

一张 A5 给广州的同学（居士），另一张大的 A4 就放到寺庙里去（指北方这个和尚）。”我说：“好！让更多人明白真相有好未来，你有福更有福！”

就这样，我们在看优昙婆罗花的过程中，遇到的有缘人也告诉他们真相、并做三退保平安！不让他们错过万古机缘。

有一次，一个先生五十岁上下，手戴念珠，看来是佛教徒，是有缘人，我就主动跟他打招呼，并跟他说优昙婆罗花开的盛事。他说：“那里能有得看，能看到就好运啦。”我说：“啊！你是明白人，来马上带你看，你也好运。”他看到优昙婆罗花了很高兴，并做了三退。

又一次，一个年青女子，见到我们在看什么，她也过来看，我说：“姑娘，你是有缘人，来，带你看优昙婆罗花，祝您更有福分，并一边跟她说真相，也退出了少先队，很高兴的走了。刚走了几步又回过头来跟我要“三千年一开的优昙婆罗花”图片，我高兴的送给她，又重新与她说一次，并把劝三退的真相卡也送给她，告诉她回去跟能说的人

说，挽救生命、功德无量，祝您平安更漂亮！她笑容满面，喜悦的说：“谢谢！谢谢！”

就这样，我多次带人在看优昙婆罗花时，遇到有很多人，其中有信主的、信佛教的人、他们看完了还说：要带他的太太来看，要带家人来看，要带朋友来看，有人立即拍下照片，带回去看，很是高兴。在这个过程中我也帮很多人做了三退。

从以上的经历中，我个人层次所悟，优昙婆罗花如此的盛开，我作为大法弟子就不止是看优昙婆罗花了，是要趁着这个机缘快救人，多救人。把这个公园除了平日已劝退的人，未退的以及有缘的路人，都在这个机缘中劝退了。我想是伟大的师尊为救度无量众生的洪大慈悲，给大法弟子向人们讲真相，特别是向佛教徒、出家人讲真相，又多了一个救度众生的契机。正法进程又出现了一个新的形势。我想在师尊的慈悲加持下，要做得更好，救人更多，谢谢师尊！

个人层次有限，有不对的敬请师尊慈悲点悟，同修慈悲指正，双手合十！

正見周刊

二零一一年
九月十三日

“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
人觉之分：慈悲与责任	2
转变观念 彻底破除病业假相的干扰迫害	5
同修走了以后	11
由自己求病业想到的	14
我对“敬师敬法”的理解	15
救人真的不能等	17
留心清除邪党邪灵附着物	18
由执着穿着所想所悟	19
谈谈信与不信	20
在证实大法中整体升华	21
在找工作中修心	22
正念对待干扰	24
由“随其自然”想到的	25
〔救度众生〕	29
善解前缘	29
在香港与同修交流景点促三退的体会	30
香港优昙婆罗花盛开	33

弟子交流

【修炼体悟】

人觉之分：慈悲与责任

紫莲仙韵

我一直悟不透“慈悲”两字的“悲”字的深层含义，师父讲过：“无非是人心，有心不是悲”。（《二零零四年美国西部法会讲法》）非、心、不是人心，那悲从何来？由于慈悲心少，这个悲的感觉境界是什么一直令我很困惑。

前几天一位同事因为脑瘤住院做手术大家随了钱，由领导代表去医院看望。突然听到这个消息，我第一反应是又要花钱了，在单位谁家有人婚丧嫁娶的事不管关系如何，全部统一随钱，有专门负责说事收钱的，所以礼尚往来花钱的事是免不了的，也就多了些意外支出。

当时听了只是有点心疼钱，就礼节性的有一搭没一搭的问了下病情，回家后却老放不下这件事，想到同事比我大不了几岁，这么年轻就得病了，而且在脑子长瘤也没问下是良性的还是恶性的，运气不好，命就难保了。这位同事平时对我很友

善，只是听别人说他爱跟领导打小报告说话要防范着点，所以从没跟他讲过真相，在大法弟子身边一起工作这么久，却没听过真相，要是出了意外可太冤枉了，不觉生起对同事的愧疚之心，感到是我没有尽到责任，没有及时帮同事清除脑中的毒素，救度这个生命。

又想起今年这是随的第四份礼钱，前不久有两位同事的母亲相隔几天去世，老人家都是瘫在床上好几年受尽罪，熬到八十多才走的，突然想到我身边发生的事都是跟我有关系的，看到、听到什么都不是无缘无故的，她们这么苦苦撑着是不是要等着听真相啊！闲聊时常听到同事说起自己母亲，因为经常病危也常请假照顾，而我只要多说一句话嘱咐同事叫她们常念大法好，就给她们一线希望不白来世上一遭，而我却没有说这句话，无视生命的存在，使她们耗尽生命却永久失去了机会，没有尽到救人的责任。

想到这些心里有些难过，因为自己修的太差，总是用人心看待众生，使生命错过得救机缘，能在正法时期得人身转生在大法弟子身边，在久远的历史中要吃多

么多人学啦。他们马上就静下来不说了，我只能这样讲了，讲别的不懂。”我说：“你这样就够了，你功德无量了，祝您有福更有福！”

我说：“今天早上你的梦，知道你与我的关系都不是偶然的，我看也是一种安排。你想：我是炼法轮功，你与广州的同学是佛教徒，那个和尚的山头烧了四天四夜只剩下他一处。我想，您就是做这个角色了——搭桥，把你在海外看到法轮功的美好，把优昙婆罗花盛开的盛事，告诉你认识的人。现在是转轮圣王在人间正法，转轮圣王又叫弥勒佛，现在是佛来世间度人的时候了，你就把你影下来的优昙婆罗花给他们看吧！”她说：“好！”

我又说：“还有，带一张我们用来讲真相的《三千年一开的优昙婆罗花》图片给他们看一看就明白了”。她说：“这个我不敢带。”我说：不怕，有一天，大陆游客中来了几个和尚，当初都不敢听真相，我马上拿起“三千年一开的优昙婆罗花”大展板图片，跟他们说，你看：“现在从寺院到民间，优昙婆罗花如此的盛开，它告诉人们转轮圣王在

人间正法，这是人间的盛事，祥瑞的兆头。”他们都明白了，还做了三退呢，因为出家人在出家前读过书或工作过，都是在不同的年龄出家的，所以都要退，最后还很高兴了。上车了，还跟我合十，车开了，还要掉过头来多看一下，高兴的挥手道别。

这时她也听得很开心，并说：“好！你给我看一看。”我就拿出一个A2的大展板给她看，她看得很认真，我看她还真有点惊讶的样子，看完了说：“好啦！我要一张小的。”我就给一张A4的，她很用心的看着。我又拿出A5的来，她说这种我又要两张，好我给你过塑胶，她一直笑微微的，很有兴趣的，在看着我做的每一个步骤。最后我做好交给她了，她看着图片，一边说：“你做这个事是最神圣的事。”我说：“是呀！你也是做着最好的事，你的角色就是做这个——搭桥，你回去告诉他们，你也公德无量。”她说：“好！我还有加拿大、美国很多寺庙的师父我都认识的、都很好的。”我说：“我觉得这就是你的使命。”她说：“好！我自己要一张A5，这

有，走着路，不用停下脚步都能看到，还多了新长出来的，一簇簇的，围栏里面人进不去的也有，看来是数不完的。但又不知道是那个时候开始有的了，大家都没有留意。这个同修说：“时机给你看到都是有原因的啦！”我说：“是呀！就是要到時候。”

在六月五日上午，我把这个盛事告知我从加、美回来香港的同学。因她是佛教徒，所以想叫她来看看“三千年一开的优昙婆罗花开”的盛事。我告诉她，我在公园等您。她说：“我不去。”等我刚准备回家时，她来电话说：“您等我，我现在下楼啦。”“好，我等您！”

我的同学很高兴的把优昙婆罗花开的盛事，打电话到中国大陆，告知远在北方的和尚，以及在广州“光孝寺”的同学（居士）。我的同学分别问：你见过优昙婆罗花吗？他（她）都说未见过，很高兴的说，请你影下来，以后带回来看看。

这时，我的同学把电话给我听，我说：“您好！现在优昙婆罗花开了，是转轮圣王在人间正法的时候了，请您记着：法轮大法好！”

“真善忍好！”没有冲突的，这是善缘、好缘、大缘分。”他们也认同，和尚也说：“是，大缘分。”

当我们在公园转一圈，看完优昙婆罗花开的时候，我的同学说：“今天早上九点钟时，我还未起床，你打电话给我时，刚睡了一个梦，叫我到公园去运动。奇怪，我平时都没有去公园运动的，怎么会叫我去公园运动呢？啊！愿来是你打电话来，叫我去公园看优昙婆罗花，当时接你电话时我不想去。后来，又想不能错过机会呀！就马上又下楼了。”

我说：释迦牟尼佛讲过一种三千年一开的优昙婆罗花，你听过吗？她说：

“有！”我说：啊！现在就是这个时候了，转轮圣王下世度人、在人间正法，所以法轮功洪传全世界这是必然的。即使有宗教信仰的人，记住：‘法轮大法好！真善忍好！’都没有冲突的。她说：“是呀！所以，我有时候返上大陆时，听到有人说法轮功这，说法轮功那。我就对他们说：你们不了解的事不要说，说了对你自己，对别人没有好处，我所见到的是好的（指你是炼法轮功的），一定是好的，才有这

