

“螳螂生”，二候“鵙始鸣”，三候“反舌无声”。每候相隔五天，所以芒种时节有十五天。

初候螳螂生，螳螂在上一年深秋产的卵，因感一阴之气而破壳而出。二候鵙始鸣，喜阴的伯劳鸟开始在枝头出现，感阴而鸣，这意味着在火一般的盛夏阳气中，有阴气在悄悄滋生。反舌无声：与喜阴的螳螂、伯劳鸟相反，能感阳而在春天模仿百鸟鸣叫的反舌鸟，却因阴气微生而停止了鸣叫。

很明显，这三个物候的出现都和阴气的初生和渐长有关。

而人在这仲夏时节所目击的阳气盛极的现象，如灼热的太阳，炎热的天气下，哪里能察觉到那悄然滋生的阴气呢？哪里会知道在被炎热所烘烤的一切表象之下，万物正悄然发生着细微却是本质性的变化呢？

读者您是不是有被古人见微知著的洞察力和智慧所惊到？

正见周刊



2023年6月3日（周六），比勒菲尔德举办第25届文化嘉年华节，重头戏是多元文化大游行。各游行队伍从城市西部出发，穿梭在市中心的大街小巷；民众、游客纷纷赶来观看这一一年一度的文化盛事。

其中逾250名法轮功学员组成的游行队伍备受欢迎，该队伍的成员主要来自德国，也有不少成员来自英国、波兰、捷克、瑞士、法国等其它国家。

第 1085 期

2023年6月6日

目录

正见新闻

- 纽约上州男子因骚扰神韵校区而被捕 /3
 共谍指挥部在天津 陈军构陷法轮功案 更多内幕挖出 /3

修炼体悟

- 我们大组“三件事”与过去的不同 /4
 三言两语：话深层制约 /7
 精进的心不能退 /8
 问候师尊与回归传统 /10
 将计就计，八卦炉中炼真金（上篇） /12
 将计就计，八卦炉中炼真金（中篇） /19
 一次站在正法基点上清除怕心的体会 /26
 讲真相不要失真要严谨 /27

法会文章

- 放弃执著 实现人生的真正目地 /29

神传文化

- 去除党文化，从小事做起（一）占座位 /31

文明新见

- 缘聚与因果 /34
 做一朵淤泥中出世的净莲 /35

二十四节气

- 芒种——连收带种 /39

二十四节气

芒种——连收带种

明明 整理

编者按：中华五千年神传文化博大精深，可谓起点即巅峰。太极阴阳之理是我们这个银河系运作的规律，他体现在万事万物之中，唯有细心的体察才会了解其妙处。你会发现这个宇宙是有秩序的，一分一毫都不差，就像一个巨大的钟表在运作。二十节气，七十二候就是这阴阳变化之理的代表作。从这里也就知道无神论、进化论的谎言不攻自破。我们希望这篇小文，可以起到抛砖引玉的作用。有兴趣的读者，可以给我们投稿，但不限于二十节气，把古人遵循的传统说出其内涵与究竟来，给人破无神论、进化论的壳，弘扬神传文化。

二十四节气，七十二候，是古人对时令、气候、物候变化规律系统认识的一套时空观，观其变，悟其道，可以体悟传统文化的深厚底蕴。

“时雨及芒种，四野皆插秧”，今年的6月6日是二十四节气的第九个节气——芒种，标志着仲夏时节正式开始。

“芒”字，指麦类有芒植物的收获；“种”字指谷黍类作物播种，“芒种”就是夏熟作物收割和秋收庄稼播种的节令。在二十四节气中，没有一个节气像芒种这样，让人们同时享有收割和播种的愉悦与艰辛。既是终点，也是起点。从农谚如“芒种忙，忙着种”，“芒种不种，再种无用”“芒种插秧谷满尖，夏至插的结半边”，都说明抓紧时节，及时耕耘的重要，有些黄金难买好时节的意味。

每个节气都有明显的物候标志，细分为“三候”，因此二十四节气有七十二候。到了芒种这个节令，天地之气的变化也到了一个重大转折的时段，其体现在芒种的三候：初候

信。现在的中国人已经拿不守信、不守时不当回事了，随便找个理由搪塞，张口说谎，信手拈来。而古人讲“一诺千金”、“言必信、行必果”、“一言九鼎”、“君子一言，驷马难追”甚至可以为遵守一个承诺而付出生命。作为修炼人就应该和时下的中国人有明显的区别，因为修炼人讲“真”，同时在细小的问题上也应该严格要求自己，让常人看到修炼人就是不一样。

忍。谦和、忍让、不争、不发脾气。自古中国人都是讲究“以和为贵”、“忍一时风平浪静，退一步海阔天空”、“宰相肚里能撑船”、讲“海涵”、讲“吃亏是福”、儒家讲“仁”。在古代，发脾气被视为非常没有涵养，有失体统、有失身份的一种表现。这些流传千年的传统文化，早已被奉行“斗争哲学”、“人不犯我我不犯人，人若犯我我必犯人”的党文化所取代。

不恨。怨恨、抱怨、埋怨、不平衡、妒嫉都源于“恨”，源于“私”，源于没有得到自己想得到的。而“恨”恰恰是共产邪灵所特有的。而传统文化讲究的是“乐天知命”、“知足常乐”、“以苦为乐”、“安贫乐道”、“视金钱如粪土”。

在言行举止方面还有许多需要我们注意的细节，希望能抛砖引玉。本人对自身所存在的党文化的问题有了一点新的认识，不当之处，请慈悲指正。

注：

[1]李洪志师父著作：《精进要旨》〈圣者〉

正见新闻

纽约上州男子因骚扰神韵校区而被捕

纽约上州 62 岁的男子肯尼斯·波拉达（Kenneth Porada）因涉嫌多次骚扰神韵龙泉校区的工作人员而被捕。他被指控在神韵校园和员工住家车道上扔铁钉，故意造成骚扰伤害和破坏他人财物。

上州龙泉（Dragon Springs）校区是神韵艺术团以及两所私立艺术学校所在地。

据一名受害人介绍，波拉达于上周四（5 月 25 日）在龙泉校区以及数名龙泉校区员工住家的车道上故意扔铁钉——刺破车辆轮胎——被鹿苑镇（Deerpark）警察局逮捕。

共谍指挥部在天津 陈军构陷法轮功案 更多内幕挖出

上周，2 名中共间谍侨领因涉嫌跨境打压法轮功，被美国 FBI 逮捕。根据起诉书，他们接受专门迫害法轮功的中共法外机构“610 办公室”的直接指挥。他们此次被捕，有关中共间谍网的更多资讯也浮出水面。

美国司法部上周逮捕两名亲共侨领，有关中共间谍海外活动，起诉书揭露四大资讯，帮助外界深入了解其运作模式。

起诉书写道：

（1）“多年来，610 办公室的主要据点都在中国天津市”，“如前所知，负责迫害法轮功的中共政府官员集中在天津。”

（2）洛杉矶侨领陈军，专程回中国领经费、听取指导。陈军在电话中对一个人说，中共“领导层”对于“推翻法轮功”的计划是不惜金钱的。

（3）2023 年 5 月 16 号，陈军、林峰的通话曾被 FBI 截

获，陈军在电话中说，和他接头的这位中共官员“一直是管这事的人”。

(4) 在另一个场合，陈军对 FBI 卧底特工说，他和中共那位官员“就跟拜把兄弟 (blood brother) 一样”。他说：“我们在二三十年前就开始了（与法轮功创始人的）斗争。我们同穿一条裤子。”

与起诉书的上述内容高度一致，此前逃亡海外的，前 610 办公室一级警司郝凤军，曾揭露 610 办公室运作内幕。

郝凤军说，中共曾在天津开会，安排在境外部署秘密力量。根据“秘密力量三年规划”会议内容，在中共特务地区划分上，北美、澳洲属于一个系统，都归天津 610 系统管辖。

包括中共从大陆派出的间谍，中共还会收买当地华人、甚至外国人作为特务。特务们将收集到的情报向国内报告，再由所在地的 610，报告给北京公安部的 610，再由北京 610 上报外交部，由外交部反馈到各个使馆。因此中国驻外使馆都有一份黑名单。他还详细举例，透露一名“代号 180”的天津间谍，如何在新西兰、奥克兰的某教会，开展间谍工作的详细方式。

