

中比起修的好的同修差的很远，今后只有踏踏实实的，认认真真的做好三件事才能回报师尊的浩荡佛恩！

因修的层次有限，有不当之处请慈悲指正。

正见诗苑

卜算子·大道行

云松

大法救苍生，
旧势重重阻。
一念精纯信仰真，
自有回天路。
勿执世间迷，
不畏辛和苦。
三事铭心奋勇行，
已在穹高处。

乘慈航

法缘

秋风爽，晨露凉。脚步急，传真相。
不懈怠，时间抢。三件事，一起忙。
救众生，乘慈航。

盼归

莲园

夜半钟声响，神清倦意消。同修发正念，整体灭邪妖。
九字金光照，十方紫气飘。天音紫旭日，众醒盼今朝。

天渐凉

法缘

秋花无心赏，枫红天渐凉。忧心世上人，几多上慈航。
彼岸不难登，只要弃恶党。善恶看人心，敬神福泽长。

【要完全揭開宇宙、時空、人體之迷唯有“佛法”，他能區分真正的善與惡、好與壞，破除一切謬見，而予以正見。】

——《轉法輪》論語

正見周刊

第 580 期

2013 年 10 月 1 日



正见网

www.zhengjian.org



正见新闻

- 澳洲法轮功举行年度盛会 /3
- 神韵交响乐团华府首演 政要名流冠盖云集盛赞 /4

正见评论

- 父母何以将子女推入虎口? /6

修炼体悟

- “享受”与“难受” 之选择 8
- 美国民族的使命 /10
- 由“求求师父”想到的 /12
- 改变人心去掉怕心一走向神 /13
- 三言两语：别掉进旧宇宙安排的迷思中 /14

法会交流

- 证实法的每一步离不开师尊的慈悲呵护 /14

救度众生

- 中秋佳节救人忙 /22

修炼故事

- 我们的修炼路（四）： 我修炼的心路历程 /25

正见诗苑

- 正见诗苑 /28

对同修给的无私帮助怎么对待，出现矛盾怎么解决，在救人时，发真相资料，面对面讲真相，做三退等等，很多时候，都是人念，人做人事。我回想我的修炼之路的表现，感到没做好时，是没学好法，正念不足时就被常人假相迷住。师父大法赋予我们的能力被我们后天形成的人心局限，展现不出自己的能力，发挥不了大法的威力。

学了师父的《二十年讲法》，我要把自己当做真正的大法弟子，师父都给辅垫好了，在日常生活中，更主要的是做大法弟子的事，脑子第一念就是在想我是大法弟子，那效果真是不一样，神做神事。

比如说在学法时，我盘好腿，打开书，第一念，我是大法弟子，开始学法，那真的学法不一样，每个字就往脑子里打，有一种越学越想学的感觉，头脑清晰。在发正念时，首先想我是大法弟子，一立掌，浑身都被一种透明蠕动的物质包着，能量觉得非常大，还有说不出的感觉。在讲真相劝三退时，常人都在精力集中的听，效果非常好。

三、发生在我老伴身上的神奇事

我老伴二零零三年明白修炼法轮大法的都是好人，是修佛的。给了他护身符，他就带在自己身上，从不离身。他每周看周刊，每天听师父讲法，所以他得脑血栓恢复的比较好。可以自己上下五层楼，慢慢行走。一次他跟同事开车出门，刚开始没下雪，中途就下起雪来，走到高速下波时，刹车不管用了，司机乱了手脚，车上共五个人，都魂不附体了，滑的快到坡底时，前面还有一个不高的水泥柱子。就在这瞬间，就差那一点撞上时，汽车就转了方向，躲过了水泥柱子，而且自己就停下来了。停下来之后，看车里的人脸都没血色了，呆呆的。老伴就打开车门，掏出身上带的护身符，在马路对大家大声说：“是李老师保护了我们，要不肯定是车毁人亡。”大家都说谢谢，谢谢李大师，谢谢大法师父救了我们。

四、结束语

我深深的知道，修炼真的是很严肃的，修炼人首先应该做到的是信师信法的坚定，能够正念看问题。我在正法修炼

什么、做什么，一个念头就是想着救人，比方说：我给一个人讲真相，他没有三退，可是他明白了真相，那我也高兴，因为我给他得救做了一个铺垫，很可能再有别的同修救他时，他就得救了。

有一天晚上去一个中专学校旁边的烧烤摊，碰到两个女孩，我说：“闺女，你知道啥叫翻墙软件吗？我不太懂，别人给我的，嘱咐我要给善良的人。我看你俩挺好，你们看看也许会使。”女孩说：“翻墙软件我们知道，我家有电脑，可以使。我们学校有许多学生都背着老师在使用这个软件。我们都愿意看别人看不到事。”我说：“那就送你俩一人一个。”女孩说：“谢谢！大姨再送给我一个行吗？我送给同宿舍的同学。”我说：“行，再送给你一个。”

有一次到集市上去讲真相，看到一个六十岁左右的男士，看他手里拿着马扎，我上前问他：“兄弟，怎么还拿马扎呀？”他说：“我身体不好，腰疼，心血管也不好。”我说：“那我就告诉你一个不打针、不吃药、不花钱，就能让你病好了的法。你就诚心敬念‘法轮大法好！真善忍好！’你身体就会很快恢复。”他一听就说：“你是法轮功，国家不让你炼，你还炼，还到处宣传。我给你报派出所。”说着，拽着我胳膊就往派出所走。我马上就冷静下来，想起了师父告诉的：“在任何艰难的环境下，大家都稳住心。一个不动就制万动！”（《在美国中部法会上讲法》）我眼睛正视着他，发正念：解体他背后邪恶生命与因素。法正乾坤，邪恶全灭！灭！一会他就说：“你走吧。”我说：“你以后碰到这样的事，可不要这样做，好心人才会告诉你，是让你得福报，对你有好处的应该接受。”

二、真正的做到多学法、学好法

在做好三件事上，首先学法时必须入心，把自己溶入法中。可我学法有时不入心，有时发困，我在学法时，经常有今天学几讲，明天学几讲这样的想法。其实学法不能用数量对待，如果你学了一小段或一句，溶入心中，那就是提高。否则的话什么法理也得不到。

在炼功时走神，做真相资料打印机出现故障如何处理，

澳洲法轮功举行年度盛会



一年一度的澳洲法轮大法心得交流会于九月二十九日在悉尼召开，全澳洲的学员分享他们过去一年中的修炼体会，谈到在不同讲真相项目中在遇到障碍、或矛盾时如何向内找，加强正念，在大法弟子形成一个整体时，法力的体现会很大的体悟。并有的发言人交流了他们的得法经历，及在修炼后改变了人生观的体会等。旨在相互促进、共同提高。

