

们心目中共产党很强大，然而中共不断迫害民众，神佛早已判决中共死刑。一旦到了中共的死期，中共必会灭亡，其过程也许快的让人都反应不过来，或许你认为再不可能的事到时都会发生吧。所以请大家一定不要忽视“天灭中共”的预言，赶快退出党、团、队组织。天灭的是中共，只要退出了中共，就不是中共组织的一员了，就不在天灭的范围之内了，这个人就平安了，有救了；反之不退党那就是中共的一员，会与中共一起被上天淘汰。

资料来源：《履园丛话》

歌词诗赋

元旦叩拜恩师

清空

彩花纷飞满天祥
天鼓声声敲心房
又是一年新春到
倍思恩师翘首望
高山难阻思念路
感恩颂歌越大洋
遥望长空九叩首
惟愿恩师心欢畅
待到尘消雾散时
师徒相聚在天堂

正见周刊



二零一九年十二月二十九日，来自宜兰县各乡镇的部份法轮功学员，在县政府行政大楼向师父拜年。值此象征除旧布新的岁末，宜兰学员由衷感念师父的谆谆教诲与慈悲救度之恩，合影恭祝师父新年好，表达内心最真挚的祝愿，并互相鼓励来年更精进。

第 907 期

2020年1月7日

目录

正见新闻

- 韩国釜山举办“真善忍国际美展” 民众了解真相 /3
迎曙光 谢师恩 /3
看神韵过新年 英国观众真切感受“灌顶” /4

迫害真相

- 中共让杀人犯成为“标兵”“英模” /5

修炼体悟

- 越是表面要求越细 /8
修出真正的善，才能唤醒众生 /11
在希望之声工作中的修炼点滴 /17
拨打真相电话的一点体会 /25
证实法与救人两不误 /27
请同修注意真相币主题要明确 /28
让“法轮大法好”护身符发挥更好的救人作用 /29
第一次制作贺卡的体会 /31
师父点化：“我听了真伤心！” /33

命运天定

- 蔡琼枝中举 /34

歌词诗赋

- 元旦叩拜恩师 /36

考中。大家知道，古代科举考的是儒家经书，历来也没有僧人参加科举的先例啊，这句话简直令人难以置信。可最后这句预言应验了。怎么回事呢？其中的故事我给大家讲一讲。

蔡琼枝因为学习努力，考入泮（pàn）学，也就是官方开办的学校中读书。官方的学校是由相应的学官，就是教育部门官员管理。恰好管理这所泮学的学官很贪婪，向学生们索要礼物，蔡琼枝家里特别穷，实在拿不出学官索要的礼金。当时已经临近科举考试的日期了，学生们大多都已经去省城预备参加考试了，学官就私自在他的外院中找间空房子，把蔡琼枝关了起来，不给钱就不放他参加科考。一天学官出去了，正好学官的夫人到外庭走动，她听见一间锁着的房间里传出读书声，特别惊讶便问：何人在此？蔡琼枝据实回答后，学官夫人感叹道：科举的日子都快到了，居然还不放人。于是她当即下令放人，让蔡琼枝赶快去考试。

蔡琼枝获得自由，立刻赶赴南京参加考试。他没有车马费只好步行去，加上出发的时间比较晚，所以赶至南京时，城门已经关了，只能在城外寺庙中借住一晚。这一晚偏偏他又遭了贼，衣帽全被偷走，无奈之下只得向僧人借了一套僧衣穿。第二天一早，他穿着僧衣，戴着僧帽，以僧人的形像入城。入城后，在友人的帮助下换了身衣服才进了考场。这一次考试，他中了举人，第二年又高中进士。

当初算命者说出“必为僧乃中”的预言时，普通人怎么想都认为不可能，结果蔡琼枝穿戴僧人的服装，以僧人的形像入城参加考试，中了举人，真的应验了算命者说的“必为僧乃中”。为什么算命者能说的那么准？就是因为他用术数或超能力看到了命运的奇特安排；那么命运又是谁安排的？命运是神佛安排的。也许神就是要通过此事，告诉大家：只要是神佛所安排的，人认为再不可思议也会发生，未来一定要顺应上天的安排。当前有些人不相信中共将会灭亡，在他

一天我想：这事师父知道会多伤心？当时师父点化：“我听了真伤心！”。（《转法轮》）我当时把师父的点化记下来。

正见周刊第 904 期交流文章《推广神韵：说“意第绪语”的天兵》中说：推神韵票，这个空间同修用纯善的心售票，另外空间正神六次下马，六次上马的正邪大战，换来了现实中六个世人买神韵票，看神韵得救！

师父为救弟子，为救众生，史前做了那个舞蹈，这次给弟子做榜样，做了“神韵”“全球第一秀”。师父的心从史前操到今天，从神韵广告到神韵的每个曲子，每个动作。师父给予我们的是心，是善！是慈悲！

今天，12 月 25 日，我看新唐人电视台圣诞播放的“2018 神韵艺术团交响乐团音乐会”，想到：是师父把“2018 神韵艺术团交响乐团音乐会”送到我家，我有幸坐在家中和同修一起看神韵音乐会，多幸运！泪水一次次的流，心中充满对师父的感恩！当时师父的法理打过来：“我已经捧给你了，送到你家门口来了。”（《转法轮》）

把师父的点化写出来，别让师父伤心！让师父多一些欣慰！

谢谢师父！

谢谢同修！

命运天定

蔡琼枝中举

德惠

清朝时，无锡有个叫蔡琼枝的读书人，字“皖森”，曾经有位算命者对他预言说“子当得科第，然必为僧乃中耳”。意思就是蔡琼枝将会有科举功名，但必须当僧人才能

正见新闻

韩国釜山举办“真善忍国际美展” 民众了解真相



二零一七年至二零一九年的三年里，在韩国釜山市共举办了十二次“真善忍国际美术展”。众多釜山市民在釜山市政府展馆、釜山市民公园、市民会馆等多处，

观看了美展。

釜山法轮功学员们克服了中共领事馆的干扰，举办了美术展。各界主流人士到场观看，有釜山地区的国会议员、市议员、区议员、地方自治团体负责人、公务员、画家、艺术家等，使釜山主流人士了解了法轮功被迫害的真相。

釜山市民公园的多顺美术馆在釜山市是唯一可以在夜间展示的美术馆，在公园可以观看喷泉秀，还可以享受美术展等文化生活，此地具备很多好条件，不少人到场观看。朴荀裴（音译）佛教文化委员长讲：“任何东西都不能战胜真理，请法轮功学员们战胜魔难成为全世界的光明吧。”。

一位市民观后留言：“美术展成为重温中国共产党本来面目的契机，正义必胜！”还有一些市民表示要到公园的炼功点学功。

迎曙光 谢师恩

感恩师父弘传大法，在浑浑人世中，法轮大法犹如金色曙光照亮世间，为人类带来光明与希望，台湾台东县的部份法轮功学员，于二零二零年元月一日清晨，来到台东市海滨公园“迎曙之滨”地标前，以最虔敬感恩的心，合影恭祝：“师尊新年好”。



法轮功学员在海滨公园集体晨炼，祥和的炼功音乐悠扬悦耳，法轮功五套优美的功法也吸引海滨迎曙光游客的目光，有人拍照，有人轻声念着横幅上的“法轮大法好”。

炼功之后，法轮功学员合影恭祝师父新年快乐，表达内心最诚挚的感恩，并期许新的一年，踏实修炼不放松，做好三件事，精进报师恩。

看神韵过新年 英国观众真切感受“灌顶”



2019年1月1日新年之际，神韵国际艺术团在英国伯明翰 ICC 剧院的两场演出持续爆满。英格兰中部地区的主流人士和各界精英纷沓而来，很多人把看神韵当作给家人的新年礼物。

