

# 正見周刊

二零一三年  
一月十五日

“用理智去证实法、用智慧去讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人” 《理性》

“全面讲清真相，正念清除邪恶，救度众生，坚定的维护法” 《大法坚不可摧》

宝乐呵呵的很祥和，真的是跟往常大不一样。我告诉他，运弓的手要放松，胳膊自然下沉，保持好手的姿势不变形。我指出小宝的手腕在拉弓时姿势不够放松，我学着二胡老师教的姿势给他做动作教他，小宝非常听话，心里思考着怎样才能做到象老师教的那样呢？这时，师父写了一个字“甩”，忽忽悠悠的飘到小宝的眼前，小宝立刻领会了，并试着拉起来，我发现拉弓时比刚才大有进步。

还有一次，小宝练习拉二胡，我一再要求他胳膊下沉，保持放松，他的姿势还是不很到位。我有些急，小宝却心态祥和，思考着怎样才能做到位呢？这时，师父给他显现出一个电视机，上面有一个小孩正在举重，杠铃放在肩膀上正放松呢，如果过于放松就会掉下来，小宝明白了，就是松而不懈。胳膊放松时，自然就沉下来了。

因为小宝心性提高上来了，所以师父给了他更大的智慧。有一次，小宝的二胡拉的很放松，很到位，声音也很好听。我问他今天真是神了，怎么出奇的好？小宝告诉我：

“今天师父给了我十二个小法轮，分别在我的十个手指尖上和两个胳膊肘上，我的手指肚触弦时，用劲儿小了手指尖的小法轮就压一下我的手指，用劲儿大了小法轮就抬一下我的手指，这样保证我的手指肚触弦用力大小适度，并且均匀。胳膊肘上的法轮使我的胳膊自然下沉，靠肘臂下沉的劲儿拉弓，同时保持手上的姿势不变形。”

结束：在修炼中，我们只管入心的学法，时时向内找，该给的师父都会给。这就是无求而自得吧！

“今天师父给了我十二个小法

弟子交流.....	2
【修炼体悟】.....	2
掩盖在怕心里的妒嫉心.....	2
善解也要摆正基点.....	4
同修之间用正念对待，才能形成真正的整体.....	6
彻底根除为私为我 成为新宇宙的保卫者.....	8
走向回归的征程.....	10
警惕贪睡的心.....	11
向内找 钥匙神奇的回来了.....	13
找自己 要怎样找？.....	14
实修“一思一念”、“一言一行”.....	16
【修炼故事】.....	20
信师信法 处处神奇.....	20
大法弟子遇难呈祥的真实经历.....	22
【万物有灵】.....	24
众生都在求真相得救.....	24
小小易拉罐.....	25
【小弟子园地】.....	26
大法给智慧.....	26

## 弟子交流

### 【修炼体悟】

#### 掩盖在怕心里的妒嫉心

一直以来，我有一个思想障碍，总觉得自己在未得法前或是修炼后，从来都不会去刻意搞人际关系，虽然心里知道很多搞关系的方法，但是从来不忍心真的出手去整人，因此就觉得自己和别人比起来，已经算是很善良了。

修炼后，在这种观念的障碍下，遇到矛盾根本做不到无条件向内找，往往第一念都是：他怎么能这样？他为什么这样对我？他这么过分凭什么还过的这么好？多半都是先瞧不起对方或是先气的不行，理智上知道事情不能看表面，经常提醒自己不要被后天观念带动、要分清真我与假我，但是效果不彰，向内找时有时是强压着忿忿不平的情绪，或是带着高人一等的心理状态，其实那时心里已经充满了恶念或邪念。“恶者妒嫉心所致，为私、为气、自谓不公。”（《精進要旨》〈境界〉）

由于这种心理状态不容易在与人相处时暴露出来，但是

长期不去一度已经对我的精神上、身体上造成伤害，并直接影响到心性，比如精神上明显感觉热情与活力的丧失，身体上，心脏有会时有紧紧的压迫感，严重时会因为接连产生怨恨而造成心跳加速、心悸。就这样一方面苦恼于无法突破这不正确状态，一方面又在与同修之间有矛盾时没有正悟而加重那不正确因素。

前一阵子，慈悲的师尊点化我，让我看到两位同修的经历，由于同修强烈的在我面前表现出这些状态，终于使我猛然清醒，原来我的“妒嫉心”有很大一部分一直隐避在后天观念形成的“善良”的观念与“怕心”里。

有位 A 同修深信自己很真很善，与同修有矛盾时，委屈自己总是被攻击、排挤的一方，因此喜欢抱怨，怨气冲天。其实 A 同修妒嫉心极为强烈，他很乐于谈论同修的不足与酸葡萄同修的长处，但是因为他怕心重，所以不敢与同修有正面冲突，反过来他认为自己不会与别人一般见识，再接着顺水推舟的认为自己好，姿态高，从而做不到无条件向内找。

另一位 B 同修表现的很愿

了。灯泡出来后，需要做的数学题就被卷进灯泡里，一会儿功夫，就出现了解题的过程，就显现在小灯泡里了，小宝也就明白了这道题的解题思路，并且知道怎么做了，准确率很高。

三年级刚接触作文，同学们都感觉非常困难。有一次，小宝他们最后一节课是写作课，老师让同学们看四副图写一篇作文，要求二百五十多字，写完后才让回家。有个同学写了几句就写不出来了，哭着找老师说不会写了；还有几个同学写了几十个字，就结尾了，老师一看不但字迹龙飞凤舞的，错字还特别多，又让拿回去重写；每个同学都很紧张，叼着小铅笔绞尽脑汁的思索，怕写不完不让回家。放学了，先出来的五、六个同学作文写完并合格了，经过老师同意，才让回家的。我心想：等着吧，不定啥时候小宝才能写完文章，合格不合格都是未知数呢。我很知道他的写作水平。没想到，这时，小宝高高兴兴的出来了。我问他，怎么这么快就写完作文了，妈妈以为你写的不合格，让老师给留下了呢。小宝说：“妈妈真没正念，怎么能对我这么没信心

呢？”师父给的小灯泡帮了我，我把四副看图作文的图让小灯泡看了，小灯泡卷进去，思考了一会儿，就告诉了我写作思路。我很快就写出来了，老师看后直夸我：“这才叫写作文呢，没糊弄人，挺好！可以回家了。”

### （三）学拉二胡的智慧

一直以来，小宝很喜欢拉胡琴，可是每次总是不让人指点，我不能给他指出不足，一指出来，就不高兴。我看到小宝的执著后，多次告诉他，不管我们在常人中做什么事情，可能是证实法的大好事，也可能是日常生活中的琐事，都是在魔炼我们的心性，真正的目地是要去执著，从而提高上来这是第一位的，做那件事的本身不重要。《精進要旨》（再认识）中讲：“只要你是一个修炼的人，无论在任何环境、任何情况下，所遇到的任何麻烦和不高兴的事，甚至于为了大法的工作，不管你们认为再好的事、再神圣的事，我都会利用来去你们的执著心，暴露你们的魔性，去掉它。因为你们的提高才是第一重要的。”

最近，小宝下决心去掉这些执著心。有一次，当我指出小宝拉二胡当中的不足时，小

共跟我走了约四十米远。于是我捡起来看了看它，心想，它和我究竟什么缘份，老跟我走，莫不是还没听够“法轮大法好、真善忍好”九字真言。既然它愿意听，那我就把它拿回家去，常给它念念。拿家后，看见它是自然而然就念“法轮大法好”。

