

著制造各类难关。正念正信十足，邪恶无空可钻。

我有很多不足的地方，修炼的路上也犯过大错。风雨十年行，但回归步不停。我就是信师父，师父说什么我就信什么。从得法至今，没有一次，没有一个事，让我怀疑过师父。“师父在法中这么讲了，怎么没有这样发生啊？”等等疑问从来没有过。

记的一个恶警在迫害中想动摇我的正信，恶意的说，你父母白供你上大学了，你该有的都失去了，你在这受苦受难，你师父知道吗？你知道你师父有多少豪宅吗？你知道你师父享受的是美国生活吗？我毫无质疑，严正的告诉他：我的师父为人纯正，生活简朴，为师的言行已是弟子的最高标准。就是我的师父住豪宅吃山珍海味，那也应该。也是弟子们的愿望，希望师父过的好，为什么别人能应有尽有，我的师父为什么不能？我的师父为上亿弟子无条件祛病健身，净化思想，付出那么多，为什么不能享受应有的回报？邪恶见弟子对师父的正信如金刚铸造，悻悻的退去。

师父说，修炼的人告诉我们要多学法，要溶于法中。我自得法起，在学法上非常精進。《转法轮》背过十多遍，通读几百遍，抄写《转法轮》四遍。各地讲法均抄写过一遍，《洪吟》、《洪吟二》都能背诵。在那最严酷的时期，全凭信师信法闯过来的。在此我建议新老同修在学法上一定要下工夫，法是我们修炼人的根本和走向圆满的保障。法学的少，三件事做起来不太顺，有法在无所不能。

我无论做什么，讲真相救人是生活中的主线，买衣买菜，朋友聚会，路遇有缘人都是我讲真相的时机。我救人心切的时候，师父都会以法力助我。百里之外，千里之外的亲朋好友我都专程去做过“三退”。有很多感人的事，记的一个初中的老师紧握着我的手，流着泪说，“噢，我原来就是等这个的，我太谢谢你了。”握着我的手，不断的擦泪。所有的收获成功皆来自于大法，来自于正信。

风雨十年行，正信解万难。十年苦修，弟子未曾谋师面，然而师恩浩荡时时伴我行。师恩浩荡难回报，勇猛精進报师恩，精诚之心救众生。正念唤醒迷中生，众生不醒不罢休。

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

特刊

二零零八年十二月十八日

“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》）

明慧网第五届中国大陆大法弟子心得交流大会（七）

在奥运期间的修炼经历与体会	1
福州老人讲真相	7
在写真相文章的过程中修炼自己	12
与小同修一同跟上正法进程	17
在协调工作中修炼	22
修炼路上去掉怕心	28
花开无形 润物无声	35
修炼凭正信	39

明慧网第五届中国大陆大法弟子心得交流大会（七）

在奥运期间的修炼经历与体会

文 / 福建大法弟子

奥运之后，我感到非常的失落，心里涌上一种莫名的苦。我这才发现自己对时间的执着，和不愿承受痛苦的求安逸之心。被邪恶骚扰后，正常生活陷入了困境，没有经济来源，儿子不在身边，想快些结束这场迫害，恢复正常的生活，不想忍受痛苦，执着奥运开不成的想法。对亲情的执着，对当前魔难的看重，哪里

弟子首先向慈悲伟大的师尊合十问好！向同修们问好！

虽然这些年的修炼经历了许许多多的坎坷，但每次都在师尊的慈悲呵护下，正念闯了过来。每一次的正念闯关都使自己在法理上更加坚定，更加体会到大法威力无边，更加体会正念正行的大法弟子在法中无所不能的法力展现。下面我将自己在奥运期间的修炼经历和体会讲述一下，由于层次有限，心性上有执着，没能彻底否定迫害和干扰，但最终还是破除了干扰。虽与精進的大法弟子有很大的差距，但确是自己在心性提高的一个过程，写出来与同修共勉。

前一段时间，邪党在中国开奥运会，由于部份大法弟子常人心较重，长期存在放不下的执着，正念不足，被旧势力钻了空子，因而在奥运期间被邪恶加重迫害，使众生遭受损失，但是，只要我们从新正念去面对，正念清除邪恶，讲清真相，放下为私为我的常人观念，就能将坏事变成好事，变成我们提高的机会和动力。

我是流离失所的大法弟子，四年前由于邪恶的迫害，对身体造成很大的伤害。虽然当时还存在很多人的观念，但终于还是正念破除了邪恶的继续迫害。在接近死亡的状态下，邪恶把我扔给了家人，回家之后，在大法的沐浴下，我的身体神奇般的很快恢复了健康。为了防止邪恶的继续迫害，于是我们全家离开了故乡，到他乡去打工。身处异乡，由于脱离了集体学法交流的环境，再加上常人大染缸的污染，我的修炼懈怠了很多，虽然三件事都在做，有的时候却象为了完成任务一样的去对待，怕心、常人观念没有及时破除，对大法弟子的被迫害也感到麻木。因此造成在奥运期间，虽身处异乡也受到了干扰。

今年7月份中旬的一天，居委会突然上门骚扰，由于没有心理准备，正念不足，没有完全破除。当时母亲、孩子也在。丈夫是常人（未修炼法轮功），由于多次的迫害经历、身临其境的遭遇过中共的邪恶，因此怕心很重。受到骚扰后他坚持让我们无论有没有危险，都必须马上离开。而我由于当时修炼状态不好，放不下常人的执着，对旧势力安排不自觉的承认，为了保证安全，也就同意离开。当晚我们收拾了行李，向单位请了假。将孩子和母亲送回老家。我和丈夫无

好的念头，不想再与她联系。有一天，同样的念头又翻腾起来了，我顺着这个念头思绪纷飞，甚至忿忿不平。我问自己，这是修炼人的哪一种境界？总找别人的不是，即使她真有不好的观念，至于让我耿耿于怀吗？为了法，为了众生，不是生死都能放的下吗？连一个同修都容不下，何谈救众生？她是一个多么了不起的同修，九年中吃尽了苦头，被非法监禁几年，想起她被恶警围追堵截的困境，想起她被困在二楼长达十二个小时，最终走脱，流离失所至今。

就在零八年「四二五」长春对同修大搜捕时，她看着身边的同修被绑架，资料点被破坏，恐惧惊吓、忧伤伴随着她，她体力不支，什么事也做不下去了，倒在床上痛苦的思前想后，后来索性蒙起被子大睡。她跟我说，就在她醒来后的那一刻，第一念就是想学法，随手拿起大法书一翻，正好看到师父讲的：“医生告诉她粉碎性骨折都没对就给打上石膏了，这都是那些个监狱的医院干的，她不管那个，我要盘腿炼功，疼的不行还坚持，后来盘腿也不疼了，结果好了，现在又蹦又跳的什么事儿都没有，跟正常人一模一样。（鼓掌）你们谁能够这样，旧势力就绝对不敢动他。谁能够这样，谁就能在过关中走过来。什么叫正念哪？这就是正念。”（《二零零五年旧金山法会讲法》）她想，何况天还没塌下来，师父还在，我怕什么？她立刻精神起来了，继续做着她应该做好的事情。她的故事多震撼，这么好的同修，我却不珍惜她，分明是不正的念头在作怪。

摆正心态后，我感觉那个败坏物质自动解体散尽，那一刻感受到了心明体透的美妙，一派祥和。从和她的接触中，我更加珍惜与每一位同修的缘份。有时做着《九评》，看着一本本《九评》，心中感慨万千，我抚弄着彩喷机，想想安装连供的那个同修被非法抓捕判刑，想想传授技术的同修们付出了那么多，有的身陷魔窟，有的付出了生命，我们是同修啊！我们应该多体谅同修，多关心理解同修，善意的理解指出其不足，修炼的人谁没有不足？万万不能出现常人式的矛盾，正好陷入邪恶布下的陷阱，间隔，以至涣散整体，失去救人的机缘。

作为修炼人，只要多学法，多向内找，就没有过不去的关。难受的时候，执着的时候，都是因为太注重自己。凡是外来的干扰，都是因为自身有不正的因素在，邪恶伺机借执

安全。

在法拉盛事件突发时，我们当地同修也同时受到拘捕、恐吓。记的那天下午五点来钟，有人急速的当当敲门，喊着：“我们是派出所的，赶紧开门。”我赶紧整理大法书及资料，问他们干什么，他们说看我。我把防盗门上的小窗户打开，““看吧，我在这儿……””他们一会威胁我，一会来软的，想方设法要进家来。

我坐在床上对着他们发正念，求师父加持。他们在门外不断的敲门，不断的喊着，执意要进家来。我把阳台窗户打开，大声质问他们：四川大地震，那里成千上万的百姓在受难，你们不去赈灾，反而还骚扰百姓，修真善忍哪里不好，走江氏的假恶斗就好了？小偷不抓，腐败不管，尽做些不得人心的事。几年前，你们把我投进监狱，开除我工作，家破人散，我现在死里逃生，你们却骚扰我？你们有完没完？难道不想给自己找后路，你们也有家，有父母子女兄弟姐妹，你们的亲人如果遭这样的迫害，你们是什么心情？再说，炼法轮功害着你们什么了？一句接一句的质问他们，有几个警察躲在车里，有两个穿着便衣的在外边，也不敢面对我，瞅着别处，也不做应答，害怕围观人认出他们是抓好人的警察。说完后，我再也没有理他们，坐下来发正念。围困了一个多小时，六点全球同修整点发正念时，他们匆匆撤走，再也没有来。

说起大法显神威，在修炼路上，师父多次让我感受绝境中峰回路转的美妙。一次外地同修急需四个随身听，当时我不会下载，又暂时联系不到其他人。我把着电脑忙乎了一中午，午睡的孩子看我很着急，睡眼朦胧的说是要帮我。他开始操作，他操作的几个步骤，我当时记得很清楚，他成功的下载了随身听。我又惊又喜，问他什么时候学的，谁教你的，我再让他试一遍，他说，我没有学过呀，我真的不会，试了一下，他真的无从下手。但是我却通过他学会了。师父借他的手教会了我。只有修炼的人才能真实的感受师尊的用心良苦和佛法无边。

我建立家庭资料点，我熟识的一个同修付出很多很多，但在与她的接触中，我越来越不接受她，以致发生了争吵。我发现她的显示心、证实自我的心很强，从而挑剔她。发生争吵后，两人都说向内找，从法上认识法。但我有时翻出不

处可去，感觉到那种邪恶的气氛，同时离开单位就不知还能不能正常回去工作了，好象一下子常人的名利情都失去了。丈夫感觉到很悲凉。我不停的劝导他。

孩子和母亲不在身边，丈夫的心理压力也小了很多。一天后得到一朋友相助，得以暂时栖身之处。而我自己也深深的反省自己，这一切干扰都是因为自己没有足够的纯正，而被邪恶钻了空子。虽然没有那种与恶警面对面的交锋，但失去经济来源，正常生活受到严重干扰，与邪恶的直接迫害又何区别呢？我也应从现在开始神的一面觉醒了，放下自我，灭尽邪恶、全盘否定旧势力的安排。平时工作很忙，没时间证实法，讲真相。现在工作也没了，我们就专职证实法吧，看你邪恶还有啥招数？

以前在家由于放不下亲情，我和儿子出去发资料不能让丈夫知道，否则他会骂我们。现在我说服了丈夫，让他同我一起去证实大法，否定迫害。通过与他交流，解除了他的严重怕心。

开始我选择了一个最安全简单的证实大法方式。我买了一盒彩色的粉笔，每天晚上，我和丈夫都出去遛弯，走到哪里写到哪里。楼道里、城墙上、电线杆上都是写真相标语的好地方。不管奥运开幕前邪恶怎样疯狂，大街上十步一哨，五步一岗，邪恶怕的要命，这一切邪恶安排我们都应该彻底否定，警察是看坏人的，与我们好人无关。写了几天真相标语之后，环境也熟悉了，怕心也少了。觉的用粉笔写虽然能保存的比较久，但由于天黑书写不规范，有时因为心态不稳字会写的很草，影响证实法的效果。我就改成用彩纸写真相标语，然后随手贴在人流较多的地方。这样既美观又粘贴速度快。

就这样二十天后，我们几乎走遍了这座城市的大部份角落。真相标语贴遍全城。虽然我们生活上受到了干扰，但却加大了讲真相证实法的力度。而且还带动了丈夫，减少了怕心。从此，他不再干涉我发资料讲真相了。我每天除了学法就是讲真相，过的还满充实的。平时被常人的事纠缠的时候，那种苦也是很难承受的，难得静下心来学法，现在正是学法提高的好机会。