2019年1月1日傍晚，神韵国际艺术团在英国伯明翰 ICC 剧院的第三场演出持续爆满。Giselle Martin 和同伴 Mike Belcher 一同观看了演出。她表示，自己感动得无法停止哭泣，演出在灵魂上的沟通和感受到的来自天堂的能量，都令她感到非常幸运。

“我还没停止哭泣，演出和我的心连在一起，所有的一切都与我的心相连。”看完神韵后，Martin 满脸泪痕，眼眶红红的。

“演出的美丽、色彩和音乐仿佛浑然一体，这就是神！是的，就是神（在演出）！犹如一波波情感随着不同的节目

样，事情马上就有了转机。关键是我们一定要想到师父，想到法。

愿我们大陆的大法弟子在新的一年里，更加精进，圆满随师还！

感谢恩师！

跪拜师尊！

师父点化：“我听了真伤心！”

大陆大法弟子

记得感恩节期间，新唐人电视台独家播出“神韵艺术团交响乐团 2018 演出”，对大陆播放三场。2019年11月25日，正见新闻网播出《预告》后，当地同修调锅的调锅，传递《预告》信息的传递信息。前两场播放，来我家观看的同修达三十人次。

第三场，没有同修来，只我一人观看，双盘往电视机前一坐，一个人看专场，泪水一下夺眶而出，师父啊：弟子何德何能，能有此殊荣一看神韵专场演出，这不是钱能办得到的。

看着那些空座位，同时心中又泛酸，不知那些空座位上的同修是哪位？下次那个座位是哪位？

想起“忆师恩”中同修的交流文章，有的同修随师万里行，跟师父讲法班听法；想起有的国外同修，看神韵现场演出几十场，那份虔诚，真让人感动！

想到身边的同修，对神韵艺术团交响乐团音乐会，有的说我不看；有的说我不懂。接触到的同修中，只有一位来看了两场。

说是助神韵，那个“观念”在阻挡，那个“我”在阻挡。

可是试了几回 JPG 图片文件就是打不开，不知什么原因。这怎么办呢？这时已经离年底很近了，时间很紧了，又不能见到同修当面请教，给同修发信也得同修看到才能回信。这样又从新上网，知道还有一款 PS 软件也能制作贺卡，这回又下载了 PS 文件，文件很大，下了很长时间，PS 软件和教程都下来了，这回用 PS 很轻松的就打开了选好的 JPG 背景图片文件，按教程看一步，制作一步，开始很顺利，往图片上添加文字，就怎么也加不上去，看教程也不行，我理解是设置好图层，然后再把两个图层合在一起，字就上到要制作的贺卡上，可是按这个方法怎么也添加不上文字。再上天地行查，搜索添加文字，看同修制作贺卡也遇到过这个问题，可是也没有看明白，怎么办呢？再上天地行下载了软件的视频教程，这回看明白了，视频很详细是直接点击图片在打上汉字就可，选好颜色、字号等。这一关过去后，后面的步骤相对就轻松的制作完成了。

第一次制作贺卡的过程，中途几经波折，有时真的觉的做不下去了，心里特别的难受，都想放弃了吧，做不了了，怎么也不会了，做不下去了，时间也来不及了。我知道自己的心性应该提高了，制作精美的贺卡献给师尊，是弟子对师父的一片心，是为人弟子的本分。就这样又坚持下来了。感谢师尊的加持，终于制作完成，用了三天多的时间，几经修改，保存终于在十二月三十日早上三点多成功发给明慧，明慧于一月一日刊登。感谢师父，帮弟子完成了弟子想给师尊发贺卡的心愿。

第一次制作贺卡已是几年前的事情了，现在不仅自己制作，还能帮同修满足心愿。

看似很难的事，只要坚持下去，都有我们的路，师尊都给安排好了，以前在过关的时候，有时觉的很难，一想师尊说过：“想过就能过的去”（《转法轮》），一下就不一

而荡起。而这些舞蹈演员，仿佛是从天堂降临，直到现在我都无法停止哭泣……用一个字来形容，演出简直太美了！”她又哽咽起来，眼睛又充满了泪水。

“真的没有想到，这场演出如此动人！我与神韵节目在精神上的沟通畅通无阻，我感到，能看神韵节目（的观众）是有福气（Blessed）的，是非常荣幸。” Giselle 说。

“我感受到了来自舞台的能量，绝对的。从我坐下的那一刻起，我就感觉到能量环绕在我的头部包围着我，然后环绕全身，从头到脚的流淌。”她形容。

迫害真相

中共让杀人犯成为“标兵”“英模”

常忍

十二月二十五日明慧网的一则报导，叙述一名劳教所所长的平素作为，让人不胜唏嘘。

二零零一年起，李继荣在北京女子劳教所当四大队大队长，其后担任该劳教所所长，现任职天堂河女子教育矫治所。中共迫害法轮功二十年来，许多公检法人员昧于现实利益，宁可出卖良知，也要残害无辜的法轮功学员，而李继荣就是帮凶共犯中的主力。

中共对法轮功的镇压迫害，其实是戕害信仰自由，其核心就是强迫法轮功学员放弃信仰“真、善、忍”，以所谓“教育转化”的诸多手段，达到“强制洗脑”的目的。李继荣积极执行中共对的“转化”政策，当上“三八红旗手”、“人民满意干警标兵”与“二级英模”，多次获得“三等功”和“二等功”，更当上了中共十六大的党代表，是全国劳教系统的唯一女代表，被中共党魁、迫害法轮功的元凶江泽民接见。

一九九九年七月，中共与江氏集团动用整部国家机器，编造“天安门自焚”、“一千四百例”等弥天谎言，残酷迫害上亿名法轮功学员。北京女子劳教所一意追随江氏集团，先后非法关押数千名法轮功学员，其高频率、高强度的酷刑，致使多名法轮功学员被迫害致死、致残或精神失常。

为了达到所谓的“转化率”，李继荣施用种种非人的手段残酷折磨法轮功学员，包括电刑、体罚、罚蹲、“坐飞机”（酷刑：腿必须伸直，脚并拢，手臂要高，双手贴墙）、“开摩托”（酷刑：蹲马步、脚后跟离地、两手前伸端平）、“壁虎爬墙”（酷刑：是一条腿抬起，一条腿站立，上身贴墙，双臂向抬腿的一侧斜伸，身体重心很不平衡，还要求上身保持正直）、毒打、打倒在地逆着呼吸道泼凉水、长时间不许睡觉、长时间不许上厕所、超强负荷苦役、延长劳教期、关禁闭（关小号）、车轮战（长时间围攻学员）、疲劳战（不让睡觉）、攻心战、不许亲属会见、不许买日用品、不许上厕所，更对女性法轮功学员进行性侵害，用电棍电击女性的阴部，把牙刷捅进阴道等。

李继荣迫害法轮功学员心狠手辣，罪行累累，仅依据明慧网二零零四年初的报导，她先后对近二千名法轮功学员进行肉体和精神的双重迫害。在劳教所，李继荣除了自己亲自动手，更常直接指使、唆使和包庇其他劳教人员和警察，殴打、酷刑折磨法轮功学员，尤其“擅长”精神迫害和洗脑，其残酷转化手段导致多名法轮功学员精神失常。

若查询中文辞典，“标兵”是指阅兵时，规整队伍行进速度及方向的士兵，也称“基准兵”，用来比喻可以当作榜样的人。“英模”就是英雄模范。一般而言，“标兵”与“英模”总是正面用语，形容此人足堪当作他人的楷模与榜样。

