

# 正见周刊



2021年11月6日星期六，加拿大魁北克省部分法轮功学员在蒙特利尔举行反迫害大游行，向民众传递法轮大法好的真相，呼吁制止中共迫害及活摘法轮功学员器官的罪行，沿途获得民众的积极响应。有市民表示，法轮功学员反迫害，与每个人都息息相关，应得到更广泛的关注。

第 1003 期

2021 年 11 月 9 日

## 目录

## 正见新闻

神韵十度莅临弗州诺福克 市长致贺	/3
多伦多大游行庆祝近 4 亿人三退	/3

## 修炼体悟

讲真相 劝三退 心系众生多救人	/4
真相车队出征新英格兰地区显神威	/10
珍惜机缘 抓紧时间	/13
消业	/16
危难之际 师父救了我	/18
功劳与修炼的严肃	/19
随笔：做一个端庄的女子	/21
同化大法的一点感悟	/22
修去私 在法上提高	/27
修炼随笔：要分明好坏	/31
同修是一面镜子	/32
看《舞蹈三剑客》节目，见自己的不足	/33

然这样认真，没有一步的投机取巧，没有一点的糊弄事，真是令人震撼。如果在大陆，恐怕早就是在嘻嘻哈哈中，多走一步是一步啦，什么规则都可以一点点的忽略，都可以有一点点的改变。

由此我想到了自己经常犯的错误，平时就喜欢方便、省事，自己有车不开，不用老老实实、安安静静的等红绿灯，有时候还闯黄灯，经常骑电动车，多自由自在，现在看来真是太差劲了，与修炼人的状态相距甚远。

我们是修大法的，就应该时时、事事，严格要求自己，有没有人看见都是一样的表现，在所有人面前都是一样的表现，没有弄虚作假，都是按照“真、善、忍”去做的言行一致的人。

非常感谢师父与同修让我看到了那么多的不足，我以后一定要做好，把那些不合法的言行与执著去掉。

合十！

三位大男孩阳光帅气、开朗活泼，充满活力。刚看节目时，主持人与名字，我经常混淆，以为自己记住了，写下名字，还是出错，我很诧异自己的不认真。仔细又看了一下，应该写对了：金志成，李宝圆，蒲戡。其中一集，字幕也有写成“浦戡”，不知道究竟哪个字正确。

写完上面的注释，我忽然注意到了这个狡猾的辩解：不是自己不认真，是打字幕的同修写错了，这里分明就是求名的心，不想被误解，不愿意被批评，自己是对的，错误都是别人的。这些不好的心真是令人汗颜，一定要去掉才行。

从节目中了解到：神韵舞蹈演员精湛表演、成功的背后是艰辛的付出，以前只是知道，今天却看的清清楚楚，通过这个节目，我看到在汗水与苦累的背后是青春洋溢，是真诚的笑脸，他们每次准备神韵演出时都很认真，在枯燥的训练中依然神采飞扬。从“开胯”的痛苦，到每天的艰苦训练；从每次要打退堂鼓，到最后依然选择了继续，真是让人敬佩不已。

如果自己遇到这样的苦累会坚持下去吗？好像很难做到啊，每天的五套功法都不能坚持的那么好；见到美味，经常是不能控制，好吃懒做倒是经常，做事不够用心，有时候稀里糊涂的，不能严格要求自己，与神韵演员相比，差距真是太大了。

节目中还有一幕，让我记忆深刻：在舞动方形手绢接力比赛中，我看到一个细节，手绢掉了，两组队员都是立刻停下脚步，没有多走一步，在原地捡起手绢，继续转动手绢，再前行。其中一组队员，好像只剩两步就到下一位队员面前，手绢掉了，他捡起来，又转了一圈手绢，再迈步，下一位队员才开始继续比赛，没有人抢先，没有人监督，却是那么自律。

这一幕让我非常惊异：这也就是一个小游戏，神韵演员竟

## 正见新闻

### 神韵十度莅临弗州诺福克 市长致贺



11月5日—6日，美国神韵艺术团第10次莅临弗吉尼亚州诺福克市（Norfolk）。诺福克市长 Kenneth Cooper Alexander 在演出前发来贺信，恭贺神韵艺术团的到来。

贺信表示，神韵“是世界顶级的舞蹈和音乐艺术团体，拥有世界一流的古典舞演员，其独特的乐团东西乐器合璧，高科技动态天幕背景令人惊艳”。

“这场音乐和舞蹈盛宴，通过古老传奇、现代的英雄故事、天国圣景，并以其惊人的美丽和巨大的能量，感染和激励着观众。”

### 多伦多大游行庆祝近4亿人三退



大纪元社论《九评共产党》发表17周年之际，11月6日下午，多伦多法轮功学员在市中心举行盛大游行活动，庆祝近4亿人三退（退出中共党、团、队），呼吁国际社会拒绝中共谎言，选择正义良知。

截至目前，全球退党服务中心网站显示，已有超过3亿8千6百万人三退。

活动主办方代表姚莲表示，中共统治中国大陆半个多世纪以来，破坏文化，篡改历史，以暴力、谎言奴役民众，欺

压民众。现在又将黑手伸向国际社会，打着经济、贸易、文化交流等各种招牌，渗透民主国家各个领域，企图将邪恶共产主义统治全世界。她呼吁国际社会认清中共本质，拒绝谎言，选择正义良知。

### 修炼体悟

## 讲真相 劝三退 心系众生多救人

黑龙江大法弟子 晓春

尊敬的师父好！

同修们好！

我是一九九七年喜得大法的女大法弟子，今年七十六岁。修炼不到半年，我这个患有类风湿、胃炎、神经衰弱经常失眠等多种疾病，特别是腰间盘脱出导致右小腿肌肉萎缩行走艰难，什么活儿都干不了的人，修炼二十多年没吃一粒药，被大法净化成为无病一身轻，两腿走路生风，能够随师正法救度众生的大法弟子。感恩师尊的慈悲救度。喜乘正见网二十周年征稿之际，把我讲真相，劝三退救人的点滴与体会写出来。向师父汇报与同修们交流，有不当之处，敬请同修慈悲指正。

师尊告诉我们：“大法弟子是各地区、各民族众生得救的唯一的希望。”〈1〉师父还告诉我们：“你们在偶然中碰到的人，在生活中碰到的人，工作中碰到的人，大家都要去讲真相”。〈2〉遵循师尊的教诲，我从二零零四年走出来与同修配合挂条幅、贴不干胶、发放真相资料、发台历年画等等证实大法的事情。特别是面对面讲真相。有时我一个人，有时和同修搭伴。上午学法，下午出去讲真相。无论是刮风下雨、冰天雪地、烈日炎炎、也不管是节假日还是邪党的敏感日。就是大年三十、初一，也没停止过救人的脚步。大

者之忍。”对照师父讲法，我没有做到修炼者的忍，放不下观念，执着自我，是胸怀不够开阔啊！师父指出：“那么也就是说有气就有病。我们是炼功人，炼功谁要气干什么？自己身体需要净化的，怎么还要混浊的气呀！肯定不能要。”