奥运会开幕那一天，丈夫说今天少贴一点吧，大家都在家看奥运，我们在街上走太明显了，警察太多了。为了不让

丈夫害怕，我也同意了，但我心里想应该否定这种想法。我让他掩护我，我来贴。结果很快就把带去的真相标语全部贴完了。

就是那天回到住处，住处的防盗门却打不开了，发正念也未能打开。没办法第二天找开锁大王才打开，我想这件事情不是偶然的，这是师父在点悟我什么？不知哪里有漏？

我开始深入挖自己的根。奥运之后，我感到非常的失落，心里涌上一种莫名的苦。我这才发现自己对时间的执着，和不愿承受痛苦的求安逸之心。奥运之前受到很多预言的影响，认为奥运一定开不成，一定会出什么大事。后来被邪恶受骚扰后，正常生活陷入了困境，没有经济来源，儿子不在身边，靠父母抚养，非常想念儿子，想快些回到家乡，快些和亲人团聚，快些结束这场迫害，恢复正常的生活，不想忍受痛苦，执着奥运开不成的想法。对亲情的执着，对当前魔难的看重，哪里是一个神的慈悲境界？

那几天看到学员网上的交流文章，一方面看到很多同修和我一样认识到对结束时间的执着，使我更加清醒的认识到了自己的私心。同时又看到很多学员，面对面讲真相正念正行的体会文章，相比之下自己实在太惭愧了。怕心、常人观念控制自己不能正念正行，做资料时大多都是偷偷摸摸的心态。这怎么能是神在证实法呢？怎能发挥出更大的镇邪的威力呢？我悟到所有的执着都是来源这个“私”，而师父要我们修成的就是“无私无我，先他后我”的正觉。我悟到那些能够敢于面对面讲真相的同修就是没有考虑自我，就是纯正的救人，所以他们讲真相，劝三退的效果才会那么好，大觉者的慈悲打入被救人的微观去了，所以几句话就能救了一个人。而且由于“无私”，所以同化宇宙特性，就会受到宇宙法理的保护，因此也是最安全的。

我神的一面开始觉醒了。

那时离开单位已经有二十多天了，但离开时只请了七天假，由于害怕邪恶找到单位，同时怕暴露现居住地点，不连累帮助我们的朋友，就没有再给单位打电话请假。再说单位不了解情况，怎么肯给那么多天的假呢？我们也就认为，不可能再回去工作了，回去可能也很不安全了，按公司规定可能就要开除了。回想起这件事，我感觉自己做的非常不好，给大法抹了黑，常人会觉的我不负责任的人。对我印象不

在，邪恶奈何不了我”，但行动上，我好像做些被非法抓捕后的事后工作。嘱咐孩子钱放在哪里了，家里备用的东西在哪里，告诉他无论发生什么事，心中记住大法好，总有一天会有出头之日等等。我已经又处于被动地位，无形中在让邪恶左右着。

我想起师父告诫弟子，多学法。我加长了学法背法的时间，高密度的发正念。我明显的感受到了师父在加持弟子，邪恶在被解体，怕的物质在渐渐被灭尽，我感到自己毫不畏惧和胆怯了，变的顶天立地坚不可摇。

不到几天，这位同修又来了，她说先让我躲一躲，被迫害的同修已经被转化迷失了。送走同修，我决定通知外地同修协助我们发正念，解体这场邪恶。我到了百里之外的同修家，转告那里的同修集体高密度发正念，解体这场迫害，并通知一定不要放弃被转化的这个同修，正念解体同修空间场上的败物及邪恶。此次集体发正念，有力的解体了邪恶，使邪恶企图大面积迫害同修的阴谋破产。当时邪恶头目要花招指示手下的人说，先不要动他们。其实后来也没有动的了。几年过去了，回想此次经历，如果正念，大法的神威随时显现，师父在瞬间会化解一切，让你实实在在的感知师父时时在身边，寸步不离，呵护真修弟子，不容邪恶迫害弟子。

话说被迫害的同修当时的确迷失了，我与她见了一次面，当时没能改变她。但我相信大法无所不能，会改变一切，我没有放弃为她发正念。我每天整点发好几次正念，每次都用心呼喊着她的名字，呼喊她的主元神快快醒悟，快快归正，不要失去万古机缘，不要因此淘汰掉无量的众生。并求师父加持，天天发正念，每每喊着她的名字，有时自己感动的流下泪来，整整发了一年正念。一年后的一天，她突然来找我，我们又一同走到正法修炼路上，我们彼此交流，当问到她，感知我天天呼喊你吗？她失声痛哭，感谢师尊，没有放弃一个弟子，哪怕犯过错的弟子，师父珍惜每一个弟子。

坎坎坷坷中，大法铸就了我金刚般的意志，不为邪恶的嚣张或诡计所动摇。派出所、「六一零」、街道办，不同程度的骚扰我，我就到这些地方讲真相，揭露恶党的邪恶，说到关键处，所长求我小声说，说围观的人多，街道办的人听完我讲述邪党在魔窟里迫害大法弟子的残忍，嘱咐我要注意

怎么难，日子怎么难熬，因为心中有法，纵是再黑暗，依然有盏通天的明灯在我心中点亮，为我驱黑暗破迷雾。

记的那是一个最炎热的夏季。同修被迫害，在痛苦的身心煎熬中，顶不住邪恶惨烈的迫害，给恶警透漏了资料点及部份同修的信息。有同修急急的来转告我，让我赶紧离开当地。看着同修紧张痛苦的表情（这位同修多次被残酷迫害），我先是愣住了。想想自己走出魔窟后这几年的痛苦日子，环境刚有起色，又要承受生不如死的煎熬！稍后，我们俩彼此叮咛嘱咐。

我安慰她，稳住心，不要被邪恶牵制，我们是窒息邪恶、解体邪恶的。我们分头行动，转告同修集体发正念、营救同修，并再三叮嘱，不要计较同修目前在魔窟里做的好与坏、我们整体发正念解体迫害同修的邪恶。邪恶解体了，同修的正念起来了，有正念的修炼人就不会做错事了。我快速写好集体发正念营救同修的建议及同修被迫害的简单经过，托人发往明慧网。

炎炎烈日下，我怀着沉痛的心，给同修传达消息。回来后，整理大法书及资料，准备转移，暂时存在哪儿呢？想起一个要好的常人朋友（她现已三退），打电话把她找来，说了我的想法，她立时变脸了，大声训斥我：“在监狱里遭了几年的罪，工作也没了，家也不象家了，你还活不活，孩子还活不活，……”等等，同时拒绝了我的要求。她的训斥当头一棒，反而让我镇静清醒了：我是大法弟子，我是来救人的，我应该把大法的美好传送给众生，怎么能让不修炼的人感受邪恶迫害，对大法起的负面因素作用呢？我不依靠大法赐予我的法力及正念，却依靠常人，这是修炼人吗？

我决定把大法书好好放在家里，我哪也不去，我就坐镇当地，我就是这里的护法神，我要以金刚之念解体迫害同修的邪恶，解体敢来迫害我的邪恶。我跪在师父的法像面前，泪水不由自主的流下来，象是受了委屈的孩子跟妈妈诉说心中的苦衷。师父，弟子求师父加持，弟子做的不好有漏，招来邪恶，求师父帮弟子解难，我一定一定快速用大法归正自己……。

但是在现实的压力下，我总是有些忐忑不安。孩子放学回来，已经发现我的行为，表情异常，在听到同修让我转移的消息后，我的嘴唇上就起了一个大水泡。我默念着“有师

好没关系，可是他们会因为对我的行为不理解而造成他们对大法的没有正念，这是对众生不负责任的表现。还有我住过的房子，也不能这么不打招呼就走了，影响房东对大法的正念。所以，无论如何，我得回去将这些事完善处理好，工作交接好，给他们讲真相，救度这些有缘人。

我与丈夫交流了上述的想法，他却坚决不同意回去，怕有危险。没办法，回单位的想法只好搁置了几天。不知道自己做出回去的决定对不对，那两天我的心情很烦闷。我们躲在这里虽然可以证实法，可这不是长久之计，也不是师父给我们安排的正常的修炼之路啊！这种躲避也是承认了迫害，否则为什么要躲呢？每当我坚定要回去的想法时，心就如获释似的轻松，我悟到我的决定是对的。我一定要回去把自己的愿望完成，挽回自己给大法带来的损失，否则怎配的上大法弟子的神圣称号，真实愧对师尊的慈悲苦度。

于是我花了两三天时间，给总经理一家写了劝善信。说明了自己因修炼大法遭受的迫害，并讲了真相劝三退，并准备好送给他真相光盘。趁丈夫睡觉的时候，我一个人坐车回到异地的单位。当时心里想的是，无论有没有危险，我都要救度他们。至于说生活、工作等法中自会有安排。随缘而得，不必执着，同时也应否定这种经济迫害给证实法带来的阻力。

回到单位后，我很快找到老总，给他看了信，并赠送了真相光盘，老总了解了我们情况后，非常惊讶，不过老总相信有神灵，文革时由于没有卖力参与迫害而得了今天的福报。而且对别人有信仰不干涉。由于公司人才匮乏，而且我在公司的工作能力、工作态度、认真负责也是被老板肯定的。（在公司里曾一次被授予立功荣誉、一次被评为厂区同级别中唯一的先进），所以老板很希望我们回来很好的工作。老总当晚热情的招待我并安排了住宿休息。

可老总虽然希望我留在公司，却不愿我去讲真相，担心给公司带来麻烦。在利益的驱使下，老总有些动摇了。第二天，老总又找了我，想劝我不要太执着，担心我讲真相会遭受迫害，同时会给公司带来麻烦，劝说我一上午。我想这正是向老总讲清真相的好机会，整个与老总交谈的过程中，我立足于一定要救他，帮他认清中共的邪恶的基点，给他讲善恶有报的法理，告诉他善待大法弟子，会带来福报，人应该

维护正义，呵护善良，不应助纣为虐。每个人都应选择善良退出中共，中共作恶多端，老天灭掉它的道理，破除讲真相就要受迫害的观念。

老总有时很明白，可涉及利益时就又糊涂。最后我对老总说，不管我在不在这工作，我都要把真实情况告诉给您，如果我留下来，会给老总带来很大的压力，那就找人交接工作吧。我把工作交接好，就可以安心的离开了，也了了我这份心愿。虽然我暂时生活上会有一定的困难，但我相信这种困难不会长久，我相信善有善报。我完全是为了别人得救，而不是为自己，我相信我善行一定会有福报的，所以我的未来一定会好，所以也请老总不必担心。老总看我很坚定，就说是否留我工作，还要再考虑一下。

接下来刚好赶上星期天，老总带我和总工们一起去旅游，并一直夸我在公司做的很好，但话里话外，总想说一些被党文化毒害的观点，但每次都被我智慧的破除了。这个空间的交谈，却是另外空间的正邪较量。每一次，邪恶都败下阵来。恶党是个什么东西，大家都非常清楚，老总一不小心就说漏了嘴，说着说着也觉的自找没趣。

这两天老总对我非常客气，我本以为老总是怕利益损失不想留我，却不好意思开口，才这样客气，所以我做好了周一辞职的打算了。可是谁知周一下午主管我的副总通知我，可以正常上班了，所有的工作恢复如初，就当什么事也没发生过。

我真为老总高兴。我也恢复了正常的工作和生活。老总也因选择了善良而得到福报。不久后的一天，公司高压电短路了，一个部门正在工作的电机当时就烧坏了，本应所有当时运行的设备电机都可能被烧掉，但巧的是就在高压电短路的前两分钟，我部门整条生产线刚好维修设备，刚要开机，就停电了，设备还没有启动，因此，所有设备电机完好无损，没有造成更大损失。而且请来了供电局很快就修好了，当时生产的产品也未受到任何损失。

通过这一次的正念正行否定旧势力安排，使我的心性有了很大提高，忍耐力增强了很多，智慧有了很大增长，对真善忍的法理更加坚定，对善恶有报的法理领悟的更加深刻。明白了向内找就是彻底否定旧势力。一切做不好，一切怕心、出问题的根源都来自于“私”。所以救度众生就要做到

了，就是这位我认为绝对不会去的同修用那种方法清除的！这位同修默默的把每件事做到了实处，相比之下，我做的怎样？修的怎样呢？不是应该让同修提高上来，是我应该提高上来啊！我们总是说要形成一个整体，等着别人改变，希望别人和自己一条心，事事配合自己，成为没有间隔的整体。可是，是不是得要求自己先做到和别人一条心呢？心里带着对他人的不满、偏见、排斥，不向内找，永远不可能是一个整体。师父让我们“向内找”。向内找，才能看到造成隔阂、造成不能形成整体的是自己。向内找，才能修去不纯，修出纯善，只有善才能感动人，改变人心，而人的手段永远不能。向内找，没有了矛盾、隔阂，不用做工作，自然会有协调的整体。

