

了。那些到海外的华人多少年了，有的还会不由自主地哼起“没有共产党就没有新中国”的洗脑歌曲。

原中共总书记胡耀邦说过一句话：“如果老百姓知道中共的罪恶，早就起来推翻它了。”这说明老百姓一直被中共用谎言蒙在鼓里。

真相资料《九评共产党》出来后，通过分析中共的各种谎言与罪恶事实，直接点明了中共的魔鬼身份以及它摧毁道德达到毁灭人类的罪恶目的后，世人的思想在发生改变。各种聚会场合谈论最多的是退党，远离中共这个邪恶组织。

真相资料《共产主义的终极目的》出版后，世人明白了操控中共的共产邪灵是个什么东西。“共产主义的本质是一个‘邪灵’，它由‘恨’及低层宇宙中的败物所构成，它仇恨且想毁灭人类。它并不以杀死人的肉身为满足，因为人肉身的死亡并非生命的真正死亡，元神（灵魂）还会轮回转生；但当一个人道德败坏到无可救药的地步，元神就会在无尽的痛苦中被彻底销毁，那才是最可怕的、生命真正的死亡。‘共产邪灵’就是要使全人类都跌入这样万劫不复的深渊中。”

中共推动歌曲《龙的传人》流传的目的不言而喻，蛊惑中国人忘记自己的祖先，相信自己是动物进化来的，叫中国人安心地做马列子孙，死后下地狱，与马克思一同销毁生命。中共不会做让百姓得到好处的事，它所做的都是围绕着毁灭人类这个目的。中共迫害法轮功也是这个目的。它百般阻挠干扰海外神韵艺术团的全球巡演也是这个目的，它怕中国人明白真相。

# 正见周刊



2024年3月23日下午与晚上，美国神韵世界艺术团在瑞士巴塞尔音乐剧院（Musical Theater Basel）上演了今年在当地的第二、三场演出。两场演出剧场都是大爆满，门票两个月前就几近售罄。

第 1127 期

2024年3月26日

## 目 录

## 正见新闻

- 波兰 12 场爆满落幕 精英赞神韵带来希望 /3  
神韵温哥华首场 “展现五千年文化的深度” /3

## 神奇经历

- 众人都啧啧称奇 /4

## 讲清真相

- 讲真相是一把万能的钥匙 /6

## 修炼体悟

- 守住“恭敬心”的一点体会 /9  
正念对待我们遇到的和听到的每一件事 /16  
上网与“破网” /18  
和亲朋好友煲电话粥浪费时间 /20  
修色心的一点体会 /21  
放下功德心 走向神世界 /23  
也谈“隔开之后” /24

## 正见新知

- 中国人不是红龙的传人 /26

人。换一种思维：龙在人眼中还是动物，动物的后代怎么会成为人，中国人怎么能会是龙的传人？！也只有进化论者才会搞出这荒诞的逻辑怪论！

其实龙也有好坏之分，中国人心目中的龙形象是那种有善念的龙。偷换概念是中共欺骗中国民众惯用的手法。中共的本象是红色恶龙，是个邪灵。它说中国人是龙的传人，本意是要中国人相信自己是红色恶龙的传人，要中国人做马列子孙，忘记且不承认自己炎黄子孙的身份。但中国人会善意地理解为自己心目中的龙的形象，所以就不会去深入思考了。

我们上学时经常说一句话“死后见马克思”，没有觉得有什么不对，因为你学的就是马克思主义，马、恩、列、斯、毛的画像到处都有，这就是中共重视文艺宣传的可怕之处，谎言通过各种方式强化出现，无所不在，不由你不信。共产党的纲领性文件《共产党宣言》开篇就表明自己的身份：“幽灵，一个共产主义的幽灵，在欧洲的上空徘徊。”每次读到这句话，有一种阴森恐怖的感觉，却从来不敢去想“幽灵”是什么，更不敢把中共和魔鬼联系起来，中共的无神论、进化论谎言对人的毒害有多深！

中共附体到传统文化上，一方面破坏着传统文化，一方面又利用着传统文化，装饰美化自己，以救世主身份出现，一再宣扬自己“伟大光荣正确”。中共以执政党面目出现，同样迷惑了很多中国人，觉得这是天意。加上中共在各种的文艺宣传中美化自己，说“没有共产党就没有新中国”，“历史选择了共产党”，“爹亲娘亲不如党亲”等。

中共利用各种政治运动迫害了那么多有着传统文化观念的好人，每次运动过后，中国大陆的民众还是对中共抱着希望，也许明天中共会认识到自己的错误，会改正过来，甚至会想当然地认为中共的政策是好的，是那些歪嘴和尚念歪



一次表现的这么醒目是让我再次修掉的。

这么一想，就觉的问题也没有我想的那么严重，也能以正常平和的心态对待这个问题了。不是别人又怎么样了，而是我又该修那颗心了。进而又想，师父这次到底是让我修什么的？她的问题我没有这就完事了吗？她每次都这样，那以往每次她这样的时候，我的表现都完全符合了吗？虽然每次她的表现出现的时候，我能比上一次好一些，但想到法的标准，就知道了：她又这样的，我能不能这次就修出最符合的状态来应对她的表现，这不就是我该修的吗？

个人现层次的一点体悟，本来还犹豫写不写出来，但发现写出来后好像更知道该怎么修了。如有不当请同修指正。

### 正见新知

## 中国人不是红龙的传人

高远

上世纪八十年代，有首歌《龙的传人》很流行，传唱度很高。这首歌的歌词运用拟人、类比的方法，如古老的东方有一条龙，它的名字叫长江、黄河、中国，得出结论是“我们都是龙的传人”，听上去顺理成章：原来我们中国人是龙的传人，应该骄傲和自豪。那时候，我听、学唱这首歌时，也是这样的感受，没有仔细想过有没有不对的地方。