（《转法轮》）有气身体会好吗？能神清气爽，神气飞扬吗？其实，还是没有把自己当成修炼人，起码在那个时候。

师父还告诉我们：“作为弟子，当魔难来时，真能达到坦然不动或能把心放到符合不同层次对你的不同要求，就足以过关了。再要是没完没了下去，如果不是心性或行为存在其它问题，一定是邪恶的魔在钻你们放任了的空子。修炼的人毕竟不是常人，那么本性的一面为什么不正法呢？”

（《道法》）是啊，用自己本性的一面，那不就是神的一面去正法吗？当我体会到这时，我的心境豁然明亮，天朗气清。再看那些所谓的“不平”、“气恼”、“窝心”等等败物，顷刻间化为烟雾，飘散而去。

当我们看到同修身上的问题时，一定要想到自己有无此问题，或者面对同修问题的心态，首先要修自己，而不是仅仅的“帮助”同修。不当之处，请指正。

## 看《舞蹈三剑客》节目，见自己的不足

大陆大法弟子 观心

每天在做饭或吃饭时，我经常看一些视频，前几天偶然间看到了《舞蹈三剑客》节目，让我印象深刻，特别慨叹。从不经意的观看，到逐渐意识到自己的不足，真是受益匪浅，写下来与同修分享。

《舞蹈三剑客》是由三位神韵舞蹈演员开办的节目，主要介绍他们在神韵演出期间在世界各地享用美食及一些训练日常等趣事。



的那个不好的思想慢慢和自己有了距离，分清它不是自己以后，师尊就把那个物质给消去了。

## 同修是一面镜子

大陆大法弟子 心晴

时常能听到同修因家庭鸡毛蒜皮的事搞得闷闷不乐，甚至火气很大。以往，我都是以“旁观者清”的角色予以劝解，直到同修烟消云散，振作精神，我也心情释然。直到近期同修又因为一件小事，有点“动肝火”的味道，我才意识到这里有我的问题了一一没有找找自身。

师父说：“看到不对的时候先想自己，是为什么叫你看到，是不是你自己有问题了，修的是自己。”（《二零一六年纽约法会讲法》）是啊！这其中我“修自己了”吗？向内找，惊讶的发现，我在家庭的表现和同修如出一辙。家庭中，妻子的强势，常常让我毫无颜面，很是“窝囊”，总是忍气吞声，心里不平。忍不住时，就是一阵魔性大爆发，过后悔恨、自责，道歉，很长时间心情才能平复下来，家庭才能恢复和谐。

同修就是一面镜子，是我表现太不争气，在家庭上没有本质的突破，才有这样的事情一再的发生啊！进一步向内找，这气从何而来呢？是被冲撞时的不平或愤怒；是自尊和面子被损伤的气恼；是自己的“对或正确”被冷酷剥夺之后的窝心……总之，就是自己的不喜欢、不愿意。那不是情吗？不是极力对自我的维护吗？这些执着不去除，怎么脱离凡尘？是师父为我着急啊！

以往，我总是强力忍着，一直是忍不住就魔性发作一次，对此心里也非常烦恼。师父在经文《何为忍》中明确道：“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

街小巷、繁华的楼区、农村田间地头、火车站、公交站牌、商场、超市、公园等等。凡是有人的地方，我们都去寻找师父给安排的有缘人。

### 一、只要有救人的心师父就给予弟子最好的

一次去集市的路上。在我前面有一位男子骑着三轮车慢慢悠悠的走着。我心中生起一念，师父呀能给这位男士讲讲真相该多好啊！就这么一想，那三轮车的后厢挡板“当”的一声掉在了地上，谢谢师父的巧妙安排，在他下车修车时我趁机上前给他讲了大法真相。他很高兴地退出了邪党共青团组织。接过护身符连声说谢谢！谢谢！这时车已经修好了。望着他得救离去的背影，我心中升起对师尊的无限感恩，也领悟了大法的超常，真是“修在自己，功在师父，你有这个愿望就可以了。而真正做这件事情，是师父给做的，你根本就做不了。”〈3〉

在某公交车站，给一对年青夫妇讲真相。我走近他们说：“年青人你们好，咱们相见就是缘份，大家都知道现在社会腐败，人的道德在急速下滑，导致天灾人祸连连不断。我告诉你们法轮大法真相…。诚心敬念‘法轮大法好’！

‘真善忍好’！在大灾大难面前能把命保。”这时这位男士已经气得不行，本来肚子就挺大，喘着粗气大肚子带着衣服一鼓一鼓的。她的妻子一手扶着他的肩膀一手抚摸着他的肚子说：“老公别生气，大姨是为咱们好。”这位男士气的躲出去好几米远。他的妻子对我说：“他是警察。”我说：

“警察只是职业不同，生命都是一样的，都是大法要救度的对像。”我问女士：“你是党员吗？”她说：“不是，我入过团。”我说：“把入过的邪党组织退了吧。抹去发过的毒誓。”她非常爽快的退出了共青团邪党组织。

我看这位男士虽然气的够呛但没有恶言恶语，只是不明

真相，听信了邪党的谎言，本性还是和善的，不能落下他。于是，我心中发着正念，清除共产邪灵对他的毒害与干扰，并请师尊加持。我面带微笑走到他跟前说：“不生气了吧，大姨真的是为你好啊！”我给他讲了天安门自焚是骗局，是邪党一手导演的造假伪案。我说：“你知道六四学潮吧。”他不语，我接着说：“我记得非常清楚现在还记忆犹新。六四的第二天早上七点钟，中央电台广播说没死一个人。实际是机关枪扫、坦克压，真是血洗天安门，害死多少高才学子国家精英？邪党尽说假话。”他静静的听着，我说：“年青人哪，你们生活在这样的社会里也不容易，保重自己吧。”我问他，你是党员吗？他摇摇头。“入过团吧。”他点点头。我说：“用新生这个化名给你把入的邪党组织退了保个平安吧。诚念‘法轮大法好’、‘真善忍好’。这是唯一能救命的九字真言。”他终于开口说：“谢谢！谢谢大姨。”“慈悲能溶天地春 正念可救世中人”。〈4〉这个生命终于得救了。谢谢师尊的一路呵护加持与慈悲救度。

## 二、讲真相是修自己不断提高的过程

一次我和同修给两位女士讲真相，给她们讲了法轮功的基本真相。她们说我们是信耶稣的，耶稣是天下唯一的正神，并说你们也别信那个了，那是国家禁止的，是 X 教，你们也信耶稣吧。同修说：“我们不改变你们的信仰，只是告诉你们记住‘法轮大法好’，‘真善忍好’，将来有福报。”她们说信你们那个将来要…。我一听心里就火了，有信仰的人还是信神的，怎么说出这么不理智的话。我说：“法轮大法是正法，是佛家上乘修炼大法，教人向善，能使人的道德回升，对祛病健身有奇效。像你们这样不听真相，不明白真相的人，将来才下地狱呢。”说完我就走了，当时

## 修炼随笔：要分明好坏

修炼人

师尊在《转法轮》的“主意识要强”这一章节中告诉我们：“有的人主意识不强，就随着思想业干坏事，这人就完了，掉下去了。但大多数人可以以很强的主观思想（主意识强）排除它，反对它。这样，就说明这个人可度，能分明好坏，也就是悟性好，我的法身就会帮助消去大部份这种思想业。”

