

候，最高兴的是谁，不就是中共嘛，因为眼看着它的罪恶目的将要得逞。

中共没要想到“佛法无边”，神佛怎么能看着中共在人间为所欲为。法轮功学员按照神佛的旨意，勇敢的站出来讲真相，打破了中共的美梦。真相唤醒了世人的正念与良知，人们明白了法轮功真相，看清了中共的邪教本质与罪恶目的，顺应天象变化退出中共的党、团、队组织（三退），相信“法轮大法好、真善忍好”，一个善念出，就可以得救。有更多的人明白真相后，告诉给自己的亲朋好友，行大善，积下了大德，生命还有不仅得救，还有更大的福报。

随着人们越来越认识到真、善、忍的意义，相信真、善、忍一定会成为传家宝。世人按照自己对真、善、忍的理解，所作所为，一定会形成良好的家教传给后人，后人也会受益无穷，成为后人一生的福田。

正见周刊



2019年8月3日，来自美国中部11个州的部分法轮功学员，再次聚集在美国第三大城市芝加哥，在中国城举行盛大游行，展示法轮功的祥和美好，并呼吁制止中共对法轮功长达20年的残酷迫害。

第885期

2019年8月6日

目 录

正见新闻

《归途》获世界首映电影奖最佳男女主角奖	/3
澳洲华人：我们跟你们站在一起	/3
西雅图海洋节游行 法轮功队伍传递美好与殊胜	/4
内布拉斯加州学员在亚洲节上介绍法轮功	/5
法轮功学员在亚特兰大冰激凌节上展示功法	/5
台湾区辅导员学法交流 精進实修提升整体	/6
二零一九年美中法会 互勉精進不懈怠	/6

讲清真相

“见到您就知道法轮大法好”	/7
打电话讲真相的体会	/10

法会文章

信师信法的一点体悟	/14
-----------	-----

修炼体悟

对当前大法弟子证实法形势的个人理悟	/20
大法弟子的依靠、法宝、使命和魔障	/26
我就听我师父的——写在 7.20	/27
能耐住寂寞是境界	/29
谈谈执著心与万物皆有灵	/31
提高心性病业消	/33
对“放下执著轻舟快”的体悟	/34

文明新见

良好的家教，是人一生的福田	/37
---------------	-----

薄熙来被中共的法律判无期徒刑，妻子谷开来也被判刑，两人签署离婚协议后，薄熙来曾说：“薄家毁在我手上。”

人不作大恶怎么会有这么大的恶报？！继承了中共流氓基因的薄一波，又把这种流氓基因传给了儿子薄熙来，薄熙来为了向上爬，不择手段，更加的邪恶卑鄙，活摘法轮功学员器官牟取暴利的罪恶都干的出来，还把法轮功学员的尸体制作成标本全世界巡回展览牟取暴利，薄家不败，天理难容。薄熙来被抓捕后，曾有人说：“薄熙来的家教不好。”这还是中共现任当局出于保党的需要，掩盖了他们活摘的罪恶后的结果，更大的报应展现出来时，会更加的怵目惊心，人根本就承受不了报应的恶果。

古今对比，会让人们更加的认识到传统文化的价值，中共党文化之邪恶。什么样的文化，对家教影响很大，而良好的家教，才是人一生的福田。

吉林省公主岭监狱采取封闭方式迫害被非法关押在那里的法轮功学员。不配合的学员，被实行严管单独进行迫害，封锁消息。法轮功学员给他们讲法轮功真相，恶警根本不听。恶警队长孙常隆说：“在这里我就是不讲理，我就是无赖，我就是流氓。”

恶警队长孙常隆与中共的流氓基因何其相似。

中共为什么要摧毁传统文化，为什么要迫害法轮功，为什么要污蔑排斥真、善、忍，通过以上的故事对比，相信读者已经有所领悟。

中共的目的是毁灭人类，人都有了正统思想与价值观，都按照真、善、忍做好人，顺应天理做事，一代代这么传下去，家族兴旺发达，人人都得到福报，中共的假、恶、斗就会自灭，中共毁灭人类的罪恶目的就不能实现。只有摧毁了传统文化，摧毁真、善、忍，人人心中没有了佛性，只有不断膨胀的魔性，在魔性支配下，人们无度的作恶，迫害法轮功中都造下天大的罪业，已经走到了被神佛销毁的边缘还不自知，这个时

岁，已有六个儿子，五十八岁后又生了三个儿子。从此，世代都是名门望族。

何少卿的善心得到了善报。他不但多子多孙，后代当官的很多，被记载到正史《后汉书》中，名垂青史。

何少卿的第五代孙——何宠，在建武年间（东汉光武帝刘秀时期）和元和年间（东汉章帝刘烜时期）当官。当时京城等地多次有奇异鸟兽草木，大臣以为这是祥瑞。何敞直言进谏说：“祥瑞应依德而至，灾异由政而生。故而鸛鹄来作巢。现在异鸟在殿屋上飞翔，怪草在庭院里生长，不可不察。”果然，没过多久肃宗（刘烜）就驾崩了。

何少卿的第六代孙——何敞也当了官，曾担任汝南太守。何敞厌恶官吏把苛刻当作求名誉的手段，故而在任时宽和。从此，郡中无怨声，百姓被他的恩德感化。分家另居、不养父母的，都搬回来，和父母同住、赡养父母。推让财产的有二百多人。开垦的农田增加了三万多顷。小吏、百姓共同刻石，颂扬何敞的功德。

通过这两则传统文化故事，我们可以感受到传统文化对人的正面影响，充实人的佛性，人会更加的善良，顺应天理，不断的得到福报。

相反，中共摧毁传统文化后，生编乱造了一个反天地、反神佛、反人性的党文化，经过这么多年的灌输后，给人带来了什么呢？我们来看两则故事。

薄一波是中共元老之一，是个品行败坏者，曾搞大了秘书的肚子，逼的结发妻子不得不离婚成全他们，后来有了薄熙来。文革中，薄熙来为了和父亲薄一波划清界限，曾踩断了他的几根肋骨。薄一波事后曾说：“这小子（薄熙来）够狠，可以当红色接班人。”薄熙来为了向上爬，得到更大的权力，听从迫害法轮功的元凶江泽民的暗示：“你对待法轮功应表现强硬，才能有上升的资本。”于是，薄熙来主政的大连、辽宁省成为迫害法轮功最为严重的地方，执行江泽民活摘法轮功学员器官的密令也最卖力。结果是，官升的很快，报应来的也快。

正见新闻

《归途》获世界首映电影奖最佳男女主角奖



新世纪影视基地首部故事长片《归途》再传佳音。日前，该片获“世界首映电影奖”（World Premiere Film Awards）2019 春季评选最佳男、女主角奖。

《归途》根据真人真事改编，讲述一名事业如日中天的中国大陆电影明星，在生命最后几十天的经历和变化。影片以高空俯瞰的视角、精湛的演技、旋律般的节奏，带来了一次又一次的视觉和心灵冲击。男、女主人公分别由姜光宇和郑雪菲领衔主演，干净、自然的人物呈现使影片更加令人回味。

“世界首映电影奖”为电影制作人提供公平竞争及展示的平台。评委鲁斯（Brian Lutes）是作家、导演和演员。他赞赏影片《归途》是一部真正鼓舞人心的电影，表现出了精彩的演技与动人的故事；两位男、女主角表现出色，展现了极佳的戏剧效果，为影片赋予生命。

澳洲华人：我们跟你们站在一起



二零一九年七月二十七日，法轮功（又称法轮大法）学员在澳洲悉尼北岸霍恩斯比（Hornsby）社区的热闹商业中心前摆放展位，向当地民众展示法轮大法的美好，同时揭露中共迫害法轮功的事实真相。当地民众支持和赞佩法轮功反

迫害，有华裔基督徒表示：我们都支持你们，很多人都支持你们，我们跟你们站在一起。

当天，法轮功学员在展位上演示五套功法，购物中心前来往的行人，被祥和、强大的能量场和舒缓的炼功动作及悠扬的音乐深深吸引，他们纷纷走近法轮大法展位，有的询问详情并表示要学炼法轮功；有的直接来签名支持法轮功反迫害；还有不少华人在短短几句交谈后就爽快的做了“三退”（退出中共党、团、队）。

西雅图海洋节游行 法轮功队伍传递美好与殊胜



二零一九年七月二十七日晚七点半，第七十届西雅图“海洋节炬光游行”

（Seafair Torchlight Parade）在近百万现场及电视观众的热切期盼与欢呼声中拉开序幕。美国华盛顿州法轮大法学会的队伍连续第

十五年应邀参加了海洋节游行，这支队伍主要由横幅、法船及腰鼓队组成。

法轮功学员的“大法船”花车由两名威武的“唐朝武将”护航，在游行大道上浩荡航行。法船花车长四十七呎，宽十二呎，高十呎，船帆升起高达二十五呎。这艘“法船”花车，自二零零五年首次出现在海洋节游行以来，参加了包括海洋节游行及其它北美西北部规模最盛大的游行三十多次，获十数个大奖项。海洋节主办方主任曾经称赞法轮功是西雅图地区第一个自行设计并亲手制作花车的团体（不同于其它团体雇用专业公司制作花车），因此而带动了其它社区团体也来亲手制作自己的花车。美国和加拿大主流电视台及报纸多次采访报道该花车，或以之为亮点预告当年即将到来的游行。

