

正见周刊



2024年2月25日下午，神韵新纪元艺术团在英国萨尔福德市洛利艺术中心（The Lowry Salford）的第七场也是神韵2024演季在英国的最后一场演出，再次迎来爆满的盛况。

第 1123 期

2024年2月27日

目 录

正见新闻

神韵查尔斯湖爆满 鼓舞人心 市长深感荣幸	/3
神韵连三场大爆满 澳黄金海岸主流争睹盛赞	/3

世人觉醒

公司老总高喊“法轮大法好 真善忍好”	/4
--------------------	----

修炼体悟

随笔：自我的“痕迹”	/6
怎样与家里常人相处	/7
一次摔伤后所悟	/9
一念之差归正自己	/14
追上	/16
向内找转变观念三次闯过病业关	/17
“背后议论同修”危害大	/19
修炼中的一点体悟	/21
兑现使命	/26
学好法 修好自己 抓紧救人	/30
去执着 修心性 多救人	/37
从两件事看天壤之别的后果	/42

那边，邻居很不高兴，就警告说：再乱倒水就举报他们。这时邻居已经知道他们是大法弟子了。由于每天进进出出一些同修，有停留一下就走的，有新来的，后来，又有同修顺手倒脏水，脏水就流到邻居那边，邻居便向警察举报了。据说有 20 多位同修遭到了邪恶绑架，给大法造成了巨大的损失，联络点被破坏，邻居无知中还犯下大罪。只因为同修的行为不拘小节，给了邪恶迫害大法弟子的可乘之机。

我当时所在的点在房山区，一天点上来了一位安徽的同修 C。同修 C 说他在出租屋被邪恶发现，跑掉了，他还欠房东 1800 元租金，但是他身上没有钱了。我想：被恶警追捕，还赖掉常人的欠账，那常人更会误以为大法弟子是坏人了。于是我对 C 说：我这里还有钱，你拿去付给房东吧。第二天，C 同修坐车几个小时前去将欠的房租付给了房东。房东夫妇还有儿子都在，C 同修给他们讲了大法被迫害的真相。房东夫妇本以为这个钱再也收不到了，没想到 C 冒着危险主动送回来了，一时感动的热泪盈眶，他们明白了修炼大法的都是好人。

上面两件事可看出来，第一件是很小的事，但是没有按照大法的要求做，没为别人考虑，在邻居知道他们是大法弟子后，没有让邻居明白大法真相，没有救邻居。第二件事按照大法的要求，站在为他和为法的角度去做了，让一家人明白了真相，可能这一家人都得救了。截然相反、天壤之别的两种结果，今天仍然值得我们深思并严格要求自己。

以上仅是个人体会，希同修以法为师。

后来我发现发给社团更好，发到一个社团，里面全部的人都能看到，比一个一个传好太多了。我就开始注意社团，加入社团群组。师父又点化我不用加入社团群组一样可发团到社团里去，那是更方便、更迅敏，传送速度更快的方法。当我把彩图传到脸书上面，只要点分享，他就会出来您要分享到哪里的画面，其中一个分享是分享社团。这社团一点可以看到约 100 个社团，我会依彩图内容发给社团，有的彩图很适合大面积发送，例如我做的一张彩图是《为您而来》，我知道每个人都是为法而来，我就大面积都发送过去。这张图分享了 81 个社团，到现在 112 次分享，被分享出去的图片，社团里面还会有人再分享出去。一个社团最多可到 5000 人，有的 3000 多人，1000 多人，几百人都有。我估算若有 80 个群，平均一个群 1500 人，等于 10 多分钟就可以传送 12 万人看到真相图片。所以我把他分享出来，平常花 10 分多钟动动手指头就能够广泛的把真相传播出去。在师父引导下“神来一笔！”大量真相图片广传。

与同修分享我的一点修炼心得，有不在法上之处请同修慈悲指正。

谢谢师父！

谢谢同修！

从两件事看天壤之别的后果

大陆弟子

1999 年底，我与同修进京护法。当时北京及周边有来自全国各地进京护法的同修，因此也有了遍地开花的联络点，有时一个房间或者一个小院里容纳了几人甚至几十人。

听同修讲过这恶事：有一个联络点里面住着 20 至 30 多人，有个同修在洗碗后顺手就将洗碗水倒了，污水流到邻居

正见新闻

神韵查尔斯湖爆满 鼓舞人心 市长深感荣幸



2 月 20 日晚，神韵巡回艺术团在查尔斯湖市民中心罗萨哈特剧院的演出大爆满。剧院气氛温馨热烈。

查尔斯湖市长 Nicholas E. Hunter 当晚在剧院观看了神韵演出，并在演出结束后颁发褒

奖，宣布当日为查尔斯湖市的“神韵演出日”。

Hunter 市长表示，“演出鼓舞人心，独一无二，光彩万千。”

市长夫人、律师 Becky Hunter 说，“每一个人都应该观看神韵演出。”

神韵连三场大爆满 澳黄金海岸主流争睹盛赞



继前一天大爆满之后，2024 年 2 月 24 日，澳洲黄金海岸观众再次以火爆的票房表达了对神韵演出的喜爱。下午场门票全部售罄，一票难求；晚场也几近售罄。神韵美名在黄金海岸的主流人士中广为传播。

当天，黄金海岸艺术中心（Gold Coast HOTA Home of the Arts）神韵纽约艺术团的两场演出气氛热烈，观众们深深陶醉在无以伦比的艺术飨宴之中。男子舞的阳刚和女子舞的典雅，多次赢得观众热烈的掌声和叫好声；妙趣横生的故事、巧夺天工的编排，更是引得笑声、赞叹声交互雷动。

世人觉醒

公司老总高喊“法轮大法好 真善忍好”

我在超市看到一个优雅的女人，瞪着手中的商品发呆、眼神游离，若有所思的样子，就走过去半开玩笑的说：“您的钱如果不是风刮来的话，我知道一个地方也有同样的商品，价格是同款的一半儿。”她转身上下打量着我，然后放下手中的商品，苦笑着说：“钱不是问题，是生死问题？”

原来她是某企业的老总。想当年，因为“家庭出身”不好，被共产党打土豪分田地、全家族被下放到农村，被迫下嫁到北京郊区一个农民家里，后来家族被平反了，俩口子回城都被安置了工作，端上了铁饭碗，没想到，为了生二胎，她被公司开了现场批斗会，成了超生的反面典型，最后被开除公职。为了生存、养活两个年幼的孩子，她开始干个体，白手起家，艰辛数年，生意越办越好、风生水起。后来成立了公司，自己也成了上市公司老总，旗下还有数个分公司，钱有了，烦恼也来了，由于积劳成疾，她的身体每况愈下，得了要命的病，不得不住院手术。就在她在医院做术后治疗时，她的丈夫接管了她的业务，眼花缭乱的生意场所，使他丈夫心猿意马，竟然背着她在外面搞了好几个不三不四的女人。等她出院时，还把其中一个最年轻的女子带回家，逼她离婚，她很想不开，往事历历在目，真的万念俱灰，徘徊在生死之间。

听了她的倾诉，我说：“有生命、有健康、有平安才有一切，现在也是所有人都面临着生死抉择的问题。”她说：“我的境界太窄了吗？”我说：“因为人心坏了，所以神来了，告诉世人法轮大法好、真善忍好，符合宇宙特性的人才能留下，不符合的当然要淘汰，而且还要退出共产党邪教组织，做个清白的中华儿女，不做马列子孙，因为人是神造

据争取立功赎罪，再告诉他有四亿多万人三退保命，我说退党很重要，劝他退党，帮他取化名永德。他说他考虑，我想他是不合意，我说那用永康化名退，永远健康平安，他这次很爽快同意了，让他记住诚念“法轮大法好 真善忍好”，这护身符可以让您危难时逢凶化吉。最后互道再见。

3、拨打的是泸州市公安局 XX 分局，第三次才接电话，听 5 分 3 秒，讲了同上面〈大灾难的原因〉、〈邪党的本质〉、〈迫害法轮功的残酷性〉。讲到：“共产党为什么要迫害佛法修炼的人？因为共产党不是我们中华民族的东西，它是马克思带来的。马克思是德国人，加入的是撒旦教；撒旦是个魔鬼教，它发誓消灭人类，是通过两种方法来实现：一是摧毁人的道德；二是剥夺人的信仰。它知道没有道德、没有信仰，人什么坏事都敢干。”讲到这里，他叫住我，问哪里人？我介绍一下自己后，开始劝他三退，问说：“你是党员吗？”他回应：“是”，我说帮您用化名永正，永远有正义良知。他马上说好啊！我让他记住今天的日期，日后好拿证书用。

以上三通三退电话，都是同修多次铺垫讲过真相的，他们明白真相后师父鼓励弟子，让弟子给退的，他们是明白真相，迫不及待要来三退保平安的众生。

三、师父引导如何广泛救人

我原本不会制作图片，因每年要给师父做贺卡，这个机缘在师父的引导下，我加入真相图片群组。我在里面是做真相图片的，彩信同修会帮忙转传给公检法司这些众生，彩图里有真相内容、真相网址、真相二维码等。我觉得这也是一种传递真相的好办法，后来我就在我的脸书开始放我的真相图片，后来有人会私讯传给我一些信息，我就开始传给他们真相图片，一个人一个人传。

