

盂兰盆节传到中原后，结合了道家的因素，也被称为中元节。据说那一天掌管鬼界的地官大帝会检查人界和鬼界的名单。后来人们慢慢忘记了这最初的由来，只说成鬼节了。

那么，为何谤佛和毁谤修炼者，而不相信因果的人会造下如此大的罪业！纵使神通广大的目键连都无法凭一己之能化解得了呢？

我们也许能明白，佛法和道法中有着高层生命用神通看到的天道运行规律，传给人就可使人避免灾祸。而这其中的文化一旦被破坏，就会使看不到另外空间真实信息的人类，因违背天道的思维而导致悖逆天道的行为，那样势必撞上定数中的灾祸，也就将生成罪业在人间的对应了。

但神佛仍慈悲有缘的众生，在不同时期都会派有大德之士的修炼者，如目键连般以不同形式启悟人的正念，并与佛法结善缘，从而使人类道德回升，得到生命的救赎。

正是：心正则念正，念正则天地正，天地正则万物生机勃勃，吉祥降而灾祸远矣。

# 正见周刊



铿锵的腰鼓声、一身金黄唐装、腰间的粉红丝带、整齐的方阵……，在大纽约地区的节庆游行和社区游行中，大家经常可以见到这支格外亮丽的华人队伍，让人精神振奋，给游行增添欢快喜庆。她们就是纽约法轮大法腰鼓队，今年她迎来了 20 岁。

第 1095 期

2023 年 8 月 15 日

## 目 录

## 正见新闻

法轮功吁中共放人 柏林中使馆无理要求被驳回 /3  
上半年 至少 25 名八旬法轮功学员遭中共迫害 /3

## 讲清真相

世人在觉醒 /4  
抓紧时间救度众生 /4

## 正念正行

利用法律程序反迫害的历程—开庭 /7

## 修炼体悟

让修炼变得简单 /15  
突破自我 /16  
坚持实修是做好证实法事情的根本保障 /19  
我看见手机被监控的一幕 /20  
修炼中的“为什么” /21

## 文明新见

谦卑之美 /37

## 神传文化

“盂兰盆节”留下的启示 /38

据佛经记载，神通第一的目犍连在用天目观审世间时，看到自己的母亲成了饿鬼，正在地狱中受苦，瘦得皮包骨。目犍连赶紧装了一钵饭菜，用神通到地狱端给母亲。只见他的母亲用左手遮住饭钵，右手抓起一大把饭菜，迫不及待往嘴里送，顷刻饭菜化为了炭火。目犍连泪如雨下，不知该如何解救，便回来跪到释迦佛前请求开示。

释迦佛脸上泛着慈悲的光芒，对他说：“目犍连啊！你母亲生前不信因果报应，不但谤佛而且也诽谤僧人，贪心重，所以受了这个苦报。你母子情深，神通为亲情遮盖，看不到你母亲的罪业。”目犍连跪着哀求，问佛陀如何才能让母亲脱离苦海。

释迦佛说：“你母亲的罪根深结，不是你一个人的力量可以救助的。你的心虽然感天动地，但也只能仰仗十方僧众的威神之力才能救你母亲”，目犍连终有所悟。

然后释迦佛就教他每年七月十五日为前面七世和今世深处困境中的父母设百味珍馐的饭食，新鲜果品，放到一个大盆中，供养十方僧众，还得是要有大德行的，这样他母亲才能得以解脱。

为什么会选七月十五这一天呢？因为那时释迦牟尼要求僧人们每年春夏之间进行三个月的“结夏安居”，期间聚在一起专心修行，不得离开寺院，七月十五是结束的那一天，大家会聚在一起交流心得。不少僧人都证得了果位，而且会在那时谈体会，佛陀听了十分欢喜，所以那天也被称为是“佛欢喜日”，是非常殊胜的一天。

目犍连照着佛陀的吩咐做了。最后他母亲摆脱痛苦，升到了天界。大众听说后都纷纷效仿，在七月十五这天供养僧人，发大善之心为过世父母祈福，以报答父母生养的恩德。后来慢慢就演变成了节日，叫做盂兰盆节，随着佛法的弘扬流传到了周边很多国家。

大。诸葛亮说：“不傲才以骄人，不以宠而作威。”

谦卑象成熟的谷穗，沉甸甸的低头面向着大地，默默地把它收获奉献。不张扬，不显示，无私无我。

谦卑象小草，平凡、朴实，低调，不炫耀，默默把春意洒向人间。且有着顽强的生命力，“野火烧不尽，春风吹又生。”

谦卑象春风，带着暖意吹拂着，带来了春天的百花盛开，给人带来舒适、愉悦的心情。

谦卑象兰花，幽静、温和，令人敬仰，高洁、端庄，有高贵的气质。

谦卑象竹子，虚怀若谷，高风亮节，有君子之风度。

谦卑的人，有了成绩不欢喜、不显示，虚怀若谷；不傲慢、不轻视别人，严于律己，保持平常心。放下自我，方可成大事。孟德斯鸠说：“谦虚是不可缺少的品德。”

与谦卑之人在一起，如沐浴春风，清新、舒适、神清气爽。

与谦卑之人在一起，如徜徉百花园，清香、悠远、心旷神怡。

在法轮大法中修炼，越来越理解谦卑所具有的品质和美德。

我敬佩谦卑之人，希望自己也成为那样的人！

## 神传文化

### “盂兰盆节”留下的启示

宇明

传统文化有着很神奇的力量，连节日的背后都承载了很多宝贵的信息。只可惜现如今再提到黄历7月15日，大多数人都只认为是“鬼节”，而很少有人知道其真正的由来了。

## 正见新闻

### 法轮功吁中共放人 柏林中使馆无理要求被驳回



“不准投递、不准拍摄、不准报导！”中共驻柏林大使馆工作人员对前来投递信件的法轮功学员和正在做新闻报导的德文大纪元媒体提出“三不准”。大纪元记者随即致电警方，德国警察赶到现场进行

交涉后，使馆工作人员离开，投递、拍摄、报导得以正常进行。

### 上半年 至少 25 名八旬法轮功学员遭中共迫害

根据明慧网的报导作不完全统计，2023 年上半年，有 25 位 80 岁以上的高龄法轮功学员遭受迫害。

其中，2 人被迫害致死，6 人被关在监狱或看守所，1 人失踪，2 人遭冤判被监外执行，4 人遭判刑后因身体等原因未被关押，1 人被非法庭审，3 人被构陷到法院，6 人被构陷到检察院。遭迫害者年龄最大的 88 岁。

今年上半年，70 岁至 79 岁的老年法轮功学员遭受迫害的至少有 41 人。

法轮功以“真、善、忍”原则为主、五套功法为辅，指导人们修炼，能迅速提高人们的道德水平、身体素质。自 1992 年传出至今，法轮功已洪传世界一百多个国家和地区。

1999 年中共以莫须有的罪名取缔法轮功，一场灭绝人性的迫害持续至今。

据法轮大法信息中心报导，截至 2023 年 7 月 13 日，已有超过五千名法轮功学员被迫害致死。



## 讲清真相

## 世人在觉醒

李善

我今年七十四岁，九五年得法的，修大法二十八年了。邪党迫害大法后，我几乎每天出去讲真相，遇见很多明真相的人。

有一次出去讲真相，看见一个老人很像知识分子，我就把《为什么会有人类》递给他。他接过来一看，激动地说：“你们师父很了不起！我很佩服你们。”他说他是大学副教授，退休了。

我在农贸市场把《九评》递给一个四十多岁的中年男子。中年男子接过书一看，激动得跪下说：“谢谢！”

我在河边给一个中年男子一本《九评》和大法真相资料，他硬要给我钱。

在火车站，我对一个四、五十岁的男子说：“法轮功师父，李洪志师父写了一篇文章《为什么会有人类》，愿不愿看？”他一听，激动地大声说：“我就是要看看《为什么会有人类》”。

