明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

第 1325 期（2026 年 11 月 18 日）WWW.MINGHUI.ORG



图：第二十三届明慧网大陆法会于重阳节开幕。

本期内容提要

【大陆法会】善待他人已成了我的常态

【大陆法会】同化大法　以德报怨　救人不殆

【大陆法会】与同修共同闯过生死关

【海外法会】在师尊的慈悲保护下走过家庭巨难

目 录

◆ 第二十三届明慧网大陆法会来稿选登

善待他人已成了我的常态 3
同化大法　以德报怨　救人不殆 10
师尊慈悲安排让我化解了今生几段恩怨 20
与同修共同闯过生死关 28
放下执著 辨清观念 37
放下观念讲真相　串串法轮显神迹 44

◆ 二零二六年海外法会发言稿选登

修去执著　走好师父安排的修炼路 51
在师尊的慈悲保护下走过家庭巨难 57

【编者注：《明慧周刊》篇幅有限，一周所能刊登的内容量少于一天明慧网所发表的量，也就是说，只是明慧网文章的小小一部份。中国大法弟子要了解明慧网的全部内容，请主动做出努力，破除中共的网络封锁，直接浏览明慧网。】

善待他人已成了我的常态

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二六年十一月二日】

一、挣扎求生

我一九四八年出生在东北的一个偏僻山村。在我之前有两个哥哥，一个八岁夭折；一个三岁夭折。可能因为母亲思念哥哥，心情不好，没有精力照顾我，所以我生来就体弱多病。再加上我还没断奶，母亲就怀上了大妹，结果没奶吃的我就天天吃土豆。家里每顿饭后在灶坑埋两个土豆，那就是我下顿的饭。

土豆吃的时间长了，脾胃就受不了了，我成天拉肚子，拉到后来我脖子都挺不起来，大人往起一抱我都脱节了（脱水了），身上都有臭味了，眼看就要死了。妈妈吓的直哭。邻居有个路大姐和妈妈很要好，就去她行医的老父亲那里给讨要了一小包药粒，吃上就好了。（修炼后我才明白那时师父就管我了）小的时候我经常梦见自己在天上飞；经常看见别人看不见的东西；有时看见炕席花变的很大很大，说出来大人们不相信。

我九岁上学，虽然长的又瘦又小、病歪歪的，但是我很聪明，学习很好，老师们都喜欢我，让我当学习委员、班干部。初中三年我没上过体育课、劳动课，初中毕业体检时体重不足七十斤。以至于我考上中专去外地上学的火车上，有个邻座的老太太开口就问我：“姑娘，你看病去啊？”可见我那时身体啥样了吧。

丈夫是我中专同学，处对象时我就说：“你得有思想准

备，我争取陪你二十年。”意思是自己的身体只能支撑那么长时间。

结婚后，上有三位老人（公公、婆婆、奶奶婆婆），下有两个挨肩的孩子，生活的艰辛可想而知。再加上工作忙，自己又是个争强好胜的人，干什么都想干出点名堂来，全凭自己打拼，吃了不少的苦，遭了不少的罪，熬上了个中层干部（那时不讲送礼）。本来我身体底子就薄，这样打拼，慢慢的各种病都找上来了：低血糖、胃下垂、胆囊炎、头疼病、严重的风湿症，臀部以下到两脚常年象冰一样凉。

每年我都得住上一两次医院。白天上班象个人样，回到家浑身就象散架子了似的。丈夫嘲讽我象弱不禁风的林黛玉；婆婆说苍蝇尬蹶子我也得躺三天。我心里明白：整天病歪歪的，没个好时候，谁拿你当回事呢。

二、枯木逢春

上世纪七十年代末，中国出现气功热。为了治病，我寻寻觅觅的学练了许多气功，都因无效而放弃。一九九六年夏天，一个理发师向我推荐法轮功，我以为和其它的气功一样，就一口回绝了。她说：“这个功可不一样，祛病健身有奇效，我这有一本法轮功修炼故事，你先拿去看看再说。”她说的祛病健身有奇效吸引了我，我拿着那本简装的《修炼故事》就回家了。

说来也奇怪，我一看这本《修炼故事》就发困，睡一会儿，醒了再看，看完后，就觉的这个功很神奇，还有点玄天玄地的。我抱着这样的好奇心参加了当地法轮功辅导站办的第六期法轮功传授班。他们放师父的济南讲法录

像。我正象师父在《转法轮》中讲的：“有的个别人还会睡觉的，我讲完了他也睡醒了。为什么呢？因为他脑袋里边有病，得给他调整。脑袋要调整起来，他根本受不了，所以必须得让他进入麻醉状态，他不知道。”我第一天听课就困的不能自制，趴在桌子上睡了一堂课。第二天我去的比较早，坐在第一排，我以为就不会困了，结果还是困，又睡了一堂课。从此，我的头疼病好了，散光镜也摘掉了，三十年都没犯过。谢谢恩师！

因为我这个人爱张罗事，同修们一致推荐我做学法点的负责人，我也愿意干。二、三十人的学法点，没有个象样的地方也不行，我就找工厂有关部门协商，他们很支持，把闲着的托儿所无偿的借给我们。有的同事嘲讽我：“退休了，自己又弄个官当当。”我也不往心里去。我自己掏钱给学法点买了炼功用的录音机、录音带、录像带，放像机和彩电就用我家的。同修们要摊钱我没让，因为我在职的时候得了一些不该得的钱，损了德，造了业，我觉的花在大法上心安理得（当时就那么悟的）。我每天早五点拎着录音机到学法点，大家炼动功，晚上六点大家学法，炼静功。

我的那些个病，不知不觉都消失了，什么时候好的都不知道。真是枯木逢春哪。我每天从心里往外的乐，从小到大才知道没病是多么的幸福！

那时我和同修一起下乡洪法，四、五十里往返不累；扛五十斤白面上五楼不歇气。婆婆都惊的不得了：往日的病秧子，学了法轮功咋这么快就变了个人似的？！所以她逢人就说：“法轮功好。”

三、修出慈悲心　善待他人

1. 善待公爹

公爹是农民出身，很勤劳，也能吃苦，就是生活作风放荡，到处拈花惹草，后因强奸罪被判八年徒刑。不到一年，他就因病保外就医回家了。我从不拿正眼看他，也不跟他说话，我不让他上桌吃饭，看着恶心。丈夫和婆婆也不敢反驳，婆婆还说：“一样的饭菜在哪吃都一样。”来客人也不让他露面，嫌他丢人。他一听到我下班回来了，就赶紧回自己屋里呆着，偶尔碰面，他马上转身面向墙站着，象在监狱里那样。

因为这事，我母亲千里迢迢的来劝我，说谁不好谁自己带着，毕竟他是老人，不能给他气受。我亲哥哥和丈夫的舅舅都来劝我，都不好使，而且我还美其名曰：“得让他知道马王爷三只眼，得让他怕个人。”还觉的自己挺厉害，能镇住他。

得法后，我第一个悟到的就是在公爹的身上我做了傻事了。我成天瞪他、呵斥他、不让他上桌吃饭，我得给他多少德啊？另外这也是大不善哪，我赶紧跟师父说：“师父，我知道错了，我一定改。”法的力量真大啊，我再看他也不烦了，看他吃饭也不反胃了。他高兴极了，去外面溜达，看到别人扔的大法资料都捡回来给我，还把捡来的大法小条幅“法轮大法好,真善忍好”挂在自己的床头上。

婆婆去世后，公爹又活了十二年，卧床半年，大多是我护理。他因以前吃性药造成骨质疏松，疼起来都不知哪里疼，象锥子剜的一样，疼的他爹一声妈一声的，吃止疼药也不好使。我告诉他：“诚念法轮大法好，真善忍好，

只有我师父能救你。”他可相信了，不但念，还喊：“法轮大法师父，你救救我吧！”念着念着，他就不疼了，就象睡觉一样。五天五夜，他安详寿终了。

2. 善待亲家母

亲家母和我年龄相仿，她没念几天书，说话直来直去的，怼人的话张口就来。所以很多人都不喜欢她。我们两家结亲之后，有些熟人就问我：“你给姑娘选婆家就这标准哪？”意思是她口碑不好，家里又穷。因亲家公有病，怕见不到孙子，就赶紧结婚了。

女儿婚后三年，亲家公去世。因亲家母没有经济来源，我就让女儿他们搬来我家住了，倒出房子让亲家母出租。每当我做点不一样的饭菜，都把她叫来。时间长了就形成习惯了，如果偶尔落下她，姑爷就问：“我妈咋没来呢？”或者我外孙子问：“我奶咋没来啊？”就是象一家人一样。

有一件事让我的心性受到很大的考验，就是女儿结婚我陪送的金项链丢了。那个金项链是我托熟人在金矿加工的，款式新颖漂亮，大概有三十多克，和耳环是配套的。女儿就放在梳妆台的抽屉里就不见了，其它的耳环、戒指等首饰都在。那时亲家公还在，我女儿心地善良，怕她老公公上火，一直不敢告诉我。夏天时，我问她咋不戴项链呢？她才说出实情。

知道的人都说：“那要是小偷偷的，还不给你一锅端，那不是明摆着的事嘛。”我也心里纠结了很长时间。修炼人在法上悟，师父说：“任何事情都是有因缘关系的”（《转法轮》）。可能前世我欠亲家母的，那就还了吧。我一如既往的对待她。

记的我有一年回老家，刚到家的第二天，女儿就打来电话，说她婆婆脚脖子崴骨折了，她婆婆家太冷，她把她婆婆接我们家来了。女儿和她大姑姐、大伯哥、大伯嫂都上班，她让我回去照顾她婆婆。我二话都没说就回来了。亲家母在我家呆了一个多月，我好吃好喝的侍奉，她直到能下楼了才回去。所以亲家母逢人就说我如何如何好，怎么怎么伺候她。

亲家母经常捡破烂，有时捡到真相小册子、光盘，都擦干净给我送来。她原来腰腿疼，吃药、理疗都不好使，后来不知不觉就好了。我告诉她，是因为她捡大法资料得福报了。她很相信。有一年，亲家母回农村老家，跟我要真相粘贴，我就给她拿了一些。她回来后告诉我，她把整个屯里都贴遍了。后来村治保主任找她了，不让她再贴了，剩下的几张她就给我送回来了。

3. 善待小叔子

小叔子在我们结婚之前就当兵走了。我们婚后把老人的户口解决了，变成了城镇户口。这样小叔子复员也借光变成了城镇户口，还安排了工作。后来我们又给他成了家。

弟媳是个很木讷的人，把钱看的很重，但自己怎么挥霍都行，如：看中什么衣服就买，穿几天就撇；棉袄、棉裤年年冬天买、春天扔。但对他人和家人都很自私，家当也不置，家里要是来两个外人，连被褥都没有；锅碗瓢盆也少的可怜。所以他们搬家，一个手推车就解决问题了。年年过年，他们空手来，吃完就走，老人的赡养费从来不提。公公在世时觉的对我们不公，几次提出

要跟他们说道说道，都被我拦住了。我说：“在我这不缺你吃，不缺你喝，没享福也没遭什么罪，抠他们那几个钱干什么？弄的不愉快。”

二零二零年，弟妹患肠癌去世，小叔子胆小，自己顶房过日子很难。我就和丈夫商量让小叔子来我家住，我家是三室，完全可以腾出一个屋给他。丈夫乐坏了，他没想到我这么大度。小叔子在我家住了不到三年，刚开始没交钱，后来他自己觉的不对劲，说自己有退休金，在这儿还不用租房了，怎么他也得交点生活费。就这样，他有时交五百，有时交多点。

小叔子经常说，在外边谁要说法轮功不好，他就跟他辩论，说：“我嫂子就是炼法轮功的，原来是病秧子、药罐子，炼法轮功一身病都好了，二十多年没打过针，吃过药。对老人有孝心，对我们宽宏大量。谁有困难都帮，可善良了。人人都象她们那样，社会就好了。”后来小叔子在外地又成了家，年年领着老伴来看我们。

善待他人，乐善好施，已成了我的常态，这是大法造就我的，是师父恩赐我的。我的故事还有很多，平平常常，我还在按真、善、忍践行着我的誓约。

（二零二六年明慧网大陆法会交流稿）

同化大法　以德报怨　救人不殆

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二六年十一月二日】一九九八年三月，我父亲告诉我他修炼法轮大法了，说这个功法很好，让我也炼，于是我也走进了法轮大法修炼。那时我正在伺候患了脑梗的公公，想着之前公公虐待我多年，我心里充满了委屈和怨恨。修炼大法后，我心中象坚冰一样的怨恨开始瓦解，一点点溶化了。

