



正见周刊

2005年
7月5日

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

新闻综合	2
【海外综合】	2
“法轮大法第三届小弟子修炼心得交流会”即将召开	2
法轮功学员参加华府国庆节游行	2
文化传统	3
【民间传说系列】	3
孝子与鱼的故事	3
【天象人间】	4
舍利子与无缝石缸	4
【台湾未来科学文化研讨会】	5
雄浑微妙 遨游化境	5
大法真象	6
【天灾警人】	6
南方千万人受灾 中国气象极端	6
上海黑色警报 高温刷新百年纪录	7
【法轮大法好】	7
默念“法轮大法好”九天后肺脓肿不翼而飞	7
【大法洪传】	8
艺术精品，震撼人心	8
巴黎巡回洪法讲真象系列报道：在巴黎北部商业中心讲真象	9
弟子交流	9
【九评论坛】	9
我读九评	9
【小弟子园地】	10
柔柔的故事	10
【法会交流】	12
老年学员参与曼哈顿正法的体会交流	12
从怕心中走出来	17
修正自我 溶于法中	21
【心得交流】	26
让我们神起来	26
修炼方程回顾	29

曝光邪恶 解体另外空间黑手烂鬼	34
另外空见所见：地狱里的中国警察	36
正念正行 救度众生	37
在大法弟子面前没有“难”这个字	37

新闻综合

【海外综合】

“法轮大法第三届小弟子修炼心得交流会”即将召开

为了促进大法小弟子的修炼，加强全球明慧学校之间的交流，配合正法进程，更好的证实大法、讲清真象，由华盛顿 DC、新泽西/纽约、波士顿、多伦多、渥太华和蒙特利尔的六所明慧学校主办，全球其它明慧学校协办的“法轮大法第三届小弟子修炼心得交流会”将于 2005 年 7 月 23 日在美国首都华盛顿特区召开。建议各国家地区的明慧学校的师生积极参与。

现在由法轮功学员创办的明慧学校已在全世界“遍地开花”。请各明慧学校鼓励和辅导小弟子们写出自己修炼大法的体悟，请各校的老师和关心参与的学员也能静下心来，把对如何办好明慧学校的体会写出来与大家交流，并将优秀的稿件推荐给交流会。为了尽量安排更多的小弟子发言，来稿的长度请控制在不超过 10 分钟，以中文为主，其它语种也不限。

请各明慧学校及时报导配合此次交流会在当地办的活动，启发更多地区的参与。

根据孩子的特点，可以考虑以电视片的形式，或以诗歌、

舞蹈等文艺表演的形式参加交流会。

暂时还没有明慧学校的国家地区的小弟子也请积极参与修炼心得交流会。

全球的大法弟子是一个整体。暂时还没有条件成立明慧学校的国家地区，希望那里的大法小弟子也都积极参与这一全球活动。我们也鼓励有条件的大陆大法小弟子在安全的情况下，也能投稿参加这一庄严的法会，这将对在海外舒适生活中修炼的小弟子的极大鼓励。

为了得到各地区的更好配合，当天小弟子法会的具体内容安排要提前定下来，请各地提出好的建议，并请会在法会前查阅

<http://www.minghui-school.org/school/>或

<http://dcfalundafa.org/2005Fahui/index.htm>

小弟子法会具体地点会另行通知。

请将稿件送到电子邮件信箱：editor@zhengjian.org

请在邮件题目中注明是“法轮大法第三届小弟子修炼心得交流会”投稿。

全球明慧学校
2005 年 7 月 2 日

法轮功学员参加华府国庆节游行

父说“哪里出现了问题，哪里就是需要你们去讲清真象、去救度。不要碰到困难了就绕开走。”（《在二二二年华盛顿 DC 法会上的讲话》），本来我想北京是邪恶集中的地方，我更要向他们讲真象，可是意外的几乎没有回声，这件事让我体悟到，江 xx 的丑恶的本质在它所呆的地方，人民了解的更清楚，只是人民不敢说而已。而比较边远的地方回声反而多。这件事使我体会到，我们做任何事情不能用自己的观念去分析，不带任何观念的向全部大陆人民讲清真象就对了。

回想我在参加网络组的前前后后，在我的思想中也发生着人与神的较量。开始全是用人的一面思考问题，我都七十几岁了，记忆力一定很差，能行吗？我从来没有摸过电脑，什么滑鼠啊，甚么叫浏览器呀！什么 word, outlook..... 太多太多的名词，太陌生了，我怀疑我学不会，更尤其我不会打字，更不会打正体字，我没学过台湾的注音ㄅㄆㄇ，我也没学过英文拼音，我的国语也不标准，没法拼。在这重重的困难面前，我犹豫了。通过学法我猛然醒悟，我是正法时期的大法弟子，在大法弟子面前没有“难”这个字。

惜这开天辟地仅有的机缘了吗？我羞愧，我做的不好。但我决心今后要做好，一定做一个合格的正法时期的大法弟子，助师正法救度众生。

师父在《北美巡回讲法》中还讲到，“其实现在也不存在，因为到最后一台戏要唱的时候，要传法的时候，全世界和我结过缘的众生，或者是最有可能得法的那些人和当大法洪传时出来起负面作用的人，统统转回到中国了。”由于邪恶江氏政治流氓集团的造谣宣传，毒害了全中国的人民和有缘的人。救度他们一个人等于救度了一个庞大宇宙中的生命群，这意义何等的重大，我决心投入打好这场正邪较量的仗。比如写信，寄光盘，打电话，面对大陆来台湾的游客讲真象等等。后来我感到利用电脑网络讲真象，是一个非常好的方法，而且主动权在我们的手中。尤其我们在韩国世界杯足球赛向大陆客讲真象中，我更体会到网络讲真象的优越性。当时去韩国助赛的大陆人特别多，面对他们，你却讲不上几句话，而且也不能把一件事情讲透。他们根本不愿意听我们讲什么，甚至还恶言相激，群起而攻之。我望着他们被谎言蒙蔽的面容，我心好痛啊。我在想，他们可能是哪个天体大穹中的主和王啊，他们轮回转生了多少年，历经久久的等待，只为今天宇宙大法的洪传，可是他们却在人世间迷失了，忘记了那久远的期盼，在邪恶江氏造谣的毒害中，头脑被蒙上了法轮大法不好的这一念，就定下了将来被淘汰的，多少年的等等待毁于一日，不可怜吗？面对他们，我更感到我们

责任的重大。在相比之下，我也更感到网络讲真象的独到之处。从韩国回来之后，我更积极的投入网络讲真象。

我为什么会选择参加网络讲真象？因在网络上讲真象不受时间、地点的限制，以不花一分钱去周游全中国大陆的大小城市，愿到哪儿就到哪儿。有的聊天室人很多，可以有200-300人，我们讲的都是他们不知道的，我们贴的文章他们都会看。为什么说他们都会看，而且很愿意看，从他们的反应可以看出，他们会稍稍的向我问好，会稍稍的叫我快点说，有的晚进聊天室的，他们会让我从新帖，而且有时从滚屏上会看到他们会彼此传达消息。有一个网友与另一个网友聊天，他看江氏残酷迫害法轮功学员时，非常气愤的说：江xx他怎么不快点死。但也有极少数的人在骂，在200-300个人中也只有3-5个人骂，从他们的口气和态度分析，这些可能都是网络警察，但他们也是在救度的范围之内。遇见这样的人，我先善意的和他说，你虽然骂我，但我并不生你的气，反而很同情你，因为你受造谣媒体毒害太深，经过讲道理后，多数不骂了。但对那些不可救，不可要的那些恶警，我会义正严词的给他指出，我说：你没有了中华儿女的最起码的善念，江xx给了你多少钱雇佣你，使你顾不上自己和家人的未来，甘愿做他的殉葬品，善恶终有报。少数的恶人经这样一讲，大多也就不说什么了。

当我讲邪恶之首江xx的祸国殃民，出卖国土，残害善良百姓的丑恶本质时，他们特别愿意看。师

7月4日，法轮功学员应邀了参加一年一度的华府国庆节游行。来自纽约、新泽西和华府的法轮功学员组成的腰鼓队在宪法大道上是威风凛凛；身着飘逸、美丽的唐装的仙女队深受观众喜欢，过往的游客忍不住要求与她们合影留念；简洁、漂亮的花车上有身着炼功服的学员演示五套功法。法轮功学员的游行队伍所过之处，赢得了阵阵掌声。

在向沿途的观众展示法轮大法带来的美好的同时，法轮功学员不忘向观众们发送真象传单，介绍法轮功以及在中国正遭受的迫害，有的人是第一次听闻法轮功。

文化传统

《民间传说系列》

孝子与鱼的故事

宇光

到过北美的华人几乎都知道，在各地华人开的餐馆里有一种华人很喜欢品尝的鱼，叫龙俐。这种鱼又鲜又嫩，鱼的一边有肉一边没有肉，鱼身两边呈现不同的颜色，没有肉的地方是浅白色，有肉的地方是深褐色。为什么这种鱼与其它的鱼不一样呢？这里面隐含着一个足可感动苍天的故事。

在很早很早以前的古代，有一个年轻人与瞎子老母住在一起，老母亲常年卧病在床。那一年寒冬腊月，大雪纷飞，母亲连续多日不进食，儿子非常着急，问母亲到底想吃什么，母亲深知家里贫穷的已经家徒四壁，而且多年躺在床

上，增加了家里沉重的负担，这次主意已决，不吃不喝就等死。但儿子万分着急，巴不得母亲能吃下一点，哪怕是一点米汤来挽回他母亲的生命。母亲知道眼前是地冻河封，儿子无论如何也变不出鱼来给她吃的，就想搪塞一下，让儿子安心呆在家里，哪也不要去，就对儿子说自己想吃鱼。

但儿子是个至孝之人，就以为母亲真的想吃鱼，他高兴极了，这下母亲可得救了。但眼望门外，大雪弥漫，北风肆虐，呼啸连连，真又担心起来去哪里捕鱼呢。但他让母亲等着，不顾一切的冲出门外，赶到附近的河边。眼前看到的是冰雪覆盖、似乎冰冻三尺的整个河面，他起初真有点不知所措，哪里有鱼呢？

但他救母心切，遂祷告苍天及河神，请相助救救母亲。随即，他敞开胸襟，用自己微弱的体温去溶化冰冷刺骨的河面。说起来也怪，他至诚的心及虔诚的祷告，感动了神灵，冰雪很快溶化了一块，突然一条活蹦乱跳的鲜鱼从水里跃上了冰面，年轻人高兴的感谢苍天，感谢鱼儿。他此生没有杀过生，此时他抱着鲜鱼，对着鱼儿说：我本不想伤害你的性命，只是现救母心切，也只好委屈你了，于是他只从鱼的侧面拉了一片鱼肉，没有伤及鱼的内脏，然后又将这条缺了一片肉的鱼放回了水里。此类鱼后来被称为孝鱼，现在在海外被华人称为龙俐。

当晚，儿子就用这片鲜鱼肉作了鲜美的鱼汤，端到奄奄一息的母亲面前，亲自喂到母亲的嘴里。说来也巧，母亲自从喝了这鱼汤，身

子骨一天比一天硬朗起来,眼睛也慢慢的复明了。

这真是纯净的善念善行足可感天动地,得到的报答那就是被人们称为冥冥之中的超然,这种超然健康着人的肌体,纯净着人的心灵,提升着人的希望,蓬勃着社会的正气,使整个社会生机勃勃。

《天象人间》

舍利子与无缝石缸

宇文龙 整理

这是一个纷杂的世界,道德沦丧,各种异象丛生,一派末世景象,可是上天又不时的让人看到佛法的神奇,点化众生。最近报道的《107岁老尼圆寂 留20多颗舍利子》和《成都大林寺首任住持尸骨藏身罕见无缝石缸》就是这样的例子。

107岁老尼圆寂 留20多颗舍利子

到底什么是舍利子?李洪志先生对此作了透彻的说明:“大家看到修得好的和尚百年之后烧出舍利子来了,就是在和尚临圆寂的前几天都要炸丹的。轰的一声炸开了,他什么都明白了,但是他不在常人中说,谁也不知道,别人也感受不到。这一炸丹炸碎了,这个空间的部分像石头一样。……看那和尚,死后烧出舍利子,有光泽、很坚硬,有能量存在,测定什么物质测定不出来。它是集合采集另外空间的物质和我们德的这种演化成功的物质构成的东西,所以科学家现在认识不到是什么物质。它

不是我们常人社会中的物质。”(《法轮功》(修订本))

最近,在莆田市秀屿区镇峰祠一位百岁老尼圆寂,法体火化后得舍利子、舍利花共20多颗。舍利子共有两颗,形状呈较规则的圆形,其中大的一颗如花生米大小,颜色呈白色,散发着如珍珠般的光泽,小的一颗比黄豆粒稍小。舍利花大多似珊瑚状,颜色为白色、绿色等,镶嵌着米粒大小的结晶体,有20多颗。南山广化寺的定心法师说,留下这么多的舍利子,这在佛教界中极为罕见。

据熟悉老尼的村民介绍,老尼名叫翁哑口,是个哑巴,今年107岁,从小就在笏石镇杨山庵出家,30多岁时来到大丘村后黄自然村的镇峰祠常住,与村民们的关系都很好。今年5月,从来不生病吃药的老尼因为腿疾,卧床不起,一个多月后,于6月19日临近中午时圆寂。20日,180多位村民自发将老尼护送到莆田南山广化寺火化,发现老尼手脚依然柔软,面目如生。

村民们说,老尼平时吃的是大米、地瓜、青菜等粗粮淡饭,喝的是井水,到了100多岁时,还能挑动30多公斤的担子健步如飞。

无缝石缸藏成都大林寺首任住持尸骨

为建大林寺的围墙,几名修建围墙的工人在双流大林镇百年古寺大林寺的“念佛堂”附近距离地面2米多高的土层中发现了这个石缸,细看石缸外面还有凸出的一些字,其中“和尚”两字依稀可见。因担心是宝物,工人们便不敢

一个警察,那个警察毕恭毕敬的把钱接了过来,有些茫然。远处有许多警察看到了这个警察手中那么多钱,纷纷跑了过来,地狱边上围了大半圈的警察。大魔头非常高兴,又从地狱深处爬上来,重复着前面的动作。就这样,把前面的警察搂进地狱,再随手塞给后面警察一沓钱,凡是接了大魔头钱的警察,一个接一个被大魔头搂进了地狱。

