

手工艺艺术

十字绣：佛恩浩荡

大陆大法弟子 佳云

材料：绣线、格子布

绣图格数：177W x140H

规格：550mm x 460mm

注：成品上的小亮点为装裱时撒的金粉。

弟子用心绣出十字绣，向师尊献礼！真心感恩师尊的慈悲救度，感谢师尊多年来对弟子慈悲的看护和点悟，时时用尽各种办法不让弟子落下。弟子要多学、多读、多记师尊的法，对照自己，修去人心，归正自己，跟上师父的正法进程。谢谢师尊，跪拜合十！



# 正见周刊



2017年10月15日，韩国富川市举办第12届富川市民庆典。以当地法轮功学员组成的功法演示队和天国乐团也参加了此次的庆典活动，并获最高奖——最优秀奖。当天下午3点开始的富川市一年一度的庆典游行队伍当中，身穿蓝白相间的唐服的天国乐团和身穿金黄色服装的炼功队尤其受到瞩目。他们所到之处，赢得了现场民众一阵阵热情的掌声，民众们还纷纷拿出手机进行拍照、录像。

第792期

2017年10月24日

## 目录

## 正见新闻

- 2017 年俄罗斯法会在圣彼得堡召开 /3  
 瑞典健康展主办方：这正是我们想要的 /3  
 巴黎瑜伽年会 法轮功应邀介绍功法 /4  
 法轮功学员纽约中国城举行盛大游行 /5

## 文明新见

真正快乐的根本 /5

## 修炼故事

爷爷奶奶请多保重 /6

## 修炼体悟

- 放下人情和观念 坚定正念 走出磨难 /7  
 学好法是做好三件事的根本保障 /12  
 对党文化与自己执着心的反思 /13  
 做对走出病业假相的一点认识 /14  
 在 RTC 平台上找到了修炼如初的感觉 /22

## 天有定数

一生福禄寿 命中早已定 /29

## 手工艺术

十字绣：佛恩浩荡 /32

茧。”等到皇帝登基坐殿时王显前往拜见，趁机上奏说：“我现在可以作茧吗？”帝笑着说：“不知可不可以呀。”于是召王显的三个儿子，都授予五品官职。

王显的官职赶不上他们，请皇帝也授给他官职。皇帝说：“你没有贵相，我并不为你可惜。”王显说：“哪怕早晨当官，晚上就死也满足了。”当时仆射房玄龄说：“陛下您既然同他有老交情，为什么不试试给他官作？”于是皇帝授予王显三品官，又叫人拿来紫袍金带赏给他。当天夜里王显就死了。

王显的机遇应该是没有问题了吧，可是他命中有没有呢？强求的结果就是命丧顷刻。（节略）

经过六十天，果然获罪被流放到南海以南。几年后得了一赤痢病长达百日，到了最重的时候非常危险，然而并没有死。幸遇大赦才得到回京的机会。

回京途中，乘船过海时遇到大风浪，船被淹没，一同乘船的人都死了，只有崔元综一个人抱住一块木板，随波漂荡，忽上忽下，漂泊到一个小岛上，被风浪推到芦苇丛里。

但他抱的那木板上有一个大钉子，正好刺到脊背上，扎进身体有几寸深，那带钉的板子在上面压着他，他哪里还有力气，只好在泥水中昼夜忍痛呻吟罢了。这时忽然遇到一船人来到这个岛上，听到呻吟声，就可怜他，把他救起来扶着上了船，并给他止血拔钉，很长时间才苏醒过来。盘问他的姓名，他说是原来的宰相，众人更可怜他并给他粮食，他只好一路讨饭吃。有一天他正在船上躺着，看见一个穿青绿色衣服的官员，后来认出是他当宰相时的令史。他便招呼他和他说说话，那官员又周济给他一些粮食，这样他才回到了京城。

六年以后，选曹司把原宰相情况上奏，则天皇帝下令破格给他官职。等到进宫拜谢那天，他被带到殿堂上问话，因崔元综穿着青绿色的衣服，则天皇帝见到后认出来曾见过，问元综得到什么官职，他就把实情说了。则天下诏给吏部，让他们任命元综为赤尉。又等到进宫拜谢那天，则天又特赦给他御史职务。中宗时，累迁尚书左丞、蒲州刺史。

这年崔元综已经九十九岁了，他的子侄都死了，只有他独身一人，有病卧在床上，唤奴婢拿饭粥，奴婢们欺他年老病重，都笑而不动。崔元综已没有能力责罚他们，感叹气愤之下不吃东西，几天后死了。

有人说机遇，碰到机遇就能当官，其实看你命中有没有，如果没有，即使皇帝想提拔你当官，你还是当不了。

据《太平广记》记载，唐朝的王显，与唐太宗有严子陵与汉光武帝那样的童年伙伴的交情。经常扯裤子玩，拿帽子取乐。皇帝还没有显贵时，常常开玩笑说：“王显到老也不会作

## 正见新闻

## 2017年俄罗斯法会在圣彼得堡召开



修炼心得。

一年一度的俄罗斯法轮大法修炼心得交流会于二零一七年十月十五日在圣彼得堡郊区召开。来自俄罗斯全国各地和来自乌克兰等其它国家的近三百名大法学员参加了这次盛会。十八位学员在会上和大家分享了自己的

## 瑞典健康展主办方：这正是我们想要的



二零一七年十月八日、九日，瑞典法轮功学员来到了位于瑞典西部的一个城市特罗尔海坦（Trollhätan）参加这里一年一次举办的关于身心健康的展览会活动，这是法轮功学员第一次作为参展方参加了今年的展览会。

法轮功学员原本预定了一个标准大小的展位，可就在第一天开展前，主办方给法轮功学员的展位调换成了一个较大的地方，这是怎么回事哪？原来是原定的参展方临时生病不能来了。展会主办方就决定把这个位置给法轮功展台，而且这个位置很显眼，是大多数参观者的必经之路。

这个新展位很适合学员们演示法轮功的五套功法。法轮功不同寻常的能量场，在展会主办方的工作人员中传开了，因为当他们在会场中走来走去时，只要是经过法轮功的展位，看到法轮功学员们炼功的场面，他们就有非常舒适、和谐的感觉。于是他们中有人在经过法轮功学员的展位时都会稍停下来，微笑着说上一句赞美的话；有人还过来告诉法轮功学员：以前办的展会上从来没有过这种感觉，法轮功学员们的炼功场面给整个展览会带来了一种美好、祥和的气氛。主办方负责人说：“这正是我们想要的。”还说：“你们的能量场太好了！”

