

说：“你有真心，把这一包缝衣针吞下去，你家孩子就有救了。”祖母二话不说，接过那一包缝衣针就一根一根的吞了下去。一般人很难想象，针怎么能吃下去呢。其实“针”与“真”同音，这个老和尚就是考验祖母是不是真心救自己的儿子，他一看祖母是真心救儿子，就帮助了她，让二伯父好起来了，而且祖母也安然无恙，这不就是神迹吗？

照现在科学的观点来看，母亲吞针救病患幼儿是不可思议的，但这就是发生在我家的真事。中华传统文化讲母慈子孝，无论是慈母救子，还是孝子救母，都是有一个真心感动了天地，从而展现出的神迹。

正见周刊



拉脱维亚中部沿海城市尤尔马拉（拉脱维亚语：Jūrmala），位于首都里加（Riga）以西三十公里，是著名的度假旅游胜地。二零二零年九月五日至六日，拉脱维亚法轮功学员分别在尤尔马拉的 Kauguri 和 Dubulti 地区举办活动，向当地民众介绍中国古老的改善身心的修炼方法——法轮大法，又称法轮功。

第 943 期

2020年9月15日

目录

正见新闻

- 韩国新学员：相见恨晚 珍惜与大法的缘份 /3
 伦敦鸽子广场传真相 大陆留学生三退 /3
 爱尔兰法轮功学员声援 3.6 亿华人退出中共 /3
 悉尼民众赞美“真善忍”会给社会带来益处 /4
 得道多助 汇聚正义制止迫害 /5
 卡尔加里退党游行 民众：“支持你们的行动” /5

新闻评论

- 中共的造假与谎言 /6

讲清真相

- 接真相电话 “小粉红”女学生转变 /9
 我这几年讲真相劝三退的经历 /15

修炼体悟

- 护法神的故事 /17
 在背法、抄法、向内修中不断升华 /21
 在师尊的慈悲加持下一次发正念后的感想 /29
 认清不易察觉的干扰形式 /30
 也谈帮同修与修自己 /34
 色欲的教训 /37

神传文化

- 吞针救子显神迹 /39

的承受与付出，更遑论从下世以来，每个过程中师父对我们的慈悲苦度！

行笔至此，愧疚难抑。今天将此段不堪的经历写出来，希望大家了解修炼的严肃。色关的考验其实包罗万象，自我发泄都有如此严重的后果，更何况男女之间的事。希望这个经验教训能够提醒其他色欲心没去干净的同修，要让自己溶于法中，才能真正从常人中走出来。师父在《精进要旨（二）》〈排除干扰〉中说：“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”正念强就没有过不去的关，与大家共勉，共同精进直至圆满。

神传文化

吞针救子显神迹

古风

太太在家里教我做真相小莲花，有一道工序需要穿针引线来串上那颗珠子。我小心翼翼的捏着那根缝衣针仔细端详着，不禁想起了祖母讲给我的一个真实的吞针救子的故事。

那是八十年前的事情了，那年我的二伯父刚刚三岁，得了一种严重的病，奄奄一息的蜷缩着。请来大夫，大夫说这孩子不行了，没有救了，活不下去了。可是祖母仍然平静的坚守着，盼望孩子能醒过来，好起来。

刚好有一位游方化缘的老和尚，路过我们家门口，他对我祖母说：“你家有一个孩子得了重病，让他跟我出家吧，你舍给我，他就会好起来的。”祖母舍不得离开这个生病的孩子，想了想说：“大师父，您还有什么别的法子吗？”老和尚说：“办法不是没有，就怕你没有真心，不能办到。”祖母不假思索的说：“大师父，什么事情啊，我有真心，我一定能办到。”老和尚从包袱里摸了摸，掏出一包缝衣针，

悟，原来精血之气有着无量的众生，因自己一时的发泄而全部害死了。原本他们可以在我的小宇宙内成长的生命，长大甚至可以帮助我的，但这一切都不存在了，而我却造下了杀生的大业！

这样的经历，应该足以让我们记取教训不再犯色戒。但在常人复杂的环境中，如果没有持续的精进、去执着，时间久了，可能又被污染了。后来过了好一阵子之后，诱惑再度出现了，又有人在手机上传送了色情影片，色欲心没去干净的我，忍不住又点了进去，一阵热情之后竟又泄了出来，接着头顶像被球棒重击一般，又痛又晕眩。在休息的时间，我在半梦半醒间听到好多人讲话的声音，在还来不及了解状况下，就被一群神仙把我跟当天值班照顾我的护法神团团围住了。定神一看，那是在一个像罗马竞技场的场地，我跟护法神已经出现在场中央了，而周围环场的座位上坐满了众神，其中最高处坐着师父的法身及旧势力的神。原来是众神正在对我及护法神审判！旧势力的神口气很不好的责怪当日的护法神，说他们没把我管好，害我又再次犯错，并在当下要求师父把护法神砍头谢罪！同时也跟师父说：“您的弟子修的真差劲，知法犯法、一错再错，还害死了自己无量的众生。”此时护法神跟我马上就跪下跟师父说“对不起”，师父表情严肃地叹了一口气说：“做错了下次记得要做好，别再犯了！”之后就叫众神离开现场，我也在睡梦中哭醒了…

这次的教训使我印象太深刻了，久久无法忘怀。护法神在大法弟子身边保护着我们、照顾着我们，但当我们的执着心太强盛时，他们的点化也无法让我们醒悟的。我的一再犯错，不仅是过不了关，还害得护法神被羞辱、审判、险些被砍头，他们可是用生命在保护我呢！

更惭愧的是，我的色欲心还抹黑了师父，让旧势力对师父说了那样的话！从这局部的画面中，就能看到师父为我们

正见新闻

韩国新学员：相见恨晚 珍惜与大法的缘份

韩国法轮功学员



学员们交流了他们修炼入门的过程和体会。

“再早点开始修炼大法就好了！”家住首尔松坡区的金熙东（音，七十岁）连声说道，语气充满相见恨晚的遗憾。

目前中共病毒（武汉肺炎）流行全世界，但并没有阻止韩国民众与法轮功结缘。二零二零年八月二十六日，又一期法轮大法九天班在首尔天梯书店圆满落下帷幕。当天，新

伦敦鸽子广场传真相 大陆留学生三退

英国法轮功学员



二零二零年九月五日，一年前来英国读书的中国大陆留学生许女士，在伦敦特拉法加广场（Trafalgar Square 又称鸽子广场）遇到正在开展讲真相活动的法轮功学员，经常帮助中国人“三退”的退党义工爱德华（Edward）用“英有缘”的名字帮助她现场退出中共共青团和少先队组织、脱离邪恶。法轮功学员祝愿在英国与法轮功相遇的有缘人能够了解真相“三退”保平安、顺应天意选择美好未来。

二

爱尔兰法轮功学员声援 3.6 亿华人退出中共

2020 年 9 月 4 日（周六），爱尔兰法轮功学员再次来到



华人店铺集中的都柏林的帕奈尔街（Parnell Street）集会，向华人和西方人讲述中共对法轮功长达二十一年的残酷迫害，揭露中共一直以来的欺骗和谎言，以及中共此次掩盖武汉肺炎病毒真相造成世纪瘟疫的事实，希望更多华人认清中共的魔鬼本性，选择退出中共，并声援 3.6 亿华人退出中共；同时鼓励西方民众从遭受中共病毒疫情的切肤之痛中，能更清醒地了解中共的邪恶本质，拒绝中共。

集会上，爱尔兰学员刘女士进一步向华人介绍了中共掩盖疫情的证据，包括外媒曝出中共内部文件证明中共隐瞒疫情，和历史上中共一直以来对民众的欺骗。刘女士说：“中共又一次掩盖了一场灾难。它一直在这么做，而且以后还将继续这么做。善良的人们很难理解为什么？因为中共是一个魔鬼，就象毒药你让它不毒也不可能，这是它的本性。魔鬼只有用谎言和欺骗才能粉饰和遮盖其血腥邪恶。”刘女士希望华人能尽早认清中共的邪恶本质。

集会上，爱尔兰学员刘女士进一步向华人介绍了中共掩盖疫情的证据，包括外媒曝出中共内部文件证明中共隐瞒疫情，和历史上中共一直以来对民众的欺骗。刘女士说：“中共又一次掩盖了一场灾难。它一直在这么做，而且以后还将继续这么做。善良的人们很难理解为什么？因为中共是一个魔鬼，就象毒药你让它不毒也不可能，这是它的本性。魔鬼只有用谎言和欺骗才能粉饰和遮盖其血腥邪恶。”刘女士希望华人能尽早认清中共的邪恶本质。

悉尼民众赞美“真善忍”会给社会带来益处



二零二零年九月四日，法轮功学员在澳洲悉尼金融和政界聚集地马丁广场（Martin Place）举行传播法轮功真相活动，主流社会民众谴责中共迫害法轮功及强摘器官的邪恶行径；赞美法轮功弘扬的“真、善、忍”会给社会带来益处；还有的民众说：“我不喜欢共产党，但我喜欢

