

题。现在这些问题已经解决。在此我们向使用周刊的弟子致歉，并感谢你们的正念支持。

3、“最近正见网投稿和以前不一样了是吗？必须得填邮箱地址。”

为了方便编辑和作者联系，在投稿页设置了邮箱地址栏。如果您没有电子邮箱的话，可用明慧的站内网站的地址，如果您希望得到编辑反馈，需要把邮箱密码告诉我们。

4、“可否用在文章下方的‘联系编辑’页面投稿？因为它可以方便一些没有邮箱的投稿者向正见网投稿。”

可以。但是这个页面只能送文字投稿，不能传递图片或者其它附件。

5、建议在在正见网主页继续保留以前的“下载今日文章”选项，方便读者下载阅读。

“今日文章浏览”和“下载今日文章”已经放在主页上方菜单区。

6、“主页没有更新，还是4月6日前的文章。”

请您清除您电脑浏览器中存储的网站浏览信息。点击几下网址旁更新的标记

(箭头，或者 go)，就应该看到更新的网页。

7、“网站中的部分电子书不能下载。不知道是翻墙过来下载不了还是电子书下架了？”

如果您发现有哪部电子书无法下载，请从那篇文章下面的“联系编辑”给我们发信息告诉我们您发现的问题。

8、增加如“网内信箱”，“网页投稿”等等方便快捷、安全可靠的联系方式。

“网上投稿”在主页的右上角。因为编辑人手有限，现在还没有建立“网内信箱”，请同修谅解。

9、改版后的很多文章都看不到发表的时间了，这样有时查找和浏览很不方便，能不能把文章的发表时间放在页面上？

在改版后的文章中，发表时间在文章内容上方，作者名字的下方。

10、“原来的版本相关文章链接在文章下边。现在的相关链接在哪里？”

现在的相关文章在文章的右下方。

正見周刊

二零一二年
四月十七日

“用理智去证实法、用智慧去讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人” 《理性》
“全面讲清真相，正念清除邪恶，救度众生，坚定的维护法” 《大法坚不可摧》

弟子交流	2
【修炼体悟】	2
只有无私无我才能跳出旧势力的安排	2
“你的存在”起了什么作用？	4
符合正神的标准	5
灭除色欲执著心	7
对于打印周刊的一点感想	11
【修炼故事】	11
法轮大法救了我	11
我的修炼经历	16
忍苦精進去执著 善解婆媳间冤缘	20
【救度众生】	27
盼望得救的众生等真相	27
【编辑信箱】	31
读者来信问答	31

弟子交流

【修炼体悟】

只有无私无我才能跳出旧势力的安排

中华五千年辉煌文化，奠定了我们今天得法的基础，现在又在这文化的基础上来救人。其中有名诗曰：“横看成岭侧成峰，远近高低各不同。不识庐山真面目，只缘身在此山中。”今天在修炼中品味这首诗，格外不同：我们看不清旧势力的真面目，是否也是因为身在它的安排当中呢？！我们知道，旧势力是要左右正法到底的，越到最后越是破坏性的检验大法弟子，根本上不让世人得救。我们必须跳出旧势力的势力范围，否定它的安排，摆脱它的控制，才能真正安全，才能走师父安排的路，跟上师父的正法进程，才有能力救度更多的众生。

从法理上看，旧势力是旧宇宙的生命，为私为我是它们无法摆脱的特性，这也决定了它们不可避免的走向毁灭。新宇宙的生命是无私无我的，完全为他的，这也

是生命得以永恒不灭的根本原因所在。从这一基点上说，能不能去掉为私为我的旧宇宙的特性，修成无私无我的正觉，就成为了能不能否定旧势力的安排、摆脱旧势力控制的关键。

旧势力无论是多高层次的生命，如何有本事，它只能在旧宇宙中展现它的能耐。它根本就无法控制新宇宙的生命。只有大法弟子有漏、有人心在，有符合旧宇宙特性的地方，它才有把柄可抓，才有迫害的理由。否则，它根本就管不了新宇宙的生命，因为新宇宙的生命根本就不归它管，它想迫害也迫害不了。

当我们有的学员光学法不实修，只从大法中获取，不出来参与救人的项目，做不好三件事时，基点是为私的；当我们有执著、各种人心迟迟不去，甚至到现在还不会向内找，找不到、找不准、找不好，仍旧抱住自己的东西不放时，基点是为私的；当我们对师尊的一再告诫、一再点化无动于衷，甚至断章取义、用大法中的话来遮挡、掩盖时，基点是为私的；当我们面对同修的求助冷眼旁观，看到同修有漏

邪党的警察也并非铁板一块：有的已经明白了真相，在暗中帮助大法弟子；有的在等待、寻找真相，盼望着被救度，不愿当陪葬品；有的慑于善恶有报的天理而有所收敛，只是在敷衍差事。因此可以说，我们救人的大法弟子和中共的警察虽然同时进了一个菜场，但走的绝对不是同一个空间，双方所做的事更是有天壤之别！满天的神佛都在看着呢。我们当然也就用不着怕它了。但是在人世这个层面，我们还是要眼观六路，耳听八方，尽量注意，不可疏漏。我一边诵念正法口诀一边发资料，来到警车的停泊处，观察警察离开车后的可能行走路线，也就是说尽量顺在警察的身后在菜场内寻找机会发资料劝三退。很快所带的资料全部做完，还劝退了三家十四口人。做完后我还特别到发放比较稠密的停车处查看了一下，发现有两份资料包被不明真相的世人丢弃，我又把他们捡起来从新做了出去。而那辆警车和它的主人，早就不知跑到哪儿去了。

一点修炼中体验与同修交流，不当不足之处请同修

慈悲指正。合十。

【编辑信箱】

读者来信问答

为了增加更多的功能和更好的便于读者使用，正见网近期做了改版。改版后我们收到许多读者反馈，对新的网站使用提出一些问题并给予很多建议。我们在此将一些比较普遍的问题做解答。

1、“新版正见网页用free7.27在ie6浏览，版面东一块，西一块，有的文字覆盖文字，显得很混乱，特此反馈。”

IE6版本是十年前开始使用的版本，由于它难以管理和维护，已经被世界各地大多数用户淘汰，所以这个版本的技术支持已经越来越少。建议您升级到最新IE9版本，浏览页面的显示问题就解决了。

2、“哪里可以找到近期的正见周刊？”“正见周刊不能下载”

由于我们的疏忽，正见周刊页面没有完善就发表了新版网站。因此造成近期的周刊没有及时上载到网站上，而且出现周刊下载问

奶奶说才一岁多一点，还不会说话。我离开时特地摸了那小家伙的脑袋一把，心里感慨是哪一辈子的缘分让我们再度聚首？

四、今早我与警察同进一个菜场——各走各的空间，各做各的事。从始至终我没发现他，他也没发现我

今早发完早六的正念后又学了一会儿法，就带上资料出去救人。今早要做的目标是早就计划好了的。出门前按习惯还给师父禀报过。驱车数里到那儿一看，正是人来人往买卖正旺的时候。我正在琢磨往哪儿放车，只见一辆警车闪着警灯开了过来。一看车牌号，是我平时盯熟了的警车。它的主人不会在这儿买菜。再说今日是星期天，没有谁会这么早来走亲访友——睡懒床的还没有起床呢。看着警车在人缝中慢慢往前挪的样子，我开始还以为它只是路过。谁知它在直街的后面避闲处，找了一个空场把车子泊了。我由于隔的还有一点远，不能看清警车里出来的警察是一个还是几个，长的啥样。但我能肯定他们是便衣。他（们）混在购物的人流中，肯定是夜猫子进宅——无好

事不来。当然按他们的说法，是在“履行职务”。

那么今早这个真相我是做还是不做呢？或者离开去另一个目标？我犹豫了一下，还是选择就在这里做！支持我下这个决心的是基于以下几点：1、盼望得救的众生都在等真相，我们大法弟子以救人行善为根本，不能让这一方的众生失望；2、临行前在师父法像前给师父禀报过，师父一定会有相应的铺垫和安排，不会允许邪恶操控恶警干扰我们大法弟子讲真相、发资料、救人；3、大法弟子正念、正行，讲真相发资料救众生邪恶看不见、坏人看不见，不是一句空话而是真理：大法弟子光焰无际，做真相时更是正气冲天。师父开示：“堂堂正正去修炼，你身体上放出的都是正法的光。”（《澳大利亚法会讲法》）邪恶根本不能靠近大法弟子这个场；4、有师父的法身悄然而护。师父开示：“正法修炼是有师父和众神与天兵看护的。”（《澳大利亚法会讲法》）任何邪魔乱鬼都无法侵扰；5、也许是旧势力邪恶因素以考验为名，演化假相干扰大法弟子救人；6、中共