来自墨尔本、堪培拉、布里斯本、阿德雷德、珀斯、凯恩斯等地的法轮功学员聚齐到悉尼参加本次为期三天的法会活动。在第一天学员们在悉尼市中心举行了民众签名反迫害活动；第二天在市中心到中国城举行了反迫害大游行；第三天法会交流修炼体会。

神韵交响乐团华府首演 政要名流冠盖云集盛赞



2013年9月27日晚，美国首都华盛顿DC肯尼迪艺术中心（The John F. Kennedy Center for the Performing Arts）迎来了神韵交响乐团本年度全美巡演的首场演出。每个曲目结束后，观众掌声雷动。演出结束后，观众长时间站立鼓掌，四位指挥依次出场带领乐团演奏四首安可乐曲，气氛活泼，场面温馨感人。

这场盛大壮观的演出由近百位世界顶级的演奏家、音乐家和歌唱家，以及四位知名指挥家联袂奉献。东西方乐器合璧，十四首美妙动听的音乐时而细腻婉约、时而跌宕起伏，西方音乐的辉煌以及东方音乐的灵性交织在一起，令观众如痴如醉，叹为观止，深受震撼。他们纷纷表示，整台音乐会的每一刻都牵动着他们的心，因此为之着迷沉醉，给他们带来全新的感受与震撼。他们在赞叹的同时，惊奇地发现神韵正统的音乐带来了超越艺术的人生启迪。

作为美国首都和世界政治中心，华府聚集来自美国和世界的政要、外交官、各界精英名流。华府的一举一动都牵动着美国和世界政局和未来的走向，27日晚，慕名前来欣赏神韵音乐的政要名流包括联合国官员、白宫人员、国务院外

子必须学法》中告诫的：“千万年亿万年的机缘、等待，我们在历史上所承受的一切，都是为了今天。不能在关键时刻把自己要做的事没做好，将来明白了，对你来讲，对你的生命来讲，简直是太痛苦的一件事情，所以大家千万不能够掉以轻心。”

修炼故事

我们的修炼路（四）：我修炼的心路历程

伟大慈悲的师父好！

同修们好！

我是一九九七年得法的弟子，我与所有大法弟子一样，都有着相似的修炼经历，有得法的喜悦，有被打压中的艰难与坚持，在真正的实修中，在师父的呵护下，一步步的走过来了。

一、以修炼人的最佳状态，更有效的多救人。

师父告诫我们：“往往你的心总是那么慈祥慈悲的，突然间出现问题的时候，你有个缓冲余地，思考余地。”

（《转法轮》）当我们看到同修的不足时，要反过来看自己，这样就不会用挑剔的眼光看待同修了，在与同修配合时，时时用法来衡量自己，而不是用法来找同修的不足，同修的行为不符合自己的人心时，便指责同修，完全忘记了师父讲的：“在三界外看人是反理，在人这儿看就成了正理。”（《二零零三年元宵节讲法》）的法理，这是没有向内找。我想：一个正的生命，他的特点应该是满脑子都是正的思想。不管是对同修，还是对任何人，任何事，发出的都是正的思想，他不会老是盯着别人的不足，我想这是修炼人的最佳状态。自己也会得到心性的提高和升华。

在救度众生中，我更是多印、多发真相资料、光盘、贴真相贴，使用真相币，用手机发短信，有时间和碰到有缘人就面对面讲真相。

在有限的的时间里，真是时间就是生命。我每天不管是干

成了阶下囚了，三尺头上有神灵，中国叫神州，意思是神的国度，你们看东北三省今年闹水灾，说是百年不遇的，人民生命财产遭受巨大损失，当官的管了多少呢？只顾自己贪赃枉法，这也是上天向人们警示，据报道黑龙江、辽宁、吉林三省是迫害法轮功学员最严重的省份，迫害好人就会遭天谴，如果当局者还一意孤行，那后果将是更严重的，所以我们老百姓要为自己的生命负责，要分清好坏、善恶，为自己选择一个正确道路，现在到处在讲“三退保平安”，你们如果入了中共组织就赶快退了，才会有美好未来。他俩连连点头，很爽快的退出了邪恶组织，并十分热情的感谢同修们，表示回去后会告诉亲朋好友也退出邪恶组织。

当天，B 同修独自讲真相时还碰到三位湖南籍的在读博士生，两男一女，在和他们交谈中，他们深知中共当官的贪腐，并说他们那里的市长、邪党市委书记、邪党纪委书记都是贪官，现在都是阶下囚了，有这样的官员怎么能把社会搞得更好，人们对中共已经不抱希望了，只愿它早点倒，他们三人马上就要毕业了，有机会就准备出国深造，不想呆在这个暴政的国家。B 同修与他们谈到三退，他们说：退。三个人都退出了中共邪恶组织。

在三天假日期间，B、C、D 三位同修互相配合讲真相，共劝退五十二人。他们感受最深的是，现在讲真相世人绝大多数都能接受，有的还主动揭露中共邪党的暴政，正如师父在《二零一二年美国首都国际法会讲法》中讲到的：“因为人有自己明白那一面，同时哪，人还有先天那部份，先天的根基吧，因为多数人都是来得法的，多数人都是为这法来的，明白的那一面已经越来越强了，所以有时候你们在讲真相中，你听那个人讲的认识很高，都不是平时人能讲出的话，特别是在接受大法的真相的时候，那都不是正常人能够做的出来的，象修炼人一样。”

上述四位大法弟子利用中秋假日，共劝退一百人。希望所有同修都能走出来，多救快讲，不辜负众生的殷切希望，这是我们全体大法弟子的责任和使命。

最后，我们一同从温师尊在《各地讲法十一》〈大法弟

交官、前退伍军人事务部副部长、前国防部官员。

白宫资深媒体人：渡过了一生中最美好的一个夜晚

白宫资深媒体人史奈德女士说，这是她一生中最美好的夜晚。史奈德女士说，她感受到音乐散发着能量。因为她的身体健康状况比较糟糕，但听了神韵音乐后，感觉全身像是得到了一番治疗一般，整个人感觉非常美妙。她的先生查理曾在美国国立卫生研究院任职，他也表示自己非常喜欢神韵音乐。