会带来益处；还有的民众说：“我不喜欢共产党，但我喜欢

一点浅悟，不当之处，望同修慈悲指正。

色欲的教训

大法弟子

大法的修炼是在常人的环境中修去所有的执着心，所以任何的执着都会被拿来考验的，哪怕是开了天目的人，也是在不同境界的迷中修的，也同样会在迷中遇到考验。然而事情过后，开天目的经历可以看到一般人不知道的内情，回首起来更看出我们修炼过程的惊心动魄。

我们都知道“色欲是修炼人的死关”（《二零零四年美国西部法会讲法》），色关没过好，千万不能轻视，后果甚是严重，今天就以自身经历过的惨痛教训跟同修分享，希望有助大家共同精进。

几年前我有一天在手机里收到了一个色情讯息，一时好奇就点进去浏览，看着看着身边就飞出了一只蚊子来叮我，我挥了几下但没有把蚊子赶走，仍执着的想要看完影片。这时蚊子突然从一只，变成二只、三只，怎么赶也赶不走，所以就放下手机，干脆把蚊子都打死了，打完蚊子还是执着地继续看。在色欲薰心的情况下，后来就泄了出来。当时头脑突然“嗡”一声，感觉脑袋被人重敲了一下，立刻头昏眼花了。

后来在休息的时候，半梦半醒间听到有人在叫我，我的元神就离体走出了房间，结果眼前看到好多好多的坟墓，上面的墓碑都是没有名字的。旁边好多穿白衣的人在哭，他们拿了一大叠白帖子给我，叫我去祭拜他们。我看了感觉很错愕，问他们到底发生什么事了？其中有二位长者来到我面前说：“你的色欲之心一次就害死这么多众生，你当然要负责，他们都还没长大你就把他们害死了！”我马上恍然大悟

提醒，这样效果一定会更好，同修在我们纯正的能量场中就会在不知不觉中走出病业迫害的假相。

三、“语气、善心”比“道理”更重要

师父讲：“我不只教了你们大法，我的作风也是给你们留下来的，工作中的语气、善心，加上道理能改变人心，而命令永远都不能！”（《静进要旨》〈清醒〉）刚学这篇经文时，我就在想：为什么师父把“语气、善心”放在“道理”的前面？后来在修炼中逐渐体会到，只有我们的语气和善心是纯善的，我们发出的场才是最正的。否则，语气不善，道理再对，甚至是拿师父的原话去对照同修，也不一定能起到好的效果。

我们帮助同修，出发点肯定是为同修好，让同修感觉不舒服或有压力，一定要从我们自身找原因。师父讲：“我经常讲一个人要是完全为了别人好，而没有一丝自己的目地和认识，讲出的话会使对方落泪的。”（《精进要旨》〈清醒〉）我们想想自己，在帮助同修时，我们持什么心态？我们的话能让同修落泪吗？

其实，让同修感到不舒服时，一定是在维护自己的东西。而旧势力就是想改变别人、而不想改变自己，在那时我们的思维是不是和旧势力相似？

我们不改变自己、只想改变同修，旧势力就认为符合了它的思维，就会操控你、在同修中造成间隔，从而干扰要做的事。其实，只要我们能够时时牢记师父赐予我们的法宝“向内找”，默默的去圆容同修的不足，邪恶也就无可乘之机了。

我们遇到的任何事，都是我们自己的事，都不能脱离自身的修炼，第一念都要想到找自己，所有的问题都会迎刃而解。

中国人。”

“天灭中共 结束迫害”、“中共隐瞒疫情 祸害中国和世界”、“病毒针对共产党而来”、“退出中共邪党 远离中共病毒”的横幅在宽敞的主街上明亮夺目，有不少民众看到这些横幅后一下就明白真相了，主动到信息台签署解体中共的请愿书，特别是在附近施工的人员，法轮功学员展位尚未摆好，他们就过来等着签署请愿书。

得道多助 汇聚正义制止迫害



二零二零年八月二十四日，澳洲外交部长佩恩（Marise Payne）就法轮功团体递交的制止活摘器官请愿信表示关注。她表示，澳洲外交和贸易部（DFAT）正在严肃的监视中共非法活摘器官此事的进展，澳洲坚决反对中国从死囚身上摘取器官用于医疗移植的做法。她表示，《移民法》已允许政府阻止侵犯人权者访问澳洲，DFAT 正针对澳洲实施《全球马格尼茨基人权问责法》（The Global Magnitsky Human Rights Accountability Act）进行听证。

卡尔加里退党游行 民众：“支持你们的行动”



二零二零年的八月和九月，是全球退党服务中心卡尔加里分部的退党月。由当地法轮功学员们组成的真相车队游行已经成功举办了六次，最多时有十六辆车参加游行，游行

路线覆盖了卡尔加里的唐人街、市中心、主要的繁华路段、华人超市、购物商圈等。真相车队经过的地方，引来民众驻足观看，有的竖大拇指表赞，有的司机鸣笛支持。

新闻评论

中共的造假与谎言

李铭

二零二零年九月八日，世界知名的经济学家、印度 MICA 商学院校长雪伦德拉·拉杰·梅塔（Shailendra Raj Mehta）在《印度快报》（The Indian Express）上，以“正在收缩的中国”为题撰文，剖析中共近年的人口数据严重造假，除了虚报人口数字以维持“人口世界第一大国”的地位，还意图掩盖严重失衡的性别比例、快速减少的劳动人口与出生人口。

梅塔指出，中共在一九七九年开始执行一胎化政策，人为的选择性别更加猖獗，中国男女比例失衡的幅度，远远超出官方数据。他说，中共的人口数据堪称世界上最不可靠的统计数据，在未来十年内，不断减少的人口将让中国的劳动力严重衰退，中共形塑的梦幻终将破灭。

中共大规模捏造人口数据，掩盖了迫在眉睫的人口危机。其实，中共的浮夸与造假，积习已久，也容易穿帮。去年中国人均 GDP 已超过一万美元，还大手笔的几百亿美金捐给非洲，几十亿美金送给世卫。然而今年五月二十八日，总理李克强在人大记者会上表示：中国人均年收入是三万元人民币，但有六亿人每个月的收入仅有一千元。李克强的“真话”，让很多中国人犹如大梦方醒。“中国奇迹”、“大国崛起”等迷惑人的口号，就像镜水楼台、空花水月般虚幻不实。

力，这个无形的场就会压的同修喘不过气来，使难中的同修更加艰难。最后，同修直接说，大家不要来了。

我们在帮遭受病业假相迫害的同修时，一定要从我们自己这方面想一想，不能把自己置身其外，一味的让同修向内找，而自己却不向内找，这种对同修的所谓帮助根本起不到正面作用。师父在《新加坡法会讲法》中讲：“我们遇到任何事情都能够在我们自己这方面衡量一下，我说这个人真了不起，在圆满的这条路上就没有任何障碍能挡住你。我们往往碰到任何事情的时候都是在向外看，你为什么这样对我？心里头有一种不公的感觉，不去想自己，这就是所有生命的一个最大的、致命的障碍。”我们只有自己向内找，然后再帮助同修在法理上认识上来，这样发出的念才是正念、才是对同修真正的帮助。

二、帮同修实质是在修自己

我们在修炼中遇到的任何事情都与我们自身的修炼有关，所以在任何时候都不能把自己置身其外。哪怕是同修表现的是绝症假相，也不要想同修和我们不一样，就把同修看成和我们一样，我们自己思想中先剔除绝症病业的念头，然后和同修一起学法、炼功、发正念、甚至走出来讲真相救人，在这过程中，我们不断的归正自己，找自己的不足。自己修好了，场变正了，对同修才是真正的帮助。

很多同修在交流中或帮助受病业迫害的同修时，最容易拿师父的话对照同修，让同修找自己。其实，法的内容当然是正的，让同修找自己也没错，为什么起不到好的效果呢？是我们的善心不够、我们发出的能量不够纯正，同修收到的是我们自身发出的执着和不好的物质，所以同修会感觉到不舒服。

即使是看到同修的不足，也是善意的提醒，而不是指责

法来衡量还可以想神会这样想吗？从而把一切不在法上的思想全部清除掉，修炼已经到了最后的最后了，我们更应该高标准严格要求自己，不应再被任何不好的思想念头所左右，达到一个正法弟子所应该达到的标准。

许多同修对于执着心能分辨出来，对于心情不好，消极、低沉、烦躁、焦虑、无聊等等人的情绪上来的时候却不容易分辨，从而陷入人的情绪中不能自拔，也就无法精进来，因为状态不好也就影响了救度众生的效果。希望有此情况的同修能认清这种不易察觉的另一种形式的干扰，从而尽快的从这种情绪中摆脱出来，以一个修炼人应有的状态投入到助师正法的洪流中来。

