

己不自觉的就起了欢喜心，自己在面对 B 亲戚不好的态度时，带着强烈的争斗心，求名心，觉的人家看神韵时态度不好，自己很没有面子……，虽然自己也心平气和的坐到了最后，但当自己走出 B 亲戚的家门，两行委屈的眼泪不由自主地流了下来，回到家后，还对父母（同修）念叨了好久才肯罢休。虽然最后自己也认识上来了，但毕竟还是打了折扣，不是很自愿的提高，而是在“出气”后才提高的。

写出这些，对自己也是个鞭策。我以后一定要越做越好，不辜负师父给安排的每一次提高的机会。

正见周刊

二零一零年
三月九日

“用理智去证实法、用智慧去讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人” 《理性》
“全面讲清真相，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
台声援 7000 万退党勇士气势磅礴	2
文明新见	2
【人生感悟】	2
走出悲观	2
【寓言故事】	3
同样吃苦，结局天差地别	3
【冥冥之中有定数】	4
寡妇孤儿得天下，寡妇孤儿失天下	4
【杏林漫步】	5
古代中医的取虫治病	5
【生命奥秘】	8
一则关于元神移位的故事：人无头能活	8
【诗歌园地】	8
正本清源	9
【世人觉醒】	9
党媒某主编认为党已经彻底妖魔化	9
修者的慈悲	10
【修炼故事】	11
把慈悲带给众生	11
真佛出世	12
弟子交流	13
【修炼体悟】	13
浅悟“正一切不正的”	13
心中有师有法是正念	16
学好法 完成史前大愿	17
刺耳的瞬间，刺破了人心	21
我们	22
无条件的同化大法	23

点悟	24
用本性看问题 才能真正否定邪恶安排.....	25
同修是一面镜子	28
【救度众生】	29
大年三十雪夜送真相中的奇迹	29
记一次放神韵体会	30

新闻综合

【海外综合】

台声援 7000 万退党勇士气势磅礴

为声援在大纪元网站公开声明退出共产党、共青团、少先队三退活动人数超过 7,000 万退党勇士，台湾法轮大法学会 3 月 7 日在中华民国总统府前凯达格兰大道上举办声援大会，会场集结超过 3,000 名台湾正义之士，场面浩大，旗帜飘扬，汇聚气势磅礴能量。会后并举办游行活动，队伍绕行台北闹区，目的希望更多人认清邪恶共产党，同声援这项有意义活动。

文明新见

【人生感悟】

走出悲观

金意

悲观是一种负面情绪，久而久之便会形成人的思维定势，它让人的生活中缺失希望，布满灰暗。

以前看过这样一个故事，一个老婆婆有两个儿子，一个儿子卖帽子，一个儿子卖雨伞。每到下雨天，老婆婆便担心卖帽子的儿子挣不到钱；阳光明媚的天气，老婆婆又担心卖雨伞的儿子挣不到钱，总之这位老婆婆经常是忧伤的。

其实看看我们身边，不乏老婆婆这样的人。有些人习惯于这种负性思维，却不自知。无论遇到什么事，他总是看不好的那一面，畏畏缩缩，裹足不前，最终一事无成。他还以为他很聪明，觉的避免了许多麻烦，却殊然不觉，同时他也失去了很多机会。因为宇宙间有个相生相克的理，古人也讲“福兮祸之所伏，祸兮福之所倚”，很多时候，当你穿越了困难，才能获得成功。那么我们做事之前，为什么不去看看那些有利于成功的因素呢，这样，我们会变的乐观，变的百折不挠。

转变这种负性的思维习惯，给自己多一些希望，让世界多一份光明。

真是摸不到头脑，这时我就在心里默默的求师父帮助。果然这时自己来了“灵感”，很快就解决了，神韵美丽的画面又从新出现在了电视机的荧幕上，而且那张碟子一点问题也没有，读的很顺畅。我默默的感谢伟大的师父。

自己在那期间，总是想说一些“哎呀！看神韵可真好啊！你看那些演员整体配合的多好，不像有些舞蹈节目，只特意突出一、两个人”等等的话，言外之意，就是想贬贬中共的喉舌媒体，结果 B 亲戚一声也没吱。向内找找自己，自己的心不纯，不是站在救度众生的基点说话，而是带着一颗争斗心，总是想找出谁比谁强啊！谁比谁更有本事等等。自己不应该拿肮脏的中共喉舌媒体与神圣的神韵相比较，这完全是在亵渎神韵。找到这些后，我就不说这类话了。

当看到《挡不住神的路》与《震撼》时，我穿插讲了一些大法的真相。虽然以前也陆陆续续给 B 亲戚讲过，隔一段时间在讲一讲，我感觉还是应该的，这期间自己心里一直在发正念。但当 B 亲戚看到第二本的时候，突然有些不耐烦了，问还有多少。我的心理就有些不稳了，赶忙加强正念，“清除干扰 B 亲戚看神韵的一切邪恶等因素”。两次之后，我发现这样不对，自己不应该

被 B 亲戚的情绪所带动。开始自己没有察觉，原来这么长时间，我隐隐的都在被 B 亲戚看神韵时的表情带动，这时自己的脑中想起了师父的法，调整好自己，不再被 B 亲戚的表象带动，稳住自己，认真的观看神韵的每一个节目。这时 B 亲戚也突然变的安静了，当《佛法开传》最后一个节目开始时，我告诉 B 亲戚，这是最后一个节目了，B 亲戚“啊”的一声，显得很惊讶，似乎有点意犹未尽的感觉。我的心中真是感叹，没想到自己的一思一念都在影响着常人，都怪自己悟性差，师父《在大纪元会议上讲法》中，已经把“相由心生”的法理完全开示给我们了，可自己一放下师父的讲法，就忘了，有时完全用常人心对待自己应该提高的部分，不把自己当作修炼人。

今天下午放神韵时，当 B 亲戚看到一些节目时，不时的发出惊叹，虽然她嘴上有些话没有说，但我已经深深的感到，她已经被神韵纯善纯美的演出，演员清纯的面孔，欢快的舞蹈，高超的技艺，惟妙惟肖的天幕所折服了。当我临走时，B 亲戚满脸笑容，对我说“以后常来呀！”等话，我知道这是她本性的一面在感谢我。

回想去年放神韵时，前天去的 A 亲戚家，效果很好，自

乎赶了我半里路，坚持要把钱塞给我。我说：我是修“真善忍”的，我们是无条件的救人。请你将资料好好看看。他说会的。我又问他读书时入过团队没有。他说自己入过。我给他把要退团队的道理讲后，我问他姓什么，他说自己姓刘。我就给他起了个化名刘光明，给他退了。他谢过我，看我坚决不收钱，他就转身回去了。

我又去发了好几个村。我们有时夜晚出去发资料，总是有狗叫。那天夜里，每次碰到狗，它总是象没看见我似的。就这样，我顺利发完手中的资料回家，一个人在夜里无人烟的地方走，一有点害怕时，我不是发正念，就是背“论语”。

到家时，一看表，还只八点过一点。尽管天还在下雪，而且刮着风，我却身子热热的。没打伞衣服也没怎么淋湿。平常我走路就爱沾泥巴在身，可那天，我的衣服干干净净的，靴子也没弄脏一点。

我给姐姐们几个听，他们舒心的笑了。

个人体悟，如有不当，望同修慈悲指正。

记一次放神韵体会

大陆大法弟子

今天早上拿到 2010 年神韵晚会的录像，经过了一上午

的刻录，一套套完整的神韵晚会就出现了。

我迫不及待的拿着晚会碟子去 A 亲戚家，给他们放神韵。可到那一看铁将军把门，他家没人啊！我只好又转向 B 亲戚家。本打算给 A 亲戚放完神韵后，第二天再去 B 亲戚家，没想到事情不如己料。

写到这里，我找到了我的一颗分别心，觉的 A 亲戚跟自己家好，根基好，接受真相快，而且去年我给他们放神韵时，A 亲戚的态度好；给 B 亲戚家放神韵时，B 亲戚五、六十岁的人了，像个没有礼貌的孩子，没有好脸。我从而在心理上对 B 产生了怨恨、不平衡的心。还有一颗做事求回报的心，爱听好听话。找到这里，自己真是吓了一跳，没想到一件小事，竟然找出了这么多心。真要感谢师父，谢谢师父给自己安排了一次提高的机会。

回想自己今天下午给 B 亲戚放神韵晚会的整个过程，找到了自己的依赖心。对于 B 亲戚家陌生的影碟、电视机，自己有点懒得动脑筋摆弄，依赖 B 亲戚的丈夫把画面弄出来，然后自己安享自在带着 B 亲戚看。就在我们看到第一本二十分钟时，碟子突然卡了，不读碟了。亲戚的丈夫又出门了，这下自己可没的依赖了，手里拿着两个遥控器，按来按去，

【寓言故事】

同样吃苦，结局天差地别

法中尘

很久以前，在一个城市里建了一座规模很大的寺庙，善男信女们请了一个很有名的雕刻师来雕刻一尊巨大的佛像。雕刻师从备好的 2 块石料中选择了一块质地上乘的石头，拿起凿子开始了工作，然而这块石头承受不住雕琢的疼痛，向雕刻师哀嚎不已：

