

亡，卒年 67 岁。修炼者用功能看到朱宪福被两名身穿黑色古代官服的冥府鬼使，用铁链锁住颈部从家中带走，朱宪福的魂魄离开肉身时，还回头看了一下他的家人，脸上满是忧伤和留恋。他战战兢兢的问阴差：“我们去哪？”鬼使怒目道：“无须多言，到时便知。”另一个鬼使道：“早知如此何必当初，你生前作恶多端，诽谤佛法，残害修炼人，奸淫妇女，怕你是入了地狱，再无出口，何必在此多言聒噪。”朱宪福被押至阎王殿前，此时他的记忆全部打开，前生的所作所为全部展现在眼前，本为得法投胎人世，却在有人身时干尽乱法坏事，此时他内心懊悔之意不胜言表，却也为时已晚。阎王审核生前善恶簿后，大怒道：“将此破坏佛法的烂鬼打入第十八层地狱等待审处。”阎王怒视朱宪福被押走。心中默念：“死鬼囚”！！

中共在钻天理的空子害人、毁灭人；法轮功学员讲真相，在唤醒人的善念与良知，把人拉回到回归传统文化的轨道上来，利用这来之不易的人身，顺应宇宙特性真、善、忍，做好人，行善积德，提升生命境界，这是不是大好事？！人在这迷的人类社会，能有法轮功真相给人吹散迷雾，指明前行的永生之路，这是多么幸运的事！就怕人听到、看到这个真相，不相信，一而再的拒绝真相，就相信眼睛看到的中共谎言，就相信被古人视为粪土的功名利禄以及中共放纵下的假、恶、斗、色情等对人有害无益的东西，这才是生命的可悲之处！

# 正见周刊



纽约康尼岛第 41 届美人鱼游行 6 月 17 日盛大登场，康尼岛成了欢乐的海洋。法轮功腰鼓队、莲花队、炼功队共襄盛举，亮丽的色彩、铿锵的鼓乐声，整齐的炼功动作惊艳全场，观众盛赞。

第 1087 期

2023 年 6 月 20 日

# 目录

## 正见新闻

- 第十届“全世界中国古典舞大赛”今秋举行 /3  
 传递中华修炼文化 德国人走遍印度 60 所学校 /3  
 专访《国有器官》导演：用镜头还原活摘真相 /4

## 修炼故事

- 风雨中，我有一位善良勇敢、不畏强权的好妻子 /5

## 讲清真相

- 小小善举可以救人 /8  
 神奇的光和同修的圆容 /11

## 修炼体悟

- 感受念生气动 /13  
 凌晨三点一刻的魔障 /14  
 不同阶段炼功的体会 /15  
 对待家人也要慈悲善行 /16  
 生命的邂逅 /18  
 在抄大法中归正自己 /21  
 差距 /22

## 传统文化

- 眼见不一定为实 /24

精各种变化迷住，而孙悟空上不了当，因为孙悟空有火眼金睛，唐僧只是肉眼凡胎。同理，今天的人能被中共的党文化迷惑了，也是这个原因。如果中共以红色恶龙的真面目示人，谁也不会上它的当，更不会跟着它的党文化谎言走，谁会去明明白白做害人害己的坏事？！

中共也利用了“眼见为实”的谬误，在一步步摧毁传统文化的同时，营造出一个充满假、恶、斗的虚假社会现实：好人成了“窝囊废”，你不缺斤短两发不了财，不走官商勾结经商都寸步难行，不贪污受贿不道德败坏官场上都无路可走，做人不说假话都不行……实际上人有好事，发财升官，身体健康，家庭幸福等是因为前世做了好事积德所致，顺其自然就能得到，但是中共蛊惑人采用最不好的手段去得到，反而造下了恶业，这就是中共毁灭人类的手段。

中共迫害法轮功，也是这样的手段，那些迫害法轮功越狠的升官越快，叫人看到这个现实，蛊惑更多人参与到迫害法轮功中来。但是现实报应也是真实的，周永康、薄熙来等追随者的下场全世界人也是看得到的。地狱报应人的眼睛看不到，但是修炼有素的修炼人用功能可以看到了迫害法轮功者的地狱报应，把这个事实描述出来，对人同样是个警醒与告诫。

比如央视主持新闻节目的男主播罗京，他在死去的这些年，修炼者看到他已经承受了地狱所有的一千八百种酷刑三遍之多，此时正被两个牛头马面的鬼使押往无生之门。他的眼中充满了恐惧，身上每个细胞都在颤抖，为他未来永无止境的痛苦命运而哀愁。

黑龙江省五常市政法委副书记朱宪福，九九年江泽民集团开始迫害法轮功后，担任五常市 610 办公室主任，直接操控指使多人勒索法轮功学员家属钱财，并密谋迫害法轮功学员。多行不义终遭天谴，于 2017 年 12 月 20 日，患肺癌病

手臂上有一行字。近前一看，正是自己写的那六个字“宁行恶 勿行善”。脸一下子红到了脖子根，赶忙伸手向字擦去。说来奇怪，字瞬间踪迹全无。皇上见皇子手上的胎记被包拯抹去（别人看那行字只是一个胎记），唯恐抹去了福根，不依不饶的斥责包拯。包拯连忙跪下，口称罪臣该死，将题字一事的来龙去脉说了一遍。皇上甚觉蹊跷，命包拯用阴阳枕到地府一探究竟。

包拯枕上阴阳枕到地府一游，探寻真相才知道事情缘由：原来那孩子上世作恶多端，罪业甚大。偿还那一世罪恶需三世恶报才能还清。神原来的安排：第一世以残疾之身孤苦伶仃，第二世以双眼瞎了却残生，第三世遭雷击曝尸荒野。那孩子第一世转生穷困残疾，但痛改前非，只想为别人做好事。于是神就让他一世还两世的业。让他崩瞎了双眼。可孩子不怨天尤人，只是默默的为别人做好事。神就把他第三世的业力也拿过来一世还，所以雷击毙命。阎王爷问包拯：“三世恶业一世还，转生贵为太子。如此安排，你说好还是不好？”包拯恍然大悟，连声称好。