一、与公公婆婆一起生活的十年

我出生于农民家庭，今年（二零二六年）七十岁。一九八一年，我二十五岁那年，嫁到了邻村。丈夫是家中的长子，下面有上学的三个妹妹；婆婆病怏怏的，勉强能做饭；公公是警察，有一身武艺，擒拿术很厉害。我结了婚刚进门，公公就语气蛮横的对我说：“这个家我说了算，我说煤球是白的，就是白的；我说煤球是方的，就是方的，你说圆的就不行。”

丈夫上班，家里的重担就落在了我身上。家里养了一头老母猪，每年下两窝仔，我要喂猪，打猪菜，清理猪圈；家里还承包了五亩桃园、五亩自留地；每天还要去生产队干活，忙的我脚不沾地。丈夫每周休息一天，能帮我干点活，但有时不休息。丈夫的工资每月都交给婆婆，三个小姑子上学花销大。

我怀孕了，手里一分钱没有，连一个苹果、鸡蛋都没吃过。我想吃酸的东西，就去地里摘野酸枣。

三个小姑子开始陆续找对象，公公审他们，还叫我必

须陪审，经常审到半夜，有时审到天亮。我又困又累，就这样一天天熬着。生活的苦难还能忍受，咬咬牙也能过去，最难受的是公公的脾气大，蛮横不讲理。有时我说话不合他意了，他就动手打我，有时不说话他也打。一次吃完饭，我去刷碗。我儿子吃剩了一个红薯头，放在桌子上了，婆婆怕浪费，就捡起来吃了。公公不干了，过来打我，说：“你妈有糖尿病，不能吃红薯。”婆婆赶紧说：“吃这么一点不碍事，我死不了。”公公不听，还是打，他力气大，会武功，几下子就把我打倒在地。

我和公公婆婆一起生活了十年，小打是经常的，我身上总是青一块、紫一块的，旧伤未好，又添新伤。有一次，公公打的我腿疼了好久，走路一瘸一拐的，一直未好，又接着挨打。有时是大打出手，不仅公公打我，三个小姑子一起打，有几次我差点死了。最后一次是在公交车站，公公把我打倒在地，骑在我身上，双手掐我的脖子，掐的我上不来气了。正巧学校校长、老师从公交车上下来，把我公公拉开，把我救了出来。

由于身体和精神长期处于痛苦和压抑中，我心里极度痛苦，但哭不出来，不会哭了，只会狂笑，不受控制的狂笑。手脚也不受控制，手舞足蹈、又蹦又跳。我在家里疯疯癫癫，就想杀了公公一起死，我不想活了。

这次公公害怕了，不敢回家，跑到他弟弟家躲了起来。后来，丈夫租了一间房，把我和儿子从农村接了出来。在安静放松的环境中，我身体和精神都恢复了正常。

后来婆婆病重，大小姑子回去照顾了一段时间，受不了她父亲，走了，不管了。公公把房子卖了，带着婆婆去了他最喜欢的二女儿家，可是二女儿二女婿也都嫌弃他们，

没多久把他们轰了出来。公公走时想要点钱（公公每个月的工资在二女儿手里），二女儿故意把钱撒在地上，让公公去捡。公公当时就流泪了，钱也不要了，带上婆婆走了。

公公无家可归了，带着婆婆去了他原单位的招待所住着。后来有人给我丈夫打电话，让他把自己的父母接走。此时，我们住上了楼房，生活刚刚好转。公婆的到来，如同晴天霹雳，以前公公和小姑子伤害我的那些痛苦又都翻了出来，我接受不了，哭了一个星期。

公公见到我，满脸羞愧，坐立不安。婆婆病情严重，已经傻呆呆的了。看到婆婆这样，我于心不忍了——善良的婆婆挨打受气一辈子，太可怜了。婆婆和我没红过脸，她在家里家外都说儿媳好。看在婆婆的面上，我极不情愿的接纳了他们，但心头这个怨恨我无法化解，深深的在心里埋着。

我们家房子面积小，楼层高，没电梯，公婆看病出行很不方便。丈夫又去找领导软磨硬泡，借了一个一楼一居室给公婆住，每月房租我们交。后来又借钱把房买了下来，房产证写的是公公的名字。

婆婆主要的病是脑梗和糖尿病，后来病情越来越重，经常住院，都是我一个人照顾，给婆婆喂饭喂药，擦洗，接屎倒尿。小姑子们也只是买点吃的去看看，一天都没管过。有一次婆婆大便，二小姑子正好来了，她给收拾了一半就不干了，对我说：“我真受不了了，嫂子，你太不容易了。”

一九九五年十一月的一天夜里，婆婆去世了。同一天夜里，公公因为脑梗被送医院抢救，我又去医院照顾公公。他们俩真是无缝衔接，我一天都没有休息。公公虽然被抢

救过来了，但不会走路了，医生让回家养着。回到家，除了照顾好他的生活外，还要帮助他做康复锻练，每天我都很累很累的，心里充满了委屈和怨恨。

二、从委屈与怨恨中走出来，善待公公

一九九八年，我开始修炼法轮大法。走入修炼后，我知道了今生的苦难都是自己造的业，欠了债，是要还的。我恨公公和三个小姑子都是不对的，说不定哪世我欺负过他们，干过坏事。我越学法心里越亮堂，心中对公公象坚冰一样的怨恨开始瓦解，一点点溶化。我开始真心对公公好，就象对待自己的父亲一样，没有分别心。

我小时断断续续上了两年学，好多字都不认识。我把不认识的字抄下来，丈夫和儿子有空就教我识字，后来大法书我都能读下来了。我每天学法时念给公公听，他说：“师父讲的真好，师父怎么什么都懂啊！”我每天打坐，公公也跟着打坐。公公身体越来越好，每天我领着他在小区里散步，有时我骑三轮车拉着他去小公园、市场玩，公公更高兴了，开心的象个孩子。

一九九九年七月，中共开始迫害法轮大法后，公公不敢打坐了——他是警察，深知共产党的害人手段。他说：“我是共产党员，得听中央的，别把我的工资弄没了。”公公不再听法了。

二零零五年，我被非法劳教两年。丈夫去劳教所会见，见到我就悲伤的痛哭，半天说不出话来。过了好一会儿，他说：“爸爸病重了，没人管了。”我说：“先雇一个保姆吧，等回家我管。”

我恢复人身自由回家后，公公已经完全不能自理了，

吃饭喝水要人喂，大小便失控，状态很不好。公公经常住院，白天晚上我一人护理，太累了。我没有时间吃饭，给公公喂饭时，我们共用一个饭碗，我喂他一口，自己吃一口。有时刚给他喂了饭，马上又给他收拾大便。护士看见了，说：“你真行，也不嫌他脏。”我很自然的回应说：“不脏，人都有老有病的时候，难免。”这时的我，是真心的不嫌弃公公，因为我是修炼人，对谁都好，何况他是我公公。他现在病痛难受，我应该给他关心和温暖，让他欣慰。

有知情的人对我说：“你上面给他喂饭，下面给他抓屎。过去他打你那么狠，你不能忘了。你饿着他，饿死他，不给他饭吃！”我听了淡淡一笑。是啊，如果我不修炼大法，真不知能干出什么来。

我经常在心里默背《精进要旨》〈境界〉，我提醒自己要做善者，不做恶者。

三个小姑子还是那样，买点吃的，上医院看看公公，转一圈就走了。我心里很平静，没有一丝怨言——我不攀比任何人，我能理解她们，小姑子们都出嫁了，都有自己的家庭、丈夫、子女，都有难处，过的不容易。

公公出院了，天气好时，我用轮椅推着公公去外面透透气，晒晒太阳。有几次，路上有人问公公：“这是姑娘吧？”公公自豪的说：“比姑娘好的儿媳！”

公公还没有退党，我跟他提过几次，他都沉默不语。二零一二年，公公病情再次加重，已经不能说话了，他的日子不多了。有一天，我轻轻握着他的手，说：“爸，把您那个党退了吧，退了咱们去好的地方，归师父管。您要是同意，就攥一下我的手。”他听明白了，紧紧攥着我的手，半天不松开。我真为公公高兴，他得救了，他的未来是美

好的，我止不住流下了眼泪。不久公公去世了，老人没怎么痛苦，安详的走了。

三、以德报怨，看淡钱财

多年来，我赡养公公婆婆所做的一切，三个小姑子都看在眼里。她们多次说：“嫂子真不容易。”叔公拿我当榜样，经常在村里、家族中称赞我孝敬老人，是难得的好儿媳。有时我回农村老家，经常有人对我竖起大拇指，赞许的说：“你是这个！”

我们这个大家族中的几十个人都退出了中共的党团队组织，他们都认可大法，都知道我是因为修炼大法而发生的变化，是大法化解了我多年的怨恨。

我们家年年都被评为“文明家庭”，居委会主任每年都亲自带人来我们家送奖状、奖品。还有一年，把我评为“好儿媳”，刊登在一个市级杂志上。他们拿来杂志给我看，我才知道，但他们不敢说我是因为修炼法轮大法才这么好的。

有一次，我被抓去“转化”班。居委会人员做“转化”，主任带了三个人去了。他们见到我，眼睛里是善意的目光，什么都不说。他们走时，主任温和的对我说：“过几天我们来接你。”第二天，他们就把我接回家了。这么多年，居委会人员从不来我家骚扰，他们心里都明白真相。

当初我们给公婆买的那套一居室房子，送走老人后，我儿子一直住在那里。丈夫想办理房子过户，需要小姑子们签字。丈夫给三个小姑子打电话说明了情况，三个小姑子都爽快的签了字。她们说：“这个家多亏了嫂子，父母晚年享福了，嫂子太不容易了。”我说：“不学大法，我真做不到。”小姑子们很认可大法，认可我的真诚、善良、忍让。

公公婆婆在我家这些年，二位老人经常看病、住院、吃药，都要用钱。公公退休早，工资少，看病、住院只能报销一部份。婆婆是农民，全是自费，所以我们经常向别人借钱。我们有个记账本，哪家二千元，哪家二千元，借了十多家，我们有点钱，就赶快还人家。这些年公公婆婆住了多少次医院，花了多少钱，已经记不清了。安葬二老的后事，也都是我们花钱办理的，小姑子们没出一分钱，没管过一天。

送走公公后，公公单位给了八万六千元丧葬费。丈夫领回钱后，我们把三个小姑子请来，去饭店吃了一顿饭。三个小姑子加上我丈夫，每人分了二万元，我儿子分了六千元，小姑子们都很满意。

如果不修炼法轮大法，我是绝对做不到的。这些年，我们给公公婆婆花的钱，远远超过这笔钱。这笔钱如果我不说给她们，谁也不敢来找我要，谁来要，我会跟谁算账。修炼大法了，我要听师父的话，做真正的好人。丈夫是家中长子，有一句老话：长兄如父。父母不在了，长兄要象父亲一样，爱护弟妹，所以我要看淡利益，善待小姑子们。

现在我每天心中都充满快乐，师父让我们做一个无私无我、先他后我的好人，我做到了。这个快乐，是花钱买不来的，只有真正实修，才能体悟到。

叔公是公公唯一的弟弟，他们兄弟感情很好。老家还有五亩地，别人要是租种的话，每年少说也得给我们几千元钱。叔公想种，就一直让叔公种着，我们从未提过钱的事。后来这块地被一个事业单位征用，建了停车场。征地费叔公一个字不提，我们连问都没问——叔公岁数大了，得点钱不容易。在我们心里，叔公如同公公一样，我们要敬着

他老人家，孝顺他老人家，让老人健康、快乐，无忧无虑的安度晚年，这是我们的心愿。

叔公也能感知到我们的善意，每次见到我们都是开心的笑。叔公朗朗的笑声，是我听到的最好奖赏，做好人真快乐！

四、丈夫、儿子助我救人

这些年我一路走来，丈夫和儿子亲眼目睹了这一切，他们是受益者，也是见证者。他们深知：是法轮大法挽救了我，挽救了我们这个家庭。丈夫和儿子老实、善良，不会说什么，但他们用实际行动感恩师父，感恩大法。

