



正见周刊

2004年
10月12日

“用理智去证实法、用智慧去讲清真象、用慈悲去洪法与救渡世人” 《理性》
“全面讲清真象，正念清除邪恶，救度众生，坚定的维护法” 《大法坚不可摧》

正明白我生命的真正意义是返本归真的时候，当我得知我有幸修炼法轮大法时，我今生转生为人是为了讲清真象、救度世人，随师正法，我生命的永远注定是美好时，心中一切的苦难、烦恼都不翼而飞，取而代之的是众生，心中装着的不再是自我，而是无量众生的疾苦。每当我在证实法中有压力和苦恼时，每当我面对困难不愿再前行时，我想到了师父对亿万弟子的佛恩浩荡和慈悲苦度，对全宇宙生命的救度.....立时我的心中不再是自己的各种感受，而是想到有无数的众生需要知道真象而被大法救度。

随着不断的放弃自我，心系众生，我开始在我自己的境界中明白了什么是慈悲，明白了新宇宙的生命无条件的主动同化大法，同时是一个无私无我，先他后我的正觉。我目前修炼的感受是：只要时刻按师父正法的要求去做，连自己的思维方式都发生了变化，一思一念中首先想到的是别人的感受，而不是自己。只有放下自我主动去同化大法，才能真正体悟到师父在《转法轮》中所讲的每一句话、每一个字都是千真万确的。此时我不再抱怨中国大陆环境的险恶，而是庆幸自己在久远的历史前选择了助师正法，救度众生。

现在我每天精力充沛，浑身象有使不完的劲。每当有疲劳感时，一想到众生那渴盼得知真象的时候，我忘记了自我，溶入了正法之中.....修去了许多人心和执著后，我的心里发生了很大的变化，思想越来越纯净了，思维越来越简单了，有时纯净得象一个天真无邪的儿童，而且外貌也发生了改变，近40岁的我外观上就象20几岁的年轻人。

最近我又把在派出所遭受的酷

刑自己演示后，向全世界曝光大陆恶警的凶残，丧尽天良的各种犯罪行为。并依法向省人大、省检察院提起公诉。目地一方面使世人看到这场迫害的真正邪恶本质，同时把真正犯罪的恶警、恶人绳之以法；另一方面也是唤醒那些被江氏集团谎言蒙蔽的世人得闻真象。

回想起自己证实大法五年所走过的艰辛之路，是慈悲伟大的师父给了我们无量的智慧，使我们真正走上了一条返本归真之路，人成神之路。面对师父赋予我们无上荣耀，我们无以回报，只有谨遵师父的教诲，放下人心，救度更多的世人。

以上是我向师父和同修汇报五年来在证实法中的修炼过程。最后一首小诗与同修共勉。

心系众生
心中装着众生，
人间正法修行。
历经风雨磨难，
一心只为救度。
舍尽世间一切，
无苦无怨无悔。
今朝随师正法，
明日同返苍穹。

(首届大陆大法弟子修炼心得书面
交流大会交流稿)
(原载明慧网)

新闻综合	2
《海外综合》	2
美国会全体通过304议案 要求中国政府停止在中国和美国迫害法轮功	2
“坚忍不屈的精神”艺术展在印尼书展上引起震撼	2
曼哈顿街头讲真象	2
文化传统	3
《成语故事》	3
柔弱胜于刚强	3
羊续悬鱼	3
《书法漫谈》	3
尊古为新--米芾	3
《研究探索》	4
对身心健康的再认识：打坐与健康	4
对身心健康的再认识：宽容的益处	5
大法真象	6
《法轮大法好》	6
妈妈又一次见证了法轮大法的神奇	6
《修炼传奇》	7
骨科医生不敢相信我能和正常人一样走路	7
一位老干部的神奇经历	9
《小弟子园地》	10
小蛋蛋的故事	10
救度众生	12
《纽约行》	12
曼哈顿讲真象中的台湾同修	12
《讲真象短句》	13
善良的人们，让我们一起制止这场残酷的虐杀	13
弟子交流	14
《心得交流》	14
学习师父新经文《正法中要正念、不要人心》的体会	14
怎样在法理上看待曼哈顿的街头现象	22
纽约除恶之行心得	23
我们用过的每件物品	25

两个梦：更好的救度众生	25
曼哈顿之行小记	26
大法弟子诗词	错误！未定义书签。
《访谈录》	27
难以言表的殊圣	27
正念正行	34
此生为法来 今生了洪愿	34

新闻综合

《海外综合》

美国会全体通过 304 议案 要求中国政府停止在中国和美国迫害法轮功

王英 苏晶

【正见网】2004年10月4日晚8时许(美国东部时间),美国国会众议院一致通过304号决议案,表达美国国会关于中国在美国和中国对法轮功的压制所持的意见,决议要求中国政府应该立即停止在美国干涉人们行使美国宪法所保障的宗教自由和政治自由权利,包括修炼法轮功的权利;中国政府应该停止利用外交使节在美国散布歪曲法轮功本质的谎言、释放所有在押的包括法轮功修炼者在内的良心犯。(转自明慧网)

“坚忍不屈的精神”艺术展在印尼书展上引起震撼

印尼法轮功学员

【正见网】由印尼全国出版商协会主办的印尼2004年全国书展,9月29日至10月3日在雅加达 Jakarta Hilton Convention Centre 进行。

印尼法轮功协会参加了书展,在举办法轮大法书籍展的同时,也举

办了“坚忍不屈的精神”艺术展,得到了热烈反响。

法轮大法书籍展是在A厅,“坚忍不屈的精神”画展设在B厅,两厅相串联。到了法轮大法书籍展位后,看到播放李老師亲自教功的炼功录像,又有炼功演示,很多人不禁纷纷表示愿意学炼,并要求就地教功。

“坚忍不屈的精神”艺术展吸引了很多有缘人驻足观看,虽然他们对画都是外行,但是画中的内涵却深深的震撼了他们。这些画刻画了在当前这场反人类的暴行(江氏集团发起的对法轮功的迫害)中善与恶的表现,这些画告诉世人,当针对“真善忍”原则的迫害发生时,平凡的人们不再平凡。为了维护真理正义,法轮大法修炼者以坚忍不屈的精神面对迫害,以大善大忍的胸怀应对仇恨、摧残、甚至虐杀。

曼哈顿街头讲真象

【正见网】10月10日的纽约,蓝天白云,竟然没有一丝秋天的凉意,来自世界各地的大法弟子在曼哈顿的街边举行真人酷刑展,向纽约人讲清真象。已知道真象的人们迫不及待的想学功,已尝试过功法的纽约客表示感觉好极了。一位来自巴基斯坦的游客,急切的想知道在何处能学功,因为他明天就将回巴基斯坦去了,只好告诉他上网自学去。这些来

另一位男同修小智,天生爱钻研,为证实大法可舍弃一切。但他生活中非常邋遢,很多同修都非常“讨厌”他这一点,他还有一个最大的特点:听不进去不同的意见。在与他的长期配合中,我看到了他的闪光的一面,对他的不足之处默默补充。在生活中我尽量把家务活都一人承担起来,给小智更多的时间参与证实大法。每天我都把家里收拾干净,把各种要干的家务活干完,把小芳、小智的生活料理得井井有条,不光给他们做饭,还给他们擦皮鞋、洗衣服,每到换季时节我都给他们买一些换季的衣服,使他(她)们感受到了家庭的温暖。并在合适的时机善意的提醒小智,生活中的一言一行也代表着大法弟子的形象,后来小智对生活的态度有所改观。

在共同做证实法的事情的过程中有不同想法时,只要对正法有利,我可以完全放弃自己的想法,去配合他(她)们。同时用自己的一言一行、感化着他(她)们。我们在大法中共同熔炼着,因为我知道这也是正法修炼的一部分。这样我们三人配合得越来越好,在局部形成了一个圆容的整体。

我悟到:能够包容同修,能容别人的生命,能设身处地的理解别人,这是大法修炼者应具有的。一个整体的圆容与否,其中的每个粒子都起到了至关重要的作用。只有不断的放弃自我、圆容整体,大法的更大威力才能展现出来。每个大法弟子在证实大法的五年当中,都有了自己所证悟的一些法理。尽管在大的方向上是相同的,但在具体问题的做法上、思维方式上都有一定的差异,每个人的执著心表现不同,生命的特点也不同,这

样就需要大法弟子间互相包容、互相理解,多看别人的长处,共同把讲清真象、救度众生的事情摆在第一位。

有的被迫害严重的地区,大多是过于强调自我的作用而忽视了整体提高。精進的同修和走在证实大法前列的大法弟子,不应更多的考虑自我的“价值”,而更应把主要精力放在更多的大法弟子走出来参与到正法当中。师父要的是大法弟子一个不落的回家,而不是几个精准的大法弟子。在师父的眼里对所有生命都是一样的,没有分别。而我们有些人却人为的把大法弟子们分成了“等级”:精進的、不精進的、在家的、出来的、可靠的、不可靠的、能行的、不行的.....人为的间隔了整体,这是对师父法认识不足所致。

随着我与其他大法弟子对整体圆容认识的提高,我们不再强调自我的感受和认识,而是以法为师,更多的考虑到大多数同修的感受,我们在证实大法中尽量使每一个大法弟子都能够参与进来。大法弟子们在一个没有等级观念、平等、和谐的大环境中每个人都在发挥着大法粒子的作用,这样整个地区证实法的形势越来越好。

* 此生为法来,今生了洪愿

我自从得大法,历经坎坷终于明白人生真谛:自己今生所经历的一切皆是法而来。所以每天心态祥和,面对周围一切都能慈悲心对待;面对巨难,即使在看守所、劳教所那样邪恶的环境;面对怎样凶恶之徒,我都能做到每天乐呵呵的。

曾经有的刑事犯和有些恶警不解的问我:在看守所、劳教所里这么苦你还这么乐观,是装出来的吧!我善意的告诉他们:不是。因为从我真

和的场。我看到这种场面，首先找自己，并且用自己在大法中修出的善念——一言一行感化着其他的同修。当有的同修问我时：那种环境我们都不愿去，而你为什么还总去？我笑着回答说：我心里没有别的，但我心里装着的是那个地区 48 万人口，那对应的是无量的众生啊！一想到救度众生的使命，我把什么委屈、烦恼、身体上的苦和累统统都抛到了脑后。经过我们大家共同的努力，那一地区的证实大法形势正逐渐走向好转，同修之间的配合正在逐渐溶洽。

我在正法修炼中对自己有一个要求：那就是在证实法的工作中时刻尽最大的努力，不给未来留下任何遗憾。我时常的问自己，在每天每时每刻在证实大法工作中你尽全力了吗？我可以问心无愧的说：“我尽力了。”如果正法马上结束，我也没有留下任何遗憾。我想我们每个正法时刻的大法弟子如时时刻刻都能最大限度的放弃自我，全力投入正法洪流当中，那威力是何等的巨大。

* “慈悲能溶天地春”（《洪吟（二）》）

我还有一个感受与大家交流，那就是如果看到同修对方有什么缺点和执著，一定要善意指出，而不要只是维持大法弟子所谓的“一团和气”，但前提是要充分站在对方的角度，并且不抱着非要改变对方的想法。就是看到同修的问题，首先找自己，纯净自己的同时也要帮助同修共同提高上来，这样才能形成一个圆容不破的整体。

和我在一起配合的是两位年轻的同修，一位是曾经走过弯路的女同修小芳（化名），一位是专门研究技术的男同修小智（化名）。对于小芳，

很多坚定的大法弟子都对她不太信任。但因为正法的需要，我们要在一起配合。我首先信任她，并且在一起做证实法的工作中，不断的用大法归正自己的一言一行、一思一念。小芳天性聪颖，做事有板有眼，但缺点也很突出，脾气急躁、爱要面子、求名的心很强，在矛盾中不愿找自己。看到这种情况后，我没有着急，而是首先找自己，做事用一个祥和的心态，用自己的一言一行感化着她。

一次我和小芳去外地的一个同修家，临走时因为小芳没有把鞋摆放整齐，我当时当着许多同修的面说了她几句。没想到她居然大发雷霆，摔门而去。看到这种情景，许多同修很尴尬，有的还对我说：算了，她自尊心强，别因为小事总说她了。我想这对大法弟子来说不是小事，因为修炼人的一举一动都在证实着法。过后我平心静气的对小芳说：我刚才说你生气了吧！你觉得我们大法弟子间如果看到对方问题或执著，是掩盖不说，维持一团和气好呢？还是把它说出来，去掉它，提高上来好哪！小芳平静下来对我说：你以后看到问题还是要说的。

通过一年多与小芳的配合当中，从她的身上也看到了自己。我们都是旧宇宙中产生的生命，身上都遗留着很多变异的观念和物质，只有大法能够洗净我们，使我们成为新宇宙的生命。我们共同学法、共同提高。我在与小芳的矛盾当中，不断扩大自己的容量，纯净自己的一思一念。现在小芳已经发生了本质的变化，她已经知道了为别人着想，并且在做证实法的工作中心态稳定，在与其他人发生矛盾时能够找自己，我们的配合也越来越融洽。

自世界各地的游客，就象火种一样，将法轮大法的美好带到世界的每一个角落。

文化传统

《成语故事》

柔弱胜于刚强

一斗

【正见网】老子的老师常捩病重，老子去探望他。

老子问：“先生病了，有什么要对弟子说的吗？”常捩说：“过故乡要下车，你知道吗？”老子说：

“过故乡要下车，是为了表示不忘故吗？”常捩说：“对。过乔木要低头，你知道吗？”老子说：“过乔木要低头，是要表示敬老吗？”常捩说：“对。”常捩又张开嘴对老子说：“我的舌头在吗？”老子说：

“在。”“我的牙齿在吗？”老子说：“不在了。”常捩说：“你知道吗？”老子说：“舌头在，难道不是因为它柔软吗？牙齿都掉了，难道不是因为它刚强吗？”常捩说：“是啊。天下的事情已经都说尽了，还有什么再跟你讲呢！”

（《说苑·敬慎》）

羊续悬鱼

楚天 整理

【正见网】据《后汉书·羊续传》载：羊续，后汉泰山平阳（今山东泰安）人，为官清廉奉法。

羊续在南阳郡太守任上，廉洁自守，赴任后数年未回家乡探亲。一次，他的夫人领着儿子从老家千里

迢迢到南阳郡看望丈夫，不料被羊续拒之门外。原来，羊续身边只有几件布衾和短衣以及数斛麦，根本无法招待妻儿，遂不得不劝说夫人和儿子返回故里，自食其力。

羊续虽然历任庐江、南阳两郡太守多年，但从不请托爱贿、以权谋私。他到南阳郡上任不久，他属下的一位府丞给羊续送来一条当地有名的特产——白河鲤鱼。羊续拒收，推让再三，这位府丞执意要太守收下。当这位府丞走后，羊续将这条大鲤鱼挂在屋外的柱子上，风吹日晒，成为鱼干。后来，这位府丞又送来一条更大的白河鲤鱼。羊续把他带到屋外的柱子前，指着柱上悬挂的鱼干说：“你上次送的鱼还挂着，已成了鱼干，请你一起都拿回去吧。”这位府丞甚感羞愧，悄悄地把鱼取走了。

此事传开后，南阳郡百姓无不称赞，敬称其为“悬鱼太守”，也再无人敢给羊续送礼了。明朝于谦有感此事曾赋诗曰：“剩喜门前无贺客，绝胜厨内有悬鱼。清风一枕南窗下，闲阅床头几卷书。”

至今此事仍以“悬鱼”、“羊续悬枯（指死鱼）”、“挂府丞鱼”等典故被后人广为传诵。

“羊续悬鱼”喻居官清廉、拒绝受贿的意思。

《书法漫谈》

尊古为新---米芾

明训

【正见网】米芾（西元1051~1107年），初名黻，后改名为芾，字元章，号襄阳漫士，鹿门居士，原籍襄阳（今属湖北）人，后定居润州（今江苏镇江）他的母亲曾

入宫服侍英宗皇后，米芾也得此恩荫而当了个县官，但他“全无富贵愿，独好古人笔札”，为了艺术，丢官也不在意。也许是因为他的书法绘画名气实在是太响亮了，晚年被召为书画学博士，任礼部员外郎。

米芾性情旷达，不拘成规，《宣和书谱》说他“伟岸不羁，口无俗语，欣然束带一古君子”。他对大自然的奇石山水有着特殊情感，相传有一次他画石头，画着画着便以“石兄”相称，和他说起话来。自此之后，见怪石，辄下拜。他的言行难为常人理解，“米颠”也就成为众人对这位洒落不群、天真的近乎荒诞的艺术家最直接的称呼。

作为“宋四家”之一，米芾的书法可不含糊。他最令人佩服的莫过于对古人法书既博观而又深入的学习，他曾学过唐代颜、柳、欧、褚，并上溯魏晋，精通二王笔意，对篆、隶、钟鼎文也潜心日久。他把晋唐墨迹称为“墨王”，日日临习，神游其间，甚至晚上睡觉时都必需有这些“墨王”在旁陪伴。就这样好之笃之，米芾练就出纯熟的笔法和精湛的临摹功夫。《宋史》称米芾书法：“沉着飞翥，得王献之笔意，尤工临移，至乱真不可辨……”明代书法家沈周说他“爱积晋唐法书，种种必自临拓，务求逼真，时以真混出眩惑人目……”可见他临摹功力之非凡，也怪不得许多学书者认为，现存许多被视为是二王的法书作品，其实是出于米元章之手。

