

处于一种比较懈怠的状态，被魔钻了空子。找到原因后，我们一致悟到：大法弟子做三件事是宇宙中最神圣的事，旧势力没有资格来干扰、破坏，我们决不承认。于是我和家人同修一起长时间发正念，最终排除了故障，打印机又正常运转了。

师父说过：“大法弟子，无论你在任何一种形势下，任何一种情况，你都得学法，都不能忽视自己的同化与提高，都不能忘了学法。如果你不学好法，你就做不好大法的事情。”（《各地讲法二》〈二零零二年波士顿法会讲法〉）当我静心学法之后，找到自己的不足并及时的归正，所遇到的问题往往会迎刃而解。

资料点自成立后，周围的同修在发正念时都带上它，为它加持。我们这个资料点从未因所谓的“封网”而上不了网，因为我们明白“封网”那是常人层次的东西，而大法是超常的。修炼人要时时处处用正念去对待遇到的一切，才能走在师父安排的路上。师父说过：“再艰苦的环境、再忙的情况下，都不能忘了学法，一定要学法，因为那是你们提高最根本最根本的保证。”（《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉）唯有通过不断学法提高心性，才能更好的做好大法的事，大法的神奇才会不断展现。

想说的话还很多，但修炼的层次有限，有些不知如何表达。我深深感激师尊的慈悲呵护，感谢同修们的无私帮助，让我们牢记师尊的话“修炼如初”，精進不止，走好最后的路。

明慧週刊

大陆法会特刊

二零零九年十二月廿四日

“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》）

第六届中国大陆大法弟子修炼心得交流大会	1
回到法中（四）	1
走向成熟	1
面对面讲真相、劝三退的修炼体会	12
坚定修炼 勇去执著	17
通过学法小组我和同修一起升华	21
修好自己 救度众生	27
师父的慈悲呵护使我在法理中升华	32
凡尘使命高	36
见缝插针讲真相救众生	41
做万花丛中的一朵	45

第六届中国大陆大法弟子修炼心得交流大会

回到法中（四）

走向成熟

文 / 山东省烟台市大法弟子

前言

前两届大陆大法弟子网上法会我都参加了投稿，但都没

发表。后来看了同修的法会交流文章，我知道自己的文章偏离了关于“围绕自己做好三件事的实修中，就如何通过学法明白大局和自己的历史责任、如何向内找、如何在法理中提高心性、如何扎扎实实的救人、如何在集体环境中比学比修、如何从为私为我走向无私无我如何帮助掉队的同修、如何协调配合和整体提高等”的法会交流主题。

我的文章一味的强调自己悟到的法理或者象常人式的检讨自己。这与我修炼的境界有关，没有跳出个人修炼的框框，重视自我的提高。当我看到“第六届大陆大法弟子网上法会”征稿启事的那一刻，我决定这次要放下自我、溶于整体中，将这些年修炼路上走向成熟的过程认真总结一下，以一个修炼人清净的内境审视自己并查找不足，从而促进自己更好的做好三件事。

一、得法

修炼前的我孤僻、自私、要强、心胸狭窄且敏感多疑，所以一直生活在痛苦的精神世界里。大学期间得了抑郁症和强迫症（我家有这方面病史）。那时我在日记中这样描述我的生活：“每日如同走在刀尖上，每走一步都是血印”，年纪轻轻已经产生：“能坚持一天就是胜利”的念头，看待世界全是灰色的，心中消极绝望。

我极力摆脱这种状态，生命中渴望一种东西，促使我去寻找。起初我去了基督教堂，很快便发现这不是我想要的；我又去了寺院，那里的气氛让我郁闷；我研究周易又看了一些佛教的书，终究还是没有解开心中的死结。那时的我既对什么佛呀、道呀、气功呀有一种特殊的感觉，但是一接触又非常排斥。我婆婆当时练某宗，多次拉我练，因为她觉的我和她是一类人（都对宗教感兴趣），但我却很排斥她的这些东西。

一九九七年，朋友借给丈夫一本《转法轮》，不知怎么一向看书有障碍的我（因有强迫症），拿起《转法轮》从头看到尾，一气呵成。那几天，感觉世上什么事情都不重要了。第一遍看完后解决了心里许多困惑已久的问题。虽然没有更深层的理解，但感觉和以往接触的东西不一样。那时还不懂什么是修炼，书还给人家后，这事就放下了。直到一九九八年底我们这里才有了集体学法炼功的环境，我才真正修炼起法轮功，并且懂得了这是修炼。

建资料点实用技术手册》。我决定突破怕心，走出人来，自己上网下载打印资料。

三、资料点真正独立

我找到了近期《明慧周报》上的一个动态网网址，时间已过去好几天，不知能不能用。抱着试试看的想法，我点击了这个网址，奇迹出现了，动态网的主页出现在了 my 眼前。我抑制住内心的激动，下载了最新的自由门破网软件，又按照上述文章中同修所说的办法在明慧网下载了《从零开始建资料点实用技术手册》和全部技术文章。有了《实用技术手册》做指导，我又下载了资料点所需的软件和教程。一步步学会了装机、使用加密盘等技术。通过不断学法炼功，心性也在不断提高，师父也在不断开启我的智慧。

二零零九年神韵晚会出来之后，我一直想刻录，但不知在何处下载。我想明慧编辑部的同修肯定知道吧。于是立即学习使用明慧网上的站内信箱，和编辑部同修取得联系之后，获得了神韵晚会的下载地址，紧接着使用自由门+莲花代理+FDM组合下载大文件的方法成功下载了《神韵晚会》。为了更好的救度众生，每次做出的光盘，我都一张张检查，保证光盘的刻录质量。使用可打印光盘之后，做出的光盘外观更精美，面对面发放时，常人都愿意要。

做资料的过程，也是我在法上不断成熟的过程。这几年来，资料点之所以运转的比较平稳，靠的就是师父，就是大法。因为我是上班族，做资料只能用下班后的时间。家人同修为了协助我，承担了大部份家务活。但是不管再如何忙，我和家人同修始终把学好法放在首位。每天必定抽出一定的时间集体学法，同时也让资料点上参与做资料的法器一起同化法。做出的大法资料数量始终控制在一定范围内，绝不因做资料，而耽误了学法。有时我为了赶做资料，耽误了学法，干事心一起，做资料也不顺利。

一次打印机出了问题，进纸不顺，带纸严重，打出的字变形。我从网上查找有关技术指导，试图排除故障，多方努力后，进纸好了一些，但打印依然不正常。眼见时间一分一秒飞快过去，资料却做不出来，心中十分着急，怎么办？静下心来想想，做资料受到这么大的干扰，决不是偶然的，应该查找一下自己的原因了。家人同修与我一起交流、切磋，认为最近我学法不能入心，学法时犯困，发正念时手会倒，

正的我。师父要我们做好三件事，我做资料，不仅能够与同修在这紧要的关头共同提高心性，还能更好的救度众生，这么好的事为什么怕去做呢？怕被迫害，怕失去，不就是放不下自我、放不下常人中的利益得失吗？这不是私心吗？修炼是为他的，怎么还能要这个私呢？

师父说：“讲真相救度众生，旧势力是不敢反对的，关键是做事时的心态别叫其钻空子。”（《各地讲法二》〈二零零二年波士顿法会讲法〉）

想明白这些道理，我下决心建立资料点。那时我只懂得简单的电脑打字、排版和打印，其它一窍不通，更不懂的如何上明慧网，于是我想可以想法先复制一些真相资料的单张发放。师父慈悲，安排了一位许久不见的同修和我见面，为我带来了师父的历次讲法和一些真相资料，并帮我添置了扫描仪和激光打印机。一个小小资料点成立了，那是二零零四年年底。

二、半独立的资料点

此后我就用扫描仪扫描单张真相资料，从新排版后，再用打印机打印出来传给同修。这样暂时解决了部份同修所需的真相单张的问题，但工作的效率又慢又差，我对这种状态很不满意。一个偶然的机会（其实这是师父的安排），我认识了同修甲，从她那里我获得所需的大法资料，并且学会了如何购买耗材，如何为墨盒注墨等技术。从此周围的同修都能够及时地看到师父的经文和明慧资料了，同时需要什么真相资料都能及时的提供，方便了同修，也促进大家共同提高。

《九评》发表后，我想我要能尽快的做一些出来就好了。但当时一直未能获得《九评》的电子稿。一天，我打开了很久不用的电子邮箱，发现有人把《九评》发到了我的邮箱里，点击上面的链接网址，直接在网上看到了《九评》。当时的心情真是无法用语言表述，感谢师父！正如《转法轮》中说的“修在自己，功在师父”。一切实质的都是师父在做。

师父在法中讲到资料点要独立，而我每周都要去同修那儿，用U盘将资料复制回来后才能做资料，没有真正做到资料点完全独立，因为我对上网还有怕心。不久在《明慧周刊》上看到一篇关于资料点的心得文章，文中提到了《从零开始

回想一九九九年“七·二零”前的那段时光真是幸福。晚上我们几十个人在一起学法，早晨四点钟起来炼功。那时在学校操场上每天早晨都有好几十人集体炼功。那段时间我白天工作起来精力充沛，心态总是乐呵呵的。我有一种灵魂在太阳底下照着的感觉，眼中灰色的世界变得绚丽多彩，人生态度变的那么积极乐观。这样的时光仅有半年，就遭遇了空前的劫难，这是所有人的劫难，也是我的魔难。

二、迷惘

“七·二零”那阵势一开始我就懵了。由于修炼时间短，学法不深，没有在法上认识法，用人心审视发生的这一切，心中困惑、不解、害怕、迷惘。但是有一念已深深的扎根在心中，那就是大法教人做个好人绝对没有错。也就是抱着这纯净的一念，我去了北京，到了天安门，打了横幅，后来进了拘留所。当时对法理解不深，只能反复告诉别人的就是：“我们师父教人做好人没错。”

从拘留所回来后，我停止了修炼的步伐。现在我非常明白原因所在，那就是根本执著没放。是什么原因促使我修炼大法，就是要摆脱心理顽疾的折磨，因为修大法，摆脱了这些痛苦。而当我在拘留所受了点苦（其实在同修眼里都不叫苦），又看到听到其他同修承受的那些苦，我退缩了，选择了躲在家里看书，既不想吃苦，又想在法中得到。现在想来我这个生命真的是太自私了，这么自私的念头肯定会在法上提高了。于是我掉到常人中，为名利去奔波，但是心中是很苦的，常常有一种行尸走肉、说话言不由衷的感觉。对师父后期的讲法也接也看，却是越来越不理解，对正法与当前的形势，满脑子都是疑惑不解，心里那个苦闷啊，不言而喻。

但是仍然是“教人做好人没错”这一念支撑着我对大法的信念。二零零一年我去找工作，正赶上一家大公司招人，能进这个公司在我们这个行业是非常让人羡慕的，我两年都没工作了，非常希望能进此单位。但是该单位领导了解到我炼法轮功，并且去北京上访过，提出找我谈话。听到此消息我的第一念就是：“虽然我不知道该干什么，但是我知道我不该干什么。”后来该单位派了两个领导找我谈话，大概内容就是按邪党那一套认识法轮功并且写个不炼法轮功的保证就可以进来。我当时对他们说：“虽然我非常想进这个单

位，但我不能昧着良心说假话，所以我决定不進这个单位了。”当时可以看出他们对我的回答很钦佩。后来这个单位留下了我，并且找我谈话的领导对我一直很好。

那段时间我一直守着一念：“现在我不知道该干什么，但是我知道我不该干什么。”现在想来这一念是远远不够的，一个正法时期的大法弟子怎么能不知道该干什么？慈悲的师父没有放弃我，一再点化我，让同修与我交流。有一对同修夫妇，流离失所在外，总是克服困难找机会与我和丈夫（同修）交流。从法理上给我们解答迷惑的问题，现在想起当时我提出的对正法迷惑不解的问题都很惭愧。同修再三嘱咐多学法、多学法。但是我们的状态时好时坏，没有觉醒。

三、觉醒

终于一件事情的发生触动了我，我婆婆（同修）遭受病痛折磨后去世了。后来在法理中我明白了，婆婆是因为对待修炼不严肃（她存在着不二法门的问题，并且根本执著没有去），在修炼中有很大的漏，被旧势力抓住把柄，夺去了她的生命。这件事震醒了我，我认识到修炼的严肃性，象我那样一手抓着人一手抓着神是什么也得不到的。“修炼的事情，可不是一个儿戏，也不是常人中的技能，是个非常严肃的事情。”“还有，一个人要想修炼，可不是那么一件容易的事情。我讲了这是一件非常严肃的事情，而且它是超出常人的，比常人中任何事情都要难一些。”“修炼可是极其艰苦的，非常严肃的，你稍微一不注意可能就掉下来，毁于一旦，所以心一定要正。”（《转法轮》）以前看师父的这段法没有特殊的感觉，而此时，每一个字的分量都是那么重，象重锤一样敲醒了我。我不能再象以前那样晃晃悠悠对待修炼了，我要严肃对待修炼，做一个真正的修炼人。

想要真正精进了，魔难也随之而来。先是单位压下来许多工作，加班加点，根本没有学法时间。因为法学的太少，无法突破目前这种状态。挣扎了一段时间后，我冷静下来分析了一下当前的情况：由于前些年落下了，现在要跟上正法的形势，必须先保证多学法。虽说修炼不耽误工作，但我目前的工作性质根本没有条件学法，我得为自己的修炼负责，当务之急就是保障学法时间。我毅然决定辞职，我终于松开了抓着人的那只手。

