

正见周刊



全世界大法弟子恭祝师尊新年好

第 750 期

2017 年 1 月 3 日

目录

正见新闻

神韵 2017 加拿大巡演 总督及国会议员祝贺	/3
神韵第五团全球首演爆满 北卡观众盼时间凝固来欣赏	/3
新加坡法会召开 展现大法弟子风貌	/4
台湾屏东祈福晚会 镇长盛赞法轮功	/5

正义之声

美国知名企业表彰法轮功学员反迫害	/6
------------------	----

邪恶曝光

为什么中国大陆怪事多	/7
------------	----

修炼体悟

珍惜这万古不遇的机缘	/11
户外炼功的是与非	/13
感悟修炼的严肃性	/16
忍辱中向内找不断学法归正的实修过程	/19
另外空间的捆妖绳	/21
指出协调人的缺点，也是修自己的过程	/23
辨清色魔 去掉色欲心	/24
莫让几个馒头毁了自己	/29
体悟“真、善、忍”	/30

万物有灵

只选择“做正事”的手机	/37
-------------	-----

神传文化

简化篆体创造隶书的王次仲	/38
--------------	-----

半天，故意落下三根翎毛，使者只好拿着这三支羽毛回去向秦始皇复命。秦始皇向来爱好修道求仙的事，听使者说王次仲已经变成了神仙，挺悔恨的。王次仲变大鸟的地方叫“落翮山”，在现在的河北（古幽州），老百姓一直在祭祀他。

王次仲就是神派下来，创造文化的神。其实很多的文化和技术，都是神下来传给人的。理由就是他们没有任何的老师怎么会知道那么多人都不懂的知识呢？

原文：王次仲者，古之神仙也。当周末战国之时，合纵连衡之际，居大夏小夏山。以为世之篆文，功多而用寡，难以速就。四海多事，笔扎所先。乃变篆籀之体为隶书。始皇既定天下，以其功利于人，征之入秦，不至。复命使召之，敕使者曰：“吾削平六合，一统天下，孰敢不宾者！次仲一书生而逆天子之命，若不起，当杀之，持其首来，以正风俗，无肆其悍慢也。”诏使至山致命，次仲化为大鸟，振翼而飞。使者惊拜曰：“无以复命，亦恐见杀，惟神人悯之。”鸟徘徊空中，故堕三翮，使者得之以进。始皇素好神仙之道，闻其变化，颇有悔恨。今谓之落翮山，在幽州界，乡里祠之不绝。（出《仙传拾遗》）

了。使用这么久以来从来没有出现过这种情况，这时我悟到了，万物有灵，这个手机已经不是普通的手机了，它是法器，只能专门用来学法和做有关大法的事情，而不能把它当普通手机使用。用作其他常人生活的方面，便是贬低了它，它自然就不高兴了。

可见一个手机都能为做证实法的事情而感到光荣，更何况是人呢？法轮大法是宇宙根本大法，万物都是为法而来，选择了大法就是选择了未来，希望众生不要错过这次万古机缘！

神传文化

简化篆体创造隶书的王次仲

李义 整理

王次仲据传说应该是为上古神仙，据说是他创造了隶书。

据《仙传拾遗》记载，王次仲是古时的神仙。那时正是周朝末年战国时代，各国正互相纷争征伐，策士们到处游说“合纵连横”策略的时候，王次仲正住在大夏山小夏山中。他认为当时通行的篆体字，写起来很费事而用处不广，而且人们很难在短时期内学会使用篆字。现在天下这么纷乱，事情繁杂，文字的普及是很重要的。

王次仲就把篆体、籀体字变化成隶书，秦始皇统一天下之后，认为王次仲改革文字为统一大业立下了功勋，就请他到秦国来作官，但王次仲拒绝了。秦始皇很生气，又派了使者去传诏让王次仲入秦，并对使者说：“我征服了各诸侯国，统一了天下，谁敢不臣服我！王次仲不过是一个书生，竟敢违抗天子的圣命，何等狂妄。这次你去召他，他如果再不来，就杀掉他，提他的头来见我，以正法纪，让他这种人再不敢傲慢抗上！”使者到了山里见到王次仲，宣示了秦始皇的诏命，王次仲立刻变成一只大鸟振翅飞去。使者又惊又怕跪在地上不住的磕头哀求说，“您这样做，叫我怎么回去向皇上交差啊，皇上非杀了我不可。请大仙可怜可怜我吧！”那大鸟在空中盘旋了

正见新闻

神韵 2017 加拿大巡演 总督及国会议员祝贺



享誉全球的神韵艺术团 2017 年度世界巡回演出已于 2016 年 12 月 22 日在美国底特律、俄克拉何马城、辛辛那提等多个城市同时拉开帷幕，再次将全新的演出呈现给全世界观众。加拿大总督大卫·劳埃德·约翰斯顿（David Lloyd Johnston）和联邦国会议员近日发出贺信，向观赏神韵的加拿大观众表达祝愿。

加拿大总督已经连续多年为神韵发出贺信。在今年的贺信中，总督首先表示，他非常高兴地向有幸欣赏到神韵艺术团演出的所有观众，致以他的祝愿。

贺信中，总督写道，“透过难以置信的表演以及耀目的展现，神韵艺术团的艺术家用他们的创意和善意，将给观众带来启迪。年复一年，他们的演出带给观众独一无二的体验，让他们赢得赞誉。我相信在 2017 年巡演季，他们将一如既往。”

贺信最后，总督祝愿前来观看神韵演出的每一位观众获得“视觉飨宴”。

神韵第五团全球首演爆满 北卡观众盼时间凝固来欣赏

神韵艺术团新成立的第 5 团——神韵北美艺术团的全球首场演出，于 12 月 30 日在美国北卡州夏洛特贝尔克剧院（Belk Theater）拉开帷幕。当晚剧院爆满，观众感恩。

观众完全沉浸在演出中。精彩处，掌声不断；幽默诙谐时，会心大笑；感人至深处，悄然擦拭泪水；全场结束之际，一遍遍挥手致意。还有观众在演出结束后说，“神韵是人人都应该起立致敬的演出”。

很多观众彼此相约明年再观神韵。一位艺术界观众听说当

晚是神韵新成立第五团的全球首演后，惊讶不已，她表示，这些艺术家们的技艺如此高超和娴熟，完全超出了她的想像。走出剧场时她感动地说，自己心满意足；并且这不会是她最后一次来看神韵，以后绝对还要再来。

当地主办方介绍，有观众特地从美国西部加州订购 10 张北卡神韵票，一些观众毫不犹豫地直接买高价票，而当地高价票早在一周前卖光。还有观众激动地表示已经连续 7 年看神韵，一位女士在订票的时候说，之前已经好几年看过神韵的消息，今年终于能够成行，她觉得神韵会给她明年带来一年的好运气。

新加坡法会召开 展现大法弟子风貌

新加坡法轮功学员



年末岁尾，当人们欢庆将迈入新年的时候，一年一度的新加坡法会也如期而至，这已经成为新加坡法轮功修炼者们的重要节日。二零一六年十二月二十六日，来自马来西亚、印尼、越南等地的同修与新加坡法轮功学员相聚一堂，喜迎新加坡法轮大法修炼心得交流会。

二十位学员在法会中分享了遵循“真、善、忍”原则修炼身心、广传真相的经历与感悟。不同题材的稿件展现着身处社会各个角落中的大法弟子纯朴、善良的精神风貌，在他们的周遭环境中“法轮大法好”已深植人心。

一位来自马来西亚的中医师在接受采访时介绍说，法轮大法已在他们当地不同族裔的人群中传播开去，他与多位同修一道前来，非常珍惜参加法会的机缘，并盛赞法会办的成功。一位来自中国大陆初次在海外参加法会的同修感到“非常震

程，是不断的失去人心、失去人的观念的过程。

以上是我个人的修炼体悟，如有不在法上的地方，请同修给我提出来。

万物有灵

只选择“做正事”的手机

纯真

我有一部很古老的智能手机，它是智能手机刚开始普及时交话费送的一部小牌子的手机。后来有了新手机，这部旧手机就被闲置下来了，但它外观完好只是系统运行有些缓慢所以就没舍得丢。之后我有幸得法，走入修炼，发现用智能手机的电子书功能学法十分方便，尤其是在外出时，既小巧便于携带，而且在外看手机也不容易引人注意。如果在里面装上炼功音乐和师父讲法录音还相当于一个 MP3。于是，这个曾经被闲置的手机就成为了我炼功学法专用的小法器了。

这样一用就是两三年，在完全超出了手机的正常使用年限之后，它还是一如既往正常工作，并且变得真正的“智能”了。比如，越来越省电；有时明明看着都电池预警快没电了，但听了一段讲法录音之后，电不仅没减少还又变多了；用于发正念的闹钟功能也很好，从来都很准时；但在我惰性太强，不愿起床炼功时，它就仿佛生气了一般，要么是故意不闹，要么就是闹铃的音乐自己变了（我设的闹铃是大法弟子创作的音乐，十分优美，当我求安逸心重，几次闹不起之后，闹铃声就会变成机子自带的刺耳的滴滴声）。

