

这样看来，诗人所做的就不是无可奈何了，而是为了今天而为之，可惜今天的很多人意识不到，还在诽谤大法、迫害修炼人。这才是最悲剧的，反而诗人在魔难中却是幸福快乐的。

正见周刊



周日（4月23日），纽约部分法轮功学员、约四千人在华人社区法拉盛举行盛大游行和集会，纪念1999年4月25日逾万名法轮功学员到北京中南海附近的中央信访局和平上访24周年。

第 1079 期

2023 年 4 月 25 日

目录

正见新闻

神韵法国蒙彼利埃再爆满 观众赞：神的艺术	/3
纽约法轮功学员集会 纪念“四二五”20周年	/3
毁坏香港法轮功真相点 亲共暴徒被定罪	/4
南台湾纪念法轮功4·25 上访 跨党派政要挺反迫害	/4

珍贵回忆

“四·二五” 万朵净莲飘香中南海	/4
------------------	----

讲清真相

清明时节救人急	/9
三退纪实故事	/11

修炼体悟

同修被非法绑架之后……	/16
遗憾	/19
也谈手机监控	/20
修好自己，助师正法救度众生更有力度	/21
师父给了我一个天胆	/31
圣境	/34

唐诗欣赏

吹尽狂沙始到金	/35
---------	-----

们听说后也倍受鼓舞，决心要更加精進，走好师父给大法弟子安排的每一步。

唐诗欣赏

吹尽狂沙始到金

纤纤

人们都喜欢幸福的生活，当然也是无可厚非的。但很多人却也经历人生的历练，才会有所成就的。唐代诗人刘禹锡的这首《浪淘沙》共二十个字：“莫道谗言如浪深，莫言迁客似沙沉。千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金。”

“莫道谗言如浪深，莫言迁客似沙沉。”历朝历代都有忠臣也有奸臣，奸臣自然是喜欢进谗言的。像李白、刘禹锡和苏东坡这样的非常正直的人是容易受到谗言攻击的，甚至最后要遭到流放或者贬谪。刘禹锡此时大概也是处于被贬谪的状态。唐朝的流放或者贬谪的地方往往是南方的一些当时比较荒凉的地方。这两句的大意是指：不要认为谗言可怕，也不要认为被贬后就没有未来了。“沙沉”有沙尘入海，再无出头之日的意思。总的看起来，这里诗人的人生态度是乐观的，对未来是充满希望的。

“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金。”这两句是讲：被贬或者流放虽然是辛苦的，但黄沙吹尽才会看到真金。此时的诗人，是把贬谪当作了一种人生的历练。人往往都喜欢幸福的生活，可是只有经历磨难和挫折才会成长。

法轮功师父李大师的新经文《为什么会有人类》就明确的提到“在苦中人还能保持善良，还知感恩，做一个好人，这就是在提高自己。”

历史上的很多名人都是在开创文化为今天所用的。一切都是为了今天的人能够得法的。

法，为自己选择美好未来。

我一路念着九字真言，来到公园门前，小广场上一个人也没有，马路上静悄悄的。我一边对邪恶展板喷漆，一边心念“法正乾坤，邪恶全灭”的正法口诀。然后顺利回家。

感谢师父加持，感谢同修们的帮助，使我完成了自己的心愿。谢谢师父！谢谢同修！合十。

圣境

辽宁大法弟子口述，同修代笔

就在今年的二月初一，我父亲（同修）以病业的方式被邪恶拖走肉身。由于父亲修炼大法多年，是当地公认的好人，他的离世使人难以接受。我们姐弟三人，姐姐和弟弟虽不修炼大法，但也大力支持父母和我修炼。父亲的离世，我们不知如何向世人解释。

就在父亲离世半个月的头一天晚上，我做了一个清晰的梦。开始的时候，象舞台上的大幕拉开了，映入眼帘的景致似曾相识。天空湛蓝，感觉温馨静谧。这时，蓝天下缓缓飘落雨花，一望无际。每个花瓣晶莹剔透，还散发出微微的清香。接着就听到一个清脆的声音，过后只见一束粗大的金色光柱将父亲身体托起，缓缓上升，上升。当升到一定高度时，那里聚集着众多天神，全是金衣金体。这时父亲也显现出金色金体。众神见到父亲到来，个个喜形于色，缓步上前，恭迎父亲的归来。环顾四周，全是金子构成的世界。真象师父说的那样：“圣境的美好久久难忘。”（《洪吟四》）-〈使命〉

第二天早上，我向全家人复述了梦中所见，一家人都激动的热泪盈眶。没修炼的姐弟表示要一如既往的支持我修炼，赞同法轮大法，并把父亲离世后的去向告诉世人。同修

正见新闻

神韵法国蒙彼利埃再爆满 观众赞：神的艺术



2023年4月18日下午，神韵国际艺术团在法国南部蒙彼利埃市科珥会议中心（LE CORUM）上演了在当地的第三场演出。

不论是中华五千年古老的历史和文化故事，还是发生在当下的现代故事，都被神韵演员完美地诠释出来，深深地打动了观众们的心。很多观众感慨道，原来中华优秀传统文化是如此的博大精深，让人敬仰。

纽约法轮功学员集会 纪念“四二五”20周年



4月20日，纽约上千名法轮功学员和法轮功的支持者，在法拉盛举行集会，纪念1999年4月25日万名法轮功学员和平上访20周年，并呼吁世界各国政府和广大民众，共同制止中共对中国人的迫害，警惕和制裁中共

对海外自由社会的渗透、破坏。

20年前，万名中国法轮功学员为了维护信仰，无畏强权到中南海和平理性上访，法轮功学员所表现出来的崇高道德操守和非凡勇气，令世界瞩目，成为时代典范。每年的4月25日前后，全球各地法轮功学员都举行各种纪念活动。

毁坏香港法轮功真相点 亲共暴徒被定罪

香港亲共暴徒胡爱民及周永林 2021 年破坏法轮功真相点，被控两项刑事毁坏罪。九龙城裁判法院裁判官梁雅忻 4 月 21 日裁决二人罪名成立，胡爱民被判即时监禁 15 周，早前认罪的周永林被判即时监禁 9 周。

南台湾纪念法轮功 4·25 上访 跨党派政要挺反迫害

全球法轮功学员在各地举行活动纪念当年的 4.25 万人上访。22 日，在台湾的高雄市，上千人参与集会游行、呼吁制止中共迫害。南台湾的跨党派政要及官员出席发声，支持法轮功。

纪念 1999 年 4·25 和平上访，大约 1,200 位法轮功学员，在南台湾的高雄市，参与反迫害集会游行。跨党派政要发声，支持反迫害，让真善忍，传播到全世界。

致词人及跨党派政要：“法轮大法好！真善忍好！”

民进党籍国会立法委员许智杰：“谴责共产党、谴责活摘器官，不要再继续残害我们的人类。”

国民党籍高雄市议员刘德林：“我们的普世价值不能遗忘，我希望我们大家共同来支持法轮功。法轮功所代表的是和平，所代表的是一个‘真、善、忍’，是非常非常的高尚。”

珍贵回忆

“四·二五” 万朵净莲飘香中南海

美西大法弟子

“ 净莲法中生
慈悲散香风

念，清除邪恶。宇宙中一切生命都是大法造就的，任何生命都不配干扰正法，绝不允许邪恶毒害世人，毁众生，维护大法多救人是弟子的责任和使命。在发正念中，随着灭字越来越强大，邪恶被清除了很多，整个空间场清亮起来了。

