

文明新见

一分钱一分货

清风

日常生活中，经常听到“一分钱一分货”这句话，这话听起来很普通，却包含了深刻的理。

商业行为是人类社会不可缺少的，有了人们生产出来的产品才能够得到流通和交换，从某种意义和方面上讲，这是社会生活的脉络，脉络健全通畅社会才能够有序发展。

作为商品本身，其价值和生产者的付出是成正比的，这是“真”在这一方面的体现。古时候人的道德水平高，所以在商品流通中基本是实现了“一分钱一分货”，这不仅是体现了商品的价值，同时也是买卖双方诚信度的体现。表面是商品的买卖，其实是双方德的交换，如果东西的价格过高，商家就会失德，反过来如果买家用很低的价格买到了价值高的商品也是如此。假冒伪劣就更不用说了。当然讲起来是这样，实际的情况是非常复杂的，因为商品的价值本身也不是固定不变的，很可能买者和卖者在无形中就造了业而浑然不知，这也是常人社会的复杂之处。我们作为修炼人也不必要太执著，否则和走路怕踩死蚂蚁没有什么区别。

人们总是希望东西价廉物美，所以过去有“漫天要价就地还钱”的说法，这本身其实就是变异。物美意味着质量好，生产者付出的多，那么就应该卖高价，所谓物有所值，意思是差不多的。现在种种所谓的抽奖，积分换礼品等等促销手段都是变异的行为，羊毛出在羊身上，未来真正人的社会是没有这些东西的，那时“一分钱一分货”会是人们普遍认可和身体力行的商业法则。

正见周刊



台湾法轮功学员从 2000 年起举行大型排字活动迄今 21 年。台湾法轮大法学会副理事长黄春梅说，今年由约 5,400 位来自台湾各地的部分法轮功学员共同完成，排出九字真言“法轮大法好、真善忍好”，图像壮观殊胜，“我们相信世人真心念九字真言，对他们是有福份的”。

第 955 期

2020 年 12 月 8 日

目录

正见新闻

- 6500 法轮功学员开法会 师尊发来贺词 /3
 慕尼黑民众签名制止中共迫害法轮功 /3
 美国限制中共党员及家属入境 /4

大法神奇

- 说说我家的神奇事 /4

修炼体悟

- 对“重申发正念内容与口诀”的一点认识 /6
 看清美国大选实质 完成好救人使命 /12
 找到自己 /17
 修自己就是在帮同修 /19
 沉迷于看自媒体视频的教训 /22
 对“情份”的一点浅悟 /25
 跟人“赌”是在毁人 /26

文明新见

- 一分钱一分货 /28

只是说说而已。有些同修听了赌钱、赌请客觉得好笑。我真的笑不起来，心里很难受。人是在拿命跟你赌，拿自己未来在跟你赌。生命不可怜吗？他们不知道真相啊！

同修啊，我们都知道川普是神选之人，神选的人一定能战胜邪恶。正义一定能战胜邪恶。你觉得能赌的赢，那些被赌输了的人不都毁了吗！说严重点拿神选之人跟人赌，那不是在亵渎神吗？切记：我们只有救人的份，一切都是师父在做。中共邪党的破坏，操纵阴谋霸权的邪恶无耻手段，演到了极致，几乎所有的媒体都是假新闻，魔力宣传，只有大纪元媒体报导才是真实的。中共的魔力宣传连大陆的小孩都敢点名道姓的辱骂美国总统。中国大陆乃至全球所有的人都被拜登舞弊“取胜”蒙骗了。要向世人讲清真相，揭露拜登舞弊作为讲真相开场白，他的家族与中共的勾结腐败，告诉世人共产邪灵的终极目的，红魔是怎样借美国大选来窃选，从而达到统治世界的目的。有的同修说我只讲三退。三退要讲，中共在操控美国大选也是一个角度，让人进一步知道中共的邪恶，从而退出它的一切组织。正法进程到了这一步了。大选是审视每个人的心，审视人的正义、良知、道德。分清正与邪，善与恶，好与坏，都在选择自己的未来。其中包括修炼人。

有的同修经过切磋明白后，向师父认错，向家人认错，挽回了损失。但是还是有的同修没认识其严重性，不屑一顾。而且，赌。师父在《（洪吟）世界十恶》其中有一恶：“兴赌兴毒——随心所欲。”

我想提醒同修：多看看真相的册子，明慧传真，祝你平安，明慧周报等等，都是我们当前了解真相的宝贵资料，都是我们打开救度世人的金钥匙。望同修重视起来。

以上是我个人的一点认识，有不妥之处，敬请同修慈悲指正。

很重要。因为法是有标准的，如何做要用法来衡量，符合法就做，不符合法就不能做。还要看站在什么基点上去做，站在法的基点上就没错，就是修炼人在做事，站在“情份”的基点上就是一个常人在做事，就等于没有修。

师父在《转法轮》中说：“任何事情都是有因缘关系的，人为什么能够当人呢？就是人中有情，人就是为这个情活着，亲情、男女之情、父母之情、感情、友情，做事讲情份，处处离不了这个情，想干不想干，高兴不高兴，爱和恨，整个人类社会的一切，全是出自于这个情。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。”师父讲的再清楚不过了，我们在人中修炼，这个“情”无处不在。要想修出来真得严肃的对待，时时刻刻、扎扎实实的修啊！

一点浅悟，不对之处请同修慈悲指正。

跟人“赌”是在毁人

大陆大法弟子

在这次美国大选正邪较量的关键时刻，师父发表新经文《大选》，师父同时又在大纪元发表《大选》，慈悲救度宇宙的一切众生。镇邪灭乱、法正乾坤。师父在人类表层空间开始正法了。这是我的一点浅悟理解。明慧编辑部的文章《原则和基点一定要明白和清醒》给我们很大的启示：作为修炼人，我们虽然不参与常人的政治，但我们要知道正邪善恶、分清好坏，知道我们要支持谁（川普）。

