

奋的手舞足蹈快活的笑了。那天大伯哥、嫂都在，全家人喜不自禁开心的笑不拢嘴，都说：好啊、好啊、谢谢、谢谢！这也是全家人明白真相声明退党后得到的福报。

再一次见到宝宝是在她五个多月时，中秋节那天，我们到婆家过节。为了让全家人高兴，侄女、侄女婿抱着宝宝也来了。可宝宝认生了，见到陌生的环境和全家十多口陌生的人就哭闹不止，谁抱都哭。可当我抱她时，她却不哭不闹了，很安静的看着我，并笑着摸我的脸，我贴脸亲她，她也很喜欢的样子。我抱着让她妈妈先吃饭，她妈妈高兴并赞叹的说：看着没，真神啊，跟我婶抱着一点不哭不闹，可乖了，觉的很舒服吧。我说：这是缘份吧。全家人也都表示赞许和羡慕，对此也证实了修炼大法人的美好和超常，以及宝宝纯真无邪的先天灵性。

讲起这些故事，让我的心境也变的更加纯净慈悲。大家想一想，就连几个月的宝宝都能这么懂事理，并能够感应到：“法轮大法好，真善忍好！”这九字吉言的美好，多么神奇啊！这不值得我们深思吗？所以我真诚的呼唤：迷中

的世人啊，快快清醒吧！法轮大法是佛家高德大法，大法师父是以无量慈悲来普度众生的，大法弟子也是在助师正法无私救人，真是佛恩浩荡啊！可贵的世人啊，千万不要错过这万古机缘，一定要记住诚念：“法轮大法好，真善忍好！”真心退出邪党党团组织。就能遇难呈祥得福报，拥有一个美好的未来！

正見周刊

二零一二年
十月二十三日

“用理智去证实法、用智慧去讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人” 《理性》
“全面讲清真相，正念清除邪恶，救度众生，坚定的维护法” 《大法坚不可摧》

弟子交流	2
〔修炼体悟〕	2
循照法理去执著 正念正行除病魔	2
浅谈炼功中的敬师敬法问题	5
是净化身体还是干扰.....	6
静下心来修自己.....	7
摆好看问题的基点 让神念主宰自己	11
小话有缘人	13
从发现到清除，半个小时解体邪恶宣传栏的经过及体悟	14
〔修炼点滴〕	18
放下自我	18
〔修炼故事〕	20
我身边的老年同修.....	20
偶得一梦：主佛的慈悲.....	24
〔小弟子园地〕	26
小梅和小莲发神韵光盘的故事.....	26
拒写手抄报	28
〔救度众生〕	29
用真相币讲中共活摘器官真相	30
天真灵性的宝宝.....	30

弟子交流

【修炼体悟】

循照法理去执著 正念正行除病魔

如何对待、怎样排除病态魔难的问题，陆续有同修在法中做了很多具有真知卓见的文章交流。有很多同修通过发正念清除邪恶干扰、对照法向内找归正自己、善解怨缘等即闯过病业关，身体恢复正常状态。但有的同修的状态就不容乐观，长期处于病业状态当中不能自拔，觉得很苦、很困惑、很无可奈何。诸如发正念清除邪恶干扰、向内找、善解怨缘等也不见大的起色好转，长期处于魔难之中后人心也逐渐越来越重，有的对大法甚至产生了怀疑，有的进了医院，还有的被夺走肉体。针对这种现状，结合我地两位同修战胜魔难的经历，谈谈自己在法中领悟到的一点认识。

正法时期的大法弟子，表面身体仍还有一点儿病业的，但这点儿业力只要我们一提高心性很快就能突破过去了，不至于长期处于魔难之中。关于业力，师父讲：“就把它分成无数的若干份，摆在你修炼的

各个层次之中，利用它来提高你的心性，转化你的业力，长你的功。”（《转法轮》〈老师给了学员一些什么〉）但为什么还有同修长期处于魔难之中呢？原因差在哪里呢？师父在讲法中明确指出：“再一个呢就是被干扰。被干扰，你不能老是觉的谁干扰了我要消灭它、谁干扰了都不行。（众笑）可是你为什么不想一想，为什么干扰你？为什么能够干扰的了你？是不是自己有什么执著？放不下的？为什么就不看看自己呢？真正原因是在自己这儿，它才能钻了空子！”

（《在大纽约地区法会的讲法和解法》）。师父早就在（《精進要旨》〈道法〉）中告诫我们：“你们也要明白‘自然’是不存在的，而‘必然’是有原因的。”所以我们就得无条件的向内找，然后对症下药，在法中归正自己，才会出现柳暗花明又一村的景象。

甲同修前一段时间牙疼得厉害，简直吃不下饭，睡不着觉。长时间发正念也不见效，善解怨缘也不减轻，向内找也找不出自己差在哪里。丈夫是常人，在外地工作回家后，甲同修更是苦恼，本来牙疼得钻

我以慈悲善良的心，很想让我能接触到的有缘人，不管男女老少，都能与我分享这份幸福快乐；都能受益于大法；都能得到大法的救度。这也是作为大法弟子的神圣使命和愿望。

人们习惯的把几岁的小孩，说成是“不懂事”的孩子，可我接触到的几个月天真无邪的宝宝却很懂事理，很有灵性。下面讲两个故事与大家分享。

一、 宝宝闻听“法轮大法好，真善忍好！”后连连磕头拜谢

有一天，我去同事刘姐家送神韵晚会光盘，她早已明白大法真相做了“三退”（退出邪党党团队），也看过大法宝书《转法轮》，并且受益很大。到那正赶上只有刘姐和她八个月的孙子在家，见到我刘姐高兴的说：正想急着上厕所，孩子却离不开人呢，你快帮照看一会吧。我看着白白胖胖天真纯净的宝宝一个劲的冲我笑，真是好可爱啊！就对他讲：宝宝真乖，你一定要记住：“法轮大法好，真善忍好！啊！你就会有一个美好的未来！”宝宝听后开心的笑着，并乖巧兴奋的双手合十，然后连连磕头拜谢。他的奶奶

正好回来看到此景，惊喜的说：“啊呀！我孙子给你磕头呢，他可从来不会磕头啊！看到你这么高兴，有时看到陌生人还会哭闹呢。”看着这天真懂事的宝宝神奇美妙的举动，我也深受震撼与激动，含着眼泪说：他是听到我告诉他的“九字吉言”而高兴快乐啊！我想他也是冒着天胆下来，盼着这一天得到大法救度的，他明白的一面能不幸福喜悦吗？他是在拜谢大法和慈悲师父的救度之恩啊！

二、 天真灵性的宝宝

今年春天，我丈夫的侄女三十多岁了，平安顺利的生了一个漂亮可爱的女儿，全家人很高兴。刚满月时我和丈夫去看望，从我一进门，宝宝就用一双灵动的大眼睛看着我。我见宝宝长的红扑扑胖嘟嘟天真活泼的小脸，鼻子挺直樱红小嘴，又黑又大的双眼，很有精气神，真是可爱极了，手心还长了一颗朱砂小红痣。我便赞不绝口的说：这孩子真有福气啊！像个纯善纯美的小天使，是仙女下凡了吧。宝宝可一定要记住：“法轮大法好，真善忍好！啊！你就会一生平安，健康快乐！”并送给她一枚大法护身符。天真的宝宝听后兴

用真相币讲中共活摘器官真相

中共邪党活摘法轮功学员人体器官、贩卖尸体的滔天罪恶在国际社会相续曝光，点中了中共邪党的死穴，也是救度众生、从最深层唤醒众生良知，让众生认清邪党本质的最后机会。当前，国际社会对中共邪党活摘人体器官之事大多还在观望中，需要我们进一步推进。国外大法弟子夜以继日的给西方各国政要、民众讲述活摘真相，引起国际社会重视并曝光、制止邪恶。

作为大陆大法弟子，让被严密封锁、被洗脑的中国民众，知道邪党系统的活摘数万大法弟子人体器官并贩卖尸体牟取暴利的事实，是救度那些顽固不化的人最有力的真相。以前那些对大法弟子被迫害无动于衷、认为事不关己的人，必会受到深刻触动。笔者以为，如果这一超越人类良知道德底线的真相还不能引起有的人的丝毫关注，这个人真的就无药可救了。所以利用各种方式方法讲述活摘真相劝“三退”可以作为当前的重点，笔者想到真相币传播迅速、安全、方便，可以利用来广述真相。但限于篇幅，只能将内容高度浓缩。现举几例，可斟酌

