

苦！对于修炼者而言要么回家，要么在人世生死的苦海中沉沦。

提醒同修加强发正念清除另外空间推过来的低灵

大陆大法弟子 重阳

以下是我最近在发正念的助师正法中所见：

由于正法进程的推进，以及现在的往法正人间过渡的阶段，整体人类、世间在正法归正与救度的大势推动下，就会象常人刚走入大法修炼一样的类似把业力推出来的那种状态，反映到人类社会，也会出现另外空间推过来的很多邪恶因素、低灵、肮脏的东西等。这些东西推过来是要我们清除与转化的（就像业力的转化），但是如果同修忽视了发正念，它们会大量钻到同修的空间场、甚至身体当中，造成干扰与伤害，出现类似病业的反应和各种压抑、不顺等。而且，不但对同修，甚至对同修的亲人、整个人类、世间都会起到破坏与堕落的作用，严重干扰众生的清醒与回归。

因此建议同修能认真对待发正念，真正彻底的清除这类因素对正法与世间救度众生的干扰。

以上均属个人所见，敬请同修指正！

正见周刊



月到中秋分外明，每逢佳节念师恩。今年的中国传统节日中秋节在9月10日，纽约部分法轮功学员8月27日齐聚法拉盛提前向师尊恭祝中秋节快乐，300多人集体大合照向师尊表达无限的感恩。

第 1045 期

2022 年 8 月 30 日

目录

正见新闻

- 英国伦敦集会庆祝四亿人勇敢退出中共 /3
 拉斯维加斯集会 声援 4 亿人退出中共邪党 /3
 庆四亿中国人三退 温哥华民众中领馆前集会 /4
 温哥华“终结中共”车游 40 市镇 市长迎接 /4
 澳墨尔本金合欢节 居民：“真、善、忍”对社会有益 /5

文明新见

- 随想两则 /5

讲清真相

- 盲从与罪恶滔天 /7

修炼体悟

- 最近几例相由心生的事 /9
 对青年大法弟子是否成家的一点思考 /10
 我在同修身上找到了自己的差距 /15
 “一念一世界” /19
 找回修炼如初的状态 /20
 恐惧的背后是怕 /22
 近期学法感悟 /25
 苦中的真意 /26
 提醒同修加强发正念清除另外空间推过来的低灵 /28

新思考人生的意义。想起有个亲戚，半生劳苦，终于熬到退休年龄，子孙满堂，儿子还去了国外工作，本想一起移民展开新的生活。却被查出癌症，昔日一起与朋友喝酒消遣的闲情逸致顿时没了，去大城市手术就医后，医生说最多活不过半年，而且因为扩散，每月要到医院去化疗，每次化疗的费用正好是他的退休金数目。看着眼前的好日子还没来得及过，又想到自己不知什么时候就撒手人寰，常以泪洗面。使其不得不思考人生的意义，无神论的他也开始求各路神仙，在家燃起了香。

有次机缘，我向他讲起大法的真相，人生的意义，保命养生之法，他很欣然的接受了。我想若不是这次变故，他平日里喧嚣不安的心怎会有时间听这些道理呢？医生虽然给他判了死刑，但现在过了几年了，明白真相的他人还好好好的。

福祸相依，苦难未必是坏事。现在有的地区暴雨洪涝，有的地区却遭遇从未有过的烈日炙烤，水火两重天。这些个异常的天气，是上天降下的苦，目的是给人类消减罪业，使人类不至于过早的进入毁灭，为人类延续时间。也是一种警示，给人反思的机会，这个社会发生了什么？是否是人违背了天意。

如果有的地区业力大、不符合做人标准的人比例也多，却什么事都没有发生，才是真正的可怕。就像高压锅，被强行堵住了出气口，不知什么时候就会来个大爆发。

对于修炼人来说，苦是修炼的助力。因为苦，生命常得以想念天外的高洁，佛国的美好。因为苦，在苦中学会沉稳与自省，学会体谅与宽容，遇到困难不再逃避抱怨，而能用平静豁达的心态来面对。修炼人在走过魔难的行程中，不断去掉人的执著看到先天真我的一面。

苦是真福的先知，甘甜的源头。对一个向上的人来说，劳苦也好，安逸也罢，拴住自己回不了家的，那才是真正的

以上是个人体悟，不当之处，请同修们慈悲指正。

苦中的真意

破境

一匹马驮着和尚去西天取经，一头拉磨的驴也想去，但它觉得此行困难重重，自己只是头驴，比不过马，便放弃了；而马历经九九八十一难，取回真经。

驴问：兄弟，是不是很辛苦啊？马说：其实在我去西天这段时间，你走的路一点不比我少，而且还被蒙住眼睛，被人抽打。一样的苦，我吃的苦换来了成功，而你吃的苦得到的依旧是原地踏步。

人世间何尝不是如此，有的人留恋红尘、沉溺物欲，尝尽生老病死、悲欢离合的痛苦。有的人明白人生真谛，吃尽世上苦，为的是修心消业、修去多余的欲望执著，成就了永恒光耀的觉者。

同样是在世间吃苦，结局却天差地别。说明人若不明白苦的意义，那苦的便没有意义。佛教中形容人世间叫苦海无边，人意识不到其中的苦，因为人生下来都是这样忙碌。就像粪坑中的蛆虫，一出生就在粪坑中，它不会觉得环境肮脏。只有当人觉悟之后，才会发现这人世间真的是苦海无边。

若想脱离苦海，就要明白人为什么来到苦海，人真正的生命来自宇宙高层，由于不符合标准了，才降到人间受苦。所以佛家讲：“苦海无边，回头是岸”，还有句俗语：“浪子回头金不换”。是指人知道了生命的来源，明白了生命的意义，才知苦的内涵与妙处，在苦中才能提升道德，规范行为，使生命得以升华。