他问我怎么知道这个电话的？我说：“这是一个派出所，派出所电话是公开的。我是按着派出所电话打。今天打电话来也是为您好，您很幸运的接到了这通电话。我帮您取个吉祥化名吧！您是党员对吧！”他默认，我说：“加上您这派出所名称填上去声明”，他没有说什么，我说：“那您就记住永祥，永远吉祥，把您入过党员誓言抹掉好吗？”几秒后他回应：“没事，这个我知道了，好的。”就这样他最后拐了个弯说好的，感谢师父加持让他明白的一面退出共产党员。

2、普洱市一个看守所，接通 10 分 41 秒。我说：“中国四年瘟疫他是有原因的，它是一个大淘汰。为什么会有这么大灾难？当这个社会出现道德败坏，特别是出现灭佛的情况，才会有大面积淘汰出现。中共长达 24 年对法轮佛法的迫害，是中国历史上最大的一次灭佛，法难不是佛的难，是人的难，迫害佛法是要遭到天谴和人治的。中共迫害法轮功的罪行，是‘反人类罪’、‘酷刑罪’和‘群体灭绝罪’，这个罪行比希特勒的罪行还要严重。所以，一旦清算到来时，所有参与迫害法轮功的人，将像当年纽伦堡审判纳粹罪犯一样，也会受到国际法庭的重判。国际追查迫害法轮功的国际追查机构，已追查迫害法轮功事件 10 多年，现在全国有近 13 万参与迫害法轮功的公检法司人员纳入追查名单；同时，有将近 9000 多参与活摘器官的医护人员也纳入追查名单。一旦纳入这个名单，将追查到底。”

我开始给他网址上去了解，他说：“讲太快没记起来”，我又慢慢讲，他说去拿纸笔来记，我先给法轮大法在长春网址，又给明慧之窗、追查国际、三退网站、九评共产党网址等等，他在记网址与电话时都非常仔细，问得很清楚。他又问有电话可以联系吗？我就给台湾三退电话：00886-906073004 与追查国际举报电话 001-347-448-5790、传真 001-347-402-1444，让他赶紧向追查国际举报并提供证

的，现在天灾人祸这么多，就是在优胜劣汰，选择可以留下来的人。”

她说：“提起共产党，我的气就不打一处儿来，从我出生到现在，就没消停过，小时候是地主资本家狗崽子，长大因为成份高下嫁农村，回城生孩子被开除，开公司被共产党各级官员剥削血汗钱，丈夫跟江大蛤蟆学的养小三儿、夜夜歌舞升平，这全是共产党制造、世上绝无仅有。”

我问她您怎么看的那么清楚啊，她说：“三年疫情封控看的太清楚了，百姓所有的不幸都是共产党制造的人祸，核酸报告没出来有病的人死在医院门口，孕妇把孩子生在大街上，老百姓连个畜生都不如，我看过法轮功资料，接过国外电话，人家说的都是真相、真理。”

我说：“您是共产党员吗？”

她说：“那时成份高，不能入党，只入过少先队、戴过红领巾。”

我说：“您入队时发誓为共产主义奋斗终生、还要时刻准备着牺牲，天灭中共与党徒，您就是她的一份子，是给共产党垫背的殉葬品，退出吧，向神表个态，祝您拥有美好的未来。”

她眼前一亮说：“把我两个孩子也给退了吧，他们都是公务员，而且都身居政府要职、单位的一把手。”

我笑了笑说：“必须本人同意才行，先给您退了，回家一定给他们讲法轮功真相，告诉他们常念法轮大法好、真善忍好能遇难呈祥、逢凶化吉，得到神的护佑”。

“您再教我念一遍，我要把这九个字雕刻在灵魂中。”她说。

我一字一句的告诉她：“法轮大法好、真善忍好。”

没想到这个看似优雅的她，放出最大分贝，用女高音歌唱家的范儿，高喊了三遍“法轮大法好、真善忍好”。结果

奇迹发生了，偌大的超市一切像静止、被定住了一样，嘈杂的超市瞬间悄无声息。

她眼里含着泪说：“我的心不堵了，您是神派来救我的，我的事业家庭有救了。”

夜幕降临，不觉间与她聊了三个多小时，我们相互道别，她消失在长安街的车流中，向着中轴线最亮的地方驶去。

修炼体悟

随笔：自我的“痕迹”

大法弟子

我的自我很重，自己也知道，去除自我，是修炼中至关重要的一点。几乎所有的执著心，都是源于自我这个“司令部”。

这篇就曝光一下自我的“痕迹”，很多是不经意的表现：

当自己滔滔不绝谈发表见解时，对方没有跟进，无感，或者没有理解自己的意思，或岔开到另一个感兴趣的话题时，自己就感觉不舒服。其实就是自我的表现。自己是希望，自己的认识应该被很好的听到，而且最好被共鸣到，反馈要是“你悟的对我太有启发了”，才感觉受用。这种心态是希望别人都顺着自己的意思，顺着自己的感受，很有种想要强加于人的心。其实，每个人的想法和感受都很不同，自己有感觉的视角，别人不一定有感觉，这很正常啊。但是，自我可不管这个，而是希望“一言堂”。而且非常的好为人师，自己认识到了什么，就要求别人也得认识到。

自己的稿件被修改，感觉不舒服，也是自我的表现。

一个同修提到，她某次发言时，观察到某位同修是唯一

看到视频新闻，哪个地区发生什么事，您都能清清楚楚的看到，知道事情的原由，可以早做防患，保护自己跟家人远离灾难。我们华夏民族有着五千年的文化积淀，中华儿女遵循‘仁、义、礼、智、信’传统美德几千年，相信善恶有报。可是中共短短几十年的时间，破坏了我们中华民族的传统文化，毁坏了人类的道德，过去的礼仪之邦已不复存在，只有解体中共，脱离中共，才能实现我们中华民族的伟大复兴。”

对方说：“没听清能再说一遍吗？”我再给他强调：“记住一个法轮大法在长春的网址，这个网址上去可以看到很多重要信息，知道怎么保护自己跟家人，做个善良有未来的人，不当中共替罪羊，三退保命很重要。因为以前您加入党、团、队时，是对着血旗发毒誓的，说要为它贡献一生把命献给它，它执政这 70 多年来很多运动都是杀人整人运动，那誓言兑现时，我们就成替罪羊了，所以我希望您能平安！警官！我说的您听得清楚吗？我刚给您的网址就是要您上去了解。那您知道全世界有 100 多个国家都在学炼法轮功。这么好的功法，为什么在中国遭受迫害打压 24 年，那也是原因的。因为中共讲假恶斗，法轮功讲的是真善忍，那是一个善与恶的对比。所以他不让人学法轮功做一个好人，迫害传统文化不让人信神、信佛。信神佛的人是有道德规范的，他不让人信神佛就是要让人道德败坏，跟着他去敌视修佛的人，迫害好人。为什么要这样做呢！因中共信奉的就是魔鬼，他是要毁灭人类的，所以我们一定要清楚，要做个善良人。”

对方开口问：“您是…南方的，对吗？”我说：“对，我是台湾的，咱们都是可贵的中国人。”我问：“您来过台湾吗？”他笑笑的马虎带过。我说现在有四亿多万人都三退了，先生我帮您把发过的誓言抹掉，您心里知道就行了。”

使用了；而不熟电脑的同修就需要花很多时间来教学，此时就出现了心性的考验，自己从一点点的动心到很动心，心都起来了，开始说话不控制自己的音量，没锁住心性，师父安排给我磨练心性的关没过去。

师父在《美国西部法会讲法》中说：“所以你的修不是给你自己吗？可是你们在修炼过程中修的自己越来越善，善到想问题都在为别人着想，修成一个无私的生命。”师父的法让我看到自己的不足，悟到自己的问题所在？

我是个修炼人，应该做到无时无刻都按照真善忍来要求自己，保持修炼人的状态。但我反观自己，帮同修时，心里却想还有什么什么事还没做，今天还有功没炼等等，只急着想快点结束，急躁心与埋怨心都出来了，抱着这种执着心，自私自利的想法，怎么能把事情做好呢？所以不管何时，我都要时刻谨记自己是一个修炼人，抑制魔性，修出佛性、慈悲心来，听师父的话凡事为他人着想，修成一个无私无我的大觉。

二、打电话救人

1、烟台派出所一位警官接听电话，我们互动问候后，我说：“警官！我打这电话来是有一个重要事想跟您说，您听说法轮大法洪传全世界了吗？他们都是按真、善、忍来做一个好人的。您能保护好人，老天有眼会护佑好人一生平安。您看四年瘟疫还没有过去不是没有原因的”。他笑的说：“喔！”，我继续说：“以前罗马帝国也很强大，就是因为罗马皇帝迫害基督徒才会发生四次的大瘟疫，历史在重演。所以我们只有心存善念才能躲过这场大劫难，送给您一个网址….”。