使用，希望能起到抛砖引玉的作用。

中共活摘数万法轮功学员人体器官令全世界震惊，历次运动害死八千万中国人，必遭天灭！退出中共党团组织免受牵连得福报！签小名化名均有效。

中共活摘器官贩卖尸体天理难容，滔天罪恶在国际社会曝光，退出党团队免受牵连，签小名化名均有效。

联合国大会曝光中共活摘法轮功学员器官，世界主流媒体相继报道，中共滔天罪恶举世震惊，远离邪党退党团队保平安！签名有效。

中共活摘数万法轮功学员人体器官贩卖尸体，罪恶超越法西斯，所有良知尚存的人无不唾弃，退出党团组织免受牵连保平安，签名有效。

活摘器官天难容，丧心病狂唯中共；华夏子孙切莫误，退出邪党光明路。

天真灵性的宝宝

我在法轮大法中修炼已十四年了，身心健康，受益匪浅。深感在伟大慈悲的师父呵护下，在高德佛法的沐浴中，生活的非常充实与幸福。所以

心透骨，还得装出若无其事的样子，深怕丈夫知道情况后对大法说三道四，还要催着她上医院。一天她到我家学法切磋此事，话没说完就疼的坐不住了，咬着牙也挺不住了，就只好苦着脸说：“对不起，我实在坚持不住了，我得回家。以后再接着切磋。”我看她疼的那个样子，鼓励他再坚强点儿，再坚持切磋一会儿。我问她：“既然善解、发正念、向内找都不好使，疼起来又这般厉害，疼的时候都有哪些想法？”她说：“疼起来就揪心般的痛苦，我太怕疼了，因为实在无法忍受，可以说是疼怕了。”我听后似有所悟，接着启发她思考“你想想这个怕是不是执著心？你坚定的去掉这个怕心，再转变一下自己的观念，把这个疼当作是好事试一试。”

接着我又给她背诵了师尊在（《转法轮》〈走火入魔〉）中的一段讲法“人真正气不通不会造成什么问题，往往都是我们自己精神作用，又听些假气功师说气上头顶，要出现什么偏差，他就害怕了。他这一害怕说不定就真正的带来麻烦。因为你一害怕，就是恐惧心，那不是执著心吗？你的执

著心一出来，不得去你的执著心吗？越害怕，就越象病似的，非得把你这个心去掉不可，让你接受这次教训，从而去掉恐惧心，提高上来。”没想到，这段法我还没背完，她就高兴的说：“我一点儿都不疼啦！真太神奇了！”。修炼就是这般神奇、如此超常，牙疼症状就在她找对执著心之后，奇迹般的彻底好了。真是“了却人心恶自败”（《洪吟二》）啊！

还有一个乙同修，以前一直很精进，可从去年夏天开始，因为当地有一位与她有联系的同修被邪恶绑架迫害，引起了她的怕心，离开家到外地去打工，长期学不了法，炼不了功，救人发正念也全都停止了，人心也越来越重，结果被邪恶钻了空子狠狠迫害。从去年十月份就病态严重，腹部疼痛难忍，回到家里后，向内找出了自己的巨大差距，心里也十分懊悔。找来同修陪她学法切磋，帮发正念，善解等等都不见效果。心里也知道不是病，但因为实在承受不住长期日日夜夜疼痛的折磨，去医院做了手术。没想到摁下葫芦起来瓢，这个病症好了，又添了一个更严重的病。半年的时间

一直处于魔难痛苦之中，先后有很多同修帮助也仍然没有改观。她简直到了灰心失望、无可奈何的地步。

一次又有几个同修帮他切磋，当了解了上述情况后，有同修问她炼功、做家务及出去救人情况，她捂着肚子苦笑着说：“别提了，疼得我直不起腰，喘不过气，几乎是啥也做不了。我也不断的发正念清除邪恶的迫害，可就是排除不了，向内找也找到了自己以前的不足，也表示决心要加以弥补，可是还不管用，师父的讲法我都明白，都试了，都不管用。我现在真后悔当初的漏洞啊！这回要好了，我可得精进实修了。”一个同修说：“通过你的介绍分析，你还是承认了迫害，所以才一直不好。”乙同修有些迷惑不解，不接受他的看法。那位同修接着说：

“你别不服气，你刚才介绍说自己什么都做不了，这就是在行为上承认它了。你虽然在思想中发正念否定干扰，但是你在行为上却在滋养它，哪能清除得了。再说，你的真正实修是有条件的，必须好了才能精进实修。为什么不首先做到精进实修呢？这与《转法轮》中提到的‘我病好了，我就修

炼。’的那个人有什么区别呢？”接着同修给她背诵了师尊的一段讲法：“我是李洪志的弟子，其它的安排都不要、都不承认，它们就不敢干，就都能解决。”（《二零零三年元宵节讲法》）乙同修还没等那位同修再背下去，就紧跟着说：“我也经常背这段法啊，也不……”同修没等她说完，紧接着说：“你虽然经常背诵，但你没真正对照法的要求去做，所以你排除不了干扰迫害。因为师父接着刚才那段讲法说：“你真能做到，不是嘴上说而是行为上要做到，师父一定为你做主。”（《二零零三年元宵节讲法》）请问，你在行为上做到了吗？你在行为上这也干不了，那也不行，师父怎么给你做主？师父干着急也没有办法。要想排除邪恶的干扰，必须拿出实际行动来，该做饭就做饭，该炼功就炼功，该救人就出去救人，总而言之该干什么就干什么，而且还要干好什么，但不是为了对付它去做。作为一名大法弟子，就应该正念正行……”

接着同修又重温背诵了师尊的有关讲法：“修炼人讲的是正念。正念很强，你就什么都能够抵挡的住、什么都能做

谁知道晚上七点多钟，同学打来电话说因为图片太少不能打印了，他也得自己画。我放下电话后，心生一念，我这次就是不写这张邪手抄报了。妈妈同修说：“逃避不是办法，咱们还是发正念解体这件事吧！让你们班主任根本就不管你们写不写手抄报的事。”我说：“好的。”我和妈妈先在师父法像面前跟师父说：“师父，我们这一次就是坚决不写这张邪手抄报了，请师父加持弟子的正念。”然后就开始发正念。

我和妈妈盘腿做好，立掌先灭我们整个四年级三个班的班主任和学校主管这件事的主任背后的邪恶。我就看见了一个秘密通道，七拐八弯的，我和法轮就进去了，到了最里头，有一扇铁门。我听见里面很吵，我用法轮把门撞破后隐身进去，我看见邪恶都惊呆了，然后才去修门。我观察到它们正在用机器制造一种红色的恶龙，我赶紧用法轮把它们连同机器和红色恶龙及整个黑窝全灭了。在黑窝的附近还连接着一个很大的邪恶基地，我用法轮把它们的基地连同通道也全灭了。大概过了十几分钟，全都清除完毕。妈妈说：

“师父经文《佛法无边》中有“香炉尽收乱法鬼 宝鼎熔化不法神”（洪吟二），咱们请师父加持，你再往高层上一上，找到管这件事情的黑手，用宝鼎熔化了它们。”我就请师父加持向上冲，又发现了一个秘密通道，先是好几道铁门，最里面是一个带刺的黑门。法轮撞开门后，看见许多邪恶和一辆黑车，车里坐着一个穿黑色袈裟佛的形象的黑手，它们正要出门，我赶紧用宝鼎把它们都扣在里面，想了一下“熔化”，然后我把宝鼎翻过来一看，里面什么都没有了。

第二天来到学校一看，我们班有好多同学没写，其中另一个管打印的同学收费了，但却打印的份数不够，并且还把钱买烤肠吃了，没法退还了。他们就吵起来了，班上乱哄哄的。最后班主任来了说：“写的就交上来，没写的就算了。”这件事就这样不了了之了。

我当时心里想，发正念的威力可真大呀！

【救度众生】

轮功那玩意，然后从小孩的手里抢过光盘给扔了。等她们走后小梅去把光盘捡了回来，然后继续往前走，又看见第一次接受光盘的老奶奶，小梅没认出来，上前就说：老奶奶，我给您一个好东西，这个好东西是个光盘，里面的节目可精彩了，还不要钱。老奶奶说，你不给过我了吗？小梅有点不信，小莲说是给过，小梅问老奶奶您回家看了吗？老奶奶说看了，小梅说您觉的好看吗？老奶奶说好看，小梅问您身边有人看吗？老奶奶说有人看，是邻居。小梅问邻居向您要了吗？老奶奶说要了，我没给。于是小梅给老奶奶一张，让她送给邻居，老奶奶要了。

随着光盘发的多了，正念也越来越强，于是她俩到繁华地段人多的地方去发。一次遇到一位老奶奶，小梅送给她一张，老奶奶接了过去，然后问她俩：你们这小小的年纪，是谁指使你们搞传销的。小梅智慧的回答：是别人给我一张，我一看挺好，还不要钱，就多要了几张送人。老奶奶听了也没说什么，就走了。她俩在路过一胡同时，看见里面有一个人，小莲马上跑过去送给那人一张光盘，那人接受并说谢