在地狱边上站着的警察,只盯着前面警察手里的钱,他们急不可待的想要钱,却看不到地狱里边的景象。

凡被大魔头搂进地狱的警察,都被送进了挂着“炼狱”牌子的大门,大门的里边有一个特大的蒸笼,从蒸笼里往外冒着浓浓的白气,就象人间夏季冰川上的白气那样,可是不会散开。那个警察被推进去后,身上前后被贴上“弑神大罪”四个字,然后被扔进蒸笼里。在蒸笼里面,就按它们在人间是怎样弑神的,它们就承受同样的酷刑,一边承受它们弑神时的暴行,一边再受“炼狱”之苦,但是它们不会死,永远这样承受下去。按人间的说法,叫“生不如死”。

忽然,“炼狱”的门又开了,推进去一个非常年轻的警察,样子还很英俊。我可怜它,忽然想:得赶快把“炼狱”的景象告诉地狱边上的站着的警察,让它们别再上大魔头的当了。就这样,我出定了。

我把这些告诉了同修,同修建议我把它写出来,同修说:有善念的警察也该救,因为它们也是受蒙骗的。大魔头利用它们迫害我们,利用完了就拽进了地狱,其实中国

警察是当今世界上最可怜、最可悲的人。

正念正行 救度众生

在大法弟子面前没有“难”这个字

---老年人学电脑讲真象的体会
聂淑文(台湾)

我修炼已有11年多了,一路上不断的摔跟头悟道而走到了今天。从对师父的感恩戴德到从法理上认识法,从单纯的个人修炼圆满到体悟到修炼是为了救度庞大的生命群体,这思想境界的升华,无不是在师父的慈悲、法理的溶入和佛恩浩荡下成长起来的。师父在《北美巡回讲法》让我更明白了,“宇宙的法在这里传,谁来听法?听法的生命将做哪些事情?”不管我是过去和师父有约也好,或者是从非常遥远非常庞大的其它天体大穹来和师父结缘的也好,师父告诉我们:“……他们是遥远的天体大穹里非常庞大的生命群的代表,到这里来与师父结缘,在正法中,在整个宇宙的重组中不至于落下,目地是为了那里的众生能得救度。”(《北美巡回讲法》)这是历史和师父赋予我们伟大的历史使命,也是我们的荣耀。师父在《在二二年波士顿法会上的讲话》要求我们,“要配得起‘正法时期大法弟子’的称号啊。那是宇宙中再也不会有的,开天辟地也就这么一次,宇宙的开天辟地就这么一次。”师父的话强烈的震撼着我的心,我扪心自问我做到了吗?我珍

经文《快讲》“大法徒讲真象 口中利剑齐放 揭穿烂鬼谎言 抓紧救度快讲”，一下子使我想起老家有很多人需要我去救度，正好我弟弟来电话说，今天上老家去，我想不能错过这机会，这次必须让他们明白真象。一路上发正念。是师父的加持使得正念那么足，到家一进门就听他们说沙尘暴的事情，我接过话题，这就是天灾人祸，是天警世人。共产邪灵操控世人干尽了坏事，神要灭共产党，所以人们一定要退党、退团、退队。他们全都要退，共 30 多人退了邪党组织。

晚上我梦见要想过马路，看到前面有人挖沟，它说不让过，我说飞也要过去，瞬间飞过去了，到那一看好象进了另一个世界似的，大道金光闪闪，各地方光彩耀眼。我想起师父在《转法轮》中讲的话：“我过去修炼的时候，有许多高人给我讲过这样的话，他说：‘难忍能忍，难行能行。’其实就是这样，不妨大家回去试一试。在真正的劫难当中或过关当中，你试一试，难忍，你忍一忍；看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行。如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！”

我终于突破了讲真象这一关，我心中对师父的感激，是用语言表达不出来的。我体会到了师尊真的就在我们的身边，呵护着我们。师父的话句句是天机，指导我们修炼救度众生，

现在我身上常带一支笔和一个本，随时讲真象和记录声明退党的签字。我找到了自己根本执著，人的私心、怕心，用一个执著掩盖另一个执著。师父在《新年问候》

中告诉我们：“不要用人的观念来衡量正法与大法弟子的修炼形式，不要总是用人心加长你们提高认识的过程。你们是走在神的路上的人，每一个执著都是障碍。”

当我写完心得体会的时候，黑手烂鬼彻底解体，折磨我一个月的流血止住了，咳嗽也止住了，有的执著也彻底解体了。作为一个修炼多年的老弟子，我感到很惭愧，对不起师尊的慈悲救度。我一定要从根本上全盘否定旧势力及其安排，走好走正神的路，一定做好师尊要求的三件事。

也希望那些做的好的同修把自己的正念正行体会写出来与同修交流。

以上是个人认识，不足之处请同修慈悲指正。

另外空见所见 地狱里的中国警察

大陆大法弟子

从小我的天目就开着，修炼后，我曾求师父把我的天目关掉，可时不时的还能看到一些景况。下面，我把看到的中国警察在地狱的景况写出来，也许能说明一点什么。

2005 年 6 月 20 号早上，我在打坐中，看到从地狱里偷偷摸摸的爬上来一个大魔头，和中国的那个大魔头长得一模一样。地狱的边上站着两个警察，大魔头从地狱里爬上来，对两个警察显得非常亲热，用左手搂着一个警察的肩头，笑眯眯的小声说：“你够标准啦。”说着，就搂着这个警察“扑通”一下进了地狱。在进地狱的同时，右手抓着厚厚的一沓人民币，塞给了另

再动，石缸也只悬空露出土层一半。

石缸高约 1.3 米，两头小中间大，最大直径约 50 厘米，正面雕刻的凸起部分确实有字样，但大部分因年代久远磨损而不可辨认。更令人奇怪的是，石缸顶部及其表面找不到一个开口，无一处缝隙。

大林寺 86 岁的老住持明前来解开了谜团，他说，这只石缸应该就是大林寺第一代住持的“冢”，距今至少有 200 多年，“石缸里面应该装的是这位老人的尸骨，可惜他的名字不可考证了。”但石缸为何无缝的问题，连住持也不能解释。

为表示对石缸内老住持的尊敬，寺庙决定改变围墙修建路线，不再惊扰石缸，最后将石缸原地掩埋。

《台湾未来科学文化研讨会》

雄浑微妙 遨游化境

2005 年台湾未来科学与文化研讨会后记

台湾大法弟子

“‘佛法’是最精深的，他是世界上一切学说中最玄奥、超常的科学。”（《论语》）

“佛法在不同层次中有不同的体现形式，在不同层次当中有不同的指导作用，层次越低表现越庞杂。”（《转法轮》）

参加这一次台湾的“未来科学与文化大会”，感觉上好像和同修们，在人类这个层次，在各种领域中，用我们自己能理解的语言，“上穷碧落下黄泉”的交流

了两天。虽然还有很多需要改善的空间，但“给未来人留下新的文化”，这个思想已经确立，而且表达清楚。

由于时间的限制，很多发言者的内容，未能报告完全。但他们的论文中，所表达的用心，和起到证实法的作用，真不愧是大法弟子所为。

譬如说，有一篇“画与道 通过修炼上达化境”文中，谈到：“我们通常藉山水作为宇宙之道的象征，人法地，地法天，天法道，道法自然。所以中国的艺术较少表达人的东西，而是表达自然，因为自然就是道的象征。现代艺术很狭隘的表现个人，自我的局限性和封闭性，事实上离道甚远。”几句话就把重点讲清楚了。

再有：“人从自然中认识宇宙的真理，犹如内在精神内涵的万种趣味（圣贤映于绝代，万趣容其神思）。山水画（以及山水诗）成为中国人内在精神的“实质”天地（质有而趣灵），也是视野与胸襟的代称。人们从山水之道，净化身心、提高层次，给自己有从俗世束缚中跳脱出来的认识与能力。”等等，深入浅出而精要细致。

另有一篇“工匠生涯中的道德与技术 以鹿港传统小木工匠为例”，是发言者的博士论文，其中谈到：“从以上的讨论中，我们可以充份认知到，在工匠劳动中，技术与道德是无法二分的，从学徒期间的养成过程开始，这二者便被同等的要求，同时这两者之间，也在劳动实践的过程中，取得了具体的关连，并且衍化出丰富的面向与意涵。

例如：道德人格的养成、社会生活的学习、能力的培养、对知识与科学的不断探索的精神、文化生活与美的生活的丰富、脑力活动与体力活动的合一、全人的养成，等等。”“因此，从工匠劳动的例子中，我们可以发现，道德并非仅是一种外在强制的一种规范或要求，也并非所谓‘唯心’领域的存在，道德是一种生活中的自我要求与实践，是具有主体性的自我提升过程，同时，在这样的提升中，‘物质面’的技术也因此而能不断的精進。事实上，我们不难发现，在许多专业领域中，对于伦理、道德的要求也是极为紧要的，甚至成为一种专业是否得以成立的标准之一。”

这些论文从各个领域深入浅出，旁证博引，互相呼应，终至汇成大海，证实大法。而我们这些参与者，就成了收获最多的人。我们看到了大法法理在人类这一层的展现，忽而雄浑，忽而微妙，忽而精细，忽而大度，让我们遨游于化境，气象万千。为后来人留下新的文化，当仁不让，是吾辈中人应为耳！

大法真象

《天灾警人》

南方千万人受灾 中国气象极端

周同 整理

据中国官方民政部公布的消息，截至 6 月 27 日 16 时统计，中国南方 6 省（区）共有 2147.4 万人不同程度受灾，因灾死亡

164 人，失踪 68 人，紧急转移安置 187.3 万人，因灾直接经济损失 173.9 亿元。

报道说，6 月中旬以来，浙江、福建、江西、湖南、广东、广西等地部分地区遭受强暴雨袭击，造成严重洪涝、山体滑坡和泥石流灾害。目前，广西受灾人口 766.3 万人，因灾死亡 54 人，失踪 23 人，紧急转移安置 94.5 万人，因灾直接经济损失 70.7 亿元。福建受灾人口 218.1 万人，因灾死亡 31 人，失踪 29 人，紧急转移安置 31.7 万人，因灾直接经济损失 37.7 亿元。广东受灾人口 387.8 万人，因灾死亡 66 人，失踪 14 人，紧急转移安置 44.2 万人，因灾直接经济损失 31.4 亿元。

报道说，今年以来，中国因洪涝及其引起的次生灾害已造成 607 人死亡，失踪 164 人，紧急转移安置 286.4 万人，因灾直接经济损失 271.7 亿元。

据官方初步统计，截至六月二十三日十六时，全国有二十二个省（自治区、直辖市）发生不同程度的洪涝灾害，农作物受灾面积三千一百千顷，成灾一千二百六十六千顷，受灾人口四千四百余万人，死亡五百三十六人，失踪一百三十七人，直接经济损失超过二百亿元。当前的洪涝灾害损失高于多年同期平均水平。

近期中国天气特征是南涝北旱。灾害的特点是迅速成灾，灾情严重。北方高温干旱、南方罕见洪水。近一段时间，中国南北方地区呈现“水火两重天”反差景象。

据报道，最近的气象卫星云图也呈现两种不同的空中景象：华

子切磋文章触动了我，使我看到自己没有在上法认识法，实际上是人为的滋养了邪恶，做了对不起大法和师父的事。我把过去一年半我受到另外空间邪恶迫害的经历写出来，供大家参考，并曝光邪恶在另外空间做最后垂死挣扎的末日景象。

我是 1996 年得法的，得法以前我患有多种疾病，使我苦不堪言，得法后一身的病不治而愈，感谢师父的慈悲救度。1999 年 7 月 20 日后大法弟子受到邪恶迫害，我们失去了集体修炼的环境，由于学法、炼功的放松，人心、名、利之心等各种执著心，在加上外来信息干扰，被邪恶找到了迫害的借口。

2003 年，我突然咳嗽不停、憋气，不能睡觉。我请同修过来切磋，一进门同修就看出我的人心太多，邪恶又迫害你了？同修用她那强大的正念说：“灭！”听了她的话，马上就不咳嗽了。我心中一惊，同修能做到，我为啥做不到呢？真正是一念之差呀！自己恍然大悟。我抓紧学法，发正念，讲真象，救度世人。可黑手烂鬼变化多端，过去了一个月又迫害我的肉体，月经不正常，流血一个多月，全身没劲。吃补品？这不是人心的想法吗？又找同修切磋，同修说，修炼可是严肃的呀！不能当儿戏呀，你信师父、信法吗？她问的我无话可说，我认识到修炼的严肃性，彻底全盘否定旧势力的安排，和同修共同发正念，清除邪恶黑手烂鬼。

因我天目是开着的，每天学法静不下心来，发正念时杂念很多，因邪恶黑手烂鬼干扰我，朦胧中看

到另外空间色魔们的丑陋情景，有穿衣服的，没穿衣服的，飞来飞去，对我指手画脚，说着什么，这才让我警惕和重视起来。邪恶这一切干扰迫害，是妄图动摇我对师尊和大法的正念正信，我决心抵制。

晚上做了一个梦，梦见和同修发正念，一群黑手烂鬼向我扑来。马上喊师父救救我，开始喊不出声来，压的我上不来气，最后终于喊出声来了，就眼看师尊把邪恶黑手烂鬼全都收走了。醒后我泪流满面，我悟到修炼的严肃性，象这次这么长时间的病业状态是从来没有出现过的，想师尊《在 2002 年美国费城法会上讲法》说，“是因为我们有些大法弟子在历史上跟旧的势力签过什么约，所以旧的势力死死抓住这一点不放。”我恍然大悟，这就是旧势力迫害大法弟子的借口和凭证。师父说“哪怕在历史上签过什么约，你今天正念很足，不承认它，你就不要那个，你就能够否定它。”就这样凭着对师尊和大法的正念正信，我破除了旧势力对我的所谓考验。整个过程近一个月的时间，经常和同修切磋，同修慈悲的帮助我，我心中暗想一定要精進，把师尊让做的三件事一定做好。

由于我没有按师父和大法的要求做好，做买卖很忙，又由于自己的执著心，学法时静不下来，没有及时铲除邪恶黑手烂鬼，带着一个私心、安逸心，使旧势力黑手烂鬼有了继续迫害的理由。2004 年 1 月到现在，我实际上是处于无可奈何的状态，默认旧势力的迫害。每天发正念咳嗽干扰，对世人讲真象老是突破不了。一天上午读师父新

