

这时吴元祐老先生只觉的自己双足无力，天又下着雨，于是叫了个肩舆把自己抬回家。肩舆是一种简易的轿子：两个长竿，中置椅子以坐人，有点像四川的“滑竿”。经过自己妹妹家时准备到里面说两句话，他便请肩舆停下来，下肩舆进了门，只见妹妹一家正吃晚餐，没人起身接待自己，对他置若罔闻，他便有点生气了当即责问他们。不料他们却都吓的跑开了，吴老先生更愤怒了，猛拍餐桌，一盘煮虾被拍的掉到了地上。发完了脾气，转身就走了，依旧坐着肩舆回了家。

吴老先生自己回家后，马上身体就从睡眠中清醒了过来，一看身体还躺在床上，回忆刚才的事情，不像是简单的做梦。于是马上派他的儿子，也就是吴西桥医生，赶去姑姑家看看有没有特殊的事情发生。吴西桥去打探一番后回复父亲道：姑姑家晚餐时突然“鬼啸案倾，不知何故也”。吴老先生悟到：自己是元神离体，到另外空间走了一遭。他认识到自己念颂佛咒时心态不够虔诚的过失，病好后将自己的号改为“补余”，就是用余生弥补的意思。

通过吴老先生的经历，可以知道念诵经咒必须心静虔诚才有效。佛家虽然普度众生，可是也是有严格要求的，吴老先生只是一个在家信众而已，要求就已经很严了。那么作为今天佛家大法的修炼者而言，要求只能是更严，修炼者们必须做的更好更虔诚！

资料来源：清《履园丛话》

正见周刊



圣诞季又到来了，世界各地圣诞游行陆续登场，南澳的阿德莱德各个市政辖区也纷纷举办当地的圣诞庆祝活动。

今年在阿德莱德港（Port Adelaide）和诺伍德市（Norwood）的传统圣诞花车游行中，一艘承载着中英文“真善忍”大字的金色法船备受瞩目。这是多年来一直应邀参与该活动的当地法轮功学员本年度的又一崭新精心制作，受到主办方和观众们的欢迎和赞叹。

第 903 期

2019年12月10日

目录

正见新闻

- 国际人权日前 全球 350 万人要求法办江泽民 /3
 神韵承载神的信息 欧洲王室贵族：带来希望 /3
 国际人权日 香港法轮功学员举行反迫害集会 /4
 新西兰圣诞游行 法轮功受瞩目 /5
 费城郊区圣诞大游行 法轮功腰鼓队受欢迎 /5

神目如电

- 令人肃然起敬的人与最可怜的人 /6

修炼故事

- 一个性格古怪有心理障碍的人终于有了新生 /11

法会交流

- 在媒体工作中放下自我 /16

修炼体悟

- 背法使我从微观到表面的改变 /22
 “师父”的内涵太洪大 /29
 重视发放真相台历这个救人的项目 /31
 从同修平凡的言行中看到自己的不足 /32
 打印新版纸币的方法 /34

历史故事

- 念诵经咒，心不虔诚，虽多也不算数 /35

打印真相内容，手写也得防水的笔才好使。

原因是新纸币上面有一层蜡，所以，用以下方法就可以又快又干净的解决这个问题：

将纸币要打印的一面向上，整齐的摆放在防烫的平面上（切记只能摆放一层），在上面直接铺一层棉、或棉麻布料，然后用干式熨斗反复熨烫，将纸币上的蜡吸附在棉、或棉麻布料上。

这个方法一次可以熨烫几十张纸币。熨烫完的纸币平整、干净，和老版纸币一样可以打印、可以手写。防水、不防水的打印墨水和笔都可以用了。

熨斗温度调整在熨烫（棉或羊毛）的温度上即可。

仅供同修参考。

历史故事

念诵经咒，心不虔诚，虽多也不算数

德惠

苏州府长洲县有位吴西桥医生，他曾告诉别人自己父亲所经历的一次奇遇。吴医生的父亲叫吴元祐，字“天自”，六十多岁的时候身体依然很健康，信奉佛教，吃素，每天清晨必定念颂佛教中某咒语十余遍，无论寒暑从不间断。

一天吴元祐老先生得了场小病，感觉昏沉沉的，正卧床休息，睡梦中忽然看见两个鬼过来带他走，他也就跟着走了。不一会儿，就到了玄妙观的东岳殿中，抬头看见前方有一个人坐着，面色和蔼可亲，好像是这里的主管者。那人问他：你平日做过什么修行功德吗？他赶忙回答：我每日念颂佛教某咒语。这时旁边一个官吏模样的人说：此人念佛咒时“心不虔诚，虽多不算”，那主管者听后，就将他赶出了玄妙观。

我曾经幼稚不理性。记得一个下午，我在闹市张贴了不干胶标语，回家路上遇见他，显示心加上欢喜心，我摊开双手，让他看手上的黄色。我说刚贴了不干胶。那年代迫害很严重，没有现在环境宽松。我这行为多么令人后怕担忧。他没有严厉的埋怨我，指责我。温和的说：“你看鸡蛋如果有缝的话，会招苍蝇的”。这个比喻一直警醒我在做证实大法的事时，即便不怕，也要小心注意安全。后来在修炼甚至人生成长路上，我少了感性，更多了理性。

曾经有女同修夹枪带棒训我，我虽然知道修自己、不辩解，但总觉得被说得一头雾水，没有头绪。父亲也常说我东一榔头，西一锤子，而后说：“唉，对牛弹琴，作用不大”。C 同修话虽不多，但能切中要害，一针见效，令我近二十年受益。

C 同修薪水不低，除了贴补儿孙家用，便是用于大法真相资料。而他自己穿着朴素，早些年骑着自行车，现在骑着电动车风里来雨里去，给同修们传递资料。他也曾帮助过流离失所同修，但未曾透露详情。

潜移默化中的受益、个人修炼的升华更来源于二十年来他给我的师父新经文、新讲法，从 MP3 播放器、光盘、小 U 盘到收视新唐人等等，他都不厌其烦，教我们使用更新。

同修宽厚善良、默默付出、海纳百川的心性，让我发现自己的不足，从而更加平和、理性、忍辱负重。

我很感恩这些同修的言行对我的影响和帮助。他们平凡的行为、对法的坚定也影响着我，在修炼中，纵然跌倒，也要爬起来继续前行。

打印新版纸币的方法

大陆大法弟子

大陆最新出版的一元、五元、十元纸币，无法用打印机

正见新闻

国际人权日前 全球 350 万人要求法办江泽民



今年是法轮功遭中共持续镇压迫害第 20 年。在国际人权日 12 月 10 日前夕，“全球声援中国民众控告江泽民迫害法轮功的刑事举报连署活动”总协调朱婉琪律师公布最新全球举报统计。从 2015 年 7 月

到 2019 年 12 月 5 日，全球 37 个国家超过 350 万民众连署刑事举报，向中共最高检、最高法院举报江泽民迫害法轮功的反人类罪行，要求法办元凶江泽民。

截至 2019 年 12 月 5 日为止，全球已有 37 个国家和地区的 3,507,705 位民众连署刑事举报。根据统计，台湾、日本及韩国民众参与举报江泽民的人数为最多，台湾有 117 万 2,920 人、日本有 83 万 8,295 人、韩国有 67 万 1,422 人。欧洲方面，共有 28 国参与，乌克兰、以色列、西班牙、俄国及罗马尼亚连署举报的人数居多；澳洲参与举报的人数则超过 20 万人。