文明新见

良好的家教，是人一生的福田

铭刻

从前，有个员外请了个风水先生，想给自己找个好埕地，让后世子孙多得福报。风水先生来了后，员外有事无法陪同，就让自己七岁的孙子陪同他到自家的地里转转看看。

正走着，小孙子突然拉着风水先生的手，走到一边蹲了下来。过了一会，小孙子抬头看看后，才让起身。风水先生很奇怪，问是怎么回事，小孙子说：“村里的几个小伙伴正在我家的田里摘玉米，怕咱们过去惊扰了他们，让他们难堪。”风水先生立刻说：“不用看了，有这么好的后代，埋在哪里都是好埕地。”

给儿孙留什么最好？这则传统文化故事告诉我们：留下良田万顷，金银无数，甚至苦寻好埕地，都没有给儿女后代留下“德”好。自己注重修心养性，行善积德，形成良好的家风，给后世儿孙良好的家教，才是人一生的福田，家族绵延久长的秘诀。

西汉有个叫“何少卿”的人，精通法律，在汝阴县担任狱吏，救活数千人。后来担任丹阳都尉，狱里无蒙冤的囚犯。西汉武帝时，何少卿担任廷尉的职务。与张汤是同时代的人。张汤办案严酷，但何少卿务求仁恕，数次与张汤力争，虽然不能每次都能争取成功，然而何少卿救活的人数以千计。

征和三年（公元前 90 年）阴历三月，天阴，下大雨。何少卿在家午睡，中午梦到贵客车马满门。睡醒后，告诉妻子。话还没说完，门外有八十多岁的白发老妇人，恳求避雨。雨很大，老妇人的衣鞋却滴水不沾，很干净。雨停了，何少卿送老妇人到门口。老妇人对何少卿说：“您有阴德，今天送给您‘护身符’，来使您多子多孙。”于是，从怀中掏出护身符，形状如同竹筒，长九寸，共有九百九十枚护身符，传授给何少卿，告诉他子孙佩戴这些护身符就会昌盛。何少卿这年五十八

己有本事，他们都觉的自己能力强，他们都觉的自己说的对，僵持不下，其实那个时候，僵持不下的人是有问题的。他思想想的是我这个办法能为法做的更好，他绝不会想我在表现我自己，可是旧势力就捉住他僵持的这一点，不断的加强它——你的对、你的对、你就做的对！所以那个时候是不清醒的。真正的理智的想一想自己，再想一想别人的意见，我想事情就会做好。那个时候为什么都不想自己哪？别怕失去了采用自己办法的机会，更不应该有不服气的心。

神哪，他不看你的办法采用还是没被采用，在那个时候他看你的心放下还是没放下。放下了，没有采用你的办法，你在这件事情上你放的下，又能协助将事情做的更好，你就是提高，你就能提高层次。什么是修炼？这就是修炼哪。我就僵持在那儿，我就非得强调我自己这个，看上去是为法，实际上是不理智的，没有真正的切身去想一想，更好的前后去考虑考虑。但是真有考虑问题不全面会给大法带来损失的当然不行，看到有执著与心不纯的更不行。所以要在法中成熟起来。

我在费城讲法的时候谈到过这个问题，每当这时可以叫学员再看一看。这问题既然这么突出，那一到这个时候就警觉了。当然争执起来的时候啊，客观理由都很充足，当时所处的环境、那个场合也都不同，具体情况都不同。具体怎么去针对，还是你们修炼中要做好。”

师父不是对我这个问题讲的很清楚吗？根子还是执著自我，我的办法好，我的真相资料选择的好，我能多救人，放不下“我”字，我就是私，私当然是要修去的执著，去掉它。当我找到这颗执著心后，立即打电话告诉同修 A，说是自己错了，对不起 A，不应该与你争论谁对谁错的问题，我对照师父的法检查自己，找到自己的执著，感觉身体轻松了许多。A 回答说：自己也有很强的争斗心，也应该去掉它。双方都找到各自的执著后，两人的隔阂消除了，层次也提高了。

注：

[1] 李洪志师父诗词：《洪吟三》〈谁是谁非〉

内布拉斯加州学员在亚洲节上介绍法轮功



二零一九年七月二十七日，美国内布拉斯加州法轮大法学员在主办方的邀请下，连续第二年参加了在奥马哈河畔公园举办的亚洲节，与当地的民众分享来自中国传统的佛家修炼功法——法轮大法。节日当天，学员们在舞台上演示了优美舒缓的五套功法，很多有缘人来到展位前了解法轮功和本地炼功点，有民众当场跟学员学炼功法，更多的人在了解到活摘器官等迫害真相后签名支持反迫害。

上午十一点亚洲节正式开始，法轮大法的展位位于入口处右侧，很多民众一进门便能看到学员们布置好的展板和祥和的功法展示。尽管天气炎热，却挡不住有缘人陆续来到展位获取“真、善、忍”的美好信息。

法轮功学员在亚特兰大冰激凌节上展示功法



二零一九年七月二十七日，第九届亚特兰大冰激凌节如期开幕，炎热的酷暑挡不住美国亚特兰大的市民，为了品尝不同的口味冰激凌前来皮埃蒙特（Piedmont）公园的热情。活动当天，天气晴朗，从早上十一点活动一开始，就有许多市民已经陆陆续续进场。公园里除了售卖各种品牌冰激凌和各种美食的摊位外，活动主办方还搭建了舞台，供人们在品尝美味的冰激凌时，还能欣赏到不同的活动演出。今年亚特兰大冰激凌节的主题是健康，所以活动主办方从举办活动以来，已经连续九年邀请法轮功学员在舞台上做功法演示。

本次活动的主办人凯文·杰姆斯（Kevin James）介绍到：“活动举办的非常成功，来了很多人，人们的热情也很高，在这里有很多可供大人和小孩参加的有趣活动。”凯文还谈到：“本次活动的主题是‘健康与快乐’，我们非常高兴能够邀请到法轮功学员来做功法演示。亚特兰大是一个非常繁忙的城市，我们很少有机会能够放缓脚步，坐下来，做深呼吸和一些舒缓的功法动作。我看到当法轮功学员在台上做功法演示时，大家都非常喜欢。”

台湾区辅导员学法交流 精進实修提升整体



二零一九年七月二十七日、二十八日两天，约两百名来自全台及金门、澎湖外岛等地的法轮功义务区辅导员，在台北剑潭青年活动中心举行一年一度的学法交流。他们针对身为区辅导员如何学好法、修好自己、放下执著、坚持不放松，并从根本上找回修炼如初的心，以更好的辅导学员和同修们合作配合，讲清真相等议题，充分交流，互相促进提升。

二零一九年美中法会 互勉精進不懈怠



修炼心得真诚感人，引起与会者的共鸣。

二零一九年七月二十七日、二十八日两天，约两百名来自全台及金门、澎湖外岛等地的法轮功义务区辅导员，在台北剑潭青年活动中心举行一年一度的学法交流。他们针对身为区辅导员如何学好法、修好自己、放下执著、坚持不放松，并从根本上找回修炼如初的心，以更好的辅导学员和同修们合作配合，讲清真相等议题，充分交流，互相促进提升。

二零一九年美国中部地区法轮大法修炼心得交流会于八月四日在芝加哥举行。大法弘传二十七年，有缘人相继走入修炼，反迫害已逾二十年，法轮功学员在魔难中坚定正念，讲真相救人过程中，自身不断升华。法会上，十九位学员的

《大难临前把你叫》是我写的。

有些同修来到 A 家，看到那些台历里还夹有其它资料，就不高兴了。有的说本身就是真相台历，怎么还要夹其它的资料呢？也有的说这些资料，可能是某某（指我）夹的私货，是乱法，不行。你一言我一语，都说不行。就把台历里夹的真相资料，统统拿出来集中烧毁了。当我知道这件事后，自己气得快要不行了。心想：我好心好意把台历送给你们，你们就这样对待我。按常人的理，也应该给我来个电话商量一下，再作决定不迟。就说把我写的小纸条拿出来，还好说点。可那些明慧网发表的劝善信之类的，可是极好的文章呀，是我精心筛选的，怎么都一同销毁了呢？我一方面心疼，另一方面受到很大的打击。就与同修 A 争论起来，我说：以后不给你们送了。A 回答：你不送，台历我们自己可以做等等，争论不休，各持己见。辩论了一阵后，我准备离开了，另一同修问我：以后你还会来这里（以往我每周都去，因为有些同修要找我打印真相币，和其它一些事，例如写文章等一些事情，因为我是教师）吗？我当时很想说不来了，但当快要说出口时，觉得有些不妥，这不像常人的赌气吗？我马上改口说：如果资料点里有事需要我做，请同修 A 给我来个电话，我就会来。

回家后脑海里不时又回想起这件事，总是想不通，师父说：“修炼人 自找过 各种人心去的多 大关小关别想落对的是他 错的是我 争什么”[1]。我总觉得自己没错，明慧网上发表的劝善信，我给好几位同修看过，都认为很好，一时想不通，一直到同修拿着师父《二零零三年元宵节讲法》给我看：