## 巴黎瑜伽年会 法轮功应邀介绍功法



十月二十日，在二零一七年的巴黎瑜伽展示会开幕式上，法轮功学员应主办方邀请，介绍法轮功功法，并教功。不少来宾学炼功法，并感受到强大的能量。

位于巴黎环城高速公路维莱特特门的巴黎活动中心，上午十一

点，展示会大门刚刚打开，人们纷纷涌进展示会中心场地，随着祥和的法轮功炼功音乐，法轮功学员介绍、演示法轮功功法的同时，也教来宾炼功。

十月二十日，在二零一七年的巴黎瑜伽展示会开幕式上，法轮功学员应主办方邀请，介绍法轮功功法，并教功。不少来宾学炼功法，并感受到强大的能量。

位于巴黎环城高速公路维莱特门（Porte de la Villette）的巴黎活动中心（Paris Event Center），上午十一

在佛光中的我真实平和而快乐，世界的一切我得失自然，不争不扰。我不再浑浑噩噩，而是一个明白了真理、明白了生命生存的真正意义、知道如何去活的一个真正的生命。我回到了修炼如初，这世间的一切除了大法，我什么都不要。

在结语恭录师尊《精進要旨三》〈贺词〉中的一段讲法与同修共勉：“大法弟子，你们是浊世的光明、世人的希望、助师的法徒、未来的法王。精進吧，世中的觉者，现在的一切就是未来的辉煌！”

感谢师尊，谢谢同修，个人一点交流，不足之处还请同修慈悲指正。

### 天有定数

## 一生福禄寿 命中早已定

陈意

有人说人生出来都是一样的，一生的命运都是后天努力，或者是遇到什麼机遇的结果。如果是这样，那为什么有人出生在贫穷地区、有人出生在富贵人家；有人生出来就缺衣少食，有人生出来就吃穿不尽呢？那时候他们还都是孩子，他们又是如何努力争取的呢？再说机遇，为什么都是大学毕业，甲当了大官而乙还在边疆吃苦呢？怎么机遇都让甲碰上了而与乙却一点无缘呢？其实，一个人生出来，他一生命运就已经定好了，过去要讲宿命论可能会说是迷信，其实人的一辈子富贵贫贱、福禄寿数真是已经定好的，有宿命通功能的人能说出一个人的一生。君不信，且听我给你讲讲历史上的几件事情：

《定命录》中有这样一段记载，唐朝武则天当皇帝时，崔元综任宰相。令史奚三儿对他说：“您从现在六十天以内，要被流放到南海；六年之中有三次该死，后最终不能死。从这以后，你将更换官职，最后还会官复原职，寿数是一百岁，最终要饿死。”

对得住众生的信任，对得起师尊的慈悲。

#### 四、参予更多的项目救人

在 RTC 平台上真的是很幸福，快速的就可以学习拨打电话和国内民众有了联系，同修们在平台上一同学法、炼功、发正念一项都不落，青年大法弟子在一块又成立了背法小组大家互相督促每日背法，真是进步很快，我曾与同修说：在平台上集体的环境中一个星期所做的三件事比我自己一个人一年做的三件事还要多。这句话一点都不假。集体学法、炼功的修炼形式是师尊留给我们的，遵照师尊所言，在集体的环境中提高也是最快的。感谢师尊为我们创造平台的大环境。

另外，在平台上融入集体带给我的突破，也使我更加自信坚定的做好三件事，敢于积极主动和身边的中国人讲真相劝三退；也更加积极的参与本地的救人项目，前不久刚刚加入天国乐团，也想以音乐的形式来向世人展现大法的美好。从小五音不全、不敢在人前唱歌的我对学乐器可是从来都不敢想的，但如今我很自信的在努力练习乐器，常人中的音乐我不敢说，但大法的歌曲我相信我一定会吹奏好的，因为是师父安排我吹的，我是师父的弟子，我的师父无所不会、无所不能，那师父安排的弟子也一定会做的很好。

#### 五、结语

感谢师尊一直以来对我的慈悲与呵护，感谢师尊慈悲安排迷茫中的弟子来到平台，我在平台上找到修炼如初的感觉，每日临睡前都与同修一起敬读师尊的《转法轮》，那字字句句背后博大精深的法理让我震撼，发现自己怎么读都读不完。清晨时，在世人大都还酣睡之时便早起炼五套功法，清心寡欲如仙人，炼完后身心无比愉悦，一天的好心情也便自清晨就开启。自修大法以来我知道这生命的每一刻我都真实的活着，因为我有师父了，我是师父的弟子了，我的师父伟大而慈悲，师父传授我大法，教我真、善、忍，我也努力在践行，每一天都沐浴

## 法轮功学员纽约中国城举行盛大游行



10月22日，纽约部分法轮功学员在曼哈顿中国城举行盛大的游行。打头阵的是整齐壮观的天国乐团方阵，法轮功学员手持鲜明的“法轮大法好”等标语，展现法轮大法的美好，表达“停止迫害，法办江泽民”的诉求，并声援2亿

8千多万大陆民众退出中共组织；浩浩荡荡的队伍穿过中国城，引路边行人观看拍照。

#### 文明新见

### 真正快乐的根本

张元之

生命中不能没有快乐，没有了快乐就没有了生命的意义和价值。人在一生中都离不开名利情，得到了名得到了利得到了情，就快乐了吗？

领导表扬了自己，朋友赞美了自己；单位得了奖金，有人送了礼物；儿子考上重点大学，老人的病好了。这都会给人带来一定的满足，但却不是快乐。领导表扬了可以得到同事的羡慕，自己从中得到满足；单位得到奖金，可以回家炫耀一番，可以给家人买一些小礼物，也可以从中得到满足；儿子考上大学，也可以在朋友同事亲戚中得到赞美和羡慕，也是一种满足。这种得到，最后真正得到的是一种满足。

满足的背后，往往是一种被羡慕；羡慕的背后却是一种嫉妒忌，被嫉妒忌的背后，又是被人背后唾骂和使绊子；于是在满足的背后就要处处提防别人的小动作，心老是悬着，满足了，却不会快乐。

真正的快乐，却是一种无私的付出，把幸福和快乐带给别人，别人就会从内心感谢你，发自内心的感激。这种感激会让我们感到从里到外的快乐幸福。真正不需要设防的快乐，是让我们感到天地之宽，世界之大，幸福之广，快乐之无界限。所谓的“心底无私天地宽”就是这种快乐的感觉吧。

真正的快乐就是付出，因付出而得到的快乐才是真正的快乐。付出才是快乐之根本。

### 修炼故事

## 爷爷奶奶请多保重

黑龙江大法弟子

在中国东北有一座古城，这里良田沃野，人杰地灵，这个小城中住着慈祥的爷爷和奶奶，均是法轮功修炼者，爷爷今年九十岁，黑发童颜，耳聪目明；奶奶八十一岁精神矍铄，健步如飞。尤其在晨练的队伍中这老两口最为突出，因为他们步行速度年轻人都赶不上，经常有人跑着追上问：“爷爷你真的九十岁了吗？”爷爷就乐呵呵的说：“是呀！是法轮大法给了我健康的身体。”奶奶则见缝插针的讲起了法轮功真相（这是他们参加晨炼的目地）。

