

类的罪恶图谋就不能实现，所以中共直到今天都不放弃迫害法轮功。

中共在十年“文革”中已经有预谋的破坏掉中国人口传心授传统文化价值观的环境。今天的九零后、零零后，特别是零零后，已经没有了从爷爷、奶奶那儿听到传统文化故事的环境与机会。中共在 1999 年 7 月开始迫害法轮功这么多年，为了对抗真、善、忍，有意识地在全社会放开纵容假、恶、暴、色情等最败坏的价值观，污染人，毁灭人。传统文化对于今天的中国人成了陌生的东西，甚至当作“封建迷信”去排除摒弃。

由海外法轮功学员组成的神韵艺术团每年在全球巡演，通过传统歌舞的形式致力于展现中华五千年传统文化的魅力，复兴传统文化，引导人走向传统路，本是大好事，而中共却处处阻挠破坏，这不是中共意图毁灭人类的铁证吗？

中共迫害法轮功，变异人的世界观，想毁灭人类；法轮功学员将真相，唤醒人的善念与良知，在从中共手中救人。在这善恶鲜明的时代，人的善恶一念是不是尤为重要？！是不是行善积德的大好机缘？是不是在改变命运呢？

而且这种善的选择不需要人山南海北的寻找真相，坐在家门口，走在马路上，法轮功学员就送真相上门。一个善念选择，就是无边洪福。把真相再告诉给亲朋好友，那更是积下无量功德的善举。种下行善积德的善因，一定能收获无量福报的善果。

# 正见周刊



2022 年 3 月 26 日，澳洲墨尔本不同社区、不同族裔的民众聚集在市中心，庆祝全球 3.9 亿勇士退出中共党、团、队组织，并声援“打倒中共恶魔”（End CCP）连署突破 200 万人。

第 1023 期

2022 年 3 月 29 日

目录

正见新闻

神韵温哥华首场满场 精英与中国文化共鸣 /3  
新泽西州圣派翠克节游行 法轮功队伍受欢迎 /3  
联合国场边会吁制止中共活摘器官 /4

讲清真相

中国大陆警察在觉醒 /4

修炼体悟

拘小节之 “爱干净” /7  
盖房的故事 /11  
浅谈否定旧势力 /13  
找到了一个“修口”的窍门 /16  
读《道法》所悟 /18  
损失惨重 教训深刻 /20  
注意电话安全！注意！注意！ /21  
找到执著心 鼻衄症状消 /23

小弟子园地

小弟子背《论语》受益多 /25

生命探索

“大黄”的故事 /27

以史为鉴

福分是人行善积德修来的 /28

悯他，对他说：“你怎么贫困到这种程度，我有孝在身，没什么赠送给你，我的大儿子在杭州作官，幕府缺少人手，我写封信你带上去找他，以你的才学，是可以暂时在杭州安身的。”李生赶到杭州，正赶上张知府之子得了重病，家人把李生暂时安排在外室，没几天，张知府之子病故了。李生举目无亲，只得离开了杭州。

在回乡途中，李生想到自己一生屡经波折，每次都有奇遇，每次又都成了画饼，心中感到十分不平。这时有一位长胡子长眉毛的道人向他走来，李生忍不住向道人哭诉自己的生平，为什么屡次遭难，碰不上好运气？道人说：“上天仁爱之心怎么会有私心偏袒，世上的一切事都是有因缘关系的，因果循环，善恶有报，福分是积德行善修来的。你只有改变自己，从现在起修道德，行善事，读好书，做好人，念在利人济物，还是可以消灾退殃，得到善报。怎么能有抱怨、不平之心呢？”李生说：“我现在哪有钱做善事？”道人回答：“关键在于心，要求我们心中时时存着善念，存着帮助别人的心。”李生因此而醒悟，从此后谨遵道人之言，读经书，修身向善，给乡里人办学讲学，教化人们向善。他不久考上了进士，后来就终生的行善。

善积德才是人福分的根本，反之作恶造业是人遭受恶报的根源。

人讲到了“德”，却没有一本书讲到德的根本。法轮功的主要著作——《转法轮》把德与业力的关系，以及在另外空间的表现形式完整的揭示出来。阅读了《转法轮》的读者，即使不能修炼，他一旦明白了这个关系，他就不会在人间明明白白的做坏事，因为这是在害自己、害家人。中共在迫害法轮功的初期，为什么要毁掉《转法轮》？中共怕民众明白做好人不做坏人的道理，它的假恶斗就无法立足，它蛊惑人在迫害佛法与修炼人中造下恶贯满穹宇的罪业中毁灭人

氏，夫唱妇随。王阳明出生时，他的祖母曾梦见屋上仙乐齐鸣，旗幡招展，一群仙人驾着祥云送一小孩儿来家，并听到一天神高叫：“贵人来也”，随后仙人们驾起彩云而去。

他的祖母忽然惊醒并听到啼哭声，这时侍女报，郑夫人产下一子，即王阳明。王阳明一生致力于办学扬善，推崇天理良知，他还留下了许多格言，如：“所以为圣者，在纯乎天理，而不在才力也。故虽凡人，而肯为学，使此心纯乎天理，则亦可为圣人”、“天地虽大，但有一念向善，心存良知，虽凡夫俗子，皆可为圣贤”。

这是一则父辈拒色积德福荫儿子的故事。还有一则清朝一个读书人行善积德改变命运的故事。

清代时湖北有一位读书人李生，擅长写文章，又精通武艺，在当地颇有名气。当地张知府得知后很欣赏他的才学，特拔举他文试第一。他又应武试，也考得第一。

时人们都认为李生入京应试应该不成问题。李生来到京城参加考试，领到考卷入场对号，那天正逢下大雨，他穿着钉鞋，把卷子放在案子上。低下头去整理钉鞋，卷子落到地下，他整理好钉鞋不见了卷子，急忙中卷子被钉鞋踩成碎纸。他哭着告诉考官，但因为考场没有换卷子的先例，考官不允，他只得退出了考场。参加武艺考试又因马蹶落地伤了腰，不能入院考试。以前在府中的文武两个第一，都没有了用处。

生回乡后生活非常贫困，亲朋好友为他在邻近的村庄找了个差事，他背上行李去就职。谁知夜里山洪下来，那个村庄被山洪冲毁，村中的人都奔往四处去逃难。他的行李书籍也被冲没，只身逃脱性命，回到贫穷的家中。

这时的张知府已调任广东，张知府曾赏识李生。李生便跋山涉水来到广州，求张知府收留，不巧张家有丧事，已回故乡数日。李生又急忙登程，在途中追上张知府。张知府怜

## 正见新闻

### 神韵温哥华首场满场 精英与中国文化共鸣



柳吐鹅黄、树绽新叶。美国神韵巡回艺术团踏着春天的脚步莅临加拿大温哥华，为这座西海岸城市带来更浓的春意。

3月22日晚，神韵巡回艺术团在温哥华伊丽莎白女王剧院（Queen Elizabeth Theatre）的演出满场。剧院现场气氛极为热烈。随着舞台上神韵演员高难度舞蹈动作接连不断，观众掌声雷动，精神倍感振奋。