“弟子：我是韩国来的学员，在正法活动中与同修配合中经常发生冲突与矛盾，一定是自己有执著心，不知道该怎么办？”

师：不止是在韩国，因为在其它地区矛盾也会出现，当年在中国大陆学员中也有这些问题。如果每个人哪他们都觉的自

虽然表面上不辩解，但心里在翻腾。

当我找到这颗主要的人心，并认真的修去它之后，身上很多不好的物质一下被师父拿掉了，整个身体感到无比的轻松。虽然腿还痛，有时痛的甚至还很严重，但明显感觉这个痛已经动不了我了，只是一种假象了。很快我能双盘打坐炼功了，并且能炼一个小时。前天晚上在学法小组学法，也是双盘学的法，一下坐了一小时十分钟，感觉被能量包容着，非常美妙的感觉。

师父讲：“那些人心、怕心怎么能调动功呢？”[2]所以，当我把人心修去之后，发正念了感觉有力量了。

并且当我的心性提高上来以后，能忍的住了，不再与我的老伴争辩了，我老伴也发生了戏剧性的变化，她不再针对我挑三拣四了，也不给我制造矛盾了，并且她偶尔会主动听听师父的讲法（我老伴一直不修炼大法），并督促我及时到学法小组学法。

感谢师父的加持。也感谢在此期间同修们的无私帮助。弟子当更加精进，以报师恩。

不当之处请同修慈悲指正。

[1]李洪志师父经文 《转法轮》

[2]李洪志师父经文 《二零一六年纽约法会讲法》

对“放下执著轻舟快”的体悟

湖南大法弟子

2015年下半年，我与同修B承担了一个资料点的做真相台历任务，当首批台历做好后，我首先送给同修A几十本精美漂亮的台历。因为我与A往来十多年了，A家是个资料点，A与本地区和外地区都有联系。我想平时常在A家拿真相资料，现在我手中有台历，首先应该尽快送给她。在做台历时，我与同修B商量，尽量让众生多明白真相，就在台历里另夹一些真相资料。多数都是明慧网上下载下来的，其中还夹了一张小纸条

讲清真相

“见到您就知道法轮大法好”

大陆大法弟子

七月初的一天，我原工作单位退休协会给我打来电话；不一会社区也打来内容相同的电话，因我外出有事都是我儿子接的。等我回来，儿子就一五、一十的给我说了。大意是：年满八十岁的老人享受政府每月五十元生活补助金，民政部门要求社区逐一上门核查登记、拍现场照片，原工作单位协助办理，以后一个季度核查一次，这是首次，要求要到我家核查登记、拍照片。我没有同意他们来，说您不在家，明天您给他们回个电话，我拍个照片发到网上，这事就算了。我说：明天我要去。儿子不同意我去，说不要上他们的当，那些人会骗您的，说不定又要画押、签字、抽血什么的。我说：他们上门是要我讲真相救他的；我要去救他们，平时还找不到这个机会呢？

我当晚就准备了一包真相资料。第二天，我正准备要出门，电话铃响了。电话正是老单位打来的，说：要来，和社区的人员一块来。我告诉他们：你们不要来，我去，大约一个小时就到。那边担心说：您能行吗？我说：行！怎么不行？到那给你们看看。

一路很顺，说到就到。退休协会的三位工作人员四位社区人员见我来了，都惊奇的站了起来。社区那个负责的说：“本社区都是上门到家里去办理的，住医院的还到 hospital 里，要求亲自到单位的还只有您一个，没想到，您老人家说来就来了。”我说：“师父教导他的弟子遇事要为别人着想，我虽说八十三岁的老人了，但健康快乐、能走能跑的要麻烦你们上门为我服务干什么？”他（她）们议论道：没想到，八十三岁了身体这么好，怎么看也只有六十来岁。忙招呼我坐下，累了，快休息休息。我说：“没想到也是正常的，因为你们不了解法轮功和修炼人。法轮大法是正法修炼，是超常的。”他（她）们又议论说：是的、是的，不简单，从您老人家身上看到了超常。我

说：“你们看到了吧？修炼法轮功的人还像电视、广播、报纸说的那样，到天安门去自焚、去杀人、投毒？那都是演戏、捏造、栽赃陷害、抹黑法轮功的。我八十三岁了，没修炼法轮功之前可是个药罐子，如今二十多年没吃过一粒药，没花国家一分钱医疗费……”退休协会的姑娘说：“是的、是的，只看到您的交通费用了，医疗卡上的医疗费一次都没动用过，大家疑为……”我笑着插话：“疑为我死了是吧？我今天就是要走到你们面前，让你们看看我修炼法轮功活的多么的健康！法轮功于国于民百利而无一害，如果江泽民那个大魔头不迫害法轮功，修炼法轮功的人会越来越多，为国家要节省多大一笔医疗费，社会风气也不会这样一日千里的往下滑……”社区的人听我这么一说就议论开了：……那点医疗费哪里够用？就是感冒发烧，也要花个两、三千元钱；患重病的住进医院就不出来了，一针打下去就是上千元，一次加款、两次加款……家庭经济困难还要闹着社区给补助，社区哪有钱？只能张罗募捐什么的，烦死人了。都像您老人家多好。我说：“江氏政治流氓集团迫害法轮功倾尽国力，害得国不安定，家不安定，人不安定……”我一边说，一边拿出真相小册子<天赐鸿福>说：“每人一本，看明白了得福报，赶快三退(退出中共党、团、队)保平安。”社区一个领头的接过<天赐鸿福>说：“今天一见到您就知道法轮大法好，您老人家讲的我们这些干基层的最有体会，里外不是人（指迫害法轮功）。我退出。”紧接着，六个人都说要退出。我拿出小本本要一个一个记名字，被退休协会的姑娘接过，说：“我帮您老人家写。”

正在这时主任来了。主任拉着我的手：“我听说老大姐来了，就跑过来看您。”我说：“你还记挂着我？”主任说：“瞧您说的，您当年为单位建设挥汗大干时，我们年轻人都很佩服，视您为榜样。”我说：“那时视我为榜样，今天我修炼法轮功受到江氏政治流氓集团这么多年迫害，还生活的如此健康快乐，你不视我的神奇而骄傲？”主任连声说：“神奇、神奇，为您的神奇而骄傲。”然后转身嘱咐他的属下：“我到上

人体悟，往往是自己动机不纯，执著心不去造成的，向内修、向内找是根本的解决办法。

提高心性业消

明杰

前一段时间我突然腿痛，痛的盘不了腿，炼不了功。晚上睡觉也睡不好，同时还闹心。那真是身体不舒服，心也不舒服。

在此次腿痛之前，我的腿也痛过一次。当时第一次腿痛时，我发现自己学法少，正念发的也少，炼功也跟不上，当我把这些跟上之后，很快腿就不痛了。但是此次腿痛，我把学法、炼功、发正念抓的更紧，坚持一段时间之后，我发现没有任何改观，腿痛的依然厉害。甚至发展到走路都痛的一瘸一拐的。

师父讲：“我们这一法门就是直指人心，在个人的利益上，在人与人之间的矛盾当中，能不能把这些问题看淡看轻，这是关键问题。”[1]

我知道，我这次腿痛必须从心性上找，只有在心性上提高上来，我的病业假象才能从根本上解决。

师父讲：“心性包括德（德是一种物质）；包括忍；包括悟；包括舍，舍去常人中的各种欲望、各种执著心；还得能吃苦等等，包括许多方面的东西。”[1]

我认真对照师父的这段法，认真思考，认真查找自己心性有漏的地方。第一次腿痛，我抓紧了学法、炼功、发正念，这应该是做到了一个大法修炼者应该具有的精湛的标准，同时修去了自己的求安逸心，所以第一次就闯过来了。此次腿痛我差在哪个地方呢。仔细对照师父的法后，我发现自己的“忍”修的不够。突出体现在和老伴之间过不好心性关。当老伴经常为家庭琐事说我时，我经常动气与她争辩，守不住心性；在学法小组学法时，有时同修说我一句，我的心也会动，也忍不住，

大约二零零六年左右，那时候我住在一栋多层建筑的四楼，向来比较干净的家中忽然出现了蟑螂。那是一种看起来非常肮脏的昆虫，而且很难清除。自己的空间场为什么出现了这种东西？查找自己，那时正是网上虚拟偷菜游戏兴起的时候，单位人人在玩，我也不例外。虽然觉的偷朋友的东西，哪怕是所谓虚拟的东西也不好，我基本上不去偷，但还是保留帐号，在上面养花种菜。一切东西都是有生命的，这个网络游戏背后肯定有着不好的生命，而且玩游戏本身也是一种强烈的执著，于是下定决心戒了游戏。说来神奇，戒掉游戏的第二天，家里的蟑螂就消失的一干二净，再也没有出现。

现在，这些蚂蚁，肯定也是因为我的执著心才出现的。这些蚂蚁成群结队，在卫生间和家门之间川流不息，脱落的翅膀和一些黑色圆球样的东西散落的到处都是，真的是非常肮脏，令人厌恶。是什么执著心把它们招来的呢？

