

第五届  
中国大陆大法弟子修炼心得交流大会

二零零八年十二月一日、二日文章



## 目录

心系众生 不辱使命.....	1
在圆容法中修正自己.....	13
打电话讲真相.....	21
我讲真相救人的一点体会.....	25
从法理上提高 走好正法修炼路.....	27
修去怕心 救众生.....	32
真正把自己溶于法中.....	39
坚信大法心不动 师尊护我世间行.....	50
在风雨中魔炼成熟.....	59
用大法的法理做指导.....	68
法轮大法让我走上返本归真之路.....	73
心念纯净行神迹.....	79
圆容大法 平衡好家庭关系.....	83
精進实修 完成史前大愿.....	86
不忘师恩 不辱使命.....	91
小小花开.....	95
信师信法.....	98
正念正行 走好正法修炼之路.....	104
随师正法 正念正行.....	115
做正.....	122
争取做一个合格的大法弟子.....	127
百分之百信师信法 难中正行救度众生.....	129
在正法修炼路上精進.....	132
紧跟师尊 兑现史前大愿.....	136
念正除邪恶、坚定救众生.....	141
在师父的呵护下修炼.....	145
在做资料中修炼升华.....	155
在证实法中不断升华.....	160
做真相资料中修好自己.....	167
去掉怕心 走向成熟.....	172
以亲身实例讲真相 制止迫害.....	176
走出家庭魔难的心路.....	180
新生.....	185
魔难面前心不动 斩尽荆棘现通途.....	190
浅谈我的修炼之路.....	197



## 心系众生 不辱使命

文 / 河北大法弟子 飞燕（化名）

【明慧网二零零八年十二月一日】正在我「叫天天不应、叫地地不灵」的时候，母亲对我说她要去看法轮大法师父的讲法录像了，母亲说：「咱们家哪有钱看病啊，与其在这里等死，不如和妈一起去修炼得了，我看只有师父能救了你的命。」我听了妈的话，抱着死马当活马医的想法和我妈一起去了。

从我母亲家到看录像的同修家不足二百米，我却被母亲搀扶着歇了四、五次才走到。我咬牙坚持着，心中充满了求生的欲望。说也奇怪，当我一进门看到录像中师父的面容时，浑身就有说不上来的舒服，哪也不疼了，哪也不难受了。一讲看完后，我已经能自己走回家了。等九讲全部看完后，身体一天比一天好，脸色一天比一天红润。以前人们看到我，都说我的脸色比墙还白，而且还发灰。不到一个月我已经能骑上自行车和同修们一起到三十里以外的农村去洪法了……

——本文作者

慈悲伟大的恩师好！

同修们好！

我是这场史无前例的残酷迫害发生前的一九九九年一月得法的，随师正法修炼的九年风风雨雨历程中，有过短暂的辉煌，也走过令人痛心的弯路。师父给了我第二次生命，师父又赋予了我救度众生的伟大历史使命，我会兑现来时的誓约，跟师父回家。下面把我的修炼历程写出一二与同修交流，不对之处敬请同修慈悲指正。

### 师父给了我第二次生命

我是一名下岗职工，刚下岗一年多时间，丈夫在外因为抢劫被判刑十五年，我和年仅七岁的孩子生活顿时无了着落。年迈的父母将我们娘俩收留在家中，一家四口靠着父亲那四百元的退休费艰难度日，命运将我们推向了艰难的岁月。

可是谁知祸不单行。在这时我突然病倒了，浑身疼痛、软弱无力、面色苍白，母亲带着我到县城几家医院诊断，医生都建议到外地

大医院确诊。病情越来越重，吃药打针几乎无济于事，最后连路也走不动了，只好整天在家里躺着。

母亲整天哭天抹泪的，没办法含着泪出去借了二百元钱。我带上这仅有的二百元钱独自去了市医院，化验结果出来后我交给了医生。那位大夫看了我半天，说：「回去准备准备赶快来住院吧，你需要马上住院。另外来时带三万元押金，让家里人来陪床。」我又问大夫我到底得了什么病？大夫只是苦笑着叹了口气，说赶快来吧！

我怀疑自己得了白血病，一路流着泪坐上了回家的汽车。心想别说三万元，就是三百元我也没处借呀！回家没几天我就躺在床上动不了了。浑身浮肿，连抬一下头都非常困难，觉的整个身上头发丝汗毛眼都疼。饭也吃不进去，身体逐渐消瘦，脸色越来越苍白，连大小便都在屋里了。我躺在床上望着天花板不住的流泪，怎么自己这么命苦啊！

正在我「叫天天不应、叫地地不灵」的时候，母亲对我说她要去看法轮大法师父的讲法录像了，母亲说：「咱们家哪有钱看病啊，与其在这里等死，不如和妈一起去修炼得了，我看只有师父能救了你的命。」我听了妈的话，抱着死马当活马医的想法和我妈一起去了。

从我母亲家到看录像的同修家不足二百米，我却被母亲搀扶着歇了四、五次才走到。我咬牙坚持着，心中充满了求生的欲望。说也奇怪，当我一进门看到录像中师父的面容时，浑身就有说不上来的舒服，哪也不疼了，哪也不难受了。一讲看完后，我已经能自己走回家了。等九讲全部看完后，身体一天比一天好，脸色一天比一天红润。以前人们看到我，都说我的脸色比墙还白，而且还发灰。不到一个月我已经能骑上自行车和同修们一起到三十里以外的农村去洪法了。我绝处逢生了，大法的神奇在我身上得到了展现。是慈悲的师父给了我第二次生命，是大法改变了我的一生以及我一家的命运，从此我跟随师父走上了一条返本归真的金光修炼大道。

### 祖孙三代到北京证实法

一九九九年七月二十日那天，「恐怖大王从天而降」，宇宙中旧的势力安排的这场史无前例的对正信的大迫害开始了。当我得知慈悲伟大的师父被诬陷、通缉，这么好的大法被镇压，有那么多的大法弟

子被抓捕迫害时，我震惊了、流泪了。是慈悲的师父把我从死亡线上挽救回来，教我真善忍做好人，使我懂得了人生的真实意义，思想境界得到了真正的升华。我要到北京去上访，告诉他们镇压法轮功是错误的。

第二天我和已经年过花甲的母亲及只有七岁的儿子，一同踏上了到北京上访证实法之路。当时儿子正患扁桃体发炎，嗓子肿的连饭也吃不好，发着高烧。

一辆大轿车沿着弯弯曲曲的柏油山路向前爬行着，我和母亲并排坐在那里，儿子发着高烧，迷迷糊糊的躺在我的怀里睡觉。走了约一个多小时后，汽车嘎然而止。我向外一望，见汽车停在了与北京交界的检查站。上来了几个警察和便衣满车看了一遍，嘴里喊着：「谁是『法轮功』？赶快下车！」

有几位法轮功学员被他们拽下了车，当问到我们时，母亲机警的应付了过去。到了北京郊区后，司机说他的车进不去了，你们打的进去吧。

我们到达中南海附近时，见那里已经是人山人海，武警、警察、便衣和拉人的大轿车到处都是。各个路口都有警察把守，不让行人通过。一个个法轮功学员被恶警和便衣连拉带拖的往车上扔。恶警的打骂声、汽车的发动声、警笛声和大法弟子此起彼伏的「法轮大法好」、「法轮大法是正法」的口号声与「不许打人」的喊叫声交织在一起。

不一会儿我便和母亲、儿子走散了，我当时身无分文，在北京转了三天。白天到中南海附近，晚上露宿在郊区的野地里，鞋磨破了，脚上起了好几个大泡，同修给我买了一双鞋。最终也没上访成，只好在同修的帮助下带着遗憾回到了家。

回来后才得知，母亲和儿子在那里等着我，这时开过来一辆面包车，从车上下来一个五十多岁的人，嘴里喊着：「谁去天安门广场请上车！」母亲想等我们回来，身边的一位同修说：「别等了，咱们先上吧。」上车后车就开了。

车上坐的人几乎都是山南海北来的法轮功学员，车子在市里不停的开着，有人问怎么还不到天安门？那人说快到了。过了一会儿，有

人发现方向不对，才知道受骗了。原来这根本不是去天安门的车，是专门用来疏散法轮功学员的。那个招呼上车的人是中共安排的特务。有人喊让赶快停车，司机仍然不停的往前开，在一片叫嚷声中，车开到了丰台体育场。

儿子在去北京前已经病了好几天，脖子肿的很粗，连头也扭动不了，说话、吃东西都困难。因走时匆忙，连一粒药也未给孩子带。孩子在顶着烈日酷暑，三天未吃一粒药，三天未好好吃东西的情况下，竟然奇迹般的好了。大法的神奇又一次在我儿子的身上展现。

### 圆容整体救一方众生

我和丈夫都是下岗职工，靠打工为生。零五年时我们筹借点资金在某乡办了个养殖场，去后便和那里的同修取得了联系。晚上尽量抽时间和当地同修一起学法做真相，后来自然而然的承担起了与当地同修的协调联系工作。

我参与协调的地方有三个乡镇，约五万人口。在和当地同修们经常的学法切磋中，大家整体提高升华很快，有个乡的十多名同修中，最小的年龄都在五十岁以上，多数都是六、七十岁以上的，整体提高上来后，人人都走出来讲真相劝三退。有位协调人同修开了个小门店，夫妻俩就利用这个有利环境讲真相劝三退，世人人都知道是大法弟子开的门店，经常有来要真相资料和主动三退的。有一次有两个人半夜来敲门，急着要退出邪党组织，连白天也等不到。还有位同修是个木匠，经常到乡村去做木工活。他就利用这个有利条件，在工具箱放上真相资料，干活和吃饭时给人们讲，晚上给人们放光盘。还有一位七十多岁的老同修，无论白天出去讲真相还是晚上出去散资料他都坚持参加，同修都赞许的叫他「阵阵有」。

几年来我和同修们（包括县城来讲真相的同修）几乎走遍了每一个村镇，有的村去了两三遍，三退的人数也很多。有个镇住了几百个修公路的民工，我和同修们骑上摩托车一个工地一个工地的走，一天三退人数就达二、三百人。有个工地的管理人员明白真相后退出了邪党组织，又去告诉别人。大法弟子到了他管理的工地后，他把工人集中到一起，让大法弟子讲真相、劝三退。本工地退完了，他又领着大法弟子到另一个工地，都退完后，他还表示要用车把大法弟子送回



家。

在做协调工作中我还体悟到：协调人首先要有做协调工作的热心，要悟到当协调人也不是偶然的，可能在正法中历史就赋予了你这样的使命和责任。其次自己首先要学好法，能够带动大家在法上提高，学不好法或做事离开了法就做不好协调，甚至还会给法带来损失。再次是要勇于付出、吃苦，时时处处要正念正行。抱着怕心、显示心、欢喜心、执著于自我的心、求安逸心、依赖心是做不好协调工作的。还有更重要的一点就是信师信法，我们能做好的一切，都是师父的威德，是大法的威力，是师父的慈悲呵护与加持。所以千万不要生欢喜心和执著自我、证实自己的心。

### 向孩子们祝福

八月是收获的季节，湛蓝的天空飘着几朵洁白的云，群山环绕着一个小小的村庄，勤劳的人们都在地里收割着自己的庄稼，村中偶尔有几位坐街的大嫂和玩耍的孩子。

白云下三名圣洁的「天使」说笑着来到了村庄，我随口吟出了一句诗：「飘然而至飘然至，神乎仙乎神仙乎？」

寂静的山村突然传来了朗朗的读书声，大家循声而去，来到了一所小学前。

小红问：「咱们进去吗？」我说：「怎么能不进去呢？里边可有几十位等着我们去救度的众生啊！」

学校是一个方方正正的小院子，见门口来了几个生人，两名教师正从办公室里向外张望，另一间大教室中坐着三十多个小学生。她们中的两位走进了教师办公室，我径直向教室走去。

门开处，我已经站在了讲台上，微笑着说：「小朋友们好！」纯真的山村孩子们，很少见过这突如其来的场面，都大睁着双眼看着这位不速之客。「小朋友们别紧张，阿姨今天是来给你们送『福音』的，阿姨想告诉你们一句话，你们愿意听吗？」沉默中有几个胆大的孩子说出了「愿意」两个字。「你们听说过法轮功吗？」有个男孩站起来回答：「听说过。」

「阿姨就是炼法轮功的。阿姨今天从百里之外来到这里就是想告诉你们两句话：『法轮大法好』、『真善忍好』！」孩子们开始低声

议论起来。

「小朋友们，阿姨告诉你们这两句话的意思好吗？」孩子们齐声说：「好！」

「法轮大法是由李洪志师父传给我们人类的宇宙大法，他告诉我们做人要真诚，说真话、办真事、做真人，对人要善良，多为别人着想，遇到矛盾要宽容、忍让，做到打不还手，骂不还口。你们说大家都这样要求自己好不好呀？」孩子们齐声回答：「好！」「所以啊，现在世界上已有八十多个国家的一亿多人在学炼大法了，全世界都知道『法轮大法好』！」

有的孩子低声说：「那么多国家都有，我都不知道。」有的说：「一亿多人呢，学的人可真多啊！」

「小朋友们，你们知道美国、加拿大、日本、台湾这些地方吗？」大家齐声答：「知道！」

「这些国家和地区还成立了『明慧学校』，学生们一边学文化，一边学大法。有的小朋友还考入『飞天艺术学校』，一边学文化，一边学舞蹈、唱歌，全球华人新年晚会上还有他们的精彩表演呢！」

这时候有个孩子问：「阿姨，我们中国有吗？」

「中国目前还没有。你们知道有个叫江××的吗？它看到中国有一亿多人学大法、做好人可害怕了，又妒嫉的不行，就下令对法轮功进行镇压。有好几十万人被关进监狱，有几千人被迫害致死，好多孩子失去了爸爸妈妈，成了可怜的孤儿。」听到这孩子们都不出声了，静静的在那里想着什么。

「小朋友们，阿姨给你们讲个故事好吗？」孩子们这才打破沉默，齐声说：「好！」

「在一百多年以前啊，天上有一条专门害人的红色恶龙，它要来人间祸害百姓。来到人间后它的名字就叫『××党』。为了让人们都听它的话，和它一起干坏事，为它卖命，就动员人们加入它的组织。比如上高中、大学要动员你入党，上初中时动员你入团，上小学时动员你入少先队，给你脖子上围一块血红的布，你就算它的人了，归它管了。将来天要灭它的时候，凡是脖子上围过红布的人就得和它一起陪葬。小朋友们，难道你们愿意和它一起走吗？」大家高声回答：

「不愿意！」

「那好，阿姨教你们一个办法，你们把自己的名字告诉阿姨，心里想一下退出少先队，和它脱离关系，你们就得救了。将来你们会永远幸福、美好，你们愿意吗？」「愿意！」

教室里顿时热闹起来，这个说：「阿姨，先记我的名字。」那个说：「阿姨，先记我的吧。」

「大家先静一静，谁是班长啊？」一个文静的女孩站起来说：「我是。」「你帮大家把名字记下来好吗？」「好！」

「小朋友们，和阿姨一起把『法轮大法好』、『真善忍好』大声念几遍，背下来好吗？」「好！」顿时，「法轮大法好」、「真善忍好」的童音从教室里传了出来，在村庄中久久回荡！

阿姨站在讲台上，看着这几十名被救度的生命，泪水不由的流了下来。

「小朋友们，阿姨就要和你们说再见了。阿姨在这里为你们祝福，祝你们学习好，身体好，永远幸福美好！」

这时孩子们突然间齐刷刷的站了起来，高兴的说：「法轮功阿姨好，法轮功阿姨再见！」

在院子里，这位法轮功学员紧紧的握着老师的手：「谢谢你们的理解和支持。」那位教师微笑着说：「不用谢我，这是天意啊，是神让做的。」大家都会心的笑了。

### 身陷牢狱心系众生

二零零六年六月，我和小红、小君两位同修在讲真相时被恶警绑架了，当晚被非法关入县看守所。恶警们以从我们身上和家中搜出了真相资料为线索，试图进一步查找资料点。恶警出手打了我和小君，并以要劳教我们相威胁、恐吓。我们几位同修坚决否定旧势力的安排，正念对待邪恶的迫害，对邪恶所提问的一切不予配合，恶警见问不出来啥，就非法拘留我们十到十五天。为了抵制和抗议邪恶的迫害，我们从当天就开始了绝食。

到看守所的第二天，我和小红就开始给警察和在押的人们讲真相，到绝食第五天时，小红已浑身发软，站不起来了，我也心慌的厉害，浑身没劲儿。大家开始切磋怎么办？小红认为：如果再绝食下

去，真相讲不了，发正念也没有威力，里边这么多人可怎救？小君认为：要想突破出去，绝食是唯一的方式，我们应该坚持下去。这时我想起了师父讲过有学员一路喊着法轮大法好，走到哪里就把法证实到哪儿的那段法，认为我们大法弟子只有救人的份儿，应该把证实法救度众生放在第一位，在任何环境都别忘了救度众生的使命和责任。

最后我们决定，停止绝食，先救人要紧。我们讲真相救人做的是最正的事，没有错，更没有罪，把我们关在这里是非法的，我们不能吃看守所的饭。只吃了一点家里人送来的面包和水果。三个面包我们吃了三天，自从吃点东西后，精神好多了，学法也能静下来了，发正念感觉威力大增，也能站起来讲真相了。

看守所里边的人都被关在封闭的屋里，屋与屋之间见不上面，给讲真相带来了很大难度。怎么办呢？这时我想起了师父讲过的关于天国乐团和腰鼓队的法，对，就唱大法歌曲，「法鼓声声都是真善忍 三界除恶救世人」（《腰鼓队》〈元曲〉）。用大法歌曲清除看守所另外空间的一切邪恶因素，让有缘人听到歌声后都能得到救度。

我一遍一遍的唱《法轮大法好》，唱着唱着泪水不由的流了出来，感觉到从我生命的微观到宏观每个细胞都在流泪，泪流满面中我睁开眼，看到师父坐在莲花座上，慈悲的微笑着看着我们。我马上双手合十和同修说师父在上边看着我们呢，你们也一起唱吧。同修立即也跟着唱起来，唱着唱着也流下了泪。我们唱了一个多小时，歌声在看守所的上空久久回荡着，我感到歌声震撼着整个寰宇。

各屋的犯人们听到我们的歌声后，也不说话了，都静静的听着，到后来有人跟着我们一起唱起来，有的人为我们打着拍子，有的对着我们双手合十，有的竖起大拇指表示着敬佩之意，连声喊「法轮大姐」！有的说：「法轮大姐，你们歇一会儿吧，又没吃饭，别累着。」

歌声启迪着人们的良知、善根和佛性，歌声荡涤着恶党的邪恶因素，歌声也鼓舞着我们救度众生的信心。从那天开始我们天天唱大法歌曲，一直到我们离开那一天。同修说今天要走了，我们早点唱，把大法的歌声永远留在看守所的上空，从七点我们俩就开始唱，一直唱到我们离开。

大法弟子身在牢笼，人身失去了自由，但牢笼困不住我们的心、我们的嘴和我们的手。我们就用心背法、发正念，用嘴讲真相，用手写劝善信。大家悟到既然我们来到了这里，这里关押的所有人都是我们应该救度的对像，那些不明真相的警察、武警也同样是我们应该救度的人。小红给犯人写了两封信，没有纸，就写在牙膏盒和卫生纸上。我也动手给警察写了一封信，一边写一边不由自主的流着泪。小君看后也哭了，就把我们写好的信一笔一划、公公正正的抄写下来，然后传给犯人和警察们看。在信中告诉他们法轮功被迫害的真相，告诉他们记住「法轮大法好」、「真善忍好」和做一个好人的道理。还告诉他们天要灭中共了，只有退了党才能保平安，还把《洪吟》中的「淘」、「济世」和「做人」等写给他们，把「预」、「魔变」、「劫」、「世界十恶」等经文大声的背给他们听。离我们屋子近的就想办法和他们讲，离远的就从小窗口大声讲给他们。

给警察们除了讲真相之外，还告诉他们恶党卸磨杀驴的历史，准备杀一批警察来充当替罪羊。警察们听后绝大多数都明白了真相，做出了最明智的选择。而且我们在里边无论背法、炼功、唱歌还是讲真相，他们都不再有意去管了，看见了也装着没看见。在十多天中，凡我们给讲过真相的有四十二人都明白了真相并退出了邪党组织，其中在押人员三十一人，望着这些在这个特殊的环境中得到救度的生命，我们从心里由衷的为他们祝福。

狱中有两个人那几天正处在要确定刑期的时候，按刑法衡量，可能一个要判五年，一个要判三年。讲真相中他们不但退出了邪恶组织，还每天念「法轮大法好」、「真善忍好」，把写给他们的经文《做人》和《苦其心志》等都背会了，晚上静坐那里念「法轮大法好」。有一个在听真相时流着泪说：「大姐，我活了三十多岁了，我爹死时我都没有掉一滴眼泪，已多年我不知眼泪是啥滋味，现在才知道眼泪是咸的。」他不知道是他明白的那一面在哭啊！过了几天，刑期确定了，只判了一年和半年，两个人高兴的不得了。我告诉他们说：「因为你们相信大法了，退出邪党了，念了『法轮大法好』了，才会有这样的结果，才会得福报。你相信神佛，神佛就会保佑你。」其他犯人对他们判那么一点刑期都觉的不可思议。

当绝食到第五天时，我们的身体已经非常虚弱了，但为了证实大法仍然坚持到铁栅栏里边去炼功。这时我看到空中出现了数不清的大小不一的法轮，象跳舞一样上下翻飞跳跃，非常好看。我悟到了这是师父在慈悲点化我们，只要基点站在证实大法、救度众生上，只要坚信师父、坚信大法，就一定能闯过去这一关。

到第八天上午听说外边同修正在贴标语、发正念、讲真相营救我们时，我激动的流下了泪水。我们开始静下心来向内找自己，认识到了虽然过去几天在绝食，但基点没有摆正，单纯为了出去而绝食是为私的，没有把基点放在证实法、救度众生上。而且绝食中也没有做到堂堂正正。听说要灌食，又产生了怕心，怕吃苦，怕承受不了。

通过向内找，在认识上我们三人形成了整体，要堂堂正正告诉他们：我们向世人讲真相救人没有错，更没有罪，关押我们是非法的，只要一天不放我们，我们就一天不停止绝食。从那天开始，家人送来许多好吃的，我们一口也没动，直到回来的那一天。

前几天为了时刻警醒自己，我把师父讲过的「把心一放到底象个堂堂的大法弟子，无怨无执、去留由师父安排」（《洛杉矶市法会讲法》）和「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）的法写在看守所的墙上。当时并没有悟多深，现在看这段法，我才悟到信师信法不是停留在嘴上的，只有做到才是真正的修啊！当我们真正从法上悟上来，提高上来，形成整体之后，我又看到了第五天时出现许多法轮的景象。在发正念时，还看到小红、小君两位同修的身体都被红光罩着，接着看到三个单手立掌、脚踩莲花的女佛缓缓升上天去。我明白这是慈悲的师父在鼓励我们做好。之后我写了一首《只为了洪愿》来表达当时自己的心情：「红燕君是仙，万世结机缘；随师下凡间，只为了洪愿。难中同精進，《济世》铭心间；满载众生归，穹苍再相见。」

当里边的人们知道我们今天就要回家时，有一人激动的说：大姐，你们今天要走了，我送给你们一首歌吧，然后唱了起来：「法轮大姐好，法轮大姐好，法轮大姐告诉我：法轮大法好。法轮大法好呀，法轮大法好，法轮大法是正法，佛光普照。」唱完后又说：「祝你们万事如意，心想事成，早日圆满。」还有一人说：「大姐，这回

你们走了，我以后见着人就告诉他：法轮大法好，法轮大法是正法，我给你们洪法。」看着这些真正得救的生命，我说：「祝你们早日脱离苦海，因为你们都是为法而来的生命，以后一切好事好运都在等着你们。」

当我们在绝食十多天后，仍能自己抱着被子、提着东西、迈着稳健的步伐堂堂正正的离开看守所时，人们都感到非常惊讶，我们再一次向世人见证了大法弟子是超常的。

十多天的风雨行舟，使我感受最大的就是「佛恩浩荡」四个字，是慈悲伟大的师父在时时刻刻的呵护着弟子，弟子无言表达叩谢师恩的心情。感谢海内外同修的慈悲合力营救，正念加持我们闯出魔窟，回到同修们中来。

这次魔难中，还有好多没有做好的地方，我们会牢记师尊：「少息自省添正念 明析不足再精進」（《洪吟二》〈理智醒觉〉）的教诲，把三件事同时做好，稳健的走好每一步，走正每一步，更加清醒，理智、成熟起来。

### 世人看到了大法的神奇

有一天晚上我们八、九位同修坐车到距县城一百多里的某乡去散发真相资料，一路上大家发正念、背《洪吟》、交流讲真相的体会。到了每一个村子，我们有的在门口放真相资料，有的在电杆上、墙壁上写上或贴上真相标语，黄纸配上红字的标语，看上去特别醒目。那一晚上我们一气儿做了多半个乡。在一个村子时已经过半夜了，同修正弯着腰往墙上写标语，走过来一个村子里的人，那人走到同修的背后问：「你写什么呢？」同修听到是生人说话并没有惊慌，连头也没回的说：「法轮大法好」、「天灭中共」。同修又回过头来和一边的同修说：「给他讲讲真相」。一会儿那个有缘人就退了。

后来那个乡的人跟一个大法弟子说：「法轮功可神了，一夜之间，我们乡家家门口有传单，村村街上有标语，到处一片红。」有同修把那晚的情景写成了一首诗歌《夜间送真相（歌词）》：

寒冬夜更深，人在睡梦中。崎岖山间路，有人行匆匆。来到村庄前，散入夜色中。

犬知来生人，汪汪叫出声。叫声众家犬，我们来救人。别再大声

叫，惊动梦中人。

众犬闻此言，默然不做声。不到一时辰，悄然出了村。天已放天亮，家家开院门。

忽见门缝中，福字小信封。迎门看墙壁，法轮大法好。抬头瞅电杆，天要灭中共。

街头巷尾说：法轮是神功！传单家家见，标语满街红。

### 教哑巴念「法轮大法好」

有一次我和几位同修去一个村庄讲真相，见街上有二十多个人在一家商店门口，我们就走了过去。其中有一个人说：「你们给这个哑巴讲讲真相，如果能让这个哑巴开口说了话，我们都信都退。」