神韵承载神的信息 欧洲王室贵族：带来希望



欧洲国家历史悠久，文化多元。神韵在欧洲进行巡回演出期间，欧洲的王室贵族、军方统帅、社交名人、传奇明星、商界巨头等各界名流齐聚剧院，争相目睹。更有很多人跨国追看神韵，成为了奇观。

各界人士都用最真挚的语言来赞美神韵。

Hohenberg 王子来自奥地利王室霍恩贝格家族，也是一名慈善家，他认为神韵演出传递出非常积极的信息，背后有着很深的涵义。“这是真正纯善纯美、壮丽非凡的演出。”他赞叹道。

英国贵族、上议院议员、王家维多利亚勋章的大十字骑士勋章（GCV0）以及大英帝国司令勋章（CBE）获得者 Lord Sterling of Plaistow 先生赞佩：“中国古典舞太伟大了！”他还认为中国传统智慧和神性内涵非常重要，“演出的全部理念对这个时代来说，太难能可贵了。”“演出水准极高，舞蹈美不胜收，乐团精彩绝伦，音乐真是令人叹为观止！我完全被迷住了。”

国际人权日 香港法轮功学员举行反迫害集会



12月8日上午，香港法轮功学员在爱丁堡广场举行“维护人权 结束迫害”大集会，香港多名立法会议员和多个团体代表、学者在集会上发言，赞扬法轮功学员对信仰的坚持与勇气。有发言人呼吁社会做好大审判的准备，迎接中共的解体。

集会于8日上午10点开始，香港法轮大法佛学会会长简鸿章在集会上表示，中共恶党末日疯狂，在香港强推恶法，激起史无前例的全城抗议运动。

他指出，在过去的五个多月，中共在国际都会的香港上演了原来只会发生在大陆发生的镇压善良民众的丑恶大戏，造成越来越严重的人权灾难，从而充分曝光了中共的“假、恶、暴”本性。

的能量，总能感染我，使我意识到自己的不足。

一、酷暑中精进学法的农民工同修

三伏酷暑天的一个中午，父亲同修买了饭菜去看我的奶奶。快到那里时，需要停下推电动车上路面台阶。上去后，父亲看到在路面阴凉处，一个人躺在地上休息，另一位盘着腿捧着一本书在看。看他双盘打坐姿势，双手捧书虔诚阅读的样子，父亲猜测是同修，就问道：“看《转法轮》呢吧？”他很惊讶，问“你也修炼”？看装束是农民工，尽管身材瘦小，但说话声音洪亮，底气十足。父亲说：“咱们是同修，我这是给老母亲送饭去”。他说“那好，越最后越精进！有机会咱们切磋”。

我听了这个见闻后，感慨万千！觉得农民工挣钱生存不易，很辛苦，不象我们生活安逸。但他却能在工余休息时间，在那挤时间学法。他那精进不怠的修炼状态值得我们反思自己，找出差距，赶上去。四个整点的发正念能高质量的保证吗？每天的学法、炼功都能雷打不动的保证吗？每天能时时刻刻把自己当作一个真正的修炼人不忘使命吗？这需要每位同修也包括我需要问一问自己。

二、宽厚善良的同修 C

同修 C 是位不善言辞成熟稳重的人，在市政技术工作上成绩优秀。很多单位的本科大学生、研究生都得向他求教。他说工作经验是一方面，更多的智慧来源于大法。

一九九九年大法横遭迫害，但每星期的《明慧周刊》都是他送来的。那时空气中都透着紧张、压抑，很多小区设了大门和门卫，街上安了监控，也常有办事处、社区的人加班巡逻。为了维系整体修炼提高，他顶着多大压力，可想而知。他把“法轮大法好”张贴出去，他说就想让人们知道法轮功没有被迫害倒下，仍有人坚持修炼。

修炼的心得，经验与教训，比学比修，越做越好，对那些刚出来发台历的同修更是个促进。

另外，发台历讲真相救众生这个事情是毋庸置疑的，即使个别同修在做的过程中出现纰漏也不允许旧势力以此为迫害同修的理由，之所以会出现某个同修被邪恶迫害的事情，我个人觉得是旧势力以“为考验当地整体”为借口所做的事情，因为我们是一个整体。往往一旦出现这种事情时，往往有些人就会上当，向外找，用人的想法去分析同修被迫害的原因，去指责同修，说同修这存在问题，那存在问题，有这个心，有那个心等等，否定同修做的事情，甚至带动一些人在同修中传，干扰整体，做着魔喜欢的事情，这样的做法是大法弟子该做的吗？师父法中讲：“到现在啊，还有一些学员互相之间在配合上非常差。不只是一般的差，甚至是拆台。我告诉你，不管什么心，只要是佛法弟子的项目或者是佛法弟子应该做的事情，你起了拆台的作用，你就起了魔的作用。不管你觉的我是佛法弟子、我也做了很多事情，可是那些旧势力一笔一画的帐在给你记。”【1】其实我们遇到的任何事情都是在考验着我们自己，例如当听到同修被绑架迫害的事情时，第一念是为他的正念还是暴露出自己的执著，向内找提高上来，全力营救同修，以此为突破口整体配合、讲清真相、曝光邪恶等才是佛法弟子该做的事情。希望我们抓住每次机会，提高上来！

本人层次有限，有认识不足的地方请同修慈悲指正！

【1】李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈什么是佛法弟子〉

从同修平凡的言行中看到自己的不足

河北佛法弟子

许多同修高境界的行为，是一种无声的语言，散发出正

新西兰圣诞游行 法轮功受瞩目



二零一九年十二月七日、八日周末两天，新西兰法轮功学员参加了汉密尔顿（Hamilton）市、基督城（Christchurch）以及奥克兰（Auckland）四个区的六场圣诞游行。

从十一月底到十二月初，新西兰一共有十五个城市或地区，邀请了法轮功学员与当地社区一起欢庆新西兰最大的节日——圣诞节的到来。由法轮功学员组成的天国乐团英姿飒爽、乐曲雄壮；舞龙队灵动欢快、盘旋飞舞；腰鼓队步伐矫健、鼓声悦耳，给新西兰民众带来了许多惊喜，更让当地华人眼前一亮。

费城郊区圣诞大游行 法轮功腰鼓队受欢迎



二零一九年十二月六日晚，美国费城西郊的西切斯特市（West Chester）举办了一年一度的传统圣诞大游行。该游行被《今日美国》（USA Today）报纸评为“见圣诞老人最理想的十大地方之一”。

游行主办方西切斯特市商会说今年的游行历年最大，有六千人参加游行，现场观众超过四万人。总部位于西切斯特市、全球领先的视频和电子商务零售商 QVC，以及费城的 6ABC 电视台、社交媒体等对游行活动进行了实况转播，估计收看的人数上亿。当地媒体《本地每日新闻》（Daily Local

News）、《今日 VISTA》（VISTA Today）等也对活动进行了报导。

来自纽约、由五十多名法轮功学员组成的腰鼓队参加了当晚的游行。这是法轮功团体连续第十二年受邀参加，也是每年游行队伍中唯一的华人团体。法轮功学员们身着黄色传统服饰，胸前佩戴着小彩灯，由带有圣诞装饰的“法轮大法”横幅引领，在夜幕斑斓的灯光下特别醒目。伴随着《法轮大法好》、《喜庆》、《退党进行曲》、《新中国进行曲》、《铃儿响叮当》五首风格鲜明、节奏明快的乐曲，她们踏着整齐的步伐，洪亮的鼓声振奋人心，受到沿途民众的热烈欢迎。

