

大法修炼是严肃的，必须认真对待。

昨天我们一家三口开了一个小型家庭交流会，互相找一找存在的问题，不找不知道，一找真是出了一身冷汗。自己在修炼中的表现很是差劲，存在着这么多的执著，争斗心、安逸心，怕心、色欲之心等等。师尊在《转法轮》中说：“整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”修炼了这么多年又找到了这么多的执著心，不知道自己是怎么修的，真是觉的无颜面对师尊的慈悲苦度。

还有个很严重的问题，就是不让人说，一说就炸。这个问题在我这反映的比较严重，致使我和妻子（同修）之间经常为此争吵。特别是在和施工单位说话办事总是居高临下，不愿听取他们的意见，有时跟他们发火，忘记了自己是个大法弟子，造成了不好的影响。有时候对本单位的领导，自己也控制不住，有时也发火，认为自己做的对，自以为是，忘记了向内找。师父在《曼哈顿讲法》中就针对我们怕别人说这个问题这样讲道：“也许相互说话中触动你的、也许和你发生矛盾有利害关系的这个因素就是师父弄来的。”“那时候你撞他其实你等于是撞我。”我读到这一下子就认识到了这个问题的严重性。师父又说：“东西我可以给你们统统都拿下去，但是养成的习惯你们一定得去，一定得去，一定得去。”师父说了三遍“一定得去”，可见师尊救度我们的良苦用心。

正法已经是最后的最后，留给大法弟子的时间值千金、值万金。师尊要救度更多的世人，作为正法时期的大法弟子，我一定要抓紧一切时间，放下执着，修去人心，做好三件事，兑现史前的誓约，不辱大法弟子的神圣使命。

谢谢师父！谢谢同修！

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

大陆法会特刊

二零一零年
一月廿八日

“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》）

| | |
|---------------------------|----|
| 第六届中国大陆大法弟子修炼心得交流大会 | 2 |
| 回归之路越走越宽敞 | 2 |
| 此生为法来 | 9 |
| 遍地开花给我的收获 | 13 |
| 坚持集体学法 共同精進 | 16 |
| 做好三件事 修好自己 救度众生 | 22 |
| 真正修自己 | 26 |
| 记十三年证实法的点滴事 | 29 |
| 坚定的信师信法 走正证实法的路 | 34 |
| 利用工作环境证实大法救度众生 | 45 |

第六届中国大陆大法弟子修炼心得交流大会

回归之路越走越宽敞

文 / 华中大法弟子

师父好！

同修好！

我是一九九六年得法的老弟子，回想自己十三年的修炼历程感慨万千，其中有艰辛，有收获，有幸福。在十三年的回归路上最大的感受是：伟大的师父，伟大的法，伟大的宇宙正法造就了伟大的时代和伟大的大法弟子！

得法

我是一个多愁善感、胆小怕事而内心追求完美的人，小时候母亲经常跟我讲一些别人看不到而她看的到的人和事，讲我的外公如何会算命，算的非常准确。讲她有一次看到天门开了，有群仙女在天上飞来飞去的很好看，使我非常向往美好的神仙世界。但是理想和现实格格不入，由于家境贫寒，父亲脾气很暴躁，父母经常吵架，年复一年，日复一日，给我幼小的心灵留下了很大的创伤。结婚后，丈夫的脾气也很暴躁，而且爱骂人、打人，有很多不良习性使我无法忍受，我觉的当人真是太苦了。冥冥中我苦苦的寻找着人生的真谛，我看了很多气功书和有关修炼的书。但是我一无所获，烦恼依旧，痛苦依然。直到一九九六年五月的一天，我最好的同事说：“有一种功法你肯定喜欢，因为你喜欢佛、道、神，那个功法里就有。”我说：“什么功法？”她说：“法轮功！”我迫不及待的就找到了另一位同事，把《转法轮》、《转法轮（卷二）》、《法轮大法义解》借回来看。我一口气把三本书都看完了，我豁然明白了，人为什么有苦、有难，人又是为什么而活着。因为当人不是目地，返本归真才是当人的真正目地！我终于找到了宇宙的真理和至高无上的师父！我得法了！漂浮的心从此变的踏实、安宁，我感到从未有过的幸福和真正的快乐！我明白了自己真正的家在哪里，我一定要回家！

我在单位里是专门审本单位预决算的。决算是原则性和政策性很强的工作。在物欲横流的今天，建筑行业的潜规则已基本代替了原则和政策。广为流传一句话叫“施工单位能否挣钱，就要看预算员”。但一到年终决算时，我都能够实事求是的作出公正的、准确的工程造价，维护好双方的利益。由于自己在工作中能够坚持原则秉公办事，公正公平的处理好建设单位和施工单位的利益纠纷，得到了本单位和施工单位的认可，他们都说法轮功真是“正牌军”，他做的事我们放心。

二零零二年有一次当地恶警将我们十多个大法弟子都绑架到分局，挨个审讯。当时已经半夜了，将我叫到一个会议室，屋里有十多个警察，其中有一个警察问我：你说法轮功有什么好？我说法轮大法可以使修炼者约束自己的行为，按照真、善、忍做好人，做更好的人。他又说：干你这个工作别人给你钱你要不要？我说：不要，而且修炼以前给的如果能找到人就把钱退回去。他感到很震惊，当着一些警察的面说了一句：有权不使，过期作废；给钱不要，纯属傻×。人类道德的下滑使这些人只看重眼前的利益，根本无法理解大法弟子的得失观。审讯完了，问还有什么要说的可以写在审讯笔录上，我当时就堂堂正的写上了“法轮大法是正法，绝不是×教”！为此，我被拘留了十五天。

三、救度有缘人，兑现史前誓约

讲真相，劝三退，不放过任何一个有缘的人。一个长期在本单位搞维修的小型施工队，十几个人，由于经常接触互相之间比较熟悉，经常给他们讲真相又给他们真相资料看，使他们明白了大法真相，全部都做了三退。

有一天下午一点多钟在办公室（下午两点上班），来了一位推销节能灯的年轻人，我想这是师父叫他来听真相的，我俩唠了一会别的，就转入正题。给他讲了贵州的藏字石、中共灭亡是天意，三退的必要性。他很快就同意三退，我还给了他神韵光盘叫他拿回给家人看看，他都愉快的接受了。

对于经常接触的各个施工队的领导一有机会就给他们讲真相，一次不行就两次、三次，最终使他们明白了真相，做了三退。对于我身边能接触到的同单位的员工，我也基本都给他们做了三退，都知道大法好。

四、存在的问题与决心

三推脱说不值这些钱，说什么也不要。但几经周折还是把钱送给了他们，同时告诉他们我是修炼法轮功的，这是最正的功法，按我师父要求，决不能收受任何人的礼物。这使施工单位的领导和工人都很惊讶，同时对我刮目相看。

有一年的中秋节，施工单位又把两包月饼和一箱饮料送到我家里，其价值在一百元左右。第二天我到施工单位去找到他们的领导，跟他们说明要退还礼品，但他们就是不答应。于是我就采取了一个极端的行动，将一百元钱扔在地上，转身就走。过后他们说我不近人情，我就给他们讲了大法对修炼者的要求，同时对我的做法有些不妥又向他们赔礼道歉，取得了他们的谅解和支持。从此以后真的杜绝了此事。他们也相信了大法的美好。

还有一次我到新建的宿舍去检查工作（主体已经封闭），另外一个施工单位的两位领导将我堵在一个房间内，从兜里掏出一个信封（里面装了很厚的钱）二话不说就往我兜里塞。我当时说什么也没有要，并告诉他们修炼法轮大法的人都按真、善、忍做事，你们不能让我做违背大法的事。然后又给他们讲了大法的真相，他们高兴的收回了信封。再见到我时他们对我非常尊敬，我知道这是大法的威力善化了人心。修炼以来，这样的事情经历很多。

我没修炼大法以前，还有一件事情让我感触很深。有一天我办公室来了两个人，说是找防水维修活，我告诉他们我们这已经有一个专业队伍在做，暂时不能换队伍。可是他们两个就是不走，软磨硬泡，拿出个信封就塞到我的办公桌里，转身就走，我拿着信封就往外追，撵上他们后就把信封放在了地上还给他们。回到办公室看同事们下棋，过了一会我就觉的身体不对劲，小腹部位一会儿比一会儿疼，再过一会儿连路都不能走了，小腹部位拧劲疼。我当时就去找一个有功能的人（修小道，专门给人治病的），他说那个人是个“跳大神”的，由于没有答应他的要求，就用他的附体伤了我另外空间的身体。养了二十多天才逐渐恢复。修大法之后我回想起这件事情，就觉得如果我那时修了法轮大法，这个事一定不会发生。我深深感到一个生命能够修大法是多么的幸运，又有什么理由不好好修呢！

二、做好本职工作，不辱大法弟子的使命，在各方面证实大法

走过魔难

我所在的单位在当时的县城算是最好的白领阶层，很多人都羡慕我有一个好工作。因为丈夫下岗失业，我很珍惜这份工作。得法后，我就按照师父说的修炼的人在哪里都要做一个好人的标准去做，因此我总是早来晚走，兢兢业业的干活，愉快的生活、修炼着。修炼前的很多毛病，如乳腺增生、美尼尔综合症、胃病、关节炎、红眼病等在炼功不到一个月全部不翼而飞，修炼前的很多恩怨情仇因为修炼了也都化解和放下了不少，因为我明白了人与人之间的矛盾都是有因缘关系的，人欠了债就要还。当我对法理有了比较深的理性认识，修炼的心也很坚定时，一个巨大的魔难向我袭来。由于我们单位内部管理不规范，财经制度不严密，被人钻了空子，帐上资金被别人骗了二十多万元，因为我是责任人之一，因此被单位开除了。当时确定钱被骗了时，我真切的感受到天塌了！这突如其来的魔难把我懵住了，但我心里明白这是过大关。从出事到最后被开除中间经历了将近一年的调查时间，我知道是慈悲的师父在等我提高心性，否则的话，我会承受不住这个打击的。在这一年的时间里我每天除了吃饭、睡觉外，就是学法、背法，在这段苦修的过程中我放下了很多名、利、情和执着心。师父在《法轮功》里说：“但是作为炼功人，别人看的很大的东西，你看的就很小、很小，太小了。因为你那目标太长远了，太远大了，你将要和宇宙同龄。你再想想那东西，可有可无的，你往大了想想，那些东西都能过的去。”是啊，我将要和宇宙同龄，这个魔难又算得了什么呢？也许是生生世世中欠下的命债通过这种形式还了！就这样我很坦然的面对被开除这个事实。当时师父海外讲法一个接一个，师父的讲法著作一本接一本的出版。我就每天和当地同修集体看师父海外讲法录像，不停的看书、背法，为今后证实法、救度众生打下了坚实的基础。回想那段珍贵的日日夜夜，那是我生命长河中最幸福最美好的时光。因为每天都能看到师父在海外讲法时的音容笑貌，就如同在师父的身边，每天沐浴在师父洪大的慈悲中。现在才知道是因为师父担心大法弟子承受不住即将到来的宇宙巨难，所以接连不断的在世界各地讲法。多么伟大慈悲的师父啊！为了宇宙的安危，为了大法弟子走过巨难，真是“操尽人间事 劳心天上苦”（《洪吟》〈高处不胜寒〉）。

進京上访

一九九九年七月，邪恶铺天盖地攻击大法，谣言、谎言漫天飞，报纸、电台、电视台全方位打压法轮功。在这生死存亡的紧要关头，我们大法弟子承受着来自社会、家庭方方面面的压力，我每天都要苦口婆心的向周围的人讲述着大法的美好，我们师父的伟大，政府打压法轮功是错误的。十月份听说邪恶想进一步构陷我们师父，我听到消息的那一瞬间，心灵的最深处痛苦的喊了一声：师--父--

第二天我就和当地几位大法弟子踏上了去北京的列车，我要用生命维护师父的清白，维护大法的神圣！

这里讲个有趣的小插曲，我决定去北京的当天，因为丈夫寸步不离，我就想怎么走呢？因为我们要坐下午的火车，当我下午要离开时，突然乡下的一个电话将我的丈夫召去了。我顺利的到了车站，我们几个会心的笑了，都明白，只要做事符合法的要求，师父就会帮忙。

到了北京，我们才知道信访部门根本就不让上访，谁上访就抓谁，我们就找了一个地方住下来了。在北京的那段时间里，我的心性得到了飞速的提高，明显感受到怕心在一点一点的消掉，正念在一天一天的强大。我在天安门广场目睹了一批又一批来自全国各地进京护法的大法弟子被抓的情景，他们前赴后继，神情是那样的坦荡和无畏。每天都有成千上万的大法弟子涌向北京，涌向天安门广场。我感受到作为一个大法弟子在大法遭到魔难时能够站出来维护大法是何等的荣耀，生命因为能够助师正法是何等的伟大和有意义！

十月二十六日早上我到达广场时，看见望不到头的警车到处都是，恐怖笼罩着天安门广场。当时不知道喊口号和打横幅，只知道站出来就是证实法，当我和另外两个同修刚到广场中央就被便衣追问是不是法轮功，我们坚定的回答道：“是的。”就被推上警车。在天安门派出所我们来自全国各地的大法弟子齐声背《论语》、背《洪吟》，那声音响彻寰宇，真是惊天地泣鬼神，后来被当地接回非法关押半年。