修炼凭正信

文 / 内蒙古大法弟子

……回来后，整理大法书及资料，准备转移。

暂时存在哪儿呢？想起一个要好的常人朋友（她现已三退），打电话把她找来，说了我的想法，她立时变脸了……。她的训斥好似当头一棒，反而让我镇静清醒了：我是大法弟子，我是来救人的，我应该把大法的美好传送给众生，怎么能让不修炼的人感受邪恶迫害，对大法起的负面因素作用呢？我不依靠大法赐予我的法力及正念，却依靠常人，这是修炼人吗？——选自本文

慈悲伟大的师尊好！

同修们好！

我是大陆大法弟子，修炼正好十年了，借第五届大陆大法弟子书面心得交流会写下我修炼十年历程中的一些心得。风雨伴我十年行，大法铸我金刚志。我曾是感情脆弱，没有经过大难的人，能够走过艰难的长达九年的迫害岁月，全凭着对法对师的正信。因为正信，能让我顶得住恶警的电棍铁镣、拳打脚踢，识破特务的花言巧语，因为正信，无数次领略绝境中“柳暗花明又一村”的惊喜。

一九九九年“七·二零”，最恶的江氏集团开始非法镇压大法弟子，那时我修炼不到一年。从此，我的人生轨迹从光明大道上转入最黑暗、最痛苦的一段时间。无论环境

很高明，固执己见，那是很危险的。师父教我们“先他后我”，所以任何事都要先考虑同修的承受能力，考虑同修的感受，考虑同修的安全，新宇宙是为他的，修炼的目的地就是要成就先他后我、无私无我的正觉，如果做不到先考虑他人，那我们修炼的意义何在？

在过去与同修配合中，我曾深深体会那种不能为外人道的苦，每个人都有不便向别人解释的难处，要想取得同修的理解和协助很难，极易造成不解和不协调。我就向内找，不能有改变别人的心，同时不能在内耗中浪费时间。我把我向内找的体会坦诚的讲给同修，矛盾就烟消云散了。我发现我在独立证实法方面做的不好。过去我总是觉的同修为什么就想不到别人的难处呢，很久以后我才明白，我太依赖外在条件的改变，太依赖同修的配合。原来障碍自己、束缚自己的是自己的执著。修炼的路上，师父会利用各种机会让我们看到自己原本意识不到的执著。证实大法的事固然重要，但是我们不该以此为借口不修去自己的执著。我总是习惯于把自己摆在一个小小的配角位置来配合整体，没有认识到大陆大法弟子的主角作用。每个人都要闯出自己证实法的一片天地，我也要走出独立证实法的路来。

后来我就一个人默默的讲真相。常常自己琢磨着用各种方式讲真相。其实很多东西一个人琢磨琢磨就做出来了，用多少做多少，不积压。在日常生活中，买东西每次花一张真相币，虽然每次一张，但是坚持基本上每次都花，日积月累，数量也是很可观的；日常出门也带上几份真相资料，顺便就发出去了，细水长流，润物无声。

修炼就是要向内修自己的心。向内修，会越来越顺应宇宙特性，证实法的事会越来越顺利；向外找，就越来越与宇宙特性拧着劲，无论是与同修沟通、还是协调大法工作，都不会顺利。热衷于做别人的工作、指出别人的执著，这本身也许是对别人的执著。我们常商量着去做同修的工作，为什么往往效果不好呢？因为当我们说“让别人提高上来，让别人跟上正法进程”这句话时就是把自己摆在他人之上了。

有次，我在明慧上看到一篇文章，写的是一种清除邪恶画像的方法，我就想把这个方法告诉其他同修，想和同修一起去清除本地的邪恶画像。我认为某同修不愿跑远路，就认为这位同修绝对不会去的。结果发现，邪恶画像已经被清除

无私无我，才会达到最好的救度效果。

同修们，让我们真正的放下心来，认真的向内找，不断提高心性，在法理上升华。不断的让自己神起来，救度更多的众生，不愧对自己是大法弟子的称号。

以上是我在奥运期间的修炼经历和体会，有不当之处，请同修慈悲指正。

合十！谢谢师尊的慈悲苦度！！谢谢同修们的帮助！

福州老人讲真相

文/大陆福州大法弟子

“七二零”之前我就开始洪法。我从城市到农村，从异乡到故乡山头洪法。久别重逢的乡亲，对我格外热情。我给乡亲们讲了大法的美好，他们都乐意接受，男女老少皆有，最老的有九十岁高龄了，其中有一个哑巴还带来了两个孙女一起来学功。早上炼功，晚上放师父的讲法录像。大法震动了高山，影响广泛，住在很远的教师也带了许多学生来学法炼功，热闹异常。

“七二零”之后，我开始学写文章。说是容易，写时的难度大，往往是写到夜深人静。自己看看不满意撕了重写，在热心同修帮助下，稿件在《明慧周刊》上曝光恶人。恶人最怕曝光，就四处找我。我有师父管，恶人到哪里查呀。一篇篇文章曝光邪恶，一桩桩神奇事证实着大法。——选自本文

大法开传，人传人，心传心，越来越多的人走进大法中来；一个个炼功点、学法点、资料点遍地开花。回想这几年来紧跟师父正法进程的经历，历历在目。

一、得法洪法

我今年八十七岁了，能得了大法是多么的幸运呀！九七年得法之前百病缠身，炼功不长时间，身上的百病不治而愈。在法中升华，至今，在风风雨雨中走过了十一个年头。

我想，这么好的功法，我不能一个人得益，要让更多的人受益。“七·二零”之前我就开始向自己的单位同事洪法，一讲就要学功，有许多有缘的同事来球场炼功，大部份都得法了。我们建立了炼功点，学法点，这都是大法的威力，都是师父在做，从中我也得到了升华。

我从城市到农村，从异乡到故乡山头洪法。久别重逢的乡亲，对我格外热情。我给乡亲们讲了大法的美好，他们都

乐意接受，男女老少皆有，最老的有九十岁高龄了，其中有一个哑巴还带来了两个孙女一起来学功。早上炼功，晚上放师父的讲法录像。大法震动了高山，影响广泛，住在很远的教师也带了许多学生来学法炼功，热闹异常。

一些敏感的学员，会感觉法轮在小腹转；有开天目的，看到法轮在旋转，炼功时看到护法神围一圈；有个哑巴还初次发出“呱呱”的声音。由于炼功中一幕幕的神奇事展现在眼前，也使许多学员更加信师信法。

我下山时，把录像机、讲法带、教功带，《转法轮》等有关大法资料都留给了他们，他们依依不舍的送我下山，很长时间都有书信往来，特别是大法受迫害期间，没有资料来源，我都及时想方设法寄给他们，有几次还亲自送去给他们，直到他们建立了资料点，能自给为止。

回家后我又去海岛洪法建点。我家也是一个学法点。我老伴是个辅导员，早晚炼功洪法忙碌不停。因学法人多，我把房间家具都搬掉还不够，又把床铺拆掉打地铺睡觉，腾出大房间多坐几个学法同修。我的小孙子当时只有六岁，早晚跟着他奶奶到炼功点上习炼功法，真是个逗人喜爱的小弟子。

二、正法修炼，历经磨难

正法开始，邪魔干扰。一九九九年“七·二零”，大法遭到江氏集团的恶毒攻击，师父蒙受不白之冤，使不明真相的众生因此仇视大法。面对这么好的大法，这么好的伟大师父被诬陷和诽谤，我怎么能不站出来说句公道话呢？于是，我和老伴就去了省信访办。那时，那里已有许许多多的同修在场，信访办要我们选代表，到访的人都要签名。临时选的代表表达来意后，一个个都被带走。什么问题都没有解决，又把所有来的人上了黑名单，用以加害大法弟子。这就是江氏集团谎言骗人的伎俩。

时隔数日，省市出现真相传单，邪恶怕曝光，出动了大批公安人员对法轮功学员进行迫害，到处抓人，连我这个当时将近八十高龄的人都不放过。走在路上被劫持到安全厅审讯逼供。逼我说出发多少传单和所谓的“幕后人”叫什么，

“法轮功组织”又怎样，要我交代，否则劳教、判刑由我选择。我反问恶警们：“你们已经知法犯法，侵犯人权了懂不懂？把我这个做好人的老人抓来审讯逼供是何道理？我什么

调人，多么有能力的技术同修，不该他们知道的，我也不会告诉他们；不管他们多么了不起，我也不会被他们带动，只用法来衡量。

我和协调人配合默契，我们一致认为“一个人能做的事，没必要让两个人知道，两个人能办的事没必要让三个人知道”，所以，我们配合的事没有另外的人知道，除了与协调人配合的事，我的其它事协调人就知道了，协调人的其它事我也不过问。

到同修家去，进门后，在客厅门口略微停留，等同修示意我去哪个房间，我才进入哪个房间，即使是熟悉的同修，未经同修允许不进入同修房间，不好奇，不打听，交流中只从法理上交流，不谈论其他同修做的事，同修电话号码加密保存，或记在心里，不保存对同修安全不利的信息。

在修口方面，我认为要在日常生活中、在时时刻刻中，一思一念都注重自己的实修，才能修的扎实。师尊在《转法轮》第八讲中讲：“我们张口讲话，都按照炼功人的心性去讲，不说些搬弄是非的话，不讲些不好的话。作为修炼的人要按照法的标准来衡量自己，应不应该说这话。”“我们讲修口，是常人中的那些放不下的名利与修炼者在社会实际工作中没有关系的；或者同门弟子中互相之间扯一些没用的；或者由于执著心指使显示自己的；或者道听途说传一些小道消息的；或者对社会上其它一些事情谈论起来很兴奋、很愿意说的，我想这都是常人的执著心。在这些方面我觉的我们该把口修一修，这是我们讲的修口。”“我们按照炼功人的心性标准要求自己，该说什么不该说什么把握好就可以了。”（《转法轮》）如果平时我们就爱打听同修叫什么、在哪住、在哪里工作……就爱好奇同修干什么，就爱和同修聊家长里短，就爱在同门弟子中互相之间扯一些没用的，平时不养成一个好习惯，怎么保证在关键时刻能对同修的情况守口如瓶？

说句笑话，知道了别人的秘密又得替别人保密，别人又担心你可别出去啊，那不是一种负担吗？所以说，知道的事情越少越好。

在安全方面，我认为很多时候我们并没有采取安全措施但没有出事，那是因为师父的慈悲呵护，并不是我们自己有多么高明，更不能证明不注意安全是对的，如果误以为自己

了，但是还该怎么做才能制止这场迫害是我每天都思索的问题，心里非常关心有关大法的消息。九九年十月我看到了一些交流资料，注意到这些资料注明来源于明慧网。我想：“我一定要学会上明慧网。”师父看到我想上明慧的一念，就安排好了一切，让我在二零零零年学会了用代理服务器上明慧。那时师父正好一篇接着一篇的发表了好几篇新经文，我就下载新经文给同修。

有一次我们地区出现了一篇假经文，协调人找了好几个渠道的大法弟子包括我上明慧核实，证实是假经文。重大问题要看明慧网的态度，我们地区也有条件看到明慧，所以我们地区从那时起，只看明慧上发表的经文，只看明慧上发表的交流文章，只散发明慧上发表的真相资料，假经文和那些乱法的东西在本地一直没有市场。

二零零零年末，用原来的方法上不去明慧了，那时很多同修被绑架，很多同修失去了联系，唯一能给我技术帮助的同修是一位在技术培训公司供职的同修，可是这位同修却说：“封锁了，明慧上不去，发电邮给明慧也收不到的。”当时我难过极了，我信任的这位有能力的技术同修说不行，我信任的一位很坚定的协调人也说过不行，那还能行吗？但是大法被迫害，被绑架的同修正在遭受折磨，却没有人知道，这是我无论如何接受不了的，一定要揭露邪恶，一定能行！当我把心定这一念上时，试着发电邮给明慧公共信箱，虽然提示好象发送失败，但是我不再为假相所动，坚信一定能行，终于收到了明慧的回复，建立了与明慧单线联系的渠道。（这个渠道使用了约三年。谢谢在最初的那几年给我们很大帮助和支持的海外弟子。）

我把这个办法告诉协调人，由协调人出面推广出去，在破网软件发明和应用前，保证了我们地区跟明慧联系一直不间断。我们地区发生的迫害事件，总能在第一时间发往明慧，及时报道。这边人刚被绑架没几天，那边海外同修的真相电话就打过来了，极大的震慑了邪恶。当然这些工作都是我们地区其他同修做的，不是我做的。