辞职后，我开始静心学法，紧接着家里又出现了许多麻

下，不忘救度众生的神圣使命，闯过一关又一关，直走到了今天。法理让我明白，“救人是第一位的”，众生的得救是我们来时的最大心愿。当我心为别人、心在救人时，就会时时感悟到师父就在我身边指点着、安排着，催促我利用一切时间一切机会讲清真相，去救度那些为法而来的世人，他们也是历尽魔难来到人间，其实也为法付出了很多很多，他们的众生也在期盼着他们的回归，他们的得救意味着对应空间无量众生的得救。明白这些法理后，我在任何环境中，无论在外吃饭、买菜、跑商店、走亲访友、打工，想的就是怎样讲清真相救他们。现在通过我的努力，明白真相的已有好几千人，但是我知道，与做的好的同修相比还差的很远。近几年在同修的帮助下，我又学会了上网，天天看到明慧后更感到自己还需努力，走好最后的路，让恩师少操一份心，实现众生得救的大圆满。

在同修的鼓励、帮助下第一次写体会文章，写的不妥之处敬请指正。

做万花丛中的一朵

文 / 中国江苏大法弟子

前几次法会，由于觉的自己修的差，所以都未参加。眼看着离大陆大法弟子第六届法会的投稿结束时间没有几天了，作为一名大法弟子，我感到再不能姑息自己的懒惰心了，该做的事情就得做，下面就谈谈我建立独立资料点的心路。

一、建立资料点

我所处的地方，自二零零零年以来，很少看到真相资料。师父的讲法、经文和《明慧周刊》、《明慧周报》等大法资料都要等待同修传到手上，往往有时要过很长时间才能看到。由于长期不能及时的看到师父的经文、同修的交流文章，个人悟性又低，又缺乏互相切磋、共同提高的环境，《转法轮》尽管天天读，但心性提高的很慢，三件事都做的不好。不仅我个人如此，周围的同修也是这种状态。这种状态持续下去，如何才能做好师父要我们做的？所以我萌发了想要自己做资料的念头。但没有人教怎么办？畏难情绪和怕心立刻返上来。我立即反应过来：这种念头不对，这不是真

似乎没听见，我有点尴尬，这时那位女士又说了一句：“谢谢你。”我连忙说：“这点小事不用谢，我是炼法轮功的。”她说：“不是不给炼吗？”这下接上了话题：“那是江泽民一人不给炼，它看有一亿多人炼功嫉妒……按真善忍做好人有什么错？我本来一身病现在全好了。”她说：“现在老百姓有病看不起啊。”我说：“是啊，可你们看江泽民带出的这些大干部，一贪就是上千万的，电视从来不放实的，搞假的‘天安门自焚’就是想转移老百姓对贪官不满的目光。”有个戴眼镜的男士插话说：“听说当年炼法轮功的人到北京没有一个干坏事的。”我说：“对！他们都是最好的人，都是共产党在造谣。当年对国家主席不也是安个罪名就打倒，它们想怎么说就怎么说。现在国外有八十多个国家都炼法轮功，江泽民说不好，为什么那么多国家都炼啊？……”那次讲了不少，声音很大，车里数十人都在听。这时有人下车，我才发现我早乘过了头，从新转车时，心里乐滋滋的，又一批世人听到了真相。

今年四月的一天，我去医院看望患病的同事，那天针灸室里连男医生有六人，那位同事说：“看你身体多好，比你实际年龄要小十岁。”我说：“是啊，看你现在这样，我就想起当年浑身是病的我，现在炼法轮功浑身轻松，病全好了。”那同事让我打坐给他们看看，我边打坐边告诉他们：“要按法轮大法‘真善忍’三字修心，再加上炼功才管用。”接着跟他们讲大法真相，从国内讲到国外。最后她说回家后要跟我炼功，随后让我把她家三个人都退了邪党。

我利用自己的技术摆过一年半的铺子，少收钱不收钱的，好利用更多机会讲真相劝三退，通过努力，明白真相的至少好几百人。为了讲真相救人，五年中我换过八个工作单位打工，那八个单位都是我主动辞职的，我视每个单位的不同情况讲真相，效果很好，许多人摆正了心念。一次一个私人小工厂聘我当主管，连老板加员工共二十多人，我去十多天他们都明白了真相，员工们都要跟我炼法轮功。工作不到一个月我决定告辞，因为我觉的师父还需要我找另外的有缘人讲真相。那位四十多岁的女老板无论如何舍不得我离开，最后还是没能留住我，几个月后女老板开车来接我回去，我谢绝了。

走过十多年正法修炼的风风雨雨，我在师父的慈悲呵护

烦事，还有学法时思想业强烈的干扰我。通过学法我明白了这是魔在干扰我，于是我发出强大的一念：不管怎么难，这一次我决不放弃修炼。

抱定这一念，我利用一切时间学法，随着学法，环境有所改善。我集中将师父的后期讲法连续看了几遍，心里的结一个个解开了。这才真正明白了什么是旧势力；为什么会产生这场魔难；大法弟子为什么要证实法。更重要的是我明白了师父是不承认这场迫害的，大法弟子要在否定旧势力的基础上救度众生、证实大法。同时更清楚的认识到正法时期的大法弟子是带着证实法、救度众生的使命下来的。我从内心深处发出声音：“我要证实大法”。

这段时间丈夫受我影响，也开始精进起来。我俩意识到我们有责任去消除因婆婆的离世造成的负面影响。首先解决在同修中的影响，因为婆婆表面看起来挺精进，而她存在的问题，大家并不十分清楚。我和丈夫就将她的真实情况坦诚相告，同修们很快就明白了婆婆出现这个结局的原因，也使同修更明白了修炼的严肃性。另外婆婆没有去医院，她的去世在亲戚朋友和周围常人中反响很不好，有些人甚至说三道四。我们就抓住一切机会向知道这事的人讲清真相，打开他们的心结，消除他们心中对大法的误会。向常人讲清楚可不象对同修解释那么容易，因为许多法理常人是看不明白的，我们只能从人这一层浅显的能使常人理解的道理去讲，并且针对不同人不同的心结，智慧的去讲。有些人心里有想法嘴上不好意思提，我们就主动提起此事，引导他将心中疑惑提出，然后有针对性的解答，这样的效果很好。这个过程也是丈夫提高的过程，因为这得要求他放下对母亲的情，理智的去讲述自己的母亲的事情。

学法中我察觉到自己离当前正法形势落下很多，我产生了急躁情绪，出来了做事心。我开始拼命的做资料发资料，不给自己喘息的机会，想通过做事树立威德，跟上正法形势，常人中的事我认为是浪费时间，所以什么也不想干。渐渐的在同修的帮助下，我认识到了这是我的根本执著还没去，还是在大法中有求。

我反复读《走向圆满》，明白了自己抱着私，要在大法中得好处，我还不算真修弟子。此时我深刻认识到自己骨子里是多么的自私。我感叹这么肮脏自私的生命，师父还没有

放弃，并且一直呵护着我。想到师父的慈悲我真惭愧啊！我知道只有大法才能洗净我这个生命。认识到这一点，我的心变的平和了，不再为了做事而做事了，而是在做大法的事中注重修心、注重心性的提高。

随着在三件事中实修自己，我的心纯净了，我感觉整个生命都溶入了法中。“什么是佛？如来是踏着真理如意而来的这么一个世人的称呼，而真正的佛他是宇宙的保卫者，他将为宇宙中的一切正的因素负责。”（《导航》〈美国西部法会讲法〉）每当读到师父的这段话，我的心中就会升起一种神圣的使命感，我就是宇宙的保卫者，我必须为宇宙中的一切正的因素负责。

四、救度众生

由于我和丈夫在技术方面存在着优势，我们的家庭资料点比较完善，每个设备都成了我的法器，时间长了，我们谈论起它们各自的脾气秉性就象谈论老朋友一样。每次出现故障，我都是先从心性上找原因，然后发正念清除干扰，并且鼓励我的法器们好好干，故障总是自动排除，神奇的事发生了好多。

因为年轻，发放资料我们有优势，我们发的资料范围大，覆盖面广，每次去外地也要带上一批。在选材方面，我是针对不同的人群用心选材。对农村，我们就发放小册子或贴不干胶；对市区我们就发放VCD或DVD光盘并配上小册子；学校或轿车，我们就发放计算机专用光盘。并且在内容上也是精心选材，遇到比较邪恶的部门我们就特别加上一些善恶有报的内容。

为了不使资料浪费，我每个楼从底层到顶层只发三分之一的住户，这样资料分散范围广，但是需要跑很多单元、爬很多楼梯。遇到高层住宅为了避开监控我从不乘电梯，都是爬上爬下。时间长了练就了一身爬楼梯的本领，上下楼梯轻巧的象飞燕。每发一份资料，我都默默发正念：排除一切干扰，让有缘人得救。

二零零八年奥运会开幕式那晚，我和丈夫一起出去发资料，刚下楼，一脚踩空，只听“咯吱”一声，伴随脚脖子一阵剧痛摔倒在地。当时，我心生一念：“难道今晚不该出去？”紧接着我马上否定这一念：“不对，师父不会不让我去救人，干扰阻挡我去救人的一定是旧势力，我要听师父的

过的，我还想听。”我说：“那就下次再讲吧。”

又有一次我从母亲家回来上了一辆公交车，那车刚洗过，车座上大多有水，上来的乘客只好站着，于是，我用纸把座位上的水一一擦干，招呼大家坐下，他们不好意思的坐下了。一位四十来岁的男士挨着我坐下后说：“象你这样的人现在是没有了。”我说：“我炼法轮功，师父教我们处处为别人着想。”乘机开始讲大法真相，周围的乘客都在听，最后那男士说：“我自己开公司，想请你教我夫人炼炼功。”我说：“有机会我会去的。”

二零零五年有一天，我跟六一零人员讲真相，那个负责的对我说：“你说法轮功好，为什么政府还要定为邪教？”我说：“江泽民才是最大的邪教头子，它教出那么多贪官，陈××等高官偷的都是成千万上亿的，吃喝嫖赌，什么坏事都干，可我们炼法轮功的没有一个犯罪的，你说谁好？”他说：“我知道你们是好人，可是……。”他们自己都笑了。

零七年因特殊情况我换了居住地，我想恐怕也是师父的安排，是为了讲真相的需要。没几天派出所来了两个人，那户警说：“听说你是炼法轮功的？”“对！我炼法轮功。”他说：“不是政府不给炼吗？”我说：“是江泽民一人不给炼，它违法，我国刑法第三十六条规定信仰是公民的权利，我是一个合法公民，我不违法，我们师父教我们社会上的一切犯罪的事一样都不能做，就按真善忍做个好人，有个好思想好身体，这有什么不好？为什么不给炼？”她说：“照你说法轮功还是好功了？”我说：“对！是好功，只是你们不了解真相。”于是我又说了很多，临走时那两位警察说：“打扰你了。”我说：“没什么，你们以后想什么时候来就什么时候来。”

零八年大年初一，我去妹妹家做客，席间劝退了好几个人，下午回来等车时，大概过年缘故，四十分钟才等来了一辆车。当时我发出一念：今天要抢一个座位再让座，好给大家讲真相，请师父帮助我。车将到站还在开动时，拥挤的人群哄了上去，我一个人站在原地没动，结果车门就在我身前停下，我第一个上了车，找个座位坐下，不一会过道里已站满了人，前门进来一位五十来岁的女士扶着一位七八十岁的老大爷，我招呼老人这边有座位，他慢慢走到跟前坐下，连声说：“谢谢！谢谢！”我说不用谢，我是炼法轮功的。他

好。”

二零零一年，一次人武部长找我谈话，有610主任等参加，我提出两个要求：一是不许偷偷录音，二是要允许我畅所欲言，他们答应了。在我讲真相过程中，那位部长说：

“你说法轮功好，为什么叫人破肚子找法轮呀？”我严肃的指正他：“你是部长，说话要负责任，你不要象电视放的‘天安门自焚’一样的随便诬陷诽谤，你找本大法书看看就明白真伪了。”他不吱声了。我问：“你看我会破肚子找法轮吗？”他说：“你不会。”“那就对了，一切都是造谣。”一个半小时谈话结束后，他客气的与我握手道别。

同一年因特殊情况我去了法院，那个办公室里六个人，我给他们讲大法真相，大约讲了二十分钟，一个年轻法官说：“你知道我们这是什么地方吗？”我说：“我知道，是法院，法院就更应该了解真相，才能秉公执法，我讲的都是实话。”只见他们在底下小声嘟噜着什么（那里前时刚非法判了几个同修的刑）。

后来我经常利用空隙时间找当地610主任讲真相，开始他不愿听，找我办过三次洗脑班也没用，他和派出所所长都说，这一片我的头最难磨。有一天，我发现大马路边广告栏里有很长一排诽谤大法的宣传，当即找到610主任要他撤下来。他说：“一般要放三个月。”我说：“从现在起三天也不行，你要不撤掉，我自己动手。”结果过不了两天去看，邪恶的诽谤宣传已换掉了。跟他打交道次数多了，他明白了真相，几年后的一天我碰到他，他告诉我他已退休了。我跟他讲“三退”的事，他说比我知道的多，我劝他退，他说：

“好，那就帮我夫人与女儿也都化名退党吧。”我说帮她们退可以，但要本人同意才行，他说：“知道，谢谢你了。”