以上为所在层次所悟，如有不妥请慈悲指正。

也谈帮同修与修自己

同真

在同修被邪恶绑架或遭受病业迫害时，我们都采取过各种办法帮助魔难中的同修，如：发正念、帮助同修向内找、指出同修存在的问题、和同修一起学法炼功，甚至是对同修日常生活的帮助，等等。

我认为，在帮助同修时，要明确以下几方面的认识：

一、去除“我帮你来了”的念头

在帮助遭受病业迫害的同修时，我们很多同修都有目的地性很强的一念：“我帮你来了”，这一念的结果直接就是把自己置身其外，没有把帮助同修看作是自己的修炼。

还有的同修在帮助同修时，一味的让魔难中的同修向内找，或者是说同修有这个心、那个心导致的。一个同修持这样的想法、两个同修持这样的想法，去帮助遭受病业迫害的所有同修都是这样的念头，就给魔难中的同修造成很大的压

尤其庚子年中国大陆天灾人祸不断，武汉肺炎、大洪水与蝗灾等接踵而至。半年多来，许多灾民流离失所、生活困顿，却还得“应付”官员作秀式的视察。可叹的是，中共官方频频“造假”，掩盖灾情实况，让人格外同情中国灾民的悲惨处境。

三月五日，中共国务院副总理孙春兰巡视武汉市青山区的开元公馆小区，当地居民从楼上的窗边向下大叫“假的，假的”、“全部都是假的”，抗议当地物资供给措施造假。七月十六日，中共农业农村部发文声称，“我国夏粮已获丰收，主要粮食作物种植面积基本稳定，稻谷、小麦库存充足，大体相当于全国人民一年的消费量”。中共诋论“粮食充足”，引爆网络舆论一片批评声浪，它鲜活的揭示了：共产党是靠谎言来维系的。

尤其数月来，暴洪淹田，汛涝成灾，却侈言粮食丰收，这种荒唐可笑的谎言，让人想起上个世纪五十年代末，中共宣传“超英赶美”、“大跃进”，搞出粮食“亩产万斤”甚至十几万斤“放卫星”的荒谬往事。当时这样赤裸裸的谎言竟然堂而皇之的登载在中共喉舌《人民日报》上，造就了“人有多大胆，地有多大产”的丑剧。为了配合造假，把几亩的稻子挖起来，密密的插到一块田中，让记者去照相，小孩都可以坐在稻子上面玩耍。

自从亩产万斤以来，《人民日报》一直是中国人民的笑柄。上行下效，各省市县镇等政府部门都是吹着浮夸风。民间广传顺口溜，所谓“村骗乡，乡骗县，一直骗到国务院”，顽疾已久，根治也难。不仅地方造假，上梁不正下梁歪，基层政府需要政绩来升职，高层政府要保 GDP 增长速度。二零一六年十二月八日，国家统计局局长宁吉喆在《人民日报》撰文表示，一些地方时有发生的统计造假、弄虚作假，违反法律法规。

新闻可以造假，官方数据亦然。今年八月连续多天的强降雨，四川省有 31 条江河水位超过警戒线，长江三峡迎来了四十年以来的最大洪水。八月十三日，中共官方数据显示，各地紧急转移安置群众 400 多万人，“安置人员 6 万人左右”，“90%以上都是投亲靠友”。中共官方的说法，已经透露出了灾民的自生自灭。安置 6 万人，仅占 400 万人口的 1.5%。换句话说，98.5%的老百姓都是自救，中共根本放任不管。

中共一贯说谎的欺瞒本性，企图箝制真实消息，自己造假却还阻止别人说真话，以迫害法轮功为最。一九九九年七月，中共动用整部国家机器，非法迫害上亿名修炼“真、善、忍”的法轮功学员，不断制造“假新闻”，编造一连串自焚、杀人与敛财等弥天谎言，企图激发民众对法轮功的仇恨。其中荼毒世人最严重者，莫过于二零零一年一月二十三日炮制的“天安门自焚事件”，意图诬蔑陷害法轮功，以所谓的五人“自焚”谎言欺骗民众。

二零零三年十一月八日，揭露“天安门自焚真相”的纪录片《伪火》，从各国参赛的六百多部影片中脱颖而出，获得第五十一届哥伦布国际电影电视节荣誉奖。《伪火》影片以精辟严谨的分析，证实了整出事件是中共栽赃法轮功而精心布局的阴谋与谎言，读者可在《伪火（中文版）》下载观看。无怪乎，“国际教育发展组织”于二零零一年八月十四日在联合国会议上，就自焚伪案，强烈谴责中共“国家恐怖主义”的行径，是构陷法轮功的谋杀。中国代表团面对确凿的证据，没有辩词。

中共“造假”歪风，引领人心败坏、道德沉沦；江氏集团迫害“真、善、忍”，使“假、恶、斗”弥漫中国社会，终至乱象频生。从假食品、冒牌货与“山寨版”等“中国制造”的造假，也引起西方国家关注，二零零八年的“三聚氰

实我告诉大家精神和物质它是一性的！”师父在《二零一九年纽约法会讲法》中还说：“那个物质吸进去之后就在你身体里形成一个薄薄的、淡淡的你，一次就能，因为它毒性大；等到第二次再吸，这个薄薄的、很淡淡的你就变的浓了一些；再吸它就越浓，越吸越浓，它就越强壮。它连你的整个身体的结构都有、思维都有，完全是一个毒品构成的魔性的你。”我悟到我们那些不正的念头、执着、观念等等，在思想和精神上也同样形成了物质，甚至是已经形成了一个具有那种思维的身体，只因为我们看不见就不能清晰的认定它是物质或业力构成的，从而需要消掉它，这应该是关键所在。因此，在思维上如果我们能把这种思想上的各种不好的，不在法上的念头，包括那些所谓的心情不好消极情绪等等都认清是业力或不好的物质，根本不是真正的自己的话，接下来对于消掉它就不再是难事了。

我有一次在分清了的那种情绪不是来自真我之后，找到了那个情绪背后的执着，我感觉我真正的自己是跳出来在看那个假我，觉得它那么的不善不包容完全是为私的。发自内心的觉得那不应该是本来的先天的我，不想再要它。这样就觉得很清晰的把它从我身体上给剥离开了。师父在《美国西部法会讲法》中说：“为什么精神病人就很难度呢？就是因为他根本都分不清了。能够分清思想业力，能够分清哪些思想不是我，作为一个新学员是很难做到，做到了也真是了不起。用大法衡量嘛，所有不好的思想其实都不是你。能够做到这一点也就分清了：噢，这个思想不好，应该消下去，去掉它，我不应该这样去想。这本身就是消嘛。”我认为分清是第一步也是关键的一步，因为认清它不是“我”之后师父就会帮我们拿掉它，我们自己在正念排斥和发正念的过程中也会逐渐的把它清除。而且，师父已经在法中为我们明示了“所有不好的思想其实都不是你。”我们就应该用

的话，你会立即发正念，找执着。而对于这种一闪而过的不正的念头或人的情绪却很难马上抓住它，并认清它就是干扰，除非修炼有素的弟子。那么不马上分清这是干扰后，就可能随着那个思想继续想下去或者行为上就按照那个想法去做了，这已经就是在被干扰中了。因为没有马上分清也就不会排斥它，那个执着或观念就会被继续放大，会使自己陷入痛苦中。有的人因为想暂时缓解心里的痛苦就可能采取人的方法逃避，比如看视频、网上购物、滑手机等，而这个让你看视频，滑手机的念头本身就不是来自真我，可以肯定的说，它就是外来干扰，如果随着它去看了，不正是上了旧势力的当了吗？因为它们就是想让我们无法精进，掉下来，而且看似那些人的方法让你暂时忘却了烦恼，短暂的缓解痛苦不但不能解决任何问题，而且这种网上的内容会勾起人的各种七情六欲，就会使我们加强了人的执着和思想业力，有的人就可能一蹶不振，状态变得越来越差。还有的人往往都是痛苦到了一定程度才反应过来，觉得好像哪里不对劲啊，不在修炼状态，这时才反应过来。可是这个执着却被壮大了，思想上形成的不好的物质等于给它补充了能量，下次再消恐怕就更难了。

我们对于身体上的消业，尤其是盘腿时腿疼这种业力看的比较透彻，身体上的苦觉得咬牙坚持挺过来把业力消下去就行了。那么同样的在思想或精神上形成的这种业力或物质不也得通过吃苦来消掉吗？这种苦就是可能让你心情不好，低沉消极等等各种人的情绪。这种心里的苦在我看来不也是一种苦吗？不也得给它消下去才会好过吗？身体上的难受消下去之后身体的疼痛消失了，我们会清晰的知道是业力消下去了，那么心里的难受或痛苦消下去的感受是心里变得敞亮了，不再为一些事情苦恼了从而心里轻松了，在我看来也是业力消下去的表现。师父在《新西兰法会讲法》中说：“其