少苦才能得到这个机缘，又拼着命撑着最后一口气苦苦期盼想听到大法福音，而我却在这种对生命的漠视中沉迷，没有醒悟，看不到自己的责任，听到她们奄奄一息的情况也没生出悲怜之心，没有感触到自己有救度一切众生的责任，而是以常人的生老病死无奈的对待身边的众生。

由此生出对众生的悲怜之心，为生命没有明白真相就逝去而痛惜，突然醒悟这不就是慈悲的“悲”的境界吗？由怜悯众生得救的期盼而生出救度众生的愿望，去兑现自己对众生的承诺，发挥所有智慧想尽办法把人救了，自然而然的承担起这份责任，这就是佛的慈悲。明白了这个法理瞬间就像变了一个人，开始珍惜所有的生命了，走在街上看到满眼里都是责任，心里想的也是兑现责任，对擦肩而过的人都要给一个美好祝愿，把大法好打入他们思维中去，看一草一木都很亲切，边走边清理另外空间的邪恶。走到哪里就要把光明带到哪里，慈悲就像一股清流全面无漏的恩泽一切众生。连睡觉都放不下自己的责任，带着清理障碍众生得救的一切因素的

正念，想着一个灭字入眠，对众生的救度错过一秒钟都觉得痛心、愧疚，要每分每秒都保持正念尽我所能清理邪恶。

终于领悟到慈悲的境界了，原来慈悲就是责任，就是无条件的救度众生，是发自内心对生命的珍惜，怜悯，时时刻刻放不下的责任感。慈悲不是教出来的也不是能模仿出来的，而是修到这一境界的真实流露。就像条件反射一样，看到众生在人世间表现的好与不好都有我的一份责任在里面，因为我是他们的主，他们的根在我这里，根正了自然能帮他们找回真我，回归本性，有这个使命就要对他们的思想行为负责，众生在人世间善恶的表现都有我的一个因在里面，所以“佛光普照，礼义圆明”也是修炼中智慧与法力的体现，要教化众生改变思想恢复传统文化种下善因，学会分辨真假、善恶、正邪，选择善才会结出善果，被主佛救度脱离苦海。

以前我体悟不到慈悲的境界，是因为我用悲愤之心看待众生，看到品行好有素质的人就生出喜好之心，愿意讲也很有成就感。看到品行恶劣道德败坏的人就生出

厌恶之心，想避而远之，因为这样的人很难救，救不下来会让我有挫败感，所以根本就不想给他们机会，甚至排斥他们关上了这道救度之门。

在自己善恶、喜好的观念中看人，有分别心就难免生出许多烦恼和魔障，对同修也好不到哪去。看悟性好的就喜欢交流，就做错点事也很宽容，耐心帮助提高上来；对自己认为悟性差、人心重、执着多表现不好的就很反感，要做错点事就想严厉打击，来个棒喝，有常人那种恨铁不成钢的悲愤心情。所以在整体配合上矛盾不断，难以圆容整体。

而对自己这个分别心，因别人表现善而生善念，因别人表现恶而生恶念的状态却很宽容，以善恶分明是我的生命特点为借口，不肯深挖自己的执着，只想改变别人不想改变自己，在善恶之中就体会不到真正的慈悲，这是旧宇宙生命私的属性。走不出私放不下自我，喜怒哀乐就系在别人那里，叫环境牵着鼻子走，一点小事就能触动人心叫我斯文扫地，忘了大法弟子的标准而以常人心对待。心性不稳，修炼状态也时好时坏，做不到雷

打不动，持之以恒，自身都没有真正从恩怨情仇中解脱出来走出人，怎么能担负这么大的历史使命。

写到这里，师父的新经文《什么是大法弟子》发表了，师父说：“大法弟子啊，肯定是辛苦的，因为历史的责任赋予了你们这么大的重担，历史的使命使你们在关键时刻必须担的起这历史的责任。”看到师父把大法弟子所要达到的标准都讲明了，这么大的重担交给我们，也该把自己修到位了，可对照自己的修为还差的太远，感到责任这两个字份量很重，那是无数无量无计众生的命啊！

而且越是表现不好的我们的责任越重，因为越恶的离淘汰边缘越近，越危险，对环境的腐蚀性越大，机会越少了，能不能救下来就看能不能启动生命中最大的智慧了，越是难做威德越大，离我们的家就越近，因为正法就是要归正一切不正的因素，知难而进做好了才能彻底修正自己，回归到先天位置。在新旧宇宙更新交替的关键时刻，大法弟子必须担的起这历史的责任，那就必须分分秒秒用法来过滤自己，把不合法的因素及时

雨，电闪雷鸣，这些游客都在避雨，排成一行长长的队伍在站着，我就举起小展板对着一排学生讲真相，讲呀讲，看到他们都明白了，就用你讲的方法给他们退出少先队、共青团，一退就退了九个，他们都很高兴。我现在才知道帮人起名字时，先给人讲一讲这个名字的意义效果是不同的；再有是，看到这些人都是生面孔，举起小展板整体讲与面对面一个一个讲，劝退率也是不同的。”对呀！因为您现在一个一个的劝三退成熟了，现在可以把这个方法告诉您，如果一开始跟您讲这个方法会给您压力。现在行了，一齐来救更多可贵的中国人。她说：“谢谢！”我说：真正要谢谢的是师尊！

现在这个同修也做得更好了，常常跟想面对面讲真相、劝三退的同修互相交流、切磋，这样有更多的同修走进三退的行列中来了，兑现着自己的史前誓约，在助师正法中，快救人、多救人。

以上是个人层次所悟，有不对之处，敬请同修慈悲指正。

香港优昙婆罗花盛开

香港大法弟子

我是香港大法弟子，在二零壹壹年六月三日上午，去装“九评”光盘，准备在“六·四”晚上派发给去维多利亚公园集会的民众。装完光盘在回家的路上，经过土瓜湾道公园时，大约中午1点多钟，想起六月一日，有一个同修到土瓜湾游客真相点时，看到优昙婆罗花一朵一朵的开了，叫我看。现在，我顺路看看我们的炼功点有没有？一看就看到围栏铁柱上已长出了一朵一朵的、还有一簇一簇的多少不等的优昙婆罗花，有的花开的时间久了，都已掉下来了，剩下的是一束茎，再往前看，啊这些铁的、胶的围栏、座椅背、广告板、花草叶、干树枝（地上）、水表箱、铁闸门，都长出优昙婆罗花来了。

我把这个盛事，告知我这个点的同修。在看优昙婆罗花时，同修们发现共有十八处之多，是多朵花到四十朵花不等的，零星的一至两、三朵的随处都是，有同修数过一共有660朵花。过一两天，我与另一个同修又去看，发现这里有，那里都

有福更有福，我给你个好名字“福景”，福、福分的福，好景常在的景，也同意了，就有什么退什么了。又下一个，姐姐：到你啦！她很高兴的笑了，我说：大家看：她多高兴，很有笑容，我给你起个好名字，欢容，祝您欢乐、平安更有笑容，又帮她，有啥退啥了。又到你啦大爷：祝你健康！祝你平安！我也起个好名字给你退出中共保平，叫“健安”，他说：谢谢啦！你也平安！好大家都平安！平安就最好啦！小弟弟，记着：“法轮大法好！”祝你快高长大、聪明有智慧，我给你起个好名字“智慧”，退出少先队员，祝你有个好未来。常常他的爸爸、妈妈都退了，就说：恭喜你啦！你有好爸爸、好妈妈；好爸爸、好妈妈有好孩子，祝你合家平安！这时一家人很高兴的说：谢谢！谢谢！

就这样，重复着以上的步骤，很快就就把一批一批或一车一车的退完了。这就是整体讲真相、明白真相后整体退的过程。当然也不是次次都是这样退，还得看当时的情况和环境。很多时候也一个一个的说，一个一个的退。

还有，这样看人起名字更好，更快、更适合这个人的特点，恰到好处更有意义，这个人也很高兴。已退出的人都看我又起个什么好名字给下一个人，也看我怎么解释，并告诉自己的好名字给别人，我的好名字叫丽安、我的好名字叫前程……真是退个热闹、喜气洋洋、乐呵呵的。如刚开始面对面讲真相、劝三退的就先把名字准备好，起的名字符合中国人传统观念的好兆头，吉祥、有意义的。我经历中帮助人三退，除了用真名退的，帮人起个好名字也是非常重要的一环，本来这个人想退，听到这个名字不喜欢，就退不成。看到别人能劝退很简单，其实每一个环节都很关键，当然也是熟能生巧了，你去做，师父、大法就会给你智慧、放心，都能做得更好的。

这时同修也听得乐呵呵，并说：“我也试试这样做，多救人，快救人。”我说：“您当然也行！”

过两天，这个同修又见到我，她喜悦的说：“同修，我这样做真的也行。”“当然行。您有这个心想做，师父会加持您。对呀！我去景点，下很大的

归正，不断的修正自己，把自身所携带的负面因素全部归正同化过来，那在覆盖面之内被自身负的因素抑制的生命就解脱出来了，所对应的众生思维被邪恶控制的就少了，明白的一面就会主动找真相。

