

去你的孝心上天知道，现在你的不孝的私心，上天也知道了。劝你今后还是自谋生路，否则，你会冻饿而死。今天你在这里怨怪上天，罪过已经不小，你后悔也没有用了。”说罢又不见了。后来，龟年果然贫困交加，冻饿而死。

今天见到很多人一不顺心就骂天怨地，却不知上天既是慈悲的也是公平的。人前世做了坏事就要偿还的。孝心虽大，也要真孝才行。上天已经成全了乔龟年的孝心。在他需要钱财来侍奉母亲时，给了他足够的钱。后来母亲死了，不需要再孝敬母亲了，神就不能再给他钱财了，这是非常合理的事情，乔龟年却认为自己是孝子就应该自己也要享受荣华富贵，已经对“孝”产生了误解和附加了条件，最后竟贫困交加而死，也是天意。

不是上天不怜悯孝子，是因为一切都是有理在那里摆着，神也不能随意打乱这个理的。

正见周刊



2021 年即将到来，高雄部分法轮功学员近 500 人，齐聚桥头糖厂中山堂前，向法轮功创始人李洪志师父拜年，感谢师父慈悲救度，誓愿新的一年精进修炼，将法轮大法的美好带给更多世人。

目录

正见新闻

- 台中学员元旦谢师恩 身心受益传真相 /3
 澳墨尔本法轮功学员恭祝师父新年快乐 /3
 新泽西州学员集体炼功并祝师尊新年快乐 /4
 香港青关会解散 中共在港打压法轮功失败 /4
 日本学员新年征签 呼唤正义善良 /5

修炼故事

- 大法神迹显 师父慈悲唤 /5
 八十多岁的老太太正念解救同修 /13

修炼体悟

- 心 在美国大选中平静下来 /14
 守住自己 摆好位置 /16
 最后时刻 抓紧讲真相救人 /20
 闭着修也能看到发正念的威力 /24
 向内找分清了什么是神念、人念、恶念? /27
 从一次过病业关的经历 看一思一念的重要性 /31
 不给邪恶有可乘之机 /36

万物有灵

- 手机 72 小时恢复 /37

神传文化

- “孝子”饿死？原来真孝没有附加条件 /39

神传文化

“孝子”饿死？原来真孝没有附加条件

空石

很多人做好事都是有条件的，比如不能损害自己的利益或者自己也必须得到什么？总之附加的条件才是他的根本目的。中国人常讲“善有善报”，那么孝子是不是也要得到好报呢？真相也许会有一定的出入。

古时有个叫乔龟年的，对母亲很孝顺。常通过给人写字换钱，把钱拿去买各种美食孝敬自己的母亲。有一次乔龟年到井边打水，忽然有个穿黑衣的人从井里跳出来，对龟年说：“你受穷是前世因缘所定，何必因为你母亲的不如意你就向天哭诉呢？”乔龟年向前施礼说：“我常恨自己不能富贵，好使母亲享福。母亲年纪大了，靠我写字挣的那点钱，根本就不够用。越想越苦，不觉就向天哭泣了。”神人说：“你的孝心感动了上天，你可以从这个井里取钱百万，这是上天的赐与。”说完就不见了。龟年果然从井里拿到了一百万钱。从此就常常买来珍肴美味给母亲吃，也不出去给有钱人写字换钱了。

三年后母亲死了，乔龟年把剩下的钱都用来办了丧事。结果，又穷困起来。有一天，他又来到得过钱的井边，怅惘地说：“过去我穷，上天赐给我钱。如今我又穷了，上天怎么就不给我钱了呢。若是过去上天看我是孝子才给我钱，难道我现在就不是孝子了吗？”不一会儿，那位黑衣神人又从井里跳出来，对龟年说：“过去上天知道你没钱孝敬老母，才给你钱让你买好东西，并不是救你的穷。今天你不用再孝敬老母了，当然就不会再赐钱，你有什么可怨怪上天的呢？如果怨恨，就证明你对母亲的孝心是不真诚的，证明你存有私心。”龟年听后十分惭愧，忙行礼告罪。神人又说：“过

修费我就选择放弃，同时希望它能继续诚念九字真言。结果老板告诉我“小蓝”主板肯定是不行了，显示屏坏了，就算修了也不一定能用，主板肯定是烧了。我听他这么一说就把手机拿回了。我一直在找自己的人心，找出了利益心、争斗心、显示心、妒嫉心、怨恨心、欢喜心等等人心。晚上，下班回家路上在想“小蓝”不会轻易放弃自己的。我就一路上叮嘱它记住“法轮大法好、真善忍好！”告诉它即使寿命到了记住九字真言将来也会有个好未来。然后唱大法歌给它听。到家后我就炼功，心想让“小蓝”也听听，于是就把它放在播放器底下，让它认真听。炼完功我就去洗澡，转念又一想应该放“天音”给它听，同样还是把它放在播放器底下，然后我就做自己的事了。期间也感到“小蓝”在努力恢复中，提醒我它正在努力。我自己也还是一边做事一边向内找，也在心里和“小蓝”道歉向它说：对不起！

没想到18号早上5点55分，听到“小蓝”在嘀嘀地叫，我一看整个屏幕完全正常了。心里很激动以致发正念也没静下来，因为这是我第一次真真切切感到大法的威力与超常，感受到了向内找的神奇，感受到了万物都在渴望被大法救度，感受到了师父就在身边。因为在这之前总觉得自己做得太差，怀疑师父可能不管自己。

写出“小蓝”的故事旨在证实大法的超常与师父的无所不能。只要我们真心信师信法、世人诚念九字真言就一定能得到师父的慈悲救度。

因为承诺“小蓝”如果能恢复就把它的事写给“正见”。因此成就此文。第一次提笔证实大法的超常与师父的慈悲，如有不当请慈悲指正。

正见新闻

台中学员元旦谢师恩 身心受益传真相



辞旧岁，新的一年，万象更新。二零二一年元旦下午二点，台中地区的法轮功学员齐聚台中市政府广场前集体炼功，怀着最崇高的敬意，双手合十于胸前，向法轮功创始人

李洪志先生，齐颂：“恭祝师尊新年快乐！法轮大法好！真善忍好！”

学员们集体炼功的殊胜祥和的壮观场面，吸引众多的市民和外国民众，纷纷举起手机、相机拍照摄像，有的跟着比划动作，学炼起来。来来往往的台中市民，停下匆忙的脚步提笔诉江联署，纷纷表达对良心正义的支持。

澳墨尔本法轮功学员恭祝师父新年快乐

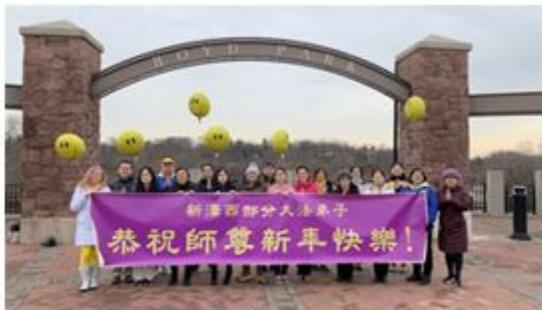


2021年新年到来之际，墨尔本部分法轮功学员来到位于市中心的财政花园（Treasury Gardens），向法轮功创始人李洪志大师拜年。各族裔新老学员心中洋溢着无限感恩，他们双手合十、齐声道出对师父的

祝愿：“恭祝师尊新年快乐！”

由于中共病毒（武汉肺炎）疫情限令对户外聚集人数的限制，墨尔本很多法轮功学员都无法参加合影，但对每一位学员来说，能够修炼法轮功都无比幸运、珍贵；修炼让他们的生活有了全新的内涵。

新泽西州学员集体炼功并祝师尊新年快乐



二零二一年一月一日，美国新泽西州的部份法轮功学员们在**新布伦瑞克的博伊德公园**（The Boyd Park in New Brunswick）集体炼功弘法，恭祝师尊新年快乐。

新年的第一天上午，原本预报的阴雨天，豁然神奇的展开了蔚蓝的天空，金色的光芒普照万物，祥和与宁静围绕着四周。新泽西州中部学法小组的中、西法轮大法弟子们一起来到博伊德公园（Boyd Park）进行户外炼功，发正念、向慈悲伟大的恩师表达新年的感恩和恭贺！

香港青关会解散 中共在港打压法轮功失败



迈入 2021 年，万象更新。一直坚持在街头讲真相的香港法轮功学员，发现长期在街头“打对头”的中共红色组织青关会一夜间消失了。青关会是前中共党魁江泽民成立专责迫害法轮功的 610 组织在香港的分支机构，自 2012 年前香港特首梁振英上台至今，在街头滋扰法轮功学员讲真相已有 8 年时间。