零三年秋天，有一天我去看望母亲回来，上了一辆中巴车，正巧售票员是我认识的人。她说：“大姐呀，你怎么越来越年轻了？”我告诉她：“我炼法轮功，原来好多病都好了，按真善忍做好人，又有好身体，这多好！可江泽民看有一亿多人炼法轮功就嫉妒，编出了‘天安门自焚’来欺骗老百姓……。”一问一答中，我不停的跟她讲真相，故意把声音提的很高，车上二十多人都在专注的听我讲。讲了大约二十五分钟，我准备下车时，她的丈夫正是那位驾驶员，他很舍不得的对我说：“大姐你讲的太好了，这是我从来都没听

话，谁干扰谁就是犯罪。”想到这，我爬起来，一瘸一拐踏上了救人的路程。那一晚因为乘凉的人们都在家里看开幕式，所以外面格外冷清，我们发起来也特别顺利，那晚发的资料比以往都多，而且上下楼并没感觉脚疼。

第二天脚肿的很厉害，我就想起师父的话：“讲真相救度众生，旧势力是不敢反对的，关键是做事时的心态别叫其钻空子。”（《各地讲法二》〈二零零二年波士顿法会讲法〉）邪恶能干扰我一定是我有问题，我想起临出发前还在跟邪党较劲。因为奥运能开成我心里很不舒服，这之前因为受预言影响，我一直盼着奥运开不成或开幕式出点事，结果奥运如期召开，

我就想：我才不稀罕看呢，我要去发资料和邪党对着干。多年来我一直抱着对邪党的仇恨和争斗心，总盼着它快完蛋，这哪象个修炼人的状态。为什么我总也跳不出人的框框？救人的基点都没摆正，邪恶怎能不钻空子？心态摆正了，两三天脚就消了肿，一点没影响我正常生活，若搁个常人哪能这么快就好了。

我和丈夫认识到救人要多方位做，我开始寄信，给不同的领域选择不同内容的信。后来觉的寄信信息量太小，我们就想办法通过网络救人，先是大量搜集邮箱，然后去网吧以邮件的形式发送真相资料，这个方法大大提高了救人的效率。有时在网吧面对着形形色色的人和乌烟瘴气的环境，心里就想：“要不是为了救人，我怎能到这种地方来？”

还有一个有利的救人办法就是真相币，自从师父肯定了这种办法后，我就大量制作真相币，不仅自己用，还提供给同修用。每次通过各种渠道换回大量零钱，除五十和一百元，其余全部印上真相短语。刚开始，我用了一款老式打印机，需要一张一张送，为了及时给同修提供真相币，我常常一站就是几个小时，上千张纸币一张张送，常常累得我腰酸腿疼。但是只要同修需要，我又高高兴兴的去忙活了。因为我知道他们需要量越大，知道真相的人就越多。真相币的作用不可忽视，我有几次给小商小贩讲真相，了解到他们都是通过真相币知道“天灭中共”“三退”等真相的，这给讲真相做好了铺垫。后来一个偶然的机会让我发现了一款新式打印机，打印真相币既快又省事。我知道这是师父呵护我，这样给我省了很大的精力和时间。

我自己花的钱除五十和一百元几乎全部都是真相币。花真相币的过程也是个去怕心的过程。一开始花钱时，我总是紧张的盯着对方数钱，心里盼着不要发现。有时对方一旦发现我也是惴惴不安的。我知道这是怕心在作怪，我做的是最正的事，为什么提心吊胆的呢？我应该主动解体这个“怕”。再花钱，我就有意克制这个怕心，慢慢的我就很坦然了。

有一次买建材给了一个女孩一大把真相币。过了几天又去她店里又给了几张，这时女孩示意旁边的两个壮小伙，其中一个上来问我：“大姐，你从哪弄来这么多带字的钱？”我先是一愣，随后笑着说：“你先别管我从哪弄的，你看看这上面写的什么？”女孩说：“我看不懂。”我说：“那我可得好好给你们讲讲。”索性我拖过一把椅子坐下开始讲起真相来，从什么是法轮功，邪党为什么要诋毁法轮功，到“四·二五”、天安门自焚伪案，再到为什么天灭中共、三退保命。期间她问了我一些问题如：有病不让吃药等等，我都一一作了解答。那俩小伙也都在静静的听，最后女孩说：“我以前听农村一个老太太讲过，但我没明白，今天听你这么一讲我都明白了”。我趁机给他们起化名劝“三退”，临到问我话的小伙了，我说：“给你起个什么化名呢？”他说：“还起什么化名，就用真名吧”，于是告诉了我真名。我心里真高兴，一来为我今天突破了怕心，二来为这三人真正明白了真相而高兴。

向陌生人面对面讲真相是我比较难突破的，好面子的心总怕打扰别人，无法搭上话就不能讲。有时即使搭上话，总是以第三者身份讲，遇上对方问我是不是炼法轮功的，我总是支支吾吾不正面回答，这样唯唯诺诺场自然不正，讲真相效果也不理想。

有一天在菜市场，我给一个大姨讲真相，刚开口，那大姨问我：“你是炼法轮功的吗？”我又象往常一样想岔开这个话题，话说了一半，大姨打断我的话盯着我又问：“我就想知道你是炼法轮功的吗？”我突然觉的我为什么要逃避这个话题呢？我要正面回答这个问题，我肯定的说：“我是炼法轮功的。”忽然大姨朝我伸出大拇指说：“我就佩服炼法轮功的。”瞬间一股热流涌入全身，我知道这是师父在鼓励我，鼓励我堂堂正正证实大法。

祝恩师中秋节快乐！

双手合十

见缝插针讲真相救众生

文 / 大陆大法弟子 芸莹

我是九六年得法的大法弟子，得法前，我浑身是病：偏头痛、眩晕症、胃炎、支气管炎、关节炎、腰痛……，修炼后病痛很快烟消云散。十多年修炼，虽历经坎坷，但心中充满了幸福与感动，慈悲的师父把我从地狱捞起洗净，给了我一个健康的身体与纯净的心灵，并且为了让我兑现久远的誓约，一次次为我创造讲真相的机缘与条件，让我在救度世人的正法修炼路上不断前行。

二零零零年初，我从北京上访回来不到一个月，因散发真相资料又一次被非法关押，当时派出所拘留室里关押着七八个小青年（都是小偷），我想有缘见面总不是偶然的，我不能错过讲真相的机会。晚饭时，一天没吃东西的他们都喊饿，我掏钱让警察找人给他们买吃的，那批小青年很感动，边吃边谢我，我说：“不用谢我，我是修法轮功才这样做的，谢我师父吧！”随即给他们讲法轮功真相，谈我们为什么被迫害，劝他们回去后也要按“真善忍”做个好人，警察在场也听着，没阻挡我。后在被拘留的十五天中，我按师父的要求，人在哪里就在哪里讲清真相，很快改变了同室关押的那些犯人。每天放风时我炼功，她们都给我挡着不让狱警看见，有的小青年还跟我背《洪吟》。一天一个关了三年的外地犯人跟我说：“大姐呀，我到期要回家了，没钱买车票。”我问她：“你是什么原因进来的？”她说她是人贩子。我告诉她：“你回去后千万不能再干那种事了。”她说：“以后我肯定不会再干了，出去后我也要炼法轮功。”

二零零零年底我被迫辞退工作后，很快找到了一个当营业员的新工作，这个工作虽然工资很低，但可以时时接触世人，有利于讲真相。两年中我一直见缝插针的讲真相，明白真相的世人有上千人。全市三十来个连锁店，每月我的营业额最高。期间领导还让我代表连锁店上了电视做产品广告，广告播出第二天，派出所户警找到我说：“昨晚在电视上看到你，真棒！”我说：“我们炼法轮功的人个个表现都很

“还打不还手，骂不还口，打都没打就骂起来了”。马上我悟到：是慈悲的师尊借常人的口点悟我。冷静下来后，一找自己通过这一次讲真相劝三退把争斗心暴露出来了，要修去它；二找自己所在境界层次，善心没达标，今后要加倍修出慈悲心来；三找自己讲真相之前没发正念清理自身空间场邪恶烂鬼因素的干扰。悟到了马上就地坐下来发正念，十五分钟后再讲真相时，老人不骂了，但还是不愿退，只有一个人退了。这次真相讲的很不理想。所以做救人的事也不能放松修自己。

用心帮昔日的同修归队

昔日的同修啊，因怕心从九九年“七·二零”后就掉队了，不敢走出来做救人的事，还有一些人完全不炼了。很可惜。我见了他（她）们心里很难过，只有一个心愿求师父加持，弟子愿去帮这些掉队的同修归队。我悟到这也许是自己应该做的事和走的路吧。于是带着师尊的经文和《明慧周刊》、神韵光盘、《九评》、小册子等资料挨家挨户的找，找到她们后，了解到她们各自的执著后再打开她们的心结。

如有一个同修对我们做三退的事很不理解，特别反对，说是参与“政治”。就针对同修的这种心，和她谈贵州平塘掌布乡的“灭共石”，难道它也是参与“政治”吗？！那石头上的字“中国共产党亡”又不是人为的，是天然的。是二点七亿年的巨大石头，已经被中国的科学家和专家们用仪器鉴定了。这不就是预言吗？“灭共石”真是无声胜有声。是上天警示于人。慈悲于人。假如你是邪党成员、邪党的一份子，不退出邪党组织，那就成为了邪党的陪葬品。所以三退不就是救人吗？怎么是参与政治呢？你仔细想想吧。

我一直谈到她完全明白为止，大法弟子不是参与政治。大法弟子修炼是出世间的，对政治不感兴趣，对政治更没有任何诉求。最后解开了她的心结，同修走回大法中来了。

结束语

修炼中，我悟到：只有学好法，在法上提高心性，就没有闯不过的关；反之，不重视学法，一旦不按大法的要求去做就寸步难行或走向反面。我能够走到今天，每一步都离不开慈悲恩师的呵护和同修们的帮助。今后要更加努力学法，比学比修，做好师尊要求的“三件事”，完成救度众生的伟大使命。

五、苦其心志

多年来我在修炼中最难突破的就是放不下情，常常感觉自己身体周围都弥漫着这种物质而无法摆脱，有时被情带动的简直就不象个修炼人，因为情重，在这方面承受的魔难也就多一些。特别是对母亲的情，纠缠了我很长时间。

我从小就对母亲言听计从、唯唯诺诺，凡事都顺着她来，特别满她的意。可是在修炼大法这件事情上我们出现了分歧。一九九九年迫害之前，我送给父母一本《转法轮》，迫害之后，父母受邪党宣传的影响开始反对我炼法轮功，并且将我送他们的书给毁了。为这件事我自责了好长时间，当时明知他们的状态，为什么不早点将书拿回来？

后来母亲知道了我去北京上访，跟我又哭又闹，一向孝顺的我不知所措，心里甭提有多苦了。现在想想当时我就是人心太重，摆不正大法与亲情的关系才搅的我左右为难。在我躲在家里那段时间，母亲以为我不炼了，对我放松了。后来我又走出来了，母亲和我的矛盾激化了。她先是哭闹，我知道是旧势力在利用我对母亲的情在干扰我走出来，这次我在母亲面前表现的很坚定，我就是要炼法轮功。

后来邪恶因素又操纵母亲有病住院来折腾我。以前我最怕母亲有病，她一有病我的心整个都扑在她身上，但这一次我警告自己：你是一个修炼人，不能再象常人那样陷入情中不能自拔。人这一层，我尽心尽力的伺候母亲，但是在心里要尽量放淡对她的情。

说话容易，要做到真是很难，特别是我那时刚走出来需要学法时间，而母亲又整日离不开我，弄的心里很烦躁。后来我带着书在医院坚持学法，母亲似乎也明白了无法转变我的心意，又哭着求我：“在家炼吧，不要出去讲真相”。只怪当时我不明白如何圆容人这一层的理，觉的不应该对自己的亲妈掩盖什么，我就全盘托出，并且不分深浅的给她讲了许多修炼的法理。其实一个常人怎能理解这些，母亲自然是一塌糊涂，结果适得其反，致使母亲因为我讲真相再一次与我闹僵。

那是又一次母亲住院，我在医院陪护，我看到病房里的人很多，就想给他们讲真相，可是内心又害怕母亲生气，矛盾的心理使我很烦躁，我没有向内找却对母亲产生了怨气。结果当我赌气讲真相时，母亲火了，自己拎着吊瓶出去了。

我那时要是能跟上去，象个修炼人那样平心静气的安慰一下她该多好，可是我赌气一动也没动。母亲又拎着吊瓶回来了，一把鼻涕一把泪的开始哭诉起来，说什么：“对自己亲妈都不好，还算什么修炼人？”我就没有悟到这是师父点化我自己做的不善，当着病房的人，我那好面子的心被强烈的刺痛着，脑袋胀的老大，幸好还有一丝念头知道自己是个修炼人，约束自己没有发作，但是心中那个怨气久久不能释怀。母亲去世后，每当想起此事，我就痛悔不已，如果我心性提高上来，如果我能慈悲的对待母亲该多好。

那一年母亲住了四次医院，在这个过程中我通过学法提高了不少，慢慢的她能静下来听我讲了，我引导她正确认识法轮功，又劝她退了团，又引导她认识自己毁书不对。尽管认识的比较勉强，但母亲在转变，在我的劝说下还动了炼法轮功的念头。但是思想业严重的干扰她，只可惜我当时修的太差，自己也深受思想业干扰之苦，没有信心帮助母亲正确认识，摆脱思想业，只能无可奈何的劝母亲：“无法修炼你就先念‘法轮大法好’吧。”

