

盖逃脱的态度去过这一关，师父说：“旧势力已经把坏事干到这一步了，我也想叫大法弟子借机会成就你们自己，因为在巨难中走出来这件事情太伟大了，做好了这件事情太了不起，你们做完了就完了，这对大法弟子来讲不公平。你们救度的生命背后有那么大的生命群，那么大法弟子将来怎么办？那就成就更高更大的生命、一个更大的神、一个更伟大的神。”（《什么是大法弟子》）

师父是利用旧势力所进行的迫害来锤炼他的大法弟子，让他们在这过程中去掉人的执着，从人中走出来，成为达到标准的大法弟子。师父是要通过这件事情检验一个真修弟子在救度众生方面，是否做到了百分之百的慈悲众生，是否真正达到了无私无我新宇宙要求的神佛境界。面对讲真相救度众生旧势力采取的干扰假象和迫害选择退缩、逃脱、停止、打折，不是一个正法时期大法弟子的所为。

于是我打电话给快递公司询问，快递公司回复说整个环节都查过了，邮递中没有丢失物品，信封完好无损。我周围根本没有剩余的光盘和真相

信，那天我先装好了给老班长的快递，再装好给另一个同学的快递，另一个同学收到看过后，打电话同意三退，并说晚会内容很好。如果我把给老班长的那份也装给了他，那位同学也会来电话告诉我。这时我想起了师父的话：“轮回中，人在无知中、在迷中、在欲望中做了什么，现在也不知道了。其实在漫长的历史中人人都一身业债了，都在迷中嘛。可是真的一旦要救度他、真的从生命上要挽救他的时候，那些被害过的生命可不干了。这样就会在救度世人时、在使世人明白真相前出现干扰、很多阻碍。”（《什么是大法弟子》）

旧势力就是故意设下这一悬念，让你心里总有余悸，想着这件事种种可怕的后果，让你放不下心来大胆的继续通过这种形式去讲真相传神韵，这不是旧势力利用我还有怕心、安逸心阻挡我讲真相救度有缘人吗？于是我又刻录了一份《2012 年神韵晚会》和《2011 年神韵音乐会》光盘和又写了一份真相信，按上次的地址再寄了一封特快专递。

正見周刊

二零一二年
十月三十日

“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
真相是救人灭邪的法宝	2
切实摆正修心与救人的关系	3
心在法上，没有过不去的关	6
向内找，走出消沉	9
清除背法的障碍	13
遭到冷嘲热讽之后向内找	14
修去执著老伴不关煤气背后掩藏的人心	15
【法会交流】	19
学向内找	19
【修炼故事】	25
过牙关的修炼经历和体悟	25
师父随时都在我身边	28
【小弟子园地】	29
大法给小宝开智	29
【救度众生】	30
再寄一封特快专递	30

弟子交流

【修炼体悟】

真相是救人灭邪的法宝

我地主要街区出现了大面积的邪恶宣传横幅，在宣扬邪党如何“廉洁奉公”的同时，一边用醒目的大字写出“反对邪教”的字样，后来我地同修听到外地同修也说了同样的情况，我们感到邪恶正妄图布下一个迷惑毒害众生的场，大法弟子不能等闲视之。

一开始，同修用喷漆写上“中共”二字，形成“反对中共邪教”大字标语，并且在所有的展示牌上都这样做了，一段时间内效果还可以，很多傍晚散步健身的人们都能看到，但只持续了一个多月，我们发现“中共”二字被涂抹掉了，又恢复原来面目。

这时有同修说：“它们写反对邪教与我们无关，不必理它。”但同修们经过切磋，都认为这恰恰是邪恶对众生的毒害，让人在无意中认同邪党，阻碍着众生得到大法救度，我们应加大力度发正念的同时，也要从表面形式上解体邪恶，有同修说用小刀直接划破的方

法不够圆容，容易激起人的负面物质，不利于众生得救，我们只需让众生真正明白一件事：中共邪党是邪教。当这个信息强有力的被众生知道以后，众生就会明白真相，邪恶之场自灭。

我们从明慧网下载了“中共是邪教”的真相粘帖，尤其图文并茂的效果非常好，有大有小，形式丰富不单调，同时配以“天灭中共，退党保命”和“法轮大法好”的粘帖一起贴出；与此同时，又专门制做“中共是邪教”的真相币，有二十元、十元、五元和一元不等，大量分到同修手中，因为很多众生也专门要真相币，都说“花这种钱生意真翻倍的长。”真相粘帖分给同修后，我们就陆续张贴出去，主要在小街、居民区、路口，既有人流量又不扎眼的地方，这样“中共是邪教”的真相标语几乎随处可见，而且保持效果也很好。

那天晚上同修商量着，应开车把周边没有大法弟子的地方都贴上，有人的地方都别落下，我也一直有这个心愿：把真相标语遍布周围每一处，让更多众生得救。所以我非常想做这件事，但是在这之前我曾

年神韵晚会》和《2011 年神韵音乐会》光盘。我想通过快递公司查询一下是哪个环节出了问题，可转念一想在 XX 党的十八大召开前，最近各地 610 和当地公安恶警都加剧了对大法弟子的监视和迫害，在没有所谓的证据时还上门干扰甚至强行绑架，有的只要说炼就先关起来，并扬言放不放至少等 18 大以后再说。我要是主动去询问，万一快递过程中被查出来正准备核实，我这不是自投罗网吗？因为每当所谓的敏感日，邮寄部门都严查有关“法轮功”方面的邮件，在 2008 年奥运会期间，我曾经给几个大学同学快递神韵晚会光盘时，被快递公司查出，声称是快递了违法禁运的内容，邮件不能退回，如情节严重的要交司法部门处理。

我越想越害怕，感到邪恶已经向我边这赶来，要抄查我，要绑架我，当时我出了一身冷汗，于是我把仅存的一本《转法轮》先转移走，然后删去了一切与“法轮功”有关的电子文档等等……甚至还想如果真的因此绑架我，我就借机悄悄逃脱，然后过上流离失所的生活。我曾经因参与讲真相遭出卖而被非法劳教和强行洗

脑，这次绝不能再遭迫害，反正 2012 年就要过去了，正法二十年眼看只剩不到二个月的时间啦，我在外边混混就能苦尽甘来，永享功德圆满的福分了。我以后再也不要再用这种特快专递的形式讲真相了，虽然这种方式等同于面对面发神韵光盘和讲真相，特别是对远方的有缘人特奏效，可现在这条路已经堵死，太不安全了，以后我要改为相对隐蔽的方式讲真相，特别是对大学同学更是如此。

我一遍一遍想还有哪些漏洞和对策，想着想着突然师父的话打入了我的脑海，“讲真相救度众生，旧势力是不敢反对的，关键是做事时的心态别叫其钻空子。”（《二零零二年波士顿法会讲法》）我寄真相信和神韵光盘是为了救度众生，应该是堂堂正正的事，是人间最神圣最慈悲的壮举，怎么感觉好像是偷偷摸摸做贼似的，又清理电脑又藏书的。快递公司没有按客户的要求安全送达这是他们工作的失误，我询问是正当的维护消费者的合法利益，为什么还要躲躲闪闪不敢面对呢？每一关每一难，都存在着修上去和掉下来的问题，而我想到的是采取掩

桑历史，听着那舒缓悲壮的二胡乐曲，内心总是充满感动。

学二胡的经历也是曲曲折折，有过艰难，也有过进步后的喜悦。最近，小宝尤其显现出他对音乐的智慧。小宝的耳朵很灵，对音准把握的很好。很多时候他听着曲子就能哼唱出其对应的音符。记得有一次，他非常喜欢神韵里的《金猴降妖》，他在电脑里一遍一遍的看，最后，他把谱子哼唱出来了。并唱给我听，我一听，真的很准，真的是那首乐曲的音符呀！

小宝告诉我，自从他开始学习二胡，师父就给他换了耳朵，他的耳朵就变成金耳朵了，具备天耳通功能，能够准确而快速的辨别出音乐对应的音符。当他听曲子时，精力非常集中，聚精会神，这时，从耳朵就射出一根根金针，有点像簪子，针尖很细，扎到琴弦或琴桶上，针尾粗圆。金针能吸收声音，因为声音是软软的，有点像海绵吸水一样。这样，小宝就能很准确的辨别出每一个音符。