我读了两次网址让他记下来：“您有空要上去看一下，里面有很多重要信息…，其中有一个‘干净世界’点开可以

一个离场的，她意识到彼此有间隔。我理解同修的想法。但从另外一方面看，我感觉，同修的自我太强了。别人离场，可以有各种原因，当然间隔也许也是其中一个原因。但是为什么考虑问题的基点，就觉得自己发言就得被认真倾听？还“无意中”关注到谁离场，多少人离场等，对这种本来很自然的现象去过度解读，从谁认可或不认可自己的角度去解读，这不就是强大的自我吗？其实，我自己也是同样的心态，所以可以理解其背后的执著，那就是心胸狭窄、以我为尊，恨不得自己说什么，别人都得洗耳恭听、一片夸赞，内心才满足，其实那样是满足自我。

一个同修，多年间，都在提，某次，某个人如何的赞赏了自己的能力，这件事情被同修如数家珍一样，随时拿出来证明自己。我听着感觉好笑的同时，也意识到，其实这面镜子是展现给我看的，我自己不也这样吗？但是当局者迷、旁观者清，看别人的问题看得一清二楚，到自己这里就糊涂了，其实自己也许更差劲儿。

上述这些，还是自我在不经意间所流露的“痕迹”。有些更加强烈而明显的表现，就不展开了，包括对人发火、和人争对错、不让人说、一说就炸、互不服气、互相拆台等等。

一点体会，不当之处，请慈悲指正。

怎样与家里常人相处

新生

家里人不修炼，难免会和我们修炼人，在很多方面存在着不同的看法和做法。面对此事，我们怎样能更好的体现出修炼人道德水准是高的。在具体处理修炼人与常人出现不同看法或不同做法问题上，个人有以下做法。

一、面对常人的错

当看到一件事，常人做错了。此时，首先看一下这事与修炼人自身有没有直接关系。常人的错有没有损大法因素。如果没有，同时再向内找一找，自己有没有在这方面也存在着执着，如果有马上发正念清除掉，不让这负面的东西，存在自己的空间场中。

当看到家中的常人与常人发生矛盾时，首先看看他们之间的矛盾，自己有没有这方面的人心，赶快向内找，找出自己的人心来。绝对不能被他们的表现所带动，甚至就事论事的分析他们谁对谁错。那样会将他们的矛盾进一步激化。此时自己不能起任何心，师父说：“任何一颗心都会促成很大的魔难，千万不要起任何心！”（《二零零三年元宵节讲法》）如果我们不起任何人心，自己做好了，心如止水。此时，常人之间的矛盾也会瞬间停止。

二、当自己与常人发生矛盾时

当自己跟常人发生矛盾时，没有任何理由反驳常人。师父说：“对的是他 错的是我 争什么”（《洪吟》（三）〈谁是谁非〉）这一定是自己错了。无条件的向内找，没有辩解，没有怨言，更不能有怨气，就找自己，真的找不到自己的问题，那也一定是自己哪一世欠家人的，也得还。记住师父一举四得的法理。同时看一看是否像师父说的：“是不是在利用着它的不好的一面让我们看到自己不好的一面呢？”（《新加坡法会讲法》）

用师父的法，深刻的向内找，一定会找到隐藏很深的人心。当自己向内找的时候，我们与常人的矛盾也会马上雨过天晴。记得：有一次，我和女儿出现，对一件事意见不同的看法，女儿当时很激动，大声对着我吼叫。我马上向内找，离开女儿，回到自己的房间，当我找到自己还存在着抱怨心

谢谢同修！

合十！

注：

【1】李洪志师父著作：《为什么要救度众生》

【2】李洪志师父著作：《转法轮》

去执着 修心性 多救人

台湾大法弟子

师父好！

同修好！

有幸得大法，在修炼 22 年的磕磕绊绊中，感受到师尊的慈悲伟大。师尊法中说：“能够持之以恒啊，不断的精進那才是真精進。这话是这么讲，做起来实在是太难了，所以说修炼如初，必成正果。”（《各地讲法九》〈二零零九年大纽约国际法会讲法〉）

回首刚得大法时，就认识到修炼是很严肃又庄严的，所以把以前爱看电视的坏习惯马上改掉，不再去开电视了；学法不久心性马上得到提高，跟同事发生矛盾、对我发脾气说不好听的话时，都能以平静心对待。刚开始炼静功第一天，不管脚有多痛，我都不敢乱动，一小时也没把腿拿下来！现在修炼久了，我却变得松懈懈怠，没抓紧时间做好三件事，学法、背法变得不专心，讲电话很多听一点就被挂掉，这都是我要向内找，反思的问题。

一、去执着 修心性

最近平台技术同修完成一个营救用的拨打软件，我跟另一位同修先试着拨打，再将状况反馈给技术同修，后来变成种子，与这位同修协助各个房间拨打工具的申请安装，并负责教同修怎么拨打使用。安装完，电脑熟悉的同修很快就会

了，心中恐惧，想寻求得救办法，才听了真相，真相是他得救的希望。在打电话讲真相的过程中，我认识到：打电话讲真相救众生不能走过场，打电话的用心成度、效果，是我们的修炼状态的体现。

二、学好法，修好自己

学好法、修好自己是打好电话，讲好真相的根本保障。学法的数量和质量关系到个人的修为和讲真相的效果。

1、一年来坚持在平台不间断的集体读法，背法，每天基本五~六个小时的学法时间，保证了学法数量。用心学法，不断明白法理，知道怎么去修自己，归正自己，使学法不流于形式有效果。脑中装进大量法，法就会赋予我们智慧，加持我们的正念。自身正念强才能解体众生头脑中不好的东西，救众生才会有效果。这是讲真相救人的根本保障。

2、打电话的过程就像云游，也是修自己的过程。打电话的过程中，接电话的众生千差万别，什么样的人 and 事都能遇到。那些不接、不听电话的，胡搅的、要钱的、骂人的、恐吓人的都是来修我们这颗心的。电话打的好、打的不好是我们心性和修为的真实体现。一年来，几千通电话的拨打过程磨砺了我的意志和吃苦能力，增强了我的忍耐力、包容心和善心，我的心更稳，更踏实，心性在打电话的过程中有所升华。

“修在自己，功在师父。”【2】任何成功都源于师父、源于大法。救人的是师父，是大法。是师父引导有缘人、能得救的人接电话听真相，来得救。是师父的加持，给我智慧，给我正念，我才能修好自己、讲好真相。弟子感恩师尊。以上交流只是自己所在境界的认识，有不在法上的地方，请同修慈悲指正。

感恩师尊！

和显示心时，女儿那边马上消停下来像没事一样，一场家庭风波就这样平稳的过去了。

现在我牢记师父的教诲：“作为修炼的人你也在常人中，你就得听那些不好听的，你就得能听那些不好听的，”（《各地讲法四》〈二零零四年芝加哥法会讲法〉）不管常人说我什么难听的话，我都能乐呵呵的听了。不再像过去那样强忍在心里，憋的心里难受了。我就按照师父讲的去做。师父还说：“大法弟子你只要自己做的正，你就会改变周围的环境，你就会改变人。”（《二零零五年旧金山法会讲法》）我要让自己做的正，改变自己周围的环境，改变周围的常人，让我周围的常人，都能变成一个好人。

明白法理后，现在我看身边的所有的常人都顺眼了，看着他们在苦海中挣扎，我心生慈悲，天天为他们发正念，清理他们空间场中，阻碍他们得救的一切邪恶因素，能让他们早一天走进大法中来，早一天重塑神体，回归天国世界。

个人的一点修炼体会，不在法上的地方，请同修们指正。

一次摔伤后所悟

黑龙江大法弟子

我今年八十岁，是个独居的老太太。九八年六月开始修炼大法，二十多年来在修炼路上，我曾经摔过几次跟头，但在师父的一路看护下，比较平稳的走到了今天。

今年元月八日下午，当我和同修讲真相分手后，到家附近的超市里，发现有一大袋价格不到三元钱的辣椒，比正常价格要便宜两倍多。我又买了一袋豆奶粉，准备凑齐四样礼品，送给刚从医院回来的高中时代的女友，顺便给她丈夫做“三退”。因为没有大包装袋，所以只能用两只手捧在前胸

往家走。当我快要到家时，摔了个大跟头，坐在地上，右手触地。我立刻喊了一声：师父救我。我又马上想到了师父讲的法：“所以你碰到了好事、坏事，只要你修了大法，都是好事，一定的。”（《二零零五年旧金山法会讲法》）

我定了定神，用左手捋了一下右手腕、手背及五指，一分钟后才缓慢站起来。捡起掉在地上的辣椒和豆奶粉，小心翼翼的走回了家。回家后，我拿着三退名单，去了同修家，向她说明了刚才发生的事情。她说：这是好事，一关一难一层天！她这句话更坚定了我信师信法的信念。我在她家吃了晚饭，发完六点正念回家了。

我加大力度学法，和同修每天学两讲《转法轮》，自己还听师父的广州讲法和《解体党文化》的录音，还学习师父的新经文，现在学到第十本。我用师父的法对照审视自己，认真的梳理了一下自己在近期修炼过程中的心路历程，觉的还有很多没有修去的人心、人念、人情。