总部设在美国的国际人权机构、追查迫害法轮功国际组织（简称“追查国际”）发言人汪志远表示，青关会解散是大快人心的事情，也说明中共打压难以为继，到了快要解体灭亡的时候。他强调，中共迫害法轮功犯下的是群体灭绝罪、反人类罪。青关会解散，不等于逃脱罪责。他们具体执

木的文章，在本劳教所与我县的同修中传，其用意是这么坚定的大法弟子都转化了，你们还不转化呢？因为我不知邪恶的阴谋，给邪恶可乘之机，从而起到了破坏大法的严重后果，也是对大法、对师父的不敬。事后自己很愧疚。

最近邪恶的“清零”活动也是使出了同样的花招，要同修在三张白纸上签上三个名字，说以后再不来找你了（骚扰），同修以为不再来找是好事，也同样中邪恶圈套，在此提醒同修们，邪恶要我们干的，都是不能干的，三张白纸就可写“三书”下面是同修签的名，尽管是假的，邪恶还可交上去请功，请同修把握好，不给邪恶有可乘之机。

万物有灵

手机 72 小时恢复

福建大陆大法弟子 寒梅

和大家分享一次向内找和万物皆渴望被大法救度的心得，旨在证实大法的超常。

2020 年 12 月 15 日晚，我不小心把手机“小蓝”掉到水里。谁都知道手机进水不是报废就是花大钱维修。我捡起手机把“小蓝”埋进米堆除湿，大约一小时之后我拿起手机一看，屏幕变绿瞬间黑屏。手机算是主板烧了。下班回家看见“小蓝”偶尔一闪一闪的，我就心里想：它不能就这样被淘汰了。于是边走边和手机沟通，告诉它记住“法轮大法好！真善忍好！”九字真言，让它自己选择留在我身边还是被我丢弃。到家后看屏幕仍是一闪一闪的，觉得它渴望留下，还是有希望恢复的。我就又把它埋在米里同时我也向内找自己的心性问题的。

第二天我去上班时看见手机还没好，就把它拿去维修。路上我也和手机沟通并向内找。告诉手机如超过一百元的维

极高层次的人。”

但是紧接着师父又说，“一个常人修炼你可不要有替亲人承担罪过的想法，那样大的业力一般是修不成的。”

我的奶奶是佛教居士。小的时候她常常给我念诵的古文里有一句，“守口如瓶，防意如城。”修炼人看守自己的意念，要象守城的士兵看守城池一样，一丝一毫都不能马虎。任何松懈，都会给敌军带来可趁之机，造成长驱直入的后果。

何况我是正法时期的大法弟子。师父说过，“一个针尖那么大都有无数亿的生命在看你们。”（《二零一四年旧金山法会讲法》）一个不正确的念头，被旧势力看到了，就会给自己招来不必要的魔难，教训实在太深刻了。

23年，我随着师父的正法进程一路走来。从中体验到修炼的乐趣与荣耀，严肃与艰难，玄妙与神圣。我明白弟子的使命和责任，用行动兑现着下世前对师父的誓约。今后我要继续勇猛精进，修好一思一念，不负浩荡洪恩。

不足之处，敬请同修慈悲指正。

合十

不给邪恶有可乘之机

衡阳大法弟子

我于2000年因发真相资料被非法劳教，在劳教所里我很坚定，常喊法轮大法好、炼功等，从不配合邪恶。因此，邪恶给我的迫害更加严重，使我的身体受到了严重的摧残。邪恶看我身体不行了，害怕弄出人命来，准备释放我，他们说只要我在纸上写个自己的名字，就释放我回家，我不知道是个圈套，就照写了。

后来得知一个邪悟的大学生，写了一篇诬蔑大法的文章登载在小报上，名字落款却是我的名字。他们把这篇移花接

行者将面临报应，要争取赎罪。

日本学员新年征签 呼唤正义善良



二零二一年元旦的清晨，日本关东地区法轮功学员们的的身影，就出现在了九段下车站。他们拉起横幅，摆放真相展板，派发资料，向日本民众细心地讲述中共对法轮功学员犯下的酷刑迫害、活摘器官并贩卖的反人类罪行，呼吁日本民众伸出正义之手，帮助制止迫害，征集签名举报迫害元凶江泽民。

修炼故事

大法神迹显 师父慈悲唤

大陆大法弟子口述，同修整理

一、大法神迹显

得法前我的身体很不好，因此为了身体健康曾进过寺庙求神拜佛，也曾练过许多气功。一九九六年的一天早上，我到公园练气功时，看见一群人在那打坐，我好奇的走了过去，学着他们打坐的样子坐着，不大一会儿就觉得有一个罩罩着我，使我感觉非常的舒服。等炼功音乐停后我才知道是法轮功，于是我在心里想着：我就炼这法轮功！后来我请了《转法轮》宝书，神奇的是，书中的字在不停的旋转而且放着金光。我还经常能看到天上有许多许多神在天上飞来飞去的，很美妙。由此我倍感大法的神奇与美妙。通过学法，我按照“真、善、忍”的标准要求，改掉了一直以来骂人、打

人的坏习性，不断的学做一个好人，更好的人。在这过程中出现了很多神迹，我想写出来与大家分享。

1. 巧妙化解磨难

一九九九年七月二十日，全国上下发动了一场专门针对法轮功的疯狂打压迫害，我地同样没有幸免于难，以前大家一起户外学法、炼功的集体场所也就失去了。但是同修们仍习惯性的在每天早上去公园转一转，见见面，交流交流。当时去公园的同修每天差不多超过二百人。一天我又象往常一样来到公园时，发现情况不大对劲，人变多了，而且很多都是一对一对的。我本能的意识到当中有很多便衣混入其中，便让熟识的一位同修赶紧到公园侧门去通知即将到来的同修马上返回，我则到公园正门去拦截。事后得知当天早上本地公安分局、国保大队伙同派出所的一起召开秘密会议，准备对在公园聚会的同修们实施非法大抓捕。本以为此事万无一失结果惨遭失败，因此负责抓捕的派出所所长回去后气急败坏的一边骂一边大喊：这么秘密的会，是谁泄露的？有警察回答道：会一开完就直接行动了，不可能有人泄露消息。所长又说：我早晨看见某某（指我的名字）与另一个人交头接耳的说着什么，一定是她！并叫户籍警察去把我抓来。

说到这位户籍警察，其实在此之前我与他也有过一些交集：有几次同修在发放真相资料被抓后，就说资料是我给的，因此本地派出所、六一零、社区等人经常将我从家里绑架到洗脑班迫害，并将家里抄得乱七八糟，结果什么都没抄到。（因我发一念：师父，大法的资料让他们看不见，不准毁损。）每次他们见我一点也不害怕，家人也没有因此而反对我修炼法轮功，所以他们对此感到很纳闷。

一天这位户籍警察趁我们身边没其他人，便与我交谈，问我为什么要炼法轮功，为什么这样抓我都不放弃。我告诉他：

我向内找，找到各种各样的人心：妒嫉心、欢喜心、争斗心、显示心、色欲心、好奇心、对名利情的执着心，好像自己不太有，但是既然总能迅速看到这些人心在他人身上的显现，那说明自己样样有。发正念清除这些人心，有时候似乎好一点，有时候还是痛的厉害。

在同修的鼓励 and 帮助下，这期间我参加了日本和香港的所有游行。虽然开始时心中没有十足的把握，但在师父的慈悲加持下，居然每一次都吹奏着大法乐曲走完了全程。

2018年的9月份到底发生了什么事情？所有的游行结束后，我突然想起来，那时候是儿子从欧洲回来了。一个月后，单位检查身体。儿子以前身体都很健康，在欧洲因为喜欢美食，长胖了不少，胆固醇什么的好几项指标都到了临界点，一下子吓坏了，到我这里来对我说了这件事。我心疼儿子，心中动了一念，“修了这么多年，好像修的还不错了吧？很长时间顺风顺水，现在也许是在很高层次上了，都没什么业力了吧？师父就把孩子的业力让我来承担吧。”

就是这个了！过去了将近一年的念头终于给我找到了。就像中医针灸找到了对症的穴位一样，我如释重负，如梦方醒。

回想起23年修炼的历程，好几次都是放不下对孩子的情而走了弯路。师父在99年1月给我安排了去美国的路，被我放弃了，也因此不知道错过了多少殊胜的机缘。我知道，在思想上放下对孩子的情以后，膝盖就不会再疼了。孩子的身体也不会有任何问题。后来果然如此。

