

师，我在课堂上尽可能的引导学生认可传统文化，根据课程主题拓展课本上没有的科学，启发学生明辨是非。身边一走一过的人为见大法弟子一面都可能付出了相当多。希望每个你都能明白大法真相，做出无悔的选择。

正见周刊



2022 年 6 月 25 日在国际反酷刑日到来前夕，澳纽 150 多名法轮功学员在奥克兰市中心伊利沙伯广场举行集会游行，揭露中共对信仰「真、善、忍」的法轮功修炼者长达 23 年的酷刑迫害，呼吁社会各界制止中共暴行。

第 1036 期

2022 年 6 月 28 日

目录

正见新闻

- 神韵意大利帕玛爆满落幕 时尚总监赞优雅 /3
 神韵意大利维罗纳首演爆满 政界艺术界赞佩 /3
 新一代影视和信息综合平台“干净世界”问世 /4

神奇经历

- 见证修大法的神奇 /4

法会文章

- 执着做好人是求名不是修炼 /8

讲清真相

- 一声“法轮大法好”导游带领大陆旅游团排队接真相资料 /8

正念正行

- 兑誓约 震天地 泣鬼神——记三次去北京证实法的经历 /16

修炼体悟

- 浅谈“负面思维” /21
 “为他”的一念 /24
 浅悟大法弟子在救人 /28
 修好自己的体悟 /30
 找到修炼中的根本问题，去掉常人心，真正实修 /32
 在过色欲关的过程中感悟师父的慈悲 /35
 坚定信师信法没有过不去的火焰山 /37
 浅悟“年轻的姑娘总好做美容” /40
 大法弟子智慧的来源 /41

元神不灭

- 我的助教经历：因缘际会 隔世重逢 /42

机一动友人施术将其化为人身，猫精感恩，俯首听命。我想突然出现美女勾引，一般人上不了当，在我的建议下，猫精美女白衣裹身手抱婴儿，成为新婚不久刚死了丈夫的妇人，梨花带雨楚楚可怜。妖怪无情善施媚术，很快让头领放下戒备，达到目的。成功后我立马离开。

我当时没有害人之心，但也对校长造成了一定伤害，这辈子我帮他分担了很多工作，班里学生成绩也进步了，期间我没有领薪资。那世我在他的阵营里威望挺高，平易近人，因此走后，他的一些手下很舍不得我，这些手下就是我所带班级的同学们，有些人竟然相貌还相似。比如有一个人那世想和我交谈却又害羞，此生作为学生他开朗健谈经常问我问题，也算是那辈子延续的小小心愿。

期间，另一段因果也随之解开。我五六岁之前非常胆小，也不爱说话，有时看见不熟悉的大人还会躲起来。这和我后来性格反差很大，我得法后心高胆气足。有次睡梦中我看见，在日韩一带，一个小女孩与邻居家大几岁的哥哥青梅竹马，比如曾在草地上一起玩滑板，她大声喊着：“我学会啦，我学会啦。”女孩四岁那年被一个中年大汉追赶，狂奔藏到路边，抬头瞬间大汉正停在她旁边，女孩被害。

画面急转一个雨夜，女孩母亲拿着长刀靠近这个大汉，这时我看到她心里浮现出小女孩生前的身影，这位母亲从犹豫到坚定，在大汉猝不及防的情况下，将刀从他背后穿出胸膛。小女孩就是我的前世，那种无比的恐惧在梦中让我重温，死后即刻转生到中国，因为时间太迅速，这种怕也带到今生，成为小时候的阴影。而邻居家的哥哥在女孩死后变的忧郁，这个哥哥正是班级里的一个学生。我和班里这个男生平时交流并不多，此梦不久，他竟意外的对我说：儿童急走追黄蝶，飞入菜花无处寻。

看到了这些因缘，更加体会到没有偶然的相遇。作为老

提供智慧和能力，那自然就水到渠成了。

当然大法弟子也有修炼的因素在里面。有时候我写一篇文章很吃力，写出来自己都不满意，虽然付出心血很多，但也不能给编辑同修增加压力。我的选择是直接删掉，不上传。因为吃力写出来的东西，人心太多，也没有证实法的内涵。

还要注意写文章不要写的太高，要让别人看得懂，把握这个尺度的过程也是提高自己的过程，因为要放下自我，站在别人的基点看问题。

大法弟子真正去证实法时，会有众多的神来助我们的。所以我们的智慧其实是因为证实法才给你的。如果抱着求知识的想法，什么也得不到的。

一点心得，算不上什么文章。希望对想写文章的同修有些帮助。

元神不灭

我的助教经历：因缘际会 隔世重逢

大陆大法弟子

有段时间我在一所学校助教，校长很赏识我，挺照顾我，以往这种情况，我都会很信服对方。但奇怪的是，我发现我和校长互相都存在戒备心，在热情中潜藏着陌生感。

这种感觉的存在很快得到了答案。我与校长曾有两世缘份，梦中我笑着和别人说：“历史上我总共遇见他两回，两回都把他坑了。”古代一世，校长作为头领，麾下很多人马，我方为了得到某机密，我在他手下卧底，他很器重我，提拔我作二把手。我如果直接提起机密，他会起疑，于是我和友人商量用美人计。我当时还说：“有哪个美人愿意做这样的事情，可是要失大德的。”正犹豫间，遇到一猫精，灵

正见新闻

神韵意大利帕玛爆满落幕 时尚总监赞优雅



次谢幕。

6月23日晚，神韵纽约艺术团在意大利帕玛皇家歌剧院（Teatro Regio）展开第三场、也是今年在该市的最后一场演出，现场再度爆满，观众热情如火，神韵艺术家再次两

次谢幕。中华传统文化的深邃美好、舞蹈节目的精湛高超、动态天幕的匠心独特，交响乐团的东西合璧，让帕玛的观众陶醉惊叹，还有一些观众是从其它城市慕名而来。

神韵意大利维罗纳首演爆满 政界艺术界赞佩



6月25日晚，神韵纽约艺术团在意大利维罗纳的剧院 Teatro Filarmonico 的首场演出爆满，全场气氛热烈，掌声如雷。这是神韵艺术团第一次莅临当地演出。

当神韵乐团的音乐家入场的时候，现场观众献上了热烈的掌声，直到他们落座。演出结束后，神韵艺术家两次谢幕，观众仍不愿离去，再次用掌声欢送音乐家离开乐池。

当地政治家、意大利北方联盟党众议员 Vito Comencini 赞叹神韵“传递了强大信息”，公司老板 Guccione 夫妇表示，神韵歌词震撼人心，敢于说出很多当代人不敢说出的话，而公司老板 Paolo De Osti 则表示，神韵有一个“伟大的使命”，在实践“一个伟大的誓约”。

新一代影视和信息综合平台“干净世界”问世

总部位于纽约中城（Middletown）的高科技公司干净世界，在本周末正式推出“干净世界”（Ganjing World）在线信息、影视综合平台，为全球华人带来一轮崭新和丰富的观看体验。

“干净世界”是由美国科技界的杰出华人创办，运用了最新的视频、流媒体和云端科技，是一个集丰富的功能、舒适的体验和安全为一体的在线视频平台，并且铺设了大规模营运的设计基础，可以同时呈现数百万的视频和服务上亿的观众。

“干净世界”目前包括两大内容，“社交媒体”呈现了目前华语世界里已经形成相当规模的新闻媒体，如大纪元、新唐人、希望之声、看中国等，为读者提供 7 天 24 小时的新闻资讯；“自媒体”则整合了目前在 YouTube 等社交平台上已经卓然大成的自媒体人，如江峰、章天亮、李沐阳、大字、文昭、胡乃文医师等数十位内容创作者的精彩节目，每日快速更新，为观众带来源源不断的深度新闻分析和高价值的生活资讯。

神奇经历

见证修大法的神奇

子路通

我是修炼 28 年的老弟子，也有许多要写的事，但是由于自己的懒惰，错过了每一次机会，在此借法轮大法洪传三十年之际，以表达对师父的感恩，把我家的神奇事写出来。

因为孩子从小体弱，发烧几天不退。于是我就带着孩子到附近炼功点听法，当时孩子小，又不会炼功，也不会读法，但是很听话。一坐就是两三个小时。炼功点上的大姨和

体呈现出向年轻人方向退，逐渐的退，逐渐的转化，最后完全被高能量物质代替的时候，那么这个人的身体已经完全转化成另外一种物质身体了。”（《转法轮》）

我还看到，周围有的女同修（包括中老年女同修），也很喜欢做美容（适当修饰和穿戴整洁一点是对的，但不能过），在学法小组或同修在一起交流时，有的女同修化妆让人看着扎眼、不舒服，雕刻痕迹很重，不敢细看，这样倒显得老相，不如自然点好，为什么这样呢？是不是很强的美容人心被旧势力钻了空子？

我体会到，学法不要站在人的基点上去理解，站在神的基点上去认识才会看到更多内涵。

一点浅见，请同修慈悲指正。

大法弟子智慧的来源

小文

我从 1997 年得法，到今天也二十几年了。从 2014 年开始写文章，也不下一千多篇了。在大法弟子的各大网站都投稿过，过稿率在百分之九十以上。每次写文章都非常的简单，白天有一个简单的构思，晚上坐下来也就一个小时到两个小时之间，一篇文章就写出来了。