“痛死我了，痛死我了。求求你，饶了我吧。”雕刻师只好从新选了另一块质地不好的石头来雕琢。这块石头虽然质地较差，但它坚信自己将被雕成一尊精美的雕像，任凭雕刻师的刀琢斧敲，它都以坚忍的毅力默默地承受过来了。不久，一尊肃穆庄严、气魄宏大的佛像赫然立在人们的面前，大家恭敬的把它安放到了神坛上，享受着人间的礼赞尊崇。

这座庙宇香火日益鼎盛，人流不息。为了方便日益增加的香客，那块怕痛的石头被人们弄去填坑筑路了。由于当初承受不了雕琢之苦，现在只得忍受日晒雨淋、人来车往、车碾脚踩的痛苦。

对于这 2 块石料，上天给了它们同样的机会，一个贪图一时的安逸，不愿付出，错过了机会，结果逃脱不了践踏凌

辱、茫茫无期的痛苦。而另一块石料，坚信自己光明的未来，以坚忍不拔的毅力承受着一刀一锉的雕琢之痛，去掉了石料多余的部分，成就了一个伟大的佛像。

人世间又何尝不是如此。有的人留恋红尘、沉溺物欲，尝尽生老病死、悲欢离合的痛苦；有的人明白人生真谛，吃尽世上苦，为的是修心消业、修去多余的欲望执著，成就永恒光耀的觉者。如释迦摩尼放弃了世间的王位，吃了无数的苦最终证悟了如来的果位。且不说他在天界如何神通广大、逍遥如意，那个我们也看不见；但是我们却知道世界各地的很多寺庙中都供奉着他的舍利子。那数千年金刚不坏的舍利子与几十年的王位那个更恒久？

今天，更伟大的法轮大法正在世界洪传，在你我的身边可能就有这样的修炼者，他们正满怀善意的告诉我们生命的真相、人生的意义，他们虽然在世间历经磨难、饱尝屈辱痛苦，可是这一切都是为了生命永远的升华！

同样是在世间吃苦，你是为了追求世间无止境的欲望满足，还是为了生命的升华而舍弃欲望，结局可能却是天差地别的。朋友，你能明白吗？

【冥冥之中有定数】

寡妇孤儿得天下，寡妇孤儿失天下
明古

明朝末年，统一女真诸部的努儿哈赤死后，其子皇太极继位，皇太极死，其第三子福临，也就是人们常说的顺治皇帝继位，当时他年仅六岁，由多尔衮任摄政王。

崇祯十七年（西元 1644 年）多尔衮入关时，途中向一位术士询问吉凶。术士回答：“虽然吉利，但恐后来没有好结局。”多尔衮请说详情，术士说：“得江山者摄政王，失江山者摄政王”。多尔衮听了更不明白，又问：“是不是由我得到江山，再由我失去江山呢？”术士回答：“将来自会应验。”多尔衮又问：“究竟天下是谁的？”术士回答：“寡妇孤儿得天下，寡妇孤儿又失天下。”

多尔衮本有篡位的野心，听了以后，认为天下既然不属于自己，而属于寡妇孤儿，便按照术士的预言，进军北京，赶走李自成以后，就迎接顺治小皇帝和他的母亲孝庄太后入京，让寡妇孤儿坐了江山，自己只当一个摄政王。在多尔衮的指挥下，大清朝终于打败了李自成、张献忠与南明，得了天下。至此，“得江山者摄政王”、“寡妇孤儿得天下”这两句终于应验了。

后来顺治亲政，多尔衮被控告犯有“阴谋篡逆”之罪，诏削爵，家产没收。多尔衮果然没有一个好下场。

等到清宣统三年（西元 1911 年）十二月，载沣又以摄政王的资格掌管政权，隆裕皇后率领宣统皇帝溥仪退位，正应了当年术士说的“失江山者摄政王”和“寡妇孤儿又失天下”的预言。

清朝二百余年江山之得失，竟然均与摄政王和寡妇孤儿有关。相类似的，宋朝的江山也是宋太祖从寡妇孤儿手中得到的，最后宋朝的江山也是从寡妇孤儿手中失去的。建立苏共恶党政权的头子列宁是秃子，终结苏共的戈尔巴乔夫也同样秃顶。仔细想一想，历史的发展，真是充满了戏剧性，怪不得很多有智慧有阅历的人也用戏剧来形容人生与历史。

其实历史的进程是神早就安排好的，冥冥之中早有定数，所以一些预言者才能提前预知未来要发生的事。在这里，我可以千真万确的告诉大家，在中国的大地上，下一步将要发生的大事就是中共邪党的覆灭。截至 2010 年 3 月初，在海外退党网站上声明退出中共党、团、队组织的中国人已超过了 6900 万。邪党的灭亡不仅是注定的天意，就是从人间看也已是板上钉钉的

上，但根儿还没动。内心的深处对排斥自己的同修还抱有怨恨之心，耿耿于怀，心里憋着。这哪是修炼人的表现呢！这件事情的出现就是让我看到同修不在法上的表现反过来照自己，查找自己修去人心啊！写到这里，长期郁结在我心里的结儿打开了，身心无比轻松。感谢师父的慈悲苦度。也谢谢我们的好同修！

我悟到同修就是自己的一面镜子：用同修的闪光点和不足之处来对照自己，就能找到自己的差距提高上来；同时也使我更珍惜同修间的这种圣缘啊！最后让我们以师父《洪吟》〈容法〉这首诗共勉：

佛光普照
礼仪圆明
共同精進
前程光明

不足之处，请慈悲指正。

【救度众生】

大年三十雪夜送真相中的奇迹

大陆大法弟子

由于邪党的迫害，我的家被强拆了。所以每年过年，我说不准自己将到哪儿。但有一点，无论我身在哪儿，我就要救度那一方的众生。

今年，我从异地背一包资料到姐姐家过年。

年饭后，还不到下午六点钟。我打开大门一看，外面正

在下大雪。我想：我一定得将福音送给民众。不修炼的姐姐知道我每次去，总有资料要发。她就将自己的雪地靴拿给了我。她大儿子又给我一把伞。我就背上资料，上路了。

当我在冰天雪地中走了几里路后，就开始发了起来。我正准备放一份资料给一户人家时，女主人突然出来了。我笑着对她说：恭贺你新年好，我送你一份新年的祝福！女主人笑着收下了。我踏着雪地，将那个村子发完了后，又换个村子。奇怪的是，只要是不怕冷，从屋子走出来的人，我亲手递给他们资料时，他们都非常高兴。我感到象是师父安排的人出来专门接似的。这时，我的心暖暖的，身子也走的热热的，非常舒服。

当完全是夜晚时，我发完一个地方，不知哪儿还有村时，总有人出来告诉我。他们告诉我路时，我同样给他们一份资料。这样，我在雪夜里发了好几个村子。

我手上带的资料发的差不多快完时，我想往回家的方向发。但迷路了。这时，从前排村子出来一个人朝我走来。我就问了他怎么从这个村子到我想去的地方。他耐心的给我指了路。我就给他一份资料。他一只手接着，另一只手却从口袋里摸出了钱，硬是要塞给我五元钱，我不要。他几

助师正法是我的使命。师父所要的是整体的成熟。我悟到：“整体像一个为他有机运转的庞大的生命，我是这个庞大的生命体其中的一个部位，没有整体生命的成熟，就没有我的身体，我爱我的整体！”

如有不妥之处，请同修慈悲对待交流切磋。

同修是一面镜子

慧莲

今天在学法组学完法，甲同修跟我说起她白天上班工作时，乙同修到她的单位告诉她以后不要再和我一起下乡发真相资料了，同时又讲了我很多过去的不足。甲同修觉得乙同修没在法上认识，不应该产生间隔排斥同修。特别因我还是外地同修来此地打工供女儿读书，只身一人漂泊在外，被邪恶迫害的妻离子散；已经都够艰难的了，更不应该再雪上加霜；同修应该是一家人，不应该排斥，要消除间隔，溶为一体才对！

听甲同修说完，我心里掠过一念：乙同修怎么这样说我呢？我俩根本不熟悉，也没和他谈过我的过去，在哪听来的这些呢？顺着这种思维我还想往下想，但马上意识到不对；自己不应该向外看，应该无条件的向内找，这件事情让我听到绝非偶然。修炼中遇到这些，决不是常人中的恩恩怨

怨是是非非。我要把这些反过来修自己，不能修理别人，绕开矛盾推出自己该提高的机会。向内找我发现有两方面不足。

一、不让人说的心还没去干净

表现在别人说自己不好时好动心，因以前这方面实修不够，一碰就炸，深挖下去不让人说是执着自我求名的心还很强。回想当常人时，因家境贫寒，就想将来出人头地，不能叫别人瞧不起，养成了清高自负的性格；你看不起我，我更看不上你，形成的后天观念在实修中没有认真对待去掉。因此邪恶没完没了以此为借口利用同修的人心到处传谣，制造间隔分割我们的整体；瓦解内耗影响我们同修在证实法的各项目中的配合，形成不了拳头，更不能有力的去救人。

修炼中遇事儿考虑问题的基点如果落在人这儿，那不是人吗！神佛还怕人说吗？决不会的！我不得向神看齐吗？就得能让人说，而且做到坦然不动。

二、没有把同修的不足反过来修自己

同修在背后议论是非，说长论短。反过来首先应该看自己有没有这种表现。仔细查找后，发现表面上虽然能做到不将同修对自己的误解放在心

事实啦！在这浩浩荡荡的历史潮流面前，顺之者昌，逆之者亡！那些就是不愿退出中共邪党组织的人，最终逃不脱给邪党当陪葬的可悲命运。

（资料来源：《古今怪异集成》）

【杏林漫步】

古代中医的取虫治病

钟医

古代中医治病的手段和形式是多种多样的。其中有些内容也许现代人，尤其是被党文化灌输了的人难以接受。然而它在古代却实实在在发生过，并留下了历史记载。中医取虫可不单单是取出西医所认识的寄生虫，有些事例用西医根本解释不清。