龙在人心目中有崇拜感，谁能看到龙，意味着吉祥、祥瑞，会有好福气。古代皇帝被称为真龙天子，这只是一个形象化的称谓，说明皇帝的身份不一般，天选之子，代表着天行使世俗中的权利，用传统道德教化民众，皇帝做不到这一点，滥用权力，同样会遭受天理的惩罚。这个称谓中没有皇帝是龙的传人的意思。从流传到下来的古代文献中看，古人没有把龙当作祖先，更没有说是自己是龙的后代，龙的传

### 正见新闻

## 波兰 12 场爆满落幕 精英赞神韵带来希望



截止 3 月 19 日晚，神韵世界艺术团在格丁尼亚达努塔巴德斯科瓦音乐剧院的最后一场演出圆满结束，标志着神韵 2024 季在波兰的 12 场演出落下帷幕。这 12 场场场爆满，并且几乎场场两次或更多次谢幕，所到之处，留下的是如雷的掌声、感动和赞美。

很多观众表示，演出中最令他们感动的是法轮功学员反迫害的节目，很多人对“法轮大法”产生了兴趣，在短短的 12 天时间，波兰主办方表示已经售出了 260 多本《转法轮》。

很多观众表示，演出中最令他们感动的是法轮功学员反迫害的节目，很多人对“法轮大法”产生了兴趣，在短短的 12 天时间，波兰主办方表示已经售出了 260 多本《转法轮》。

## 神韵温哥华首场“展现五千年文化的深度”



2024 年 3 月 20 日晚上，神韵巡回艺术团第 16 度莅临温哥华，在温哥华伊丽莎白女王剧院（Queen Elizabeth Theatre）的 6 天 7 场的演出拉开了序幕，也正式开启神韵 2024 年全球巡演在加拿大的首站演出。

首站演出。

被誉为“世界第一秀”的神韵在当天的演出吸引了温哥华地区各界主流人士前来观赏。神韵艺术家的精湛技艺赢得了观众阵阵掌声。人们从神韵的舞蹈和音乐获得启示。他们纷纷感谢神韵艺术家付出的努力。

## 神奇经历

## 众人都啧啧称奇

大陆大法弟子

2023年12月16日下午一点左右，我骑着电瓶车带上资料去外地同修家。因中午家里来了客人，耽误了一点时间。有两个本地同修约我一起去，我担心她俩等急了，就加速赶路。

国道中间有一排绿色铁栅栏，栅栏在十字路口处都有一段豁口。我从一个豁口横穿国道的时候，大略的扫了一眼，发现栅栏两边没有车辆，就加速往对面冲去。谁知刚通过豁口，从右边疾驰而来的一辆白色小车把我拦腰撞了。人被撞出很远，摔在地上。奇怪的是当时我身上哪儿也不痛，没什么异样的感觉，头脑清醒，只是不知道撞车的具体细节。一个年轻人对我说：“大姨，我给你一千元，你上医院去看看吧。”我从地上爬起来，说：“我没事，不去医院。我是有信仰的人，不会讹你的钱。”边上围观的人说，这地方近段时间出了好多车祸，死了不少人，你拦腰撞飞这么远都没死，命真大！他们叫我在地上躺着（他们是本地熟人，想帮我搞点钱），报了警。但我不躺下。

一会儿，交警来了，把我们带到派出所。一位负责的警官惊讶的说：“哎，她人好好的呢！”他说：人没事儿，你们就自己协商解决吧。年轻人叫我上医院。我说：我人好好的，不用去。警官最后决定，让年轻人把我的电瓶车修好。交警联系来了一位修车师傅。我和那位年轻司机一起到修车师傅家去。在路上，我对肇事司机讲：“我是修炼法轮大法的，大法师父教我们做好人，我不会讹你的。要不是大法师父保佑，今天我不死也得残废。我们今天相遇就是有缘。现在天灾人祸非常多，是因为共产党做恶太多，老天要灭它，

就没意识到这是隔开了，这种情况出现的时候还经常懊恼，怎么又忘了提醒自己这个问题了呢？甚至写下这个执著，希望能时时警醒自己，但也还会出现反复。

意识到这也是一种“隔开”。这种已经被修淡了的心重新翻出来的时候，重要的是提醒自己不要放任，也不要害怕，念头和行为上都抑制它，很快还会修过去。

近半年时间都在修评判人和看不上人的心。背法的时候这个问题也会被法点到，比如有一次背到《转法轮》第一讲的“不同层次有不同层次的法”，那句“他的思想境界中的心态”，本来是会背的，但轮到我背的时候就把这句跳过去了。每次背法背错字或者漏字的时候都能从错的地方找到自己的问题。那段时间，我们小组经常交流的就是这个评判人的心，生活工作中遇到的也总有这方面相关的事。因为这句没背出来，就知道师父又在提醒我了。

每个生命都有自己的思想境界的心态，繁荣的宇宙，不同层次的生命，思想、境界、心态、状态各不相同这是正常的，对此有各种想法和评判是没摆正自己的位置。自己也不过是这个宇宙中微不足道的一个小粒子，没有资格评判别的生活的状态；而且自己的方方面面离法的标准也很远，凭借自己稍微符合法的一点点当资本去看不上别人，那就更是罪过了。前段时间真感觉这个心已经修的很淡了，同修们偶尔交流到自己的家庭关，也总在互相提醒有没有用自己的观念和标准评判人。

可就在昨天，出现了一件事，感觉自己又看不上人了。虽然当时也想了一下，这是让我修什么的，可简单想了一下，她的这个问题我不存在，就这样过去了。之后越想越觉的这个人每次都这样，想给这个人贴标签，考虑该以什么尺度跟这个人打交道。早晨发完正念，脑中突然有一个词“隔开”，猛然意识到这是隔开之后重新变的醒目的执著，它又