很多的思路在写之前根本就不是很清楚，坐下来开始写了，智慧便如泉涌般源源不断的流出来。思维变得非常活跃，大脑中所想之事很多都是超越了人的理的。看上去用人的知识可以解释，却不是人的智慧可以想到的。有一种恍然大悟的感觉。这样的思维有一个好处，就是写出来的文章人可以很容易的接受，感觉超越人的理又在情理之中。为什么在写之前没有这些智慧呢？因为大法弟子是证实法，不是为了学知识，当写文章证实法时，众多的神都会一起想办法，

层次有限，不当之处请同修批评指正。

浅悟“年轻的姑娘总好做美容”

大陆大法弟子

师父在《转法轮》中说：“说句笑话，年轻的姑娘总好做美容，皮肤想变的白一点，好一点。我说你就真正的炼性命双修的功法，自然就达到这一步，保证你不用去做美容。”以前，我读师父这段法时，对“说句笑话”这句法不理解，心想：年轻姑娘做美容不是很正常吗？现在美容店和化妆品店满街都是，别说年轻姑娘做美容，中老年女人不做美容的都少，师父怎能说是“笑话”呢？我怎么就笑不起来呢？

可是，最近一次读法时，对“说句笑话”这句法有了一点理解：成住坏灭是宇宙的规律，生老病死是人的规律，一个人出生后，青春年华不过十几年，接下来是中年、老年、死亡，这是规律，谁能挡住这个规律呢？做美容不过是想留住青春岁月和不想衰老，这可能吗？在神眼里看就是“笑话”。人生百年匆匆而过，做美容不想衰老是异想天开，人是左右不了自己的，想留住美颜也是一厢情愿，在神看来，一切违背天意之举都是笑话。美容基点是私，生老病死规律是无情的，你不想衰老就不衰老吗？你想留住美颜就能留住吗？不管你拥有多昂贵的化妆品，或想怎样精心打造自己这张脸，都是违背天理的瞎捣腾，神看就是笑话。

神把人的道德提高看得很重，能修心养德，重德行善，不断提升品德回归天国，那才是神最看重的。法轮大法是性命双修功法，真修真炼，不但生命能回归天国永远美好，就是在人的表面相貌上也会容光焕发。“在改变的过程当中，人的细胞逐渐的被高能量物质代替的时候，会减缓衰老。身

姥姥们都很喜欢他。从那以后很少有病，随着时间增长，孩子大了，也开始和我们修炼了。

时间过的很快，步入高中，因为孩子个子很高，学校体育老师让孩子走体育特长，能考上师范学校，毕业后当老师。当时我想孩子五点起床，到学校锻练，耽误炼功。晚自习又不能上，还耽误文化课，这样就没有充分的时间学法和炼功了。

师父说：“体育锻炼想达到人的身体健康，要加强人的运动量，强化人的身体训练”【1】，“能够使他身体保持一个健康的机体，但却缩短了他的生命。”【1】“往往运动员给人的感觉显的早熟和衰老”【1】。通过师父的这几段讲法，我觉得还是不应该走体育特长，最主要的是耽误孩子炼功。这样我就到学校找体育老师，用各种理由不让孩子锻练（当时每月还交三百元训练费）。教练以为怕花钱，竟然说他给出训练费（没要），并说毕业后 A 大学校好，离家近。这样在教练的恳求下，也只好答应了。

回家后我想。利用中午时间学法，把时间安排好。高中这三年中，我向来没有要求孩子学习文化课，有时间就督促学法，可是神奇的是高考的分数线比平时模拟考试高出一百多分，以很好的成绩达到了大学的分。教练和班主任都很满意，然后找同修报志愿，就想报教练提供的 A 学校，也许就是师父用教练的嘴提前点给的，这样就信心百倍的报 A 学校。

但是连续几年 A 学校分数线很高，被录取的希望很小。后来就和班主任和教练征求意见，教练和班主任都不同意报 A 学校，因为都知道 A 学校分数高。我放下电话失望的躺在床上，流着眼泪心里说，师父啊，孩子得修炼不能离开大法。于是我又拨打了教练的电话，教练坚决不同意，亲朋好友也都说 A 学校走后门，托关系的，当时丈夫（同修）和报志愿

的同修也都不同意，于是又和另俩个同修商量怎么办，其中一个同修说，他们走后门托关系，能有师父门子硬，另一个同修指我的名字说，信师信法了吗？同修给我添了正念，最后报了 A 学校。

两天后录取通知书下来，真的被 A 学校录取了，再一次证实了大法的神奇。录取后，孩子高兴的把消息告诉他要好的同学，万万没想到，同学开玩笑骂一顿，说你报 A 学校为什么不告诉我，听完后我和孩子说，我们报能录取，别人报就不一定能录取，因为我们有师父。

考上大学后，姨家子的俩个哥开玩笑的说，老三你考上大学真是奇迹啊，你是咱家的第一个大学生，因为他们都知道；孩子小时很笨；扑克牌，游戏机都不会，学前班上了三年，到一年级二加三就都不会算，姥爷心里说这可坏了，通过这几年学大法，师父给孩子开智开慧了，哥俩都感到很神奇。

一晃大学四年过去了，毕业之后没有及时打工，合理安排时间，炼功学法，学习文化课，晚上时间打真相电话，这样在家整整呆了半年，奶奶家的姑父用讽刺的话指着孩子说：这么大的小伙子不打工，在家尽炼法轮功，我们三口子没有动心，因为我们有师父在管，到了年底一个朋友说托关系给孩子找个好工作。但需要花一笔钱，当时我起了争斗心，非得找个好工作，给他奶奶家人看，就在这一两天找工作的时候，神奇的是网上有招老师的信息，就把找工作的事情推了，要不钱也白花了，工作也找不到，多亏师父帮忙，随后就报考了老师，二三百人招五名，录取希望不大，抱着试一试的心；结果神奇的是，考试的题目都是复习过的，孩子以第二名成绩进入了面试。

两天后取了准考证，回家刚到路边，一辆车停在身边，问坐车不，孩问多少钱，司机说是五元钱，当时孩子愣住

师父说的做”（《二零一八年华盛顿 DC 讲法》）。

我心里更加明确了，信师父就按师父说的做。“修炼人讲的是正念。正念很强，你就什么都能够抵挡的住、什么都能做的了。因为你是修炼人，你是走在神的路上的人，你是不被常人因素、低层法理控制的人。”（《洛杉矶市法会讲法》）想起师尊的教诲，瞬间信心倍增。虽然烧的很厉害，虽然身体依然很难受，虽然头几天只能喝凉水，但我从没想过要量体温，也从没想过要告诉任何人。我心想，绝对不能让亲属知道，也不能给同修们添麻烦，我自己一定能过好这一关，就坚定的信师信法，“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟二》）。

第三天早上我洗脸的时候，意外的发现以前脸上长的两个包不见了，这两个包长在右脸上，一大一小，大的象鸡蛋那么大，而且还很硬，半边脸都变形了，肉皮被撑的锃亮，颜色发紫，很难看。没想到这次过关中，这两个折磨我很长时间的包全被师父给拿掉了，我那个高兴劲儿就甭提了，我赶忙双手合十跪拜：谢谢师父！谢谢师父！

脸上的包虽然下去了，可是身体依然很难受，说冷就冷，说热就热，但我丝毫也不放在心上，每天加强学法，炼功，发正念，我就是百分之百信师信法，坚定的走师父安排的路，任何其他生命都不配迫害我，全盘否定旧势力的一切安排。

一周之后，状态稳定了，二十天后完全恢复了正常，我又汇入了讲真相、救度众生的正法洪流。后来亲属得知了我的这段经历，都觉的不可思议，感叹法轮大法的超常与神奇，很多人选择退出邪党无神论组织，相信法轮大法好。

我的点滴经历证明：只要坚定的信师信法就没有过不去的火焰山！

弟子叩谢师尊慈悲救度之恩！

减轻，而且还出现了全身发冷，冷的我直打哆嗦，手脚冰凉。我没有害怕，加强学法，发正念。到了晚上，状态更不好了，冷的更厉害。我知道，应该提高心性了，炼功人没有病，师父早就把我们的身体给净化了，而且在七二零之前就把我们推到位了，哪来的病业啊？于是我立掌发正念，没想到的是，刚一立掌就哆嗦成一团，根本立不住。我心想：邪恶不让我发正念，我偏要发，就不听你邪恶的。于是我把手缩在衣服的袖子里，两手抱在一起发正念。大声念诵正法口诀：法正乾坤，邪恶全灭，法正天地，现世现报。灭。

到了深夜，状态更加严重了，腹痛同时，伴有恶心、呕吐、头晕、口干舌燥，还腹泻不止。一会儿就得去一次卫生间，几乎没有停歇的时候，那感觉真是百苦一齐降啊。我就听师父讲法，连续不断的听。到了十二点，我照样坚持发正念，求师父加持我，救我。我不停的在念：法轮大法好，真善忍好，及“真善忍三字圣言法力无限，法轮大法好真念万劫即变”。（《洪吟四》）。我想起师父在法中讲过：“人最难过的一关，修炼必须走出去的那一关，就是放下生死。当然不一定每个人都要在生死面前考验你，但也不绝对排除。每个人面对他自己的最大难关与最大执著能否放下，其实都是在考验人能不能走出这一步。放下生死，就是神，放不下生死就是人。”（《澳大利亚法会讲法》）我在心里不断提醒自己：我就信我师父的，一切交给师父，去留师父说了算。