主流观众称赞，神韵艺术家不仅技艺精湛，而且复兴中国传统文化，展现了共产党之前的中国，令他们内心产生共鸣。

### 新泽西州圣派翠克节游行 法轮功队伍受欢迎



因疫情被中断两年后，二零二二年三月二十日下午，新泽西州小城南安博伊（South Amboy）终于又迎来了一年一度的圣派翠克节（St. Patrick's Day）游行。有70多个团体包括20多个乐队和2千多名游行参加，是新泽西州最大的游行之一。由纽约法轮功学员组成的炼功队、腰鼓队和莲花队也前来参加，一起庆祝这个爱尔兰传统节日，把法轮大法的美好传递给了当地的民众。



## 联合国场边会吁制止中共活摘器官

美东时间周二（22 日）上午 9 点和周三（23 日）上午 9 点，美国、欧洲及台湾的政要与专家将进行视讯对话，主题为“21 世纪侵犯人权升级：由国家支持的活摘器官”，以制止中共的反人类罪行。大纪元新唐人将进行直播。

此会议的联合主办者是“CAP 信仰自由组织”（CAP Liberté de Conscience）和 DAFOH（医生反对活摘器官组织），作为联合国 3 月召开的人权理事会第 49 届会议一次视频场边会议。

### 讲清真相

## 中国大陆警察在觉醒

善行

邪首江泽民与中共自从九九年七·二零迫害法轮大法以后，具体执行者是中国公、检、法中的工作人员，但实践中我悟到：“迫害大法的是另外空间的邪恶，它们在操纵人在做恶，其实公、检、法中的工作人员是最可怜的，最危险，最需要救度的。”

二零一四年八月的一天下午，天气炎热，我推着自行车走在人行道上寻找着有缘人，发现马路边停放着一辆小轿车，两侧的门开着，通着风，里面坐着一个中年男子，我主动向前打招呼：“您好，送您一个全球巡演的神韵光盘，其中歌唱家唱的都是天机，那舞蹈跳得都飞起来，过去听说过天堂吧？这次可以亲眼见到天堂是什么样的……”他没接光盘，看着我听我讲，呆了一会儿，若有所思地对我说：“你发这光盘有十五年多了？！”我想，是十五年了。呆了一会儿，他又说：“你家在某某小区住。”我想，对呀！他怎么知道？我问：“你也在某某小区住吗？”他说：“不在。”

生活在大陆的中国人，对于人的作为、成就，也就是福分的理解是要靠奋斗，不去打拼，不努力奋斗，只能是一事无成。实际上努力奋斗这是表象，有没有作为与成就，有没有福分，是由人的德决定的。

“德”，人的肉眼看不到，双手也摸不着，但它却能反映到我们的生活中。有的人为什么努力奋斗了，却活得很苦很累；有的人一出生就在富人家庭里，或在当官者家庭里，不是有官二代、富二代之说吗？这一出生怎么福分就不一样了？一定有决定福分的因素，这个因素就是“德”，这不是人努力奋斗、争斗得来的，而是人行善积德修来的。

这样的故事在传统文化里比比皆是。

明朝思想家、教育家王阳明的学说在今天很受推崇，能名扬青史，这样的福分与他的父亲王华拒色得福报有关。

王华年轻时曾经在一有钱人家教书，由于他人品佳、学问好，那位富翁非常欣赏他的才学。富翁有许多婢女妻妾，可惜膝下无子。

有天夜里，富翁的一位年轻的妾来到王华的寝室，王华拒绝了她，那位女子拿出一张纸说：“这是主人的意思！”只见纸上写着“欲求人间子”，王华立即提起笔，在旁边写上“恐惊天上神”，拒不接纳那位女子，第二天王华就辞职离开富翁家了。

后来，那位富翁请道士修醮祈福。道士跪拜呈奏章时，伏在地面上很久没起来。富翁奇怪，询问原因，道士说：“刚才我送奏章至南天门，正遇上天上众神在迎接状元榜，所以过了很久才能通过啊！”

富翁问：“状元是谁呢？”道士答道：“不知姓名，但是状元郎的马前有旗二面，旗上书一联：‘欲求人间子，恐惊天上神’。”

不久，王华果然状元及第，后官至吏部尚书，娶妻郑

迷迷糊糊的就睡着了。

晚上我做了一个清晰的梦：在村街干净的大道上，有一个土篮子，我走过去一看，大黄在土篮子里睡着了，在大黄的身下长出了莲花，大黄在粉色的莲花瓣里，随着莲花越长越大，大黄变成了一个胖胖的男孩儿，还穿着一个红兜兜。我高兴的要去找他抱出来，急促的敲门声把我从梦中惊醒。

原来是对门家的闺女生了一个大胖小子，取名壮壮，他姥爷上我家送糖来了。莫名的感觉告诉我，大黄转生成了壮壮。

很快壮壮就能出来晒太阳了，他姥姥、姥爷没事儿就把壮壮抱来我家玩耍。有一天，他妈妈、姥姥去超市买东西，他姥爷就把哭的死去活来的壮壮抱来我家，让我帮助哄哄。我接过壮壮，在他耳畔轻轻的说：“法轮大法好、真善忍好”，孩子含着眼泪，脸上露出了微笑。然后我对他说：“你是大黄吧，真的投胎做人了，这回你可以听天书《转法轮》了。”

壮壮很胖很能吃，就是吃饱就哭，一哭他姥姥就把他抱到我家，我就给他背师尊的经文给他听，然后他就在我怀里睡着了，后来成了习惯，吃饱就往我家送。

后来我准备离开村子了，壮壮妈妈就给我和壮壮照了一张合影，说是一家人毫无违和感。

现在过去很多年了，“法轮大法好、真善忍好”在壮壮的灵魂中早已扎下了根，他为自己选择了未来，他是为法而来的生命。

#### 以史为鉴

福分是人行善积德修来的  
觉醒

我明白了他又是便衣警察，我问他：“你在哪儿上班呀。”回答：“在公安局。”

相互的身份已经暴露无遗，只好摊牌了。我说：“我修炼法轮功十八年了，真正感受到修炼法轮功的好处，由于修炼了法轮功，不再为疾病而痛苦，十八年没吃过一片药，因没得过病吃什么药哇？不再为人生去争斗，不再为灾祸而彷徨。因为心中有‘真善忍’法理，善良、祥和的心态给家庭、社会、国家带来一片净土和希望，我们真正找到了人生的方向。”