哑巴是个快五十岁的中年妇女，哇啦哇啦的喊着，一个字也听不清。我走过去拉住哑巴的手说：「你不是哑巴，你会说话。我现在就教你，你跟我学。」有同修听了我说的话，心里一惊。带点埋怨似的小声说：「你太不理智了，怎么揽这个事呢？如果哑巴说不了话，不让世人取笑我们吗？」我仍在那里拉着哑巴的手，教她念「法轮大法好」。一个字一个字的教，哑巴仍然叽里哇啦的喊着，一个字也道不清。周围的人们跟着哄笑。我仍然不动心、不灰心，还是那样耐心的教，就象什么也没发生一样。同修的心急到了嗓子眼，走过去和我低声说：「别教了，太耽误时间了，也不管事儿。」我坚定的说：

「不，我一定要教会她。让『哑巴说话，铁树开花！』同修看我那么坚定，也就不说什么了，到别处去讲。

当同修过了大约一个多小时再返回来时，我激动的说：「她会说话了，她会说『法轮大法好』了！」接着我把哑巴拉到同修的面前，和哑巴说：「你说『法』。」哑巴真就清晰的说出了一个「法」字，我又让她说第二、三、四、五个字，哑巴都说上来了，而且吐字都很清楚。我又让她说「法轮大法好」，她竟然连一块儿也说出来了。

「法轮常转 佛法无边」在这里再一次得到了证实。这不仅仅是一个哑巴说出一句「法轮大法好」，这是一个生命千万年的等待，这是一个生命得法得救的见证，这是大法神奇在人间的再现。在神奇的法轮佛法面前，哑巴就能说话，铁树就能开花！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）



## 在圆容法中修正自己

文 / 吉林大法弟子 彦慧

【明慧网二零零八年十二月一日】孩子自从生下来就是体弱多病（按医生诊断「先天性愚型、先天性心脏病」），山南海北看名医求好药，全家四个人上班的工资多半花在他身上也不见好转。一直到四岁一九九六年我得法修炼不长时间，全家都得法了，这孩子听我们读法，看我们炼功，逐渐的能说话了，能走路了。可以说他是个「狗剩子」，不然按照医生的结论他是活不长的，可是通过我们全家得法，这孩子神奇的活过来了。

虽然在常人眼里他还是个「弱智儿」，可是在这孩子的身上确实也展现了很多大法的神奇和神迹，例如家里来客他早知道，他还知道来客是干什么的，门锁着不用钥匙用手一扭就开，你想什么他都知道。二零零七年初冬，我领着孙子理发时，理发师发现孙子脑袋上一点头皮屑也没有，就说这孩子叫你侍弄的这么干净，一般人家正常孩子也不能这样。他就问孙子：「你爷爷好不好？」孙子回答：「爷爷好，天上难找地下难寻。」理发师说：我儿子咋摊不着这样好的爷爷呢！接着我就给他讲：「不光是他摊上个好爷爷，而是他和爷爷摊上个千载难逢的好师父……

——选自本文

弟子首先向慈悲伟大的师尊合十问好！向同修们问好！

我是一九九六年得法的大法弟子，虽然还有很多不足和执著要修去，但在证实法的路上，在人与神的选择面前，值得庆幸的是，自己选择了走在神的路上，跟随师尊坚定的走到了今天。我之所以能走到今天，就象千千万万的大法弟子一样，在风风雨雨、磕磕绊绊中无不体会到，是师尊的洪大慈悲和无微不至的呵护和点悟，使我一步步在大法中成长着、成熟着。此时把这些年来自己所经历的、见证的师恩浩荡和大法的神圣神奇整理出来，记载大法弟子在人间证实法这段看似平凡却伟大的历史的一些片断，不负师尊赋予弟子的使命。

## 一、劳教所里讲真相中归正自己

二零零零年四月我被非法劳教一年，后来七月份邪党搞了一次大法学员集中所谓「转化」，把几个劳教所的男大法学员都集中在一个所。在那里，由于自己法理不清，求安逸心，执著早日回家，加之又听了那些邪悟人员的鬼话，写了所谓的假转化的悔过书。后来师父的《去掉最后的执著》经文传到劳教所里，我才意识到上当受骗了，给自己修炼路上留下了污点。

后来经同修提醒，一天早饭后我把贴在走廊宣传栏上的悔过书刚伸手要扯下时，正好被管教副大队长撞见。当时我心里还真有点紧张，副大队长说：你要干什么？我心一横就想，一不做二不休，顺手扯下来撕碎扔到垃圾筐里。我被传讯到管教室，问我为什么撕掉那个，我回答：我原来是骗你们才写的，因为我炼法轮功修的是真、善、忍，不管怎么说我写的都是错的，现在我要做到真，我要坚持我的信仰不变。大队长说：这事你带的这个头，你没想一想是什么后果吗？你要负责的，最起码是要给你加期的。后来其他学员也有不少陆续的也扯掉了。由于这件事邪恶给我加了半年期。

那时真有度日如年的感觉，每天坐板我就是背法，心中没有大法肯定无法走过来的。二零零零年秋，邪党组织计划加重转化迫害大法弟子时，全体大法弟子绝食期间有二位学员跳楼抗议迫害。这时所里管教挨个过筛子表态，管教找到我，问我：你对跳楼这件事是怎么认识的？我说：跳楼固然不对，可是被政府逼的没办法了，这是对政府的无声抗议。管教又问：你是什么态度？我说：我看事态发展。当时我是给他们施加压力，并没有想做过激行为。可这一个「事态发展」可把他们吓坏了，当天下午就把我调到六大队严管起来了。给我安排六个包夹二十四小时三班倒，重点监护，无论是吃饭、睡觉、上厕所，包夹都是形影不离。这时我悟到了，这是给我讲真相创造了方便条件，原来大法弟子都在一起还没有讲的对像呢，这不就是给我开辟了救人讲真相的用武之地了吗！

首先我就给这六个包夹讲，讲了大法的美好、大法的神奇，讲了我在大法中受益和大法洪传的盛况。刚开始有的不听，个别人对我横眉冷对，我就找自己是我哪没做好，也没找到。我就背法，背着背

着，师父的一段法打入我的脑子里：「善是宇宙的特性在不同层次、不同空间的表现，又是大觉者们的基本本性。所以，一个修炼者一定要修善，同化真、善、忍宇宙特性。」（《精進要旨》〈浅说善〉）这时我才悟到，是我的善心不够，对他们不善。师父还说：「随着你的功力不断增长的时候，你身体所带的那个功的散射能量也会相当强大的。即使没有那么强大，一般的人，在你这个场范围之内，或你呆在家里，你也能制约着别人。你家里的亲人可能都受你的制约。为什么？你也不用动念，因为这个场是个纯正祥和的、慈悲的，是个正念之场，所以人不容易想坏事，不容易做不好的事情，会起到这样一种作用。」（《转法轮》）这时我就调整心态，把自己对他们的怨恨、瞧不起的心扭转过来，去掉它，用祥和的善心对待他们。几天后周围的环境就变了。

经过不断讲真相，加之平时我在生活上关心体贴他们，家里来人看我时拿的好吃的东西，宁可我少吃点也分给他们吃，还给他们讲如何做个好人的道理。他们明白真相后，这些人反过来对我也就好起来了。当我看师父经文时，他们还给我站岗放哨，有时他们也看。有一个十七岁的小孩特别恳切的要跟我学大法，他把《洪吟》诗都抄写下来，并且还背下不少。还有两个说回家后一定修大法。就这样包夹换了一批又一批，在我结束劳教迫害前共有二十八人当过我的包夹，他们同我说笑话道：老爷子，我们都成了你的护法了。铺头（班长）也被我讲的往家打电话叫他父亲炼法轮功。不但如此，他们劳动拣叶子（装订书本用的）从来不让我干，从生活上关心照顾我。还有一位普通劳教人员，先期在这个大队的大法学员手抄的《转法轮》都在他那保管着，我看时就到他那取。

由于自己好长时间不炼功了，眼睛发花，有时同修传来的经文字太小看不清，我就让包夹给我念，其实这也不是长久之计。后来接连几天师父在梦中点化我该炼功了，从那以后我每天下半夜三点起来炼静功，包夹看到也不管。可有一天护廊（值班的）看见了，因为他还有二十几天解教到期，怕被监控室值班发现影响他按期回家，当时就到我跟前说：在我值班期间你不能炼了。我当时没说什么，心想炼功人是得为别人着想，别给他添麻烦，暂时他值班就不炼了，以后找机

会再炼。但没想到第二天管教就把他给撤了，换上了给我保管大法书的那个人当了护廊值班员，正好还是后半夜值班，他主动和我说，这回你炼吧，有我在不用管他们。有时看到时间没起来他还叫我呢。这件事使我体会到只要弟子正念正行时，师父都会帮助我们的。

在这个大队的几个大队长和管教我都给他们讲过真相，还有管理科的科长、科员，劳教所的所长，我都给他们面对面讲过，还给他们写信讲。其中有一个副所长专管迫害法轮功的，一次集体绝食反迫害时，他找我谈话，我对他讲法轮功被迫害是无辜的，中共打压法轮功是错误的。他说共产党一贯正确，我反驳道（当然是祥和的心态）：历次运动不都给平反了吗，这意味什么呢？特别是文化大革命时期说刘少奇是叛徒、内奸、工贼、走资派，踏上一只脚永世不得翻身，最后平反时又成了伟大的无产阶级革命家了。中共要想迫害谁，首先扣帽子，然后再打棍子，历次运动都是这样干的，迫害法轮功更不例外。他无言以对，最后他说：你还有点思想呢。一位副大队长听了我几次讲真相后特别认同，每当他值夜班时经常找到他办公室探讨法轮功的事情。我被解除劳教迫害那天，他叫我写个思想汇报，告诉我写时语言不要过激，但是我写的都是大法怎么怎么好，我在大法中怎么受益，中共为什么迫害大法等，还没等写完，他一看这样写他也交不了差，就说不用写了，我给你处理一下得了。就这样我堂堂正正的走出劳教所。

师父在《精進要旨二》〈排除干扰〉中说：「在恶毒的破坏性检验中所有会出现的问题，事先我都在讲法中讲给了你们。没有真正实修的，走过来是很困难。现在大家也更清楚了我为什么经常叫你们多看书了吧！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。」这其中我体会到大法弟子无论在什么环境下只有学好法讲清真相，别走极端，用自己的慈悲与善行去圆容大法，才能走过魔难，才能证实好大法，才能修正自己，才能救度众生。

大法弟子无论遇到什么事，只要正念正行都会迎刃而解、收到好的效果的。有一次，一名普通劳教人员用收音机放黄色歌曲，简直是不堪入耳，我对他好言相劝，他不但不听，还反唇相讥。这时我动了一念，我想管教要来赶上听到多好。没过几分钟，管教真的来了，还

是悄悄来的，谁都没看见，把放黄色歌曲的人训斥一顿，还把录音机给没收了。另一个人说：看看咋样？老爷子劝你不听，这回可好，玩完了吧！打那以后再也没有人敢放黄色歌曲了。通过这件事使我体会到，大法弟子在大法中修出来的功是有强大能量的，只要正用，真是心想事成，无所不能。

## 二、从一点一滴做起，给后人留下最正的路

二零零二年初我从劳教所出来刚好半年，老伴（同修）去世，儿媳被劳教迫害，孙子只好由我来带了。正赶上长春大法弟子电视插播，邪党二零五大搜捕迫害，我被当地邪恶列为所谓重点。在邪恶之徒绑架时，在师父呵护下我正念走脱，流离失所二十个月。

在这期间我想无论如何也要把小弟子（孙子）带好，他的衣食住行，缝缝补补、洗洗涮涮，更主要的是学法、修心要带好，不然的话就对不起师父赋予我的使命，因为这孩子是来同化法来的。孩子自从生下来就是体弱多病（按医生诊断「先天性愚型、先天性心脏病」），山南海北看名医求好药，全家四个人上班的工资多半花在他身上也不见好转。一直到四岁一九九六年我得法修炼不长时间，全家都得法了，这孩子听我们读法，看我们炼功，逐渐的能说话了，能走路了。可以说他是个「狗剩子」，不然按照医生的结论他是活不长的，可是通过我们全家得法，这孩子神奇的活过来了。虽然在常人眼里他还是个「弱智儿」，可是在这孩子的身上确实也展现了很多大法的神奇和神迹，例如家里来客他早知道，他还知道来客是干什么的，门锁着不用钥匙用手一扭就开，你想什么他都知道。关于我的修炼状态，他会说：「三花聚顶」、「脑袋大、头擦头的吓人哪」，「还有什么执著心哪」等等。如果真的带不好他就是我的罪过和遗憾。

为了给世人留下大法的美好，我尽量把他打扮的干净利落一些。白天我俩学法炼功，晚上就带他发真相资料和粘贴不干胶，教他和小朋友玩时不打架、不骂人，做好事，做好人，尊敬老人等，到现在十五岁了从来没听过他骂人。和亲友、邻居相处交往时都能做到处处事事考虑别人，房东的房子的房前屋后总是保持清洁卫生、窗明几净，冬天下雪没等房东动手我就先把雪打扫干净了。邻居都说还是炼法轮功的人好。由于对我们修炼人有了好的印象，所以给他们讲真相才容

易接受，也给他们留下了难以忘怀的对大法的美好回忆。当我结束那段流离失所生涯回家时，房东大叔、大婶拽住我的手哭着说：我租了多少个房户了，没有你这样的好户，今后也不可能再有象你这样的好户了。临走时我告诉他们记住「法轮大法好」，他们说：记住了。

二零零七年初冬，我领着孙子理发时，理发师发现孙子脑袋上一点头皮屑也没有，就说这孩子叫你侍弄的这么干净，一般人家正常孩子也不能这样。他就问孙子：「你爷爷好不好？」孙子回答：「爷爷好，天上难找地下难寻。」理发师说：我儿子咋摊不着这样好的爷爷呢！接着我就给他讲：「不光是他摊上个好爷爷，而是他和爷爷摊上个千载难逢的好师父，我师父教我们在任何环境下都要做好人做好事，时时处处为别人着想，修成一个『无私无我，先他后我的正觉』。就是这样江某某和邪党还迫害我们，不让做好人，你说邪党还能不能有好吧，天要灭它这是真的，如果我们是它组织里的人，还不退出，将来不也得和它一起遭殃吗。去年我和你说退团的事，你还没退呢，怎么样，该退了吧？」他说快给我退了吧。又一个生命得救了。

师父说：「怀大志而拘小节」（《精進要旨》〈圣者〉）。师父把我们当作圣者要求我们，我们大法弟子助师正法，不但有修成正果、了洪愿的大志，还要有从我做起，从小事做起，从一点一滴做起，时时事事都严格要求自己，做一名世上最好的人，才能给世人留下对大法的美好印象，才能把人救了。

自从二零零二年春老伴去世后，有很多亲朋好友给我介绍让我再婚，介绍人有同修、有亲戚、有朋友，被介绍的人有大款、有亲戚、也有同修，都被我一律回绝。对同修回绝的理由是，师父在《转法轮》中说：「我们年轻人还要组织家庭的」。我的理解，象我们这样五十多岁的人了，那就不应该再婚了，婚姻的事是天给人定的缘份，也是缘份的了结、恩怨的了结、善恶报应的兑现。过去古人，或上几辈的老人都讲从一而终，牢不可破。婚姻是神给人安排的生存、生活方式。大法弟子是走在神的路上的人，特别是上了年纪的已经走过来的人，那就不用再婚了。现在的人讲什么老有所爱，什么夕阳红等等，都是邪党文化和变异的东西。谈到这里，先让我们重温师尊在

《二零零七年纽约法会讲法》中的一段讲法：

「弟子：前一阵子明慧网加注一篇文章，提到现在弟子尽量不要与常人或新学员结婚。台湾大法弟子代表大陆弟子提问。

师：这个文章是大法弟子写的，那么大法弟子写的就有互相切磋的因素在。不是法叫你们如何，不是说必须得如何如何。师父没有这样去说，法也没有这样去讲，但是哪，大法弟子做什么事情啊，要多考虑一下还是应该的。你是大法弟子嘛，你要为你的修炼负责，也要为大法弟子和环境负责，所以哪，我想你要能站在这个基点上去考虑问题，你做的事情该不该做和怎么去做，就知道了。如果把自己摆在第一位，那很可能很多事情做不好，会出问题。你真的是想对大法、对自己修炼负责，你做的事情就会做好。」

个人从中悟到：法没有讲具体问题必须得如何做，关键是我们考虑问题、做出决定、言行的出发基点是为法负责、为自己的修炼负责、为整体的环境负责、为世人的将来能否走正负责，师父在这方面的讲法不会讲的很具体，因为太低的不能定在宇宙大法中，同时世间的事弟子自己决定，但人间的法也是宇宙大法在这一层的表现，悟正，走正，也是大法弟子在开创自己的法，从大法中证悟出的自己的法。有些问题师父没明讲，个人体悟，没明讲的其中一个原因：每个人的情况不同，很复杂，千差万别，心性也不同。作为修炼者，要具体情况具体分析，以法为衡量标准去选择。

对于常人给介绍的，回绝的理由我是这样回答的：现在孙子还得我经管，如果我再找老伴了，孙子怎么办？我要为他负责，等他再大一些再说吧。如果领着孙子同别人一起过，对她也是个麻烦和不负责任。总之不管怎么解释，既要最大限度的符合常人状态，还要保证修炼人的神的状态，给后人留下最正的路。

当然那么多人给我介绍老伴，也有我要修去的色欲心。通过向内找，在法理上的提高和发正念清除解体邪恶的干扰后，现在再没有人提及此事了。邻居和亲友见到我领着孙子出入时都说：这孩子摊上个好爷爷。

### 三、圆容整体纯净自己

二零零七年下半年，我市大法弟子陆续有二十多人被绑架，给我

地区讲真相、救度世人造成很大的损失和难度，给家属和世人了解真相也带来负面影响，经过与同修切磋，悟到我们揭露当地邪恶不够，曝光邪恶、上报明慧不及时不准确，当地的小册子、真相传单也好几个月没人编辑了，影响到当地证实法能否跟上正法进程的问题了。此时我就记在心里，急在心上，暗暗下决心我要去做。虽然年岁大，我想到，我是大法弟子，只要是证实法的事，用在大法中修出的智慧，定能心想事成，什么都能做的来。

有了这个愿望机会就来了。一天同修在一起学法时，一位协调人说当地小册子没人编辑，你做一下呗？我说：试试看。就这样开始编辑工作。刚开始什么都不懂，就请来一位懂技术的同修一起做，经过实践摸索，在同修的指导下、在师父的加持和启悟下，现在我基本能自己独立操作了。这期间还涉及到当地信息资料的取材问题，那就得自己亲自跑了，调查核实，包括善恶报事例、大法弟子受迫害案例、邪党恶警犯罪事实、相关人员的电话号码等，都得亲自动手。为使做出的真相资料更真实可靠可信，对于前些年网上的有关当地资料也得从新核实，这样才能让世人信服，让邪恶胆寒，真正发挥真相救人的作用。

在其它方面我也能做到配合圆容整体，能办的我就去做，有时同修之间闹矛盾了、资料点同修和协调人要调整了，还有别人都不愿意触碰的事，只要找到我，我从不回绝，一一去办，可也从没碰过壁，都能完成。我想同修或整体需要我时，那是同修看到我行，也是师父与大法赋予我的责任与使命，也是我必须去做的，必须去做好的，责无旁贷，我从不多想。但处理这些事时，从另一角度看，也是有我要修去的东西，师父在多处讲法中都提到过，当两个人发生矛盾时，第三者都得向内找，所以每遇到这样的事我都把它当作好事去做，并且能够向内找自己，放下自我，去掉私心，先找自己然后再说事，加上祥和的心态，这样对方都很容易接受。有两次还真的找到了自己的执著了，从中得到提高，所以同修们也都愿意找我，也愿意和我接触与共事。

我悟到一个大法弟子本是大法的一个粒子，在这个整体中，就应该主动去圆容，整体有漏就应该去修补，去充实，只有这样，本地区



才能形成一个坚不可摧的堡垒，牢不可破的整体。救度众生才能发挥其强大的威力。邪恶看到都胆寒，想搞迫害也就无能为力了。

最最重要的是，修炼多年的我，今天才真正体悟到「无私」的为他境界的美好——那就是无论何时何地、做任何事情或遇到怎样的矛盾与冲突，首先想到法、想到师父、努力去圆容师父所要的。这是正法时期大法弟子所必须认识和达到的正法对我们的要求。

证悟到这一切之后，我感到我的宇宙空间无比光明与圣洁，晴空万里。内心所拥有的唯有慈悲、庄严与正法修炼的殊胜。

以上是我修炼中所在层次的粗浅认识，不足之处请同修慈悲指正，合十。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 打电话讲真相

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】由于受明慧网同修打电话文章的启发，我买了 IC 卡，在没课的时候，就到路边的 IC 电话机上打电话讲真相。起初是给常人打，后来看到每日明慧中大陆综合消息里面大法弟子正在遭受的残酷迫害，我应该出来制止迫害，告诉打人的凶手不能迫害法轮功，而且有很多可以打的电话号码。

刚开始，我只敢跟居委会打。记的我打的第一个电话，对方是个不明真相的人，骂了我许多难听的话。晚上，我躺在床上，不能回想那些难听的脏话，一想就难受的想哭。我问自己还要坚持吗？我内心最深处有个声音——是的，不能因为一个人的不接受，让我放弃救度众生的勇气！……后来怕心渐渐少了，我决定给六一零和公安局还有劳教所打电话。

——本文作者

尊敬的师父好！各位同修好！

在这次大陆大法弟子心得体会书面交流的盛会上，我想谈一下我在个人修炼与正法时期一些简短的体会，与同修共同交流。

我是一名在大法中成长的弟子，从九岁得法，至今已有十二年了。虽然得法时年纪很小，但在常人生活中形成的一些不好的观念对我的修炼也造成了许多困难。一路走来，磕磕碰碰，每每遭受痛苦，我都明白是消除业力，去除人心。有时咬咬牙挺了过去，有时人心过重，没有做好，但我心底一直坚信自己是修炼人，是大法弟子，也是大法的力量给予了我坚持，将没过好关时内心的懊恼、悔恨转变成从新做好的勇气，将做的好时内心感受到的鼓励变成更加精進的动力。所以，我会在大法中继续走下去，真修自己，和所有大法弟子一样，幸福的沐浴在师父的佛恩浩荡中。

自从一九九九年大法遭到邪恶的攻击、诬陷，世人受到很大的迷惑。作为一名大法弟子，有机会时，我会跟周围的同学老师谈到大法的真相。他们中有些不理睬，不太接受。起初，我感受到了挫折，当我继续跟其他人讲大法真相时，我发现还是有很多人愿意听的，只是要找到恰当的切入点，不要让人感到压力和突兀。

比如，有一个老师跟我们上课时说到她去国外旅游的经历，说看到许多大法弟子发传单。但从她的语气中，我感到她对大法不理解。当时是最后一节课，下课后，我等同学走的差不多了，就跟这位老师交谈起来，我说，老师，你去过国外真好，看到了许多我们看不到的事情。接着就进入了大法真相的话题。而且一路我们走到了食堂，我也利用吃饭的时间跟老师说了大法正在遭受的迫害。虽然这位老师没能完全明白真相，但她听真相时在分析，在理解，也在接受。

其实，起初我很紧张，都不知道该从哪里跟老师交流，但我知道一定要去讲，明知道她误解了大法，我怎么能无动于衷呢？不能让这位老师错过了解大法真相的机会。当我真去做了之后发现也没有想象中的困难，我们是怀着善意告诉人们事情的真相、大法的美好，而不是说教或者强制的让人接受。没有了常人的顾虑，那我们就去做，我们在做最正的事，又有什么好担心的呢？

我有一个很难突破的障碍，就是跟陌生人讲真相。我平时说话比较少，特别是在人多或者是陌生的环境。看到明慧网上同修的文章，很多在这方面都做的很好，我想我一定得突破，救人还分什么熟与不熟呢？许多陌生人也是大法的有缘人啊！我查找内心不敢的根源，发

现自己是因为害怕被人拒绝，强烈的好面子与不愿被人说的人心。我暗暗下决心，有机会一定开口讲。

一次等了好长时间的公共汽车，我发现旁边有个女士也在等同一班车。我想起前几天，妈妈说到她在车站跟人讲真相的事，我就抱着试一试的心态跟这名女士聊起来，说在学校同学们都说大陆没有人权民主，她很赞同，于是我就告诉她《九评》引发了海内外的退党大潮。我劝她退，她只是笑了笑，后来谈了些别的，得知她姓戴。分手前我想还是得让她退啊，我说，退了吧，就叫小戴姐姐。她想了一下，说，退吧，你帮我退。那一瞬间，我好感动，全身热乎乎的，这是我劝退的第一个陌生人！分手时，她远远的叫住了我，说：「希望以后我们还能见面。」我说：「会的，一定会的！」我看到她先是吃惊再是期盼的眼神，感觉到了世人在人间等待的到底是什么。我也明白了只要抱着讲真相的心，师父会把有缘人引到我们跟前，是师父在我鼓励救人啊！如果我们被自己后天观念束缚住，有缘人就会被我们错过。

妈妈是同修，在家做资料，我在学校是住读，所以很少参与到真相资料的制作。由于没能制作真相资料，我有过一段时间的消沉。后来学习了师父《对澳洲学员的讲法》，觉的我不能再执著自己一定要做什么，应该找一些自己能做的事。

由于受明慧网同修打电话文章的启发，我买了 IC 卡，在没课的时候，就到路边的 IC 电话机上打电话讲真相。起初是给常人打，后来看到每日明慧中大陆综合消息里面大法弟子正在遭受的残酷迫害，我应该出来制止迫害，告诉打人的凶手不能迫害法轮功，而且有很多可以打的电话号码。