所以众生得救的希望系在我们这里，生死存亡都跟我们的修炼提高息息相关，修炼中一思一念的升华都在解救着众生，心系众生是自然而然的状态，就像我们的呼吸一样，空气被污染了，如果我们不去努力净化，那只要一息尚存就会被空气中的杂质毒素污染，形成恶性循环，环境越来越不适合人类生存，在共享的环境里谁也不能独善其身。只有共同努力把共享的环境净化下来，用师父给予的智慧把杂质毒素转化为能量，大法弟子都担负起自己的责任，在自己覆盖面之内，把自身与循环来的负面物质全部归正转化为大法所用，那循环出去的就是能净化宇宙正的能量，正念足就能起到过滤净化的作用，形成良性循环，就在分分秒秒的解救众生了。我理解，这就是我们当前要修到的境界，归正一切不正的因素，净化宇宙，修

到我们先天的位置去。

我们在救度着众生，众生也在充实着我们的世界，这是我们应有的财富，怎么能叫旧势力掠夺我们的财富，消减新宇宙的光辉能量，众生是我们宇宙天体的组成部分，所以我们要像爱惜自己身体一样，珍惜所有众生的生命，才能把旧宇宙中的生命在最后坏灭的规律中，圆满过渡到新宇宙的圆容不破之法中去，无条件圆容好师父要的才是合格的大法弟子。

中秋佳节将至，天上的亲人盼团圆，又是一年月圆人不圆，大陆弟子期盼神韵和师父的到来，每个大法弟子都有这个责任，担起历史的重任勇猛精进，齐心合力把正法推到这一步，在中华大地与师父齐聚一堂普天同庆，走向大圆满的结局。

师恩难报，唯有精进，用我所担负起的历史责任作为贺礼，恭祝师尊中秋快乐！弟子会走稳以后的路请师父放心。

转变观念 彻底破除病业假相的干扰迫害

无思

近年来，不少同修遭受

病业假相的折磨，特别是那些走在前面的同修、协调同修，甚至有一部分被旧势力拖走人身，给救度众生造成严重负面影响，有些明白真相的人又不理解了，干扰和破坏了正法进程的推进。近来我们地区又连续出现几起，给本地区讲真相救度众生造成一定损失。针对这种现象，同修们往往觉得很无奈，正念也发了、善解也善解了、有的也向内找了，可就是不起作用，好象无能为力。看着一个一个同修被拖走人身，尤其那些精进同修被拖走人身，痛心之余我们深入就这个问题进行了切磋。

正法进程走到今天，邪恶生命和邪恶因素已经很少了，为什么还会频繁出现这种现象呢？首先这也是旧势力安排的一种迫害形式，尤其在正法进程走到后期，邪恶力量已经补充不上的情况下，这种迫害比邪恶利用恶党直接迫害有一定隐蔽性和迷惑性，这一点我们一定要清醒的认识，从内心彻底否定这种形式。但无论如何，我们在这个问题的认识上肯定存在普遍的不足，才会被很少的邪恶钻空子。下面就几个认识问题与同修切

磋，旨在抛砖引玉，使大家都能在法上认识、法中提高，彻底破除病业假相的干扰迫害。

病业关还是心性关？

师父在《精进要旨·病业》经文里明确的讲到：

“出世间法修炼就是最纯净的罗汉体修炼了，就没有病业了，但世间法以外修炼没有圆满还在往高层次修的，那么他还会有苦有难，为提高层次而过关的事，但都是人与人、人与事心性上的矛盾，和执著心的再去，没有身体的病业了。”这里讲的很清楚，出世间法修炼就没有病业了。既然没有病业了，哪里还有什么病业关呢？迫害以后，师父已经把所有大法弟子都推到位了。大法弟子都是很高层次来的，是带着使命来的，都是王、主，那么到位的大法弟子哪里还会有没出世间法的呢？即使后来得法的，在正法修炼中只要精进，应该都是很容易就进入出世间法修炼了，因为这是真正的大法修炼。可是迫害十二年来，我们是不是真的摆正了自己的位置，是不是清醒的认识到我们根本不存在病业的问题，是不是能够“到位”思考，确实是个值得探讨的问

同修又问：“您怎么讲？”我就把我常用的方法讲给她听。当我看到这一批人都是新来的，用完餐出来站着，等车来接走，我就用左手举起活页真相展板给他们看，并一边打招呼、一边讲真相，“可贵的中国人：大家好！欢迎你们到来了解真相，几十年来、几千年来都没有今天的出国热、旅游团、自由行，今天出来是天意的安排，老天爷的慈悲。大家记着：“法轮大法好、退党保平安！”你们现在要做的是两件事，请大家看：

第一个是：（我用右手拿一支笔点给大家看）“天灭中共邪党、快退党，退出党员、团员、少先队员，一退保命、保平安！起个好名字在大纪元退，祝您有一个好未来。顺天者昌、天意不可违，它说少先队员、共青团员，超龄不是了，党员不交党费就算自动退党了，都是谎话，不要为它奋斗终生，更不要为它献身了，退党自救，退党救国、分秒必争。”最后挥起右手说：

“大家都来‘退党自救’，平安为自己。”

第二个是：（我也用右手拿一支笔点给大家看）“法轮大法好！生命需要真

善忍，善待法轮大法一念，天赐幸福平安！得到是缘、明白是福！”最后我也挥起右手说：“法轮大法好！大家看到好的装在心中，平安也是为自己，平安是福！祝大家都有福更有福！”

就这样，常常整车人、更多的人，都全神贯注的在看、听得很高兴了。有人在说、有人在笑、有人觉得很震撼，有人点头表示明白和理解，有人竖大拇指说：说得好。我看到这些人都明白人了，就抓紧时间促三退，帮他们起个好名字，并解释这个名字的意义。

例如：小姐：你好！退党保平安！给你起个好名字叫“丽安”，丽、美丽的丽，安、平安的安！祝美丽又平安！她很开心的同意了，就点着展板上问：退出少退队、团员？党员？都有，帮你全都退。到下一个，先生：您好！看您年青有为，我给个好名字你，“前程”，祝您前程似锦、前途光明，也高兴的点头同意了，就点着展板上党、团、队问，他说全都有，就说：好！帮你全都退，祝你平安有个好未来！又看到这个有能力的、当老板的、或当官的，就说：先生：祝您

在香港与同修交流景点促三退的体会

香港大法弟子

我是在香港景点讲真相、促三退的，常常与景点讲真相、劝三退的同修一起在法上互相交流，讲真相、促三退的体会。在切磋的过程中共同提高，在助师正法、救度众生中，快救人、多救人。下面把我与同修交流的一点体会，写出来与有关方面的同修交流。

有一天中午，一个从外地来香港支援的同修，在真相点，远远的见到我就说：

“同修：您好！您来得正好！昨天晚上，我想打电话给您问问一件事，是否是真的？在前天中午，有一班大学生，我跟他们讲真相，一个个人都很和善、笑咪咪的，我想哪有那么和善的呢？可能是明白真相后，退过的人了。”

我说：“是呀！一班大学生全是男生，都是穿着黄色 T 恤短袖衫，并印有某城市大学名称的，他们全都退了，包括：老师、导游、领队乐呵呵的、高高兴兴的退完了，一退就二十多人。这天上午我们的真相点近 2 个小时一共退了一百多人。”今天早上又见到他们吃完早

餐在等车，我一边举起活页真相展板一边说：“可贵的中国人：大家好！欢迎你们又来啦！请多看、多听、多了解，回去告诉您的家人，告诉您能告诉的人，挽救生命、功德无量。”他们都会意的、笑微微的在看、在说啦！（意思是指我又来了）我祝福他们：退完啦！平安回家！回家平安！记着：“法轮大法好、真善忍好”，祝你们学业进步！将来事业有成！他们都很高兴的看着我笑！有的点头！有的说谢谢！

同修问：“这么多人，你一下子怎样去讲，怎样去帮他们退。我没有办法，只能一个一个讲，一个一个的退。”

我说：您也行、您也能这样退，只是在做法上、心态上、说话的语气上和时间上，能把握好就行。“善念救人除邪灵”（《感慨》）。我经历中知道他们很多人出来旅游，都明白法轮功是好的，共产党是坏的，在这个旅游的过程中，就是给他们表态的过程，选择好自己未来的过程。因此，我们要快讲，抓住时间促三退。这一点是我个人层次所悟。

题。

很清楚，我们绝大部分同修都是在不同层次不同果位中修炼的，基本不存在没出世间法的问题，也就是说根本不存在病业的问题，根本不存在病业关的问题。当病业假相来临的时候，不管其表现的多么来势凶猛，那其实都不是病业关，而是要我们进一步放下对病的执著，看我们能否真正把自己当作正法修炼的大法弟子，能否识破旧势力制造的假相。人神一念，好坏一念。你认识到这是假相，真正信师信法，正念正行，那很快就会过去，甚至一瞬间就过去。这方面的例子太多了，很多同修都用自己坚定的正念证实了这一点。

可是，在那来势凶猛的病业假相面前，看看有的同修心是咋动的：是不是我的心脏病又犯了？是不是我的糖尿病又严重了？是不是这个，是不是那个，就是离不了那个病！承受也好，善解也好，发正念清除也好，只要你把它当成病业来对待就没有脱离旧势力的框框。我们帮同修怎么帮啊？加持同修闯过病业关，接力发正念清除病魔的干扰迫害。可是有的终究还是走了。同修真

的是被病魔拖走了吗？未必呀。老病死都是三界内的产物，能有多大魔力啊，能抗住大法弟子正念的威力？能把大法弟子拖走？拖走大法弟子的是旧势力，可关键问题还是出在我们自己这儿。