二零零八年，我在家里开始做真相资料，一是自己出去发，二是提供给部份同修发放。丈夫主动帮我买纸，乐呵呵的扛上楼，从不说累。儿子上班忙，但经常晚上开车拉我去偏远地区、农村发真相资料。丈夫经常白天骑摩托车带着我出去发资料，我们周边几十里范围内基本都发到了。丈夫和儿子都很机智，边走边观察，安全了才让我下车。我做真相资料、发真相资料十一年，一直很平稳。

五、世人明真相，得福报

公公还活着的时候，有一天我想骑三轮车带公公出去玩。一低头，看见车下面有一个钱包，打开一看里面有五百元整钱，还有点零钱。我马上打电话给失主，失主是一位妇女，她说：“我刚发了工资钱包就丢了，我一宿没睡，想不起来丢在哪儿了，可上火了。”

她来取钱包时，给我公公买了两包豆奶粉，我不要不行，她跟我急了。她感动的说：“你可真是好人哪！我都没想到钱包还能找回来。太感谢你了！”我说：“我是学大法

的，师父叫我们做好人，不是自己的东西不能要。你别谢我，你谢谢大法师父吧！”她走到师父法像前，双手合十，恭恭敬敬的说了三遍：“谢谢大法师父！谢谢大法师父！谢谢大法师父！”

我给她讲了真相，她立即同意三退。我又给了她一个大法真相护身符，告诉她常念“法轮大法好，真善忍好”，做好人有福报。她说：“记住了。”她拿着钱包高兴的走了。我们小区有个人认识这个妇女，说她后来得了癌症，治好了。十多年了，她还活的好好的。

我们小区有个保安是外地人，家在农村，他媳妇在我们小区做保姆。有一天，我给他讲真相，他爽快的三退了。他很认可大法，想跟我学大法。

我有几次叫他跟我去贴真相不干胶贴，他去了。我领他去了两个小区、几条马路，他贴的还挺快。我们小区有一个诽谤大法的橱窗，玻璃太厚，我叫他去帮忙。他力气大，用斧头砍了好几下，才砍开一个口子，我的手勉强伸进去，把那个纸撕了下来。

我都没想到，他的福报马上就来了。他儿子大学毕业后，在我们小区找了一个女孩结婚了。女孩家条件好，给他们买了一个新小区的新房做婚房，没用保安出一分钱。后来女孩的母亲改嫁走了，又留下一套房子给了女孩，女孩把新房给保安住了。

现在保安夫妻俩也不上班了，在家看孙子。后来保安请我去他们家玩，去他们小区发真相传单，小区干净漂亮，房子格局也好。保安家喜事连连，把他们俩口子高兴的合不拢嘴。

善待大法一念，天赐幸福平安，这是千真万确的。

六、历经魔难，志不退

二零零五年，我被非法劳教两年。二零一九年，我和十几个人聚餐后，我给走出饭店的每个人发了一个真相资料包，被其中一人恶意举报，我又被非法判刑四年半。

二零二四年我回家后，虽然没能继续做真相资料，但我坚持去公园面对面讲真相。师父把有缘人送到我身边，我只要张口讲真相，对方基本都能三退。

梦中师父鼓励我大丰收了：我肩挑、手拾了好多核桃；有时是摘了许多大桃子，有时师父还给我很多好吃的，都是从未见过的东西，梦醒后嘴里还有香味呢！

以上是我这次的交流内容。

（二零二六年明慧网大陆法会交流稿）

师尊慈悲安排让我化解了今生几段恩怨

文：中国陕西大法弟子

【明慧网二零二六年十一月二日】我是一九九七年得法的老学员。近三十年来，遵照师尊的教诲，我消除了许多曾经的恩恩怨怨，也修去了许多人心。但是，我和四个人的恩怨却久久不能化解：有一对十分忌恨我的夫妇，有一位让我无法原谅的下属，还有一位我深感对不起她的人。

借法会之机，我汇报在师尊的慈悲教导和安排下化解这些恩怨的故事。

一、“错”敲房门

我在省会城市的一个大单位里工作。在上世纪八十年代，单位出资修建了一个很具规模的露天游泳池。每到暑期，前来游泳的男男女女人山人海，所以票房的收入十分可观。后来游泳池被一对夫妇（男G女K）承包，可他们给单位上缴的承包费连水电费都不够付。就这样，单位花了钱，他们发了财，职工意见很大。

就在这对夫妇经营游泳池六年后，我兼任了相关职位。根据职工们的强烈要求，我打算将游泳池临时收回，由工会试经营一年，看看每年到底能有多少收入，然后制定一个合理的承包指标。不料，我的计划被这对夫妇得知，G就找我大吵大闹。后在单位一把手的干预下，我的计划被迫落空，我只能忍气吞声。

一年之后，在舆论的压力下，这对夫妇放弃了对游泳池的承包，也和我结下了势不两立的怨仇。在以后的相处中，我们虽然也点头、打招呼，但深藏的敌意和气恨都心照不宣。

一九九七年，我修大法了。师尊一直教导我们要宽容，要原谅别人。师尊在《澳大利亚法会讲法》中的一段教诲使我深受触动，师尊教导我们：“大家想一想，佛、神，那伟大的觉者，他会和人生气吗？绝不会的。因为他没有在人的层次中，没有常人的情。怎么能把自己摆到常人中去呢？你和常人同样对待矛盾的时候，你已经就和常人是一个水平、同一境界了，就是你已经在常人中了。你只有不和他们一样的时候，你才不在其中。当然表现出来那就是宽容、大度，常人会这样看，其实是大家修炼中心性所在位置的表现。所以不管你们在任何环境下、任何情况下遇到矛盾的时候，都要抱着一颗善良的心、慈悲的心对待一切问题。你要不能爱你的敌人，你就圆满不了。”（《澳大利亚法会讲法》）

师尊的教诲让我认识到：我多年来对他们夫妇的耿耿于怀不就是没有把自己当成修炼人而混同于常人了吗？想想他们只是私心重了些，人并不坏——他们夫妇退休后，K还是单位老年合唱团的指挥，她很热情，所以大伙都称她“K老师”,我为什么就不能原谅他们呢？当大法被打压、我被迫害后，他们夫妇并没有借机落井下石，还曾经表露过对我的同情，他们不也是与大法有缘之人吗？

当我没有了对他们夫妇的怨恨时，也曾多次萌动过应该给他们讲真相的念头，但都在“他们能理解我吗”等各种人心的阻挡下，用“等等再说吧”为自己开脱。这样一等就是十多年。

二零一三年春的一个晚上，我带着一盘“神韵”光碟，打算到十七号楼二单元的三层去给一位同事讲真相。当我兴冲冲的敲开房门时，出现在面前的却是“K老师”，我立

即意识到自己少上了一层楼、敲错了房门。我没有惊慌，很自然的笑着说：“K老师您好！我知道您喜欢歌舞，特意给您送来一盘世界第一秀的歌舞光碟。”她满脸堆笑的叫着我当年的官衔，说了声“谢谢”，请我進屋，并高声喊着G的名字，告诉他我的到来。从他们的喜出望外，我看到了他们被我的“主动”登门所感动！

我就从“神韵”说起，切入了谈话的主题。突然，G插话道：“我多次告诉他们（他周围的人），谁要说法轮功不好，他肯定就不是好人！”我猛的一怔，惊异的看着他。他说：“您想不到吧？我们俩口子早就开始信天主教，我们都是有信仰的。共产党镇压法轮功，简直是荒唐透顶！”我也明白了当初他们对我遭受迫害表示同情的原因。

我给他们介绍了“四.二五”和平上访、天安门自焚伪案、大法洪传世界及“三退”大潮的真实情况，他们都认真的听着、议论着。虽然他们（因为宗教的束缚）当时没有答应“三退”，但他们明白了真相、认同真善忍、相信大法好，我为他们摆放好了他们自己未来的位置而高兴！聊了快一个小时，我起身告辞，他们礼貌的送我出门。

我为刚刚发生的因为走错楼层、敲错房门而引发的神奇一幕激动不已！想想自己当时面对突如其来的变故所表现出的淡定和自然得体的表述（说明来意），不正是师尊赋予的能力和智慧吗？短短几十分钟的交谈，不仅使他们明白了真相，也使我们十多年的积怨顿时冰消雪释。这一切不就是慈悲的师尊看到我虽有消除积怨的诚意，却没有主动和解的勇气而为弟子做出的巧妙安排吗？感恩的热泪淌湿了我的面颊！

二、被“请”进门

我有一位下属N，他擅长书法，且对我尊敬有加，所以我对他很器重，实际就是偏爱。在一次干部调整中，我力排众议，保住了N的职位，他十分感激。过后他主动告诉我：“我老爸让我永远记住您的恩德，一辈子都不能忘记！”所以，我从来没有想过他会与我反目。

当大法遭到打压、我被迫害时，N出乎意料的成了头一个与我“划清界限”的人。他不仅不再和我往来，而且途中相遇也成了“不曾相识”的陌路人。让我最难容忍的是一次他对我的公开伤害。

一天早上，我和妻子坐在早市的一个长条桌边吃早点。突然看到N夫妇也来用餐。他们不去别的桌旁就坐，偏偏就来在我们桌，坐在我们对面。大家相距不到五十公分，N却对我们视而不见，他头也不抬，一声不吭的吃完就走。妻子气愤的低声说道：“势利小人！”

我明白：N今天对我的不屑一顾，既是他与我这个法轮功“顽固份子”彻底决裂的宣告，也是他对我的公开羞辱，因为他以这种方式对我的伤害不亚于当众扇我两个耳光。我十分悔恨，当初我怎么就对他看走了眼，没想到他会如此忘恩负义。为什么在我的生活中就遇到了这么一个人呢？

后来，从师尊的讲法中我才明白这一切都不是无缘无故的。N的表现不就是在帮我提高心性吗？我当初对他的偏爱、今时对他的气恨不都是情吗？他过去对我的尊敬、恭维和今天对我的不屑一顾，不就是在帮我暴露自己喜听好话、维护尊严、好面子、希图虚荣等等执著于“名”的人心吗？联想到师尊在《转法轮》中讲的“一举四得”的法理，我想通了许多，也轻松了许多，对N的气恨也消去

了许多。但是，要做到对他感谢，我还真做不到。我明白：自己的境界一时还达不到完全原谅他的成度，还有许多人心没有去掉。

后来，N在一次全国书法比赛中获得金奖，一举成为名噪一时的大书法家。我听到消息后闪出的第一念是：呵，这下他可是春风得意、不可一世了。过后想想自己不是为他高兴，而是还有记恨，更有对他的妒嫉。我怎么还有如此强烈的妒嫉心呢？我深感惭愧。告诫自己：必须修去。

二零一七年的一天，N突然来到我家。他红着脸，结结巴巴的说明来意：给我儿子送来介绍他（N）的画册和两幅价值不菲的书法作品，请我转交。说完他转身出门就走。他的匆匆来去再次出乎我的意料，但我当时就意识到：他哪是给我儿子送东西？他就是以这种方式来给我道歉的！我想：他经过这么多年，可能良心发现或明白了什么。他今天能上门道歉，不知得下多大决心、鼓多大勇气？真的难为他了！

想想N一生也很不易，尤其为帮我修炼，被安排扮演了那么一个尴尬的角色，还得受许多非议，我真得谢谢他。他也是我的一位重要的有缘人！此刻，我没有怨恨、没有了情，只想着他也是应该得到大法救度的生命。我想这就是大法弟子应有的慈悲吧！本应当时去给他们夫妇讲真相，考虑到他已是中共的红人，为了稳妥，等等再说吧。实际当时我仍有怕心。

二零二五年初的一天，我去十七号楼二单元找人。我正在按防盗门的密码键时，突然N从里边把门拉开。他见是我，马上高兴的说道：“老领导，原来是您呀！我家就在一楼,快请进屋！”我明白：今天的巧遇仍是师尊的安排。

对我的登门，他们两口子非常激动，他们明白我已经原谅了他们，赶紧倒茶、端水果。刚坐下，N就说：“您这二十多年受委屈了！都怪江泽民那个老东西。”没等我插话，他就“蛤蟆精”、“大汉奸”、“卖国贼”的骂了一通，接着说：“他把国家搞成什么样了？死了还被捧的那么高，什么这个家、那个家的，还军事家哩？他当过兵吗？会打枪吗？”我说：“他的最大罪恶就是迫害法轮功！”N说：“这个我知道，当时其他常委都不同意镇压。”看来，他知道的很多。我忽然明白了他几年前登门向我道歉的原因：他可能读过《九评共产党》或听过真相。