师父在《转法轮》中是说过，“有这样一句话：大法无边，全凭你那颗心去修，看你能修多高，全靠你的忍耐力和吃苦能力。你自身的白色物质用完了，你自己的黑色物质经过吃苦它也可以转化成白色物质。还不够用，亲朋好友的，他不修炼，你替他承担罪过，你也可以长功，这是指修炼到

杖。被我断然拒绝。

修炼是修成佛道神，怎么能反而修成残疾人呢。我每天做着该做的事情，有时候打坐，右腿痛的剧烈的抖动，但仍然坚持着。

日本人把住的房子叫“敝庐”。我住的房间除了一张床，就没有多大的地方了。真是一个“敝庐”啊。但前有共匪海外特务堵截，后有国家暴力机器围追，就把这里当作一个战时的掩体吧。刚来的时候不习惯，一不小心就磕到了，身体磕出了7块乌青。好在一个星期以后就习惯了。

我就想着，大概是做编辑，整天趴在小茶几上打字，把膝盖冻着了。每天累的没有力气撤凉席，一直到10月天气很凉了才把凉席换掉。冬天，下水管堵塞了，房东家忙着神韵的事情没有找人处理，就把洗衣机搬到楼顶上。我为图省事，衣服手洗后也不去甩干，挂在屋外的小阳台。滴水成冰，西北风从落地窗吹进来正好冲着右腿的膝盖。电闸总是会跳掉，所以一个冬天没有开空调取暖。等等。

还有同修帮我分析说，古董上面很多有附体的因素。我又想，也许自己轮回转世中和“安史之乱”之间有什么关系，一千年前的冤魂来报仇了吗？想来想去，总觉得不对劲，知道这些都不是根本的原因。

到底是伤到什么了呢？虽然没去医院检查，心里还是有点放不下。用手机查了造成这种痛法的可能原因，说是肌腱的炎症。姚同修以前是做医生的，我就和她打电话交流了一次。她笑我说，“你看你，就象在跟医生讲话一样，哪像修炼人哪。修炼人没有病。你就想哪都没坏，就是业力。”

我很想参加香港的游行，在中国的土地上去吹奏大法乐曲。所以每天都盼着膝盖突然好起来。但是不仅不好，有时还牵连到左边的膝盖也隐隐作痛，心里十分着急。

没炼法轮功前我整天抽烟、喝酒、打麻将，不是动嘴骂就是动手打，家里人谁都不敢碰我，甚至连我的公公婆婆都挨过我的打骂，我们家曾被我闹的鸡犬不宁。自从修炼法轮功以后，我不抽烟、不喝酒，连麻将也不打了，还知道关心、孝敬公公婆婆了，家庭也因此和睦了。你不信的话可以去问问我的街坊邻居们。他还问了我一些其他问题，我说：我讲不出什么大道理来，这本书（《转法轮》）你拿回家慢慢看，书里面都有答案，不过记的看完后这书要还给我的呀，结果至今他也没还。此户警后来调到110部门去了。有一次街坊邻居斗殴，他领着110警察出警时，街坊邻居误以为是来抓我的，他厉声喝道：别瞎说，她（我的名字）是好人！

这次派出所所长让他来抓我，他事先悄悄给我的街坊打电话，叫她通知我暂时出去避一避。我听后也没当回事，第二天我照样去公园，结果真有一辆警车跟踪我。我也不害怕，还淡定的唱着歌：飞啊飞，旋啊旋，从天上到人间……边唱边做出飞旋的动作。我回转头，只见几个警察在后面紧紧的追着。恰好前面有一大群人在跳舞，我顺势就钻进那群人中，从公园的侧门跑回家了。回家后简单的拿了点东西到一个亲戚家里待了一个多月。后来那位户警又叫我的街坊给我打电话，通知我可以回家了。后来他经常暗中保护我直到他调离到其它部门。

2. 资料瞬间变了

迫害初期因资料紧缺，我便主动承担起资料传送、分配和发放等事项。记的有一次我从外地拿回了两大包真相资料，快到家时，迎面碰上了本地的社区书记、主任等人。他们见我两手提着两大包东西，便大声叫着我的名字，问我拿的是什么东西，还让我打开给他们看。我在心里求师父：这是救人的，让他们看不见。我沉着的答道：“没啥，买了一

些吃的东西。”他们坚持要打开看。我不慌不忙的打开其中一个袋子，结果他们看后什么话也没说就走开了。就这样我堂堂正正的安全回家了。

3. 水塘变马路

二零零一年，本地有一对夫妻同修因到北京上访，被非法关押到洗脑班迫害，同修的女儿小红央求我带她到洗脑班见爸爸妈妈一面。我在心里求师父帮助弟子，稍作安排后，就带着师父近期发表的经文和一些生活用品，领着小红来到洗脑班。去了后对方不让我们进去更不让见面。一直等到中午十二点过了，趁里面的工作人员休息时，我便绕到洗脑班的后边窗户处，用肩头顶着小红，隔着窗户栏杆，将经文和生活用品递了进去。由于里面的同修情绪激动、声音过大，以至于惊动了管教人员，结果几个警察马上从洗脑班里面跑出来堵在门口。我一看，窗户下面只是一条田泥埂和一片水塘，根本就没有路。他们大叫着：“今天你们跑不了了。”小红一听吓的边哭边问我怎么办。我赶紧安慰她：“别哭，别怕。”其实我看着面前的水塘也不知道该怎么走。

就在这时，眼前突然出现一个三四岁大的小男孩，我忙问他怎么样能从这里走出去。他没搭理我，只顾往前走，我们便跟在他后面，走着走着，水塘变成了一条宽宽的马路。这时马路上又出现了一个中年妇女，我上前问路，她也不答话，我们只好跟着她，直到走出马路。这时迎面开来一辆巴士，停在了我俩面前，好像就是特地来等着我们上车呢！我俩赶紧坐上车回家了。回家后，想起这件事情，我由衷的感恩师尊对弟子的慈悲呵护！

4. 警察被定住不动了

一天早晨，我带着写有“法轮大法好”的小粘贴，一边走一边将它们贴在沿途的电线杆、宣传栏等地。等贴到最后

岳飞的诗句“兵安在，膏锋谔。民安在，填丘壑。”感叹着人生无常，战乱的年代更是这样。

参观结束后，我们走到博物馆门口。突然，我右腿的膝盖被无形的东西猛烈撞击了一下。力度就像古代打仗，成群的士兵用圆木攻打城门一样。突如其来的剧痛使我满眼是泪，几乎站立不住。清清楚楚的感觉到膝盖里面象饭勺一样向前方隆起的骨头变成了凸向后方，一片网状、白色的骨膜碎成了四五片，在关节囊腔里游移，四散开去。

四个月前，夏天刚刚结束的9月，我的右腿膝盖就开始隐隐作痛，好像骨头出现了一丝裂缝。但是只在蹲下站起来的时候有一点点感觉，突然之间竟然变的这么严重。为了不让小孩担心，我一边安慰他说“没事没事”，一边忍痛和他一起看完了另外的一个小型展览，又按之前说好的带他去“阿美横丁”吃了豆浆油条。以为坐一会休息一下会好一点，但是没想到一点都没有改变。

受伤后的第二个星期六，我仍能骑车去到汐入公园的荒川炼功点去炼功，但是只能散盘并且非常痛。回家时，同路的姚同修带我走了一条平时没走过的路，以为会近，结果转弯时走错了，反而绕远了。多出来的这一部分，她说，“平时忙也没时间玩，今天就算游东京了。”她不知道对我来说，多走一点点都非常艰难。

晚上睡觉，痛的连被子的份量都难以承受。每天都要听着师父讲法，才能断断续续的睡一会儿，一夜睡梦中好几次痛醒。

第二天是星期天，我仍然打算去上野公园炼功。但是下楼到地铁站的路只走了四分之一就实在痛的无法行走了，满脸都是泪水，只好慢慢的挪回家。

一个月后，儿子来吃饭。突然看到我走路拖着一条腿的样子，他大吃一惊。要送我去医院检查，又说要给我买拐

摘放映会发资料；打腰鼓；在天国乐团吹长号；在希望之声做编辑；疫情期间去投信箱、给国内打真相电话等等。佛学会组织的大组学法和游行等活动我基本都没有落下过。各个项目缺人手，只要叫到我，可以安排出时间的话，我都会去参加。因为到处跑，有两双鞋子的鞋底都跑断了。

