

妥。我们都知道这个世界本身是有阴阳的，很多东西都有两面性，这是无可厚非的。比如这个世界上，有阳光的地方，万物才会生长，很多不好的东西在阳光下会死亡。而不好的东西，最怕曝光，被人们知道。我们说一个人好，会说这个人很阳光，而说一个人不好，会说这个人很阴暗。

修炼人会明白，人有病时，会有一个阴性的场，一些不好的东西会存在那里。也就是说，人首先会有一个阴性的场，中共病毒才有存在的环境。这样看来，有中共病毒的地方应该是身体阴性的地方。那为什么中共会为其取名“阳性”呢？大概就是为了混淆是非。

造病毒的人应该是最阴的（很多人都知道是中共造的），也就是说他们是这个世界上最阴暗的人。不管怎么说，人们都明白心中阴暗的人，是最邪恶的。如果他们把感染病毒称为“阴性”时，人们会自然而然的认识到中共的邪恶的。中共大概早就意识到这个问题了。

或许有人会说，在医学上，一直把检测正常称为“阴性”，不正常称为“阳性”的，并非到今天才这样认为的。其实中共从建国开始就是邪恶的，它的很多东西都是黑白颠倒的。是涉及到方方面面的。医学也不例外。

看似只是一个叫法，其实背后是隐藏着不可告人的东西的。而隐藏不就是阴性吗？换个角度看问题，中共本身就是邪恶的、阴暗的，他们自然把阴暗当成了正常，把坦荡阳光当成了不正常。在今天中共统治的社会，很多事情都是反的。法轮大法全世界都认为是好的，是人类的希望，而中共却打击大法，这不就是阴暗的人、坏人才会做的吗？

# 正见周刊



10月8日，近六百位来自澳洲、新西兰、越南的部分法轮功学员聚集于毗邻悉尼市中心的 Jubilee Park 水滨公园，排出“法正人间”四个金色巨型汉字，场面殊胜壮观。

第 1051 期

2022 年 10 月 11 日

## 目录

### 正见新闻

法轮功学员大游行 为悉尼增亮丽色彩	/3	
2022 澳大利亚法会 法轮功学员分享修炼故事		/3
面对活摘器官 韩法学界吁保持清醒态度	/4	
美议员：中共以虚假罪名迫害法轮功	/4	

### 讲清真相

讲真相常见问题“新突破”	/5
--------------	----

### 修炼体悟

提醒年轻的大法弟子警惕旧势力的毁人陷阱	/6
对“债主要命不放过”的一点浅见	/13
读同修文章后有感	/15
背《转法轮》笔记数则	/21
向内找去人心 媳妇重回修炼	/28
一次无名火中修正自己	/29
修炼随感：无望中的希望	/33

### 正见新知

随感：“阴性”与“阳性”的叫法	/35
-----------------	-----

在法中体悟到现实当中的所谓无望，其实是一种修炼状态的体现，因为我们在向微观不断突破的时候，相应人这个表面空间也在改变，当将要突破这个空间，将要向更高空间突破的时候，可能就出现了一个空的状态，也许这个空的状态就是两个空间中的一种宇宙的结构，体现在人的表面就是出现了一种无望的状态，因为这个状态的出现，最能检验此时大法弟子，是不是能在这种无助的，低落的，消极的，矛盾的乱象中相信师父，相信大法。如果你真的在无望中，在矛盾中能站在法的基点上去对待，你就能很快的突破这个层次，升华到更高境界。

修炼就是去掉人心，去掉人的观念，不被眼前看到的，听到的，遇到的假象迷惑、带动，相信一切都是师父做主，牢牢的守住法就能破除一切邪恶，希望就在眼前。

一点现阶段的修炼体悟，有不当之处请同修慈悲指正！

注：

【1】李洪志师父著作：《二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法》

【2】李洪志师父经文：《什么是大法弟子》

### 正见新知

#### 随感：“阴性”与“阳性”的叫法

远之

现在全世界都无法摆脱的一件事，就是疫情。也就是我们常说的中共病毒。而检测的方法被称为做“核酸”。呈“阴性”就被认为是正常的，“阳性”就是感染了病毒。和朋友谈起这个名词的叫法时，朋友说这是医学的叫法，也就是所谓的科学。

我虽然不懂太多的科学知识，但总感觉这个叫法有些不

间场。

我在这压抑的氛围中，想要挣扎出来，可是就感觉有很多负面的物质在拼尽全力的在阻挡，面对眼前的乱象，我茫然了，消极了，就像是在海上一艘迷失方向的小船，天黑了，起风了，同时伴随着汹涌的海浪，还有海底的鲨鱼。无助二字，恰如其分的解读了自己此时的心情。

长期修炼的基础让自己明白一定要相信师父，相信法，向内找还有什么心没有放下，找自己被什么执著带动的如此的被动，这时混浆浆的脑子，好像流入了一股清泉，这清泉就像是有灵性一样，所到之处荡涤了所有的阴霾，这时本性的一面清醒了，明白这突如其来的所谓矛盾，是另外空间低灵的干扰，因为在矛盾出现之前，邪灵利用我们身边的人，不断的表演疲劳战术，目的是想拖垮我们，让我们出现精疲力尽的状态，让我们没有机会接近大法，其实这种怪异的现象在矛盾没有发生之前就觉察到了，我们一家还在一起交流了此事，可是错在没有重视发正念，只是在思想上知道有些不对劲，就这样，另外空间的邪灵，就见缝插针的钻了空子，出现了让人无法接受的所谓矛盾，给世人对大法的态度造成了不好的影响。

这时自己的内心很懊悔，觉得为什么能被钻空子呢？世人的得救也受到影响，这是多大的损失呀！又恨自己，修炼不精进，让师父操心了，反正是心情很难受，又不知道怎样去弥补，这时想起了师父，想起了大法，师父的法不断的显现在脑中，我告诉自己不陷在事中，跳出来，利用这个机会赶快提高上来，面对眼前的假象不动心，是师父说了算，就这样渐渐的天上的乌云散去了，露出了光亮，眼前的矛盾也在不断的化解，此时我真切的体悟到师父讲的：“修炼人嘛，向内找这是一个法宝。”【1】 师父还讲：“越在绝望中，可能希望就在眼前。”【2】

## 正见新闻

### 法轮功学员大游行 为悉尼增亮丽色彩



10月7日，来自澳洲各地、新西兰、越南的数百名法轮功学员于疫情后首次相聚悉尼，并在悉尼市中心举行了盛大游行。鼓乐雄壮、金龙腾跃、仙女翩跹，多姿多彩的游行队伍为城市增添了一道亮丽

色彩。

当日中午12时，浩浩荡荡的游行队伍在警车的开道下，从海关大楼出发，途经市中心多条繁华街道，历时1个多小时，游行至中央火车站对面的Belmore公园结束。

长达数百米的游行队伍由“法轮大法好”“停止迫害法轮功”“声援四亿多勇士退出中共党、团、队”三大方阵组成。

### 2022 澳大利亚法会 法轮功学员分享修炼故事



10月9日，千名来自澳大利亚各地的部分法轮功学员在新州华人区好市围（Hurstville）参加了2022年法轮大法修炼心得交流会。不同族裔的法轮功学员分享他们遇到矛盾向内找、放下执着

心、身心升华的实修体会。



## 面对活摘器官 韩法学界吁保持清醒态度

中共活摘人体器官牟利的暴行，持续受到国际关注。近日在首尔“国际模拟审判大会”的活动中，纪录片《活摘》的放映，引起法律界学子的震撼，他们希望能够共同制止这一暴行。

来自日本、韩国、新加坡、印度等超过 7 个国家的法律专业学生，目不转睛，透过纪录片了解中共统治下，发生在中国的活摘器官犯罪产业链。

韩国器官移植伦理协会（KAEOT）受“亚洲法律学生联合会韩国支部（ALSA Korea）”邀请，日前参加了在首尔举办的“国际模拟审判大会（AIMCC）“参加者项目策划”活动，放映了这部独立调查纪录片《活摘》。