修炼体悟

我们大组“三件事”与过去的不同

辽宁大法弟子 章辰

前几天，我又参加了停搁一段时期之后的大组学法。人员虽然还是“七·二零”之前的老同修，但我感到与过去明显不同了。

我们地区大组学法持续有二十年了，有时停断一段时

流，和现在的社会是截然不同的存在。怎么做？回归传统，走传统的神传文化之路，在言行举止上回归传统。具体的做法谈几点粗浅的看法。

首先在生活细节上，作为修炼人应该和手机视频、电视剧、游戏、网络小说绝缘了，因为那些上面都是暴力、色情、党文化的洗脑。这些对于精进的修炼人来说都不用说了，但是依然还有不少修炼人不能严格要求自己。我本人也是其中一个。以前是没把这些小事当回事，现在想来“细思极恐”。当我们不严格要求自己的时候，就是把自己混同于常人的时候，这个时候怎么体现出修炼人远远高于常人？又如何证实大法呢？

静。走路、说话、开门关门轻声。不喧哗、不浮躁、冷静、理智、遇事三思而行。女子温柔娴静，沉静如水。男子彬彬有礼。师父讲：“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、调息，整个社会都处在这么一种状态。”（《转法轮》〈第七讲〉）那是一种什么状态，我个人体悟，就是一种“静”的状态。而现在邪党统治下的中国，狂躁的音乐，震耳欲聋的歌舞厅，疯狂的球场都是在有意识的让人狂躁、疯狂、不理智。

礼。神州大地自古是“礼仪之邦”，可惜现在那些文明礼仪都已经被“滚一身泥巴、磨一手老茧、养一身革命虫”的党文化破坏殆尽。老祖宗留下的规矩也都被说成陈旧腐朽束缚人的“封建”给扬弃了。现在的中国人不拘小节，大大咧咧、邋里邋遢、不讲究、不在乎。师父告诉我们要“怀大志而拘小节，”[1]。而且师父平时的穿着也给我们做出了榜样，师父在重要场合都是西装、皮鞋，平时也是穿着干净整洁。作为修炼人我们的穿着也应该干净、整洁、大方得体。女士在穿着上也应有女人的样子，秀美、典雅、端庄。

老人几十个耳光，老人连连求饶说“我再也不敢了”。还有现在频发的校园欺凌事件，视频中小小的中学生，逼迫女生下跪，然后狂扇耳光，用脚踹肚子，踹头，让成年人看了都触目惊心、不忍直视。未成年的少女夹着烟在大街上招摇过市。还有虐童事件、还有在公共场所拿刀砍人报复社会的、还有杀害家人肢解的……看到这些事件让我不禁感叹：邪党真是把好好的中国人变成了魔鬼。

当今的中国人，在邪党几十年的党文化的毒害宣传下，对金钱狂热追求，毫无精神追求可言。浮躁的社会，每人一部手机，全民游戏，网络上暴力、色情、拜金等无时无刻不在侵蚀毒害着神州大地上的子民。社会上随处可见为了一点小事就大打出手的中国人，家庭里都是为教育孩子而大吼大叫的中国父母。曾经五千年的礼仪之邦，短短几十年就变成了魔鬼横行的社会。现在的中国人好象内心深处自私冷酷的一面都被魔鬼唤醒了一般魔变了，都变得特别暴戾、乖张、冷酷无情。

大法弟子是浊世中的一股清流。大法弟子都是按真、善、忍高标准要求自己的人。很多大法弟子看上去慈悲、善良、祥和、沉静、说话心平气和、低声慢语，不疾不徐，有温润如玉的谦谦君子之风。

也有些大法修炼人党文化的毒素未完全清除，说话高声大气、爱着急、爱生气、爱发火、点火就着、怨恨、争斗、瞧不起人、妒嫉……我自己就有很多党文化的东西，长期去总也去不干净。特别是大声训斥孩子、跟孩子发脾气、爱着急、点火就着。当大法弟子不守心性的时候，就是魔性大爆发的时候，这时候跟被邪党魔变的中国人有什么区别的呢？想想那时候的自己居然跟时下的中国人一模一样就不寒而栗。

我们就应该做浊世中的一株净莲，截窒世下流的一股清

间，之后再组建起来。同修们学法后，互相商量每个学法小组负责哪片区域发送真相资料，以避免每个小组把真相期刊发得重复而不均匀，因此浪费了真相资源。之后大家又商榷去乡下“铺片儿”的有关事宜。比如定好谁谁出车；谁谁准备大量资料；谁谁先去乡下察看地势、村落，然后带好与之配合的同修；谁谁写发正念的地名和内容，然后送到各个学法小组，请大家统一发正念帮着清场；发完真相资料同修们要在哪儿等着，一定要同去同归，等等。

因个人原因，我没去大组学法有一段时间了。如今，同修又招我去参加大组学法，于是我又欣然来到协调同修家。

她家墙上的那个圆钟，还是很久以前熟稔的样子，如今依然记录着大家发正念和学法的时间。长沙发依然是原来的摆设，同修依然按惯例要我坐在沙发上，而别的同修坐在地板的垫子上。学法的老同修们依然是过去早已熟悉的面庞。

大家因大法而相聚，这是怎样的缘分？其中俩人由原来未婚青年结为夫妻，如今孩子大学毕业都参加工作了。那时他与她虽陌生但最终因学大法而促成姻缘，如今依然如故，同处一室仍然学大法。

如今学法，我感觉最明显的不同，首先则是几位同修不再捧书去念读，而是背诵《转法轮》。

这天大家通读《转法轮》第三讲。我读完两段后，两位高中女教师，接着就是背诵下段。她们的背书竟然是那么的流利，一个字也没错。当时我就特别感慨，真如实感到自己明显落后了。

这种背诵师父经文的场景，常常显得格外的不俗，并很有积极促进作用。记得那天师父《为什么会有人类》《为什么要救度众生》刚刚发表，大组里偶然来的外地同修，看到我们女同修特别流利地背诵经文因此而感慨万千，说她们读都还不熟练呢，而我们同修都能流利地背诵了！于是，他们

回去也积极主张背诵大法。后来听说有位八十多岁的阿姨同修，半夜之前就是不睡觉，专心致志地背诵、吟咏大法，如今也可以大段大段地背书了，并得出如实体会——背法与读法感觉真是不一样。

虽然大组里依然有不能背诵大法的同修，但整个读法过程中，比较过去来说，丢字落字的现象基本没有了；而且读法的语气，也更加平和而听着带有深意的内涵了。

学完法之后，大家依然切磋一下去乡下“铺片儿”的问题。比如过去到乡村后，发完真相资料就算完事。但如今大家纷纷说发完真相资料后，再去乡下看看效果，把村人不接受的资料再回收一下，尽量不浪费每份真相期刊；而且从其中多认真找找自己，因为接受真相者与大家的配合协调、用心大小、放下自我、慈悲多少是密不可分的。

通过同修们得出的心得体会认为，每次真相资料发放的效果特别好时，都是大家统一协调得完善而形成的。有一次，给各学法组送通知要大家发正念的事因故耽误了，去乡下的同修们明显感到能量场不强，立刻知道大家没帮着发正念。之后大家汲取教训，做到一定得互相配合好。过去曾出现过协调者事后没看见同修回归的身影，就那么在寒冷的村边干等的情况，然而做完真相的同修们，有的却早已回城回家了。如今这样的现象也没有了。

大家做完我们大组的“三件事”后，能写出文字的同修则把每次认为有意义的“铺片儿”过程写出文字，然后发送“明慧网”或“正见网”，为我们的大法网站，提供一份文稿资源。

佛法无边，修炼无止境。如今我感到大家比较过去有了明显的不同，这个不同就是境界提升了之后的不同。但我们依然要持之以恒地以法为师，不断精进修炼意识，继续做好我们的“三件事”。在我们师父为皓穹非常之担当的过程

舍利弗回来后，将所遇到的情形，也同样向世尊和在场的弟子道来，世尊点点头一样示意舍利弗坐下。阿难和在场弟子都很纳闷并且疑惑了，问世尊是何种原因，造成两个人截然相反的差别对待呢？

世尊开示道：在远劫前的一世，这位老妇沦为畜牲道，是只老鼠，它死在路边被烈日暴晒。阿难那时候是个赶货经商的贾人，见到这只死老鼠，心中起了嫌恶之心，掩鼻而过。后来当赴京赶考的舍利弗路过，见到这只死老鼠，起了怜悯之心，顺手捧把泥土将它掩盖。这就是经久远劫后，现在他们见面，产生如此这般不同的因缘啊。

