

长。夫惟不争，故天下莫能与之争。古之所谓“曲则全”，岂虚语？故成全而归之。”

说的是“委曲反能保全，屈就反能伸展，低洼才能注水，东西旧了才能换新的；少取反能多得，贪多就会迷惑。所以，圣人坚守这一原则作为天下事理的范式。不坚持己见，才能看的分明；不自以为是，才能是非彰显；不自我夸耀，才能凡事易成；不骄傲自矜，才能长久。正因为不跟人争，所以天下没有人和他争。古人所说的“委曲可以保全”，怎么会是空话呢？这是真实能够达到的。后来，从这里演变出“委曲求全”这句成语。

看似“曲则全，枉则正；洼则盈，弊则新；少则得，多则或”如此明白的事物变化规律，为什么说非圣人很难坚守呢？当读到“夫惟不争，故天下莫能与之争”时才意识到，天下人群皆为名利，如何做到不争？又怎能维护“不自以为是、不自我夸耀、不骄傲自矜”的德行呢？因为这些正是得取名利之后潜藏的情感，无意识就会有所体现，并且污染人心，就更无法实现事物往好的方向变通发展的规律了！而唯有圣人是不被名利所扰的，他们在完备自身德行的同时，故能坚守大道运行规律，不断同化宇宙特性。相对而言，那些高境界的自然展现才更真实，也才会善化内心，使大众受益。

毕竟人来世是为了返还神性真我，如若把动物界的“丛林法则”套用在人类，争斗与奸诈势必会阻隔唯人类特有的先天本性，无法与自然大道相通，那样在事物发展变化的规律中背道而驰，又会有什么东西是生命还能够守住的呢？观现今那些背离自然，不规律的异象，是否也正体现了大众人群的内心？所以如何才能真正保全我们的生命，也许真该是当下智慧人类应权衡和思考的。

正见周刊



2023年4月9日，来自墨尔本和悉尼的数百名法轮功学员参加了本迪戈复活节盛装大游行。

在大游行中，天国乐团、宝书及功法展示方阵、法船花车、腰鼓队、扇舞队、仙女队等一系列方阵，以喜庆亮丽、祥和典雅的表演展现了法轮大法的美好与神圣，所到之处赢得观众的热烈掌声与喝彩，成为盛装大游行的独特亮点

第 1080 期

2023 年 5 月 2 日

目录

正见新闻

- 纪念四二五 24 周年 加拿大法轮功呼吁停止迫害 /3
 神韵斯坦福爆满 “观神韵应纳入学校课程” /3
 特拉华大学放映揭中共活摘器官纪录片 观众震惊 /4
 加拿大 19 城升旗亮灯庆大法日 市长亲临褒奖 /4

讲清真相

- 在工作中证实法救众生 /5
 菜场里的故事 /8

正念正行

- 信师信法 正念走出看守所 /9
 幸福修炼路 助师救众生 /19

修炼故事

- 有神的婚礼真美好 /24

修炼体悟

- 读师父的新经文 我找到了自己的妒嫉心 /27
 “5.13” 感怀 /29
 《道中》感悟 /31

文学艺术

- 写作有“诀窍” 思维要“开窍” (一): 序 /33

文明新见

- “委曲求全” 的智慧之道 /35

党文化侵蚀的结果，但其中也有一些语言的“技巧”被邪党利用，我们也将本文中探讨。

在中国大陆疫情期间，人们即使表达关爱和同情时，许多人只会说“中国加油”；描述高兴和美好，许多人只会用“哇塞”，“太好了”就是“太哇塞了”。我们身处大陆邪党环境，许多大陆同修都感到自己在写作时被困在一个壳里，语言文字贫乏和粗陋，以至于我们的文章（大陆迫害消息、评论、回忆文章、小说、剧本、自媒体）还有许多提升空间。我们修炼人是有“诀窍”的，这个诀窍就是改变观念、突破思维模式，在借鉴前人经验中融会贯通，让自己的写作思维百脉全开。

本文将通过大量举例让文章通俗易懂，举例可能有点多，主要是想让初涉写作的同修能马上套用，也可以作为一个资料库实用（正常探讨论述，一般不该有这么多的例子）。另外，本文试图通过讲一个“面”而不是一个“点”，来展示某个写作规律，所以，本次交流范围比以前要广一些，涉及大陆消息、故事、回忆文章、时政评论、（海外）媒体、影视作品等等相关文案的写作。

文明新见

“委曲求全” 的智慧之道

源馨

“委曲求全”是懦弱还是仁义？其实真正的来源才是此成语的真貌，而且自然展现着神的安排和对人类的慈悲，令人内心豁然开朗。

据《老子·第二十二章》记载：“曲则全，枉则正；洼则盈，弊则新；少则得，多则或。是以圣人抱一为天下式。不自见，故明；不自是，故彰；不自仗，故有功；不自矜，故

章，现在回头一看，境界有限，思维还是不够开阔。修炼人通透一个项目的知识，应该是飞速，因为我们是从根本的思维模式上突破着自己，在另外空间看，可能就是那个“窍”打开了。所以，接续前文，咱们再次“突围”开窍。

师父在《二零零七年纽约法会讲法》中开示：“文艺演出嘛，水平越高，人对他的接受越好，对人的改变也就越大，所以必须得是一个完美的演出。方方面面都得是完美的，大幕一拉开就是一幅最漂亮的画。要求上必须是舞蹈动作美、服装美、场景美。”

我现有层次的理解是，“美”在艺术作品中起到了相当大的作用。我们寻找发现“美”的规律，之后才能运用“美”，为我们大法弟子所正用。

所以，在本次系列交流中，我们将探讨曲线之美（韵律、跨界、反转、意外感），探讨金句的金石之美，探讨文字的韵律之美，探讨文韵的深沉之美（含蓄，情景交融、空灵感）。

美好的文字，能够暖人暖心，能够唤醒人的善良本性，能够让党文化“见光死”，能救度更多的可贵生命。

疫情期间，日本援助武汉物资时的问候语温暖了许多中国人的心：“青山一道同云雨，明月何曾是两乡”，“山川异域，风月同天”，“辽河雪融，富山花开；同气连枝，共盼春来”，甚至一些仇日的小粉红也在思索人性的冷暖问题，可见文字的巨大力量。从写作的技术角度来说，之所以能震撼人，是有其固定的技巧在其中的，我们将在本文中一一阐述。

与此形成鲜明对比的是邪党的标语，“串门就是互相残杀，聚会就是自寻短见”，“今年上门、明年上坟”，“出门打断腿，还嘴打掉牙”，在大陆疫情期间随处可见，如此恶俗血腥的语言却被一些中国人当作乐趣，这当然是七十年

正见新闻

纪念四二五 24 周年 加拿大法轮功呼吁停止迫害



鸣笛，挥手，竖大拇指。4月25日下午，在加拿大卡尔加里中领馆前的五车道大路上，呼啸而过、穿梭如水的车辆不断重复着这些动作。路旁，身穿深蓝色外套的法轮功学员手持横幅，静静伫立。

当天，卡尔加里部分法轮功学员在中领馆前集会，纪念1999年4·25法轮功万人和平上访事件。他们的横幅上写着“法轮大法好”“真善忍”“停止迫害法轮功”“帮助制止活摘器官”“推出中共保平安”等。

神韵斯坦福爆满 “观神韵应纳入学校课程”



27日晚，神韵环球艺术团在斯坦福的派雷斯剧院（The Palace Theatre）的首场演出，剧院全场爆满，掌声不断。谢幕时，观众的掌声和欢呼声更是达到高潮。演员二次谢幕。

各界人士慕名而来，包括企业界精英。他们纷纷盛赞，神韵演出“集娱乐性、吸引力和教育性于一身”、“是所见过的最好的秀”。

企业家 Hubert Delany 和太太 Magdaline Delany 观赏神韵后一致表示，观看这台富有教育意义的秀，应成为公校课程的一部分。他们的儿子、康州众议员、助理多数党领袖