内涵确实是有了较大的区别。这种情况署谁的名其实都是可以的。况且我是老弟子，更应该对同修要宽容，署谁的名根本就不重要的，只要能达到证实法的作用就可以了。

确实有些同修在做工作时，会有人心。可能会做的不是很好，这时我们就应该多宽容，慈悲的去看问题。这也是给同修一个提高的过程和机会。

对同修多一些宽容，少一点指责，才是大法弟子形成整体的前提吧。

一点个人体会，写出来与大家分享。

## 也谈“隔开之后”

大陆大法弟子

正见网二零二一年一月七日发表过一篇日本大法弟子写的《隔开之后》，里面有这样一段：

“因为这种反复‘隔开’已经多次了。所以这次我就不慌了，即使做不到之前的根本不动心，那我至少可以克制表面上自己的那些想要跟人争辩的人心（先强忍），回到自己的屋子里开始静静学法。感觉大法就好比一股清泉正一滴滴融入我的血液，把那些人的败物不断的清除，容化。我如饥似渴的吸允着大法的甘露。这绝对不是一种比喻，而是我对大法的坚信后给我的真实改变。是的，我只学了 30 页大法，神迹就在我身上展现了，我就好像喝了迷魂汤后找到解药一样，一下子苏醒了，觉得心中败物消失了，心里敞亮了，心里又有了容量。我知道大法帮我恢复了正念，我神的一面再次复苏了。”

我能经常感觉到的“隔开”是一段时间很注重修哪颗心，实修一段时间之后，这颗心已经很淡很淡了，但一小段时间（甚至几天）后突然感觉这方面的问题又突出了。以前

只有退出它才不受牵连。你经常开车要注意安全，请你退出党团队，保平安吧。你贵姓？”他说姓张，只入过队。我说：给你取个化名叫张平安，你把队退了吧。他欣然同意。

在修理店，师傅拆开我的电瓶车，说：车里面都撞扭了，修不了，只能换一辆。老板娘说：车撞成这样人没事，你的命可真大！我就换了一辆旧电瓶车，把原车（“五羊”牌）的电瓶换过来。

当晚我在同修家歇了一夜，第二天骑车回家。我对丈夫讲了事情的经过，没想到他大发雷霆：“你真傻！不该放走那个人，你要到医院去检查一下，将来要是有个三长两短怎么办？上次某某被车撞了，当时没事，不久就死了，你不知道吗？一辆新‘五羊’换一辆旧车，你傻透了！”我说：我当时没有一点私心，要是讹人家的钱，我可能就完了。

我发现后脑有一个包，右边小腿里面有一块拳头大小、硬邦邦的东西。但人哪都不痛，只是做事没原来利索。年里年外我在家一直忙的不亦乐乎，身体并无大碍。一天，娘家嫂子打来电话：“听说你在我们这里的十字路被小车撞飞了。那个地方可邪门呢！今年车祸死了好几个！一定是菩萨保佑你啦！”我说：“是我们师父保护了我。”她知道大法真相，喃喃的说：确实是你们师父保佑了你啊！

半个月后，我一连两天消业，发烧又畏寒，不想吃饭；右边胸部里面轻微的痛。我就多学法修心，一天炼功两次。两天后，感觉业力在往下走，直到右边小腿处，人不再痛了。这时，右腿膝盖以下肿起来了，有硬块的那地方长出一个大泡，不久泡就破了，流黄水（开始时黄水中还带一点血丝），流水的地方出现一个坑，我就用卫生纸敷住。每两个小时换一次纸，几天就用了两提纸。慢慢的，黄水没有了，那个坑一天天的收缩，现在基本好了，人恢复正常了。

整个过程我只痛了那两天，而且不是特别痛，干活几乎

没受什么影响。

我的这次经历，知道的人都啧啧称奇。世人又一次领略了大法弟子的高洁品质，又一次见证了大法的神奇！

弟子在此向师父叩首，感恩师父的救度之恩！

### 讲清真相

## 讲真相是一把万能的钥匙

感恩

我的妹妹在北京居住。有一年春天回到我家看我，中午在我家吃饭，我在做饭的时候，来了一个电话，是一个男同修打来的。首先问大姐你在家了？我回答在家了。他说要领两个人来我家看装潢。因为这个男同修是个木匠，我家的房子都是他给装的。

电话通完后，不一会儿就有人敲门。这时我正在做酱，油已经放锅里了，我什么也没想，急忙开门，以为是同修来了。可开门后，进来两个社区的女人，我打下招呼：来了。就说声：我正在做酱，锅里有油，我急忙把酱做好了，招待他们，回头一看又有三个男的进来了。这时我头脑里出现了一念，“讲真相是一把万能的钥匙”。他们进来没有穿拖鞋，那时刚停气，我家是一楼，地很凉。我急忙给他们拿拖鞋，他们说不用了。这时我说那可不行。你们来姨家和我有缘分，这个季节正是冷的时候。我一一的给每个人拿了拖鞋，给谁拿，谁都说谢谢我。

等我拿完后，我发现一个男的年轻的正在拿手机录我。我就很严肃的说了一句：“你在做什么，这不是在侵犯我的人权吗？”。当时这个男青年马上就坐在我家的沙发上一动不动了。另一个年龄比较大的也坐在了沙发上，另一个年轻的站在沙发的后边，两个女的站在地中间。这时看房子的三个

都属于不可抗力，有的孩子的不好状态甚至跟家长从事的职业和修为都有很大关系。我不能因为这些不足就看不起他们，能鼓励的就鼓励，做不好的也不能责备，就算在心里也不能看轻他们，对每个孩子都有平等的尊重，对所有生命都心怀敬畏。

一段时间之后，发现不但对于有能力和没能力的人不再区别对待了，自己跟那些曾经让人很操心的学生之间的关系也改善了。

## 放下功德心 走向神世界

小薛

在人这里往往是注重个人的作用，比如踢球和打篮球，都是看谁进球多，很少有人去关注那个默默的传球的人。所以很多人不愿意传球，有了球都想自己进。这就是人的名利心，在修炼人这里，往往是功德心。谁在这方面起了大作用，谁似乎就了不起。其实这正是修炼人应该去的功德心。