讲真相救众生

从看守所出来后，我就苦苦的思索：邪恶对大法这样铺天盖地的污蔑，造谣，这得毒害多少众生呀？怎么办？上访是不可能的，我们又没有报纸、电台，靠一张嘴怎么讲的清

没把我制服住，就放下两位女同修跑过来帮忙。我当时一点怕心也没有，心想，身上的两本《九评》不能落到他手里。同时，师父《正念制止邪恶》的法反映到我脑海里来了。于是猛力一挣，挣脱了他的手。我立刻盯着他的眼睛说：“你不要打我，打我就是打你自己。”这时，妻子同修也往这边跑过来，边跑边大喊一声：“定住他！”我们话刚出口，就见他的头象被棒打了一下，一摔，整个身子象木棒一样被定在那里了。他威风扫地，哭丧着脸哀求我说：“你们不要到这里来。”我见他可怜又可悲，没说什么，在妻子同修的催促下离开了。在我们走了一里多路时，带去的那位同修也追上了我们。后来我悟到，那时是师父的加持使我能临危不惧，是师父的呵护让我们得以平安脱险，不由的泪水夺眶而出。

修炼十年了，与师父的要求还是相差甚远，还有很多心没有修去，特别是急躁心、干事心、争斗心、怕心，也还有很重的情没有放下。但是，无论环境多么恶劣，邪恶多么疯狂，我坚定的信师信法、坚修到底的决心，永远不会改变。

个人的点滴体会，不当之处请同修慈悲指正。合十

利用工作环境证实大法救度众生

文 / 吉林省大法弟子

尊敬的师父好！

同修们好！

我是得法十一年的老弟子，十多年风风雨雨中走过来，从未写过稿在法会上交流过。借这次机会我必须对自己的修炼做一次总结，向师父做一次汇报。

一、拒收施工单位的礼金，在工作中证实大法

我的工作是基建处工程科负责人，很多常人都很羡慕我的工作，认为有利可图，有钱可赚。逢年过节经常会有施工单位送来礼品。记得九八年刚得法不久，施工单位有一个家属在影碟机厂工作，说能买到便宜的影碟机，就送来一个给我。问多少钱也不告诉，说很便宜。当时觉得已经买了，退回去也不太好，我只好到百货大楼去打听到这一品牌的价格是二千三百元，我就给他们送去了二千三百元现金。他们再

生活，怎么行？”我们说：“这就是我们最好的生活，今天是因为菜园里的菜打了药，才买了这豆腐、豆渣。平时，从不买菜。我们生活的很好。”他话锋一转：“你炼功，身体好了，就在家炼，我不反对；到外面传，我是制约的。”还说了一大堆他在大学里学的自然科学和共产党也提倡真善美，等等。还说了一些对师父不敬的话。他不听真相，我们开口对他讲真相他就把话扯开。我就盯着他不停的发正念，清除他背后的邪恶因素。他脸都红了，时刻准备起身走。见此情景，我对他说：“你慢走，听我说一句，你刚才讲的这些都不是你本性的一面讲的，而是长期受邪党毒害而形成的观念的一面讲的，对我们是无效的。建议你看看《九评》和大法真相资料，多了解一下法轮功，不要做邪党的牺牲品，为自己选择一个好的未来。”同时还讲了善恶有报是天理，善待大法得平安等道理。他没有反应，悻悻而去。

用强大的正念定住恶人

从迫害开始直到今天，我和妻子同修都是坚持面对面讲真相。特别是《九评》发表后，感到时间紧迫，责任重大，就和妻子同修商定，她每周外出三次讲真相，我每周外出一次。原因是，外出讲真相需要很多钱做路费。这些钱都靠我种地所得。我们生活清淡，近几年来，逢年过节，从未买过鸡鸭鱼肉，我们也不喂养牲畜家禽，以免杀生。无论严寒酷暑，我们从不间断讲真相，几年来几乎走遍了附近几个乡镇的每个角落。每次出去都要乘一段路的车，还要走几十里路，每次都能退二十人左右。讲真相时会遇到各种各样的人，比如乡镇书记、干部、工人、学生、教师等，最多的是农民。我们不仅走进农民家里去讲，很多时候是下到田地去讲。有时也会遇到坏人、恶人、恶警，不仅不听真相，反而迫害我们。

一次我和妻子带一个刚走出来不久的同修外出讲真相，被恶人诬告。一会儿，警车开到了我的身边停下，下来一个所长和司机（请的打手），那所长恶狠狠的对我说：“跟我去所里一趟。”我问为什么，他说：“陈支书举报你们在这里搞迷信活动，还劝他退党。”我心平气和的解释：“我们不是搞迷信，是救人。”他不容分说，猛的一手抓住我的头发一手抓住我的衣服往车里挤，还满口恶语、脏话的骂人。我用力抵住车门口，不进去。一会儿，那个请来的打手见还

讲的完呢？这时师父的《走向圆满》等一系列经文象指路明灯陆续发表了，我明白了救度众生任重而道远。我们在修炼自己的同时还要普度众生，在法理上明白了，我就走出去和同修们一个个交流、切磋，让大家明白助师正法、救度众生是我们正法时期大法弟子的神圣使命。二零零零年底我们当地很快创建了一个资料点，由于当时邪恶迫害严重，环境很险恶。我们当地同修一个个走出来，冒着生命危险向世人广泛的传播着法轮功真相，一次次面临邪恶绑架、非法抄家、关押、劳教、判刑，我们当地证实法、救度众生的脚步始终没有停止过。一次次与我联系密切的大法弟子被抓，被关押，对于我说是一次次心灵痛苦的抉择，一次次生与死的考验。现在回想起来很轻松，当时确实感觉到每天都处在风口浪尖、刀山火海上，每一次听到有人敲门就会联想到是否是警察、“六一零”人员，每一次出门发传单都要想一想今天是否还能回家，但是为了世人能早日明真相，为了众生能得救，为了兑现自己的神圣誓言，每一次都义无反顾的突破自己的怕心，否定不正的思想念头，战胜自我，一次次闯过来了。

教训

二零零三年，我们当地资料点被严重破坏，做资料的几个同修被抓被判，很多同修都起了怕心，讲真相的人越来越少。在这种情况下，我主动承担起接资料、分资料、发资料的工作，由于有十几个大法弟子被关、被送劳教，多数同修一时不敢出来发资料，讲真相的事一度慢了下来。由于给我送资料的同修从外地拼命的拿资料给我，而我们当地的同修多数又不要资料，我夹在中间压力可想而知是多么的大，学法明显跟不上，工作又繁重，资料又集中。邪恶抓住了我未修去的人心、执着钻空子，我被绑架，非法关押了一个多月。在这之前，慈悲的师父多次点化我有危险，但是由于我做了一些证实法的事，耳边听了很多赞扬的话，心就飘飘然起来了，执着心越来越膨胀，把师父的点化当耳旁风，非常执着自我，证实自我。表面是别人把我说出来了，实际上是强烈的显示心、欢喜心让邪恶钻了空子，抓住把柄进行迫害。教训是深刻的，由于这一跤跌的重，我消沉了快一年才从新回到正法洪流中来。过后我们当地总结经验教训，决定按明慧的要求资料点遍地开花，不搞大型资料点，不能让邪

恶再钻空子。现在我们当地资料点遍地开花，始终稳定的运行着，在救度众生中发挥着重要的作用。

去执着，破除旧势力的安排

二零零六年七月的一天，国保大队三个人到我家到处乱翻，我稳下心来发正念，让他们看不到我装大法书和资料的包，心里坚定的对自己说：无论什么原因，这件事情到我这里为止，决不能出卖任何一个大法弟子。他们什么也没有翻到，叫我跟他们走一趟，我坚决不配合他们，我将房门关上坐到床上发正念。我发了半个小时正念听见他们走了，我就出门买菜，买完菜回到家里，丈夫说：“商店里打电话说国保恶警在店子里翻出了一堆资料。”我一听，吓的赶快把菜一丢，跑出了家门。我跑到一个同修大姐家里，心情非常沮丧，心想这下完了，我要流离失所了。

同修大姐修的非常扎实，她和我坐下来一起发正念、学法，讲她修炼中的体会。我感受到她是那样的慈悲祥和，她的生活非常简单，她一个人常常是一根苦瓜在饭里一蒸，就可以当一个星期的菜，而讲真相时，为了别人得法，她经常买MP3和影碟机送给别人，讲真相劝三退常常是早上七点多钟出门，到天黑才回家，有时到家里已是第二天凌晨了。多么伟大的同修啊，我从同修的身上看到了自身的不足和执着心，与同修比起来我觉的自己修的太差劲了，这些年把做事当成了修炼，认为轰轰烈烈就是修的好，根本没有实修自己。慈悲的师父把我安排在这位大姐家里，使我受益匪浅，让我终生难忘。我从同修身上看到了同修对师父的坚定正信，对正法修炼机缘的无比珍惜。我学会了遇事向内找和真正的悟道，通过几天的学法、发正念和师父的点化，我开始冷静下来向内找，我终于找到了遭受迫害的原因，由于我的丈夫没有正式的收入，脾气又不好，这么多年来不出去找工作，特别是对我娘家人态度不好，我对他有怨恨心，心里嫉妒的愤愤不平，对他打过我几次一直耿耿于怀，总觉的自己的婚姻不美满，在梦中经常跟别人谈恋爱，其中有强烈的色欲心没有去掉，这些根本执着没有去才招的鬼上门。我找到了这些执着心后就加大发正念的力度，直指这些执着，彻底清除。同修大姐鼓励我回去上班，我想是该离开大姐的家了。

当我从同修大姐家一出来时，一种莫名的怕和恐怖向我

警恶狠狠的问我：“你老婆哪里去了？！”我十分威严的回答：“她到哪里去了你不配问。”综治办主任见没吓倒我，就假惺惺的问：“我们交个朋友好不好？”我同样严肃的回答：“我不认识你。”他说：“我到你家都来过好几次了，怎么还不认识？”我坚定的回答：“不认识就是不认识。我们炼功人不交朋友也没有敌人，一心只想救世人，希望你们记住法轮大法好，不要迫害法轮功，为自己选择一个美好的未来。”我边和他们讲话边对着他们发出强大的正念。同时请师父加持。他们抓不住把柄，就回到公路边的车旁。车里其他的人则到村里走家串户打探我们的情况。这时，我停下做的事，坐下盘腿立掌，对着公路上的警车和恶人发正念，清除控制他们的邪恶因素。大约过了两个小时，他们走了，留下村支书监视我。我走上公路问他：“都走了，你为什么不走？”他直截了当的说：“我就是留下来监视你的。天黑前见不到你老婆，就把你抓去，目的是怕你到长沙抢火炬。”不久，妻子回来了。他立即报告派出所。政法书记和派出所长开车来了，下车后望都不敢望我们，就一头扎进我儿子房里，和我们刚从广州回来的儿子聊起了生意上的事。我和妻子跟进去对着他发正念。他说：“你们在家炼功我不管，如果到外面传我就要抓人。”此时，那个所长无中生有，当面造谣讨好上司：“他们还要我炼法轮功哩。”我们望都没有望这小丑。妻子同修对这那书记大声说：“你抓谁？你不退出共产邪党命都保不住！”惊的他往后仰。我也否定他一句：“我们不属你管，你说的不算。”儿子见我们僵持不下，怕我吃亏，糊涂的说：“书记讲了在家炼就在家炼，何必到外面去传？”他好象抓到了一根救命稻草：“你看你儿子都是这样看的。”我们十分坚定：“现在谁说的都不算，只有我们师父说了才算数。”他们理屈词穷，灰溜溜的走了。我对他们补充了一句：“记住，是‘天灭中共’。”

为了挽救这位政法书记，我们从外地给他寄去真相资料，希望他得救。十一前夕，他又和警察到我家，换了一副嘴脸，假情假意的关心起我的衣食住行来了，说：“这房子该换新的了，儿子在外面混的不错，又不缺钱，何不盖个楼房？衣服也要穿好点，整齐一些。”指着我们饭桌上的豆腐、豆渣，说：“老了，应该享受点儿，生活好点儿，就这

几个月，妻子同修也从白马垅劳教所回来。她人已骨瘦如柴，洗澡时要我扶才能站起来，心窝里面一个硬砣，不知是什么东西。我鼓励她坚强起来，不要承认旧势力的这些安排，同时帮她发正念，清除那些迫害她肉身的不好的东西。她恢复的很快。几天后，我们一起到迫害我们的直接责任人乡政法书记家里，对他讲真相。我们对他讲了什么是法轮大法及修炼法轮大法的美好、大法洪传世界的形势、天安门自焚伪案的破绽疑点等等，最后指出送我们劳教是迫害、是犯罪。并送给他一本《欺世谎言》。他说：“今后我不转化你了，你也不要转化我，好不好？”我们同时也向派出所的全体人员讲真相。从此，他们见到我们就躲。旧势力见这些人没有利用价值了，就把他们全调走了。原来从北京绑架我们回来的那个政法书记又调回来了。有一天讲真相路过乡政府门口，他刚好从门口出来，碰上了。他伪善的主动和我握手，还一边和我妻子打招呼一边说：“你们不要在外面传。”我也笑着对他说：“听说你现在当了镇长，恭喜你，请你记住法轮大法好，不要迫害法轮功。”他接着我的话：“真、善、忍好不好？当然好。可是被人利用了。”我就盯着他的眼睛，紧握他的手，集中精力发出强大的正念：“灭！”他吓得抽手就逃跑，边跑边耍无赖：“听说你们炼功人会点穴，今天点给我看看。”从此，他再也不敢面对我们。

