

## 正法修炼中放下常人心的一些体会

### 北美大法弟子

【正见网】我在正法的过程中，常常出现一个误区，就是事做了一堆，或仅仅注重做事本身，却没有做到修在其中，影响到讲清真相、救度众生的效果，同时自己的提高也很慢。所以这里我想从自己如何放下常人心的角度来谈一些自己正法修炼过程中的体会。

#### 讲清真相和心的去净

我在国内曾因为上访面临关押，加上自己在修炼方面的不成熟和“情”的执著，导致家庭矛盾非常激化。父母曾经把我送到医院去做全面检查，因为国内那种疯狂的洗脑宣传，加上无法理解一向很乖的女儿为什么在面临拘押和他们几乎崩溃的跪地请求下都不肯写几句搪塞的话，作为常人他们真的无法理解，以为我精神真的出现了问题。

在这种情况下导致我面对他们讲清真相十分艰难。在来到国外时我的第一件事就是坚持不懈地给他们讲真相。

我告诉他们人所忘却的仁义与道德，告诉他们历史的真相，告诉他们神对人的教化，告诉他们科学的局限和修炼的存在，激发他们为人天性中就有的善与正义，尽管如此，我仍是举步唯艰。因为尽管他们也认同道德、仁义与善的重要，对神与修炼也半信半疑，但他们人的一面时刻提防着，怕我再去赴险，怕我损失了人的利益，怕我修炼没有了人的情，因为他们认为他们那样的哀求我都不肯，那不是不正常了，就是要做尼姑丢掉亲情了，这是他们作为父母最怕的。所以在一次去信中，我有点急躁了，略微用了训斥的口吻，加上当时又出现公安的调查和骚扰，结果马上招致了他们的集体反攻，全家一起骂我，历数我给家里带来的危险和痛苦，并骂大法。我看着那些骂大法的话，仿佛看到生命向地狱的滑落，想到这么持久的讲真相就因为一时的急躁毁于一旦，我痛彻心肺，一时人心哗哗全往上起。想到了自己出来时的种种艰难和不容易，当时人心无法抑制，哭倒在床上。心里说，“师父啊，这人怎么这么难度啊，我没法救这一家人了！”……正这么念叨，一回头我看见师父的法像，庄严地坐在那里。我一下呆了，眼泪全凝在脸上，也不哭了。我想起了师父是怎么度我的。面对无法过去的苦难时，师父怎样牵着我，点化我，为我承受，不行了批评，批评不行又鼓励，鼓励不行再批评，如此艰难的度着弟子。

我记得刚开始有些有功能的同修写到我们是世界的王和主时，我始终无法把自己摆到那个位置上，面对修炼的艰难，我总是感到自己什么也不是。有一次在师父法像前打坐的时候，仿佛豁然打通了什么，我一下心如苦海，泪如泉涌。因为我一下感到了自己作为一个王的洪大慈悲，我人的这面瞬间哭得无法抑制。以前在关没过好时，我总是觉得对不起师父，对不起自己，而这一刻，我仿佛一下站在了我的所有众生面前，我眼前是他们信任的殷殷目光，我才真正感到，我最对不起的是他们呀，在他们最需要救度的时候，他们的王，因为懈怠而没有伸出解救他们的手，那将是怎样的一种悔恨；这一刻，我真正体会到高层生命的无私，在宇宙里，王完全是为着他的众生而存在的，那是王的责任，也是王之所以为王的境界。那一刻，我才真正体会到一点什么是师父的慈悲。以前我总是只感到师父对“我”的慈悲，我无以回报，那一刻，我明白师父不需要回报，每一位王都是为着自己的众生能够舍尽一切的，没有王需要回报，那就是宇宙生命的存在状态。以前我只懂得为师父对我的慈悲苦度而无限感激，现在我终于明白了师父为每一个众生舍尽一切的那种伟大时，我的景仰与崇敬用神的语言也无法表达，虽然我不知道神的世界到底是怎样的。我只知道，我愿付出一切来完成主佛的任何心愿，我知道每一个大法中的众生都是如此，我明白主佛的心愿都是完全为着众生的，我也将如此。我真正体会了神的伟大，王不愿看到哪怕一个众生哀哭。我明白不管我们在人中如何的迷，我们每一位修上去的神，无论处于宇宙哪一层次，都是绝对无私的，都是宇宙纯正永远的保卫者。