师父在《二零零二年美国费城法会讲法》中告诉我们：

“所以他们看其结果，他的结果达到的，真的能够达到要达到的，大家就同意，神都是这样想的，而且呢，哪块有不足，还要无条件的默默的给予补充，使它更圆满。他们都是这样处理问题的。”

大法弟子就是要按照师尊讲的去做，无论是任何一个项目，都应该去看结果能不能达到，而不是谁去做。不足的我们应该去圆容他。在人这里其实是喜欢互相拆台的，这就是人与神的区别吧。

记得很久以前，有位同修将我写的一篇文章，稍加修改就署了自己的名。自己看到了连续好几天愤愤不平，认为这是窃取。其实后来我看了一下，对方修改以后，所要表达的

属于比较有能力，所以经常看不上没有能力的，修炼后虽然也很重视修这个心，但总觉的没从根上去掉。怎么才能从根本上改变这个观念呢？我求师父。

晚上就做了个梦，梦中师父给我展示了一个人，神给了这个人写作的能力，这个人马上就在写作方面游刃有余了，想写什么就写什么，写出来的还很有技巧，而且切中要害。后来，神把这个能力拿走了，这个人就什么也写不出来了。

醒来后我感觉那个人好像就是我自己，迫害开始之后的那些年，我经常写交流文章、讲真相文章，总能发表，并经常被放在真相期刊中，写的时候从没感觉费劲，有时一天能写好几篇文章。后来被邪恶迫害，失去自由几年，再回家因为状态也不在法上，就一个字也写不出来了。有时急需写劝善信，也只能是辅助亲人同修写，自己独立写的东西自己看着也觉的心态境界都不行。我想可能就是我不在状态，师父把神笔收回去给别的同修用了。

我明白了，能力是神给的，可能跟前世的德与业力以及这个生命的愿望都有关系。神给了你就是你的，神不给你你就什么也不是。而且就算用神赋予的能力把那件事做了，也得有神的加持，被神赋予内涵，那件事才有价值。一旦贪天之功，就算做了跟以往效果好的事一模一样的事，在这个空间也不会被众生认可。这点不但在证实法的事情上，就包括常人的工作方面我自己也有过教训。

我终于明白“能力”不是一个生命的好坏、层次以及心性的体现。这样想的话，那些没有能力的，只要能恪守本分、与人为善就是神认可的好的生命。我提醒自己从日常小事开始修正这个观念，首先在对待我的学生时，聪明的和不聪明的，甚至努力的和不努力的，我心里都不能区别对待，就算是不努力的，我也得理解他们，每个人都有上进心，但自控力、专注力等也是先天的能力，对于一些孩子来说这也

人也来了。我的小妹在院子里坐着，回头一看来了这么多人，她就进屋里来了，立即撵他们走，很大的声音说：“我姐这老太太在家看孩子、做饭辛辛苦苦的，你们今天来、明天来总来骚扰，马上给我出去”。这时我让小妹进里屋别说了，她非常生气就不进去，还在骂他们。有一个女的说“你是不是也练法轮功？”我小妹说“我就练了，你能怎么地，我就练了。法轮大法好，法轮大法就是好！”声音非常大，然后还叫号，你有能耐你把我抓起来呀。这时我推她进里屋，我用眼神让她进屋，然后她进去了。我说你不能再说了，我要救他们，小妹不动了。

这时我开始指着我对面的小男青年说：你了解我的人生吗？他说不了解。我说我在医学上被判了死刑，痛苦万分。我就是炼法轮功炼好的，我身体好了，为谁创造价值，为谁省医药费，是不是为了这个国家。我说你的母亲把你养大成人，你能骂你的母亲吗？他说不能。我又说，你的老师把你培养上大学了，你能骂你的老师吗？他说，我不能。我又说农夫和蛇、东郭先生和狼的故事。我说你能做这样的生命吗？他又说我不能。我说国家《宪法》第 35、36 条明确规定：公民有信仰自由。《公安部关于认定和取缔邪教组织若干问题的通知》（公通字〔2000〕39 号）那里面没有法轮功。二零一零年十二月二十九日国务院新闻出版总署第 50 号文件，《关于查禁印刷法轮功类非法出版物，进一步加强出版物印刷管理的通知》这两个文件均被废止。这就说明我们学炼法轮功是合法的，印刷法轮功资料也是合理合法的。还有与你们息息相关的法律法规：

\* 二零一三年八月十三日《关于切实防止冤假错案的规定》明确规定：“法官、检察官、警察在职责范围内对办案质量终身负责”。

\* 二零一六年三月一日新修订《公安机关人民警察执法



过错责任追究规定》：“因故意或者过失造成错案，不受执法过错责任人单位、职务、职级变动或者退休的影响，终身追究执法过错责任”。

\* 二零二一年二月二十七日，中共政法系统、公安部开始所谓教育整顿，称“刀刀向内”，并称：“建立责任终身追究制，对造成冤假错案之人追究终身责任”。同时，最高检察院的网站刊文称：将对检察警察违纪违法办案展开“过筛子”式“倒查”。

\* 六月，政法系统大整肃持续升级，中央政法委在六月七日发文称，将“倒查二十年”升至“倒查三十年”。六月十日，中央政法委秘书长陈一新通报：自二月以来，全国共有一万二千多个警察主动投案；二万七千多个警察被立案审查调查。七万二千多个警察被处理。据一县级市政法委工作人员透露，等待交代问题的公检法人员都排了很长的队。从单位一把手到普通的工作人员，人人自危如惊弓之鸟，随时害怕下一个被纪委约谈的是自己，即使不是自己，也随时担心被约谈……

你们有条件回去翻墙看看我们的大法网站和动态网，你们就什么都明白了。而且现在各省、市、县明真相的公安警察都在保护大法弟子，枪口抬高一厘米，你好我也好。自江魔头迫害法轮功二十多年以来，不但没把法轮功打倒，反而法轮功传遍一百多个国家和地区。法轮大法是高德大法，真、善、忍是普世的价值。不仅能祛病健身，还能让人道德回升，做一个好人、更好的人。