虽然身体很难受，但心里很稳，一点儿也不害怕，而且很有底气。这时师父的讲法源源不断的涌入我的脑海：“就是按照大法、正法的要求去做，就不承认你历史上安排的一切，我包括你旧势力的本身我都不承认”（《二零零二年美国费城法会讲法》），“有大法在，你已经得了法了，你这个生命已经属于大法了，你就豁出来了，正念正行，按照

了，三十多里地才要五元钱，孩子到家和我说这事，我开玩笑说：你爸都不拉你。上车之后，孩子和司机讲真相，司机很认可，把少先队退了。快到家时，孩子和司机约好，等第四天面试时，早七点再送一趟，结果路费还是五元，当时孩子想自己是大法弟子，不能占便宜，就主动给了二十元钱，可司机怎么也不肯要，在推辞下，勉强给了十元。

我们三口子高兴说，师父太伟大，连的车都找好了，更神奇的是轮到孩子面试时，得等到下午两点，孩子没带复习资料，正在发愁时，一个考生（是对手第五名也不认识）走来，说你没带复习资料吧，我给你。咱们复习一下，对考一下。结果对方出了一道题：跳高，给对方试讲了一堂课，这就是师父给派来的；结果抽签时就是跳高课。孩子成功的把这节课讲完了，到了下午三点，我们正学法，孩子高兴的推了个门缝，脑袋探进来高兴的说有帮忙的，我故意的反问一句，谁帮忙了。孩子说师父师父。

两天后孩子真的被录取了，真的当上了一名教师，我和丈夫说，如果分到 B 学校当老师挺好，离家近。真是心想事成，到了 B 学校。这一系列的安排多亏了师父帮忙，这一件神奇的事情，感动了我的家人，特别是我八十六岁的老爸，原来特别反对我母亲学大法，甚至在九九年迫害时，曾给母亲跪下，哀求母亲放弃大法，现在他老人家也走进大法，天天学两讲法。业余时间炼功，一天不落的给师父法像前打扫卫生，现在我们全家都学大法，真好！

结束语

师父说：“法正天体已结束，目前正在向法正人间过渡。”【2】要珍惜师父用慈悲与巨大的承受延续来的不长的时间，修好自己，做好三件事，以回报弟子对师父的感恩，不要为自己修炼留下遗憾，希望同修们都拿起神笔，把自己修炼辉煌的历史写出来，启迪世人，救度更多众生。

叩拜师尊，感恩师父！谢谢同修。不当之处请同修慈悲指正。

【1】李洪志师父著作《转法轮》

【2】李洪志师父著作《醒醒》

法会文章

执着做好人是求名不是修炼

美国大法弟子

师父好！

同修们好！

感染中共病毒 师父点悟找出求名的执着

今年一月份，我加入了对华广播这个讲真相的项目，我感到非常荣幸，可以运用到疫情期间所学技能救人了。可是在加入的第二周，先生出现了类似感染新冠的症状，在照顾他的同时，原本没有什么想法，心里也很踏实觉得我不会有事的。可是就在先生出现症状的第三天我也出现了类似的症状，不同的是我的喉咙特别痛，象是含了一个齿轮不停的在里面旋转，同时感觉浑身发热。奇怪的是无论我和先生感觉怎么热，体温计上一直都显示正常，当时只是觉得奇怪并未多想，而且一到吃饭的时候症状就减弱了，我们都可以正常吃饭，但是到了晚上就很难过，经常会咳醒三四次。

在出现症状的第三天，是我最难过的一天，脑海里面不停的翻滚着某某同修说哪个同修因为疫情走了等等，身体上的承受加上心理上强烈的怕，让我简直要崩溃了。也就是在那个晚上，我才真正的静下心来找自己，也就是这个时候我突然发现，我不知道是自己的什么执着造成的，我真的不知道为什么会发生这样的事。

这篇交流文章，其实以前也看过，当时没有太在意，觉得这一关已经过去了。但这次悟到师父是点化我不要因为关多次没有过的好就心灰意冷，文中的“大法弟子的身体有无数层，在三界内的部分都存在去色心的问题，而这一部分也是数不清的层次，所以一直到修炼圆满之前，都要不断的去色心，这该有数不清的多少次啊，所以不要认为去过色心一次、几次、几十次就认为过关了，就烦了。”这句话几乎就是对我说的，因为我就有怎么老是过不去，太烦了，自己不是修炼的料这样的念头。

修炼过程中总有过不了关的时候，特别是当某个关反反复复时，自己思想中的选择是什么就非常关键，如果自暴自弃就是走了旧势力安排的路，不但在这一个问题上，其他的关也是一样。

写出这些一方面感恩师父的慈悲，同时也觉得非常的惭愧，在今后的修炼中唯有精進，精進。

坚定信师信法没有过不去的火焰山

辽宁大法弟子 善缘

我是一个修炼了二十多年的老弟子，今年已经七十多岁了，独居。在这二十多年的风风雨雨中，自己和其他同修一样经历了许多魔难，有时过的好，有时过的不太好，但在师尊的慈悲呵护下，都走过来了。从始至终，我对师父对大法的坚信从未改变过。这次想和大家交流的是最近发生的一件事。

今年的三月六日那天，早上起来，我就感到小腹疼痛，我也没在意，照样炼功。因为以前我就有过尿频、尿急、尿痛等症状，每次我都不去理会这些，该干什么就干什么，很快就过去了。可这次却没有那么快，到了下午不仅疼痛没有

的执著，造成我们修炼方方面面的松懈，进而使我们信师信法的成度打折扣，从根子上毁掉我们。在这一关没有过去后的第二天内接连遇到的两件事使我感受到了师父的慈悲，事情是这样的：

家人要到外地去很长的一段时间，早上送走他们后我回到家中，打开家门闻到一股糊味，我大吃一惊，仔细一看原来早上家人煮好荷包蛋之后灶上的天然气没有关死，还留下一点小火，而她以为是完全关好了的。我立即把火关死。中午我一个人吃饭，早上还剩了一小碗切的很长的葱，我本打算倒掉，但鬼使神差又觉得可惜，就吃了起来，我平时吃饭其实比较急，但今天不知怎么很慢，就在我把葱夹到嘴里时忽然看到里面有一根牙签，我知道家人平时吃完饭有用牙签的习惯，这一定是他不注意扔到碗里的。

这两件事情的间隔只有几个小时，我事后想想真是非常非常的后怕，我明白师父真的就是在我身边，慈悲的挡住了旧势力连续两次以我的色欲心不去为借口对我下的死手。

送完家人我本打算在外面转转再回家，但最后决定还是马上回去，如果回去晚了一点真的不堪设想，那个掉到碗里的牙签也是旧势力的安排，葱是黄绿色的，而且切的很长，和牙签的颜色很接近，如果我吞了下去不是刺破喉咙就是刺破肠胃，那也是可想而知的痛苦，但师父慈悲的为我化解了。

长期学法和看交流文章，我当然知道色欲心不去容易受到迫害，所以在这一关没有过去后当时脑子里闪过了一个念头就是自己修炼无望并且自己很快要受到迫害了，但幸好立即归正自己，绝不可放弃同时师父没有安排迫害，我修的不好是我自己的事情，不配旧势力插手，很可能是这一念还算正，师父才给我化解，否则师父也是没有办法的。

又过了几天，我无意中看到了正见网《色心有多少层》

这时我想起师父在《二零一五年美国西部法会讲法》中的一段法：“我们有些学员在病业关上走不过来。你不要往大处想。你说我没什么大错误啊，对法很坚定啊。可是哪，你不要把那些小事不当回事。邪恶会钻空子的，很多学员因为小事甚至于走了，也真都是因为非常小的事。”想到这我感到更焦急了，我就在这种抱着强烈的要找到自己执着从而能让自己好过的有求之心带动下，拿起大法的书来学，却什么也看不到，什么也悟不到，我内心焦虑到了极点。虽然内心一直告诉自己不能急要平静，可是那翻滚的心真的是一刻都静不下来。

当时我想既然无法让自己静下心来学法，不如去明慧网看看同修的交流文章吧。一打开明慧网，就看到标题为——《修炼就要向内找》的一篇交流文章。当看到“在遇到矛盾的时候似乎都知道向内找，可是却不深入……罗列了一堆……却没有踏踏实实的认认真真的用法对照自己，根本没有找到实质的问题”这段时，我觉得同修的这句话就像是在对我说的——我就是每次遇到问题时就把妒忌心，私心搬出来以为这样就可以涵盖所有的执着心，又或者是停留于事情表面的对错，只要判定是对方的错，便会无伤大雅的列举一下自己的执着后再自嘲一下自己前世一定对矛盾的对方做了很多坏事，随后便心安理得的认为问题已经解决了，结案。