其实在浩瀚宇宙的时间转轮中，人类真的很渺小，加之受感观局限，无能力突破时空，就更不能通过表象去判断事物了。佛陀开示众弟子，正是为了启悟生命的善根本性，那是在亿万年的轮回中，都万万不可被变异的。

然而如今在中国大陆，那里却迫害着善良人对佛法的正信，民众更是因为被谎言毒害，失去了心法道德的标准，使整个社会的戾气陡然上升，人事物之间的关系无一不越发紧张。如此之恶缘虽在另外空间，却不知何时一触即发，更不知会造成怎样的恶果，为此很多人堪忧且身感不安。

但缘聚也都有其更深层的微妙之处，那是创世主的慈悲，他为众生最后的能被救度，开示了层层天机。如果你与世间修炼的大法徒有缘，请尽早了解真相！因为那里有幸福的源头，如若得缘回归生命的来处，便实现了你我生生世世的期盼！

做一朵淤泥中出世的净莲

河北大法弟子

偶尔看到一个新闻，视频中一个养老院的护工狂扇一个

文明新见

缘聚与因果

源馨

人们做事都讲缘份，谓之无缘不相聚。但缘相对也有善缘和恶缘之别，自然人们都喜遇善缘，抵触恶缘。可是无论跨越多少时空，缘总会转回来，好似一个“圆”，看来这两个字的音同，也绝非偶然。

一天，释迦牟尼佛对着弟子在讲经说法，忽然他叫起了阿难说：“你拿一个桶子，到前方五里路远的小村庄，向那个在井边洗衣服的老妇人，化一桶水回来，记得态度要和善。”阿难点头，拿着空桶子，往世尊指示的方向去了。心想这么容易的事，轻易就能办妥。

不多时他来到村庄，果真看到有位白发苍苍的老妇在井边洗衣服。阿难很有礼貌的向这位老妇恭敬的说：“老人家啊，可以跟你耍一桶水吗？”那老妇抬头望见这个年轻人，却不由怒从心生，很生气的说：“不行，这口井只能给村子里的人使用，任何外人都不可！”接着就赶阿难走，任由他如何请求也不行！

阿难无奈，只能带着空桶回来，并将所遇到的种种情形，向世尊和在场的弟子道来。世尊点点头，示意阿难坐下，接着他叫舍利弗去。

舍利弗同样来到了村庄，见到那个白发苍苍的老妇仍在井边洗衣服，便很有礼貌的向老妇人说：“老人家啊，可以跟你耍一桶水吗？”谁知老妇抬头望见他，竟不由得心花怒放，仿佛见了很投缘的亲人。她忙高兴的连声答应，并亲自打了满满一桶水提给他，舍利弗道谢后刚转身要回去，老妇人又叫他再等一下，便又匆忙回家取来斋食叫舍利弗带着路上吃。

中，一定会有更深层的境界等着我们不断地去同化。

三言两语：话深层制约

渐白

想起前段时间和同修见面交流，同修提起九九年七二零时的往事。事情经过我倒是记的，但是同修当时是谁我倒不记的了。因为有的同修是新面孔，只是炼功时在一起，又二十多年没见面了，可是同修却认识我，事情说起来很有意思。

事情发生在九九年七二零前后的一天早上，在我地区一个炼功点上，当时炼功都在室外。有位女学员拿来一篇经文给我看，我读了一遍对她说，这篇经文是假的，就把经文又交还她手上。看着同修不解的表情我就又解释了几句：“这篇假经文是个女的写的，身材不高，四十多岁，胖乎乎的！不是师父写的！”

几天后同修就接到是假经文的通知，这事就过去了。我当时没太在意，以为这太简单了，可是同修却挺震惊。同修说二十多年过去了，这一幕还历历在目。

我是闭着修的，可能是人体的本能随着人不断的认识法，思想不断的脱离低层观念和业力的束缚，人体的本能有的就能显现出来了。有的本不影响修炼就保留不锁。那些信息不是通过天目看到的，是自然就感觉到了，因为长期都习惯了这种状态，以为别人也是这样的，其实别人还真不是这样的。

这件事过后在法的理悟上我是这样认识的，当“有”和“无”同时出现的时候，“无”能制约“有”。随着我们不断舍去现“有”执着和观念的时候，我们就不断的向“无”迈进，“无”是超常的，是高层次的，制约低层次的“有”

就是轻而易举的事情。这种制约性另外一种体现是“静”能制约“动”，当你不“静”随着“动”的时候，就看不见“动”的全貌，也看不见这“动”的起因，而“静”下来不在其中就能。常人是跑不出这个“有”和“动”的。

想来这也许就是高层次对低境界的制约性吧。不知道那些制造假经文的知道了这种事会作何感想呢。

精進的心不能退

台北大法弟子

最近背法组的同修交流，在背到《转法轮》中：“你是个炼功人，是不是得用高标准要求你呀？”这句法时，特别有感触。本来我学法学到这儿时，也就这样读过去了，经同修这么一说，我也感到不一般。对啊！近两三个月以来，我的修炼状态就是需要朝高标准迈进。

得法许多年来，生理时钟还是跟修炼前一样，维持早睡早起的习惯，晚上 12 点发正念，都是采用提早或补发的形式完成，力度当然不够，有心背法也不能坚持下去。安逸心让我处于不精進的状态，我警觉到了，想要突破，这时刚好得知一个背法组在晚上 11 点开始背法，接着发 12 点的正念。我想弟子有精進的心，师父就让我接上这个缘了。

师父说：“其实你们修炼缓慢下来的原因，主要是自己在学法上不太用心，对自己要求不那么太严格，往往都是这原因造成的。精進的心不能退，大家千万记住！要一修到底！用这样大的法使人修炼，绝不会拖很长时间，所以一定要精進。”（《新西兰法会讲法》）

在参加背法后，我终于突破了观念的障碍，原来以为在这段时间总犯困，没办法做任何事，现在我已经可以认真的一个字一个字读着经文。

（《九评共产党》）中共其目地是把中国人变坏，最终被历史所淘汰。

中国传统文化博大精深，“儒、释、道”三家交相辉映，倡导“敬天敬神”、“天人合一”、“仁、义、礼、智、信”等等，这能维护人间道德，使人有正信，是社会安定、和谐的基础。

而中共不让中国人去了解中国真正的传统文化，不敢用儒家思想去教化人。因为中共的党文化和中国传统文化格格不入。所以它干出了很多荒唐的事，如把世界人们都敬仰的、两千多年前的孔圣人——孔子批倒批臭。

在历史上，中共斗地主，抢其土地；斗资本家，抢其财富；斗知识分子，抢其精神财富，侮辱其人格，摧毁他们的心灵。在中国历史上有“文死谏”、“舍生取义”、“君轻民贵”等价值标准。中共诛其心，为它所用。

这样一来在中国大陆，不论在工作中，还是生活中，“假、恶、暴、争、斗、抢”等等邪恶的思想充斥了人们的头脑中，乱象丛生。在生活中，人们上公交车争抢占座位，买票抢、购物抢……，甚至在海外抢购婴儿奶粉、抢购马桶盖……。不管干什么事，都要走后门、托关系，为的是抢到更多的利益。人们争斗、自私自利，为了达到私欲不择手段，这是中共党文化造成的严重后果。

只有彻底清理党文化，走向传统，才能返回人类善良的本性；才能改变不好的观念、行为和习惯。

只有远离中共，人类才会有希望！

会议室占座位，占自己喜欢的后面的位置、不让领导看见的位置，这样可以开个小差，看个手机、玩个游戏、看看书等等。

所以每次开会她们就提前拿个记录本放在桌子上，或拿个椅垫放在椅子上，就占上了座位。由于我们办公室还比较和睦，后来发展成年轻人由个人占座位到把办公室每个人的椅垫、记录本等等都拿去占座位。我虽然觉得不好，可是也没有制止，认为是小事，就随着大家去坐了。现在想想，在这个不好的观念、行为上也随着大家推波助澜了。

这种不好的行为习惯在小的时候就耳濡目染，比如：那时候在露天广场看电影，白色的荧幕早就挂起来了，人们也早早的去占位置，占靠前面的中间位置。那时候，一年难得看两场电影，天色还没暗下来，人们就已经拿着大凳子、小凳子、小马扎，三三两两的来占位置了。给家人占、给亲戚占、给邻居占，有的放一块木头或放一块砖头，就占上位置了。没有占到位置，往往就得看偏影或者去荧幕后面看反影了。常常看到有因为占位置、抢位置，争吵起来的、打骂起来的。