晚上八点钟，我带着喷漆坚定的走出了家门。来到公园门前，小广场上人很多，跳舞的、健身的。我转了半个多小时，不见人散，我想先回去吧，凌晨天不亮时再来。

三、师父给了我一个天胆

我请求师父加持弟子，给弟子一个天胆。第二天凌晨三点二十起来晨炼前，我做了一个清晰的梦，我走在马路上，突然有恶人堵截我，我想跑，发现马路两头都有恶人拦截，这时我非常坚定的大步冲向一群恶人，对着领头的大声呵斥：“我做错什么啦？我把你家孩子扔进井里了吗？你凭什么抓我？”那个领头的人开始对我很凶，指手划脚的，后来越来越弱，退了下去。

然后，我又梦到我给两个人讲真相，劝他俩三退，并告诉他们为什么三退保平安。他俩同意了，我给他俩起化名叫“小福”和“小宝”。小福高兴的说：“我有福啦！我有福啦！”小宝离开我前递给我一张五十元钱，我会意到这是他刚刚从我家偷来的，他明白了真相，悔过自新，不做坏事了，我会心的笑了笑。醒来后，我回想这个梦，我感恩师父给了我一个天胆，除恶是在救人。

我炼完第一、三、四套功法后，凌晨四点，我带着喷漆出门了。我想到梦中的我，我对自己说，我不要争斗心，我要用智慧，师父赋予我的神通、天胆去证实法，请师父给弟子下个罩，让摄像头照不到我，不明真相的人都看不到我，不允许众生对大法犯罪，毁了众生，生命都是为法来的，请众生记住“法轮大法好，真善忍好”，同化大法，支持大

有一次与学法小组的同修切磋这件事，同修说找单位的地址寄真相信，讲真相，清除邪恶。有同修说他可以找地址、邮编，给相关人员寄真相信，我听了心里真高兴。同修很忙，过一段时间，我发现邪恶的展板还在，我想我不应该依靠同修，这是依赖心，我要自己去清除它。

我在两个学法小组学法，另一学法小组有个同修以前清除过一个邪恶展板，家里还有剩下没用完的喷漆，我去她家里说明了来意，把剩下的喷漆带走，决定当天晚上去清除邪恶展板。同修说：“你先别急着去做，这周学法时你跟小组同修说一下，你去做时，我们集体发正念。”我想这样也好，那就再等两天。

离开同修家在回家的路上，见到另一小组的同修，交谈中他说：“这件事，你想做，你就坚定的自己去做，不用同修帮你发正念就成。”同修的话点醒了我，这是依赖心，我不要它，它不是我，清除它。既然悟到了，作为大法弟子就应该维护大法，救世人，这是大法弟子的责任和使命，那么就去做。

二、法能破除一切邪恶

师父在《转法轮》中讲：“你真正作为一个修炼的人，我们法轮会保护你。我的根都扎在宇宙上，谁能动了你，就能动了我，说白了，他就能动了这个宇宙。”师父在《洪吟二》〈怕啥〉中说：“你有怕 它就抓 念一正 恶就垮 修炼人 装着法 发正念 烂鬼炸 神在世 证实法”。师父在《美国西部法会讲法》中说：“什么是佛？如来是踏着真理如意而来的这么一个世人的称呼，而真正的佛他是宇宙的保卫者，他将为宇宙中的一切正的因素负责。”我心里背着师父的讲法，心中正念越来越强，我有师在，有法在，怕什么？

当天晚上，在去清除邪恶展板前，我发了半个小时的正

世上洒甘露

莲开满天庭”（《洪吟二》〈香莲〉）

如何解决风起云涌的上访人潮，是中国政府的一大难题。可是在 1999 年 4 月，江泽民政府却阴谋策划、逼迫诱导了上万的良善民众去中南海上访。

在暗藏杀机、一触即发的中南海，面对着层层重围、剑拔弩张的武警，这上万名奏访者犹如万朵亭亭净植的莲：他们无尘无埃，无愧无怨，无喧无闹，只为坚守心中的那极为圣洁的信念——真、善、忍。

他们大善大忍的胸怀，无形中化解了一场血雨腥风；他们祥和善良的言行，被称作“中国上访史上规模最大、最理性平和、最圆满的上访”；他们展现的坚韧理性，被称作是“中国未来的希望”。

蓄意抓人 被迫上访

1999 年 4 月 25 日凌晨五点，我跟往常一样来到北京丰台体育中心参加晨炼。炼功场地已经来了不少学员，正在传递着一个消息：4 月 23 日，天津公安局出动防暴警察殴打反映情况的法轮功学员，许多人流血受伤，45 名学员被抓。天津法轮功学员要求释放被非法抓关押的学员，被天津政府告知：公安部已经插手，要释放被抓捕的法轮功学员，必须北京授权；同时天津公安建议学员去北京解决问题。

当时，我和法轮功同修们都感到很奇怪：一个地方政府怎么胆敢鼓动当地百姓去北京上访？再联想到最近一段时期，全国很多地方的报纸、电视台都出现了一些造谣、诽谤法轮功的事件，经过学员讲真相，这些媒体也都做了澄清事实的报导。可是现在天津却出现公开暴力抓人事件，还要把事情弄大，搞到中央去……虽然这一系列事情非常蹊跷，可是大家都有一个共同的想法：首先把天津学员营救出来。

警察引导 误入中南海

我跟着几个法轮功学员骑自行车去国务院信访办，骑到府右街附近，看到那里已经有不少法轮功学员和警察。大家都非常守秩序，警察让往哪儿走就往哪儿走，让站在哪儿就站在哪儿。我们停好自行车，跟着队伍被警察带进一个胡同，我们自觉排成三排，留出了车道、人行道和花圃草地。站好后，我打量四周，惊奇的发现马路的对面，赫然是中南海的一个大门。

“咦，信访办怎么在中南海？”我不熟悉这里的环境，问到了一个当地学员。他说，信访办在西安门大街，他起初就站在那里，不知为什么警察要把他们带到中南海府右街？当时我们也没多想。后来政府的报纸开始铺天盖地的抹黑法轮功，说万人围攻中南海。这让人不禁想起“水浒传之林冲误入白虎堂”的故事，高太尉派人叫林冲带宝刀去高府赏鉴，林冲跟着来人走到一处，竟是白虎堂。林冲因此被高俅定罪，持刀擅闯白虎堂意图不轨，秋后处决。

万心一善 消融对峙

上访的法轮功学员中，有七十多岁的老人，十几岁的学生，有孕妇，有抱着婴儿的夫妇；有在职的公务人员、军官、警察、医生、科技工作者、工人、农民，也有离退休老干部；有北京的，也有外地的。虽然年龄、职业、文化程度不同，甚至绝大多数的人素未谋面，可是修的是同一部“真、善、忍”大法，所以都共同有着一颗纯洁、善良的心。

无论男女老幼，大家静静地站在人行道上，自始至终没有口号，没有标语，没有骚动，没有喧哗。我们给商家、机关单位、住宅让出了通道，法轮功学员们人挨人站的很密，身后就有草坪，没有谁到那里去坐一下。我们没有一个人随