老两口一天到晚学法、炼功、讲真相救人，不亦乐乎。九月二十六日晚，有两位特别的“客人”敲开了他们家的房门。原来是辖区派出所的警察，一位是所长，一位是片警。进屋后虎着脸带着公事公办的口气问：“谁是某某某？”奶奶回答：“我是！”所长一愣，惊讶的瞅着奶奶又看了看爷爷。爷爷奶奶心里明白，因为这种表情他们经常看到，是不相信他们与年龄不相符的容貌。“还炼法轮功吗？”奶奶笑了：“当然炼了。”爷爷也说：“这么好的功法怎么能不炼呢！”

奶奶心想：这两人这么晚来“敲门”一定是明白的那面来听真相得救的。于是热情的拿出水果请俩位“客人”坐下，开

当时我不是替同修发正念加持而是显示心作怪：真相怎么讲成这样，一点逻辑没有，对方能听得懂吗？看我待会怎么讲。当时这念头一出，我就吓了一跳，忽然明白了为什么最近打电话时不时会有众生骂我，我看着师尊的法像说：师父，我竟有这样肮脏的思想，这样的弟子就该骂呀！果然，轮到我打电话时对方接起电话来就骂，骂的很难听，平台上同修都听到了，我很羞愧但也知道原因，这下狠狠的治了我那肮脏的显示心，我再也不敢显示了。

同时也学会向内找，打电话中自己的状态随时影响着电话那头的众生，对方听的效果好、明白真相三退时，往往是自己心无杂念、一心一意对方好专心讲真相时的状态。师尊在《精進要旨》〈清醒〉中曾提到：“关于目前各地站长的工作方法问题是要说一说了，执行总会的要求是对的，但是要讲方法，我经常讲一个人要是完全为了别人好，而没有一丝自己的目地和认识，讲出的话会使对方落泪的。我不只教了你们大法，我的作风也是给你们留下来的，工作中的语气、善心，加上道理能改变人心，而命令永远都不能！”我明白了，对方不听真相，很大一部分原因取决于自己，也就是说自己是如何做的，做的怎么样可能就决定了对方的未来。况且，中国那么多人，那么多号码，我为什么偏偏就打给了这个号码呢？正法时期哪有一件事是简单的，这一切不都是安排好的吗！电话那头的他是师尊安排给我的众生，是未来我世界里的众生，而他能否顺利过渡到未来也许就取决于我这通电话了，也只有我才能打通这电话联系到他，他信任我，曾将生命与未来托付于我，让我此时此刻叫醒他，告诉他辛苦漫长的等待没白费，明真相上师尊的渡船得度呀，每每想到这里我都不敢丝毫懈怠手中的每一个号码每一通电话，因为那是一条条命呀。我自知自己做的远远不够，想想师尊留给弟子们的作风和言行，我知道自己还不够标准，我时常想着如果这通电话是师尊来打的话，那对方岂有不听的道理呢？因此，我唯有做好做的更好，才能

宿舍，打电话时间总受限制。后来我就决定搬出来自己一个人租房子住，可搬出来住，租房的地点比较远而且费用比学校宿舍要贵，意味着生活支出要增加。还有因为我是留学生，保证人之类的各种搬迁手续无法保证等，学校也不支持。但我知道我必须搬出来，我不能浪费师父赐予我的时间了，自己曾经做的那样不好，而如今好不容易参与了打电话的项目，我必须要好好打电话抓紧现在的每一分钟时间去救人。就这样，在师尊的呵护下，我到找房子搬出来住一切都很顺利。在我前不久搬出来住的留学生硬是花了两个多月时间才搬出来，而我只花了一天的时间就找到了合适的房子，从决定搬到真正搬出来只花了不到两个星期时间。而且师父给我安排找到的房子设施及环境都特别好，旁边就是一个公园，很安静，房屋也被鲜花绿树环绕，古人云：宁可食无肉、不可居无竹。小时候就想着自己以后的住处一定要有竹，而如今住处郁郁葱葱的窗前竟然还有几棵挺拔有节的竹；另外，隔壁邻居好像是夜班比较多，每次听到邻居回来的动静大概都是晚上十一、二点左右，所以我每天晚上打电话也根本不用担心会吵到邻居。更重要的是，房东看我是一个人住还是留学生，就跟中介公司说每月房租要给我打折，最后打折后的房租却只比住学校宿舍贵一点，环境还这样好，这样的情况连中介公司的人都惊讶。感谢师尊慈悲为我处处周详安排。

### 三、在打电话中修炼

刚开始上平台时因为什么都不懂，知道虚心学习。但因为自己是青年大法弟子，记真相内容也快，打电话也日渐成熟，有好多感动的故事，有很多是对方明白真相后和我聊家常，知道我在国外留学就叮嘱我要信仰好“真、善、忍”，要做一个好人，也要努力学习。他们会说：中国不行了，将来要回来建设祖国。对方文化程度虽不高，可这些话都是真心的，我自己也常被感动着。但很快就沾沾自喜有了显示心理。记得有一次和同修们一起打电话，听一位新上来的同修打电话还很紧张，

始讲法轮大法祛病健身的奇效；讲共产党的不光彩的历史；讲自己是怎样被打成右派受尽屈辱的；讲现在世界上百多个国家都炼法轮功，只有在中国被打压……爷爷也讲起了自己不用戴花镜已经抄写十三遍《转法轮》了；讲自己曾经参加抗美援朝是怎样死里逃生的；讲怎样才能平安度过劫难；讲善恶有报的道理……

这时，两位客人频频的点着头，脸色已由阴转晴。所长说：“我也是当兵的，像你这样抗美援朝的元老现在可是屈指可数了，应该是我爷爷辈的。”然后就爷爷长奶奶短的拉起了家常……离开的时候握着奶奶的手不愿放开，一遍接着一遍的说：“爷爷奶奶保重啊！你们在家学法、炼功我们不再管了，请你们一定要多保重！”爷爷奶奶心里明白：他们一再说“保重”的真正意思，因为他们明白了真相，更是耳濡目染邪党的流氓本性。

奶奶含着眼泪与之告别。修炼人都知道这是感恩的泪水，感谢师尊对众生的救度之恩，感谢师尊的慈悲呵护，感谢师尊的谆谆教导！这真是：“佛光普照，礼义圆明”（《转法轮》）啊！谁能说古城中的爷爷奶奶不是一道亮丽的风景呢？！

### 修炼体悟

## 放下人情和观念 坚定正念 走出魔难

海外大法弟子

我怀着无比感恩的心情写下我前不久经历的劫难。我是1996年得法，第一次读《转法轮》一口气读到天亮，明白了人活着就是为了修炼。1999年7月21日我给先生留下字条“请照顾好我们的儿子”，就独自一人去天安门上访。2004年参与媒体写作，2011年全职做媒体。自从师父要求我们要修炼如初之后，我几乎每天睡眠4-5小时，早起学法炼功。但由于没有修

好自己的一思一念，被人情和旧观念带动，招得魔难上门。

### 一错再错的假善

2016年10月，我去台湾办事，随便去看望我奶奶的弟弟，一位抗日英雄。舅爷爷90岁了，吃不下饭，我当时心生一念：发点功让他稍微舒服点。就这样一想，什么也没说，很快就离开了。回来后同修说我瘦了，我没在意。同修问我是否要帮我发正念，一秤体重，少了10多公斤。向内找也没发现什么原因，很困惑。