同修中有位阿姨是老乡，周六我们一起在户外炼功，来往比较密切。来日本半年以后，我更新签证时拿到了打工许可。阿姨建议我说，时间不多了，用儿子给的钱将就着生活就行了，不要打工，和她一样做专修弟子。我也觉得这样不错。过了一阵子，我感觉在国内坐三年牢耽误的时间差不多弥补回来了，认为自己修的还不错了。

儿子读完研究生后在日本工作。我来东京后没多久，他被单位派到欧洲的分公司，三年后才回到日本公司的本部。孩子很孝顺，让我不要去做清扫之类的工作，他每个月把生活费打给我，说这样也可以少交税金。儿子结婚后不和我住在一起，有空的时候来陪我吃一顿饭，聊聊天。

去年1月29日，我拿到入管局发的“人道主义保护”的一年签证，可以去美国和香港、台湾了，很高兴。因为日本是非移民国家，拿到签证很不容易。东京申请难民的同修，已经有10来年没有人拿到这种中长期签证了。

十多天后，2月17日，一千多年历史的唐代颜真卿的书法真迹从台北故宫博物院来到日本，在东京国立博物馆举办盛大展览活动，非常轰动，怀着仰慕之心排几个小时长队去看一眼的日本人整天络绎不绝。儿子来的时候，我顺口提了一下这件事。他当即就用手机在网上买了票，要带我去。

那天是星期天，早晨我在上野公园参加集体炼功后，和小孩一起去马路对面的博物馆瞻仰来自中华民国的国宝。颜真卿一家30余口死于“安史之乱”，写《祭侄文稿》时极度悲愤的心情穿越千年时光使我感同身受。我心里久久萦回着

一张时，发现不小心贴歪了，便撕下来重新贴好。没想到就在这时一辆警车开过来停在我身边。只听到一个声音说：“你的胆子还不小咧。”我抬头一看，车里坐着四个警察，他们正瞪着我恶狠狠的说：“老子看你今天往哪儿跑！”我吓了一跳，直感觉心都快跳到嗓子眼了，这时脑子里突然闪出一念：我是神不怕你们！再看那四个警察，他们被定在车里一动也不动，我便赶紧回家去了。

5. 身正念正不惧邪

一天，我趁天还没亮，将四五个写有“法轮大法好！真善忍好！”“法轮大法是正法”等字样的短条幅挂到了本地社区门前的树上和电线上，之后便到附近公园里遛弯儿去了。等我拎着一袋青菜回到家时，看见一大群人，有社区的，有街道办事处，还有辖区警察等人正堵在我家门口。他们一见我便问：“社区门前的那些东西是谁挂的？”我镇定的一笑：“哟，那挂东西的人还蛮不错呢，居然挂的那么好，那么整齐！”他们朝我看了几眼，见我面不改色、气定神闲的样子，啥也没说就都走掉了。

6. 师父加持清除了邪恶展板

二零一五年的某一天，我到医院探望一个病人，路过某社区时看见宣传橱窗里贴有污蔑诽谤大法的展板图片，心里想着这污蔑诽谤大法的邪恶展板将要毒害多少世人啊！于是来到附近一同修家，跟她讲了此事，并约定什么时候与同修一起前往处理。可等我看病人回家换好衣服来约同修时，没想到她的怕心上来改变主意不去了，我只好说：那你就在家里发正念，我去处理。我边向社区宣传橱窗走去，边求师父加持弟子一定要清除掉邪恶展板，决不允许它继续毒害世人！我来到宣传橱窗前一看，此橱窗很大，橱窗前面是玻璃，后面是厚铁片，用螺丝固定着。要想把里面污蔑大法的

图片取出来，难度非常大。我又没有带工具，一时之间感觉无法下手，于是在心里对师父说：弟子只有麻烦师父帮忙了。此念一出只听见“啪”的一声，螺丝钉松了，我赶紧伸手进去将橱窗里面污蔑大法的图片用力一扯，取出来卷成一团扔弃到垃圾箱里。接着来到发正念的同修家，告诉她在师父的加持下大功告成。我俩一起双手合十，感谢师尊对弟子的加持，让弟子在助师正法的路上更加无畏。

二、师父慈悲唤

由于我对大法的认识还停留在感性上，从而在修炼过程中遇到挫折与磨难时，不会向内找、向内修。对部分同修的不理性做法产生了怨恨等人心，自己渐渐处于似修非修的状态中。可是慈悲的师父不忍放下我这个不争气的弟子，一而再再而三的慈悲唤我走回到大法中来。下面我就借同修之笔写出我的这些经历，一是回报师恩，二是给还在彷徨、观望甚至迷失的同修提个醒：大法机缘难得，得到了一定要珍惜，切莫错过，否则等到真相大显的时候，再怎么遗憾痛悔都无法弥补。

1. 洗脑班里正念正行

不论我是在承担本地这一片的传送、分配真相资料的事项中，还是在独自发真相册子、贴真相不干胶、挂大法真相条幅的过程中，都是在师尊的呵护下安全出去安全回来。但有的同修因发放真相资料被抓被问及资料来源时都说是我给的。因此我也多次被本地公安分局、国保大队、派出所、六一零等人绑架到洗脑班。下面我讲一讲在洗脑班里正念正行的几个小片段：

刚进洗脑班时我就在心里发一念：一切负的因素都对我不起作用！结果在洗脑班里喝的水，吃的下了药的饭菜（有时看见碗里有一些明亮的白色粉末）真的就伤害不到我的肉

么指挥说这些话的念头就是恶念。

想到这些后，我就尽力的排斥人念，但坐在那里，头脑中始终有人念泛起，一会儿想谁谁对我不好，我不想理他；一会儿又想谁谁说我坏话，我要如何如何；一会又想昨天买的东西让人骗了；一会儿想谁谁老是对我发火，我心中忍的难受。思想中被这些人念充斥着，心中翻江倒海，难以平静。此时：我就拿出大法书，看了一会儿好些了，但一放下大法书就又是翻江倒海的想这些问题。因此我悟到：我是应该提高了，要用神念充斥头脑才行，此时我心中生出了洪大的宽容，心中谅解了一切对我不好的人或事。放下了对一切人和事的怨，然后我又不时的看大法书，看明慧交流文章，让大法的法理充斥头脑，我突然觉得胸中冒出了一口浊气，身体马上轻松了，几天里身体难受的症状也很快的没了，几天不爱吃饭的胃口也好了，现在我也能做到不含泪而忍了，能真正做到：不觉委屈而忍了。这真是一念定好坏啊！

以上是我对什么是神念？什么是人念？什么是恶念的粗浅认识。有不对的地方请同修慈悲指正。谢谢。

注：

(1) 李洪志师父著作：《精進要旨》一 〈何为忍〉

(2) 李洪志师父著作：《各地讲法二》〈二零零二年波士顿法会讲法〉

从一次过病业关的经历 看一思一念的重要性

朝颜

我是2015年6月21日来到日本的，到现在已经5年多了。在日本的这段时间里，我每天忙忙碌碌做着大法的事情：去景点发资料、讲真相；站国会和大使馆；给酒店送报纸；给同修媒体投稿；参加神韵扫街、贴海报活动；为反活

我想这些都是人念。虽然这些想法没说出来，但已经动了人念了，又想自己是修炼人要忍，因此就只能含泪而忍了。但心中却气的不行，长此以往，气淤积胸口，从而导致胸口痛，更甚时引起身体的其它不正确状态。这就是长期没有神念只有人念而出现的身体不正确状态。

在此：再谈一下有的同修在帮助过病业关的同修时，一味的指责同修，这没做好，那没做好，自己觉得是在帮同修找执着心了。其实不但没有帮到同修，反而加重了同修的磨难。因为你在指责同修的过程中没有动神念，动的是人念。同修虽然不说什么，但心中确在生气。表现上也是含泪而忍。我们在帮同修时，应该启发同修去掉一切怨恨心，让同修动神念心中大度一些，宽容一切。只要同修能做到宽容一切，慈悲大度的对待发生的一切事情了，我想同修的病业关很快就会过去的。我了解一些过病业关的同修，有许多同修心中都有对别人的怨恨心。长期不去，从而导致病业关长期过不去，有些甚至被病魔拖走肉身。我悟到，大都是长期没有神念只有人念而造成的。因此保持洪大的宽容、对事的大度、对生命的慈悲的神念是修炼人应具备的，也是排斥人念的最好办法。

三、什么是恶念？

我悟到，当人念生起，而自己又不能控制自己，随人念而对别人发脾气时，就是被魔利用了，此时可能会表现为魔性大发。而这时的人念就转变成了恶念。人在恶念的指挥下，就会不理智的发火、吵架、更甚者打架斗殴。因此，恶念是我们修炼人绝不能有的。我们平时在帮助同修时，如果一味的指责同修，其实这种做法也是无意中动了人念，而这人念就会被魔利用，从而给同修造成了许多磨难。因此我悟到：只要我们说出的话让别人难受了，让别人不高兴了，那