Hubert Delany III 在神韵本演季莅临斯坦福之前，给主办方写来了褒奖信。

跨国企业老板兼总裁 Kiran Shankar 表示，神韵艺术家负有“高尚的使命”，神韵演出是“历史良药”、“文化良药”。

特拉华大学放映揭中共活摘器官纪录片 观众震惊



2023 年 4 月 26 日（周三）晚，特拉华大学扶轮社在校园的 Trabant 剧院主办了纪录片——《医疗种族灭绝》（Medical Genocide）放映会，并随后举办研讨会，向民众揭露中共系统行

地实施活摘器官的真相。

该活动由打击人口贩运社区行动扶轮社和制止活摘器官扶轮卫星俱乐部协办。有近 50 名大学生和附近居民观看。许多人观看后感到非常震惊，特拉华大学学生纷纷表示要尽自己所能，把活摘器官的真相传递给更多人知道。

加拿大 19 城升旗亮灯庆大法日 市长亲临褒奖



并鼓励大家支持这项活动。米尔顿市是今年加

2023 年 5 月 1 日，加拿大安省米尔顿（Milton）市政府为世界法轮大法日举行升旗仪式，市长戈登·克兰茨（Gordon Krantz）亲自主持升旗仪式，并宣读褒奖函，宣布 2023 年 5 月为“米尔顿法

分不到，不可强求。

比如我爸埋怨别人乱放东西，这也是一个观念。东西放在哪里不行？

我爸每一句抱怨都包含一个观念，我说他是自寻烦恼的天才，让他多说点，看看他有多少创意。都把他气笑了。

当然，辩证的看问题，我们要最大限度的符合常人修炼。虽然常人的抱怨是出于观念，但是其中也有我们要修的部分。不可以因为他有观念而轻视他的意见，该虚心反省自己。修是修自己，不是修别人。发现了别人的观念执着，更重要的是对照自己有没有。

分别心在购物上也体现的很极端。比如买书看纸质，装帧，排版，要求越来越多。

电子书看品牌，功能，外观，重量，屏幕大小，分辨率，背光……各种参数的需求，也是因为人们的分别心，好了追求更好。

所以现在各行各业的内卷是人们永无止境欲望的反应。人永远不会得到满足，永远在追逐更大的利润。

人如果知道自己追求的都是多余的东西，就会本本分分过日子，没有非分之想，就像老子说的小国寡民。

个人认识，敬请指正。

文学艺术

写作有“诀窍” 思维要“开窍”（一）：序

——《写作思维，开阔一些，再开阔一些》续
大陆大法弟子

序言

近几年，大法弟子的写作技能都有大幅提升，而我们以前探讨写作的《写作思维，开阔一些，再开阔一些》系列文

《道中》感悟

德音

近日学习《洪吟·道中》：“心不在焉 与世无争 视而不见 不迷不惑 听而不闻 难乱其心 食而不味 口断执著 做而不求 常居道中 静而不思 玄妙可见”，体会到一种没有分别的境界。不为皮相所惑，不为表面的差异所惑，不为这个世界的任何表象所惑。

这也让我想起《道德经》中的“天下皆知美之为美，恶已；皆知善，此其不善已。”（第二章）（白话翻译：当天下的人都知道都认为这件事是美好的话，那么它丑恶的一面就显现出来了。当天下人都认为这件事是善事的时候，那么它不善的一面就会展现出来。）

恶的由来就是因为去区分美丑善恶等概念。想想，有了美丑之分，人为的制造了优缺点，美的受追捧，变得傲慢自负，不美的受冷落，变得自卑畏缩。整个社会把时间浪费在追逐外表美上，而忽略了心灵美，这不是恶的产生吗？人间区分的善恶，也不一定是真正的善恶。人间评判人的立场都是很主观的，很难脱离自我利益的影响，就像察觉制选拔人才，选出来的都是各大家族的人。其他的富贵贫贱也如是。所以这些概念名相使人越来越分裂。

师父讲：“为情者自寻烦恼”（《做人》）。我们本来清静自在，所有的分别都是自寻烦恼。所以，察觉自己和他人的起心动念，对什么事物动心，代表这里有一个观念。

比如一个人走在街上觉得孤单，这就是一个观念，为什么一个人会觉得孤单？内心平静充实就没有孤单的概念。内心空洞的人才害怕一个人的时候。

比如我爸把我和同龄人比较，人家的孩子都很大了。这又是自寻烦恼。人到了年龄必须结婚生子，这也是观念。缘

拿大首个举行升旗仪式的城市，米尔顿市政府已连续 10 年褒奖法轮功，今年是第二年为世界法轮大法日举行升旗仪式。

今年是法轮大法洪传世界 31 周年，庆祝活动遍及加拿大。从最东边的纽芬兰省，到最西边的温哥华岛，都在庆祝这一时刻。主办方表示，目前已有 19 个城镇确认举办升旗仪式或在地标建筑物亮彩灯，来庆祝这个特别的日子。

讲清真相

在工作中证实法救众生

彩莲

在离我家不远的地方有个工厂，正在招一名做饭工，我很想应聘这份工作，但有点底气不足，因为我在家都不太会做饭，我就找来同修让她陪我一起去，看看工作环境和时间适合不适合我干。我们去了工厂，负责应聘的经理说已经有一个人来干上了。然后问了一些我个人的具体情况和以前做过什么工作，我告诉他以前我干过小饭桌。老板说干小饭桌给小孩做饭那是很干净的。最后经理决定让我们俩人一人做三天饭，先试用一下最后再决定留谁。

这三天我用心准备了一下，先求助于一位会做饭的年龄大的同修。同修很热情的手把手的把她最拿手的饭菜教会了我。在同修的帮助下，我心中有了底。在工作过程中，我把自己当作修炼人，摆正自己的心态，不管最后用不用我，我都应该把饭做好，干干净净，让职工吃的满意放心。而且在工作的空余时间我还把厨房卫生和周围其它环境打扫干净。三天后，经理和职工对我做的饭菜比较满意，就留下我继续做饭了。

在工作中我对自己严格要求，一心想要按照大法的要求

去做，早来晚走，兢兢业业干活，不怕苦，不怕累，不求名，不求利，领导分配什么活也不挑做饭不糊弄，不怕麻烦，尽量替别人着想。经理身体不好，有糖尿病，靠打胰岛素维持，他不能吃米饭，想吃面食，我就尽量照顾他，在吃米饭时就单独给他做面食；有的员工不吃肉，我做肉馅面食时，就要单独给他们包素馅的饺子，蒸素馅包子。尽量让每个人吃上可口的饭菜，众口难调，这时很麻烦，不容易做到的。

听员工说以前做饭的人，顿顿做大米饭，不常做面食。他们不爱吃，宁可在外边吃盒饭，也不愿回来吃。有一次我做了一顿丰盛的午餐，有荤有素，有过油的，有炒菜，还有小拌菜，还有可口的汤，大伙都很高兴，经理也半开玩笑的说，看看我们现在的伙食大有提高。大家吃的饱饱的，高高兴兴的去干活。有的时候还会遇到老板没有时间采购菜肉，调料还短缺，冰箱里也没有备用的东西了。这时候我就从自己家往单位带菜，或用自己的钱上超市去买。后来老板知道了就把我花的钱补在工资里了。

在单位大院里，门前有两块空地，老板用铁丝网围成了两块小院子，就变成了不大不小的两个菜篮子，菜篮子种了小菜，白菜，菠菜，小葱，黄瓜，西红柿，辣椒，油曼菜等。虽然种类繁多，但是因为管理侍弄不当，施肥浇水都不及时，小苗长的毫无生机，实在可怜。别人家的园子的菜都长大半颗，绿油油的。她种的菜有的刚出苗，干干巴巴的，有地方缺苗，没长出来。眼看快十月份了，天气越来越冷，在算种补苗时间也来不及了，地太干了，小苗旱的都蔫吧不长了，只种不收没有希望了，大家都放弃了。