紧接着我问他：“您过去迫害过法轮功吗？他说：“我对法轮功是睁一只眼闭一只眼。”我说：那就对了！得给自己留一条后路，现在的形势您可能都知道，镇压法轮功一串，政法委书记周永康、610 头子李东生、薄熙来等等都是以贪腐法办，其实都是迫害法轮功的报应，身在其中给自己留个后路！我又给他讲了三退保平安的法理，他同意三退了，我给他起了个别名做了三退。又一个警察得救了。

我又在他面前救了两个有缘人，他没干涉。每想到此事，心情高兴。高兴之余我突然意识到，这是欢喜心！是贪天之功，师父早在《转法轮》中就教导我们：“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。”这一切都是师父做的，自己只不过是听师父的话，跑跑腿，动动嘴，有想救人的正念而已，一切都是大法无边法力的展现和师父洪大的慈悲。

二零一六年六月十六日早九点多，我从“建设银行”取钱出来，见门前公路旁停着一辆灰色大面包车，车门前站着三个男士，我走过去给他们讲真相，做三退，并发给他们护身符、年画、小册子等，突然一个五十多岁的着装警察骑着摩托车停在我左侧身旁，不说话。当时大陆的环境是警察借向大法弟子要资料为借口，抓捕大法弟子，我思想中提高了

警惕，我对他发正念“清除他身后的一切邪恶生命与因素，法正乾坤，邪恶全灭！”没想到他却主动对我说：“给我一个行吗？”我回答：“可以！”我给他一个护身符、二张年画、一本小册子，内夹着一张传单，新出来的保护举报人规定与诉江案，正好是对公、检、法中的工作人员讲的。又给他一个《九评共产党》光盘，他是给啥要啥，急忙放入车前的小筐内。

我对他讲：你知道吗？“今年5月20日习近平开始整顿公检法系统，现在正是你们寻找出路的时候，唯有三退可以保命，保平安！把你的党退了吧？”我话音刚落，他就喊：“同意！”我说：“我祝你‘富贵’，就用这个名字退了吧！”他接着说：“给我媳妇的党也退了吧！”我说：“祝你媳妇好运，用这个名字给你媳妇的党退了？”他高喊着同意后慌忙走近“建设银行”里去了，好像怕被别人看见似的。

二零一六年七月三日早晨，去本市最大对集市去救人，人山人海，当我与一个女士打招呼欲送她一张漂亮的护身符时，没想到她厉声喊道：“不要！”正好附近有一辆城管执法车，司机对我说：“她不要！我要！给我！”我走过去，他旁边还坐着一个小伙子，我说“每人一个”，两个人都高兴的接了过去，我告诉他俩，护身符上的九字真言“法轮大法好！真善忍好！”真念保命，保平安！天要灭中共，三退保命，保平安！他俩都高兴地三退了。

师父在《二零一三年大纽约地区法会讲法》中教导我们：“我只是从修炼这个角度上讲，真的心里不装着害怕，坦坦荡荡，做着该做的事情，堂堂正正的走在神的路上，没有害怕。警察也是等救的生命，来了我给你讲真相。真有这样的大法弟子，结果警察都非常佩服，临走还告诉你，注意安全啊。真的了不起。”

谢谢师父！

## 生命探索

### “大黄”的故事

北京顺子

这是我流离失所时经历的一件真实的故事，写出来与同修分享，感受生命得法的不易。

那年我租住在乡下开了一个小理发店，村里人对我都很好，邻居马大姐经常到我店里来玩儿，她家的宠物狗“大黄”也经常跟着主人来。

有一天，大黄等着马大姐赶集回家，就到我的小店门口张望，我在店里正在咏诵《转法轮》，大黄就走到我的窗下，盘卧在窗根儿底下。

看见大黄来了，就出来蹲下跟大黄说：“大黄啊，动物是不能听法的，你得有人身才行，你就记住‘法轮大法好、真善忍好’，会有个美好的未来。”大黄站起身，在我脚边蹭了蹭、摇摇尾巴，恋恋不舍的就回家了。

又是一个赶集的日子，中午大集刚散，马大姐的儿子小鹤隔着村街就喊我：“小姨，大黄死了，你要不要看它最后一眼，一会儿就处理了。”

不知为何，我的眼泪一下子奔涌而出，话也说出来了，摆摆手就回屋了。

晚上与马大姐去遛弯儿，她说：“我开车回家上坡时，大黄摇着尾巴来接我，我加大油门，大黄很奇怪的冲车就过来了，速度很快，我没反应过来，大黄就被我压死了，好象着急投胎似的。”

回店后，我心里还是很难过，想着平时这个默默无闻的小生命，平时总是在我眼前晃来晃去的，突然这样悲壮的走了，真有点不舍。

想着平时大黄的调皮与懂事，眼泪又一次打湿了枕巾，



## 修炼体悟

## 拘小节之“爱干净”

梅颜

“拘小节”的出处来自成语“不拘小节”（《后汉书·虞延传》）。其中“性敦朴，不拘小节”翻译成白话文就是：性格敦厚朴实，不拘泥于小的事情。不拘小节常常被现代人当成有褒义意味的词在使用，言外之意有不拘小节者多是能成大事或者做大事的人，大事都做了，小的细节就可以淡而化之，不值一提了。

尤其在大陆，经历了捣毁传统中华文化的文化大革命的摧残和灌输后，什么知书达理，什么整洁干净，优雅细腻统统都被视为是封建糟粕，资产阶级臭思想，是要踏上一万之脚来碾压的。文革时期的女性梳着统一的刘胡兰式的齐耳短发，无性别特点的服装，磨一手老茧、长一身革命虫、说话高声大气、铁姑娘能顶半边天的形象到处可见。

那个恐怖的年代虽已远去，但党文化的侵蚀仍然残留。虽然外表改变了、时尚了、服饰女性化特点突出了、各种外在表面修饰的追求和投入占去了很多中国大陆女性的月收入，但真正女性之为女性的温、良、恭、俭、让到底是什么，在生活中的点点滴滴如何体现完全不知，也没兴趣学习。

我们先来一起回顾一下关于中国传统文化中的礼节的含义。不拘小节中的“节”是指“礼节”。翻看传统中国文化的书籍会发现古人对于“礼节”有多么的重视。《论语·尧曰》中说“人无礼，无以立”；《荀子·修身》中又说“人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。”古代的礼法包括举止仪表、社交礼仪、饮食礼仪、向位礼仪等等。如何站、立、坐、行，如何言、饮、食、穿等等涵盖所有生活细

气。乐乐为了不让这个同学难堪，将同学叫到一边，然后告诉同学不能对自己的同学、朋友发脾气，这样会伤了大家的和气，还给同学讲了发脾气的危害。这个同学很接受，从此再不乱发脾气了。

