

么能修成神，修不成神怎么跟师父回家？

修炼了二十多年了，到今天还名利情色欲等各种人心还那么重，至今还没从旧宇宙的“私”中走出来，真的无脸面对师尊，愧对师尊对我二十多年来的慈悲救度。为了对得起自己，为了更好的报答师尊的救度，我从心底里发出：我要彻底倒掉名利情色欲等各种人心执著，从今天开始，以一个全新的我重新修炼，从点滴开始，从做一个好人开始，按照大法从一思一念修自己，做好三件事，最后达到大法要求的标准随师回家！

个人的一点体会，不在法上的地方，请慈悲指正。

正见周刊



加拿大国会山前的集会吸引了大量民众。了解到真相后，逾 380 名本地居民和来自世界各国的游客纷纷在“结束中共”（End CCP）的请愿信上签名支持，七位华人游客听到真相后，现场决定退出中共党、团、队组织。

第 1041 期

2022 年 8 月 2 日

目录

正见新闻

美国前大使：每一个中国人都应退出中共	/3
澳墨尔本纪录片电影节《长春》获最高奖	/3
多伦多举办真善忍美展 观众看到黑暗中的希望	/3

万物有灵

修出慈悲，老鼠搬家	/4
-----------	----

神奇经历

师父两次给我新衣服	/6
-----------	----

修炼故事

学法救人不懈怠 真修弟子师尊护	/9
-----------------	----

修炼体悟

浅悟“把绳子割断”	/15
记一次过病业关的交流体会	/18
学“修内而安外”的点滴体会	/21
浅悟“关系”	/23
甘做绿叶衬圣莲	/28
善用《九字真言的故事》配护身符救人效果好	/30
本地学员身上的党文化表现	/32
向内找，深挖根子上的问题倒掉心灵深处的垃圾	/33

做好三件事，哪一件也不想被同修落下，所以二十多年来，自己也不知道发了有多少救人的材料？贴了多少真相粘帖？发了多少救人的护身符？也救了很多很多世人，特别亲朋好友基本上达到了全部三退。按说自己修炼中已经达到精进了，可是不然。最近一次严重“病业”向我袭来时，我这才感到自己修炼路上出现了大的漏洞。

正是因为自己的争强好胜走极端，才造成这次被旧势力钻了空子。自己从小形成的偏见，好走极端。已经带进修炼中来了，能不危险吗？

修炼人不吃修炼上的苦，也得吃人的苦，付出上一点不少，我自觉的二十多年来，比较轻松的走在修炼路上，可是忽略了修去人的东西，去掉人的这层壳。人的表面这层壳就是我们在生生世世的轮回转生中，人的思维，人的观念，人的理，人的情，人的执著，人的欲望等，构成的这个假我。我们只有在法中提高上来，才能走出这个假我，从人中走出来。

从这次教训中，我认为修炼中不能走任何极端，不能带有任何人的偏见。我发出强大的一念，彻底倒掉人的偏见，不走任何极端，灭掉一个个假我，在大法中升华自己，从人中走出来。

三、倒掉名利情色欲等各种人心执著

修炼前贪欲之心就很重，是一个名利情色欲很严重之人。修炼后尽管修掉了一些人心执着，在名利情各方面也看淡了一些，但是没有从根本上修掉这些执着的根。这些执着的根就是来源于旧宇宙的“私”。师父让我们修成无私无我的正觉，也就是让我们从旧宇宙的“私”中走出来。可是自己修炼了二十多年，并没有走出这个“私”，还在旧宇宙中。不从旧宇宙走出来，怎么进入新宇宙？就修炼而言，怎

的路上，平日只注重做事，没有很好注重修心，一月前我被旧势力钻了空子，对我的肉身实施迫害，二十年前我曾经患过的大病，全都一一的翻了出来，这突如其来的迫害，让我一时蒙了。二十多年来从来没出现过这样严重的“病业”假象。

当我冷静下来，向内找，深挖根子上的东西，这一挖还真发现自己存在严重的埋藏很深的根深蒂固的心里深处的垃圾。我今天把这些心理垃圾曝光出来，让它们在阳光下显露出来，彻底的从自己心灵深处倒出去。

一、不良情绪（负面思维）

修炼前我的负面思维就特别严重，遇到什么事情，不向好的方面想专门向不好的方面想，所以一直在不良情绪中生活，对周围的亲人，只记他们对自己不好的地方，从来不能记住对自己好的方面，所以从小满脑子装的都是周围人对自己的伤害。

修炼后，我自以为不再埋怨他们了，不再考虑这些事了。可是时常翻出这些人过去对我的伤害。其实现在看来，这些心理的垃圾根本就没有倒出去，只是压在一个很深的空间中了。因为没倒出去，它就是活的灵体，今天，我已经找到了它，我请求师父帮弟子，我不会打一点折扣要彻底把这垃圾从内心深处去掉。同时我也发自内心的对我心里埋怨过伤害过的亲人，虔诚的说一声：对不起！请求你们原谅！我会好好修炼。

二、倒掉偏见（不走极端）

我这个人从小到大，就是一个争强好胜，爱走极端的人。看人看物经常不能随其自然，爱钻牛角尖。小时上学不考第一，就会吃不好睡不好；工作时成绩不是最好的，哪怕是第二的成绩，也会跟自己过不去；修炼后从学法、炼功、

正见新闻

美国前大使：每一个中国人都应退出中共

美国前大使里斯近日在接受大纪元采访中表示，支持中国退党大潮，希望西方世界认清中共的极权本质是不可能改变的；他警告说，中共或许就像苏联一样，其倒台可能发生在顷刻之间。里斯也是一位律师、美国移民局的前总法律顾问。



就中国目前发生的退党大潮，里斯说，“我很赞成（三退），我很熟悉这个运动。我认为，每一个中国人都应该退出中国共产党（组织）。这很好。”

澳墨尔本纪录片电影节《长春》获最高奖

历时一个月的墨尔本纪录片电影节于7月31日落幕，主办方当晚在脸书上发布参展电影的获奖信息，动漫纪录片《长春》（Eternal Spring）获最高奖——至尊奖（Supreme Award）。

此外，《长春》导演劳夫塔斯（Jason Loftus）获得本届电影节最佳导演奖（Best Director）第二名，《长春》还获得观众选择奖（Audience Choice）第二名。

多伦多举办真善忍美展 观众看到黑暗中的希望

持续6天的“真、善、忍”国际美展于7月24日在加拿大多伦多市政厅落下帷幕。本次美展共有22幅油画作品，主题展示了法轮大法的美好殊胜，以及法轮功修炼者面对中共邪恶迫害的坚定信念。

加拿大曼尼托巴大学社会工作学教授玛丽亚：““真、善、忍”美展给人以希望，是人类的希望。美展不仅展现了“真、善、忍”的核心价值观，还通过艺术向世界展示了（法轮功学员）23年来被迫害的真相。”

万物有灵

修出慈悲，老鼠搬家

日本大法弟子

我家在一栋有着 30 年房龄的木质老房里，虽然旧些但住起来很舒适。

去年因为把没封口的火锅料油块放在柜子里竟然招来了老鼠，它每天在墙壁和顶棚的夹层中咚咚咚的穿梭，十分搅扰日常生活。由于老鼠贪吃而且喜欢偷东西，我想自己大概是在吃和利益方面还有执着心。之后就在这两方面加强实修，并且发正念让老鼠离开不要干扰大法弟子生活、毁坏房屋。那时临近入冬，天气冷起来之后老鼠真的不再折腾了，我以为事情就这样结束了。

