

过些了吗？我回答：很好。

我当时看到他面无表情地转身走了。当我从吃饭的地方回监舍坐下，楼外传来救护车的鸣叫声。后来听说，就在那时，芦某某坐在他办公室的椅子上死了。从这次见面到他死去，仅一个多小时左右。这时我才想起，他和我打的三年的赌。从打赌日期算，到他死亡，刚两年十个月，真可谓善恶有报、丝毫不差。”

中国大陆像芦某这样迫害法轮功而丧生的很多，其实都是中共害的。中共无神论邪说统治思想，他们才敢狂言“不相信什么神佛、什么报应”，这正是中共邪灵达到的毁人目的。很多人被中共的无神论害死了。

当今世人面临大疫之劫，生死攸关当头，唯有抛弃中共的无神论，寻找真正的解救之方。像前面提到的那家人一样，即使遭遇劫难，真心念九字真言，就会平平安安走过来。

正见周刊



10月10日，北加州部分法轮功学员应邀参加了旧金山一年一度的意大利传统日游行，受到主办方和观众的欢迎。他们说，我们都爱法轮大法。

第999期

2021年10月12日

目录

正见新闻

- 神韵莅临路易维尔 州市颁嘉奖状及褒奖 /3
 西澳珀斯皇家农展会 法轮功受瞩目 /3
 美国弗州费县通过决议案 谴责中共活摘器官 /4
 全美共和党联盟组织通过反强摘器官决议 /4

编辑信箱

- 正见网二十年投稿 /5

正念正行

- 无私救人 见证神迹 难行能行 承蒙师恩 /5

讲清真相

- 我们的媒体——真相币 /9

修炼体悟

- 感恩 /11
 谦卑是修炼人永远的状态 /14
 在真正实修中提高（译文） /17
 随笔：盘腿 /24

生命探索

- 祸福皆自前因 /36

怨吧。看似偶然的祸，却有必然的因。

有句俗语“种瓜得瓜，种豆得豆”。种什么因，结什么果。可是，轮回转生中，有谁知前世的怨？那些伏在人生路上的灾，既非人力所改变，由命去吧。或许你会这么想。其实，人世间有奇迹的，有绝处逢生的奇迹。明慧网上有很多记载，走投无路了，性命攸关时，他们虔诚地念“法轮大法好，真善忍好”，结果逢凶化吉了。全家染上新冠病毒了，家人都念九字真言，全家都好了。网上登出来的，都是遇难者怀感恩之心写的。

悲的是，很多人本可以避过一劫，却受中共无神论的毒害，不信因果报应，招来横祸，丧失性命。这样的人也很多。网上也有。

我也曾读到一位法轮功学员回忆他亲身见证的一件现世现报的事。

在文中他写到，“二零零三年十二月，监狱教育科组织九个员警打手，以‘个别转化’为由，严重迫害我，为首的所谓转化小组组长，是教育科副科长芦某某，三十多岁。

他把我带到管教办公室，恶狠狠地说：今天给你两个选择：一是写三书；二是‘死’。你自己从四楼跳下去也行，否则被打死，给你都准备好了房间。

我坚定地说：第一不写‘三书’，第二不跳楼，并正告他：打大法弟子要遭报应。

他冷笑道：我根本不相信什么神佛、什么报应。我自己给你打三年的赌，就打你，狠打，三年内我不死，还要打你。打死法轮功（学员）我们什么都不怕。

在那次严重的酷刑中，我的双肋被打断。监狱也不管，根本不给医治。我求师父加持，在没有任何医治的条件下，肋骨竟然自己长好了。

一天我在吃晚饭，这个芦某某突然找到我，问我：你好

生命探索

祸福皆自前因

清荷

邻家店铺门口卖关东煮的赵大姐，连续几天都不见人影了。她是个吃苦耐劳的人，不会无缘无故不做生意的，何况她有两个孩子上学，正花钱的时候呢。我正纳闷儿，第二天她就来了。

她说她回老家奔丧去了，亲戚死了，死的有点儿奇。

亲戚有一天骑个三轮车赶集。从集上回家时，不知哪来的一只狗，追着她的三轮车跑，她没有理会。那狗追着追着，竟一跃而起跳上三轮车。亲戚到家后，不忍赶走痴痴跟着的狗，就把狗拴在屋前喂养。过了一星期，亲戚解开狗绳，狗出其不意地咬了她一口，有一点儿轻微的小伤，也没当回事，第二天她就死了。两天后狗也死了。可能是狂犬病。村里人说，狗是讨命来的。

好友雨也有被狗追咬的经历。她有天早上，在食店买了两个包子回家。过一个十字路口时，有一只狗在路的尽头安静地立着，似乎悠闲地赏着晓风残月的晨景。它望见轻步走在街上的雨，发现敌情似的狂吠起来。雨正错愕咋回事，狗已气势汹汹至跟前了，情急下她忙把包子扔在地上，趁着狗低头食包子赶紧溜走了。

雨跟我聊起此事，我忍俊不禁，真是肉包子打狗啊。雨和我同龄，但她有点儿与众不同，她对前世有一些记忆。她跟我说，前生有一世，有一对夫妻很贫穷但很恩爱。雨嫉妒那家的女主人，就把女主人害死了，男主人很悲伤。那天，那只不期而遇的狗，便是那一世的男主人转生。冤家路窄，狗对她咆哮原是有心头之恨呀。“病有因，祸有源”，赵大姐的亲戚被狗追至家里咬死，没准前世也有我们不知道的恩

正见新闻

神韵莅临路易维尔 州市颁嘉奖状及褒奖



2021年10月9日，神韵巡回艺术团将莅临肯塔基州最大城市路易维尔 (Louisville) 的 Kentucky Center，上演两场演出。

在神韵抵达蓝草州的前两天——10月6日，肯塔基州众议院和路易维尔市议会分别向神韵艺术团颁发嘉奖状及褒奖令，欢迎神韵莅临；包括路易维尔市长在内多位政要在贺信中一致向神韵表达感激之情，谢谢神韵将路易维尔囊括在今年的全球巡演之中；26名市议员则一同鼓励所有市民都尽可能去观赏神韵。