一是，图便宜的利益之心。我一生都比较节俭，能精打细算过日子。所以在生活的小事上，不经意间滋养了很难去掉的图便宜的利益之心。平时我在大钱上如果损失了，我会一笑了之，能把握住自己；可是在小利益上，我却很难放下。如：我在日常生活中，买菜、购物时都是想买物美价廉，既便宜又好的东西，这已经成为一种生活购物的理念。我到商店买东西，如果不是打折的，我肯定不买，但从从不认为这是对利益的执著。

但随着法理的逐渐清晰，心性的不断提高，知道这是图便宜的利益之心。师父在《转法轮》第三讲中开示说：“当然我们讲了，人都是因为自己这个观念不对，心不正招来的麻烦。”我早就发现了自己的利益心及它的危害。在去利益心的过程中，也写过几次这方面的交流文章，在理性上也有了较深的认识，可是在不经意间又犯了同样的毛病，这也说

相。我不放弃，只要他接，就有希望，我就继续打，多给他听真相的机会。打到第十三次，终于有了效果。他接听 6 分 38 秒；最后一次他接听 37 分 11 秒。我采取口讲+广播的办法把真相传送给给他。背景可以听到办公室有几个人在说话。开始讲真相不好好听，后来我劝他：院长，这是救命电话，听明白了能保命，千万别错过，务必听一听。他们不再说话，安静的听了，一直听完，他自己挂了。

我体会到：在打电话的过程中，在无望中不要失望，有时候希望就在坚持中。

4、开门见山给审判多名法轮功学员的主审法官讲真相

有一次，给一个审判多名法轮功学员的法官打电话，第一次打过去他就接了 15 分 23 秒。我直接说，某法官：你冤判了多名法轮功学员，已经被国际追查迫害法轮功组织追踪调查了，你可能不知道你面临的危险有多大，今天冤判法轮功学员就是明天的罪证。谁都知道中共要完了，国际大审判、大清算就要开始，参与迫害者一个都逃不过法律制裁与清算。到那天你怎么办？你的上级都自身难保，有谁能保你呢？接着我给他放了广播《追查公告》，他全部听完挂了。

再打过去他又接听了 18 分 17 秒，我先读案头，劝他想办法退卷放人，或者开庭不判决，保护法轮功学员赎罪立功，被你保护的法轮功学员将来就是你的证人，他们一定会为你作证，帮助你。再冤判罪上加罪，就会葬送自己，殃及全家，不希望你这样，真心希望你能留下来见证历史。又给他放了广播《为什么会有人类》他全部听完后挂了。

第三次打过去，我放广播《瘟疫又起---》他不听，挂了。前两通电话打过去，他接起电话时“喂”了一声，没再互动，但他可能一直在听，因为听完后都是他挂断电话。可能他也知道自己冤判了多名法轮功学员，罪孽深重，被追查

了，会葬送未来，殃及家人，你一定不能再干这害人害自己的事情。

3) 夺命瘟疫又爆发了，保护好自己和家人。

法轮功创始人李大师说，“中共一直在掩盖疫情，三年多来中国的疫情已经死了 4 亿人，这波疫情结束的时候中国会死 5 亿人。”李大师二零二零年在《理性》一文中警示：

“这样的瘟疫是有目的地、有目标而来的。它是来淘汰邪党份子的、与中共邪党走在一起的人的。”“人应该向神真心的忏悔，自己哪里不好，希望给机会改过，这才是办法，这才是灵丹妙药。”李大师还说：“远离中共邪党，不为邪党站队，因为它背后是红色魔鬼，表面行为是流氓，而且无恶不作。神要开始铲除它了，为其站队的都会被淘汰。不信就拭目以待。”我告诉他：规避危险三点办法。停止迫害，退党，真心念真言“法轮大法好、真善忍好”，可遇难呈祥。咱们要保护好自己和家人，可别再制造冤狱了。同时让他记下网址，退党电话。

4) 配合广播《张赞宁律师的辩护词》《天垂灾祸——出路在哪——》。最后提醒他，南亚大海啸给后人的教训：别被假相迷住眼，听善劝保平安。千万别存在侥幸心理，千万要选择正确。【能听到背景有录音声、说话声和其它声音——】由于这通电话接的时间比较长，真相讲的就比较全面一些，比较透一些。

3、坚持不放弃，耐心的给某市区法院院长打电话

在打电话讲真相过程中，对那些多次接挂接挂，或多次接听，每次只听很短时间的众生，我们有耐心，坚持不放弃，有时还真有效果。例如：有一次给某市区法院院长打电话。我打了 17 次，他接了 14 次。开始都是接几秒、十几秒，一分多就挂了。接听时间这么短，他不可能听明白真

明自己修的不扎实。

二是，对家人的情很重。我有俩个儿子，都早已成家、单过。由于他们支持我修炼，所以都得到福报，大人事业有成，孩子品学兼优。但我经常照顾他们，既给钱又给物，这次买的辣椒我是不吃的，就是给他们分的，对孩子的情太重。对姐妹、亲戚、朋友的情也很重，总好替人家想事，操心。师父在《转法轮》中告诉我们：“这个情要是不断，你就修炼不了。人要跳出这个情，谁也动不了你，常人的心就带动不了你，取而代之的是慈悲，是更高尚的东西。”

我在平衡自己与亲人之间的关系时，有包揽一切的“观念”。今后我要彻底放弃那些割舍不下的“为亲人操心”的想法，不要让这些情丝搅扰我的平静心态，阻挡我提升，招致不必要的麻烦。

人世间的情，是人骨子里形成的人的理，作为修炼人真的要放下，想想这世上的任何东西再好，包括儿女亲情，哪一样能带走的？我们修炼人讲的是慈悲，我们要用慈悲去代替常人的情。

三是，不修口。二十多年修炼中，自己一直没有修好口。党文化的思维方式、语气较重。经常用自己的观点强加于别人。有时讲真相时运用师父的法，忘掉加上这是师父说的，无意中将师父的话让听者错当成自己说的话。这是严重的不敬师的行为，也是变相的破坏法。

说话过程中，有时不分场合，特别是在给亲朋好友讲真相时，不能顺着常人的意思讲，有时候讲高了，使常人对大法不理解，认为自己是在说大话，使常人对师父产生不好的看法，这也是不敬师不敬法。

有时说话，不能严格按大法的标准说，说话有水分，有时夸大其词，符合了邪党的假、大、空。有时为了迎合，敷衍了事，成了应声虫。根本不象个修炼人说的话。这也是严

重的不敬师不敬法的表现。

四是，有时混同于常人。表面上三件事都在做，天天学法，可学法时，有时主意识不强，常走神，心静不下来，就得不到法，就白学。炼功时也走神，常常是一会想这儿，一会想那儿，经常要把思想拉回来好几次。发正念时，有时提前几分钟，有时晚几分钟，不能保证和全球大法弟子同步进行，而且发正念达不到师父的要求。讲真相救度世人是我们目前要做的最重要的事，我却没有紧迫感，对自己要求低，认为每天能走出去面对面讲真相，能救到一个人就高兴了，心想总比不出来救人的同修强，而不是和精进的同修比，这是三件事上的大漏。

五是，有时不信师不信法。在这次摔伤后，一周内我的内心还很平静。打电话告诉每天来我家吃晚饭的二儿子，说我这周有事别来了。出事后的第四天，我带着冰箱里的两根黄瓜，步行去了大儿媳家，当时大儿子正在外地公出，我告诉她这两个周六、周日不能来吃饭了，我放下黄瓜就走了，我没告诉她摔伤的事，她也没看出来。这一周我和往常一样，该干什么干什么，三件事照样做。只是炼功右手右胳膊到不了位，发正念时，因右手手腕肿的很厉害，而且还鼓起了包，所以用左手代替，拿鼠标和笔也都得用左手，这样一来，生活节奏就慢了许多。

一周后，二儿子来了，让我去医院拍片，做一下处理，我告诉儿子我有师父管，有大法管很快会好的，你放心吧！后来，有的同修也知道我摔伤了，也来看我。有个同修说：向内去找，找对了，马上就好。听完这句话后，我心里开始不稳了。一看摔伤的假相比原来肿的还厉害了（因为前几天，站凳子上去拿阳台柜上的一瓶酸菜，没拿住，用右胳膊搪了一下，砸出了一道二寸长的红印，后来肿了）。认为自己是不是修的太差劲了，难怎么这么多，会不会有什么危险

虽然他一直没说话，可是一直听完真相才挂机。之后，我又给他发了短信和彩信图片作为讲真相的补充。

放下电话，我想：从人的这面看，他们虽然被中共无神论和谎言毒害很深，可能受邪灵控制，可能受利益诱惑和驱使——成了迫害法轮功学员最积极的恶人，可他们也是心虚害怕的，也怕丢掉性命，想保命。从法上看，他们的真我有明白的那面，是来得救的。他们也是师父的亲人，只不过这一世他们扮演了和我们不同的角色，正处在最危险中，所以我们更要救他们，不能放弃。大法慈悲无量，法力无边，恶人只要心底良知还没完全泯灭，还想得救，大法就能救了他们。

2、从不同角度讲真相，让众生愿意听真相

我们打真相电话最终目的是救众生，用平和心态讲明道理，从不同角度去讲清真相。让众生明白我们是真心为他的安危着想，愿意听真相。有次给某市法院刑庭庭长打电话，第一次没接，第二次打过去他一直听了48分52秒。