今年3月参加纽约法会前，我认识到我这不是出于慈悲心偶儿帮人一下，而是出于人情做出了违背大法的事。我还找到自己有一颗“自以为是”的心，表面上是慈善助人，但内心有一种不知天高地厚的狂妄和自大。这就是过去旧神成为旧势力的根本原因：他们不按师父要求做，固守自己的安排，从而成为干扰正法的魔。

写下汇报后，我并没有真正花时间下功夫去清除这些错误观念，就匆忙去参加欧洲神韵报道。几天后我的左脚开始痛，后来就肿起来，走路都非常吃力。当时我只悟到这是邪恶干扰，绝不能承认它，我咬牙做完近两月的神韵报道后，腿才好了。

纽约法会回来后，我感觉有些疲倦，好几天早上都没能起来炼功。6月26日，得知一个同修被邪恶干扰得出现生命危险，我就放下手上的工作一直为他发正念，后来通知说他还是生命垂危，我发正念时就心生一念，绝不能让邪恶得逞，我帮同修承受点吧。

那一念出来后，我的眼睛就痛得不行，傍晚身体发热，心跳得像打鼓一样，无法入睡。第二天我的两个眼球都鼓出来了，眼皮睁不开，炼功时我腿站着就发抖。我继续发正念，傍晚时我先生帮我做事，被梯子莫名其妙地夹住手，鲜血直流，骨头都裂了好几处。

接下来我更瘦了，体重不到40公斤，而且眼睛痛得睁不

机打电话时紧张害怕，不敢打，硬着头皮打通电话之后紧张的不知道该讲些什么，好不容易憋了几句话对方还不听，马上就挂。我就又开始灰心的不行，每天就在想打又不敢打电话的过程中徘徊而丧气。

后来师尊看到了我这颗救人的心，在一次偶然机会，安排我和同修打电话时让同修推荐我上全球RTC平台，同修介绍说平台上学法、背法、炼功、发正念、打电话什么房间都有。没过几天我就上了平台，对我来讲平台简直是像另一个世界一样美好。在平台上有无数默默在幕后付出的同修协助，电话号码都是现成的只需自己去领取即可；可以旁听同修是如何打真相电话的，学习借鉴其长处；有不懂的，不知道该怎么讲的问题时可以随时请教平台上有经验的同修，还可以拿出来和大家一起讨论交流，仁者见仁，智者见智，往往一个问题可以有好多不同的回答方式，非常开阔自己讲真相的视角及内容；平台还有专门的短信、彩信和手动播放广播的小组，同修会帮忙短信、彩信和广播来跟进号码，不放弃众生得救的任何机会，也提高打电话讲清真相的效果。一上平台我就欢喜的不得了，简直太方便了。在此也真的是非常感谢那些一直在背后默默付出的同修们，谢谢大家的配合。

记得初次上RTC平台我很羡慕在第一直播室值班的同修，可以当着这么多同修的面堂堂正正的打真相电话，好想自己有一天也能在这里和同修一起切磋打电话一起救众生。于是就接受培训，在培训同修的帮助和鼓励下很快就可以自己独立打电话了。也是师尊看到了我想救人的心，安排同修推荐我参与值班，平台上的协调同修也马上联系我，问我可以上平台的时间给我安排了值班时间，我也可以到第一直播室去打电话了。就这样在师尊的慈悲呵护下，上RTC平台不到两个星期我就开始参与值班独立打电话救人了。

因为有过之前自己打电话的艰难经历，所以格外珍惜这样方便的大平台。但问题又来了，因为我住的是学校俩人一间的

压力，那真是“百苦一齐降 看其如何活”（《洪吟》〈苦其心志〉）。可我并没有悟到，还想着逃避，甚至自私的想利用大法来解决常人中的矛盾。

正如师尊《转法轮》中提到的：“有的人天目开了，看到佛了，回家拜佛，心里念叨：你怎么不管我呀？帮我解决解决这个问题吧！佛当然不管，那一难就是他设的，目的是提高你的心性，在矛盾中你好提高上来。他能给你解决吗？根本不会给你解决的，解决了你还怎么长功，怎么提高心性与层次？让你长功才是关键。”“有的人不悟，求佛不行，就开始怨佛了：你怎么就不帮我？天天给你烧香磕头的。”就这样，在各种不顺中我参加了高考，成绩虽然还好，但考入的并不是我理想的大学。殊不知伟大慈悲的师尊并没有放弃我，而是为我安排了更好的：对外语没有一点兴趣的我竟然选择了日语专业并被录取，在大学又顺利的拿到了学校竞争激烈的出国留学的名额，来到日本留学。

## 二、走入集体修炼环境

来到日本，由于党文化较重，怕心也重，做大法事还是躲躲闪闪的。而且还担心自己目前是留学，为私为我的担心自己安全问题，怕学校知道后会怎样，怕以后万一回国后会怎样，怕家人会怎么样等等，即使到了海外这样的环境下也不敢光明正大堂堂正正的做大法的事。可师尊慈悲，不断点化我：多学法。

随着学法的深入，我知道了自己不能再这样犹豫矛盾等待下去了，也就是因为有我这样不精进的似修非修的弟子，师尊才不得不以巨大的承受来拖延时间好再给我们做好的机会，而这样的机会与时间我不能在错过与浪费了。看到《明慧网》上有给众生打真相电话的交流文章，我自己也想着要打真相电话。但根本不知道该怎么做，号码来源也是问题，就拜托国内一同修帮忙找号码，同修就帮我搜集她所知道的以及街边的广告等等的号码通过邮件发送给我。有了号码之后当真正拿起手

开，但我必须要完成写作任务。记得那段时间，我睁开眼看一下，就痛得闭一会，再看几行字就再闭一会，再看、再闭，我就是不能承认旧势力的干扰，不能退缩。就这样艰难地完成每周 4 万多字的杂志写作和编辑工作，还整理出版了三本通过时局向大陆人讲真相的书，在香港卖得挺好。

我也在不断发正念向内找，但一直没找到根本的漏，直到我听明慧网大陆大法弟子的交流，才猛然发现自己有三个天大的漏洞：

### 一、是悟错了师父的法，把自己的理解加进去了。

修大法前我曾是佛教居士，一次母亲做大手术，我就发愿为母亲承受点，结果我被摩托车撞断一根骨头。现在我修大法了，怎么脑子里还有佛教的旧观念呢？师父从来没有叫我们为同修承受什么，师父也从来不允许大法弟子给常人发功，为什么我做了呢？这是多大的错啊。后来我明白了，我想帮同修承受，但被师父法身给挡住了。真的承受了，我早就死了。师父只是利用这事让我吸取教训。不争气的弟子给师父添麻烦了，在此向师父认罪。