身。一次有个警察一边对我骂骂咧咧，一边抬腿要踢我，我大声说道：看你敢踢！结果那警察抬着的腿就一动不动了。几个邪悟的包夹及警察一起追问我资料来源时，我指着其中一个邪悟的包夹说：是她给的，她用电动车将两包资料拖到我家。警察看了看她，她想也没想就点了点头，从此他们再也不问资料的事了。

在洗脑班里，有一次组织所谓的学习心得交流会，听着那几个邪悟者在那里胡言乱语，我心里感到很难受。我说大家都来听我说一说吧。我就讲我炼法轮功后身体的变化、性格的改变……说完后，我指着其中一个邪悟者（此人当时是个帮教头，很邪悟）说：我之所以炼法轮功，是缘于一九九六年开的一次交流法会。当时你说你原本是一个蛮横不讲理的人，经常跟婆婆闹跟丈夫、叔子、妯娌、姑子打，由于矛盾太深，把家里砌了一堵墙变成了两家人。修炼大法后你将砌的墙拆了，与婆婆家人和睦相处了。我是听了你的故事倍受感动而走入修炼的。曾经大法将你由恶人变成了好人，你今天怎么还说大法不好呢？听完我这番话，她的脸通红通红的，她小声的说：你的记性可真好啊，边说边低下了头。

（此人后来彻底清醒过来了）

我又指着另一个邪悟者说：你记不记的有一年夏天，你来我家约我有事外出。当时我在家煨了一锅子（瓦罐子）骨头汤，等我准备拿锅子时没想到锅子底掉了，一锅子滚烫的骨头汤全泼洒在我身上、两腿上。我赶紧冲洗冲洗换了衣服便与你去办事了。等办完事回来一看，身上被烫的地方既没红也没起泡，而恰恰有一块被邻居擦了点烫伤药的地方却起了水泡。旁边的人听了都觉得很神奇，问她是不是真有这回事，她先是点了点头，接着又低下了头。我后来也经常跟她们讲在我修炼中发生的很多神奇故事。通过这种形式，有几个邪悟者终于清醒了，从洗脑班放回家后，又重新开始修炼

了。

2. 师父的慈悲点化

因为同修的不理性，导致我多次被绑架到洗脑班，使我产生了很重的怨恨心。加上每次我被迫害丈夫也受到牵连，人变的消瘦呆滞了，而且听邻居说我被关进洗脑班后，他天天在马路上来回的走，边走边喃喃自语：不愁吃、不愁喝的，偏偏要去受那个罪……于是人中的情出来了，各种不好的思想念头也返上来了。自此慢慢不与同修接触了，法不怎么学了，功也炼一阵不炼一阵了，任由那些不好的东西来消磨我……

尽管这样，但是慈悲的师父仍然没有放弃我，经常在梦中给我显现一些情景，有好的，也有不好的。一次梦中我走到一个地方，突然眼前出现地震，房屋瞬间倒塌了，很恐怖。我站在那里正发呆的时候，师父一只大手将我提起，飞到了一个安全的地方。我从梦中醒来，意识到还是得修炼啊，不能这样懈怠呀。于是我又重新学法、炼功，但还是不愿与同修们接触。

不多久师父又在梦中给我显现一个情景：不知道那是什么地方，只看见面前全是死人，好大一片望不到边，有白带子缠绕着的，有流淌着血浆的，人摞人，使我无法迈步。这时又出现一个地狱，要我下去看：第一层看到的是被鞭子抽，老的、年轻的、年少的都在那排队挨鞭子。我问怎么回事，意念告诉我，他们都是以前做了不好的事情导致的。第二层看到的是抽筋扒皮，很多男女老少都在那受抽筋扒皮的刑，受刑人的表情非常非常痛苦，场景实在太恐怖太恐怖了。我被梦境吓醒后意识到，若不抓住大法修我将来的结局是很可怕的。感恩师尊的不放弃，慈悲点化和呵护！

结语

对生命慈悲，对一切都能够善意理解的状态。用人的话说都能够理解别人。所以有的时候啊，我们不能带着很强的常人心，钻在一个牛角尖里边，老是出不来，越想越执著，越想你这个心越沸腾，越想那个魔就越利用。当你们不冷静的时候，我告诉你们，那个时候就是魔在利用你们，我不管你修了多长时间了，也别看你在大法弟子中的名望如何，你们不注意时保证是那样。我告诉大家，不管你们修多好，今天，你们只要有常人心在，那就是魔所能利用的东西，自己不注意随时都可以被利用。那么作为大法弟子来讲，那就是尽量的去抑制这些常人的心，尽量的使它不发挥作用，尽量的走正自己的路，尽量的在一切环境中，在一切发生的事情中，能够做的堂堂正正的，宽容大度，能够理解别人，能够尽量的全面思考问题，那么我想很多事情可能都会做的很好。这种表现不是妥协！每个人都可以谈自己的看法，善意的去衡量。”（1）

由此可见，洪大的宽容，对生命的慈悲，大度的对待发生的一切事情就是神性，我们修炼人心中生出宽容别人的念头就是神念；面对任何生命生出慈悲的念头就是神念；在对待发生的一切事情时，都能大度的宽容的对待一切这就是动的神念。想到这些，我放下了对许多同修和常人长期的怨恨，长期含泪而忍而产生的各种委屈和气恨。我的身体也有了明显的好转，师父给我拿下了很多不好的东西。

二、什么是人念？

弄明白什么是神念后，我又想那什么是人念呢？人性是私，符合了为私为我的念头就是人念，当与别人发生矛盾时，如果没有宽容别人的心，只想这事是你的不对，你为什么这样对待我？我没有错，错的是你。或者自己的利益被别人侵犯了，自己决不能让别人骗了等等一系列的不好的想法，

向内找分清了什么是神念、人念、恶念？

中国大陆 新生

师父教诲我们：“忍是提高心性的关键。气恨、委屈、含泪而忍是常人执著于顾虑心之忍，根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍。”（1）那么如何才能做到修炼者之忍呢？我修炼法轮大法二十多年了，却始终处于含泪而忍的状态，始终没有做到修炼者之忍，究竟是什么原因造成这种状态的呢？

最近身体出现了一些问题，开始觉得是自己的修炼松懈了而造成的，我就找自己的执着心，执着心找了不少，但还是没有解决根本问题。后来我就想，我修炼了二十多年了，整天说要动神念，不要动人念，更不要有恶念。那么，什么是神念？什么是人念？什么是恶念呢？修炼二十年了，我也没弄明白这些。如果不知道什么是神念？什么是人念？什么是恶念？那就无法修炼出神性。

一、什么是神念？

静思几多时，忽然悟到：神念不就是慈悲、宽容、大度。洪大的宽容，对所有生命的慈悲，大度的对待平时所发生的一切事情，这不就是神念吗？对啊！师尊讲法中讲过：“天上的王很多。大家知道，释迦牟尼讲如来佛象恒河的沙数，那印度的恒河得有多少沙子？何止这些呢，这是释迦牟尼讲出来的一句形容的话。每个如来佛都是一个法王，那还不止是佛家呢，佛家只是一个普遍的、非常多的神的一种，有多少神哪？有多少这样的王哪？如果每个王在发生一件事情的时候都象你们这样对待，那可坏了。他们没有这种不符合他们所在层次状态的争论。当然了，他们能够看到真理，能够看到最好怎么样，但是往往也有一些认识上有一定差异的时候，可是呢，他们不会去争论。那是一种洪大的宽容，

由于我以前修炼的不精進，没有抓住大法的根本去修，遇到问题以常人心对待，导致走了很长一段弯路，浪费了这值千金胜万金的修炼时间，实在是愧对师父的慈悲苦度！感恩师父不计弟子之过，让我重新续接圣缘。在剩下不多的时间里，我一定抓紧学法、炼功、实修，做师父的真修弟子，勇猛精進，做好三件事，跟师父回家！

新年将近，弟子在此跪拜师尊，遥祝师父新年好！

八十多岁的老太太正念解救同修

衡阳大法弟子

两年前的一天，一位同修 K 在公园里发真相资料，遇到了一位警察，警察正在盘问 K。

这一幕正被一位八十多岁的老年同修 M 看见了，是位老太太，M 马上想到要去解救同修 K。立即从自己的口袋里，取出一本《九评》书上前递给警察说：你要《九评》吗？警察说：你也是法轮功，来，我来问你……。就这样警察只管盘问同修 M，却忘记了同修 K，待警察反应过来时找同修 K，同修 K 已不见了。警察看同修 M 八十多岁，拿她也无可奈何，就不了了之。一场风险化险为夷。

