

这些的原因是要享乐，百姓不希望的原因是那样会造成他们劳弊。孔子说：‘有一句话，可以终身施行的话，那就是‘恕’！己所不欲，勿施于人。’劳弊的事情，实在不可以强加在百姓身上。我尊为帝王，富有四海，每件事都可以自己决定，如果能自我约束，如果百姓不想做，就能够顺应他们的情况。”

魏徵说：“陛下本来已经爱民，每每约束自己来顺应百姓。臣听说：‘为别人着想的人能康健，以自私夺利为思想的人不能长存。’隋炀帝思想贪得无厌，只喜欢奢侈，主管官员一旦有大工程，稍不如意，就以严刑待之。上级喜欢的，下级就千方百计奉承，长此恶性循环，直到灭亡的一天，不是书中记载，陛下也亲眼目睹过。因为他（炀帝）暴虐，所以顺应天命让陛下取代。陛下如果能吸取教训，现在就不仅仅是这样了。如果不知足，就比这还要严重得多。”太宗说：“爱卿所说的很好！不是你，朕怎么能听到这番忠言？”

唐太宗从孔子的思想中吸取知识，从与大臣的交流中得到印证，又与前朝的成败相应和。对今天的君王治国也是有借鉴的，是中华五千年文化的精髓所在。不仅仅治国，人与人的交往也是可以借鉴和学习的。

正见周刊



美国加州大学戴维斯分校（UC Davis）二零一七年四月二十二日举行了第一百零三届“野餐节”游行（Picnic Day Parade）。第五次参加“野餐节”游行的法轮大法美西天国乐团受到观众的欢迎。

“野餐节”游行于上午十点开始，身着蓝白色古装的天国乐团为观众演奏了《法轮大法好》和《星条旗永不落》等乐曲，受到观众的欢迎。他们说，法轮功天国乐团是正规的乐团，演奏的乐曲振奋人心，服装整齐。

第 766 期

2017年4月25日

目录

正见新闻

新加坡学员纪念“四二五”十八周年 /3
美丽健康展上 俄罗斯民众支持法轮功 /3
密西根学员连续 11 年在大学课堂上介绍法轮功 /4

文明新见

淡泊是一种快乐 /6

世人觉醒

一位检察长的选择 /7

修炼体悟

“口头禅”背后隐藏的执着 /9
从“家族”观念中走出 /11
站在正法基点上才能修去色欲心 /12
拨打针对活摘医院真相电话中体悟真正的善 /14
我在实修中的一些体会 /17
珍惜修炼机缘 学法、背法去执着 走出人救度众生的
修炼体会 /21
放下有求之心 /23
山中静悟 /25
修去嫉妒心应引起足够的重视 /28

古代音乐

神传天音四季转 流入凡间都是缘 /30

古风正气

向唐太宗学治国之道 /31

并结出了果实。到了秋天，又拨动角弦，奏出了夹钟乐律，温暖的风慢慢回旋，草木随之发芽并开出了花朵。到了夏天，又拨动羽弦，奏出了黄钟乐律，霜雪交相降落，江河池塘突然冻结成冰。到了冬天，又拨动徵弦，奏出了蕤宾乐律，阳光炽热强烈，坚固的冰块立刻融化。弹奏将要结束，又拨动宫弦，奏出了四季调和乐律，于是和暖的南风回翔，吉祥的彩云飘荡，甘甜的雨露普降，清美的泉水流淌。

师襄便抚摸着心房蹦了起来，说：“你弹奏得太微妙了！即使是师旷弹奏的清角，邹衍吹奏的声律，也不能超过你，他们将挟着琴弦、拿着萧管跟在你后面向你请教了。”

如果站在当今科学的角度看，任何物质都有它的频率存在，那么音乐本身更是有着自己的频率，那么音乐就可以和主管那个物质的神的世界产生共振，从而产生了效应。这大概就是为什么音乐可以振奋士气，疗伤和改变四季的原因所在了。

那么神为什么把音乐传给人呢？在邵雍的《梅花诗》中有一句“荡荡天门从此开，几人归去几人来”。大概我们都是从天上来的神仙，音乐就是我们与神沟通的一种工具吧。我们是否会像邵雍所言能够归去，还是继续留在这里轮回呢？那就是我们自己的选择了。

古风正气

向唐太宗学治国之道

新宇

治国之道说简单也简单，说难又难。简单点就是要顺民意的同时还要约束自己的欲望。这对于一个富有四海，普天之下都可以决定生死的君王来讲，确实非常难的。

据《贞观政要》记载：贞观四年，唐太宗对待从的大臣说：“用华丽的（东西）装饰宫殿，游览、观赏池台，是帝王想做的事情，也是百姓不希望（帝王）做的事情。帝王想要做

来骨子里形成的人的理，你们就退不掉人的表面这层壳，就无法圆满。”（《精进要旨》〈警言〉）师父还说：“嫉妒心这个问题很严重，因为它直接牵扯到我们能不能够修圆满的问题。嫉妒心要不去，人所修炼的一切心都变的很脆弱。这有一个规定：人在修炼当中，嫉妒心要不去是不得正果的，绝对不得正果的。”（《转法轮》）我理解了师父为什么在《转法轮》中专门拿出一节讲嫉妒心，而且在《转法轮》中多次谈到嫉妒心。我个人体悟，因为这是人修炼中最普遍、最顽固、最难以修掉的一颗心啊，非同一般，要想修炼上去，就必须引起我们的足够重视！

一点粗浅体会，请同修慈悲指正。

古代音乐

神传天音四季转 流入凡间都是缘

新宇

音乐的用途非常广泛，有人可以从一个国家所流行的音乐来判断国家的兴衰；也可以从一人所喜好的音乐来判断他的品行。音乐可以振奋士气，也可以通过音乐来疗伤。这是我们能够知道和理解的，音乐的作用不仅限于此。音乐也可以改变四季。

古籍《列子·汤问》曾有这样的记载，匏巴弹琴，能使鸟儿飞舞、鱼儿跳跃。郑国的师文听说后，便离开了家，跟随师襄游学，按指调弦，但三年也弹不好一支乐曲。师襄说：“你可以回家了。”师文放下他的琴，叹了口气说：“我并不是不能调弦，也并不是弹不好乐曲，而是我心中所存在的不是琴弦，脑子所想的不是乐声，心内不能专注，心外便不能与乐器相应，所以不敢放开手去拨动琴弦。姑且少给我一些时日，看看我以后怎样。”没多久，又去见师襄。师襄问：“你的琴怎样了？”师文说：“行了。请让我试试吧。”于是在春天里拨动了商弦，奏出了南吕乐律，凉爽的风忽然吹来，草木随之成熟

正见新闻

新加坡学员纪念“四二五”十八周年



新加坡法轮功学员为纪念“四·二五”法轮功学员和平上访十八周年，新加坡法轮功学员于二零一七年四月十八日，在芳邻公园以功法演示、反活摘器官征签及美术作品展等形式，向人们展示法轮功学员和平理性反迫