谢。小梅看见地上有一真相条幅已经弄脏了，小梅捡起来装到塑料袋里，准备回家洗干净再挂出去。

在师父的呵护加持下，小梅和小莲向有缘人发了不少神韵光盘，还有的向她们多要了几张送给亲友。两天时间共发出九十多张。在做的过程中，小梅和小莲不忘修自己，发现了自己的争斗心，比如见到人她俩抢着给。还有显示心，比如看谁送的多。还有求名心，比如送的多能得到大人同修的夸奖。还有怕心、分别心，比如一般都愿意给年纪比较大的人。这些心在以后的修炼中都被去掉，助师正法，救更多的人，兑现自己的誓愿。

拒写手抄报

今年十月十一日的下午，班主任老师过来说：“今天回去每人做一张主题是‘红领巾心向党’的手抄报，明天交上。”我当时一听就烦，心想学校又整这些邪东西。正好班上有两个同学说给他一元钱，他帮打印一份。我赶紧让其中一位同学帮忙，明天给钱。心想这回可不用写了，就回家了。

的了。因为你是修炼人，你是走在神的路上的人，你是不被常人因素、低层法理控制的人。”（《洛杉矶市讲法》）

“修炼就是难，难在无论天塌地陷、邪恶疯狂迫害、生死攸关时，还能在你修炼的这条路上坚定的走下去，人类社会中的任何事都干扰不了修炼路上的步伐。”（《精進要旨二》〈路〉）“在真正的劫难当中或过关当中，你试一试，难忍，你忍一忍；看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行。如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！”（《转法轮》）等大法内容。师父的法理真是打开心结、破除执著的金钥匙。通过切磋，乙同修对照师父的法理真正找出了自己的不足之处，发自内心要在法中归正自己，表示今后要正念正行，从行为上否定邪恶的干扰和迫害。勇猛精進做好三件事，不负正法时期大法弟子的神圣使命。乙同修从此以后说到做到，时间不长就恢复了正常状态，在助师正法、救度众生的路上兑现着自己的承诺。

诚然，造成病态魔难的原因千差万别，决不要一概而论。上述两例旨在抛砖引玉，

根本用意是在提供、说明一个思路：即魔难没有什么可怕的，只要我们能对照法理向内找，真正在法中归正了自己，去掉了根本执著，魔难就会迎刃而解，甚至是不攻自破。这就是大法的威力、师父的慈悲、佛法的神奇超常之处。正如师父指出的：“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”（《精進要旨二》〈排除干扰〉）。但这一切的一切，都有个前提：就是只对真正修炼的人管用。对那些违背大法原则行事的，或者只挂名而根本不实修的就得另当别论。

个人的一点儿认识，不当之处，请慈悲指正！

浅谈炼功中的敬师敬法问题

在一次学法小组切磋会上，一老同修说她在其他学法小组学法时同修介绍经验，炼功时动作要跟着师父的口令，不能与师父口令同步，更不能超前。这样炼功很少杂念，效果很好。我也这样去炼，效果确实不错。

为什么这样炼功效果较好呢？一方面是加强了主意识，

要集中精力，动作绝不能超越师父口令，也不能同步。另一方面我认为是最主要的，那就是敬师敬法的问题。

修炼人修什么呀？“修在自己，功在师父。”（《转法轮》）我们一介常人之躯什么都做不了。只有唯师命之所从，在师父的法中来归正自己的一思一念，一言一行。才能成为真正的实修弟子。在炼功中，我们不能静心谛听，师父口令是“随机下走”而我们却开始“从体后上来了”，师父刚让“冲”，我们已经冲过头顶了。不听师父口令，这不是对师父的一种轻慢吗？还有的同修有意无意的往炼功动作中加动作，如挠痒，抬头看表，像新进来的学员似的一味的哈欠连天而不自控。这是不是破坏法的行为呢？如果是这样的话，旧势力会不会借口钻我们的空子呢？我们知道，《西游记》中唐僧本是如来的二弟子金蝉子，就是因为如来讲法时，金蝉子不认真听法，怠慢师尊，才被打下三界从新修炼。如今，我们幸而有缘在李洪志师父的宇宙大法中修炼，只能是倍加珍惜呀。

师父在《什么是大法弟子》中讲到“我知道大家在各

项目中、救人中有的做的非常好，总体上大家做的也是很好，起了很大的作用。我承认你们在助师正法中做了你们该做的，就希望你们能够做的更好。我们的路很窄，走偏一点就会出现问题的。我不想大家出现问题，也不想要哪个人在修炼中滑下去，更不希望随着形势的好转使修炼放松下来。”这段法是师父讲救人时的情况，但我体悟因为师父讲的是法适合于我们修炼的方方面面，也就是说我们修炼中，不聆听师父教诲，不在法上，那么我们的路就会很窄可能就会走偏出问题。只有我们敬师敬法，时时处处容于法中，我们的路才会越走越宽。

一点浅见，层次有限，不当之处请同修慈悲指正。

是净化身体还是干扰

正法进程突飞猛进，大法弟子都在各自证实法的路上奔波忙碌，而却对个人修炼中的“炼”这一环节出现的问题，有所忽视。在学法小组与同修交流也未达成一致意见，故和同修交流。

妻子同修每天和我一起晨炼中几乎都要中途上厕所。几

位老奶奶，小梅说：老奶奶，给您一个光盘，是全球华人新年晚会，节目可好看了，比您看电视都强，想啥时候看就啥时候看，想看几遍就看几遍。老奶奶问多少钱，小梅说不要钱，于是老奶奶要了一张，高兴的拿走了。小梅和小莲也挺高兴，但是她俩马上意识到不要生欢喜心。这次出去虽然只发出去一张，但毕竟有收获，大人同修也鼓励说做的挺好。小梅和小莲也增加了信心，增强了正念。为了使人们易于接受，她俩准备了向人们介绍光盘内容的“台词”，比如向人们简介光盘里的节目如孙悟空大闹天宫、调皮的小和尚、济公的故事、好听的歌曲、好看的舞蹈等，都是世界一流的。

于是小梅和小莲又到大街上去发光盘，路上遇到一位年轻叔叔，小梅上前说，叔叔，给您一张光盘，里面的节目可好啦，说着就递给他一张，叔叔问要钱吗，小梅说不要钱，年轻叔叔认为这年头哪有不要钱的，都是骗人，他就没要。小梅小莲没有灰心，继续前行，迎面来了一位老爷爷和一位老奶奶，她俩迎上前去，小梅说：老爷爷，送给您一张光盘，是全球华人新年晚会，节

目可好看了啦，有孙悟空大闹天宫、济公的故事、还有好看的歌舞。老爷爷伸手要接，被老奶奶拦住不让要，老爷爷问要钱不，告诉不要，问有没有病毒，告诉没有，可是老奶奶到底没让要。

下午出去时，恰巧又碰到没要光盘的老爷爷，小梅马上跑过去说：老爷爷，您记不记得上午给您光盘老奶奶没让要。老爷爷问，你们这光盘是不是骗人。小梅说：这光盘里的节目太好了，都愿意看，我们这么小的年纪能骗您吗？这时小莲看见老奶奶向这边走来，小梅说：老爷爷您就要一张吧，保证你爱看。老爷爷要了一张，老奶奶没看着。

第二天上公园，在路上遇到一位阿姨，阿姨向她俩介绍神韵光盘，她俩告诉说有，阿姨有点不信，认为她俩撒谎不愿要，打开包一看，阿姨才知道她俩是小同修，并夸他俩做的好。于是她俩向前走，同向遇到一位阿姨领着孩子，前面还有一位阿姨，小梅给领小孩的阿姨介绍神韵光盘，阿姨接受了，要了一张，给小孩拿着。小莲向前面的阿姨介绍光盘，那位阿姨没要，回过头来对领小孩的阿姨说，这都是法

现有的层次中一点粗浅的认识和同修们交流一下：

在我们的同修中，有很多人可能来源于很高的层次，也可能有些就是接近于三界外的高层来得法的；这些我们现在还在常人中修炼的人是分不清的。因此当我们发现身边有些同修在哪方面做的不好或有些执著心表现很突出时，只能善意的提醒，或提出自己好的建议；千万不可对同修发出怎么这么执著、怎么会做的这么差等念头。做为一个修炼的人也不能把一般常人不好的言行想的怎么怎么不好等等，因为高层生命一个不正的念头真会给低于他境界的众生带去很多不好的物质因素；不然，师父在救度我们时既要清除旧势力安排的干扰因素又要清除同修间互相发出不正的念头带来的不好的物质干扰因素；那我们是在“助师正法”呢还是在干扰师父正法？而这些不正的念头也是我们在大法修炼中应及时归正和去掉的。