二胡老师曾夸他音准好。记的有一次，小宝拉琴很用心，虽然只是普通的二胡练习曲，经过小宝的演奏，出来的

音符都是一个个的小金佛。当时老师也受益了，老师拉出的音符是一朵朵的小莲花。

【救度众生】

再寄一封特快专递

“离别三十年再相聚”大学同学会我没能参加，事后当年的老班长，如今已是母校母系的教授给我寄来了里面有每位同学近期照片的相册和相聚时的光盘，看到现在每位同学的照片时，真是深感人生苦短、岁月无情，当年风华正茂的容颜都已荡然无存，我想只有抓紧时间给还没有讲过真相的同学讲真相、劝三退，才是我对这些同学们最真挚的情谊和给予最美好的祝愿。于是我首先给当年的老班长寄去了一封特快专递，内装有神韵晚会光盘和《2011 年神韵音乐会》和真相信。

两天后老班长打来电话说快递公司送来你的一封信，可打开一看里面什么都没有，是空的。我说不可能并告诉了他里边有什么，因此老班长说他拒收了，让我查询一下问题究竟出在何处？为什么里边什么都没有呢？我当时明明是放入了真相信和我亲自做的《2012

连着三次晕车，而且很厉害，又恶心又吐的，我才知道“晕车”原来是多么痛苦，并且我也很怕影响其他同修专心做事，双重的害怕让我很矛盾，这时同修偏偏对我说：“今晚你就别去了，这次要出去很远，省得你晕车影响别人。”这时我想：不是什么都挡不住大法弟子救人吗？我应放下一切顾虑心，这时我一下子充满了信心，大法弟子应该堂堂正正证实法，不会想到个人感受，我笑着对同修说：“我一定要去。”

就是这一定要救人的正念，让我完全不再害怕晕车，结果那晚我不但觉的浑身充满能量舒舒服服的，而且我们几位同修配合的默契又有效率，我们一起把几百份粘帖都贴了出去。后来很快就有同修说：“同修们做的真好，以前我走到那个地方真相就不好讲，没有一个愿意退的，这次一路的真相标语那个场真好，我讲了一路没有不成功的。”我感到这其实是师父在鼓励弟子呢！

最近看到明慧网报道有的地区出现邪恶标语、签所谓“承诺卡”、以邪党“十八大”为名变相干扰大法弟子等一些现象，我们不承认任何邪

恶安排，也不看人世间又出现了什么“动向”，一切邪恶表现都不过是假相，大法弟子就是把握住讲真相救人的主线，不迷不惑走好最后的路，更多更好把众生救下来，因为众生也在急盼大法的救度。

以上是个人的认识，有不足请同修慈悲指正圆容。

切实摆正修心与救人的关系

在助师正法救度众生的洪流中，有许多大法弟子用各种方式救度着被谎言毒害的世人，有的废寝忘食苦口婆心讲真相，有的不辞辛苦灵活理智的发真相资料，还有的……可以说是八仙过海各显其能。谱写了一曲曲感人至深的圣徒神迹慈悲善念救人乐章。但这样一来，久而久之有的同修也产生了一种做事心，从而忽视了自身的心性修炼。还有的同修主观的认为，只要能救了人就是最大的慈悲善念，也是最好的修炼提高。可是我们如果静下心来仔细的对照大法衡量一下，事理并非如此简单。概括地说，因为师父讲法中反复要求我们要做好三件事，所以我们如果我们单独强调哪一件，忽视哪一件都不行，必须三件

事同时注重并做好，这才算得上以法为师。这是师父对正法时期大法弟子的最基本要求。

今年春天我借着出差的机会，顺路到一个农村远方表弟家去探亲讲真相。见了面互道阔别之情后，表弟问我为啥气色这样好，我就趁机给他讲起大法真相来。没想到我刚说没两句话，表弟就用鄙视的语气打断了我的话头。他拉着怪腔说：“法轮功啊！快说点儿别的吧！别让我闹心了。”我迷惑不解地问：“表弟呀，你说真善忍哪一点儿不好？怎么会让你闹心起来了呢？”

表弟听了长长的打了一个唉声，说：“表哥，不瞒你说，本来我也听炼法轮功的邻居讲过，法轮功如何如何好，你知道我是个实在人，当然就相信了。可是通过去年冬天的一件事，我才真正知道法轮功是怎么回事。”我急忙问：“什么事？你一定是误会了！你详细说说。”表弟一本正经地说：“我没有误会。表哥你听听就知道了。”接着表弟就详细的给我介绍了事情的来龙去脉：

去年冬天有几天特别冷，表弟他们那个小村子有三十多户人家，只有两家的自来水没

有被冻住，其中就包括那位同修家。人们开始都到同修家去接水，可刚接了一天，他家就插起了大门，谁叫也不开。有时开开大门也在外面锁上，据说是出去讲真相救人去了。没办法，村里的人总得吃水，整个冬春人们全到那个常人家去弄水吃。这样一来，村里人都纷纷评论法轮功只是说得好，做的却不如常人。难怪表弟怨气会那么大。

太可惜了，丢下跟前那么多有缘众生不救，却又跑到别处救人去了。这位同修可能会说，跟前的人我都讲了真相，也明白了真相，没有必要再讲了。可是同修你想过没有，你以前所讲的都是语言的表达，而村民更注重的是你的行为表现。正如师父指出的那样：

“再忙，也得把自己当作大法弟子对待啊；再忙，也得考虑周围的影响。从一九九九年“四·二五”开始到“七·二零”以后，邪恶用造谣的流氓手段把我们搞的很被动，使众多生命受毒害。大家付出了多少心血在救度众生中使人们从新认识我们。那么做不好的时候呢，很可能你费的那些个努力啊，你所要做的一些事情，就可能在无意中起到损害作

想：我要抄写的话，那耳朵和眼睛肯定也会……我一共抄写了四遍《转法轮》。两本送给了后来得法的同修（当时书很紧缺）。抄写经书没有错，可心不在法上，出发点错了，以常人强烈的有求之心抄写《转法轮》，抄多少遍，还是个常人。常人当然就会有常人的麻烦。

二零零零年五月，从看守所出来，周边同修都不炼了，远的又没联系上，当时自己象断了线的风筝。修炼跟不上师父的正法进程，只停留在个人修炼层次。

修炼是严肃的事，不进则退。“有的人他不知道，师父告诉他不能求，不能求，他就不相信，一味的在求，结果适得其反。”（《转法轮》）我曾经强烈的追求耳不聋眼不花，结果适得其反。二零零五年左眼失明（青光眼有家史），右眼做了手术视野不行，看东西象手电筒直射。后来耳朵也聋了，真是听而不闻，视而不见，安安静静的修心养性。但是学法看书做家务都行。一度思想感情很脆弱，虽不问医，也没有停止炼功，可又产生了新的执著，觉的青光眼就怕眼压高，眼压高疼痛

不说，还容易失明。这几年碰到事情时，一着急，眼压就高。

有一次和同修切磋心性关时，互相都有提高。悟到：有师在有法在，遇事向内找，放下执著，多看书学法，提高心性，跟上正法进程。不管生生世世造下多大的罪业，就坚定正念正确面对，就坦坦荡荡修到底。彻底否定旧势力的安排，一切听由师父安排，就没有过不去的关。

修炼十五年了，熟悉的人都知道我炼法轮功，见面都说：这哪像七十三岁的人！四根柱多硬朗！红光满面的。我说：这是我师父保佑。

以上仅是我个人亲身经历。不当之处，敬请同修慈悲指正。合十！

【小弟子园地】

大法给小宝开智

一直以来，我很喜欢听大法弟子创作的歌曲和音乐，在闲暇时经常听。因为对音乐的这种热情，我也由衷的喜欢各种乐器。当小宝七岁时，我决定让孩子学一种乐器。在众多的乐器中，我选择了二胡。这种乐器最能表达中国五千年沧

我发现了自己长期以来一直没有认识到的执着。即，有怕掉牙的这颗怕心，为了使我修去这颗心，所以才不断出现反复。同时自己对榛子有一种偏爱，做事还讲情份，这是自己从来没有意识到的。我家院内经常有卖干果的商贩，每次都向我推销他们的东西，我借机给他们讲真相，劝三退，他们都接受了。此后他们见了我，老远就打招呼，热情的向我推销他们的东西。我每次都碍于情面去买，几乎每次都买榛子，每年我一个人吃掉的榛子至少有十几斤。这次牙坏又是这种情况，为了不使他们失望，我又买了榛子。邻居还提醒我说，你不是牙不好吗，怎么还买榛子？我自欺欺人说，榛子脆，能咬动。结果吃了几次榛仁，牙就坏了。当然，如果我没有修炼，我的牙早都坏掉了，根本不可能再吃榛子了，而且很可能真应了掉十四颗牙的梦了。

师父随时都在我身边

二零一二年农历新年前，咳嗽一个多月不见好。每年正月初六，老伴的同事都要来我家聚会。早上起床，我就准备

一天的吃喝。当时我想：我是修炼法轮大法的人，应该是健康康的，不能让他们看出我身体不佳，给大法造成不良影响。就这一念，师父把我的身体清理了。从此一声没咳，直到现在。那天忙了一整天也没感觉累，晚上双盘两个多小时，腿脚一点也不痛。我知道，是师父在鼓励我呢。