从这事我认识到，一定要严格听师父的话，绝不要引申、绝不要加入自己的理解，否则就会出错，就会乱法。

### 二、是色魔利用思想业来控制我发出恶念。

大陆同修交流说，色魔有时很难除去。一个老年男同修这些年三退劝退了 10 万人，一天最多劝退了 200 多人。但有一天早上炼功时他突然死了。小弟子天目看到是一个色魔演化成观音菩萨的样子，他就跟它走了。还有个老年女同修，一天突然出现严重的病业假象，开天目的同修看到她是色欲心没去。原来是她的情欲没去。丈夫对她不好，她就想起她初恋的情人，结果被色魔迫害。

我在没得法前就很讨厌那种事，得法后我觉得这一关我早已过了，不用过了，先生回国探亲时还向我母亲告状。师父说

人人都要过这一关，我现在回想起来，才知道我没有过这一关。记得那是很多年前我做了一个梦，梦见先生和别的女人在干那种事，我在旁边静静地看着。醒来后我不知这个梦意味着什么，还以为自己没有妒忌心，其实这就是色魔关，色魔不能动我，但色魔就在我面前，我也没有去清除。

后来我发现，有时我看一个人会突然冒出一个不好的念头，那根本不是我想的，而是色魔操控思想业发出的。这次纽约法会上，我正看着师父、听师父讲法，一个恶念又冒出来，闪一下就消失了。那么神圣庄严的法会，我冒出这么不纯洁的一念，多大的罪业啊。当然这不是我干的，是旧势力利用色魔和思想业干的，但我能被利用，说明我的空间场非常不干净。

### 三、是思想业让我在敬师敬法上有漏洞

大陆同修在明慧网上谈到，一个同修突然遭遇病业，天目开着修的同修发现，她是因为不敬师敬法而遭旧势力攻击。老同修每天在饭桌上学法，学完后书就放一边，吃饭时不小心把菜汤掉书上了，旧势力就利用这个来迫害她。

我发现自己思想业很重，修炼初期不敢看师父法像，经常有不敬的念头往外冒，修了十年才把这个思想业消除。我每天早上给师父上香，没有香炉，我就用一个玻璃瓶代替，觉得心诚就行，但在神看来这是很不敬的。一次学法，我无意中还把大法书放在了地上。由于工作忙，我家好几套大法书和墙上的《论语》我都没有改字。这些都给了邪恶钻空子的机会。

师父在《洪吟三》〈阴阳反背〉中谈到，“女人刚尖逞豪强浮躁言刻把家当”，对比自己，我就经常逞豪强，不是自己份内的事也瞎操心，经常给同修提建议，全然不知自己的位置没摆对，不知不觉中让自大的魔来作怪。

回想我在意大利报道神韵之前一天，我去剧院外发正念，并听师父讲法。我突然觉得师父的讲法录音比读《转法轮》容易理解，就激动地心生一念，以后新学员来学法一定先让他们听录音。其实看书与听录音是一样的，我这是用人心评论法，

在家，就站在同修家门口等。记得那时已是入秋，还下着小雨，瑟瑟秋风吹来更添一丝凉意。可我就是不回家，就在那等。手捧着师尊的《大圆满法》一书在雨中站着等，不时还要仰天长望对着天空傻笑，泪水不经意间就滑落了下来，也不知道为什么哭，但很开心，内心是无比欢喜的。师尊在《精進要旨二》〈我的一点感想〉中说：“要知道人一旦知道了真理和生命存在的真正意义，为其舍命而不足惜的。”那时候就算让我立刻粉身碎骨我也不会放弃或动摇要坚修大法的决心的，在这世间的一切除了大法我什么都不要。

### 一、来到海外的安排

可是随着时间渐渐流逝，那颗坚定的心也被慢慢消磨。以学校学业繁重为由，我竟放松了自己的学法，五套功法更是跟不上，由于学法少，没有坚定的正念，以及在怕心的干扰下讲真相的局面更是没有打开。但自己在内心又深知，大法弟子责任重大，周围人都是与我结过很大的历史缘份方能在今生相遇，他们将自己的性命与未来全寄托于我这个大法弟子，我必须对他们讲真相，告诉他们生生世世等待的大法已洪传，明白真相才能得到师尊的救度。

但学法少就是没有正念来，迈不开讲真相的那一步。每次机缘到来但却不敢讲真相时自己都悔恨万分，但下一次还是不敢讲。就这样一次次的错过了师父安排的机缘，我也在一次次的悔恨中痛苦不堪，对信师信法的正信也越来越弱。接着，在每日的矛盾和痛苦中活着。我从小学习成绩就很好，但是眼下成绩也下滑的厉害，自小养成优等生的光环，在老师的特别关怀和同学的羡慕及家长的夸奖声中长大的我，看到那个光环如今成了别人的了，怎能忍受。学法少也不悟，不知提高心性不与常人争。反而在妒嫉心的促使下心急气躁的走了极端，更加固执的去延长学习时间去努力去争，完全没有修炼人的样子。结果也可想而知，原本学习很轻松成绩很好的我却变得学习很吃力成绩也不见提高。再加上来自老师和周围同学以及高考的

很多时候走出病业假相的过程不是一条直线，而是曲曲折折，反反复复，这种反复也是假相，是来考验我们的信念，当病情好像恶化时，你还信不信自己能走出来。修炼就是修这个信，我们要时刻保持正信正念的状态不偏离。

2015年师父在西部法会上讲法时提到：“现在干的都是什么东西啊？都是虫子之类的，细菌乱七八糟，”“你灭完了，不一会，时间不长，它又渗透过来，它又来，你再灭。就是不断的这样发正念，要坚持一段时间，才能够明显见效。”“它们就是用这个办法在耗你，耗你的坚定信念”。（《二零一五年美国西部法会讲法》）

守住正念，不被表面的情况所带动。中国古代有愚公移山的故事，山不增高，而子子孙孙无穷尽，我们也一样，发正念时病魔越来越少，而我们越来越强大，总有一天会走出魔难，何况师父的法身一直在旁边帮助我们，我们没有理由不走好这一关。面对病魔，我们守住坚修大法这一念，“一个不动就制万动！”（《美国中部法会讲法》）

最后祝愿全世界的大法弟子都能正念正行，除尽邪恶，救度众生，圆满随师还。

谢谢师父，谢谢大家。

## 在 RTC 平台上找到了修炼如初的感觉

日本 倩倩

师尊好！各位同修大家好！

师尊曾在多次讲法都提到：“修炼如初，必成。”（《世界法轮大法日讲法》）那么修炼如初到底是一种什么样的状态呢，我努力回想着自己得法初期的状态。还记得刚得法时就是爱看《转法轮》，没有任何目的地一心不乱的看。看书一段时间后知道还有五套功法，就想学，和同修约好周末的早上去同修家学五套功法，从姥姥家步行到同修家也就几分钟的路程，可我硬是比约定时间提前一个小时就到同修家门口了，同修没