害的不变风范。

活动虽然在绵绵细雨中展开，但仍有众多来自不同国家各族裔的民众停下脚步，在“呼吁制止中共活摘法轮功学员器官的征签表”上签名，要求国际社会关注，并尽快制止迫害。

美丽健康展上 俄罗斯民众支持法轮功



俄罗斯法轮功学员

二零一七年四月十二日至十六日，法轮功学员应邀参加了在俄罗斯大诺夫哥罗德城（Novgorod）举办的“美丽健康展”。在为期五天的时间里，学员们向参观者们介绍了以真、善、忍为修炼原则的法轮大法（又称法轮功），很多当地居民十分感兴趣，详细询问了很多情况，不少

人想要学功。

展会期间，学员们向大家展示了法轮功五套功法，并播放了介绍功法以及讲述发生在中国的迫害真相的影片，身着中国传统服饰的学员还为观众们表演了舞蹈。

主持人讲述到在中国发生的中共对法轮功学员的非法迫害后，观众们提出了一些问题，学员一一解答。明白真相后，人们纷纷表示支持法轮功，并且感谢学员们告诉了他们这些真相。展会上其他的参展者也来到法轮功学员的展位前攀谈，表示非常支持法轮功。

密西根学员连续 11 年在大学课堂上介绍法轮功

密西根法轮功学员



美国密西根州罗切斯特大学（Rochester College）是一所以基督教为宗旨的大学。早在二零零六年的时候，罗切斯特大学“世界宗教”课程的教授，通过网站上炼功点的联系电话找到了当地的学员，

并邀请他们去给他教的“世界宗教”课的学生讲解法轮功是什么。由于法轮功学员的亲身经历和现场教功深受教授和学生们的欢迎，该门课的教授把法轮功的定期讲座列入“世界宗教”课程的教学大纲。连续十一年，学员们每年都去罗切斯特大学传授功法并讲解法轮功真相。从去年开始，教这门课的教授换了人，但邀请法轮功学员去举办法轮功讲座的传统一直延续下来，并且从以前的一年一次，到今年一年两次。

二零一七年四月七日，两位西人学员应邀给白天上课的本科大学生班介绍了法轮功。四月二十日，任课的 Manry 教授再

时，第一念不是为同修的文章被选中而高兴，而是在头脑中有一种不是滋味儿的感觉。我仔细的看了两遍同修的文章，才为同修能够真修实修的事迹由衷的感叹，认识到自己和同修相比真是差距大了。后来我向内找自己的心，为什么会有不是滋味儿的感觉？发现仍然是妒嫉心在作怪，认为自己比同修会写文章，却没有发表，同修不怎么会写文章却发表了，从而心里不是滋味儿。孰不知文章是修出来的，不是写出来的，你修的不好，怎么会写出好文章？自己的文章为什么没有发表？是自己没修好啊！

几年前我在同修办的一个厂子打工时，厂长是聘请的一位女性，月薪五千元。该人感觉属常人中那种能说会道的，每天晚来早走的，有什么事儿就打电话让我办。业务中几次冤枉了我，开始想着自己是修炼人，不能跟常人一般见识，就在心里强忍着。最后实在忍不下去了，和老板（同修）提出辞职不干了。这件事过后非常后悔，修炼中哪有偶然的事？矛盾中本来是让我提高的，我却把矛盾推开了，失去了一次往上升华的机缘。事后我向内找自己，是我对厂长产生了妒嫉心，反而认为她冤枉了我，认为是她有妒嫉心，想把我挤走。按人的思维人的理来分析矛盾的原因，认为她妒嫉我，想把我挤走，这可能没有错。可是按高层次的理去衡量，就大错特错了，完全使事物走向了反面。这件事给我留下了深刻的教训，让我时刻绷紧自己是修炼人这根弦，遇到矛盾首先要无条件的找自己，看看自己错在哪里。如果做到了才是修炼人，做不到就与常人没有什么区别。否则，会造成常人对大法形成不好的影响，反而毁了常人，这是最严重的。

细想下去妒嫉心在我身上的表现太多了，有时一思一念中都透着妒嫉心在里面。现在我清楚了它背后的根源就是名利心，是那个自私自我的本性。这时我又想起了师父在《警言》中那句法：“你们不想改变人的状态，从理性上也升华到对大法的真正认识，你们就将失去机会。你们不改变常人那千百年

说话的轻视。只是感到生命的平等，感受到创世主的对每个生命的爱护与慈悲。

是啊，宇宙自有它运行的规律，万物自有它成长的秩序，众生自有创世主最好的安排，我何必用人力去着急安排什么？我只有信师父，做好自己的本份，默默的圆容整体就行了。

走在下山的路上，我一身轻松。看着缓缓流过的小溪，慢慢的滋润着它流过的地方，万物欣欣向荣。是呀。我们作为主佛的弟子，用我们在法中修出的慈悲，去感化众生，救度众生吧。

修去妒嫉心应引起足够的重视

大陆大法弟子

妒嫉心是一颗修炼中最不容忽视的执着心之一，可是自己却把它忽视了十多年，还认为自己妒嫉心不严重。最近自己静下心来向内找执着的时候，才发现妒嫉心在自己身上时常表现出来，而且有时还非常严重。

记得几年前刚给大法网站写文章的时候，有时自己觉得这篇文章写的很好，可是却没有发表。别人写的文章觉得并不怎么好，（自己认为）却发表了，自己心里就不平衡了，妒嫉的不行，甚至还对编辑产生了怨恨心，认为编辑水平有限，看不出文章的好坏。这种状态出现过多次，直到自己意识到了是自己的妒嫉心促成的，才逐渐转变过来。后来自己深挖妒嫉心的根源，发现自己写文章的基点不是为了证实法，不是为了揭露邪恶、救度众生，而是为了文章的发表，以此证实、显示自己的文章写得好，有才华有水平，这是一颗多强的求名的心啊！妒嫉心中隐藏着显示心、欢喜心、怨恨心、名利心、证实自我的心等等，这么多的执着心存于一身，我意识到了问题有多么严重！

妒嫉心还表现在对同修的妒嫉，曾经有位同修的文章在法会特刊上发表出来，当我打开明慧网特刊认出是同修的文章

次邀请学员们去给该校成年大学的夜校生教功。

上课前还有一段小插曲，四月二十日傍晚七点多钟，底特律地区下起来瓢泼大雨，学员们在 Richardson 中心楼外的停车场无法下车，离上课时间只差 3 分钟了的时候，雨声瞬间变小，居然出现一片阳光，学员们赶紧奔向教学楼，进教室时，墙上的钟指向 7:29 分，当 Manry 教授一见学员们就说：“看看，你们带来了阳光！”这时，窗外的晚霞照在新发出来的绿叶上，分外美丽。

有一位女学生带来的八岁男孩指着窗外说：“妈妈！看，外面树上有个佛吗？”他妈妈看了一眼窗外说：“当然没有！”正在准备上课的学员也随着男孩手指的方向看去，只见雨珠在树叶上闪光，并笑着对那位妈妈说：“小孩有时会看见大人看不见的东西。”

课堂上，大家把桌椅搬开，在地毯上围坐一圈。学员们简要介绍了法轮功、真善忍的法理、中共为什么迫害法轮功，并轮流谈了自己个人修炼的心得，如：遇到矛盾向内找、善待他人、提高心性等等。接着，学员们播放了部份教功带的内容，教练五套功法，并一起打坐 20 分钟。所有的学生和教授都静静地围在一起炼功。连那个八岁的男童都非常安静。炼完后，学生们表示他们感到了暖暖的热流，非常舒服。最后学员们和师生一起讨论，并解答了大家的问题。