屋里的人都在静静的听。这时我就听到有一个人大声说：“快跑”。好象我家要发生地震似的。当我回过神来时，五个人一下子都出去了。我出去时还有一个小伙子在门口站在那听我讲，这时外边那个老警察叫这个年轻的小伙子，快走，快走，急的不行了。我一下把这个老警察胳膊挎

过了我计划中该炼功的时间了。我就开始拖延，既然晚了之后还有别的事情需要做，那今天就不做了。这真的是不分主次！就像是故意浪费时间在没意义的事情上，让我失去了做正事的时间和精力。我赶紧发正念铲除这样不好的思想。之前一直没注意到这样无意识的浪费时间有多大危害，但是注意到了就要及时制止铲除。我和亲朋好友通电话的时候就摆个闹钟计时 10 分钟，到时间了就赶紧说再见。做常人工作时也尽量提高效率快快完成，不拖拖沓沓的。多出来的时间用来炼功或者看书或者攒起来出门讲真相都很好，甚至多休息都比乱说话造口业强。平时我还喜欢玩手机逛购物网站，这些都是容易浪费大量时间，接受不好思想，容易助长人心的行为。

现在时间过的飞快，正法又接近尾声了，社会压力又大。一天天把最大的正事和人间事做完就已经很赶了，应该争分夺秒才对。同修们都可惜时间不够用，分身乏术，而我还在不紧不慢的浪费时间煲电话粥，做事慢吞吞！希望有和我一样对时间没概念的同修们多多注意！提高效率！

## 修色心的一点体会

大陆大法弟子

曾经以为我的色心很淡，一路上学到大学毕业也没谈过恋爱。对于异性，有钱的和好看的在我这里都没有丝毫吸引力，随着修炼的深入，发现容易让我欣赏的是有能力的那种。我惊觉，这不也是色吗？这个色心怎么去呢？我苦苦思索，最终觉的，要想没有这个色心，那就得修正自己的衡量标准，有能力的和没能力的在我的眼中就是应该一样，不但对异性，对同性也得如此。

可怎么能一样呢？那就是不一样的呀。因为自己在人中



总之，个人认为，要顺利上网，就是把自己当成神，把自己使用的东西都当成法器来对待，用神的一思一念做事，不加进任何人的东西，大家想一想，那个神仙能被人控制吗？他只能控制人，邪恶什么也不是，大法弟子是当今世上的风流人物，常人的一切都应该为大法所用。同修们！让我们在这个人神同在的历史时期，都神起来吧！

个人的一点认识，有不在法上的地方，请同修慈悲指正。

## 和亲朋好友煲电话粥浪费时间

大法弟子

我本人话很多经常管不住嘴和别人聊口水话。之前喜欢和常人异性聊天，他们也乐意听我叽叽喳喳的说话，这样一说起来就是几个小时。后来我察觉出这样不好之后就尽量有事说事，简明扼要，不说废话。因为平时也要工作学习，看书炼功就要几个钟头。要是聊天休息太久就会把干正事的时间挤没了。

刚把色欲心和表现心克制了，就发现了新的人心，慢吞吞的不把正事当回事的人心。之前是自己主动要说话，最近是有其他事情开启了电话的契机，但是我没主动按时结束，结果都是浪费了很多时间。最近爸妈感情出了状况，母亲也不好意思和别人说私事，就都跟我倾诉了她的烦恼。我不在她身边，也没办法解决这样的事，就打电话一起聊聊，我很乐意帮她排忧解难，也知道她只是需要一个人听她倾诉。但是这样一聊就聊了好几个钟头，最后说起了西家长李家短的，完全就是在闲聊。我突然发现，是自己平时就不注意效率，做事情都是慢吞吞的。其实聊一个小时母亲的心情就已经好很多了，但是我们一直在说些有的没的不重要的，结果

住，他当时腿就软了。我说当年咱县里的 xx 书记和 xx 副县长兼政法委书记，法轮功学员怎么跟他们说都不听，结果现在都进去了。贪官有的是，为什么抓他俩，就是因为他俩参与迫害法轮功。老警察说我知道。说着快走到我家小区大门了，他急忙说，我还有事，我先走了。

回家后，我开始给来看房的人讲三退，他俩很快就同意用真名三退了。这正象师父在二零零五年二月二十六日《美西国际法会讲法》中讲的，“如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，（鼓掌）就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。就这么正信的一念，谁能守住这正念，谁就能走到最后，谁就能成为大法所造就的伟大的神。”

在这里非常感谢师父保护，又救了众生。这件事已过去三年了，再也没有人来找我了。

今年邪党两会前，有部分学员又被他们骚扰。他们明知道理亏，不敢对法轮功太凶。老警察有的退休了，没退的也不愿出来了，就逼着一帮年轻的出来干这个伤天害理的事。其实这也是对大法弟子的考验，去除怕心，堂堂正正讲真相的机会。我们是救度与被救度的关系，不是迫害与被迫害的关系。别让他们对大法犯罪，给做出正确的选择。讲真相是一把万能的钥匙。

修炼体悟

## 守住“恭敬心”的一点体会

大法弟子

我越来越体会到，修炼人要随时守住对人的恭敬心，这一点很重要。

用一个比喻来大概描述一下我的体悟，内心保持恭敬，就好比使身心处在一种良好的容易“通电”的状态，在这种状态下，学法、炼功等，才能起到应有的效果。守住“恭敬”很象是身心调频到位，自己的每个细胞都很舒服，处于这种状态下，才容易与宇宙特性沟通。

我曾非常傲慢，可那些年并不自知。那时候，自己对人没有恭敬，经常肆意的评价别人，当然，很多时候只是心里嘀咕，而没说出口。那些年学法常常不得法，甚至把书都背下来几遍，却还是无法用法理来指导自己，好像隔着什么。