师父用一个英文单词点化我：indolence。我明白了，是求安逸心。求安逸心是我修炼中长期存在的问题，贪睡耽误炼功、遇事嫌麻烦、糊弄事等等，我并不是第一次察觉这个执著心的存在，而是因为长期过不去，有点无可奈何、放任自流，甚至因为它过于强烈，感觉不到它的存在了。师父同时点醒我：虽然知道这个执著心的存在，却只是在遇到事情时试图正念闯关，从来没有针对它认真的发过正念！

那些肮脏的场面，正是求安逸心在人类空间场的展现。不去掉这个执著心，只想求得一个干净舒适的修炼环境，怎么可能呢？我开始针对这个求安逸心发正念，然后再次跟蚂蚁沟通，告诉它们记住“法轮大法好，真善忍好”。第二天开始，蚂蚁基本上没有了。我知道，如果我修的很好，正念很足，即使不去跟蚂蚁沟通，它们也会离开，因为“修在自己，功在师父”，一切都是师父在做。修的不好，不好的东西才会找上门来，师父也没有办法，因为是自己求来的。

同修们所说的万物皆有灵，与生命沟通，那是真实不虚的，那是同修们出于慈悲，救度一切生命。如果沟通无效，个

面开会了，老大姐亲自到这里来登记，减少你们奔波之苦，你们应该感谢、陪同好，不要有闪失。”

主任走了，那位姑娘把七个人的三退名单交给我。我问：“你们不是要核查、登记、拍现场照吗？”社区的人说：见到您老人家的面就已经全办好了，并一个一个与我握手说：“谢谢您老人家，领教了真相。”我说：“不要谢我，这是师父的安排，祝你们有了美好的未来！从今以后善待修炼人，得福报！”“明白了。谢谢！”

社区的人走了。我问退协的姑娘：“老单位还有多少我熟悉的人，领着我见见面？”姑娘说：“正好，刚退下来的二十多个老人在俱乐部聚会，您可能都熟悉。”我说：“好呀，走，现在就去。”

我走进了俱乐部就说：“你们还认识我吗？”我这一说，大家都停下了娱乐活动：认识、认识，老大姐，怎么不认识？人们都热情的围拢我来。我说：“认识就是缘分，你们的老大姐今年八十三岁了，你们看到了吧，活的还很健康。”陪同我的那个姑娘还介绍说：二十多年她的医疗保健卡没有用过一分钱（也就是没吃过一粒药）。在场的人都啧啧称羡，并议论道：我们单位和您同时代的人现在都很难见到了，就是活着的也没有像您这样健康的。陪着我的姑娘说：“还有四个，这次核查、登记都见到了，两位住医院的、一位卧床不起的、一位脑梗后遗症坐轮椅的。”我说：“我这样健康，都是得益于我修炼法轮功；法轮功是佛法，是正法修炼，老大姐今天给你们带来了福音，送你们<天赐鸿福>每人一本，来，自己拿，明白真相得福报。”接下来，我给她（他）们讲了“天安门自焚”伪案、讲了法轮功洪传世界一百多个国家、讲了贵州平塘县“藏字石”等真相和退出中共党、团、队保平安的道理。最后我劝她（他）们退出中共党、团、队保平安。结果，二十多人都做了“三退”。

退休协会的姑娘把我送到公交车上。我转身，一位年轻人

起身给我让座。侧面一位男士挤过来，对我笑笑：“老妹子，我比你大。”我伸手示意请他坐。他坐下后，我问他：“您高寿？”他说：“我肯定比你大，今年八十又二了。”我笑着说：“你只能做弟弟，我今年八十三岁了，一九三六年初出生的。”他惊愕道：“看表面你比我小多了，真看不出来。”我说：“我是修炼法轮功的。你看不出来是正常的。法轮功是超常的，祛病健身、延年益寿那都是最基本的。我问你，你是党（邪党）员吧？”他点点头。我说：“今天听老姐姐的话，退掉它，不要这个东西，好有个未来。”他说：“我已经五十多年党龄了，今天遇见你老姐姐，我很佩服，听你的退掉、就退掉。”我刚要往下说。公交车报站了。他说：“对不起，我到站了。”我掏出一本〈天赐鸿福〉说：“没时间多说了，送给你一本好好看看，就明白了。”他双手接过〈天赐鸿福〉，给我鞠了一躬，笑着下车了。我们俩人的对话半个车厢的人都听到了。我也要到站了。看看包里，还剩下五本〈天赐鸿福〉，拿在手上一扬，被左右的人拿走了。

你看，我这一路……

打电话讲真相的体会

新缘

慈悲伟大的师父好！

各位同修好！

前段时间，好久没有联络的协调同修突然发信息给我，过段时间电话组要在线上开交流会，她鼓励我写心得体会，我觉得这件事不是偶然的，是师父在点化，要我上平台打电话，只有多打电话才有体会和大家分享。想到之前一直忙其他的项目，很久没有上平台打电话讲真相了，在学法时，刚好遇到负责培训的同修，跟她讲我很久没有打电话了，为了更好的打电话，想来参加培训，同修爽快的答应了。

一、给年轻的公务员讲真相

人。细细想想，修炼人这样做是否太幸福了、太舒服了、太安逸了、太悠闲了？喝着茶，吃着佳肴，过程中很少说正事，这是修炼吗？旧势力看不过眼就要下手。全国出现的大面积同修被绑架现象，是否有这方面原因呢？

记得，7，20 前本地辅导站也常组织交流，那时不管到谁家，或者去外地，赶上饭口了，多数是一饭一菜，到饭馆也是一碗面条，或一碗米饭，顶多要一二个菜。站长说：“你们没看见呀，师父当年传法时吃啥？身边弟子背着都是几箱子的方便面，咱们可别摆谱。”修炼人的点点滴滴都是要给未来留下来的。当然，这里不是说同修之间不能接触，集体炼功学法是师父留下来的，主要是说一种人的习惯，非常不好的爱串门习惯，这个东西得去掉。

最后，以师父一段法共勉：“说到这儿啊，我就在想，这件事情有多严肃！这么严肃，很多人却不能严肃的对待！特别是一些个老的大法弟子。你想过你所有生活的一切都在修炼当中吗？你的一言一行，你所做的那一切，你都是在修炼中，你知道吗？”（2）

个人浅显认识，不在法的地方恳请同修指正。

（1）《美首届法会讲法》

（2）《世界法轮大法日讲法》

谈谈执著心与万物皆有灵

海外大法弟子

最近几天，家里楼下卫生间出现了很多蚂蚁。有体型比较小的，也有大个带翅膀的。在网上查了一下，应该是木工蚁，它们在家中木头中筑巢，现在正是迅速繁衍的季节。

想起网上有很多文章，同修跟蚂蚁沟通，告诉它们记住“法轮大法好，真善忍好”，让它们离开自己的住宅，于是也依葫芦画瓢试了一下，无效。

我知道自己在修炼中肯定出了问题。

天，那是修炼人吗？那正常吗？修炼人没有本质和境界的提高则与常人无异。理性上明白一点，就能做的好一点，但是好长时间我有个感觉：不去同修家会难受、心烦，像有东西勾着似的，那感觉就像开车，突然有一股无形力量把方向盘往岔路上拧，你得使劲把住方向盘才能走稳，那是旧势力机制控制你的表现。这种表现是一种强加：我不去同修家的“难受”感觉是强加；去了心里“高兴”的感觉也是强加，如果不用大法衡量和修正自己，想突破这种现象是不容易的。

能耐住寂寞是境界。我很佩服明慧同修，默默耕耘二十年，那种默默象没有波纹的死水，纯洁干净的令神刮目相看。当生命达到这种默默状态时，该是无形无痕高深不可测的，是局外人看不透和理解不了的，这跟经常热热闹闹聚在一起的状态是大不一样的。

我身边有个同修，大家很佩服他的精進，说他修得好，可后来他得胃癌走了。我迷惑好几年，最近才明白：他喜欢串门，十天半月就在同修圈里走一遍，每次他来，都能说出一些同修的具体事。“有为”就是毛病，大了就成“胃癌”，还悟不到就要你的命了。

由此我想到。近期网上报道：七月初和中旬，全国多地出现同修集体被绑架事件，有十几人、二十几人、三十几人……都是老弟子。正法到最后了，邪恶咋能弄出这么大个动静来呢？听出事地区部分同修说：“警察说这些人聚在一起看香港二百万人大游行，跟共产党作对，不该收拾吗？”其实是旧势力抓到把柄了：“香港二百万大游行管你啥事？你是干啥的？这么点事高兴的都不能自制，奔走相告，这样人能成神吗？不该修理吗？”

还有的同修，去农村同修家吃农家饭菜，走时还拎上一兜没化肥的蔬菜。有几次，一个同修跟我说：“你什么时候请大家吃一顿？”虽是玩笑话，我知道自己有问题了：以前我隔三差五常吃人家的，有同修叫我去吃饭，我兴奋的早早就去了，说是交流，交流啥了？十个八个菜摆一桌子，吃完嘴一抹走

