

爸当时很感慨：这要是一般的孩子非得烧出个好歹来，真服了。从那以后我即使有不舒服的时候，爸爸也不再象以前那样急着给我吃药了。我知道大法无所不能，我知道师父是最伟大的。那时我真的很用心学法，当然心中也有小小的执著，希望自己更聪明漂亮。

还有一件记忆很深的事。同修阿姨家的哥哥一直是开着天目的，能和师父沟通，能看到另外空间的金碧辉煌，我一直觉的自己比他学法多，好多法中的原话我都能背出来，怎么就比不上他呢？心里不服气，总是希望有一天自己天目比他开的好。一天读法时，忽然一段话映入我的眼中：“还有一部份人追求开天目，却越炼越不开，什么原因呢？他自己也不清楚。主要因为天目是不能求的，越求越没有。”（《转法轮》）我吓了一跳，我信师父的话，不再去求了。

十岁的时候，妈妈被恶人绑架了。第一次离开妈妈，心中的孤独难以用语言表达，而且还要承受周围的压力，我却不知哪来的勇气，没有掉过一次泪。每次看妈妈，爸爸都希望我能劝妈妈让步回家，但我从来没有说过一句这样的话，叔叔阿姨们都夸我坚强。后来妈妈说，是因为我学法多奠定了基础，我也感谢大法给了我勇气和力量。奥运前夕，妈妈再一次被绑架，这次我和爸爸跟同修一起学法发正念，去公安局要人，爸爸讲真相我发正念，不久妈妈就闯出来了。我心里也暗暗为自己高兴，我做了大法弟子该做的事，营救同修，救世人，感觉真好。

还有就是我自己偷偷自豪的一件事，第一次和妈妈发资料，看到妈妈象丢轻便东西一样发的很快，我却怎么也快不起来，慢慢的放在门边。妈妈催促我快些，我却做不到。到家后妈妈问我是不是因为害怕才慢的，我说，我没有害怕，只是兴奋。现在你一说我才有点害怕了。妈妈想了想，忽然说，你做好，这是师父点我发资料不够严肃郑重。我心里高兴极了——我有比妈妈做的好的地方。

我也有个小小打算，想和自己的好朋友劝三退，但现在还没放下心，我相信通过这次法会我会突破的。请师父加持我！以上是我的修炼体会中的一部份，拿出来与同修交流。

# 明慧週刊

麥洪志 甲申年十二月二十七日

特刊

二零零九年  
一月八日

“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（十）

生命中最有意义的几年 .....	1
正念正行证实法 救众生 .....	12
信师信法撑起一片蓝天 .....	17
放下人心 抓紧劝三退 .....	21
云南弟子反迫害的部份经历 .....	25
证实法中去执着 .....	30
在痛苦魔难中提升自己 .....	35
用学校广播讲真相 .....	46

明慧网第五届中国大陆大法弟子心得交流大会（十）

生命中最有意义的几年

文 / 江苏省大法弟子

……由于乙同修来我家一次很麻烦，乘车不方便。为了减轻同修的压力、自己能够尽快得到师父的新经文、《明慧周刊》，以便跟上正法的进程，我大胆的设想要是我能上明慧网就好了。根据当时的条件，我想上明慧网真有点“痴人说梦”的感觉：家里根本没有电脑，电脑知识、上网技术一点不懂，电脑也只是在电视里见到过，连明慧网的网址是什么也不知道，况且当时更不

知道我们村哪一天才可以装宽带。

但是，我想上明慧网的愿望很强烈且坚定，师父就看我有这个正念，便为我提供了一切所需的便利条件。在整个达到我愿望的过程中处处都能感受到师父的慈悲安排。……最近，我又学会了“邮件群发”的方法……——本文作者

慈悲、伟大的师父您好！

各位同修大家好！

尽管我是个各方面都很差劲的弟子，但大法也同样给我带来了无限的美好、师父也为我操碎了心。我在不长时间的大法修炼中提高了许多、得到了许多、净化了许多，感谢师父、感谢大法！现将这几年的部份事情与经历写出来，和同修们共同切磋提高。

先自我介绍一下：我家在农村，一九九三年生了一种病，逐渐的导致我全身瘫痪、完全不能自理。一九九九年六月份，我得了法，刚开始完全是想治病。得法时只能看书，动作无法炼，并且身上疼痛难忍。学法后，看到大法的书上都是教人怎样做好人、以及做个好人对自己、对别人、对社会都有好处，我被病痛长期折磨而偏激、扭曲、极端的心态逐渐得到缓和，疼痛也比原来减轻了许多。

### 一、消减病业，大法显神奇

我得法后不长时间，邪恶就开始了迫害。我们地区得法的人不多，由于怕被迫害，很多人或主动或被动的放弃了学法。我们村没有同修，我又不能出门，帮我得法的人（同修甲）家住另外的城市，很长时间联系不上，我只能在家看《转法轮》以及其他几本大法的书。听到电视上的污蔑造谣心里很茫然。由于得不到任何的大法的信息，我就象断了线的风筝，再加上不能炼动作、学法时也是抱着很强的“治病心”在看书，所以当时效果不很明显。虽然知道大法很正、很好，由于诸多执着心的干扰，慢慢的我也放弃了学法。

二零零一年初，我将大法的书籍与师父的法像都收了起来，不再学法了，又开始“无拘无束”的放纵自己了。到处买药吃，看电视、看闲书，为所欲为。这一放，就是两年多。刚开始不学法时还觉的挺“自由”，时间一长总觉的有点失落，觉的人生没有了目标，内心深处很痛苦。就在二零零三年的下半年，我又将自己收起来了的大法书籍与师父法

感觉到师父给我显现出神奇的事，想努力，但执著心太重，老是放不下，也没有做好三件事。这次心得交流体会，是我第二次提笔了，但是这是我第一次真正自己想写。也许在别人看来，这是很容易的事，但对我而言，这是我在修炼上迈出的重要的一大步，所以我心中的激动无法用语言来表达。

记得小时候家里是学法点，我经常和叔叔阿姨们一起学法，我读法很少出错，就象有人教我一样，大家常夸我读法好。上学之前《转法轮》我已读了很多遍了，上学后语文老师跟妈妈说你女儿认的字真多，妈妈直接告诉她是因为读法多。妈妈常说是大法开启了我的智慧，我是一个早产儿，一周岁多时看着就没有一般孩子反应快，然而上学后我一直是尖子生，老师常夸我聪明，我知道是大法给了我智慧。

四年级时，我被学校选上了广播员，心里很高兴。结果回家被妈妈浇了一头冷水：“怎么能去宣传邪恶的东西呢？辞掉！”可是妈妈又一转念，修炼中没有偶然的事，应该利用好每一次机会，宣传我们大法的東西，不就可以救更多的人吗？把他变成好事。悟到后，我和妈妈都异常激动。我的每一篇广播稿都是《正见周刊》上的文章，每天中午提前半小时开始播音，声音传的很远，学校附近的家属区都听的到。最让我感动的是，每当我播音的时候，学生们都来的非常早，而管理人员开大门又非常晚，这样同学们就能更好的听我的播音。（因教室里没有收音器，听外面的播音不很清楚）。我知道这是师父在帮我。

还有就是在我播音是好几个同学都想帮我播音，开始我怕学校不让，也不想让他们播大法的東西，就没答应。后来和妈妈一起悟到，她们是想更好的得到救度，我就把稿给她们去播。接下来这几个同学都到妈妈的辅导学校来学习了，各个都作了三退，对大法有很深的认识。感谢师父的慈悲！

妈妈说在她没得法之前，那时我一周岁多，常常有病，每个月都要病一两次。妈妈得法后我就很少得病了。但我记忆中真有过一次病业关，高烧四十度左右，头疼的厉害，还连拉带吐。爸爸沉不住气了，要上医院，妈妈说让孩子自己选择吧。我说这是消业，我不去医院。妈妈就给我读法，折腾了近一个晚上，第二天早上正好是期末考试，我仍晕乎乎的，怎么答的卷儿都不知道，可成绩出来后却是双百。妈妈乐了，说这是师父对你病业关过的好的鼓励。病也好了，爸

并顺便讲法轮大法真相，让世人知道法轮大法是正法，法轮功弟子是好人，绝对不是中共邪党污蔑诽谤的那样。

虽然我做的这些好象都是一些“婆婆妈妈”的小事，不象一个“大老爷们”的作为，但我认为这都是机缘。也是在用理智和智慧讲真相，证实法。虽然我在时间比较紧的情况下，常常也是采取开门见山、不过多铺垫的方式，单刀直入的直奔主题讲真相、劝三退，但我也注意从日常生活中这些点点滴滴的小事入手，从浅处着眼，不急功近利，不一下子讲高，这样就来得亲切自然，效果较好，让世人在潜移默化中被大法同化。世人这个时候的敬佩目光和感激的神情，实际上就是对大法的认可和赞扬，是对我们伟大师尊的敬仰和感恩。而每当此时此刻，在我的内心深处，常常就有一种神圣、庄严的自豪感油然而生：“我光荣！因为我是大法弟子！”

正法已经到了最后的最后，没有多少时间再容我们去浪费。失去的每一次机会都不会再来。平常我们学法、切磋时，总习惯说助师正法、助师正法的，现在是我们言行一致、真修实修、扬刀跃马斩邪恶的时候了！让我们抓住每一天、每一次，把三件事“做的更好、效率更高、影响更大、救人更多”（《美国首都讲法》），向敬爱的师尊交一次满意的作业吧！

尊敬的师父，各位同修，我是一名实修不久的新学员。过去连大法的门都摸不到。今天居然有幸参加第五届大陆大法弟子修炼心得书面交流大会，全靠师尊的慈悲救度和同修们的无私帮助！我愿借此机会向慈悲伟大的师尊表达我衷心的感谢！向同修们表示我由衷的谢意！书面发言稿中有不在法上的地方，请同修们慈悲指正。

合十。

## 用学校广播讲真相

文 / 黑龙江大法小弟子 思阳

我是一名大法小弟子，今年十一周岁了，上小学六年级。不记得是从何时开始修炼的了，因为从记事起，就一直跟着妈妈学法炼功。但有时也以“我是小弟子，不用象那些叔叔阿姨那样刻苦”等借口来逃避。特别是长大些后，渐渐的放松了炼功，所以觉得自己没有跟上正法进程。有时明明

像请了出来，又开始独自一人在家学法看书。当时还是没有大法与同修甲的一点消息，我一个人就有时多学、有时少看，根本谈不上精进，更不知道什么是“三件事”、“正法弟子的责任”。

尽管我是很松懈的学法，大法也显出了神奇的效果：止痛的药越用越少疼痛还日渐减轻，到后来干脆止痛药一点都不吃了，身上却也一点不再痛了。真是神奇极了！以前我吃了止痛药身上还疼的不行，一天不吃止痛药就晚上痛的睡不着、白天痛的吃不下饭，整天动弹不了。自从学法后的这几年，我不但没吃一颗止痛药身上也不痛，连感冒也没有过一次。以前我体质弱，每年都要重感冒一、二次。看到变化，全家人都认为大法太好太神奇了。

更神奇的事是发生在去年的十一月，一天我吃完午饭感到胃子酸，晚饭时不想吃，只吃了一点点。坐在椅子上很难受，头发昏，胃往上泛酸水，直想吐。我以前胃就很不好，又吃过很多药，胃不能受一点凉、不能吃一点冷的，经常会痛会吐。以前胃一泛酸我就吃药，如今无论胃怎样泛酸我都挺住坚决不吃一颗药，我知道我胃部的业力很大，是师父在给我消业。

胃泛过一阵酸后就吐酸水，吐的很难受。妈妈吓坏了，强烈要求我赶快到医院检查治疗，我说：“你放心，我有大法保护绝不会有事，是师父在给我消业。”就这样天天吐，其中有十天我没吃一颗米、也几乎没怎么喝水，人虽瘦了一些但仍然很有精神，根本不象一个几天没吃饭的人。妈妈也觉的很奇怪，邻居看了我如此有精神后不敢相信：一般人三天不吃就软了，也没有精神，你十天不吃一粒米也不挂一滴水还如此有精神，除了稍瘦些以外一点也看不出来，真是神了！我告诉他们：这都是大法的神奇法力！妈妈也说：“这次你要好起来，我就彻底的信服大法了。”

在这大吐的期间，我稍有气力就看书学法发正念，我坚信师父丝毫不动摇，面对这次病业的症状（就象常人所说的“癌症”），我一点也不害怕，就是难受的成度我觉的到了我的承受极限。就在不能吃一颗米的第十天，我对着师父的法像求师父：师父，求您把我的这次业力分开来消吧，我实在承受不了了。果然，我便慢慢的好起来了，不怎么再吐了，也能慢慢的吃一点点易消化的东西了。在后来的几个星

期内，我又特别难受的大吐了三次（每次相隔五天到一星期），但要比那“十天”内的难受成度轻多了。我知道这是师父看我痛苦，真的将我此次的业力分开来给我消了，真的是无言表达师父对我的浩荡佛恩与洪大慈悲。

一个多月后，我完全好了，没有吃半粒药，而且气色、胃口、身体都比原来更好了。家人、邻居、亲戚朋友都再一次的见证了大法的神奇，更加相信真相、信服大法了。我也不不断的将此事讲给不知道的人听，以自己的切身体会讲真相，常人也更容易接受相信。

## 二、圆容家庭，亲人得大法

我一开始学功是为了治病，家人都比较支持。迫害发生后，由于我得法晚，邪恶没有找我麻烦，家人也不太反对我继续学法。在二零零五年三月，同修甲突然来到我家，其实是师父看我真想修炼，学法向上的心还比较坚定，于是派同修甲给我送来了一九九九年以后部份师父的经文，还有好几本《明慧周刊》和一点真相资料，后来又给我送来一套《九评》书籍以及几张真相光盘（她还介绍我认识了一位本市同修乙）。我如获至宝，非常珍惜非常细致的看。那种沐浴大法的美好感觉真是难以表白，就象迷失已久的孩子找到了父母。我经常无名的流泪，明白了一切事故的缘由，知道了师父为我们为众生承受了无数的痛苦，我更加懂得了师父的伟大与慈悲！