虽然同时代的人常嘲笑米芾是“集古字”，但他“取诸长处，总而成之，既老，始自成家，人见之，不知以何为祖也。”中、晚年之后的米芾因精通前人的笔法，八面出锋，随

意落笔，强烈的起伏顿挫之间，笔笔“皆得自然，备其古雅”。同为“宋四家”的苏东坡将他的书法与锤繇、王羲之并称：“海岳平生篆、隶、真、行、草书，风樯阵马，沉着痛快，当与锤王并行，非但不愧而已。”黄山谷也赞赏米芾书法：“如快剑（石斤）阵，强弩射千里，所挡穿彻。书家笔势，亦穷于此。”

创新是大部分艺术家必须面对的问题，但“新”不一定是自创出与“旧”完全不同的样貌，也不意味着对传统（旧）的否定。谁都看的出米芾的书法深富二王遗韵，但谁也都知道米芾就是米芾，米芾的书法绝对不同于二王书法（当然，除了那些足以乱真的临仿作品之外）。米芾全面的继承了古传统，古法成为他创新的直接源流，这种创作模式，当值得把书法视为艺术创作的未来的艺术家深思与学习。

【研究探索】

对身心健康的再认识：打坐与健康

周正

【正见网】编者按：近年来的一些发现揭示了精神与身体健康之间的密切关系，主流社会也开始重视这一领域。比如：美国《时代》杂志曾于2003年1月和7月、《新闻周刊》(Newsweek)在2003年11月和2004年9月以特刊来专题探讨。本系列旨在总结一些近期有关发现，与读者共同寻求通向身心健康之路。

《新闻周刊》在2004年9月27日报道中说，精神与身体健康之间的关系已经不是什么稀奇，而科学家

慌，没有恐惧，只有过多的麻木。当我和同修被抓到派出所后才清醒过来，我开始坚决抵制邪恶的迫害，并且绝食绝水后被几名恶警酷刑折磨，但我此时心已坚如磐石，我想我纵有天大的漏也不需要旧势力管，而要走师父安排的证实大法之路。前一次在劳教所被非法关押两年多时间，就是因为法理上认识不清晰，才被邪恶借口迫害了两年多；这次我先在魔窟中找到了自己的不足：师父教给的三件事没有做好，长时间不能静心学法，证实大法的事没少做，而心性却没得到提高。我坚定一念：坚决从魔窟中正念闯出。

派出所恶警对我的刑讯逼供中，我始终正念对待并且没有任何口供，从我嘴里只能得到的是“法轮大法好”！后来我被酷刑折磨后坚决要求到医院验伤，并一直绝食绝水，后我被送市公安局指定医院。在任何环境中我都牢记自己是大法弟子，对我所能接触到的每一个人讲恶警们对我所犯的罪行和大法的真象。第三天早晨，我从恶警24小时严密监管下，正念走脱。

回来后，我腰伤复发，在一个同修家躺了近一个月才可以走动。我于三天后写出自己这次受迫害的经历，揭露恶警恶人的违法犯罪行为，同时提醒做各项大法工作的同修一定要在做证实大法的工作中不断修正自己，不给邪恶的旧势力迫害留有任何借口。在这近一个月里我开始思前想后，我悟到是师父慈悲于我，使我认识到自己的错误，三天后能回到家中是留给我再次证实大法的时机。我也想起了妻子，她过早的被迫害致死，以至于不能用人身证实大法是何等的遗憾。而我们正法时期大法弟子的

使命不就是讲清真象，救度世人，同时兑现自己的史前大愿吗？那么我们在人世间的这个肉身如果不能在任何情况下都起到证实法的作用，无疑是“生不如死”。法理上清楚了之后，我坚强的站了起来，准备舍尽自己的一切再一次走入正法洪流。

就在这时，又有一些谣言从邪恶的公安内部传出：说我是“特务”，是公安有意放我走的，为的是放长线……致使有些不明真象的同修对接触我时望而止步。我刚听到这消息时，感到很“高兴”，我终于可以为自己在证实法中停滞不前找到了借口。因为人心在的时候，我是不愿再回忆那种受酷刑折磨的痛苦和场面，也不想做不好时再次面临酷刑迫害。

这时我内心矛盾极了，一边是人心，一边是证实法，我不断的问自己：“你是大法弟子吗？回答：是。大法弟子的使命是什么？答：讲清真象、救度众生、随师正法，那在困难面前退缩了应该是大法弟子的行为吗？答：不是。问：那你为什么面对困难不往前走。答：私心和怕心，想着是怕自己再次被迫害，承受各种痛苦。问：你还想不想主动同化大法，随师父回家。答：想。正念即出，立时各种不正的想法无影无踪，我又一次在人与神之间选择了一条归真之路。

这一次我重新汇入正法洪流，在与同修的配合中，我开始真正的在矛盾面前找自己，在有不同意见时真正设身处地的考虑对方的感受。在证实法中不断的修正自己，同时自己周围的环境越来越好。

一次去一外市区时，因为那个地方有很多大法弟子从和平时期就留下了很多矛盾，多次我去都感受到大家在一起互相找对方缺点那不祥

有一位从马三家劳教所绝食 100 多天，连姓名都没报，正念闯出的大法弟子，热心于做大法的事，但苦于缺乏同修间的信任和配合。我知道后把我所知道的有关技术和自己认识到的法理及时的和这位别人认为“年龄大”的同修沟通，并把有关技术手把手的教会了这位老年大法弟子。其实更重要的是我们在心灵上的沟通，使她在正法中找到了自己的差距，并及时赶上。后来这位老年大法弟子又带动了这个地区的许多大法弟子参与证实大法当中来。

还有一位在 1999 年 7.20 以前我们就相识的大法学员。2000 年他因在劳教所邪恶的环境中面对巨难违心妥协，回来后很多同修都不和他交流。我发现他已经认识到了自己曾经给大法造成的负面影响，但苦于当地同修对他不信任。我在和他的交往中看到了他还有证实大法的那颗金子般的心，所以我有时间就和他共同学法，共同交流，共同做证实大法的事，我用一颗修炼人的心去融化他那接近冷漠的心。

2003 年 7 月的一天，因为有件证实大法的事情急需我俩共同配合。那天是晚上的 11 点多钟，天下着倾盆大雨，我顶着大雨骑自行车 10 多里路。虽然带着避雨的雨斗，可因雨太大，我还是被淋得浑身上下没有一个地方不是湿透的。我一边顶雨骑着车一边想：刚开始我还心理不平衡，这么大的雨天我还得去找你，你就不能主动一些吗？……突然间我悟到了：不论是冰天雪地还是大雨倾盆，但我们大法弟子救人的这颗心是永远不会改变的。当时为自己在“实践”中的认识升华而感动，雨水和泪水顺着我的脸颊流淌……

到了那位同修家后，他默默的看着我满脸的泪水和雨水，还有湿透的全身，他感动了，从此他积极参与到了证实大法当中。

在与更多的同修配合中，我逐渐的认识圆容整体的作用：你不信任我，我先相信你；你不配合我，我首先配合你；你不找自己，我先找自己；只要对正法有利，我完全可以放弃我个人的想法配合整体。悟到了这一层的法理我就和更多的同修交流，在当地经过几十次小型的法会，大家都能够在矛盾中找自己，看到对方的问题善意指出，使我们当地的法会越来越纯净，同时也有更多的人在正义场的作用下，纷纷走出来利用各种方式证实大法，讲清真象，我地区的证实大法工作开始走上了一条良性循环的道路。

在接下来的那段时间里，我每日几乎马不停蹄的奔走于各地之间，随着整个地区证实大法形势的好转参与人数的剧增，同修们对我的信任度增加了，同时对我的赞扬声也不绝于耳。我开始还能保持清晰的头脑，但随着每天事务的繁忙，师父交给三件事在不知不觉中只做了一件，而另两件事只是走过场，学法不能静心，发正念时满脑子都是具体要做的事，加之潜在的欢喜心、显示心理的膨胀，对周围同修的不同意见听不进去，对同修善意的提醒认为是多余、怕心，自己正念强可以破除一切魔难。在不知不觉中忘记了修正自己，也逐渐使自身的漏洞越来越大，终于最后被邪恶抓到了迫害的借口，2003 年 9 月 16 日晚我和另一同修在邪恶对全市大法弟子的抓捕中被邪恶迫害。

当十几名恶警闯进我住的房间时，当时我脑子里一片空白，没有惊

们则是近年来才认识到这一点。其实，爱与恨、焦虑与忧愁，这些已经不是过去人们所认为的仅仅是感情活动；而是实实在在的发生着，也在从不同角度影响着你的健康。

事实上，美国政府现在每年花一千六百万美元进行这方面的研究。此外，从社区、到医院，甚至医疗保险公司，也都在为其创造便利条件。据一项政府的统计，一半的美国人现在尝试着一些身心健康的方法。

报道中说，在美国麻省医学院（Massachusetts Medical School）所开的一门课中，教授了一种以打坐为基础的身心健康方法。有一万五千人已经上了这门课。研究发现了它对减轻痛苦与忧虑的作用。美国肯塔基大学的心理学家 Ruth Baer 介绍说，过去科学界对身心健康领域不屑一顾，而现在越来越多的科研人员开始重视它。

精神与健康间的关系告诉我们，气功或打坐不只是一种方法，而与人的心态有很大关系。也就是说，与人的处世、及信仰都有很大关系。

据美国《科学》10 月 3 日报道，对西方的许多科学家来说，打坐无非就是一种放松，或降低血压的方法。然而，实际上其中有很多值得研究的地方。萨罗（Saron）是加州大学戴维斯分校的研究人员。他介绍说，“现在进行这方面研究的条件已经成熟了。”

新闻中指出，迄今为止，现代科学对佛教徒研究最成功的是对情感的认识。佛教徒培养的是一些人正面的、向上的状态，比如善、慈悲。而西方心理学中研究的却是人的负面的一些心理与情感状态，比如生气、恐惧、与忧郁。

古往今来的修炼、宗教、及气功大都强调重德，行善，也是这个道理。近年来在海内外广泛传播的法轮功则倡导“真、善、忍”为标准，去指导自己的人生和生活；并以提高心性、做好人为修炼之根本。1998 年的一项医学调查显示，法轮功的祛病健身总有效率高达 98%，这也就不难理解为什么法轮功在面世的不长时间里，已有上亿人修炼法轮功，并传至 60 多个国家和地区。

此外，打坐对人内心的祥和、及整个道德水准的提高也起着举足轻重的作用。

参考资料

<http://www.msnbc.msn.com/id/6038976/site/newsweek/>

<http://zhengjian.org/zj/articles/2003/10/10/23942.html>

<http://www.zhengjian.org/zj/articles/2002/6/21/16537.html>

对身心健康的再认识 :宽容的益处

周正

【正见网】编者按：近年来的一些发现揭示了精神与身体健康之间的密切关系，主流社会也开始重视这一领域。比如：美国《时代》杂志曾于 2003 年 1 月和 7 月、《新闻周刊》(Newsweek) 在 2003 年 11 月和 2004 年 9 月以特刊来专题探讨。本系列旨在总结一些近期有关发现，与读者共同寻求通向身心健康之路。

《新闻周刊》在 2004 年 9 月 27 日报道，当一个人受到不公待遇时，报复别人固然也许能缓解一时的心头之气。然而，能够一笑了之却才是能给自己带来健康的明智之举。

报道中说，原谅他人不只是能给一个人带来精神上的益处，也能带来身体上的健康。事实上，这已经成为当今医学的热点之一。Dean Ornish 是这方面的一位专家。他说，相对于愤怒和报复相比，原谅别人对你的身心都有好处。

科学家们认为，原谅别人对自身的益处是多方面的。否则，当人心里有疙瘩、愤怒，或有敌意时，实际上对自身会造成伤害。在一项研究中，科研人员比较了两组测试对象：一组与人关系融洽；另一组则是与他人有摩擦。研究发现与他人有摩擦的一组人群的体内一些对健康不利的指标高。不仅如此，当这些测试对象被要求回忆与他人的不愉快经历时，这种对健康不利的指标会升得更高。

美国密西根的研究人员 Charlotte Witvliet 表示，对别人的宽容应该是成为人的品性的一部分，而不只是在别人对你不好时才有的反应。

此外，加州斯坦福大学的研究发现，也证实了忍让或原谅别人有利于身体健康。在有 70 名妇女参加了的该项调查中，大部分为 20 到 50 岁。研究人员想发现，在社会交往中与别人关系紧张时，原谅别人是否有利于减轻心理压力并增进健康。

根据试验结果，研究人员 Samuel Standard 介绍说：“当人们就一事情长期的耿耿于怀时，往往就会在心理形成负面影响。比如忧虑、敌意、与别人关系紧张等等。”这在身体上也能反应出来。比如“会导致一些类固醇等激素的含量持续升高，进而导致一系列疾病，其中包括糖尿病，高血压和癌症等等。”

然而，科学家们也发现，原谅别

人并不是说到就能做到的，而且需要一个过程才能身体力行。

参考资料

Forgive and Let Live:

<http://www.msnbc.msn.com/id/6039585/site/newsweek/>

<http://zhengjian.org/zj/articles/2003/2/9/20379.html>

大法真象

《法轮大法好》

妈妈又一次见证了法轮大法的神奇

【正见网】妈妈又一次见证了法轮大法的神奇

我是黑龙江省大法弟子，97 年我有幸修炼了法轮功，在这 7 年里我和我的家人都有不同程度的身心受益，特别在身体方面家里人都见证了法轮大法的超常奇效。

记得有一次孩子感冒了，高烧不退。我急忙领着他到医院去看病，大夫给开了一些退烧和感冒药就回来了。我给他吃了药便让他躺下休息，我和妈妈开始吃中午饭，吃着吃着我对儿子说：大儿子，你念一念“法轮大法好”和“李老师好”。

儿子看着我没反应。不一会，他忽然站起来大声说：我要玩游戏，玩游戏。我说：快躺下你不是发烧、感冒了吗？他接着说：我好了。我疑惑的问：怎么好的？他说：我念“法轮大法好、李老师好”，已经念好长时间了。于是我抱着他去玩游戏了。第二天，他正常的去上学了。

有一次我 12 点刚要发正念，儿

的正法之路。2002 年 12 月 11 日历经各种魔难之后，我堂堂正正走出劳教所。

谁知回到家后，一个更大的噩耗在等着我——我的妻子因坚修大法，被非法判刑 5 年后，在吉林省黑嘴子女子监狱被迫害致死已经 7 个多月了！

听到这一不幸的消息后，我悲痛欲绝……虽然我失去了妻子和一个完整的家庭，但我深知正法时期大法弟子肩负的使命和责任——讲清真象、救度众生。我擦干泪水，再次义无反顾投身正法洪流中。

* 放弃自我观念，溶于法中

我地区自 2002 年初资料点被邪恶大面积破坏，20 多名大法弟子被非法判重刑，证实大法的各项工作处于半瘫状态。就在我准备全身心投入证实大法工作中时，这时突然间在我周围对我个人的谣言四起，有人传说我是“特务”，理由还是没有任何原因。

面对突如其来的“打击”，我困惑了：为了大法我可以付出我的鲜血和生命，怎么居然被当成了“特务”？我静下心来，冷静的找自己，用法衡量，发现我的基点没有错。那么我想这也可能是邪恶的旧势力害怕大法弟子形成整体，利用邪恶之徒的嘴造的谣，而有些不明真象的大法弟子只是被邪恶谣言蒙蔽了，邪恶的险恶用心就是间隔我们大法弟子。

想清楚了之后，我没有埋怨传这些“口信”的人。而是首先向内找自己的不足和执著，并对同修之间的不信任用心“溶化”。我开始和周围能够接触到的每一个同修交流，在一起学法、一起提高，在一起共同做正法的事。过了不久，和我在一起原来协

调各方面工作的大法弟子先后被邪恶抓捕，有些证实大法工作似乎顺理成章的落到了我的肩上，随着时间的流逝，对我的谣言越来越少，许多同修们开始逐渐信任我了，我用我的言行熔化了正法修炼路上阻挡我们大法弟子之间形成整体的“顽石”。

2003 年 4 月，我与一位年轻未婚的女同修共同配合做讲真象的事，一次我俩去外地一同修家，当时外地的同修给我们准备了热水洗脸，我们二人当时为了节省水，共同用这一盆热水洗了脸。这个情景被几个同修看在眼里，接着这事被很多人知道，马上关于我俩的传言四起，说我和这个年轻的女同修如何如何。当时我听到这一消息，心中十分不平衡：心中暗想我俩大老远的为了你们这一地区的讲真象工作而来，而你们还这样对待我们，给我们造谣，我们以后再也不去那了……

冷静之余，我问自己：你与女同修有问题吗？回答是肯定的，没有。那如果没有，为什么害怕谣言呢？真的是为了大法，为了整体考虑吗？如果同修之间真的没有什么，是纯净的还怕别人说什么，修炼人不是说好说坏都不动心吗？我开始挖自己思想的根，还有一个执著于自我的

“名”。另外我的思想中可能有潜在自己意识不到的后天变异的观念、行为表现出来，有些举动可能不被同修们理解。既然以法为大，那作为一个修炼人在矛盾面前首先要找自己，归正自己的一思一念后，应继续做讲真象的事。就这样我和这位年轻的女同修顶着压力，仍然每周一次还到外地帮助做讲真象的工作，半年以后这种传言消失了，这个地区的证实大法工作也开始走上了良性循环。