刚开始，我只敢跟居委会打。记的我打的第一个电话，对方是个不明真相的人，骂了我许多难听的话。晚上，我躺在床上，不能回想那些难听的脏话，一想就难受的想哭。我问自己还要坚持吗？我内心最深处有个声音——是的，不能因为一个人的不接受，让我放弃救度众生的勇气！我想到一位台湾七十多岁的老爷爷，给一名警察打真相电话，被对方挂断了七次，最后还是让那名警察记住了大法好。我下

定决心，心里也不难受了，渐渐的睡着了。

白天有空时，继续打电话。会碰到不听的，敷衍的，但也会碰到有缘的。一次是名保安接的电话。我问他在他们小区发生的大法弟子被绑架的事情，告诉他大法好。他听我说，还问了许多关于大法和怎么修炼的问题，最后他说他也想学法轮功，问要不要交什么会费。我当时很吃惊。我说，大法修炼不收任何费用，你是个有缘人，将来一定会遇到大法弟子帮助你得法。你现在没有书，就真正的按照真、善、忍去做一个好人，你就在其中了。一时间，电话那头没有声音，我感受到他内心的震撼。最后我们互道谢谢，挂断了电话。我心里暖暖的，一个电话找到了一个有缘人。

后来怕心渐渐少了，我决定给六一零和公安局还有劳教所打电话。在这期间我深切的感受到邪恶对大法弟子的迫害是多么的严重！许多打人的恶人根本不听真相也不相信善恶因果报应，还「炫耀」他们打人、灌食的行为。我内心感到很沉重。有次打电话会打到明慧网报道迫害文章中的那名警察，他也描述了当时打人的场景。他说他打的那名大法弟子其实是他大学的学弟，当时在监狱那名大法弟子的母亲跪在地上求他儿子跟她回家，这名警察说他不明白为什么老母亲悲痛的哭倒在地上，但那名弟子不作出承诺，所以他就打了大法弟子一个耳光。他说，他当时也哭了，他不理解大法弟子。

我当时有种无名的震惊，似乎那个场景就在我眼前，那么真切。我说：「你其实是个善良的人，只是不理解大法弟子，那名大法弟子难道是不想孝顺他的老母亲吗？难道看着母亲跪在地上不心痛吗？但是你知道他如果答应母亲的代价是什么吗——放弃信仰！大法弟子是做好人，怎么能放弃呢，那么轻易放弃信仰的也不是真正的好人了！问题不在这名学员，而是你们。」他说：「怎么会是我们呢？」我说：「你们应该放这个学员回家和他母亲团聚，才不至于发生这样让人心痛的一幕。」这名警察沉默了。最后我们互相道了谢谢。

挂断了电话，我心里有好多感慨，还有多少世人不明真相啊，还有多少善良的人参与了迫害却不自知。我们的责任不就是告诉他们真相，让他们善待大法吗，当一个人明白真相后会影响到其他的人，带来更好的影响。在打电话中，有的警察要我背《论语》听，有的留下

他的手机号，希望我再联系他，世人明白的一面与善良给我许多鼓励与感动，我也深深的感激大法给了我智慧与勇气，还有师父慈悲的呵护，否则我根本无法证实大法，这一切都是师父给予的！

今天，是投稿的最后一天，很早就打算写了，但觉的时间还很多就一直耽误了下来，直到今天才完成。晚上也梦到大家在一间教室里考试答卷，大家从考试一开始就认真的写，很快都交了卷，只有我一个人才刚动笔，大家鼓励我要我快点写。醒来后我真感觉不好意思和时间紧迫。通过这次写稿，让我回忆起了许多证实大法的美好经历，并且在过程中发现了很多不足，修去了很多人心，感受到作为一名大法弟子的幸运与幸福，提醒自己在修炼的路上千万不可懈怠，为了众生，为了自己，为了大法，勇猛精进。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 我讲真相救人的一点体会

文 / 黑龙江大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】我悟到：如果我们心中只想着救人，没有为私为我的想法时，我们将从旧宇宙中脱胎出来，所遇到的一切险境都会化险为夷，来势汹汹准备咬人的大狼狗可以掉头逃走；抓住脖领子准备把我送到派出所的大手可以松开；铐在手脖子上的铁铐子可以自己打开……真的是一切都有师父看护啊。

同修们啊，讲真相、发真相资料表面看起来好象不安全，其实真正放下人心、心怀众生时，反而成了最安全的。让我们都走出来讲真相、做真相，救度更多的有缘人吧！

——本文作者

尊敬的师父好！各位同修好！

我对写交流稿有畏难情绪，不想写了，和同修交流后，我也悟到写法会交流稿的重要性。下面就简单的和大家交流一下我在讲真相、发真相资料方面的实修心得。

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。」（《二零零二年波士顿法会讲法》）我经常和同修一起出去讲真相、发真相资料。有一次，我一边讲真相还当面送真相资料，碰到一个居委会主任，她被共产邪党毒害很深，不明大法真相，怒气冲冲的对我喊道：「你还真是胆大了，还敢上我这地盘弄这事，你快走，不然我可要报告六一零（邪党迫害法轮功的专职机构）啦。」我没动心，很平静的对她说：「我是来救你的，你一定没看过大法书吧？大法教人做好人，于国于民有百利而无一害啊！你千万要善待大法弟子，那可是功德无量的事，如果真这样做了，你会有美好的未来！」我当时心态非常稳，一点怕心也没有。说着说着就围上来一大群人，慢慢的我把周围的一切都忘记了，就是一个劲的讲真相，仿佛人没了、树没了、房子没了，周围的一切都不存在了，只有我在讲真相……

不知过了多长时间，我看到居委员会主任无力的走了，人群也渐渐散去，我弯腰把居委员会主任撕坏的大法真相资料拣了起来，这时一位男子对我伸起大拇指说：「老太太，你太了不起啦。」

二零零五年的一天，我和同修发真相资料，被抓到了派出所。他们安排两个警察看着我，把我锁在铁椅子上，还用铐子铐住。我给这两个警察讲大法真相：「你们要记住法轮大法好，善待大法弟子会得福报……」到了后半夜，我发正念叫他们两人睡觉，不一会他们就同时睡着了。我又发正念叫手铐子开，并默默的对手铐子说：「你是铐坏人的，我是善良的大法弟子，是好人，你不应该铐我，应该打开，让我离开这里！」正念一出，手铐子「啪」的一下子打开了。我从铁椅子上站起来，在凌晨四点钟左右堂堂正正的走出派出所，回到了家中，继续讲真相救人。

有一次，我发真相，一不怀好意的人看到后，立即让大狼狗来咬我。大狼狗从远处向我奔来，我心没动，也没害怕。师尊说：「一个不动就制万动。」（《美国中部法会讲法》）我心想：我做最正的事，谁也不配咬我。大狼狗还没等跑到我跟前，立即掉头往回跑了，那个人生气也没办法。我就堂堂正正的走了过去。

还有一次，我在居民楼道里发真相，一个喝醉酒的人走过来问我：「你是干什么的？」我一点也没害怕，堂堂正正的告诉他：「我

是发大法真相救人的。」他揪住我的脖领子要把我送到派出所。我说：「你这个人真糊涂，你要真把救你的人送到派出所会遭报应的……」他听着听着把手松开了，拿了一份真相资料回家看去了。

通过几年来的风风雨雨，我不分白天黑夜、春夏秋冬的讲真相、发真相资料。碰到很多人，有的赞同和我成为好朋友，还定期管我要真相资料看，有的观点不同当时就撵我走，还有要把我举报派出所的……真象做菜时用的调料瓶，五味俱全，也修去了我的很多人心和执著心。我真正体会到师尊讲的：「人类社会就是我大法弟子修炼的大炼功场」（《二零零七年纽约法会讲法》），体会了这句法的更深一层涵义。

我悟到：如果我们心中只想着救人，没有为私为我的想法时，我们将从旧宇宙中脱胎出来，所遇到的一切险境都会化险为夷，来势汹汹准备咬人的大狼狗可以掉头逃走；抓住脖领子准备把我送到派出所的大手可以松开；铐在手脖子上的铁铐子可以自己打开……真的是一切都有师父看护啊。

同修们啊，讲真相、发真相资料表面看起来好象不安全，其实真正放下人心、心怀众生时，反而成了最安全的。让我们都走出来讲真相、做真相，救度更多的有缘人吧！

不足之处，请同修慈悲指正！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 从法理上提高 走好正法修炼路

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】在讲的过程中会遇到各种心性的考验。有一个补塑料盆的中年壮汉，我跟他讲真相劝三退时，他一下摆出一副凶像，非常反感的吼叫着，拉着过往的行人吼，想惑众起哄，拿出手机要拨打「六一零」。我马上发正念，铲除操控他的邪灵烂鬼，微笑着叫他不要发火，仍然用很友好的语气耐心的跟他讲着大法的美好、三退的重要。他拿着手机看了看我说：「举报吧，你这人又这么好，不举报吧，又太不象话，反党。」有一路人笑着对他说：

法轮功好，我也退了。结果壮汉由恶转善，用真名退了邪党。

——本文作者

尊敬的师尊好！各位同修大家好！

我于一九九七年喜得大法。我得法前有多种疾病，有不好的信息干扰，长期求医无效（中西偏方），也练了许多假气功，仍然无效得不到康复。修炼大法后，一切都发生了巨变，真是身心健康，精神面貌焕然一新，整天乐呵呵的。在十年的修炼中曾经走过弯路，从跌倒中爬起，摔摔打打走到今天。

九九年七二零，江氏小人出于妒嫉，利用手中权力，动用各种媒体造谣诬陷法轮功，利用中共邪党对大法弟子进行疯狂迫害，对师尊污蔑诽谤，又一文革再现。在这铺天盖地的造假宣传中，世人都受到蒙骗，对法轮功产生了敌视与仇恨的心理。在那样邪恶严酷的形势下，我凭着对师父的正信，一定要为师鸣冤，为大法鸣冤，连续三次进京上访，去天安门打横幅，讲大法好。

那时期，对法理的认识，只是在感性上，很难理解大法的深层涵义，根本没有悟到这场迫害不是人对人的迫害，而是师尊在正宇宙的法，是另外空间正邪较量的体现，反映在人中，就是人对大法弟子的迫害。在证实法的过程中，当遭到迫害时，我只是无奈的消极承受，没有把自己当作是正法时期的大法弟子、有着护法助师救度众生的使命，所以走了弯路，摔了跟头。可是师父并没有放弃我，一次次从跌倒中把我扶起，让我从法理上提高上来，走正走稳正法修炼之路。

### 心性升华，矛盾消失

我是个爱帮助别人的人，同修们有什么需要帮忙，只要能做到的都帮。几年前，那时迫害比较严重，同修因各种原因不方便到电子城买MP3，我就帮她们买，把需要的文件装好，一一教给她们使用，坏了帮着修，在其它方面需要什么我帮她们做好什么。时间一长人来人往也多，学员之间的矛盾也随之出现，发展到矛盾直冲我来，有说我赚钱的，有说在学员中挑拨是非的，有忙没帮到发脾气的，有学员被迫害家属跑来抱怨的。常人讲你们家「门庭若市」，我也在琢磨怎么是这样呢？人也觉的很累。



心里正在不平的时候，有一外地同修来了，与她交流后，同修讲：你是出于农村那种乡情在帮同修，不在法上。后来我静心学法，向内找，当读到《转法轮》第六讲「显示心」时，一下看到自己有强大的显示心理，有在学员之上的心、干事心、妒嫉心、大包大揽等等。多险哪！有这么多不好的心，怎能做好大法弟子要做的事，怎能不出问题呢！师父讲：「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。」（《精進要旨》〈再认识〉）从而认识到只要把心摆正，并不在乎做事的多少，只有在法上，才能圆容好整体，才能解体在学员中起间隔作用的邪恶因素。找到这些执著后，一切都发生了好的变化，学员间的矛盾烟消云散了。

中共邪党编造「天安门自焚」这个造假事件，对世人的毒害最深，很多世人都被蒙骗。为了把人们从欺世谎言中解救出来，洗清头脑中对大法的误解，我们必须揭穿谎言，讲清真相。我除了面对面与周边人讲真相外，绝大部份时间是和同修们到各乡镇各村庄面对面讲、发资料、挂条幅等多种形式。在乡村，尤其在山区讲真相，会遇到各种人，有听的，有不听的，有听信邪党谎言的甚至表现特别凶狠，我们用真诚与善念慈悲的去对待他们。

### 讲真相中的神奇事

在讲真相的过程中，出现过许多神奇的事。例如：我们同修三人早上乘车到某一山区发资料，互相间隔一段距离，以便不落下一个村庄。当我们相继从一村庄出来走到一条大路上（在山区只有这条独路），突然不见乙同修，路两边全是稻田与山，因为是平道，一眼可以看很远，我和甲同修四处张望都不见乙同修人影。跑到山上去寻找（因站的高看的远），刚上到山顶，回头一看，一辆白色警车停在我俩离去的路上。我俩立即发正念，直到警车离去，这时乙同修也出现在警车停过的同一路面上，慢悠悠的来回走。我俩一激动，大喊乙同修。正在这时，村子里一片喧哗，吼叫着寻找我们的踪影。我们三人同时互相叮嘱稳住心，以正念窒息邪恶的气势，非常坦然稳重的在那条路上前行着。

我们问乙同修刚才到哪去了，他说就在警车停着的那儿走来走去找我们，警车里的人不时探出头来看了又看。啊，是师父在保护我们

哪，竟然在同一路面上互相找对方都看不见。我一下想起师父在《排除干扰》里讲的：「为了你们的安全看护着你们」这段法，我真的流泪了，感谢师父的保护。象这样有惊无险的事情很多，都在师父的呵护下神奇般的化解了。

又来到了一个山村，这里有个大水库，四面环山，乙同修上到山坡的电线杆子上贴了一张真相标语，还未离开，被从对面上山来的农夫抓住，凶狠狠的将真相撕下，要把我们带走。因他一人怎么也拽不过我们，我们一边与他讲真相，一边走向水库摆渡的地方。要想离开这里必须过渡到对岸，到了船夫跟前，直接跟他讲真相，船夫明白真相后，善心与正义感都出来了，真心的保护着我们。他对那个农夫讲，人家炼法轮功碍你啥事？上船，我们把他们送过去。那人看着船夫的举动，再也不吱声了。刚起锚。从水库的另一个山脚下跑出一个凶狠大汉（是从先前那个村庄追过来的），非要船夫把船往回摆。那人在这大吼大叫，船夫讲：我不渡你，转来我也不渡你。径直摆到对岸，那是另一个社区。船夫告诉我们：「那边是开发区，一定要注意安全。刚才那个人是真正的恶人，是来找你们麻烦的。今天真险啊，全县干部都在这里开会，刚才那个警车是某某派出所所长的车子。」我们谢过船夫，又踏上了新的路程。

### 我的资料点

我们这个地区的资料是靠外地同修提供的。有一次到外地拿资料，看到同修是白天上班晚上做资料，好辛苦啊。看到他们的付出，自感惭愧、自私，并暗自下决心自己做资料，减轻同修的压力，满足当地同修讲真相的需求。决心一定，在师父的加持呵护下，在外地同修的帮助下，我成立了第一个家庭资料点。

在运作过程中遇到的困难、阻碍、压力是比较大的，尤其是来自另外空间邪恶因素的干扰，不只是对我肉体迫害，同时对家人迫害，脑子里不时出现不正的念头。邪恶制造假相吓唬人。因为我文化低，又是农村妇女，从未见过电脑，怕学不会。同修看到我的思想状态后就安慰我：信师，信法，没有做不好的事，你这个房子就是个屏蔽，技术一定让你学会。每次看到学员急急忙忙离去的背影，心里总有一番感慨，正法时期的大法弟子呀，肩负着救度众生的使命，再苦再累

也值啊。

当地六一零受另外空间邪恶的操控经常上门骚扰，在奥运期间隔三差五的上门捣乱，进到家里就是到处查看，见什么拿什么。有一次机子正在运作，邪党人员突然闯进家里，到处乱翻拿东西，第一句话就是炼不炼，还讲这不准、那不准之类的话。面对这群被邪恶欺骗了的人，我心里非常难受，无论他们怎么对待我，我从不怨恨，因他们也曾是坚信大法才敢冒着天胆来到人间，由于生生世世的轮回把自己来时的愿给忘了，还参与了迫害大法。

我很平和的用善念跟他们讲真相，希望他们能在大法中得救。我边发正念边求师父加持，用正念解体了邪恶，他们人的一面也不那么凶了，最后不动声色的走人。这几年在正与邪的较量中，在师父的呵护下和同修们的帮助下，我的资料点稳健的运作到今天。

### 劝三退救人

零四年《九评》横空出世，用这把利剑撕开了邪党的画皮，赤裸裸的摊在世人面前，让人们看清它的邪恶本质，退出邪党从而得救。当我看到大纪元郑重声明之后，立即销毁邪党物品，全家声明退出邪党一切组织。

要使人们认清中共邪恶本质，从流氓与魔教中解救出来，必须广传《九评》。传《九评》劝三退，当时对我来说觉的是一个巨大工程，比讲大法真相要难的多。劝三退时一定要循序渐进润物细无声的做，首先传亲朋好友周边世人，逐渐成熟后向过往行人、社区、来往生意人、打工的手艺人讲，只要能搭上话的都讲。

在讲的过程中会遇到各种心性的考验。有一个补塑料盆的中年壮汉，我跟他讲真相劝三退时，他一下摆出一副凶像，非常反感的吼叫着，拉着过往的行人吼，想惑众起哄，拿出手机要拨打「六一零」。我马上发正念，铲除操控他的邪灵烂鬼，微笑着叫他不要发火，仍然用很友好的语气耐心的跟他讲着大法的美好、三退的重要。他拿着手机看了看我说：「举报吧，你这人又这么好，不举报吧，又太不象话，反党。」有一路人笑着对他说：法轮功好，我也退了。结果壮汉由恶转善，用真名退了邪党。

象这类事每个大法弟子都一定遇到过，只要我们是真心为了这个

生命好，让他得救，始终如一保持着慈善之心，用平和稳定的心态去对待所有的一切，一定是好的结局。

随着正法进程的推快，救人的时间越来越紧，我们只有多学法，修好自己，才能多救人，才能达到师尊的标准，才能结束这场迫害。

谢谢师父，谢谢同修！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 修去怕心 救众生

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】每次走过一些关，自己觉的很自然。都是师父苦心安排造就。师父让我们能过得去，同时在过程中让我们把执著修去了。回顾过去修炼的路，好比这么一番景象：有时觉的前路千难万难，就象眼前一片沼泽，哪有路啊。但是凭着对师父的坚信，就是往前走，走着走着，师父出现了，师父好慈祥。师父弯下身，亲自为弟子的脚下铺上一块长长的、干净的新木板……眼前的泥泞变成了通途。

——本文作者

师父好！

同修好！

### 一、法中修去怕心

我悟到，旧宇宙中生命的一个很突出的表现，是保护自己本质上不受到伤害，在一定层次中的人中的表现，就是怕心。修去怕心的过程，也是一个生命从本质上开始变的无私的过程。修去怕心的过程，体现出敢不敢跟师父走的问题。这条修炼的路源于对大法的深刻理解，需要在实修证实大法中、讲清真相中、扎实的走过来的。

有时在思想中偶尔反映出来对于邪恶形势的顾虑，但这些拦不住自己。相反，在大陆邪恶的环境中，能越来越变的堂堂正正、大大方方，在证实法中越来越主动。

自己能做到这些，是因为转变了一个观念，就是能在救人中真正做到「先他后我」，把众生的得救看的比自己的安全更重要。真的能做到这一点以后，感觉怕心就离我远去了。在生活中，在大法项目中，救度众生往往能如意发挥。一切显的平和，没有风险。这与以往的状态大大的不同。也许站在正法修炼的基点看问题，和骨子里还多多少少立足于个人修炼提高而修炼，修炼的实质差别相当大，体现出来的证实法的状态也大有不同。

回想修去怕心，经历了许多过程。最开始的突破，是源于大量背法。当时怕心重，不敢走出来证实法，我就求师父：「师父，弟子对于后期讲法看不懂，弟子也要象同修一样去救人！」在那段时间，坚持每天都背《转法轮》。那是怎样的一段时间啊！我感到自己在法中飞升，师父经常点化我，大法的超常法理常常展现出来。每次看到法理的更深的内涵，就觉的那一层全明白了。那段时间真是突飞猛进的。有时看到一句法，却看到法理后面一个广阔的法理的世界，在理性上一下子全能明白。有时捧起《转法轮》来背，发现翻开的这一页，句句展现法背后的内涵，真是句句是天机啊！仰望着天空，和师父说：「师父啊！这么大的法，我也得了，我怎么得了这么大的法了……」

背书、学法，是一切的基础。其实从根本上升华对大法的认识、从根本上去除执著，都是靠的大法的威力。一个修炼中的人，要去除执著，如果学法不够，那是很难很难。师父说「法能破一切执著」

（《法轮大法 精進要旨二》〈排除干扰〉），我悟到，只有大法、只有大法的无边法力，才能够使一个生命，从微观中破除根本上的执著因素，才能从旧宇宙中走出来成为新的生命。

只有学法才能做到。在背书方面，师父在法中说过，师父说：「我们有能力的、年富力强的，除了年岁大的、记忆力不好的，都要把这书背一背，也许我提的很高了，要求太高了。可是有许多地区，很多学员都背的非常熟，人家学习的时候根本都不用书，都背着念。」（《法轮大法义解》〈在北京法轮大法辅导员会议上关于正法的意见〉）我悟到当时是在辅导员会议上说的，实际也是对于想精进的，对于自己要求严格的弟子的点化。师父说的弟子能做的到，那是

提高的最快的。

注重背书，在法理上迅速突破过来了。但在实修中，还是有些「怕」。回顾以前的历史，多次被迫害，心里没底。多亏溶入集体学法，同修的正念正行，让自己看到了希望。

我想：「他们做的这么好，按照大法做，不是很安全吗？」同修们带我去发资料，我不敢发，我就帮助发正念。这样经常去，每次去的体会都非同一般。我渐渐的不那么怕了。

我从自己能做的做起。不敢和生人讲真相，但我发现自己去购物的时候，敢开口讲，去坐「摩的」的时候，敢开口讲。我每次就都抓住机会讲。我想，我一定把自己的能力用足。我把利用购物、坐摩的等机会讲真相，当成自己要做的一个项目，找着机会就去做，天天当作正事坚持。

讲着讲着就突破了。现在我知道，每次我们去为众生做什么，师父在另外空间给我们好多好多，把那个怕的物质就这么一次次往下拿，所以自然就突破了。

后来，我敢接触讲真相用的实物了。开始从同修那里拿来几个写有「法轮大法好」的护身符，放在荷包里，感觉就象揣着几个炸弹一样的怕。后来，自己敢送给摩的司机了，次数多了，渐渐这个心就去了。

第一次发光盘，是看过「全球华人新年晚会」以后。晚会演的真好，自己哭了，立志要传给世人。正好同修送来几个，在坐公车的时候，我说「我是新唐人电视台的宣传员，这是我们电视台最好的节目，免费送您看。」效果不错。

从此，面对面介绍光盘成为每天重视的项目。我坚持着，但不强为。从少到多，渐渐的认识上、能力上突破了。

这时，我开始敢于想到自己做资料。

回想证实法的一幕一幕，从敢于走出来的时候起，我就没有满足过。在心性状态上一旦突破，就会开始着手新的阶段的证实法的项目。一步一步的能做的更好。

资料点位于城郊，一周去一次，准备好一周的资料。

说起资料点，也是几经起伏。开始买了打印机，用上了，后来起

了怕心，又送给同修了。后来买了刻录机，做了一段，又送走了。同修打趣说：「拜托下次不要再买了，你买了又送到我这，我还不知道别人用不用得上。」我心里说，「我这资料点还是要建的，机器还是要买，这一切都是有意义的，一定能稳定下来的。」

后来，开始有了自己的甲、乙两个资料点，是因为防止噪音大，把刻录机和打印机分开放了。

过程中，点点滴滴，都在修去怕心。遇到好多大小事，我都向内找，在法上想，升华的很快。放下生死救众生，付出的多，得到的……我能感受到在法中的飞升。与原来在家不出来时，所想象的情况完全不一样的。

怕心的根子，就在那时解体了。我感到我过去好多生死关，虽然没有真的经历什么险事，但是对心灵的撞击是不轻松的。过程中，在师尊的点化下，在每一件小事对照大法中，在对于怕心的挖根中，我感到自己的生命真的新生了！人的思维框框被冲破，我按照大法法理来行事。

有一次，一天丢了三把锁。甲资料点的锁头好好的突然不见了，找找自己的心没找到究竟。修车，车锁让修车师傅修的也不见了。而乙资料点的柜子锁也坏了。

乙资料点装的是铁门，因此无法自己加挂小锁，而房东是有铁门钥匙的。为了让房东老板不要觉的惊奇，我在房内添置了小柜子，把打印机锁进去正好。自己觉的很高兴。而现在，柜子锁坏了……

我冷静下来，看看今天这三把锁，究竟是在告诉我什么？

我找自己的执著和弱点，从这里下手，从法中归正，我想这是正确的一个思维方向。我看到，自己太依赖于「锁」了。依赖于常人的物件——锁，来保护自己的安全。而修炼人要用正念和对大法法理的坚定，彻底否定一切迫害因素，彻底不承认一切迫害因素，来保证安全。长期走人的思维维护安全，还不是真正的安全，要转变观念才安全。

我放下心来，把自己交给师父。我想：「我坚信，做救度众生的事情谁也不敢迫害。我把心放下，堂堂正正。」

这时发现，乙资料点的小柜子，锁坏的很特别。用力能拉出来，

不用力，门关的很好，轻易看不出来。我决心用修炼人的办法考虑「安全问题」，我想可以不必换锁了。

自此，乙资料点的柜子一直没有换新锁。同修说：「那你把大门锁换换」。我说：「不用了，不换倒觉的心里很踏实，我用正念把门锁好了。」我想：「心中没有迫害的概念，什么事也没有。」