处，共勉精進。

《境如觉时》
迷掩真相幻当真
境如觉时不畏迷
执着与坏出一辙
人心神似误时机

楚歌可以打败项羽强悍的军队，人心执着如同四面楚歌会毁了修炼者的归途，在尘世中境如觉时方好。

以上是我当前修炼状态中的个人认识，如有不在法上的地方，请同修慈悲指正，珍惜与感恩师父的慈悲救度与巨大承受，感谢同修间的相互帮助和配合。

合十

师父给了我一个天胆

大陆大法弟子 如玉

今年“五·一三”是法轮大法洪传三十一周年，也是慈悲伟大的师尊诞辰之日。在这一伟大时刻，与同修分享一下去年我清除污蔑大法的邪恶展板的经历，感恩师父赐给了我一个天胆，可以扫除一切邪恶，证实大法多救人。

一、去掉依赖心

在我地区一个中心公园的大门外，是一个小广场，平时早晚有很多人在那里跳广场舞、踢毽子，在小广场的南侧摆放了四块污蔑大法的邪恶展板，有大约一米多高，内容固定在展板上，撕不下来。这些邪恶的展板已经存在了很长时间，每次从那经过时，心里都很难过，被怕心等人心障碍，觉得这地方太醒目，公园大门口有保安在，摄像头多，人来来往往很多，感到很为难，但心里在想：一定要除去它，那里每天有那么多的人，不能让它毒害了、毁灭了众生。

我被带到了楼上，此时总督在开会，我被先安排见副总督及几位女官员，自我介绍与寒暄后，我言归正传进入主题：首先讲述了法轮大法为人类作出的贡献令世界瞩目，崇尚民主自由、尊重人权与信仰的国家的高层政界对大法的褒奖，源于大法洪传至今对于人类在个人身心，家庭、社会的贡献，褒奖的意义会使整个社会道德回归，崇尚人类的普世价值：真善忍，城市市民的善良与正义会被鼓舞与坚持，褒奖法轮大法是大善之举。

法轮功带给人类的身心健康是必谈的话题，他们很感兴趣，随即赠送了精致小莲花与九字真言，一位官员重复我教他们说九字真言：法轮大法好，真善忍好。

接下来谈及的是法轮功在中国长达二十四年的被抹黑与对大法弟子的迫害、天安门自焚伪案及活摘法轮功人体器官等罪恶，世界发达国家是如何立法案反对中共活摘的罪恶的，选择正义与善良是明智之举。

最后我们谈到神韵，世界第一秀，人生必看的秀，真正找回中国传统文化的精髓，身心净化，人生等待已久的馈赠，气氛变得活跃起来，副总督对旁边的工作人员说你们要去美国本土看。

然后副总督说：褒奖什么时候合适？我说 5 月 13 日世界法轮大法日前。

整个过程师父在加持我，使我表达顺畅，他们都在认真听，一切象被能量凝固了，整个过程亲切，祥和，礼遇。

结语：

有人邀我去看海，与自然界的完美共鸣一下，对于美好的一切呢，心轻看淡而沉静，心也不在此志也不在此，天地人神，万事万物都是创世主造的，感恩被大法救度与觉悟生命境界的升华总是占据了我身心的大部分。最后以我的一首诗结束此次心得交流，愿与志同道合的同修比学比修心在一

地乱扔东西，几个学员沿着街边来回寻走，把警察随地乱扔的烟头和垃圾，一点点、一次次地捡起来。

起初武警们如临大敌，直直的站在法轮功学员面前，个个紧张严肃。可是面对法轮功学员的慈悲祥和、自尊自律、纯善的行为，武警们很快发现他们无事可干，就开始东张西望、来回走动，后来干脆跑到路边，坐着喝水、聊天。再后来他们主动和我们说话，脸上也有了笑容；有的警察和便衣向我们要《转法轮》拿到车上看；也有的走到我们的队伍中来聊天，问我们为什么来这里，为什么炼法轮功等等，我们都如实回答，并讲述了自己在大法中受益的切身体会，他们很多人表示对法轮功理解和钦佩。

无形化解通告潜伏的杀机

大约下午 3 点左右，警察开始向我们发传单，大意是：法轮功学员不能聚集在中南海，要立即离去，否则后果自负。因为天津被抓的学员还没有释放，大家没有离开，依然不动，始终保持着纯正的心态。但是从警察的紧张神色，街道上的武警、车辆之间的换防、调动，都能让人感觉到什么事要发生。在傍晚前，一辆辆武警部队的指挥车一遍一遍地在府右街巡查；在此之前，武警在府右街只出过录像车。

事后我看到一篇文章《‘四·二五’中共对法轮功的构陷》，有一个学员（家人是中南海警备部队的）傍晚时接到家里紧急电话，要他立即回家，说是警备队已经架起了机枪，再不回来有生命危险！

在《亲历‘四·二五’》文章中，一个学员的邻居 Z 所在的医院，4.25 那天被武警奉命临时紧急征用，所有病房全部腾出，还准备了大量外伤医疗用品，说有紧急任务。而且 Z 的一些同学所在的几个医院，当天都接到了同样的命令并做好了准备。

种种迹象，不难看出：江泽民集团已经着手计划屠杀法轮功学员，是法轮功学员表现出的浩然正气、纯善祥和，以及无懈可击的理性平静，让准备充分的武警无用武之地，无形化解了一场暴力流血事件。

和平对话 “四·二五”获善解

“四·二五”当天上午 8 点多时，站在中南海正门对面马路的学员，通过人群传话过到我们这边来，说：朱镕基总理出来接见学员了，并当场指了三个学员进去反映情况。到了中午，我们又听到传话，说北京法轮功辅导站的五个学员代表也进了中南海，向政府提出三点要求：1、释放天津被抓的法轮功学员；2、给法轮功修炼群众一个宽松的炼功环境；3、允许出版法轮功书籍。

到了傍晚的时候，我们获悉在朱总理的处理下，天津已经释放了所有被关押的法轮功学员。但是 5 位北京学员还没有出来，大家牵挂着他们的安全，依然静静的站守在原地，没有离去。直到晚上 9 点多，我们看到他们出来了，知道情况已向中央反映。有关领导还答应遗留的问题，要我们再派代表到永定门的信访办继续谈。学员们通情达理，静静的撤离了中南海，没有留下一个纸片。

世上洒甘露 丰碑照后人

上万法轮功学员运用公民合法权利，平静理性上访，获和平解决。震惊了世界，赢得了海内外媒体的一致赞誉，法轮功由此被推向世界舞台，全世界修炼法轮功的人数也因此急速增加。仅仅台湾就从 1999 年的“四·二五”事件之前的 2 千多人，在 10 年内（到 2009 年）直线增加到逾 30 万人，足足暴增 150 倍！