神目如电

令人肃然起敬的人与最可怜的人

初衷

在法轮功真相的感召下，很多世人清醒了，有了善念与勇气，在善待大法弟子中，表现出的不凡言行令人肃然起敬。

2019 年 11 月 28 日的明慧网有篇大陆大法弟子的文章《我的二表哥》，作者的二表哥不是法轮功修炼者，其所作为却令人肃然起敬。原文转录如下：

二表哥是我姨的二儿子。妈妈只有姐妹两人，爸爸差不多没什么亲戚，所以我姨家应该就是我们家唯一的亲戚了。

在邪党迫害大法弟子，妈妈和妹妹流离失所的时候，二表哥接纳了她们，安排她们在同一个城市居住，并且象照顾自己的妈妈、妹妹一样的照顾她俩，二表嫂和他们的儿子也是这样。这是因为二表哥全家都听过妈妈给他们讲的真相，知道大法好，大法弟子都是好人，由衷的认同大法。

重视发放真相台历这个救人的项目

大陆大法弟子

明慧真相台历这些年来做为一个救人的项目，在中国大陆救度世人，使人了解真相方面起到了很好的作用，希望同修们都重视起来，参与进来，扮演好各自的角色，起到各自的作用。当然不是说都来面对面讲真相送台历，根据各自的心态、状态、特点、特长，互相配合用心做好这个项目，如果我们都能够在这个项目上心往一块使，拧成一股绳，就能使这个项目发挥更大的作用，救度更多的众生。不要觉得这个项目是那些会打印、会制作、敢于面对面发放的同修的事情，与自己无关，这个救人的事情没有该谁做不该谁做的。其实这个项目也给了那些不能够面对面讲真相的同修一次整体配合救世人的机会，为什么这么说哪？因为我们虽然不能够面对面讲真相，但是我们配合面对面讲真相发台历的同修，发正念清理干扰同修们发真相台历的那些邪恶因素，清除那些阻碍世人了解真相的一切邪恶因素、黑手烂鬼、共产邪灵的时候是不是会加强发台历同修们正念，使发放台历、讲真相更加一帆风顺，同修们所到之处邪恶全灭，会使大量的世人被救度，那么这个功劳里是不是也有你的一份，这样的效果不是我们期盼的吗！

每年的十一月、十二月是我们集中发真相台历的时期，时间短、发放量大，更需要我们配合做好这个事情，时时注意修心性，不生欢喜心、不要有攀比心，修去争斗心、妒嫉心、怨恨心，更不要再有指责、埋怨同修的心，互相配合的同修要查找自己的执著心，发现同修的不足善意的交流，即使同修不听也要努力做到放下自我，全力的配合同修，千万不要被旧势力挑拨形成间隔。建议面对面发放台历讲真相的同修能经常在一块交流做的过程中暴露出的执著，如何向内找

上。我的岳父在单位是水电工，水平很高，厂里要求他带几个徒弟，他答应了，也很尽心尽力，就是脾气不好，徒弟做不好，一个耳光就上去了，因此有几个徒弟受不了，相继离开，只有一个徒弟坚持下来，现在也是水电工高手。他回忆起那段时光，很感谢我岳父，没有岳父的耳光，就没有今天的成就。现在，“师父”一词已经没有了那时的纯净度，带上了很重的金钱气息，拜师要交钱的，每天中午要管师父一顿饭，直到学成为止；教的过程中，师父未必尽全力，要靠自己的眼力劲，学多少要靠自己。

在中共党文化下，过去再好的东西，建立在善良本性基础上的东西，都被中共的假、恶、斗冲击的只剩下单词，内涵完全变异了。“师父”本是很神圣的称呼，到了中共这儿，都带上了邪恶的表现形式，被金钱、贪欲、色情等包围，再也看不到其中圣洁的内涵。

但是，法轮功的传出，为众生开辟了新的未来，“师父”一词也赋予了更深更神圣的内涵。过去，师父发表新经文，文后直接署名，现在师父都带上“师”字。我个人的体会：只有“师”，不是“师父”，不带有人中的情，师徒关系更纯净、圣洁，而且“师”在不同层次还有不同的内涵，只有“正法时期的大法弟子”才有“师”，才有这宇宙中无上的荣耀与称号。

我体会到了这一点，再对别人介绍法轮功，很自然的向民众介绍师父如何如何好。在明慧网上，很多同修都是很自然的讲“师父叫我们这样做的，你要感谢就感谢师父吧”，是我自己的党文化思想障碍了自己。

“师父”的含义已经不单单局限在“一日为师，终身为父”上，抛去情的因素，其意境更纯正圣洁，在大法弟子心目中，“师”的话就是法，在不同层次有不同的体悟，作为修炼的人，只有修好自己，做好三件事，才能报答无法用语言表达出的师恩。

这一帮助就将近二十年。期间经历了许多事情，包括后来，我在遥远的南方被迫害，二表哥都陪着妈妈往返于东北和南方之间，包括面对恶人对我的迫害，他都当面大声抗议，毫无惧色。

一、妹妹被非法劳教，妈妈得照顾

我和妈妈还有妹妹都修大法。“七·二零”后，先是妹妹被非法劳教两年，七十多岁的妈妈既要经常去劳教所看妹妹，又要独自一人面对艰难的生活，二表哥就每周给妈妈打电话，每到刮风下雨、下雪，天气恶劣，就细心叮嘱妈妈注意安全。并且每月从外地乘火车去看我妈，解决几乎所有生活上的难题，这一晃就是二十年，坚持到现在。虽然现在妹妹和妈妈住在一起了，但表哥仍然坚持每月至少来看我妈一次。

二表哥非常细心，在妹妹第二次被非法抓捕迫害直到判刑期间，妈妈已经是八十多岁的人了，还要艰难的营救妹妹、反迫害。我在南方工作，只能每年去看妈妈一次。二表哥则经常去照顾妈妈，解决生活问题。怕妈妈年纪大了记忆不好，生活细节上出差错，特意打印了许多提醒的大字，如门上贴着“出门别忘记带钥匙”等等。

这样的事情坚持一年两年已经不易了，坚持二十来年就太难能可贵了。妹妹第二次被非法关押后，共开庭四次，每次妹妹被非法开庭时，二表哥都是全家从外地赶来参加旁听，正气十足。

二、陪妈妈到南方营救我

后来，我在南方被恶人非法抓捕，八十五岁的妈妈一个人从东北去南方营救太艰难，二表哥陪着妈妈多次往返于东北和南方之间。开庭时看到恶人给我戴了脚镣，他愤怒的大声抗议：“我弟犯了什么罪要戴脚镣？！”开庭后，当法官不同意妈妈见我时，二表哥又对法官说：“你说你不让老太

太见儿子，要是你们判他三年五年，老人那么大岁数，如果真有个三长两短见不着最后一面多遗憾哪！”

二表哥不仅是帮助我家，一次他在街上看到一个老年女大法弟子讲真相时，被不明真相的常人抓住手不撒开，扬言要举报，他机智的把老人的手从那人手里拽出来，救下老人，又马上给老人叫了出租车，对司机说：“快把老太太拉走，能走多远就走多远，”并给了司机十元钱。老太太的女婿后来多方打听到二表哥家的住址，带着礼物登门道谢，被二表哥婉言谢绝。

妹妹第二次被绑架后，二表哥又在街上遇到老人，还特意请老人帮助发正念：“我妹妹被绑架了，快帮我妹妹发正念！”二表哥在单位也经常给同事讲真相，劝人三退。

好人有好报

妈妈经常对我和妹妹说，不知道和二表哥一家是什么缘份，他和他们全家人都太善良了。当然他们一家因为善待大法和大法弟子也得到了大福报。二表哥本来是几个兄弟姐妹中身体最弱的，现在却变成身体最好的，虽然六十多岁了，还跟年轻人一样每天从早忙到晚。