若在自由世界里，李继荣前述种种劣迹，必须背负杀人

有的同修讲真相第一句话是说：“有无大法护身符？送你一个。”对不要的人，就不讲了。对方接了护身符，才讲。有的世人护身符得好几个了。

其实，救人不讲条件，不应以要不要护身符做为讲真相的条件，还有的问对方，三退没有？退了就不讲了。

写到这，师父点化：“‘修、炼’两个字，人们只重视那个炼而不重视那个修。”（《转法轮》）。

个人看到的只是一个点，也许不涉及一个面，也许是个例，不涉及整体。

一点感想写出来交流，意在使护身符发挥更大的救人作用！

谢谢师父！

谢谢同修！

第一次制作贺卡的体会

大陆大法弟子

每年的元旦、大年、中秋、和师父的生日都是给师尊发的贺信，因为从来没有制作过贺卡。看见同修给师尊发的贺卡，很羡慕，一张一张精美的贺卡，代表着弟子对师父的尊敬与感恩，做为师父的弟子我也一直有这个心愿，用心制作精美的贺卡献给师尊，感恩师尊对弟子的慈悲救度。

可是又不会做怎么办呢？看了网上的介绍，知道用 GIMP 软件可以制作贺卡，这样从天地行下载了 GIMP 软件，文字教程也看了，视频教程也下载了，软件也下载成功了，可是安装失败，显示一大堆英文字母，看也看不明白。又上网上查，明白是因为安装了旧版本，又从新上天地行下载了新版本，这回安装成功了。心里很高兴，可是问题又出现了，打开 GIMP 软件后，需要打开选好的 JPG 的背景图片制作贺卡，

如果这样，“法轮大法好”每个护身符都配一个小铁圈，就显得没有实质意义了，虽然小铁圈价格不高，但逐年制作、发送，数量一多，就是一项不小的开支。

珍惜大法资源，充分利用好每一分钱，用有限的大法资源，救度更多的世人，是每一位大法弟子的责任！

二、护身符真相卡片及自封袋

夏日的一天夜市讲真相，一位男士在推电动车想离去，这时，我对他讲真相。他说：还是个党员，同意退党。我送给他一个“法轮大法好”护身符钥匙链，告诉他：挂在电动车车钥匙上，人平安，车平安。他说：那好。立即把护身符从塑料袋里拿出来，看看，装在衣兜里，说回家再挂，随手把装护身符小真相卡片的塑料袋扔在地上。我立即捡起来，告诉他，这塑料袋内的小卡片，可好了，写着护身符的作用，为什么送护身符？你回家看看。他说：是吗？那可得回家看看！

护身符装在塑料袋里，体现了珍贵、大方、整洁；装上真相小卡片，多了一份真相小传单。

近年来，看到身边同修送出的护身符越来越多，可装入自封袋的越来越少，带真相卡片的就更少了；偶遇有卡片的，也是两面四边边框对不齐，里出外进的。

写到这，师父的法理打过来：“修炼如初，圆满必成”（《二零一三年大纽约地区法会讲法》）

一个护身符，就可带一份真相卡片。不带真相卡片，等于放弃了一次次向世人传递真相小卡片的机会，很可惜。

三、字褪色的问题

用不褪色打印机打印水滴中的“法轮大法好”字，就解决了时间长字褪色的问题。

四、先讲后送

刑责、受世人鄙夷唾弃。自中共迫害法轮功，它彻底破坏了人们心中的道德理念，颠倒善恶是非，导致“假、恶、斗”横行中华大地。因此，世道黑白反转，杀人犯成为“标兵”，刽子手摇身“英模”。两者如此剧烈反差，映衬出“中共非法迫害法轮功”的荒谬绝伦。

李继荣妄图“转化”法轮功学员所使用的阴毒手段，泯灭人性，是中共历来暴力迫害与酷刑摧残法轮功学员的缩影。这些恶行，血迹斑斑，多年来引来国际上无计其数的谴责与决议案，要求中共停止迫害法轮功。其实，曝光出来的案例也只是冰山一角。在中共的蓄意封锁与造假宣传下，不知还有多少罪恶仍被掩盖和隐藏着。若非明慧网长期揭露迫害真相，世人无法窥见个中情况。

法轮功学员实践“真、善、忍”，只想炼功健身、做个道德高尚的好人，何罪之有？更不该无端遭受迫害与凌虐。从李继荣施暴善良人的万恶行径，人们看到了中共背后的邪党魔性。邪恶可能逞凶一时，但终究不能长久。随着真相广传，中国人逐渐走出谎言的迷雾，看清了中共的邪恶本质，迄今在退党网站公开表明“三退”（即退出中国共产党、共青团和少先队）的人数已逾三亿四千八百万，中共覆灭之期已经不远。

自古以来，善恶有报是天理，所谓“善有善报，恶有恶报，不是不报，时辰未到”。行恶者岂只苍天不容，也难逃人间法律。可预见的是，天灭中共在即，曾经参与迫害法轮功的中共公检法人员，这批丧心病狂的加害者，最后都将在上苍审判与法律严惩中偿还其滔天罪恶。

修炼体悟

越是表面要求越细

大陆弟子

我体会到，越是表面要求越高、越细，特别在一些“小事”上，不要不经意让其随便滑过去，修小事很关键，背后是大大小小的人心和观念，一定要警觉和体察。

一段时间妻子不在家时，我感到有点寂寞，屋子空旷好像缺点什么？进屋先看她鞋在不在？不在就知道她出去了。由于有这个念头，妻子也给我念叨：“你不在家时我感到挺空落，可没意思了，你上哪去把我也领上行吗？”说几次后我醒悟了：妻子的表现是自己有这种物质招来的，什么念头都是生命，寂寞和空落是同类生命，互相之间有感染和补充因素，她的表现让我看到了自己人心，我发正念清除这个东西，此后她再也不说空落了。

有个同修欠我钱，20多年了也不还，每次见面我想要，又不好意思开嘴，知道他困难，回家又后悔。后来又知道：他借钱不是做正事。我想，我若不要旧势力认为我们是一伙的，会一块迫害。再说我不要钱不是慈悲，是面子和自我，怕他说我小气不够交情。他不还钱是他事，我不要是我的事，去掉面子心和情，应该堂堂正正的要，想明白了，嘴也好张了。

一次去亲戚家，走前想：那地方小吃多，虽然不执着口味，隔三差五吃一顿也没啥？可是，到了亲戚家后就牙疼，当时还想：心不重呀？咋疼的这么厉害？只能用前牙勉强吃饭。回家后马上好了。一次作梦：我去了一家羊汤馆，屋里很脏，老板说：“你自己盛吧。”我拿起勺子盛了半碗羊杂，又添半勺汤，回身放勺子时，见碗里汤全漏了。梦醒后我想：“我有口味执着吗？”好像没有，既然没有，为啥见

啊”。

我还曾经看到一张真相币背面，常人以“晓慧”名字表明三退。

这些年微信、支付宝的普及，表面是方便，我认为是旧势力干扰真相币流通的方式。既然这样，我们更要注重每一张真相币内容，不是无关痛痒，而是一点到位；不是迁就常人，而是堂堂正正救人。

个人之见，认识偏颇不足之处，请同修见谅！

让“法轮大法好”护身符发挥更好的救人作用

大陆大法弟子

“法轮大法好”护身符在救人过程中起到了正面作用。明白真相的世人的自行车、电动车上挂个“法轮大法好”护身符，起到震邪、灭乱的作用。如能把美中不足部分做好，就更好了。

