也可说是：凡事站在对方立场来着想。以下就是关于先他后我的例子：

有几次，我和弟弟同时想阅读同一本书，原本我是想先下手为强——快速的从书架上拿走，但是马上有个声音说：“先让弟弟阅读吧！”当时，善与恶正在拔河，我犹豫了，不知如何是好，到最后我做了决定由弟弟先阅读，而我则先挑别本书来看，然后再互相交换心得，一起分享阅读的快乐！

还有一次，恰巧我和弟弟俩要查资料，需要用电脑上网查询，可是家里只有一台电脑，这……这该怎么办呢？这次我依照法理先让弟弟使用电脑，而且他通常会查得比较快，而我就比较追求完美，也就是资料丰富完整，所以我们便以非常和平的方式，作为这件事的结束！

凡事以先他后我的方式来处理，就不会发生纷争这类的事，因为人人都心存善念，时时刻刻都会替别人设想，懂得退一步海阔天空，并且以法轮大法的法理对照人的所作所为，相信这个社会一定更祥和安乐，或许因人们依照法理行事，而没有警察了呢！人人都管理好自己，还要警察管吗？

小弟子 B：凡事都要先他后我

我的老师在五年级时教我们全班做事都要依循宇宙“真、善、忍”的法理，做到“先他后我”，一开始我们有些同学不是非常了解个中涵义，后来我的班级老师就慢慢的解释给我们听，这句话的意思就是做任何事都要先想到别人、替别人着想，也要礼让别人。

记得有一次，我在学校，有人跟我同时要借一本书，结果我不让他，后来我才想到，我没过关、没做到先他后我，所以我就赶快把书放开，然后先让他看。

还有在家时，我会跟妹妹抢遥控器，结果我抢到了，我虽然意识到要“先他后我”，可是都太慢了，后来想想这些行为都是不对的，以后更要认真学法，横心消业，去掉我不好的心，做到法的要求。

今天在学校午餐有大家喜欢喝的珍珠奶茶，很多人都抢着喝，结果我就让他们先使用，嘿嘿！我终于做到了先他后我，心性也提

高了，哇！这种感觉真是好呀！

从五年级到六年级都是陈老师教我认识大法、学习大法，也使我的心性提高了很多。前面我写的都是提升心性、过关的经过，有了这么多事，使我的心越纯净，增加了许多的白色物质（德），去除了许多的黑色物质（业力），把我不好的心慢慢的洗成了无污染的心了，能有这些成果都是法轮大法、李洪志老师所赐给我的。

学法真是好，以后我一定要使更多人读到《转法轮》这本伟大的书。

小弟子C：做到先他后我是这么美妙！

做事都要先他后我，才不会引起争执。在社会上大家都没有先他后我，而引起争执，而在那里争争斗斗，大家都没想过让给别人又不会怎样，而把争斗当作福，把社会变的不祥和，如果大家都先他后我，社会就会变好，所以大家都要先他后我，社会才会变好。

有一天，我在堂妹家，我爸、妈买了奶茶给我，后来要回家了，堂妹他们也要喝奶茶，当时我不想给他们，可是爸、妈要我给他们，所以我就很不甘愿的给他们，当时没有做到先他后我。

有一次我在吃东西，看到堂妹在旁边，她说她要吃，当时我想到先他后我的法理，就分给她，她拿到就高兴的走了。看见她高兴的样子，不由觉得温馨无比，原来真正做到先他后我，是这么美妙！

在你跟别人斗时，就没做到先他后我，而你抢了别人的东西，你就给别人德了，我们要多为别人想，就会提高心性，经过这件事后，我领悟到先他后我的法理竟是这么美好。

小弟子D：先他后我在生活中实践

“先他后我”是对大法弟子的要求，教我们许许多多做人处世和待人接物的道理。不管在哪里，都要把“先他后我”这句法理，和其他的法理确实的实修在生活中。

有一次，我们全家人一起出去玩，有爸爸、妈妈、哥哥、弟弟还有我。我们全家到直兰的冬山河去玩，我们在游泳池里玩水，妈妈就去买了一瓶冰冰凉凉的可乐，我和弟弟吵了起来，忽然我想到先他后我这一句法理，我就让给弟弟喝了，妈妈一看到这个情形之后，马上又去买一瓶可乐给我喝，还说我很乖。