二表哥的儿子技校毕业，那所学校的毕业生从来就没分配过工作，可到他儿子毕业时，那一届毕业生都被当地一家大型国企招收去，成为正式员工。之前没有过，之后也再也没有了。

原来二表哥家的居住条件特别差，住在一座几乎和危房一样的旧楼里。就在前几年，表哥意外买到了一户超低价的宽敞明亮的新楼房。

二表哥的儿媳妇是个大学生，善良贤惠，对老人非常孝顺。亲家就是看中他们家人的善良正派才同意与他家结亲的。如今老俩口每天哄着小孙子，安享天伦之乐。

就在前几天，我去东北看望母亲，二表哥因为担心路上

师父说的：“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。”（《二零一八年华盛顿DC讲法》）

在大法的无边内涵里，自身那个小小的“自我”在融化。

以上是自己背法修炼的一点体悟，个人所悟、层次有限，如有不当之处，请同修慈悲指正。

“师父”的内涵太洪大

大陆大法弟子

新唐人电视台有一档节目“今日大纽约”，感恩节时播放了一段视频，三位法轮功学员谈了自己的修炼感悟，并合十胸前感恩师父，当时我的泪水不由自主的流了出来。对“师父”一词的内涵有了更深的体悟。

第一次参加法轮功师父的传功讲法班是在河南的郑州市，那天是1992年6月12日，星期六的上午，师父做带功报告会，晚上才是正式的第一堂课。就是在那次的带功报告会上，我认识到自己今生终于有师父了。整个学习班结束后，晚上我乘坐火车回学校，泪水止不住的流了一路。

那时我心中有师父，可就是嘴上说不出来，有个障碍在那里，后来明白这是中共党文化，怕被人当作“封建迷信”。那时社会上正流行“老师”的称呼，问个路，打听个事，不管男女老少都可以称“老师，如何如何”。可是对别人介绍法轮功，总是说李老师如何好，这个功如何好，可是心里是别扭的，明明是师父，却用“老师”代替，常人中的老师也给予不了学员这么多东西，能把道理讲的这么通俗易懂，而且内涵博大精深。

我理解的“师父”一直停留在“一日为师，终身为父”

时间，利用好时间。

在背的过程中有时会遇到，心烦，背不下去了或是困的不行，我就开始找自己，有哪些人心被带动了，卡在哪个心性关上，等提高上来了，又能流畅的开始背法了，往往师父又给我展示了新的法理和内涵。我悟到背法和修炼是息息相关的，实修中放下人心，背法中才能领悟及提高。

背法让向内找修自己也向更细微处展开。比如修去利益心，通过学法及实修悟到，除了要放下对钱财、利益的执着。在去利益心的过程中尤其在“新买的东西、名牌、价值贵的东西，付出过辛苦努力的东西”，在面对这些东西的取舍时，更能容易引起我的执着。

比如有一次女儿不经意的问我：怎么会忘了给她买东西？为什么会忘？总得有个理由吧？我马上想到，是啊？为什么呢？此时体内向内找的机制就开始启动。发现我会把要做的事情自动在脑子里排序，根据给事情排序的先后顺序，来安排我的行动。从我认为重要的事情中我看到了我执着的地方，我执着个人利益，执着安稳的生活，执着眼前的利益。对众生有分别心，计划好了才去救人，背后有强大的私心。

背法也给我带来了外在的改变，看我十年前的照片，轮廓是扁扁的典型的中国人的五官特点，现在我五官变的更有轮廓更立体，多年不见的朋友说我变化太大了，在街上一定认不出我了。

回想起从国内到海外的经历，感觉到师父给安排的修炼路有序而又紧凑。在哪里已经都不重要了，在法中才是生命巨大的保障。师父给每个弟子都安排了一条独一无二的路，在我的这条路上，感谢师父一直在提醒我背法再背法，以前我觉得我在背法，后来才悟到是师父在往我脑子里压进这部法，压到我生命的微观处。随着背法的深入，深切的体悟到

不安全，一再叮嘱母亲，我一到家马上给他打电话。我是凌晨三点到家的，二表哥就一直等着，直到接到妈妈的电话才放心。

这就是我的二表哥，虽未得法修炼，却令我肃然起敬。

这是一篇完整的展现善待大法弟子得福报的故事，作者的二哥能在法轮功学员遭受巨难的情况下，不惧中共邪党的谎言蛊惑与暴力打压，勇敢的善待法轮功学员，其勇气和善行值得世人尊敬。

也有明白真相的警察善待法轮功得福报的。一位在 110 大队工作的警察说：“有一次我值班，接到举报电话，说有发资料的法轮功学员，我有意拖延时间，等到了现场后，我老远还能看到那两位法轮功（学员）老夫妻，我有意再拖延，直到他们离开才去处理事儿。”后来，这位警察夫妻及其母亲都明白大法真相三退了，日子过得很红火。不久，他被调到看守所，妻子升职，儿子健康、英俊。

他就职到看守所后，碰上多位被非法关押的大法弟子，他有意提供机会让他们炼功，且早上还送鸡蛋给大法弟子吃，大法弟子被非法关押到期释放时，他还嘱咐大法弟子以后注意安全。

也有很多拒绝真相，遭受恶报成了最可怜的人的。

辽宁省大连某一个刑警队长，自制一个鞭子专门打大法弟子。一天晚上睡着，被鞭子抽醒，看看没人，就觉的有鞭子打的感觉，非常痛。第二天他告诉朋友说：见鬼了，晚上睡觉就觉的有人拿鞭子抽我，抽的我直滚，疼痛难忍，那时真有些受不了，想死了算了。话说第二天，上任新队长死在家中，被煤气熏死。上任不到三个月才 36 岁，造孽踏上一条不归之路。

重庆市江津区贾嗣镇派出所所长周立波，出生于李市镇黄桷乡，年四十余岁，因患皮肤癌于 2010 年 12 月 16 日痛苦

不堪地死在医院病床上。据当事医生讲，周临死时哀叫：“我不再整法轮功了，饶了我……饶了我吧！”

1999年7月22日晚八时，当时江西省共青市公安局政保科科长杨得全和手下窜到辖区法轮功学员家强抄法轮大法书及相关物品，共抄抢法轮功书籍三百多份，咒骂大法，行恶直到23日下午六时。杨得全开着吉普车装运被抄抢的法轮功书籍到达共青城分局大院后，突发脑溢血晕倒在座位上，一直不醒。开发区邪党书记余修炎从南昌接二位专家来抢救，然而杨得全一直不醒，至半夜一点，跟家人说了一句：“神找我来了，不用救了。”说完立即死亡，仅43岁。余修炎指示让共青电视台和报纸宣传说杨得全是抗洪抢险疲劳过度，不得报道杨得全死亡过程及本人死时所讲的话。

原山东省乳山马陵铁矿姓宋的二把手，家住贸易城。其妻、丈母娘家有好几位修炼法轮大法，并且都从中受益匪浅。江氏流氓集团迫害法轮功后，乳山的恶警紧随其后，大搞株连政策。作为领导的宋也受到了相当大的压力，在这种情形下，宋无视家人在修炼大法后得到身体健康，人心向善，不是保护亲人，而是时常责骂家人，诽谤大法，并撕毁大法书籍。家人劝说也不听。

2004年，原本身体健康的他猝死。死后堕入地狱，才知原来大法弟子说的都是真的，法轮大法是佛法，诽谤大法和迫害修炼人业大无边。于是，他就找到正在上小学的外甥铁柱（小铁柱从小天目就打开了，能和另外空间的灵体沟通），告诉铁柱，说他错了，让铁柱告诉他妻子和家人，说他不该撕坏大法书籍，干扰家人修炼，并请求铁柱告诉他妻子，让他妻子拿上他的照片，到他坟前，至少喊100次“法轮大法好”，才能超度他，减轻他在地狱所受层层苦难。