这类事情很多，明白真相的人越来越多了。现在就是不愿听真相的人，态度也不恶了，也不说举报之类的话了。

## 抓紧时间救度众生

湖北大法弟子 真真

尊敬的师父好！

同修好！

## 一、回老家救人

今年“五·一”期间，我娘家三个侄姑娘分别在老家举行婚礼，我想正好趁此机会回一趟老家，我是带着使命回去给

不只是从理上指导你提高，法的背后有强大的内涵。”  
（《欧洲法会讲法》）

## 文明新见

## 谦卑之美

美荷

我敬佩谦卑的人，仰慕他们的品质。

谦卑的人有怎样的品质呢？

谦卑是谦虚、卑微，不自高自大，不骄傲自满，谦厚、宽容，不傲慢、不狂妄。

谦卑是谦让，与世无争，是“仁”的一种表现，卑是处下，甘愿让他人据高位。上善若水，水利万物而不争。

谦卑是一种态度，是从内心里对其信仰的敬畏与降伏。谦卑应该是神传给人对待万物的态度，与天地之相融，洞察秋毫。苏轼说过：“大勇若怯，大智若愚。”

谦卑是一种美德，能以恭敬、宽厚之心待人，不自以为是，不高傲，不显示。登高远望，山外有山。因为站得高，常常感到自己立于天地之间的卑微与微不足道。

谦卑是一种修养，常常心怀感恩，懂得敬畏天地，以恭敬之心对待万物。谦卑的人，有城府、有内涵，能从心底赞叹别人之长处。

谦卑是一种人生的智慧，尊重身边每一个人，最终赢得大家的尊重和爱戴。谦卑得人助，感恩得人缘。

谦卑象大海，博大而深远，处于低位，海纳百川有容乃大。

谦卑象山谷，心有多宽，世界有多大。老子说：“上德若谷”高尚的道德犹如川谷，宽广而绵绵不绝，包容而博

白了法，这个“情”并不难放。

在各种“病业关”的例子中，许多同修对“病”的认识总是提高不上来，是不是因为常人“病”的观念还没有转变过来？对“业力转化”的问题还没有理解透彻？有没有想过认识不清晰，可以通过大量学法来纠正它，突破它？

实修中，确实有许多事不知道如何摆放，才符合修炼人的标准。其实，也可能存在着对法理不清晰的原因，不知道法的要求是什么。

修炼路上的诸多困惑、疑虑，诸多的魔难解不开，过不去，可能是因为我们学法而没有学到法，没有学懂法，没有学透法，以致于使自己陷入一种无法可依的境地，甚至走错了修炼的方向。

这样看来：我们很可能，简单地看待了这部法，简单地看待了学法这件事。

这部宇宙大法以一本书的形式，文字的形式出现在我们眼中。受常人观念的影响，也许潜意识里我们把《转法轮》当成了一本理论指导的书，而忽略了、或者不那么确信这本书以及书里的文字背后的强大内涵，无边法力！

“真正”地学好这部大法，对修炼人会有怎样的意义？会起怎样的作用？会展现怎样的威力？我们是否真的思考过？是否真的清楚？

师尊讲：“而这个法理又能破除人的一切愚见、谬误，能正一切人心，能纠正一切不正确的状态。所以这个法理只要你去学，只要你看，你就在提高当中。所以看书学法是极其重要的。”（《新西兰法会讲法》）

“如果我们今天有这么多人，上亿人在学，我每个人都去告诉他，这是不可能做到的。但是我们为了能够解决这些问题，我把我所能够给予你们的，使你们能够提高的，达到变化的一切都写在这本书中，压进这部法里去了。

乡亲们送福音的，顺便和乡亲们讲真相、办三退。我把师父新发表的《为什么会有人类》等各种真相资料装了满满一大包，都是同修事先提供的，拎在手里感觉有点沉，先生同修说分成两包拿着比较方便，我又重新把资料分成两包拿着，然后我和先生及其他亲戚就开车回老家了。

车开到离我家不远的村子，亲戚要停车办点事，我就下车开始找有缘人讲真相。我走进村子里观察了一下，发现几乎家家都有监控器，还有看家狗。狗一看见生人就乱叫，我就对着狗狗说快别叫了，是我师父叫我来救你主人的，给你们送福音保平安的，狗狗听了之后真的不再叫了，慢慢地转身回屋里去了。我就进村里把“九评”等资料发给退伍军人等文化较高的老乡看，因怕带的真相资料不够用就没多发。亲戚办完事我们又接着往老家开。

刚到家我就去了邻居家，把“九评”等资料送给了一位退伍军人，因为之前我已经给他办了三退保平安，退出了邪党。他老婆见到我后很吃惊，赶快背过脸去不理我，过一会儿才又扭过脸来笑了笑说：你来了。我心里明白，因为我弟弟与他家打官司，有过节不来往，我想我是大法弟子，只能助师救人，不能掺和常人之间的矛盾纠纷，那些事情都是有因缘关系的，我们凡事要以大法为重，于是我笑了笑对她说：嫂子你好，你别想多了，我是诚心来看看你们，顺便送点真相资料给你们，看了大法资料就会得福报，全家老少就会平安。他们夫妻俩听了很高兴，原以为我是来找麻烦的，这时悬着的心才放了下来，亲切的拉着我的手不放，非要我在她家吃饭不可。

弟子无比感谢师父，是师父化解了我们两家的冤怨，给了世人在末劫大难中得救的宝贵机会。

## 二、明真相 顽疾消

在侄女婚礼现场，我还看到了一对熟人夫妻，满面笑容白白胖胖的，他们是做小生意的，我在他们店里买过化肥。去年冬天见到他们时可不是这个样，那时老板娘骨瘦如柴，脸都瘦脱相了，当时她告诉我她得了不治之症而且已是晚期，对生命已不抱任何希望了，过一天算一天。我听了以后，当时就给他们讲了真相办了退，并告诉他们诚念九字真言，就会得到神的护佑，得到大福报，他们夫妻听了真相连连点头表示认可，眼神中带着渴望。

后来我又给他们送去真相资料，他们双手接过真相资料表示感谢，我还给他们买了一箱牛奶，让老板娘补充营养。今年再次见到老板娘，看来老板娘真的恢复了健康，在大法中受益了。弟子感恩师尊，感恩大法。

### 三、两次遇险师呵护

那时我刚得法不久，和丈夫同修一起做生意，学法时间不多也没太注重学法，家中两个孩子还在上小学，我们也无暇顾及他们。有一天因惦记孩子，下班后匆匆忙忙往家赶，准备回出租房给他们做饭。那时生活压力很大，整天脑子昏昏沉沉的，不知不觉走到马路中间的火车轨道上去了还不知道。

后来在师父的点化下突然惊醒，马上退出轨道，这时火车已被我逼停在我背后的轨道上，我当时呆呆的站在那儿也不害怕。火车上的工作人员一边大声骂我，一边用水龙头对着我冲水，发泄他们的愤怒，顿时我被淋成了落汤鸡，见状我只好赶快离开。回到出租屋，孩子们都还在等着我做饭呢，要不是慈悲伟大的师父救我，真的会出大事呀，弟子感谢师父的救命之恩！

2018年的一天，我开车去修车店修车，倒车时因巷子很窄，所以车速很慢，当时感觉车后有东西，我就停车下去观

样说！我觉的太快了。（鼓掌）我叫大家抓紧时间看书看书，那么他一下就跑到那个极端上去。看、看、看、看，拼命看，每个字是念什么他都不知道了，那你看什么呢？你不在学法吗？学法、学法那个学你放哪去了？你看的是什么都知道了，怎么修啊！你必须得知道在眼下你看到的东西是什么啊！你念的是什么字、在表面上是什么意思你都得知道啊！那怎么叫学法呀？那还念他干什么呀？拿本书这么一翻，那就完了呗。是不是这个道理啊？”