师父在《大法弟子必须学法》中告诫我们：“发正念当然清理阻碍救人的邪恶，其实邪恶已经没有那么多了，清理邪恶当然是好事，那么多人发正念不起作用吗？起作用。可是我们有的人发正念发的是什么呢，坐那手立掌思想却不是正念：今年为什么这么做？我去年卖票卖的很好，啊，为什么叫我在发正念、不让我去卖票？为什么非得做主流社会？这个票这么贵，人家能买吗？！（众笑）你们现在听着觉的很可笑，可是却是一个非常普遍的现象。你们知道吗？发出的这些在全球形成了粘糊糊的东西，很少的邪恶就能干扰了你们，可是你们却清理不了，直接挡着大法弟子推票、真正发正念的大法弟子，清理不了。邪恶来捣乱，你们发正念马上就清理、消灭掉，吓的它就跑；可是大法弟子，又不能消灭。他一念之差，他在这个问题没有认识

足，所以你这怎么办？没有办法，连师父都没办法了，因为我得等你们修的好的学员在这次机会中修的更好、走完这段路。”当我们认识不足的时候，当我们发的不是正念的时候，当我们要闯病业关或帮助同修闯病业关的时候，我们发的是什么呢？恐怕就是那些“粘糊糊的东西”。因为同修不是在闯病业关，而是在过心性关，发的正念不对号，那不就是“粘糊糊的东西”吗？这绝不是抠字眼，而是涉及观念的根本转变！师父把我们推到位了，我们真的信了吗？师父赋予我们神的状态，我们真的信了吗？师父告诉我们没有病业了，我们真的信了吗？我们不是个人修炼而是正法修炼，能够走到今天不容易，不能老是徘徊在低层次上认识问题啊。

信自己的感觉还是信师信法？

这个问题提的似乎有点荒唐，走到今天，你说谁不信师信法，那他保准跟你急。不信师信法能走入大法中来吗？能走到今天吗？可如果退一步说没有做到百分之百的信师信法，我相信可能不少同修会认同。其实，没有达到百分之百的信师信

法，那没有达到的部分不就不信吗？很多时候啊，我们那第一念真的还是相信自己的感觉，还是没有脱离人。你说那痛在身上能是假的吗？不舒服、难受能是假的吗？以前有过心脏病，明明白白那种状态又出现了，要死不得活的，能是假的吗？你说不是病，那明明白白的痛苦千真万确是病的状态啊。“你认为是有病的时候，那可能说不定就导致有病了。因为你一认为它有病的时候，你的心性就跟常人一般高了。”“你老认为你有病的时候，说不定就能把你自己导致成病。因为你的心性已经降到常人那个基础上去，那么常人当然是要得病的了。”“炼功人你老认为它是病，实际上你就是求了，你求得病，那病就能压进去。作为一个炼功人心性就应该高。你不要老害怕是病，怕是病也是执著心，同样会给你带来麻烦。修炼中要消业，消业就痛苦，哪有舒舒服服的长功的！要不你的执著心怎么去呢？”（《转法轮》）这就是人神一念！站在人上认识你就是人，站在法上认识你就是神。相信自己的感觉就是人，认清这是假相就是神。

不正法呢？”

希望我的经历，能对同修有所帮助，第一次投稿，不足之处，请慈悲指正。

【救度众生】

善解前缘

小莲

最近我在单位遇到很多善良的工人，我在别的法轮功学员手里要来一些护身符，他们都高兴的戴在胸前或者挂在车里面。看到工人们都很认同大法我心里感到很欣慰。

在跟他们聊天的时候，我一下子明白：原来这里的很多人都是当初在清朝时候，我带的兵将。跟我一起出生入死。最后被人全部杀害，血染大渡河！

望着今生那些似曾相识的面容，我心中升起一种感动：当初他们跟随我，要完成一种人生目标也好，还是奠定一种文化也好，反正可以算是“死心塌地”的跟随我。可是天不随人愿，最后，被杀。就这样有了一段同生共死的缘分。而今朝，当宇宙大法开始在人间洪传的伟大历史时刻，当众生处于危亡的历史关头，我们又彼此相遇。让那份生死之缘

今生再续、得以善解……

其实对于广大众生而言，都是因为过去与主佛或者和主佛的弟子有着这样那样的缘分，才促使你们今朝能够有缘听闻真相，才有着大法弟子们冒着生命危险，一次又一次的劝你退出中共邪党，“三退”保平安。

一份缘，连接着过去的历史

一份善，诠释着大法弟子的真心

一份传单，写满了你们要明白的保命之言

一个电话，传输着大法弟子对你们无尽的挂牵

因为从前有着这样或那样的因缘，从而使大法弟子们一次又一次的在你们面前诉说这至善的真言；因为大法弟子们的慈悲，才使今天的人们有幸明白真相，从而能够平安的度过劫难。

珍惜吧，我的同胞们。是千百年的轮回辗转让我们有着深厚的缘，今朝我们掸去世间所有的封尘，唤回那迷失的本性，回归那先天的善良，脱离恶党，用自己的正义与勇气诠释一个生命应有的无畏与尊严！

是哪颗心，不要被你的大脑所欺骗，不然又进入了它的圈套。

我再次与妈妈交流时，告诉了她我明白的一切，妈妈也说其实我对那个同修可以说是不认识，只是听见他人的议论而相信确有此事。我说是，大法弟子内部就是因为这些事，造成了多少间隔，造成了多少内耗，也造成了多少弟子误在其中不能自拔。在师父的最新经文《大法弟子必须学法》中提到了神韵，我个人认为，师父是在告诉我们同心来世间共同救众生的威力有多大，有很多常人在看完神韵表演后，常说舞台上面的演员虽然很多，但却象一个人在表演，这其中有多大的付出呀。师父在多次讲法提到，大法弟子都是各届的王、主，每个人都有自己的能力，但就是互相之间配合时往往强调自我的观念，造成矛盾，使很多事情不能同心的完成，被旧势力破坏，我们一次又一次的失去机会。在我看来，和我们每个人的自我息息相关，是它在操纵我们不能同心完成一件事，现在真的到了要放下后天自我的时候了，师父已经用神韵给我们做出了表率，

我们是不是也应该想想了。

现在我神清气爽，象变了一个人似的，下班后只想回家学法，炼功对我而言不再是“工作”，而是快乐了。因为我明白了真正的自己是谁，昨晚再读〈道法〉时，又有一番新的领悟，在此摘录如下，“长期以来大法中的众生，特别是弟子一直对法在提高心性方面存在着一种不同层次的误解。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。还没修成的一面怎么能抑制主思想、抑制已经得了法的一面呢？人为的滋养了邪魔，使其钻了法的空子。作为弟子，当魔难来时，真能达到坦然不动或能把心放到符合不同层次对你的不同要求，就足以过关了。再要是没完没了下去，如果不是心性或行为存在其它问题，一定是邪恶的魔在钻你们放任了的空子。修炼的人毕竟不是常人，那么本性的一面为什么

师父告诉我们没有病业了，那出现的病业状态就是在看我们信不信师、信不信法、能不能从内心真正否定它，信了你就能过去，不信那就僵持，或者放弃过关上医院，严重的就是象那在自来水滴答声中死去的人一样，最后被旧势力拖走人身。

人这儿就是迷的空间，眼睛造出来不是让我们了解宇宙真相的，而是为了屏蔽宇宙真相，有意给我们造成一种假相。“眼见为实，耳听为虚”，其实见的、听的都是虚的，都是为了维持世间这种迷的状态而已。那我们的其它很多所谓感觉，也是这样的，看来真切，其实都是假相。病的状态出现时，那肯定真是真真切切的，绝不会让你觉的象玩儿一样，哈哈一笑就过去了。可这时我们要是真的信师信法，用神念、用正念，不管那病业的假相多么逼真多么凶猛也金刚不动，那它的假相本质就会显露出来，感觉的虚妄立刻被打回原形，它就退了、灭了。你说人生不过百年、身体不过一百多斤，都交给师父了，该咋的咋的。刚才还是泰山压顶，也许转眼间就云淡风轻了；感觉无论如何都是绝境，走

着走着忽然就大路朝天了。“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”，真修真信，正念正行，修炼的玄妙、法的威德就会展现出来。

师父在《转法轮》“提高心性”里举的老俩口参加学习班的例子，同修们都很熟悉了，好多都能背下来了。可我们到底明白了多少呢？“五十多岁的人被汽车拖走那么远，摔在地上。哪儿坏了？哪都坏了，趴在地上都不起来。上医院，走吧，到医院住着都不出来了。那搁常人可能就那样。可她是个炼功人，没有那样做。咱们就讲，好坏出自人的一念，这一念之差也会带来不同的后果。那么大岁数，搁个常人，能摔不坏吗？可她连皮都没破。好坏出自一念，如果她躺在那儿说：哎呀，我不行了，这不行，那不行。那么可能就筋断骨折了，瘫痪了。”这里的老俩口为我们提高了一个很好的参照：“那个学员慢慢从地上爬起来之后说：没事儿，你们走吧。扑了扑土，拉着老伴就走了。”了不起啊，这位同修遇到这么危险的事，想也没想，根本就沒去感觉感觉、更不要说检查检查，直接说没事起来

就走了，这才是正念，这才是神念啊。那要是人心一重，把自己当成了常人，没起来先感觉感觉摔坏没摔坏再说，那恐怕就危险了，更不要说再产生赔偿讹人的邪念（对于修炼人来说就是邪念）了。常人可能真的会“筋断骨折了，瘫痪了”，而我们去感觉去检查的时候，心性已经落到常人的层次上去了，就危险了。我们真的信师信法，知道有师父呵护肯定没事，始终坚守这一念，那危险也好、病业假相也好就不过是一场虚惊。一念之差，天地之别，人神之分。