此时此刻，我深切的意识到，自己对待修炼是多么的不严肃，对不起师父。也意识到，为什么长期以来一种矛盾形式尤为突出，且一直缠绕着我，无论我去到哪里，面对不同的人，不同的事，不同的环境，不同的年龄层总会有类似的人物出现，造成类似的矛盾，而且呈现出越演越烈的趋势。可我就是总也不去找自己，不去深挖到底是自己的什么执着心造成的，结果就在这一个问题上一直往下掉，师父在《转法轮》第六讲中说：“每一关、每一难都存在修上去或掉下

来的问题。”

想到这里，我开始回想过去那些我不愿意再去触碰的矛盾。第一遍毫无头绪，仍然觉得错在别人，自己没有错；第二遍同上，第三遍我无语了，我问自己，找自己真的就这么难吗，不是已经知道不要去看事情表面的对与错吗？我想我的问题到底在哪里呢？到底是哪颗心呢？毫无头绪，心想算了继续看同修的交流吧。这时我看到同修写到师父在《洪吟》里说：“为名者气恨终生”。这句话让他感到震动，可当我看到这句话时，却也突然泪流满面，原来是名呀，我从来都不认为自己有求名的心，还自认为平时做人很低调，尽量的谦让别人，我怎么会有求名的心呢？但当时的感受明确的告诉我，我就是有一颗很强的求名的心。

我又重新回忆过往，我惊奇的发现，我在修炼中一直有一颗想要得到所有人，都认可我是个好人的强烈的有求的心，我一直在执着做好人的这条路上走的很迷失很辛苦。结果造成的环境就是总能遇到“秀才遇到兵”的情况，就有那么一个或两个喜好搬弄是非，挑拨离间，或是把做人底线拉到很低的这种人，强烈的妒忌心的外化，总之就是不能让我舒舒服服的去做个好人。虽然这并不会造成任何实质的伤害，但是常人不是有句话，不怕贼偷就怕贼惦记着吗，这样的人不用多，就有那么一个，总是缠绕在身边真的非常让人头痛。我感觉自己就一直处在不断的向周围人解释，证明自己是个好人，身心被扯的非常辛苦。

在法上归正自己 中共病毒症状减弱

悟到这颗求名的心后，我想我一定要修掉这颗心，不再让不好的生命钻空子，可我要怎么去掉这颗不好的心呢，这时我想到师父在《转法轮》第一讲中的一句讲法：“修在自己，功在师父，你有这个愿望就可以了。而真正做这件事

还有就是在一个项目中时间久了，容易生出维护自己项目的狭隘的观念，其实也是一种私心。在另一次和另外一个项目谈合作时，我提前想好了如何进退、怎么先压低价格，不行再慢慢提高，觉得自己想的很全面很完美。结果开始谈之后，发觉这个同修完全没有这个概念，我刚一开口，她马上就说，都是为了救人，你们拿去用吧，我们不要任何费用，因为不影响我们的运作。当时我立刻很惭愧，自己白白用常人心设计这半天，结果对方的善意和大局观念里根本没有这些东西。师父让我看到了自己的这颗私心。

其实在同一个项目中也一样，不同部门之间如何配合、如何合作，也一样有需要去掉自我和私心的问题。在项目中要按照师父的教导，才能做好项目，救更多的人。

四、扩大心胸和眼界，突破面临的困境

就是因为自己长期存在的这些问题，在这个空间中我也遇到了关难，我眼睛的视野变的很窄。就在我写这篇文章的前天晚上，我梦见自己在一个很高很高的山上，一览无遗的俯瞰着全世界，大海高山人群，历历在目，清清楚楚，我觉得这是师父在点化我需要扩大心胸、扩大视野，突破面临的困境，完成自己的历史责任和使命！当然我知道这需要脚踏实地的实修才能做到。

谢谢同修这些年来对我的宽容和帮助！感恩师尊对我的不离不弃，带领我走上修炼的路，成神之路！

在过色欲关的过程中感悟师父的慈悲

大陆学员

近日色欲心又有所反弹，而且来势汹汹，表现在明明知道是不好的东西，还是忍不住去看，之后又后悔，认真反思悟到正法到了这一步，旧势力千方百计加大我们没有去干净

我读到师父《2005 年旧金山法会讲法》中的一段讲法：“弟子：认识到自己的执著，象骄傲、妒嫉等，为什么总也去不掉？”

师：如果你们真的把这些东西看的那么重，就能够克制它，那你就能够削弱它，渐渐的彻底的去除掉。如果你觉的我知道了，也挺着急，但是实践中你并没有真正去克制它、抑制它，其实你只是停留在只是看到、感到这种思想的活动，你没有抑制它的行为。也就是说，你只是想到了并没有实践去修。”

原来我只是知道了，可并没有去修，也就是说，还是那个问题，我只是知道了一些修炼的道理，可是我还是更像个常人。而且那些执著，如果不去认清它、抑制它、修去它，它还会隐藏、放大，越说越觉得自己判断的对，越来越觉得自己有理，都是别人做的不够或不好。长此下去，一直向外看，一定会激化矛盾，从而使项目的配合出现问题，甚至影响项目的发展。

三、自我、自私在项目中的体现

因为过去在常人工作中我有一些商业谈判的经验，单位安排我负责对外联系，和其它项目谈一些合作。一次在和另一个项目谈合作时，因为对方提出了一些非常不合理的条件，我立即生出了很强的争斗和妒嫉，觉得对方什么都不懂，心里很看不上她，之后还经常拿这个例子来说明这个兄弟媒体的人不专业。但其实这个同修通过很辛苦的付出而建立了这个商业模式，她只是不懂一些具体商业操作。我如果真把自己当成修炼人，应该善意的教给她这些知识，而不是看不起和抱怨她。事实证明这个同修在听了我的讲解之后，立刻修改了条款，说明她的修炼非常好，只是我又一次错过了修炼机会。

情，是师父给做的，你根本就做不了。”

我于是坐起来开始发正念，清除自己一切不够正的思想念头和去掉这个执着做好人的求名的心，这时我看到了就在我脖子周围有一圈灰白色的象是烟雾一样的物质开始慢慢的散掉了，同时感觉喉咙也好过一些了。随后，我想到师父讲过上大学的法理，我的理解是一个修炼的人，如果能在修炼的过程中，无论遇到什么事都能及时对照法找自己，在不断的修去执着心后境界提高了，自然会给人一种好人的感觉，绝不是强为。而且师父在《转法轮》第四讲中也讲过：“有人说你好，你不一定真好；有人说你坏，你不一定真坏，因为衡量好坏的标准都发生了扭曲。只有符合宇宙这个特性的他才是个好人，这是唯一衡量好坏人的标准，这是得到宇宙中承认的。”

其实，有的时候我也会为了所谓的合群，去做一些不情愿的事，说一些不情愿的话，看来以后一切都要按照法去做，不合法的就决不能做，不能说，也再次体会到了师父在《休斯顿法会讲法》讲的：“修炼是严肃的，一关一难绝不会象玩笑，修炼人出现什么麻烦时一定是有原因的。”

在“做个好人”这个看似冠冕堂皇的标签下，还隐藏着很强的利益之心，在别人让我不舒服的同时，利益也受到了损失，甚至是一些看似明明属于自己的东西好象被别人窃取了，还有求得安逸的心，就是想要大家都喜欢自己，那谁就也不会给自己制造麻烦了，就可以舒舒服服的修炼了。其中还参杂着强烈的情，感到不开心了，追求你好我也好，没有矛盾的这种状态。

我也时常会自觉不自觉的逃避，回避矛盾，其实是错过了一次又一次提高的机会。没想到一个看似是好事的“做个好人”，竟然掩盖着自己这么多的执着，足足困扰了我十多年，在这十多年里，我一直在各种阻止我做好人的人和事中

苦苦周旋和挣扎，都没能去好好静下心来想想自己。同时，我悟到或许在这个问题上，我是走了旧势力安排的路。师父在《精進要旨三》-〈清醒〉中讲：“旧势力实质上就是针对正法中大法弟子能否走出来、又时时伴随你们的巨关巨难。”

内心还认为自己做的好，时不时的还抱怨这个世界多么不好，现在的人怎么这么道德低下。其实人这个空间就是不好的，师父在《转法轮》第三讲中说：“在这个层次中他又变的不好了，再往下掉，往下掉，最后就掉到常人这个层次中来了。”

师父在《转法轮（卷二）》-〈度人讲法不做表演〉中还讲过：“就老子没有做，老子知道人间太险恶了。匆匆忙忙写了《五千言》，出了关，往西而去了。”

在理清这一切后，我真是感到豁然开朗，浑身轻松，再也不需要去证明自己是好人了，也不需要得到谁的认可，只要对照法去做，抓紧时间做救人的事就好，不辜负师父用巨大承受换来的时间。

长期不在矛盾中修自己 被情搅扰不能正念救人

以前学师父在《精進要旨》的“修者忌”中讲：“执著于亲情，必为其所累、所缠、所魔，抓其情丝搅扰一生，年岁一过，悔已晚也。”以前总以为师父的这段法只是在讲男女之情，或是亲情，可师父讲法中早就告诉了我们。

师父在《转法轮》第六讲中讲：“因为人有情在，生气是情，高兴是情，爱是情，恨也是情，喜欢做事是个情，不喜欢做事还是个情，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。”