世人中有善根之人，常由于经历了一个人生的灾难而重

正见新闻

英国伦敦集会庆祝四亿人勇敢退出中共



8月27日，英国部分法轮功学员、退党义工聚集在伦敦市中心——圣马丁广场（Plaza San Martín），庆祝全球四亿人退出中共党、团、队。

根据全球退党服务中心统计，8月3日下午7点，退出中共党、团、队的“三退”人数突破四亿人。为此，全球多个城市举行庆祝活动。

伦敦圣马丁广场集会现场，除了有法轮功功法演示外，还有舞狮、腰鼓表演。大量行人驻足观赏的同时，也了解到四亿中国人退出中共的壮举。

拉斯维加斯集会 声援 4 亿人退出中共邪党



为声援 4 亿人退出中共邪党组织，8月13日（周六）拉斯维加斯部分法轮功学员，在拉斯维加斯大道集会举办庆祝活动，来此观光的游客纷纷表示赞赏和支持，谴责中共的邪恶。

为庆祝这历史时刻，拉斯维加斯法轮功学员在景点，面对人来人往的游客，打开写有中英文横幅「声援 4 亿勇士退出中共邪党」。

退党义工向路人讲述中共罪恶，市民纷纷在 END CCP 征签表上签名。

庆四亿中国人三退 温哥华民众中领馆前集会



8月21日（周日），120多位温哥华民众聚集在中领馆前举行集会，庆祝四亿中国同胞退出中共党、团、队组织。

正午12点，车流如织。温哥华中领馆前的马路旁，十多部车辆一字排开，每辆车的车顶竖立着“爱党不等于爱国”、“End CCP”等醒目的标语牌。领馆对街，人们手持着一条条横幅有序站立，“支持四亿勇士退出中共恶党”、“神要清算共产党 退出中共保平安”、“要做中华儿女 不做马列子孙”等中英文横幅向人们传递着重要信息。

温哥华“终结中共”车游40市镇 市长迎接



8月21日至8月26日，温哥华“终结中共”（EndCCP）真相车队先后在卑诗省近四十个城市游行，声援和庆祝四亿中国同胞退出中共党、团、队。

8月26日（周五），真相车队来到位于温哥华岛西岸，拥有加拿大最美西海岸之称的Tofino市。市长丹·罗（Dan Law）特意嘱咐车队到办公室找他，并带上女儿亲自迎接。

近期学法感悟

大法弟子

最近学《转法轮》第四讲，小孩抽奖得到高级自行车，北京学员如何处理这件事的这段法后，有一些感悟，与同修们分享。

一是要警惕自己的一思一念，一念不正，就能招来魔难。如果这位学员能在小孩提出要摸奖的想法时，就制止他不去做，也许后边的中奖、想办法去解决麻烦等一系列事情，都不会发生了。

二是站在什么基点上，面对修炼中遇到的魔难。站在个人修炼的基点上，以不失德为出发点，所做的一切都是为私的。这件事情最后的处理，也是恰好单位有修炼大法的，才让领导理解，勉强把问题解决。

如果没有这层因素，强行把钱给单位赞助，虽然个人觉得没有失德，但因为没考虑人的接受能力，就会让人不理解修炼人的行为，也就是，不仅没有起到证实法的作用，反倒对大法产生了负面印象。

如果站在救人的基点上，意识到由于自己的一念不正，招来了麻烦，就马上归正心态，直接面对麻烦，无论是自己的孩子、举办抽奖活动的人，还是单位的领导，都是可以利用这件事，智慧讲清大法真相的对象，都可以把大法弟子的风范展现给他们。

如果我们平时能扎实的学法，在遇到突如其来的考验时，就能用法来衡量如何处理。魔难和考验，在刚一出现，就能用正念识别化解，修炼的路就会走得很踏实和平稳。如果最初的正念没能守住，在事情发展过程中的不同阶段，只要能升起正念，事情都会向好的方面转变，因为大法有圆容不破，化解一切魔难的无边法力。

了藏身之出，一个一个的暴露出来了，让孩子学法、炼功背后有一个怕心，怕什么呢？因为修炼人知道，师父的大法是唯一能让人回升的天梯，对于身在俗世间的大法弟子，只有法才能度我们回去，如果孩子不好好学法，炼功，害怕落下，这是一颗不纯净的心隐藏在怕心的背后，这时由怕产生的景象又一个又一个的不断浮现出来，这些景象有一个共同之处，就是怕的背后都有一个想要达到什么目的因素，这样继续找下去会发现，原来自己的怕心是私欲滋养的，去不掉私就不能摆脱旧宇宙的束缚，断不了私欲就解不开拴着的缆绳。

师父在《致澳洲法会》中讲：“因为法是基础，是大法弟子的根本，是一切的保障，是从人走向神的通途，所以我也借澳洲法会之机告诉全世界所有的大法弟子：无论新老学员，一定不要因为忙而忽视了学法。”【2】

对照师父的讲法体悟到，虽然是修炼二十多年的大法弟子了，从表面上看好像没有落下，可是实质的内在的执著好像没有改变多少，之所以感觉自己在法上有些感悟，身体的变化、环境的改变，那都是师父加持呵护的，弟子只是有一个想修炼的心，师父就给予弟子最好的，我的感触是大法弟子只有真正的听师父的话，学好法，向内找，做好三件事，真正的从本质上提高上来，这样才有实质的变化，才是同化法的状态。