这段经历给我的另一个体会就是，不管多么了不起的协调人，多么有能力的技术同修，也是普通的修炼者，大家都在摸索证实法的路，没有什么谁比谁“高”，要以法为师。从那时起，我就遵循着这样的原则，不论是多么了不起的协

也都不知道，要是知道也不会告诉你们。”这伙恶警们折腾了半天在我身上捞不到任何东西，就自找台阶下，说：“你不交代，我们也没有办法，先回去好好的想一想，想好了再交代。”还要我跟他们交朋友，言外之意就是叫我去干坏事害人。只有江氏集团的人才会去干伤天害理之事，大法弟子是神圣不可侵犯的呀！

上访无门，同修又遭迫害，我唯一只好去北京讨公道、还师父清白：

离家出去上北京，助师洪法一颗心；

艰难面前去考验，真相大白见心性；

公安抓人又打人，洪扬大法做到忍。

天安门许多大法弟子打的“法轮大法好”的横幅被恶警抢去，一个个大法弟子被恶警连拖带打的拖上警车。这里，江氏权力大于法律，这里没有人说话的地方。怎么办？我在北京下一步如何证实法？我下决心法不正过来，就不回去。谁知回客栈时，却被驻京办恶人劫持押送回原地；一个个关和难向我扑来：非法勒索罚款、被强制送往洗脑班，扣发退休金，剥夺一切福利和待遇。

我经历了洗脑班内的正邪较量。在那里，邪党人员对法轮功学员灌输邪话，强制看歪理邪说的录像，并胡说去北京的学员是“反党”、“反人民”。我们坚决抵制，政法委“六一零”邪党人员看出我们不好对付，遂把原定办三个月的洗脑班仅二十几天就草草结束了，把我们送回了家。

过了一关又一关，我老伴把六岁的小孙子让我带，她去北京证实法，但是我住所地的社区、公安和单位逼我交出老伴，向我要人，并扬言要处置我和老伴，当时确实感到压力很大。然而大法神奇，在师父的慈悲呵护下我的老伴去了北京又顺利回家了。

一波未平一波又起，邪恶把我当成重点人物电话监控，暗中跟踪，周边布置。有一位老同修来看我时被不法恶警搜身，并遭绑架。我邻居骂他们是土匪，公开做恶。我得讯后不回家了，就千里迢迢去故乡传递真相传单。

我有幸得了大法，人生的路改变了，身心健康，思想升华，道德回升，如今又在正法洪流中助师洪法，把大法福音传给乡亲们，乡亲们喜出望外。在那里，我们成立了学法点，切磋沟通，整体提高。

三、讲真相、救众生

我开始学写文章。说是容易，写时的难度大，往往是写到夜深人静。自己看看不满意撕了重写，在热心同修帮助下，稿件在《明慧周刊》上曝光恶人。恶人最怕曝光，就四处找我。我有师父管，恶人到哪里查呀。一篇篇文章曝光邪恶，一桩桩神奇事证实着大法。

在证实法过程中，也冒出了一些人心，比如有时和同修发生矛盾，没有向内找，向内修，被邪恶钻了空子，出现了病状，吃不下，睡不着觉。这时我想我不能躺倒，就发正念、向内找，及时在法中归正，同时求师父加持：弟子还想救更多的众生；不能看着杀人放火不管，杀人放火不管是心性问题的。这时正发现邪恶灭绝人性活摘大法弟子人体器官牟取暴利。我和老伴走出去传《九评》，讲真相，劝三退。不到一个月，我身体的病状消失的无影无踪。

邪党没有把法轮功迫害倒，相反，那些参与迫害法轮功的邪党人员却纷纷遭恶报，我市政法委书记得癌症死了，“六一零”头目被双规了，国保大队长被调动了，他们只是在死亡线上挣扎。

我和同修们奔走各地发真相传单，面对面讲真相取得了意想不到的效果。

我有一位好友原来受邪党无神论和党文化的洗脑中毒很深，所以开始给他讲真相时，他听不进，不愿意放弃他二十多年的党龄。我问他退休了工资拿多少？四百六十三人民币；看病呢？没有医保得自掏腰包；住房呢？一家四口人住十多平方米的破房，上厕所还要走老远路。我说共产党篡政几十年，你得什么？还过着这样的生活。共产党自称“伟、光、正”体现在哪里？说什么要达到共产邪恶主义“美好”的明天，这不是骗人的鬼话吗？最后他还认为自己是一个小小党员没有什么关系。我也不想多说了，就留下一本《九评》，并诚恳的对他说：“好好的看看这本书吧！”

过几天，我又去他家。他告诉我：“我想通了，我想通了。”他说：几天前一个晚上接到国外讲真相电话，又看了《九评》，终于看清了中共的邪恶本质。中共邪党是一个以斗争为乐，以战天斗地、整人杀人为乐的黑帮邪教集团。自篡政几十年来，没干什么好事，却利用一系列的运动，有的只是斗和恶，土改、镇反、反右、文革、“六四”等，共导

往往我遇到魔难的时候，第一念准是人的一念，越想，越害怕，越害怕越不知怎么办，那时也想不起师父了，也没正念了（就是发正念也静不下来）。

说白了，那是自己都不把自己当成大法弟子了。叫师父怎么办，叫正神怎么看。我们跟随师尊修炼，不是要修成佛、修成神的吗！神会有怕心吗！神会怕常人说什么吗？神会执著人世间的东西吗？我觉得师父给了我们“向内找”的这个法宝，就是要我们把那一颗颗人心都找出来，修去它。成为一个真正的神。

我一定要放下这个修炼人本不应该有的害怕恐惧心，在法中归正自己的一念一行，用神念看待一切。运用师尊给我们遇事“向内找”的这个法宝，找出使自己产生怕心的原因所在。当我们真正把那个恐惧心全都修去的时候，那肯定是进入另外的一种修炼状态了。

总之，我觉得在这九年来，在证实法的修炼中，要向师尊汇报的事情太多了，我就着重在去怕心的问题上向师尊作以汇报，因为如果没有师尊的慈悲呵护，我这么大怕心的人，恐怕很难在修炼的路上走到今天。

谢谢师尊！弟子再次向师尊合十。

花开无形 润物无声

文 / 山东大法弟子 澄澄

我是一个默默无闻的大法弟子。证实大法需要时，我就与同修配合；不需要配合一个人就能做好的事，我就独自做好。大法的修炼形式是大道无形的。大法弟子证实法也是这样，聚之成形，化之为粒。每一个大法弟子都是各自的证实法的舞台的主角，同时又在各自的环境中默默的配合着我们的整体。——本文作者

我是一个默默无闻的大法弟子。证实大法需要时，我就与同修配合；不需要配合一个人就能做好的事，我就独自做好。大法的修炼形式是大道无形的。大法弟子证实法也是这样，聚之成形，化之为粒。每一个大法弟子都是各自的证实法的舞台的主角，同时又在各自的环境中默默的配合着我们的整体。

一九九九年“七·二零”后，虽然我也到北京护法

偶然的事情啊。”对我们修炼无关的事，它也不可能存在，所出现的事，一定是去我们哪一颗心的。我悟到：修炼中我所遇到的事，都是与要我去掉怕心有关的，其实，真正让我产生“怕”的原因有三个。

（一）怕心是由自私心理引起的。我不管遇到什么事情，放不下人的东西，思前想后的，再掺杂着求安逸心和依赖心，使自己失去本应具备的独立性，这样为私的修炼基点是我必须要修去的，必须得从根本上改变人的观念。师父讲：“人真正气不通不会造成什么问题，往往都是我们自己精神作用，又听些假气功师说气上头顶，要出现什么偏差，他就害怕了。他这一害怕说不定就真正的带来麻烦。”

（《转法轮》）当我们出于自私的基点而产生害怕，用人心和人的办法保护自己利益的时候，此时的心性标准就降到常人那去了。那麻烦事可就大了。另外空间的邪恶生命与因素要迫害一个常人那不是很容易的事吗？在我们证实法的修炼中，可不是为了我们自己要得到什么东西呀，那是为了在劫难之前，救度被恶党迷惑了的众生啊！当把修炼的基点逐渐转向为他的时候，我们就有了神圣的使命感和责任感，那什么样的魔难干扰，都会在神圣的责任感面前变得什么都不是，那不就修成无私无我、先他后我的正法正觉了吗！

（二）怕心是没有全盘否定旧势力的安排招来、求来的。除了正神的注视外，宇宙中旧势力邪恶的生命和因素，也都无时无刻不在虎视眈眈看着我们大法弟子，如果是在邪恶演化出来的假相或是在被邪恶抓住了把柄进行迫害的魔难中，自己没有了正念，那就等于没有了“真我”。如果一直被自己脑海中不断翻出来的不好的思想念头（那个假我）控制着，那也就是被邪念控制着，它纠缠着你，排不掉、压不住，你就会一直顺着想下去，那可就不单是招来了邪恶的迫害，从另一个角度上讲，而是你自己选择了邪恶的迫害，你在求迫害。师父讲：“你想重了，你不就是执著追求了吗？”（《转法轮》）的确是这样，大法弟子在分不清真我、假我的时候是相当危险的。

（三）怕心是没有坚信师父、坚信大法造成的。师尊在《二零零五年旧金山法会讲法》中讲：“如果大法弟子都能正念正行，无论在任何情况下都用正念思考问题，每一位大法弟子都不会在迫害面前生出怕心来，看谁敢来迫害你！”

致八千多万人丧生！比两次世界大战总和还多，看不到一点善和仁。如今又迫害法轮功，活体摘取法轮功修炼者器官牟取暴利，邪恶至极啊！“我不再与它为伍，立即‘三退’，走光明大道”。之后，他以“真、善、忍”为标准来衡量自己做好人，并积极劝人“三退”，至今经他劝退的有五十多人。

今年，邪党以借奥运安全问题，大肆绑架法轮功修炼者，致使中国大陆近万人被非法关押、劳教、判刑的迫害。但是我这个好友并没有被邪党吓倒，更加积极的劝人“三退”，而且把名单及时送到我家。八月二十日，他又叫他的太太送来“三退”名单，其中有一封是市红十字会负责人亲笔写的三退声明信！他的太太借送“三退”名单之机，要我教她炼功，她一学就会，当时两腿就能双盘。我很高兴，鼓励她一定要坚持下去，好好修炼，成为一名大法弟子。我抓住这个机缘又告诉她：“你丈夫明真相、做好人，不怕艰险劝三退，已劝退了五十多人，这五十多人已得救，但你丈夫得到的也不少，他思想升华，身体健康。过去他常要打针、吃药、住院；如今一概不需要，而且满面红光、白里透红。这是得了大福报了，但要想真正脱离生死轮回，一定要修大法，多看《转法轮》这本宝书，返本归真。”她频频点头。我真为他们的觉醒感到高兴。

四、反迫害，正念起

邪恶纷纷出动企图迫害我这个老人。记得在零七年下半年的一天，国保大队长带了一伙邪恶窜入我家，吓唬威胁抄家无果，第三次又企图窜入，被我拒之门外，然后把他们引向楼下的大院，坐定后就大喊：大家快来啊，大家快来啊！就讲起真相来；并说法轮大法好，天安门“自焚”是假的，是江××一手创制出来的；还诬蔑说什么炼功会“走火入魔”，会“精神病”，那都是一派胡言。江××的目地是要置大法弟子于死地……。

这时国保大队长乱了手脚，拿着手机在对话，其中一个女警察对我说：她们今天来是上级命令，叫我配合他们。我说：“不管什么命令和指示，我绝对不会配合你们干坏事。法轮功修炼者是世界上一群最好的人，恶人活摘法轮功学员人体器官牟取暴利违背天法，怎么能配合作恶呢？”那女警察睁大眼睛，二话没说就走了。恶人最怕在大庭广众之下被

曝光，灰溜溜的走了。

在场的人见证了这次正与邪的较量，认清了恶党，先后三人退出了中共邪党及其相关组织。我深深感到这是大法的威力，伟大师父的慈悲救人。弟子一定要走好走正师尊安排的正法之路，不忘师父慈悲救度。

在写真相文章的过程中修炼自己

文 / 山东大法弟子

我是一九九五年得法的大法弟子，到现在已有十四个年头了。大法法会是师尊为我们留下的最好的洪法和整体升华的修炼形式，开好「第五届大陆大法弟子修炼心得书面交流会」，是我们每一位大法弟子的责任。

