

年的神传文化吗？

讲解员：是的。学生又笑了。

问：历朝历代都是继承发扬着这种神传文化对吗？

讲解员：对的。学生又笑了。

问：有史以来，人们都相信神佛，信天地，信上帝，但 xx 党从夺取政权后所宣扬的是无神论，叫老百姓只信 xx 党、共产主义对吗？

讲解员：是的。学生又笑了。

问：现在共产党把五千年的神传文化遗产，把古人对敬仰神佛的文化利用来让世人当作观赏品，卖门票赚钱，是吗？

讲解员：是的。学生又笑了。

问：共产党一边反对神传文化、宣传无神论，搞阶级斗争，在“文革”中破坏了几几乎所有的名胜古迹，现在又利用佛来赚老百姓的钱，是不是很矛盾？

讲解员：是的。所有学生都大笑。

我接着说：你很年青，对神传文化有些了解，所以能做讲解员工作，但你不知道佛法有多博大精深，佛法他是宇宙中最高的科学，现代科学根本无法解释得清，很多科学家在研究中无法解

决的问题，都归到神学中，就连爱因斯坦这样的大科学家最后也都走入了宗教，认为上帝讲的对。可是 xx 党却宣传无神论，不准人们信正的，迫害打压信仰真善忍宇宙佛法的修炼者，迫害致死中国八千多万人，现在老天都不容，要灭这个邪党，你们知道吗？学生都不笑了，用严肃的神情听我讲，这时导游催着走啦！很遗憾，还未达到三退目地，但走时我叫他们记住“法轮大法好！真善忍好！”有福报、灾难来了能逢凶化吉。并让他们有机会一定上大纪元、明慧网，能够了解全世界，我一走一边回头要他们一定记住“法轮大法好！真善忍好！”所有人的目光敬望着我离去。

我讲真相十一年，从来都没有碰到过一次向这么多人同时讲真相，这次我对这么多人讲真相时一丝怕心和杂念都没有，我清楚这一切都是师尊加持的结果，都是师尊在做。其实我只是有一颗想按照师尊的要求去做救度更多众生的心，师尊就鼓励我张一张嘴。通过这次讲真相我又突破了许多观念和怕心，去掉一些执著心。我要在最后的的时间里更多的去救度众生。

正見周刊

二零一零年十一月二日

“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》

弟子交流	2
〔修炼体悟〕	2
责任	2
再悟安逸心	3
观圣果	5
以何为重	6
对发正念的再认识	7
不能脱离集体学法和发正念	9
在修炼心性的同时也要重视炼功	11
也谈敬师敬法	12
再谈修口	13
对佛恩浩荡的一点体悟	15
对“谈婚论嫁”的问题的浅见	16
请不要把师父的诗句和功法口诀当作文章标题用	20
救一个世人等于是救下一个宇宙天体和无量无计的众生	20
请同修重视使用真相币	21
〔修炼点滴〕	23
我改掉了翘二郎腿的习惯	23
争斗心	23
去“自以为是”的心	24
转变人的观念，精進起来	25
〔修炼故事〕	26
云南老年法轮功学员讲真相的小故事	26
在任何环境中都要重视学法讲真相	28
〔救度众生〕	37
做好三件事，让更多的人明白真相	37
一路旅游 一路讲真相救众生	39

弟子交流

【修炼体悟】

责任

天成

随着年龄的增长，人生的经历的增多，渐渐没有了一开始的好奇、新鲜、兴奋，也没有了沮丧、悲观、失望，油然而生的是一种责任感。这是对人生、生命、宇宙有了深刻了解后而产生的一种明确的认识。

对一件事情不是用喜欢不喜欢来对待，也不是用人的感情上愿意不愿意来区分。遇到的任何事情都是尽力去把它做好，尽到自己的责任。

没有了一时的冲动，也没有了火急火燎的浮躁，学会了忍耐和等待。没有了偏激，学会了宽容。随着时间的推移，人也越来越从容，越来越稳定，可能这就是古人讲的宠辱不惊吧。

心情是的淡淡的喜悦和淡淡的忧伤，没有了以往的大起大落，不再是为了炫耀自己而张扬。心态一切渐渐的趋于平稳，趋于平和。就象硕果累累的秋天，沉甸甸的，压在在枝头的不是负担，而是成熟，是对历尽风

雨后的收获。肤浅与草率如杂质一样被时间和理智过滤干净，留下的是一身厚重的责任。

这让我想起鲟鱼为了回到产生它生命的地方，在回游之时，无论千里万里，无论惊涛骇浪，都是义无反顾地逆流而上。

没有任何外在条件可讲，仿佛这外在的种种干扰与麻烦与它无关，它只是沿着用它内心的航线在前行，丝毫没有犹豫，没有彷徨和留恋，那样的坚决与果断，那种不到目地不罢休的劲头着实让人感动。

是呀，那种来自内在的稳定的信念又岂能是外界的因素所能阻挡和干扰的，那不是个层面的东西，犹如天体的运行不被任何人间的理论、认识一致任何因素所带动，亿万年来都是生生不息的按照规律而行。

想起自己这么多年来修炼，不再是一开始那种肤浅的认识，不再是为了自己从大法中获得什么，只是越来越感觉到自己责任的重大，一切都所言所行要为人负责，为社会负责。这种责任深深的铭记在我的心里，大法的教导已经溶入自己的思想之中。无论在何时何地，都要提别人着想，都

的根本保障。正如师尊要求我们的“在证实法的这三件事情中，一个是学好法，一个是讲清真相，再一个是重视发正念，这些事贯穿起来都是在证实法，都是在救度着众生，都是做大法弟子应该做的。”（《二零零三年元宵节讲法》）

几年来，我感到无论做什么证实法的事，只要心中有法，时刻用正念主导自己的言行，就会体现出法的智慧，做起事来就会事半功倍，三件事就会做的更圆融和顺畅，救人的效果也好。现在的每一天都很珍贵，希望我们“越到最后越不能放松，越到最后越要学好法，越到最后正念要越足。”（《致加拿大法会》）

在此让我们把讲真相救度众生的事做的更有实效，让更多的人明白真相而得救。

一路旅游 一路讲真相救众生

云南大法弟子

九月初同修邀约我去旅游，做三件事。

我们这次旅游去的地方是嘉峪关、敦煌、吐鲁番、乌鲁木齐、天山天池、兰州等地。临行前我准备了很多小册子、明慧周报、护身

符、不干胶等真相资料。

旅途中我和同修都坚持不断发正念、讲真相。每到一火车停靠站，我们就下车贴真相不干胶，不漏下一个站。由于是跟团旅游，自己支配的时间不多，每到一地我们就利用安排购物的机会送真相小册子、护身符，到返回时真相资料全部都贴完、发完。

我们到敦煌莫高窟景区参观，敦煌莫高窟最具中华神传文化的代表性，每窟都是释迦牟尼与其弟子的塑像和修炼的记载。每进一窟我们都要发正念清除另外空间的邪恶。由于参观的人很多，每进一窟都要排着队等，一队出，一队进。当我从一个窟出来时正好来了一队，全是大学生，有二十多人正在一个窟门口等着进洞，我就走上前给他们讲真相，这么多人，时间又紧，怎么讲？我一边发正念请师父加持，一边我就上去很自然的问讲解员。

请问：我有个不解的难题能帮我解答吗？

讲解员：你问吧！

问：莫高窟是中共政府搞的旅游景点吗？

讲解员：是的。学生笑了。

问：莫高窟是中华五千

完三退的真相，转眼间送饭和买饭的人就都来了，此时看到眼前的场景，我不由想起真是“修在自己，功在师父”啊。

看网上同修在讲真相方面的一些好的经验和做法，我深受启发，讲真相的效果也越做越好。一个星期天，我在路边看到一对母子二人在等车，孩子大约上二三年级的样子。我上前对她们讲过真相后，两人很快就同意三退了。孩子的母亲向我道谢后，接着她又对我说，孩子很长时间，他们早就不让他带那个血巾了。细问原因，她说，现在的孩子都很皮，在一起玩啊闹的，脖子上套个血巾很容易伤了人，之前学校曾发生过这类事件，有个学生被严重勒伤过，所以好多家长知道这事都不叫孩子带了。为安全起见，学校也不怎么太管这些事了。

二、抓紧救人，正念否定各种形式的干扰和迫害。证实法几年来，在不同环境下，我都在利用各种形式做着救人的事，如发放真相资料，制作真相标语，使用真相币等等，过程中，无论遇到什么困难和干扰，都阻挡不了救度众生的脚步。现在讲真相时，有一个明显的感

受，就是当今随着明白真相的人越来越多，许多人都能从正面看问题了。举个简单的例子说，如在前些年，当人们看到邪恶标语的出现，有人不免认为邪党又鼓足了邪气；而现在人们同样再看到这类邪恶标语时，更多的人认为这是邪党的回光返照。其实就是这些年来，经过同修不断讲真相，人们已明白了所谓什么“自焚”呀、自杀或杀人呀等等，都是中共栽赃陷害愚弄世人的谎言。

从另一方面说，中共不断使用什么手段来打压法轮功，除了暴露恶党假恶暴的邪教本质以外，也恰恰说明了中共迫害法轮功已彻底失败，因为迫害十多年了，而今法轮大法已洪传世界一百一十多个国家和地区，同修制作的各类真相资料，人们也都能有缘收到或看到，而且大法弟子讲真相的方式越来越多，讲真相的项目也越来越丰富（如同修广泛使用手机讲真相等等），这本身就在否定和清除着那些迫害大法的邪恶因素。

三、学好法，不断在法中精进。多学法，学好法，是我们正念的源泉和精进的动机，因此每天坚持静心学法，是我们切实做好三件事

要对别人好。

十多年来，自己表面上看上去没有什么大的改变，在人中也是平平淡淡的不起眼，但是我知道在我的内心发生了天翻地覆的变化，和以前是判若两人。自己象一个不懂事的孩子，在大法的关心和爱护下渐渐的成熟了，懂事了。不论在家、单位、社会上遇到的方方面面的事情都要做好，都要对得起别人。事情虽多，但是每件事情都不能敷衍了事，都要自己认真的去对待，否则怎么能谈得上负责二字。

一直在路上走，但是好象没有人告诉你你已经走到哪儿了，也不知道有多远，但是你知道前途是光明的，无论遇到什么情况，自己都会坦然的面对，面对难题内心再不会象以前因为不知所措而慌乱，因为我心里有底，因为我内心的最深处有大法来支撑和指导。

在上下班的路上，在日常生活中，当自己遇到人时，内心的深处都会为他的未来而担忧，都渴望让他们明白生活的真相，世间的真相，大法的真相，都希望他们未来美好。自己是幸运的，已经先明白了这些，而那些也是带着同样的心愿来的人呢，千百年他们一直在