一点现阶段的修炼体悟，有不在法上的地方请同修慈悲指正！

注：

1：李洪志师父经文：《醒醒》

2：李洪志师父经文：《精進要旨三》〈致澳洲法会〉

墨尔本金合欢节 居民：“真、善、忍”对社会有益



2022年8月28日，墨尔本迎来了一年一度的金合欢游乐节（Hurstbridge Wattle Festival）。法轮大法受到人们的欢迎，民众纷纷表示，从摊位旁经过的时候感到能量很强，信仰“真、善、忍”的人都是对社会有益的好人。

正午时分，人流如织，音乐声、欢笑声此起彼伏，许多摊位前都聚满了人。美食、工艺品、服饰等各具特色。

蔚蓝色的法轮大法摊位在一众摊位中特别抢眼，深受游客欢迎。摊位四周挂满了各色手工纸折莲花，给人宁静、纯净的感受。

法轮大法学员在优美的炼功音乐中展示着五套功法，吸引了路人纷纷驻足；许多小朋友都开心地跟着义工们学做折莲花。

文明新见

随想两则

清风

（一）

《哈利·波特》（Harry Potter）是英国作家 J.K. 罗琳于 1997～2007 年所著的魔幻文学系列小说。由此改编的电影系列是全球史上最卖座的电影系列，总票房收入达 78 亿美元。

常人社会的任何事都不是偶然的，其实从修炼的角度看这个系列的小说不是作者凭空想象出来的，是受到她的副意

识指挥写出来的，她的根基也是很不错的，才能够被神选中，这些故事都是发生在另外空间的，基本是真实的。

透过作品表面的种种奇幻情节，会发现其实还是表达了一个理，就是魔永远不会超过道。人类的道德在急速的下滑，这种下滑通过文学，电影，书刊，广播等种种形式表现出来，但宇宙有相生相克的理，有负的同时也会有正的因素出现。魔永远不会超过道的理，也是通过各种形式表现出来的，其中包括小说和电影，这是符合法的，所以《哈利·波特》才能够有这么大的影响。

（二）

小时候听《三国演义》的评书，总觉得关羽在华容道为什么要放过曹操，怎么就不杀掉他呢？现在明白了他们都是按事先定好的剧本在演，目的是让后人明白“义”在这种情况下应该是一种什么样的表现。

诸葛亮是知道天机的，所以明知道关羽会放曹操还是派他去而不是换其他人。他知道自己必须这样做，否则他也是无法承担这样大的责任的。常人看历史总是站在自己的观念中去看，去评判，怎么会这样，怎么会那样，应该是这样呀，应该是那样呀，这就叫当局者迷。

明代的杨慎写下《临江仙·滚滚长江东逝水》——

滚滚长江东逝水，浪花淘尽英雄。是非成败转头空。青山依旧在，几度夕阳红。

白发渔樵江渚上，惯看秋月春风。一壶浊酒喜相逢。古今多少事，都付笑谈中。

常人的解读很多，但都没有跳出常人的层次，杨慎其实是站在功能的角度，或者说站在一个很高的空间看历史的，在那个空间看时间过的非常快，他可以非常真切地看到一定时间内历史的过去和将来，所以他看三国的历史和看戏差不多，他知道戏的剧本，不会沉浸在其中，这就叫旁观者清。

辨不出这个怕的来源了，误认为这个怕是自己真实感受到的。因为外因条件的触发造成这个怕的恐怖环境，这时人的肉眼能看到的，当眼睛这个视神经把看到的景象传导到大脑时，大脑这个加工厂就把传导进来的原料加工成产品，这个原料的组成部分是怕和恐惧，所以大脑的加工厂就相应的生产出怕和恐惧的合成产品，产品带着这种变异的物质产生了，它会继续发挥它的作用，因为你承认了这个产品，你已授权了这个产品的经营权，所以这个产品就会流入社会的各个领域，不断的把这负面的物质侵透在人的五脏六腑，各个器官。

那么这个人的空间场充满了怕的因素，大脑中加工出的产品已经流向四面八方，可想而知在遇到问题时，是不是怕的物质就首当其冲的冒出来了，这就是先前所说的一遇到问题就害怕的不得了，完全忘记自己是有师父保护的，之所以造成这种现象是因为有常人中的欲望，放不下的执著，摆脱不了的情魔，这些就像是一条条缆绳拴着你，又像一张无形的网罩着你，向情丝一样缠着你。

现在正法已到最后的最后了，师父告诉我们：“法正天体已结束，目前正在向法正人间过渡。”【1】

看着正法洪势迅猛的象地球表面涌来，自己还有这怕的物质，还在怕与不怕，人与神间徘徊，用法衡量自己，就看出问题所在，那就是长期在这点上没有突破，没有提高，没有同化法，那么是什么原因导致的呢？是人中私欲造成的，当发现自己这些不正常的状态背后是私欲时，让我想到自己周围环境的因素，有些是对照自己的镜子。

我想让孩子每天能坚持学法、炼功，这在表面看来是为孩子好，可是谁知道其背后隐藏的真实想法是什么？其实在没找自己这个怕心时，自己也没有察觉背后潜伏着一个变异物质，当这次向内找自己怕的根源时，这些隐藏的物质没有

个人观念评价同修，没有了对同修的善。我觉的，同修之间的缘分是一种圣缘，大家能在正法时期得法修炼这是万古机缘，能同修一部大法、共同助师正法、一起做这么伟大殊胜的事，这是多么珍贵的缘分！大法弟子是一个整体，彼此瞧不上、看不起。只会让众神不齿。更何况还会形成间隔，对整体不利。在这个方面我们是否也需要做到修炼如初呢？