胺毒奶粉事件”，更震惊了全球。只要有利可图，造假几乎无所不在。

涝灾夸称丰收，蓄意诓骗是主因；人口数据造假，“假大空”积习难返。中共炮制自焚伪案，栽赃构陷，蒙蔽世人，“造假”邪风贻害了全中国。十几年来，幸有《伪火》在海内外广泛传播，无数民众通过了解“自焚真相”从而明了迫害法轮功的真实情况，使人心日渐觉醒。

谎言可能骗人一时，真相难以长久掩盖。中共靠谎言迷惑世间，最终会被人们戳破骗局、洞悉诡计。所有中国人应该回归传统理念，擦亮慧眼，认清中共的邪恶本质，唾弃造假与虚幻，则世道可期清明，人心有望归正。

讲清真相

接真相电话 “小粉红”女学生转变

海外大法弟子

前不久，在往国内拨打真相电话时，有个电话接通后，对方没有出声，我就直接讲“九字真言”和诚心诵念出奇迹的例子，接着讲了法轮功的美好以及中共媒体的造谣和负面宣传，我希望她（或他）兼听才明，快两分钟时，对方出声了，是个女孩，她开始咄咄逼人的重复共产党灌输的谎言……，针对她的心结，我一一解答，这通电话讲了二十多分钟，最后她说还希望听我继续讲，并退了团。

下面是我们通话的内容，写出来与大家分享：

你好，拨通这个电话，就是想送给您一个九字真言护身符，很多人在这次疫情中诚心默念这九个字，身体康复了，我希望你吉祥平安，那就是“法轮大法好！真善忍好！”，法轮大法就是法轮功，在一九九二年在中国长春传出来，仅仅七年时间，就有上亿人学炼，在国内曾经收到很多的正面

报导和支持，江泽民在位期间，妒嫉法轮功，一意孤行要迫害法轮功，随之而来的就是媒体跟风造势，铺天盖地的谎言就开始了，咱们呀，千万不要相信，因为在国内呢，媒体都是姓党的，咱只能听到一个声音，多看多了解，中国人说‘兼听则明’，对吧？我打电话来，并非想让你学法轮功，我只是想告诉你，法轮功是好的，咱们别误解，中国人都是一家人，对不对？都是同胞，不应该是互相仇恨的，但是共产党是煽动仇恨，人整人，人斗人，咱别上当受骗，就记住法轮功是好的，被冤枉的，诚心念这九个字就会有福报，因为我们是善良人，能分清善恶。

在我讲到快两分钟时，她出声了，是个女孩，问我是哪里人，我回答后说：我打电话都是自费，因为国内网络是封锁的（邪党的金盾工程），很多人看不到听不到真实的信息，所以才用这种方式让大家了解。我们知道在国内法轮功被妖魔化，但是现在，很多有机会到国外观光旅游的中国人会大吃一惊，世界各地的很多旅游景点，都可以看到法轮功学员在炼功在发资料，学的人各种肤色的都有，其实法轮功在中国，各种阶层的人都在学，不光是普通百姓，高级知识分子，专家学者，七大常委的家属都在学，还有公安检察院系统的，军队的多着呢。

她问我怎么知道她号码的，我说：随机拨打的，并不知道她叫什么姓什么，能接到这个电话是有福气的，因为你能听到真相，明明白白的为自己活着，而且我还要告诉你一个非常重要的事情，为什么法轮功学员要劝大家退出党团队，并非是因为法轮功遭到共产党的迫害，我们拉着老百姓闹革命，不是这样的，因为法轮功学员是一群修炼的人，我们知道也相信‘善恶有报’，我们在大陆，可以说大部分是入过党团队组织的，还要宣誓‘为共产主义奋斗终生，为党牺牲一切’这类的话，这就是个毒誓，卖命的誓言，中国人都知

着各种方式无所不用其极的起着各种破坏弟子正念和修炼的作用，而我们如果具备了看清它的慧眼和辨别它的能力就可以不被其左右，从而正念解体并破除这些不必要的干扰和破坏。

大家都知道病业关是比较容易辨别的，因为它会在身体上反应出来一种症状比如身体不舒服疼痛等等，这样就比较容易分辨出来，可以说是一种明显性的干扰。而另外一种隐性的干扰却极具迷惑性而不易分清。往往正念不强就容易受其左右把那种强加来的感受当成自己。在修炼中，我们都会出现心情不好、焦虑、烦躁、消沉等各种人的情绪，正念强的弟子可能会顺藤摸瓜向内找造成这种情绪的内因，也就是什么执着心造成的这种情绪，从而找出症结，用正念铲除那个执着。师父在《各地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉中开示：“你的思想只要符合了哪一类型的生命，它马上就会起作用，你却不知道你的思想来源在哪里的，你还以为是自己要这样做。其实只是因为你的执著引起了它们起作用，从而加强了你的执著。”

我悟到，当我们受到这一思想上的干扰，又没能分清它的时候，那些另外空间的生命就会利用人所执着的人心往你空间场中扔不好的物质从而加强你的那些执着人心，有的时候那一念从哪来的甚至我们都还没有来得及反应，可能就以为是自己这样想的而不加思考的随着去了，从而陷入其中不能自拔，而那一念到底是谁，是真我发出来的吗？我们是否思考过呢？师父在《精進要旨》〈为谁而存在〉中说：“如果这后天观念变的很强，那么它就会反过来支配人真正的思想与行为，这时人还以为是自己的想法呢，现代人几乎人人是这样。”因为心情不好时的那种感受就是那么真真切切，就感觉是自己心里在难受就更无从分辨了。

而如果是病业关可能就比较容易分清，知道了这是干扰

了。想想看：一个地区，只要一个同修被绑架，我们整体需要搭上多少人力物力；会造成对大法多少负面影响；对家人会带来多大的伤害。对自己救人方面也会带来很大损失：让熟悉的人对我们不理解，影响我们救人。由此：我经常感到自己修炼的离师父的要求还差很远。所以我经常想，自己要好好修炼，做什么事情首先考虑到对整体是否有利，决不给整体带来一点麻烦，让自己能为整体尽一点微薄之力。

但往往很多事由于自己修的不够精進，看问题有时境界不够高，还存在怕心，怕说错话。还存在一些人心及人的观念。但就修炼来说：真的是严肃的。修不好自己，就不能更好的救度众生；修不好自己，就对不起我们慈悲的师父；更对不起我们天国里的众生；也对不起我们自己。大法修炼真的很难，因为没有可借鉴的路可走，必须我们自己走出自己的修炼路来。如果：我们做什么事情，都能考虑到整体；都能考虑到对别人有无不利；都不给整体添乱，遇到问题都能找自己，没有争辩，只有谦卑。我们的胸怀都能像大海那样：有容乃大。真的修成先他后我，最后修到：无私无我的境界。这个整体真的像一块钢板。那么，这个整体就不会受到任何干扰。

个人的一点体会，不在法上的地方，还望同修们指正！谢谢！

认清不易察觉的干扰形式

日本大法弟子

师父在《二零一八年华盛顿 DC 讲法》中说：“我刚才讲了，低层的那些邪恶，包括旧势力低层的，那真的是邪恶。它是不想让你修成的，它是要害死你的。”我悟到旧势力对大法弟子的干扰有着各种各样的形式，可以说无孔不入，以达到不让我们修成的目地。从病业关到心性干扰，它们变换

道，过去皇上登基才宣誓，国外呢，总统就职才宣誓的，三尺头上有神灵，人在做天在看，说过的话将来都会兑现的。想想看，我们每天努力学习，努力工作，是在尽自己的职责，也是为自己，为父母，大了说为了国家而努力，对吧，我们随便就说要把命献给这个党，这后果有多严重呀！

她打断我说：“党代表国家，你这样说就不对了。现在是什么时候？党这么不好的话，为啥（共产党）在救中国人？你这样说话就不对了吧？”，我说：这个党到底是什么样的，因为你年轻，你未必知道，你知道毛泽东有句所谓的‘名言’是什么呢，对付中国人，一个是枪杆子一个是笔杆子，枪杆子是直接血淋淋的迫害，那是老百姓可以辨别的，对吧，历次运动咱们都知道，三反五反，斗地主斗资本家，反右派，文革及六四都是直接杀害，那这个笔杆子是干什么的呢？利用文艺及各种宣传，还有篡改历史，隐瞒真实历史，还有涂脂抹粉，永远要塑造共产党是‘伟大光荣正确’，什么好事都是党做的，什么坏事都是一小撮人干的，中国人被骗了一代又一代，要认不清这些东西，我们真的会被它（邪党）骗到死，有人说，谁在什么问题相信了共产党，谁就会在这上面送命。