同修 M 真是有胆有识，不顾自己的安危，只为同修着想自己也安然无事。因为她正念足，没有怕心，相信师父就在身边。师父一定能给我们智慧，就一定能战胜邪恶！真是师父在《洪吟二》-〈师徒恩〉诗词里说的：“弟子正念足师有回天力”。

修炼体悟

心 在美国大选中平静下来

山东大法弟子

美国大选，可以说牵动了亿万人的心。因为这是一场正邪大战，关乎美国这个民主灯塔能否继续照亮全球，关乎大洋彼岸的中国未来的命运，以及所有热爱和平、自由和民主的生命。可以说，一个国家的选举能牵动整个世界格局变化的也就只有美国了，她的重要性、象征性，不言而喻。

从我个人角度上来讲，初期我对美国大选没表现出特别的东西来，但是我知道川普是代表正义一方的，具体的做法还没悟到。直到明慧编辑部发出通知“原则和基点一定要明白和清醒”和师父新经文《大选》发表，我才明白这是师父洪大慈悲的又一次展现，这是一个大的天象变化，这是所有生命的最珍贵的一次大选。师父说：“不正而负全淘汰”[1]。在这个天象变化下，我作为一名正法时期的大法弟子应扮演好自己的角色。我们学的是正法，我们是正法时期的大法弟子，我们干的是正事，我们是助师正法的法徒，我们应该为宇宙一切中正的因素负责，谁代表正义，我们就去支持他，至于说谁在台上谁在台下，那不是我们应该关心的问题，我们不应偏离修炼这根主线。

在这过程中，我自身的修炼也带来了几个方面不好的表现：针对大选滋生了求结果的心。有时看了事态的发展就不在乎结果，如果自己预料的那件事就这样发生了，心里就会高兴，生出欢喜心来。要是交流同修并认可的分析时，就会生出显示心来。对方要是不同意呢，说不准还会生出妒嫉心和争辩心来，总之，一段时间内心总是在波动着。

这和自己长期执著于自我有一定的关系，老好自己的思维和判断去理解大选的时局及变化，和同修交流时不自觉

忆中，有几世做过中国古代朝庭的官员，我在文革时期曾梦见天门打开，梦里我是一个书生，总之全是男性，所以我认为自己的生命应该是个东方形象的男元神，从未想到过生命会和西方白人扯上关系，但这个梦中确实实是古希腊女神模样，身上穿着柔软白布束成的长袍，连袍子腰部束出的褶皱都看的非常清楚。

现在想来这个梦是不是在提示我，当我今天要为美国的大选发正念时，我的生命中的一部份是覆盖了西方的，既然如此还有什么距离远近呢？根本就不用怀疑自己的能力范围了。我们大陆同修每个人的生命来源都不一般，是不是生命在层层下走的过程中，也曾经历过各种生命形态，都应该具有这样的生命背境与能力呢。

我多年来都是采用背《转法轮》的这种形式学法，我背不快，半天只能背三、四页，但却字字入心。背《转法轮》的收获是完全不能用语言来形容的，其中一点是，每当在修炼中遇到问题时，法会直接打出一念来指导我怎么做，就如此文发正念遇到困难时，脑子中突然出现一念，其实这一念不是自己“聪明”想出来的，完全是法打入我脑子里的，而且这一念里包含着《转法轮》中的一些字句，穿透这些字句的表面，每个字直接展露出其背后强大的法力，作用在当前这件事情上威力无比，若不是背《转法轮》深入了生命的微观，是做不到这一点的。因此我非常庆幸这些年来一遍遍背《转法轮》，也后悔前些年没能更早的背。我背法时做到不急不燥，只管入心，背而不求，一切就尽在其中了。

这是近期的一点修炼感悟，写出来与同修交流，有不当的地方还请同修慈悲指正。

出来，没完没了，快一个小时了也灭不了，呈现胶着状态。我不敢有任何松懈，告诫自己无论用多长时间也要灭完才停。

这时脑中出现一念：你不管根子有多深，来头有多大，我是按宇宙演化原理修炼的，你只要是宇宙中的一物，你都逃不出宇宙演化原理的制约，你是怎么造就出来的就把你怎么解体回原始物质中去。

在这一念之下，又请师尊加持我灭掉它，浓稠的黑色物质开始解体了。因这些东西源源不断，这次花了差不多一个通宵的时间，真象打了一场硬一样，念力高度集中，完全不能够停止下来，不能有丝毫闪失，直至把它灭尽，眼前清亮起来，我才松了口气。

我是闭着修的，为什么在坚持长时间念力集中的发正念后，逐渐的就能看见颜色了呢，我想这是师尊安排我们在渐悟中修，如果我们自己加强某方面的能力，在正法需要的情况下，就会给我们打开某方面的功能。

关于距离遥远怀疑自己发正念能力的问题，师尊在法中讲了关于移念到眼前的法理，只要坚信这一点，我们神通的一面是完全能覆盖那里的。

另外我从另一角度和同修们分享我去年做的一个梦，梦中有个声音告诉我，说我发正念在另外空间里是被录了像的，我一听，心想：糟糕，我晚上都是闹钟闹醒后直接从床上坐起来发正念，未曾梳洗，衣服冠不整，这岂不是太有损大法形象了吗？那个声音还告诉我说可以给我看一个镜头，我怀着忐忑不安的心情看那个镜头，画面中我竟然是一个西方女神形象，我身旁有一只半人高的狮形神兽，那是我的座骑，我们正要出征。

这真是太意外了，周围的人都说我是个典型的东方女性，像个林黛玉似的。而我自己修炼后打开的一些前世记

地就把自己的观点摆了出来。比如在选大法官时，我在想：嗯，这是神出手了，提前布局，又上来一个保守派大法官，对川普有利，如果官司打到最高法院，大法官的比例是六比三，有保险。一个变节了起码还五比四呢，总不能两个都变节吧，结果变了一大堆，二比七完败。过后还不想承认自己的判断有误，心里替他们开脱：他们说不准是受迫于邪恶施加的压力不得已而为之的，到最后关键的时刻说不定就能挺身而出，做出正确的选择来呢。心还在那件事中执著着。

现在身边又有人把希望寄托在副总统彭斯身上，我也不执著了。其实不管最后能不能是那样，不重要，重要的是我发现我被带动了，我也认为是那样了。一个人这样想，很多大法弟子都这样想，这真的是一个很大的漏，邪恶会利用的。这方面的教训太多太痛就不多加赘述了。其实我们都是修炼中的人，不是修炼中的神。这件事这么大，牵一发而动全身，一动而百枝摇。神要做什么，如果都能被我们的人心猜到，那还叫神吗？神什么时候出手，怎么出手，神怎么布局，结局又是如何又怎么能是肉眼凡胎的人所能预料的呢？师父讲：“站在常人这个层次、这个角度、这个思想境界中，理解不了真正的东西。”[2]“他用常人的标准去看待高层次上的事情，那哪能行？”[2]

还有在自媒体上我也花费了不少的时间，看完这个看那个，心随着自媒体人的评论不自觉地就参与了进去，虽然没有互动，但是心里也产生了这样或那样的想法，一来二去的这个时间就过去了。同时也产生了看看人家又说什么了，又有什么新观点了，这新观点符合不符合自己了等执著心，心随着浮动，有时觉得人家的观点不对，还有些看法。师父讲：“虽然是正邪之争，但是你们要守住自己不被干扰，同时更好的讲真相救世人。”[3]

我想我这样下去不行，我得改变，我得归正。我们只要

摆正基点，明白自己应该怎么做，把它保持下去，顺其自然的做就可以了，况且我们身边还有很多很重要的事等着我们去做呢，这个时期就是这样，事就是很多。本地几位同修被抄家绑架还等着去营救，怎么样从新形成一个目前局面下的新整体，被迫害同修承担的项目谁去顶上，很多以前能联系的现在不得不建立新的通道，学法小组的恢复，资料点的继续运作和资料的传接，病业同修的交流照顾等等。而且自身还得学好法，发好正念，发自己的、发被迫害同修的、发大选的、发本地区的，有的还有老人孩子需要照顾，有的还有家务事等，时间的安排上真的是很紧很紧，怎么能随意浪费呢？当我意识到并找到这些执著后，我去掉了头脑中那些不正确的观念和执著心，归正了自身修炼的行为，过后我再看那些东西时心就很静，有时看就是浏览性的看，有时甚至不想看了，心态平稳了。