由此我想到今天的世人，大法弟子在被迫害中讲真相十几年，你是否明白真相得救了，大法弟子给你讲的可都是千真万确的。一个易拉罐都急着找大法弟子听真相，知道法轮大法好从而得救，难道你就迷的那么深吗？快快找真相得救吧！不然机缘一过，将失去一切，后悔晚矣，快主动找大法弟子找真相得救吧！！

## 【小弟子园地】

### 大法给智慧

#### （一）坚持背法 小宝开智

最近半年来，我和小宝一直每天都坚持背法，不追求背法数量，只要求字字入心，关键是主元神要清醒，要知道背的是什么。这样坚持下来，小宝时时、事事都能想到守心性，说话、做事很有涵养，老

师夸他是“家庭教育最好的孩子”，“班里最讲道德的同学”，在学校里尤其能把握自己的一思一念，很小的念头都能想到找自己。我也由衷的感叹：在大法中成长起来的小弟子真是乖极了！

因为多背法的原因，师父也给小宝打开了更大的智慧，在学习文化课和学习音乐课上，表现出超常的能力，真的是佛法无边。

#### （二）学习文化课的智慧

小宝最近在学习文化课上也有了很大的进步。一次，我和小宝背完法，小宝说师父给了他三个智慧的灯泡，灯泡被一个小莲花宝座中间的莲孔里伸出的一根小柱子支撑着，小莲花宝座在小宝的脑袋周围飘着。智慧灯泡可以帮助学习语文、数学和英语。没过几天，小宝做数学作业，做完后让我检查，我只看了后面几道解决问题的数学题，结果全做对了。要在以前，小宝做题几乎不思考题目的意思，上来两个数不是加就是减，经常做错，为此我也大伤脑筋。现在，小宝只要做数学题，这只智慧的灯泡就从头里出来，有点象从门里面出来一样的感觉（很不好形容），不用它时就进去

意在法理上开导同修，但是见不得欺负人的事情在他周围发生，然而在他所处的地区，同修们一致认为他喜欢欺负人。具体表现就是 B 同修对于某些方面较弱势的同修很有耐心，好替对方打抱不平；对于某些方面较强势的同修，会有意去挫对方的锐气。其实 B 同修的行为是建立在嫉妒心上的，对于他所谓弱势的同修，因为 B 同修自觉高人一等，所以愿意拿出善心、善意来对待，对于他所谓强势的同修，因为他自觉比不上，自觉低人一等，所以在嫉妒心的驱使下，用“欺人无”的心态来对待对方，好让自己能有“平衡点”。

同修突出的表现，使我悟到，原来在此之前我认为自己所拥有的善，其实是建立在怕自己受伤害、自我保护、为私为我的基础上；因此也一直是站在为私为我的基点上与同修相处，用嫉妒心在衡量、对待同修。

不愿意整人其实是怕被人家反整，不敢出手也不完全是替对方着想，其中也包含着怕因为与别人干起来让自己变的更坏，用善良掩盖自己的怕心。当有人惹着我时，其实内心很想报复，但因为怕心作

祟，怕一旦报复就是一个证明自己不好的实质行为，不是真正扎实的提高自己的心性改变自己，而是怕犯错误怕伤害到名利情，于是这时虚伪的善良就跳出来，用“欺人无”的心态来骗自己，骗自己不跟对方一般见识，我跟你不一样，我能忍。

狡猾的后天观念为了怕“假我”不受伤害，因此刻意不去搞人际关系，但是这个“假我”并不是坦荡的与人相处，尊重、敬重他人，而是心胸狭窄的在用变异的观念衡量对方、评断对方，简单的说就是把同修分三六九等，符合自己的观念就感到服气，认为对方所获得的是理所当然的，能替对方感到高兴，就算对方日后犯了什么错，也能宽容以待。但如果是对于某些方面不符合自己观念的同修，一旦对方得了好，轻则高姿态觉得对于他也算是一种鼓励，重则心里就会嫉妒，感到不能释怀。每到不能释怀的时候，这时为私为我的“伪善”又跳出来了，顺着“假我”的思维想着，虽然我没有得到他所得到的，但我没有像他一样有什么不好的缺点，也就是骗自己我跟他不一样，满足了求名的

心，我还是比较好的。

从修炼以来，我一直认为自己没有什么嫉妒心，因此对于去这颗心一直没有去重视，也是实修不足的大漏：觉得自己一朵花！回想过去，因为嫉妒心，错失了深挖自己执着心的大好机会，还因此加重了负面思想，人为的造成与同修的间隔，造成整体的有漏，这是这一阶段对嫉妒心的再认识，写出来曝光它，不足之处，请同修慈悲指正。

### 善解也要摆正基点

最近看了明慧《正法修炼中见证“师有回天力”》一文，很有启发。文中谈到了“善解”问题，并且同修的善解小组给被病业迫害的同修善解，取得了良好效果，从中我又看到了师父的洪大慈悲。我觉的产生良好效果的原因，是因为首先摆正了基点，不是为私，为病业同修，而是为对方，即为曾经被伤害过的生命着想，同时把真相，把师父的洪大慈悲和大法的威严，展现了给了对方，使对方明白了真相，化怨恨为宽容，化干戈为玉帛，使难中同修没有了病业的干扰，投入到救度众生当中

去，使对方生命得救并会有更大的福报，真可谓两全其美的好事。

慈悲伟大的师父，为了救度众生，承受了宇宙众生造下的无边的罪业，善解了众生的渊怨，众生今天才还活在宇宙中，大法弟子才能在大法中修炼下去，并承担了救度众生的责任和使命。可是，大法弟子在千百次的轮回当中，在无明的迷中，不知伤害了多少生命，而这些生命中很多都愿意被师父善解，但也有比较固执的，就像人类社会中那些不明真相的，一味的向伤害过他（它）的大法弟子讨债，特别是正法到了最后的最后，他（它）们可能认为再不讨债就没机会了，所以现在各地被病业迫害的同修较多，而且被拖走肉身的也很多，给救度众生造成很大损失。

当然我们知道这件事的罪魁祸首是邪恶旧势力，它安排了这一系列结怨、讨债的过程，对大法弟子进行所谓的考验，这是师父和我们大法弟子都不承认的。可是那些不明真相被同修伤害的生命，他（它）可能就认准了欠债就得还的理，什么都不管了。我想为什么给病业同修发正念未见

在干扰她讲真相，所以就走出屋子挥动胳膊想把他们吓唬走，可是他们根本就不害怕，只是把叫声降低了些。丙同修无奈，又进屋接着给亲戚讲。可是没讲几句，这群喜鹊好像是在同他做对一般，又唧唧喳喳的大声喧闹起来。丙同修马上意识到此事绝非偶然，它们一定也是求大法真相来了！她于是走出屋外，对着树上的喜鹊大声说：“请你们记住“法轮大法好，真善忍好”，快走，不要再干扰我救人了！”

丙同修说完后又回到屋里接着给亲戚讲，真是神奇，树上的喜鹊竟然变得鸦雀无声。连不修炼的亲戚都不住的连连赞叹大法的神奇、超常。

这两件事虽小，但却说明了大道理。使我更加坚定万物皆有灵性的认识，同时也更加体悟到师父在法中讲的“三界之内的一切都是为大法而造就的，为大法而成的，为大法而来的。”（《二零零七年纽约法会讲法》）的法理内涵。作为正法时期的大法弟子，一定要善待众生，完成好救度众生的神圣使命。

### 小小易拉罐

修炼人都知道，万物皆有灵，也就是说都有生命，不但有生命，而且在宇宙正法的今天，都想要得救。以前我已经写过几篇有关动植物找大法弟子得救的事例，今天再给您讲一个小小易拉罐的故事。