### 五：对学法的反思

一起学法之前，不止一位同修与王同修交流过，但都没有能帮她跳出矛盾，像一个真正的修炼人一样冷静地对待矛盾。

一起学法之后，过程中我没有提过一次有关矛盾的话题，只学法。但是，王同修通过学法得法，改变了自己不合法的观念、认识后，她自觉地就用明白了的法理，衡量自己，要求自己。

作为一个旁观者，我亲眼看着她法中改变着自己，或者说，大法改变着她，熔炼着她。交流中感觉她一天比一天更清醒，一天比一天更理智，仿佛一个“真正的王同修”正在逐渐苏醒……

只是把大法装进思想中，认识他，接受他，而大法对一个生命的改变就如此之快，是我最开始没有意料到的。

因为王同修的自身情况而导致学法进度缓慢，但每次的学法交流中我都能有新的领会，新的理解，并没有因为要迁就、顾及到别人而影响了自己的学法效果，反倒更好，也是我最开始没有意料到的。

有时看到、听到同修谈到“情”难放，“情关难过”，有的同修甚至因为放不下情而离世了。其实，如何看待情，如何对待情，《转法轮》中都讲到了，只要学懂了法，学明



果，学明白没有？

王同修：哎！以前就是没有学到法呀，耽误了自己。

我：有学得好，看得快的同修，但是人家一学就学进去了，入心了，干扰小，没有什么障碍。他学法，他就在理解法，思想就在升华，你能达到这样的程度吗？

王同修摇摇头：比不了呀。

我：你学法有障碍，白纸黑字摆在面前，也看不清。有时一个字，一个词，读好几遍都读不对，要么是眼睛看错；要么是眼睛看见了，嘴巴不听使唤要读错。

或者一段法读完了，法就像没有进入你的思想一样。比如，学了“佛家功与佛教”，仍然认为佛教与佛家功，没有什么区别！学了“功能与功力”，还是把功能与功力混淆在一起；学了“灌顶”，认为无论是佛家还是道家都讲灌顶！……

学法之前是什么样的人的想法、认识，学完之后，还是老想法、老观念不变。怎么办？只好重新学！重复学！一直到学进你的思想中去！学进你的心里去！

如果让你看着书谈理解，你就会照着法读，那读出来的都是法。但是你思想中那些人的认识，人的观念可能就隐藏起来了，你自己意识不到，别人也不知道你脑子里的想法。交流中能发现问题还能加深对法的认识。

现在这样学法进度是慢，也是针对你目前的情况来的，只是暂时的。如果能突破你目前学法的这种障碍，那也用不着这样了。

当然，这些都只是我的浅显认识，对法的浅显的理解。

王同修点点头，表示接受。自己也说这几天从法中领悟到了很多。

师父在《新加坡法会讲法》中回答弟子的问题“有人说您说的一天半看完一遍《转法轮》太慢了”时讲：“我没这

看。看见一个老人坐在轮椅中正在往坡下滑动，老人约八十多岁，骨瘦如柴，我赶快走过去扶住轮椅。这时他儿子等十几个人走出来非说我撞着老人了。我说真的没有撞，你可以看监控的。他儿子就问老人说她撞着你了吗？老人好像不会说话，过了十分钟老人才说我没有撞他，他们几个人还是不让我离开，非要老人从轮椅上站起来走几步看看受伤没有，但老人就是不动。

我心里一边念着九字真言，一边蹲下来问老人：“大爷您能走吗？要是能走就走几步看看，我还很忙。”我话刚说完，只见老人立即颤巍巍的站起来走了几步，那几个人看着都觉得很震惊，也不再拦我了。我双手合十，感谢师父为弟子化解了冤怨。师父您辛苦了！我只有更加努力学好法、向内找、多救众生，圆满完成自己的史前大愿，才能报师恩！

### 正念正行

## 利用法律程序反迫害的历程——开庭

法成

三月下旬，律师告诉我法院要就母亲的案子开庭了。我的心里有些沉重，因为担心本地这些公检法众生开庭再对大法犯罪，不由得唉声叹了口气。

身边的同事对我说：“这不是好事吗？说明这事有结果了，只要能开成就行，要不总这么拖着也不是那么回事儿。”我知道她说的是明白话。

同修说第一念很重要，问我第一念想的是什么？我说我当然觉的是好事，物极必反嘛，肯定是这些日子咱们加大力度发正念所起的作用，令他们受不了了。我和姥姥之前一直都觉得母亲的案子中止审理后，律师的戏就唱完了，剩下的就是我们与母亲正念正行，解体迫害，无条件释放母亲等

等。但是我们心底也知道，是否开庭、律师来去也都是师尊安排的。

虽然我们一直都觉的不应该开庭，但是冥冥之中又觉的好像师尊有更好的安排，而我们就是要走正走稳每一步。

我对律师说：“我感觉自己好像不是执着母亲，我担心众生选择恶的一面，担心他们再对大法犯罪。”因为这一刻的选择真的就是关系到宇宙大穹众生存亡的大事，真的有替众生捏把汗的感觉。

律师开导我说：“不要太执着，就做好咱们该做的就可以了。”后来一篇明慧交流文章点醒了我，大意是：有些事情对事情本身的执着也是执着。是啊，我确实不应该太过于担心，我也深挖根找自己：说白了，我就是怕法院那边再对大法犯罪，怕他们给母亲判刑，其实这本身不就是执着吗？不就是怕被迫害吗？还是陷在了被迫害当中，说到底还是怕。他们说了算吗？我们和母亲的每一刻都是师尊安排的。我赶紧求师尊加持解体我的不符合大法标准的人心，就是百分百的信师信法，做好自己该做的，其他的什么都不要想。

这是本地法院第四次要对母亲非法开庭了，之前三次要在本县对母亲视频开庭都没有开成。而这次是本县法院直接到市中级法院开庭。其实刚开始我心里是有些顾虑的，我告诉自己：我们的正念都发到大洋彼岸的美国，发到北京老巢还怕本市吗？这次真的就是范围更广，影响更大，力度更强。这就是一直以来我们的目标。目前正在实现，我也希望能够充分利用这次机会做到最好！因为我们是师尊的希望，是众生的希望。所以明显的感觉肩上的担子更重了。

我觉的，其实对于我们县公检法众生而言，他们对母亲的案子中止审理，就已经做出了选择，是师尊让我们做的更完善，更全面，所以直接就在市中院开了。我也仿佛能感觉到，本县法院众生明真相后也未必想开庭，只是硬着头皮也

去提高自己的心性，那才是真正的修炼。”（《转法轮》）我向王同修请教了问题。

我：为什么师父在这句法中，连着说了三个“真正”呢？你对这个“真正”是怎么理解的？

王同修：连说三次说明这个“真正”很重要。我理解“真正”在这句法里的意思是，不能马马虎虎的，不能掺一点儿水份的，得完完全全地照着法的要求做，这是“真正”。真正的修，修自己的心性。

我反问道：那难道还有不真正修的吗？

王同修：我以前就没有真正的修，不知道修炼重在修心，就以为炼动作很重要，没有重视修自己的心性。其实不只我，我认识的好些同修也不明白怎么去真正的修炼。

有一次，某某同修来跟我讲，有件事她向内找，找到原因了。我问是什么原因，她说，就是你哪里哪里没有做对呀！我又问：“你向内找，就是找我的原因呀？”她回答：“是呀，就是你的问题！”

师尊讲：“他说他炼功了，大家想一想，是不是你今天炼了法轮功了，也看了书了，就是大法弟子了？你没有精進，你没有真正按照我告诉你的标准去做，怎么能是我的弟子呢？你是不是我的弟子，得我承不承认你是弟子，也就是说你自己够不够一个弟子的标准呢？你每天炼功就象做体操，你虽然看了书了可是没入心，也不精進，你也没有按照书的要求去做，你能是我的弟子吗？”（《北美首届法会讲法》）