虽然后来这种强烈的感受被隔开，我一下又回到了常人状态，但这种强烈的记忆还存留在我的思想中。这时我开始在心里说，只要能救了人，怎么都行，怎么委屈都行啊……尽管人的一面使我放下心时如同刀割，但我终于放下了，我一边压着心里的痛一边流着泪写下一封道歉的信，对他们的恶言我什么也不提，只批评自己的急躁，我说“我因为最近有些累，所以态度有点急躁，但是我连人的善都没有作到，真的是不应该的，真是我的错”，而这一封短短的信，竟然成了我讲清真相的一个转折点，家人看到了我作为一个修炼人的真正的善和对他们的爱护，他们真正的平静了，思考了，对我信任了，真的再也不会相信国内讲的谈虎色变的“断绝亲情走火入魔”了，不再委屈他们自己的女儿了。从这时开始，他们再也没有反驳过我，我给家里带来的不便，他们默默承受不再埋怨。最后我把主佛下世度人的故事告诉了他们，告诉他们中国人的危险处境，我的亲人朋友们的危险处境，他们虽然不做声，可是他们开始照我的请求，把我给他们的资料给身边的亲戚朋友看，用便利告诉他们的朋友法轮功的真相。在如释重负后我回想这个剜心透骨的过程，这心放得真难，因为面对家人时心是最难放下的，所以过去的修炼人才不敢沾亲情；可是这心放得真好，一颗执著心的放弃，换来的是无数生命的未来，哪一位神会不愿做呢，现在再想起当时哀哭倒在床上，就不由叹气，不过是一颗常人心啊，放得这么难，修得差劲。

走过这个过程一段时间后，我回头再看看，我看到我还放下了一些新的东西，淡了各种常人心。举个例子，在最初讲真相时，我恨不得把所有师父讲的法都让他们知道，让他们一下转变过来，因为是自己的家人，所以就随便一些，之中还掺着人的显示心，信的语气中带着高人一等的心理。之后我开始修掉了显示心，懂得了真正为一个生命负责，我开始尽量推敲他们能接受的理来讲，经常想到不要因为讲得太高毁了他们，信的语气开始变得平和，里面少了常人心的因素。而现在我再讲时，我首先想到的是，我这么做对法负责了吗？会不会因为常人的不理解给法的形象造成损失，我开始明白，随意不加推敲的把天法讲给一个不修炼的业力满身的常人，也是对法的神圣认识不足的表现。经过一段这样的修炼过程，虽然我的情没有去尽，可是我真正在一定程度上超越了情，从心底里把法放到了第一位。

### 旧势力是如何利用修炼人的不纯净干扰修炼者的

我曾经在一段时间中被睡眠和疲劳干扰，虽然发正念否定，可是一直都没有在根本上突破。

在一次状态非常纯净的学法和长时间发正念过后，我忽然从法上明白了，开始真正用神的一面，来看旧势力如何利用我没有修净的常人心干扰我。

这个世上的一切都是为法来的，那么旧势力在久远以前对人的安排时，就仔细考虑了如何利用人的皮囊这个系统，使今天修炼人接受它们的安排和控制。

修炼人要修掉人中的情、欲、色，细到各个方面，比如人的喜怒哀乐，这是情；比如人想要睡觉，对于人这是正常的，但对于修炼人这也属于“欲”的范畴，就是能够被魔利用来干扰的部分；还有被色带动下的那种难以自拔的时候。

以前也知道这些东西全是假象，而当我在法上跳出来看时，我才开始真正的明白并做到。

比如这个干扰我的睡眠，每次我都是确实实感到我实在是需要这个，我不睡就不行啊。但是我真的需要吗？不是，那是客观的物质干扰，或者说一个生命，在控制我的头脑和整个这个身体系统，是它在干扰；而任何一个生命，只要在人皮这套系统中时，就很难挣脱，哪怕他是神下来的。当神的一面看清这个因果后，再发正念，一夜之间就突破了。

从修炼开始到现在，我都一直在反反复复地过情色关，有时过得好、有时过不好。而过不好时会感到非常羞愧，尤其在修到后来感到自己越来越纯净时。而作为一个大法弟子连这都过不去，特别是当意识到我们的一举一动都有神在看着，就感到十分羞耻。有时这种懊恼的痛苦会持续好几天。现在才明白，这种羞耻感也是人的东西，神是没有这种感觉的。在神看来，这是一个修炼人没有过好他的关，没有能挣脱束缚他的这套机制，没修好。后悔的是没有学好法修好心，而不是人的羞愧，实际这种懊恼和羞愧就已经是一种人心的干扰，也就是一种三界内低