刚得到新经文与真相资料，我对正法修炼不能深刻理解，在看到《明慧周刊》上有同修写到“现在救人要分秒必争”，我便“救人心切”的走了极端。我直接用手机打电话给不很熟悉的人，给他们讲真相劝三退，后被不明真相的人举报。结果在七月份的一天，公安局国保队的警察找到我家调查情况，还对我父母扬言：“要不是看你儿子残疾，就要把他带走了……”

这一来我父母可吓坏了，坚决反对我继续学法，我爸爸竟说了一些对师父对大法不敬的话。我就不断的发正念清除操纵他的一切邪恶，一段时间后他平静了一些，并没有做损害大法及大法弟子的事，但绝对不准我再学法。亲友们对大法也有埋怨了，邻居们更在背后各自议论。其实很多常人不敢接受大法真相，就是因为他们看到恶警对我们一次次的迫害，他们恐惧害怕，所以对我们及真相总是远远躲而避之。

而是选择了掉头离开。在关、难、考验来时又用常人的理来对待了。我再一次没有通过师尊的“考试”。

翻开师尊在《新加坡法会上讲法》，读到师尊关于“要在你心中修，要在你心中下功夫，找你自己的弱点、缺点，把它连根拔出来”的教诲，我才明白我们在修炼过程中所遇到的一切关、难、矛盾，都是自己的执着心造成的，都是有原因的。如果一次、两次过不好，还会再来魔一回，还会再来过一次关。

明白了法理之后，我懂得了多年不见的老师现在能频频碰面，这不仅是我的老师们与大法有缘份，也是师尊为了我的个人修炼圆满而作的苦心安排！我在精神上做好了向老师们讲真相的准备，决定下次碰到就一定讲。虽然老师们只听不信（没当官的女老师比较信，当了大官的男老师不肯信），但我还是滔滔不绝的把要讲的内容都讲了出来。

第二天我又特地备了资料，买了水果登门拜望，想进一步劝老师们三退。但他们仍不肯表态。我说老师啊，在你们的心目中，我也许不算是最好的学生。可我有决心做您最好的学生！而且我自信我就是您最好的学生之一！想想你们桃李满天下，有谁能象我这样爱自己的老师？用这种讲真相的方式来回报老师？你们今天一下子还转不过弯来，我能理解。但有两桩事情你们一定要记住：一是要三退，您这个生命才有平安才有未来！二是当天灾人祸来临时，一定要记着喊“法轮大法好，真善忍好”，神佛就会护佑你们平安的！两位老师终于笑咪咪的听进去了，点头了。

其五是破除了“大老爷们”的常人心理，该“婆婆妈妈”的时候，就一定认认真真的“婆婆妈妈”——从细微处“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”（《精进要旨二》〈理性〉）。我过去不会做饭，买菜也极少。现在为了讲真相劝三退，每天我都要抽时间去菜场、超市走一走、转一转，一方面购买生活日用品，一方面对有缘人讲真相、送资料、劝三退。有时人家多给了东西或多找了钱，我就表明自己是法轮功弟子的身份，把钱退给人家，并就这个机会洪法、讲真相，让世人在浊世中看到善良、看到希望。有时身上零钱不够，缺个一毛两毛的，人家卖东西的都说“算了算了”，而我事后一定记着把钱送去。有时回家后发现人家东西给多了，就赶紧给人家把钱补去，

师尊的讲法还使我体悟到，只要我们的心到了，念头起的正，师尊就一定会加持我们做成功！所以有时候哪怕明知这次是讲不成功的了，我也不会马上离开，而是尽量抓住时机，用简洁明快的语言把诸如“天降奇石”、《九评共产党》、“四川大地震中大法弟子及其家人都平安无事”、“法轮大法好、三退保命”等重大信息往对方的耳朵里灌，往心坎里送，能说几句是几句。为下一步得救埋下机缘。

通过实践得知，对那些不可能一次讲成功劝退得救的世人，这最后的“多讲几句话”一般是来得及做得到的。只是要根据对方的情绪反映掌握好“火候”，能讲多少是多少。对方一般都能平和的默默接受，听进耳里。问题是我们的这颗心，在对方尚不明白真相且又有所抵触的情况下，我们还愿不愿意说，愿不愿意尽最后的努力去救他一把，为今后其他同修有机缘对此人讲真相时打下一个基础。

其四是破除了千百年来骨子里形成的那种“抱成见”的常人的理，放下心理“疙瘩”抢救人。我有一位出身资本的初中老师，年轻时受出身影响和中共邪党的压制，郁郁不得志。后来得意了，做到中共邪党的市教委主任、地级干部才退休。由于师生关系不咋的，已是多年不通音讯了。有一天晚上我在某校区做真相时，偶尔碰到了正在散步的老师老俩口（老俩口都是我的初中老师）。当时我在路的左侧往前走，老师们则从路的右边对着走过来。交错之间我无意瞄了一眼，待走过了才猛然想起这不是老师吗？一旦确认了是老师之后，我的内心就翻腾、矛盾开了：这个真相是讲还是不讲呢？站在法上想，当然应该讲。但从感情上想，实在是不愿讲。因为老师在我心目中的印象不很好，有芥蒂。再说老师做过邪党的大官，黑心事可能做的比较多，他还不知配不配救度呢。就这样七上八下的思量，也没有定下一个主意。

第二天晚上我再去该校区时，我选择了回避，不走老师们走的那条道。但我内心很难受，我知道这是我的人心和执着在作怪。也不符合大法和师尊的要求。所以当我又一次去该校区时，虽然硬起头皮走了老师们常走的那条路，但内心并没有做好对老师们讲真相的精神准备。只是心存侥幸，也许碰不到呢。但怕啥来啥。当时天光还比较亮。当我朝前坐在一个石凳上倒鞋子中的沙子时，清清楚楚的看到两位老师与我擦身而过。我既没有勇气叫住老师，也没有快步赶上，

那一阵对我而言真象天塌了一般，气氛十分紧张，学法环境也没了。我冷静的思考了一番，知道自己走了极端。我的一个“走极端”举动不但没能救到人，还间接的害了很多的人，真是后悔莫及。清醒了之后，我严肃的问自己：“还敢继续救人吗？”我在心里坚定的回答：“敢！而且一定要做下去。但是必须要理智、智慧、冷静、力所能及，否则不但救不了人还会在无意中毁了其他可度之人。”

于是我改变了急于求成的救人方式，随着学法的加深，我更懂的自身修为的重要性，我们必须要先修好自己才能更好的证实大法，真的是象师父在《二零零二年波士顿法会讲法》中讲到的：“如果我们自己平时不注意自己的行为，那你们的表现常人就会看到，他不能够象学法一样深入的去了解你，他就看你的表现。可能你的一句话，一个表现，就能使他得不了度，就能给大法造成不好的印象。”我时刻注意自己的一言一行要符合法，在家人及其他常人面前尽量做正，处处考虑别人、与人为善，时时先人后我、正念正行，充份展示出大法弟子纯正无私、大善大忍的风貌。在讲真相劝三退方面不急不躁，循序渐进的根据对方的接受能力去温和善意的讲，对方实在不接受时也不跟他们去强争硬辩，而是顺势绕过此话题找对方有兴趣的话题再进行沟通，顺着他的执著讲上一二，让对方感到我们温和可亲、善良可信。尽量不能让对方认为我们的话题除了“法轮功”还是讲“法轮功”。只有让常人觉的我们很正常很理智并且很有智慧，他们才会才愿意去相信我们所讲的真相。

由于我及时的归正了自己的言行，再加上大法在我身体上的神奇效果，并且救人的路走的比较正，比较智慧沉稳，所以我又逐渐的将家里的环境、村里的环境以及亲戚朋友间的关系都正了过来。大多数亲人都相信大法是好的、是正确的，而且比以前更相信大法的真相。但仍有少数亲人比较顽固，对真相不怎么相信，更对“三退”一事很反感。

因为我身体缘故，跟他们接触的机会很少，并且我也深刻的感受到自己“人微言轻”。于是我便希望引导有缘的亲人使他们能够得法，当他们深入了解大法后与我共同证实大法效果会更好。我想要是我的父母能够得法就太好了，不但他们本人能够得到救度，还能促使其他亲人早点得法。可是我也知道要使他们走入修炼真的很难。



我很早就将《转法轮》给妈妈和妹妹看过，妹妹悟性很好，对大法认识也很好，修炼中的事她都相信，但就是懒于炼功和经常看书；妈妈知道大法很好很正，但就是悟性很差，对修炼中的理根本不相信，认为是“迷信”。她自己也说：“大法是很好，但我常人心放不下，并且也不太相信神佛，我炼不了。”我爸爸是个很有毅力很有见解的人，但他脾气暴躁、好强好斗，受恶党文化毒害很深，自认为在常人中很圆滑很能混、他“精明过人”绝不肯吃亏。我对他得法基本不敢抱什么希望，认为可能性很小很渺茫，但我也一直没有完全放弃努力，一有机会我就往这个方向引导他。他很不愿意接触电脑，因此也不肯看我电脑上的真相录像，我便先教他玩小游戏，他愿意碰电脑后我便不失时机的给他看各种与大法相关的录像，但他还是对这些录像不感兴趣。

直到二零零七年夏天，我在电脑上看师父在广州的讲法录像时邀他同看，他竟出乎我意外的爽快的答应了。我很高兴的每天播放一讲与他同看，他看的也不很认真，经常打盹。就这样九天半看半睡的看完了师父的讲法录像，我并没抱多大希望的试探着问他：“怎么样，讲的好吗？你想炼吗？”他很认真的答道：“很好，我要炼，从今天就开始看书。”我都不怎么敢相信这是真的，真是“修在自己，功在师父”（《转法轮》）啊！也许是他得法的机缘成熟了，师父在看着一切也安排好了一切。从那天开始爸爸真的开始学法炼功了，同时把牌、酒、烟都戒掉了。

爸爸决定炼功并戒赌，修自己做个好人，妈妈和妹妹都很高兴的也跟着一起炼了起来。她们虽然不怎么看书但也每天都炼一个小时的功，妈妈自己也讲：“虽然没有真正修炼，但做做动作也只有好处。”于是一到晚上我们一家四口人就在一起跟着悠扬的炼功音乐炼功（我坐在椅子上炼），天天如此，炼功后一家人很祥和安宁。爸爸每次盘腿都很疼，炼了一段时间后也曾动摇过，我和妈妈都积极的支持他鼓励他，让他别半途而废错过这次机会。他通过学法也很快的就冲过了这一关，后来再怎么痛他都忍住没有退缩，并尽量的按照大法的标准要求自己，直到今天他修的都很坚定。尽管他还未走入“正法修炼”，但毕竟已经得了法，也是十分可贵的，我为他的生命得到救度而感到高兴。

爸爸修炼的消息在亲人中产生了很大的震动，他们都知

修炼的人，修炼的人有人心在，否则的话就是一个神，神怎么修炼？神修炼不了，只有带有人身才能修炼，那才叫修炼。”（《二零零八年纽约法会讲法》）师尊的讲法迷途指航，让我明白了证实法与救人的同时也是在修自己的法理。也就是说证实法与救人不仅仅是我们修炼的机会和方式，更是我们提高的途径和机会！在正法的最后时刻，我们只有把证实法与救人紧紧的与个人修炼熔在一起，才能真正的得到提高、走向圆满。

有一件事对我启发较大：在讲真相中我曾碰上一位五十来岁的大哥。其人穿着一套比较新的军便服（开始我误以为是工商服装），全身上下收拾的干净利落，一副精明干练的样子。我在心里打量：至少是一位农村基层干部，而且当过兵。你看大热天的他的风纪扣都扣的好好的。我指着他的衣服开口道，大哥啊，你是工商的吧？其人说，不是不是！这是部队的衣服，儿子的。由于天气十分炎热，所以那些过渡性的铺垫话我就没有多讲，三言两语后我就直接问道：你是党员吗？其人并不顾集市上人来人往的多，竟然大声大气精神十足的说：“准备退！我有这个！”这两年讲真相我遇上过各种各样的人，但多多少少要费上一番言语。象这么干脆、直截了当的还从来没碰到过！可他为什么只“准备退”呢？

我一边紧急转变思维，一边接过他递过来的“这个”一看，原来是一张真相护身符，上边还印着为什么要三退、如何三退等信息。我笑呵呵的劝他道：“大哥啊你是位明白人，也是一位有缘人。还‘准备’个啥呀，赶紧退了保平安吧！这次四川大地震，凡是三退了的，学炼法轮功的，都平安无事呢！现在你当着我的面，对着天说一声‘我退’就成了！”其人仍然高声大气的回答道：“好，我退！”然后又自言自语的说：“我还有两个儿子，爷仨个都是党员。”我赶紧劝道：“那就都退了吧。不过你得回家给儿子们讲清楚，要他们亲口同意才有效。这件事不比别的事，不可以包办代替的。”其人马上高兴的说：“好，我跟儿子们说！”

事后回味这件事我体悟到，这次我劝退这父子三人之所以这么顺手，就是因为有同修的付出在先。是前面讲真相的同修埋下的机缘。大法弟子都是一个整体。我们只要把自己融入整体之中就能无坚不摧。

和善又从何体现呢？况且，讲的顺利就高兴，讲的不顺就怨恨，这不都是要去的常人心吗？如果这些明显的执着都去不了，那我们自身的修炼、提高、圆满又从何而来呢？师父的慈悲是普度众生！所以不管他是当官的还是打工的，是城里人还是乡里人，是拾荒的还是耍饭的，只要我有缘碰到，有机会开口，我就抱着从邪党手里往外抢人、救人这种精神，尽量讲、尽力劝。我想啊，只要我们修的执着无一漏了，救人救到位了，法正人间的那一刻就会到来。