Manry 教授首先问道：“从你们的修炼心得来看，你们这是一种自我提升的修炼（Self-improvement cultivation），所以说我能理解‘度己’的意思，但教功录像中说即度己又度人，‘度人’指的是什么？”

学员听后回答道，“我个人是这样理解的。大家可能听说过一位日本科学家做过水结晶的实验。当人对水发出善念时，水结晶呈现出美丽的花纹；当人对水发出恶念时，水结晶杂乱无章。这个实验结果说明，一个善良的好人，他/她的善念会对周围的人和环境会生好的影响。法轮功学员在生活中遵照‘真

善忍’的法理去行事，必然给周围的人带来正的能量和善的影响。中国古代的传统文化相信天地人是相通的，很多宗教中都谈到‘最后的大审判’，如果真有最后的大审判，不管是西方说的上帝还是东方说的佛来审判人，好人终将有好报，得到善果。那么法轮功教人向善做好人是不是起到了度己也度人的作用呢？”大家听后若有所思地都点头。

一位白人中年男学生问：“那么你们这个修炼是独自修自己了？”法轮功学员答道：“我们是在常人社会中修炼。有工作，有家庭，有朋友和集体活动。在矛盾冲突中，修自己，改正自己的错误和不好的想法，如妒嫉心等。”

Manry 教授又问：“你们的功法在哪些地区有人炼？”学员回答道：“全美几乎所有的州都有法轮功学员。法轮功已经弘传到全世界一百多个国家和地区，只有中共在迫害法轮功。共产党不信神，不允许人有精神信仰，要求中国人爱共产党。”

就这样不知不觉中到了晚上十点下课的时候了，教授本来计划一个小时的法轮功介绍会，结果两个半小时的时间都在了解法轮功。告别时，大家似乎还是意犹未尽。

Manry 教授后来发给学员的电邮中表示：“你们总是给我们班留下了正面的印象。”“非常感谢你们与我们分享你们的修炼故事和功法。我期望明年还能够与你们联系。”

文明新见

淡泊是一种快乐

清新

淡泊是一种心态，是一种平和与宁静，不慕虚荣，不爱名利，超凡脱俗；淡泊是一种成熟，有如成熟的谷穗、累累的硕果，低头面向着大地；淡泊是一种美德，以大海般的心胸宽以待人；淡泊是一种气质，平和、高贵与典雅；淡泊是一种修养，与真诚、善良、宽容大度相伴；淡泊是一种坦然，不为利

的地方寻找灵丹妙药，不惜下猛药烈药，恨不得一日即能振兴中国。反对中庸之道，急于走捷径，主张砸烂一切，所以这群人碰上了从苏俄来的共产党联络人，“暴力革命夺取政权”的马列思想迎合了他们的焦躁情绪。但是他们找来的却是一副烈性毒药。这种邪恶的观念的前提是“人定胜天”，人为的改造世界。人造的“共产主义世界”被奉为真理，“满腔的热血已经沸腾，要为真理而斗争”。共产党用这种绝对，荒诞的理念去斩断人和上天的渊源关系，斩断他们和祖宗，民族传统的血脉，召唤他们为共产主义献身，加持共产党的虐杀能量。再到后来的大跃进，高唱着“我就是玉皇，我就是龙王，喝令三山五岭开道，我来了”的跃进歌谣，实施着亩产万斤，钢产翻番，十年超英，十五年赶美的荒诞计划，轰轰烈烈，经年不醒。直到大饥荒席卷中国，饿殍遍野，民不聊生。这个邪灵就是不信神，不敬天，与天斗，与地斗，为了毁灭世界与生命而来。而古代那些朝代的鼎盛时期，无一不是“行王道”。“持中庸”。“求平衡”。想明白了这些。我知道我的着急，争强好胜，妒嫉，做任何事踏实不下来的心来自哪里了。就是这个邪灵作祟。这个时候我的身体里那股气急败坏的劲又上来了。我知道是彻底清除这个邪灵的时候了。我坐在一块大石上，发起正念来。山间静静的，好像这些生命也静静的等待着对它们的洗礼。

发完正念，我平静了许多，置身于大山中，感受到万物都有序的自由的生长着。没有争斗，没有欺压，没有攀比，都有着自己的特点。苍松翠柏自有它的伟岸，花朵自有它们的艳丽，甚至连小草都有它们的清新，都维护着和喜悦着造物主对自己独特的特点的恩赐。又互相提携着，维护着整体的次序。而大山永远那么稳重无私的看护着它怀里的万物。没有歧视，没有偏爱。没有索取，没有显示，只是默默地奉献着自己的胸怀。我置身其中，也被深深的同化了，仿佛自己也是其中的一员。没有因为我是高于他们的人类的窃喜，没有因为他们不会

只有我缓缓的走在山路上。前两天，还与同修忙着去大集上讲真相，但是昨天牙疼的受不了，腮帮子都肿了。今天好了些，我来到了久违的山中。对山从来都有种说不清的情愫。看到山的巍峨，感到厚重踏实；看到层峦叠翠，感到清新。这里没有争名夺利，没有勾心斗角。有的是世外桃源的另一番景象。今天也是，山依然那样稳重的屹立着。山尖的白云徐徐的飘过，偶有鸟儿翩然的飞过，青松翠柏傲然的挺立着他们的身躯，还是那么坚强不屈。盛开的无颜六色的花朵竞相开放着，展现着它们各自的风采。满山的小草也吐着新绿，为这群山的风景添着自己的色彩。置身这千姿百态，姹紫嫣红里，我真为造物主的慈悲而感动。

心情烦躁很久了。尤其着急的心从小就伴随着我，稍不如意，就发脾气，气急败坏。我家人都知道我“酸性。”（家乡话是脾气不好）对我的评价也是人心不坏，就是“酸性。”也许是由于家中姐妹兄弟五个，我是最小的。所以比较受偏爱。但是我知道作为大法弟子，我的坏脾气的来源还不只于此。着急使我争强好胜，经常控制不了脾气，和丈夫吵架。着急使我总想偏得，凡世争个第一。连学法都快速的学，好比别人多学点。着急使我不甘人后，看到同修比我修得好，比我讲真相好，就急得火烧火燎。着急使我追求讲真相数量，不管众生听没听懂，就起个化名了事。着急使我干不好家务，三下两下就糊涂完事。着急使我背不了法，一会背不下来就放弃了。着急使我说话办事唧唧歪歪，在众生面前表现不了大法弟子的平和的形象。着急使我面对一系列难题收拾不了就呼呼睡觉逃避去了。总之，这着急的心使我受害太大了。最近着急好大喜功，起了干事心。不理智的当面发很多真相资料致使同修绑架。虽然当天放回，但也有了不小损失。今天，着急上火竟然使我牙齿疼痛的讲不了真相了。我要挖挖这着急的根源了。

其实很多人心都与共产邪灵连着。这个着急的根源也是这个邪灵。《九评共产党》这本奇书描述得很详细。民国初期，在国难和混乱中，当时的很多知识分子和仁人志士到中国以外

益所动的淡定与高尚。淡泊是一种境界，有如超凡脱俗般的美好。是啊！淡泊是一种超脱、淡泊是一种快乐、淡泊也是一种幸福！

当小溪汇入了大海之后，才那样的深沉宽广，安静与沉默。才能容量巨大，才能承载巨舸。所以，古人云：“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”