现在我们都知知道支持神选之人——川普总统连任。但是在具体讲真相中，就不知道怎么讲了。有的同修真相讲不到位，就跟人赌，跟家人赌，谁赢谁输。赌钱、赌请客。甚至还主动跟人赌。说的脸红脖子粗，还气的不行。有同修认为

正见新闻

6500 法轮功学员开法会 师尊发来贺词



继 12 月 5 日有约 5,400 名台湾各地部分法轮功学员在中正纪念堂排字九字真言“法轮大法好、真善忍好”壮观图像后，6 日约 6,500 名学员盛装出席在台大综合体育馆举行的修炼心得交流会（简称台湾法

会），师尊发贺词祝法会圆满成功。会场神圣庄严、祥和殊胜。

李洪志大师在贺词中，首先问候来参加法会的法轮功学员。贺词还提到，目前人世上已是末后之末，乱世中的乱象对社会的干扰更为强烈。虽然是正邪之争，但是你们要守住自己不被干扰，同时更好的讲真相救世人。李大师同时勉励学员，讲真相中不要把自己置身于常人中，摆放好自己的位置，才能不被卷入其中，才能做的更好。

慕尼黑民众签名制止中共迫害法轮功



二零二零年十一月二十一日和二十八日，法轮功学员在德国慕尼黑举办了信息日活动。向德国民众介绍什么是法轮功，中共为什么迫害法轮功，同时揭露中共活体摘取法轮功学员器官的罪恶。

法轮功学员摆放“法轮大法弘传世界”、“介绍法轮功五套功法”、“揭露中共迫害法轮功的罪行”和“解体中共”等展板，引人注目，特别是学员们展示的功法演示，留

住了很多人匆匆的脚步。人们跟法轮功学员交谈，倾听法轮功的真相。很多人接过资料，明白了真相的人们，纷纷在制止中共活摘法轮功学员器官和解体中共请愿书上签名，有时还得排队等待签名。

美国限制中共党员及家属入境

周四（2020年12月3日），美国国务院证实，对中国共产党党员赴美旅行签证实行新限制。根据新规定，中共党员及其直系亲属的非移民签证（B1/B2）将由十年减至为一个月，并且将是一次入境签证。

限制中共党员及家属入境 保护美国免受中共有害影响

据英文大纪元报导，美国国务院官员表示，这一决定符合美国政府“保护我们的国家免受中共有害影响”的目标。

这位官员说，中共及其成员在美国积极通过宣传、经济胁迫和其它邪恶活动来影响美国人。

他还说，中共派遣特工毫不掩饰地监视、威胁和（向上级）汇报中国公民和美籍华人（或团体）的活动。而这些华人参与的活动都是受到美国宪法言论和集会自由（第一修正案）保护的。

这位官员表示，根据《美国移民和国籍法》，国务院有权限制“对美国价值观怀有敌意”的个人的签证有效期。

大法神奇

说说我家的神奇事

黑龙江省大法弟子 清纯

一、假花开了

我单位有个同事，因身体不好，常去医院看病。从我认

从小的来说你个人该完成的使命你没有完成，从大的来说你影响到了正法的进程。让我们拿出神的状态在川普最终当选结果出来之前，全力以赴参与到这场正邪大战中来吧，因为这就是我们不可推卸的责任和使命。

以上是所在层次所悟，如有不在法上的地方请慈悲指正。

对“情份”的一点浅悟

大陆大法弟子

最近一同修因被迫害，经济上出现拮据，特别需要钱来应对。（比如聘请律师、出行、生活等）我知道后带了点钱，想去“雪中送炭”。同修婉言谢绝，坚持不收，并反复提醒我说：“咱们是修炼人，自己能够克服。”我知道同修不想随意要别人的钱，不想负债，就不再说什么了。

对同修在如此艰难的情况下，还能把握自己并严格要求自己很是敬佩。反思自己去给同修“雪中送炭”还是一个“情”字的体现，过去同修曾经帮过自己大忙，没有机会报答，现在同修遇到困难，正是报答的机会，这不是想借此来了结人与人之间的情份吗？我反复思考同修说的“咱们是修炼人，自己能够克服。”那句话，意识到自己与同修的境界差距太大了。

维持人与人之间的关系，讲“情份”是重要的一方面。作为一个常人没有错，可是作为一个修炼人，“情份”是最终要修掉的东西，要修出“慈悲”来的。在现实中从经济上帮助同修也不能说错，除了经济方面还有其它方面，比如和同修切磋如何面对迫害，一起与同修学法、发正念，找相关部门及人员讲真相、打电话等等。

这件事也使我悟到，大法弟子做什么事情的时候，基点

还有个肉身，只要不在法上，肉身就会被外来思想所控制，当常人思想左右自己的时候，那个时候不就是常人了吗？一个常人又如何有力量能抵抗的了这些干扰呢？！其实，大选的结果不言而喻，师父在《二零一五年美国西部法会讲法》中明示：“正法必成，这是一定的。”那么川普是神选之子，也就必然会当选，因为这些都是师父的安排。而我们不是把精力用到一心一意发正念帮助川普扫清另外空间的邪恶障碍，反而起了各种执着心的话，不是反而加大了这件事情的难度了吗？因为旧势力就有了借口钻我们有漏的空子，而造成现在很严峻的形势。我们不该反省吗？因为师父在《各地讲法二》〈二零零二年美国费城法会讲法〉中明示：“我过去讲过，我说实际上常人社会发生的一切，在今天，都是大法弟子的心促成的。”