向内找还是向外求？

大法弟子都知道要向内找，不能向外求。可说是这样说，一碰到具体事，往往就忘了。向外求是种非常顽固的习性，而且是普遍性的、习惯性的，就象人的一个壳一样。不少同修修炼多年还没有破掉向外求的这层壳，没学会向内找，一有事几乎是下意识的就往外找、往外求了。找来找去找不到原因。那当然找不到了，原因在自己这里，你跑外边去找，怎么能够找到呢？当病业假相来时，向外求、不在法上的状态也是千奇百怪。

有的同修一难受就去医院检查，检查来检查去没有毛病，硬是不醒悟，觉的难受就是病，就想舒服，悟性差的真是不如师父《转法轮》上讲的那个把针头给人家打弯好几个最后醒悟的同修；有的同修一难受、一有点情况就想起自己以前的病了，就想起自己以前病的状态了，心里就开始不稳了：师父管没管我呀，我三件事做的也不好，师父没管我吧？那要真没管，我还得上医院；有的在想，我三件事都在做，师父叫做的都用心用意在做，怎么还会出现这种状态呀？不应该这样啊，到底咋回事啊？往往病业假相来时，我们的第一念或者初始阶段的想法很重要。如果我们一开始就认定这是假相，是让自己提高心性来的，无条件的向内找归正自己，那这个假相也就无所施其技，也许一瞬间很快就过去了。

帮忙的同修呢，又是另外的状态：你要向内找啊，你出现这种状态一定是那里有漏被钻了空子，你的这个执著那个人心都没有去怎么不被旧势力迫害，你这样影响多不好呀，你要用正念啊，你这样你那样。说的话

态紊乱，外在修炼分不清是非的原因；它是导致人类痛苦的根源；它是修炼过程中最大的障碍。我以前曾经试图寻求突破口，总是来了一个心，看它是什么原因出现的，从行动及思想上清除它，接着它又变着脸孔登场，如同川剧变脸，让我见不到真面目，在此中我困扰了两年。现在我高兴的告诉它，不论你以任何一颗心的形式出现，只要是与法不相符的，都是假我即观念，也用不着具体区分哪颗心，全部铲除。我们都知道大脑和心都可以进行思维，这负的一念是从哪来的呢？此时师父的最新经文《大法弟子必须学法》发表了，师父说：

“讲到思想的来源，有很多人在研究，科学家也在研究，说人的大脑的功能、思想是怎么产生的。我过去跟大家讲过，大脑实际上就是人类这一层的思维结构、表达方式的加工厂，无论你的形体动作、你的语言要表现什么、你的语言讲出来的结构方式，它就是起这个作用——加工成型，有些念头来源于今生今世形成的观念，有些起于喜好的执着，而那些大一点的事情的起念从哪来的？它的起点是哪

里？不在这空间。严格的说，关键时根本的自己会起作用。通常一般情况下，加强观念与喜好的思想来源，哪个空间都有，而且会跟人的道德层次有关；有人思想来自高一点境界，有的人思想来自很低的境界，所以人的道德层面不同做事想问题的水平也不一样。”看到这我认为后天观念的自我思想源自于大脑，那真我的一念又在哪里，在中医基础理论中卷二——阴阳脏腑总论——五脏所藏：心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志，其中心藏神，神即为神志，古代的中医大家都是有功能的修炼人，所以中医与修炼息息相关，此时我明白了，人的先天的本我，即主意识在心，一下子豁然开朗。师父不是常说“向内找，修心性”吗？我们真的向内找了吗？找到了吗？所以修炼人应以修心性为主才对。

换言之，和法不相符的都是后天自我的观念，真我就是符合法的一思一念。修炼人就只需要知道以修心性为主，人的主意识在心，他想的才是我们的真念，而和法不相符的后天观念（即喜、恶，人生经验等等）即可分清，连想都不用想它又

修，怎么可能没有错呢？与同修相处时，我看其优点，因为每个人都有优点和缺点，若将对方缺点放大看，你就会有失偏颇，三界之内是没有十全十美的，要不然也不会迷中修了。师父在《2004年美国西部法会上的讲话》中回答弟子提问中说到“大法弟子每个人都在修炼，每个人也都在走自己的路，每个人也都有常人心你才能修炼。那么常人心就会表现出来，不要认为有矛盾了，有意见了，不想跟学员一起合作。要知道大家都是从那个状态中走过来的，而且每个人时不时的也会出现这个状态的，要知道原谅别人、体谅别人，要知道互相帮助。大家能够共同做好大法弟子证实法的事，这才是应该做的。”可我看见很多同修还是在用自己后天的自我观念在看待同修和修炼，已经失去了方向，还不自知。我很难受，这也是我写这篇心得体会的原因。

在后来的修炼过程中，发生了一件事，我的妈妈（同修）到了一个学法小组学法，在此许多同修对另一个同修有看法，说她在资料点时乱用资料点的钱，妈妈听到后担心我被其带偏，回

家后与我发生争执。她们俩人从未见过面，就因为听了别的同修的议论而产生观念。我知道此事后告诉妈妈，我与此同修风雨同舟四年，共同运送资料救众生，她是流离失所后去的资料点，可全是用的自己未迫害前的存款，我亲眼所见她四年几乎没买过一件新衣服，做为一个年轻、漂亮的女孩子可能做到吗？正是因为对法的一颗金子般的心，清晰的法理，她做到了。此时妈妈的观念占了上风，认为别人都这样说了，一定是了，在我面前流泪了，我这时对妈妈的情战胜了我对此事的正确看法，动了情，我妥协了。紧接着我和妈妈同时出现咽痛、流涕的症状。当时我心中在想是不是我错了，是我的后天观念在作怪，因为亲情也是观念，心想应该坚持自己的想法，症状立马消失，我知道我对了。

此后几天一直在为如何解决此事烦恼时，师父给了我一个和同修交流的机会，更明晰了后天造成的观念带来的障碍，自我是由后天的观念组成的，而观念就是你在成长过程中形的喜、恶和人生经验，你会被其带动而不自知。它是导致你内在心

没错，可就是没把自己摆在其中，没有真正把大法弟子当成一个整体，而是站在局外，象一个医生或评论员一样，发正念也是在帮助同修闯病业关。举个例子，好象一个人脚痛了，手在那儿说你看脚痛了肯定脚有问题，头在那儿说你看脚痛了肯定脚有问题，腿也在说你看脚痛了肯定脚有问题，其实就是把一个完整的自己人为的割裂开了。不管哪儿痛了，不都是这个人在痛吗？不都是自己在痛吗？不都是与自己血肉相连吗？可往往我们缺乏这份觉悟。

同修在难中，最需要的是鼓励和加持。师父不让大法弟子提前走，没有这样的安排，那我们首先就是无条件圆容师父要的，彻底否定旧势力的安排清除一切迫害同修肉体的邪恶生命邪恶因素，迫害同修就是在迫害我们。当然在否定旧势力迫害的同时要清醒的查找自己的不足，看看是不是我们自己哪没做好给同修增加了魔难，及时归正自己不正的观念认识。当大家都能把同修作为整体的一部分共同去圆容加持，都能向内找自己的不足归正自己，形成一个无漏的整体，我想，邪恶就再

也没有空子可钻了。

该文是整理大组学法同修切磋内容而成，笔者进行了部分补充。不足之处，请慈悲指正。

同修走了以后

小草

我是一九九八年得法的女大法弟子，刚刚退休不久的医生。和同修们一样走着师父安排的助师正法路。记得“七·二零”后，我和同事同修甲（也是当时的新弟子）把真相资料发放在大街小巷、信箱、门缝、车筐；把大法弟子写的“法轮大法好！法轮大法是正法！”不干胶贴在公安部、农业部等各大部委居住的街道。把师父的纯正、慈悲；大法的美好；大法弟子无罪，释放所有被关押的大法弟子等等真相资料寄往新华社、各大报、电视台、社区政府办公室、居委会等等，劝他们不要助纣为虐，不要造业。虽然红色恐怖笼罩着这个城市，直到现在我们还在师父的慈悲呵护下，从没了资料就能找到或有人及时送到，到自己做自己发，一路平平安安的做着三件事。在同修眼里我还是一个比较精進的大

法弟子。

退休后我又参加了小区的学法小组。今年初荣同修的病业来势凶猛，突然全身疼痛，使之不能动，连生活自理也很艰难。小区的同修们认为我是帮助她的最佳人选。大家集体帮她发正念，由我陪她做三件事。但最终也没留住她，在今年七月十九日，似乎是以常人中心脏猝死的方式离开了我们。

荣同修走了以后，我执著心起，久久不能平静。许多的遗憾、自责搅扰着我以致不能安心做好三件事。

“但是哪，只要按照大法、按照师父告诉你们的，你们有你们的那条路走，谁也动不了。但是这条路很窄，窄到你走的非常正才行，才能救了人。你走的非常的正，你才不会出问题。”（《什么是大法弟子》）我开始向内找，发现确实是我出了问题，在信师信法上出了问题。在帮她时，开始我想，如果我早点用人的办法也许能帮荣同修逃过这一劫。我满脑子都是荣同修，后来我也“病”了。先是发烧、流鼻涕，然后是咳嗽、流黄鼻涕、吐黄痰。而且量大，那些痰似乎就从嘴往外流，觉得累的不行，什么都不想