可是母亲的寿限却到了，突然变成了植物人，整整躺了十个月。我再次辞职一边做着救度众生的事一边伺候母亲，每日给她听师父的讲法，我常常看到她眼中有泪，我多么希望她能听到师父的讲法。母亲去世后我大哭一场，我哭我荒废的那几年；我哭我没有慈悲的对待母亲；我哭因为我没做好而导致母亲做了一些不该做的错事；我哭我修的太差没有能力真正帮助母亲。我知道这些想法没有跳出情。跳不出情，再重来还是这个结局，所以我下决心好好修炼，因为世上还有千千万万的众生等着我去救度，我只有修好自己才能真正救度众生。

母亲生前与姑姑、叔叔有矛盾，他们还多次伤过我母亲。母亲重病期间，他们过来探望，哥哥们为了维护母亲对他们特别冷淡，我想到他们对母亲做的事也不舒服，但是我知道我是修炼人，人世间的恩恩怨怨皆由因缘所致，我必须跳出人这一层的理，对众生一视同仁。于是我很善意的接待他们，并且利用机会给他们讲真相，劝三退，使这些生命都得救了。哥嫂不理解，指责我胳膊肘往外拐，我都默默忍受了，因为我知道一个常人是很理解修炼人的胸怀的。许多亲戚朋友看到我任劳任怨的伺候我母亲，并且他们又都知道

业力也消下去了。面对魔难没有怕心，求助于师父的帮助。作为大法的一粒子，肩负着救人的重大历史使命，无论身在何方，都应该尽到大法弟子的责任，兑现史前的誓约。

多项选择劝“三退”的方法

我是二零零五年元月份开始写信讲真相，通过书信讲真相劝“三退”。后来发现这样退的效果慢。退的人数不多；就又用电话劝“三退”快些；然后又用人民币劝“三退”，人民币流通快，每个人拿在手上都要看一看，在人民币上写“法轮大法好”、“法轮大法是救人的”、“退党团队保平安”等字样，这个方法非常好。有一次我娘家小弟见我在纸币上写“法轮大法好”他也拿起笔在纸币上真心的写“法轮大法好”，“法轮大法是正法”。他真的得了善报，马上兑现了。那是零六年腊月初八，他开车去接新娘子的途中撞车了，小车被撞的四脚朝天，小车完全报废了，但车上坐的四人，其中一个妇女抱着一个刚满周岁的婴儿；按常规理论讲“车毁人亡”。可车上四人毫发无损。这仅举个例子。

我讲真相劝“三退”范围很广，酒宴上、食堂、等公共车的地方、景区区凡是各行各业的，政法委系统的、公检法、国安，律师事务所等，上至中央总理、全国人大、下至农民百姓，凡是我接触到的人，一个不落的都讲。随着师尊的正法进程，环境宽松了，从零六年下半年又选择面对面的发《九评》、小册子、光盘等真相资料，走进办公室去劝“三退”，面对面的讲效果更佳。我所住处单位有百分之七十已三退，我的家人和亲戚有百分之九十已三退；过去几年的三退名单因没留都烧掉了（发到网上后名单就销毁了），无法统计数字；从零九年四月至九月的三退人数有六百五十七人。这个数字还不乐观今后要加倍做好，争分夺秒的去救众生。

做救人的事也不能放松修自己

一次在风景区讲真相劝“三退”，跟十多个人围着讲真相，一个六十多岁的老人不但不退，反而替邪党说话，说天安门自焚是师父指使的等鬼话。我拼命的跟他说清，他硬是听不进一句话，更加指名道姓骂师尊，我叫他住口！他却越骂越起劲，碰到这种恶劣的情况，我急了，再也沉不住气了，火冒三丈骂了两声：“你放屁！”当时面目表情很难看，过路的行人都来看，这时一个四十多岁的妇女说话了：

师尊给弟子的法宝——佛法神通，发正念清除了它。顺利的把耗材送到了资料点。

魔难中依然救度众生

今年“七·二零”的前一天，我和一位老同修被抓，邪恶非法搜查我们的家。在拘留所里，我们向内找，各自找到放不下的执著心，找到了自己对情的执著和欲望还没有放下，嘴上说放下了，实质并没有真正放下；这是自己要面对的，必须要过的关。正如师尊说：“作为弟子，当魔难来时，真能达到坦然不动或能把心放到符合不同层次对你的不同要求，就足以过关了。”（《精进要旨》〈道法〉）此时一想起恩师的教诲心胸马上就开阔起来了，把心稳定下来后，也不恨“六一零”、“国安”的人了。把这魔难当成是好事；当然旧势力的迫害肯定是不能承认的，全盘否定。被抓进来了不就是要我救这一方众生吗？平常想进他们办公室还有点顾虑心；“法制办”的主任做笔录正在准备报劳教材料，我就给他讲真相：你不要报。谁报劳教是谁的罪过！大法是救众生的。我作为一个大法弟子不能看着众生犯罪，那是要遭报应的！我把道理说给你听：第一、整我的材料，我修真善忍的没有错，只想做个好人，何罪之有？错在中共邪党搞斗争，罪在江××挑起事端诽谤法轮功。中国人民有信仰自由是符合国家“宪法”第三十六条的。你作为执法者比我更清楚这一点，是江××带头违宪。第二、我们修真善忍对国家、社会、个人及家庭百利而无一害。法律是管人的行为对社会或个人造成的损失、危害构成的犯罪客体；你们去管一管那些杀人放火的吧。第三、你们是受中共的蒙骗，要把心放正，不要打击修真善忍的好人，更不要助纣为虐；打击善的才是真正的邪教组织。善恶必报！你看制造北京‘天安门集体自焚’伪案的制片人就兑现恶报——进了八宝山。”明了真相的主任当时就退了党，并连声说“谢谢”。

我还把贵州平塘县掌布乡的“亡共石”等真相讲给其他人听，建议他们去参观，并规劝他们退出邪党，共有九个人退出了。关押期间，我天天给他们唱大法歌，放开嗓子唱“古怪歌”、“一字歌”、“为你而来”、“呼唤”、“找真相”、“梅花诗”等等，他们说唱的好！真好听。

十五天后我们回家了。修炼过程中，无论产生什么魔难，只要正念足，只要在法上认识法理，心性提高上来了，

我炼法轮功，都在心中种下了“法轮大法好”的福根。

六、溶于整体

我的集体学法小组多半是老年人，我在刚刚走出来的时候，感觉自己特别需要集体学法环境，所以我就参加了这个学法小组。随着学法深入，自己觉的法理上清晰了，不需要与别人交流了，况且总觉的与老年人谈话思路不一致：老年人喜欢说事，我喜欢谈理。我就萌发了退出来的想法。

这时正赶上一位同修出现病态，大家全力配合，集体发正念，一起帮助同修解决问题。我也被整体的气氛带动，我就想：为什么我考虑问题的角度总是围绕着自己是否需要，而不去想一想这个集体需要我做什么？同修需要我做什么？这样换位一思考，才发现原来的基点是为私为我的。我决定放下我自己，多为这个集体考虑考虑。

基点摆正后，再也不夸夸其谈的谈论自己悟到的法理了，而是多去倾听同修们的见解。当别人有问题时，总是想着如何站在他的角度帮助他。慢慢的我的心胸宽广了，学会宽容别人了，心态也平稳了。同时我也发现了这些老年同修，每个人身上都有许多闪光之处，参照他们我找到了自己的很多不足，这时我真正体会到“放弃才会得到”这个法理的内涵。

我还认识一些农村同修，他们缺乏经文和真相资料。我深深知道一个大法弟子看不到师父的经文是不行的，所以主动承担起请师父经文的任务。我将师父的经文的目录整理好，打印许多份发给同修，让他们对照自己手头有的经文，列出缺的，我逐一帮他们补齐。偏远农村缺的太多，我就整套整套请了，用箱子装好给他们送去，同修们能得到师父的全套经文非常激动。同修们只要需要，我加班加点也要尽早为他们解决。我心里总有一念：不能耽误同修学法。

我对待请经文这项工作特别严肃，因为我知道师父的经文必须要严格保证精确无误。所以每次请经文前我都要洗干净手，并合十请求师父加持，排除一切干扰请到精确的法。由于激光打印机速度快易带纸，这样会导致错页，所以打印过程中我都是仔细盯着，以确保不出任何差错。

看到农村同修缺乏真相资料，丈夫建议：“授人以鱼不如授人以渔”，我们就帮助他们建立资料点，并帮助他们解决耗材和技术上的问题，另外提供一部份他们无法解决的真

相资料。刚开始的时候，由于农村同修技术接受能力差，我和丈夫都有同样的感觉就是：“有帮他们的功夫还不如我们自己干”，后来我们切磋，认为这个想法是不对的，因为证实法需要的是整体的力量，只有整体中的每个粒子都提高上来，整体的威力才能体现出来。

我知道我只是大法中的一个粒子，这个粒子只有溶于大法这个整体中来才有生存的意义，一个粒子的力量微乎其微，而大法整体的威力是无边的。我常常感觉自己的整个生命都溶入到大法中，在大法这个整体中走向成熟。

结束语

回想十年的修炼路，能够突破各种魔难走到今天，全靠师父的慈悲呵护，师父给予我们的、为我们承担的太多太多，作为一个正法时期的大法弟子，我所做的还远远不够，只有更加精进的修好自己，做好师父让做的三件事，抓紧救度众生，才能对得起师父的慈悲苦度。

对师父的感激无以言表，弟子只有以最纯净的心态向师父合十，感谢师父。

由于层次有限，文章不当之处敬请慈悲指正。谢谢大家。

面对面讲真相、劝三退的修炼体会

文 / 黑龙江大法弟子

师尊您好！

各位同修好！

我是一九九六年得法的老弟子，得法十三年来，我的身心发生了脱胎换骨的变化。是法轮大法和伟大的师尊把我从一个疾病缠身、不能正常上班的人，变成一个精力充沛，并能胜任体力劳动的健康人；由一个自私自利、心胸狭窄、嫉妒心很强的人，升华到一个心胸宽广、处处能为别人着想的大法修炼者。

一九九九年江氏政治流氓集团发动了对大法的邪恶镇压，中共媒体铺天盖地的对法轮功的抹黑宣传使世人深受毒害，尤其是大陆的众生，普遍都带着仇恨和恐惧的心理对待着法轮功和大法修炼者。师父告诉弟子：“你们知道吗？在

法正法的名声！还我师尊的公道。我们同修几个在法理上提高很快，相互切磋，我们责无旁贷的应该走出去！进京去护法，为恩师讨个公道，讨个说法。为此，我们于九九年十月进京维护大法。过程中无论碰到什么困难都动摇不了我们上北京护法的决心。这是真修弟子应该做的。是江××利用政府耍流氓迫害法轮功。如果没有这场迫害也不需要大法弟子进京护法了。从“七·二零”后我彻底不相信中共统治，自觉的从思想上清除党文化，从此不看电视，不听邪党的新闻，不信它那一套“伟、光、正”的虚伪东西，不唱邪党的歌，彻底清除被邪党灌输的毒素。无论是上街买菜或是老伴陪着散步，见人就讲：逢人就讲：法轮功是好的，电视媒体报道的全是假的……老伴怕我又被抓去，阻止我说，干扰我向人讲真相，他说：“你连你师父的面都没见过，你就这样拼死的……。”老伴是个常人，我理解他并对他说：此话你说错了，我告诉世人不要听信中共媒体的造谣，世人能明白真相就得救了。我不是为我师父卖命，我师父什么都不要弟子的。你想常人中都有句这样的话“受人滴水之恩，当涌泉相报”。你看到的，我修炼法轮功身心都健康了，脾气也改好了，过去我脾气不好总是骑在你头上，你都是忍气吞声。我在大法中受了益，而又不站站出来为大法说句公道话，那还配做个人吗？你不用管，我没做违法的事怕什么，我就做炼功人应该做的。

边缘平地中的一朵小花

过去我们的《明慧周刊》和师父的经文要靠外地送来，很不方便，在恩师的慈悲呵护下，零五年初，我们也建立了一个小资料点，而且还负责送另一个县的资料。我们资料点的同修整体配合的很好。每当出现问题，同修都及时向内找原因；几年来基本运转正常。负责资料点的同修比较辛苦，全身心的投入做真相资料。如：刻录光盘、小册子、《九评》等。后来资料点一个同修走向了反面，负责资料点同修安排我顶上去买耗材，我很乐意的接了这项任务。

有一次，我的腿摔伤了，隔了一段时间没送耗材，我怕供不上耗材耽误了资料的正常运作，心想今天应该去了，刚这么一想，马上腿痛的更厉害，走不动了，怎么办？赶快向内找没做错什么事，马上悟到是邪恶因素的干扰造成的假相，心想无论如何也阻挡不了我大法弟子应该做的事！运用

害，完成正法时期大法弟子肩负的历史使命和责任，助师正法，救度众生，兑现自己的史前誓愿。

以上一点体悟，请同修慈悲指正。

凡尘使命高

文 / 中国湖南省大法弟子

慈悲伟大的恩师好！

全球的同修好！

我是湖南省西南方向边缘地区的大法弟子。有缘于一九九八年十一月二十三日得大法修炼。第二天一早就跑到同修办公室请恩师的《转法轮》宝书，打开第一页就见到恩师慈悲又很熟悉的面容瞅着我微笑。顿时我眼泪夺眶而出，好一阵子都在哭，同修也哭……我好找到这一部大法呀！为什么今天才得到？因当时还不懂缘份也要受时间的限制，还怨同修为什么不早告诉我，从那以后我对着师尊法像发了一个心愿：即使我是自学的弟子也好，我也不自卑。无论在今后修炼中产生什么魔难，无论有什么困难，我都一定要跟着师父走！