乐乐学大法后，在竞选校级学生干部时，得到的票数最多，连她自己都没想到会有这样的结果。她在班里也是很有威信，从不和同学发生矛盾。用她自己的话讲：“别人对我不好的时候，他们会失德，我就不能再将德推回去了。”当然她自己更不会做损人利己的事了。

在家里，乐乐和两岁的弟弟关系也相处的很好。当不懂事的弟弟打她时，她被打的哭了，也不回手打弟弟，做到了师父讲的：“打不还手，骂不还口。”（1）爸爸、妈妈都非常喜欢乐乐。

乐乐能坚持天天背师父的《论语》。她说：“过去我每天晚上睡不着觉，要想睡着需要很长的时间。可自从我坚持每天晚上背《论语》后，现在睡觉可快了。有时还没等背完《论语》，就睡着了。”她学大法前严重的鼻窦炎现在好了，再没有出现过不好的现象。

乐乐的悟性很好。有一次，她妈妈牙痛，她对妈妈说：“你为什么诚心敬念‘法轮大法好，真善忍好’，可神奇了。”有时她妈妈对我说：“乐乐的悟性很好，什么事都会用真善忍衡量着去做。”是啊，只要能按真善忍的法理做事，那不就是在修炼吗？那不就是在实修自己吗？

师父说：“学法得法 比学比修 事事对照 做到是修”（2）。看看乐乐的实修，我这个修炼了二十多年的老弟子，还真的感到有点自愧不如呢！

注：

（1）李洪志师父著作：《转法轮》

（2）李洪志师父诗词：《洪吟》〈实修〉

节。一个人不知礼、不守礼、会被人笑骂，孩童从小就会被教授上述所有礼仪涵盖的内容和做法。

在林林总总的各种礼仪中，就一个“色容”就包括了非常具体细致的要求。所谓“色容”是指一个人的表情礼仪，包括神态、眼神、嘴唇甚至气息等。如《礼记·玉藻》中记载的全身的礼仪规范——“足容重，手容恭，目容端，口容止，声容静，头容直，气容肃，立容德，色容庄…”更有“礼仪之始，在于正衣冠。”（《礼记·冠义》）。我们常说的华夏文明中的“华”指的就是“章服之美”，而“夏”则是“礼仪之大”。（《春秋左传正义·定公十年》）

作为一个常人，他们自有慢慢领悟传统中华文化的过程。但是作为大法弟子，就需要在心存真善忍的同时，率先在点点滴滴中给常人做个表率，展现大法弟子风采。

今天先来说说“爱干净”，成稿之时还在考虑要不要用这个“爱”字，这个字充满了常人的执着，常人中的爱干净之人常常与洁癖者无异，因自己的“爱”而看不起他人，厌恶之色常浮于面。保持个人和周遭的整洁干净是一个人应该做到的基本操守，但这个干净整洁一旦落入了三界的“相生相克”之理，就同时附着了很自私的一面，让“干净、整洁”本身也不干净了。

作为大法修炼者，在如何对待保持自身和周围的干净、整洁的问题上，除了基本的修身所需，更需要同时考虑到通过自己的干净、整洁能由此而救度众生。

我们有不少同修，尤其女性同修，都是做事雷厉风行的快手，在救度众生的问题上从来不会拖泥带水，因为也会把救众生和保持自身和环境的干净、整洁割裂开来，觉得救人要紧，那些个人小节不需拘泥。时间和精力应该放在做大事上。笔者也是一个执行力很强的女性，很多事情别人还在考虑我已经出发了。常人朋友给我的赠言是“请一定把今天要

### 小弟子园地

#### 小弟子背《论语》受益多

大陆大法弟子 姥姥（代写）

我的外女孙小乐乐八岁了。去年九月，乐乐开始修炼法轮大法，至今已有半年了。下面是乐乐修炼后，用法轮大法的标准要求自己的修炼故事，写出来与大家交流。

乐乐回到自己家后，没有了学大法的好环境。她知道她爸爸不太相信大法，更不会让她公开学大法。可是小乐乐心里装着大法，没有放弃。她就用表面上她爸爸看不到的形式学大法。

乐乐每天坚持诚心默念：“法轮大法好，真善忍好”。在学校里，坚持用自己的实际行动展现法轮大法的美好。

对待学习，她认认真真的学好每一个学科。数学课上她积极发言，认真做题。每次考试基本上达到满分，期末考试也得了满分，受到数学老师的多次表扬；她的英语由过去的良好现在达到了优秀；她的语文课表现的最出色，语文老师基本上节节都会表扬她。她写的作文，每次老师都会在班级上夸她写的好；在校级诗词朗诵比赛中，获得金话筒奖；学期末还获得校级优秀广播员奖；在全国儿童诗歌朗诵比赛中荣获银奖；毛笔字获得了省级儿童组优秀奖；在班级里获得的奖项就更多了。

一个学期下来，乐乐得到了修炼前两年半合起来都没得到过的荣誉和成绩。乐乐在学习上能严格要求自己，放假后每天井井有条的在家里学习，写出了两千多字的总结和将近三千字的学习计划。因为乐乐学了大法，才取得了这么多连她自己都不敢想的成绩。

乐乐平日里对自己要求也很严格，她用真、善、忍指导自己做个好人。有一次，她班里的一名同学对其他同学发脾气



等一大堆执着心，我也不断加强发正念，也求师父加持。但是还是不见改善。

流鼻血的第五天，吃过晚饭我象往常一样看《新唐人电视》“中国禁闻”，才几分钟，我就感到头痛、头胀，头象要裂开一样，眼睛也发胀。这时，突然我就象睡醒了一样，想起师父在最近经文中说：“目前还有一些人，对社会的政治、常人争论的问题很执著。别忘了我们是干什么的。你们没有改变社会的义务。现今的社会已到了末后，所有不好的表现都是必然的。我们所做的一切就是救人。旧的宇宙随它去了，往新宇宙救度生命才是你们的责任。”[2]我一下子找到了导致流鼻血的主要原因：

一段时间以来我执著国内外常人发生的事情。自从一九九六年我们全家人修炼大法后，我们基本没有再看常人的电视，对常人的事也没有了兴趣。迫害开始我们也只看《明慧网》，但是从“美国大选”、“中共病毒”肆虐全球以来，就开始关注大法弟子办的媒体，特别是自媒体，时间长了，慢慢的就放松了对自己的严格要求，也开始热衷国内外的形势，还有其它什么“预言”呀、“奥秘”呀、“探索”呀等等，有的时候还占用了不少学法时间。还跟着起了常人的心。当找到这执著后，流鼻血的症状就消失了，以后再没有流鼻血了。通过这件事，这对我来讲，又是一个深刻的教训，我更加体会到修炼的严肃性，也感恩师尊的慈悲点悟。