三世因果一世还清，转生到皇宫作太子，这是不是大好事？！这个真相人的肉眼能看明白吗？眼见不一定为实。很多人在经历了人间的很多事后，加上肉眼看不到事情的前因后果，很容易产生一些错认识，比如：“好人不长寿，坏人活千年”、“积德行善儿女少，杀人放火子孙多”、“道高一尺魔高一丈”、“人定胜天”、“人死如灯灭”、“信则有，不信则无”等。人能被迷惑，就是因为肉眼的限制，看不到真相。为什么修炼人能不迷不惑呢？是因为他有功能在，能突破我们这个迷的空间，看到存在于另外空间的真相，能看到事情的前因后果，看到善恶有报天理的表现形式。

《西游记》中，唐僧遇到难，每次都上妖精的当，被妖

## 正见新闻

### 第十届“全世界中国古典舞大赛”今秋举行



由新唐人电视台主办的第十届“全世界中国古典舞大赛”将于2023年9月在纽约州举行，这是新唐人电视台国际文化艺术比赛系列赛事之一。该大赛以中国古典舞为比赛项目，宗旨是为了促进文化交流，弘扬纯真、纯善、纯美的

的正统舞蹈艺术，把这种优秀的中国传统文化推向全世界。

由于新唐人“全世界中国古典舞大赛”的严格要求，吸引了越来越多献身于正宗中国古典舞的艺术家的关注，比赛水平一届比一届高，到目前已经发展成代表中国古典舞最高水平的赛事。每届都有一批世界一流的选手涌现，他们所展现的真正中国传统文化以及“身带手、胯带腿”这一失传绝技都是别的比赛舞台上看不到的。

### 传递中华修炼文化 德国人走遍印度60所学校



“一所学校的创始人八十多岁，身体不好，收到了《法轮功》一书、一朵莲花（工艺品），以及看到另一所学校的孩子们在了解法轮大法及其原理的照片后，他眼睛发亮，说：‘在我最后一口气中，我

都将记住真善忍’。”

此段文字写在印度媒体“第一北方邦”（First Uttar



Pradesh) 2023 年 6 月 10 日题为“一位德国妇女给东北地区学校的精神礼物”(A German woman's spiritual gift to schools of North-East) 的文章中。

该文报导了法轮功学员克斯蒂安娜·泰希 (Christiane Teich) 2022 年 4 月底至 7 月初在印度特里普拉邦 (Tripura) 举办了四十多个法轮功教功班的情况。

出生在德国的克斯蒂安娜·泰希 (Christiane Teich) 至今已在印度六十多所学校传播了法轮功，所到之处深受人们欢迎。

## 专访《国有器官》导演：用镜头还原活摘真相

第 25 届加拿大电影雄狮获奖名单将与 7 月 8 日揭晓。作为获得六项提名的纪录片《国有器官》的导演 Raymond Zhang，张导演首次在媒体上分享了他的创作初衷、制作历程和感受。

导演 Raymond Zhang 介绍，影片主要是围绕两个普通家庭的痛苦经历展开的。“大概 20 年前，有两个善良的年轻人，在中共对信仰真善忍民众的灭绝式迫害过程中，被警察‘强制失踪’。他们的家人开始了一段 20 年的寻找历程。在这个寻找过程中，他们发现：这是一起（由）国家发起的、大规模的滥用、活摘人体器官移植的一个隐秘的罪恶。随着罪恶的被揭露，引发了一场大规模的民众精神觉醒运动。”

张导演表示：“我本身是生长在中国，对中国一直是有着很深厚的感情，希望中国能成为世界上最美好的国家。但是罪恶发生了，我们必须面对这个痛苦，这个痛苦应当被表现出来，被人们感受到，让人记住。只有这样才能使它不再发生。我希望把中国过去 20 年来最重要的一段历史记录下来，把它真实地呈现出来，引发人们去思考。”

其故，孩曰，要修一座石桥，为乡邻行走方便。众人不以为然，认为孩子在说疯话，大多哈哈一乐了之。可是日积月累，年复一年，石头堆成了小山。乡邻开始改变认识，并为这个孩子的精神所感动，投入到了捡石、采石、修桥的行动中。

乡邻请来了工匠，开始建造石桥。这个残疾孩子全身心投入其中。桥尚未建成，这孩子却在一次凿石头中崩瞎了双眼。人们痛惜、怨恨，怪老天不公。这么可怜的一个孩子，一心为大家，却招来这样的报应。可是这个孩子毫无怨言，每天摸索着在修桥的现场上干着力所能及的活。在大家齐心努力下桥终于修成了。众人欢呼喜庆之余，无不将怜惜、赞叹的目光聚向那个孤苦伶仃的原本就一条腿残疾，现在又瞎了双眼的孩子。孩子虽然什么也看不到，但脸上露出了平生以来最欢乐的笑容。

一场不期而至的大雨似乎要为这座石桥洗去浮尘，壮壮行色。可是一声震耳欲聋的巨雷过后，众人发现孩子已被巨雷击中，倒地身亡了。众人惊呆了，随后压抑不住的情感喷泻而出，叹息孩子命苦，指责苍天不公……

恰巧民间称之为青天大老爷的包拯包相爷公干至此。百姓纷纷拦住官轿为孩子鸣不平讨公道。质问相爷：好人为何不得好报？今后好人何以做得？食人间烟火的包相爷被村民情绪所带动，挥毫疾书，写下了“宁行恶 勿行善”六个字后拂袖而去。