韩国法院审判官发表演讲，呼吁司法界人士，对在中国发生的活摘器官事件，要敏感清醒。同时批评，参与活摘的中共官员至今逍遥法外，这是不正义的。

## 美议员：中共以虚假罪名迫害法轮功

美国联邦参众议员日前在一封致美国国务卿布林肯的信中直接指出，中共以“虚假罪名”迫害法轮功学员周德勇。

9 月 27 日，在由参议员马可·卢比奥（Marco Rubio）领头的一封信中，8 位国会议员表达了对中国山东工程师、法轮功学员周德勇在被关押期间的遭遇的担忧，呼吁布林肯国务卿帮助周获释。周德勇 2021 年 4 月 23 日被中共关押至今。

这封信写道：“周德勇去年被中共拘留，并被以虚假的罪名遭到监禁。”

“中国共产党（CCP）发起了一项长达 23 年的戮力，要将法轮功从中国强行消灭……”

都会捡回来给我。来到海外，他也一直和我做大纪元的义工看报纸，特别是在 2005 年 1 月他就用真名做了三退。2007 年他得了脑梗，2017 年得了脑出血。在师父的呵护下，从不能自理到现在能自理。大组学法、小组学法他都和我去过。我还有什么执着的呢？这两天师父在《洪吟》〈实修〉中的法：“学法得法 比学比修 事事对照 做到是修”。不停的往我脑中打。是呀，学法就要得到法呀！

### 结语

在修炼中不要错过师父安排的每一个提高心性的机会。师父在《转法轮》中说：“我们是有针对性的，真正的指出那颗心，去那颗心，那么修的就非常快。”修炼无止境，在修炼中要用高标准，更高标准要求自己，兑现自己的誓约。

感谢师父！

谢谢同修！

合十

## 修炼随感：无望中的希望

大陆大法弟子

当人处在无望中，心情是低落的，好像一切都被现实的因素拉到了最低点，想要超脱，觉的很难，低层空间的因素就像粘液一样沾着你，让你感觉力不从心。

自己前一段时间，就有这样的感觉，整个状态处在极度无望当中，矛盾就像是凭空出来的一样，事先没有任何迹象，可是矛盾的激烈程度是前所未有的，自己在其中的所言所行，也大大的颠覆了自己的极限，最后矛盾变成了家庭分裂的引爆点，所有的人都被这充满魔性的场污染了，看看他们的脸都是布满了不解，怨恨，愤怒，此时感觉空气凝固了，时间停留不动了，眼前看不到生机，只有布满火药的空

后他就上床休息了。我把领的电话继续打完并反馈后，我又问他，“你想吃什么我给你做。”这时他的气还没有消，他说不吃。我就自己热了一点饭。吃完饭之后我又问他：“你想吃什么我给你做。”他说：“不吃。”看他那样气还没消，我就去炼功了。炼完功，就到了晚上的背法时间。我知道如果还在客厅里学法，他可能会不让我学。所以我把电脑搬到我的卧室里，当天背法时非常安静，我的心也静下来了，全神贯注的背法。

在背法的过程中，一下子师父让我明白了，似乎一下子打开了我的思维，让我明白的看到了我的执着。我每天在客厅学法打电话，一天要 10 多个小时。可是先生在我学法、背法、打电话时，他都不能出声——看视频、听广播他只能带着耳机。这时也让我看到了我的自私。虽然从表面上看我是按照师父的要求在做，每天学法、发正念、打电话救众生，这是大法弟子必须做的。但是我也要符合常人状态呀。换个角度思考一下，也得给他一点空间呀！白天只要我在屋里学法、打电话，他都是不能发出声音的。

我为什么要在客厅学法呢？就是想让他能和我一起学大法。其实这就是我的执着。当然他要能修炼大法那真的是一件非常好的事。可是由于我的执着，有时学法时心不能静下来，个人修炼提高才是第一位的。这件事师父让我明白了，修好自己是第一重要的。同时体会到了，师父为我提高做的精心的安排。

这件事让我得到四处收获：1、做事要为他人着想（包括家人）；2、看到了自己的执着心；3、学法也能入心了；4、家庭也融洽了，一举四得。我的观念一转变，第二天家里就像什么事情都没有发生过一样。

想想先生，在大陆时他花的钱从一角到一百元纸币全部都是真相币。在外边，看到大法真相传单被人扔到地上，他

“法轮功学员……遭到任意拘禁、酷刑折磨、性侵犯，并被迫生产出口到全球的商品。活摘器官的可信指控也屡屡浮出水面。这些是令人发指的侵犯人权行为，可能构成反人类罪。”

### 讲清真相

## 讲真相常见问题“新突破”

### 从新

多年来，我天天和同修配合出去面对面讲真相，在去的途中，我们一直发正念，回来时，学法或切磋。在师父的加持和呵护下，我多时能劝退四十多人，少时能劝退七、八人。众生受邪党蒙蔽不接受真相的情况时有发生，针对这种情况，在如何解开常人的心结上我有了新的突破，效果明显。现分享出来，希望能给同修提供借鉴。

1、有的人你一和他提法轮功，他就皱着眉头、摆着手说：可别和我说这个，人家政府反对。给他真相小册子也不敢要。这时，我依然是满面笑容，亲切的称呼对方“大哥”、“大姐”、“大叔”等，先拉近和对方的关系，（一位同修看到了我在大集上讲真相，她说她感觉我给谁讲真相，都象见到了自己的亲戚）再说“我没有别的意思”，消除对方的戒备心理，接着跟他说，我看你这么善良，是个好人，我就愿意让好人平安，你看现在天灾人祸这么多，这瘟疫也这么厉害，就是让你保个平安，不得瘟疫！咱有钱花，咱也得健康平安啊！这小册子上都是些咱们老百姓念“法轮大法好！真善忍好！”遇到危险化险为夷、感染“武汉病毒”康复的真实例子，有中国的、也有外国的，了解一下又不要钱。这时对方都愿意接过小册子，然后再讲真相、

劝三退，一般都容易接受了。（我事先把小册子的内容都认真看一遍，针对不同的人给不同的小册子）

2、在邪党的造谣宣传毒害下，很多人都很仇视美国。你给他真相小册子，他一看是法轮功的，动不动就往美国身上联系：你看美国，得瘟疫的那么多，死了多少多少人！这时我不和他争辩美国怎么样、中国怎么样，也就是不被他带着走。我说：这灾难是全人类的灾难，管他哪个国家的人得不得瘟疫干嘛？跟咱有什么关系呀？咱个人能保命、保平安就行。这时候再跟他讲“避疫良方”、诚念“九字真言”“法轮大法好！真善忍好！”、“三退保平安”，最后给他真相小册子，一般都接受了。

3、讲真相的时候，有的人说“吃着共产党，喝着共产党，还反党！”碰到说这话的人，我一般不直接讲邪党怎么不好，因为把握不好容易引起对方的负面情绪或者陷入争论当中，这时我就礼貌的称呼对方，依然平和的说：不是说咱老百姓是共产党的衣食父母吗！怎么是咱吃它、喝它呢？是咱们养着共产党，你说是不？这样一说，对方也很高兴：对呀！咱是它的衣食父母啊！对方恍然大悟，感觉自己地位也提高了。这样再给他讲大法真相、劝三退，送他真相小册子，一般的都接受了。