没想到，今年夏天一到，老鼠又出现了。而且这次还不止一只，偶尔能听到墙壁里似乎有小老鼠的唧唧叫声。这下我有些急了，心想自己在吃和利益上与去年相比都有严格要求自己，怎么老鼠又来了，这应该也是一种干扰。于是，发正念严厉的对老鼠说：“你们不离开就是在干扰大法弟子修炼，是犯罪！……”发了几次，老鼠依然如故跑的欢畅。我找不到自己误在哪里了，变得很沮丧，偶尔会用拳头敲墙壁想把老鼠吓跑，结果当然是事与愿违。

慈悲的师父看我没悟到就借用同修的口来点化我。一次在挑选法轮章时，同修阿姨说：小 A（指我）适合紫色，因为

息，整个社会都处在这么一种状态。”

再如，东西随意乱放。有个同修的家是三层的独立楼房，但她的卧室却乱糟糟的：大法书放在一个柜子上面，与各种杂物搅在一起；打印机在一张小长桌上，周围也是杂乱无章。

还有的同修做的真相资料，质量不尽人意，有点象糊弄事。

说话方面的党文化表现。本地同修们在这方面的表现可就太多了：说谎、抱怨、争吵、辩解、绕圈子、背后议论别人、唱高调、随意打断别人的话，自以为是、草率判断，随便下结论下定义；指责别人、在公众场合大声喧哗、旁若无人、爱聊一些八卦的东西、传小道消息；等等。

我本人在修口这方面做的很差，上述表现我都有。我希望借此机会曝光这些恶习，今后彻底归正自己，做一名合格的大法弟子。

如有不妥之处，恳请同修慈悲指正，希望同修们共同精进。

向内找，深挖根子上的问题倒掉心灵深处的垃圾

重生

我这个人是一个心直口快之人，修炼前因为自己争强好胜，自以为是，从来不吃亏的人。由此：三十几岁就疾病满身，四十几岁时，生命向我亮起了红灯，就在我呼天天不应，叫地地不灵的时候，九八年我巧遇大法，走入了大法修炼中来，修炼后我无病一身轻，快快乐乐走在师父安排的修炼路上，二十多年来尽管有时也遇到过干扰，但都在师父的慈悲保护下走了过来。

可是修炼是严肃的，修炼是讲无漏的。所以在自己修炼

符或念“九字真言”遇难呈祥、化险为夷、得福报的真实故事，谁看了都很震撼，谁看了都得说“法轮大法好，真善忍好”。这还不说，同修还在上面及时更新突破网络封锁的“二维码”，现在智能手机这么普遍，扫一扫就能翻墙看到外面真实的世界，看到法轮大法洪传世界的盛况，看到“三退”大潮的真相……众生不就得救了吗？建议同修重视利用《九字真言的故事》配护身符这种形式，广泛救度众生，在有限时间里救更多的人。

层次所限，不当之处请同修指正。

本地学员身上的党文化表现

大陆大法弟子

身处大陆，人们从小就在党文化中生活，很多党文化言行和思维都习以为常了，如果不用大法来对照衡量，很难发觉和改变这些变异的东西。下面把我看到的本地学员表现出来的党文化言行列举出来，只希望我们能及时归正。

首先，说话带脏字。本地男同修大多数说话带脏字，其本人却浑然不觉。因为本地男女老幼大多数都说话带脏字，从小就污染了，已成习惯了。我们要赶快改，不然影响大法弟子形象，也影响救人效果。

其次，太过随便。比如说坐姿，现在的人坐姿五花八门，怎么舒服怎么来，有翘二郎腿的、有叉腿坐的、有歪坐的、有半躺坐的、有坐一张椅子脚下再踩一张小凳子的等等，本地有的同修坐姿也比较随便。古人说“站有站相，坐有坐相”。《弟子规》中要求小孩：“勿箕踞，勿摇髀”（坐的时候不能叉开两腿，更不可摇晃大腿）。师父在《转法轮》中讲：“那个时候上学的人，都要讲究打坐，坐着要讲姿式的，拿起笔要讲运气呼吸的，各行各业都讲净心、调

感觉你像是个修道的。你先生适合橙色，感觉他像修佛的。我当时听了一愣，因为我从来没觉得自己像修道的，师父不是说老道狠吗？我还觉得自己挺善的呢，难道自己平日给人的感觉很严肃？内心虽有疑问但紫色法轮章真好看，我也就没有再往深处去想了。

大概是一次点化没起作用，在那之后我无论看什么标题的文章，同修的交流总能落到修慈悲心上。一连看了4、5篇这样的交流之后我终于明白了，这是应该注重修慈悲心了。想想自己平日虽然也有善心，喜欢帮助别人，但遇事愿意着急，言语不善。对于不愿三退、恶语相向的众生经常生出：“不听随便”的想法，对于迫害同修的恶人那更是丝毫怜悯之心都生不起来。看到先生同修因为众生不能得救而心酸落泪，我都是撇撇嘴，心里觉得：你咋那么爱哭。其实，这些都是自己没有修出慈悲心的表现，背后有党文化的恶和争斗，还有魔性。

带着这些感悟回到家。当又听到老鼠在浴室挠墙的声音时，我想起了正见网万物皆有灵系列中，有一位同修面对满屋的蟑螂都能慈悲的想：“它们不过是想找吃的而已，大法弟子不会因为蟑螂而生病，那就让它们爬吧，无非是多洗洗盘子碗筷而已。”结果那些蟑螂都再也没有出现过。看这篇文章时我觉得自己肯定做不到。但是现在我想一定要修去这不善和魔性。于是手扶墙壁轻轻对老鼠们说：“能来到这个房子就是来听真相的，很抱歉我一直没能悟到自己慈悲心不够，没有真心为你们好。希望你们能够记住法轮大法好、真善忍好，配合大法弟子，有一个美好的未来……”沟通完之后老鼠们安静了好一阵子。后来又跑动了几下，我想起正见网上万物皆有灵系列，于是又和它们说：“如果你们搬走的话，我就把这件事情也投稿到网上去。”

那次沟通完之后一周左右都没有老鼠跑动的声音了，我

想它们可能是搬走了吧。

感谢师父慈悲开示，让我找到了自己的问题一点一滴提高上来。

神奇经历

师父两次给我新衣服

善行

我是一个八十岁的老大法弟子，在大法中已修炼二十五年。

二零一七年五月二日上午，因为我们明天去张贴真相大展板，我今天去踩道。我到河边的带状公园去查看地形，过桥转个弯就是下到河边的台阶，台阶分上下两段，两段呈直角形状的，上下各有十二个台阶。我从上面下来，刚下到第五个台阶，不知怎么回事，突然间一脚踏空，就从上边滚了下来，一直骨碌到地面，落差有四五米高。我穿着短袖衫很薄，却没觉得疼。更神奇的是：落地后我平躺在地上，这时好象前后有两人将我平抬起来，起空足有一米高，在空中旋转了三百六十度，又轻轻将我放在原地。

我知道这是邪恶在干扰，给我个下马威，阻止我们做大法的事。我清楚的记得：今年过年后，一个 35 岁的女子在这个桥头跳河自杀了，几个警察打捞尸体，桥上及河边很多人在看，当时我也在场。这是邪恶想拿我当替死鬼，是师父保护了我。我心里想：邪恶越捣乱，我们就越做，明天第一个展板就在这贴！真巧，在几米远处就有一处宽大的水磨石墙面，正适合贴真相展板。第二天上午，第一站我们就来这儿了，把“法轮大法好”，“全民公审江泽民”的大展板贴在了那面墙上，大展板在阳光照射下格外醒目，桥上、河边过往的行人都能看见。