还有一次令我印象深刻的是，我在做一件普通的事情需要拍照和使用计算器，当时正常通讯的手机在充电不在手边，就想顺手用这个专用的手机来用一下它的拍照和计算器功能。谁知，刚点开那个相机按钮，手机就卡住没反应了；不得已只有关机重启，重启后我又点开计算器，刚一打开它又自动关机

的心不一样，非常不一样的状态，内心非常平静，有波动也是以平和为基础的，有一种稳定的力量，类似修炼人的坚定。

与同修沟通、交流、协调事情的重点在哪里呢？个人体悟是：在于倾听、理解、体谅和包容。别太急于表达自己的观点、看法。先耐心倾听、真正理解问清楚对方的意思，去理解对方，去体谅对方、为对方考虑，为项目整体考虑——这是一个放下自我的过程。说出的话真的对对方、对大家、对整体、对项目有帮助的才去说。我想这是一种善。

A 同修还与我分享，她参与项目中发现，项目中的学员，谈出意见和看法时，往往是站在自己负责那部分的角度讲的；而负责人则是站在整个项目上，从多方面考虑的，视野很宽。

洪大的胸怀是一种善的表现吧。说话、做事、考虑问题时：

心怀整个项目；

心怀新加坡大法弟子整体；

心怀整个大法弟子整体；

站在一个洪大的胸怀中去看问题、去思考问题、去提出解决方案、去与同修相处；不把个人的荣辱、得失看重。

“告诉大家，看录像、集体学法、集体炼功和我们今天所开的这样的法会，这是我给你们留下来的大法修炼的唯一形式。”（《美国西部法会讲法》）

我悟到，一个地区整体要提升，大组学法交流、小组学法交流，是非常重要的。同修之间的交流是非常重要的，因为是在修，又是在常人社会中修，大家都很难，在交流中大家会看到差距，会互相扶持、互相鼓励、互相包容，真正把各个学法小组、各个项目的学法小组、把大组的学法交流做好，真正能起到比学比修、共同精进的相互促进的作用，是每一位弟子的责任。把自己的修炼体悟分享出来，有时候是一种责任、是一种慈悲，最后发现自己也跟着受益。

写这篇体会的过程中，谢谢师尊的加持！谢谢多位同修的鼓励和支持！回顾得法至今的修炼历程，是不断放下自我的过

撼”。

法会结束后，学员们心怀喜悦与感恩，在二零一七年即将来临之际，向慈悲伟大的师尊合十恭祝新年好。

台湾屏东祈福晚会 镇长盛赞法轮功



二零一六年十二月三十一日，法轮功团体受邀参加一年一度的台湾屏东潮州镇岁末祈福游行和跨年晚会表演。沿途吸引很多民众观赏。人们纷纷拿起手机抢拍、鼓掌比赞。一直非常关注法轮功人权问题的镇长洪明江表示：“我每次看到法轮功学员都心生敬佩，‘真、善、忍’精神是我们的榜样，这个城镇就是需要这样的氛围。”

送走二零一六，迎向崭新的二零一七，潮州镇举办跨年迎新晚会并邀请法轮功团体踩街游行。在天国乐团引领下，美丽的仙女队、祥和温馨的炼功队、活泼喜气的腰鼓队绕镇一周。店家、路人纷纷跑出来，驻足观赏，人们争相拍照、鼓掌比赞，呈现一片祥和。

潮州镇长洪明江表示：“我每次看到法轮功学员都心生敬佩，今天潮州岁末祈福活动，能邀请到法轮大法天国乐团、腰鼓队为活动带来闪亮点，是我们潮州人的福气，真的感谢法轮功，法轮大法好。”

镇长很感激地表示：“我看到法轮功团队每个团员都精神抖擞，面容愉悦、好快乐，我想这就是法轮功强调的‘真、善、忍’精神，每个团员内心和面容表现出来的就是那么的‘真’诚，那么慈祥‘善’良。这是我们的榜样，这个城镇就

是需要这样的氛围。”

“虽然我不是法轮功的成员，我对法轮功的印象非常美好。他们不只为了自己的身体健康，更把祥和健康之道带给社会。我看大陆法轮功学员，面对中共极权打压，他们不气馁，不畏强权，不怕危险，只要是对的事就坚持到底，这种坚忍不屈的精神真的让我深深感动，也非常钦佩。真的了不起，法轮大法好。”

屏东有三个镇，以潮城镇人口最多。镇长表示：“因为法轮功的真善忍精神，让我有一个很好的榜样和启发，我要打造潮城镇成为一个友善的城镇。”镇长再次大拇指比赞，说：“法轮大法好”。

正义之声

美国知名企业表彰法轮功学员反迫害

明尼苏达州法轮功学员

经过海外法轮功学员多年不断的讲真相，目前西方主流社会对法轮大法（又称法轮功）及发生在中国的迫害真相越来越了解，越来越多善良的主流社会民众公开对法轮功学员表示支持和敬佩，并对在中国发生的信仰迫害进行谴责。

不久前，在美国第三大食品公司通用磨坊（General Mills）全球总部工作的一名法轮功学员于萍萍，获得了公司“服务社区、服务世界”的奖项，以表彰该学员在公司总部所在的明尼苏达州揭露中共迫害、特别是呼吁制止中共活摘法轮功学员器官方面所作的努力。

通用磨坊公司是全球第六大食品公司，在全球 500 强企业名列前 200 名以内，是在美国最受欢迎的企业之一。该公司成立于 1856 年，至今整整 150 年历史。公司经营多个食品品类，旗下众多品牌几乎都是家喻户晓、享誉世界的经典品牌。公司全球雇员人数近四万名，年营业额超过 160 亿美元。

2016 年 10 月 27 日下午，在公司亚裔协会年会的颁奖仪式

我指出来了。那一次，在我谈完体会后 A 同修说：“我感受到你心里的寂静、平静，但你有点‘冷’，就是‘萧索’。你知道‘萧索’吗？萧条的萧，索道的索。”大概是形容一个人，平静、冰冰冷冷的样子吧。我愣住了。A 同修一下子把我内心状态、我的心境说出来了，我真的是这个样子的。请她继续讲。

同修 A 说了一件事情，有一次，同修 B 拍了一张同修 A 一个人静静的坐着的照片。同修 B 说：“你看，你就是这个样子的。有点冷。”同修 A 看了照片中的自己，吓了一跳，照片中的自己面无表情，冷冷的感觉。同修 B 说：“也许，等你以后修出慈悲心了，就好了。”

“也许，等你以后修出慈悲心了，就好了。”这句平平淡淡的话，深深的震撼了我。

这句话单纯、直接、平淡而充满希望。使用了正面的角度、思维去看待事情，对对方是一种支持、鼓励和指引。是正的思维，是正的话。

这件事情，如果放在以前的我会起到什么效果呢？如果我是 B 同修，拍了 A 同修一张面无表情、冷冰冰的照片，我会说：“你怎么这么冷？冰冰冷冷、面无表情！……你这样不善呀！没有慈悲心呀！”这是站在反问、对立、指责、否定，着眼于眼前的不足，甚至是挑毛病的党文化思维、角度、心态去看待和处理事情。这不是正常人的正常状态、正常思维。

“善”我现在还体悟不好。我体悟“善”应该是在事情发生的时候，首先第一念能够想对方，重心放在对方身上，不是放在自己身上。而我现在在正念强时，只能做到，第一念找自己，我无法在第一念就想对方，这就是没有“慈悲”；我以前的“善”都是人的情，是人心。

一位同修对我说：“修炼人能方方面面做的好，都来自善修。”这句话讲的挺好，同时发现自己目前就是这句话反过来的状态——在日常生活中，方方面面要求自己善，方方面面要求自己先想别人。也惊讶的发现，修善的过程，与以往修其它

即使是这样看明白了，我还是有很强的不愿“舍”去这个执著心的强烈人心。我开始学法。

师尊在《精进要旨》〈圆容〉中说：“忍中有舍，而舍尽方为无漏之更高法理。”

师尊在《精进要旨》〈无漏〉中也说：“忍中有舍，能舍是修炼的升华。”

我明白了如果想要修炼上有升华就必须要有“舍”。我下了一个决心！去掉这个执著心的决心！一种破斧沉舟的决心！我发现每次去执著心的时候有一个特点：就是下一种决心！去掉这个执著心，坚定的决心！

通过学法，我理解到，为什么在被说、被指责、被否定，甚至被骂、被打的时候，不气恨、不委屈，是因为：在被说、被指责、被否定，甚至被骂、被打的那一刻，思想里、心里动的第一念是想自己、找自己，想自己在修炼上有什么执著心？想自己有什么漏？想自己哪方面没做好？对对方不气、也不恨，根本就不动念想对方怎样！——这是在个人修心方面的状态。不包括正法方面、救度众生方面，及师尊讲的《忍无可忍》的法理。

如果一个人要骂人、打人，这个人首先要处在骂人或打人的状态，这个人心情一定不好，心里一定不好受，他一定很难受，不然这个人不会骂人、打人的，那么处在这种状态之下，这个人首先伤害的是自己。他已经在伤害自己了，他很难受！这个人真可怜！