国务院部门主管：感受到神传音乐的神圣

在美国国务院担任某部门主管的 Finnegan 先生由衷赞美神韵交响乐团的表演不同凡响，表示自己很久没有听过如此高水平的音乐演奏了。他深深为中国乐器细腻、优美、触动人心灵深处的乐声所感动，他赞叹地说：“精彩之极，令人叫绝！演奏的非常精准，乐器之间配合非常完美！神韵交响乐团的旋律非常独特，超凡脱俗，这和我过去所听到的音乐非常不一样，指挥家热情洋溢，我很久都没有听到这么美妙的乐团演奏了，100 名音乐家，这里有这么多不同的管弦乐！这么多（不同）技巧的融合！”

国防部官员：演出振奋人心

Jean 女士在采访一开始就迫不及待地说：“多么美的演奏啊！”她认为舞台上那些年轻的音乐家都才华横溢，她说：“整场演奏都太美了，我很高兴看到舞台上那些令人惊叹，才华横溢的年轻人们。”

尽管 Jean 女士之前也看过许多交响乐团演出，但她表示：“这场演出明显更有活力，音乐更生动，更加有表现力。”她表示：“演出振奋人心。”

华府政府官员：前所未有的体验 像能看到一样！

在华盛顿特区政府部门工作的 Tallant Smith 先生观看了神韵交响乐团音乐会，他激动的说，这是一种前所未有的体验，感觉特别震撼，“这场音乐真是惊人，就像能看到它一样！”

父母何以将子女推入虎口？

法轮大法明慧网报道，二零一三年九月十二日晚，曾被非法拘禁在精神病院达十二年的河北邯郸钢铁集团职工、现年四十二岁的法轮功学员刘勇，再次被劫持到精神病院。而此次打 110 报警并将刘勇送入精神病院的，与十二年前主张将刘勇送入精神病院的却是同一个人，她就是刘勇的母亲。

二零零一年六月二日，刘勇的母亲配合邯钢将刘勇送进保定第六医院。在那里，恶医们每天强迫刘勇吃破坏中枢神经的药，每次还要他张嘴检查是否将药咽下。参与迫害的恶医对刘勇说：“我们知道你没病，我们这么做是迫于压力，不得不这样做。”为了让刘勇达到精神病的状态，医院强行给刘勇注射一些不明药物，在极度痛苦中，刘勇险些丧命。

二零一三年七月十三日，刘勇走出被囚禁了十二年的精神病院。河北保定第六医院明白真相的医护人员发出正义之声：“刘勇根本没有精神病，身体一直很好，每天也就是打坐炼功，还帮助别的病人，是一个很好的人，是得到全医院公认的好人。”然而仅仅两个月，刘勇的母亲竟然再次将刘勇推入精神病院。人们不禁要问：这是一个什么样的母亲？怎么能忍心将自己的儿子送入虎口？她本人是不是精神病？

这样的事情发生在一个母亲身上，确实令人匪夷所思。可是，在对法轮功十四年的迫害中，这样的事例却有许多。

江苏省南京市鼓楼区十四所法轮功学员张玉龙，二零零一年从江苏方强劳教所被非法劳教回来后，又被劫持到南京脑科医院（精神病院）。十四所“六一零”打手张长爱等人对张玉龙父母多次恐吓，强迫其在迫害书上签字。其母因极端恐惧，不许张玉龙在家学法炼功，只要发现，就主动联系当地派出所，导致张玉龙一次又一次被送进南京脑科医院迫害，至今陆续遭南京脑科医院迫害已十多年。

气如何，她每天都坚持出门面对面讲真相劝三退，每天可以劝退十几人。

今天中秋节的一天，她到一个车站候车室去寻找有缘人讲真相，遇到一位退休干部，她首先问候对方节日快乐，然后谈到社会的败象，中共官员的贪腐，老百姓生活艰难：看病贵、住房贵、物价高、收入低，当官的只顾自己享乐不顾老百姓的疾苦，老百姓怨声载道，这样的政党政府还能维持多久呢？现在天气异常，北方有大洪水、南方出现大旱灾，北京城弥漫着雾霾、贵州省平塘县掌布乡有块巨石上天然形成“中国共产党亡”六个大字，真是到了天怒人怨的时候了，中共灭亡就在眼前，所以现在社会上到处都在讲三退保平安。对方听完后说：你讲的这些我们都知道，我过去是在领导岗位上工作的，现在退休了，我不愿意讲假话，愿意听真话，我很佩服你的言行，你能在这样的环境下毫无畏惧的揭露中共的败行、丑恶，不怕抓，真是了不起。你听你师父话，真是个好弟子呀！这位退休干部随后立即退出了所加入的邪党组织。临别时，主动用双手和 A 同修握手，表达深深谢意。

三天假日，同修 A 就这样到候车室、车站码头、风景区讲真相、劝三退，理智、智慧的劝退四十八名世人。

同修 B、C、D 在中秋节的假日中，根据自己的实际情况，妥善处理好家庭、社会关系，利用有限时间到世人中去讲真相、劝三退，他们有时结伴出去讲、有时独自出去讲，不忘自己是修炼人，不忘自己的责任与使命。

九月二十一日，他们三人结伴到一个风景区讲真相，遇到一对青年夫妻，B 同修主动与对方交谈，得知对方是辽宁人，今年三十八岁，第一次来本地游玩，人生地不熟，于是同修 B 主动为他俩介绍了景区情况，接着又谈到“王薄事件”和前不久网上揭露的辽宁马三家劳教所隐藏的罪恶，谈到揭露其黑幕的书《走进马三家》，这对年轻的夫妻听后说：太残忍了，没有人性。于是 B 同修又讲了善恶有报的天理，并告诉他俩王、薄二人迫害法轮功，活摘法轮功学员的器官遭到了全人类正义人士的谴责，现在不是遭了报应吗？

远的塞一份资料给人，也不说话。有人碍于情面这边接了，那边随手就扔掉了。你们要到华人中间和我们交朋友，要能解答我们心中的困惑和疑问才行。你看今天这两个半小时的交谈，我的很多困惑没了，我对你们法轮功不反感了，我愿意跟你这个法轮功交朋友，我还可以回去告诉我身边的人法轮功是这么这么回事呢。如果你们是这样讲真相，你们应该持续的做下去，越深入越好。我花了两个半小时讲完真相。通常法庭工作繁忙，很难有两个半小时不叫处理第二个案件的，可是慈悲的师尊看到众生愿意多了解真相，我的工作时间也神奇般地被安排围着讲真相救人而转。

回到办公室，坐下来喝口水，办公室电话铃响了，我的经理高声喊着我的名字要我去处理下一个案件。当我们心在法上，一心想着救人，人这个空间还是同样的时间、同样的工作。可细细体会，已经被师尊安排得恰到好处。师尊慈悲呵护，每天不间断地把有缘人领到身边，我知道又有一个生命等待着听闻真相与大法结缘，被师尊救度！