证实法活动都不愿意参加，我顿时感到羞愧极了。我真正的感觉到自己的执著心不放在第一位。到了曼哈顿，真是到了一个新的修炼环境，自己也有了新的要求。每天都是早起晚归，出去讲真象，做酷刑展，淋雨曝晒都坚持下来了。回来和大家一起学法，发正念，大家一起生活真像一家人一样，但是更值得的地方是每天都在做证实法的事情，而且还有同修在一起鼓励、督促，每天的时间都不会像往常一样不知不觉的就浪费掉了。

在曼哈顿的每一天，我发现自己更加精进了。所以我从最初的两个星期，延长了个星期又一个星期，希望利用我所有的假期使更多的人能够了解到大法的真象。在曼哈顿的一个多月里，真是一个放下自我，溶入法中的过程。虽然两个月的暑假，我只在家里呆了一个星期，但是我觉得更快乐，因为我每天在洪法中更加成熟了。从曼哈顿证实法回来，我参加了另一个挑战，那就是莲花艺术团。开始时，自己并不肯定是否可以和别的女孩子一起跳舞，因为一个是她们已经训练了很长时间，再说自己个头也矮了一点，所以开始时并不怎么想参加。

一天和一位同修交流的时候，我提到了自己不是很想参加跳舞，因为自己觉得不合格等等。他却告诉我不要让外在的因素来阻止我参加证实法的活动。他说跳舞是为了讲真象，你只要想做，师父一定会帮你的。听了他的话，我认识到自己又开始执著于自我了，我应该放下人心，更多的想一想怎样更好的参与证实大法，救度众生。就这样，我坚持参加每一次的排练，学习所有的舞蹈。很快，我可以和大家一样参加社区和学校的表演。最近，我们开展了一系列的营救孤儿的活动，去了很多的超市和繁华的街区去表演，并且安排了三场音乐会，收到的效果都非常的好。很多人都被我们优美的舞姿打动了，有人还想花钱请我们去表演呢！

我亲身感受到舞蹈可以打动很多人的心，尤其是当我们心中充满了慈悲，想去救度他们的时候，他们真的会情不自禁的流泪。舞蹈也可以更接近常人，使他们了解大法的真象，因为大法弟子所展现的都是最正、最美、最好的东西！

自己亲身体会还有很多很多，一时不知道该怎么写下来。通过几个月里所参加的所有证实法的活动，渐渐的我意识到大法弟子所做的一切的神圣，很后悔以前所浪费掉的时间，没有放下自我，

从一开始就困难重重。开始是家长对我们没有信心，后来又找不到车等等，但是这些都没有动摇我们的心，因为我们知道我们做的是救度众生的事情。慈悲的师父在看护着我们，鼓励着我们。当我们突破了所有的困难后，我们的自行车之旅顺利的进行了。路上的一系列感人的故事给了我们更大的信心。我们都从中体会到作为大法小弟子，我们在正法中可以起的作用也是非常大的。

自从自行车之旅的活动展开后，同修们都不再把我们当作小孩子一样看待了。我们成了各个项目组的成员之一。以下谈谈在做证实大法事情的过程当中放下自我的一些经历，和大家共勉。

当我们自行车队从华盛顿胜利归来的时候，自己一不注意，显示和自满的心就冒出来了。每天都是同修们在耳边夸我们多么了不起，做的有多么好，虽然嘴上没有说什么，但心里却有很大的成就感，连妈妈指出我们做的不足的地方都没有怎么放在心上。这一个漏洞就牵出了很多别的执著心，最大的就是懒惰了。自己总觉得已经做了很多了，而且又做的那么好，应该鼓励鼓励，休息休息吧。所以从回来的第一天，我就开始睡上了懒觉，还心里安慰着自己说辛苦了一个月，多休息几天，再做别的事情吧。可是好景不长，因为任何执著都得放下嘛。