等待，一直等到今天。那么是不是也在等我把这福音传给他们呢？因为他们生活的周围也只有我知道真相。这些人与我有缘，这些事我不做那又等谁去做呢？

如何把来大法的慈悲传达给他们，如何能让他们知道大法的美好，成了自己最大的事情，这责任是何等的重大，这么神圣的事情又是何等的荣耀！

责任在身，任重而道远。万千感慨落到实处，那就是要勉力而行，否则一切都是空话。如果自己不是勉力而行，当自己立在路的尽头，又怎么能对这些有缘人坦然的说一句：我对得起你们。

再悟安逸心

纯清

洗漱时想起“了却人心恶自败”（《洪吟二》〈别哀〉）这句诗。是啊，我老是在找这个执着、那个干扰，看是什么阻挡我起床，事实上不就是那颗人心在作怪么：贪图人的那种舒服，喜欢享受身体的舒适感。洗完脸挂毛巾时，心里正在回味一位顾客买东西后的反馈“很喜欢，很舒服”，结果毛巾竟然滑到水池里了，害得我又

得重新过水。意识到师父是在提醒我注意这一念呢——这就是我的问题所在。

昨晚睡下时，因为换了厚冬被，整个人窝在里面暖融融的，不禁感到很舒服、很幸福，随即又想：我这么享受舒服的感觉，等到要起床时，岂不是很难割舍？事实证明果然是的。这种“喜欢舒服”“享受舒服”的心越强烈，阻挡我不享受的阻力就越大，都是我自己的心造成的。

我从小怕冷怕热，对身体感觉要求很高。夏天热一点就心烦意乱，冬天则手怕冷、脚怕冻，一冷整个人都缩起来，一点精神也没有。昨晚洗澡时，因为浴室很冷，我就把水开着擦肥皂，想洗快一点就行。可是听着水哗哗的流，想到我是个修炼人，毕竟觉得不对头，我连这一点苦都不愿吃，这一点安逸心都放不下，怎么从人中超脱出去？

正念正行，处处事事能像神一样坦荡、从容、安泰，就必须放下人的喜好与追求。法中说：“另外空间的人可以飘起来，没有轻重，非常美妙。常人正因为有了这个身体，出现一个问题：冷了不行，热了不行，渴了不行，饿了不行，累了

也不行，还有生老病死，反正你没有舒服的。”（《转法轮》）

我悟到，怕冷、怕热、怕渴、怕饿、怕累，这就是人。我要不能摆脱这些“怕”，我就走不出这个“人”。在过关、消业时怎么对待这种种的“不行”，其实师父在法中也都指给大法弟子了：“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！”（《转法轮》）一个修炼人，不要真的把冷、热、渴、饿、累、难受……看的那么大，那么“不行”，若真能严格要求自己，本着正念走过去，一定是能忍，能行的。

我好像老在去安逸心、懒惰心、贪图享受的心，但是每一次清理时，总会感到自己并未触及到根本。像是在不断的拂去表面的灰尘，却没找到是什么东西在产生那些灰尘。原来就是这颗执着于常人身体感受的心在起作用。我把这些感受都当成是自己了。其实只有常人才会迷在这些感受当中，才会把这些痒啊、痛啊、难受啊看的那么重。

人都说：这个批判稿写的太好了，心境非常平和并有感染力，当他们得知是我写的后说：只有法轮功才能写出这种平和的文章。虽然在大会上念读时的稿件与原来的有些出入，但仍收到很好的效果。我更加体会到在常人中所掌握的知识，其实都是为正法时所用的，只要你有那个心，大法能使你的知识超常发挥，一切都会为你让路，从中我也更加体悟到慈悲伟大的师父无处不在呵护着大法弟子。

在十一年的风风雨雨中走到今天确实不容易，做的好的时候，一切都是师父的慈悲指引，学好法的结果；做的不尽人意或没有做好的时候，其根本原因是没有按师父的要求去做，没有在法上去悟和正念不足。在失去自由的多年时间里虽然也在不断学法，但是由于长期没有系统的读《转法轮》，以及长期脱离大法弟子的整体环境，对自己的修炼和救度众生还是一大损失。最近学了师父《再精进》和《二零一零年纽约法会上讲法》后，更加感到时间的紧迫，救度众生的责任重大，体悟到向内修自己的重要，在最后的的时间里更需要我们多学法，学好法，彻底放下人的观念，去掉人的一切执著，助师正法，多救

众生，努力兑现史前誓约。

层次有限，不当之处，请慈悲指正。

【救度众生】

做好三件事，让更多的人明白真相

大陆大法弟子

讲真相救众生，是正法时期大法弟子应履行的历史使命，无论什么时候，我们都要遵照法的要求去努力做好。以下与同修交流几点体会。

一、走出自我，向世人讲真相。前些年刚开始出来讲真相时，一开始不知从哪里讲起。一天中午，我去给孩子买饭，看到几个人围在那里，等我走过去买时，卖饭的人说暂时卖完了，要我稍等一会。当时我突然想到，这会不忙，这不是讲真相的好机会吗？我和善的问她说，你听说过三退保平安的事吗？她说没有。于是我把三退的事讲给她听。她说，她不是党员，以前只是入过团和队。我劝她说，三退是保命的大事，赶快退出来才行，别误了自己的事。她说，既然三退保命是好事，那就退了吧。于是，我给她起了个化名，退出了邪党的团和队。而我与她刚讲

福报。除面对面讲真相外，我还给各级人员写信，给报社、杂志投稿，有论文，有文章。从邪党总书记、总理、人大委员长、政协主席、两个最高院到省属领导及有关部门直到中队上的狱警，写了上百封真相信。一个狱警对我说：“你写也是白写，这信根本发不出去”。我说：“寄不出去我也要写，一则监狱不给发是监狱违了法；二则我写了虽然没有寄出去，但你们在审查信件时总会有人看吧，只要有一个人看了我就没有白写。”从修炼人的角度上看，大法弟子做任何事都不会白做，在另外空间大法弟子做的每件事都是惊天动地，都在救度着众生；另外，我利用监狱的“承诺”约见能约见的人，我先后约见了驻监检察员、监狱有关领导；监狱设有“心桥热线”（所谓心理咨询），我也要求打热线电话，在电话里我讲了一个半小时，讲了我们一家人修炼法轮功后的变化，反映了监狱侵犯法轮功学员人身基本权利的一些违法行为，她表示同情。最后她告诉我说，为接我的电话她准备了一个星期，结果准备的没用上。我对她说：如果你和我讲迫害法轮功的对和错，你知道的完全是上边和报纸上编造的那些谎言，而我给你

讲的是自己的亲身感受，是谁也否定不了的事实，在事实面前每个人都应有自己的主见和判断力；再有就是利用其它形式，我利用自己能写写画画的特长，自编、自画、自组稿办墙报，虽然没有法轮功三个字，可谁都知道墙报在讲真善忍教人做好人。我还积极帮犯人写家信，甚至是“恋爱信”，谁叫我写从不拒绝，还帮犯人完成给监狱小报写的稿件等等，从中讲传统文化，讲做人要真诚，要善待别人，做事为别人着想，遇到矛盾找自己，要宽容忍让等常人能接受的大法的理。

有一次监区要开批判会，批判违反监规打架斗殴的犯人。一个“包夹”请我帮他写批判发言稿，开始我回绝他说：我不愿参和这种事。后来一想，任何事都没有偶然，这不是劝善讲真相的机会吗！于是我答应了他，在“批判稿”里，我完全去掉党文化的语言，不是指责别人，而是以平和的心态和口气，以讲传统故事的方式，贯穿着遇到矛盾向内找，做事首先考虑别人，退一步海阔天空，如何对人要真诚、忍让、善待他人等。包夹拿到“批判稿”后很激动，他将稿件从中队警察到监区警察一一送给他们传看，看到的

个人层次所悟，不足之处请同修慈悲指正。

观圣果

王昊天

这是打坐中看到的一幕，好像是正法快要结束了，有一层天的众神来了兴致，想要看看正法期间的大法弟子，他们修炼的结果，在师父的允许下，于是便有了诸天众神观看圣果的壮观场面。

对于三件事做的非常扎实的大法弟子，个人修炼不仅精进坚实，而且为了挽救众生，无条件无代价的默默无闻的非常用心，真的挽救了很多的众生。在这条走向神的路上，这些大法弟子真的成就了大圆满大成就者。这些大法弟子的威德，以及身上散发出的光耀无际的光焰和神采，随同主佛在世间正法的无量无限的荣耀，使的这层天的众神觉的自己面对这样的大法弟子真的是“黯然失色”。

再继续看下去，出现了意想不到的事情。看到一些大法弟子虽然也结出了果子，但果子的中间却有一只安然而卧的虫子。顿时看的，有些浑身起麻。这些神都不知道该怎么叫这果子，

看似圣果，里面却有一个毛毛的东西。就看一些神摇摇头说：都什么时候了，安逸心还不去，早晚这果也得让这虫子啃了去。

一下这个话题成了热点，纷纷议论，果子表面看上去好好的，那安逸的虫子是怎么进去的。追查着看下去，在刚进入大法修炼时，几乎在每一个大法弟子身上，多多少少的都被旧势力安插了安逸的怪胎。如果自始至终都能够按照师父说的去做，去修炼，这怪胎就会在大法的威力下，彻底的根除清理和解体。如果修炼者路走的不正，符合了安逸的要求，比如：懈怠炼功学法，懒散，对师父的要求不能全心全力，贪享人的喜好等等，这些表现都会促成安逸怪胎的生长。因为最开始，这方面没有严格的修，所以怪胎便安然的在其它方面修炼稍有成果的果子里安然以卧，等到时机成熟，便大肆啃食果实。这就是安逸心不去的终极危害。

这次的观圣果，真是几多欢喜几多忧愁。以前曾经看过同修的文章，大意是：安逸是毁掉修炼人的最大执著。真的是这样。

以何为重

一莲

今天在大学课堂上遇到一件事，我知道一切遇到的都不是偶然的，开始向内找，一找就找出了一个特别严重的问题。

我真的把大法放在了第一位吗？我每天在念叨中国的传统文化很好，可是我怎么能本末倒置，认为传统文化什么都好，要知道，我们只是在利用着人类尚存的一点良知去证实大法，大法才是根本，怎么可以让所谓的“传统文化”比大法要大了呢？洪大的大法的一点枝节在人类中已经是最辉煌的事，我可不能忘记，“佛法可以度人，但不是为了度人才产生了佛法。佛法可以揭开宇宙、生命、科学之迷，能使人类从新走上正确的科学之路，但佛法不是为指导人类科学而造就的。”

（《精進要旨》〈证实〉）我真的太惭愧了，我怎么可以把大法看的那么轻？那可是宇宙的法啊！一切的根本啊！

“那么在佛法中开智的专家学者将来会很多，他们将成为新人类在各方面学问的开拓者。可是佛法不是为了叫你成为开拓者而给你的智慧，因为你是个修炼者才

得到的，也就是说你首先是修炼者而后是专家。那么作为一名修炼者要用一切有利的条件，弘扬大法，证实大法是正确的，是真正的科学而不是说教与唯心，是每一位修炼者为己任的。没有这洪大的佛法就没有一切，包括宇宙最洪观到最微观，以至常人社会的一切知识。”