大家知道：民意不可欺，天意不可违。民意必须顺乎天意，才能感动上苍，天象就会变化，到那时，该啥样啥样，我们摆正修炼的基点，按师父要求的去做就够了。师父讲：“坚修大法心不动”[4]，心不被带动才是我需要做的。才是一种美好的修炼状态。

一点心得，不当之处，请慈悲指正。

注：

[1] 李洪志师父著作：《洪吟三》〈正法〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父经文：《致台湾法会》

[4] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈见真性〉

守住自己 摆好位置

大陆大法弟子 小住

师尊新经文《致台湾法会》深深的触动了我。连日来，

于修炼环境的恶劣，在邪恶对我的监视迫害和家人逼我放弃大法修炼的强大压力下，我非常重视发正念，每天除了四个整点外，我都要在睡觉时间里抽两个小时连续发正念，这一坚持就是五年。在这期间确实解体了数次邪恶迫害，闯过了一个又一个的魔难。后来环境变的宽松了，我把两个小时连续发正念缩短为一个小时，一年一年都这样坚持着。

现在针对美国的大选发正念，我调整为除原来时间之外，在白天也增加一个小时长时间的发正念，因为我有以前长期的发正念基础，所以在这次针对美国的大选发正念中感受强烈，在认识上提高很快，感觉层次也在不断的升华。

初期学发正念时，我不管自己天目能否看到，我都将注意力集中在眼前位置，好比这里是一个焦点，我的念力在这个焦点上聚焦，这样就不会分散注意力。我盯住这一点发正念，没想到不久我发现这一点上就出现颜色了，出现黑色我就紧紧盯住它灭，渐渐黑色就会变淡，有时它跑到我看不见的地方，我就从意念中打出“一把抓”和“摄魂大法”，把它抓过来吸进法轮里去灭掉，动了这一念，果然黑色的东西就象水一样流进我的小腹，我看不见我小腹的法轮，但是我感受的到他强烈的转动和巨大的吸力，当这些东西被灭尽后眼前是一片清亮，偶尔会变成一片红光，紧接着又是新一轮黑色压下来，我又继续灭。

在这次针对美国的大选发正念中，开始我也是用这种方式，可后来发现力度不够，那些的黑色物质浓度非常大，这时脑中出现一念：我炼出的功密度比你大百倍、千倍、亿倍，你算什么呢？此念一出，强大的能量使我定在了那里，真象一座山一样稳稳的静止住了，那些黑色物质全溶在我的能量之中被灭掉了。

前段时间发正念出现一些非常浓稠的黑色物质，象沥青一样，上一种方法也灭不干净，而且这些东西还源源不断的

三是毒食品泛滥。在中国，中共官员可享受特供食品，普通百姓则饱受毒奶粉、毒大米、地沟油之苦。官方承认的有毒食品有 55 种。你能逃得过吗？

四是强拆房子，强征土地。不满者上访，抓起来关监狱。

五是教育腐败。美国 3 亿人口，每年教育经费 7 千亿美元，中国 13 亿人口，每年教育经费仅 0.4 千亿美元。共产党把国家应该承担的教育费用，转嫁到父母身上，利用教育从孩子身上发财。教师课堂上不讲重点内容，专门放到收高费的补习班去讲。有多少贫困学生因家里付不起学费而上不了大学甚至自杀。

六是医疗腐败。医院成了屠宰场，在患者身上敛财。一个小感冒进医院，又要验血、透视甚至做 CT，花了几千元，结果烧不退。假药假疫苗遍及全国。中国人每天都在用健康和生命为社会的道德沦丧买单，还有比这更惊心的吗？

在共产党统治下，贪腐治国，纵欲治国，整个社会道德下滑，没有底线，所有行业都在腐败，我害人人，人人害我，整个社会在互害中循环，最终受害的是广大老百姓，包括你和我！

闭着修也能看到发正念的威力

大陆大法弟子 梅影

我是闭着修的大陆大法弟子，平时天目看不到东西。

闭着的同修在发正念时容易因看不到东西而注意力分散，不能充分发挥出发正念的威力。还有的大陆同修目前在针对美国大选发正念的问题上，会认为空间距离遥远，怀疑自己发正念能力，这里我想和这类同修交流一点自己在这方面的心得。

自九九年迫害发生后，师尊教了我们发正念，那时，迫

通过反复学习和背诵这篇经文，我找到了自己目前修炼状态不好的原因，明确了归正的方向。

早在美国大选投票之前的一两个月，我就开始关注这方面的信息，隐约感到此事非同小可。因为已经多年拒绝常人媒体，也从不使用微信之类，几乎唯一的信息来源就是动态网。每天上网做完正事之后，总要浏览一下动态网上的新闻。

大选投票日益临近，各种报道、分析、推测、预言纷至沓来，我的浏览时间不断加长，心潮澎湃，胜利似乎触手可及。我心里盘算着：选举结果一出来就不再多看了，腾出时间多学法。

然而，风云突变，选情急转直下，我的心随之跌入低谷。后来的日子里，我对选情的关注非但没有降温，反倒愈加强烈。每天上网时，我都将有关选情的网页保留下来，离线之后逐一阅读。每天的信息量都很大，差不多要看两三个小时。自己也感觉太多了，可是不由自主的就是想知道进展，想了解战况。就这样，我的心一直随着选情的跌宕起伏而乐而忧。

一天，我与以前的同事通电话。此人头衔显赫，长期搞美国问题研究，活跃于高层论坛、协会之中。谈到大选，对方张口就来了一句：川普完蛋了！我一听，火猛的窜了上来。对方打开话匣子，大谈中美关系，什么拜登上台后中美关系会“比较传统”（指奥巴马时期的状态），云云。我奈着性子听完“高见”，脱口而出：川普一定会赢！川普是神选之人！顿时，对方被噎住了，片刻之后回了我一句：你都说到神了，我没法反驳你，我们谈的不在一个范畴里。接着用不屑的语气说：你是不是看那些华文媒体看多了……。我知道对方通常是看英文的美国主流媒体，自认为掌握可靠的第一手资料。通话的最终结果可想而知，不欢而散。不但没

能讲真相，我自己还生出了强烈的争斗心，甚至想：走着瞧吧。

向内找，我知道自己错了，没把握住分寸，争斗心一起来就不由自主的讲高了。但这只是表面原因。我为什么会跟常人争斗呢？

这期间我感觉自己越来越不对劲：发正念时念力不集中；打坐时脑子里五花八门；背法和抄法基本上中断了，每天只能保证学一讲《转法轮》；身体也出现状况，肩膀和两臂生疼，一小时抱轮常常是咬着牙坚持下来的。

修炼状态这么不好，问题出在什么地方呢？我错在哪里了？是不是看选情占的时间太多，太执着于大选结果了。思来想去，直到十二月六日，师尊发表新经文《致台湾法会》。

师尊在这篇经文中教导弟子：“虽然是正邪之争，但是你们要守住自己不被干扰，同时更好的讲真相救世人。讲真相中不要把自己置身于常人中，摆好自己的位置，才能不被卷入其中，才能做的更好。”

初学时，不明白师尊为什么在正邪大战的关键时刻这样告诫弟子。我就反复背诵，终于悟到了点滴。师尊正是在点醒我！原来我没有守住自己，把自己置身于常人中了，完全没有摆对自己的位置。

我不懈的跟踪选情：窃选者的卑鄙行径让我义愤填膺；正义者的无畏呐喊使我由衷钦佩；挺川的滚滚热浪将我裹挟其中；行政和司法的装聋作哑让我失望至极。很显然，我已经全身心的投入了选战，俨然成为在第一线冲锋陷阵的勇士。说句笑话，此时此刻如果一声令下，我肯定二话不说，即刻奔赴战场。我被强烈的干扰了，真的已经被卷进去了。怪不得我跟常人争斗，原来我已经在常人之中了。

为什么没守住自己，被干扰，被卷进去了呢？原因应该

背弃了仁义礼智信，战天斗地反神佛。历史上的文景之治、大唐盛世，名扬四海。中国是伟大的，中国人民是伟大的，而中共是邪恶的。党、国要分清，爱国不是爱党。中国有五千年文明，中共建立不过 90 几年，中共不能代表中国和中国人民。

有人说抓法轮功是“维护稳定？”我就平和的问他：维护稳定，维护谁的稳定？维稳的对象是谁？是谁制造的不稳定？你们维护的是共产党独裁统治的稳定；维稳的对象是工、农、商、学、兵、正义律师、神佛信仰者、维权人士；所有的所谓不稳定都是共产党一手制造出来的。