那天我们一路向南贴，到贴完最后一处时，一转身，发

我赠送他真相优盘、二维码卡片，也给他一个护身符，碰到他就让他念“法轮大法好，真善忍好”九字真言，结果不长时间，身体变化很大，现在越来越好。他后来辞去了党建职务，不为邪党歌功颂德了。

单位还有另外三位身患癌症的同事，手术回来后我适时给了他们真相优盘和九字真言护身符，他们现在身体都恢复的很好。

再说说我家二姐，前些日子疫情期间，我给了二姐一个护身符，让她回家好好看看。她到家后看了给我发短信说：“小妹，你们修炼人都是为了他人着想的……你以后有什么需要就说，需要我帮忙的别不好意思说哈。”我看了以后很感动，知道姐姐是看了《九字真言的故事》后彻底明白了，原来大法弟子是为了众生的安危而不顾自身的安危，因此从内心发出的感佩。二姐不同于以往的表现让我体会到利用《九字真言的故事》配上护身符卡片救人力度大、效果好，能打到世人内心深处。

学法小组的一位大姐同修说过这样一件事，一次她刚上了一辆公交车，就碰到老年夫妻俩，看到大姐后快给大姐同修让座，并高兴的说：“今天终于碰到恩人啦！”大姐想了想之前给夫妻俩三退了，并赠送了《九字真言的故事》护身符，所以他们才有如此表现。这位大姐同修近年来一直利用《九字真言的故事》配护身符到周边集市讲真相、劝三退救人，好的时候，一次能劝退二三十人。

当地一位年近八旬的老年同修每天带上《九字真言的故事》护身符、明慧真相期刊等，骑着自行车出去救人，每天都救不少人，只要接了、看了真相资料的世人，无不感念大法的威德，感念大法弟子为了让世人躲过瘟疫不辞劳苦的善行。

《九字真言的故事》里讲的内容写的都是众生佩戴护身

是给同修 A 当司机的空档里完成的。

改天，我独自一人去讲真相，一上午就讲退了十八位。我的两点提高：一是敢于一对多人讲了；二是延长讲真相的时间，到中午十一点后再回家转。尤其是有一天同时对四位农民工讲真相，碰巧有三位是邪党党员，他们同时三退，并对我千恩万谢的，以前我没修好时，是不敢这样做的。

善用《九字真言的故事》配护身符救人效果好

大陆大法弟子 净心

为让世人躲过瘟疫之灾，我们当地技术同修从明慧网上下载了《九字真言的故事》配上一张带福字的卡片护身符，装在一个小袋里便于同修救人。这个救人的小法器携带方便带有强大能量，发给世人都喜欢要。

前段时间，一位好友约我和几个朋友在某饭店吃饭，这是师父给我安排向他们进一步讲真相、送福音的好机会。我随身携带了几个护身符小法器，吃饭聊天过程中，我很自然的又进一步讲了大法真相，他们都很接受。最后分别赠送给他们《九字真言的故事》及护身符，他们迫不及待的当场就打开来看。

上海疫情严重期间，我给了一位被派在社区从事防疫工作的同事一个护身符，对他说你现在在防疫一线，保护好自己不被传染很重要，我给你个防疫秘招，你好好看看吧，他很痛快的接受了并善意嘱咐我注意安全。过了几日他又来单位，跟同事说起了上海的疫情如何严重，生活物资如何匮乏等等，还讲了有人因此跳楼了，我猜他是通过《九字真言的故事》上的二维码翻墙看到了国外的报道，我真为他高兴。

单位一位分管党建的中层干部，前两年突发心脏病做了手术，刚回单位上班时，身体状况很差，走路一拐一拐的，

现有一个中年男子正用手机在我身后给我照相呢。我也没有害怕，就走开了，边走边想：这些吓不住我！那个人也没有追我。在和不远处等着我的同修们汇合后，其中有一个同修埋怨，说我太磨蹭，不注意安全……我心里感到委屈：你们发现了危险不告诉我一声，都躲的远远的还埋怨我？我也不是磨蹭，是习惯在大展板两旁边再贴上一些小的，觉得效果更好，是在贴这个时候耽搁了点时间，没想到这时候被那个人给我照了相。

事情过后，我一直在反思：为什么会有委屈、心里有不平衡的想法呢？师父说：“修炼是修人心、修自己，当有了问题时、有了矛盾时、有了困难与不公平对待时，还能找自己向内看，这才是真修炼，才能不断的提高、才能走正修炼的路、才能走向圆满！”（《致台湾法会的贺词》）当问题出现时感到委屈，进而产生怨恨心、妒忌心，争斗心、分别心等，为什么就不能向内找找自己呢？回忆起这两年在这个项目中，认为东西是我做的，路是我踩好的，产生了自以为是的心，愿意指手画脚，不愿意和别人商量，组织能力又差，可能引起了同修的不满，不好说你，但心里不服，因此遇到事情就出现了上面这种情况。是自己的错误导致的，还有什么委屈的？没事了，烟消云散了。

我就在想，那个人给我照了相，不能让邪恶利用这个线索迫害我，对大法犯罪。那天我穿的是浅黄色带蓝点的半袖衫，就想下次出去换件上衣，回家后却没找到一件合适的上衣，随即就联系我女儿，说好第二天上午陪我去买衣服。

晚上十点，我无意中翻开床屉找东西，打开一个旧包袱，奇迹出现了：包的上面整齐的叠放着四件半袖上衣，样式大方，还很合身。我看了看还都有商标：有两件是“馨绮点”牌的，暗红条格的是“千百度”牌的，蓝底白花的是“花中红人”牌的。衣服我从来没见过，也不可能是女儿买

的，不然她也不会答应我明天去买了。那这四件应季的新上衣是哪来的呢？突然，我明白了！是师父送给我的！我激动的泪流满面，对师父的感激无以言表，师父对弟子真是无微不至！给予弟子的太多、太多了！弟子唯有精進实修，以报师恩！

二零一八年六月十二日上午，我从同修 A 那里切磋出来后，发现自行车不见了，当时我有些发蒙，这个自行车是我不可缺少的法器啊！二十多年来跟着我经历了无数风风雨雨——讲真相、劝三退、发传单、贴展板、挂条幅……，对我来说真是一个很大的干扰，我的心情非常郁闷。

当天下午，同修 C 给我送来了三百四十个带挂坠的小葫芦，上面雕刻着“法轮大法好，真善忍好”，还有莲花图案，非常精美。她说，最近警察“敲门行动”骚扰的太厉害，这段时间同修没人敢去发了，堆了两大包子，给你拿来了。我一看考验又来了，我说：没问题，你放心，虽然今天我的自行车丢了，我走着也把它们都发出去！

第二天，（七月十三日）我拿着三十个小葫芦出去讲真相，劝退了二十八个人；第三天，拿了四十个出去，劝退了三十二个；以后每天都拿四十个出去，边发边讲真相。

在第七天（七月十九日）这一天，天气出奇的热，我想找件薄一点的衣服穿，打开床屉里那个旧包袱一看，奇迹又出现了，包袱的上面摆放着一身崭新的紫红色套装——短袖衫和七分裤，质地是麻的，特别合身，穿上很凉爽，这身衣服为我解除了今年夏季的炎热之苦。谢谢师父的关照，到七月二十二日，我用了十天时间，三百四十个小葫芦全部发完，总共劝退了三十二个有缘人。