三、体悟“善”

师父说：“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。”（《转法轮》）

目前，当我在正念强时，会处在一种思想无杂念、心无杂念的美好状态；和处在一种对别人理解、包容和宽容的状态，表现为：遇事情第一念想自己，根本不去想对方的时候，我出现了一个自己也说不明白的状态，在一次学法小组上 A 同修给

上，于萍萍所在部门的高层管理人员强森女士向在场的 200 多名员工介绍了于萍萍获奖的原因，并为她颁奖。

在致辞中，强森女士感慨地回忆道，自己初次听该法轮功学员讲述其亲友在中国所受迫害及中共活摘法轮功学员器官恶行时，内心感到非常震撼和悲伤，同时对法轮功学员揭露迫害、制止活摘的努力感到钦佩。她还提及了明州参议院于 2016 年 5 月一致通过的谴责中共活摘器官的 2090 号决议，以及很多法轮功学员死于活摘等事实。强森女士随后向与会员工介绍了该学员对议院、当地社区、军队等讲真相的努力，并感谢法轮功学员帮助明州民众了解真相及参与制止迫害。

强森女士感人的致辞引起了听众的热烈反响。当强森女士在致辞的最后报出于萍萍的名字后，于萍萍在全场观众热烈的掌声中走上主席台，接受了强森女士颁发的奖杯。强森女士热烈拥抱她，并真诚地祝贺她获奖。

参加颁奖仪式的多数为公司亚裔协会成员，包括一些来自中国大陆的员工。在座的还有不少非亚裔的公司各部门高级管理人员。

邪恶曝光

为什么中国大陆怪事多

大陆大法弟子

中国大陆怪事多。在正常的国家里，人们在法律和道德规范的范围内生活，所作所为不感到有什么不对的，但在中共暴政肆虐的中国大陆，名义上也有中共的法律，但是演绎出来的却是怪事连篇，既不合人情道义，更不合天理，却被中共的官员们当作真理供奉与实践，从而演绎出了咄咄怪事。

怪事一：宣传做好人却违了法

明慧网报道，2016 年 11 月 24 日上午，成都市新都区法院公开审理了四川省成都市法轮功学员丁惠、郑斌的“违法”案

件。当法庭的屏幕上播放出法轮功真相传单、杂志、对联、光盘等所谓的“证据”照片时，律师要求法官把这些“证据”拿出来看看，却遭到了法官的拒绝。

辩护律师说：“按照法律规定，照片上的这些东西不能作为陈堂证供。”然后他从自己的公文包中拿出了一本明慧期刊，对大家说：“我这里也有一本法轮功的宣传品《明白》，上面讲的是一个老人修炼法轮功后怎样做好人的故事。”并当庭宣读了期刊上法轮功学员修炼的三个故事，还叫法官拿去看看，遭到法官的拒绝时，律师对法官说：“为什么你就不敢看看这本法轮功的宣传品呢？宣传做好人的事迹怎么会违法呢？”

中共的法官判宣传做好人的人有罪，却又不敢当庭出示所谓的“罪证”；律师把真相册子《明白》送给法官看看何罪之有，法官拒绝，不敢看，这法官是以法律为准绳，还是在以中共 610 的马首是瞻？！中共自己制定法律却又破坏法律，目的何在？

怪事二：无神论审有神论

明慧网报道：2016 年 12 月 22 日上午，山东省平度市法院在即墨普东看守所非法庭审法轮功学员张秀美。审判长问：“你看到在场的谁要回避？”张秀美义正词严地要求：“我不同意公诉人在场。我是有信仰的人，我不同意无信仰的人（共产党员）在场。”张秀美的辩护律师提出申请：公诉人和法官是党员，是无神论者，而我们都是有信仰的，是信神的，相信善恶有报的，一个无神论者来审理必然带有偏见，要求共产党员回避。辩护律师依据中共的法律提出张秀美作为有宗教信仰的公民没有违法，法庭不应该开庭审理。结果法庭休庭商议后，拒绝了律师的请求。

按照常识，无神论者怎么能审判有神论者，这不是胡闹台吗？一个不相信神佛，不相信善恶报应天理的人能理解相信神佛，有心法约束的人的境界与追求吗？就象蚂蚁审判人，它能

的。为什么呢？因为当时我买婴儿车雨衣的时候，心里得意、美滋滋，思想里反应：哎呀！这雨衣真好啊！游客看到了会羡慕的。就是这个念头。还有，我刚刚给婴儿车罩上雨衣时，心里也是得意、美滋滋，思想里也是：这雨衣真好，游客会羡慕的。

第二件事情，有一天，有一位同修对我说：“A 同修说 B 同修没有真正向内找。”我思想中第一个反应是：难道我没有真正向内找？我根本不动念去想 A 同修怎么样、B 同修怎么样；我第一念真正做到了向内找自己。心里觉的奇怪了，觉的不可能，我认为自己时时刻刻都在向内找的呀！第二天，有同修对我说：断色断欲这个情就淡了。还背师父的诗：“常人只想做神仙 玄妙后面有心酸 修心断欲去执著 迷在难中恨青天”（《洪吟》〈谁敢舍去常人心〉），同修强调一个“断”字——“断欲”。

那阵子我在修那个情，很是头痛，处于不知道该怎么修、不知道该怎么办好的状态。听了同修说的，也没太放在心上。第三天晚上，电脑一开机就闻到烧焦的味道，找不到哪里有问题，为安全起见还是关机吧，在关机的过程中，看见电脑线的一个地方在冒烟，关机后，切断电源，电脑线我轻轻一拉就断了，只剩一点点皮连着，当然家里很安全，没有跳闸。我感到问题严重了，心性上肯定有漏了！我开始面对自己的“心”和“思想念头”！不再逃避，面对自己的心，面对自己的思想念头！回想起自己这几天思想是怎么动的念头？心是怎么动的？感受是怎样的？

还真把自己吓一跳，不仅是这几天，这二、三个星期以来，我的思想和心严重的偏离法，没有慈悲，没有救人的心，正念也没发好，整个不是一个修炼人的状态！回想这三天，我发现一个问题，自己内心深处一直在掩盖、保护某个执著心，处在不忍心、不舍得去掉那个执著心的状态！也就是没有真正的向内找！没有“断”这个执著心的决心！

心背。

我发现，在日常生活中修自己动的每一个念头，这样的话闯关非常快速，提高起来也非常快速。其实，我们修的是大法，大法大的无法想象，就看弟子对自己的严格要求成度了！

那么，什么是精進？精進是什么样子的？有一位学员对我说：“精進就是严格要求自己。”开始，我听不明白，也想不明白，一次在学《转法轮》第六讲，我就明白了。师尊说：

“因为炼功不是体操，而是超出了常人的东西，那么就得有更高的理和标准来要求炼功者，必须做到才能达到目地。”用更高的理和标准来要求自己，严格的要求自己，相信师父，按师父说的去做。过程中没有强为，处在平和的、随其自然的状态。

二、体悟“忍”

“忍是提高心性的关键。气恨、委屈、含泪而忍是常人执著于顾虑心之忍，根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍。”（《精進要旨》-何为忍）

修炼者之忍是不产生气恨、不觉委屈，可是闯关的时候，我会诉苦：“师尊呀！弟子真的是气恨、真的是委屈、真的是含泪而忍呀！”我在想，这个不气恨、不委屈、不含泪是什么样的状态呢？我最近经历了两件事情：

第一件事情，在景点。每周大约有 3 天左右，下午我会去景点。早上送小弟子上学后，先上 RTC 平台值班，中午 1 点接小弟子放学，午饭后用婴儿车带小弟子一起到景点。有一天，山上下小雨，小弟子在婴儿车里睡觉，我用专用的婴儿车雨衣把婴儿车罩住，然后发正念和炼功，这时一位游客经过说了一句话：“这不把孩子热死！”当时，天气凉爽下着小雨，婴儿车里有小风扇，小弟子在里面睡得很香，不太可能会热呀，这游客怎么讲出那番话？好奇怪！听到这句话的一瞬间，我忍下了被误解、被讲的心，思想第一反应是：这是针对我的什么执著心来的呢？对照自己，马上就明白了，是针对我的显示心来

讲出正理吗？

怪事三：公、检、法、司机构人的荒唐言论

中共的公、检、法、司机构的人员应该是懂得法律的，但是他们说出来的却是不可思议的言论。江苏省南京玄武区国保警察李建华狂妄的说：“在这里法律说了不算，我说了算，我们就是法律。”这时又来一年轻警察，态度更为恶劣，说“在这里没有为什么，我说了算，今天做也得做，不做也得做（指采血、采指纹），你们不服可以去告我。明慧网已经曝光我了，我也不怕再多作恶一次，你们也可以去上明慧再曝我一次。我姓王（王路），在明慧网上可以看到。”要流氓已经到了无耻的地步。