修炼前我患有多种疾病，如：多发性子宫肌瘤、慢性肠胃炎、美尼尔氏症、风湿病等等，只得提前病退休。通过学法炼功，疾病全无。真正体会到无病一身轻。师尊把我天目打开让我见到《转法轮》书中每一个字都是金光闪闪，五光十色，每一个字都是恩师的法身。真和书上说的一模一样。通过炼五套功法，我天耳也打通了，每天听到另外空间美妙、优雅的音乐，非常好听，真的是饱享耳福。我悟到是恩师鼓励我：要精进！无论是面授弟子或是自学的弟子，师父只看人心，师父都是一视同仁，没有两样对待。从此我精进猛追！在学法中提高很快。

大气候反过来的情况下如何做

刚刚炼功半年多，就碰到一九九九年“七·二零”江××开始打压法轮功，栽赃陷害我们慈悲的恩师。大局势都反过来了，中共媒体铺天盖地的邪恶谎言污蔑大法，陷害法轮功。我作为一名大法弟子能安心在家炼功吗？不能！我有责任去中央！去上访！必须向他们讲清真相，去证实法。还大

这个邪恶铺天盖地而来的这一个时期当中有多少人被恶毒的谣言、被欺世的谎言所蒙蔽，带着仇恨的心理对待着大法和我的弟子，这样的人在未来注定是要淘汰掉的。可是就是这样，我们经过讲真相使他明白事实，去掉了原来的想法与恶念，他很可能就有救了。”（《导航》〈美国西部法会讲法〉）

为了证实法、让世人明白法轮功的真相，我先后两次进京上访，被非法劳教两次，四次被强行带到洗脑班迫害。无论到哪儿，我就把真相讲到哪儿。自二零零四年大纪元网站推出《九评共产党》后，我开始向世人劝三退，由开始向亲朋好友讲，到向单位的同事，再到向陌生人讲，由开始的张不开口，一想讲就心跳、害怕，到现在能逐渐的放下自我，为对方着想。使很多世人得到救度，也使自己的心性在救度众生的实修过程中得到升华，逐渐走向成熟。

下面我就这几年面对面讲真相、劝三退，救度众生方面讲讲自己的体会，向伟大的师尊汇报，和同修交流。

一、面对亲人讲真相

在我家里的亲戚讲真相时，一般我都同我母亲（同修）一同去讲。母亲身体的改变，让他们看到了大法在祛病健身方面的神奇功效，但看到这些年我和母亲遭受的迫害，出于对中共邪党暴政的惧怕，他们不愿谈起法轮功。我们先不强行让他们接受，而是按照修炼人的标准要求自己。我们平和、真诚、乐观、理智，从内心多关心他们，和他们交流并帮他们解决生活中的苦恼，帮助他们干些家务等等。到哪儿我们一般都买些水果等礼品，生活比较困难的走的时候给他留点钱，让他们感受到大法弟子的善良。这样再讲真相、劝三退就很容易了。

对于不常来往的远房亲戚，我们去了直接就告诉他们：

“我们就是为这事来的，告诉你们法轮功真相、劝三退来的。”今年暑假，我和母亲去一远房亲戚家，其中有位亲戚是一家大型国企的书记，很忙，只有十几分钟的见面时间（以前我们都不认识，从未见过面）。见面问候几句，我问他：“了解法轮功真相吗？”他说，“前几年接触过法轮功学员，做过他们的工作。”我们就把天安门自焚等法轮功真相讲给他听，又给他简单讲了《九评共产党》、三退，在讲的过程中，他一直静静的在听。最后我说：“我们就是为这

事来的，这是生死攸关的大事，我们知道这事如果不告诉你，是我们没有尽到我们的责任啊！”沉默了一会，他感激的说：“你们尽到了你们的责任了。”看得出他很感动。我说：“就用永平这个化名给你退党。”他很高兴，很郑重的说：“好，谢谢！”就这么十几分钟，一个邪党体制内的官员得救了。我们确实感受到邪恶的因素没了，世人在觉醒啊。

二、在工作单位证实法、讲真相、劝三退

一九九九年中共邪党迫害法轮功后，单位新来的领导不了解法轮功真相，积极配合江氏流氓集团迫害单位几名大法弟子，主动把我们送到洗脑班、拘留所、劳教所，部份受中共毒害、不了解真相的单位职工（主要是后调来的）不理解我们。

由于多次被非法劳教拘留，从一九九九年开始五年多的时间里，我在单位上班的时间屈指可数，所以二零零五年刚上班时面对的都是同事们异样的眼神和冷漠的目光。九十多人的单位，没有几人敢跟我们说话的。有时心里也压抑难受，但我尽量用大法的标准要求自己，对他们祥和真诚，工作认真踏实，淡泊名利。上班两个月后的第一次全体职工大会上，领导点名表扬了我，说我工作完成的出色，当时我悟到这是师父帮助我开创讲真相、救众生的环境。

随着师父正法进程的推进，大量另外空间邪恶因素的灭尽，再加上我不断的大量学法、发正念，周围的环境在逐渐发生变化，人们的眼光由歧视冷漠变为敬佩关心。我悟到我周围的人就是等待我救度的众生，这是我的责任和使命。我先收集他们的电话和家庭住址，把电话号码发到明慧，让海外同修给他们打真相电话，再给他们家发送真相资料，不方便就叫同修发送。然后我就利用一切机会给他们讲真相、劝三退，大部份都同意退。不太明白的或不退的，我就送真相光碟（《九评》、《风雨天地行》、神韵晚会），下次遇到时再讲，一般都能三退。

三、对陌生人讲真相

我是一个性格比较内向的人，一般情况下，不愿主动和人讲话。看到同修都走出来和陌生人讲真相，我也很着急。刚开始和同修出来讲，我是抱着怕落下的心态，站在为私为我的基点上，没有生出救度众生的慈悲之心。所以刚开始出

甚至产生了自卑……。我深深的领会到了师父为什么每次讲法都要我们学法、学法、学好法，这是修炼的根本啊！我一定要认真学好法！我开始背法、背《转法轮》。一天，背到师父讲释迦牟尼在整个四十九年的传法当中，也是在不断的提高着自己。“他每提高一个层次的时候，回头一看自己刚刚讲过的法都不对了。再提高之后，他发现讲过的法又不对了。等他再提高，他发现刚刚讲过的法又不对了。”（《转法轮》），我突然泪流满面，不禁大哭起来：师父啊，弟子明白了，我不能停留在懊悔和愧疚中，修炼就是一个不断修正自己、不断提高升华的过程，过去了的是修炼中的过程，重要的是今后要真正学好法、修好自己，做好三件事，才不愧是正法时期的大法弟子。

同时，我也深深的认识到，心性 是修出来的，不是学得来的。同样都喊“法轮大法好”，可心性高低不一样，对法理的体悟不一样；同样在被迫害中反迫害，可认识问题的基点有差异：在正法修炼的基点上彻底否定旧势力、否定迫害，心系众生，助师正法，才是新宇宙无私无我的为他的 大法弟子的境界；反之，还是脱不出旧宇宙为私为我的理念。大法修炼与历史上的任何修炼无论是形式上、还是内涵上、甚至是思想意识上都有着本质的区别。旧势力为了达到检验大法的目地，在历史上的方方面面都做了安排，就连大法弟子的一思一念都没放过，也做了它们想要的安排，然而，这一切都不是师父想要的，都是旧势力强加给师父和大法的。我们必须真正溶入正法中，才能不断的清除思想中那些旧的观念，直到让旧势力的安排与因素没有可待的地方，才能从根本上否定旧势力及其一切，才能从根本上同化大法，才能让我们的一思一念符合修炼人的标准，才能让我们的一思一念真正放射出大法造就的伟大觉者的光芒，我们能够做到，邪恶自然解体。

“坚定”是个人修炼和被迫害中必备的一个基础，但没有对大法修炼的“坚定”，就不能从魔难中走过来。仅仅“坚定”是不够的，正法的要求在不断的升华，越到最后要求越高。我们必须清楚的认识到正法修炼的内涵：“助师与救度众生、证实法才是作为一名大法弟子的真正目地”（《曼哈顿讲法》），摆正个人修炼与正法修炼的关系，真正跟上正法进程，破除旧势力的安排，否定迫害，解体迫

明慧、读《九评》。

渐渐的，思路有些清晰了：根本上是没学好法、学法不深，对否定旧势力、否定迫害的法理不清，不自觉的走了旧势力安排的路，承认了迫害，在被迫害中“坚定”的走着个人修炼的路：去上访时做好了被关押的准备；离家出走时因邪恶到处找我们，甚至发了内部通缉，我们东躲西藏，有家也不能归，在这种情况下，我却想：干脆把我抓进去算了，死都不怕，还怕坐牢吗？结果，真的被抓、被劳教了；后来又被非法判刑时，丈夫说：我已想到会有这么一天，只是没想到来得这么快。这不都是自己承认了迫害、自己求来迫害了吗？在劳教所，我血压高至120-200，流鼻血九个小时，被劳教所连夜送到省人民医院，医院一看就下了病危通知，警察把手机都递到我手上了，让我给家里人打电话，我却执意认为是过病业关，仍然“坚定”的不动心，失去了早日走出黑窝的机会；在监狱，我的血压又高至120-200，时有流鼻血、眼睛充血等症状，脚肿得鞋子都被撑大了，狱医给我又是验血、验小便，又做肾功能检查，我仍“坚定”的说，我没有病，这都是被迫害的，又一次失去了早日走出黑窝的机会。在黑窝里，我还对警察和犯人们讲：唐僧西天取经九九八十一难，少一难都不行，我们的法这么大，这点难算什么？我被抓时也是不配合警察的，也是一路喊着“法轮大法好”到看守所的，怎么还是被邪恶迫害呢？我也知道要否定旧势力、否定迫害，可怎么还被邪恶一次又一次的迫害呢？

今年七月，《明慧周刊》一同修的文章《仅仅“坚定”是不够的》就象是说我一样，帮助我进一步理清了头绪，使我看到了自己这“坚定”后面的欢喜心、显示心、争斗心、自以为是、证实自我的心等等，这不都是为私为我的表现吗？师父说：“修炼是严肃的，我叫你们修成的是神，同时能证实法，才把大法传给你们，给予你们从未有过的永远的荣耀。不是为了叫你们单纯在反迫害中成为常人的英雄呀，是在否定旧势力的安排与迫害中证实法，从而走向神。”

（《师父在海外电话会议上的讲话》）而我却在法理不清的情况下，在邪恶的破坏性的所谓检验大法中，“坦然”面对迫害，实际是承认了迫害，不自觉的走了我为私的个人修炼的路，符合了旧势力的险恶安排，这不是师父要的。

我为自己以前没学好法，没有修好而感到懊悔、愧疚，

来讲时，不是和同修配合补充，而是求数量显示自己。觉的好讲的，自己赶紧冲上去讲，生怕被别人讲了。有时看到同修没讲退，自己感到还有一丝快感。直到有一次，女儿对我说：“妈妈，你和别人讲真相时，你的笑是假的，是装出来的，别人感到不舒服。”我悟到这是师父借她的嘴在点化我。我开始冷静下来找自己。带着那么多肮脏的人心——自私心、显示心、妒嫉心，怎么配做救度众生那么神圣的事呀？怎么能救得了人呢？我不断加强学法，多发正念，努力去掉自己那些不好的心。

此后，每当出去讲真相时，我都告诫自己：为别人着想，为众生着想。想想师父的洪大慈悲，那些不好的念头再出来时，很快就被强大的正念给消掉了。这样逐渐与同修配合的越来越融洽了，救度众生的效果也越来越好。

有一次，我和丈夫坐三轮车，三轮车司机面相看起来很凶，而且只有三五分钟的路程，讲不讲呢？我马上意识到，他也是为法而来的生命，不能错过这次救他的机会。我顿时感到正念很强，看着他，感觉他很可怜，我一定要救他。我便问他是否办三退了？他说知道这事，不知道怎么退。我说我可以帮他退，他很高兴的答应了。他马上兴奋起来和我们说：“你说现在这世道，黑车没人管，我们这些人安分守己，还总有人找我们的茬，你们能不能帮帮我们管管这些事……”他是那么信任的和我们讲述他的委屈，当时我也很感动。多好的生命啊，差点错过机会！我边下车边说：“记住法轮大法好，真善忍好，善恶有报是天理，社会不会总这样黑暗下去，做好人是有福份的！”

有时也能碰到什么也不听，一条道就跟共产党走，甚至对我很凶的人。刚开始我很容易被带动，不是跟他们愤愤不平的争辩，就是消沉不高兴。看到同修不管对方什么态度，都能祥和慈悲的对待，不为所动，根据不同的症结，解开其心结，能把对方救了，我就默默的找自己的不足。我是没有那么深刻的意识到自己的责任和使命，正念不足，慈悲心不够。通过不断的学法、向内找，我对自己的责任和使命有了更深更明确的理解，使我在讲真相过程中不断成熟起来。

一次，我一人出门办事，和另外三个年轻人一起拼一辆出租车。大家闲聊了一会儿，我心想：今天就我一个人，面对四个常人，不太好讲真相，心里有点打怵。但正念告诉

我，不能错过机会。我看见司机前方挂着一个菩萨挂像，就问：“司机先生，看样子你信佛啊？”“谈不上信，是一个老和尚送给我的。”“我也是信佛的，我修炼法轮功。法轮功非常好，不象电视中说的那样，能祛病健身，还教人做好人。”“法轮功好你就在家炼呗，参与政治和共产党作对，共产党多强大！没有共产党，中国能强大吗？……”前面坐在副驾驶座位的男青年激动的重复着邪党灌输的谬论。我心里开始着急：“法轮功没有参与政治，迫害在先，我们才讲真相的。”他反驳：“就因为你们参与政治才镇压的，中国强大不好吗？非得勾结国外反华势力捣乱？”我说，“根本不是那么回事！被迫害的人即使搞政治也无可非议！”