西澳珀斯皇家农展会 法轮功受瞩目

9月底到10月初，2021年珀斯皇家农展会 (Perth Royal Show) 在西澳大利亚首府珀斯如期举行。法轮功团体获邀，在这一历史悠久的传统展会上，介绍功法，制做莲花，表演腰鼓、舞龙和游行，把“真、善、忍”的信息传递给来自各方的游客。

一年一度的珀斯皇家农展会是西澳最具历史的传统盛事，当地法轮功团体获邀参加了今年的展会。

在为期8天的展会上，除了游行、腰鼓和舞龙表演外，法轮功团体还设立了两个展位，向游客们介绍法轮大法，并教他们制做纸莲花。

美国弗州费县通过决议案 谴责中共活摘器官

“（中共活摘法轮功学员器官，）这是可怕的悲剧，这是对人性核心的挑战。我们所有人都要站出来反对活摘人体器官……这非常重要。”美国弗吉尼亚州众议员大卫·布洛瓦（David Bulova）告诉大纪元。

10月5日，美国弗吉尼亚州费尔法克斯县通过决议案，谴责中共迫害法轮功，谴责中共活摘法轮功学员等良心犯器官的恶劣行径。

通过这个决议案的郡委员会有10位委员，全票通过，9位来自民主党，1位是共和党。

全美共和党联盟组织通过反强摘器官决议

力于在美国共和党内促进保守原则和推举候选人的政治组织“全国共和党联盟联合会”（The National Federation of Republican Assemblies，简称NFRA）10月9日在亚利桑那州斯科茨代尔（Scottsdale）市举行全美大会期间，通过了一项呼吁制止中共的宗教迫害和摘取囚犯器官，特别是活摘法轮功学员器官的决议。

该决议并呼吁美国国会及各州立法机构也通过立法谴责、制止中共强摘器官，呼吁中国政府立即释放所有法轮功学员和其他良心犯，并监督美国国务院禁止向参与强摘器官的人提供签证。

决议表示：法轮功是以“真、善、忍”价值观为中心的气功修炼法，在20世纪90年代大受欢迎。1999年7月，中共在全国范围内发动了密集的迫害，旨在消灭法轮功，也反映了该党长期以来不能容忍大型独立公民社会团体。自1999年以来，数十万法轮功学员被法外拘留在劳教所、拘留所和监狱里，酷刑和虐待是家常便饭。

时学法或者闲暇的时候从来不去主动练习盘腿。

前段时间看明慧网同修的文章，讲到一位同修能轻轻松松盘腿三个小时，并且这位同修讲到她之所以能够盘腿这么长时间，是因为她没事就盘腿，能双盘就双盘，不能双盘就单盘，长期练习下来，才能在盘腿上有这么大的突破。我一下懂了，原来我这么长时间在盘腿上无法突破是因为我盘腿时间太少了。

悟到了，我就要做到了。我学法的时候盘腿，上大法网站的时候也盘腿，只要是坐着的时候，能盘腿就要盘。在上班的时候，我把座的椅子换了成两边没有把手的，把腿盘上之后，用制服把腿盖起来，别人看不出来，也不影响做事和办公（我是坐着工作的）。平时工作闲暇的时候，我就盘着腿用手机学法。我所工作的地方是一个大厅，日常做咨询工作，虽然咨询的人不多，但由于单位同事很多，人来人往，他们没事也都会聚在大厅说说闲话，就会影响我学法。就在我工作时间盘腿后没几天，突然的，大量的同事被调到另一个办公大楼去工作了。我工作的大厅变的清清静静，我每天除了接待几个咨询的人以外，可以盘着腿静心学法了。我悟到，这世上只有修炼是最重要的，要是真修，任何事情都会为你让路。

记的以前一个同修给我讲过一个故事，说一个修行的人在一个寺庙里修行，晚上，有很多小鬼来干扰其修炼。他看到了以后，把一条腿盘上（单盘），这些小鬼一下子吓的躲了起来，当这个修行人把两条腿都盘上的时候（双盘），这些小鬼一下子消失的无影无踪了。我悟到我们平时的盘腿、学法和炼功都是在解体邪恶。

解那个就没了。我经常讲一句话，我说我把所有能够使你们修炼提高，在修炼中能得到的东西都压进这部法里面去了。你们虽然在不同境界中，但是都不能够真正理解我说的话有多大的份量。你只要去修，你什么都会得到。但是你们知道吗？你们所得到的那里溶入了我多少东西在里边？（掌声）当然我不想讲我自己这些事情，我只是想告诉你们我这个当师父的做这件事情，你们也得珍惜呀！你们一定要好好修，不要错过机缘。”

我们要对师父怀感恩之心。各位同修，请珍惜这万古的机缘。所有师父给我们的东西，真的无法用语言来形容其珍贵。每当我想到师父时，就热泪盈眶。我无数次低头感谢师父，我愿在今生修好自己，修好心性，做好三件事跟着师尊回家。

有不足之处，请慈悲指正。

随笔：盘腿

修炼的人都知道，盘腿是每个修炼的人都必须练习的动作。当初得法的时候，虽然当时的我正值青春年少，但在盘腿上也吃了好些苦头。记得当时我刚刚会双盘的时候，练的比较认真，腿疼的站起来和蹲下去都会伴随着一阵巨痛。那时的我盘腿时间很快由五分钟到三十分钟再到一个小时，但到一个小时以后就很难突破了。特别在大法被迫害之后，失去了集体修炼的环境，有时候盘腿连一个小时也很难坚持下来了。