这期间，那个迫害法轮功特别卖力的恶警已升为派出所所长。他虽然迫害过我们，我和妻子为了挽救他，还是去给他讲真相。见了面，没等我们开口，他竟然说：“你们也太大胆了，讲真相都讲到我们头上来了。”并说要把我们怎么样。妻子说：“我们有师父管，不属你管。”他就又摆起了架子：“只要你是这里的公民，就属我管。”这时，我一边对着他发正念，清除他背后的邪恶因素，一边质问他：“那么多卖淫嫖娼、打牌赌博干坏事的你们为什么不去抓？”他无言以对，因为他本身就是一个赌痞，而且因赌被停过职。不久他也被调走了。派出所又换了一套人马，还调来了一个年轻的政法书记。

奥运期间，这个政法书记带着这套人马，还有村支书，开着警车，气势汹汹前来我家抓我和妻子。那天，妻子外出讲真相，我在地里劳动。片警和综治办主任走到我面前，片

袭来，我走在街上总觉的有人跟踪，回到家里听到敲门声心里非常害怕，特别是想到如果一上班会不会又被绑架，因为上一次就是上班被绑架的。到底去不去上班呢？真是生与死的选择。这时有个同修帮我在外地联系了一个打工的地方，要我出去打工。她说你回去上班肯定有危险，邪恶会追问资料的来源，她还说这是到了你舍尽一切的时候了。我把这些话讲给丈夫听，丈夫坚决反对我出去打工。我体悟到修炼真的就象学生读书一样，学一段时间就会考试。题目有选择题，正确的答案错误的答案都在那里摆着，就看你平时学的扎不扎实，学扎实了就会选择正确的答案。我想流离失所决不是师父安排的道路，我心里无数次的念师父的诗句：“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟二》〈师徒恩〉）。发正念时，我感受到慈悲伟大的师父帮我拿掉了很多不好的物质因素，一直发到泪流满面，痛哭失声。

晚上做了一个梦，梦中食堂开饭了，别人都拿着饭碗去吃饭，而我却怎么也找不到饭碗。醒来后知道，这是师父点化我不能流离失所，不能丢掉饭碗，于是我堂堂正正的上了班，全盘否定了旧势力对我的变异安排和非法迫害。

营救同修

二零零七年我地一位同修被国保大队绑架，邪恶公然在大白天到同修单位、宿舍非法抓人、打人、抄家。我得知情况后，一方面写稿子发往明慧，呼吁海内外同修打电话讲真相，一方面联系其他同修制作真相资料和不干胶。这次营救同修跟以往一样，每次有同修被绑架后，在外面的同修被旧势力干扰的很大，特别是有条件做真相资料的同修不是这个干扰就是那个干扰，显的很麻木和被动。我找了几个同修交流时，他们都不是很积极主动。但是我的心很坚定，丝毫不受其他同修的带动，我心里想起师父曾说过的一句话：“只有一个人修成了，我叫这个人成就宇宙”（《各地讲法三》〈大纽约地区法会讲法〉）。这里面有很深的内涵，我的理解是，哪怕是有一人修成了这个宇宙就是有希望的。同样，在这件事情上，即使别人都没有悟到整体配合的重要，我悟到了我就应该积极的去做到。有一人悟到了就有希望，就足够了。当我心性到位了，师父就安排和我交流过的同修来找我，她说被我的精神感动了，于是我们连夜制作专题小册子和不干胶，第二天下午，我们约了五个同修在一起

学法、发正念，连续五个钟头学法、发正念，发完六点的正念我和一个同修回到我家，我们准备吃了饭就到被抓同修单位宿舍发资料，争取营救时间，因为第二天就是星期五，单位人员明真相后就会去国保要人，否则的话又要等到下个星期，情况会变的复杂，越早越是最佳营救时间。

刚到家，丈夫就劈头盖脸的发脾气、骂我，要把我送到我娘家去，要和我离婚。我知道是另外空间正邪大战，邪恶操控他干扰我们营救同修，我就静静的发正念，解体丈夫背后的邪恶。一会儿他就出去了（晚上回来跟没发生什么一样）。

我和同修很快就将小册子、不干胶铺遍了同修单位宿舍楼。第二天被抓同修单位热闹非凡，人们议论纷纷。单位领导迫于压力就到国保大队要人，下午同修就被营救回来了。这其中要感谢国内外大法弟子打电话讲真相的大力支持和强有力的声援！

否定经济迫害

我被单位开除后，就在一个商店里打工，每月工资只有三百元，丈夫一直没有工作，孩子还要读初中，我的生活一下子变的艰难困苦起来了，而且我的工作时间从早上六七点到晚上六七点，一个星期只休息一天，一干就是十年。在前五年的最艰苦的岁月里，我心中始终牢记自己是一个大法弟子，再苦再累我都没有怨言，吃苦还业且接触的人又多，我还觉的很好，白天在店子里遇到有缘人我就讲真相（其中有几个人现在成了坚定的大法弟子，在各自的地区独当一面担负着证实大法、救度众生的神圣使命），晚上回家就学法，到外面发资料，生活安排的很有条理。当别人知道我的情况后都惊奇的说：“这点钱一家人怎么过日子呀！”但是在慈悲的师父呵护下我走过来了，这其中有同修在我为难时的慷慨相助，有亲戚朋友的接济，帮我度过了最艰难的日日夜夜，在此我衷心感谢师父的慈悲呵护和同修无私的关怀！我记的有一次家里已经揭不开锅了，第二天就要断炊，我也没有时间多想什么。这时一个同修匆匆跑来给我二百元钱（后来我都还了），她说你是不是没钱了？我知道是师父叫她送钱来了，我流下了感激的泪水。师父啊！您为弟子操碎了心，弟子却无以回报，唯有精進再精進！

有一次我的高中同学聚会，大家轮流请客，轮到我时却

服，搜走经文，强迫我“转化”、写“三书”。我不配合邪恶的安排，把心一横，就是死也不“转化”。他们就不让我睡觉，长时间坐小板凳，强迫我看诽谤大法的书和光盘。一次，邪恶强行让我看一本诽谤大法的书，我随便一翻，一下看到了关于拔牙那一节。邪恶借此诽谤师父，并说不存在那回事。我们村一个叫张高贵（化名）的人，比我小两岁，他小时候在两颗门牙中间长了一颗牙，到二十岁时那颗牙长到嘴唇外面，怪不好看，当时医院不敢拔，怕出生命危险。一天，他和一群年轻人到街上去玩，被一个拔牙的老头从中拉了出来，指着他那颗怪牙说：“有这颗怪牙，你很难找对象。这样吧，你喊我一声干爹，我就给你拔下来，一分钱都不要，而且不痛不出血。”张高贵马上买了两包烟给那老头，喊了一声干爹。人群一下子围了上来，看稀奇。我当时还以为会象玩魔术一样有什么表演。只见他面前的一块布上摆着几只象装链霉素一样的小瓶和一堆坏牙，他打开一瓶，用烟头蘸上点儿药水，在那颗怪牙的根部按了几下，要他嘬几口气，不到一分钟怪牙就吐了出来，又长又弯。真象玩魔术。我讲完此事，把书朝邪恶队长那儿一扔，说：“你可以打电话去问，我们当地这一辈的人都知道这回事，而且他本人现在还在，身体还很好。”邪恶队长捡起书，哑口无言。

邪恶见达不到目地，就把不“转化”的大法弟子关小号，采取极端手段折磨大法弟子，强行“转化”。包夹我的吸毒犯和那个班长（也是吸毒犯）对我说：“老头，你进去不得，进去就会死里头。赶快写个保证，不炼了。其实你回去在家里炼，谁会知道？”他催我几次，我都没写，也没回话，心中一念：现在就是上断头台我也不“转化”。正拿着衣服去小号，来了一个人指着我说：“他不用去了。”我知道是师父又一次保护了我，泪水涌上眼眶，在众人面前我控制不让它流出来。

在劳教所，除睡觉外就是发正念背法。用师父给我的神通捣毁劳教所这个黑窝里的所有黑手乱鬼及宇宙中的一切邪恶。每天都是这样，从不间断的发正念。

揭露当地邪恶

二零零三年夏末，我在师父的呵护下从劳教所正念闯出。乡政法书记、派出所长开车接我回家，途中我没说一句话，就对着他们发正念，清除他们背后的邪恶。回家后过了

句不正常的话吗？看见过我们做过一件不正常的事吗？”他答非所问：“我知道你们二老自从炼了法轮功，也不吵架了，病也没了，身体越来越好。”他话锋一转：“那些人为什么去天安门自焚呢？”我们把天安门自焚伪案的破绽、疑点，以及“四·二五”上访和江某某为什么迫害法轮功等等，耐心讲给他听。他听后如梦初醒：“原来是这样。果真这样，我今后也会修炼。”然后蒙上被子，鼾声如雷。儿子的朋友很多，都是些敢说敢为的青年，儿子和他们讲了我们修炼前后的变化，弘扬了大法，为他今后走上修炼的路打下了基础。儿子的朋友也爱到我家来玩，并听我们讲真相，做了“三退”，得救了。其中一人，现已走上修炼的路。

小儿子因种种原因，这几年没有回家。一次，打来电话说出了车祸，差一点点丧命。他妈说：“正因为你是大法弟子的儿子，才差一点点，换了别人，一点不差，早就死了。”并叮嘱他：哥哥给带去的护身符要经常戴上，并要告诉周围的朋友记住“法轮大法好”。小儿子说他相信师父，今后也会修炼。我在电话中告诉他“三退”的重要性，他愿意退出少先队，抹去兽记、做好人。

在劳教所证实法

二零零二年初夏，乡派出所长、村治安主任等一行人，无条件将我和妻子从看守所接回来，治安主任临分手时对我们说：“今后要到哪去，对组长说一下就可以。”我没有听他的，第二天就和妻子同修出外讲真相。开始在本村走了一圈，然后向外扩大范围。那时胆大心粗，特别着急，恨不得一下子让天下所有人都知道法轮大法好，法轮功是受迫害的。后来，嫌走路太慢，干脆到车上去讲，见哪辆车客多就上哪辆。售票员总要问去哪里，我们就开门见山：我们是炼法轮功的，法轮功是按真、善、忍的标准修炼自己这颗心，加上五套功法，又叫法轮大法，实际就是佛法修炼，不是电视里讲的那样，特别是那个天安门自焚事件是假的，是栽赃诬陷法轮功的，等等。我们一股脑儿倒出真相，而且声音大，让车里所有人都听见。一次，车上很多教师和干部，不但不听真相，还诽谤师父、诽谤大法。当时我们起了争斗心，和他们争起来了，结果被诬告。邪恶把我和妻子诱骗到公安局，各被非法劳教了一年。

在劳教所里，刚一进门，几个执勤人员上来扒光我的衣

没有钱请客。后来他们就不要我参加了，我失去了很多讲真相的机会。这件事使我内心很震惊，我必须静下心来反思一下自己修炼的路是否走正了。我做到了证实法了吗？我一直在证实自己是多么的能吃苦！我感到羞愧，我们是正法时期的大法弟子，一切都要围绕证实法、救度众生而转，方方面面都要有利于证实法，这不是以往的个人修炼时期越苦越有威德。旧势力迫害大法弟子就是从身体、经济、名誉这几个方面下手。我目前的境遇这不是迫害又是什么呢？正法时期的大法弟子是在反迫害中树立威德，而不是一味的承受迫害。在法理上清晰后，我就开始在反迫害方面发正念。我说：我是大法弟子，救度众生是我的神圣使命，一切干扰我证实法、救度众生的安排我都不要，全盘否定旧势力对我修炼道路、修炼环境、经济环境、证实法环境的一切变异安排和非法迫害。就这样坚持了一段时间后，我的环境逐渐改善。从二零零五年开始，工资从三百元涨到五百元，从五百元涨到九百元，从九百元涨到一千二百元，年终奖金从一千元逐步涨到去年的三千元。我的孩子顺利的读完了高中，现在在读大学，还有一年就毕业了。店子里的条件也逐步改善，从二零零五年就安装了电脑，我在闲暇时就上网。经常看明慧文章，也有时写文章投稿，帮同修上网三退。同时承担着几个证实法的项目，起着协调作用。在慈悲的师父呵护下心性在提高，境界在升华，证实法的路越走越宽敞！

此生为法来

文 / 河北大法弟子

师父好！

同修们好！

我是一九九六年得法的，至今已修炼十三年多了。师父，是您把我从一个疾病缠身、不能自理、追求名利的业力满身的人，从地狱中捞起、净化、洗净，变成了一个身体健康、看淡名利、遇事能为别人着想、按着“真、善、忍”去做的修炼人。我经常非常自豪的想，我是世界上最幸运的人，我有师父。是师父给了我第二次生命，能跟随师父助师正法、救度众生、返本归真、完成史前大愿，是我最大的荣

幸。

回想起这十年正法修炼的这些日子，在师父的看护和呵护下，在风风雨雨中走到了今天，真是有苦也有甜，真正感受到了师父为救度我们和众生的艰辛，弟子真是无法用语言表达。

一九九九年“七·二零”邪党刚开始打压的时候，我就暗下决心，一定要去北京上访，去人多的地方——天安门广场，去告诉人们大法的真相。如果我们不去讲，那么受害的是众生，听信邪党的谣言，跟着邪党谤佛谤法，那是多大的罪呀。于是我从一九九九年十月到二零零零年十二月，三次进京证实法，三次被邪党绑架、非法关押在看守所里。但邪恶的迫害，改变不了我要告诉人们真相的决心。