18名法轮功学员的会上表态,表示以后一定要尊敬大法弟子。在劳教所四大队原来都是法轮功学员给刑事犯人洗衣服,刑事犯还常打骂大法弟子。我看到这种情况后,和大法弟子们交流,大家不应配合邪恶的迫害。在其他大法弟子受到体罚和打骂时,我首先自己挺身而出制止邪恶,并善意告诉他们,归正他们不正的思想。

两个月后原来欢喜岭劳教所四大队是最邪恶的大队,经过我们大法弟子的共同努力变成了全所环境最宽松的。一个原来最邪恶经常打大法弟子的刑事犯人的“头”从大法弟子身上感受到了大法的神圣、超常,在接见自己的母亲时偷偷的告诉母亲回家学炼法轮功。后来我们四大队的18名大法弟子为了开创环境,在四大队白天集体炼功镇慑了邪恶。

接着我们四大队7名大法弟子又和所领导搞了一次面谈,集体要求无罪释放。全所恶警、犯人为之震动,我被以“组织炼功、煽动闹事”为由关押小号7天遭受迫害。

2001年3月27日,我和45名坚定的大法弟子被转所,我被转到吉林省通化市劳教所。那时通化劳教所的所谓转化率是100%(无论每个人心里怎么想,都必须表态说不炼了)。记得我们刚到的第一天,通化劳教所邪恶之首教育大队长孙建富酒后欲对我行凶,手拿电棍威胁、恐吓我。我当时义正词严的、平静的说:你做政府的工作人员要注意自己的形象……孙建富在我当时正念场的作用下灰溜溜的走了,从此以后再也没有敢直接迫害过我。我和同来的10多名大法弟子一道在邪恶的环境中不断坚定正念,学法修炼开创环境。几个月后原来妥协的法轮功学员有

90%都写了严正声明,重新归正了自己。

我们还在当时争取了在劳教所内大法弟子自己“管理”自己,不用刑事犯人管理的环境,开创了中国劳教所内大法弟子自己“管理”自己的先河。

2001年12月27日,我们三个(通化、白山、辽源)劳教所的坚定大法弟子共100多人被转所到吉林省所谓“转化基地”——最邪恶的长春朝阳沟劳教所。在朝阳沟劳教所我受到了各种酷刑的折磨:长时间坐板、四五名恶警长时间电棍电击、用镐把毒打、电击肛门等敏感部位和各种体罚等。在那种邪恶的环境中,我一度感到了绝望,曾在酷刑面前违心妥协,但几天后声明强制洗脑作废。

后来,我悟到不能再消极承受,就开始给恶警写信。告诉他们毒打体罚大法弟子是违法行为,为此我还因写信遭大队恶警打骂。但我在任何环境中都坚信一点,大法的法理在任何场所都能讲得通的,关键是我们自己的心态和坚信多少。

面对迫害,我曾面对邪恶的恶警大队长的训斥心平气和的据理力争,面对刑事犯人的无理打骂、勒索,我曾正告他们善恶必报的因果关系,并依法向大队和所领导反映各种违法的现象;后来连最恶的恶警和再凶的刑事犯人在我的面前凶也凶不起来了,他们私下里都说我讲得有道理。在朝阳沟劳教所,我正念抵制各种奴役劳动,恶警、恶人们对我用尽了各种办法都无济于事,最后只好不管我了。

我在最邪恶的环境中经历了多次各种生与死的考验,最后经过自己正悟,在生与死的抉择中坚定了自己

子捂着肚子说肚子疼。我说:走和我去发正念。我俩盘腿坐下,他说:怎么念啊!我说:“你念法轮大法好”。我每次都做15分钟,他做到5分钟就大声喊:爸爸到点了,到点了。他看我没答话。便自语的说:再做一会儿。做完后,儿子肚子好了,高兴的跑去告诉奶奶。

念“法轮大法好”“真善忍好”真灵!

山西农村有个常人修三轮车,因心急下车,没注意裤脚被车挂住,一下把他摔倒在地,右肩部着地很重,当时一条胳膊就抬不起来了。然后去了县医院骨科照片子,大夫说骨头裂开缝了,一秋天也不能干活,而他家养着两头牛,这几天正是给牛存玉米秸秆的时候,一家人着急上火,不能收秋干活。后来大法弟子讲真象,告诉他诚念“法轮大法好”、“真善忍好”,反复念诵。结果第二天就能用右手摇动三轮车,开车去收秋割玉米了。他高兴的说念“法轮大法好”、“真善忍好”真灵!

山西农村的大法弟子,讲真象中根据修鞋的职业,每天接触的人也很多,边干活,边讲真象,给人们看真象小册子。如有VCD机的人,走时让他带上真象光盘回家,以便让更多的人了解法轮功真象,再告诉人们“法轮大法好”、“真善忍好”,诚心默念“法轮大法好”,定会得福报。

《修炼传奇》

骨科医生不敢相信我能和正常人一样走路

黑龙江省大法弟子

【正见网】2003年3月,北方的早春还有寒冷之意。周六的一天早晨,我忘记阳台头一天晚上拖过后会结薄冰。由于不慎,右腿擗出,左腿跪地,摔坐在地。当时只见膝盖隔着毛裤擗出二拇指长的骨头。当时,我没有一丝的害怕,只想到没事。爱人把我扶到床上,把毛裤脱下来,看到膝盖擗出二拇指长的那个骨头似乎马上就要把肉皮捅破,骨茬儿很尖,整个膝盖骨头真是七上八下,膝盖下边还塌下去一个坑,好像是连接小腿的骨头也断了,家人见此状吓坏了。我非常镇静的告诉家人:“没事,97年一大法弟子被车撞,头都变型了,20多天就恢复正常,啥事都没有,我这算啥!我要让你们看法轮大法的神奇,看法轮大法的威力。”

我想到人体是个小宇宙,正法时期,身体上的每个细胞(骨头)也都应是证实大法的一粒子,你应发挥证实大法的作用,不应接受邪恶势力的迫害和安排。大法弟子的手是有能量的。于是我用手就把擗出去大小不一的骨头按回去了。这时腿才能放平。

大约上午10点多,腿渐渐的肿起来。同修夫妇二人来看我,和我一起发正念后,还扶我下地去了一次卫生间。到了晚上整个腿肿得像纸篓口那么粗。血点子也都上来了,但不疼。晚上又有同修来,有的劝我还是去医院吧,因家里有常人,免得给大法造成损失。但我不是这样悟的,想到我是大法老弟子了,医院是给常人开的,去医院就要接受医院的治疗,打钢板,缠钢丝做手术,医生再高明也是常人。我坚信师父,坚信大法,一定能好。有的说:“那咱不用住院,找个接骨医生给接上。”我笑着回绝他说:“常人的接骨医生每天都给病

人接骨那手不干净，我大法弟子的腿怎么让他掐？”家人和同修的劝说都没有动了我的心。当时想到铁拐李不也修成了吗？这一念刚出，马上意识到，这不是我想的，我是正法时期大法弟子，要做证实大法的事，讲真象是要走路的，怎能象铁拐李瘸呢？立即铲除这一念。

我坚持发正念，铲除另外空间的邪恶对我腿的迫害。发正念时，看见观音菩萨穿着白袈裟横飞过来，意思是要给我治腿，我毫不犹豫的告诉她：“我有师父，我师父的法身给我治。”她就飞走了。我悟到这是考验我修炼是否专一。晚上睡觉时，往右翻身可以，但往左翻身却不行，我想到，我是大法弟子，我是神，想到是神不是常人真的就能翻过身来。

第二天（周日），单位的领导和同事们前来看我，看我腿肿得象大木头似的，劝我还是去医院吧，我笑着告诉他们“没事”，谢谢领导和同志们的好意。说起来也巧，自从江××集团迫害法轮功四年来从未联系过的二位同修姐姐，打来电话，要来看我。我心里高兴的悟到这是师父派来的。二位同修大姐大约九点多来到我家。我们一起发正念，并求师父加持，大约十点我便神奇般的下地了。走到方厅坐在沙发上还能双盘。接着就做饭、炒菜，该干什么就干什么。

周一我照常上班（只是走路走的不太好）。同事们看我上班了，暗自称赞炼法轮功真是神奇。

就这样我每天坚持学法、炼功、发正念，利用这腿讲大法的神奇。炼功时，感觉到膝盖骨头在出汗，真感觉到象手指盖儿大的法轮在旋转。有时还感觉到这条腿像站在莲花里，花瓣缠着腿一样。腿红，青肿也一天比

一天消。

在这期间，同修无论谁来到我家，都和我一起发正念，腿始终是不太疼，当我正念不足时，就感到膝盖的骨头有竖竖叉叉的感觉，走得就不好。当我不承认这些感觉时，想到自己是伟大的神，证实大法的神奇，走得就很好。我把心放下，没有把它当成事，每天照常忙家务、洗衣、擦地、做饭、上班（上楼下楼）。刚开始上楼时，我腿是一个台阶一个台阶的跟着上，同修说：“这象什么啊，上，正常上，该怎么走就怎么走。”在同修的帮助下，想到自己是大法弟子，不是常人，真就能正常上楼下楼。

大约在第十二天，我坐在床上，突然感觉到膝盖有用两只手象住一起对，穿针钻眼似的，我数着数一、二、三、四……共十二下，声音还很大，然后用手往起托，合的感觉，接下来就听到膝盖骨自己能咯吱咯吱的调整，幅度很大，然后伸直，放松，反复动作。我立时就激动得流下了眼泪。因我知道，这是师父为我调整了，师父不允许邪恶再迫害我了。

从那天起，刚开始只是调整半个小时，往后时间越来越长，每天晚上由半小时到40分钟，到一个小时，到我睡着，调整的幅度很大。而且还能听到响声。真是骨头在动弹，盖着被被都看到鼓动。再后来，不但是晚上，白天把腿放平，或坐着，站着都能看到调整，膝盖骨在动弹，谁看到了都说是挺神奇的。

自从这以后，每天都自动调整，肿消得很快，血点子，青紫（就像泼上钢笔水似的）一天消下去一大块，一天消下去一大块，每天晚上脱裤子都能看到一天一个样，而且膝盖那个部位返回本皮本色最快。没几天腿肿

想明白了之后，我重新又开始看起了大法的书籍。在这期间妻子几次从看守所给我捎来书信，鼓励我错了就改，继续修下去。每次当看到妻子写给我的信时，我的泪水不知落了多少，几乎连眼泪都哭干了。每当有人提起我放弃大法的那一段痛苦经历时，我都感到无比懊悔，我为一个大法弟子在关键时没有证实法而抱憾终生。

带着这种悔恨和加倍弥补的心理，我在修炼中更加精进，在工作中更加勤奋向上。我能够善待下属的每一个员工，不但在业务上、工作上、生活上帮助他们，而且还把大法的法理贯穿在生活中的一言一行，很快的批发部由过去管理混乱很快走上了正轨，经济效益每月都在递增。更主要的是整个单位的人际关系就象一家人那样和睦、融洽。不但单位同事和相关部门都知道大法弟子的高尚品格和超凡的业务能力，而且不久单位还有三人陆续得法。

那时是2000年，因我每天工作很忙，我就抓紧一切时间学法、炼功。我和老板约法三章：从早上起来一直到晚上6点是我的工作时间，6点钟以后是我的个人时间，无特殊情况什么事情都不能干扰我修炼。我每天西装笔挺，夹着公文包，但里面大多数都是各种大法书籍，连走几分钟的路都要戴上“随身听”，听师父的讲法录音带。有时候“忙”的情况下连续一个月每晚只睡1-2个小时，每天都感觉时间飞快，尽管很充实，但我心里还有一个疑问，那就是在关键时刻我没有证实大法，还能否圆满？这个问题一直萦绕在我心底很久。

一天早上3点多钟我正盘腿打坐，做到第五套功法，突然漆黑的房

间里蓬荜生辉，金光闪闪。我睁开双眼一看，原来打坐的我是一个金体，金光闪闪的坐在一个光圈里。我当时便想是不是花了眼，仔细看看还是如此，这种场面一直持续了10多分钟。当炼完这套功法拿下腿时，我没有丝毫的喜悦，相反心里感到越加沉重了。我再也忍不住了，泪水夺眶而出，我知道这是慈悲的师父点悟我只要我现在坚持修炼到底，我仍然可以圆满……

2000年7月，我因和几位大法弟子在一起交流，被当地邪恶抓捕，又一次被送进看守所。这次我因为在任何环境中都抵制邪恶证实法，被邪恶毒打至腰部重伤不能行走，28天后我被无罪释放。

* 再次进京证实大法 身陷囹圄
2000年9月我再次进京证实大法，9月29日被非法关押到北京大兴县看守所20多天后转回到吉林市。在吉林市我被致和派出所恶警劫持到船营分局第四刑警中队，恶警们把我绑在老虎凳上一宿半天，逼我说出同修下落。我坚决抵制迫害，后派出所恶警把我送到第三看守所，一个多月后我被非法判劳教二年，关押到吉林市欢喜岭劳教所。

在这期间我看到了师父在2000年10月21日《在美国西部法会上讲法》中说：“……什么是佛？如来是踏着真理如意而来的这么一个世人的称呼，而真正的佛他是宇宙的保卫者，他将为宇宙中的一切正的因素负责。”我悟到在任何迫害环境中面对一切不正的现象都应纠正。

在欢喜岭劳教所我正念抵制恶警，并善心的告诉他大法的法理和做人的道理，最后使劳教所四大队原来最邪恶的恶警王××当面在全大队

科研项目和一些现代科技领域的知识分子的一种普遍想法。

因我学法轮大法的初衷是为了修炼，并不是因为强身健体，所以对书中的有些高深法理半信半疑，但经过不断学法修炼，大法的神迹开始显现出来。李洪志师父在《转法轮》书中讲的有些炼功中的感受我都亲身感受过，象灌顶、元神换位，在炼第五套功法时全身象坐在鸡蛋壳里一样美妙，在炼第二套功法抱轮时另外空间身体巨大无比冲出无限大的天体……种种神奇感受使我在这部宇宙大法面前不得不心悦诚服，并且逐渐感受到了李洪志师父所讲的每一句都是千真万确的，都是真理。

* 风云突变 进京上访

1999年7月19日，我们一家三口人和6位同修得知中央少数恶人决定取缔法轮功的消息后，作为大法弟子，我们心急如焚，恨不得插上翅膀立即飞向北京向中央领导人说明大法的真实情况。

当时我们9人（6个大人，3个孩子）一商量决定采取最快办法进京护法。我们当时共租了两辆捷达轿车，费用是4000元，用最快速度从吉林一天半宿跑了1200公里于7月21日晚11点到达北京天安门，后平安返回。

回来后我们在当地大家进行了几次集体交流，后又有许多大法弟子陆续进京证实大法。1999年9月6日，我和三位同修（他们三人已被迫害致死）再次进京上访，10月11日被吉林市驻京办的恶警押回。我和妻子被当地报纸、电台诬陷为法轮功的“头”，先是在吉林市拘留所拘留了3天后转市第三看守所非法刑拘。在第三看守所我遭受到了非人的待遇。

因从未进过犯人呆的地方，加之接触的人都是社会的渣滓，所以每天都感到度日如年。我在市看守所期间，家里亲人托人花了四五万元把我

“买”了出去，但前提是我口头保证放弃修炼，我因回家心切，顺水推舟的违心答应了。[编注：署名严正声明将归类发表]

* 加倍弥补 用自己的言行证实大法

回到家后，因妻子还被非法关押在市第一看守所，孩子也被岳母接走，我开始受雇于一亲戚担任一药品批发部经理。自从违心的从看守所回来，我内心开始意识到了修炼的严肃性。

在1999年7月20日以前，我经常挂在嘴边的一句话是：我修的不好，但我唯一能做到的就是坚定。但这次考验才是我真实的心性表现，“生死非是说大话”（《心自明》）呀！既然在关键时刻没有证实法，我无颜以对师父和其他大法弟子，那我当时想：既然错了，那就一错到底吧！我选择了一条放弃修炼的路。我因生意关系开始频繁出现在酒吧、洗浴、歌厅、宾馆等消费场所。因孤身一人，妻子又不在身边，心想既不修了，那就随社会潮流吧！虽然我主观上想放弃修炼，在行为上也想随社会随心所欲，但我真正面对社会的金钱、地位、美女时竟又戛然而止。

这时我感到了人生的路已走到了尽头。我静下心来仔细的思考：究竟是什么力量使我不能随波逐流？后来我终于明白了，那就是法轮大法——真、善、忍。这部大法已在我心底生根发芽，我从此发出一念，任何外在的力量再也不能改变我今生的修炼之路。

就消失了。走路也就更加自如了。

左腿自然调整的时候，家人就看着我问我，给你调整怎么看不见他的手呢？我就给他讲：物质精神同一性的道理，你看不到动手动脚，就可以做常人动手动脚都做不来的事。

为了证实大法，我去同修家、去同事家、去朋友家、回老家，让他们目睹、亲眼看到大法的神奇。

虽然走路自如，但这条腿在上床时，还得借助手搬一下才能上床。腿自然抬，还是抬不起来。大约在第二十五天吧，我坐在椅子上，和一同修正在讲这腿的事，突然间，就像吊车一样，一下子就把腿吊了起来，起、起、起、伸直。家里的人简直看惊呆了，急忙拿来木凳放在膝盖底下，我说不用，拿走，就这样，抬起、伸平、回弯、放下、来回二次，腿就能自如抬起，脚脖子自然回转。