我是从以下几个不同角度讲真相的：

1) 讲基本真相。揭露天安门自焚谎言和罪恶目的；法轮功是什么；大法洪传；大法弟子为什么传真相；揭露中共邪恶本质。中共为什么迫害法轮功；迫害残酷手段：上百种酷刑、活摘器官，精神搞垮，经济截断、肉体毁灭。

2) 陈述利害关系，劝善。迫害违法犯罪；谁干谁买单；国际追查、国际法庭判决；谁都逃不过法律制裁。后果极其其严重。天惩恶报例子，抓替罪羊例子，纽伦堡大审判800名护士被绞刑。历史在重演，别当替罪羊。退卷放人是最明智选择。上面逼迫开庭，你可以开庭不判决。还可以以证据不足取保候审，把法轮功学员放了，将来他们是你的证人，一定会帮助你。今天你冤判了他们，就是判自己死罪

秒。我口讲补充一部分真相后，配合广播录音《江泽民死了》《法轮功在中国是合法的》《追查公告》等。最后送他免翻网址、希望之声收听办法，他都听完才挂了。

这个国保恶警能接受真相，退出中共邪党的团队组织，答应不再迫害法轮功学员，他很可能已经听过不少真相，良知被唤醒，到了该明白、该得救的时候了，大法救度了这个曾经的恶人，彰显了大法的威德。

紧接着我又打通了另一个国保大队长的电话（案子标明他是迫害法轮功学员最积极的恶人）。他一接电话就听了29分多钟。我先口讲劝善，我说某队长：我看到网上通报，你一直积极迫害法轮功学员，已经上恶人榜了，危险已经在等着你啦！我真为你担心。告诉你真相，希望你能醒悟停止迫害，保护好法轮功学员，争取立功赎罪，保自己平安。

他没说话，但也没挂电话，我继续讲真相。我说：江泽民的死亡加速了中共的解体，法轮功一定会平反，象德国纽伦堡那样的国际大审判、大清算一定会到来，那时，所有参与迫害者都逃不过法律制裁，你怎么办？没有人能保你，别再听命中共迫害法轮功学员了，那会葬送自己，也会害了家人。真相告诉你了，选择权在你自己，希望你能好好想一想，为自己和家人做出正确选择——留后路，保平安。

他仍没挂电话，还想听。我放了广播录音《追查公告》《法轮功在中国是合法的》。告诉他网址，劝他上网看李大师向全人类发表的两篇新经文：《为什么会有人类》、《为什么 要救度众生》。李大师告诉全世界的人，“但我看到的危险在一步步逼近人类。为此众神、佛要求我向世界众生说几句神要说的话，句句天机，为的是叫人知道真相，再给人得救的机会。”我说这两篇新经文句句天机，谁看了心灵都震撼。你一定要看啊，千万别错过。又把退党电话、希望之声收听办法告诉他。

啊？自己还能修成吗？

带着这些疑问，我去求师父，在书中、法中找答案。

师父谆谆告诫弟子：“不管出现什么情况，一定要把握住心性，只有遵照大法做才是真正正确的。”（《转法轮》）

师父讲：“一个人在修炼中会有很多关要过，造成的原因是从人出生以后就在不断的对人类社会认识中产生着各种各样的观念，从而产生执著。因为人类社会就是苦难与利益享受并行的世界，人生就是有很多的苦难，无论你有没有钱、什么样的社会阶层。因为痛苦会使人难过，从而人自觉不自觉的就会对抗苦难，目地是想活的幸福一些，因此在追求幸福中人就会形成如何使自己不受到伤害、如何好过、如何才能在社会中出人头地、功成名就、如何能获取更多、如何成为强者，等等。为此，在有了这些经验的同时，也就形成了人生的观念，经验又在实践中使观念变的顽固。”（《精进要旨三（越最后越精进）》）

从这段法中，我体悟到，观念是产生执著的原因。而一切的执著，只是让人在人类这个幻象之中过的舒服使人更难超出人类这个层次。作为一个修炼人，是要超出常人的，要想走出人世间的种种幻象，先得转变观念。因此，我试着转变观念，用看待幻象一样的心态去看待自己所遇到的事情。

从法中、从大法弟子的交流文章中，知道大法弟子，在得法后，全部被师父在三界、人间、阴间、地狱里除名了，不归三界管了。那么我们是否都能有这么坚定的信心和信念呢？当病业假相汹涌时，当遭遇危难时，在静心学法向内找的同时，是否坚信自己不归三界管，不归地狱管了呢？是否相信自己是神在人中、信师信法毫不动摇呢？若有如此坚定的信念，不动人念，就是在那个境界了。不会生出怕心与疑虑来，也就不受世间的理的制约了，魔难就只是在痛苦中的

消业，在内修中的提高与升华。

师父说：“比如表现上只是悟到了还不行，要正念正行才可以”“修炼中正念不强就关过不好、会持久，而且达不到正念强也会使信心受挫折”（《洛杉矶市法会讲法》）。通过这这一次的经历，我深切体会到师父的法，真是字字真机。在修炼人面对病业魔难时，在向内找到自己的执著时，效果不明显是因为我们没有做到正念正行。

这些年来，自己三件事做的一直很顺利，也没出过啥事，不知不觉的滋长了显示心、欢喜心、做事心、急心、求完美的心、执著自我的心等等。这些都是肮脏的人心，我都不要，全部清除出我的空间场。

新年伊始，我提醒自己：珍惜每一天，最后时刻不能松懈下来，对于自己明显的人心，要加大力度发正念清除。对于旧势力强加的思想业机制，要加大力度发正念灭尽！纯净更纯净，迎接与师父见面的那一天。

我使用逍遥笔，用左手写完了这篇交流文章，这时右手、右胳膊基本恢复了正常，但有些沉，还有点使不上劲。写这篇交流文章旨在告诫魔难中的同修们，抓紧高质量的学法吧！在法上下功夫，在向内修心上下功夫，早日功成圆满，堂堂正正的跟师父回家！

由于层次有限，有不在法上的地方请指正，谢谢师尊，谢谢同修。

一念之差归正自己

加拿大大法弟子

修炼路上，摔摔跌跌到今天，可还有很多事没有悟到，也没有做到。有一次我收到了一个邮单，但我没找到邮局，就问一个路人，我把邮单拿给他看，他说这个邮局在那边，

人。

一、多打电话讲真相，抓紧救人

2023 年，我在营救平台打了近九千通真相电话。其中包括紧急营救电话和项目拨打。电话都是打给大陆公检法司等迫害法轮功部门、单位和其它参与迫害单位众生的。在中共邪党封锁主要拨打工具，给打电话讲真相造成困难的情况下，还是有众多迫害部门和单位的六百多主要领导干部、负责人接听了较长时间真相电话（不包括那些接听时间短、多次接听的）。其中包括：区、县委书记；市区政法委书记、综治办主任；市区 610 办主任；市区公安局长、国保大队长；市、区法院院长、庭长、主审法官；市区检察院院长、检察长、检察部主任、主审检察官等等。

下面我仅举几例：

1、国保恶警明真相退出邪党的团、队组织

基层公安局、国保大队是迫害法轮功学员的直接责任单位。正因为他们的绑架、构陷，检察院才能立案、批捕。法院才能冤判，造成法轮功学员冤狱，遭酷刑迫害，甚至被活摘器官。这些人要是明白真相，良知被唤醒，停止迫害，不但自己被救度，还能减轻大陆大法弟子被迫害，救度更多世人。所以对他们讲真相尤为重要。

有一次打紧急营救电话。某市区公安分局国保大队长某某接了电话（案子中标明他是迫害法轮功学员的恶人）。开始打过去他不接，再打过去他连续接了六次，一共听了六分多钟。他一边听真相，一边：嗯、嗯，好、好。送九字真言，他说：记住了。劝他不要再绑架构陷法轮功学员了，后果极其严重。他连说：好、好。告诉他瘟疫淘汰中共，三退保命。他说：没入过党，只入过团队。我帮他用真名退了。祝福他得到救度，他开心的笑了。再打过去他接听了 24 分 8

字，从三界、从人间、从阴间，包括地狱，全部除名。从此大法弟子的生命只归大法管，不再入轮回，有了罪过也不归地狱管。修好的就功成圆满，归位新宇宙，主掌自己的天国世界。修不成的，违背誓约的，对大法犯罪的，就必定兑现用生命所做的承诺！只是师父慈悲一直在给机会。却不知感恩，还死死抓着执着不放。”

我要兑现使命，修好自己、多讲真相、多救人。

谢谢师父！谢谢同修！合十

学好法 修好自己 抓紧救人

美国大法弟子

2023 年，师父连续发表了多篇新经文，我理解核心的问题就是：正法已经到最后了，大法弟子要学好法、修好自己，抓紧救人。师父说：“在历史漫长的岁月中，生命轮回辗转千万年的往复等待，渐渐世人的生命真体（包括各民族）多与创世主有了各种亲缘关系，这使创世主更爱他的世人。当末后到来时，为了更好的完成救度，没有这种与创世主关系的生命是不能在此时当人的，到此时世人的真体都已是他的人，就连世上人信的那些神，转生成人来讲法、讲道所利用的人，也都是创世主的人。”【1】