大陆五年多残酷的迫害中,我习惯于从事很多“地下活动”。这实际上是中共迫害下的一种不正常状态。所以来到这里以后一下子放不开。刚开始叫我在大街上发报纸、和真象传单等我都觉不好意思。就象在狱中时,有人被迫时时刻刻保持低头姿态,几个月后你叫他抬头反而习惯了。

我知道这是一种心里障碍和观念,应该努力克服它。可是真正做起来也是有一个过程的。来美国短短的时间,纽约我去了三次,参加了在曼哈顿的酷刑展讲真象等活动。慢慢的我发现害羞的心理没了。但讲真象时,总想拉一个同修陪着。这颗心还老是不想去。很快师父又安排了给我去这颗心的机会。最近遇到一次的非常紧急讲真象事情,同修准备了近180个资料袋,那天要开车到州府把它们送给118位众议员和56位参议员。算上我一共去了三位同修,刚开始我胆气还挺壮,因为我已经来过几次给议员送报纸,但每次都是同修陪着。可是那天到了Springfield都下午四点了,议员们快下班了。如果三人一起去送,时间上肯定来不及。所以决定三人分头一个房间一个房间的去送,我头皮都硬了。但由于事情很紧急,我可不能拖。只好拿了分到的几十个资料袋独自的去送,还得用英语去回答秘书们的问题。发完资料后,我发现自己一头汗,不过却再也不怕了。

记得在狱中的时候我做过一个梦。梦见自己和许许多多的同修在一条泥泞山路上艰难的走着。师父叫我们要到达某个山顶等他。一路上不停的有同修跌倒,跌倒了又

爬起来。过一个泥潭的时候,我和同修们不断的在泥潭里滑倒,泥潭里的蛇就来缠我们身体,蚂蝗来吸我们的血。我们奋力甩掉缠在身上的蛇,拿下蚂蝗,三三两两互相搀扶,继续朝前走。过了很久很久,我们终于到了目的地。就在那里等师父,等啊等啊,师父一直都不来。很多人都想要离开了。就在这时,天突然开了一个大洞。一阵仙乐传来,接着从中飞出了一群五彩的大鸟,羽毛以青绿色为主,这种鸟我从来没有见过。这些大鸟飞到我们面前降落,顿时我们身上的泥泞全都没了,变成了神体。我们跨上大鸟背上飞到了高高天上,天空全是七彩祥云。世上的人哪,全都瞩目望天上,街上的人抬起头,楼中的人把窗户全打开了。人们眼睛都舍不得眨一下。为了让他们看清楚,我们又缓缓降下来。过了很久,就朝天外飞走了。

后来一次偶然的的机会,我从《太平广记》这部古书的记载中发现:那种大鸟叫“青鸾”。在中国古代,只有得道的上仙中的上仙才能乘坐,一般的神仙只能分别乘坐龙、麒麟等不同等级的神兽。

虽然只是一个梦,但我想相信我们的未来比我梦中的情景会更加美好壮观。同修们,让我们在大法中共同精進吧!无比辉煌壮丽的那一天一定会到来!

谢谢师父,谢谢大家!

曝光邪恶 解体另外空间黑手烂鬼

河北衡水大法弟子 明悟
明慧周刊(170)中大法弟

北、华中和华东北部的广阔地区几乎都是云迹稀少的万里晴空区,而华南地区从广西、广东到福建一带,分布一条对流云团密集分布的强降雨云带。

专家认为,中国南北方地区呈现“水火两重天”,是极端气候频发的征兆反应。以广东为例,自1998年以来,各地年平均气温基本上呈现上升趋势,广州市半个多世纪以来的年平均温为22摄氏度。但近七、八年的年平均气温已上升至22.8摄氏度以上。气候变暖导致正常的大气环流背景被改变,引发持续高温酷热、长时间干旱、强对流天气、持续暴雨、超级台风等极端天气和极端气候事件。

上海黑色警报 高温刷新百年纪录

周同 整理

据中国媒体报道,七月三日滚滚热浪笼罩上海城,气温升至三十九摄氏度,比二日高出零点七摄氏度,是近七十年来七月上旬最热的一天。上海中心气象台发布今年第三次高温黑色警报。据悉,这一高温已刷新上海百年同期的最高气温纪录。

据报道,这已是申城第九个高温日,上海徐家汇气象站测得最高温度达三十九摄氏度。另有报道说,从历史上看,只有一九三四年七月上旬上海气温曾达到三十九点三摄氏度,七月三日的气温已是上海近七十年来最高。

报道说,申城此波高温预计将一直持续到五日前后,此后,由于雷阵雨天气趋于频繁,极端最高气

温可能有所回落。

据报道,7月4日中国中央气象台上午十点钟继续发布高温预报和高电力需求气象指数预报。预报说,预计7月4日白天,华南东北部、江南大部、江淮大部、华北中南部以及贵州东北部、重庆、湖北、新疆南疆东部和北疆的部分地区将出现35~37的高温天气,其中浙江、河北中部以及新疆吐鲁番地区可达38~40。

中国北京未来三天将遭遇高温闷热的天气。11时,7月3日气象台发布高温橙色预警,未来三天,该市将出现37到39摄氏度高温天气。

中国自1999年以来,年年出现高温,从几个城市地区发展到数省一方。高温出现的愈来愈早。面积愈来愈大。

《法轮大法好》

默念“法轮大法好”九天后肺脓肿不翼而飞

我的一位朋友家住山东莱州市文昌区北关,她爱人侯某感冒咳嗽,吃药一周未见好转,于2004年11月22日到医院检查,做CT、拍片子,确诊为肺脓肿,两侧各一个,四公分左右。医生告诉家属:病情严重,必须马上做手术,不然后果难料。

因侯某多年前得过一场大病,做过大手术,吃尽了苦头,险些没了性命,对手术本来就非常打怵。所以,决定先保守治疗,实在不行再做手术。

就这样,于2004年11月23日侯某就住到内科病房,又经过化

验等多方面检查，进一步确诊后，开始治疗。

第二天我去看他，他正打着吊瓶，呼吸非常困难，很痛苦的样子。我说：“看看你这样子，真够遭罪的，花不少钱吧？经济上紧张不？用钱就说一声，孩子还要上学，爱人一个人要上班，还要伺候你，真不容易！”他有气无力的叹了一口气说：“哎！没办法！”我说：“那要有办法呢？！”“什么办法？”“说出来不知你相信不相信？”“你说吧。”我问他：“你信不信法轮功？法轮功真象资料上讲了不少这样的例子：真心默念‘法轮大法好’后病都好了，有的病人医院已经不能治了回家等死的人，回家默念，竟神奇的好了！”他说：“你说的我都知道，我也知道炼法轮功的人不会说谎，法轮功的资料我看过，俺住的那儿经常有，你不提我真还没想起来。”我说：“那你快念吧！你要是真心念，说不定病很快就好了，也就不需要做手术了。”

几天后，在街上碰到我的朋友，她跳下自行车欣喜的拉着我的手说：“我快和你说说！今天才拍了个片子，片子上就能看到原来脓肿地方还剩个小点。今天是12月2号，我算了一下，正是他默念‘法轮大法好’的第九天！”我听了从心里为他两口子高兴，问她：“那你爱人还念不念？”

“念！念！念！他不但自己念，还教给同病房的那个老太太念。现在我们全家都念‘法轮大法好’！”

《大法洪传》

艺术精品，震撼人心

6月28日，在欧盟总部所在地布鲁塞尔，由比利时法轮大法学会主办的“真善忍”艺术展在欧洲议会内开幕。此艺术展受到欧洲议会议员潘奈乐先生(Panella)的大力支持。

开展的第一天就吸引了众多的来自欧盟25个成员国的官员及欧洲议会的工作人员前来欣赏，不少人留连忘返，有的还特意回来几次观赏。很多人被作品所表现的境界所震撼，赞叹不绝。有的表示不敢相信，中国竟然正在发生这样残酷的迫害。

有很多官员和议会工作人员过来祝贺，感谢我们把这么好的艺术品带到议会来。好几位表示这是他们在议会里看到的最好的艺术展，有的在留言簿上写到：“这是天使的作品。”

一位葡萄牙的女士来自一个基金会，她逐一看完作品后，表示这是她最近最受感动的时刻，并真诚希望能帮助我们在更多的国家展出这么好的艺术品。

一位议会里的资深官员，独自一人仔细、认真的观看每幅作品，看完后郑重的走向画展工作人员，他说：“真诚的感谢你们把这么纯正的、美好的艺术品在此展览，非常希望能为画展做些什么。”最后他在留言簿上写到：“真理必胜”。

在28日晚的开幕式上，欧洲议会议员潘奈乐先生的代表讲到，他非常高兴能在欧洲议会举行此次艺术展，她展示的法轮功修炼

重刑犯们不知何时就会施加到我头上的凌辱。

在这里你说不想接受不好的东西，可是看到的全是肮脏的行为，听到的全是坏的，吃下去的是脏东西，到处都是滚滚的业力。朝夕共处的犯人们的肮脏思想行为全在潜移默化的影响着你。在这里时间长了我就发现自己开始用常人思维方式想问题，而且有时还有脏念头。甚至还产生了活不起的想法，这种思想是极其危险的。我知道自己受到了污染。没被抓之前，我的平时所说所做基本上都能在法上，思想也比较纯净。这是我几年艰苦修炼修出来的啊。看着自己一点点往下掉，我真着急啊！有一天夜深人静的时候，我终于掉泪了，是因为长期学不了法，我心里难过。师父讲：“大法不离身，心存真善忍；世间大罗汉，神鬼惧十分。”只有大法才是在这里过关的保障。而我已经被恶徒扒光检查了许多遍，身上一张纸片都没有。真后悔没能把师父的书和经文都背下。后来我就每天在坐板的时候一段一段的回忆老师讲过的法来坚定自己的正念，坚持不懈。大法使我一直保持了相对平静的心并且心中充满希望，慢慢的我坚信自己一定能好端端的走出这个死牢。同时，我还悟到了不能消极的承受，应该主动去改变生存的环境。

在这里每天都度日如年，一天中最轻松的时候就是看守们下班换班的一至两个小时，可以聊会儿天。我就利用这个时候，给号里的犯人们讲故事。他们听得津津有味。日子一天天的过，很多人每天都开始期盼这个时间。我在纯净的

心态下给他们讲完了《出埃及记》、《释迦牟尼修炼故事》、《密勒日巴佛修炼故事》等等，有时还穿插结合着大法弟子的一些修炼故事和体会去讲。在讲的过程中我发现自己的对修炼的信心也增强了。慢慢的，他们中有些人不再诽谤大法，对我甚至还带有敬意了，也不再欺侮我。有的还公开在号子里讲：炼法轮功的都是些好人，是xx党太坏了。我的正念与正信终于把他们冰冷的心打动了。

警察们疯狂审了我几十天，软硬办法都用尽了。头四十天我都基本没能睡过什么觉，瘦了近三十斤，它们也彻底打消了从我身上打开缺口的企图。同时由于我本人和大部分其他被关押大法弟子坚决不配合，它们能找到的、能用来迫害我的“所谓证据”的也只是：我召集一些大纪元的工作人员吃过一顿饭。如果长时间搞不出东西来，爪牙们也会被后台老板责骂的。最后为了应付上面压力，它们只好结案了事，声称全部都查清楚了。不过后来凭这顿饭就判了我三年。

异国他乡洪正法

在迫害与反迫害中五年多过去了，我安全的来到了美国。下了飞机我对同修们的第一个感叹就是：“我觉得这里的每一个空气微粒都是自由的。”

在这片自由的土地上，我终于可以自自在在的学法炼功了。在这儿，同修们的生活很紧张，除了干好本职工作外还要发报纸、发传单、游行、找议员、打电话、办酷刑展等等，真是叫我眼花缭乱。对我来说这里是全新的开始。在中国

出了三千多个“小喇叭”，他被判了十三年。

现在回想起来，当年这些事很可能是因为有旧势力安排的人混在学员中在起作用。有些人自身不注意安全，被抓后首先“转化”邪悟，又反过头来对学员进行所谓的“帮教”。学员当时的状态也是忽视了媒体讲真象的重要性、对旧势力破坏认识不够，对共产邪党的认识不够并对它们抱有幻想，因而被邪恶钻了空子。

狱中过关要正念

没被抓之前，我知道的在北京证实大法的秘密项目比较多。罗干的爪牙们也嗅出了一些东西，所以抓到我后如获至宝，妄图从我身上打开缺口。

在阴暗、潮湿、拥挤的囚室里，人均面积不到一平米，吃喝拉撒全在里面。气味非常难闻，各种疾病蔓延。一进去犯人们就警告我：进到这里来就别以为自己还是博士，也别再把自己当人。在最初的几十天里，我被押到审讯室，夜以继日的诱供、逼供，审讯次数让那些死囚和重刑犯们吃惊。预审员们有时晚上9点开始提审我，凌晨4点或2点把我放回号子里，等我刚一合眼，它们又开始了新一轮的审讯。有时，它们白天提审我，晚上我被放回号子后又被犯人罚站“值班”。不一会儿它们又开始把我从号子里拉出去审讯。并逼里面所有认识我的大法学员来揭发检举我。这样的审讯让人感到随时随地会被审问，任何问题都有可能被问到。北京市国保总队的预审员和它的主子们还经常“提醒”我：“知道这是哪儿吗？这是七

处！”；“从我们手里写了态度不好的没有几个能活着出去的……，你认为你这样的人还能活着出去吗？！”“你认识荆宝钟吗？他就在这里疯了。”凭着北京市国保总队多年整人的经验，它们深知这样的审讯最容易让人精神崩溃。

通常审讯过后放回号子又是体罚，长时间地坐板。坐板是一种很痛苦的折磨，必须双手抱腿，身体坐直，一个挨着一个坐在一板很硬的大板上。时间一长屁股尖着板部分就象针扎一样痛。这样的体罚往往对法轮功学员要求更严。记得我有好几次双腿放松一点，就被后排的犯人一阵拳打脚踢，“不听政府的是吧？！又在炼功怎么着？！放老实点！”。最难受的是炎热的夏季，号子里的人太多，我呼吸都困难，就象鱼缺氧一样。因长期坐板，接触板面的皮肤都溃烂了。这样的环境让常让人感到生不如死。有一次一个犯人长叹道：这里养猪都活不了。另一个犯人就纠正他说：你说错了，这里是养鱼都活不了。