甲乙资料点真正的稳定下来，是在经过了一件事情以后。同修小郭（化名）去乙资料点做资料，我迟到了一会。一进门，看到小郭在看书呢。我说：「咱们抓紧打印吧。」

小郭说：「你看看那是什么？」

我顺着方向一看，地上一摊烟灰。「烟灰呀！」我准备干活。

小郭说，「你不抽烟、我不抽烟，烟灰哪来的呀？」

我才反应过来，「噢，烟灰哪来的？」

因为自己一段时间来都是从心底否定迫害，也就没有考虑做资料还会带来什么「安全问题」。我在渐渐的跳出这些思维了。我坚信做资料是安全的，谁也不敢动。那我管它烟灰是哪来的呢？哪来的都与我们做正事无关。我只认在大法中悟到的正理：因为我坚定的「不允许」迫害的发生，迫害就一定发生不了。

我把烟灰打扫打扫，心里觉的这旧势力的把戏好笑，「噢，想把我拖入以前的思维，让我顺着你们的迫害逻辑思维开始害怕，然后放大怕心的执著，以此为把柄迫害我？那是不可能的了，迫害与我们无关，与我们救度众生无关。」心中法理很清晰，觉的自己做的到，不是强为的。

从那以后，资料点大大小小的状态就都平静了。我们的资料点真正的稳定下来了。一直到后来搬家，一切都很好。我从此从心底里不害怕了。

每次走过一些关，自己觉的很自然。都是师父苦心安排造就。师父让我们能过得去，同时在过程中让我们把执著修去了。我能感受到师父的苦心，每一件大大小小的事，每一次，对人的观念的转变。师父让我们能够行。

回顾过去修炼的路，好比这么一番景象：有时觉的前路千难万难，就象眼前一片沼泽，哪有路啊。但是凭着对师父的坚信，就是往



前走，走着走着，师父出现了，师父好慈祥。师父弯下身，亲自为弟子的脚下铺上一块长长的、干净的新木板……眼前的泥泞变成了通途。

每一次，因为怕心有点走不过去了，师父看到弟子往前走的心。师父巧安排。有时师父在法中点化，展现法理玄奥，怕心不见了。有时师父安排精進的同修带弟子做真相，怕心不见了。有时在最困难的时候，师父看到弟子哪怕只有一小部份的正念，师父展现事情的神奇变化，怕心又不见了。师父启悟弟子悟道。

直到渐渐能抛去保护自己的私，以大法为大，以众生为重，渐渐觉的「怕」字与自己无缘，感受到放下执著的轻松和美妙。

## 二、大法开启智慧

在此仅举一个方面的例子：

我自小生性有些木讷，不善言辞。走入修炼后，大法打开了我的思维，我变的能说会道，善于思考，思维敏捷，看问题直透本质。法轮大法讲述的，是高于常人社会一切学说的真理，大法修炼者跳出常人社会的思维局限看常人社会，自然就一目了然了。

有一次坐火车出差，想和周围的人们讲述大法的美好，从任何一个问题入手，都能升华到宏观。那天我们谈了哲学、宗教、企业文化、创业、经济、邪党在中国经济领域扮演的恶劣角色、文化、马列主义的实质、人生的根本问题、道德的涵义、法轮大法的美好等等等等。感觉智慧源源不断的往外淌。乘客们都听的津津有味。临近深夜，虽然说话的声音不大，但是周围的乘客却几乎都不睡了，从眼神中看的出大家愿意听。一位念清华大学的研究生，听着听着，开始认真的做起笔记来。下车的时候，前排的一位大姐特意起来与我握手，「小伙子，你说的太好了，我和儿子昨晚都没睡，爱听，下次再和我们多讲点！」

这样的事情，多年来，发生了很多次。人们爱听我讲大法好、讲退党。我也能根据不同的对像，讲他们关心的事，再引申到主题。我慈悲他们，发自内心的爱他们，我希望他们得救。他们也都喜欢和我交流，觉的我言辞风趣，性格天真。

大法开启了我的智慧。使我从一个很平常的状态，升华到成为一

个有志、有识、有胆略、有气质、心怀众生的一个新的生命。

一切来源于师父！我决心用大法赋予自己的能力广救众生。

### 三、大面积救人的洪愿

在证实大法的历程中，经历了一个思想的转变。从原来「我要做」、「我做了」，升华到「尽量能救度一切能救度的众生」。

从原来的「自己不要被迫害」、「开创本地区证实法的环境」，升华到「从根本上解体一切迫害大法的因素」、「不允许任何迫害大法的事情的发生，根本上彻底否定这一切」。

心中有一个洪愿：「师父来救度众生，弟子们顺应师父的愿望，要把一切能救度的人尽量都救了。」

师父说：「目前大家就是怎么样做的更好、效率更高、影响更大、救人更多。」（《美国首都讲法》）弟子们就往这方面去努力。

救度众生靠的是整体。大面积救人，也需要在各个项目方面有大的突破。大家怎样协调一致做好呢？

详细的一些过程在此不多论述。我想，全世界的大法弟子的心愿是一样的。我相信，师尊亲自来到人间，率领众神众弟子正法，救度众生。而世间的局势也一定是配合上来的，世间的器物、条件也一定是配合上来的。

我悟到：三界的环境，一切顺应正法而变化，历史上以前的安排，也都要顺应正法需要而变化。况且三界经过久远的安排，其中早已有了此时全面解体迫害、救度众生的伏笔。各种技术、各种条件，已经兼备，而且还在不断的完善之中。

万事俱备，就等着大法弟子整体的正念升华上来，大法弟子整体的配合协同起来，大法弟子全面解体迫害、大面积救度众生的正念坚定起来。

师父等着我们都走出人来。

以上为个人的理解，谢谢师父！谢谢同修！

合十。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 真正把自己溶于法中

文 / 哈尔滨大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】随着正法进程的推进，我们越来越觉的找回昔日的同修和救度众生的紧迫。我和丈夫有时间就想都有谁不修了，都有谁不精进了。我们就一个一个的用各种办法接触昔日的同修。为了让他们来我家学法，丈夫天天开出租车（丈夫因邪恶迫害，工作被非法开除，靠开出租车为生），到下班时间就去同修单位大门口接同修上我家吃饭，吃完饭好学法。这样同修一时思想有干扰不愿来学法，一看人家都开车来接就不好意思了。这样相继上来一些同修。

——本文作者

伟大的师尊好！同修们好！

我是一九九五年得法的大法弟子，回想自己这十三年多的修炼路途中，师尊以巨大的承受，为我们消减着不同层次中欠下的巨大罪业。我在师尊的精心呵护下才走到今天，倍感佛恩浩荡。是师尊给了我们上天的阶梯，是师尊给了我们希望，是师尊给了我们新生，是师尊给了我们亘古永远的辉煌！用尽人间最美好的语言也无法表达师尊的救度之恩。作为弟子只有勇猛精进，做好三件事以谢师恩。下面谈一下在这正法时期九年多的时间里，我的心路历程。

### 一、进京证实大法，兑现誓约

二零零零年十二月二十六日，我们夫妻俩抱着五个半月的女儿，坐了十几个小时的火车来到北京证实大法。我们来到天安门广场后，孩子哭叫不停，我只好给当地同修打电话，同修把我们接到租的房子那儿。那里住的都是各地来证实法的同修。在那里，我们反复学习了《北美大湖区法会讲法》，真正明白了：我们出来是证实大法的，不是来被抓被打的，我们不能配合邪恶。现在，我才真正明白，是师尊让我们再多学学法，再明确我们来证实法的目地。

十二月三十一日，我们三口之家在天安门广场参与打出百米横幅。那天下午三点半，百米横幅在广场成功打开。当时广场上几乎所

有的人都冲向横幅。大法弟子飞奔上去保护横幅，警察和便衣冲上去想夺走横幅，很多游人也都冲上去围观。当时丈夫为抓住横幅不放已被踩在脚底下。抱孩子的和老人的大法弟子打小旗，高呼「法轮大法好！还我师父清白！」想以此来截住去抢百米横幅的警察和便衣。后来我们被非法抓捕，关押在丰台看守所。抱孩子的大法弟子被关押在一起。

后来，我不配合邪恶，拒不说出自己的姓名和家庭住址，他们只好把我无条件释放了。

## 二、巨难之中更要信师信法

我抱着孩子从丰台回来，又回到了同修租的房子那儿。当时悟到：邪恶老巢在北京，法不正过来不回家。一粒沙子里就有三千大千世界，而我们大法弟子在这里本身就在解体邪恶（只代表当时的认识）。况且，北京正需要做资料、发资料的同修，所以我决定暂时留在北京。

过了几天后，我被情带动了，非常想念妈妈。因为父亲和我都是当地的协调人，在当地也是得法最早的。在女儿未满月时，我家来了二十多人非法抄家，还带着记者拿着摄象机。当时我们俩没有配合邪恶，更没有妥协。还坚定的说「炼」，警察不顾当场休克的婆婆，非法强行抓走了丈夫，留下我和未满月的孩子。

我没上北京之前，妈妈想尽办法阻止我进京。后来，我悟到：如果因为是妈妈的阻止，我没出来证实法，那妈妈的罪可大了，她将来怎么还？所以我们夫妇俩决定抱五个半月的孩子上北京。我心想：这时妈妈肯定想孩子。越想心里越执着、越想越放不下。后来我一下想起《洪吟》中的〈迷〉：「芸芸众生满苍宇 层层有天皆有地 奇景妙无穷， 世人迷不醒」。我悟到了：芸芸的众生在等着我，我如果修不上去，妈妈和芸芸的众生不就都完了吗？我为了她们也一定要放下人间情，修回去。悟到这些顿时豁然开朗。

又过了两个月，一个老年男同修从丰台看守所正念闯出。他说出来时看见有一个不报姓名的黑龙江来的男同修，死在地上无人管。我一听就知道是我家先生，心想：「师父，我宁可丈夫失去生命，也不愿意他转化。」当时我没有意识到这是情。这时邪恶开始钻空子，孩

子的全身上下长满了密密麻麻的小红疙瘩，都不吃奶了。有的老年同修着急了，说：这可怎么办？还不能上医院。而且，我的两个乳房上就象有两层硬盖，胀的很疼不敢抬胳膊。

当天晚上我强忍着疼抱起孩子开始背诵《洪吟》，背着背着，杂念就上来了。心想如果孩子的爸爸没了，我们娘俩可咋办呢？泪水不断的往下流。后来就有点背不下去了。这时我只好强制自己一个字一个字的背，背一个字就想一想这个字是怎么写的。也不知背了多长时间，眼泪没了。我想起弥勒日巴一开始修炼就把自己的「身、口、意」交给他的师父。所以，我也要把我们三口人的命都交给师父。

第二天早上，我和孩子奇迹般的好了，好象什么也没发生过，一切正常了。我们在一起的同修都感受到了师尊的慈悲呵护。就象师尊《亚太地区学员会议讲法》中讲的：「天塌下来修炼人的正念都不动，这才是修炼，这样才是了不起的，（鼓掌）修炼人不执著世间所有的一切。」

### 三、用师尊赋予我们的正念和神通唤醒迷失的同修

二零零二年，听说我们邻镇的三个站长都邪悟了，而且他们还经常去每个大法弟子家串，发现有的同修还在修，他们就举报，已经使几位同修被非法判刑了。致使当地同修都害怕举报不敢修了。我听说后首先为他们感到惋惜，更为那一方的众生得救而着急。所以我决定，我要用师尊给我的强大正念解体操控他们的邪恶因素，帮帮那里的同修。我要去看看他们。（因为九九年以前，我经常和那的站长们在一起组织洪法、交流。）可当地的同修叮嘱我千万别去，他们会举报的。我看到了同修们的那种担心。

后来我学法。师尊在《北美大湖区法会讲法》中说：「无论为大法做什么，无论你在干什么，你们都把自己摆到大法当中，没有原来的那种我想要为大法干点什么、我想要如何提高。无论你们做什么，都没有去想自己是在为大法做什么、应该怎么样去为大法做、我怎么样能够为这个法做好，都把自己摆在大法当中，你就象大法中的一个粒子一样，无论干什么自己就应该那样做。虽然你没有明确的这样的意识，或你没有明确的语言表白，其实你们的行动已经是这样」。

《精進要旨》的〈定论〉中说：「大法可正乾坤，当然就有其镇

邪、灭乱、圆容、不败之法力。」

通过学法，我悟到要把自己当作真正的法粒子，那我就会具有镇邪、灭乱、圆容、不败之法力的。我心里和师尊说：「师尊啊，我真的没有证实自己的心，我真的想帮帮那儿的同修，都是我的同修，我不能丢下他们不管。那一地区的众生怎么办，众生太可怜了。请给我这样的法力、请师尊加持弟子，弟子一定会做好的。我一定会把师尊赋予我的神通、法力和正念带给那的同修。让我们并肩救度众生，共同完成我们的史前大愿，不负师恩。」

就这样我带着强大的正念来到那个地区，一个一个的见到了那儿的同修。他们看到我都象是见到久别难逢的亲人一样。迫害以来我们第一次相见。他们正在犹豫自己是否还修，拿不准主意。我和他们在法上交流了一会儿，他们都表示想从新修炼。

我又找到当地的负责人，他们说：「我看好了，不把你送到看守所和劳教所，你是不明白什么是正法。」我当时心态很祥和的说：

「我如果真被关进劳教所，警察高兴、邪恶高兴、江××高兴、你也高兴，但师父不高兴、众生不高兴。那你和谁是一伙的？你口口声声还说你在『修』？谁会干邪恶高兴的事呢？」他当时就被震惊了，而且很高兴的接过《北美巡回讲法》，还想再和我交流一会儿，我看到他清醒多了，我就回家了。

没想到我走后又去了一个邪悟的，把他又拽回去了，最终他们还把我带去的讲法交到他们当地派出所，把我举报了，还告诉派出所我都去某某同修家，并「鼓动」某某同修继续修炼。其实迫害以来他们当地公安局就始终想迫害我。因为二零零零年那儿的同修在我家开完法会就都上北京了，我当时因为正在怀孕，所以没动了我。可这次派出所只是找到我接触过的当地同修，根本就没找我。我回来后通知当地的同修高密度往那个地区发正念。没过多长时间，这三个人都在港务局上班，港务局突然「黄了」，他们三个都买断离开了当地，去外地打工了。从那时起，那儿的同修开始坚定修炼至今。

通过这件事更使我坚定了证实法的信心。真正体会到：只要不是在证实自己，把自己真正视为法中的一个粒子时，师尊会给我们无量智慧和强大的正念。我又一次感受到师尊的无量慈悲。

#### 四、在巨难中迷茫了，是大法指引了我方向

十六大之前，我正在哥哥家串门，丈夫打来电话告诉我，千万别回家，说家里有蹲坑的。我听到后心里顿时感到很沉。心想：我该怎么办？回家是不是不理智，是不是自投罗网，难道我还要流离失所么？我不回家，那谁组织个片学法集中发正念呢？我到底该怎么办？人心也上来了，感觉到很孤独无助，谁也帮不了我。而且，自己象是在一个空地上没有遮掩，还感到邪恶虎视眈眈的看着我，好象随时都想迫害我。再一想到邪恶汇聚北京，应该往北京发正念，可转念又一想：算了，这正念也发不过来啦！自己都自身难保怎么发呀！

我很无奈的拿起《转法轮》开始学习第七讲，当我学到「当一个人降生的时候，在一个特定空间当中都有他一生存在的形式，也就是说，他生命到了哪一部份，该干什么，那里边都有。谁安排他的一生啊？很显然，就是更高级的生命做的这件事情。」「那么谁打乱了这件事情，那个高级生命都不饶他。」「有的师父都没有安排这件事情的高级生命层次高，所以他的师父都会跟着遭殃的，那都得打下来的。」

这时我悟到了：从修炼那天起，师父就从新给我安排我的修炼路了，中途谁想插进来迫害我，谁就得打下来，包括从最宏观到最微观所有操控的一切邪恶生命。我就得坚信师父坚信法。

学完法我开始发正念。发正念时国外大法弟子浩浩荡荡游行的队伍展现在眼前。我体会到了：我们全世界是一个整体，怎么能孤独无助呢？顿时感觉自己在各个空间中化成无数的粒子，这无数的粒子威力无比，都在无所不包、无所遗漏的，在各个横向空间和纵向空间中解体邪恶，只要有邪恶的存在，就有我的粒子在除恶。因为我们炼功时各个空间的身体都在发生着变化。我们炼的功储存在身体的每一个细胞中，直到极微观状态下所存在的物质本源微粒成份中。发完正念时感觉一瞬间所有的粒子，聚之成形都回到我的主体上来。

发完正念我就回到当地，组织好各个学法小组，集中往北京发正念捣毁邪恶老巢。然后我就回家了。刚到家，家里就来了一帮单位派来的非法监控我的同事，来的人我们就给他们讲真相，这两个明白了就换两个，那两个明白了就又换两个，就是这样换了十多个。这十多

个都明白了，邪恶自然就解体了。

通过这一次我又深深悟到：一定不要离开法，再难也得学法呀！这让我想起师尊在《精進要旨》的〈排除干扰〉里讲的法：「现在大家也更清楚了我为什么经常叫你们多看书了吧！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。」

### 五、正念解体邪恶的非法迫害计划

二零零三年，丈夫单位突然要把我们三口送进洗脑班，那时单位已经把四千元钱的费用交到双城洗脑班了，准备送我们走。我当时义正辞严的和书记说：你们听好了，我就不去。我在那如果让你们迫害死了，你们会造谣说：我「杀人或自焚了」，我死也要死的明明白白，我宁可死也不去。

六一零只好派单位二十四小时非法监控我们。特别是晚上，房前屋后都是人和车。晚上，我和丈夫在睡觉时（只有这个时间我俩能单独说话），交流看看我们的思想是哪儿不对了。丈夫说：我怕我学法不深被转化。我知道丈夫已经被非法关押三次了，有一些承认迫害的变异观念没去掉。我说：不存在转不转化的问题，我们没修好，法理不清也不存在转不转化的问题。我们做没做好是用法来衡量的，可以用法来归正。我们在大法面前永远都有不足，永远都得用法来归正自己。可是我们在邪恶面前是顶天独尊的神，谁也不配考验我们。

我们俩交流之后，第二天，不修炼的公公怕我们出事，急忙赶来。正好单位的、六一零的都在。我老公公说：既然是有名额的，就让别的法轮功去吧，别让他俩去了。我一听马上义正辞严的说：

「爸，你这叫心不正，你看到是火坑不让你儿子和儿媳去，你让别人去，那不行。」我刚说完，顿时屋里的人都笑了，也包括我的公公。单位的人说：法轮功怎么好我们没看着，就凭你说的这话，就说明你们大法好。

又过了几天，六一零看实在动不了我，就要强行把正在上班的丈夫绑架到洗脑班。当时丈夫走脱。后来不相干的朋友都受到了牵连，所以家里人都对我有想法了（当时我是在我妈家住）；各种压力都来了。那时，我们三口身上都长满了疥疮。孩子因为身上奇痒无比成宿的哭，还向我要爸爸。这时同修又打来电话说：「六一零开会了，说



一定要把你抓起来，这是可靠消息。」又有同修来电话说：「你的问题也太大了，这几年咱们这儿一有事，咱们整体发正念事情就能解体。你看被关押在看守所的同修，咱们整体配合都营救回来多少了。就你这事越发正念还越严重。」

我当时就象天塌了一样，一肚子的怨言，心想：别人有事了，我组织各个小组集中发正念，这回我有事了在当地谁组织小组了，连个接资料的人都没有（那时我还在负责当地资料，其实当时外面同修也都正在想办法自己做资料，只是没法和我商量）。那种无助的感觉又涌上心头。但是，我一下子发现了自己是麻木，在等、在依赖整体、依赖师父帮我解体邪恶（因为当时我们整体配合的好，整体一发正念就能解体很多邪恶，使表面空间恶人行不了恶），而我没有把自己溶在整体中，坦坦荡荡的放下人心，正念解体邪恶。我心想：还靠谁呀，自己的正念就能解体邪恶。

那几天晚上，我只能在孩子睡觉时，在被窝里用带夜光的电子书整宿的看书学法。（因为监控的就在大门口离窗户很近。学了几天后，我由对同修的埋怨变成冷静的看自己。心想：邪恶为什么敢动我，到底是什么原因？回头一看，自己这两年走过的路，吓了一跳：原来我只是在做事，也没修炼啊！面对邪恶时叫的可挺硬的：我坚修到底，谁也别想动我。可自己在现实生活当中也没修自己呀！把大法工作当作做事了。还有那么多的人心，我还能修么？我开始有些消沉。

晚上我做了一个梦。看到自己是一个象蚊子那么小的飞虫在通天的柱子里，我当时想我得飞出去，可一看自己没飞出来。我就告诉自己不能被假相迷住，我一定得飞出来。一看自己真的飞出来了。我还看见一个威严的大佛在帮我发正念，还示意我让我也单手掌立发正念。这时我们俩合为一体了。噢！原来我修成的那面是那样的威严呢！原来我发正念的威力那么大！醒来后，想想刚才的梦这不是师尊在告诉我：不要被假相迷住，我的正念是有威力的么！

我又开始向内找，感觉自己好象从来都没有真修过，还是有些消极。这时想起师父《二零零三年元宵节讲法》的说的：「我不喜欢你们自责，一点用都没有。我还是那句话，摔倒了别趴着，赶快起

来！」这时，我开始振作起来了，心里和师尊说：师尊历史久远前就选择了我现在当大法徒，说明我就是行的，而且我是必成的。我现在没做好，我以后一定会做好的。我一定能和师尊堂堂正正走到法正人间。师尊啊，谁的安排我都不要，就走师尊安排的正法修炼之路。这回我体会到了师尊在《美国中部法会讲法》中讲的：「在任何艰难的环境下，大家都稳住心。一个不动就制万动！」了。树根儿不动你树梢儿白摇晃。

我心里顿感轻松。感觉另外空间的邪恶因素瞬间就解体了。又过了几天，非法监控的人全部撤离，就象什么事也没发生一样。

## 六、帮助同修过病业关

这几年来，很多同修在身体上遭到迫害，有的是在监狱、劳教所被迫害的、有的是在家里跟不上正法进程，有的甚至失去生命。其实如果整体配合好，站正基点，是可以帮助同修走过来的。这几年我们接触了很多这样的同修，有做的好的，有没做好的。现仅举两例。

二零零四年，一老年同修在万家劳教所被迫害的小脑萎缩、半身不遂释放回家。我们三口去看望她，并和她说：我们不是慰问你来了，也不是看你身体不行来看病人的。因为你是大法弟子被邪恶迫害，师尊不承认这场迫害，那我们也不承认迫害。迫害你就等于在迫害法一样。所以我们是来和你一起加强正念、学法，一起解体邪恶的。你还有使命没完成，还有那么多的众生没救度。

然后，我们开始给她念法，后来发现她听法时思想总溜号，我们就对另外空间的邪恶严肃清除，同时又祥和的看着她。这时，她就不好意思了，说：我又跑神了。我当时想，怪不得师尊一再让我们宽容呢，如果指责她她会逆反的，可这一宽容她反而效果更好。后来，我看她主意识确实不强，还是经常溜号。我就想点办法让她清醒，我念法时突然停下来，笑呵呵的问她：我念到哪了？这样想让她主意识精神起来。同时我和丈夫开始向内找，是不是我们哪儿不纯净啊？我们一下就看出了是我们的学法目地不纯。学法时心不在法上，就是念给她听的。这样学法对法本身也不尊敬啊。还觉的是在帮助她学法，被她的表现带动的而乐而忧。我问自己，我这是在干什么？这是学法吗？这能解体邪恶吗？顿感愧对师尊。师尊啊，你的弟子怎么就这么

不纯呢？我们摆正学法的基点，再念书时同修就不溜号了。而且眼看着她的身体在逐渐的好转。

有一天这个同修哭着说：你真好。我一想考验来了。我是不是觉的自己行啊，我是不是有证实自己的心啊？想到这把自己吓了一跳。我心里和师父说：我可以为宇宙真理而放弃我的一切执著，为了更好的帮助同修我也要纯净下来。我赶紧和同修说：你应该感谢师父，不是感谢我。我能来都是师父安排的，一切都是法的威力。

后来觉的她能行了，我们就放松了，我们有事儿就很长时间没去。没想到同修最终还是被病业夺走了生命。我后悔，后悔我为什么没一直坚持下去呢？同修在难中、被迫害中我怎么能放松呢？

后来我总结了一下：帮别人时也是修自己的过程。所以我感觉自己有点会修了，正念也比以前更强了。

还有一次是零五年，我们当地的主要技术同修的妻子突然神智不清了。她是七二零后被邪恶吓的。做资料同修上夜班，让我去看着她。我一看太严重了，自己不知道吃饭、自己不知道大小便。而且这个同修所在单位都知道她「犯病」啦，影响非常不好。我们几个同修商量一下，决定把她接出来。我们几个同修形成整体，配合天天和她在一起学法发正念。有的同修很纯很善，照顾她生活起居，和她谈心、引导她好好和我们一起学法；有的同修就是默默的配合发正念。我们在一起边学法边发正念边切磋。

有了上次的教训，这次一定要做好，每个人都很注意调整自己的心态，不被她的表现而带动，她表现好一点我们也不高兴，问问自己有没有欢喜心；她表现不好我们也不动心，我们就是无条件的同化法，解体一切强加的迫害。

结果奇迹出现了：用了十来天的时间，这个同修完全正常上班了，一直到现在。通过这次我们更加体会到整体圆容太重要了，更加体会到大法弟子的正念是有威力的。

## **七、学好法整体配合好，才能更好的救度众生**

随着正法进程的推进，我们越来越觉的找回昔日的同修和救度众生的紧迫。我和丈夫有时间就想都有谁不修了，都有谁不精进了。我们就一个一个的用各种办法接触昔日的同修。为了让他们来我家学

法，丈夫天天开出租车（丈夫因邪恶迫害，工作被非法开除，靠开出租车为生），到下班时间就去同修单位大门口接同修上我家吃饭，吃完饭好学法。这样同修一时思想有干扰不愿来学法，一看人家都开车来接就不好意思了。而且，晚上学完法，丈夫再一一的把同修送回家。这样相继上来一些同修。后来这些同修都是证实法各个项目的主力。