谢谢师父！

谢谢大法！

在四月五日这天，同修 A 再也等不及了，她主动邀请我搭伴讲真相。我永远也不会忘记，第一次跟同修 A、B 去讲真相，在郊外厕所不太好找，同修 A 走路也不快，当看到厕所的时候，同修 A 就已经尿裤子了。当然这是一个不正确状态，谁都有没修好的地方或者时候，大家也会用法归正自己。这里我想说的是，同修 A 为救度众生的辛苦与付出，太不容易了。每当我想起这件事，感动敬佩的泪水涟涟。

无条件配合同修，我马上爽快的答应了。我跟同修 A 说，我骑一辆电三轮载着她，不要对我要求太高。我就是她的司机，她说去哪里就去哪里，她说停就停，她说走就走。当好司机就是我的成功，甘做绿叶衬圣莲。

感恩师尊的加持，我们配合的效果真是不错。同修 A 擅长一人对多人讲，四月六日第一天出门，同修 A 第一次开口就同时劝退了七人。同修 A 给我最深的印象：不辞辛苦，不厌其烦。我骑着我的“宝马”电三轮专门找修路的、种树的、盖房的，那里人多啊。一看到戴安全帽的农民工我就兴奋，赶快把同修 A 送过去。为了不让她为我担心、分心，在人群边我放下她，就骑车去别处找有缘人讲真相，过一会儿我再去接她，这样做我自己心里也坦然。每天上午出去讲大约两个半小时，我俩加起来讲退三十多人难度不大，最多的一次四十五人。

我问她怕不怕？她说：“这种形式讲三退，已经讲了十多年了，怕不过来呀！讲完真相下午回家，心里踏实，吃饭香，喝水也甜，睡觉也深，浑身舒坦。”

感恩师尊给我提供与同修 A 比学比修的机会，我找到自己的不足，除了怕心，懒惰心也不可小觑。从新回到大法中来，我就立刻讲真相，四年半来，一天讲退十人，就有过两次，突破十人简直不可能。多数情况讲退几位，就急急忙忙回家了。我们搭伴的第五次，我就独自讲退了十一人，这还

而旧的关系在解体中，不复存在。从人中复杂的关系中超脱出来，从名利情的牵系中走出来，不再被三界低层的因素所制约，与更高更好更圣洁的世界关系着，并主宰着自己的世界。当意识到这一点时，我的正念如同钻石的光芒更为强烈！

谢谢师父！谢谢同修！合十。

甘做绿叶衬圣莲

河北大法弟子

同修 A 今年八十多岁，她和年龄相仿的同修 B 常年搭伴讲真相。二零二一年下半年同修 B 去外地城市给外孙女陪读几个月，又因为疫情被封在外地城市，这样大约过了半年的光景。

之前，我跟随同修 A、B 出去过两次，他俩一般坐公交车离开闹市区，去郊外给农民工讲真相。他俩通常每天讲退三十人左右，最多讲过九十九人。我第二次跟他们去的时候，正巧碰到一座大楼装修，大楼的院子里也有很多种花草的人。他们一人对多人讲真相，讲完这位讲那位，讲了四十二位，我是亲眼所见。我怕心大，一般一对一讲真相，讲完就迅速离开。他们在一处逗留很长时间，我修不了那么纯净，以后就没有再跟随。

同修 B 回不来，虽然同修 A 提出要和我一起搭伴去讲真相，但是她还是感觉我怕心大，我也考虑到自己讲真相的能力，跟 A 同修拉开的距离太大，所以搭伴没有成功。同修 A 这半年主学各地讲法，她独自一人也出去了几次。

同修 B 回来了，我们所在的城市因为疫情，虽然城市解封了，但公交车停运，什么时候公交车正常运行却没有消息。

修炼故事

学法救人不懈怠 真修弟子师尊护

大陆大法弟子（本人口述，同修整理）

我是一名年近八旬的大法弟子，于一九九九年二月修炼法轮大法，那时儿子在长春上大学，于一九九七年上半年在大学里得法。九八年儿子放寒假回家跟我说，这个大法非常好，非常神奇，他们大学的教授、辅导员、校领导以及很多大学生都学这个法，他的一个同学从小就开了天目，能看到另外空间的神奇景象。得法后，他看到师父在《转法轮》里讲的都是对的、真的，在另外空间里都有体现。这个同学跟儿子和同学们说，这是真法大道，赶快学吧。

听儿子这么一说，当时我就有了想学大法的念头，只因当时很忙就没顾上这事。转过年来到了九九年二月，我看见小区附近有炼功点，晨炼的时候，有几十个人在那儿统一炼功，辅导员看我想学就很热情的教我炼功动作。过些日子我学会了五套功法，辅导员就对我说，别光炼动作得学法，就给我请了《转法轮》让我回家看，晚上我就去辅导员家中学法，有时间我就去。

九九年七二零以后，邪党对法轮大法的迫害开始了，我心里很害怕，觉得儿子好不容易考上大学，别影响孩子前程，亲属们也纷纷劝我别学了。我从小地主出身，全家被邪党迫害的很厉害，家人被斗争，财产都给分了，被扫地出门。我父亲以前是教书出身，那年代土匪多，父亲就当了国民党兵，当到团长级别时，邪党利用特务把我父亲抓起来，不多日子就把我父亲枪杀了。母亲领着我和俩个哥哥去沙滩收尸，那时我才四岁，大哥十二岁，这段记忆，让我刻骨铭心。文化大革命、三反、五反、反右等运动，我也都亲身经历过，因此对邪党产生了恐惧。

九九年七二零后，邪党非法绑架了很多大法弟子，我儿子也被非法绑架，在沉重的压力下我放弃了学法。直到二零零一年春天，我出门看到地上有一张白纸，我捡起来一看，白纸的另一面印个大福字，下面写了一行字“法轮大法好，真善忍好”，我当时想，哎呀，还得修大法才有福啊，那时就决定再修大法了。

我之所以坚定法轮大法修炼，还源于我学法前后做了两个非常相似却又相反的梦，学法之前做了这样一个梦：一个牛车拉着我往一个黑洞里走，往下走，一直往下走，越走越深，感觉没底似的，然后我就惊醒了。醒来后，仍感到可怕。过段时间，我修炼法轮大法之后，又做了一个梦：还是一辆牛车拉着我，往上走，往上走，一直往上走……。我把我做的两个梦跟辅导员说了，辅导员是位老学员，九二或九三年得法的，他说师父是用这两个梦点化你，修大法是有福气的，师父真的是把学员从地狱里捞起，在地狱给除名了，地狱不敢收修大法的，好好学法吧。从此，我学法修炼的心坚定下来，坚持每天学法，还出去救人，同修印了一些讲真相的传单给我，我一般晚上十点以后出去贴，有时也放居民的报箱里。

二零零四年之后，我规定自己每天最少学一讲法，五套功法一步到位，按时到同修那儿去拿单张，每个礼拜发三十到五十张真相。那时怕心很重，晚上出去发之前腿肚子都发抖，但想到自己的责任，还是坚持着做。等发到三周时间时，怕心就小了，我想大法这么好，我做的是好事，也不能怕他们，怕心就是学法少了，对法不坚定才出现的，这样一想，之后发资料就越来越没怕心。