很小的时候，我就喜欢追寻着那种平和宁静的心态：春天，喜欢看那嫩嫩的小草，静静的生长；夏天，喜欢看那蓝蓝的天空，那变化多姿的白云轻轻的飘过；秋天，喜欢看那藏在叶子底下的果实，静静的散发着清香；冬天，喜欢看山峦、原野上的白雪，静静的装点着大地。而这种向往着的淡泊，总有一种人为的、表面的追寻与模仿，想象着、追寻着诗人的淡淡喜乐与忧愁，而不是发自内心的、自然的流淌。有一种“为赋新词强说愁”之感。但是，在以后的成长中，我仍然在寻找着、追寻着，寻找、追寻着人生的意义究竟是什么。

终于，当我在人生旅途的跋涉中，幸遇法轮大法，修炼了“真善忍”，明白了宇宙的法理，经历了割舍的磨砺，渐渐的、发自内心的看淡了虚荣与名利，才逐渐的感受到了淡泊的坦然与超脱，体会到了淡泊的快乐与幸福！也深深的感恩师尊！感恩师尊慈悲伟大的教诲！庆幸着、庆幸自己的幸运与快乐！是啊，在人世间，人的一生能够有幸遇到大法，遵循着“真善忍”法理，真的恭喜您了！您真的将不枉此生！只有那时，您才能够真正的体会到：淡泊的幸福与快乐，那是真正的、发自内心的、自然的从心底的流淌。才能真正的感觉到：淡泊的幸福与快乐！

世人觉醒

一位检察长的选择

大法弟子 正路（化名）

在众多的三退大潮中发生着各种各样的令人鼓舞的故事，今天我向您讲述一位在中共政法系统工作多年的检察长的三退故事。

这位检察长过去曾担任过多年的公安局长，后来又担任多年的检察长。说来他和大法也真是有缘，不仅他所在单位老、中、青检察官们各年龄段都有修炼法轮功的，他自己的夫人及直系、旁系亲友及朋友当中都有不少人修炼法轮功。迫害发生后，他开始以为中共说的是真的，就跟着中共仇视大法，后来由于家中的亲人不断讲真相，他才渐渐明白了大法及大法弟子被迫害的真相，退出了中共邪恶组织，并在家看大法的著作，后来竟然走上了伟大的修炼之路。以下是发生在他身边的几个小故事。

一、“他信法轮功，跟他干错不了”

迫害发生后，他原来的一位老部下（当时这位检察长已经调任上级单位）因修炼法轮大法受到中共的迫害而失去了工作。为了生存就从事一些农业合作项目。由于新的农业项目老百姓怕上当受骗所以不敢发展，这样项目开展起来就很缓慢。于是这位老部下就将在种植合作区域内有威望的村里老领导找来商讨。村领导也认为项目很好，但还是担心不能回收农产品农民这边难以交待，所以左右为难。说来真巧，这位村领导就是这位检察长的亲小舅子，于是他就给这位检察长打电话，把自己的顾虑和可能承担的风险说了出来，希望听听这位在他心目中有威望的姐夫的看法。结果这位检察长一听说是他原来的部下搞的项目，就十分果断的说“他信法轮功，跟他干错不了”。听姐夫这么一说，这位村书记吃了定心丸，就号召村民开展合作，结果落实了几百亩农业合作种植项目。秋后，果然证明老检察长的话是正确的，合作的农民们都获得了满意的收获和理想的经济回报。

二、“我正式宣布我退出中共恶党”

老检察长由于在机关工作多年，身体缺少运动，因此到退下来后身体也出现了严重的健康状况，后果难以预料，需要马

磨，钻牛角尖。这种思维习惯也在严重的障碍着自己。我感到自己的学法和修炼总是带着一种有为的想法，总是为了达到一个什么目地，为了达到一种什么状态在学、在修。

举个例子，师父在《二零零五年旧金山法会讲法》中说：“我今天看明慧网报道，有个学员腿被打的粉碎性骨折，也不给对接就打上石膏。这学员想都没想自己会残废，根本就不在意，每天就是学法，正念很足，能够坐起来一点的时候就炼功。医生告诉她粉碎性骨折都没对就给打上石膏了，这都是那些个监狱的医院干的，她不管那个，我要盘腿炼功，疼的不行还坚持，后来盘腿也不疼了，结果好了，现在又蹦又跳的什么事儿都没有，跟正常人一模一样。（鼓掌）你们谁能够这样，旧势力就绝对不敢动他。谁能够这样，谁就能在过关中走过来。什么叫正念哪？这就是正念。”

于是我就常想如果自己遇到类似的情况，怎么去做而达到这个学员的状态。其实那个状态是修炼境界到了之后的自然表现，是在日积月累的实修中不知不觉的修出来的，而不是怎么人为可以达到的。有个同修说我生活在自己营造的一个修炼假象中，木马转圈而无法升华。仔细想想还真是这么回事。这种理论学习中养成的思维习惯障碍了自己的实修，其实也是一种变相的有求之心。而真正的提高恰恰是放下。

师父在《精進要旨》〈学法〉中说：“其实，你在修炼中，就是一点点、不知不觉中修上来的。记住，要无所求而自得。”

放下这些变相的有求之心和有为的想法后，我现在感到“静而不思”（《哄吟》〈道中〉）的感觉真好。

一点个人浅见。如有不对，请指出。

山中静悟

大陆大法弟子

午后，学完法，我来到了家附近的山中。山中没有别人，

好像不是在说我。但后来意识到，自己的思想中还在想：只要我放下治病的心，不去想它，病就一定会好。说到底，还是在执著着病，根本上并没有真正放下。

这个想法去掉后，又冒出另外一个执著。看到别的同修讲真相时说自己修炼后各种病都好了，就想等自己完全好了，也去这样说。虽然也觉得这个念头有点不大对，但表面上这个好像是为了证实法的理由欺骗了自己。找一找这个思想的根源，还是在求好病，执著于好病，还是有求之心，只不过被这个讲真相的借口给掩盖了。

师父在《走向圆满》中说：“你们知道吗？目前旧的恶势力对大法迫害的最大的借口之一就是你们的根本执著在掩盖着，从而加大此难，要把这些人找出来。”

其实自己还是抱有大法能治病这一根本的执著。带着这样的根本执著和不纯的心去讲真相能真正起到救人的作用吗？能真正救了人吗？修的好的同修并没有修大法能治病的想法，他们只是在讲在自己身上发生的事情和自己修炼前后的变化。

自己在修炼的很多方面都抱着这种隐蔽的有求之心。比如和同修发生矛盾时，虽然也在向内找，但思想的深处还在想：只要我向内找了，她也一定会向内找。也就是说，我没有真正无条件的向内找，还在期待着对方的变化。在做证实大法的项目中遇到麻烦时，也知道要向内找，去掉执著，但总抱着一种我只要提高了，这个麻烦就会过去，结果就会好的心。说到底，还是在求那个结果，而自己的向内找并不是真心的想改变自己，而只是为了达到目的地的手段而已。

师父在《北美首届法会讲法》中说：“如果修炼的人要是只从表面上放的下，但内心里边还在保守着、固守着一个东西，固守着你自己的那个你最本质的利益不让人伤害的时候，我告诉大家，那是假修炼！你自己的内心要不动，你是一步都提高不了，那是骗自己。只有你真正的从内心提高，你才是真正的提高。”