山东即墨法轮功学员李红蕾被即墨市通济派出所绑架。其女儿委托律师来到山东省即墨市公安局国保大队，依法要求取消对其当事人小女孩黄如莹的会见限制，要依法会见。该队长大怒，拍案而起：“你这是给我下套！我知道你法律条文很熟，你不要跟我讲法律！”律师告诉他：“你们这是违法了。”旁边一工作人员有恃无恐的样子说：“违法就违法！”中共法官的言论：“讲一句加一年刑期。”“一个字加判一年。”“只要你们把北京律师辞退了，法院出钱给你们请当地最好的律师。”“党不让辩护的。”“我们就是要和你们作斗争，我们就是要为共产主义奋斗终生。”“你跟我讲法律干什么，我跟你讲政治。”“我们内部有规定，对法轮功不贴公告，不通知家属。”“就是人民强盗！你想当还当不上呢。”“保证不炼就判缓刑，炼就判三年。”“你该怎么辩，怎么辩；我该怎么判，怎么判。”“法轮功的问题可以不走法律程序。”……

中共的荒唐事例举起来不胜枚举。为什么中国大陆怪事频频呢？就是因为中共把中国变成了一个非正常国家。中共是邪教，要流氓是其本性；中共来世的目的是要毁灭人类，所以中共才费尽心机摧毁中华五千年传统文化，毁灭人的道德与良

知，摧残人性，泯灭人性，把人往假、恶、斗的方向引。人没有了道德水准，没有了基本的道德准则，就会善恶不分，是非不明，唯中共的马首是瞻，把善的当成恶的，把坏的当成好的，敢否定神佛，不认天理，中共说什么对就是什么对，中共叫杀人就杀人，中共叫迫害法轮功就迫害法轮功，叫活摘法轮功学员器官就敢做，而且毫无罪恶感，在中共的谎言中还认为是成就、成绩，甚至认为自己在替中共清理“敌人”。

1999年7月20日，中共开始迫害法轮功，我因为讲真相被绑架到看守所，狱警直言不讳的告诉我：“不要和中共作对，中共说你法轮功不好，你就不要炼了，炼，就是和中共作对，不抓你抓谁？”我问：“没有判断标准了吗？”狱警恶狠狠的说：“什么标准？中共说煤是白的，你就说是白的；中共说煤是黄的，你就说是黄的。没有标准。”

大陆的怪事频繁，道德乱象丛生，都是中共破坏了人心，摧毁了传统文化后造成的。人一步步的被魔变，思想变异，行为邪恶，还不自知，这不可怕吗？

法轮功为什么被中共迫害的这么惨烈？为什么时至今日对法轮功的迫害还没有停止？就是因为法轮功学员坚守了真、善、忍，不屈服于假、恶、斗，触动了中共的根本，破坏了中共毁灭人类的罪恶目的。法轮功学员讲真相，唤醒了世人的正念与良知，把中共的邪教本质与流氓本性彻底的暴露于世人的面前，给了众生一次宝贵的选择生命未来的机会，这是中共最害怕的，所以到今天，尽管那些迫害法轮功的中共高官们在天理报应面前纷纷落马、判刑，中共还是在迫害法轮功，迫害的借口是法轮功学员起诉元凶江泽民。中共一日不亡，它要害人的本质就不会变；任何对中共的幻想只能是害人害己。

走过来的这段历史已经给了我们很多的警示：明白真相，选择三退，是自救行为；拒绝真相，继续追随中共迫害法轮功，是不明智的行为，是害人害己的行为。关键时刻的一念之间，就是摆正生命位置的重要时刻。

抓住这一念，勇敢的作出选择，生命的未来一定放光彩。

时候，干脆背法，一背法身体就好了；刚要吃东西，身体又出现了很难受的虚脱状态；又闭眼休息，又背法，一背法身体又好了；就这样来回折腾三次后，我明白了，要尽量让思想保持在法上，通过不断背法和发正念可以达到。我体会到了去参加法会的严肃性，并要求自己在参加法会的七天过程中，尽量不去做与三件事无关的事情，和抑制任何常人的念头。接触巴厘岛本地同修和民众过程中，发现他们眼神单纯、直接，体察到他们内心清澈、明亮。一星期后回到新加坡，思想和心处在纯净、无杂念的状态，学法时，丰富的法理不断展现，这是我第一次体会到思想和心无杂念的状态。

思想、心无杂念的纯真状态是怎样达到的？我的体悟是，首先，在平常生活中严格要求自己，看住自己的思想念头、自己动的心，尽量去抑制。

“保证了大法弟子没圆满之前能在常人中正常生活，能够正常的在人群中救人，同时，正因为有这些没去完的人心，也能使你在人心的干扰中修炼，时时的警醒自己、修炼自己，完成大法弟子的责任，这就是威德，这就是了不起，这就是你们走的路。”（《二零一五年美国西部法会讲法》）

由于，我们是一下子面对所有执著心，同时师尊的安排是有序的。先看看自己最近在事情中、在矛盾中，最放不下的、最强的执著是什么？那基本上，就是找到了，抓到了要修的心！我呢首先抓住这个去修，当在日常生活中抓住的、抑制的执著心越来越多的时候，就会出现一个正念的状态，所有的执著心一出来就能马上在思想上、在心里，抓住它、抑制、排斥、并清除它！慢慢的就会过渡到一种，在正念强的时候，遇到任何事情，动的第一念是想自己，不去想别人了！要达到这个状态，我的体会是，尽量让自己的每一分钟、每一秒钟都溶于法中。怎样达到溶于法中呢？就是思想和心，一有空、一有时间，脑子里、思想里、心里马上背法、背九字真言或者发正念。哪怕是只有几秒钟，那就背九字真言。尽量集中精力、用

二天还可以接着吃。难道职工都不能吃的东西，你拿到家去就能吃吗？

大法弟子不管在哪里，都要心正，念正，要手脚干净，行为堂堂正正，不要有利益心，给常人留下一个好的做派或榜样，不要跟常人一样稀里糊涂的去做失德的事。虽然，你拿的东西不多，但却给常人留下了话把：“还大法弟子呢，和我们没啥两样，只不过是五十步笑百步。”而且，这里面也有个不失不得的问题。修炼人是向神看齐的，神不会做这种事，这种偷偷摸摸见不得人的行为是神鄙视的。漫天神眼都在看着每个大法弟子的一丝一念，当旧势力的神看到大法弟子有这种可笑的举动时，它会不会抓到迫害你的把柄：“这人还想成神呀？”咱们别为几个馒头毁了自己啊。再说，这应该是修炼初级的事情，眼下正法都要结束了，咱还有这个心，差的太远呀？

有什么样的人心，就会遇到什么样事情，只有用法衡量自己，不断洗净自己，提高自己，才能达到圆满境界的标准。

对看到一点现象后的浅见，恳请同修慈悲指正。

体悟“真、善、忍”

新加坡大法弟子

伟大、尊敬的师尊，您好！

尊敬的同修们，大家好！

下面交流一下在正法修炼中的个人体悟。

一、体悟真——纯净的思想状态

思想和心处在纯净、无杂念的状态下，我体悟到这是一种“真”的状态之一。思想中没有杂念、没有动念、心不动，不动任何常人的念，那是一种纯真本性能够返上来的状态。

今年 8 月，去巴厘岛参加亚太法会的飞机上，我发正念、背法，突然有个念头想：吃点东西。觉的也许是饿了吧，点了一些吃的东西后，身体出现了很难受的虚脱状态；闭眼休息的

修炼体悟

珍惜这万古不遇的机缘

中国大陆大法弟子

-与大陆同修共勉

恭祝师父新年好！

慈悲的师父好！师父新年好！

同修们新年好！新年添正念！新年更精进！

转眼又是一年，在这岁末年初，我们总结一下过去一年中，学法修炼和救度众生的经验，各自查找不足，在扎扎实实的修人心、修自己的基础上，更好的做好讲清真相的事。师父在法中再三开示讲清真相的重要性，师父在法中也多次鼓励新老弟子，人人都要走出来在第一线上讲真相、传真相。从法中认识到：讲清真相是正法的需要，是救度众生的需要，也是助师正法的一部份。

“轮回辗转为今朝，神路最后是真金”[1]生生世世，辗转轮回，我们已经走过了久远久远的年年岁岁，无论有多么久远，无论有多么沧桑，都是为了在今天的助师正法、救度众生中兑现誓约。

助师正法是我们史前的洪愿，此刻正在兑现中，只有不断的学好法，不断的修好自己，不断的加强正念，才能完成好这一洪愿。

现在已经是最后的最后了，在这宇宙正法即将结束，在这最后最后的时刻，让我们铭记师尊的告诫：“越到最后越不能放松，越到最后越要学好法，越到最后正念要越足。”[2]

紧紧把握住转瞬即逝的机缘，让我们在这殊胜祥和、互相学习的修炼场中，彼此加持、提醒、鼓励，就如何学好法修好自己、如何按照大法的要求做一个真正的大法修炼人，怎样更好的面对面讲清真相，加大面对面讲清真相的力度、深度，提高讲真相的质量、数量等方面引起高度重视，同时兼顾发放真