就是那些在邪党邪恶部门工作的人员，他们由于所谓“工作”上的关系或原因，也在不断的接触大法、大法弟子和明慧网。他们也或多或少的知道了一些真相，悟到了一些理。他们也害怕神佛的报应和被淘汰，也有追求幸福、平安的愿望和企盼。所以我在讲真相中既注意警惕他们的干扰和迫害，也利用一切机缘，向中共邪党的公、检、法、司、武警、国保、“六一零”人员突破。能够救一个是一个，能够解体一点是一点。为了弘扬大法，震慑邪恶，我把洪法的粘贴标语贴到了邪党公安局的大理石门框上。那张粘贴硬是稳稳的在那儿宣示了一个多星期。街上南来北往的过往行人，隔着几米远就能清清楚楚地看到上面的字。

其三是破除了要讲就一次讲成功的执着。只要是站在法上为救人，能讲多少是多少。过去我讲真相劝三退，讲的对方认可、接受了我就高兴；若对方似信非信、含含糊糊的不愿明确表态，我就觉的遗憾，不大高兴；碰上有的人非但不进去，反而恶语相向或威胁谩骂，我就多少有一些怨恨心，觉的这种人不识好歹。学了师尊《二零零八年纽约法会讲法》，化去了我的很多糊涂认识。我深深为自己学法不深、认识不高、做的不好而羞愧。也深刻的感受到了救人的紧迫和责任重大。是啊，证实法与救人同时又是我们自身修炼、提高的机会。为什么我们辛辛苦苦讲真相救世人有时做的不顺呢？静下心来向内找，发现我们有时是单纯的抱着一种“我是来救你的”这种心态在讲，而忽视了同时修自己。觉的对方不管明白不明白都应接受、都要感谢我们那才叫正常。如果对方不听、不理解或者一时接受不了那就是“不识好歹”！——如果形成了观念且放任下滑，容易导致自视优越等常人心理，导致听者情绪上抵触。

师尊说：“作为你们来讲，证实法与救人的同时又是个

道我爸原来对大法的印像不太好而且还极力的反对过我修炼，他怎么也修炼起来了呢？通过我和爸爸共同讲大法的美好与纯正，就连少数比较顽固原来不怎么相信真相的亲人都真正认识到了大法的美好，因为他们更相信我爸爸的话。

我和爸爸又对俩个有缘的亲人讲修炼的好处，告诉他们在家炼很安全，打消了他们“修炼会被迫害”的顾虑。特别是他们听了我爸爸讲他自己炼功后的神奇体会（他很敏感，感受到法轮的旋转，其实也是师父根据需要而安排的）以及炼功后很多病如：肩周炎、头痛、腰痛、皮肤病等等都好了，他们知道了这些后很快便相继走入了修炼。我给他们录制了师父的讲法录像录音、炼功音乐、一九九九年以前的师父讲法书籍和一些大法弟子创作的歌曲，并教他们使用MP3将讲法录音、炼功音乐复制到MP3里让他们经常听法、跟着炼功音乐炼功。我还将《转法轮》以及一些其他大法书籍给他们带回去学，叫他们要珍惜大法、珍惜书籍、珍惜这次宝贵的修炼机缘。我同时也告诉他们为什么要跟常人讲真相劝三退、救人的重要性与紧迫性，并叫他们根据自己的实际情况在条件允许、时机恰当的情况下尽可能的去证实大法、救度世人（要求他们讲真相救人不能操之过急）。他们都修的不错，目前都平稳坚定的走在修炼的路上，其中一位亲人还给了我五十元钱让我转交给做资料的同修。

### 三、尽力而为，做好三件事

我身体残疾不能象别的同修那样去讲真相救众生，但我证实法救人的愿望却不比别人差。经过二零零五年那件“走极端”的事情后，我懂得了要理智冷静的做好三件事才能真正把人救了，绝不能冲动莽撞走极端、神神叨叨不理智。否则不仅救不了人还会害了很多，甚至会使已经得救的人又去误解大法，后果不堪设想。我要根据我的实际情况力所能及的去尽力证实法救人，事情不可强为，过程不能急躁，至少做到不能由于我的过失而毁掉一个人。

我在二零零五年才又得到大法的信息，之前我什么真相也不知道，更没有救人的概念。学了师父的新经文后知道了正法弟子有救度众生的责任，我也很想去救人，可是当时我什么真相资料都没有，电脑也没有，也一点都不懂，我又不能动，出不了门，周围也没有同修，同修甲、乙一年中也只能跟我接触一两次（她们讲真相救人都很忙）。我看到周围

那么多的常人一点也不知道真相，很为众生着急，我自己得到大法，知道真相，却不能很好的去救人，觉的自己没有尽到应有的责任，对不起那么多等待得救的世人，同时也感到自己很孤独很无助、无可奈何。没有办法，只能根据自己的能力去做，能救几个算几个，为众生出一点微薄之力。

一开始没有什么真相资料，我就把同修甲和乙所有带给我看的真相小册子和一些光盘在看完后让妹妹再送到外村去，自己则尽力的在亲朋好友以及邻居面前讲大法的真相以及大法在我身上体现出的神奇效果，并根据他们各自的情况与不同的执着劝他们“三退”保平安。我至今共劝退了一百多人左右（包括退队人数）。到目前还不肯三退的人，我不去不过份的强迫他如何，而是尽量的让这些人了解大法的真相，知道大法的美好。被我已经劝退了的人，我也是首先让他们明白大法的真相。

同修告诉我大法的书籍要改字后，由于开始没有电脑打印的字，我就用小店里买的“改字贴”先粘在书上，然后再把正确的字工整的写上去。我坐着不能写字，就撑着双拐用棉垫抵着桌子站着很费力的一个字一个字的改，就这样我艰难的改完了我所拥有的十本大法书籍。后来同修给我送来了电脑打印的字，为了书籍的美观也是对大法的尊重，我先叫妹妹把我以前粘上去的手写字全部用针挑起来去掉，然后我再站着用胶水把打印好的字一个字一个字细心的粘在书上。由于我的手脚不灵便，很难把字粘的很正，胶水的多少也必须要把握的很好，但我再累也尽量把“改字”做到最完美，因为这是大法的书籍，改字是师父要求我们做的，我悟到这也是我修炼提高的过程。尽管改字吃了一些苦，可我心里很踏实开心，觉的很值得！

看到《明慧周刊》上同修呼吁大法弟子都要积极的向明慧投稿，我也打算写几篇自己的想法与体会，尽管我写字十分吃力，但还是写了好多篇文章。为了上网投稿的同修能看清楚字迹，减少他们的负担，我或半躺在椅子上或站着先打一遍草稿，然后再修改，最后再拄着拐杖站着抵住桌子誊写文章，写一格空一格尽量写清楚。大概一起写了两万多字，同修乙来我家时请她转交给了上网的同修，后来在《明慧周刊》上还刊登过我的其中一篇文章，我知道这是师父在鼓励我。在这里很感谢发稿的同修，他不但在百忙之中替我打了

共劝退了三百多个有缘人，用出了七千多元真相币，搜集整理了五百多个电话号码发给海外同修请他们帮助讲真相。同时将自己修炼中的粗浅体会，撰写、整理，先后在明慧网刊出。

我在这里只是想与所有的新老学员切磋、交流、共勉：抓紧！抓紧！走好走正最后的路，做好自己该做的事，莫让师尊的心血和操劳付之东流！

### 三、在真修实修中走向神

面对社会讲真相，真是“歌好唱，口难开”。讲多了也很累。自从师父的《问候》、《淘沙》等新经文发表后，很多大法弟子以为正法已经到了最后关头，邪恶说不定就熬不过奥运开幕这一关。我也产生了一种“法正人间在即、圆满在望、终于可以喘一口气等着师尊法正人间到来”的消极想法。通过学法我首先破除了这种隐藏很深的欢喜心、变异了的怕吃苦、求安逸的心，破除了对时间的执着、对北京奥运的执着。他常人开他常人的奥运会，我们大法弟子只管救该救的人。

为了有条不紊的做扎实，我就把我周围的街道啊、菜场啊、超市啊、亲友熟人啊、所有的公共场所、公共场合、公益环境都在心里排了一个队。今天走东，明天走西。一遍又一遍的轮番寻找有缘人讲真相，就象常人在表层空间不停的轮番打扫卫生一样，不让旧势力、邪恶因素有藏身得以喘息的空隙。因为我觉的，如果我们还抱着某些人心不放，躲在家里不出门、不开口、不救人，那法正人间是等不来的。就是等来了也可能没有自己圆满的份！因为你若在关键时刻起了什么心，缩了头，蔫了，那就不配正法时期大法弟子的称号了。

其二是破除了“挑挑拣拣”讲真相的心，抓紧时间多救人。我讲真相大多比较顺。但也碰到过极少数的邪恶之徒。所以有一段时间开口讲之前，我就习惯观察观察。觉的比较好讲的就讲，估计不大好讲的就放弃了。通过学法我破除了这种靠主观去判断谁是可救度的、谁是不可救度的人心。师尊不计众生的一切过往之过，而只看人是否三退或者发自内心对大法的正面表态。如果我们习惯于“挑挑拣拣”有选择的去讲真相，那不是眼睁睁的看着这些被“挑拣”掉的生命面临毁灭的深渊吗？那大法的圆容及大法弟子的慈悲



艰难的修炼。而在此时，邪悟后的协调人（就是当初带我走进大法修炼的那位协调人）让我老伴传话：“叫老X别炼了！”还传了一些不敬师敬法的邪恶信息。这下我老伴似乎更有“理”了：“人家挑头的都不炼了，你还炼！”这种锥心之痛使我彻夜难眠：修炼的路咋这么多障碍，这么难走啊！

在邪恶迫害最疯狂的日子里，我牢记师尊“要多看书，多看书，多看书，一定要多看书”（《瑞士法会讲法》）的谆谆教导，坚信“一切功，一切法尽在书中，通读大法自会得之”的法理（《精进要旨》〈拜师〉），反复学法。我通过学法坚定自己的信念，常想师父就在身边，心中就感到有了靠山和力量。

我坚持天天学法炼功发正念，因为“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”（《排除干扰》）当然，法也能破除我们的怕心！我们是走在神的路上的大法徒，只要我们的正念强起来，挺起胸，按照师父安排的修炼道路走，一思一念都在法上，不留漏洞给邪恶钻，一心一意做好三件事，师父的功就会改变我们周围的环境，保证我们的安全。就一定能震慑邪恶、抑制邪恶、解体邪恶！纯正、清亮我们的空间场。我坚持天天顶着烈日走出去讲真相劝三退救众生，有时甚至一天出去几趟。

我们是众生得救的唯一希望。我坚持天天使用真相币，我知道只要我们这份救人的心到位了，师父就帮我们做。其实要说透，我们所做的事都是师父在做，只不过是在表层空间利用了一下我们的手脚罢了。为了把自己尽量容进大法、同化大法，每当有十分钟以上的比较“整块”的时间我就看书学法，走路就用MP4听师尊讲法，若周围环境嘈杂不便听法就听大法弟子歌曲。因为同化了法的生命，邪恶既够不上，也不敢动。正如一位同修在切磋文章中所说的那样，在另外空间，邪灵也是欺软怕硬的。它们专挑那些有人心、有漏洞、不在法上、它们认为比较软弱的下手。

由于我把自己的修炼安排的满满的，总感到时间不够用，做饭、睡觉都是凑合；总感到天天都很紧张都很忙，也感到天天都在过关、去执著、有收获。讲真相也做的比较顺。

在邪党张罗奥运开幕的日子里，我没闲过一天，前后一

这么多的字，还给我修改了很多写的不对的地方，真的可以清楚的感受到同修的无私表现与纯善心境……我不能做、发资料，我就把亲戚朋友及父母平时给我的钱都存在那里，然后请同修乙转送到资料点，为做真相资料出一点点力。乙同修每次来时，多则八九百少则一二百，麻烦她转给资料点，到现在为止我一共请她转交了二千多元钱。

在向资料点筹钱的过程中还发生过这样一件事：有一次乙同修给我送师父的新经文来，我当时只有一百元钱。我想同修因为很忙，来一次很不容易，尽管同修每次都劝我不要给资料点筹钱，说：“你身体不好又不能赚钱，资料点的费用有我们呢！”我执意请她收下，说是为大法的事做一点点力所能及的贡献，她也不便再拒绝并再三告诫我：不可强为，筹多少都行。我觉的这次让她转交一百元钱给资料点太少了，好象白白的失去了一次机会。于是我偷拿了父母抽屉里的一百元钱（同修不知道），加上我的一百元共二百元给了同修，请她转交。谁知过了几个月，等乙同修又一次来到我家时，竟把我上次筹的二百元钱退还了给我。她说：“资料点的同修说了，你身体不好，就不再收你的钱了，要我退还给你。”那一次任我怎样再求她，她也没肯收下这二百元钱。为什么以前我给的钱资料点都肯收，而这一次资料点却拒收呢？她走后我冷静的想了一下，知道了原委：这一次的二百元钱中有一百元是我偷拿了父母的，这本身就是有漏，没有把神圣的事情做正。师父众神真的什么都知道，邪恶也时时虎视眈眈的瞪着我们，我们的一言一行都必须做正。宇宙的大法容不的半点的杂或不正！后来我用我自己的钱通过乙同修筹给资料点时，资料点再没有拒收过。

由于乙同修来我家一次很麻烦，乘车不方便。为了减轻同修的压力、自己能够尽快得到师父的新经文、《明慧周刊》，以便跟上正法的进程，我大胆的设想要是我能上明慧网就好了。根据当时的条件，我想上明慧网真有点“痴人说梦”的感觉：家里根本没有电脑，电脑知识、上网技术一点不懂，电脑也只是在电视里见到过，连明慧网的网址是什么也不知道，况且当时更不知道我们村哪一天才可以装宽带。但是我想上明慧网的愿望很强烈且坚定，师父就看我有这个正念便为我提供了一切所需的便利条件。在整个达到我愿望的过程中处处都能感受到师父的慈悲安排。