二零零四年底《九评》推出，三退大潮开始兴起，我在外面摆摊给市民理发，借着理发时机给人讲真相劝三退，讲完之后再给他们真相光盘、单张、小册子。神奇的是我给人

比如说你是用整洁、井然有序这一法则来管理你的物件，还是用混乱、随意来打理你的物件？比如说你是用简约、清静来布局，还是用华美繁复来布局？

自己所在的空间场，一切应当是充满良性信息的。自己对自己世界大小物件的摆放、归整，也是带有自己修炼因素的体现。

比如反观一个人的室内，乱、杂、不规整，堆积，对应着心性与物质上的：瘀堵，没有条理，郁积，憋屈，不舒畅。就象一个不注重外表人背后对应着：贪吃、懒惰、不自律、低标准要求自己、得过且过，也就是对自我无管理。走入一个坏人的空间场，因有较大的业力，所以莫名的让人不舒服。

而哪有一个神的世界乱七八糟，没有序列与美感呢？东西方艺术中的精华建筑，不同的风格，都有一些共性，无论是繁简，朴素还是华美，还是古典诗意，都具有各自天体结构中特定的秩序、美感。所以心性更高的神，他所管理的境界更善更美更纯净，让人身处此境时，充满更愉悦、美好的感受。我想神的世界是美好、纯净，通透，明澈，舒畅无滞，更高的物质能量，能让人澡性涤烦，气爽天宽，烦恼顿消，让人有一种治愈感。

有时我们身处事中会有放不下，会有纠结，不妨冷静的明析不足，梳理好、理顺它。有的关系要断，要清除掉。有的关系要理顺，有的要归正。

这里要特别说明的是：不再是以人的身份去处理关系！不再站在人的层面去处理，而是以自己本来就是神的角度去看。因为你是神，你什么都得突破！

真神来主导！我非常明确的意识到自己是以一位真神，真正的神，新宇大觉的身份，在从新构建一切的关系，摆正新的一切关系。

不正当的关系 如：紧张、排挤、怨恨、强势、非法、不阳光、不能公开、不光明、不被尊重，等等。

师父在《转法轮》〈第九讲〉中说，“我给大家说这样一个问题，大家想一想，在我们常人社会当中，人的道德水准发生了这样的变化！人与人之间这个紧张成度到了这种成度了！你想它还不是到了一个极其危险的境地上来了？”

故而，

了断：断了 方可 了断

脱离：超脱 方可 离开

没关系：过关了，才不再系累

关系 简单说有两个类别：

一、 人际关系：亲人、朋友关系； 社会交往中的各种关系：如上下级关系，老板与雇用关系， 同事关系，甲乙双方关系， 合作伙伴关系，同行关系，债务关系，等等。

个人认为我们最重要的关系是： 师徒关系，救人与被救的关系，和同修关系。

敬师敬法、以法为师。把众生捧在手心上，珍惜他的生命如同珍惜自己一样，用心。社会中家庭中的每一成员与我们的关系本质上就是：救人与被救的关系，无论是什么角色来到我们身边的，无论亲远。同修之间，同修一部宇宙天法的圣缘。

二、 人与物的关系

人使用与管理着物，决定物品的生死，物品的好坏寿命，物品的组合布局，即一定的物质环境，也代表着主人自己对这一区域物质环境，管理的法则。

万物有灵，我记得在神韵作品官网上，由飞天大学生自编自导即原创的一个短片“后台奇遇”，真是很启发人的一个好的艺术作品。

起名字三退的时候，经常跟他们的真实名字一样，隔几天就会出现这种事，然后我就利用这事告诉他们大法的神奇，让他们相信大法，相信大法弟子都是为他们好。二零零六年有了神韵光盘，我每天从家里捎着当面给顾客，剩下的在回来的路上就面对面发给世人。

有一天，一个老太太找我理发，我给她讲真相，给她一个真相光盘。她回家跟儿子说了这事，儿子问光盘是谁给的，就跟着她妈来找我，对我说你怎么给我妈妈这个，你知不知道这是犯法？他儿子四十岁左右，看他说话的语气，猜想他是 610 的或者是派出所的。我承认是我给老人的，我说法轮大法是正法、是好法呀，全世界都修，洪传一百多个国家，在中国也没犯法。他听我这么一说，态度就不强硬了，我找机会智慧的走开了，其实是师父帮我化解了魔难。

二零一二年，我小儿子在外省某地上班，让我去他那儿住。小儿子那时也得法修炼了，儿子空闲时间就和我做神韵或真相光盘，做完我们就出去发。有一次，我出去发神韵光盘，拿二百个左右，快发完的时候，有一个卖车青年打电话举报了。一会儿来了三个警察，那时我身上还有八九个光盘，他们说你上车吧，我不上，被他们强迫拉上车。到了派出所，他们问我你是炼法轮功的？我说是，又问我从哪儿来的，我不配合他们。跟他们说这都是些好事，神韵在国外到处演出，你们要记住“法轮大法好，真善忍好”，这是为你们好。你们问我哪里人我不能说，因为牵扯了家人对你们更不好。为这事你们绑架我已经对你们不好了，更不能出卖别人。他们看了看神韵光盘，确实都是些文艺演出。到了晚上睡觉时他们让我坐在老虎凳上，我不坐，他们就强行把我锁到上面了。我心里一直发正念并求师父救我，跟师父说：师父我还要出去救世人，在这里咋救人呢？第二天上午九点左右，警察就把我放了。

过段时间，我和儿子要从外地开车回老家，我们在车上拉了二千多个光盘，沿路发了一千多了，还剩下一千，到了某县一个居民区停下车打算再发。我和儿子一人拿了二百个光盘，一人负责东片区，一人负责西片区。等我发完回到车那儿等儿子回来，等到晚上七点多，儿子也没回来。我在外面呆了两天也没等到儿子，后来听附近居民说警察把我儿子绑架了，他们还想绑架我。在师父的保护下，我避开了危险，坐上公共汽车又回到在外省的住处。

我回到住处后因没钥匙开门，就找了一个开锁的打开门，结果被人误解我是小偷，打电话举报了。派出所警察来了，一看屋里有三十来个法轮功真相光盘，还有电脑、打印机、刻录机等。就把儿子的这些东西往车上拉，把我也绑架了。

在派出所呆了三天，不管警察怎么审问我，我都不配合，就跟他们讲真相，让他们记住“法轮大法好，真善忍好”。他们让我坐老虎凳，吃饭时给我方便面、鸡蛋、肠等。第二天领我去检查身体，一个大夫心眼很好，说这老头这么大岁数了，到七十岁就不坐牢了，身体哪里也没毛病，就是有美尼尔综合症。这个病治不了，心脏受了委屈，就爆发了。派出所警察听大夫这么说仍不甘心，又拉我上看守所，把我放在一个空屋子里，里面有老虎凳让我坐上。派出所警察跟看守所的人说我有病，岁数六十八了，和看守所的人交涉了一个小时左右，人家也不收我，又把我拉回派出所。

从看守所回来后，派出所警察报告了上级，上级来了三个人，是地区 610 的，又要审问我，我一直不配合，就是跟他们讲真相。告诉他们大法是好的，一定要记住“法轮大法好，真善忍好”。你们干着这项工作我理解，但你们一定要记住，共产党让你向东走，你就向西走，让你向北走，你就