因为修炼时间长就麻木和松懈，这对修炼来说是不是一种强大的障碍和执著呢？如果过去在山洞里苦修的那些修炼人也这样，估计一个也修不成。修小法小道、没有师父指点，尚且能坚持几十年如一日。何况我们修宇宙大法的呢？多少神仙都羡慕，就更不应该出现麻木、放松的情况了。希望同修们都能回到修炼如初的状态！

个人层次所限，不当之处，请同修慈悲指正。

恐惧的背后是怕

大陆大法弟子

怕就像是人体的癌细胞，如果不清除它，它就不断的侵蚀你身体的各个器官，那么怕和恐惧有什么关联呢？

怕是旧势力利用毁人的主要工具，因为人有私心，有自我保护的心，有贪心、有永远不满足的欲望，所以旧势力就针对人心制造恐怖的场景，它的目的就是吓唬你，让你恐惧，当你对眼前的环境产生恐惧时，那就是你相信了这个场景是真实的，你不由自主的默认了这个恐惧状态是你自己。

我从小就有很强烈的怕心，什么事都害怕，胆子特别小，在矛盾面前总是用息事宁人的手法去处理问题，其实那时所谓的胆小不是天生就具备的，是旧势力在久远时期对大法弟子所作的一些变异安排，由于没有从根本上认清，所以长时间所形成怕的物质变的很厚很浓，这时本性的一面就分

讲清真相

盲从与罪恶滔天

纳粹发动了血腥的战争，杀害了几百万的犹太人。仅凭希特勒一己之力，他再凶残恶魔，他每时每刻的杀人，也无法屠杀几百万人的生命。那么这个悲剧是如何酿成的呢？

德国曾一直以哲学家和思想者的乐园闻名于世，德国人爱哲学、爱思考、爱智慧。可是随着对希特勒狂热崇拜，随着习惯性无意识的服从，德国人民从上到下，不再思考与判断，更不质疑与批判，取而代之的是歌功颂德与盲从跟风。

战争初期，很多将军士兵并不是冷血残忍的恶魔，他们被狂躁的爱国主义洗脑而参军，他们并不想杀害无辜。比如古德里安将军是德国国防军的将军，他的部队纪律较为严明，对占领区居民也较为友好。可是后来战争步步升级，德国官兵们也渐渐麻木，他们放弃了自己的思想，忘记了自己的道德。疲惫懒惰的他们，选择了毫不质疑的服从元首，他们不再判断哪些是平民，而是让杀谁就杀谁，最终他们都犯下累累罪行。

也就是说，民众的不思考和盲从，是迫害加剧与持续的真正推手。只要有迫害的地方，就会有不思考的人，心甘情愿的成为暴政的工具，成为杀人的刽子手。

自从中共 1999 年非法镇压法轮佛法以来，一些被中共洗脑的官员，根本不去思考佛法是什么，修炼者在做什么，修炼违法还是中共违法，自己应该相信什么，自己应该做什么。他们马首是瞻于中共的意志，对中共的命令言听计从。在这些不思考、不判断的人们的推波助澜下，这场信仰迫害已经持续了二十多年了。

我们知道，公正是法庭的根基，正义是法官的本分。很多法学学生从校门出来时，是心怀公平正义理想的。但是在

法院工作久了，在中共的不断利诱、威逼、裹挟下，他们心中的法律意识慢慢淡漠了，他们的道德意识逐渐下滑了，他们不知不觉地放弃了思考，他们最终突破了底线，由人民法官成为了中共傀儡。在他们心中，法律不再神圣庄严，唯命是从于中共，才是他们升官发财的捷径。他们不再是正义的化身，他们成为迫害良善的工具。

甘肃省泾川县法院刑事审判庭庭长康会年。2008 年他非法参与审判法轮功学员薛培栋、王丽萍、李婉春、张武成等，并从法轮功学员家属中讹诈数万元钱财。2015 年 12 月他又非法审判了法轮功学员赵永生。赵永生于 2015 年大年除夕，在泾川县看守所被迫害致死，年仅 52 岁。2020 年 12 月 4 日早晨，康会年送孩子上学途中，被一辆三轮电动车撞倒，送医院抢救无效，当日死亡。

康会年能当上审判庭庭长，我们相信他有知识有文化，他知法懂法。他一大早送孩子上学，我们相信他爱孩子爱家庭。可惜的是，在审理修炼者的案件时，他没有深度思考，没有以法律为准绳，没有用正义来审判，而是完全屈从于中共的是非颠倒、打压构陷。结果就是，他执法枉法、陷害无辜之后，他也在劫难逃。

不思考的恶、盲从的恶，是人类陷入互害模式的主要原因之一。而思考与判断，质疑与批判，是人类摆脱集权暴力裹挟与胁迫的出路之一。

辛德勒是德国人，但他却非常憎恨纳粹，并从内心厌恶与抵制。他思考后决定利用自己的工厂保护照料犹太人。在纳粹投降前六小时，辛德勒在工厂发表了一次面对全体犹太人的演讲：“你们所遭受的苦难，你们的父母、孩子，你们的兄弟姐妹中有几百万人被害的事实，至少有几千名德国人是坚决反对的，而且直到今天，还有几百万德国人根本就不知道这些恐怖暴行到底达到了什么样的程度。”多年以后，

长期处于病态状态，找不到执著。我自己是长期对炼功的放松。师父多次在讲法中提到“修炼如初，必成！”（《各地讲法十三》〈二零一四年旧金山法会讲法〉）、“修炼如初，必成。”（《各地讲法十二》〈世界法轮大法日讲法〉）、“从始到终都能保持着如初的那种心，你必成。”（《各地讲法十三》〈二零一四年旧金山法会讲法〉），回想当年，才终于体会到师父这一讲法的良苦用心和深意。