事情经过是这样的：我去同修家学法，走到临近同修家时，看见前方距离我约五十米有一男士，手里拿着易拉罐边走边喝，喝完了朝旁边一扔，哐啷啷滚到一边。当我走过男士扔易拉罐的地方，就听到身后边易拉罐滚动的哗啦声，我回头一瞅，易拉罐滚到我脚后停住。我没在意，又往前走，身后边的易拉罐又哗啦哗啦跟我走。我就感到有点奇怪，天是有点微风，可是也不至于跟我走啊。我走它走，我停它停，这能是偶然的吗？莫不是叫我救它？于是我回过来，告诉它记住“法轮大法好，真善忍好”，它横在路上。我又往前走，这易拉罐又跟我走。我又告诉它记住“法轮大法好，真善忍好”，这时它滚到我前边横在那。我站住看了它一会儿又往前走，可它又顺过来滚动着往前追我，一直追到同修家门前道牙子边站住，总

精神、还醒目。

感谢恩师！弟子更加坚定的信师信法，尊师敬法，感谢师恩！

## 【万物有灵】

### 众生都在求真相得救

在与同修的切磋中，最近听到同修亲生经历的两件事，使我更加相信万物皆有灵性。在这大法洪传之时，众生都想听闻大法真相得到救度，成为新宇宙的生命。

甲、乙两个同修一次骑着电动车出门去办事，经过途中的一个村子时，发现一条白色的小狗紧紧跟着电动车在后面追。侧身坐在电动车的后座上的乙同修发现了，叫甲同修加快车速，把小狗甩掉。可是电动车快跑，小狗就在后面紧追。虽然落下的远一些，但当电动车上坡速度慢了的时候，小狗又追近了。

一会儿，两个同修来到一个小村子的商店，停下车要买点东西。可是买完东西出来一看，那条小白狗竟然在电动车的踏板上蹲着。他瞪着机灵的眼睛看着两个人，两个人吓唬它它也不下来。没办法只好把它抱下来放到地上。两个人

急忙骑上电动车跑走。可是没想到，这只小狗又像箭一般追上来。过了几里地，它还在锲而不舍地追着。两个人一商量，怕这只狗跑丢了找不着家，只好停下电动车抱起它，然后又转过车把它送回原来的那个村子。

可是他俩一往回返，小狗还复旧如初，在后面追赶。两人这才醒悟过来，小狗可能是在苦苦的求真相的。于是停下车告诉它：“你如果有灵性，就记住“法轮大法好，真善忍好”，希望你将来会有个美好的未来！”说来也怪，小狗听完这些话之后，就头也不回的跑走了。事实证明这小狗真的是有灵性啊，它为了听到这句大法真相得救竟然这样不辞辛苦，锲而不舍！然而这还只是反映在他这一世的表现，说不定它为听到这句大法真相生生世世曾吃过多少苦、受过多少罪，才能促成听两个同修告诉它真相的机缘。

丙同修一次回娘家，在屋里正给一个亲戚讲真相，忽然院子内的几棵大树上的一群喜鹊唧唧喳喳地叫个不停。因为夏天热，得敞着窗子，所以喜鹊的叫声吵得屋内的人听不清说什么。丙同修认为它们这是

其效，被伤害的生命不明真相，没有解开心结是其中的主要原因，本来你欠他（它），已经理亏了，还发正念铲他（它），他（它）能愿意吗？虽然同修被迫害的原因可能复杂，但向内找也找了，正念也发了，善解也做了，与旧势力的签约也否定了，为什么还走了呢？这是师父所要的吗？当然不是！我想，既然同修被病业迫害，根本原因是业力所致，而这种业力就牵扯到历史上我们伤害生命或结下的渊怨，也许同修说我们都做了善解，那个生命不干。可是我们怎么善解的？据我所知，大多善解的方式，都是把师父善解的那段法说给对方听。同修啊，你这善解中是否有不善啊？首先你拿法来压对方，对方不委屈吗？啊，你欠了我的，你给我造成多大痛苦，我向你讨还，你就不干了，还拿法来压我，我就不善解，我就要债。

再者说，我们善解的基点是什么？不论是被迫害的同修，还是给善解的同修，不就是想让同修的“病”快点好吗？甚至怨恨被伤害过的生命。我们真正站在对方的位置上考虑问题了吗？我们真正站

在为被伤害过的生命着想的基本上了吗？尽管你说给他（它）福报，还“威胁”将被销毁，很可能怨上加怨，不会接受你的善解。因为你的善解根本就不善，是为私的，只有根本就不考虑我们自己目前的痛苦，自己“病”的如何，诚心为他（它）着想，向他（它）讲真相，诚恳向他（它）道歉，打开他（它）的心结，我想一般的生命都会接受。善解的过程也是修我们的善，扩大我们的容量，正像师父说的那样，“慈悲能溶天地春”，拿出我们能熔化钢铁般的慈悲心，一定会成功。不要抱着善解一次两次没见效，就放弃了，我们要为他（它）的生命负责。有一点我们要清楚，假如对方没接受善解，干扰了大法弟子救度众生，从而有罪被销毁，而他（它）的被销毁是由于我们过去伤害过他（它）而造成的，（虽然不善解是对方自己选择的）对于我们大法弟子来讲，能心安理得吗？能不遗憾吗？我们没有责任吗？尽管是旧势力的安排。我们大法弟子在被邪恶迫害中都没停止讲真相救度众生，而对于被我们伤害过的生命，我们更是要责无旁贷去救度他

（它）们，那就是向他（它）们讲清真相，讲清旧势力如何安排我们之间的渊怨，如何钻空子，达到阻碍正法，阻碍救度众生的目地，从而让众生对大法犯罪而被销毁；讲清师父如何洪大慈悲，为众生承受业力，善解众生渊怨；讲清大法慈悲与威严同在；讲清大法弟子肩负的使命，每个大法弟子背后涉及无量的众生；讲清善解双方的好处。讲真相本身就是打开众生心结的一把万能钥匙，用我们的善心去感化对方，最后得到双方都满意的结局。关键是我们基点要正，心要真诚，又要有善心、耐心，做而不求，过程中修好自己，修在自己，功在师父，其实一切都是师父在做。读同修文章后的一点感想，不妥之处，请慈悲指正。

### 同修之间用正念对待，才能形成真正的整体

前日，总公司开每月生产和安全方面的例会。我们分公司的科长、老总、副总都去了。结果老板在会上当着四家分公司众多管理者的面宣布，因我们公司今年所出矿的品位没达标（俗称：掉品），而让

质检科科长辞职。而其它公司比我们公司矿品位掉的更厉害的，却没什么事情。

不管表面上和背后有啥原因，但作为修炼人都明白这一切都不是偶然的。对于科长来说，是否有面子心和不愿意让人说的执着？对于我们普通员工来说，是否有人情和依靠心？等等这些都是需要我们好好的向内心去找的。

因为前一阶段公司经过一定的改组，几位做质检工作的同修能在晚上一起学法，早上一起晨炼。从老板那里算起，这个公司从上到下，对法轮功都是认可的，都明白大法好。所以在这里就形成了非常好的修炼氛围。但，这些人心向善的因素，却不是我们不去人心的理由，虽然表面上看来，是有人背后说科长坏话。

当我们知道科长被免职的消息。大家在一起学法后，进行了一次交流：觉得我们对科长同修给我们开创了集体学法，集体炼功的环境，产生了欢喜心和依赖心，而导致的这次事情。要知道，维护表面的环境本身不是目地，真正的利用这个环境修炼上去，才是根本。