从那以后，我趴、跪、抬、跳，怎么都可以，一切都正常一样了。只是膝盖摸着似乎有一横坑儿。但我想到了师父说的“大道无形”，只要我能正常走路，能盘腿炼功、能走路讲真象就行。我现在每天要走很多的路，做我们应该做的事，只是在我走累的时候，或和谁谈起这件事时，还可见到腿自然的调整。

后来我见到一位骨科医生，她简直不敢相信我能和正常人一样走路。她讲在医学上要动手术、缠钢丝，半年、一年能下地，都很难说，医院就是能治到最好的效果，走路腿得一甩一甩的。正常的回弯不可能。你第二天就能下地走路，还能双盘腿，你能这样正常的走路，真是奇迹。在医学上我解释不了，修大法真是太神奇了。

这件事，使我更加深刻地体悟到

了：1、好坏一念之差；2、坚信师父，坚信大法有多深，法的威力就有多大；3、坚信的同时，还要把心放下，什么都不要想，就做我们应该的事，美好就在其中。

借此机会，向恩师、向跟我一起发正念的同修表示真诚的感谢。

一位老干部的神奇经历

【正见网】李老太太是市国税局离休干部。离休时有很多疾病，如：心脏病，血压低到40，胃炎导致上吐下泻而且常常因此导致很厉害的头痛。95年8月一接触大法心里就十分自在，她不由得想：这是我早就应该找到的。从此她就全身心的投入到学法炼功上，所有病痛全没了。

今年9月1号上午十点左右李老太太买鞋回来走到开发桥的南头不远，正顺着马路的右侧往北走，正走着一辆轿车一下把她撞出去十几米远。当时老人就休克过去，什么也不知道了。不知过了多长时间，别人把她弄醒后车主说：“用车送你回家吧，看看有事不？”她当时什么想法和念头都没有，只记得师父的教诲，修炼的人要为别人着想，不给别人找麻烦。等车上的人把她慢慢扶起来坐在地上，她第一句话就告诉他们：

“你们别怕，我没事。”这句话说完没起来，在地上坐着就开始给他们和围观的人们讲真象：“我学法轮功学了9年了，我们师父首先要我们做个好人，我满身的疾病全好了。不要听电视上的宣传，那都是骗人的。我80岁的人了，不会骗你们……”当时人越来越多，老人告诉大家“你们要记住：法轮大法好，真善忍好。”当时有好多人说：“记住了。”没讲话的

人有好多在点头。车主要用车把她送回家，她一再坚持不用送并说：“我没事。我师父告诉我们不给别人找麻烦。”一边说着，她一边站起来就走了。

老人被车撞得4处受伤：膝盖骨与四周、胳膊、腰部、面部。回家后她也未告诉子女，家中的活该咋干还咋干，啥活也没误。出事后的第二天中午吃完饭她正在洗碗，就感觉、听到左前胸内和左侧腰部（也就是车撞伤的部位）“咯吧、咯吧”响了几声，老人当时心中一热：师父在给我调整。因为她受伤的每一个部位都不疼。

2003年8月的一天晚上9点，她去某村讲真象发资料。刚发出去一部份，突然“咕冬”一声掉到一个一人多深的枯井里，同时她的脑袋撞在一硬物上，血象自来水一样顺着脖子流到胸前。当时想：不管它，我得出去把真象做完。就这样刚一想，不知道怎么回事人已经从井里上来站在枯井的边上了，她自己也不知道是怎么上来的。可能她也像师父讲法时讲的一个老太太在床上打坐，飞到对面的床上去，又一想我得回那张床上去啊，就又飞回来了。老人只有一念：不管这些了，得把剩下的真象做完。发完讲真象资料，到家时已是午夜的12点半了，把上衣换下来一看，整个前胸的衣服被血染红了，脑袋用自来水一洗用布一扎开始炼功。炼完功美美的睡上一觉，第二天什么事也没有。

【小弟子园地】

小蛋蛋的故事

土耳其大法弟子

【正见网】我一直住在土耳其，去年在国内的老母亲三年一直未见到我，就决定来土耳其看望我，可是我妹妹的儿子6岁的蛋蛋也吵着要跟姥姥去看大姨，于是这一老一小万里之遥的就飞到了土耳其。

见面后，我发现小蛋蛋口齿还不清楚，都六岁了，说话还乱儿乱儿的，他说完话了，谁也没明白说的是什么，还得重新再一句一句的问，得费好半天的劲儿，才能跟他对话明白。姥姥和他妈妈愁的呀，就甭提了；好在从小看大的，姥姥能明白他的大部分的意思，能给他当半个翻译；在国内又看儿科医生又看心理医生，也没什么结果，只是说慢慢就好了。

临出国之前，姥爷摸着小外孙的头伤感又幽默的说：“小外孙儿啊，你看你都6岁了，连中国话都说不清楚，这回到国外去，就讲外国话吧，讲外语也许别人能听懂你，留在你大姨身边，在那里好好学外语吧。要不你可咋整啊！”小外孙似懂非懂的点了点头。

就这样他在土耳其玩了20多天后，回去了。两个星期后，母亲打来电话说：“小蛋蛋回国后突然说话特别清楚，再也不乱儿乱儿的了，也不知是怎么回事儿；这出趟国还出息了！”

当然，母亲不是修炼人，又不太相信法轮功，但由于我修炼后的身心变化，使她老人家也对法轮功有了新认识，印象也很好，这几年逢人就说法轮大法好，替法轮功喊冤；但她自己还在观望；这小蛋蛋来这里一趟突然讲话清楚的玄机，常人当然不明白，是慈悲的师父给小蛋蛋消了一层业力打开了孩子的智慧啊！我跟妈说，“是我师父的能量场给小蛋蛋清

10

寄托。每日酗酒、炒股票、几天几夜的打麻将……家庭中的隐患使我和妻子随时有婚姻关系破裂的危险，我感到家庭中危机四伏。有时夜深人静，根本毫无睡意的我望着熟睡的欲生不能，欲死不行的体弱多病的妻子，心中常生恶念，我想个什么办法“帮你”，你也就解脱了，是安乐死还是采取什么别的办法……

妻子有病乱投医，先后用过各种名贵中西药，找过各类医学专家无数，根本没有任何疗效。我们婚后1990年买的电风扇竟因妻子类风湿怕见风，五年来一次都没打开过。她投医无望，便开始信佛教，拜狐黄白柳等乱七八糟的各种所谓医治方法，收效甚微。妻子又先后练了几种气功，身体也是时好时坏，不能从根本上解决病的问题。刚开始妻子学了各种功法时我还极力反对，因我是学医的，实证科学占据了整个大脑，但看妻子无比痛苦而我又无能为力时，我就想：妻子愿意学什么就学什么吧！死马当活马医吧！

1997年8月的一天，妻子到吉林市一个旅游区开会，回来后欣喜若狂的对我说：“我看到一本法轮功的书，法轮功是佛家的。”这种情景我早已司空见惯，就随便说：“您愿意学你就学吧，我不反对，只要能好病就行。”

在接下来的日子里，妻子每日起早贪黑的学法炼功，没想到三个月后奇迹出现，她原本已蜡黄的脸色居然出现了红润，多年的药物全部停用了，身体也开始有劲了，而且还能帮我干一些家务活了。

看到妻子巨大的变化后，我也开始产生了想要看一看究竟什么力量能使妻子起死回生？是精神作用还

是这个功法真的有这么大的奇效？和妻子一同炼功的两个同修也经常来到我家集体学法。记得那是1998年的一天，那两位女同修到我家劝我也学法炼功，我妻子和另两位女同修经常一起在法理上交流。从未对修炼有任何了解的我，一天突然脱口对她们说：“我也要修炼，而且要修成如来佛。”她们三人惊奇的问我：“为什么要修成如来佛？”我告诉她们，因为如来佛可以度人。说完这句话后，我都感到很吃惊，因为我从来不知道什么是如来佛，后来我修炼之后明白了，那句话也许就是出自我的真念，也许就是我遥远的史前洪愿吧！

接着在1998年8月我也开始正式走入了修炼者的行列。我和妻子把5岁的女儿也接回到身边，我们三人每天一起学法、炼功，共同交流，一家人其乐融融。在生活中我们三人严格按照大法标准要求自己，连孩子也一样。尽管我们家庭生活条件比较宽裕，但也从不乱花一分钱，就连给孩子买新衣服和零食的钱都省下来，用于购买大法书籍无偿的送给有缘得法的人。那时我每天至少能看三讲《转法轮》，还外加一本师父在国外的讲法。那时每天学法真是如饥似渴，不到一年的时间就看了一百多遍《转法轮》，而且连师父的海外讲法的录音、录像几乎每个问题都能一字不差的背下来，平均每天学法炼功的时间加起来16-17个小时，这也为我以后的正法修炼之路打下了一个坚实的基础。

* 感受大法神奇，破除后天观念

因为我是学医出身，加上从小所受的教育，所以实证科学完全占据了大脑。看得见的我就信，看不见我就不信，这是许多人特别是一些搞

35

有在这样大环境当中，那些东西才能反映出来，修掉它。

X：太好了，谢谢！

正念正行

此生为法来 今生了洪愿

五年来在证实法中的修炼过程
吉林大法弟子 铭铎

【正见网】我叫铭铎（化名）男，今年 39 岁，吉林某医学院毕业，大学学历。1998 年喜得大法，从此我开始走上了一条真正的返本归真之路。

* 历经坎坷，终得大法

我是 1989 年大学毕业的，因为我从小能歌善舞，在体育方面有些专长，又能写一手好字，并且体态端正，在大学里在各方面我都是出类拔萃的。在临毕业分配前夕，每个人都在考虑自己的分配去向，当时我想如果到医院工作，就只能做一名普普通通的医生，没有太大的发展前途，而企业却能有展示我才能的空间，就这样我就应聘到了吉林某药厂从事行政工作。

少年时代我就有一个梦想，当官发财、出人头地、光宗耀祖。带着这样一个想法，我在工作中勤勤恳恳、任劳任怨。加之我出色的才干和超人的工作能力，不久我被提拔为单位的中层干部。同年，我也和同龄的某大学经济专业毕业，工作在市委机关的才华横溢的于××结婚。

无论单位的同事、同学都认为我们是同龄人中的佼佼者，我也感到少年得意。家庭、仕途一帆风顺，按理说在人生的旅途上一切如意了吧！但

不知为什么欣喜之余时感空虚、寂寞。

从小我就时常望着繁星点点的夜空，问自己：人为什么活着？生命从何而来，又将归向何方？……

1992 年因企业经济效益下滑，加之我被复杂的人际关系弄得焦头烂额，权衡再三，我决定下海经商。生意虽难做，但我凭着聪明的头脑，广博的医药专业的知识，商业方面的营销技巧，很快使我在极短的时间内，在药品销售行业站稳了脚跟，利润也随之滚滚而来。就当我庆幸刚从艰辛的社会经济萧条的大环境中走出来的时候，一件很大的不幸的事在等着我。

25 岁的年轻妻子自打从小身体素质极差，加之在市委机关人员关系难处，她又是天生好强，什么都想争第一，在这种紧张的工作环境下，她的身体状况每况愈下。由先前的精神衰弱、风湿、胃炎、胃下垂、十二指肠溃疡、心脏病等病症又增加了类风湿、附件炎、盆腔炎、腹膜炎、心肌炎、心脏间歇性偷停等疾病，这样使原来风华正茂的妻子百病缠身，四处求医问药。一年的时间有时竟有 8 个月都是住在医院的病床上。单位领导也多次找她谈话，劝她不如早点办病退……单位每年为她花的医药费就达几万元不算，我们自家每年也得为她拿出上万元的医药费。家庭中由刚开始的充满欢歌笑语，被妻子逐渐每天的唉声叹气，病痛的呻吟和她那痛不欲生的表情所代替。

因妻子体弱多病，无力料理家事，家庭的重担无疑都落到了我一个人身上。因我每天除了生意以外，每天有大量的时间在家，因在家庭中得不到温暖和关怀，我开始寻找其它精神

理了身体的。”妈在电话那边似信非信的说：“是吗？！可真神了！”

这是发生在 2003 年 2 月份的事；上个月我与老母亲通电话时，她老人家还提起此事赞叹不绝！

说来这个小蛋蛋也有些神奇的事：他四五个月的时候，我在国内，经常见到他，大多数在他哭时谁抱也不好使，哭个不停，每次都是我一接过来就不哭了，而且还静静的睁大眼睛盯着我头顶看，眼珠还直转，小脑袋也略略的晃动，似乎看着光芒的东西，眼光略显神奇的样子！我心里明白，他是看见了旋转的彩色的法轮在我头顶上！这情景母亲和妹妹都看的清楚，都只觉得奇怪；母亲还自言自语说“他好像看什么玩意儿呢！”

还有在他三岁时，他表现出特别的力大无比，在饭店里，他不老实儿坐着，下地将一米多长 40 公分宽的长形厚厚的木板凳拖着就走；一般就连大人拖起来也要费点劲儿才能拖动；8 个月的时候还站不稳呐，一手把着床头一手就将装着满满 5 磅热水的大暖壶提了起来；看着都悬。在幼儿园里中午从来不睡觉，精力充沛得很；还很善良，听他妈妈为钱发愁，就在床上拖着枕头喊着卖大米，还告诉他妈妈等他长大了就好了！

小蛋蛋平时还很淘气，什么玩具都拆，没剩一个完整的玩具；99 年冬天由于经常来我家（那时我在国内），见我炼功打坐，于是三岁的他也跟着学打坐，我给他看师父的像，告诉他这是师父，从此他就记住了；2000 年初，我从网上下载了师父在山中坐着的远景照片，并问他这是谁？他从一米多远的距离正忙着他的玩具时只瞥了一眼就答说“是师父！”他从此回家后经常半夜自己坐起来打坐；一

做就是 20 多分钟；有一次半夜醒来大哭着要找妈妈，我妹妹说：妈妈在这呢！他含着眼泪说：你不是妈妈！还有一次半夜醒来要他妈妈抱他上厨房桌子上吃蛋糕，我妹说没有，他就指着桌子的中心说：你看，就在那里呢！（其实我想他看见的是法轮）

他妈妈很奇怪的跟我说了这些；我心里明白，于是就给他复制了一套师父的济南讲法录音带 14 盘，加上两盘炼功带和两盘“普度、济世”音乐，共 18 盘磁带装在一个盒子里送给了他，那年他三岁；小蛋蛋从那时得法了。我嘱咐他要经常听，要听师父的话；后来他妈妈说他那么淘气，给什么拆什么，给他买的好几盘宝宝录音带还没怎么听就都把带子抽出来当绳子玩了；唯独大法的磁带，常常拿出来摆来摆去的，从来不拆，还让他妈妈给放着听，听完了还一个个摆好，竟能将一盘带从头听到尾，而不哭不闹！他妈妈问他，你能听懂吗？他点点头认真的说听懂了！在几个月中都陆续的听完了；他妈说这太奇怪了！因为他平时的表现多动症似的！

他四岁那年我就回土耳其了，一天电话中，母亲告诉我她的几位女友来做客，席间谈到政府如何的迫害法轮功，还说：到外面可别提法轮功的事儿啊！都说法轮功不好！等等；小蛋蛋正在另一个房间玩呢，却听到了，就跑过来说：“谁说法轮功不好？我就是炼法轮功的！”尽管说的不太清楚，可大家都听懂了！那年他才四岁！他从哪里知道法轮大法好啊？他是从心里明白啊！是他生命的本性表现出来的明白，而不仅仅是人说的孩子的心灵是纯洁的道理！

小蛋蛋今年上学了，课堂上，老师说小蛋蛋是个唯一配合她思考问题的学生，跟着她的问题思考，并提出问题，全班的唯一的这样的学生，老师很满意，经常鼓励和表扬他。

救度众生

【纽约行】

曼哈顿讲真象中的台湾同修

洁思

【正见网】我们住的旅馆里有许多台湾来的同修。当我们在曼哈顿讲真象时，随处可以看到他们的身影。有几次我和丈夫与他们一同活动，他们给我们留下了很深刻的印象。

一次我们来到中领馆，远远的就看到一群穿黄衣服的学员静静的坐在地上。走近一看是台湾学员，正在发正念。中领馆靠近海边，处在一个大十字路口的路角上。没想到那天的海风出奇的大，呼呼的直向学员们袭来。好些学员穿着雨衣挡风，风把它们吹得哗啦啦的乱响。我和丈夫穿得很单薄，手臂和腿吹得冰凉。我看到台湾学员静静的炼功，发正念，狂风对他们失去了存在的意义。

中领馆前排了一长条队，人们无不被对面的法轮功学员们在风中岿然不动的和平请愿所吸引。我注意到许多人一直默默的在看我们，读展板上的标语。他们中很多人接下了学员给的资料。