小的时候我家在农村住，由于环境的影响慢慢学会了种菜种地。现在退休了，给这个单位来做饭，当时讲好只负责做饭，其它的活都不用管。当我看到这种情景的时候，一想

同修坐车一起去农村挂条幅，在沿途的大树上同修们各显神通，有徒手往树上甩的、有用鱼竿挂的，大家都想把条幅挂在高高的、显眼的位置上，让过往的众生都看到。进村子后，同修有的挂展板、有的贴粘贴、有的挂条幅、有的发真相资料，等等，大家紧张的、有序的、静静的做着。悄悄的来悄悄的走，留给众生的是希望！第二天的早晨，众生看到阳光照耀下的、满是正能量的条幅、真相资料：“普天同庆世界法轮大法日！”，“法轮大法好！”，“世界需要真善忍！”，有个明白真相的人曾经对我们说过：哇，彩旗飞扬，你们把这里打扮得这么漂亮啊！

疫情期间的“5.13”，我们是怎么过的呢？我和家人同修买来水果，订了一个生日蛋糕敬献给师尊！

我们静心学法、发正念，然后出去发送真相资料，让众生了解“5.13”，明白大法真相，走过劫难，得到救度！这一天我们沉浸在喜悦中，虽然没有锣鼓歌舞，但是我们的心情和海外同修一样，和宇宙大穹的氛围是一致的。虽然疫情封控的很严，但是三件事还是有条不紊的在做着。是啊，师尊在做，宇宙在正法，谁也封不住、挡不住的。

最近师尊为众生发表了两篇新经文《为什么会有人类》《为什么要救度众生》，把宇宙天机揭示给人类、众生，为的是救度众生，给众生一条希望的路。这真是千载难逢的万古机缘啊！众生，珍惜吧！

“5.13”是个神圣而伟大的日子！是众生企盼的日子！是希望的日子！是幸福的日子！是万古机缘啊！师尊洪恩浩荡！把众生托起！

感恩师尊的慈悲救度！叩拜师尊！

谢谢同修！

合十

给师尊！表达对师尊的感恩，和坚修大法的决心。同修利用这个难得的机会，互相鼓励坚定信念，大家彼此都告诉对方：一定要坚定正念啊！在那个邪恶的环境里，有的时候没有机会说话，就攥紧拳头向对方示意：要坚定啊！每当想到那个情景，我的眼泪就默默地流了下来。

回来后，有一年的“5.13”的前一天，我去一个同修家，同修高兴地说：你来的正好，外地一个同修，拿来那么多的康乃馨鲜花，我正要分给你们，咱们一起献给师父。望着那一束束美丽的、静静绽放的康乃馨，发出淡淡的幽香，我的心情和那一束束鲜花一样，是愉悦的。那天晚上同修们整体配合在城里城外挂了很多条幅，成为一道道亮丽的风景线。有的高高的挂在树尖上，很长时间了还挂在那里，向人们展示着：法轮大法好！一次我坐公交车，司机感叹地说：法轮功了不得，谁也整不了！（整：指打压）人心渐明啊。

记得有一年的“5.13”，天气非常好，蓝天白云，阳光明媚，一扫往日的阴霾。我在单位出公差，坐在公交车里，望着道路两旁的大树翠绿的叶子，心情非常好。就在这个时候，我突然看见接下来的每个大树的树枝上都飘荡着耀眼的小条幅，挂在翠绿的树枝上，条幅一二尺长，挂的很密集，我仔细一看，红底黄字，写着：法轮大法好！真善忍好！

“太好了！”我激动的在心中喝彩，为同修叫好！为众生高兴！我想：每个善良的人都会为这壮观的情景喝彩！为大法弟子救人的勇气、善心而感动。

还有一年的“5.13”，我们去楼房小区贴粘贴、发资料。庆祝“世界法轮大法日”的粘贴图文并茂，非常喜庆。我们工工整整粘贴在墙上、信息栏里，一个一个单元的贴，尽量不落下一个单元，希望更多的人明白真相，得救度。带着责任和喜悦的心情，把带去的粘贴都做完了。

给我印象很深的有一年 5.13，前一天的晚上，我们几个

自己是个修炼人，不应该斤斤计较多干少干这些事。想帮助把这块地侍弄侍弄，做点好事，让大家吃着新鲜没有污染的蔬菜，即使累点辛苦点也无所谓。

我每天都提前点时间上班，先去翻地拔草，再重新背垅，有时到点下班了，也晚回家，又去浇菜浇地。经理一看我这样做，也主动帮忙，开车买来一袋农家肥，袋子太沉了，我也拽不动，他就帮我抬，一起给小苗上肥。及时追种了一些晚秋菜。功夫不负有心人！经过一段时间的补救，菜篮子终于有了起色，先出的苗长大了，绿油油的很旺盛，后种的菜也破土而出了。大家都很兴奋，眼看没有收成的地，最后还能丰收了。

大家看我又做饭又种地太辛苦，大伙一起手动，有的浇水，有的拔草。个把月小菜长成了，开饭的时候，大伙就去菜篮子摘自己喜欢吃的菜，品尝自己的劳动果实，真的好开心。在同一个大院的另一家老板娘，看见我每天上班都进进出出，忙忙碌碌的，就跟老板打听你是从哪雇来的这么能干的人，老板听了很高兴，对我说你就跟我干吧，只要你不辞职，我肯定不会辞退你。

经过一段时间接触，老板觉得我为人实在可靠。跟我很谈的来，家里家外遇到什么烦恼都跟我说，我就从修炼中得到的启悟，打开她的心结，提出好的建议，她感到很受益。有一次她竟然很诚恳的说，以后我听你的，你说咋干就咋干。

老板三十多岁，是两个孩子的母亲，虽然年轻却得了一种皮肤病，手上皮肤总是裂口子，沾着水或受刺激手就痛，花掉七万多元去了很多医院也没治好，干家务，照看孩子都很难。她经常在我要下班时，叫我给她家孩子做好饭，她给带回家，在我休息时，还让我去她家，还有她婆婆家打扫卫生，她看我多付出，却没有什么怨言。在接触中我经常给老

板讲真相，她不但接受，还做了三退，她现在已经看了《转法轮》，她在大法中已经受益，在看大法书时，师父给她净化了身体，她手皮肤病基本上好了。正要准备学炼功了。

现在经理，工程师，还有其他员工都三退了，有时雇来的临时工，仅仅有一面之缘我也给劝退了。单位只剩一两人没表态了，我一定抓紧时间继续做好。谢谢师父！谢谢大法！我一定要努力做好，兑现誓约！

菜场里的故事

湖北大法弟子 清源

我经常在家附近的菜场买菜，我把自己当作修炼人，从不讨价还价，自己带个塑料袋，也不要他们的袋子，有时菜农卖不完的菜，又急着回家，我就都买回来，时间长了菜农们都说我是个好人的，我告诉他们我是炼法轮功的，师父教我们任何时候都要为别人着想，做个好人。

我和他们讲大法真相，他们都很赞同，送给他们《九评》看，帮他们都做了三退保平安，其中有一对夫妻是外地失业工人，靠卖芋头维持生活，开始冷冷清清的没有什么生意，有一天我给女老板做了三退，送她一个护身符，叫她没事时经常默念九字真言，以后你就归神管了，生意就会兴隆，身体会好。后来她告诉我，自从念了九字真言，生意很好，有人买芋头都是十斤八斤的买。这是他们认同大法后得到的福报。