回到京城，包拯将公干之事连同路上见闻奏明皇上，却隐去了自己题字一事。因为尽管心中为那孩子行善事得恶报之事十二分不解，但三思之后还是为题那样六个字觉得不妥。没想到皇上退朝后非要拉他到后宫说些私房话。原来前些天，皇上新添龙子，十分招人喜爱，可就是孩子整天啼哭，特意让包拯去看看。包拯见那孩子肌肤如雪，嫩白的小

前就容易放松自己。如果修炼人在家里、在家人面前，在某件事情上，或者某个时候，没有严格要求自己，没守心性。比如发脾气、比如抱怨、比如争吵、比如斤斤计较……这时，你的做法和常人没有差距，和常人一样，那就是混同常人了，那怎么让家人见证大法弟子的与众不同？又怎么证实大法呢？那常人就很难认同大法。

只有你的做法和常人不同，有差距，一看就和常人不一样，思想境界比常人高出很多，才能让常人佩服、信服、心服口服。这样，不用我们去讲真相，家人自然认可大法。由此可见，修炼人真要时时刻刻严格要求自己，才能证实大法。

个人浅层次所悟，不当之处，请慈悲指正。

## 传统文化

### 眼见不一定为实

平凡

人很容易相信“眼见为实”，因为眼睛看到的都是实实在在的，房屋、天空、亲朋好友，衣食住行等等，谁说这是假象，很难让人信服，而且由此很容易形成各种观念和看法。但是，真相却是：眼见不一定为实，由此得出的结论还有可能是错误的。

举个例子，网上有一篇传统文化故事，讲的是北宋年间包拯为相时发生在民间的一桩逸事。有一个村庄住着一个十来岁、腿患残疾、父母双亡的孩子，生活十分困苦，甚至靠乡邻施舍或乞讨活命。这个村子的前面有一条河，往来村民和路人需涉水而过，特别是上了年纪的老人十分不便。每当河床涨水时更是无法通行。但年复一年，谁也没想改变它。人们能够看到的就是这个孩子天天捡石头，堆在河边。人问

## 修炼故事

### 风雨中，我有一位善良勇敢、不畏强权的好妻子

关祥口述 同修整理

我跟随师父正法修炼已有二十六个年头了。在中共残酷迫害法轮功的二十多年里，不论修炼环境多么恶劣，我都从未动摇过对师对法的正信，这与我有一位勤劳勇敢、不畏强权和支持大法的好妻子是分不开的。

我是一九九七年喜得大法走入修炼的。修炼之前，我患有坐骨神经痛、过敏性鼻炎和腰痛病。我的鼻炎是我患感冒留下的后遗症，经常流鼻涕，干不了活，也晒不得太阳，医生开的药都是激素药。

那时我的争斗心很强，喜欢与人打架斗殴。为了强身健体，从十多岁开始，我就开始跟别人练其它的功。为了练轻功，我还在两支腿上绑上沙袋走路，睡觉也绑着不解下。我每天夜以继日的苦练，人都累的不行了，还在坚持着，一身的病却没有一点减轻的迹象。

### 相信大法 全家得福报

我自从修炼大法后，身上的几种病也在不知不觉中神奇痊愈了，而且一改过去那种争强好胜、爱出风头的习性，变的理性、沉稳，生活及工作中都能够善解人意，处处替别人着想。在家庭中帮着做家务、管孩子，和妻子一起锄地种菜，孝敬父亲。全家人看在眼里，喜在心上，做到上孝父亲下慈儿女，夫妻和婉，全家支持我修炼大法。

我大哥从小双目失明，一直未婚。因为他很相信大法，近四十岁时意外成家了；我兄弟博士生毕业，工作好，待遇高；我女儿博士后毕业，现成家立业，待遇高；我儿子大学毕业，年薪二十多万。

## 岳母遇车祸神奇康复

再说我岳母，她是一个没上过一天学的文盲。有一次被车撞了住进医院，医生告知有生命危险，大脑出现后遗症，呕吐不止。我及时把装有师父讲法的 mp3 播放器给她送去，让她听师父讲法。她听了不一会儿，就停止呕吐了，第二天居然下地干活了，到了第三天她把医生开的药全都扔外面垃圾里了。

## 妻子在法庭上仗义执言

我修炼后的变化，让妻子十分感动，她很相信大法是教人做好人的高德大法，只要我做大法的事，她都很支持，同修到家里来，她都热情接待，也都深知中共的魔鬼本性，有恶人骚扰，她从不配合。

有个冬天，天空下着鹅毛般的大雪，天气十分寒冷。这时邪恶给我妻子打电话，叫她通知我去抽血。妻子一听，大声在电话里讲：“你们都是些疯子，这么冷的天还叫他去抽血！他不去！”她还直接在电话里揭穿他们的阴谋，至此邪恶想加害我的计划全部落空。

八年前的一天，我遭当地恶人绑架，八个月后迫害我的材料被构陷到法院，十月份区法院对我进行非法开庭。当时邪恶的气焰十分嚣张，他们企图对我进行重判，法庭内外站满了法警，旁听席上坐的都是公检法部门的相关人员，法院规定只准我妻子进去，其他亲友一概挡在外面。

只见妻子进去后，找了个靠“审判台”近的位置坐着。当她听到检察院的公诉人当众宣读构陷我的黑材料时，妻子按耐不住心中的那份怒火，“呼”的一下从旁听席上站起来，毫无畏惧的大声对全场的人宣告：“我丈夫某某是个好人！”在场的人谁都没有料到我的妻子、一个农村妇女竟有如此大的胆量，敢在中共的法庭上为自己的丈夫仗义直言！

在这个人的母亲住院，和同修的母亲在同一个病房。

同修很自然的和此人的母亲打招呼，结果这个人看见同修后，语气严厉的说：你说话行，别说法轮功的事！说完就出去了。同修当时虽然回了一句，但他回来后，还是善意的提醒他：你没戴口罩啊？医院都是阳的。回家后同修向内找，为什么会出这个事呢？到底是什么原因促使对方这种态度呢？同修找到她对此人还有点怕心、争斗心。同修对自己说，我要做到不争、不斗、不怨，按照大法严格要求自己，用自己的行为去改变对方的态度。