我接着说：你刚才讲到一个概念，这也是很多中国人的认识，认为党就是国，国就是党，不是这样的，中国经过了多少个朝代了，中国是个悠久的五千年文化的国家。她打断我，说：“还说呢，清朝已经亡了，什么文化不文化，要没有共产党，要没有毛主席，中国在哪里？要没有党，现在还在封建社会呢，没有毛泽东这些领导人物，你说中国在哪里？没有他们抛头颅撒热血，我们现在在哪里？”

我说：你要知道啊，共产党不是咱的妈，共产党的祖宗是谁呀？是马克思恩格斯，他们都是欧洲人德国人，它那套理论在欧洲扎不下根，跑到苏联用那套暴力斗争，唯物论那

套东西，在苏联杀死了多少民众？最后来到中国扎了根，把中国的神传五千年文化全部摧毁殆尽，文化大革命知道的吧，搞‘破四旧’，‘破封建迷信’，不相信善恶有报，搞战天斗地，所有的传统全部破坏掉，也可能你会说现在的经济多么好，人民日子也过的不错了。她打断我说：“现在中国多好呀，现在中国在世界面前多理直气壮啊，拿着中国的护照出去（出国）的时候多理直气壮啊，因为我们有个强大的祖国，强大的祖国是党领导的，是党啊”。

我说，这也不是共产党的功劳，反而是共产党用这套暴力斗争哲学，把中国的道德完全破坏，中国的经济是发达了，可是你知道吗？在很多外国人眼里，廉价品，假冒伪劣产品，山寨货都是中国生产的，中国曾经是文明礼仪之邦，曾经是万国来朝，现在在全世界，可能只有中国现在是毒米毒面毒奶粉泛滥，人民没有一点安全感，对不对？这个你是深有体会的吧？其实我说共产党不好，并非说中国不好，中国是我们的骄傲，中华民族是我们的骄傲，但是党和国是两个概念，千万别混同一谈。

我给你打个比方，在世界上的民主国家，有多党执政，有反对党还有当政党，那其他政党呢是虎视眈眈的盯着执政党的呢，执政党在上台前向人民许诺要做的事，如果在执政期间，没有做到，没有兑现，三年后，它就被选民选下去了，而且在其他国家，如果你说这个党不好，没有人会说你不爱国，象我现在所在的国家，如果我说我不爱保守党，没有哪个人会说我不爱这个国家，也没有人会骂我是卖国贼，没有人会这样想的，那为什么中国人会这样去思维呢（爱党就是爱国），一说到这个党，恨不得就觉得是在骂自己爸妈一样呢？因为共产党一直就是给我们全面洗脑，说它自己就是党妈妈，救苦救难的大救星，你要知道啊，从一九四九年开始，共产党开始搞运动，中国人死去的是八千万啊。

在师尊的慈悲加持下一次发正念后的感想

大陆弟子 复一新

有一次得知，当地一个同修，在救人中被不明真相的世人举报，遭公安绑架送到了看守所。

晚上，我按明慧的要求先清理好自己的空间场，而后我就开始除恶，让自己静下来，我先背了：“苍穹无限远 移念到眼前”（《洪吟》〈洪〉）然后就开始发出强大的正念：解体所有参与绑架同修的公、检、法人员另外空间的一切邪恶乱鬼；加持同修的正念；并请求师父帮弟子，加持同修能正念闯出魔窟，马上回家。我从十点半一直发到十二点半，整整发了两个小时的正念。我第一次，感到人能静下来真能发出强大的正念。我真正认识到了发好正念的重要性。

过去当看到同修被绑架后，经常先考虑同修因为什么会被绑架，会找出好多同修做的不在法上的事情。现在，我认识到了：不管我们同修做事如何，不管还有什么人心，同修做救人的事情就是对的。旧势力就不该迫害同修。

救同修、帮同修是我们每个同修应该做好的事。同修的事就是自己的事。同修被旧势力钻空子。肯定有自己可修的东西。肯定自己还没有真正溶入强大的整体中来，只要形成一个强大的整体，我们的同修就不可能被旧势力钻空子。所以说：同修被绑架就是我们整体上有漏，需要我们整体上提高，并不是我们一个、两个修好了，整体就好了。

整体上有漏，旧势力就会钻空子的。修炼就是个木桶效应，一个木桶装水的多少，不是决定最长的木块，取决于最短的木块。我们整体的提高，不是取决于走在前面的一些精進的同修，而是取决于这个地区，那些不精進的同修什么时候能提高上来，那旧势力就是这样安排的，整体上不来，旧势力就会钻空子闹事。所以，我个人认为：整体提高太重要

虚荣心、狡猾的心及党文化有了成绩好说话等等等等的变异观念。也就是在证实大法中表现自我，看重自己的得失。

找到自己的根本执著后，我不断用法来衡量要求自己，遇到什么问题首先都找自己。同修找到自己交流，首先端正自己的思想，放下自我，同修提出的问题，共同在切磋中提高认识。由于把学法放在首位，不放松学法，大法不断开启了我的智慧，做起大法的事也就很轻松，“灵感”就会源源而来，往往事半功倍。

一次同修谈起一位以前认识的同修邪悟，后来得了“半身不遂”，我有意找同修谈谈，尽量不让一个学员拉下。但是同修告诉我：谁去见她，她都讲她邪悟的理论，根本不让你插话，建议我还是别去。我还是坚持说：我去试试看，我不是去改变她，只想劝劝善。我和妻子，还有那位同修一起到了邪悟同修家里，因为抱着为别人好的心态，不是去教训人，我心平气和的和她谈了得法很不容易，谈了自己初期得法的修炼体会，最后善意的劝她不要放弃万古不遇的大法，以免留下终身的遗憾。并建议她：炼炼功。她告诉我：她开始读《转法轮》，炼功了，身体有了一些好转。我就鼓励她尽量多炼功，多学法。交谈中气氛很融洽。在回来的路上同修说：今天她怎么像变了一个人一样。我说：和别人交谈，先要正己，自己的念正了，因为你是完全为别人，不带自己的杂念，那么一切正的生命都会来帮你，这时一切不好的东西都会被解体。这也是我最近更加深刻认识到的法理。

得法二十四年，只是弹指一挥间，现在师父正法洪势已接近尾声，在最后这段路程中，我一定不放松对自己修炼的要求，向内找，向内修，做好大法弟子应该做的三件事，兑现自己的史前誓约！让师父放心！

层次有限，不当之处，请同修慈悲指正！谢谢师父！谢谢同修！

你还年轻，我给你举个例子，一九五九年到一九六一年，‘三年大饥荒’，是毛泽东提出口号‘十五年赶英超美’，很多人家铁门铁窗卸了，甚至砸了锅炼钢铁，造成粮食无人种无人收烂在地里，那几年，饿死了几千万，你可以问问爷爷奶奶，他们是清楚的，如果不清楚真实的历史，就不会从错误中反省，就会不断的做错事。她说：“你翻这些旧账，有什么用？”，我说，远的不说了，就说近的吧，‘六四’坦克碾压学生，一九九九年镇压迫害法轮功，至今法轮功学员仍遭到残酷迫害，它（邪党）一直在杀戮人民啊，这样一个永远自称伟大光荣正确的党，它冠冕堂皇的说‘自我批评’，谁也不能给它指正，谁要说点不一样的，就给你扣上反革命暴乱这类的罪名，想象看，有你说话的权利吗？这样一个不接受人民监督的政党，能干出什么好事，你能指望它去反省吗？她又问：“它是个摆设吗？”，我说，那可不就是摆设呗，你说人民代表大会里的人大代表们，只有些无关痛痒的小问题，可以提提小建议，大问题上都必须和党中央保持一致的，只有举手同意的份，对吧？想想看，人不是机器呀，人都有自己的思想的，可是共产党是不许你有自己的见解的，你再想想，那一个个人民代表，哪个是人民选出来的？然后我讲了我在国内时，单位所有人参加所谓的选举区人大代表的经历，这一个个候选人长什么样，我们谁也没见过，只看到每位候选人的简历，谁的简历吹的好，或者看谁的名字好听，就投其一票。你说这叫选举吗？我想问问你，你的镇长，你的市长是你选出来的，是你们那地的人民选出来的？

而且中央的哪个领导是人民选出来的？可是《宪法》都写着公民有选举权，你什么时候真正的行使过这个权利啊，只有死刑犯被宣判时说剥夺政治权利终身，我们才知道，哦，原来我们还有权利呀！是吧？你想想，你的权利在哪