之处麻木不仁时，基点是为私的；当我们一味的保全自己，把危险推给别人时，基点是为私的；当我们坚持自己、强调自己、维护自我，协调不好，不配合整体时，基点是为私的；当我们对待同修圆滑、狡猾、世故、左右逢源时，基点是为私的；当我们有指望外在因素的心，执著时间的心，懈怠放松自己，想快捱到正法结束、快点远离迫害、圆满自己的念头时，基点是为私的；当我们怕心不去，一有风吹草动就躲起来看看形势、暂避风头时，基点是为私的；当我们一味的指责抱怨同修、光想改变别人，不圆容整体、不修自己、不改变自己归正自己时，基点是为私的……这么多为私为我的念头，都符合旧宇宙为私为我的特性，都是在旧势力的管辖范围，你能跳出它的迫害吗？

前不久有同修辗转请求，要一部份大法经书。我不假思索的拒绝了，说让别的同修想办法吧。其实自己有能力帮这个忙，却由于怕麻烦、怕危险等种种私心一口拒绝了。晚上做了一个梦，真真切切的梦见被旧势

力迫害得非常惨，无论如何也摆脱不了旧势力的天罗地网，怎么跳也跳不出去。惊醒后发正念解体那个梦境，向内找终于悟到：站在为私为我的基点上，是无法摆脱旧势力的安排的。只有达到无私无我才能跳出旧势力的安排。

事后跟同修交流，同修说：人家求你帮助，你却冷冷的拒绝了。那冷冷的表情真让人寒心。我听了很难过。向内找，一是没有意识到修炼中没有偶然的事，一切都是师父有目地的安排的，如果真与我无关或我没有这个能力，就不会让我碰到。二是没有把同修的事当成我自己的事。觉得不想给别人白白的出力。这是同修啊，因为迫害，后期的一些大法经书没有得到，现在想学法，我应该尽自己所能配合才是啊。即使在这个过程中有难处，师父自然会帮助，会安排，只要基点对，无私无我，又在法上，一切正的生命和因素都会起作用，同时也是实修自己的一个好机会，我为什么一句话就推出去呢？

当我摆正基点去做这件事情时，什么都很顺，同修

协调一致，都很配合。当看到老年同修需要刻录机又不懂怎么办时，我就主动去帮助买来安装好，尽管中间过程有困难，但在师父的慈悲呵护下都顺利完成了。当看到同修使用刻录神韵光盘时，心里感到无私无我、先他后我的快乐和美好。大法弟子无私无我，互相圆容、互相配合、协调一致，助师正法，救度众生，真是非常美妙的一种境界。

当学法小组遇到干扰迫害的假相时，以前的第一念是保全自己，赶快离开。现在是排斥这种为私为我的念头，帮助同修向内找加持正念，想办法通知别的同修，整体的安全才是最重要的。并且通过这件事情，不是一味的说空话去否定假相，而是真正重视起来，把干扰的假相看作师父的慈悲点化，抓住机会向内找，放下人心互相提醒，直指人心互相修，既修自己又帮同修去掉执著，重视发正念解体干扰迫害因素，整体提高，整体升华。旧势力为什么会干扰迫害，还不是因为我们修炼有漏，有人心在吗？当我们真正达到无私无我的境界时，救人的数量肯定会很快

达到师父要的数目，而且旧势力真的够不着了，因为符合新宇宙特性的生命不归它管。我们只归师父管。我们是新宇宙的生命就要符合新宇宙的特性。都是这样，世间的环境就全变了。不当之处，请同修慈悲指正。

“你的存在”起了什么作用？

师尊在《二零零四年纽约国际法会讲法》之中讲：

“其实，如果你们念很正，走在街上、生活在你的城市里，周围一切的环境都会被清理。你的存在就是在起着救度众生的作用。”

前几天，学到师尊的以上的讲法时，突然内心猛然的一震。然后自己想了很多。向内找了很多。我问了自己，“你的存在”起了什么作用？答案是：有时候起着救度众生的作用，有的时候，拖累了其他同修，拖了师尊的正法进程。想到这里，自己又用“拖”为关键字在明慧网的经文检索里面搜索，找到师尊的以下讲法：

师尊在《二零零五年旧金山法会讲法》之中讲：

“大家知道，旧势力的目地

的的真相资料，就不忘给他们送去。尽管每次投放都应该是在他们目光能瞥见的范围内，但他们从来都没有声张，做出动静。而是等到我离开后，才静悄悄地把资料取进去。

三、小小毛孩居然也在等大法

一天早上我讲完真相后，就在集市上的一个早点摊子上过早。这家早点摊摆在一个巷子口。巷子宽约三米许。为了不影行人进出，那过早用的五、六张小桌子，都是贴着巷子的北墙往里面摆。先来的顾客当然是用最近的桌子。往里的三张桌子还空着。为了方便敬师父，我就坐了最里面的那张桌子。这样就离巷子边上的客人有一个几米远的距离。就在我安安静静地在过早时，只听到一阵拉长了声调的、小孩模样的“嗯——嗯——嗯”的声音传了过来。这地方我没有熟人，只是过一阵子来讲一次真相。所以我没理睬。但这声音却越来越高、越来越急、越来越显示出不耐烦的样子！我不得已环顾四望：眼前是巷子北墙，身后和左边没有人影。右边几米远处是一个奶

奶在喂一个坐在圈椅上的小毛孩儿。那“嗯——嗯——嗯”的呼唤声就是那小毛孩儿发出的。而且那小孩的眼睛是直勾勾地望着我！左手还一动一动的，显然他是在与我打招呼。只是因为不会说话，我又没有理睬他，所以他才越来越急躁，显示出要发作、要发恼的那种样子，使得他的奶奶不得不停止了喂食。

我暗暗称奇，但又不知道如何与他沟通。突然间我想到师父多次讲过现在的小孩很多都是有来头的法，心中顿时有些明白了：别看他肉身是一个小孩儿，但他的元神可不是小孩儿！也许他明白的一面知道我是谁也莫可知。于是我决定试一试他。我扭头望着他说：“法轮大法好！真善忍好！”那小孩儿眼睛不眨地怔怔地望着我。当我说第二遍“法轮大法好！真善忍好”时，那小孩儿竟然高兴得象看到了熟人一样笑了起来！当我说了第三遍“法轮大法好！真善忍好”后，那小孩儿就乐得手舞足蹈、满脸都是笑了！这可是我从来都没有碰到过的蹊跷事。我问那小孩的奶奶说孩子有多大了？

说如果有谁突然无缘无故地对你热情对你好，那一定是有缘人来听真相来得救的！我心头一激灵，也许是这个情况？我于是长话短说问那妇女道：“我刚才讲的话你都听到了吗？”“听到了、听到了！”那妇女一迭声应着连连点头。我说你们家有入过党的吗？那妇女满脸愁容地叹气道：“都是党员啊。”我说都是党员？你说来我听听。那妇女说，她和老伴、儿子、媳妇四个人都是党员。只有孙子是少先队员。我说你家里人平时不听你的话啊？如果平时他们都信任你，你就代表他们把他们的党团队都退了，保平安。那妇女连声说，听、听、听！请你帮我把他们都退了，并主动告诉我她姓王。我又嘱咐了一些话语，那王大姐才满意地起身离去。走了几米远又回过头来向我挥手致意。直到这时我才明白了这王大姐为什么买完了菜还磨磨蹭蹭地不走，她是等着我给她们一家子讲真相办三退啊。我呢，差一点就捡了芝麻丢了西瓜！这真是“有心栽花花不发，无意植柳柳成荫！”我乘胜出击，再劝老人三退，他也退