干。出于医生的本能，我吃起了抗生素。吃一次后觉的不对，但人心占了上风。心想，我可不想象荣同修那样死去，我还不是神，人的一面病了就得吃药。既然开始吃了，就把手里的药吃完吧。吃药的第二天夜里我梦到：睡前洗完脸一照镜子发现满脸的黑斑，埋怨丈夫为什么不告诉我脸上有黑斑？他看我一眼肯定的说没有。醒后自己从法理上也没悟懂这梦。还是坚持服了三天停药。痰是少了，全身无力、不适症状未减。

两天后，我参加了同事的学法小组活动。学法后讲了我的梦，请同修帮我悟。同修甲说：我一时还没想明白，你还是好好向内找找吧！同修乙说：你自己看到黑斑，别人看不到。说明你已经悟到了放不下的执著，是什么？好好想想。我把近期发生的事一一讲出来，最后我激动地说：我找到了，吃药了。她们都楞住了，而后从法理上帮我找出不少执著，说：“修炼是严肃的，必须百分百信师信法，放下人。自己好好学法吧！”。我听后很是惭愧，自己的结论是：我掉下来了。

我开始多学法，读到师

有人能够取代你在公司的职位，你是大家的榜样，在工作中大家要向你看齐，在信仰方面有要回避的地方直接讲，单位一律开绿灯。”（当时正值邪恶迫害的高峰，领导意在保护大法弟子）

在这件事上，我始终没有想旧势力会如何安排，我要如何破除等。我想就按照大法对我们的要求去做、去救度众生。我理解，思想中全是法，法给予你的能量就是最大的、就是最好的破除邪恶的安排。思想中没有负的因素，邪恶就没有在你的空间场中存在的理由。大法的威力可破一切邪恶的干扰。

由“随其自然”想到的

大陆大法弟子

“随其自然”这个词，大法弟子一定不会陌生，在《转法轮》中多次出现，就因为出现的次数太多了，所以容易忽视。而在数年前，师父将此法理点化给我，使我受益无数，在此与大家分享。

这个词的本身含义是顺着事物的发展规律进行，不作任何的改变。看见这个词

的第一眼，首先让我想到作为一个修炼人，在你面对任何人或事时，先要以一个修炼人的心性去对待，其次不要抱有任何观念去看、去听，做出的决定才是正确的。大法弟子是要同化真、善、忍的，真、善、忍可是没有观念的，是宇宙的最高标准，也是最包容的。修炼过程中我渐渐明白，以法为标准不要带有任何观念去看、去听，你会发现其实遇见的每个人、每件事全部都是针对你的人心、执著来的。放下你的观念就可以提高同化法；你若坚持自己的观念，你就会错失提高的机会，这样的机会是会越来越少，不会越来越多。我以前曾经困惑的一个法理“好坏出自人的一念，这一念之差也会带来不同的后果。”（《转法轮》“提高心性”）那时的我总在想，正的一念源自于先天的真我，负的一念源自于哪里呢，我该怎么区分他们呢，不让负的一念起作用。这个问题困扰我多时。当我明白“随其自然”的法理后，我知道负的一念源于后天的自我，可让它起作用的恰恰是自己在人世中形成的观念。

作为修炼人，都是人在

正念对待干扰

同真

二零零一年六月，我到一家杂志社上班，因我所在的单位是一个有六十多人的私企，流动人员较多，我便借工作之余向单位同事讲真相，并发给他（她）们真相光盘，明真相的同事也在向家人和朋友传递着大法的福音。二零零二年十二月的一天，一同事告诉我，领导知道你炼法轮功了，有人向领导汇报了，听说领导要把你的工作转给别人。我听到这消息后内心非常平静，当时就想：单位的大部份同事都明白真相了，向几位领导讲真相，平时还没这样的机会呢，也许这是他们明白真相的唯一机会吧！至于我能不能继续留在单位并不重要，我也没考虑这个问题。

后来，又一个同事告诉我，听说单位要详细调查你等等，我想起师父在《二零零二年美国费城法会讲法》中讲：“一切和正法相比都是微不足道的，都是不能成正比的，个人修炼中的情况，已经不能和正法相比。”在整个事件过程中，我没有动任何念头，没有想我个人的工作会如何如何，

也没有想领导会如何对待我，我认为，想他们如何如何对待我都是对生命的不负责任，只要他们明白真相就行。

师父在《转法轮》中讲：“炼功得重德，我们在炼功的时候，你不想好事，也不能够想坏事，最好是什么也不想。”在《华盛顿 DC 国际法会讲法》中讲：“放下任何心，什么都不想，就做法弟子应该做的一切，一切就在其中了。”我理解，想好的，想不好的，都是不好的。邪恶就是想让我们按照它的安排想下去，甚至给你演化出你期望出现的结果，从而干扰正法。只要我们坚信大法，完全按照师父的要求去做，就是符合正法对我们的要求，就是在否定邪恶的安排。领导知道我炼法轮功，这本身就是真相，因为我工作兢兢业业，有始有终，认真负责。这不就是对邪恶媒体宣传的否定吗？

其结果出乎我的意料，领导非但没有动我的工作，并把我推选为当年单位六名先进工作者之一，红榜表彰，配戴红花，发红包，发证书。事后领导对我说：“我信的就是你这个人，没

父在《二零零三年元宵节讲法》中第 21 页和第 54 页讲的：“那么，有一个问题，就是如果你们要是对于师父不尊敬的话，按照宇宙的道理讲那是错的，那么旧势力就会因此而钻空子毁掉你们，它们抓到了最大的毁掉你们的把柄，因为它们看到了我度你们的整个过程。”……“弟子：为什么旧势力敢害死大法弟子？师：这有两种情况。一是过去旧势力觉的大法弟子中出现一种思想，一旦修了大法就上了保险了什么都不怕，也不会死了，也不会得病了，也不会这个也不会那个了，而且都是有福份的。可是呢，这个心一起来就麻烦，旧势力它们就要干它们要干的，不自觉承认了它们的安排它们就会有借口管你，就会给你造出各种危险。”我明白了荣同修的结局和我的表现都是不自觉承认了旧势力的安排，源于我们只想享受修大法带来的福份，我动摇了信师的正念。正象同修乙在切磋时讲的：荣同修消业，同修为什么推荐你去？你怎么没做到让她不想你是医生，只想你是同修和她一起做三件事，坚定实修走师父的正法路呢？包

括吃药的问题都是放不下人。一手抓着人，一手抓着神是修不成的。这不是修炼应有的状态。什么是修炼？师父是这样讲的：“什么是修炼？我们要把他洗干净，一步一步的往上洗净，就是洗净！”（《二零零三年元宵节讲法》第 20 页）。师父一步一步的往上洗净，我还要用药留住业力使身体变黑。真是愧对师父的慈悲苦度。

从新学了师父关于病业的论述：“但人一有病就吃药，或采取各种方法去医治，那么实质上就是把病又压进身体里面去了，这样上一世干坏事留下的病业没有还成，那么这一世又会干一些不好的事伤害到别人，从而又会有新的病业出现，得各种病。但是人就吃药或采用各种医治方法，把病又压进身体里边去了，手术也只是摘掉了表面物质空间的肉而已，而另外空间里的病业根本就沒动，现代的医学技术根本也动不着，再发病就再治，百年后再转生，有病业再压入身体里边去，循环往复，一世一世不知有多少病业留在了人的身体里面，所以我说现在的人都是业滚业滚过来的，除了病业还有

其它业力。”。我想起一位不识字同修讲过的话：那业力还能攒着？可我就吃药把业力压进身体里，积攒了业力，无法达到师父讲的净白体、晶白体状态。修炼是严肃的，人——神是不能同时抓在手的，修炼必须放下对人的执著。没修好的一面只有接受师尊的洗礼才能同化于法。法理清晰了，我体会到了师尊的慈悲和在《转法轮》中讲的那种状态。

每个大法弟子都会背《论语》，其中讲道：“‘佛法’是最精深的，他是世界上一切学说中最玄奥、超常的科学。如果开辟这一领域，就必须从根本上改变常人的观念，否则，宇宙的真相永远是人类的神话，常人永远在自己愚见所划的框框里爬行。”我们都问问自己：能否做到从根本上改变常人的观念？我们每一个真修大法弟子应该都能。这也正是师尊想看到的，最终走出自己愚见所划的框框，“圆满随师还”。

由自己求病业想到的

大陆大法弟子

当许多同修被邪党构陷

迫害时，求师父帮助演化病业而出去。我有次被迫害时，也有此种想法，结果出现特别严重病业假象而被释放。

又一次，我又被迫害，又有求病业的想法，结果出现上一次病业假象，而邪党人员告诉我上面有话，法轮功学员不出现休克死亡就不让往医院送和上报释放。我身体特别痛苦，脑袋迷糊，没有正念也背不了法。我悟到，求病业的想法错了，应该立刻全盘否定旧势力安排的病业表现。14 天我被释放，回家 3 天后身体恢复健康。

正法时期大法弟子是在证实大法，救度众生。世人看到大法弟子出现病业表现，会认为学大法也一样得病，还不治疗。这就没有让世人看到大法的美好，没能证实大法的祛病健身，反倒给人留下不好印象。

我个人认为大法弟子应该堂堂正正的讲真相、反迫害，活着靠神迹正念正行的从被非法关押中闯出来，这才是证实大法的威严和美好。世人也会觉得学大法对人身体好、思想好，善良又正气，谁也迫害不了，周围人会尊敬大法弟子，来听真