比如“慈悲”，“慈悲能溶天地春 正念可救世中人”（《洪吟》（二）- 法正乾坤）。等等。

这样按照“真、善、忍”大法去修，我们就能遇事在每一段关系中做到无怨无恨、没有显示心、没有争斗心、没有嫉妒心、没有一切不好的心。

师父在《二零零四年美国西部法会讲法》中开示：“什么叫修炼呢？修炼的最终目的地是什么呢？是从常人中走出来。不在常人中的时候，常人的各种矛盾、执著、各种因素对你还能够起作用吗？绝对的不能。但是你能不能从中走出来、修出来，你能不能精进，你修的快与慢，这都是你个人的问题。作为我这师父是对你绝对的负责任的，可是，你能不能精进，那还得看你自己。一个神能被常人中的各种执著带动吗？不可能，当然不可能。所以什么都能解决，那就看你怎么修。你说我就抱着解决这问题去修，你就不是真修，修炼是没有任何条件的。”

修炼人的内境一定是清净、纯净、清透。神没有人的的人际关系，神也不会为人的复杂关系与矛盾而伤神。神也必须把握好自己，不然也掉下来。

在修炼人变得越来越好的过程中，而逐渐的会没有了这些关系：

朋友间没有炫耀、嫉妒的关系，没有冷漠排挤的关系，而只有友善互助的关系。异性间肯定没有暧昧、乱七八糟的男女关系，而只有保持正统、以礼相待、保持分寸感的关系。合作伙伴间肯定没有互相拆台、争抢利益、互相抬杠、伪善狡猾、背后说坏话的关系，而只有守望互助、共同成就的关系，等等。

健康、正当的关系 如：宽和、光明正大、堂堂正正、磊落、平等、互助、相容、守信、温暖、尊重，站在对方立场设想，将心比心、常持诚恳、谦卑。

关系

人和人或人和事物之间某种性质的联系，社会关系。事物之间相互作用、相互影响的状态。某种因素、原因、条件。

关因何而系？生命的历程中我为何会与这人有关系？或者说被安排了这一段关系？背后的用意？社会关系包括哪些？

最早的宇宙空间中，生命与生命因产生多了，有了社会关系，从中没做好，产生了业力，因私而下坠，离宇宙特性越远，越来越被埋在尘中迷中。如今要回天，要遵循大法才能回到圣府。在每一段关系中摆正自己，也是修的一方面。

旧势力给我们设了许多关卡，其中就是设在一段段关系中，看当事人的修炼人行不行。比如情关没过，就被捆系在那个关卡上，不得成神；比如家庭关中没善待他人有怨恨心，就卡在那，不得成神，被情丝所绕，悔而晚矣。在社会关系中没走正，比如贪财，也没资格成神，求财假修，空度年华。一份关系没处理好，就是会有负面的影响，被累。而处理好，由正面因素主导，正念引导。

你不行，凭什么把江山给你，凭什么把世界与众生给你管理？你要成神，凭什么把你摆到那么高的位置上去？你有什么威德？

所以最最重要的就是秉着师父教我们的“真、善、忍”去做，师父还给了我们许多法宝：

比如“向内找”，每一段与人的关系中向内找自己的不足，善待他人。

比如“道中”，从视觉、听觉、味觉、触觉、思觉，都与低层因素断开关系。

比如“主意识要强”。

向南走。这样走保证没错，你们心里明白就行，我这是真心为你们好。

一个五十来岁的 610 的人听我这么一说，就跟派出所警察说，看他这么大岁数了，快让他回去吧，第二天就把我放了。我回家后给师父磕了三个头。我有二百来块钱，还有身份证，放在裤子里，他们抄家时竟没发现，这都是师父保护我。晚上，我把钱带上，步行离开外地租住的地方，辗转乘车回到老家。

从外地回来后，我一直没放下救人。为营救在外地被非法绑架的小儿子，之后我又去外地公检法那里，分别给公安、检察院、法院的工作人员写真相信、送真相材料。在这个过程中，我差点被警察绑架了，在师父的保护下有惊无险。虽然在我 and 同修的努力下，当地公检法人员明白了一些真相，但小儿子还是在被非法关押几个月后，被非法判刑多年。

在非法开庭现场，小儿子为救度被邪党蒙蔽的公检法人员，当庭讲真相，几年牢狱之灾也没改变他对法轮大法的信仰。在小儿子被非法判刑期间，我也多次去监狱探望儿子。

二零一九年，我给一个五十来岁的妇女讲真相、劝三退，她举报了我，去了五六个警察在路上把我截住，拉上警车。在师父的保护下，我下午五点到了派出所，晚上九点就回家了。一个警察开始想打我，举起手、握起拳头，我心里就发正念，心里有一念：你手抬起来也放不下。他真的放不下手了，说哎呀胳膊疼的够呛。之后，610 的人来了，审问我，我一直不配合，就讲大法好。610 的人说，你这老头很善良，我身上有八九个护身符，还有几个三退名单，他们说都不要。

到我家抄走了四本大法书，一个笔记本电脑，两个炼功用的小录音机。到了晚上九点，公安局长发话了，说把老爷

子送回家，我就回家了。一周后我去派出所要从我家抄走的大法书等，他们把笔记本和小录音机归还了。

这些年我一周出去五六天救人，从二零零五年开始到现在，我面对面劝退三万多人，多的时候一天四十来人，最少也几个人。

众生明白真相、三退得救后，特别感恩大法和大法弟子，有的碰到我，就举起手喊“法轮大法好”！有的高兴的说：法轮功大叔又来了！有的要了护身符说谢谢，第二次碰到我了，又要管我要，也有的管我要真相期刊等等。

有一次，我给一个四十来岁的男士讲真相，给他三退了，又给他一本真相期刊。他感动的说：你们这些人真好，我真佩服你们这些人，这么多年来一直坚持着……。接着从兜里拿出一百元钱非要给我，说是给大法用，算是一点心意。看他非要给，他也说的很明白，是做大法资料用的，我想了想就收下了，回来给做资料的同修。

我出去讲真相救人时，也经常碰到不明真相的人，有一次，我带着十多本真相期刊去一个工地，我给干活的民工发了四、五本期刊。有的搁在地上了，我很严肃的说：谁扔的，捡起来！我们冒着生命危险发资料，是为了你们明白真相得救，你们还不珍惜。他们就说：对不起大叔，然后从地上捡起期刊放好了。

有的要打电话举报，我就严肃地说：这事对你不好，迫害佛法，三代宗亲都受牵连，我这为你好，你这人也是好人，都是被共产党灌输的，无神论太害人了。他们一听我很严肃的说举报的后果，看我是真心为他们好，就不举报了。

现在我仍然每天出去讲真相，拿着法轮大法护身福和真相小册子，骑着自行车出去。看到有缘人就讲，一般先拉家常，再讲真相，劝三退，嘱咐他们念九字真言“法轮大法好，真善忍好”，最后赠送护身符或真相资料。

的矛盾的情况。一次，一位同修失去常态似的突如其来的对我大声呵斥，在师父的加持下，我守住了善念。过了一关。师父在我的梦中点悟给我，在矛盾中我提高了，对方同修也提高了。我们两人都上了一个大层次。我从来没想到给我提高心性的同修也在提高。

通过此类事情我体会到了“修内而安外”（《精進要旨》〈修内而安外〉）法的又一精深内涵。自从有了这个认识，我的心性好像发生了一次质的变化。再从新审视曾经给我制造过矛盾的人，我从心底发出了真诚的感谢之意，觉得以前发出的感谢是有杂质的。又觉得矛盾和麻烦对修炼者而言，真是值千金值万金，机不可失时不再来啊。写出这个故事仅供大家参考。