了。因为他看到了王大姐一家迫切要求三退的情景。从这件事上我对师父讲的“柳暗花明又一村”的法理又有了一层新的理解。

二、那执勤的军人当场就在值班室里看了起来

某部营区，除正大门是双哨、双岗外，旁边十几米远处还有一个便门。便门旁是灯火通明的值班室。那里面有一个执勤的军人，坐在值班室隔着玻璃盯着偶尔出进的行人。情势缓和时便门是开着的，我可以直接把真相资料投放到值班室的窗台上，那执勤的军人抬头就能看见（直线距离就尺许）。若情势吃紧，那道便门会被推上，有人出进时才拉开。这时我就直接把真相资料卡放在便门的花栏杆里（离执勤的军人的旁视距离也就一米多点）。很快那执勤的军人就会发现，把资料收进去。我在不远处的树影底下观察发现，那执勤的军人打开真相包后就迫不及待地取出真相资料，直接站在值班室的中央就着灯光看起来。没有紧张不安回避什么的样子。看到军人们盼望得救等真相的样子，我内心都是热烘烘的，一有新内容

不就是让这些小丑们搞起这场迫害来考验大法弟子吗？它们认为大法弟子还没考验完，还不断的有没走出来的学员要走出来，没做好的你还要让他们做好。要说拖了世间正法的形势进程，这些学员真的是拖了形势的进程。这些人你要不管他他就毁了、就真的彻底完了，可是在历史上他们又是发过愿的，而且不能只从一世看一个生命啊，要从历史上全盘的看一个生命啊，怎么能不管哪？”

师尊在《在新唐人电视讨论会上的讲话》之中讲：

“目前就是因为有许多大法弟子在修炼中还没有走完自己的路，在拖延着。实际上我也知道，修炼嘛，就是这么难。正法这件事本身就是难。人类社会败坏的现实给世人包括大法弟子带来的影响太大了。大法弟子在世俗中修炼，又面对这样一个复杂的情况，人类社会败坏的一面对人的吸引力太强，怎么办？目前不能说这些人不要了，还能有机会挽救他们。这就是造成现在一拖再拖的其中一个原因。”

师尊在《在大纪元会议上讲话》之中讲：“大法弟

子啊，你们都说要做好大法弟子该做的、真的能够在正法中起到作用、助师正法。你们得用心才能做到，不用心就会成为拖累，做不到还会干扰和兑现不了大法弟子的承诺，真得重视起来才行。”

学了师尊以上的讲法之后，自己非常震撼，很长时间大脑里一片空白。

回过头来之后，自己觉得以后再也不能拖累其他同修，拖了师尊的正法进程。真的不能再出现影响同修们和师尊的不好状态了。

写出来，希望其他同修们也问一问自己：“你的存在”起了什么作用？是起着救度众生的作用，还是拖累师尊的正法进程？”以上是个人认识，如有不对，敬请指正。

符合正神的标准

今早上发正念的点快到了，可是突然偷懒想躺几秒钟再起来，一个声音说：“不行，快起来这是你的责任。”我呼的一下就坐起来了，心想：修好的那面在叫我呢！发正念后我反思，不起床是因为我在回味昨晚上

做的梦，梦中很多异性在关注我，还想诱导我！但我能及时摆平。因为平时情所派生出来的心修去的很多，觉得平时都能够时刻在法上，现实和梦境中基本都能够做到不动念了，没想到因为这几天的对外表的稍微关注，使旧势力在梦中又想趁机捣乱！而我做梦时还既然挺享受梦里的感觉，简直就是糊涂啊！当然这个世界有负的在动，正的必然也在起作用。它想利用大法弟子的执着心，但我们同样可以摆平它！更微观下的名誉心、虚荣心、显示心、自负心又再次被我深挖了出来，发一念清除掉。这些不正的因素它们想捣乱是门都没有，大法弟子要发挥大法弟子的作用，发挥更大的抑制作用。不管在现实还是在梦里都做到不动念，不让这些人心起作用！

其实，如果每个大法弟子都能够做到正神的标准，说话前，做事前，行动前都能够符合真、善、忍，都能够把自己当正神，不动念不动心，不被情所派生出来的任何心所动，那我们的正念场，我们的力量（佛法神通），就能发挥的很大，威

力无穷。如果很多大法弟子都能够考虑到自身的每一念、每一心、每一举动、每一形象、每句话是否会给正常人，给同修，给未来人带来一定的影响，是否会带动对方产生执着，是否能够及时纠正，那我们自身就能够意识到保护众生更大的责任，从而向不动念更靠近一步，就能够做到正念正行。当一个大法弟子能够觉悟了真正明白了，而且发挥出更大的抑制作用，这些起不好作用的不正因素，所有的小丑都会演不下去。

我们严格按照师所要求的三件事，其中在这里和同修交流一下发正念，那种状态应该是越发越精神，发完了很精神才对。不是象有些同修越发越困或跑神了，困、跑神和倒掌等状态反映出修炼者自身的意志力，克服困难的精神还不够清醒，瓶子里的脏东西还没有完全倒出，反映了执着的因素，反映了责任感还不够强大，反映了情还没有去除，所以心不静，力量不够大。在这里和大家分享整点发正念的过程，状态应该是到点前提前意识，做准备，静心，然后发正念。大法弟子如果能

不认识谁，不要执著于常人任何事情！把每一天都当作修炼的最后一天，精進实修吧！早日圆满随师还。

最后以一首小诗共勉：

难忍能忍，
难行能行；
发大勇猛，
舍大执著；
忍苦精進，
努力修行；
超脱三界，
永远殊胜！
永远美好！

【救度众生】

盼望得救的众生等真相

一、王大姐满脸愁容地叹气道：“都是党员啊！”

早上发完资料，就在街道两旁的摊贩中讲真相劝三退。碰上一位年纪较大的老爷爷在卖菜。一了解，发现他还是一位参加了“抗美援朝”老复退军人，今年都八十四岁了。表面上还看不出他有这么大一把年纪。我说老人家，象您这个情况，应该是有工作有退休金的啊。怎么还要卖菜谋生呢？老人说我以前是有工作的，“三年自然灾害”期间把工作丢了（指59年60年、61年全

国饿死四千多万人的这三年）。我买了他的红菜苔，一边付款一边讲真劝三退。谁知这位老人竟不退！他说共产党一个月给他四百元的补助金，他不退。我一下子懵了，这中共邪党每月四百元钱就买了他陪葬，多歹毒呀。于是我就没有走，而是站在旁边看他卖菜，同时心里琢磨词儿，等他把眼前的顾客打发完了再劝。

和我一块买菜，跟着我打称的是一位五十来岁的妇女，一看穿衣打扮就知道是那种有工作刚退休的职业女性。我内心里巴不得她快点走，我好开口劝那老“抗美援朝”。谁知这妇女也挺怪，她买了菜付了款也不走，还在那里东说西说干扰我打腹稿。我颇有一点烦她，就拿眼睛瞥她。谁知这妇女竟满腔热情地冲着我来了：“这白菜苔好，嫩的很！又便宜。我买了这么多，你也买一点吧？”说完就自作主张地拿过一条胶袋，帮我挑白菜苔。我被这妇女扰的心烦意乱，心想今天劝老“抗美援朝”三退的事，算是被她搅乱了。

就在这当口，我突然想起了同修们介绍过的经验，

看望老人，也不拿赡养费，好像根本没有这个老人，他们把不理不睬老人当成了时尚。我也不跟他们一般见识，只想用实际行动感化他们，我对他们无怨，无恨，只有慈悲，众生在无知中造业，却全然不知，可怜，可悲！他们把修炼人当成了傻子，连婆婆也这样认为：“你们两个傻子，竟吃亏了。”我告诉她，修炼人就得吃亏，吃亏是好事，但这不是傻，修炼人是最珍贵的，我们得到的是永生永世都不变的最美好的东西。

师父说：“大家知道，我们这一法门不避开常人社会去修炼，不避开、不逃脱矛盾；在常人这个复杂的环境中，你是清醒的，明明白白的在利益问题上吃亏，被别人窃取利益的时候，你不跟别人一样去争去斗；在各种心性的干扰中，你在吃亏；你在这种艰苦的环境中，魔炼你的意志，提高你的心性，在常人的各种不好的思想影响下，你能够超脱出来。”（《转法轮》）

我想：老人落到我这里，绝不是偶然的，众生都是为法来，她一定是来得法的，她可能是一个大穹，里

面有无量无际的众生。我给她放讲法录像，看修炼故事。有一天，她突然说：“赶明儿我也修炼。”我就教她炼功。经过九个月的精心护理，放讲法录像清理另外空间场，长时间、高密度发正念，老人渐渐好转。白天已能下地随意行走，并且白天知道大小便了。我想这都是师父和大法的威力呀！