在现有的层次我也明白了一点理：接近三界的如来佛虽然是宇宙中最低层次的果位，可是这一境界中生命的慈悲也将普及于三界内各个层次、空间的生命和物质因素，是未来

三界内的众生返本归真的希望。

以上写出的体会只是自己曾做过的一个梦，梦境里遇到的事就当作是一个故事吧；有不在法中的地方，请同修们慈悲指正。希望同修们都能够坚信师父，坚信大法。以法为师，勇猛精进，紧随师父圆满回家。

【小弟子园地】

小梅和小莲发神韵光盘的故事

小梅和小莲（均为化名，是小学生）都是大法小弟子，她俩不在同一地居住，因到亲属家串门遇到一起。小梅看见大人同修去商场等公共场所发神韵光盘，也想去发光盘救人，时值寒假，离开学还有几天，小梅和小莲一商量，准备结伴去发光盘，她俩的想法得到了大人同修的支持，于是她俩拿了十套光盘出去发。

她俩都是第一次发光盘，小梅比小莲正念强一点，但毕竟是第一次出去，她俩想：上哪去发呢？发给谁呢？还是先发给老爷爷老奶奶吧。于是她俩去了公园，到了公园，看见一帮老爷爷老奶奶，由于怕心没敢给。继续往前走，遇到一

个姐姐同修也如此，不炼功没事，一炼功就要中途去方便。我和省城回来的同修谈起此事，他也有此现象，他认为是净化身体。我记得在 7.20 前刚炼功也有这种现象，冬天的早晨外出上厕所，又黑又远又冷，我就尽量抑制，当然也有抑制不住的时候。一段时间就过去了。

现在有时我也遇到这种现象，那么这究竟是净化身体还是干扰呢？师父在《转法轮》第二讲中讲到：“在常人社会中为了名、利，人与人之间的争夺，你睡不好、吃不好，你把身体已经搞的相当不象样了，在另外的空间看你的身体，那骨头都是一块块黑的。就这样的身体，一下子给你净化出来，一点反应没有也不行，所以你会反应。有的人还会连拉带吐。过去有许多地方的学员给我写心得体会中提到这个问题说：老师啊，我从学习班听完课回家，一路上尽找厕所，一直找到家。因为内脏都得净化。有的个别人还会睡觉的，我讲完了他也睡醒了。为什么呢？因为他脑袋里边有病，得给他调整。脑袋要调整起来，他根本受不了，所以必须得让他进入麻醉状态，

他不知道。但有的人听觉部份没问题，他睡的很香，可是却一个字没落，都听进去了，人从此精神起来了，两天不睡觉也不困。都是不同状态，都要调整的，整个身体全部要给你净化。”从师父的法中我悟到，师父给学员净化身体，都是听完法，回家路上找厕所，那么我们炼功，师父给我们净化身体自然也是炼完功之后，才能上厕所。

悟到后，一出现炼功内急的现象，我就发正念：“现在是全球大法弟子晨炼的时刻，身体中的各个细胞，各个器官组织都要尽好自己的职能，转化本体同化大法，绝不能贻误时机，中途停顿影响整体修炼。”发正念效果非常明显。和家人同修交流想引起他们重视，也许是他们都忙于三件事，未引起足够重视至今还在困扰之中。

以上是个人一点浅悟，不知是否在法上，请同修慈悲指正。

静下心来修自己

前几天朋友的朋友从南方来玩，我们一起小聚，她给我留下了很深的印象。她个子不

高，相貌平平，坐在哪里都安安静静，别人不问，她不轻言，只是微笑。别人与她交流，她就耐心的听大家都说完以后，心平气和、淡淡的恰到好处地说几句。感觉她就像一潭湖水，静谧而柔美。虽然已是中年，但是她的稳重、谦和，更让人尊敬，也更显自己的高贵、典雅。

看别人找自己。也许因为自己是北方人吧，所以心直口快，口无遮拦，说话声音高亢、语气强硬。对照法来衡量，自己实在刚强有余、柔美不足。而且，我发现自己之所以急躁不稳重，是因为心不够平静。于是我开始思考静心的问题。

大家都知道，“定力多深是层次的体现”（《转法轮》）。现在我理解，在打坐中定力体现着层次，在生活中沉稳体现着层次。在生活中要做到心平气和、不急不躁。如果平时做不到平心静气、沉着冷静，那矛盾中肯定会火冒三丈；反之，总是心平气和、与人为善，在冲突中自然能静下心来，泰然处之。修炼要达到定，就要从静开始。还要注意以下几点：

一、安心静心

“心空善念起”（《洪吟（三）》《入圣境》）“心静福寿齐”（《洪吟》《放下执著》），心静通神，修炼就要修静。只有静下心来学法，才能看到法庄严；静下心来发正念，才会有法威力；静下心来讲真相，才能有法慈悲。“荡尽妄念佛不难修”（《洪吟》《无存》）我们理解，人心的一念就是执著就在造业。要静下心来，就要少动念，修去妄念，不动念想，心空了，就入道了。修佛也难也不难，妄念无存，离佛就不远了。

古代社会道德至上，人心也是相对安静的。师父说：“那个时候上学的人，都要讲究打坐，坐着要讲姿式的，拿起笔要讲运气呼吸的，各行各业都讲净心、调息，整个社会都处在这么一种状态。”（《转法轮》）那时的人言而有信、日行百里，是因为心很安静，妄念少。现代社会魔乱人间，人无信义，心浮气躁，也是人心不宁造成的。所以，要修去一切执著和妄念，把自己的心安静下心来，安心念经才能念懂经，静心做事才能成。想要实修，就沉下心来，安下心来，一心修佛，别无他求，才有希望。

事”又怎么能做好呢？而且还有很多执著心又表现的很突出；如：色欲心、妒嫉心、争斗心、显示心、欢喜心、安逸心和执著于亲情等都翻出来了。找到了它也很难去断根，心里一直很苦恼；就在这种情况下我从内心深处发出一念：“请求慈悲的师父点悟弟子一下，究竟这些执著心和瘾好去不掉的根源是什么原因，这些执著心是怎么形成的？为什么自己‘向内找’找到了它也去不掉呢？”总会出现反复，自己也感到很疲惫，同时也很无奈。

就在前几天的一个晚上，我偶然做了一个很清晰的梦：梦境中主佛在和很多很高的大觉者们商量着安排什么样的生命在正法洪传时进入大法中得法修炼。大穹中层层、层层的生命准备下世得法，当安排到快接近三界的最低的如来层次时。那些很高很高层次的觉者们就向主佛提出一个建议；说：如来这个层次中的生命在宇宙中是最低的果位境界，根本就理解不了宇宙大法；因此不需要安排这一层次的生命下世得法，而且宇宙中还有很多很高层次的生命都没有这样的

机会可以下世得法啊！

当时主佛怎么说的我根本就不知道，只记得打到我脑子里的一念是：宇宙正法，生命不在于境界高低，同样是可贵的。如来也是宇宙中最低的一个层次，宇宙正法时同样也要给这一层生命一次得法的机会；因此在如来这一层次中特定安排一千座生命下世得法。

那时我也是这一千座生命中的其中的一位，（到现在我也不明白这一千座代表多少个生命）就这样我和在那一层次中的一些生命一起很高兴的走入下世得法的这个群体中。当时有许多很高层次的大觉者们都在想：这么低境界中的生命看大法都看不懂，在人间得法也只能明白大法表面的意思；到那时这些生命还能不能完全放下常人的执著心返回来哟。

当我接受到这些高层次的生命打过来的念头时，脑子里当时就有些迷糊，因为层次太高，打过来的意念不是低层生命可以承受的了。就在这个时候我也从睡梦中醒过来了，醒来后对梦中的景象还历历在目，记忆犹新。

今天把这个梦境中的故事写出来，同时也想谈一谈我在

和晚上，她们除了集体学法，还要帮做资料的同修整理资料，如护身符、包装九评、小册子、光碟等，还要把每天三退的人数集中起来，每天时间都很紧凑。幸亏她们都独立生活，早早晚晚自己说了算。

由于她们天天出去发资料，资料的需用量就大，供应资料的同修难以满足她们的需求量。开始还从别的学法小组匀一点，后来她们一商量自己上一台电脑配上打印机，利用晚上时间做。这样她们也能一边打印的同时，一边上网看文章，丰富讲真相的知识，还能每天将三退人数及时发到网上。这些事情不做时认为很简单，一旦开始做了，难度也很大。开始她们连鼠标都不会拿，稍一动，鼠标的箭头不知哪里去了，打字时要一个一个找字母。即使这样，凭着一股热心，凭着大法弟子的正念，很快她们掌握了基本的操作。在以后的时间里，她们由不会到渐渐熟练，并且越做越好。