二零零六年，在亲人们的共同帮助下我有了一台电脑，但那时我们村还无法装宽带。我便先熟悉摸索一点也不懂的电脑，掌握电脑的最简单基本的知识，并请在外地打工的邻居（常人，他会用破网软件）帮我下载了一些明慧的文章与部份师父的经文。掌握了一些基本的电脑知识后，我又用U盘请乙同修从上网同修那里复制了“自由门”和一份二零零六年十二月十四日更新的《从零开始建资料点一实用技术手册》，后来就根据这本《手册》学会了很多有用的知识。二零零七年，我学会了如何安全的上明慧网后不久，我们村可以装宽带了（是师父慈悲的安排），于是我家第一批装了宽带上了网。

上了网之后我除了看师父的经文和同修的文章外，我还从明慧网与清心论坛那里学会了很多技术。如今我除了能向明慧投稿、声明“三退”、下载文件（包括VCD等大文件）、刻录VCD真相光盘外还学会了使用加密盘、安装维护备份还原XP系统以及创建双主分区加密系统。这都要感谢网上技术同修的艰苦付出，他们默默无闻的为广大同修做了很多事。

会投稿后我也曾多次给明慧投稿，虽然我打字也很困难只能站着靠一只左手在键盘上慢慢的敲，右手须抓住拐杖、它也无法举起来，但已经比用笔写字省力了一些，我觉的应该为圆容明慧而尽自己的一点力。师父为了鼓励我，有两篇文章还在《明慧周刊》上发表了。我没有打印机（父母不肯给我买），无法打印资料，因为我的电脑上自带一个刻录机，所以我就想刻录一些VCD真相光盘。于是我下载真相VCD文件，然后请那位在外地打工的邻居帮我陆续的购买了一些空白VCD。就这样我刻了一些真相光盘，刻完后我先在自家的VCD机上试放，质量基本上都很好。在真相光盘里我都附加上一些破网软件及其使用说明，使有电脑的常人得到光盘后能够突破网封看到真相。然后再用报纸把光盘包起来（后来用了光盘套），在报纸上写下一些“赠言”引导启发常人去看真相光盘。最后再让妹妹把这些真相光盘送出去。

送之前我都要先对真相光盘发正念，让它们发挥出最大的正面效果，救度更多的众生。发光盘的前几天，我就对妹妹要去的地方发正念，清理那里的一切干扰与邪恶的破坏，并请师父加持，让妹妹顺利的发放，安全的回来。在师父与

让修炼，有子女的“讨债”、消业，有旧势力以我们有什么执着要去为借口钻空子迫害，可能还有师父借此考验我们以提高心性和层次。

这些魔难的出现，有的时候是考验我们修炼的心坚不坚定，有的时候是为了去掉我们的什么执着或人心。家人对我几近疯狂的迫害虽然造成了我的精神和肉体的痛苦，但也帮我清除了对亲情的执着。

## 二、跟法走还是跟人走

当初领着我们修炼的协调人邪悟后，要我“别炼了”。面对邪恶“回光返照”式的猖狂迫害，是继续炼还是退回去？当初可是她再三动员我“要走出来”啊。

走进大法实修不到半年，我所在的集体学法小组就受到了邪恶的一系列干扰迫害，遭到了不可挽回的重大损失。在这种情况下，协调人不是引导学员们向内找，查心性，堵漏洞，以求整体提高，仍然是按部就班的学法走过场，根本不切磋。集体学法只满足于轮着读，一到点就结束、走路。入心领会不够，互相交流就更少。有时也说几句，但主要是协调人说，大家听；或者泛泛的说，说不深或者说不到点子上；或者大家七嘴八舌同时说，谁也没搞清谁说的是什么。结果不到一个月协调人就出事了，被邪恶绑架。经过同修们和其家人的多方营救，协调人在被非法关押十五天后回到家中。但一星期后该协调人又被非法绑架到洗脑班。很快就邪悟了，供出了本地她所知道的学法点、资料点和一些学员的情况。

在同修们都知道该协调人已经被转化的情况下，另一名协调人仍然用常人心考虑问题，认为“她和我的关系还可以，她不会说出我们的”。尽管她很注意自己个人的安全，却把大法的安全、整体的安全、学员的安全寄托在已经邪悟了的同修的“良知”上。集体学法时大门常常是虚掩着的，一推就开，或者一敲就开。导致邪恶操控恶警直接闯入学法点干扰，打探情况。而且这名在安全问题上没有及时把把关的协调人也很快受到邪恶迫害，不仅被恶警非法抄了家，还配合邪恶做了“笔录”，说出了有关学法点、学员的情况和电话号码，进一步扩大了损失，使学员们的安全受到了新的威胁。有两名老学员因此害怕而不辞而别，躲避他乡。只剩下我和另一名年老同修靠户外切磋、单线联系的方式进行着

从法理中明真相，从而提高心性。师父说：“人有难、有痛苦是在为人还业，从而有幸福的未来。那么修炼的人就要按照正理修炼。吃苦受难是除去业力、消除罪过、净化人体、提高思想境界、升华层次的大好机会，是大好事，这是正法理。”（《越最后越精進》）又通过学习师父在《二零零六年加拿大法会讲法》等经文，我明白了家庭魔难是我修炼中消业、修心、提高自己的一个好环境这层法理。此后，就比较好的做到了忍，不去记恨他们。

我也曾向内找，是不是自己在哪些方面没修好，有漏，让邪恶钻了空子，从而导致迫害不断？因为邪恶的疯狂迫害，在人的表层空间有时表现为操控恶警对大法弟子抄家、绑架、抓捕，有时就是利用另外空间的低灵烂鬼操控思想不好的人（包括家人），针对我们的各种人心执着，进行干扰、破坏、迫害。所以我除了不记恨他们，宽容、体谅的看待他们对我的“不仁不义”之外，还时时注意挖自己掩藏得比较深的人心执着，如对孙子孙女的成长用情过度、对儿子儿媳的未来担忧过度等。我在家庭生活、家庭关系的处理中注意用“真善忍”要求自己，尽量做到无私无我、先他后我。

但两个儿子并不领情。我的两个儿子认为我带孙子（两岁半）、孙女（五岁半）是“害小孩”，把孙女和孙子与我隔绝开来。给儿子们打电话不接，发短信不回，见了面说话也不搭理。有次我给小儿子打电话，他竟然说：“你是谁？有什么事？我的事不要你管！”不等我说下句就把电话撂了。对于这种事，我痛苦过，不知怎样才能做的更好。打开师父在《二零零八年纽约法会讲法》，师父说：“你把自己的这些痛苦啊、你自己的魔难啊都当作是坏事，那就是常人。痛苦是偿还业债，不顺心的事会使心性提高，作为常人来讲其实也是这个理。都是在消业，消去业了有一个好下一生，只是人不明白。作为修炼人，消去业力，修炼中心性提高上来了，最后圆满。作为一个大法弟子来讲，这是最基本法理，最基本的。有的人几年过去了，还是没有从根本上改变观念。修炼了多少年啦？还不能这样看问题，还不能正眼看问题。”师尊的教诲使我警醒使我汗颜！心头的痛苦为之一轻！我悟到，家庭魔难对修炼人的迫害往往不只是一个层面、一桩事情就可以一蹴而就、一闯就过的：有魔的干扰不

正神的保护下，妹妹每次都做的很成功并安全返回。除了到外村发放外，我每次去亲戚家或到外吃饭时都要带上一些早已准备好的真相光盘，在那里智慧的发出去。就这样我刻录，妹妹发送，我们一起向外发出去了八百多张真相光盘。

妹妹由于年龄小、胆子又小，再加上每次都是她一个人出去发光盘，且不能让父母发现，所以她也走不远，只能在附近的几个村庄发送，基本上她能去的地方都去过了，所以再大量的刻录光盘也很难更好的送出去了。因此我想需要转换一下救度众生的主要方式了。后来我主要在网上收集邮箱地址和电话号码，然后发给明慧。由于搜索软件所弄到的邮箱地址很多都是不能用的，并且很多都是同修以前搜过的，容易重复。所以我基本上都是手工收集邮箱地址，一般都是从聊天软件或博客上去收集。

看到网上有很多手机号码以及亲友的手机上也有很多号码，我巧妙的将这些手机号码复制下来。然后买了一张不记名的一百元钱手机卡，将获得破网软件的方法和动态网的网址编辑成短信发送给对方，让更多的人来用破网软件、能上动态网，从而了解真相退出恶党。发送动态网的网址之前我总要先自己去尝试用此方法上动态网，看哪个网址最好用，登陆最快，在上网的过程中会遇到什么情况、怎样处理？然后把处理方法一并发给对方，让接到短信的对方能够最大成度的成功登陆动态网。

实践的期间我发现：动态网的网址比IP地址更能成功登陆动态网，IP地址往往不能登陆；网址中的英文字母不分大小写，效果一样，都能成功登陆。输入“https://+网址”登陆后会出现“此网站的安全证书有问题”的提示窗口，在短信中最好要告诉对方：点“继续”就能成功登陆，网站很安全、此操作没有任何危险。因为常人现在很怕病毒、不安全的网站等等，当他们看到这个提示窗口大多数常人很可能就“望而却步”了，他们为了安全是宁可不上此网也不肯去冒险的。

最近，我又学会了“邮件群发”的方法，用此方法可以往世人的电子邮箱里发送真相资料、破网软件以及《九评》等电子书。这种救度众生的方式有很多的优势，如：效率高成本低、救度的面很广等等。其实邮件群发也很容易，只要会上网用电子邮箱发送普通的邮件，那么就能学会群发真相

邮件。懂技术的同修已经为我们准备了非常完善的技术指导，甚至还有详细的动画教程，我们只需看两遍就能学会此方法。严格按照同修所指导的方法去做也很安全，就如海外朋友对国内发送信件的状态类似。

啰嗦了很多，写出了这几年的坎坷历程。本不打算写此交流稿的，后来看到同修对投稿的认识我很惭愧，知道写此交流稿是我应该履行的义务。我从大法中得到了这么多，难道还不应该来在此证实大法吗？！哪还有什么推托不写的理由呢？遂决心再累也要写成此稿，否则对不起师父的慈悲苦度、对不起大法的再造之恩。是师父的大法挽救了我的肉身，拯救了我的灵魂！无比肮脏的我在大法的同化下已经洁净了许多，虽然我很清楚我还有很多的执著未去、跟同修比起来简直差的太远太远，但我有决心：永不间断的同化大法净化自己、坚定持久的讲清真相救度众生；尽力走好走正“正法弟子”特殊的修炼之路，不负浩荡师恩！

## 正念正行证实法 救众生

文 / 四川大法弟子 法莲

在迫害开初，我被送进洗脑班。有一个警察特别凶暴。他把我单独叫到一个房间，叫我坐下后就盯着我，看样子是要发火了。我把眼光对着他，始终抱着善意的微笑，一句话也不说。我想当时我的眼光一定是真诚的，因为心里很纯净。他也看着我，竟然也不说话。我看着他眼神在奇怪的变化。就这样持续了大约一分钟，他把眼光移开了，完全没有凶像，只低声的说了两句话就让我回去了。

我每次出差，总要带上些真相册子和光盘。遇到有缘人就给他们。有一次我到异国出差，碰到一个老乡。他非常高兴见到中国人，我把一套真相光盘给他，让他了解历史。他看后非常激动，说简直是对他人生的大改变，他原本这一生就想多挣点钱，日子过好一点，根本没有想到国内有这样的事。他还退了团队，并把有关法轮功的资料带回去好好学。——本文作者

尊敬的师父好！同修们好！

我是四川大法学员，今年四十七岁，一九九八年初开始修炼法轮功。迫害开始后，我们的修炼转入正法修炼时期。开始我不知道该怎么做，只是在家里继续坚持学法修炼，通

易过了关。家人表现出来的无休止的、几近疯狂的反对，更加坚定了我修炼的心。

我走进大法修炼之后，感受到了前所未有的、无与伦比的欣慰、安宁、充实、轻盈和美好。师尊很快就帮我净化身体，化解渊怨。不仅使困扰我十多年的高血压、心脏病、脂肪肝等病不治而愈，而且还引导我破除了对名利情的执着，较快的走过了财、色关。为了鼓励我在修炼的路上奋起直追，师尊还让我在梦中看到了金色的法轮、金色的螺旋、三花聚顶、白色功柱和《转法轮》上每个字都是金光闪闪等殊胜景象。我为自己的生命有了新的视野、基点和找到了终极归宿而对师尊和大法心存感恩。我如饥似渴的一遍又一遍的学法，并坚持天天看明慧网上同修们的切磋交流文章，从中吸取“营养”，净化自己，同化大法。

正当我沉浸在师尊的浩荡佛恩之中勇猛精进的时候，邪恶黑手烂鬼操控我的家人对我的修炼进行了近乎疯狂的反对。我的老伴出身于“贫雇农”家庭，是靠共产党来了后分了人家的财产才“翻身得解放”的，所以她常常不分青红皂白的拥护中共邪党。见我真心修炼就干涉：或经常的大声嚷嚷，或猛的摔门，或骂骂咧咧，再就是挑唆两个成年的儿子对我下手。我的两个儿子虽然各自有家，不常和我住在一起，但对我的修炼却视为眼中钉肉中刺，经常不分白天、夜晚还是清晨，就骂上门来，闹上门来，或打上门来。轻则恶语相向，辱骂不堪，砸损家具，重则拳打脚踢，甚至欲伤我命。