谁是最可怜的人？被中共谎言拉入地狱的人才是最可怜的。他们拒绝真相，被中共谎言牵着鼻子走，把迫害法轮功

法。我背下了《转法轮》，想起以前在被非法关押期间曾经背过很多经文，那是师父的鼓励，今天我依然会穿插着背《洪吟》、《精进要旨》及新经文。

最近背完了《飞天大学中国古典舞教学讲法》，师父让我领悟到在史前的远古时期，神就奠定了用神传文化救度世人的内涵，生生世世轮回中我们当过文人、武士。人中的角色就在神的文化中，你中有我，我中有你，都在神铺垫的文化中。感受到了师父对所有生命的珍惜。

师父给我展现了神传文化内涵与价值。神传文化是具有包容性而不是排他的，这让我看到自己在平时有维护自己的项目的一颗私心。让我更能站在整体的角度看待各个项目之间的各自发展和互相补充的重要性。师父又教会我，不要局限在自己在常人中的销售经验，而是吸取其中的精华，走出一条独特的媒体销售的路，要做好销售，做到最好，做到极致。

背完这篇经文，再学《转法轮》，师父又给我展现：“这还不算什么，那要炼到什么成度？要使人的身体百脉都在逐渐加宽，能量越来越强，变的越来越亮。最后使上万条脉连成一片，达到一种无脉无穴的境地，整个身体连成一片，这是通脉最终达到的目的地。”（《转法轮》）

一连几天我无论是走路、吃饭、睡觉都被一层外在的气机包围在一种强大的能量中。第一次感觉到发正念被暖暖的能量包围着。第一次悟到只能意会而不能言传的法的内涵。

四、背法给我带来的改变

几年坚持背法带来了由内而外的改变。背法让我的主意识更强，不容易被环境的变化带动。背法让向内找的机制深埋在体内并且不断加强，自动的就在自己的意念中时刻找出人心，归正不正的念头。背法让我能在繁忙的工作中，珍惜

讲着真相。

三、在海外做项目的同时坚持背法

来到海外我直接就进了媒体从事销售工作，还参加了天国乐团。由于修炼环境的变化，工作忙，还要参加学习及照顾家庭。总是难以平衡好修炼与生活和工作关系。有几年曾经中断了背法，只是保持和项目人员一起的集体学法。后来渐渐的放松了修炼，身体出现了病业假相的干扰。

在手臂和脚底长满了大脓包，疼痛难忍的时候。我以前背过的法显现在脑中：“怎么是幻象呢？这实实在在摆在那儿的物体，谁能说它是假的呢？物体存在的形式是这样的，可是它的表现形式却不是这样的。而我们的眼睛却有一种功能，能够把我们物质空间的物体给固定到我们现在看到的这种状态。其实它不是这种状态，在我们这个空间中它也不是这个状态。”（《转法轮》）

我悟到，身体出现的都是假相。心中升起了对法的正念。可是身体上我还是实实在在的疼痛难忍，腋窝和腿部的淋巴都肿起来了。这时又想起背过的法：“因为功的演化过程是极其复杂的，人的感觉什么也不是，不能凭着感觉修炼。”（《转法轮》）

我悟到，连痛的感觉也是假的。后来我很快就突破了病业假相，师父在梦中给我展现了震撼的一幕，我遇到了一个巨大的关难，师父在梦中让我看到师父用身体替我承受了这个业力，梦中的我哭了，醒来后用尽人的语言也无法表达及感恩师父展现出来的“佛恩浩荡”的一面。

那时我又开始背法，我采取的方法是，利用一切碎片的时间背，比如开车的时间，在办事中等待的时间，坐地铁的时间。甚至我能一边背法一边微笑着给众生发资料。除了每天和项目中的同事一起面对面学法，我利用所有的时间背

当作工作的一部分，等到报应临头才知道后悔。

一正一邪的比较，相信读者心里自有一杆秤。法轮功真相能救人于危难之中，中共却是想着法子迫害法轮功，把人拉入地狱中。

善待法轮功学员得福报，在法轮功学员受难中，人还能明白真相，还有善念与良知，敢于站出来支持法轮功学员，发自内心的尊敬法轮功师父，其善言善行不仅令人肃然起敬，而且会得到神佛的护佑，会得到神佛赐予的大福报；相反，拒绝真相，不知天高地厚的叫嚣：“我是共产党员、无神论者！我就是不怕遭报！”“有报应就让我遭报应吧，我不怕。”“我什么也不信，共产党给了我钱，我就是要为共产党卖命，怎么就没见报到我头上。”“法轮功能平反我就去死！”“我不干了还有我儿子干”等，继续跟着中共迫害法轮功，最后的结局一定是惨烈的恶报，不仅成为最可怜的人，还会祸及子孙，这不是人为的，是善恶有报天理的必然。

人在世间，种什么因得什么果。顺应天意、天理而行，顺应宇宙特性真、善、忍而行一定是福报；背离天意、天理，诋毁真、善、忍，按照中共假、恶、斗为人处世，结局一定是可怜、可悲又可叹！

修炼故事

一个性格古怪有心理障碍的人终于有了新生

启慧

我是一名乡村小学教师，女性，四十多岁。未得法前，我是一个性格古怪，心理障碍极其严重的人。没有朋友，和家人也没什么话说，更没有主见，独来独往，冷漠。而且在

单位上班还需要家人陪伴，先后有姐姐、母亲、父亲陪伴过我。自己很苦恼、忧郁，都不知道自己生活在世上有何意义。1998年，父亲喜得大法。在父亲的推荐下，我也走入了修炼。但自己思想业力重，性格扭曲，对大法法理认识很肤浅。但我心里知道只有大法才能救我，因此我紧紧的抓住大法，渐渐地我也能独立的在单位工作，同事说我终于长大了，再也不需要家人陪伴了，所以二十多年来我一直没有离开过大法。

在工作单位上证实法

自邪党迫害法轮功以来，我一直在现所学校工作。我与领导、老师和睦相处，不计较个人利益得失，看淡名利，不求回报。学校评先、评优我都主动退出，让他们评。我工作二十余年了，我的职称还是二级教师，工资比跟我一起参加工作的同事低一长截，虽然偶尔也有心里不平，但很快就想到了师父的法，师父说：“我们修炼人讲随其自然，是你的东西不丢，不是你的东西你也争不来”[1]。没有怨言，活得充实、快乐。每天早上来到学校，我都把老师的办公室打扫的干干净净，还坚持每天提桶水给老师们洗手。老师们都愿意亲近我，说我每天乐呵呵的，没有烦恼，过得很幸福充实。还有位老师快退休了，他说：没有某某（指我），都不知道和谁说话了。父亲在迫害初期就和我校领导、老师讲过真相。因他们受邪党宣传谎言毒害太深，大多数老师不相信，有位校领导还打举报电话。而其中一位老师（后来任第二任校长）却不反对，因为他父亲被中共镇压过，对中共没有好感。随着讲真相的深入，他自己和家人都退了党团队邪党组织。在他任校长期间（他大概当了7、8年校长），我对他说我们学校小学生不要戴红领巾，每年六一儿童节也不要搞入队宣誓，因为搞这个活动对你和学生都不利。他开始有