二零零二年初，我在工作期间被绑架、抄家，非法劳教三年多的时间，经受了漫长的非人的折磨。回家后，首先看到的是当地大法弟子整体正法形势非常好，证实大法中环境开创的也比较宽松，邪恶生命基本失去了生存的空间。唯一不足的就是，对当地邪恶的揭露做的还不够。为了能及时准确的曝光邪恶、救度众生，我在明慧网查找了大量讲真相的资料和一些关于编写真相资料的文章，下载了《做好新闻报道救度众生》明慧文章汇编等进行学习，经过不断的努力，很快就掌握了写作要领。这都是大法的威力，是师尊给我开启的智慧。——本文作者

伟大慈悲的师尊您好、各位同修好！

我是一九九五年得法的大法弟子，到现在已有十四个年头了。大法法会是师尊为我们留下的最好的洪法和整体升华的修炼形式，开好「第五届大陆大法弟子修炼心得书面交流会」，是我们每一位大法弟子的责任，也是每一位大法弟子应该做好的事情。借此机会，我就谈一谈自己对编写真相资料的一点粗浅认识，水平有限，不足之处请同修慈悲指正。

一、我是怎样开始写反迫害文章的

记得刚刚得法的一天夜里，在似睡非睡的状态下，见到了伟大慈悲的师尊。师尊用清晰而洪亮的声音问：「你是某某吗？」我回答：「是。」师尊为我调整了身体，我看到师尊给我清理掉了许多黑色焦油一样的粘稠状物质，最后师尊送给我一支笔，当时我没有悟到是啥意思，直到学了师尊的《洪吟二》〈震慑〉，我才如梦初醒，原来这是师尊

我们有相当一部份同修认为：建家庭资料点太危险，有诸多困难。都存在着等、靠、要的依赖心，所以前几年，我们这个地方资料点少，看《明慧周刊》都是十几个人一本，根本看不到当期的周刊。在协调人的热心帮助下，在零六年下半年，我们有幸成为家庭资料点的一员。

当然，在筹建中，也遇到了同修都遇到的情况。首先是不懂电脑，连名词术语都记不住，只是记着什么样的情况下是点一下，什么样的情况是点两下。这还不算是个问题，这个可恶的怕心还在时不时的干扰着我。记的当时机器搬到家时，心怦怦直跳，甚至连包机器的纸箱都不知道怎么销毁掉。每次开机前，我都要房前屋后的看个仔细，只怕被别人偷听偷看到什么。越是这样，旧势力越给演化假相，就象师父在《转法轮》第六中讲的：“你不炼功环境还挺好的，你一炼功就是这样的。”警车的警笛不时地鸣叫着，有时警车就停在门前的路边，一停几个小时不动弹。我们就发正念，不为其所动。我们做的是全宇宙最正的事，谁也不能迫害，谁也不配迫害，谁迫害谁有罪。发了正念，我们继续做资料。一看门外，警车不知什么时候开走了，警笛声也听不见了。

为了不使旧势力抓到迫害我们的任何把柄，我们把每一天的时间，除了吃饭、睡觉，都用到背法、炼功、讲真相、做资料上。已近两年的时间了，我们的资料点一直都在师尊的慈悲呵护下正常的运作着。前段时间奥运会期间，由于我们这个地方也受到了邪恶的干扰。有的家庭资料点运作有了困难，我们就承担了更多的资料印制和传递工作。这些事，要是在从前，我是连想都不敢想的。

五、怕心的根源

对于“怕”字，记得有位同修解的好：“怕”字是由“心”与“白”构成的，其实就是白操心。解的真对！对常人来说，人的得失是由因缘决定的。你欠人家的，人家堵着门要账，你怕、你躲有什么用，怕只能让你自己更难受，也解决不了任何问题。那么对于修炼人来说，怕，那真的是白操心啊！因为我们的人生命运，已经被我们师父改变成了修炼的路。师尊说：“因为那一生是改变的，是修炼的一生。”（《转法轮》第六讲）师尊又在《纽约曼哈顿法会讲法》中告诉我们：“大法修炼、正法与你们证实法中，哪有

三、生死放下无怕心

那是在二零零三年的五、六月份，还是由于自己学法不扎实和悟性不好，师尊点化三次还是点而不化，又叫邪恶钻了空子，被恶警绑架到公安局，这次我一点都不怕。我想：这些恶警这么邪恶，他们已经被旧势力操控的失去了理智，我坚决不配合他们，我不能总是以一个状态由他们抓来抓去的，我要改变状态。怎么办？我想到了绝食，可又一想，恶警们太没有人性，到监号里绝食，他们会整治全号里的人，使用阴毒的连坐手法，把全号的人都拉到太阳下暴晒。号里的犯人啥人都有，为了不给其他人带来麻烦，我决定在公安局就不和他们对话，问啥也不答，不吃也不喝，发正念铲除他们背后的邪恶。其实当时心态还不是太稳，正念也不是太强，而且还是在迫害中反迫害，还是顺应了迫害，最终还是被恶警绑架到了看守所。

在那里，我每天心里都在背着师父《正念正行》这首诗。那些日子里，我时时刻刻都感到师父的慈悲呵护。在绝食期间，我不知道饿也不知道渴。恶警给我强行灌食，那么热的天，连灌食的恶警都汗流满面，我硬是滴汗全无，嘴唇也不发干。恶警要给我输水，在没输水以前，我就感到我的一只手心里，好象有东西在转，转了一会儿停了，另一只手也有了转的感觉，怎么回事？当时我也悟不出来，一会恶警们把我拉去输水，他们把我象十字架一样绑到板子上，两只胳膊没绑，但是有四个恶警，一边两个狠狠地按住。

我心想：你们的什么阴谋都别想得逞。他们先在我的右手背上扎了针，我把手猛一抽，那个针就扎在了一个警察的手上，那个警察“啊”的一声叫；左边的恶警说：“什么本事？一个女的几天没吃饭你们都按不住，看我们的！”左边两个警察的四只手象铁钳子一样抓着我左边的胳膊。我想：他们抓不住，你们也同样不行。又扎上了针，我猛一抽，手又抽出来了。恶警们惊呆了，谁也不说话了。这时我隐隐约约听到一个警察说：“炼法轮功的真厉害！”这时我才悟到我的手心为什么有转的感觉了——是师父在保护我呢！深深的感谢尊敬的师父！我清楚的知道：是师父在为我承受这一切。在监号里我就讲真相、揭露邪恶的迫害。在师父的慈悲呵护下，我于九天后成功的闯出了魔窟。

四、建立家庭资料点中除怕心

送给弟子的法器啊！

九九年“七·二零”，江魔头利用邪党开始迫害法轮功，我曾两次进京上访，进京后不但没能上访，反而被单位抓回后，多次进行长期非法关押、经济勒索、并在身体上进行残酷折磨和精神摧残。当时，我们想曝光当地邪恶的所作所为，但苦于没有机会。

二零零一年，随着正法进程的向前推进，当地大法弟子在讲真相方面做的非常好，整个社区各种真相资料随处可见，「法轮大法好」的条幅、标语一次又一次的挂满整个社区，使很多世人逐渐了解了真相，有力的震慑了邪恶。当时，我购买了一台微机，为了配合正法进程，试着写了几篇反映当时正法洪势的真相稿件发于明慧网，很快都被刊登了。这更增加了我写真相资料的信心，但同时也引发了我的欢喜心、显示心等各种执着。由于对微机操作的安全知识一窍不通，再加上正念不足，致使在微机操作过程中被邪恶钻了空子。二零零二年初，在工作期间被绑架、非法抄家，而后又非法劳教三年多的时间，经受了漫长的非人的折磨。

回家后，首先看到的是当地大法弟子整体正法形势非常好，证实大法中环境开创的也比较宽松，邪恶生命基本失去了生存的空间。唯一不足的就是，对当地邪恶的揭露做的还不够，几年来当地邪恶破坏大法、迫害大法弟子的曝光材料寥寥无几。为此，同修们让我在家写一些曝光当地邪恶的文章。在做好证实大法其它项目的同时，我就开始着手收集、整理资料，从此以后，一篇篇曝光当地邪恶和劳教所邪恶以及明大法真相者得善报、破坏大法者遭恶报的真相资料不断从明慧网刊出。我们又把这些真相资料汇集成小册子，在当地散发，有力的震慑了邪恶。在不知不觉中，我的写作能力也大有提高。

二、写好文章是大法的智慧、也是整体圆容的结果

上学的时候，由于语文水平较差，写作文是最头疼的事情，绞尽脑汁也写不了几行字，并且前言不搭后语，错别字连篇。在单位工作时，每年年底的工作总结也是以抄袭为主，只是改改数字而已。这给初期编写真相资料的我，带来了很大困难。

为了能及时准确的曝光邪恶、救度众生，我就在明慧网查找了大量讲真相的资料和一些关于编写真相资料的文章，

下载了《做好新闻报道救度众生》明慧文章汇编等进行学习，经过不断的努力，很快就掌握了写作要领，文字水平也大有提高，文章的条理性和结构布局也越来越明了，这都是大法的威力，是师尊给我开启的智慧。

在编写真相资料的过程中，要想保证真相资料的质量，使编写出的真相资料能够起到更好的救度众生的作用，必须做到整体圆容。为了达到这个目地，在大法弟子们的协助下，我结识了一位比较年轻的大法弟子，他大专毕业，做事能力较强，对任何事情都能认真负责，文字工作水平高，整理文章逻辑推理性强，条理清晰，从而，他主动担任起了真相稿件的审核工作。在我们的长期配合中，使我学到了许多东西，我们互相学习，相互促进，取长补短，对编写出的真相资料进行共同分析研究、推敲词义，经过反复论证后进行定稿，尽可能的达到完美无缺，无错无漏。经过整理后的多篇稿件，在大法网站刊出后很少发现有改动的地方，这也给国外大法弟子减轻了负担。

编写真相资料在选材方面是很关键、也是很棘手的一个问题，写出一篇好的真相资料，就能在清除邪恶、救度众生的过程中，发挥其强大的作用。在编写真相资料时，其资料来源，也都是师尊帮我们做，是大法的智慧。在选择题材和收集素材的过程中，如果能做到一切随缘，没有强烈的执著，在正念很足的情况下，无意之中就会有人提供很有价值的真相材料，随时都会有好的题材展现在你的面前，并且会源源不断的涌现出来。其实，对于维护大法的事情，只要我们能够用心去做，一切都在大法的圆容之中。在写作反迫害文章的过程中，我也体会到了「修在自己，功在师父」（《转法轮》）这句话的内涵。

在选材方面，大法弟子们的互相配合也是至关重要的，因为真相资料的本身，就是反映大法弟子所经历的和大法弟子周围所出现的人与事，所以只有大法弟子的共同参与，才能有更广泛的资料来源，才会有准确可靠的真相素材。因此，绝大多数的真相资料，都来源于大法弟子们的共同努力，根据大家提供的真相材料，收集相关的资料，共同取证核实，分析研究，得出可行性意见和建议，编写成文。再由同修们共同进行文字的处理和结构的调整，经过大法弟子们阅读检查，修正其存在的问题和不足。这样，就大大的减少

局，孩子见到我就哭着说：“妈，人家说，你和我爸都是炼法轮功的，要把咱家的东西扔到库房里，不让咱住那了。”不知为什么，此时我反倒镇静了，我想起了师父说的话：“关关都得闯 处处都是魔”（《洪吟》〈苦其心志〉）我认识到：是因为我的怕心和情这个关没过好，才使魔难加大的。我自己心里说：快放下那些心吧，再执著就更难办了，自己是个修炼的人啊！师父说：“修炼中要消业，消业就痛苦，哪有舒舒服服的长功的！要不你的执著心怎么去呢？”（《转法轮》）我平静的嘱咐了孩子该怎么办。最后干脆的说：“你把咱家的存折拿好就行了，东西你就别管了。”孩子哭着走了，我的脑海里一片空白，那时我心里一直背着师父《洪吟》中的那首诗：“修去名利情 圆满上苍穹 慈悲看世界 方从迷中醒”（《洪吟》〈圆满功成〉）。

提审回来，我反而感到轻松了，我放下了，我不再想那些事了。在以后的日子里，我就发现和我关在一起的同修，她们和我的不同之处，和她们在一起这么多天了，我才发现别人都比我修的好。有一位老年同修，恶警总在追问她家里的经文从哪来的，因她不愿说出其他同修而整天愁眉不展，另一位同修就对她说：“别发愁，你就说经文是我给你的就行了。”看别人都没把邪恶的迫害放到眼里，自己真的不能比，我的情太重，执著太多，怕心太大，才导致邪恶的迫害和关过的这么不好。因为知道自己是个修炼的人了，思想开朗了，所以，后边的那些日子很快就过去了，在看守所的第三十七天的一天上午，恶警把我释放了。