这些年能平稳的天天面对面讲真相，都是师父的加持和呵护，讲真相的智慧都来源于师父，弟子万分感恩师父！做法如有不当的地方，请同修们指正。

### 修炼体悟

## 提醒年轻的大法弟子警惕旧势力的毁人陷阱

大陆大法弟子 一修

大家都知道，在历史上，旧势力对大法弟子做了长久

各位同修大家好，

师父在《转法轮》〈论语〉开篇就开示：“大法是创世主的智慧。他是开天辟地、造化宇宙的根本，内涵洪微至极，在不同的天体层次中有不同的展现。”我理解是师父慈悲的唤醒我们神性的一面。让我们在这个道德极其败坏、世风日下的时代有幸得到这万年不遇的高德大法，我珍惜这来之不易的万古机缘。从得法的那天起我和同修们在大法中修炼，在师父亲自传予我们的宇宙大法中升华、返本归真，返回到先天的本性上去。我衷心感谢师父的慈悲救度。

这次平台组织一次“无条件向内找（修口）方面的实修心得交流会”向师父汇报。当看到通知时，回想这二十多年来的修炼，师父在法中一直要求弟子向内找，提高修炼层次。师父在《转法轮》中说：“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。”下面我就将最近发生在我和家人的一件事与同修们交流。

就在这周三（9月28日）早上，我和先生吃完早餐后，说话时，不知我说什么惹着他了，他突然发火，冲着我和女儿大发雷霆。这时女儿正准备吃早餐，看到他爸那个样儿，就埋怨了我两句，拎着包上班去了。

我一头雾水不知说错了什么？女儿走了以后，我静静的想，我哪儿说错了？惹他那么不高兴，我没有说伤害他的话呀！他为什么还发那么大的火呢？在法里我知道师父说大法弟子和常人的矛盾都是大法弟子的错。这时，先生告诉我，今天不让我上平台学法、打电话。我平静的对他说，“这是我每天应该做的，我哪儿惹你不高兴了？”我没有和他再发生矛盾。因为他有个预约，他需要去赴约，所以他就走了。时间到了我就上平台学法、打营救电话。

到下午发正念的时候他回来了。我的电话快打完了。这时我问他：“是不是给你做点吃的？”他说，“不用。”然



进我的柜子里，把我的衣柜里装得满满的，而且乱七八糟，这时我心里很平静，没被儿媳的言行所带动，无论她怎么喊叫，我就是“不吱声”。不一会儿她就消停下来了。

还有一次，儿子一家回家前没通知我，家里也没准备菜，儿媳晨炼完后又回房去睡觉了，我学了一会法，一看时间该做午饭了，就走到儿媳床边问她：你想吃点啥？我去买。她不但 not 回答我，还说我吵了她的瞌睡，我也没往心里去，就打电话问儿子，媳妇喜欢吃什么菜，中午我把饭菜做好后，看见儿媳已经起床了，就喊她过来吃饭，我看她吃的挺高兴，就问她，菜还合你的口味吗？她便说这个菜咸了、那个淡了，我说好，下回注意。此时我心里很亮堂，因为在实修中我又迈出了一步。

在我真正进入实修后，类似这样大大小小的关过了很多次，这是我必须补上的一课，也是我必须要过的关，随着我自身修炼的改变，儿媳也在渐渐的变化，现在儿媳很精进，她说真可惜啊，我离开大法，一晃就是十年啊。是啊，如果不是师父洪恩浩荡，不是宇宙大法的伟大，我们之间的间隔何止十年啊。

回想二十多年的修炼历程，虽然充满艰辛，但也很充实、幸福，弟子万幸遇到师尊、遇到大法，使我踏上返本归真之路，没白来世上一场。我要听师父的话，努力做好三件事，助师正法、不辱使命，兑现自己的史前誓约，带领自己的众生和师父一起回家。

弟子双手合十，跪拜师尊。

## 一次無名火中修正自己

澳洲大法弟子

慈悲伟大的师父好，

的、细致的安排。如果大法弟子没有严格的按照法的要求去做，没有走师父安排的这条很窄的正法之路，就是在某一方面走了旧势力的路，因为旧势力对我们的执著心看的清清楚楚，早就布置好了陷阱等着我们，长期的执著心不放，就是走了旧势力安排的路。

我今年四十三岁，修炼二十四年了，作为不太年轻的年轻人，看到很多老年同修精进不怠的状态，自己也经常向内找导致自己没做好、执著心多、不能象老年同修那样勇猛精进的原因。通过大量学法和不断向内找，我在自己目前所在层次悟到，这很多都是旧势力的安排，下面就谈一下这方面的体会，曝光一下自己在这方面的教训和不足，希望年轻的大法弟子引以为戒。

### 一、利用“懒惰、怕吃苦的心”阻碍大法弟子晨炼。

很多老年同修都能坚持每天早晨 3:20 起床炼功，一年 365 天，雷打不动，连大年初一也不例外。但是作为年轻人，我总是做不到 3 点钟起床炼功，有时白天炼，有时晚上炼。还有时很多天炼不了。这其中反映的执著心很多，但最主要是懒惰、怕吃苦、求安逸。旧势力知道年轻人爱睡懒觉，不能吃苦，就利用困、懒、累等这种三界之内的理，加强你的这种物质，让你困，让你睡不醒，让你不想起，闹钟响了也让你关掉继续睡。时间一长，炼功越来越懈怠。如果你认为这种“起不来”、“不想早起”的想法是自己，那就大错特错了，其实不能吃苦的表现都不是真我，这一切都是旧势力的阴谋。

师父说“修道之心人人都有”。[1]这说明真我对于修炼是不怕吃苦的，是乐于吃苦，以苦为乐的。修炼的苦并不是人间的苦。真修的大法弟子只会感觉到修炼的甜、幸福，不会感觉苦。所以不想早起的其实不是我们，而是旧势力，它

不想让我们早起，它不想让我们修成。如果我们不能识破旧势力的诡计，就无法突破懒惰和求安逸之心。长期不炼功，不能做到性命双修，身体得不到转化，怎么圆满？这就是走了旧势力安排的路。当我在法上认识到这一点的时候，晚上我定好了 3:20 的闹钟，第二天闹钟一响，一下就清醒了，没有困、也没有激动，感觉非常平静。一气儿炼完五套功法，没有感觉困、也没有犯迷糊，也没有因炼了一小时的站桩感觉累的受不了。而且，一直坚持到现在。

## 二、利用色欲心毁人

我的色欲心在表面上主要表现在爱买衣服，想减肥，保持身材，这样穿衣服才好看。除此之外，还有一个特别重的地方，就是思想业。在头脑里总是无缘无故的幻想一些男欢女爱、卿卿我我、男的对女的百依百顺、把女的宠上天的场景。主意识不强时，甚至会随着思想业干坏事，感觉又羞愧又苦恼。天天发正念排斥。但是收效甚微。

当有一天我意识到，这是旧势力毁人的陷阱，决定彻底不要它的时候，发正念时突然看见一个非常大的、恐怖的魔，就在我的眼前，冲我张开血盆大口，我吓的紧闭双眼，不停的发正念，它越来越弱，最后终于消失了。这就是那个被长期滋养的色魔。虽然现在偶尔还会出现类似的念头，但是已经很轻了，我能很快的抓住它、消灭它。

寻找一下根源，就是上学的时候看了很多文学作品、言情小说、还有网络小说。这些东西在头脑里都是物质存在，等你修炼了，就出来干扰你。如果正念不强，就会随着它去想。特别是修炼后，如果再把把握不住自己，看小说、电视剧，主动灌进一些色欲方面的东西，那就更可怕了。