在深刻反省之后，赶快大量学法，每天学法三个多小时。除了通读两讲《转法轮》还背一页《转法轮》，再学各地讲法 50 页左右。这样坚持了三天，师父帮我拿掉了想看视频的物质，我可以轻松戒掉视频了，我的状态才回到以前那种心态平稳，过关能反应过来，积极向内找的状态。对于川普是否当选我抱着坚信的态度，也就不想再去关注了。但是这并不意味着就可以掉以轻心不去发正念了。反而状态调整好了，我可以入静了，也就能更好的集中精力去发正念了。

在这里提醒还在沉迷于看自媒体的同修，我们不是常人，自媒体是用来给常人讲真相的。看了视频就容易起心，就会被邪恶干扰甚至迫害，自己修炼状态不好不但起不了帮助川普的作用，反而会被旧势力利用起了反作用。这样的话你是在帮川普还是在帮邪恶呢。同修们赶快精進起来，只有达到修炼人的状态才能完成师父赋予我们的使命，我认为这次正邪大战是每一个弟子的历史使命，责任重大啊。如果没有每一个正法弟子的参与（参与指的是讲真相，发正念），

识她起她一直很瘦，经常睡不着觉，还有很多其它病。有一次，在路上我碰着她，她说她去医院抓药去了。我说：你看我以前身体和你差不多，身体也不好，炼法轮功炼好了，你也炼吧。她说：行，你回家后就教我炼。就这样，我就教会了她炼功动作。并请了大法书《转法轮》。后来，尽管她带炼不炼，师父也帮她调理身体，从没胖过的她，长了二十多斤。一个多月后，病也好了。后来我帮她请了师父法像。我俩一起去商场买了一盆荷花（假的）。摆在师父法像前。

几年后她炼功怕吃苦，又放不下人的东西，就不炼了。她把荷花送到我家来了。我把花放在我房间里，花有两朵浅粉的大花，两个深粉的大花，一个浅粉的花骨朵，一个深粉的花骨朵。我老妈八十九岁了，我妈看花很象真花。说让我给花浇点水，我说这是假花，不能浇水。我妈还问我两个骨朵能开吗？我随口说：能开。

过了几天，不经意间，发现两个花骨朵真的开了，大花也变水灵了，骨朵开的也水水灵灵的，晶莹剔透，漂亮极了。我见到同事，告诉她花开了，你来看看。她回家取手机来我家。看花后说：太神奇了，这花在我家八年，没有开花，在你家几天就开花了。并且对花双手合十说，对不起，对不起。你是天上的神花。并夸奖说：花太漂亮了，太超常了。并用手机照了像，说拿回去让她丈夫看看。

有几个同修也看了花，见证了修炼的美好和神奇。并说让我写出来，谢谢师父的点悟。

二、镶牙的故事

有一次，我去镶牙，看到很多人打麻药，很痛苦的样子。我想我不能打麻药，师父早已把我身体净化了，我不能往身体里边灌这东西。

轮到我了，医生说：你的牙得磨小一圈，得打麻药。我

说：我不打麻药。她说：不打麻药你会受不了。我说：没事。嘴上说没事，但心里不是很稳。医生说：那你考虑考虑吧。她忙着先给别人治牙。

我坐在凳子上，背了一遍《论语》，顿感信心十足，正念也起来了。我说：来吧。医生一边整牙，一边和我唠家常，目的想分散我的思想注意力。她说要疼，你吱声。她轻轻的试着给我磨牙。我说：你放心整吧，我一点都不疼。我感觉就象隔着什么东西一样，不是直接磨我的牙。我知道是师父为我承受了，以前我看拔牙，都害怕。我亲身感受到大法的超常，大法的法力在我身体的验证。我和常人不一样，我是一个超常的人。

修炼体悟

对“重申发正念内容与口诀”的一点认识

大陆大法弟子

《正见周刊》第 953 期上有两篇文章：“迫害与反思”和“对发正念的一点体悟”，看后很惊讶，同修发正念内容不准确不是个别的，许多还是老弟子，我们地区这种现象也一直有，由此造成同修身体和修炼状态不好，这应该是修炼上的一个漏。

我们每天多次发正念，为什么内容不准确呢？细想也不奇怪，因为大陆人党文化思维严重，什么事情“大概”和“差不多”就行了，我自己就是这样。发正念之初，有一次我去原辅导站站长家交流此事，他说：“不用按规定内容发，大概想一下就行了，功比你聪明，他知道该干什么！”我说：“那是不是不按要求做不好？”他说：“难道功比你还笨吗？”从那之后，我一直按自己编的内容发，发了好长时间。后来一个同修找我交流，专门问我发正念的事，并严

世界和人类的安危就非常关注。从此一发不可收拾，直到修炼跌到谷底，才艰难的爬起重追。

从 11 月 3 日美国大选一开始我就追着看同修做的自媒体，后来因为出现拜登作弊的情况，选情变得起伏不定，我的心也跟着起伏不定。人心也开始翻腾，学法也不入心了，因为每天都按部就班的做着三件事因此就没有引起我的注意。但是从此心变得不静了，修炼状态不如从前。我曾试着想要戒掉看视频，发现已经无法克制自己了，心里像有个钩子在抓挠，总想点开看一看。师父在《二零一九年纽约法会讲法》中说：“那吸毒有人说没事，我吸吸没啥的。是，感觉还不错，再来一次？没事，再来一次？行了，控制不了了。为什么呢？那个物质吸进去之后就在你身体里形成一个薄薄的、淡淡的你，一次就能，因为它毒性大；等到第二次再吸，这个薄薄的、很淡淡的你就变的浓了一些；再吸它就越浓，越吸越浓，它就越强壮。它连你的整个身体的结构都有、思维都有，完全是一个毒品构成的魔性的你。当然了它可能不干别的，它就对毒一定要吸。没有了、不吸不行。为什么呢？因为它已经活了。”想戒都困难了，我这不是成瘾了吗？是我养活了那个想要看视频的假我，我每次看，就每次给它补充能量，让它如意的操纵着我。