整段背下来。段与段之间也是如此，第一段背下来了，就第二第三第四段连贯的背。直到整篇经文都背下来。这种背法的好处是，背的比较扎实，记得牢。因为是连贯的背，背到最后前面的内容会越来越熟悉，因为每天都在不停的重复。背到后面的段落就多重复几遍，有时候重复几十遍、上百遍，就会和前面的段落同样熟练。由于是连贯的背，能看懂一些、能明白一点师父讲法的连贯性，同一个问题师父从不同的角度讲，从不同的层面讲，同一句话背后都有着不同的内涵。

晚上在劳教所的宿舍里，有时候有一两个小时的休息时间，我就背法，给全宿舍的人听，普教也听的很认真，众生都沐浴在大法的洪大慈悲中。

那时我背下了《洪吟三》、《大法弟子必须学法》、《什么叫助师正法》、《二十年讲法》、《二零一二年美国首都国际法会讲法》、《曼哈顿讲法》、《在新唐人电视讨论会上的讲话》，还有一部份《精进要旨》内的讲法。后来师父又鼓励我们，把《转法轮》陆续送进来了。于是我就开始背《转法轮》，由于之前背法打下的基础，结果我花了四个月的时间背了六讲《转法轮》。

在那里其实我每天从早上五点起来去地里干活，然后吃完早饭就去车间干活，一直到晚上再去地里干活。每天十几个小时的劳动，夏天顶着烈日，冬天狂风呼啸，每天都是在户外劳动。但是由于每天大量的背法，整个人沐浴在法中，心中始终有一种愉悦，看谁都是乐呵呵，警察都觉得奇怪，这么苦怎么还挺高兴的？都说我心态特别好。

是啊，滚滚红尘，不管是什么阶层什么职业，众生都在苦中，又怎能理解生命被救度后的喜悦呢？我结束非法关押回家后去学校接孩子，同学的家长都问我：“两年不见，你是不是去韩国做整形了？怎么变漂亮了？”我笑着和有缘人

《转法轮》中的〈论语〉、《洪吟》、《洪吟二》每天在心里背，还在墙上用意念及目光，把一个一个字写出来。一遍一遍的背，一遍一遍的写。在那种高压的环境下，我却没有感到恐惧，感觉自己的一些功能都被师父打开了。警察为了要“转化”我，成立了攻坚小组，定了专门的计划。奇怪的是她们想问的问题，想对我做什么，我都能提前知道。她们提出的问题我都能对答如流。另外空间的生命还通过警察的嘴，专门用法理上的问题来考我对法的理解，来考验我是否坚定。我都一一做了回答。最后一次警察问我：“你师父说过谁能动了你，就能动了宇宙。我们不是很容易就抓你了吗？动你不是很容易吗？”

我回答：“我们师父说：‘你真正作为一个修炼的人，我们法轮会保护你。我的根都扎在宇宙上，谁能动了你，就能动了我，说白了，他就能动了这个宇宙。’（《转法轮》）

然后我又说：“你看我在家是修炼，你们把我非法抓来了，我不还在修炼吗？你们不也没有能”转化“我吗？我师父给我安排的这条修炼的路，你能动的了吗？你动了我的人，可是你能动了我的心吗？根本不可能！”到这时候，邪恶对我的思想”转化”以失败而告终。紧接着我被转到数千公里之外的另外一个劳教所继续非法关押。

在那里我们被安排从早到晚每天十几个小时的劳动，但是我已经不是被单独关押，而是和其他大法弟子一起。那时就能看到很多大法经文。由于环境特殊，能传到我手中的经文就非常宝贵，还要保护好，避免被劳教所的警察收走。于是我又开始背法，只要传到我手中的经文，我都尽快背下来。也不能自己选择，给我啥就背啥。

我背法是采取背完第一句然后接着背第一第二句，再连贯的背第一第二第三句。再连贯背下去，以此类推，直到一

些顾虑，我就不断的给他壮胆，讲清真相，他渐渐的就打消了顾虑，没搞入队宣誓。在他任校长期间，只有一次学生入过队，那次是因为我心性没把握好，和他产生了摩擦。他可能对我有想法，让学生入过那次队，现在想起来很遗憾。除此之外，他都没搞过入队宣誓仪式。其中有一次，他对我说学校积压这么多红领巾，想搞入队宣誓。3块钱一条红领巾，卖给学生（为钱财自己捞一点小利）。我与市里同修商量切磋，同修说：为了满足他的利益之心，她出5块钱一条，把我们学校的红领巾，全部买下来。我就把同修的想法转达给校长，后校长也没把红领巾卖给我们，以后也没再提这个事。直至现在我们学校都不搞入队宣誓，多年来我校看不到有人戴红领巾。而且我们学校也不升血旗，因为旗杆顶端上的滑轮坏了，血旗升不上，我就把放在办公室里的血旗，用报纸包好，放入自己的提包里，回家把它烧毁了。有一回，校长提出修理旗杆顶端上的滑轮之事，我说这没什么必要去修，升起这个血旗，对我们学校不吉利，会带来厄运。他听了后说就跟着我的思路走，这事就这样不了了之。

与学生相处，我也是以一个修炼人的心态对待他们，把他们都当作自己的孩子一样。对差生也不歧视，表扬他们的闪光点，学生之间发生矛盾了，就用法中师父讲了韩信忍受胯下之辱教导他们。曾经我用EVD在教室里放传统文化的光碟给他们看，他们都很喜欢看。我还在班上放《普度》、《济世》的音乐给他们听，学生说：老师，我听这音乐很想哭！我明白这是他生命期盼得救的渴望。在生活上我也很关心他们，冬天下雨时，学生把身上淋湿了，我就用吹风把他们头发吹干，用电炉子为他们烤湿衣服，见到贫困学生还把自家的衣服送给他们。课间休息同学们玩游戏，身上擦破了皮，我自己掏钱买创可贴给他们贴上。夏天天气炎热，同学们自己带的水不够喝，我就自己掏腰包在商店买桶装水给他

们解渴。我还自己在班里安排书法课，教他们写毛笔字，并自己花钱买毛笔赠送给学生。

我们班还有一名同学，家里贫穷，本人懦弱又胆小怕事，成绩也很差，老师们都看不起她，同学们也欺负她，下课了同学们都在操场玩耍，她却一个人呆在教室。一次几个同学围着她用笔在她脸上画，侮辱她，看到这个情况，我就在班里教育学生，要同情贫穷，帮助弱小，要做一个有爱心、善良的人。“赠人玫瑰，手留余香”。同学们点点头，似乎明白了其道理。因此同学们对我有种特别的感情，特别亲热，老远见到我都要跑步过来喊声“老师好”、“老师好”，生怕自己的这份情感被落下；其中有一个学生（非本班的），出车祸脚骨折了，她奶奶背她上学、放学。春天雨水多，地面又滑，我看在眼里记在心里。那时我食宿在校，我想还是我来护理她吧。于是我对她奶奶说明我的意思，她奶奶激动不已，握住我的手说：老师啊，您太好了！就这样她和我一起生活，早上我为她端洗脸水，端早餐给她吃，晚上我为她端洗脚水，端晚餐给她吃，就这样一直照顾她脚恢复为止。我曾经把关心学生的一些事迹写成论文，刊登在《湖南教育》杂志上。因此，许多学生家长都很乐意的把自己的小孩，送到我班上，说让某老师教，我们家长放心。有的家长还送来钱，把鱼、蛋、鸡，水果等之类的送到我手上，表达他们感激之情，我尽量拒绝，硬是拒绝不了只好勉强收下。一次，一个学生的外公竟塞给我 200 元钱，说是女婿感激老师的一点心意，请收下。我想推辞，他执意不肯。放学时，我将钱放在该学生书包里，待学生回家后，我打电话告诉其家长你的心意我领了，谢谢你！钱放在你儿子书包里了。当然在这浊世洪流中，也只有我们修炼人，才能达到这样的境界。