（《精進要旨》〈证实〉）读罢师尊的这段讲法，我惊醒了。

我一直以为自己推崇的东西是对的，在写文章也好，想表现的也好，但是我是在表现人的东西，却不懂应该进一步去表现大法的东 西，又或者，是通过我的文章为契机去证实大法。近来我的一些文章被常人刊物发表了，自我感觉良好，我以为这是我应得的，还想以此为跳板，在常人中风光一回。这不是严重的求名心吗？那不正是师父说的，去求功能的人吗？这样因为证实自己而给大法带来损失的惨重例子太多了，现在找到这个心，可真是悬崖勒马啊！

我越是想表现自己，自己的能力就越低，大法是不能被利用的，师父给我写作这方面的能力，是要我用此能力好好的揭露迫害，好好

了法轮功，我也许就象现在的那些贪官一样吃、喝、嫖、赌、行贿受贿，什么坏事都敢干。是法轮功挽救了我，也挽救了我的家庭，你说真善忍有什么不好的？”他默认了我讲的。随后我为他小孩题诗一首“三字真言铭心间，能驱邪魔克万险；潇洒人世走一回，返本归真是佛缘”，他一再表示感谢。后来我又主动找他谈了“怎么做人”、“如何管理”等问题，并对他说：我们无论做什么都要以善为本，不要人云亦云，失去做人的良知。从此以后他的变化很大，也不随便训人了，还能主动关心犯人，为犯人着想，犯人都讲他变得有点人样了。以后他有什么烦恼都会来讲给我听，他深有感触的说：真怪，再有多大烦恼和你谈过后就没有了。我告诉他这就是我们师父讲的：

“佛光普照，礼义圆明”，是大法弟子修出来的慈悲之场帮助你消除了你身上不好物质的结果。有一次，他对我说，上边对转化要求也很严，但是我认为你们只不过是个信仰问题，转不转化由你们，我们不会做这个事。我对他说：“你做了一件天大的好事，你为自己和家人选择了一个美好的未来。”确实，我没有看到这个监区的狱警强迫法轮功学员

转化的。有一个法轮功学员曾经自己主动写了转化书，狱警没说什么，后来这个学员又表示要修炼了，狱警也没说什么，好象从来没有这个事情一样。很多狱警、犯人都说，遇到什么不顺心的事你去找法师（他们对法轮功学员的尊称）说说，保证就好。

包夹我的一个犯人，他信奉伊斯兰教，但我给他讲大法真相时，他很接受，我告诉他诚念法轮大法好，真善忍好能得福报，避灾难他也相信。二零零八年一天，他突然患“脑溢血”并发“脑疝”昏迷，生命垂危。我得知消息后对着医院方向心里为他背颂师父的〈论语〉，我对照看他的同乡说了我为他做的事后，说：现在就看他的造化，他能记住我讲的话就一定能度过难关，结果他奇迹般的苏醒过来了，医生都感到吃惊。据说他保外就医后很快恢复了健康。在他身上又一次证实了大法的超常神奇。

在特殊环境下接触的众生很有限，为了向更多人讲真相？我就想尽各种办法：除了碰到的人，包括其它监区来仓库找配件的人，外来厂家能接触到的等等，遇有机会就向他们讲真相，告诉他们诚念法轮大法好，真善好能保平安得

犯，他上诉的理由也很牵强，无非就为多活几天，他早已失去了对生的希望。我见到他时，他整个人都是灰色的，我利用放风的机会给他讲了法轮功的真相，他后悔干了坏事已经没有了生的希望。我对他说：“现在唯有我们师父能救你，只要你从现在开始诚念法轮大法好！真善忍好！你还有生的希望”。他说：“反正我都要死了，能不能有希望我都念”。随即他就开始不断的念“法轮大法好！真善忍好！”一想起就念。有一天他告诉我：晚上做了个梦，梦见和鬼打架。我问他打赢了没有，他说他将鬼全杀死了。我说你有救了。开始他不相信，说我宽他的心，但没过两天最高院复核下来改为死缓刑，给他解了死镣。他看见我的第一句话就是：“我太相信你讲的了！”我说：“你要感谢我们师父对你的救命之恩，而且你今后绝不能做有损大法的事，否则随时都可能要你的命。”他一再说：“我知道！我一定做到！”他被免死的消息全监室的犯人和看守所的警察都不敢相信，我对他们说：不管你们信不信，这可是诚念“法轮大法好！真善忍好！”出现的神迹。从此后很多人更加诚心的念这九字吉言。

十一个月后我被送到监狱，狱警找我谈话，对我提出一些要求。我说：“我修炼法轮功没有罪，我不是来坐牢的，你们的任何规定要求对我无用，我不会做任何承诺和保证”。狱警说：“你不是坐牢，那你干啥来了？”我说：“我是被 610、公安非法绑架来的，我来这里是告诉你们法轮功的真相来了”。以后狱警向别人介绍我时也说：“他说他不是来坐牢的”。由于我的这一念，我被安排在一个仓库里，看着我的两个“包夹”，我只当他们是“勤务兵”。两人对我非常敬重，他们给我设置了一个大的工作台，找来文房四宝，各种纸张，真是应有尽有！我每天学法、抄法、背法，来人就向他们讲真相，而且无论狱警、犯人都主动来找我听真相。

有一名管教警察，犯人们都非常恨他。刚开始他找我，我给他讲真相时他也很抵触，我发现他很疼爱他的小儿子，我就以谈他的儿子为切入点，谈中国传统文化是如何教育孩子的，现在的教育如何误人子弟等，讲着讲着，他说：你又扯到法轮功上了。我说：“是呀！法轮功就讲真善忍，这是普世价值，你看我们炼法轮功有谁不好？我如果不是修炼

的证实大法，救更多的人啊。我以为自己偶尔写的文章可能不够分量，当我读了国外同修法会的交流稿后，我才明白，每一件事都不会白做的，国外的编辑同修需要我们的稿件，他们一人顶十人用，一个人往往都要承担很多的项目，我们这些在国内的同修，特别是有编辑写作这方面能力的同修，为什么不能多多的为我们的网站写写稿，减轻一下国外同修的负担呢？只要有正念，句句是莲花啊！在纷繁的世事中，当以何为重？身为一个大法徒，当然应该以法为重，以证实法为重！任何的借口，都不能阻挡我们走神的路！

对发正念的再认识

真我（大陆大法弟子）

在重新学了明慧网《发正念要领和全球同步发正念时间（更新 2）》之后，又学了师父的经文《正念》、《正念除黑手》、《正念的作用》、《二零零四年美国西部法会讲法》、《二零零三年美中法会讲法》，并学了明慧文章汇编《重视发正念》，最近又学了《二零零一年纽约法会讲法》、《洪吟》和《全面解体三界内一

切参与干扰正法的乱神》。通过学法，我对发正念有了新的领悟。

以前我对发正念清除解体的目标觉得有些混乱，现在有了比较清晰的认识。我认为发正念清除解体的目标大体分为两种：一是旧势力，主要包括黑手（坏神）、烂鬼、共产邪灵和中共恶党的一切邪恶因素和旧势力的因素。二是三界内一切参与干扰正法、阻碍众生得救的乱神，包括起负作用的生命。师父在《全面解体三界内一切参与干扰正法的乱神》中讲：“长期以来，旧势力及三界内一切起负作用的乱神，一直在起着很坏的作用。”

我所在的层次能看到一些有形的黑手，看到之后发正念解体、清除它们，但是对于无形的邪恶生命就看不到了。明慧文章汇编《重视发正念》里有同修提到了无形、隐形的邪恶，一般情况看不到它们，但它们很可能是迫害大法弟子的最高最大最后的邪恶因素。所以我们大法弟子不要掉以轻心，不要以为自身空间场天目看不到的邪恶就是不存在的。师父在《全面解体三界内一切参与干扰正法的乱神》中讲：“因此大法弟子为了世

人的被救度，全面解体旧势力与三界内一切阻碍众生得救、了解真相的乱神，已经成为必须做的。无论它们以什么外形存在，无论它们有形无形，无论它们什么层次，无论它是谁的形像，都全面解体、清除。”

当我发正念觉得思绪混乱、轻、飘，或者作用不大的时候，每当想起师父的法“其实真能静下来的时候那一念就足以惊天动地、无所不能了，一下子简直把你所覆盖范围之内一切都定住、抑制住一样。你象一座山，一下子都抑制住它们。”

（《大纽约地区法会讲法》）立刻就觉得正念强大起来，一个“灭”字那一念就能定住了一切。定住之后，除恶就容易多了，一念就可以灭尽邪恶。有时候可以根据不同情况，用摄魂大法、化功、掌手雷等各种神通解体、销毁邪恶。也可以请师父加持、护法神协助除恶或借功除恶。师父在《二零一零年纽约法会讲法》中讲：“为了叫大家能够处理好这些，我不断的叫大家真正的学法、实修，正念一强真的跟神一样力可劈山，一念就劈山，那你看它旧势力还敢不敢干什么。正念一上来什么都挡不住，所以被干

扰最多的、被迫害的最厉害的多数是那些个不太精进的学员，或者是学法不经常的，学法思想在干别的事的，都会是这样。”

以前我每当背《洪吟》〈佛法无边〉：“香炉尽收乱法鬼，宝鼎熔化不法神”时，就觉得香炉和宝鼎就是师父赐给我们灭邪的法器，尽收一切邪恶。每当念动“……神雷炸阴霾散 横扫乱法烂鬼别说慈悲心淡”（《洪吟》〈天又清〉），就觉得旧宇宙败坏的邪恶生命被念得爆炸解体，威力无穷。还有每当想到法网，网在收，“法主正穹何物可逃”（《洪吟二》〈看好〉），真是觉得无论多高多大的生命，没有任何生命可以逃得过正法。还有“驰骋万里破妖阵 斩尽黑手除恶神”（《洪吟》〈征〉）、“正念法力捣妖穴”（《洪吟》〈围剿〉）、“烂鬼已灭绝，黑手化脓血”（《洪吟》〈法正人间时〉）、“灭恶尽 扫寰宇”（《洪吟》〈扫除〉），真是法正一切，觉得气势非凡。

在明慧文章汇编《重视发正念》里有同修也提到了开天目的同修发正念时经常运用香炉、宝鼎、神雷、法网等等除恶，希望同修不要

犯人了呢？师父说：“被抓不是目地，证实大法才是真正伟大的、是为了证实大法才走出来，既然走出来也要能够达到证实法，才是真正走出来的目地。”（《理性》）我们这样东躲西藏那不是承认了邪恶的迫害，这样做怎么能算是正法时期的大法弟子呢。师父说：“目前它们迫害学员与大法，所有采用的行为都是极其邪恶的、见不得人的、怕曝光的。一定要将它们的邪恶叫世人知道，也是在救度世人，除尽邪恶的同时圆满自己、强大法在世间的体现，你们知道吗？你们现在所做的一切已经为大法、为大法的修炼者、树立了最伟大而永远的威德，当历史走过这一页时，留下来的世人会看到你们的伟大，未来的神会永远记着这伟大的历史时期。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，这就是在建立觉者的威德。”（《理性》）我们一下明白了我们该干什么，我们找了相对固定的住处，用写信，寄真相资料等方式开始讲真相，后来在同修的帮助下购置了电脑、打印机、扫描仪等设备开始做真相资料直到被非法绑架劳教。