以上仅仅是概述了同修的一点点，要写的话，她们每个人都是一部长篇故事。这些同修都有生活来源，但她们都没有在生活方面花费过时间，她们很少做饭，多数买现成的。

至于包包子、包饺子等更是连想都不想。但她们对自己的穿戴却丝毫不马虎，每天都穿戴整洁，并且要求自己心态好。确实她们给人的印象就是精神神的老太太。她们每天都很充实、很乐观，每天的时间都充分利用在做三件事上。她们对自己的要求就是，见到师父时能够少一点愧疚。

偶得一梦：主佛的慈悲

最近几年我常为自己有很多执著心总去不干净而苦恼，一直要求自己“向内找”也没有找到执著心难断的根本原因。有些执著心和瘾好本来应该是在走入大法中修炼的初期就应该彻底放下和去掉的，比如：看电视、玩网络游戏、下棋、打扑克牌、麻将牌等，可是我在大法中修炼到如今已走过了十几年的光阴，有时正念不足时还控制不住会去看看、玩玩的，过后也很后悔。可常出现反复，好像有个根没有挖掉；弄得自己学法也很难静心，心里很苦恼又很无可奈何。

由于自己学法时常心不静，执著心也去的拖泥带水。这样的状态可想而知“三件

二、做到修口

过去和尚修口要几年不说话，是很严肃的事情。闭口闭心，不听不说，安下心来修自己。现在大法修炼，形式上可以说了，但实质上的标准更高了——该说的要说好，不该说的绝不能说，要把握好才是达标。换句话说，以前的标准只有一个，现在的标准是多个，所以难度实际上是加大了。这就存在一个悟的问题。悟性好的事事对照，修好口；悟性差的依然故我，搬弄是非，信口开河。修炼靠自我觉悟，自我约束，心中有法，才能守法。

要修好口，首先要把“修口”这段法学透彻，心中有数，重视起来。说话前清楚不该说什么，就少失言；矛盾中不强词夺理，隐忍修口；说错了话以后，要拿起法来对照，知道悔改。这样在事前、事中、事后全过程修心修口，渐渐就达到法的标准。其实，真正做到修好口，绝非易事。

还有，世间俗事最好少说为宜。“大家知道，佛不轻易开口的。要在这个空间张口说话，他可以使人类发生地震，那还了得！那轰轰的动静。”（《转法轮》）层次越高者影响越大，一言可能关乎

众生安危，所以修炼人讲话要负责任。不能心里装不住事，该说不该说的，没有取舍，象跑火车一样说不停。深挖其根，爱说就是显示自己，其实言多必有失，既影响大家的和谐，也障碍自己的提高。古语有“吉人之辞寡，躁人之辞多”、“洪钟无声，满瓶不响”、“性躁心粗，一生不济”等等都表达了谨言慎行的道理。其实，当大家议论纷纷的时候，只有少说多听，才能达到“觉者执著心无存，静观世人，为幻所迷。”（《精进要旨》〈境界〉）。

此外还要注意：说话不要高调，嗓门高就是在强调自己；勿揭人短，恶语伤人甚深；不要抢风头、多嘴多舌，因为修炼戒显示。

三、大智若愚

据说春秋时代，有一位公冶长老先生，为孔夫子之门徒，能懂得百鸟之音。一日，闲暇无事，独坐凉亭。见池边落一大雁，青松之上落一小燕。小燕对大雁曰：“仁兄，逍遥贵体，来此何干？”大雁只顾池边饮水，洋洋不睬。小燕怒曰：“人讲礼义为先，树讲枝叶为源，我拿好言对你，为何不理，莫非痴呆聋哑

乎？”大雁曰：“树高蝉声细，山高语音低，水深流去远，贵人话语迟。”大雁告诉我们的道理就是：大智若愚，不露锋芒才称得上贵人，才能担当大任。

我们发现，有的时候听别人说话，就是一种考验。考验我们的容量和定力，特别是对那些刺耳的长篇大论。如果我们能够耐心的听别人说完，不插嘴、不摇头、不怠慢，就通过了考验。这体现着起码的素养——尊重、谦虚。如果我们的的心被带动了，就会失去定力，躁动起来，急于反驳，就会打断别人，表现自己，这样我们就没有通过考验。那么，如果我们连听完别人说话的雅量都没有，我们能成为什么大器呢？怎么能担当起众生王之重任呢？修炼的理与人的理是相反的，越是智慧大的越是谦虚低调的，越是不张扬显示的。当我们逞强好胜时，当我们高调傲慢时，我们真的很傻很可笑。

修炼人洗净浮华，明心见性，自然智慧多，能力大。但是这些都不是我们显示自己的资本，如果我们以为自己很有本事了，就已经在往下掉了。静水深流，表面平静的水面

下，深藏不露的是万千世界。大智若愚，智慧越大的越显得愚钝无知。凡大成者，皆谦卑低调，平静柔和，不自视甚高，不张扬、不炫耀。

结语：

《大圆满法》中要求炼功时“动作要缓、慢、圆”，其实生活中也可以用这个标准来要求自己的修为。事缓则圆，也就是遇事不要操之过急，要心平气和、冷静客观的对待，想好了再做，才能圆满解决。所以，我们平时也不要急躁，急躁慌张的结果是欲速不达，一团乱麻。师父让我们抓紧时间，是让我们珍惜时间的宝贵。有的同修偏颇的理解为多快好省的做事，高速紧张的完成任务，这就大错特错了。急躁、紧张的做事心态已经不是修炼的状态，不在法中，就是很危险的，容易被迫害的。所以要圆容的学好法，理解好法，才能出正念，走正路。一方面抓紧时间，一方面沉下心来，才能做好一切。

学了那么多的法，炼了那么多的功，自己到底怎么样呢？用一句“学问深时意气平”来衡量一下我们自己吧！在日常琐事中，如果做到心平气和了；在与人交流时，如果

气炎热还是酷寒季节，华姨总是争分夺秒的抢时间赶在学生的头里，以便有时间跟学生们说上话。等学生们上课后，华姨就骑着车子到别处逢人就讲。由于不留意时间，吃饭从来不定时，每次都是感觉饿了或者估摸快到下午集体学法的时候才回家。

我们这个城市不大，各类中小学校有十几所，每所学校周边的路华姨都很熟了，许多学生远远的就能认出她来。很多小学生老远就跟她打招呼，喊她“华奶奶”，或者“华奶奶，法轮大法好”。有时华姨给学生们发破网软件，许多中学生都会多要几份，说是给其他同学，因破网软件上有许多压缩书籍，学生们也都喜欢看。

一对老搭档

这两位老同修是一对多年的老搭档，她们经常结伴一起到乡镇集市讲真相。我们所在地区大大小小的集市，她们都搜集起来，按乡镇、日期、集市规模归类。为了不落漏，她们按顺序去，近的骑车，远的坐公交车。每次都是大布袋的资料，挎在胳膊上，沉甸甸的。尤其前几年大量发九评的时候，九评书又厚，即使光碟

也是一套几个碟，不像现在出的DVD，容量大，占面积小。整个集市转下来，包里的资料也发完了，她们聚合后一起回来。

由于她们天天上午赶集，各个集市上摆摊卖东西的商贩几乎都认的。最初她们给卖货的人讲真相，以后主要给赶集买东西的人发资料劝三退。过程中也是有接受真相的，有不愿听的，什么样的人都能碰到。讲真相的过程也是修炼，有时一个集市下来，讲的很顺利，三退人数也多，不免会心里高兴，但她们时刻提醒自己不起欢喜心，一旦觉察哪里有问题，赶紧去掉。她们也会碰到受毒深的人，有的恐吓要打电话举报，她们由最初的出现怕心，渐渐的越来越理智，正念越来越强。碰到坏人，她们会说相信你很善良，不会那么做。很多时候，对方会不好意思的走开。她们也多次碰到便衣，现在的警察除了在办公楼里，或集体行动等，都很少有在公开场合穿警服的。对这些人她们会说，不管你们是干什么的，保命是第一的，工作只是为了挣钱养家，一家人平平安安才是福。便衣们在她们的善念下，往往也会走开。下午

都有，但大都在华姨的正念下，生命摆放好的位置。一次，华姨碰到一位四十多岁的男子，给他讲真相。这人傲横的说：你知道我是干什么的？华姨说：你是干什么的不重要，生命得救才重要。那人说：我就是抓你们法轮功的。华姨说：我们一不做坏事，二不犯罪，你抓我们干什么？法轮大法教人做好事，讲真善忍，你抓好人心里过得去吗？别做那些事，你还是做好人吧。那人听了就说：你有什么资料，我看看。拿了几份资料揣口袋里走了。