二零零零年开始，我在一个盖房的工地看大门，这可给我提供了一个面对面讲真相的好场所。因为有许多民工和送钢材、水泥、沙子等材料的人，所以我见人就讲，发给他们资料、小册子和光盘，心想可别错过了使他们明白真相的机会。有一位唐山来的工程师，听到我给他讲真相后说，你是什么学校毕业，讲的太好了。我说不是我讲的好，事实就是这样的。他真正的明白了真相。虽然当时还没有叫众生“三退”，我想他明白真相后也会给后来的“三退”打下良好基础。

师父告诉我们：“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》〈理性〉）。一开始讲真相劝“三退”，我就从亲朋好友中开始做，到他们家里去讲或去单位，效果都挺好。特别是给同学讲真相时，我就利用同学聚会的时候讲。因为我上学时是班长，我就利用这个有利的条件，组织同学聚会。

一九九九年二月没有邪恶迫害的时候，我就组织聚会，给同学讲大法的美好和自己通过修炼身体健康做好人的体会，有的同学和老师看书学法了。邪恶开始迫害后，我又组织同学聚会，给他们讲邪恶对大法的迫害，并给他们每人准备了《九评》光盘、小册子等资料。他们明白真相后，我就帮他们做“三退”。当时没时间讲退出邪党组织的，我就利用送照片和通讯录的时候劝“三退”，我们全班同学基本上都退出邪党的组织。同学们的兄弟姐妹有认识的，碰到时，我也及时帮助“三退”。这样，同学们和他们的家人朋友在

上，我都蒙在被子里流泪，不知如何是好。一天晚上，我似梦非梦，整个身体一下从高楼上掉了下来。于是，我开始反思是否真的错了？“转化”了，换来了那里的一点自由，每天干点轻松活，也可以随便走动，晚上住在外监的一个房里，学法炼功都可以。我就利用这机会，给进来的普犯讲真相，同时找机会和外面的同修取得了联系。一天，外面的同修送来了师父的新经文《路》。干活休息时，我给大家读，读到“这对正法来说与一般修炼是截然不同的”，“截然不同”几个字特别大，特别显眼。这时我一下清醒了，知道这是师父点化我，“转化”是错的，千万不能“转化”。

没几天，乡政法书记、派出所所长、村主任、县“六一零”的头头们开着车，接我回家。县“六一零”头头说：“‘转化’不‘转化’（放弃信仰）现在拍板，你说了算。”他满以为我真的会“转化”，话说的很响、很硬。政法书记则说了很多“不准”，什么回去后不准炼功、不准串联、不准走亲访友，等等。听着这话，我想，这不是师父借他的嘴告诉我不“转化”也是我自己说了算吗？于是，不等那政法书记说完，我就抢着说：“你别说了，我不‘转化’，也不回去，除非无条件释放。”我这一说，全场惊呆了。特别是那个狡猾、奸诈、阴险、恶毒的当时的副主任（现在的主任），象霜打的茄子，一下子蔫了。那个主任亲自送我回监，并悄悄问我：“你说心里话，我没有迫害你吧？”我听了一惊，觉的此人良心发现，可能有救，就说：“你没有，我是上了某某的当。”果然，不久通过他朋友的妻子（大法弟子）的努力劝说，此人退出了“六一零”，并“三退”了。

我的行为、表现轰动了整个看守所和我们所在乡村。邪恶到处说我“顽固不化”，更有甚者，说我炼功“走火入魔”如何如何，谣言四起。就连我家附近的一个中年人都对别人说我炼功入了魔、再碰上我时要小心点，还说“他如果再炼下去，说不定两个儿子都会被杀”。结果，大儿子从外面打工回来，怕在家睡。一次在家睡时，因为门无闩，他就把桌椅堵上，也不关灯。我和妻子轻轻把门推开，刚一进去，他从床上一跃而起，如临大敌，两眼直盯着我和他妈，大声问：“你以为我睡着了吗？！”见此情景，我和他妈坐了下来，问他：“你回来这么多天，听说过我们说过一

袋放那儿，如果没有人要，还是归你。”几天后，老板的亲家翁来榨油时，发现他的籽少了一袋，一看这袋正是他的。此事传开，都知道我们炼法轮功的人是不占人家便宜的。

二零零零年十一月，我和妻子去北京证实法，去天安门广场前的早晨，两个年轻人找到我，说他们是泥瓦工，做事时挖到一个坛，里面装了金佛、金元宝和中华民国时的纸币，还有一封遗书，并拿给我看。还说，包头为了得到这些，正在追杀他，要求给点钱他回江西老家。我当时把那些东西拿到手里看了看，觉的都是真的。就在这时，师父“生无所求 死不惜留 荡尽妄念 佛不难修”（《洪吟》〈无存〉）的法马上在我的脑海里反映出来。心想：我是来证实法的，而且就要去广场，带这东西，怎么证实法？这不是为钱假修吗？说不定还会丢命。于是，我把身上仅有的二百元钱送给了他。他接钱后，硬要送给我一样东西，我不要，并告诉他这东西价值几万元，不是二百元钱能买到的，我们是炼法轮功的，就要去天安门广场证实法，为师父讨回公道，并要他们记住“法轮大法好”。事后我想，这不是受了骗吗？反过来又想，即使受骗，也是有原因的。因为修炼前，我一心想发财，花了不少路费，去寻找这些东西。结果徒劳往返，什么也没得到。如今不找自来，这不是对我人心的一大检验吗？得了那东西，我还会去天安门广场吗？说不定就会放弃修炼，失去这万古机缘。多可怕呀！

跌倒了，师父把我扶起来走正

乡政府政法书记、派出所所长和村支书三人，用一个手铐，将我的右手、妻子的左手铐在一起，从北京绑架到本县看守所，强制我们听、看诽谤大法的报刊、广播和天安门自焚伪案的光盘，利用亲友劝说、办大大小小的学习班（即洗脑班），妄图“转化”我们大法学员。不“转化”，就奴役劳动。特别是邪恶利用那些在劳教所里被“转化”了的学员，用他们那套歪理邪说来“转化”我。由于修炼才几个月打压就开始了，自己对法理悟的不深，听了他们的那些邪悟的歪理分辨不清，被说糊涂了，于是写了不修炼的保证书。邪恶又利用我劝说妻子一同“转化”。妻子比我修的早、修的好，劝我不要“转化”。我就用那些邪悟者的歪理去劝她：“这不是修炼场所。要炼，我们回去在家里炼，谁都不知道。”就这样，我劝她，她劝我，讲了半个月。每天晚

一起说起法轮功他们都会说：法轮功可不是电视说的那样，我们班长就是炼法轮功的，医院治不了的好几种病都炼好了。

但也有一位同学不愿接受，因为他在派出所工作，是邪党的党员。一开始坚决不退，怕影响前程，再加上邪党宣传的谎言，他还声称：共产党大旗倒，我就跟着倒。当时我的心里很难受。以后每次见到他，我都耐心的跟他讲我修大法的身心变化，讲天安门自焚的真相，大法洪传世界，讲邪党从所谓解放到现在对好人的迫害，以及活体摘取法轮功学员器官的恶行，同时发正念清除背后操控他的邪恶因素；还发自内心的以慈悲的心态对他说：你一定要退出邪党的组织，因为我明白，你不退出邪党的后果和危害。我一定要告诉你。如果我不讲给你，是我对不起你；如果你自己不退，是你对自己的生命不负责任。给你生命选择的机会，一定要把握好。我真的不愿看到你被淘汰掉，真的是为你好。后来这位同学退出了邪恶的党、团、队，又一个生命得救了。

由于我修大法后的身心变化，和对大法真相的了解，家里的亲人对大法都有了很好的正确认识。家里的兄弟、姐妹、嫂子常说：你看人家修大法的，整天乐呵呵的，不计较个人得失，身体又好，红光满面的，没愁事，活的多轻松啊。由于看到我的巨大变化，劝他们“三退”也很容易。我讲真相时如果他们在场，都会帮着我讲。

有一次，二哥的几个同事来我父母家看望老人，我就想跟他们讲真相，还没等我开口，我二哥就跟他们说：“这就是我有病的那个妹妹，法轮大法修炼者，炼法轮功身体都炼好了。”因为当时我的病很重，当地治不了，八个人抬着去北京治病，花了十多万元都没治好。那个时代万元户都少，娘家婆家为了我治病简直是倾家荡产。这些事，家人、同事、朋友们都知道。一个要死的人炼功炼好了，他们都感到惊讶。我给他们讲真相并帮助他们做了“三退”，他们都很高兴。

还有一次，我往姐姐那打电话，得知姐姐的同事去我母亲那看望老人，于是我就边发正念边往我母亲家赶。虽然我不认识姐姐的同事，但是让我遇见，一定要救了她。我一进门，姐姐就介绍，这是我那个有病的妹妹，现在炼法轮功都炼好了，你入过的那个团队赶快让她帮你退了吧，我们都退

了，能保命保平安。我马上就跟她讲真相，并帮助她的丈夫和儿子也做了“三退”。

此外，家人在外面听到有人说大法不好，都不愿意听，有时会告诉人家大法的真相。他们会把捡到的大法资料顺手插到人家门上，或捡回家给我；有时还会帮助他们的朋友“三退”。姐姐有时还向我要真相资料帮着去发。但有时家人也会担心邪恶的迫害，经常嘱咐我一定要注意安全，一定要智慧。

我和一位同修十多年了一直配合做救人的事，无论是发资料、挂条幅和面对面讲真相，都配合的很好。一有时间我们就走出去讲真相。有一次我们出去讲真相，在一个修锁的小亭子前，在地上有一本被踩脏了的真相小册子和资料，我走过去一边捡一边说，这么好的东西扔了多可惜呀。这时在小亭子里坐着的五十多岁的女人就说一些不好的话，那个修锁配钥匙的也附和的说。听到这些，我暗下决心，我一定要让他们明白真相救了他们。

同修在一边帮我发正念，我走近他们，面带微笑的对他们说：大姐、大哥，你们接触过炼法轮功的人吗？他们说没有，电视上报纸上都那么说的。我接着说：你们想想，谁最有发言权，是不是只有炼过功的人才有发言权呢，你们看我象坏人吗？我就是炼法轮功的，而且已经炼了十三年了，这年头有骗吃骗喝骗钱的，有骗人保命保平安的吗？这小册子、传单上说的都是真的，是为你们好啊，法轮功是按着“真、善、忍”去做好人的功法。国外一百一十四个国家和地区都有人在炼。我原来身体不好，生活不能自理，患有类风湿、病毒性心肌炎、纯红再生障碍性贫血，病了八年，在床上瘫养了两年，花了十多万去北京都没治好的病，结果炼了（法轮功）几个月，病都好了，已经十三年多了都没吃过一粒药。你说病好了还用去医院吗？再说我们师父讲法中从来都没有说过不让去医院。他们说：看你身体哪象有病的呀，红光满面的。

看他们态度在变化，我就接着讲中共的邪恶，我说邪党从执政到现在，已经整死了八千万民众，“三反”、“五反”、“文化大革命”，“六四”天安门事件是他们用机枪坦克把学生打死、碾死的。把非法关在监狱劳教所里的炼法轮功学员迫害致死的，知道名字的就有一千多人了；全国有

验我。无论是旧势力利用色魔勾引我，还是师父考验我，我就一个念头：“坚修大法心不动”（《洪吟二》〈见真性〉）。

修炼了，戒掉了从前的恶习，身体起了巨大的变化，所有的病一扫而光，走路一身轻，干活一点也不累，再也不怕冷怕热了。我在看守所遭受迫害期间，儿子在家花了一万多块钱围了一块田养鳊鱼，失败了，田荒那儿。我和妻子从看守所回来，见自己承包的土地被别人种上了庄稼，就把这块田开了出来，插上晚稻。插秧时，天下雨，一天未停，我们就在雨中干了一天。听到旁边有人议论：“他们夫妻炼了法轮功，身体变的这么好，你看，这么大的雨淋了一天，也不累，也不怕感冒。”邻居大姐接茬说：“他们什么病都不生了，还感什么冒哩。”又有人嘀咕：“这么好的功法，不知政府为什么还要打压。”我修炼后，身体不仅无病，而且还在向年轻方向转。三十岁时，人家就看我六十岁，现在六十岁，人家总说最多五十岁，满头黑发。以前，我总羡慕人家身体好，现在反过来了，人家总羡慕我的身体好，而且都知道我是炼法轮功身体才好的。

修炼后，明白了不失不得的法理，知道了为人的目的地不是享受，而是要返本归真，对名利看的淡之又淡了。我种的菜，年年都好，从不短缺，自食有余，从不出卖，谁爱要谁摘。几棵桔子树年年结满桔子，我从未吃过，都是附近的人吃了。别人家的东西我们从来不要，万一需要，都要给钱。现在人们煮饭都要烧煤气或用电，稻草收割后就烧在田里了，我有一次需用稻草捆大葱，向人家要了两捆，坚持给了五元钱。侄媳给我们一点小菜什么的，我都要给钱。人家不要，我就向他们讲清道理：我们是修炼人，不能白要人家的东西。有一年春季，油菜籽收割后，九袋菜籽由儿子用车送到加工厂去榨油。当时，等着加工的菜籽多，忙不过来，就存放在那里。几天后，我去加工时，发现菜籽多了一袋，就问老板是不是搞错了，老板说：“没错，都是我亲手从那边屋转到这边来的，一袋不少，全是你的。”我说：“不是少了，而是多了一袋。”老板说：“多了也是你的。”于是，我就一袋一袋查，发现其中一袋是用布条扎的口（我的是用麻扎的口），打开一看，菜籽的颜色也不同，我的杂有腊菜籽，而这袋是纯一色的杂交籽。老板一看，说：“那就把这