里？女孩没出声。

我又说：中国人都知道‘偏听则暗，兼听才明’嘛，可悲的是，在中国大陆咱们就只能听到一个声音，一面的信息，片面的信息，这个人再聪明呀，他也只能得出个片面的结论，是不是？我的这通电话也就是把真实情况告诉你，并没有恶意，相信你是有理性的，你去分析，好吧。而且，法轮功学员劝大家一定要退出党团队，我刚才和你讲过了，你发过那个誓言，要把命献给它（邪党）奋斗终生，那么它（邪党）做的桩桩件件的坏事，还有那八千万的被它害死的，咱们都要承担一份呢，这也是善恶有报的天理，中国人中，大部份都是好人啊，到时真的因为这个誓言，稀里糊涂的丧了命，那就太不值得了，而且那个毒誓真的会应验的。所以让你退出，是让你远离政治，而不是参与政治。你想想，这个少先队和共青团，是不是政治组织，咱们老百姓就想安安稳稳的过日子，凭自己的良心凭自己的本事在为社会尽力。

而且共产党给我们灌输无神论教育，让我们不相信善恶有报这些，不相信有神佛，当你什么都不信的时候，它却让你信它，信共产党，信无神论，你信它的话，就没有了自己的思想了，因为你不需要思考了，只听它一个声音就可以了。中国人还讲一句话“忠言逆耳”，有些人尽管有机会接到这类（真相）电话，听到这类（真相）信息，但是因为共产党的谎言在先，很多人已经是听不进去了的，那也就没有办法了，之所以苦口婆心的告诉中国人这些，就是希望，大家都多听，多了解，多分析，才能更好的保护自己，中国人还说“君子不立危墙之下”，（中共的红墙）墙要塌了要倒了，我告诉你远离它，这才是最明智的选择，而且这个退也不是到单位组织去退，只是个心灵的划分，我们退给谁看呢，是三尺头上的神佛。

轮》我就开始用毛笔抄写《转法轮》，晚上参加家庭学法，看师父其他讲法。在背法、抄法中不断对自己走过的路进行梳理，找自己根本的执着是什么。

反观自己走过的路，迫害前那时成天想到的是多学法，多炼功，修炼中没有多少障碍，提高也就快，执著也很容易去掉。迫害开始了，法的要求也高了，加上旧势力的干扰和邪恶安排，史前发过的誓约等因素，有一个彻底否定旧势力安排的问题。能否走的正，坚定信念，完全按照师父安排的路走，对大法弟子就是一个严峻的考验。旧势力为了不让你修成，千方百计钻你的空子，把你的执著放大，而执著于自己的执著。师父在《挖根》经文中讲：“可是你现在是个修炼的人，站在什么基点上看待大法，这是根子上的问题，也正是我要给你指出的。”什么是自己根子上的问题？师父又讲：“如果这后天观念变的很强，那么它就会反过来支配人真正的思想与行为，这时人还以为是自己的想法呢，现代人几乎人人是这样。”（《精进要旨》〈为谁而存在〉）

我这个人在当常人时，就很要好强，认为自己聪明，有本事。在我眼中很难有自己佩服的人，容不下别人比自己强，如别人要好了呢，心里就不舒服，有强烈的嫉妒心、强烈的事业心和荣誉感，总想体现自己的能力和价值。其实这些都是邪党多年来洗脑而造成的变异观念。这些在常人看来好像是优点，但在修炼中往往会成为一种障碍。因为修炼不是常人中的什么工作，是修炼，就得用法来指导，向内找修心，提高心性，提高层次，做一个无私无我，完全为了别人的人。我找到了这些年，我没有很好摆正我与大法的关系，证实法和证实自己的关系，修炼与做事的关系。而执著“自我”，执著自己的认识、自己的想法、自己的做法，无视周围的同修，包括家人同修，常常是固执己见，走了极端。以及从中表现出来的争强好胜心、显示心、做事心、妒忌心、

自喜，认为自己在监狱三件事做的还不错，有同修还羡慕呢，还以为自己的认识跟上正法进程。所以很快我又投入到做事当中。每天从六点半发完正念一直做事到晚上十二点或更晚，常常发正念、学法和炼功都不能保证，整天都陷在做事当中。那时几乎每天都有同修来家，也知道自己有漏，但是碍于面子，打着为了别人的幌子，一度在“捧杀”中难以自拔，再次被邪恶钻了空子，被绑架非法判刑六年。

二零一八年我从黑窝回到家里，也是在第二天，同修到家里看望我，也谈到要先不忙于做事，好好学学法，好好找找自己的执著。

为什么我每次从黑窝出来就有同修来向我提出找执著呢？这是师父利用同修来点醒自己，但是每一次自己都不好意思悟悟，所以累遭迫害，还认为自己反迫害做的不错呢，还把被迫害当成自己要走的路。有一天，我和妻子去一个学法点参加学法，读完法，针对一些同修过病业关的问题，我刚刚谈自己的体会及看法时，一个同修打断了我的话说：受迫害不是我们要走的路，过去我们做的再好，那都是过去的事，主要的是今后如何走好最后的路。接着她讲了她在看守所如何否定迫害，正念走出来的体会。虽然不起眼的几句话，对我的震动却非常大，因为多年走过来，谁也没有这样当面指出过我的问题，只有我去指责别人的。我知道是师父利用同修的嘴来点化我，使我真正的静下心来找自己的根本问题。

那么什么是自己的根本执著呢？我开始深刻反思自己。这次从黑窝回来后，我没有立刻去做事情，强迫自己完全静下心来在家里好好学法，向内找，修自己。一段时间我闭门在家，早上和全世界大法弟子炼完功发完正念我就开始背法，看师父讲法录像，累了就听同修交流文章、《九评》、《共产主义的终极目的》和看真相影视等。背完一遍《转法

她一直没有出声，我问：小姑娘，你听明白了没有？她回答：“听到了，听到了”，于是，我说：送你个化名，用这个化名帮你退，你表态的同时，神佛是看的到的，好吧？我问了好几次，她都不出声。最后她说：“我在想你说的话”。我继续说：这通电话我们聊了这么久，十五亿的中国人，我今天拨通你的电话，多大的缘份啊，我就是希望你有个美好的未来，我自己花钱打电话，为的就是每个善良的人明白真相后都能得到上天的保佑，包括你在内，所以呀，你记住这个化名退出来，剩下的事情，你可以慢慢去琢磨，阿姨相信你是一个聪明的孩子，你一定能想明白。

那时已经是北京时间晚上十点多了，我说：已经很晚了，阿姨不耽误你太多时间了，她马上说，没事没事，我还想听你聊。我说，阿姨一时半会儿也和你说不完，我送给你一个突破网络封锁的软件，这样的话，你就可以了解更多，那样的话，你就会知道‘天安门自焚’是栽赃法轮功的，还有‘六四’坦克碾压学生这些的。她连忙说：这些我都知道，我都知道。我问她怎么知道的。她说：“我看过，我知道一点点”。我说：知道就好，我们要有自己的思想，明辨是非，善恶分明，这样的人才是神佛保佑的人，稀里糊涂的人真的是枉费自己的一生啊。最后我说，你记住阿姨送你那九个字，她马上说‘真善美’，我说是‘真善忍’，这个忍有更深的内涵的，阿姨呢，希望你退出无神论组织，得到上天的保佑，你就记住刚才我送你的那个化名‘美洁’，好吧，她回答，好的。

我这几年讲真相劝三退的经历

中国大陆大法弟子

我是 2009 年搬到现小区居住的，以前只是发点资料，没

有直接讲真相。有一次同修开切磋会，有一同修发言讲真相救人，给我启发很大，第二天就出去讲真相，从小区北头开始讲，见到人就讲，我也没怕心，心想我是为他好，让他保命保平安他能不退吗？我给一个老太太讲完后，她退出了少先队，还说：“你讲的真好，就照你这么说，挺好。”我想这不是师父借她的嘴在鼓励我吗？从那天开始，我天天出去讲。

有一天下午走到大门口，看到一个中学生扶着一瘸一拐的同学，我问他怎么回事，他说打篮球崴脚了。我就跟他讲真相，让他退出入过的团队，然后诚心念“法轮大法好，真善忍好”，你的脚就会好的。他说：“是真的吗”？我说：“是真的，只要诚心念就管用。”他就一边走一边念，还加了一句“李洪志万岁”，而且把团退了。后来我想把扶他的学生也退了，我又回来给那学生讲，刚到跟前，崴脚的孩子就说我好了，奶奶我好了，真的不疼了。然后我又把另一个学生的团也给退了。我还遇到一个外地来打工的工人，腿骨折了。我给他讲真相，让他退出党团队保平安，并诚念九字真言，就会好的快。这个外地民工生活很困难，还花很多钱看病。他说：“我不去医院能好吗”？我说：“只要诚念保证能好，不用花钱了，让同屋的工友都跟着念。”过了几天又看见他了，他说：“我没去医院，我好了，谢谢您。”还有一个做轮椅的老人，我给他讲真相“三退”，并让他念九字真言，你就能走了，他还不信，说走不了。我说：“你试试？”他真的站起来走了一圈，非常高兴的说：“我能走了”。只要世人相信大法就会出现奇迹。