后来终于认识到了，自己那些年自大得不可理喻，简直太离谱了。渐渐的就以为自己已经去掉傲慢，而学会了尊重他人。后来发现，远远不是这样的。因为傲慢的习气根深蒂固，即使去掉了明显的，但不经意间的一些想法和言行体现出，傲慢的习气还很强。

### 傲慢导致的“凸起”

同修莲善良、质朴，没心眼，有时候我觉得她太傻气。莲对我帮助很大，她没有现代观念，内心全是传统的道理，像是我祖母那个年代穿越过来的人，她经常用传统道理帮我破除现代观念。但即使这样，我却在很长一段时间，一边接受着她的帮助，一边不时看不起她，当然自己并不知道，其实是出于傲慢的习气。不时感觉她没眼力见，太死板，自己觉得自己这样的看法很客观。

给我冲击很大的一次经历是，有几个月，我对莲的负面“看法”很严重。手上长出一块凸起，越长越大，像骨头那样坚硬，我找不到自己的问题，对这个不断长大的凸起还产生了担心。后来当我又遇到困难，莲再次善心帮助了我，她这个人根本不计较别人的态度和看法，那次我不禁忏悔自己的不善，这个想法浮现后，凸起居然几天之内快速减小最后消失了。这次神奇的经历让我认识到了自己的心性问题，固

常一个上网软件，我能使用好几年，譬如：我用上网软件小鸽子“797”，至今我还使用它上网。即使有了新的上网软件，我还是使用它，它很争气，从来没被封住过。其实能不能上网或者上网顺不顺利，个人认为有以下几点应该引起同修们注意的：

一、你是否做到百分之百的信师信法了？师父说：“明慧网他们从来也没有封住过！”（《二零零三年元宵节讲法》）能做到，那么就不会出现上网困难。

二、你是不是把上网当成破网了？当成破网，那么你就会存在封网。那么你上网就必须突破封网的阻力才能上网，因为三界的理：就是一正一负的存在着。

三、你是不是把你的电脑当成你的法器了？大法弟子的法器，是绝不可能被人间的东西封住的。因为它是有灵性的东西，它会主动清除阻碍你上网的邪恶因素。因为我的电脑经常没有服务器，一样能打开明慧网，这就是法器神奇之处所在。

四、你是不是上网前，把自己当作修炼人了？师父说：“你摸过的东西都会留下能量，都是闪闪发光的。”（《转法轮》）那邪恶敢靠近你的电脑吗？靠近就把它销毁了。如果你没把自己当成修炼的人，你是常人，你就没有这个能量。

五、你上网是不是为了看明慧？有的同修上网后，看明慧的时间很少，大部分时间是看常人的动态网，这么神圣的事情，旧势力能让你为了满足你人的东西叫你顺利上网吗？

六、你是不是能做到不带任何人的观念上网？有的同修上网前，先发正念（不错），先考虑不让邪恶封住自己的网络，你存在有邪恶封网的因素，这时你发正念恐怕也不起作用。发正念应该不带任何人的因素发才能起到巨大的作用的。大法弟子能一直保持正念最好。

修炼真的是严肃的，需要我们从一点一滴修起，从一点一滴修好，做一个真正修炼大法的人。

如有不当之处请同修慈悲指正！合十！

## 上网与“破网”

重生

最近明慧网上报道了很多篇同修写的关于破网文章的交流体会，看了我的心情沉沉的。大陆多少年来，经常出现上网困难时期，如：所谓的敏感日，邪党的两会等等，此时也都会有破网文章的交流体会，在网上交流。可是从来没有象这次上网难，持续这么长时间。这期间不断的有破网文章发表交流。每一篇文章我都会认真看，看后心里总是沉沉的。

今天，我将有关破网与上网这方面自己的认识写出来，与上网的同修交流，意在能在认识上有一点借鉴作用。

我是二零零六年开始自己能上明慧网的。至今已近十八年了，在这十八年里，由于师父的呵护及加持，每天我都能比较顺利的上明慧。开始我只是使用一个移动上网卡，不管走到哪里，我都能上上明慧。后来家里有了宽带，我上网就更顺利了。过去经常听到同修说：破网上明慧。把上网软件，叫做破网软件。当时我也没多想。

可今天想想：破网软件和上网软件，是不是不一样啊！破网软件需要破网才能上网，而上网软件不用破网直接就可以上网。所以十六年里，我从来没把我电脑中的软件，当成破网软件，所以我就不用破网，天天都能上网。每次我都是看到明慧网上，发表文章说近期上网困难，我才知道同修们遇到上网困难问题了，我自己从来不知道上网还需要破网才能上。什么敏感日，这个日，那个日，十几年来，我从来没考虑过这些。我也没感到上网软件有什么高低之分，有时经

执、不善、狭隘、自以为是，背后是傲慢。不知道那个“凸起”是不是对应着自己内心的坚固而膨胀的物质？

那次之后，与莲的沟通，傲慢还是不时浮现，只是程度越来越轻，其间经历了很多事情。每一次，起初，我都是感觉我和她在某个问题上观点不同，我认为自己是对的，觉得她为什么那么固执听不进我的观点？我觉得我的观点已经被很多事证实是对的，有时候觉得她有这样那样的错误，我都指出了，似乎也被不同事情证实了，为什么她认识不到？

经过很多次之后，我虽然越来越看到自己的问题，但根还是没挖到。直到几个月前，我进一步认识到了，根本原因是，我缺失了恭敬心，因此才看到对方的问题，如果我守住这颗恭敬心，以一种谦逊、诚意、尊重的心态来看待，就截然不同了。

当认识到这点之后，我发现，这个根挖对了，之后的沟通中，我都基本不再有那种感觉自己对，对方错的想法了。好像看问题视角不同了，过去是居高临下，现在是把自己摆低的视角，视角不同后，看到的也完全不同了。