晚上我和负责培训的同修一起打电话，她给我一个号码，说这个人是政府部门的公务员，已经给他讲过真相了，他听了很多真相后，就是不三退。我拨通了这个人的电话后，跟他讲了几分钟真相后，他就开始跟我互动了，他说我讲的话有很多漏洞，不可信。我说：“你可以翻墙去看真相”他说：“我就是搞 IT 的，我想翻墙就翻墙。但是，我了解的真相和你讲的真相不一样。”然后他跟我讲了一些东西，都是从邪党宣传的谎言。还不时给我下套，甚至骂人，我没有被他带动，就一直跟他讲真相。

他看我不上当，就问起我家人的情况，想了解我家人的信息，我马上转移话题，跟他讲，有一次，我在某著名大学讲真相，遇到一个从国内出来的留学生，开始的时候我跟他讲真相他不听，还给我背党章，我问他，是不是五毛，他说是自干五（自带干粮的五毛）。

听到这里，他马上说：“自干五思想境界高啊”。我问他，那你是五毛吗？他急了，用鄙夷的口气说：“我哪里是五毛啊，最起码是个一块（两个五毛）。”我跟他讲：“听你讲话我觉得你不是一般的党员，原来你是有特殊任务在身的呀，不过，你经常翻墙的话，可以看到很多中共活摘器官的消息，对吗？”他说，听说过。

我说：“你知道中共把法轮功学员抓进监狱后，做的第一件事情什么吗？验血，如果配型成功，马上就把这个法轮功学员活活杀死，活体摘取他们的器官贩卖！薄熙来和他的太太薄谷开来在大连开办的尸体加工厂，他们把人杀了不说，还把人的尸体制造成标本全世界展览，在咱们中国不就搞过这种尸体展吗？薄熙来的手下王立军打扮成女人逃到成都美国大使馆寻求政治庇护，他向美领馆提交了非常多的他和薄熙来参与活摘器官的证据，才保住了一条命。你不相信有活摘器官这种事情是因为你太善良了。你知道吗？当年，纳粹的罪行被一个曾关在集中营中，后来逃出来的犹太人透露出来时，很多人都不相

信，在自己居住的城市怎么会有这么恐怖的事情发生呢？当美军攻克波兰，进入纳粹集中营后，发现了堆积如山、来不及处理的尸体时，才发现这个犹太人说的都是真的。当人们走进集中营参观的时候，才知道原来在自己身边竟然有如此邪恶的事情发生。今天，历史重演，有谁会想到就在咱们身边的医院正在发生着骇人听闻的活摘器官！追查迫害法轮功国际组织调查发现，在中国有 891 家医院，上万名医护人员参与了活摘器官。这些都可以在网上查的到，你可以翻墙上网查看。”他问我：“你在中国时用什么软件翻墙。”我说：“自由门。”他问我，用这个上网安全吗？我反问他：“你知道这个软件是谁开发的吗？是大法弟子开发的，用自由门翻墙即安全又快速。现在国内很多人都用自由门上网，连警察都在用呢。”他突然对我说：“你可别劝我退出党、团、队保平安啊。”我说：“你现在都会翻墙了，说不定哪天你自己就翻墙三退了。”他听我这么说，笑了。我对他说：“我听你说话，像是年轻的高级知识分子，你的人非常善良，咱们今天避开法轮功不谈，就像朋友一样聊天，你在国内想找个我这样的朋友还找不到呢，谁会和你敞开心扉的聊天呢？”他说：“是啊，是啊，我觉的你们法轮功挺好的，你有你的信仰。”我说：“对啊，我们讲真相就是为了让人家明白真相，不是改变人家的信仰，每个人的信仰不同，但是，每个人都有了解真相的权利。”他赞同我的说法。我接着说：“今天和你打这通电话是缘分吧，我希望你和你的家人都能够平安。”他笑着对我说：“谢谢，谢谢。”这通电话打了四十多分钟，挂断电话后，因为我是开嘴拨打，房间里的同修都讲这通电话打很好，我觉得虽然没有给他劝退，也给他日后三退做一个铺垫吧。负责培训的同修讲：“我从你身上学到了讲真相时的慈悲状态，除了中间有几分钟讲的有点急之外，一直平和的讲，众生也一直互动。”另一位同修说，听你打的这么好，我放下手中的电话，一直给你发正念。我说，我觉得都是师父的加持，还有同修的正念支持，我才有智慧和他讲这么多真相。

能耐住寂寞是境界

大陆大法弟子

作为修炼人，能耐住寂寞是很不容易的。拿我来说，性格外向、好动、好凑热闹、好奇心也很强，在常人时朋友多，吃吃喝喝，你来我往，好像每天挺充实的。修炼后，虽然迫害严重，但跟同修还是常来往、好串门、常交流，好像挺充实的。后来发现，这种“充实”是很强的人心，是耐不住寂寞的浮躁。当我从法上归正自己时，发现修去寂寞是很苦的过程。比如：每十天半月我会去一个同修家，不去心里似缺点儿什么，去了就是喝茶、聊天，同修见我去了也挺兴奋。后来我渐渐觉得不对劲：我每次去同修家，潜意识里想知道点什么信息：圈子里同修咋样了？有出事的没有？邪恶又有什么行动了？自己在同修中地位是不是和原来一样？谁背后说我什么了？再聊聊别人的八卦。从这些“信息”中，能判断自己修的咋样？或应该注意什么？感觉自己没落下，陷在一种自我满足的状态之中。

旧势力考验标准就是看我们能不能耐住寂寞？耐不住寂寞就危险，它们给每个人都安排了一套机制：让你频繁的跟同修来往，今天这个找你、明天那个找你，这个请吃，那个请喝，这个说你好，那个说你不好，让你搅在一些事中。现象背后是陷阱，如果你有爱串门习惯老是不改，它就有理由迫害你了：

“这人耐不住寂寞呀？大帮哄呀？”修炼的严肃就在点滴上。师父说：“他们活的孤独寂寞，难耐的寂寞是人最大的一个危险，也是修炼中最大的一个难，所以人在痛苦中，在各个不同的环境中，都能够使人修炼、提高，那么吃苦呀，遭一些罪呀，不是什么坏事。”（1）

几些年前，我多次被警察骚扰，我一直不明白漏在哪？一个片警说：“你少出去跟你们人接触。”我想：“你说的算呀？”后来悟到，这是邪灵说的明白话，旧势力有它的安排套路，你成天爱凑热闹，爱串门，有事没事到同修那一唠就半

我身边就有一位这样的大姐 M，她今年六十多岁，白白的，皮肤白里透红，一点也不像六十多岁的人。年轻时生活能力不是很强，凡事依赖丈夫，丈夫为逼她放弃修炼，用离婚胁迫，她没有屈服，而是毅然选择了大法修炼，离异后的日子，难处可想而知，但她就凭信师信法的心，闯了过来，现在生活上，里里外外一把手。她说：“没有师父，就没有我的今天”她时刻把师父放在心上，处处能想起师父，一般人做不到。一次，不小心把炒菜的油给烧着了，炒勺里火苗老高了，她没有惊慌失措，而是把炒勺端起来放在地上，慢声细语的跟师父说：“师父，着火了。”火苗马上就神奇的熄灭了；每次出去劝退，也总是和师父说，请师父送来有缘人，请师父加持.....

她说话语速不急不躁，平易近人，面容祥和，总是笑呵呵的，很容易拉近和陌生人的关系，特别是中、小学生或者二十来岁的小青年，经她一劝，几乎都退。

从师父让讲“三退”救人至今，她风里雨里，几乎天天出去，当初，没人敢与她一起去，她就总是自己一人。她是我们地区劝退做的最好的人之一，在她的影响下，很多同修也走出来了。发神韵光盘，一箱箱的发。

在“诉江”之后和“敲门行动”，很多同修都被骚扰或绑架，她一直都平平稳稳的做着“三件事”。有人问她不怕吗？她说，不怕是假话，但我就听我师父的，师父让救人，我就去救。

M 大姐的视力不是很好，年轻时受过伤，台阶有时还看不清楚；对面而来的人，她有时分不清男女，这样的情况，面对面劝退，困难可想而知！可是 M 大姐却能克服自身的不利条件，做的这么好，真的让我感动，感动她听师父的话，感动她对众生的慈悲。