直到有一天跟家人发生矛盾后我竟然大发火，无法控制自己。接下来每天坚持的动功也停了两天，学法的时间由之前的三个小时减到不到一个小时，而且学法也不入心。之后就开始病态表现，剧烈咳嗽，呕吐，头疼。我知道一定是因为自己最近被视频给带动了，本以为只是看看不会有什么问题，还借口说这么重要的事情，我应该了解情况，何况我也是做媒体项目的，从而掩盖了自己对大选进展的好奇心，嫉恶如仇的心等等人心。师父在《转法轮》中说：“那佛把握不好还往下掉呢，何况你是个常人中修炼的人！”我们毕竟

两篇交流《不可轻敌》《新学员-抓紧时间登上法船回家》给我们敲响了警钟！

写这篇文章希望能够帮助到有类似问题的同修，大法弟子是一个整体，我们共同提高。如有不在法上之处请同修慈悲指正。合十！

注：

[1]李洪志师父著作：精進要旨二《排除干扰》

沉迷于看自媒体视频的教训

海外大法弟子

最近因为经常看自媒体视频，修炼状态急转直下，因为心性守不住，关也过不去了，直到病业关找上门来，我才开始深刻反思，经过一番苦修和大量学法才使自己得以戒掉视频，回到之前的修炼状态。可是最近听说周围有很多同修，还有很多美国同修也因为大选，还在看自媒体视频，深陷其中不自知，我深感责任重大，写出此文，希望同修以我为戒。

我是 99 年 720 之前就已经在国内得法的老弟子了，经过二十多年的风风雨雨，一路跟随师父正法走到今天，每一步都在师父的精心呵护下让我学会了修炼，并不断提升境界。尤其在今年疫情之后，我更加体会到修炼的严肃和时间的紧迫，在最后的修炼路上一直精进的飞奔着。我的状态达到了最好状况，打坐会入定，这是之前修炼二十年都没有过的状态。也体会到了不动心的慈悲状态，和师父给予的很多神奇经历。

以前就有同修喜欢看自媒体视频，那时我的状态好，即使是别人发给我的视频，我看一眼就不会再看下去，因为当时的状态是看不了常人的东西，即使是同修做的视频也是如此。可是就在美国大选开始后，我知道此次大选关系到整个

厉纠正了我，我很受触动，彻底改了过来。但是，不知为啥？原来的站长身体出现病业状态，越来越重，现在已不能自理了，是不是因为改变发正念内容原因造成的我不清楚，但是，他一直不按明慧要求发正念，这应该是个漏。还有一次，我去一个学法小组学法，小组长发正念内容也是不准。我问她：“你这内容哪来的？”她说：“同修传纸条上说的，不会错的。”本地这些年经常有同修传纸条：比如：谁被迫害了？大家怎样发正念？又有什么事了？大家怎么发正念？也有本省的、全国的……弄来弄去，有的同修就糊涂了，对整点发正念内容也不准了。

这些年，不断有同修出现病业状态和遭到迫害，是不是这方面漏造成的呢？不管是不是，这个基本的漏不该有，天天发正念，内容不准，确实说不过去。我觉得，有必要把明慧网关于发正念内容和要求重申一下，大家再详细看一遍，归正自己。

附后：

发正念要领和全球同步发正念的时间（更新 2）

【明慧网二零零五年三月十日】发正念是师父要求的“三件事”之一，非常重要，每个正法时期大法弟子都必须做好。然而很长一段时间以来，中国大陆一些地区的学员和部分海外新学员，由于各种原因，到现在还没有正确掌握发正念的时间和要领；也有的地区出现个别人标新立异自搞一套，在部分学员中造成干扰。为此，本文从新整理了发正念的要求和要领（综合了最早的和最近的），供有关大陆学员和其它地区的新学员查阅：

一、发正念的要领说明：

1、静下心来，先清理自己五分钟，再开始发正念五分钟到十分钟，清除邪恶黑手、烂鬼，清除共产邪灵和中共恶党

在另外空间的一切邪恶因素：

以全球同步发正念为例：在发正念清除邪恶之前（即 5 点 55 分、11 点 55 分等开始），先提前 5 分钟静下来，意念中清除自己思想中的不好的思想念头、业力和不好的观念或外来干扰；然后从正点开始发正念，解体旧势力的黑手烂鬼，清理共产邪灵，清理中共恶党在另外空间的一切邪恶因素。每次至少五分钟。

发正念时要思想集中、纯净、平稳，才能调动自己更大的能力。

2、清理自己的思想之后、念口诀之前应该想什么？

仍以全球同步发正念为例：清理自己之后，从每个整点开始，每次至少五分钟，全世界的所有大法弟子，都在思想中想：

①清除破坏大法的一切邪恶，解体所有黑手、烂鬼，清除共产邪灵和中共恶党在另外空间的一切邪恶因素，无所不包，无所遗漏；

②可简要的设定一两个具体目标；

③默念师父的正法口诀——“法正乾坤，邪恶全灭”（还可根据需要在默念时加念“法正天地、现世现报”）；无论平时是否讲中文，念口诀时都应尽量用准确的中文普通话发音；

④在默念完口诀时集中强大的念力念一个“灭”字（“灭”字要强大到象宇宙天体一样大，一切空间无所不包、无所遗漏）。在入静中集中强大的念力，守住这个巨大的“灭”字。注意不要睡过去，否则坐多长时间也没有效果。