对我而言，当日没感觉什

下的活干完了。

当时公司刚给买了各种医疗和意外伤害保险，如果我叫救护车上医院，不仅不用花一分医疗费，保险公司还会赔偿很多钱，包括耽误工作的工资。

当时我人发晕，但心智不糊涂，我相信师父。修炼人用修炼的方式处理，我选择发正念，打坐炼功。

连续三天，我很艰难的独自驾车，几乎不能正常工作，开始记忆力锐减，丢三落四。

要好的同事说我肯定脑骨折了，碎片割破了血管，导致脑淤血，淤成包；还说那么高，摔下来没有筋断骨折，也会脑震荡，多少人从那么高摔下来，都摔死了，例子太多了。同事让我赶紧上医院，去晚了，怕保险公司不相信。

我坚信自己没事儿，只有大法可以保我的命。我每天下班炼功、发正念。

前两天没什么起色，直到第三天，在打坐中，我深度入定，看见了师父。师父将时间倒转，让我看清那天的事故真相。

旧势力知道动不了大法弟子，它们不直接迫害我的身体，而是在我用的工具上下

手。当我准备从梯子上下来时，旧势力黑手在另外空间推了一把梯子，让我一脚踏空，让我 200 来斤的肉身重重的从高空摔了下来。

就在我身体就要摔到地上的危急时刻，师父突然显现出来，伸出双臂，托了我一下，我的身体从师父的手臂里滑落在地。因为身体坠落的太猛，速度太快，以至于掉下来的时候就昏了过去。即使我的身体被师父的手臂抱了一下之后在继续坠落，摔裂脑骨，导致脑淤血，可想而知，如果师父没有保护的结果。

师父点化我：任何一个人，哪怕是修炼的很好的大法弟子，当时如果不是师父救命，从那么高的空中摔下来，都将必死无疑。旧势力做这番手脚，就是想取我性命。

师父还点化我，运用神通。

我以一念，调动神通。就看见自己功的颗粒，每一颗都是活的，聚集在淤血周围，驱散着淤血，缝合着裂骨，忙活了好一阵。

出定后，我一摸后脑，没有肿包，没有痛痒，没有头晕脑胀！反而记忆力大增，头脑异常清醒，感觉比摔倒以前还

十年了。有多少个风雨天啊！可是我出门从不带雨伞，用不着。只要知道我要怎么做就行了。这一切都是师父给的。因为我们是走在神的路上的人。

我们只是在助师正法中做了这么一点点应该做的事，师父却给了我们这么多，师父时刻在我们身边。指点着、修正着、帮助着、呵护着他的每一个弟子，并且给予了我们种种的方便。师父为我们的多少承受、赋予我们的不尽恩泽……无以言表。唯有叩谢师恩！深深的叩谢师恩！

师父说：“正念正行 精進不停 除乱法鬼 善待众生”（《洪吟二》〈正神〉）

我的理解：这是师父给我们下的十六字“令”。也是一个正神的标准。

### 大法弟子遇难呈祥的真实经历

我在修炼过程中，遭遇过两次重大交通事故。第一次发生在得法两个月左右，对方人和车都没事，而我本人没事，但我的车撞毁了；第二次，眼看对方车撞过来，忽然又嘎然而止，车停住以后，车头一下子自己全撞烂了，仿佛撞在一

道无形的墙上。这次我不仅人没事，车也没事，车连一点擦痕都没有。

警察来了，百思不得其解：肇事的车如果没撞上我的车，为什么肇事的车头全撞毁？如果撞上了我的车，为什么我的车一点没坏？

我大难不死、遇难呈祥的事还有一件。一次，我站两层楼那么高的梯子上修剪树枝，当时天还亮着，电动机刚加满了油，可以在不用的时候烧两个小时。

我只记得修剪完了，我迈步下梯子，接下来的记忆就是，我忽然醒了过来，被看家的老黄狗用爪子拨醒，胸口衬衫上一片狗爪子印。天色已经黯淡，我想不起来是什么时候、怎么躺在了草地上，电动机摔在一边，好在没掉在我身上，里面的汽油全烧完了。我好不容易在几米外找到了眼镜，不记得是怎么把眼睛甩在一边了；只觉得后背疼，可能是磕在了石头上，衣服被割烂两个小口子。

我当时就感觉脑后肿胀，一摸一个包，软软乎乎的，里面的骨头疼。整个人像喝醉了酒，晕晕乎乎、深一脚浅一脚的。我还是尽量坚持着，把剩

么，觉得自己的心没有动，但第二天早上，我心里就有点不好受。我明白这是“情”返出来了。在这个公司我干了快两年了，跟科长他们一直相处的不错。要分开，真有点舍不得。此心一出，我就马上抓住它。这是“情”，不是我。

“情”是外来的因素，是修炼人要去掉的！而且很多事情不是简单的，作为一个人不能总是沉浸在几个人的小群体中呀！我们在任何时刻都要想着整体，想着更多的同修和众生呀！不能觉得这几个人相处的不错就愿意总是在一起。

当日老板原本说派下来的新人，因老总说对其不熟悉，而婉拒。晚上在集体学完法之后，我们一起又交流了一下：就是针对于同修之间的情，要充分的认识到，并彻底的去掉。同修之间就是应该正念对待。我们是因为一起修大法而相遇；因为想共同精進而相识；因为努力做好救人的事情而相知。那么何必执著于“在一起”的形式本身呢？

而且在听闻此消息的时候，虽然都觉得这里是“家天下”作风，也就是哪个新来的领导上任，都会用自己的一伙人，但大家不管新来的领导上

任后自己与否，依旧该干什么干什么，没有消极和抱怨的心里。拿我自己来说，我今日连办公室的沙发和门都擦了，而在平时我很少擦。

也许大家的执著都找出来了，心都用在了修炼和救人上，没有随着这件事情动；而且依旧用一种积极的心态来对待日常工作。也达到标准了。

今日中午，公司老总来跟一位同修说，原来科长当副科长，正科长你来当。就是给老板找个台阶，角色微调一下，别的什么都不变。这样我目前每日工作两个小时就可以了。其余时间都会用到证实法上。

听到这个消息，我心里似乎犹如一池死水一般，毫无涟漪。因为以前我们有人心才会出现那个假相，那么此时我们怎么还会动任何人心呢？

作为一个修炼人，我觉得我们只有无条件同化法和救人的份。绝对没有跟大法索取和讨价还价的份。在任何一个环境中我们都应该为自己的修炼和做好救人的事情着想，而其它的都是附带的或者说是为了更好的修炼和证实法奠定基础。所以我想只要我们的心时刻在法上，遇到任何问题查找自己的不足，那剩下的一切都

随师父安排。我想那是最好的。

作为同修之间，只有用慈悲的正念相互对待，那才能真正的形成金刚不破的整体，才能破除邪恶的干扰，才能更好的救度众生，才能最大限度的完成我们跪在主佛面前面对芸芸苍宇无数的众神而签下的神圣誓约！

个人体会，仅供参考，不足之处请慈悲指正。

### 彻底根除为私为我 成为新宇宙的保卫者

前两天圣诞节时，邀请了几个同修来家里吃顿晚饭，算是过一下节吧。其实我和先生都不会做饭，本想买点现成的就行了，大家只是热闹一下。但那天因去唐人街讲真相回来晚了，没买到什么东西。不过同修来时每人都带来一盘菜，所以倒也足够了，还觉得挺好的。可第二天先生告诉我，有两个同修不太高兴，抱怨我们说是请人吃饭，但其实没准备什么。先生有点沮丧，觉得既然自己不会做饭，就不该请人来。我听了也有点沮丧，本来想是个好事，结果反而出现这样一个矛盾。但我知道任何事