《名医类案》记载：王海藏（金代名医，李东垣弟子）说：有个叫杨时的病人，患了风气冲心，吃东西就吐，一身枯瘦。就教他服万病紫菀丸。服了二十天后，病人泻出五六块蛤蟆样的肉块和两升白脓，病就好了。还有赵侍郎吃了就吐，眼睛看不见，耳朵听不见，也是服万病紫菀丸后，泻出五七条青蛇和恶脓三四升，病就好了。

《明史》记载：戴原礼（明代御医，朱丹溪弟子）奉明太祖朱元璋的命令，为燕王治疗积聚病。他见以前医生的用药

对症，想为什么没有效果呢？就问燕王喜欢吃什么。燕王说最喜欢吃生芹菜。戴原礼说：我知道病因了。开了一副药。当天晚上燕王拉肚子，泻出许多小蝗虫出来，病就好了。

明代名医陈士铎《本草新编》记载：当我游历湖北住在汉口的时候，有客船主人久咳不止。问他为何得病，他说客船在浔江停泊时，夜起飓风，他正忙着喊舵工准备船篷船缆，突然骤雨打到热背，感觉很冷，从此咳嗽到如今。越咳胸中越痒，直到咳痛了，吐一阵血后才能停下来。我说：一定是寒雨透过肺俞，使肺里生虫了。他不信。不久他胸痛，说就要吐血了，怎么办？我说：赶快喝乌梅汤。他吃后果然疼痛缓解了，问我为什么。我说：这是治标的方法，用来验证有没有虫，虫遇到酸味就会潜伏，现在你喝乌梅汤可以缓解疼痛，一定是虫在作怪。他这才相信我。我用万年青捣汁，用酒冲一碗，叫他等胸痛时赶紧服下。晚上，他果然胸痛，服药后胸痛更厉害，痛的死去活来。他感觉非常口渴，想喝茶，我禁止他喝，劝他再喝万年青。他不听，我就强迫他喝。喝下后他痛的更厉害，喉咙很痒。我说：这是虫受不了了要出来了，赶快再喝万年青汁。他又喝，喝下后开始吐血，虫随着血一起涌出。长两

寸半，手指大小，身子象蟋蟀，长腿象螳螂，颜色纯紫，灯下看起来象有火焰一样，额头上有两条寸把长触须，背上有翅膀尚未长全，腹部还没有完全长好，还带着手指大一块血块。

明代名医李中梓《里中医案》记载：南京姚越甫，乙卯年秋天两个儿子都得癆瘵（肺结核）死去，他悲痛不已，潮热咳嗽，两眼昏花，腰脚无力，口吐清痰，唇有白点，服药无效。我说：据脉象为传尸病（中医指一人染虫死后虫转附他人，使家族成员相继死去），有虫在侵蚀内脏，只吃平常药不除虫没有活命的道理。用加川芎、当归的血余散，再加甘遂、天灵盖，磨成粉末，用东边桃树枝煎汤，在八月初二天没亮时空心调服，到了辰时、巳时，打下象小老鼠一样虫子三条，两头尖一样虫子几条。因为病人疲惫，马上用人参一两煎服，傍晚又煎服一两人参。第二天凌晨，将粉药减半服用，打下几条两头尖样虫子。另用十全大补丸服用半年后病人康复。虫子用烈火煨死，与雄黄一起研成粉末，装瓶，把瓶盖封死，埋在没有人经过的偏僻处。

明代名医孙一奎《孙氏医案》记载：曾治丁氏痛风，开始诊断为湿痰凝滞经络作痛。五副药后病人因痛的更厉害

不肯再服。我也不勉强她，改用醋炒芫花三分、海金沙一分为末，热开水调下。到了晚上病人腹泻一次，下稠痰半盆，腿痛好了大半，稍能活动。半夜众人喝酒未散，忽然听她说腹痛剧烈，请我进里屋看。走到后堂，里面人出来挡住我说，病人已经去世，不必进去看病了。我说：这一定是痛晕，不是去世，怎么可以不进去看。进去后发现病人还坐在便器上，冷汗淋漓，面色发青，好象呼吸中断。执手诊脉，手冷如冰，但用力按还有脉搏。于是我知道是痛极晕死过去了，给她灌姜汤。病人苏醒后慢慢告诉婢女：刚才肚子很痛，然后火光溅出，肛门象被火烧一样，大响一声，不知泻下了什么东西？众人察看，竟然是一条血色泥鳅，长六寸，宽半寸，有眼睛有鳞片，在盆里还可以游动，众人看了都毛骨悚然。

明代儿科名医万密斋《幼科发挥》记载：胡泮西弟弟英年早逝，遗子由胡泮西夫人抚养。孩子肚中生虫作痛，请我当时健在的父亲治，几次三番都不见效。又请我治。我问父亲曾用什么药，父亲说雄黄解毒丸。我问父亲还有别的秘方吗？父亲说，我只用这一个方子，屡用屡效。我告诉父亲说：看来该虫已经通灵性了，要想办法才能取下它。我在某月初

做好三件事上一点好处也没有。我决定把修炼基点转变破除这种关难，否定这种强加给我的关难。从内心不认可也不接受这种消业提高，正念清除对待。基点站正了，思想观念转变了，师父一下把我这种造成痛苦的因素一下子拿下去了。我的双盘轻松了，以前难以忍受的痛苦一下子没了。

有一天，我的心痛，如刀拉针扎，我都要窒息了，感觉人都要死了。这时在自己严重痛苦中，我就顺着向内找的思想机制，迅速查找自己哪里有漏，造成这种要命的心痛，到底在哪里出现了问题呢？我找出了前几天的各种过失，和各种执著心的存在；紧接着思想中伴随着：我要承受、偿还、自罪、还业提高上来的思想观念，这些思想观念顺理成章的就出来了。看似会内修自己，其实已经钻进旧势力的圈套里了。旧势力以检验大法弟子为借口，混淆大法弟子向内修的思想观念，这也是一种不易察觉的深层变相迫害啊！

师父在《精進要旨》〈道法〉中告诉我们：“每当魔难来时，没有用本性的一面来认识，完全用了人的一面理解，那么邪魔就利用了这一点没完没了的干扰与破坏，使学员长期处于魔难之中。其实这是人的一面对法认识的不足所致，人为的抑制了你们神的一

面，也就是抑制了你们已经修成的那部份，阻碍了他们正法。”

自己本性的一面认清了旧势力强加于我的迫害，我发出强大的正念，清除旧势力的安排：“你让我心痛，我让你痛死，你要想善解就马上离开，不离开就是清除。”我的正念一出，心一下子就舒服了。空间场一下美妙清净了。

在〈道法〉中，我悟到任何重大事件的出现，如同修生命被夺走，或神韵演出等各种救度众生项目受阻时，我不会仅仅陷在事情其中找自己的什么心，因为旧势力是不配我在反求利用中来修自己的，否则就是对旧势力因素出现的默认，认可它的存在，所以它才会没完没了的干扰破坏。即使使用正念一次次清除它，它还会被大法弟子的思想观念变相求出来，那真的才是我们大法弟子的心促成的呀！

用本性认清旧势力的各种表现，我再也不会陷在被它安排的任何事情当中，就事论事了。看清看透邪恶旧势力因素的伎俩，用师父赋予我的神通正念就是铲除它。不在自己思想中认同它，反求它、消极向内找接受它而承受它造成的各种迫害。我现在认为，我有不足应在大法中归正自己，在整体配合中修好自己就够了。多救人是我的历史责任，

新宇宙大穹是圆容为他的，是真善忍宇宙特性所构成的。旧宇宙的法理是成住坏灭，为私为我的属性造就的。要想同化宇宙大法，我们的本性必须改变为为他。正法时期修炼不清楚自己的使命和责任，就会有意无意的承认旧势力安排，在反求中利用旧势力衬托自我的去修炼，就会在迫害中走入个人修炼的误区，在各种迫害的重大事件怪圈里爬行去修自己。那么怎样才能真正破除这种旧势力的安排呢？

这一切迫害的根源是不是我们的基点和观念造成的呢？尤其当各种重大事情发生时：如僵化的间隔、逾越不了的关难、长期处于病魔迫害、同修被夺走生命或救度众生的项目受阻时。整体或者我们个体的惯例，就是加大力度向内找心，修自己等等。真是随着外在形式而心动，被正负两方面因素所带动。

这不是变相接受旧势力的迫害有理吗？如果大家都在它设的圈套里悟来修去的，嘴上虽说是否定它的存在；或用师父的法理，套来修去的，自认为找到了人心，恶自败了；提高上来了，它就够不着了；用这种形式来否定旧势力的各种形式的迫害，那就会走入邪恶迫害中，消极承受修自己的误区。

被关押在监狱的同修，和在外面被各种形式迫害的同修，以及救度众生的项目严重受阻的现象，都是旧势力因素多种干扰表现造成的。我们不断发正念清除，但又会不断的产生着迫害。为什么呢？是因为我们有不易察觉的，在迫害中找心修好自己的观念；有利用这种形式来提高的想法，这就是旧势力迫害存在的最大的借口。所以不断发正念清除，却又在思想中有求于它提高自己，它就不断钻大法弟子思想的空子，也就不断的产生着各种迫害，其实是我们的基点和观念造成的。