其实这些都是旧势力的安排，色欲之心是旧势力毁人的利剑，它把色情渗透到社会的各个方面，想以此来毁掉人

大法，挽回自己给大法造成的损失。

首先我向内找自己，找到自己身上的党文化余毒，如放不下自我、强势、争斗、指责、得理不饶人、不善等执着心，没有善待自己身边的众生，走了旧势力安排的路。然后我在每天的固定时间对着儿子一家发正念：全盘否定旧势力毁灭众生的邪恶安排，清除干扰家人同修从新走回大法中来的一切邪恶，请师父加持，一直默默发了两年正念。

终于有一年过年的时候，好几年没回家的儿媳带着孙子回家来了，吃年夜饭时我诚恳地向儿媳道歉：妈以前没听师父的话，没实修自己，请你原谅，对不起，从今后，妈就不是以前的妈了，我眼含泪水道出了自己的肺腑之言。最后儿子儿媳举杯说谢谢父母的辛苦养育。我拉着儿媳的手心中久久不能平静。在二零二零年疫情来临时，儿子一家人共同走进大法中来了，弟子万分感谢师父，使迷失的青年弟子又走回到大法修炼中。

虽然儿媳已经开始修炼大法了，但我的心性关还在继续过，儿媳对我的怨恨并未完全去掉，这种物质必须在实际的吃苦中才能完全去掉，那我就利用好这个家庭环境，修好自己、升华上去。我每天大量学法、静心背法，到目前为止，《转法轮》我已背了十遍了，从睡觉、吃饭里面挤时间，使自己一思一念都不能离开法，遇事向内找，从一点一滴修起，同时努力做好三件事，面对面讲真相救世人。

师父在《转法轮》中开示弟子：“你平时总是保持一颗慈悲的心，一个祥和的心态，遇到问题就会做好，因为它有缓冲余地。”我牢牢记住师父的法，遇到问题不动人心，而是用法去衡量。

有一天儿媳进门不搭理我，直接冲到大衣柜前，打开衣柜门后就大声喊：你的衣柜这么空，什么鬼东西都放到别人（孙子）的柜子里，说着就把孙子柜里的棉被、衣服全都扔



党团队。

今天背到《转法轮》中讲：“那天我讲佛光普照，礼义圆明，就是说我们身体散发出来的能量能够纠正一切不正确状态。”侄女溶在这种祥和慈悲的场中时，还没待听真相，她思想中那些对大法的负面思维就被这个场给解体了，她能表达出来的就是“震撼”。

海外的大法弟子真棒！感谢你们的努力，你们展现出来的大法弟子自然风貌足以震撼国人，你们就是活生生的法轮大法真相。

以上是选取背《转法轮》的过程中记的一些笔记，个人所悟，有不足之处还望同修慈悲指正。

## 向内找去人心 媳妇重回修炼

湖北大法弟子 善缘

我们家是三代同堂，自从儿媳进家后，家里矛盾就日益增多，那时虽然已修了十几年了，但并不知道怎么实修自己，只是从感性上认识大法，只是流于表面，不会实修，所以遇到关难时就过不去，有时甚至就与常人一样，从而使刚得法不久的儿媳又离开了大法，沦落为常人。后来儿子在外面买了房子后，他们一家就搬走了。

分家后，我深知自己做了一件使家人不能得法的错事，这将给自己在修炼路上留下多大的遗憾，无论我在外面救了多少世人，可是连自己朝夕相处的亲人都救不了，我还算一个合格的大法弟子吗？又怎能担当起助师正法的大法徒的责任呢？如果不能找回因我而毁掉的众生，那等待我的将是什么呢？我不敢再往下想了……..

从那时起我心里暗暗向师父保证，请师父再给我机会，我必须用放下生死的正念，去化解面临的家庭矛盾，去圆容

类，毁掉大法弟子。色情是邪灵特有的东西，长期的色欲心不去，就是与邪灵为伍，后果是可怕的。这方面的教训太多了，年轻的大法弟子一定要引起重视。其实，色欲就象毒瘾，只要不沾、不碰、不接触，出现邪念就立即排斥、清除，旧势力就不会得逞。

## 三、利用党文化毁人

年轻的大法弟子，都上学多年，从小就被灌输邪党的教育，党文化是相当严重的。我修炼多年，自以为没有了党文化，其实是习以为常、自己意识不到。

最主要的表现就是教育侄子时，（母亲和侄子在我家住）侄子上六年级了，每次在学校犯了错误，或者被老师告状，我知道后，第一反应不是用善和耐心去教育，而是简单粗暴。不问缘由，上来就是一顿训，那种气势，高高在上、盛气凌人、狂风暴雨一般、疾言厉色，越说越来气，气急了甚至踹上几脚。必须打倒了、问服了、最后还要踏上一只脚！简直就是邪党整人治人那一套。那个时候如果照照镜子，自己就跟魔鬼一样。

过后很后悔，一次一次的向内找，找到了自己的怨恨心、看不上别人的心、不善、没有耐心，但是效果并不好，每次侄子犯了错误，我还是忍不住。

一开始我以为是自己的职业习惯，（我是当老师的）后来才发现不对劲儿。其实就是多年的党文化中的“斗争哲学”太根深蒂固了，再加上的党文化中的怨恨、瞧不起人。所以才会在这个问题上屡屡犯错。

师父说，“……因为真正的坏事是旧势力利用邪恶的生命操纵人的业力和观念干的……”[2]。可见这些都是旧势力有意识的安排，利用共产邪灵，把党文化灌输到人脑中形成观念，当人的观念中充满党文化，那就会把“争

斗”、“教训”、“批判”、“埋怨别人”、“推责任”当成处理矛盾时的第一反应。

“遇到这种矛盾的时候，我们首先应该冷静，不应该和他同样去对待。”[1] 这才是人遇到矛盾时应有的状态。如果分辨不清，意识不到这是旧势力的恶意安排，把这种不善、不忍的表现当成自己，只是一味的修善、修忍，很难从根子上去除。

党文化还有一个非常隐蔽的表现，也是我最近才认识到的。我修炼之后，走路一身轻，再加上是急性子，所以在别人的眼里，我走路风风火火，说话办事，干脆利落，别人这么说我的时候，我把这当成了优点。当有一个同修说希望我“再稳一点”的时候，我才开始思考这个问题。

我又看到小组里有一位默默无闻的老年同修，说话的时候总是慢声细语，在家对待生病的妻子，也是非常耐心，都是轻声的安慰。小组学法的时候，有时大家切磋的很激烈，忍不住高声起来，他要么不说话，要么说话也是非常的平缓，从没有高声过，更没有见过他激动、着急。一开始我以为他就是这种性格，后来才发现，那是经过多年的修炼才能出现的宁静、祥和的心态，那才是修炼人应有的状态。

古人讲静心。佛陀都是静如止水，稳如泰山。我这才发现，原来急、气、爱说、高声、激动、爱争执、谈体会时滔滔不绝、高谈阔论，这都是党文化的表现。党文化讲究“雄赳赳，气昂昂”、讲究“战天斗地”、讲究“闹”革命，和修炼人的要求正好相反。老同修的祥和、慈悲，沉静，和我这种风风火火的状态比起来，我的差距是何等之大？也难怪同修感觉我“毛毛糙糙，办事不牢靠”了。

党文化还有一个非常邪恶的地方，就是“男女平等”。

不知从什么时候起，我对丈夫有了看不上和怨恨的心。因为平时他很少在家（在外边包工程），一回到家了什么都

我乐了，说：“你知道我要去的地方吗？”

他说：“嗨，你不是在理发店上班吗？上个月我还在店里来过。”

我一头雾水说：“你认错人了吧？”