新年初三，两个儿子喝的满脸通红闯进门来，逼着威胁我，不让修炼。他们先是吵吵嚷嚷，骂骂咧咧，再就是拿头撞墙、撞玻璃，再就是跳楼寻死，跪下磕头，大声哭嚎。老伴则火上浇油，娘仨一起整我，闹的家里一潭浑水，几乎无法过下去了。

今年九月一号晚上六点半左右，我一边构思着本文的提纲，一边准备出门参加集体学法时，大儿子趁我不备，猛地抓起一瓶“金银花露”（玻璃瓶装约一斤重）突然砸向我的头。瓶子砸的粉碎，我满脸鲜血染红了衣衫。两天前他曾用短信骂我，没想到他今天回家是来袭击我、伤害我。

虽然我一次又一次地受到家人的威胁和伤害，但我始终按照师父教导的去做，打不还手，骂不还口。坚持多学法，

一九九九年“七·二零”之后，中共邪党利用其掌握的喉舌媒体，铺天盖地抹黑法轮功。凭我几十年来对邪党的认识，知道它们叫嚣的绝不可能是真的！我骑上自行车满城跑，终于在一个地摊上花高价买到了一本《转法轮法解》。一口气读完后，认为这是一本少见的好书。其后在人人过关、个个表态、反复追缴搜查大法书籍的恐怖日子里，我把师父的这本经书保护得好好的，就是没有交出去。不但没有交出去，我还把经书送给自己信得过的老师和亲友们阅读，介绍我的学习心得和见解。后来从网上下载到了《九评共产党》、《解体党文化》、《江泽民其人》等资料后，我又把它们做成了册子在老师和亲友中间传阅。那时我曾幼稚的认为，我就是一名法轮功学员了！现在才知道，那不过是作为一个常人在为大法做了一点事而已。连“修炼”的边都没有沾上。同时我还经常收到同修们散发的小册子。我知道它们的珍贵。所以我除了留下随身携带的之外，多余的就在阅读后赶紧赠送他人，不浪费大法资源。

二零零七年新年前后是我人生的一个重大转折。我辗转收到了同修派发的讲真相光盘后，决定走进实修的行列。可是到哪里去寻找师父、寻找同修联系入门呢？

我满城转啊，到处打听法轮功。可就是没有人告诉我。后来一着急，想到了一个冒险的主意。平时听街坊、熟人议论，本地某某单位有一职工某某某，因修炼法轮功，多次受迫害，很有名。于是我花了一个上午的时间，利用“找老乡问个事”的名义，骑着自行车，一路寻访一路打听，终于找到了这位同修家里（后来才知道她就是我们这个学法小组的协调人），要求她帮助我修炼法轮功。这位同修很热情，但她的丈夫是一个受邪党毒害很深的常人，硬是把我赶了出来。这位协调人以后向其他同修介绍我时，总是说：“他就是那个自己找来的！”

从此，在师尊的慈悲呵护下，在同修们的帮助下，我才跌跌撞撞的一步一步走到如今。从明慧网上看到第五届大陆大法弟子修炼心得书面交流大会征稿启事后，我百感交集，想把我这两年的修炼情况向师尊做一个汇报，给各位同修做一个交流，希望能得到大家的指点和帮助。

### 一、家庭关

家庭魔难是一道绕不过去的坎，不可能不提高心性就轻

过学法和同修们切磋，大家就摸索做，后来知道了明白了师父讲的法，就越来越明确的做。师父说：“正法时期的大法弟子就是要证实真善忍”（《走正路》）。经过这么多年的正法修炼，我体会到如果我们正念正行，就是我们的“念”是符合真善忍的，我们的“行”是符合真善忍的，那么在维护法、证实法的过程中就容易突破难关，就容易解体邪恶，就容易使人接受真相。下面就介绍我的一些体会。

### 一、正念正行维护法，解体凶暴警察的邪恶

在迫害开初，我被送进洗脑班，要求写所谓的“认识”。我当时想我们是修炼真善忍，是做好人的，对社会是百益而无一害的，怎么可以说是“×教”而镇压呢？他们要求写，我想作为大法修炼者应该按照师父讲的法，抱着善意给他们讲道理，证明大法如何好，不是“×教”。因此就写了一篇，把文章交给了值班警察。有一个警察特别凶暴，常常对同修大吼大叫。这个凶暴的警察看后把我单独叫到一个房间。当时我写完认识后心里很坦然，觉的做了一个大法修炼者应该做的事，我想今天无论你怎么吼，我也不动心。

进了房间，他叫我坐下后就盯着我，看样子是要发火了。我把眼光对着他，始终抱着善意的微笑，一句话也不说。我想当时我的眼光一定是真诚的，因为心里很纯净。他也看着我，竟然也不说话。我看着他眼神在奇怪的变化。就这样持续了大约一分钟，他把眼光移开了，完全没有凶像，只低声的说了两句话就让我回去了。

后来我从洗脑班出来被送到派出所，这个警察也来派出所，看到了我，主动与我招呼，并祝贺说：你解脱了。这个警察当时给我的感觉是，我在洗脑班的那次正念正行解体了在背后控制他的邪恶。

### 二、正念正行进京上访证实法

二零零零年，我由于一直不放弃修炼，单位书记让我写认识，试图“转化”我，我一篇又一篇的写，从各个角度证实大法如何的好。单位书记把我开除了党籍，停止了工作，在经济上也进行迫害。对他们这种无理的迫害我写了申诉材料，决定进京上访，要让中央领导了解真实情况。可是我要离开家，丈夫知道了肯定会阻拦，而且单位也会阻拦，因为那个时候我去北京是不允许的。就在我决定不下什么时候去时，丈夫突然来个电话说他马上出差。我想这是师父的安



排，我应该去。我当时想的是快去快回，去北京把材料交了就回来。第二天我在路上给单位请了假，带上材料顺利去了北京，到北京当天去信访办把事情办完，当晚又坐车回家了。在信访办进出都有便衣盘查，但没有阻拦我。进去时便衣问我是不是法轮功，什么地方来的，我想也没想就回答了。他朝那群便衣喊了一句：××地方的法轮功来了一个。就没有理会我了。我出信访办时，那个便衣还奇怪的问：你怎么出来啦？我说：事情办完是该出来啊。他就说：那你赶快走。我这才看见信访办外边公路上停着两辆警车，就加快脚步离开了那里。过了有些后怕。

顺利回来，单位派出所也追问，我很诚实的将过程讲了，他们很震惊，但我的行为没有什么可指责的，他们作为正常上访没有再追究。

回想当时上访的过程，是做到了正念正行，符合了法，所以一切顺利，没有遭到迫害。首先上访理由是充份的，我受到不公正对待，事实摆在那儿，单位、派出所很清楚。师父说过：“在不公的对待下得允许人说话，这是人的最基本权利。”（《美国西部法会讲法》）所以上访的念是正的。整个过程中没有怕心，心态纯正，很坦荡，并履行了请假手续，单位找不到理由处罚我，行的也正，所以邪恶也无法钻空子。

### 三、正念正行在监狱证实法

二零零零年十二月底我再次去北京天安门护法被抓，关进了监狱。在监狱里，我想我们大法弟子在哪儿都是好人，都要洪法，给常人展现大法的美好，做到真善忍，因此我一直抱着善心对待监狱里的犯人。有人没有足够的衣服，我将自己的给她穿；有人没有钱长期吃不到肉，我买来分给她吃；那些还很小的犯人我就给她们讲故事，讲做人的道理；有人生病了没法洗衣服，我帮她洗；有个少数民族的少女想学汉文我教她写字认字；有人对法轮功有兴趣，想了解想学，我将师父的《洪吟》〈做人〉等诗写给她们看。当时监室里有三十几个人，我与她们相处很好，她们中不少人读了师父《做人》的诗后都感到很受启发，她们说从来就不知做人有这样的道理。我在里面炼功背法，她们有些还跟着学。有几个小姑娘对我说，在外面她们以为法轮功不好，在这里看到我很理性，完全改变了她们对法轮功的看法。我在里面

去掉。师父说：“大家一定要注意一个问题：你们在证实法，不是在证实自己。大法弟子的责任是证实法。证实法也是修炼，修炼中就是要去掉自己对自我的执著，不能够反而助长这种有意无意在证实自己的问题。在证实法与修炼中也是去掉自我的过程，做到了你才是真正的在证实你自己，因为常人的东西最后你们都得放下呀，放下常人的一切执著才能够走出常人。”（《各地讲法六》〈亚太地区学员会议讲法〉）希望我们都牢记师父的教诲，去掉对自我的执著，用最纯净的心证实法，这样才能救度更多的众生。

借这次盛会写出自己修炼过程点滴体悟与大家交流、共勉，希望同修们慈悲指正。

谢谢师父！

谢谢同修！

合十！

### 在痛苦魔难中提升自己

文 / 湖北大法弟子 味芯

我今年五十八虚岁，是一名得法较早、实修才两年的新学员。回首人生之路，几乎都是荆棘遍地，坎坷不断，没几天舒心的日子。为此我总是在寻寻觅觅，在苦恼和绝望中寻找人生的真谛。二零零七年新年前后是我人生的一个重大转折。我辗转收到了同修派发的讲真相光盘后，决定走进实修的行列。

通过实践得知，对那些不可能一次讲成功劝退得救的世人，这最后的“多讲几句话”一般是来得及做得到的。只是要根据对方的情绪反映掌握好“火候”，能讲多少是多少。对方一般都能平和的默默接受，听进耳里。问题是我们的这颗心，在对方尚不明白真相且又有所抵触的情况下，我们还愿不愿意说，愿不愿意尽最后的努力去救他一把，为今后其他同修有机缘对此人讲真相时打下一个基础。——本文作者

尊敬的师父好！

各位同修好！

我今年五十八虚岁，是一名得法较早、实修才两年的新学员。回首人生之路，几乎都是荆棘遍地，坎坷不断，没几天舒心的日子。为此我总是在寻寻觅觅，在苦恼和绝望中寻找人生的真谛。

才猛然醒悟：我不也是捧着金饭碗要饭吗？同修不就是写给我看的吗？这颗心早就应该去掉，我却一直抱着它不放。就象那位同修说的那样，在丈夫的指导下几分钟就学会了上网下载，编排图片在以后的几次实践中也学会了。这样我可以随时上网下载编排图片，也给丈夫节省了很多时间。只要我们有心去做，师父就会给我们开智开慧，就怕我们不去做，“如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！”（《转法轮》）希望同修们都不要等不要靠，走出属于我们每个人自己的路！

### （三）证实自己的心不能有

在制作真相图片和刻录光盘中也暴露出我证实自己的心。

为了让世人感受到大法的美好从而更容易接受真相，在打印图片时，尽量的使图片打印的清晰、把图片制作的更精美、好看。但其中也夹杂着证实自己的心，让来取图片的同修看看自己做的好，工作认真，也伴随着一种显示心理。

一次丈夫下载编排了一些图片打印，因为打印的不符合我的要求，每次看到那些图片时，我就忍不住上火，埋怨丈夫打印的不好，剪切出来不好看。当我冷静下来时就想：我为什么看到那些图片就要发火呢？真是因为那些图片打印的不好影响救度众生的效果吗？再深挖下去答案是否定的，因为同修都知道丈夫是负责技术的，并不参与真相资料的具体制作，同修从我这里拿图片，如果看到这些制作不好的图片一定会认为是我做的，那不就有损我在同修中“工作认真”的形像吗？说到底不就是一颗证实自己的心吗？根子找到了。

在制作真相光盘时，也同样暴露出证实自己的心。如果同修说需要多少光盘，我就用最快的速度给同修赶制出来，一方面是为了不耽误同修发放，同时也向同修证实自己能干、工作能力强。直到有一天同修刚带走的一箱光盘在路上丢了，回头跟我说。我当时的第一念并没有埋怨同修的粗心大意，首先想到的是我刻录光盘时抱着贪多求快、好大喜功证实自己的心，做事时的心态不够纯净，减少了光盘救度众生的威力，从而使邪恶钻了空子。

从那以后我便很注重这方面的修炼，只要它一出现就能抓住它，不让它发挥作用，不受它的干扰，从而彻底的把它

给她们讲真相，她们也知道了那些宣传是假的，法轮功是冤枉的。她们不少人把我当成信赖的朋友，诉说她们的烦恼。

管监的警察知道了我在里面的表现，找我去谈话说，有你们法轮功在监室都好管。当然我也被个别人报告给警察说我在里面炼功，警察又找我去谈话，说有人告你炼功，既然告了就不得不管。我坦然告诉她炼功的好处。我说不炼不行，我长期有神经衰弱，头痛睡不好觉的毛病，吃药也不见好，炼了功就好了。特别是打坐，睡不好觉打打坐睡觉很香。警察说自己也长期睡不好觉，我告诉她回家试试炼功。她笑了，告诉我，你今后不要让她们认为你在炼功就行了。

（意思就是说你在锻炼身体就行。）后来有些人就来告诉我，警察叫去问我是不是炼功了，她们有的说没炼，有的说跟她们一样活动活动，警察没有再找我的麻烦。

有一次晚上已经很晚了，大家都已经睡着了，突然我被叫出去。有两个陌生的警察要找我谈话。他们拿出本子，准备记录。我原本是个很内向的人，笔头很好，但不善言辞。在维护法的过程中，是大法开启了我的智慧，所以我都不知道怎么变的那么能说。他们想了解情况。我就谈了自己是怎么修炼的，引经据典的说了迫害法轮功将会怎么样，当时我看到他们开始想记，可后来就忘记记了，很注意的听我说。谈话可能近两个小时，最后他们说：我们原来不了解法轮功，现在了解了……，还说了一些话，大概是：我们没有记录，表示对我没有恶意，还受了教育等等一些话。