有一次我去菜场买桃子，桃子又小又有虫眼，我给卖桃老板讲真相，办三退，告诉他如果在桃树上挂“法轮大法好”的小牌子，保证明年结的桃子会又大又甜，不会生虫子，第二年我又去买他的桃子，看到比去年的桃子好多了，就问老板有没有照我说的去做，老板说几千棵桃树挂不过

按师父说的做吗？不就是不信师吗？

通过这件事，暴露了我的执著心——妒嫉，我下决心去掉它，不能再滋养它了，它已经严重的阻碍了我同化法，阻碍了我修炼升华。

注：

[1] 李洪志师父的经文：《为什么会有人类》

“5.13”感怀

大陆大法弟子

“5.13”是慈悲伟大师尊的生日，也是世界法轮大法日。1992年5月13日师尊传法开始，至今已经是三十一周年了。为了纪念这个伟大、殊胜的日子，1999年开始，把“5月13日”定为“世界法轮大法日”，至今已经是第二十四周年了。每到这个神圣、伟大的日子里，人间天上，载歌载舞，普天同庆！

在海外和平的环境里，同修举行各种盛大的庆祝活动，如天国乐队、花车、腰鼓队、舞龙、舞狮子、歌舞等等，很是震撼、壮观。

在大陆，虽然还是迫害打压的邪恶环境，但是每到这个神圣的节日，据我观察：“5.13”这一天大多都是风和日丽、阳光明媚，是难得的好天气，上天也和我们一起共同欢庆，这真是普天同庆啊！

大陆同修以各种形式欢庆“5.13”，表达自己的感恩和喜悦的心情。仅仅举几个例子：

2000年，我因为进京上访被非法迫害到劳教所，当时那个劳教所关押了一二百个修炼人。在那邪恶、恐怖、压抑的日子里，“5.13”是我们最瞩目、开心的日子，我们被非法关押在一起的同修大家辗转买来了平时难得一见的水果，献

来。我很生气，觉得处处受她管制。可丈夫处处听她的。我的委屈心，抱怨心全出来了，觉得丈夫一点主见也没有，竟听别人的。

一天，房东同修突然来找我，脸上有些怒气，原因是同修问我是不是同修的房子？我不愿撒谎，无意中嗯了一声，她说我不修口，竟然让我发誓，说师父在看着我哪！我委屈的不行，气得嚎啕大哭，和她争了起来，觉得住别人的房子咋这么难哪！无意中把怨气全撒到丈夫和儿子身上，觉得这两个男人真是不争气，这么多年也买不来一套房子，我挣的钱还被他们挥霍殆尽，手里一分钱也没有，还欠了几十万元的外债，再加上身体上的痛苦，我简直要崩溃了，气恨、委屈、怨恨一股脑全涌上心头。

同修走后，我开始向内找，刚才的表现怎么连个常人都不如呢？这是修炼人所为吗？大法教我真善忍，我做到了吗？唉！师父给我安排提高心性的机会，我没把握好，给推出去了，不但心性没得到提高，还掉下去了。

最近学了师父的新经文，我一下子看到了自己的妒嫉心，别人要好了呢不是替人家高兴，而是心里不平衡：你不就有个房子吗？有什么了不起的！你再有钱，不也是在宇宙的垃圾堆里生存吗？这不是典型的妒嫉心吗，多可怕呀？

师父说：“今生苦点不要怨天怨地，多做点好事多积点德，下一世就好了，”，“其实人生的一切，应得与不应得，都是前一生、前一世做的好与不好所造成的下一生、下一世因果，前一世所积累的福德多少而决定这一世或下一世的福分多少。福德多，下一世就可能用福德换来高官厚禄，也可能换来各种钱财福分等，包括家庭是否幸福，甚至子女如何。”[1] 师父的法说的明明白白，我却做不到，为什么呢？往深挖，原来我还有一颗隐藏很深的不信师不信法的心，表面上对法很坚信，可是做不到时时向内找，不就是没

来，凡是挂了大法好小牌子的就没长虫眼，没挂的就长虫眼。

菜场里有个高个子老板和她媳妇一起卖菜，老板当过兵，我送给他们真相资料看并做了三退。有一阵子没见到她老公，就问她怎么回事，她说丈夫得了胃癌，已到了晚期，当时我就把《祝你平安》小册子送给她，叫她给丈夫看，还送了《九评》给她丈夫看。后来再碰到她时，她说丈夫已经好了，是医院误诊了。我告诉她，是你们念九字真言得福报了，大法师父给你丈夫把病拿掉了。

正念正行

信师信法 正念走出看守所

大陆大法弟子 必成

我是二零一二年得法的，去年八月，我由于各种人心执着，被邪恶钻了空子，但最终在师父的呵护和同修的正念加持下堂堂正正的走出了看守所，把坏事变成了好事，借此救度众生，使很多人对大法有了正确的态度。下面我就将自己这次在看守所的经历向师父汇报，与同修分享。

一、直视邪恶 否定迫害

这次邪恶突如其来的迫害暴露了自己的很多问题。因为家里孩子还小，所以很多大法项目我都是既在单位做，也在家里做，致使很多东西没及时整理。以至于邪恶在单位和家里非法抄走了一些大法项目的东西，直接给同修整体造成了很大损失。

但即便这样，师父依旧对我不离不弃。当我看到他们拿着那些东西的时候我反而放下了顾虑，决定用一个修炼人的状态去看待这次迫害，我知道警察也是来得救的。我们有漏

也不是邪恶迫害的借口，我们是在大法中修炼，不是在旧势力利用我们历史上的的因缘关系造成的迫害中修炼。师父说不承认旧势力的一切，要从根本上否定邪恶的迫害，我就给他们讲真相。

有个警察开始很邪恶，一直盯着我看。说：“你知道我是谁吗？我抓你们人是最多的，我也从不手软。”我从他眼中看到了他背后的邪恶，于是我心里发正念灭掉他背后的邪恶。我什么也没说的和他对视了一下，心中发正念，清除他背后的邪恶。他开始还盯着我的双眼，很快便低下了头。我知道他背后的邪恶已经没有了，就对他笑着说：“你不也是本地人吗？你肯定知道，当时咱们这儿有个空地儿就有人炼法轮功，电视台还各种的正面报道。”他说：“是，当时还真不是不少。但国家后来就不让炼了。”我说：“我家人炼法轮功，开始我也是反对的。”他好奇的问：“那后来怎么就变了呢？”我说：“后来我发现原来法轮功不违法……”紧接着我从法律方面给他讲了很多真相，他很无奈的低下了头。

因为我是我们单位的部门领导，他们也知道。在路上我就用我的身份一直和他们聊天，讲真相，对他们说：“其实你们挺辛苦的，基层工作确实也不好做。”那两个警察说：抛开政治立场问题，你说这句话真对！基层工作真的是太难做了。我说：“我很清楚，毕竟我也是基层做起来的，但你们心里要知道自己做的事是不对的，既没有法律依据，又没有相关政策，只是为了完成上级任务就这样做，真的是得不偿失，毕竟善有善报，恶有恶报！这是永恒的真理。”他们虽然没说什么，但已经完全没有了刚开始时的凶恶。

二、同修合力救世人

到了看守所后，邪恶要给我做信息采集，我也没有配合

好！

谢谢慈悲伟大的师父！祝师父生日快乐！

修炼体悟

读师父的新经文 我找到了自己的妒嫉心

拂尘

师父在《为什么会有人类》这篇经文中写道：“有的人比别人过的好点，就觉得很好了，那是人在此界人与人比，其实都在宇宙的垃圾堆里生存而已。”[1]当读到这句法时，我心里生出了一种莫名的窃喜，好像自己的某种欲望一下子得到了满足，思绪一下飞了出去，想到了最近发生的一件事。