一、小铁圈

大约去年夏天，我去修自行车，自然对修自行车人讲了真相。他三退后，我送给他一个“法轮大法好”护身符钥匙链。他接过护身符钥匙链，就从护身符钥匙链上往下卸那个小铁圈，边卸边说：“法轮大法好”护身符我要，铁圈我不要，我自己钥匙上有铁圈。卸完后，他把铁圈返给我，把护身符套在了他的钥匙铁圈上。

其实，修炼人听到、看到什么都与修炼有关，可我当时也没悟一悟：是不是师父用世人的嘴提醒弟子，护身符可不用选择铁圈，降低成本，多救人。

其实，细想想，哪位世人的摩托车、电动车、三轮车、自行车、家门钥匙上没有钥匙小铁圈呢？最低可说90%以上有。

请同修注意真相币主题要明确

河北大法弟子

我今天看到一张五元真相币，背面右侧是打印出来的，内容是：人心分好坏，善者得救度，恶者遭淘汰，有缘信真相，福报自天来。

我认为这样的内容模糊。没有见过真相币的常人，很难把它和法轮大法好、三退保平安联系起来。善者应该是说根基好吧。在《转法轮》中，师父讲“根基决定人的悟性，但也不是绝对的。”师父举的例子中，有个人根基好，开了天目看见很多，但不相信大法。师父在“不是搞政治”中讲：“可是在中共‘一言堂’铺天盖地的造谣宣传中，真的就有一些人被中共造假宣传欺骗住了。其中就包括经历过历次运动甚至被迫害过而后大呼上当的人，也有一些一生出来就在党文化的教育中长大的人。可是他们中确有很多是好人和根基好的人。然而这些人为其党的宣传教育完全迷了心窍。”所以我认为写“法轮大法好、真善忍好、三退保平安”为主题的相关内容更明朗。以善恶之分不能判别是否能得度和遭淘汰，不看众生过往之过，只看对大法的态度。

很多年前我去老同学家劝三退。她拿出一张一元真相币让我看。我一看是对联模式，排版好看，内容也明晰。我说你不敢花，我跟你换一张花出去。她从我手中拽回说，别呀，我还珍藏呢！因为真相币的铺垫，所以劝退容易。她写了四个名字，当时她丈夫、儿子都在。我问你家三口怎么多出一个名字呢？她说我姥爷是老党员了，你帮他退了。我说得本人同意，她说姥爷听我的。后来在街上遇到同学，问及此事。她说我姥爷说退就退吧，还自己主动把护身符挂到脖子上。

有一回我买猪肉，商贩找回我四张一元真相币。旁边顾客怕我有顾虑，说：“没事，能花，法轮功打印的多好

到对口味的饭菜时要多吃几口呢？“多吃几口”是啥？“想要”、“愿意”、“喜欢”，背后肯定有个淡淡的你，放纵了就变成浓浓的你，“小事”一点不小呀？师父可没说口味执着是小事，是自己把它说成是小事了。

又一次，妻让我去岳父家吃饭，我乐颠颠的去了。进门后妻妹脸沉似水，吃饭时也不让我，我喝了两碗汤回来了，心里挺别扭。我自己发现：我有挺重的凑热闹心：平时哪个亲戚叫我去吃饭时，不知为啥心里感到特兴奋，也不是嘴馋，就是喜欢那种场面，大家说说话，挺热闹的。这是情的表现呀？神会这样吗？要不是妻妹扔脸子，把马勺敲的山响，我还不醒悟呢。

每天睡前，我都要过一遍电影：想想一天中哪些事不在法上？哪件事提醒我去什么心？总会点点滴滴有点收获。一次亲戚婚宴上，听说侄子回老家了，我马上想：“得给侄子打个电话，问一下老家咋样了？”我老家是个穷地方，我离开大半辈子了，老屋已卖了，但在我眼里那个小山村仍然是一张明亮的底片，偶尔会甜美想起。就在我几次想给侄子打电话时突然想到：“你为什么要问这个呢？那个小山村与你已经没关系了，为啥还惦记呢？”这一想，一下子看到我的乡情，还挺重的，有点像弥勒日巴梦中梦见母亲死了，自己竟然哭醒了。这根绳子不断行吗？发正念时清除这个情。还有一个亲戚住在偏远的地方，那里没有同修交流环境，一段时间他身体出现病态，我惦记着常给他打电话，可后来他接电话时我发现，话少了，好像应付，有时叉话。我一下子看到自己牵挂和着急的心，每个弟子都有师父管，我为啥把他看得那么重呢？想左右他还是代替他？牵肠挂肚白费心呀？我立马放下，心一下子宽松了。每个人都在奔跑中，左顾右盼就会影响脚步。

有一次，一个同修因病业住院了，大伙都去发正念，我

也去过几次。每次去时，我都会见一个女同修坐在凳子上，微闭眼睛发正念，见我来了，只是笑一笑，也不说啥。再后来，大伙都不来了，只剩下她一人。我偶尔去医院时，见她依然坐在凳子上微闭眼睛发正念。我佩服的不行，我说：“你真行，一直坚守着。”她只是笑笑。同修住院一个多月，直到出院她才回家。这件事对我触动很深，我觉得她是一个很值得信任的人，答应发正念就天天来，一直坚守到底。而我不是，人多时我来，跟着凑凑热闹，别人不来了，我也忙自己事了。神不会这样呀？唐僧取经时，观音菩萨跟一个神说：“取经人三年能到这里，你等着他们。”可是那个神等了十年唐僧才到。我曾经设想过？如果换上我能等几年？最多五年。等十年？那是不可能的。神跟人的差别就在于神言而有信，人不是，人是人帮哄，见风使舵，我就这样：专门往人多地方站，让大家看到我来了，让病业同修家人看见我，潜意识里有求回报心。我看到自己的虚假和狡猾，和糊弄事，跟坚持到最后的那个女同修差远去了。

有一段时间，妻子提醒我：“吃饭时多吃点地瓜，大便不干燥。”我本来就不干燥，知道修炼人气机就在随时调整身体，缺什么补什么？还用吃这个？可是想是这样想，还是跟着吃了。可后来，好长一段时间发现大便干燥的厉害，我纳闷：身体怎么会出现不正确状态呢？哪错了？我突然想到吃地瓜事：我开始没往心里去，后来每次吃饭时都有意吃一根地瓜，这期间妻子总是买地瓜，我的潜意识里也有了“吃点地瓜大便顺畅”的观念。人体是个小宇宙，对应的空间一切演化都是顺畅的，由于我有了人的观念，障碍就出现了，就像顺畅的河流中放了一块大石头，微观上起了波澜。我改变观念不吃地瓜时，大便也顺畅了，妻子也不买地瓜了。

小事不能不在意，师父说：“你不要往大处想。你说我没什么大错误啊，对法很坚定啊。可是哪，你不要把那些小

救！

谢谢师父！谢谢同修！

证实法与救人两不误

湖南大法弟子

昨天到乡下去赶集，回家时坐在大客车上。客车上载满的乘客，忽然上来一个抱小孩的中年女子，我连忙招呼她，说我让个座位给她。她非常感谢，还说您那么大年纪（快八十岁）还让位子给我坐，太感谢了！我回答说：我身体好，站一站没问题，你抱小孩不容易，不要讲客气。

我就向一位老农那边移动，与他聊了几句，就与他讲起真相。话很投机，他恨透了邪党，愿意退出曾经加入过的少先队组织。由于我讲话声音较大，那个中年女子也都听到了，她也同意退出少先队组织。一下子就退了两个人，并赠送他们真相资料与平安符，他们表示非常感谢。就这样小小的举动，一下就救了两个人，在那边可是两个天国世界呀。