三个小时过去了，风越来越大，我和丈夫不得不提前回旅馆。我听说台湾学员还要在那儿守三个小时，直到下一班的学员接替。离开时我看到

他们静静的发正念，从这默默无闻中我感受到他们的坚定和强大。

有一次我和丈夫在一个大十字路口上发资料、炼功。那儿的人流量很大，我俩应付不过来。正当我们发愁时，来了几位台湾学员，他们一见我们的情况，马上留下来了，两个发资料，两个炼功，一个举展板，一个发正念。不一会儿那儿的能量场一下强大起来，吸引了许多行人，资料很快就发完了。那位发正念的同修一直坐在地上，连续发了两个多小时的正念。那儿是那样的嘈杂，哄乱，她一直默默的坐在地上。我没听到他们中任何一位抱怨什么，从早上到下午四时他们还没吃午饭。

和他们中一些学员接触后，我感到他们的朴实无华，任劳任怨，每个人都做好自己该做的一切，即使是年级大的学员也如此。

记得一天上午我和丈夫在前往活动地点的途中看到一位年龄很大的学员在街头发资料。当我们活动完回来时，看到他还在那儿发资料。我上前和他打招呼并好奇的问了些问题。他告诉我，他是从台湾来，今年有八十岁了，修炼已五年。当他看到我丈夫是位西人时，便真诚的说：“法轮大法好，法轮大法好！”重复了几遍，最后还伸出大拇指费劲的用英文说：“Falun Dafa is very good.”我和丈夫都很感动，多纯多善的心啊。

这些默默无闻的同修们真了不起，多少世人被他们挽救了啊。他们只是我们大集体中的一个缩影，正是有这样一个人群在曼哈顿做着平凡而伟大的事，致使邪恶越来越削弱，人们越来越清醒。

2004年9月29日

覆的变化，世人也愿意接材料听真象，警察也和善了。我们念很正场很强的时候把其它同修都能带过来，大家整体状态也就上来了。

X：师父说正法修炼就是要不断突破，这次在曼哈顿看到同修给我启发特别大。

C：通过曼哈顿正法，我更加珍惜，大家不愉快的时候就是提高的机会，以前不懂，要发脾气，现在知道珍惜了，而且对于干扰以前确实有怕心，怕搞不正法的事，现在不怕，事情来了都非常坦然，真的体会师父讲的：一个不动就制万动。无论是来自于自己人、还是来自于另外空间的邪恶，现在就没有动得了我们的事。特别珍惜提高心性的机会，可得好关了。这是最大的收获。师父讲这么大的法谁也动不了，其实让我们证实法就是给我们建立威德的机会，我们紧张，担心是否对正法有影响都是多余的，当我们真正把心放下来的时候，我们的任务就是救度众生，法怎么允许那些不正的因素来干扰主题呢？不可能的。所以当我们放下紧张的心时，一切都变的宽松，而且坏事都变成好事，每一次同修之间矛盾出现都是大家整体上升华的好机会。来自外界的干扰又都给了我们更大的空间去讲真象。师父讲过“邪恶利用坏人每一次对我们的破坏其实都是对我们的洪扬！”只要抓住了所有的机会，抓住同修之间过心性关的机会，抓住常人被另外空间的邪恶利用，给我们制造麻烦的机会，全是我们讲真象救度众生的机会。我在多伦多的时候有时会有点乏，因为一个人单打独斗，每天早上8点半到晚上9点，天天如此，一年半都是风雨无阻，但是在这儿，每天都很精神，不会乏，

很自然就走过了。

X：因为你的容量增大了，境界提高了，大法为我们打开了一切道路，心态太重要了，不把它视为麻烦，麻烦来了也成为讲真象的机会，这样就扭转了，正一切不正的。

C：真的是这样，而且这种感受不是语言描述的清的。我常常想用什么语言能谈出来我们对法的殊胜的感觉，以及能够感受师父对我们慈悲、关爱，真的不是语言能够表达清楚的。

X：证实法是师父给我们的最大的慈悲，最大的机会，也是最大的荣耀吧！

C：我觉得师父在后面推我们，前面又在拉我们，如果我们再走不好那真要无地自容，想到这些就没有过不去的关。从另一角度讲，自己变的越来越自然。

X：是不是开始体会到大自然的

感觉？
C：以前体会到，以前陶醉过多少次了，但是这次没有陶醉，就觉得很自然，所以同修问我的时候我都觉得没有什么可说的，可能别人觉得好大的事，无论正面事反面事，我都觉得没有什么。

X：我觉得“不动心”真的是检验大法弟子对法坚不坚信的问题，你如果真的坚信法、师父，你不会急躁的。

C：真的是这样，因为正法实际是师父在做，师父是给我们一个机会让我们动一动念，别动人念，动神念，动大法弟子的正念，师父就要我们那一念，一切都是师父在做，而且我们一切都能过。通过这次全球的大活动，在这个集体的大环境当中，很多以往的执著是我们所发现不了的，只

做什么，当带着强烈自我的时候，就是不能真正成为一个正法弟子的時候，无论在这儿呆多久，时间都白白流失了。但是在这过程当中哪怕明白了自己是不对的，那也是提高，因为师父任何时候都是把弟子的提高看作是最重要的。绝不能把同修之间出现的矛盾看成是你我之间的矛盾，不是这样的，因为我们是整体，我们之间的矛盾不是个人的，邪恶会对整体钻空子，所以我们珍惜这个整体的时候就不会扩大矛盾，这是从整体讲。从协调人角度来讲，一个好的协调人并不在于做了什么大事，而是创造一个祥和的环境给大家，当看到同修之间发生矛盾的时候能去善解。我对善解的理解是，第一：不去强化矛盾，不把它看成是了不起的事，首先大家感受到场是祥和的，把他看修炼人正常出现的不同的状态，这样相信大家都能走过。而且大家互相提醒都不要去加强矛盾的双方，不要起这样的作用，我觉得这是关键，协调人能做好事情的时候要不仅不坚持自己，同时也让大家感觉在一起时很祥和，而不是让同修感到戒备，那样就很难形成凝聚力，也很难静下心来，心不静这个场就不静，那我们就不能承担这样的历史责任。协调人应多去真实体会同修的想法及过程当中遇到的困难，这样大家就比较容易在一起吧！

X：半个月时间，师父发出两篇经文，第一篇教导我们“放下人心”，第二篇告诫我们“不要人心”，我觉得对我们的要求是很高的，短短的半个月一下把我们推到这么高的标准，也说明我们还有相当自己的观念障碍着我们现在救度众生，很多障碍还是来自自己的观念，譬如两年前做得不错就把当时的经

验要套到现在这个阶段，其实是相差很远了，今天的正法和那个时候的要求完全不同，你能不能在这个问题上谈谈？

C：确实是这样，因为这次不仅白天正法在一起，晚上生活也在一起，那种心性磨擦是在检验我们的修炼，要是把握不住直接就影响正法，所以师父说放下人心决不是单纯在救度众生这个问题上能不能慈悲救度他，而是说任何事情我们能不能把自己当一个修炼人来要求自己，不被人利用，不被人的情绪左右。我从多伦多来，在那有个点一年半风雨无阻，这次来我认为锻炼过了应该不是问题，同修也说你这回是干本行了，表面形式都是站街头，可是内涵根本是不一样的。因为正法有进程，而且修炼本身没有榜样，决不是前面走过后面也是这样。随着法对我们的要求再按以前的做法一定是不可能的，当时有一念是都是站在街头嘛，但是真正做起来的时候却没有一件事情和以往是一样的，而且每件都在变。时间在变、地点在变、给我们的场地大小在变，同修每天都在换，他们的反应也都一样。在这个过程当中如果我们自己抓紧学法，在法上去理解，也都不是问题。如果不保证学好法，如果在修炼过程当中不抓住每一个提高心性的机会，就很难面对方方面面、形形色色的事件，常人也好，同修也好，因为个人状态不同，来的地区不同。你提到这个问题提醒了我，我之前还没仔细想过，现在回头看，学好法就很自然的走过来了。以往中国学员和西人学员是很难住一起的，现在和我们一起的西人学员已经舍不得走了。通过讲真象，通过大法弟子的正念正行，曼哈顿是天翻地

《讲真象短句》

善良的人们,让我们一起制止这场残酷的虐杀

【正见网】 【追查法轮功国际组织】致公开信给中国各级官员 - 《停止迫害，严惩凶手》：五年前江xx不顾其它几个中央常委的反对，一意孤行发动了对法轮功的镇压，并授意成立了专事迫害法轮功的“610办公室”。随后江xx滥用职权，劫持所有国家机器和胁迫整个民族卷入了这场针对亿万民众的群体灭绝运动，已至少导致1000多名善良百姓被迫害致死，耗费巨额资金。这场民族浩劫随着江xx的下台而应被立即制止，并严惩积极推动和参与迫害的各类凶手。全文：
<http://www.epochtimes.com/gb/4/10/2/n678039.htm>

吉林省安图县张倍齐被公安酷刑致残，投书向最高检察院呼救，请善人伸出援手：张倍齐因按照真善忍做好人、学法轮功，却被安图县公安局国保大队金镇山，安图海沟金矿公安分局谭广明，安图县公安110巡警罗成文、小崔等人施行酷刑折磨、刑讯逼供导致下肢严重瘫痪，疼痛难忍，生活不能自理，终日躺在安图看守所监室里，惨不忍睹。呼吁信全文：
<http://www.minghui.ca/mh/articles/2004/10/4/85752.html>

善良的四川简阳居民周慧敏遭受的折磨：双手被铐在床头，双脚被绑在床板上，平躺在床上49天，身体不能动一下，心跳速度达160多次，双臂僵硬，右腿被打伤处肌肉全部坏死腐烂。2003年5月21日至7月8日，都江堰市610办的徐文

海，都江堰中心派出所所长何勤如此迫害周慧敏。近几年她先后六次被非法绑架，三次被关进资中楠木寺女子劳教所劳教。被非法关押的856天中，遭多种酷刑折磨。这一切仅仅因不放弃治愈自己所有病症的法轮功。目前周慧敏仍然流离失所。详情：
<http://www.dajiyuan.com/gb/4/9/27/n672896.htm>

黑龙江公安打死村民乡亲轰动火化场警察荷枪实弹：黑龙江五常市西黄旗村村民张延超被哈尔滨警察毒打致死，20多天才通知家属，遗体遍体鳞伤，一只眼球没了，腿被打断。公安局出动了十几辆警车把尸体送去火化。众乡亲闻讯赶往火化场，几十名荷枪实弹的警察在外面监护，宣布“不准喊冤，否则当反革命论处。”张延超一家从1996年开始炼法轮功，为人在村里有口皆碑，公安打死行善好人，天理难容。详情：
<http://www.dajiyuan.com/gb/4/10/3/n678442.htm>

弟弟被残害致死，哥哥如今又被折磨伤残：广东居民饶超元和弟弟饶卓元都炼法轮功，弟弟于2002年8月被广州第一劳教所残害致死。哥哥饶超元于2001年12月被非法抓捕后一直被关在天河区看守所，直到2003年1月被秘密非法判刑八年，直接转到四会监狱十监区关押至今，一条腿被打伤。饶超元的父母正承受着巨大的痛苦与精神打击，不但无处申冤，反而还处处遭到广州市“610”恐怖组织的恐吓与威胁。详情：
<http://xinsheng.net/xs/articles/gb/2004/9/22/28925.htm>

请善良的人们向南小青一家伸出援手：湖北浠水县汪岗乡南小青一家坚持炼使他们身心受益、教人向

善的法輪功，被迫害得家破人亡。父親南初寅于2001年2月被迫害致死，母親和大妹幾次被非法關押，小妹在四川被非法判刑六年，至今還在監獄受著折磨。南小青被超期非法關押在浣水第一看守所已一年多，遭受折磨，患四種嚴重疾病，骨瘦如柴，生命重危。詳情：

<http://xinsheng.net/xs/articles/qb/2004/9/14/28798.htm>

原中科院博士生導師李寶慶撰文訴江氏罪惡：李寶慶是中科院地理所研究員和博士生導師，也是政府特殊津貼獲得者，曾被评为中科院“七五”重大科研任務先進工作者，被英國劍橋國際名人中心編入國際名人辭典。李寶慶因煉法輪功曾多次被抓進“洗腦班”和拘留所迫害。2001年6月他的文章《“轉化班”是黑社會性質的團伙犯罪行為》在明慧網發表後，在中科院廣為流傳。這裡是他近日揭露江氏的文章：

<http://secretchina.com/news/articles/4/10/3/72974.html>

追查法輪功國際組織對河南省迫害法輪功的主要官員發出追查通告，包括省書記李克強，原省書記、現社科院院長陳奎元，副書記范欽臣等17人，這些人作為第一批被追查對象，他們對河南省30多名被迫害致死的法輪功學員負有不可推卸的責任。通告全文請見：

<http://www.zhuichaguoji.org>

山西太原市萬柏林區居民許萬香遭受迫害含冤離世：許萬香煉法輪功後原先的癌症、各種疾病好轉，生活得以自理。99年7.20以後，許萬香遭受太原市萬柏林分局西銘派出所持續迫害，於2004年7月25日不幸離開人世。西銘派出所所長韓旺

黎手機13803406675。詳情：
<http://www.minghui.ca/mh/articles/2004/10/4/85711.html>

吉林省松原市松江分局近日綁架40多名法輪功學員：江xx下台了，可吉林松原市松江分局政保科王江、陳強，一分局孫炳仁、馮國柱，二分局劉杰民等人還死心塌地的追隨江xx，不敢坐警車，乘出租車在光天化日之下，流竄到學員家抄家、翻書，綁架大法學員，40多人現被關押在松江分局中。王江的手機13514386566；宅電0438—6224593。迄今為止，吉林省至少131名法輪功學員被迫害致死。詳情：
<http://www.minghui.ca/mh/articles/2004/10/4/85758.html>

弟子交流

【心得交流】

學習師父新經文《正法中要正念、不要人心》的體會

陝西大法弟子

【正見網】師父的新經文《正法中要正念、不要人心》，象一把重錘，像一聲警鐘，敲擊著、震撼著億萬大法弟子的心，特別是“人心太重的大法弟子”的心。這語重心長的教誨和啟迪，正是師父偉大慈悲的體現。這是在正法接近結束，法正人間快要來臨的關鍵時刻，師父對大法弟子，特別是大陸大法弟子的又一次警示和提醒！

師父對每一個大法弟子都寄予了最大的信任和期望。一切真正決心跟隨師父走完正法之路的大法弟子，

來的是世界各地的同修，過關不好，那這個心性關天天要過，一看到材料滿天飛，真的心裡很難過，後來很快就靜下來了，意識到這是心性關，靜下來以後那個風也沒了，材料一張也沒損壞。我們這個整體非常好，發現有了事情大家馬上都去彌補。

X：你覺不覺得我們都應該認真地讀我們的資料。我發現一個現象；好象我們不是人人都很認真的去讀我們的資料，這個在理上好象說不通的。

C：修煉狀態不同吧？我是覺得當我們告訴世人法輪大法好的時候，問問自己，究竟大法在我心裡有多大的份量？大法的資料、橫幅我們不尊重？當我們的腳從橫幅跨過的時候、當我們不珍惜資料的時候，我們想沒想過這些經濟、時間不是哪一個人的付出，那都是我們整體啊！應該把他用在救度眾生上而不應該浪費，那都是我們和邪惡作戰的法器兵器，同時當我們不尊敬他們時，常人牽著的狗都過來隨便踩，那都是我們自己給帶動的。在我來講，我協調這個事情首先要過好心性關，不僅在理上認識到這些東西的重要性確實是和法容為一個體的，同時要求我能夠靜下心來面對這樣一個場面。我相信師父說“一個不動就制萬動”，肯定這個場面會越來越好，我發現每一次有問題都是我心動了，所以修心性是关键，而且這個過程當中越來越讓我們意識到這一點，生活上分分秒秒都是修煉。所以我覺這次走向曼哈頓的意義並不在於到了曼哈頓，而是我們走到了這以後，我們能不能嚴格用師父的法來要求自己？我們能不能珍惜在這兒的分分秒秒？怎樣去圓容好整體、圓容同修，看到自己的不足，

這是很難得的机会，即便來了如果不能從法上認識的話，我們會錯過这次机会的，即便人來了还是没有从人中走出来。如果没有从人中走出来可能来了还是对整体的干扰，自己也会很遗憾。所以从我个人的角度我觉得做为一个修炼人，海外的弟子在这次正法当中如果不能参与进来，是这个生命的永久遗憾，如果来了不能珍惜这次正法将是生命永久忏悔都无法弥补的。这是我真实感受到的。

X：我觉得能不能发出这个资料、世人接到这个资料以后、用什么心态去对待，跟我们本人关系其实蛮大的，虽然只是站在那发，可是跟当时的状态、心态都有关系，你有没有这种感觉？

C：这种感觉是贯穿整个正法修炼过程，如果我们真正在救度众生的心上打出一个很纯正的场来，接材料的人也多，他也珍惜。如果心不正，接材料的人少，接过去就丢掉。在这个问题上能够认真思考的同修都能做好，有的同修说这是你永久等待的机会来到了，希望可救度的生命都来接一份材料，打出这一念的时候接材料的人很多，甚至走过去回过头来要。

X：你们是8月份最早来的一批，现在是10月了，曼哈顿肯定是天翻地覆的变化了，因为我才去一个月就感觉到，这是师父正法洪势的推动，快得连思维都无法跟上。你认为还有什么不足与问题？提出来大家通过交流能够做的更好。