十几年前，我又主观的根据自己身体的感觉，形成了一种错误的观念，认为盘腿越频繁，那么炼第五套功法的时候腿就会痛的越厉害，就会影响炼第五套功法的质量。所以我平时就尽量少盘腿，甚至发正念的时候都是采用单盘的形式。虽然后来纠正了自己，发正念的时候采用了双盘，但平

编辑信箱

正见网二十年投稿

感谢同修们的大力支持，在“正见网二十年征稿”启事发表后，我们陆陆续续的收到了一些同修的投稿。鉴于截止日期是2021年12月31日，我们选在5月13日——师父的华诞暨世界法轮大法日这一天，开始发表已收到的投稿。也希望还没有投稿的同修能踊跃写出您在大法修炼中对人体、生命、宇宙及万事万物的正见。

正念正行

无私救人 见证神迹 难行能行 承蒙师恩

大陆大法弟子

这些年来，在讲清真相救度众生的正法修炼中，我多次见证了正法修炼的神迹，感受到救度众生的神圣；深刻体会到，只要把心态纯净，把基点摆正，师尊时刻都在呵护着正念正行的大法弟子。

一、暴雨两次暂停，只为我能安全发放真相资料

一次，我要到几十公里外的客户单位签订一个生意合同，在去那个公司的路上，途经一个乡镇，十几个村落，是我一直以来就在谋划中的准备散发真相资料的空白区域；为此，我提前准备了大量的有针对性的真相书册和光盘，准备骑摩托车一路散发，然而，我刚刚上路，在前方天空，乌云滚滚而来，眼看着一场大暴雨即将降临；我突然想起之前看到明慧网《忆师恩》文章中，有大法弟子回忆当年师尊展现佛法神通，推迟暴雨降临，保护大法弟子的神迹，我就抬头对着天空发出正念：主管雷雨的诸神，今天我，大法弟子，

要去发放真相救度世人，希望你们能暂停暴雨，协助我完成这次不能被延误的救度行程！

发出此念后，我毅然启动摩托，开始了几十公里的行程，头顶的乌云越聚越多，云层背后还传出滚滚的雷鸣，然而，雨一直没有下，只是天色越来越阴暗，途径的村子，街头院落里的村民们都躲进家里，闭门不出，我顺利的把真相资料放置在每家每户雨水淋不到的地方；两个多小时后，我发完所有资料，刚到客户单位的办公楼，大雨就像憋足了劲一样的倾盆而下；等我签完字办完事准备返回时，大雨又一次截然而止，下午我刚刚返回家里，大雨再次倾泻下来，我把这个经历讲给了正巧顺路来开车接我的一个同修，他也感到很神奇很神圣。

二、大面积雨雪天气被神奇取消

一次，我到外省探亲，顺路拜访了一个以前认识的同修阿姨，这个阿姨家有大量的真相资料需要我协助发放出去，我经过长途旅行，已经很疲劳了，但看到同修需要协助配合讲真相，我毫不犹豫的接过了整整一大包真相书册，在调整好心态，静心发完正念后，我就背起资料出发了，在这个城市的一个新开发区，我把这些真相放置在了私家轿车的车窗或门把上，为了不引起轰动，我背着大背包，把这些资料间隔很远的散放在几条大街两侧停靠的私家车上，整整走了几个小时，衣服都被汗水湿透了。放完真相资料，我到路边饭店吃晚饭，看到电视里的天气预报，当天晚上，这个城市有一场巨大的雨雪即将袭来，而且会持续到第二天，我一想，我刚刚发放出去的真相书册怎么办？雨雪浇淋一个晚上不全完了吗？！

我静下心来，求师父加持，同时对主掌这次暴风雪天气的神发出意念：众生急盼听闻真相，大法弟子救度众生需要

心，只要你有，就得在各种环境中把它磨掉。让你摔跟头，从中悟道，就是这样修炼过来的。”

作为大法弟子，师父把我从地狱捞上来，给我净化身体。还给我消业，师父静静地在我身边保护着我，管着我的家人，师父一直指导着我修炼之路，用任何语言也无法来表达我对师父的感恩。我想每个进入修炼的人都会受到师父的照顾和保护，但师父并没有为自己要求任何东西，师父给我们所有的东西，教着我们和要求我们做好我们该做的，都是为了带着我们圆满，而不是我们为师父做了什么。

如果我们修炼勇猛精进，记住并实践在《转法轮》中师父讲的法理、要求，做好三件事，救度更多众生。也许见到我们时，师父会更开心。

在《美国首都讲法》，师父讲：

“因为人类大淘汰中会留下一些好人为未来做人种，同时在法正人间时期还要给大法开创一个人类回报给大法的荣耀，也就是出现一个大法在人类社会的全盛时期，这是历史中必然要出现的。人类必须得感恩。正法最后能够在这里完成，作为人类讲，也算人类的福份。”

在《瑞士法会讲法》：

“弟子：请师父把有关师父修炼的一些事情告诉能够圆满的弟子？”

师：你圆满以后就会知道了。我原来的打算是想把这个情况告诉大家。从现在的情况看这件事情就越来越不太可能了。为什么不可能呢？因为将来不会叫人知道有我存在，所以我不想给人留下我的情况。至于说你们，只要你一圆满，你就知道了。那个时候你用尽语言也形容不了你的师父有多么伟大吧！（掌声）

我不只是为你们，我为所有的生命操尽了心，我为所有的生命几乎耗尽了我的一切。当然了，这种耗尽不是你们理

找，找到自己根本的执著，看是哪个执着心在后面起作用。然后我决心去掉这个执着心，不承认它，发正念消除它与一切有关的因素。

随着常常念九字真言，杂念逐渐变少，我的心变得更纯净，打坐时我能够比以前更容易入定。

一次入定中，我看到自己在走上一个云梯，形象很像圆柱，被白云所包围。几天后，我发现自己正走在另一个云梯上，阶梯上铺着深色花纹的石，两侧有扶手和花草，左右被仙女、白云所包围，场景就像蓬莱仙境一样。几天后我又看到自己在走上一个横亘的木桥阶梯形象。来到一所房子前，我停下，拿起水瓢，用神仙的泉水冲洗身体，然后我进入了这所房子等。