瞪眼，把不知沉睡了多少年的我一下子瞪醒了，我的思想来了个一百八十度的大转弯。当晚妻子炼功回家，我就对她说：“明天我和你们一起炼功。”妻子马上给我宝书《转法轮》。我翻开一看，感觉到书中的每一句话真正都是针对我讲的。于是，精神振奋，整夜没睡，一口气看完了这本书，不时泪流满面。第二天，妻子带我到辅导员家看师父讲法录像，学炼五套功法。从此我走上了修炼的路。并多次看到师父望着我笑。我悟到这是师父鼓励我坚定修下去。

修炼后的巨大变化

修炼前，我总认为社会对我不公，看任何事、任何人不顺眼，甚至看自己都不顺眼，经常摔盆打碗发脾气。爱喝酒，经常喝醉。抽烟一支接一支，不熄火，把自己抽咳嗽了照抽，越抽越咳嗽，多次戒烟戒不掉，每次都只戒几天就又抽上了，烟瘾上来非抽不可。除烟酒外，还爱打牌，玩起牌来不顾一切，有时几天几夜不下桌，妻子劝阻，不但不听，还打她。同时，色欲也看的重，总认为人生苦短，就破罐破摔，不顾后果的乱来。

现在修炼了，就要真修，真修就要听师父的话，就要修心断欲去执著，去掉这些不好的东西。刚修炼不久，村里一家人的老父病死，我去帮忙，发了烟，拿回家，打开抽了一支，剩余的放桌上，对妻子说：“从此，烟、酒、牌、色，一次戒掉。”真的，说戒就戒掉了。

夫妻之间的那种欲望也是要去掉的。我和妻子都是修炼人，都应按修炼人的标准要求自己，洁身自好。从劳教所被迫害回来不久，我跪在师父法像前发誓：从此断欲。并且在睡前发正念，清除色魔和各种情魔的干扰。几年来，我们夫妻虽然同床、同被，却没有那种事了。但是走在大街小巷时，多次遇到女子向我招手、喊话。特别是有一次在大街上行走，当时街上人来人往、车水马龙，一年轻女子走到我身边，碰了我一下，小声说：“我们去玩一下吧？就在对面。”我一看，对面是旅社，这女子十七八岁，比我的孙女还小，真可怜。当时，师父“修心断欲、明慧不惑乃自负。”（《精进要旨》〈坚定〉）的法就在我脑海里反映出来，我严肃的对她说：“对不起，我有急事。”边走边向内找，是我自己的色心未去尽，走路时喜欢东张西望，没有做到“视而不见”，才招来色魔的干扰。也有可能是师父在考

三十多个地区都有活体摘炼法轮功人的器官盗卖牟利的，连外国人都上中国换器官来了。你们看现在天灾人祸这么多，这是偶然的吗？将来，人不治天肯定治，所以告诉你们从心里退出邪党的党团队，将来可以免受它的牵连，免受其害。为什么要退呢？因为你入它的组织时宣过誓，要它为它奋斗终身。如果不声明退出，你不就是它的一员吗。所以必须退出与它就没有关系了。

我说，你们入过它的组织吗？那大姐说：啊呀，我党团队全是呀。我说，退出吧。她很快同意了。那大哥也说：我是队。最后也帮他退了。他们还说谢谢你们。我说不用了，我们是从大法中修出来的，你们明白真相是我们最大的快乐。

遍地开花给我的收获

文 / 上海大法弟子

我是一九九五年得法的老弟子。在九九年邪恶疯狂的迫害法轮功时，电视、电台、报纸盖天铺地毒害民众。由于人们长期的在邪党文化的灌输下，思想都禁锢了。大法弟子不断走出来讲真相和投递真相资料，解开人们心里的禁锢。

在这种情况下，我建立了家庭资料点，因当时资料点很少，要负责供应很多地区的资料。随着大法弟子不断走出来证实法，资料需求量越来越大，做的品种越来越多，每天时间都不够用，在家时只要是眼睛睁开的时候就是在做资料，每天睡眠的时间很少很少，这样一直连续了几年。

由于长时间处在做事的状态下，学法、发正念渐渐放松了，出现了学法、发正念都不能集中思想、发呆等现象。有很多同修很依赖于资料点，还有很多同修不注意修口，有一些资料点遭到不同程度的破坏。资料点更少了，需要量越来越大，出现了供不应求的状态。

师父一再告诉我们资料点要遍地开花。随着正法进程的发展，遍地开花成了我们的当务之急。通过同修们之间不断交流和学法，都意识到遍地开花的重要性，不久周边开了许多小花，这样我从一个大资料点，渐渐成为一个遍地开的小花。学法、发正念有了保障，还能多出一些时间。

真的有了多余的时间，又面临着如何去利用这些多余时

间救人的问题。由于过去一直长时间做资料，产生了干事的执着心，一下子多出来时间了，又不知如何去安排时间，无事可做不知所措。静下心来向内找，一找吓了一跳，有太多的执着，如常人心、亲情、显示心、怕心、贪懒、爱面子等等。要去掉所有的执着，唯有多学法。

“大法弟子的修炼，不仅仅是为了个人圆满。做好大法弟子的三件事、救度众生是大法弟子必须做的。”（《致美中地区明州法会》）明白救众生的紧迫性，我心里也很着急，由于长期在做资料，现在要去投递、面对面去讲真相，思想上有突破不了的障碍，但停下来更不行。

想想还是先从自己的亲戚好友开始去做，一家一家去讲，说了半天没有几个肯三退的，就是肯三退也是很勉强的。有时刚讲完真相，我人还没有回到家，那些亲戚已经打电话给我父母告我的状了。我心里很苦闷，但又不知如何去突破。我想一定是我学法不好，心不纯，没有善心才会造成今天这种局面的。我唯一的办法，还是要静下心来多学法，发正念。向内找执着，从根上去掉它。

我有了救度众生的正念，没过几天，慈悲的师父就给我安排了机会。一位其它地区的同修来找我，通过交流得知他们那地区出去讲真相二人一组，老的带新的，效果很好。我就跟他们一起去讲真相，通过面对面的讲真相，一下子破掉了人观念的一层壳。当放下人的观念，用智慧、正念、善心去讲真相时，人很容易接受。面对面讲真相并没有什么难的，难的是破不了人的观念这层壳。“你们不改变常人那千百年来骨子里形成的人的理，你们就退不掉人的表面这层壳”（《精進要旨》〈警言〉）。

根据不同人的年龄、地位、学历和社会经历，不长时间我就形成一套自己独立讲真相的经验。渐渐家里的亲戚好友基本都三退了。讲真相有时也很辛苦，有时还会遭人白眼，有时看看这个人不顺眼就不想讲，看看那个顺眼就讲，但有时往往看着不顺眼的人，他主动会与你聊，一讲就明白三退了。每当这时感到欣慰，也为平时错过救度众生机会而后悔。其实很多都是我们自己的正念不足造成的。师父救度我们从来都没有贫富、职业、地位贵贱之分，什么人都度，我们还有什么可以挑选的呢？

我利用一切机会讲真相。有时一天多的可以三退五六十

文 / 湖南大法弟子 思远

慈悲伟大的师父好！

各位同修好！

我是农民，今年六十五岁，修炼大法十一年了。

师父引我走上修炼的路

修炼前我身体虚弱、疾病满身，而又一心想发财、出名，辛辛苦苦劳累奔波几十年，结果名利全无、穷困潦倒、心灰意冷，未到中年什么病就都上来了。

我从不去医院检查，因为我知道自己从头到脚、从内到外处处是病，太多，太复杂了。不相信医院能治好。又因穷，哪来的钱就医。经常头痛、头昏，高血压、心跳、心慌，从头到脚的伤和风湿，弄的我每天早上起床时必须用吊瓶装上开水，全身滚动，身体发热后才能起床，活动一会才能做事；肾脏经常象灌了脓、象被鸡啄一样疼痛难忍；肠胃炎，使我的胃又痛又怕冷，夏天都要用火烤肚子和背，稍遇风寒就发冷发热，咳的不行，等等，等等，毛病多了去了。我多次想一死了之，但是我上有慈母下有爱子，望着他们，不忍离去。

因为是在邪党文化的毒水里泡大的，我不信医，也不信鬼神，从不烧香拜佛。我只是找一些中草药的书来看，凡是能消炎止痛、通经活血的药都弄来吃。公路边、田地边那些草药都被我挖光了。房前屋后还种了多种草药，药酒不知喝了多少斤。就这样，痛苦的挣扎着，顽强的一天一天的熬了下来。

一九九八年，师父生日的那天，妻子为了祛病健身走上了修炼的路。当时，我见她炼功，心想，这不是和做体操一样吗？我们上学时做了多年体操，不是还有这么多病吗？不仅自己不信不炼，也不准她炼，我就这么霸道。她也很犟，非炼不可。我们吵了起来，她只好到儿子房间里去炼，因儿子在外打工，房间空着。

半年后的一天晚上，电视机坏了，实在无聊，就到炼功点上看妻子她们几个人炼功。我抽着烟，翘着二郎腿，看着看着，突然，她们供的师父的照片活了，眼神十分严肃的瞪着我，吓的我直打冷颤，起身就往外走。凉风一吹，头脑清醒了，心想：真有神佛啊！不然那照片怎么能活了？师父一

诉她现在风声紧，不要动，把东西都藏起来。她说她已通知当地的同修了。我当时想，邪恶想干扰我们，不让救人，办不到，来了，我们就得救。我和她说，本来想让你们自己建威德，你们不做，我们就做了。我们又找到另一同修，她看到资料非常高兴，不但做了本村，还把同边的几个小村也都做了。邪不压正，只要大法弟子正念足，邪恶是奈何不了的。

在皇历七月十五那天，我去一个我原来住过的村子送资料，和同修没联系上，找了另一个不太熟的同修，想把资料放在她那。她不要，只留一小部份。这时外边下着雨，又是雷，又是闪电的。我想我去这同修家时，天是晴的，怎么这么一会下这么大的雨呢？我悟到又是邪恶干扰，因为这个村子很大，有七百多户，但很少接到资料，所以邪恶特别猖狂。我当时就一念，我回来就是救人的，谁也别想干扰我，我不怕，因为我知道，师父就在我身边。我顶着雨出去了，做了有一半，雨越来越小，最后不下了。我刚出去时，雷特响，闪特亮，好象劈什么东西。过后我听当地同修说，他的电视那天晚间都震坏了。当我把资料都做完，回到朋友家脱衣时，才发现衣服、裤子都是干的，头发都是干的，那么大的雨没浇着我，我悟到是师父在保护我呢。

回顾这些年当中，表面上忙忙碌碌的，好象做了不少事，其实很多时候都是陷入一种常人做事的状态中，有些事做起来并不神圣，特别在讲真相这方面做的不好。虽然也退了一些，但都是有针对性的，特别是人多了我不敢讲，地位高的、学位高的不敢讲，总是有一种怕，怕讲不好起负作用，怕人家提出问题我回答不好，一次次失去讲真相救人的机会，失去升华提高的机会。

在修炼中还有许多不如意的地方，但是有大法的指导，有师父的慈悲呵护，我会做好，因为我是大法弟子。无论还有多远的修炼路，我都会更加努力，在法中归正自己，做好三件事，不辜负正法时期大法弟子的称号，圆满随师还。

谢谢师父的慈悲苦度！

坚定的信师信法 走正证实法的路

个。有时讲真相时，会碰到许多有缘人，当我走近他们时，他们会很主动热情的与我聊天，象这种人我二句、三句就让他们三退了。与这些有缘的人讲真相时，有时一讲就是一个多小时，常常他们还没有满足，还想听，而且他们会非常高兴，会发自内心的说谢谢你。

全世界大法弟子以各种方法全方位的讲真相促三退，使许多众生都明白真相，但他们都不知道如何去三退。尤其是近期这种明白真相的人更多，好象都在等着大法弟子去救度。其实我们做的再多，也只不过是师父把那些有缘人都集中起来，让我们去通过常人这种形式去讲一讲而已。都是师父在做，但还是需要我们符合常人这种形式和去做的过程。

我想：我一个人的能力是有限的，应该发挥整体的力量。与其他同修交流，希望有更多的同修都能走出来面对面的讲真相，救度更多众生，更好的完成史前誓约。通过学法交流，大家渐渐认识到了走出来讲真相的重要性，也渐渐的组织二人一组去讲真相，效果很好。以前走不出来讲真相的人，认为面对面讲真相实在太难了，通过这种方式，许多人都去掉了怕心，堂堂正正走出来去讲真相。

有一次与同修甲约好第二天一起去讲真相，第二天早晨正巧另一位八十多岁的老年同修乙一早晨去同修甲家，听说要去讲真相，就跟着一起去。不长时间我们就三退了十几个人。因考虑到同修乙已是八十多岁了，我们劝同修乙先回家。把同修乙送上了车，我与同修甲再一起去讲真相。后来得知这天同修乙并没有回家，直接到了亲戚家去讲真相，以前不肯三退的亲戚这次全都退了。通过这次讲真相，一下子从固执的人的观念中超脱出来，师父给我们去掉了这层壳。大家都体会到了，正念很足，放下自我，面对面去讲真相并不是一件很难的事。现在我也悟到师父要我们遍地开花的另一层意义。