有一个因为贩毒可能将判重刑的人在里面很暴躁，很多人不敢惹她。她一直默默的观察了我很长时间，然后开始与我接近，这是她告诉我的。她想了解法轮功，我就给她讲真善忍和善恶有报的道理。她让我把记的法轮功的有些经文和《洪吟》诗词写到她的本子上，我就尽量的给她写。她常常就拿着本子学。她说我要早知道这些道理，我今天不会走到这一步。她非常懊悔的说自己是害人害己，如果能够出去，一定从新做人，要学法轮功。当时她能够认识到这点我很高兴，安慰她：只要有这个心，会有好结果的。可惜她后来因为贩毒数量太大，被判了死刑。我和另一个同修告诉她记住一定发愿来世修炼法轮功，她记住了，并把记录本全部塞进留下给家人的遗物包里。临刑前，她对我说，今生做坏事太大，也无颜面对丈夫和家人，只有以死还债，只是三个孩子

放心不下。我告诉她：你放心走吧，我会关照他们。她走时竟然给大家唱了一首歌，显得很坚强。大家都流泪了。我想也许是她记住了法轮功，是大法给予她的力量。

后来我解除非法关押后没有忘记给她的许诺，联系上了她的孩子，把爱和关心带给他们，资助她们学费，让他们记住妈妈的教训，好好读书，一定做好人。他们觉的我比亲妈还关心他们，很感动。来看我时，我问他们是否看到妈妈遗留的笔记本，他们说看到了，我就把大法的美好告诉他们，也把他们妈妈在狱中的情况特别是临刑前的懊悔告诉了他们，给了他们一些大法书，让他们常常记住念“真善忍好”，“法轮大法好”。这些孩子很懂道理，也记住了我告诉他们的话，现在已经完全摆脱因为妈妈的事情带给她们的创伤以及还常受歧视在学校挨骂的处境，学习成绩好，再也没有听到他们说别人怎么骂他们的话了。他们的亲戚朋友很多都知道法轮功好了。

#### 四、正念正行讲真相救度世人

师父明确讲了大法弟子做好三件事的法以来，我坚持做好三件事，特别是讲真相，劝三退救世人我摆正心态做，发挥自己的长处做，走到哪儿都想到自己是大法弟子要劝三退救众生。

##### 出差讲真相

我每次出差，总要带上些真相册子和光盘。遇到有缘人就给他们。有一次我到异国出差，碰到一个老乡。他非常高兴见到中国人，我把一套真相光盘给他，让他了解历史。他看后非常激动，说简直是对他人生的大改变，他原本这一生就想多挣点钱，日子过好一点，根本没有想到国内有这样的事。他还退了团队，并把有关法轮功的资料带回去好好学。他把我带的资料全要了，他说要送给其他朋友看。

##### 装修房子讲真相

我买的一套新房子开始装修，我请了装修队。我想给我装修房子的人都是我要救度的众生。首先是设计师与我先接触，我们在谈装修设计时，我给了他资料并给他讲真相，他退了团队；施工队长也给他退队；后来是木工进场我也给他们讲真相，水泥工进场我也给他们讲，劝三退，厨房安装师、洁具安装师、地板安装、灯具销售和安装人员等等全部人员几十个人，基本都劝退了，并给他们真相资料让他们了

在暴露我的怕心，让我认识到它并在以后的修炼中去掉它，用更纯净的心去救度众生。认识到这些后，我努力的排斥它，不承认它是我真正的自己。

通过学法，和以后一次次的走出来证实法，怕心越来越小。这正如师父说的：“你们知道吗？只要你是一个修炼的人，无论在任何环境、任何情况下，所遇到的任何麻烦和不高兴的事，甚至于为了大法的工作，不管你们认为再好的事、再神圣的事，我都会利用来去你们的执著心，暴露你们的魔性，去掉它。因为你们的提高才是第一重要的。”“真能这样提高上来，你们在纯净心态下所做的事才是最好的事，才是最神圣的。”（《精进要旨》〈再认识〉）

#### （二）修去依赖心

依赖心说到底就是一颗严重的私心。把自己应该做的都推给同修，占用了同修的时间，甚至是本来就非常少的学法时间，使同修不能做好三件事，自己却坐享其成，这是一颗多么严重的私心。有的过于依赖技术同修，甚至让邪恶钻了空子迫害搞技术的同修。如果抱着这么严重的私心不去，又怎么能修成无私无我，先他后我的正觉呢？又怎么能做到师父要求的每个人都要走自己的路呢？

从小受家庭环境的影响使我养成了很严重的依赖心，以致在我修炼后成了我修炼路上的障碍。

由于没有否定旧势力的安排，二零零一年我们全家被迫流离失所，但慈悲的师父没有放弃我们，又为我们安排了新的修炼道路。当时我们地区没有资料点，资料非常紧缺，我们几个同修便成立了资料点。我和一同修负责制作真相图片和刻录真相光盘。制作真相图片需要上网下载和排版。这些技术我都不会，甚至连最简单的上网都不会，认为电脑技术太难了，完全依赖负责技术的丈夫。丈夫也建议让我学学，我以各种借口拒绝了，以为丈夫就在身边，靠他就行了。随着周边地区资料点的不断增加，丈夫也越来越忙，一个月在家呆不了几天。如果要打印新图片只能等他回来，有时一耽搁就多少天。丈夫回来在给我编排图片时也不止一次的莫名的发火说：“都教你几回了还不会？！”我当时还一肚子委屈：“你一次都没有教过我，还说教了我几回！”其实我当时并没有悟到是我应该去依赖心的时候了。

直到有一天看到一篇明慧文章《捧着金饭碗要饭》，我

添了我和同修发真相资料的信心。可见我们用心制作发放的真相资料不仅可以救度世人，还可以鼓舞昔日的同修从新开始修炼，走出来证实法。

过程中也暴露出我很大的怕心。一次和同修一起去挂条幅，我刚在树下挂好一个条幅，对面一个人拿着手电筒直冲着我跑了过来。由于怕心的驱使，使我失去了正念完全用人的方法对待了：一定是他看见我挂条幅了，赶快走吧！我便快速躲到了一胡同口，可那个人也往胡同口这边跑，我的心都提到了嗓子眼儿，那个紧张劲儿都没法用语言形容。但那个人却从我身边过去了，什么事都没有发生，虚惊一场！其实那是一个十六、七岁学生模样的男孩从这里路过。

还有一次和同修一块去发真相资料。同修先走一步，我在后面。刚走出村子不久，就从村子里开出了两辆车。这时怕心一下子涌上了心头：自己身上带着那么多条幅，要是被他们发现怎么办？天又刚刚下过雪，路很滑，路的两边光秃秃的，想找个地方躲都找不着。突然看见路边不远处有一个建桥用的水泥辊子，于是顾不得路边厚厚的积雪埋没了双脚就急忙跑过去蹲下来，紧接着后面的车便开了过去。自己还庆幸幸亏跑得快。其实那些根本就不是邪恶之徒的车，只是两辆普通的轿车，自己竟被吓成这样，完全没有了一点正念。见到同修以后，由于碍于面子的心也没有把刚才的事说出来，怕被同修取笑。

往回走的路上，要经过一个上坡路，刚走几步，迎面一辆摩托车在坡上面停住了，明亮的车灯照得我和同修不能抬头往上看，但这时我们已无其它路可走，只好硬着头皮往上走。这时，自己的心已经怦怦跳了，猜测着那人是在过路的还是邪恶派出巡逻的。因为路很窄，走到那人身边时几乎擦着那人的摩托车，就在擦身而过的一刹那，摩托车上的人一把抓住了我的前胸衣领，后面的同修见状便飞快的从我的后面跑到了前面，她当时认为我一定是被坏人抓住了。我当时想：你在摩托车上我一下就能挣脱。随后我也就真的挣脱了那人的手，刚要想快跑，就听那人说：“往哪跑？”一听声音竟是我丈夫。原来他到别处去发资料回来正好走到这里。唉！又是虚惊一场！

我当时也没有向内找，还把丈夫埋怨了一通，怪他不喊一声。丈夫说：我喊了你们没有听到。其实这一切都是师父

解真相。

### 工作场所讲真相

在工作中，与工作接触的同事我经常给些资料给他们看，也给他们讲三退，只要能够与我接触的人，我都有想让他们了解真相给他们三退的愿望，因为法中讲了，与你相遇的人都是有缘的，我们就是要救度有缘人。

### 给亲戚朋友讲真相

几乎所有的亲戚朋友，只要见的到的，我都给他们讲真相，劝三退，目前大部份都三退了。

三件事情还在继续做，救众生的责任还很重大。为了今后的路走稳走好，我也意识到必须学好法，在法理上提高，同时向内找，去掉人心，用法归正一思一念，一言一行，去掉为私为我的心，达到新宇宙无私无我，先他后我的标准，主动同化法，走师父安排的路，否定旧势力，才能更好的把三件事做好，完成好正法赋予我们的责任和使命。

有不当之处请慈悲指正。合十。

### 信师信法撑起一片蓝天

文 / 湖南省益阳大法弟子

奥运期间也有好心人对我说：“现在开奥运会，政府抓的紧，不要讲法轮功的事了，免得吃亏。”我说：“我们说的是实话，是在救人，而邪党无辜残害了我们八千多万骨肉同胞、华夏子孙。他们玩火必自焚，制造恐怖的人，恐怖必将降临他们头上。我们讲真相劝三退就是叫大家认清这个邪党、这个西来幽灵。做真正的炎黄儿女，不做马列子孙，认祖归宗，不让悲剧上演。”一般人听了是这样讲都非常认同。——本文作者

尊敬的师父！同修们好！

我是一九九九年四月八日得法的，今年五十多岁了。我家住在城郊，是靠种菜维持生活的女大法弟子。得法前，疾病缠身，经常生不如死；两只眼睛“白内障”，有坐骨神经痛、心脏病、鼻息肉、小肠打球、偏头痛、全身性风湿等多种疾病。为了治病，吃药打针、敬菩萨、搞偏方，各种方法搞尽了，不但一个病没治好，反而身体越来越不行，苦不堪言，几乎失去了生活的信心。上天有眼，经朋友介绍，我走上了法轮功的修炼之路。

刚进门，学法不太精進，每天也就学一、二小节，炼功时间也不多，但我知道这是我一生中正在追求的东西，不管一天做菜买菜多累，必须坚持下去，而且随着学法的深入，也被《转法轮》里博大精深的法理所折服。就这样，我对自己要求越来越严，所以没过多时间，不但身体的病全部消失，而且连性格也发生了很大的变化，家里人都说我象变了个人似的，也使我真正的体悟到了大法的超常，和什么是真正的身心健康。

一九九九年“七二零”，江流氓集团铺天盖地的打压开始了，对大法和对师尊的无端污蔑对我这刚学法不久的弟子来说真是个严肃的考验。最后我还是决定了和同修们一起走上北京，用自己的亲身经历来为大法和师尊说句公道话。到了北京后，在师父的呵护下，既去证实了大法，又平安的回来了。

由于江××利用整个国家的宣传机器，铺天盖地的展开仇视宣传，使中国老百姓在不明真相之下，对法轮功及大法弟子产生了无端的仇视。为了不使更多众生对这宇宙的大法犯罪，师父叫我们发正念、讲真相。师父说：“看上去我们把一个传单给了一个常人，看上去我们把一个真相讲给了常人，我告诉大家，如果在正法这件事情结束之后，人类将要进入下一步的事，头脑中装了“宇宙大法不好”的这个人、这个生命，就是第一被淘汰的对像，因为他比宇宙中再坏的生命都坏，因为他反的是宇宙的法。”（《北美大湖区法会讲法》）为了跟上师父的正法进程，无论多忙，我都一如既往，不断精進，在学好法、发好正念的前提下，天天坚持讲真相。

开始时怕心也很重，但是我总是牢牢记住师父在《转法轮》中讲的，善有善报，恶有恶报。而且在中国人五千年的神传文化中，也贯穿着这样的神传理念，以这一点为契机，再加上把大法修真、善、忍的无边内涵加进去讲，效果相当的好。

记的二零零二年四月初八，我想，今天是师尊华诞，我应该做点什么让师父高兴呢？那就去救人吧！刚好这天，有一个派出所的退休干部在我家附近的池塘钓鱼。我就鼓足勇气，求师父加持，一定要把这个人救下来。我开始跟他讲时，他对我说：你知道我是谁吗，告诉你我是派出所的，你

以人为榜样。在二零零零年邪恶绑架了我村几位大法弟子，出于对恶党的恐惧，父亲也把我接回娘家逼迫我放弃修炼。我没有承受住压力，违心向父亲表态。晚上我便做了一个梦：在一望无际的田野上我看见父亲手中握着一根长长的风筝的线，风筝离地面也就几米高。自己在一旁看着，当时很清醒的知道，空中的风筝想往更高更远处飞，但是风筝的线却在父亲的手中攥着，怎么也飞不起来，只能飞那么高。

从梦中醒来我知道我错了，表面是对家人的妥协，其实他们是被邪恶的旧势力操控，等于我向旧势力宣布自己放弃了修炼，此时才明白我为什么总是莫名其妙的流泪，是我本性的一面因我在世间的主体要放弃这千载难逢的修炼机缘而伤心流泪。回家后同修鼓励我继续修炼，师父慈悲一定还会管我的。正好此时师父的新经文《心自明》发表了，慈悲的师父又为我指明了修炼的方向，使我备受鼓舞，我又从新走上了修炼的路。以后又在明慧网上发表了严正声明，曾经向旧势力的保证全部作废。

## 二、渐渐修去各种执着心

### （一）修去怕心

迫害之初，不知道应该怎样证实法，不断的和已经走出来证实法的同修切磋，我知道了发传单、贴真相标语是在利用常人的形式证实法，本着大法弟子的善心向世人讲清真相，使他们不再受谎言的欺骗，为自己选择一个美好的未来！从此我慢慢的开始走出来证实法。