清晨入静打坐，云海茫茫，环绕山间，自己仿佛变成了一座很高很高很大很大的山，山上有大千万物，芸芸众生，大山包容众生，包容万物，包容一切，柳暗花明又一村的境界太美妙了！我泪流满面，我无法形容我对师尊的感激之心，是师尊的大法让我找回了掩埋在尘世间多年的真我。慈悲的力量太大了，婆媳间的冤缘就这样用强大的慈悲善解了。

在修好自己的同时，我和丈夫轮流出去发真相资料，讲真相，劝三退。只有修好自己，才是神在做三件事，否则做的再多，也是人在做事。

让我们抓紧有生之年修炼吧！人身一失，万物皆空！常人间就像住店一样，小住几日，匆匆就走，谁也

够正确对待清除自身空间场的不正因素，那是每位大法弟子保护生命的责任，师父说过：“我的法身一直要保护到你能够自己保护你自己为止。”（《转法轮》）所以发正念不止是对自己生命的认真对待，也是对其他同修及生命的保护。因为你的层次越高，能量越大，能量场范围越广，就能起到保护更多生命的作用。然后立掌发正念时，能量就象原子弹爆发一样的感觉，只是没有蘑菇云和烟尘，而力量更大，面积更广，瞬间白色黄光的能量在身体周围打出去，速度极快，遍及各个时空，层次越高能量物质越细腻，威力无穷！

写到这有些感慨，随手写首诗：学法炼功好精神，发正念中邪恶除，正神正念行世间，掌管时空未来神。

大法进程一旦到了最后的时间，地上的人觉醒了，大法弟子救人的同时也觉醒了！一旦那时你突然醒来，你的层次修到哪你就去了哪里。因为高层次的不会往下层走，低层次的也上不去，宇宙体系之间又很庞大及遥远，大法弟子之间很难再碰面！所以同修啊，你会在哪

个层次中醒来呢？还不快用这宝贵的时间，多学一学法，悟一悟，多提高一下，毅力上再吃点苦克服一下，层次再突破一些！信，就是要身神合一，真正做到。师父说：“正念正行 精进不停 除乱法鬼 善待众生”（《洪吟二》正神）。

敬，我们伟大的师父！正念十足，同修共勉！

灭除色欲执著心

前言

近期看到两篇同修关于去除男女情方面的交流文章，心有感想，写出来与同修切磋，不足之处，请同修慈悲指正。

能否去除男女之情，是常人走向真正修炼人的第一关。如何去除男女之情，做为修炼人都会有自己在不同状态，不同层次的修炼感悟。我是九四年修炼法轮大法的，那时是大一的学生。得法初期思想中时常有男女之情返出来，干扰我精进修炼，虽然思想中强烈排斥它，想它不是我，但效果不理想，令我非常苦恼。通过学法，对待此问题有了清晰明确的认识。阅读经书《法

轮大法义解》中写：“所以念我的书就能够消它，念书的时候打出来的都是功，打出来的都是法，就可以起到消业的作用。”心中豁然开朗，一下子悟到去除色欲心及所有一切执著心这些不好的物质要背法。背法！通过学习师尊讲法，再有色欲心返出来，我就背《转法轮》第六讲中讲法：“欲和色这些东西都是属于人的执著心，这些东西都应该去。”连续背八十一遍，如果思想中还有色欲执著杂念时，再背八十一遍，直到心如止水。

通过学法，我发现针对每一颗人的执著心，师尊讲法中都讲到了为什么去执著心，怎么样去掉执著心，只要认真学法都能认识到。在打坐背法时，我看到色欲执著心对应另外空间是一个巨大的类似动物淋巴或是癌症肿瘤一样的物质，随着我不断背法，这种丑陋物质不断缩小，不断缩小，持续解体化成黑水，最后黑水也被大法净化消除了。表现在常人空间中，思想突然变得无比平静、祥和，身体也感觉非常轻松。在实践修炼过程中，在大量学法向内找的基

础上，每天增加抱轮时间，延长打坐时间，打坐次数都能起到去除各种执著心的辅助作用。

因为工作原因，在社会，生活环境中，接触到许多职业女性。其中有一位叫菲菲的女孩，我们同在外企工作，接触较多，又都远离家乡，单身在外，受常人社会道德败坏风气的污染，她一直希望与我发展同居恋情。我通过学法悟到，非夫妻之间的性行为是违背神给人规范的道德标准的，常人在人世间男女乱性造业后，是要下地狱偿还所造罪业的，修炼人则是更不应该有此行为。婚姻大事，作为真修弟子都是师尊安排好的，一切随其自然。摆正与菲菲的关系后不久，菲菲离开公司回到家乡工作了。

九九年后，大法弟子全面转入正法修炼。正法时期大法弟子肩负着证实大法，救度众生的伟大历史使命。师尊在《北美巡回讲法》中讲道：“因为那庞大的天体在你以下，几乎就象你的身体一样，因为你就那么庞大。那里面有无数的众生，数不尽的宇宙穹体。你们的修炼，决定着那些庞大的生

者婆婆欠儿媳的，师父说：“在修炼中，在具体对待矛盾的时候，别人对你不好的时候，可能有两种情况存在：一个是你可能生前有过对人家不好，你自己心里头不平衡，怎么对我这样？那么你以前怎么对人家那样？你说你那个时候不知道，这一辈子不管那辈子事，那可不行。”现在我才悟透了师父的话：“非是修行路上苦生生世世业力阻 横心消业修心性 永得人身是佛祖”（《因果》）。

我精進学法，一味的要求自己心性的提高，无条件向内找，必须“无条件”，就找自己。正念铲除所有不好的人心：攀比心、怨恨心、清高心、执著自我的心、委屈心、烦躁心、嫌弃老人的心、怕脏心、怕累心。增强自己的善心、耐心和定力。所有的人心都是假我，真诚、善良、忍让的我才是真我。同时正念铲除旧势力对我强加的迫害，铲除迫害老人的所有黑手烂鬼。

常人伺候这样的老人觉得很难，是因为有各种各样的人心，我的人心去了，也就不觉得难，不觉得苦了。师父说：“其实修炼并不

难，难就难在常人之心放不下。”（《悉尼法会讲法》）

经过这样的过程，此时的我已经把一个婆婆，一个看不上的人，完全看作了自己世界的众生，看作自己的儿女，一个懵懵懂懂的孩子。我对她只有慈悲。我耐心照顾她，真诚呵护她，笑呵呵的指出她不对的地方，她对我不再有敌对情绪了，当着儿女的面总说：“儿媳妇好，比姑娘还好，好吃的总惦记着我，儿媳妇太累了，你们来替替她吧！”三个大姑姐对我也非常的感激，说：“你太辛苦了，你对老人的孝心，用多少钱都买不来呀，你这样的人，世界上都难找啊！”我说：“我是法轮大法修炼者，才会这样做的。你们不用感谢我，应该感谢李洪志师父，是师父的法教我这样做的。我现在很轻松，很快乐，而且内心很平和。”

大伯哥强占老人家产，现在对老人却不管不问，我们赡养老人，他还认为是理所当然的；小姑子和大伯哥就住在我们附近（坐车 10 分钟），老人得重病后，常常几个月不打一个电话，不来

至柔，哺育大地，恩泽万物，而不图任何回报，忍让万物，总往低处流。

一个不能自理的老人完全落在我一个人身上，面临的事情很多，对我这样一个教师可真是一个大难题，从教师工作走向保姆式工作，心里落差很大。但我想那不都是人心吗？修炼者放下人心，什么事情都能做，而且要做好。我坚信：“难忍能忍，难行能行”（《转法轮》），最难才能得到最好的。

我精進学法，对照实修，我悟到：善中之真善应该是完全站在他人的角度，完全考虑他人的难处，完全考虑他人的切身感受，那么忍中之极大忍耐，极大耐心，便可做到心平气和。我事事站在老人的角度考虑，精心护理，尽量让她少遭罪，少受痛苦。我给老人做了十五床小褥子；晚上我要起来两三次，扶老人上厕所，换洗尿湿的被褥；多少次，老人把大便上在裤子里，却全然不知，我不厌其烦的换洗；有时吃不下饭，我耐心喂饭；糊涂的老人有时拆被褥，我要花三四个小时重缝；有时吃饭不顺心，