我有些被带动了，可小伙子比我嗓门还高，根本不听我说话。我身边坐着的年轻女子也跟着附和：“法轮功好是好，可是咱们都在共产党的领导下，给你钱你才能生存，这是第一位的。”我心里更着急，不知说啥是好。我马上告诫自己：要冷静！如果不理智的争辩下去，只能更加僵持不休。救不了人，还容易把他们推的更远。

我静静的发了两分钟正念，没人说话了。然后我平静的说：“咱们都是中国人，谁都爱自己的祖国。中共不等于中国，中共窃取政权才六十年，而中华民族有几千年文明历史。法轮功学员都是手无寸铁的普通百姓，没想夺谁的权。只是呼吁停止迫害。其实你挣的工资是你自己的劳动所得，如果没有共产党，你的收入会更多。全世界那么多没有共产党的国家，人家生活的不好吗？”他们都不吱声了，我感觉到他们在思考。

过了一会，前排的小伙子说：“我也有朋友炼法轮功，他们也劝我炼，其实法轮功也是一种信仰。”我忙说：“其实你炼不炼是你的选择，你可千万别反对。”“我不反对，我不反对。”小伙子边下车边诚恳的说。

随着不断走出去讲真相劝三退，我深深体会到：只要我们去，只要放下后天形成的自我观念，师父就会给我们无量的智慧，大法就会展现无穷的威力。同修们，让我们在最后有限的时间内，放下人的观念，抓紧救人吧！

谢谢大家！

正常的事。也有领导说：怎么是炼功炼的呢？这是党对你教育的结果啊！我说：当然不是，党不也教育党员反腐倡廉吗？怎么越反越腐、越不廉了呢？大法修炼是直指人心，自束其心啊！

“七·二零”迫害发生后，各级领导和有关部门轮番找我谈话，并问我是要坚持炼法轮功还是当党员？我说：不用做工作了，我就是死也不会放弃大法修炼的，我知道要继续坚持修炼大法就是“劝其退党”，不用你们劝，我这就退！于是，我把“自愿退党”的申请交给了单位领导，支部大会也按自愿退党作了决议报上去，但上面说：这人太顽固了，不能按退党处理，要按除名处理。领导又按“上面”的意见找我谈话，给全体党员“做工作”，重新召开支部大会。我说：这不是强奸民意吗？都不尊重支部大会的意见了，还是民主集中制吗？回家给丈夫讲了，丈夫说：别管他按什么处理，不就是不当那个党员了嘛！于是，我被经过了撤销党内外职务、降低工资、行政记大过、党内除名、调换工作（从管理部门下到生产一线）等一系列的处分。我对单位书记说：几个月前，我才被评为报厅级表彰的优秀党员，奖金都还没花呢，这一下我就什么都不是了，我虽然没有经历过五十年代的反右运动，但我已经领略了为什么有的人睡一觉起来或上一趟厕所回来就成了“右派”的滋味了。（我后来才深刻认识到：这个党是越来越邪了，越来越残酷的镇压人民了！）

之后，我们一家经历了被非法监视居住、跟踪、盯梢、离家出走（为了抵制不去邪恶的洗脑班）、被非法劳教、劳改、开除等迫害，我始终未向邪恶低头，未向邪恶写过什么放弃大法、背叛师父、诬蔑大法、附和邪恶宣传的所谓“三书”。但是，十年的被迫害，我就有一年出走在外，五年被关在黑窝里，多不应该啊！（这是后来才认识到的）

第一次从看守所、劳教所回来，自己有一种英雄归来的感觉，觉的自己做得还不错，时值第一届大陆大法弟子网上法会召开，我投了稿，也发表了（现在来看，当时真是有一种不说怕别人不知道的感觉）。这次从黑窝回来，却感到一种失落：修了这么些年，怎么就被邪恶迫害了五年？别人都在助师正法、救度众生，我却被关在黑窝里呢？究竟是什么原因呢？我用了近半年的时间在家中静心学法、发正念、看

悲心才瞻前顾后、挑来选去，才被常人心所带动，不去救他们的。就在我左右为难、不知所措时，师父的讲法又打开了我的心结，引导我从迷蒙中走出来，走正路。

二零零九年神韵光盘的大量制作与发放，是慈悲伟大的师父领我们救度众生与世人的又一举措，也是在弥补我救不了这部份人的一个缺憾。我把同修制作的神韵光盘大部份都发给了这些人，令人欣慰的是大部份人都能接受，我相信那些不听真相能看光盘的人一定能得救，那是师父对众生和世人的慈悲，那是神的呼唤啊！

我坚信在以后的救人中，无论怎样难，有师在有法在，放下自我，与同修一起去救度更多的有缘人是能做到的，也是应该做到的。我也坚信在救度众生和世人的过程中，我和我的同修也一定能修出慈悲心来。在此，感谢慈悲伟大的师父，感谢一路走来的同修！

师父的慈悲呵护使我在法理中升华

文 / 中国云南大法弟子

我们一家三口是九六年得法的，大法修炼使我们身心得到了巨大的变化，我们万分庆幸能够得到大法，走上返本归真的回家之路。“七·二零”迫害发生后，我与丈夫相互表示：不管发生什么事，不管失去什么，就是死，也决不放弃修炼大法。

单位的领导和同事们都知道我炼法轮功，都知道法轮功好。他们说：你本来就是个好人的，炼了法轮功后，就更好了。其实我知道，我“本来”那个好人，是与变得不好的人相比的好人，而修炼大法后，才是真正修炼“真、善、忍”、同化“真、善、忍”的好人。“四·二五”上访事件发生后，我向单位领导及主管部门递交了一份“我为什么要炼法轮功”的书面陈述，明确告诉他们：修炼法轮功使我明白了生命存在的真实意义，我受益匪浅，不仅活得愉快，而且活得越来越明白。并讲述了我修炼大法后，主动反省自己，向单位财务上交了自己修炼前利用职位之便多吃多占公家物品折算的几百元钱，以表示我决心和修炼前的一切告别，从新走上一条新生之路。单位领导说：你炼功炼憨了，别说几百元钱，就你的职位，你就是请吃报销几千元都是很

坚定修炼 勇去执著

文 / 河北省大法弟子 石雨（化名）

首先感谢伟大的师尊还给我这不精進弟子机会，让我补上这迟来的答卷。也感谢海内外同修克服种种困难共同维护明慧网，使更多大法弟子能跟上师尊伟大的正法進程修炼，同时又是大陆大法弟子能与国内和全世界大法弟子及时交流的一个平台。

我是一九九八年五月走進大法修炼的，短暂的一年的和平修炼时期，给我留下了永远难忘的美好记忆。早晨悠扬的炼功音乐，晚上与同修一起学法，大法弟子们沐浴在师尊与大法的无限慈悲之中。只是后来我才明白，从那时起我的生命因师尊的救度而重生。

下面是我的一些修炼心得体会，向伟大的师尊汇报，并与同修交流。

师尊在《转法轮》中讲：“告诉你一个真理：整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”下面就是我修去执著心的一些体会。

一、修“放下生死”

得法一年后的一九九九年发生了“四·二五”事件，紧接着中共恶党在“七·二零”开始全面镇压法轮功。我有幸参加了“四·二五”万名法轮功学员上访，随后（“七·二零”后）又在九九年和二零零零年三次進京上访。这对得法一年多的我是一个严峻考验。一方面我抱着维护大法的朴素愿望，一方面带着人的执著，就这样一路走着。但是我心中有一个明确的概念，这是修炼。师父说：“放下生死你就是神，放不下生死你就是人”（《美国法会讲法》〈纽约法会讲法〉）师父还说：“生死非是说大话 能行不行见真相”（《精進要旨二》〈心自明〉）。

在一次次走出来上访，后来一次次走出来散发真相资料，一次次走出来面对面讲真相，劝三退，救度世人中，我都用师父的法要求自己，这是做最正的事，讲真相救众生决不许旧势力干扰。同时，也要求自己去一切怕心，放下生死。

然而，在二零零二年九月，邪党恶徒在我家中绑架了我，并送到了邪恶的洗脑班迫害。在高压下，自己走了弯路。但自己明白的那面非常清楚：我还是没放下生死。

回家后，我很快清理自己，并在明慧网发表了从新修炼的严正声明，让自己溶入到助师正法的洪流之中。

约在二零零四年，在师父的加持和呵护下，在同修的帮助下，我建立了家庭资料点，成为遍地开花中的一朵小花。在这过程中，遇到了的干扰也是很大的，有时甚至是另外空间的黑手烂鬼直接下手，如有一次，我一开打印机，（未做任何设置），就打出了一张乱码的东西，我简单的溜了一眼，都是不成句的不完整的词句，带有邪党的党文化的只言片语。当时自己很惊讶，但很快悟到，这是被正法打散了的邪党的东西，但又未彻底清除干净。于是我立即发正念，将其解体清除。

还有一次，在我做资料中，突然全身发冷，冷的直哆嗦，我穿上羽绒服也不管用，我紧握双拳，当我伸开手看了一眼双手都发紫色，我立即意识到这是干扰，（因刚才还是好好的）心中立即请师父加持，发正念，清除干扰。大约三四个小时，就过去了。

在做资料的过程中，我从买耗材到修机器基本都是自己去，（偶尔也请同修帮助）然后去送资料，在这些过程中自己体会到真是：“关关都得闯 处处都是魔”（《洪吟》〈苦其心志〉）。这个关其实就是自己的心性关，心性提高了一般都顺利。

有一次学法时读到“作为一个修炼者，同化于这个特性，你就是一个得道者，就这么简单的理。”（《转法轮》）是呀，读了多少遍也没悟到，而今天才恍然大悟。为什么自己老在放下生死上过不去关，老在修放下生死，是因为没在法上提高上来。瞬间我感到，生死关对修炼者什么也不是，它离我已很远很远；可是自己却苦苦的修了几年，现在自己认识到：放下生死，只是一个层次中的境界。真正同化宇宙特性真、善、忍，才是修炼者的最高境界。从此我处处用“真、善、忍”的标准要求自己。

去年奥运结束后，九月底，片警又到我家进行干扰，当时我去买菜没在家，我的孩子在家，没给他开门，我到家后，孩子告诉了我，并说听他打电话，说不开门就有事，他可能是去叫人了，我听后心里有一念，我要讲真相，救度他。我立刻追下去，一边走，一边发正念。走到我家附近的一个路口，一看他正和我老伴说话呢，我走过去，跟他讲了

有《九评》，我对这个邪党的本质也认识不清，怎么谈的上去给世人和众生讲真相？其实在讲真相中，我只是一个信息的传递者，把同修送给我的好东西送给世人和众生。如果没有同修去发真相资料、去使用真相纸币，我就不能那么顺利的讲真相、劝三退了。想到那些被构陷的同修，很重要的一个原因就是常人根本不知道真相，又听信了邪党的谎言，倘若知道一点大法真相，他们很可能就不会做迫害大法弟子的事了。我能救下一个人都是我们这个整体的配合啊，凡参与的同修，无论做什么项目，人人有份，缺一不可，如果没有大家的配合，要救下一个人太难了。一个对大法、对师父一无所知的人，又听信了邪党的谎言，是很难救度的。我也遇到过这种人，对大法一无所知，邪党的谎言却知道不少，讲了半天还是不信，也不退。而那些看过资料的，特别是看过《九评》的，信神的程度深。劝他们三退、告诉他们念九字真言那就是举手之劳，真是一走一过就把他们救了。

我在这里真心的为明慧网的同修，为大陆资料点的同修，为那些默默的发真相资料的同修感到骄傲和自豪。没有你们的铺垫，没有你们的付出，仅凭我一个人是救不了那么多人的，是我们整体配合的结果。

三、救人要慈悲心，不要分别心

由于我起了防“坏人”之心，就有了分别心，怕自己受到伤害，救众生时有选择的去做，那些对法轮功说三道四的、对师父不尊重的、对邪党抱幻想的、还有那些既得利益者，处在迫害大法弟子岗位上的……都是我尽力躲着走的人。由于我的分别心，使很多有缘人与大法真相擦身而过，包括我身边的亲人。由于我的这颗心，使这部份人拒绝听我讲真相，我也就任他们去了。有时心想：等着淘汰吧！

看了二零零九年神韵光盘，《不要让我为你遗憾》这首歌使我很受触动。我让老伴把歌谱记下来，多次反复播放这首歌，现在我已经会唱了。从那以后，每遇到不听真相的人，我就说：“不要让我为你遗憾。”有时甚至唱给他听。有一个年轻女孩就是听完这首歌退出团、队的。

师父在《二零零九年大纽约国际法会讲法》中说：“度人就是度人，挑选不是慈悲。”读了师父这段讲法，我从心里找自己，分别心是个大错，我找到了救不了这部份人的根本原因。首先是我这颗分别心促成的，最主要自己没有慈

说谢谢。我从心底感到高兴：这个生命真的得救了！

我讲真相劝三退时，接触最多的是年轻人，特别是大学生，他们有的利用休息时间打工，在街上发广告，这是向他们讲真相发《九评》的最好机会。他们几乎百分之九十九接受，大部份都能用真名三退。