#### 四、对学法快慢的讨论

《转法轮》第一讲学完，每天学 2—3 个小时，花了 5 天左右的时间，学得确实算慢。期间，王同修提出这样学太慢了，应该加快速度。

我：你以前学得快，快的时候一天看两讲，有没有效



的作用就越大，身体改变得就越快。

我以前就不明白，自己的身体怎么经常感觉不好，觉得自己的功炼得挺好的，怎么也没有明显好转。而且修炼这么二十多年了，老态越来越明显，怎么就没有出现师父说的，“显得很年轻”的修炼状态，就是不明白，不知道问题出在哪里。现在我知道了，我的心性没跟上，身体的改变就小。

王同修：我觉得我这次可能犯了个大错。

我：什么大错？

王同修：这次我家里发生的这个矛盾，我不该像常人一样去对待，我生气，发怒，说了些不好听的话都是不对的，没有修心，没有按照一个修炼人的心性标准去做。这些天身体上出现了严重的不舒服，可能就是我这颗不好的心造成的。

王同修：昨天上厕所，我都在想自己，在这次的矛盾中找自己的执著心。我找了又找，找了十多个出来。

这时，王同修抬起她的腿……

王同修：你看，应该是我找到了执著心，今天一早起来，发现本来这些天肿得好厉害的腿都消肿了！

王同修很高兴，我心里也暗暗为王同修的心性提高而高兴。

### 三、对“真正”的理解

回看王同修的以前，虽然她得到了这本《转法轮》，这部宇宙大法，可是，她学了十几、二十年，却并没有真正得到法。她学了法，却并没有学懂法，旧有的观念、旧有的认识并没有在学法中得到改变，以致于她抱着对修炼的诸多错误认识几十年而不自知，以为只要做了学法、炼功的事情，发正念，讲真相，每件事情都不落，自己就在真修了。

在学“我把学员都当做弟子”这一节时，读到“因为真正修炼得按照我们所说的那个心性标准去要求的，得真正的

没办法。于是我脑中闪出一念：“我的众生啊，没事儿的，别害怕，我们大法徒会保护你们的。”是啊，这才是我大法弟子的担当，我们决不能让邪恶来害他们，不能给他们犯罪的机会，我们的责任也不允许邪恶得逞。于是我振作了起来，不再畏惧。

出发前，也就是开庭的前一天早上，我双手合十，跪在师尊的法像前，求师尊：我是师尊的弟子，是最伟大的法造就的生命。母亲被非法绑架后，本县几乎都知道我们大法弟子的身份了，很多人都说我是本地最年轻的法轮功，但其实我已经是修炼二十多年的老弟子了。既然弟子在这一方是最年轻的，那就请师尊让弟子做到最好吧。

而且之前通过我们的努力，在本地区已经起到了很大的正面的、救度众生的作用了。所以接下来，弟子一定能够更加稳健踏实的走好这一步。请师尊放心，弟子不会给您丢脸的，不会给大法弟子丢脸的。一定能够担的起这份责任，与母亲内外配合，不负师命，不负众生。绝对能够配的起李洪志师父的弟子，配得起主佛的弟子。

请师尊加持弟子最强大的正念，与本地同修、海外同修的正念合为一体，发出最强大的慈悲，最强大的法力，最强大的神威，神在人间，法正本市，法正中级法院，法正审判庭。彻底解体层层旧势力的邪恶安排，彻底解体强加给母亲的判刑迫害，彻底解体红魔对众生的毒害，弟子一定能够让更多的众生得救，凯旋而归。随即向师尊三叩首。

庭审对于人中法律程序来说通常就是走形式，其实跳出来看，从正法角度来说也是走形式，因为师尊早已安排好了一切，谁也不配捣乱。咱们表面的形式跟他们走着，另外空间那就是你死我活的生死较量，是宇宙更新、天体从组的正邪大战。

尤其是现如今中国大陆，正义律师频频被吊销执照，我

心里也不时的担心律师的安危。现实中好像是豺狼当道，其实它们就是回光返照，物极必反，我们得为正的负责，绝不允许这种事情再发生。律师不惧高压帮大法弟子，大法弟子更得保护他们。

所以我请师尊加持无边的法力，调动全宇宙中正的力量，加持弟子和同修们这二十多年修出的威德，“正天正地正众生”（《洪吟二》）。哪怕耗尽我的一切也要把这个形势扭转过来。因为我就是为法而来而生的，这就是我们存在的意义。但这决不是壮士一去不复还，决不是陷在邪恶安排的框框里被动的反迫害，而是捍卫宇宙的真理、大法必成的信念，这是唯一的形势发展，必须要利于正法救人。因为一切都是为大法弟子救度众生开创的。

同时我也对相关公检法人员明白的一面沟通：你们是我们大法弟子最珍惜的生命，希望你们在善与恶中能够正确的选择，不枉师尊的慈悲苦度，不枉大法徒这些年对你们的付出，真的就是为了你们操尽了心的感觉，一直都在努力的唤醒着你们，尤其是一百三十多天以来，真的是每天都不止一遍呼唤你们的名字，就是希望你们坚守善念，不要再对大法犯罪，为你们自己的生命和你们代表的众多生命选择美好的未来，不负与大法结下的圣缘。愿我们都能够共同演好各自的正面角色。

开庭的前一天上午，我和律师先去市里看守所会见母亲。行驶在前往看守所的路上，我感觉自己特别的强大，同时求师尊加持：我堂堂正法时期大法弟子，为一切正的因素负责，身后跟着无数数不清的佛道神，请师尊加持弟子的无限强大的辉光，化尽一切邪魔，一走一过统统解体淘汰。解体一切干扰我们与母亲整体提高、干扰救度众生的一切邪恶因素。

到了看守所，女警对律师说：“我们这里已经好久都没

常状态了，就抓紧炼动作，而不在心性上找原因）

听完她的理解，我发现她思想中存在着“炼动作就能改变身体，让身体变好的观念”，学了几十年的法，这个认识一直没有改变。

我：前面两页咱们再学一遍，慢慢读不要着急。

在整个这一节学习的过程中，我们还对以下的问题做了交流：

法轮大法是性命双修功法，那么是怎样改变修炼人身体的？

我们炼功是为了什么？

既然动作是用来加持法轮、师父给我们身体下的所有功能和气机、演化生命体，那么这个功又是怎么来的？

法轮大法是怎样使炼功进程缩短的？

师父给下的这个法轮在我们的修炼中起什么作用？

对“功炼人”、“法炼人”是怎么理解的？

为什么有的修炼人的法轮会变形？

在交流时，我提出不看书，不翻书，谈自己的理解。如果对法认识不清晰，不明白，就又读法，又学法；如果仍然认识不清楚，就再读法，再学法……

针对王同修“炼动作就能改变身体”的观念，我与她协商，把“动作一方面是用来加持功能，什么叫加持？用你强大的功力把你的功能加强，要越来越强；另一方面在你身体里还要演化出许多生命体。”“你炼功干什么呢？你炼功是加持法轮，加持我给你下的所有这些机能和气机。”这两句法都背了下来。

通过学习这一节，王同修彻底改变了过去的认识，她谈到自己体会：

王同修：我们靠修心性炼出来的功，储存在身体的每一个细胞中，改变着身体，心性越高，炼功的能量就越大，起

么看来，你的记性并不差呀！

王同修不好意思地笑笑：是的，我听个故事我就能讲得出来，但是这个读书是小时候就不行呀！

我：因为有不好的因素在干扰你，不让你看到法，不让你得到法，不让你修炼。这么些年来，你被干扰成这样了还不知道原因，还把这个状态当成正常的、理所当然的存在。咱们得突破它，它越不让你得法，咱们就非得要学到这个法。一定要想办法突破它！

我为什么总是要问你怎么理解的？你每次谈理解，你的主意识就得去思考，就得在法上悟，这种方式也能加深法在你思想中的印象。

你学不进去法，这是修炼的一个巨大的障碍，“不知道高层次中的法就没有法修”（《转法轮》）这句你刚才不是还在背嘛？你以前没明白修炼重在修心，不就是学法没有得到法嘛！困难摆在面前，咱们得想办法突破它呀！