在《悉尼法会讲法》，师父讲：“所以我说我做了前人没有做的事，我开了一扇大门，我做了一件更大的事，就是我把所有修炼的道理、圆满的因素都讲出来了，而且讲的很系统。这就是为什么很高的神讲：你给人留下了一部上天的梯子——《转法轮》”

有一次我看到我与我们小组的八个同修在一个法船上。在船飞上天空时，我看到下面的地球正在遭受大难。大难连续发生：瘟疫，火山爆发，海啸，森林大火，洪水，干旱，天灾等等……有人哭，有人凄厉地喊叫声，努力跑但无法逃脱。我知道人造了很多的业力，就会承担被淘汰的后果。

在家独修一段时间，我也帮助把我们群组的分享翻译成英文。我们都是在不同的地方独修的同修，大多数时间我们只是通过短信或通话应用的社群软件一起交流，彼此互相取经每个同修的在法上的体会和修炼中的经验，一起共同精进。

在《转法轮》〈第四讲〉师父讲：

“在常人中放不下的心，都得让你放下。所有的执著

你们的配合，请暂停这场风雪天气，保证世人得到这些真相资料，选择自己的未来！

奇迹出现了，这场从云图上已经覆盖和席卷了全省的暴风雪，竟然彻底的消失了，当地连续几天都是晴好的天气。

三、保护大法弟子讲真相的义犬

一年夏天，我和同修一起开车到偏远的乡村发真相书册，天刚刚下过小雨还没有放晴。晚上六点多的时候，天色已经暗了下来，我正在全神贯注的放置真相小册子，无意中感觉身后有喘息声在跟着我，我回头仔细一看，原来是一只威猛的大狗在我身后跟着我走。我在山坡岔路口绕了几个弯子，给分散的住户放置真相资料，它一直默默的跟着我。

一会儿，我路过村里一条主路，几个村民在路口疑惑的盯着我，他们看出我不是村里的村民，但又看到我身后紧跟着的那条大狗，就没有上来盘问我。就这样，这条大狗一直寸步不离的跟着我发完这个村子。

后来，我回到山下和同修一起开车，准备到下一个村庄发真相，那只大狗也跟到了我们车边不愿意离开，我下车对那条大狗说，你今天保护大法弟子救度众生有功，你记住九字真言，法轮大法好，真善忍好！将来转生得人身回来得法修炼吧！我把九字真言念了几遍，大狗盯着我很认真的听着，欢快的对着我叫了几声。

然后我和同修开车去下一个村庄，车里的同修回头看到那只大狗一直跟着我们的车在奔跑，车速越来越快，逐渐拉开了距离看不见了。十几分钟后，车停在另一村庄，我步行上山给另外一个村庄去发真相了。回到车里后，车里的同修告诉我，那只大狗一直跟到这个村子入口，然后从第一个入口上山去找我了（因为我在村子第二个路口上的山，所以没有看到它）。

四、师尊带我神游天国，浩瀚神圣激励着我奋力精进

一次，我在外地协助一个同修去给郊区一个明白了真相的村民安装新唐人卫星接收大锅，事情结束后，我又和一个同修一起参与了另外一个证实法的项目，忙了一天，我已经很疲劳了；晚上到一个同修家学法，她说家里有大量的真相资料没有人发放（之前来拿资料的同修被邪党绑架了），放在家里她压力很大，希望我能帮忙。其实，我当时已经很劳累了，而且天色已经很晚了，但看到这个同修承受的压力，考虑到她家是一个学法点，不适合长期存放大量真相资料，我毫不犹豫的接过了沉甸甸的两大包真相资料。

然而，在回家的公交车上，我才想起，我当时也处于被邪党迫害，属于取保候审状态，只是暂时借住在亲人家里，他们看到我深夜拿回这么多的真相资料，肯定承受不住这巨大的压力，虽然他们明白大法真相，也在这些年的迫害中多次保护过我，然而越是这样，我越要为他们着想，考虑他们的承受能力，保护他们的心性和正念不会因为太大的压力而被破坏。

想到这，我决定当天晚上就把这些资料全部发放出去。夜色已深，疲惫的我背着两大包真相资料，在公交车站牌的长椅上，发了一会正念，背了一会法，一股正念从内心涌出：难行能行，为救众生，这点苦算什么！！

我毅然地背起沉甸甸的真相资料，开始走入那一栋栋的小区高楼中...

当天晚上，当我发完所有的真相资料，凌晨返回家里时，我的衣服已经被汗水全部湿透了，然而我的内心却充满着无比的喜悦和安详。

在当天晚上的梦中，师尊带着我上了天，站在一个巨大的“观天台”上，眼前是浩瀚的宇宙，师尊手指着前方让我往前看：在那茫茫的宇宙中，展开了一个长方形的巨大的天

有一天，我听到有脚心传来一个像爆炸的一个声音，然后从脚心海啸般的涌出一股强大热气就像蒸汽机一样。有时脚与大腿突然很痛，像打针一样，但我必须得坐下不动。一段时间后我感受到我的身体连成一片，很像师父在《转法轮》讲的无脉无穴的状态。

在《转法轮》第八讲，师父讲：“因为能量也很强了，能量流形成了之后它会很宽的，也会很亮的。这还不算什么，那要炼到什么成度？要使人的身体百脉都在逐渐加宽，能量越来越强，变的越来越亮。最后使上万条脉连成一片，达到一种无脉无穴的境地，整个身体连成一片，这是通脉最终达到的目地。它的目地是把人的身体全部都被高能量物质转化。”