我在常人的科学训练中养成了凡事爱思考的习惯，好琢

上手术治疗。于是他在家人的陪同下来到省城的著名大医院住院治疗。在手术正式开始前，他突然在手术床上坐了起来，看了看在场的这些医生和护士们，严肃地说：“今天我正式宣布退出中共的一切邪恶组织，抹掉身上的兽印，法轮大法好！”之后才又重新躺卧在手术台上接受手术。

这个场面医生们还真没见过，大家在瞬间的惊异后，开始为这位老领导做手术，当然手术做的很成功，时间不长他就出院了。也许是一个生命在经历过生死存亡中之后走过对人生与生命有了更新更深的理解和体悟吧，他出院后就做出了一个令大家都吃惊的重要决定，他也要修炼法轮大法。当然他可不仅仅是说说而已，现在他已经开始在家里看大法的书了。

三、“不管用什么办法，赶紧把人给我放回来”

有一次，检察长的小姨子由于发真相传单，被当地的公安机关国保给抓去了，并上报了劳动教养。由于老检察长原来在公安局也当过多年的局长，因此马上给国保队长打电话，接到电话的正好是当年一位公安副局长的儿子，现在主管迫害法轮功。于是他就和对方用电话说“她是你婶的亲妹妹，不管用什么办法，赶紧把人给我放回来”。其实当时劳动教养的报告已经报上去了，但是迫于这位德高望重的老上级压力，这位国保队长不得不将这位已经送入虎口的同修给放了回去。咱们的这位老检察长用自己的有力条件又保护了一位走在救人路上的大法弟子，当然他在帮助大法弟子的同时，也已经给自己及子孙后代积累下了无边的福德。

修炼体悟

“口头禅”背后隐藏的执着

金风

口头禅原指有的禅宗和尚只空谈禅理而不实修，也指借用禅宗常用语作为谈话的点缀。现在把个人的习惯用语叫做口头

禅。本文从大法修炼的角度仅探讨最后一种口头禅。

每个人由于性格不同、遭遇不同、环境不同、观念不同、文化层次不同等等，形成的口头禅也不同。从一个人的口头禅可以看出他的相关执着。以下试举几例：

一．“我好可怜”

有位老同修经常讲她小时候怎么苦，父母不疼爱她；长大后嫁错了人，婆婆、丈夫欺负她；现在孩子、儿媳对她也不好；自己又没工作；别人如何如何过的好……还经常爱说一句“我好可怜”。师父在《转法轮》中讲：“他用常人的标准去看待高层次上的事情，那哪能行？所以往往就出现这样的问题，把生活中的苦当作对自己的不公，有许多人垮垮往下掉。”同修，要深思啊！说自己可怜是希望别人同情自己，其基点是求得人中的所谓幸福，这是一种情的表现。

作为一个大法弟子，我们要用正法理来看问题：师父从亿万人中选中了我，这是多么荣幸啊！我们是正法时期的大法弟子，与师父同在一世，助师正法，这可是宇宙第一荣耀呀！吃苦不是为铺回天的路吗？怎么还说“可怜”呢？应该说：“我好荣幸！”

二．“你听我说”

两人或几人谈话时，有同修爱说“你听我说”。这种口头禅其实是一种党文化的体现，说此话者往往在执着自我，强调自我，有时候还伴有急躁情绪、争斗心。

同修交流，应该语气平和，态度亲切，尊重别人，象一个修炼人的样子。与常人谈话也应该展现大法弟子风采，不抢话、不强加，亲切平和的交流——这对世人的救度有帮助，而且我们的修为将影响后世，真得慎重啊！

三．说脏话

由于党文化的影响，我地有不少同修爱说脏话，部分男同修还很严重。特别在做事不顺利的时候，有人干扰的时候，生气的时候，脏话张口就来。话语中还带有怨恨心。有人说习惯了，自己都感觉不到。这是非常不好的习惯，也是党文化的一

想想觉得我很不负责任，怎么让同修为我收拾残局，让她承担。

隔天我打电话给她，跟她交流这件事，她告诉我她如何处理这件事，首先她先稳住这位妈妈的心情，她扶着她让她很安心的一步一步的往下走，至于这对夫妻在旁的所有语言和不悦她都没回话，心不动。她说我们修炼人能制约那个场，就把这件事完成了。她再与我交流，我们都是第一次带位，她会把整个场的情况先了解一番，譬如厕所的位子，男厕、女厕、电梯。由这件事我看到自己的不足与不够细心和不够专业，及对事情的应变能力与同修的差距，还有非常强的迷糊心，整件事我似乎身在事外。如果不是透过整体配合，我很难察觉自己的诸多缺点。师父说：“修炼是修人心、修自己，当有了问题时、有了矛盾时、有了困难与不公平对待时，还能找自己向内看，这才是真修炼，才能不断的提高、才能走正修炼的路、才能走向圆满！”（《致台湾法会的贺词》）。

以上是我的一点修炼体会，如有不当之处请慈悲指正。

谢谢师父！谢谢同修！合十

放下有求之心

海外大法弟子

修炼中我们都知道要放下有求之心，但我发现自己的很多有求之心很隐蔽，严重阻碍自己的提高。

师父在《新加坡法会讲法》说：“但是我知道，只要我修炼，老师一定会把我的病给我治好。他心里头还有那么一点在想。那么是不是从根本上改变？不是。表面上那个华丽那是假的。人要不能从本质上改变自己，那就达不到标准。作为觉者，高级生命看的是非常清楚，一点都隐藏不住。他没有达到标准，没有发生根本的变化，最终还抱着那样一颗心，只不过它变的更加隐晦了。”

当时读到这段法时，觉得自己没有想求师父管自己的病，

是提高，众神都看的见。修炼不是给大法修，救人也不是给大法救。修炼是生命走向圆满的保障，救人是修炼者的慈悲体现，是众生在危难时的责任。放下太多、太强的执着，走好自己的路，这过程就是你们的道。”（《致欧洲法会的贺词》）在反复背这段法时给了我深深的觉悟。

二、参加神韵带位看到自己的不足

第一次参与高雄团队的整体配合，我被分配到带位的工作。前三天的状况还好，也都过得去，也没察觉自己哪里不对。最后一天演出我再去帮忙，结果我的许多人心都出来了。同修都提前到场学法发正念，溶入整体，纯净自己和整个场，而我却迟到了，让负责同修非常着急。同修一看到我就跟我说：“这样不行喔！”我马上意识到我错了。长期以来我就对“守时”的观念不太重视，经常是赶场式的，把时间计算的刚刚好，却没有预留过程中有什么状况会发生，有可能会产生其它变数，把自己的心也弄得非常紧张，却迟迟没将这样的习惯修去，这也是一种黑色物资在我的空间场起作用。

“守时”是对自己和别人负责，也是一种品德，由此我看到自己的非常大的不足，也非常感谢同修有如此大的包容力。另一件则是我被分派在四楼负责带双号的座位，双号这边有电梯。开演后，有些众生迟到了，同时有好几位在三楼，我本在四楼赶快下来支援，结果同修把一对夫妻和他们的妈妈交给我，这对夫妻告诉我同修要他们走向单号那边去，我也没先看清楚他们的座位跟楼层就跟他们往单号那边去，当我们边走我边看入场卷座位号码时才发现他们是一楼双号座位，本要带他们往回走去坐电梯，但这位妈妈本就行动不太方便又拄着拐杖，她的媳妇很不悦的说：“现在是怎么回事，你们怎么带的，明明是一楼，叫我们坐电梯上来，现在又要我们坐电梯下去。”她不太愿意往回走，于是我将她们往前带，当时我以为单号那边也有电梯，结果没有。她们非常的生气，后来同修过来帮我将她们带下楼，而这位妈妈必须倒着走，一步一步慢慢的走下去。当时我心想有同修帮忙，我就先回我的岗位，后来