我一个人回家了。家还是好好的，东西也没被扔到库房里。

回来后，我打听到，公安局企图非法劳教我丈夫。我心里说：他们说了不算，我师父说了算，我们做的事没有错，是师父让做的，有师在，有法在，怕什么！那时已经知道怎样发正念了，我除了学法就是长时间的发正念，铲除邪恶，不承认旧势力的迫害。就在我回家的第七天，我丈夫也从魔窟里出来了。他也说，他在那里每天都在背着师父“难忍能忍，难行能行”（《转法轮》）的法，以及发着“我所做的事，是师父让做的，是神圣的事，邪恶奈我何？”这样的正念。他还说，除了公安局的恶警打过他，监号里的犯人没有打他，可他确实就被关在那个暴力号。

其实回忆起来，上面所讲的去群胆、修孤胆的短暂过程，只能说是对去怕心的一个初步尝试。而且是在旧势力的安排中去怕心的，那么这个怕心根本没去掉，还给旧势力了一个加重迫害的借口。再接下来的难也就更大了。

记的那是在二零零一年七月上旬的一天，我们家突然传来了敲门声，孩子很快跑过去开了门，有七、八个恶警闯了进来，把孩子们都吓呆了。恶警把我们一家人推到客厅中，就开始抄家，我的心怦怦直跳，女儿吓的直哭。恶警们抢走了我们的录音机和炼功磁带后，就把我和我丈夫在孩子们的泪眼中强行带上了警车。

我们后来就被恶警绑架到看守所，当时因学法不深，我整个人都被泡在“怕”和“情”中了。在监号里，我的脑海里浮现出的：除了我那被翻的乱七八糟的家，就是我那两个泪眼汪汪的孩子，更让我揪心的是，我丈夫那单薄的身体。因为在监号里，有位同修问我，你丈夫关在哪个号里，当时我说是某号，她说：“那是个暴力号，前几天，有位身强力壮的男同修，就是被那个暴力号里的犯人给打坏的。”同修们都替我丈夫担心。那些天经常听到监号外面有打人的声音，号里边的老犯人都说：“这段时间咋啦，看守所怎么天天打人。”

我是一听到外边打人的声音和恶警们的吼叫声，我的心就一揪一揪的，我甚至不敢想也不敢提我丈夫的名字，一提起眼泪就不知不觉的往下掉。监号里有位外地同修当着我的面说：“你不要和我说话，你连‘情’都放不下，你不是大法弟子。”同号里的人说她是个冷血动物，我说：“别那样说她，她说的对，是我做的不好。”就是因为那位同修说的这句话，反倒使我的心平静下来了，有好几天我不再想那些不好的事了，就在心里背师父的《洪吟》。

但是有一天早晨，有一位老年同修又对我说：“昨天晚上我做了一个梦。梦到你丈夫来了，就站在你睡的地方，一句话没说。”她这一句话又勾起了我的心。心想：他现在怎么了，是不是被邪恶迫害不在人世了？他现在又在哪里呢？自从我们两个一起被绑架到看守所，分别二十多天了，他的消息我一点都得不到，我的心又一次提到了嗓子眼。就是因为那个放不下的心啊，又被邪恶钻了空子。

有一天恶警提审我时，他们把我的孩子也挟持到公安

了所写真相资料中可能出现的漏洞，避免了真相资料在表达方面出现的偏差。所以，每一篇真相文章的出台，都是大法弟子整体智慧的结晶。也是每位大法弟子共同努力的结果。

三、编写真相文章过程，也是自我修炼的过程

编写真相资料时，会出现各种因素的干扰，有时出现大法弟子的不配合，调查落实情况不到位，由于每个人认识问题的不同也会出现意见分歧，甚至有时争论还很激烈。特别是在邪恶还很猖獗，有一部份大法学员还存在着不同程度怕心的情况下，资料来源也存在着一定的难度，编写出的真相资料有时会出现一些偏差，在部份大法弟子中就会出现一些争议，同时会给讲清真相、救度众生带来一定的困难。在整体配合上，也会出现矛盾，存在一些心灵的撞击，有的时候会非常剧烈。当这些问题出现的时候，如果不能把自己当作修炼的人，不向内心去找，矛盾就无法解决，还会给证实大法带来损失。只有把自己当作修炼的人，能够向内心去找，在自己这方面找原因，就能发现存在问题的根源。师尊讲：「我们学员在修炼当中不论碰到什么麻烦，你要能够从自身查起，查自己的原因，你什么问题都可以解决。碰到问题，一定要向内去找。」（《北美首届法会讲法》）

有一次，我让一位同修帮我检查一篇曝光邪恶的文章，这位同修很不耐烦的说：「你看着整理就行了。」当时我觉的这位同修怎么会有这种态度，做证实大法的事情还这么不负责任，以前从来没碰到过这样的事情啊。事后我在查找自己的问题时才发现，这不正是自己存在的问题吗？做事不负责任，这么严肃的事情自己却草草了事，把责任推给别人，这就是自己对证实大法的态度吗？并且还存在着自以为是，在与自己意见不同时，还出现不能很好的配合同修的工作，总是不能认真听取别人的意见和建议。对此，我努力修正自己这颗心，改变自己的做事态度，无论对任何事情都做到认真负责，绝不能再有丝毫马虎，同时也注意修去自己的显示心和对同修总是很冷漠的状态，这样就避免了此类事情的再次出现。

在对当地一批遭恶报事例曝光时，其中有一例是在九九年“七·二零”后，某单位领导因破坏大法、迫害大法弟子，致使一些大法学员放弃了修炼。二零零零年秋天该单位教导员在工作中突然倒地，后脑摔了个大洞而死亡。在印发

该真相资料时，被该单位的一位同修看到了，就说了一句该教导员迫害大法弟子没有那么严重啊。因此，将一部份已印好的真相资料全部销毁掉了，使得这批遭恶报实例没能在当地大面积曝光。我听了此事气恨不已，愤愤不平，把责任全部推卸到了这位同修身上，千方百计为自己做的不足之处进行辩解、推脱责任，完全站在常人的角度上对待此事。在学法过程中，自己对照大法，向内心深挖细找，追根求源。最后挖出了自己很不易觉察到的强大执著，那就是「名」。

维护自己的面子，听不进别人的意见。无论做什么事情，不论做的对与错、好与坏，总是不让人说，一说就炸，别人一说不中听的马上就要进行反驳。师尊讲：「千万要注意了啊，从现在开始，谁再不让别人说，谁就是不精进；谁再不让别人家说，谁就表现的不是修炼人的状态，最起码在这一点上。（鼓掌）谁在这一关上要再过不去，我告诉大家，那可就太危险了！」（《洛杉矶市法会讲法》）

一切事情都不是无缘无故的，这件事情怎么会让这位同修碰到了呢，这能是偶然的吗？在证实大法中，不论做任何事情，如果做不好或做不成，就说明自己存在有漏的地方，如果一味的强调自我，一意孤行，就会给证实大法、救度众生带来损失。

在投稿是否能被选用或得以修改的问题上，也包含着很大修炼的部份。一份稿件寄出后，在正常情况下，要及时上网查找，将刊出后的稿件与原稿进行对比，查找修改和删除的部份，分析其存在的问题，从中发现自己的不足。但有时带着人心的执著看问题，不能平心静气的接受别人的意见，出现的状态也是剜心透骨的。特别是稿件不能及时刊登或根本不采用时，心里忐忑不安、上下翻腾。开始投稿的时候，总是不能冷静的对待此事，静下心来进行分析思考，查找自己的原因，对稿件存在的问题进行修改。而是采取回避的态度，直接把稿件废掉了，从而，造成了大量人力、物力和时间的浪费。

在修炼过程中，通过查找自己这颗心，许许多多的人心都摆在了面前，阻挡着自己修炼的路，求名之心、显示心、好事心、好胜心、着急心等等。通过长期的修炼，自己逐渐的冷静下来，从而再出现这类事情的时候，首先静心查找自己的不足。稿件不被录用，这不正是应该修自己这颗心的时

往上提高。天生体弱多病的我，好象一下子变了一个人，药瓶子、药罐子丢掉了，精力旺盛了，走路生风了，越活越有活头了。大法太好了，我太幸运了，能遇到这么好的法，这么好的师父，那时我就下定决心：一定要好好学法，一定要修到底。

一、去群胆 炼孤胆

就在我们所有的同修在法中勇猛精进时，邪恶的江氏流氓集团出于妒忌心，于一九九九年七月二十日，利用恶党独裁政府的所有国家宣传机器，对我们的师父、对大法进行了各种污蔑诽谤。残酷的迫害开始了，一时间，中华大地阴风横扫，黑云压顶，群魔乱舞。就在我上班的地方，有人就当着我的面说什么法轮功的不是，当时还不知道什么是讲真相，我只是对他们平静的说：“你了解法轮功吗？你们见过炼法轮功的人吗？很多是年老体弱的人，给个机关枪不会用，给个坦克开不动，他们只是在炼功、只是为了祛病健身做好人，你看象搞武装暴动的人吗？”那些人悻悻的走了。我自己都感到奇怪，我怎么会这么平静、毫无惧色的说出这样有理的话呢？为了证实法，给大法讨个公道，我和同修一起北上，走到了天安门广场，打开了“真、善、忍”的横幅。当时，只觉的体内在轰轰的变大，我第一次有了不怕的感觉。

但是和那些精进的同修比起来，我就差得太远了。我从北京证实法一回来，就被恶警关进了看守所。我一看监号里有五个同修，心里挺高兴。我坦率的和她们讲：“看到你们真高兴，我以为这里没认识的人呢，因为我只有群胆，没有孤胆。”（其实就这么一句话就有大漏了。）在那个邪恶的黑窝里，总有干不完的活，每天只让睡三、四个小时，好在我们几个同修在一起，虽苦并不孤单。但是后来，今天走一个，明天走一个，最后就剩我一个人了。面对监号里的那些女犯人，吸毒的、卖淫的、打架斗殴的，一个个如凶神恶煞一般，那真不是人呆的地方，好在只最后一天。我被非法刑拘一个月后，我丈夫去把我接了出来。若不是这样，那个地方我真不知道如何再呆下去。这也是我有生以来，第一次独处在那种恶劣的环境中，尽管只有一天的时间。但是，回家很长时间了，晚上做梦还总是在那种环境中被吓醒。

二、魔难之中弃怕心

修炼路上去掉怕心

文 / 大陆河南大法弟子

我天生胆小。有一天恶警提审我时，把我的孩子也挟持到公安局，孩子见到我就哭着说：“妈，人家说，你和我爸都是炼法轮功的，要把咱家的东西扔到库房里，不让咱住那了。”此时我反倒镇静了，我想起了师父说的话：“关关都得闯 处处都是魔”（《洪吟》）。我认识到：是因为我的怕心和情这个关没过好，才使魔难加大的。……因为知道自己是个修炼的人了，思想开朗了，所以，后边的那些日子很快就过去了。一天上午，恶警把我释放了。我一个人回家了。家还是好好的，东西也没被扔到库房里。——选自本文

弟子首先向慈悲伟大的师尊合十问好！向同修问好！

我是在一九九八年初春有幸走入大法修炼的。特别是在这九年的反迫害、讲真相、救众生的证实法的修炼中，我所经历的一切，真是感慨万千。尤其是在修去怕心的这个问题上，更使我刻骨铭心。

师尊在《转法轮》第六讲中说：“因为你一害怕，就是恐惧心，那不是执著心吗？你的执著心一出来，不得去你的执著心吗？”谈到这个害怕心，我觉得世界上再也没有比我胆小怕事的人啦！这个话题很沉重，还是从我小时候说起吧。

我天生胆小。小的时候，父亲脾气不好，一次他对我的一声高声呵斥，我就吓的浑身发抖，一下子站在那里就象没魂了一样，并在此后几天都癔癔怔怔的。所以父亲从来没有敢打过我。一直到现在，很多的时候，一害怕，我肚子就疼，就要赶快上厕所。记得那年知识青年上山下乡，我仍然是胆小的很。有一次生产队里让我们去平坟头，（农村常有的那个大坟包，就是把它平掉了种庄稼。）在平坟中，我一下子掉到一个墓坑里，当时我都十七岁了，还象小孩子一样发起了高烧。好在从参加工作以后一直到修大法之前都比较顺利，没遇到什么太大的使我担惊害怕之事。