把筷子重重摔在地上，饭粒撒的到处都是，我耐心的收拾；清早，我要同时料理老人和八岁的孩子，有时孩子哭闹的厉害，我忙的团团转。

虽然每天早晨很忙，但我始终坚持早起炼功，白天学法；并且学法、炼功一定要讲究实效：学法句句入心，炼功清静无为。

我严守心性，时时记住师父的话：“修炼就得在这魔难中修炼，看你七情六欲能不能割舍，能不能看淡。”（《转法轮》）

“有这样一句话：大无边，全凭你那颗心去修，看你能修多高，全靠你的忍耐力和吃苦能力。”（《转法轮》）

“在这个宇宙中还有个理：你是承受了很大的痛苦了，所以你自身的业力也要得到转化。因为你付出了，承受多大，转化多大，都变成德。”（《转法轮》）

我常常想：为什么这一世婆婆对我不好，有时百般刁难，现在患上严重脑出血，我还要耐心的伺候，我们之间一定是冤缘结成。我个人认为：婆媳大部分是冤缘促成，儿媳欠婆婆的，或

命群的好与坏、留与不留啊！”通过学法我悟到：正法修炼是以个人修炼为前提的，正法时期大法弟子修好自己，去掉自身执著心就是在救度无量众生。正法修炼中，由于看淡人的执着心，尤其是男女之情，有两次在面对邪恶生命操控的恶警的强加迫害时，坦然不动，在师尊的慈悲看护下用正念与智慧破除了干扰，使邪恶迫害灰飞烟灭。正法弟子只有灭除色欲执著心，在正念中才能如意运用大法所给予的功能，证实大法，破除旧势力残存因素强加的迫害。也有同修因为男女之情造业，被邪恶钻空子给自身修炼，救度众生造成很大损失。有被乱法烂鬼操控恶警抓捕的，有的以病业迫害方式被邪恶因素夺走肉身，我想这方面血的教训，足以令我们清醒。

一次与同修切磋交流，遇到一位年轻女同修，她不久前因为男女情造业摔跟头，乱法烂鬼企图以此为借口，用病业方式迫害死同修。表现在常人空间为：心脏、前胸、背部不间断剧烈疼痛，全身发冷，并且女同修看到，感受到有许多身着

古装衣服的生命强行要拖拽她元神离体。交流时我坐在她身边，她静静的低着头。忽然她抬起头，困倦的目光中放射出异样光彩，看着我说道：哎呀，你没有情欲的物质，我能感觉到！和你在一起，什么也想不起来，只是感觉很快快乐，我知道我错在哪了！我说：这是大法的威力。我们是正法弟子，大法中一个粒子，身心完全由宇宙真、善、忍特性构成。师尊在《转法轮》中讲道：

“因为在高级生命看来，人的生命不是为了当人。他认为人的生命是在宇宙空间中产生的，和宇宙是同一性质的，是善良的，是真、善、忍这种物质构成的。”我悟到：除了真、善、忍是真正自我外，思想中一切不符合法的观念都不是自我，都是执著的观念，必须灭尽，其中包括私的观念。我们的生命是属于大法的，是为证实大法，救度众生而存在，不是来遭受迫害的，即使我们有执著、不足是师尊大法归正，师尊大法不承认的，我们坚决不要，不认可。女同修说：是呀。我接着说到：大法在我修炼境界的展现是，从另外空间看人的肉

身，真真切切就是一块棕黑色的人形泥块，肉身所带的物质场是粘粘的、脏脏的，带有腥膻异味的。另外空间的护法神都是与我们修炼人的肉身及所带物质场保持一定距离的，从不用“手”触碰肉身所带物质场，以防止有不洁之物沾染，污染神体。如果（男女乱性）造业严重，人的肉身从另外空间看就象腐败的烂泥，臭气熏天，另外空间正的生命从这样生命身边经过时，都会掩鼻而过，只有色魔，乱鬼才会喜欢这种物质身体与气味。切磋中，女同修不断用法归正自己不正的思想观念，神的本性“开始”苏醒觉悟，此刻她所对应没有同化法的空间也发生了很大变化：黑暗的空间，开始有了光明，就如同乌云永远遮不住太阳；大量阴灵，邪恶生命因为同修觉悟了神的正念的光芒照射，立刻化成尘烟消失；空间中汹涌的黑色洪水开始消退。灾难过后，同修空间场中对应的众生苍白的脸上有了希望的笑容，开始重整家园……我继续说到：修炼人一定要去除色欲执著心。当我思想中返出男女之情时，我就背师尊讲法

八十一遍，如果心中还有杂念，就再背八十一遍，直到彻底灭除人心干扰。去执著心时，真是剜心透骨的痛，但我们是正法时期大法弟子，如果用我们在修炼中身心遭受的痛苦换来无量众神的生命；如果用我们身心的付出为宇宙众生在新宇宙中开创出最美好的生存环境和生存方式，那是一件多么有意义的事情呀！相比之下我们吃的苦又算得了什么呢？很快，女同修在师尊加持保护下，在同修们的正念配合下，闯过病业关，又重新汇入正法洪流中。

后来，再一次遇到这位女同修，与同修学法后，同修送我出门。走出一段路程，默然回首，同修还矗立寒风中，她的长发在风中飘飞。依稀间，宁静、白晰的面庞泪光晶莹，她的目光中带着一种发自内心的感动，充满信心的，坚定的向我颌首致别。我知道在未来的岁月里，在助师正法的道路上，同修一定会做的更好。作为修炼人，一动人心一动情即在执著中，生命就会受到三界物质因素、三界物理的束缚、制约；身心就在三界的业力轮中，就会有痛

“私”。我和丈夫商量第二天就把老人接回家中。老人回家后，我和丈夫的四个姐妹，一家半个月，日夜轮流照顾老人。

这样，过了三个月，又出现了问题：两个大姑姐家有孙子，外孙子，需要人照顾，实在脱不开身，老人的事把他们搞的焦头烂额。而且其他几家，也家家有事。两个大姑姐一气之下，把老人送到了敬老院（我们始终不同意）。他们说：“哪家不同意，哪家自己照顾。”小姑子要照顾老人，但提出一个条件：每月五千元，六家平摊。每月每家要出近一千元，价格太高了，谁也不同意。我当时很平静，没有和他们争吵，心想：这不是去我的争斗心吗？

矛盾激化到这一步，怎么办？如果接回来，我一人照顾一个不能自理的老人和一个不懂事的孩子，还有学习班，这个担子不轻啊。我又反复学法，反复向内找。这不又是一个“私”字在作怪吗？常人嫌弃老人，怕脏，怕累，贪图享乐，唯利是图，我们修炼人怎么能这样呢？现在，人类社会的道德在一日千里的往下滑着，

老人如果没有家产，会被看作一个没用的石头，任人踢来踢去，没人理会，全然忘记老人一生含辛茹苦，忘记老人的养育之恩。我们就是要做一个好人，做更好的人，超越常人的好人，别人不要什么，我们要什么，我们就是要这样的石头！我们不能因为人老了，就嫌弃她；不能因为老人有病了，就抛弃她！我们不仅要把老人接回来，而且要更加精心照顾。更重要的是，在亲戚面前，我们更有力的证实了大法，证实了修炼人的无私。这比给他们多少真相资料，讲多少真相都有说服力啊！如果我们不管老人，他们会骂师父，骂大法，损失是不可估量的。我和丈夫把学习班停了，再次把老人从敬老院接回家，由我们一家单独护理，而且分文不取，不求任何回报。我说：“你们年纪大了，而且各家都有事，我们是李洪志师父的大法弟子，是个修炼人，会尽全力伺候好老人的。”三个大姑姐都很感激，说：“你们修炼人事事处处都为他人考虑，真太难得了。”他们都很认同大法。

上善若水。水，至清，

口，还说了很多脏话。当时我一下警觉了，这说明我今天法学的好，功炼的好呀。如果我忍住了，她得给我多少白色物质呀，我自身的黑色物质还往下消，我得好好谢谢她呀。发完正念，我笑呵呵的对婆婆说：“你饿了吧，我马上做。”婆婆白了我一眼，扭过头去，哼着我说：“不吃才好呢。”我想起师父的话：“可是往往矛盾来的时候，不刺激到人的心灵，不算数，不好使，得不到提高。”（《转法轮》）我把它当成好事，我下楼买了她愿吃的东西，又提前做了晚饭，端到她眼前，像没事一样，还像往常一样对她。第二天早上打坐时，状态非常好，打坐一个小时腿一点都不疼。（以前总要疼五、六分钟的。）打坐时，飘到了云层上方，四处是云雾缭绕的高山，在云海里飞翔，平静的仿佛什么都没有了。