C：我们走进曼哈顿以后师父发表了两篇经文，告诉我们用正念，放下人心。不要认为我来了就是参与了，甚至参与当中不是配合整体正法的要求，而是今天我想做什么、不想

己的容量，也给同修一个机会，因为每个人走过的路是不同的，对同一问题有不同的看法，但一定会走过来的。所以如果大家跟我一样的想法，那是不对的，也是不慈悲吧，所以从法理上认识到了以后就不再在意了，即便我认为同修是不对的，那也是很正常的。如果我是在法上的话，法是无所不能的，既能允许同修从不同角度看问题，同时如果自己的念是正确的，心是纯的，那谁也动不了这个场。当我真正认识到这一点以后，很多事情都这样走过来了。所以这个过程当中经常有矛盾出现，人员轮换的频率很高，这个场要想静下来，一是念正，二是靠师父的法，三是通过学法自己真的能做到心不动、包容，有问题的时候不去夸大它、把它看重。有些事情并不象我们紧张的那样，当我们真正念正的时候如果同修真的错了，他马上会修正的。你心动了它就是给你修的，当我们心不动的时候同修很快会修正自己。有些事情不用过于坚持自己的，也不用过于去在意，大家就共同走过来了。于是在这个过程当中跟同修交流告诉大家，一是不要坚持自己的，二是有好意见回去交流，有特别坚持意见的就照那个意见去做，因为为了保持这个场的祥和，大家也达成共识默契，这样走过来就非常的好，这是我们真实感受的事。

X：你们做的好是配合的好，这次你们来到北美，真的有很多可以向你们借鉴的，你们现在每天都有酷刑展，如何保证学法的质量？

C：刚来的时候大家起出一起进，回去以后就比较乱，因为回去要吃饭、洗澡……我们住的远，来回要三个小时到四个小时，早上六点起来

发正念炼功，吃完饭八点半出门，要提前一个小时到那儿清场（发正念炼功），才能保证酷刑展顺利进行。后来就调整每天有俩同修自愿早点回去专门负责做饭，其他同修进屋就洗澡吃饭，我们掐住时间最晚晚上九点一定要学法了，一开始真的很累，回家以后就是想休息了，无论多累我们知道不学法不行，所以很重视学法发正念，之后大家就交流，12点发正念之前结束一天的活动，然后睡觉。因为我们修炼人不要求生活上奢侈，只要吃饱一汤两个菜就可以了。在这段时间大家成了“专修”弟子了，大家都很珍惜这里的每一天。

X：每天学法的时间多久？能够保证质量吗？

C：一个半到两个小时，学一讲《转法轮》，再学习经文，质量非常好，我们是整体念一段完了，一个人念一段，集体读声音也不影响邻居，那个场很强，非常好。交流的时间不算。交流根据当天的情况而定。

X：集体读一段，一个人读一段，再集体读一段……往下轮……这办法挺好的。

C：要是全部集体读的会跟不上，就困了乏了，单人读的时候掌握时间尽量不要太快，照顾那些读的慢的、老年人、西人，读快了提醒，一直这样下来效果很好。

X：你是8月初来的，你们十几个人每天在一起，每周7天在外面，你有没有疲劳的感觉？

C：刚开始的时候身体感觉疲劳，但是很快就过去了，主要的是同修之间心性上的磨擦，每天都会发生一些做不好的事（如：材料满天飞……），让人很疲惫，可是当我意识到是自己过关的时候我就不觉得疲惫了。每天

一定会在强烈的震撼和深刻的反思之后，怀着对师父万分的敬佩和感激，更加坚定的学法修炼，更加自觉的在证实法中做好三件大事，尽最大努力去救度那些至今还没有从邪恶制造的谎言毒害中走出来的亿万世人。

几天来，我反复吟诵师父的这篇新经文，反思自己近十年来得法修炼的历史，总结自己的经验和教训，心情沉重万分。师父在这篇经文中又一次提出了大法弟子在修炼中，在正法中必须解决的一个根本问题：“要正念、不要人心”。从理性上而不是从情感上认识 and 解决这一问题，是目前大法弟子能否做好三件大事，真正走向圆满的关键。

“要正念、不要人心”，是正法时期大法弟子学法修炼的真正内涵，是衡量大法弟子在证实法中思想言行的标准，同时，也是大法弟子修炼圆满的前提、基础和目标。

本文想就此谈自己的一些认识和体会，与大陆同修交流。

一、正念是什么？正念就是神念，即神的思维。它表现为对大法的坚定正信和自觉维护。人心是什么？人心就是俗心，即常人之心。它表现为对人在世间生存方式和生活方式（主要是名、利、情）的执著和留恋。

大法弟子都知道，《转法轮》是一部天书，当然，师父所有的讲法、经文都是。天书，顾名思义，是天上的书，神看的书，用神的思维写成的书，讲的是天理，高层空间的理，神佛应该知道的理。如果不去掉人心，不树立正念，即使文化水平很高，也理解不了，记不住，甚至会抵触、反对。

师父早就说过，如果大法弟子都

圆满了，师父讲的法就是讲给神的。常人经过转世，对他也就知道了。这就是说，这部书是写给神的，不是写给人的。所以，大法弟子修炼的过程、就是不断的用正念即神的思维，也就是天书所讲的天理去克服人心、取代人心，最后完全去掉人心的过程。大法弟子“整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程”（《转法轮》），就是正念对人心的抵触、克服、取而代之的过程。

这个过程在人的身上，常常表现为持久剧烈的思想冲突，反反复复的得失权衡，难割难舍的感情纠缠，以及在遇到磨难时，能否坚定的站在法上去认识，在痛苦的消业中能否自觉摆脱人心的困扰和常人社会对自己影响等等。一旦正念不足，在这些对立冲突中，就难免离开法的轨道，轻者止步不前，重者一落千丈，甚至前功尽弃。在证实法中，如果正念不足，不但对法理的理解不能升华，发正念的威力大受限制，讲真象时的效果也不会太好。具体表现上就是或者怕字当头，闭门不出；或者底气不足，缺乏智慧；或者显示心太强，不注意安全，造成资料点的破坏和大法弟子被邪恶无端迫害等。

当然，“要正念、不要人心”，贯穿在修炼过程的始终。正念的树立和人心的去除，是一个此长彼消的过程，一旦正念完全战胜人心，大法弟子真正做到心在法中，法在心中的时候，换一句话说，当他真正成为一个纯净的大法粒子的时候，他就真正实现了正念正觉的圆满。

二、正念表现为对旧势力及其安排清醒自觉的全盘予以否定，而人心则表现为对旧势力及其安排的自觉不承认、屈服和顺从。

师父正法和旧势力的安排同时存在。每个大法弟子，不但师父在管，旧势力也在管。所以许多事情，表现在人世间常常是扑朔迷离，真假难辨。修炼人只有正念坚定时，才能正确选择，从容决断，坚定的跟上师父正法的步伐，不为旧势力的安排所左右。旧宇宙已处于成、住、坏、灭的最后阶段，旧势力所做的一切，都是为了挽救它们即将灭亡的命运。但它们又不肯承认自身的变异，不愿同化师父创造的宇宙大法，相反，却要按照它们安排的那一套行事，这不是不自量力吗？

目前，没有得法和不知道大法好的宇宙众生，特别是世人，仍然在旧势力安排的干扰中浑浑噩噩的过着每一天，不管他们自己觉得活得如何自在，但他们还是迷中人啊！他们还不知道，这旧势力的安排，是绳索，是牢笼，是死胡同，是一片黑暗的万丈深渊。大法弟子证实法、讲真象，就是从万丈深渊的边沿，和旧势力争夺人、抢救人，使人免于被毁灭的命运。这是真正的救人于水火。

遭受严重迫害、处在一片白色恐怖中的大法弟子，不顾个人安危，在地狱门口救人，让他重返光明，重获新生，这还不是伟大的慈悲吗？相反，大法弟子如果人心太重，过分考虑自身安危，（当然安全问题还是要十分注意的）而怕心作怪，顾虑重重，甚至闭门不出，无所作为，这不是见人之将死而不救吗？大法弟子的慈悲到那里去了呢？这不是实际上承认了、屈服了、顺从了旧势力的安排吗？伟大的师父从大穹的最高处一步一步来到人世间，四海为家，耗尽心血，不就是为了拯救宇宙中的众生吗？我们每一个大法弟子不都是师

父从无边无望的苦海中、死海中一个“捞”上来的吗？我们得救了，我们能看着那些处于危险边缘的众生不管吗？正法时期大法弟子救度众生的历史使命难道我们能轻易放弃吗？我们还象正法时期大法弟子吗？

在对待磨难的问题上，同样存在这些问题。在老弟子中，有的病业反应较重，也有的遭受邪恶迫害。但是正念足的，就能迅速战胜病魔，恢复健康；或清除邪恶，闯出魔窟。而正念不足，消极承受，或怕心不断，则使病业持续，或使迫害更加严重。有的甚至被“转化”或“邪悟”。在磨难和迫害面前，大法弟子的一念，常常带来两种不同的结果。师父说过，“七.二〇”以后，师父就没有给弟子安排过要过的“关”。除了刚走进修炼不久的大法弟子之外，所有严重的迫害和病业反应，实际上都是旧势力对大法弟子以“考验”为名进行的迫害。旧势力之所以敢这样做，就是他抓住了大法弟子有漏的人心，钻了空子，加大了迫害。如果大法弟子正念十足，从正法的角度看问题，用强大的正念去否定它，而不是消极承受和害怕，就能很快的战胜和清除邪恶，使磨难和迫害尽快结束。在旧势力安排的邪恶考验面前，是用正念还是用人心去对待，造成了两种完全不同的结果：如果以人心对待迫害，只会引发更大的迫害；如果以正念对待迫害，就会减轻和结束迫害。实际上，消极承受和怕心，正是自觉不自觉的承认、屈服和顺从了旧势力的安排，使得旧势力的迫害更加剧烈、时间更加延长，势头更加疯狂。从这里，我们也看到了，大法弟子的心和世间恶人对大法的迫害，是一种因果关系。

正念、法理上的交流就更加重视了。

X：我们争执最大的时候往往是很关键的时候，如在领馆门口、在外面与人打交道时，这个时候怎么处理？这个人是怎么悟的、那个人是怎么悟的，有些表现出是明显的不对，你去指责的话他心里还不服气，这个时候邪恶干扰就来了，这个时候怎么处理最好？

C：因为我们是一个整体，就要和大家交流，如果每个人都坚持自己的主意那整体上就不能达到配合，就像我们弄酷刑展大家都有不同的意见，我们就进行交流，古时候打仗要排兵布阵，我们在外边要整体配合，如果我们阵脚乱了怎么打仗啊？古时候打仗是靠阵的，师父也讲过，刚开始我们发正念的时候邪恶排着队，敲锣打鼓摆着阵就来了，所以学了法以后交流大家就明白了。我们通过修炼认识到，没有绝对的对错，只要我们对法负责，相信同修也是对法负责的，只是同一个问题大家看法不同，我们有矛盾的时候就互相放一放、让一让，包容一下，先走过来，事情过后我们再交流看看怎么样能把事情做得更好。后来在这一点上大家都形成了共识，所以在往后的过程当中就不再因意见不同出现的矛盾。去公司讲真象的时候大家意见也不同，有的同修默默的去做，再把真实做的过程与大家交流，这当中如果是为了显示个人如何如何的那就会碰壁，一个门都敲不开，真正在法上理智的去做的同修不仅敲开了那些公司的大门，而且材料能送进去跟他们讲真象。这个过程本身就使同修看到了差距与不足，这个过程就是修炼的过程，这也是这次在曼哈顿跟以往所不同的，以往大家都是分散的，现

在大家都整天在曼哈顿，不论长期、短期，时时需要沟通信息，就明显的看到了哪些事是在法上哪些不在法上，不论整体或个人都能找到自己的差距。同时大家重新认识个人修炼的问题，正法修炼无条件的服从法的需要，放下那些自己放不下的一切执著，才能跟上正法进程，放不下就证明还有执著，跟不上正法进程，也就是不能从一个正法弟子的角度承担历史的使命。这一点大家认识都很深刻。

X：常常在关键的时候，邪恶会利用学员还没修好的执著去干扰，加强放大一些东西，所以学员看到一些认为不对的事虽然嘴里没说，可是心里有这个想法，在另外空间这也是漏，这时怎么办？

C：其实这都是修炼过程，整体做事时修炼人当中有一个人心不正，邪恶就钻空子，比如说你认为会有雨，雨就会下下来。修炼是一个整体，如果我的念很正，是可以涵盖他们的不足的，我不动心，在整体作战的时候如果有“有一个人心不正，邪恶就钻空子”这个念，也会加强它，如果我们根本不承认它，根本不考虑邪恶的因素，只考虑我是一个修炼人应该怎样做，如果认为“我们要被钻空子”，本身有这种想法，也就承认了旧势力，“怕”也是漏。

X：单独作战或一两个人一起作战很容易，这次你给我很深的印象是既能做到冲锋在前同时还能各方面圆容，你讲讲这个心路过程吧！

C：以前我对同修的有漏是很在意的，后来通过学法，我不断的认识到其实我们紧张的本身也是漏，在考验我们到底对法是不是坚信，相信同修在法中必能走过，同时应该扩大自

话，在电话里头，这次见到了，下面是我的记录（X：行健，C：策）

X：你觉得这次曼哈顿讲真象跟以前有什么不一样？

C：过去都是学员各自自发性的把真象告诉世人，引起世人关注，知道中国有这场迫害。这次正法活动，我理解，是我们与垂死的邪恶最后的决战，邪恶在海外集中在曼哈顿，在中国集中在北京，这两个月走过来，我感觉还不单纯是清除邪恶，这里面有我们整体提高、整体配合，在正法当中修炼人如何能达到更高境界等因素，同时我也感受到是师父给众生的又一次机会，也许是最后的一次机会，是让我们没修好的利用这个机会弥补。所以不是一句话两句话能讲得清的，也不是从我个人角度完全都能理解的。我从一些同修身上看到了自己的不足，哪怕是细微的生活当中。师父说过有任何一点执著都不会圆满，修去不足，有这样一个大环境，在整体上有一个升华，不是一般的转变，是一种更大的突破，这不是平时的修炼能够达到的。

X：这次活动时间的周期比以往都长，而且许多同修都留下来了，每天都在修炼环境当中熔炼，感觉上在曼哈顿那个地方很不一样，发正念、学法体悟、同修之间的磨炼、甚至执著的表现都到了一种不寻常的状态……

C：这次法对我们的要求也是很高的，师父说过我们大法弟子是一个整体，我以前感受还不是很深，走进曼哈顿以后感到邪恶是把我们将当成一个整体的，只要我们整体上有一点点小漏，邪恶都要钻空子，所以就出现了很多干扰。我进一步体会到我们必须按法的要求成为一个整体，干扰都

是来自我们自己，当我们在法上的时候。我们就有漏，大家也都进一步能认识到学法的重要性，从法上认识法，只有这样才能真正的不枉来曼哈顿参与，能在过程当中起到一个好的作用，这都是很难得、很好的一次机会，我们都很珍惜。

X：你讲的整体我也知道非常重要，能不能举个例子？

C：我们来到曼哈顿是以酷刑展为主，还有向大型商家讲清真象，一天早晨吃饭的时候我们的房东（也是修炼人）和我们的协调人发生了心性上的摩擦，表面看起来这是他俩个人之间的事，房东要他离开，其他同修也挺震惊的。平常十点我们就到现场发正念，可是那一天到那儿的时候就晚了，已经十一点多了，那条街全部被搬家的大型卡车堵住了，卸不下去东西，小车都进不去。我们只好讲真象发正念，希望他们能腾出一点地方来让我们把东西卸下，卸东西的时候发现，平常都有外地同修来支持，可是那天一个都没到，直到12点发完正念才陆续来一些人，才勉强把场面铺开。不到一小时有两辆警车来了，说我们违规，因为有些刚来的同修把展板放在人家的范围之内，我们就解释并讲真象，一些来自世界各地的同修不了解美国规定，后来对面公园又不允许我们摆东西，我们又去那儿讲真象。不到一小时，清洁卫生的人说我们把公园搞乱了也不允许我们在那……虽然透过讲真象都把事情平息过去了，但是我们知道邪恶看着我们整体，有一个同修把生活上的事情不看成是修炼，都是一个漏，都要被钻空子。所以这一天下来每一个同修都认识到了问题的严重与修炼的严肃，从那以后大家对学法、发

从某种意义上讲，邪恶对大法弟子迫害的现状，是大法弟子的人心造成的。如果大法弟子整体上都正念十足，这场迫害早就结束了。

三、正念要求大法弟子在法上认识法，在法中前进；人心则表现为站在人的角度去认识法，以在人中追求和享受大法带来的好处和福份为满足。

确实有的大法弟子也说大法好，也在洪法，甚至也在做着三件事。但他们的立足点不在法上，而在人上。当然，对世人讲真象，要看对象的接受能力，理智的、智慧的去讲，不能一味求“高”，以免事倍功半，甚至无果而归。但立足点站在什么地方，直接影响着讲真象的方式和效果。如果正念在胸，是为了慈悲救人，不管遇到什么样的对象，均会从容对待，讲话犹如山间清泉，潺潺流出，不仅对方爱听，而且你的善念表现出的诚意，也容易打动和感化对方。如果大法弟子以自己的善言善行向世人真正展示出大法美好的一点一滴时，世人会更加深切的感受到大法的真象和威力，因为他眼前的大法弟子的言行，就是大法形象在人世间的体现。常常是一个举动，一句话，胜过万千豪言壮语。而大法弟子在证实法中的善心、语气、行为，也只有依法上认识法，并且有深刻理解的时候才能做到，靠“作秀”是根本不行的。另外，抱着对人间恶人的仇恨心理，或带着私人亲友的“人情味”去做，也不一定能取得预期的目地。因为人的心是人性改变不了的，只有真正的善念、正念，才能打动人心。真修的大法弟子都知道，人都是有另外空间生命操控的。当正念一出的时候，另外空间的邪恶生命将被大法弟子的正念所