再看当今的中国，因为江泽民“腐败治国”体制下催生的各种官民冲突，积重难返，越演越烈，冤民遍地。政府对

类》这篇经文会解开你在人生中苦苦寻觅的迷惑的。

体悟到：助师正法，救度众生与证实法，修好自己非常重要，不用说太多的话，对方就三退了，如果不重视学法，发正念，不实修，讲真相就不那么顺畅。

2. 我与打印机一起努力与配合

打印机是有灵性的，心性上存在问题时打印机也会表现出问题，但不绝对，那时多向内找都有超常的展现。

有一次，刚换了台打印机，打了一次报纸后，打印头就堵了，一连几周彩色的部分都打不出来，怎么办呢，用了清洗打印头的液体洗还是不行，心想：先放一放，急不得，发正念。在学法中师父讲：“三界之内的一切生命都是为法而来、为法而成、为法而造就的”（《二零零三年华盛顿 DC 法会讲法》）。我就默默的对那台打印机说：我们都是为法来的，一定不枉此生去同化这部法，我们一起努力配合吧，第二天在打印彩色的页面时，一个意念提示我：打印机好了。我一试，果然好用了，打印了 50 多页彩色页面，我当时起了欢喜心，显示心，马上它又打不出来彩色了，我向师父忏悔同时向内找，不要欢喜心，显示心，这是名利心、私心。再下一周打印时，打印机就完全好了。无条件向内找，事情就会迎刃而解。

3. 政府部门讲真相

为了约见本地的总督，要先预约，当我对总督秘书谈及法轮大法师父首次面向全人类的讲法“为什么会有人类”时，最后我真诚的说：“我们一定要被救度啊。”她似乎被触动了什么，就说：“现在，我就带你见总督，你和他好好讲。”我不敢相信自己的耳朵，因为按照惯例本想先预约，此刻我感觉师父给了我智慧与能力，我在怎么样完成这个过程，在大脑中瞬间有了个清晰的思路。

由礼貌推辞。这次我又提及“三退”，她爽快退了，又叫来另一位小伙子，叫我给他讲真相也“三退”，小伙子也三退了，终于这位善良的女士三退了，了结了我的一个心愿。

她问我什么是真正的快乐，我说：“我看到世人能得好，能在道德不行时还能信神、与神再度结上缘份，选择善良，我就快乐。”她有些动容，笑的好灿烂，大法弟子始终如一、表里如一的按照“真善忍”去做是在证实大法，世人会看到大法的美好，修好自己，助师救世人会更有力度。

我面对面讲真相的机会比较多，师父说“挑选不是慈悲”（《各地讲法九》〈二零零九年大纽约国际法会讲法〉），我就尽量不错过相遇的人，相遇的人是师父送到我身边叫我给他讲真相的，有时我刚讲完真相给他“三退”了，他就因各种原因马上离开了，安排的极其精密。在我居住的地方，一段时间内住进了几位年轻女士，相处中讲了真相并“三退”，到我搬家离开时的最后一天，不留遗憾都给她们讲了真相“三退”了。后来得知，我刚搬走没多久，她们都搬走了，她们是在等着听真相得救来的。

自从师父新经文《为什么会有人类》发表后，遇到中国人就会把这个福音告诉他们，告诉他们这是我们师父首次面向全人类讲法，是慈悲救度，非常珍贵请珍惜不要错过机缘，能看到此文的是有福份的，并且告诉他这份得救的福音传下去，我们一定要被救度啊。世人一听，好像主意识被击了一下，马上真诚表示会好好看，我将一份《明慧周报》送给了一位客户，发现她一直把这份《明慧周报》平整的放在她的办公桌上，有缘人来了就可以看。

一次店主的朋友遇到了生活中的不顺，找到我诉说，我从在大法中得到的智慧如因果报应，善恶有报，退一步海阔天空等方面讲，旁边的人一边听一边点头，他看到了桌子上那份《明慧周报》，我说你以虔诚之心拜读《为什么会有人

访民动辄围追堵截（堵访截访）、罚款、监控或抓捕、劳教等。当上访、静坐、堵路、下跪均无济于事时，绝望的老百姓有的采取极端的伸冤方式，如集体喝农药，焚烧公交车、驾车乱撞无辜人群……整个的中国已经陷入严重的社会生态危机中！

99年“四·二五”事件，法轮功学员通过自己的实际行动，给中国社会提供了一个政府和民间通过和平理性的协商来解决矛盾的实践机会。可是后来江泽民出于一己之私、不计后果的去镇压法轮功，堵死了中国政府与百姓诚意沟通之门，造成了现实中国民情汹涌、民怨沸腾的这种局面。

24年来，“四·二五”精神深深扎根于法轮功学员善良的心中。面对中共的诽谤、强暴、酷刑、虐杀，法轮功学员不是以恶对恶的伤害他人、报复社会；也不是一味的逆来顺受；而是坚持不懈的去澄清真相，一如既往的理性、祥和，体现了“真、善、忍”修炼者的境界与风貌，是人类历史上的一座道德丰碑，照耀人寰，永垂青史！

讲清真相

清明时节救人急

河北大法弟子 洪缘子

清明当天，我和老伴（同修）坐着儿子媳妇开的车，从省城回到了几百公里外的老家，由于几年的疫情原因，我们三、四年没有回老家去了。前几天，孩子们说清明就放一天假，我说行，咱们回趟老家，一天假也能打来回，父母去世多年了，哥姐姐妹见面也少了，这也是个难得的机会呀。我便开始准备了师父的新经文《为什么会有人类》，明慧周报，祝你平安，天赐洪福，神仙出山谢圣王等一大包真相资料。

我们家算是大家族，我们这一辈儿，兄妹七个，儿子这一辈十一个，孩子的孩子们就多了，都聚在一起，五十多个人，我首先想到了吃饭问题，所以提前在乡饭店，叫侄子们给定了四大桌席，因为我儿子刚结婚不久，算是我们请客了，谁的礼钱也不收，就是聚一聚，见个面，也有利于大家听真相。

十一点多，家人们陆续的到齐了，我便取出了师父的新经文《为什么会有人类》，我说我们慈悲伟大的师父，大年初一就发表了这篇文章，两个多月了，你们还没有看到吧？是个遗憾，原来师父只给他的弟子们讲法，现在给全世界的众生讲了法，句句天机，给众生机会，叫世人得救度。还有真相资料，这是最好的礼物，今天给你们送上门来了，这么多年了，我的信仰都明白，有的已经做了三退，还有谁没有三退的？边说边给他们双手递上资料袋，一家一份，有几个晚辈说，他们早退过了，有的说又入了邪党了，为了工作，为了利益，也知道它不好，还都骂它，今天给我退了吧。就这样大家一边吃饭一边议论邪党多么腐败多么坏。有的还迫不及待的把资料袋打开，我说先装好回家慢慢看，多看几遍，看完后传给你的亲朋好友和邻居们，让他们也明白真相得救度。我说，谁能看到这宝贵的真相资料，可是他的福气啊！大家都很高兴。

我们去时路上乌云密布，下起了大雨，回来时晴空万里，阳光灿烂。感谢师尊一路呵护加持！

当天回到家，很晚了。老家打来电话问我们几点到的家啊？让你们破费了，还不收礼。资料看了，很震撼，你们师父真伟大！威力太大了！谢谢你们的师父！以后要经常回家呀。

这一天过得非常有意义。感谢师尊！合十！

我可以二小时四十分钟双盘，然而在自己独处学法时，却会放松对自己的要求，这无疑是惰性安逸懈怠，没有用修炼人的高标准要求自己，修炼人不但要表里如一，而且把你放在任何一个环境中都是始终如一才是“真金”。

大道至简至易，指直人心，发现了这方面的不足，通过多学法，克服了惰性与安逸，渐渐的就做到了集体学法与独自学法时双盘端坐学法，由此引伸心性的其它方面也是如此，比如修口，外在要修好口，内在要守好心。表里如一与始终如一也是“修真”的体现吧，其中有善与忍，真善忍同修，圆容不破。