个人现阶段的有限认识，不当之处请慈悲指正。叩谢师恩！谢谢大家！

合十。

（二零一三年加拿大法会发言稿）

救度众生

中秋佳节救人忙

下面是本地区四位大法弟子在今年中秋节的三天假日期间讲真相、救世人的真实故事。

同修 A 今年五十多岁，得法不到三年，是位新学员，她信师信法、坚如磐石，为尽快赶上老学员，跟上正法进程，她加强学法，每天学《转法轮》二至三讲，严格按照大法的要求来归正自己的言行举止和一思一念，做到“真修大法唯此为大”（《洪吟》〈得法〉），她认识到讲真相救度众生是自己的责任和使命，不管是节假日、礼拜天，也不管天

第一军医大学原副政委崔宏沈，卖力迫害法轮功，曾亲自将女儿送劳教，强迫其“转化”。

二零零零年十一月，山东青岛平度市云山镇长岭村法轮功学员李京东被迫害致死。而李京东早已离婚的妻子得知儿子李兴刚也修炼法轮功，便找上门来强迫儿子放弃信仰。儿子不从，她就伙同李兴刚的姨妈强行将他送到莱西精神病医院迫害，并用李兴刚打工一年的工钱作费用。

读着这样的案例，人们的身心有一种被噬咬的感觉。常言道：虎毒不食子，又说：父爱大如山。谁人不知父母对子女的爱是世界上最无私的亲情！可是在现今的中国，怎么会出现如此违背人伦的事？我们如果把这样的罪恶和中共恶党的独裁联系起来，会发现这样的罪恶出现在恶党统治时期又是必然的。其实，这样的罪恶在文革时期就已经多次发生过。我们看两个事例。

中共现任党魁习近平，文革开始的时候，他才十三岁，可是却被打成了现行反革命分子。中央党校召开批判六个走资派的大会，最后一个人就是习近平。他戴着铁制高帽子，帽子重，只好用两只手吃力地托着。他的母亲就坐在台下，台上喊打倒习近平时，他的妈妈也举手，跟着大家喊口号，打倒她自己亲生的儿子。一天夜里下大雨，趁着看守不注意，习近平跳窗户跑回了家。妈妈吓坏了，问他怎么回来了？习近平哆哆嗦嗦地说：妈妈，我饿。他想让妈妈给弄点吃的，然后进房间换衣服。习近平万万没有想到，妈妈不但没有给他做饭吃，反而冒着大雨向领导告密去了。习近平知道后，只好饿着肚子又跑进了雨夜。

《九评共产党》还记述了这样的一个案例：周恩来和孙炳文是同志，孙炳文死后，其女儿孙维世被周恩来认作干女儿。文革中孙维世挨整，孙维世的家人在她死后发现她头上被钉进了一颗长钉子，可是在孙维世的逮捕书上签字同意的却是周恩来。

以习近平的身世和周恩来的身份，这样的事情也能发生在他们身上，父母将子女投入虎口的事情该有多普遍。那么为什么会出现如此泯灭人性的事？这只能说明一个问题，中

共是六亲不认的。任何一个人，官位尊贵也好，身处卑微也罢，在需要表明立场时，都必须无条件的和中共保持高度一致。中共的党性主宰了一切，而人与生俱来的人性、人伦、人情在与中共党性发生冲突时，都必须自行割裂，哪怕那是最纯真、最天然的母子、父女之情，也概莫能外。当然，亲情割裂了，子女就落到了一种孤立无援的处境，中共想怎么处置就怎么处置。对这些父母亲来说，割裂了与子女的关系就等于完全放手让中共处置。而对于自己的子女该不该被处置，他们一点表达的权利都没有，一切由党说了算。

中共的罪恶超出世人想象之极限，由此可见。这是中共统治下中华民族的悲哀，也是中华民族的大不幸。然而文革过去二十多年后，这样的罪恶在对法轮功的迫害中又大面积的出现了。从人情上讲，父母对子女的爱是最无私的、最伟大的；从人性上讲，无论是自私还是无私的人，都会将自己的子女放在最安全的地方，有风替子女挡着，有雨替子女遮着；从人伦上讲，长幼有序，父母理应为子女承担一切。即使子女做错了事，父母也会揽在自己身上。可是中共却能将一家人最圣洁的人伦、人性、人情扭曲。中共这个恶魔是想把中国人民的父母都蜕变为兽类。

从为人父母的角度上看，不管这些父母是出于对恶党的恐惧，还是出于他们自身邪恶的党性，丧失人性的父母将修炼法轮功的子女推入中共虎口，任中共蹂躏，都是极不应该的。作为父母不能正面认识自己的子女，却听任一个政党的一面之词，不加任何思辨的将自己的子女投入虎口，这样的事情也只能发生在中共统治下的中国大陆，在全世界任何一个地方都不会有这样的事情发生。

修炼体悟

“享受”与“难受” 之选择

“享受”与“难受”是我们修炼人最经常要面对的选择。

能不能让他保留这本《转法轮》一段时间，他虽然看完了，但因为儿子的官司搅得他心烦意乱，他的心不静，等他静下心来后，他要反复多看几遍。

最近碰到一位从国内北方移民来的高级工程师，因超速的告票来上庭。庭上办完他的案件后，我推荐他去看大纪元的法律专栏。听到我进一步向他介绍《九评共产党》，他说他不喜欢法轮功。我问他为什么不喜欢法轮功，有什么问题，不妨说出来，至少大家可以共同探讨探讨。他问的第一个问题是，法轮功为什么讲“真善忍”而不是“真善美”？这个“忍”有什么好，是什么意思？我就对他说，在我现在有限的层次中理解，“忍”具备着非常高尚的内涵。当别人待你不公时，你能够宽容忍让的看待这一切，没有与人发生争执。这样宽容忍让的心，让你自己生活的很愉快，也同时带动你身边的人和环境和睦相处，这种忍往外再扩展下去，就会让整个群体和社会向良性发展。共产党讲暴力讲斗争，不喜欢宽容、忍让。而在中国传统文化中，忍让、宽容则是美德，我举了韩信胸怀大忍之心最终成为刘邦的大将军、国家栋梁的故事为例，他听了不住的点头。