在讲真相过程中也暴露了我的许多执着心。在最后的正法进程中，我要更好的学好法，去掉隐藏很深的根本执着。真正从人中走出来。做一个合格的正法时期的大法弟子，按照师父所要求的：“学好法、做好讲真相的事，救度众生是第一位的。正念足就能做好大法弟子该做的事。”（《致美中法会》）

这是我修炼过程中的一些体会，如有不当之处，请慈悲

指正。谢谢！

坚持集体学法 共同精進

文 / 中国大陆大法弟子 古光

尊敬的师父好！

同修们好！

把我修炼的心路历程汇报一下，其实修炼当中一切干扰和魔难，都是心性深处有为私为我的东西，当我挖去利益之心的根时，就想，金钱为什么能让我得而喜之，失而忧之，金钱虽然是养命之源，但是养命之余的金钱应该属于贪求，贪求要失德，再用贪求来的金钱去享受还要失德，修炼人不守德如何能长功呢？何止是金钱，名、利、色、情，都是为肉身享用，享受而用的，如果真能把这些看淡放下，那才是真正的放下生死，修炼、精進，提高也就不难了。

一、初考与过关

1、家庭关。九九年“七·二零”以后，由于中共邪党的各种谎言宣传，再加上乱抓人，乱关人和残酷的迫害，我的妻子象疯了一样的阻挠我继续修炼下去，不但她阻挠，而且还联合我的父亲、母亲、二女婿，一起逼迫我写“三书”，当时真有点不知如何是好的感觉。在我冷静下来的时候，暗下决心，无论如何艰难，也要选择继续修炼下去。拿定主意后的一个晚上，我很平和的对妻子说：“古话说，‘三军可夺帅，匹夫不可夺志’，我是下定了决心继续修炼大法了，如果你认为这一决定会牵连到你的人身安全和利益的损失，你可以选择离婚或者分家，家产的分配由你决定。”就这坚定的一念，就过了家庭关，过去之后，就象什么事情都没发生一样，再后来我妻子还退了团队，并且还帮助我给亲朋好友劝三退。圆容好家庭，也为后来组建学法小组打下了基础。

2、拒写“三书”。在那时每个大法弟子都由本单位的干部承包，并且与他们的奖金和利益挂钩，还有警察蹲坑、跟踪，经常骚扰，出门办事常受限制，说是怕進京上访，也经常对家人恐吓施压，一起逼迫大法弟子写“三书”，我单位的干部一天要打好几次电话骚扰我，有一次他在电话中很抱

中，你试一试，难忍，你忍一忍，看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行，如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村。”

从中我又想起几年前的一件事，有甲、乙两同修在我家切磋，关键是背法和不背法的问题，因二位同修都有一定文化，都想说服对方，结果二人犟了很长时间，突然甲同修转向我说，她倒能背了，在看守所光听她背了，她能悟出个啥。我当时一愣，心想我啥也没说，怎么冲我来了，当时还很委屈。有一天背法中，我一下子悟到了，因当时她俩犟的时候，我心想（甲同修）这回可有人犟过你了，因甲同修很犟，什么事必须犟到自己对才算完。所以我的这种不好的思想被师父看的清清楚楚，就利用甲同修来点悟我，可我当时就是不悟。师父在《转法轮》中说，“修炼人的每一关每一难都存在修上去和掉下来的问题”，每一关每一难都是挡在修炼路上的一座山，我在心里对师父说：师父呀，弟子错了，弟子今后一定要做好。

情关

我修炼后家中的事没断过，丈夫过世了，我又没工资，又没房子，接着相依为命的哥嫂不到一年也都走了，女儿又离了婚，又没工作，又没房子，还带个孩子。师父在《转法轮》中说，“在亲朋好友遭受痛苦时，你动不动心，你怎么样去衡量”，我心中默默发誓，就是天塌地陷我也要紧跟师父修炼到底，再难我也能挺得住。

因没房子，住在儿女家，先后被抄家五次，二女儿家二次，三女儿家二次，儿子家一次，为此姑爷们不理我，和女儿们打架，我全当没听到，没看到。我用修炼人的那颗善心去做，花钱抢着花，干活抢着干，吃让着吃。人家不理我，我也全当没看到，大法的事还照做不误，因为一切都做好了，姑爷们也慢慢的就好了。

有同修对我说，看你多好，没那么多事，好修。当我把家中的情况和他说了后，他说，真看不出，你家中有那么多事。现在除了两个女儿修炼外，其他的人也都认同大法，有的还帮做大法的事呢。

正念足 邪不压正

前些日子，我与同修丁去农村送资料，到同修家，同修没敢让進屋，并告诉我们，快走吧。她说她接到电话了，告

这些年当中由于自己光忙忙碌碌的做事，法学的少，人心过重。零八年七月份，我们学法小组正在学法，被当地公安和派出所用万能钥匙把房门打开，把我们六个正学法的同修都带到派出所。当天晚间六点多钟发正念，我就堂堂正正的走了出来，因为我知道师父就在我身边看护着我哪，邪恶不会看到我的。所以那么多警察，在天还不太黑的情况下，就看不到我。当时跟前有两个警察，二楼还有好几个警察，我就在他们的眼皮底下堂堂正正的走了，当时警察也觉得好笑，和同修们说：“老太太踩着轮走了。”

我从派出所出来后，因当时有了怕心，想走流离失所的路，通过外地的朋友找好了住处，可本地的资料点从我们出事后，一直没有运作，我也没着急走。后来同修出钱为我租了房子，我也就不走了，我就在这房子内开朵小花吧。

我文化浅，拼音也认不了几个，都是女儿给我存在U盘上我再做。现在拼音，我也学的差不多了，有些基本也能自己做了，我要在短时间内把该学的都学会。同时，同修甲又帮忙开了几个小花，这样，我们就都有了点时间学法、背法了。

有一天，同修乙和我说，咱们当地太邪恶，抓人不断，我们应该揭露恶人。当我们着手准备做时，另外空间的魔虎视眈眈的看着呢，它就钻学员的漏，干扰迫害，利用人心重的同修在同修间制造间隔，使少数同修对我和我女儿产生了一些误解，无端的指责、造谣。当时没有悟到是执著的心，特别是争斗心造成的，没有遵照师父教导的那样，向内找，而是委屈，怨恨，不满，完全就是人与人之间的就事论事了，做了让邪恶高兴的事。结果打印机也老出故障，使揭露当地的小册子拖到年跟前才做出来。师父看我误在这儿出不来，有天晚上，师父点悟我，推个自行车钻到死胡同里出不来了，后来自己推着自行车退了出来，退出来一看，那么宽的水泥路四通八达，梦里还想这么好的路不走，怎么非钻死胡同呢？

醒来后，我悟到，是师父在点化我，我静下心来向内找，找到自己很多漏，干事心、显示心，证实自我的心，妒忌心、特别是那种不让人说的心，一说就炸，还有证实自我的心，还有人的情，有这么多不好的心，邪恶能不钻空子吗？师父在《转法轮》中说“在真正的劫难当中或过关当

怨的说：“你就写了‘三书’吧，因为你不写‘三书’，这大雪天我得为你跑来跑去的很辛苦。”我在电话中很生气的告诉他：“你是为了你的权力和金钱，为什么逼迫我放弃信仰，并用电话骚扰我，你要放弃权力和金钱，哪个上级还能找你呢？怎么能说怨我呢？别说那么好听的废话了。”

由于一直没写“三书”，我二女婿退伍后被“六一零”借用，有一天“六一零”的头子到我工作的场所，很客气的对我说：“你看你女婿在我们单位工作多清闲，你应该支持你女婿的工作吧，带个头把‘三书’写了吧。”当时我很生气的用手指着他说：“我给你写‘三书’，我还给你写八书呢，你们干的事是缺德又做损，早晚得天报，我不让他干这做损的活，他不听，你要不用他我先谢谢你。”这位“六一零”头子倒退了两步，一边摇手一边说：“你不写就算了，你喊什么，还修真善忍呢”。急忙就走开了，由于这坚定的一念，以后再也没人找我写“三书”了。但当时的态度很不慈善，也不符合大法的。

3、**讲真相**。我们大法学员的身份证都被“六一零”扣押了，我去“六一零”要了两次也没给我，回来后向内找为什么呢？是因为我应该去讲真相，那好吧，只要身份证在那儿，我就应该去讲真相。带着这一念去的时候，“六一零”主任很客气的接待了我，问我有什么事，我说来拿我的身份证，他说要出门呀？我说不出门，他马上告诉一个职员说你把某某的身份证找着，然后就和我拉起了家常话，这时身份证也找到了递给了我，我愣了一下，心想还没机会讲真相呢，这时“六一零”主任看我发愣就说你还有事吗？我说没事了，就走了。回来后由于没讲真相心里很不是滋味了，但是我却悟到了，应该赶快讲真相了。

二、参加学法小组实修自己

初考的几关都过去了，有了坚定修炼的决心，由于当时的环境实际上是断断续续的带修不修的状态，直到《九评共产党》发表，我连看了三遍后，我的身体就象得了重“感冒”一样，躺在床上全身没劲也动不了，也不想吃东西，三天过后全身轻松头脑也清醒了，从那天起一个带修不修的大法学员走向了一个实修自己的大法弟子。

1、组建集体学法小组

那是零五年的春天，我认真的读了师父所有的各地讲法，并且开始抄写《转法轮》，每天重视整点发正念（十二个整点以上），在这种情况下，我和协调人商量，在我家组建集体学法小组，在协调人的努力下，学法小组在零五年的夏秋之际几经周折和干扰最终坚持下来了。凡是能坚持集体学法的同修，都提高的特别快。就在一年以后，我看到了集体学法的好处多多。零七年的春天，我去了附近的地方，那儿有八、九个同修，和她们谈了集体学法的事情，在场的两位同修说：她们组建了几次，都没坚持下来，遇到干扰就散伙了，我问她俩，学法地点好解决吗？她俩说地点没问题。我又问她俩，你们认为集体学法好不好呢？那当然好啦，那你们俩人有没有信心和决心坚持下去呢？她俩都说有决心，只要我们三个人能坚持下去，学法小组可成了，剩下的事就是你们把学法的时间和地点通知下去，谁愿意来都可以，结果又有俩人来参加集体学法，这五人的学法小组又建成了。中间也受到干扰，但我们用正念对持，师父都帮我们化解了，这样我一天就能参加两次集体学法。

2、发放真相资料救度众生师父就在身边

我第一次发真相资料，是和一位同修到山区发放的。那天我俩天刚刚黑就出发了，骑自行车要行五十多里的山路，发放到最后一个村屯的时候，我就累的不行了，同修看我太累了，就说你休息一会儿，我自己去发放，只见同修很轻松的把最后一个村屯发放完了，当我们俩骑自行车回到家时，天已经放亮了。从那日以后，我就开始参加了本地发放真相资料的项目了。

有一次我们四个同修，骑自行车行四十多里山路，要发放三个村屯，村屯都很分散，当走到分岔路口的时候，我就决定他们三个去那个近的大村屯，我自己去那两个远的村屯。因为我从小就在山区长大，又熟识山路。就这样我骑自行车到那个最远的村屯时，我看了一下手表共走了二个小时，等这两个村屯都发放完往回走时，就觉的自行车象有人推的一样，顺利的到家一看手表，回来的时间是一个半小时，而且回来时还发放了两个村屯的真相资料，怎么可能用一个半小时呢，这时我明白了是师父加持我，此时我的眼泪流出来了，师父就在我身边，这时还不到晚上十二点发正念时间。发放真相资料也要整体配合好，有一次没配合好，造

本地区资料经文都接不到。开始，有外地的同修找到我给送了两次资料，我当时怕心也很重，放到别处，不敢去取。

有天晚上，在梦中师父点化我，要我去怕心。第二天，我打车把东西拿了回来，来去那么的顺利，而且做资料也是那么的顺利。从那时起，我的怕心少多了，从此我挑起了这个担子，到外地取经文、资料，然后再送到各乡下和各小组，这样运作了近两年，我也没有想到建资料点。

二零零三年，春姐（化名）从看守所出来说，这样不行呀，咱们自己建个资料点吧。当时找了几个同修筹了点钱，买回个复印机。当时几个同修包括我在内，谁都不敢放这个机器，春姐主动提出放她家，这样在外地取来模版，我们自己能复印了。因当时我们不明白电脑下载打印这方面的事。再后来，在外地的同修帮助下，我们买了打印机、电脑。这样我们当地有了自己的资料点，我一直负责传送资料、买耗材。因当时我们的安全意识差，认为正念足就不会出问题。资料点、学法组都在春姐家，结果，资料点被迫害，春姐和她儿媳（大法弟子）被抓。

春姐在修炼前患有乳腺癌、胃癌等多种疾病，修炼后，所有的病症全无。因春姐一次次的被抓，邪恶对她惨无人道的迫害，蹲小号、灌食、上大挂等，使她旧病复发，保外就医没多久，就扔下肉身走了。

春姐被抓后，机器设备都被邪恶抢走了，我处资料点又处于瘫痪状态。怎么办，不能这样等下去。找外地同修帮忙又买了电脑、打印机，可都不会用。外地同修简单的告诉一下，就走了，过后还是不行。我拿出儿女给的钱，让女儿（大法弟子）去学了点粗浅知识，又用儿女给的钱，买了电脑、打印机，这样又一个资料点建成了。因女儿也是大法弟子，在师父的慈悲启悟下，女儿也比较用心，很快从排版、制作、下载、打印、刻录等都会制作了，这样她在家忙，我在外跑，晚间还得和女儿忙到很晚。学法时，犯困，发正念，手立不起来，就没有悟到让资料点遍地开花。有同修问我：“你为什么这么忙，别人怎么不忙，你不找找自己。”我也不悟。