是对法的不敬。

## 四、坚定正念 信师信法走出魔难

邪恶除了在身体上攻击我，还不时做出各种假象来威胁我。比如那天我一开后门就看见门口躺着两只死鸟，暗示我要“死了，死了”，我不断炼功发正念，心里不稳时就背师父的《洪吟二》〈怕啥〉“你有怕 它就抓 念一正 恶就垮 修炼人装着法 发正念 烂鬼炸 神在世 证实法”。

那天我母亲从大陆给我打电话，说她午睡时突然梦到我小时候做错事挨打、哭得很可怜的样子。我知道自己做了错事被旧势力打。后来同修提醒我要分清邪恶，做错事的不是我，而是旧观念和思想业，那都不是我，我一定要否定它们清除它们。正如《洪吟二》〈去执〉中师父说：“割舍非自己 都是迷中痴”。旧势力想打我，但它们没有资格，我只归师父管，谁也不许动我。

这次魔难让我找出了自大魔，色魔还有思想业，我发现自己还没有建立起凡事自动向内找的机制，就容易被思想业和副意识干扰。我是关着修的，以前只是理性上认识法，很少对法有感性的认识，总觉得自己和法有间隔。这场魔难后我一遍遍地呼唤师父，一遍遍地默念：“师父好，真善忍好，法轮大法好”，我感到自己溶于法中的殊胜和快乐，我深切感受到师父就在我身边，哪怕我做错了事，师父也在保护弟子不出大问题，让坏事变好事。

思想改变了，但我身体表面变化不大。7月30日，家人探亲回来，一看我那样，非要我去医院检查，我拒绝了。我觉得，在海外的学员要是承受不住病魔的折磨而主动去医院，就类似于大陆的学员承受不住警察的折磨而写下保证书，都是背叛了大法，背叛了师父。

这场魔难让我感受到个人的渺小和大法的伟大，以及师父的慈悲苦度，我时常想对全宇宙大喊：“法轮大法好！”这是一句我们熟悉的话，但当我走过生死关、从灵魂深处喊出这句

话时，那就真的感天动地，响彻九霄。

这是我个人的初步认识，不对之处，敬请慈悲指正。

叩拜师父！

谢谢同修！

## 学好法是做好三件事的根本保障

大陆大法弟子

今年六月份，从明慧网获悉一位认识的同修被非法绑架，很吃惊。我知道这个同修从劳教所回来后，一直很精进，和另一个女同修结婚后，做了生意，买有车，和当地的同修组成讲真相小组。和外地同修交流时，对他们夫妻俩很敬佩。

一天，在外地碰到同修，交流起这个事，才明白这几年他们讲真相做的很顺利，放松了学法，流于了常人形式，注重于做事的多少，放松了学法。其中一个同修一年都没有通读过《转法轮》，其他的几人都有所放松，虽然也认识到了，可是一直没有下决心把这种状态纠正过来。

关于学法的重要性，师父在每一次讲法都反复强调要重视起来。师父当年在国内传法，在最后一趟的讲法答疑课上，甚至在结束语中都反复强调要重视学法。我记的九四年十二月在广州的讲法班上，师父叫学员们都起立，要给学员们净化身体，还反复交代喊了“预备起”再跺脚。结果师父帮大家净化好身体，“预备起”的“起”字还没出口，就有几个学员急不可耐的跺脚了，学员们善意的笑了，师父说：“不要耽误时间，还要重来。”在净化身体的过程中，师父说：“你们要能学法这么着急我才高兴呢。”

九九年迫害开始后，学员们真实的体会到学法好的好处，对法领会深刻的能做到不迷不惑。师父在新经文《精进要旨二. 排除干扰》中明确开示：“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。”师父在《北美巡回讲法》中把重视学法的更深层原因讲给了我们。我们只有学好

择了我们，师父就会把我们洗干净，洗净后让我们重返天国世界。师父选择了我们，我们就能修成，不是我们怎样强，而是师父的法力无边，师父伟大、法伟大。

从这个角度看，不要小瞧自己，我们“得法即是神”，我们是“神在世，证实法”。对自己要有正念，任何自卑、胆怯、懦弱、怀疑、困惑等负面情绪，都要排出清理，特别是在病魔折磨下，很容易生出这些消极无奈的想法，我们一定要保持对自己的乐观和自信，这才是坚信法的表现。

## 持之以恒 方得正果

有急躁心的同修，往往会自己定个目标，比如一周内闯过病业关，我一定要在某某时间之前走过来，一旦这样的主观计划落空后就容易产生失望，多次失望后就容易丧失信心。其实，这是党文化自大心的表现，总想自己决定一切，总想自己掌控一切，这是非常错误的，是不知天高地厚的狂妄之心。

人是很渺小的，很多进程不是自己能掌管的。修炼上都是“修在自己 功在师父”，我们能否达标，很多都不是自己所为，我们只是有这个愿望，并努力去做好，真正做这事的是师父，师父的安排总是最好的，我们一定要摆正自己的位置。

病业关拖得时间长了，有人从求佛就变成了怨佛。有学员开始是一个劲地求师父帮忙，而自己并没有做到正念正行，最后情况恶化了，他就开始埋怨师父不管他了，从而生出怨恨心。这是非常错误的想法。一旦不敬师敬法了，他心性掉下来了，自己的功也掉下来了，旧势力更会趁机加重迫害，往往这样的学员很快就会被邪恶拖走肉身。

明慧网上有篇交流，同修表面上得了肝癌晚期，肝腹水让她肚子鼓得很大，发正念、向内找也没有太大变化。她说：“我是把自己交给师父了。什么样的结果我都能接受，不喜不悲。我知道，发生在大法弟子身上的事儿，绝没有偶然的。那是你自己修炼状态的反映。”这样她把磨难当成提高的好事，坚持到了胜利。

在洛杉矶市法会讲法时讲过，过病业关时，“表现上只是悟到了还不行，要正念正行才可以。修炼中正念不强就关过不好、会持久，而且达不到正念强也会使信心受挫折，因此不是有的人失去信心甚至邪悟了吗？”（《洛杉矶市法会讲法》）

比如病魔让我们身体痛，无法炼功，无法学法，那我们就咬咬牙坚持炼功，坚持学法，在炼功学法的同时就是在否定旧势力的安排。眼睛肿得睁不开，那就要咬牙睁开，不能顺从邪恶的安排。

有同修交流，过病业关时，保证每天学三讲法，炼二次功，才能比较容易过关。过关时才认识到自己平时学法流于形式，学法没有入心，才后悔以前没有背法，魔难来时难以应对。那现在就更得多学法，多炼功。

### 得法即是神 自我正信

过不好关有几种情况。一是认为自己没修好，无可奈何地认为迫害是不可避免的，从而变相地承认了迫害。

师父在《洪吟》“广度众生”中写道：“放下常人心 得法即是神”。我们已经得法了，已经在大法中修了这么久，谁来迫害主佛的弟子，谁来迫害正法时期的大法弟子，谁就在犯罪。一个大法弟子不光代表着自己庞大天体里的无量众生，他在讲真相中能救度那么多世人和他们所代表的无量众生，迫害一个大法弟子等于破坏了创世主那么多的安排，师父能允许吗？众神能允许吗？我们能允许吗？绝对不允许。