我们有时学完法就带着几个小弟子去发资料。五、六岁的小弟子发资料更纯净。后来，大家很自然的都想下屯发资料了。这些年，同修遭到迫害的实在太多了，所以我们必须配合好，不能大帮哄。我们有一个不成文的规定：想上哪个村发资料，提前一个星期大家学法发正念时就带着清理那个村的邪恶因素。

下屯的同修第二天必须来集体学法，学完法后交流一下前一天发资料时的心态，交流怎样才能使发出去的资料更能起到救人的作用。我们下屯有时好几十公里，在车上没有说常人话的，而是一上车就开始集体背诵《洪吟》和《洪吟二》，临进村之前锁定目标，集中向这个村发正念，解体阻碍众生得救的一切邪恶因素。回来后有的同修发现已经疼了很长时间的腿好了。大家在做的过程中心越来越纯，越做配合的越好，越做越觉的救人的紧迫。后来参与的同修越来越多。带去的《九评》、千份真相都发出去了。因为大家配合的好，所以做起来也很顺利。

有一次我们去一偏远林场发资料，去了两台车，十三、四个同修。做完要走时，其中一台车打不着火，不能启动。大家都在不约而同的默默配合发正念。这时，我在心里说：「管这一地区的山神都出来。我们大法弟子这么伟大来救度你们。你们却不顺天意帮我们，反而给我们制造魔难。零一年我们有两个同修来发资料救你们，你们被操控举报了两位大法弟子，致使这夫妻俩双双被劳教，你们助纣为虐。今天我们又来了，你们还不珍惜。你们好好想想直到迫害结束为止，你们能有几回这样的机会（因当地没有人修炼）。你们千万年等待的不就是这一刻吗？你们知道我们师父为众生承受巨大业力，操尽人间事是为了什么？我们大法弟子不顾生命危险、放下生死的来了，是为了什么？不就是想救你们的命吗？」刚说完，车一下就启动打着

火了。

还有一次我们十多个同修一起到邻县发资料，因为邻县的同修很少很少，都走不出来，更没人去农村做资料了。那次我和一同修配合，路过一家的小狗叫个不停，我们好不容易走过来了，狗也不叫了。可这时同修发现兜里的资料都丢了。我马上告诉自己千万别埋怨，一定要配合好。我俩又返回到狗叫的那家门前，打着电筒找回了丢失的资料。后来我发现同修心态有点不稳，我就和同修说：姨呀，等法正人间时，这些家哪家能留下来。我们做的越纯将来留下来的就越多。这时我看到同修立刻就稳下来了。

突然一个声音在很邪恶的问我：谁让你们来的？我本能的答：是师父让来的。回答完感觉一阵热流通遍全身。心想：对呀，是师父让来的。我们师父让我们来救人的。在宇宙中谁敢阻挡？我师父的意愿就是天象变化，在这个宇宙中顺天意而生，逆天意而亡。当时感觉自己高大无比。更感觉到我们的师父无比的伟大。后来我们顺利的回来了。

第二天大家学完法交流在做真相的过程中的心态。都体会到我们做的顺利都是师父在做，我们只是天象变化下面的一份子，出去跑跑腿儿而已，没有什么可欢喜的，心里不能有一点的涟漪。这是我们应该做的。现在基本邻县的所有农村都做完了。我们做《九评》甚至做到当地同修家门口，给当地同修很大鼓舞。大家在配合的过程中出现的神奇太多太多了。让我们体会到师尊无时不在的看护着我们。

## 八、整体配合营救同修

我们整体配合下屯做真相。由于大家都能摆正基点，经常在一起学法沟通，做事时不是大帮哄，还算平稳，现在已经连续做了三年多了。只有两次有同修被非法抓捕。一次六、七个同修开车下屯发资料，后半夜两点多有一同修被抓。同修刚被抓，我们就马上连夜通知全县同修发正念，加持同修的正念，不许把同修送进看守所，如果把同修送进看守所，众生犯的罪还不起，必须立即释放。在我们强大的正念加持下，同修真是当场跑出来了。

还有一次也是上外地发资料，由于当时很仓促，没有提前发正念。师尊也点化那天大家都不太成熟，那天不该去。因为听说外地同

修被迫害了，所以想去做资料、贴资料营救同修。他们当地派出所正在同修家附近蹲坑，没想到大家直接就在邪恶蹲坑的地方做的（因为不了解当时情况），同修被抓了。第二天家里的同修知道后，一时间说什么的都有，什么心态的同修也都有。有的说：当地不够你们做了，上外地做什么？这回出事了吧！还有的担心被抓同修会挨打判刑。因为在二零零零三年，就有同修去外地做资料被抓后，遭到令人无法想象的酷刑折磨，还被非法劳教三年。

回来的同修都坐在我家炕上，低着头很消沉谁也不说话。我也动了人心，心想：被抓同修的家怎么办？我当时一看大家都这样状态，这能把同修营救回来吗？所以我说：「咱们现在怎么能不带人心，把咱们的正念发出来，把同修营救回来才是关键。我们千万不能被带动，现在我们必须有正念。带着那么多的人心发的正念能起作用吗？我们一定要正念不要人心，我们就不走人的思维，谁也不配打大法弟子，更不配给大法弟子判刑。我们的同修一定得无条件的回来。」各个小组的同修都很自然的在默默发正念。到第六天时，在师尊的加持下，我们奇迹般的把同修营救回来了，又一次见证了大法弟子的正念是有威力的。

当我看到网上征稿通知时觉的应该写，后来各种人心的干扰，始终也没动笔。这回看要到截止日期了才开始写。由于准备的很仓促，所以有些啰唆。其实，在修炼过程中还有很多很多的教训和在正法修炼中出现的神奇事例，就不多占用篇幅了。

我们能做师尊的大法徒，跟随师尊正法，是最最幸运的。真是无限感激师尊救度之恩。同修们，让我们走好最后的路吧，不负师恩！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 坚信大法心不动 师尊护我世间行

文 / 湖北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】零二年四月正是南方菜籽花盛开的季节，那天我骑自行车带三箱真相材料有一百多斤，送往邻省一城市。走在我县与邻市的一条省道上，我边骑边背《转法轮》，突然

前方「哇哇」警笛声将我惊住。我抬头一看，在前方四十米不到，正是我镇派出所丰田警车。车上的警察全部站起来看着我，有六、七个，车也慢速向我驶来。当时人心一动：完了，这回抓住不死也要扒层皮，最少也要判几年。为什么呢？我流离失所后，我县公安局将我和另一同修向全国网上发了二级通缉令，并在各级会议上通知，看到我可以开枪打，说我有武功，捉不住我，并悬赏六千元赏金，而且现在我还带这么多材料。

随即，我头一摆，正念起：你们抓不住我，请师尊加持，我还有修出来的神通，而且心中一念，我车子不骑快，骑快就是怕你，也不望你一眼，望一眼就是怕你。我嘴里正法口诀念出有声。几分钟后我将车子停放在庄稼地一小路上，好奇的跑到公路上一看，警车无影无踪。

——本文作者

尊敬的师父您好！

各位同修大家好！

我于一九五五年出生，自幼家境贫寒，从记的事时到十七、八岁时没有吃过一餐饱饭，未成家。父亲身患哮喘病无钱医治受不了病痛折磨自缢身亡，相隔不到一年，母亲又患肝癌病逝。留下埋葬父母、母亲治病的一大笔债务，还有小我四岁的弟弟相依为命。

八零年后，我开始经商做生意，在短短几年成了远近闻名的富裕户，拥有当时连城里人想都不敢想的一切。

从幼小到懂事，从贫穷到富有，我常常在思考天地为什么产生有人，人有没有来世，人活世上又有什么意义，人为什么有贫穷、有痛苦欢乐，为什么人世间这么不公平，贫寒时连最亲的亲戚都不和你来往，有钱时从未见过的人都说是你的老亲。幼小时问祖母、父母亲，长大后看书寻求答案。带着这些疑问、迷惑走过了我人生四十一年。

### 一、得法

九七年春，我闻听到「法轮功」这三个字，就四处打听、询问、并想学炼。不长时间我村一当兵复员的小伙子（也得法修炼）在邻省的一城市请回了一本《转法轮》和一套师父讲法录像带及教功带，并

送到我家。当时我迫不及待的将《转法轮》打开阅读，由于后天业力阻碍，这部大法我花了整整四天才看完，看书时师父就给我净化身体。

我二十多岁做过农村电影放映工作，都是深更半夜，为了解疲劳晚上抽香烟，还有放映场上农民好客都递烟，互递互敬烟，每晚一场电影放完少说抽四至五包劣质香烟。后来做生意，也是抽，我烟瘾大的远近有名。可是奇迹就这样发生的连自己都不相信。在读完《转法轮》，看师父讲法录像带的第九天夜晚，我一抽就恶心难受的快要死，从此后再也不敢抽，一想抽就想起那个难受滋味。

在一个星期内我们全家六口人就有五人（我妻子、二女儿、三女儿、小儿子修炼，大女儿不炼）都走进了大法修炼。想起当时真是幸福，我们家就是一个炼功点，每天晚上学法 and 炼功。刚开始学法，特别是炼功，幼小的孩子们和我及妻子都能看到感受到飞动的法轮，还有仙女，及其它外界的生灵。耳都听到天上的音乐和金铃声。更神奇是我从九七年到九八年，只要一静下来，左耳就能听到来自天穹的大法炼功音乐。

此后我全身心投入到洪法和教功的修炼中，有幸的是在这段洪法教功珍贵的日子里，我总共放映了接近三十场（每场九天，有时晚上）师父讲法录像。每场师父讲法录像带都是我操作放映，每一场我都看听的溶入到法中，深深的感到师父就是我生生世世的最亲最亲的人。

## 二、溶入法中

由于在常人中为了名、利、色、气我思想业比较重，走入修炼后我最难的是思想业力障碍，一放下法，头脑里就胡思乱想，什么肮脏的念头都有。当时师父经文《溶于法中》发表后，从法理中明白，我下决心背法。在背法前我先用了一个月时间将《转法轮》恭恭敬敬一笔一笔抄写了一遍，在抄法中体会较深的是，那真是全身心啊，一思一念都必须归正，才字字端正，在抄法中师父鼓励我，白天干农活又苦又累，可是晚上一抄法，全身不感到一点疲惫，抄到天亮不晓得困。还看到我写的字凸现在纸上，字下面有象木炭火一样字字发红，全身到处是法轮在旋转。



一月后，我开始背法，在两个月时间里我背完了一到三讲，刚背第四讲两小段后，正是南方农活最忙的季节，由于我从没有务过农，加上人的后天观念在「忙」中就放弃了背法，至今深深懊悔，但我已下决心一定要把这伟大的法背下来。在背法中，你不全身心投入就记不住，你的思想一点不纯就理解不了法理在你所在层次的意思，那真是佛法无边啊！我想每个背过法的弟子都有这样的体会。

在背法中师父给我显现出我为得这伟大的法转生了几千年，告诫我一定要珍惜这万古的机缘！我还从思维中知道有一场大的劫难降临，知道有的大法弟子和我的缘份，知道我所在镇的大法弟子都是一个一个有约而来的，还看到我在凡间转世为僧为官等等。由于我背法溶于法中，在后来的邪恶迫害中，我没有一丝悔意，我没有一点不信，坚信、坚定的走到了今天！

### 三、在被迫害中坚信师父坚信大法

邪恶的旧势力操控恶魔发起了对大法的疯狂镇压。在迫害开始，我毅然顶着巨大压力两次进京上访、和平请愿。过程中我没有任何不纯的心，只是怀着一颗为大法、为师父讨一个公道的心态去上访、去请愿。在地安门分局，我含着泪向警察诉说我修心的历程和请愿的要求。恶警采用各种伎俩，要我们说出姓名和地址，我们始终不配合，心中只有一念，我有师父，你们动不了我，同时归正自己的一思一念，不让邪恶的魔钻我们没有修去的人心的空子。其结果，恶警不但没有对我动一下指头，反而叫我将我镇和我一起去的男女老少二十名弟子带回家，并在门口嘱咐说、回去好好学法炼功，并大声问我能不能回到自己的老家（当时悟到是自己的世界），我大声坚定的回答：能！

在被迫害中，我两次被非法行政拘留、两次刑拘、一次洗脑转化。在初期受假经文影响和法理上不清，两次在所谓的「五书」上签了字，明白后我知道这是对大法徒的侮辱。所以在后来的三次拘留和洗脑中我没有妥协，堂堂正正的走了过来。恶警曾将我两次报劳教一年，都被所谓上级以不符合条件打转。这一切是偶然的吗？决不是，修炼中决没有偶然的事，是师尊慈悲的化解，也是大法徒在修炼中要修去的执著和人心，同时也是要过好的每一关、每一难。

#### 四、突破人的观念才能真正的神起来

师尊在讲法中多次讲到修炼人要突破人的观念，观念就是人的思想，就是人千百年来形成的人的理。在魔难中我体悟颇深，魔难中观念不转，败物如劳教、判刑、酷刑折磨等才会出现，平时有的同修法也学的扎实，法理也悟的明，可是为什么在迫害中本性的一面就不能神起来呢？我体悟突破观念你就是神，突不破你就是人。神，邪恶能动的了吗？敢动吗？

一九九九年我镇派出所将我和另外两同修一起绑架到派出所，在办公室他们毒打一大法弟子，可是这位同修不吭声不挣扎，消极承受，我觉的他不对，又不知道他错在哪里。不一会儿，恶警所长命令我跪下，我置之不理，他气急败坏的叫来全所警察要将我放下跪，十几个恶警摁我、拽我十几分钟，都没有将我摁倒，后一恶警在我后腿处踹了一脚才倒下，倒下时人心一起：再僵持下去，吃亏一定是我。念头刚出觉的不对，我是大法弟子凭什么下跪，本性一出，瞬间从地上站起来，手指着这帮恶警大声斥责他们：「我上跪天地，下跪父母，堂堂正正做人、修炼，凭什么下跪？你们这帮家伙给我少造业，给我滚出去。」刚一说完，他们一个个争先恐后的跑出了办公室，再也没有动我。在派出所、在邪恶的洗脑班，我多次突破人的观念，制止恶警对大法、对师尊的侮辱和对大法弟子的行恶。

一次，我和另外三名同修被绑架到一看守所刑拘劳教。那天正是晚九点多，刚一進监舍，里面有三个刑事犯打了我几下，我一念都没有动，反而觉的他们可怜。这时牢头向我提了两个问题，一个是：法轮功能不能修成神。我当时不加思索的告诉他们：我师父说能修成神，我坚信能。说后，人的观念一起，你是修神不怕打，后悔不该说，转念一想，这是师父去我的观念去人的壳。牢头听后又提出第二个问题：我们是好人还是坏人？这个问题一提，全舍的人（除一名先关押的同修）眼睛逼盯着我，还有几个邪恶的刑事犯拿着塑料拖鞋（当刀砍）和磨尖牙刷朝我凶狠逼来，我当时用师尊经文《溶于法中》的法理告诉他们什么是真正的好人和坏人，也同时严肃指出他们干的坏事，现被关押被判刑也是罪有应得。说完后，所有的刑事犯唉声叹气，牢头说：腊时腊月人家忙过年我坐牢，真是罪有应得。第二

天我就告诉他们背师尊《洪吟》〈做人〉，有几个刑事犯背熟后感触很深。几天后我和另一同修教全舍的犯人学炼大法功法，大多数人都能盘腿练习第五套功法。

二零零一年农历八月十三日，另外空间邪恶操控恶警对我进行恫吓，以阻止中秋之夜全县大法弟子大规模的散发真相和在国道、乡镇公路张贴不干胶及挂横幅。当晚一点钟，县公安局长、政委跑到我镇要见我，派出所警察将我家围住，将我绑架到派出所。在派出所得知是正局长和政委要见我，我就悟到是邪恶的鬼把戏恫吓以阻止中秋行动（我是发起人）。我边发正念清除派出所及所有在场警察另外空间操控的邪恶，并请师尊给弟子加持，今晚一定要闯出魔窟。同时将自己思想中一切不正的念头清除，然后发正念，看它们怎样表演。

这时所有在场警察却呵欠连天，这个说今晚真是怪，老打呵欠，那个说今天发困打不起精神。他们一个个沙发上走廊上无精打采，我知道这是正念清除的作用。在办公室所指导员非法审问我，而县局长政委及所长在门口坐着。这个指导员一开口就问本镇散发真相材料的事，并指这是我散发的。我听完后说：我敬佩这些散发传单的法轮功学员，感谢他们为我们做了我们没有能力做的事，要向他们学习致敬。然后我大声的向他们讲了我从一个什么样的人，通过修大法变成这样处处事事为他人着想的好人事例，并反问我修真善忍犯了那一条法，凭什么抓我坐了这么长时间的牢，有没有天理，人有没有良心。更告诉他们，我已被你们迫害的倾家荡产，我现在要是有钱就印多多的真相材料，租飞机散。我心想你局长不是要见我吗？我就把一个普通大法弟子的心里话通通讲出来。

我讲完后，局长和政委一言不发的走出门外坐车回去了。指导员一看头儿全走了，带着哭腔对我说：某某，我求求你，我叫你爹爹（当地俚语为爷爷），放了我们吧，我们派出所被你们法轮功上访、散传单搞的发不出工资来，汽车没有钱买油。我知道这是另外空间邪恶黔驴技穷的表现，立即义正辞严的告诉所有在场的警察：是江泽民迫害了我们，也害了你们，还有你们不知道的毒害，只有恶魔早死，你们也就解脱了。之后我堂堂正正回家了。

中秋之夜，全县大法弟子大善之举顺利完成。

## 五、师尊时时刻刻呵护着我们

自邪恶镇压大法之后，我地及全县部份同修一时被这场疯狂的迫害吓倒，使许多有缘人放弃了修炼，原先的辅导站站长及一部份辅导员也都放弃了。当时我和另外两名同修感到很难过，觉的有义务去各家劝同修要珍惜这万古难得的机缘，并鼓励大家去北京上访护法，那时真不知道怕。

我记的从洗脑班到刑拘一月放我回来后的第三天，我就约另一同修去邻市一乡镇原辅导站长家交流，鼓励他要走出来要带好一帮人。当他听说我刚从监狱放回才三天，他非常感动，立即就带我们去该市辅导站长家交流。此后该地区多次举办交流，很多同修纷纷走出来护法，到走出来参与反迫害。过程中真是举步维艰，受了多少委屈。人心一起来，不想做，看自己家境贫困，连孩子上学的学费都交不起，自己也被迫害关押四次。冷静之后，我想师尊为什么告诉了我这么多天机，我是为什么而来人世间的？怎样才算的是「助师世间行」，人间的得失、痛苦又算的了什么？伟大的师尊为度我们吃了多少苦，为救众生，反而被不明真相的世人嘲笑、辱骂。我心里明亮，做起来轻松，每到一处师尊都安排的好好的，就象有人事先约好的一样，那时走出来参与反迫害的弟子不多，真相传单只要有同修接受，再苦再累我也很欣慰。

到二零零一年底，在大家努力下，全县及周边乡镇有一百多大法弟子出来散发真相传单、张贴不干胶。国道、省道、乡村公路到处可见大法好不干胶标语，极大的震慑了邪恶，有多少被谎言蒙蔽的人明白真相得到救度。

二零零一年冬月，由于自己忙于参加各地交流及接送资料而忽视了学法，被虚荣心、好胜心所带动，在师尊点化有邪恶来迫害的情况下，在我家举行几县市大型交流，其结果我和妻子流离失所，有多位本地及外地同修被绑架受迫害，给大法造成重大损失。

流离失所后我又参与了资料点，我不会电脑，什么都不会做，就主动承担运送真相材料的工作。我用自行车运送真相材料到本县，为避免熟人看见，我大多在大早或晚上的时间做。从资料点到我县一同修家往返有一百多华里，心里装着法一点也不觉的苦和累。我还固定

运送邻省一城市材料，也是用自行车。我骑上自行车心里背法，带着真相材料有时有一百多斤，在南方炎热的夏季，一天骑一百里土路也不觉的热。一般都是早晨吃饭，中午很少吃也不饿，渴了很少买水，在有水塘水沟的地方用手捧着喝。我前后大概送了一年半的时间。

零二年四月正是南方菜籽花盛开的季节，那天我骑自行车带三箱真相材料有一百多斤，送往邻省一城市。走在我县与邻市的一条省道上，我边骑边背《转法轮》第四讲「业力转化」这一段，突然前方「哇哇」警笛声将我惊住。我抬头一看，在前方四十米不到，正是我镇派出所丰田警车，车上的警察全部站起来看着我，有六、七个，车也慢速向我驶来。当时人心一动：完了，这回抓住不死也要扒层皮，最少也要判几年。为什么呢？我流离失所后，我县公安局将我和另一同修向全国网上发了二级通缉令，并在各级会议上通知，看到我可以开枪打，说我有武功，捉不住我，并悬赏六千元赏金，而且现在我还带这么多材料。随即，我头一摆，正念起：你们抓不住我，请师尊加持，我还有修出来的神通，而且心中一念，我车子不骑快，骑快就是怕你，也不望你一眼，望一眼就是怕你。我嘴里正法口诀念出有声，几分钟后我将车子停放在庄稼地一小路上，好奇的跑到公路上一看，警车无影无踪。我当时哭了出来：师尊啊，又是你救了弟子！我惭愧修的太差，为什么第一念没有想到师尊，想到法，而是被迫害呢？

二零零四年春，在海外大法弟子电话讲真相下，镇派出所警察受到极大震慑，所长通过一警察（常人时的朋友）找到我兄长，说愿意帮助我，请我回家，并表示一定不来干扰我，也没有任何条件。法理中我也明白我放下了对另一个同修忿忿不平没有修去的妒嫉心，师尊才安排我有这样的机遇。

回家后，家中负债累累，更为痛心的是三女儿由于恶警长期半夜三更的骚扰，受惊恐吓精神不正常，小儿子被恶警所长用电瓶灯将脑听神经打的只有正常人听力一半。今后的路怎么走？是外出打工还债，还是继续参与本地证实法救人？可以说是有生以来一次重大的抉择，怎样从法理上看这些魔难，为什么又会在这样的家里发生？我只有学法，静下心来学法，从法中认识到邪恶的旧势力为了所谓的

考验，安排了这些魔难，而我在修炼中又没有突破这些旧势力安排，还有象师尊所讲的各种因素，怎样做呢？法理明白后，我不为这些假相所动，真正从魔难中走出来，在家中建立资料点，可以制作精美的大法书籍、护身符、不干胶等讲真相材料。帮另外一些地区组建资料点，买器材、修理打印机，技术不会就自学或访问一些常人，有时遇到难题实在搞不懂，就静下心来学法，法一学好，心一纯净，都是在不知道的情况下，按了一个键就解决了，我还多次用神通解决了打印机的问题。

二零零六年，有一同修主动承担了印刷、刻光盘的繁重工作，我抽出一部份时间协调，分担上网、下载、写三退声明（我不会打字，没有时间学，家里种了十多亩田地，用电脑手写笔写很慢）。我回来五年来，在师尊呵护下，邪恶警察只有两次来我家骚扰，都被我揭露他们的恶行而赶快跑走。而我在人的表面上，是全省、市、县六一零的重点，用一警察的话说：常人知道真相材料是我搞来的，市县两级公安知道是我在做真相材料（因为资料点有多位同修被绑架将我说出来）。而每一次上级来想迫害我，都有一个人帮忙化解，谁能做的了呢？只有伟大的师尊！

从第一次法会，有很多同修叫我把修炼的经历写出来，当时认识不清重要性，总觉的是每个人自己应该做的，而且我修的不好，学法不深，天天学法，特别是师尊后期讲法只能记的大概意思，却不知道他的具体内容，思想中人的观念有时很强，带着一种很强的感性认识对待大法 and 师尊。

今年，我还是拖到近两天才动手写，原因就是觉的自己太差，三件事特别是劝三退总是守着人来退，不能主动，还有色欲心很强，夫妻都修炼却没有断欲，妒嫉、懈怠、懊悔的心时常出现。又是慈悲伟大的师尊点化，使我没有失去这次交流的机会，再次感谢伟大的师尊！

借此机会感谢八年来帮助我和接传送真相材料的同修及家人，还有我家人同修，以及明慧网编辑同修！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 在风雨中魔炼成熟

文 / 辽宁大法弟子 清莲

【明慧网二零零八年十二月一日】

### 一、第一次感受师父的呵护

我一九九九年五月十二日看《转法轮》，五月末正式到体育场炼功点炼功。仅一个多月的时间，七月二十日，铺天盖地的邪魔魔难压向了每一个大法学员。二十日晚七点，我正在新组建的学法小组学法，炼功点的一位学员气喘吁吁跑来告诉我们，所有学员都去了市委，今天早晨炼功时，市公安局抓了六个炼功点的辅导员，很多学员下午两点就到市委门前要求放人。

听到突如其来的这一消息，小组学员七嘴八舌的说开了，「这个政府又要搞什么名堂，炼功又犯了哪条法律了？」「某某党整人整惯了，又要搞运动了！」「不管咋说咱们也到市委去看看到底咋回事」。就这样我们一同到了市委，只见市委门前马路两边的人行道上整齐的站了四个方队，我们赶到时已是晚八点，这些学员有的已经站了六个多小时了。队伍里有男有女、有老有少，最小的也就两三岁的模样，正在天真的给每个看她的学员做着炼功动作，可爱至极。还有的学员义务为同修送水、送食品，还有个十几岁的小弟子拿着个方便袋到处捡拾地上的丢弃物。这样一个思想境界如此高尚的人群，让我的心里一阵一阵的温暖和感动。我真的不明白为什么要抓这些好人！

自从在单位下岗（失业）以后，为了生存我做了一些小生意，赔的不少，真切的感受到了事态炎凉，人心不古。特别是被中央一级的贪官以「爱国」的名义，在《人民日报》等媒体的欺骗宣传下，在银行购买了几个「拥有一片故土」证书，结果所有允诺的优厚条件全都化为乌有，只收到了几个所谓「故土园」小模型，几千元钱被邪党骗去。种种打击使我本来就病弱的身体更是雪上加霜。在一次住院后回家不久，经朋友介绍我得大法，可是不幸的是第五套功法还没有学会，旧势力就急火火的开始了它们邪恶的考验。