与她相比，自己做的怎么样？是什么障碍着自己？对师父的话，信了几分？信到什么成度？真的应该认认真真的想想啊！

二、给政府官员讲真相

同修 A 对我说：“刚刚给一个政府官员给他讲真相，他的态度蛮横，接起来就挂断，你给他打吧。”我说好。拨通了这个人的电话，刚讲了两句真相，他就迫不及待的问我要微信号，他说：“我们用微信联系，你在微信上给我讲。”我说：“等一下让我的朋友用微信给你发翻墙链接。”他说好，然后想挂电话。我说，请等一下，我有一个很重要的消息要告诉你，这件事关系到你的利益，你家人的利益，你的后代的利益。他很关切的问：“是什么消息？”我说：“今年的 6 月 3 日美国驻华使馆在微博发布了《全球马格尼茨基人权问责法案》。这个法案现在已经在美国、英国和加拿大立法生效了。”他说：“你说的慢一点好吗？我把这个法案的名字记下来。”我又重复说了一遍，他说记下了。我继续说：“这个法案主要是针对参与迫害人权、宗教信仰团体、迫害法轮功修炼者的迫害者和实施迫害的官员及打手们，将要受到这个国际法的严厉制裁。”他说：“你能不能详细跟我说一下。”我说：“这个法案对于这些迫害者们拒发签证，就算是你已经拿到绿卡了，也可能被拒绝进入境内；他们的子女禁止在这些国家上学；已经在国外的家人也会受到牵连；国外的资产会给你冻结。美国国务院官员还告知法轮功学员可以提供迫害者名单。”他说：“这个法案这么厉害啊，你能不能把这个法案的详细内容发到我的微信上，我的微信号就是我的手机号码。你一定要给我发啊，因为我的孩子就在国外。”我说：“好，我会发给你，还有现在无论高官还是百姓都在三退保平安，你也退了吧。他说他什么都没有加入。我说，那送给你九字真言，当你遇到危险的时候，诚心的念“法轮大法好，真善忍好”，神佛就会保护我们遇难呈祥、逢凶化吉的。祝你和你的家人都平安。”他高兴的说：“谢谢。”

通过打电话，我觉的现在美国出台的《全球马格尼茨基人权问责法案》对于很多政府官员来说，在国内由于中共的网路

封锁，他们不知道这个事情，他们大部分人的子女都在海外读书、定居。这个法案关系到他们的切身利益，我们在讲真相的时候，把这个法案给他们讲明白了，他们更容易接受真相，这是一个很好的讲真相的切入点。

最后，与同修共勉师父在《洪吟》（二）中的《快讲》：

快讲

大法徒讲真相

口中利剑齐放

揭穿烂鬼谎言

抓紧救度快讲

谢谢师父，谢谢同修！

法会交流

信师信法的一点体悟

加拿大大法弟子

尊敬的师父好！

同修们好！

转眼间，步入大法修炼已经八年，对于修炼的理解也随着时间发生变化。近期在一些过关的过程中，以前对法理解模糊的地方，慢慢的，或是突然的，变清晰了；有些我自认为是比较深的执着心结，在某个不经意的瞬间被打开了。我深深的知道，那样的一瞬间的领会，是师父赐给的，这里仅举两个例子。

一、修善

看同修的交流文章，经常出现一个说法，叫“看不上别人的心”，这个说法的意思很明显。可是，为什么会看不上别人呢？以前，总是觉得自己看不上别人如何如何的行为，是有这样那样的理由的，总是貌似理性的“一分为二”的看问题，实际上就给自己的修炼打了折扣。

制造出无数的魔障，甚至可以让人深陷难中而浑然不觉。这也是我们很多弟子过不去关的原因所在：放不下、看不破甚至意识不到。大法中有很多神迹，当弟子正念坚定时，大法的威力无所不能。魔难中也有很多无奈，当弟子人心占了上风时，大法的威力就无法展现。世道太浑浊，人心太复杂，身在其中，不知不觉就在被污染，而我们表面又是人的状态，一不注意就被干扰，逆水行舟，不进则退，稍一放松就会随波逐流。所以魔障或者说考验对我们来说也是无处不在，而且干扰也是无孔不入。

那我们的使命是什么？我们不就是要证实能够在这个环境中修炼圆满、救度众生吗？我们的依靠是什么？我们的依靠是大法，只要我们能够坚定大法，用好我们的三大法宝，学好法、向内找、发正念可以让大法的威力在我们身上最大限度的展现出来。再多再大的魔障也不能阻挡我们完成我们的使命。

正法是师父在做，真正救度宇宙众生的也是师父，我们只是在证实法，证实大法能够在宇宙成住坏的最后阶段使众生从新归正。怎么证实法？同化法就能证实法，就能走向圆满，就能救度众生，就能使大法的威力在大法弟子身上展现。

以上是最近学法中的一点心得，写出来供同修参考，不当之处请同修慈悲指正。

我就听我师父的——写在 7.20

黑龙江大法弟子 莲香

清晨，花瓣上晶莹的露珠让我感动；酷暑，巨石下长出的小草让我感动；今天，承受迫害 20 年的法轮大法修炼人让我感动。

20 年了，他们从青年步入中年，从中年步入老年，有的被迫害已经离世，纵使时光流逝，他们的信仰从未改变，历经风霜雪雨，他们变的更平和、更坚韧、更成熟。在红色恐怖里，一直向世人讲清着真相，置自己安危不顾，救世人免于灾难。

大法弟子的依靠、法宝、使命和魔障

郑一见

大法弟子的依靠是什么？大法弟子的依靠只有师父和大法，对于这一点一定要有一个清晰明确的认识，因为这关系到我们遇到每一个问题时怎么去面对、怎么去思考、怎么去处理。是用常人的方式去解决？还是站在法上找出自己的漏洞提高上来？这是修炼人和常人的根本差别所在。如果用常人的方式去解决等于在这一点上不信师信法，师父就不好办，反而这个漏洞会被旧势力抓住加大魔难，如果站在法上找出自身存在的问题提高上来，师父就可以帮弟子化解。大法是开创宇宙的法，师父是造就大法的主，所以我们的依靠实际上无所不在、无所不能。

那么我们大法弟子在正法修炼的这条道路上攻坚克难的法宝是什么？我的理解就是学好法、向内找和发正念。只要我们能做好这三条就可以充分发挥出大法无所不在、无所不能的威力。那么在正法修炼的这条道路上则无坚不摧，攻无不克、战无不胜。

大法弟子的使命是什么？我的理解是同化法、证实法、救度众生、开创未来。我们正法时期大法弟子所要做的就是末法末劫的乱世，在这个黑白颠倒、是非混淆、邪恶当道、物欲横流的世间修炼圆满。同时挽救其他陷入险境的众生。我们就是要证实当生命已经在成住坏中陷入毁灭的边缘时只有大法能够使其得到救度从新归正。并且使未来的宇宙众生都能够在这个新的宇宙机制中不再陷入毁灭的状态。开辟出一条从最低走向最高，从最坏变成最好的人成神之路。大法弟子的使命前无古人、后无来者、空前绝后、开天辟地。

我们的依靠无所不能、我们的法宝威力无边、我们的使命宇宙第一。那么为什么迫害仍然持续了二十年呢？这就要说到我们的魔障。我们的魔障是什么？站在我们大法弟子角度上来看，我认为只有两个字：人心。看起来简单的两个字，却可以

比如，看到别人的什么行为感觉不顺眼了，就出了念头：这个人怎么这样？然后又想：这人不懂事，不要一般见识，修自己吧。于是就不吱声躲开了。我曾经以为这就是修了，可是最近才明白，这是用一个很模糊的说法掩盖了自己本应该修出善心的机会。善，不是想象出来的，而是修出来的，在和别人的互动中，自己所表现出来的状态，平和的语气、柔和的神态、为对方着想的诚意，放下私我的醒觉，都是要在和别人的互动中检验出来的，都是要在和别人的互动中修出来的。

看到不好的行为，不合法的行为，或是会在常人中造成不好影响的行为，我的沉默真的是视而不见修自己吗？如果真是视而不见，我的内心怎么会有对这些行为的评价呢？这不是此地无银三百两吗？这不是以修自己做借口，滋养了自我保护，自私狡猾的物质吗？经过了许多年的修炼，我终于能谦卑的提醒自己，所有发生的，都是自己空间场内需要修去的物质的投射。

可是现在，烦恼又来了：我觉察到自己一闪而过的不愉快，却找不到是什么执着不好的东西隐藏着，让我被带动，产生了那一闪而过的不愉快。和同修交流，同修告诉我，要扩大容量，要放下对人的观念，要忽略不理……等等。这些我都想过，可又觉得都有些飘渺。

直到一个同修给我指出来，说我缺乏善心。是啊，我眼前一亮，深以为然。不要自以为善，一定要修善，在起心动念、行为表现中修善。既修出了自己的善心，又可能帮助到别人，多好！有时我在想，那些看上去一团和气、婆婆妈妈的好心，不知道算不算得上是善的一种表现。立时重温了师尊的经文《精進要旨》〈浅说善〉：“大法是圆容的，真、善、忍三个字分开来，同样具足真、善、忍的特性，因为物质是由微观物质组成，而微观物质又是由更微观物质组成，直至穷尽。那么真也是真、善、忍构成的，善也是真、善、忍构成的，忍同样是真、善、忍构成的。”[1]我豁然开朗：没有真的善，不是真

善。

此时想起师尊讲的法：“我们法轮大法这一法门是按照宇宙的最高标准——真、善、忍同修，我们炼的功很大。”[2]我的内心在那个瞬间感觉到了那种无以言表的洪大，似乎触碰到了些许造化的奇妙。“真、善、忍同修”[2]这几个字，似乎照亮了我身体的每一个细胞，也同时照亮了和我有连带的、有缘分的所有生命的每一个细胞。我真希望这种状态能一直保持下去，这样我就可以一直对所有的生命善待有加了。可是那是师尊赐给的，不是自己修出来的。得实实在在的，扎扎实实的修出来，才是自己的。

二、修炼“主意识要强”[2]