四、在证实法中提高

1. 讲真相劝三退

师父在《转法轮》中讲：“在前年东方健康博览会上，有一个什么书法气功。什么叫书法气功啊？我到书法气功那儿一瞅，这个人拿笔在那写字，写完字之后，用手往一个一个字上发气，发出的都是黑气。满脑子是钱、名气，你说能有功吗？气也不会是好气的。往那一挂还卖的挺贵，但都是洋人去买他的。我说谁买家去谁就倒楣。”我悟到修炼人讲真相效果不好时首先向内找，是不是自己执着人心太多，慈善心不够正念不足，如果名利情及各种人心执着不去，发出的意念不纯正，就很难解体他背后被邪党灌输的观念，只有在修心学法发正念方面多下功夫，以修好自己为基础，助师救人会更有力度。

在派送《大纪元时报》过程中，很多店主已经和我成了好朋友，日久见人心，一次一位店主真诚的对我说：“我非常认可法轮大法，为人类真正的在做慈善事业啊，她又赞扬我把报纸放的规规矩矩有责任心，说我阳光自信是她学习的榜样等，三年以前我怎么让她“三退”她都以有其它信仰为

找，有怕误解、总想听好话、怕自己被伤害等等人心，这不就是源于自我和私吗？

找完自己不好的心后，我想同修之间误会久了会引起隔阂，还是在法理上和同修交流，共同提高，因此我尽量保持正念慈悲的心态和同修沟通，对照师父的法，理性的谈出自己的想法，说了自己的不足同时指出她的不足，同修真诚的说“谢谢”，一切如初，化解了此次矛盾。

人都愿意听好听的，可是修炼人就得能听不好听的，当我再去学“打不还手，骂不还口”（《转法轮》）这句法时，法理展现了一层内涵，那是相当高的心性标准，表里如一的真善，不是伪善的，表面一套，内心一套，那是无条件的，看众生都是慈悲的。在我心性有偏差又想提高时，师父的法总会启悟我的真念：“慈悲是洪大的胸怀”（《洪吟六》-〈为救你而来〉），“慈悲看世界，方从迷中醒”（《洪吟》-〈圆满功成〉），是大法融化了我不善的坚冰，情的束缚，以及层层下走时败坏了的固执的观念。

常人做坏事会造罪业，而修炼者显示心，欢喜心，争斗气，妒嫉心，名利情、色欲等等人心不去那真的是折损功德啊，大道至简至易直指人心，陷在具细的执着中，某种状态中、人事人情纠缠与矛盾中，那不是在走大道，修炼是不进则退的，不要把大道修成小法小道，在忆师恩“回忆一九九七年李洪志师父访台点滴（上）”师父讲到：“我给你的是金子，你们却只要佛脚上的一把土。”

2. 做到始终如一的修炼状态

集体学法使我受益匪浅，只要走进那个集体学法环境，便是“佛光普照，礼义圆明”（《转法轮》），腰直颈正，端坐祥和，身体时常感到没有重量，象坐在云端，在学法过程中境界在升华。然而我发现一个问题，就是在集体学法时

三退纪实故事

韩笑

今年4月25日是纪念法轮功和平上访24周年，当年中共诬陷四·二五上访是围攻中南海。事至今日，二十多年过去了，中共对法轮功的迫害还在继续。

近日，江西一位男士接到退党义工的电话，一听说法轮功，误以为四·二五上访是“围攻”，他受中共“自焚”谎言的蒙蔽，曲解法轮功。义工耐心地讲解法轮功被迫害、被冤枉的真相，男士明白背后都是中共在抹黑构陷法轮功，他欣然退出中共，善待大法。

男士听信谎言 曲解法轮功

那天，义工韩女士在社交平台 and 这位男士加了好友，并打电话问候他。男士自称是江西人，说话很温和。

韩女士友情提醒他，现在疫情还没有过去，要保护好自己和家人。“现在上至高官下到百姓都在做三退，有将近4亿人三退得福报，咱也别落下。”男士小时候戴过红领巾，韩女士告诉他，“记住福连-福气连连，帮你退队保平安，不管走到哪里就希望您好，你说好吧？”

他有些迟疑没吱声，韩女士进一步解释为什么要做三退？“因为中国人从小入队入团，宣誓要为共产主义奋斗终身，你发誓就是无神论组织的一员，这个组织干的坏事我们都要承担一份。上天要清算这笔帐，我们要跟它有关划分，三退就是把誓言抹掉，不当它的替罪羊。”

电话那端他犹豫着，好像听说过什么，“你是炼法轮功的？”

“我是老师，也是修炼法轮功的，但不是让你修炼法轮功，只是想告诉大家善待修佛的人会有福报。”

韩女士郑重地说，“你知道2001年天安门自焚案是造假

的吗？咱们好人千万别误会好人，现在联合国都调查备案了，自焚的 5 个人根本不是炼法轮功的，自焚事件江泽民陷害法轮功的骗局。你了解法轮功吗？”

“天安门自焚怎么是假的？”

男士被中共的谎言欺骗，不相信自焚事件怎么会是假的呢？

韩女士详细地分析自焚的疑点，“当时 2001 年 1 月 23 号下午两点钟，自焚新闻报道只有 1 分半钟时间，警察怎么可能拿来 20 个灭火器呢？天安门广场那么大，警察巡逻哪有带灭火器的呢？警察看了不相信，1 分半钟时间打电话都来不及，一看就是造假的，是事先准备好了导演的这出戏。”

“电视上烧伤病人到医院全身包扎纱布，医生看了不相信，因为烧伤病人是不能包纱布的，伤口会溃烂的，不符合医学常识，他们是造假的；还有摄影记者也不相信，因为 1 分半钟时间记者根本来不及拍出那么好的镜头，长镜头、短镜头、特写镜头。我们看看共产党它什么不造假？！”

“千万别信共产党的宣传，法轮功是不准杀生的，自杀都是有罪的，怎么可能去自焚呢？”

他静静地听，不吱声。忽然又问，“法轮功不是说在北京围攻中南海，电视报导说不好吗？”

四·二五万人上访和平理性 被中共抹黑“围攻中南海”

韩女士理解他有这样的疑虑，心平气和地解释 4.25 当天法轮功学员到北京上访，没有围攻中南海。朱镕基亲自接见学员，处理得非常好，当天释放了天津被抓学员。

媒体报导，24 年前的 4 月 25 日，上万名法轮功学员到北京中南海一侧的国务院信访办上访，被称作中国上访史上“规模最大、最理性平和、最圆满”的和平上访。却被中共抹黑为“围攻中南海”，成为中共前党魁江泽民镇压法轮功

二、关于发正念的体会

有一次我的大脑中出现了一个不正的念头：发正念真的管用吗？瞬间师父的法打入我的脑中：“其能量密度比一般水分子还要超过百倍、千倍、亿倍，都有可能的”（《转法轮》）。我知道那不是真我，是后天假我在不信师不信法呢，对于真修弟子不信师不信法就是不敬师不敬法啊，忏悔不已。

每次发正念不容错过：在景点讲真相期间，一天下来很累，没时间休息，所以在晚上那一次发正念之前要休息十五分钟，这十五分钟非常管用，每次象睡了很久，睡的很香，醒来后发现仅睡了十五分钟，好神奇！有一次，我的肉身明明在睡觉，却感到主元神在打坐，一股白光照亮了我打坐的身体，光芒照的我醒了，一看时间正好是发正念时间，心想：这是师父在点化我不要错过每一次发正念呢。