哪怕我没修好，哪怕我还有很多执着，我也不归旧势力管，我有师父管，其他的安排都不要，都不承认。有同修交流，信师信法，也要相信自己，相信自己能被大法救度，相信自己能修成。

师父在元宵节讲法时谈到高层次上如何看待修炼，“再高层什么消业呀，什么吃苦啊，什么修炼哪，没有这些概念了，就是选择！宇宙的高层次上就是这么一个理，看谁行就选择了他，这就是理。”（《二零零三年元宵节讲法》）既然师父选

了法，才能具备识破旧势力阴谋的“火眼金睛”，才能走出旧势力设的巨关巨难，才能助师正法，救度更多的众生。

一点浅悟，不对之处，请同修指正。

### 对党文化与自己执着心的反思

大法弟子

最近意识到自己很多的执着心都与共产意识形态密切相关。

旧势力为了毁掉众生与增加大法弟子得法修炼的难度，刻意制造了共产邪灵。这个变异的邪灵弥漫在人世间，与宇宙不相容，全宇宙无论正的生命还是负的生命都要消灭它。因此它时刻都处于生存的危机中，在生存危机中维持自己的存在就成了这个邪灵的重要特征。在中国它是采用强制、暴力、制造恐惧，而在西方发达地区则是巧立名目，采用温和、隐秘、诱骗的手段，其实质的目地都是为了能控制民众的思想，从而使自己能够存在下去。

无论在东方还是西方只要生活在现代社会中，我们的思想必然会被共产邪灵和党文化侵蚀，就不可避免的被这种生存危机的意识左右，有意无意的产生了种种负面的思想念头。比如争斗、怨恨、强制、嫉妒、显示、自以为是、对利益的贪欲等等，都与生存危机意识相关。

比如，争斗、怨恨或强制是想战胜、压制或控制别人，迫使对方服从自己，更深层的动机是为了保护自己；妒嫉、看不惯别人是生怕别人超过、优于自己，而威胁到自己的存在和自己的拥有；显示、表现或强烈表达自己是急于抬高自己，求得别人的认可，强化自己存在的合理性；自以为是，别人皆错，唯我正确，则是在心理上自欺欺人的保持一种在人之上的优越感，把别人都踏在脚下才感到安全；对利益贪欲除了追求安逸和舒适，背后更深层的动机主要是为了平复自己对生存危机的担忧和恐惧。这些本来都不应该存在，是因为共产邪灵而带来

的虚假意识。

人与自然，都是宇宙天体的造化与产物，本来是应该互相扶持、包容、与天地融合，生存是自然和必然的。共产邪灵及其意识形态的侵入，完全破坏了这一切，败坏了这层物质，给这层生命编造了一个虚假、恶劣的生存环境。在这个环境中修炼的人，其思想意识也必然会被这种邪灵意识形态侵染。

反思自己的身上带着的上述种种不好的思想念头，究其根源大多是这种共产意识。认清自身带有的共产意识与党文化的表现，清除与之相关的各种执着、人心，是自己个人修炼的当务之急。修好自己才能完成好救度众生的使命。

一点个人浅识，偏颇之处请指正。

## 对走出病业假相的一点认识

海外大法弟子

最近我在过病业关时，读了很多明慧网走出病业假相的交流文章，深受启发，下面把我领会到的一些粗浅体会写出来与同修交流，不对之处，敬请指正。

特别是一些对法理的理解是用常人的逻辑思维来写的，这方便新学员阅读，但真正的修炼人对法是不会用人的观念来思考个为什么的，他们就是百分之百的接受，并百分之百的按照师父的要求做。这样的心态才是最纯净的最佳状态。

### 炼功人没病 求得病 魔就来

我们常说病业是假相，过关时那切切实实的病变状态不是真实感受到了吗？人认为那些症状是真实的，但修炼人认为是假的，因为产生这些病症的原因不再是病业，而是邪恶干扰。即使是 720 以后得法的新学员在消业时，也有旧势力在搞破坏，在制造假相。

只要我们真修，一上来师父就把我们生生世世不同年轮里的病业全部消除了，只剩下一点黑气往出冒，让我们承受那么

了这个宇宙。”（《转法轮》）这段法我们经常学，遇到病业关时，我们能否自始至终地坚信这句话就非常关键。

过关时，信师信法是唯一的出路。师父讲过：“怕心会使人干错事，怕心也会使人失掉机缘，怕心是人走向神的死关。”（《法轮大法 精進要旨三》-走出死关）有怕心就成不了神。师父还专门讲了佛教故事，那个人要修成罗汉了，有那么一点怕心，他就得掉下来。所以过病业关时一定要把怕心去掉。

师父讲：“你有怕 它就抓 念一正 恶就垮 修炼人 装着法发正念 烂鬼炸 神在世 证实法”。（《洪吟二》-怕啥）经常背这段法，就能增强我们的正念。

有同修过病业关时，去查看常人对相关病情的描述，这无意中就承认自己得的是这个病，越看就越像，人的心就越不稳了。过关时，有时会觉得孤独无助，其实师父的法身一直在看护着我们，我们一点也不孤单。师父在《悉尼法会讲法》时说，遇到磨难时，“有师在，有法在，怕什么？不管它！一放下的时候，你发现难就变小了，你就变大了，你一步就过去了，那个难变的什么也不是了，保证是这样的。过不去，实质是他放不下执著心，或者对法不信。大多数不是放不下这个心，就是放不下那个心，都是有放不下心的原因才造成他过不去。”那我们就放下执着心，我们就变得高大了，坏事也就变成了好事，过病业关就成了我们强壮本体和提高层次的好机会了。

### 行为上彻底否定旧势力

我们的病态都是旧势力干的，师父要求我们全盘否定旧势力：“我们是连旧势力的本身的出现、它们的安排的一切都是否定的，它们的存在都不承认。我们是在根本上否定它的这一切，在否定排除它们中你们所做的一切才是威德。”（《二零零四年芝加哥法会讲法》）

否定旧势力，不光是在思想上，还要体现在行动中。师父

心，好事心，狂妄心，懒惰心，贪吃心，安逸心，强为心，面子心，怀疑心，急躁心，走极端的心，贪玩的心，逞豪强的心，想管别人的心，有求之心，想当然、自以为是的心，瞧不起人的心，不能被说的心等等。

还有各种思想业，比如不由自主的想邪念的，不敬师敬法，不信师信法的，不遵守天条规矩的，还有各种不好的观念，如以前修佛修道时的旧观念，所谓为众生承受、舍尽，把肉身当臭皮囊不珍惜的等等。

外来干扰很多可能来自家人。他们苦口婆心地劝我们去医院，或骂我们自私、不顾及他们的感受等来逼迫我们去看病，其实这个时候家人已经充当了旧势力的工具，目的就是拽下这个修炼人。