我继续鼓励王同修，王同修忍着头痛和闹心，继续背，又背十几遍，越背越流畅，她摸着她的头说：哎呀！我突然觉得我的头松了一块儿，心里也不那么难受了。

我：好事儿！也许是师父看到你坚定学法的这颗心，把阻碍你学法的那个不好物质清掉了一部分！

## 二、学习“法轮大法的特点”，扭转了“炼动作就能改变身体”的观念

《转法轮》第一讲，“法轮大法的特点”这一节中，因为内容多，我们学得慢一些。

先通读，然后交流。

我：不要看书，谈谈你的理解，我们法轮大法的动作是用来做什么用的？

王同修：炼动作就能改变身体。

（她的意思是炼动作身体就能好，所以她身体出现不正

有律师直接来会见了，疫情期间都是在司法局视频会见当事人，你应该去司法局预约。”律师说：“现在疫情已经没有那么严重了，而且这事儿本身跟人家司法局说着，不归司法局管。”女警犹豫了一会儿说：“那我打电话向领导请示请示。”我在旁边不停的发正念，心态特别的稳，不再像之前那么执着要见到母亲了，就是随其自然的状态，明显的感到容量在不断的扩大。

不一会儿，女警对律师说：“领导同意了，让你下午两点再来。因为之前都是视频会见的，你是最近这两年头一个直接来会见的律师，我们得布置布置防控，打扫打扫卫生，消消毒啥的。”律师答应了。我们回到了酒店，我把目前的正法形势，及我们与母亲整体存在的不足，以及鼓励母亲的话都写在了一张纸上，交给了律师。

下午2点，律师成功会见了母亲，整个过程约四十分钟。之后，律师喜气洋洋的走出看守所对我说：“很顺利。”我问律师：“他们没给您捣乱吧？都布置什么防控措施了？”律师高兴的说：“一点都没捣乱，他们的防控措施就是把我和你母亲桌子中间隔了一层塑料布，其实这就等于正常会见了。”我不禁乐了。律师不时的夸奖道：“你妈真像样，状态特别好，可精神了呢。你写的话都念给她听了。她说一切都是师父安排的。”我连连点头：“太好了，对，一切都是师父安排的，有这句话就够了。”

狱警也对我说：“你妈妈人可好了呢，跟大家相处的可好了，大家都可喜欢她了呢。”我听后也是感慨不已：母亲不愧为二十多年的老弟子了。我心里不停的感谢师尊，我们真的就是在开创历史，真的每一步都是意想不到的正面影响，每一步都特别的顺利。

晚上，律师问我：“明天开庭的事有没有通知市里同修？”我回答：“没有，因为我们根本就不联系。不过您放



心，虽然只有我一个人来，但是家里的同修们都知道，他们都高密度加持咱们呢。”

第二天清晨，我坐在房间的窗前，映入眼帘的江岸广场，平静从容。我双手合十，发自心底求师尊：弟子知道今天开庭的分量，就是为了众生的得救。自母亲被非法关押以来，我们一直都努力的、尽力的做应该做的，从没想过这件事情的结局，也不想和常人争什么，就是要把法正过来。因为我们都知道结局是师尊安排好的。但是都走到今天这一步了。马上就要开庭了，这个结局是需要我们去演好的。既然弟子做了这件事情，就请师尊让弟子做到位、做到最好。不但要制止众生犯罪，还要让他们将功赎罪，

我不由得想起出门前同事说让我穿个旗袍，祝我旗开得胜，弟子也希望如此。目前不仅是人中官司输赢的问题，而是宇宙正法中正邪较量，生死存亡的大事。在这场正邪大战中，弟子想大获全胜。对，大获全胜，就是最好的结果，对众生也好，对大法也好，对弟子也好，对整个人世间也好，都是最好收尾。因为师尊慈悲，大法的威力能善解一切，一切都被大法圆容。

上午，庭审由于视频传输的问题并没有准时开始。我和另一名家属参庭，因为疫情原因，要求我们必须佩戴口罩，分别坐在听审席的两边。看着视频中的母亲，虽然瘦了些，精神状态倒是特别好，言谈中也是底气十足。但是我心底却莫名的辛酸，对师尊说：师父啊，同修为了救度众生却被关进了监狱，遭受不公正的待遇，这就是邪党在害众生对大法犯罪。我们一定要扭转这个形势。

看着眼前的庭审法官和其他相关人员，我恳求师尊加巨大的慈悲，超越一切时空，超越一切生命的最微观。弟子一定要保护他们，解体共产红魔对他们的毒害，请师尊加持摄魂大法揪出法官和公诉人的整个元神，把法轮大法好打到他

炼重在修心！我对不起师父呀，对不起我自己，对不起我的众生呀！以前的时间浪费了！

我：你以前也学法，怎么就没有学明白呢？

王同修：以前学法，读完、看完就算学了，没有入心。学的时候也没有像现在这样要在法上去悟一悟，思想里好像就没有要去理解一下法的概念。什么是修心性？什么是向内找？这些问题修炼好些年了都是搞不清楚的。

就比如那个把瓶子里的脏东西倒出去的例子，学的时候就当个故事听，看过了就把这页翻过去了，没有联系自己的修炼去想一想是怎么回事，是要告诉我们什么意思。

现在回过头来看，以前学法就好像完成任务一样，说今天要学一讲，学两讲，打瞌睡眼睛都要闭上了，还想着坚持，得吃苦，今天一定要看完多少页呢！

我：以前学法，学完也有交流讨论的时候呀。

王同修仔细回忆了一下，点点头：以前也会有交流，但没有像你这样，能看出我的问题，看到我的认识哪里不对，给我指出来，还要帮着纠正过来。

我：是大法在改变你，纠正你！我只是与你一起学法、交流。

为了加深王同修对法的认识，我建议她把这段法背下来，一听说要背书，王同修就出现了畏难情绪。

王同修：我背不下来，我从小读书就不行，头痛。

我：咱们试试，背一背

背了前面，忘后面，背了后面，忘前面，背了几遍，王同修说她头痛起来了，心里烦躁得不行。

王同修：为什么非得背下来呀，我已经明白了，理解了法的意思，我觉得不一定非得背下来。

我：你读了法，离开书就什么都想不起来了。但是你听了个故事，转头就能把这个故事讲出来，这是为什么呀？这

沉到水底。把瓶子里的脏东西倒出去，它才会浮上来。

我：好的。那么为什么师父要举这个例子给我们呀？这个瓶子里的脏东西，代表什么呢？我的理解，是不是代表着人的观念呀、执著呀，那些不好的思想呀？修炼人把这些不好的思想去掉，不要它，是不是层次就提升上来了？好比那个倒掉脏东西的瓶子，就能浮上来了。

王同修点点头，说：是的，要修心，向内找！

听到这句，我发现王同修对炼功为什么不长功的认识清晰、明了，前面的法她学进去了！

我：“炼功不长功”的两个原因是哪两个？你是怎么理解的？

王同修照例继续摇头，并且马上低头翻书。

翻到这一节的最后，她读到：“以上是炼功不长功的两个原因：不知道高层次中的法就没有法修；没有向内去修，不修炼心性不长功。就这两个原因。”（《转法轮》）

我又提出问题：为什么“不知道高层次中的法就没有法修”？为什么“没有向内去修，不修炼心性不长功”？

要理解这两个问题，就要把第一讲的这一节乃至前面几节讲过的法学懂。我先谈自己的理解，然后王同修也谈，如果发现对法的理解不清晰，认识混乱，就返回去重新学习相关内容的讲法。

学完“炼功为什么不长功”这一整节，王同修有感而发：

王同修：我以前真的没有理解修炼，以为炼动作很重要。其实修心才是最重要的，提高心性才是最关键的！我才学明白呀！我以前看了多少遍，怎么就没有看明白呢？我这么些年来，就没有认真地去修过这颗心，浪费了多少修心的机会呀，错过了多少提高的机会呀！