搅在其中很难辨别看穿旧势力的真面目，可是用我们的本性来衡量，就不会消极承受，而是会主动清除，决不会陷在事情其中，就事论事。也就清楚的知道旧势力和正法修炼之间没有什么任何关系。站在正法修炼基点上看问题，在法理上认清它，旧势力的邪恶因素就一点儿都强加不进来。因为强加的任何迫害，在新旧宇宙法理中，都是违背天法的。

仅举两例：一段时间内双盘，突然非常吃力，向内找认为是消业和该提高心性了。一次次忍受都影响打坐，最后单盘都很费劲儿。静下心来，用自己的本性看这件事情，发现为了还业而还业的痛苦，在我

旬选定适宜破除的黄道吉日，不让孩子知道。隔夜熬好苦楝根汤，清晨与孩子伯母商量好，用油煎鸡蛋一个，先吃鸡蛋再吃药。鸡蛋煎好了又故意不给孩子吃，孩子闻到香味急着要吃，肚子里好象有东西涌上心口。我趁机给他喝药，一会儿孩子心口上的东西落下去了，再给孩子鸡蛋，孩子不吃了。巳时，孩子腹中咕咕叫，泻下一条奇怪的虫子，大约小拇指长，有头有手足，就象婴儿一样。我看见了，惊讶的说：这就是人们所说的传尸痲虫啊！胡洋西说：他父亲得痲病死去，他母亲也得痲病死去，痲虫传到孩子身上正好是第三代，幸亏今天把它去除了。

这些例子一谈起来，可能现代西医根本无法相信，不敢相信。可是这里并没有举野史传闻、江湖郎中之类的例子，都是取自忠实、严肃的学术著作。如果要搜罗起更古老的传说、各种笔记中的记载，那例子就更多了。

现代西医发展了解剖，却不知道有另外空间，因此封闭了自己，只承认寄生虫是寄生虫病的根源。然而古代中医所认识的虫远远超出西医的认识。不是西医所说的寄生虫病，古代中医也可以打下虫来，而且所打下的虫很多是长眼睛的，与一般寄生虫差异很大。一些很严重的器质性疾

病，古代中医一打下虫来，病马上就好了大半。古代中医的成就不是现代人简简单单用“迷信”二字能抹杀了的了的。

古代中医的取虫治病今天已经失传了。许多中医西化了、党化了，这些东西他们批判都来不及，怎么可能去研究呢？古代中医取出虫来，用的是现代中医理解不了的方药，现代中医只会开平平常常的方子调理气血阴阳，甚至按西医理论胡乱开中药方，在实践中怎么可能取下虫来呢？古代中国人几乎人人都知道中医能取虫，因此也出现了江湖游医靠取假虫行骗的手法 and 现象，一些别有用心的人就据此披露什么“内幕”，扬言中医取虫全是假的，其实他们又明白多少呢？

尽管现代人已经陷在假相之中，但取虫这种现象并不能说就绝迹了。《蒲辅周医案》记载蒲辅周用温白丸治疗其舅父“虫蛊”（症状接近肝硬化腹水），其舅父吐出两条虫，八寸长，笔管粗，色黄形似鳝。《王绵之方剂学讲稿》记载某患者用鳖甲煎丸、舟车丸治疗腹水，路上急着要大便，大便出来个绿东西，患者的大肚子一下子就消了。在大陆这样的党文化环境里，虽然人们不敢去讨论它，但它毕竟是客观存在的。

【生命奥秘】

一则关于元神移位的故事：人无头能活

长河

人没有了脑袋能不能活，站在现代科学角度上讲似乎是肯定的，不能活。虽然上古时代有一位“能持干戚而舞”的刑天氏，但人们都认为那只不过是一种神话传说。

然而，在中国古代社会却有另外一种看法和记载，能证明人在无头的情况下能正常的生活。

明万历年间进士、著名学者徐应秋，在他的笔记《谈荟》中记载这样一则无头活人的故事：曾经有一个上战场被敌人砍去脑袋的人，战争结束后同营战士发现他还活着，手持东西，双腿能走路，官兵们可怜他，不忍心让他死掉，于是便把他送回了家乡，这个无头人平时能织草编履，妻子每日把饮食从其喉管中给他灌入。如欲食则书一“饥”字；不食则书一“饱”字。如此二十年才死。

无头能活，还能够像正常人一样索食吃饭，编织干活，这种事用现在的科学观念来衡量是怎样也解释不通的，人体怎么有这种现象存在呢？

其实在中国古代文化、特别是道家文化中，早就诠释了这个问题，那就是生在世上的

人，就人体本身而言，是一块肉而已，只不过被一个元神所占有和控制着。打个比喻，如果用现代已普及的计算机来比喻人是比较恰当不过了：人体就好比是电脑硬件，而元神则是系统，如果没有各种类型的系统与软件，电脑也只不过是一堆废铁塑料而已，什么也做不了。关于元神和肉体互相依存的关系，法轮功创始人李洪志先生在《加拿大法会讲法》中阐述的最明白不过了：

“人为什么哪儿也没坏他会死掉呢？他就突然间死亡了呢？是因为人的元神走了，元神不在了它就是一块肉了。人的元神在，他就活起来了。”

也就是说，人的生与死，身体里面的那个元神在不在才起决定作用，那个被人砍掉脑袋的人之所以能活着，是因为他的元神能够换位，当敌人砍他脑袋的时候，元神恰好没在脑袋位置，所以还能够活下来，延续自己的生命。由此可见，人体生命的奥秘，远不是那些对人体只知道一点皮毛的现代无神论造就的人与所谓科学所能了解和知道啊！

【诗歌园地】

救众行

小宇

云白天青郊外春，阳光明媚柳枝新。
轻帆一片飘何处？走遍沿江千百村。

往次衣服甩干后，洗衣机的中间便呈现出一个空桶子，衣服都贴在壁面上，象今天这种现象是头一次遇到。修炼中没有偶然的事情发生，这是在点悟自己什么呢？衣服不就是人的外皮吗？把这层人皮包得严严实实的，形成了一个包袱，这不就是点悟自己把人的东西都包在了里面，让我把它彻底放下，把这个人的包袱赶快修掉吗？

我把妻子叫过来看，并谈了自己的悟法。妻子说：“你不妨从另一个角度再悟一悟，衣服都是代表人的东西，都把它包起来了，让人看不见，是不是在点悟你在掩盖？你向内找一找，是否还有什么人心和执着被自己给掩盖起来了？”

经妻子这么一说，使我如梦方醒。是啊，这段时间暴露出来的人心和执着真是特别多，自己不是下决心修掉它，而是把它都掩盖起来了。比如怕人家提起自己过去做过的错事，只要一有人提起就想办法去解释，实际是在掩盖，把它包得严严实实的，不让人去触动它。还有对儿子的婚事这个情放不下，当家里的亲人们提起来并埋怨自己时，不去向内找自己那颗放不下的心，而是往儿子身上推，说他不着急、讲条件等，借以搪塞。在讲真相救人上非常懈怠，明知

道是自己的怕心、求安逸心、等靠心造成的，却不愿去触动它。反而以我写文章也是在证实法、讲真相救人等所谓的理由来搪塞，掩盖自己那颗肮脏的人心和执着。

师父在《转法轮》中早就告诉我们：“真正修炼，就得向心去修，向内去修，向内去找，没有向外去找的。”“而真正修炼要修炼那颗心，你只有提高心性的时候，你的心才能够达到清净、无为；你只有提高心性的时候，才能同化我们宇宙的特性，去掉人的各种欲望、执著心、不好的东西，你才能够把自身不好的东西倒出去，你才能够浮上来。”而我不是下决心去修掉它，反而想办法去向外推、向外找，去搪塞和掩盖它，这算什么修炼和真修啊，这不是在掩耳盗铃、自欺欺人吗？

正法的速度快的不可思议，留给我们真修实修的时间真的不多了。慈悲的师尊不想落下一个弟子，想办法点悟自己，可自己却在一次又一次的失去师尊慈悲安排的提高升华的机会，这怎么能算一个真修的弟子呢？只有赶快精进来，抓住每一次提高升华的机会，才能跟师父回家啊！

用本性看问题 才能真正否定邪恶安排

了凡

着很强烈，不顾别人的感受，和别人发生矛盾了去怨别人不了解自己，怨别人不能站在自己的角度上去考虑问题。

师父在《二零零二年美国费城法会讲法》中讲到：

“所以一个生命必须符合不同层次宇宙生命的标准，就看的是极其重要。那么也就是说，旧势力过去对我们的安排，不管它做了什么，我们都不能承认它，因为它们也是被救度的对像，只不过是它选择了淘汰。被救度者怎么能选择自己怎么样被救度呢？掉到水里了，人要救他，他却说：你不能够直接用手救我，你得用一只我喜欢的船来救我。那怎么能行呢？”

我理解生命是被造就的，被造就的生命最重要的就是符合他所在层次对他的要求，不是他想干什么就干什么，也不需要他去创造什么。在人中人会觉的自己聪明，自己不一般，如何如何高明，但是这种想法在大法修炼中是绝对错误的，在大法中什么都有，什么都是现成的，不需要你再去创造个什么来，最重要的是遵守标准，符合大法的要求。所以想用自己喜欢的方式来修炼那是绝对不允许的，另外弄一套偏离大法的要求的什么东西也是绝对不能被认可的，同化大法没有任何条件。