他说：“哪能认错呢？我爱人是 xx 呀！我家就在前路口边呢。”

因为大家都全程戴着口罩，他确实认错人了，说话间他已到他家路口了。

现在回忆起这件事情来，还真是负面思维引起的假相，因出门必须带手机，乘车、进商店都要刷“健康码”、“场所码”等等。以前出门做正事是从来不带手机的，现在不带不行，因此心里对带着这个“跟踪监视器”而不安，特别在漫长的等车过程中，为怕被定位而焦灼，结果就演化出这么一出逼真的假相来让我认清这个怕心。

## 五、“佛光普照，礼义圆明”

在武汉肺炎爆发的前夕，在美国攻读博士的侄女回国度假，在美国机场，她遇到了一群向中国人讲真相的大法弟子，她连连说她被震撼到了。

侄女从小受到中共媒体对大法铺天盖地造谣诬陷的毒害，加之看见我们被中共绑架迫害，心中对法轮功充满了恐惧，多年来一直不愿接受和触及这个话题，我本以为她在美国读书几年，在自由的环境下可以有些改变，但发现她仍然抗拒听闻真相。

这次她却态度大变，她说万万没想到炼法轮功的人群会那么年轻，个个穿着优雅，透着一种非凡的气质，在美国机场，她们分成两人一组，逐个的向中国人讲真相，她连连说：“我真是被震撼到了，我真是被震撼到了。”她神情中满是对大法弟子的仰慕，也因此痛快的退出了曾经入过的邪

以为自己根基不好，没缘分。数月后，我走入了大法修炼，才知道是师父一直在看护着我，想必那传功的附体女人是被师父法身吓住了。

想想西藏那个老喇嘛，他也许是预知我能得法，叮嘱我不要错失得法的机缘，总之那一面之缘的叮嘱，现在想来绝不是偶然的。

#### 四、负面思维

今天背到《转法轮》中“越害怕，就越象病似的，非得把你这个心去掉不可，”突然想到前不久发生的一件事。

那天我要到离家很远的一个文具批发市场买东西。现疫情期间，公交车很少，车站也无人。等了半小时，等来了一个形迹可疑的中年男子，他非常注意我，我心想糟糕，在这里停留太久，监视我的人又来了。此时来了两辆公交车，为了测试此人是否是监视我的，我先往第一辆车走，他也紧跟着走向第一辆车，我突然转身走向后一辆，他也跟着我走向后一辆，我上车他也上车，他坐在我后排。这一下确定了百分之八十。

我可不能把“尾巴”带到文具批发市场去，我多年来做真相资料都是在那里买耗材。

我考虑半途下车，但时间宝贵，这样一打乱，就完成不了今天的安排。况且不能自心生魔，万一他是个普通乘客，说不定就先我而下车了呢，车途远，等等吧。他始终未下车，我到站下车了，回头一瞄，他也下来了。

我走到站牌，装着看车次的样子，把心一放，心想他要真跟上来，我不如先问他服装市场往哪走，因这两个市场挨着的，穿来穿去可甩掉他。

他径直向我走来，不料我未开口，他倒对我说：“不用看站牌，往前走就是了。”

不干，平时家里的大事小情都是我一个人干，他不但不体谅我，反而有时还对我挑三拣四。我心里特别气恨，认为他素质太低。特别是闹疫情，钱不好挣，他的收入受到影响，我就更加看不上他，虽然嘴上不说，但是内心对他非常不满。也知道不应该有怨恨，所以平时尽量忍着，但是他如果因为小事说我，我就一点也不让说，理又直、气又壮的反驳。但又不敢多说，怕吵起来，就这么强忍着，自认为对他够包容了。

但是这些年，丈夫一直不接受大法，我对他讲真相，他连听也不听。我还纳闷，我这么包容你，你居然还认识不到大法的好，还不接受大法，真是没救了！

通过不断学法，不断的向内找，才发现是我性格强硬、太强势了！就是因为自己又挣钱又管孩子，在家什么事都是自己干，所以对他很无视，觉的有他没他都一样。近两、三年经济不景气，他活少挣的少，赋闲在家时又什么都不干，所以我心里极度不平衡，认为你挣钱我也挣钱，家务凭什么都是我干？而且，你在家什么也不干，你凭什么说我？于是对他挑剔、嫌弃、斤斤计较，用挣钱多少来衡量人！这也是党文化中的毒素——“金钱至上”：有钱就有地位、有钱就是成功、“经济基础决定上层建筑”等等。时间一长，对丈夫瞧不起、看不上、心理不平衡、怨恨都来了。

长期以来在丈夫面前我的表现就是用党文化滋养起来的强势，对他态度非常冷淡，平时说话冷言冷语，根本做不到温柔、体贴，更别说体谅他的辛苦，挣钱不容易了！丈夫原本是个爱开玩笑的人，面对我的强势，时间一长，对我也越来越冷漠。夫妻间没有交流，家庭没有温暖，这样的家庭环境，丈夫怎么可能看到我修大法的好？怎么可能接受我讲的大法真相呢？如果因为我的表现导致丈夫不能得救，我的罪可大了！



其实，丈夫是个爱家的人，虽然不在家，但每晚都打电话给我、给孩子，对我的父母也很好，逢年过节都给钱、买礼物。最难得的是，侄子在我家住了十来年，他从未表现过不满，还对侄子很关心。

我现在明白了，都是党文化中“男女平等”的毒素蒙蔽了我的双眼。党文化讲：妇女能顶半边天、男人能干的事女人也能干。时间一长，女人独立起来，不再依赖男人，也没有传统文化中的温柔，贤惠，有的都是“女汉子”、“母老虎”、“河东狮”……所以才会有家庭不和谐、离婚率奇高等社会问题。自己中毒太深却完全没有意识到，对丈夫造成了伤害，影响了他得救。

师父说：“走回传统路通天”[3] 神传文化中，温柔，善良、包容、忍耐，吃苦耐劳、对男人尊重、支持才是女人应有的状态。对于这方面，师父也讲法多次了。

我能够提高对旧势力毁人的安排及伎俩的认识，首先受益于近期重视学法、多学法。“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。”[4] 另外针对党文化在自身的表现，在重视学法、多学法的同时，我认为，我们应多读几遍《解体党文化》，多看一看《漫谈党文化》，彻底解体、清除自身党文化残余，彻底肃清其毒素，在大法中归正自己，纯净自己。年轻的大法弟子们，希望都能重视，彻底解体、清除自身党文化，吸取我的教训，避免犯我这样的错误。

旧势力对年轻大法弟子的毁灭性安排还有很多方面，比如：爱看手机，看重孩子，看重金钱，看重常人中的名等等，就不一一细说了。仅举几例，与同修切磋，希望大家吸取教训，共同提高。不当之处，请同修慈悲指正！

令人欣喜的是，就在我完成这次写稿后，困扰我多年的问题迎刃而解，我上述顽固的执著心在层层消除。“修在自

然想起一九九二年随会议去西藏，那时我还不知道法轮功，也不知道自己今后会走入大法修炼，甚至对宗教啊修炼啊一无所知。

在西藏一个著名大寺院里，忽然听说有得道老喇嘛罕见的出来为人们加持，我也以一个游客的心态排在长长的队伍里，队伍进行的很快，待走近了，才看见是人们递上自己的物品请老喇嘛开光，当然这是游人自己的说法，实际上应该是祈福的意思。