做力所能及的事证实法

2004 年我开始走入修炼，记得经常自己在背《转法轮》中的〈论语〉，有一天刚刚十五个月大的女儿，突然也坐在儿童车上开始背〈论语〉，我听了大吃一惊，因为她还刚刚开始学说话，一开口居然就是背（论语）。我意识到孩子是来得法的，不能放松带孩子背法。那时孩子会说的话也不多，但是经常一到晚上天黑了，她不睡觉，就说：“我要回家。”我只好抱着她在客厅里走。我说：“这就是家呀，我们就在家里呀。”但是她还是不睡，睁着大大的眼睛，嘴里喃喃的说：“我要回家。”那时我经常在半夜里抱着她在客厅里一圈一圈的走，她只说：“我要回家”。后来我就说：“妈妈知道你是来得法的，妈妈一定好好修，我们都跟师父回天上的家。”最先带她背的是〈论语〉、《洪吟》，她三岁的时候，就会连贯的从头到尾背诵七十二首《洪吟》，很快的《洪吟二》也能连贯的背下来。后来我送她上学的路上，每天都背，有时候她不想背，我就自己背，背到哪了，或者哪里背错了，她都会提醒我，大法已经深深的种在她的心里了。后来孩子七岁的时候我被非法关押了两年。在这期间她姥姥带她，姥姥也是大法弟子，就继续带她背法，那时她把《洪吟三》中的诗词部份背下来了。孩子的状态和大人不一样，同化法很快，背过的法不会忘，我也没见她怎么复习，随时随地我会抽查她考她，只要是她背过的法，无论哪一首她都能准确无误的再背出来，不会错不会忘记。

二、在被非法关押期间背法

我曾经被非法关押两年，刚开始我感受到来自另外空间的邪恶因素及迫害的压力非常大。后来我开始背法，这让我有了强大的正念。由于不“转化”我被单独关押，经常让我面对墙壁，从早到晚一坐就是十七八个小时，坐在高凳子上不能动，由两个包夹看着我。我就每天背法、发正念。我把

人！”我感谢同修给我的“棒喝”，让我意识到自己这个根深蒂固的问题。

在这里我向这位协调人诚挚的道歉，以前真的说过他不少坏话。不过从那天开始，印象中就再没有说过这种话了。大概是师父也看到了我想去掉这颗心的意愿，现在我对协调人的各种决定也更加理解了，更能认同了，好象也没有那么多可抱怨的了。

虽然跟协调人在一些事情上仍有不同的见解，但是坚持自我的执着和抱怨的心减弱了，所以配合起来顺畅了许多。我觉的这更是师父希望看到的，也能对媒体项目起到更加正面的作用。

一点粗浅体会，与同修交流。不当之处，请慈悲指正。

谢谢师父！

谢谢同修！

注：

[1] 李洪志师父著作：《二零零三年元宵节讲法》

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法六》〈亚太地区学员会议讲法〉

[3] 李洪志师父著作：《各地讲法十》〈在大纪元会议上讲法〉

[4] 李洪志师父著作：《转法轮》

（二零一九年新唐人、大纪元法会发言稿）

修炼体悟

背法使我从微观到表面的改变

海外大法弟子

一、带小弟子背法

我没有面对面在外面讲真相，因为我曾经心理障碍极其严重，得过忧郁症，还住过院，所以师父对我们要求相对低一些。

“弟子：有学员几年前犯过精神病，住过院，但近几年来没犯病，现在他参加证实法的工作，是否我们建议他尽量少抛头露面，低调在幕后做工作？”

师：这是好建议。如果有的学员把握不好自己、开始学法之前是有精神病史的，在家修可以。当年传法时我一直讲，有精神病的是不让进场的；你学，我可以管，在家学，我谁都度；但是，不能够进场。得使大法弟子的这个修炼环境能够得到保障，不能受到干扰，所以危重病人、精神病人我不让进场。有精神病史的学员在背后做点什么，讲真相的事情可以少做或不做。”[2]

所以以前父亲做大法书时，我就在家里配合他做大法书。父亲后来转入讲真相三退时，我又天天上网登记三退名单。还经常为他写的文章打字，父亲称我是他的好帮手，他的文章经常在明慧、正见网上发表，他鼓励我说这也有我一份功劳。而且市里也有很多同修拿名单让我作三退，记得有一次同修拿来快上万个名单，我都欣然的上网作了三退。我常对他们说，有三退名单你们尽管拿来，我也要为大法做点力所能及的事。我家是学法点，来学法的都是老年同修，学法前我为他们端水洗手，读法时我为他们纠正错别字，老年同修都感叹地说我帮他们校对了不少错别字，而且还给指出了添字掉字现象，真是收获不少。而且市里同修来我家，到我县城去贴真相资料，我为他们带路，给她们提供饮食，常常把家里最好吃的给同修们吃，他们都感叹地说象回到自己的家一样。夏天她们晚上住在我家，发资料汗湿了，我为她们洗衣服，无怨无悔。

结语

我一个曾经有精神疾病的人，上班还要父母、姐姐陪伴，一个人不敢在学校生活，到现在活泼开朗，班里大、小事情我都能正确处理，上期学校还安排我带毕业班，并当班主任，而且学校有些事领导都想找我商量切磋。我也有个完整的家庭，丈夫很相信大法，他也经常看《转法轮》，曾经发过不少真相资料。有个乖巧的女儿，现在读初中了，她会背《论语》、《洪吟》。虽然还没正式修炼，每天晚上都要学几段《转法轮》才睡觉，天天给师父敬香，她很少生病，且在整个小学阶段她班上只有她一个人没入过队。我能有今天，是因为我心中有大法，师父给我开启了新的人生，师父给我智慧、给我力量。

我深深的知道我离师父的要求还很远，还有许多执著心没去，修的不扎实，但我会一如既往的在这条前无古人、后无来者的证实法的路上勇猛精进，直到圆满，跟师父回家，不辜负师父的慈悲苦度和众生对我们的久远期盼！叩拜师父！合十！

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《二零零四年纽约国际法会讲法》

法会交流

在媒体工作中放下自我

纽约大法弟子

尊敬的师父好！

各位同修好！

在这里跟大家交流一下做媒体项目的十几年间自己的一些修炼体会。

四、在工作中放下自我，配合协调人

在这些年的工作中，我经常跟主管在一些经营和管理的理念上有不同的看法。毕竟生活经历不同、性格特点不同、生命的来源不同、修炼的层次不同、承担的责任不同、考虑问题的角度不同，所以对媒体经营管理的理解有所不同，也是情理之中。

如果我认为主管或协调人对某件事或某个人的处理不当，我会提出我的看法，至于他/她是否提取我的意见，我不会坚持，也不会争执。主管让我怎么做，我就怎么做，但是心里并不认同，仍然暗自坚持自己的见解，从而生出抱怨心。

在协调人没有发出直接指令和没有直接管辖的工作上，我还是用我的理解和做法去行事，而这些做法有时会跟协调人的想法不相符。有一次协调人直率的问我：“到底是我协调你，还是你协调我？”让我差点冒冷汗。我意识到，我虽然在坚持自己的原则，但也不能这样“阳奉阴违”，这不是真正的“配合协调人”。

因为没有从协调人的角度出发，所以经常认为“他是错的，我是对的，用我的办法才能让项目更健康的发展”。这种抱怨情绪无形中在另外空间形成一股负面的因素，只能对项目起到阻碍作用。同时我还在跟很多与自己见解相近的同修交流时，谈起对协调人的抱怨，到后来几乎成为一个习惯而不自觉。一方面给协调人同修造成一些负面的影响，另一方面也让自己的执着越来越强。