种，既破坏大法的形象，又影响世人得救。作为一名大法弟子，我们应该严格修口，不说脏话。修炼人应该“口吐莲花”。

同修们的口头禅还有一些，比如“无聊”“烦不烦”“差不多吧”“没劲”“没得味”“据说”“绝对”等等，深挖一下，其背后都有相应的执着在里面，都有我们该修的地方。

由于修炼层次有限，说的不对的地方敬请同修指正。希望同修们精進，不负师父慈悲苦度。合十。

从“家族”观念中走出

大法弟子

最近经历了一件刻骨铭心的事情：我不修炼的父亲，平时对大法很接受，也很愿意帮助我和母亲做一些大法的事情，可是最近一二年不知怎的却总想回老家，总觉得活得没啥希望，甚至想回到我爷的坟地那里等死。在这种心态下，他和我母亲的关系就闹得很僵。我和母亲不断地找自己的不足，可是成效不大。后来我母亲在一次做梦的时候，梦见很多过世的人从我家进出。醒来后一下子明白前几年我曾经为了找寻自己的家史而整理过我们四代人的家谱，里面就有很多是已经过世的人。而且有一位长辈因为什么事而上吊自杀，我爷爷五十多岁的时候也是成天忧郁，成天发愁，到了我父亲这一辈的人中也有此种情况。

家里有家谱和供祖先牌位形式上虽然有区别，但实质上很类似。都是“家族”的观念没有放下。

问题发现了，家谱就处理掉了。处理掉之后，父亲那种想死的心逐渐的也就缓解了，现在与我母亲相处的很好了。

在这里必须说清楚一点，以免引起普通读者误会：家族，是一个社会重要的组成部分。一个民族或者种族，正因为有家族的观念，才会让一个社会保持相对的稳定和承袭。家族中的遗训等文化往往成为凝聚后世子孙的一种力量。做为常人社会

重要的组成部分这没什么可说的。

然而作为修炼人，除了做好自己在常人中所要扮演这个家族角色之外，是不应该局限于“家族”这个观念之中的。是本家族的人就很热情，不是本家族的人就很冷淡，那根本就不是修炼人的表现。

如果从轮回的角度来看这个问题的话，那更容易看透了：今生是这个家族的，但在很多次轮回中不一定保证自己永远是这个家族的。是这个道理吧？也许也转生成别的家族的人。

作为修炼人而言是要打破“家族”这个局限和框框的。把我们的慈悲与善念变得更广义。无论天涯海角，无论哪个民族、哪个种族的人，无论对方什么阶层哪个家族的，我们都要把我们的慈悲带给对方。就算今生很陌生，但也许从前我们曾经是亲人！

因为我们生存在宇宙大法洪传人间这个伟大的时代，那么我们的心胸就应该敞的更开，更广，胸怀天下、胸怀苍宇、胸怀众生！让普天之下的所有人都能感受到大法的慈悲与师父的伟大与佛恩浩荡！

站在正法基点上才能修去色欲心

济南大法弟子

看到周围同修在去色欲方面存在一个问题，总是站在个人角度上修色欲心，所以与同修分享一下自己在修去色欲心方面的体会。

我是九五年得法的老弟子，因为得了心脏病想身体健康走入修炼的。修炼前是个电视迷，言情小说、电视连续剧一集不落，冰冻三尺非一日之寒，所以在思想中聚集了很多色欲、情这方面的东西，从而导致在修炼中去色欲方面修的非常艰难，思想中经常冒出那些肮脏的东西进行干扰。为了清除这个肮脏的东西，背法、抄法，并长时间发正念清除，可还是时好时坏，没有根除。

以上个人的修炼体悟，提出来意在交流，不妥之处，敬请指正！

谢谢师父！谢谢同修！合十

珍惜修炼机缘 学法、背法去执着 走出人救度众生的修炼体会

台湾大法弟子

慈悲伟大的师尊好：

各位同修好：

一、如何升起背法的念头

一直以来常听同修交流背法的心得，虽然很触动，也很想背，但却提不起劲，执行力也不强。然而在一次办神韵的茶会中，有一位同修又再次与我们交流他如何背法的心得，于是，我又升起了背法的念头。他还特别提醒：如果要背就要每天背不间断，这点很重要，我记住了！回来后，我开始先背《洪吟》，每天背几小段，一直背到现在。在我反覆背法的过程中，我发现自己长期以来没悟到的，却在一次次的背法中有着一层层的体悟，剥开我一层层的执着。在这过程中也有诸多的心性干扰与思想业力不断往我大脑攻，不让我静下心来背法。但我记起师父讲：“但大多数人可以以很强的主观思想（主意识强）排除它，反对它。这样，就说明这个人可度，能分明好坏，也就是悟性好，我的法身就会帮助消去大部份这种思想业。这种情况比较多见。一旦出现，就是看自己能不能战胜这坏思想。能坚定者，业可消。”（《转法轮》）

因此，无论多忙我都坚定这一念，不让其它负面因素有机可乘。在这段时间的背法中，我看到自己隐藏很深很隐秘的怨恨心在法中一层一层的消融，也不断再归正自己，我发现自己的心变得比较柔软了。以前我对先生的很多行为都很看不惯、很讨厌，后来才悟到是自己没修好才造成这样的情况，我觉得很难过。师父说：“修炼者永远是修自己，人心小小的变化就

正念。”我体悟到了：从实际的背法行动中，深入的把师父的法原文背下来，才更能强化我们的修炼，也更能增强我们的正念。

四、心存“救人急”之念，把打电话讲真相救人的事，摆第一位

我原本在心中，就已拟了几项最近的修炼心得体会，想要写出来，与同修交流分享，可是才刚动笔，就接到“专案行动”的通知，心想这专案一拨打下去，就很难再有时间与精力去写稿了。于是在专案第一天的早上，就没有去领案，心里盘算着，我赶快来写稿，至少先写一半再说；结果一个早上，东摸西摸，别人的交流文章东看西看，师父的相关讲法也看了很多，最后，一个字也下不了笔，结果是一上午什么也没做成；我心里着急也没用，此时，我就有些警醒了，我这是在干什么？我这是“为私”的心啊！我把交流的事而不是救人摆第一位了！心里悟到之后，我下午就赶快去领案拨打了，晚上的交流与学法，也都恢复正常。第二天以后，我就都早上就去领案打电话了。我体悟到：要心存“救人急”之念，把“打电话讲真相救人”的事，摆第一位。师父在《二零一五年纽约法会讲法》中说：“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。”