相资料、粘贴不干胶、悬挂真相条幅、邮寄真相信、拨打真相电话等救人项目的有力运转，共同努力，共同用心，以达到整体提高、整体升华。

我们身肩着救度众生的责任，我们历经了风风雨雨，在这最后的时刻，我们没有任何理由懈怠，没有任何理由放松学法、放松修炼。针对在修炼中表现出消极、不认真的这些状态，师父说：“可是你的生命的每一分、每一秒都在修炼中，你在浪费你自己，你在你修炼的这条路上在浪费有限的时间，没有走好自我的路。得认认真真的把你应该要做的事情做好了，这才是了不起的。”[3]希望我们与身边的每个同修，把握住 2017 年中属于我们正法修炼中的分分秒秒，还能再有多少修炼的时间啊！不敢预测不该预测的未知，也不该执著正法修炼的结束时间。但是从法中我们知道了：时间对所有的大法弟子，对宇宙中的无量众生都是紧迫的。

不到一个月的时间，中国传统的过年习俗就要到了，年味是越来越浓，让我们利用好过年前后的这段时光，把它真正当成修炼、救人的时机，切莫流于常人式的忙忙碌碌为过年，走亲串户拜过年。年前的购物备货中，把讲真相放在第一位，一走一过中传真相、送福音。大年正月访亲拜友时，用心讲真相，慈悲唤回归。

过去的年节中，我们无意中被常人的节假日、儿女亲情所累所缠，无意间流走了不少时间，放松修炼后，有的出现不同程度不同情况的干扰麻烦，或病业或消沉或家庭关难等等。在这 2017 年的关键年头，让我们的主意识精神起来，主导着我们的主体做好该做的。

邪恶的迫害，近十八年了。十八年来，全世界大法弟子证实大法、反迫害、讲真相、救众生、齐心合力，共同开创了今天世人逐渐明白真相、接受大法的环境，邪恶也所剩无几。正法就要结束，新的、无比壮丽的、美好的宇宙大穹即将展现，大法弟子完成历史使命即将圆满回归。

然而，一个弟子离开了大法，或迷失、或掉队、或松懈，

如师父法中所说：“学法不怠变在其中 坚信不动果正莲成”。（《洪吟二》）今生我们能够当大法弟子是无比幸运，无比自豪，无比荣耀的！我们千万要珍惜这万古机缘。

莫让几个馒头毁了自己

大陆大法弟子

同修在一个单位做饭，几个厨师都是常人，单位是公家的很富裕，除了职工吃饭外，还经常招待客人，厨房里经常剩一些零散的肉类、蔬菜、米饭或馒头什么的，晚上下班时，常人厨师经常往家里拿。开始同修挺拘谨，觉得修炼人不能沾边。可是时间一长，就容易被这种风气感染，再加上常人厨师吹风：“大家都拿，你咋不拿？傻呀？”慢慢的，同修也拿一点，比如：职工吃剩的馒头，烙饼，油炸丸子，酱牛肉……都是厨房里剩下的。而常人厨师呢，拿的更大胆：大块的牛肉和猪肉，鸡鸭，成桶的油……夜间下班很晚，拿多少也没人看见。同修说：“我和他们不一样，我是拿职工吃剩的，他们是拿成品的，性质不一样。”

我还发现，本地几个在餐馆或者食堂打工的同修，多多少少都有点这方面的常人举动。

我觉得，不管拿成品的也好，还是拿吃剩下的也好，性质是一样的：都是为私为我的。作为修炼人，不管在哪里，都应该洁身自好，社会风气是败坏了，可我们不能这样呀，我们是截止世下流，不能跟着败坏的潮流走，那还叫什么修炼人？师父在讲法中都告诉了我们了：“针织厂的毛巾头过去经常往家揣一块，职工都拿。学功以后他不但不拿了，已经拿家的又拿回来了。”（《转法轮》）其实，当你伸手去拿公家东西时，不管拿多少？心性已经降到常人那个境界上了。常人是利欲熏心，你是知法犯法。不管怎么说辞，都是掩盖那颗放不下的蝇头小利的贪心，不然你拿那点东西干啥？况且，所谓的吃剩饭菜和米饭，馒头或肉类等，其实都是没拿到餐桌上的成品，第

写出来这些，主要是想提醒那些长期色欲关过不去的同修，当你在这个空间出现所谓的生理需要时，基本上是另外空间的这类色魔在勾引你，想毁你，最好的办法是，要从法理上认清色欲的危害性，要有修掉色欲心的愿望和决心。当干扰出现时，你能够分清那不是你，而是色魔，不要它，不承认它，排除它，发正念清除它，师父在另外空间都看的清清楚楚，就会帮助清理掉；但是如果认识不到色欲心的严重性，内心还觉得是一种享受的话，我想这关就很难突破，师父也很难帮你。严重时，甚至色魔会利用各种形式迫害你失去性命，师父在《转法轮》中讲过：“有人想了，为什么这么多大觉者，这么多高功夫师父不管呢？我们这个宇宙中还有一个理：你自己求的，你想要的别人不愿干涉。”。（《转法轮》）

有的同修和我交流说：我思想上也重视了，行为上也约束了，所谓的生理需要越来越淡，但是脑子里经常会忽然闪现出男女方面的邪念，感到很沮丧，在我的层次上理解，这还是色魔以及色方面的思想业力在往你脑子里反应这些肮脏的念头。如果平时不太重视发正念清除自身空间场，就不时的会有类似的邪念出现。另外呢，还要分清真我和假我，别把这个色魔反应过来的信息当成是自己想的，所以要及时清除它排斥它。

随着我学法的不断深入，心性的不断提高，层次也在不断的突破。得法初期，我的空间场中，经常会看到一些想害我命的低级生命，比如动物灵体、野猪、野兔、蚂蝗及丑陋不堪的怪虫，尤其以形形色色，大大小小的蛇最多，他们都拼命的想咬我的脖子，害死我。我那时候没有能力去清除他们，只能被动的去反抗挣扎，而现在，我的空间场被师父清理得干净明朗，身体也不断被净化，也看到了自己从微观一步步突破出来的神通本领，前后对比，反差巨大，发生了翻天覆地的变化！我深深体会到：师父的每一句法是真言，每一句法是能量，每一句法都具有威力无比的法力！

只有听师父的话，坚定不移的信师信法，扎实学法，扎实悟法，做到实修心性，才能一步一步突破，才能功成圆满。正

谁能想象到师父有多么的着急与痛心！仰望师恩，师恩浩荡，慈悲的师父珍惜每一个弟子，不愿落下一个弟子，期盼着迷失的弟子从新回到正法修炼中来，期盼着掉队的弟子赶紧追上来，期盼着松懈的弟子抓紧精進起来。师父说：“师父说的三件事都很重要，希望大家在最后的这段路把他走的更好。那些做的好的，不要松劲，不要松劲。这么多年大家走过来不容易，师父珍惜你们，师父也感谢你们。” [4]

殷殷期盼厚重而深邃，注满了师尊无限的希望与无量的慈悲。

同修们，精進起来！过去的十八年永远不会再有……让我们勇猛精進，珍惜师父用巨大的付出为我们创造的一次又一次走向圆满的机缘。

在这相互提醒、相互加持的修炼环境中，让我们共同温习师父的贺词：“坚定的走好最后的路，学好法，在修好自己的基础上，正念自然就会强，大法弟子应该做的事就一定会做好。邪恶完了，环境变了，更不要放松自己的修炼，在救度众生的神圣使命中铸就你们的威德与辉煌吧！” [5]

新年来临，谨以此文与同修共勉，珍惜自己！珍惜同修！珍惜时间！珍惜众生！珍惜这万古不遇的机缘！

若有不妥，请慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟 四》〈月明〉

[2] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈致加拿大法会〉

[3] 李洪志师父著作：《二零一五年纽约法会讲法》

[4] 李洪志师父著作：《二零一五年美国西部法会讲法》

[5] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈贺词 二零零九年五月十七日〉

户外炼功的是与非

大陆大法弟子

“户外炼功”在中国大陆真是一个令人向往的词汇，自从1999年邪恶迫害之后，再也没有这样的机会了。可是这却是大法的传统，大陆的法轮功学员在迫害的环境下还无法坚持这样的传统，真是遗憾。

前些年，偶尔听说有出去户外炼功的人，但是很少，我一直也没碰到，以致师父在讲法时提到有的人已经开始出来炼功，我还是半信半疑的，因为迫害的环境下，我对法的坚信程度还不是那么好，所以在这方面，我一直觉得自己有点落后。

因为是在迫害的环境中，所以对于安全自然是十分的注重，一听到有人要户外炼功，就非常的反对。大概3年前，外地同修到我们城市组织了几十人户外炼功，很多人被抓，造成了很大损失。其中一个组织者被迫害致死，还有几个人也被迫害的非常严重，面临3到4年的非法刑囚。基于这样的事情，我更加坚决的反对户外炼功。可是反对的同时，我也在问自己的内心：自己这么反对真的是为了同修的安全着想，还是因为自己的怕心呢？好长时间都没有得到答案。