他表示，在江魔头访问加拿大期间，他在华人社区里得到中领馆的指示，只要是法轮功出现的地方，他们就得出出现，他们代表的是欢迎的队伍。他说，当时他看到一个黑人在法轮功的队伍里，那个黑人告诉他，他是为了钱才站在法轮功的队伍里的。我给他讲明法轮功教导学员重德修心向善，为了可贵的中国同胞不被谎言蒙蔽，他们是用心在告诉世人真相，绝不会为了金钱。他说，我建议你们把那些明显是中共派来的不属于法轮功的人从法轮功的队伍里清除出去，否则会让这帮坏人把法轮功的清水给搅浑了。

当我针对他提出的大大小小的十几个问题回答完之后，他明白了法轮功的人不分春夏秋冬都去中领馆是为了呼吁停止迫害，是为了可贵的华人不受蒙蔽；他也明白了“三退”人数都是真实的，不仅包括退出党员的人数，还包括退出共青团还有少先队的数字；他对难以置信的“活摘器官”的报道也有了认识。他说，你们法轮功应该改变一下策略，不要远

见我的路上，太太想抄小路能走的快一些，不想被车给撞了，刚才路人报了警，所以，一时半会赶不来见我了。他在电话中还询问，应不应该上医院。我对他说，要不要上医院，要遵从他太太本人的意愿和她身体的反应和需要的情况，由他太太自己决定。

挂完电话，我如梦方醒，他们拼着命、冒着被车撞的危险也不放弃要来见我，是不是他们明白的一面渴望得闻大法呀？当天下班后，我打去电话，这回，是太太接的。太太说后来警察来了，他们并没有要求上医院，她坐在地上不停的念我告诉他们的九字吉言：“法轮大法好，真善忍好。”感觉好了很多，后来他们就决定还是回到家里休息。我询问她的身体被撞后的情况，她说没事，九字吉言真好，帮了她大忙，但就是还想能和我见面吃顿饭。听她这么坚持，我答应他们第二天中午我一定见他们。

如期见面后我将自己得法的过程和法轮功如何让自己身心受益的经历讲给了他们。期间那位先生感叹地说，在国内，他的手下就有炼法轮功的，他一直不理解为什么炼了功面临失去工作、金钱利益、甚至生命都绝不放弃，他说经过这一番交谈，他理解了。他还表示会善待他接触到的炼法轮功的人。他说他去香港就看到《九评共产党》这本书，在过海关回大陆时，他还想好了怎样应对，结果就成功的将《九评》带回大陆。席间，我给他们播放了神韵介绍短片和观众反馈。他们说，看了大纪元上登的神韵全球巡回演出的盛况他们很兴奋，尽管错过了 2013 年 1 月当地的神韵演出，他们非常期待能有机会来年现场观看神韵。吃过饭，临别前我递给了他们一本《转法轮》，他们非常高兴的接受，说一定要好好拜读。

几周后，那位先生又是三番五次打来电话，通上电话后，他认真的说，有两件事情着急要告诉我。一是，他们的儿子同意用“李真”这个化名退团退队。“真”就是“真善忍”的“真”，他说他儿子特别喜欢这个化名。第二件事情就是，《转法轮》他看完了，写的太好了，师父真是了不起的人物。他还说，这种伟大用人的语言形容不了。他问

如果修炼只是书面考试，要回答这一道选择题时，大概修炼人都能答的对，我们从大法的法理中知道：修炼就是个苦的问题！我个人所悟：这个苦的问题是个明明白白吃苦的问题！可不是常人那个迷迷糊糊遭受痛苦的问题！

人活着就是造业！修炼人明白吃苦就能将业力转化为德！那么选择“享受”肯定无苦可吃；所以修炼人会选择“难受”。因为“难受”就是吃苦！我们修炼人就是应该以苦为乐才对！

问题是：修炼只有在身体力行方面选择对了，才算的上是达到真修实修的标准！而光说不炼是不算数的！

只要有点悟性的大法弟子，都能发现，“享受”与“难受”之选择几乎无时无刻无处不在我们的修炼路上摆着：

“昏昏然欲想睡觉去。”与“打呵欠仍然要学法。”，选哪个？

“寒冷颤抖。”与“暖和舒服。”，选哪个？

“纳凉。”与“流汗。”，选哪个？

我们人类这个由分子细胞构成的物质身体有一个很麻烦的反应系统。怎么个麻烦法？那就是当人在“享受”与“难受”之间一旦选择了“难受”，身体马上就会反应出流眼泪、流鼻涕、流汗等等麻烦的症状来。

如果一个修炼人“怕麻烦”的执着心没有修去和放下，那么仅仅嫌流眼泪、流鼻涕、流汗太麻烦，就已经阻碍了自己在实修过程中作出正确的选择了！

被怕麻烦的执着心阻碍了自己选择“难受”，那就只好无可奈何的选择“享受”了。此时此刻，大概没有几个修炼人会对自己猛击一掌：流眼泪、流鼻涕、流汗的麻烦，难道比的上生生世世六道轮回的麻烦吗？这会儿若肯忍受忍受流眼泪、流鼻涕、流汗的麻烦，可免了你的六道轮回之苦。你干不干？

除了物质反应的麻烦，还有精神反应的麻烦，那就是：闹心。

当我们以一个修炼人的标准严格要求自己，在“享受”

与“难受”之间拒绝选择“享受”而接受了“难受”。往往就会出现“闹心”的麻烦！

“时间太紧只喝一碗凉开水算了。”与“还是花些时间弄一顿美食吧。”，选哪个？

“坐到沙发上去休息一会儿。”与“炼功就是最好的休息。”，选哪个？

“看新闻享受猎奇乐趣。”与“看书学法兼反复背法。”，选哪个？当我们刚要严格要求自己拒绝选择“享受”时，“闹心”就随之而来了。感觉就象有一只无形的魔掌，在一个劲儿把你的心思尽往“享受”的陷阱里面推，直推的你坐也坐不稳站也站不住似的！总之，心里多忍受一分一秒这个“闹心”，都是无形的痛苦煎熬！没有哪个常人甘愿忍受这种“闹心”的煎熬！即使是修炼人，意志不坚定的也会受不了。受不了咋办？很容易！只要找到一星半点的理由为自己的“受不了”开脱开脱，那只魔掌就能乘机将你推进“享受”的陷阱里面去了。一旦“享受”了，马上就不再“闹心”了。此时此刻，可能也没有几个修炼人会对自己猛击一掌：“闹心”之苦难道的上六道轮回之苦吗？这会儿若肯忍受忍受“闹心”之苦，可免了你的六道轮回之苦。你干不干？

可别小看了这些个锁锁碎碎的“小考验”。如果我们的真修实修就是以这些“小考验”来累计积分的，我们自己就知道自己能否及格了！我真希望将来在补考的每一次机会中，都能记的起在关键时刻及时给自己“猛击一掌”就好了。