注：

[1] 李洪志师父著作《二零一五年美国西部法会讲法》

[2] 李洪志师父经文《醒醒》

办的事放到明天。”快是快了，但因为没有缜密思考就行动带来的时间和金钱的损失在做常人事时屡屡出现。才会获得上面的赠言。

生活中虽然脏活累活都干了，感觉百分之九十五的事都不辞劳苦的完成了，常常被我忽略的剩下的百分之五却成为了周围有些人不能更好的认识大法的障碍。

举个生活中的小例子，丈夫的姐姐是个特别爱干净的小学老师，家里虽然不富裕，花花草草到了她手上，都收拾的非常精致。陈旧的家具也擦拭的一尘不染。每个周末她都会到我们位于郊区的房子里一起聚会。我慢慢的发现每次我晾晒的衣服姐姐都要重新晾一遍。按照大小有序的排列，裤子一定翻过来晾，让口袋在外面接受更多的日晒。袜子也一只一只的抚弄整齐。她晾过的衣服看着都特别干净。姐姐从来没有说过我晾的衣服太马虎，简单拽拽就搭在衣架上。她从来都是看到我抱着衣服从洗衣房出来就轻轻的说，“我来。”有时大家聊天，她会开玩笑的说：“弟妹什么都好，就是有时做事有点毛躁。”如果是普通人间的点评，我也许哈哈一笑就过去了，但是当常人对我提出批评时，我的感觉就是给大法丢脸了。家人都知道我是大法修炼者，在他们面前我只有力求一切做到完美，常人能做到的，我要做的更好。大法造就了宇宙中的一切美好，我们身为弟子，总得时时处处有个大法弟子的样子。

我们就是真相，我们的言行举止本身就在讲述着“真、善、忍”有多么的美好。意识到之后，我开始用心晾衣服了，学着姐姐的样子把每一件衣服摆弄平整有序，姐姐也再没有说过“我来”的话。背地里还跟我母亲讲“我们都是托了弟妹的福啊。”

时时注意自己的一言一行非常重要，其中保持干净、整洁也是我们作为这么伟大的大法所造就的弟子应该有的形

像。

神韵就是我们最好的榜样！干净、整洁是美好的基础，是正向氛围的前提。也是我们大法弟子时时对自己的要求，出门前把自己梳洗打扮整齐，不管在办公室还是公共场合，都要保持卫生和洁净。一次去日本旅行，发现在日本咖啡厅里的用餐客人，都会在离开时把用过的杯子、纸巾丢掉，把桌子擦一下，好让下一个客人使用。中国人的高尚言行虽然让党文化摧毁了，但我们，不能跟常人一样的没有公共公德的意识。

昨日看到同修的交流文章中提到，来她家学法的同修如厕后都不冲水。这实在不应该呀！我们是一起学法提高为了更好的同化“真、善、忍”的，怎么能给同修带来不洁和污秽呢。同修中有很多老年同修和农村同修，大家都是伟大的生命，不管曾经的你是否受到过良好的教育，不管你的家庭是否有高素质的教养，今天，我们是大法弟子了！是这个世界助师正法的法徒了，让我们做的纯净些，不辱我们的大法弟子的美名吧！其实，什么年老、什么农村、什么没有文化，都是人间的标签，是我们过去短短几十年的短暂痕迹，我们真正的来处是天国，我们真正的基因是“真、善、忍”。我们是来带给众生希望的大法使者，是这个世界最美好的风景。真的没有理由因为自己的不拘小节让神的光芒蒙尘。

在一次被恶警绑架后，跟他讲真相时，他赞叹我办公室的洁净美好，同时说之前他去过几个同修家里，都是一片狼藉，乱七八糟，就这种家庭环境他就对同修没好印象！

我们的拘小节真的太重要了！时时处处点点滴滴都能体现出我们是党文化熏陶出的常人还是大法造就的神。

在公司里，在给员工培训时，我们会要求他们把自己的办公桌面收拾整齐。古人还讲“一屋不扫何以扫天下？”一

## 找到执著心 鼻衄症状消

大陆大法弟子 净心

前段时间，我突然出现鼻衄（流鼻血）症状，开始一天一两次，后来是二、三次，再后来每天三、四次，一直持续将近一个星期。而且流鼻血也没有什么规律，早上、晚上、夜间，发正念时、炼功时都会出现，感觉有“鼻涕”流出来，一摸，就是血。有一天凌晨一点多，突然醒来，感觉有鼻涕要流出来，一摸，打开灯一看，满手是血，起来折腾了近一个小时，女儿也起来帮我发了一会正念，血才止住。

一天早上起来发六点钟的正念，又开始流鼻血，我象往常一样，用民间的方法，用冷水，拍了拍前额和后脑部位，用纸沾湿夹在耳朵根上，用纸塞住鼻腔，开始发正念，这时感觉鼻血往喉咙部流，由于一侧鼻腔用纸堵住，呼吸受阻，于是，我用一个塑料袋放在脚上，把堵住鼻腔的纸取出来，继续发正念，血就从鼻腔流出来，只听见滴答、滴答的血往下滴，我没有管它，发完正念，我到水龙头一边洗，一边将鼻腔里的血块吹出来，口腔里吐出来的也都是血块，这时血还在流。我心里念叨：我看你流，我是大法弟子，我还怕你邪恶干扰，我灭了你！流了一会它血就停住了。

由于反复的流鼻血，女儿说：与高血压有没有关系？我说：引起流鼻血的原因很多，表面上看，本地区一直没有下雨，气候干燥，人也是感到口干舌燥的，鼻腔干燥会流鼻血，高血压也会引起流鼻血（我被关押在魔窟时曾经出现过高血压危象、伴心率不齐、伴脑梗三次“病症”）。但是，师父说：“修炼哪，什么叫无漏啊？没有小事。”[1]我们修炼人遇到的任何事，一定都与心性有关。我知道我可能心性有了什么漏，被邪恶钻了空子了。我不断从心性上找原因，找出了怕心、显示心、求安逸的心、疑心、爱面子的心

心，也为那些尚不重视电话安全的同修敲敲警钟。血的教训太多太多，修炼走到今天，多不容易啊，不能在正法的最后时刻造成损失。况且，因电话出了问题，往往牵扯的不只一个人，怎么能不谨慎又谨慎呢？

很多迫害案例多与一些同修的不注意电话安全有关。师父讲法中也强调：“你知道这个电话监听啊，我们身上带的电话，告诉大家，每一个都是监听器。中共听那个东西，坐那听你唠家常，那听的清清楚楚啊。每一个大法弟子那个手机都是被监听的，你说你不暴露？而且那个手机串的很快，你一打电话那个号就串上，然后他就设一个监听。没有暴露，那太少了，甚至于没有可能；只要你公开活动了，就会有。”（《二零一八年华盛顿 DC 讲法》）不注意电话安全是不是就没有听师父的话呢？