关于上述的②，也就是默念口诀和“灭”字之前，可以根据当地的具体情况，默默增加一念，如：清除本地某某劳教所、洗脑班的邪恶，让某某恶人现世现报，等等，但一定

并组装完毕，软硬件也安装好了，就差一个程序了。结果 A 同修捎信说现在先不买电脑了，过了年再买。主要原因是 A 同修的女儿看着 A 同修，不让 A 同修做大法的事。等过了年她女儿走了再买，这让协调同修很为难：钱花了电脑组装完了软件也安装完了，就差最后一个程序没装了，马上就可以投入使用了，结果半途而废。协调同修知道这一定跟自己的心性有关，遇事向内找，协调同修找到了在帮助 A 同修走出“病业假象”的过程中，还有没去干净的欢喜心、显示心和埋怨心，还有维护自我为私为我的心，不能完全为他的心，当协调同修将这些人心清除之后，空间场一下明朗了，慈悲包容了一切，宇宙又扩大了。随之而来是感恩，感恩慈悲伟大的师尊！其他同修听到此事也都在找自己，就在同修都在向内找修自己时，A 同修捎来话她不听女儿的了，执意要把电脑买回家做救度众生的项目。在师父的加持下，在同修们的向内找中，A 同修提高了心性，突破了女儿这一关。

下面是协调同修经历此事后所悟：帮助同修真正从魔难中走出来，不是一件容易的事：首先得有师父的加持，二要有同修们整体形成的强大正念，摧毁解体另外空间迫害同修肉体的一切邪恶生命，三是“病业假象”中的同修要在思想上、精神上振作起来，坚定的信师信法，真正的放下那些放不下的、难放的执著，（不能难受了、没命了，想起师父了：师父啊，我一切都交给您。好受了，就忘记了自己的承诺，执著依旧。）真心的向师父忏悔，在法中归正自己，加倍做好自己该做的事情，真正的像个大法弟子，真正的走在助师正法、救度世人的正法修炼路上。摆正基点，在思想中坚决否定有“病”的念头。而且主意识一定要强。知道自己是大法弟子，以法为大。排除其他干扰，放下各种情。现在正法进程已接近尾声，是正邪大战的关键时刻。身为大法弟子现在还不参与其中更待何时，机遇稍纵即逝。明慧网上的

和几位同修第一次去 A 同修家，看见 A 同修有气无力的打开房门，很难受很痛苦的样子，看来她正在承受病业假相给她带来的痛苦，通过交流发现 A 同修的怨恨心很重，交流中同修善意的给 A 同修指出了这颗怨恨心，A 同修也认识到自己有这方面的执着，并且愿意修去自己的怨恨心。通过大家的共同发正念和 A 同修向内找，同修的病业假象有很大好转。当时就能起床了。

在去帮助 A 同修的过程中几位同修都没有指责或埋怨 A 同修这不好啊，那不对啊，哪不在法上啊……而都是对照法向内找修自己，都在法中归正自己，这样就形成了一个真正实修的修炼环境，不给邪恶留插脚的地方，它也就没空子可钻，因为大法弟子是个整体。后来协调同修让 B 同修去 A 同修家跟她一起学法，在学法中 A 同修找到了很多不好的心，并在法中归正。A 同修的状态也不断的向好的方面转变，但修炼是严肃的，容不得有一点偏差，A 同修潜意识里还是把假象当成是病，去省城找专治肺病的中医专家抓中药。同修们也跟 A 同修交流过，但 A 同修说孩子为她这个事花了不少钱，她没法拒绝孩子的这份孝心。同修们都理解 A 同修，在磨难中她已经承受很多了。同修没有再说什么，但相信只要她在法中就一定会转变观念，师父就一定会帮她，同修们都用正念加持她，而且同修们也都悟到 A 同修的表现也一定有自己要修去的东西，那就只有多学法向内找，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。”[1]只要在法中，只要有这颗坚定的心，师父就一定能帮我们认清这些不好的执着，修去它！

后来协调同修又去一次 A 同修家，A 同修说想要参与救人的项目，就是通过虚拟电脑发邮箱，这个项目需要一台比较高端的电脑，A 同修就拜托协调同修帮忙组装一台，协调同修回去后找相关同修，相关同修费了很大周折把电脑配件买齐

要注意：具体目标不宜过多、过细，否则不但念起来太长、会错过大家同步发正念的时间，而且心静不下来起不到发正念的作用，还会因为都是具体事而局限了自己能力发挥作用的范围。

师父在《正念》这篇经文中讲：“还有的学员在发正念时思想中专想一个或几个邪恶份子，使打出去的功与神通发挥不了最大的作用。当然，如果在特殊的情况下，单独或集体统一针对一个邪恶或几个邪恶发正念的时候是应该这样做，而且集中的力量也很大，但是一般每天大家的集体发正念就要更大范围的追找邪恶，不是每天、每次都集中针对一个或几个邪恶。”

3、口诀要平静的默念

发正念之前要强大坚定除恶的意念，知道自己的正念肯定能够清除邪恶。用纯正的善平静的默念正法口诀。

注意：①念口诀的要求是“默念”，不是大声（或出声）诵读。念口诀也不是不停的念。默念口诀时，思想越静、越坚定、越纯净稳定，所能发挥出来的威力越大。②发正念时，默念一遍口诀后最好在入静状态中保持正念，当正念不稳时再重复念口诀以集中精力。连续不停的念口诀会影响入静；过于强调念口诀反而可能局限了功能发挥作用的范围；③有的学员发正念之后看表面效果，看不到表面效果就认为自己发正念不管用。这是对法理没理解好、正念不足造成的，会影响发正念的效果。发正念之前一定要强大自己坚定除恶的意念，知道自己的正念肯定能够清除邪恶。多学法、学好法才能坚定正念、才能把“发正念”这个师父要求每个正法时期大法弟子都做好的“三件事”之一做好。师父在《大纽约地区法会讲法》讲：“师：发正念时不是说老是念口诀，你念一遍就行了，就起作用了，除非特殊情况。你觉的静不下来从新调整正念那是可以，但是也是一个