二零零四年夏天，天气很炎热。外孙内孙都跟我住。夜里有时给他们扇扇风，擦擦汗。太累了，睡熟了不小心翻身摔在地上，动弹不了。喊老伴他没听见，我爬到老伴那屋，让他把我抱到床上打坐。我想老师一定管我。结果不到一周就好了。可直到现在左边腰凹进去很多，当时应该是肋骨摔断了，师父为我承受了。

在我的修炼中，并不都是些过五关斩六将的事，也有走麦城的时候。

没修炼前，听我们同事说：他姐夫是北大毕业的老学者，义务为小雁塔抄写佛经，七十多岁了耳不聋眼不花。九七年初我得法后，身体所有的病都好了，师父是佛上佛，任何经书都不能与师父的《转法轮》相提并论，等量齐观。我

用。你们修炼人的表现是纯正的，有多少人看到了你们的表现就觉的你们就是好。如果我们自己平时不注意自己的行为，那你们的表现常人就会看到，他不能够象学法一样深入的去了解你，他就看你的表现。可能你的一句话，一个表现，就能使他得不了度，就能给大法造成不好的印象。我们得考虑这些问题。”（《二零零二年波士顿法会讲法》）

由此看来，即使你讲真相时说得天花乱坠人家也不会再信服，甚至会对你嗤之以鼻，乃至反唇相讥。即使以前接受真相的人，在你的不善行为影响下也会改变认识，甚至对你更加反感。因为他认为你说一套、做一套，不是一个可以信赖的人。这就是说，我们真得切实摆正修心与救人的关系。如果我们行为上做得好，世人就会通过我们的善行感受到大法的美好，发自内心的认同大法的美好，在此基础上讲真相就会取得水到渠成、事半功倍的效果。

有一个甲同修，前几年靠蹬三轮车接人接货挣钱维生。在一年的冬天的一天，大雪纷飞，寒风刺骨。天已经黑了，还顶风冒雪送一个老太太回

家。这位老太太为了省钱没打轿式出租车，在三轮板车上冻得瑟瑟发抖。路上顶风冒雪根本讲不了真相。好不容易把老太太送到家门，雪深路滑，甲同修又把老太太搀进屋里。趁着老太太找车钱的时候，甲同修简单的讲了大法真相，老太太边答应着边把车钱交给甲同修。甲同修也没细看，装上钱就告辞走了。回到家一数钱，才发现刚才老太太给的车钱里还裹着十元钱。他来不及吃饭，又蹬着板车顶风冒雪返回老太太家。见到老太太说明来意，老太太接过钱十分感动，眼含泪花真诚地说：“小伙子不瞒你说，你走后我就发现少了十元钱，哪找也没有，就怀疑多找给了你，心疼好半天也没有办法要回来，只好认丢了。刚才你给我讲法轮大法好，真善忍好我并没真心相信，而是顺口应付应付。你这一回来送钱，就是你什么都不说，我也从内心里感谢法轮大法好，真善忍好。这个好不是你说出来的，是你做出来的。谢谢你！也祝你一生平安！”老太太的老伴儿也随声附和着，夸奖甲同修：“好人！这时候还有这样的好人！”接着老两口非要拉甲同修上炕吃

饭，甲同修婉言谢绝后，又消失在风雪路上。天虽然越来越冷，但他心里却暖乎乎的。他深深地相信，是慈悲的师父在赞许他做的好，在给他加持能量。

通过上述事例我们不难发现，只有放下利益之心，才能生出慈悲善念，只有善念善行才能真正的救了世人。师父在讲法中明确要求我们：“没有大法弟子的善就不是修炼人，大法弟子不能证实法就不是大法弟子。”（《法轮大法 精進要旨二》- 评“大法的威严”）

如果不修好自己，别说救人，连自己能不能救了自己都成了问题。师父严肃的指出：“因为你的提高是第一位的，没有你的提高什么都谈不上，也谈不上救度众生。没有你的提高，没有你的圆满，你救的众生往哪去呀？谁要呀？为什么不这样看问题哪？”（《二零零八年纽约法会讲法》）

修心与救人，二者相互依存、相辅相成、缺一不可。因此，我们要切实摆正修心与救人的关系，只有扎扎实实的修好自己，才能真真正正救了世人。

个人的一点儿认识，不当

之处，请慈悲指正！

心在法上，没有过不去的关

邻近我镇的乙地今年在搞乡镇大开发，工地来了上千外地工人，正是我们救人的大好时机。工地刚开工时，我们几个同修就去过一次，劝退了六十多人，还让许多人明白了大法真相。

五月四日早上，我和老同修 A 来到乙地，会合当地的 B、C 两位同修一起去工地救人。一路上，我们发着正念，请求师父加持。来到工地，我们一边发资料、光盘，一边讲真相。有的地方有十几人或几十人，我们就大声讲，并回答他们的各种提问。有的民工说：“你们炼法轮功的人真好！这么大热天的出来救人；送我们这么多好东西（真相资料）！”还有人边做事边喊：“法轮大法好！”一堆一堆的人纷纷报上真名三退。

由于恶人举报，我和 B、C 同修被当地派出所绑架了（A 同修走脱了）。面对突如其来的三辆警车和一群凶神恶煞的警察，开始我有点怕。很快，我清醒了，师父说：“有的弟子讲‘怕什么，头掉了身

就补上的半个牙也掉了，根管都漏出来了，里面全是脓，我只得再去治疗。根管治疗时，大夫要再次开髓，我不同意，坚持让大夫给我上药治疗，大夫也不同意。我坚持说，不用开髓保证能治好，大夫只好按照我说的做，果然治好了。大夫高兴的以为他找到了不用开髓就能治疗根管的办法。

在那家医院里，我也不忘自己的使命，找机会讲真相。有一个病人说，她治牙最怕疼了，我就给她讲我治牙时念“法轮大法好”止痛的经验，但话还没说完，就轮到她看牙了，我又给旁边的病人讲真相、劝退。那个病人是某街道办事处的工作人员，她说，她曾看管过被关押的大法弟子，那个大法弟子给她讲过真相，所以她知道法轮大法好，立刻三退了。

三、信师信法，牙齿自愈

今年九月底，我有一颗牙齿出现了横断面和空洞，如果不及治疗，又要发炎坏掉了。这回我想，正法修炼已经到最后了，不管身体转化到什么成度了，至少已经是即将修成神的人了，再去医院治牙，那不把自己降到常人的位置上去了吗？我下决心，哪怕牙真

的坏掉了，我也不再去医院治了。一个修炼人连生命都能舍去，怎么连颗牙都不能舍呢？这时，我想起了师父讲的法：有病是因为另外空间卧着一个灵体，把那个灵体拿掉，这边身体上就什么病都没有了。但是牙和身体还不一样，于是我请师父把我的牙下个罩，让外邪不侵。我动这一念后，坚信师父已经把我的牙下了罩了。但是第二天牙龈就开始肿了，并且每天都出现一些不好的状况，我不为所动，知道这是假相，是对我信师信法的考验。我就坚定的信师信法，这颗牙终于没有发炎。

我有心把这次神奇的经历写下来，但是迟迟未动笔，结果吃饭时，食物就往牙洞里塞，胀痛的很难受，当我悟到是师父让我动笔写时，牙就恢复了正常。但是刚开了个头，就受到干扰，丈夫吼叫着不让我写，此后那些天我被干扰的也没有时间写，牙又开始塞牙胀痛，我悟到是师父在催促我，就决定尽快动笔，牙立刻恢复了正常。现在那颗牙洞似乎依旧，但已经永远不会再发炎、再塞牙了，与正常牙齿一样使用了。

向内找不断坏牙的原因，

二话没说就上任了，结果很神奇，第二天就退烧了，牙肿也很快消了。有人告诉我，如果牙髓发炎不及时治疗，虽然自己会好，但牙齿很快就会掉下来。我想，我是修炼人，牙不会掉的。不久，在睡梦中，我梦见我掉了两颗牙。之后，我又梦见自己掉了十四颗牙。由于当时学法不深，不懂得应该否定它，多年以后，果然那两颗牙掉了。

二、治牙中的正念

二零零六年后，我的牙齿又陆续出现了一些状况。每当牙齿坏时我都想，当初牙坏，是因为自己刚走入修炼，还是常人的身体，现在修炼这么多年了，至少肉身也是被高能量物质抑制住的身体了，与常人不一样了，就没有去医院治疗。但每次牙齿不但没有好，反而拖的更严重了，其中一颗牙坏到了根管，还掉了半个，而且三十年前补过的一颗牙也同时坏了，严重影响了形象，不得不去医院治疗。