师父在《转法轮》第九讲中说到：

“大家知道现在法律在逐步健全，逐步完善，可是有人为什么还干坏事？有法不依？就是因为你管不了他的心，看不见时，他还要做坏事。”

以前读这段法时自己以为这是在讲常人不守法，今天我悟到：过去宇宙的法是不健全的，现在已经有了最新最正的大法，而自己却依照自己的喜好来修炼，这不就是在说我有法不依吗？

同化大法，不应有任何条件，也不应有任何保留，纯净净按照师父讲的去做最好。

现阶段一点体会，不正之处请同修慈悲指正。

点悟

莲子

最近发生了这样一件稀奇的事，一天我把几件衣服和一块床单放进了自动洗衣机内，按动了开关，我就去看书了。洗衣机走完了全部程序后，发出了“笛笛”的鸣叫声。我走到洗衣机前打开了机盖，顿时被眼前的景象惊呆了。只见衣服全被包在那块床单里面，形成了一个圆圆的饼子，我从边缘伸进手去，把饼子轻轻的托起来，发现下面也被严严的包着。

随师正法走天涯，尘海茫茫何处家？
荣辱死生抛脑后，世间处处放光华。

春思

梅

不觉又是一年春，回味往事多遗恨；
迷于尘世步蹒跚，凡心太重少佳音。
学法少，念不真，贪吃睡，少精進。
常盼结束随时归，一年之中救几人？

大戏幕落剩余音，满天慧眼盼君临。
弘愿在天震寰宇，何必徒来留遗恨？
多学法，洗凡尘，救世人，心要真。
三更晨炼五更读，了结大愿佛一尊。

踏春行

一舟

春阳无限暖，喜鹊枝头闹。
三人结伴走，田间步小道。
随手一条幅，高高迎风笑。
黄底红隶书，法轮大法好。
回身添正念：当空持久保。
过往行者多，定将有缘导。

正本清源

【世人觉醒】

党媒某主编认为党已经彻底妖魔化

东方天明

近日与中共中央级某党媒昔日的一位资深主编交谈，席间谈起对执政党的看法，他列举了三件事：六四、法轮功、新疆 7.5 事件，随后说：中

共在这三件事上的行为，彻底颠覆了他以往对中共的看法。不是别人要将中共妖魔化，而是中共的所作所为已经把自己变成了妖魔。

这位昔日主编陈述了自己一番见解：

中共曾经打着关心老百姓的旗号（现在基本是如何防范老百姓），尽管在一些事件中的做法令人难以置信，比如：让领导先走，克拉玛依 300 多小学生被烧死，比如：汶川地震救人不力，或者可以说是某些领导或局部的行为，但这些尚没有超出自己能够接受的心理底线，唯有三件事，自己耿耿于怀不能接受，就是六四向学生开枪、对修炼法轮功的民众实施镇压、7.5 新疆民族事件的发生；这三件事彻底打破了他对中共的期望和幻想。

六四事件中中学生并没有明确的纲领、也没有提出要推翻政府，只是提出要求改良的口号，却最终遭到中共的武力枪杀。就连国民党时期也没有这样的惨案，何况国民党时候发生的学生运动，是明确提出要推翻国民政府。一个政党向学生、向老百姓开枪，这说明了什么？

法轮功是对民众身心有益的社会现象，他并没有明确的纲领，也没有与政府、政党作对的实力和企图，只是普通

民众的健身行为，中共也为之所不容，最终将一亿炼法轮功的民众推到对立面，给自己树敌找麻烦。这种无理智的做法，实在是魔性大发。

7.5 民族事件是多少年来没有过的民族惨案，为什么能发生？民族冲突只是其表面原因，虽然会有中共入疆后枪杀维族人的历史因素，但是近年来对维吾尔人的政策比对汉族人的政策要优惠的多，为什么还会发生这样的惨状？中共对外的能力可以怀疑，但是，其对付老百姓的能力，我绝对不怀疑。7.5 事件必然有其实质政治原因。中共的政治就是阴谋，任何和政治有关的事都是肮脏的。

我提到当年中共媒体播出的“天安门自焚案”中的一些拍摄破绽，他以内行且不用质疑的口吻说：那就是摆拍的，这个不摆拍哪能出来？

中共就是对一件错事用一百件错事来掩盖，然后又用一千件错事来掩盖这一百件错事，就是欺骗加掩盖。

他说：我现在不愿参与政治，但不表示我没有看法。我现在还没炼法轮功，但也许哪一天我忽然就想炼了。

最后，这位主编以简练果断的口吻表述道：这六四、法轮功、新疆 7.5 三件事，彻底颠覆打破了他对中共以往的看法；不是别人要把党妖魔

化，而是党的行为说明自己已经彻底妖魔化。

修者的慈悲

法中尘

说到善，有的人看到别人困难就帮助点、施舍点钱财，这是怜悯善施的表现；见面时与人打打招呼、笑一笑，表现的很和善，这也是友善的一种态度……然而这些不是永恒的真善，它如漂浮的云，随着自身的心情或所处的环境而变。因为人是佛性、魔性同存的，当人身处邪恶的环境时，一般人的魔性就会被激发、放大，处于一种恶的表现中。而真正的修炼者在善修过程中修出的真善，却是金刚不动的，是在任何环境下都能不计个人得失、完全为了别人的，是慈悲。

在古今中外的历史上都发生过对信仰对修者迫害的事情。一次，数千的法轮功学员被拘留在一个体育场内，看管他们的年轻士兵眼里充满了仇视，对待他们的行为也是粗鲁的，显然士兵是被谎言洗过脑的，恐怖紧张的氛围笼罩着体育场。中午下起了大雨，士兵一动不动的站在雨中，雨水浸湿了他们单薄的衣服，这时许多老年的女学员从随带的包中拿出了雨伞，站到了士兵的身边、撑起伞为他们遮蔽风雨。这一瞬间，整个体育场

体的得失，在这里都不值得一提，也都是微不足道的。

是我们一起在做，这是从表面上讲，而实质上所有的一切都是师父在做。在师父洪大的慈悲中，在前所未有的救度旧宇宙中所有生命的伟大壮举中，我们庆幸能够被选择作为大法弟子，这是我们生命永远的荣耀。在这个伟大的时代，每一个能够被选择作为大法弟子的生命都应该万分珍惜，不要错过这永远也不会再有了的机缘。每一个人都应该放下自我，同化大法，真正兑现自己的史前大愿，让我们成为一体，真正的成为未来宇宙成住不破的保证。

现阶段一点体会，不正之处请同修慈悲指正。

无条件的同化大法

虚云

每个得了大法的人都是生生世世在等待，生生世世在寻找，而今天看似得之于易，孰不知在过去为此而历经多少苦难，尝尽多少辛酸。我要说的是而今天真理已得，当勤而行之，勇猛精进，为何现在许多人包括自己在内一直疲沓沓，懒散而随便，怕吃苦，嫌麻烦，甚至麻木。

修炼中有时明明知道也不遵照大法去做，或者挑喜欢的遵守，不喜欢的不遵守。这样不就成了有选择的修炼了

吗？成了有条件的修炼了吗？不听就是不信，不信就更谈不上正悟了。想另外搞一套自己喜欢的、方便的，这怎么能行呢？而且不按照大法的要求去做时往往还要从法中找借口。现在觉的自己太不严肃了。

实际上没有那么多为什么，师父怎么讲就怎么做是最好的，如何去做，实际上许多都直接告诉我们了，如何学法，如何修心，如何炼功，如何发正念，如何反迫害，如何救度众生，法中都告诉我们怎么去做。很多时候都是自己有些东西不愿意放，因此不按照师父讲的去做，举几个小例子。

比如学法姿势不端正，学法心不净。姿势不端正怎么能谈得上敬师敬法呢？心不净，法怎么会给你展现呢？那也不配呀。

比如炼功打折扣，炼不全或者很少炼。借口没有时间，可是睡觉有时间。而师父讲过炼功是最好的休息的道理，自己却怕吃苦，想安逸，不能持之以恒的炼功炼全。

比如师父在《二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法》中说到：“做事想别人，遇到矛盾想自己，这话可能大家都会说，也都明白，可是到了关键时候就不去想了。”自己有时候反过来了，自己要做什么执

而珍惜起来。因为这刺耳的话，让我看到真正的自己。我想做的更好。

我高高兴兴的拿起抹布和扫把，认真的清理阳台。是谁弄脏的已不重要，重要的是我能够意识到自己是修炼的人，是有救度众生使命在身的大法弟子。能够意识到，修炼人的善不被人心打折扣。很快便清理完了，这时才发现，扔掉多余的东西后，周围的空间变的更大了，更有序，也更亮了。

我们

厚厚

在劝人三退的过程中，有人说我在网上听人讲过，或者有人说我在钱上看到过这个消息，我再讲，可能就容易一些。我就感觉这件事不是我一个人做的，大家都在用不同的方式在做。

有一天看网上自己的文章修改了，改的真好，有种画龙点睛的感觉，文章一下子就生动了，当时的一个念头是要感谢这些一直在默默编辑的同修，觉的这篇文章不是‘我’写的，是我们一起在写。