几个月前跟一位同修交流，我又说起对协调人的负面看法，她打断我说：“你在背后这么说你的老板，好象不好吧？”我脸上一阵发热，心里“咯噔”一下，“真的，我怎么能这样？背后说人坏话，这哪是君子所为？更别说是修炼

三、一切来自大法，不可“贪天之功”

加入媒体后逐渐有个感觉，好象大法给我“开智”了。这些年来我担任过不少角色，涵盖媒体内的多个领域，似乎哪个角色我都能应付得了，工作成果也经常得到各方的认可，包括外部的客户及内部的主管和同事。在这些赞扬声中，那个“自我”不知不觉的滋长起来。

其实我很早就意识到，自己一直有一种很强的“精英意识”，就象师父形容的：“他觉的别人都不如他，他干什么什么行，觉的确实了不起。”[4]虽然我并没有觉的别人都不如我，也没有这方面的妒嫉心，但心底确实觉的自己挺了不起。

我也不断的在抑制那个“自我”，但是那个深层的执着毕竟没有完全清除，总还是会表露出来，并通过同修来点醒我。近两年我开始做一些较大范围的协调管理，工作中我时刻提醒自己要谦卑低调，但有一次当地佛学会的协调人不客气地说我“尾巴翘上了天”。我既感到吃惊又觉的好笑，可是他的话让我反思，肯定是自己做得不好，才让他有这种感觉。

更加让我警醒的是这些年里，看到一些能力超群的同修因为执着自己的个人能力而恃才放旷、显耀自己、贬低他人，后来在修炼上纷纷出现问题，很多离开项目，甚至离开大法。我为其惋惜的同时，也提醒自己，一切智慧和能力都来自大法，千万不可“贪天之功”。

师父说：“有的在这方面能力强一些，有的在那方面能力强一些，你可不要因此而想入非非，你说我有这么大本事啊，怎么怎么样，那是法赋予你的啊！你达不到还不行呢。正法需要使你的智慧达到那一步，所以你可不要觉的你自己怎么本事。有的学员想让我看他的本事，其实我想，这都是我给的，不用看了。”[1]

一、经历生死关后正视自己的“做事心”

我于二零零三年七月在美国读研究生时得法，正赶上当地筹办中文大纪元，所以得法之初就跟大纪元和媒体结下不解之缘，跌跌撞撞一路走到今天。在媒体中的工作兼顾了我的个人修炼和正法修炼之路，似乎做媒体就是师父给我安排的修炼道路。

我在媒体中做过不同的工作，先是从小区记者和编辑做起，后来又参与广告经营。毕业后全职加入媒体，成为销售经理和经营主管，逐渐参与到报社经营的方方面面。后来当地创办英文大纪元，又成为英文的主管，从排版套版，到取报发报，到财务行政，很多工作都由我这个报社唯一的专职人员来承担，每天都忙忙碌碌，又快快乐乐。

因为整天忙于日常事务，疏于静心学法和坚持炼功，很快修炼上就出现很大的问题，尤其是工作中滋生出的“做事心”和“证实自己”的心，觉的自己又年轻又能干，确实挺厉害的。强烈的执着心被旧势力钻了空子，我于二零零五年八月发生严重车祸，在生死关口走了一遭。

那次车祸真是来取命的，我的左肺叶坍塌、左肾破碎、骨盆断裂、五根肋骨骨折、脾脏撕裂、输尿管折断、所有内脏大出血。

现场的惨烈让人不敢相信还有幸存者，我受伤的程度一度让医院放弃抢救。但是在师父的加持下、在当地同修的帮助下、在同修妻子的照顾下，我没有接受任何外科手术，却以奇迹般的速度恢复，让所有医护人员都啧啧称奇。二零零六年初我又回到媒体正常上班。

巨难过后，我不得不沉下心来，反思自己的修炼状态。之前真是把工作当成了修炼，只顾做事而忽视了学法、炼功、修心性。师父说：“学好法，修炼中绝不会影响你什

么，反而工作起来、学习起来事半功倍。”[1]

在加强学法炼功之后，我发现不但事情没有被耽误，反而工作效率更高，签单成功率好象也更高了。此后我便不断的提醒自己：工作再繁忙，也不能忽视个人修炼，也要安排时间学法炼功。

二、相由心生 变压力为动力

我当时所在地华人不多，大纪元每周的发行量也只有几千份。当时只有我一位全职销售，加上另外二三位兼职销售，最初几年每月的广告收入才几千美元。因为自己当时还在大学兼职教课，加上车祸的赔偿金和太太的薪水，生活上还过得去。也觉的当地的中文媒体没有太大的潜力可挖，有点“得过且过”的心态。从二零零六年到二零零九年每年的广告收入都是\$3万多到\$5万多，现在回想起来这个数字简直是个笑话，但是当时真的悟性太差，没觉的有什么不对。

从二零零四年起，师父多次针对媒体的经营讲法，很早就鼓励我们，“大法弟子办的媒体一定会成为主流媒体的。

（鼓掌）不但成为主流媒体，将来是世界第一大媒体，（鼓掌）其实你们办的报纸架子已经是了。”[2]也一直督促我们学习常人企业成功的管理和经营的经验，希望我们早日走上良性循环，早日成为正规媒体。

我曾做过一个梦，梦中我站在一座金碧辉煌、高耸入云的大楼前，头脑中闪过清晰的一念，这就是大纪元未来的办公大楼，醒来后仍觉激动。可是现实中大纪元的运作一直没有突破，不仅是我们当地小报社，似乎各地报社都处在相似的状态，直到二零零九至二零一零年。

二零零九年师父在《在大纪元会议上讲法》中讲到“相由心生”[3]的法理。我感觉师父同时也在另外空间帮我们媒体清理掉很多干扰，很多事情开始发生良性变化。

二零一零年秋大纪元总部落地旧金山，召集全球各地的负责人开会，商讨如何学习成功的管理经验，让媒体尽快实现突破。会上总裁提出“日报社月收入\$100万，周报社月收入\$10万”的目标，很多人以为总裁口误，其实说的是“年度目标”。总裁确认是“月度目标”后全场震动，认为这是Mission Impossible“不可能任务”，但是震惊之后很多同修也开始思考，“为什么不可能呢？”

我听到后也感到巨大的压力，毕竟二零零九年我们全年的收入还不到\$6万，离目标还有二十倍的差距！但是正法的洪势在推动着我们所有的人，师尊也在加持弟子的正念。法理交流之后，大家不再纠结于“目标是否可行”，而是开始探讨“如何达到目标”。

不知不觉中，我觉的压在头顶、让我难以喘息的重力转换了方向，变成了顶在背后、推动我前行的动力。我们当地的管理团队开始积极想办法，跟当地同修交流，建立管理制度，扩大销售团队，组织业务培训，提升自身技能。

同时外在的很多因素也在变化，总部提供强有力的产品支持，当地房地产业蓬勃发展，更多人加入媒体，包括我的妻子同修也成为当地的销售主力。我也辞去了在两所大学的教职，全力投入媒体。一时间“天时地利人和”三者兼顾，整个团队都处在一种向上的氛围里。我们的业绩实现快速增长，从二零零九年到二零一一年收入增长了五倍多。

二零一二年初我和妻子搬到纽约参加另一项目，但是这几年间的变化让我见证了正念的威力和“相由心生”的法理。二零一五年我们回到当地，再次见证报社的年收入在三年间从\$30万增长到\$61万。这样的数字是以前难以想象的，但是在师父的加持和同修的努力下，我们做到了，月收入\$10万不再是“不可能任务”。