四、在魔窟里也要做三件事 讲真相救众生

由于自己的一些执著和漏被邪恶钻了空子，二零零五年我又被邪恶非法绑架判刑五年。在看守所我反复背诵师父的《洪吟》：“身陷牢笼别伤哀 正念正行有法在 静思几多执著事了却人心恶自败”。

（《别哀》）认真从法理上理了理这些年自己走过的路，找出了自己存在的根本执著，特别是在一段时间里，常被同修邀请去切磋交流，帮助同修解决一些在法上有困惑的问题，在这过程中，暴露出自己的显示心、好胜心、妒嫉心、做事心和隐藏得很深的那颗为私为我、在证实大法中证实自己的那颗肮脏的心，教训是非常深刻的。旧势力钻空子的最终目地是妄图拉下大法弟子，毁灭众生。我想我既然被你旧势力搞进来了，那我就利用这个环境，按照师父的要求做我大法弟子该做的三件事，静心学法，讲真相救众生。

在看守所我被关押在一个过渡监室，凡进看守所的人都要来过渡一下，学习所谓《监规》。接触的人多了，就能向更多的人讲真相。在这当中我更加体会到师父的洪大慈悲，师父不计众生的过往之过，只看生命在大法洪传中对大法的一念。有一个贩毒两公斤被判死刑的犯人，而且还是重

用拳打或用塑料鞋底抽打；重者“开飞机”、“高山流水”、“蹲冰柜”、“烤熊掌”、“点天灯”等体罚）。过堂时他们问我：“你是干什么进来的？”我说：“因为修炼法轮功上访被抓进来的？”他们很惊奇的问：“什么是法轮功？”我说：“是祛病健身教人做好人的”。当他们知道我是因修炼法轮功来坐牢时肃然起敬，就不给我过堂了。牢头是个大学生，知道八九年“六·四”的事情，随后他听我详细讲了法轮功的情况，之后他将我当上宾一样对待。

第二天，警察找我作入监“谈话”，我向他讲了法轮功到底是怎么回事，我修炼法轮功后的变化，我为什么要坚持修炼法轮功，我为什么要上访等，他深受感动，最后说：

“我尊重你的信仰，但是在这里边要遵守监规：第一、在里边不能炼功；第二、不能宣传法轮功；第三、不准教里边的犯人炼功”。我听后笑了，他问我笑什么？我说：“我就是因为要求有一个炼功环境才去上访而坐牢的，你不让我炼功那这牢我不白坐了？再说法轮功教人做好人，按照真善忍做好人对社会，对人，对帮助你们管理好犯人都是有益的，

宣传法轮功有什么不好呢”？他听后想了想说：“那好吧！我让你一点，你让我一点，你可以炼功，可以宣传法轮功教人做好人，但是不能叫其他人跟你炼。”我说：“行，但你要去跟他们讲。”他说：“可以。”我心想前两条都答应了，后一条就由不得你了，只要谁敢学我就教。谈完话，警察进到监室就宣布：1、法轮功炼功时你们谁都不准打扰他；2、你们要好好听说法轮功教你们如何做好人；3、你们谁都不准跟他炼功。这样我有了一个炼功和讲法轮功真相的宽松环境。同监室的犯人也都有缘分，我给所有的人都抄送了师父的《洪吟》或《论语》等经文，他们改掉了许多陋习，最后牢头还带着全监室的人跟我一起炼功，他们几乎都能双盘。一个月后，我与妻子回家了。

为了抗议单位长期看守我们和抵制进“洗脑班”，我与妻子向单位写了辞职报告离家出走。邪恶到处找我们，发通缉、设路卡，威逼女儿、兄弟姊妹、亲朋好友说出我们的去处。我们开始是到处躲避，这时同修给我们寄来师父《理性》的经文，学了师父经文后悟到：我们又没有违法犯罪，

怎么自己把自己当成逃窜的

忘记师父给我们的这些法宝。

再有一个很深的体会就是：如果发正念时感觉威力不大，我就重新调整自己，集中强大的念力念一个“灭”字，“灭”字要强大到象宇宙天体一样大，一切空间，无所不包，无所遗漏。“灭”字覆盖中国大陆、覆盖地球，遍布三界、遍布整个宇宙，从微观至宏观，从最高层到最低层，制约于各个空间，见恶必灭，直至灭尽。同时从一切空间、一切层次灭尽一切邪恶。到了我们身体所在的这个空间，人类这个最低层次，“灭”字就是无所不在，那就是每个空气微粒、每个人的每个细胞、万事万物全都同时被“灭”字制约，解体、清除着整个人类社会的一切邪恶生命与因素。这种洪灌寰宇的气势就会使正念有雷霆万钧、无所不能的威力。

不当之处，请同修慈悲指正。

不能脱离集体学法和发正念

古光

我们地区自九九年七·二零以来，在助师正法、救度众生方面同修们做

的都很好。

本地第一个辅导员被邪党迫害时，有个同修用自己的工资到打印社去印真相资料。由于受邪党的造假宣传，本地的打印社没人敢印。同修就跑到市里去用高价一元钱一张共印六百张，把大街小巷都贴上了真相资料，有力的震慑邪恶，也给同修的家人创造下良好的救人条件。

此时又有第二个协调人主动的站出来，协调本地的大法工作。邪恶又把第二个协调人夫妻二人都非法抓起来进行迫害。这时有同修用喷字的形式和挂条幅的形式，又有力的震慑邪恶。在家人和同修们的共同努力下，当地“610”的邪劲减弱了许多。

当第三个协调人主动站出来时，恰好当地一位女同修也被邪恶迫害。女同修的丈夫直接找到“610”的头子说：“我妻子犯了什么法了，炼法轮功有什么不好？她一身的病全炼好了，对待我的父母孝顺了。可是你呢（指610头子）整天吸高级香烟，还买了两套楼房。你们这些钱都是贪污腐败得来的，你们才是真正的罪犯。如果要不把我妻子放回来，有个三长两短，我叫你的妻

子和女儿好得了才怪呢！你们以为炼法轮功的好欺负，他们打不还手、骂不还口，我不炼法轮功，但是我支持我妻子炼法轮功，所以我可不怕你们那点邪劲。”当时610头子就软下来说：那要放人我自己确实说的不算，得国保大队同意才行。同修丈夫说：好吧，我去找国保大队队长，到时候变卦我再找你算账。610头子说不会的。同修丈夫在一个赌钱场所找到了国保大队队长就问：“你这是不是犯法？你以前在赌钱时把手枪都压在赌局上，这又是不是犯法呢？”吓的这位队长赶忙堵住同修丈夫的嘴说：兄弟有话好说，有话好说，别发火，咱们到外边谈去。来到外边，这位队长赶忙问，兄弟什么事惹你发火，同修丈夫说：我妻子因为修炼法轮功被你们非法关押，你在这赌钱到是很自在啊。国保大队长说：原来就这么点事呀，去接回来不就完了吗，这第三个协调人和这位同修只被非法关押十一天就接回来了。

从此以后，我地区基本没有大规模迫害。在2005年学法小组相继成立了。在2007年，我地区全面彻底的揭露当地邪恶迫害，做成小册子和单张散发下去。就在

邪党开奥运期间，“610”头子和邪党党委研究说，中共邪党有“指示”，要求严打法轮功。党委书记说：你不能胡来啊，你要不动他们还差点，你要把事情弄砸了，把奖金弄没了，我要找你算账的；他们贴真相你就撕下来，他们讲真相、劝三退你就装作没看见。所以在邪党奥运期间，我地同修照常在大街小巷讲着真相，劝着三退，并且到年底有那么几个同修以送对联的形式到乡下挨家挨户的讲真相劝三退，我地的三退人数可达70%左右。

最近我地又大搞房改，盖楼房又有几位同修到工地上去给外来的民工讲真相劝三退。劝退一批走了，又来一批。这些同修抓紧时间，慈悲的救度着世人，也真是了不起。

可是，最近两个月之内，有三名同修以病业的形式离世了。其中有两名老年同修，还有一名女同修才40多岁。另外还有两三名老年同修现在仍在过病业关。为什么在这半年之内会出现这一系列情况呢？同修们切磋后认为，其中有一个主要原因，就是因为盖房搬迁，把一个主要的学法小组从今年春天就停下来了。这个学法

态；随着不断的学法逐步摆正了个人修炼与正法修炼的关系，认识到在否定迫害中反迫害才是真正助师正法、救度众生，只有放下为私为我、才配得上“正法时期大法弟子”的称号。

有一次被同修讲出了我给地经文的事，随后有六、七个公安突然闯进家里就非法抄家，有个警察要拿走师父法像，我指着他说：“你不要把事做绝了，你这样做可是在要我的命。”他震住了，赶快放下师父法像，随便拿了几份放在书柜上的经文。他们把我带到派出所，二十多个警察轮番审讯我：你们不是说讲真话吗？只要你配合我们讲出资料来源就没有你的事了。我说：你们不要问我这些资料从哪里来的，我既然要坚持修炼法轮功就得学习师父的讲法指导自己修炼，人家为我送来师父经文本来是好事，我若告诉了你们，你们把人家抓来，岂不是让你们做坏事？我不告诉你们是为了让你们不要再继续干坏事，这也是真话呀！因为我不配合他们，始终都在给他们讲我修炼法轮功后的变化，法轮功教人做好人。虽然他们软硬兼施用尽各种办法，因为我不动心，两天后把我送回家。走时有个警察对我说：“我们

很需要叛徒，但我们也最恨叛徒，我们最佩服象你这样坚定自己信仰的人。”后来讲出我的那个同修到家里哭着向我道歉，还送来一套师父讲法，她说因为想着修炼人要讲真话，就给公安讲了，让你受苦了。我说没有什么，该我面对的就得去面对。从法理上我给她谈了我的认识：修炼人讲真话没错，但看怎么样讲，我把公安抄家和如何回答问话的过程讲了。并说：其实就象师父讲的，只要念正，一正压百邪，那魔永远也不会高出道的。并告诉她，邪恶除拿走几份经文外，我什么都没有损失，同修似有所悟。走时我又让她还把大法书籍带回去。

记得二零零零年我与妻子去上访被非法关押，其实都是承认了迫害。去前我对妻子说，这次上访一定会被抓，要有充分思想准备，所以我们连穿戴上都做好了准备。当时同去上访的同修大多数都是这种想法，结果让旧势力钻了空子，上访的同修全被非法抓捕关押，我和妻子也同时被关进了看守所。当时我有一念，你不让我上访，那我就在这里证实大法。一进监室，被关押的犯人就拿我“升堂”：这是所有进看守所的人都要经历的（轻者被“罚拳”每人轮流