王同修叹气又伤心：正法都要结束了，我现在才知道修

们生命的本源上，闭塞他们迫害大法的神经，不许对大法犯罪；封住他们的嘴，不许污蔑、诋毁大法。整个法庭必须是我大法弟子正法救人的慈悲正念之场。

审判长和审判员关心的询问律师是否适应本地的天气，以及口音是否能听懂等。

审判长宣读庭审开始后，公诉人宣读对母亲的起诉书，逐渐声音越来越小，到最后几乎是吐字不清。审判员不时的对公诉人说：“你大点声儿，大点声儿。要不让某某（检察院陪审员）念。”公诉人低声说：“不用，我挑主要的念。”不一会儿，公诉人停顿了一下。

审判员问律师：“某律师，是您先说，还是……”律师说：“我等公诉人念完一起说。”

随后公诉人继续念母亲所谓的“犯罪证据”。另一名审判员眉头紧锁，双手不停的按着太阳穴，最后居然坐在庭审席上睡着了。

我不断的求师尊，加持我们本地同修的正念与母亲的正念合为一体，形成威力无比的强大神通，一举歼灭、一网打尽、解体这些众生背后的共产邪灵因素，唤醒他们明白的一面，让他们必须起正面作用。

母亲非常理直气壮，讲明“法无明文不违法”、并且详细阐述了新闻出版总署对《转法轮》书籍解禁的第五十号文件。母亲说道：“我修炼法轮大法身心收益、家里有《转法轮》等书籍都不违法、我认为我没有罪。”

审判员都让书记员一一记下。

随后，母亲正问公诉人：“你能给我说出来法律规定的十四种邪教都有哪些吗？”

还没等公诉人回答，审判员把话筒拿到一边，低声问公诉人：“你能说出来吗？”公诉人底气不足的说：“能。”然后不断的翻看所谓的证据，声音越来越小，最终也没有列

举出来。

我当时不禁乐了，心里深深的知道这是我们与明慧同修、打语音电话的同修共同配合的结果。因为我们与法院法官的正面接触并不容易，那么真相电话就起到了关键的作用。所以庭审的真正关键在于开庭前的讲真相，才能制止众生犯罪。

当公诉人称母亲发放的是 x 教宣传品时，律师辩护道：“是否为 x 教宣传品不是由公安机关认定的，是需要司法机关进行鉴定，并且盖章认证的。思想意识并不构成犯罪，某某没有给任何人造成伤害和损失，也没有任何犯罪记录。她是什么样的人，你们应该比我清楚，我觉的某某县人民民风淳朴，心地善良，某某同样也是善良的人，我认为应该早日恢复某某的人身自由。”

审判员问母亲：“你是不是不能签字？就是今天咱们开庭这个过程，书记员记录下来了，你能不能签字？因为从公安机关到检察院，你所有的笔录都没有签字，你要是不签我们就不往看守所邮寄了。”

母亲回答：“不能签字，如果我签字了，在将来清算的时候会成为你们迫害法轮大法的证据。”

审判员问母亲是否需要补充，母亲接着说道：“我希望各位法官能够站在正义善良的一边，为自己和家人做出正确的选择，希望你们都能有美好的未来！”

随后，庭审结束。

我与另一亲属走出法庭。只听他对庭外的亲属说道：“这公诉人啥玩意儿？唔噜唔噜的，后来说的是啥干脆听不清。某某倒是挺精神的，状态挺好，可会为自己说理了呢。振振有词的。”

律师对我说：“我尽量把声音压低，尽量不触及他们恶的一面。”我心里真的感佩不已，说道：“对，咱们就是和

始交流。

我：请教一个问题，功上不去的根本原因是什么呢？

王同修抬头看着我，两眼带着茫然，说：这我怎么能想得起来，前头就给你说过，我读书记不住内容的。

我：不要求原文一字不差地复述出来，你看了，总会有些印象，有些理解吧？就讲讲你对法的理解。

王同修摇摇头：我现在说不出来，这内容这么多，我想不起来。

我：我现在读出来，你仔细听。

“我跟大家讲，功上不去的根本原因：“修、炼”两个字，人们只重视那个炼而不重视那个修。”

我望着王同修的眼睛，问她：听清楚没？

王同修点点头，我说：咱们再学一遍法。

这样两个人将这一节前面几段的内容又重复读，重复学了几次，直到王同修能说得出自己的认识为止。

我继续交流：炼功要想长功，对修炼人有什么要求？

王同修沉思了一下，摇摇头，说：不记得了。

我读到：“……它是超出常人这个层次的东西，所以对你要用超常的理去要求。怎么要求呢？你就得向内去修，不能向外去找。”（《转法轮》）

对王同修说：“你读读这句法，一个字一个字慢慢读，读进心里去！”

等王同修读完，我说：“不要看书，能不能把这句复述一遍。”

磕磕巴巴地重复了十多遍，王同修终于能思维清晰、顺畅地说出来了。然后，接着往下交流……

我：师父讲了一个“瓶子里装满了脏东西”的例子，你对这个例子是怎么理解的呀？

王同修：我的理解是，瓶子里装满了脏东西，瓶子就会



变。

师尊讲：“而他博大精深的内涵只有修炼的人在不同的真修层次中才能体悟和展现出来，才能真正看到法是什么。”（《博大》）

## 五、为什么？

赵同修的经历中，这还只是一个观念对她的心性修炼造成的阻碍，她走入修炼已经快二十年了，为什么没有意识到自己在矛盾中，其实是一直在“向外看”，而不是“向内找”？

陈同修学法没有间断，他为什么没有发现自己的实际修炼，其实并没有按照法的要求做？或者他以为自己一直在按照法的要求做，那么，是什么原因给他造成了这种错觉？

## 之二：学法与思考

本文因个人对法的认识有限，请同修以法为师，用法衡量。

王同修有一段时间内，她的家庭出现了一个较大的矛盾，而在错综交杂的利益纠葛中，各种焦虑、愤怒、不平衡的心情让她整日难以平静，身体也随之出现了问题，日常行动都变得困难。

我与她在法上交流过几次，都无功而返。

眼看着同修在矛盾中越陷越深，无力自拔，我想该如何做才能帮助她？做为一个大法修炼者，在任何时候，首先想到的应该大法，只有这部宇宙大法才能改变她，只有这部宇宙大法才能帮她从困境中走出来，想通这一点，我与王同修商量一起学法的事情，王同修同意了。

以下记述了我们学法过程的一些片断。

**一、学习《转法轮》第一讲中“炼功为什么不长功”，扭转了“修炼重视炼动作的观念”**

学法过程中，王同修大声读，我默默地读，读完后，开

平理性的把事情说清楚。”

我明显的感觉到庭审的气氛非常融洽，祥和。

给律师送行的时候，望着律师匆匆离去的背影，我竟然不自觉的泪流满面。因为我心底深深的知道大家为这件事情付出的心血，真的完全就是为了这一方众生。真的无限感恩师尊的洪大慈悲。弟子们叩谢师恩！合十！

（未完待续）

## 修炼体悟

## 让修炼变得简单

纯真

今晨，突然感悟到大道至简至易，从而使修炼变得简单。师父讲过“相由心生”[1]的法理。

那么面对的环境没有一样是偶然的，全是一面面镜子，照射出的影像就是人执着的表现。只要看到镜子的是什麼，那就是人执着的心，而不是别人的，把握住向内找这个法宝，找自己的心，因为镜子已经把人的执着显形，真有点像“照妖镜”，照出的一定是不好的东西。此时就只管去排斥、不承认这个执着，你已经分清它不是你、它不是本真的你，就是在修自己，加强主元神了。

在读法、炼功、发正念时，一但有什么想法、念头，或者图像、声音进来，马上把它定住，然后发出三声灭、灭、灭，就把它灭掉了！非常有效！

一点个人体会，不当之处请指正。

注：

[1]李洪志师父著作：《各地讲法十》〈在大纪元会议上讲法〉

## 突破自我

大陆大法弟子

一个物体密度越大，这个物体越坚固，那么一个修炼人修的越好，他的能力越大，能量场越强。

师父讲：“碰到的任何事情，第一念首先想自己，这就叫“向内找”。”【1】我在法中体悟到“向内找”是宇宙运转圆容不破的机制，人是小宇宙，无数个小宇宙组成了大宇宙，大法弟子肩负的责任是有着深远的意义的，所以大法弟子的修炼状态，直接关乎着大法这个整体，当你向内找自己的不足时，你就是在圆容着大法，同时也在大法中归正自己的不足。