自从我重视发正念，而且每次尽量发正念一小时，我的内部与外部的空间场都天清地透了，各种干扰也少了，可以稳健的做好三件事，讲真相也有实效了，整个修炼状态渐入佳境。

三、表里如一与始终如一

1. 修表里如一的真善

有时候和同修接触中会有心性上的摩擦，如何化解矛盾呢？有一次同修要求我做一件事，我用法来衡量不应该做，我有我的心性标准，不可妄为的。我看到了她的依赖心，抱怨心，负面的情绪反映出来了。同修说这件事让我遇到也不是偶然的，当时我心想：任何激将法也无效，我不能用人情去做事，我都替你做了，你自己修什么，修炼是靠自己悟，自己修的，我不能大包大揽的，突破自己选择正才能走出一条正悟的修炼之路。被别人误解的滋味也不好受，我向内

斗心长期不去，几年拖下去物质身体受不了就废了。个人体悟物质与精神是一性的，物质与精神是在同一层次的，心性坏了，物质身体就不行了，所以忙的时候心性更要妥妥的把握好，正念要时时。

3. 相由心生，与念承应的世界

这个世界就是相由心生的样子，心中常驻一念：人们纯朴善良，敬畏对神的信仰，众生皆能闻到大法的福音并得到大法给予的恩泽，众生会被大法救渡。一次在打坐中一个意念映入脑海：无论身在何处，大法弟子的“高心性”对那里的众生非常重要，那是众生得救的正念之场，出定后我警醒到四个字：“不可妄为”，即莫要为执着（私）而妄为，修好自己不仅仅是个人的问题，修好自己更广义的引申是慈悲、责任与使命，“妄为”是何等辜负了生命层层下走的义无反顾及下世之初的纯真？金刚志，可成志。

那磨难啊，把它当作身外之物不为过，高心性才是内在的宝物，真正的富有、生命活的其所的价值所在，善待自己就不要在磨难中内耗自己。如果一个高境界中的生命看人所执着的一切（包括抱怨指责、争斗嫉妒、欢喜显示等各种名利情的人心执着及现代观念）会不会是觉的怪怪的，统统的儿戏呢？因为那个境界的生命根本没有这回事，那是一层比一层高的慈悲、正念与威严，快乐与解脱。

那天学法读到“真得谢谢他”，“总是乐呵呵的”（《转法轮》）这两句法时会意到了足以熔化自己执着的那一层法的内涵，似乎一睁开眼睛就在我的脑门上显现，让我时时看到法的指引，太美好了，一切皆大法给予。当生命看到大法不同层次的标准而敬畏，本性之愿的去同化法，去证实法时，祥和向善，正念坦荡，有容乃大的胸怀一定会得到神佛的护佑与加持。

的一大借口。亲历四二五上访的三位前中共公安系统官员证实，中共政保系统此前多年就在构陷法轮功。

之前，中科院以政治科学家著名的何祚庥在天津的《青少年科技博览》杂志上发表诬蔑法轮功的文章，于是天津法轮功学员去把真实情况向杂志社和市政府反映，结果遭到拘留。天津警察声称要解决问题只有到北京。有上万名法轮功修炼者4月25日自发来到全国信访办，希望能够讲清事实真相。

时任总理朱镕基当天接见了上访群众代表，在得到天津学员被释放的消息后，上万人安静离开。

当晚，多个国外媒体都对上万人在中南海附近和平上访的事件进行了报导，并称这是六四天安门事件之后的最大一次民众聚集。而这一次，事件双方所表现出的和平理性是中国历史上从来没有的，四·二五开创了“中国政府开明接受民众建议”的先河。

那么，江泽民为什么要打压法轮功呢？

从“四·二五万人上访”当夜江泽民写给高层的信中，提到了打压法轮功的两个理由：一、修炼法轮功的人太多了；二、法轮功信仰与共产党意识形态不一致。有报导说，“根据中共内部消息，政治局并没有一致同意对法轮功的镇压，是江泽民独自决定要铲除法轮功。”“尤其是当江泽民得知自己周围的人中有不少是法轮功修炼者以后，更决意要尽快铲除。内部消息来源称，‘很显然，这是江的个人意志，他想铲除法轮功。’”

听到这，电话那端沉默了一会，忽然“嘟嘟”断线了。

“法轮功于国于民有百利而无一害”

韩女士不清楚什么原因，再打过去。电话很快被接起，“刚才信号不好，听不到你的声音……”

男士很温和地解释刚才有点事。韩女士知道他很忙，就长话短说，讲述自己亲身经历因修炼法轮功在中国被关押迫害，后来随家庭来到海外。并深有感慨：“法轮功教人按照真善忍做好人。我是老师，学了真善忍要好好教导孩子，不能收家长的红包，要一心一意教书。如果小贩学了真善忍，他不能卖假货，要公平交易；如果医生学了真善忍，他不能收病人的红包，要好好医治病人。如果每个人都做真善忍的好人，这个世界上不是越来越美好吗？”

法轮功已洪传世界 100 多个国家，主要著作《转法轮》被翻译成 47 种文字，是我们全球华人的骄傲。每年 5 月 13 日定为“法轮大法日”，全世界庆祝感恩李洪志大师把这么好的功法传给了世人。

而且法轮功祛病健身有奇效，医院治不好的疑难杂症，炼了法轮功之后，很多人身体都奇迹般康复了。1998 年下半年，部分人大离退休老干部对法轮功进行了数月的调查，得出的结论是“法轮功于国于民有百利而无一害”。

“所以炼功的人越来越多，江泽民看到炼功人超过党员就要镇压，你说对吗？好人不是越多越好吗？”韩女士也在思考为什么好人受到迫害呢？“是因为共产党信奉假、恶、暴，它容不下真、善、忍。”

中共历次运动杀害 8 千万中国人 超过日本侵华的四倍

韩女士在海外教外国人学习中国文化，“我爱中国，爱中华文化，但我不爱共产党。因为共产党和中国是两回事，中共代表不了中国。我们是炎黄子孙、中华儿女，不要做马列子孙。你看江泽民死了，为什么老百姓都高兴呢？”

“江泽民上台纵容官员腐败，85%官员把财产、孩子家属转移到海外。江泽民家族在海外的资产有上万亿美金，超过世界首富。江泽民是中国最大的贪官。贪官的钱花不完，老

而自在。

在背法中，法理经常展现，当宇宙规律、宇宙法则、旋机、玄妙等内涵慈悲展现时，我感受到了宇宙的规律与宇宙法则的伟大与神圣，按照大法修，人体自身的小宇宙也会形成良好的规律习惯等，遵循宇宙大法不同层次的境界要求是生命的价值所在，这是生命在走一条光明大道回归本性，反映在人世间就是遵循神传文化，守住善良与传统，做一个好人，没有规矩是不成方圆的。

在平时学法中，当大法法理慈悲展现时，瞬间明白了某一境界的内涵时，时常会铭刻于心师父的法是怎么讲的，似乎任何语言都无法表达其内涵，任何个人理解与认识都渺小的不值一提，同时伴随着感受到佛法的慈悲、威严与殊圣，被大法洗礼，产生更坚定的遵循宇宙法则的意志，师父伟大，大法伟大。大法弟子是如此幸福的生命。