大法弟子要做的三件事，是最明确不过了。有时候看新闻就有一种感觉，正法进程给人间形势带来的变化，用“日新月异”已经不够描述了。时候到了，人在醒来。我去征签的过程中，遇到一些小事让我颇有印象。

一个人在认真听我讲为什么要征签，讲法轮大法，可是他突然打断了我，说：你只要提到“共产（邪恶）主义”，我一定会签的。有的人会告诉我，他们就是从共产（邪恶）主义国家出来的，不需多说，一定要签字。也经常会遇到人鼓励说：你们在做正确的事，坚持下去。从世人的行为表现能清清楚楚的看到共产邪灵的覆灭解体。还有一些人在听了法轮功反迫害的真相后，诚恳的询问有没有什么为法轮大法捐赠的渠道等等。

行走在人群里，和他们去交谈，讲真相给他们听，也倾听他们的反馈，就能实实在在感觉到世人在觉醒，世人为法而来。这一幕幕，让我的心感到安静。因为佛性和人性本善的流露，服饰、外观、文化、语言的差异都被淡化了许多，与大法结缘的喜悦，成了他们共同的语言。我发自内心的感谢这些人，无需任何刻意的展示，他们已经让我看到了人的生命深处美好的东西。这在某种程度上更加帮助我去掉了一个很大的执

这样大面积的讲真相劝三退，从一百八十人到近三百人听到了真相，并且每次都只有两三个人不愿退。

一次讲真相、劝完近三十桌人三退后，看到五彩鲜花象海洋一样延展到天际，天空特别湛蓝，完整的圆形彩虹出现在天上。同修说：是师父在鼓励我们呢。我们双手合十感恩师父，真正辛苦的是师父啊。每一个众生的得救，都是师父的承受，都是师父摆平了其人的千万年历史恩怨的结果啊！

三、配合师尊正法进程的需要，做好当前的事情

在当前，为了配合师父全民反迫害的正法形势，个人认为：把大纪元、新唐人两大举报平台的信息、明慧网通告的信息先全力发遍，让广泛的中国人都知道，然后再发其它真相资料，可能中国人就愿意接受真相，甚至主动寻找真相了。我的直觉告诉我，师尊就是这样安排的——中国一定会达到最广泛的人群主动的来找大法弟子了解真相、寻找真相。

我们当地已经把明慧网通告、大纪元、新唐人推出的两大举报平台做成了一张传单，内容取自明慧网，由四个部分组成：明慧网通告及相关文章；大纪元、新唐人推出的两大举报平台内容；摘自《天地苍生》62期的一些世人很感兴趣的内容，冠上“到底谁养活了谁”的标题；第四部分的内容，标题取自明慧网文章“中共解体在即 国人如何逃生”，加以符合标题的内容。同修们说：“这张传单已经完全盖的住了。”

在当前这种世事变换莫测、风云激荡之时，我们的心态是稳定祥和的，我们的目地是专一的——抓紧修好自己，倾全力的讲真相救世人，我们的方式是理性、智慧、慈悲、为他的。

怎样既理性、注意安全，又能尽全力广传举报平台和通告，过程中抓紧学好法修好自己，可能每个同修都已成竹在胸了。

有不合法之处，敬请同修慈悲指出。

道德观念、蛊惑中国人一切向钱看导致的。所以建议我们的媒体更注重因势利导，将计就计，顺着中国人的执着救中国人效果才会好。

2、不放过人群聚集的机会。

同修们都有亲朋好友、同学、同事、邻居，这些人都有常人生活中的聚会、婚丧嫁娶，一般都会有十几桌或几十桌的聚会、请客等，提醒同修与周围同修配合，千万注意抓住如此好的能面对更多群体大量讲真相劝三退的机会。

在同修邀约下，笔者曾经多次参加过这些聚会讲真相。效果很好，且很安全。我们首先把首要人物讲好真相，如：在单位退休人员聚餐时，首先把负责的人讲清楚，提醒其人即使不愿意三退也至少不要干涉；同修的亲戚婚丧嫁娶时，首先把村支书或生产队长讲退；街道聚会时，首先把居委主任讲退。这样就保证了安全。其实，当我们有这样的愿望时，师尊早已经为我们铺垫好了一切。

举一例：有夫妻同修二人，同姓每年族长要召开一次宗族会，每次有两百多人。我们到省城找到族长，与族长讲真相，并请他帮助、支持。我们坐大巴来去，来去的路上，先把司机讲退。我们三个同修配合，夫妻同修一人发正念，一人记名字，一人讲真相劝三退，从前到后依次劝三退。来去的车上都是几十人，两辆车上的人，除三人外，其余全部三退。

到聚餐时，有二十多桌人。我们并不坐下吃饭，而是三人配合，仍然一人发正念，一人记名字，一人讲真相劝三退，一桌一桌劝三退，愿意要真相资料的我们就双手捧上。到我们讲完最后一桌时，前面的已经吃完饭开始走了。

我们一桌一桌的讲真相，首先就是向全桌人送上祝福。经常出现全桌人鼓掌感谢的场面，让讲真相、劝三退的氛围非常融洽、和谐。要救人就得顺着他们的执着说。尤其现在的中国人被邪党搞的极端自私、邪恶、麻木、惟利是图。我们如果多站在他们的角度，站在为他们着想的角度，他们才易于接受真相。

着，就是对生命意义的质询和随之而来的对修炼本身的困惑。

我得法的表现形式是被师父的法感动，读《转法轮》中的一段法让我笃信，这是神写的书，因为人没有这么大的慈悲，于是我走入大法修炼。我深知，是法选择了修炼人。

可是，这个从记事起就有的对生命存在的本身的困惑，却还是挥之不去。生命的来处和去处，师父的法讲的很清楚了；最原始生命的产生，师父也讲出来了，清清楚楚明明白白，可是我的心结就是在那儿，而且也不敢问。

在《美国东部法会讲法》中，有弟子问：“宇宙中为什么要产生生命？”[3]师尊回答：“就象一个微生物在用它的思维方式认识人一样，人的思维是永远也无法想明白神的存在与思想方式。人对宇宙还不认识，还不知是怎么回事，怎么能问其宇宙中的事呢？这个话问的等于问为什么要有宇宙？我们就别管它为什么有宇宙、为什么有生命，因为这不是你能知道的，也不是你应该知道的。就是不管你修多高，都不是你知道的。当然了，造一个宇宙是空的，没有生命，什么都没有，那有啥意思？用人的话说就是主（万王之王）或者叫主佛道神一体之尊要这样。”[3]我知道这个困惑的东西不对，不是自己，却苦于难以冲破，多年来一直盘踞在我的空间场里不散。

有一天，这些问题又返上来了，想的很难受，就到外面走走，外面的花开的正好，树上也添了很多活泼的新绿，就在边走边看的时候，我脑子里，就象师父打进来的一样，出现两个清晰的字：生命。我心里愧疚，默默和师父说：“师父，对不起！师父，对不起！”

就在这件事发生不久，师父明确讲了：“什么是修炼？其实没有多少人真正明白它真正的含义。修炼哪，就是成就生命。”[4]我当时就在想，哦，这个师父告诉过我了。虽然如此，我的状态还是时好时坏，我知道这样下去就完了，就被旧势力的钝刀子害死了。

可能是时机成熟了，终于有一天，我发出一个明确的念

头：这样的问题和想法不要再有，我知道这些问题和想法不是我的，是你们的，你们不要用这些败坏的观念来干扰我，就有善解的机会；你们如果再来，我就把你们当作是魔，统统解体掉，我的功时时刻刻都会这么做。正念的威力是强大的，果然在这之后，那些所谓的问题，消极的物质，莫名的悲伤，就很少往出冒了，再后来就完全没有有了。对法的正信的本性占了主导。

刚才之所以说时机成熟了，是因为这个念头的发出也是经过了一个长时间的过程才有的。在这个过程中，有几件事让我印象深刻。按照时间顺序如下：

（1）刚得法不久，有一次打坐，不能静下来，各种念头在脑子里翻腾，翻腾的厉害了，我还会随着它们去想，这时候，高空中突然传来师父极威严的声音：主意识要强！我浑身一震，不敢造次，立刻收了那些被带动的，不着边际的胡思乱想。这是一件事。

（2）几年后，因为一些眼睛看到的，接触到的人和事，让我的心里很难过，倦怠消极和厌恶的那些东西越来越重，那段时间，如果不是给自己规定了“唯有师父，唯有法”的一条准则，简直是很难走过来的。师父帮助我，安排了一位同修和我相遇、交流，分享她自己的修炼体会。我受到启发，之后就静下心来发正念清理自己的空间场，短短十五分钟不到，就仿佛看到一团团黑色的物质从我的毛孔中被清理出来散掉了。那个场景如此清晰，历历在目。发完正念，整个人就轻松了许多。我再一次清晰的看到，明明白白的分清自己，认清外来的干扰，真的是非常重要。这是一件事。

（3）可是还有一种强大的业力，叫思想业，这个东西很会骗人。我自己就有体会，很多时候以为自己是在思考，其实是被思想业带动进入一种混淆不清或是纷繁无序的状态。有一天，我决定集中清理思想业。怎么办呢？当然是背师父的法。