层生命的干扰，一切干扰人的物质都是利用人的这颗心，包括人的各种情绪，神的思想是没有这些东西的。

而这些生命在干扰时，三界内的一切因素都会给人制造这个假象，就是：这不是别人强加给我，这是我要的，是我需要这个，我爱这个，我乐意。人就是靠这个假象才能在三界这个如此肮脏的地方有滋有味地呆下去的，而对于修炼人来说，它就是一套庞大的束缚的机制，一个大法弟子不管修得如何好，只要人的这层粒子皮囊没有转化成神体之前，就很难摆脱，因为人的一面太弱。记得原来师父讲过，你炼功思想不能入静时，你可以就把它当成别人，而当我照做时，发现还是很难，不知不觉就会重新被它们控制，而现在我开始真正明白它存在和干扰的状态，我才真正能把它看成别人。我们修炼人都知道，这些让人以为快乐或美好的“情、色、欲”，其实都是低下不好的，是这个快乐或美好的假象让人不愿摆脱，真正修去这些个束缚时，那才是生命的大自在，那才是真相。当然这些也都是法给予我的在一定层次中的认识。在这个突破的过程中我真正认识到法才是根本，没有对法的正信和深刻的理解，一切都等于零，一切都无法摆脱。只有法能破除一切执著，法在指引我们看清旧势力安排的实质和思路，看清假象，法铸就一切。

### 在小组工作中的体会

在小组做项目的过程中，我看到人的生气和埋怨这些东西，当我在参加小组学法时明显地感到这种物质对人心的牵动。我们在做大法工作时通常会根据法给每个人的特长和能力的安排，分成不同的项目小组。每次项目小组开会时，大家通常把议题集中在如何把这个项目做到更好和最好。但是每个人的看法不同，还有每个人没有修去的执著也不同。当我看到别人的执著时，我通常会指出来，然后把我对这件事应如何做的看法讲出来。其他同修也是如此。但是尽管是修炼人吧，毕竟人的看法都不一样，而没修掉的常人心也是很复杂的。有时我们的意见不一定对，而有时即使对了，被指出的同修也出现不愿意承认和抵触的现象，因为这是他没修好和没有意识到的部分，对于这个心的修去还需要一个过程。

那么当意见不能统一、矛盾激化时，就会出现几个会开下来，大家仍然在这一个问题上徘徊。而一次在我给他人指出执著和说服过程中，我发现我动了气，换句话说我动了常人心。而这次，因为有上面说的那个对假象的突破做基础，我马上就意识到了，在接下来的发正念中我感到它是一种物质，象一堆浮末一样浮在我的心上，我就轻轻把它抹去了。发正念过后我承认了我的错误，这个错不是说对问题的看法对错，而是我动了常人心，这种错是修炼人的错。常人心被牵动时是绝对的不纯净，那就是低层生命干扰你的机会，那是如影随行的，因为千万年来包括我们所呆的三界这套系统就是这样周密安排的。而当一个小组整体的常人心被牵动而意识不到时，就会陷入一种困境，这就是没有修在其中的直接表现。

当大家都意识到这个问题并且开诚布公地承认自己的错误时，状态就变好了，也许问题还没有解决，但整个小组的气氛不同了，大家开始真正感受到这是修炼和修炼的神圣，大家也意识到这个问题的长期过不去恰恰是因为我们的执著心没去，而当执著去了，事情怎么做都不重要了，因为一切都是灵活协调的。这里我体会到师父讲的洪大的宽容，神是没有常人这种应该怎样或不应该怎样的逻辑的，对生命的无条件的包容与慈悲，那是大法弟子应该有的境界。大法弟子的伟大在于能在人中修去自我、救度众生，而不在于某个作品是否完美，一个完美的作品是否就能救得了人，也不是我们看的这么简单，因为法的一面人眼是看不到的，没修去的常人心也是看不到的。狱中同修一副粗糙的钢笔画，给人心的震撼也许比我们花大量时间精力做出的精美作品还大，因为这是法的纯净的体现。

现在我最希望做的，就是在付出的过程中修在其中，去尽一切常人心，真正地做到一切为法负责，为师父给我们开创的新宇宙而负责。