我知道什么事情都不是偶然的，医院里一定有我要救度的人。果然，我每次在不同的医院里都遇到了熟人，有同学，有同事，还有我最想救的人，这一切都是师父安排的，

所以我每次都及时抓住机会给他们讲真相，劝退了一些人。

最初给我治牙的大夫是个熟人，我多次利用治牙的间隙给她讲真相，劝三退，都被拒绝，我对她发正念也不管用。邪恶害怕我再给她讲真相，就指使她在给我开髓治疗根管尚未治好的情况下，把牙给补上了。不久，那家医院因为迫害大法弟子多次被明慧网曝光，很快被解散了。

二零零九年，我又有一颗牙齿坏了。当牙刚要剧痛时，我立刻求师父帮我，牙立刻就不疼了，事后想到是师父为我承受了剧痛，我非常后悔。那颗牙虽然没有剧痛，但半年了都不能吃东西。我借鉴网上同修善解的办法去做，也没起作用，只好到另一家医院治疗。

治牙过程中，我把自己当作修炼人，始终用正念对待。大夫说那颗牙坏的很深，洞很大，钻起来很痛，要给我打麻药。我说不用打麻药，疼痛我忍着。钻牙时，我心里不停的念：“法轮大法好”，忍住了疼痛。当补牙时，大夫说，那颗牙齿坏的面积太大，可能保不住了。我立刻在心里否定，结果那颗牙很顺利的补好了。

不久，那颗根管没有治好

子还在打坐的’，相比之下，修的怎样一目了然。”（《精进要旨》之《大曝光》）有师在，有法在，怕什么？在车上，我告诉两位同修，什么话都不要讲，就在心里发正念！

在派出所，恶警把我们三个人分开审问，并做笔录。恶警问我叫什么？哪里人？干什么工作的？我不理他。他又问：你这材料是哪来的？光盘、标语谁做的？我仍不理他，只是一个劲的发正念：彻底铲除派出所另外空间的一切邪恶生命和因素！请师父加持！我知道师父就在弟子身边，你邪恶再猖狂，“还不够一个小指头捻的。”（《转法轮》）“不止这些，根本上我把握着一切，包括从无到有，那都是不能用人语言来举例子来说明的了，是用什么方式也无法说清楚的了，那力量最大，衬托着一切生命，衬托着从微观到宏观的一切，都在控制之中，不管是多高的神，都控制在那里。”（《大法弟子必须学法》）一切都在师父的掌控之中！我很坦然！

那恶警急了，跳起来，拍着桌子大吼：“胆子不小，谁叫你来的？”看着他面红耳赤咆哮的样子，我笑了。他问：

“你笑什么？”我说：“我又没干什么坏事，对一个老太太你需要发这么大脾气吗？”他觉的有些失态，调整一下，声音缓和点说：“那你说吧，说了实话就放你回家。”我就顺势、平和的给他讲真相：讲大法教人做好人；江泽民妒嫉我们师父，一意孤行迫害法轮功；中共假恶暴的历史；善恶有报；天灾人祸的现实；薄王事件真相；贵州藏字石；天灭中共是历史的必然，并劝警察要看清形势，给自己和家人留条后路。当我转身时，看见门口不知何时站着好些人。恶警们都好象被定住了，静静的听我讲。

一个恶警把B、C同修包里的资料光盘都塞到我包里，问：“这都是你带来的吗？是你组织她们出去散发的吧？”明明是三个人的东西呀？我犹豫了一下想分辨，但马上意识到事情不是偶然的：那两位同修都是农村的，事多，学法相对少，炼功发正念不到位。B同修没了丈夫，一个人带两个孩子读书，很困难；C同修的丈夫有病，一个人带两个小孙子，也很困难。大法弟子是一个整体，师父不是要我们修成“无私无我，先他后我的正

觉”（《佛性无漏》）吗？我是修炼多年的老弟子，就我一个人承担吧！

我坦然答道：“是我带来的。”他问：“你为什么要这么做？”我就讲：“这几年天灾人祸特别多，地震、泥石流、洪水、干旱、雪灾、车祸、矿难、瘟疫象赶集似的，你知道为什么？邪党作恶多端，老天要灭掉它。神让我们告诉世人真相，劝世人退出邪党，不当它的殉葬品。我们大法弟子是在冒着危险救人！”恶警说：“你竟敢给派出所的人洗脑，中毒太深了！好了，笔录做完了，你签个字吧！”我不签。恶警发狠说：“我说的，叫你签你就得签！”我说：“你说的你签，为什么要我签？”他悻悻的走了。

过了一会，恶警把我们三个同修叫在一起，让两个年轻的看着。我叫两个同修发正念，我给这两个年轻警察讲真相。我告诉他们善恶有报是天理，劝他们一定不要迫害大法弟子，而应该利用工作之便尽力帮助大法弟子，将来功德无量。两个年轻警察频频点头说知道。一会儿过来两个拿着饭吃的警察，换这两个年轻的去吃饭。我们又继续发正念，给

这两位警察讲真相。过了一会，他俩就在办公室里看起了神韵。后来又来了几个警察，他们也看起我们的资料和小册子。

下午四点多钟，他们把我们三个人转到市公安局。一路上，我们不停的发正念，并给警车上的人讲真相。我们中午没吃饭也不觉饿，一天没喝水也不觉渴（平时我每天要喝一大开水瓶的水）。车上负责的副所长听了真相很佩服我们。

那个副所长从公安局大楼出来，告诉我们：公安局决定把我们送看守所关五天，一般情况下至少要关半个月。

在看守所里，我们仍然零口供，零签字。每个整点都发正念，解体另外空间的一切邪恶生命与因素。每天早晨发完六点正念，然后就学法，背《转法轮》、经文、《洪吟》……能背多少背多少，有时唱大法歌，谈修炼体会。放风时就讲真相。晚上炼完动功再打坐。看守所进进出出的人每天都有。我想：无论在哪里，都要证实法。这一次，可能是师父安排我们来这里救人的。

一天，我问B同修：“面对邪恶，坐牢你怕吗？”她坚

是因为我在乎这个事情的结果是否影响到大老板对我的看法和年终评比。找到了我的执著，压力和担心就一下子没有了。我把该做的事情计划好，往下就是按部就班的去做。虽然这个项目还没有结束，但是我已经不在乎结果怎么样了。只要我的心放下了，我的一切都是由师父说了算。

四年多来的修炼，现在才知道除了学法炼功，还要实修。当我们在矛盾面前，过关当中，内心不平和的时候，就是我们应该向内找的时候。即使我们是第三者，看到别人的矛盾，也要检讨一下自己是不是也有类似的执著。找到了自己执著和不足，就不要逃避，不要姑息，下决心把执著心清除掉。在非常有限的修炼时间里，我要勇猛精进地把人的执著除掉，达到圆满的要求。

以上是我今天的交流，如有不当，还请同修慈悲指正。

谢谢师父，谢谢大家。

（二零一二年美中法会发言稿）

【修炼故事】

过牙关的修炼经历和体悟

我修炼十六年了，身体上

很少出现病业，一旦出现，都能按照法的要求做好，但牙齿出现的问题，我却总也过不去关，每次都是去医院治好的。最近我的牙齿又出现了状况，这次我终于在信师信法的坚定正念下，顺利过了这一关。下面是自己的修炼经历和体会。

一、梦见掉牙

四十多年前，我十七岁时去农村插队。当地盛产榛子，可是却连一块砸榛皮的石头都找不到，只好用牙磕，二十多岁牙齿就重度磨损，四十岁时牙就开始疼痛，不得不经常去治牙。后来知道，我两边的牙齿都有裂缝了。

一九九七年春天，我走入大法修炼半年了，又陆续坏了两颗牙齿。那时我只知学法，不知炼功，也拿不准是否应该去医院治牙，就去问同修。同修说让我自己拿主意，但告诉我应该到炼功点去炼功，这样，我才开始溶入集体学法炼功中。

这期间，我把自己当作修炼人，忍受着疼痛，没有去医院，但牙齿很快就发炎了，并发烧 39℃。偏巧那段时间单位工作繁忙，有一个同事患了缠腰龙，领导知道我发高烧，却让我接替他的繁重工作，我

的：“你真能够把自己当作一个修炼的人，你碰到什么事情、麻烦事，你心里头不高兴的事，不管表面上你对不对，你都要找一找自己的原因；我是不是在这些问题上有很不容易察觉的那个动机是错的？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。所以大家千万记住这一点，遇到任何事情，麻烦事呀，不高兴了，或者和谁发生冲突了，一定要查自己，找自己，你就能够找到解决不了问题的原因。很多人过去搞气功热的时候，也懂自身的场能影响到外面，其实不是这么回事，是因为你自己不对劲儿，和这个宇宙特性拧个劲儿，就发现周围的一切跟你都不协调了，就是这么个关系。你自己把它协调过来，一切都顺了，就是这样。”