一九九八年我有幸走入大法修炼以后，胆子有点大了，早上四点钟不到，我一个人敢去公园里晨炼了。我发现我不怎么害怕了。那时，我就有一种感觉，好象师父在拔着我

候吗？应先修炼自己，再修改稿件。一切事情都不会无缘无故出现的，通过深入查找自己内心的问题，认真分析稿件存在的漏洞和不足。修改后再次投稿，稿件就会被录用。这样，既利用了稿件，又修炼了自己，使自己的心性不断得到提高。

几年来，在伟大师尊的呵护下，在大法弟子们的帮助下，在讲清真相、救度众生的过程中，做了一些自己应该做的，在今后的修炼中，我要努力做好大法弟子三件事，做到以法为师，遇事向内找，走好自己的每一步，请师尊放心。

谢谢伟大慈悲的师尊！谢谢各位同修！

与小同修一同跟上正法进程

文 / 吉林省大法弟子

在日常生活中我不把女儿当孩子看待，身边发生的事，包括好事还是坏事都努力的用法来衡量并切磋，在切磋过程中没有强加的因素，都很体谅对方的承受力。我在女儿面前没有秘密，自己的事什么都公开（涉及同修安全的事一定要修口），做错了也和女儿讲。在讲的过程中我和女儿都明白错在哪里。这样做的好处是，因曝光了邪恶而容易去掉那个不好的物质，还使女儿知道了这样的事是错的。遇上动心的事我们也决不放过，多以鼓励和举例子或看明慧文章等形式提高认识，这已经成为了契机。——本文作者

慈悲的师尊好！同修们好！

我想谈和身边的小同修一同跟上正法进程的体会。

十年前得法不久时，我曾梦见师尊慈祥的抚摸着女儿的头说道：「能长高个儿。」从此我便把师尊的嘱托牢牢记在心中，和女儿一同在修炼路上比学比修，坚定的走到今天。

为女儿开创学法、炼功的好环境

按照师尊的教诲，我带女儿一起学法，或者尽力给女儿开创一个学法的好环境。当时女儿刚转学，学习很累，但从未间断过学法，到休息日还和我一起去学法小组学法。学法中女儿急速的同化着大法，很快成为了一名坚定的大法弟子。

当时我们的家庭环境并不好，因孩子爸爸不准孩子炼法轮功（曾造过毁坏大法书的 恶业）但因为我们有要学法

炼功的愿望，慈悲的师尊就为我们安排了孩子爸爸够不着的环境。例如根据学校老师的建议送孩子到外地读书，由我来陪读，途中得到点化——快去学法小组，这样当天就顺利找到了当地的一个学法小组。等我们已经能理性认识大法的时候又将我们接回家来等等，从中我们切身感受到了师尊的慈悲呵护。女儿学习很好但没有入团，当学校老师轮番找她谈，让她放弃修炼的时候女儿正念十足的告诉他（她）们：

「正因为修炼了法轮功我才这么好！」

在平时的一思一念中都把女儿当成同修

在日常生活中我不把女儿当孩子看待，身边发生的事，包括好事还是坏事都努力的用法来衡量并切磋，在切磋过程中没有争执，没有强加的因素，都很体谅对方的承受力。我在女儿面前没有秘密，自己的事什么都公开（涉及同修安全的事一定要修口），做错了也和女儿讲。在讲的过程中我和女儿都明白错在哪里。这样做的好处是，因曝光了邪恶而容易去掉那个不好的物质，还使女儿知道了这样的事是错的。遇上动心的事我们也决不放过，多以鼓励和举例子或看明慧文章等形式提高认识，这已经成为了契机。长期这样做的结果，我们之间没有什么间隔。可以说，我和女儿之间很默契，非常理解和支持对方，在我的记忆中我几乎没有对女儿发过火，心里就是珍惜。了解我们的同修都说我们不象母女。

在救人方面互相圆容，默默补充

二零零零年，我曾顶着巨大的压力带着正上初中的女儿去北京证实法。女儿在天安门城楼上，在被公安绑架的情况下还对师尊说：「李老师！我要跟您回家！」在审讯室里没有说出一句连累我的话，包括问费用是不是妈妈给的时候也都是回答：「不是！是我的压岁钱。」我听女儿义正词严的说到：「我去北京就想说三句话。一是法轮大法是正法！二是要为我们师父平反！三是要无条件释放所有被非法关押的大法弟子！」我感到很震撼。没有一句多余的话，没有一句不在法上的话，比我这个大人做的还好。一个孩子在强大的国家机器面前，面对那么多的警察能表现出如此的成熟，全靠平时扎实的学法和对法理的理性认识。

在我从劳教所受迫害回来后女儿对我说：「谢谢妈妈，帮助我兑现了史前誓约！」很快女儿为我拿来她所能找到的

样面对批评与意见？」（《洛杉矶市法会讲法》）而我是矛盾的当事者，更应该想想自己到底是怎么回事？但是在所谓找自己的同时，还是认为是他的不对多，并有意回避他，心里也明明白白知道我们这一法门就是不回避，不逃脱矛盾去修炼，但是由于强烈的执著自我的心，阻碍我认识不到更高的法理，不愿改变自己，不知道向内找的内涵。彼此之间造成了间隔，结果一段时间使这一小片的大法工作受影响，信息沟通受阻。这样僵持了很久，师尊费尽苦心安排一次次类似的心性关，让我悟到向内找尽快提高上来。

一次师尊用同修乙、丙二名平时与我走的很近的同修，也是两个小片协调人，在我毫无觉察的一件事上，俩人同时一百八十度大转弯的态度来对我，一个在会上突然气愤似的口气指问我，一个去他家不让我呆，这件事的出现深深的触动了我的心。开始我又用人心想这个问题：我也没说什么伤害他们的话呀，怎么突然就变了呢，我找到与他俩也常接触的人问问吧，结果同修只说你就向内找找自己吧。同修的话同样触动了我，让我不得不去思考一再出现的类似问题，这绝非偶然，我开始在法上认识法，并开始发正念解体旧势力间隔。

终于在师尊的点悟中开始认真严肃的向内找，当我再打开《转法轮》看到「我们这一法门就是直指人心，在个人的利益上，在人与人之间的矛盾当中，能不能把这些问题看淡看轻，这是关键问题。」这一句话时，清晰明显很大的字跳入眼帘。这时我一下子明白了同修甲在我面前一切执著的表现，那就是我要修去的执著啊。明白师尊用同修乙丙对我的态度，让我向内找看到自己的执著提高上来，我的心性迅速得以升华，很快三个同修又都象没事人一样对我。真正体会到师尊所说：「所以你碰到魔难那正好是你提高的机会，如果你能向内找，那正好是你走过难关、进入一个新的状态的机会。」（《二零零八年纽约法会讲法》）

尊敬的全世界同修，我之所以借世界大法弟子交流之际，写出自己在做协调工作中，从干事到修炼这个提高过程，意在是用我的教训能给同修们以启发，也许会对同修有所帮助，不再因自己的执著给大法带来损失。在写的过程中也使自己不断的得到心灵的净化与心性的提高。愿全世界同修走好走正今后为时不多的修炼路，共同随师还。

点。

比如对旧势力迫害同修出现病业问题，认识到不是同修一个人的问题，是邪恶针对我们整体来的，看大家的心怎么动。认识到执著时间，执著预言的人心，造成奥运的结果。对营救同修也很快的达成共识，各尽其能的分片与整体配合。由于大家心态纯正，协调一致，基点正，归正了整体上的不足。很快使营救同修一事有了明显的进展。有一个已非法判刑四年的同修，几年来大家不懈的营救，结果在这期间提前一年半无条件的释放回来。另一个判八年送监狱却拒收，（连律师也说他还没遇到过此类案件）。一切正象师尊所说：「整体上协调越好的时候力量也就越大，力量越大起的作用也越大。」（《各地讲法三》〈二零零三年美中法会讲法〉）

从此次协调工作的表面，似乎与以往没什么两样，但是在过程中，我却别有感触，因为我能用正法时期大法弟子的心态，真正在协调工作中修炼自己，摆正了基点。因为有了与以往不同的心性、不同的心态，我没有执著自我，并多了一种修炼人的祥和和谦虚。所以那不求结果的结果也自然会法的展现。因为「修在自己，功在师父」（《转法轮》）。

（二）我终于知道怎么向内找了

一直以来阻碍我提高的最大障碍，在师尊的一再慈悲点悟下，使我终于找到了「不向内找」是我没有实修自己的根本原因。也明白了为什么整天忙活三件事做的很辛苦，也不见有多大提高，原来我是用常人的心态做大法的事。

同修甲是与我常接触的一小片负责人，他对大法金刚不动的信念，在反迫害中令邪恶胆寒、无奈，他的正念曾鼓舞许多同修从家中走出来去北京证实法。因此一度受到同修的崇拜（同修当时的心性），因此而给他带来很多魔难，与此同时我也发现他执著自我，证实自己以及争斗心很强。在协调会上他与我经常因一件事的看法针锋相对，互不相让的争论。也经常能听到同修中传来他对我的意见，其实这一切全是冲我心来的，可是我就是不悟，就是不能用修炼人的思想想这个问题，也就谈不上向内找了。有时也想，师尊说「别人发生矛盾的时候，作为第三者你都应该想一想：我应该怎么样做的好，这件事情换成我能不能守住自己、象修炼人一

一切有关大法资料。当看到我的怕心后，没说一句责怪的话，仍耐心的教我如何发正念，如何出去发真相资料等，甚至象大人似的领我出去到居民楼发真相资料。在女儿的帮助下我很快跟上了正法进程。

女儿周围要好的朋友中还有一个孩子没有三退。女儿和我谈起此事，我借女儿过生日的机会请孩子们吃饭。我感谢她（他）们在我遭受绑架迫害期间对女儿的帮助，我对她（他）们说：你们都是大学生，应该知道「给僧人一口饭吃功德无量」这句老话。孩子们说知道。我说到：大法弟子就是修炼的人，你们在我们最困难的时候给我的女儿吃的何止是一口饭啊！我感谢你们，天上也都有记录，你们为自己打下了很好的基础。接着我讲，汶川地震中大法弟子和家属以及三退的人神奇的脱险的实例，女儿也讲她本人在遇车祸时默念「法轮大法好！」后奇迹般的脱险的经历。所有的孩子都明白了真相，那孩子也用化名退出团、队。

看明慧，跟上正法进程

我经常给小同修看明慧文章，这些文章给小同修很大的启迪，指导跟上正法进程。

孩子因为学习忙，连《明慧周刊》也看不全，因此通常是我先看完后选择性的提供一些文章让孩子看并和她切磋。女儿周围不少孩子先后走入修炼中来。我尽一切可利用的条件和她（他）们接触。有一次女儿和一个同修切磋明慧网上看到的怎样否定旧势力在身体上的迫害，当要取走生命时用正念解体旧势力安排的文章内容。没过几天，那个同修就遇上这种迫害，当时小同修的元神正在离开身体，同修想起那篇文章，就用强大的正念让元神回来，并求师尊加持还让同修帮助发正念，经过一个多小时的生死抉择，同修用清醒的法理和大法的神奇，在师尊的呵护下打破了旧势力的安排。

通过看《明慧周刊》孩子们懂得了集体学法的重要性，于是他（她）们也组建学法小组，集中时间集体学法和切磋。每个孩子在这个环境中清洗了污垢，增强了对法理的认识，比学比修，跟上正法进程。用孩子们自己的话讲每周一次来学法小组「充电」。

符合常人状态修炼但不做常人

根据孩子们的特点，她（他）们在走一条适合自己证实法的路，因为进入高中后档案意外的丢失（是师尊的慈悲安

排），新补的档案中没有女儿炼法轮功以及上北京的记录。因此我们悟到在一个新的环境中不要暴露自己的身份，以第三者的口吻救人更好。从此女儿就走一条崭新的路，表面上去是非常讲究外表，看不出是正在努力放下人心的修炼者，但她（他）们周围的绝大部分的老师和同学以及亲朋好友通过她（他）们理智清醒的讲清真相，不仅三退，还知道了「法轮大法好！」她（他）们都成为了所在班级的佼佼者，其中包括以前的「混子」。她们中除一人帮妈妈做生意（已经成了大老板）外全部上大学。包括那个「混子」。上了大学后三名大法弟子（都是同班同学）找到初中时的班主任老师讲真相，班主任老师高兴的说道：你们才是新一代的名副其实的大学生啊！老师不仅做了三退，离别时还说：盼早日平反法轮功。