讲真相也会碰到稀奇事。有一次，在一个工地上，由于长时间不下雨，出现严重干旱，许多人除了打工外，还要忙着抗旱浇地。众人围着华姨说：你们法轮功神奇，让老天下场雨，我们都会佩服。华姨脱口说：明天就下。就这么凑巧，当天晚上下了一场大雨。第二天华姨又去了工地，那些人老远看见她就抢着喊：过来这里。他们七嘴八舌的说：我们都服了，你真行，法轮功真了不起。华姨说：应该感谢我师父，是我师父伟大，帮你们解决干旱，我师父是来救人的，你们千万别反对法轮功。

炎热的夏天，许多人看到华姨这么大年纪，就会说：你这么一把年纪了，不在家吹风扇，吃西瓜，享清福，还到处跑，图什么呢？华姨说：还不是为了你们吗，大法这么好，你们还不知道。今天的人都是奔着大法来的，共产党却挡着不让学，不让炼，连书都不让人看，还欺骗人说法轮功不好，让人跟着受害，共产党就是来祸害中国人的。法轮大法是佛家大法，共产党迫害佛法有罪，神佛要灭它了，跟共产党一帮的人不是要跟着遭殃吗？快退出来，好逃命。

当然也会遇到不明真相的人，受毒害深的人，多次被举报，多次被抓。每次放回来后，华姨总是一如既往的继续出去讲真相。任何人，任何事都挡不住她救人。用华姨的话说，就是要听师父的话，按师父说的去救人，谁都挡不住。

华姨真的如同她说的，每天上午骑着三轮脚踏车，大街小巷的告诉人法轮功真相。近两年，华姨又将讲真相的对象重点选择为中小学生。华姨认为学生受毒害最深，也最需要救度。每天学生上学、放学的时间段里，华姨就赶紧到学校门口或附近路上等着。无论天

做到平易近人了；在矛盾冲突中，如果做到守住心性了；在利益争斗，如果做到不意气用事了。如果能够时时管住自己的心，控制好自己的情绪，意气平和，不会失控，那就是修炼有素了。

在万魔出世的乱象中，在霓虹灯彩的浮世里，在最复杂的人群中，我们更要严格要求自己，静下心来，守住自己的心，依法修行。

从现在开始，静下心来，实修自己。

摆好看问题的基点 让神念主宰自己

很多同修交流问题时都会认同：大法弟子遇到事情用正念对待，想问题的基点要站在法上，时时保持正念等。

还有大家都知道大法弟子的心能促成世上的一些事，很多人交流中会想起师父的讲法，“我过去讲过，我说实际上常人社会发生的一切，在今天，都是大法弟子的心促成的。虽然有旧势力的存在，可是你们没有那个心，它就没有招。你正念很足，旧势力是没有办法的。”（《二零零二年美国费城法会讲法》）只是不

知注意到没有，什么样的心促成什么样的事，动的人心促成人的事，动的神念、正念，那就是站在法上，是师父的要求，促成的事自然就是师父所要的。今天我们人人都做到正念看问题，事事用法来对照，不让人的念头占上风，局面会怎样？

我最近遇到两件事，写出来和同修交流。

明慧网二零一二年十月十五日登出“欧洲为你而来合唱团 CD”，我一看到 CD 两个字母时，一下想到充分发挥音乐的作用，清除另外空间的邪恶。现在车辆越来越多，许多人上下班都开车，大法弟子的音乐作品那么多，制作一个汽车专用音乐 CD，专供车族用，会加大清除另外空间邪恶的力度。并且众生也都参入了，全民动员起来，真的万众一心，正气回升，太好了。

我赶紧把想法告诉同修。多数同修赞成，也有同修不赞成。

一位同修说，常人有的是歌曲，不会听我们的，现在常人的事情我们也不做，现在主要是救人。我跟另一同修交流看法，我说《洛杉矶市法会讲法》中师父在回答同修的一个

问题时，其实告诉了我们如何做，我们只做了其中一件事，就是花真相币，音乐人人都喜欢，我们根据条件可以做音乐，到处都响着我们的乐曲时，会是什么样的形势。

“弟子：许多大法弟子创作了很多优秀的文艺作品，如音乐、诗歌、歌曲等，我们能否经过艺术加工后推向社会？”

师：那当然好啊。我们创作的作品如果叫民众都来唱，那不太好了吗？如果全世界很多人包括中国大陆民众都穿上“法轮大法好”的T恤，我说那中共恶党真没办法。（众笑）有人说人民币上写上“法轮大法好”、“退党”，（众笑）我说这办法真好。（鼓掌）这钱扔又扔不了、销毁又销毁不了。”

没等我说完，同修打断说：现实一些，T恤衫谁敢穿，开车的敢放那些歌吗？现在商铺谁还放音乐，就是个别放的也不敢放那些。

另一件事是，同修老伴去世，自己一人生活。由于大部分时间都用来讲真相救人，很少有时间花在个人生活上，每天外出讲真相的时候，顺便买着日常用品。吃饭也是没固定时间，往往是买方便的饮食。

虽然清淡，但是同修并没觉的清苦，反而觉的习惯了，很适用。一次甲同修有事去，碰巧看到同修在吃买来的简单饭食，一边还看着新唐人。甲同修看在眼里，对同修说别总这么艰苦。同修说：我觉的这样很好啊，节省多少时间，自己做，要买菜、洗菜，忙忙活活多费劲。我们是大法弟子，不是常人，吃好吃孬没啥感觉了，吃啥都能填饱肚子。

甲同修坐在一边看着电视说：别看这些东西，修炼人不关注这些。同修看看甲同修说：你没想一个问题吗？新唐人为什么这些年信号总受阻，还有常人为什么很少安装新唐人？看着甲同修不解的神情，同修继续说：常人看我们自己都不看自己宣传的电视，常人如何会看，更不会安装了。这不正是旧势力利用了我们的心吗？信号封锁，信息封锁，我们苦苦的讲真相，效果没有想象的那么大。再说，我们看新唐人了解些事情，丰富自己的思维，又能用到讲真相上，有什么不好呢？我们看的没觉的有那些不好，你们没看怎么就会知道不好呢。如同吃饭，我并没认为饭好饭孬，吃饱就行。有人心才会有执著，要分

这位老同修的名字中带华字，就称她为华姨吧。

华姨今年77岁，个头不高，老伴几年前去世，儿子们不仅都很孝顺，也都支持华姨炼法轮功，近年各自买了楼房自己住。他们都想让华姨跟他们生活在一起，但华姨有自己的想法，决定自己住在老房子里。于是坦诚的对儿子们说：我能健健壮壮的活到今天，多亏了炼法轮功，现在我的生命是大法师父给的，为的是让我好好修炼。这么些年来，法轮功还在被迫害，师父被诬陷，我当弟子的要为师父说话，要告诉人真相。现在师父让我们快救人，是因为师父看到了人将有灾难，我就要听师父的话，按师父说的去救人。我自己住在老房子里，图的是清静方便，我能有更多的时间学法、炼功，每天出去救人。我也想跟你们住在一起，生活上互相照应，可是现在还不行，等我做的事做完了再说。现在我自己一人生活，是我乐意的，我自己也能照顾自己，你们有时间就过来看看，没时间就各忙各的。

华姨最先讲真相的主要目标是自己的亲友，过去的同事及邻居等，逐渐的越讲面越

广，针对的人群也就多了。农贸市场，钢材市场等，摆摊的，开店的，都是讲真相的目标。几年下来，在华姨及同修们的努力下，当地几乎大大小小的商铺，摊主都了解了真相。这部分人中的许多人，成了接受大法真相的受益者，也都成为了今天传播真相的个体。

前几年城市处于建设扩建时期，到处是工程，到处修建公路，到处建厂房，到处建居民楼，除了当地民工外，还吸引了大量的外地务工人员。华姨天天骑着三轮车，带着成箱的资料穿梭于这些工地，大的九评书加上各种内容的小册子，各类光碟。每到一处工地，资料很快就发完，有时人太多，几乎就是在抢。

有一次华姨到修外环公路的工地，路宽沟深，干活的人也多。华姨在路基面上给人发光盘，很快被抢光了。华姨骑上车子要走，只见一在沟底干活的男子，提着铁锹就上来了，掉了一只鞋子也不顾的穿，追上华姨不让走，说我一直在喊着要，你给他们，为什么不给我。直到华姨答应再给他送时，才放心的让华姨走。

讲真相过程什么思想的人

当十，以少胜多的事例；在大唐盛世或其它朝代中，也不乏德才兼备之士在不同领域演绎出辉煌的文明。类似的，在如今的证实法与救度众生中，无论是讲真相、还是发正念，都需要我们能够胜任自己的职责，才能不枉重任。否则，当自己身处那个位置，却由于懈怠或自身执著而不能尽职时，就可能让一方众生在历史过去之后成为空白，从而造成最大的遗憾和损失。