除了增加打坐时间，在学法时我不会像以前通读，而是很专心每字地读。我小心把师父讲有关于道理，法理和师父对学员的要求写下来。如此，我努力理解师父教的法理和要求，法的内涵也展现给我。从此后，每次遇到考验心性时，我总能记得我曾经抄写的内容，所以我能够做到通过师父的考验。

有人冤枉了我时，我默念“这个理在高层次上整个都反过来了”（《转法轮》-第九讲），和“遇到什么事情都不放在心上”（《转法轮》-第九讲），当被嗔怪或委屈的时候我又默念“打不还手，骂不还口”，“不动心”，“得有大忍之心”（《转法轮-第九讲》），“遭罪就是在还业债”（《转法轮》-第一讲）。当被人家占便宜或是被失去个人的利益，我又默念“吃多大亏也乐呵呵的不在乎”，得“吃苦中之苦”（《转法轮》第九讲）。

因为我总是参照各个要求来修心性和忍耐，坚持炼功，我已经可以把握住了，不像以前了，很自然的忍，不产生气恨，不觉委屈。有矛盾出现时，我严肃要求自己必须向内

的日子里我抽空发正念，炼功后才上班。加入同修一起炼功几个礼拜后，我感到自己的心性得到了升华。然后大瘟疫爆发，安大略省政府封锁了我住的渥太华市。我的工作被打断了，我呆在家里和儿子和女儿一起修炼。我的女儿也停课在家跟我修炼，儿子平常在我工作地方上班，也像我一样失业。

在我失业之前，在胡志明市的侄女（她叫我阿姨，我来加拿大之前给她弘过法的）跟我联系分享了引起我注意的东西。首先她讲到她的女儿，是一个小弟子，两次师父给她看到乌杜巴花，后来师父给侄女开了天目，肉眼可以看到另外空间。

小弟子看到每次跟母亲和妹妹炼功时，就看到师父与各位正神跟三个人一起炼功。在炼第五套功法侄女看到有两位神上来用手绞出业力，就像把衣服绞干一样。因此，打坐第五套的每个人都有腿痛。然后小弟子还跟房间里的物品聊天，有一个小本子还教小弟子写文章，还有很多神奇的分享。然后，我的侄女分享关于感恩大法礼和增加打坐时间以消业。作为大法的一粒子，我感到自己在承师父之恩，用任何语言也无法来表达了。

用心修心性之后，师父把我推上去很快。师父也给我开了天耳通和每天教导我。每次到三、四天后在打坐中我看到自己在去考试，我听师父与几位考官问我一些《转法轮》的内容，有时我被问一些我的体悟关于师父在《转法轮》中讲的法理。每次考试后，我感受到层次提高很快。

另外，我增加时间打坐从六十分钟到七十分，八十，九十，和过三个月后我可以打坐到一百二十分钟。从我的两个脚掌中倒出去每块业力，使我的脚发热像把脚烘在火上，现在的痛是通到骨髓，还有从背部到胯下然后到大腿，跑到两双脚掌的疼痛。而不像以前的一种痛了。

幕，透过天幕，里面是无比美妙的天国世界——极乐世界，这是我曾经的一个世界，如今在正法中被再造的无比的神圣美好！

这些年来，我虽然多次因为学法懈怠实修不够而被邪恶钻空子迫害，然而，在我永不放弃的救度众生的正法修炼中，也多次见证过正法修炼的神奇，体会过救度众生的神圣，承蒙过浩荡师恩的呵护！

写出其中的点滴，给众生见证，和同修共勉！

讲清真相

我们的媒体——真相币

大陆大法弟子

真相币项目一出来我就好喜欢，人人要用，天天可用，传播快，覆盖面大。打印的真相币制作精美，内容丰富；盖印章真相币，语言简明，印象深刻；手写真相币，透着修炼人的慈悲和呼唤。每一张真相币都是除魔的利器，大量的清除邪恶。

这两天看了几篇同修对真相币的交流，我也把我对真相币的理解认识与同修谈谈，让我们共同做好这个项目。因为我看到很多同修不太重视使用真相币，甚至用起来还有怕心。

十一下午，路过一辆装着苹果的货车，老板忙着给苹果装袋，却无人问津，我一看是外省人，就上前问哪里的？他说山西的。我说好远哟，不容易。付了钱，我对他说：其实我不吃水果的，就是想给你看一下我们的媒体，咱没说话的地方也不行，咱也办媒体找个说话的地方，你仔细看看。我指着真相币上的字让他看，他看着看着就笑了。正准备与我说话，从后面赶来一个女人问多少钱一袋，一会儿从路边大

门出来两个刚打完牌的男子也来问，前面骑电动车的人看这么多人，停下车来问完价，竟然动作利索的爬上货车，帮车下人挑拣苹果，三轮车也停下了，过来几个人，大有一口气要卖完的架势。我乐呵呵的看着这一幕幕，对老板说：看，这就是神的力量，赶快把你入过的党团队从有神论的中共邪党组织里退出来，跟老天爷表个态就可以了，你看老天爷多帮你。浔阳是九江的意思，我用“浔阳明智”这个名字把你的党员退了吧。并告诉他记住“法轮大法好、真善忍好”，这九个字可以杀死病毒，瘟疫和你无关。我说：方法我告诉你，回头你家人、亲戚、朋友还得靠你救，做到两点，一个就是诚心念诵“法轮大法好 真善忍好”，一个就是三退保命，按照钱上说的做，准没错。他边忙生意边不停的点头说好、谢谢。我们的媒体力度可大了，这样的事常有。

记得在做这个项目最开始时没有经验，几百元的真相币要弄几天。收集到的纸币为了把它弄平整，放水里打湿，再来晾干。怎么晾干呢？那时我家的墙壁有一圈腰墙，就把湿币一张张贴在腰墙上、门板上，等快干时就飘落下来，再收集起来把它们晾干。那时两个孩子只几岁，我先生回来的晚，一般都是抢在先生到家之前，把还是潮湿的纸币收起来，因为先生对我讲真相很担心。