暂时的。其实真能静下来的时候那一念就足以惊天动地、无所不能了，一下子简直把你所覆盖范围之内一切都定住、抑制住一样。你象一座山，一下子都抑制住它们。不要思想老不稳哪，不稳就做不到那一点。”

4、发正念时要保持头脑绝对清醒、念力强大

师父在《正念》经文中讲：“目前还有一些学员对发正念的要领掌握不好，有的学员完全和炼静功状态一样，本来有的学员在炼静功时就处于昏昏欲睡的状态，或者不够清醒的状态，或被杂念严重干扰的状态，这样就达不到很好的效果。”

在《正念》这篇经文中，师父对发正念的具体做法是这样讲的：

“做法是：①要集中精力，头脑绝对的清醒、理智，念力集中、强大，有捣毁宇宙中一切邪恶的唯我独尊的气势。②暂时看不到另外空间的弟子，在念完口诀时集中强大的念力念一个“灭”字。“灭”字要强大到象宇宙天体一样大，一切空间无所不包、无所遗漏。③能看到另外空间邪恶的弟子，可根据自己掌握的情况去做，正念要强，充份运用智慧。一正本身就压百邪。④发正念时闭眼与不闭眼效果是一样的。睁眼要做到视常人空间的一切而不见。”

5、发正念的姿势和手势

无论走路、吃饭、上班，在任何环境下都可以发正念，不一定打坐，睁着眼睛和闭着眼睛都可以，也不是必须做手势；但必须要集中思想，保持思想集中、纯净、平稳。

发正念如果要做手势，则一定要按照师父的要求做，用单手立掌或莲花手印（见明慧编辑部 2001 年 6 月 12 日发表的《发正念两种手印》，有师父做示范的照片）。如果自行增加或编创其它动作，则不是大法弟子出于正念的行为。

二、建议的全球大法弟子同步发正念时间：

会“出去练功的人”是我，一会“出去练功的人”又成了他。这可不是抠字眼的问题，是你能不能区分真假、正邪的问题。

在险恶的环境当中，一个人找不到自己，是很危险的，一个找不到自己的人也是神最瞧不起的。

“其实人除了先天的纯真之外，一切观念都是后天形成的，并非是自己。”（《精進要旨》《为谁而存在》）真正的我就是这么纯净的，已经被师父从最微观全部改变完了，开始正法时就已经被师父给推到位了，就是那么纯净了，只有具备这样的条件才能开始做正法这件伟大的事情，正法这件事就这么重要。业力满身的人是做不了的。

当所有不好的思想一闪出来，马上就发现它，哪来的，我没有这个东西，灭掉，谁强加给我的，一起灭掉。法中讲过，整个这场迫害都是旧势力强加的，他能迫害不就是说我们有执着吗，那很显然，那些执着同样是它们强加的，它们为了在正法中能够左右正法，达到它们的目的特意安排好的。所以当这些人心一出来我们就不承认它是“我”，是完全符合法的，而且这不就是在正法吗？这是正法修炼者应该具有的素质。

所以首先找到自己，这是非常重要的，这是走正路的前提；其次时刻找到自己，这是非常必要的，哪一秒你不主宰这个身体，就会被别生命控制。

一点体会，不当之处还请慈悲指正。

修自己就是在帮同修

大陆大法弟子

我地区 A 同修出现病业假象，需要同修们正念加持解体迫害 A 同修肉体的黑手烂鬼及一切邪恶因素。我地协调同修

我，故意把所有不好的思想，所有的执着心，都让我们认为那就是我的想法。从我的脑子里发出去的，我的大脑里想的，我就是这样的。然后它好下手迫害。因为没有大法作指导，所以到今天，看到周围还有许多修炼人就像那个“躺在沙发上”的人一样，分不清哪个是自己，修的很苦，很累。

面对复杂的正法情况，作为大法弟子，我们要区分的就不只是主元神跟副元神的问题了，我们要区分的是主元神跟所有非我生命。表现最明显的就是必须区分主元神和所有的执着心，主元神和所有的不好的思想念头。

法中讲过：“修就是修人的思想”（《法解》），我体悟到，所以把握住自己的思想对一个修炼人来讲是极其重要的。

“有些人为什么他那个思想业力长期就消不掉呢？就是不去分清哪个是自己。为什么叫你修呢？首先你得把不好的思想修掉它，你能够去掉那些不好的东西是因为你不承认它是你，这是至关重要的。因为你不承认它是你，所以才能把它消掉。其实，它真的不是你，它是你后天做事形成的各种观念，甚至构成的业力，就这些东西。”“所有不好的思想其实都不是你。”（《美国西部法会讲法》）

碰到事情的第一念往往是非常重要的，有同修经常爱说：我这个人情很重，我怕心很重，或我脾气大等等。其实法中明确讲过“害怕也是一种执著心。”（《转法轮》）师父都这么明白的告诉我们，害怕，叫执着心，你非得说，害怕是我，执着心是要被灭掉的，你要把自己灭掉吗？情也是一样，它是三界内的一个生命，它怎么能是我呢？其实所有的执着心我们都能从法中找到它是个什么东西，不要把这些东西都捆在自己身上，都说成是“我”。先承认它是我的，然后再发正念不要它，其实这不就是自己跟自己打吗，这不是内耗吗，你跟“躺在沙发上”的那个人有什么区别吗，一

每天四个正点：北京时间每天早 6 点、中午 12 点、晚 6 点、午夜 12 点。和北京时间每星期日的上午 5 点、6 点、7 点。（其它时区的新学员，请按照时差推算当地的时间。）