两次正念闯出魔窟

修炼人的每一关每一难都是对自己的考验，有执著有漏，那邪恶就有空子可钻。

辣，什么打骂、白眼、挨饿、受冻，我都经历过。为此，从小我就得了一身的病，学业、工作等一切都耽误了。得法前，我是被大夫判了死刑的人，大夫也说我从里到外，从上到下没有没病的地方，我自己也被病魔折磨的不想活了。

就在我活的生不如死的时候，我有幸得了大法，使我这个就快进地狱的人得救了，是伟大的师父给了我第二次生命，是伟大的师父从地狱中把我捞起洗净，使我这个业力满身的人成为一名身体健康、精神充沛的一名堂堂正正的大法弟子。我就象失散多年的孩子，终于找到了母亲。

丈夫的过世 更坚定了我的信念

丈夫是一个有特异功能的人，他能用另外空间的手把人的病抓出来，有的当时就好了，有的过后还犯。学法后，我明白那是摄魂大法，他能看到师父的法身，能看到另外空间的很多生命体，而且还能和他们沟通。他能看到大法弟子学法时，另外空间有跪着的、有站着的、有坐着的在听法。还经常元神离体去另外空间。回来后，经常讲看到另外空间的殊胜景象，还能到地狱看到人做坏事所遭的报应。他还说人太坏了，得有难了，人得过筛子，好的留下，坏的都得筛下去，他还在去世那年说我们俩得一起走。

就在那年冬天，我俩煤烟中毒。我十五个小时醒了过来，他三天后，才醒过来。醒来后，他说你幸亏学了大法，还跟孩子说，都跟你妈学法吧，这法好，能救人。从发病到过世，正好一个月，他走了，可我却完好无损，谁看到我都说我越来越年轻了。有的后生们看到我说，比他们年轻人还精神呢。有的搞美容的问我用的是什么化妆品，皮肤这么好；有的多年不见的老邻居看到我说，哎呀姐妹，你吃的什么灵丹妙药呀，满面红光的。我告诉他们我什么药也没吃，什么化妆品也没抹，我就是炼法轮功炼的，我现在真是无病一身轻。从迫害到现在无论多艰难，我都没松懈过，因为我知道我的生命是师父给我延续来的，因为法是超常的，法是最正的，我一定要珍惜，坚定实修，才能对得起师父的慈悲苦度。

两次建资料点

在二零零一年一月份，我又一次从看守所出来后，我地区的资料点也又一次被迫害，好多比较精進的同修被抓了进去，有的流离失所，家里的同修多数起了怕心，不敢动了，

成互相找人，并产生相互埋怨，从那以后每次发放资料前，都要切磋几分钟，如何发放，然后到哪会合，谁有什么好方法，这样效果特别好。但每次切磋时同修都说你做决定就行了，有一次使我很感动，有位年轻的同修说：“大叔，这个村屯我很熟悉，由我安排。”只见他很熟练而轻松的分配好，并且指明会合的地点，我们很顺利的发放完这个村屯。

有一次我和同修骑自行车要走很远的山路，有一百五十里之多，从中午十二点出发到晚上十二点半才到家，山路虽然艰难，但我们俩救人之心慈悲而真诚，所以在发放真相资料时狗都不叫，这是师父和正神在呵护着我们。还有一次同修对我说，他在往一家大门里放《九评》时，转身要走的时候，《九评》被扔了出来，同修回去捡的时候，有一中年男子叼着烟走过来说：你别拿走啊，他不看我看，并且很关心的说以后再出来稍微晚一点，现在都没睡觉呢。看来只要我们去救度众生，无论用什么方法都不会白做，同修们都走出来做我们力所能及的事情吧。

3、集中发正念出现奇迹

同修们有一次到边远山区去发放真相资料，是打常人的车去的，在发放真相资料时，有不明真相的人把车牌号记下来报“六一零”了，“六一零”就把出租车和司机扣押了，逼问是谁打的车，你只要说出一个人就放人放车，这个司机就说出了一位同修的姓名，这件事情当地“六一零”又向上级“六一零”上报了，上级“六一零”也来了二人，当时风声很紧，这位同修本来有条件出去避避风头，但同修没走，坚持学法、发正念，向内找，我们学法小组也配合的很好，当时协调人通知最好二十四小时整点都发正念，这样发正念很辛苦，因为晚上整点之间只有四十五分钟，也就是说最多能睡上四十分钟的觉。据我知道坚持二十个整点以上发正念的至少有五个同修，我发了三天，几乎都坚持下来了。这一整体配合出现了奇迹，听说第三天那个上级“六一零”的二人就走了，当时来势很凶猛，如今自消自灭，直至如今也不知表面的详细原因，但是同修都明白，是整体发正念的威力。

4、修心断欲实修自己

实修自己也是很重要一方面，在看淡名利的同时，也断去色欲，去食欲。有一天有人问我说，你不吃肉不吃鱼，那

在素食当中你爱吃什么呢？我想了想说：“爱吃豆腐吧。”说完这话后买豆腐吃的时候就觉的很难吃，我说卖豆腐的人掺假了，可家里的人说没有造假，第二天我又买了另外一个人的豆腐，吃起来仍然觉的很难吃，这时我突然明白了，是师父在去我爱吃豆腐的心呢。在感激师父的同时，不知不觉的也起了欢喜心，显示心。

三、参加揭露当地邪恶项目也是修心的过程

彻底的揭露当地邪恶。在零四年同修们做过，但后来其中一人被非法判刑，此事就中断了，所以拖到零七年春天，协调人与我和另一同修商量，问我能否承担起揭露当地邪恶的项目中来，就这样我一个年近花甲的农民，就又拿起了告别近四十年的笔。说起此事也有一段故事，我本来眼睛花的比较厉害，得戴三百度的花镜，有一次去外地一位同修家晚上一起学法时，我去兜里拿花镜，而那位同修却大声的说了一句：一个真正修大法的人怎么还用带那个东西呢？我听了之后就没带花镜和他们学习了一晚上法，我深深的悟到是师父借着同修的嘴，帮我把花镜拿下去了，从此以后就告别了老花镜，为我今后的写作带来很大的方便。每当想起这些都眼含热泪，只有精進实修来回报师恩。

在写揭露文章也受到方方面面的干扰，五千多字的文章反复重写十几次，从零七年的夏天写到秋天，发表时又出现各种干扰，直到冬天总算在明慧网上发表了，但是也有支持和帮助我的同修，有了同修的配合，师父的加持，所以写的比较成功。邻近的一个地区，受迫害的情况也一直没曝光，受协调人的委托，在零八年的春天，用了六天的时间又把这一地区揭露当地邪恶的文章发表到明慧网上了。

从此以后我也就成为写作项目中的一员了，也经常往明慧投一投稿，也写了许多劝善信，我也就不知不觉的成为当地协调人之一了，这时我的骄傲心，欢喜心和证实自我的心在扩大着，自己却仍然不知。

四、在外地协调教训深刻

零八年的春天，外地同修甲来到A地，A地的《九评》都基本没大面积的发放，同修甲就协调了周边比较精進的十几位同修，日夜赶制《九评》，轮班吃饭，轮班休息，每天赶制一千本《九评》，赶制完后把A地基本发放了一遍《九评》，又通过交流切磋，A地的同修看到了学法的重要，整体

的机会。在做的过程中去掉很多执著。以前同修有难我就躲着，保护自己（借口安全第一）。九月份有两位同修去发资料做救度众生的事，被不明真相的人诬陷，被恶警绑架。我知道后主动了解情况，找被绑架同修身边同修交流，找同修家人了解情况并鼓励家人，共同营救同修。在师父的呵护下，整体正念中，两位同修恢复自由，回到大法洪流中来了。

九月份末本地区有几位同修被邪恶跟踪，电话监控，有九位同修在同一天下午四点左右被绑架。我知道后立即通知同修发正念，分头去了解情况，在做的过程中，师父鼓励我要坚定。大法的力量使我有正念去找同修家人了解情况，曝光邪恶，共同营救同修，救度众生。

我还有很多执著心没有真正去掉，时常也会冒出不好的思想念头和不好的观念，这些我会在做好三件事的过程中去掉，修炼如初。

最后，我要感谢师父给我的智慧和力量，感谢周围同修对我的帮助和支持。我和其他精進同修相差很大，我要继续努力，做好三件事，如有不对请慈悲指正。

谢谢师父！谢谢同修！

记十三年证实法的点滴事

文 / 黑龙江省牡丹江大法弟子

伟大的师尊好！同修们好！

大陆大法心得交流会已办了六期了，这是我第一次提笔。十三年的风风雨雨，我从一个胆小怕事的山村老太婆锻炼成熟了。我虽没念几年书，但我也要师父做个汇报，把我这些年修炼的点滴事写出来。我要写的很多，今天主要从以下几方面交流一下自己的点滴体会。

走進大法

生我那年，家中被斗，母亲一病不起，父亲抱着我讨百家奶，总算没饿死。三岁时母亲过世，父亲为温饱，常年在外干活，家中只有一个比我大五岁的残疾哥哥与我为伴。五岁时大爷把我接到他家。九岁，父亲又成了家，继母带来个比我大二岁的姐姐。从小我就吃尽了人世间的苦、甜、酸、

马上坦坦荡荡的。又一想同修还气着，那可能是被邪恶干扰了，立即在心里发正念清除邪恶对同修的干扰。我们开始学法，一会儿那个场就祥和了。后来跟同修说到此事，同修说：你变了，跟以前不一样了。我现在遇到什么矛盾，心性关，不管怨谁，我首先找自己，看自己哪儿不对了，该修掉什么了。眼睛不盯着同修的不足，而且经常看同修的闪光点。感到个个同修都那么珍贵。由于自己的观念有了转变，我变同修也在变，减少了隔阂，增多了理解和信任。

三、修去自我，圆容整体

我在这些年的修炼当中，在师尊的呵护下，在同修的帮助下自己的思想境界有了一些升华。但是由于自己有一颗不愿操心的心，很不愿意做整体上的协调。

从邪恶开始迫害以来，我地区一直没有协调起来。由于二零零八年我地区迫害很重，原来能协调的也不出来主动协调。同修想把整体协调起来，救度更多众生，找到了我。我自己感觉压力很大，怕心重，而且也不知从何做起，还想，还是原来的样子吧，有什么事自己参与点意见就行了。很想这样平静，不操心，可是修炼路上哪有舒服平坦的路。不能及时提高上来，不想过关，求安逸；不想做就想躲，但是理智告诉我，这颗心是不对的。在矛盾和痛苦中，我反复的问着自己；证实法的事你不做，你还是大法弟子吗？修炼的路是师父安排的，怎么能随便改变？不敢面对这一切，自己在这痛苦中挣扎很长时间。

师父在《二零零八年纽约法会讲法》中说：“师父在这个世上啊，碰到的魔难，这个压力，每天有多少万件不止，谁也没有动摇了我，动摇不了。”“所以，在修炼中，无论发生什么样的魔难，碰到什么样的困难，都不能改变。”师父每天碰到的魔难多少万件不动摇，而我碰到这点难就想躲，就想逃。通过学法坚定了正念，必须面对这一切，必须过好这一关，我开始向内找，主要是自己有怕心，怕受迫害的心。怕心表现在方方面面，面对面讲真相时人多就怕讲不好，做资料时怕机器坏，小心翼翼的使用着，坏了修怕麻烦……还在意别人说什么（名誉心）。我也悟到，怕的不是我，是我后天形成的观念和执著，加强了学法，发正念，很努力的排除这思想，有时还有，但已经很弱了。

自己也认识到这是师父给我自己提高心性，修去执著心

配合的威力，因此A地的三位同修和甲同修商量，让我到A地去组建学法小组，就这样我零八年三月二十九日来到了A地。前面我谈了，在实修方面我有所提高，也悟到一点法理，就感觉自己修的不错了，什么欢喜心，显示心，凭经验做事和证实自己的心在不断的增大，所以在不了解A地的具体情况下，不知A地同修的心结是什么，用一个向外看的人心夸夸其谈，常用师父的法理来要求别人，来压制别人，就是这些人心被旧势力钻了空子，结果在零八年七月底，A地先后三位同修被非法抓捕关押，最后被非法判刑，另一名年轻女同修被“病魔”夺走生命。这一重大损失给A地区救度众生带来极大困难和影响，从此A地区同修心理障碍加大，对我也是重大的打击，这是惨痛的教训。其实这一切艰难也好，邪恶也好，批评和指责也好，赞扬也好，如果一个信师信法的真修弟子，应该严格的用大法来衡量这一切，踏踏实实的向内找，那么所表现出来的这一切就都是我们提高的最好机会，否则旧势力就会钻空子。

我从A地回到本地后，与本地协调人商量如何挽回A地的局面，最后决定仍由我协调，我地发放资料项目的人把A地没发放《九评》的地方补上，然后又把A地全面的发放一遍真相资料，由于我们几个都不是A地同修，所以对A地形不熟悉，而且A地又是山区，我们只能用地图来确定村屯的方位，从以上的情况来看各地的协调人的责任是重大的，但是提高自己和精進的机会也是最多的。