另外，有的同修可能对电话的功能不太了解，或麻痹大意，一时没出事就以为无事，以至造成损失。试想，手机能窃听、能定位、能记录行踪，只要手机在身边，就等于让邪恶坐在你的身边，你说后果会怎么样？

电话安全问题明慧和正见一直就在经常的提示，何以还有那么多出问题的呢？我想，是不是还有很多同修不能经常上大法网站，或者根本就不上网呢？从明慧文章浏览量看应该是这样的。那么，我们能上网的同修，明白的一定记得经常叮嘱再叮嘱身边同修，这是大事啊！

同时，也想和那些害怕上网的同修说一句：上网不像你想象的那么危险，用我们的系统加上正念没有任何问题。

（这方面可参看“天地行技术论坛”，操作简单。）尤其只是网上阅读，就更没问题。十几年来，我几乎是天天上，但只看明慧网和正见网的一些文章。

写出来，再次提醒不注意电话安全的同修，切记！切记！

个桌面上一片狼藉，喝水的杯子几天都不洗的员工工作时逻辑一定是混乱的。记得看过一篇故事，西方一个大公司在招聘一个重要职位面试后选人时，主考官特意在候选人必经之路上扔了一张废纸。除了一个候选人把那张纸捡起来之外，其他人都视而不见的踏纸而过。结果不用说，捡纸的候选人被录用了。一个没有公共公德的人何谈责任？考虑的只有自我。公司不需要只知道自我的人，那么常人看我们，是否首先考量的是我们是否有公德，我们不管在其他方面做的多好，一个不经意的小动作，比如跟常人在一起时不拘小节，不注意卫生，不干净、整洁，我们再跟他们说多么重要的话他们都会打折扣的听。嘴上不说，心里嘀咕“还修炼人呢，不讲个人卫生，衣着不得体，吃东西出声音，口腔有异味，家里都不收拾干净。”等等等等，对于我们的所有付出真是很负面的一种影响。

其实呢，大家都是同修了，只是之前没有太注意这件事，随着正法进程的推进，法正人间的脚步越来越近了，传统文化的回归也即将到来之际，我们这些即将以光焰无际的形像回归天国的大法弟子也要给常人做个榜样，把大法弟子最好的一面留给世人。

以此文就大法弟子如何心怀高远同时又拘泥小节开个头，也期待同修们分享其他相关感受以求我们共同提高，表里如一的呈现出大法弟子的美好！

谢谢并合十。

## 盖房的故事

大陆大法弟子

我家的房子很老了，家人总劝我盖房，我很犹豫，心里怕耽误修炼。一次，我跟妹妹讲法轮功真相，说“三退”保



平安，她不愿意听，还说：看你那烂家，都是因为炼法轮功炼的。我想，房子确实太老了，还是盖新房吧。于是我对女儿说盖房，我说手里只有二十万，女儿听到后说：妈，别担心，没事，盖房的钱不够我出。

要盖房，我还面对一个很大的问题，我老伴儿二零零一年得病，二零零八年就动不了，瘫痪在床，如果盖房，我们搬谁家去住呢？拆房前，我跟盖房的负责人商量，能不能把东边的两间房留住，让我和老伴住，这样就不用搬家了。负责人说可以，这样我们就留住了两间房，我和老伴就不用搬家了，我想这一切都是师父的安排。

盖房的时候，遇到工人，我尽可能的跟他们讲真相。侄子看到后，对女儿说：婶子讲法轮功，要株连九族。女儿很担心，我说：放心没事，我讲真、善、忍没错。我跟女儿讲真相，讲中共邪党窃国以来的各种整人运动，迫害死几千万的中国同胞。但女儿说：法轮功学员到天安门自焚。我说：天安门自焚不是事实，法轮功学员是修真、善、忍的好人。女儿明白真相了，支持我去学法小组学法。其实，女儿为工地做饭，每天五点就要起床，做完饭来我家都一点多了，我觉的女儿很辛苦，有时不好意思去学法小组，女儿说：您该干什么干什么去吧。我就高兴的去学法了。

房子盖的很顺利，我学法、炼功都没耽误，同修们都在帮我。我尽量坚持去学法小组学法，如果我忙，同修们就主动上我家跟我学法。我总是看《明慧周刊》、《正见周刊》，看到同修们精進的状态，我提醒自己要精進，能多学法就多学法。我现在每天基本打坐两小时，除了去学法小组，在家也能静心学法一小时。

今年邪党党庆前，警察上我家来骚扰时，直夸我家房盖的好，我就跟警察讲真相。我想盖房这件事我做对了，心里很高兴。

存有我的电话号码，于是我的手机被泄密。我本人全不知，不久她被放出，又打电话给我叫我给她上网曝光，当时我很震惊，觉得对方不理智，怎么能在电话里讲那样敏感的话题？但是我又一想，不至于邪恶监听吧？于是，我还问了对方是在哪绑架的？关押几天等？哪知邪恶全监听了。由于邪党搞 100 周年庆典，常骚扰我，家人不许我住自家，去年 4 月份搬到女儿家，5 月份又租屋住，铁路公安都了如指掌，因为都在邪恶监控中。因为邪恶最怕曝光，当时审问我时，邪恶再三盘问我曝光细节，说是不是我上网曝的光，我虽然没配合邪恶，当天在师父的加持下，自己正念闯出，向内找，也是自己有大漏，才给大法造成了巨大的损失。

其实去年邪恶搞 100 周年庆典，我市同修被非法抄家的至少有十多户，被非法构陷到检察院、法院，非法开庭就有六人，一般都被电话监控，有个别学法小组多年来都有人带手机来学法，边读法边接打电话。有一次，我特别注意在心里记数，共有四个人接打了五次电话。有一同修，接电话后干脆不参加集体学法，办事去了，有的人还在电话里与同修直接讲，做多少本明慧与正见周刊，他们总是觉得自己正念强不会有事，抱着侥幸心理，把师父的讲法与同修在明慧网上的善意的劝告，都当作耳边风了。

师父说过电话就是个窃听器，我们经常看到明慧网上报道，邪恶监听电话而后实施绑架，为什么不警醒呢？教训太多了。我市这次出大事，六个人被构陷，都与参加这个点学法的同修手机泄密有关，损失惨重，教训深刻。

## 注意电话安全！注意！注意！

大陆大法弟子

写下这个题目，深为不注意电话安全而造成的损失而痛

的标准”，我必须走出人了。我知道了我悟性太差了，还好我有坚定信师信法的信心。师尊点悟我“看你七情六欲能不能割舍，能不能看淡。你就执著于那些东西，你就修不出来。”（《转法轮》），我被师父的这段法给震醒了，我明白了这层法理，使我彻底转变观念，跳出人的思想障碍，用神的高标准境界要求自己，才能走好修炼的这条路。