有一次在百货商场门前，遇到一个要去北京读研究生的女大学生。知道她读文科，我就建议她读读《九评》，当时我手里没有，因为我正好是在那里等同修拿资料的。我就在那里给她讲大法真相，并劝她退出了党、团、队，后来她拿到《九评》，高兴的与我告别，还说自己看完后要送给教政治的老师看。我们谈话时得知她的政治老师对大法有正确的看法，也潜移默化的影响着他的学生。

在街上遇到发广告的年轻人，我就不失时机的给他们讲真相，送《九评》、劝三退，有知道三退的当时就报名退出邪党组织，多时有五、六个人都退了。我有时送护身符，让人们记住“法轮大法好，真善忍好”九个字，还让他们把福音也告诉给他们的亲朋好友，能得到福报，危难时还可救命。他们都会说谢谢奶奶！

今年春天，我到公园去讲真相，遇到三位大学生，得知他们快毕业了，工作还没着落，心里急。我一边安慰他们一边问他们知道三退吗？其中一男孩说：“我是从纸币上看到的，我得到三张纸币，上面都写着‘天灭中共，三退保命’，‘法轮大法好、真善忍好’，我舍不得花，留着做纪念。”看来他把真相币上的内容都记住了。我说：“你能得到真相纸币这是你的福份，也是你的缘份，你退了吗？”他说：“怎么退呀？上哪退呀？中学时入的团，小学时入的队。”我说：“不用找组织退，向天退就行，我也可以帮你们，把名字告诉我就可以了。”他们把名字告诉我，我就给每个人发一个护身符还给两本小册子。遗憾的是没有《九评》送给他们，只是简单讲了讲《九评》的内容，让他们以后有机会就看看。

在讲真相、劝三退的过程中，我深深的感到大法弟子是一个整体。有的同修说你讲真相做的好，退的人多，我常常觉的汗颜——如果没有同修给我送来师父讲法和真相资料，我就没有这些让人明白真相的最直接的资料送人，同时我讲的每一句话也都来源于师父的讲法和这些真相资料。如果没

自己修炼法轮功做好人健康身体多好啊，讲了二零零二年，在洗脑班受到的迫害，他说那不是他干的，今天他也是例行公事，并抱怨我因他在奥运期间到我家干扰给他上网曝光。随后我平静的问他，知道曹植吧，并念了曹植著名的七步诗：“煮豆燃豆其，豆在釜中泣，本是同根生，相煎何太急。”后来在老伴的一再阻止下推着我让我走，我才离开了。

那一刻，我真的从内心把他当作亲人，同时也感到自己在无私无我，先他后我的境界中升华。当自己心中真正充满善念和慈悲时，我想世人是能感觉到的。

二、修去利益之

从“七·二零”之后走出来上访那时起，我以为自己的“名、利、情”已经放下了，其实只放下了一部份，从做资料开始就又触及到钱——利益的问题。有一段时间与同修甲见面时她总对我说，别的学员也不主动拿钱做资料，是否明说收取一些。我说这不合适，修炼都是自愿的，这也应该是自愿的。但是她总说，我也把握不住了，就说你看着办吧。再后来她主动帮助买耗材。开始我也没给她钱，因为大资料点的同修当时退给我们一些钱，我想她手中也有这部份钱，就先用吧，用完了我再给她。但是买了几次之后，有一天她突然脸变了色，对我说，你知道我用了多少钱了吗？又说家中如何面临困难等。我一听，她说的用量和实际有出入，当时心里也很不高兴，就说这不可能，我的用量我有数。同时心想她要真算不清帐，以后不能和她合作。十年谷子八年糠也翻上来了，过去听同修说过她做的如何如何。那几天心里就不平静。

事后我向内找，究竟是什么原因导致的呢，其实就是自己那颗利益之心，而且隐藏很深。她想向别的学员收钱时，自己明明知道不对，为什么不明确制止呢？其实是担心如果没有其它资金来源自己就要多付出；而同修主动帮助买耗材也没有和她及时沟通，就想当然的先用她的钱，其实背后就是一颗利益之心。找到了这颗心思想就明确了，于是我就主动给同修钱，（这些钱是我和别的同修出的）每次都给，也不算细帐，让她自己把握，从此同修就没再提过钱的事，自己也感到心性提高了。

记的有一天，我做了一个非常清晰的梦，梦中说有人送

给我一份礼物，用布包着约一尺见方，同时用一个小透明塑料袋装着样品，提着在我眼前摇晃，我一看是几块金砖，淡淡的金黄色纯净无比，放射着一道道金光，晃动时发出清脆悦耳的叮当声。这绝非市面上见到的黄金，后来我常想这是师父对我的鼓励和点悟吧，只要我们心性提高了，去掉了执著心，资料点的运作不会缺钱的，因为有师父看着我们呢。

后来耗材用量小了，同修乙不再从我们这儿用纸，也不用同修甲帮助买了，她把剩余的几百元钱都还给了我。从那以后我再也没有因为钱动过心，因为我知道我们不会缺钱。

（但是自己生活用钱还是卡的很紧，尽量节约。）

当二零零九年新年晚会光盘出来后，由于我的电脑是零三年买的，没有DVD刻录功能，我又更新了电脑，添加了DVD刻录机。从中我体会到正法时期大法弟子，助师正法，救度众生，只有当自己修去人的执著心时，才能做的更好。

三、修去妒嫉心

我自来性格内向，但是从来不觉的自己有什么妒嫉心，就象师父说的那样：“因为妒嫉心在中国表现的极其强烈，强烈到已经形成自然，自己都感觉不出来。”（《转法轮》）但是一遇到问题可能就比较能够显露出来这颗不好的心。

事情是这样的，自从去年父亲过世后，家中只有母亲一人了，于是我们兄妹几个商量，轮流回去陪她住，但是我姐姐是个例外，她因家中离不开，说可以让母亲去她家住。但母亲因不习惯又不太想去她家住，何况母亲已是九十一岁高龄，也不适合来回搬腾换住处。（母亲是同修，身体很好，生活可以自理。）这两年中母亲去我姐姐家住过两次，每次约十天半月吧。

有一次母亲在我姐姐家住了几天，就给我打电话，说要我陪她回去。我说你多住几天吧，这儿离我家也近，我看你去也方便。她说不了，你姐姐每天也挺累的。我一听就不高兴了：唉，她累？谁不累呀？心里那个不平衡呀。修炼前我就常常以为母亲偏心，偏爱我姐姐，而偏偏母亲经常在我面前说怎么挂念她，我心里就生气。

放下电话我就回母亲家，那天我很难受，全身痛，我一坐上公交车，就更加剧了，最后疼的坐不住，从座位上站起来，在后面靠着车厢站着。站也站不稳，但我想，我是炼功

第二阶段试着讲，由于中共邪党竭尽一切邪恶之能事迫害大法弟子，当时我就有一念：不能进监狱，要在更大的范围内面向众生讲真相。但也因此起了防“坏人”之心。遇到人我就试探着讲，觉的这人职业、身份、品行还可以，就给他讲，从法轮功的洪传一直讲到后来中共邪党迫害大法弟子，有人还想知道更多，就向我要资料、要《转法轮》，我就带上资料和大法书去讲，讲到天安门自焚，我就给他们念《转法轮》中“杀生”那一节。这样既揭露诬陷大法的谎言又证明了师父讲的法是最正的。有的人听完把《转法轮》请回家。

在公园里我给一位四十多岁的人讲真相，他失业在家，勉强维持生活，他又抽烟又喝酒，每次见到他都酒气冲天的，他对法轮功很感兴趣。有一次，我正给他讲真相，来了一个人，张口就不让我讲，还恐吓、威胁我，当时我很冷静，一方面指出他的行为违背了宪法赋予公民的言论自由、信仰自由权利，一方面告诉他“真善忍”没有错，这是教人做好人，做更好的人。他不听，还连喊带叫的。这时围上来很多人，我就把“真、善、忍”每个字的意思讲给大家，告诉他们这就是法轮大法，是法轮功修炼者的信仰。那个人见人们都听我讲，就嘟哝着溜走了。这时有人说他是某个社区主任，还有的人善意的劝我赶快回家。

后来那个听我讲真相的失业工人，在我这请了《转法轮》。几年后我再见到他时我都认不出他了，他见我就说：

“我得谢谢你呀，读了你送我的《转法轮》，烟和酒都戒了。”我说：“你该谢谢我们师父，是大法救了你！”他开心的笑了。我仔细再看他，真的变了，干净利落，脸也有光泽了。倘若邪党不迫害法轮功，相信还会有更多的人走入大法修炼。

我每天买菜都经过一个执勤点，有个保安小伙子经常一个人在那守着，我见他面善就跟他讲真相。他是从教科书上看到污蔑法轮功的内容，我告诉他这是邪党为迫害法轮功捏造出来的。“真、善、忍”才是法轮功的修炼原则。他明白了真相说：“原来是这样，等我找到别的工作就不干这个了！”我告诉他要善待大法弟子，他点头应允。当我劝他三退时，他毫不犹豫的报上自己的真名，退出邪党的团队。我把《九评》送给他，同时又给了一些其它资料，他都接受并

动摇。“真、善、忍”没有错，法轮大法绝对是高德大法，于国于民有百利而无一害。就这坚定的一念，我走到哪里都讲大法的好，中共邪党的错。老百姓大部份认同大法，反对迫害。

我到街上看到一个书亭里有一本污蔑法轮功的书，我就对老板说：“不要卖这烂书了，将来会反过来的！”老板说：“我以前卖过《转法轮》。”我说：“你卖《转法轮》是积功德，你卖这烂书会造大业的。”

在南方的亲戚家，我看到很多邪党欺骗世人的谎言。但我了解法轮功，坚信师父，我在其中又是受益者，对于这些谎言，只有去澄清的份。我开始逢人就讲真正的法轮功是什么，中共邪党迫害法轮功错在哪里。那时还没有讲真相的说法，但我就觉的应该去说，不能让师父蒙冤，不能让大法被践踏，不能让不明真相的世人上当受骗。对常人社会来说，“真、善、忍”是做人的准则，是这个社会真正稳定的基石，也是民族复兴的希望。当时基于这样的想法，我才有勇气、有胆量去讲法轮功的真相。

由于一开始我就经常向世人讲大法的美好，中共邪党迫害的邪恶，为以后走出来面对面讲真相、劝“三退”奠定了坚实的基础。后来师父一系列讲法给我指明了方向：学好法、证实法、讲真相、发正念、救度众生。明慧网上同修的交流文章和其它讲真相等资料都让我更加明确了大法弟子应该怎样做才能更好的证实法、救度众生。每期的《明慧周刊》和《明慧周报》我几乎都一字不落的阅读，这是我与同修交流的一个平台，同修的修炼鼓舞着我，激励着我去做应该做的事，修去修炼人不该留的东西。在这里我要谢谢明慧网的所有同修，谢谢为明慧投稿的所有同修，也谢谢所有为我们送来大法资料的大陆同修。如果不是师父的细心呵护，如果没有同修的帮助，我很难走过来，更没有这样的机会与同修交流了。

在讲真相、救众生的过程中，我经历了两个阶段：第一阶段前面讲过了，没有顾虑心，什么也不怕，对什么人都讲，时时讲、处处讲，把“真、善、忍”的美好讲给遇到的每一个人，向世人揭穿中共邪党的一切邪恶谎言，世人明白了真相，就不会人云亦云，被邪党毒害，也不会对大法犯罪了。

人，一直发着正念。到了家，母亲还未到，我粗略的搞了一下卫生，又清理了饮水机，这时姐姐送母亲回来了，姐姐说她还有事，也没坐下，就走了。她一走，我也支持不住了，立刻躺到床上，向母亲诉说身体难受，鼻涕眼泪也出来了。母亲说：我给你胡拉胡拉（按摩的意思）。我说不行，你快帮我发正念，我被干扰了。我在极端痛苦向内找，终于找到了那颗嫉妒心。常年以来，受邪党的绝对平均主义的毒害，什么事不平均就觉的不公平，心里就不平衡。这不是嫉妒心吗？找到之后，我就对母亲说：我找到了这颗不好的心。母亲说：唉，都是一家人，哪有那么多事呀？我说：不，今天我就是要修去这颗不好的心。

话是这样说了，彻底修去却不容易。过了一阵子，听说我妹妹因为姐姐不回来陪母亲、对她有意见，闹得很不愉快。我听说后，向内找，觉得是自己的这颗心没去干净，所以才让我听到这些，接下来的几天，我反复背诵师父的经文《精进要旨》〈境界〉，“恶者嫉妒心所致，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。”慢慢的我觉得没有那种不平衡的感觉了，同时我也觉得，人与人的缘份也不同，我与母亲同修大法，我们不仅是母女，更是同修，而这个嫉妒心不但离间了亲人，而且也间隔我与母亲的同修关系，所以嫉妒心一定得修去。

以上是我在修炼中去执著心的几点体会，师父告诉我们：“我们是有针对性的，真正的指出那颗心，去那颗心，那么修的就非常快。”（《转法轮》）我体会到这些不好的执著心在不同的层次可能还会出现，我一定牢记师尊的教导，向内找，修自己，做好三件事，完成大法弟子的历史使命。

由于层次所限，不妥之处敬请慈悲指正。

通过学法小组我和同修一起升华

文 / 中国黑龙江省大法弟子

尊敬的师父好！
同修好！

我是九六年得法的老弟子，今年六十二岁。得法后全身疾病不翼而飞。师父将我们从地狱里捞起、洗净，又给予我们人成神的一切东西，给予我们大法，指引我们修炼，用尽人间语言无法表达师父的浩荡佛恩。唯有勇猛精进，做好三件事。