五、协调人要修出大慈悲心来

协调人，就是协助帮助同修共同提高，做不好时就要调整调整自己把它做好，可是协调人受指责、批评或者是真受委屈了，就愤愤不平了，那也就没法协调别人了。因为我家是学法点，有些资料、经文、周刊都由我转发，有一段时期发《转法轮》，其中就有三个同修在先后不同的时间警告我说，发放东西要注意些，不能谁要什么就给什么，我认为提的很有道理，应该注意，可是过了几天，又有第四个人提了同样的警告，并且说有的同修为了不改字，就花钱请新书，你得注意这些情况。这时心里就有点愤愤不平了，对同修说：“你发现给谁的书是错的呢？”同修说：没发现只是提个醒告诉一下。我说：到你这已经有四个人给我提醒了。

回家后正好有一位同修在我家，我就把此事和同修说了

一遍，同修也愤愤不平的说：你说同修怎么都这样呢，别人都忙不过来，而他们总对那些做事的人指手画脚的指责。听了同修的话心里很舒服，正在得意之中，心中一转念对同修说：是什么心能让我愤愤不平呢？同修也明白了说：是呀，愤愤不平肯定是不对的，那就向内找吧。发现是求名心，是让同修承认多付出的心，那个第四位提醒我的同修也来向我道歉说，我不应该随便说同修，其实是对同修不信任的心，我们都能找到自己的不足，说明我们共同提高了。

修炼的人怎么能有气呢，有气就是人心，有气就有病，有气就是私心，有私心就得挖出来，这样才能修出大慈悲心来。曾经听同修讲一个故事：有一位同修在被非法关押期间，受到警察各种酷刑的迫害，此同修没有怨恨警察之心，就是慈悲的给警察讲真相，同修的慈悲之心一下天目开了，当警察举手打他的时候，他慈悲的大喊一声：你赶快住手。警察住手了，他把天目看到的告诉警察说，你在打我时是一步步的向地狱走去，如果这一下打下来，你就进了地狱的门了，再救你可就难了。就这慈悲的真情话语，警察跪下了说：你们大法弟子太伟大了，在这样挨打的情况下，不但不恨我还慈悲的救我，今后再打大法弟子，我就不是人，你们都是好人。这位警察得救了，是同修的慈悲救了他，是大法救了他，如果我们协调人能常用这慈悲心来对待同修，用这慈悲心来救度世人，那一定能圆容好整体，能更多的救度众生。

做好三件事 修好自己 救度众生

文 / 黑龙江大法弟子

师尊，您好！

同修们好！

我是一名金融干部，今年六十岁，小学文化。一九九五年，听单位一同事说法轮功好，并推荐我一本《法轮功（修订本）》让我看。看了封面之后，觉的这个功法确实很好。看见老师的法像这么年轻、善良，就觉的这个功法一定很好，于是我走进了法轮功。在十四年的修炼路上，我始终按照师父的要求去做，做好三件事，修好自己，圆容整体。现

句，而且觉得自己说的很在理，认为自己做的好。

直到去年有一天和同修交流时，同修善意提出：你家发生那么多事，跟你证实自我有关。我听后一怔。心想：我丈夫（同修）被绑架正念闯出，他自己念正一方面，外面营救也起了很大的作用。我丈夫恢复自由一月后，我儿子在外地上学住上医院（急性胃穿孔），我去照顾了孩子还讲了真相，儿子的同学、老师，住院病人等，都得救了。这一思维过程还是我做了什么。可同修的话也真刺痛我这心，一下子意识到有我该修的东西，不然心里不会这样在意，一定是师父借同修的嘴点化我。于是那以后我尽量抑制、克制自己想说的内容，认真听别人说，可是很多时候还是忍不住，听到和自己意见不同的总想说几句。

后来认识到每个大法弟子修炼的路是师父安排的，都是不同的。同修的根基不同、悟性不同、得法先后不同，精进程度不同、所在层次不同，对法理解不同，表现也就不同。只有将自己的显示心、证实自我的心放下，不看同修表面的口气、态度，认真听其发言的内容，那每次交流不会白去，都有收获，还很受益。这样的好事，以前不知都错过了多少，所以现在能静下心来听同修发言，当然偶尔还会起心，但现在它一出来马上就能意识到。

二、向内找真正修自己

我身边有学法小组，这些年一直坚持着，小组同修证实大法的事没少做，但不能做到真正修自己，遇到矛盾心性关看别人的时候多，长时间这样就被邪恶钻了空子，同修被绑架了，给讲真相救度众生造成很大损失。小组同修针对同修被绑架事件一起交流真正向内找，每个同修都找出自己的人心，自己的变异观念，学法，发正念加持同修，绝不承认旧势力对同修的迫害。在师父的呵护下，同修很快就恢复了自由。

我也是在这一过程中认识到应该真正的修自己。一次同修正在过关，我说了几句，同修受不了了，情绪很大。我好象下不了台，我自己也很自责，我怎么用自己的想法去衡量要求别人呢？我应该多一些理解和宽容，慈悲的对待自己的同修。那以后遇到矛盾我就看自己，向内心找。

记得一天去参加学法，同修很不高兴冲我说一句。我当时真觉得哪儿跟哪儿，冲我发火。当时想到师父的法，心里

轮功是净土，不求名，不求利，处处为他人着想，按真善忍做好人。就是这样的修炼者，却被邪党抓去劳教、判刑进行迫害，甚至摘器官高价出卖。善恶有报是天理。共产党的恶行令天地动怒，天要灭它谁也保不住。这时我看她的表情变的祥和了，认真的听我讲。我又告诉她，当你举手对着党旗宣誓时，另外空间已打上兽印。天灭中共时一律被淘汰。阿姨你真心退了吧，你就平安了。她马上表态同意退，并真心的说了声谢谢。一个生命得救了，我发自内心的为她高兴。

从发真相资料到面对面讲真相，我几乎走遍全县各个乡镇、几百个村子，发放《九评》几万本，小册子无数，光盘无数。每次出去都是上百里地，一走就是一夜。我从未觉的苦，因为救度众生是大法弟子的使命。全县居民区都留下了我们的足迹，我们心中装的就是救人！

今后我还要抓紧时间做好三件事，修好自己，救度更多的众生。

谢谢师父！

谢谢同修们！

真正修自己

文 / 大陆大法弟子

尊敬的师尊好！

各位同修好：

得知明慧网要求大陆同修参加第六届网上法会交流时，心里充满信心准备认真参加这次交流，可本地区几位同修被绑架了，时间和精力用在营救同修上，今天想到一定要写交流稿，提起笔来就想我该写些什么呢？才发现，在正法中自己好象做了很多事，但在过程中修去多少人心，却数不出几个来，发现好多时候是在做事的过程中显示自己，证实自己，自己做点什么总想让别人知道，好多执著心都没有认真的修下去。

一、首先讲一下自己的显示心与证实自我的心

从小就虚荣心很强，好显示自己，得法后此心也去得不净，反复的抑制，却反复的翻出。记得九九前辅导站学习（几乎每周一次）几十人在学法交流时，自己总要说上几

借第六届大法弟子网上法会之际，向师父和同修们作一汇报。有不当之处，请批评指正。

一、学法炼功修心性

1 学法、炼功

记得刚刚走入修炼场时，一听到炼功音乐响起，大脑就非常舒服，不知不觉身体就净化了。那时全县只有三十多人炼功，于是我从一九九五年到现在一直参加集体学法炼功。我家就是学法点。九九年“七·二零”之后，我学法更加精进。每天除了集体学法之外，回到家里抓紧一切时间学法炼功。现在我就按照明慧网的要求每天三点五十晨炼，天天坚持五套功法一步到位。

2 修心性 发真相资料时遇到魔难向内找

二零零三年的某一天，我和几名同修到外乡发真相资料。晚上十一点多钟，一老年同修正往一家院子里放资料，马上就听到警报声，这家的灯也亮了。一同修说：快跑快跑，警车来了！我的心也有点动了，是什么心？我马上找到了：是怕心。我不要它，解体它！我与同修说：别跑，我们做的是最神圣的事。有师在，有法在，谁也动不了我们！同修的心渐渐稳下来了，院子里的脚步声没了，邪恶因素解体了。我们继续发资料。那天晚上我们走了六、七个村屯，发放五六百份真相资料，直到下半夜三点多钟。我们不觉的苦，都很欣慰。

二零零五年七月七日晚，我和几名同修去外乡发《九评》和小册子。去的这地方离县城比较远，汽车得走两个多小时。当我们发完一个村子，另两个同修的条幅还没有挂上，这时已是晚上十一点半了。当时我就急了，出了怨心：拿这么多资料，什么时候才能做完！好不容易把条幅挂上了，我们又到一个大村子发资料。

当在一新盖的大房子发时，就看见房东一片平地，周围就象一片花的景象。我想走近路，就从这迈过去。这一迈不要紧，一下头着地，掉进一个一米多深的大沟里。沟里全是石头和水泥。当时大脑都不清晰了，两只鞋也丢了。

一同修听到“扑通”、“咣”的一声赶紧跑过来扶我，喊我的名字，叫了半天，我才明白过来。明白过来后，第一念就是：法正乾坤 邪恶全灭。我在救人，谁也不配迫害我。我和同修一起念：法正乾坤 邪恶全灭！连续念了几遍。这时

就觉的全身往起鼓，没有疼的感觉，就是麻木。

这时已是半夜两点半钟。一同修问我：你还能做吗？我非常干脆的说：能。但往起站的时候，腿不听使唤。同修搀扶着我一步步往前走，走了十几步，我自己就可以单独发资料了。这时还剩一百多份资料，司机见我脸肿的吓人，坚持回县。我想这么远的路来一趟不容易，救人要紧！必须发完。

到家已是早上四点多钟。我照镜子一看，吓了一跳，脸都变形了。我赶紧发正念清理自己的空间场，清理迫害我的一切邪恶生命因素。这时全身发热，一下悟到：邪恶之所以迫害我，是因为我有急心、怨心、名心、爱面子心。我过去得过白癜风，特别爱面子。这下放不下的执著全暴露出来了。当时同修说：这回你那白癜风就好的快了。果然是这样，我脸上身上黑一块白一块的，皮肤全变成粉红色。真象师父说的那样，象出生的婴儿那样白净、细嫩。

二零零九年五月九日晚八点多钟，我和两位同修到大街上粘贴“解体中共 制止迫害”的明慧公告。紧接着又贴“法轮大法好，真善忍好”“天灭中共”的真相标语。要贴完时，突然我们面前出现两辆警车和十来个警察，把我们三人绑架到派出所，又送到拘留所。

在这期间，我们一边发正念一边向内找：是什么原因出现这么大的漏，让邪恶钻空子？我们三人交流切磋悟到，其实在警车没来之前，就有一人问我们在干什么，我们没有正面回答他，又奔大道两边去做。师父说：“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〉）想到师父的话感到很痛心。我们这种不理智、证实自我没有怕心、欢喜心、执著同修的执著等人心导致了邪恶迫害。

师父说：“无论你认为再大的魔难，再大的痛苦，都是好事，因为你修炼了才出现的。魔难中能消去业力，魔难中能去掉人心，魔难中能够使你提高上来。”（《二零零八年纽约法会讲法》）

遵循师父的教诲，我们把这次魔难当作提高的机会，向内找，归正自己，每天二十四小时整点发正念，背法炼功讲真相，在师父的慈悲呵护下，十天后我们闯出魔窟。

二、正念制止邪恶

发正念是师父赐予我们的佛法神通，让我们排除干扰，解体邪恶。一次，我与同修下乡发真相资料，发到一家门口时，突然看见一个人直奔我们而来，抓住我俩的胳膊不放，要送我们去村委会。我们当时就发出一念：我们在救人，不许邪恶干扰。我们用善心讲真相，告诉他我们是来救他的。小伙子听了真相把我们放了。正念制止了邪恶，用慈悲救了人。

二零零八年十二月一日，县法院非法庭审大法弟子。二百多名大法弟子参加，我也是其中一个。到场后我就开始发正念，彻底清除法官、法警头脑中迫害大法弟子的邪恶因素。告诉他们善恶有报是天理，不要做邪党的替罪羊。这时我感觉全身发热，就感到功直接打到台上法官、法警身上。他们头耷拉着，有的还到外边走一圈，真是正念制止了邪恶。

我每天发正念十次以上，特别是半夜十二点发正念一直坚持很好。集体学法每个整点发正念，讲真相、做大法事前发正念，同修被迫害时发正念，抓住一思一念发正念。

三、讲真相

邪党“十七大”之前，我与同修去农村发资料。从一家院子里突然闯出一男子，恶狠狠的喊：你们是干什么的？我与同修都不害怕继续往前走。当走到另一条街时，两个男子手拿着大铁锹站在路口问：你们是干什么的？我们说是给你们送福音的。那男子恶狠狠的说：你们是不是炼法轮功的？我们堂堂正正的告诉他们：我们是炼法轮功的。来发资料是为了救你们，让你们了解大法真相，知道“真善忍好”。我们从自身的变化讲法轮大法的神奇，讲好人一生平安的道理。告诉他们善待大法一念、天赐幸福平安。他要了一本《九评》，就让我们走了。通过这件事情我深深的体会到师父说的：“其实慈悲是巨大的能量，是正神的能量。越慈悲这个能量越大，什么不好的东西都能解体掉。”（《二零零九年华盛顿DC国际法会讲法》）

今年一天下午，我和同修出去讲真相，遇到一位退休干部。她已经听过真相，没同意退。我想一定要救她。我们谈了点家常话，我就切入话题：从我身心变化谈起，告诉她我修炼大法后，全身的病都好了，孩子们都很孝顺，都知道大法好，都很支持我。现在社会腐败，贪官污吏遍地。只有法