当时我即使不去占位置，对这种现象也习以为常了，没有觉得这是不好的思想和习惯。

《九评共产党》里讲到：“中共的起家历史，是一个逐步完成其集中外邪恶之大全的过程，中共完善着它“中国特色”的九大基因：“邪、骗、煽、斗、抢、痞、间、灭、控”。这些基因承传不断，手段和恶性程度在危机中进一步强化和发展。”

这个邪恶的九大基因贯穿在社会上、生活中、文化里……“创造出一套它们的善恶标准、思维方式和话语系统。”（即党文化）“这给中国造成了灾难性的后果，人心不但失去了道德约束，更被中共强行灌输了其邪恶学说。”

这段背法的经历，让我前一阵子在短短时间之内突破了身体上的一大关，这件事我在正见网跟大家分享过了。因为大法每个字的背后都是佛道神，师父的法身悄然护之。

师父在《精進要旨》〈拜师〉中告诉我们：“实修者不执于求而自得，一切功，一切法尽在书中，通读大法自会得之。学者自变，反复通读已在道中。师必有法身悄然而护，持之以恒，他日必成正果。”

背法时段，我可以打起精神跟着同修背，可是晚上在背法之前的空档，又该如何突破困意的干扰呢？有时我会炼动功，或者是再继续学法。因为过去有跟外国同修读外文版的经验，我拿《转法轮》的英、日文版本来读，我发现因为是外国文字，必需打起精神读，这样比较不会走神。

在《长春辅导员法会讲法》中师父说：“用其它文种也是同样能得到提高，同样能得到圆满。而且你用心一样是一点都不差，没有差异的。翻译的只是字面上的那个词汇，而起作用的是背后的内涵。”

修炼中就是会不断的面临挑战，现在英文、日文版读熟了，有时也会走神。我警惕自己，学法不入心是不行的，学法不是翻一翻书、走走形式就行了；背法组同修适时寄来师父的另一段法点醒了我。

师父在《长春辅导员法会讲法》中说：“学法睡觉，读书睡觉，炼功你也睡觉，反正连这个最初期的东西都没有冲过去，那是意志啊！大家知道，不只你在修炼当中构成人的任何因素都不让你脱离人，构成人任何环境的东西都不让你离开，你什么都得突破，什么魔难都得过去。最大的表现是他们给你制造的痛苦。但是痛苦有不同形式，睡觉也是一种。修炼不了的不精進的人却不知这是苦。你得不着法，不让你学法，你还感觉不到它是魔难，除非你的心不在法上不想修。那为什么不克制它呢？加强你的意志。人要是能够抑

制住自己的睡觉就能成佛，我说太容易了。这一小关你都过不去那怎么修哇？”

我以后读法再犯困的话，就学这段法来勉励自己。

以上是我最近个人修炼的体悟，不在法上的地方请各位同修慈悲指正。

问候师尊与回归传统

雨莲

在今年过年之前，我想：要过年了，我去同修那儿，记下他们对师尊的问候，发到明慧网上去，表达弟子对师尊的敬意和感恩！

那一天我去了几个同修处，结果却出乎我的意料。一听说问候师尊，有的同修表情很囧，就觉得无话可说。还有的同修说：“修的不好，没啥说的。”

有的同修说：“问候师尊，怎么问候？祝师尊快乐，师尊看你修的不好，能快乐吗？说自己要做好，做不好，不是欺骗吗？”我说：“你不管修的怎样，问候师尊都是应该的。在法中修这么多年了，知道师尊对我们的恩典，应该对师尊表示感恩！”

在 5·13 之前，我又去做了同样的事情，我对一位同修说：“5·13 要到了，又是师尊的生日，你想对师尊说什么，我帮你发到明慧网上去。”同修的表情是退缩，推辞说：“修的也不好，没什么可说的。”我说：“你做的很好呀！”同修直摇头，说：“比起明慧广播中修的好的同修，差太远了。”因为我的坚持，同修说了几句问候的话。还有一位同修也是同样的态度。我心里也不高兴，本来问候师尊是件好事，结果同修的话，让我觉得心里添堵，我觉得我的心性把握的也不好。

师尊说：“尽管有些人时不时的干一些傻事，但是大法弟子的称号神都在羡慕。”[1]

希望我们能珍惜每一次互相交流和提高的机会。祝愿大家在修炼的路上更加精进，做好三件事，兑现我们的历史誓约。

以上是我个人的修炼经历和体会。有任何不在法上的地方，请慈悲指正。

谢谢师尊！

谢谢同修们！

注：

[1] 李洪志师父经文：《醒醒》

（二零二三年北方艺术学院学生修炼心得交流）

神传文化

去除党文化，从小事做起 （一）占座位

善言

（一）占座位

亲戚来做客，早晨我们去吃早餐，这个店是本地的特色小吃，里面人很多，得先找座位，常常是需要等位。我去排号付款，亲戚也过来要付款，情急中我说：我排号，你去占座位。

话一出口，就觉得这句话说的太不好了，“占座位”，有争抢的意味，多自私啊，争斗心也很强，没有和善、礼让。如果说：你找个位置，就很平和、正常，就不一样了。“占”和“找”就不一样。这说明在思想中还有争抢的烙印和争斗的党文化不好的习惯。

这使我想起在单位时每次开会，那些年轻人都早早的去

中承担后果。”[1]

对自己未来严肃思考一番后，我再也无法忍受自己如此浪费光阴。我知道电脑瘾是非去不可了。我下定决心去兑现历史上的誓约，在这段珍贵的历史时期中全力以赴。在去年的春假中，我决定在修炼上给自己拔高一下。忍着多日不上网后，我终于去掉了这个执著。

在去掉电脑瘾后，我发现生活并没有像当初想象的那样沉闷。相反的，我发现电脑成瘾的生活才是真正的毫无意义。我的心胸开阔了很多，生活也变的简单多了。

有一天，我终于决定把自己定位为一名真正的修炼者。这一念彻底改变了我的生活。逐渐的在日常生活中，我能越来越多的记起自己是个修炼者，一直到我遇到所有事情，都能够以修炼者的标准对待。起初，我还不能像一个修炼者那样面对矛盾；如今，在大法法理指导下，我能够知道哪里需要提高。

以前，我认为修炼会是一个很枯燥、辛苦的过程。这主要是我以强迫自己完成任务的心态修炼，同时又不敢放弃执著。在去除很多执著心后，我发现如今的生活非常坦然，遇到困难时，面对它们不再感到痛苦了。最重要的是，那种实现人生真正目地的感觉，远胜于我沉迷于执著心形成的假相，所带来的快乐！

随着师父的经文《为什么会有人类》的发表，我悟到师尊法正人间的序幕已经拉开了。在这个历史时期，很多常人会开始修炼。而我们这些跟大法有着很大缘份的青年同修们，又怎能不真正实修？！

无论我们之前做的怎样，在今后的几年中，我们仍然有机会建立威德。对于那些还没有下定决心修炼的人们，千万不要错失这珍贵的机会。一旦真相大显于世，再兑现誓言就太迟了，所以我们不要留下任何遗憾。

我在想这样一个问题，因为修的不好，就不问候师尊了吗？这是什么心理啊？

在传统的意义上，我们怎样看待问候师尊这件事情呢？

我认为，在节日里，问候师尊，是一种礼貌，是一种传统，是一种感恩！

尤其我们作为大法修炼者，在这么多年的修炼中，不管你精進与否，都有师尊的呵护和点悟在里面，我们都知道师尊给了我们什么！

师尊为我们地狱除名，师尊调整了我们的身体，使我们能够修炼；师尊为我们消减了业力，师尊为我们平衡着历史上的冤怨，偿还我们在天界欠下的业债（原罪），总之，师尊为我们做了许多，承受了许多。

我总觉的，师尊为弟子做的太多，一声问候，表达不了我们的心意，表示要努力精進，是佛性的表现，我们一定要感恩师尊！要去表达在污浊尘世清醒后的感想！

我觉的对我来说，有两个日子是要牢记的，一个是5·13，一个是自己得法的日子。5·13，世界法轮大法日，是世间众生的希望，是创世主对众生的恩典。自己得法的日子，我永远也不会忘，和伟大的师尊结缘，找到了生命的希望，生命获得新生，可喜可贺。