（不正之处请慈悲指出。）

浅悟“关系”

乐真

这些天因一些人与事，促使我有了这方面的思考，形成了此文。

关

关，人体重要的孔窍

关，事物的枢纽或重要转折点

关，天门的横木 关口

关，牵连涉及 关心 关思

关，贯联，贯通，

系

联系，丝丝的连系 依附 系绊 系累 系恋 系念

把人或物捆住 约束 羁绊 拘囚 拴绑

系统 世系 一定秩序及联属关系的整体或组织

在学员之间，师父为了暴露我们的执着，去我们的执着，很可能师父就安排某位学员表演一次，起到魔炼的作用，或被旧势力利用来所谓的考验心性。如果被考验者心中有法，乐乐呵呵的过了关，那结果就像师父在法中所讲的，“所以往往在业力转化问题上会出现这个情况，你在长功的同时，心性提高的同时，你的业力也在同时消，同时转化。在遇到矛盾时，可能就会表现在人与人之间心性魔炼当中，你能忍的住，你的业力也消了，你的心性也提高上来了，你的功也长上去了，它们就熔合在一起了。”（《转法轮》）

大家想想，我们心性的提高，功力的上长，是因为这位同修的帮忙和付出。从这个角度上看，我们在矛盾中过了关，是不是他做了一件大好事？是不是也等于我们给他提供了一次做好事的机会？当然整个过程是师父的安排，是“修在自己，功在师父。”（《转法轮》）如果他给我们制造矛盾提高心性的同时，我们没重视，没过去这一关，错过应该提高的机缘，弄不好可能还得掉功，可能促使他做的是件坏事。而且是我们给他提供了做坏事的环境和条件。

从法中我理解到，如果给我们提高心性的，换成常人，我们以法为师，严守心性，接受住考验，给他讲清真相，他明白了真相，是不是救了他，他还对应着庞大的生命群，都得救了。反之，是不是把他推出去了，帮我们提高心性的事儿，有可能是师父安排来的，我们乐呵呵的珍惜机缘，提高了层次，让师父欣慰，还体现出了敬师敬法了。事半功倍。所以说珍惜机会，守住心性是多么严肃又壮观的幸事。

大法网站上经常有此类文章，比如，同修面对想迫害我们的警察时，乐乐呵呵的讲明真相，既提高了自己的心性，同时又救度了警察。守住了心性，又救了人。就这么多好事都来了。

在日常修炼中我也亲身经历过，同修给我制造提高心性

修炼这二十多年来，我大的病业关过了三次，都没吃药，凭着信师信法闯过来了。一次头疼的撞墙，开天目的同修看到，是我学法后买活海鲜造成的。刚开始修炼对杀生的问题不严肃，最后一次为家人买活螃蟹，手被夹出血来了，从那时我悟到再也不能买活海鲜了。

我每天早上三点十分起床，三点二十正式炼功，五套功法一步到位，一年三百六十五日天天如此。每天下午学法两讲（双盘两小时），晚上集体学法一讲，从二零零七年开始，早晨六点发完正念就背诵师父的《洪吟》，到如今已背过了《洪吟》、《洪吟（二）》、《洪吟（三）》。

我学大法最想说的是：感恩师尊的慈悲救度，回忆二十多年修炼路上经历的一切仍历历在目。多少次师尊给我化解了魔难，替弟子承受了巨大的业力，弟子对师尊的感恩无以言表！我修炼以前有胃溃疡、美尼尔综合症、眩晕等毛病都好了，虽说如今我年近八十，但皮肤红润，面色光洁，无病一身轻，出去人家都说我六十来岁。谢谢大法师尊的再造之恩！

谢谢同修！

修炼体悟

浅悟“把绳子割断”

穹霄

师尊《转法轮》中讲：“我从重庆去武汉讲法，坐船顺长江东去，看到三峡两边，有一些岩洞在半山腰，有许多名山都有这个东西。过去那个修炼的人用绳子爬进去之后，把绳子割断，就在洞里修炼，修炼不出来，就得死里头。”

以前读到这段法时，只是理解成过去在山洞里修炼的人采用了辟谷的修炼方法解决了没有食物的问题。最近对这段

法有了新的领会。

在山洞里修炼的人，割断绳子的那一刻，除了修炼，其它的所有退路全部已经割断，从形式上做到了舍尽了世间的一切。

如果他修不成，他就会死在里面，那么，他为什么敢这样做呢？

如果不是放下了生死，他会割断绳子吗？

如果不是对自己能修成有着百分之百的信心，他会割断绳子吗？

如果不是对他修炼的那一法门能够使他修成有着百分之百的信心，他会割断绳子吗？

一、消沉源于不敢“把绳子割断”

正法已经走到最后的最后了，经常会听到有的同修对自己能否修成持有怀疑态度，觉得自己没修好，没做好师父要求的“三件事”，不是想着如何在今后的修炼路上做好，而是觉得自己可能圆满不了，从而产生一种消沉状态，破罐子破摔了。

我觉得这已经是在信师信法出现问题了。

师父讲：“旧势力就这样想的，它们也是那样安排的。可是我没有这样做，我就是要度成他。他今天没做好，你旧势力不是还在迫害吗？我叫他明天再做，一定叫他（她）们做好！（鼓掌）实践证明，不是大法弟子越来越理智、越来越清醒、做的越来越好了吗？越来越坚定了吗？！（鼓掌）你最后真的能坚定下来，你以前做的一切那只能是修炼过程中的表现了。实际就是那样。师父是最大慈悲对待这件事了。”（《二零零三年元宵节讲法》）

师父讲：“当然这一切啊，无论是迫害也好，邪恶走向没落也好，这件事情还没有完。所以作为大法弟子来讲啊，

面尤其来自同修间的压力：人身攻击、遭非议、遭排斥、被孤立等真的都不是坏事，都是帮自己提高做铺垫的。此时，长期受委屈、被压抑的感觉一扫而光，深深体悟到向内找这一法宝的玄妙！

然后我有了更进一步的认识：过病业关尽量自己过，不去依赖同修，就信师信法，多学法才能添正念，正念一出什么魔难都能抵挡得住。这时我脑子里突然来了一念：师父给了我一个天胆！我敢冒着天胆一头扎到人间来随师正法，还怕你这个小魔不成。这一念出来，身体的病业假像——半身麻痺的假像一下消失了！那真是：“俗圣一溪间 进退两重天”（《洪吟（三）》〈一念〉）。

我发自内心的感恩师父的良苦用心及时刻的呵护！弟子愚钝，真的是让师父操了太多的心。弟子无言以表，唯有扎扎实实的实修、做好三件事以谢师恩万一！

以上是自己现阶段的认识，有不当之处，真诚请同修指正！

学“修内而安外”的点滴体会

大陆大法弟子

师父在《转法轮》的著作里开篇就对我们讲，“我在整个传法、传功过程中，本着对社会负责，对学员负责，收到的效果是好的，对整个社会的影响也是比较好的。”我理解这也是师父对我们大法弟子的要求。同修之间应该互相理解，互相尊重，互相扶持，互相帮助，互相负责，共同精进。我们在个人修炼过程当中应该起到对众生得救负责，对维护大法的尊严负责的作用，等等。其中，在修炼的整个过程中，甚至每一关每一难的突破都存在着对社会和学员负责的因素。绝不仅仅是局限在个人的修炼中。