学这段法，看到“能分明好坏”这一句的时候不禁一怔。是啊，作为一个修炼的人能分明好坏是多么的重要。

人在迷中混沌了心智，丧失了自我，好坏难以分清。如果没有大法做指导，一个常人按照现代人的变异观念思维，又怎能分辨出好与坏呢。

师尊在《论语》中说：“修炼中也会使道德品质提高，在分辨出真正的善与恶、好与坏、走出人类层次的同时，才会看到、才会接触到真实的宇宙及不同层次不同空间的生命。”

我悟到作为一个修炼的人，就要有一双像孙悟空那样的火眼金睛，能分明好坏，分辨善恶。那就是要以宇宙特性“真、善、忍”为标准，凡是符合这个特性的思想行为就是好的，凡是违背这个特性的思想行为就是不好的。

对于不好的思想和执著就要修去。有时候那些不好的思想和执著如同和自己是完全粘合在一起，长在一起的，跟自己完全没有缝隙，想扒拉都扒拉不下来，感觉这思想和执著就是自己呀，怎么分开呀，有一种被生生剥离的痛苦。但我知道那不好就必需去，否则还修什么。我就在心里一遍一遍的念“那不是我，那不是我”，或者反复的想“解体某某执著”，刚刚念的时候很麻木，没感觉，但时间一长，我就觉

的圆满，才能达到永远不灭。”（《瑞士法会讲法》）我悟到：私的主要表现就是想问题时，总是站在自己的角度去思考，保护自己利益不受侵害，而不是站在为他的角度去想。为私这种属性也使生命不愿改变自己，只想改变别人，事事“我”字当头。我现在认识到，真正在大法中修炼就要放下“我所要的”，放下“我的威德”，放下“我的层次”，放下“我的圆满”，放下修炼中执着任何结果的心，就纯净按照大法去修、去做，不去想任何结果，把这种心态变成我们修炼的一种常态。达到无为的修炼状态。

每当遇到问题时，有人说你好说你不好，让你做什么不做什么，动心就是私的表现，我高兴、我不高兴、我愿意、我不愿意、我看的惯什么、看不惯什么等等都是用自己的标准要求，都是在执着自己所要的，都是有为的、有目的、有条件的，都属于“私”。当放下“自我”观念后，随其自然的状态就是无私。我明白了一切都是大法弟子修炼与师父正法过程中的状态与表现。明白了所遇到的任何事都是修炼，心态平和，不执着己见，注重过程，过程中以修炼人特有的祥和的心态把该做的做到位就好，不执著结果。我经营一个服装加工点，很多人都说：“你的活做的真好”。我觉的我就应该把活做好，这是我的职责，本分。不刻意去做什么，而是自然而然的一种状态。因为师父要求我们做好自己本职工作。

跳出私的框框，视野一下子打开很多，就象看到一个大戏的舞台，一切都在有序的上演，不用执着自己的所悟，不用执着非要看到什么结果，把心放平，没有了背后人的那些顾虑，结果好就有好的理由，结果不好就有不好的原因，做而无求，那种超脱的境界太美好了。

个人修炼中的一点体会，有不足之处，请同修慈悲指正。

还觉得挺好，占了上风，出了气了。回到家里，越想越不是滋味，越想越感到后悔，我这是干什么呢？我这是讲真相救人吗？我还算是个大法弟子吗？师父不是给我们讲过，没把人救了，还推了人家一把的法理吗？她们不也是迷中的众生吗？师父我错了。通过这事，我找到了自己的怨恨心，争斗心，执着自我的心，不善良的心，压倒别人的心，不吃亏的心，党文化等。找到了这些不好的心不要它，去掉它。“修炼人自找过各种人心去的多”。〈5〉有师父的法理指导修炼真幸福真好。

### 三、在海边讲真相救人忙

我的家离海边很近，经常有游客来来往往。每遇到有回家的人，我都给他们讲真相，不让他们错过这万古能得救的机缘。一天遇到三女二男，大约都是60岁左右的人，大包小裹的在忙碌着装车。我走进他们热情的说：“要回家了，祝你们一路顺风。”他们很高兴的回覆谢谢。我说：“下次再见不知何时再有机缘。告诉你们在瘟疫面前能保命的‘九字真言’，带有宇宙中正的正能量，诚念‘法轮大法好’！‘真善忍好’！不断地吸取宇宙中的正能量，一正压百邪，邪的东西就靠不了你的边。再有你们入过党员吗？”“没有，我们都入过团。”我说：“你们入的时候都发过毒誓，为它奋斗终生，把生命都交给邪党了。现在社会腐败，大官大贪，小官小贪。历次的政治运动害死中国民众8000多万人，现在还继续迫害法轮功，活摘法轮功学员人体器官牟取暴利。善恶有报是天理，上天真的要灭掉这个邪党了，咱们老百姓不能陪葬，从心里退出邪党组织保个平安吧。”他们说：“退退，我们都退”。一女子很兴奋激动地说：“我得救了！”我说：“你真的得救了，大家都得救了，是大法师父救了你们。”他们双手合十：“谢谢大法师父！谢谢大法师父！”



我为众生明真相能得救而欣慰。师父您辛苦了。

很多游客在各种雕塑像前忙碌着合影留念。他们中有的是夫妻，有的是同学同事，也有好几口人的大家庭…可是无论他们怎么照，总得有一个为大家服务，照不上集体相。我抓住这能讲真相的切入点热情地走近他们说：“我帮你们集体合个影吧”或者“我给你们照个全家福吧，带着老人领着孩子来一次也不容易。”通过互动再给他们讲真相就容易的多了。走了一帮又来一帮，人流不断。谢谢师父的精心安排。大多数人都能接受真相，退出入过的邪党组织。有的接过护身符，有的拿到二维码。我说在大灾大难面前要诚念“法轮大法好”！“真善忍好”！这是唯一在大疫面前能保命的“九字吉言”。他们都非常认同，连声说谢谢！谢谢！

在沙滩上游玩捡贝壳的游客，在海边凉棚下乘凉聊天的人，我都乘机切入给他们讲大法真相。帮助他们做三退。退出邪党的党、团、队组织。尽量不落下有缘人。有的人和我握手道谢，我知道这是众生对法轮功的感恩。还有的人说也祝你平安长寿。我也明白这是众生明白真相后对大法的敬意。佛恩浩荡啊！

#### 四、疫情期间利用有利条件讲真相多救人

二零二零年武汉肺炎爆发，新冠病毒失控。导致全国许多地方封城封小区。我们小区也被封。很大的楼区只开放一个门。而且保安人员、值班人员等把守的很严。进出必需登记测体温。两天每户只许一人外出一次购物。搞得人心惶惶，不知所措。

大法弟子在救人抢人救众生，在师尊的巧妙安排与加持下我连着走出去三天。可是大街上行人寥寥无几，公交车也停运了，四周空荡荡的，只有巡逻车在不断地喊着疫情中的注意事项。给人的感觉是既压抑又凄凉。即使能遇到人，有

轻松，时间上自由，且找工作是为了不与社会脱节，所以只是暂时干，不打算长期做等等。交流中我发现了同修的私，做事从“为我”的基点考虑问题，找工作首先不是想怎么把工作做好，而是有要求有条件的，是私的表现。同修的表现是一面镜子，这是该我修去这个私，更悟到要在自己层次修到“无私无我 先他后我”的境界。感觉另外空间私的因素瞬间就解体了。我心里顿感轻松。