我是早在2001年3月就被北京市国保总队非法绑架了。当时从我的个人对法的认识来讲，我还分不清哪是师父给我的考验，哪是旧势力的安排，误把所遭受的迫害当作是自己应该承受过去的一部分，不懂得全面否定旧势力的安排；从总体环境来讲，那时我们还不知道要发正念铲除邪恶。所以在长期与世隔绝的环境中，我有许多时候是在消极的承受，一味去忍。除了极其恶劣的生存环境，和审案警察的折磨，刚开始时，每天我都要忍受

者为了普世的信仰自由而做出的不懈努力，这并不仅仅是为了法轮功，而是为了所有的追求自由的中国人民。

巴黎巡回洪法讲真象系列报道：在巴黎北部商业中心讲真象

法国大法弟子

2005年6月25日，巴黎巡回洪法讲真象项目进行到了第七站，法国大法弟子们在巴黎圣·拉扎尔火车站(Gare Saint-Lazare)旁的卡布里埃尔·贝尼广场(Place Gabriel Peri)举行了活动。

此时的巴黎正值盛夏，烈日当头，酷暑高温。可这些都挡不住大法弟子证实大法，救渡众生的坚定正念。大家将真象横幅挂到了马路两边，寻求正义的呼声在熙熙攘攘的人群之中一目了然。“普渡、济世”悠扬的曲调伴随着大法弟子的慈悲正念将大法真象的福音传入人群之中。中共对法轮功学员的邪恶镇压、高蓉蓉被无辜毁容迫害致死的人间惨剧再一次成为人们谈话的焦点。许多人主动找到我们要求签名声援反迫害，排队等待签名的情况时有发生。这不禁使人感受到大法的真象正在深入人心。面对未来的选择，众生正在觉醒。

前来巡视的警察们也被这纯正祥和的场感染了。他们在前两天大法弟子们中使馆前和平请愿时已经了解到了许多真象，在与学员们的交谈中始终友好的微笑着并点头表示支持我们的活动和使馆前的请愿。

大法弟子们不懈的努力配合着伟大的正法洪势，不断的纯净着巴黎的场。在讲真象中碰到许多有缘人：有人要学功，有人说真善忍好，有人感受到能量……巡回洪法讲真象的活动正在不断的打通着巴黎的经脉。“我们法轮大法的修炼避开了一脉带百脉这种形式，一上来就要求百脉同时带开，百脉同时运转。”（《转法轮》）虽然大家还有许多别的项目和其它讲真象的活动，但面对正法迅猛的洪势，大法弟子们更应该全力以赴，才不愧面对师父的期待和众生的希望。

弟子交流

【九评论坛】

我读九评

微言

我的大陆朋友很热情的介绍我看一本非常重要的书。

听了书名后我的反应是，大家都知道xx党不好，尤其生在台湾的人，不管是国民党还是民进党教导下长大的都说xx党不好，这好像是一个老掉牙的话题，至于怎么不好，从来也没有一本书，真正具体的很系统的分门别类说清楚。

我想既是九评，那么就是说有九个主题章要，这是很吸引人的。周末朋友一大早拿到书就给我送来，还是繁体字，中规中矩的设计内页还有黑白铅笔插图，一评一画。可见出版商很用心。

看过大陆的小说都会被其中的生命力与丰富的辞汇所吸引。这

是生活在大陆以外地区的人难以想像的。然而一般时事论坛的文章，不管其文笔多流钏，总是冲的很，咄咄逼人。因此不管他们的政论文章写的多好，看完后还是很难相信作者的真诚性。这些印象在看完“九评共产党”都有了很好的答案。为什么会有这种印象。记得十多年前日以继夜的把“文革十年”上下二册一口气看完，其中的一些章节如今还记得。在掩卷叹息之际，理性判断仍告诉我这本书难逃为官方开脱之嫌，虽然我不生长在中国，不曾经历文革。但中国这么大，怎么可能所有的坏事都是四个人干的，这个怀疑一直到今天看了九评后终于证实了我的疑惑。

九评的第一评在“共产党是什么？”已经诠释的很清楚。

说真的这样的论述文，要人逐章逐句的去读还真是九评最成功的地方。

其文句从始至终都保持着一种就事论事没有夸大其词情节章回甚至有点到为止的学著作作风。书中引经具典傍证博引，不似一般论述一味的犀利追杀猛打。相反的非常冷静有条理，大概就是古人所说的，“哀而不衿 悲而不伤 愤而不暴”。虽然如此看到九评之四 -- “共产党是反宇宙的力量”写到共产党催毁人的正信这段，我想任何有宗教信仰的人都会受不了，我的胃直打翻。到底中国一那块土地怎么了？古人说“土可杀不可辱”，在中共统治下是全国上下无人免刑，免辱，对神对自然的污蔑更是令人那块土地上的人湿把汗，容许这样一个政权治国，其实已是共犯。

对有信仰人的侮辱在九评之五的第一个故事看完后已令人发直。在我生长的环境连看人拔牙都会跟着痛，是很难想像人能想出、做出这样折磨人的事来。

走笔至此想到近一年来我们常看到在纽约街头角落的酷刑展，寒暑风雨雪都无阻他们告诉世人中共邪灵的邪恶。很多人不能理解他们为什么要用这种方式，甚至有一个关心法轮功的媒体朋友说：他们为什么要用这么激烈的方式表达，留着青山在不怕没材烧呀！读完九评就知道，中国人呀！还有中国那块地！没有青山更没有材了！再没有行动，五千年的文明古国就将烟飞灰灭。谁说过“了解”是对一件事一个人悲悯的开始，我觉得读九评最大的收获是我开始真正了解中国人的苦难，还有法轮功学员的使命感为何如此强。

柏林围墙一夜倾倒，是苏联的戈巴契夫的一通电话：“我们今后不再管你们东德人的事物了。”接着打电话的人也下台了，没有人会给中国领导人打这样的电话，或许该有人寄一本九评给他还有全中国的人。

【小弟子园地】

柔柔的故事

河北 小弟子

柔柔是一个10岁的小姑娘，下面是得法近7个月的柔柔的故事。小弟子口述，同修整理，如有不妥，请慈悲指出。

(一)

到一个当时最紧迫的责任就是给外地学员安排住宿，组织大家集体学法交流，在法上悟。基本上全北京的真修弟子都投入到当中去了。有钱的出钱，有力的出力。大家交流之后，有的学员悟到该去上访那么他们就去上访；有的学员悟出该去天安门炼功那么他们就去天安门炼功；还有的学员交流之后就回自己的家乡，把在北京的收获带回去，去鼓励更多的学员走出来证实法。

在江鬼操纵下的中共对大法邪恶的定性不断的升级，我们上访无门。这时一些法轮功学员准备在京举行新闻发布会，这是一件非常振奋人心的事。新闻发布会的筹备工作得到了很多北京学员的积极支持。江鬼在99年10月25日接受法国费加罗报记者采访时，污蔑大法为“邪教”。大法弟子的新闻发布会于10月28日在北京成功举行，一共有二十多名西方记者参加。这是从残酷的镇压以来，第一次从中国大陆发出的声音向世界人民正面介绍大法，这是打在江鬼脸上的一记响亮的耳光。江鬼限令北京公安一个星期破案。我因为向新闻发布会介绍了翻译，遭到北京市公安局审讯。

2000年2月下旬“两会”之前，我又向全国人大，全国政协，当时的总理朱镕基及二十余位部长写信控诉江氏流氓集团恶行。之后被连续“洗脑”几天。后来，中国军事博物馆举行污蔑大法的展览，为了证实法，我下定决心豁出去了。第二天清晨我和一位怀揣着大法横幅的功友直奔军事博物馆。准备将那“真、善、忍”的横幅在

邪恶的展览会上高高举起。结果在门口被搜出横幅。我们再次被非法抓捕并关押。中科院将我强制休学，遣送回家。

为了不配合邪恶，很快我从家回到中科院。镇压之后中国所有的媒体都是辅天盖地的邪恶宣传，当时海外华人媒体也受中共的影响在附和着罪恶，所以我们就参与了创办“大纪元”，在国内进行新闻报导的工作。

惨痛教训难忘怀

敢于在中国大陆放下生死，为讲清真象，证实大法而创办媒体，这件事本身并没有错。但是我们当时对邪恶及旧势力的破坏等认识是完全不够的，那时学员中普遍也是一边倒的认为：要完全放下在安全方面的担心，一切自有安排，不该出事的决不会出事。所以经常大大咧咧不注意安全。在出租房，一窝蜂的出出进进啦；在公众场合，说起大法的事也比较高声啦等等。

同修们每一个放下生死而证实大法的项目都叫江氏流氓集团胆战心惊。除了办大纪元外，当时在北京的学员们还有另外一些秘密项目对江氏流氓集团也形成了强有力的震慑。例如：北京市民早上一起床后经常听到户外的街道、树上、公园里都有小广播揭穿江氏烂鬼谎言。这些小喇叭通常隐藏的很巧妙，不易被发现，即使被发现了也要花费很大精力才能拿下来。所以一般的百姓都不会去动它们，还笑嘻嘻听得津津有味，觉得法轮功弟子真勇敢。可是这些项目也往往因为类似原因而遭到破坏。北京市公安局国保总队一次就从一个做“小喇叭”项目的学员住处抄

法轮》非常抢手，寒暑假我们就用省下来的生活费，请来了很多《转法轮》带回各自的家乡去洪法。洪法时常遭人白眼和诽谤。但看到别人得法后改掉恶习，真心向善，我们再苦再累也都特别高兴。

在洪法实修的那些年当中，我除了搞好本职工作外，全身心的都放在了修炼上，这给以后在镇压中我能走出来讲清真象打下一个坚实的基础。

艰辛护法遭迫害

99年7月20全国各地大批老学员被抓。21日清晨我就打出租车和一些中科院学员去中南海上访，那里早已戒备森严。出租车根本就不能开到府右街，只能在前两个路口停下，我们再往里走。这时看到到处都是大公共汽车，到处都是警察。有的在盘查路人，有的手持警棍猛击学员，有的踢打学员把学员往大公共汽车上塞。有学员被打得满脸是血。我们大声喊“不许打人！”，于是也被警察拧着胳膊塞到了大公共汽车上。我先被关押在体育场，最后被转到中关村派出所进行“洗脑”。两天后释放，由本单位继续“洗脑”。

那时批判法轮功的节目遍及每一条大街小巷。7·20之后的短短几天，我就从一名人人都笑脸相迎的好学生，变成了大家批判的众矢之的，几乎每天要被弄去洗脑。我的父亲常常在没人看见的时候独自一人掉泪，母亲一把一把的掉头发。在几个月中，他们一下子苍老了很多。亲朋好友们都苦苦的求我不要再炼下去了，否则会连累他们。我的心都要碎了。但这时我想起了我的从前：我从前是一个自私

的人，活的也很迷茫。是大法改变了我，受益太多了。那么作为大法弟子，我该做些什么？在巨大的压力面前，我不断说服自己：要为大法站出来，要坚持下去。一头是大法，一头是自己的学位前途，亲情友情。此时每迈进一步，对我来说都是要横心举足万斤腿的，每一次出去证实法，都是一次生死的考验。但我只要一从洗脑的地方脱身，就会义无反顾的去做大法学员应该去做的事。并每天都坚持学一讲以上的《转法轮》和炼功。

99年8月以后的北京，每天都有大批的外地学员汇集。他们是摆脱了围追堵截，穿过重重关卡来的。有的甚至步行了几百里，上千公里地来到北京。在以后的几个月里，每天在北京的外地学员大概不下几十万。很多人在北京举目无亲，他们有的露宿街头；有的住在地铁站通道里；有的干脆睡在公园的；有的家庭条件挺好，在单位当处长局长什么的，费尽艰辛来到北京上访只好睡在瓜地里，饱受蚊虫叮咬，还要时刻提防警察的抓捕。

这时弟子之间的交流尤为重要。清华、中科院炼功点的一些学生那个暑假回了家，脱离了集体的环境，在压力下和邪恶的谎言当中写了“保证和悔过”之类的。9月初他们回到北京后，我们在圆明园以游客身份为掩护进行了暑期过后第一次心得交流会。一交流，他们就悟到自己错了，应该去证实法。那时北京还有一些老学员走不出来，我们就上他们家里去和他们交流，给他们创造一个好的环境，很多人慢慢又能回到法上。

通过自身的这些经验，我们感

刚刚得法的第一个星期天，柔柔和小朋友一块玩，晚上炼功时，耳朵忽然听到一个和蔼亲切的声音：“以后放假别玩了，好好学法。”柔柔惊奇的问：“你是谁呀？”“我是你师父李洪志。”柔柔点点头，忙跟妈妈学法。

刚一炼功，柔柔就看见了一只黑色的大眼睛，里面有无数的小眼睛，她还看见了不同颜色的光。一次炼静功，她感觉饿了，元神就坐着莲花飘到了一个金子构成的天国，许多人在吃饭。柔柔说：“我也饿了！”一个和柔柔长的一样的小孩端来了饭，柔柔刚想接过来，一摸就没了。那小孩告诉她：“你还不能吃，因为你还没圆满呢！”

还有一次炼静功柔柔犯困，莲花告诉她：“你给谁炼呢，别睡过去。”柔柔说：“那我坐在你身上，”说着就飘到莲花上，可还是直打瞌睡。莲花一躲，“啪”，柔柔摔在了地上，炼完功，柔柔的屁股还疼呢。有一段时间，柔柔关过得不好，柔柔看见师父对莲花说：“她不精进你要提醒她。”

爸爸去世后，柔柔很想爸爸，一次想得直流泪，突然柔柔听到了一个声音：“柔，好好修，修成了我们就见面了。”柔柔一听是爸爸，但声音比她爸爸在世时好听，柔和。

她爸爸百日那天，去坟地上坟，柔柔见到一条通天的大道，爸爸驾着白云从大道飘下来，告诉柔柔：“让他们别想我了。”说完，又飘回去了。

(二)