刚到家的第二天，妈妈就告诉我们要搬家了，并且在这个星期就必须搬出去。接下来就是忙里忙外的大扫除，一趟一趟的搬行李。好不容易几天下来，搬进了新家。才住了两天，妈妈就劝我去纽约证实法。但是自己当时没有认识到此重要性，心想都离家一个多月又要出去，心里很不愿意去，拿暑假里办的跳班做借口。妈妈一生气，就开始说我对正法不负责，不想参加证实法的事情等等。当时自己抓着强烈的执著不放，不理智的跟妈妈辩解，吵闹，还大哭了一场，总觉得自己有理由，又怕妈妈再给我一个不想参加证实法的大帽子，所以就勉强答应说去两个星期。

出发的当天，我参加了计划明慧夏令营的会，听着同修说需要更多的大孩子来照顾小一点的小弟子，就想或许他们会让我少去几天吧。可是同修的回答却是，曼哈顿也很重要，你去吧，这里你不用管了。最后的一点点希望都没有了。

当我坐在前往纽约的车上，我开始冷静的思考，我发现自己的不愿意去曼哈顿其实隐藏了我太多的执著心、自私、求安逸，等等。当我发现了这些自己紧紧的抓着不放的执著心，使自己连这么大的

没学法以前，有时候我和哥哥、弟弟任何人都一样，常常会跟他们争东西，有时候会争到手，也有时我和弟弟没争到，反而给慢慢回来的哥哥抢走了，这个情形就是“鹬蚌相争，渔翁得利”。自从学法、炼功后，知道“先他后我”的法理，才懂得和别人和乐相处。

小弟子E：努力达到“先他后我”

“先他后我”是凡事先要想到对方，然后再想到自己。因为姐姐要用电脑我没让她用，自己还硬要用，我这么自私我认为我没有做到“先他后我”也没有向内找，还一直是别人的错，我虽然还没有做到先他后我，但是我坚持的学法，我相信我一定可以做到。

小弟子L：做到“先他后我”使我心情愉快多了

我还没学法轮大法之前很很自私，要是有好吃的食物、好玩的玩具、游戏总是抢第一！跟弟弟吵翻天，常惹妈妈生气的说：“你们两个不要再抢了。”

上了五年级后，我们班老师让我们读《转法轮》这本书，我学法之后，心性提升很多，要是家里有饼干、饮料的话，我已经不会再抢着吃，都会先让给别人，有时补习班老师有买饮料给我们喝时，我都会把饮料留下来给弟弟喝。还有一次我和同学同时要用夹子夹东西，是当时我想到我是修炼人，所以我就让他先用，他用完了我才用。我发觉做到先他后我，我并没有任何损失，反而我的人际关系变好了，我的心情也愉快多了。

这都是我学了法轮大法后使我把很多的坏习惯改掉，所以法轮大法真好，可是大陆很多电视媒体都诬蔑法轮大法，真是大错特错，其实法轮大法是千年、万年不遇的正法。

小弟子G：做到“先他后我”内心会觉得很充实

先他后我，首先不能自私自利，要先想到别人，不能什么事都想到自己，要最后才能想到自己，就是处处要为别人设想。

例如：有一次我和哥哥在家玩时，山上的阿姨来看我们，还送我们一盒饼干要我们分着吃，结果我私心一起来，就把这盒饼干给独吞了，这就是没有做到“先他后我”，也就是我没有替哥哥着想，我很懊悔没做好。

自从学法后，我觉得凡事要“先他后我”，而且只要我们付出的越多，我们就越感觉快乐，我们假如做了一件害人的事，看到他痛苦我们心里也会不安，所以我们一定要有“先他后我”的精神，替别人想的多，自己的心性也就提高了许多，内心也会过得很充实，生活很有意义。

小弟子H：做到“先他后我”，一片祥和

我们做人不可以只顾到自己，而要先礼让他人，所以不要和别人去争去斗。

有的时候我和弟弟玩同一个东西，原本我跟弟弟互相抢来抢去的，可是，我后来想到“先他后我”，我就把东西让给弟弟了，我们的争吵就停止了。

还有一次我们正要放学时，外面的路队都互相挤来挤去的，互不相让，这时我就想到“先他后我”，所以我就让他们先走，等他们走完我才走。如果大家都礼让别人，不争先恐后，那秩序该多好呵！