择，于是用法来衡量。按高层次的理来讲，修炼人的人生道路都是由师父安排好的，就拿一个常人来说，他一生要在哪儿工作，要干些什么，有多少钱，都是由高级生命根据德和业及各种因缘关系安排的，那个高级生命可不会去考虑这个常人有什么技术或是能力大小。再说，作为一个正法时期的大法弟子，做好三件事情的时间已经很有限了，怎么能把大量的时间花在常人工作或是过常人生活上呢？！这下明白了法理，就好选择了，那个相对清闲的工作正适合我，不但有大量时间做三件事，还能保证正常的生活和修炼环境。

选择好以后，我就开始准备接下来的笔试和面试了。就在笔试的前一天，让我遇到了一个以前的同事，他刚好和我要应聘的岗位的领导很熟。他告诉我说不要担心，并给了我那个领导的电话，叫我打他电话说个情，应聘就没有什么问题了。我当时还挺高兴，认为这是师父安排的，让我找到这个工作。当时就想打电话过去，让心里踏实一点。结果一看时间不巧，是人家吃饭的时间，心想不能影响人

家吃饭，过会儿再打。于是放下手机，边走边想，难道师父真的是这样安排的吗？！不对呀，这种拉关系走后门的做法在常人中都是不正的，我是一个修炼人，应该弘扬正的，不应该去附和这种道德败坏了的做法。再说修炼人要为别人考虑，我这不是给人家增加了心理压力吗？！另外，师父讲过，是我的东西不丢。不是我的东西，硬是被我拿来的时候，我就会造业失德，而且还在精神上欠人家的。

经过这样一对照大法，我就发现修炼人不应该去做那种事情，回到住处后，偶然发现刚刚记电话的时候多记了一个数字。这一下我更明白了，这个事呀，真的是师父安排的，是安排来提高我的心性的，而不是安排我为了得到工作拉关系走后门的。至于能否得到这份工作，由师父安排，我只需要按正常的程序进行笔试和面试就可以了，不必去想其它的门路。回味这个事情，真是惊险，差一点就做错了，我之所以能走过来，与最近一段时间多学法是分不开的。

个人所悟，不妥之处请同修指正。

去的前 1—2 天，有三位同修突然出现病业状态，一位同修突然加班，两位同修被另外证实法的项目缠身，还有两位同修被晚辈干扰。不仅如此，在同修内部也传出说我们的行为是不理智、不安全、是大帮哄等等。面对这些突如其来的干扰，我们绝大部分同修都能保持冷静，并且清醒的认识到了邪恶的干扰。对于这些干扰我们绝不承认、全盘否定、正念清除。由于对信师信法的坚定和整体的提高、升华，那些针对我们的干扰也就烟消云散了。有位同修排除干扰后当天晚上就看到了自己的提高和升华，相反有两位同修面对干扰却没能认识到，很遗憾的失去了一次提高、升华的机会。

还有一个小插曲，据天气预报说去讲真相那天要下雨，但我们都坚信不会下，因为我们是在做宇宙中最正的事。坚信师父一定会加持我们，正神也会相助我们，结果那天我们在讲真相时天气很好。

写到这不用我说同修一定能想的到我们这次活动肯定是顺利的，结果也是满意的。因为师父讲了：“什么都铺垫好了，就差你去做，

就迈不出去那步了。”
(《大法弟子必须学法》)

层次有限，如有不妥之处请慈悲指正。

在找工作中修心

贵州大法弟子

由于近段时间铁路工程项目不景气，受 7.23 温州高铁事故一系列的影响，铁道部没有钱了，项目干不下去了，大部分项目职工都被放长假了，我也是其中一个。这一下子没收入了，物价还在不断的上升，没工作怎么生活呀。正好这个时候有个地方要招人，摆在我面前的有两个工作，一个是相对有前途的工作（一般人认为技术含量大的工作有前途），但是可能会比较忙。另一个是没有多少技术含量，相对清闲的工作。

由于受到这次被放假的影响，偏向技术含量高的工作，认为这样能学到更多技术，再出现类似情况，到其它地方找工作可能会更容易些，但是这个工作可能会很忙。而另一个工作相对清闲，有大量自己的时间，但是就怕再失业因没有学到很多专业技术而不好再找工作。心里定不下来该怎样选

相，甚至学大法。

靠病业假象出来，尤其是自己求师父演化病业假象，还是不正的。容易被旧势力钻空子，从而加重迫害。

世人也会觉得法轮功也没能让人祛病啊？给人炼法轮功就得遭迫害的观念。

保外就医等方式，我觉得就是承认大法弟子有罪，也是不正。再一个，大法弟子怎么能对邪党抱有幻想呢？他们会看你身体不好就发善心放你吗？

所以，我们要从证实法的基点上看待被迫害的事情，解决被迫害的事，而不要把它当成人对人的迫害呀。

以上为个人体悟，望同修慈悲指正。

我对“敬师敬法”的理解

大陆大法弟子

有很多同修的体会中都谈到了“敬师敬法”的问题。今天借助这篇文章，我也想与广大的大法真修弟子交流一下关于“敬师敬法”的问题。

大家都知道，别说修炼人，就是常人中的人，在过去道德水平比较高的时候，

人们也是恪守“师道尊严”的，认为“一日为师，终身为父”。而违背者则被唾弃为“欺师灭祖”。

那么我们大法弟子，在主佛的浩荡佛恩下修炼，多少历史上的冤怨、罪业，都是师父帮我们承担化解；甚至于在我们“证实法、救度众生”的时候，那些被救度的众生也有是有很大的罪业的，这些也都是师父在替众生承担。要说“师道尊严”，大法弟子是最责无旁贷的，必须的做到的啊！

那么什么是真正的“敬师敬法”呢？我们都看到：每到节日、师父的生日，全世界的很多人，特别是大法弟子，都会有很多的对师尊的问候。甚至于有很多精美的贺卡图片被设计出来，用于敬奉主佛！还有的同修在家里供奉师父法像，上香！这些都是“敬师敬法”的表现！

但是，我自己体悟，这些只是“敬师敬法”的表现形式不同而已，并不代表是真正的“敬师敬法”。那么什么是真正的“敬师敬法”呢？就是：能够真正让师尊欢喜的弟子，才是真正的“敬师敬法”。

师父说：“不用拜佛，

不用烧香，真正的按照修炼人的标准去修炼，他看着你都特别高兴。你在外面尽做坏事，你给他烧香磕头，他瞅着你都难受，不就是这个道理吗？”（《转法轮》）

那么，对照我们当前大法弟子的修炼，师父要求我们做好“三件事”。那么，作为大法弟子，有很多真修的大法徒，是真正能够放下自己在常人中的所谓切身利益，去为了做好师父要求的“三件事”而尽心尽力的！如果有一个修炼人，敢站来说：“我在师父要求的‘三件事’上，已经尽心尽力了！甚至于有一天，我有幸能够站在师尊面前，我不会因为没做好而脸红！”我想，这样的弟子，一定是让师父欢喜的弟子，也一定是真正做到“敬师敬法”的大法徒！

在“密勒日巴修炼故事”中，当密勒日巴得法后要回家乡时，他的师父马尔巴上师对他说：“你心中也许会想：我很穷，又没有供养，上师是不是把口诀完全都传给我呢？你不要有这种怀疑。要知道我对于财物的供养，根本就不在意；你拿努力精进修行来作供养，才是我真真欢喜的供养！”

“要是得了成就，也就是对上师的供养、对父母的报恩和对众生的利益。除了究竟成佛之外，任何事都不能算做最上的供养、究竟的报恩和真实的利他事业。如果没有成就，纵然长寿百岁，也不过是活着多做一点罪恶而已。”

每次当我读到这，我就在心里想：我在大法中修炼十五年了！我自己也记不清有多少次师父的慈悲点化、加持和鼓励！在这十五年中，我甚至于没有见过我的师尊一面！更谈不上有机会供奉师父了。可是师父说：“其实你天天都在我身边，你只是自己不知道，可是又不能让你知道。”（《欧洲法会讲法》）是啊，只要我一心修炼，师父一刻一时也没有离开过我。我也不知道未来是否有机会能够见到师尊，供养侍奉师尊！那么，我就借用米勒日巴当年对他师父说的那句话：“在无比恩德的上师之前，我没有任何物质钱财的供养；只能在我的一生中，以修行和成就来供养；以究竟证解，报身庄严净土来供养您。”

——这就是我理解的真正的“敬师敬法”！

旨二》〈排除干扰〉）我们选择了信，我们就能做好师父要求我们做的三件事。面对邪恶迫害大法，我们信法，就是选择了随师正法，救度众生。修炼的路上，就是不断地去除不信，选择信，信到底，就是选择了圆满回家。

个人体悟，不当之处请同修慈悲指正。

在证实大法中整体升华

—记一次整体配合讲真相活动大陆大法弟子

整体配合讲真相在我们地区还未曾有过。一次有位同修建议我们去一个较为偏远的社区去讲真相救人，对于同修的建议我们认为修炼人没有偶然的事，既然同修说到哪个地方一定是哪里，有缘人等待着救度。于是我们决定去那里讲真相救人。

首先我们去了两位同修，去熟悉路线和那里的环境，回来后我们一起切磋。我们了解到该小区地方大，人多，并且还有一个较大的公共休闲场所，几乎没有同修在那小区讲过真相和发真相资料。针对这些我们认为，去的人少相对安全，但