有人说“共产党给我发钱，你给我钱吗？”我告诉他，你的钱是你的劳动所得，请问你不上班会有人给你发钱吗？明明是你的劳动报酬，怎么能说是共产党给你发钱呢！共产党自己都说人民是他的衣食父母。全世界的老百姓都知道，政府是纳税人供养的，老百姓不养政党。我们中国老百姓不但养着政府，还要养着腐败的共产党。你查查，全世界有几个国家的人民养政党，不就是中国、朝鲜吗？共产党 71 年来一直欺骗宣传说“爹亲娘亲没有共产党亲”，您说说心里话，共产党比你父母还亲吗？

经常有人回应说：“中国很好，我们生活的很好呀？”我会告诉他，共产党是怎么害老百姓的？共产党的改革开放、发展经济是建立在破坏生态环境，违背经济规律，败坏社会道德的基础上，带来的结果是什么：

一是水污染、空气污染。全国地下水 90% 污染；全国的江河湖泊全被污染。雾霾笼罩全国所有城市。所有人都生活在有毒的空气中。世界卫生组织报告，中国每年有超过 100 万人死于户外污染。

二是粮食不安全。全国 18 亿亩耕地，40% 以上受到重金属污染，每年有 1200 万吨粮食被重金属污染。

的。我在给他们讲了中共历来都是采用卸磨杀驴的伎俩后，结合当前形势告诉他：美国国务院在 2020 年 12 月 10 日国际人权日宣布，对 17 名迫害人权的外国官员进行制裁，其中包括一名中国迫害法轮功学员的厦门市思明区梧村派出所所长、45 岁的黄元雄。美国国务院确认，黄元雄对法轮功学员进行拘留和审讯，严重侵犯了法轮功学员的宗教自由。明白了吗？上至江泽民，下到普通警察，只要是参与迫害法轮功都在制裁之列，一旦上了制裁名单，将来大清算必然被审判。善恶必有报，谁都逃不过。

三、讲真相要打开众生心结和迷点

营救电话的对象是公检法人员，普遍受毒害较深，经常是歪理邪说、胡搅蛮缠，糊涂认识、错误观念很多，因此要从善的基点出发，用他们比较容易理解的道理和事实打开他们的心结显得非常重要。

很多人党国不分。我就告诉他：共产党的各级官员，读着德国人马克思写的《共产党宣言》，唱着法国人写的国际歌，举着拳头对着俄国人设计的镰刀锤子的血旗宣誓——为共产主义奋斗终生，然后把贪腐的钱财存到瑞士国际银行，把家属子女送到美国、加拿大、澳大利亚，却对着被统治下的老百姓说：我们坚决不搞西方那一套，我们要走中国特色社会主义道路，实现中国梦！这不是邪教组织是什么？71 年独裁统治，十几届任期，换了数不清的漂亮口号，一直反腐败，却越反越腐败，如今小官大贪，大官巨贪，靠暴力和谎言维护所谓的稳定，靠控制舆论来宣传伪装的太平盛世，表面光鲜，内部烂透！这就是今天共产党统治下的中国。共产党天天喊爱国，他们爱的是哪个国？共产党的老祖宗是德国人马克思，中共是马列子孙，是彻头彻尾的卖国贼。我们中国人是华夏儿女，炎黄子孙。中共破坏了五千年传统文化，

是多方面的，目前认识到的主要有两点：

一、注重常人社会的变化，期盼迫害早日结束

大法蒙冤二十多年，师尊被诬陷，同修遭酷刑和杀戮，中原大地邪恶逞凶，世间正义不得伸张。我心中的压抑始终未能释怀。如今迎来了师尊正法的新进程，内心充满喜悦与期盼。自己脑中勾画出一幅理想的蓝图：川普当选连任，严厉制裁中共，全球跟进，灭共大潮汹涌澎湃，邪党垮台，佛光普照，万象更新。

很显然，对大选选情的极度关注，基于我对结束迫害的强烈执著。虽然，我知道大法弟子的使命还没有完成，得救的世人远未达到师尊希望的数量，也知道世间的一切表象都是天象变化的反映，正法进程由师尊掌控。然而事实上，自己对常人社会的表象却看的太重太实，没有真正认清这些表象都是另外空间正邪大战、神魔之争的反映。大法弟子的位置应该在高于人世的天空，神的天空，应该站在正神的队伍中与邪魔征战。心无旁骛，恪尽职守，才是身在世间助师正法的大法弟子应有的状态。

二、倚重人的表面能力，不坚信自己正念的威力

我知道自己是大法弟子，已修炼多年，但是每当寻思神的标准，就觉得自己不够格，差的太远，所以从来没敢真正的把自己当神看。加上一直是闭着修的，很少感受到发正念的效果，所以，对同修运用神通敬佩有余，却不坚信自己的正念也同样有威力。平时讲真相前我很少发正念，遇到强词夺理的人，往往也想不起来发正念。

与此同时，自己却比较重视扩充知识，积累资料，想凭借丰富的知识和有理有据的谈吐来打动人，说服人，进而劝退人。大选期间，我之所以密切关注选情细节，也是想在讲真相时利用这些资讯。这种对人的表面能力的倚重，也体现

于当下我对美国社会制度、权威人士等等的依赖之心。这种依赖心致使我摆错了自己的位置，埋没了自己真正的能力，即正念的力量。

师尊早已赐予弟子正法口诀，早已肯定弟子正念的威力。作为修炼多年的大法弟子，我却辜负了师尊的期望与重托，心中十分愧疚。自己的所作所为表明自己对大法法理认识的浅薄，透露出隐藏在内心深处信师信法的折扣。

美国大选是一块试金石，测试着世人，也测试着大法弟子。我会谨记师尊的教诲，摆好位置，守住自己不再被干扰，争取做的更好。

最后时刻 抓紧讲真相救人

澳洲大法弟子

一、听师父话，全力救人

美国大选，是一场正邪大战，是一场传统普世价值与邪恶共产主义意识形态之争。随着人间川普团队和拜登团队跌宕起伏的缠斗，牵动着全世界人们的心。当师父《大选》经文和明慧通告发表后，我们明确了方向，站在正义的一边，支持川普，坚持发正念，全力讲真相。可随着时间的发展，我们的心多少有点被常人带动，替川普能否翻盘担心、忧虑。

这时师父《致台湾法会》新经文发表，师父教诲我们：“大法是修炼。大法弟子的修炼目的地是圆满。目前人世上已是末后之末，乱世中的乱象对社会的干扰更为强烈。虽然是正邪之争，但是你们要守住自己不被干扰，同时更好的讲真相救世人。”而且这次师父经文发表时只有年份，没有月日。个人体悟，慈悲的师父在及时提醒我们：时间紧迫，不要被乱象干扰，好好修自己，全力讲真相抓紧救人。我们是

历史的主角，大法是人类得救的唯一希望。放下任何执著走向圆满。

于是我和妻子同修及时调整状态，向内找，多学法，明确方向。一方面站在正义一边，坚持对美国大选发正念，除了正点发正念，配合营救平台集体发正念，配合当地接力发正念；一方面每天坚持在营救平台抓紧打电话救公检法众生；另一方面我们夫妻每天下午3点打完电话，5点以后加上双休日坚持去街道、公园、商场、真相点去派发传单、大纪元时报、征签救人，少则一次征签7-8人，多则一次8-90人。总之，我们把所有的时间都用在学法、炼功、救人上，时时刻刻记住师父的教诲，不忘使命。

二、讲真相要联系形势特点

我一直坚持在营救平台讲真相救人。营救平台主要针对公检法司、政法委、610人员讲真相。这个群体大多属于中共既得利益者，长期被洗脑，少数人很邪恶。所以讲真相要结合形势特点，在关键点上点醒、敲醒他们。

比如：中共的各级官员，许多人都有出国梦，子女留学梦，甚至是移民梦。讲真相时我会告诉他：2020年9月17日，一名美国公民的父亲因为是中共党员移民被拒，之后用旅游签证入境美国，在机场被吊消签证，并被当场遣返。美国最新政策限制中共党员入境。只有三退尽早脱离中共，办理退党证书才是出路。2020年10月2日，美国移民局正式实施禁止共产党员在美国办理移民或绿卡身份的条例。美国禁止的不仅是共产党员，还包括共青团员、少先队员。美国情报机构很容易获得共产党员的名单。所以赶快与中共切割，三退才能保平安，才能圆出国梦。

有些基层公检法人员，给他们讲真相时往往会认为他们是执行上级的命令，责任都是上级的事，他们没什么可担心