对孩子们要有宽容的心

孩子们成天处在名利情的焦点中，接触的大部份人都是党文化的受害者，而且当今物欲横流，「人类的道德在一日千里的往下滑着，常人都在随波逐流，离道越远越难往回修。」（《精进要旨》〈退休再炼〉）面对这样恶劣环境中的孩子们本身学法时间就少，炼功跟不上，发正念难度也大，因此我认为不让他（她）们犯错误是不可能的，要理解好孩子们，多为孩子们考虑。当孩子们做错了什么的时候，要宽容和珍惜，善意的提醒，决不能责怪，在帮助孩子向内找的同时还要多鼓励，肯定他（她）们做的好的地方，增强修炼的信心，知道自己和常人不同，是师尊的弟子，是众生得救的唯一希望。

女儿也有很多过不去的时候。我的经历告诉我，这个时候正是小同修需要关心的时候。因为是修炼中的孩子，当知道自己做的不好的时候也很自责，甚至是沮丧。那个时候如果听到的是大人们的一味的指责就很容易产生逆反心理或觉的自己没有资格再修炼了，或者觉得修炼太难了不想修了等等，会造成很多障碍。

我们明白，当动心的时候不就是有执著吗？有了执著心不就是邪恶钻空子的地方吗？那么魔难就会很大。每当这时我都是更加关心孩子，并在法上切磋。有一次孩子在政治考试卷子中，写出了中共的杀人史和一贯欺骗的真相。结果任课老师找到了她父亲，警察也三番五次的找孩子，导致父亲

累，事情没少干，整天忙的跟机器人似的，却离师尊的要求相差甚远。真是愧对师尊。教训使我认识到把工作当成了修炼的根本原因，是我那根本的执著——求名心和执著自我的心所致。

修炼前我是个大机关的小领导干部，后曾追潮流下海经商，也算风光一时的女老板。一生中争强好胜，人称「女强人」。得法后我明白了一生百思不得其解的迷——「人生的真谛」，为此我抛弃所有生意（当时的认识）一心修炼，修炼中身心受益无穷，所以十分刻苦精进并得到同修的认同，做了我地区站里的辅导员。

随着修炼的提高，我虽然有了脱胎换骨的变化，但是隐蔽很深的名心、执著自我的心，这些根深蒂固人的观念不自觉的用法轮功工作中来了，有意无意用以证实自己的干事能力，比如：当时背法抄法就有要比别人强的心。

找到我的根本执著后，正念清除，从法中很快得到升华。我与同修坦诚暴露自己的执著和错误。一改过去那种忙忙碌碌的说事、做事、就事论事的状态，以及那种瞧不起别人的心，注意不再打断同修的说话，多听别人讲的是什么，改了命令式的口气，凡事不再自作主张，多与协调人、同修们商量，充份发挥每个同修的作用。真正从一举一动、一思一念上归正自己。时时牢记：「负责人实际上是协调人，能叫更多有能力的人参与，这才是关键。你自己一个人能起多大作用呢？整体上都能起作用，那才是负责人做的好。负责人自己做的挺好，你做的挺好只是一个学员做好，那就做一个普通学员好了。关键是负责人的责任哪，得起到这个作用啊。」（《各地讲法七》〈美西国际法会讲法〉）由于自己改变了那种证实个人修炼的状态，真正的凡事从整体上考虑。基点从根本上不是为私的，所以使我对整体提高整体升华有了更新的认识。

例如：针对前一段有部份同修中在奥运前后的各种心性表现（开前先是怕、后是盼，盼出现预言中所说的，以致到最后失落），还有就如何整体营救奥运前被非法绑架的几名同修以及针对当前我地同修病业状态有所增多的现象，我们采取集中与分散的形式组织各片大小协调人针对当前我地学员中存在的实际问题进行交流，并针对其中问题人人向内找，通过整体交流切磋使同修们进一步明析法理，摆正基

记了做心性的表率），行不行得去做去干（把做、干当作了实修），所以我还是里外的忙活，家里人来人往的开法会、接、传资料，又是学法小组的，真是大包大揽（有时是不好意思找别人做），我认为这就是心性的表现并把这些不自觉的当作了资本却忘记了修炼的最根本；修心性向内找。所以协调人的间隔矛盾长期得不到解决，最终被邪恶钻了空子。在我地一次集体洪法中，致使几十人遭绑架（其中包括几名协调人），遭到从没有过的严重迫害。使本地几年来同修出生入死开创出来较宽松的环境遭到破坏。给讲清真相、救度众生带来了很大的难度。

惨痛的教训使我惊醒并开始反思。师父说：「作为负责人来讲出现这些问题，不能说没有责任，是有责任的。这么一大群学员自己没有带好，责任是很重大的，要看到这个问题。」（《各地讲法六》〈亚太地区学员会议讲法〉）从事情的表面似乎没我的责任不大。但是追其根源却有我不可推卸的责任，根子是我与几个协调人长期的严重心性问题，是我长期听不进去同修的意见，不能宽容别人，加上党文化中养成的专横恶习造成我与同修的间隔，使我们不能很好的在法上协调一致，被旧势力钻了空子。

师尊说：「有问题出现后要向内找，都能这样做，那么这个地区的修炼状态一定会非常好，矛盾一定会少。」（《各地讲法六》〈亚太地区学员会议讲法〉）我们几个协调人痛定思痛，很快开始认真、严肃的在法上交流向内找，最终找到了问题的关键：认识到几个主要协调人不能在法上认识法，有矛盾不知向内找，不能协调一致，很好配合，执著自我，证实自己。特别是我把「干事」当成了修炼。心性上的问题长期得不到解决，使邪恶长期钻了空子。放大我的执著，利用这种状态来迫害我，不让我修成。自己在几年的迫害中，由于对法的坚定，闯过了一道道难关，从没走过弯路，甚至没有遭到太大的迫害，修炼的路走的还算比较正。可是邪恶却在这时钻了空子使我在修炼的路上走了一段弯路，给大法造成了不可弥补的损失。教训是深刻的，教训也使我和同修清醒了，归正了自己的不足。

二、走正协调修炼路

（一）是修炼不是工作

回想这些年自己在协调工作这条修炼路上走的很苦很

要撵孩子走。和孩子切磋后发现当时女儿的状态不好，不仅没有重视正念解体一切迫害，那几天还由于不好意思推脱同学们的邀请而出去玩，甚至错过了好多全球整体发正念的时间，消耗了相当大的精力，所以被邪恶钻了空子。

我和女儿切磋并找出问题后，为了避免女儿一蹶不振，我用心发觉孩子了不起的一面。我对女儿说：在这样险恶的环境中因为修炼了，你才能做出那么了不起的事，只是希望做的更好。你想想做了那么大的事，不得需要更大的正念来加持吗？关键时刻找你出去的本身不就是干扰吗？因为有了人心才被钻空子了吗？但不要紧，现在开始重视起来，精進起来，解体一切迫害因素，念要正，为了救人决不离开家。明白了，正念起来了，加上很多同修也都帮助发正念，邪恶的因素很快就解体了，孩子爸爸再也没有逼她出去，任课老师也不再干扰了。

有个姓孙的孩子曾经和妈妈一起去北京证实法，还发过很多真相资料，非常了不起。但后来他的爸爸因为妈妈修法轮功而离婚，孩子归爸爸管。离开了修炼的妈妈也就等于失去了修炼的环境，几年下来孩子整个变成常人，自己也说不修了。今年年初孩子放假来看妈妈时我和那孩子见面。为了帮助那孩子回到大法修炼中来，我找了与女儿同龄的同修和他切磋。我很心痛，不想用任何形式伤害他，所以我在孩子身上找到了很多优点，我能感受到那孩子很害怕自己没有希望了，因此我充份肯定孩子了不起的一面，同时告诉孩子师父等他。而他的妈妈因为着急，心也不平和，因此讲的更多的是如何急啊，没有时间了啊，灾难多多啊，如何危险啊等等。我发现孩子很反感，回家后跟他妈妈说：我愿意听某某阿姨（指我）的话，后来要带师父讲法录音（mp3）。在这里我想呼吁大人们：不要老对孩子说没有时间了等话，起的作用不好，我多次看到这种事例。我想，有了希望才让孩子们感到有信心。

其实孩子们没有观念，悟性上来了马上会做好。我的女儿多次对我说：当我知道了自己不对劲的时候，师尊马上安排妈妈和我切磋，我的那个物质一下子就没了。何止是孩子，在切磋过程中我对这方面的法理认识也更清楚了，我们都得到了提高。其实现在女儿也这样对待我，看我不对劲就善意的和我切磋，我的很难放下的执著也都是在孩子的提醒

下，我认识到了之后师尊帮我拿下的，师尊为我们做的太多太多了。

尽量做到「以身作则」

现在有些同修对家中的小同修很担心，心里急，所以给孩子们强加很多东西，我看这样做不好。很多同修也知道向内找，但往往也是在情中找，带着着急的心在找。怎么过去那么好现在就不行了呢？孩子们不服，也说一些「你们做好了吗？」等，我认为因为我们没有做到以身作则才让孩子不服。我的女儿说：妈妈真的很善良，您虽然没有什么教育的话，但在平时的一点一滴中体现出来的无私的表现让我们感受到了您的善，知道了应该怎么做。写这篇体会时我给女儿读了一遍初稿，女儿提建议要把这一段加上去。我更加体会到我们平时的「以身作则」对孩子们的影响力有多大。为了自己，也为了孩子，也就是说为了更多众生能得救，让我们真正按照「真、善、忍」做好吧。

一年前，有一个上初中的已经得法但不精進的孩子因特殊的原因和我住在一起，这孩子也和大法缘份很大。为了保证这孩子无法中修炼，我也是每天等孩子放学回家后就和他一起学法、切磋、看真相光盘。现在这孩子可以自己主动坚持学法、背法，每天都花真相纸币，小范围的找同学讲真相和三退，特别是发正念做的很好。那天我问孩子「不让你修炼行不行啊？」孩子立刻回答说「不行！」

孩子们的天性很纯，只要学法，学会向内找，只要我们常和他们在法中切磋，并看明慧文章，应该说带好孩子不是什么问题，让我们都来关心小同修，一同跟上正法进程！

为了带好小同修，我虽然比较用心去做了，但其实我对女儿以及其他修炼的孩子都还有很大的情，我会把这个执著用心去除的。

感谢师尊的慈悲苦度！弟子一定珍惜正法修炼的机缘，做好三件事。

在协调工作中修炼

文/大陆大法弟子 钟秋月

一、教训的反思

我是一九九四年得法的老弟子，并一直在本地站里义务做辅导员工作。「七·二零」我们原来站里的几名辅

导员与站长，有的送劳教，有的当了犹太，有的在困惑中消沉了。在这种情况下，我便顺其自然的承担起当地的协调工作。

在迫害最严重的日子里，还不大明白什么是正念，只要进京证实法从看守所回来后，每天就是想法避开他们的监视，在与其周旋中忙着做不完的大法事；资料点的安全运作转移、资料的传送以及人员的更替、调换和各种信息的沟通、传递等等。那时严酷的形势使大部份同修间的直接往来还很少，所以每每同修们见了面，就象下级见了上级一样，热情之余便说事。渐渐的我也就习惯性的交待任务，解决事。没事走人，托辞就是「忙」。

其实我的言行已无意中在带动着同修——似乎「干」就是在修了，忽视了心性上的提高与同修间心性的交流，同时也滋养着执著自我的魔性，久之已不知何为向内找、怎么找了。心里总觉的自己在忙学法、炼功从不懈怠，「七·二零」前背法、抄法基础打的还很好，修炼至今也没走过弯路，三件事做的也很辛苦。内心深处隐约的觉的自己比别人精進，所以对同修说话时常不自觉的就命令口吻，不愿听别人多说话，也不愿听反面意见，到后来发展到真是一说就炸了，但过后就后悔，可是再遇事又犯。以至后来的几个协调人对我很有意见，并造成很大间隔，几个协调人之间也不能敞开心扉的在法上沟通交流，表面上大家也都在为讲清真相、遍地开花、组织法会等证实大法的事在忙，看表面上还是轰轰烈烈的，虽然我们每周或不定期的有交流日，但几乎大多数是就事论事，而很多时候因说事而争论的不欢而散，从根本上没有把我们的环境当作真正实修自己的环境，出现矛盾也说向内找，其实仍然各自固守自己的执著不放，尤其是我总感觉不对劲，甚至感到很苦、很累、很委屈，长期感觉不到自己有多大的提高，但就是找不到问题的根本。

其实在这过程中，师尊通过同修的嘴不止一次的点悟过我说：协调人不仅仅总是围绕本地的真相资料在转。我们的每次开会也绝不是总是说事解决事。大家应该在法上交流，学学法在心性的提高上下功夫，一切事都好办了。我虽然认同这些说法，但心里却有些抵触，心想开会就是开会解决事，学法可以回家学去，况且一个协调人要光说不干有什么用，光耍嘴皮子，谁信服你呀！协调人就应该以身作则（忘