有一次先生突然很早就回来了，我家腰墙上、门上都粘着湿币。听到门锁响，收是肯定来不及了，我如果不自然，孩子就会跟着慌，就会受影响，这时我心一放到底，交给师父了。我和孩子们一起玩，先生进门后也同孩子们玩了一会儿，才去另外一个房间，他什么也没看见。“遁入另外空间”了？当我们思想在法中，法的威力瞬间平静展现，平静的让我不敢相信他的真实，但那一瞬间深深的刻在记忆里。后来又发生了两次，再后来我们用更快捷的方法制作真相币，这个过程就成了一个亲身体验大法神奇的经历。

多亏总是有大法和师父在我身边，所以我能忍受。我悟到，一些压力，在工作上同事给我的一些造谣，是一个最好的魔炼心性的环境。师父在《转法轮》中讲：“你要能够返回去，最苦也就最珍贵，在迷中靠悟往回修苦很多，返回去就快。”

我也有时候忍的不好，我认为自己有长时间没有用心学法，所以心性把握不住。我决心花更多时间学法与发正念，有时间我就炼功。有一天，两个女士来到我的工作地点找我。我去见她们，她们说她们是大法弟子，因为我以前购买了我的家人和朋友的妻子的神韵票，所以有我的信息。她们说来帮我参加她们群组，是在加拿大大纪元报社。我眼泪汪汪，我握住她们的手谢谢同修来找我，我向她们说是师父安排她们来找我，我保证会加入她们的群组。啊！师父真是太慈悲，您派您的弟子来帮我，我无限感谢师尊之恩。

但是，从那之后，工作就像水一样席卷了我，因为大纪元报社每天早上四点五十五分开始炼功，我起不来那里跟大家一起炼功。也有一原因是每天早上我要准备带女儿上学。我一直在拿捏，直到有一天我做了一个非常真实的梦，在我的梦里，我发现自己正在为上车做准备，我去了车站，看到一些人上车，我走近他们，现在轮到我准备去上车了，突然车开走了，我惊讶地看着，不相信自己已经被放下了。我悟道师父通过梦点化给我，如果我对自己不严格，大家都会走，而我会被抛在后面。我知道这样，可是心里还有纠结的问题，因为若我早上参加大家炼功，那我会晚回家，会来不及给女儿准备上课。几天后我丈夫与我说他比我早上班所以可以替我照顾女儿上课，让我可以睡多一点。此时我认识到只要我们下决心，师父都给我们最好的安排。所以我下定决心在公休日早起来跟大纪元报社小组参加炼功与学法。然后我跟大群组每个礼拜日在安大略大学一起学法，而在平常

但在家庭中，我真的做不到这个“忍”，由于我总是承担与决定家庭一切事情的人，所以自我太大了。我知道自己必须得放弃所有的自我、名、利、色、欲的各种执着心。虽然心里了解，但每次考验来临时，我的心性又把握不住，所以每次有关来了，一遍又一遍的没过去。

二零一九年五月十七日，我读《二零一九年纽约法会讲法》，师父讲：“那紧接着是什么呀？是不是大法弟子修炼到圆满那一步啊，是不是？（众鼓掌）即使有些大法弟子要跟师父一起到法正人间哪，即使是这样，我们也要划上一个句号了。正法时期大法弟子这段过程，那可是至关重要。后来的事，我就不多讲了。”

读到这里我感觉心里焦急。当我打开《转法轮》书，看师父的照片，我看到师父的左眼发红，泪水顺着左颊流下。我感到愧对师父。您在为我忧心，但我还是没有修好自己的心性。我真不知道我还来不来得及，但是从那时起，我决心克服这个停滞的阶段，真正放下“自我”前进，决不会辜负师父的心。

后来，我的好朋友把我们一家安顿在加拿大，工作与一切事都很顺利，因为我同学是我们的恩人，已经为我们全心全意地忧心和安排一切。但是我的新工作压力很大，我在我朋友的餐厅当管理，每天我要上十二个小时的班，这样我有很少时间学法炼功。早上，我努力早起做饭给儿子上课，然后我去炼功再去上班。我几乎每个晚上十点半才回家，我就找时间发正念与学法。每天上班时我遇到很多心性的关与考验，有时我忍不住就默念“难忍能忍，难行能行”，可是有不少次我跑去卫生间哭。但很快我平静下来和默读：“忍是提高心性的关键。气恨、委屈、含泪而忍是常人执著于顾虑心之忍，根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍。”（《精進要旨》〈何为忍〉）

也有同修不太敢大量使用真相币，我就和同修一起去商场购物，当同修看到收银员不说什么也就坦然了。付款多时收银员有时会嘀咕一声：每张都有字呢。我会微笑的看着她说：“‘了解真相是得救的希望’（《洪吟三》），好好看看，要按写的话做呀。”有时只有我一个人付款，就给收银员讲真相。

现在我和很多同修购物就是为了花真相币，没有带真相币就不买了，下次再来。其实家里大小开支每月也不少，买大东西用小钱，买小东西用大钱，就是尽量多用张数，发挥每一张真相币的作用。同修们都来重视真相币，让我们的媒体——真相币发挥更大作用吧。

修炼体悟

感恩

中国大陆 重生

我是一个从小离开亲生父母在养父母家中长大的特殊的孩子，从记事开始就跟其他孩子不一样。只记得从懂事开始就在干着不是自己从心里甘心情愿想干的事情，都是一些为了讨好养父母的事情，等我再大一点的时候，我把这种讨好养父母而自己额外付出变成了对生身父母的怨恨，恨他们为什么把幼小的我扔掉，不能和其他孩子一样无忧无虑的生活在自己的父母跟前。同时对养父母也生出了怨恨心，恨他们不能像亲生父母那样爱自己的孩子。随着年龄的增长，我从心底里生出了一种：只要不符合自己想法的事和人都会产生怨恨，所以我生活的很苦很累，修炼前，四十不惑的我却满身是病，到了生不如死濒临死亡的状况。