由于刚开始真相资料非常的紧缺，我便买来复写纸，照着资料的内容手写复印，然后再把复印好的资料用线缝在一起。一次我和同修到一个村庄散发，在离开村子时，同修看到胡同口有四、五个老人，其中一个老人就拿着我和同修刚发的资料在读给其他人听（因为我用的是信纸，顶端用红线装订的，很容易就认出）。看到几位老人听的很认真，我和同修感到很欣慰，只要世人肯看、肯听真相，他们就在渐渐的明白真相，他们就会得救，我们的付出就没有白费。

还有一次我和同修发完资料往回走的时候，经过一户人家，就听在门口的过道里有一个妇女在和另一个人说：你看人家都把资料送到咱家门口来了，还是用手抄的呢！咱们快再开始学吧！话语中听出她们曾经放弃了修炼，看到同修送的资料又开启了她们本性的一面，想再从新修炼。这更加增



学，而是根据邪党的需要在学，所以，邪党才是导致你们走上吸毒道路的根本原因。

四、邪恶最怕的就是被曝光，通过法律手段到处投诉恶人、海外同修打电话讲真相、家属的配合对抑制邪恶的迫害都会起到很好的效果。

以上是我在大法修炼中走过的点点滴滴，我知道我能做好的这一切都是师父慈悲的安排，而我离师父的要求还差的很远。今后我一定要更加精进，完成好“三件事”，不辜负师父的慈悲！不辜负众生的期盼！

谢谢大家！合十！

## 证实法中去执着

文 / 山东大法弟子

迫害之初，不知道应该怎样证实法，不断的和已经走出来证实法的同修切磋，我知道了发传单、贴真相标语是在利用常人的形式证实法，本着大法弟子的善心向世人讲清真相，使他们不再受谎言的欺骗，为自己选择一个美好的未来！从此我慢慢的开始走出来证实法。

由于刚开始真相资料非常的紧缺，我便买来复写纸，照着资料的内容手写复印，然后再把复印好的资料用线缝在一起。一次我和同修到一个村庄散发，同修看到胡同口有四、五个老人，其中一个老人就拿着我和同修刚发的资料在读给其他人听（我用的是信纸很容易认出）。看到几位老人听的很认真，我和同修感到很欣慰：只要世人肯看、肯听真相，他们就在渐渐的明白真相，他们就会得救，我们的付出就没有白费。——本文作者

### 一、跌倒了再爬起来

我是一九九九年得法的弟子，得法前，我的身体弱不禁风，走路稍微多一点都感觉累。在我十几岁的时候，被诊断患有心肌炎，家人都为我的身体发愁。得法后身体有了很大的变化：身体有力了，和同修往返几十里路去洪法也不觉的累；困扰我多年的牙痛病也不见了；心肌炎也好了；不正确的人生观改变了，思想得到了升华，大法赋予了我太多太多。

刚刚得法几个月邪恶就开始了对大法和大法弟子的疯狂迫害。由于当时学法不多，对法理认识不清，学人不学法，

不怕我抓你吗！我说：我不管你是干什么的，你首先是一个人，是一个生命，我是在救你，我是在用善心救人，你如果抓我，那你把自己摆到什么位置了呢！他不做声了。

就这样这些年虽然经过了许多波折，家庭、社会、亲人，方方面面的干扰，我还被拘留和两次绑架到洗脑班，我都能以法为师，正念正行，把坏事当成好事，一有机会就讲真相。在拘留所把所长、副所长、教导员和其他管理人员、被拘留人员的想法基本都归正过来了。

有一次从洗脑班回来，刚到家，村上治安员就到我家对我说：政府干部告诉他，都反映，哪是要你去学习，而是叫你去跟他们讲真相。我叫他坐下后对他说：那当然啦，我修的是真善忍的宇宙法理，是做最好最好的人，再说啦，信仰自由这是国家法律都有的，而政府领导人拿着纳税人的钱，栽赃、污蔑我们，你们不但不给公正，难道我们用自己的心血、自己的嘴去伸冤还不行吗！我问你，真、善、忍错在哪里？政府要用所谓的“学习班”来转化我们，难道要把我们转化到假、恶、暴上去不成？所以真正犯法的是政府，是他们在害人。他被我讲的无话可说。

我每次都是正念闯出，而出门后还没到家就开始了讲真相，生怕错过一个有缘人，把所有的场合，无论是亲人办喜事，还是办丧事，不论是乘船、搭车，车站、码头都是我讲真相的好场所，不放过一个有缘人，或者把真相资料、光盘、小册子等送给他（她）们。

特别是《九评》发表以后，紧接着师父发表了《向世间转轮》的经文，我悟到师父正法到了一个非常时期，不但要讲真相，还必须传《九评》，劝三退。我就凭着一个坚定，在讲真相传《九评》劝三退中实修。走到哪，就把真相和《九评》带到哪。坚信师父时时在指引着弟子的提高，时时感到师父就在我身边呵护着自己。

前几年因女儿在外地一个工地开门店，这工地民工都是来自全国各地。我悟到，这是师父的安排，他们是需要救的人。于是我在店里买了一台二手电视机和影碟机，特意拿来了《九评》、《三退与你》、《神韵》、《天安门自焚伪案》、《藏字石》等光碟，放给他们看并加上讲解，所以很多民工都明白了真相，我给他们办了“三退”。

奥运前夕，邪党在全国对大法弟子进行大抓捕，我市也

一样，迫害严重。一天我和女儿及外孙都到城里卖菜去了，我们当地“六一零”和国保大队十二个人开着警车来抓我。快到中午，天上乌云滚滚，一场暴雨就要来临，刚好我们的菜也卖完了，如果马上回家，估计在路上会碰到雨，便和女儿（同修）商量到街上同修家去，刚好赶着发十二点的正念。下午雨停了，我们回到家。邻居告诉我，“快中午时一辆警车开到你们家外面，十多个人来找你麻烦来了。车上六个，另外六个下车到你家。刚到门口，炸雷猛雨倾盆而下，吓的他们掉头就跑，还有两个没逃的及的只好向我们借伞，闪电炸雷跟着他们跑，几个人全身湿透，吓的开着车跑了。”只要我们正念正行，邪恶想破坏只能是徒劳而已。

总之几年来，尤其在传《九评》、促三退以来，跟上师父的正法进程，加上明慧文章的学习参考，我在比学比修中平稳的走过来了。经我讲真相后，退出邪党组织的名额大概有几千人吧。无论是邪党的奥运还是所谓的敏感日，我都是按部就班，该发的发，该讲的讲，该退的退，奥运期间劝三退不但没停，而且比平常还多，最多的一天三十二人，这段时间平均每天十多个左右。其实这并不奇怪，正法到了最后阶段，世人没有了邪恶的操控，只要有救人的心，一切都是师父在做，真是得心应手，非常顺利。

奥运期间也有好心人对我说：“现在开奥运会，政府抓的紧，不要讲法轮功的事了，免的吃亏。”我说：“我们说的是实话，是在救人，而邪党无辜残害了我们八千多万骨肉同胞、华夏子孙。他们玩火必自焚，制造恐怖的人，恐怖必将降临他们头上。我们讲真相劝三退，就是叫大家认清这个邪党、这个西来幽灵。做真正的炎黄儿女，不做马列子孙，认祖归宗，不让悲剧上演。”一般人听了我非常认同。

由于有师在有法在，我基本上去掉了怕心，跟随师父，神在人中，所以现在走到哪里，都有人对着我大声喊“法轮大法好”，也有明白真相的干部说：“我们这个地区只要有十个你这样的法轮功，那就不得了。”换句话说，邪恶无处藏。同修也说：“都象你一样，这场迫害也许已经结束了。”

当然我知道这是师尊借同修在鼓励我，我也深知离法的要求，我与修的好的同修相比，还有差距。不过我会抓紧有

诉你。最后“包夹人员”全体辞职不干了。邪恶要强迫我穿劳教服、遵守劳教报告制度，我就说：“可以，但我要在劳教服上写‘法轮大法好’，和报告‘法轮大法好’。”邪恶一听马上作罢。从此，什么劳教会议、点名、学习等等，都与我无关；邪恶强迫我参加劳教奴工，我拒不服从，但主动为劳教人员送开水、递工具、唱大法弟子歌曲、背经文、讲真相，劳教人员纷纷叫好，气的邪恶没办法，又不敢上报领导。

最后，我在工地为劳教人员唱大法弟子歌曲、背经文、讲真相成为了每天我必有的节目；邪恶让我坐在警察旁边，不准我和其他劳教学员接触，我就不停的背经文、发正念，警察受不了了，一见到我马上就借故躲开，最后干脆安排一间宿舍作“装饰”，来关我禁闭，我就高高兴兴的在里面学法、炼功、抄经文。

### 在劳教所里仍要坚定修炼

在劳教所里仍要坚定修炼，我个人认为应该在这几方面有清醒的认识：

一、背法，把法装在心里是最踏实的，不管邪恶怎么疯狂迫害，心中有法就无所畏惧，大法就会给我们智慧来破除旧势力的安排，一定要重视背法，这是我们放下执著、了却人心的最好方法，许多人心重的同修都是通过背法而坚定正念的。

师父告诉过我们：“法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”（《精进要旨二》〈排除干扰〉）

二、时刻用正念正视恶人，对照大法向内找，理直气壮的否定旧势力的安排。旧势力的安排不就是针对我们的执著心来的吗？我们就用大法来衡量，对自己心性的要求超越你旧势力的安排，看你旧势力怎么办？恶人失去邪恶的支撑，不就是个“小泥人”吗？有什么可怕的？

三、讲真相要考虑对方的接受能力，不要讲的过高，尽量结合对方的实际情况来讲。

比如：劳教人员大多都是过早辍学，而走上吸毒之路的。我就为他们分析，为什么他们对学习没兴趣的原因：不是学生不聪明，而是教育被党文化破坏了，学生学的都是党文化而不是中国的传统文化，学生不是根据自己的兴趣在

起我高度重视，还以为没为什么，别人也会这样的，这可真是一次惨痛的教训。不久我就因为向学生发放真相光盘（其中一个学生家长刚好是“六一零”的工作人员），被邪恶非法劳教三年。

通过这次刻骨铭心的教训，把我从消沉不精進中惊醒了。我含着泪读着师父的经文：“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〉），悟到虽然旧势力安排了“邪恶的环境”来迫害大法弟子，但只要弟子正念足，相信一定会把这个“邪恶的环境”转化为大法弟子救度世人的正法之场。

在师父慈悲的呵护下，通过同修们的共同讲清真相整体配合，我们在邪恶的劳教所里证实法的路也开创的非常神奇。如：从开始不准学法、炼功，到劳教人员为法轮功放风、保护炼功，到最后警察专门安排一间宿舍让我们自由的学法、炼功、发正念。只是在上级领导检查工作时，让劳教学员来通知我们回避一下；从只能背《论语》，到后来能背三个长的讲法、五十多篇《精進要旨》和《洪吟》，到最后可以从mp3听到《广州讲法》、《新经文》，并让许多劳教学员听了《九评共产党》后退出中共组织；从规定法轮功不准和“包夹”人员以外的任何人接触，到大法弟子公开在一起交流，到最后劳教人员主动保护mp3和手抄师父经文，并提供mp3电池；从法轮功学员打饭、洗澡等主动排最后，到劳教“大组长”在集队时规定：“以后打饭先让法轮功学员打，洗澡先让法轮功学员洗，法轮功学员打扫的地方不准乱丢烟头。”

我惊奇的发现邪恶对我的每次迫害，在师父的安排下，都会戏剧般的变成对我证实法有利的环境。如：每次我被关禁闭的时候，师父都会巧妙的通过各种方法给我送来新经文，甚至我被送到其他大队关禁闭的时候，师父都能让我得到新经文；为了不让我晚上炼功，邪恶专门安排了一个吸毒人员单独和我睡在一起，殊不知我的鼾声却突然变的出奇的大，吵的他睡不着觉，最后，他把我喊起来炼功；我喊“法轮大法好”反迫害时，邪恶安排了四个吸毒人员来阻止我，我就选择出工时公开对着过路人喊“法轮大法好”或在四合院对着摄像头喊“法轮大法好”和“某某某打人”，并正告打人者，如果你敢动手就会留下打人证据，今后我可以起

限的时间不断修去执著、欲望；遇到矛盾无条件向内找，以苦当乐；在修好自己的同时更加精進的做好救人抢人的事，不辜负众生千万年的期盼；让恩师少一份操劳，多一份欣慰。

层次水平有限，望同修慈悲指正。向师父合十！

## 放下人心 抓紧劝三退

文 / 哈尔滨市大法弟子

从恶者，修到善者，是一个漫长的过程；从善者，修到觉者，更是一件不容易的事。当我第一次学《精進要旨》〈圣者〉经文时，觉的师父在说自己，但我在内心也想到这是师父教导我们，是我们将来应该达到的目标。

从在家经常卧床不起，疼痛难忍，愁眉苦脸，到向家人宣布，要做一个烧火做饭的小和尚，家务活全包，家里事全管。在这过程中，我修正自己；从成天大喊大叫，到和家里丈夫和两个孩子都象朋友一样相处，互相之间可亲可敬，这些都是从法中来。在这过程中，在法的熔炼中，使我身体健康，心情愉快，善待身边的一切人，善待身边的一切事，从根本上改变了我，使家人深深的感到是我修炼了法轮大法，给全家带来了祥和与幸福。——本文作者

尊敬的师父好！

同修们好！

我是一九九六年得法的大法弟子，今年五十六岁。得法前，我身体患多种疾病，是在生死线上挣扎的人，得法后两个月，疾病全无，一身轻。是大法给了我第二次生命，是伟大的师父救了我。

下面我就向师父和同修们汇报一下我的点滴学法实修的心得体会。

### 一、师父给我向内找的法宝

得法十三年来，我能坚持认真学法，用大法要求自己，从九八年到零五年前，我经常坚持一天学三讲《转法轮》。零五年后，虽然讲真相、救众生需要大量时间，但在没有特殊情况下，我仍一天坚持学两讲，或用三个多小时学新讲法。我心里牢记：“恶者妒嫉心所致，为私、为气、自谓不公。善者慈悲心常在，无怨、无恨、以苦为乐。觉者执著心