我这几年越讲越顺，心里没有怕心，基本上讲一个退一个，就是一个念头为他好，为他保平安。开始讲时，我说：“知道保平安的事吗？您看现在天灾人祸挺多的，预言家也预言有大劫难，灭的都是坏人，咱们是好人，咱们别跟着受

一家人都是修炼人，所以生活变得越来越简单。迫害开始后，尤其在我们家建立资料点后，为了抓紧时间做三件事，中餐几乎是吃剩饭剩菜，剩饭我用开水泡一泡，吃点剩菜，或者咸菜，没有剩饭，就煮点光面配点咸菜，多少年都如此，以填饱肚子为原则。

妻子的妹妹也是集邮爱好者，为了彻底去掉对邮票的执著心，我就让妻子无偿的将全部邮票送给了她妹妹，按照当时的市场价，也值十几万元。妻子问我：你真舍得？我说：有什么舍不得的，我现在抱着金子，还要那些粪土干什么。

随着修炼的提高，其它的执著心也慢慢放下了，从迫害开始不久，我们除了上明慧网，就不再看常人的电视节目。

三、从魔难中找到根本执著

二零零四年底我从劳教所被单位接回家，第二天同修就到家里看我，要我找找有什么执著心，我也肯定是有执著。被绑架后虽然也找到了证实自己、显示自己的执著心等，但是没有从根本上去挖根，彻底放下这些心。

从劳教所回来后，我也没有好好学法，很快就投入到做反“转化”的事情中去。在劳教所时，省 610 派“帮教团”来所谓转化我。回来后想哪能只有他们来转化的，我们也得去把邪悟的同修拉回来。于是我邀约几位同修一起，不断找“帮教团”的学员交流切磋，用法法理去唤醒他们。经过大家努力，最后“帮教团”瓦解了，除个别人外，大多数在大法的感召下重新回到大法修炼中来了。那时由于没有注意修自己，欢喜心，显示心，什么心都出来了，结果被邪恶钻了空子，再次被邪恶绑架非法判刑五年。

二零一零年我从监狱回到家里，第二天，有同修相约，帮助我们找执著。我们在一起谈了两天，对一些不符合自己的观念的看法还发生了争论，好像也找了执著，但还是沾沾

票不管价钱多贵我都要买下，可以说是到了痴迷的程度。我花了数万元和大量的时间几乎收齐了早期的纪特邮票，文革时期邮票，JT 邮票，小型张；我收藏了很多珍贵邮票和很多稀有珍贵的纪念封。我预订所发行的邮票和小型张：一个单张、一个方连（四张一起），一个整版；小型张我一购就是多张。为了集邮我配备了全套集邮工具、凡是发行过的集邮册和各个时期（包括民国时期的参考书）我都收藏有；我每年都要参加各种邮展，并且都能获奖。

我从小对吃就十分挑剔，就象师父讲的：“有的人端起饭碗来要是没有肉，简直咽不下去饭，那就是常人的欲望。”（《转法轮》）里的那种人，所以我第二个爱好就是烹饪。我七岁就学会做饭，而且很喜欢做饭，把它当作生活中的一种乐趣。业余时间，除了不错过电视上的烹饪讲座，我自己还购置了大量有关各种菜系烹饪的书籍，订阅多份杂志。我还自学了雕刻花、凤什么的，很讲究食物的色、香、味和食物的搭配、摆样。每周大部分天数都有朋友来吃饭。就是我自己一个人也要做几个菜，从不吃食堂；值夜班夜餐都是自己弄。亲朋好友有婚事、生日请客，我都很乐意去帮忙。在家族中，朋友圈中烹饪也有点名气。

在我开始修炼法轮大法后，随着背法、抄法，慢慢的就放淡了这些爱好。得法一个月后的一天，朋友请吃“云南过桥米线”，服务生才把那些肉端上来，我突然就感到恶心，对吃肉的欲望一点都没有了。好在都是修炼人，一位老同修对我说：你才刚刚得法师父就给你去吃肉的心了，我修炼了快一年，吃肉的心还很强呢！从这以后有几个星期我都不能吃肉了，后来再吃就没有以前那种吃肉的感觉了，不那么香了。而且还出现当我想吃什么时，吃起来就没有味了，再吃就肚子疼、拉肚子、或者嘴唇肿。随着我去掉执著吃的欲望，我对吃就不讲究了，为了省事什么简单就做什么。因为

牵连。”一般人都爱听，并说：“是”。我又接着说：“我这么大的岁数，经过各次运动，三反、五反、反右、文化大革命、八九年六四害死大学生，现在又迫害修炼真善忍的法轮功学员，还活摘大法徒器官牟取暴利，老天能饶它吗？人不治天治，老天一定要灭它的，凡是加入它的组织党、团、队的人都在党旗下发誓要把一生献给党，把命交给它了，发誓是要应验的，要给它陪葬的，所以我们从心里退出来，又不是让你去组织或单位去退，用小名，化名都可以，神看人心。”我看对方听进去了，马上给他取个吉利的名字说：“给你起个‘来顺’的名字，天天顺顺利利的，好不好？”对方马上高兴的说：“好，我退。”我能很好的把握好时机，不给他犹豫的机会，所以每天三退人数比较多。反正是这么说不退，我就那么说，一直把他说退为止，一般的到最后都同意三退了。

修炼体悟

护法神的故事

大法弟子

大法修炼是严肃的，一旦走入大法，随时都可能面临未知的危险，所以每个修炼人都有护法神在身边保护，夜以继日的轮班在保护修炼者的安全。护法神的种类非常的多，一般人所知道的就是释迦摩尼佛在佛经中所说的“天龙八部”：一、天众：泛指天神，如；天兵天将、四大天王、仙女等。二、龙众：指天上的龙，又叫神龙，有不同颜色，法力各不同。三、夜叉：又叫做药叉，外貌如鬼，体型健壮的善神。四、干闥婆：香神，俗乐之神。五、阿修罗：这指天界的阿修罗，男众极丑，女众绝美。六、迦楼罗：大鹏金翅

鸟，鸟头人身鸟爪，金色翅膀。七、紧那罗：伎乐神，歌神，专奏法乐，半人半马像。八、摩睺罗伽：人身蛇首，又称为地龙神。其实护法神的种类很多，佛、道、神形象的都有，也有不同天使及特殊动物的造型。而修炼大法的护法神，主要是天、龙这两部众神，而其他的护法神就因人而异了。

护法神大部份是师父派来的，有一部份是弟子在转生时结缘的天国眷属，也有一部份是体内细胞修出来的神，当然也有修好了的副元神，都会加入排班的行列。所以每天有不同的神在看护着大法弟子，他们如影随形。当然每个人修炼状态、层次不同，护法神也会有所不同。而师父一直在看着我们。

护法神的保护，是真实不虚的，他们甚至会不顾自我安危来保护弟子！有一次在发正念中，邪恶生命不知从何处窜出，拿着大刀突然向我砍来，就在我不及躲避大刀的砍杀时，护法神竟然直接就以身体帮我挡下了这一刀！虽然事后师父发出金光将护法神救回并使其完全复原，但此事仍让我震惊、垂泪不已。真感谢师父安排护法神来保护我，不然真不知已经死了多少回！

师父在《澳大利亚法会讲法》中曾提到：“为什么有些学员一修炼就胆子大起来了，过去不敢走黑路，修炼大法以后也敢走了。这些都是有原因的。”我先前工作的地方就有类似的经历，当时公司有宿舍可住，那是一个平房，里面有一间房间、一间储藏室、一间卫浴及厨房。原本宿舍里住了一位同事，没待多久就搬走了，问他为什么不住了，他说里面闹鬼。我看了一下，发现是六个小孩鬼，结果护法神一来之后，这些小鬼马上溜光光了。

当我们换环境居住时，护法神也会随我们而从新安顿。像在我搬进宿舍的第二天，夜里睡觉时感觉来了一大堆的

对这一场迫害思想中好像早有准备。凡是我能见到的同修，我都告诉他们一定要坚信师父，坚信大法！我主动与同修联系，和大家在一起切磋、交流，互相鼓励，慢慢的更多的学员走了出来，通过各种方式向世人讲清法轮功被迫害的真相，有许多学员纷纷到北京上访。我与妻子和近百名法轮功学员也因到省委上访被非法绑架关押。为了抵制非法洗脑班，我与妻子、女儿离家出走，后被公安通缉抓捕，被非法劳教。