我们不管做任何事情都要做到“先他后我”，不要和别人去争去斗。先让给别人，如果每一个人都站在对方立场来想问题，那世界就一片祥和了！

小弟子I：做到“先他后我”，一团和气

每个人都想争第一，抢第一，什么都不让给别人，但是，当你抢到第一，你会开心吗？你知道别人在想什么吗？你懂得他的感受吗？

当我跟哥哥抢电脑、抢饮料，跟弟弟抢电视、抢食物，我都是以力量取得，根本没做到“先他后我”，可是当我抢到这些东西时，我并不愉快，反而觉得不应该。我应该要先让给其他人，可是太慢了，对别人的伤害已经造成了，虽然自责也于事无补，这都是自己心性没有提高造成的。如果大家都能替别人的立场想一想，做到“先他后我”，相信大家一定是一团和气。

小弟子J：做到“先他后我”这种感觉真是幸福无比！

有一次，中午吃营养午餐，我去盛饭的时候，刚好有一位同学也要盛饭，于是我就把饭匙拿给了那位同学，让他先盛。

从99年7.20以后我开始向人们讲法轮功真象，晚上我去发资料，以前怕黑、怕一个人走，但是想到监狱里的同修们遭受的痛苦，我这点又算得了什么，且怕心是执著心，应去掉。再说我有师父法身保护，这样一想，各种怕心就都没了。

在学校里我把一些真象资料、卡片给同学们看，她们因受了电视等媒体的欺骗而反驳我时，我便心平气和的告诉她们真象。以前我性子急，通过讲真象，不仅让世人知道了法轮大法好，也使我性子急的坏毛病改掉了，真是一举多得。

由于平时我以“真善忍”的标准要求自己，使自己不知不觉中立起了大法弟子应有的威德，所以与同学们相处得很好，她们干什么我都相信我，喜欢听我的，再听我这么一说，自然而然就相信大法，并且当有人说大法的坏话时，她们也敢站出来告诉那些不法轮功并不是像电视上说的的那样，这使我减少了向周围人讲清真象的阻力。

当别人诬蔑大法时，我心里很难过，为他们感到痛惜，我同所有大法弟子一样，坚持发正念，除掉那些人背后的坏东西。我相信邪恶已疯狂不了多长时间。

越来越多的信法轮功，并且有很多人开始走上了修炼的道路。弟子会坚修大法，紧跟师父走好每一步。

在证实法中放下自我

文 / 多伦多小弟子 叶瑾

【明慧网2005年6月2日】

尊敬的师尊好，各位同修大家好。

我叫叶瑾，今年高中快毕业了。以下想和大家交流一下在过去一年里的一点体会，和大家一起比学比修。

去年的假期里，我们多伦多的大法小弟子们组织了一个自行车之旅的活动。整整一个月，我们从多伦多骑自行车到了美国的首都华盛顿。一路上都是我们给世人讲真象的好机会，并且呼吁所有善良的人对正在中国遭受迫害的孩子们给予关注。这是我们多伦多的大法小弟子第一次自发的组织洪法活动，并且在其中付出了很多的精力。

这么大的活动当然有很多的阻力，而且这是我们的第一次，所

现在你明白什么是真正的富有了吗？当下次有人问我“谁最富有”时，我还是会很坚定的说：“那一定是我喽！”当然我也会告诉他这是为什么，以及什么才是真正的富有，让他了解我修了大法后的各方面情形，如果有机会的话，我会介绍他读《转法轮》，使他人也能得法受益！变成像我一样那么富有。

小弟子：用自身的行动证实大法

文/山东大法弟子 巧儿

【明慧网2004年10月23日】1997年，这一年令我永远难忘，因为在那一年我踏上了修炼的道路，我开始了修炼法轮大法。同其他大法学员一样，这个功法使我的各个方面都有了良好的突变。

首先是学习，当时我正读小学四年级，学习法轮功后的第一次考试，由倒数几名猛窜到前十名，这对家长特别对老师来说简直就是一个奇迹。当然我会很自豪、也很感激的告诉大家：“我是修炼法轮大法的。”同学们也为法轮功的神奇拍手叫好。我清楚的知道，如果没有法轮功，也就不会有我今天的奇迹。