我的兄长，没有走入修炼，但是，只要我问他，说：“要过节了，问候师尊，想说什么？”他马上很幸运的表情，开始说祝福的话：“师尊辛苦了，师尊很伟大，师尊的弟子很了不起……”有时就开始写，写了很长的一页，诉说自己对大法的认识，对师尊的感恩。

过后我告诉兄长，你问候师尊的话发表了，兄长听了，脸上出现很荣幸的表情，觉得自己的问候发表在明慧网上，是一件非常了不起的事情，还追着问我：“还有哪些日子可以问候大法师尊？”我告诉他后，他赶紧重复了一遍，觉得

这是一件值得记住的大事。

我想：一个不修炼的人，都很高兴的去表达对师尊的感激，作为大法弟子，是不是更应该提高自己的认识，把问候师尊当作一件应该做的事情。

在古代的传统中，以过年为例，人们敬天法祖，反思过去一年中的不足，展望新的一年，希望自己能有长进，希望得到神灵的庇佑。在除旧迎新中，纯净思虑，为心灵的提升，允诺了一个美好的期许。人心向善，神灵护之，这何尝不是天人感应的表现啊！

那么，作为一个修炼者，问候师尊就那么难吗？这是我不理解的啊。

我们在问候师尊时，发出的是纯正的念头，既感恩师尊，又觉察到自己的不足，发出一个心愿，希望自己做好，这是佛性的体现，会得到师尊的加持。反过来说，知道自己不精进，又躲避着，觉得不好意思问候师尊，是你的面子重要，还是对师尊的问候和感激重要？是你维持现状重要，还是给自己一个动力，推动自己精进重要？

我认为，在伟大的 5·13 问候师尊，对于修炼人来说，你天国世界的众生都觉得荣耀，都是一个巨大的震动，都是无比荣幸的事情。

这是我对问候师尊，恭祝世界法轮大法日的一点想法，文章有不妥之处，敬请同修慈悲指正。

将计就计，八卦炉中炼真金（上篇）

大陆大法弟子 正悟

自以为是的错误判断带来的深刻教训

四年前的夏初，正是华北农民抢种玉米的最后最关键的时刻，我正在地里紧张忙碌中，有市内同修专程告知我市内 A

法会文章

放弃执著 实现人生的真正目地

海外大法弟子

尊敬的师尊好！

尊敬的同修们好！

回首往昔，我感到是如此幸运，可以在一个修炼的家庭中成长。自小我就耳闻目睹大法，跟着大人们一起炼功、发正念和学法。作为一个在这种环境中长大的孩子，我自认为还算是一个学员。

然而，究竟我是否在真修那又是另外一回事了。从内心讲，我明白要遵循大法的法理，但当时的我，只顾着玩乐和享受生活，没能在日常生活中对照大法。由此，缺乏对修炼的思考和认识，我很快就陷入常人之中，沾染了一堆执著。

当时我最大的执著就是对电脑上瘾，包括玩电脑游戏和看视频。父母一直强烈反对我玩电脑游戏。为了防止我玩电脑上瘾，他们甚至会把电脑锁起来。然而，他们的说教始终无法触动我，没让我真正愿意摆脱电脑游戏，我的电脑瘾便一直持续了很多年。

虽然当时我的悟性如此之差，但对自己能够在法理上上升华的祈望从未失去。通过拜读师尊最近的几次讲法，以及同修们的交流文章，我悟到当前的这个时期是何等的神圣。

师尊说：“法正天体已结束，目前正在向法正人间过渡。大部份大法弟子将随师法正人间。”[1]“但是，在这过程中，将有众多业力非常大的生命与共产邪党分子将被淘汰至尽；同时，大法学员中没有兑现来世时用生命签下誓约的，例如，不做好大法弟子的事，不做救人的事，因而有人心重、长期干扰学员修炼环境的；还有跟随邪悟者或中共特务伪装成学员的、给学员造成严重干扰的，都将在兑现誓约

不要人为的不真实做，这样就会失去信誉。”

在讲真相时，既不能夸大也不能缩小事实，对于有些拿不准的事例和数据，不应引用，不能随便说，以免万一出现错漏，给大法造成不必要的损失。

记得多年前，有同修向明慧网投稿，说某同修遭受了水牢酷刑迫害，事实是受到其它酷刑迫害，成度也没有水牢酷刑严重，这个事情被有人拿来说事，认为大法弟子不说真话；还有一个类似事例，误传某同修手指被恶警打竹签，恶警听说后，以此为例到处攻击大法。这些事例的出现与邪恶的封锁有关，同修很难了解到事实真相，传闻中变了样。今后，对于拿不准的事例一定要慎重写作，不能臆测、估计、推断，无法肯定的事例不能用肯定的语气写作，可以说：据传闻或根据传出的信息，写出信息后，末尾一定要说明：真相现今无法考证，有待核实。讲真相中也一样，传闻的、不能确定的甚至想象的东西或者事例最好不要引用，自己记得不清楚的，须要核实后再引用，这样求真求实对自己对大法才是负责的态度，才不违背大法“真、善、忍”的真。

讲真相引用国外的信息时，也要落到实处，比如某议员提出了某项对大法弟子有益的提案，但没有落实或者没成为法律之前，就不能引用为既成事实，否则可能造成不好的后果。

本着维护大法的原则，不给邪恶可乘之机，按照大法的要求讲清真相救度众生。

以上为个人体悟，不当之处，请同修以法为师。

同修因为面对面发真相资料被邪恶绑架和学法、资料点 B 同修家遭受封锁、有可能被抄家的消息。我因为放不下农田里的活计，就安排同修们加紧高密度发正念和动员 A 同修家人去公安局抓紧要人。准备在一两天玉米下种后再去具体协调。

当时，我有一种麻痹思想和侥幸心理，误以为当地正法形势比较平稳；公检法人员对大法态度表现不太邪恶；二十多年来一直没有较严重的迫害事件发生；几次正邪正面交锋都在师尊的加持呵护下遇难呈祥。故此自以为得计，对安全防护意识和对大法救人法器、资料以及大法书籍的保护意识也表现出了麻木、淡漠。面对这么明确的警示也没有引起高度重视，形成很大漏洞，结果导致在我刚刚完成玉米下种准备进城时，被邪恶钻了空子，对我实施了非法抄家、绑架；我的五台打印机、两台电脑和大法书籍、真相资料等等都被抄没，损失相当惨重、教训非常深刻、沉痛。

在市国保大队队长绑架我去看守所的路上，我一直在给他们讲真相的互动过程中，也大致了解到是 A 同修被绑架后在威逼利诱下暴露了 B 同修；B 同修又攀扯出我是协调人；他们好像是什么都已经掌握了一样。在整个对我抄家、绑架的迫害过程中，表面是市国保大队队长亲自具体实施，而市政法委特派专人全程录像，过程中不断的有人电话遥控指挥，背后因素鬼影幢幢，邪恶已经把我当成是重要人物要重点迫害了。国保大队队长在听了真相后，表示出“人在江湖、身不由己”的无奈。使我明白了我所面对的这些人对我的问题是没有决定权力的。我感到了事态的严峻和无形的压力。

与此同时，师父的相关法理也涌上心头：“我是李洪志的弟子，其它的安排都不要、都不承认，它们就不敢干……”（《二零零三年元宵节讲法》）“我的根都扎在宇宙上，谁能动了你，就能动了我，说白了，他就能动了这

个宇宙。”（《转法轮》）等等等等在不断的给我输送能量，加持着我的正念，面对接下来的非法询问，我除了讲述法轮大法被迫害的真相和法轮大法的神奇美好外，至于它们想得到的任何信息，不管它们已经知道和掌握了多少和什么，也不想管它们的意图是什么，我的回答无非就是“不知道”、“不认识”、“没有这回事”等，最多的则是“无可奉告”和“请允许我保持沉默”！而令人惊奇的是我的这种态度他们竟然毫无反感却在无奈之外表现出理解、惋惜和关切、礼遇。使我进一步体会到众生生命因素中的善良、可贵；感受到当今中共体制下警察们的可怜和悲哀。

将计就计 静下心来向内找

当天晚上十点多钟我被非法关押到当地看守所，心潮激荡、思绪万千、彻夜无眠。我想到，这不仅仅是旧势力对我个人的迫害，它是借考验大法弟子之名实施对正法的阻挠和犯罪，是对仍然需要救度和已经在讲真相中获得救度的众生的干扰和迫害。此时此刻，如此境遇，自己在常人中牵肠挂肚放不下的各种各样的所有名、利、情都已经成为梦幻泡影、过眼烟云，还有什么人世间的执着能够如愿以偿的呢？