其实在别人对自己不好的时候，当我感到不开心的时候，不也是在抓起情丝被搅扰了吗？自己由于没能意识到自

和知识，所以觉得自己有些学问，知识丰富，有时自我感觉也良好。来到海外加入媒体后，因为做的是时事新闻，平时看的听的也都是常人的东西，所以在思考问题、行为方式上更加陷于常人中。但是因为这些常人的东西是项目工作中的一部分，所以也没警觉自己的修炼出了问题。我长期把在项目中做的事当成了修炼，在一次次的矛盾中用常人心和常人办法（如所谓的谈判技巧和沟通方式）去解决，而不是把矛盾当作修炼的机会和机缘，在修炼中荒废了多少时光！

二、我的执著为什么这么难去？

我想如果在我的修行之路上，我能把修炼中的问题、执著认真对待，精進实修，其实很多问题也许三天五天就能解决的，但我的很多问题认识到了之后，过了三年五年还没有解决。在修炼路上，真不知有多少时日是枉费的，所以修炼时间的长短并不代表什么，并不能说明我们什么时候可以达到标准呀！

比如在去年的交流中，我已经反思了自己的争斗心、嫉妒心以及带来的怨恨心问题，自己也想去掉，但是在遇到实际问题时，这些心又会反映出来，有时甚至还挺强烈。

有一次我在家人同修面前忿忿不平的说一件事情，家人同修说：“这些年我经常听到你说类似的话，和类似的语气，只是针对不同的人，眼看人家一个个都提高了，或者离开了，你又开始寻找新的抱怨目标。如果你不去掉这个心，你永远会发现新的目标，而且还会用工作中的原因把这个抱怨变得合情合理。”其他同事也曾善意的提醒过我关于怨恨心的问题，因为我会因工作中其他人做的一些不够好的事而忿忿不平。

知道这些执著不好，不但对自己的修炼不好，对项目的和谐环境也不好，但为什么总也去不掉呢？刚好家人同修给

异的观念考验大法弟子有什么区别呢？

如果你遇到的所谓矛盾，是师父安排你提高的，因为给你制造矛盾的人，就是人间这个大舞台的演员，你在这个矛盾中以法为师，向内找自己，从中提高上来了，那么这场戏就圆满了，因为你是法中归正了自己，你是这台戏的主角，所以在修好自己的同时，也在救度着众生。

一点浅显的修炼体悟，有不当地方请同修慈悲指正！

找到修炼中的根本问题，去掉常人心，真正实修

美国大法弟子

一、我为什么这么像一个常人？

最近家人同修和一位曾经和我一起工作过六年的一个同修交流，家人同修提到我眼睛的病业假象还没有消除，让她说说她所能看到的我修炼中存在的主要问题，以帮助我提高。这位同修说：“他是个好人，但满脑子都是常人的想法，缺乏修炼人的思维。”家人同修告诉我后，我像是被刺激了一下：原来我在别人眼里是这样的啊！

那我为什么这么像一个常人呢？我不得不好好反思一下自己了。虽然得法二十多年了，但如果没有改变常人的思维方式，遇到关难、矛盾的时候，真正实修的时间会有多少呢？仔细想想，还真是不多，可能连个新学员都不如。昨天看到一位得法十年的学员的心得交流，他遇到矛盾知道向内找，不断提高自己，速度之快真是令我汗颜！

我刚得法的时候，由于当时还年轻，大家觉得男青年能不追名逐利已经很不错了，加上我表面上性格比较随和，爱帮助人，所以被别人误以为是我心性好，修的不错，自己也被这种假象给迷惑住了，从没觉得自己修的差劲，像个常人。

自己在常人社会中工作近十年，积累了一些常人的经验

己的求名之心，在被同一种矛盾不停的缠绕的时候，就象是抓起情丝被搅扰，还搅扰了十多年，想一想都觉得很汗颜。在被搅扰的当下，是不可能正念十足的象个大法弟子的样子做好救人的事的，那不就被干扰了吗？如果在那个当下，我能及时向内找并否定排除干扰，不单心性能得到提升，更好的做好救人的事，或许矛盾的对方也会因此找自己的不足，是不是就把看似坏事变成了一件好事呢。

加强学法发正念 才能做好救人项目不被干扰

在最难过的一晚过后，我加强了每日和同修一起学法，其间两位同修的善心也给我增添了很多的正念，也是又一次让我感受到了我们大法弟子是一个整体。同时，我还有个很大的体会，一些长期困扰我内心的矛盾和不开心的事，通过学法后，在我内心的份量变的越来越小了，感觉自己越来越大，最后一跨就过去了。而且在之后的学法中，我又能象以前一样看到师父的法理了。

我还找到了自己的争斗心、显示心、欢喜心、爱面子的心，明知故犯等等和最初入门时的根本执着，就是执着法轮大法是一片净土，同时也体会到发正念的重要性，我们的正念真的是有威力的。尤其加入新的讲真相项目以后，我觉得对我的个人修炼要求更高了，记得第一次做的时候我花费了超乎寻常的时间，所有不太可能同时发生的问题，都在同一天发生了，内存不够了，电池没电了，软件当机好几次，飘嘴，甚至内心莫名的紧张等等等等，所以现在我更注重发正念，在过程中如果有紧张的情绪出现也会立刻停下来发一分钟的正念，然后再继续。这样做以后，感觉过程中有了很大的改进，同时，自从参加这个项目后，只要说错话，或是说了不符合法的话，晚上睡觉就会咳嗽不停，我想可能是因为我要用讲话来救人，所以必须要让自己更纯净。当我用更高

的标准要求自己后，我感觉每一次的播报后都有一种被净化的美妙感觉。

修炼唯有求正 才能事半功倍

我常听先生讲述他的同事们，在工作中是如何配合互相协助彼此，有经验的员工往上拉下一级的员工，下一级的员工往上推，经理象是啦啦队，不断给部门员工打气，整个公司形成一种正向循环的环境。我想这不就是我梦想中的同事的样子嘛，所以我决定，要去这样的公司上班，所以给自己定了个恨天高的学习计划，也因此很多救人的事需要我时，我却不能去做，不能把在大法中得到的技能更好的用在证实法上。当然这里不是说要走极端，学习一些的常人技能也是没有问题的，只是不能过于执着，修炼人唯有走正修炼的路才能事半功倍，反之就会搞的生活焦头烂额什么事都做不好。

下面一首《洪吟六》的诗与同修共勉：

度人度己难

大法徒修不难

重重凡心处处拦

上士闻难一笑解

中士遇关不坦然

下士人心去不完

大法传世不非凡

度人度己圆满还

几人能行几人空谈

以上只是我个人的修炼体会，如有不足请同修慈悲指正。谢谢师父，谢谢同修。

（第三届希望之声修炼心得交流会发言稿）

地讲法十五》-〈二零一九年纽约法会讲法〉）

从师父的讲法中体悟到，宇宙在正法，一切生命都在师父的正法中，大法弟子是助师正法的使者，是宇宙中正的因素的保卫者，其实我们也是从生命的本源开始归正，在师父的法中，不断的归正，不断的同化，当我们在归正和同化的过程中，就会不断的修去宇宙中变异的因素，因为我们是主体在修炼，人中的我们修炼的状态，就是我们境界和层次的体现，如果我们在人中没有修好自己，那么此时就是我们在现有的层次中没有归正和同化。

我们大法弟子的来源都是很高层次的，承载着无量无计的芸芸众生，从表面上看是我们的个体生命在人间助师救人，那么立体看就不是这么简单的了。当我们遇到生活中的所谓矛盾时，其实这时是你本性的一面要发挥作用了，因为人有两面性，善与恶，修炼就是不断的修去魔性，让善的因素越来越强大，但是当矛盾出现在你面前时，你的第一念是按照修炼人的标准来对待，还是用人的办法去解决。

当静下来想想自己这二十多年修炼的历程，好像每时每刻都在善与恶的较量中，只是随着修炼的不断提升，感觉这种状态越来越能体察出来了，旧宇宙是为私的，是以自我为中心的，所以在师父正法中，旧宇宙中没有归正的生命，就表现出坚持自己、维护私，对大法弟子按照他们的变异的观念去所谓的考验，干扰师父正法。

师父讲：“我们是全盘否定旧势力的一切的”（《各地讲法四》〈二零零四年芝加哥法会讲法〉）。

从师父的法中悟到，我们这个小宇宙变异不纯的因素，是来自于旧宇宙的私，当我们表现出维护自己，执著自我，强制他人时，就是旧宇宙变异因素的一个缩影，表现出来的状态就是不能用修炼人的标准看问题，而是完全用人的观念对待，按照自己的喜好，给他人下定义，这与旧势力利用变

修好自己的体悟

大陆大法弟子 小银龙

有时看到丈夫的一些表现不符合自己时，就会心生不正的念头，认为他的表现不对我的心思，或者是不符合自己的观点，往往就会盲目的给下结论，对丈夫其他的作为都打折扣了。开始也知道这个念头不对，就不断的排斥它，但是过一段时间，这种念头又冒出来了，有时学法跟不上时还认为这个念头是自己呢。

有一天，我猛然感觉，丈夫的举动是给我看的，由丈夫不符合自己的观点引出对他的排斥，想到自己如果有哪些方面没有圆容好法，那么给世人的感觉就是没有看到大法的美好，想到这，感觉修好自己太重要了，因为我们不是代表自己，师父赋予我们大法弟子的称号，那么我们的一言一行都应该是符合法的。