一次，看了真象光盘，柔柔止不住的流泪，之后发正念，妈妈说

行了，她说：“再发会儿，多发5分钟。”发完正念妈妈问她：“为啥多发5分钟？”柔柔说：“看到监狱里同修们在受罪，咱们多发会儿正念，就可以减轻他们的痛苦。”

一次晚上柔柔上厕所，许多魔攻了上来，柔柔就立掌发正念，柔柔看见从自己身上打出去许多金光闪闪的卍字符把魔消灭了，还看见自己的前胸、后背各有一个大卍字符，胳膊、腿密密麻麻有许多小卍字符。

一次发完正念时，柔柔看见许多穿黑衣服的很丑陋的魔，它们会变化、隐身等，并对柔柔说：“别学大法了，跟我们走吧！”柔柔说：“赶快同化大法，不然就是死。”这些魔不听，这时师父出现了。对这些魔说：“你们去同化大法吧！”一部份魔就同意了，进了一个门，门上写着“同化大法有福报”。进了门的立即就变得漂亮了，不同意同化大法的就化成了脓血。

学校每周一都放邪党的歌，升旗，柔柔就发正念，不让它唱，不让旗升上去。果然没唱歌，旗升至半截就升不上去了，还往下滑。柔柔高兴的喊了一声“耶！”旗突然又升了上去，柔柔听到师父说：“别起欢喜心，一起心，魔就干扰。”

一天上午，柔柔和妈妈要去洗澡，屋里所有有形的东西都对柔柔说：“别去了，给我们念《转法轮》，我们想听法。”

(三)

发真象资料时，柔柔看见另外空间大法弟子的身体都是金黄色

的，金光闪闪的，大法资料也是金光闪闪的。

一次妈妈骑摩托带着柔柔发真象资料，柔柔坐在后面往各家门口扔，一扔扔歪了，忙下车摆在正门口上，柔柔想，“我就是来救度你们的，让你们都看到真象。”再扔眼看着又要歪，师父就帮助摆正了。以后每次都扔得很准。

一次柔柔和妈妈去发真象资料被恶人发现，这人大喊大叫，柔柔说“完了。”妈妈忙对柔柔说：“当作此人不存在，发正念。”柔柔忙发正念。柔柔看见了师父，师父慈悲的告诉她：“别怕，有师父在。”之后顺利的发完资料。柔柔回家对着师父的法像合十：“谢谢师父。”师父说：“好好修，师父什么都愿意帮。”

师父的生日到了，柔柔坐着莲花去看师父，见到师父说：“祝师父生日快乐！我也没买水果。”师父微笑着说：“做好三件事，我就最高兴，不要搞那些形式。”

《法会交流》

老年学员参与曼哈顿正法的体会交流

木工

我今天汇报的题目是老年学员参与曼哈顿正法的点滴体会。

从去年八月份开始，美中地区佛学会在纽约租了两套公寓，为方便学员在曼哈顿正法。能在公寓里长期住下来的自然是老年学员了。来自各个州的老年学员就像倒班似的一拨接一拨的轮番的到纽约。时间短的至少有半个月，时间长的累计有几个月不等，有的甚至从

八月份到现在一直在纽约。有了这二套公寓，老年学员可高兴了。同修们说：我们这些人之中，除少数人外，大部分都了聋子、哑子、跛子和瞎子。为什么呀？因为听不懂英语，不会说，也不会读，再加上不会开车，你看这不是又聋又哑，又瞎又跛吗？师父要我们做好三件事，这不会英语怎么讲真象呀？！这还真犯难啦！现在有了公寓，有了安身的地方，那情况就不同了。不会英语也没关系，我们可以去发真象材料，我们可以去领事馆发正念，我们还可以做反酷刑展，所以老年学员一来到曼哈顿，就真的感觉上了主战场，有用武之地了。一个个都神起来了。

下面我分四小点向师父，向同修们汇报。

第一点：“你们为什么要做酷刑展？”

关于这个问题，很多做酷刑展的学员都碰到有人问，下面请听听密西根州一位老年学员是怎么回答的。这位老年学员第一次去乔治亚州的 SARENRA 市做酷刑展，当他在做吊刑的时候，双手叉开伸直吊得很高，双腿直立并着，显得很难受。这时有一位中年美国男子过来问他：“你为什么这样做酷刑？”这位学员回答道：“我的老太婆在中国国内就是受这种酷刑的，而且警察还用高压电棍电她，电得她浑身青一块紫一块的，那才是真难受呢！这位美国男子惊讶道：“是真的吗？她人来到美国了吗？”“是的，她来到美国了。”消息一下子传开了。围观的人很多，他们都在议论着：“这个人的太太是法轮功，在中国就是受这种

“做的是什，让人怎么发”，而不是善意指出，默默圆容，这时我们问问自己“这象神吗？”答案肯定是：“不象”；当我们对自己的孩子常常发火，非打即骂时，我们问问自己“这象神吗？”答案肯定是：“不象”；当我们晚上12点为了睡觉，而不发正念时，我们问问自己“这象神吗？”答案肯定是：“不象”。

为什么六年过去了，邪恶少之又少，有些地区的邪恶还那么猖獗呢？一个重要原因是我们有太多的思维和行为方式还达不到正法时期大法弟子纯正的标准，我想我们大法弟子如果真的都达到了神的标准，邪恶就会自灭。

同修们，让我们赶快神起来吧！

一点心得，自己都感觉写得比较乱，请同修慈悲指正。（明慧网）

修炼历程回顾

王斌

我是原中国科学院博士，不久前被营救到芝加哥。今天，首先借此机会代表中国科学院大法弟子和大陆狱中大法弟子问师父好！问海外同修好！

我是1995年得法的。从99年7月20日以后，被非法关押了很多次，学位证被扣，坐了三年大牢，被洗脑数千个小时。2004年3月“刑满出狱”以后回到家乡，因不“认罪和悔过”，继续受到严格管制。610办公室仍三番五次的企图将我送洗脑班再次进行洗脑。在海外同修们的努力营救下，我终于突破重重关卡和如山的障碍，从它

们眼皮子底下安全来到美国。谢谢师尊！参与营救我的大法弟子，谢谢你们！

回顾修炼这九年多，我在中国大陆见证了人类历史上最伟大、最感人、最悲壮的时刻。既有平凡中的伟大和无数震撼人心的壮举，也有难以释怀的创痛。与大陆许多大法弟子相比，我做得很不够，在这儿只能结合自身修炼浅淡一些个人经历和体会。如有不足或错误请同修指正。

洪法实修打基础

1995年我在北京中国科学院研究院得法时，那时法轮功学员还不太多。我们几名研究生很快便在研究生院内成立了炼功点，从那以后不分严寒酷暑，我们每天不到5点就起床炼功，并在点上轮流洪法教功。

北京的冬天很冷，抱轮时手指经常冻得象刀割一样。夏天的蚊子也很厉害，通常炼完功打完坐，周围的地上有一圈跌落下来的蚊子，它们吸得太饱飞不动了。炼功是严肃的，我们不能老是去打蚊子啊。坚持了数月之后，蚊子再叮我，就不痛不痒不起包，炼完功只剩下一些针尖大的小红点了。炼功点的毛虫也很多，它们老喜欢往身上爬，有时它们从脚上一直爬到脖子上，我也是一动不动。平时的业余时间我们就用来学法，和组织集体学法。不久后，炼功点上的新学员越来越多，而且通过集体学法他们对大法的认识也很快加深。我们就不断的帮助这些新学员到周边地区去建立新炼功点、新学法小组。

那年整个北京的形势都是这样，新学员急速增加。市面上《转

师父在《2004年纽约国际法会讲法》中写到：“宇宙的过去是为私的，就说人吧，那真的是在关键时刻不管别人的。我在正法开始时候，一些神跟我说‘就你管别人的事’。你们听了也觉得不可思议，因为你们是大法造就的为他的正法正党的生命。如果我不做，所有的生命也就随着历史结束了。所以作为一个生命来讲，能够在做事中考虑别人和所表现出来宽容，是因为基点就是为他的。”我们大法弟子都是师父和大法造就的，随师来到人间，证实大法，救度众生，做事的基点是为别人好，为众生造福，这是我们生命存在的目的地和意义。我们所做的讲清真象的各种事情，都要从怎么样能使众生得到救度的角度出发。

例如，做护身符卡片，我们要想常人拿到这个卡片后，会怎么想，如果我们做的卡片不好，裁得歪歪扭扭，常人看后，可能会说，做的什么呀，歪歪扭扭的，说不定就扔掉了，还给他创造了一个造业的机会，这就起了负作用了。我们的事情做好了能救人，做不好能害人。就连自身的形象，都要考虑常人会怎么想，如果我们不注意自己的言行、仪表，常人就会对我们产生不好的印象，给他得救度造成障碍。我们每一个大法粒子，都应有整体意识，无私无我，溶于法中，做事考虑整体效果，不能自己想干什么就干什么，每一个众生的得救，都是师父带着我们全体大法弟子共同努力的结果。

我们几个同修（都是同事）在师尊的慈悲安排下，整体协调配合，也办起了家庭资料点，根据每

个同修不同的条件，能做什么就做什么，有上网下载资料的，有打印资料、刻录光盘的，有买耗材的，也有发放资料的，全过程都是我们自己做，因为我们离得近，互相不用电话手机联系，人亲自就去了，不偷懒，不嫌麻烦，人不在家，下次再来。师父的新经文和明慧网的资料，可及时看到，同修之间也经常在一起交流，哪个同修有问题，大家一起帮忙发正念解决，基本跟上了师父的正法进程。“九评”发表后，我们做了几百张光盘和几十本文本，都发出去了，每次在师尊的慈悲呵护下，都很顺利，同修及其亲朋好友都发了三退声明。实践证明，资料点遍地开花对证实大法，救度众生确实很有利；实践证明，整体协调配合做事，法力很大；实践也证明，无私无我，做事的基点是为他的，证实大法的路就能走得比较正。

通过反复学习师尊《致欧洲斯德哥尔摩法会》的经文，我觉得要使我们尽快的神起来，我们平时的一思一念，一言一行，我们都应该问问自己“这象神吗？”当我们懒懒散散，学法炼功不精进时，我们问问自己“这象神吗？”答案肯定是：“不象”；当我们做事贪多求快，打印的小册子字不清楚，护身符卡片裁得歪歪扭扭，光盘没有包装就往外发时，我们问问自己“这象神吗？”答案肯定是：“不象”；当我们只愿意听好话，同修指出我们的不足时就生气，而不是向内找，我们问问自己“这象神吗？”答案肯定是：“不象”；当同修做的真象资料偶尔有点小失误时，自己就埋怨同修，甚至发火：

酷刑的，不可思议。”这时很多人来接资料，很多人来拍照，反响很大。

去年八月开始，他们夫妻俩便长时间在曼哈顿发真象资料，做酷刑展，发九评。这位老年学员说：“我一想起国内受酷刑的大法弟子，心里就难过。”他说他老太婆能从魔难中走过来，的确了不起。他说他总也忘不了去接她，从监牢里出来的那一天。他买了一束鲜花去监狱接她回家。等了又等，等到他的太太从牢里出来时，他傻了，惊呆了，万万没想到她被折磨得不成人形了。他上前一把抱住太太说：“xx党怎么把你折磨成这个样子呀？”他的太太回答说：“我们进去后，他们二天不给水喝，不给饭吃，还给我上了二次电刑，电的我不省人事，我现在浑身都是疼的。”一对老夫妻就在监狱门口抱头痛哭着。因为亲身的经历，体会很深。他们觉得做酷刑很直观，能把中共残忍的迫害法轮功的手段直接展示给人看，能引起社会震惊，让更多的人明白真象，认清xx党邪教本质，能引起世人对这次迫害的愤慨。能让更多的善良的人们声援大法弟子，尽早结束这场邪恶的残无人道的迫害。

第二点：“大觉不畏苦”

在纽约长时间的讲真象，参与正法活动对于老年学员来讲，没有救人的决心，没有金刚不破的意志那是很难撑下去的。每天早晨五点到就起床发正念，打坐一个小时，早饭之后马上出发，白天发资料，做酷刑展，等下午五点钟发完正念，有的同修还要发一会资料，等晚上下班高峰过后，才往回赶。

回到住处后，做饭吃饭，洗漱，然后集体学法，学完法后，发正念，常常在十一点多才睡下。算算时间，每天从早到晚十八个多小时连续作战，中间没有片刻休息。如果不是修炼人，谁能撑得下来。而且早上出发时，还要背上午饭、水、资料，冬天还要带上一二件挡寒的厚衣服，要走一刻钟到半个小时到达地铁站，然后再上上下下走过地铁站里面加起来一百多步台阶。芝加哥有二位七十多岁的阿姨，走路本来就困难，一个脚上长鸡眼，一个腿肿，每天就是这样来来回回的光爬台阶就够她们受的了。她们还要每天争着上酷刑。其中一位的母亲在国内去世时，她也不言语一声。年前她发高烧，脚也肿了，还搬资料，而且每天照常去曼哈顿做酷刑，下雪天做酷刑时，雪花打在脸上生疼。

温莎有位阿姨脚上长鸡眼，行走疼痛，那天从吊刑上下来，腿冻僵了，不能走路，她不哼一声，默默的忍受着。有位阿姨做酷刑展时间长了，憋不住，尿在裤子里，冬天寒冷过一会就冰凉的，她硬是挺过来了。纽约元月二月份的天气特别寒冷，做过酷刑展下来，脸上化的妆都结了冰了，拉不下来。下妆时撕的脸皮很疼。等下妆后，再从背包里去取个冻得梆梆硬的馒头做午餐。因为大部分老年学员中午带的就是二个馒头，一瓶从自来水管接来的凉水。这时只见带有保温瓶的学员赶紧走过来：“快，这里有热开水，快喝上二口。”大家就是这样互相支撑着，鼓舞着。为了挽救世人，再苦也不觉得苦。师

父说：“大觉不畏苦，意志金刚铸，生死无执著，坦荡正法路。”