我想到了师父的一句法，师父说：“对的是他 错的是我 争什么”（《洪吟三》〈谁是谁非〉）。

### 恭敬心不可失

我进一步体会到了，对待任何人，都要守住恭敬心。失去恭敬心对自己的损失很大。类似于身心处在某种失衡状态，那时，学法炼功做得再多，效果也是大打折扣的。

现在，我在日常中，就尽量守住恭敬心。我感觉，当我越来越尊重某人时，说明我的视角是对的，恭敬心没有丢失；当我尊重了越来越多的人时，我也知道，恭敬心没有丢失。

但是，守住恭敬心也不是轻而易举的，不过现在当傲慢心浮现时，我会意识到。当我内心看不上谁的什么时，我知



道是傲慢心又浮现了；当我不理解谁的做法，产生不屑一顾等看法时，我也警觉到了是傲慢在背后；有时我话语变得声高气壮、振振有词，快要高谈阔论一番时，我知道傲慢又浮上来了。傲慢心一起，恭敬心就缺失了。这些时候，我知道需要调整视角了，把居高临下的俯视调成居低的仰视。

最近，有个推销产品的人连续几天打电话给我，最后一次我接了，我表示自己没兴趣（那个产品），我还告诉对方，你已经打来很多次电话了，希望别再打了。放下电话，我意识到，自己刚刚失去了恭敬心，语气中带有指责和不耐烦，虽然我可以拒绝对方，但心态应该仍不失恭敬才对。

我感觉到，不恭敬与党文化有关。我认识的一些同修，有的修炼方面可以说很“拼”，三件事都付出很多，但是不难发现有很多傲慢习气，表现为，经常看不上这个那个的，这类同修后来经历病业的很多；也有的同修非常不错，表现为，任何时候，对待任何人，都不失恭敬，这样的同修的修炼状态也非常平稳。

有时候，我就想，那些起早贪黑的同修，要是去掉傲慢心，能常怀恭敬心，那该对他们自己多好啊？那样，学法炼功做事岂不是效果都会成倍增长？因为修炼毕竟是讲心性的，心诚则灵嘛。从法中我理解到，神注重看人心；可人经常注重看“成就”和能力，没有注重看人心，因为“成就”和能力显而易见，而人心难见。

我感觉，对待所谓的“弱者”，守住恭敬心尤其重要，也更有难度，这些“弱者”就包括，能力显得弱的人，地位处于弱势的人等。其实，“弱者”并不“弱”，“弱”是世俗之见。人们容易对老实巴交、不会说话的人傲慢，容易对啰哩啰嗦的人傲慢，容易对自己因各种原因看不上的人傲慢。

也许因此吧，故事里的神仙才常常示现“弱者”形象来

一天，我和 A 同修在菜市场看到有一位男士搀扶着另一位男士，被搀扶的男士右手拄着拐走路艰难，搀扶他的比他略显年轻，我们要给他俩讲真相，可年轻的进了一个店里，我俩就给拄拐的讲真相。他说，他也是修炼大法的，学法小组有几人，小组带头的是某某单位的，还说自己是哪个单位退休的，挣多少钱，自己的儿女在什么单位上班，他说他老伴去年去世了，说的真详细。跟他一起的那位是他的弟弟，是个新学员。不一会，那个男士拎着一条活鱼出来了，是给他哥哥买的。我惊讶的问他，修炼人怎么还买活鱼，他说上供用。说着就和弟弟走了。

在这里我很后悔没有及时提醒那位不认识的男同修要注意修口。不能听到对方是同修就毫不隐讳的说身边同修的事，要对同修的安全负责。还有男同修买活鱼上供，给谁上供？这不是杀生吗？这位同修身体状态不好能不能和杀生或不修口有关呢？

有一位老年同修前几年离世了。过后他修炼的女儿对我们说，他父亲杀生，说他还不听。他家有个鱼塘，看到小鸟落在鱼塘边就打，有的就被打死了。有一次，她父亲看到一只鸭子来到鱼塘边，二话不说拎起鸭子一扯两半，活活的一只鸭子就这样死了。同修此时忘了自己是修炼人，既杀生又在损害别人的利益。大法要求我们修炼人要修出善、修出慈悲。是不是在这方面没做好招致病业离世呢？

前几年的一天，我和一老年同修去另一位同修家，老年同修先进的屋，她一眼看到屋地上有一只虫子在爬，反应还挺快，二话没说一脚把虫子踩扁。当时提醒同修这样做不对，这是有意杀生。不知老年同修是否认同这样的提醒。最近几年她出现走路无力症状，两腿发软。出去讲真相走不远就要坐下休息一会，这种情况是否和有意伤害生灵有关，但是杀生这方面我们应该重视。

## 正念对待我们遇到的和听到的每一件事

黑龙江大法弟子

### 一、要把基本真相讲清楚

今天和 A 同修去街上讲真相，她讲了昨天她在街上遇到一位不认识的老年同修，过来给她讲真相的事。

同修说当时没有马上告诉她自己也是修炼人，就想听她是怎么讲的，对方说：“大妹子，看你人挺好的，告诉你一件事，现在灾难挺多的，记住九字真言法轮大法好，真善忍好保平安，告诉家里人也都记住。”她看对方答应，扭头就走了。她去了不远处在那等她的一位同修那，等她的同修马上拿出笔，写着什么。看到这种情况 A 同修马上追过去，问那位讲真相的同修：“你给我起名字了吗？”对方说：“起了”。“起的什么名字呀，我都不知道，可你也没问我入过什么呀？做没做过三退呀？就这样随便起个名字就算三退了，这样不对呀，你得问听真相的人入过什么组织，他同意退才行，然后当他的面给起化名，还得告诉世人为什么三退，为什么记住法轮大法好，真善忍好这九字真言保平安，这是起码的真相呀，这都是我们必须讲清楚的，这可是个非常严肃的事呀。”那位同修听了，连忙说：“谢谢大妹子的提醒，知道了，以后不会这样做了。”