师父讲：“碰到不高兴的事，碰到使你生气的事，碰到个人利益、自我被撞击时，你能向内看、修自己、找自己的漏，矛盾中你就是无辜的也能这样：哦，我明白了，我一定是哪没做好，就是真的没错，也可能是以前欠下的业债，我把它做好，该还的就还。不断的碰到这样的问题，不断的遇到这样的事情，不断的修你自己。”（《各地讲法十一》〈大法弟子必须学法〉）

师父的法开示弟子，是自我被撞击了，才有排斥他人的反应，自己不但不向内找，看自己哪有漏，反而还用观念去衡量他人对与错，这样不但没修自己，还被观念带动着不理智，这样下去与师父要求的标准相差太远了。

师父在《二零一九年纽约法会讲法》中讲：“师父开创了这个辉煌，给你们领入了这个历史时刻。你们修好自己，尽情的在救度众生中展现你们自己、做的更好吧！”（《各

讲清真相

一声“法轮大法好” 导游带领大陆旅游团排队接真相资料

湖北大法弟子

在某国某景点晚上真是人山人海，导游带领着中国游客看表演，我们大法弟子常年在这里发真相资料救度可贵的中国人。

一天晚上导游带领着自己的游客从我身边走过，到了二十多米远的等车地方，全团人员已经上车准备乘车回宾馆休息，可是这群游客没有一人接传单。看着人都这样的白白的流过，我心里很急，心想大法的威力多大啊！“法轮大法好”法的威力多大啊！我就是个载体，法会通过我身体而展现。于是我就朝着旅游车的方向喊：“法轮大法好”，这时感觉能量就象从身体里爆发出来一样，整个周围的空气都在震动，喊出的这个五个字在另外空间在震动，就象空鸣一样在震动。我知道“法轮大法好”在清理邪恶，威力巨大。然后我又接着喊：“世界需要真善忍”，感到声音传的很远、很远的。

这时隐约看到和听到导游把已经抬到车上的脚收了回来，对着一车大陆游客说：“她说的真对，这个世界需要真善忍。我们过去支持她吧！”然后整车的中国游客从车上下来，在导游的带领下返回我的身边，排着队，一个一个的拿走真相资料，嘴里还说：“谢谢”。这时身边一女同修感觉很震撼，一边说：“能量啊！”我也感到了师父给我巨大的能量，让我体会到了大法的威力。

那天晚上发资料的效果奇好，多个导游带领大陆不同的旅游团排着队拿真相资料；还有的游客自己主动排队拿，没有拿资料导游走过去了，又自己独自返回主动要资料。那晚

发的真相资料不够用，一整箱发完了，只好临时再拖来一箱资料接着发。

我深深的体会到：我们只要从内心真正的认识到法的威力，法就会通过我们而展现。

正念正行

兑誓约 震天地 泣鬼神——记三次去北京证实法的经历

刘香

我是九六年得法的，得法后我精力充沛，无病一身轻。我和另一同修每天三点多用三轮车带着大录音机去我市最大的广场炼功。天一亮，人们从四面八方赶来，炼功音乐一响，嘈杂的声音嘎然而止，以比部队还快的速度站好队，听着祥和的音乐，开始炼功。那时人很多，一眼望不到边。那场面壮观祥和。

第一次进京证实法

7.20 那天，和往常一样，我们又来到广场炼功。刚炼到抱轮时，一同修急匆匆赶来，说昨天晚上有几个辅导员被抓了，说是上边的命令，我们被打成 x 教。我们感到震惊，这么好的功法怎么说是什么就是什么了？不让炼就不炼了？我们得去北京反映情况，讨个公道。

我们十多个人，租了两辆车。到了霸州就被拦住了，同修智慧的说：我们是去成都旅游的。我们有一同修是卖衣帽的，来时我们每人带了个旅游帽。就这样我们来到了北京。天色一晚，天还下着小雨，乌云厚厚的。那时不知发正念，我只是对着天自言自语：乌云啊快散去吧，雨停停吧，我们是冤枉的，师父是清白的，我们是来申冤的。过了一会，乌云真的散去了，雨也小了。我们找了一个单位还是什么工厂

命、责任。

为什么只有大法弟子才配救他们？因为大法弟子是法造就的生命，是法中一粒子。只有大法弟子才知道法、懂法，救他们的时候才能在法上——让法起作用。实际是法在救人。我们只是在人类的空间中作为一种载体、一种形式：起到兑现誓约和使命的作用。真正救人的——唯有大法！

在面对面讲真相救人中，一对一也好、或几个、十几个、几十个都是可以的。救人中：只要正念足，智慧就会源源不断。实践中：就都能把他们救了。（绝非说辞，都已经亲历过了）因为这时是法在展现，法的威力在起作用——法无所不能！

实际我们在人中所做的一切，只是一种表象，真正救人的是法。因为法是圆容的，理得看全：核心是正念，辅助的是讲真相，具体的是顺其喜好，都顾及到了，才能起到最好的救人效果。

救人时正念一定要强！只有强，才能起到解体他背后的邪恶因素，抑制人中不好的东西，主我才能返出来表态，才能真正的把他救了。因为真正要救度的是他生命的本质。

真正明白法和半明白不明白法的文野之分：就在于真正明白法的在救人中很难混同于常人，时刻都能保持清醒的正念。半明白不明白法的就很难说了，已经混同于常人了，他还会说我在法上！救人的效果、力度，可能就不好。因为没有法的力量的存在，法没起到任何的作用。

能在法上认识法就是好！他能使你永远都摆正与法的关系，救人中从不会自以为大。我们在救人的同时，又不忘修炼，把修炼时刻都溶入到救人之中去。救中有修，修中有救，混然一体。这正是：大法弟子证实的是法，救度的是众生，使自己从中得到修炼。

是“为他”的。

“为他”也是一种慈悲心的体现，我们知道做父母的对子女是爱护的，往往在一件事情上，第一念就会想到孩子，只要为孩子好，父母都会尽力去做。那么我们人体的小宇宙里面承载多少我们的亲人啊！

在迷中的我们，有破迷的法宝一大法。在法中能领悟到我们在助师正法，助师救人，其中也包括自己世界的芸芸众生，就象是在茫茫的大海上，师父的大法就是航标，无数个大法弟子就象是大海上的一一个个扬帆起航的帆船，数不清的，看不到边的一艘艘帆船，航行在海上，按照师父引领的航标走在回家的路上，如果你偏离了师父引领的航线，你就迷路了，无法回家了。

因为你的私，阻碍了你同化大法，因为你的私，导致你天体的众生面临淘汰，因为你的私，你回不了你先天的家园，因为你的私，你辜负了众生的期盼。

一点浅显的体悟，有不在法上的地方请同修慈悲指正！

注：

(1) 李洪志师父著作：《精進要旨》（真修）

(2) 李洪志师父著作：《二零一三年美西国际法会讲法》

(3) 李洪志师父著作：《二零零五年旧金山法会讲法》

(4) 李洪志师父著作：《二零零二年波士顿法会讲法》

浅悟大法弟子在救人

学员

大法弟子救人靠的是正念，正念源于法中。正念越强救人的效果越好，力度越大。被救度的人是高层来的生命，带着无量的众生等着大法弟子的救度。这也是大法弟子的使

的大门洞，湿乎乎的，每人两张报纸（我来时神使鬼差的带了一卷子报纸），在门洞里待了一宿，早晨简单吃了点东西，我们就往广场赶。后边赶上来的同修说，看见一个老人，说师父也来了！那时不知道，现在我们知道，那老人就是师父啊，师父一直在跟着我们呀。

到了信访办，人挤的水泄不通，根本不让说话，哪有人听你说理呀。本来这的人就挤不下，全国各地的同修还在不断的往这涌，警察就一车一车的往北京体育馆运。体育馆也盛满了各地同修，不听我们申诉，我们就背《论语》、背《洪吟》。我背一句，同修们跟着背一句，我背累了，别的同修接着背，那场面，惊天地，那声音，震山河！我要去厕所，警察说：就你喊的厉害，不让去。真邪恶呀！不知谁说出了地址，第二天当地警察就把我们拉回了本市。

我被直接送回了工作单位，扔到了仓库。仓库多脏乱的地方，蚊子嗡嗡的，一会飞满了全身，叮的浑身奇痒，根本睡不着觉。值班同事可怜我，让我睡她办公桌上，上班前把我叫醒。但是不管怎样，我都不忘自己是一个堂堂正正的大法弟子，不让我上班，我打扫卫生，给伙房摘菜洗菜，连门卫都替我打报不平：什么事啊，我去找领导，人家丈夫回来了还不让回家。就这样在单位呆了三、四个月，他们诱骗女婿替我写了不炼的保证，才放了我。我又溶入到证法洪流中。因第一次没达到目地，去北京证实法的念头一直萦绕着我，所以我和同修又酝酿第二次去北京。

第二次去北京证实法

在那普天盖地的打压期间，我们没有被吓倒，我们几个同修赶到约定地点，乘坐吴桥通天津的车，到天津又改乘天津通北京的车，一直到了北京车站。然后找了个旅馆，光找旅馆走了三个多小时，到处客满，然后安顿下来。