三、做三件事不是求安逸

刚开始修炼的前几年，我每天都沉浸在得法的喜悦中。

学法、炼功和做大法的项目都是我迫不及待要做的事情。与此同时，我的身体不断地师父清理，我的一切变的越来越顺利，生活变得越来越美好。但是最近一年来，做三件事慢慢开始变成任务式的。学法炼功思想不集中，思想老溜号。特别是今年演完两次神韵之后，常人工作一忙，就懈怠了学法炼功，还不知不觉的产生了求安逸心。这个安逸心就是哪一天有重要的事情才做三件事，希望一切顺利，不会有麻烦事。

最近学习师父经文的时候才意识到这是有所求的学法。修炼人学法炼功是修炼，不是要逃避该还的业债。有了法，才有正念去过心性关、病业关。

四、在常人工作中去名利心

最近公司机构改组，让我负责一个大项目，而且有相当的难度。大老板对我的上司说，这是对我业务能力的考核。我知道后心里开始有压力和精神紧张。过了几天，我觉得这样的感觉不对劲，我应该找一找原因。通过加强学法后，我认识到这又是我的名利心在起作用。我的担心和压力

定的回答：“不怕！没有大法就没有我！”多好的同修啊！

有许多犯人的亲人来所里探视。他们都给警察送钱送礼。两个同修的家人也为她们送来见面费、生活费。唯独我无人探视、送钱物。（当时在乙地派出所里，他们问我家里有哪些人时，我没有告诉他们）我在看守所里要用的东西都是里面的一个年轻帮教送的。他刚招来半个月；他妈妈曾和我一个单位，而且是我的朋友。这大概是师父的巧妙安排吧。

看守所里摄像头二十四小时监控我们。一天，那个年轻的帮教来到窗前告诉我们：值班的人每天都看你们炼功、发正念。你们好严肃好认真呀！没有人指挥，动作那么整齐！你们敢当着警察的面给犯人讲真相，还敢跟警察、帮教讲法轮大法好，劝三退。他们都很佩服。“法轮大法”真有威力！

到了第五天，另两位同修在为回家做准备。我坐那一声不吭的打坐。同修问我：“你不想走吗？”我说：“我没给看守所生活费（150元）。现在在求师父决定呢。”我又开始背法，两位同修也盘腿闭上

眼睛，静静的听法。

下午五点多钟，值班警察把我们三个人叫到办公室，要我们在保证书上签字。我们一口拒绝。一个警察问：“谁的生活费没给？”我回答：“我。”他们说：“都象你这样不给钱，我们拘子就亏大了。”我说：“我们又没犯法，是下面派出所的非要把我们送来。你们亏了找他们吧。”

我同事的儿子（帮教）催促说：“已经六点多了，再不放人她们就没巴士回去了。算了，算了，快走吧！把你们的东西清点好。”就这样，我们轻松、顺利的离开了看守所。回来时，我们带回了三十多个三退名单（其中有十几个党员）。再一次证实了师父的一句法：“弟子正念足 师有回天力。”（《师徒恩》）

弟子在此叩谢师父，决不负师父的慈悲苦度，愿精進再精進，圆满随师还。

向内找，走出消沉

这几天总是提不起精神，学法学不進去，发正念也不能保证四个整点全部做好，讲真相也有种爱讲不爱讲的状态，

知道自己这种状态不对，可就是提不起精神，为什么会这样啊？想静下心来冷静的想想自己时，还总是感觉思想中有一层隔膜在挡着我，影响着自己的正念。这几天怎么回事？为什么这样啊？甚至自己都不能主宰自己，到底是什么在干扰着我？

“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。”（《转法轮》）从法中我们知道，只要是出现任何干扰一定都是自己的原因，要向内找看看到底是什么没意识到的执着使自己变得消沉？我开始试着回忆一下最近自己的行为，有哪些是修炼人不应该做的、应该放弃的、应该放淡的而自己有意无意的还在做。最近这段时间的行为开始在脑子里像看电影回放一样，从新在思想中慢慢展现，我看到：

“有时自己坐在电脑桌前，本来该静心学法时，却摆弄起电脑来，或下载东西，或优化系统，或下载手机软件，或摆弄起手机来，而且思想中还给自己找借口，下载个读书软件好方便读书，可真正下载后也并没看过几次。有时该学法时却打开翻墙软件，浏览起国内时

事动态，看看高层又有什么最新动向，又发生什么新鲜事。当看完这些常人感兴趣的东西后，再打开明慧或正见网，浏览几篇文章，还是拣自己喜欢的，如果没有自己感兴趣的，看几眼就关上，然后看不了几眼书，就又去干别的了。有时时间很充足，完全可以静心学法时，却又看起电视，或看看最近又出什么新电影了，发现有什么最近没看过的电影就津津有味的看起来。最近光所谓的电影大片就看了不下10部，甚至有时看一个常人的娱乐节目居然可以看到凌晨1、2点钟，还被带动的想入非非。本来晚上没有什么事可以静心学法了，却学着学着便哈欠连天，倒头就迷糊睡着了，而且多数情况都是快到发12点的正念前就犯困、迷糊，自己就顺应着迷糊过去了；而早晨几乎对闹铃已经没反应了，一响就被自己随手关掉，继而呼呼大睡，错过炼功错过发正念，有时醒了，迷迷糊糊的想这样迷糊不清醒的状态发正念也效果不好，还不如不发。有时集体学法的时候，入不了心静不下来，认为还不如自己学法的效果好，而一到和同修交流起来却滔滔不绝，

了，她不去，那个商场是没有人的，等我把外州同修安顿好再回到那个商场肯定过十二点了。时间很紧，我马上开车走了。我一边打电话找另外一个同修去补缺，一边埋怨同修的不配合，还要脾气。结果那天中午客人没有回来买票，电话也找不到人。我知道就是因为与同修之间的矛盾，被邪恶钻了空子，又失去了一个救人的机会。我的心情很沉重，但是我觉得我没有做错什么，我很委屈。

师父说：“是凡矛盾发生在你身上，出现在你这儿，出现你们之间，就很可能与你有关系，就有你要去的东西。不管怨不怨你，我的法身在去你的心的时候，可不管这件事情怨他还是怨你。只要你有这个心，他想尽办法让你出现矛盾，让你认识到不足的这颗心，所以你们还在那儿找：这事不怨我呀。或者你们还在想：我在维护法呀。他在想：我也在维护法呀。其实你们可能都有不对的地方才会有矛盾。”（《欧洲法会讲法》）

我知道我再不把我这颗心找出来，还在维护自我，那么救人的事情会蒙受到多大的损失啊。我使劲的想为什么一个

听起来很平常的要求会造成同修这么大的反映。我最后终于想到了，我的一句看似平常的话却带着很强烈的执著。首先，作为第三者，当听到同修与常人的矛盾，我没有意识到当事人不仅要向内找，还要做到忍和保持一个平和的心态。当同修抱怨我多管闲事的时候，其实就是在过心性关的时候，让我修口和考验我能否做到难忍能忍。我不但没有做到忍，而且还记恨在心。然后每次与这个同修产生矛盾的时候，眼里只看到同修的不足，总觉得自己比她修得好，比她对。在显示心、争斗心不断的翻出来的时候，我没有压制这些心，而是不断的助长和放任自己的魔性，而且还想逃避掩盖。慈悲的师父真是想尽办法，利用与同修的矛盾和麻烦，把我的执著暴露无遗。我的这些思想和行为哪里像一个修炼人，我为此感到羞愧。当天晚上我给这位同修发了道歉信，检讨了自己的过错和执著。

这个矛盾过后，在办七月份神韵的时候，这位同修和我们那区的同修非常配合，没有再出现矛盾了。正如师父在《北美首届法会讲法》中说

人的问题。这是我参加过的所有活动中观众参与最踊跃的一次。从问题和解答当中，我知道那天所有的人都了解了神韵。那天到会的除了有企业家，还有大学的教授和交响乐团的指挥，等等。很多人都很兴奋的告诉我要找家人和朋友去看神韵。

师父在《二零零三年元宵节讲法》中说：“讲真相中别管其身份如何，别有什么心，他们首先是人，他们都有一个为自己未来而选择的机会。不管他什么工作，首先他得能够有将来，这是人第一重要的。在讲真相中触动根本问题的时候，同时感到大法弟子真是在救他的时候，我想人明白的一面就会表现出来。”