老喇嘛接过物品摸一下还给游人，我毫无准备，灵机一动，赶快取下脖子上刚买的藏式项链递给老喇嘛，谁知他接过项链突然和我说起话来，因为是藏语，我一句也听不懂。我寻思，是不是问我要钱呀？刚才我已经把零钱放在进门的地方了，现在身上一时也没有零钱，心说不管他，只当不懂。我笑咪咪的伸出手，意思是让他象给别人那样摸一下还给我，他欲还我，忽然又收回手，嘴里不断的说着话，很认真的看着我，象在说一件重要的事情。

整个队伍因此停下来了，大家都排在我身后等着，我心里很着急，看样子他就是想让我明白他在说什么，但周围没人能懂藏语，他以为我能懂，只管急切的叮嘱我什么事，好不容易他似明白我听不懂，才意犹未尽的把项链递给着急的我。

奇怪的是戴上项链后，几天来折磨我的缺氧、头痛一扫而光，浑身说不出的轻松，在回住地的车程中，忍不住发自内心的想唱歌，歌声一出，同行人们都赞好听，我自己也未料到我会唱的这么好，只感觉这藏教中真有神迹。

几年后在气功热中，遇到来传据说是源于藏教的 xx 气功，我一下来了兴趣，那传功女人仔细审视我，眼睛里放射出一种动物眼珠里才有的那种亮光，看罢突然对我失去兴趣，不理我了。后来她搞什么灌顶、教功都不通知我，我只

但过去这么久了，你还固守着这个看法，是否已成为阻挡着你背《转法轮》的障碍了？犯睏看不进去是不是就在提醒你该改变、提高了？”

这番话当时好象把她呛住出不了声，我在心里不免说这回你该背《转法轮》了吧！内心的出发点完全是以恶制恶，把背《转法轮》强加于她，这与她的作派何其相似！我还在心里常数落她的不是，不也是忌恨心吗？原来她不背《转法轮》是我一手制造出来的，我害得她以这种方式来让我看到我存在的问题。

现在我俩都去了不同的外地，没有了在法上交流的渠道，她不上网，无法用信箱交流。在这里真想对她说声对不起，想想她聪明能干，特别能吃苦，在实际生活中能用行动帮助到别人，这些却是我所缺乏的。

妹妹同修十五岁就离开家，独自一人上山下乡当知青，她到数千里之外的北方农村插队落户，后来在北方就业，在那边生活了大半辈子才回来，从一个美丽乖巧讨人喜欢的南方小姑娘，变成了如今的她，那是怎样的人生际遇才能把人的性情扭曲成这样啊？她不曾向我们诉说过。

行笔至此，悲悯之心油然而起，我为什么不早点从这个角度去看她呢？我一下体会到了师父讲的慈悲心出来的具体感受，若以此心对待一切人和事，你还会去计较别人让你不快的种种表现吗？所有报怨别人的心皆是因为自己没有达到慈悲的境界啊！须牢牢记住这一点。

妹妹同修说看《九评共产党》发现自身党文化很重，她也在修自己。每个人特点都不一样，师父自会根据不同的情况安排出一条能使人修炼提高上来的路的。

### 三、老喇嘛的叮嘱

今天背到《转法轮》中关于西藏密宗修炼的内容时，忽

己，功在师父，”[1]是慈悲伟大的师父为我化解了问题、帮我拿掉了这些物质，弟子又让师父操心了！谢谢师父！弟子跪谢师恩！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《北美巡回讲法》

[3] 李洪志师父诗词：《洪吟五》〈再造〉

[4] 李洪志师父经文：《精进要旨二》〈排除干扰〉

### 对“债主要命不放过”的一点浅见

大陆大法弟子

看了正见《缅怀同修 精进实修》文章后，有段情节触动很深，文章说：“有一个生命一直不依不饶：我什么都不要，只要你的命。在危急之下，她喊：师父救我！那生命走了，但是在临走时却说：我还会再来的，我一定会要你的命。最终她还是以她的命还清了前世所欠之债，才了结了相互之间的冤缘。”又说“师父曾经示意过她可能要先走。”

初看，同修离世是必然，可从另一个角度看，我认为这件事是可以免除的，同修是不该离世的。

这事明显是旧势力安排，师父说：“正法这件事情，在上一个地球就已经安排好了，都已经试验过一次了。那么也就是说，这件事情经过这么久远的年代，都在系统的安排。那么大家想一想，人类的社会，我们所能看到的这一切能是偶然存在的吗？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。”（《美国佛罗里达法会讲法》）大法弟子从下走那一刻起，旧势力层层做了细密安排，索命这事能是例外吗？

但是，我们在法上可以看清旧势力安排的套路：先让同修在历史上害死债主，再让债主这一世找同修索命，索命之后，旧势力再把债主销毁（这是债主不知道的）。正法是宇宙中最大的事，每个大法弟子都跟师父有约，旧势力这种毁众生、毁大法弟子的安排跟师父安排是对立的，必须否定铲除。文中说：“师父曾经示意过她可能要先走。”我认为这是不可能的，师父珍惜弟子，保护弟子，怎会让弟子离世呢？一定是旧势力玩的把戏。在旧势力看来，它们是导演，大法弟子是演员，一切它们说了算，导演让演员啥时死，演员就得啥时死，同修这时离世，是旧势力剧本上早安排好的。值得警醒的是：离世同修对债主索命感到无奈，甚至认可、顺从，这不是求吗？基点不对肯定是走旧势力要的路，那不是承认旧势力的安排吗？

旧势力只懂个人修炼，不懂正法修炼，它们安排一切师父都不承认，债主索命，可以善解，善解不成，就正念铲除，正法修炼是以救度众生为主，旧势力对大法弟子安排出一套消业、还债、索命的路，跟师父要求对立，是对师父正法破坏，也是对大法弟子救人干扰，应理直气壮的铲除。

师父说：“那个生命仇恨太大，他就不放——你给我上天？你给我成神我也不当，我就要报仇。那个事就难办了。”（《二零零三年元宵节讲法》）我悟，师父说的“难办”，并没有说最终结局一定得死，“难办”里面有能办的意思，是有余地的，关键是，难中同修只要选择师父，选择大法，选择救度众生，师父自然在“难办”中有办法，佛法无边。我们不赖帐，旧势力安排此时债主讨债，把它们安排个人修炼超过正法修炼，把一个大法弟子弄走，这是罪恶滔天，是拆师父正法的台，从哪一点上讲它们也不占理，而且，把债主罪搞得很大。师父说：“所有的大法弟子，都不归三界管。”（《二零一八年华盛顿 DC 讲法》）大法弟子承

点是帮助同修，妹妹同修的强加于人出发点明显是恶的，带着很强的怨恨心，非得把别人伤透而后快，但她自己却不自知。

哎呀，我怎么又盯着她的问题，一想到她的这些表现就动心？为什么老是这样？这是我的一个顽固问题，越是熟悉的人为什么越是容易看见别人的缺点？这不正是我自己没有一个慈悲的心，祥和的心态吗？越是不满别人的那个点，越是自己问题存在的地方，因为它触及到我，“伤害”到我，刺激到我不愿面对的自身执著，她的表现确实是我的一面镜子。设想一下，如果一想起她就是她好的一面，那时的我将是一个什么境界？

就拿我提议她背《转法轮》来说，因为我自己背《转法轮》受益良多，能不断的认识到自己的执著，从根本上改变自己，就想让她也通过背《转法轮》能认识到自己的问题，因为她的自我太强，我往往触及到她的问题，她不接受不说，还因心里不痛快而借用其它事情伤害我作为报复，她能抓住我的弱点狠狠刺痛我，这种教训太多了。有时我并没有触及到她的问题，如我曾将我在明慧网上发表的几篇交流心得体会文章打印了一份给她，意在交流，她说她看我写的这些东西就生气，一把火将其烧了。别人可能会觉得她不可理喻，但我已经习惯她这些表现，反倒是通过这件事提醒我好好向内找自己。