通过这些事，我认识到：丈夫长期私的表现并没有让我在法上提高上来，光看到他的自私、埋怨，有时能过去，有时过不去。没悟到自己要修去的是我的私。打疫苗这件事上，站在了为他的基点考虑问题，可是也没达到无私无我的境界。最后找工作时同修的私的表现，才让我警醒：师父给我安排的提高机会，此时才真正认识到：修去私，修成“无私无我 先他后我”的正觉。师父告诉我们：“我还要告诉你们，其实你们以前的本性是建立在为我为私的基础上的，你们今后做事就是要先想到别人，修成无私无我，先他后我的正觉，所以你们今后做什么说什么也得为别人，以至为后人着想啊！”（《精进要旨》〈佛性无漏〉）

私在很大成度上是和自我联系在一起的，修去私的过程，其实也是放下自我的过程。站在为他的角度考虑：我丈夫原来就不擅长做家务，在家中是老小，父母的娇惯使他不体谅别人，何况我是修炼人，不应该看不上他。其实丈夫有许多闪光点，时常帮我做大法的事，遇到警察骚扰大法弟子敢仗义执言，帮大法弟子解脱。这些我都看不到，这就是我的自私。师父讲法中告诉我们：“其实你们还不知道，这个私贯穿很高层次。过去的修炼人说：‘我在干什么’，‘我要干什么’，‘我想得到什么’，‘我在修炼’，‘我要成佛’，‘我想要达到什么’，其实都没有离开那个私。而我要你们能够做到的是真正纯正的，无私的，真正的正法正觉



近一年多来，丈夫不断的在我面前表现其自私的行为。丈夫在儿子快递中转点帮忙，任性、固执，高兴了就去，不高兴了就不去，一直随着自己性子来，不在乎别人的看法。在家里听不进别人的话，家务活不做，嫌弃我做的饭应付等等。诸多表现都让我看到丈夫的私，也和别人说他自私。作为修炼人也把其在我面前的表现看作是让我提高的机会，但只限于忍，怨恨心、争斗心上来也会修下去，可并没认识到真正让我修去什么。

## 二、为他人着想，配合儿子的工作

8月初，我所在小区强制人人打疫苗，并把工作落实到具体工作人员身上，我儿子作为一名工作人员负责我们所住这栋楼。一天到家，儿子说：“明天下午两点到小区临时接种点打疫苗”，我随口问了一句：“我要是不去呢”？儿子说：“那我的工作就别干了。”当时我想师父要求我们做好自己本职工作，遇到问题首先考虑别人，做事要为他人着想，我也要为别人考虑，让儿子做好他的工作。我配合儿子的工作，可是配合儿子的工作并不是配合打疫苗。第二天就去了接种点，去的路上我发出一念：师父，我不打疫苗。当时并未考虑结果。到那量血压，奇迹出现了，高压 237，低压 136。当时医生讲，你绝对不能打疫苗。“修在自己，功在师父，你有这个愿望就可以了。而真正做这件事情，是师父给做的，你根本就做不了。”（《转法轮》）我真正体会到，只要我们心性到位，师父一定会帮我们。我做到了遇事为他人考虑，师父就给我安排了最好的。

## 三、从同修的私的表现对照自己

前几天正好遇到一同修想找工作，交流中，同修说了她找工作的要求及条件：找工作并不打算挣多少钱，时间上要符合自己，工作中要有时间学法，不能耽误自己的事，工作

的人也绕开你走，很难搭上话。我走出去三次，三个下午只劝退了四个人，而且是戴着口罩在一米之外讲的。带的真相资料也给不出去。人们怕感染病毒都不敢接收。大疫当前救人急，怎么办？心中想起我居住小区的众生，想起前几年开的那朵小花。平时打印的真相资料都是供给同修讲真相用的，并没有在本小区大量发放过。现在疫情凶猛人们都呆在家里忧虑恐惧而无奈。那我就在本小区内部讲真相救人吧。谢谢师尊的良苦用心与巧妙安排。

感谢明慧同修不辞辛苦的给我们准备了各种救人的真相资料，我选择了“疫情凶猛自保有妙招”“大疫中觉醒”等明慧周报。白天下载打印，晚上或中午和另外两位同修出去发，选择三种不同内容的周报，装在七分大的密封朔料袋里。掰成弓形别在住户的门把上。我和同修分好工各包一片，有的单元不开门我们就记下来找机会补上。为了安全我们每次发放真相资料都不乘电梯，都是步行。大年后的北方天气虽然还是很冷，可我们十一层楼连上三个单元，就已经是满头大汗了。同修说我们不怕苦不怕累。只要众生能明白真相能得救我们的心里就是高兴欣慰。在师尊的慈悲呵护下，我们怀着一颗祥和慈悲的心把大法的福音、救命的秘诀“法轮大法好！”“真善忍好！”送到了千家万户。

## 五、众生的觉醒 大法的威德

“大法圆容着众生，众生也在圆容着大法”〈9〉。听过我讲真相的人，在交通车上有向我点头致意的。在公交车站有向我挥手打招呼的，有的说“法轮大法好”，“我最佩服炼法轮功的人”等等。也有人听到大法的福音与真机激动而又神秘的说：你是神啊！也有人说你是仙人啊！我说我不是神，我也不是仙人，但是我是走在神路上的修炼人。无所不能的师尊赐予了我们救人的能力和威德。所以我讲给你们的

都是天机，都是真相，是万古不遇能得救的机缘。当这茬人类走到最后，进入新世纪的人，你们会发现你是一个世上最幸福最幸运的人。因为你选择了正义，选择了光明，选择了良知和未来。

在讲真相中也有迷的太深，不可理喻的人，有骂人的，有要举报的，也碰到过几次有惊无险的事，都是在师父的慈悲呵护下化险为夷。有同修问我你劝退了有几万人了吧。我说我也记不清了，到后来我去掉了记数的心。我知道不管我劝退了多少人，都是师父在做，都是慈悲伟大的师尊在救度众生。都是大法在救人，我只是跑跑腿，动动嘴，师父却给了弟子无量的荣耀与威德。弟子无以言表，唯有精進实修全力做好三件事，多多地救人，修好自己跟师父回家。弟子跪拜师尊。

叩拜师尊！

谢谢同修！

- 〈1〉《精進要旨三》〈谢谢众生的问候〉
- 〈2〉《各地讲法四》〈二零零三年亚特兰大法会讲法〉
- 〈3〉《转法轮》
- 〈4〉《洪吟二》〈法正乾坤〉
- 〈5〉《洪吟三》〈谁是谁非〉
- 〈6〉《精進要旨》〈道法〉

## 真相车队出征新英格兰地区显神威

洪博

2021年10月29日-2021年11月1日，纽约 End CCP 真相车队再次远征，到位于美国东北部的五个州（新英格兰地区）讲真相，告诉人们共产主义的危害及中共的邪恶，以唤醒人们对神的坚定信仰，从而回归传统，坚守道德，维护正义和良知，共同抵制中共，远离中共，解体中共。

但是知道自己在修炼，就可以知道动的任何一念都是魔，不是自己的真实想法。

我有一个经验，就是感受自己的那些各种各样难受的感觉，它们一般从没有修炼好的身体里面出现，有时候还会有莫名其妙的奇怪想法，不要动念，就看着它们，同时承受难受的感觉，它们就会开始消掉，消干净了就不会有难受或者奇怪的想法。