二、在矛盾中向内找

两年前，一位同修跟我谈到她在公司里被上司欺负穿小鞋，处境不好。我听了很为她担心。我那时刚修炼一年多，从来没想到这件事跟我有关系。我就叫这位同修向内找，但她觉得她没做错什么。我没有别的好办法，就找了其他的老同修跟她谈，帮她向内找。结果这位同修很生气，嫌我多管闲事，叫我不要把她的事情告诉别人。我觉得受了很

大的伤害和委屈，我只是想帮忙而已。这之后，在推广神韵的过程中，我和她又发生了协调上的矛盾，我对她的成见和不满日益加深。有一次我和一位外州同修晚上站商场，一位客人选好了票，但是要回家跟妻子确认时间，第二天中午十二点整来付钱，还把电话留下来。因为第二天外州同修要离开，而我本来是安排到别的商场去的，但为了保证这位客人能买票，我们商量后觉得我第二天中午应该回来这里，就不用其他的同修再去解释了。我于是打电话找那位跟我有隔阂的同修跟我换商场，结果找不到。第二天炼完功，就跟这位同修说，我今天想跟你换商场，我已经在这个商场站了一段时间了，客人比较熟悉我，容易出票。这同修不高兴的说，“你这话什么意思？”我说没什么意思。我不想惹她不高心，就想退缩，就说不换算了吧。她说，“不能算，你现在就要把话说清楚。”我那时也没有时间说了，因为又有一个新的外州同修到了另一个商场要我去安排。这同修就说，“既然你有外州同修的帮忙，我今天心情不好，我不去商场了。”这一下可把我惹生气

自认为修的还不错，法理清楚，看别人指出别人时总是说的头头是道……”

想到这里我已经不敢再想下去了，甚至不敢相信，这是我吗？这就是我平时的表现吗？一直认为自己是在实修了，一直也在努力的向内找自己的各种执着心，很多时候也都能静心学法，平时也都能体现出大法弟子的风貌，做着大法弟子应该做好的事情，也感到自己成熟了、理智了，也知道应该如何修了。没想到自己无意间却表现出这么多不符合法、达不到标准的行为。难怪前几天一位家人同修听到其他同修说：“他（指我），也就是个嘴！”是啊，自己看不到，但平时自己的表现在别人眼里一览无遗！这些哪是一个真正修炼人的行为啊？怎么能配得上“正法时期大法弟子”的称号啊？我必须把它们曝光出来，我知道这些都不是真正自己的行为，都是些自己还没意识到的执着和观念，由于自己没能实实在在的修自己，没能清醒的分清它们，认可了、承认了、放任了它们的存在，人为的滋养了这些东西，使自己人的这一面变的理智不清！

当找到了这些不足，我开

始问自己，是什么原因让自己这样？自以为这段时间已经很精进了，已经在实修自己了，而且学法时对法的理解也越来越深，很多时候也都能用正念来要求自己，可是为什么会出现这么多问题呢？突然我意识到，正是这段时间一直感觉自己很精进，而且觉得法理清楚，好像很多事都比别人明白，在不知不觉中却生出了欢喜心，开始有些沾沾自喜、有些自满从而放松了自己。师父讲过：“在修炼的其它方面和过程中也要注意不生欢喜心，这种心很容易被魔利用。”

（《转法轮》）一人人为的放松自己，邪魔就在思想中开始了干扰。比如想看电影时，就有一种思想让我觉得这段时间修的不错，偶尔放松放松吧，没什么大不了的，反正还有人身，还有人的思想，看看电影、听听音乐都没关系、没事，只是偶尔这样做一下没关系。不想炼功时，就从法中找借口，这是法炼人的功法，只要自己修心就行，没关系。晚上学法学不进去时，没发成正念时就想，没关系，反正心不静学法也不入心也没用，少发一次正念也没大事，明天一定好好的学，再补上！结果第二

天还是如故……

邪魔就利用着这个“放松放松没关系”麻痹着我的主意，使自己没能清醒的分清这些干扰，而真的放松了自己，不知不觉背离了师父在讲法中一再强调让我们一定不要放松自己的法理。同时我还发现，自己还存在着在大法中混事的念头，有些执着和人心不是想主动修去，不是根据法在不同层次的不同要求来实修自己，而是用感觉和从前比已经很好的观念来放松自己。师父早在《和时间的对话》这篇经文里就已经告诫过了我们：

“师：这样的老弟子中也有，而且一个最突出的表现是：他们总是和人比，和他们自己的过去比，而却不能跟法的各个层次的要求来衡量自己。”总觉得已经修的不错了，是不错了，和以前比的确有了很大的提高，可是法在不同层次是有不同标准的啊！为什么没用法的标准来衡量啊？这种表现不是自己悟性太低和信师信法的成度太低的表现啊！在修炼中，“修得执着无一漏”（《洪吟》迷中修）才是我们修炼人要达到的标准。

“作为一个大法弟子来讲，以前我一直在讲，我说大

法弟子有这么大的历史使命，要承担救度众生的责任，肯定是有你们自己能走通的路。这条路必须是一条能达到标准的路，这样宇宙众生才佩服，才能干扰不了，你在这条路上才会没有麻烦，才会走的很顺畅。否则的话，带着各种执著、人心，那么在这条路上就会遇到许许多多的麻烦，麻烦挡着自己过不去。”（《二十年讲法》）是啊，用师父讲过的法来对照，最近的这些麻烦不就是如此吗？自己走的这条路达到了师父要求的标准了吗？没有啊！还差很远呢，怎么能沾沾自喜呢，怎么能自满呢？而且，当执着表现出来怎么能放任呢？怎么能只想提高而却不想实实在在的付出和修去呢？

“我就想：大法弟子摆在你们面前的路只有实修，别无它路。”（什么是大法弟子）是啊，修炼没有捷径，只有实修实修！实实在在的修！任何一颗人心和执着都带不上天，也都是障碍自己升华的一根根缆绳。就像一个即将升空的气球，下面系了好多绳子，其余的绳子都割断了，就剩下了一根，那也飞不上天空！

我看清自己消沉徘徊的原

家庭还带了小孩来，从穿着打扮看是很主流的人。差不多到点了，那个同修才匆忙赶到。因为时间关系，我建议代替他做介绍，但同修说没问题，他来做。我们就匆忙地把我的电脑拆下来换上他的电脑，在没有任何时间测试下就开始做介绍了。很奇怪的是现场的观众并没有被他的介绍调动气氛，而且还毫无反应。这位同修显然着急了，因为他曾做过类似的介绍都很成功，经常把观众逗得很开心，但是这次却一点效果都没有。他越努力的想制造幽默，语法用词就越乱。坐在后面的我被眼前这个突发情形吓坏了，这怎么不是我预想中的效果呢，为什么会这样呢？放神韵介绍短片的时候，音响又出了意外，虽然马上弄好了，但效果已经大打折扣了。好不容易结束了，观众出于礼貌拍了几下手掌，没有提任何问题，很失望地离开了。我们在场的几位同修都非常沮丧。

回到家，我心里异常难受，心很疼，感觉到我的心被一个东西紧紧的捏住，满脑袋拼命想着今天发生的事。表面上是这位同修的介绍没有带动观众的情绪，但是出现这样的

事情绝对不是一个人问题，但是我到底做错了什么，有什么执著呢？做介绍的同修给我发了邮件向我道歉和指出他自己的一些过失，我告诉他我也有责任，但是我还找不到我的问题。另外一个在场的同修也在向内找，告诉我她正念不足，出现了有怕人少的担心。第二天晚上，我把我为为什么要找这位同修代替我做介绍的出发点再仔细的想了一下，我最终找到了。我还是把人间的能力和地位看得非常重，我还是觉得我在人中的学问和地位不高，我不会幽默风趣，怕打动不了比我学问高的观众。其实我已经做了很多次成功的介绍，我虽然不幽默，但是我用我的正念和诚恳，流利的语言打动观众，这已经是被证实的了。我怎么还抱着这个执著不放呢？因为我的执著给讲真相救人造成如此严重的损失。

慈悲的师父一定是知道我找对了，又给了我一次机会。过了两天，我在同一个城市的扶轮社做了神韵的介绍。同样的介绍，同样的风格，没有一丝刻意制造的幽默，结果五十人却被我的介绍深深的吸引住了，笑声此起彼伏，还问了很多关于神韵、法轮功以及我个

化和神韵的介绍。最初采用的介绍版本是外州的一个教授写的。我就说我没有博士学位，对中国文化的了解很有限，因此我没有能力做这个介绍。那么既然我什么也不是，人家也不会感兴趣听我做介绍的。最后讨论的结果是我们把佛学会负责人的名字作为神韵介绍的人，因为他有博士学位和佛学会主席的衔头。

紧接着我联系的第一个图书馆是我们那区其中一个很有钱的城市。我是直接去的，找到负责人。她听了我的简短介绍，就问我，你们有什么资格做这个介绍呢？我听了这个问题吃了一惊，这不就是我一直担心的吗？我的心一慌起来，回答就没有自信了。那个人就敷衍地说考虑一下，再给我一个回复。我马上感觉到这事就失败了。