个人层次所悟，如有不当还望同修慈悲指正。

美国民族的使命

大法开传，是在久远的历史上就安排好了的。中国是大法开传的中心舞台，世界其他国家是观众。那么，当今世界，哪个国家与民族能够富裕和强大，是众神的选择，也就是说，神选择让哪个民族强大富强，它就会强盛并且统治世

的走过来，看了看坐在车上的儿子，当了解到儿子在附近的某某小学上学，就微笑的问他是否还认得她，因为她不久前去那间小学做过讲座，然后就兴致勃勃的与儿子聊起天来，好象这起撞车事故根本不存在一样。不一会，她抬起头，微笑的看着我，说从她做的调查来看，我不属于那位年轻人说的“撞车后逃逸现场”，对方的车也只是擦了点油漆，我们双方留下彼此的信息，没事，我可以走了。

三、在讲真相过程中体会师尊的慈悲呵护

在日常工作与碰到的有缘人讲真相劝三退的过程中，我也时刻体会到师尊的慈悲呵护。那些了解了大法好的真相并三退后了的人，由于脱离了邪恶，有了正神在管，在人世间得了福报，人这个空间表现上就是案件大事化小，小事被撤，甚至一些看起来很严重的案件神奇般的也被撤诉，他们因此也不用再回到法院来了。我的时间和精力就被派用到与其他更多的有缘人结缘。一些人见过面谈过真相后，还没来得及三退的人，人这个空间就会表现出他们的案件还没有着落而需要不断的上庭。我理解，实际上是师尊慈悲，多次安排他们回来找我听真相最后获机会了解佛法并得救的过程。

记得一次，一对夫妇，他们在国内有着一官半职，因为儿子惹上了官司，那天跟着儿子到法院来上庭。休庭期间，我们有了机会深入的谈了自焚伪案、大法重德修心向善等法轮功真相、活摘器官的邪恶和三退的意义。夫妇俩非常爽快当场都同意三退，临走时还表示要回去好好看大纪元报纸的法律专栏，一方面为了儿子，也希望能对加拿大的法律有更多的了解，另一方面他们也想更深入的了解法轮功。我想：他们已经三退，还能稳定的每天通过阅读大纪元报纸，进一步得到更多的真相信息，所以接下来几周，当他们连续打来电话要求一起吃饭，我都礼貌的推脱了。直到有一天，他们接二连三的拨打我的手机，感觉上好象有什么事挺紧急的，我就回拨给他们，那位太太说：可跟你通上电话了。我和先生想请你吃顿饭，这次你一定要安排个时间。我觉得实在推脱不了，就答应他们第二天中午一起喝茶。第二天早上十一点半左右，收到那位先生打来的电话，他说他和太太准备来

的年轻人，跳下车，冲到我方向盘的正前方，大声喊叫，他要叫警察，因为我是“撞车后逃逸现场”。一位路人看到对方气势汹汹，就主动询问，告诉我不要怕，什么情况可以先跟他说说。我就如实的把自己没有听到撞车声，才接着往前开，而不是象他说的所谓“撞车后逃逸现场”的情况告诉给这个路人，这位路人帮着我去给那个年轻人解释。那个年轻人说，他在车里听到的是剧烈的撞击声，我在车里怎么可能没感觉，他就是不依不饶不接受，然后扬着手机说，他在报警。

这位年轻人说他在车里听到巨响，可前后左右查过他的车，也就是被蹭去了一点油漆，而且几乎从外观上还看不出来。而我在车里什么撞击的声音也没听见。我理解：一场原本激烈的车祸在师尊的慈悲护佑下被挡着化掉并将损失减轻到了最低。由于现场没有人受伤，车辆只是被刮了一点油漆，警察过了快一个小时才来到现场。在等待警察的过程中，我想既然错在自己，看他要多少钱赔偿他，尽快了了这事吧，也不用在这浪费时间等那不知何时才能赶到的警察了。自己一厢情愿的这么想着，对方表现出根本不愿搭理我的表情。好不容易警察到了，想上前去跟警察打个招呼，只听那警察呵斥着，让我到一边去等着。我这才坐进车里，静下心来认真的从法上想一想这车祸的来由。我想到了发正念。

当我渐渐静下心来发正念时，我清楚的感受到，另外空间延伸在这个车祸的背后更深远的原因，旧势力再次安排的邪恶检验：你的文章原来只不过是个集体学法时的交流，现在被登到大法网站，你想到更大的作用证实大法，那我就检验检验你的心性。看清这个车祸背后旧势力安排的检验因素后，我的思想变得非常清晰：文章既然被选用登在了大法网站，我认定那是师尊的选择，那我就要全力的去圆容这样的选择。我会在法中纯净自己的一思一念，任何其它因素不配考验！我念力集中的发完正念走出车外，那个气势汹汹不愿和我说话的年轻人与到场的警察已谈完话。我心生一念：谁说了也不算，该怎么处理，师尊说了算。只见那警察友好

界。

在大法开传的关键时期，我们都看到：美国是世界上最富足强大的国家，这个国家以信仰自由为自己的立国之本。实际上，这是众神有意安排的，就是要美国足够强大；当大法在中国被中共邪党迫害的时候，要美国这个国家、民族，能够利用自己强大的国力去揭露、去制止邪党对大法弟子的迫害，最终解体中共邪党。这是美国这个国家和民族存在的历史使命。其他西方民族也是一样，只是美国这个国家是主要的责任人。

大法从 1992 年开传，1996 年师父已经在美国为主的西方各国讲法、洪传大法了。经过这么多年来，美国和其他西方主流社会的人，他们当然知道并了解大法。大法被迫害 14 年来，美国和西方主流社会和政府不知道大法被迫害吗？他们都知道。那为什么不管呢？因为中共邪党用经济利益收买了他们，他们被金钱封住了口，迷住了他们自己善良的本性，违背了历史上他们对神立下的誓约，对邪党血腥迫害大法弟子的事实漠视、麻木和不作为。

可是大法慈悲众生，一再给美国和其他西方主流国家和民族机会，让他们看清邪党的邪恶本质，负起他们应有的责任，揭露和制止邪党对大法的迫害。尽管大法弟子一再讲真相，我们看到的是：美国政府并没有作为。

那就给美国民族最后一次机会，让“王立军”这个曾经直接参与“活摘器官、贩卖尸体”的邪魔，直接把中共邪党血腥迫害大法弟子的证据资料，送到美国政府，看美国政府他们在实实在在的事实证据面前，他们人的本性的一面能否复苏，还能不能兑现他们历史上对众神立下的誓约？！