2. 理性调整自己的状态

每天都是很忙，我是如此释压的？自己经常从凌晨三点起床一直有各种事情要忙到晚上十二点左右才睡，在这种状况下如何调整自己，以至于第二天能够迎接一个全新的精神饱满的精致的自己？多学法是首要，再一个就是重视发正念，发正念是师父给弟子的法宝，发正念会使自己空间场天清体透，外部的干扰消失遁形，正念就如铜墙铁壁一样在保护自己。另一方面是“谁敢舍弃常人心”（《洪吟》（谁敢舍弃去常人心），勇于放弃执着心才是智慧，心轻，心净，心淡，身体自然轻，执着是真正的负重，使身体发沉，执着与真善忍背道而驰。突如其来的麻烦事也有，那就是兵来将挡，水来土掩，别让“急”与“躁”当先锋，泰然处理，心稳心静的做事反而是快。

由此我想起师父讲到在内外兼修功法中的那段法理，争

《转法轮》中讲：“我们炼了这么大的一个东西，等于是炼宇宙。”背法使我感受到修炼者“炼宇宙”的威严，慈悲、殊圣、洪大，壮观，语难述。每个人生命中都有“一诺千金”的理念，从决定背法的那天起，决心起，意志坚，毅力被赋予，因为我恳求师父加持我背法的正念，在“修在自己，功在师父”的加持下完成了第一次背诵。背法会劳其筋骨，苦其心志是纯净自己的过程，在集中精力与专注无求背法中发现杂念少了，清静自然出，更加理性正念了，慈悲心常滋润于心田，并且发现自己周围的环境和人的心态都在变，真是相由心生啊。

背诵完《转法轮》著作第二遍，历时不到二个月时间，此期间背诵了师父新经文“为什么会有人类”，是师父慈悲的恩赐与加持使我能够完成背诵。在第二遍背法中不知不觉中形成了一个习惯，每天凌晨三点或四点起床，可以为自己赢得近一或两个小时左右的背法时间。首先是温习《洪吟》至《洪吟六》的各三首诗词，共 18 首诗词，接下来背诵《转法轮》，一段时间发现这样的作息时间少有疲倦，也没有负重与压力，相反身轻心轻，平静祥和，早起背法已乐在其中。这种习惯的生成是溶于法中时顺其自然的没有强为，是自然而然水到渠成的状态，是无为无求中被大法圆容的美妙，这是大法恩赐的，每天的精進从背法开始，时间很无情，惜者善用之。修炼者内境纯净美好，然后去晨炼。背法使我心性明显提高，感到那么一种强大的法的制约力使我比以往在一思一念中更守好心性，炼功状态杂念越来越少，象静止了一样，渐入佳境，讲真相与证实法过程中事半功倍。

背法是天机，背法是佛性的体现，我会一直背下去，或许一个正的选择就是机缘到了，勇气与坚定，持之以恒，坚强的意志都要修出来，返回真我。正念来自于大法，多学法，多背法，同化大法时，有多少生命为之欢呼雀跃，喜乐

百姓的日子就苦了。”

听着这些话，男士好奇地问：“你今年多大？”

“我在海外教书已经 10 年，你猜猜看我有多大？”韩女士笑着回答，随即问他是哪个年代的？得知他是 60 后，“你经历过文革，文化大革命时期中国一半的家庭被牵连，冤假错案太多了。中共运动多、整人多，那么多社会精英被整死了，你能说共产党好吗？”

“共产党从 49 年上台开始土地改革，杀了 260 万地主，接着三反五反、肃反，大跃进饿死了 4600 万，文化大革命整死了 800 万，还有六四枪杀学生，99 年迫害法轮功，加起来共产党历次运动杀害了 8000 多万人。中国人被共产党整惨了，对比一下日本侵略中国 14 年，杀害中国同胞 2100 万，而共产党杀死同胞超过日本的 4 倍，这笔账上天能不清算吗？”

他一直在听，时不时“嗯”的一声回应着。

不当替罪羊 退队保平安

韩女士一直觉得他很善良，越来越清醒，进一步说，“你应该了解 89 年 64 大学生反腐败有错吗？人民大学、清华大学的学生到天安门广场请愿，结果邓小平却下令开枪，“杀 20 万，稳定 20 年”。大学生是国家的栋梁，党宣扬是妈妈怎么能向自己的孩子开枪呢？国家总书记赵紫阳支持学生反腐败，结果被下台监禁了 16 年，赵紫阳临死的时候，对家人说：共产党太可怕了！你说共产党可不可怕？”

“共产党整人是最厉害的，它专门整老百姓。我们老百姓虽然没有能力去抗衡他，但是我们心里明白有一杆秤，善恶分清。了解真相就是保护自己，你知道共产党竟然下令活摘法轮功学员的器官牟取暴利，这是天理不容的，上天要清算它，我们好人一定要退出这个党、团、队，就不受牵连

了。你记住一个好听的名字福连，祝你福气连连退队保平安，你退出来不当替罪羊，不加持邪恶的能量，我们留得青山在，不怕没柴烧，你说好吧，可以吗？”

男士终于明白中共做了这么多邪恶的事，不再犹豫，爽快说：“可以。”

“恭喜你选择美好的未来，”韩女士展望未来又补充道，“当年苏联共产党运动多、整人多一夜之间解体，解体时领导人宣布：共产主义 70 年的实践证明共产主义是失败的。历史在发生巨变，有一天中共会不会也像前苏联一夜解体呢？我相信会有这么一天，我们拭目以待。”

现在瘟疫还没有结束，法轮功创始人李洪志大师说，“这样的瘟疫是有目的地、有目标而来的。它是来淘汰邪党份子的、与中共邪党走在一起的人的。”（《理性》）李大师告诉世人，“远离中共邪党，不为邪党站队，因为它背后是红色魔鬼，表面行为是流氓，而且无恶不作。神要开始铲除它了，为其站队的都会被淘汰。不信就拭目以待。”（《理性》）

男士说有事要忙，韩女士最后嘱咐他诚心念“法轮大法好，真善忍好”九字真言，保佑他身体越来越好，匆匆告别。

（全球退黨服務中心供稿）

修炼体悟

同修被非法绑架之后……

河北大法弟子

上周五，我们当地有两名同修在外出讲真相时被非法绑架。下午邪恶去同修家抄家，同修家人才知道同修出事，才给大法弟子送信，收到消息的同修赶紧发正念，当天晚上被

警察说：“可以走别的路线，只要不路过北京，我们不管。”同修只好绕道买郑州机票。到郑州刚下飞机，警察打电话说：“你到郑州啦？祝你旅游愉快。”

可见，警察对大法弟子手机监控一刻都没有放松。有的同修认为，现在环境比前些年宽松多了，正法向人间过渡了，师父《为什么会有人类》是讲给常人的法，正法到这一步了，要放下怕心，正念正行。我认为，这种认识是犯了以前走极端的老毛病，别重蹈覆辙，明天结束，今天邪恶照样迫害，注意安全不是没正念，理智不是怕，时刻注意手机安全是对自己负责，对同修负责，对整体修炼环境负责。