情都不是偶然的，发生了一定有原因。

向内找，找到了自己有不考虑别人的心。自己和先生都不太讲究吃，觉得那天吃的挺好的，可那两个同修因为很会做饭，所以一定觉得那天吃的很不舒服。想想同修特意开车一个小时过来，虽然不是为吃顿饭，可作为我们也应该尽心为她们准备呀。而我却只用自己的标准去判断这顿饭是不是足够了，一点没考虑别人的感受。想想我在别的事情上也有这个问题，总是用自己的感觉和要求去衡量一件事，自己觉得无所谓的事，就认为别人也应该不在乎；自己认为很重要的事，就觉得别人的忽视很不应该，总是站在自己的立场上考虑问题、判断对错。

再有就是，为什么听到了抱怨会不开心？为什么总喜欢听好听的话？从根本上还不是维护自己的利益吗？其实我也发现了，那些觉得自己挺精進、做得不错的人，一旦受到抱怨或指责，就会跳起来，其实就是触动到了最本质的利益，那个最根本的自我、私心，我也是这样的。这时如果真的是无私的，就不会觉得自己受到委屈、伤害，而是还能

说：“没事。会好的。”离到公园还有半站地的时候雨停了，天晴了，我对 M 说：“准备下车！”下车后的天真是洗过的一样，蓝蓝的，天清气爽。公园的植物都在大棚里，寒带的、热带的、沙漠里的……什么都有。

进入大棚后不久，雨又下起来了，下的还挺大，似乎是接着刚才没下完的雨在下。但天没有黑，黑了我们就观不了景了。只是说话听不见，要打着手势，比画着，就好像我们行走在鼓里，雨敲打鼓面的轰鸣声震耳欲聋。我们象两个小孩子说着、笑着、走着、闹着……

她要上厕所，厕所在大棚外面，还得出去。就在这时雨停了。外面又是湛蓝湛蓝的天。踮起脚尖绕过一个一个的水洼，周边小花小草意趣昂然。

再回到大棚里又是另一番景象，沙漠里那么大的仙人球花正开着，森林里的古藤在阴森密不透风的环境中攀延着……鼓声又响起来，外面又下雨了。

我们要回家了，雨不下了；我们上了公交车，雨又下起来了；中途转车，天又晴了；上了车，雨又下起来了；

车到站了，雨又停了；一直到我进了屋，雨又下起来了。这一天的雨是下下停停，可是它总是顺着我的意思走。这一天下了一天的大暴雨，可是我们一滴雨也没淋着。这一天很神奇。我想是让 M 也亲身感悟一下什么是“神奇”吧？可是，人就是人。

有一天我从同修家出来，天正下着雨，同修说等雨停了再走吧，我说着“没事！”就跨上了摩托车消失在风雨中。路上的水已有半尺深，我捏着闸慢慢一路到家，进门后同修电话问：“淋着了吧？”我说：“没有！”他说：“衣服一定湿了？”我说：“不但衣服没湿，鞋都没湿，连鞋底都是干的。”“怎么？你的脚没落地吗？”“怎么会呢？到处都是水，我可是踩着水过来的。可是鞋底就是没有湿。”

还有一次我从商场往外走，就听旁边的人说：外面的雨很大呢。可是我脚步没停，也没有减速，径直错开门口的人群一步跨了出去。就在我跨出去的一瞬间，仿佛有人撑起了一把很大很大的伞，一下子把雨遮住了，一直送我到

家。感谢师父！谢谢神！

## 【修炼故事】

### 信师信法 处处神奇

2003 年我去西园庄要回来时，外面下起了大雨，大楼门边聚了很多人。等了会儿雨也没停的意思。我不禁仰天自语道：“怎么还不停啊！我该走了！”此话被旁边的小伙子听到，笑了起来：“老天爷听你的？”可是过了有 2 分钟吧，雨还真的停了。我也笑了起来，对他说：“你看听我的吧？”当时这是一句玩笑话，也不觉什么。见雨停了，我赶紧发动摩托车骑上就往家赶。一路上葡萄般大的雨点，半天落一个“吧嗒！——吧嗒！”的砸在头上、身上。好象那雨在使劲憋着又忍不住似的。好不容易到小区车棚了，就在我进去放车的时候，雨又下起来了。

我立在门口等了会，其实我也挺同情老天的，刚才我就知道他憋了很久了，想下雨下不了。可是我也不能老呆在这呀，我说：“先别下，我还没到家呢！”门边有位老太太坐在那答茬了：“老天爷听你的呀？”可是不一会雨真的停了。我对老太太笑了笑，“看！听我的不？”就飞跑出

去。从我家到存车处还要经过几栋楼，就在我刚刚进入我家楼门口的时候，暴雨贴着我的后身就象开了闸的水“哗——”的下来了。

反转身，望着那漫天白花朵的雨，我心中充满了感激……

我知道，为了更好的做好助师正法的事，师父为我们开了最大的方便之门。

从那以后一直到现在，我出门不看天气。

天正下着雨，我对天说：“别下了，我要出门了。”天就晴了。

要是阴着天，我就说：“别下雨哦，等我回来再下。”果真如此。尽管放心的去做你的事。

有一天傍晚，天已经有些蒙蒙的雨意，我有点担心：别淋湿了我的光盘。结果雨到后半夜才下。我知道那个时候骑车的人都已经回家了，我放的盘都安全了。

那天我和 M 去世界花卉公园。上午我们坐在公交车上天就阴下来了，接着天就黑了，瓢泼的大雨就下来了，车窗上那真是水流如注啊。周围全黑了，车灯、路灯也都打开了，一下子白昼就变成了黑夜。M 说：“完了，去不成了。”我

真正站在别人的角度上体谅别人，那才是新宇宙的标准，也只有这样的生命，在关键时刻才能成为新宇宙的保卫者。

一次我在向一个老朋友弘法时，告诉他自己自修炼以来有了脱胎换骨的变化，他却质疑说：“好象性格是好了不少，但脱胎换骨，倒没看出来。”我想，迫害刚开始的时候，我曾经为了证实法，放下了常人认为最重要的一切，工作、家庭、房子，认为自己能做到为了佛法放弃人间的一切。那还不算本质上的变化吗？为什么朋友还是质疑我是否真的改变呢？难道还没有真正脱胎换骨？今天通过这件小事反思自己，我明白了自己的问题。应该说，在个人修炼上我可以说是脱胎换骨了，去掉了那么多执著和不好的人心，尤其象妒嫉心、色心这些东西，不修炼是绝对不可能去掉的。可是坦白的说，从正法修炼的角度，我并非做到了无私无我那么纯正的状态，很多骨子里的私心、自我还时常会跑出来主宰我的思想甚至行为。

那天看了一个中国传统文化的故事：商汤祈雨。商汤愿以身祭天，为民祈雨。那天无意中又听到一个同事讲看韩剧

“善德女王”，主要情节也是说一个王可以为自己的众生牺牲自己的一切，包括生命。听着这些故事，我好象明白了自己的私心、自我藏在哪里。比如如果反问自己，可以为了救度众生放弃自己的一切吗？理论上是可以做的到的，但实际上并不一定能行。自己在做证实法的事时总是有所保留，安逸心、维护自己的心时常显现，旧宇宙为私为我的特性仍时有体现。当年可以放弃一切走出来证实法，某种程度上还是为了自己的圆满或提升，动力还是有为私的因素在里面，而现在是为了救众生，完全为了别人时，就做不到全部身心的付出了。