我感觉修炼是很幸福，很开心的事，出现难受或者坚持不下去是因为业力或者思想业力的干扰，不是自己的真实想法，千万不要当真，特别难受的时候有可能物极必反，顶过去马上就好，有两次快顶不住了，念九字真言马上就好了。

咱们修炼的目的地是返本归真，同化大法就可以找回先天的自己，真正的自己，所以影响我们得法的肯定是干扰，一定不是自己想要的。

我最近认为得法以前的魔难是最危险的，因为可能会让我们永远走不进大法，错过万古机缘，会让我们永远后悔都弥补不了。但是得法以后的魔难多是为我们的成就铺路的，都是回家的阶梯和基石，无论看上去多大的麻烦都是能过的，一定是有路走的，只要自己不放弃修炼，踏踏实实做好自己该做的事情，必得善果的。

## 修去私 在法上提高

大陆大法弟子 桂霞

师父告诉我们：“告诉你一个真理：整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”（《转法轮》）在过去一年多的修炼中，我有一些在去“私”心过程中的体悟，在这里与同修们交流。

### 一、丈夫私的表现

修炼再高一点以后，感觉有信心搞定执著心，最终会修到圆满，被干扰是一念之差，大意失荆州。

无论在什么时候，多学法，多炼功，多忍忍都有帮助，执著心会越来越淡，主意识会越来越强大。

#### 四、人在修的感受。

我认识到咱们修炼是从最微观到最表面，修好一份师父就帮我们隔开一份，到最表面以后就圆满。修炼好的部分是神的感觉，不用再修炼；没有修炼好的部分是人的感觉，需要勇猛精进。

从个人感受来说，虽然人的东西越来越淡，但是不好的想法在修炼过程中一直会有，不被干扰最重要，出现干扰的地方就是需要我们修炼提高的地方，所以碰到问题应该学会用法来衡量，不要用人心的衡量。如果出现怀疑呀，难受呀，不想修炼呀等等各种复杂的想法，是没有修炼好部分的想法，是正常的反应，不要被干扰，继续修炼，做好自己该做的事就行。

修炼好的时候会有很幸福，很踏实的感觉，女儿有一次问我为什么会感觉爬在小树上摇摇欲坠，下面是垃圾桶，我认为是心性不稳的表现，我状态好的时候有几次看见自己坐在连绵不绝的山脉上面，很稳固的感觉；状态不好的时候是变小了、变沉重了或者往下掉的感觉，无论看到什么都只是自己的部分情况，只是部分身体的感受，继续修炼最重要。

最近看过几位同修留言交流，因为中国大陆集体修炼的环境被中共邪党破坏，找不到同修，碰到各种各样的困难，甚至有的同修认为学法也解决不了问题，有一位同修说感觉坚持不下去了。我认为是被干扰到了，首先咱们学法“无求而自得”最好，抱着任何想法可能都是执著。另外感觉坚持不下去肯定是干扰，咱们修炼主意识，如果主意识不动念，

大法弟子是佛法修炼者，是以救人于苦难为使命的。所以这一路上，也出现许多神迹，现将部分同修的超常体验和感受写出来供参考。

#### 1. 光焰无际的真相车队

现在是魔鬼统治的世界，在一定层次上看人世间是黑浪滚滚，漆黑一片。而真相车队是光焰无际的，所以真相车队一走一过，所到之处，犹如漫漫长夜间里出现了一串明灯照亮了周边的大地和山川河流，也唤醒了许多沉睡的生命。

#### 2. 车队汽车都是“神驹”

参加车队的汽车都是大法弟子的法器。表面上和普通汽车没有什么两样，但挂上“打倒中共恶魔”、“End CCP”等标语和旗帜参加车游，就有了精神，像神驹一样，看上去光芒四射，精神抖擞，威风凛凛，载着大法弟子出征除恶。尤其车队一字排开，飞速前进时的那种壮观景象足以改变所到之处环境，真是所向披靡，无坚不摧。邪恶因素势如破竹，瞬间解体。比“驾长车，踏破贺兰山缺”过犹而无不及。

#### 3. 众神喜迎真相车队

当真相车队离开纽约，往东北行驶进入新罕布什尔州，有同修发现道路两旁出现无数佛道神好像盼望已久的样子，毕恭毕敬在列队欢迎真相车队，有的甚至还跪在地上。他们无不羡慕大法弟子在人间助师正法。

#### 4. 管雨的天神诚惶诚恐

31 日早晨，车队出行时天下着小雨，后来越下越大。这时有个同修通过思维传感对管雨的天神说：“我们是要去讲真相，救人的，你下这么大的雨是什么意思？你这是在犯罪呀！”天神真的感觉像犯了大罪，诚惶诚恐地说：“我们马



上去安排，处理。”果然，很快雨停了，乌云散尽，太阳出来。雨过天晴的空气非常清新，蔚蓝的天边飘过朵朵白云。虽是初冬，万物都充满了生机。同修看到，这场雨是早就安排的，一般不能随便改。但因大法弟子出来是救人的，管雨的天神秉承旨意，在大法弟子经过的上空打开一道口子，让雨避开了此地。

## 5. 众生喜迎统领

车队来到佛蒙特州伯灵顿炮台公园，面对美丽的尚普兰湖同修们开心地拍照、留影、征签。可是有个同修无端地潸然泪下，怎么也控制不住。另有同修发现，原来哭泣的同修曾经是这个地方的统领（酋长），对治下的民众很是仁慈，深受民众的爱戴。当这个同修来到这里，在另外空间许多生命都知道统领回来了，纷纷跪迎她的到来。尽管这个同修人的一面忘记了这段因缘，不知道自己为什么要哭，但本性的一面清楚，看到那么多生命跪迎，也是激动不已，没法控制眼泪唰唰往下流。

这不禁让人想起了师父的《洪吟》〈访故里〉

秋雨绵似泪  
涕涕酸心肺  
乡里无故人  
家庄几度废  
来去八百秋  
谁知吾又谁  
低头几炷香  
烟向故人飞  
回身心愿了  
再来度众归

## 6. 没有累的感觉

惑了，手段真是厉害呀；同时也感觉好像很凶险，如果当时信了，放弃学法就完蛋了，我记得学《转法轮》两三天就好了，所有魔难都突然消失了。

辅导女儿修炼大法以后，我认为她最大的麻烦就是不知道精进，不知道每天学法的重要性，感觉她一只脚在门内，一只脚在门外。我没办法只能尽量多给她讲修炼的事，尽量多给她介绍师父教过的法理，希望能够尽量多帮助她，但是因为“师父领进门，修行在个人”（《转法轮》），修炼最终只能靠自己。

## 三、去执著心最难

执著心在没有去掉之前是一种难分难舍的感觉，还会提供巨大的满足感和成就感，我认为把执著心误当做自己是难去的最大原因。但是去掉以后再看执著心是很肮脏，很沉重的东西，不愿意被污染的感觉。

我发现执著心是一种物质存在，越强大的执著心密度就越大，份额越多；它在思想上的体现是一种观念（或者想法），按照观念去做事的时候就会加强它，越来越强大，还会给人一种虚假的满足感和成就感。因为它是活的，要消它的时候会给人很痛苦的，难以割舍的错觉。能够分清楚执著心不是自己，放弃执著以后，这种物质就会像冰雪在高温下一样消融，身体就会有越来越轻的感觉。