第三点：正念正行，提高心性

曼哈顿是邪恶集中地之一，来到这地方后，大家都有一个共同的感觉，必须时刻保持正念，稍一松懈，就会被邪恶钻空子。只要正念强，什么时候都挡不住。密西根有一位阿姨修炼前有严重的风湿性心脏病。修炼后，病症全无。到曼哈顿后，邪魔干扰她，她照样要去酷刑展。有一天，天气特别冷，老天又突然下起大雨，雨水在地面哗哗的流淌着，她坐在笼子里做酷刑，一坐就是几个小时。因下大雨不方便替换，等雨停了，大家把她从笼子里拉出来，关切的问她：感觉如何？裤子是不是全湿了？”她说：“我人还好，衣服和裤子都是干的。”正念真能改变一切。一天早上，有一位阿姨突然腹泻，一会儿一次上厕所，连拉四次，同修问她：“行吗？今天别去了吧？”她毫不犹豫的说：去，一定要去，我不能离开大家。结果到了酷刑展那儿，竟然没事了。有一位阿姨说，一月份天气很寒冷，她在 UNION SQUARE 做酷刑展时，她想到国内的大法弟子被警察逼着赤着脚在雪地里走的时候，她就一心想把大法弟子被迫害的情况通过酷刑反映出来，那时候，她一点都感觉不到冷。等下了酷刑展，思想一放松，全身冷的发抖，回到家还发高烧。她说，思想一放松，邪魔就干扰，这真是太明显了。

老年学员搭地铁有困难，地图看不懂，如果没有人带路，就容易迷路。有一位阿姨，只有小学三年级文化程度，她说：“我一定要会

看地图，不能等不能靠，万一丢了自己要找回回来。”地图都看坏了二三张。后来她从纽约回到自己的家，还拿着地图跟她女儿比划说：“你看这地铁有上线，下线，一共三层呢，弄不好就走迷了。你知道吗？去的时候叫“当糖

(DOWNDOWN)，回来的时候叫“幼皮”(UP)，每一站我记住第一个字母就行了。现在我自己能去曼哈顿，自己能搭地铁回到公寓。同修们都为我高兴。“女儿问她：“这么复杂又是全英文的地图，你怎么学会看的呢？”她说：“这有什么呢？只要用上心，没有学不会的东西，什么都难不倒大法弟子。”另外密西根有一位七十多岁的阿姨，平时有些英语基础，她看见年青弟子用英语跟外国人洪法，效果很好。她说，她也要用英语讲真象，救的人就更多了。因此她便抓住一切机会，如有人走到展板前，她就跟上去，及时雨的用英语跟他们讲真象，尽管不很流利，但外国人很愿听她讲，并鼓励她：“我们能听懂，你的英语很好。”有的人还伸出大姆指表示：了不起。

在曼哈顿正法期间，有的老年同修对发资料很重视，认为多发一份资料就能多救一个人，在自己的世界里多一个众生，因此早出晚归。白天出去啃馒头，晚上回来还是啃二个馒头，然后抓紧时间学法炼功，这是因每个人修炼层次不同所表现出的不同状态。有的阿姨认为这样会难以持久，便

主动挑起生活的担子，协调好南方人和北方人不同的口味，每天下午提早一点回到住处把大家的饭菜做好，而且让大家先吃，自己吃剩

念，而是我们时刻在追找邪恶、解体邪恶、救度众生！

不是我们自己说我们是神，我们就是神了，我们要达到神的标准。如何才能神起来呢，我体会到要学会用神的心态，正念正行做好师尊教导的三件事。

解体一切障碍，每天用心做好三件事，平稳有序，全面兼顾，整体提高。我是在职的，白天八小时上班，业余时间做三件事。早上5点左右起床，到7点这段时间，除发正念外，都用于学法，中午两小时休息时间，除吃饭外，用于炼第五套功法，晚上有4小时左右的时间用于做真象资料或与同修交流，12点发正念前1小时，炼1—4套功法，12点发完正念后睡觉（睡四个多小时），除睡觉时间外，每个整点发正念5-10分钟，每天平均发正念16次。坚持了一段时间以后，自我感觉收到了较好的效果。学法时，诵读的速度很快，而且眼睛还没看清字，嘴里就已经读出来了，就象是神的一面在学法，法理越来越清晰，遇事能够从法上认识，而不落于人的认识。炼功的感觉也越来越美妙，能量场很强，好象整个空间的一切都被带动着，这时，自己都觉得自己是神，因为炼功中的感觉确实很超常（我是锁着修的，天目看不见）。身体变化也很大，皮肤白里透红，比同龄的常人年轻很多，以至自身的形象都成了一种“真象资料”，真人展示大法的美好，很多人都是从我的身体变化上了解了大法的美好，甚至得法。所以，我觉得学法炼功决不能松懈。

高频度发正念，正念就会越来

越强。我坚持每个整点发正念（除睡觉时间外）已有两年时间了，开始需要强化，一遇整点，有意识的放下手头的事情发正念，哪怕当时的情况只能在脑子里想一下正法口诀也行，强化一星期左右，慢慢就养成了习惯，一到整点就能想起来了，时间一长，好象也形成了自动的机制，一到整点，或者身上某个部位疼一下，或者什么地方响了一声，或者浑身不舒服，或者干脆发正念的感受就出现了（能量流很强），我悟到是提醒我发正念呢，赶快放下手头的事发正念。每天发正念16次，每次10分钟左右。这样做感觉状态较好，法理清晰，做事头脑清醒，事半功倍，做事顺利，邪恶也不敢迫害。尤其是加强正念方面效果显著，发正念时，感觉能量场越来越强，近来更是感觉可自己所在地区对应的一切空间翻天覆地，一切邪恶解体销毁，真的有了那种神的感觉。过去怕心很重，现在胆气也壮起来了，因为我们是大法弟子，师父和大法赋予我们佛法神通，我们是神，我们有超越于常人的能力，我们是宇宙的保卫者，为什么要怕邪恶呢？邪恶的一切什么高科技监控手段，在佛法神通面前什么也不是，强大的能量可将它的粒子排列程序炸乱，它还能起作用吗？如果自己总认为自己是人，没那么大的能力，那当然怕，因为邪恶有权，有军队，有一切国家机器和造谣媒体。神是用正念指挥佛法神通做事，换句话说，神是心想事成的，多发正念就能使我们想要的状态成为现实，“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟（二）·师徒恩》）。

在乎自己的感觉，太在乎这个“我”字。我今天讲了真象，我做了大法的事等等，我想到了在学校图书馆外苦苦等我出来的三个人，今天，每一个众生不都是这样在苦苦等着大法的真象吗？但是因为共产邪灵的存在，很多人已经无法从正面了解大法了，这样的邪恶能不叫世人看清它的本质吗？这本身不也是真象吗？而我还在这里挑三拣四的，符合自己观念的，如正面弘扬大法的，反迫害的真象愿意去讲；不符合自己观念的比如九评，退党就不愿意主动去讲，这不就是一个“私”字吗？我还悟到：我讲真象的目的地是什么，不是说今天又讲了多少，而是让听到的人们真正的能够明白真象，选择光明。当有的人无法从正面了解大法时，我们就应该了解他们的障碍在哪里，并帮助去掉它，而九评不就是去掉很多人头脑中障碍的一把利剑吗？佛法无边，大法弟子今天要做的就更应该是“挥剑消恶急”（《洪吟》（二））啊。我明白自己动作迟缓的原因了，因为一个“私”字让我没有摆正讲真象的基点，所以总是患得患失，这样即使直接讲大法真象也是有漏的。

我那天突然感到豁然开朗，感到内心有一种力量升起，我迅速的想好了要和市议员交谈的几个关键点，打好地图，我感到从未有过的一种使命和责任感让我从新认清了正法进程的形势；那是一种一颗大法粒子放下自我，溶于法中的无私感觉。

回想这几年走过的修炼道路，就象一个初学走路的孩子，磕磕绊绊的，被师父带领着，和同修一起

相互鼓励着，在学法炼功中时时修正着自己，溶于法中，不断的让自己升华再升华……

谢谢师父，谢谢大家！

（2005年美中地区法轮大法心得交流会心得交流稿）

【心得交流】

让我们神起来

师尊在《致欧洲斯德哥尔摩法会》中写到：“世上的一切都是为正法开创的，大法弟子就是当今的风流人物，从古到今各界众生都在期盼。收救你们要度的众生吧。正念正行，解体一切障碍，广传真象，神在人中。”反复学习后，有些心得，写出来与同修交流。

自己修大法也有七年了，在平时的大部份时间里，总是很被动，低看了自己，高看了邪恶，所以怕心时不时就会翻上来，不知不觉中把邪恶的旧势力摆在大法弟子之上，总是被动的躲避迫害，脑子里总是有这样的念头：“我要被抓去了，应该如何表现”；“被邪恶监控了，应该怎么摆脱”，“丈夫阻碍孩子学法，怎么躲开他，偷偷让孩子学”，总觉得是在别人（旧势力）控制的环境中如何去适应，躲开迫害。通过反复学习师父的新经文，豁然开朗，我们大法弟子就是当今的风流人物、未来不同层次宇宙的王或主，师尊在上，旧势力决不能在我们之上，我们要把自己当神，我们要神起来，我们要学会主宰环境。我的想法变了，我不再想自己被抓去了怎么办，正神怎么能被邪恶抓去呢，正神应该是宇宙的保卫者，不是邪恶抓我们的概

的。在她们的带动下，有的阿姨也主动承担计划买菜，做饭，有的同修专门负责清洁卫生，整理房间。特别是计划买菜的阿姨，很为大家着想，平时留心哪些东西是特价的，就多买一点放着，因此每人每个星期十元钱的伙食也吃得不错，还包括中午带出去的午餐，大家一点也不觉得苦。在另一个公寓里，同修们都抢着做各种琐事，显得和睦亲切，有的阿姨轮到自己做饭时，看到平时大家太辛苦了，便主动拿出自己微薄的退休工资为大家加餐。正是有这些同修的默默的奉献和牺牲精神，才保证了大家每天固定的学法交流和炼功的时间，才保证了大家有充沛的精力做正法的大事。

平时大家在各自的家里都知道自己修得怎么样，一来到纽约跟大家一接触，就深有体会，有的同修说：“不来不知道，一比就知道自己修的太差了。”有的阿姨刚到纽约时心里惦着这个，记挂着那个，或者叨个不完自己在家时与孩子发生的矛盾，心里的疙瘩解不开，执著心放不下。来到纽约后一看其他的同修修的那样轻松，就着急了。圣路易斯有位七十岁的阿姨，一有空就学法，每天早出晚归，走起路来比谁都利索。脸色白白的，光光的，整天乐呵呵的，快活得象个小燕子，她说：“现在正法时间那么紧，还有时间想那些事？那些孩子是在帮你提高心性，都是给你修的，你还不悟。”她还说：“每个执著心就象一座山压得你透不过气。你要是抛开了，你就会感到轻松了。”交流时大家都找自己的不足。有的说，平时我不太

注意小节，请大家体谅。有的说：“我执著心太多，情太重。”有的深有体会的说：“修炼人最大的敌人就是自我。如果事事都能为别人着想，放下自我，那就修成了。”大家都感慨的说，纽约这一趟没白来，这真是一个提高心性的大熔炉。”

第四点：世人在觉醒

到曼哈顿发资料时间长了，就会发现一个问题那就是下层人士接传单的多，带孩子的妇女接的多，而百分之七十以上的主流社会人士还没有接资料。在地铁里面接资料的人多（这里多半是下层人士），在街面上接资料的人少。那些主流社会的人士你一眼就可以辨别出来，男的一个个西装革履；女的一个个整肃的套服，走路来匆匆忙忙，眼光正视前方，有目空一切的感觉。你走到他或她跟前，打招呼也好，不打招呼也罢，他看都不看你一眼，嘴巴也不动一下，更谈不上接资料了。有的同修在街面上有时一连半个小时，一个小时内都不人接一份资料。好不容易有一个接资料的，为他高兴，他却看了一眼扔到垃圾桶里了。这时心里很不平衡。我们为了发一份资料，救一个人，手伸出去不知多少次，费了多大精力，他却轻易的丢掉了。更为遗憾的是，很多外国人即使不接资料，他们会跟你说：“已经有了”或很礼貌的拒绝，但很多中国人受毒害太深，不仅不理不睬，还鄙视你而且恶言以对。同修们交谈时说这种状况不行。第一发资料前我们要发正念，而且正念要足：“我就是来救你的。”另外要有耐心和善心，不管他们接还是不接资

料，都要告诉他们“法轮大法好！”因此不会英语的阿姨们也学起英语，在街上对着那些主流人士说：“FALUN DAFA IS GOOD。”会一些英语的同修指着酷刑展板或做酷刑的学员对他们说：“请看看中国正在发生着什么。”有一次，有一个老头看见老年学员做酷刑就过来骂负责联络的年青的女同修：“你们虐待老人，要老人做酷刑受罪。”骂了半个小时。这时老年同修一起发正念，年青的同修就上前耐心的作解释：“她们这些老人过去有严重的疾病，炼法轮功炼好了，她们都是自愿去做的。你看那个扮演警察的叔叔，他的老伴在国内就是受这种酷刑的。叔叔你不能这样不讲道理。叔叔，骂人会失德的，对你不好。”足足解释了半个小时。后来这个老头很感动的说：“我这样骂你们，你还左一个叔叔，右一个叔叔的叫我，看来你们法轮功还真的了不起。”临走时，这个老头还留下他女儿的电话，要我们这位年青的同修给他女儿打电话，要他女儿尽孝道，照顾他。

后来出了一批新的传单，内容是：“你们公司的中国人受中共的毒害很深，他们在向你们散毒。”散发一段时间后，情况有所改变。我们发现一些社会主流人士也驻足我们的酷刑展板前观看，签名并问有关情况。有人建议我们找领事谈，有人说，他要写信给政府，很动情。有人主动过来拍拍我们同修的肩膀说：“我佩服法轮功，真善忍好。有人对我们竖起大姆指，有些过路的司机从我们展板过时，用手指伸出V的字样，表示“法轮

功一定能成功。”我们看到后，真为这些善良的人们明白的一面而高兴。

有一次有二个阿姨做酷刑展时，有一位五十岁左右穿着很讲究很漂亮的美籍妇女就坐在酷刑展旁边足有半个小时。等一位阿姨从笼子里出来要与另一位阿姨交换酷刑展位置时，这位妇女非常激动的一把拉住这二位阿姨，紧紧的握着她们的手，本个人脸挨着脸，紧紧的贴着，三个人的眼泪涮涮的流在一起，此时无声胜有声，一切尽在不言中。