这样的事我很乐意做，也经常做，这不但证实了法，还救度了众生。现在世人在中共的统治下，只顾自己，很难得去考虑别人，别人有困难自己装作没看到，与自己无关。年轻人都很难得去让位，何况老年人呢？每次当我让位时，别人都称赞我思想境界高。当我把真相资料递给他们时，他们终于知道了，原来这位老年人之所以与众不同，就是因为他是修炼法轮功的。这样不但证实了法，同时又救了人。所以每当我坐在车上时，经常把自己的座位让给老、弱、病、残或带小孩的，而且大多人都能被救度。有时顺利时单单在车上就能退上七、八个人，这也只是举手之劳，同时也修出了慈悲心，何乐而不为呢？！

的手术吗？他不应我。

我说，你知道吗？最近武汉出现了 SASI 病毒和北方出现了鼠疫。这些大灾难都是天灭中共的前奏，中国历史上出现过鼠疫，都是在改朝换代的时候发生的，像明朝末年、清朝末年都发生过。为什么现在咱们中国出现了鼠疫呢，是因为中共迫害修佛好人招来的，瘟疫是长眼睛的，只淘汰坏人，淘汰那些迫害好人的人，咱们好人可千万不要受牵连。接着给他讲中共窃权建政以来历次搞运动，杀害了那么多的中国同胞，共产党是欧洲来的，不是我们中华民族的传统，中共不等于中国。中共喜欢假恶斗，所以才打压信仰真善忍的好人，甚至活体摘取人体器官贩卖，这是这个地球上从未有过的罪恶。他回应我说是。

我说，你看，这近二十的经济飞速发展，是以环境为代价换来的，现在我们在国内呼吸的空气有毒、喝的水是严重超标的，吃的大米有毒，小孩子喝了毒奶粉致伤致残的，还有的小孩打了毒疫苗死掉的，老人在大街上跌倒了没人敢扶等等这些事情，都是在中共的统治下发生的，社会道德沦丧，人人为近敌，再这样下去我们中华民族是没有未来的。他马上问我，那怎么办？有没有办法解决？

我说，当然有，你想啊，如果这个社会，人人都按照真善忍做好人，不管是各级官员还是医生、老师各个行业的人都按照真善忍做好人，我们的社会道德不就回升了吗？整个社会风气归正，那么中共也就不存在了，中共最害怕它干的那些坏事被曝光，所以一直在掩盖真相，直欺骗咱们老百姓，为了不让我们了解真相，花巨资建立防火墙。他问我要了翻墙网址，要翻墙看更多的真相。

我没有常常上平台打真相电话，这通电话是师父给我的鼓励吧，在讲真相的过程中，体悟到用平和的语气加上善心，发自内心为他好，把真相讲给众生，使他明白真相后得

事不当回事。邪恶会钻空子的，很多学员因为小事甚至于走了，也真都是因为非常小的事。”（1）提醒同修：每天睡前要“过一下电影”？会有收获的。

借写这篇文章之机，向一年来辛勤付出的正见网同修表示真诚的谢意！你们辛苦了！在新年到来之际，祝你们快乐幸福！在新的一年里，愿你们把正见网办得越来越好。

（1）《二零一五年美国西部法会讲法》

修出真正的善，才能唤醒众生

美国大法弟子

尊敬的师尊好！

各位同修好！

师尊用巨大的慈悲给我们延续来的救人和修炼的时间，我一直都不知道珍惜。真的很惭愧！

到了最近的两个月，我才开始踏踏实实的每天在平台打真相电话。渐渐的认识到了讲真相救众生的巨大责任。明白要真正的实修，以法衡量自己的一思一念，修出真正的善，才能真正的唤醒众生明白的一面，才能真正的救度众生。

就这样，跟着平台所有同修救人的脚步，迎来了 12 月份的三次大型专案。

在打 12 月第一次三天辽宁省沈阳市的专案时，专案第一天我打的不顺，接听率不高。还有胡搅蛮缠的，伪善，不尊重我，轻视我的。师尊讲：“我们过去有许多学员和外界的人发生一些矛盾，或者是社会上的人，或者社会上哪个职能部门对我们不公，我们往往都不在自己这方面找原因，都强调另外一方面。有些东西是很不好，它在肆意破坏，可是你们想到没有，它虽然不好，它虽然是魔的表现，可是它怎么会偶然的出现呢？是不是在利用着它的不好的一面让我们

看到自己不好的一面呢？”（《新加坡法会讲法》）我想，我平时是不是有不尊重人，小看别人和伪善的时候，所以这个众生这样对我，让我看到自己不好的这一面。

其实，专案第一天我遇到了一个事情，再次考验我对常人的名利是否彻底能放弃。因为我的心开始看淡常人的这些事情，突然变得做事没有责任，对方生气了，利益合作者埋怨我不及时接听电话，还侮辱我。那一刻，我的自尊心受到了冲击。我立刻向内找，我平时是个有交代，从不拖拉的人，但是怎么就不愿意正面面对这个事情。我找到了因为我有不舍得放弃这个事业机会的心，所以行为上不坚决，不好意思拒绝。那天早上，跟同修学法时，学到第四讲，师父说：“真正的按照修炼人的标准去修炼，他看着你都特别高兴。”我心里再次正念告诉自己，我是主佛的弟子，我只听师父的话，我要彻底放弃名利的追求，不执着在常人中所谓的优秀。师父说：“讲真相，救众生，这就是你要做的，除此之外没有你要做的，这个世界上没有你要做的。你要做的就是这些事情，可是有些人把自己是修炼都放淡了，把常人事情看重了，对你们来讲，那是不是偏离了大法弟子修炼的路啊？”（《二零一五年纽约法会讲法》）。于是第二天专案前，我推掉了一个宴会，正式的截断了以后还会浪费我很多时间需要维护的社会关系。我要保证每天在平台上跟同修一起学法，背法，学新经文和打电话的时间。

第二天我整理好情绪，将稿件内容，在表达方式上稍微整理一下，语言通俗简洁些，尽量让众生在脑海里容易形成画面，容易理解听进去。讲话的内容只是硬件，其实内在的修为才是最重要的。之后两天的接通率高了，还有一位警官多次接听，一共听了大概 15 分钟，我感觉自己有了一点突破。

随着每天给公检法人员讲真相的过程，一点一点的对众

么多的众生。我真切感受到修好自己太重要了，修不好自己，又将毁掉那么多的众生。

感谢师父赐予这万古不遇的修炼机缘和证实宇宙大法的机会，感谢正法的圣缘让我有机会用声音去救度可贵的中国人，兑现史前助师正法的洪愿。作为弟子将继续努力放下自我，更好的配合整体，更有力、更多的去救度众生。

谢谢师父，谢谢大家。

拨打真相电话的一点体会

珍婕

慈悲伟大的师父好！

同修们好！

在交流之前，我想先恭读师父在《精进要旨》中的〈修者忌〉：“

执著于名，乃有为邪法，如名于世间则必口善心魔，惑众乱法。

执著于钱，乃求财假修，坏教、坏法，空度百年并非修佛。

执著于色，则与恶者无别，口念经文贼眼相看，与道甚远，此乃邪恶常人。

执著于亲情，必为其所累、所缠、所魔，抓其情丝搅扰一生，年岁一过，悔已晚也。”

昨天晚上，我本来打算温习功课，因为今天要去学校上学，听协调同修说要打 XX 专案，我想功课可以晚一点做，救人要紧。于是，我就领了一包案子。打给第一个众生，他是医院的医生。我跟他讲，你们医院是无资质做移植手术的医院，2007 年之前就已经在做移植手术了，被追查国际追查。因为你们涉嫌活摘法轮功学员的器官，我问他，你做过这样