第二天我正背《洪吟》，师父点化，让我们抓紧去天安门。我们简单收拾了一下，就去了天安门。这时的天安门广场戒备森严，三步一岗，五步一哨。可“法轮大法好，真、善、忍好”、“还师父清白！”的呼声连绵不断，此起彼伏。警察象疯了一样，追这个打那个，抢横幅拽条幅，但没有一个屈服的。这个被打倒了，那个站起来了，这个横幅被拽走了，那个又拉出来了。那喊声震天动地，那横幅迎风招展，使邪恶胆寒。霎时间，天安门成了正邪大战的战场。警察强行把我们拉到当地在京办事处。

在那里他们打我们嘴巴子，戴手铐。可这手铐形同虚设，我的手能拿出来，能伸进去。我知道是师父在加持我。他们把我关进铁笼子里。第二天我就被当地公安拉回，直接押送看守所。在所里，天天洗脑，强行转化。我不转化，我没错，我绝食。

绝食到第五天的时候，晚上，我迷迷糊糊的，刚睡了一会，看见师父拿着一块块透明的东西，往我嘴里送，我的眼泪不听使唤的流出来，眼泪和着那透明的东西一齐咽下去。那东西那个好吃啊，世间那有这么宝贵的东西呀，那滋味用人间的语言表达不出来。那时我想，我何德何能劳驾师父喂我东西，我只有精进再精进，做好三件事，以报师恩！

冬天的雪很厚很滑，我又几天没吃东西了，手还带着拷子，出来受审时，一下滑倒，摔坏了腰。这时政法委成员段慧娟还不让回家，在家人的强烈要求下，关了我三十七天，才放我出来。回家后，丈夫让我去北京的家休养一段时间，临走我们给派出所片警王英林打电话，给看守所打电话，他们都不接。可我们刚到北京第二天，公安局和单位的车就去了北京的家抓我，回来后就回到家里，他们警告我不能再去北京。

在这期间还有这样一个小插曲。在北京各地同修同住的

成的框架下，路越走越窄，好像你的智慧你的能力都受到了制约，发挥不出来，因为是基点错了，就像是建造一个楼房，如果这个楼房的地基没有打好，那么这个楼房注定是建造不成的，因为没有能承载楼房的能力，因为这个“私”是宇宙中要净化的因素。

如果你的念头是“为他”的，那么这个思想是符合宇宙的标准，是顺应宇宙特性的，我们知道“佛法无边”（3），如果我们的思想是顺应宇宙标准的，那么我们就是在法中了，在法中的生命是被法加持的，也同样具备法的威力和法赋予的智慧与能力。

“为他”是我们先天的本性，当你的思想念头是“为他”的时候，此时你修好的那面是不迷的，是和宇宙特性沟通的。

而“为私”是和宇宙特性相背离的，当你的“为他”的善念要显露出来时，旧宇宙相生相克的理就会跳出来阻挡，体现出来的表现是，在某个事中，你总是在“为私”和“为我”中纠结，另外空间就是一场正邪大战，此时就看你是选择了同化法，还是维护私。

师父讲：“大法弟子做什么事情啊，都要以法为大，摆放任何事情的时候你都要首先考虑法。大家记的，我经常跟你们讲一句话，大法弟子做任何事情都是首先考虑别人。每当发生一件事情的时候、出现一种情况的时候，哪怕一件小事，我的第一念首先想到别人，因为已经形成自然的了，我就是先去想别人。”（4）

师父的讲法敲醒了我，让我的悟性能提高一点，人体是个小宇宙，宇宙的运行规律是按照“真善忍”的根本特性运转的，师父造就的新宇宙是“无私无我”的，那么我们人体这个小宇宙将要不断的在法中同化，进入新宇宙的，所以我们在人间的主体的一思一念也要符合新宇宙的标准，那就

不是就更复杂了，有时我们脑中滑过的一个念头，有时不知为什么思想就钻在一个胡同里，怎么转也出不来，有时不知不觉的启动了幻想模式，任由这不着边际的思想，在自己的空间场象断线的风筝一样，随风漂浮。

现在看来，这些所谓自己的想法，都是不同空间变异观念的产物，只是随着你的修炼层次与修炼状态展现出来的，不妨我们回放一下我们曾经想过的念头，你会发现，这些念头都有一个主线，这个主线象是一棵树，树干就是那念头的主线，树枝是从主线中长出的，就像是不同层次的空间场，而树叶是在树枝上产生的，它的存在就好似不同层次的空间场中，滋生出来的各种变异的因素，这样就能看清，原来我们的一些念头都是围绕着“私”打转转的，这就是旧宇宙的特性“为私为我”。

由于有了私，渐渐的在这个群体中，就会产生更不好的心，由于有“私”做基点，就注定是要面临着解体，淘汰。因为旧宇宙的规律是成、住、坏、灭。

体现在修炼上，就是修炼遇到了矛盾，或者陷在魔难中走不出来，这时就是检验你对法是否真信，看你发出的念头是“为我”还是“为他”，我的体悟是，就看你怎样去选择，怎样用法来衡量，用法去归正。

“无我”是溶于法中的体现，因为当你没有看重自己的得失，没有看重自己的感受时，你是在法中的，你是站在法的基点上了，你是符合新宇宙“无私无我”的标准的，那么怎样才能达到“无私无我”呢？

我的体悟是，先要分清“无私无我”和“为私为我”，怎样分清呢？前提是学好法，把自己真正的溶于法中，当你真正的站在法上时，你就会看清“为私”的物质是那样的狭小，局限，基点是建立在私的基础上的，因为你把自己设定在“为私”的框框里，所以就会导致你在这个由“为私”构

地方，同修就喜欢我市同修制作的横幅，长的短的都有，字体工整，颜色鲜艳。为了满足同修证实法的需求，我市一同修装扮成阔少爷，戴着墨镜，穿着皮靴，挎着老娘，两次送去了两大塑料袋的横幅，那大袋子，是只有卖服装的商人才有的大袋子。在师父的呵护下，有惊无险的智慧的做到了常人做不到的事情。这真是“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟二》）。

在那邪恶的打压中，原来的学法小组给打乱了，可集体学法是师父给我们留下的形式，我们又从新组织了学法小组。在学法小组，我们越学越觉的大法蒙冤，师父遭受这抹黑，我们作为弟子，不能坐视不管，我们要为大法说句公道话，为师父讨个公道。所以我们小组的几个同修又走上了去北京证实法的路。

第三次进京护法

在2000年12月24日，我和小组的几个同修辗转来到我市早来北京租住的地方。水泥地，没铺没盖，男的北屋，女的南屋，吃凉馒头就咸菜，喝凉水，就这样30日这天，我们五、六十人一齐去了天安门。由于走地铁，绕岗哨，避盘查，在路上都走散了。到了天安门，我地只剩下我和另一同修。

同修看到警察在打一老人，忙上前阻止，想拽起老人，谁知警察却冲她下来，拳打脚踢，这时我赶紧从袖口掏出横幅，用尽平生的气力高喊：“法轮大法好！还师父清白！”声音那么浑厚高亢，在空中久久回荡。那一刻，好象天地凝固了，空气凝固了，我还没回过神，就被恶警搔到了警车旁，同修使劲档住车门，不让我上车，可是哪里抵挡得住，我们被连推带搔的给拉上了警车，一直拉到了天安门后院。

这里早已挤满了各地来上访的同修。师父家乡的同修最

有心，他们一来就带来了小喇叭、麦克风，他们用这些领着我们背《论语》、《洪吟》，这个喊累了，那个接上，那个喊哑了，这个来。学员那个心齐呀，那个喊声此起彼伏，连绵不断。那喊声好象在空中久久回荡。警察想阻止我们，根本做不到，他们象疯了一样，院里的警察拿电棍电我们，用胶皮棍打我们。楼上的警察拿开水往下浇，用饭菜汤往下浇，弄的我们浑身是菜叶菜汤，有个年轻小伙子被打的满脸淌血，问他谁打的，他说警察叔叔，多么慈悲善良啊！我们觉的不能待在这挨打，我们一齐喊一、二、三，往外冲，可是谈何容易，大门锁着，还有警察把守。

到了晚上，让我们排好队，说出地址姓名的就被当地公安带走，没说的就被拉到北京各个区的派出所，我和我地同修被拉到了门头沟派出所。到了派出所，他们要录口供，查体，我们还是没说地址，我让他们看了我被打的背上青一块紫一块的伤痕，我看着他们都写在了口供上。完了给我们编了号贴在身上，进了牢房。由于都来的匆忙，什么都没带。我市同修想的周全，来时把家里的存折取出来了，五、六千元，往床铺上一撒，谁没钱谁拿去，买点日用品什么的。这样同修们都买了拖鞋或日用品什么的。

第二天早晨，他们又问我们地址，我就谎称是沧州的。可沧州的来了之后，我又觉的不对劲，炼功人不能说谎。我就跟来的人真诚道了谦，我说我不能给你们添麻烦。来的人还没说什么，号里的警察就不干了，一个女的，用脚踢我，随踢随叫：叫你胡说八道，叫你乱跑。我说你去找江泽民去，他不迫害我们，谁愿意上这跑。男的也起哄：说谎就该枪毙。我说：我就没打算活着回去。现在看来这句话是不符合法理的。折腾了一顿，我又疼又累，慢慢睡着了。