99年7.20以后，邪恶铺天盖地而来，在与邪恶的较量中，让我认识到邪不胜正，我应坚持我的信仰，站在师父这一边。每个修炼人都会经受考验，我也一样。当7.20邪恶镇压发生时，我正读小学五年级，校长把我叫到办公室，办公室里有几个公安人员，他们问我为什么学法轮功等问题，我都如实一一回答。

面对这么好的功法，他们的态度却是不准炼。最后我义正辞严的说：“修炼法轮功是我的权利。中国既然号称一个‘民主国家’，那么就沒有人可以阻止我的信仰。”

我知道大法的重量，常人不懂得珍惜，我懂得。校长也没办法了，便说：“如果法轮功真象你说得那么神，你就考个前三名我看看，你敢吗？”在当时凭我的实力想考前三名，我心里也确实没底，然而一股无名的力量从我嘴中冲出：“敢！”

结果我真的考了前三名，这让全校老师不得不承认法轮功的神奇，我明白这都是师父在加持我，这又一次证明了法轮大法的伟大，无坚可摧。直到现在小学的老师们都还把这当作佳话。

自从修炼到现在我就没生过病，我身体健康得让人无法相信，更不用说吃药打针了。

在家里，我要看电视时，我姊也要看电视，于是我把遥控器给了她。

又有一次，我去上厕所，因为很多人要上，好不容易挤到了一个位子，怎知刚好也有一个同学也着急的想上厕所，所以我就先把他位子让给了他。

还有太多的有一次，在我的念头能总是先考虑别人的立场，因而让我看到的是一张张感激的笑脸，就如同盛开的花朵，那么的美丽，令人动容！

这种感觉真是幸福无比！

大法中成长 风雨中成熟

文/大陆大法弟子 傲雪

【明慧网2005年5月29日】我从小是个气功迷，在十五岁那年，初次见到师父的照片时感觉是那么的熟悉，仿佛间想起了许多，眼前看到了师父身着龙袍的装扮。虽然那时不很明白，但受这份缘使我走入了大法。

得法太幸福了！正当我为大法给我身心带来巨变而感到无比兴奋的时候，邪恶的疯狂镇压便开始了，刹那间来自家庭、学校种种压力如雪崩般压下来，无论家人怎样的反对始终动摇不了我坚修的意志。在一堂政治课上，当老师讲起对大法的诽谤时，我毅然站起来澄清，引起了全班的震惊。

一位与我同龄女孩儿琼从小是开着修的，见到我后说：“总算找到你了。”在她很小的时候天上陪她玩的朋友们就曾告诉她：当她长这么高（手比划）时候就能找到和她一起下去的伙伴了，并念给她一首词，她在宿命通中看到了我们历史上为等法的许多世，看到唐太宗领着我们儿时在御花园中玩儿。

2000年，我和琼决定去北京，在起身前，父亲突然病倒，当时我喻了一下，很快想：不管多难大法是第一位的。在天安门我们打起了很长的一面条幅，在随后八个月的看守所生活中，家长学校看守不断的洗脑（就是逼迫我们放弃修炼）没有成功，最后不得不开庭审理。之前，律师劝我后无意识的讲了句：“我希望你做个好弟子。”我知道这是师父点我，心想一定努力做好，我每天努力背法炼功，给同室的人讲真象，有几名有缘的犯人在此得了法，其中一

位炼功被看守看见后挨打，过后看守问他还炼不炼？他坚强的说：炼！看守所的伙食很差，一位犯人起初每逢吃饭的时候常看着我发呆，后来他对我说：“我看你这么小受这苦心酸。”我笑笑，在放风院的墙上写道：“受大浪千淘本是金，经百般锤炼吾为钢。”一次，他对我讲：“你一定会成正果的。”他说他看到我炼功时有光。

开庭那天，班里的师生全来了，下面还坐了许多领导，在法庭的辩护中我坚定的告诉法官：“法轮功于民于国有百利而无一害！”那些公检法的叔叔伯伯在听我讲真象时，从他们的目光中我看到了他们善良的一面被触动，后来法庭以年龄小为由释放了我们。出来后琼对我说，她天上的朋友非常羡慕我们，说他们都没有机会做这样伟大的事。她看到一本长长的天书，上面记载了每个大法弟子发愿下界的经历，直到这时的表现。归校后，学校以认错为条件要挟我，虽然我很怀念校园和朝夕相处的师友们，但面对这样的选择我毅然离开了学校。