及负责做了不少救人的项目等。自己接触的同修比较多，没少和同修交流、切磋，还觉得自己法学的多，法理也较清，有时交流起来真是滔滔不绝，然而自己从来都没想到过，由于修炼浮于表面，实修不到位，在修口上当然也很难把好关，有时也会自觉不自觉的：“你好他不好的”随便乱评论。可是面对不同层次的修炼人，什么样的人心都有，可能无意中就伤害了谁，自己无意中还造了业。然而这么多年来自己究竟伤害过多少同修，无意当中又让同修承受了多少痛苦？

想到这儿，自己的心在隐隐作痛，我不只一次流下了愧疚的泪水，心里一次次的默默的向同修们真诚道谦：“同修们，对不起！真的对不起！今后自己一定学会修口！”回过头来看看和我交流的这两位同修，真的很感谢他们帮我找到了一个多年来一直没有意识到的大漏。

回过头来再看看自己长期存在的信师信法不够和怕心这两大问题，修炼二十六年来，自己摔了无数的跟头，走了好几次弯路，犯了很多错误，甚至是大错，给自己修炼路上留下不少污点及遗憾，说白了也是这两大问题导致的，当然长期做事不会实修、法理不清也是主要原因。

找到这些原因我就加紧背法、学法、发正念，也找到了和同修长期有矛盾过不去关和长时间过不去病业关的人心：妒嫉、怨恨、自高自大、自以为是，还有虚荣爱面子、求尊崇、不叫说怕别人瞧不起等求名的心，还有自身的党文化也很重：说话强势、好强加于人、以我为中心非要自己说了算；还有隐藏很深的圆滑、狡诈、不真、色心等等。我也认识到了这些人心并非是自己，加大力度清除，并严格要求自己：学会跳出矛盾的漩涡，不再去修别人，时刻向内找自己，这样以来我有了一种以前从未有过的感觉：欣喜！我发觉以前所遇到的各种魔难、矛盾、项目受阻、甚至来自各方

在证实法中大家不能够掉以轻心，我们更要努力的去做。特别是那些没做好的、走出来晚的，一定要抓住最后的机会做好，邪恶真的没有了的时候，这件事情就结束了。”（《各地讲法三》〈二零零三年美中法会讲法〉）

师父讲：“特别是到了最后，对于一些学员来讲时间真的不多了，特别是没做好的，应该抓紧时间做好。”（《各地讲法六》〈二零零四年华盛顿 DC 法会讲法〉）

师父一再慈悲的等待着没做好的学员做好。而有些学员之所以产生消沉的状态，一方面不敢做到对世间的名利情的舍尽，一方面没有百分之百的信师信法。如果我们敢“把绳子割断”，只留修炼这条路，坚信师父可以使我们圆满，我们自己也一定可以修圆满，还会出现那种消沉无可奈何的状态吗？

二、被迫害可看作是被动的“把绳子割断”

被迫害的同修，不管是被旧势力以病业形式迫害的还是以被抓被关押被迫流离失所形式的迫害，我们可以把它看作是旧势力以我们有漏帮我们提高为借口，剪断了相关的绳子，真正目地就是让我们“死里头”。

师父讲：“我们这个法门是在矛盾中叫你自己得功，所以我们要最大限度的去符合常人，从物质上又不是叫你真正失去什么。可是在这个物质环境中你却要提高你的心性。”（《转法轮》）

那么，不管是以什么形式的迫害，我们都是从根本上否定的。因为那绝不是师父为我们安排的修炼方式。而且正法时期的大法弟子承担了救度众生的使命，被关押，被病业迫害，还怎么救度众生？师父讲过“将计就计”（《各地讲法十一》〈二十年讲法〉）的法理。

师父讲：“也有人问我，为什么他被迫害的这么严重？

也可能是在为很多他背后的生命承受，他要保护的、他要救度的太大太多，也许是因为自己的因素和他要救度的生命的因素所致，业力或者是承担的历史因素太多，也许还有解不开的积怨，还有完全解不开的死结，有的只能用人的生命来换取，所以才造成了在被迫害中这种复复杂杂的形式。有些是旧势力干的，被干扰中师父也是在将计就计，无论怎样师父有师父的标准，旧势力干的都得偿还。”（《各地讲法十一》〈二十年讲法〉）

从师父的讲法中体会到，迫害发生了，师父会“将计就计”（《各地讲法十一》〈二十年讲法〉），从而成就大法弟子，树立更大的威德。那么我们在被迫害中，除了否定迫害之外，也要主动把牵绊着我们名利情的人心割断，那么就会象师父讲的“静思几多执著事 了却人心恶自败”（《洪吟》（二）〈别哀〉）。

个人所悟，层次有限，如有不当，请同修慈悲指正。

记一次过病业关的交流体会

山东大法弟子 清宇

自己身体又一次处于病业假相已半年有余了，不是太重，时好时坏的，最近有些加重的趋势，心里有些不稳，其实自己心里明白，之所以心里不稳就是信师信法不够和怕心造成的，而这两个问题也是大多数同修病业关过不好的主要原因，也是阻碍修炼人走向神的死关。

理虽然明白，但真正闯关的时候阻力很大，而这种阻力我真切的感受到是旧势力强加的。它往我空间场里打了不少败坏物质：怕、顾虑、恐惧、胆战心惊、消极、消沉等等，并间隔主意识，让你正念发挥不了作用。我感到压抑的要喘不过来气的时候，就找比较了解我的 L 同修和 Z 同修，想让

他们和我交流一下帮我添正念。

然而事与愿违，在交流当中他们俩人不但没鼓励我，反而还互相捧了起来，她说他交流的好，说话实实在在；他说她悟法悟的高，怎么怎么受益匪浅等等，这还不说，话里之间还把我贬了一番。当时也觉得他俩说的都很有道理，但回家以后，那些人心就返上来了，想想整个过程，越想心里越堵的慌，而且身体状态也愈加严重，我想这也不对劲啊，肯定问题出在自己身上，学完法静下心来向内找吧，这一找还真是问题不少。

首先我找到了妒嫉心、怨恨心。师尊在《转法轮》（妒痴心）中说过：“别人要好了呢，不是替别人高兴，而是心里不平衡。”同时我又想到师尊在《转法轮》（修口）中的开示：“你比如说，人与人之间有矛盾，你好啊，他不好啊，你修炼的好啊，他修炼的不好啊，这些本身就是矛盾。咱就说一般的，我要干什么干什么，现在这件事该怎么做怎么做，可能无意中就伤了谁。因为人与人之间的矛盾都是很复杂的，可能无意中就造了业了。”

我又悟到这两位同修确实真心想帮我，但交流方式不太得当（没注意修口）无意当中又给病业中的同修增了一难，我深深体会到病业关过不去的同修大多都很脆弱（正念不足），不愿意让人说，这个时候帮他的同修最好正念加持、多鼓励他，少说人家的不足。

连续两天去妒嫉心、怨恨心的时候，身心上真是承受了很大的痛苦。这时我又想到师尊在《转法轮》讲过：“这不是人为的增了一难？产生的这执著心不得再多吃苦才能去的吗？”心里对他俩有些轻微的抱怨心。

然而，这之后我又突然想到一个从来都没想过的问题。自己从九六年得法不久，就被同修们推荐当辅导员，后来悟到也是师父早已安排好的，7.20 以后又做了多年的协调工作