我给他们讲了“四·二五”上访和自焚伪案的情况后，拿出“藏字石”的照片，N念了“中国共产党亡”几个字就说：“这是天意！”然后，我给他们做了“三退”、赠送了真相护身符。

N把我送出楼门老远。二十多年的恩怨终于化解，我们都很欣慰！

三、主动登门

退休前，我是本单位“技术职称评审委员会”的主任。在一次职称评审的投票中，让本应晋升高职的子弟中学的L老师落选了。L委屈的痛哭过，也到纪委投诉过，从此她也不再理我。作为评委会主任，我明知这次评审的结果不公，应该复议；但害怕伤及另一位熟人，也就作罢。过后想到此事对L的伤害，我甚觉惭愧：她不仅升不了工资，而且在同事、学生、亲朋面前都很丢人。她是这个单位大家公认的老实人。所以，多少年来，我为亏待、伤害了一位老实人而良心不安！

当我被迫害后，L虽然没有幸灾乐祸，但仍是不搭理我。我明白：如果得不到她的原谅，她就很难接受我给她讲真相。所以，我一直在找机会向她道歉。但是，每当和他们夫妇碰面，她丈夫还客客气气的和我搭讪几句，可她要么“给”我个脊背，要么扬长而去。就这样，道歉的事就一拖再拖。

想想师尊一直在身边保护着我，为我摆平了多少自己不知道的历史恩怨。为了帮我解决这一世困扰自己的两起矛盾（前述），师尊又安排我不由自主的上门化解，师尊为我操碎了心！我想：这一次不能再让师尊为我操心和烦劳了，也不能再被动的上门了！我必须放下人的观念，坦坦荡荡的主动登门给L道歉。

今年夏初的一天，我来到L家的门洞，她家没有电梯，我扶着楼梯的栏杆，一个台阶一个台阶的走上七楼，敲开她家的房门。L开门见是我，冷冰冰的问：“你找谁？”我笑着说：“找您！”“找我干啥？”“向您道歉！”她丈夫听到是我，赶紧出门请我進屋。

坐定后，我就把三十年前因为评职称而伤害她的事说了一遍，然后郑重的向她道歉，请她原谅。她一听，有点激动，也有点难为情的说道：“哎呀！都三十年前的事了，您还把它挂在心上，害的您……都怪我，咳！”接着说道：“其实当时我虽然有点怨您，但不恨您，因为您并不想害我；想害我的是某某某（前领导）。”

我惊异的看了她一眼，她就把四十多年前，她刚到单位与他（前领导）一家住在筒子楼做邻居时的恩怨叙述了一遍。然后她说道：“为了报复我，评职前他（前领导）给评委们做了工作。现在他已经去世了，我也不记恨他

了。”我说：“作为评委会的主任，当时我有私心，没有挽回对您的不公，我有责任。”“您也只有一票，您又左右不了其他评委。”她笑着说：“算了，以后不再提这件事了！”听到她的谅解，我如释重负。他们两口子也笑了。

然后我告诉他们：“我今天登门还有更重要的事……”“什么事？”他们急切的问道。我说：“关系每个人命运的大事！”接着，我就把大法真相和“三退”保平安的事详细讲给他们。他们夫妇很激动，高兴的退出了中共，接受了大法真相护身符。

他们把我送出家门，不断的说着“谢谢”、“对不起”。作为法轮大法弟子，能得到这个结果，我倍感欣慰！我明白他们此刻的感慨和心语：一位八十多岁的老领导为了三十年前的恩怨登门给当年的下属道歉，还给他们传递了福音。

上面汇报了自己为化解恩怨、讲清真相所经历的三个真实故事。从“错”敲房门到被请進门再到主动登门道歉，记录了自己一步步提高心性的修炼过程，也是我理悟师尊教诲、感佩师尊慈悲的安排！

感恩伟大慈悲的师尊！

（二零二六年明慧网大陆法会交流稿）

与同修共同闯过生死关

文：中国辽宁大法弟子　净晶

【明慧网二零二六年十一月三日】

尊敬的师父好！

同修好！

我身边的一位大姐同修，一次在挂条幅时，因电动车翻车而受伤，又一次在租住房晕倒，两次身处生命危急。两次，我努力调整自己的心态，放下私念后，得到了师父的加持，与同修一起走出困境。在此与同修们交流过程中的心得体会。

第一件事：送上门来的难题

有一天半夜，我突然听到敲门声，知道这是同修的敲门声。我赶紧打开门，三位同修在门外，看到同修们的神情时，我吓了一跳，赶紧请他们进门。

我问其中的B阿姨：“这是怎么了？”B说：“我们三个出去挂条幅，不知怎么车就翻了，我俩（指她和另一位大姐同修）都掉下去了；我还行，自己爬起来了。过去一看，她躺那，什么也不知道了。给我吓得呀！这可怎么办呢？要是她家姊妹知道了，可怎么办？我就赶紧喊师父救救她，求师父帮忙。我俩（指她和司机男同修）把她扶起来一看，她这个样子，也不敢送她回家呀！这要有个什么事，怎么整？我俩商量，就把她送到你家了。”

大姐同修是一位平时和我走的比较近、比较知心的同修。我一看，大姐已经糊涂了，什么也不知道了。我说：“没有别的办法了，咱赶紧一起给大姐发正念吧。”B说：“我得

回家！”我惊讶的问：“你不（留）在这啊？！你就一个人（独居），你回家干什么？在这吧！”B说：“我不能在这儿，我都吓这样了，哪还能发出正念！不行、不行，我得回家！”并说，另一位开车的男同修，他也不能在这儿；他回家晚了，他家里人不行，他肯定得回家。说完，他俩匆忙走了。

我怎么也没想到：老同修人都这样了，他俩给送过来就不管了。这种情况回家，也睡不着觉呀！留下来，多一个人，正念还能强点，也能互相壮壮胆儿，有什么事，也好有个商量。

随着他俩关门那一刻，一种恐惧、无助立刻向我袭来。那晚，就我一个人在家住，怎么办？没有选择了。我在师父的法像前，虔诚的请求师父保护大姐一定不要有事。我一边安顿大姐在小炕上躺下，一边赶紧调整心态，站在B阿姨的基点思考——同修为了把条幅挂的高，挂的好，站在车斗里，车走走停停，摇摇晃晃，七十多岁人了，已经很不容易了。她和大姐一起摔下车，她没有摔坏，自己还能起来，这个结果就已经很好了，我还要求她什么呢！挂到这么晚，她已经很疲惫了，又被大姐的状态惊吓到了，还担心大姐家姊妹知道不依不饶，她心理已经承受不住了。

想到这，恐惧无助感不那么强了，还生出了对B阿姨的敬佩。既然她把同修交给我，那我自己就能行。安顿好大姐，理顺好心态，我就在师父的法像前坐下，开始发正念，解体迫害同修的一切邪恶生命因素，请求师父加持同修赶紧清醒过来，绝不能给世人造成负面后果。

发着发着，怕心逐渐淡了些，但脑子里还不断往上翻大姐如何危险的情景，不自觉的就睁眼看看大姐什么样，思想业翻江倒海静不下来。我就请师父加持，努力的否定、

排斥、解体一切外来干扰与迫害。逐渐没有了担心，但还不时的睁眼观察大姐的状态，不知道发了多长时间，感觉一切都安静了。

天也亮了，大姐睁开眼，奇怪的问：“我怎么在你家睡觉呀？”我说：“你不知道你怎么来我家的了？”她说：“不知道呀。”我说：“你昨晚跟B他俩出去挂条幅，你还记的吗？”她想了想说：“对，我是和他俩一起出去挂条幅了，那我怎么又来你家了？”我就把他们翻车、她摔下来的事简单说了一下。大姐说：“这个过程我什么都不记的了，怎么翻车的，又怎么来到你家的，你说的这些，我一点都不知道。”

我说：“你感觉现在怎么样？脑袋、身上还有什么不舒服吗？”大姐平静的说：“我没什么感觉，挺好的呀。”我心里的一块大石头落了地。我说：“是师父保护了你啊！不然不知是什么后果了。”我和大姐交流了一些想法。后来，大姐也认识到，那天晚上挂条幅时，心不纯净了，嫌B动作太慢，由此而对B生出了抱怨心，可能是这颗心被旧势力钻空子了。

看到大姐清醒过来了，身体没有什么不正确的状态，自己还能走着回家了，我却一下子象泄了气的皮球，一个人软软的、静静的坐在那儿，心久久回不过神儿来。有谁能知道昨晚师父所承受的一切啊！昨晚，另外空间到底是怎样的正邪大战，才抢回了大姐同修。写到此，我已泪流满面，弟子再次感恩慈悲的师父！

第二件事：陪读中身陷魔难

得知大姐同修想去孩子上学的市内去陪读。那些天，我看她为家中琐事心不太稳，担心她用人情人念来处理，会打乱师父安排的路，所以没太赞同她急于要去陪读的想

法。毕竟离开家那么长时间，所有的事都会有一个新的变化，我建议她先慎重考虑，调整好心态，请师父安排。为此，大姐误认为我不同意她去陪读，觉的我没站在她的角度上思考问题，没理解她的苦衷，对我产生很大的怨恨。

接下来，关于陪读的事，大姐都没有和我交流，也没告诉我，直接就决定去市内陪读了。当时我没想到大姐去意已决，等我再去大姐家时，她对我很冷漠，我也感受到了大姐的难处。我回家，和丈夫说我看到大姐的不容易，丈夫说：“去给大姐送两千块钱吧。”我和丈夫俩去送钱时，借机和大姐交流。那次感受到大姐对我的疏远，真的出现了间隔，没有了以往彼此的那种信任、理解；以往即便我的建议是不妥当的，她也都能善意的去听去思考，从没有抱怨。如今却没有了以往的交流氛围，两千块钱大姐也没有收,那是大姐与我的第一次分歧。我心里没有对大姐的怨，只是觉的很无奈。

事情过去好长时间了。一天，听说大姐在市内陪读的出租屋里，突然昏倒了，人被送到医院抢救。听到这个坏消息，我就赶紧和另一同修结伴去市医院看大姐。到医院一看，大姐正躺在病床上输液，两眼没有了往日的神采，看到我俩，也不知道亲近了。和她交流时，我感到她主意识已经当不了家，她说她什么法都想不起来了，我无法在法上与她交流了，她更发不了正念了。

这时，大姐的家人又给大姐找来一个所谓的大师，一个会邪门歪道的、黑瘦黑瘦的干巴男人，来了就开始在大姐小腹上转圈揉，还在肚脐眼里放东西，大姐不以为然的躺着任由他弄。

我一面发正念，解体那个东西对大姐身体的污染，一

面和另一位同修在心里求师父给我们一个机会救大姐，帮我们解体另外空间控制大姐的乱鬼因素。

当时的情形下，让大姐出院是不可能的了。我和同修商量，不能把她留在医院不管，她已经想不起法了，主意识也不清醒了，就躺着打吊瓶，再被小道的东西污染和干扰，发展下去，那就不好整了。我俩商量得让大姐回家，带她学法、发正念。今天，无论如何都要把大姐带走，哪怕只是一个晚上也行。同修说：“你去和她家属商量商量吧。”我说好，咱俩用正念，再求师父加持。

我就把她家属叫出病房，试着沟通。我首先表明，我不反对大姐住院治疗，大法也没有要求不吃药、不打针，住院吃药都是出于自愿。我和大姐的关系你也知道，这么多年了，我俩相处的特别好，象亲姐妹一样。我看大姐现在精神状态不怎么好，我想今晚领她回家散散心，也许她心情能好点，恢复也快。医院这个地方好人待几天也待坏了。

家属说：“我知道你俩关系挺好，但是她现在这个样子谁敢让她回家呀？！她不住院根本就不行，那天送医院晚点，人就过去了。血压、血糖高的都吓人，随时都可能迷糊跌倒，谁敢让她离开医院？一旦晕倒怎么办？”我说：“我就领她回我家住一晚，看看换个环境怎么样？我再让她看看师父的讲法，我觉的这样对大姐能好。明天早晨，我早点打车，再把她送过来，也不影响明天输液。”家属说：“不行，哪敢这么干？万一再晕倒就毁了。”