所遇到的任何魔难中，无论是被强制参加“学习班”、被监视居住的日日夜夜或是在为抵制“洗脑班”离家出走的岁月里，无论在看守所、劳教所、监狱，我从没有放松自己的修炼，没有放松按师父要求做好大法弟子的三件事，因为我清楚这是我的生活、我的工作，也是我的生命的唯一，正如师父所说：“生无所求 死不惜留 荡尽妄念佛不难修”（《洪吟》〈无存〉）。

迫害开始后，由于我与妻子表示要坚修大法，成了省、厅、单位转化的重点对像，不久就被监视居住，因不交书被非法抄家（先后被抄家六次），被多次非法传讯、留置关押。开始面对这些打压也有怕心，但一想到师父讲的“……留得青山在，不怕没柴烧，有师在，有法在，怕什么？”（《悉尼法会讲法》）怕心没了，以后面对的多了也就不把它当回事了。那时我和妻子经常被看守在家里不能出门，国保让单位派人轮班看，晚上还有警车堵住楼道口，与外界完全隔绝。开始还想这样也好，妻子也不用上班，我们能有更多时间学法，但后来又想这不行啊，这不叫邪恶管起来了吗？怎么行呢？由于给看守我们的人讲真相多了，他

们也知道法轮功是怎么回事，只要我们在家，做什么他们都不管。外出不行，我们就在家里集体学法，一起切磋交流，多时有十多人。正如师父讲的：“你们已经知道相生相克的法理，没有了怕，也就不存在叫你怕的因素了。”（《去掉最后的执著》）首先不承认迫害，反迫害中也就自然在救度着众生。

三、在否定迫害中反迫害讲真相

师父讲：“你真正作为一个修炼的人，我们法轮会保护你。我的根都扎在宇宙上，谁能动了你，就能动了我，说白了，他就能动了这个宇宙。”

（《转法轮》）刚开始在法理上虽然还不知道否定旧势力，但是在被迫害中对师对法的坚定十分清楚。我常想：邪恶算什么，在大法弟子面前它什么都不是。对于邪恶的迫害，就看你的心如何动，就象师父讲的“相由心生”，好和坏都是由大法弟子的心所促成的，你的念正环境就好，人心出来了环境也就变了，完全看你那颗心。只要把自己当作一个真正的大法弟子，任何魔难都能闯过去。刚开始只认识到不要对大法动摇，不要被转化就行，那是在承认迫害中反迫害，完全是过去那种个人修炼的状

小组是最早组建的，而且多数的法会都是在此处召开的，同修们有个大事小事都到此处来集会。今天把此事写出来，就是想提醒各地同修，越到最后越不能脱离学法小组、以及集体炼功和集体发正念的环境。走正走好最后的路，才能更多的救度世人。

在修炼心性的同时也要重视炼功

云南大法弟子

最近有机会与同修在一起集体炼功，沉浸在强大的能量场中感觉非常好、非常舒服。但同时我也发现许多同修动作不太准确，甚至有差异非常之大，把师父给下的气机都带歪了。另外，我也听说有些同修从迫害开始后就不炼功了，有的人还断章取义的用师父的话为自己辩解，觉的自己来的层次高，修的高，不需要手法上的动作了；也有的是由于怕心不敢炼，甚至怕家人不理解；当然也有的人借故工作太忙没有时间炼；而有的人却说：我不要肉身这个臭皮囊，所以不须炼功等等。

师父早在《大圆满法》中讲：“法轮佛法还有修命的部份，这就要通过佛家上

乘大法的大圆满法的动作去炼了。动作一方面是用强大的功力把功能和机制加强，从而达到法炼人；另一方面在身体里还要演化出许多生命体。在高层次上修炼要出元婴即佛体和演化出许多术类的东西，这些东西都要通过手法去演练。动作是本大法圆容圆满的一部份，这是完整的一套性命双修的修炼方法，也叫大圆满法。那么本大法就要既修又炼，修在先，炼在后。不修心性，只炼动作是不能长功的；只修心而不炼大圆满法，功力将受阻，本体也无法改变。”

我想如果不炼功的同修能静下心来按照法的要求认真的向内找一找自己，会发现其实是有一个强烈的执著的心，是在用人心去对待大法，讲严重一点就是对法不负责，也是对自己世界的众生不负责，更是对自己的不负责任。作为大法弟子，师父没有讲过的，没有提倡的，我们坚决不能讲，也不能做；而师父讲过的，所提倡的，我们就要坚定的照着去讲，努力去做。大法是圆容的，也是严肃的，法轮大法既然是一种性命双修功法，那么就是既要修，又要炼，缺一不可，忽视了哪一方面就不是法轮大法了，也

不可能达到真正意义上的大圆满。所以希望那些至今都不炼功的学员认真的在法上悟一悟。对于动作上有差异的同修，建议多参加一些集体学法、炼功活动，能够相互纠正动作；有条件的同修可以对照师父教功带自行纠正。师父讲：“修炼如初，必成正果。”（《二零零九年大纽约国际法会讲法》）在任何时候，任何环境下我们都不能放松对自己的要求，要勇猛精进，努力兑现誓约。

最后敬录师父在《北美巡回讲法》中回答学员提问时的解答共勉：

“大法弟子们啊，师父说你们辛苦了，真的辛苦了。我根本就不忍心再具体的叫你们去做什么。我知道很多人在主动分担着很多事情在做，甚至于每天睡很少的觉，还要去工作，真的很难。但是呢，不管怎么难，我想还是要挤时间学法和炼功。我想修炼的人不能不炼功。炼功虽是提高的辅助，但也是法的一部份哪，它还贯穿着你整个身体的变化。当然事情太多太忙了，炼功时间少，或者是几天没炼，过一段时间再补上也可以。如果是你真的很忙炼的时间确实很少，师父也有办法给

你做。但是我总觉的你们忙一点，苦一点，那是你们大法弟子的威德，将来回过头来看看那是了不起的！”

也谈敬师敬法

大陆大法弟子

最近遇到很大的魔难，虽然向内找，也找到了一些执着但总觉得没找到根，自己也百般思索向内找。

有一天半夜睡不着也在想哪有漏呢，脑袋里有一念：对师对法不敬。我就想哪做的不对呢？大法书我都放在一个包里放在高处，看书时都得先洗手坐直了看，忽然想到供师父的水杯和莲花座还有香炉，这些东西都是我家以前供观音菩萨的东西，后来修大法以后就不供观音了，直接供师父了。想到这我惊醒了，我太惭愧了，对不起师父。我们这么伟大的师父，我却用以前旧神所用过的东西给师父用，而且水杯上还刻的“大悲咒”，香炉上刻的佛教的咒语。我们普通的常人都不愿意用二手的东西，而我却没注意这件事，用旧的用具给师父用。想到这我就把这些用具全部都销毁扔掉了，从新买的新的，香炉也没上佛店里去买，因为那里有的也

种人的执著。97年我就以半年不交党费为由自动退出了中共，一心修炼法轮大法。那时的我真是身心倍感轻松，得以和同修们在洪传大法、证实大法中做了自己想做的、应该做的事情。

二、任凭风云变幻 坚修大法心不动

迫害前，我们家是一个集体学法点。九九年七月二十二日那天，炼功点的同修们听说了一些辅导员二十一日被抓捕的消息后就到我家聚集准备去上访。当时大家就在我家里看了开始打压法轮功的电视，大家心情都非常沉重，情绪变化也很大：以前那些拍着胸膛讲就是开除党籍、开除工职，头掉了也要坚持修炼法轮功的豪言壮语没有了，随后同修也陆陆续续的走了。每天来参加学法的人也越来越少，最后就剩下我们一家三口了。由于学法打下的坚实基础，面对这场迫害我没有退缩。心想：修炼嘛，就象唐僧西天取经是要经过魔难才能功成圆满的。我下定决心，无论风云怎样变幻决不动摇坚修大法的这颗心，这也是我们一家人共同的决心。

打压开始后的一天，一位与妻子有工作关系的人突然来到家里，向我要一本《转法轮》，当时我心里一震：是

不是公安来摸底的？转念又一想，哪怕是特务，我也不怕，我也要告诉你法轮大法是正法。我对她说：“现在电视上都在对法轮功造谣诽谤，你为什么还敢看法轮功的书？”她说：“我就是冲这电视上来的，xx党说不好的那一定是好的。因为你妻子给我讲过法轮功，她就是一个非常好的人。”我不禁热泪盈眶，“男儿有泪不轻弹”，这是我一生中的第一次大哭：“想不到在这种情况下你还相信法轮功，还敢要《转法轮》。谢谢你！你更坚定了我的决心。”我送给她一本《转法轮》，她坚持要给书费以示对法轮功的敬意。我将放弃修炼的同事转给我的一包大法书籍和音像资料也送给她，她说：“虽然我还没修炼，一时用不上，但在这种情况下，我先帮你把这些东西保护起来。”几年后，我们一家从劳教所回来没有书看，她冒着大雨将这包大法书籍送来家里。她说：“由于种种原因自己没有修炼，但我非常同情法轮功，非常敬佩修炼法轮功的人，我知道你们现在最需要的是什么呢？”

一个常人都能如此认识和珍惜大法，作为一个修炼者还有什么理由不珍惜自己从法中得到的一切呢？所以在以后

在任何环境中都要重视学法讲真相

复明

我是九六年得法的。自九九年“七·二零”江氏中共集团迫害法轮功以来，我有近七年的时间是在黑窝中度过，下面我将在十年风雨中如何坚定信念，在师父呵护下修好自己，做好三件事，讲真相的体会汇报如下。

一、在人生绝望中 我找到了回归之路

常人的我受党文化毒害很深，自谓是一个彻底的唯物主义者，不相信鬼神，不相信命运，认为信仰宗教的人愚昧无知。自以为聪明能干，周围的人也都认为我真行、有本事，自己也想奋斗一番，体现一下人生的什么价值。正当我在事业上春风得意之时，突然祸从天降，无端的被“组织”审查来审查去，明知道我是清白的，但还是被弄到外地检察院去受审查。从颠峰到低谷，我一下子消沉了：有冤不能申、有苦无处说，于是烟酒相伴、人生绝望，想轻生了之，又怕落个畏罪自杀之名……。就在我万念俱灰，一片茫然之际，来看我的妻子带来一本《转法轮》，我随手拿起一看，不觉的被书中浅显易懂且博大精深的内涵吸引了，我一口气读

完了《转法轮》，我什么都明白了：人生的真实意义，业力轮报的理，自己遭遇冤屈的因果。我一下怨气全消，没有了仇恨的心，眉头舒展、心情愉快；不经意间，疼了二十多年的“类风湿”（骨关节已变形）一夜间消失了；炼功第三天我就戒了烟、酒，并去掉了许多不好的陋习。熟悉的人看到我的腰伸直了，会笑了。大法的神奇与亲身的感受使我激动不已。我的变化令亲朋好友惊奇，都说我就象彻底变了一个人。得知我学大法后从痛苦中解脱出来的妻子哭了，她激动的说：感谢李老师救了我丈夫，救了我们这个家庭！从此我们一家人都走上了修炼的路。