之后同修对他和他母亲依旧很热情，中午打饭的时候遇到了，同修主动热情跟他打招呼，对方一愣。他母亲输完液，同修说大姨你输完了？他又是一愣，他没有想到同修对他这么真诚、善良、热情。渐渐的他也改变了，最后输完液告别的时候，此人跟同修说话非常客气了。

同修跟我说，我什么（指真相）也没有跟他说，我只用行动告诉他，修大法的是什么样的人。

同修跟我说了此事后，我认识到，这个人之所以一次次的愣住，是因为同修的做法跟普通人有巨大的差距。同修的做法出乎他的意料，让他没有想到。是这个差距让他不得不思考，最后让他改变了对同修的态度，同修通过自己的行动证实了大法。

同修的这件事虽然不大，但做法至少有三点值得借鉴：

第一：遇事马上向内找。

第二：对配合邪恶迫害过自己的人不争、不斗、不怨。

第三：时时刻刻用大法的标准严格要求自己。

由此我不由得想到，有些同修（包括我自己）的家人有的还不认同大法，这里面除了有邪恶的毒害宣传的作用，常人的怕心等因素，其中也不乏修炼人没做好的因素。

我们往往在外人或同修面前知道守心性，但是在家人面



了，还能达到背写，就是看一眼，把这一句话就抄下来了。字也写得越来越工整。现在抄法时，拿起笔，坐下来，心就静下来了，抄每一页法，都能句句入心，法理不断展现出来。很轻松，也慢慢的归正了我多年的急躁心。做事只求快不求完美的心。心性也跟着上来了。

随着抄法，心越来越稳，越来越静。我感觉也很幸福，有时想停都停不下来，就愿意写。好像形成了机制。上午和老伴学一讲法，然后我就做资料，下午再抄两页《转法轮》，有时间就多写，时间少就少写，把零碎时间都利用起来了很充实。后来老伴也开始写，他的字写得好，我俩比学必修，通过抄写大法书，我们心性也提高的很快，有了矛盾，都知道找自己了，比如有时候，他和我无名的发脾气，我就知道又帮我提高来了，我不吭气，向内找，他随后也找自己，哦，是我错了呀，还说人家，我不对。就过去了。最近把九十多岁的老母亲接过来了，她也天天看大法书，她老人家除了吃饭就是学法，身体越来越健壮，啥毛病也没有。还说，师父讲的都是大实话，都说我心里去了，越看越有劲儿。家庭气氛越来越祥和。

有时静下心来抄几页《转法轮》，头脑非常清凉，透彻，清晰，感觉说不出的神奇美妙。我还要继续努力，提高自己，在抄法学好法的基础上做好三件事，少让师父操心，跟师父回家！

## 差距

### 一修

先给大家分享一件小事。

一个同修，母亲在医院输液的时候，碰上一个多年前上班时一个系统的人，此人当时曾被邪恶利用监视过同修。现

就这一句铿锵有力的话震撼了全场的每一个人的心灵。

当时被震惊了的法警一下子清醒过来，他们气急败坏的冲到妻子面前，粗暴的将妻子拉了出去。看到妻子离去的背影，我既感动妻子的正义之举又为邪党人员的糊涂无知感到悲哀。

事后有个国保警察对我妻子怀恨在心，他恶毒的对我妻子扬言：要把你们弄的家破人亡！我妻子没有被他威胁的话所吓倒，她对这个国保警察说：你越迫害，我越要撑起这个家！这个警察听后，像霜打的茄子蔫巴了。

我与家父被冤判入狱后，家里家外的大小事情全靠我妻子和岳母打理照顾，我的一双儿女正在上学，可想而知，妻子的压力有多大。

但是，我的妻子虽然感到压力重重，但她没有被邪恶势力击倒，而是勇敢的与岳母一起承担起了养育儿女、照顾家庭的重担。

## 后记

我妻子曾被胃痛折磨得卧床不起，什么活也干不了。我家邻居也患有此病，但比妻子的病要轻的多。邻居到医院去检查照片，被告知是胃癌，很快做了手术，但也只活了两年就去世了。我妻子不去医院，就相信法轮大法。她说：就是癌症，我也要炼法轮功。岳母见我妻子病的不轻，就取出她多年的积蓄到我家，劝她女儿去医院医治，但妻子就是不去。岳母一气之下，就离开我家了。

我对妻子说：你要真的相信大法，你不去检查。

我妻子听了，第二天就下地干活去了，病痛发作时她就忍着，相信师父，现在她也无病一身轻了！

感谢师父对我们一家人的再造之恩！

## 讲清真相

## 小小善举可以救人

吉林市大法弟子

## 一、一包榛子

二零二二年腊月二十九，也就是中国新年前一天，也是中国大陆疫情解封后的第一个新年，我和几位同修去我市较大的一个批发商城讲真相救人。

商城里人山人海，我和几位同修正在寻找有缘人，突然在我身后听到一声尖叫声，随之而来还听到“哗啦啦”的声音，闻声望去，只见很多榛子散落在地，我立即叫同修们一起帮忙拾榛子。看到我们热心的上前帮忙，有的围观人也主动过来帮忙捡。我们趁机讲真相，劝三退，告诉大家：现在的天灾人祸很多，疫情还很严重，要想躲过这场劫难，就得退出曾经加入的党、团、队组织，敬念“法轮大法好！真善忍好！”才能保平安等真相。

然后问一位穿黑皮夹克帮忙的先生，刚才说的话你听没听明白，他说：听明白了！我入过团、队，同意退出。旁边一起帮忙捡榛子的女士听了真相，也同意退出团、队组织。

这包榛子的主人是一位老妇人和一个年轻的小女孩，她们是不小心把装榛子的纸袋弄破的，看到榛子都被捡起来了，老妇人双手合十连声说谢谢！你们都是好人那！她们也都同意退出了少先队组织。就在我们起身要离开时，一位年轻的业主冲着我们微笑，A同修微笑着上前说道：刚才的事你也看到了，听到了，那你入过啥？也退出来吧？她说团、队，同修帮她起了一个好听的化名退出，她很高兴。就这样，一包散落的榛子，大法弟子一给小小的善举，劝退了五位有缘人得救。