从个人经验来看，最开始会把执著心当做自己，把执著心的想法当做自己的想法，把执著心被满足以后的成就感和满足感当做自己的感受，很难分清楚主意识和执著心，很难抵抗。

修炼一段时间以后，有几次我看见执著心构成的黑色的一模一样的自己，这时候还是很强大，主意识经常顶不住，容易按照执著心的想法做事。

一种是长功飞快，自己人的一面在学，修炼好的部分也在学，人的部分飞快的转化提高，看到好多的法理，同时看到法理在另外空间的真实体现，无比的美妙美好。因为修炼好的部分就会被隔开，所以完成以后就会恢复人的感觉（有些感悟消失了一样），随着提高不断重复，人的部分越来越少，身体越来越轻，感觉身体越来越薄一样。重要的是不要执著在任何境界所知、所见、所想，勇猛精进、不断提高最重要。

另一种是特别难受，对学法很抗拒，不想学法，学法的时候胡思乱想，很难控制自己的思想，感觉效果很差。这是需要消业的表现，这些都是思想业的表现，不是自己的想法，继续学法就会好，千万不要放弃学法。

因为学法是最重要的事，所以对于干扰学法，干扰对大法的正信这种魔要特别小心，有一次我对老妈介绍修炼的时候，看见一个黑色业力构成的生命在干扰她，做出厌恶和鄙视的样子，老妈自己不知道被干扰，做出一模一样的姿态。我认为很多常人走不进修炼都是被业力干扰的，他们自己不知道，把业力当做自己的想法。

我过去也被干扰过，最厉害的有两次，第一次看见《法轮功》的时候，感觉功法非常好，但是莫名其妙冒出一种想法，这不是我最想要的，先去找找有没有更好的，没有再回来学这部法，一念之差耽误了五年时间，现在来看这一念其实是魔的干扰，不是自己的真实想法。

还有一次已经入门，师父刚刚帮我开顶，有魔演化特别可怕，特别邪恶的景象，我的身体承受特别大的魔难，就像马上要完蛋一样，同时有一个声音在心里不停的念“我是不是修了邪法了”，现在回头来看有点好玩，居然有这种魔难，魔不问“你是不是修了邪法了”，因为我根本懒得理它，但它在我心里反映“我是不是修了邪法”，太容易被迷

有同修连日开车，一天少时也有七八个小时，多时十多个小时，也没有人替换。可是在4天的车游中没有疲劳的感觉。他说：“心中只有一念，就是完成使命，传播真相救人。在这个过程中，完全忘我无我。”有一次，身体有点不适感，他马上想到“我是创世主的弟子，我是来救人的，任何干扰都是破坏，来干扰的生命再不离开，我就发正念灭了你！”很快身体不适感就消失殆尽。

## 珍惜机缘 抓紧时间

一者

讲真相中发现，有的人今天错过了，明天他就消失在人海，或者突然就去世了。一面之缘，别离即永诀，尘缘已尽，没有机会再救度了。

机缘稍纵即逝，时间有去无返。在这千载难逢，舍我其谁，时不我待的当下，机会与时间真正意味着什么？

师父说：“在这个迷中，在这个状态下，给他留这样一个机会。”[1]“修炼可不是儿戏，比常人中任何一件事情都严肃，不是想当然的，一旦失去机会，六道中轮回何时再得人身！机缘只有一次，放不下的梦幻一过，方知失去的是什么。”[2]“每一次机会都不会再有。修炼是严肃的，差距拉开的越来越大了，修炼中加上任何人的东西都是极其危险的。”[3]

读到以上三段文字的时候，“一次机会”几个字赫然凸显出来：每一次机会，可能都是绝无仅有，只此一回。荒废一天不学法，就不进而退一步；逃避一次矛盾，就放弃一次提高；错过一个人不讲真相，就可能一个世界不得救。

机缘是难得的，时间是无情的，修炼是严肃的。谁不珍惜机缘，谁不抓紧时间，谁没有扎扎实实的修自己，谁就会

在大浪淘沙中筛出去。最好的惜缘，就是精進不停。事实上，知道精進的人不少，做到精進的人不多。修道人多如牛毛，成道人凤毛麟角，也是因为不能修炼如初，坚持精進吧。

现在有许多得法二十多年的老弟子，现今的状态都比较松懈。有的同修已经很久没有炼功了；有的学法学不進去，看电视却很来劲；有的天天出去逛街；有的还在花大钱做美容；有的人加班加点挣钱，没有时间做三件事。

他们还说：今天太累了，学不進去了，明天再学法吧；明天老人来了，要孝敬老人，做点吃的吧；后天要出差了，那就先整理东西吧。这样明日复明日，学法放松了，修炼也懈怠了。

大多数同修都清楚机缘难得，也知道抓紧时间，但是就是不能落到实处。恰似“间歇性踌躇满志，持续性得过且过。”这样有目标、没行动，等于空谈佛法，没有实修。

常人还讲，“明日复明日 明日何其多 我生待明日 万事成蹉跎”。在修炼中，如果总是拖延懈怠、安逸散漫，其实无异于苟且偷安、自暴自弃、自欺自毁。为什么这么说呢？

那么多法理还没有参悟，那么多真相还没有讲，那么多众生还没救。整天赖在床上睡大觉，能睡的香吗？整天不学法，能心安吗？天天不救人，对得起众生吗？我们的人身，为助师正法而来，为唤醒众生而来，如果不修自己，不救众生，我们来干什么？我们是来享受的吗？我们是来争名逐利的吗？我们是来儿女情长的吗？都不是，我们是来助师正法、吃苦修炼的、救度众生的。神在人间，是不会懒散的，因为责任重大，使命在身。

没有抓紧时间修炼的同修，状态可想而知。有的在怨声载道中含恨而逝；有的在家庭忙碌中累倒；有的保健品成堆，哪儿都不舒服；有的面色黄黑，麻烦不断，干扰频频；

了弯路，才认识到光知道使劲炼功是不对的，最初的时候曾经想过无论吃多少苦，无论炼多少年，一定要把大法承传的东西炼出来，现在回头来看，这种认识不对，因为功是修出来的，不是炼出来的，炼功是改变本体和加持神通，所以修心性最重要；而且咱们是“法炼人”的功，复杂的想法多了不一定好，无求而自得效果可能会更好；在咱们修炼的过程中，动的任何一念可能都是干扰，都不能当真，要以法为师，要知道无为是大法。

从修炼多年的经验来看，“大道至简至易”，修炼其实很容易，最大的难点是去执著心，人心难去，不严格要求自己就会被执著心干扰，有时候明知故犯，没有做到严格要求自己。

现在如果要用一句话来总结自己对修炼的认识，就是“不断同化大法，同化宇宙特性真、善、忍，不断去掉各种执著心和欲望”。

## 二、学法，学好法最重要

因为修炼就是不断同化大法，所以学到不同境界的法理，学会咱们大法承传的东西；学会如何同化大法就最重要。

我记得师父有一次说：“我传的法已经系统的基本全部给你们交底了，该传的完全都留给你们了，而且最高的已经讲的相当的高了。”（《北京国际交流会讲法》）。所以学会多少，得到多少就是我们自己的事了。