解体，人一旦脱离了邪恶生命的操控，就会用善的一面去接受大法弟子的帮助，有缘者还会尽快走上修炼大法的路。而这一切，只靠人心所依赖的仇恨和人情是做不到的。大法弟子在讲真象中不管讲的高与低，只要正念一强，它就会产生巨大的力量，而这种正念，正是大法弟子在学法修炼中，在证实法的过程中，从理性到实践的升华而形成的。所以，坚定正念，最根本的还是要认真学法。在法上认识法，还是从人的角度认识法，这是能否真正从理性上认识法，能否真正树立起正念的一个根本问题。在不牵动人的根本执著时，这两者的不同似乎不容易察觉，而当一旦触动人的隐藏较深的根本执著时，两者之间就大相径庭了。正念和人心是根本不同的两种境界，两种标准，两种价值观念。比如对当年北京四二五中南海万人上访，对天安门广场的和平请愿，对于大法弟子利用卫星和无线电视插播真象资料等证实法的行为，站在法上认识，正念足的弟子认为这是讲清真象救度世人的伟大慈悲的举动。而站在人的角度看，他们就感到这样做是“影响社会稳定”、“违反政策规定”，待到有的大法弟子被邪恶迫害致死，他们又觉得这样做太危险，就干脆躲在家中“看书学法”，偷偷炼功，甚至连亲友之间都缄口不说了。而那些正念足的弟子，不但没有因为一些弟子被残酷迫害而停止证实法的脚步，反而加快了证实法的步伐，更加积极的印刷、散发真象资料，向世人揭露迫害，向明慧网曝光坏人的恶行等等。到了生死考验来临的时候，那些人心重的弟子，就明显的暴露出他们的致命弱点：他们往往是为了在人世间的美好（身体健康，家

庭和睦，生活幸福，社会稳定）而学法修炼。这些人虽然也说大法好，也给别人讲大法好，但是它只是把大法作为谋求和保证他们在世间生活幸福的手段，换句话说，他不是为了法，为了宇宙众生，他是为了自己，让法为我所用，为人服务。这就和师父传法的目地完全背道而驰了。这样讲，可能分析的尖刻一点，但忠言逆耳利于行。一个让法为自己服务的人，能进入法中，成为大法的一个粒子吗？不能！这不仅是对法的利用，而且是对法的破坏和亵渎！这样的人，一旦被邪恶抓走，进行迫害，他能走过这一关吗？绝不可能！有些在邪恶严酷迫害下被“转化”的人，许多不正是由于他们没有在法上认识法，正念不足，因而被邪恶击中的吗？相反，不少法学得好，正念又足的人，被抓进去之后，把看守所和监狱作为证实法的场所，他身旁的狱警、管教、犯人，都成了洪法讲真象的对象。这不但震慑了邪恶，而且也使这些人改变了看法，有的甚至在监狱中开始学功法，自己也正念闯出了魔窟。出来之后，他更未因受迫害而放慢证实法的步伐，相反，做得比过去更主动、更认真，也更有成效了。“弟子正念足师有回天力”（《洪吟（二）》）。正念足的弟子在师父的呵护下，又迈开了新的步伐。

如何看待人的肉身的生与死，是鉴定正念还是人心的试金石。师父在讲法中讲过：“放下生死你就是神，放不下生死你就是人”（《在美国讲法》）。在法上看，人所谓的生与死，并不是生命的真正的生与死，而不过是人真正的生命（元神）从一个空间进入了另一个空间。人的肉身，不过是用最表面空间的最粗糙的物质（分

子）做成的一件衣服，生，就是元神穿上了这件衣服；死，就是元神脱去了这件衣服。放下生死无执著，放下执著无生死。当然，放下生死不等于可以轻率的去死，更不是听凭邪恶残害自己的生命，相反，为了实现证实大法、救度众生的历史使命，大法弟子更应该万分珍惜自己的生命。但是，这种珍惜，是为了更好的证实法，更多的救度众生，而不是单纯的保住生命，延续常人的生活。许多大法弟子正念闯出魔窟之后，不但没有消极退缩，反而以更坚定的步伐，更理智更智慧的做着三件事，救度着更多的世人。珍惜生命是为了证实法，是为了让生命在法中延续，在法中修炼，在法中成就自己的威德。这种以正念对待生命的状态，闪烁着宇宙法理的光芒。

四、纯净而坚定的正念要求大法弟子把清除邪恶、结束迫害作为自己的神圣使命和责任，并在证实法中努力完成和实现这一使命和责任；而人心则把结束迫害的希望寄托在常人身上，产生一种茫然而不知所措的焦急、等待和依赖思想。

宇宙空间是分层次的，从高层空间到人类这个表面空间，浑然一体，都是宇宙大法造就的。它们从高到低，有区别，又有联系，而且是层层制约。人类社会的一切，都在高层生命的控制之中，常人实际上没有任何自由可言。常人社会中人的一思一念，一举一动，都有高层生命的操控，所以人世间出现的一切都不是偶然的。人间首恶发动的这场史无前例的大迫害，正是宇宙间旧势力操纵邪恶生命利用世间坏人干的。邪恶势力之所以敢发动这样残酷的迫害，正是它们依据旧宇宙相生相克的理，借口大

酷刑？我能给予你们什么帮助？等等。至于听力方面也是熟能生巧。

我们通常至少4个人一起行动，二至三人做法展示，一至二人发资料，当一些人炼功时，即便是再行色匆匆的人也会留下印象，每天都吸引许多的西方人路过留影纪念，询问问题，西方人思想较单一，大多开朗外向，对××党了解较清晰，经常是一讲就明白，无须太多解释而且富正义感，愿意协助中国受迫害的法轮功学员，学员炼功时动作越整齐，打坐姿势越标准，状态很好时，照相和想了解真象的人就很多，所以不要不好意思提醒打坐时在打瞌睡的同修或动作不正确的同修。

由于我们准备的看板类资料足够，有时放在地上，有时挂或贴在栏杆上，有时学员自行拿着，都有吸引人们注意的效果。此行有同修提到西方人的文化，讨论是否要“主动”向前搭讪，找机会讲真象或被动的等他们询问等等。我们一行4人曾采取一边举着真象资料走动，到一人潮处则定点炼功20分钟，再移动的方式。有目光注意我们时就主动讲真象，效果很好，很少有跑开拒绝听的，除非他正好有急事。知道法轮功真象的人们无不感到震撼，对我们更是投以钦佩和嘉许的表情，主动礼貌的与对方搭话，即便他不接受资料大多也有礼貌的回绝，只是学员要注意自己的态度，大多反应是相当好的。每一组至少搭配一位会讲英文的同修。

在中央车站发资料时，发生了一件事情，一位美国人知道我们大法的真象后，看到一张张中国国内学员受酷刑的照片竟激动的对着熙熙攘攘的人群大喊起来，指着照片一直反复重述他们只是因为简单的打坐就会

被杀死，被酷刑，你们知道吗？你们知道吗？当我们去建议他不要这么大喊时，他告诉我们讲真象就要这样讲。他离去时，对我们仍是连声嘉许，说我们要继续揭露邪恶等。回去后大家也就此事做了一些交流。提议第二天可考虑用喊话的方式直接唤醒冷漠不接不看资料的族群。在最后行将回国的几天，在同修的鼓励下，在各路口人潮聚集的地方，面对着匆匆走过的人群大多不拿资料，我们真的就直接用喊话讲真象的方式，很多人象大梦初醒一样投来支持的眼光，旁边的同修边发正念边递上资料。即便没有拿资料的人也大概知道我们在干什么了。

我们是一群来自世界各方的大法弟子。在曼哈顿，每个人都在揣摩着如何更有效的讲真象，救度众生，也在这过程中修炼自己，修掉不敢说英文的怕心，修掉说错了会被笑的自尊心，还有依赖心，安逸心，坚持己见的执著心等等许多原本察觉不到的各种心，提高就在其中。两个礼拜来几乎天天都是好天气，在高耸入云的华厦中，隐隐透着秋天的暖阳，曼哈顿啊！你又是何其的有幸啊！在伟大慈悲的师尊呵护下，在宇宙的历史中将记录下这辉煌的一页，这必然的荣耀也将属于全世界的大法弟子。衷心谢谢师尊！

以上是我在此次曼哈顿之行的一些建议和感想，如有不当之处请同修慈悲指正。

【访谈录】

难以言表的殊圣

行健

【正见网】我们以前有过多通

的程式在学员用过以后，全部被搞乱了，他们需要花很多时间才能把这些程式复原。

后来，学员们又有机会借用电脑室。在用电脑的时候，发现在每一个阶段每当有不清楚怎样运作程式的时候，萤幕就会自动出现辅助学员的视窗，学员很清楚的就知道如何运作下一步了。后来碰到曾经对学员有所不满的电脑室负责人，他说他了解到学员其实都是好人，他就想他能如何帮帮大家。他想虽然他不能随时在场或是告诉每个学员如何做，可是他可以写个程式在需要的时候帮助大家。

在我们现在大面积的向世人讲真象的时候，我悟到这个梦及时的提醒作为大法弟子的我们在常人社会里的一言一行，凡事要考虑到大法在常人中的形像，不要随意的破坏常人社会里的规矩，让人不理解大法，甚至把有缘人推向了对方。反之，如果我们能在我们的所作所为中，让人感受到大法的好，大法弟子的纯善；如果我们有做错事的时候，能够在认识到错误的时候，马上改进，那明白真象的善良人们也将从他们的行为里表现出他们对大法和大法弟子应该有的反应。

愿我们整体在救度众生的这重要过程中做得更好。

曼哈顿之行小记

台湾法轮功学员

【正见网】在即将前往曼哈顿的前夕，正在准备行李，10岁的儿子突然使着性子不高兴的说：妈妈你不要去好吗？语气中带着依恋，我抬起头来，不假思索的告诉他：妈妈是要实

践史前的誓约啊！去救度众生啊！这是来自深层的呼唤，我世界的众生我看不到他们，甚至一点都体察不到他们，可是熔炼在慈悲伟大的师父的法理中，我仿佛听得到他们的呼唤声，依稀看得到他们企盼的眼神，在一次讲真象之行中，我常常问自己：我是否有负于你们对我之所托啊？我对得起慈悲苦度我们的师父吗？

就这样扛着一些资料，简单的行李和90朵尚未翻开的纸莲花，跟随台湾几十名学员一起来到纽约曼哈顿：一个宇宙中邪恶聚集的地方，展开一场近距离正邪的交战。一下飞机原本正常的鼻子开始像过敏似的发酸，警觉到要主意清楚，时时发正念，很快的就恢复正常了。台湾来的学员人较多，我们这组约有10多人。第一个礼拜做酷刑展。第2个礼拜在中央车站及街头弘法。

在这儿主要要提的倒不是琐碎的细节，而是就这两个礼拜的经历提出一点看法以供以后前去曼哈顿弘法讲清真象的同修做参考。

来到美国第一个感到冲击的是这里的人通常是讲英文。对不谙英语的人就像是进入另类空间，只能以对方肢体语言表情和自身的状态来揣测对方的意思，而且经常会猜错，更缺少一份直接的互动，可是毕竟学习英文需有一段过程，提议一点都不懂英文的学员仍要用心学几句问候语。如已有英文基础只是因为少用而不熟悉的学员在来美国之前建议先读一读《转法轮》英译本，复习复习以前学过的单字片语，在讲真象中临场要用时词汇真会源源不绝，基本表达是没问题的。几天来所遇到的几个主要问题不外是：你们在做什么？法轮功是什么？他们为什么会被迫害，被

法弟子存在业力需要考验为由而安排的。现在它们又抓住大法弟子有漏的人心在延续这场迫害。因此，要尽快结束这场迫害，在师父正法中清除宇宙中旧势力的前提下，关键是大法弟子能否尽快坚定正念，去掉有漏的人心，在证实法的三件事中，特别是在讲清真象救度世人中加快步伐，获得更大的成效。师父把讲清真象、救度众生作为大法弟子重大而神圣的历史使命，做为正法时期大法弟子的特殊修炼方式，是为了让大法弟子树立更大的威德，成就更高的果位，从而在新的宇宙中有更高的位置，发挥更大的作用。这是大法弟子无与伦比的荣耀。但是，这一荣耀能否取得，取决于大法弟子在证实法中有无坚定而强大的正念。人世间邪恶生命对大法弟子的迫害，为大法弟子的正念所制约，大法弟子正念越足，三件事做得越纯净、越好，迫害消除得越快，结束得也就越早。师父讲：“大法弟子已经成为众生得救的仅有的唯一希望”（《正念》）。大法弟子如果正念不足，就不能从根本上认识这场迫害是怎样产生的，也就不能清醒的认识到自己的伟大使命和历史责任，而必然把这场残酷的镇压归结为世间人对人的迫害，因而顺理成章的把结束迫害的希望寄托在常人（即某些当权人物）身上，侥幸中希望他们放下手中的魔杖，或希望个别“开明人士”能为大法和大法弟子“平反”和“恢复名誉”。立足点放到这里，恰恰暴露了人心太重的大法弟子没有从法上认识这场迫害，而只是从人与人的政治斗争层面上认识这场迫害。这与师父要求的正念已经完全不是一回事，而成了常人的思维。“人心”越重，邪恶则迫害得越厉害，迫

害的时间也越长，因为高层空间邪恶势力的迫害，正是针对大法弟子的人心来的，用“人心”去结束迫害，只能是缘木求鱼，南辕北辙。对于那些正在受迫害的大法弟子，只能是心欲救之，实则害之。因为这是自觉不自觉的授邪恶以把柄，被邪恶紧紧抓住不放，反而加剧了迫害。师父曾经举中共十六大和当年那个总理的例子，已清楚的说明了这一点。

一九九九年七·二〇之前的七年，大法弟子在个人修炼阶段，那时正念和人心的区别，大都表现在个人修炼中对法理的理解和对待磨难的态度上。然而当恐怖从天而降，人世间风云突变，十二级台风刮来之时，对正念还是人心的考验一下子提到一个新的高度，要正念还是要人心，成了摆在每一个大法弟子面前无法回避的考验。在邪恶迫害的这五年多时间里，大法弟子每个人都经过了一个又一个关口。结果是什么呢？大多数弟子走过来了，但也有极少数过不了关，掉下去了，有的甚至走向了反面，作了邪恶势力手中的工具和帮凶。五年多来对大法弟子的考验，不管什么场合，什么形式，中心内容只有一个：要正念，还是要人心？能不能从人中间走出来？师父在“七二〇”以后不断发表的经文中，一而再、再而三的把这个问题提到大法弟子面前，说明它对大法弟子能否走正、走好、走完正法之路，有着根本的重要性。

五、要正念还是要人心，就是要当神还是要当人？

说到这里，又回到开始的题目上来。正念到底是什么？

正念来自于装在大法弟子心中的宇宙大法。人的脑子就象一个容器，装进去什么就是什么。装的法越

多，变化越快，正念越多；对法理解的越深，正念就越坚定、越纯净、越强大。

当宇宙大法完全装满人的头脑时，人心就没有了。

如果相反，脑子里没有法，心中没有法，谈什么正念？

对法不学习、不理解，不从理性上理解，何来坚定的正念？

所以，正念不足，人心太重，究其根本原因，在学法上。师父在多年的讲法中，也是反复的多次的要求大法弟子：要学法、学法、学法，要多看书、多看书、多看书，证实法中三件事的第一件事，也是“学好法”。因为学好法是修炼圆满和证实法的前提和基础，没有他，一切都是空谈。

不学法，不学好法，不理解法，在证实法中，能证实什么呢？证实的只能是人自己，是自己的人心。人心能改变人吗？改变不了。人心能清除邪恶吗？清除不了。人心能结束迫害吗？结束不了。再说一句：人心能从根本上改变自己吗？也改变不了。

因为人世间发生的一切，都是高层空间的高级生命导演的一场又一场戏。就如最近的中共四中全会，结果已出来了。从常人角度看，那个迫害大法的元凶，虽然退出位子（当然这也是正法向前推进的表现），但他头上还带着五颜六色的光环，还在迷惑着人，他的同伙、帮凶还在台上。师父早就说过，他的元神已经死过一百回了，目前只是一些邪恶烂鬼在支撑着，他身上已没有一点人的东西了。但是旧势力还要利用他，一直要利用到最后。一旦正法结束，这些也将在瞬间结束。这是师父从法上讲，师父讲的是这件事的真象。而人眼看到的只是表面人世间的东西。如

果看不到真象，被人世间的表面现象迷惑，那就还在“人心”中，还没有从人中走出来。如果还不悟，还不醒，就会又一次进入把结束迫害的希望寄托在“五中”、“六中”全会的死胡同，那岂不是等于又要延续这场迫害？