我认识一位同修，经济条件很好，一天，她问我想不想租一个大一点的房子，我说想啊。她说她有一套房子挺大的让我去住，每月只给 1000 元就行，我挺感动，觉得同修真大方。因我住的房子还差几个月才到期，就暂时这么定下了，所以我就没打算再找房子。

房子快到期了，我让她带我看看房子，顺便收拾一下，她却说：“你还住呀？”我一头雾水，感到很吃惊：我什么时候说不住了？她说我以为你找别的房子了呢？我说：“我要不住不得跟你说吗？”她听我这么一说就带我去看房子了。我挺满意。丈夫听她的口气就不想住了，我当时人上来了，住一天我也住，觉得不蒸馒头争口气，出尔反尔，说话不算数，还算个修炼人吗？

我们搬过去之后，结果一看她家没有冰箱，她告诉我们买一个，我本来不想买，心想将就住一年就搬走了。可丈夫却非买不可，结果又买冰箱、又买沙发、又买柜子，花了不少钱。而且还不让我们说是同修的房子，也不让同修上我家

到场加持。新郎在中专学校上学时，因讲真相被非法劳教迫害关押在少管所，回家后坚定修炼，最后得到父母的支持。后来在打工过程中，在给工友讲真相时，得到了宝贵的爱情。新娘全家由坚决反对到了解了真相全都做了三退。如今双胞胎小弟子已经上了幼儿园，非常壮实。村里人非常羡慕修炼人，大法弟子家太幸福和谐了。

二零一八年，一位中年得法的新学员结婚了，没修炼前，她一直梦想找到一个好丈夫，但很失败。修炼二年，她放下了执著，却意外得到了师父赐给她的好丈夫，结婚后，新郎家人也是纷纷明真相做三退。

二零二一年九月，我的儿子举行了神圣的草坪婚礼，本来预报的大雨在婚礼顺利完成后，瓢泼而下。有同修天目看到，众神拉着天布在护佑这雨中的婚礼。许多亲朋都感觉参加了一个非常美好的婚礼，主持人后来发信息，感慨的说：“这将是我主持生涯，永恒的记忆！”俩位同修将参加婚礼的见闻感受写成文章，发表在明慧网和正见网上，见证大法给世人带来的美好。

二零二一年十月，九九年前修炼的大法小弟子举行了婚礼，她的妈妈曾被非法劳教迫害，她的学生时代充满了压力。前几年，家里建了新房，建房过程中，母女热诚待人，施工人员全部做了三退。这次结婚，新娘妈妈第一次会亲家时，就讲真相，给每个亲人送上护身符，真是：“徐来春风暖，法成好姻缘”啊！

今年五月世界法轮大法日就要到了，师父已经向全人类公开发表了两篇新经文，呼唤更多的人感受到创世主的洪大慈悲，找到善良本性，走上回归之路。希望今后举行婚礼的有缘人，都能携手同心，明德向善，祝福他们都有一场沐浴洪恩的美好婚礼！也祝福所有善良的世人都能记住“法轮大法好，真善忍好”，沐浴创世主的洪恩，得到永远的幸福美

他们。我想既然来了就要尽量做到一个大法弟子该做的，展现大法的美好与威力。我一有空就发正念清除此次对我的迫害，清除我遇到的每一个人背后的邪恶因素，让他们都能听真相、明真相，有个美好的未来。我隐约的看到师父的三个法身就在我身后坐着，头顶上是众多的手持各种法器的护法神，是师父在鼓励我，我也更有信心了。

第二天我被分到了一个新的号里，一进去那个号的头板（看守所里每个房间的老大）就问我：“你什么罪，登记。”我说：“我没罪，我是炼法轮功进来的。”他们说：又来了个法轮功。我抬头一看有个人冲着我笑，我知道他肯定是同修，心里很高兴。之后的两天又相继来了两位同修，我们四个人就在放风的时候交流，他们知道我是新学员都对我很关心。我对他们说：“不能光是咱们在这交流，我们得抓紧时间给他们讲真相。”于是我们分头给大家讲真相，没过几天，号里的人都明白了真相，很多人也都做了三退。大法弟子在一起的正念之场把整个房间三十多个人背后的邪恶瞬间清除了，每个人都对我们很好，气氛也是一片祥和。

期间每次不管是公安提审还是管教提审，我都给他们讲真相，告诉他们法轮功不违法。他们问我炼不炼时我对他们说：“这和本案无关，我拒绝回答。因为你们给我定的罪名是‘利用邪教组织破坏法律实施’，可法轮功不是某教（中共邪党才是真正的邪教），公安部认定的14种邪教中没有法轮功。所以我炼不炼都是信仰问题，这是宪法赋予我的权力……”

那警察气的连说：“好！好！行！你签字吗？”我说不签，但我要看。他说：“好好，你看，你看。”他们打印出来，我一看里面明显写的和我说的不一样。我说这里不对，我不是这样说的。你们要把我说的话打上去。那个警察一下子急了说：“你别以为自己是某单位领导就怎么着，你以为

我们这是在和你玩儿吗？”我说：你让我看，我就要看清楚，你这里说的不对，我要告诉你。你也别着急，我不是冲着你们，我和你们本来也是无冤无仇的，你们也是受害者。他们听我这么说，声音马上降了下来，对我说：“你说吧，我给你改过来。”改完以后说：这回你看看没错了。我笑着说：“对，这回没错了。”

这里每天除了吃饭就是坐板，每天吃的是菜汤和一个馒头，有时是窝头，晚上要求每个人必须洗澡，可洗的都是冷水澡。三十多人挤在一张大木板上，每个人只能侧着睡。每天坐板时间很长（要求每个人都要挺直坐好，每天合计大概要八至十小时左右），我想这些时间正好用来发正念、炼功。后来我看老同修们都不炼功，发正念也没有手势，我觉得不太对。自己也想：如果我直接炼功可能头板也会有别的想法。于是我对他说：“我要炼功，我得和你说一声，毕竟这里你负责。”紧接着我又给他说了很多真相，他得知我是某单位的部门领导后，恨恨的说：“共产党就从来不干人事儿，没事，你炼你的功。如果你需要时间，他们放风时候你就在这炼。你也别干活儿了，新进来的人都要趴着先擦二十圈地，你看我也没让你们擦。夜里这里除了我以外每人要轮着值班，我也不给你们排班了，我知道你们都是无辜的。这屋我说了算，只要我同意，谁也不能说什么。”

开始我还有些人心，觉得我坐在前面直接对着摄像头，房间里有人坐板时候躺着管教都会通过屋里的喇叭喊话。后来发现这都是我自己的观念造成的，我是大法弟子，一切我师父说了算。于是开始发正念，炼功，几位老同修看我这样，他们也开始一起炼功发正念。后来头板又说：“你们几个要不坐在地上吧？”他过来悄悄对我说：“一般人我都不然他们坐地上，地上舒服，地方大，省的在板上和他们挤着。”我刚要坐下，他说：“某某，去，给他们一人拿个被

他上中学、参加高考、上大学、找工作整个过程，不但没有父母的陪伴，还要遭受警察不断的骚扰，自己独立完成，非常了不起。而且找到了很好的工作，收入很好。二零一三年，他准备举办婚礼，却不让父母操一点心，亲戚朋友都称赞说：“看人家俩口子，虽炼法轮功被迫害这么多年，可苦尽甘来，孩子多懂事！婚礼没有用父母操心。”正宇夫妻做的非常好，给儿媳妇做了三退，婚礼前，还让俩个新人在家里师父法像前叩拜，感谢师恩！