加于人的“自我”表现。

我回想我与同修交流的时候，开始我还说：我觉的那样做好，试着交流一下，还不太肯定，可是说着说着，就觉的自己的认识非常对，到最后就不容置疑了。当对方没有共鸣的时候，一种东西就好像“堵”在我们之间，难道它就是“自我”吗？我有点明白了：当别人不认同自己，自己不乐意的时候，那个“自我”就不知不觉冒出来了。而当我有了“我是对的”的念头时，这个“自我”就更突出了，我终于明白被我掩盖的顽固执着就是“证实自我”。如果修炼人是去证实自己而没有证实大法，那不就是假修吗？太危险了，这不就白修了吗？这可不是一件小事啊。真正没有自我的时候，应该说话始终是平和的，对别人是没有要求的，一有了想强加给别人什么的时候，就是“自我”在表现了。我也意识到一有了觉的“自己修的还行”的想法时，就是在表现自我而不是证实法，就危险了，自己千万要警惕啊。

这段时间我在想如何消除同修的间隔，正好有一天在明慧网的交流文章中读到，有位同修看到另外空间同修们的身体金光闪闪坐在莲花上，下面是由业力和后天观念构成的身体，已经很小很小。如果我们看同修的不足，就把同修的观念和业力装进了自己的身体中，就会使那个由业力和观念构成的身体增大，魔性大、与同修造成间隔，阻碍众生得救；如果看同修的优点，那个业力构成的身体就减小，善心、慈悲心就出来了，同修之间消除间隔，会使更多的众生得救。我意识到这是师父在点化我，内心无比震撼，原来看同修优点可以救众生啊！从那天起，我开始对曾经有看法的同修挨个想他们的优点，有的组织能力强，有的配合好，有的付出多，有的电脑技术好，有的讲真相讲的好，有的三退退的多，当我想着同修的优点时，想不到我的心结一下子就打开轻松了。感谢师尊的洪恩浩荡，我放下了人心，师父救了那

生产生了慈悲心，他们当中还有那么多人，把修炼人当坏人，把共产党当好人，不明白真相，我觉得他们很可怜。一个人把绿灯看成了红灯，红灯看成是绿灯，那这样过马路不得撞死吗？这是多么危险的事情啊！

怀着救人心切的心情，迎来了 12 月第二次黑龙江七台河市的专案，那个地区 12 月 7 日将我们一位年轻优秀的大法弟子李艳杰迫害死了，我的心情特别的沉重。这次的专案，在师尊的加持下有两位众生退党了。

其中有一位警官，是黑龙江某县派出所的警察，是平台协调人让我们追打的，之前已经有同修给他讲了 30 分钟真相了。我拨过去，电话接通了，我说：“警官您好，李艳杰的案子啊轰动了全世界啊！我告诉你们啊！所有跟着江泽民迫害法轮功的，最后谁都逃脱不了罪责的。中央政法委出台了《关于切实防止冤假错案的规定》，明确规定：‘法官，检察官，人民警察，在职责范围内对办案质量终身负责。所有冤假错案要个人负责。’”再讲了几个遭恶报的例子，我停顿了，不知道他有没有在听，他说：“你继续讲啊！”证明他在听，我就继续告诉他：“现在你那个同事毕树庆啊，追查国际已经对他发出追查令了。”再讲了几个遭恶报的例子，他说：“你不要跟我讲，找姓杨的，跟那个把她逼死的讲。我（粗话）都跟你们混了，我跟你们是一路的了。”我说：“就你这个语气态度就跟我们不是一路的，还讲粗话，不真诚，不善良。我给你退党吧！”他说：“好，我退。”我立刻叫他的名字，“某某某，我给您退党啦！”他说：“好。”之后，给他全面的讲真相时，他的态度变得很温和，应该是他答应退党后，背后的邪灵没有再控制他了。最后一共给他讲了 39 分钟。

这个电话我有放出声音来，同修阿姨听到了，提醒我以后语气要善一些，不要指责这位众生的错，要理解他是在这

条链上的。谢谢同修给我指出来，提醒我。我的争斗心，做事求结果的心很强，在打电话过程中，也一点一滴的在修去。我体会到讲真相中语气、善心加道理的重要。

通过前两次专案的历练和在法中的升华，为辞旧迎新的跨年河南省全球重点专案奠定了基础。

这三天的专案我领了 10 包案子，接通率在一半以上。拨电话时，我发正念清除干扰接电话众生背后的一切邪恶因素，共产邪灵，无所不包无所遗漏，电话接通了，我先以最近的鼠疫切入，他问我：“你想说什么？”我说：“你们在公检法工作也不是一两天了，您是否知道迫害法轮功学员，犯的是三大罪，是国际重罪，与纳粹同罪，国际社会将终生追究你的责任。”告诉他海外最新消息，细讲美国《马格尼茨基人权法》、恶人榜，给他翻墙网址，叫他查一下自己的名字有没有上恶人榜。再详细讲今年英国独立人民法庭的大审判。这些都是人治，如果你们还继续知法犯法，就会带来天谴，这瘟疫不是来了嘛。我劝他退党，“你当初是举着拳头发誓要把命献给它的，当上天降下瘟疫等天灾的时候，灭谁啊，不就是灭他的成员吗？唯一自救的办法就是与中共切割。”他问我怎么退，我说：“在海外退党网站上退，是保密的，神佛就看人心，你同意退出，上天清算中共的时候，你就不会受到牵连了。”他说：“我不是党员怎么退党。”我说，“你是大队民警，不是党员，能做这个工作吗？听您的声音感觉到您是个善良的人。”他又问我：“你们那里描述我是做什么的？”我说：“你叫曹旭，是河南郑州案件侦办大队民警。”他说：“不对啊，你们先调查清楚再说。”我说：“这是国际追查组织调查的，不会错的。你看什么叫天灾啊，一个大海啸，一个大地震，几十秒就灭了几万人，之前汶川地震的时候啊，许多善良的同胞做了三退，并诚心默念法轮大法好真善忍好，都平安脱离危险了。我希望您远

还有一些顽固的心被我掩盖，我感觉自己修的太差了，离法的要求差的太远了。

去年我写文章在明慧网发表了，就觉的有点沾沾自喜。后来一想不是那么回事：我要是不修大法，就不会有正念，也悟不到更写不出法理。我之所以能写出来，内容都来自于大法，都是师父在点化。实质上是师父在成就弟子，我只是修自己，做弟子的本分。

在是不是真修方面，我还有一个体悟。师父在《曼哈顿讲法》中说，“有的人总是强调自己对，你对了、你没错，又怎么样呢？是在法上提高了吗？用人心强调对错，这本身就是错的，因为你是用常人的那个理在衡量你自己，你用常人的那个理在要求别人。在神来看一个修炼人在世间，你的对和错根本就不重要，去掉人心的执著反而是重要的，修炼中你怎么样去掉人心的执著才重要。”对照师父有关这方面的讲法，我看到自己一直有拧劲儿的地方，我会因坚持自己所谓的“对”，而错过了很多实修自己的机会。比如在景点讲真相或做大法项目时，和同修发生争执，觉得自己是对的，是在法上，那个时候如果固执强调自己的“对”，就容易偏激，不容易找自己心性上的不足，也不容易善待对方。而如果另一方也认为自己在法上，也坚持自己，无形中就对立起来，时间长了大家心里矛盾越积越深，就会形成很大的间隔，影响到整体配合。

最近我感受到这种间隔像一根刺扎在我心上。在景点只是为了讲真相洪法炼功，却和同修有了间隔。本来是小事，我只说说自己的想法，还在配合同修做，但对方听了就不舒服。对照师父的法，对错根本不重要，去掉人心的执着才是最重要的。我忽然意识到这不是偶然的，是师父安排让我提高心性的。当我静下心来向内找发现问题在于我的语气，这种邪党文化的语气，别人听了就像在强调“我是对的”，有强