## 二、丢弃的塑料包装袋

## 在抄大法中归正自己

河北大法弟子 洪缘

我是九六年得法的老弟子，今年六十九岁。前些年学法时，由于学法不能时时入静，思想溜号，走形式，读完了一页，或者一段，不知道读的是啥，白白浪费了宝贵的时间，不见提高。我也很着急，就想，抄法试试。开始买了稿纸，白纸，还有在商场买的高档的记录本，抄了几遍，用心写也出错，字迹潦草，很乱，又是丢字，又是丢行，很不严肃，时间紧张了就不想写了。

自从看到明慧网发表的，同修交流文章，在抄大法中提高心性，还提供了A4细格子，又看到有同修抄写的大法书，字也写得工整好看，非常漂亮，很是羡慕。我便又动了心思，又想再试试，也用这小细格子，抄法。当看到刚打印出来的小细格子，心里又发怵了，这么小的细格子，怎么写呀？这么大岁数了，眼睛又花，又不会一笔一画的写字。写字潦草写了这么多年，这是抄写宇宙大法呀，再怕写错了造业。这时突然想到师父说的，“字不在好坏，可有功啊！”（《转法轮》）便有了信心。

我要用心抄写《转法轮》，就当练字，必须要突破这为难的的情绪，熟能生巧，一定会越写越好。就这坚定的一念，现在用小细格子在抄写第五遍《转法轮》了，一遍下来，先校对两遍，然后装订好，粘上书皮，从外观上看起来就像打印机做出来的一样。一遍比一遍好，越写越认真，在这个过程中，归正了自己很多不好的习惯。比如刚开始，手拿笔哆嗦，一横一竖，都写不直，浑身紧张，写一页就胳膊酸疼，总怕写错字。有时写错了字，就再沾上一个空白格，再写好，觉得也不合适，好像错字还在下面，再后来就用磨砂橡皮擦干净，从写。到现在为止，连写三四页也不会抄错字



第二天早晨，他拎着行李包裹和大家道别的时候，走到我身边告诉了我他的化名，儒雅而有内涵的化名，不愧是一名学者。在当时我是头一次遇到三退时，这么认真对待自己化名的人，学者的风范，这是对自己生命负责的人啊。

我很欣慰，没有错过机会。是啊，和这位学者再也没有遇到，但是我知道，不管到哪里，他都是一个幸福、快乐的生命。

还有一件让我想起来就很愧疚的事。十多年前，我和家人出行，赶上突然下大雨，在郊外的路上，没有带伞，也没有避雨的地方，连出租车也打不着，离公交车站还有一段路。因为有老母亲，我们担心老母亲被雨淋着。就招手拦车，很多车都过去了。但是有一个私家车停下来，开车的是一位大哥，让我们上车，把我们送到公交车站点。我们给钱他不要，他很豁达地说：我一脚油门就到了，不算什么事。

在当时邪恶恐怖的环境下，我因为怕心，还有负面思维，心想：我们坐在他的车上，如果他.....，我们没法脱身啊。就这样没敢和他讲真相，真相光盘也没敢给他。之后想起来，我就愧疚、遗憾。偶遇的一个好心人，没有再见面机会，既没有留下姓名、也没有留下电话。

十多年过去了，每当想起这件事我就愧疚、遗憾、忏悔.....唉！而且用自己的疑心对待一个帮助自己的好心人，不仁也不义啊！家人说你请求师尊加持！你发个正念，让他再遇到同修，让他能了解真相得到救度吧。我双手合十：希望好心人，能得到真相，得到救度！因为自己没有把握好机缘，让师尊操心了，真的很惭愧啊！

多么希望每次遇到有缘人，都能正念十足的把握好机缘啊！不留下遗憾！看起来好象是邂逅偶遇，或许是生命久远的安排与等待。要珍惜每一天！珍惜生命中遇到的每一个有缘人啊！

东北的腊月天很冷，地上有冰雪，从室外进入室内，冰雪会随之融化。记得那天，我和几位同修在商城寻找有缘人，看到商城地上有一个塑料包装袋被进出商城的人踩来踏去的，A同修马上捡起沾满泥水的塑料包装袋，边捡边说：“如果人不注意，踩上很容易滑倒”。她将这个沾满泥水的包装袋捡起来准备扔进商城的垃圾箱，但没看见附近有垃圾箱，就问旁边的业主，哪有垃圾箱？

当这位业主得知她是为了怕有人踩到跌倒时，感动的说：“你人真善良，把塑料袋扔我家的垃圾桶里吧”。A同修说谢谢你！有句话也得告诉你这个好心人，那就是三退保平安，她听明白真相后很高兴的三退了。就这样，大法弟子随手一个善的举动感动了另一位有缘人得救。

### 三、从楼顶飞来的东西

二零二三年二月的一天，我和几位同修象往常一样走在繁华的《柴草市》菜市场内寻找有缘人。走着走着，徐同修一抬头看见从高楼顶上飞下来一团东西，当时菜市场人来人往，人们都在挑选着自己要买的东西，没有人往高处看。同修怕这东西砸伤人，便快步上前去接，边跑边自言自语道：“可别砸到人呐！”

同修的这一善举，恰巧被她身后来菜市场买菜的一家三口看到了，她们都乐了。同修便借机向这家人讲真相，这家人听完后，都高兴的退出了党、团、队组织，为自己选择了美好的未来。