在多次迫害中，无论是在看守所、劳教所、监狱，我按照“真、善、忍”的要求，牢记师父：“身卧牢笼别伤哀 正念正行有法在 静思几多执著事了 却人心恶自败”（《洪吟二》）。用正念对待一切魔难，慈悲善待一切众生。按照大法要求：“无论在任何环境都不要配合邪恶的要求、命令和指使。”（《精进要旨二》〈大法弟子的正念是有威力的〉）在劳教所、监狱，我不戴严管胸牌，不干奴活。师父为我开创了一个宽松的修炼，讲真相的环境：在看守所我能公开教人炼功，告诉大家按照“真、善、忍”做好人，使近百名被羁押人员和不少警察做了“三退”（退出党、团、队组织）。在监狱我有更多时间和条件学法、背法、抄法。在师父呵护下我闯过了“心律紊乱”、“脑梗塞”等病业生死关，每次我都堂堂正正的从黑窝里走了出来。

二、去掉常人中执著的爱好

我当常人时有两个最大的爱好，一个是集邮，二是烹饪（讲究吃）。我在当地是小有名气的集邮爱好者，我还是地区集邮协会理事，单位集邮协会会长。而且最大特点是舍得投资。集邮花去了我大部分业余时间，和大部分工资收入，我经常摆弄邮票到深夜，有时甚至通宵。每次到省外出差，再忙我也要集到集邮公司或集邮市场转转，凡见到我没有的邮

迫害前我除参加集体学法外，自己还背了三遍、抄了七遍《转法轮》，其中用毛笔抄写了一遍；还抄写了《转法轮》（卷二）、《中国法轮功》（修订本）、《洪吟》和其他经文抄写了一遍或多遍。二零一八年我从黑窝出来后我又背了一遍，用毛笔抄写了二遍《转法轮》，第三遍《转法轮》已将抄完。我体会到背法、抄法对我来讲是最好的学法方法。特别是抄法时，不仅要用脑，还要动手，要思想集中，抄法时还不能发困，其实这这也是一个吃苦修炼的过程，不断归正自己的过程。

在背法和抄法中，我也不拘泥于形式，不带任何观念，不刻意去深究其内涵，只在字面上知道其意思。因为师父讲：“修在自己，功在师父。”（《转法轮》）“其实，你在修炼中，就是一点点、不知不觉中修上来的。记住，要无所求而自得。”[3]随着背、抄法，从中我领悟到大法背后用语言难以表达的深刻内涵。在背法、抄法中一些执著心也会显露出来；在背法、抄法中，我完全溶于法中，我的身、心都有了很大改变。慢慢的心也能静下来了，遇事也不容易急躁了，能够冷静的思考、对待和处理问题；我感到自己发生了一个脱胎换骨的变化。遇事能用一个修炼人应有的心态面对，不断放下了许多常人的执著心。

由于学法基础比较扎实，所以当九九年“七·二零”中共迫害法轮功开始后，我能坦然面对突然而来的各种传讯、留置、监视、跟踪、电话窃听、抄家、强迫洗脑等等各种不公。随着迫害的加剧，媒体歪曲事实的造谣污蔑，面对邪恶的猖狂，许多昔日的站长、辅导员在电视上声明与大法决裂；在我家学法的同修也由于公安的监控，一个个的离去，坚持了一个月的学法小组，最后也解散了。周围的同修有的放弃了修炼，过起了常人的生活；有的违心的交了大法书，静观局势。面对这些我的心非常平静，没有受到任何波动，

人，仔细一看竟然都是护法神，是各种不同服装、色彩、造型的神，有的穿铠甲、有的拿武器、有的拿乐器，大人、小孩、男女老幼都有，看起来像一家一家的眷属，我吓了一跳问他们说：“来找我有什么事？我这儿房子太小，可没地方给你们住喔！”

岂料护法神进来看了一下说：“房间不够我们自己盖。”然后右手袖子一挥，一排楼梯向上建好了，飞上楼左手再一挥，二楼就盖好了五个房间。另一个护法神走到我房间后面一看，就在储藏室门口用双手一推，推出了五个房间，总共盖了十个房间。每一个房间都是不同风格、不同文化造型的房间，有希腊式的、埃及式的、中国式的、印地安式的、海岛风格的、欧洲宫廷式、日本禅风式的，不一而足。我飞进去房间一个一个看，看起来就像五星级饭店的总统套房，非常的优质。护法神就说：“这样就够住了。”这是我第一次看到神仙使用神通法术，令我顿时惊奇不已，也开心极了，修了大法走到哪里都不会害怕了！

护法神除了保护大法弟子外，每天的例行工作就是为修炼人评分。就我所知，他们的评分内容以弟子的例行功课为主，也就是师父要求的三件事，再加上炼功，共 100 分。要提醒大家的是，五套功法的占比可不是 10 分、20 分哦！他们同时也会记下扣分的事，如偷看辣妹一眼扣 10 分、闯红灯也扣 10 分，发脾气骂人扣 20 分，其他如说谎、犯色戒、对金钱手脚不干净，就更不用说了。这些评分要定期整理，然后向师父的法身报告。

虽然护法神会对修炼人犯错扣分，但师父会让护法神不断的点化我们、提醒我们。但是在常人中修炼，人心过强时就容易犯过错，或执着心太强放不下时，甚至会知法犯法、一错再错，忘记了身边有无数个护法神及无数颗眼睛在盯着我们看！

护法神有时也会带我们到另外空间参观或参与正法任务。在开始发正念清理邪恶的初期，曾经元神离体坐上一台由纯金小牛拉动的纯金牛车，穿越云层飞上天空，来到一个像欧洲乡村的城市。这里有许多中古世纪的城堡，也有彩色石块堆叠起来的房子，每栋房子都有烟囱，道路间穿插许多花园及河流，河流的水像是流动不止的云烟，道路间的河流上都有圆型拱桥，可以让天神通过。这里的天人穿的服装都是十五、十六世纪中古欧洲人穿的服装，都是金发蓝眼或褐发蓝眼的样子，女性穿着彩色蕾丝边的裙装，男性身上大部份都着银制轻便铠甲。就在众天神用餐时，忽然听到城中的钟楼当当作响、非常大声。所有的男神马上起身飞进碉堡里，这时护法神也身着黄金铠甲拉着我一起飞过去。我问护法神发生什么事情，他说有外敌侵犯地球，在天上的我们要负责把它们销毁掉，才不会危害人间。接着就看到许许多多长的像电影《异形》样子的外星生物，它们开着奇形怪状像飞碟的飞行器，开始进攻这个的天国城市，它们来势汹汹到处用雷射炮进行攻击，护法神跟我也马上加入战局。但护法神飞出去后，我才发现这里的飞行器没有轮胎、没有车灯、没有把手、没有开关，什么都没有。这台非常圆弧形像艺术品的东西我不会操作，只是坐上去会飞起来，飞到上空的战场，两边的雷射光炮多到很可怕，根本没地方可躲，后来护法神一直在帮我挡住攻击。他看我不会使用飞行器，就用他心通告诉我，你只需用双手按住车头的两侧，就可以用意念随心所欲的攻击了。后来我看到远处的外星人飞船一台一台的靠近好像要结合在一起攻击我们，我马上双手按住车头两侧，想一下就飞奔出去了，双脚跟处也出现了踏板可以踩煞车，飞到了外星人面前想发射却没子弹出来，后来护法神大声叫我念口诀啊！我马上念了“法正乾坤，邪恶全灭”（《精进要旨二》〈发正念两种手印〉），瞬间车头前出现了

一支大炮管，瞬间发出了强大的金黄色光波，像雷射光的迫击炮，一瞬间把所有的外星飞船全都化成灰烬了，这时护法神及其他的天神都开心的欢呼起来！打赢了这场战役，许多的天神不分男女都向我致敬，也有的向我洒花表示感谢。这时护法神跟我说，“任务完成了，我该送你回家了。”他的金色铠甲后背突然出现一双很大的金色翅膀，一支翅膀就像人一样高大，瞬间从后背抱住了我飞回地球上的家。而外星人的尸骨残骸，就成了我们看到的沙尘暴。

这里写出来护法神的故事，让大家了解修炼的殊胜与严肃，也提醒大家放下怕心，正念正行，直至圆满。

在背法、抄法、向内修中不断升华

大陆大法弟子

我是一九九六年得法的老弟子，在二十四年的修炼中，尤其是从九九年“七·二零”以来，我被多次迫害，大部分时间都是在中共的监狱里度过的。我能够坚定大法、坚定信念，走到今天，全是得益于师父的呵护，是大法给予的力量。

一、在背法、抄法中增强正念

我是个性子特别急躁的人，无论做什么图快，连吃饭都快，家人在一起吃饭，别人才动筷子，我就吃完了饭，所以做事经常虎头蛇尾，难于坚持，心难以安静下来。修大法后，这成了我修炼中的一个障碍，学法图快，总想很快读完，集体读法时，在我的影响下，大家往往读的很快。集体炼功时我的动作也要快半拍，别人没有收功我就先收功了。为了改变这些习惯，增强自己的定力和自制力，得法不久我就开始了背法、抄法。师父讲：“人就象一个容器，装进去什么就是什么。”（《精进要旨》〈溶于法中〉）在九九年