另外，我有个常人的乐团团练的活动，八、九年来，我几乎没有落下过，出席率超好的，因为在我们中区附近，我没找到有关大法的国乐团，所以就一直保留着参与这个活动，还认为至少我把整团的人都带去看神韵了。就说这天，晚上要团练，我还准备好了要发给团员练习的乐谱，因为晚餐提早吃，还空出一点时间，就想躺着休息一下，没想到我竟然睡着了，一直睡到团练刚好结束的时间才醒来，连团员打给我的电话都没听到。而醒来之后，我正好精神充沛的，可以写我的交流稿。于是我体悟到，师父安排我：要把常人的活动摆到最后一位。真是感恩慈悲的师父点化我！

通读《转法轮》，师父说：“看谁好谁不好，爱干什么不爱干什么，一切都是情”，“常人就是为情活着”。在看有关章节对照自己的行为时，发现每当走在大街上，眼睛总是不由自主的看漂亮的美女……，看完后又懊悔，“我怎么又动情、又动色欲心了呢”，陷入自责中，回家后马上发正念清除，可是再到大街上还是如此。后来就强制自己往地上看，不看人，可是不管怎么躲就是躲不开，非常苦恼，好像有什么东西控制似的，回家后就后悔：我怎么又看了？我怎么又动了色欲了呢？长此以往，不自觉的把色欲心当成自己了，没有分清它根本就不是先天的我自己。

慈悲的师父为了让我看清那个假我，发生了这样一件事：有一次我到同修家去，在敲同修家门的瞬间我什么念都没动，可是突然从头顶上出现一个色魔，从头顶伸出很长的头，然后脑子里出现的都是想入非非的肮脏的东西。我当时非常吃惊：我没有动任何念头，这些坏念头哪来的？我立马警觉起来，指着头顶上的色魔、假我正色道：“那是你想的，不是我想的”，瞬间那个坏东西就没了。恍然大悟，原来这些年来是自己法理不清——总认为那是我以前造的业，在还债，是我自己的执着心造成的。

经常看到同修在交流文章中说“我有执着，我做的不好，我正念不足”等，一直在强调“我”如何如何，就把那个东西当成自己了，不知不觉中在一遍一遍的加强它，给它输送着能量。为什么我们发正念不好使呢？可能我们看清了“那个执着”，但由于法理不清承认它是自己了，等于是把它紧紧的抱在怀里不放，怎么能铲除掉呢？你能铲除你自己吗？你都承认那是你了，等于是你在要它、求它，你怎么铲除它？就像师父在《转法轮》中讲的，“你自己想要的，法轮也不管，我的法身也不管，保证是这样的。”

有一位同修，当我给她指出她有什么心时，她说“我早就认识到了，但就是去不掉”。你看她前一句还是她真正的自己

说的，后面就不是她自己说的了，是那个东西在控制她，让她承认那是她，从而灭不掉它。我与她交流说：“你不要承认那是你，你就能去掉它。”另一个同修同时也这么说，最后同修终于坚定的说“行”。《明慧周刊》785期同修交流文章中说，一连三天邪恶用色魔干扰敏感部位，我发正念清理也不好使，邪恶就是铲除不了。后来想到师父讲的“相由心生”的法理，对邪恶说：“你是宇宙中最可耻的生命，你最肮脏，过去我把你看大了，你最小，小到什么也不是，甚至不能叫你生命”，然后念正法口诀，色魔瞬间灭了。

最近静心学师父的各地讲法悟到，色欲心去不掉的里面还有旧势力的安排、干扰掺在里边，强加的一些个根本就不该弟子过的事情，甚至于很难解决的问题。在证实法救度众生的这一历史过程中，旧势力的所有安排都是起的干扰作用，确实有这样的事情存在，真实不虚。

最近我再发正念清除色欲心的时候，不再站在个人角度上清除，而是站在正法角度上清除它。如果出现肮脏念头时，我就说连你们的出现、存在都不承认，这种魔难的本身都不承认，垂死挣扎的表现都不承认，不是在你们安排的魔难中修，是根本上就不承认，全盘否定-----我是来助师正法、救度众生的，不是来承受迫害的，也不是来还债的。站在正法角度上清理，现在感觉好多了，脏东西少多了。师父讲：“一切不符合大法与大法弟子正念的都是旧势力参与造成的，包括自身不正的一切因素”，“其实旧势力已经被定为正法的魔在清理中了。”（《关于副元神一文引起的波动》）

如有不在法上的地方，恳请同修慈悲指正。

谢谢师父的慈悲苦度！

拨打针对活摘医院真相电话中体悟真正的善

海外大法弟子

慈悲伟大的师尊好！

来的，人类这个空间的理是反的。”师父在《各地讲法九》〈二零零九年大纽约国际法会讲法〉中说：“从现在情况看，另外空间的邪恶被大量解体了，控制人的能力不行了，整个形势对大法弟子来说越来越宽松了，可是越宽松压力就减小了，减小了压力就容易产生一种安逸心哪，想舒适一点啊，想放松一点啊，想缓解缓解。实际上大法弟子的生活已经和修炼一环扣一环的紧紧的溶在一起了，大家对自己的放松，实际上就是对修炼的放松。”所以啊，我必须马上修去这个安逸心，绝不能让它干扰、拉下我修炼的精進意志。

三、背法中的体悟

最近协调同修多次跟我提及，我的学法量不够，才会造成干扰较多、正念不足的状态，我也试过在中午时段，上平台多学一讲《转法轮》，但总觉得只是流于形式，于是半途而废。再仔细查找了一下，发现我连早上第一时段的《转法轮》学法，都没有完全入心，还常常闭嘴离座，去处理一些杂事，后来幸得有同修交流提醒，很快归正了这个问题。然后正好最近很多同修转入背法房间去背法，我也就试着在我们这个房间，读完一讲《转法轮》之后，还有一点时间，五分钟也好，十分钟也好，就我们学法房最后留下来的两三人，每天背一小段《转法轮》中的法，约十天左右，我们已经背了七、八段法，就已感觉心里很踏实，也才发现这些已背起来的法，有着更深的内涵是以前没读懂、没读入心的；于是我又兴起了一念，去邀我们炼功点的负责人，约好就我们两个人，每天炼完功，留下来背《洪吟》，每天一首，约三五分钟就够了。结果留下来背的，有四位。我们一致发现，真的很棒。也才深刻体悟到，师父的法，实实在在的在指导着我们修炼，连带的也带动着我们加强了讲真相的正念，不管是在全球营救平台打电话也好，还是在景点讲真相也好，都能够正念十足，信心满满的去做，想起师父在《法轮大法 精進要旨二》〈排除干扰〉中说：“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

对照师父的这两段法，我真为自己捏一把冷汗，我的那第一个念头，不就像在大街上大叫一样吗？我还是个真修弟子吗？那是“破坏大法”呀！想到一个人的一思一念，真的不可不慎，既然发现了错误，就赶快把这个不合法的念头归正过来吧！

好在这位同修没几天就出院了，大伙去看他时，他很乐观也很正念的说，“我们平常都想要还业，可以分开一点一点慢慢还，这次的事件，意思就是要我一次还多一些吧！”我心想：还是人家修炼多年的老学员，真是正念又正又强！