我提了几次背《转法轮》的事，可她用种种借口不肯接受，多提两次已感到她不高兴了，我就不再提。现在我忽然意识到我的出发点不对，我是想用背《转法轮》治她的恶。特别是有一天，她告诉我，她看各地讲法时发暈，我象抓住了什么把柄一样说：“是不是在提醒你不要固守自己的看法呀？前几年你说你看各地讲法能悟到《转法轮》中更高的理，因而不需背《转法轮》，那时你这种看法可能是对的，



上的“七彩桥”童话特刊《太阳世界》，我乘车来到儿童公园附近，有很多家长带着孩子往公园走，我笑咪咪的递上《太阳世界》说：“儿童节快乐！送小朋友一本童话故事。”大人或孩子接过去都说“谢谢！”

有个上小学的男孩接过去举着高喊“《太阳世界》《太阳世界》”！这时已到了公园门口，那里摄像头密布，到处站着安保人员，他们一下发现了我在发资料。我迅速离开，穿过十字路口，走一段路后看见有地铁站，为了尽快离开那里，我走下地铁口，谁知这时已有个保安人员持手机上照片在比对每个人，进站人稀少，但他就是看不见我，我象空气一样从他眼前过去。

此后两天，我家门外也有便衣在搜巡着盯人，可我出去他们也同样看不见我。

以前我学到《转法轮》“而这个身体，经过转化之后，在常人中和常人一样，常人看不出来，他又可以穿越空间。”时，总是想，我们这么多同修（包括我），没有看见谁能穿越空间呀，对这段法理解不透，以为这种能力随时随地都可以展现。现在突然明白了，我们都具有这种功能，只不过平时都是锁起来的，在关键时刻它可以自动解锁保护你，你走了另外空间，这个空间的人就看不见你了。

## 二、背“提高心性”时所思

今天背到《转法轮》中“我们作为一个炼功人，矛盾会突然产生。怎么办？你平时总是保持一颗慈悲的心，一个祥和的心态，遇到问题就会做好，因为它有缓冲余地。”头脑中忽然跳出妹妹同修的种种不善，她修了这么多年了，恶的东西怎么还压都压不住？爸爸妈妈同她相处时，她冷不丁的一说就炸。她常说他们学法小组的 L 姐强势，她俩矛盾不断（各有各的问题），但分析一下可以看出 L 姐的强势，其出发

载使命巨大，一个大法弟子在世能救度多少人？离世了又能使多少人不能得救？这个损失谁敢负责？是讨债的债主？还是旧势力？这个巨大损失不是师父所要的呀？！

师父说：“作为大法弟子你真的能做好的时候，我想那个麻烦呢也不是你看的那么绝对。因为你不能站在法上认识呢，那常人的麻烦就是常人的麻烦。人眼中看到的东西都是不变的，可是在神的眼中看这一切是变的。”（《二零零三年元宵节讲法》）“杀人还命”虽然是天理，但旧势力安排的基点可不是这么小，它们目地是对师父正法的破坏，每一步都是对大法弟子救人阻挡，都是在毁大法弟子。我们要站在正法基点上认清索命这件事，全盘否定铲除旧势力的安排，面对债主讨债，善解不行就铲除，同时铲除背后操纵的旧势力因素，正一切不正的，这才是正法大法弟子所为，才是师父所要的。

现阶段一点浅见，请同修慈悲指正。

## 读同修文章后感

### 忏悔

拜读同修文章《深挖执著男女情和外貌背后的现代观念》的时候，我被深深震撼了。字字句句如同惊雷，这说的不就是我吗？虽然近期由于遭遇到了干扰和迫害，在向内找的时候，找到了此种系列执著的端倪，但用如此长的篇幅，系统阐述概括剖析这种执著，是我所不能达到的。长期以来在这种不能自知的执著中，在这种不可名状的情色欲中，苦苦挣扎，无法解脱。在旧势力精心设计的陷阱中，误认为那充满了情色欲的每一思每一念都是“真我”的思想。

### 一、男女情的观念

当我还不知道“男女情”这个概念的时候，在旧势力给

我下的机制的作用下，已经执著于此了。表现是看到自己有点喜欢的异性的时候会非常非常紧张、害怕、羞涩和慌张，这种感觉从几岁开始一直延续到年近半百竟依然存在。伴随这种感觉同时存在的是不停的幻想，幻想哪个异性是不是也喜欢自己，是不是对自己有意思，并且陶醉其中。其中有的人也许只是见了一面，或只是普通同事。有时候，甚至别人多看了我一眼，就想入非非，认为别人是不是喜欢我。

所以从一个人的外表永远也看不到其真实的内心，那种不为人知的想法就只有自己知道。或许在别人看来，我老实本分，循规蹈矩，不喜欢交际和玩耍，甚至在认识我丈夫之前都没有谈过恋爱，认为我在这方面没有什么想法，其实内心的执著很深很深。就像同修在文章中说的那个转生成订书订的僧人，在色方面还并没有具体的过失，只是对内心的色情妄念不加以控制，虽然醒悟过来了，但还是造成难以挽回的恶报而十多次转生为动物受苦。

旧势力在我们的修炼中，给我们下上了种种机制，做了种种安排，当某种想法出现的时候，我们却误认为是自己的想法，思想上认可了它，而不是去排斥它，时间长了过不了关，旧势力又以此为借口来迫害我们，这是多么的邪恶的安排。我在前段时间，突然对单位的一个同事产生了那种莫名其妙的情愫，弄得我非常的紧张难过和不自然，凭自己的力量根本排斥不了。那天看到这个同事，我又很紧张难过，克制不了的那种，我就背了师尊在《转法轮》中的法，“他特意给你安排的，不是你脑中原有的。”，一瞬间，这种感觉烟消云散，我非常轻松自如没有任何想法的和这个同事有了正常的交流。

## 二、对人世间温情温暖执著的心

我发现了自己不仅有希望异性喜欢自己的心，还有希望

感谢同修的文章分享，感恩师尊的慈悲，在这里向师尊忏悔。

## 背《转法轮》笔记数则

梅影

在背《转法轮》的过程中，经常随手记下一些体悟，现在翻看这些笔记，点点滴滴，深深浅浅，犹如修炼路上的一个个脚印，同时在背《转法轮》中，也打开了一些遗忘的记忆，恍然了悟那些为我得法埋下的伏笔，现摘取几个片断与同修交流。

### 一、穿越空间

今天背到《转法轮》中“而这个身体，经过转化之后，在常人中和常人一样，常人看不出来，他又可以穿越空间。”一下想起了二〇〇〇年五月，在师父生日的前一天，我只身乘飞机到北京天安门去证实法。

在两个多小时的飞行中，我起身去了一次卫生间，邻坐的中年男士在让我走过去过程中，惊诧的盯着我看，那时我虽已五十岁，但仍象不到三十岁的模样，我平时都梳着高发髻，身形容貌常常被人误认为是个舞蹈演员。我回坐位后，他就非常感兴趣的同我搭讪，关注我的一举一动，他看出我是外地人，只身来京，他说他就住在北京，有车接送等等，我当然只作简单的礼貌性回应。

下飞机时我一心要到北京天安门广场证实法去，我怕被他跟着，节外生枝，就有意落在了后面。谁知，他在自动扶梯高处站下来用眼光搜巡我，我心里想可不能让他看到我，果真无论他怎么仔细看，我却象空气一样从他眼前经过，我走了很远回头看，他仍站在那里搜巡经过的人。