后来在和爱人同修在谈心得时就谈到了个体与整体，我与我们的关系。如一滴水如果把自己拿出来就会脆弱而渺小，溶入大海才会知道什么

境界叫作宽广与博大；山峰高入云霄，而如果一块块石头都想把自己拿出来就成了一堆乱石，任何一块石头都不高，是山高。如果一个人想炫耀自己，把‘我’从我们这个整体中脱离出来，那一刻‘我’就会掉下来。境界也一定会掉下来。修炼人在法中，许多问题都会善解，智慧也会源源不断。而脱离了大法的人也一定会孤立无助，脆弱不堪。

就象自己有时老想把自己从同修中拿出来比较比较，如何如何，现在想想是多么的可笑。比如说做资料，同修中有写文章的，有编辑的，有下载打印的，有发送的，是我们在做。我们一起在做是为了让世人明白真相。比如说明慧网、正见网，有投稿的，有编辑的，有维护网站的，我们一起在办这个网站，是为了揭露邪恶，讲真相，消除世人的对大法的偏见；比如说神韵演出，有演出的，有卖票的，有维持现场秩序的，国内有刻录神韵光盘的，发放光盘的，我们一起来把神韵传送，把美好和希望广播。这一个个项目合起来就是正法在人间洪流，日复一日的在传递着神佛的慈悲、净化着人的心灵、最大限度的救度着众生。庄严、神圣、慈悲、纯净，每一个人都其中升华，私人的喜好，个

立刻静寂下来，只有沥沥的雨声和无言的感动。不一会儿雨过天晴了，谎言和仇恨在法轮功修炼者的真善面前云开雾散了，年轻士兵们稚气的脸上也露出了笑容，静静聆听着修炼者讲述的修炼中的美好与神圣，心灵在慈悲中被洗净与善化着……

在某市的地下防空洞里，面关押着许多法轮功修炼者，一个狱卒拿着鞭子使劲抽打着一个女孩妄图让她放弃信仰，一个 50 多岁的女修炼者站在了女孩面前挡住了鞭子，狱卒停顿了一下，继续抽打着她们。这时防空洞的门开了，一缕阳光射了进来，一个男孩沿着阶梯走了下来，狱卒停止了鞭打，向孩子招了招手，脸上充满笑容。那 5—6 岁的男孩似乎很熟悉这里的环境，他在阶梯中间坐了下来，从口袋里拿出一块饼干边吃边看着父亲。狱卒跟儿子打完了招呼，又拿起鞭子抽打着她们。老年的女修炼者，指着孩子对狱卒大喝一声：“住手！让你的儿子赶快出去！”狱卒吃惊的看着她，停住了鞭打。“这种充满血腥暴力的环境对你儿子的成长有什么好处，你在污染毒害他的心灵，而且当真相大白于天下时，你的儿子知道你凶残的迫害过这世上最善良的人，你将如何去面对他？你的儿子又将如何面对

他的同学和老师？”狱卒愣了一会儿，看了看儿子，又看了看修炼者，终于扔下了鞭子，抱着儿子离开了防空洞。从此，这个号称“杀手”的凶狠狱卒变了，他再也没拿过鞭子抽打过任何人。

在这场对法轮功的非法迫害中，发生过很多这样的事情。一次次正与邪、善与恶的较量中，越来越多的世人的良知被他们大善大忍、坚持不懈的精神所感召和唤醒，世人真诚善良的本性在复苏，他们退离了邪恶，选择了正义选择了光明的未来。

【修炼故事】

把慈悲带给众生

清新

公交车里人挤人，一个人紧挤在我的身后。我回头看了一眼，是一个中年男子，肤色较黑。我本能的把背包往前移了移，心里想：都说公交车里小偷多，可别是小偷啊。念头一出，马上觉得错了。怎么能把众生想的这么坏，还以貌取人，丝毫没有了修炼人的善念。我为自己刚才不正的念头而惭愧，这念头不是我，灭掉它。要把慈悲、美好带给众生。

师尊告诉我们：“大法弟子的心要不稳，会使你周围的环境也发生变化。你害怕的时候，你发现众生都不对劲了。

你变的神情清朗的时候，心胸宽广、乐观的时候，你发现周围环境也不一样了。”（《二零零九年华盛顿 D C 国际法会讲法》）我马上调整自己，发出纯正的一念：把“法轮大法好”、“真善忍好”打入众生的脑海中，让他们接受《九评共产党》，声明“三退”，生命的永远能有个美好的未来！

这件事虽小，给我的感受却很深，我想我要守住思想中的每一念，修炼人的正念能制约一切。让每一个众生都能感受到修炼人的慈悲。当新的一天开始时，面对我们的生活、工作的环境，面对我们接触的人，我就要时时刻刻想着把慈悲、美好带给他们。

早晨，当我走在上班的途中，我对着天空、大地、小鸟、周围的环境……发着正念；对着与我匆匆而过的人群祥和的发着正念；对着办公室的同事面带微笑的发着正念……

我发现：当我的心态祥和、慈悲的时候，周围的一切都变的和谐了，看常人的脸，也都是满面春风的。

修炼大法就是人生最大的福分，她使人的心胸变的宽广、大度，每一天都变的格外有意义。我们沐浴在慈悲的法中，沐浴在幸福、神奇和祥和之中，千万别忘了，把慈悲、美好带给众生！

真佛出世

归真

在 1990 年左右，我的一个住在北京顺义的朋友和他妻子，偶然结识了一位修道人。这位修道人属天山门派，远道而来或许是与他们夫妇有缘，同时也想找徒弟传他的东西。

我这朋友说他妻子当时在夫妻生活方面表现的欲望特别强，很难自制，不知道什么原因。结果那位修道人就帮他妻子解决了这个问题。他说那个修道人会“地行术”（地遁）。一日夜里，他妻子说不知道怎么地那人一下就进到关着房门的屋里来了，看到他一伸手，发出许多火球，飞向她下身部位，烧死很多蜈蚣。从那以后，她妻子欲望就小很多了。

到了 1992 年的一天，那个修道人突然向他们道别，说必须马上回去了。他们不解，并问他原因。他说是他师父告诉他要马上回去，不能传了，因为真佛出世了！我那朋友当时还挺纳闷，觉得他没接电话、电报和书信，怎么就能和他远在千里的师父联系？另外“真佛出世”又指什么？

后来几年后，我这个朋友和他妻子都相继走入法轮大法的修炼，这才真正明白了一切。

起，真是被他们那种无私无我的正的场包容着，改变着。如果我们每个大法弟子都能做到无私无我包容着同修的不足，圆容着大法，慈悲的救度世人，那么我们大家就会很快的成熟起来了，也少让师尊为我们操心。唯愿师尊笑。

以上只是我在这个层次上的一点认识，请慈悲指正。

刺耳的瞬间，刺破了人心

王昊天

今天进厨房的时候，看到房东老太太在阳台喂狗。听到老太太抱怨说：你们的阳台真是脏的可怕！当时，我有点想不明白，这房子什么时候成我的了？那阳台不是你的吗？是谁经常在阳台喂狗呀，搞的味道都很腥臊？这是我当时听到那句很刺耳的话后，连一秒的思考都没有，就顺着人心溜出了一系列的思想抵触，辩解的念头，脸色也顺着那句不中听的话，起了愠色，显的很不自然。心里又想到：要不是中国有迫害，谁愿意背井离乡的到国外来，过着寄人篱下的生活。热血沸腾中，那一秒都没有的瞬间，竟使思维在人心的带动下，超速的激烈的不安的到处冲撞。

念头闪过后，突然想到前天刚学的讲法：“我上次在西部法会上不是谈了关于大法弟子中好多人都怕人说，不

能说，一说就炸、就不高兴、就和人发生冲突，喜欢听好听的。你不是就是想走平坦的路吗？拖着你的大包袱上天吗？不就这个意思吗？常人所有不好的心，你各种执著，你都得放下去。怕人说，是不是个执著？光想听好听的，这怎么可能呢？就是要说点你不爱听的，看你会不会动心。”（《二零零六年加拿大法会讲法》）我记起了师父说的，很快平静下来。

前后想想，看看自己。人家只不过说了一句，我却在心里应付了几乎上百句。平静下来后，我看到自己修炼的脆弱，看到年轻力壮的青年人，何况还是个修炼人，都容不下一个年迈的老人的一句话。看到真实的修炼状态，让自己真是伤心。想到多少次告诫自己，真想修炼就要按照大法的要求，无条件的修炼，无条件的同化“真善忍”。而我刚才的心理表现，却因为老太太的一句话，而心血沸腾，好象马上要和老太太打一仗似的。要是再继续这样表现下去，那还怎么修呀？

我不想再表现那些人心，也不想让这些人心，再束缚修炼的愿望和志向。我动了一念：真的谢谢老太太那句话。刺耳的瞬间，也深深刺破了多少层层的人心。改变后的观念，对刚才那句刺耳的话，反

于我们不会修炼造成的。我们应该改变我们以前学法修炼状态，不断的转变人的观念，提高心性，围绕主意识修炼，去掉为私为我的心，在法上认识法。做到师父讲的“高层次上的法一定要学透，知道怎么样去修炼”（《转法轮》），才能做到法清理明，不迷不惑，难乱其心，在讲真相救度世人中收到事半功倍的效果。

现在我在向世人讲真相过程中，就不象过去那样只是告诉世人“三退”保平安，而是引导他们一定要学法得法。现在已有6个人向我要《转法轮》一书要看。我不但参加了学法小组学法，还在坐车路上随机而行的讲真相，效果也很好。