修行最重要的是修忍辱，人世间的容辱算得了什么呢？我们的目标是要脱离人海，得到永生永世都美好不变的东西。感谢慈悲伟大的师父，感谢大法，让我的境界升华！

去年六月，婆婆第二次脑出血，很严重，卧床不起，大小便不能自理。在医院，我和她的儿女日夜轮班护理老人。我给婆婆戴上了护身符，叫她常念“法轮大法好，真、善、忍好”。还给她听师父讲法。医生说：“这么大岁数的老人（八十二岁），而且是第二次脑出血，活下来真是个奇迹。”在医院我得到了好评，说现在看不到儿媳妇伺候老婆婆的了。我告诉他们我是修炼法轮佛法的，师父要求我们这样做的。我给他们讲了大法的真相，他们很赞同，并且做了三退。

二十天后，老人没有生命危险了，要出院了，但大小便仍不能自理，一时一刻都离不开人。这就面临一个问题：老人由哪家接管？我们要洪法，孩子刚上学，要人接送，而且正在办学习班，很忙。其他子女也没有一家肯接管老人。怎么办？我用炼功人的标准衡量自己，老人病重时，正是需要子女照顾的时候，我怎能只考虑自己而抛弃老人于不顾呢？自私，自私，太自私了！我们修炼人就是要从细胞的本源中铲除这个

苦，师尊说：“没有任何意念活动，任何意念都是执著。”（《悉尼法会讲法》）

对于打印周刊的一点感想

一个资料点每周要做几十份周刊，影响了做真相资料救度众生。这些周刊看完后，又要想着如何妥善处理。万物皆有灵，这些周刊遭此命运能否高兴的为我们服务呢？

前些年，打印周刊传阅确实起到了很好的作用，那时我们由衷的感谢它们，我想它们也是感受得到的。通过看周刊，了解了正法进程，增强正念，精進实修。正法是有时间进程的，失去的将不会再来。

九九年“七·二零”由于我修得不扎实，对法理认识不清，正念不足，没有走出来证实法，表面上避开了邪恶，结果，遭受了另外空间对我身体的迫害，旧势力抓到了理了呀。

近三年，才能把自己当个真修弟子，精進实修。在这里建议有条件的同修都能自己上网看明慧、正见，条件差一些可以使用 MP4 等电

子设备来阅读，这样一来节省了资料点同修的时间，可以用更多的精力来制作真相资料救度众生，二来也不用担心看过的周刊如何处理。

听有一位同修说，有的同修为了处理看过的周刊，专门买了碎纸机。这三年，有时候没时间上网，MP4 却一天也没有离开过我，三件事都有这个法器的功劳。实在没空，我就用它听大法的音乐，这样来屏蔽外界的干扰。

有的同修对电子产品的使用有恐惧心理，其实 MP4 的使用能难倒一个大法弟子么？而且能被大法弟子选中，对它来说也是荣耀，它会尽力的。

前几天，我把《和时间的对话》读给一个同修听，同修说：“我还以为是新经文呢。”十五年过去了，如今师父还在等，还在给机会。在这最后的时刻，我们可要把握住啊！

【修炼故事】 法轮大法救了我

慈悲伟大的师父好！同修们好！我叫夏莲，今年 68 岁，2005 年在监狱里得大法，

是个被判了十年大刑的人。那时我在狱中已做了四年牢了。入狱前为了生计，我和儿子开了一个小旅店。生意还没上来，却招来了派出所人员的妒忌，挑拨我和儿子打架，我不听。他们就挑拨我儿子打我，听了他们的话，儿子把做生意的钱全部都抢走了。正在我为生意不好而着急时，附近一个酒店的老板给我介绍了俩个小姐给我拉回头客人，我留下了。这时管片的派出所所长管我要钱，我不给。因我当时病的很厉害，生活不能自理，挣的钱不够看病的，他就把我抓起来，（用担架抬着我）判了十年刑。所以在狱中只要一提起我做牢的原因，我气的嗷嗷暴叫，大骂那些把我送进监狱的那些人，天天在气中的我，浑身是病，在狱中我生活不能自理，简直生不如死。躺在床上每天都在想，出狱后我告他们，如果告不了，（没钱把房子卖掉），花钱雇凶也要把他们和我的儿子都杀了，我也不活了，每天都在想这件事。

2005 年的春天，一天牢中转进来一名犯人姓董，看见我这个样子，跟我说：大

姨你学法轮功吧，你的病肯定好了，心情也不这样了。从那以后她教我们牢中的人炼功，教我们背《转法轮》里面的〈论语〉，在小纸片上抄写大法书籍《转法轮》，把小纸片装订成一个小本子，让我们学。《转法轮》里的每句话都说到了我的心里。我如获至宝，我把这些写着大法的小本子宝贝似的藏在被子里，（因我不能起床炼功）一有时间就拿出来学，我得大法了，我的心情平和了，我不那么恨他们了。感谢师父把我从迷途中找了回来，唤醒了我的良知。我感谢慈悲的师父，感谢大法，是大法给了我第二次生命。（董在看守所时，她和大法弟子丁言（音）学的大法，丁言被迫害死后，书留给了她）在监狱中，我天天骂他们，恨他们，想出来后如何报仇。自从学了大法，我明白了，我全明白了，师父在《转法轮》里讲“在修炼中，在具体对待矛盾的时候，别人对你不好的时候，可能有两种情况存在：一个是你可能生前有过对人家不好，你自己心里头不平衡，怎么对我这样？那么你以前怎么对人家那样？

家中，我们的生活压力最大，租房住，孩子四岁，但我想修炼人应高姿态，不能和常人一般见识。

自古以来，婆媳关系就是一道难逾越的鸿沟。我们一起生活四年来，矛盾也时常发生。但我精進实修，每天必学一讲法，时时处处考虑他人，以炼功人的心性标准严格要求自己。

开始时，我对婆婆很看不顺眼。她是个农村人，为人处事，爱占便宜，爱骂人，损人，歪曲事实。我常常想：为什么要把这样的人安排在我面前？我们之间一定有冤缘。但我想婆婆落在我面前，一定有我要去的人心，她给我提供了难得的修炼环境，我应该从心里谢谢她。我暗下决心，一定要善解婆媳间冤缘，修过这一关。

我说话做事对婆婆很尊重。平时做饭，总想着婆婆愿吃什么，就做什么。她愿吃炖菜，每次我都要炖个菜。有时，她不愿吃的菜，就再加一个她愿吃的菜。她愿吃八宝粥，我就学着做各种八宝粥。每次我出门前，都要把饭菜给她准备好。平时，她的儿女来看她，一来

一大帮。我上下楼买菜，做饭，心想：老人年纪大了，做儿女的，看一天，少一天。师父要求我们事事都要为他人着想。要我们修成无私无我，先他后我的正觉。所以，我总是笑脸相迎，从来没对他们发过脾气，我和他们的关系处的很好。我自认为对婆婆很好，什么事情都站在她的角度考虑。但她对她的儿女总说我的不好。说我做饭胡弄，没人时不给她饭吃。当时我听了，眼泪都要流出来了，这没人看见的事，有口难辩啊。她的姑娘说：“不给你饭吃，你怎么这么胖呀？”婆婆说：“他们把我打胖（pāng）的。”姑娘又问：“打的怎么没有痕迹呢？”“消肿了！”当时，我马上意识到这是在给我提高心性，扩大我心的容量啊！我又要提高一个层次了。我呵呵一笑，说：“你可真会说笑话！”大家也都哄堂大笑，一个尴尬局面就这样过去了。

有一次，由于和丈夫（同修）学法，做午饭稍晚了一些，（实际也不晚，当时是 12 点，平时都是十一点半做好饭。）婆婆走到我们房间门口，大口吐了我两

亲在旁边静静的、耐心的等待，不住的点头。讲完后，母子匆匆离去。我想，众生都在等着听真相，等着救度啊。就这样，我上午学法，下午讲真相，随时随地讲，利用各种机会讲，风雨不误。每天 10 人，20 人，30 人不等，在乡下，有时一次能达到 60、70 人。但我想，这一切都是师父在做，我只是跑跑腿，动动嘴而已。