有的学员以各种借口提前回家，我的心也随之摇摆不定，生怕母亲到学法点接我而看不见我会着急，回家会挨骂，但一想到师父在

《精進要旨二》〈位置〉经文里说道：「一个修炼的人所经历的考验是常人无法承受的，所以在历史上能修成圆满的才寥寥无几。人就是人，关键时刻是很难放下人的观念的，但却总要找一些借口来说服自己。然而一个伟大的修炼者就是能在重大考验中，放下自我，以至一切常人的思想。」当想到这里，我觉的现在不就是考验吗，回去晚了不就是挨骂吗？骂就骂吧。当把心放下时候，胸中一团焦躁的物质也随之消失了。大约晚十点半左右，得到消息六位辅导员被放了出来（但当晚邪党又把他们抓了回去），我们也各回各家。

当我急火火的赶回家时，出乎我意料之外的是母亲并没有象我想象的大发雷霆，只是埋怨了几句就让我回屋睡觉了。我知道师父看我心性到位并没有让我承受太多，感谢恩师慈悲呵护，才使我这棵弱不禁风的小草在风雨中魔炼成熟。

## 二、坚定正念闯过家庭关，并引导家人得法

由于电视天天滚动式播放诽谤大法的谎言，父母及姐姐们受不了了，特意开了个家庭会议：劝我放弃炼功。我告诉他们我认为法轮功好，电视里说的不对。二姐看我不肯放弃，就指着我的鼻子警告我：「父母亲年事已高，因为此事受到牵连，我拿你是问。」说着就要上前打我，被父亲及时制止。因为我在家里最小又身体病弱，还没受过如此委屈，眼泪象断了线的珍珠霹雳扒拉的掉了下来，转身跑回自己的房间。二姐怕我想不开，就让她十岁的女儿过来劝我，望着这个昔日陪我一同打坐的外甥女儿，听着她稚嫩的童音「阿姨你别哭了，我妈她们都是为你好。」我的眼泪流的更多了，心里说：「孩子你可知道什么是真正的为别人好吗？」

从此后我保持沉默，但炼功没有落下，还按以前的时间炼功，没有音乐自己查数。父母看我如此坚定，也不再劝我放弃，只是在我炼功时听到母亲总要叮嘱父亲别弄出响声，怕我走火入魔（他们受了电视谎言的欺骗），我只能苦笑，不知如何向他们解释。

后来我把在市委门前从一位老学员那请来的《转法轮》，包上「一帆风顺」的书皮，送给二姐并告诉她这是特意为她请的，里边写的可好了，还给她讲了很多关于大法的神奇故事，还有密勒日巴修炼故事、释迦牟尼修炼故事等（这些书都是老学员借我的）。二姐很爱



听，大约在我得法半年后，她也走入大法中来了。得法后二姐非常兴奋跟我说：「这法太好了，咱妈这辈子尽受苦了，这法也应该让她得。」从此后她一回家，就和母亲讲法如何好，还给母亲念。也不知是母亲缘份没到还是二姐太心急了，后来弄的只要二姐一来母亲就躲开，用母亲的话讲「瞅她心烦」。

零一年初，我与来家串门的大姨（早得法的）一同听法时，让母亲也过来和我们一同听。母亲不好意思拒绝，就过来听，结果被师父那慈悲的声音所吸引，越听越爱听。从此后母亲也走入了大法的修炼行列。但母亲不识字，就让她听师父在济南讲法的录音，后经我们姐俩儿多方鼓励，并给她讲了很多不认字的学员都能把《转法轮》读下来了，大法无所不能，只要你有这个愿望师父就帮你，现在母亲已经能把《转法轮》读下来了，只是有几个字还读不准，书读的慢一些，所以总是自己独自学，用她的话讲「我读的慢别耽误别人宝贵时间」。

### 三、在证实法中提高

通过接触老学员，纠正了我在做第五套功法时不准确的动作，同时也有了真相资料来源，从不知道怎样做到渐渐明白要如何做，心性在证实法中提高和升华。

记的我打坐时间在半个小时老也突破不了这一关。在一次与同修出去贴传单时，因特殊情况我与一小同修先往回走，结果我们互相连等带找绕开了圈儿。小同修困了我就只好带着她先回去了。后来找我们的一位同修大发脾气，当时我也没生气，就觉的你们能平安回来就好。当晚打坐时没想到半个小时的关非常容易的就突破了。真是「心性多高，功多高」（《转法轮》）。

一次在去单位的路上，看到路旁的墙上有块黑板，上面写有诽谤大法的标语。于是我就发正念铲除其背后的邪恶因素，心想来场雨把它浇没了。可那几天偏偏就不下雨，就想不能再这样耽搁下去了，多呆一天就多毒害众生一天。于是我从家里拿了一支粉笔就去找同修，我跟同修说明情况同修很配合，我们一同来到了黑板下。这时天已黑了，我拿了块纸擦掉了「坚决打击」中的「打击」，然后把粉笔递给同修，她问我写什么，我告诉她写「学好」。她刚抬手要写，路旁停

着的一辆出租车车灯就扫了过来，司机问我们要不要坐车，我们说不要，他就不再照我们了。于是同修迅速写完。另外空间的邪恶想利用司机捣乱，但没能得逞。过了几天再看黑板，上面的字已经被他们擦没了，以后再也看不见这块黑板上有诽谤大法的话了。

还一次去同修家，回来时发现她家小区的宣传栏里有诽谤大法的漫画，我问同修看见没，她说看见了，但不知怎么办，看着大玻璃橱窗后面的这个大锁，白天小区里人来人往，晚上又灯光通明，也确实犯了难。突然一念打入脑中「让他们自己拿下来」！于是我开始着手写信，同修表示她负责给社区送去。我把前几天在网上看到的一篇关于德国集中营把一个天真可爱的犹太孩子活埋前对德国士兵说的一句话，而引起德国士兵的良心发现和谴责的文章，结合中共恶党活摘大法弟子器官的邪恶行为已引起全世界对它的谴责和抗议，最后希望他们不要助恶为虐，要分清善恶，把诽谤大法的东西从宣传栏中撤下，给自己留条后路。我按信的格式编辑打印出来，装入信封后由同修送到了社区，没几天这些邪恶的东西就被他们撤下来了。我和同修真为明真相的社区人员高兴，虽然他们被邪党欺骗对大法犯了罪，但他们能知错就改也是很难得的。

有一年的「三八妇女节」我想给本社区以及同修所在的社区写封信，目地是和她们讲清真相，让他们别再参与迫害大法弟子。我把两封信装好正想找同修一同去，可巧同修来了，我挺高兴，可一说要去送信，同修说什么也不去。因我所在的社区所在地有保安，而且看上去比较邪恶。由于我每次都与同修配合去做，还从没自己单独行动过。这一次难道就不送了？正犹豫不定时，脑中一个声音问到「你是不是依赖心太重了，如果就你自己你难道就不修了吗？」

吃完晚饭后，告诉母亲我出去遛一圈马上回来，在家帮我发正念。我从保安的眼前经过，来到了社区门前，看着周围停着很多车，没有着急做，先发了会儿正念，观察车里坐没坐人，然后把信封上的胶条撕开粘在了社区的门上。当我走在给同修所在社区送信的路上时，不经意间抬头看了一下天空，惊奇的发现金黄的月亮变成了莲花形状，忽大忽小的在眼前闪动。我以为眼花了就揉了揉眼睛，结果依然如故。我知道是师父在鼓励我，让我不要怕，师父就在我身边呵护

着我。

#### 四、正念对待邪恶的干扰与迫害

「七·二零」后，我没有象其他同修那样前赴后继的去北京证实法，一方面我对法还理解不深；另一方面看到一些被抓后而「转化」的学员，当时觉的很悲哀，何必呢，这不前功尽弃了吗！于是就自己在家学法、背法、抄法，老学员给我拿来了专门抄《转法轮》的书纸，我用半年的时间抄完了第一遍书，又用了四个月的时间抄完了第二遍书，已经把这两本书送给了有缘人。我又把老学员送我的师父法像贴在了屋内墙上，每背完一篇《精進要旨》里的经文，都要在师父的法像前再认真的背一遍，一直到把整本背完一遍。这些都是师父的法身巧妙的安排，为我以后证实法打下了坚实的基础。

一次街道要来家看父亲，因父亲是邪党老党员，年前走走形式，父亲一听就吓的让我把师父的法像摘下来，我坚决拒绝。父亲胆最小，深知邪党整人的一套最歹毒，晚上闹了一宿，又是大喊大叫又是打自己耳光，我心也跳到了嗓子眼儿，在心里求师父：「师父啊，如果早上父亲再这样闹下去我就承受不住了。」结果父亲象什么都没发生一样，平静的在他的房间接待了街道人员，我则在自己的房间守护着师父的法像。过后父亲发现我并没有拿下来也没再说什么。一次趁父亲高兴我问他，他说以为我摘下来了。我知道是师父又一次帮了我。后因真相资料和粘贴大面积铺开，邪恶放出风声「要到各家去搜查，发现有法轮功资料就抓。」父亲再一次要我摘法像，母亲也害怕了，让我摘下来以后再挂。因母亲刚刚得法，我不想让她不理解而断了机缘，就没再坚持。

一天街道的一个老阿姨来家里找父亲，因他们邪党党员总要开会学习还要记笔记，父亲老眼昏花还没什么文化，老阿姨让我帮着记，我说行但得看是什么内容。她把笔记交给我，打开一看头一篇就是诽谤大法和师父的邪恶谎言，我马上把本子合上非常激动的告诉老阿姨：「这个笔记我不能记，里面写的都是谎言，这只不过又是一场运动，中国的历次运动太多了，每次过后留给人的就是错误与悲剧。您老千万别跟着犯罪。」老阿姨明白了我也是法轮功一员。此时父亲吓的赶忙表明他对此事的态度和我不一样。

从此我也被街道挂了号。零四年邪党办第四次「洗脑班」把我也给报上去了。因我刚刚把《洪吟二》背完，突然脑子里有一念「在马三家里被迫害的同修还没看见《洪吟二》，如果被抓的同修会背了，里面的同修就知道了。」然后就想象自己被迫害后把《洪吟二》背给同修的景象。当时没能及时否定，结果被邪恶钻了空子。

在此之前师父以梦的形式点化我：在外面的一个石桌上，我与一位同修正在学法，突然场景变了，我们在一个屋子里学了，但这个房间的主人是谁不知道。忽然房子的门开了，走进来一个小矮个，穿着一双卓别林式的大鞋的盲人。进屋后他脱掉外衣挂好。同修瞅机会迅速离开，盲人发觉不对，就迅速关紧房门站那儿仔细听。我盯着盲人的一举一动大气不敢出，蹲在那里好象自己做错了什么。这时盲人上了他的小床，他没有躺下而是站在了床上，发出狞笑向我蹲的地方扑来，他的一双大鞋挂在了我的腿上。我推开鞋迅速跑到房门前使劲打开门，回头再看盲人的脸，觉的他的表情很失望。醒来后也没多想。

当派出所、街道、社区人员来家抓我时，我大脑一片空白，不知道怎么办，只知道师父说「无论在任何环境都不要配合邪恶的要求、命令和指使。」（《大法弟子的正念是有威力的》）于是我当着他们的面盘上双腿，立掌除恶，由于心里不稳威力没发挥好，那也把邪恶吓坏了，指使片警打电话求援，不一会又上来几个。上来之后他们同父亲握手介绍，看我不理他们，又忙着向我介绍。我说「你是什么官跟我没关系，让你当官你是官，不让你当官你啥也不是。」他们就哄我父母，说那只不过是个学习班，学个十天半个月就回家，四菜一汤一天三顿好吃好喝好招待，让父母不必担心。我说「学习班学什么呢？」他们说学法律，我说「这个我比你们都明白，不用学了，你们走吧。」他们气急败坏露出了凶像，说我炼法轮功就必须上学习班。我说「宪法规定信仰自由，我没违法，相反你们抓我却是实实在在的违法。」我要上卫生间，「六一零」人员忙叫社区女邪党书记跟着我，我当时就揭穿了他们的谎言「我在家你们就限制了我的自由，说什么好吃好喝好招待，说什么我可以炼功，说什么学习班，一派谎言，不就是邪恶的洗脑班吗！」他们一听急忙问「谁告诉你的？」我说：「要想人不知，除非己莫为。」

他们本来想让我明天自己去社区报到，这一下可看上我了，当时现打的出租把我拉到了洗脑班。在车里我就跟他们讲真相，讲我为什么要炼功，大法给了我第二次生命，没有大法就没有我。你们让我不炼就是在害我，实际上你们就成了杀人犯。到了洗脑班又给做记录的女警讲。晚上给社区看着我的人讲，就是不配合邪恶。该炼功就炼功，该发正念就发正念。看着我的社区人员互相递眼色说「别管她了，让她炼去吧。」别的屋里大法学员都愿意往我屋里跑，说这屋比她们的屋都暖和。邪党人员住阳面的屋，让我们住阴面屋。我趁机会就了解她们情况，记下她们的名字，并告诉她们「如果我们其中谁能提前出去，就把我们这里的情况提供给会上网的同修。」有一天某人问看门的警察，我们什么时候能回家，警察告诉她说「一期半个月，写保证就回家，如不写接着办第二期，还是半个月，如还不写就送马三家。」我一听，心想你说了不算，我师父说了算。我不承认你的安排。

后来邪恶「六一零」人员知道我炼功，就规定邪恶的十条，让看住我不许我炼功，还强迫我看诽谤师父的录像，我坚决抵制不去看，政法委人员就威胁我，要送我去马三家。我当时正念很足，瞅着他的眼睛告诉他：「我也给你交个底，能坚持到今天我啥都放下了。」此时，这个被邪恶利用的邪党人员真的就象师父说的：「如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，（鼓掌）就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。」（《美西国际法会讲法》）他掉头就走了。师父给我演化出手脚冰凉的症状，我也就势昏倒（规定不让炼功，我就宣布绝食抗议），他们经过研究决定送我回家，前后在「洗脑班」遭迫害四天。回到家，我把里面的情况告诉给同修，让她赶紧找会上网的同修上网曝光邪恶「洗脑班」，后来同修们纷纷到「洗脑班」附近发正念。有一人被送到了马三家，其他人都放了。这场魔难是我自己求来的，没能及时否定，走了邪恶安排的路，让师父为我操心了。

## 五、在资料点中成熟

本市资料点少，只有大资料点，缺乏小型资料点。明慧一再提出

要资料点遍地开花，我以前曾做过装订小册子和年历，但没摸过电脑和打印机，总希望有一天能在资料点做。我的这颗心师父看到了，就为我安排了。由同修乙引见给另一位同修甲，甲同修自己买了一处楼房，就想建个资料点多救人，由懂技术的同修帮助购置了电脑和彩喷打印机，别的点又送来了激光打印机，懂技术的同修教技术，这样一个小型资料点就形成了。

刚开始邪恶干扰，我老出错，连已熟练的墩纸都墩不齐了，于是我脑子里老有一念「我太笨了，这点事都做不好还是别干了，让会干的人干吧。」越这样想就越出错，终于有一天把我的正念逼出来了，「我怎么不行？我行，我是大法弟子我什么都会干，邪恶你别想让我离开这里，我就是不走。」就这样在同修的帮助下，资料点的整套技术基本能拿下来了。量多的时候我们俩配合着干，少的时候我一个人干，他就做别的事如购耗材呀，上会上网的同修那儿取文件，有时一去就多半天，因为会上网的同修少，有时象盼米下锅一样，就等着文件干不了活，不是说上网技术有多难，就是人的观念障碍着，认为上网会受迫害。后来甲同修又托懂技术的同修购置了一台二手笔记本电脑，教会我上网后，我们这个小点基本就能独立了。

有的同修知道我们点会做一些书，就给我们加了一些量，甲同修不好意思拒绝，就这样我们的干事心起来了，尤其是我法学的越来越少。有一天我被邪恶盯上了，就把钥匙交给甲同修，为了资料点的安全让他另找别人，我则在家尽量多学法。后来甲同修忙不过来，又来找我，我就和他商量能不能隔一天去一次，这样整天做事不合法。甲同修同意后，我们就又开始了合作。

不久甲同修的妻子正念从邪恶的黑窝闯出，我把钥匙又交给甲同修，告诉他你们夫妻合作正合适，符合家庭资料点的标准。甲同修认为他妻子刚刚回来还不会做资料，让我带她一段时间再撤，我同意后就开始教他妻子有关技术，可他妻子就愿打下手（捡纸装订），不愿碰电脑、打印机。别的同修不了解情况以为我不愿离开，就到我家来和我交流，甚至怀疑我与甲同修有不正当关系。虽然这一考验对我打击很大，但师父的法时刻响于耳边，使我能够默默的听她说完，再客气的把同修送走。我惊奇于我的变化，我不敢想象不修炼的我如果受

到这么大的侮辱会是怎样的反应。大法真是法力无边，把一个原本无比自负、自尊又非常自卑，一遇委屈就哭的上气不接下气的我，改变成具有承负力的修炼人。我感谢恩师的洪大慈悲。

在资料点提高心性的方方面面很多，如果发生矛盾后都能向内找，多为对方考虑，矛盾就会很快解决。如果都找对方的毛病，老觉得自己受委屈，那就会激化矛盾。当我从甲同修那里撤出之后，就用当初甲同修购置笔记本电脑的原价，从甲同修手中买来作为我自己的法器，同修知道后就好心的帮我找人要重装系统。那时懂技术的同修都很忙，她就找了个常人帮忙，结果懂技术的同修来后，告诉我这电脑被人换了，现在的电脑也就值个五、六百元，我一听几天功夫电脑就贬值一半，又来一位懂行的告诉我说这电脑也就值个二、三百元，无形之中损失了一千元。我想这决不是偶然的，去我什么心呢？怕吃亏和利益心。我怕那个好心的同修上火，没有跟她提过此事，倒是她从别处听到什么，问过我一次，我说在我眼里电脑都一样。

有一次上网看到苏家电话摘大法弟子器官的消息，感到非常震惊。为了揭露这一惊天黑幕，我有一念要把它编成传单，迅速发给世人，让人们早一天认清这个邪党的邪恶本质。于是我开始试着编辑，来自另外空间的干扰也很大，当我好不容易在师父的加持下编好了一份传单，在保存时突然消失。我整整编了一天呢，胳膊都酸了，我真想哭出来，但一想不能让邪恶看笑话，大不了从新来。第二遍就有了点经验，所以编起来快很多，而且比第一遍更完美一些。编完后就给甲同修打电话，他急忙忙赶过来，在电脑上看了看就同意打印。之后这一消息在我市部份地区铺开。

我愿把我所会的都教给愿意学的同修，因为这些本来就来自于师父和大法的赐予，我也有这个耐心，真希望有条件的同修都能放下自我，真正的全身心的投入到救人之中，因为我们当初就是这样与师父签的约发的誓！记的在我得法不久，曾做过这样一个梦：在一个空间里，有一个非常大的洞，这个洞里的所有物质都是白的，我飞出了洞，看到地上很乱，有人有鬼还有兽，看到自己的家人也在其中，我就飞下去救他们，但有的人不肯伸手，我就把伸手的人先救上来放到洞里，眼看洞里就满了但还有人没救上来我的心里非常着急，就急醒

了。

师父在《洪吟》〈变异〉中说：「阴阳倒悬 世人心变 鬼兽遍地 人离道远」。邪党的无神论，扭曲了中国人的灵魂，已经离道越来越远了，危险至极。我们大法弟子是众生得救的唯一希望，抓紧吧，同修，神留给人的时间不多了。

自从传《九评》劝三退救人后，上网传了许多同修劝退的名单，看到同修做的那么好，真是敬佩，和同修比我这方面做的太差了，今后还要在这方面多努力，突破不爱开口讲的障碍，能多救一个人就多救一个人，不能再懈怠了，不能辜负了师父的慈悲救度之恩，师父在等着我们的好消息。

感谢伟大的师尊！

感谢所有劝三退救人的同修！

合十！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 用法法的法理做指导

记一次闯关的经历

文 / 四川大法弟子 无私

【明慧网二零零八年十二月一日】

慈悲的师父好！各位同修好！

我是二零零三年七月走进大法修炼的，五年多来还算走的比较平稳，没有发生过什么大的魔难。这并不是说我修的精进，因为「修炼路不同 都在大法中」，（《洪吟二》〈无阻〉）。我对自己的评价是：只能说师父要求的三件事在做，自己向内找，还存在很多人心，离师父讲的「何为神，人心无存」（《洪吟》〈人觉之分〉）的境界还相差甚远。现已到了师父正法的最后，唯有和精进的同修相比，找出差距，奋起直追，跟上师父的正法进程，万分珍惜这万古不遇的修炼机缘，用心做好大法弟子应该做的三件事。不要等到最后，给自己留下永远无法弥补的遗憾。

自修炼以后也很喜欢看《明慧周刊》，基本上是期期不落下。从同修的交流文章中受益匪浅，明白了很多自己悟不到的法理，对自己



的提高了确起到了一定的促进作用。但从来就没有自己想写过。这种只想索取，不想付出的私心是我应该修去的。所以，这次我就试着写一写吧。写什么呢？静静的思考了一下，就写一件事，通过这件事我是怎样用师父讲的法理指导自己闯关的。

今年奥运期间的一天上午，我所在地区的四个邪党人员，在我住小区的保安的带领下，敲我家的门，还没开门，保安就说：「有人来关心你来了。」当时我一下就知道是怎么回事，心马上咚咚的跳了起来，但师父的法一下打进了我的脑里：「一个不动能制万动」（《二零零五年加拿大法会讲法》），心一下就平静了。

当时家里还有一同修，我就让同修到厨房发正念，我在客厅对付来人。我开门让他们进客厅坐下后，他们自我介绍有六一零的、派出所的、国保的、司法的。我马上发正念：解体操纵来人背后的另外空间的一切邪恶生命与因素。师父的法又打入我的大脑：「如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，（鼓掌）就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。」（《美西国际法会讲法》）

又想起师父的另一段法：「你们记住了，哪里出问题，哪里就是需要去讲真相了。（鼓掌）效果好坏，你不要看对方，是出自于你们的心。你让它好它就会好；你无意让它好或心里不稳，就不容易正过来。也就是说正念要足。」（《二零零三年元宵节讲法》）

从大法的法理中知道，正法时期，我们大法弟子不管在任何地方、任何环境下，做事的一切基点都要落在证实大法、讲清真相、救度众生、揭露邪恶上。此时我就决定把他们当成来听真相的众生，请师父加持，让他们得救。这时我的心态已非常平稳了，没有一点怕心，对来人也没有一点仇恨心理，心想他们是被邪党谎言毒害了的众生。

我首先问：「你们找我有什么事吗？」其中一个警察说：「你需要看警察证吗？」我说：「不看。」警察问：「听说你还在炼法轮功吗？」我坚定的说：「是的！」警察盛气凌人的说：「把你的身份证交出来！」并拿出一张表格放在茶几上，我平和的说：「我没偷、没

抢、没杀人放火，我按真、善、忍的标准做好人，我为什么要交出身份证？」警察提高声调：「你们法轮功反对共产党，你的工资是谁给你的？」我仍心平气和的说：「香港、台湾、美国有没有共产党？这些地区人民的工资是谁给的呢？可能他们的生活前三十年就比我们现在还好了，我们中国上下五千年没有共产党，我们的祖先就没有饭吃了吗？」警察无语。我接着说：「你们既然来了，就了解一下法轮功的真相吧。我得了四十年的病，吃了四十年的药，练了四种气功都没有好，炼法轮功两个月我的病就好了，现在已五年多没吃一分钱的药，如果我没炼这个功我早死了，你说我炼不炼？」

警察说：「我爱人也炼过法轮功，她的病就没好。」我说：「法轮功是修炼，是修佛的，又叫法轮大法，或法轮佛法，是超出常人的东西，他的核心就是必须重心性、重德，不重心性不重德，等于做广播体操，病都不会好的。法轮功要求学员按照宇宙最高特性真、善、忍修炼，去掉常人一切不好的心，如妒嫉心、争斗心、名利心等等，遇到矛盾向内找，做事先考虑别人，要求修炼人修炼达到无私无我，先他后我的高境界，又有神奇的治病效果，这样好的功法所以炼的人越来越多，非法镇压前国内已有约一亿人在炼，现在已洪传世界八十多个国家，法轮功的主要著作《转法轮》被翻译成三十种文字在全世界出版发行。共产（邪）党说是×教，大家都有脑子，第一个人炼了不好，第二个人、第三个人、第四个人还跟着去炼吗？共产（邪）党之所以要镇压，就是因为炼功的人多了，认为威胁到它的政权了，八十多个国家都不害怕威胁到它的政权，唯有中共把要做真、善、忍的好人视为敌人来镇压，而镇压的理由全部建立在谎言的基础上，如

「四．二五」法轮功学员到北京上访事件，天安门自焚事件，全部都是用编造出来的谎言去欺骗群众，挑起群众对法轮功的无名仇恨，其实群众都蒙在鼓里，从九九年七．二零非法镇压到现在九年来，全世界的大法弟子都在讲真相，很多群众明白了真相，站在正义的一边。」对方没有人说话。

说到这里，又想起师父的法「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）我就要把那个「足」字表现出来。所以我坚定的说：「向你们表个态吧，如果今天因为我炼法轮功要我登什么记，交

什么身份证，我决不配合！法轮功我坚决炼下去！」来人的态度由刚来的盛气凌人一下变的很缓和。那个警察说：「你年龄比我们大，都可以当我们的老师了，你老人家不要多心，我们只是来「关心」一下你，没有其他意思。」警察的态度一百八十度大转弯，我都感到诧异。

时间快到中午十二点了，我想他们可能要回家吃饭了，还有「天灭中共」的真相还没讲，大法的真相也只讲了个表皮。我就想送点真相给他们回去慢慢看，一方面可使他们更深入的了解真相，还希望他们看后再传给有缘人，使更多的人得救。