得大法不久，检察院以我没有经济问题结束了对我的审查。虽然单位不安排我工作，也不发工资，但我却平心静气、不怨不恨，在被单位闲置的时间里我如饥似渴的学法炼功……，家里人都说我成专修弟子了。在三年不到的时间里我背了三遍《转法轮》，抄了七遍《转法轮》和数遍所有的经文和各地讲法，其中还用毛笔抄写了一遍《转法轮》。我悟到这一切都是师父给我安排的路，在学法中我也在不断的提高着心性，逐渐放下了各

是回收的，到超市买个好点的瓷碗当香炉。

事后和其他同修切磋这件事，发现还有类似的事，有的同修以前是供佛的，有的也是供菩萨的，他们的用具舍不得扔，就送给别的同修，或自己用，都是供师父用了。这件事写出来就是想提醒同修看看有没有类似的事，我认为这不是小事，是对师父的不敬。

以上是个人浅悟。

再谈修口

归正

师父在《转法轮》第八讲的最后讲了“修口”，可见其重要性。我开始就认识到了修口对于一个修炼人来说，要求是非常严格的。我认为，人的所言所行，是其内心想法的直接表达，也是执著心的直接显现。在我们修炼的这条路上，因为不修口出现的教训太多了。很多同修的被迫害，都与同修之间互相的不修口有一定的关系。还有背后议论人，搬弄是非，挑拨离间，都会直接造业，带来常人中的麻烦。常人都讲“祸从口出”，对乱嚼舌头不齿。单从一个“乱”字的表面看，不就是与口舌是非有关嘛！我们作

为一个炼功人，更应该严格要求自己。就修口而言，我自己也对笑话人、议论人有过深刻的教训，往往在执著心的带动下不假思索的脱口而出，无意中伤害了别人、制造了矛盾，过后又懊悔不已。

一位老年同修坐车从远方赶来，教我拨打真相语音电话。因为初来乍到，不熟悉情况，又加上才学会不久，她教我时有点慢，又有点紧张，看到有人经过就不由自主的掩盖手机。我嫌她怕心重，笑话她“此地无银三百两，本来没事，你这个样也叫人怀疑了，谁不打手机啊，有什么躲避的”。她听了，也笑了。本来同修间适度的提醒是应该的，两个人当面善意的指出来而不带有任何执著心，效果是很好的，但我不该带有笑话人的心。因为这个心不去，紧接着就造业了：回去后见了别的同修后，我居然当众脱口而出刚才老年同修教我时左顾右盼的样子，并学着她的样子夸张的取笑。老年同修的神色一下子就不对头了，我一下子就意识到错了，后悔不已。老年同修不顾安危，这么远跑来教我，我居然伤害了她！这是做了件什么事啊？老年同修完全是善的

表现，而我完全是恶的表现。这都是长期受党文化的毒害，不顾别人的感受，当众批判人、攻击人、整人治人的恶毒心的肮脏体现。我难过得想哭。师父说：“你们在议论谁好谁坏的时候，神都不拿正眼看你们。”（《亚太地区学员会议讲法》）背后议论人尚且不符合法理的要求，何况我的所作所为是当面笑话人，这不是人身攻击么？这些执著心、败物质不去，真是害人不浅啊。我发正念解体它们，旧势力强加给我的这些东西不是我的，我的先天本性是同化宇宙真、善、忍特性的，没有任何执著心。

在单位里、工作场所更是这样，不修口就会带来常人的麻烦。我们办公室里有个休长假的同事要来上班了，她打电话问我有没有什么变动。我因为觉得跟她关系好，常人心就上来了，一五一十的把这个领导什么意思、那个领导什么意思，什么有利于她的、不利于她的，都端给她了。放下电话，我就知道错了。为什么老是吃后悔药啊？那个情一上来什么都不顾了，也不用法来衡量了，搬弄是非，挑拨离间，什么事都做了。结果领导就来找我的麻烦。我

虽然用正念否定了旧势力的安排，但是执著心不去，真是万恶的根源啊。师父说：“人间的事情很复杂，各种复杂的环境促成的那个问题，也是极其的复杂。但是我们可告诉大家，修炼的人不说谎。你真的能避免杀人放火的出现，你撒谎了，那也不能说你错。你怎么摆好这个关系。我想作为炼功人也不难。其实我们有很多事情不愿意说就不说。”

（《新加坡法会讲法》）

在家里、在亲朋好友中也是这样。我的家人同修在听到亲戚搬弄是非的事后，认为把自己牵扯进去了，没守住心性，又找当事人（另一个亲戚）抱怨。抱怨得这个当事人都想哭了。她就对别的家人同修说：“你们修炼人还这个样子？”师父讲：“情是产生执著心的根本。”（《转法轮法解》）我们在常人中生活、修炼，一定要守住心性，不要家长里短、你对我错的争论些没必要的事情。常人中还讲：“流言止于智者。”搬弄是非，东家长西家短的事尽量少掺合。别人说自己怎么样，不正是提高心性的机会吗？不正是冲着你来的吗？看看你什么反应，是被常人心带动了，还是用法来衡

老头说：“我告诉你，你打不通这个电话。”结果老头接连拨了几个电话都不通。甲同修说：“是不是，打不通吧！因为我是在救人。刚才你老伴接受了真相，她已经得救了，可你不但接受，反而要做坏事，你这样做会遭报应的，这本小册子你拿回去好好看看吧！”老头不再吭声了。

二、恭喜你！公诉人。

七十多岁的乙同修和同修一起挂横幅被邪恶非法绑架，在非法审判的法庭上乙同修始终保持着修炼人的祥和心态，笑咪咪的面对法官和公诉人。

公诉人：“这是你们挂的横幅吗？”

乙同修眯着眼睛说：“看不清，你念念吧。”

公诉人只好念道：“真善忍好！法轮大法好！”

乙同修：“还有一幅呢”。

公诉人：“哦，在这儿，‘世界需要真善忍’”。

乙同修朴实的对公诉人说：“恭喜你，你今天念了‘法轮大法好’、‘真善忍好’。‘真善忍好’、‘法轮大法好’是救命的吉言，希望你以后天天念，对你和你的家人都有好处，你要记

住啰！”

公诉人面对真诚善良的乙同修一语不发，可以看出她内心深处已经受到良知的震动。

三、“怎么又是你！”

九十多岁的丙同修，因向世人讲真相已经无数次被非法绑架，当地派出所没有不认识他的。有一次老同修用一块纸板写上法轮功真相，用绳子挂在背上到百货大楼门前，有许多人都围着看真相，后来邪恶把他非法绑架到派出所，派出所的警察一看是丙同修：怎么又是你！丙同修说：是呀！我发真相资料，告诉世人按真善忍要求做好人，你们不让；我用嘴去讲，你们也不让；那我就把真相挂在背上让人看总可以了吧！可是你们还是不让，那这次我就不回去了，你们看着办吧！

警察只好和丙同修所在地派出所联系，想让他们把丙同修带走，但那边派出所一听是丙同修，就不愿意来，最后警察只好打电话叫家人把丙同修领回去。以后丙同修照样每天出来讲真相，警察也很少干扰他，其他人就更不管了。

知悟

每次自己只要一与父母同修发生矛盾，就十年谷子八年糠的乱翻腾一气，抱怨父母怎么怎么自私自利，怎么怎么对我不好。深挖一下，发现自己还是放不下对父母的情，没有真正从法上认识上来，把他们当作同修。

心底里有对“美好家庭”的向往，总是认为父母应该这样那样关心我、应该这样那样为我着想，如果他们的行为稍不如我的心意，我就会大吵大闹，抱怨他们这样那样不好。

归根结底还是自己放不下人的东西，总是认为父母应该像现代社会其他父母那样供我上大学，给我安排工作，然后把我的生安排得妥妥当当、美美满满。心底里认为那样的父母才是好的，才是符合我心意的。

追求来追求去还是追求人的东西，没有真正把法放在第一位，骨子里还是认为人的东西是好的，还想在人世上奋斗一番，得到自己想要的东西。虽然嘴上说学法炼功，跟师父回家的话，可根本上人的那个观念不转变过来，又怎么能精进的起来呢？难怪我最近总是感觉无聊，总是想找人的东西缓

解，原来根本原因在这里。

正法已经接近尾声，每次看到网上的同修交流文章，都能感觉到自己与同修之间的差距，同修们都是一心一意扑在法上，助师正法、救度众生，而自己还在人中漫步哪！

认识到这些，今后做好。

【修炼故事】

云南老年法轮功学员讲真相的小故事

云南大法弟子

今天我给大家讲一讲云南老年法轮功学员讲真相的几个小故事。

一、我告诉你：你打不通这个电话。

甲同修今年虽已八十多岁，但面色红润、皮肤细嫩，走路生风，看上去就象五十多岁的模样，可精神了。有一天，她在马路边向一对老年夫妇讲真相，那老年妇女很接受，并表示愿意“三退”。但当她要递真相小册子给那老年妇女时，那老头子不高兴了，突然一把抢过真相小册子，拽着甲同修的手恶狠狠的说：“你在搞反革命宣传，我要举报你。”随后拿出手机就要打电话。这时甲同修平和的对

量，不为所动。

我悟到，其实这个修口不是管住嘴不说话或少说话，而是和人的执著心息息相关。你如果不修去执著心，光憋着不说，憋到一定成度反而要爆发。那不是修，不是忍。去掉那些触及矛盾、引发口舌之争的执著心才是关键所在。修口修的好坏，和人的心性高低也是有直接关系的，把握不住心性就会造业。师父讲：“人都会造业，有的人杀过生、欺负过人、骂过人、恨过谁，或者是做过什么坏事等等，都会造业。”（〈新加坡佛学会成立典礼讲法〉）

我还悟到，我们在找到执著心后，不要仅限于找到就行了，还要立即发正念清除它，解体自身空间场的败物质和干扰迫害自己的邪恶生命与因素。每当难以清除时，我就想：从微观解体它。它产生的层次微观，我从比它还微观处清除它，它就什么都不存在了。整点发正念时遇到难以清除的邪恶也是这样，把它罩住，让它无路可逃，从微观、极微观解体它，瞬间就能清除。

不当之处，请同修慈悲指正。

对佛恩浩荡的一点体悟

上海大法弟子

昨天晚上老伴的同学来电话，我接听后，对方即不报姓名也没有称呼，以命令式的语气，直点老伴的名接电话。当时心里就不舒服，心想：七十多岁的人了，还是高级知识份子，一点礼貌都不懂。心里开始烦躁不自觉的发牢骚。

这件事一直勾着心里不舒服，今天凌晨三点钟突然想到：这点小事为什么生气？这不是在向外找吗？用人心在看问题基点不对呀？我之所以被带动，就是人心被触动了，对别人产生了“气恨心”，否则我不会被影响。师父讲过：“你们知道吗？只要你是一个修炼的人，无论在任何环境、任何情况下，所遇到的任何麻烦和不高兴的事，甚至于为了大法的工作，不管你们认为再好的事、再神圣的事，我都会利用来去你们的执著心，暴露你们的魔性，去掉它。”（《精進要旨》——〈再认识〉）正因为我在想着被人尊重的心，这种人心的背后就是一个执着名，所以被带动了，只有向内找，才能抓住那颗心去掉它，在矛盾中、在心性的磨擦中才能提高上来。