5、打开局面，动员其他人讲真相

讲真相的局面打开了，亲朋好友都争着听真相，也都主动向其他人讲真相。有一次，回乡下讲真相，我姐说：“你快上我们队讲真相吧，赶快把他们救了吧。”家里有人急了，说：“还是先上我们队吧！”那一次，正逢下大雨，我们走了两个多小时，走到哪，讲到哪，退到哪，共退了 80 多人。我弟弟以及所有亲属都帮助讲真相。孩子们知道真相，给同学们讲。老二同学聚会时，退了 15 人，并给他们发了真相资料；老三给寝室的同学和要好的朋友做了三退。

三、坚信师父，坚信大法

虽然救度众生非常紧迫，但我始终把学法修心放在第一位。组织学法小组，每周学法两至三次。互相切磋，整体提高。有做不好的地方，就在法上修。有时同修间发生矛盾时，向内找，情况就发生变化。现在我已经从不会修到会修，遇事向内找，正念铲除邪恶。

正法修炼的路不管还有多长，我都要坚信师父，坚信大法，作师父的真修弟子，善始善终走到底。

忍苦精進去执著 善解婆媳间冤缘

我是一名英语教师，今年三十九岁，从事教学十一年。在校期间多次被评为优秀教师，教学骨干，曾荣获全国教育教学大赛奖励，受到学校、家长的认可和好评。从上学到工作，一直在自信中成长。

我于一九九六年八月得法，在 M 市修炼十年后，搬迁到 C 市，到 C 市后，把婆婆接来居住在一起，当时婆婆已是七十八岁高龄。其他儿女六人（三个大姑姐，两个小姑子，一个大阿哥），无一家愿意赡养老人。这些

你说你那个时候不知道，这一辈子不管那辈子事，那可不行。”“为什么遇到这些问题？都是你自己欠下的业力造成的，”我反复的读这一讲，越读心里越亮堂，读着读着没有了仇恨，不知怎的心里有一念总想谢谢他们这几个把我送进大狱的人。2005 年 8 月份，我被转到石家庄女子监狱，由于生活不能自理，在 2006 年 2 月份，监狱的人给我办了保外就医，我出狱回家了。我这不是因祸得福了吗，这真是福兮祸所伏，祸兮福所倚。2006 年 2 月份我回到了家，回家的第一件事托人在老家请了一本《转法轮》。我天天在家不管白天黑夜的学法，在这期间师父不断的给我清理了身体。能动时我能炼哪套功法，我就炼哪套功法，（我是在监狱时看她们炼，学的，动作不准确）我的高血压、心脏病、风湿病、腰椎间盘突出、坐骨神经痛都好了，这期间我没有吃一粒药，我的生活能自理了。我能上楼下楼了，我真的不知道怎么感谢师父。到了刑期的最后一年，2009 年监狱叫我去体检，一检查医生说我是糖尿病，要栓住，

我害怕了又吃药了。到了 2011 年 1 月份，我有了找同修的想法，可是上哪去找呢？一天中午，我刚走到楼下的路口，就看见一个人在往墙上写字，我走过去想看看写的什么，一看是“法轮大法好”我可高兴了，我找到同修了，现在我知道了是师父给安排的，谢谢师父。

一 学法

小组同修帮我在我家附近找了一个学法小组，第一次参加学法小组，别提多高兴了，同修给我拿来了师父在各地的讲法，明慧周刊和师父教功的碟片，我这才知道师父还有其他的讲法。和让我们做的三件事。我跟着师父的教功的碟片学了五遍五套功法后，师父点化我不要吃药了，结果我把到点吃药的事忘了。一直到现在一片药也没吃。师父在各地的讲法，我用了一些时间系统的学了几遍，越学越想学，明白了一些法理。师父说：“学好法、多学法、经常学法，成为真正的大法修炼人”。《致印度首届法会》怎样才能真正的成为大法修炼人？我想：就是师父怎么说我就怎么做，师父在《致美中法会》中说：“学好

法、做好讲真相的事，救度众生是第一位的。”那我就听师父的话走出去救度众生。

二 讲真相救众生

第一次上街讲真相时，由于不会讲一个都没有退，回去和同修一说，第二天，同修带我去讲，见同修讲一个退一个说的头头是道，我这才明白了讲真相原来是这样讲。同修带了我两天。并且告诉我明慧周刊上，在同修们的交流文章上有面对面讲真相的内容。回家后我仔细的读明慧周刊，有面对面讲真相内容的，我认为好的我就记下来在心里练习几遍，准备好后我就独立的去讲真相救人了。我随身带了真相小册子，大法护身符，见到人我就讲也不知道怕，一边讲一边想同修是怎么讲的，明慧周刊上同修是怎么讲的，越讲越顺，第一次出去讲真相半天时间，三退的就退了 20 多人，接连几天都是 20 人以上，真相小册子，大法护身符我都是她（他）们明白真相后，送给她们。我知道都是师父把有缘人带到我身边来听真相，没有师父我又能做什么呢？谢谢师父！5 月份的一天，我给三

个男的讲真相，谁知道是三个公交分局的便衣，他们把我带到分局，然后送到了看守所，我想不管把我送到哪里我也要救人。他们把我交给一个当官的，我给他讲真相，他说：我比你知道的都多，《转法轮》我都读过。我说：那你就退了吧，（指退党、团、队）他说我早退了，是你们的人给退的。这时有个警察问他：是恶审还是善审，这个当官的说：善审，那警察问：为啥要善审？这个当官的说：这个这老太太有啥罪？没有罪！在看守所里有 6 名大法弟子。有三名同修不穿狱服，关小号，我说不要因小失大，救人要紧，我们就天天发正念，有机会就讲真相救人。背我们会背的《转法轮》和《洪吟》我们三个同修在看守所讲真相退了（党团队）46 人，15 天后我带着 46 人的三退名单回家了。回来后，我还是上午讲真相救人，下午参加小组学法。有一天我和往常一样到早市去讲真相救人，给一个中年男人讲时，他说：你知道我是什么人吗？一边说一边从兜里掏出工作证，我是 610 的，我说：不管你是干啥

下。母亲去世时，亲朋好友都来了，我利用这一机会给他们深入的讲真相，发九评，劝三退。刚做完，警车到了。不容分说，把我的弟弟扯走（弟弟是个常人），拉到一个地方，问：“你还炼不炼法轮功？”弟弟说“不炼。”然后把弟弟放了回来。我利用这一机会脱离险境，坐车回到了城里。心里默默的感谢师父的慈悲呵护。有时，妹妹、妯娌家办事，我给三、四百人讲真相，劝三退，随身带的三百多个护身符也发放出去。有很多时候，我讲完真相刚走，警车就到了，在师父的慈悲呵护下安全的脱离了险境。

4、面对面个人讲真相，劝三退

说来也神奇，在家想着，今天给谁讲真相，到那就一定能遇到谁；想救谁，就能看着谁。我想这一定是师父的巧妙安排。有一次，去一个亲属家讲完真相回来的路上，突然想起了一个姓李的同乡，已经二、三十年没见着了，心里发着正念：请师尊加持，一定要找到他，给他作三退。这时，很远处有一个人影，同去的一

个同修说：“那个人一定是他（他们以前未见过面）。”走近一看，果真是他，很顺利就给他作了三退。惊喜之余感谢师尊的巧妙安排。

还有一次，下着瓢泼大雨，我想，还有个电子认识的人不知道真相，我应该去一趟。我发正念请师尊加持：那个电子不要下雨，能遇见那个人。说来也神奇，别的电子下的雨没过了脚，而那个电子一滴雨没下。认识的那个人正巧要去外地，等了两个小时也没有车。我想：这不是在等我吗？我给他们讲了真相，他们全家人很顺利作了三退。我又一次见证了大法的神奇。

有一次，去温州城买服装，回来时，猛然想起，做三退时，落了一个女的。我又回来找她。这时过来一个男的，拽住我，大声说：“走，找地方讲去。”我在心里默念：“师父救我！”就在这时，从旁边串出一个人，把那个男的截住，让我走开了。我再一次感谢师父的慈悲呵护。

还有一次，遇到一位母亲领着一个戴红领巾的学生，我给学生讲真相时，母

2. 大面积发放资料，做横幅

二零零一年因丈夫工作关系，我们一家进了城，每月靠丈夫三百多元工资维持生活。我又没工作，三个孩子上学很艰难，但我每月都凑十元钱买三米黄布，写上红字截成十五段，做好横幅，一天挂几块，两个多月我共挂了一百三四十块，有效的震慑了邪恶。我还和另一个同修带上七包真相资料到乡下去发，有时一连走四五个村子，有一天晚上村子很亮，不时传来狗叫声，我不断地发着正念，心里说：狗啊狗啊你别叫，我是来救人的。过了一会儿真的鸦雀无声了，发到哪里哪里就象莲花一样发亮。