当时在奥运期间，邪恶表面上表现十分猖狂，不管单位、街道、农村都大肆向群众宣传：奥运期间，只要发现发法轮功真相资料的，要立即扭送或报告公安局，发一本《九评》要判刑两年等。但又一念打入我的大脑：邪党是旧势力造来考验大法弟子的，只要我正念正行，符合了大法对一定层次要求的标准，旧势力就不敢考验我了吗？于是我非常坦然的问他们：「你们看过《九评共产党》一书吗？」警察说：「看过。」其余人说没看过。我说：「《九评》刚出来时，中央曾组织了一个写作班子准备反驳《九评》，结果写作班子的人看了后说，《九评》写的全部都是实话，就是把我们的头砍了，我们也反驳不出来，结果不了了之。中共为什么要迫害法轮功，深层的原因是什么，你们看了《九评》就知道了。还有其它的一些资料，都给你们，拿回家好好看一下。」他们没有反对。于是我到寝室里拿资料（寝室的门就对着客厅），因为事前没有准备，进了三次寝室拿不同的资料。当时也没有想到他们是否会突然冲进来抄家（我所有的大法书和还没有发出去的真相资料都放在寝室里）。我拿出的真相资料大约有：纸质的《九评》两本、小册子《石破天惊》一本、小册子《信仰无罪讲清真相无罪》一本、小册子《劫难来时有秘诀》一本、小册子《安徽政协常委汪兆钧给胡温的公开信》一本、几张《明慧周报》；光盘有：《神韵晚会》四张、《风雨天地行》两张、《和师父在一起的日子》一张、《退党大潮与你》等，我给他们时都欣然接受，我叫他们互相换着看，并说：「我也不怕你们拿回去作为什么证据，我真的希望你们了解真相得福报，为什么得福报？你们看了就知

道了。」

警察突然问：「你们的资料要收钱吗？」我说不要钱，他问：

「那你们做资料的钱哪来的？」我说：「都是大法弟子自愿出的，经济条件好的上万元的出呢！」他吃惊的「呵！」了一声。他们走时，其中一个悄悄的对我说：「你说好就自己在家里炼，不要出去发资料。」

他们出门后，我马上对他们发正念：彻底解体来人空间场内阻止他们了解大法真相及恶党邪恶本质的一切邪恶生命与因素，希望他们回去一定认真看真相资料，看后能明白真相，从而识正邪、明善恶，果断的三退，给自己选择一个美好的未来。然后再把资料传给亲朋好友，使更多的人得到大法的救度。

通过这次闯关的经历，在常人看来本是很危险的事情，结果却是柳暗花明，从中证实了师父讲的法是千真万确的，当我们遇到关、难时，只要能做到坚信师父、坚信大法，用大法作指导，正念正行，就没有过不去的关，当然这一切都离不开师父的慈悲呵护。从中我又明晰了一个法理：当我们真的放下怕心、放下自我，一心想到的是救度众生，也就是达到了「无私无我，先他后我」（《转法轮》）的境界时，那就是神的境界，而神是万能的，就没有做不成的事。

我还悟到：现在之所以迫害还没有结束，就是我们还没达到神的标准，尤其是那个怕心迟迟不能修去。其实怕心就是私心，一做讲真相、发资料的事就首先想到的是个人的安危，没有把众生的安危放在第一位，也就是还没有跳出旧宇宙为私的根本属性，这样的生命怎么能进入新宇宙呢？所以旧势力就抓住大法弟子还普遍存在的这个执著心进行「考验」，使迫害迟迟不能结束，也是师父一再推迟法正人间的原因吧。

试想，如果现在就进入法正人间，可能很多没有达到标准的大法弟子不能圆满，很多众生将被淘汰，这是师父愿意看到的吗？师父讲：「大法弟子是各地区、各民族众生得救的唯一的希望」（《谢谢众生的问候》），我们扪心自问：师父赋予我们的伟大使命在这宇宙正法的最后时刻我们完成的怎样？而师父给予我们的荣耀是与我们的付出不成正比的。

同修们，让我们快修去怕心，放下自我，在有限的时间里，抓紧和旧势力「抢人」，兑现当初我们冒着天胆下来与师父立下的誓约——助师正法，救度众生！

个人浅悟，如有不足之处，请同修斧正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 法轮大法让我走上返本归真之路

文 / 东北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】一九九九年「四·二五」前我是不精进的弟子，不参加集体学法。「四·二五」后我开始精进起来，一次不落的参加集体学法，使我提高很快，认识到正法时期大法弟子的责任与使命是：证实大法、维护大法、救度众生。无论表面空间怎样邪恶，都是假相不被所动，都改变不了大法弟子对师尊对大法坚如磐石的正信。这就是我参加集体学法的体悟。

——本文作者

尊敬的师父好！各位同修好！

慈悲伟大的师尊为宇宙正法、众生得救、弟子圆满回归、耗尽一切，操碎了心。在大陆这种红色恐怖下，为大陆大法弟子整体提高，整体升华，跟上正法进程，在明慧网连续五届开创大陆大法弟子心得体会交流。这是师父慈悲大陆大法弟子，所以，我很珍惜并积极参与，把我在正法修炼中对大法的理解、认识、体悟向师尊汇报，与同修交流。有不当之处，请慈悲指正。

### 一、得法

我是一九九七年得法。得法前我身患多种疾病（严重失眠、心脏病、美尼尔氏综合症等），一旦犯病被折磨的生不如死。喜得法轮大法后，奇迹发生了，折磨我多年的疾病不翼而飞。师父在《转法轮》中讲的法在我身上都真实的体现了。可以说我是一个在法中实实在在的受益者，从此，我走上了返本归真之路。

### 二、集体学法使我对法的认识从感性升华到理性

一九九九年「四·二五」前我是不精進的弟子，不参加集体学法。「四·二五」后我开始精進起来，一次不落的参加集体学法，使我提高很快，认识到正法时期大法弟子的责任与使命是：证实大法、维护大法、救度众生。无论表面空间怎样邪恶，都是假相不被所动，都改变不了大法弟子对师尊对大法坚如磐石的正信。这就是我参加集体学法的体悟。

### 三、信师信法，一切都在师父的呵护中

九九年「七·二零」早晨四点钟，家人接到朋友电话说：「今天全国统一行动，抓捕晨练的法轮功学员，千万别让你爱人去炼功点炼功。」家人很着急的对我说：「你今天绝对不能去炼功点集体炼功，要炼你就在家里炼吧，外边警察正在抓人。」我听到后，没被所动，对家人说：「我学法炼功是我的自由，是一个公民的权利，任何人无权干涉。」师父说：「邪不压正」（《转法轮》），于是我大大方方、堂堂正正的去炼功点炼功。

到了炼功点，我把此事跟辅导员说了，让他有个思想准备。然后我们开始炼功，刚炼到第一节，就听警车吼叫着在旁边擦身而过，邪恶真的动手了。我们炼功点的同修和往常一样在祥和的炼功，炼完第一遍后大部份同修走了，只剩下我和一个老年同修，我俩又炼了第二遍。炼完功我安全的回了家。真是实实在在的感受师尊的「一个不动就制万动」（《美国中部法会讲法》）法理的内涵，有了更深的体悟。

炼功回来后，我和同修们去了邪党省委、省信访办，想告诉他们，镇压法轮功是错的，法轮大法是正的，还我师父的清白。善良的大法弟子哪里会想到，「人民政府」变成了流氓政府，不让人说话，不为人民办事，见到上访的法轮功学员就抓，开始了疯狂的抓捕。我们被抓起来，关到郊区一个学校的操场上，关了一天一夜。

回来后不久，单位开始人人过关，签保证不炼法轮功，交书（大法书籍）。机关的几个大法弟子不同程度的配合了邪恶，有的签保证、有的交了书。还有的说不交《转法轮》交其他讲法。甲同修顶着烈日，回家取来师父讲法小册子，拿给我说：「如果找你交书，你应付一下（指交讲法小册子）。」当时我说：「我不会配合他们的任何

无理要求，我还要明确的告诉他们我的信仰是对的，法轮大法是最正的。」

下午，单位负责人找我谈话说：「单位不知道你也炼法轮功，以前你没参加他们集体学法，后来有人说你也炼法轮功，所以，最后找你。」把邪党的话说了一遍，什么定性了、什么签字了、交书了、机关干部硬性规定，不许炼法轮功等。我说：「你们应该表扬我、鼓励我，让我继续炼下去，因为炼法轮大法后使我身心巨变！身上的疾病不翼而飞，为单位节省了多少医药费。我按大法的要求做好人、更好的人、完全为了别人的人。这哪有错？难道单位还怕好人多吗？大法给了我第二次生命，师父的救命之恩，无以回报。现在法轮大法受诬陷，师父蒙冤，我要为大法说公道话！」我明确的告诉他们：「法轮大法好！法轮大法是正法！镇压法轮功是错误的，必须给大法平反！还我师父清白！」

同时还说：「我不但炼法轮功，而且要一炼到底！」单位负责人听后笑着说：「你炼的真好，真的受益了，你再说下去我都想炼了。你炼吧，书也不用交了，字也不用签了。」师父说：「弟子正念足师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）。一切都是师父在做，都在师父的掌握之中。

#### 四、两次进京证实大法

第一次进京证实法，我真心想把自己在大法中受益的事实告诉当局，让他们改变对法轮功非法镇压的错误决定，还大法一个公道，还我师父清白，还给大法修炼一个宽松的环境。于是，我决定去北京证实大法。

当天准备走时，人心上来了。怕被迫害，怕孩子大学毕业找工作受影响，放不下的人心、放不下的情一拥而上，心如刀绞，潸然泪下。顿时双腿有千斤重。师父说：「放下执着轻舟快 人心凡重难过洋」（《心自明》）。我是一个法轮大法的修炼者，我要放下人的情，无论怎样难受，去北京证实法的决心不变。在师父的加持下，我和同修顺利的到了北京，来到了信访办。还没进信访办的门，我们就被一群警察拦住，是法轮功上访的吗？我们说：是。一听说是法轮功上访的，不由分说，我们便被抓了起来，关进一个宾馆的房间里，有

几个警察看守我们。这时进来一个人，手里拿着一个笔记本说：你们不是要上访吗？说吧，我记录。（与我同去的同修把已写好的信交给他）我说好吧，于是我把法轮大法的美好，我为什么要修炼法轮功，炼法轮大法让我受益匪浅，身心巨变，所有疾病不翼而飞，镇压法轮功是绝对错误的，必须马上停止镇压，马上给法轮功平反。大法弟子的正念震慑了邪恶，同去的两位大法弟子激动的哭了。

我们被邪恶非法遣送回来关进拘留所。在拘留所的十五天，我一直在消业（发高烧、咳嗽、不能进食）。拘留所的大夫要给我打针、吃药，被我拒绝，她当众说：你病的这么重，不打针、吃药就能好？那我也炼法轮功了。我回家后不久就恢复了健康，又一次验证了大法的超常。

通过去北京证实大法，使我对正法时期大法弟子的要求，又有了新的认识。知道以后的路该怎么走，我要再一次感谢慈悲伟大的师尊给我证实大法的机会，感谢帮助我在法上提高的同修。

在拘留所认识了几十个同修，我们都互相的留下电话，以后自然的形成了整体。我有为法负责，为本地区整体提高、整体升华的愿望，师尊就安排了精进的同修到我家来交流切磋，资料点的同修送来资料，大家都来这里学法交流拿资料（当时资料点没有遍地开花，一个大资料点刚被邪恶破坏，新成立两个资料点大批做资料，然后送出来）通过学法交流使怕心重、人心多的同修走出人来。起到了整体提高、整体升华的作用。在师尊的呵护下，同修的正念加持下，大家以祥和的心态象和平时期一样，如意的做着正法时期大法弟子正法、救度众生的事。这房子一直为大法所用，就这样稳健的走过了三年。本地的大法弟子做了一件证实大法、救度众生震慑邪恶，使邪恶胆寒的伟大壮举。一下震怒了江鬼，连夜下令大搜捕，抓捕了几千名大法弟子。有守不住心性的同修说出了我，邪恶到家抓我，在师尊的呵护下走脱，从此，我被迫开始了流离失所。

流离失所的八个多月中，我饱尝了人间的酸、甜、苦、辣，饱受了有家不能回、无家可归的凄凉。我是一个生在温暖的家庭，没受过苦，没遭过罪的人。没有师尊的呵护、同修的帮助，我丈夫的支持与付出，我是走不过来的。这几个月，通过大量的学法，我悟到修炼法



轮大法，就是应该堂堂正正，邪恶不配迫害我。心性提高上来，我就回家了。师父说：「对宇宙真理坚不可摧的正念是构成善良的大法弟子坚如磐石的金刚之体，令一切邪恶胆寒，放射出的真理之光令一切生命不正的思想因素解体。有多强的正念，有多大的威力。」（《精进要旨二》〈也三言两语〉）只要信师信法，正念正行，是最安全的。

第二次进京证实大法就很理性了，通过学法、看明慧文章，认识到正法时期大法弟子去北京天安门打横幅证实大法、救度众生，是最好的方法。于是我们几个大法弟子一起去北京证实法。一路上师尊给我灌顶、加持我鼓励我。到北京后我们来到天安门广场，十二月的北京天气很冷，游客稀少，便衣、特务很多，我们决定中午人多时再打横幅，我们分头走开。十一时三十分，同修来找我着急的说：我被便衣特务跟上了，赶快打横幅吧，否则来不及了（来时约定，到时候我先打，他们马上跟着打）。我们快步来到金水桥，这里人很多，又来了一群外宾，时机已到，我走到桥的最高点，拿出横幅高高举过头顶，使出全身的力气高呼：法轮大法好！法轮大法是正法！还我师父清白！还大法清白！压在心底的心里话瞬间迸发出来。在那一瞬间，时间凝固了，那种玄妙、殊胜，强大的能量场把我定在那里。

随后来了几个武警抓住我们，连推带拽手很重。我说：「你不能这样对待我们，我们都是好人。」他说：「我们也没办法，我们也不想这样做。」我说：「你要善待我们、这对你有好处。我们是为你们而来，给你们讲真相，是来救度你们。」听后他们很羞愧。先把我们抓到天安门分局，后来又送到拘留所，（拘留所已满）又把我带到场桥派出所，关了两天两宿后，又送到另一拘留所。无论到哪里我就是讲真相，弘扬大法，但是一直都在非法关押我，我悟到之所以没有放我出去，可能是自己正念不足，于是我求师父加持弟子，发出强大的正念：这里不是我呆的地方，必须放我回去，家乡的众生需要我，家乡的同修需要我，救度众生才是师父给我安排的修炼道路。不到几分钟，警察找我说：无条件放我回家，还用警车把我送到西直门车站。我买了车票，顺利回家。

五、在法的基点上向内找，才能在法上提高和升华

我被邪恶迫害流离失所，我从新审视自己，从表面空间看，我做的都是最正的事，令邪恶胆寒害怕的事，不会招来迫害的。是个别同修守不住心性，配合邪恶造成的。在法上看是不实修自己，把做事当作修炼，给邪恶造成迫害的借口，因此，我认识到了向内找修自己的重要。师父安排了我和丁同修在一起做证实大法的项目，我们的缘份很大。几年来，我们配合的很默契，互相鼓励、共同提高。

由于证实大法工作项目很多很忙，学法就少了，在法上没有真正提高，向内找，还是向外看，看别人的不足。丁同修说：你给同修指出的不足，我们都改了，修好了，你怎么办？我也没在意，因为放不下自己，看到的都是自己好的地方，别人的不足。就这样我与丁同修有了间隔，不久我们分开了，接触她的同修远离了我，接触我的同修认为她走偏了。我们间隔了两年多的时间，这期间，与丁同修在一起的同修，相继被邪恶迫害致死的、判刑的、劳教的，最后就剩下她自己，也流离失所了。我开始严肃认真向内找，在心上下工夫。

同修在魔难中，很难看出事情的原由。需要在法中修出的慈悲，才能起好正面作用。我找到了自己的执着，争斗心、急心、怨心、不平心，没有忍耐宽容，我行我素。带着这么强的观念，不是在证实法，是在证实自己。符合自己的观念就接受，不符合自己的观念就排斥。同修哪有问题不是添正念，而是着急，想马上改变同修，赶快提高。

惨痛的教训，使我猛醒，我悟到真修实修，修好自己的重要。于是我要求自己净下心来，学师父《对澳洲学员讲法》录像二十遍。法理清晰了，主动找丁同修交流，自己在法上找到了不足，诚心改正。同时看到同修的长处。通过几次交流，丁同修受触动了，也找到了自己的不足，我们共同在法上提高了。

## **六、放下自我，营救同修**

在营救同修中我体悟到：营救同修的过程就是救度众生的过程，就是放下自我，圆容整体的过程。师父说：「修在自己，功在师父」（《转法轮》），是师父在做，我们只是在这个空间动动手脚而已。

同修乙被非法判刑十五年，关进监狱，迫害致残。我知道此事后，发出强大的正念：不允许邪恶迫害同修，我要尽全力营救，请师

父加持。我们将他的所能知道的消息发到明慧网，让更多大法弟子共同参与营救，形成了强大的整体。在法上提高了，也没有了当初的怕心，从前有过间隔的同修，在整体配合的过程中，大家都能向内找，消除了间隔，共同投入到营救同修、救度众生的行列中。大家分工明确，有的找家属，有的找监狱，哪里有障碍，就到哪里讲真相。过程中不断有执着暴露出来，但是站在救度众生的基点上，以法为师，不断的割舍和圆容，虽然最后同修还是被邪恶迫害致死，但是营救的过程完全变成的大法弟子整体提高、整体升华的过程，这对邪恶也是一个彻底的否定。

有一个负责协调的同修被绑架，她的家人从前一直对她的修炼不支持，还诽谤大法。但是我们从法中悟到，迫害同修就是迫害我们，营救她还得需要家属与我们共同去做。于是，我们小组一起学法、发正念，在法中大家的心性提高后，就找到她的家人，向他讲真相，让他的明白的一面摆正位置，为自己创造一个美好的未来。我们的心纯净了，同修家属明白的一面觉醒了，大家共同形成了整体，起到了很好的救度众生的效果，正如师父所说：「我说实际上常人社会发生的一切，在今天，都是大法弟子的心促成的。」（《各地讲法二》〈二零零二年美国费城法会讲法〉）

师父把天机告诉我们，我们是从遥远天体而来，层层下走，跟师父结缘，生生世世不知掉了多少次头，吃了多少苦，遭了多少罪，为的是历史走道最后一刻，就是今天。师父正法，邪恶干扰师父正法时我们助师正法、救度众生。在这值千金值万金，瞬间即逝的历史时刻，我们要珍惜这万古机缘，共同完成史前大愿，做好三件事圆满随师还。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 心念纯净行神迹

文 / 山东大法弟子 口述（同修帮助整理）

【明慧网二零零八年十二月一日】

慈悲伟大的师尊好！全世界同修们好！

我是一名老年大法弟子，于一九九六年得法。我小学二年级都没上完。得法后，同修们让我当辅导员。大家集体学法时，我由于不识字，不能读大法，着急的哭了三天。同修对我说：「不用哭，只要真心学，就会读的。」我订了一个小本子，孩子有空时把生字写上，我整晚上趴在桌上学字，认字。不长时间，在师父的呵护、加持下，我便学会了通读《转法轮》。今日回想起来仍深感师尊的慈悲伟大，大法的神奇！

### 坚信师父、坚信大法，破除邪恶的迫害

二零零零年秋季，我们当地几十名大法弟子，被邪恶六一零、公安分局伙同保卫处、居委会以欺骗、野蛮绑架等不法手段带走，被送往洗脑班遭受迫害。我们集体绝食抗议，恶人对我们进行野蛮灌食。一天，我悟到应该出去，不能呆在这里面被动的承受邪恶迫害，我要出去讲真相。我把想法告诉另一名同修，她无奈的说：「还能怎么办呀？就呆着吧。」（由于长期的不学法，被灌食迫害，同修的正念不足）我说：「我不想呆在这里面，我想立刻出去。」不一会，他们带我去测量血压、心律时，我心跳达到每分钟一百三十次，医生诊断我有严重心脏病（师父给演化的病业假相），就这样我绝食十八天后，在师父的呵护下，走出了邪恶的洗脑班。回家后的第二天晚上，我就带上真相材料出去救度世人了。

虽刚绝食十八天，但感觉浑身有使不完的劲。我悟到是自己心存正念，出发点是为了出去讲真相，而不是为私的，基点对了，师父就帮了我。

还有这么一件事，有一天，市里同修找我去切磋。我出家门还没上公交车，被保卫处几名不法人员带回来。我被拉到当地派出所关了一夜。第二天，他们打算劳教我。他们不敢在本地医院给我查体，怕有认识我的大夫，将我拉到外地大医院。我一路上发着正念，心想：

「决不允许邪恶迫害，劳教所不是大法弟子去的地方，我还有救人的使命。」前后经过医生多个手续检查，我一直发着正念，请求师父加持，通过大夫的嘴亲口说出我查体不合格。这时，大夫对他们说：

「你看她有三种病都很厉害，你们还硬要把人带走，出了问题谁负责？」恶人通电话后，没办法只有将我送回家。我体悟到自己的每一

次过关，破除邪恶的，都是师父的慈悲呵护。我修的不好，让师父操心了！

今年立秋后的一天晚饭后，天空开始下着小雨，我们几名同修相约去一同修家切磋。回家时，雨已经下的很大。同修给我一雨衣，我骑车向南往家赶。东风刮的急，路上用雨衣只顾盖住左腿，右腿淋了个湿透。第二天，右腿肿胀，钻心般疼痛，不敢上下楼。我当时出了人念：昨夜去功友家路上冻的。我立即意识到此念不正，「大法弟子怎么会冻着？我即使有漏（最近由于学电脑技术，学法少了），邪恶也不配迫害我，干扰我出去讲真相。肉体是师父给我的，谁说了也不算，师父说了算，大法弟子说了算。」我指着自已肿胀的腿大声的说着。第三天晚上，我拿着许多真相资料去了居民楼的顶层从上往下发，上下楼腿一点也不疼了。回来后，汗水浸湿了内衣。

### **建立家庭小资料点**

中共江氏流氓集团镇压大法后，开始那几年，我自然承担起我们地区真相资料的取送传递。我去一百里外的外地取资料，用公交车托运到汽车站，再坐出租车带回家。过程中我没有丝毫的怕心，我知道师父相中了我，我就要担负起这个责任。这就是我应该干的，我一定要做到底！

后来，本地成立了一资料点。几年来，资料点的同修付出了很多，承做了大量高质量的《九评》、《解体党文化》书籍及各类真相资料，对本地区广传九评、促三退、讲清大法真相、救度世人起到了不可估量的作用。

由于种种原因，后来资料点不断的搬家。同修们悟到应该走入家庭小资料点了，这也是正法进程的需要。同修一次一次的建议让我来做，由于自己没悟上来，以多种借口不想做。一是自己没文化，对电脑等东西怵头；二是小孙女由我带着，孩子年龄很小。

时隔大半年过去，同修又来切磋说我应该做了，在证实大法中修炼提高的也快，让我好好考虑考虑。我根本没有想到自己的提高，只觉的自己是应该做了，这是大法弟子的使命。我的家庭修炼环境比别的同修好，儿女虽还未修炼，但很支持我做大法的事。同修又三番五次的找我，我悟到这也是师父的点化，修炼中没有偶然的事情。自

己的家庭环境好，就应该承担起这份责任！

真正做起来时很顺手，不是想象中的那么难做，技术同修直夸我学的快。其实一切都是师父的帮助呵护，如果离开大法，离开师父，我这么大年纪的人又能做的了什么呢？！自从我做资料后，孙女也变的格外乖巧，孩子爱看神韵晚会光碟，嚷嚷着看「大法弟子」，我就给孩子放上神韵晚会的影碟，孩子一人静静的看，我就去做资料。同修要的真相资料数量不论多与少，我都尽量完成。我以前有午休的习惯，做资料后我突破了这一常人中的求安逸的习惯，等孙女睡下后，我都抓紧时间赶做真相资料。白天有空我带着孙女出外，合适的机会见人就讲真相；晚上学法，出去发资料。这样一来，什么都不耽误。

说几件难以忘却的事。一天，远在另一市的妹妹被恶警绑架，她平日承担着取送本地真相资料的事。知道消息后的第二天，我便骑着借来的崭新的自行车去了该地，暂替小妹去取真相资料。中途一段泥泞土路，很难走，几辆车都堵塞了，我去时骑的还挺快。带上真相资料往回走，车子骑的很沉，我心里对师父说：「师父，弟子不怕受累，只是人家车子很新，少沾上点泥吧！」一念后，我猛然间发现自己已经来到了公路上，那段泥路已在身后。我当时也吃了一惊，瞬间我什么都明白了，两行热泪随之滚落下来。弟子感谢师尊的又一次慈悲呵护！（当同修口述时，眼里噙着感恩的泪水）

有一天傍晚，我去一村发资料、真相光盘，顺着大街从北向南挨门发放。快走到村头时看见有三个妇女坐在那里乘凉，她们中一人对我说：「你串来串去、挨门挨户的送啥？」我说：「发的是真相碟」，一个女的说：「给俺几个看看」，我低头一瞅包里刚好剩下三个，她们乐呵呵的拿着了。

一次，我去一居民区发资料，远远的看见一辆汽车停在路上。我发出一念，车门打开，大法弟子来救你（司机）了。等我走到跟前，车门自动打开，我便顺手把真相资料搁到汽车的空驾驶座位上。

类似这样的事我还遇到不少。我个人体悟，大法弟子在人间证实法，要多动神念，少动人念，一心想着救人，心念纯净，就会行神迹。

悟的如有不对的地方，望同修慈悲指正。谢谢师父！谢谢同修！

合十！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 圆容大法 平衡好家庭关系

文 / 吉林大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】

尊敬的师尊好！同修们好！

我是一九九四年得法的老弟子，在这些年风风雨雨的日子里，我从未动摇过对师父、对法的坚信。修炼后胆囊炎、心脏病、颈椎病、风湿病等病症不药而愈。我过去爱生闷气，现在我谈笑风生，乐观开朗，越活越年轻。我今年五十多岁了，可人家说我也就四十多岁。家人和知道我修大法的亲朋好友，都见证了大法的神奇。