我是 98 年 5 月 1 日得法的，当时还在上高二，是我的语文老师介绍给我的。她把我叫到家里，给了我一本《转法轮》，我当时没有任何疑问，就自然而然的接受了，好像我等的就是这个。我甚至在老师家的镜子里对自己说：我得法了，从此我的人生不一样了。就感觉这件事既自然又意义重大。那种感觉现在回想起来，就象是在外漂泊流浪多年、孤苦无依的游子终于找到了母亲和家。

开始修炼之后，那种兴奋、那种激动，真是无法形容。就是把修炼放在第一位，常人的玩乐、兴趣、爱好都不要了，什么事也没有大法重要。每天天还不亮就去炼功点儿炼功，学校大门儿都没开，不怕冷不怕热、风雨无阻。没事儿就压腿、练盘腿，能双盘上后可高兴了，盘腿时闹心闹的厉害，疼的浑身哆嗦，一秒一秒的数着数坚持，可是天天做梦乐开了花。可是现在呢，自己却不拿炼功当回事了，三天打鱼两天晒网，忽视了性命双修的法理。这是学法太少、法理不明，是怕吃苦，是精进的意志不够，是懒惰的魔性长期不去。对比以前，修炼之初的那种状态哪去了？我一定要找回当年修炼如初的那种劲头儿。

那时候同修们在一起学法、洪法、一起进京护法，见面可亲了，看见同修比自己的家人都亲。可是现在呢？大家那种感觉没有了，反而彼此看不上，光看同修的问题和不足。看到之后也不当面说，背后议论同修，带着对同修的成见和

的是什么微观生命？是贪睡、懒惰、安逸等魔性的东西，那不就是一个业力团吗？因为“再躺会儿”是假我发出的指令，是晒让自己形成的观念，那个晒是谁呢？是三界内的一个神，我们修炼人是要修出三界的，总受它控制怎么能行呢？

记得在五、六年前，我曾克制过自己，给自己立下规矩：听到铃声必须起床，不能有退转的念头。头脑中有了这根弦还真管用，不拖拉了。记得在那段时间有一次奇妙的感受。那天，听到铃声后马上起床，然后上卫生间洗漱，头脑很清醒，精神的就象没睡过觉一样，头脑中怎么也找不到我起床前睡觉的那段时间，好象从昨天到今天一直这么精神。可惜那时有了这段奇特的感受后，我反倒害怕了，这是怎么回事呢？经常这样下去会怎样？所以后来我就不再那样要求自己了。

现在想来，还得那样严格要求自己，那是一种修炼如初的精進状态，就象太阳的升起和落下那样守时，恒常不殆，因为我们就是要修成一个觉醒的超常生命。人念造出来的东西都是影响心性提升的执著和障碍，是修炼人必须清除的，我们要的是神念，将来能造出一个美好世界的一念。

自己层次中的一点体悟，不当之处敬请同修指正。

找回修炼如初的状态

大陆大法弟子

很多同修都能抓紧时间做好三件事，这样的同修，每天的时间很紧，吃饭、睡觉的时间都很少。但也有很多同修，因为正法时间长而表现出了麻木、懈怠、放松。

有的拿起了手机刷起了视频，有的天天围着家庭孩子转，有的一放下书就唠常人嗑，一点儿都不在法上，还有的

一个犹太女人在接受采访时说：“他就是我们的父亲，他就是我们的母亲，他就是我们的唯一信仰。他从不曾让我们失望。”

如果当年德国能有几十万的辛德勒，他们思考、质疑与抵制屠杀，欧洲可能不会血流成河。如果当下中国有几十万个辛德勒，他们思考、质疑与抵制迫害，迫害可能不会持续下去。

辛德勒，是与你我一样的凡夫俗子，他能做到的，我们也可以效法。你愿意像辛德勒一样被历史铭记，还是愿意像古德里安、康会年一样，刻在历史的耻辱柱上？

思考使人冷静理性，不思考可能会因盲从，而走向罪恶滔天。当你迷茫彷徨、当你深陷困惑，请你思索质疑，并拷问良知。良知会告诉你：抑恶扬善才是你的路。

修炼体悟

最近几例相由心生的事

恩普

身边同修 Z 出现病业状态，表现是摔了一跤，脚裸骨处出了问题。由于心里害怕，去医院拍片子，诊断说脚骨摔坏了，Z 同修也觉的脚裸骨裂了个缝，于是打了石膏，不能走路。过了一段时间我去看她，她一再说脚骨处摔出个缝儿。我静静的看着她听她说完。我说你的脚根本就没问题，是假相。我问她：“你知道骨头摔裂缝是怎样疼痛吗？会疼的根本不敢动的。”她当时一愣，因为她根本就没怎么疼。她明白是自己的心促成拍出的假相。第二天她就下地做饭了。

几天之后，她说她把拍的片子再次拿出来看时，片子上那个缝儿也没了，这真是相由心生啊！

最近母亲同修也出现病业状态，说是高血压，高压二百二，低压一百二。她炼功都有点站不稳，走路慢需扶墙，眼睛严重充血，嘴也有点歪，表面看很像脑梗。丈夫把她接到我家，我们说话间丈夫问她：高血压是什么感觉你知道吗？就像脑袋上扣个帽子闷的憋的难受。母亲同修说：我也没这感觉呀！这时她意识到是上了病业假相的当了。

母亲在我家呆了一个多月，我们不断的学法、切磋、向内找，离开我家时病业状态完全消失了。

最后说说我自己，去年我也出现病业假相，去医院检查说是心肌严重缺血。虽然经过很长时间才闯过来，可是我并不知道我所感觉的病业状态跟心肌缺血病症对不上号。直到最近有一天，我从嫂子的手机播放的心肌缺血的症状，才知道我也上了病业假相的当。