一点个人浅见。

修好自己，助师正法救度众生更有力度

海外大法弟子 纯真

慈悲伟大的的师父好！

各位同修好！

我倾听了很多同修的心得体会后，很感佩同修在个人提高中的无私无我境界与证实法中巨大的付出，明慧网等网站的文章真实、理性、善念使广大修炼者受益匪浅，也是世人了解真相的窗口，在同修们共同提高跟上正法进程方面起到了举足轻重的作用，在此感恩同修做了那么多巨细工作。修炼者心性的提高是在证实法，写心得体会同样是在证实法，不可缺席，因为心得体会有益于他人，有益于整体提高，借此机缘以自己的修炼经历与体会与大家切磋交流，旨在共同进步，兑现史前誓约。

一、学法

1. 一天的精進始于背法

第一遍背诵完《转法轮》著作，历时四个多月，师父在

也谈手机监控

大陆大法弟子

随着正法形势的推进，环境越来越宽松，但少数同修放松了手机安全问题，出门带手机，互相打电话也不注意，有的直接说大法话。

举几个近期例子：

有个同修给另一个同修打电话：“你告诉 XX 一声，锅回来了，让他来拿。”

还有个同修在电话里说：“上次你说想安锅的事，我问了，你去找 xxx，他能帮你解决”。

还有个同修在电话里说：“东西妥了，你过来拿吧。”

警察再木，也知道你说的是啥事，这等于公开告诉警察一样，太不理智了。

还有一次，六七个同修在一起交流，其中有四个带手机，有人提出把手机放到别处，有的说：“没事，咱们也没做什么事，监听又能咋地？”

还有个同修，电话里跟另一个同修聊天：“听说好几个单身女同修，经常去 xx 同修家，他单身好几年了，要找早就找了，这些人常去也不知道啥意思？”且不说话里有多少人心，单从这句话里，警察会掌握多少同修信息？

邪党两会期间，本地一个同修的亲戚，让同修一起去南方旅游，同修不想去，亲戚说啥都要一起去，同修只好同意了，刚买机票不到 10 分钟，警察给她打电话：“听说你要出门？现在是两会期间，你不能走。”同修有点惊讶：“你们咋知道的？”警察说：“不管咋知道，反正你不能走。”同修说：“我在北京转机，又不出机场。”警察说：“那也不行，如果你要走，机场你都出不去，我们还得去车把你带回来。”同修说：“我跟亲戚都定好了，你们这是干啥事？”

迫害的同修被送到看守所，扬言要拘留十五天。周六有同修去看守所给同修送去一些日用品。周日大家一起商量营救同修。周一根据商量的结果，有的同修去找国保大队长的妻子讲真相，有的同修去分管副局长的家里讲真相，同修家人也积极配合去要人，其余同修在家发正念。

很多同修都悟到，除了加大力度发正念之外，现在法正人间已经拉开序幕，世人都在同化大法，在当地却还发生这种迫害，说明整体上就是有漏，才被邪恶钻了空子。邪恶之所以敢存在于我们的空间场，就说明大法弟子还有没达到标准的地方，每个人都应该向内找，把有漏的地方修好。这不是承认迫害，是出现了问题修炼人就应该这么做。

同修被关押看守所，我心里非常焦急，那不是同修应该待的地方，警察造业不说，还给世人和同修的家人造成恶劣的影响。除了发正念之外，我也认真的思考自己最近一段时间的表现，真是发现了不少问题。甚至还很严重。现在就它们曝光出来，赶紧在法中归正。也希望同修们有所借鉴。

1、忽视了发正念。环境一宽松，感受不到迫害的压力，就把发正念的事情忽略了。不但晚上十二点的正念发不了，工作一忙了、累了，早晨睡懒觉六点的正念也发不了。中午和傍晚的正念有时也错过。这个问题已经很严重了，发正念是师父要求弟子做的三件事之一，是何等的重要！我却这么忽视，这是对发正念这件事根本没有足够重视，是惰性，更是法理不清。

2、学法不够。最近因为“五·一三世界法轮大法日”的临近，同修因为写稿，多多少少都有点心静不下来，从而影响学法。我最近两周因为整理同修的征稿，根本保证不了每天的学法，小组集体学法也静不下来。

3、学法跟不上，正念就不足，各种人念丛生。在家里不守心性，着急、不修口。因为争斗心，对不听话的孩子恶言

相向。因为私心，被利益心、怨恨心充斥大脑，对父母不满，没有正念，这些人念就越来越强。有时甚至色欲心还会冒出来。有时累了想歇一会还会扒拉扒拉手机小视频……

4、炼功常年不能坚持。自从去年八月十五突破了三点二十的晨炼以后，坚持了四十五天，到了十月，因为邪魔的干扰，炼功犯迷糊，就一直没有突破。也知道“修炼”两个字，一个是“修”一个是“炼”，炼功占了一半的分量。师父经常强调“三件事”，很少强调炼功，那是因为炼功是修炼人每天必做的功课。自己在炼功这件事上老是提高不上来，是思想认识的问题，决心不够。狱中的同修为了学法想尽各种办法，为了炼功还会被罚、被打，付出很多很多，自己在自由的环境中却一点也不知道珍惜，真是愧对师父！也对不起难中的同修。

5、一有点事情就浮动。正法形势出现变化浮动、写个征稿也浮动、同修被非法绑架也浮动起来。师父说：“一个心不动，能制万动。”[1]的法，作为大法修炼人，就应该出现任何情况都应该做好三件事。师父说：“有的弟子讲“怕什么，头掉了身子还在打坐的”，相比之下，修的怎样一目了然。”[2]想想自己做的真是太差了，一有点事儿就把自己的修炼搞的一团糟。

同修被迫害，这不是同修个人的问题，这是整体的问题。希望同修们在发正念、积极营救同修的同时，也重视向内找，修自己，在法中归正自己，圆容自己的同时就是在圆容整体，我们这个整体才能提高，才能圆容无漏。

个人认识，层次有限，不当之处请同修慈悲指正！

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉

[2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈大曝光〉

遗憾

辽宁大法弟子

前段时间，我和同修结伴骑自行车去讲真相救人，目标是距离很远的头道沟。当走到沟门时，看到一家破旧的房屋前坐着一位须发皆白的老人。我想见到就是缘，想下车给老人讲真相。同修说：先奔往人员多的主要目标去，这位回来再说吧。我想也行。

在讲真相过程中，多数人能接受，并作了“三退”（退党退团退队）。有的说谢谢；有的要留我们吃午饭；有的拿来小食品和饮料之类，但都被我们婉言谢绝了。待这个村组人家基本走完时，已是下午四点来钟了，虽然有点疲惫，看到众多人明真相得救，心中无比喜悦。

当回到沟门时，老远就看见来时见到的老人，在家房前的路上来回走，好象焦急的等待什么。当我们来到他身边时，正巧有个本地村民和他大声说话。看起来这位老人听力太差，和人说话象吵架似的。我们一看这情形，心里发怵，天也要黑了，着急回家。这个老人以后再说吧。

回家后，每每想到那位老人的神情时，就觉的不安。特别是学法时，当学到师父的《洪吟四》-〈洪恩浩荡〉中“众生平等不分形像”时，更是后悔，我们辜负的师尊的教诲，错过一次救人的机会。心想以后安排时间专程去给老人讲真相。我们稍做准备，刚要为老人跑一趟时，听人说，那个老者已于半个月前故去了。乍听此言，心中那个悔劲就可想而知了，平生真正尝到“遗憾”的滋味了。我们暗下决心，谨遵师父教诲，尽量不放过一个有缘人。多救人，少留“遗憾”。