一个偶然的机会到外地出差工作，因为环境陌生，找不到同修。讲真相做的也不是很好。某一天，突然萌生了户外炼功的想法，想验证自己是因为怕心而反对户外炼功，还是为了别人的安全而反对。到了凌晨4点左右，我就到小区的园子里找地方炼功，因为不熟悉地形，为了找合适的地方就找了很久。想着找一个隐蔽一点，不被人注意的地方。可是小区里晚上也都点着灯，怎么找也没有那么隐蔽，就找了一个相对隐蔽的地点。开始的时候也是十分小心，炼一套功法就要看看周围有没有人，炼一套功法就要停下来听听有没有人走动的声音，这样炼完了第一第三套功法就回去了。回来后打坐，看到右下角有一个很小的花。当时我也没有在意。隔了一周，我又出去炼功，这一次心理稳定了许多，坚持炼了第一第三第四套功法。回来后打坐，看到身体前面有一个很大的花儿在开，很漂亮。虽然很漂亮我也没有在意，因为在打坐时看到东西是很正常的，没什么新奇。又隔了一周，我又出去炼功，这一次就更稳

去了，法理上清晰后，思想上重视起来了，这颗色欲心渐渐的淡了。但是另外空间的色魔不甘心，有一次利用我丈夫空间场的色魔想来害我。

某一天傍晚，不修炼的常人丈夫早早的上床休息了，入睡深沉，我没有睡意，躺在床上，突然，熟睡中的丈夫的左手搭在了我的胸上，就在那刹那间，我天目打开了，我看到：一个象海龟一样大的丑陋的黑怪物，死死的压在我的身上，这怪物长着坚硬的鳞片，四肢象熊掌，脸部象猪又象穿山甲，嘴巴又尖又长，它头部对着我的脸，十分恶心，我感到心闷窒息，喘不过气来。危急之下，我发出救命的一念：“李洪志大师救我！”只见，这个庞大的丑陋怪物瞬间消失，顿感胸部轻松舒畅。我用手轻轻的把丈夫的手移开。我悟到：我先生在15岁的时候，从他爷爷手里得到一个宠物乌龟饲养至今，在另外空间里，就是那个丑陋的怪物，这个色魔是从我先生空间场进入我空间场的，要不是得大法，要不是师父让我从天目中看到，让我看到了色魔的这种表现形式，说不定，在常人看来，以为是我心脏病突然发作了，也许就一命呜呼了。想起来很后怕，师父又救了我一命。

丑陋的色魔看这种形式害不了我的命，就变着花样来害我，而且会反复出现。在大多数情况下，它们会幻化成人形，千方百计勾引我，引诱我，但是每次我主意识都很清楚，能意识的到这是色魔，我会在心里及时反复的发出坚定的正念：“我不承认你，我要清除你，我要灭掉你”，并请师父的法身在另外的空间里清除和灭掉它们，师父的法身就会帮助清理掉。”因为我看的到，所以我知道发正念真的是太重要了，威力无比。

幻化成人形的色魔，通常会在天亮之前，在我似醒非醒的情况下出现：有时候是个模样十分英俊的男人，但是它是赤身裸体的，它会用各种办法勾引，想让我动心，让我上当，但是我马上就识破了它，心里发正念清除，它就被灭掉了。

意：一次，在梦中，我掉到了一个象井一样很寒冷又狭窄的冰窟窿里，往下望深不见底，往上望见不到天日，里面寒冷刺骨，我感到孤独绝望，只想逃离这恐怖的绝境，我使出浑身的解数，拼尽全身的力气，往上爬，但是冰窟陡峭滑溜，寒光闪闪，我爬上去一尺马上就掉下来一尺，怎么也爬不上去，想爬到地面上的愿望强烈无比，可是“喊天天不应，叫地地不灵”。好像意识中知道自己是在梦中，逃离求生的本能使我拼命的想挣扎着醒来，我心里在呐喊：我要醒来！我要醒来！我不能呆在这个地方。随着不断的挣扎，终于醒过来了，我躺在床上，冷汗淋漓，惊恐万分。我怎么也想不明白，为什么会有这么可怕的噩梦，从那以后我害怕黑夜的来临，提心吊胆的过日子。

得法后不久，我就看淡了名利，但是色欲心没太重视，因为得法前觉得男女之事是天经地义的。得法初期也没有认识到这个问题的严肃性。我又做了个恐怖的梦，其实是发生在另外空间的。和上次不同的是，这次，我已经是个大法弟子了，虽然当时还仅仅是读了《转法轮》，还没有开始炼功。在梦里我身处绝境时，我想起那九字真言，师父就把魔难化解了：在那个很深的空间中，有一条胳膊粗的大蟒蛇，身子直立有一米多高，在离我约 5 米的地方虎视眈眈的直视着我，我恐惧的直视着它，生怕它攻击我，于是我转身飞快的逃离。当我转身回头想看看是否已经甩开了它，结果看到它追了上来，于是我又直视着它，它又停止追赶，怎么甩也甩不掉它。最后，我想起了大法的九字真言，我对着它大声念：“法轮大法好，真善忍好！”，结果大蟒蛇消失的无影无踪。

醒来后，我一悟，当然这只是我这个层次悟到的：这条大蟒蛇，对应到这个空间，就是我执著的色欲，由于我执著它想要它，在另外空间它就对我穷追不舍，想吃掉了毁掉我。而以前那个冰窟窿，不就是深不见底向上望不到天的地狱嘛，我如何再执著这个色欲享受这个色欲，色魔就要毁掉我，让我坠入地狱。认识到色欲不去的可怕后果后，我觉得这颗心必须要修

定了，只是在耳朵里听听有没有奇怪的声音，不再四处张望了。把动功全部炼完才回去。回来后打坐。看到自己身体周围有很大的金色莲花瓣。一会，我又看到一个佛坐在金色大莲花瓣的莲台上。这是从来没有见过的景象，而且这一次看到了佛，心里非常高兴。联系起来，想想这几次户外炼功看到的景象，我明白了是师父在鼓励我，户外炼功没有错。同时我也非常深刻的体会到师父对大法弟子的洪恩，弟子做一点小事，师父都会给我们很多很多升华的好东西。此后，我有机会就会到户外炼功。

通过我自己的经历，证实户外炼功不会出问题，只是自己的心态要把握好，要放下怕心。同时，我们地区的迫害案例也说明不能组织大面积的人出去炼功，大陆毕竟还是迫害环境，众多人的炼功场面其实已经就是在打破邪恶迫害的环境了，在众人心性不是那么一致，还存在怕心的情况下，一定会遭到邪恶迫害的。

可是，作为大陆的同修，每个人都有一个人能够堂堂正正户外炼功的愿望，要想实现这个愿望，就要放下自己的执着心，特别是怕心，不给邪恶迫害的理由和借口，愿望就一定能够实现，其实，我们在户外炼功，师父都会保护我们的，关键是自己心态。

最近一次户外炼功，是在师父的家乡。也是利用出差的机会。因为突然之间身体特别难受，想到可能是因为工作繁忙，炼功太少的缘故。就在白天的时候，在街边的绿化带炼功。因为是白天，还是担心一些。可是刚刚开始炼第一套功法，闭上眼睛，就见天空中师父的巨大法身显现在我右上角，在看着我炼功。这时我一下子心就稳下来了。炼了第一第四套功法后，突然身后的汽车报警响了。再炼第三套功法，报警器又响了。我悟到应该停下来。就停下来看看周围，那时候是下午，学校的学生下课，校车一辆一辆的在我身后经过，前面本来没人的小路也开始有了很多行人。这么多人可能是不太适合炼功，而且

报警器也响了，这也分明是在提醒我，我就离开了。

通过这件事情，我明白了师父一直都在身边看护我们，有危险的时候都会有点化，千万不可执着自我。只有我们心正，师父才能保护我们，如果心不正，有怕心，师父想保护我们也会被邪恶以各种借口迫害。

这些是我本人近几年的体会，一直没写出来，就是担心会产生不良影响。如果有同修因为看到户外炼功的好处出去炼功，而没有把握好心性遭到迫害，对我来说也是在犯罪。就单纯的看“户外炼功”的行为是没有错的。可是修炼是超常的，当事者的心理状态，对法的理解都需要严肃对待。而众多人的集体炼功，在迫害的环境下，组织者是无法把握的，所以组织集体行动是不合适的。

近期看到网上有一些对户外炼功的争议，在此写出，供同修参考。希望大家能够把握好，不给自己，不给大法带来损失为好。

感悟修炼的严肃性

大法弟子

本月一天清晨，我到楼下公柜取快递。急于求成，我就直接从院子的草坪穿过去。因为常人也走，草坪没有很多草。可是，当我在屏幕点击“取件”时。没有任何反应，怎么搞都不行，没有办法输入密码。心里不免有点沮丧，想着回家问问儿子，到底是怎么回事？回到家，看见儿子还在熟睡，又不好意思打扰，就想，今天是怎么了，从来没有过这种事？是自己哪里做错了？我猛然想到，哦！是不是自己踩草坪错了？院子里的草坪是供人欣赏的，假如人人都去踩，那不就成了路了？常人去踩，自己也去踩，那是什么修炼人？何况那些小草都是有生命的！我再次下楼，绕过院子小道，走到公柜前，手轻轻一碰，英文、数字都出来了，输入密码，“碰”一声，柜子打开了。