每次发正念之前先清理自己五分钟，发正念至少持续五分钟。

如果有特殊情况（例如为了保证白天工作不出现生产安全问题），可以自行调整（例如将参加每日全球同步发正念的次数减少一两次），但前提是一定要保持大法弟子的心态，重视和坚持做好发正念，最好白天找其它时间补回来。

三、为了从法理上更好的理解发正念和发正念的要领，请大家用心阅读师父写的新经文并参照明慧编辑部有关文章

1、经文《正念》（2002 年 10 月 13 日）

<http://www.minghui.org/mh/articles/2002/10/14/38011.html>

2、经文《正念除黑手》（2004 年 3 月 16 日）

<http://minghui.org/mh/articles/2004/3/16/70145.html>

3、经文《正念的作用》（2001 年 7 月 16 日）

<http://minghui.org/mh/articles/2001/7/17/13563.html>

4、经文《在 2004 年美国西部法会上的讲话》（2004 年 2 月 28 日）

<http://minghui.org/mh/articles/2004/3/26/70982.html>

5、经文《在 2003 年美中法会上的讲话》（2003 年 6 月 22 日）

<http://minghui.org/mh/articles/2003/7/6/53591.html>

并参阅明慧编辑部文章以前的有关文章：

1、《关于发正念》（2001 年 11 月 26 日）

<http://minghui.org/mh/articles/2001/11/27/20496.html>

2、《发正念两种手印》（2001 年 6 月 12 日）

<http://minghui.org/mh/articles/2001/6/12/12048.html>

3、《发正念》（2001 年 5 月 25 日）

<http://www.minghui.org/mh/articles/2001/5/25/11455.html>

明慧编辑部

2004 年 10 月 14 日成文

2005 年 2 月 7 日更新

2005 年 3 月 9 日再更新

<http://www.minghui.org/mh/articles/2005/3/10/发正念要领和全球同步发正念的时间（更新2）-97016.html>

看清美国大选实质 完成好救人使命

洪泰

许多人知道，川普是神选之人，相信连任美国总统没有悬念，会以绝对领先的选票当选。大选当夜（美东时间 11 月 3 日）本已领先的川普计票突然被叫停，第二天凌晨拜登选票数却奇迹般大幅度上升。这一下许多人不敢相信，好像被打了一记闷棍，半晌没有回过神来。

我在短暂的犹豫后，逐渐理清思路，感觉这次大选出现问题，背后有邪恶干扰，有人做手脚。我们不能再以不参与常人的政治为由袖手旁观，应该帮助川普总统，通过发正念用佛法神通清除邪恶对大选的干扰。紧接着就看到明慧网编辑部发表的《原则和基点一定要明白和清醒》，文章提醒我们，“这次美国大选是正邪大战，是神魔之争。川普是神选

[1] 李洪志师父经文：《二零一九年纽约法会讲法》

[2] 李洪志师父经文：《理性》

[3] 李洪志师父著作：《转法轮》

找到自己

大陆大法弟子

背法背到“还有人告诉我：我才不象别人那样起早贪黑的练功呢，我回家往沙发上一躺，我自己就出去练功了，我躺着看着他练。”（《转法轮》）我忽然意识到：这个人他没有分清哪个是他自己。

他一会说“我自己”出去练功了，一会又把那个出去练功的“我自己”说成是“他”。他可能没有想过需要区分哪个是自己，因为都是从自己的身体里出去的嘛，怎么会不是自己呢？是他真的这么无能，不会区分吗？不是的，是过去的神就是不叫人去明白这个真相，有意的混淆，不叫人去想这个问题。

“所以人家想了：我何必度你主元神呢，他也是你，我度他不一样吗？都是你，谁得不是得了，都是你得了。”（《转法轮》）

“到百年之后，副元神走了，各走各的。按佛教讲，他还得入六道。”（《转法轮》）能度人的是神，他看得清清楚楚，怎么会不知道，只有迷中的人才弄不明白，糊涂一生又一生。

只有大法第一次明确而又肯定的说出这件事情：“而副元神干什么你根本就不知道。虽然他和你同时出生，叫一个名字，主宰一个身体，长的一样，但严格的说，他还不是你。”（《转法轮》）

在今天的正法环境中，旧势力就在不断的让我们混淆自

巨头本身其实不算什么。只是因为共产邪灵利用它们，才在人间兴风作浪，把事情搞的错综复杂，浊浪滚滚，但最终都逃不脱覆灭的下场。他们攫取了巨额不义之财，还为非作歹，做出许多败坏人伦，窃取选票的事，在这天象大变的时刻，“阎王叫你三更死，谁敢留人到五更”。

四、大法弟子的使命

师父告诫我们：“你们不是来改变历史的，是在历史的最危险中救人的，如讲真相、三退、真心念真言，都是最好的灵丹妙药、救人的办法。人心的改变就会使事情向正面转向。”[2]

师父同时还说：“大法弟子不要随着乱象浮动，守住根本，才能看清乱象。”[2]

师父在《转法轮》里讲开光问题时，讲了一个蛇精破坏师父传大法，被师父彻底销毁的故事。师父说，“销毁之后，他的师姐、师妹、师兄、师弟都想动。当时我说了几句话，他们都感到震惊，吓坏了，谁也不敢动了，也明白是怎么回事了。他们中还有一些完全是常人，修了很长时间。”[3]

这个故事给我的启发是，现在大选中很多支持拜登的人也并不是坏人，只是被极左的社会主义（共产主义）者蛊惑，理智不清地在随和。他们一旦明白大选是怎么回事，一定会做出正确的选择。