我原来居住的地方有位同修，每次给人讲真相都问对方听过真相吗，知道三退保平安吗。如果听过真相，已经做过三退了，同修不会重复给此人再三退。她说，讲真相不是为了凑数，今天我退了多少，而是让对方真正的明白真相，发自内心的让世人同意三退。她讲真相严肃认真的做法也影响了我，现在我讲真相也知道先问对方听过真相吗，做了三退吗，如果做过三退就不去给重复退了。

### 二、对同修安全负责

考验人，什么啰嗦老头啊，疯癫老婆子啊，没有眼力见儿的乞丐啊等等。因为“弱者”才是试金石，试试人的心是不是真的善良、诚恳、谦卑、恭敬。

我也思考过，我过去对莲有不经意间的傲慢，但这算什么严重问题吗？为什么居然会出现那么严重的后果（手上长凸起）？我意识到，一是，莲是一个非常老实的人，古话说这类人是“人欺天不欺”，反理中的世人不懂，常常嫌弃老实人，但神恰恰不这么看，这类人不伤害人、不损德，更需敬重；二是，莲一直对我帮助很大，可我却对待她态度失敬，自己觉得不算个啥事，可神也许不这么看。从这件事中，我才体会到，神的标准和我自己的想法差异很大。

### 现代观念下的“自信”

我体会到，现代人对人的评价很多是基于现代观念，背后有很强的争输赢、与人斗的心。

我记得，在我非常傲慢自大的那些年，还有同修说我状态不错，很“自信”。其实，现代人很多把“自大”看成“自信”，把某种高傲的神态及肢体语言用“气场强大”来夸赞。现代人说的“自信满满”，很多实质是“自满”。

当我心态转变后，对人的看法也不同了。过去我觉得“自信”的人，后来发现其实很多是“自大”，很多人都缺失了对人的尊重，更别说恭敬了，有的爱训人，在某些场合甚至盛气凌人，是用一种“自大”的“气势”维持的那个所谓“气场”；过去我觉得窝囊的人，现在发现很多是老实人，人品非常不错，善良敦厚，质朴而“守真”，没有抬高自己的想法，所以通常也不会营造那种“强大的气场”。

我体会到，“气场强大”恰恰是内心脆弱的体现，所以需要抓取东西来“包裹”自己、“撑”自己，“气场强大”是内心膨胀的产物，实质是外强中干；真正内心强大的人根本不需要示强，也根本不在意示弱。从法中我理解到，罗汉

对人中的一切得失都不在意，你说他好还是说他坏，根本就不在意。内心达到罗汉境界的人，还会要那个“强大的气场”干嘛？

一位已逝的国际巨星，在舞台上光芒四射，“气场”真是不要太强大。但他却说感觉非常孤独空虚，不快乐。有评论说，这位巨星童年的心理创伤没用正确方式疗愈，我理解，他等于把伤口包裹起来，给人展现表面的光鲜，但里面却很伤。他最后自己认识到，名利的成功无法带给他幸福。我从中体会到，那些虚荣、浮华带来的兴奋刺激与内心的幸福根本是两码事儿，因此就造成了，他人前再风光，可自己还是得承受内心实实在在的痛苦。

我还体会到，“炫耀”也是采取了类似的错误方法，以博取“夸赞”来寻求快乐，但其实是南辕北辙了，会导致自己远离真正的快乐。这也是我过去多年常犯的错误。后来发现，炫耀一次就相当于膨胀了一次，我觉得，膨胀可以大概比喻为，另外空间的某种身心失衡，只是当时不觉察，可日后都得“买单”，会表现为各种心性关或病业痛苦。

### 古人以“傲慢”为耻

提倡“温良恭俭让”的古人，主流文化里，以对人谦卑恭敬为荣，以对人骄傲失敬为耻。

《史记》有个故事说，宰相晏子的车夫觉得自己很了不起，非常傲慢。有一天车夫回家，看见夫人收拾东西要回娘家。夫人说：“我觉得和你在一起特别丢人，很耻辱！”“我现在给齐宰相‘开车’，你不觉得光荣吗？”“你一点学问都没有，却傲气冲天、趾高气扬，宰相有那么好的修养和学问，但一点也不炫耀自己。”

### 傲慢的来源

《〈九评〉编辑部：共产主义的终极目的（8）》里有两段话（如下），读后令我认识到，傲慢不是一般的问题，怪不

得我过去长期学法不得法：

“修炼要正心诚意，而傲慢是魔鬼的本性，和修炼的要求完全相反。共产邪灵目中无神，在其破坏修炼文化的过程中，专门给人灌输魔性和狂傲，不让人谦卑而鼓励人自满、自傲，比如战天斗地、无法无天，让人走向对神的悖逆、不顺服。”

“古时候，人要正心诚意才能修炼，在心里神性的一面起作用时，才能领悟宇宙的特性和神讲的法。共产邪灵通过破坏修炼文化，放大人的傲慢，使人进入一种与神完全对立的心灵状态。使得现代人如同收音机对不准频道，容易接受共产主义的信息，却很难理解神的智慧和教导。”

### 结语

我在 2018 年底左右，才初步认识到了自己有傲慢心，其实那时不仅是有而是极其严重。我先生曾说我狂妄自大，可我之前一点不觉得。心里总是记得自己的“优点”以及别人的夸赞，其实是缺乏自知之明，很可悲。我只知道自己有爱争斗的问题，有管孩子发火的问题等等，但挖不到根。

初步认识到后，其实傲慢习气还很重，在后来的几年里，一点点的磨，经历了很多的傲慢浮现、矛盾、争执的历程，直到 3 个月前，我才从内心深处真正体会到了，守住恭敬和谦卑，对修炼来讲是多么的重要，也是多么的美好。

我也发现，傲慢在周围的同修中还不少见，很多严重病业的同修，之前都是比较傲慢的，但很多人并不自知，不知道自己对人态度的轻慢、不屑一顾、嫌弃等，其实就是很不善的傲慢心。

以上是一点个人修炼的体会，如有不当之处，请慈悲指正。