这么多年来，大法弟子在修炼中为别人着想的实例很多，这里就不多讲了。

### 四、你就是我亲姐姐

陈同修是农民，家中农活很多，离市内很远，每次来讲真相她先骑摩托车到公交车站，坐公交车到市内和同修们汇

合一起面对面讲真相救人。

一天，几位同修走在马路上，迎面走过来一位老妇人，陈同修上前热情的打招呼。老人说：“我不认识你！”陈同修接着对老妇人说：“看见你就象看见我亲姐姐一样，可亲了。”老妇人听后高兴极了，并和陈同修拥抱。同修借机在老人耳边讲真相、劝三退，告诉老人平安长寿的秘诀，诚念“法轮大法好！真善忍好！”，老人听了连声道谢！同意三退，并依依不舍的跟同修说再见！

## 五、我也要面对面讲真相救人

我们小组杨同修，是一位不善言辞，性格内向的老同修，她也很想面对面讲真相救度众生，但却不知怎么开口讲，很着急，她就把正见、明慧周刊上同修交流的面对面讲真相的词语抄录下来后背熟。可一见到有缘人就又忘了，不知从何开口，几个月前她来到我们这个小组，同我们一起去面对面讲真相，她一边配合发正念，一边听其他同修怎么跟有缘人打招呼；怎么进入主题等等。这位同修很用心，十几天后，这位同修就可以自己独立讲真相了！隔十天半个月，回小组交流时，告诉我们她碰到的人和事。她天天一个人单独出去面对面讲真相，最多的一天她讲退了16人。

我们小组在这十几年讲真相中也碰到过不听真相的；骂人的；要钱的（给钱退，不给钱不退）；扬言要举报的，什么样的事情都能遇到，我们谨记师尊教导，守住心性，不被带动，慈悲的对待每一位可贵的众生。

几天前，一位七十岁的刘同修给一位六十多岁的老先生讲真相，这人说他是国安的，说同修傻，“国家不让炼你还炼，我手中有好多你们的人名单，我就是退休了，否则我叫人抓你”，并威胁刘同修。刘同修稳住心，没有怕。发正念清除、解体他背后操控他不听真相的邪恶因素。在师父的保

和它们这些小生灵相遇时，由厌恶它们转变了观念，用善心对待它们，给它们讲了真相，这是每一个生命都渴望的。可能正因为给它们讲了真相，这些快乐的生命或许已经去了它们所应该去的地方了，我也没有遗憾了。

就象我曾经在旅途中遇到一位老大叔，他在树荫下坐着一个马扎乘凉。我上前和大叔打了招呼，和大叔聊了起来。从天气说到疫情，讲到了大法真相和三退。我讲了法轮大法是高德大法，已经传遍一百多个国家和地区，法轮大法是按照宇宙特性“真善忍”修炼，去病健身有奇效，提高人的道德素质。大叔问到天安门自焚伪案，我告诉他是政府一手导演的，是为了抹黑、诬陷法轮功，破绽百出，已经被联合国教科文组织认定是伪造的。讲到了中共是西来幽灵，它破坏中国传统文化，运动不断，被它迫害的非正常死亡人数达八千多万，人不治天治，天灭中共，三退（退党退团退队）保平安等等。

大叔由不解到清醒，眼神由浑浊到清亮起来，大叔笑着赞叹说我是专业的，同意了三退。我告诉大叔说：我说的都是真话，对人是有益的。最后大叔笑语盈盈地双手合十和我道别。大叔明白了，这是生命永远的等待，这时我的心情是喜悦的，为生命的清醒得救而高兴。匆匆过客，有的就是一面之缘啊，短暂的和大叔的邂逅偶遇，没有遗憾，这是最令我庆幸的。

还有一次，我刚刚到一个新单位，仅仅几天，办公室一个很有学识的老学者要离开了，同事给他送别，我虽然刚刚认识他，但是我还是决定去了。看到我，老学者很惊讶和高兴，他说他没有想到我会来。在他给每个人祝酒道别的时候，我趁机和他说了大法真相和三退，我想我不能错过这个机会，以后我很难再遇到他了。他听的很认真，并且郑重地说：我回去斟酌一下化名，明天早晨走之前告诉你。

孝为先！

我说：是啊，还不只是自私，我还发现这里有妒忌心和不平衡的心呢！修了这么多年还不能完全做好，真是惭愧呀。我经常是学法时心态可好了，可是一遇到什么考验，尤其跟家里人，经常原形毕露，总是忘了自己是修炼人。记得以前师父看我不悟，还点化了我，正在读法时，这一句法突然从大法书中立体凸出显现：“人得在实践中真正的去魔炼自己才能够提高上来。”（《转法轮》）

当时我还以为是自己的眼睛花了，几秒钟后这句法就恢复平面状态。哎，自己真是不争气啊，让师父跟着操心，跟着着急。以后再遇到这种生活中的考验，我就努力做好了。

同修说：是啊，我们遇到麻烦事都应该用大法衡量，都应该符合“真善忍”才对呀。其实我对孩子也不应该那样，孩子做的不对，我们应该用智慧，用理智去想办法，不能用暴力达到目地，那不跟邪党一样了嘛！我确实做错了，以后一定改。

同修露出了开心的笑容。

写下这段过程，期盼我们更多的同修做的越来越好，共同提高，升华，不负师恩。

## 生命的邂逅

美善

去年有一群马蜂来屋檐下筑巢，今年没有来，它们的蜂巢还依然完好的悬在那里。有一天，望着那蜂巢，我很感慨：去年它们还在这儿，里出外进的忙碌着，而今年已是巢在蜂飞了。

生命的邂逅是那样的偶然，不管是人还是物，相聚相逢都是缘份，有的长相聚，有的就匆匆而过。我还很庆幸，在

护下有惊无险。

## 神奇的光和同修的圆容

东北吉林大法弟子

尊敬的师父好！各位同修好！我是 1999 年 7.20 时得法的大法弟子，这二十多年的修炼中都是在师父的慈悲呵护中走过来的，这里有无数次对师父的感恩，也有在过关中的悲伤和痛苦，也有在面对面讲真相、发资料众生得救后对师父、对大法那种发自内心的感恩和谢意。同时也有我今生今世能成为大法弟子，能跟师父正法而自豪，真是三生有幸！