我说：“这个利害关系我都知道。你想想，我会拿大姐的身体开玩笑吗？我要是给大姐领回家，出现一差二错，那你们家人不得追究我责任呀！甚至可能诋毁大法。可现在大姐这个样子，我怎么能眼看着大姐这样下去无动于衷、

袖手旁观？如果我俩不是这种关系，我不修大法，你今天就是给我多少钱，让我今天接她回家住一宿，你给我立字据保证出事故与我无关，我都不会干的，我不会去干这种傻事的。”

家属听后，若有所思的说：“那你领她回去住一宿就好了？”我说：“我觉的最起码能向好方向发展，比在医院要好。对大姐来说这也是最好、最捷径的办法。所以，我才有勇气出来跟你商量。我这个人面子心也挺重，被人拒绝也是挺难堪的。我考虑再三，我才做出这个决定的，不是随随便便就跟你说的。我领大姐回家,我要面临的是什么？我需要怎样做？提供什么样的环境？将是什么样的结果？这些都是你想象不到的。所以你要相信，我会为这个举动负责的。”

“况且大姐学法修炼这么多年，学法闯过魔难的例子也有，你也知道的。大姐要不是学大法，经历那么多磨难，她能走到今天吗？所以我就是想让她回家看看师父的讲法。现在医院住院，晚上也不查房。只要不耽误上午输液就行。你放心吧，如果没有好转，我早早就把她送回来。今晚你也回家歇一歇吧，这些天在医院，把你熬的也够呛。”我讲了很多，终于征得家属同意我领大姐回家。

得到家属的同意后，我就赶紧去病房进一步启发大姐正念主宰自己。一进病房，我跟大姐说：“我来领你回家，去我家，你一会就跟我走。”大姐无动于衷。我说：“你收拾收拾咱回家。”她疑惑的说：“我干什么跟你走？我不跟你走，要走，我回我租的房子，我也不跟你走。”闻听此言，我知道这不是大姐真正明白的那一面说的话，是邪恶因素想让她脱离整体，同时也感到大姐心里对我的疙瘩还没解开。

我稍微有一点点的失落，但内心非常明确我今天是来干什么来的，正念解体对同修的迫害，坚信师父一直在身边加持我，我不能掺杂人心。和我一起来的同修也一直在劝说，终于大姐同意和我们一起回我家。

大姐的另一个家属开车，把我们和大姐送到我家。下车时，我有意打趣的对家属说：“如果明天真的奇迹出现了，大姐身体恢复正常了，叫她回去，她自己也不能去了。你要想她，就来我家看她吧。”

大姐到我家之后，我就打开大电视，没有急于给她看师父的讲法录像，而是把带有师父画面的歌曲视频放给大姐看，《师恩颂》《师父的手》《师父啊谢谢您》《法轮大法好》等。视频里反复出现慈悲祥和的师父，房间里充满能量，一下子就唤醒了大姐真正的自己。

我又通知几个同修来和大姐交流。大姐看到同修们，她正念出来了，眼神也不迷茫了，精神了。我和大姐在一起学法交流，直到晚上睡觉，大姐变回来了，医院里那个状态的大姐没有了。大姐告诉我：“明天不去医院了。”我说：“你行吗？”她说：“行。我给他们打电话，告诉他们我好了，不去了。”

我非常开心。我告诉大姐：“你在这住就象跟你自己家一样方便，不要受拘束，就安心在这住着。咱们一起学法、发正念。”大姐也高兴的住下了。

接下来，我找来同修，轮番陪大姐学法，天天上午、下午家里都有同修。大姐身体越来越好了，还能给我收拾卫生。我白天上班去，家里就交给大姐。

过两天，有同修和我说：“你家门简直都关不上了，（她的亲戚）这个来那个去的。你说，她（指大姐）也是，本

来上你家来就是为修炼、闯关才来的，她就不应该让家里人老这么来看她；要看，等回她自己家再看呗。本来同修在一起能好好学学法，交流交流，她家亲戚一来，就没办法学了。再说，你家里天天来这么多人，叫跟前邻居看这成什么了？！”

我后来得知，确实有亲戚来我家里看她，我也知道同修提出的现象很重要，都是得注意的，得珍惜这来之不易的修炼环境。大家在一起学法的环境是神圣的，不能被探望的常人干扰，偶尔探望两次没问题。可以跟亲属说明白，亲属应该都能理解。但是，这些话我都没和大姐直接交流，我怕影响到她在这安心住下的心情。再说，从医院出来时，我也让家属来我家看大姐的。另外，她家人来看看，也能放心。她们看到大姐在这比在医院还好，也是在证实大法的超常。

为了维护好修炼环境，我就自己增加发正念次数，清理我家的空间场。其实我平时是很注重安全的，自我保护意识也很强，经常是发现问题就顾虑重重，往不好的地方想。可在大姐这件事上，我却出奇的无私无畏；平时看到有不妥的，就会加以防范的我，这次看到不妥，却觉的成不了阻碍。我清晰的知道这不是不理性，也不是不懂得安全，更不是不计后果，而是特别相信所有的所谓不妥都会在大法中、在无私的为他中，在慈悲中，化为乌有，这也许就是我敢于领大姐回家的底气吧。

转眼大姐在我家住了大约一个星期吧，身体完全恢复了，我俩也成为知心同修了。记的大姐想回家那天，我俩心里都酸酸的。我中午回来吃饭时，看到大姐把地板、厨房都擦的干干净净。她告诉我，她已经好了，下午和同修

学完法就回家了。我说：“你再住两天呗。”她说：“住多长时间不都得走嘛！”我上班走时，大姐送我到门口，不舍的说：“你晚上下班回来，我就不在你家了。”我看到了大姐眼中的泪花，我默默转身，含泪关上了门。泪水中有我们这些天朝夕相伴在法中升华后的惜别，也有我们共同成功闯过病业魔难的感慨，也有还没修去的同修情。患难与共的同修之缘，愿我们都能在法中功成圆满。

结语

回头想想在大姐这两件事上，当时虽然有那么一点点正念，感觉并不是自己扎扎实实修出的那种正念，只是在某几件事情上，我得到了师父的加持，才得到一个好的结果。多么希望这个正念状态能长久保持下去，多么希望自己能修出那种博大的胸怀，多么希望能和同修们一起坦坦荡荡共同精进。不要因为心胸狭窄，而把事情搞的很糟，事后还得再从新归正，甚至伤害到同修而不自知。在此，也向曾经被我伤害过的同修说声对不起。

感恩师父慈悲救度！弟子叩谢师父！

（二零二六年明慧网大陆法会交流稿）

放下执著　辨清观念

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零二六年十一月三日】

尊敬的师父好！

各位同修好！

我的修炼走过了三十个年头，深刻体会到了师父在《转法轮》讲法中说的：“整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”我所经历的魔难也好，人与人的矛盾也好，都是为了去人的执著心而安排的。回首走过的路，苦难已经变的平淡，艰难的岁月也仿佛是在磨砺观念的硬壳，修炼好象就是在纯净自己那颗心，把心放在法中，溶在法中。

“要见到同修”的正念不移

二十年前，那是一段血雨腥风的日子，同修被绑架了，被关押到了马三家女子劳教所，我们的心都很沉重。外地的两名同修来到了我们这里，告诉我们：“不要被动，要声援同修，要加持同修，因为我们没有错，犯法的是警察。”后来，我们和被迫害的同修的家属（不修炼）交流，最后要一起去看被迫害的同修。此时，同修正在邪恶的黑窝里绝食反迫害，情况紧急。

清晨，家属三人和我们学员三人租了一个面包车，直向马三家劳教所奔去。当时我们同修稍有些紧张，大家默默的发正念，几个小时的车程，很快就到了。车停在大门外，我们一行人到了负责接见的地方。负责接见的警察告诉不能见，但我们不见不走，家属表现的也很正面。被迫害同修的近九十岁的老公公也来了，他向警察诉说着对儿媳的

思念，并表示一定要见到这个对他非常孝敬的儿媳。我们同修心态坦然，心里发正念，解体邪恶的安排，师父在不断的加持我们，警察的蛮横劲消减了很多。

不长时间，来了一个好象管行政事务的警察，说是帮我们请示一下。我和另一名同修与被迫害同修的姐姐，同这个警察一起，来到另一侧的办公楼里，好象是要找相关的头目。我留在一楼的一个空房间里等待，他们到里面去了。我静下心来，站在那，没有立掌，目光注视窗外的劳教所大楼，发正念解体邪恶因素。顿时，我感到一股强大的能量把我包裹，我仿佛被定住，思想中没有任何杂念，就是灭掉另外空间的邪恶，这是师父无边法力对弟子的加持。

后来，我们与被迫害同修的姐姐回到了负责接见的办公地点。事情有了转机，不一会，接见室的门打开了，一个男警察露着凶恶的眼神出来了，紧接着，乱哄哄的又跑出来七、八个警察在接见室的一边站住，眼睛盯着我们，好象在摆什么声势。我们被允许接见同修了。两名同修留在接见室外，我们一行四人走进到里面的接见室。

当时的接见室是双排长椅子对坐，中间一个小茶几。只见同修从另一侧通道，缓缓而来，有些虚弱。她的丈夫（不修炼）大声呼喊同修的名字说：“不要怕，我懂法了，谁欺负你，可以告他们。”这一声喊很响亮，听着很振奋。我们到一个长椅子边坐了下来。开始，一个女警察队长在我们一边察看；过了一会儿，她走了。我们鼓励同修时，也了解了一些里面的情况，见面的过程很顺利。

在那个充满邪恶迫害的魔窟里，警察想孤立迫害被关押的同修，但我们大家没有警察所说的不让见的概念，就是要见到同修，结果就真的做到了。整个过程心态纯净，

全程师父都在加持我们的正念，心里很踏实。警察开始表现虚张声势，后来都散了。此前劳教所弄来两辆面包警车，停在接见室外，好象要把我们随时装进去似的。后来我们接见完往外走时，车辆都开走了。

这位同修在劳教所里面绝食反迫害了一年多，被灌玉米糊。她坚定的心一直没变，后来终于解体了邪恶的迫害，提前一年回家了。

警察“送一个劳教领一千元的买卖”泡汤了

这也是多年前的事了。那时我的修炼出现了问题，当地的警察将我绑架并抄家，表面的原因是他们上级下达任务，需要一个法轮功学员的劳教名额，把我选中了。但我在拘留所里没有配合，绝食反迫害（当时的修炼状态），十一天后安全回家。

可是在一个月后，警察图谋从我家里直接把我送去劳教。一天清晨，警察来围堵我家，我有惊无险的逃出了家，中间过程比较凶险。当时我跑出了家，开出租三轮车的邻居大哥恰巧路过，我上了他的车离开了。外边警察在楼东边，离我不到四十米，但没发现我。后来，妻子说，警察围到下午两点多，他们进家里搜了一圈，无所获，散了。

在师父的保护下，我安然离开。不长时间，我做了一个清晰的梦：我被邪恶关到一个黑屋子里，氛围有些恐怖。我抬头看到了一个窗户，我迅速爬上去，飞身跃下，一只宽大柔软的手把我稳稳托住。我站在空中、手的中央，这只手托着我向前移动，此时一种无比神圣的感觉涌灌全身。我知道这是师父的手，这就是伟大的师父为弟子化解了一难。若不好好修，真的对不起师父。

但我的魔难还没有结束。过一段时间，我又回到了家里，选择到一家可以上夜班的工厂去打工。在我的一个梦里，师父点化我，大米里有黑牛子。我悟到是我的心念不纯。这期间，这家工厂附近发生了刑事案件，当地派出所来厂里排查，结果发现了我。就这样，我又一次被送到了拘留所，第三天就被送往马三家去劳教。

路上，我心里有些不甘，感到我要走师父安排的路，劳教所不是我要呆的地方，但无论前方是什么都要去做好。后来我被带到劳教所一个检查身体的地方。做心电检查时，我对身边的警察大声讲真相，我就感到身上能量呼呼的流。结果，我的心脏不合格，劳教所拒收。本来警察送一个劳教要领一千元的，这下泡汤了。没处送，只能送家了。

回去的路上，我心中也是百感交集，感恩慈悲的师父又一次救了弟子。我默默的想：你还有什么放不下的呢？此生只为随师正法这一件重要的事而来。当地警察开始跟家人联系，说拿伍千元接人。妻子没听，一分没给，最后她到公安局把我接走了。