一九九八年我有幸得法走入修炼中来，在大法中我那濒临死亡的心又从新复活起来，满身的疾病不翼而飞，精神状

况也焕然一新。从此后我对生身父母和养身父母不再有怨恨之心了，我按大法师父要求做个好人的标准，孝敬他们，尽力为他们做出一些让他们开心的事情。一直到四个老人安享晚年。我想：自己总算对的起四位老人了。在心里感到也是心安理得了。

最近，通过学法、背法，尤其在整理同修一篇文章时，看到文章中写到一个世人在一次同学聚会上的一段交流话语，文中写到这个世人一生要感谢的有这些人：首先感谢他的父母养育他长大；其次感谢老师们培养他，让他成了一个道德高尚的人；三是感谢他的同学们，能跟他朝夕相处，结下了永存的友谊；他还说：他要感谢这一生遇到的所有帮助他的人。感恩是人的一种道德良知的外漏。

反观自己，我是一个修炼人，自己的道德应该高于世人，我为什么没有一种感恩的心呢？修炼二十多年了，为什么只局限在，做一个好人，做救人的事上，也只是抱着这是师父让做的，必须得做。救度世人也只是抱着别让这些生命被淘汰的心。根本没有一种大慈悲心。所以，对一些不爱听真相的世人，就不能进行多次救度，直到救了他们为止。给自己修炼留下了很多遗憾。

静下心来找原因，就是自己没有感恩的心。现在，我对死去的四位父母感到非常对不起他们，在他们生前，我没有尽到大孝，为他们做事没有抱着感恩的心对待，只是做到不怨恨他们了，没有感恩的心，做的事情就不是大善，其实我那颗怨恨之心，只是从表面上去掉了，在很深的内心深处还存在着，所以就不会生出感恩的心来，对于生身父母，没有感恩他们给了我一个能在大法洪传时期的肉身，让我有了这个肉身的存在，我今天才能得到这高德大法；对养身父母，没有感恩他们从幼小的生命将我抚养长大成人，又供我从小读书，我才有了现在的文化，才能更好的做好师父让做好的

这也是旧势力强加，它们封住我的正念，让我为了保命作出唯私的选择，再以此作为理由淘汰我，手段是多么毒辣？是师父安排同修及时赶到，是师父救了我。

写出一点经历和认识，不在法的地方请同修指正。

在真正实修中提高（译文）

越南大法弟子

尊敬的师父好！

各位同修好！

我是二零一七年五月五号在越南开始修炼的。刚开始修炼时，师父就为我开了天目并净化了我的身体。我也每天认真学法炼功。初期时，我的修炼状态还不错，我感到心性的升华，但到了一定层次，好像我不能修上去了。我知道我的问题是心性还没得到提高所以还没过关，但我不是很认真的向内找自己，所以我在那一层次停滞了一段时间，无法上来。后来，因为想改变这修炼状态，我去老同修的学法组，向那位经历过过关的同修学习经验。我也参加在炼功点与九天班给新学员指导炼功动作。虽然我注重保持心性，但有时候我还过不了关。

师父说：“过去许多人因为心性守不住，出现的问题很多，炼到一定层次之后上不去了。有人自来心性比较高，炼功中一下子天目开了，达到某一境界当中了。因为这个人根基比较好，心性很高，所以他的功也上的很快。到了他心性所在位置的时候，他的功也长到这儿了，他要再提高他的功，那么这个矛盾也就突出了，就得需要他继续提高他的心性。”（《转法轮》）

我突然悟到是因为我不在意在家庭与工作中修心性。虽然在帮学员指导动作时我忍得很好，尤其是年纪大的同修，

切它们也看到了。”（《北美大湖区法会讲法》）我咬着牙，一边发着正念，一边慢慢坐起来，又强忍着站起来，两个同修搀着我，我开始一点点往前移动，同修说：“这是旧势力迫害，不能承认，求师父加持弟子正念，铲除它！灭尽它！”我们三人不停的在屋里慢慢移动，当走到第三圈时，我感到腰不那么剧痛了，疼痛象雾气慢慢散去，后来，我不需要同修搀扶了，自己能慢慢走了。同修一直给我发正念，鼓励我说：“不要急，累了就歇一会，有师在，有法在，咱们什么都不怕。”我感觉场一下变了，正念也逐渐强了。

我没停的走，越走疼痛越小，越走身体越轻松，从同修进屋到病痛消失，也就一小时左右时间，我从躺着到能走，你说神奇不？这时，我女儿也回来了，我老伴说：“你妈刚才啥样你没看到，我打算送医院呢，车和担架都联系了，这两个阿姨来了后，和你妈说着话，扶起你妈就能走了，现在好了，不用去医院了。”老伴和女儿平时支持我学大法，这一次，他们亲眼见证了大法超常与神奇，对大法更佩服了。

一点教训：

自己是 7.20 前得法的老弟子，修了 20 多年了，为什么会遇到这件事呢？在学法小组交流时，一个同修一句话点醒了我：“谦卑是修炼人永远的状态”。我一想对呀？我几乎天天出去讲真相，觉得三件事挺精进，这些年三退人（退出党、团、队）也不少，也算跟上师父正法进程了，最起码跟圈子里同修比，不比别人差，没有落下。这种想法是隐藏的漏，“没有落下”念头是修炼人大忌，是在跟人比的一种满足，这种满足很容易掩盖一些人心，是私的表现。修炼人要时刻绷紧精进的弦，一刻不能放松，那些出现大的病业关的、邪悟的、掉下去的、离世的，是不是也有过这样的漏呢？这种念头很不容易察觉，但却是很危险的。