师父的法让我明白，今天能活在世上的人，都是和师父有亲缘关系的，都是师父的亲人，都是应该得救的人。

2023 年初，师父向全人类发表了《为什么会有人类》。师父说：“过年本应讲几句大家喜欢听的年话，但我看到的危险在一步步逼近人类。为此众神、佛要求我向世界众生说几句神要说的话，句句天机，为的是叫人知道真相，再给人得救的机会。”师父在亲自救度世人。作为弟子要急师父之所急，所以我们要在营救平台全力以赴多打电话，抓紧救

这时我看了一下他手指的方向，注意到他的手指甲盖都是黑的厚厚的，我一看这不是灰指甲吗？我平时就挺注意这些东西的，心想这灰指甲不是会传染吗？等会回去我就把邮单扔了，我得小心点，满脑子都是他手上的灰指甲，念头就顺着自己的思想业想。

他看完后将邮单递给我就走了，刚走 10 米远又折回来，他说要顺路带我去，当时我很感动，他是位西人，个子不高，很有责任心。大概走了近 20 分钟就到了邮局门口，他说到了，我非常感谢他。

回家后我第一件事就是洗手，还一直看自己的指甲盖，这悟性……，简直把自己当成常人了，全是常人的思想，没有站在修炼人的基点上去看问题，而且天天都在看自己的指甲盖，这实际上已经是在求了，求得病；结果第三天，我的指甲盖变空了，又过了几天又空了一个，这下我更慌了，这不是得灰指甲了吧！传染上了，这多难看呀！所有的常人之心都暴露出来了，爱面子的心、求得病的心、怕心，这时我才想起我是修炼人，怎么能求这些东西，想就是求它，它不就压进来了吗？这一念之差带来的后果太可怕了。

师父在《转法轮》〈第一讲〉中说：“我告诉你，一点也不重要，你想多了就是执著心。你想重了，你不就是执著追求了吗？”又于《转法轮》〈第四讲〉开示：“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。”师父的法理白言白，怎么一遇到个事就像个常人。

我向内找，找到了有求之心，怕得病的心。我说师父我错了，我怎么能求这个呢？我不要它，灭掉这些不好的念头，这不是我，这全是假的呀！演化给我看的。此后我的观念转变了，再也不去想它了。一个月后，我一看指甲盖长出来了，和正常的一样了。感恩师尊，用这种方式点醒我。

还有一次到老年同修家，出来的时候看到老年同修，就在想这么大岁数了，走路都得扶着，下楼也费劲；走到楼梯，我往下看，心想这楼梯这么高，我可别像他们一样，下楼还得扶着。瞬间这一念后果太可怕了，我往下看楼梯就眩晕了，这么高怎么下？我还得扶着慢慢往下下。转念又一想，不对呀，我怎么能这么想呢？我是修炼人，怎么能和他们一样呢？我要灭掉这个不好的念头、坏思想，这都是旧势力安排的，我不要。

思想归正了，我开始发正念排斥它、反对它。过了一会，好了，不晕了，能下楼了。咱们修到现在，真是一思一念都很重要。不能乱想，不正的念头一出现就要马上归正，而这也是修炼人与常人之分，最大的不同的体现。

不当之处，请慈悲指正。

感恩师尊！

谢谢同修！

追上

大陆大法弟子

2024 年中国新年到了，祝全世界大法弟子新年好！在做好“三件事”上让我们更加精進。在这里，谈谈自己的一点心得体会，与大家分享。

我参加的学法小组有七位老太太，平均年龄 76 岁，其中最大的 92 岁。学法时，我们没有一人戴眼镜。多年来，大家坚持面对面讲真相，走过了全市大街小巷，海边、旅游点、车站等地都留下了我们的汗水和微笑，有许多难忘的记忆。

两个月前，在学法小组大家交流时，92 岁的老同修谈她每天都能坚持炼功、学法，炼功从来不耽误，即使时间紧落下了，也马上抽时间补上，即使有小组学法也从不耽误自己

法司的众生。只要能够让众生得救，我都愿意去做。我不会放松拨打营救真相电话，因为还有很多公检法司的人仍然不了解真相。有一天，我给公安打电话告诉他真相，听完后，他把电话转给了另一个人。那位男士非常凶狠，强烈要求我给他身份证号码。他三次大声吼道：“给我你的身份证号码。”我没有害怕、没有动心、心平气和的说：“我是海外华侨，不需要给你提供。”听我这样一说他挂断了电话。

在旅游景点也发生过同样的事情，在我讲真相的时候，一位男士阻止我讲真相，大声自称：“我是公安，提交你的身份证。”我平和的说：“我是海外华侨，这里是马来西亚，我不需要给你。”稀里糊涂的他一副中毒很深的样子说：“你不是海外华侨，如果你想成为海外华侨，你必须回大陆申请并获得批准。”另外，还有一名女游客也称自己是公安，我给她讲真相时，她大声的咆哮。我告诉她：“请善待法轮功学员，他们是好人。”她不但不听，还骂的更凶，甚至诋毁师父和大法。我没有和她争吵，心态平和不为所动。

后来我向内找，我意识到自己犯了一个错误，没有及时发正念消灭她背后的邪恶因素。我可怜那些公安，因为他们不了解真相，所以他们才会被中共洗脑、被谎言蒙蔽、最后被中共控制。他们的粗鲁和凶狠正是他们在监狱和拘留所对待同修的方式。这个糟糕场景的结果，实际上是师父鼓励我不要放弃，继续给大陆的众生讲清真相，救度更多的众生，特别是坚持在【全球营救平台】拨打真相电话，要让更多的公检法司人员听到真相。

师父在《大法修炼是严肃的》新经文中开示：“因为每一个人在走进正法时期大法弟子中来时，其明白的一面都对神发了誓，签了约，用生命来保证完成大法弟子应承担的历史使命，从此生命不再归三界管。所以师父把大法弟子的名

太快了！但是，我在仔细观察他们的时候，我发现其实他们还有善心。只是思想变异的很厉害，被中共邪党简直是加速的在变异。不管怎么样吧，能否得救其实就看他的善念了。大陆人无论怎么污染，表面以下有一层薄膜一样的隔着，一掀下去就是他自己，会象六十年代的人品道德。将来我会掀下去这个东西。”感谢师父鼓励我在景点讲真相的项目中勇敢前行，让我给很多的大陆众生讲真相。

二、坚持拨打真相电话

我每天积极上线和同修们在【全球营救平台】集体学法、发正念、以及拨打营救电话。同修们坚定救人的正念，激励我要打更多的真相电话。只要接通了电话，无论对方态度如何，我都不动心，把这当成讲清真相的机会。因为救度众生的机会可能会越来越少，所以我会非常珍惜接通的每一个电话。师父在新经文《醒醒》中开示：“法正天体已结束，目前正在向法正人间过渡。大部份大法弟子将随师法正人间。”个人体悟到：中共解体了，就没有机会讲真相了。我还没有修好，还有很多执著、观念和情没有放下，我要把救众生放在第一位，时刻提醒自己，要修好自己，救度更多的众生。在打电话的过程中，我遇到过一些善良并理解真相的众生。

我举几个例子：有一次，我打电话给政法委的一名男士，他安静的听了很多真相。还有一次，我给法院的一名男士打了电话，他安静的听了很久后，问我：“是否修炼法轮功”。我说：“是的。”明真相的他祝福我后说了：“法轮大法好”。还有一名派出所的男士接听电话时问我：“你是机器还是人类？”我说：“我是人类。”我讲了很多真相，他安静的听了很多真相内容，最后还听了5分钟的语音真相广播。我知道是师父在鼓励我，要多打电话救度可贵的公检

学法的进度。她走路一身轻。疫情时，全家人都阳了，就她不阳，让家里人见证了大法的神奇，更明白了真相。有的老同修，出去讲真相，每天能讲退二十多人。

还有一位快八十岁的同修，以前不经常到学法小组学法，有一次到饭店吃饭，快吃完的时候，吃饭的碗自动裂成了两半，她悟道：我需要精进了。她来到学法小组学法时，她看到她读法的时候，师父就站在她面前。她当时就流泪了，说师父鼓励我，让我精进。

正法快结束了，同修们都在往前冲，我还有许多执著心，如安逸心、懒惰心、懈怠，还有怨恨心等。心性提高的慢，不爱炼功，经常找借口就不炼了，身体出现了病业假相，走路腿疼了很长时间，我虽然八十多岁，但是还不如92岁的同修轻快。在小组交流后，对我触动很大，当时我就下决心要坚持炼功，不能懈怠，要追上去，不能落下。当我的心坚定时，师父就管我了，帮我把不爱炼功的物质拿掉了。从那以后，我愿意炼功，抱轮一个小时也不觉的累。这两个多月，没耽误一天，走路腿也不那么疼了。师父加持我，让我追上去。

也希望有病业假相的同修别被人的观念障碍住了，别忽视炼功。大关大难我们都走过来了，现在师父领我们进入法正人间，我们不能落下。做师父的真修弟子。

向内找转变观念三次闯过病业关

黑龙江大法弟子（本人口述 同修整理）

那是三个月之前的事。有一天，我炼完静功感觉到腰部特别疼痛，我向内找，我究竟哪里做错了，导致腰部疼痛。找了半天也没找到哪里出了问题。我很沮丧。随着腰部的加剧疼痛我没有了正念。产生了一个不好的念头，老同修修了