魔难过后，总结自己的修炼，发现执著自我的心很强，不能为他人着想，缺少善念，这一点尤其表现在家庭中，还有很隐藏的色欲之心。这都是我必须归正的地方。面对世间的邪恶迫害，这不是我们应该承受的，但内心的执著不去修，这正是邪恶因素迫害需要的物质场。找到那些不正的人心，清掉它们，不让这些不属于我的东西在我的空间里留存，这一点，却是一个长期严肃修炼的过程。

一次装修让我发现许多观念和执著

随着时光流转，一次，我家楼房在做外墙保温的时候，

工人把我家阳台的玻璃边缘弄炸了一个小裂口，我们也没有在意。但时间长了，这个小口变的要贯穿整块玻璃，加上这个阳台是二十多年前盖楼时的铝合金单层玻璃，冬天很冷，于是得换阳台窗户了。妻子提出顺便要把房间装修一下，这些年住的有些寒酸。我本心不太愿意，但又没有合适的理由拒绝，只是提出要压低成本，因为我们并不富裕，也没有太多的时间。这场装修却让我发现了自己很多、很顽固的执著与观念，也是师父利用此事让我看到自己平时不易觉察的执于自我的人心。

有一个厨房的吊柜，有底柜，比较高些。我们买回家，需要自己组装吊柜上墙，这样比较省钱。开始我们商量好如何放置，我强调："（吊柜）安到墙上之后，就不能再换位置了，否则墙眼还得重打。"妻子说："这样安可以。"虽然有些吃力，但我们还是顺利把吊柜上墙了。于是，开始给吊柜安装柜门。开始安装第一个柜门的时候，妻子把我叫停。她想把有门的吊柜和无门开放式的底柜对调。我感觉很为难，就说："厂家就是这样设计的，事先为啥不说？现在不能再改了。"于是，我俩争执起来了。结果是我发怒退场，妻子要自己动手卸吊柜。

我走出厨房，心中还在生气，但思想中突然打入一念，密勒日巴佛把房子几次盖好了又拆掉重盖，也没有过怨言。我突然悟到，我错了，我的坚持自我就是执著。于是，转身又回到厨房，把吊柜拿下来，重打了墙眼，上下对调，把底柜变成了顶（吊）柜，我们一起安了上去。

作为修炼人我知道，我的怒火是在维护自己的后天观念，认为对方无理，自认为正确。它体现在家庭中的时候，比同修间的环境更不易有顾虑。我感到，只有转变观念，

才能解决根本，因为这就是修。很多观念不是一下就能放下的，接下来的两件事，让我更有体会。

家里的進户木门因为铺地砖暂时卸下来了，地面完工后，我想安上木门，却发现门没有了。问妻子，她说：“这个门碍事，显的地方小，平时你也不关，我送人了。”于是我反驳起来，但说上几句后，我感觉心态在发生变化，要起争斗，不平衡的心要想控制我。于是我停住一切言语，一边冷静去了。

紧接着第二天，我又发现妻子给新安装的窗户的开窗部位刷油漆。我甚是惊愕！因为这个新窗户是断桥铝材质的，外部颜色是烟棕色，内部是白色。妻子解释说，这个窗户向里开的时候，外面的漆面颜色露在屋里，她不喜欢。她喜欢白色，所以要给它油成白色。我说：“你刷的漆效果比不上厂家的原漆，也不好。”妻子说：“白色就行。”当时我真是无语。我完全可以用脱漆剂给油漆脱掉，但我知道自己应该放弃执著，包容她的喜好。

她喜欢就弄吧。我们之间是同修，同修间更需要包容，看到对方的执著更应该修自己，否则邪恶因素钻起空子更能制造麻烦，从而影响我们配合助师救人。从中我也悟到，生活中一件事的好坏结果有时不太重要，看到自己的人心和执著更重要。

一个隐藏的执著

很长时间，白天我关注新唐人新闻，我工作的店里就能收看；晚上又经常看动态网，上明慧网时只是顺便看一下。不知不觉的就关心起俄乌战争、中东局势、邪党的走向了。心中也明白世间的一切都有安排，但还是按捺不住

的想看，这渐渐形成了一个新的执著。是好奇？还是对世间的有求？我找自己。忽然间有一天我明白，我的内心深层，总是对人间充满希望，希望有一个符合自己人心意愿的场景，是心中隐藏的对世间的根本执著。

大法不是为了人这如何才传的，这世上的名利情修炼人都要放下，这世间的走向又何必执著呢？只管修好自己，做好证实大法救人的第一要事，无愧师父的圣恩，才是最重要的。这个执著的结终于散开了，内心又仿佛多了一份轻盈。

师父说：“你平时总是保持一颗慈悲的心，一个祥和的心态，遇到问题就会做好，因为它有缓冲余地。”（《转法轮》）

这是师父对弟子的基本要求，也是我判断自己是否心动的依据。

当我把世间的名利情欲看的越来越淡的时候，后天的一些观念也会变的清晰，更能分辨。以前修炼的时候，也经常告诫自己，不要对人产生观念，可是思想被冲击时，发现自己空间场里的观念还是很多。当对同修产生任何不好的念头时，我会告诉自己，这个思想不是自己。面对同修的缺点，也不是应该指责的，自己应该站在对方的角度理解与帮助。包容，是开阔的胸怀，也有一种空间博大的含义，我理解这里面也包括有不正的思想也要容，只是你的心中更细腻、更柔软；思想行为符合法的标准，就能溶化摧毁不正，也能共存不受污染。当我受到指责的时候，不会觉的这是在伤害我，因为指责的是我的不足，而这不足也是我要修掉的。

感恩大法净化人心！谢谢师父！

（二零二六年明慧网大陆法会交流稿）

放下观念讲真相　串串法轮显神迹

文：中国河北大法弟子

【明慧网二零二六年十一月三日】

慈悲伟大的师父好！

同修们好！

我是高校教师，从得法到现在，已经在法轮大法中修炼近三十个年头了。这过程中经历了风风雨雨，我始终有一个坚定的信念在心里，那就是：大法就是我的家！

去妒嫉心

得法后，我从师父的讲法中领悟了学法的重要，我非常注重学法。通过大量的学法，能很快认识到自己的执著心，去掉它。

我在单位被公认是最努力工作的人，从同事到领导都是这样认为的。一次年终单位评先进，评上了一个同事们都公认不务正业、经常打麻将的同事。我刚听说这件事还没什么反应，可是不一会就从我心里升起一团东西：我工作干的比他好，怎么让一个工作吊儿郎当的人当先进。

我立刻意识到这是妒嫉心，我立刻扭转想法，我不要妒嫉心，世间的一切得失不重要，提高层次才最重要，很快我的心就平静了。我一直以为自己没有妒嫉心，对待一切都很随和。可修炼不是想当然的，我感觉没有，实质是没有触及我的人心，只有人心被触及了，它才能暴露出来。

还有一次，我们单位搞了一个省教委立项的教学改革项目，具体工作都是我做，项目验收答辩都是我负责并答辩。可是最后这个项目向省里申报成果时，把我的名字几乎排

在最后，还把没有参与项目的同事排在我的前边，单位还让我亲自把这个项目报上去。

我把这个文件报给上级主管领导，主管领导看到名字的排序后，含蓄的问我："是不是名字顺序排错了？"我说："没错。"主管领导对这个项目很重视，也非常了解这个项目的具体工作都是我完成的。领导又善意提醒我说："这可关系到将来涨工资、分房子、评职称等福利呀！"我笑了笑，说："就这样报上去吧！"我的心里非常平静。

讲出的真相呈现一串串小法轮

一九九九年七月中共开始迫害法轮大法，我为了向国家领导人反映法轮功的真实情况去了北京，结果被绑架到看守所迫害。五天后，在师父的保护下，我正念走出了看守所。后来辗转回到了当地。

有一次，我遇到一个人，他当时患一种疾病，每天必须吃一种药。那天他遇到我，寒暄后我告诉他我炼法轮功，我给他讲法轮功是怎么回事，法轮功有多好，中共媒体完全是造谣抹黑，欺骗百姓。在跟他讲话时，我看到自己讲的话都是一串串的小法轮，从我嘴里飞出来落在他身上，我的双手也有一种发麻的感觉。他跟我说："听你讲话，我身体非常舒服，有时就象通电一样的感觉。"我感到自己讲的话充满了智慧，句句在理，而且逻辑性很好。我讲完了，对方什么都明白了。

放下观念才能救世人

一次，我与同修去看望一个身处病业魔难中的同修。我们来到同修家，看到病业同修的两个常人亲属也来看望她，一个是大约十六、七岁的男孩，一个是这个男孩的母亲。

同修表现的病业假相很严重，我与她交流了几句，我问她：“这个男孩三退（退出中共的党、团、队组织）了吗？”她说：“怎么说他也不肯三退。”

我走过去，善意的问那个男孩：“你怎么不三退呢？”他手指着躺在炕上的病业中的同修，反问我：“她是怎么回事？”我说：“不炼功的人只要真心三退，就可以保平安。而对炼功人的要求就高了。”他听后明白了，立刻同意三退。

我又问同修关于男孩母亲的情况，同修说：“那是我大姑姐，从外地赶来，她相信法轮功。”我跟男孩的母亲交谈，我发现她对修炼有些认识，就直接跟她谈修炼的事，她都能理解。我谈正法修炼的认识，她也能理解。我对她说：“你不是来看望你弟媳的，你是来得法的，你应该得法修炼了！”她同意我的说法，我立刻说：“我帮你请一套大法书带回去吧！”她非常高兴。

这次的经历对我的观念冲击很大，我一直认为大法弟子没做好，会影响常人得救与修炼，这是旧势力强加的认识，我忘记了师父的法力无限，把旧势力的安排看重了。

这次师父安排我在严重病业假相同修面前救她的亲人，就是要破除我的这个观念。一切都是师父说了算，只要我不带有自己的认识，完全放下自我的一切，就能把人救了。

帮人推车

有一天，我去市场买东西，看到马路边一个中年男子正在很费力的把着轿车方向盘用力推车。我想可能他的车出了问题，发动不起来了，推去修理。我立刻走上前去帮他推车，他回头看见我在车后帮他推车，非常感激我。原来他的车没油了，准备推到几百米外的一个加油站加油。

我想把车推到加油站，再给他讲真相。就在这时，我感到自己的腰部很痛，推车很困难。我加强自己的正念，忍着痛苦帮他把车推到了加油站。他非常感激，一再说谢谢我，要请我吃饭，留电话号码，我婉言谢绝了。我看他只加了几十元钱的油，可能没有钱了，我关心的问：“我这里有钱给你加油，不用还我了。”他说什么也不要，他说：“加的油够回去了。”

他一定留我的电话号码，说哪天请我吃饭，感谢我。我说：“你不用请我吃饭，我是炼法轮功的，法轮功学员都是我这样的好人，共产党都是造谣。你把入过的党、团、队退出来，就可以保平安了。”他立刻同意三退了。他还要请我吃饭，我说：“你不用请我吃饭，你把今天的事告诉你的亲朋好友，就算请我了。”他说：“好。”

我在回来的路上，又碰到一位大娘，我三言两语给她讲真相，她就三退了，还要了一本真相小册子。我感到自己全身被能量包裹着。

车行千里路

为了大量救人，我们几个同修商量后，买了一台老年代步汽车，去农村集市发真相光盘救人。我们几乎走遍了附近县的所有集市，过程中有许多感人的场面。有个妇女跑了近一千米，追我们的车要光盘；世人争先恐后伸着双手要光盘；有的世人还给我们东西，表示感谢……期间，我们克服了很多的困难与阻力，遇到很多危险，在师父的慈悲保护下，都顺利走过来了。

一次，我们驱车来到一个集市。刚停下车，我就感觉到这个集市的空间场很不好，那些一直企图阻挡我们救人

的另外空间的邪恶在这里企图迫害我们。我相信师父，相信大法，邪恶不配阻挡大法弟子救人。

我拎着一兜神韵晚会光盘（那时神韵晚会光盘允许在中国大陆发放）来到集市，开始给集市的人发光盘。刚发了几张，有个年轻男人接过光盘后问我：“你发的是什么？”我坦然告诉他：“是中华五千年传统文化的节目，非常好。”他说：“你跟我到门卫办公室去一趟。”我说：“你不要，把光盘给我，别人还要呢。”他想了想后，把光盘还给了我。我就继续在集市发光盘，他看了看我就走了。发完光盘回到车上，我们顺利离开了。我知道，是师父在慈悲的保护我们。