我是从这个学校门走进那个学校门，从学生到教师，没离开过学校，时时在“党文化”中浸泡着。念书时，学习好，教书时表现好，课讲的好，学生评价好……，好象我永远都是“优秀者”。久而久之，养成了一种欢喜心、自以为是的心、嫉妒心、争斗心、显示心、虚荣心、好胜心、自私心等等许许多多的执著心。修炼了，就是要去掉这些执著心。师父说：“整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”（《转法轮》）怎么去呢？

一、集体学法环境能促使我精进

我住在工厂家属区，我周围的同修，大多数年岁比较大，五十岁以上的人约占百分之九十。有的同修没上过学，有的同修只念几天书，文化程度比较低（当然了，真正修炼一切都会改变）。刚刚开始修炼的时候，我只炼动作不学法。只到学法组去一、二次，后来就不去了，我觉的跟她们没文化的人在一起学法，简直是浪费时间，我不用总是学，看一遍知道啥意思就行了……。后来回头一看，真可笑，真是不知天高地厚啊，把大法当成常人的理论了，还觉的自己了不起。多么强烈的显示心。根本就没有为那些没文化的同修着想，和同修共同提高的愿望。

大约在九七年开始大组学法，每天晚上学法三十～六十分钟，然后再炼静功。辅导员总是让我多念、多读，我心里更是美滋滋的，欢喜心、显示心、自以为是的心暴露无遗，自我感觉良好。在梦中师父多次点化我，我还不悟，又让我天目看到一本无边无际的翻开的天书，我才悟到了多学法的重要性。于是我们四个同修组织了学法小组，每天中午利用午休时间学法两小时，再交流切磋。学法多了，大法法理不断的开启我的智慧，悟到了要向内心去修，不断提高心性，去掉执著心才是真修的法理。我们比学比修，学法、背法、抄法。大法深深扎在我心里。师父说：“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》），那我就想了，我的根就扎在师父那

修好自己 救度众生

文 / 中国云南大法弟子 灵慧

师父说学法，我就学法、学法，师父说救人，我就救人、救人。就这样在师父的指引下，我跟头把式的走过来了，走到了今天。回忆自己走过的路，我的体会是：不做修炼的“门外汉”，要做救度众生和世人的一员。

一、不做修炼的“门外汉”

我是一九九八年四月得法的。得法前，自己一身病，山南海北走了一圈也没得到真传，一身病也没祛。直到看见《转法轮》，才知道这才是真正度人的法，但很长时间只注重炼，不知什么是修，怎么样修。师父让学法，我就学法、学法，有时间就念，象完成任务似的，还告诉别人：能念两讲就别念一讲，很少想怎么修自己。在家里还象得法前那样与老伴争争斗斗的，不符合自己口味的，一听就炸，总想弄个对错，争个高低。每天炼功就白炼了。后来自己有所收敛，但还时有发生，嘴上不说了，心里还是不舒服，很压抑。

师父在《转法轮》里多次讲到怎样向内找、提高心性的法，我就是做不到，可见在修炼中还是个徘徊在外的“门外汉”。老伴说：你没进入状态。女儿说：你在喊口号……。这些话使我警醒：我是在修佛呀！修炼是严肃的，在我头脑中这些却都很淡泊，主要原因是学法不入心，为学法而学法。一遇到具体事，人的念占上风，真的是不会修啊！

现在遇到问题我能找自己了，也会找自己了，每次找到自己的问题就豁然开朗，心情舒畅，真有“柳暗花明又一村”的感觉，通过找自己也知道怎样学法了，怎么修了。“找自己”是一个法宝，这是千真万确的。认认真真的学法，老老实实的修自己那颗心，时时刻刻想着自己是个炼功人，才能跟着师父走回家！

二、要做救众生的一员

一九九九年七月二十日，我送女儿到南方一个城市去工作，在火车上就听到了诬陷、诽谤法轮功的宣传，那些谣言太离谱了，真是让人难过。

当时凭着对大法、对师父的信，凭着亲身经历和受益，无论中共邪党怎样造谣、诬陷，我对大法丝毫不怀疑不

起出去讲真相，有的同修坚持面对面讲真相，当面送小册子，光碟，《九评》，真相护身符等，救度很多人，值得我好好学习。我和大我十一岁的老大姐一组，我们没有固定地点，开始出去的时候，先发正念，还有怕心，怕讲不好招惹是非没面子，怕这怕那的执著心，张口和陌生人说话总觉的不好意思，认为没修养，碰到认识的人再讲吧。可喜的是，师父每次都安排我们能遇到热心人或有缘人，多少年不见面想找都找不到的人，师父都能安排让她见到你，听闻大法真相，使我们增强了救人的信心。我还有分别心，挑选自认为比较好的，面善的人去讲。实修中我们发现，不能以貌取人，表面你看他善良，可他受邪恶毒害很深，表面你看是个不起眼的糟老头子，可他还是党员呢，你讲真相他愿意听，还三退，还说大法好。从实修中悟到，大法弟子要改变常人的观念，只有救人的份儿，没有挑人的份儿。我们还存在一个问题，讲真相中，这个人愿意听真相，三退的，我们又讲这个又讲那个，恨不得一股脑的把全部真相告诉他，心里还沾沾自喜，为他得救高兴；不听真相的不三退的，我们反而没有话说了。我们不断的反思自己，由原来的怨恨别人不听真相，不论好坏到惋惜别人不能得救，再后来觉的越反对大法不听真相越应该慈悲的和善的讲清真相，才能真正救了这个人，即使他暂时不接受，也埋下了善良的种子。慈悲心不是说出来的，表演出来的，是在实修过程中修出来的，有人的观念障碍，慈悲心就淡，就阻挡救度世人得救。

在讲真相救人的过程中，什么身份的人都能遇到，什么心态的人都能遇到，能不能被常人心带动？能不能放下自我，能不能为世人负责，能不能无怨无执？……能！我们一定能做到！因为我们有师父呵护，有大法指引。我们一定能修去执著，修出慈悲，救度更多众生。

总之，在师父的呵护下，我们每个学法小组在风风雨雨中才能稳定运行。同修们背法、抄法、学法，配合整体营救同修，发正念等等。现在很多老年同修都买了电脑上明慧（有的学法小组人人有电脑）坚定不移地走师父安排的路。我深深的体悟到一点，师父度人的艰辛，为正法的巨大付出，珍惜吧！正念正行，为众生，为自己负责。要说的话太多了，有不合法的地方，请同修指正！

里了，谁也动不了我了。（悟的很浅白）。

我和辅导员经常在一起做一些大法的事，配合的很默契，我还负责给新学员教功。后来我们之间就发生矛盾了，明明是她不对，她硬是鸡蛋里挑骨头说我不对。强烈的妒嫉心、争斗心、显示心、求名心、自以为是的心，促使我心里愤愤不平，强忍着火不争辩，可心里就是不服气，总想背后和别人诉苦，我渐渐远离了她。当时的向内找也是表面的找而不是发自内心的。随着学法的深入，逐渐的提高了心性，我又能配合辅导员做大法的事了。

二、集体学法环境促使我为别人着想

九九年十月，我去北京想为法轮大法说句公道话，想为师父说句公道话，被邪恶开除了。修炼环境变了，生活困难了，与以前截然相反了。听到的再也不是赞扬的话了，而是指责、讽刺、挖苦、取笑……，面对来自社会、家庭、单位等等诸多方面的压力，开始时感到心里不是滋味，有点“胯下受辱”的感觉，但是我没有气馁，没有退缩，坚信师父，坚定大法的心永远不会变！我能吃苦中之苦，我也能忍难忍之事。我要堂堂正正的修炼下去。

我很快就调整好了自己的状态。因为不上班，有时间学法了，我和同修们交流，恢复集体学法。因为这是师父留下来的修炼形式。在我家成立一个学法小组，有四个同修。他们三人比我大十到十七岁，其中两人不说普通话，我听不懂。开始学法的时候，真是耐着性子强迫自己学，两个小时念不完一讲法，丢字、加字、错字非常严重，其中一同修简直就是一边教一边念，一个字一个字念。我当时心情烦躁，又碍于面子不发火，有时忍不住也显示出不耐烦的样子，但是我看到他们那种认真学法、渴望学法的心态，火就熄了，也能包容理解他们了。要是以前，我早就声音高八度数落他们了，是大法改变了我自以为是的心。

那时，总是被外界形势干扰，一有风吹心就动，经常变更学法时间、地点，还以为这是智慧，其实是有怕心，正念不足。我们越来越体会到集体学法的重要，大家能互相切磋、交流，心性提高的快。这也是师父留下来的修炼形式，大家都组织起来不更好吗？

我们和同修交流组建学法小组的事，很多同修都说这是师父安排的修炼形式，师父没说取消集体学法，我们自己不

能随便取消这种形式。有的同修干扰很大，家里不同意，甚至有同修或家属羞辱你（因为我被开除，工资取消）、指责你、指桑骂槐的骂你，赶你走等等，没有了赞扬。“就针对这些问题，让你的心在这个环境中去魔炼。”（《转法轮》）我有的时候泪水在眼眶里打转，眼泪往心里流，觉的很委屈，大大的伤了我的“自尊心”。冷静下来还得向内找。是不是自己又象教育学生那样教训别人了？是不是自己哪里做的不对，伤害别人了？虚荣心，愿听表扬话的心，求名的心，急于做事，执著自我的心造成的恶果。遇到的苦恼正是提高心性，去执著心的好机会，还照样去组建学法小组。“难忍能忍，难行能行”（《转法轮》）。

在师父的呵护下，我们陆续的组建了十几个学法小组，人数不多（三到十人）根据具体情况确定学法次数、时间、地点。每个学法小组找出一人每周在一起学法两小时，然后切磋交流。大家畅所欲言，需要整体协调配合的事（如近距离发正念，营救同修等等）组织小组同修参加。在实修当中，现在学法小组基本上比较稳定，什么年节，什么“敏感日”、什么“搜查”，大多都能正念对待了。而且学法也用心了，读法出现的错误少之又少了，也知道向内找做好三件事了。

三、集体学法环境能促使同修互相配合，整体提高

我周围老同修多，经常有同修出现严重病业状态，怎么办？比如同修甲修炼不精進，常人心多，被邪恶钻空子迫害，呼吸困难，不能躺下睡觉。我和她们学法小组（五人）交流这件事情，大家说的最多的是强调甲同修应如何如何否定旧势力迫害，应如何如何正念正行。我心里怨同修不精進，怨她们五个人没正念不向内找。同修甲学法少，正念不足，守不住心性去了医院，暂时得到缓解，过几天又犯了。同修甲因一个人生活，儿子在外地，丈夫去世了。我和她一个单位很了解她，我也抱怨她没正念，不争气。我和她情重，有共同语言，我看她难受的样子，我心里也难受，她看到我去了就哭了，我差一点和她抱头痛哭一场。师父点化我马上清醒理智了，我这样做不是承认了邪恶，加强了邪恶迫害吗，我会害了她，加重对她的迫害，立刻痛苦感消失了。冷静下来，我俩坦诚的交流一番，我也找到了我不愿意让人说的心，怕得罪别人不愿意指出别人的执著的心，实质上是

保护自己的私心。我很内疚，常人情挽的我不关心同修，只顾自己做三件事，没有把同修的事当成自己的事那样对待。同修因被邪恶迫害到这种程度才知道。由于我们都提高了心性，在师父的加持下，小组同修发正念配合，她很快好起来了，努力做好三件事，坏事变成了好事，大家都提高上来了。

今年过年后，同修甲又出现同样病业状态，我听到后，真是又气又恨又心疼，脱口而出：“该！谁让她上常人那去溜达去了！”连说两遍。此时我完全变成了常人，话一出口知道错了，一边向内找一边去她家，怨同修甲没做好，怨学法小组没做好，其实自己没做好三件事，过年了，自己也懒惰了松懈了。我和甲同修又坦诚的进行了交流，心态祥和了，我没有了怨恨难过，同修也说出了难以启齿的执著心。可是同修甲好转不大，为什么？我继续向内找，师父的法理告诉我加大心的容量，放下自我，多为别人着想，对我身边所有的同修都一样对待，爱护他们就象爱护自己一样，真正的把同修的事当成自己的事一样，不是敷衍走过场给别人看，而是发自内心的和处在魔难中的同修共度难关，共同精進。我身边还有被病业不同程度干扰的，还有走不出来怕心严重的，还有不会向内去修的，还有不讲真相只炼动作发正念的等等，同样要伸出援手，帮助同修就是提高自己共同精進。我是师父的弟子，就应该这样做。修成无私无我的正觉。“修在自己，功在师父。”（《转法轮》）我悟到了这些，学法小组的同修们都找到了自己的执著，整体提高了心性，共同学法发正念，共同否定了邪恶的迫害，师父呵护我们又前进一步。整体升华上来，同修甲很快就好了，又投入到修炼中，做好三件事中去了。

四、集体学法环境促使同修比学比修多救人

师父在讲法中谆谆教导我们要讲清真相，救度众生，大法弟子的责任大，使命大，引申的意义大。只要能救人可利用常人的不同形式去做，不看职位高低，不看年龄大小……我们学法小组经常交流讲真相救人的事情。至于说发资料，挂条幅，贴标语，邮信等等我们都能很理智的做好，而且不敷衍，用心去做。就是面对陌生人讲真相，目前，有些同修还有人心、观念的障碍。

我们也是以小组的形式，上午学法，下午二、三个人一