### 下面举几个修炼中的所遇与同修分享

记得十多年前的一个冬天，我回乡下老家带着两个不修炼的弟弟去邻村发资料，那天下着大雪，深夜外面一片漆黑，天又冷，路还很难走，因救人心切，就顶着雪出发了。走着走着就发现后面有人或车给我们照亮，我们姐弟三人回头看了几次什么都没发现，继续往前走还是那么亮，当时我就明白了师父对我们的慈悲鼓励和我两个弟弟的殷切救度。弟弟说这也太神奇了！

当我们送完真相后，在回家的路上别提有多高兴了，根本就没有一丝冷的感觉，真是发自内心的为众生得救、大法的超常、神奇又感慨又激动。

从那以后，我的家人亲朋好友也越来越认同大法，他们个个都做了三退，大人孩子都很顺，特别这次疫情他们都没染上，真的是一人炼功，全家受益，真是“佛光普照，礼义圆明”（《转法轮》）啊！

再有前几天遇到同修说在找工作中碰上以为老人，看上去人很好，慈眉善目，但就是崇拜邪党，同修跟我说还想去救他，需要我配合一下，我当时丝毫没有犹豫，就想救人是



大法弟子义不容辞的责任，同修的选择就是师父的安排，我爽快的答应了同修。

第二天我俩去了他家，谈话中得知他当过村书记，中毒不浅，一再强调邪党怎么好，我和同修一直发正念耐心的听他把话讲完，然后我说叔叔您是好人呀，您也知道欠债没有不还的道理，假如说：你把别人给杀了，我说你是好人呀，不让你去偿命了，那行吗？所以说，你这么大岁数了，各次运动你都经历了。如：文化大革命，三反、五反、六四等，迫害死好人八千万，现在又迫害法轮功二十多年了，法轮功修的是“真、善、忍”，那可是佛家高德大法呀！那是宇宙的特性啊！谤佛谤法天理不容呀！天象都呈给咱了，可不能再糊涂啦，绝不能给邪党当陪葬品呀！老人静静的听着，并且提出了天安门自焚几个问题，给他一一做了解答，听明白后，爽快的做了三退（党、团、队），又送他护身符，并教他念了几遍九字真言“法轮大法好！真善忍好！”

之后，别提老人有多高兴了，一再谢谢我俩，我俩说，你要谢就谢我师父吧，我师父是真正来救人的，他赶紧说，谢谢大法师父！谢谢大法师父！

救人这过程中其实都是慈悲的师父早就安排好的，只需我们动动嘴跑跑腿，真是“修在自己，功在师父”（《转法轮》）。

在修炼与救人的过程中那一桩桩、一件件感人与神奇的事真是比比皆是。

特别是在修炼、救人以及同修配合的过程中，同修那些慈悲的行为，那些感人的肺腑之言、师尊的看护、慈悲的点化，化险为夷的过程时刻激励着我前行，在所剩不多的时间里，我会听师父的话，努力做好三件事，完成我的史前大愿，争取早日圆满随师还。

不当之处请同修指正！合十！

还是实心的。我还纳闷这个东西是干什么用的呢？李姐平时做真相资料也用不上它呀！

我随口问了一句：这个铁杆子干啥用的啊？

李姐的儿子抢着告诉我：那是我妈妈打我用的！你们在这，我妈不打我，你们走了，我妈就打我，骂我了……

我很震惊，简直不敢相信。

李姐气呼呼地大声说：啊，你说说这个孩子，都懒到什么程度了，这大热天的，多少天都不洗澡，还穿着毛裤，浑身都有酸臭味了，咋说也不听，让换衣服也不换，你说气人不？谁家孩子能这样？！让干啥就不听，挺大的小伙子了，这样像话吗？

我知道孩子的做法是错的，但是同修处理问题的方法更是错的。

李姐消了消气，我们开始学法。

学宪法，我想自己遇到了这个局面，还是应该交流一下。

我对同修说：李姐，我们在一起学法很长时间了，你觉得我有什么行为不符合大法吗？如果有，请你一定告诉我，我改。

李姐思考了一下，说：好像没有啥呀，没发现啊！

我说：前几天我遇到了一件事，把我气够呛：我公婆阳了，婆婆特意告诉我，让我告诉我儿子，不要让他大孙子在家里群说，不要让我小叔子他们三口人知道，免得他们挂念和担心。公婆的小儿子和媳妇一家人都是亲的，我们家这个大儿子和媳妇和孙子都是捡来的，我们默默地照顾他们，他们还不让小叔子他们知道病情，你说气人不？！而且还有更气人的地方，我家先生，他大儿子给买了很多菜送过去，竟然没有给我们自己家也买一些回来，多气人！啊？！

同修笑着说：你这是自私啊，你家先生多孝顺啊！百善

还有几次，有一个很有意思的状态，半夜 2 点醒了，发现嗓子肿了，哦，这是感冒了，被我家孩子传染给我的，（这是观念）到了 3 点 18 分就开始炼功，奇怪的是，炼完五套功法，嗓子就像正常的一样，那样正常。一点没有肿的感觉，一点不疼了。我自己都觉得，太神奇了。有好几次这样的经历了。

这几天的状态，没有意外情况，我每天都会五套功法必须炼完，就像吃饭一样，少了不行，有一天因为家里有事，那天没有时间炼了，心里想，就推到晚上再补吧，这一天心里都不高兴，各种情绪，控制都控制不住，就是心里别扭，心里不舒服，用师父的法也抑制不住人心，就想和家人吵架，等我炼完了功，我就像吃了镇定剂一样，那样的灵，和家人的态度马上就平和了，我心里就高兴了，愿意为别人付出，对别人好，不炼功，人心就抑制不住他，看来这功，真的起作用，真的厉害，能自动清理邪恶。我也知道，这人心都是邪恶演化的，强加给我的，有两天都出了同样的经历，炼完功心里正常，不炼功，就想发火。