师父讲：“可是那分子也不是最小的粒子，在它下边还有原子，放大之后看，粒子存在方式也和天上的星星一样，也是那层的天。原子也不是最小的，在它下边还有更微观、更微观、更微观的粒子。层层粒子就是层层天，粒子越细腻它的威力越大。学物理的人讲说越细腻、粒子越微观放射性越大，力量越大，能量越大。”【2】

在现有的层次中感悟到，修好自己不仅仅是个人的圆满，同时肩负着重大的历史使命，我们的修炼环境，我们所遇到的人，都在我们修炼的范围中，尤其是我们的家人，更是和我们缘分最大的，如果一家人都是大法弟子，那就是大法的缘把我们牵在一起。

我们一家就是与大法结缘的，因为生命的特点不同，彼此间有时也有不相同的看法，有时自己用观念去衡量对方时，往往会让对方反感，但是没有去掉的人心就障碍着自己，当家人不接受自己的看法时，自己会很生气，有时会埋怨，觉得自己想的是为家人好，照我的想法去做一定会行的，所以就非常强烈的想要改变对方，可是我这边越表现的

上的东西像突然就掉下去了似的，沉沉的感觉没有了，心里不害怕了，现在身上也不发冷了！

这是不是就是法中讲的：“另外的空间一切都是有生命的”，那个“向外看”的观念它是活的，它知道你今天还要来，知道我们今天还会继续“朝内找”。我心里觉得害怕，其实是它害怕自己会被灭掉，只是让我感应到了。

（题外话：我连着去了同修家三次，但是每次走时都没有跟他们老两口说过还会再来，所以老两口并不清楚我会继续去看望他们。）

我：你悟得很好呀！

赵同修大声激动地讲：师尊说的都是真的！这个观念，它真的是活的生命呀。我把“向外看”这个不好的观念转变过来了，另外空间的那个它就被大法清除了！

这三天转变观念的过程，就是甲同修脚踏实地按照法的要求修心的过程，在一次又一次地尝试扭转“向外看”的观念，“朝内找”中，即使表现上一次又一次的失败了，但参与此事的三位同修在配合中一直没有放弃，没有怀疑大法，一直在坚持，一天不行，就两天，两天不行就三天，三天不行就四天……就是要把那个不好的观念转变过来，抱着这样的态度。

师尊讲：“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》）

我为赵同修的提高而高兴，这是一次成功的实修经历，赵同修亲身感受、体悟到了大法威力的具体展现，更加坚定了她对大法的正信正念。同时，过去认为执著、观念等思想只存在于意识形态而不是物质存在的这个观念，也得到了改

依然是与前两天类似的对话，我依然一遍又一遍，一次又一次地努力尝试、纠正赵同修看问题的方向，找自己；赵同修依然是嘴上同意，但实际行为上仍固执地去数落别人的不是，眼睛就是不朝自己看；意识中我依然感受到那股力量在与我持续拉锯、对抗，好似我不放弃，对方也不罢休似的。

交流中不知不觉地过去了 1 个多小时，又将到了我要离开的时间，突然，意识中那股与正念相抗衡的力量猛然间消失了，几乎同时地，我听到赵同修说：“我觉得我有做得不好的地方，我不应该总是去责备老陈，我……”

那一刻，我心底升起了对同修终于能扭转观念，做到朝内找的喜悦。

#### 四、同修的悟

继续交流了十几分钟，确认同修能按照法的要求在矛盾中找自己了，我站起身准备离开。

赵同修也随之站起来，激动地一把抓住我的手，浑身好像都洋溢着高兴，露出一张大大的笑脸望着我。

赵同修：怎么就要走了？再聊会儿呀？再聊会儿！

我：我抽时间来的，还有事儿，得走了。

赵同修兴奋地说：那有件事，你听听，帮我看看，我悟得对不对。

我点点头，示意她说。

赵同修：今天一大早起来，我就觉得浑身发冷，我还比平时多加了件厚袄子，你看……

（说到这里，甲同修把身上的外套下摆翻起来，露出里面的衣服，一件一件翻过来给我看，告诉我加的那件袄子有多厚）

赵同修：不仅发冷，还感到一种莫名的害怕，背上沉沉的往下压，像背着一个重重的东西。就是刚才，那个压在背

强烈，对方越反感，这种极端的做法，让人是很难接受的，因为每个人都有独立思考的空间，每个人看问题的角度也不一样，怎么把自己的东西，强加给别人呢？

对照法找一找自己，发现是自己的显示心造成的，觉得自己比别人修的好，法理悟的清，于是就飘飘然了，看这个浪费时间，看那个不知道精进，人的东西多，利益心重等，完全忘了应该向内找自己的不足，而是眼睛向外看对方，其实是自己的场不纯净了，家人的所谓表现，就象一面镜子映照出自己的不足，可是向外看的不正常状态导致自己的修炼受阻，体现的状态是，面目表情不善良，做事刻意不圆容，坚持自我，固守人的观念，不释怀，没有宽容心，不考虑他人的感受。

自己这不正常的状态，让家人不理解，有时告诉自己的不足时，自己还心生怨气，觉得是在挑自己，感觉没人理解，心里很委屈，当矛盾积攒到一定程度时，就会爆发出来，这时自己又陷入了矛盾中不能自拔，反反复复的出现多次，内耗中耽误了很多时间，过后又后悔，自责。

好在自己坚持写交流体会，当陷在其中很迷茫时，我会坐在电脑前写交流体会，有时脑子很乱，也不知道写什么，可是明白的那一面就是想写，这方面的体会很多，真的感觉都是师父在加持着自己，当你想写时，可能就是你的正念出来了，这一念是符合法的，所以就显现出大法的神奇，思路也顺畅了，悟到的法理不断的体现在交流体会中，感觉在写的过程中，大法就在不断的洗刷着自己，自己渐渐的走出了迷茫，头脑也变的清醒了，随之带来的变化是，看似无法解决的矛盾被师父化解了，一切又恢复了平和。

在师父的加持下，感觉心性提高上来了，知道向内找自己的不足，能设身处地的为他人着想了，人变得善良了，心态平和了，对照大法修自己，面对矛盾找自己，对方的所谓



不足有我修炼的因素，看到的假相，你能否当成是真实的，在这个假相中，你是否修自己的不足，你是不是站在了法的基点上。

师父讲：“碰到了矛盾，不管怨谁，先找自己。作为一个修炼者，你要不能养成这样一个习惯，你要不能够和人反过来看问题，你就永远在人中，最起码没做好的那一步你在人中。”【3】

当你越来越向微观不断突破时，你的能量场就越来越强大，这个过程就是你不断对照大法提高的过程，你踏踏实实的走稳，走好每一步，你就在逐渐增加你的密度，渐渐的达到法的标准，每个人的根基不同，悟性也不一样，都有各自不同的修炼环境，大法是衡量的标准，金子，银，铜的分子排列次序是不一样的，修炼人也是如此，修炼的层次高低，也是有区别的。

师父讲：“大家知道，修炼是讲究无漏的。你有漏它能让你上天吗？就这么回事。”【4】

在现有的层次中体悟到，修炼中没有任何偶然的事，一点点的提高就是一个质的改变，你就象一艘起航的帆船，所有的缆绳都抛开了，甩掉了，你就能轻松的前行，在师父的一路呵护下，返回先天的家园。

一点修炼感悟，有不当之处请同修慈悲指正！

注：

【1】李洪志师父著作：《什么是大法弟子》

【2】李洪志师父著作：《二零一六年纽约法会讲法》

【3】李洪志师父著作：《二零一九年纽约法会讲法》

【4】李洪志师父著作：《二零一九年纽约法会讲法》

赵同修：修炼人是应该朝内找嘛，但是师尊也说过，不是原话，指出别人的不足，也是帮助同修提高啊，我们帮助同修是对的呀。

我：陈叔叔的事情先放一放，现在是讨论你的问题，咱们能不能先朝内找找自己呐？

赵同修：可以先找我自己，但是老陈已经影响到我修炼了，他要先改掉那些不好的毛病….