当然，师父完全有能力使这场迫害很快结束。但师父为什么不做呢？

在“七.二〇”以后的讲法中，师父已多次谈过这个问题。师父来人世传法，面对的是整个宇宙。在旧宇宙即将解体，旧宇宙的所有生命均在劫难逃的时候来传宇宙最根本的大法，就是为了救度旧宇宙中的所有众生。他这件事分两步走：正法时期和法正人间时期。现在正处于正法时期的后期，而且已近尾声。由于旧势力的干扰和破坏，它们强加给大法弟子的邪恶考验成了大法弟子能否坚定正念，从人中走出来的一个又一个大关。在过关中，有的过得好，有的过得不好，当然，大多数弟子还是闯过来了。但是，在五年多的迫害中，有的弟子又对长时间的揭露邪恶有点缺乏耐心，产生了一种茫然不知归期之感，渐渐“人心”复萌，对正法的前景和自己的能力发生怀疑，慢慢的把结束迫害的希望寄托在常人政权上。这样，就使得证实法的步伐、效果和师父的要求产生了较大的差距，少数弟子还迟迟从“人心”中走不出来。另外，邪恶发动的这场迫害，用谎言欺骗了全世界的人。经过大法弟子讲真象，已有不少人得到挽救，但还有为数众多的世人，至今仍被谣言所毒害。按照宇宙大法的法理，那些脑子里装着宇宙大法不好的人，正法一结束，就是第一要淘汰的对象。在2002年《北美巡回讲法》中，师父就严肃的说过：

到我们的不同。

我们用过的每件物品

台湾大法弟子

【正见网】我们家的东西，物品，每件都非常有个性。

影碟机：

这台机器曾经放过数次师父讲法及真象影碟，有次租一个片子（文艺片），机器怎么放也放不出来影像，就像片子坏了一样，后来拿去还老板，结果老板用他的机器一放影像就出来。回家我就再试试放大法真象的片子，每片都可放。

后来若我借了不是大法弟子该看的片子，这台机器就不动，所以我们家这台机器会帮我们过滤片子，不把时间浪费在不该浪费的地方。

家俱

今年年初，突然想改变一下我们家的家俱，因为用了10年了，小孩也长大了，旧家俱已不太适用，那旧家俱总要送人，好几个人请我送给他，但一些原因都没送出去。后来有一位同修来看，说好送给她，结果就载走了，后来发现不同家俱送了不同的人，都是大法弟子。这些家俱它们会自己挑主人，不喜欢的它们还不愿意去呢！

行旅箱

我有一个行旅箱，陪我走过无数战役，南征北讨，它都使命必达，从不出差错。有一次我同事说她嫂子要出国去玩，想跟我借行旅箱，自己也没想太多就回答说，好。

在拿给她行旅箱当天由于时间的关系，跟同事没联络上，最后同事回电说先不用借了，后来我明白了！！

行旅箱都在作正法的事，它不愿借给常人作它不想做的事。真是对不起！我的好行旅箱。

常常我们觉得我们家的车子在另外空间可能是飞龙，感谢身旁的每一物，陪伴我们走这段这么珍贵的正法之路，让我们一起努力，做好师父交代的每件事。

个人层次所及，不足之处敬请同修慈悲指正。

两个梦：更好的救度众生

纽约大法弟子

【正见网】我在10月8日的早上起床前做了两个梦，在这里写出来和各位同修们交流：

第一个梦：人间超凡的表演

梦到在一个表演盛会里，我站在舞台后方，大法弟子有序的做着表演前的准备，气氛非常的融洽。一出接着一出的表演开始了。弟子表演的创意、题材、技巧，展现出了人世间前所未有的超凡，纯正，和清新，感觉几乎像是身在人间里的天堂。在场的常人观众受到了从未有过的感动和震撼。

第二个梦：了解真象的善良人

一群大法弟子在一次盛大的集会，到了一个常人的大电脑室借用电脑。明亮的电脑室保持得非常干净，摆着一排排最新的电脑。许多弟子因为不熟悉电脑的运作就开始摸索着各种方式，启动不同的视窗，按着不同的钮键。在用过后几天的，借用给大法弟子电脑室的负责人非常不高兴的反应说，原先电脑设定

强大的正念。过了一会，前面堵车了。我看到前面路上趴着一只大蟒，很多邪恶在其上布了一个阵。这个阵和刚才路上的邪恶，都是经过很长时间精心准备的，阻挡大法弟子参与正邪大战的。我没有进去破这个阵，而是从高层直接打下来神雷，把该处完全炸开，所到之处邪恶全部炸光，一个挨一个炸过去。这时邪恶又不断从其他地方飞速的涌过来，想补充这个阵。我就分别带动左右两个方向的邪恶生命迅速旋转，使其无法汇聚成形，同时我们的车就在这形成的两个

“卷”上面开过去。现实世界中，车也开始移动了。我松了口气。但是车却越移越慢，甚至后来干脆又停下来不动了。这是怎么回事呢？赶紧悟一悟，突然想起师父说的“万恶除尽万众生”（《洪吟（二）》）。我想，是啊，已经到了最后的正邪大战了，它们已经再没有什么机会继续存在了。就将邪恶除尽吧！让众生得救。我赶紧盘腿打坐，默念正法口诀，用强大的正念推过去，所到之处，邪恶全灭。推完之后，车子就能开动了，这一次再没有停。

刚才的除恶很激烈，表面身体有些反应，象晕车一样忍不住想吐，肚子难受，脸色苍白。这时邪恶又开始弄出些大雨来。我向同修要了一本《转法轮》，开始念起来。念了不到一讲，症状就完全消除了，还感觉精力充沛。雨也停了。

到了纽约，一下车，感觉却远没有刚才的邪恶那么密集。天很清，也很透，能够强烈感受到同修曾多次来此除恶的成果。但是向更高层次追查下去，就发现邪恶了。而且还发现，邪恶一层紧跟一层，灭尽一层后，追查下去，更深一层还有邪恶。意念中

尽我所能的一层一层灭尽。

在纽约，不管任何行动，都要发正念。如果时刻保持正念，在任何行动之前都发正念，活动就不会出问题，能顺利进行下去。如果忘记了，那么麻烦就跟着来了：突然下雨，路人指错，车子误点，甚至连火车都会因故障停开。在活动中，我还发现邪恶安排了各种方式，企图破坏大法弟子正念正行，干扰正邪大战的效果。比如突然接到电话家里出事，本来准备好的资料或器材不能使用，丢东西特别是钱包，尤其是制造了很多矛盾，使大法弟子之间彼此埋怨，不能形成一个整体，体现出法力。表面上是偶然的，其实都是邪恶干的坏事，如果执著，就很可能很会被钻空子。请同修们一定要注意圆容好，遇到任何干扰都不动心，一着急智慧就出不来。

纽约的人群是我见到过的最难接受真象资料的人群。我意念中发出光，笼罩着他们，清除着控制他们头脑的一切邪恶，醒来吧，珍惜吧，世人！捕捉着他们的眼神，真诚的微笑在融化着他们的冷漠。身边站着的小贩被感动了，站在对面发资料的基督徒被感动了，警察们也被感动了。看到世人的觉醒，真感到高兴。

说是正邪大战，其实我们是必胜必成的，也许用除恶更恰当些吧。夜幕下，车子向家的方向行驶着，意念中还在帮助清除纽约的邪恶，好让后来的同修环境更好些。纽约，我还会再来的。希望我再见到你时，你已换上了新颜。

层次有限，仅限参考。另建议重点讲真象的同修带一个扫把和簸箕，走前把附近的地面扫干净，世人会看

“大家想想，今天咱们就结束，那么中国得死去多少人？很多人对应着更大的天体众多的生命，马上结束，得有多少生命将被淘汰？”同样，如果今天结束迫害，在大法弟子中那些人心太重还没有完全从人中走出来的将有多少会丧失这千载难逢的机缘？师父正是为了众多大法弟子迅速赶上来，真正圆满，正是为了更多的救度那些被邪恶毒害的世人，进而挽救他们对应的天体中的无数众生，才一再延长结束时间。这正是伟大师尊的伟大慈悲，他包容了无量无计的宇宙天体和宇宙众生，用“人心”是永远也理解不了的。

最近，当我反复诵读师父的新经文《要正念、不要人心》的时候，回顾自己得法近十年的修炼路程，一方面为自己能遇到这千载难逢的机缘，走进正法时期大法弟子的队伍而感到无比幸运，同时，又为自己学法不深、人心太重而自惭形秽。在“四中全会”前夕，我虽然也明白师父讲过不要把希望寄托在常人身上，但就在那几天，我思想深处还有这样的念头：如果四中全会的结果好一点，我们对世人讲真象的阻力就小一点，迫害的结束就快一点。这些念头的产生，正是自己学法不深、正念不足的具体表现。它反映了“人心”的去掉，不是表一个态，说一句话那么简单，而是一个长期艰难的修炼过程。

师父这篇经文，是对我的当头棒喝，叫我惊醒，催我奋起。我系统的梳理了一下自己的思维，深感自己愧对师父的慈悲救度。中国有十三亿多人，大陆大法弟子如果以七千万计算，每个人讲二十个人，两天一个，四十天也讲完了。何以还有为数众多的世人至今还不能从邪恶的毒害中

解救出来？当然，讲真象救度众生不是常人的工作，不能平均分配，更不能硬性摊派，而是要靠大法弟子的正念自觉自愿的去做。被毒害的世人中也不是个个都可以救度的，但师父要求我们要尽可能的去救度。许多国家的大法弟子举办反酷刑展（真人演示），都有力的震慑了邪恶，揭露了迫害的真象，使众多受欺骗的世人如梦初醒。在大陆目前还不具备使用这种方式的条件。但大陆大法弟子要和国外大法弟子密切配合，形成一体，对邪恶形成内外夹击的态势，这样才能更有力的震慑和清除邪恶。当然，各个人的具体情况不同，对法的理解和修炼的层次不同，自身具备的条件不同，所以也不能同样对待。条件好的可以能者多劳，多多益善。条件差的在力所能及的范围内，也都可以尽其所能。象面对面讲，送真象光盘，发真象资料，写信，打电话，依法起诉迫害大法的恶人等等，都可以理智的智慧的以各种方式做好。但是，做好这一切的前提和保证是大法弟子的坚定而强大的正念。我想我和各位同修一样，在今后证实法的道路上，无论年年月月、时时刻刻、分分秒秒，无论一思一念、一言一行、一举一动，都要永远头脑清醒，永远牢记师父的教诲，“要正念、不要人心”。

最后，让我们共同重温师父这篇经文中的一段话来作为本文的结束：

“清醒吧！这场历史上最邪恶的魔难都不能叫你们清醒，那就只能在法正人间时惊悔与急恨自己太差劲的绝望中看着真修的大法弟子圆满的壮观了，这也是自己种下的因果。我不想丢下一个大法弟子，但是你们得在真正的学法与修炼中提高自己呀！在证实法中救度世人，做好大法

弟子应该做的三件事。精進吧，放下人心的执著，神路不算远了。”

怎样在法理上看待曼哈顿的街头现象

大法弟子

【正见网】邪恶残余支撑的首恶
在人间绝对不敢和我们面对面辩论的，那么宇宙的败灭残余们会不会演化成别的形式出现来干扰迷惑世人以致大法弟子呢？

几周前墨西哥音乐艺人总是7至8人一伙在我们大法弟子模拟酷刑的真象点旁边放大声音乐，远远的过往者根本听不见我们的音乐，我没太往心里去，但三周下来，昨天我才感到他们是我们的每个点都去，而且已经改成一个人携带一个超级大音箱(有组织有目的地)的与我们的真象点抢行人注意力，他们的音响超过我们的小蜜蜂播放音乐的几十倍，能盖过周围所有的声音，能吸引周围所有的注意力。

“这音乐挺好听的”。“这音乐不难听”。凡是产生这一念的学员身体都有不同程度的乏力、疲劳、身体各处酸痛，尤其是发正念时睡过去的特别多。师父说：“不是在它们造成的魔难中去修炼，是在不承认它们中走好自己的路，连消除它们本身的魔难表现也不承认。(鼓掌)那么从这个角度上看，我们面对的事情就是对旧势力全盘否定。它们垂死挣扎的表现，我与大法弟子都不承认。”(《2004年芝加哥法会讲话》)

怎样才能做到“连消除它们本身的魔难表现也不承认”呢？做好三件事一切尽在其中。发正念后他

们昨天就走了。前天我们在吹箫那人背后近距离发正念，那音乐也变了调儿。但我发现离“连消除它们本身的魔难表现也不承认”的高深法理我们差得还很远，这里是正邪大战的主战场！街面出现的一切我们必须首先识破它，然后反过来为我所用。比如：红线地铁一整天不通车，那么我们就利用换乘其它车的途中发真象，举小展板让更多的众生知道中国迫害法轮功学员，为应付突发事件要求自己每天上路前带足救度人的一切资料；某国正在搞腰鼓队游行，服装都象孤魂野鬼，搞的满街堵车，看热闹的都往腰鼓队方向跑，几尽空巷，那我们就发给因堵车而停车的司机和尽量四个路口让司机们都看到小展板上写的字；很多怪异团体和个人搞的刨腹流肠的图片和演说我们就视而不见，发正念，坚决清理干扰……

仔细研究墨西哥艺人的音响设备，发现完全可以为我所用。曼哈顿的马路噪音他们全都能覆盖，说明他们有露天音响的经验；他们把三周前的8人演奏变成一个人携带超级马达和超级音箱正从一个侧面提醒我们，人数少音量超大的讲真象，根本就不受法律制约，他们熟悉三人以下或少数人的有关当地法规；他们的超级马达(还是电瓶)没有一点噪音，说明一天下来所需的电力问题也可供给的。

我们可以按照经文的要求写出讲真象的播音稿。“大法弟子今天所做的一切，你们在社会上所接触的一切，我告诉你们，你们就是在救度众生。无论你见了什么样的人、哪个阶层的、什么样的职务，不要只是认为因为邪恶对大法弟子迫害我才找你讲真象的。我告诉大家，救度众生是第一位的，讲真象是救人的办法。人

22

明白了真象之后，知道了这场迫害如此邪恶后，人当然知道怎么去做，在这之后你要求他给予的支持，对这件事情怎么做，就是他在选择未来。特别是那些在迫害中被蒙蔽的人，你不给他机会能行吗？你不告诉他真象他们就永远失去了未来。”(《在2003年亚特兰大法会上的讲话》)

不管这个街头艺人团体以前怎样，在各个空间被谁操控，我们都按法的要求给他们讲真象。我们不求结果，但最好最正的结果是他们所有象浆糊一样粘着我们曼哈顿各个真象点，酷刑演示点的人和音箱在得知真象后播放真象内容和法轮功的音乐。因为我们把他们看成是众生之一，我们必须按法去做。

这是难。我们昨天无意中发给他资料时，他的眼神已经告诉了我们一切，他什么都知道，他是来者不善，他是来争斗的，他更卖劲的吹排箫，光盘放着音乐，响声象大型演奏团体，压过了“小蜜蜂”，压过了法轮功真象播音稿录音。傍晚我们收了，他才收，今天又是如此。于是我们告诉墨西哥艺人团中国仅仅9月份迫害致死了26个大法弟子，如果我们不呼吁停止迫害，这场迫害还会继续，而且已经延续到有中国使领馆的每个国家和城市。

现在每分钟每秒钟每个众生得救的希望就是法轮功真象。关键是播音稿的内容，一定要一举多得，几句就能把法轮功是怎么回事、迫害是怎么回事等等说清楚。我们的遍地开花小分队可以在曼哈顿各个路口，旅游点利用超级音箱讲真象。如果音量盖过所有马路噪音，不接资料的人，封存太久的良知，善念都会被唤出来。

我们要想尽一切办法在极短的

时间内，遍地开花以极少的大法弟子救度众多的世人。每个大法弟子都有不同的智慧，如能贡献出来，与大家分享，曼哈顿的真象绝对能够突破现状，突破各种意外干扰，充分利用人类历史给曼哈顿的今天奠定的救度世人的文化：高密级度集中的各个元首会议；高密级度集中的记者群；高密级度集中的商贸决策群；高密级度集中的911事件原址的各国参观群等等，都为1亿比70亿(大法弟子和常人的比例)赢得了时间，假如一个商贸界老板知道真象后能再向他的下属100雇员讲的话，那么曼哈顿则为我们提供了意想不到的翻10番，翻百番的快捷深入细致讲真象的空间。媒体中明白的生命已经在摆放自己美好未来了：上周纽约市多家报纸分别以两个整版，或一个整版报道法轮功真象。

纽约除恶之行心得

美国大法弟子 洪明

【正见网】八月曾同去纽约。刚上高速公路，就感觉到正邪大战的非同寻常。整个身体象是掉到了奶酪里，浓浓的，厚厚的，全部是邪恶。赶紧在车后座上开始打坐，意念中身体放射出光，在迅速消除着邪恶。直到实在太累了，以前还从未有过这样能量用尽的感觉。睁开眼，看到现实世界的浓密黑云，被劈开长长一道裂口，把云层中的太阳显露出来。火红的夕阳放射着柔和的光，好像在预示着除恶必胜的结局。我知道虽然除恶未尽，但这场小范围的正邪之战胜负已分。

趁着休息，赶紧炼了炼神通加持法。车子继续上路了，一路上保持着

23