以上都是我自己的亲身体会，炼功和不炼功的对比，也是用时间证实得到的结果，请同修，不管感觉到，还是感觉不到，要想成为一个合格的弟子，必须要炼好功，也真的就像我们吃饭一个意思，常人不吃饭就饿了，没有体力，我们不炼功，就像没有吃饭，同样没有法的力量。

在这里向师父问好，师父辛苦了。同修们好！

## 对待家人也要慈悲善行

大陆大法弟子

今天上午我照常去李姐家学法，进入房间，看见床上放着一个一米多长的铁杆子，类似拖布杆，但一头粗一头细，

### 修炼体悟

## 感受念生气动

小云

在修炼中我体悟到，人在做符合法的好事的时候，气就是在小腹，气沉丹田的，人的情绪是正常的，精神是和谐的，大脑是空净的。如果产生不好的念头，那么气就随之上升到胸部，情绪就不对劲了，即使不说话，但内心已经气不和了，眼神露出凶光。如果这种情绪不控制，气就会继续上升到头部，那就会有魔性的表现了。

念与气的这种关系是怎样发现的呢？这得从我家庭关中一颗执着心说起。我和父母在一起生活，我父母都是近九十岁的人了，为了照顾二老，我搬来和他们一起住，这样时间长了我的人心也就暴露出来了，就是对父亲的生活习惯，卫生习惯很看不惯，我知道这样不对，并努力克制，但是这颗人心时不时的就冒出来干扰我。

一天，我看到父亲习惯的，我不喜欢看的那种做法又出现了，我随即皱起眉头，同时就感到一股气从小腹噌的升到胸部，这种从未有过的感受突然警醒了我，心想：又动气了，我错了。马上停止那种不好的思维，神奇的是，我又感到气唰的下降恢复到原位（小腹部位）。我真实的体会到，头脑中的坏念头、执着心和小腹中的气是相连的。

当人生气的时候，气已经从小腹升到胸部了，只是感受不到它的运动轨迹，这时候如果向内找的话，准能发现那个不好的念头。如果不控制自己，气就会瞬间到头部，随之就会出现发火，发脾气，出言不逊等失态表现，就失控了。

不是有句话叫心平气和吗？真的是，心不平，气就不和了，心带动气，心一起念，气就跟着动了。所以修炼就是修心去执着，心空了，就再也不动气了。

## 凌晨三点一刻的魔障

同字

手机定点的铃声响了，提醒晨炼的时间已到，而我依旧没有起来，继续在梦中熟睡。因为没能参加晨炼，在梦中我从万米高空向下坠落，下面是一望无际的大海。这时思想中的一个意识在说：下面是水摔不坏的。当我睁开惺忪的睡眼，已是朝阳满屋。一看表已是早上五点多了，五点也是五时，我又误时了。

因为懒惰安逸常常不能按时参加晨炼，自己也很懊丧，只有过后再补。赶上忙的时候就不能保证五套功法炼全，甚至没炼。在我这些年的修炼路上，救人从不懈怠，唯有不能参加集体晨炼成了我很难突破的关。

以前师父就曾在梦中给我显现过，大法弟子在同一时间参加晨炼的时候，在另外空间都穿着一样的衣服，光芒万丈，是宇宙中一道亮丽的风景。也是同样的一次没能参加晨炼，在梦中我看到了是旧势力抑制着我不让我起来，在它们安排的邪恶机制中，不能及时参加晨炼是旧势力给我设的一道魔障。

在大法弟子助师正法层层下走的时候，旧势力就做了它们的精心安排，给每个大法弟子的体内以及周围的空间场范围内都下了盘和邪恶机制，细密到一思一念，目的是干扰大法弟子修成，阻碍正法。如果大法弟子能严肃的对待修炼，识破干扰，就能破除旧势力的一切险恶安排。

我静下心来向内找，是意志力的问题，没有严肃对待修炼，安逸心的背后还有情的干扰，平时还不时看看手机，往自己的空间场中灌那些低灵败物，当我们放松自己的时候，旧势力就以各种方式进入我们的空间场，干扰主元神同化大法，现在我不再看手机了，并且发正念清除体内的旧势

力及其邪恶机制，解体专门干扰我炼功的一切邪恶生命和因素，按照师父的法严格要求自己：“五套功法一步到位”。

[1]

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

## 不同阶段炼功的体会

珍惜 大陆大法弟子

走入大法修炼初期阶段，那个时候，有很多次，如果炼完功再学法，就觉得，学法越学越爱学，越学越美妙，就像看小说那样入迷，同样的，如果哪天偷懒了，没有炼功，直接学法，就觉的，学法就像读课文一样，没有意思，不想学，我就知道了，炼功是挺重要的。然后每次都要炼完功以后再学法。

后来又一个阶段，我发现，炼功的时候如果我抑制脑子中的杂念，学法的时候没有杂念，如果没有去抑制杂念，学法也会有杂念，所以我知道了，炼功的时候必须抑制杂念，才能更好的达到学法的状态。到后来，我炼第二套功法的时候，不用去抑制他，他自动的一个杂念也没有了，学法也就达到了没有杂念的效果。

到了后来遇到病业关的时候，那时候是干眼症，每天眼睛疼，那时候每天打坐犯困，困的简直一会就要睡过去，我打坐第五套功法能坐一个小时，我发现，不管我在困的状态中炼完的，还是在杂念中炼完的，只要能坐一个小时，第二天眼睛疼的还能忍，不是很疼，如果哪一天，因为太困了，实在不想盘腿了，坐了 40 分钟就结束了，第二天眼睛疼的简直睁不开眼，太疼了，我就知道了，炼功可以抑制邪恶，所以我就让自己每天必须炼完功。