随着正法进程的推进，我发现很多同修也发现了自己的私心，也在想着如何去掉它了。我的经验是，在多学法、学好法的同时，只有在遇到任何矛盾、冲突的时候能够真正的向内找，从正法、救人的基点上去思考问题，才能做到正法中的脱胎换骨，才能彻底根除为私为我的旧宇宙特性，才能成为新宇宙的保卫者。

个人体悟，请同修慈悲指正。合十。

## 走向回归的征程

一月八日晚炼静功定中看到师尊坐在一座又高又陡的山崖峭壁上。面向西，北面（右边）、东面群山矗立，山连山，壁挨壁。师尊背后的山峰（群山）一座比一座高大，山的顶部直入云端。站在山脚下向上望去山脉弯曲像一条长龙，头在上空，尾在山脚横卧在山的中间。

师尊就坐在群山的中间位置一个比较平坦的峭壁上。这时发现师尊用右手在峭壁的山崖边上拽往上冲的同修。上来一个拽一个，一个接着一个往上拉。拉上来的同修每人背后背一个小小的双肩包，像小学生背的双肩包，里面装有一本《转法轮》。匆匆的头也不回的向山的远方走去。紧接着形成了一支庞大的爬山队伍，浩浩荡荡。忽然从师尊的右侧靠近身边峭壁的上方出现了一条山道，很窄很窄，像是在江面上架起的桥梁，两边护栏什么都没有，只有一条很窄的小道通往前行的群山。人群急速的在山道上快步通行，源源不断。每个人身背小小的双肩包，两手空空，跑步的姿势，向山顶冲去。师尊坐在原地不断地拉着上不去山道的学员。

很明显那些精进的学员已经从师尊铺好的山道上向山顶挺进了，只有那些不太精进和在磨难中，还没有归正自己的，只能从正的道上滑下来在下面挣扎着。师尊不想落下一个弟子亲自在往上拉。这时发现我身边的同修甲从峭壁上上来，师尊拽着她的手在往上拉，可同修的身体太沉了，就是上不来。急得我直喊，眼看着就要坠下去的时候，我忙喊：不要松手，身体往上冲。我忙用功能把同修的身体往上推，只见同修的身体一跃被师尊拉了上来。上来后站在师尊的背后看着被师尊用手往上拉的学员，心里为他们着急，并在心里加持同修的正念，之后回头加入在前行的大法学员行列中去。紧接着乙同修伸手被师尊拉了上来，我一看不对呀，同修乙大姐一直是很精的进大法弟子，怎么在这条路上走呀，应当属于上面山道上的。她上来后身体靠在山道的壁上不动，我忙喊：你快上来呀，你应该上边山道上的人，你应当上去。她说：没事，我能上去。她在那用正念加持同修，见到同修被师尊拉上来了，很放心的一跃跳上山道汇入先前奔跑的人群中。茫茫的人海啊，长

女儿站起来对我说：妈，通过这件事，我们平时要注意修自己的“一言一行”，什么话能说，什么话不能说，什么事能做，什么事不能做，用大法来衡量，纯净自己、归正自己。对啊！还要修“一思一念”，这就是修自己，这就是实修。

我又对女儿说：我们还要学会“向内找”。每天发生的好事、坏事，你都向内找、找自己。为什么这件事情会发生在空间场？是不是有什么心、什么执着、什么物质.....？要去掉、要修掉。找到后，对照法，及时去掉、清除、解体。瞬间空间场变得无比广阔，一片清凉、纯净。确实象师父说的：“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》）。每天这样找自己，时间长了，它就象一个有灵性自动而行“向内找”机制。不管发生什么事情，根本不用你的思想思考“对”与“不对”，“错”与“不错”。你的思维直接进入“向内找”机制，“找自己”。它就像一种旋机一样。带着你“向内找”。这是千真万确的事情。妈妈，今天跟你

交流的是自己修炼体会。女儿说：哦，知道了，“向内找”就是修自己。看见女儿一下子豁然开朗，空间场一下子天清体透，真是：“观念转败物灭光明显”（《洪吟》〈新生〉）。

几天后，我问女儿：你去演讲没？女儿说：我忘了告诉你，不知什么原因，院工会取消了这次演讲。唉！这就是你一念之差带来的后果。

师父在《转法轮》开篇《论语》中一语道破天机：“‘佛法’是最精深的，他是世界上一切学说中最玄奥、超常的科学。如果开辟这一领域，就必须从根本上改变常人的观念，否则，宇宙的真相永远是人类的神话，常人永远在自己愚见所划的框框里爬行。”我们按照师父开示的玄机，抓住这一点，破除千百年来形成的观念、人理，修去为私为我的心，蜕去常人的这层壳。让自己“一思一念”、“一言一行”，都在法上修，用每个细胞的粒子去同化大法。走正、走好最后的助师正法之路，做一个合格的正法时期大法弟子！

个人修炼体悟，不在法上，敬请同修指正！合十！

顿然悟到：这就是史无前例的“正法门修炼”。

一天早上，我去菜市场买菜，刚好走到买鱼的地方，地上都是水。思想中突然有一念，小心别摔跤，这时，听见旁边的几个人惊叫起来，等我回过神来一看，自己躺在地上，不知是什么时候摔倒的。这一念，给自己带来不必要的麻烦。“咱们就讲，好坏出自人的一念，这一念之差也会带来不同的后果。”（《转法轮》）

### “一言一行”

八月的一天，女儿（同修）告诉我，她们医院每个科室要选一名十佳护士，看谁的门路大，谁就能选上。我说：你要那“名”干什么呢。女儿说：我也是这样想的，师父叫我们修去“名、利、情”，我要它干嘛，我才不要那物质呢。我说：是啊！这才象师父的好弟子。

几星期后，女儿进门就说：妈，我今天没守住心性，你听我的声音。咦！你的声音怎么沙哑呢？她就开始讲，声音怎么沙哑的。

早上，刚到科室，领导找我说：过几天院里要召开十佳护士大会，你代替十佳护士上

台演讲（女儿的普通话说说的标准，在全院普通话比赛得了二等奖）。我一听气就不打一处来，心想十佳护士奖金你们拿去了、游山玩水你们回来了，我凭什么去演讲，我才不干呢，你们有能力自己去演讲，没能力就别演讲。心里气得够呛。最后，没办法，碍着面子，还是答应了。但心里想不通，就说：让我的声音沙哑吧，沙哑了她们就不会让我去演讲。话音一落，声音沙哑了。哦！太神奇了！妈呀！我竟然自己咒自己。

我说：你赶紧到师父法像前去叩拜，把心里是怎么想的、怎么说的。都一点不留的告诉师父，师父只看人心。听见咚的一声，女儿叩拜师父法像前，双手合十说：师父我错了，不应该看重“名、利”，我以后对照法去做每件事，守住心性，不让师父操心。说着、说着女儿的声音洪亮起来了。我在一旁热泪盈眶双手合十谢谢师父！同时，感悟到，大法在熔炼着每个真修弟子的身体，造就着每个真修弟子的思想，炼着每个真修弟子的“一思一念”、“一言一行”。只有法轮大法修炼的环境，才是唯一的一片净土。