在实践中遇到任何问题、矛盾时，都要能知道自己是个修炼人，把它看成是提高的好机会，心也就容易放平，这一关就容易过去。绝不能以常人的心对待它，认为损害了自己，伤害了自己，那就是把常人的观念、执着放在第一位了，你就是在常人的层次中了。我们应该真正做到用法来衡量自己的一言一行，不能生气、不能争斗，一定要把握好实修的机会，从一切常人之苦中超脱出来。

在写这篇心得文章时，突然胃痛、头痛、流鼻涕、打喷嚏、全身不舒服。我知道是触动了这颗私心，它在反抗，必须用正念铲除，这都是假相，我得坚持写完，这个想法一出现，所有症状都消失了。

我体悟到这些不好的物质，在另外空间是真的有生命、是活的。这一切的改变都缘自师父的慈悲呵护，没有师父巨大的承受，绝不可能有如此的变化，这种佛恩浩荡的感受无以言表，我泪流满面，我还有什么放不下的了？写出我的体悟与同修互相激励、共同奋进，更主要的是通过交流找出自己的不足，与精进的同修相比，我有很大的差距，在今后的

修炼中，严格要求自己，做一个真正助师正法的法徒。

对“谈婚论嫁”的问题的浅见

大陆大法弟子

转眼快到三十了，如何面对“谈婚论嫁”的问题，这真的是一个不能回避的大事。学了这么多年的法，同修们也在各抒己见的谈论这个问题，我也想就这个问题谈一点自己的浅见。

我觉得首先要把基点摆正。周围的一些同修常说：

“该娶就娶，该嫁就嫁，师父要我们符合常人社会状态。如果大法小弟子都不成家了，那常人会怎么看待我们？师父可没有说不准我们嫁娶。师父不是告诉我们要随其自然么？”表面看来，这种说法似乎很有道理，其实我觉得再往深悟一下，觉得这个问题并不是那么简单。首先说“随其自然”，这句话要看是对什么事？这些年里，不是有很多同修对

“随其自然”的法理不清而“随”到旧势力和常人那边去了吗？随其自然看是在什么条件下讲，不是什么事都能随其自然的。在利益上或在遇到问题时要无为，师尊是讲到要随其自然。可是，像婚姻这种事就应该有自己

这时领导让我打印一些表格，说是那个盘里有电子版的。我就开始找，可是怎么也没找到，而且找的过程中，我发现，每个 Excel 文件中都不是就一个内容，都是好几个内容的表格，每次打开都是显示其中某一个。而我没有用过这种表格，不知道这一点，认为打开后就是一个文件表格呢。于是就把自己认为没用的删除了，把有用的进行分类整理。做的过程中，心里想的是：过去那个同事的文件管理真乱，我得弄的符合自己口味，我比他强，我擅长管理做好自己的东西，都是井井有条的，等等。

现在那个领导要的表格，我怎么也找不到了。我的心里一阵的紧张，问同事，说 U 盘里肯定有，并且说可以帮我找到，当然我不敢让他来。我坐在电脑旁，脑子里翻来覆去的就是：你凭什么刚刚接手的工作，你就大肆删改，你觉得你什么都行，太自以为是了，太瞧不起别人了。是的，我那个自以为是的心太强，只想按着自己的方式去做，同时心中看不上别人，总觉得自己的好、自己强。这下闯大祸了，因为那个表格从新制作是太麻烦，那绝不是我一会

儿能做出来的。

我心中一阵阵的惭愧，作为一个修炼人，我的那些心太不好了。我心里叫着师父，说我错了，一边请师父帮助，一边想着要准备面对。尽管他们都是常人，我都要老老实实承认错了，并且准备承担因此带来的一切指责。

这时我想到别的电脑上还有这个同事的文件夹，我就赶紧拷来，心中期盼着能有那个表格，还好真的找到了。自己松了一口气，心中默默感谢着师父，并且跟师父说：我这种心在同修中、在修炼中，都时有表现。只是自己以前没有那么强烈的认识到，师父通过这件事让我看到了这颗不好的心，看到了它的存在，看到了它的强烈，看到了它的隐蔽，看到了它容在我生命中，我不能认清和分割开它，却受着它的控制和摆布。

如今看透它了，就坚决去除它，决不姑息。就是老老实实的修炼，再现大法弟子良好的修炼状态，更好的救度众生。

一点体悟，请同修慈悲指正。

转变人的观念，精进起来

要保持一颗慈悲的心，祥和的心态。突然间遇到什么问题的时候，你就能够把它处理好。往往你的心总是那么慈祥慈悲的，突然间出现问题的時候，你有个缓冲余地，思考余地。心里老想和别人争，斗来斗去的，我说一遇到问题你就得跟人家干起来，保证是这样的。”这段法虽然学了不知多少遍了，可是一遇到具体事情就想不起来，多半是马后炮。

我们小城市有两家东方超市，我们的报架经常被其它的免费报纸，有时还有越南报纸和英文报纸所覆盖，如果不经常去查看，只是把我们的报纸往那儿一丢，我们的报纸就会有积压。找不到这些人说理，有一天终于被我当场抓住一个。我看到一位男士站在我们报架前，我们的报纸上正压着两捆他的报纸。我立即冲上前去责问：这是你们的报纸吗？他说是的，我没等他解释就拎起他们的两捆报纸气愤地摔在地上。没想到那人也不示弱，立即冲我吼道：“你这个人怎么这么霸道”。我问：“你干吗要把你们的报纸放在我们的报架上？”他说他只是临时放一下而已。他嗓门愈来愈高，好像他得了理似的，并冲我嚷道：

“你们还讲真善美呢”。

这些中国人本来就受中共谎言宣传的欺骗，对我们有偏见，我们如果哪里做的不好就会加深他们对我们的误解。因为自己对这些捣乱的人一直存有怨恨心，忘记了师父曾告诉过我们对人的这层表面还是要讲善的法理。师父在《精進要旨》（清醒）里说“我经常讲一个人要是完全为了别人好，而没有一丝自己的目地和认识，讲出的话会使对方落泪的。我不只教了你们大法，我的作风也是给你们留下来的，工作中的语气、善心，加上道理能改变人心，而命令永远都不能！别人心里不服而只是表面的服从，那么看不见时还会按着自己的意愿行事。”看来我要真能做到，才是实修啊。

去“自以为是”的心

越容

前几日，因新接一份工作，从同事那里得到一个装有他所有做的工作的U盘。我拿到后，就把文件挨个的看，并且把文件分分类，按着自己的喜好整理。同时把自己认为没有什么用的文件删除掉，两天基本上整理完毕了。

的法上原则和正的主张。如果这一点都不清楚的话就讲随其自然，那就等于在害人害己。所以我个人悟：在婚姻这个问题上是万万不可以随其自然的。

其次，在这个问题上我们基点必须要正。我们是大法弟子，必须要站在法上去看待这个问题。“随其自然”的谈婚论嫁是常人这层法对人的要求，也是人观念中的民俗乡规。我们是在人中修炼，既符合人的状态又不破坏人的理，那么婚姻这种事不是非得成家不可，好像不成家就要闹出多大的影响了，恰恰相反，成不成家，要看对我们修炼和证实法救度众生有无影响？常人不也是有许多人终生不娶不嫁的吗？我们是在人中，但我们更要对我们给予无限希望的层层天体众生负责，修炼的标准不能有丝毫的降低，这是根本。对人而言，成个家，子孙满堂，热热闹闹，这是人的乐趣。而对修炼人而言，基点根本就不在这儿。我们要对自己的史前誓约负责，对迷在世间的众生负责，尽量多救人。更要对自己的未来和等待我们的无量众生负责。从这个角度上讲，那就要看成家对我们做三件事是否有必要和影

响？师尊虽然没有把这件事明确的规定，但我们在各自走自己正法的路上都会看清看透这个问题，从而做出自己的选择。而不要单纯为成家而成家。这事可只有一次，决不能稀里糊涂就迈出这一步。年轻大法弟子离婚的也不少，有的虽然没离婚，但夫妻感情也很遭。我们不需要严肃看待这个问题吗？

再次，眼下是正法时期的特殊阶段，我们和师父与正法同在，无论从做三件事上，还是从每天快速流过的时光上看，对每个真修者都是很紧迫的。当我看到国外的同修为减少国内同修被迫害而做大法项目每天只睡两三个小时觉时；当我看到周围一些同修每天很精进的讲真相救人时；当我看到还有千千万万同修被关在铁窗里被迫害时；当我感受到师尊为我们还有那么多不争气的弟子而着急等待时……我就感到心里有一种沉重的压力和负重感！我觉得我很不精進，差距太大，更没有成家的心思。每当听说周围某某小弟子正在谈对象呢，我就想：“唉，他（她）是该成家啊，状态和境界决定一切。人的东西那么多，多少年了，很少有精進的状态表

现，同修到一起时都是谈论‘人’的事儿，这种人不成家干什么呢？”师尊讲法中曾引用吕洞宾的一句话：

“宁肯度动物都不度人。”如果师尊今天不能把我们度成，如果我们今天失去了被师尊救度的机缘，那我们将永远失去回家的机会。那才是宇宙的大悲，更是我们明白真相后的绝望！

那天，跟一个与我一样的年轻弟子交流时，她说：

“你知道吗？我们家里人和亲戚对我不成家意见可大啦，他们说炼法轮功的人怎么都这样？该成家的不成家？我想咱不成家这不是坏法吗？这不是给师父抹黑吗？所以啊，我想有合适的就找一个。谁知道正法什么时候结束？”我觉得，这才是法理不清的糊涂表现。大家都在谈修炼中需要认清的一个可怕现象：那就是“温水煮青蛙”。青蛙是在舒服的温水中愉悦的划行里慢慢走向生命的绝路，当它惊醒死亡那一刻到来时，一切都晚了。可以说，旧势力对每个年轻弟子在婚姻上都做了细腻安排。什么安排？“成家！成家！都成家！看谁能走出家的牢笼？看谁能突破妻子丈夫儿女孩子油盐酱醋和三亲六故等一串一串的人

的枷锁？谁能突破出去我们就承认他够格。”看清了这一点，我们就要在否定中走正自己的路。

也有的人说：“找一个心地善良，对大法认可的对象，成个家也没啥不妥的。”其实，别忘了，成家后的一切，可就不是你能说的算和左右的。大法弟子这些年有多少人在色欲关上过不去而长期徘徊在一个层次中。当你真的成家时，你将怎样面对这个问题？如果你做的不好，被旧势力钻了空子，也许会招来更大的麻烦。听一听那些老弟子（过来人）对这个问题的认识，也许对我们有启发。

人总是在被别人谈论之中，其实，你即使为了满足家里和周围人的愿望而成家了，之后的生活里也同样是在被别人谈论之中。旧势力不会让你成家了就让你清闲，他们会继续安排在家庭这个漩涡里更有条件的制造出更多的麻烦和关难，会一步步把你拖向人。记得在网上看到一篇文章，一个已成家的年轻弟子修的十分艰难，在她难以精進时，师尊给他点化了一个梦：梦里一个声音说，“你们这批小弟子没有几个能回去的。”这句话使我心情沉重了很久。