术创作研究会讲法》中说：“你们在哪里都应该是好人，那么你们在艺术这个领域里也要做好人，在你的作品中也要表现美好、表现正、表现纯、表现善、表现光明。”我意识到修去强势之态，学会自然平和的表达也是一种修真，任何人都喜欢自然平和的人，因为他符合宇宙的特性。只有修好自己，才能表现出纯正与美好，才能救度更多世人。

三、向内找实修自己 看同修优点救度众生

我是通过母亲和姐姐而走入大法修炼，至今已有二十一年了。感谢师尊给我全新的生命，给我最好的一切，无以回报。每当想起“正法时期大法弟子”这一伟大称号，我深感荣耀，唯恐自己修的不好配不上这个称号。

就在今年初我学到《北美首届法会讲法》时，师父说：“如果修炼的人要是只从表面上放的下，但内心里边还在保守着、固守着一个东西，固守着你自己的那个你最本质的利益不让人伤害的时候，我告诉大家，那是假修炼！你自己的内心要不动，你是一步都提高不了，那是骗自己。只有你真正的从内心提高，你才是真正的提高。”师父的话使我内心一震，一直反问自己我到底是不是假修？我有没有固守着什么最本质的利益？

反思自己这些年来的修炼状态，我发现我一直在用常人心维持一种人与人之间的表面平和。当与同修有不同意见时，表面上虚心接受别人的意见，而心里却愤愤不平。我的忍耐正如师父在《精进要旨》〈何为忍〉中说的那样，“气恨、委屈、含泪而忍是常人执著于顾虑心之忍”，很少真正触及自己内心深处的东西，然后还认为这种表面的和谐是自己心性好、修的好的结果。我意识到自己一直在假修、在掩盖顽固执著，我发现许多以前自己意识不到的执著：自私的念头、不让人说的心、利益心、显示心、争斗心等等，好像

离中共，为自己和家人多考虑考虑，您的生命是多么的珍贵，您要保护好自己啊！”他挂断。我再打过去，给他讲高官把家属往国外送，共产党好，他们为什么要往美国跑啊！为什么不往北朝鲜跑啊！他们都在给自己留后路，留下你们当炮灰，所以我希望您啊，在您职责范围内保护好法轮功学员，收集一些证据您是怎么参与迫害法轮功学员的，交给追查国际，当大清算来的时候啊，您要用这些证据来给自己赎罪，到时法轮功学员也会站出来给您做证的。这是一个很严肃的事情啊！我们一次一次的打电话给您，期待您的聆听，了解，希望您能够理性的去思考，请您静下心来想一想，良知的拷问是躲不过去的，当清算来的时候，上天看什么啊？就是看您对善和恶、正与邪的判断。”最后，我报给了他追查国际的举报电话。他说：“我知道了，不要再打了。”

还有一个电话，我这样切入：“某警官，新年好，您在公检法工作，很不容易啊！你穿着警服，是老百姓赋予你的神圣职责，叫人民警察。您要保护好老百姓啊！”给他讲了一个东德警察当年守卫柏林墙枪口抬高 1 厘米的故事。

“劝他保护法轮功学员，好人才会有好报。最近出现的大瘟疫啊，就是上天的谴责，以天灾的方式淘汰坏人来的。”历史上古罗马皇帝尼禄迫害正信的一幕在神州大地上重演。再劝他退党，他说：“谁给我钱，我就给他做事。”我说：

“江泽民花 9 个亿给自己买私人飞机，他的财产有无数个 9 个亿啊！他只是从口袋里掏出一点零钱给你，你就为他卖命迫害法轮功，你还觉得自己很幸福吗？”给他讲江泽民杀警换撤诉，共产党卸磨杀驴的例子，迫害遭恶报的例子，我继续说：“人在做天在看啊！做坏事总有一天会自取灭亡的。共产党利用完你啊！就会把你抛出来当替罪羊的，所以，我不希望你步他们的后尘，你想想，得了癌症，出了车祸，你有权有钱有命花吗？”再讲中共的邪恶本质，而法轮功带给我们

的是道德的升华，回归对神佛的敬仰，法轮大法洪传世界的盛况。后来还给他详细分析嫁祸法轮功的天安门自焚骗局里面的医学笑话，最后他听了 40 多分钟非常全面的真相。

我在想，为什么他们不肯退党呢？我不断的向内找，当我叫众生退党时，众生说他不是党员时，我质问他怎么可能不是党员，我这是党文化啊！就是怀疑一切，我接着应该问他是不是入过共青团和少先队，这样慢慢引导。之前我在台湾工作了 1 年，跟台湾同修，哪怕是常人相处时，发现他们的思维方式都是正面的，首先第一念是相信别人的，不是怀疑一切的态度。如果不善，有争斗心，没有很强大的正念的话，讲出的话就没有能量，不够纯，另外空间也不起作用。正念从法中来，所以要学法入心，真正的熔于法中。

师父说：“你要救他，你讲出的话消不了业、去不了他的执着，你怎么能救他？！你要想救他，你就得自己是个修炼人，你讲出的话是有能量的，能消除他的偏见、执着，能起到这样的作用，能抑制住他当时思想中不好的那些个捣乱的东西，你才能把他救了，包括各种环境讲真相，是不是这样？”（《二零一六年纽约法会讲法》）

通过 12 月份这三次专案，我的心已经把救度众生摆在了第一位，我发现这个世界上没有我想追求的了，感觉心是平的，这不是强为的，是慈悲心出来后，自然达到的状态。过去的我，执着于我喜欢的一切，那个不断追求却得不到满足的心，真的很痛苦。舒服的舒字，拆开写就是“舍”“予”，真正的舍弃那个自我，先他后我，心就会舒服。

写完这篇交流稿，我趴在书桌上，背诵着师尊的一首诗：“恶者妒嫉心所致，为私、为气、自谓不公。善者慈悲心常在，无怨、无恨、以苦为乐。觉者执着心无存，静观世人，为幻所迷。”看着窗外的雨打在玻璃上，我流着泪感慨

做，渐渐的就走出了你的路，渐渐的你就会用你自己的方式去做了。”我觉的我的不平和语调中，隐藏的是急于求成的、急功近利的心，我发现我还有一种显示心，表面上是追求播音完美内心却是表现自我、证实自我的心。对照师父的法，急于求成、证实自己都是执着心，我要放下自己“求好、求完美”的心态，不要把自己扮成或演成某种样子。我的声音不够清亮不够圆润，做不到口腔共鸣，这些可以从学习发声技巧改善，但要真实自然的表达自己，听众才会愿意听。

通过学法，师父在《洛杉矶市法会讲法》中又说：“不论你在哪一个领域里，你的技能方面能够提高那是你不断的使自己境界提高后的表现，表现上是你在做好人、在修心，从人的角度上来讲你在变成好人，由于学法内修你做的越来越好，神就会给你应有的智慧、给你灵感，让你在学习中明白很多、让你创造出更好的东西、让你技术更高、让你超越。”师父的话如醍醐灌顶，我知道必须学法内修提升自己，神会给我智慧与灵感，我才能提升技术才能超越。我们有大法指引太幸运了，以前学法我都是默读，现在我跟播音和编辑同修每天在 Sonant 平台上学法，用平和的语调去读法，学法有时背法。和同修一起读法很专心，用流利的语速读法，慢慢学会用气自如、语调平和。