通过上面的实例，充份证实修炼人根本没有病，是让我们提高心性的。

对青年大法弟子是否成家的一点思考

穹霄

作为一个未婚大法弟子，好多年都面临被催促成家的困扰。期间找出了自己的某些心，依然困扰不断，一直没找到原因所在。当我细细思量每一阶段的想法，发现自己基本都是钻到具体事件中带着强烈的自我非得要选择什么样的生活方式修炼，拿修炼当借口掩盖着自己的根本执著，从未从圆容师父选择的角度看问题。

由于从小得法，带修不修很多年后在大学毕业那年决定真正从回修炼。刚刚走回修炼的那段时间，那种仿佛至宝失而复得的激动的心情让我觉得人世间的什么东西都可以放下。当时和师父发愿自己不要人世间的什么爱情婚姻，只想

“一念一世界”

心净

一天午休，闹铃声把我惊醒，我迷迷糊糊把它关掉了，心想再躺会儿，这个念头一出，我头脑中突然闪过一句话：“一念一世界”，我马上惊醒了，瞬间没有了睡意，很精神了。

这一段时间，总是觉得晒，定好了闹铃也不按时起床，早上起床炼功也是，总是往后拖延，甚至有时不知怎么关掉了铃声接着睡了。

我想“一念一世界”是什么意思？刚才那一念是“再躺会儿”，那么这一念形成的那个世界是什么样的？这么一分析，我就突然觉得自己违约了，那个世界是“违约”造成的。违约本身就是一个不正的行为，那么形成的那个世界也一定是不正的，需要清理的。

如果自己觉的晒，想多睡会儿，可以不定铃，也可以定的时间后延一些，而自己先定好了闹铃，到时候不起床，就是与闹铃(时间)违约了。我们知道时间是个神，能随便与神违约吗？闹铃虽然是自己定的，但从内心来说和与别人的约定是一样的，它会使自己大脑中产生负面的物质。自己老习惯于这种行为，那就成了不讲信用的人，头脑中有这样一部分负面的思维来控制自己就越来越不想起床了。

定铃是为了起床，不贪睡，这是自己的真我正念。而响铃后不想起床，这个就是让自己违约的后天观念了，它是假我，是负面的思维。如果不细分，都觉得是自己的思想，其实并不是同一个生命发出的指令。若总把贪睡说成是自己，就是分不清真假，而人的一个最大弱点就是容易原谅自己，这样贪睡就会一拖再拖，不愿去掉。

我们来看看在违约后生成的那个时空（世界）里生存着

来。”（《各地讲法四》〈二零零三年亚特兰大法会讲法〉）原来我修了二十多年，还依然没从人中走出来。再看同修，上午出去救人，有时中午忙一中午，下午学法时，我问她累不累？要不睡一会儿？她说大法弟子不会觉的累。同修冬天做生意在外面干活也不觉的冷。有时晚上两点醒来学法，白天照样该干什么干什么。因为老同修能从人的理中走出来，所以六十一岁了，很少有白发。看书也从来不带老花镜。对比之下我真是汗颜。师父给我创造了和同修集体学法的环境，就是让我认识到自己身上的这些执著和不足，修去它。

回想第一次找去同修家的经历，也是非常的神奇。我原本不认识同修家，又不想麻烦别的同修，就自己去找。去的时候就在心里求师父帮忙，我就朝着大致的方向走，是绿灯我就直行，是红灯我就拐弯儿，结果在大街上看见一个和同修家一样的门市，进去一看果然是同修家，当时真激动。一切都是师父的慈悲安排，师父看我太不争气了，才安排同修来帮我！

当然，同修也有没修去的人心，也有过不好关的时候，我们也互相切磋互相帮助！写出此文，不是要树立榜样，大法修炼没有榜样，大家要以法为师。师父给我们留下集体学法的环境，就是让同修们比学必修，找出差距，互相促进，共同提高。最后，恭请师父在《洪吟（二）》中的一首诗，与大家共勉：

理智醒觉

少息自省添正念

明析不足再精进

个人浅见，不当之处，请同修慈悲指正。

和师父回家。

毕业后只身去了外地工作后，带着那种幸亏正法还没结束要抓紧时间的心情做着三件事。期间父母有打过电话让我考虑成家方面的事情，当时觉得这事和我没什么关系。

回老家工作后，陆陆续续就开始有人来说这个事情。能回绝的一口回绝，没法回绝的就走个过场见一面。当时觉得这里有我的执著心要去的，色欲心和求安逸心。自己上学期间看了一堆文学小说与电影电视剧，有很多不好的东西留存在脑海里，也曾对爱情呀，安逸的生活有幻想。这方面也确实有要修去的。

后面几年也不断有人介绍，我继续挖自己的色欲心和求安逸心，这两个心也确实还存在。按理说挖出这颗心然后去这颗心，干扰就不会来了。亲戚朋友还是会来说，说多了我自己就开始采取常人的方法对待。顾左右而言他呀，有时候心性守不住直接拉下脸消极对待。这个方法确实让他们不找我说这个事情了，但是也带来一些负面影响，有的亲戚就觉得我是因为炼法轮功不成家了，因此而不理解。我当时也不管这些，觉得都是来干扰我修炼的，现在总算是清静了。而且还抱着一个反正我就拖着到三十岁就不会有人来找我的想法就这样回避着。