师父的诗句浮上心头：“身卧牢笼别伤哀 正念正行有法在 静思几多执著事 了却人心恶自败”。（《洪吟（二）》-别哀）在这样的重锤猛敲之下我是真需要很好的静思自己修炼中的不足和漏洞；找一找为何在正法眼看将要结束时我会遭受迫害；找一找为何自己自以为三件事没少做却让师父干着急而无法出手保护？说真的，我平时的时间很紧，作为农民，常人中的地里农活、生意上的竞争打拼、家庭中的必要圆容、社会关系中的纷繁事务；正法修炼中的三件事加上协调工作，忙的不亦乐乎，真还没有时间能够静下心来好好向内找一找自己的问题。这一下被关进冤狱，是旧

我本性是”纯真“的，于是，我在心里大声说：“那么本性的一面为什么不正法呢？”“灭！将这些不好物质灭掉！”感觉象灰云一样弥漫在我空间场的东西，很快散掉了，怕的感觉没有了，心里很轻松，前后也就几秒钟。

由此我体会到，站在正法基点上去人心，真是“一路正法劈天盖”（《洪吟三》正法），大气磅礴，势不可挡，不管是什么人心或观念，出现时就想：“这不是我本性东西，是后天污染的脏物，是旧势力强加，对其正法！灭尽！灭尽！！简单而效果好。

现层次一点体会。

讲真相不要失真要严谨

大陆弟子

最近看到一篇心得交流文章，同修在讲真相时告诉世人法轮功获得四次诺贝尔和平奖。这里应该是四次诺贝尔和平奖提名，少了提名两个字，性质完全不一样了。如果世人真去查诺贝尔和平奖的获奖名单，网上一搜就出来了，名单里没有，那就会产生疑惑，甚至对这次的整个真相产生不好的影响。当然，这可能是同修没有理解提名与获奖的区别，不是有意为之。

在《新唐人电视讨论会上的讲话》中，在回答弟子问题时，师父说，

“弟子：作为记者需要报道准确，但有时候我们为了讲真相把事情说大了。我觉的我们应该遵照西方媒体标准，准确的报道。

师：我同意这个观点。应该这样，不要象邪党的宣传工具一样。有些事情为了让它向哪一方面起作用就把事情说的失真了，这不好。能够起多大作用就让它起多大作用，

一次站在正法基点上清除怕心的体会

大陆大法弟子

这件事很小，但有启发性，写出来与同修分享。

一次打出租车去亲戚家，上车后，我站在第三者角度上给司机讲大法真相，刚说几句，司机就说：“法轮功好啊，听说当年有 1 亿人在学，是江泽民这个坏东西搞镇压，抓人，判刑，活摘，真是坏透了……”我一看，这人已明白真相，就问他：“你三退没有？”他说：“有个老太太给我讲过，退了。”这放心了。

一路闲聊中，我又问他：“你副驾驶座前面这个摄像头管用吗？”他说：“那头连着运管和公安交警，有事时一查可准了。”临下车时，我给他一个护身符，让他珍惜。他说“好。”

可是，下车后，妻子埋怨我说：“你不能在他找钱时给护身符，容易找错钱，再说了，你讲可以，不能给东西。”妻子不修炼，这样说也不算错。可不知为啥，她说完这句话后，我心里突然生出怕心，越来越重，甚至有恐惧感，心想：司机对大法真相知道那么多，是不是便衣给我下套？他要是举报我，警察通过摄像头一查，一清二楚。这种不好念头总往上翻，压不住，到了亲戚家时，坐不住，心里烦，感觉有不好的事在等着我，总也清除不掉。

往回走时，我突然想起，我是正法时期大法弟子，为什么不站在正法基点上清除这个念头呢？我想起《道法》中的一句法：“那么本性的一面为什么不正法呢？”又想起师父的一句法：“其实人除了先天的纯真之外，一切观念都是后天形成的，并非是自己。”（《精進要旨》〈为谁而存在〉）我用师父这两段法衡量思想中不好的念头，立刻有种站在局外感觉，一下子看清了：“这个念头不是我的本性，

势力的安排，表面看是坏事。但是，我在法理中悟到，对于旧势力的安排，最好的否定就是将计就计，要把表面看似坏事的事变成修炼提高的好事。修炼提高才是修炼人最为珍贵、重要的。

我对照法理深挖细找，发现了自己很多不合法的表现已经形成了强烈的执着心，长期以来明知故犯：在最大限度符合常人社会状态修炼的幌子下，把追求经济效益、追求富裕生活当作目标；在对待常人生意上和同行形成竞争，争名夺利；使自己困扰在名缰利锁的束缚中无力自拔，导致学法不能入心，眼在大法书上，心系纷繁事务；对待和儿子同修的矛盾，不能理性的向内找，总是控制不了自己的急躁情绪，大耍家长作风、动辄大发雷霆；修心断欲上拖泥带水、优柔寡断；安逸心不去，在对炼动功上三天打鱼、两天晒网；心烦意乱时抽空还要用微信来排解消遣；对自己在助师正法中的一点点微不足道的付出就沾沾自喜、津津乐道等等。

这样一找真让我大吃一惊，原来一直自以为修的还比别人强，其实很多地方早已远离了大法，跟自己所承担的重要使命和责任形成严重的德不配位，这是很大的漏洞和把柄。我想，对于旧势力的邪恶安排我是全盘否定的，我是主佛的弟子，在我以往几次遭遇危难时都能在师父的慈悲呵护下转危为安、化险为夷，这次师父既然没有展现神奇，那一定另有深意。这是对我的一个考验和过关；我应当借此机会、将计就计放下最后的人心执着；消去最后的业力；集中精力、运用神通清除最后的邪恶；在邪恶的环境里证实大法、救度有缘人。

有一天我意外的发现我的左手中指与手掌相交的关节处形成了一个明显的“任”字纹。我悟到：“任”者，使命也！更加坚定了我“既来之则安之”、将计就计把坏事变成

好事、完成使命的信心和意志。

否定迫害，魔难中修出大忍心

我一到看守所就给同监室的人们讲述大法真相，由于中共邪党谎言宣传的毒害和当今人类道德水准的急剧下滑，特别是在那种特殊环境中涉黑涉恶的年轻人，大部分是道德底线几近崩溃边缘的社会渣滓，在此环境中证实法、讲真相救众生更是阻力重重、难上加难。

这里每天早、晚两次点名报数，大部分警察要到场，在轮到我报数的时候，我就喊：“大法弟子不在其数”，竟然让警察们大眼瞪小眼，没有反应，让后面的接着报。这样几次后，我就直接喊：“法轮大法好”。一位值班副所长就说：“以后轮到你你可以不报，后面的就跳过去往下报。”这样使很大部分涉嫌犯对我大加赞赏，直竖拇指，为我证实法、讲真相打开局面起到了一定作用。可是，却引起了监室黑老大们的强烈忌恨，明抢了我的洗漱用品；暗偷了我的手纸，不让上厕所；克扣我的饭菜和每周的俩鸡蛋；用冷水浇身；强行剃了我的眉毛；给我的头脸上画脏画；污言秽语侮辱我的人格尊严以及大法及大法师父；单个每天寻衅滋事打、拧、掐我还不解气，又发展到群殴等等。

我在常人生活、工作、社交环境中都是受人尊敬的；在家庭中也是享有一定权威的；在修炼大法的同修中也是得到大家认可和尊重的。养成了不能被人说、不能被人低看的强烈执着。总之，平生以来从来没有想象到会受如此的凌辱；遭如此的魔难。

起初我真是无法接受，感到痛不欲生。通过反复背诵：“圆满得佛果 吃苦当成乐 劳身不算苦 修心最难过 过关都得闯 处处都是魔 百苦一齐降 看其如何活 吃得世上苦 出世是佛陀”（《洪吟》）、“功修有路

儿来，一个是心中有点愤愤不平，二来也真觉得这个挑战太大，保持了沉默。转念想来，吃苦对修炼人来说不正是好事吗？不管他们出于什么目的和动机，我要借此机会开辟炼功环境、增加炼功时间、去掉安逸心，并且以此来展现和证实大法的超常、神奇，以致达到救度众生的作用、效果。这也不正是将计就计破除旧势力的迫害吗？主意已定，我答应了他。