我们都看到了，邪魔“王立军”把中共邪党“活摘器官、贩卖尸体”这种完全突破人伦道德底线的事实证据摆在美国政府面前，美国政府经过了一年多的时间，到现在还装聋作哑，漠视回避，不想作为。

我们看到：这一年来，美国天灾人祸不断，就是众神在警告美国人：如果这个民族不想维护神，神就会收回给他们的富强和荣耀，并严惩违背誓言者！

美国政府已经多次在讨论“政府破产停摆”的问题了，今天他们又一次在讨论这个“政府破产”的问题，其实就是神在警告美国政府，如果不维护大法，美国就会不复存在，神就会惩罚和解体一个不守誓约的民族！

个人体会，仅供参考。

由“求求师父”想到的

作为修炼人，在关难中有悟不到的地方，求师父点化一下，这本没有什么说的，这是信师信法的表现。可是，我发现，有的同修求师父时，很是随便，不大的事儿，自己能悟到的事儿，也求师父。显得不郑重，不严肃。

比如：有一个老年同修，病业关没过去，身边修炼的亲人也告诉她：“多学法，赶快提高上来，病业现象就没了。”可是，老同修整天嘴里念叨着：“师父救救我，师父救救我……”在床上坐着也念叨着，上厕所也念叨着，把求师父看的很随便。这是对师父不敬呀，怎么能这样求师父呢？求师父时，应该有一个敬仰的心，恭敬的心才对。因为师父是宇宙的主佛，师父在度我们，我们怎么能如此随便求呢？

还有的同修，家里找个保姆也求师父；有个同修开家店，招聘店员时也求师父：“安排一个能干的，可心的人来。”有的同修怕心重，出差时，人还没走，就先求师父：“让我平安去，平安回。”有的同修体胖，打坐困难，求师父帮助减减肥，苗条点儿。

我觉得，作为修炼人，最好不要“随便”求师父，太随便了，是对师父的不敬。也不要认为：“师父度我们，师父慈悲，大事小事都找师父，这是对师父的信和坚定。”我说那是悟性差。你什么都懒得悟？都求师父，那你还有修炼的威德吗？师父要都告诉我们的了，那还算修吗？

如果关难中，实在悟不到，又过不去，抱着一个虔诚的心，很郑重地，求求师父点化一下，或者求求师父帮助，那我想也很正常。如果太频了，太随便了，就不对了。我的体

修炼环境，协调人花费大量的时间逐个打电话，每周找人安排交流。这个集体学法和交流的环境伴随着我走过了从个人修炼转向揭露邪恶、制止迫害、证实法、救度众生的岁岁月月。每次参加集体学法和交流都象参加小法会一样，自己特别受益，因此形成了期待，总抱着要从中索取和获益的心。一次听到一位西人同修呼吁，不应该这样让协调同修花费大量时间打电话找人来交流了，这个环境需要我们大家共同来维护，他希望更多同修能主动把自己修炼的体会分享出来。当时听了特别触动。每次参加集体学法自己只想从中获取，从未想到要付出而主动去交流，这是一颗多么肮脏的私心啊！

我因此动心写了一篇讲真相劝三退的体会，在周五集体学法交流后，一位同修找到我，希望将文章改写后投给大法网站，她希望我能提供照片，说大法网站不仅是全球大法弟子可靠的交流平台，平时也有邪恶在盯着看。她补充说，如果担心国内亲人的安全，不放照片也可以，当然肯定是放了照片更真实，力度更大了。

同修的交谈，让我感受到师尊对我修炼的珍惜：我只是动了一念想要修去私心，师尊就给机会，就让我点滴的体会在大法的网站中能与更多同修分享、结识有缘、还同时起到震慑邪恶的作用。我想国内的父母因养育了我这修大法的女儿能被师尊往前推着在证实大法，他们会因此而享有福份，邪恶怎么可能动到他们？绝对不会的。

交流稿上到大法网站的第二天，开车回家的路上，我的车在红绿灯路口左拐后，在左线上行驶了一段，因嫌前面的车速度太慢，我打了右灯，在换右线前，仓促的看了一下盲点当时没看到车，没想到一位年轻人右拐后，以很快的速度在这条右线上急行。结果，我的车撞上了他的车。可是由于当时我在车里听着师尊讲法，音量比较大，并没有听到车辆的撞击声。我只是感觉快要撞上这辆车，就迅速将方向盘打回左线，由于没有听到撞车的声音，我就继续在左线上往前开。这时这辆被撞的车，加大油门，从右线直直的插入左线上我的车辆的前方，然后，急刹车拦腰停住。一个 20 出头

眩。这种假相持续着，从开车送孩子上学，转乘地铁上班，上班时坚持对遇到的有缘华人讲真相、其同意三退，一直持续到中午发正念。

分分秒秒过关中不论人的这张皮囊怎样痛苦，觉得难以承受，主意识非常清醒否定这种师尊不承认的安排。午餐时间，找个安静的地方坐下来学法，一股巨大的能量通灌全身，师尊的法，清理着我生命的最微观，我体会到师尊的慈悲呵护。下班后，原定的约见没有被取消，照常进行。来势凶险的魔难，就在日常生活任何一个细节都不被落下、不受干扰的情况下，被师尊洪大的慈悲化解了！饿了一天，吃过晚饭，象脱了一层壳似的，我浑身轻松，感觉一层败坏的物质从体内被清理掉。我知道旧势力安排的险恶考验变成了弟子正信师尊、正信大法提高心性的又一级台阶。

定下神来，向内找、问自己：是什么人心招来这凶险的魔难？剥去表面的呈现，层层深挖下去，是那个后天形成的、生命在降低层次往下掉、增加私心的过程中产生的顽固的“自我”。当这个“自我”因做成一点事，暗藏着心满意足、沾沾自喜、甚至贪得天功证实自己时，实质已偏离了修炼的真理和正道；当“自我”的观念、喜好和要求得不到满足而产生怨气，甚至心动妄念、对师对法产生怀疑，进而为了满足人心、摆不正自己与师尊和大法的关系时，那就非常之危险，旧的势力会竭尽所能让它们的安排得逞，加大人的执着，幻化出各种假相，进一步诱惑修炼人在敬师敬法和信师信法上误入歧途。那些后天败坏的物质和无知中造下的业力虽然一直努力地想要摆脱修去，如果没有时刻警醒，认清平时的一思一念，虽然一边在修，一边也许还积累着这些败坏的物质。