靠着木栅栏，望着远方的浩瀚天空和广阔的田野，对美好世界充满无限向往！

为了寻找人生意义，在读中学时，就特别喜欢读《水浒传》，及《西游记》、《封神演义》等古典神话小说，总想从中找些答案，但是不得其解。随着气功热潮的到来，我又孜孜不倦的想从各种气功中寻求答案，但都只是练习动作，祛病健身，人生的疑惑还是得不到解答。后来找到一本指导练气功的书，我反复读来读去，讲的就是用意念引导走小周天和大周天这些理论的东西，自己觉得好麻烦，也没一点效果，令人苦闷又苦恼，就放弃了。长大后，参加了工作，在不明了人生真正意义的情况下，陷入了名、利、情的执著追求中，在单位里，和同事比考核，比先进，比第一，自己就象带上了紧箍咒一样，身不由己的不得不去比拼。虽然连续几年被评为先进，但觉得活得很累，无法愉快。更加感到，人生就几十年的光景，拼来拼去白白的浪费了宝贵时光，大可惜了，更加惆怅。

后来，随着法轮大法的广传，我听到一个同事在讲法轮功的九天传功班的事，我当时就有个很强烈的愿望：我要参加李洪志大师的传功班，从那时起，我就盼呀盼呀，盼望师父能来我所在的城市办班，并深信那一天会到来，但是最终师父没有来。但是师父看到了我想学大法的那一念，就管我了，安排我在海外得了大法。真是圣缘珍贵，真法难得！

二、辩清色魔 去掉色欲心

现今的中国，由于进化论和无神论的教育，大多数人不再相信天上有神佛，不再相信因果报应，信神的人被嘲笑为迷信，人们只注重眼前的利益，唯利是图，为了利什么坏事都敢干；不信生死轮回，只注重今生及时行乐；在无聊空虚中，又泡在男女情爱中获取安慰。在得法前，我也是其中的一个，把自己搞的疲惫不堪，苦不堪言。

师父看我迷在凡尘中不醒悟，曾用梦的形式点化过我，但当时我还没有得法，不明白是怎么回事，也不明白其中的深

浪淘沙，谁行？谁不行？不是表面能张罗点事，或者能说会道就能成神的。这些年我们看到，只有自己修的成熟，在境界上达到大法的标准，才能圆满。当然，在大陆这种邪恶的大环境下，协调人也好，小组长也好，能为大家勤勤恳恳的付出真的不容易，可是作为同修，不能因为他们不容易，就忽略了对他们缺点或错误的指出。修炼人修啥？不是修人心吗？看到对方人心不说，那不也是人心吗？咱不能整天看着热热闹闹，一团和气，表面上在一起学法呀，炼功呀，好像挺精进的，其实心里埋藏了那么多人心，那和宗教里的和尚有什么两样呢？

一点浅见，意在与同修交流，并请同修慈悲指正。

辨清色魔 去掉色欲心

英国大法弟子：

慈悲伟大的师尊好！

同修们好！

我是才得法几年的新学员，走入修炼后，师父打开了我的天目，随着不断的深入学法，不断修去各种人心和重视发正念，我看到自己的层次在不断的突破，身体不断的被师父净化，自己的空间也越来越干净明朗。师父给予了我太多太多，也为我承受了太多，无法一言表。今天主要想交流，我在师父的帮助下，分辨出色魔去掉色欲心的经历写出来，以便大家共同提高。

一、真法难得

记得小时候，每当夏夜来临，我就和大人们来到河堤上，躺在竹床上乘凉，望着天上繁星闪烁，遐思不断：“我是谁！天空如此广袤。我却如此渺小，我来源于哪里？”，“人活着一天，就接近死亡一天，有什么意义呢？人生肯定不会这么简单吧？应该有更有意义的事，为什么我不能主宰自己？”等等这些令我困惑的问题，也没有人能给我答案，我从小就喜欢画天上的仙女，特别是天女散花，画的唯妙唯肖。也画自己，倚

我拿着快递，心里好惭愧，修炼二十年了，还是以我为私，随心所欲。总是不把自己当成炼功人！修炼无小事。大法修炼，师父要我们达到无私无我、完全为他的生命，不拘小节，也是修炼大漏！因为事无巨细。我现在想到的是：修炼必须用大法指导，从生命的根本上改变自己，从根本上改变自己在常人中形成的“品行、观念”，就按真、善、忍要求自己。才能从人中走出来，才能走向神。

几天前早上起来，感觉嗓子很干，有点难受。腰、腿觉得很沉，正要想是什么时候受凉了。一下子感到这是人的思维，立即截至！转念又想，是师父把“业力”推出来了，上午学了两讲《转法轮》，下午和年轻同修到外面讲真相，也没有觉得累，腿还是有点沉。回家上明慧网，腰、腿有点疼痛，正好有个同修来拿“真相币”，一进门就说“这几天邪恶干扰，咳嗽的很厉害。我顺口就说：是师父把”业力给我们推出来了，要我们承受一点，时间不多了，我的身体也难受。瞬间，腰部开始剧烈疼痛，一块一块的疼，不定向的疼痛，腰已经直不起来了。我一下惊醒了，是旧势力在干扰，不允许！我发着正念，不是我师父安排的不承认。灭、灭、灭！瞬间，疼痛基本消失。同修走后，我继续打印真相币，一边听明慧的正法交流录音，真相币打完了，交流录音听完了。身体所有疼痛、不适症状消失的无影无踪。就像什么事都没有发生过，前后大约半个小时。

深刻反思，一切磨难都是自己求来的，一念之差！修炼到今天，不要动念了，就保持一个空静、无为的状态，师父就在身边，就走师父安排的路。师父说：“我们做这件事情也不允许走偏的，真正往正道上修炼，谁也不敢来轻易动你的，而且你有我的法身保护，不会出现任何危险。”（《转法轮》）“修在自己，功在师父”，正念正行做好大法弟子应该做的事，谁也动不了你。谢谢师父！

又是一个星期六的早上，丈夫说：马上寒流要来了，得多

买点菜，我说那你就去买吧。本来我星期六下午学法，回来时顺便就带点就行了。我知道，丈夫很愿意去菜场转悠，那就让他去吧。丈夫没有修炼，但是很支持大法。一会儿，丈夫买菜就回来了，神秘的跟我说，他买了一块“玉”，我问他多少钱？他说 1700 元，我说，是不是身上带点钱都给人家了，他说是，就带来一千七百，我说你可能前世欠了人家的钱，天下不会掉馅饼的，就是你那个贪心。心里有点惋惜，心想，一千七能做多少本真相资料啊，我又忍不住问了一句：你买这个东西干什么呢？他说，我收藏，要是真的值一万元，我说还真的呢，能值 100 元就算不错了。他说是一个农民工在工地挖出来的，一个过路人要出三千元，可惜没有带钱，要那个农民工跟他去家里拿，又来了一个买菜的说不能跟他去，万一出事呢？我说全是圈套，他还在犟。我无话可说。心想师父说了：“好事坏事都是好事”。就去学法了。无意中翻出一句：要是真的值一万元，啊，原来自己也有一颗贪心，联想自己平时的品行，生怕吃亏，吝啬，有时得点好处也欢喜，碰到便宜的东西就想买，这一切都是冲着自己的人心来的，丈夫的行为就是自己的一面镜子。

丈夫买的所谓“玉”，扔掉了，假的嘛。唉！何尝人类的一切不是假的呢？只是人在迷中，看不破这一切。人的贪欲实在太可怕，也很可悲。

第二天中午背法，正好背到“个人在修炼过程中，可能他出于慈悲偶尔帮助人一下子，但那也只不过把病往后推了一下。你现在不遭罪以后遭罪，或者给你转换一下子，你不得病你丢钱、遭灾，可能是这样。”（《转法轮》）我恍然大悟：“是你的东西不丢，不是你的也争不来！”修炼路上没有偶然的事。师父告诉我们：“万事无执著 脚下路自通”。（《洪吟三》）因为一切都是定在其中！按照正法理，真的应该为丈夫庆幸一番才是。叩谢慈悲的师父！一切关、难，永远是成就着大法弟子！深深的感受到大法的威力和超常。

我顿时感到，时间不多了！当常人的认识都到了这种程度的时候，时间真的不长了。全世界的大法弟子，救人！救人！大家一起加油啊！

指出协调人的缺点，也是修自己的过程

大陆大法弟子

一次去一个学法小组学法时，发现小组长说话态度比较生硬，甚至挺强势。比如：当大家对一件事有不同意见时，她立即插话，并且说话声挺大，很有力挽狂澜的势头，几句话就把别人压下去了。虽然她的认识有些偏激，甚至与法有对立的地方，但谁也不吱声，也就默认了。当时我感到奇怪：怎么在场的十多个人谁也没给她指出来呢？于是，我就在事后问了一个同修：“你们组长对那件事的认识对吗？”她说：“不对，不对，她那个认识是错的。”我很惊讶：“那你们怎么谁也不给她指出来呢？”同修说：“成天在人家学法，够麻烦的，人家付出挺大的，不好意思伤害她面子。再说了，都是修炼人，谁说谁呀？我修的也不好，还说人家毛病干啥？找自己吧。”