然而，三十岁后亲戚朋友不说这个事了，换了个工作同事又开始说这个事。先是本部门的同事说，后面跨部门的同事也来说。

从常人这个角度来看是因为年龄到了，遇到这些事情也正常。但是作为修炼的人来说，没有偶然的事。师父说：

“一个修炼者所能遇到的一切都会与你们的修炼、圆满有关，否则绝不会有。”[1] 我之前一直以为是色欲心和求安逸心，后来发现不是。我们这一门的修炼不是一个执著心一个执著心的去，而是所有的执著心同时去，从最微观开始

去，慢慢到表面。只要那个执著心出来，自己马上可以意识到并正念排斥并归正就足以过关。如果不是色欲心和求安逸心，到底是什么心呢？

我就来深挖，为什么不想成家？感觉会影响自己修炼？为什么觉得会影响自己修炼？因为成家之后一堆矛盾一堆麻烦一堆事，而且还影响自己救人。目前自己一个人的时候修炼状态好吗？救人的事目前做的好吗？并不好！那千千万万的大法弟子都成家了怎么没影响修炼？我们这一法门不就是最大限度的符合常人在矛盾中修吗？师父讲：“大家知道，我们这一法门不避开常人社会去修炼，不避开、不逃脱矛盾；”[2] 当时觉得找到了，我是怕麻烦，拿着修炼当借口逃避常人中的麻烦，逃避矛盾。

找到这个怕麻烦的执著心后，我答应和一位同事介绍的男生交换联系方式接触试试。也动了心，但是又感觉和常人实在是没法继续聊下去。进退两难之间我在心里问师父，我这怎么办呢？当天晚上做梦和那个男生各自上不同的车向相反的方向离开。就跟介绍人回绝了这件事情。

我以为这事就这样告一段落了。结果又有人继续说。

师父说：“凡是在炼功中出现这个干扰，那个干扰，你自己得找一找原因，你有什么东西还没有放下。”[2]

到底是什么没放下呢？

直到发生和这不相干的一件事，同修指出我当时的想法是一直守着自己的一亩三分地，总是站在个人修炼角度看问题，从未从一个正法时期的大法弟子角度、从圆容师父的角度看问题这个基点后，我再用这个基点来看待是否成家这个问题，才找到原因所在。

我发现这么多年我一直固守着自己不成家这一念，原因是我向师父发愿过不成家。那么，我发愿师父就得按着我自己的愿望给我安排自己的修炼路吗？

对于救人却由于怕心、懒惰心等不敢面对面救人，到现在救的人也屈指可数！师父看着也着急，借同修的嘴点化我，不能光学法，不救人！哪怕一天救一个人呢！我听了深感惭愧，终于开始和同学亲友面对面讲真相，虽然没有经验，有时讲的滔滔不绝，却没有同修三言两语退的快，但毕竟开始突破自己了。

同修文化不高，但是思想简单，不受现代文化知识各种观念的影响，就是信师信法，师父让怎么做就怎么做，简单直接！反而能经常领悟到法理。

而自己呢，看着有知识有文化，但思维复杂，想的多，爱追究为什么，后天形成的观念就多！说起法理看着头头是道，但是去执著心的时候、过关的时候，却容易因想法太多而理不清头绪。

特别是最近的一件事，对我震撼很大。由于天气转凉，我和孩子都有点儿鼻塞，流鼻涕。我随口说有点儿象热伤风。同修一听瞪大了眼睛说，这是说的什么话呀？这可不是你说的。我听完还辩解说，我们身上也不是一点儿业力也没有。她说那也不能这么说，那冷风能对你起作用吗？它算什么？

我回去仔细一想这事，彻底震惊了。我们天天学法，看交流文章，也明白三界之内的理对我们不起作用了，但是人中形成的习以为常的观念却忽视了。比如，中午要是不睡点儿觉，就会觉的下午会疲乏。早晨起早点儿练功，白天就会困，就得补觉。一忙了干活多了，就觉的会累得歇歇。来例假了，最好别吃凉的，最好别吃冰棍儿，别踩水。孩子就得学习好，考好大学等等！都是人的那一套。师父说：“大法弟子的修炼是从人中走出来，是从被这个旧的宇宙，无尽、数不清的无量众生所构成的各种因素束缚的旧穹体中走出来，从穹体的成、住、坏、灭的最后的最后的环境中脱胎出

多，家里环境满满当当，家庭关系也复杂，不是老人不舒服就是孩子不听话，天天鸡飞狗跳。意识到这一点之后，我把厨房、卫生间、各处卫生死角彻底清洁一遍，让家里不落灰，把有油垢的的不锈钢物品都擦的锃亮，垃圾桶也擦的干干净净，把所以物品都摆放有序，先让环境清静起来。

老同修生活简朴，吃饭也不讲究，经常做一顿吃好几顿。衣服也不穿好的，但是出去讲真相都注意大法弟子的形像，尽量穿好一点。而自己呢，吃饭以有孩子为名，翻着花样的做饭，隔段时间就得出去吃一顿，不然就馋。时不时的想买新衣服，各种物欲、口腹之欲！跟同修一比真是差距太大了。

同修表达能力不是很强，经常被别的同修问的哑口无言，或者因为一点误会，被说话强势的同修劈头盖脸说一通，同修心里有时也不舒服，但都能守住心性，一声不吭！并第一时间向内找，从不向外看，只修自己。反观自己，在家里经常和孩子过心性关，看到孩子不学习或者不听话的时候，就连数落带训斥，拿出老师的职业习惯，一训就是一大通，还越说越来气，气急了还动手！这个时候光向外看了，完全忘了向内找，也没有了善、也没有了忍，带着党文化的高高在上、盛气凌人，完全成了魔性的发泄！