我记得那天是周四，我一有空就背法，几乎不停的背“主意识要强”那段法，而且加大密度发正念清理思想业。持续到

2003年，师父要求大陆大法弟子向当地民众揭露当地邪恶，以开创当地宽松一点讲真相的环境，让同修少受损失。一些同修不理解，不参与，还反对。

2005年，传九评、劝三退，一些同修坚决反对，说参与了政治，历经几年才开始明白。

我们已经有很多的教训。经历了二十多年漫长的学法和锤炼，可能已经都能够在师父的正法进程需要中，做好、配合好了。

我们的证实法修炼将很快结束了，也在修炼的成熟中将回归到自己所在最高境界的位置了。

二、不放过一切机会，理智、智慧的多讲真相

1、从法中知道劝三退不是目地，让众生明白真相才是目地。我们一边讲真相一边面对面发真相资料，大多数大陆人不会要。可是，真相资料才是最全面的，也是更能加强人的记忆的。所以，即使劝退了一些人，大多数人没看到真相资料，听过了，不但很快就忘了，还可能根本没有明白真相。

一些同修有机会就劝三退，又广泛的面对面送上真相资料，这样效果很好。没有听劝三退的，大多数都能接受真相资料。有个同修每次出去办事时，总是拿着翻墙软件、装了真相内容的优盘、真相期刊等。在注意安全的前提下，理性的发放：看见拿着手机的年轻男女，就先征求对方的意愿说：“送您一个翻墙软件（或一个优盘），会给你打开一个全新的窗口，你会有很多收获甚至惊喜。”如果对方愿意，才从提包里拿出来送给对方，并叮嘱：“请好好珍惜，与亲朋好友互相传看。”出去一趟能发出去几十张翻墙软件或十来个优盘，还可劝退一些人。

最近发现一个问题：面对面发真相期刊，人们对《天地苍生》62期，一般都不会拒绝，有的甚至一看到封面就毫不犹豫的接过去。明慧同修非常智慧，封面上有“钱袋子”三个字和钱袋子图案，提起了人们的兴趣。这是邪党破坏中国人的传统

邪恶，并让明慧网推出通告，就是在为弟子们排除邪恶干扰，开创更安全、广泛讲真相的环境、让更多人能得到大法救度；大纪元、新唐人推出的两大举报平台，那就是开创最后阶段全民反迫害大势，最高效的让最大范围的众生得到大法救度的环境。所以，海外媒体同修通过媒体发出呼吁：把举报平台和通告发遍中国大陆，让所有人都知道此消息。

师父希望大陆有一半人得到大法救度，在被邪党戕害已经不成人的中国大陆，要想一半以上的人能得到大法救度，没有这种形式推动下的全民反迫害，是不可能的。

个人所在有限层次还悟道：对香港的历史和现实的安排是世间格局的需要。全民反迫害从香港开始，是因为香港民众有能够率先站起来的道德文明基础：受邪党洗脑不严重，意识形态还比较传统、文明社会的公民民主意识还很强，既给内陆百姓做了表率，在国际社会环视下又相对安全，在国际社会影响又很大。

其实不论什么形势，哪种形式，都是师父在让更多众生能得到大法救度而为大法弟子讲真相、为众生得到救度在创造环境。而全民反迫害从香港开始，中国大陆人才可能在逐渐的震撼、觉醒中有所效仿，有所行动。更大范围的世人才能得到大法救度。

大法弟子怎样才能配合师父的正法形势、让更多的众生得救呢？

一、学好法、修好自己，是讲好真相的基础

只有学好法、修好自己，才能跟上师父正法进程，才能把真相讲好，说话才有穿透力，才有威德讲好真相。

因为我们下世，就是为了众生而来。为了我们自己天地的王、主、众神、众生能得到大法救度，是我们下世的唯一目的地。

然而，每一次师父正法进程的变化，都会遇到很多阻力。这些阻力来自一些同修对师父正法进程不理解造成的障碍。

周五大组学法时候，我还在这样做。

那天大组学法，我去早了些，就坐在那里发正念清理思想业。这时候，两个阿姨同修来到我旁边的座位，一左一右，整理她们带的东西，塑料袋的声音和她们聊天的声音都很大，一左一右的把我夹在中间，但是那时候我发正念却突然入定了，周围的噪音都被隔开了。我知道我做对了。回家的路上，继续背法，晚上睡觉前躺在床上，继续背法。

这时发生一件我几乎永远都忘不了的事：当时夜深人静，我在脑子里一遍遍背着“主意识要强”这段法，背到“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。”[2]这时我脑子里有一个非常非常清晰的声音接了下去：那就行了呗！我当时吓了一跳，那个声音不是我，不是女子的声音，是一个男声，但却是清清楚楚从我的脑壳里发出来的，而且那个声音里，饱含着苍老、惶恐、无可奈何又不甘心的狡猾。我定了定神，啊，思想业，你终于受不了跳出来了，我要灭的就是你！我继续背法，一直到睡着了。那是我唯一一次清楚的接触到，思想业作为一个生命体，在我的空间场里，试图以我的面目出现控制我。

之后很长一段时间，每次想起来，我都还有些不寒而栗。人的肉身太弱了，那么多不好的东西干扰，有些甚至是不知不觉、潜移默化的。主意识不强的话，真是太难了。所以从那以后，我首先从语言上入手，着意控制自己。举几个例子，我很注意，不说什么“我的执着心”这样的话，因为那些执着心是外来的败物，不是我；我也不说什么“病业关”这样的话，啥叫“病业关”？修炼人没有病，哪来的“病业关”？都是心性关；我也尽量不说“老年同修、青年同修”这样的话，因为我一次又一次看到随之而来的人念，如果这时我去强辩或对抗，就又中了旧势力的招，但是有时候又很难找到一个不触发观念的替代，所以只能是不去响应，并发出一念不承认这些东西等等。这种在人上，还是在法上的一念之差的考验总是存在着，

越是在平淡无奇的时日里，越是能体验到修一思一念的严肃。

说起来容易，“做到是修”[5]。经历了这些过程，我终于在那一天，发出那个明确的念头，起到了很好的作用。

回头看看这个过程，我有些感慨，兜兜转转，归向何处，就是以恭敬顺服的心，无条件的信师信法。在此重温师父《论语》的开篇：“大法是创世主的智慧。他是开天辟地、造化宇宙的根本，内涵洪微至极，在不同的天体层次中有不同的展现。”[6]

以上为个人修炼体悟，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》〈浅说善〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《美国东部法会讲法》

[4] 李洪志师父经文：《二零一八年华盛顿 DC 讲法》

[5] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈实修〉

[6] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈论语〉

（二零一九年加拿大法会交流稿）

修炼体悟

对当前大法弟子证实法形势的个人理悟

璞玉

在师父正法进程的迅猛推动下，已在彻底清除邪恶、最后救度众生的结束中。

我在法中悟道：在最后的结束过程中，有最后的救度众生形势的一些变化，就是推动全民反迫害。师父安排的正法进程形势的变化，就是当前救度众生的需要，就是在师父正法的最后阶段，众生能够最大范围、最高效、最快速得到大法救度的需要，也是大法弟子怎么样能够配合这种形势、在这种形势中

做好的问题。

两天前，我把明慧网通告送到一个一直主动要求提供《九评共产党》、《共产主义的终极目的》发放的民运人士手上时，他兴奋的告诉我说：他在网上看到香港两百万人出来大游行，还罢工罢课罢市。香港民众一定是看见了美国对人权恶棍和贪官等的制裁政策，看见了大纪元、新唐人推出举报贪官和迫害人权者平台，才会倾港出动大游行啊。要是全中国人都能知道这个信息，都从此能站起来，哪里还有共产党的戏唱？中国人那才叫真正得到了解放呢。

他接着说：你先给我做些举报平台，我拿去到处发放。

我把明慧网通告给他看。他说，可是可以，只是可惜了，没有把大纪元、新唐人两大举报平台加上去。

我告诉他，这个通告发出去可以大大的震慑邪恶，非常有力的制止恶人迫害大法弟子的恶行。

他脸上的兴奋一下子消失，失望的嘟囔：你们说是慈悲无私救人，结果还是光顾自己，不顾老百姓。

我突然被震住了，陷入深深的思考。

他诚恳的告诉我，他站在读者的角度看，传单上只有明慧网通告，很多老百姓都认为与他们不相干，不愿看、不感兴趣。因为现在的中国人受邪党洗脑毒害那么多年，现实、自私、麻木。而大纪元、新唐人推出的两大举报平台主要是面对老百姓的，特别是受迫害的老百姓会很感兴趣。也会认为大法弟子真的是在帮他们，没有忘记他们。他说他自己也是这样认识的。

也确实是，明慧网发出通告，追查国际、大纪元、新唐人推出两大举报平台，那就不只是大法弟子收集曝光具体实施迫害的恶人，而是各种群体、很多人的参与：想逃命而检举邪恶的，被强拆、强占上访的，被贪官欺压的、含冤的、被人权恶棍打击迫害的等等，是被邪党迫害的全中国民众的参与。

个人在所在有限层次所悟：师父安排美国制裁迫害大法的