共产红魔已经到了灭亡的时候，中共倒台，中华传统文化复兴是历史的必然。我们支持川普，是顺应历史潮流，是在这个过程中救度那些被共产红魔蒙蔽的世人。所以，在这历史的关键时刻，我们要明白自己的责任，完成好历史赋予的使命。

注：

之人，要回归传统，要解体中共；而另一方是要破坏传统，要在美国甚至全球搞中共的社会主义那一套。作为修炼人，我们虽然不参与常人的政治，但我们要知道正邪善恶、分清好坏，知道我们要支持谁（川普）。 ”

自此，我有了更加坚定的信心，一定要支持川普。首先要加大发正念的力度，清除共产邪灵及干扰川普总统连任的一切邪恶因素。其次要利用一切机会揭露大选舞弊事件，让人们清醒知道民众选的总统是川普，而非别人。三是积极参加支持川普的游行集会或根据自己的实力捐款等。

第二天，师父又在大纪元发表诗作《大选》。我体会这是师父明确告诉我们，人类社会的一切乱象源自于共产红魔，被视为民主灯塔的堂堂美国总统大选居然有人作弊，搞的整个社会人人心寒，这一切需要人们有正义良知才能改变，但正义良知什么时候才能回到人们心中呢？！

作为大法弟子，我们是来助师正法的。师父说，“救常人本来是你们的事情。我救你们，你们救常人”[1]。在这世间变换的关键时刻，我们更应该紧跟师父正法进程，在救度众生中发挥作用，去揭露大选舞弊，唤醒被蒙蔽的世人。让他们明白支持川普，就是站在正义一边，就可铲除一切邪恶势力，有一个美好的未来。

一、承载天命的川普

从我开始为川普总统发正念以来，我天目每天看到的川普都是顶天立地的巨大形象。在他上面还有师父的法身，并投下一根光柱在他身上护卫着他。而那些试图干扰他，阻止他连任总统的邪恶生命只能在川普脚下窜来窜去，就像蚍蜉撼大树，根本不值一提。

川普命系于天，还有大事在等着他去做，岂是这些邪恶小人所能加害的了。这些邪恶小人之所以能制造出一些事

端，主要是其背后有共产邪灵在操控，它们想败坏人的道德，从而毁灭人类。所以，我认为世间乱象中，主要还不是川普能不能连任的问题，而是人们能不能从乱象中分清善恶、正邪，择善而从。当大多数人有了正义良知，总统大位非川普莫属。

之前，有同修看到川普在另外空间是个金毛狮王的形象，非常雄伟，气势庞大，有时会张着血盆大口冲着邪恶和黑手烂鬼，和共产邪灵战斗。他的周围有时会出现其他的狮子并肩战斗，但他是狮中之王，他们和大法弟子是在一起的，都在发挥强大威力消除邪恶。我觉得这只是川普一个方面的情况，实际是预示他会像狮子王般勇猛，坚强。

最近，川普在推特上转发了一个视频。视频讲的是一头雄狮在非洲草原上落单了，一大群鬣狗围上来，向它逼近，越来越远，有的鬣狗扑上去撕咬狮子的后背。狮子挣脱后，向鬣狗吼叫，展开反攻和追逐。最后，鬣狗落荒而逃。

我理解，川普总统转发此视频，一方面自喻雄狮。这位三军统帅，肩负着重整美国、抗击共产主义的使命。他会冲破重重阻力，勇往直前，王者之风，无人能及。另一方面是鬣狗成群结队，来势汹汹。这影射各方邪恶势力——腐败政客、大媒体、大财团、大科技公司对川普总统的围攻，形势极为凶险，但最后川普总统会大获全胜。

二、见到川普总统

我早就有参加支持川普集会的愿望，当我知道 11 月 14 日（周六）华盛顿 DC 有支持川普的集会游行后就决定参加。这天清晨我和几位同修一起从纽约出发，上午 9 点多钟就到了华盛顿 DC 自由广场（Freedom Plaza）。这时来自全美各地支持川普的民众几乎已经站满了整个广场。有的举着美国国旗，有的举着写有“TRUMP 2020”或“STOP THE STEAL”

的牌子。

大约 10 点，广场出现欢呼，并潮水一样朝广场北边的街道涌去，再仔细看原来是有车队过来，我的第一反应是川普总统来了。我也迅速跑到街边，看着一辆接一辆的车从我身边开过，我目不转睛地仔细看车里面的人，终于透过一辆黑色轿车车窗玻璃，看到川普总统戴着红色帽子在里面带微笑隔着玻璃向人群招手致意。川普总统的车队绕广场一圈后离去。

来参加集会的人给我的感觉都很阳光、和善，很有文明礼貌。特别令人感动的是，来参加集会的人看到《大纪元时报》工作人员后都投来敬佩的目光，还说“The Epoch Times is good”，并主动与工作人员握手，合影。

三、沼泽里的生命

川普总统誓言要抽干华盛顿沼泽，打击腐败的政客。这好像是一种比喻。但我发正念时发现，有些邪恶的政客真的就是沼泽里的生命转世。当然这些生命并不多，其他人则是因为对财富、权利的执着变得贪得无厌，被诱惑跟着邪恶一起干坏事，与魔共舞。

我很多次发正念清除干扰川普总统连任的邪恶时，都会出现一个人的面相。如果进一步看其是什么，发现其真正的生命是土黄色类似于鳗鱼的动物。后来突然想到，鳗鱼是雌雄同体的生物，它的性别受环境影响而变化。当食物不足、种群密度高时就变成公的，当食物充足密度低时，就变成母的了。至此，我豁然开朗，为什么在美国搞出男女同厕的荒唐法案来了。负责这个法案的人头脑中带有其生命本质的东西，只是他人的这一面不知道。

还有许多其他情况，这里就不一一说道了。总之，那些在世间干坏事的人，无论是腐败政客、金融大鳄，还是科技