还有一次，天上下着毛毛雨，已是下午四，五点钟。我坐在笼子里，盘着双腿，手接着印。有一位四十多岁穿着整肃套服的妇女来到我坐的笼子边，低着头轻轻的对我说：“放松一点，时间长了，你会受不了的。中国迫害法轮功的事，我已经在众议院提出来了，布什总统也知道了。”我好生感动，我一面感谢她，一面高兴的流着泪。我为世人的觉醒而高兴，我为我们大法弟子几年来作出的不懈的努力，艰苦的付出没有白费而高兴。师父说：“慈悲能溶天地春，正念可救世中人。”

最后我想引用师父在《2004年纽约国际法会讲法》中的一段法，与大家共勉。

师父说：“大家真的辛苦了。天气已经转冷。夏天大家在领馆、在街上及各个环境中讲真象、证实大法时，天气虽热但还算过得去。一到了天比较凉的时候，自然环境就会给大家造成一定的困难。在这方面大家并没有因为自然环境的不好就不做什么了，相反的，大家

时，就像师父在(《法轮佛法》(在北美首届法会上讲法))中说的：“可是这种好事再来的时候，你会发现你的钱再多，你的福分再大，困难再出现你不会像常人那么执著了。你会很轻淡的看待这一切，但是你却什么都拥有，这样不好吗？”我明显的感受到自己飘飘然美滋滋的感觉没有了，代替的是在摔过跟头后站起来的成熟和理智，《转法轮》里说：“告诉你一个真理：整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”我知道我要做的事还很多很多。

在正法进程中放下自我，溶于法中

虽然我理解正法进程走到今天，每一次大的变化都是正邪交战的关键时刻，也都是要求弟子尽快的提高上来的时刻，但很多时候我总感觉自己的反应比别人慢。比如说诉江，世界各地的学员已经云集芝加哥声援诉江，举行各种盛大的活动，虽然从法理上我都明白其重大意义，但不知为什么，我心里还是想的很多：常人能不能理解啊？他们会不会怀疑诉江的实质作用啊等等，这就造成自己在配合这么大的事情时做的并不好，甚至可以说是慢腾腾的。

记得去年声援诉江案的大型活动在芝加哥举行，因为要赶着去城里参加活动，而我又得去我念书的学校办点事，我就穿着一件大法的黄T恤去了学校。在学校里我一会儿在计算机房上网，一会儿和同学在校园里聊天，一会儿去图书馆，从图书馆出来后事情没有办完，我又折回图书馆。等我再从图书馆出来时，有三个人迎上前来

说：“我们在机房看见你穿的黄T恤，就想和你聊聊法轮功，我们知道一点，知道查尔斯·李的故事。可是你好像很忙，我们就这样跟着你，好容易看着你从图书馆里出来了，可是你又回去了，也不知道你什么时候出来，我们就在外面等，希望你聊聊。”我听后都愣住了，一下竟不知从何说起好，他们不是在等我这个人，他们是在等着听大法的真象啊，众生明白的一面都在等待这真象啊，我为自己在校园里磨磨蹭蹭的行为感到不好意思，那天我和他们聊了很久，从什么是法轮功开始自然而然的讲到了芝加哥的诉江案，以及在城里的一系列活动，他们听后当然很感兴趣都表示一定去看看。

这一次的经历我就感觉到自己在紧跟正法进程中做的有漏，当我还在顾虑这顾虑那的时候，师父已经是借这件事点我了，可是我似乎还是不能明白自己的问题所在。

今年九评系列文章出来后，我同样的问题又出来了，甚至在法理上都不是很明白，心里也挺着急，着急没有人从法理上和我交流交流，光给我分派这方面的“任务”。有一次，先生约我下班后和他一起去拜见一个市议员，专门和他讲一讲九评和退党的事情，我当时真是一百个不愿意，可是又不得不去。早上上班前我忍不住的抱怨了一句：“就我这种心态去了效果也不会好的。”因为早上时间很紧，先生就说了一句：“你先把你的感觉放一放吧。”

在上班的路上，我一直都也在想着先生的这句话，突然我悟到，这不就是我问题的所在吗？我太

父无量的慈悲关怀和鼓励,鼓励一个摔倒了而又不愿意爬起来承担责任的弟子;鼓励一个“执著太重迷方向”的弟子:鼓励她跌倒了,爬起来,做大法弟子应该做的事,因为历史赋予了你这样大的责任。

我几乎是含着眼泪炼完了功,身体轻松了许多,头脑也冷静下来了,我想到了同修关于我的两个截然不同的梦,以及两个大法弟子办的媒体对我的写作能力不同的反馈,我还想到了自己刚开始听到表扬后的美滋滋的感觉,我虽然提醒自己不要起欢喜心,但是不是就真的没有起呢?我总以为欢喜心这个执著我在修炼初期就去掉了,99年镇压大法后我觉得没有什么值得我欢喜的也就更认为自己没有这方面的执著,但这并不等于这个执著真的没有了,毕竟我们还在人中修炼。师父说:“人类社会是修炼的好场所,是因为这里的一切都会使人执著,因此而能走出来、去除一切对人类社会的执著,才伟大、才能圆满。”(《不政治》)

以往当我听到别人的赞扬时,我只是觉得自己没有动心,这是由于从小到大听到过很多这样的赞扬后的一种麻木,一种高高在上的不以为然,不是真的不动心;那么当反过来考验一下呢?当有人批评我这个自嘲是特长的能力时,我还能做到不动心吗?“考验面前见真性”,在这个突如其来的考验面前我的心性是怎样表现的呢?一大堆不想干了,白修了的心全出来了,其实都是自己根深蒂固的欢喜心没有去造成的,我悟到这个心带出来的怨和其它不好的想法都是自己的魔性,当魔性出来时自己

就和宇宙的特性相背离了,和宇宙特性就拧着劲了,那么周围的环境肯定是不纯了,师父说修炼就是去人的魔性,增强佛性。只有佛性出来了才能让人智慧的思考自己所做所表现出来的一切。

再往深层想一想,师父在《精进要旨》“修者自在其中”经文中说:“做为一个修炼者,在常人中所遇到的一切苦恼都是过关;所遇到的一切赞扬都是考验。”虽然这篇短短的经文念过很多遍,但真正在考验和过关当中,我的心执著的随着外界的变化而变化,就象师父在讲法理说过的:“你觉得治好了病,别人叫你一声气功师,你高兴得沾沾自喜,美坏了。这不是执著心吗?治不好病时垂头丧气,这不是名利心在起作用吗?”(《转法轮》)我和那个执著治病的气功师有什么两样呢?不也是一颗求名的心吗?我那么在乎别人的赞扬和批评,而不是用法去衡量一切,冷静分析自己修的和做的是不是符合大法的要求,不符合的话就要及时的修正自己,提高上来,因为“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。”(《排除干扰》)

当我真正的看清自己的问题后,心反而静了许多,身心也都轻松了不少,放下包袱,从新打开电脑,继续做自己应该做的事情,当执著又去掉一些,心性提高上来一点以后,我感觉似乎一切都顺过来了,我又继续给明慧投稿。第二天明慧的编辑给我回了一封电子邮件,表扬我进步快等等,我知道不是我进步快,而是身上的脏东西倒掉了一些,身心向上浮了一些,同

还在努力,没有松懈。真的了不起,未来的生命、未来的世人都得感谢你们,因为未来能留下的人是因为你们他们才留下的。(鼓掌)世人现在在迷中,是大法弟子在被所谓的考验之中,众生都处在迷的状态下。将来人们都会知道大法弟子是谁,都会知道大法弟子的了不起,而且留下的人都会感激大法弟子。”

谢谢师父!谢谢同修!

(2005年美中地区法轮大法心得交流会心得交流稿)

从怕心中走出来

大法弟子

我是刚刚从中国大陆来到美国的大法弟子,今天我就讲一讲我从中国到美国来的过程,这也是一个在正法时期不断地祛怕心和各种执著心的过程。

两次被抓,讲真象正念闯出拘留所

从7.20一开始,我有着强烈来美的愿望,也是执著,因为我害怕在中国那种铺天盖地的打压中,我不能坚持炼功,于是从武汉到北京大使馆四、五次,但都被拒签了。这期间一批批的弟子到北京护法,很多被抓。也不停地有功夫约我。我说我怕蹲监狱。一生看见警察的衣服都害怕,他们如果抓我,我会被吓昏死的。一想到牢房,那是什么地方,太可怕了。我在家拚命读书,求老师给我力量,让我能冲出去,几乎两三天读完一本《转法轮》。有一天我读着读着,忍不住失声痛哭,哭得好伤心。一个多钟头才能停下来。一停下来,觉得自

己一点都不害怕了。我又高兴得又笑了。心中万分感激师父,在另外空间给我去掉了象山一样的怕的物质。使我胆气十足。但我不知道到北京去是不是搞政治,后来,在我打坐静下来的一瞬间,看见“莲花关”三个字。我悟到莲花关,生死关,师父在《真修》中说:“这是走向真正超常人的死关,真修弟子人人都得过。”

在师父的点化下,我准备“敏感”时期冲出去,放下生死就是神。放不下生死就是人。法理提高一层,怕心去掉一层,我准备把《转法轮》背下来,以便任何时候都能想起师父的法。2000年3月两会期间,我到北京上访,被抓回武汉,老伴天天跑去要人,直问610她到底犯了那一条法,上访是公民的权力。我的人要是出了问题,我就和你们拚了等等。邪恶610被问的哑口无言,但就是不放人,想把我秘密转走,在转走前夕,负责转化我的干部明白我讲的真象后,对我很同情,给了我很大帮助,她偷偷告诉了要被转走,但不知道是什么地方。我把家里的地址告诉她,让她把我的老伴给找来,就在我被拖上警车的时候,老伴来了,当着马路边来往的行人和610办公室的人评理,一下子围上来很多人听。老伴讲的很好,我心中不停地为他鼓劲,许多人都听到了真象,610的人觉得自己做的这么隐蔽,怎么突然有这么多人知道了,一时间慌了手脚,不知如何办,任凭老伴越讲越多,声音越讲越大。后来他们把我转到了一个关押许多功夫的地方,我开始绝食,我跟那里的警察讲:从今天开始,我

不会喝这里的一口水,不会粘一粒米,直到无条件的放我回家。

关押我的新地方警察和610的人更多,戒备森严,禁闭大门,不准家人接见,整天军训,开会和转化,我一概不参加。军训我就炼功,开会我就躺在床上睡觉。一天,警察又来到我房间里说:“你躺在床上干什么,有本事就下楼参加学习(转化)”我正想这样躺着也不对啊,于是我来就到大会议室里,所有的人都看着我,警察和610的人正在低声交头接耳。我清了清嗓子,高声开始背起师父的《论语》,全会场的学员们都跟着一起背,声音宏亮振动整个楼房,几乎整个关押我们的警察冲了进来,把我推到一个小屋子里。从那以后,军训,大会都取消了,他们让我只呆在屋子里,我偏偏往外跑,它们就追。我跑到楼下,有很多警察在晒太阳,我对他们说:“你们这么年轻,你们能向我这个老太太一个星期不吃不喝,跑上跑下吗?”它们说:“我们甘拜下风,一天不吃就饿昏了。”我说:“这就是大法的超常和神奇表现,我本是一个快死了的人,现在你们亲眼看见我不吃不喝这么多天了还红光满面,这么好的功法为什么不让炼?这么好的人,你们为什么要抓?”他们有的说:“上面要抓,我们也没有办法”有的说:“这功真神了,莫非他们都真能成神仙?”我知道他们嘴上不说但心理都知道法轮大法好。过了两天,派出所的警察来了说又要把我转走,说我专门闹事,结果老伴在外面等着,把我接回了家。老伴说他天天到派出所要人,他们紧急开两天会决定放人。

其实我知道,这是在师父的加持和鼓励下,弟子正念正行的结果,谢谢师父!

2001年,我因传递经文和资料被抓,并抄走了家中所有的资料、书籍和护照,那天正好是老伴来美参加儿子的毕业典礼的第二天。我当时心想,现在我一家人就我一人在中国,没有后顾之忧,我要救度周围能接触到的犯人和管教。给她们讲真象。这些人开始从举报到跟着炼功,都明白了法轮大法好,看到她们得救,心想:即使自己直着抓进来,横着拖出去,也会面带微笑的。在这期间,老伴和孩子们在美国就把我的故事曝光给媒体,成了讲真象的好素材。在亲人们的帮助下,这一次我又无条件释放。整个看守所的法轮功就放我一个人。我悟到这是在国外弟子的营救下,给邪恶了极大的压力的结果;也是讲真象的结果,无论是在看守所里面还是在海外,我们是一个整体,利剑齐放。师父说过:“讲真象救度众生,旧势力是不敢反对的,关键是做事时的心态别叫其钻空子。”(《在2002年波士顿法会上的讲话》)正是“大法徒讲真象,口中利剑齐放,揭穿烂鬼谎言,抓紧救度快讲”(《洪吟》二)

放下怕心,走出来救度众多有缘人

回家后,由于求安逸的心反而很少出来。慢慢地怕心又越来越重。怕走出来被抓,怕在修炼道路中留下污点等等。家人和亲朋好友都怕我再被抓。这其中有两个明白真象的朋友(其中一个是在转化班里认识的干部)跟我讲:你别出去,目标大。你在家写。用红纸包上,

吧。

和同是修炼人的先生交流我的想法后,发现他也有同样的问题,发现问题,立即改正,我们先是都自觉的调整了自己的作息,从新安排做大法工作的时间,每天都抽出时间来一起炼功,这样也有了一定的制约作用,时间到了就是炼功,尽可能的放下手中的工作。在一起炼功的效果自然不是一般的,不但觉得自己的精神又好多了,大法的工作其实一个也没有耽误,这也就更说明自己其实没有那么忙,在克服懒惰的毛病后,什么都不会受到影响。

在赞扬和批评声中修正自我,去掉执著

有一次一个外州的同修打电话给我,挂电话之前她突然说:“你最近的修炼状态是不是很不错,我昨天做梦梦到了你,和师父在一起,周围的场景别提多美了。”等等,我说我没有特别的感觉啊,但挂上电话后心理还是忍不住美滋滋的。没想到,还没过两天,一个本地的同修当着我的面问:“我昨天做了一个梦,梦到到了你家的外面,别提多脏了,我还纳闷,你家外面的环境很不错的啊,怎么成这样了呢?醒来后我悟到可能是你的修炼状态不好,净给别人修了吧?”我听后心情立刻就沮丧的不得了,半天说不出话来。然而当时两件事并没有联系在一起,就过去了。