感谢师父的多年看护和点悟，使我从迷茫中清醒。

## 损失惨重 教训深刻

衡阳大法弟子

——也谈手机安全问题

我每次出外讲真相从来不带手机，去学法点、资料点也不带。手机的安全问题，我经常在学法点也与同修讲，同修在学法中途给打电话都被我制止了多次，可是问题恰恰出在我身上两次。

第一次是在 2015 年诉江时，外地一同修回老家探亲，他不懂诉江之事，我就把自己的诉江状送给他参考。本来他以前还不知道我的名字，只知道我的姓，事后他就把我的实名，存在他自己手机的电话号码中（我不知道）。不久，他由于不理智被邪恶绑架，邪恶原来不知道我的电话与住宅。次日，邪恶利用手机定位，就找到了我的家，好在自己不在家，家属没配合才未造成损失，但从此以后邪恶常来家骚扰。

第二次是去年 6 月份，我在外地租房住，邪恶破门而入（本人不在家），把家里的电脑、打印机，所有的大法资料设备被一扫而空，等我中午回家时被非法绑架。这是我二十多年来损失最惨重的一次。事因是：前年 12 月一女同修在火车站讲真相被绑架，她可能当时身上带着手机，她的手机上

我修炼法轮大法已经二十多年了，只读过三年的小学，文化水平低，但我就凭着对师父、对大法的“信”，不论艰难险阻，从不放弃修炼；努力跟上正法进程，走到今天。我知道自己讲真相数量不多，但看到同修们做的都那么好，我也鼓励自己要精进。

感谢师父！感谢同修！

## 浅谈否定旧势力

陆文

师父讲了很多修自己、向内找的法理，师父也讲了全盘否定旧势力安排的法理。那么怎样摆正修自己与否定旧势力的关系呢？

从二零一零年起，我就一直月经不调，有的时候连续流血二十天，血崩症状明显，人也消瘦无力。在这七年里，我一直想：如果是师父安排我就接受，如果是旧势力的安排我就否定。也一直找自己，找旧势力钻了我的什么空子。找到了很多执著，归正了很多变异观念。但是状态时好时坏，究竟误在哪里呢？百思不得其解，既苦恼、又困惑。

直到今年春天，有一天我发出纯正的一念：我就全盘否定旧势力的安排。这一天以后，我把否定旧势力的安排放在了第一位，去掉了“如果是师父的安排我就接受”的观念，也不再去想“旧势力钻了什么空子”。我只有简单坚定的一念：全盘否定旧势力的安排，是师父让我否定的，那么我就否定。从此以后，我的月经不调、血崩症状完全消失。

这件事情给我的震撼很大，我认识到：九九年以前，在师父没讲否定旧势力以前，遇到问题第一念要向内找，要始终向内找。九九年以后，在师父讲到否定旧势力以后，遇到问题第一念要否定旧势力的安排，要坚决彻底的全盘否定旧

势力的安排。

在这七年里，旧势力正是抓住了自己“如果是师父安排我就接受”的观念，钻空子迫害的。既然你认为师父可能这样安排，那这样的安排你就该接受；既然你愿意向内找，那你就找吧，找不完的，折腾死你也找不完的。那些日子里，感觉自己在旧势力安排的漩涡里挣扎，怎么也跳不出来，身心疲惫，痛苦不堪。

而当我把自己当作师父的弟子，手持师父的法旨，发出我要“全盘否定旧势力的安排”一念时，师父的意志、法的威力，就大放光明，旧势力就逃跑了，捆在我身上的旧势力的绳索就解开了，我就自由了，我就自主了，我就完好了。师父说：“如果你们人人都能从内心认识到法，那才是威力无边的法的体现——强大的佛法在人间的再现！”[1]当一个人从内心认识到法，法理清晰，主次分明，才能目标明确，才能正念十足。

我现在认识到：久远以来，旧势力绑架了我们的身体，还安排了我们的一丝一念，以及恶劣的自然环境与复杂的社会环境。“甚至于每个大法弟子的一举一动、一言一行，你甚至于思考的一个问题都不是简单的。将来你们看，都是安排的相当细密，不是我安排的，是这些旧的势力安排的。”[2]一切的都是它安排的，然后它又理直气壮、轻蔑诡异的说：“你看她身体不好，还胡思乱想，也没有正念，她就该淘汰出局，我这样安排就对了。”就连我的血崩症状、第一念“如果是师父安排我就接受”都是旧势力精心安排的，如果我继续这样想、这样修，就是在走旧势力的画地为牢中打转，修不出法中的正念，就走不出它画的圈子。

路遇绑匪，第一件事肯定是要否定绑匪，挣脱绑匪，才能在第一时间逃生。旧势力就像那个绑匪，遇到绑匪，如果不否定它，还一味的向内找自己哪里不对啊，什么原因让他

原来是应该转变观念向内找，提高思想境界，走出人的标准，换成神的标准，来看待身边的一切，否则使自己长期陷入家庭魔难当中。在儿女情上邪恶给我制造各种各样的魔难来干扰我修炼。

我修炼了二十多年了，因为悟性差，有很多事情出现时，不能用法的标准要求自己，所以在儿女情上过的非常痛苦。一个魔难接着一个魔难的来折磨我，考验我。自己就想：自己的业力这么大吗？啥时是个头呀？修的无奈，痛苦，看不到问题的根本在哪里。

通过读“道法”长梦初醒。师父看我过关实在太苦，被情的执着纠缠不休，仿佛有点麻木了。师父在看着我，我学习了“道法”我感到震惊。师父说：“其实这是人的一面对法认识的不足所致，人为的抑制了你们神的一面，也就是抑制了你们已经修成的那部份，阻碍了他们正法。还没修成的一面怎么能抑制主思想、抑制已经得了法的一面呢？人为的滋养了邪魔，使其钻了法的空子。”（《精進要旨》〈道法〉）

我是九六年得大法的，在这二十多年的修炼路上，证实法、讲真相中或过利益关时是平稳的。就在二零一八年过家庭关时就迷雾了，在常人的情上摔了大跟头。我悟性差，师父点悟也不悟。我是咋修的？遇到关难都是在常人千百年骨子里形成的理和基点上去过关。孙女离世我真动人心了，认为她怎么怎么好，那么小岁数就走了，真是让我感觉常人的这个情很难放下，感到很无奈，常人的这个情不断的往上涌，我似乎调动不了我的主意识，感觉常人的这个情把我覆盖了，那时我显得很弱，跳不出人的这个圈了，自己觉的很苦恼，很沮丧。

这时我学了师父的“道法”，师父把这层法理点给我，使我恍然大悟，原来陷入常人境界我该换标准了，“换成神



要做到视而不见，就要做到不动心。我突然明白了，师父是利用不知道干净的父亲来考验我，让我去掉怕脏的心。想到这儿，我的眼泪顿时夺眶而出，连声说感谢师父，谢谢父亲。

明白这个道理后，我一下子就明白了修口的问题，以前总是说别人的不足之处，那恰恰是自己不会修的表现，别人的不足展露出来让自己看到，不是让我们评说那件事的对与错，而是让我们提高心性，从另一面来看问题，看自己哪里没有达到师父的要求的心性标准。如果能够这样去看问题的话，还有什么心思去说别人的不是呢？那不恰恰是自己需要修的地方啊。