有时思想业很难去除，自己不断清理，但总是还有，这令人很沮丧。这也是对我们信心的考验，我们真能坚定不移，师父就会帮我们。“能坚定者，业可消。”（《转法轮》〈第六讲〉）。

我们的修炼是直指人心，平时遇到矛盾了，在矛盾中去掉某心，我们发正念时也可以直接去掉某心。比如妒忌心，不一定要等到出现什么事、自己产生妒忌了，才去修掉这颗心，平时发正念就清除它，到时就不会出现妒忌现象了。

过病业关时向内找，从明慧网的交流来看，很多同修一找到执着、去掉后，很快就恢复了健康，但也有的找出很多执着，努力去掉，但身体状况没有多大变化。即使没变化，也要不间断地清除执着，因为这是修炼人每天必须做的功课。

### 去怕心 信师信法

有时我们向内找和发正念一段时间后不见好转，就容易生出怕心和疑心，这就是修炼没有达到标准的结果。用常人的话说，我们怕了，邪恶就不迫害我们吗？只会迫害得更严重。

“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，说白了，他就能动

一点难，只要我们提高心性，这些关都能过得去。师父为我们消业，替我们承受并善解我们的一切恩怨，重新安排我们的人生道路，这些大恩大德是我们永远也无法报答的。师父讲过，“弟子们的痛苦我都知道，其实我比你们自己更珍惜你们哪！”（《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉）

师父帮我们消业时，早就根据我们的承受能力，把我们能够承受的剩下来让我们来承受，承受不了的师父就帮我们承受了。只要我们提高心性就能过关。若病业状态老是没完没了，那就是邪恶在干扰了。

从师父的讲法我们知道人得病的三种来源：最主要的是业力场引来的不好的灵体，还有密集度很大的小灵体，还有祖辈往下积的。作为修炼人，师父一开始就把我们身体上那些灵体给拿下去了，“所有思想中存在的不好的东西，身体周围存在的业力场和造成身体不健康的因素，全部都清理出去。”（《转法轮》〈第一讲〉）所以，我们出现的身体不正常状态，就是旧势力制造的假相，那里面已经没有我们过去业力造成的、与我们有业债关系的不好的灵体了，而是旧势力凭空强加的，旧势力虽然能制造出类似的病态，但它是没有根的，按照旧宇宙的理也是不应该存在的。只要我们正念强，瞬间就能破除。

既然是病业假相，为什么还有人“病死”了呢？师父讲过，“炼功人你老认为它是病，实际上你就是求了，你求得病，那病就能压进去。”（《转法轮》〈第六讲〉）师父还专门讲过蒙上眼睛放血的故事，明明流的是自来水，他以为是自己的血在流，在“缺血就会死亡”这个人的观念作用下，他的精神导致他死亡。假如我们把病业假相当成真事，旧势力就会上演同样的戏法，只是旧势力会演得更逼真，会让你的身体感觉到各种“病态”，你相信了，那你就上了旧势力的圈套，你认为是病的时候，你就降到常人的层次了，常人就是应该得病的，于是病就真的来了，最后就被“自己得了绝症”的想法给

害死了。

### 多强的正念 多大的威力

遇到病业干扰，我们都会发正念，同时向内找。“对宇宙真理坚不可摧的正念是构成善良的大法弟子坚如磐石的金刚之体，令一切邪恶胆寒，放射出的真理之光令一切生命不正的思想因素解体。有多强的正念，有多大的威力。”（《精進要旨二》〈也三言两语〉）。

正念来自法，正念强弱取决于我们修炼的层次。跟清净心一样，不是自己想要入静就能入静的，必须把各种执着欲望去掉之后才能静得下来，正念也是，不是人为的想正念强就能强起来的，这需要修炼的基础。不过在过关当中，也是个提高的过程，开始可能正念不强，后来提高了，正念强大起来了，也就能过关了。

发正念时有两个手势：立掌和莲花掌。我个人理解，立掌就是我们调动我们已经修好的那部分来清除比我们低的邪恶，莲花掌是开光时请师父加持的手印，可能就是请师父加持我们来清除比我们高的邪恶，也就是说，所有邪恶在我们发正念时都能被清除，不存在我们功力不够、能力不足的问题。

师父讲过，“我在一九九九年的“七·二零”就把“七·二零”以前的学员全部推到位了，推到了你们最高位置。”（《北美巡回讲法》）师父讲过，我们的改变是从最微观上最本质上开始的，修好一部分就隔开一部分，我们最微观的那部分、我们的最高位置，肯定是远远超出三界的，三界就在九大行星范围，所以发正念时我们意想自己像顶天独尊的神，具有捣毁一切、唯我独尊的气势，实际情况就是这样的，哪怕我们什么也感受不到。

有同修交流，发正念时废除过去在迷中与旧势力签订的所有协议，只走师父安排的路，这一点很重要。同时，与讨债的生命善解，也是要做的一步。师父在《洛杉矶市法会讲法》中说：“心里不稳本身就没达到标准，拉长时间也不会发生变

化。为面子坚持更是执著加执著。这时只有两种选择，或是去医院放弃过关，或是把心一放到底象个堂堂的大法弟子，无怨无悔、去留由师父安排，能做到这一点就是神。”

放弃过关意味着什么？这可能还不同于常人的补考，一次没过，等下次。师父在去色魔关时谈到，“如果第一关过不去，第二关就很难守得住。”（《转法轮》〈第六讲〉）我们过病业关时放弃了对大法的正信，屈服于病魔而进了医院，这就好比大陆学员被恶警折磨时写下了所谓悔过书，假如不是师父慈悲，再给机会，按照旧法理，可能就再无改过的机会了。

大陆很多交流文章都谈到周围同修帮助的重要性。我们遇到病业关感觉自己无力应对时，就要主动找同修交流，不要执着于自己的面子等人心，主动剖析自己，曝光自己的阴暗面，才有利于清除邪恶。当过关的同修被折磨得主意识不清楚时，其他学员的面对面发正念和鼓励交流就更有必要。

天目关着修的同修发正念时，有的会想象自己的功以排山倒海之势追赶着邪恶，或以巨大力量在和邪恶搏斗厮杀，有的表情都很严厉。师父讲过发正念时的状态是“非常舒服，好象什么都静止了，身体完全被能量包容着。”（《二零零三年元宵节讲法》）我们应该“除恶只当把尘拂”（《精進要旨三》〈全世界大法弟子、中国大陆大法弟子中秋节好！〉），不必把邪恶想象得那么厉害，不要偏离了纯正的“灭”的状态。有的同修不能一次就力可劈山，就增加发正念的时间和次数，这也很有效。

### 向内找是法宝

发正念时前五分钟清理自己思想中不好的念头、业力、不好的观念和外来干扰，由于我们是一层一层的修，修好的就隔开了，剩在人体表面的都是还没去掉的执着，几乎每个执着都有，只是强度不同而已。

比如怕心，自私心，名利心，自大心，做事心，争斗心，妒忌心，色欲心，欢喜心，显示心，贪婪心，自卑心，虚荣