最近读《转法轮》时，常常发自内心的感动。我们自己本微不足道，只是由于幸运中得了法，因此能被救度，并且生命被赋予了更大的责任。每一步如何走，都是一个从法中悟、以及向内找的过程。不要以自己的观念来衡量同修或世人，最重要的是我们能静下心来，看自己是否在按着法的要求，做到了真善忍。即使还有一点希望，只要是符合法的，都要给其机会，用正念为其创造条件。

当我们真能放下自我，明白自己是一方众生的唯一希望时，就会知道怎样做，就能够感受到法的慈悲与洪大。

【修炼故事】

我身边的老年同修

我所处的城市属于县级市，邪恶迫害十三年了，大法弟子坚持一如既往的讲真相，风里雨里，春夏秋冬，日复一日持之以恆的穿梭于集市、村庄、街道，为的是在人类大淘汰之前，尽快的多救人。其中，近十多位年龄 70 岁以上的同修，成了一支特殊的主力军，因为她们几乎每个人都将救人的事，安排为每天必做的大事，并且都在尽心尽力的按着师父的要求做好。这部分老同修几乎有一个共同点，就是老伴都已去世，为了方便，她们都不跟儿女住在一起，吃饭作息都没规律。有时早上外出时带上瓶水，讲真相的过程中顺便买着日常用品，啥时转回来啥时吃饭，都本着一点就是别耽误下午的集体学法。她们每月的退休金除了生活开支，都用在了做资料上。虽然生活清淡，但她们很充实，是因为心里装着大法。几年下来，她们无怨无悔，坦坦荡荡，乐乐呵呵的做着救人的事。

本文要写的这几位老同修算是她们其中的代表吧。

华姨

清啊。

是啊，大法弟子都用正眼看问题，用正念看待新唐人，今天的大陆得有多少人抢着安装，因为众生都是为法来到世间的。

小话有缘人

佛家讲，佛度有缘人。

师尊说：“我们讲缘分”。（《转法轮》）佛性人人有，故人人皆为有缘人；宇宙万物都存有真、善、忍特性，故众生皆为有缘人。救度众生是我们史前的洪愿。

有缘人在何方？不用我们煞费苦心去找，也不用我们爬山涉水去寻，有缘人就在我们身边。车站不期而遇、码头萍水相逢、街上问路的、超市点头的、车上招手的、雨中求助的……哪怕一道似曾相识的眼神、一个真诚善意的微笑，都是我们要救的有缘人。

讲真相救人，有人总要去挑选、去选择，看谁像有缘人，一路走一路寻，符合自己标准和观念的才放心讲。其实这已经是走了人的思路，用了人的观念，是分别心，是障碍救人的一种执著。师父开示我们说：“摆在你们面前，没有

选择，救人你有选择就是错的。只要你碰到的，你都应该救，不管是什么身份什么阶层，不管他是总统还是要饭的。在神的眼里看，生命是平等的，阶层是人类社会划分的。”（《什么是大法弟子》）师父说世上所有的人都曾经是他的亲人，对师父的亲人我们不能两样对待，更不能放弃一人啊。

谈到有缘人，有人首先想到的就是自己的家人、亲友、同学同事、老乡、街坊邻居等，当然他们都是有缘人，救度他们较之其他人或许更容易一些、方便一些、成功率高一些。首先救度他们，理所当然，无可非议。但是这么多年了，有人就一直局限在这个圈圈之内，哪怕工作在数百数千里之外，一个梦的提醒，一个念头的闪动，就放下身边的一切（包括救人的项目），不顾路途遥远、车船劳顿，赶回去救人。尤其是有的被迫害的流离失所的同修，总觉的回去救人才是堂堂正正，不顾安危非得回去不可，不久又身陷魔窟，给自己的修炼造成了魔难和损失。当然，同修不辞辛劳，不惧生死，一心救人，可敬可佩。这里不是非议指责同

修，而是想说，我们救人的视野应该更开阔一些，胸怀应该更宽广一些，行为更理智一些，舍近而求远，顾此而失彼，严格的说也是一种微妙的分别心。任何一丝人心不去，都会成为修炼的障碍。其实我们无论身处何地，天涯海角，都不是无缘无故的，都是师父的细心安排，都是各种因缘的促成，我们的责任就是救度那一方的众生。芸芸众生，无亲疏内外，无高低贵贱，都是被救度的有缘人。

有一个人群，往往容易有意无意的被排除在有缘人之外，即被旧势力安排、利用来迫害大法弟子的公、检、法、司、“610”人员。从法理上我们明白：“对大法弟子行恶的不在表面上。”（《二十年讲法》）他们行恶是背后的邪恶逼着干的，他们是被控制的，他们先天纯真的那一面是明白的，除极少数罪大恶极的首恶份子不可救要外，也都是为得法而来的有缘人。虽然他们的种种行恶行径给我们带来过巨大的肉体 and 精神的伤害，说不定久远的历史上就是这么安排的，让他们以这种特殊的方式与大法弟子结缘，明真相得救度。无数大法弟子的救人

实践已证实了这一点。

普天之下，无量众生，都是我们要抓紧救度的有缘人。

个人层此所悟，偏颇之处恳请指正。

从发现到清除，半个小时解体邪恶宣传栏的经过及体悟

某日晚上，正待收拾停当准备出去讲真相时，忽然从不修炼的家人口中无意得到一个信息，说某某街上贴着有关于你们的东西。起初我还以为是同修粘贴的讲真相的不干胶粘贴。但家人说是关于什么“x教”一类的东西。又再三叮嘱，不要我去管那个事。我一看家人那种欲说又止、吞吞吐吐的样子，霎时就明白了，一定是邪恶搞的诬蔑、诽谤大法的东西！顿时觉的有一股热浪直冲脑门。目前中共邪党正在大搞十八大的造势宣传，说不定其中就夹杂有对大法的诽谤、诬蔑的内容。我们作为助师正法的大法弟子，在这最后的时刻，决不能允许邪恶继续欺骗蒙蔽世人、绑架众生为邪党陪葬的罪恶阴谋得逞！我给师父的法像禀报之后，带上今晚计划做的真相资料和手电筒，就去了那条街寻找。

炼功时想着同修也能在劳教所里同时炼，发正念时想着与同修配合一起发正念。后来，同修释放了；再后来，又从新走入修炼，并且加入了证实法、讲真相的活动.....

传统文化中的二十四孝故事里，其中之一就是“啮指痛心”。是说孔子的弟子曾参，少年时家贫，常入山打柴。一天，家里来了客人，母亲不知所措，就用牙咬自己的手指。曾参忽然觉得心疼，知道母亲在呼唤自己，便背着柴迅速返回家中，跪问缘故。母亲说：“有客人忽然到来，我咬手指盼你回来。”曾参于是接见客人，以礼相待。

这个故事也是神传文化的一部分。其实，当我们从生命深处认识到法的可贵、明白这段助师正法的机缘难得时，我们就该全力配合和支持同修。这不是为了自己，而且为了成全同修所代表的众生。当我们真能做到位时，就能看到法的威力。

（三）

生活在常人社会中，自己往往带着许多人的观念，觉得这个自私、那个势利，因此枉费了许多本可以让世人得救的机会。

在过去的几年里，我一位大学同学的先生得癌症死去。我工作单位里所在的部门并不大，可是有一位同事癌症丧生，一位同事的先生癌症死去，一位同事因癌症辞去工作，还有的因肿瘤而等待检查.....那些有身体上的、精神上的问题的同事就更多了。同事邻居中，有遭遇第三者的、有孩子有智障问题的、有家庭破裂的、有房子贷款无力偿还被银行收回的，等等。

师父在法中讲过：“大法弟子已经成为众生得救的仅有的唯一希望”（“正念”）。自己在过去没有意识到这句话的份量。世人由于业力的阻碍、各种观念的左右，再加上社会道德的下滑等原因，所以很多时候对大法及大法弟子缺乏了解；尤其是不明真相的中国人，可能会有一定成度上的间隔甚至敌意。当自己带着常人心看待时，就容易有种对其看不上、不愿搭理的心，加大了这种间隔。可是，如果自己真的是他（她）们得救的唯一希望，那么一天又一天的在常人观念带动下，自己贻误了多少机缘、造成了多少损失呢？