在北京城里，他们儿子举办了庄严的婚礼，我和很多大法弟子到场祝贺。看着同修的孩子没有受到迫害的影响，举办这么好的婚礼，我无比高兴，更感谢伟大的师父赐予大法弟子的这一切美好！我们发正念清除干扰迫害因素，加持婚礼圆满成功。当时我无比感慨，邪党十多年的残酷迫害是徒劳的，法轮大法就是好！婚礼简单而神圣，在新郎致辞时，他说：“我的父母吃了很多苦，今后我一定要让他们幸福！”话音未落，我双眼的泪水夺眶而出，无比感动。

看着周围的从残酷迫害走过来的一位位同修，看着正宇夫妻，看着年轻的新郎新娘，我想这是一个全新婚礼的开始，因为这是一个真正有神参加的婚礼！这是法正人间的美好展现！

二零一三年参加了这个有神的婚礼后，我们又参加了许多大法学员和亲属的美好婚礼，见证着大法带给这个污浊毒世的无比美好。二零一五年，妻子同修为一对用微笑证实法的新人证婚，新郎的父亲是老弟子，被邪恶用病业的假象迫害夺走了生命，大家族对大法修炼都有了负面的认识，新娘同修像一个喜神，给大家庭的亲人带来了真相福音，亲人纷纷三退，感受到大法的神奇与美好。

同一年，我们为对幸福的九零后同修举办了纯正的婚礼，我写了全新的主持词，妻子做主持人，许多大法老弟子

修炼故事

有神的婚礼真美好

北京大法弟子 童欣

今年的“五·一三”是法轮大法洪传人间三十一周年的大喜日子，想起他就让我的内心充满对师父慈悲苦度众生的无限感恩，同时也感到生命无以言表的幸福。我是一九九六年得法的老弟子，修炼二十七年，真实感受到“法轮大法好，真善忍好”。我们经历了邪党血雨腥风的残酷迫害，但一路坚定的走到了今天。

这两年，看着身边屡经迫害的同修，许多人住进了漂亮宽敞的新居，儿女找到了如意的伴侣举办了幸福的婚礼，许多可爱的大法宝宝神奇的降生，健康茁壮的成长，大法后继有人，真是让我们这些老弟子特别高兴。法正人间的序曲已经开始了。今年过去三个多月，我已经见到了几名刚刚走入大法的新学员。下面写一个我参加的婚礼的小故事，也祝所有的大法新老学员都能生活美满幸福，证实大法的美好。

正宇夫妻，是我非常敬佩的同修好友。一九九九年邪党迫害大法后，他们义无反顾的维护大法，夫妻俩受到邪党非法判刑一次、劳教五次、拘留十次和绑架洗脑班六次等疯狂迫害，但他们夫妻心心相印，风雨同舟，坚持修炼和维护大法的心始终未变。妻子说：“没有大法就没有我，大法是宇宙大法，没有法就没有众生的一切！”

他们的孩子，当时正上初中，每次都是男监看父亲，女监看母亲，他还曾经给中央领导写信，告诉他们爸爸妈妈都是好人，大法也很好，打压是错的！其中一次妈妈被送到武汉劳教所迫害，他从北京坐飞机去探监，邪恶居然不让接见。虽然小小年纪就经历那么多魔难，但他不怨恨父母，还很感恩和崇敬大法师父。

子放地上，省的他们坐着凉。”当时我真的很为这个明白了真相的人感到高兴。

就这样我们一起呆了几天后，有天晚上，管教把我们几个大法弟子叫在一起说是要从新分房间，不能把我们几个放在一起。我们临走时他们每个人都微笑着过来和我们打招呼，当时看到这些明白了真相的人我真的很感动，也许他们受的苦就是为了此刻来听真相的。最后头板对我们说：“我们江湖再见！你们还有啥话想说的吗”？我接着他的话说：“谢谢大家这些天的照顾！我想说的话就是希望大家记住‘法轮大法好！真善忍好’这几个字，遇到难了一定记着这几个字。”然后他们每个人过来都微笑着和我们依此握手告别。

三、在正法理中升华

我刚到那个新的号里，头板是个长的很凶的人，他狠狠的看了我一眼，盯着我对我说：犯的什么罪。我也直视他的双眼，清除他背后的邪恶。“我没罪，我是炼法轮功的。”他突然笑了起来。“啊？炼法轮功的？现在还有啊，你们是不是会盘腿啊，是不是这样？”他散盘着腿，两个脚放在膝盖上。我说：“你这是瑜伽，我们是这样的。”他说：“哦，还真是不太一样。”之后的几天里，我也尽量给他们讲真相，告诉他们炼法轮功是没罪的，这些都是中共的迫害。头板又听说我是某某单位的，和我提了很多事，我也都认识。之后一有空他就过来和我聊聊天，大家看头板对我这么好，别人也不再像之前那样用异样的眼光看我了。

但我感觉到没有之前大法弟子在一起那种瞬间把场正过来的能量。自己随着在看守所里天数的增长，好像正念在逐渐的被消磨。后来我有次背《论语》时突然意识到这也是人的观念。哪个大法弟子都有师父保护，怎么会没有能力呢？

大法每个字背后都是无穷无尽的佛、道、神，一个神的能力就足以清除这里的邪恶了。大法弟子的正念怎么会随着人的时间而减弱呢？只有人的所谓信念、决心、勇气等等这些人的东西才会随着人的时间和环境被减弱，一个修炼者在法中修出的法力和正念是绝不会变的。师父在《论语》里说：“大法还造就了时间、空间、众多的生命种类及万事万物，无所不包，无所遗漏。”《转法轮》里也说：“空气微粒、石头、木头、土、钢铁、人体，一切物质中都存在着真、善、忍这种特性；古代讲五行构成宇宙中的万事万物，也都存在着真、善、忍这种特性。”我闭上双眼，好像自己身体的每一个细胞都被打开，宇宙中各种微观粒子中的真、善、忍都在赋予我无穷的法力。

我看到自己坐在一个很高很高的柱子上，可那根大柱子上面有很多的空洞，我看到四面八方聚集过来的能量就像女娲补天一样将一个个空洞补齐。我知道是之前自己修炼太不坚实了，是师父在利用这次魔难让我变得更加坚实。我再次睁开眼已是泪眼模糊，我感觉自己浑身又充满了法的力量。

四、在各种考验中实修

可以说在里面处处都有考验，处处也都有师父的保护。记得有次我们在放风，外面来的一个管教带了个东西，号里的人说他们这是要“滚大板”，就是把每个人的指纹和手掌、手背都扫进去，录入到公安系统中。这样以后有什么事，他们一查指纹就知道了。我就想我不是罪犯，我绝不去录入那东西，最后他们所有人都叫完了，唯独没有叫我。管教还回头问了一句，你们号还有没录的吗？头板看了一眼，就像没看见我一样的说：没有了！我知道这是师父保护。

之后几天号里来了一个赌博的人，他听说我是炼法轮功

在师父生日这天我们全体大法弟子背《洪吟》诗，感谢师父的慈悲救度。有的警察路过监室，还背上一首师父《洪吟》中的诗《无存》“生无所求 死不惜留 荡尽妄念 佛不难修”。

这三次上访我知道了自己的使命是助师正法，救度众生，我也因此丢了人们所认为的正式工作，铁饭碗，我在被逼工作和大法必须选择时，选择了大法，我在那一刻感到无比幸福，伟大的法造就了我！从单位回家的路上，我仰望天空，对师父说：“这就是您的弟子！”

从此我的生活彻底的改变了，我原来是幼儿教师，有固定的单位，丢工作后，我开过信息店，上街卖过袜子，又先后在七所幼儿园当过老师，还当过园长。最后我当上了传统文化老师，走过很多地方，在幼儿园、小学、大学、企业、农村等地方讲课，使更多的人知道了大法好，把真善忍的种子撒遍走过的地方。