下次分区的协调人再开会，我把这过程汇报了，一个同修就说：“你看你，越担心的事情，就越会发生在你身上。”她说的真对。我从小就有自卑心，因为我觉得在人中没有什么特长，没有很高的学位，没有显要的身份地位，也并不富有，就是一个常人中很平庸的人。所以遇到在以上方

面比我强的人，我就会有一种低人一等的感觉。而这个介绍是一个教授写的，我就觉得我来做就没有可信度，因为我没有他的学识和社会地位。从修炼的角度来讲，我意识到这个自卑心其实就是执著于人中的名和地位，把这些看得比作为大法弟子更重要。这就是一个不正的念。我有幸在几十亿的世人中能够成为大法弟子是多么的荣耀，我拥有的是任何人间的金钱地位都买不到的，我为什么还在乎人间的东西呢？找到问题所在，后来成功地联系了多个图书馆、扶轮社以及其它的机构做神韵的介绍。

但是人的一些观念和执著根深蒂固，不是一下子就能把这些执著全去掉。有一次在一个大学所在城市的图书馆举办神韵的活动，我想这里是大学所在城市，很可能有大学教授来参加我们的活动，我应该找一个比我有学问又风趣幽默的同修来做神韵的介绍。这样效果会更好。于是我找了一位被公认风趣幽默的又有学问的同修来做这个介绍。

活动那天我提前到了场地，准备好所有的资料和测试了我的电脑。准备好了，观众已经来了大概三十人，好几个

因了，在正法中修炼就是要严格要求自己，绝对不能放松，任何一颗人心都可能会给自己带来很大麻烦，只有实修才能走好走正我们的路，从时时事事、方方面面、一点一滴、一思一念中真正的去实修自己，任何在人中形成的观念、执著、喜好、习惯，以及思维方式都要去掉和改变，修就要“修得执着无一漏”（迷中修）才行，提高就要按照不同层次的标准来要求和衡量自己，做到才是在实实在在的升华中证实大法！

个人体悟，不当处敬请同修慈悲指正

清除背法的障碍

我和妈妈背《转法轮》，已有三个多月，我一直背的很艰难，背了就忘，有时几个小时才能背过一小段，为此我掉过眼泪，有时急的使劲儿用拳头砸脑袋，背法效果还是很差。妈妈也说过我多次，真拿我没办法。象背顺口溜一样，不过脑子，背了后头忘了前头。一直以来，妈妈领我学法修炼从来不怕困难，认准的事情从不轻易放弃，一向很有毅力。可是这次几个月下来，我

背法的效率依然很差，如今妈妈也有些犹豫了，到底还能不能坚持背下去？这次妈妈让我自己思考并作出选择，到底有没有决心和毅力把《转法轮》背过？当我认真思考时，师父鼓励我，最好还是坚持背。就这样，我和妈妈一直坚持着，尽管背的很慢很艰难，却磨炼了我们的意志，增加了我们的信心，背法的信念也越来越强了！现在我和妈妈再也不犹豫了，当妈妈再问我能否坚持背下去时，我都会很有信心的说：“能坚持！”

就在前几天，我和妈妈背法时，经过反反复复的背，四十多分钟才背过几句法。妈妈说我脑袋里好像有个坏东西，在间隔着我和法，是它在障碍着背法。尽管很用心的背法，使劲往脑子里装，刚装进去，好像就被弹回来了。妈妈建议我发正念清理它，当时我心态不好，又气又急，没有彻底清除掉背法的障碍。

第二天我和妈妈背法时，我发现了旧势力给我安插的两样坏东西，旧势力在我脑袋上扣了一个二十厘米厚的铁盆，非常坚固，密不透风，压的我脑袋特沉；脑袋里还插了一块狼牙山（邪党的红色景点）的

石头，有点儿象狼牙，两边有尖儿，又粗又厚。就是这两样东西在我的脑袋里，障碍着我背法。

我求师父帮忙，除掉障碍，师父在我的手掌心各写了一个“大”字，我的手顿时变的巨大无比，比我的身体还大，我用大手转动着法轮，朝着狼牙石猛的击打过去，狼牙石顿时成了碎末。而铁盆扣的非常结实，很难摘掉，我先从太阳穴部位找到缺口，撬了半天，也没撬开，我求师父，后来师父派天兵来帮忙，用闪光剑把太阳穴部位的固定铁盆的东西边电击边撬，最后把盆摘掉了。

彻底清理掉这些障碍后，我半小时就背过一段，这在以前是不可能的。我背法的效率提高了，而且字字入心。这时，我天目看到：我满身汗毛孔都钻出来一个个坐着莲花的小佛，打着坐，捻着念珠，这都是功的形式。妈妈一触摸我的皮肤，小佛就钻进汗毛孔，妈妈手移开，小佛又钻出来。

师父还让我看到：我大脑里有一本《转法轮》，里面是白页的，背过一些，就装上一部分字，背过的那部分法散发着浓浓的金光；如果通读的

话，金光的颜色很浅，淡淡的。

遭到冷嘲热讽之后向内找

近日，在坐车时候发破网软件，遇到三个大学生不但不接受，还口出狂言，冷嘲热讽。在事情的过程中和过后，我静下心来找自己的问题并解体它，感受到修炼的又一次升华。

我坐的是个面包车，发给别人破网软件的时候，别人都很高兴。这三个大学生坐在后边，我给他们时，他们不但立即拒绝，而且开始散布邪党那套要看社会的积极面，不要看消极面等邪说。当时就感觉大学生中毒太深，很幼稚可笑，一心要说服对方，可平时的智慧好象都被抑制了，想不起来怎么说了；后来看他们愈演愈烈，说话越来越放肆，就有点鄙视的心理，想着邪党竟然把人毒害成这个样子，简直就是脑残；再后来就想，总是有人救不了的，那就随他去吧；一直到最后才想起来要找自己的问题。师父告诉我们：“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。”

关隘这个问题。始终把家庭魔难当作常人中的矛盾来纠结，结果纠缠几年总是周而复始、恶性循环；原地打转、走不出来。

5、舍弃钱财的背后，掩藏的是一颗安排“后事”的人心。“你知道大法弟子的圆满是一个多么伟大的事情？你身前后所有的事情师父都得给你管，用着你操什么心哪？你操的过来吗？你安排的了吗？是你说了算吗？我不是给大家讲过这个道理了吗？他福份没有，你安排什么都没有用啊，可是师父却能给你安排的了，有没有我都能安排的了。你说你操什么心哪？你只有去修炼，我什么都给你管，不是说过了吗？可是你们修炼不好，我什么也管不了。”（《二零零三年元宵节讲法》）对照师父的教诲，我真是汗颜、愧疚！因为自己人心不去而打“小算盘”，从而被旧势力钻了空子操控老伴“闹事”来去我的人心执著。同修一针见血地说：“你要不舍那笔钱，说不定还没有这件事！”我听后先是一怔，继而豁然开朗。大有一语惊醒梦中人的感慨！看来有些家庭魔难都是我的人心不去招来的啊！老伴呢，可能

有时候被当成了道具，有时候是在帮我修炼。我不但不能恨她，还真的要感谢她啊！她很可能为了我的修炼圆满吃了很多苦、受了很多的累啊。我后悔，我应该早一点与同修交流切磋这些家庭魔难，说不定就能早一些突破这种困境。

一点不成熟的粗糙体悟与同修交流。悟的不当不正之处，请同修慈悲指正。再次感谢师父的慈悲苦度，感谢同修真诚帮助！

【法会交流】

学向内找

芝加哥大法弟子

尊敬的师父好！

各位同修好！

修炼四年以来，前几年修炼不知道什么是实修，怎么向内找。三件事做了，遇到不开心的事情，不顺利的事情，过去了就忘，没有仔细想想，找找原因。直到从去年下半年开始担任我们分区推广神韵的协调人才开始学着向内找。

一、在神韵推广过程中找自卑心

在二零一二年神韵推广初期，我们几个分区的协调人在一起讨论与图书馆联系中国文

事？平时我还自认为自己修的不错，不存在信师信法不坚定的问题。现在听同修这么一分析，觉得自己在信师信法上还真是修的比较浅、浮、飘，不是很扎实。

2、如此执著老伴不关煤气的背后，掩藏的还是一个执著亲情放不下的问题。“人各有命”是修炼人耳熟能详的一句法理。但真正面对矛盾和魔难时，却不能想起来、理解好。何况还有“一人炼功、全家受益”的大法法理均衡着一切。至于说那几岁的小孙子，他能投生到我这大法弟子的家庭来得法，这本身就是神的安排，肯定是有他的福份和未来的。神安排的事，还用得着我多担忧、多操心吗？其实他们的一生早就安排好了，在另外空间存在着。师父说：“你干涉不了别人的生活，左右不了别人的命运，包括妻子儿女、父母兄弟他们的命运，那是你说了算的吗？”（《转法轮》）