二、学法炼功都向内找 ---- 找到安逸心

最近炼功点上的一位同修跟我说：“妳炼第二套的”头顶抱轮”，怎么变这样(比手势)？像”头前抱轮”一样？”我随后也比了个手势说：“这样，对吗？”她说：“对呀！可是刚才不是这样的！”我说：“啊！那我可能是睡着了！”旁边一位同修哈哈大笑说：“真厉害！妳站着也能睡着！”我也大笑着和她们开玩笑。虽是打哈哈的过去了，回头可得要深挖一下，打坐时，弯腰、驼背、打盹、倒掌等现象，一定也常出现；我还发现，我在大组学法时，时不时的，就没了声音，迷糊过去了！等旁边同修轻碰我一下，才又反应过来；这种种不正确的现象，让我不得不赶紧向内找；尤其最近一大早的炼功时间，常常在下雨，我就不自觉的，按掉闹钟之后，又倒下继续睡，一会儿醒来，炼功时间就只剩下一半了，只能迟到去炼动功，或者留在家里，自己炼静功，然后一整天，都没腾出时间来补炼，这是什么状态呀？是安逸心？对！是安逸心！我只想舒舒服服的过日子！原来这一切的犯困现象，都是安逸心的表现；“找到了！”我在心里大喊，“我要修去它！排除它！排除掉这个不好的心！”

师父在《休斯顿法会讲法》中说：“有的人就觉的我活在世上就应该舒舒服服。常人这样想没有错，人嘛他就想活的好一些呀、痛快一些呀、少吃一些苦。可是作为一个修炼人我告诉你呀，吃一些苦啊不是坏事，因为宇宙的理在人这儿是反过

最近一段时间打电话效果不大好，特别是针对活摘医院的案例。觉得自己停滞在一个状态中，难以突破。有一天我头脑中浮现出师父的法：心空善念起。[1]师父的法点醒了我：自己是不是抱着什么执着、观念在打电话？因为我长期在医院工作过，耳闻目睹一些医生想方设法坑病人，赚黑心钱。形成了一种观念，认为这些医生难救了。自身受党文化的毒害，形成的怨恨心和争斗心，修炼中虽然一直在去，也没去干净。面对电话那边直接涉及活摘大法弟子器官的医生，更是心存气恨，从而影响拨打电话的效果。

师父讲：“善是宇宙的特性在不同层次、不同空间的表现，又是大觉者们的基本本性。所以，一个修炼者一定要修善，同化真、善、忍宇宙特性。”[2]“你一恨他，你不就动了气吗？你就没做到忍。我们讲真、善、忍，你的善就更无从有了。”[3]“真正慈悲的力量能解体一切不正的因素”[4]。师父还讲：“我这样对待人，我这样对待世人，那么如果世人在这种慈悲下、完全超越常人对待生命的宽容下，人还在损害着大法和对不起救度他的大法徒，那么，佛法也是有他的威严的。在这么的慈悲下还不行，那么他的生命就没有任何希望了。”[5]对照师父的法，认识到自己还没有修出真正的善，展现不出慈悲的力量，所以不能更有效的抑制和解体接听电话者背后的邪恶因素。同时对什么是真正的善、大法慈悲和威严同在的法理，有了更深的体悟。

通过系统阅读揭露邪党活摘器官《铁证如山》的内容。了解其中所举证的这些证据之间相互应证、互为补充，逻辑严密。揭露出来的系统犯罪事实，让人震惊。活摘器官的邪恶性质和程度，远远超出人类的正常思维所能想象的，是这个星球从没有过的罪恶。参与活摘的医生，沦为邪党与江泽民残余势力迫害法轮功的杀人凶手和替罪羊，我为他们感到悲哀与担忧，他们将面临最可怜、最可悲的可怕下场。

怎样才能更好拨打真相语音电话、解体邪恶和救人？我要

求自己在打电话过程中，保持尽可能强大的正念，排除人的观念执着，心态平和纯净。对接电话的人要善，对其背后的邪恶因素则坚决的正念铲除；要做到用心、善心和耐心。选择有针对性的真相语音广播，曝光和揭露迫害，让接听者明白善恶有报是天理，同时给指出自救的路。

每次领到案子，我先浏览追查国际网站，查看参与活摘器官相关医院人员的证据。发现有的医生不只参与具体活摘，同时还是国际追查的中国各省市反×教协会的成员，这些人危害更大。在拨打电话时，我先播放真相广播，严正告诉他们：立即停止供体来源不明的移植手术，你们医院涉嫌参与活摘法轮功学员器官做移植手术的医生，都在追查国际的追查名单中。有时再重复播放追查国际的宗旨，震慑邪恶：追查国际将彻底追查迫害法轮功的一切罪行以及相关的机构、组织及个人无论天涯海角，无论时日长短，必将追查到底。接着再播放调查取证及活摘证人录音等语音广播，尤其是一批调查人员对各医院的调查录音，揭露邪恶，让其知道追查国际已经掌握他们的大量犯罪证据。随着自己的修炼和心性提高，拨打电话的效果也有了相应变化。有一次拨打一个医院的护士站，这个科室所有的号码都接听完对各医院的调查录音，感到她们听的很认真；有时听到对方悄悄的在说，我们几个轮流听吧。天津市第一中心医院器官移植中心，亚洲规模最大。其创建人沈中阳名列国际追查名单，他接听电话时，我直接让其听他所在医院的证人录音。对于作恶多端者，即使无可救药，也要正念解体其邪恶因素，让其知道善恶必报是天理，尽快停止作恶。

师父讲：“慈悲能溶天地春 正念可救世中人”。[6] 大法弟子已经成为众生得救的仅有的唯一希望。[7] 我悟到，拨打的每一个电话号码，都连带着庞大的生命群，不管对方接表现如何，大法弟子就是心怀慈悲，正念除恶，用心拨打真相电话。正法进程已经到了最后阶段，在这有限的时间里，我要更扎扎实实的多学法，向内找，修自己。以大法弟子的慈悲善念解体邪恶、兑现救人的誓约。圆容师父所要的，跟师父回家。

不当之处，请慈悲指正。

谢谢师父！谢谢同修们的帮助！

注：

[1] 李洪志师父著作：《洪吟三》〈入圣境〉

[2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈浅说善〉

[3] 李洪志师父著作：《转法轮》

[4] 李洪志师父著作：《曼哈顿讲法》

[5] 李洪志师父著作：《二零零三年加拿大温哥华法会讲法》

[6] 李洪志师父著作：《洪吟二》〈法正乾坤〉

[7] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈正念〉

我在实修中的一些体会

台湾大法弟子

慈悲的师尊好：

我得法进入修炼，很快已三年多了，最近有遇到几件让我去思考的修炼体会，就想整理一下，提出来与大家交流，有不当或不在法上之处，请慈悲指正。

一、体悟随时以法归正一思一念的重要

最近我们炼功点的一位同修，被亲戚砍下来的高大槟榔树撞倒，严重到昏迷送医，鼻梁骨碎裂、肩甲骨等处骨折... 消息传来，我脑中出现的第一个念头就是：我们大法弟子，不是都有“法轮”在头顶上保护我们吗？怎么会被砸到呢？师父在《转法轮》中说：“就在这一瞬间回头的时候，看到头顶上一个大法轮在那儿旋呢，这根铁管子顺着头就滑下来了。滑下之后插到地上不倒。那要真插到人身上，大家想一想，那么重，那真是串糖葫芦一样，一穿到底的，是很危险的！”。可是，马上我就又想到师父还说：“有个人手里拿着我的书，在大街上一边走一边大叫：有李老师保护不怕汽车撞。这是破坏大法，不会保护这种人的，其实真修弟子不会这么做的。”（《转法轮》）