另一件事是前几年“六一”儿童节，我做了一些明慧网

起来比我小不了多少却也喊我阿姨的时候，我就再也不能平静了。怨气就上来了，心想，“什么眼力劲儿，我看起来有那么老吗？就不能喊美女或者姐吗？”其实，别人把你抬为长辈不好吗？在以前，如果把别人辈份喊小了，别人会指着鼻子骂你的。可现在都反过来了，喊大姐，喊阿姨都不高兴，喊小姑娘，小美女才会高兴，深深潜藏着色、情、欲因素。

为什么害怕变老，就是因为现代观念里认为年轻是好事，老是坏事，怕变老是怕走下坡路，怕像植物一样枯萎，像动物一样死去。其实师尊在《转法轮》中说：“出功能的在两头，小孩没有执著心，老年人特别是老年妇女没有执著心，容易出功能，容易保持。”“就象人一样，在年轻时执著心很多；到老的时候，随着岁月的流逝，前途无望了，这个心就自然放弃了，磨掉了，这种小道也是这个方法。”。我理解，老年人的心态离道更近。因为经过岁月的打磨，看透了世事沧桑，一些年轻时看的很重的东西，就会看淡，这是时间积淀的结果，是智慧，是好事。

可现在，在家里老年人被当作坐吃等死的废物，带孩子的保姆，大事都没有话语权，根本没有作为一个长者的尊严和对家事的决策权。就像同修在文章中分析的那样，害怕变老是对现代变异观念的认同，因为现代的观念里有年轻好办事，年轻人获取帮助的机会也会更多。老年人好像都是被淘汰出局的，什么也干不了的人，形同废物，毫无价值，无论贷款、租房、就医、出行都会有很多阻碍，没有年轻人的陪伴许多事都做不了。作为修炼的人要能认清旧势力的诡计，年龄大了就是大了，老成不好吗，沉稳不好吗，历经世事沧桑后的那份从容不好吗，非要很累很忐忑的伪装成年轻人不是执著吗，被别人识破就不高兴还耿耿于怀，就是更大的执著。

所有人都喜欢自己的心，对情的执著极其强烈。想要别人喜欢自己，想要和别人建立亲密关系，想要获得别人的安慰、爱、夸赞、肯定、关注，想要像公主一样被别人宠爱，获得这世间人与人之间的温情和温暖，认为这样才会快乐才有安全感。别人对我表现出的一点点温柔，关爱和喜欢都会让我心情愉悦，别人对我表现出的嫌弃、厌恶和不满，都会让我难过和惴惴不安。

在这种强烈的执著心的鞭策下，就会觉的很累，总想着和别人建立某种亲密的类似好朋友的关系，让别人喜欢我，对我好。所以总会有事无事和别人搭两句，生怕被边缘化，更多时候是讨好式的跟别人交流，表面上看我，人随和，爱帮助别人，放低自己，说话谦卑，性格开朗幽默，喜欢笑，但这不是出自于善，更不是出自于慈悲，而是想讨好别人获得别人关注我，喜欢我，对我好，是对人情温暖的执著，想获得人与人之间的关爱和情。

女儿曾经不止一次的对我说，我们出去吃饭，你不要对服务员点头哈腰，别人端茶端水，你都要满脸堆笑说谢谢，还讨好式的和别人搭话，你是讨好性人格吗？本来我自认为我这样做是因为修炼人的素质，是对别人的尊重，是体现对别人的善。其实不是这样，我拼命想跟别人讲话，讨好，是因为我在向别人乞讨，乞讨别人笑脸，别人的喜欢，关注和爱。

记的有一次因为放暑假，同事把他上小学一年级小孩带来在办公室写作业，这个小孩子看到我，对我说，你知道什么是形声字吗？我教你。他顺手在本子上写了一个“情”字，告诉我，这就是形声字。我想这也许是师尊借他的口在警示我对“情”执著的太重了吧。

其实这样的点化不止一次，有一回看电视，看到一个坏人想要害别人，但为了伪装自己，他装作很亲热的样子揽住



了被害人的肩膀，很温柔的和那个被害人讲话。我当时的心非常的受用，觉的那个坏人也不坏。就是这样，想要这世间人与人之间温情的心掩盖了一切。

### 三、对年轻貌美的执著

我们都知道大法是性命双修的功法，是能够使人的本体发生很大的变化，向年轻化方向发展，但这种想要年轻漂亮的心肯定是要必须去除的执著。这种执著掺杂着各种各样的人心，虚荣心，求名的心，显示心，对自我执著的心，想要表现自己的心，求夸赞的心，欢喜心，喜欢心，想要利用年青貌美获得世间种种好处的心，害怕变老而被社会淘汰出局变成废物的心等等，还有就是色欲心。

我知道对美貌的执著根源出自于色欲心，但在我这里表现出来的，更多的是来自于显示心，表现心，表现自我的心，想求得别人夸赞的虚荣心。在我四十几岁的时候，不认识的人都认为只有二十多岁，当我说出自己的真实年龄后，他（她）们脸上的惊讶和嘴上的称赞让我快乐无比，欢喜心和虚荣心得到极大的满足。时间久了，这种想要保持年青貌美的心成了我修炼中一个极大的执著心。并且妄图通过修炼而变得更美，看到有同修在文章中交流，每天炼抱轮两个小时以后，皮肤变的细嫩了，我也抱轮两个小时。看到有文章中写到打坐时间久了，可以使五官更立体，我就更愿意打坐了。

师尊在《转法轮》中告诉我们，“显示本身就是一种很强的执著心，非常不好的心，是修炼人要去的心。”自从有了自我的意识开始，那个“假我”就开始要不断的在加强自我，显示自我，表现自我，让自我更加强大。具体表现在：喜欢大声讲话，大声喧哗，特别在人多的场合，就连接电话的时候也是如此，生怕别人没有注意到我，没有关注到我，

生怕别人忽略了我的存在；喜欢很不礼貌的打断别人的讲话，抢着要表达自己的想法和观点，想要表现的心极其强烈；有什么略显深度的或具有幽默感的观点和语言，自己会默默的记下来，以后在别人面前随口说出，从而显示自己。然而因为修大法而遭受迫害后，在世间没有什么具体的物质上的东西比别人获得的更多值得显示了，想着唯有一个修炼人的美丽不老的容颜，值得显摆，让人高看一等了。那求名的心，显示的心是何等的重。

当今社会，常人谁都认为年轻貌美是好事，是资源是资本，但从修炼的角度上并不一定就是好事。首先，这是一个强烈的执著，对自我的执著，会干扰静心修炼，你整天想着怎么保持年轻，怎么能变的更好看，心乱如麻，杂念纷纷，怎么修炼；其次，美貌本身就是修炼中的障碍，古人就曾经有言“红颜薄命”，为什么美丽的女人就容易命薄呢，因为容易招惹是非，让别人动情动念，从而起色心，淫心甚至杀心从而造业。记的以前看过一篇文章，写了古代日本的一个女性修炼者，她具有绝世的容貌，许多人因此到寺庙里来看她，这给她带来极大的干扰。由于她修炼的决心极大，为了静心修炼，铲除障碍，她采取了给自己毁容的方法，成了一个丑女，通过艰苦的修炼，最后终得圆满。虽然师尊传的法大，什么样的人都能修，同时貌美也是一种福报，但绝对不能执著。

害怕变老的心也是一种强烈的执著。在同修中其实也有不少，有人甚至把外表看起来是不是年轻当作修的好坏的标准了。师尊在《转法轮》中告诉我们：“心性多高功多高，这是个绝对的真理。”什么事情都要对照法来衡量。

同修在文章中讲到，许多岁数大的同修不能被喊阿姨，并且会很苦恼。看到这里我就想笑，因为我也是如此，虽然我年龄不是很大，但有时候在工作中，有些来办事的人，看