无存，静观世人，为幻所迷。”（《精進要旨》〈境界〉）每当自己在过关中、在魔难中，我就用〈境界〉的法对照，自己做到的在哪个境界中，自己应该在哪个境界中，差在哪里，还应修去什么才能提高和升华。这真是给我向内找的法宝！

从恶者，修到善者，是一个漫长的过程；从善者，修到觉者，更是一件不容易的事。当我第一次学《精進要旨》〈圣者〉经文时，觉的师父在说自己，但我在内心也想到这是师父教导我们，是我们将来应该达到的目标。

从在家经常卧床不起，疼痛难忍，愁眉苦脸，到向家人宣布，要做一个烧火做饭的小和尚，家务活全包，家里事全管。在这过程中，我修正自己；从成天大喊大叫，到和家里丈夫和两个孩子都象朋友一样相处，互相之间可亲可敬，这些都是从法中来。在这过程中，在法的熔炼中，使我身体健康，心情愉快，善待身边的一切人，善待身边的一切事，从根本上改变了我，使家人深深的感到是我修炼了法轮大法，给全家带来了祥和与幸福。

在学法实修的过程中，我打下了良好的修炼基础，在九九年“七·二零”血腥迫害时，家里人都支持我，同修到家里来，学法切磋，从没人反对过。在二零零零年，我去北京证实法，在我儿子的护送下，避开监控人员，踏上了去北京证实大法的列车。在迫害严重的时候，家人为了我的安全，掩护我出去发资料，送资料，在有跟踪监控的情况下，他们帮我来回传递资料。

那时，警察和单位领导经常到家里来，我牢记“善者慈悲心常在，无怨、无恨、以苦为乐”（《精進要旨》〈境界〉）。我对他们象对待客人一样，倒水，拿水果，递烟，在招待的过程中讲真相，弘扬大法，在心中对他们无怨无悔，善待警察，善待看我、管我的这些人，使他们都能对大法有正确认识，使他们少造业，能选择一个美好的未来。

在多年的学法修心过程中，有所升华和提高，在近几年的修炼路上，我经常用“觉者执著心无存，静观世人，为幻所迷。”（《精進要旨》〈境界〉）来指导自己的言行，虽然不能完全做到，但我也要用高标准，严格要求自己，对常人的形势不动心，在我心里没有敏感日期，只要大法需要，该做什么，就做什么。对常人的事情，尽量放下常人心，把

文章，有的重点学会编排网上下载的文章，有的重点学会打印现成的文章，有的重点学刻现成的光盘等等。

对所学内容为什么要这样操作，我先不对同修做过多解释，只要他们按规定步骤完成了所需要结果就行。过一段时间，同修熟练后，再慢慢解释为什么要这样做，并让同修互相协调上网、排版打印、刻光盘、装订封塑等流水线一起运作。

这样，没有任何电脑基础的同修却奇迹般的在很短的时间内做出了各式各样的真相资料。而且大家在相互协调配合的同时，电脑技术与心性也在共同提高着。带着老家同修做出的真相资料回到省城，省城的同修看了以后大受鼓舞：“以前都是真相资料往下面送，现在倒过来了！我们可不能落下呀！怎么办？那就让个人资料点遍地开花吧！”结果省城的个人资料点也一个接一个的建立起来了。

后来，专门为迫害法轮功成立的“六一零办公室”得知我炼法轮功，仍然还当着班主任、上着课，大吃一惊。马上撤销了单位“文明单位”的称号，把我调离了班主任和教学工作岗位。但由于我平时上课不计报酬，解决电脑故障随叫随到，服务态度也耐心、周到，很受学生和教师欢迎，所以单位领导悄悄的背着“六一零办公室”让我担任管理工作，并兼职课外辅导学生和教师学电脑。我很珍惜师父为我安排的这个讲真相的机会，因为搞管理工作反而更有时间做好“三件事”，比如我可以灵活的利用学生面临放假和毕业的时机，把学生组织到电教室，在大屏幕上给学生放真相录像、教如何突破封锁上网、发真相光盘等等；学校老师出于对我的信任，几乎所有的家用电脑都请我帮忙安装维护，我就利用机会给他们的电脑装上上网软件和真相资料。

就这样，我一边兼职工作，一边利用着兼职这更好的条件给众生讲着真相，单位领导也不断的向“六一零办公室”述说我工作如何认真负责，这样更方便我利用搞电脑工作的机会帮助同修建立了许多个人电脑资料点。师父的安排真是巧妙啊。

### 从教训中提升

又过了一段时间，我在给几个学生发完真相光盘后，心里总不踏实，学法状态也不太好，发正念思想老集中不起来，出现了消沉的状态，松懈了精進的意志。但这却没有引

一九九九年“七·二零”邪恶迫害开始后，师父的经文就得不到了。而当地有许多都是刚刚得法的新学员，面对这场突如其来的恐怖打压不知如何是好。这时在师尊的安排下，我学会了使用电脑，可以到网吧看经文，并从屏幕上一个字一个字抄下来送给同修。正想着有台打印机就好了，突然单位就给了我一台旧的针式打印机作为教学用。这样我就可以到网吧下载经文，然后回来打印。紧接着单位又给电脑房配上电话上网，并把电脑房的钥匙给我，让我维护机房。

白天电脑房人多，不方便上网，我就晚上主动通宵加班维护电脑，一边工作，一边上网下载、打印，一切都安排的非常有序。当看到明慧网上的“天安门自焚真相”录像后，我想一定要让更多的人看到，我就到单位申请买刻录机。刚好单位正要制作自己的宣传影片，到外面刻录成本贵，领导听说我会制作光盘就很高兴的同意了。由于上大法网站做真相资料，学的都是当时最新的电脑技术，单位同事看到的只是我业务水平不断提高，主动加班又不计报酬，工作认真负责，所以单位领导对我炼法轮功的事没有上报上级部门。

### 唤醒同修，共建资料点

有了真相资料后，我就利用假期赶回老家去唤醒被邪恶蒙蔽的同修。开始一些同修有怕心，不敢和我接触，后来通过放录像、学新经文、交流，许多同修流泪了，决定从新开始走回到证实法的路上来。由于当地信息比较闭塞，同修大多都是没有任何电脑基础的，甚至不知电脑为何物，要在短时间内教会同修做资料，以前从没有尝试过。但我坚信师父既然安排了，就一定错不了。

我给同修讲了我学电脑的经历：实际上电脑技术不是学出来的，是在证实法中用出来的，只要我们信师信法，突破自我观念，没有做不到的事。在教同修的过程中我也深深的体会到，只要我们放下执著与观念，路走正了，师父一定会把我们证实法的路安排的很顺利，甚至会出现常人认为的“奇迹”。

如有的同修想配台经济点的电脑，马上就有人出售二手电脑或电脑配件马上就降价；有的同修想上网，宽带上网马上就装到家门口；有的同修想要打印机，市场上的打印机马上就更新换代，而且功能越来越符合我们证实法的需要。许多同修没电脑基础，我就让有的同修重点学会上网下载明慧

大法放在首位。如在同一时间，有大法需要我，常人事情也需要我的时候，我就把常人的事放在后面，立即去做大法的事。做好大法的事后，回来再尽最大的努力做好常人的事，也就是做到最大限度的符合常人状态吧。

如今，在家里的亲人理解大法、圆容大法的状态下，达到了家庭幸福、和睦。现在我丈夫已经是大法弟子了，两个孩子都通读了《转法轮》，种下了修炼的机缘。是师父给了我向内找的法宝，使我有一个祥和的修炼环境。

### 二、放下人心 抓紧劝三退

我现在一直在保证学法的情况下，全面投入到面对面的讲真相、劝三退、救众生的正法洪势中来。回想起一开始走出来的时候，出去讲真相，讲大法好能讲，就是不敢讲三退，出去大半天，也不敢讲三退。

第二天，自己在家下决心，出去劝三退救人，走了好几个小时，还是不敢讲。回来走到家楼下，心里有一种说不出的难过。我心想，讲三退、救人是我们必须做的，自己决心不讲退一个不回家。师父看到了我的心，为了鼓励我，真的给我送来了有缘人。

那天是个所谓的“敏感日”，对面道旁就停着派出所的警车，车里坐着包片警察。我碰到了我认识的熟人，我就毫不犹豫的给她讲了三退，她很快就同意了退出团、队组织。我下决心接着讲，不一会就又讲退了一个。回家后想，当时的正念还真强，在警车警察附近就讲退了两个人。从那以后，我就开始了每天面对面的讲真相，劝三退，救度众生。

一开始，给熟人讲，因为洪扬大法时，经常讲真相，有些人知道我是炼法轮功的，所以在我心里，我是炼法轮功的是一个很正常的事。师尊在法中鼓励我们说：“大法弟子，你们是浊世的光明、世人的希望、助师的法徒、未来的法王。精進吧，世中的觉者，现在的一切就是未来的辉煌！”（《贺词》）

在师父的讲法指导下，我心里有一种是大法弟子真是太幸运了的想法，所以在任何场合，不管是谁问我是不是炼法轮功的，我都笑呵呵的回答“是啊！”我记得有两次，我有了人心，绕着说的，没有正面回答，讲三退都没有讲成，对方没有接受。从那以后，我洪扬大法、讲真相、劝三退，只要有人问我是不是炼法轮功的？我就说是，效果一直很好。



有很多明白真相后的人都非常感激，说，“你们炼法轮功的真是为别人着想啊，冒着危险告诉我们。谢谢你们哪！”有的说，“你们炼法轮功的真多，都有好几个人和我说过了。”有的说，“你们要注意安全呀，碰着坏人给你们举报了，你们就要进监狱呀！真得谢谢你们哪！”我有时说，“要谢就谢我们的师父吧！”有时说，“不用谢，回去告诉家里亲人，如有人讲三退，一定要把握好机会呀，同意退出党、团、队，选择一个美好的未来。”看到是边远地区的，讲完三退后，告诉他们，“回家后，如遇不到大法弟子，就用纸写声明，退出加入过的党、团、队组织，起个化名填上，粘贴在大树上，或外面的大墙上也有效。”

我现在突破了自己常人的观念，放下了自我，每天最少用三、四个小时，和同修配合，象云游一样，大街小巷讲真相、劝三退；用心讲，对待众生，就象救亲人一样，保持慈悲的心，祥和的心态，及时打开世人的心结，抓紧时间救人，抢人。

有的同修和我在一起配合讲真相，说我的微笑真是从内心发出来的，有一种慈悲的场，所以一讲就成。也有时遇到不理解的，说三道四的，我耐心的给他讲，如还不接受，我就说，“你再了解一下吧，我们都是为你好，以后遇到有人和你讲，一定要把握好机会呀。”就这样心平气和的离去。

我每天经常劝退十多人到二十多人，也劝退过五十多人，每天出去，自己没有打算，出去先在哪个方向见到有缘人，就往哪个方向走，随师父的法身安排。在讲真相劝三退的时候，用神念，完全投入到救度众生中，真正体现了“觉者执著心无存”（《精进要旨》〈境界〉），做神事，行神迹。

在去年冬天有一次，有两个同修要和我们一起去学着讲真相，我们四个女同修分成两组，在同时同地讲真相。她们俩人在我们身后讲。那俩个同修被绑架了，我们还不知道，还继续往前走着讲三退。讲了十来个人后，看身后没人了，就想她们可能到别的胡同里讲去了。想起找她们时，打电话，接电话的却是个男人的声音，还很横，才感觉不对劲，在附近一边发正念，一边打听，碰到同修才知道她们被绑架了。

那俩个同修被非法关押十五天后，正念闯出。同修说：

你们真神了，这得有多强的正念呢！其实，在讲真相、劝三退的时候，真的没有时间想别的。在不讲的时候，就一直发正念，清理自己，清理空间场；讲的时候，一边讲，一边发正念，还得说出最恰当的语言打开对方的心结，使他们能够得救。讲完一个后，马上又寻找下一个有缘人。我们心里牢记师父讲的，抢人、救人、擦肩而过的都是有缘人，所以我们能够放下人心，抓紧劝三退，救度众生。

在这十三年的修炼路上，我做了一些证实大法的事，也有很多不足。明慧网站又一次给了我们这样的交流机会，我怎能不珍惜。常人的书，我只读了六年，大法的书，我已经读了十三年了。我深知，按正法时期大法弟子的要求我相差甚远，我只能把我做的点滴和大家交流一下。

在今后，我一定在这万古机缘的最后时刻，尽最大努力，少留下遗憾，多留下慈悲，多学法，坚定实修，做好三件事，走好修炼路，完成史前大愿，圆满随师还。

## 云南弟子反迫害的部份经历

文 / 云南大法弟子

我惊奇的发现邪恶对我的每次迫害，在师父的安排下，都会戏剧般的变成对我证实法有利的环境。如：每次我被关禁闭的时候，师父都会巧妙的通过各种方法给我送来新经文，甚至我被送到其他大队关禁闭的时候，师父都能让我得到新经文；为了不让我晚上炼功，邪恶专门安排了一个吸毒人员单独和我睡在一起，殊不知我的鼾声却突然变的出奇的大，吵的他睡不着觉，最后，他把我喊起来炼功……——选自本文

慈悲的师父好！各位同修大家好！

得法前，深受父亲爱好气功的影响，我一直渴望得到生命来到世间的回答，觉的人的一生不应当只是为了生、老、病、死而活着，应该有更大的意义。父亲山南海北的到处拜师学气功，介绍很多气功书给我，但我总不满意。一九九六年，我从父亲那里得到一本《法轮功》后，我知道了：父亲多年山南海北的学气功就是为了找法轮功啊。从此在师尊慈悲的呵护下，我们全家：爷爷、奶奶、父亲、母亲都幸运的走上了生命的回归之路。

打印真相资料