同修学法、修心、练功、救人三件事样样不落。做生意放下利益之心，收费只是别人的三分之一，而且还干净仔细，来过的人都有口皆碑，客户都是老客户介绍来的，有人问你家为什么这么便宜？她说，我是炼法轮功的，大法师父告诉我，要为别人着想。同修连六十岁以上老人领的养老金也放弃了，她说我修炼了，常人的这些事儿跟我都没有关系了。她利用工作机会，把客户几乎全三退了，并且通过这些年讲真相，把自己片区、老家亲戚全都三退了。而自己表面看着放下了利益之心，却天天嘀咕家里人多啦钱不够花啦，

师父讲：“我今天在正法中所做的一切，我所要的一切，说白了就是未来宇宙的选择，就是未来宇宙的需要。

（鼓掌）作为旧宇宙的生命，包括一切生命因素，在正法这件事情上、在我的选择中，所有的生命都来按照我所选择的来圆容它，把你们最好的办法拿出来，不是为改动我要的，而是按照我说的去圆容它，这就是宇宙中生命最大的善念。

（鼓掌）可是旧势力不是这样干的，它们是把它们的选择作为根本的，而把我所做的一切作为为它们所要的那一切圆容，整个反过来了。我不想给它们定太大的罪，此时我不想说出什么罪名来。但那是绝对错的，绝对不能够那样的。”[3]

在是否成家这件事情上，我不就是旧势力一样的想法吗？固守着自己选择的想要师父来圆容自己，这是个极大的问题。

师父讲：“人在世间养成了许多观念，以至被观念带动着，追求着向往的东西。然而人来在世上是由因缘决定着人生的路与人生中的得失，怎么能由着人的观念决定人生的每一过程呢？所以那些所谓美好的向往与愿望也就成了永远也得不到的痛苦执著的追求。”[4]

通过另外一件事，我找到了自己的根本执著，再来看是否成家这个问题，发现之前的种种坚持中有自己的根本执著在内。

读书的时候特别向往陶渊明“采菊东南下，悠然见南山”的隐居生活。也曾希望自己可以找个山生活。从回修炼那会，有部分原因也是因为感觉世间的勾心斗角，名利情太烦了，感觉大法是净土，带着一种避世的想法从回修炼的。修炼中有时候遇到矛盾心里过不去的时候想钻到山洞里修也挺好。这个心太隐蔽，导致多年才发现自己根本执著没有去。

那么我不想成家，就是这种避世的根本执著所至，然后拿修炼当借口，拿救人当借口，一概推脱回避，导致一个事情多年反复反复出现。

另外当我回顾小时候家里遭迫害的经历，才恍然发现自己不想成家的另一原因。曾经爸爸带着我和弟弟去洗脑班看妈妈，不拘小节的爸爸没有给我梳好头，衣服也没穿的很整洁，导致对妈妈心里牵动很大。或多或少动摇了妈妈的信念。种种原因，感觉在中国大陆这种一直持续的迫害下，不成家对别人对自己对后代都好。相当于自己这么多年都承认了旧势力的迫害还不自知。

找到这些原因之后，原来自己这么多年都是钻到纠结是否成家这个具体事件中去了。师父讲：“在任何干扰下都不钻到具体事件中搅乱自己，才能走出来，而且威德更大。”[5]

跳出这个具体事件，带着无条件圆容师父选择的基点放下任何自我观念执著，再去权衡整个事件其实很简单。当听到一事情抓住自己的第一念，找出自己的执著所在，修去它。再来看自己的选择是否对修炼有利对救人有利。执著于成家和执著于不成家，都是执著，只是执著于成家的同修更容易发现自己的执著所在，执著于不成家的执著心比较隐蔽，很难找出来。

修炼中往往会遇到这种情况，执著找对了，心放下了，看起来必须要怎么做的事情突然反转，自己觉得势在必行的事情瞬间烟消云散。有时候事情依旧存在，那可能因缘所致，有自己必须要走的路在，修炼路上遇到的所有事都是好事，没必要继续陷在其中纠结。

注：

[1]李洪志师父著作：（《精進要旨二》〈大法是圆容〉）

[2]李洪志师父著作：《转法轮》

[3]李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》

[4]李洪志师父著作：（《精進要旨二》〈走向圆满〉）

[5]李洪志师父著作：《关于副元神一文引起的波动》

我在同修身上找到了自己的差距

大陆大法弟子

我是一个教师，因为放暑假了，所以白天有了大量时间学法。我每天上午陪孩子写作业，下午送孩子去兴趣班之后，就去一位老年同修家学法。因为同修家是平房，又做生意，天天有人，又离孩子的兴趣班比较近，所以我每天下午都去同修家一起学法，老同修有生意我就自己学，没生意我们就一起学，整个暑假几乎天天如此。通过这段时间的接触，我对老同修的了解也越来越多，我在同修身上看到了自己的差距。

老同修六十多岁了，独自生活，家里生活用品很少，没有多余的东西，物品摆放的整整齐齐，干净整洁，连个垃圾桶都没有，给人的感觉就是环境很清静。一来到她家，什么也不想，就是学法或者交流心得，一点也不唠常人嗑。我想起师父的讲法：“因为修炼人的内境是清静的。”（《精進要旨三》，〈成熟〉）因为同修心清静，所以环境也清静！反观自己家，东西多，孩子的，自己的，书也多，玩具也多，衣服也多，没用的也舍不得扔。所以回到家，一会儿想干这个，一会儿想干那个，各种私心杂念。就是因为心里不清静，所以环境也不清静，反过来环境也影响着人。同修因为内心清静，所以思想也纯净，环境也干净，家庭关系也简单，除了工作就是修炼，干活的时候也听体会，让自己时刻溶于法中。而自己，因为心不清静，所以思想中私心杂念也