从午夜两点起床直到早晨将近七点近五个小时，我几乎原地不动一直炼动功。其中，炼一次一小时抱轮、一次八十分钟抱轮；其余时间大约能炼一、三、四套差不多正常五天的功。第一天下来，有的人就啧啧称奇，说法轮功真厉害！有的人说：“别看他这一天两天，他连一个礼拜也撑不下来。”一个礼拜下来了，有的人又说：“要是能坚持一个月，我就心服口服了。”我就这样一天不误一直坚持了八个来月直到我离开。这样，由此开辟出了上下午狱中规定坐班时间内以及自由活动时间我都可以双盘炼静功和发正念的自由环境。他们都说：“服了，服了，我们年轻人就站这两个小时都很难坚持，人家七十岁的老头能站五个小时。”使他们感到大法超常的不可思议。这样，既修炼了本体、消掉了业力、去掉了执着、提高了心性；同时证实了大法、破除了邪党的造谣谎言、让众生对大法刮目相看、起到了救度众生的作用；真是一举多得呀！

由于在这里的大法弟子们正念足加上师父的呵护，在监室监控仪器的严密监控下，在值班警察不断巡逻的眼皮子底下，真修弟子们利用站班时间堂堂正正公开炼功、展现神迹，破除和否定着旧势力强加的迫害；在邪恶的魔窟中、恶劣的环境下兑现着誓约。从而激发出众生的良知善念也为其自身奠定着得救的基础。

（未完待续）

厌其烦的说“背法、背法、一定要背法！”当然，这一点我同样是深有体会、感同身受，大法弟子的正念正行全部来自于大法。•••••

开辟环境，加强炼功，修去安逸心

诚然，我也是在反复背法中不断获得能量、增强正念，得到师父的呵护和加持。在面对公安局、检察院以及什么专案组的各种各样的花招时，始终能够保持理智清醒的头脑，在给他们尽力讲清真相的同时都向他们坚定的表白：“我坚修大法的心是雷打不动的，纵然刀子架在脖子上也决不会皱皱眉头！”让他们放弃企图改变我的痴心妄想。

调到 A03 之后，通过讲真相，讲大法的神奇美好，首先让监室大游认同法轮功功法，为我可以在冤狱中自由炼功开辟了环境条件。在这里的睡觉时间中，必须保持同时有两个人站着值班，每班两小时，只有早班是加长班，一般要站两个半到三个小时，从凌晨四点到接近七点不等，是根据值班警察的随心所欲来确定。一般人都不愿意站早班。我们大法弟子正好是晨炼时间，都不怕时间长，我一直就值早班，利用这个条件可以炼动功。除了一个小时的站桩以外，其余时间全都用来反复炼一、三、四套功法，一般情况一个班可以炼正常在家时三天的功。除此之外，我还要充分利用放风和自由活动时间也炼五套功法，以此来弥补在家时所落下的不足。

后来监室原大游调号离开，新的大游别出心裁给我出难题说：“你要想炼功就连续上两个班，就给你炼功自由，否则嘛，你自己掂量吧。”本来我年近古稀，是监室中年龄最大的，连续站两个班就是将近五个小时，莫说凭空减少这么多睡眠时间，就光是让人站这五小时，也是年轻人都不勘承受的，这分明是对我的迫害。我当时思想上一下子转不过弯

心为径 大法无边苦作舟”（《洪吟》）、“非是修行路上苦 生生世世业力阻 横心消业修心性 永得人身是佛祖”（《洪吟》）“大觉不畏苦 意志金刚铸 生死无执著 坦荡正法路”（《洪吟二》）等等修炼与苦难有关的诗句；同时也回忆起了师父在《转法轮》中讲过的韩信受辱于胯下的故事以及所举的人生魔难的各种例子，对修炼与苦难的关系有了更深一层的认识和理解。在背法和悟道中我获得了营养、能量；平添了正念、勇气、意志和力量。

因为我一直是属于闭着修的，看不到另外空间的景象和事物，全凭在法中悟着修。我悟到，我们在大法中修炼没有偶然的事情发生，现在的被迫害，除了旧势力抓住修炼中心性有漏的把柄进行迫害以外，其中深层的因素还有很多，包括自己生生世世杀过的生和曾经伤害过的生命要讨债的因果问题以及自己消去业力、去掉执着和提高心性的问题等等。面对迫害和魔难我只有在发正念解体旧势力迫害因素的同时，借此机会修去自己的怨恨、妒忌、嫉恶如仇等魔性的一面，从中修出大善大忍、大慈大悲之心。对专门欺负我的人，从气愤—怨恨—鄙视—怜悯—宽恕—包容一直到真诚善待。

我作为一个属于他们爷爷辈份的慈善长者，从开始带着怨气委屈给他们洗衣物、床单等直到后来放下身段主动为他们服务，在这个过程中真是剜心透骨、刻骨铭心的伤痛啊！相比韩信的胯下之辱真是有过之而无不及呀！一个欺侮我最厉害的年轻人，还是个大学文凭，每天有事无事缠着我用一些稀奇古怪的问题向我找茬寻衅，我若不回答那一定会挨打；当然，我要回答就一定是讲真相和讲正理、真理；一旦不符合他的观点观念就会招来污蔑谩骂和拳脚相加。我坐在床边，他就躺在我的后面，把两只臭脚搭在我的双肩上，臭气熏人，我就说：“孩子，你的袜子脏了，我给你洗洗

吧。”就这样，他一有这个举动我就给他洗袜子。铁石也有心肠，他终于有一天说：“看来你的‘忍’是做到家了。”这样，从他开始故意克扣我的饭菜到后来把他吃剩的饭菜专门送给我。

其间，突然有一天有一个熟人被关押到我的身边，他年老而病重，所犯事情也不大，我知道他不会在那里呆的时间太长。我悟到是师父为我安排的给家里通信息的机会，同时我在公安局和检察院非法审讯我的过程中觉察出来了由于证据不足他们会继续加大行恶力度；还发现了有些法理不清晰的同修已经误上了邪恶的贼船；我急需要把这些形势变化和我在冤狱中的被迫害信息传递出去。

果然不出所料，在我悄悄的把我的全部想法告诉给这位熟人的不几天他就出去了。我双手合十感恩师父。后来知道是我儿子同修在获悉信息后，多次找看守所领导反映情况，引起他们对我的关注，狱警找我单独谈话了解情况。我在如实反映了被迫害情况的同时表现出谅解无知青年、不希望严厉惩处他们的修炼者的宽容胸怀，得到了警察们的认可。相关警察决定给我调一个各方面环境条件较好的监室。当我接到通知要离开这个监室的时候，那个迫害我最严重的青年竟然说：“法轮功（他们对我的称呼）要走了，我这心里真有一种说不出的难受；你到了新地方，一定要给自己占住点坡道（意思是要强硬一些，免受欺负）。”

此间最令我心如油煎的是，在我入冤狱八十来天的一天，一个看似很偶然的机会，我在狱警办公室的办公桌上瞥见了儿子同修的身份证复印件和我村某同修的收押表。突如其来的风浪如雷轰顶，多少日夜提心吊胆的恶梦终于发生了。我那感情脆弱而年近古稀的老妻如何承受这亲子老夫双双被囚的打击？我那一对天真活泼的童龄孙女怎么去面对如此苦难？我那贤淑儿媳的柔弱双肩如何能担得起这泰山压顶

金钱买通与看守警察的关系；二是靠拳头武力来实战打拼。他们主要欺压的对像是年老体弱、善念尚存的被称为“扁游”的人，以凌辱这些弱势群体来显示自己的实力而杀鸡儆猴、发泄自己变异的心理情绪和压力而以此为乐、强取豪夺“扁游”们的应得利益而心安理得、震慑着让“中游”们服服贴贴而俯首称臣。我们老年大法弟子一般都是属于被欺压的“扁游”阶层。

F 同修因为身强体壮、膂力过人，大游们没有敢对他轻举妄动，开始属于中游阶层。他在不断提高心性中，用实际行动来证实大法弟子敬老扶弱、助人为乐、吃苦耐劳的超常风范。主动承担了监室内卫生的全部清洁工作，做的特别认真细致，得到大游的认可和夸奖；他主动帮助老弱病残者们（扁游）洗涮、搓澡等生活起居。有一个患病老者生活不能自理，他每天每次扶着老人上厕所，一直扶着他上完后送回床位·····。在证实法的同时讲述大法真相、劝三退救人并且告诉人们念“法轮大法好、真善忍好”能得救度。