那么多年，怎么还走了，我刚修几年，我的症状和她一样，我会怎么样？心里很害怕。

后来师尊的法打入我的脑海里：“上士闻难一笑解 中士遇关不坦然”（《洪吟六》〈度人度己难〉）我想对呀！我不能和她比，每个人修炼路不同，我就跟师尊说：我要做上士，我不做中士。我不断的背这首洪吟，走路背，干活背，睡觉都在背，就这么一直背。背法中我悟到：不管遇到什么魔难，只要有师在，有法在，就没有过不去的难关。最后我理解、我明白、我悟到：信师信法不是说出来的，而是在你过关魔难中证实法中走过来的。明白了这些法理，这个难很快就过去了。

还有一次，有一天我去一同修家交流，同修的语言对我来说有些过激，虽然当时表面上我忍住了没说啥，但我心里很不舒服。因为在场还有四五位同修，这让我面子上很过不去。回家的路上我的大脑里反复出现同修的话，回到家后我就感到全身发烧，烧了两天一宿，严重时烧的我什么都不知道。后来我不断背法向内找，找到了自己面子心，不让人说的心，嫉妒心等许多人心。我悟到：同修指出我的不足，我为什么没有接受，就是自己法学的不扎实，遇事不会向内找，求名的心强。说白了，就是不想提高，不想过关。悟到这些我觉得应该感谢同修。是同修这些逆耳的话，才暴露出我的这些执著，我才有机会解体它，修去这些执著。观念转了，心也舒服了，也敞亮了。我双手合十，感恩师尊的苦心安排。

有一天，我去朋友家给她讲真相，她不但不听，还说些难听的话。回家后我心里很不舒服，心想：为你好，你不但不领情，还说话那么难听，我的怨心就出来了，这一怨不要紧，我的眼睛里出现了一个圆圆的玻璃球，里面还有一些小黑点，让我看啥都模糊，我马上意识到我错了，我赶紧向师

慈悲伟大的师父好！同修们好！感觉这一年过的很快，2023 年【全球营救平台】的年终心得交流会即将来临，平台协调的同修鼓励参与营救拨打的同修们写心得体会向师父汇报，并与同修们交流。我认为我应该这样做，如果有任何不妥之处，请同修们慈悲指正。

一、众生在觉醒

在过去的半年里，很多大陆游客来到我们的国家旅游。我很久没有去旅游景点了，因为外面天气很热，在家里很舒服，所以不愿外出。作为一名弟子，想要救度众生，我必须放下安逸的心态，走出去向他们讲清真相，救度可贵的中国人。在旅游景点，我发现大陆的众生非常友善，并且很多人表示已了解真相。个人体悟：在经历了几年疫情封控之后，有许多中国人知道如何翻墙，能够看到大纪元和新唐人电视台报导的真实资讯。

例如：有一位女士，她的儿子、儿媳和孙子，四人都非常友善，而且愿意听真相。这位女士说：“我很讨厌中共，中共是一个腐败的政府，我希望中共垮台。”她还问我：“你觉的中共几时垮台？”她的儿子还告诉我：他读到过有关中共活摘器官移植的信息。还有一个例子，我遇到过一位年轻人，他告诉我：“我只看大纪元，不看其他媒体，我计划留下来，不再回大陆了。”我向他讲了真相以及三退的重要性后，他同意三退，还举起手郑重的说：“我退出曾经加入过的团和队，祝李洪志万岁、万岁。”看到他得救后的举动，让我感动不已。我发现，更多的众生都了解并接受真相，更多的中国人正在觉醒。

师父在《各地讲法十三》〈二零一四年旧金山法会讲法〉中开示：“我从大陆出来十多年了，我一直在观察大陆人的变化，因为这与正法、救度有直接关系。我就发现人变化的

员，保护他们等于是保护自己！想办法把关押的法轮功尽快放了，以后执法时，若遇法轮功学员，把枪口抬高一寸。”接着我把基本真相都讲给他了，他听了 36 分钟。讲到“三退”保平安时，我劝他退党，他叹了口气，把电话挂断了，再打过去他不接了。不过我把“希望之声”，翻墙软件和“三退”网址都告诉他了，虽然他没有马上退党，但是我觉得他的心灵已受到了很大的触动。

营救平台是个修心的好场所，不认真修自己，正念不强，打电话就会受到方方面面的干扰。因为我们是要从旧宇宙同化到新宇宙的生命，旧势力早就在我们身体上做了系统的安排。只要我们修炼有漏，就会被干扰。不过，我们做了大法弟子，我们的身体的每个细胞，每个粒子，每层空间从微观至宏观，层层都是师父从新打造过，调整过的。只要我们按照师父和大法的要求去做，就能不断提高心性，直至圆满。但是如果稍有松懈，不在法上，就会走到旧势力安排的路上去，就会出问题。特别是我们老年弟子，我们的生命很可能都是师父给延续来的，活着的意义就是救人！修炼的路越走越窄，要求越高，我们一定要珍惜这万古机缘！珍惜师父为我们的巨大付出！珍惜我们走过的路！不给旧势力留下任何迫害的借口和把柄。只要我们走正修炼路，一切有师父做主！

在修炼路上，不进则退。唯有守住“修炼”这一念，方能清清净净绝尘埃，果正飞升上天界！祝愿同修在新的一年里精进，更精进，修好自己，多救人！

叩谢师尊！谢谢同修！

兑现使命

馬來西亞大法弟子

尊忏悔、认错，师尊弟子错了，一定改。怎么能怨众生呢？是自己没修出慈悲心来，没有那么大的能量救不了人。以后要多学法，修好自己才能多救人。

我悟到：修炼人无论遇到什么魔难一定不能动摇修炼的决心，和信师信法的坚定，只有在这样的基础上才能做到向内找转变观念，走过魔难，提高层次。把旧势力试图破坏大法弟子的坏事变成我们修心提高的好事。坚信大法，就会展现神奇。

“背后议论同修”危害大

河北大法弟子

一次小组学法，一位别的小组的同修也参加了。过了两天，我去一位同修家学法，她突然跟我讲起那位别的小组的同修，说这位同修读法读的真好，读的特别稳，修的肯定也稳。

我一听就说，你看的只是表面，她怎么样怎么样，就开始滔滔不绝的说起来，说的都是她不在法上的地方，说着说着还有点愤愤的感觉。因为我跟这位同修是同事，还在一个办公室，我对她了解。说完了之后，同修不说话了。我们开始学法，可是学法的时候，我就感觉不对劲，法学不进去，念的不知道是什么。我直觉刚才背后议论同修不对，学了老半天状态才恢复正常。

学完法后，我对同修说，刚才议论同修不对了。我得向内找找，这是什么心。同修笑着说，你这是妒嫉。我说倒不是妒嫉，是看不起，瞧不上，嫌弃，其实是嘲笑、是笑话。这个“瞧不上她的做法”表面上是为了维护法，细想想，这不是善念，根本不是为了法。是同修的做法不符合我的观念，所以我才这么看不惯。是冲击了自己，所以这是为私，

并不是为法。

背后议论同修，仅仅是笑话、看不上吗？你在口若悬河、滔滔不绝的说别人的缺点和错误的时候，难道就没有显示心吗？嘲笑别人做的不好的时候，议论别人的时候不是在彰显你做的比别人好、比别人强吗？这不是强烈的显示心吗？

回家后，我还在想这件事，今天同修突然提起这位同修，绝不是偶然的，就是为了暴露出我这颗长期不去、视而不见的执著心。这件事背后暴露出自己多少执著心啊！

对同修一点善心也没有，看到同修的做法不在法上，我应该替她着急，能帮则帮，而不是嘲笑、看不上。同修本是比较比亲人更亲的人，应该互相帮助，共同提高，而不是互相排斥。

因为对同修的嫌弃、瞧不上、所以对同修形成了观念和成见。因为内心瞧不上而表面冷漠、疏远，从而和同修形成了间隔。所以即便在同一单位也无法配合形成整体。我跟她既是同事又是同修，这是大缘分，也是师父安排的。这不光是修自己执著心问题了，还影响了整体配合、救度众生，我还辜负了师父慈悲安排。

由于自己不修口，不但自己造口业不说，还给同修的空间场扔了很多不好的物质。我更对不起同修。

如果我对同修没有形成观念和成见，我就会多看同修的优点，相信同修天天学法一定在修、在变、一定会在法中提高上来。而不是光盯着同修的缺点和不足向外看，即便是看到同修的不足也应该修自己，修炼就是修自己，要相信任何事情都不是偶然的，既然是发生在我身边、让我看见，就一定有我需要修的地方。

背后议论同修这样的行为真的很不好，危害真的很大，也希望有类似情况的同修深思。

摸瓜找到资料点，抓更多的人，以此报功领赏。他们残酷的迫害那位学员，要他说出资料的来源。那位学员被折磨得死去活来，实在承受不住了，就说出是他在城里工作的姐姐给他的。于是那个派出所的所长亲自带人来到城里他姐姐家，他姐姐就是我。我接待了他们，给他们讲了我和弟弟为什么炼法轮功，我俩的命都是法轮功救的，为什么国家不准炼，而且对法轮功学员‘名誉上搞臭，经济上截断，肉体上消灭，’活摘他们的器官，他们还要炼呢？因为法轮功不仅能去病健身，还能提升人的道德品质，使社会稳定，使绝症康复，使贪者清廉自律，使遇难者化险为夷。真相资料就是救人的良方.....”