效果、影响一定不大；如果去的人多又担心会发生其它问题，因为我们地区没有这方面的先例可借鉴。

师父讲：“大法弟子的修炼就是在常人中修，这在历史上从来都没有过。要走好自己的路就会有困难，面对困难而上是为了证实大法、救度众生、破除旧势力的安排和反迫害。这些事在过去的历史修炼中没有过，大法弟子是开创者，所以在修炼中有时会做的好，有时会不知如何做。”（《回复秘鲁大法弟子》）师父的法增强了我们的信心，加强了我们的正念。没有先例，我们去开创；有了问题，用正念去克服；有师在有法在，就没有我们做不到的。

认识提高了，正念也有了，我们就开始着手准备。如讲真相人员的挑选，真相资料的配置，安全事项的制定以及在家同修的配合和外地同修的协调配合等等。

就在我们准备的同时，另外空间的邪恶也开始了它们的干扰。因为我们这个空间是没正过法的空间，那么旧宇宙相生相克的理也就成了必然。你要做多大的好事，相应的邪恶就制造出多大的干扰和魔难。在我们要

人也说好看，回到家母亲却说不好看。我一下悟到自己由执着穿戴而暴露出显示心、欢喜心、色心等等不好的心和念。

有次，我买了一件上衣，上面有男女背靠背的商标。当时没感觉有什么，在和同修小组学法上，接连三天我困的特别厉害。第三天，我突然想到衣服上背靠背的标记不好，我立刻将衣服脱掉换了，在那一瞬间我立刻清醒了，再也不困了。

我觉得大法弟子应该证实大法的纯正，如果我们的思想和行为甚至是穿戴如果不正，那就会被旧势力抓住把柄干扰。

以上为个人体悟，话语有错处，请同修谅解。

谈谈信与不信

同真

在人世间，在修炼中，自始至终都有一个信与不信的问题。古人信神，神就赋予人类美好的一切，按照神的意旨办事，神就给予其荣耀。而现在人不信神，并带着魔性干着违背神的一切，所以神就会警告，惩罚人，就有天灾人祸的出现。其实古人与现代人的根本区别就

是信不信神的区别。古人的道德高也是因为信神，神让其道德高。师父说：“为什么古人、过去的人道德高尚呢？人其实是很低能的，不是说他真正的道德有多高尚，是因为他相信，他知道自己干了坏事会有报应，做好事会有好报，人应该善良的活着。”（《加拿大法会讲法》）

修炼的路上也一直存在对法信不信的问题。许多时候，不是我们自身如何如何，是因为我们信这个法，师父就为我们做了一切，我们悟到了什么，也是因为信法，坚定法，法理就展现给了我们这层理。如果对法不信、怀疑，是什么都悟不到的。师父说：“你自己的悟，只是在修炼中遇到困难克服后继续修炼下去，这是讲你的悟，真正从理上悟到什么。如果这个法不让你知道，你怎么悟也是悟不到的，所以你必须具备一个条件，就是说你必须得真正的去修炼。”（《欧洲法会讲法》）实际上信与不信的问题也是在修炼中不断地选择的问题。师父讲：“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”（《精進要

救人真的不能等

同真

最近反复学习《大法弟子必须学法》后才认识到，对于一个生命来说，得救的机会也许只有一次，错过就永远错过了。师父讲：“可是你们知道吗？本来在去年应该得救的人，却永远失去机会了，因为正法是不断的往前推，一步一步，到了一层那一层的人，上边到了哪个天国，到了哪一层天体，就是哪一层的人来看，下次那个座位是别人的不是他的。你们知道失去了多少生命？！看到那场上空着的座位，你们知道我啥感受？”师父讲的再清楚不过了，因为自己受人心的障碍，在救人上一直表现比较麻木，看师父的法也是向符合自己观念的方向去理解，没能真正看到大法的法理，耽误了很多救度众生的事。

读了五零一期《明慧周刊》中“救人不能等”一文后很受启发，今天的世人很多都是高层生命，他（她）们敢于冒着天胆来到世间，就是为了等待大法弟子救度的。而且，他（她）们有的与大法弟子接触的机缘也许只有一次，错过了这一次，

他（她）们就将可能永远失去了被救度的机会。

这么多年来，师父一直在强调让大法弟子多救人，自己和同修交流时也经常讲要多救人，可是回头看看，在修炼、正法之路上，自己救了多少人？自己为救人尽了多少责任？回首修炼路，真是感到汗颜。几年来，在救人上一直表现比较麻木，追其根源，发现是有许多强烈的执著没修掉和对法的理解不足造成的。第一就是怕心，在讲真相时，生怕讲的时间长了会引来麻烦，总想三言两语就把“三退”的事和法轮功真相讲清楚。结果是一急再加上怕心作怪，往往使真相讲不到位，或者是人多时根本不敢讲；二是对救度众生的严肃性认识不足，没有真正理解一个冒着天胆下来期望得救的生命一旦失去被救度的机会后将面临怎样的后果，也没有理解一个大法弟子因没有完成好救度众生的使命，在将来真相大显时将是怎样的痛悔；三是依赖心，总觉得自己没讲，别的同修也会讲，甚至把难讲（自己认为难讲，其实是人心在作怪）的留给同修。回想自己在做正法工作时，有时也是把难做的、麻

烦的留给同修，自己去做容易做的或喜欢做的。是依赖心，也是求舒服的心；四是好面子心，讲真相救人，因为师父这样讲了，自己一定要去做，实际上并没有从法中真正修出慈悲众生的心、并没有做到完全为众生的得救着想，有时把维护自己的面子看的比众生得救还重要。

这些根本执著都是救度众生的严重障碍，找到这些原因后，开始认真学法，并对照自己的执著下功夫、抑制各种不好的念头，这样学法和实修结合起来后，发现自己急躁、易怒、得理不让人等各种不好的心逐渐减弱了，心中渐渐升起了对众生的慈悲之心。见到一个生命能得救，自己真是发自内心的高兴。

师父讲：“再有，你们在偶然中碰到的人，在生活中碰到的人，工作中碰到的人，大家都要去讲真相。就是在人世匆匆的一走一过中来不及说话你都要把慈悲留给对方，不要失去该度的，更不要失去有缘的。”

（〈二零零三年亚特兰大法会讲法〉）现在更加体会到师父所讲的这个法理的内涵，机缘也许只有一次，让

我们抓紧学法，利用一切可利用的机会去抓紧救人，真正的做到为众生负责，也为自己的修炼负责。

一点浅悟，不当之处，望同修慈悲指正。

留心清除邪党邪灵附着物

平和

大法弟子都在各自清理中共邪灵的各类附着物，我将所遇到的几桩事写出。

一次我到一喜好文学同修家，见到书架上有很多马列、毛、刘、邓等书，建议她销毁，她答应，但是略显犹豫。我当即帮她把包括“无产阶级”类书籍尽数拿下书架来销毁，很多都是她的珍藏多年的精装本。一会儿，她有事出门，回来后对我说全身象松了五花大绑一样。

一名老同修一次走数公里去赶集，买了“十大元帅”绣像一套，挂在客厅，第二天就觉得走不了路了。听同修建议清除，可是他又转送了别人，后来他们慢慢好了些，但是却不利索。

一天我清理书架，发现有一袖珍精装本毛泽东诗词，当即销毁，也未告诉别人。后听妻子说她梦见一长

毛动物很不情愿的从我家离去，神态恋恋不舍，一对照时间，正是我除邪头天晚上的梦。

有一次我到一山庄游，进到茶室感到有点阴气。各处观察，看到墙上贴着五个“福娃”。向管理人员打听，说：不知为啥现在晚上熄灯后走出，每次都会被桌子脚绊一下。令其回忆时间，好象正是贴“福娃”后。当即销毁墙上的“福娃”，茶室凉气竟除，后续了解到，此后再未出现桌脚绊人现象。

传闻社科院一些人搞社会调查，发现一些很穷的地区，家家都还在挂着毛泽东像，而富裕地区则很难见到，他们私下说：毛泽东是穷神，它到哪里那里穷。我们补充说：还哪里斗。很巧的是一朋友多年前到韶山游，当地人搞了一个什么小洞，一股风往外冒，说“摸过这股风沾点灵气”，这个朋友出了一百元钱摸了摸，回来后这一年打麻将再也没有和过。

很多人他们都很佩服毛某某，挂他的像在车上说是镇邪。我用上述事例与这些人讲，他们都选择抛弃。爱藏邪党书籍的人跟他们说这

些书血腥暴力、不吉利，有些人也比较认同。

很多孩子爱看动画片，暴力、魔性，使他们性格都暴躁，睡觉也不安稳；看穿越、鬼怪类的年轻人，身上常有低灵附体。这些解决的办法就是念“九字真言”和三退。非常灵验，不妨大家实验一下，多数人性格都会发生大的变化，变得温和。

由执着穿着所想所悟

大陆大法弟子

由于现代社会的变异，现代人的穿戴、装饰、面部化妆等一切都发生了变异。大法弟子如何注重自己的外表尤为重要，同时又不能执着自己的外表。我总去看别人的容貌、穿戴，思想中从别人穿戴上而反映出别人如何不好，从而对加持世人正的一面和讲真相形成障碍。

有一段时间，我看自己容貌不断变化，看自己漂亮，看别人也漂亮，看别人丑陋，看自己也丑陋。我悟到，这些人的不纯思想都是因为自己没有排斥，随着他想，从而被旧势力加强了执着。

有一次，我觉得自己穿的衣服好看，鞋也好看，别