师尊慈悲，珍惜弟子想要做到“修炼如初”的努力，旧势力纵有千变万化的种种邪恶考验，也难逃师尊正法的“手掌心”。身为师尊的弟子，大法的粒子，弟子何以有幸今生与师同在，与正法同在！

二、看清魔难本质，警察放行，撞车事故“化险为夷”

为了维护我们当地每周五集体学法交流达到整体提高的

会是：有时悟不到时，就是不求师父，师父也点化；而有的地方该你悟，你却不悟，去求师父点化，那师父也不点化。

以前，我曾想：如果能见到师父，一定多提几个问题，请师父解答。“我提的问题师父能给解答了，那是一般人吗？”后来，当我去掉了这肮脏的念头时，心里惭愧了好久。这种显示心和证实自我的心还得了。师父伟大，师父如父，师恩是永远无法报答的，我们要用一颗虔诚的心永远叩拜和敬仰才对呀！！

一点感想，写出来与大家交流，请同修慈悲指正。

改变人心去掉怕心一走向神

我是已得法十多年的老学员，得法后，身心受益，多种疾病不翼而飞。七.二零后，我在修炼的路上走的跌跌撞撞，经受了魔难和精神创伤。因为讲真相救世人被迫害，离开工作多年的幼儿教育工作岗位。到北京上访被邪恶非法拘留、办洗脑班、开除厂籍留厂查看等各种魔难接踵而来，压的我几乎喘不过气。由于心灵深处的伤痕与恐惧不时的往出冒，一听到周围有同修被抓、被非法搜查、被骚扰的消息，怕心就翻出来了。在讲真相中不敢去散发真相资料，不敢粘贴不干胶，家中明处不敢放大法书，心里不同程度有怕的感觉。在家中自修的时候多，去小组学法也得想一想、看一看，总之心里总是不稳。时间一长就放任自己了，学法不入心、正念上不来，怕心也越来越重。在家中琐事缠身，求名心、物质利益心，老人儿女孙子情都上来了。自己几乎混同于一个常人。

师父看到我这个怕心迟迟不去，就点化我。一天下午五点多钟，从母亲那回家，进了自家门栋走到二楼，看到地上有一张“法轮大法好！真、善、忍好！”的真相粘贴，我忙从地上捡起来贴在墙上，一看贴歪了。再往楼上走，层层都贴着真相，这时我起了怕心：这怎么还贴到我家门口来了呢？别人不得想是我贴的？回到家刚要关门我醒悟了，这个想法不是我，邪恶别想吓唬我，我是李洪志师父的弟子，师

父时刻在我身边，同修能在我家门口贴真相，这是在解体另外空间的邪恶，让世人得救，是在做最正、最好的事。我悟到：师父看我这个不争气的弟子在着急，让我快快去掉怕心，各种不好的人心，也去救人。师父说：“怕心会使人干错事，怕心也会使人失掉机缘，怕心是人走向神的死关。”

（《精進要旨三》〈走出死关〉）“救度众生这件事情不做，你就没有完成你大法弟子的责任，你的修炼就等于零，因为叫你当大法弟子不是为了你个人圆满，是身负重大使命的。”（《二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法》）。通过学法对照自己向内找，我决心要突破怕心的束缚，要用强大的正念去解体邪恶的干扰迫害，用纯净的慈悲、善念去救度众生，用在大法中修出来的智慧去证实大法。心性提高了，怕心也去掉了。我又去二楼把贴歪的真相又端端正正的贴好，让大法的真相在另外空间灭邪恶救更多众生。

我今后一定要精進实修，跟上正法進程，做好“三件事”，对得起正法时期大法弟子的神圣称号。

三言两语：别掉进旧宇宙安排的迷思中

定中所悟，好人并不表示懦弱，慈悲并不表示要逆来顺受，不管是戏剧或电影情节都是好人先受到欺凌最后再平反，这是旧宇宙安排的计谋，目地是要人们形成一种观念。再加上三界内是反理，给人们看到的大部份是好人在受苦坏人在享受，这是旧宇宙设下的迷思。同修们我们要用强而有力的正念否定它，拒绝邪恶的一切迫害，面对迫害时内心深处要形成一股强大的否定能量对抗他。

法会交流

证实法的每一步离不开师尊的慈悲呵护

慈悲伟大的师尊好！

尊敬的各位同修大家好！

一、集体炼功，找回“修炼如初”；师尊呵护，闯过凶

险考验

2013 年纽约法会师尊亲临讲法，我的心灵被深深震撼。师尊说：“人千万年的轮回等待的不就是为了这个吗？那时生命深处的感受使你什么人心都能放的下，下定决心一定要修好自己。那个兴奋的心情使人精進。可是时间一长渐渐的就没了那感觉了，人的惰性啊，人的各种观念，在社会上的杂乱现象面前，对人都构成了各种引诱干扰，所以有句话叫‘修炼如初，圆满必成’。”（《二零一三年大纽约地区法会讲法》）

一段时间以来，自己总是以“忙”为由，其实是“惰性”，炼功三天打鱼两天晒网。由于忽视炼功，身体容易疲劳，最终影响效率。如何做到“修炼如初”？我想既然是炼功人，那就从最基本的炼功做起。纽约法会回来后我加入媒体同修每天早晨的集体炼功。我想作为大法弟子，不管手头有多少事情，千万不要变成常人做大法的事，应该是炼功人证实法。

坚持集体炼功受益良多。一早发完正念，准时出门。在炼功点，师尊熟悉而又亲切的口令让我每天沐浴在浩荡的佛恩中，师尊口诀的每个字打入生命的微观里。随着炼功，每个细胞充满能量，身体得到充份演练，感觉轻飘飘的，仿佛找回了得法之初每天炼功不落而带来的那份轻松和美好的感觉。

一天早起要发正念，刚起身，觉得天旋地转、头晕目眩、止不住呕吐。考验突如其来，身体反应剧烈，感觉另外空间的黑手烂鬼来势凶猛，颇有夺命之势。主意识清楚知道这是假相，不能承认。向内找漏的同时，生命微观中发出一念：我的生命是来同化“真善忍”大法的，修炼中的不足我会在大法中归正，另外空间不论多高的神，不配考验。由于身体从未有过的极度不适，人的念头随即翻涌而上：这么难受，实在不行，就不去炼功了，休息一会再说。很明显人心与神念激烈交战。坚持发完正念，开车到了炼功点，看见同修们已开始打坐，我冲到洗手间又拉又吐象虚脱了一样。坚持打完坐，感觉好了一些，迈进车里的那一刻还是头晕目