有同修告诉我，播音时心中要有听众，我恍然自己播音时一直在读稿子，没有想到听众的感受，相由心生，你的心里没有别人，直接会影响播音时的语气，别人是感受的到的。在录音时常常会遇到各种干扰，最简单的办法就是保持正念。很多时候出错多没有效率是因为自己做事急躁，内心慌乱等等不正确的状态，如果我保持住正念，我的心就是平和的，什么念头、负面思维都干扰不了我，我就不容易疲劳，也不容易出错，表现出来就是纯正和美好。师父在《美

随着正法进程的推进，师尊也多次在讲法中强调大陆出来的同修要重视修去党文化。想想自己从出生就浸泡在那种环境里，家里、学校和社会都是党文化的思维方式，一定有很多不好的习惯。回想我刚来新加坡时，看到周围同修说话方式完全没有在大陆人身上的“激情”更没有“慷慨陈词”，也没有抑扬顿挫，有的是那种平淡与平和。遗憾的是我很难做到同化这种真实自然的特点，感到自己说话大声语气生硬，让人听着不舒服，尤其现在每天做播音就像被放在放大镜下更能发现这些问题。

记得开始播音后不久，主管说为避免主观，她回家让她的家人听我的播音，他们一听就说这是从“强国”来的。这句话令我很震惊，党文化污染下的大陆口音说话本身有一种像演讲的不自然腔调，给人感觉强势生硬。当别人听着不入耳时，他还会继续听吗？那就说明你没有完全符合宇宙的特性“真、善、忍”。那段时间我有一种挫败感，感觉自己不会说话了。现在去听自己当时的播音，感觉出一种急躁、声调高扬不自然、语气生硬，真的是愧对听众。

我觉的播音表面看是声音、内容表达的体现，其实也是自己修炼状态的体现。每当遇到瓶颈情绪起伏时，从修炼的角度却又是难得的机会去反观自己、改变自己。有同修与我交流说：“播音的好与不好，都是修炼过程中的表现，就象修炼好了隔过去、然后不好的状态表露出来再修好再隔过去，就是这样好的状态、不好的状态不断的体现出来。”同修的话提醒了我，我意识到每一篇新闻稿件的录音，都是我修炼的过程。如果我不用心，只是照稿件念一遍录完，这是最快的。可是这样我心里知道我没有做到位。

师父在《二零零五年旧金山法会讲法》中说：“做不好慢慢做，知道抓紧就好。着急是没有用的，着急也是执著。不用着急，就做大法弟子该做的。看别人怎么做你就怎么

着我的生命发生了如此巨大的变化，太美妙了。

脑海里浮现出发生在海边的画面，一个小男孩小心翼翼的将一条条被冲上岸的小鱼捡起来放回海里的情境，一个大人问他：“你在做什么？”他天真的说：“我在救这些小鱼啊！”大人又问：“这么多鱼，你救的过来吗？”小男孩不理睬，还在一条一条的捡，嘴里说：“这一条鱼在乎。”

层次有限，如有不当之处，敬请同修慈悲指正。

感恩师尊！谢谢同修！合十！

在希望之声工作中的修炼点滴

新加坡大法弟子 舒涵

慈悲伟大的师父好！

大法同修好！

今年五月我参加纽约法会时，记得师父说过：“我很佩服一些做大法项目的学员，如做明慧的那些学员”“可是他们不能说，多大的功劳都得放在自己肚子里。”“其实很多默默做大法弟子项目的，有些其他的大法弟子也是一样，默默的做。真的了不起，在神眼里那真的是另眼看待。我就佩服这样的。”（《二零一九年纽约法会讲法》）明慧同修默默做项目二十年，真的了不起。师父佩服的事也是我们应该做到的。本来这次法会我没想写交流体会，想做个默默的听众。因为觉的自己不像大多数做媒体的同修那样一件事做到底，常常在新加坡和纽约两地，在纽约因媒体缺人做过不同的工作，但是哪个工作都远远达不到专业技能的标准。

感谢师父的安排，二零一八年参加美国法会时，经身边播音同修的指点向希望之声总部报名做播音，这样回到新加坡后我被转到亚太区新闻简报组，以短波形式向中国大陆广播。记得主管说过：我们是用声音把真相传出去，达到救人

的目的地。回想这一年半播音所经历的每一关都是极大的挑战，每一次播音都会出现很多不足。虽然我从事华文教学十多年，以为自己的普通话有基础，但真正进入这一行才发现华文教学和播音相差太大了。

集体学法再次学到《二零一九年纽约法会讲法》，师父说：“再有，大家在各个讲真相的小组、大法弟子自发组织起来的这些个活动当中，在讲真相、救众生中起到了非常大的作用，非常的好！不在于你做的怎么轰轰烈烈，看你做的有没有效，看你的心怎么摆放的，是不是修炼人。”师父在《二零一八年新唐人与大纪元法会》上又说：“不管你在这个媒体中起着什么样的作用，分工是什么，那就是你修炼的路。”听了师父的话，我悟到媒体是救度众生的工具，不管做什么都是要尽力配合把心摆正，按修炼人的标准做好，才能把真相传出去，达到救人的目的地。

感谢主管的用心指导，我很幸运加入到希望之声媒体团队。记得主管在鼓励大家分享体会时说：曾经有记者问师父一生中什么事情感到最高兴，师父回答说“当我听到或者看到学员谈心得体会的时候我最心慰。”（《美国中部法会讲法》）师父心慰的话语给了我勇气。感谢这次法会，感谢同修的鼓励，让我有机会分享一年多来的修炼体悟，敬请同修慈悲指正。

一、修正错音 提升自己

去年八月的一天，亚太区负责人告诉我几个平台的联系方式，有工作平台、培训、会议等让我连线。当时我连伺服器是什么都不明白又没有同事指点，但我意识到负责人很忙带新人很费心，不想过多依赖同修，也许这就是考试，我就硬着头皮尝试吧。播音最主要是使用专业的录音软件，从下载安装到使用有许多步骤，平时对电脑我总是求助别人，那

天我尝试着一步一关不断发正念排除干扰，真的好像有如神助一样，第一次尝试就安装成功了。感谢师父的加持！后来负责人告诉我她设立多个平台联络我，还要我自己尝试装专业软件，真的是想考查我的电脑应用能力，希望我有随机应变的学习能力和正念清除干扰。

记得第一次录音测试后，负责人对我的音档指出了很多错音，说这样还不能正式播音。我听完震惊了半天。意识到受方言影响在我语速加快时平翘舌音和调值都不标准。我请示主管给我三天时间，说我有信心能做到平翘舌音的准确。音准是播音的基本功，平时我习惯口语说话没有像“咬文嚼字”那样发音。当天我找到播音主持课程，对发音难点不断去听、跟读和纠正，两天几乎没休息我学完了播音主持的基础课程，能“字正腔圆”的说普通话了。第三天再次录音测试时我就顺利过关开始播音了。

播音如美术一样，师父在《美术创作研究会讲法》中多次提到“准确”。播音要达到字音“准确”这是第一重要的，出现错音会影响新闻播报的准确性，那就达不到讲真相救人的目的地。回想当我出现错音时，最麻烦的是导播，他要仔细查听音档的错音在平台上反馈出来，当我重录后再上传往往会出现音质不同，导播还要重新调整音质。所以每一次播音我都不敢懈怠，为了少出错音，我准备了一个本子，每天像记日记一样把导播在平台上指出所有人的错音都记录下来提醒自己。每次播音定稿后我先把稿件打印出来，一边备稿一边对咬不准的字随时查字典标注字音。我对自己的要求是错音只能出现一次，不要再重复出现。非常感谢那位导播一直以来耐心提醒我精准的发音吐字，很快我的错音越来越少不再重录了。

二、修去党文化 回归自然的真