从修炼的经验来看，认真学法的时候长功最快，有时候像坐火箭一样，有时候在人群中做的事情和学法的内容一模一样，有时候随意打开经文学到的内容正好是自己想知道的问题，学法好的那段时间感觉吃饭，睡觉都在长功……

我学法经常碰到的有两种状态。



净利落，做事有分寸，保持距离，不拖泥带水。要知道，在古时候，非夫妻及血亲，成年男女之间是不能私底下有任何交集的，甚至眼神的对视也被认为是不够检点，所以我们看到古书中的女子大多害羞而腼腆，神态上多是低眉垂眼，不去招惹是非。

但是现代社会已经这样混乱复杂了，我们大法女弟子在这样一个环境修行，就要做到出淤泥而不染，时刻记住自己是大法弟子，做一个正派端庄的女子，行为光明正大，心底无私无邪，正气充足，不被人情带动，才是最好。

## 同化大法的一点感悟

朱同

根据我的认识，法轮功性命双修，修在先，炼在后；既要修，又要炼。

前一段时间在论坛碰到两个新学员，刚开始修炼，特别想要炼功，强调炼功。我感觉他们没有认识到修心性的重要性，没有认识到学好法，学好《转法轮》的重要性，和二十多年前我走过的弯路一样，所以就想写一篇心得体会出来交流，动笔之后发现太困难，因为大法无边，自己的认识很有限，同化大法的感悟这个题目太大太难，好几次想要放弃；但是在感受到写作困难的同时，发现同化大法的感悟可以从一个很好的角度来表述自己对修炼的理解，可能对新同修有所帮助，所以尽力完成此文，不当之处请以法为师。

### 一、过去走过的弯路。

最初开始修炼的时候，不知道学法的重要，《转法轮》只读过一遍，不知道要每天学，反复学，光知道使劲炼功，感觉功不太长的，有一天炼完第五套功法神通加持法，有神和我说话，他说“同化于法、同化于法”。才认识到自己走

有的缺钱少衣，生活困顿。心性离法越来越远，状态也就越来越常人化。

曾经放下生死去北京证实法的生命，曾经在凄风苦雨中救人的生命。历史上的大根基、未来的大果位，因为放纵安逸，因为放松自己，几乎就快要毁在人中了。因为越不学法，也就越觉得没什么可学的，也就越自以为是。在安逸的享乐中，离精進越来越远，离法越来越远。如果越最后越不精進，肯定越来越松懈，越来越下滑，越来越危险。

有的同修，能持之以恒，十年如一日的学法，扎扎实实修自己，悟性、心性都在稳健提升。他们认为，生命为法而来。生命离开法，生命就毫无意义；时间不用于救人，时间就荒废虚度。他们不但用整时间学法，还用零散时间背法。须臾不离法理，片刻不离修炼。因为他们与法亲近，法的博大精深、玄妙殊胜也就展现出来，沐浴在法光中，神清气爽，精進不停。

机缘错过不再有，光阴一去不回头。修炼中要珍惜此时此刻，要抓紧刹那须臾，一点一滴的学法、实修、救人。千万不要奢望：忙完就有时间了，明天还有机会，后天可以整日修炼。那是常人的妄想。修炼就要在苦中、忙中、乱中、险中修出来。

在这千载难逢、舍我其谁、时不我待之际，珍惜机会，意味着与正法同行，抓紧时间意味着正念精進。此时此刻，我们正在干什么？我们有没有珍惜机缘、抓紧时间？我们要常常问自己，时时提醒自己：生命为法而来，时间为法而在，只有精進不停，才不辜负来此一场。

一孔之见，请慈悲指正。

备注：

[1]李洪志师父著作：《转法轮》

[2]李洪志师父著作：《精進要旨》〈退休再炼〉

[3]李洪志师父著作：〈挖根〉

## 消业

莲桥

修炼途中，身体消业迷惑了很多修炼者，给大法修炼带来令人痛心的教训。

记述个人一次消业经历，诚望与同修共同提高。

多年前，胸部有一个可以摸到的小硬块，经常疼痛，而且这种情况经年累月，时断时续。在一次疼痛发作时，我刚路过医院，门口大牌子上写着，免费检测乳腺癌。我心有所动，回家不由自主的跟家人提及此事。家人随口：“你要是进去了可能就出不来了。”我心震惊，深深体会到师父的点化，及时从戏中跳脱。这种“刚巧的事”在另一次胸部不舒服时又刚好发生了，这一次干脆是把同样的牌子挂在了小区门口。

无独有偶，在这持续数年的消业戏码中，母亲又与我同样“症状”罹患乳腺癌，手术后持续治疗。相隔一段，母亲的妹妹在母亲患病同样的年纪，同样的位置，患同样的疾症。两家人在惊惧的同时都互相提醒，郑重告诫两家女儿去检查相关病疾，母亲叮嘱我的同时，还反复强调姨妈的女儿已去检查了云云。

既然是戏总有落幕之时。一次持续不适中，我梦中看到一只大手从胸中抓出一串肮脏肉瘤，醒来后我自信师父已帮我清理了身体，感恩不已。然而消业并没有就此结束，甚至更加凶狂。后面一段时间，夜间连续难受的翻来覆去睡不着觉，在最难受的一夜，我谨遵师嘱，反复念诵“难忍能忍，难行能行”，去留交给师父。次日醒来，什么都没有了，就像什么也没发生过一样，此戏就此彻底落幕。

这次消业经历带来几点启发。

父不慈悲，修炼的超常和严肃也在于此。

所以我们一定不能有自己有多少功劳的想法，这本身就是一种执著，修炼要无所求而自得。

## 随笔：做一个端庄的女子

思雨

“端”者，正也；“庄”者，重也。“端庄”就是指人的行为举止端正庄重，沉着而有分寸，不轻浮。“端庄”可以形容男性或女性，但更多的时候是指女性。

一个“端”字，让我们感受到了，一个女性“端着”的架势，矜持，冷静，有分寸感和距离感。一个“庄”字，又让我们感受到一个女性该有的大气沉稳和包容。

中国传统文化中对女性的行为举止要求是很严格的，一举一动，一颦一笑，甚至一个眼神，莫不有着切实而可操作的规范。在现代人的变异观念来看，认为这是对女性的约束和戕害，其实恰恰相反，这是对女性乃至整个人类最大的关爱和保护。

我们都知道，一个国家女性的道德操守决定了这个国家的整体素质。如果整个民族的女性都能做到以贞静端庄为美，以轻浮放荡为丑，以细微处约束自己，高雅洁净。那这个民族中男性不检点的肯定会少。

前几天，看到同修的一篇文章，写到男女有别的话题。特别提到男女同修之间的交往更应注意分寸，当以传统文化来约束自己，检点行为，特别在小事和细节上要做正，要避嫌，做到师尊讲的：“怀大志而拘小节”（《精進要旨》〈圣者〉）。