又过了几天,辗转从一个同修那里得知大法弟子办的媒体的一个负责人对我的写作编辑能力很欣赏,还推荐我再多承担一些媒体的工作,同样听到后,我心里又美

滋滋的了;没过两天,我给明慧投了一篇稿件,满心企盼着反馈,谁知负责明慧的编辑给我发来了一连串的关于如何写作编辑文章的连接,比较婉转的指出我最好是从最基本的开始学如何写文章,然后再投稿。

这一下真的是把我打击的不得了,我反复的问自己怎么会这样?!我是学文科出身的,自小熟背唐诗宋词,写的文章不知得到过多少赞扬,后来开始写各种和大法有关的文章,也都得到同修的认可,自己觉得没有起欢喜心啊,怎么今天明慧对我的文章这样评价呢?我的怨气也上来了,加上沮丧,我甚至不愿意再做任何大法的事情,因为我做的大法的事情基本上都是和写作有关,我关上了电脑,手机,不想和任何人来往,也没有告诉先生。可我什么也干不下去,胡思乱想的,情绪低沉到了极点,我甚至觉得自己都白修了。

浑浑噩噩的到了第二天,就在我打算真的推掉所有大法工作的时候,家里帮我照看孩子的阿姨(也是大法弟子)对我说:“我看你精神,心情不太好,炼炼功吧,什么都别想了。”我想也是就先炼炼功吧。我虽然是97年得法,但是我是属于什么也看不见,什么感觉也没有的学员,但是那天当我站在师父法像前炼第二套“法轮桩法”时,我第一次真真切切的感觉到了法轮在我身体上的旋转,转的不快,象一个温暖的轮子在手臂之间,又有一个小法轮在十指之间快速的转动,一个指头一个指头的滑过,感觉特别的舒服,我的眼泪哗的就流了下来,我真切的感到了师

小事我自身的提高和体会,希望对大家有所帮助。

在学法炼功中提高自我,克服懒惰

对于师父在2002年佛罗里达法会上提出的大法弟子应做的三件事,自己回想一下做的并不好,特别是学法炼功这部分,即使做了,也是有完成任务的心在。虽然师父讲的法理都明白,可是自己好象永远有忙不完的事情,久而久之,自己也给自己一个台阶下,今天忙这个事,明天忙那个大法的事情,一个“忙”字成了我最大的借口。我和先生都是朝九晚五的上班族,家里还有一个3岁多的调皮儿子。到了周末,去领馆,参加集体活动,再加上做做堆积了一周的家务,以及赶着做完例行的大法工作,到了星期一,我已经是精疲力竭了。很多个星期一我简直把上班当成是休息,坐在办公桌前累的无精打采,看看周围的同事似乎都比我精神。我突然想到如果我跟他们讲法轮功如何如何的好,炼功后身体好,精神好等等,他们会相信吗?想想刚刚过去的那个冬天,我自己感冒发烧似乎一个也没有落下,抛开旧势力的干扰因素,又有多少是因为自己的学法炼功没有跟上造成的呢?大法弟子在常人中的一切表现本身就是在讲真象,如果因为自己修的不到位,而造成周围常人对大法的怀疑甚至是误解,我对得起这些众生吗?更别说是师父的期望了。

“经修其心,功炼其身”(《洪吟》)学法炼功的不踏实,不重视只怕只会造成自己的物质身体和心性都跟不上正法时期对大法弟

子的要求,那么我在去做法工作时的效果能好吗?我再去讲真象的作用不就是大打折扣了吗?这不就是恶性循环吗。师父说:“精神和物质是一性的。”(《法轮佛法(在澳大利亚法会上讲法)》)。正法进程在各个空间都是快速突破着,反映到我们这个空间就是时间的变快,这一点连常人都感觉到了,我的理解是大法弟子的使命是不一样的,但是我们这个物质身体还是受这个空间制约的,随着时间的变快,也很容易感觉疲劳的,而加强炼功就是加强另外空间的气机,加强自己的身体在另外空间的演化过程,让这个物质身体尽快的跟上来;加强学法意义就更重大了,一方面提高心性,洗净自己在常人社会中沾染的各种不好的观念,执著心,另一方面,在正法时期保持一颗冷静理智的头脑,正念正行,救度众生。

那么自己再挖挖根,到底是什么原因让自己悟得到,做不到呢?“比学比修,做到是修”,仅仅悟到还不算是真修,回头看看自己做不到或做不好的原因是一个

“忙”字,这个忙是精力充沛,勤奋向上的忙碌吗?不是。归根到底,正好相反其实是一个“懒”字。这个懒惰的毛病在另外空间里就是一座山,阻挡着我不能够精进学法炼功,反映到这个空间就是所谓的“忙”,让自己有各种各样的理所应当的理由,其实是一种逃避。久而久之,不了解的同修也总觉得我很忙,我自己也觉得有一大堆事情要做,没有功夫或只有很少的功夫去学法炼功,我想这也就成了我前面提到的恶性循环的原因

我们出去帮你发。抓住了我们说捡的一包,我们不是法轮功。很长一段时间,我在家里写了很多很多像“古怪歌”之类的护身符,常人出去发。我却躲在家里怕。我为她们全家得福高兴,也为自己不如常人羞愧。

直到2003年,老伴在病危住院之中,接触到方方面面的人,心想:一定不能错过机会,这些人表面上是为病人而来,实际是来听真象的。我一定要救他们。我顺着常人的执著讲,让他们牢牢记住法轮大法好,每天诚心念真善忍,法轮大法好。那一段时间,很多很多人,电话联系的,卖菜的,商店的,医院的天天都在念,我为他们得救而高兴。2003年7月5日,老伴离开了人世,离开了我。我怎么办呢?胆子又小,一个人不敢在家里呆,准备换环境,谁知我搬到哪里警察跟到哪里,搬了一圈,最后又搬回来了,自家不敢住,就在邻居家住。这时姐姐一定要把我接到她家,她怕我再次被抓,整天守着我。她家物质条件很好,但我心里好苦,我跑出去找到一份义工,烧饭。第一顿饭烧得又糊又生,20多个货老板吃的摇头摆手。好在我不要钱,也都还客气。当时我心里想着一定要学会,做好。我就是冲着给这些人讲真象来的,他们周围还有很多人。我要和他们交上朋友,叫他们看到法轮功的人的形象,知道电视里讲的是假的。

这个地方是一个大的水果批发部,总有20多个货老板在这里常年累月的批发四季的水果,总老板是个女的,因为她去东北办货去了,她把整个的家都交给我了。这

样我每天要照顾十几个货老板的生活外,还要帮助管生意,甚至包括猫狗的卫生。说也奇怪,这个时候的生意特别的红火,老板的先生高兴的说:“这都是张大姐带来的财运,我的生意从来没有这么忙过。”我知道,这是师父的安排让更多更多的人来这里了解真象。

那段时间人们一吃饭就谈法轮功的事情。他们说电视整天瞎造谣,把法轮功说得像张牙舞爪青面獠牙的,你看张大姐多好。这时我就会告诉他们,我做得不算什么好,而许多修炼法轮功的好人都被关在监狱里受酷刑,整死。这时,人们都会发自内心的为法轮功打抱不平,骂江鬼,为法轮功说公道话。在这里做饭虽然很苦很累,也贴了不少钱,但能使他们真正了解大法,从而有个美好的未来。我真是尝到了吃苦当成乐的甜美。由于太累,腰也扭了,体重明显减轻,姐姐看着心痛,连同孩子们死拉硬扯地不让再上班,我看这些人人都知道大法好,心中打算再转移,也就顺水推舟地辞退了。

姐姐家再好,我也不愿呆,我跑出去租了一个又小又破的贫民窟,就像电影72家房客,共厕所,没厨房,又脏又臭。我开始做公共卫生,厕所、阴沟、楼梯、走廊焕然一新。日复一日,天天坚持。72家房客个个夸来了这么个勤快好人。我说学活雷锋,现在活雷锋就是法轮功。他们都愿意和我接触。这也是我搬来的目地。这里仅举一例。一天半夜,我的房门被小偷撬得滋滋响,我在房内使劲敲门。他在外面不停地撬。邻居听见走廊的灯都打开了,狗也乱叫,他才走

了。

第二天都聚在一起谈小偷。原来这里经常被盗。叫我别怕，再碰见，你就说我比你家还穷。一屋的人下岗没饭吃等等。说有时小偷会拿着电筒往室内照，公安局根本不管。我说公安会管好人，会捉学真善忍的法轮功。结果七嘴八舌开了一场揭露邪恶，腐败的研讨会。

这时我已经甩掉了警察的跟踪，也觉得这样讲真象太慢，想出去发资料。也觉得这样每天省吃俭用积点钱太少，想学做生意。这次搬家想了很多，想资料点遍地开花。于是我叫亲戚帮我贷了十万元款。租上新屋开张做生意，到晚上就出去发资料。这是我梦寐以求的，又望而生畏的时刻。第一次出门不停地发正念，我跟在同修后面，看见她们熟练的动作，而我的手就是拿不出来，一出手，好像无数的眼睛盯着我，手又缩回去了。听见前面叫我快点，我哆嗦得把资料撒了一地。慌乱之中一边捡，一边撒，狼狈不堪。发完回家只觉得如卸重担，轻松愉快。

做好三件事，堂堂正正要回护照

从那以后，天天做三件事，越做越成熟，越做越得心应手。但资料太短缺，资金严重不足。经常是互相让着发，我心里想，生意上要赚点钱就好了。再一看同行都是年青力壮的每天骑着摩托到处联系也很难赚钱。而我连自行车都不会骑。整天呆在家里守着，谁送钱你赚。说也奇怪，真有送上门的生意，我轻松地赚了六千元。也正巧第二天就有功友来找我借六千元。她说她想搞一个家庭资料点，这不正是

我想的吗？我把钱交给她说，你若还钱就再办一个。第二次我又赚了五千。过几天又来一个几年未见面，一直流离失所的同修。她说她要租房借钱做光盘。又是我想做的，太神奇了。其实是师父安排的。第三次我赚了六万。同行年青人刮目相看，都争先恐后地用摩托带着我这个不会骑自行车的“老行家”，到处谈生意，我说我一窍不通。谁也不相信。而我心里高兴的是，比以前攒钱强多了。这下资料点可以运转了。

这条路走对了。怕心也去掉了。很多，后来我就想到武汉外事处讲真象。争回我的公民权，还我护照。我是带着真象资料去办护照的，心想如果有任何刁难，都是我讲真象的机会，由于正念足，我居然非常顺利地拿到了护照。

由于当时加上生意又忙，而三件事天天到位，同时还是有一些怕被拒签的心，我拿到了护照也不想去美国大使馆签证。儿子着急了，问我花那么大的力气办护照为什么，我说争回我的公民权。媳妇说，妈妈，纽约有很多老人在那里讲真象，我心里开始动了，想去纽约。我和同修切磋，我的客观条件不行，又已经被拒签过4次，是不是旧势力的安排，都说是，既然是我就不承认它，突破它。“弟子正念足，师有回天力”（《洪吟二》）

前几次我都抱着人的观念，总说自己条件不够，没有正念。这次我抱着连旧势力本身我都不承认的想法，你们旧势力说了不算，师父说了算。

到了大使馆，那一天都是拒签的。我不停地发正念，不准问签证

官为难我。排在我前面的几乎都拒签，我只是不停的发正念，破除邪恶的干扰。轮到我了，真的没有为难我，但问我孩子几年没回国了，我说八年。他问为什么不回，我说：“炼法轮功。回国就抓。”签证官听后笑了笑。后来问的我听不懂，我就说“是”。因为我是南方人，签证官也没听懂，写下一个“四”字，原来是问我拒签几次，正好是四次，又碰巧对上，不是碰巧，是师父在保护我呢。

在过海关的时候，法轮功都是上了电脑的，我更是上了邪党的“黑名单”的人，我的护照一对就知道是法轮功，就不能出关。同样，在过关时，我一直在发正念，海外的同修也在同一时间帮助加持。当时，检查我护照的人突然来了私人电话，那人打了很长时间，看都没有看护照就还给我了。而我前后的人都是被查了又查，问了又问。在师父的慈悲呵护下，我顺利地通过了最后一关。

来到美国，在纽约住了一个多月，每天从早上五点到晚上12点钟，整天溶入在三件事情之中。是我最开心的一段时间，我体悟到是老师鼓励我们老年弟子跟上正法进程的机会。现在我回到芝加哥和孩子们团聚，我十分珍惜这历经千辛万苦的久别重逢。我在师父给精心安排的神路上摔摔打打的行走，是师父把我连推带拉的向前推进，没有师父，我不仅早就失去了生命，更重要的是在正法时期失去机会，我无以言表的感谢师父的慈悲呵护，谢谢师父，谢谢海外同修的营救。

（2005年美中地区法轮大法

心得交流会心得交流稿）

修正自我 溶于法中

芝加哥大法弟子

小事情中纯净自我，写下修炼心得

1997年我在北京得法后，这也是我第一次写下自己的修炼心得，虽然以前开法会时也想写一份心得，但后来都是以自己修的不好而搪塞过去，这次法会临近前，自己感觉状态也不是很好，来自生活、工作、孩子、丈夫以及同修之间的一些看似剪不断理还乱的事情让我觉得很累，心里也很烦。

一次参加户外洪法活动，无意听到两个同修之间一点生活上的小磨擦，不以为然的笑了笑，并不放在心上。可是站在我旁边同样听到的同修说了一句师父的话：“小事都过不去还想长功啊”。我听到后只觉得一震，这话分明是师父在敲打我呀，很多很多的事情觉得过不去，不都是自己的心造成的吗？如果把他们放下放淡，都是小事，都是提高自己心性的好事，我还会过不去吗？还会觉得这些琐事把自己搅得很累吗？绝对不会，因为我们无论做了多少洪法、讲真象的工作，我们自身的提高都在其中体现，同时也体现在来自生活、工作和修炼当中，而这种提高和升华才是最主要的，他是不断的提醒，反省并修正自己，达到师父对大法弟子的要求的过程，最后做到放下自我，跟上正法进程，将清真象，救度众生。当我悟到这一点后，我决定写下自己的修炼体会，讲一讲发生在我身上的小事，以及通过这些