在这过程中我的家人朋友都对大法有了正确认识，都受了益，家里的每一个人师父都救过命：妈妈瘫痪在床念九字真言站了起来，爸爸被四楼扔下的大捆油毡砸头没事，哥哥被车撞出好几米安然无恙，姐姐被藏獒咬伤恢复如初，嫂子多年的心脏病好了，朋友丈夫植物人好了……现在我的生活非常好，丢掉了铁饭碗得到了金饭碗，家里盖上了新房，邻居都说“好人有好报”，也都按真善忍做人，有的还做了三退，默念九字真言。世人对大法都有了正确认识，有的朋友还看上了《转法轮》。

回顾修炼路，自己感到无比幸福，感谢师父的慈悲苦度！弟子要珍惜这万古机缘，助师法正人间！

我被带到路对面的值班警亭等候，有个警察说：“你上午就来了吧？”我说是，我给他讲大法好，就是反映一下情况，明天还要上班呢。他说：“弄不好因为你，我都得丢工作。”我说：“没关系，如果问到我，我会替您说话。”他说：“你们片警弄不好也得丢工作。”我说：“家里人都没看住，片警怎么看？”他让我坐下来，说一会不定弄哪里去呢。他说：“这怎么看？哪看得出来啊。”后来我才知道记者和工作人员都挂着工作牌呢，他们把我当记者了。结果是我又被带到天安门派出所，然后由当地接回当地派出所。

我被送进了当地看守所，狱警说：“大会堂都敢去，这回得判两年。”提审我的预审很和善，问我为什么去找人大代表，我说：“我相信人民的代表为人民。”他说：“要是我都不抓你！”我这次被非法拘留了一个月，在里边我给其他犯人讲做人的道理，教她们师父的《洪吟》诗。她们知道了做人的道理，有的卖淫的小姐准备真开理发店过正常人的日子。

第三次二零零零年四月二十五日，我又走上天安门。这次是一个便衣，问我：“你是炼法轮功的吧？”我笑着说：“你怎么看出来的？”他翻了脸说：“费什么话！”就把我拽上了警车，我又被非法拘留了一个月。

这次进去，有好多刑事犯上次都认识，对我说：“我们想你，但又不愿意你来，正背《洪吟》诗呢，不会的一会儿你教我们。”这一次是我最难忘的：五月十三日师父的生日，我们大法弟子，和监室里的一板即牢头商议明天是我们师父的生日，我们想绝食一天，给师父过生日。她特别佩服大法弟子，马上说：“我帮你们写申请。”她写道：“尊敬的看守所所长，明天是大法弟子师父的生日，请给他们一点时间，请给他们一点空间……”写好后我第一个签上名字，大家都签上名字，值得高兴的是看守所同意了我们的申请。

的以后对我说：“你知道吗？我之前进去的时候，有很多炼法轮功的，现在你这是赶上好时候了，那时候我们谁也不让和法轮功说话。晚上吃完饭，头板就让我们手裹着毛巾，把法轮功吊在院子里打，打完了连一点外伤都看不出来。你和共产党作对就没有好下场。”

我看他中毒很深，就对他说了很多真相，告诉他，我们是无辜的，即便在中国的法律里也是合法的。他说：“即便你们不违法，不也进来了吗？我违法我能出去，你们不违法可出不去，我从没看见过炼法轮功有不判刑的，最低也得两年。”我知道这是对着我的怕心来的，要动摇我的决心，我既然没法说服他就先调整自己的状态吧。后来随着我不断的给他讲真相，他也不再像之前那些对我另眼相看了，反而叫我“某老师”，还说：“单位也有人这么叫你吧？我给你起这个称呼你还满意吧？”后来还碰到一位二零零三年就来过看守所的人，他说：“当时还有个老师也是和你们一样炼法轮功的，当时可是没少受罪，不过他们人都特好。”我知道他说的老同修，就是一直对我帮助很大的那位老同修，我知道这都是师父的安排。我今天走的这些路都是老同修走过的，而且他们当年走的路比我还要难得多的多，自己又有什么放不下的执著和受不了的苦呢？

之后我知道我们又要调号了，我就发正念，让师父加持那里的头板还能像前两个头板一样对大法有一个好的态度，清除他们背后的邪恶因素。结果没想到我和那位在二零零三年和老同修呆过的人被分到一起，他被管教认命为那里的头板，他也一直很照顾我。我知道这都是师父的慈悲呵护。

五、正念正行 放下人情

从我进到看守所，发正念的过程也在发生着变化。虽然这次迫害表面上是因为同修被抓后我受到牵连，但实际上还

是因为自己有漏才被邪恶钻了空子。在里面除了吃饭、睡觉、讲真相外，基本一有空我就背法发正念，找自己的问题。

我发现了自己有很重的情，尤其是对家人的情，由于家人因修大法被间接迫害离世，自己一直和母亲相依为命。很晚才要了孩子，现在两个孩子都很小，所以自己对他们情也很重，而情中又包含着色欲心和怨恨心等等执着心。甚至我背法时都发现当时在哄着他们时背的那段法，只要一背到那里，当时和孩子们在一起背法的场景就浮现在眼前。当时老同修刚教完孩子发正念口诀，所以每次发正念时，孩子都会大声说出来。以至于现在只要我心里默念正法口诀，就出现孩子盘腿坐在我对面念正法口诀的景象。这些场景一出现我就心如刀绞，想到母亲现在在外面着急的情景，想到孩子哭着找爸爸的情景，我知道这是情魔的干扰。甚至连脑子里背的法都被附加了很多情的因素，这样背法怎么能起作用呢？这不是对师父，对大法的大不敬吗？

我求师父将我头脑中背的法附着的情从我头脑中的法中剥离开，让法显出应有的能力。我也下定决心，一定要把这个情魔去掉。我知道那不是我，我和家人们凑到一世，就是因缘关系决定的，他们也已经得法了，也有师父管，如果我总是用人心缠着他们，师父就没法管，我自己也会被情魔毁掉。于是我发正念求师父：“我不要人情，只要正念。家人有家人的路，一切有师父安排，求师父让我忘了他们吧！把他们所有的记忆、面容都从我头脑里清除掉！”顿时我感到浑身发抖，泪流满面。但自己主意识很清楚，知道这是那个情魔在做最后的挣扎。

我依旧坚定着发正念清除它们，对它们说：“我们这一世都是为法而来，不准你再这样干扰大家。我们都要走师父安排的路！”一下我感到浑身轻松！我真的不再记得他们长

没过多久，有个警察进来详细的问我去北京的情况。我就告诉他：“我到天安门找到一个警察问：‘法轮功反映问题在哪里？’我告诉他大法好，他说你等着，就打电话叫来一辆警车把我拉到天安门派出所，然后就是咱们派出所把我接回来了。”问完之后，他就出去了，一会回来说：“这加一句‘以后不去了’，你签个字。”我签了字，他说你回家吧。我当时真的很兴奋，觉的警察都很辛苦，我家离派出所不远，我撒腿往家跑，拿了家里仅有的现金五百元，到派出所跟领导说：“谢谢大家！您和他们一起吃个饭。”他挺大声的说：“你以为就你真善忍，我们警察也真善忍！”我高兴的和他说再见，出来时，我和我的另一个街道的片警一起出来，我说我请您吃个饭，他说：“不用，天不早了您也赶紧回去吧，我们片的法轮功也挺好的。”

第二次上访是二零零零年三月五号。开人大那天，我到了天安门，那里都是警车和警察，我想这次可不能再问他们，我得真反映上去，请人大研究法轮功问题，这次很关键。我到了大会堂旁边的记者招待站，我走了进去，和记者一起听听都有什么提案，我们一起说怎么没有那，现在想起来他们想的和我想的不是一回事，我想的是法轮功，他们要找的是他们所关心的问题。但我在那里一点也没觉出不自然。到中午快下班了，我走了出来，在附近买了纸和笔，写上我的单位和家庭住址，和修炼受益的简短陈述，希望人大研究调查。