师父讲：“不管人类的道德标准怎么变化，可是这个宇宙的特性却不会变，他是衡量好、坏人的唯一标准。”（《转法轮》）我悟到作为一名大法弟子就要同化“真、善、忍”这个宇宙特性，按着“真、善、忍”的标准衡量一切。如果站在为私为我的基点上讲“真、善、忍”就不是真正的“真、善、忍”。何为私？“我要圆满”、“我要随师父回家”、“我为大法做了多少事”、“我如何如何”这些都是为私为我的表现，只有真正的做为大法的一个粒子，溶入

到大法中，才能在修炼的路上不断的提高。

经过一个月的集中学法，我在法理认识上的到了升华。现在我不但能静下心来学法，而且还看到了法理的内涵，我的身体也得到了很大的改变。几天前和一个同修见面，这个同修问我：“你走那么快，你腿好了吗？”我说：“好了。”她问我怎么好的。我就把我这一个月学法体会讲给了她。前几天，几位同修又约我切磋。同修们看到我身体变化都很惊讶，同修说：“你不仅身体变了，在法理上其他方面都有变化。”我告诉同修，我修炼十几年，打坐从没象现在这样入静，而且一坐就是80分钟，这一个多月的学法还转变了我一直认为的等恶党一垮台了，大瘟疫一淘汰完人，我也就圆满了随师父回到我天上的家的一个观念。认识到修炼还有一段路要走。不扎扎实实的修好自己，有一颗人心都圆满不了。

其实那种学法方式好或那种学法方式不好，不是仅凭自己个人理解就认定好。衡量学法方式的好坏，应看这种学法方式能不能使我们得到真正的提高。如能得到提高，互相借鉴一下，又有什么不好呢？师父告诉我们：“学法得法比学比修事事对照做到是修。”我和这些同修在一

弟子交流

【修炼体悟】

浅悟“正一切不正的”

大法弟子

不修炼的爱人本来对我修炼是很支持的，可是，当我从看守所出来后，她的态度一百八十度大转弯，不论我看书还是炼功，她都坚决的反对。有一次，我正在抱轮时，她从后面一下把我推了很远，还骂骂咧咧：“你是否苦头还没有吃够？你是否还想毁掉这个家？”甚至有一次，她把我的书和磁带全摔在地上。

那时我很茫然，面对如此的家庭环境不知该如何修下去？甚至一段时间炼功学法都偷偷摸摸的，一见到爱人来了心里就有点怕。怕她骂我，怕她毁大法资料……为这事，我跟同修多次交流过。有的同修说：“这是你自己走的路，必须正面面对。要用慈悲和宽容对待家人。做好了，就是在证实大法。”还有的同修说：“现在是正法时期，我们就是要正一切不正的，邪恶利用家人没完没了的干扰，就应该严厉制止。不能一再没完没了的忍受。你这人太软弱了。大法弟子在家里应该强硬起来，应该有一个堂堂正正的修炼位置，不能让常人捏来捏去的，听他们的你还修炼什么？”

究竟应该怎样在家里正一切不正的？我当时对同修的说法不是太认可。我觉得，家里的亲人不是破坏大法的魔，他们主要是怕自己再度被迫害而出于保护亲人的一种简单粗暴的做法，本质并不坏。作为大法弟子应该理解和宽容他们，要善解一切。那时我就是本着这样一个很简单的心态去对待爱人。很快我发现，她的态度在好转。很多时候，当她发脾气大喊大吵时，我不顶嘴，实在忍不住了就离开。渐渐的，她跟我发脾气的次数在减少，觉得自己一个人吵没意思，进而对我学法炼功也不管了。有时她说：“其实，我知道你们炼功人都是好人，可国家不让炼，咱别往前顶，以后你就偷偷的在家炼。”而每当此时，我便给她讲大法真相，讲国外大法形势，讲正见网上的因果报应故事。她表面上似乎并不愿意听，但也没强烈的反对。我认为，大法怎么美好她并不清楚，但你在家里的表现她却看的很清楚。于是，每天下班时，我都很主动勤奋的做饭，打扫卫生和关心孩子学习等一切事情……渐渐的，她不再管我了，她觉得我不仅对家里大人孩子负责，也是个很能过日子的人。再后来，她身体难受时，也学着我打坐的样子盘腿打坐（只是时间短）；再后来，她对我面对

面讲真相劝三退也不反对了，甚至有时在我讲时她还能帮上几句。有一次，她去买化妆品时，风风火火的跑回来了，说：“快去，那个店老板我给讲三退讲了一半不知该怎么讲了，你去能讲明白。”我一听十分高兴，跟她一起去了那家商店，并给老板三退了。还有一次，我无意中问她：“你看我能修成么？”她说：“能，我看你行。你真的比过去变了。”我说：“你也不差，你为大法做了那么多，也了不起啊。”

后来我曾想，如果按照同修当初的说法，跟爱人来硬的，把她的表现看做成是一种魔的干扰，去“正一切不正的”，那结果会是什么样呢？正一切不正的不是用暴力，你对我不好我对你更凶。什么时候都不要忘记师尊告戒我们的“打不还手，骂不还口”这个最基本的要求。而是要理解对方，宽容对方，能包涵一切，这就是在建立一个修炼者的威德。没有了争斗心和强调自我的因素，外界的一切很快也就不拧劲儿了。

那天，一个同修跟我说：“家里孩子起初对我学大法很支持，当他们单位有人攻击大法时，孩子们把对方顶的哑口无言。而对我学法炼功也很支持。可是，当我被迫害之后从监狱里回来时，孩子的态度

就变了，不让我出去讲真相，一发现我背兜里有真相资料，就大吵大嚷。有同修来家里时，孩子们有时堵着门不让进屋。我总是想把这个环境正过来，找几个能说会道的同修到我们家把孩子说服压倒，让他们支持我。把他们这些不正的表现都正过来。”我笑了，我说：“正一切不正的不是这么个正法，很多家里人当同修被迫害前或被迫害后，他们对大法的态度是不一样的。为什么呢？他们有怕心，怕失去亲人，怕罚款拿钱，怕在朋友或同事面前丢面子，亲人蹲了大狱，他们在外面抬不起头……如果我们能站在对方的角度去理解并宽容他们，就知道自己该怎么做。”

这使我想起了我常人中一个最好的朋友，当我被迫害从狱中出来时，他请我吃饭，请我唱卡拉OK，想让我过常人式的生活从而不再修炼，不再被迫害。我知道他是想用这种情的绳索捆住我，可是，我必须得冲破这一切。于是，我不再一次次听他摆布，而是不放过一切机会给他讲真相。最后，他不仅认可大法并支持我修炼，而且还帮助我做大法的事。有些东西表面上看上去是一种干扰，其实，也是看我们在这种状态下能否将路走的正。就上面同修“被孩子干扰”而言，我觉得不要跟孩子

上切磋指出了我的不足，我很感激。听说他家有学法小组，我提出了想参加他的学法小组，同修答应了。这样在1月24日参加了他们的学法小组。

四、学好法转变观念

在这个学法小组中，经过一个月的学法，使我在法理认识上得到了升华。师尊在《法轮大法义解》中讲：“再有我还没有和咱们几个负责人说这事儿，就是我们能不能在我家乡带个头，组织一下，我们不能只是集体炼功，我们能不能找个特定的时间集体来学一学法。逐章逐节的，大家念一念、讨论讨论。学习时间的安排象集体炼功一样固定下来。我想这样更有好处，有针对性，这样对我们将来，遇到实际问题就有法可依。”这个学法小组就是遵照师父讲的这段法理，理解之后组织的学法小组。每天从9点多开始学法，通读一讲《转法轮》，再逐个小标题通读。然后每个人都谈自己悟到的法理和自己的体悟，同修们相互鼓励敞开心扉，畅所欲言，有什么说什么，堂堂正正的修炼。同修们把他们悟到的法理讲出来，互相借鉴。看到我们在法理认识上能升华上一点，他们由衷的高兴。由于我家距同修家较远，再加上我腿疼，还得倒三趟车，同修就让我住在他们家。我睡在床上，而这些同

修就睡在地板上。我们在一起不但从法理上切磋，在转变观念提高心性方面都很严格，如果谁做错了都能主动向内找，找自己的不足。

通过和这些同修在一起学法，找到了我以前学法修炼方面存在的不足，我们只是在看书学法，并没有学进去，修炼这么多年，怎么修炼，何为真正实修，修什么都不清楚。师父讲：“佛性一出，震动十方世界。谁看见了，都要帮他，无条件的帮他。”（《转法轮》）那我就问我自己，什么是佛性呢？同修又建议我学《转法轮（卷二）》中的〈佛性〉。师父讲：“人是靠主元神主宰着，主元神麻痹被观念代替的时候，那么就是你无条件投降了，生命被这些东西左右了。”“主元神不会因为自己产生的观念而改变。主元神不会因为自己产生的观念而把主元神的本质都变化了。”学了〈佛性〉，我才恍然大悟，原来佛性就是我的主元神、主意识。我们法轮大法的特点就是主意识得功。“修在自己功在师父”。师父把成千上万的机制给了主元神。而我学法不用心，炼功时脑子里什么都想，自己的主元神被自己的各种观念、各种业力覆盖起来，那我怎么能有功呢？原来我们年龄大的同修身体出现了不同的各种病业状况，都是由