我就想到我们女大法弟子就更要严肃对待男女之间的交往。尽量不和异性（包括同修）单独往来，不夹杂人情，干

也只是很小很小的一部分，所以自己一定不能有我付出了多少的想法。

再谈我们做的大法的事，我们下到人间之前都是和师父定了契约的，所以我们现在做的，发传单也好，打真相电话也好，写文章也好，其他的什么事情也好，都是根据自身的情况由师父为我们铺好了路，我们自己在走而已，也就是说是在兑现久远年代之前的那个契约，而且在这个过程中没有师父的加持也是不可能完成的。常人中也讲要守信用，定了合同就要履行，所以也没有什么值得显示和自我满足的。

还有极其重要和关键的一点，作为修炼人，我们所承受的一切痛苦都转化成了德，同时我们做大法的事情也是有威德的，而这些已经全部转化成了功，那么这里就有一个问题，一旦自己把握不好，就要掉层次，那些承受付出和做的事无论有多少，就真的白费了。记得有一天我早上炼完功，感觉很好，上午出去办事遇到一个很漂亮的女人，一时没有把握住，脑子里产生了邪念，回到单位就听到一个同事拿着手机对另一个人说：你看这个司机好不容易加了这么多油，一下子漏光了，好几千块，太可惜了。我立即悟到这是师父给我的点化：自己掉层次了。当然一般的讲不会一掉到底，但也是很可惜的，好比一个人种庄稼，千辛万苦种出来了，没有注意保管坏掉不少，过去的付出就白费了，不可惜吗？

“这段时间不会长，却能锤炼出不同层次的伟大觉者、佛、道、神以至不同层次的主的威德，也能使一个放松自己的修炼者从已经非常高的层次毁于一旦。”（《精進要旨二》〈正法时期大法弟子〉）我现在对这一段法的感受和过去截然不同，过去是泛泛的认知，而现在从内心认识到这是那样的千真万确，自己一旦把握不好到最后的时刻该在哪里就在哪里，再说白一点，真有大错该下无生之门，无论过去做了多少真的会去那里，因为这不是常人中的事，更不是师

不要被诸多“假真”“假巧”迷惑，落入圈套。越是逼真时，越应警醒，越是巧合时，越需冷静，这只是旧势力安排演绎得细密逼真而已。

在这种长期消业的较量中，我们往往渐渐消磨了意志，被动应对，最后被动摇，被疑惑，被恐吓……学法中，师尊常常教诲大法弟子做“主角”，消业中不管时间长短，我们为什么不能主动利用它呢？它想利用时间的漫长拖垮修炼者的意志，那我们也可以反过来在法中有意识的持续溶炼增强自己的意志力和决心，让“魔难”为己所用，反过来让迫害者被动摇，被折磨，被销毁。

过程中，思想上难免出现动摇，甚至行为上犯错，此时不要灰心，及时归正自己，清醒认识到这就是修的过程，不可自轻自慢。有时反复摔倒，那就反复爬起。意识到的一刻应马上回到修炼中来，不要在悔恨中驻留，旧势力希望我们永远驻留在那儿。而我们的师尊永远不会放弃我们，永远留给我们希望，比我们自己还珍惜我们。个人体会挫折中快速的清醒和回归是悟性好和意志坚强的体现，也是我们该修到的一项。

过关中即使旧势力表演的天花乱坠，也不可能一手遮天。惑乱之中，修炼者应特别留心师尊的点化，安排和看护，增强自己的信心。其实每一次魔难中，师尊都在我们身边。正法修行，师尊不能明示，但仍会用各种方法巧妙的点化，提醒和加持弟子。大法弟子需要提高悟性，及时体悟师父的提点，归正自己，而非一味愚迷在魔难中怨天尤人。

正念还需始终如一，光明的前一刻看上去仍是无尽黑暗，消业和任何形式的修炼中，大法弟子应坚守正信，自始至终不可言弃。正法修行只有师尊送到我家门口的法轮大法这一条路可走，对每一位修炼者而言，你不走这条路，断无任何其它道路可行。任何修炼者须仔细思量，你回到常人



中也是无路可走的，大法珍贵不可言表，切不可得之于易，失之于易。

最后我想说这次消业，我并没有感到自己做的很好，好象一大步就跨过来了。相反，每一次考验都有波动，都感到很难很险，也很挣扎。我想跟同修分享，期待走“平道”是没有的，修炼就是要吃苦的，有幸得法我们才有了苦难中坚守，悟道和升华的良机。“山重水复”中修炼者能做到坚守初心不改，“柳暗花明”就是师父与大法恩赐的必然结果。

## 危难之际 师父救了我

东北农村大法弟子

两天前的半夜，突来的腹痛把我疼醒，起来去上厕所。疼痛时疼时停，排了一阵便，感觉肚子排空了，疼痛不见减轻，最后，急速加剧。我有点坚持不住了，赶紧求师父：“师父救我！”说完这句话，念“法轮大法好、真善忍好”九字真言时，竟疼得话说不完整，只好在心里一遍又一遍地默念着。

疼痛愈来愈重，我不能睁眼，摸摸额头，冰凉。头、身上冒出一层冷汗。这时头开始晕，有点蹲不住，呼吸都费劲，力气越来越小，真有点气若游丝的感觉，生命好像随时都会被夺走。脑子里有个念头：“躺下，躺下好受些。”可我清楚，绝不能躺，不能上旧势力的当。

这时，除了手心感觉是热的，身体哪都开始变凉，一会儿这种凉就从头漫遍全身，犹如赤身进入冰窖一般，冷煞煞的。病业来临的如此之快，让我猝不及防。可我大脑还很清醒，没有半点怕，我想到同修交流中提到师父的三句法：

“你只归大法管”（《二零一八年华盛顿 DC 讲法》），“谁也不配管”（《亚太地区学员会议讲法》），“谁动谁是罪”（3），我就一直念。我念着：“我是李洪志的弟子，其

它的安排都不要、都不承认，它们就不敢干，就都能解决。你真能做到，不是嘴上说而是行为上要做到，师父一定为你做主。”（《二零零三年元宵节讲法》）内心发出强大的正念。也就十几分钟，疼痛彻底消失，身体完全恢复正常。半个小时左右的正邪大战，慈悲的师父把我再次从死神手里抢了回来。

回到屋里，洗手，给师父敬上一柱香，我含着泪向师父道谢。躺在炕上，向内找，是什么让旧势力钻了空子。我找到尚存的贪食的心和严重的色欲心，这阵子有些放松，旧势力便疯狂的反扑，被邪恶抓住借口狠狠往死里整。再次感恩师父，我会吸取教训，在修炼上更加精進。

## 功劳与修炼的严肃

清风

近期修炼有所松懈，尽管也知道时间的紧迫，但总是精進不起来，认真向内找发现自己有隐藏很深的想法：自己坐了这么多年的牢，失去了太多，出来之后虽说不太精進，好歹也在修，自己无论怎么讲也是有功劳的，将来怎么也得有一定的果位，相信许多人特别是那些过去确实付出了很多，大法的事也做了很多的人或多或少有类似的想法。我就谈谈自己对这个问题的感悟。

先谈我们受到的迫害，中共迫害大法以来，无数的弟子被抓，判，罚，流离失所，失去了很多，也付出了很多，当然，迫害我们是要反对的，但从另一个角度上看，迫害能够发生也是因为我们自身没有做好，我们自身真的做的很到位，业力真的很小，那么迫害也发动不起来，我们轮回到今天，业力早就足以将我们销毁了，师父替我们承受了其中的绝大部分，表面我们承受的，不管在常人层次看有多惨烈，