“我叫他去查宪法、刑法等，能找到法轮功触犯了哪条哪款？没有！法轮功是受宪法保护的。没等我讲完，那所长就叫我在他写的东西上签字。我一看，是那位所长编的一个故事：说那包资料是我到公园玩儿，不知是谁放在自行车兜里的，我发现是真相资料，就托某某给我弟带回去了。我说，我没托某某带过资料，她知道后会责怪我在陷害她，我不能那么做。所长说：这事儿只有你我都知道，她怎么会知道呢？而且对她毫无影响。再说，这件事你叫我怎么办？我回去得向上级有个交待吧！同时你和你弟也就没事了，两全齐美不好吗？我知道你弟是个好人..... 三个月后，我回老家探亲，顺便想去拜访那位所长，我弟说他已经调到县里交通局当副局长去了。”

讲到这里我问他：“喂，所长！你不觉得这个故事很有意思吗？我告诉你，善恶有报是天理，从不例外。那位所长的善举不仅救了大法弟子，也给自己带来了福报。你不觉得那位所长很高明，很有智慧吗？”他说：“哎，你很善良，我明白你的意思，你是为我好，谢谢！”我说：“我相信你的本性也是善良的，希望你为了自己和家人，要善待法轮功学

但是他们也曾是师父的亲人啊，他们也是从高层次下来的生命啊，只是迷得太深了，他们处在更危险的境地，也是应该被救的生命。我们的责任就是消除他们对法轮功的误解，要用真相唤回他们的良知善念。师父教导我们：“你要救他，你讲出的话消不了业、去不了他的执著，你怎么能救他？！你要想救他，你就得自己是个修炼人，你讲出的话是有能量的，能消除他的偏见、执著，能起到这样的作用，能抑制住他当时思想中不好的那些个捣乱的东西，你才能把他救了，包括各种环境讲真相，是不是这样？”（《各地讲法十四》〈二零一六年纽约法会讲法〉）我悟到，师父是要求弟子在救人的实践中，要注重修自己的心性，修好自己才是最重要的。

在《导航》-《华盛顿 DC 国际法会讲法》中，师父说：“我们的讲清真相是在挽救众生，同时还有你们修炼中的个人提高与去执著等因素，还有大法弟子们在修炼中为法负责的因素，同时还有你在最后圆满中怎么样丰满你自己的那个世界等等这些问题。”突破不了自己，心性上不去，自身都难救，更谈不上救人了。当我明白了自己的责任后，心态逐渐摆正了，正念也就出来了，打起电话来也就不那么难了。

有一次在打四川省的重点专案中，有这么一通电话，是打给一个派出所的所长的。他接起电话就骂：“他妈的，又是法轮功！你没完没了啦？有种的你上派出所来讲，看我不把你送进监狱？！”我心里很平静，我微笑着说：“所长息怒”。我可是第一次给您打电话呀，怎么说没完没了啦？”他虽然没说话，但气氛似乎缓和了些，还好，他没有挂机。

我接着说：“我给你打电话，是想和你分享一个有趣的故事，是一个所长的故事，他还是没吱声。我说：“有人举报法轮功，警察去抄家，抄走了一包真相资料，他们想顺藤

修炼中的一点体悟

加拿大大法弟子

新年伊始，恰逢平台年会，我想把自己近期修炼中的一点体悟写出来，向师尊汇报，与同修交流。不当之处请同修不吝指正。

师父说：“讲真相，救众生，这就是你要做的，除此之外没有你要做的，这个世界上没有你要做的。你要做的就是这些事情，可是有些人把自己是修炼都放淡了，把常人事情看重了，对你们来讲，那是不是偏离了大法弟子修炼的路啊？”（《各地讲法十三》〈二零一五年纽约法会讲法〉）

回顾我的修炼路，随着环境的改变，越宽松，越放松了自己的修炼。在日常生活中、甚至在做“三件事”上，也会被人心、人念、人情所带动。就象师父说的那样，虽然证实法的事，救人的事都在做，学法炼功也没落下，表面看似还“精进”，其实只有自己和师父知道。在修炼心性方面却不太重视，做事心强，在不知不觉中丢失了很多提高心性的机会。由于心性上不來，身体不断出现病业假相，困魔也干扰，有一个阶段我很困惑，我问自己：为什么修炼快三十年了，还这个状态？

有一天晚上，我做了一个清晰的梦：我和很多同修在一起爬山涉水，匆匆赶路，走到一座山林中，发正念的钟声响了，协调同修招呼大家就地坐下发正念。我发现在不远处的树下有一堆干草，我就过去坐在那松软的草堆上发正念。发完正念，大家起身继续赶路，可是我却起不来了，不敢动，一动就感觉往下沉。我吓得毛骨耸然，急呼同修快来拉我一把！起来后才发现，那干草下面是一些干树枝，不是完全堆在地上的，一大半是悬空的，我真有点后怕。

在同修的催促下，我们跟上队伍继续赶路。在那崎岖的

山路上，走啊，走啊，来到一条很深的水沟旁，那水沟大约有两，三米宽，上面铺了一根不足两寸宽的铁轨。走在我前面的是年青同修，他连跑带跳的就跨过去了。可是我却傻眼了，胆怯了。不过我马上镇静下来了，我想，这是师父安排的路，是考验，别人能过去，我也一定要过去！我胆胆突突的迈脚步，由于心态不稳，突然一脚踏空了，就在险些掉下去的一瞬间，从我头顶的上空突然垂下来一根树枝，我急忙抓住那树枝，稳住了脚步，紧张的跨过去了。我长长的嘘了一口气，从梦中惊醒过来了。

我坐在床上久久不能平静。我悟到：正法已到末后了，我还这个样，是师父在为我着急呀，见我悟不上来，一个梦中点化我两次：第一次是点化我贪图安逸，寻求舒服，是很危险的，弄不好就会掉进万丈深渊；第二次，师父在点化我，要踏踏实实的修，基础要打牢，否则就很危险。我明白了，过去我虽然做了不少事，但没有修自己。每天学《转法轮》至少两讲，但没有入心，有时还溜号。炼功虽然能保证每天两个半小时，五套功法一步到位，但不能入静，有时还迷糊。

师父怕我还不能悟上去，接着又点化我：修炼的路很窄，不能偏离，不能懈怠，只有精進实修，去掉怕心，不断归正自己。正法是有进程的，走正修炼的路，才能跟上正法进程。我双手合十，含着激动的泪水，感恩师父的点化与慈悲救度！时间虽过去两年多了，梦境至今还记忆犹新。

师父的点化我永远牢记心中，我告诫自己：要静下心来认真学法，静心背法。师父说：“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。”（《精進要旨二》）。记住师父的话：“学法得法 比学比修 事事对照 做到是修”（《洪吟》）。努力在各种证实法，讲真相救人的实践中，转变观念，修去自身的各种人心执著。

师父说：“修不难 心难去 几多执著何时断 都知苦海总无岸 意不坚 关似山 昨出凡”（《洪吟二》）。讲真相中，要清醒理智的去做，要能救人，师父说：“大法弟子在讲真相中要使人发生变化、要能救了这个人，你就不能触动人的负面因素。一定要善，才能解决问题，才能把那个人救了。”（《各地讲法九》〈二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法〉）

在营救平台打真相电话，过去一遇到对方不接听，或者张口就骂人，尤其骂师父，我就会气愤不已。争斗心、怨恨心就出来了。随着不断学法，心态逐渐能平静下来了。师父说过：“讲真相和个人修炼是容在一起的，心态不对，正念不足，就会出问题，因为自己的修炼是根本，而且低层直接迫害大法弟子的乱鬼、邪恶是不叫众生得救的。”（《各地讲法九》〈二零零九年大纽约国际法会讲法〉）

我问自己：同样是对公检法司人员打电话，为什么有的同修打过去就接听？而且听的时间很长，还有互动，自己就不行呢？从中我看到自己修炼的差距。向内找，就是我的心态不正，争斗心、怨恨心这些物质不去掉，不就是在用人心、人念在给他打电话吗？哪有改变他心态的能量啊。不能转变他的观念，他怎么可能听我讲的真相呢。争斗心、怨恨心也不是嘴上说去掉，就能去掉的。

仔细想想，他们长期浸泡在邪党的谎言中，迷得太深了，对法轮功有很深的误解。而且他们是亲自参加迫害的邪恶帮凶，对法轮功有很深的敌意，加之邪党政权是用金钱利益的手段推动迫害的。江贼又公开叫嚣“对法轮功学员打死不查身源，直接火化，打死算自杀。”致使恶徒们肆无忌惮。为了升官发财，为了眼前利益，即使知道法轮功学员是一群好人，没干任何坏事，在这追名逐利的环境氛围中，他们也会不顾一切挺而走险。所以要救他们确实很难。