还有，老伴要给我送到医院时，我没反对，还默认了，

三件事。今天我终于找到这颗埋藏很深的怨恨之心了，我要彻底灭掉这颗怨恨之心。我虔诚的跟死去的四位父母说一声：我对不起您们了，今后我会听师父的话，好好修炼，修好自己，您也会因此有好去处！

再看看自己对待家人，也同样存在着没有感恩的心，经常不能看到他们善良的一面，只会看到他们不善的一面，根子也是没有感恩的心，因此会做出一些让家人不能理解的事情，造成家人多年来对大法存在一些误解，还没有真正认识大法，走进大法中来，我真的很对不起他们，对于他们对我的不理解，我没有正面对待，没有把这些当成自己修炼中的铺垫，现在想想：没有这些魔难真的修不出来。从法中我们知道，应该感谢给我们制造心性提高的机会的人。谁给自己制造魔难，谁就是成就自己的人，这不是自己应该感谢之人吗？我真的应该好好谢谢他们的。应该很好的感谢我的家人，二十多年来，他们在中共打压中承受了很多很多，我要发自内心的好好谢谢他们，感恩他们为我承受的一切。

对待亲朋好友也是如此，在过去与他们的交往中，是他们提供了让我修掉对于利益之心的好机会，我才能这么快修掉这利益之心，过去对此还不能理解，有时还生出怨恨之心，现在想起这些，自己真的感到很对不起这些亲朋好友，其实这些人心对于一个修炼人来说，都是应该修去的执著心，生出大善大忍的慈悲心，才能更好的救度众生，更好的做好师父让我们做好的三件事。在此：我向所有的亲朋好友真诚的道歉，真心的感谢你们，谢谢你们啦！

再看看与同修们相处的这些年来，也同样存在着没有感恩之心。开始因为自己邪党文化很重，总是以我为中心，我行我素，对待同修不善良，经常跟同修发生矛盾。有了问题不会向内找，修自己。却总能给同修找出一大堆问题，有时生出看不上同修的想法，自以为比同修修得好。对待同

修的不足，不能善意的交流，却用自己的思维，强加于同修，搞得同修之间存在一些矛盾，伤害了同修。现在想起来，我感到真的对不起同修，这些问题的出现，就是自己在修炼上还存在着严重问题，其一，没有慈悲心；其次，人心太多，党文化太重；还有根本上问题就是，对于修炼没有从根本上理解，修炼的根本目的是什么？怎么修？没有在修炼那颗心上下功夫。不修掉那颗心，怎么能修上去呢？所以，对待同修，我现在有了一颗虔诚的感恩之心，我非常感谢所有在我修炼路上遇到的所有同修，是你们让我能够找到我修炼上的不足；是你们让我在修炼路上有了找自己不足的镜子。今生能有你们相伴，这是我修炼路上最大的支柱，我一定会珍惜的。在此：我再一次向曾经被我伤害过的同修虔诚的说一声对不起了，请你们原谅！向我遇到的所有同修说一声：谢谢你们了！合十！

个人的一点感悟，不在法上的地方，请同修们指正！

谦卑是修炼人永远的状态

大陆弟子

这些年，我基本形成了习惯：早上 3 点多起床，炼完五套功法后，接着发 6 点正念，上午学一讲法，下午发一次正念后，再和两个同修出去面对面讲真相，三件事一直抓得很紧。可是，最近却突然出现一次严重病业状态，差点去了医院。我觉得这个教训有借鉴性，所以写出来和同修交流。

那天早晨，我收拾屋子时，突然腰“咯吱”一下，之后便是隐隐的疼，我心里闪出一念：“腰扭了”。当这个“人念”出来时，我觉得不对，我不能承认它。可对于“不承认”这个念头我只是想了想，并没彻底发正念铲除，结果被旧势力抓到把柄进一步加害我。

当天下午，我打算去学法小组时，腰疼重了，不能骑车

子。按说，这时我应该警觉，马上向内找，把“腰扭了”的人的观念彻底解体，由于当时没认识到这个漏，也就没在乎。

第二天，腰疼严重了，迈步困难，但还能撑得住。这时我的念头是：没大事，很快能过去的，该学法学法，该发正念发正念，不管它。这种认识是一种靠时间等的状态，往往不少同修出现病业时，初期都是这个认识，并没有仔细对这种症状的原因冷静思考分析和正念否定！“等待自然好”是一种观念，你这样想时，旧势力就有理由往下弄：“你不是等吗？看看等来的是什么？‘等’是挨时间，怎么会让你自然好呢？”

第三天，起床费劲了，我勉强去了一次卫生间，家务活也不能干了，只好躺在床上。

第四天，腰疼加剧，一动就受不了，我感觉有种无形东西笼罩着我，脑袋发木，我躺在床上，发了几次正念，明显感觉正念不强，力度不大、发飘。再后来，已经发不出正念了，光是想着腰疼了，不敢动，只好仰面平躺着，说话都困难，从身体到精神，好像被什么东西捆绑住了，常人说这种症状不能动，越动越疼。

老伴一看我这样，也害怕了，跟我说：“赶快上医院吧？”我虽然清醒，但居然没反对，默认了。老伴赶忙给医院打电话：“让救护车马上来，带上担架。”但医院那边也很忙，车一时来不了，让我们等着。就在这节骨眼上，每天跟我一起出去讲真相的两个老姐妹来了，我三天没出去，她俩纳闷：是不是家里有啥事了？一进屋见我这样，又听老伴一说，马上跟我说：“不能躺着，得站起来，得走动。”于是，她俩给我穿袜子、梳头，扶我起来，一边交流一边发正念，过程中同修一直念师父法：“宇宙中的生命都在从新摆放位置，人不配考验这个法，神也不配，谁动谁是罪，这一