层层深挖根本执著

二零二六年六月八日，明慧编辑部建议真想修的大法弟子把师父的经文《走向圆满》背下来，我就开始背。过程中，我从新审视自己的根本执著，发现了自己以前没有认识到的根本执著就是对科学的执著。因为我是学理科的，刚开始读《转法轮》时，因为师父是结合现代科学与人体科学讲的，很容易接受，句句打入心里。

现在我才明白，是我大脑中科学的观念接受了师父的讲法，觉的师父的讲法符合了自己的科学观念才接受的。认为师父的讲法“很科学”。如果师父不是结合现代科学讲法，作为生长在这个科学时代、满脑子充满了科学观念、一切都用科学衡量对错的我，就很难接受。师父这样讲法破除了我科学观念的阻挡，破除了科学观念对我得法的障碍。

我还发现一个隐藏很深的执著。我第一次看《转法轮》不是为了治病，可是当我看完第一遍《转法轮》后，我的病竟然奇迹般的好了，我就更加认识到《转法轮》不是一

本普通的书，因为事实说明了一切，我就更加坚信师父了。现在想来，这种坚信是基于一种事实，一种实践过程。再深挖下去，是中共邪党一直宣扬的“实践是检验真理的唯一标准”的歪理。

除了这两种观念外，我还有一个执著，那就是我害怕被毁灭。我刚开始读《转法轮》时，我就认识到了人类将有大劫难，没有得到这部大法修炼圆满的人，可能将面临可怕的结局。我一定要好好修，才能免除可怕结局。

这个执著心在我二零零零年去北京证实法时暴露无遗，可我当时却没有认识到它，被掩盖过去了。那时因为自己没做好，我非常悔恨自己，这时大脑中打过来一念：“你没有圆满的机会了，不能圆满了，只能被销毁了！”我感到一种巨大的物质压过来，象一座大山一样把我压在山底，我非常恐惧绝望。

师父给我打过来一念：“师父不是这样讲的！”我立刻惊醒了，从那种恐惧绝望中走了出来。我现在明白了，旧势力就是针对我的“怕被毁灭”的根本执著所谓的检验我。可我当时只看到了自己的私心，这个根本执著被掩盖了。

后来旧势力再次针对我这个根本执著下狠手，使我跌了很大的跟头。在师父慈悲的看护下，我才认识到这个根本执著，放下了这个根本执著，我才从旧势力企图毁灭我的巨难中走出来。

我现在认识到，我这个“怕毁灭”的根本执著的背后，是我对自我生命的执著，就是执著自我。大法造就的生命是不执著自我的。我发现修炼人的各种各样的根本执著千差万别，可是最根本都是执著自我。要想去掉自己的根本执著，只有按照师父讲的法去做，才能修去这个执著自我。

修炼就是回家，我的家在哪里？我是大法的一个粒子，大法就是我的家，我是师父造就的大法的一粒子。我跟随师父层层下走，来到师父开创的三界人间，经历无数的苦难，目地就是证实大法，救度众生，最后带领众生回归自己真正的家园。

感恩师父！

谢谢同修！

（二零二六年明慧网大陆法会交流稿）◢

修去执著　走好师父安排的修炼路

文：台湾大法弟子

【明慧网二零二六年十月二十二日】

尊敬的师父好！

同修好！

二零零四年我有幸得大法，得法不久成立了嘉义明慧班。后来又承接二零零八年新唐人声乐大赛台湾初赛活动，并带领选手赴纽约参赛。到后来接了嘉义协调人工作。十几年的协调工作，我就是本着在常人中那种做事兢兢业业的态度，以为这就是修炼。

师父说：“整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”（《转法轮》）

我这种把做大法项目当作修炼的状态，不但没有修去执著，反而又增加了新的执著。

二零二二年同住的婆婆病情严重，我的身体也出现了状况，我觉的自己的修炼状态掉到了谷底，不适合再承担协调工作，于是就没继续当协调人了。

有一次要到某地参加神韵推广交流会议，交流当地演出要演少场还是多场。出发前一个小时，我突然头冒金星，直冒冷汗，跑到卫生间上吐下泻，几乎快失去意识了。我请求师父救我，半个小时后我才慢慢的缓解过来，此时全身已经虚脱。但我还是冲了热水澡，换了衣服，出发了。

那次会议中我极力赞成要演多场，后来在当地同修和大家的齐心努力下，演出不但爆满，而且还加座。以前担任协调窗口参与过无数次的会议，不觉的特别。这次经验让我体悟：原来我们修炼后，看似平常的一件事：说个话，

开个会，做什么事都是有安排的，都不是偶然的。但若顺了旧势力的想法，就不是走师父安排的路。

一、背法　找回真正的自己

感谢嘉义同修成立了背法小组，每周四是我最期待的背法时间。每次背完法，整个身体就象被能量充满一样，一直往外撑。

身体的变化是一方面，最重要的是对法的理解。个人认为，当层次往下掉等情况时，很容易产生对自己与对别人的负面思维。背法的过程，就象一次次的把隐蔽很深的执著清理出来，让我知道这些不是真我，只是被尘封已久的执著心覆盖住了，背法让我找回本性并升起正念。当明白了一层理，再回头背《转法轮》的每个字时，会发现那又是另一层意思，真的，每一个字都是天书。

二、怕再掉下去　也是一种执著

我知道修炼是严肃的，觉的自己的执著心还很多，包括显示心、色欲心、妒嫉心、安逸心、自以为是的心、求名的心等等，必须要认真去掉。所以当同修希望我写心得稿在会上交流时，一开始我是抗拒的：第一，觉的自己还没修好，写出来的心得稿对同修有帮助吗？第二，如果同修说你好，会不会又引起那颗求名显示的心，又掉下去呢？

后来我静下心想，如果我写的文章能够对同修有促进，那我为什么要保护自己免受伤害而不去写呢？只要要求自己在写的过程中是纯净无私的，是为他的，就应该写。

最后我说试试看，一篇篇的心得稿就这样写出来了，而在写的过程中也是一段段修心的过程。其中一篇记录了我们地区同修齐心协力在嘉义博茶会推广神韵的成功经验，

也写下了自己向内找，去名利心的修炼过程，且同修看完后写的一段话也鼓励了我。感恩师尊的巧妙安排。

三、同修是一面镜子　提醒自己不要有在学员之上的心

因为职业的关系，又做了十几年的协调人，下意识的习惯想去纠正别人的错误，或者希望帮别人提升上来，潜意识就是有一颗在学员之上的心。摔了跟头后，背法中慢慢悟到，只要劝善提醒，不必太执著。因为每个同修身后都有师父的法身在看着，同修什么时候该去哪个执著，都有师父精巧的安排。每个人发的愿不同，和师父签下的约也不同，师父安排每个人的修炼道路都是很缜密的，我们只管把自己心性提高。如果每个人都这样想，整个修炼环境就会不同了，大家在做大法项目时也就不同了。

当我这样观察同修，也确实是如此，当同修心性提高了，马上就有新的项目、新的承担，一步步都是有序的。另外，同修间有矛盾，或同修说了什么刺激我的话，其实都是大好事，就是有向内找、修自己、提高上来的机会了。举个例子：卸下县协调人、神韵推广协调工作后，就应该站在配合的位置协助窗口同修才对。但十几年协调经验，让我形成一种观念，总认为同修应该注意些什么，要怎么做怎么做才会更好。

二零二六年，嘉义第一次迎来五场神韵演出，是一项挑战。我深知，推广的主要人员如果彼此有间隔，是无法完成这次艰巨任务的，于是主动邀请同修们面对面交流。当我指出某同修争斗心很强时，她也说了一句：“你为什么不能对同修放心呢？”我象被棒喝一样，一下子醒了：原来问题出在我身上，我对同修的不放心，才导致同修的争斗情绪。瞬间觉的身上有一团很大的物质被拿掉了。

接下来的神韵推广，我们完成了很多以前达不到的任务。师父说：“心性多高，功多高。”（《转法轮》）是弟子们的心性提高了，师父就成全了弟子的愿望。最终嘉义五个场次的售票也顺利，且平稳的达成满座。

四、协调VIP团队讲真相

项目协调人希望我们可以更多的向VIP讲清真相。由于卸下协调人后，我曾陷入另一种执著：不想过多的承担项目工作，所以当辅导站请我负责组织嘉义VIP团队时，我一口拒绝。后来我问自己：“什么事都不会是偶然的，难道是师父希望我做什么吗？”长期以来，当地各项目窗口虽尽心尽力，横向交流却较少，人力、资源都分散。如果我接窗口，也可协助把大家整合起来，整体力量大。于是我答应了。

同修们的齐心配合，在嘉义各活动的贵宾邀约起了大作用。因为同修平时的经营，我们可以见到县长、立委等。县长对大法和神韵非常支持，同时今年颁发给神韵艺术团感谢状。

嘉义一位民代，长期支持大法项目。当同修拜会时，他主动提到年初他接受媒体采访，却被恐吓如果不撤下报导，就要在他家引炸弹爆炸。当天警察局出动不少警力在他们家内外巡视，确认没有爆裂物。可贵的是他最后仍接受我们的邀请，除了出席活动外，仍依旧愿意接受采访。真心为这位明白真相的民意代表高兴，也感谢经营VIP的同修不断与世人保持互动及讲真相。

五、协调大法活动　走出去面对众生

今年“五·一三”世界法轮大法日，云嘉南区是以园游会形式在嘉义举办。因为过去我们地区办的活动，常人

较少走進场，今年想做一个突破。询问在常人中办过园游会的同修，预估费用不是一个小数目，但心想如果能够让人们感受大法美好，一起庆祝法轮大法日，那就不要被经费给限制住，真的不行，自己承担也无妨。

心里有了底气后就去做了。后来在同修努力下有了企业协办,活动经费就有着落了。虽然过程中很多都是第一次，考验很多，但整体同修心念一致，当天很多民众感谢我们办了这么有意义的活动，厂商、甚至警察都说我们创了这个场地的纪录，有这么多摊位及人潮。政府官员在台上公开赞扬，谢谢法轮大法，让善良的力量能够普遍传播在嘉义市、在台湾，甚至在全世界。议员们也推崇这次公益活动别具意义，鼓励民众来了解大法。

其实一开始规划活动时，预估参加人数是一千五百人，同修曾笑说这么乐观；活动前一天，天气也很不好。然而，活动当天艳阳高照，超过一千五百人，将近一半是常人来参加。整体同修的付出、齐心协力、相互配合，让我们最终顺利完成了这次活动。

后来又协助协调反跨境镇压议会连署活动。我自认不是组织性很强的人，但当承接项目时发出一念：希望能尽量把它的影响发挥到更广更大。目前全台议会提案各地同修都动员起来。大法弟子要做三件事，在“讲真相”上，大部份的理解是对大陆众生讲真相，但中共把法难延伸到海外以及台湾。

师父说：“任何一个地区的大法弟子啊，基本上你们就是那个地区众生得救的希望了，而且是唯一的希望。”（《二零零四年纽约国际法会讲法》）。因此，这次推动反跨境镇压议会提案和一般民众连署，我的认识就是让当地同修有走出去向民众讲真相的机会，唤醒世人良知。

举个例子，在请议员连署和采访时，多数议员因恐共心理婉拒或避不见面。当面对一位议员的犹豫不决时，我们告诉他，其它县市议员都愿意站出来为台湾民众发声，他们支持正义值得尊敬。只见这位议员立时正念一起，爽快接受采访。

我的体悟是：大法弟子就是用善念把常人的正念唤醒，让他们摆放好位置，因为世上的人也都是为法而来的。同时感觉自己被参与此项目同修的精进和正念推着走，自己在协调中受益更多。过程中如果有人心，项目就容易受到干扰，把基点摆正，保持纯净为他的心，一切师父都铺垫好了。

结语

作为大法弟子，要想走好修炼这条路，就唯有不断的向内找，去自己的执著，听师父的话，做好三件事。

这好象是老生常谈，却是师父一再提醒的。当栽了一个大跟头，再回头，才更能深刻体会师父的语重心长及真义。修炼中执著心也会时不时的再浮现，有的能意识到，有的意识不到。有时也担心自己又掉下去这种复杂的思维，让自己不太有正念。通过背法，透过一次一次的向内找，透过跟同修矛盾中找自己的过程，我慢慢理解了什么是修，什么是真修。感谢师父通过一次次让我参与协调，给我往上提升的机会。弟子唯一的期盼，就是能够完成生生世世轮回下走时对师父的承诺、自己立下的誓约，这是生命唯一的愿望。期盼自己在今后能走好师父安排的修炼道路。