由于本地主要的大法联系人 都被非法判刑、劳教，造成资料停缺，那时我们两个孩子凭着对大法的正信，承担起了许多，为此，时常风餐露宿。后来我们相继被非法判刑，在随后三年牢狱中，无论面对怎样的压力，我始终守着对大法的正信，师父讲“一个心不动，能制万动。”（《去掉最后的执著》）

一段时期，司法部给监狱不断加大压，要求强制转化，并以巨额奖金与升迁为诱惑，恶警们失去了理智，随之而来便是长期的体罚、夜审、暴打，他们威逼我写所谓的认罪书时，我淡淡的写道：生得其命，死得其所！坚定的对他们讲：“我如果这样做了，那是对我生命最大的耻辱，是对真理的侮辱。”并且严肃的正告：善待大法功德无量，迫害大法一定会遭恶报的！在最后一次夜审时，我再次正告，如果他们非法迫害造成后果，我们海外的学员一定会给他们曝光的。他们见没办法也就放弃了对我的“希望”。

就在那段最黑暗的日夜里，一位二十多岁的弟子被迫害致死（已曝光），被指使利用对他施暴的恶犯给他用了竹签，一位在狱中得法的坚定学员被恶犯强暴。

风风雨雨中，在师父慈悲的呵护下我们走到了今天，师父讲：“要珍惜，一定要珍惜你们走过的路。只有珍惜自己走过的这些路，大家才能走好以后的路。”（《2004年复活节在纽约法会讲法》）一定要珍惜我们所走过的路，只有珍惜我们所走过的路，才能走好

以后的路。不管剩下的路如何难，我们一定随师圆满走完这历史最辉煌的一页。

有位善良的警察曾感叹我说：“如果你上大学一定很优秀的。”我当时想：虽然在迫害中未能圆年少时的大学梦，但今天在大法中修炼一便是宇宙最顶尖的学府，这里造就着未来新宇宙的精英才！

台湾小弟子：我最富有

文 / 台湾大法小弟子

【明慧网 2005年3月5日】如果有人问你：“世界上谁最富有呢？”你会如何回答？是比尔盖兹，还是谁？如果要我回答的话，我一定会十分肯定的回答：“我最富有。”你可要相信自己的耳朵，不要被我的回答愣住了！不用怀疑了，没错就是我最富有！

为什么我会认为我最富有呢？因为我得法了，得法让我认识到宇宙的真理，认识且明白法轮大法是好的，晓得要常常向内找、对照自我。能够得法，我感到很荣幸，班导告诉我们：“德大才能得法，千万要把握这段时间，好好的精进！”得法后，我感到自己在各方面有很大的进步，我愈来愈富有了！

我拥有许多的好朋友、老师们和一个安康的家，父母无微不至的照料我和弟弟，在学校则有老师们爱的教育，还有好友、同学之间的友谊，彼此一同讨论课业和游戏，生活过得好踏实！

大法开启我的智慧，使我知道拥有金钱财宝的人并不代表就会很快乐，因为他不一定懂得如何使用这些财宝；如果不知道要行善，只是做个守财奴，把财宝看得比任何东西都重要，吝啬到极点，你想他的内心会快乐吗？不是很空洞了吗？所以，反过来说，贫穷的人内心也不一定就是贫穷的，或许他晓得帮助别人，晓得助人为快乐之本的道理，生活就会过得踏实而愉快，那么他的内心不就是富有的了？而那拥有许多财宝的人，如果内心空洞，他，才是真正的贫穷！

嗯，大法也让我知道其实所谓的富有，很多人都会认为是拥有许多的金钱财宝或珍禽异兽，这也不是不对啦！但若在更高点的层次上看，富有便不只是拥有金钱财宝的意思了，而是拥有更多的白色物质，更干净的一颗美好的心，当然他不论在做学问、做人处事上，就有一个更聪明的脑袋，懂得如何更有智慧的去对待。