我们手中一个现成的项目，无论是年轻的、还是年岁大的，谁都能做。随时可做，而且打印、油印、书写等都行，形式灵活而实用。可以说，真相币也是我们讲真相中的一种特殊资料哪。

以往同修对真相币已经作过不少的交流了，让我受益很大。今天再交流这些，是希望更多的同修重视使用真相币，充份利用多种形式、把讲真相救众生的事做的更好。

【修炼点滴】

我改掉了翘二郎腿的习惯

云南大法弟子

几十年来自己养成了一个翘二郎腿的习惯，得法多年也没有引起重视，所以一直没有把它当回事。在日常生活中、在被非法审判的法庭上、在黑窝里我都会习惯性的翘二郎腿，也从来没有认为它是一个不好的习惯、一个修炼人要去的执着。直到我从黑窝出来后，在一次切磋交流会上才引起我的重视。

那天我象往常一样翘着二郎腿，一位同修走过来平和的对我说：一会儿交流开始时，建议你把腿放下来。听到同修的提醒我立即就把

腿放下了，当时就感到一个热流通遍全身，从中我感到同修那颗为了别人好的慈悲心。我仿佛一下看到了我只顾自己的那颗为私为我的执着心，就是从这一刻开始我才重视要去掉翘二郎腿的这个习惯。

不久前，一位同修给我讲了一个关于翘二郎腿的故事。在未迫害前，东北的一位同修给她讲了这么一件事：有一次法轮功学员和师父在一起，有学员问师父：我们从来没见过师父翘二郎腿。师父说：翘二郎腿，对上来讲是不敬，对下来说是高高在上。听完同修讲的故事，我热泪盈眶，想想自己的这个坏习惯真是惭愧，师父为了度成弟子，不仅给我们讲明法理，又身教我们如何做人，作为弟子还有什么理由不好好去修自己呢？还有什么执著心放不下的呢？从那天起，我彻底改掉了翘二郎腿的习惯，去掉了这个执著。

争斗心

唯佳

师父在《转法轮》中说：“为了使自己能够把握的住，不出现象常人一样的把事情做坏，所以我们平时

与人讲真相的过程中，当问起他们听没听说过三退保平安的事时，不少人知道有这回事。有的说是从真相资料上看到的，有的是听同修面对面讲的或以短信等形式了解到的，但其中的确也有不少人是从小日常使用的钱币上看到的。就是说，经过同修的善用巧用，真相纸币如今已成为广泛传播真相的一种特有的形式了。

开始使用真相币时，我对真相币所起到的传播真相的作用缺乏足够的认识，用的也不是很经常。但有一件事改变了我的看法。

有一天，我在路上遇到一位中年人，劝他三退时，刚说了几句，他就愉快的同意了。那情景好象是他早就在等待着这件事了。说完声明三退的事后，他立刻给我拿出了两张保存在身上的真相币，高兴的对我说，他就是从这里知道三退消息的。我接过来一看，发现其中一张纸币碰巧就是我制作的，因为从模版打印的字体、位置、色彩及编辑制作的真相短语，我都是非常熟悉的。当时我体悟到，也许师父借此在鼓励我，要我不要忽视了这个证实法的项目。只要能起到讲真相救人的作用，就应该认真做好。

从此以后，我手中的钱币大多都变成真相币了。同修有需要的，我也常常打印完成后兑换给他们。我不仅自己平常购物开销时用真相币，也带动其他同修使用真相币。近几年，经过更多同修的参与，从每次找回零钱的情况看，真相币明显增多了。另外空间控制人的因素少了，现在人们都很认同真相币，许多人还将其视为喜钱或福钱等等。

对我们制作的真相资料，同修都有一个共同的愿望，就是希望人们珍惜资料、珍惜机缘，让真相资料起到更为广泛的讲真相的作用。真相币正好具备这些优势：真相短语言简意赅，较为口语化，相对来讲比较容易流传、便于人们记取；而且纸币流动面广，不易损坏，消费使用的人又多，社会各阶层的人都在用。这样，真相币从我们制作和使用的那一刻起，就处于流通过程中了。真是一传十，十传百的不停的传送于世人之手。因此希望更多的同修能够使用纸币来讲真相。

同修交流时，看到有的同修因资料暂时短缺了就在那儿等着。其实只要有心来讲真相，有很多现成就可做的。制作和使用真相币就是

成家与不成家，其实质都是对不同生命的负责。前者不过是最直接和最浅显，而后才是真正的使命和大愿。当历史走过这个阶段时，当法正人间之后正法大法弟子修炼时，我觉得那时候这个问题将恢复正常。因为使命和要求不同，修炼者毕竟在自己的环境中更高的要求而做出的选择。

我还悟到，一些年轻弟子家里催促他（她）成家也好，亲戚朋友走马灯似的介绍对象也好，还是周围那些议论声也好，这时都要看我们的心。如果你稀里糊涂没有主意，那么这种外在的压力会越来越大，议论会越来越多。最后其结果逼迫你就范。如果你主意已定！我就是不结婚！并求师尊化解眼前这一切磨难！我想，一切议论很快会遁迹。旧势力也看明白了：这人除非让其死，否则没招，别管他（她）了。

生生世世我们曾结过多少次婚？成过多少次家？那时不成家是不行的。而今天是大戏的尾声。如果我们成家的话，对我们寄予无限希望的无量众生能否把心提到嗓子眼上？我的王啊！千万别留恋人间的家而回不了自己的家啊！我们这些无量的

家里的亲人在等你呢！师尊在我们成家后是否要付出更多的心血来度我们？一个生命能否回家不是一个简单的结局，过程中的大忍大舍需要在摆正基点之后毅然走出自己的路！！师尊在《转法轮》中多处提到“真修”二字，并以“真”字开头，以“修”字结尾。我想真修者自会体悟师父的苦心。

当然，我也不是说成家的同修就不是真修。也确实有的同修成家后修的很好。可是，这样的人有多少呢？谁又敢说我成家后也能修炼如初的精进呢？还有，我周围也有一些年轻弟子，他们既没有成家，而修炼的也不精进，家里外面做事上不像修炼人的样子，成天玩呀，吃呀，打扮啊……整体境界没提高上来。到好像一个不成家就能修炼成了。我觉得这样不好。修炼人和常人不成家目地不同，修炼人不成家是因为自己的使命需要一个更自主的环境去精进。既然家都不成了，为什么还要在常人中混呢？是啊，人世间有许许多多诱惑我们的地方（包括成家），但谁能突破出去，谁就会被大法和新宇宙所承认。

我只是从修炼的基点和使命上谈了一点粗浅的个人

认识。浅显的说，我认为不成家最好，那我就不成家。你认为成家会给你修炼带来更大的益处，那就成家。也希望同修谈出更多的理性认识。

请不要把师父的诗句和功法口诀当作文章标题用

大法弟子

在大法弟子的网站上，曾多次看到同修的心得体会文章的标题，用师父的《洪吟》诗句，或者炼功前的功法口诀。每次看到都觉的这样来用师父的法，感觉很不妥当。

无论师父的诗句，还是功法口诀，都是为了指导大法弟子修炼的，而且内涵概括到层层天体宇宙，非常广奥深邃玄妙，妙不可言。把师父的法当作文章的标题来用，顺着看下去同修心得体会文章的内容，好象是在解释这些法，给这些法的层层表现下定义。尽管同修并不是有意要这样做，也许只是单纯的想讲述，在当前对这些法的体会和理解，但是文章都没有注明，这样来对待法是不严肃的。

在《音乐创作会讲法》有同修问师父，能否把大法音乐《普度》作为一章放进

其创作的协奏曲中。师父回答说：“不过要把《普度》用到创作中去不是不可以，关键是你们没有真正领会《普度》的内涵是什么。那是师父从史前到正法的全部过程，什么协奏曲能容的下呢？”并在接下来的其他答问中，师父说：“炼功音乐是绝对不能动的，因为那已经与修炼关系相当大了，不能够拿到音乐中来使用。其它音乐虽然是大法弟子创作的，毕竟是给常人留下来的。关于《普度》、《济世》，你得知道其表现的内涵是什么，把宇宙放入鸡蛋是不行的。”

尽管这是关于音乐创作的讲法，但是其中的道理是一样的。一点想法，希望能引起同修的关注。

救一个世人等于是救下一个宇宙天体和无量无计的众生

莲子

慈悲的师尊在法中不止一次的给我们讲过宇宙的形成、结构及它与这次宇宙正法的关系，为我们今天能够在法中认识宇宙与正法的关系铺平了道路。

慈悲的师尊在法中也不止一次的给我们讲过大法弟子是众生得救的唯一的希

望，告诉了我们大法弟子的来历、责任和使命及众生的来历与期盼。在最近的《二零二零年纽约法会讲法》中，慈悲的师尊又告诉我们：“大法弟子都是天上下来助师正法的王，是宇宙要正法才有了根基这么大的大法弟子的根本原因。”“大法弟子救一个人，可不只是一个人的概念，会使巨大的生命群得救。”还告诉我们：“地上的人多数是天上来的，而且很多是天上派下来的代表，代表着那一方天体、那一方宇宙的众生，目的地是在最后能得救。”

虽然师尊在法中讲的再明白不过了，可是我过去的思维却一直把自己限定在是单纯的救人上，限定在这个空间内能够看到的今天救了张三，明天又救了李四上，没有去想这个世人的背后代表着的宇宙天体与无量无计的众生上。说白了这纯粹是用人的思维与观念去认识大法弟子讲真相救人这件事，辱没了大法弟子救宇宙救众生的无比伟大、神圣与殊胜，辜负了师尊对弟子的殷切期望与众生千万年来的苦苦等待与期盼。

在许多的大法弟子都在抓紧有限的时间讲真相救人的时刻，我却被人的这个肉

眼凡胎所局限，被茫茫红尘中的名利色情所迷惑，被凡世间的纷繁琐事所羁绊。身在大法中，却领悟不到法的无比伟大与神圣，意识不到拯救宇宙与众生的责任与紧迫，淡忘了史前的誓约。

宇宙正法亘古未有，万古机缘只有一次。慈悲伟大的师尊赋予了大法弟子救宇宙救众生的伟大使命和责任，这是连宇宙中的层层众神都羡慕不已，可望而不可及的。可是我却没有去倍加珍惜，整天被怕心障碍着，被安逸心羁绊着，被人中的名利情拖累着，贻误着众生的被救度。

今天早晨我突然想到了救一个世人等于是救下一个宇宙天体和无量无计的众生这个问题，才使我猛然惊醒。如果再这样不精进的修炼下去，兑现不了史前的誓约与使命，将何去何存啊！

不知同修意识到这个问题没有，让我们赶快精进起来，抓紧时间去讲真相救众生，兑现自己那无比神圣与伟大的誓约吧！

现有层次的一点体悟，请同修慈悲指正。

请同修重视使用真相币

大陆大法弟子