他的所作所为、实际行动获得了人们的信赖和尊重，致使监室中“中、扁游”阶层大部分对大法和大法弟子有了正面认识，无形中也给自己树立起了威信，人们就直呼他“老法”。他身边也围上了一帮子人和他称兄道弟；对于大游们想欺负、孤立的弱者，他不卑不亢、不看大游们的脸色，毫无顾忌的去关心帮助。这样就又引起了大游们的嫉恨心理，气的大游拍着大腿哇哇怪叫着跟他叫板。突然，经常受他关照的一个“扁游”高声喊起了“法轮大法好！”紧接着，满屋子都响起了“法轮大法好”的呼喊声，弄的大游们面面相觑、目瞪口呆、无可奈何。

他认识到自己在魔难中的巨大变化和飞速升华全部是反复背法所起的神奇作用。所以，几乎每次给我写信都要不

去，满打满算也有八、九千字的内容。他如获至宝、如鱼得水，每天除了吃喝拉撒睡必要的生存节奏外，就是发正念、讲真相和反反复复的背诵这些绝无仅有、无比珍贵的诗句和经文。他说他最高一天反复背过十来次之多。他在反复背法中提高飞快。我和他切磋交流了很多我所在层次的体悟和认识，他竟然一反“在家时的无论我说什么都逆反”的常态，表示大部分都能认同；我就进一步给他指出他一直存在的不足与根本执着，他不仅非常感激，而且自己还主动深挖出许多人心执着；表示了曾经对不起父亲的深深痛悔和歉意；不管我如何拒绝每周要把仅有的俩鸡蛋分一个孝敬我；并且还一再嫌我对他的态度太客气，说如果父亲能够更严肃、更严格、更严厉才能使自己心里更好受。其状态令人欣慰。

他还先后给我传过来一百来首自己写下的对大法法理体悟的诗篇让我过目指正，说是在反复背诵师父《洪吟》后，静坐时不由自主这些诗句就往脑子里涌。我看后感觉到的确是超出他本人原来的修炼境界层次和文化底蕴，很是神奇。我在欣喜之余担心他会生出欢喜心乃至发展到自心生魔，就跟他交流了我的个人认识，在肯定了他的升华飞跃以及大法神奇的同时指出他诗句中的文字艺术上的差距和对法理理解上的层次局限，并且按照我的个人层次认识和文字水平作了一部分修改，得到了他很谦虚的认可。我们的这些诗作也用来当作真相资料让有缘人看，对证实法也起到了好的作用。他还说在打坐中看到了另外空间的景象，是师父在鼓励他精进。

在魔窟里的很多状态就是邪恶中共的流氓统治的折射，阶级划分很明显。每个监室都有一个黑老大（大游），然后，二游、三游等等形成一个权势范围，统治着一个监室，掌握着监室众人的生活用品、饭菜等等的具体分配，他们可以肆无忌惮的多吃多占。要想挤进这个权力中心，一是靠用

般的重担？我的家庭这艘小船又如何驶出这惊涛骇浪？

理智告诉我，在此地这个信息不能透露，只能在自己的修炼中消化。我必须冷静！我反复回想，我尽管在修炼中有执着、有漏洞。但是我坚信，法轮大法没有错！我的师父没有错！我修炼法轮大法的选择不没有错！这是邪恶的旧势力在犯罪！是邪恶的中共在犯罪！在大法弟子遭受邪恶迫害的二十多年中，有多少大法弟子的遭遇比我这更悲壮、更凄惨。我想到了师父说过的“人各有命”（《休斯顿法会讲法》）的理；想到了在亲朋好友遭受痛苦时看你怎么对待的要求和考验；想到了师父“难忍能忍、难行能行”（《转法轮》）的谆谆告诫；想到了邪恶越到最后越疯狂、物极必反的法理；想到了修炼中所遇到的好事、坏事都是好事的理；想到了“柳暗花明又一村”（《转法轮》）的美好前景。我一定要在背法中闯过这一个“情”的大关，所庆幸的是我最终闯过来了！

尽管我承受了很大的苦难，我却在魔难中消了业、放下了执着、升华了心性；并且，有明白真相后选择三退的；有想修炼大法开始背法的；芸芸众生在真相面前表示了自己的态度和选择。收获的价值远远超过我的承受和付出，这些都是使我感到欣慰的·····。

（未完待续）

将计就计，八卦炉中炼真金（中篇）

大陆大法弟子 正悟

信师信法，师父自有巧安排

我所被非法关押的看守所分 A、B、C、D 四个区，每个区并排有五、六个监室。凡属于同案的都是隔离关押，我们同修之间是无法见面接触的。当我从 B01 监室往 A03 调的时候

路过 A01 的窗口，让被关押在 A01 的我儿子 F 同修看见了。

在第二天上午放风的时候我听到有高喊：“爸爸！”的声音，仔细辨别是我儿子的呼唤。我的心情真是打翻了五味瓶，说不出是啥滋味。因为每个监室的放风场各为一体，监室之间有高墙相隔，只有前面和上面是钢筋铁栅栏，监室之间的相互沟通是只闻其声、不见其人，真可谓咫尺天涯。所庆幸的是从前面的栅栏间隙可以相互扔传物品。我与 F 同修就开始把纸条夹在闲书中相互传递。这一定是师父的慈悲安排，我们父子都万分感恩、欣喜。

F 同修虽然在我得法初期就有走进大法修炼的愿望，但是一直进进出出、反反复复，不能坚持不懈，就是决定走进大法修炼的十多年以来，想在常人中奋斗一番的心一直在障碍、困扰着他不能勇猛精进，状态表现是忽冷忽热、时好时坏。在学法中也明白了不少法理，但往往是拿着法理来对照和要求别人；通过修炼去掉了身体上的疑难顽疾，深知功法的神奇，但总不能经常坚持，只是在身体出现状况时才临时抱佛脚。

我平时对他的状态很是着急，恨铁不成钢，态度方式表现的简单粗暴；因此我们父子同修之间分歧不小、摩擦不断、矛盾重重，经常面红耳赤、不可开交。冷静下来双方都知道自己的过失和不足，可是再遇问题依然是老戏重演、重蹈覆辙。并且，他还有一个很大的缺陷是主意识不强，稍有不顺心事就很难控制自己的情绪。我们都为此很苦恼，家中常人都感到很发愁。因此，在发现他也遭受迫害时，我在为家中亲人们忧愁的同时，对他如何能在魔难中挺住的担心和忧虑更使我耿耿于怀、寝食难安。

在他给我的第一封信中的大意是：“我面对公安局的威逼利诱，始终没有配合，只是给他们讲真相，没有给大法和师父丢脸。最难过的一关是面对专案组的心理攻击，他们用

我母亲和妻子的泪水、用我俩女儿的前途来冲击我的心理防线，特别是他们说要把我带到我女儿的学校示众，让我上小学二年级的女儿在同学和老师面前抬不起头来。我禁不住泪流满面，尽管我当时没有妥协，我已经觉得自己六神无主了，我真的不知道自己是怎么样被送回监室的，本来是平时饥肠辘辘的时刻但却毫无食欲，胸腔里堵的满满的，头脑里一片混沌，天旋地转，我的精神已经走向了即将崩溃的边缘。这时耳边响起了‘法轮大法好、真善忍好。’九字真言，我就机械般的反复念、反复念。我清醒了，理智了，我知道我是大法弟子，无论邪恶怎样邪恶至极、花招百出，我坚信师父、坚信大法的心不能动摇。我就开始反复背诵《论语》，终于闯过了这一大关。”

同时，他还夹带着一封“写给全宇宙生命的信”，在信中高度赞扬了法轮大法和大法师父；讲述了大法真相；说明了自己修炼大法的无悔选择是最正确的；表明了自己坚修大法的决心。他把这封信传遍了整个监室。我也把他给我的信公诸于众。人们在这种百无聊赖的环境中，很愿意传阅别人的信件。从此以后，我和我儿子的往来信件就成为两个监室的公开信了。我们就借此机会把我们的交流信变成真相信了。效果不错。我们万分感恩师父的巧妙安排，能在这魔窟中父子比邻而居、相互鼓励、比肩奋进、完成使命也算是不幸之中的万幸了。

一直到后来的 C 同修被关押进 A04、D 同修被调到 A 02、E 同修被调到 A05，这都是师父的慈悲呵护和精心安排。

正念正行，在背法中不断升华

师恩浩荡，为冤狱中的弟子们安排了这样的便利条件。我深知此时此刻同修最需要的是什麼，第一时间首先把我平时熟记于心的《洪吟》以及一部分经文默写出来给儿子送过