下午我又去了招待站，大家都忙自己的事，我听了半天也没有法轮功，我站在门口等待有记者去现场时可以带去，我问了几个都是政协的，这时天也不早了我明天还得上班，我又走进招待站，我就问谁是负责人，请他把我的问题转交人大代表。没多会儿出来一个很和气的人，接过我的纸，走进后门，说您稍等，一会他说您跟我来。

福的人。下面讲几个修炼中的小故事，证实大法的神奇，感谢师尊的慈悲救度！

记得一九九九年迫害开始，在同修丈夫被抓时，胆小的我哭的死去活来，却在众多的亲朋好友劝说别炼时，坦然应对，坚定修炼，由一个人们认为的家属变成了坚定的大法徒。我认真的回顾修炼后的改变，对生活有了信心，不再觉的自己委屈，对单位和家庭更有责任了。

我曾三次走上天安门为大法说公道话。

第一次在派出所坐了一宿。一开始他们让我站着我就闭着眼，我忽然听到一个警察说：“炼功呢？”我一睁眼，看一个年轻的警察在擦地，擦到了我的脚下，连忙说：“我来帮您擦。”他连连说：“不用不用。”气氛一下子就好了。一会大部分警察都下班了，有一个中年警察，留下来看我。他说：你坐下吧。我就近坐了下来，过一会他冷了，去拿了一件军大衣披上，还是冷，在地上直跺脚。我说：“您睡会吧，我不跑。”他笑着说：“我知道你不跑，你要是冷就靠暖气坐坐。”我说：“谢谢！”他一会地上跺脚一会躺在桌子上眯着，一宿也不舒服。

他看我在椅子那坐着纹丝没动，好奇的说：“你不冷？”我笑着说不冷。他说：“你把衣服脱了，上外边站着看冷不冷？”我说：“我不表演，您要炼功我教您。”他一下就平静了下来，似乎感受到我的善意。这一宿我觉得身上整个都笼罩在功中，暖暖的就象一瞬间，感受到师父的慈悲。

一直又坐了一整天，有的办事的人进来了，我还微笑着打招呼，办事的人还以为我在这上班呢。又快到下班时间了，一个小警察说：“您还没走那？”我说他们没让我走，他说：“您不是办事的呀？”我告诉他说：“我是炼法轮功的。”他笑了笑“啊！”

什么样了。后来会见律师时家人带话说：两个孩子都出奇的好，都没有要着找爸爸，妈也很坚强，比我想的好太多了，并相信你过几天就会回来了。我听了之后知道是我放下了情，师父在保护他们。我也变得更加正念十足。

清除了情魔后，自己发现自己还有很强的干事心，所以导致自己手头有很多事要做，有时做的又不很及时，一些东西做完本该立即销毁，但由于自己的侥幸心理，觉得这是做大法的事谁也不能干扰，可自己不知道自己的心已经让自己偏离了大法。在邪恶抄家时就拿走了一些我还没来得及处理的东西。我知道那些东西会给同修带来麻烦，自己也一直发正念清理，不让邪恶迫害。虽然在师父的保护下邪恶没能用那些东西再作恶，但我知道这都是我的人心造成的。

没过多久，我又被换到了第四个号，那位头板也很照顾我。但由于时间一天天的过去，直到过了三十天，我的心也开始浮动。后来发现自己有执著赶快出去的心，虽然发正念时发的是清除邪恶因素对我的迫害，但后面明显是有一颗赶快出去的心。于是我问自己快出去干什么呢？过你自己安逸的生活吗？我发现自己还是没有做到完全放下人的东西。后来律师会见时得知，这次我地区有很多同修被抓，我知道这次不是对我个人的迫害，是对整个地区的迫害，我就发正念解体邪恶对我们整个地区的迫害，那时感到自己无比强大，发出去的功真的可以灭尽一切邪恶！

直到最后那几天都是在不断的考验中，由于当时号里人的年龄都偏大一些，他们也更知道邪党的邪恶，我给他们大多数人讲真相他们也都认同。和我一起转到新号的还有三个人，一个是已经基本被批捕的，另两个因为一些小问题进来的。号里的人都相信那两个人会取保回家。他们说：“炼法轮功进来的人基本没有能出去的。”我知道我的事只有师父说了算，谁说了也不算。他们平时看得最多书就是《刑

法》，其实就是在看自己的量刑意见，他们也对我说：“你也看看，根据自己的情况基本也早就知道能判多长时间了。”

我意识到这还是旧势力的诡计，让我被动承认我是要判刑的结果。虽然自己没有看量刑意见，但自己心里还是时不时的在算，如果他们按照三百条的解释，那我家里的东西可能要判很长时间，我这才意识到自己还是被动承认了旧势力的迫害。我又发正念清除自己把这些当成迫害证据的观念：这些都不是证据，这些东西都是法器，也都是真善忍构成的，都在放射着真善忍的光芒。我求师父保护他们，让他们自己保护自己，不让警察被旧势力指使干坏事，他们也是为法来的生命，我绝不承认旧势力对我的任何迫害！发完正念后我觉得那些法器真的都散发出了真善忍的光辉。我的心也变得异常平静了。

过了几天检察院提审我以后，我看到另几位同修在我后面也开始相继被检察院提审。回来后号里的人说这叫“捕前提”，提审完要么批准逮捕，要么放人。你就盼着这几天别叫你吧！过了三十七天就差不多了。可第二天我就又看见一位老同修被叫了出去，我心中发正念，就当他是被释放了。可没过多久他就回来了，我看他表情有些凝重。我的心又有些不稳，觉得也会被批捕，这时我开始审视自己，我问自己为什么修炼？不是为了走出人，走向神的吗？如果是个出家人，走的第一步不就是要断绝世俗间的一切吗？我还有什么可执着的呢？即便是真的被判刑我也是得了法的生命，我应该是最荣耀，最幸运的，因为我是这宇宙大法的实践者！无论如何结果对我都是最好的。我就听师父的安排，什么结果我都会坦然接受，无怨无悔！

当我发出这一念时，我感受到了从未有过的舒畅和安详。这时有个两个警察紧马上来叫我的名字，似乎是在考验

我到底是不是真的放下了一切人心。我边站起来边想：“师父，如果这是您的安排我就坦然接受，如果不是我要当着这里所有人的面走出看守所，以此证实那些没有见过大法弟子走出看守所的人，用实践证明大法弟子没有罪，大法弟子谁也动不了！”这时我听到号里有人说：估计是批捕了。这时两个警察说：“收拾东西，赶紧。”头板没反应过来，就问警察：“是取保回家了？”警察说：“对！”

他们赶紧帮我拿被褥，我说不用了，你们大家用吧。他们都很开心，我看到他们每个人都微笑的看着我，后来不知谁说了一句：鼓掌！这时满屋的人都开始鼓起掌来。就这样我走出了看守所。

这次看守所的经历，让我认识到了自己的不足，师父也给我一次次展现大法的神奇法力！再次感谢师尊的慈悲呵护！更感谢同修的加持！合十！

幸福修炼路 助师救众生

北京大法弟子 光明

我是一九九六年得法的老弟子，走过二十多年的助师正法修炼路，我感到无比的幸福，师父彻底改变了我。我原来性格内向，不愿和人交心，觉着人生没意义，又怕死。一九九六年得法的那一刻，我的心里一亮，这就是我要找的。后来我把大法介绍给同事朋友，从此性格也开朗了，单位里还有几个同事相继得法，工作不挑不捡。单位一派祥和！

一九九九年“七·二零”迫害后，领导和同事都为我们说话，有的现在还保持着联系为将来得法打下了基础。迫害升级后，我丢了正式工作，到过很多地方，把真善忍的种子撒在了工作过的地方，心胸变大了，活的踏实。修炼二十六年，师父把自私的我转变成无私无我的人，我觉得我是最幸