3、如此执著老伴不关煤气的背后，掩藏的是一颗久去不净的争斗心、怨恨心、争常人理的心。当然，按常人中的理，烧火做饭之后肯定是要关煤气的。我执著常人的这个

理，争赢了又有多大的意义呢？人心不去成不了佛，人心不去上不了天，人心不去回不了家！“人心凡重难过洋”（《精進要旨二》〈心自明〉）！修炼的过程就是去人心的过程，人心去干净了才能离开世间。明知道是出差住店、小住几日、匆匆就会走，还如此纠结执著的不行，这不是想留下来当常人吗？

4、没有清醒地认识到，为关煤气屡屡与老伴产生的矛盾，实质上就是自己在修炼中要过的关。我们在修炼中要过的关，多种多样，接踵而来。被邪恶非法绑架是关，被家庭魔难煎熬也是关；邪恶可能指使恶人迫害修炼人，也可能操控我们不修炼的家人给我设置各种障碍。“关关都得闯 处处都是魔 百苦一齐降看其如何活”（《洪吟》〈苦其心志〉）不论是恶人、世或不修炼的家人，都可能受神佛的意旨或旧势力的安排，成为我们修炼中的关隘、背景。“作为一个修炼者，在常人中所遇到的一切苦恼都是过关；所遇到的一切赞扬都是考验。”（《精進要旨》〈修者自在其中〉）我的毛病就是忽视了家庭矛盾就是我们修炼中要过的

（《转法轮》）又说：“碰到的任何事情，第一念首先想自己，这就叫‘向内找’。”

（《什么是大法弟子》）我被干扰到这种成度，一直在向外找向外看，最后转了无数个念头，才想起来找自己，差距多大呀。当时，主要是找了争斗心的问题，也没有深入找下去。

第二天晚六点发正念的时候，我提前半小时坐下来，真正静下心来找了自己，真找出来不少东西。原来常人的表现，就是自己那不好一面的影子呀，就是自身魔性的投影。

争斗心，这个东西在日常生活中看来已经不明显了，可是在讲真相时候，一旦遇到不理解不接受的，说难听话的，就翻出来了。爱面子心、求名的心，平时自我感觉良好，很注意维护自己的形象，尤其在同修中经常掩盖自己的执著，表现的很光滑，这一下面子全无，让损的够呛。说服别人的心，总感觉自己口才好，很有说服力，面对面讲真相往往把对方说的哑口无言，就以为对方明白了。显示心，这个东西一直都有，时不时的就要表演一番，比如这次说自己是八十年代的大学生如何如何，结果

这也成了对方嘲讽的借口。浅尝辄止的心，讲真相不深入，遇到点麻烦或阻力就泄气不想再讲了，借口是反正已经给过你一次机会了，接受不接受都是自己的事。气恨的心，听到对方冷嘲热讽，虽说表面上还能保持平静，其实心里已经开始随着波动了，已经不高兴了。还有强加于人的心。

就这样一边找一边解体它们，身体震动很大，不断往外扩展，感觉每个细胞都很兴奋。向内找真的很玄妙，可是自己离师父说的第一念想自己差距还很巨大，离修炼的真正成熟还有相当大的距离啊。

近期的一点体会，不足之处，敬请同修慈悲指正。

修去执著老伴不关煤气背后掩藏的人心

说来惭愧，修炼到如今，还常有守不住心性的时候。前些时为老伴屡屡不关煤气这事儿，还大闹一通，差一点就动手了。

我们这小区，用的是管道煤气。燃气公司的室外管道是钢管，钢管进户后安装一个开关。再从开关处接一条胶皮软管到灶上。做饭时打开煤气开

关，再用灶上的开关打火。做完饭菜后，不论是先关气后关火，还是先关火后关气，反正煤气开关一定要关上，这是安全常识。也不是什么复杂操作。可我这老伴就象脑子缺了一根筋似的，做完饭菜后，她只习惯关灶上的火苗而不关煤气。也就是说，我家厨房灶具上使用的煤气胶皮软管，始终和燃气公司的室外管道（钢管）是连通着的。而胶皮软管是容易老化、破损、连接不严实的。一旦煤气泄露，那后果可能大家都知道——人中毒啊、遇明火爆炸啊等等。我善意地提醒她注意安全，但老伴就是不接受。我一提关煤气的事她就闹，蹦上天落下地的吵骂不休，说我挑她的毛病。几乎到了“大闹三六九、小闹天天有”的地步。我是修炼人，冷静下来的时候也知道不能与不修炼的常人家人吵闹不休，甚至对骂。所以，发现煤气未关后我就随手关上。尽量不说或少说（但心里实在堵的慌）。但我这老伴实在是怪的出奇，她看我总是盯着那煤气开关，就用一只颜色有点晃眼的塑料袋，把那开关捂上一缠、罩住。使我不能一目了然看清。这样我就得费时间走过

去用手摸，来判断煤气是否关了。

前几年曾为这事大闹了一次。老伴事后可能有所觉悟，还手写了一个“随手关气”的纸条贴在灶前的玻璃上。我一看心中暗喜（欢喜心出来了），觉的老伴终于明白过来了，有进步。于是特地用电脑打印了几张“请随手关气”的精致小纸条给老伴，有给她鼓劲、讨她高兴的意思。谁知没过三天，老伴旧态萌发，依然故我。我看这事儿算是没整了，但事关安全又实在放不下。没奈何，我只好提醒那几岁的孙子。告诉他怎么帮助奶奶关煤气、怎么提醒奶奶注意，等等。因为儿子媳妇离婚后，这几岁的孙子主要是我们在带。万一我不在家时有一个什么事，这孙儿不得遭殃了吗？谁知我这孙子也有意思。平时嘱咐他一点啥他不一定听得进、记得住。可这关煤气的事只说了一次，他就入了心。第二天午饭后，这小孙子就一本正经地问他奶奶：“奶奶，你关了煤气没有？”这一问不打紧，老伴就歇斯底里发作了，蹦上天落下地乱骂，一点理也不讲。我一时忍不住，就接上火气了。谁知老伴越闹越凶，不仅

寻死觅活，辱骂威胁我，还诬蔑、诽谤大法。我一时魔性发作，抓起一个椅子就扔了过去（只是吓唬她，没蓄意砸人的意思）！

过去发生这类家庭魔难后，我总认为这是常人中的家庭纠葛，不是属于修炼方面的事情，所以从来不在学法小组与同修交流。觉的交流这种根本就不值得一谈的琐碎事，真是有些丢人、不好意思的。因为觉的明摆着是她不讲理，也没想到要向内找，修自己。这次呢（本月初），因为前几天我刚刚把大半生辛辛苦苦积攒的十几万元存款，分成三个都是五万多元的存折，趁长假期间家人聚餐时，分给老伴、孙女、孙子各一个，但统一由老伴保管。我以为我修炼人做好人做到这个份上，老伴应该感激的五体投地才是。谁知舍了财还没落到好。老伴胡闹的时候一个劲地骂我坏，说我给她的存折不是钱。是“水中月、镜中宝，看得见、摸不到！”

（最近老伴热衷于听街头戏，临时学了几句戏文与我打嘴仗。其实在平时她还没有这份文学素养。）把我一时气的晕头转向，不知道说什么才好。所以参加集体学法时，我就对

同修讲了老伴这种不可理喻的泼妇脾气，希望大家能从法理上给我悟一下，帮我提高上来，走出家庭魔难。

同修静和淑（均为化名）两位同修大姐，冷静细致，条分缕析，从法理上帮助我、点醒我，使我才如大梦初醒般神清气顺过来。我想把同修帮助我的切磋意见整理出来交流，一是感激师父的慈悲苦度，二是感谢同修的坦诚帮助，三是鞭策自己不要原地打转，要尽快理智清醒地走出家庭魔难，提高上来，跟上师父的正法进程。师父在《转法轮》中说：“过去许多人因为心性守不住，出现的问题很多，炼到一定层次之后上不去了。”以前每每学到这里，总认为是在说别人。现在呢却明显感觉到师父是在“棒喝”我。下面几点，是在归纳了同修的切磋意见的基础上，加上我被同修点醒后的一些粗浅认识，综合而成。

1、如此执著老伴不关煤气的背后，掩藏的还是信师信法不坚定、不扎实的问题。从法理上知道，我们修炼人，以及修炼人的家庭、家人都有师父在管。都有神在管。哪能让你家出现煤气泄露、中毒的