样呢？”我告诉人家：“这是鸡胸脯，肋软骨炎。”直到在2007年改字时，才知道自己错了。当我把拇指离开胸脯后，胸脯像用刀刮骨头那样，疼了好几天。现在胸也平了。由于炼功动作不对，没有把自己当作炼功人，被邪恶钻了空子，导致身体出现病态。从2006年年底开始，四肢关节疼痛，到医院去看大夫问我哪疼，我告诉大夫你别问我哪疼，你问我那不疼，我全身没有不疼的地方。四肢关节肿大，膝关节、踝关节积液，严重时生活不能自理，真是痛不欲生，站不了五分钟。走路吃力，弯着腰。这一现象持续了好几年。同修们当面背后都说让我找原因。后来参加全球大法弟子同步炼功后，有所改变，但也没彻底改变。由于我修炼不严肃，才造成了上述情况，当然也有其它原因。

二、学法流于形式

我平时看书的习惯是即兴翻开，从中间看。在看《转法轮》时，是从后往前看，挑感兴趣的内容先看。结果造成了学法的障碍，学法不认真，一忙起来就不学了。在学法时，无论是在学法小组还是在家自学，只是看1到2讲《转法轮》，从没在法理上认真思考，合上书后看到的是什么内容，都想不起来。学习师父的后期讲法只是在刚得到时看

两遍，看师父又讲了什么新法，满足自己的好奇心。可以说十几年从来没有把师父的所有讲法系统的学一遍，只是在改字时才看一遍。结果对法有了一定的认识心性，得到了一点提高，也没从本质上改变自己。

三、把讲真相事情做

在讲真相中，虽然真相资料也发了，讲“三退”救人也不少，但也没做到象师尊要求的那样，完全是无为的，为他的，象做事情一样。心里还想，师父要求的“三件事”我做了。即使某些方面还存在着人心，等法正人间时师父会给我去掉，执着于每天看动态网，想从网上看到点信息，揣摩什么时间正法结束，盼着恶党垮台，大瘟疫一淘汰完人，正法也结束了我也就随师父回我天上的家了。

在面对常人及同修的指责时，虽然能做到不顶撞，不解释，但心里也不平衡，过后也有怨气。结果修炼了十多年，只修了个表面，并没有真正的改变自己。

面对上述问题我也困惑过，也着急。怎样才能提高呢？也问过同修，但没有得到解决。可能是因为我有了修炼要提高的心，师父安排了机缘，在同修的介绍下，认识了一位同修，我带着疑问与这位同修切磋，同修耐心的在法理

去争论，不要用理论或气势去压倒对方，不要往前顶。当他不理解你时，你的“对”在他眼里也是“错”。当他理解你时，你和他便是一个整体。而争论的本身就是争辩人的理，表面上是为护法，其实是证实自己。如果我们能够放下这件事，用平和慈悲的心去对待身边的亲人，抱着一颗“我就是为你好，我就是为你着想”的心态，孩子回家了，高兴的为他们做些好吃的；孩子喜欢什么，就给他们买上；孩子的孩子回来了，像一个慈善的长辈关爱有加……这样时间一长，你在他们心目中的形象便高大起来。这时候，你其实什么都没说，但你要说的话都说了。他们知道你是学大法的，这样做的本身不就是在证实大法么？心性和境界能优化自己生活的环境。能使自己的亲人感到和你在一起便是永远的春天。

那天和几个同修在一起交流时，有几个同修提到某某当村干部同修被人打了，被打的同修住了院。我说：“打的很严重么？”“不严重。”“那为什么要住医院呢？这件事一定有自己该修去的東西。”同修说：“其实，按伤势说完全不用住院，但打他的人是冲着大法来的，边打边说你们法轮功怎么怎么样。我们应该杀杀他的威风。”显

然，同修想通过住院让对方赔偿医疗费，从而让对方服软。那么，这样做是证实大法什么了呢？村民们能通过一个大法弟子的村干部把一个“刁民”制服了而展现大法的美好吗？他们通过这件事有多少人能认可大法并支持大法弟子以后的工作呢？师父在《二零零九年大纽约国际法会讲法》中说：“冷静的思考，心再大一些，咱们真的把所有的人都当成要救度的众生去救度，看看他有没有变化？那个邪恶在法拉盛的出现、控制人干坏事，绝不是偶然的，肯定是针对学员有漏的地方来的。对于人的一面不要一味的向前顶着干，不是压倒他们，是救度他们。慈悲的做，冷静的做，看看这件事情有什么效果。”每当看到这段法时，我就想：法拉盛事件中同修被特务打了，师父还要我们找自己别往前顶。这种博大的胸怀和无私的境界一下子使我看到了自己的渺小。

遇事向内找是大法弟子修炼的法宝。那我想，我们在帮助被打的同修时，不要用人维护人的方式去做，那等于在害同修，也在害众生。而要站在大法和救度众生的基点上去看待这件事。是不是这个村干部当初竞选时的基点有问题？是不是同修当了村干部之后干了不该干的事而被邪

恶钻了空子？修炼人没有敌人，任何时候大法弟子都要用心性的表现去“服”人，而绝不能用常人的方式去“治人”。如果那样的话，邪恶会抓住更大的把柄去迫害你，甚至把你迫害的不能修。

一点浅显的认识，不当之处请同修慈悲指正。

心中有师有法是正念

莲子

“正念”一词可能是在正法修炼中接触最多的名词了，大法弟子在正法修炼过程中所遇到的每一件事几乎都与正念有关系。那么什么是正念，在正法修炼中我们应该如何去理解和认识它呢？从下面几个例子中，可能会帮助我们回答这个问题。

有一位年过古稀又没有文化的老同修说起过这样一件事。有一次她和老伴、外孙在一条炕上睡觉，早晨起来发现老伴和外孙都中了煤毒，已经叫不醒了。她赶紧打电话把儿子叫来，把老伴和外孙送到了医院。输上液后，儿子说：“妈，您先回去吧，我在这里看着。”她回家后就忙着整理家务做饭。中午儿子回来后才想起妈妈为什么没有中煤毒，就问她：“妈妈，都在一条炕上睡觉，您为什么就没有中煤毒？”她平静的回答一句：

“他们怎么能和我比呢，我有师父呀！”

有一位同修，无论邪恶的迫害表现的多么严峻，他都会说：“这个法大得不可想象，邪恶算什么呀！”凭着这一念他闯过了多少艰难险阻，大法的事做的很多，可是几乎没有受到过什么大的干扰和迫害。

还有一位开理发店的同修，每天坚持堂堂正正的一边理发，一边讲真相发真相资料，救度了许多有缘人。奥运时，乡、村干部来找她，她微笑着但又特别严肃的和他们说：“以后你们不要来找我了，我不属于你们管，我有师父管着！”从那以后他们再也没有来找过她。

那位老年同修可能在平常谈不出什么多高理性的认识来，可是在中煤毒这件事情上，她会发出：“他们怎么能和我比呢，我有师父呀！”这一念，我们都会感受的到这一念有多么珍贵。是的，她是大法弟子，她有师父，在这个世界上谁又能和她比得了呢？这不就是一个大法弟子最值得无比幸运和自豪的吗？这不就是一个作为慈悲伟大师尊的弟子心中最纯朴、纯净、纯真的正念吗？那位说出：“这个法大得不可想象，邪恶算什么呀！”的同修，大法在他心目中的位置高大无比，邪恶在他的眼中渺小的可怜，这

不就是最强大的正念吗？在这样正念十足的大法弟子面前，邪恶怎么能动得了他呢？还有那位理发的同修，为什么能够坚持每天堂堂正正的讲真相救人？为什么能够在邪恶的干扰面前发出：“我不属于你们管，我有师父管着。”的强大正念？说明她的心中有师有法有众生啊，有了这一念，在修炼的路上又有什么能够阻挡得了她呢？

在大法弟子中这样的例子会特别多，通过这些例子我豁然明白了，在修炼过程中，每遇到事时心中有师有法，并按照师父的要求和法的标准去做，这就是正念。在一个时时刻刻心中都装着师父装着大法的修炼人面前，又有谁能够动得了你呢？这不就是一个正法修炼者所应有的正念（神念）吗？其实慈悲的师尊早在（《各地讲法七》〈美西国际法会讲法〉）中就开示我们：“如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，（鼓掌）就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。就这么正信的一念，谁能守住这正念，谁就能走到最后，谁就能成为大法所造就的伟大的神。（长时间热烈鼓掌）”

一点粗浅认识，请同修慈悲指正。

学好法 完成史前大愿

沈阳大法弟子

我是98年得法的老学员，回想这十几年走过的修炼路真是愧对师尊的慈悲普度，直到最近一个多月在同修们无私的帮助下，学好法提高心性，改变了不正确的修炼状态。无论在身体、心性方面还是在讲真相救度世人方面，都发生了由量变到质变的改变。原不打算现在写出来，想等过一段时间在实修方面在提高心性后详细的总结一下。看到最近网上同修的文章和建议后有所感悟还是把我这一个月的学法体会写出来。在法理上与同修交流，共同提高如有不对的地方敬请同修慈悲指正。

一、修炼是严肃的

在得法初期，由于自己对修炼认识不足，炼功不认真，因我从小就不爱运动不爱上体育课，懒惰不爱炼功，动作不对。在拘留所被迫害时，看到同修炼第五套功法，手往下掉。我就想怎样能让手不掉下来呢？当时不知道在提高心性上找原因，而是用人心对待炼功，找窍门。将大拇指顶在了胸上，结果造成了在胸口处鼓起一个包，穿衣服都看出来。别人问我：“你胸脯咋这