刚睡了一会，就听见师父在我耳边说：“六天后就出去了。”六天后我们真的被放了出来。据放我们的一个警察

才出现了旧宇宙的变异因素。师父看到旧宇宙变异的根本，为了让未来的宇宙圆容不破，师父重新造就了新宇宙，师父传的法轮大法就是新宇宙的标准，宇宙中的万事万物都在其中，都得同化大法，才能进入新宇。

旧宇宙与新宇宙的根本因素是相对立的，旧宇宙的特性是“为私为我”。而师父造就的新宇宙是“无私无我”的，完全为他的。

有时在学法时，自己在这方面也没悟的太清，只是从表层上明白了，真正的内涵还是不清楚，为什么是为他呢？我们就是按照师父要求的去做就行了，怎么能修成“无私无我”呀！

在这一点上，自己徘徊了很久，好像总也摆脱不了那个壳，随着不断的学法和看同修的交流文章，让我好像有一点起色，一天发正念时，脑中对“为他”有了一点体悟。

“为他”与“为私”是新宇宙和旧宇宙的根本区别，师父正法就是归正旧宇宙变异的一切，大法弟子在大法中修炼，也是在不断的剥离旧宇宙的变异因素，逐渐的同化新宇宙的标准，这个过程就是不断成就自己的修炼历程。

师父在《二零一三年美西国际法会讲法》中讲：“有人说人体是个小宇宙，大家想想，人的大脑里面有多少细胞？细胞是由多少分子构成的？大脑里的这些分子是多少更微观粒子构成的？每个微观粒子在空间中的位置与人眼看天体一样，大家都往外看，这个大宇宙，每个星球上都有生命，它只不过不在这个表面空间，你看不到它。”（2）

师父的法让我明白了，原来思想来源的有时不是真正的自己，如果人体是一个小宇宙的话，那么我们的空间场有多少个宇宙体系呢？无量无际，那么这无量无际的天体宇宙又有多少细胞组织呢？其实是数不清的，那么这么复杂的人体，又是纵横交错的组织结构，我们人体表面的思想来源是

宙特性的，所以负面的因素就没有存留的空间，就会被解体掉，那时真我就会主宰自己真正的思想，你就否定了旧势力的变异安排，才真正的走师父安排的路。

一点浅显的修炼体会，写出来与同修共同交流，比学比修，不在法上的地方，请慈悲指正！谢谢！

注：

【1】李洪志师父著作：《二零零二年美国费城法会讲法》

【2】李洪志师父著作：《去掉最后的执著》

【3】李洪志师父著作：《学好法 去人心并不难》

【4】李洪志师父著作：《曼哈顿讲法》

“为他”的一念

大陆大法弟子 天宇

“为他”的一念，是修炼境界的体现，当你第一念考虑他人时，随之你的念头一出，你就剥离了旧宇宙的一层壳，同时向新宇迈进了一步，我们在尘世间的辗转轮回，又是在这个看不见真相，迷的空间。这个三界内的一切对人来说都是虚幻的，不实的。

师父在经文《真修》中讲：“你们从圣洁而又无比美好的世界掉下来，是因为你们在那层次中有了执著的心。当掉到相比之下最肮脏的世界里，你们不快往回修，却又抓住肮脏世界里那些肮脏的东西不放，甚至损失一点还痛苦的不行。”(1)

师父的讲法让我体悟到，我们从圣洁的宇宙天体来到宇宙的最中心“地球”，在这迷的空间里，人的一思一念都体现了他的状态好坏。师父在正全宇宙不正的一切，旧宇宙的成、住、坏、灭的宇宙规律是有欠缺的，是不完善的，所以

说：你们太幸运了，从明天开始一个都不放了，都拉到新疆做苦工去。真邪恶啊！出来后，我去了女儿家。第二天，女儿说没事了，他们还没完没了了。我就回自己的家。可是刚走到三楼，丈夫正出来，告诉我快走，他们就在上边！我家住六楼。就这样我开始了有家不能回的流离失所的生活。给人打工，看孩子，当保姆，还伺候过一个植物人（据说是林彪的前飞行员）。后来听说，他们这次去北京是带着判我三年劳教的判决书去的，抓到后，直接送济南劳教所。在师父的呵护下，我躲过了这一劫。

2002年8月，家人找到我，这才回到了自己的家。一次次的去证实法，一次次的被打被抓，但我无怨无悔，为了大法的公正，为了师父的清白，就是再苦再难也在所不惜。不管多么险恶，在师父的引领下，我兑现了誓约，完成了使命。我会更加精进的做好三件事，以报师恩。

谢谢慈悲伟大的师父！谢谢同修！合十。

修炼体悟

浅谈“负面思维”

大陆大法弟子 天宇

最近发现自己负面思维时不时的就冒出来，一触及到承受的极限，负面思维就往上返，感觉这种变异的思维在一个畸形的轨道上，越想越害怕，越想心越没底，好像前面的路都堵上了，寸步难行。

当静下来。对照法想想自己哪不合法了，有什么心没去掉，发现这种负面思维的根源来自于“私”，也就是在“自我”的框框里。由于基点是在“为私”的基础上，所以面对所谓的干扰，自然就在私上打转转，没有想到为正的负责，没有想到邪恶操纵世人对大法犯罪，世人就会被宇

宙中正的因素淘汰，世人就永远的没有未来了。

我的体悟是由私产生了怕，而怕又产生了负面思维，其实这个负面思维是一个旧势力的圈套，师父讲：“不管是旧宇宙、新宇宙都有这么一个理：一个生命的选择是他自己说了算，哪怕在历史上他许过什么愿，关键时刻还是他自己说了算。这里包括正反两方面，都是这样。”【1】

因为旧势力在钻空子，那就是一个生命，他是自己选择的，旧势力在久远的历史时期，就对大法弟子做了系统的安排，冠冕堂皇的是考验大法弟子，其实是阻碍大法弟子及世人得救，当这种负面思维出来时，作为大法弟子，就是第一念你站错了，如果你没有及时觉醒，没在法上归正，而是顺着这个负面思维往下延伸，这时的你就是在走旧势力安排的路，因为这种思维的出现，就是旧势力安排的前序。

负面思维出来时，因为它是阴性的，体现出来的状态是周围的场，充满了恐惧的因素，把眼前遇到的事看得很大，而自己很小，导致内心压抑、消极、无奈。有种无助的感觉。

这时如果能想到师父的法“一个心不动，能制万动。”【2】就会解体这负面思维，随着负面思维的消减，你会觉得心踏实了，有底了，随之心不再纠结，不再害怕，反而生出了慈悲心，看众生是多么的可怜，被另外空间邪恶操纵着，在无知中对大法犯罪，毁了自己的未来。

同时找到自己有强烈的怕心，这个怕已经干扰自己很严重了，变异的感念总是把自己摆在被动的角色，好像周围的人都有可能对自己不利，这个错误的定位，已经让我的处境有些被动了，可是自己并没有用法来衡量自己的怕心的来源，而是用人的办法去对待，这就是人心招的鬼上门，是自己的心招来的。

师父讲，“其实那些走不出来的，无论是这样的借口还

是那样的借口，都是在掩盖怕心。可是有没有怕心，却是修炼者人神之分的见证，是修炼者与常人的区别，是修炼者一定要面对的，也是修炼者要去掉的最大的人心。”【3】

有师父，有大法，一切都有师父做主，师父安排。谁都不配考验大法弟子，牢牢的守住这一念，邪恶自败。

我的体悟是这个所谓的负面思维，就像是思想业一样，由开始的一点点的怕心，渐渐的演变到浓度很大的物质，这个由时间的推移而形成的“顽石”，像一堵墙一样挡在那里，当你要搬掉这块顽石的时候，就像剥圆葱似的，一层一层的扒皮，这就是在不断的去掉负面思维。

负面思维也可以解读为负面生命的思维，那么负面生命的思维来源，就有旧宇宙的变异因素存在，当现实中矛盾触及到了“私”，这时负面生命就控制了我们真正的思维，麻木又机诚的把这种负面的东西灌输到我们的脑中，体现出来的状态，就是被现实中的假象带动了，思维方式完全是按照旧势力的变异观念去想，这时你会感到有一种无形的恐惧，感觉自己好像置身于一个充满危险的环境，其实这种反常的状态就像是一个人掉进了陷阱，这个陷阱是害人的工具，所以它是负的生命，那么负与正是对立的，这时你的假我是占上风的，真我被负面因素抑制的好像很被动，错误的思维在你的大脑不断的反映，不断的加剧你的怕的物质，此时的你在假我操纵下，自编自演着旧势力的变异安排。

师父讲：“真正慈悲的力量能解体一切不正的因素，你跟他讲的时候就是能量在往外发放，就会解体那些邪恶的东西，另外空间里的邪恶就不敢再靠近与控制人。”【4】

在师父的法中悟到，要想负面思维不再滋生，前提是必须有修炼人应具备的慈悲，当你的慈悲出来时，相对应的是你在那一层境界的体现，慈悲是去掉了情产生的，慈悲的力量是最大的，因为宇宙的根本特性是真善忍，慈悲是同化宇