以上不足之处，请同修慈悲指正。谢谢师父，谢谢同修。

（二零二六年台湾法轮大法修炼心得交流会发言稿）

在师尊的慈悲保护下走过家庭巨难

文：台湾大法弟子

【明慧网二零二六年十月二十二日】

尊敬的师父好！

各位同修好！

感恩师尊的慈悲救度，我们家才能从巨难中走过来，有着现在幸福美满的小家庭，以下向师尊与同修汇报这段修炼历程。

一、突如其来的巨难

大约三年半前的一个凌晨，正怀有六个多月身孕的我突然大量出血，我非常害怕孩子有危险，当时全身不由自主的发抖，跟先生同修商量后，决定前往医院。

主治医师担心是胎盘剥离，安排我住院安胎。第一天我一直用耳机听着师父讲法，第二天医师说再住一晚，隔天就可以回家了。当时因为身上紧贴着侦测婴儿胎心音的仪器，加上戴了耳机一天一夜，想休息一下。但后来一个护理师跟我说她觉的我肚子胀胀的，想要帮我导尿一下，我没有多想就答应她了。没想到导尿非常的疼痛，我整个人忍不住的用力，这一用力似乎影响到了孩子。很快旧势力打了一念進来，说要让孩子胎死腹中。我正想要发正念解体旧势力的迫害时，一群医护人员冲了進来，说孩子情况很危急，已经通知主治医师，决定马上剖腹。

面对这突来的巨变，我跟先生都没有心理准备。好在有听师父讲法，那个当下我正念很足，被推往手术室前，我跟先生说“不用担心，师父就在我们身边”。我一直在心

里念着师父在《二零零三年元宵节讲法》中的讲法：“我是李洪志的弟子，其它的安排都不要、都不承认”。一直念到我因为麻药失去意识睡着了。

孩子一般在三十七至四十二周之间出生属于正常情况，称为足月儿。我们的孩子在二十七周加四天就出生了，出生体重只有一千一百五十七公克。还不能自主呼吸的她，立刻被医院插管抢救。看着只有巴掌大的孩子，全身插着各种管线，还要抽痰，我心疼的落泪，我跟先生念“法轮大法好，真善忍好”和背法给她听。

二、听明慧广播找回正念

剖腹产后的前几天我还能有正念想这都是好事。但后来我就陷入了悲伤和自责中，我一直在想如果我当初怎么做，或许就不会早产了等等。告诉自己不要难过，但眼泪还是止不住的流。

有一天我忍不住问先生说：“为什么我们修炼人会遇到这样的事情？”先生同修说：“已经很好了，如果没有师父保护，可能孩子都没有了，只是早点出生而已”。先生同修的正念震撼着我，师父在经文《远离险恶》中说：“过不去时就开始抱怨大法，更甚者抱怨师父。是你自己有问题，师父不欠你的。师父救你的同时，还替你承受着罪业，而且还想尽办法抵消你的罪业，是你欠师父的。”是啊！我怎么没有感恩，反而还在埋怨大法和师父了。这很危险啊！

产后我大量的听明慧广播文章汇编中的《忆师恩》、《走出病业假相》等。当时印象很深刻的是有一个同修的皮肤奇痒无比，非常难受，但同修坚持向内找了五个月才找到。我很惊讶于同修的坚持，我好象很久没有向内找了，或是

怎么找也只找到那几个，但在听明慧广播时，我慢慢学会从同修的交流中查找自己的不足。

当时我学法总是困的不行，发正念倒掌，想学法却学不了法让我很痛苦、很着急。我向内找这是什么原因呢？我发现我很想学法是因为我很怕被旧势力迫害，我想通过学法来获得师父的保护，这是抱着有求之心在学法。我回想起得法初期，当时学法是那么喜悦，就是想要学法，喜欢学法。我才意识到我已经有很长一段时间，做三件事情都抱着很强的有求之心，想要求得保护的私心。

我不断向内找，我找到自己有妒嫉心、怨恨心等，而我找到一个很大的问题，就是我在得法的初期做了男女之间不该做的事情，虽然事后在学法点上向师父和同修认错道歉，但是我内心产生很深的懊悔与自责，我觉的自己不配师父救度了，师父肯定不要我这个弟子了。这个念头深深的影响着我的正念，让我感觉自己和师父之间有一种隔阂。当我找到这颗心时，我想这是旧势力强加给我的，我就是跟着师父下来的，我不跟师父走，我还能跟谁走啊？这个正念一出，感觉这十几年来搁在心中的痛悔被师尊慈悲的能量瓦解，我的心得到了救度，我在师尊法像前泪流满面。

三、实修的美好

从早产发生后，我的情感变的非常脆弱。孩子在医院加护病房，白天先生去上班，只有我一个人在家，那情的物质压的我快要窒息。看着房间里空空的婴儿床，我好感伤，当时我好希望自己有一个可以将时间快转的遥控器，或是当我一觉醒来，这一切都已经过去了。

后来我想，想快转这一切不就是不想吃苦吗？明慧网

上大陆同修的修炼故事，那艰苦的不知道比我多多少倍了，同修都坚持下来了，我这点苦算什么啊！

那时先生公司有一个受训机会，他很想要参加但要离开家五天。一开始我请求先生每天通勤、回家陪我，但先生表示路程很远，他不想通勤。我对他的无情感到伤心，但我想这是情的物质在干扰我，修炼人要先他后我，要为他人着想，我就从善待先生这件事情开始修心吧。后来发现当自己下定决心修去情、善待他人的时候，那五天并没有想象中的难过。

四、女儿回家了

女儿出生后我们准备了小型播放器，请护理师播《普度》、《济世》给女儿听，她的情况也一直往好的方向发展。护理人员常说：“你女儿睡的很香，体重也长的非常好。”

女儿在医院住了五个月，大约四个月时，医生告知女儿需要带呼吸器回家，并安排测试合适的呼吸器，但一开始测试的情况都不是很理想。当时我好希望女儿赶快回家，但是越心急似乎進展就越慢。我后来把心放下，我想师父有安排，我就好好珍惜这段修炼时间。那时，我跟先生每天晚上一起学法一小时，发正念一小时，一起念“法轮大法好、真善忍好”十分钟。没想到这样一做，每次去医院看女儿都有很大的進步，真的很快就接回家了。

女儿回家时，身上带着呼吸器、鼻胃管、血氧机等各种管线和机器，一开始照顾起来真的手忙脚乱，但回到家了，我们就一直播师父讲法给女儿听，之后多次带她去医院复诊，医生都表示：女儿的情况非常好，完全不象二十七周的早产儿。

从她很小的时候，我们就念《洪吟》给她听，她听着听着就会背了。女儿很喜欢听大法歌曲《法轮圣王》。她两岁十个月的时候，有一次我带她去学法点，她拿着麦克风大方的唱《法轮圣王》给大家听。女儿三岁三个月的时候去早疗机构做评估，语言能力已经达到五岁七个月，我想这都是大法给她开智开慧。

然而，这一年多来，女儿变的非常有主见，不顺她的意就崩溃大哭、抵死不从，我常常被她气到不行。这过程中让我发现自己的急躁心、控制欲、争斗心等魔性。

师父在《转法轮》中说：“有人管孩子也发火，简直吵翻了天，你管孩子也用不着那样，你自己不要真正动气，你要理智一些教育孩子，才能真正的把孩子教育好。小事都过不去，就发脾气，还想长功啊。”

师父借由女儿让我发现自己很多不好的人心，在今后要努力的修去。

五、和陆配讲真相，劝三退

有了女儿后，我进入了完全不一样的生活圈，在公园和亲子馆认识了很多婆婆妈妈，甚至认识了很多陆配。这让我很苦恼，因为我很不想与人互动，但我知道我有救度众生的使命。

一开始我有点心急了，还不太熟就跟两个大陆妈妈讲真相，她们对中共活摘器官的事情略知一二，但两个人都不愿意三退。这让我挫折感很重，对跟陆配讲真相很不情愿。

师父说：“大家想一想，哪有无序的事啊？在修炼中，不管是什么环境，不管是什么样的阶层，不管你是什么身份，你觉的自己做的这些事情是偶然的，是幸运或者是倒霉，

你如果要是真的看见了，就会发现，那都是你的愿促成了这条路，没有偶然的。”（《各地讲法十三》〈二零一四年旧金山法会讲法〉）

读了师父的法，我想是我自己当初发愿要救她们的吧！

我跟陆配甲很投缘，有一段时间我们几乎每周都相约去亲子馆，她总是很乐于跟我分享她在育儿方面的心得，我也很愿意听她说。但我发现她被中共的宣传迷的很深，而我却开不了口向她讲真相，这让我很痛苦。

有一天她女儿指着我女儿婴儿车上的莲花吊饰问说：“妈妈，那是什么？”甲蹲下来看了莲花，很吃惊的看着我，我说：“是，我是修炼法轮功的。”她说出她在中国看到的负面新闻，我说天安门自焚是造假新闻如何如何。甲激动的说：“不要说了，你说服不了我，我也说服不了你。”我当时感觉到这些对她冲击太大，我如果再一直讲下去她会承受不了。我停了下来，当下我顾虑到她的感受，她可能觉的我一直在隐瞒她。因此我快步走向前，诚心的跟她道歉，我说：“对不起，我不是故意要隐瞒你的，我真的不知道怎么跟你说。”她或许是感受到我的诚意，平静下来了，之后还是跟我保持着联系。

最近我们的小孩都上幼儿园了，我跟她约在咖啡厅见面，出门前我祈求师父加持弟子救她。那天她跟我分享了很多育儿经，我很专注的听她说话，并且发正念清理她背后的邪恶因素。最后我拿出真相资料，我说：“你看这是我们台湾每年都会举办的大型排字活动，有五、六千人参加，法轮功洪传一百多个国家和地区了，都没有发生自焚的事情，你那么聪明，你看一下资料就知道自焚是假的。”这次她没有之前的对立情绪。我鼓起勇气跟她讲三退，我真

情流露的说很多夜晚里我都为你祈祷，我希望你得到平安，有美好的未来。没想到她同意三退了。

师父说：“你就慈悲的做着你要做的事，不管他接受也好、不接受也好。”（《各地讲法四》〈二零零三年华盛顿DC法会讲法〉）

回程的路上我感恩师尊，从一开始认识甲到她愿意三退，经过了一年半多的时间，过程中我多次感到沉重的压力，很想放弃。是师父的法提醒着我，她们都是高层次下来的生命，都是了不起的生命，不能放弃她们。我也意识到我一开始劝退失败是因为我有想赶快完成任务的心态，是为私的，但在法中升起的正念让我逐渐放下私心，真心的为了众生好时，那效果就不一样了。

结语

回首女儿早产这段经历我感到后怕，若没有师尊慈悲保护，让女儿平安出生、长大，将影响我们身边众多亲友、同事们对法轮功的看法，影响众生被救度。现在女儿平安健康、聪明活泼，很惹人疼爱。师父赋予了我做一个母亲的角色，让我多了很多修炼、提升的机会，也将借由这个身份接触更多有缘的众生，讲真相，救度众生，不辜负师尊的慈悲救度。

以上是我的修炼心得体会，有不当之处，请同修慈悲指正。

谢谢师尊！

谢谢同修！

（二零二六年台湾法轮大法修炼心得交流会发言稿）◢



图：二零二六年十一月八日，在墨尔本克罗伊登区市镇公园（Town Park）举办的马隆达节（Maroondah Festival）上，法轮功学员受邀展示五套功法。

- 被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5396
- 三退人数：

  自二零零四年十二月三日起退党（团、队）总计人数：468,736,598

- 翻墙找到明慧网

  自由门电脑版：https://j.mp/fgp88
  自由门安卓 VPN：https://j.mp/fgv88
  无界一点通（安卓）：https://s3.amazonaws.com/693/um.apk
  无界浏览电脑版：https://s3.amazonaws.com/693/u.exe

明慧网成立于一九九九年六月，致力于收集、整理和发表关于法轮功真相的第一手信息，维护和弥补迫害环境下中国大陆大法弟子的修炼环境。