3、大面积讲真相，劝三退

搬到城里后，我想既然我转生在乡村，那里的众生都是有缘人，都是应该救度的对象。于是我就把乡村作为我讲真相救人的地方。亲朋好友家，有红白喜事的，我都参加，利用这时间可以大面积的讲真相，劝三退。

有一次，侄子开歌舞厅，请亲朋好友聚会。我想这是一次难得的机会。凑巧

那天有事，去晚了。但我想：即使晚去一会儿，也一定要去，邪恶阻止不了我救度众生。我先发正念，然后带了很多神韵光盘，准备给亲朋好友的。但由于去晚了，去了另一个房间，一桌18人都是陌生人，都是些小头目，而且一多半是党员。没吃饭前，我发给他们光盘，他们不要。我再次发正念，请师尊加持。正在这时主办人说，舞厅开业，每个人都说两句。我想这一次机会来了。轮到我了，我先说了两句常人的吉利话，然后说：“你们都是家乡人，发财也好，升官也好，但先得保命。我是炼法轮功的，修大法的，请你们记住法轮大法好，真善忍好。三退保平安。大灾大难来时，希望你们全家都平平安安，每个人都有个美好的未来。”我又给他们讲了真相。讲完后，我再次发神韵光盘，他们都高兴的接受了，而且都用真名作了三退，加上他们的家人共30多个。但散席时，没退完。这怎么办呢？我又发正念，请师尊加持，让剩下的众生得救。正巧这时回歌舞厅，我就把剩下的也用真名退完了，连扫地的也没落

的，我救的是你的命！他说：咱们往路边上站站，你好好给我讲讲，我就从天灾人祸，预言，共党的腐败如何迫害大法弟子，为啥要三退，我还告诉他，不要参与迫害大法弟子，将来会有福报的。他听我讲完后说：我明白了，我是党员，你给我退了吧！我真替这个明白真相的生命高兴。还有一个是法院的一个法官，我给他讲真相叫他三退，他说：不要给我讲这个，我不信。一个月以后，他来到我家，我说：给你一本《九评》回去看看吧，他说：我已经看过了，我说：那就把你那个党退了吧，他说：好吧，这样又把他全家都退了，我说：得他们同意才行，他说：我回去就跟他们说。没想到他来了一个180度的大转弯，我又告诉他，有灾难时，要记住“法轮大法好，真善忍好”他说：记住了，回去后一定告诉家里的人。在我居住的小区有一个市场，有一个40多岁的妇女每天都在卖粮食的那坐着，她的手不能拿东西，又痛又麻，我给她讲真相她非常相信，作了三退，我把《转法轮》借给她看，我说：当你看完这本书

后，从心里认为好的话，你的病也一定就好了。她看完这本书后，她的病就真的好了，现在她每天出去做买卖。见到谁都说是看《转法轮》好的。我从监狱刚回来时，儿子看我几次，嘴里还不干不净的骂我，怕我报复他。我想：师父在《转法轮》里说：“你不但不要和他一样去争去斗，你心里头还不能恨他，真的不能恨他。你一恨他，你不就动了气吗？你就没做到忍。我们讲真、善、忍，你的善就更无从有了。所以你不能跟他一样的，你真的不能生他的气，别看他把你搞的上下很臭，抬不起头来。你不但不能生他的气，你心里头还得谢谢他，真得谢谢他。在常人可能就这么想：那不是阿Q了吗？我告诉你，不是这么回事。”我对他说：我现在学大法了，不跟你一般见识，我要不学大法，你早不知被我打哪去了。儿子听我这么一说：高兴的说：大法真好，法轮功真好，妈妈学大法了，不跟我一般见识，我以后不做买卖了，我也学大法。从那以后，儿子也来了个180度的大转弯，每天嘴里念着真善忍，现在对我

非常孝顺，也非常后悔他以前的所作所为。

三 结语

自从得法后，我觉得我每天都沐浴在佛光中，每天都在做着我最快乐的事（三件事），我真的好幸福啊。可是我知道离师父的要求差得很远，和精進的同修们比差得很远，我要努力赶上，多学法，学好法，更好的做好三件事，救更多的众生，才不辜负师父的救度之恩。最后用师父的诗词《观感》与大家共勉：“生在苦难中 半生两袖空 一朝得法向上冲 快 做好三件事 救众生 回归步别松”（《洪吟三》）。

谢谢慈悲伟大的师父！
谢谢同修！第一次写稿如有不当，请同修慈悲指正

我的修炼经历

我于一九九七年因病走入大法修炼。回顾十五年的修炼历程由不成熟走向成熟。作为正法时期的大法弟子，肩负重大使命，助师正法，救度众生，兑现史前大愿，与师同在，与法同在，无限荣耀，在师父的呵护下，稳步走到了今天，一路上神迹不断。现将我的修炼

经历向师父作一汇报。

一、 个人修炼阶段

得法前，我患有心脏病、胆囊炎、类风湿、胃出血及多种妇科病。各种疾病折磨的我生不如死。九七年十月经朋友介绍，我喜得大法。当天，我就能吃一大碗饭，晚上也能睡着觉了。后来，我请来一本《转法轮》，在家组织学法小组学法，时时处处按着师父的要求去做，用修炼人的标准严格要求自己，遇事向内找。得法前，我的脾气很不好，妯娌关系也很僵化，得法后，我像变了一个人，各种顽疾也不翼而飞。大法给了我全新的生命和一个崭新的人生，我懂得了人活着的真正意义，我不知用什么语言表达对师尊的感激，只有按照师尊的要求去做，努力做好三件事。下面是七.二〇后助师正法阶段自己的经历，说出来与同修共勉。

二. 助师正法阶段

1. 坚定正念，不向邪恶妥协

九九年七月二十日，中共恶党诽谤法轮功。我当时心生一念：我要去北京证实大法，法轮大法是高德大法，它使人类道德回升，身

心受益，大法是冤枉的，还大法一个清白，还师父一个清白。但家庭和乡邻的阻力也随之而来。丈夫打骂我，拿菜刀砍我；全乡的人都在讥笑我，辱骂我。但我始终坚定正念，我一定要走出去。这时母亲对我说：“你一身病都好了，命都是师父给你的，师父救了你，你连句公道话都不能说吗？”母亲的一句话使我更坚定了正念。我哭了两天，因家里没钱，走不了，后来我借了四百元钱，我坐上了去北京的列车，但没到北京就被截回，关进当地监狱。在狱中，我坚信师父，坚信大法，坚定正念。狱警让我写保证书，就放我回去，态度非常强硬。我说：“回去可以，保证决不能写。”接着我向他们讲述了我的修炼经历。我的一身病是怎么好的，我为什么修炼，怎么做好人，在家里，邻里，关系都很和谐。我大病没死，都是师父给了我生命，我要替师父讨个公道。我滔滔不绝讲了一个多小时。他们都静静的听着，态度也不强硬了。其中一人说：“你们师父都跑了……”我厉声斥责：“你们闭嘴，我师父不

是那样的人。”他们谁也不敢吱声了。后来，他们对我摆摆手，无可奈何的说：

“炼吧，炼吧。”在正念加持下，十五天后，他们把我放了出来。虽然进京上访没去成，但我心里始终想：大法蒙受千古奇冤，师尊蒙受冤屈。受人滴水之恩，当涌泉相报，何况我们是受了师父的大恩啊。我一定要向世人讲清真相。我被放回之后，派出所和六一〇的警察时常来骚扰我，问我还炼不炼。我大声坚定的说：“炼，谁说也不好使。”他们让我跟他们走，我厉声说“我不能跟你们走。”警察们软了，谁也不吱声了。乡亲们越聚越多。他们问我很多问题，我就向他们讲真相。电视播放的自焚场面为什么是假的。法轮大法是最正的，要求我们按真、善、忍做好人，我的一身病都好了，这么好的功法国家为什么要镇压呢？我又讲了一个多小时，警察们不知什么时候走了。

从上面的经历我总结出：对邪恶的迫害决不能妥协。在关键时刻一定要坚信师父，坚信大法，坚定正念。