我觉得，这本身就是修炼上的漏，师父在讲法中多次提到：要对同修负责。当我们发现同修有缺点，特别是小组长或协调人有错误时，敢不敢当面用祥和的心态指出来？也体现出一个修炼人的境界，如果你碍于面子心不敢说，怕得罪对方，那是不是私的表现呢？我们维护的是法，而不是人的情。如果看到协调人错误谁也不说，那也是在害他，有矛盾冲突才能看到自己人心，互相指出缺点才能提高更快。协调人在做事上确实付出很多，但心性上不一定比别人就高。

我想起迫害前我们地区的几个站长和副站长，当时大伙对他们很崇拜，认为修的好，甚至当成榜样。可是，在邪恶打压后，有的配合邪恶上电视说师父和大法坏话；有的色欲心重，被邪恶迫害的不能自理；有的病业离世了；有的跟开天目同修搞出一些邪悟东西来；有的不修了信了宗教……修炼真的是大

给我看的时候，我突然悟到，哪里是麻花！分明就是神话故事里面的“捆妖索”，比如《西游记》里面太上老君系袍子用的、后来在孙悟空捉拿“金角大王”、“银角大王”的时候出现过的“幌金绳”。

《江泽民其人》一书泄露了一个天机，在“大结局”中写道：“某年月日，全球公审江泽民大联盟联络各国大法官组成陪审团，在天安门广场对江泽民进行公审，其时法轮功真相已大白于天下，陪审团宣读江泽民罪状达上千页，最后以叛国罪、贪污罪、酷刑罪、反人类罪、群体灭绝罪等等判处江泽民极刑。话音刚落，半空中忽然降下来一根绳索将江泽民从头到脚牢牢捆住，一只钩子将江泽民倒挂在半空中，片刻之间，风雷大起。万千闪电同时击在江泽民的每一寸肌肤上，烟雾缭绕之际，江泽民的衣物、头发、肌肤、内脏、骨骼同时起火，整个身躯全被雷火消灭殆尽，未留一点残余。”

《西游记》和《封神演义》里面，收伏各种小妖小怪都要有各种相应的佛道神的神通、法器或法宝，比如姜子牙收妲己，寻常的刑法和处置都不起作用，还是请出了散仙陆压道人的宝贝，才将狐狸精身首两段。何况江泽民这个人形大丑，当然是转轮圣王的捆妖绳亲自上阵了。

圣诞节，我在银座街头讲真相度过。有位老警察和同事一边巡逻一边用中国话远远的对我喊道：“卧矮丽！”我高兴的用日语对他喊：“阿里阿多古扎义马四！谢谢！”同行的老同修不解的问我他在说什么，我说是日本中国话“我爱你”，老同修被逗的笑出了眼泪。

有位游客对我说，“别跟我说退党的事，我就从来没有加入过！它给我涨三级工资，我也不会干哪！”说起江泽民，他说，“我最恨的就是他！毛泽东、邓小平也很坏，但是都没有他那么坏！”我说，不久的将来，江泽民会在天安门被公审。他说，“快点公审！早点审判他！”我说，到时候会有雷来劈它。游客肯定的说，“是要用雷来劈它！肯定是要用雷来劈它！”

忍辱中向内找不断学法归正的实修过程

台湾大法弟子

伟大的师尊好！

同修好！

在看到这次的心得交流题目时，让我联想到近期真正的把一颗心放下了，不再对同修有任何想法了，知道那就是给我心性考验的提升机会。接下来我就说说我受到心性考验忍辱下来的实修过程。

一、

在得法一年多时对法理认识还是很有限，那时听 A 同修说：我可以给女儿报名参加法轮大法的夏令营，那时女儿小学 6 年级。我说好啊，就向当地 B 同修报告，结果 B 同修说报名已到期不能再报名了。我告诉 A 同修说已截止报名了，A 同修说还没啊，还可以报名，A 同修好意的再打电话过去确定。后来 A 同修说妳带女儿去现场报名吧！于是我就带女儿去现场报名，看到很多的同修也陆续报名。在这个过程中，A 同修一直替我抱不平说：同修都希望越多人参加越好，为什么还把人往外推呢？当时我心里也是认同 A 同修说的，可是嘴上却替 B 同事说话，可能她不知道吧。这事没放心上就过去了……

二、

事隔一年多，有一次炼完功，同时邀请我参加美西法会，当时经济不宽松要考虑，当我决定要报名参加时，B 同修又说报名截止。我又与 A 同修说，她要我跟 B 同修说：我可以直接把护照拿到外交部与办出国同修会合，这样看可以吗？我再次给 B 同修打电话说明，B 同修回了我一句话说：你随时都可以买票去美西，可是法会进场是要先报名的。当下心酸了，向内找…可能我去参加法会的心不够纯净吧……

法会结束后同修们也回来了，在学法点每个同修都在交流参加法会的心得，结果 B 同修说了一段话让我整个心性快守不住。她说有一位同修正念很足，在去开法会出发前才报名，刚

好有位同修不去她后补上去。听完整颗心是揪结的，心想 B 同修那么跟我不对盘吗？后来我想到了师父在《转法轮》里说的“可是往往矛盾来的时候，不刺激到人的心灵，不算数，不好使，得不到提高。”这事也就这样忍下来了。

三、

在事隔多年，有一天一位同修知道我做生意不方便外出讲真相，学法也很少跟大家一起学，于是告诉我可以参加营救平台学法讲真相，我这次又向 B 同修报名要参加营救平台学法，B 同修说你的电脑规格不够，要换新版的才能上平台……我听了真是心情五味掺杂。在经济不宽松的情况下就这样又等了一年，终于买了新的电脑，同修帮忙安好了。这次心里抱着上上下下的心，想着要如何说比较好，是当面说还是传简讯说，心里也是怕会被拒绝。最后决定简讯方式说，结果 B 同修的回答是：现在要求同修多参加当地学法为由，不能上平台……

这时我的心整个崩溃了，忍不住大哭，心想我要上个平台有那么难吗？好不容易凑足了钱买台电脑，心想终于可以上平台了，为什么我做什么都不行，越想越觉的委屈，心里一直问着师父，过后找同修交流，同修说：要做大法的任何一件项目都是有验验与干扰的。后来同修说要别的同修帮我申请帐号进入，就这样我顺利的上了营救平台学法打电话。

四，结语

经过这几年不断学法向内找，纯净自己的想法，过程中找到自己的利益心，衡量着要不要参加法会。委屈的背后是想被认同的心，怕被拒绝。在写心得时又让我找到，我当时忍的背后有着一颗怕心，就是常人的等级观念，不敢与负责同修正面交流的心。表面看是同修在给我发难，其实都是我个人的因素促成的。一方面是我的漏，造成背后邪恶的干扰；另一方面是有我要去的人心，执着。师父说：“我经常讲一句话就是，你学大法了，无论你遇到好的情况和坏的情况，都是好事，（鼓掌）因为是你学了大法了才出现的。有些学员学大法之后碰到很多魔难，如果你不修炼，那些魔难就会使你走向毁灭。正因

为修了大法，这些魔难提前来了虽然受到的压力很大，对心性的考验很难过，有时过的关也会很大，可是毕竟这些魔难都要过去，都要结账，都要买单。（众笑）这不是大好事吗？所以你碰到了好事、坏事，只要你修了大法，都是好事，一定的。”（《二零零五年旧金山法会讲法》）

当这些心一层一层去掉时，师父安排给我最好的。让我顺利的踏上美西法会之路，还安排我坐在最前座看到师父讲法，那是永难忘怀的一段法会之旅。在修炼路上，谨记遇到魔难都是考验人心对法坚不坚定，只有不断的学法向内找自己，就能突破这些磨难，这就是大法弟子。

最后以（《洪吟二》- 见真性）与同修共勉：

坚修大法心不动

提高层次是根本

考验面前见真性

功成圆满佛道神

个人层次有限不在法上请同修慈悲指正。

谢谢师尊！

谢谢同修！

另外空间的捆妖绳

日本大法弟子 奇妙

二零一六年十一月三日至五日，日本著名大学早稻田大学举办早稻田节。这个节日是广受欢迎的庆典，到场观众有十万人左右。由法轮功学员组成的亚太天国乐团第一次走进校园进行演出，为到场的学生及其他民众演奏了《法轮大法好》、《欢乐颂》、《凯旋》等乐曲，受到在场听众的热烈欢迎。大家带着惊奇和喜悦欣赏了演奏。

神奇的是，乐手们在排练的时候，担当团务的同修随手拍了一张照片，后来发现里面有一个现实中没有的金色物体，象是麻花又象是绳子，同修研究很久，不明其意。同修把手机拿