因此我认识到。修口的关键在于修心，在于多学法，提高心性。每一个表面的矛盾，师父都在背后给我们安排了一个需要升华的因素，需要去掉矛盾背后掩盖的那个执著心。如果我们的眼睛只盯着对方表面的错误，那就给自己的人念开了绿灯，从而让它主宰了我们的大脑，那我们就会像常人一样在背后说三道四了。而当我们首先向内心找自己的问题，一时想不通，就去学法，就一定能找到师父点醒自己的那句法。既修了心又修了口，何乐而不为呢？

## 读《道法》所悟

黑龙江大法弟子

### 读“道法”终于走出魔难

最近学习了《精进要旨》“道法”一文，师父把这层高层次高标准的法理点给了我，使我恍然大悟。师父说：“长期以来大法中的众生，特别是弟子一直对法在提高心性方面存在着一种不同层次的误解。每当魔难来时，没有用本性的一面来认识，完全用了人的一面理解，那么邪魔就利用了这一点没完没了的干扰与破坏，使学员长期处于魔难之中。”

钻了空子啊，那么这个旧势力绑匪可就高兴了，那你找吧，我就一直劫持你、绑架你，勒索你，最后杀了你。

所以，现在遇到严重干扰，首先和必须的是要否定旧势力的安排。因为就是它在干扰，我们击中要害，就能摆脱干扰困境。就像擒贼先擒王，我们把贼王抓住了，灭掉了，那么，就是初战告捷了。

那么要不要向内找呢，当然要向内找、修自己。而这个向内找、修自己应该是完全无求的。不是以怕旧势力钻空子而找，这个向内找与旧势力是毫无关系的。因为修炼就是要向内找，这是法的要求，是境界的升华，是层次的提高，是神圣庄严的，也是与小魔无关的。向内找是要实践在每一天、每一件事、每一念中，向内找、转变观念、正念正行，才是修炼。

旧势力虽然在历史上周密的安排了一切。但是现在我认识到：旧势力不配高高在上的操纵、控制我们，旧势力也不配与我们平起平坐、格斗对打，旧势力就是干扰、撩骚我们的小魔小鬼小人。我是正法修炼者，是顶天立地的神佛，旧势力是微不足道的小魔。

我修好自己了，我长出功来，旧势力根本够不着我，即使它跳着脚够着了，我捏一下它就死。正如师父说：“你长出功来，我都够不着你了，我碰不着你了，它可不干了。”

“其实我说不厉害，在真正的修炼者面前，它什么也不是，你别看它修了千儿八百年了，还不够一个小指头捻的。”[3]

我原来一直摆不正与旧势力的关系，现在当我思想中有不好的观念泛起时，我的第一念就是：你是旧势力安排的，我认识你，你一边去吧，你最好选择善解，否则我就清除你了，再不走就是自毁了。

师父讲过，到高层次上修炼就是选择。旧势力在哪里，是在我们的上方颐指气使，还是与我们平起平坐，还是在我

们脚下微不足道。我们把它摆在哪里，选择了什么，就会遇见什么。

备注：

[1]李洪志师父著作：《精進要旨》〈警言〉

[2]李洪志师父著作：《各地讲法二》

[3]李洪志师父著作：《转法轮》

## 找到了一个“修口”的窍门

大陆大法弟子

师父在《转法轮》中设立一个标题专门讲了“修口”，说明“修口”在修炼中是非常重要的，“修口”包含的内容很多，我就单从爱说别人坏话这方面谈谈自己的体会。

由于自己平时养成了在背后爱听、爱说别人坏话的习惯，所以觉得修起来非常难，感到这个毛病真难改，虽然也注意修口，但是时好时坏，始终没有大的突破。好在最近发生的一件事，一下子让我看到那件事背后的因素，使我再也没有兴致背后去说别人的不是了。

我的父母已经八十多岁了，父亲除了能说会道，说话不吃亏以外，其它什么事都做不好，动手能力极差，还不会关心、体贴人。母亲强势、能干、脾气很大，经常跟父亲发脾气，落得一身的病，特别是近几年母亲不能自理以后，父亲又不会侍候人，母亲就更觉得委屈，常常在我们面前说父亲这个不是，那个不是，有时我们听了也很生气。

母亲卧床需要人照顾，为了伺候母亲我就来和二老一起住了，这一住就发现了父亲的很多毛病，这样一来我就和母亲有了共同语言，只要父亲不在家，我们就一起说他那些做的不好的事。作为修炼人，我知道这样做不对，没有听师父让我们“修口”的话，但有时就是克制不住，非要说出来心里才痛快。

其实，在和父母一起住的这几年中，我也在提高着心性，父亲一件一件的让我生气的事我都逐渐看淡、放下了，可是最近又有一件事触动了我的心。

为了节约用水，我在厕所放了一个水桶，把洗脸水、洗衣水倒在里面，冲厕所备用。前些天，我发现水桶里飘着一团白色的东西，我用手纸触碰发现是痰，我想，这肯定是父亲吐的，以前他往便池里吐，我都帮他冲了，现在又往桶里吐，太恶心了。虽然如此，我并没有太动心，若是以前我又得生气说他一顿。现在，我想，算了，不说他了，说他也不改，自己处理了算了。

第二天，我做午饭时，看到父亲又在厕所咳嗽吐痰，等他走后我去看，发现他又吐在桶里了，我还是没生气，把桶里的水倒了，随后我抽时间心平气和的对父亲说：爸，您往水桶里吐痰啦？父亲说：嗯，我有时候吐过。我说：您以后别在那儿吐了，叫别人看了多脏啊，吐在纸里，扔垃圾筐。父亲答应了。

晚上，我无意中又发现了桶里有痰，我的火一下子就上来了，我想：把桶扔出去，不在这放了，看你还往哪吐。你不听我的话，我告诉母亲，让母亲说你。我正想着怎么圆满处理这件事，突然想起师父的法“视而不见 不迷不惑”（《洪吟》〈道中〉）。

我反复的背诵师父〈道中〉这首诗，对照着自己不平的心查找问题，我想：刚才动的这一念是要改变外界环境，想改变别人，没有向内找自己的问题。这不是没有按照师父的法去做吗？

“视而不见 不迷不惑”（《洪吟》〈道中〉），我理解就是看见了那件事和没有看见那件事心情是一样的，这就说明自己在道中。本来心情挺好可是看见了那件事马上就生气了，就想办法整治别人，说明自己不在道中，还在迷中。