我：现在别去看陈叔叔，就看自己。

赵同修：好的，但是老陈他…….

我：朝内找！

赵同修：如果老陈……

谈了两个小时不到，甲同修以不同原因、借口，全程都在谈论别人的不足，找外在的原因，却不触及自己的那颗心。

交流的过程里，我的意识中，感受到来自于赵同修思想中，有一股强劲地与“朝内找”相对抗、相背离的力量，表现在人的这一面就是不管怎么纠正、劝说，甲同修就是要向外看。

而我一直坐着，没有做什么体力劳动，却感觉整个人像是耗费了精力，身体也有了疲惫感。

离开同修家，我思考着这一次的交流情况，看到赵同修的思想没有转变过来，决定再来。

## 二、第二天的坚持

第二天，我又去了，交流的过程与结果与第一天类似。身体感受仍然像干了一场费脑费力的体力活。

## 三、第三天的坚持

第三天，我再次抽出时间去了。老两口热情地迎接我进门，三个人坐好，同修还贴心地倒了一杯水，摆了盘水果放我手边，交流开始……

以下是我与赵同修的部分交流内容，因为记忆的原因做不到原字原句的复述，但基本能还原当时谈话的概况。

我：你怎么看待目前自己身体出现的这么个状况呢？

赵同修：我知道，这个不是真的病，这就是个假象，这是业力的表现。

我：做为一个修炼人，无论是身体上出现了问题还是生活中的矛盾，是不是都应遵照大法的要求，向内找。

赵同修：是的，修炼人应该向内找。

我：那你能不能朝内找一找呢？

赵同修：怎么找？

我：想想自己有什么不合法的行为或想法呀，心里有什么放不下的执著呀？

赵同修：我跟你讲，老陈做事情摸得很（方言，指做事慢慢腾腾），喊他学法了，就在那里干其它的事，等他要等好久……

陈同修：让你找自己，你说我干啥。

我：陈叔叔有做得不好的地方，陈叔叔也朝内找找。现在，你能不能说说自己做得不足的地方呀？

赵同修：老陈就是应该朝内找找，有事经常责怪我……

（我打断赵同修，因为她心情激动，手舞足蹈地想继续列举她的丈夫同修的更多不足）

我：你现在是在找别人，向外看。“向外看”是一种观念，它不仅仅是存在于思想中的一个念头，师父讲过：“因为在另外的空间一切都是生命的”（《转法轮》）。这个“向外看”的观念在另外空间也是一种有形的生命，活的生命，它有能量，可以控制人，影响人，支配人。你现在就是受它影响，总想看别人的不足。

把这个向外找的观念扭转过来，看自己的不足，把你的视线从别人身上转移到你自己身上来，朝内找，看自己！

## 坚持实修是做好证实法事情的根本保障

学员

师父在《转法轮》中最后的一句叮嘱是：“希望大家回去抓紧时间实修。”而如何实修，师父在《洪吟》中已经说的清清楚楚：“學法得法 比學比修 事事對照 做到是修”。

（《洪吟》〈实修〉）

我理解，实修分为两部分：一部分是学好法；另一部分是事事對照，就是把学法和向内找在实际遇事时结合起来，做到利用每一件事情实修自己，提高自己。

如果我们做事时能够做到依法而行，就一定能够把事情做好。如果我们没有做到依法而行，就是按照人心去做了，事情就会做不好。能否把事情做好，就看我们思想中是正念还是人心，我们需要努力的是，怎样能够加强正念，减少、减弱人心。

多学法能够加强正念，向内找能够减少、减弱人心，把二者在实际遇事时结合起来，就真正做到了实修。

具体的做法是，每做完一件事情以后，都用大法真、善、忍的标准来衡量一下，如果达到了标准，那就不用说了；如果没有达到标准，那就一定是被人心给左右了，找到人心以后，立即用正念清除。有时因为事情忙，当时来不及对照，可以在每天睡觉前，全面衡量一下自己一天中所做的事情，把发现的人心全部清理掉。这样发展下去，每做错了一件事情，都会从中得到提高，人心会越来越少、越来越弱，修炼中的阻力会越来越小，证实法的事情会越做越好，这样才能够跟上证实法进程的需要。

其实呢，大家在实际遇事时，往往都是有正念的，那为什么没有把事情做好呢？就是因为被人心给左右了，因为人心较强，主宰了大脑，所以说，长期坚持实修，不断的去

掉、减弱人心，是我们必须持之以恒要做好的，这是能够做好证实法事情的根本保障。

中国民间有句谚语：失败是成功之母。就是说，当自己所做的事情失败以后，要好好总结一下失败的原因，从中吸取教训，争取下次取得成功。我们有的同修往往就忽视了这一点，稀里糊涂事情过去就完事了，当下一次同样的事情出现时，还是被同一颗人心继续左右，事情还是没有做好，形成恶性循环。

一个修炼人在修炼中有时做错了什么事情并不可怕，可怕的是不修自己，下一次还会被人心左右，事情还是做不好。唯有坚持实修，不断的提高自己，才能真正做到在法中成熟起来。

大法弟子证实法中真正的阻力，并不是来自于旧势力，也不是来自于中共邪党，而是来自于自己空间场中的人心，做不到真正实修自己，就等于变相在保留人心，就等于给旧势力提供钻空子的机会，就等于成全了旧势力的安排。唯有真正实修，去掉人心，在正念的主导下才能做好证实法的事情，才能防止旧势力的干扰，最终才能走正走稳证实法的路，才能完成好大法弟子的历史使命。

学法代替不了向内找，我们空间场中的人心，不会因为学法就自动消失了，得实实在在的向内找，才能去掉人心，把学法和向内找在实际遇事时结合起来，做到事事对照，真正实修自己，是我们修炼提高，做好证实法事情的必经之路。

个人的一点浅悟，不当之处，请慈悲指正。

## 我看见手机被监控的一幕

大陆大法弟子

因为手机监控的原因，我出门几乎不带手机的。平素在家，把手机放一个封闭的铁盒里，铁盒子放在屋外露天凉台上，是为了屏蔽声音。但能接收短信和来电。

有一次，我取出手机放在客厅的桌上充电。当时我正在打扫卫生，不知为何，我突然走近手机盯着它，屏幕黑黑的没什么呀。我仍盯着它，诡异的一幕出现了，原本黑黑的手机屏突然亮了，就象有一只无形的手触摸了它。然后，手机上端隐藏的一排功能键显示了出来。我看见，先是 WIFI 亮了，接着蓝牙亮了。然后，手机里存储的图片被迅速重叠，手机下端显示几个字“快速扫描”。我拿起手机想把快速扫描关掉，可是关不了。因手机里只有几张无关紧要的图片，很快就扫完了。

手机上端的功能键又显示出来，然后 WIFI 熄灭了，再下来是蓝牙熄灭，接着手机黑屏，一切恢复如初，就象什么也没发生过一样。这是款老式手机，没装微信，手机号码社区网格员登记过。

修炼路上没有偶然的事，我看见手机被监控也不会无缘无故，写出来提醒同修，要注意手机安全。

## 修炼中的“为什么”

行者

### 之一 “向外看”与另外空间的有形生命

本文以一个真实的修炼故事为例，与众位同修共同思考、交流修炼中出现的一些现象和困惑，由于对法的认识有限，不当之处，请同修慈悲指正。

赵同修（女士）和陈同修（男士）是一对老年夫妻，有一日听说赵同修身体出现了严重不适，我前去看望。

### 一、第一天的坚持