长的山脉，同修像马拉松运动员一样在师尊铺好的山道上向山顶冲去。

我的心情非常的激动和沉重。激动的是正法的进程真的到了尾声，精進的同修已经走向了回归的路上在向终点冲刺了；沉重的是那些还没有跟上来的同修怎么办？师尊真的不想落下一个弟子，精進的同修赶紧的拉一把身边那些个还没有走出来的，抱着执着不放的那些昔日的同修吧。时间真的不多了。看到一眼望不到边的人群走向山的顶端，陌生的人群谁也不认识谁。都在走自己回归的路，一定要珍惜同修的缘啊。回想起下走时层层结的缘，相互的嘱托，千万年的轮回转世，等待的不就是圆满回归吗。今世彼此走在正法的路，有过的磕磕碰碰，现在看来什么也不是了。一定要珍惜同修，珍惜我们共同走过的正法之路。珍惜我们的修炼环境，珍惜我们自己吧。望着延绵起伏的山脉，长龙一样的山道，密密麻麻的人群，正法时期的大法弟子已经走向了回归的征程。走在前面的同修已爬上了又高又大的山顶顶峰，进入云端。跟在后面的同修继续前行，山脚下一眼望不到边的

人群从地面开始匆匆的往上涌。师尊坐在山道对面的山头上看护着在山道上奔跑的大法弟子。

同修们啊，时间真的不等人了，如果法正人间真的到了人这面时，那些还没有修好的同修怎么办啊？特别是现在还有一部分一手抓着人，一手抓着神不放的同修，在病魔假象中手捧着书看而嘴在吃着药的，在家独修只看书不做三件事的；只做少部分真相资料不讲真相的；只看书不炼功的；家务活忙得脱不开身的；被常人呼来唤去的……真的应好好的找一找自己了，对名利情放不下的赶快警醒吧。师尊在为我们着急啊，我们现在的每一天都是师尊用身体的承受换来的。赶紧跟上回归的步伐吧，师尊在等着我们呢。

现有层次所见，不当之处敬请同修慈悲指正。

### 警惕贪睡的心

小宝的爸爸修炼这么多年，一直都比较贪睡。只要放假休息，午觉都不能少，有时上午还要眯一觉。师父多次给小宝显现在天目里，让小宝看到他爸爸正在打呼噜睡觉的情

形。我和小宝已经多次提醒他应该修去贪睡的心，可他就是听不进去，当耳旁风。

这个周日，小宝的爸爸休息。上午，他看了一会儿大法书，就困的睁不开眼了，就去小屋床上睡觉去了。我和小宝背法，背了一个多小时，快中午时，我准备检查一下小宝背的怎么样。小宝很严肃的跟我说：“妈妈，咱们还得提醒爸爸。爸爸贪睡的心实在应该去掉了。”小宝天目看到了他爸爸睡觉的情形。

当时天目看到的情况这这样的：小宝看到在爸爸学法时，魔先在爸爸身上洒了很多催眠粉，头部尤其多。这些粉状物五颜六色变换着颜色，越闪越快，有点类似舞厅里的霓虹灯，一会儿功夫爸爸就晕了。紧接着魔又放出一群瞌睡虫，在爸爸头部“嗡嗡”的飞个不停，飞的爸爸眼花缭乱。这时，爸爸已经困的俩眼睁不开了，爸爸背后的执著心——贪睡的心，一下子就把爸爸和床牢牢的粘到一起了，爸爸就倒在床上睡着了。爸爸想翻身起来，身子刚抬起来一点，执著心有很强的粘力，又把他粘回到床上去了，就这样想起也起不来。

小宝看到这个情况，就开始帮爸爸清理。小宝先拿出喷火桶，对着很大一群瞌睡虫“噗噗”吹了一团火，瞌睡虫都被烧糊了。小宝又拿出一把扫帚，准备用它清理爸爸身上的催眠粉，这把扫帚可以扫尽天下尘土。小宝怕把爸爸扫走了，所以不能直接在身上扫。小宝先用扫帚把催眠粉扇起来，再用一块湿海绵把催眠粉吸走。最后还要清理爸爸后背的执著心——贪睡的心，很黏糊，很恶心，牢牢的粘着爸爸的后背，还粘着爸爸的床。小宝先用铲子铲，粘粘乎乎的清理不干净，好象有一种很粘的胶。怎么办呢？师父给了小宝一把喷枪，喷出的水是观音菩萨花瓶里的仙水，可以化掉那一层粘胶。小宝揪住粘乎乎的执著心，揪起一点，喷点仙水，粘胶就化掉一点，就这样一点点的把爸爸后背的执著心割除了，又把粘着床的执著心也这样清理了。

我听了小宝的叙述，觉的很严肃，真应该重重的提醒他了，不能太贪睡了。修炼是严肃的，任何一个执著都是回归的障碍，都是跳不出常人的缆绳，它牵着你不让你走。今生有幸遇到大法，大法可以帮助

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！为大法的永世不变着想啊！”（《精進要旨》〈佛性无漏〉）

我们修炼人每天的“一思一念”、“一言一行”，至关重要。真的，现在你想什么就是什么，你想好的，他就是好的。你想坏的，他就是坏的。他实实在在展现到你的空间场，成为事实。“大法弟子想出来的东西就很强烈，层次越高想出来的东西越强越大、时间维持的越长。”（《各地讲法五》〈二零零四年美国西部法会讲法〉）学法中知道了，正面思维带有正的能量，负面思维带有负的能量，负的能量会使事情往坏的方向转化。

### “一思一念”

初期，编辑、排版传单对我来说，头脑里是一张白纸，不知从何下手，都是师父手把手的教会我，然后再做笔记。师父帮我开启智慧、赋予我救度众生的一切能力。在正法修炼路上，放下人心，利用好师父赋予我的一切，去救度更多的众生。“带着如意真理来洒洒脱脱走四海 法理洒遍世

间道 满载众生法船开”（《洪吟二》〈如来〉）。

那天，我在编辑、排版传单时，有一篇文章，要排图形。图形要和文章的内容搭配上，我静心的思考、构思。然后，上网、下载图形。下了20几个Word版传单，打开版本一个一个看，将近一个小时过去了，没有我要的图形。于是，关闭电脑，学法。

我坐下调整自己的心态，静下心来，拿出《各地讲法五》顺手一翻，一段法映入我的眼前：“正念一强，其实什么都能解决。”（《二零零四年美国西部法会讲法》）。我一下明白了，师父点化我：自己念不强，心态不稳，急于找出图形。我马上放好《各地讲法五》。平稳、静心发了一念，这回只下载“一个”Word版传单，里面肯定有我要的图形。打开电脑上网，随便下载了“一个”Word版传单，打开版本一看，第二版有一个图形正好和我想像中的图形是一样的。“一个大法弟子，如果你的正念非常强，力可劈山，一念就做了。”（《什么是大法弟子》）师父讲的每一句法，每一段法，弟子们在正法和个人修炼路上见证了。我

理，是不会有吃亏的想法的。那不是大好事吗？我还找不来呢，是不？首先要消业呀，消得一身轻，才能往上走，提高层次。说了半天，这个基础，是根本。所以，师父一再教导我们：要把自己当作炼功人，按照法来要求自己。是不是这个理儿呢？

善恶有报，不失不得。你不失，要强迫你失。

在这个空间给我们的现象，好像就是我们，这就是迷，看我们在这个谜中，能不能超脱出来，这是很关键的。师父教导我们只有你自己严格要求才能长功。能不能严格要求自己，那可就看我们的了。

### 实修“一思一念”、“一言一行”

十年前，在贵莲（同修）苦口婆心的劝说下，带着看一看《转法轮》而不修炼的心情，带着满身业力外加附体，在宇宙的反理中走进了以修心重德为第一的佛家上乘 修炼大法。在大法修炼中师父帮我清理了附体，看到了大法的高深内涵，真是，“美妙穷尽语难诉”（《洪吟》〈法轮世