在人类的历史中，不管是韩信还是岳飞，都有很多以一

立即想办法正念清除，决不能瞻前顾后、畏葸不前，放纵邪恶毒害民众，迷惑世人陪葬。

一点修炼中的体验与同修交流，意在抛砖引玉。盼望能看到同修这方面的作法与体悟。

不足、不当之处，请同修慈悲指正。合十。

【修炼点滴】

放下自我

（一）

有时潜意识觉得自己修得还算不错，最近的经历让我从新思考了这些问题。

参与一个证实法的项目已经有一段时间了。一开始时有很多主意，也向负责人提出过；虽然没有被否定，但也没有得到多少支持。因为想着要顾全整体，所以并没有坚持自己的想法、一意孤行的去做。可是，渐渐的意识到自己在这个项目上的劲头减小了，开始有种得过且过的想法。

后来认识到自己的这种态度并不对，于是尽量的正面看待这些，并积极的与协调人和其他同修配合。渐渐的感慨于同修们这几年来默默的付出；同时也体会到做好这个项目，

最重要的并不是别人或负责人非要采用自己的想法，而是如何积极的与同修配合、助同修成功。

有时会看到同修身上有这种或那种不足，但这些都是暂时的，也可能只是表现而已；当同修有一念想助师正法和救度众生时，我们就应该全力支持。既然师父对同修有信心，我们就要责无旁贷的正念支持。

（二）

有一位同修，自己曾经对他很佩服。由于迫害和其它一些原因，离开了大陆，定居海外。可是忙于生计，渐渐放松了修炼；后来可能又做了一些不该做的事，于是境地越来越差。有几个月了，我和他联系，无论是发电子邮件还是打电话，都联系不上。心里暗想可能他已经没有希望了。

可是，偶然间，收到他答复的一个电子邮件。看着短短的电子邮件，我的心里很感动，明白同修还有希望走回来。

记得几年前，当家人同修在国内被关押、自己又无法了解详情时，内心里不知如何是好。后来，当学法时，就想着被关押的同修也在一起学法、

我先是从那条街的南头往前搜，找了近十个玻璃橱窗，还没有发现邪恶的东西。难道是家人没看准？我想我这不修炼的家人，平时对大法弟子做的救人的事还不是很理解、多理会的。既然今天有这个提醒，那极有可能是师父借家人之口点化我。我继续在那条街上搜寻着。到中间部位时，发现目标是一个铝合金结构的宣传栏。宽约四米，高约二米五左右。满版都是诬蔑诽谤大法、毒害世人的内容。且面对着日夜都是人来人往的行人道。而且这个宣传栏的位置还有点敏感，旁边就是邪党的社区居委会、总支委员会、维稳站的办公楼。虽然现在夜晚是关门了没有人上班，但顺边隔着十多米远就是本地某核心要害部门的宿舍大院大门。尽管是晚上，但在行人道上闲步健身的、购物返家的、宵夜小吃的不断线。我装作看看的样子，用一只手扶上去，抠开了一个能握住用力的口子。只等来往的行人稀了就动手。但犹豫了几分钟还是没有出现机会。我想还不能光顾这而耽误了其它救人的事，于是就先去另一个目标，把今晚计划要做的真相资料发完了。然后在心

底与师父说：“师父啊，我现在就回头去那个地方，一定要把那个邪恶害人的东西清除了！多留它一天或一夜，就会多害一些人。请师父帮我把行人道上过往的行人截住一会儿，不让他们过来。只要两头十米左右没有行人干扰，我一分钟就能做好！”（街面上的过往车辆因为速度快，又有噪音掩护，还不会对我形成实际干扰。）

在师父的加持和护法诸神的护佑下，我在过往行人不断的情况下靠了上去。左手用力握住那道撕开的小口子。直等来往的行人在离我十米左右的时候，左手猛地用力横着往右边一扯，那块写（画）有邪恶内容的粘胶布就被我横着扯下了一块！那一分为二地被撕成了上下两块的破口边缘，就自然地翘起来了。我丢掉手上握着的那一横条胶布块，双手张开抓住破口的边缘，先是往下猛地一扯，再往上猛地一揭，三个动作没用一分钟，就把整个邪恶的宣传栏铲除的干干净净了！从发现到摧毁，前后也就是约半个钟头的样子。

第二天一大早我再一次来到现场，发现中间的那一块窄条垃圾胶布已经被风刮走了。

而上、下的那两块因为“个头”较大，下面的那一块就瘫软在宣传栏的脚下，上头的那一块还粘连在宣传栏上。我三下五除二，把它们拖拉到附近的垃圾桶旁边。约一个钟头后我第三次前去察看时，发现已被早起的清洁工收拾的干净了。

经过这一次的清除经历，综合前几次类似的临场清除经验，加上平时的留心观察，我想与有心做这个项目的同修，交流一下具体的作法与注意事项，以期取长补短，互相完善，如何把这个项目做的更稳妥、更有效。

一、邪恶宣传栏的主要类型及相应的处理方式：

一种是墙壁结构。就是把大段、大段的院墙，或大块、大块的楼房外墙用水泥粉刷整平，再用油漆做上底色，形成一种硬化宣传栏。邪恶把污蔑、诽谤大法的有关内容用毛笔直接写（画）在墙壁上，类似墙报。对这种类型的，可用墨汁或其它各种杂色油漆涂抹、泼染；

再一种是橱窗结构。邪恶把污蔑、诽谤大法的有关内容写（画）在纸张上，安放在玻璃橱窗内，用锁锁上。对这种

类型的，可直接用砖头之类的硬物或锤子砸碎玻璃，销毁里面的邪恶内容。邪恶内容被销毁后的垃圾物，因有碍观瞻，物主会自行处理。物主若未发现及时处理的，清早的清洁工也会处理；

最多最常见的是那种铝合金结构的宣传栏。这种宣传栏每个高约二米五、宽约四米左右。为铝合金板面和立柱，上面带有防水的小屋脊，比较精致、气派。邪恶把污蔑、诽谤大法的有关内容，写（画）在那种具有不干胶粘贴功能的胶布上，再贴到宣传栏里面去。清除这种宣传栏上的内容，可先用手指在栏的左边或右边中间位置扣开一个小口子，然后猛力横着一扯，这样从中间扯开一个口子后，上下两块就会翘起来。再分两次张开两手握住破口的边缘，用劲往下扯、或往上揭，这样不用一分钟，整个宣传栏就可以分三块拿下。

二、具体实施时的注意事项：

1、如果用撕碎类的方法清除铝合金结构的邪恶宣传栏时，如果邪恶的宣传胶布粘贴的比较紧密，手指寻不到突破口时，可用小刀在中间任意一

个部位划几下，然后就象剥桔子皮似的，一瓣一瓣地往四周撕开销毁；如果是整块的胶布被揭下来了，那就要带离现场到偏僻地销毁掉。如果留在原地，可能会被邪恶重复再利用。如果是撕烂了的可丢弃不管，自然有早起的清洁工收拾；撕毁这种邪恶的宣传胶布时由于需用力猛且动作快，所以会发出很清脆刺耳的裂帛般声音。因此下手前一定要左右观望，附近十来米内无行人最好。有一次，清晨，我来到一个目标前正准备动手清除时，有几个晨练的老太太从我背后的行人道上缓缓路过，一副磨磨蹭蹭的样子。我实在等不下去了，在她们离开五、六米远时就试着撕了一下，动作还不是很大。但那几个老太太都听到了，就回过头来看。待她们再往前走了几步后，我猛烈地撕扯时，她们就停了脚步，一齐回过头来望我，很吃惊的样子。我及时求师父加持这些世人的正念，抹去她们头脑中的不良信息，不让邪恶操控她们做坏事，方才心安（事后我曾为自己一时的不谨慎、不周全后悔良久）。因此，非迫不得已的例外情况，千万不要明着做。以免留下安全隐患，被邪

恶钻空子。

2、如果用泼墨之类的形式清除硬化邪恶宣传栏时，一定要选用偏斜一点的角度，用力均匀，不要正面用力猛泼。那样墨汁（或油漆）容易返溅回来污了自己的衣服。搞的衣服上都是花花绿绿的一些黑点，这样回撤时容易招人眼，被人怀疑。所以做这个项目时最好穿颜色深一些的、旧一点的衣服。做完之后脱下放进包里。

3、如果用砸烂之类的方式清除邪恶的玻璃橱窗宣传栏时，注意用腕力不用臂力，手臂扬起的幅度不能过大。手臂轮起的幅度大了一是招人眼；二是响声会相对大一些，不利安全；三是碎裂的玻璃可能会溅起来伤了自己。最好把锤子（或其它工具）包上布，用闷劲近距离狠狠地击打（撞）即可。

4、行动时要迅猛敏捷，快做快撤。切忌拖泥带水流连过久。

另外，建议各地、各位同修，都到各自承包的救人范围内察看一下，如果发现了邪恶操控受骗上当的世人搞的什么诬蔑诽谤大法的所谓“宣传栏”后，一定要请师父加持，