界〉）。看到了师父的伟大与慈悲，看到了 宇宙的真理，“性命双修”、“返本归真”，同时，也知道了师父给予我们修炼的路是“大道无形”、“自在的”。

初期进大法修炼时，只知道日夜“学法”、炼功，废寝忘食。误认为学得多、炼得多，修好自己，才能返回去。根本不知道什么是向内找、向内修、实修。学法中顿然悟到，我们修炼人首先要学好法。遇到问题，针对这个问题的法，就会出现在脑海，然后对照法，自然去掉。“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。”（《排除干扰》精进要旨二）。再一个就是自己的一思一念、一言一行反映出来时，一定要“向内找”、向内修，学会分辨“人心”、“思想业力”、“旧势力的干扰”……，用大法来对照，让自身溶入到法中，在法上理悟。排除它、清理它、解体它，纯净、归正。实实在在的修自己，这才是实修。师父讲：“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

我们，洗净满身的污垢，荡尽所有的愚见与观念，找回真正的自我。唯有不断的学法实修，在这颗心上下功夫，才能修掉一个个的执著，最后回归到先天本性境界。

### 向内找 钥匙神奇的回来了

我是东北的一名老年大法弟子。

前些天去农村看望新得法的表妹夫，在表妹家住了几十天。我见表妹脖子上戴着什么，就问：“你戴的是什么项链？”表妹笑着拿出来给我看，原来是钥匙。她说，如果钥匙不挂在脖子上，出门常常会忘带，有好几次就把自己锁在门外了。

我就告诉她，我搬新家一年多以来，钥匙从来没忘带过。不止如此，我家孩子们，外孙们，加上几位同修的电话号码，总共二十多个，我也都记得住。其实说这话时就已经是有显示心了。

从表妹那儿回到家，是外孙女开的门，我也没用钥匙。第二天准备外出时，却发现钥匙怎么也找不到了。因为我家的钥匙是在公安局登记配的，不能随意配，如果找不到就只

能从新换锁，那样可就麻烦了。我在心里求师父，求了几次，觉的不对，这不是执着吗？别求师父了，向内找吧。

仔细一找，我恍然大悟：有显示心已经不对了，另外，我能记住带钥匙，能记住电话号码，这都是常人中的琐事，我却背不下来《转法轮》这部大法。而表妹也是六十多岁的人了，她修炼前脑子混乱，什么也记不住，文化程度也不高，可《转法轮》都背了三、四遍了，她能记住的是大法。大家集体学法时，因为大法书不够，她就不看书。我们读书时，她在听，谁有漏字，添字，错字，她都能一一指出。

这一找找到了差距，惭愧不已。师父说：“向内找这是一个法宝。”人心找出来了，事情也就有了转机。

一天晚上，外孙女的朋友来了，我给他讲了真相。他刚从我屋出去，我抬头一看，挂历钩上有一串钥匙！我简直不敢相信那是我的钥匙，因为那是很显眼很明显的地方，已经一周了都没有找到，怎么会突然出现了呢？我激动的捧起钥匙高举过头顶，喊：“谢谢师父，谢谢师父。”

这次经历让我体会到，修

炼人的一思一念，一言一行，一举一动，时时刻刻都应该在法上。早日修去人心，同化大法，遇事用大法衡量，师父就会帮我们，“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟二》）。

## 找自己 要怎样找？

我们每个人其实都知道找自己。可往往发现，真遇到问题了，发生矛盾了，找自己就真的不是那么容易了。

怎么回事呢？往往是，找了，可是，我也没错啊。真的是他不对啊。那我怎么办？找什么呢？所以，往往这时候我们也就作罢了，算了吧，好一点的，就告诫自己，无论如何，师父说了，都是我的错，我就不理他，躲开她，行了吧？那心里可还是疙里疙瘩的。日久天长，就造成了间隔。而且，作为修炼人，实际上也还是没有真正的达到过好这一关的目的地。

其实是怎么回事？就是我们用了常人的标准，常人的是非观念来看这件事，来找自己了。那当然就找不了了。因为我们这时候完全是个常人了。怎么能找到修炼上的问题呢？

举个例子，有个老阿姨有

一次和我说：紫君，那天我们一个单元的室友洗澡弄了一地水，她前脚走了，我正好进来，我的房东，非说是我把水洒地上了。骂了我一顿。我怎么解释她也不听。真气人！

对了，用我们眼前这个空间发生的情况看，用常人这理来分析，那就是这个房东错了。没得说。可是，要用修炼人的理来衡量，那就完全不同了。修炼人没有偶然的事。用师父教给我们的法理分析，就完全不同了。师父告诉我们了，没有那个业，就没有那个难。那都是我们的业力招来的。也就是说，是我们以前对人家做了不好的事，现在才发生了这样的事。是要我们还债，还业的。现在要还。怎么还？那时你欺负了人，害了人，错待了人，甚至杀了人，那，欠什么就得还什么。也就是说，你也要被人家欺负一次，错待一回，冤枉一回，甚至是要还命的。还怎么能讲目前人间的是非道理呢？不这样，还怎么能叫还账，还业呢？如果按人间的理，我们确实就是错了，那我们修炼人都会服气低头认错，那还叫什么还账，消业？所以，我说阿

姨呀，很可能你以前冤枉过别人，那现在也让别人冤枉你一回，这不就扯平了？债还了，多好啊。咱再找找执著心，遇到不好的事，你动不动心？动了，难受了，不平衡了，为什么？因为被人冤枉了，就不高兴了，还是想求别人的理解，认可，正确对待，求人中的那个温暖、关爱、理解。这都是人心。是不？你看，我们忍了，但不是人的那个忍，因为我们明白了法理，知道了因果关系，诚心还债，不觉得委屈，是从内心的认可，这是修炼人的忍。常人看着我们是忍，其实不是常人那个概念的忍。另外，我们还找出了求常人中那个好处的心，去掉这个心，我们就上来了，难道不是好事吗？这不就是按照师父说的法理去做吗？好事啊！

所以，我们向内找的时候，还要记住，一定要按照修炼人标准找，不是按常人的那个标准找，这才行。

记得明慧有一篇交流，大陆的一个开悟的同修，被恶警抓起来迫害。她在狱中坚持讲真相，对那个狱警慈悲为怀。后来看到，自己前世杀过两个人，两条人命最后就判了两年劳教，就善解了。而那个警

察，有一世她是个将军，而这个警察是她手下的一个兵士，她曾令手下暴打这个士兵。今世这个警察就踢了她好几脚，也算善解了。

也就是说，我们荣为大法弟子，只要我们心性一提高，实际上师父就会给我们大难化小，小难化了。但是我们要提高，要正念，要按法理找自己才行。

也就是师父在《转法轮》中说的：“大家知道，我们这一法门不避开常人社会去修炼，不避开、不逃脱矛盾；在常人这个复杂的环境中，你是清醒的，明明白白的在利益问题上吃亏，被别人窃取利益的时候，你不跟别人一样去争去斗；在各种心性的干扰中，你在吃亏；你在这种艰苦的环境中，魔炼你的意志，提高你的心性，在常人的各种不好的思想影响下，你能够超脱出来。”我理解，只有吃亏才能真正还账，还业。这个吃亏可不只是经济上，钱财上吃亏。有时候，就是在心理上、面子上、自尊上、名誉上，吃亏。这是比较难的。同时，还要找出自己的执着心。其实，认为吃亏，就还是常人心，如果真正悟到了师父的法