多年来，在家庭中我注重实修，珍惜家庭的修炼环境，把亲人当众生，向亲人洪法、讲真相，我的家庭老老少少没一个反对大法的，都声明了三退。

我上有公婆，下有小姑子、小叔子、儿子、儿媳、孙子，还有亲家及娘家弟妹们。随着学法，我越来越深刻的认识到，要想让家人认同大法，真正感到大法好，顺应大法，光嘴上向他们讲真相洪法是不够的，要实修、要做到位，让他们实实在在看到大法的威德、大法弟子的风貌才有说服力。

### 一、做一个好妻子

我丈夫是领导，整天工作很忙。我退休在家，就把家料理的井井有条，家务事及一些大事小事我都承担，不用他管，让他一心工作。我做一手好菜饭，每天丈夫都爱在家吃饭，别人请客他都不去，他说在家比外面吃的还好。没修炼前，我一心想让丈夫官当大点，多挣钱，名利心很重。修炼后，明白了，这不是害他吗？渐渐的放淡了名利心，对丈夫总是嘱咐他踏实工作，不要贪心，对人要有爱心。丈夫出入社交场合总喜欢带着我，我衣着得体，大方开朗。

九九年「七二零」迫害前，我总是公开洪法，迫害以后丈夫不让我暴露，可丈夫的交际圈中大部份人也都知道我修炼。交往中我仍以

修炼人的姿态与人相处。丈夫一位下属的妻子因我而得法。可是有一次她抱怨我丈夫不给她丈夫办事，就和我生气了，我解释也没用，她还放弃不学了。我那时怨恨心也很强，心想：不学就不学，你给谁学呢？一段时间不来往。后来听说她得了胃癌，我心里很难过，一个走进法的生命又放弃修炼的后果多么可怕呀！不行，我得帮她振作起来。我去她家看她，给她带去护身符和大法资料、师父讲法光盘，并和她一起学法。她又回到修炼中。我们两家关系也缓和了。

丈夫工作成绩显著，不断提升，丈夫欣慰的说：「你炼功给咱家带来了福份祥和，你们法轮功真好，退休后我也炼。

## 二、做一个好媳妇

婆家人脾气都暴躁，沾火就着。婆婆整天唠唠叨叨，挑事不压事，家里矛盾不断。我看不惯，心里有嫌气、怨气，但由于学法，也知道修口，不被常人情带动，不被常人心带动。我不插言任何事，默默的做着该做的一切，心里尽量保持祥和。

但有时关难却突然出现。正象师父法中所说：「可是往往矛盾来的时候，不刺激到人的心灵，不算数，不好使，得不到提高。」

（《转法轮》）一次家里修水库，人很多，小姑因一点小事当众对我破口大骂，我没忍住，气晕了，心脏病、胆囊炎都找回来了。后通过学法我认识到自己的心性太差劲了，实修不够，向内找发现自己的气恨心、委屈抱怨心、争斗心。不断的学法归正，和家人又和睦相处了。

婆家原来开饭店有点钱，生意不做了，钱也花的差不多了。小叔子、小姑子都相继离了婚，也都回婆家住。小叔子下岗没收入，又带个儿子，这些年全家生活费、小叔子的儿子当兵的生活费、转业安置费、待业生活费，都是我和丈夫负担。我对待老人无微不至，婆婆总是夸我好。家里家外大事小事我都跑在前面。

我经常给家人看明慧和正见资料，他们明白真相都说大法好，很容易都三退了。家里气氛很祥和，他们支持我修炼，七十多岁的婆婆还帮我发真相资料，还常默念「法轮大法好！真、善、忍好！」身体非常健康，真的感到「佛光普照，礼义圆明」。

## 三、做一个好母亲、好婆婆



我经常把大法真相资料、光盘等让孩子们看，他们明白了做人的道理。但儿子有许多毛病我看不惯就唠叨，有时还骂几句。每当这时儿子就会说：「瞧瞧，你还是炼功人呢！」我当时也知道语气和心态不对，可就是迟迟不改，一看到儿子就没好气。儿子爱和朋友喝酒，说也说不听。一次喝多了，在外面和另一伙喝酒的年轻人发生了口角，打了起来，双方都伤的很重。儿子这边三个人受伤，一个人的牙被打掉两颗，另一个身上、头上打伤好几处，头和肚子上的大口子往出冒血，唯独我儿子没伤着，只是手擦破一点皮。听到消息后，我一路发正念来到现场，看到那个孩子倒在血泊中昏死过去了，我就不停的发正念，求师父救救那个孩子。我抱着那个孩子哭。到医院后让那孩子默念「法轮大法好！」后来他脱离了危险，我帮他做了三退。

通过这件事我向内找到自己对孩子情太重，没把他当作众生的一员，在情的带动下管教他，导致经常发火。这回我要以修炼人的心态教育他，不能乱来。真正不带情绪的和他谈了几次，他受到很大触动，知道自己错了，从此就彻底改好了。我深深体会到，真正改变人的是法，「你要理智一些教育孩子，才能真正的把孩子教育好。」

（《转法轮》）儿子也意识到自己没伤着是因为妈妈「一人得法，全家受益」的缘故。

我儿媳结婚后，家务活从来不干。吃完饭就打麻将、逛街，又没工作。我什么也不说，象个保姆一日三顿的侍候着。儿媳生了孙子后，我实在忙不过来，耽误了我学法，就把亲家老两口接来帮助照看孩子。可亲家母是一个脾气粗暴、爱唠叨多事的人，在我家动不动就发火。我给婆家、娘家人点东西她就生气，还常常数落我。我也不吱声，把自己当炼功人，不被其带动，不计较，以德报怨，理解亲家母看孩子的辛苦。亲家老两口说：「你们炼功人就是不一样，真好！」他们也都三退了。我做家务，到发正念的时间，他们叫我：「到点了。」新房子下来，我让儿子独立生活，我的学法环境越来越好，有更多的时间做三件事。

#### **四、慈悲救众生，不落下一个亲朋**

我悟到：亲朋好友都是我救度的对像，这种缘份是师父安排的，我一个也不能把他们落下。多年来在家中实修自己，证实法、讲真

相，给日后劝「三退」救人奠定了很好的基础。我利用家庭聚会、同学聚会、老友会、婚丧嫁娶等一切机会，广泛接触有缘人，讲真相，传「九评」，劝三退。几年下来经我劝退的有几百人。一次退不了的，我记着他们，找机会再退。

有一次外甥姥爷回家探亲，他是一个警察。我和同修妹妹、妹夫发正念，然后给他讲真相。他说他知道大法好，就是别跟共产党对着干，在家炼呗。我向他说明救人的道理，临走又送给他真相护身符，后来他们害怕，把护身符送回来了，但我千叮咛万嘱咐：千万别迫害大法弟子，别做错事呀！看到我诚恳的劝告，他点了点头。两年后，他又来了。我含着热泪跟他说：「天灭中共是天意啊！把你入过的党退了吧？这是在救你的命啊！解除你把生命献给邪党的毒誓，用小名、化名都行，神看你这颗心！」他被我强大的正念、慈悲震撼，知道我完全在为他好，终于同意退出了。

丈夫对「三退」不理解，几次劝退不同意，还数落我。我知道那是他头脑中党文化和怕心在作怪。我就天天发正念，清理他的空间场，让他看《九评》和大法真相资料，求师父帮助。有一天他主动让我给他办「三退」。我一问才知道，他们单位有个反对法轮大法的很凶的领导突然暴病而死。他说他要退党保命。我知道这是师父慈悲救度。

对于不方便劝退的（包括丈夫单位的人），我就搜集电话号码，发到明慧网，让国外同修劝退。

我的修炼平淡平稳，没有轰轰烈烈的事和太大的关、难，但我就是坚定的信师信法，助师正法，救度众生，兑现誓言和完成使命。圆容好大法，平衡好家庭关系，开创良好的修炼环境，保持实修状态，我觉的路越走越宽。

以上心得有不当之处，请同修慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 精進实修 完成史前大愿

文 / 辽宁省大法弟子 净心

【明慧网二零零八年十二月一日】

尊敬的师尊您好！

同修们好！

从记事开始，父母感情不好，经常吵架，给我幼小的心灵烙下了深深的伤痕。长大以后为了早日脱离这个让我感到十分痛苦的家庭，到了结婚的年龄就匆忙嫁人了。可是，后来的婚姻生活并不愉快，我在婚后十几年里都生活在悲伤中，还多病缠身，整天喝着汤药，心情惆怅、失落压抑，不爱说话，从不与人交往。我对人生感到彻底的失望，所以养成了很多恶习，喝酒、抽烟、打麻将，以寻求精神解脱。人在家心在外，很是苦恼。有时也在问自己：「你这样的生活也不对呀，多败坏啊！以后怎么办呢？就这么继续活下去？」什么时候能出家呢？能到深山老林里修炼，与世隔绝，了却人世间的烦恼？

一九九六年间，我单位的一位同事常常告诉我去学炼法轮功。当时我有些犹豫。她说：「你心地善良，就是脾气不好，咱们是修炼真、善、忍的呀！」当她刚说完「忍」字的时候，我全身一震，象被重锤猛击心头。我当时就觉的奇怪，心想：「她说话我身体为什么会一震？」过了一些时日，在五月的中旬，抱着一颗人生找不到目标的心（这也是我走入大法时的根本执著），我带着十二岁的孩子到家附近的公园去找炼功点。还没等走到地点，远处就传来了美妙悠扬的法轮功炼功的音乐声，顿时一股暖流温暖了我的全身和田，好象把我带到了天上，脚踏祥云、轻飘飘的来到了炼功点。辅导员看到我和孩子时说：「你们是来学法轮功的吗？欢迎！欢迎！」我非常激动的回答说：「对！对！」从那以后我和孩子就开始修炼大法了。

修炼之后，我把所有的恶习全部戒掉，把所有没吃完的药全部扔掉了；师尊给我净化了身体，使我今生第一次感受到了无病一身轻的滋味。深知是慈悲的恩师给了弟子第二次生命，我心里对师尊的感激无以言表。得法后我按照师尊的法理严格要求自己，遇到矛盾向内找，从不把人世间的得失放在心上，每天总是乐呵呵的，家庭变的和睦了，和丈夫的关系也融洽了，自己的心性在法中不断的升华着。

一九九九年「七二零」，邪恶开始了史无前例的对大法和大法弟子的疯狂迫害，使我们失去了修炼的环境。一时间黑云压城，天象塌

下来了一样。我没有被吓住，我非常清楚大法是清白的、师尊是冤枉的。可是那么多的世人被媒体的造谣、诬陷毒害，不明真相，作为师尊的弟子，我必须维护大法的尊严、让世人明白。我便投入到了证实法、讲清真相的洪流中。

二零零二年三月单位并轨，我买断回家；四月我做了协调人，负责一大部份地区的协调和资料的传送。传递资料虽然路途很远，但我从不觉的苦和累，无论严寒、酷暑、刮风、下雨，几年如一日，心里总是甜滋滋的，因为大法在我心中深深扎下了根，不管我走到哪里，我都感受到师尊就在我身边，时时刻刻呵护着弟子。

师尊在讲法当中讲到了遍地开花。二零零五年，孩子跟我商量，我们应该开朵花儿，做万花丛中的一小朵，紧跟师尊正法进程。我当时就同意了。于是在搞技术的同修帮助下，十一月我和孩子的这朵小花儿开始运作了。

出于对安全的考虑，我几乎不和其他同修联系，也不再让他们到我家里来，只保持和下线同修的单线联系。因此，有很多同修对我有误解，互相议论，怀疑我是不是「邪悟」、或放弃修炼了。当这些消息传到我耳朵里来的时候，我听了心情很不好，就连其它地区的同修都要找我切磋。我开始向内找，什么原因让我四面楚歌了，造成了这种困境。当我找到自己有一颗担心，生怕做这件事情被同修知道、看到，其实注意安全是没有错的，可是加进去人心就不对了，我一直没有发现这颗人心，直到这件事情才挖出来。

我本以为做这件事情没什么，只要是证实法我什么都愿意去做，师尊安排我什么就做什么。可是做一段时间之后，怕心就出来了，打印机一响马上怕的不行，就起心了，甚至有些后悔；我并没有意识到这些不好的思想不是我，没分清，没有及时发正念铲除它、否定它，也没有在法理上去认识，时间一长被魔加强，满脑子不正之念。晚上睡觉睡的不踏实，经常在睡梦中惊醒，尤其是闹钟一响全身发抖，疲惫不堪，天天眼睛直勾勾看着打印机，象身上背着一个沉甸甸的重担子，心里想什么时候能把机器拿走啊，拿走了就轻松了，啥事没有了。于是我把我的这些想法告诉了教我技术的同修，她说：「你怕心太重，它不是你，发正念铲除它。大法弟子就应该做证实法的事。拿

走了机器，你就走错了，师尊给你安排的你都不去做，那你想做什么？自己多学法，多在法上认识吧。」她还给我指出我太执著状态了，心总是随着自己状态的好坏浮动。

虽然那段时间搞技术的同修和孩子没少和我切磋，但是怕的物质象一堵厚厚的墙包围着我，使我根本听不进去，怕心越来越重。特别是在做资料时，满屋子都是资料和要给同修分的东西，一份一份堆满地，看着这些，心更受不了了，自我、自私、争斗、求安逸、嫉妒等一个个的人心全翻出来，弄的我焦头烂额。

我开始埋怨孩子，她本来十分平静的心态被我的状态干扰的很厉害。她说：「你不做我做，机器我不会拿走的，我是正法时期大法弟子，来在人世间的目地就是助师正法、救度众生，我就应该去做，这是我的责任和使命！」她又说：「以前做协调人的时候没冒出来这些人心不等于你没有，都在隐藏在很深的空间里，现在做这件事触及到了这些物质，师尊让你发现它，好修去它。」

《转法轮》中说：「因为这个人根基比较好，心性很高，所以他的功也上的很快。到了他心性所在位置的时候，他的功也长到这儿了，他要再提高他的功，那么这个矛盾也就突出了，就得需要他继续提高他的心性。」

孩子说我现在悟性差，让我自己好好悟一悟，做协调的时候没超出我心性所在的位置，现在就是到了应该我扩大容量、提高心性的时候了。不管孩子怎么说，我还是抱着固有的观念和人心不放，觉的还不如以前做协调人、传递资料了，那时候时刻能保持清醒的头脑，也没有这种感受，现在是怎么了？

孩子看着我这段时间一直都很麻木，给我念了师尊讲法《走正路》。当时，听了师尊的讲法后，也不入心，后来被魔钻了空子，身体受到了严重的干扰，出现了病业状态，这更使我的心情一落千丈。明知道不在法上，可是自己却没有坚定的意志冲破这种物质因素。

看到常人在树荫下聊天，悠闲自在，看着他们我就发呆，常人为什么可以给我的感觉那么轻松？而我为什么会这么压抑？我是正法时期大法弟子呀，我是按照宇宙特性在修炼，做的事情是宇宙中最正的、最伟大的，我为什么要害怕？想到这，我头脑清醒了许多，常人

百年之后将归于何处？而我将与宇宙同龄！这是一件多么幸运的事啊，这也是开天辟地从来没有过的荣耀，师尊给我们准备了最好的一切，但是我们得走到那儿。怎么走？带着各种人心、不好的观念能走到那儿吗？放下包袱，万古机缘千万不要错过呀！我悟到这些，马上感到身体轻松，病业状态就消失了。我真的体会到师尊的洪大慈悲和佛恩浩荡，弟子在法中悟到一点，师尊就把这些物质拿掉了。我的心轻松了，原来「怕」的那堵厚厚的墙象变成了一层薄薄的蚕丝膜一样，一下子冲破了。我悟到正法时期大法弟子来到人世间的真正意义了，我真的从那种状态中走出来了，还帮助农村的同修成立了资料点，做出精美的资料，撒遍了千家万户，救度了很多世人。

第二年冬天，我租了一间房子，找了几个资料点同修成立了一个学法小组，大家在法上认识法。我发现我以前做协调人的时候，对个人修炼和正法时期的法理不是很明确。经过一段时间和同修们在一起学法、发正念、在法理中切磋，使我真正能用正念看问题。师尊要我们修成无私无我、先他后我的正法正觉的生命。在正法时期大法弟子不把证实法放在第一位，总谈个人修炼、个人的圆满解脱，那是为私、为我的生命，没有完全从旧宇宙中脱胎出来、脱离人的壳。我们要不断的净化自己，使自己能够越来越纯净，达到新宇宙标准，进入新宇宙，走正师尊安排的路就能全盘否定旧势力安排。我要比以前更加精进，珍惜时间做好三件事，让师尊对弟子多一些欣慰、少一些操劳。

在二零零六年三月份，我市遭受了百年不遇的暴雪，大雪下到过膝盖深，全市交通几乎陷入瘫痪。我象往常一样把做好的资料包装好，在约定的时间送往同修家。天还在继续下着大雪，没有道路，深一脚浅一脚累的我浑身大汗淋漓。走了很长时间才到了同修家，可她却没在家。我带着资料走在回家的路上，一路上我心态很祥和，没有一点埋怨同修的意思。师尊让我们做事先考虑别人，我得为她着想，她肯定不是有意的，一定是大雪把她隔住了，交通不方便没回来，我没有和同修闹心性矛盾。后来我才知道她到女儿家串门去了，的确是这种情况。我能做好这些都是师尊给予的。

在「值千金，值万金」（《芝加哥市法会讲法》）的最后有限时

间里，我要全身心投入到证实法中，救度更多的众生，兑现史前大愿，珍惜这万古机缘，走正师尊给安排的路，做好三件事，不辜负师尊的慈悲救度和众生的殷切期盼。合十！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 不忘师恩 不辱使命

文 / 山东大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】

尊敬的师父好！各位同修大家好！

我于一九九六年得法。在个人修炼时期和正法修炼时期修的不够精進，但自己始终坚信师父，坚信大法，在师尊的慈悲呵护下一步步平稳的走到今天。

### 大法赐给我一个可爱的女儿

得法前，我身患类风湿性关节炎。中西药吃了无数，江湖郎中的偏方也试了，仍处于疾病的折磨中。每日三餐后各种颜色的药片（在手心里有一小把）现在想来仍让我心悸。由于长期服药的毒副作用，我的月经慢慢消失。婚后，双方家人都为我愁苦的不行。

就在此时，也就是九六年春季，我喜得大法。那时我有空就捧着大法书看，五套功法还不会炼，师父就给我净化了身体。肿胀、僵硬的四肢关节开始变的灵活，不再肿疼，洗衣、做饭、干家务样样能行。全家人甭提多高兴了，我的心境也犹如雨过天晴般明亮起来。七个月后，我怀上了女儿。由于学法修炼，孕期身心平静、快乐。女儿生下后，不哭不闹，一点也不淘气，省心的很。亲朋好友都夸孩子咋这么安稳呢！

### 进京证实法

二零零零年的春季，我和单位的几名同修中午休息时间常在一起集体学法。一次，当同修读到师父讲法中一段，学员提问，「请问师父，当耶稣要被钉在十字架上时，他的弟子都在干嘛？请师父转告世人及天上，我们大法弟子绝不允许这样的事情出现。」（《美国中部法会讲法》）时，我抑制不住发自内心深处（感觉来自身体宇宙的深

处，现在想来仍觉的无法找出合适的语言形容）的悲痛而放声哭泣。慈悲伟大的师父正遭受邪恶的肆意诬陷和攻击，世人都被铺天盖地的谎言蒙蔽，我作为一名大法弟子，我为大法、为师父到底做了什么？我扪心自问着。我们几个同修决定即刻去北京上访，为大法、为师父说句公道话，用自己的亲身经历告诉政府法轮大法好的真相！

我从小怕出远门，坐车爱迷向。决定要去北京后，反而没有了任何顾虑心，几人高高兴兴的上路。在中途转车时，许多公交车和个人出租车的司机会一眼看出我们是「法轮功」，有的司机还祝我们一路平安，顺利！

至今仍清晰的记着北京看守所的一名警察竖起拇指对我们说：

「好样的！」那种敬佩之情溢于言表。也许警察已明白大法被迫害的真相，我悟到更多的是慈悲的师父借常人的话鼓励弟子！我跟所有能接触上的警察都心平气和的讲大法的真相，他们大多都称呼上访的学员为「大法弟子」，现在想来，我被世人第一次称为「大法弟子」竟然是在看守所里面。他们中许多人对我这样一个有着一定学历，又有着优越、舒适工作的人能出来为法轮功上访感到新奇与敬佩！

回忆八年前的进京上访，我没有怕心，就是抱着为大法、为师父说句公道话来的，就是要告诉世人我们师父的伟大，大法的美好！师父讲：「你们已经知道相生相克的法理，没有了怕，也就不存在叫你怕的因素了。不是强为，而是真正坦然放下而达到的。」（《精进要旨二》）所遇那么多警察对我大都很客气，他们也不同程度的通过我了解了大法的真相。

### 发真相资料中修去怕心

开始发资料时，女儿年龄还小，我总是一手拎着真相袋子，另一手挽着女儿，一幢幢楼房，一层层楼梯，娘俩就这样爬上走下的在居住区附近发放。由于各层楼安的都是声控灯，每每到了黑的地方。女儿总是小脚一跺，稚嫩的大喊一声：「亮」。开始我有点不习惯，心里很不舒服，嘴上虽不说，但心里埋怨孩子弄出大动静来。这时我就向内找，原来是怕心作怪！师父告诉我们，大法弟子是世人得救的希望。我这样胆胆突突的发放真相资料，救人效果会好吗？我又想：怕啥呢？常人走路不都是这样子吗？我为何不能堂堂正正、大大方方的



呢？师父讲现在常人的环境都是大法弟子的心促成的。大法弟子只有正念正行，不惊不惧，常人才能不畏邪党制造出的迫害形势严峻假相，从而主动、积极了解大法真相，得到救度。大法弟子只有无执无我，慈悲祥和，心念纯净的发放真相资料才能发挥最好的救人效果啊！再说常人中发传单不也是一件很平常的事吗？何况我们做的是一件救度众生的大好事呀。

就这样几年来，我们把一份份带着大法弟子对世人真诚祝福与期望的资料送到了他们门前。

### 建家庭小资料点的心路历程

几年来，师父的讲法、经文，真相资料及周刊等都由外地同修供应，我个人及同修不自觉的养成了等、靠、要的依赖心理。一次，俩同修来我家切磋，大意是我家有电脑，又能宽带上网，再说我又懂电脑技术，提出让我承担起做本地及另一外地同修的周刊，这样也可减轻一下其他资料点同修的负担。我说我好好考虑一下。

同修走后，我认真归正、理顺了思路，意识到自己在常人中的所学与技能不是让自己过常人的日子来的，掌握的知识与学问是今天用于证实大法，做大法的事的。想到几年来那么多可敬的同修没有条件自己创造条件，从不会到会，由「锄头到鼠标」，默默无闻的付出着。自己有能力而从没有想到主动去做，与同修的境界相差多远啊！如果自己有能做而以人心逃避，那可是人的狡猾与自私，决不是修炼者所为。况且常人中还有「责无旁贷」的说法呢！修炼就是修去自己的「私心」，修炼也不是做个样子给谁看的，关键时就看自己的那颗心。我想这其实就是我应该做的，份内的责任！不是碍于同修的情面或是为了自己的提高。作为大法弟子就要履行自己的使命，兑现史前的神圣誓约。

很快，一台崭新的激光打印机取代了家中那台很慢的喷墨式打印机。我一度担心丈夫不高兴换打印机之事，再一想我做的是正事，请师父呵护，不要让他多问。结果丈夫只是提了一句「又买了新打印机了」，就不再说什么了。

刚开始做时，听着打印机转动的声音，怕心上来竟紧张的不行，担心邻居会不会听见？有时听到楼下的轿车开动声音，又想会不会是

警车停在楼下？不正的念头不时的往外出。每当心性不稳时，打印机也总是卡纸或静电带纸，弄的我费神费力。此时真正体悟到了多年来资料点同修的付出与不容易。

打印出了问题，就要无条件向内找，先修心！其实还是「怕心」作祟。「怕心」就是「私心」的表现，考虑问题的角度尽围绕着自我，患得患失，分不清自己的角色。从常人这一层理讲，在自己家用自己的打印机打印什么资料，完全是个人私事，这又没损害谁的利益，这不很正常吗？怕啥呢？从高层理讲，自己做的资料，同修们看了后得到提高，就能更快、更好的证实法，讲真相救众生，这是多么神圣、伟大的事呀！以后，我边背诵《洪吟》边做周刊，再听机器转动的声音就象唱歌一样的欢快。

几年来，我的体悟是以平常心对待，不要觉的自己有什么过人之处或不同之处。有的同修善于面对面讲清真相，有的善于发放资料，有的善于写文章，有的干这，有的做那，做事中分工不同，那都是大法的需要，正法的需要，决不会有厚此薄彼之理。思想中决不要有做资料就危险或易受迫害等不正的念头，我们只有救人的使命，决不会有受迫害的理。我们可都是有师父看管的大法弟子。

### 面对面劝三退

讲三退真相之前，平日我很少跟陌生人面对面讲大法的真相。我堂堂正正修炼，亲朋好友、同事、同学都知道，原来我只想自己不论在什么环境下，都要做个好人，世人自然就知道大法真相了。我大多是送给他们真相资料看，讲的很少（其实这做的很不够）。

从小，我个人性格喜欢一个人静静的独处，养成了不爱接触人的习惯。「劝世人三退」那可就要突破执著自我的小圈子，放下人心与面子，与世人面对面沟通交流的。如果不给世人去讲，讲清讲明，他们怎么能明白真相，退出邪恶的党、团、队邪灵组织，选择好美好的未来呢？救人要紧！

我先从熟人做起，积累经验。平时若遇到不熟悉的公司同事或小区的住户，我都主动热情打招呼，改变过去腼腆、不与生人交流的习惯。我想一般人总不会讨厌、拒绝别人友好的问候吧！一回生，二回熟，为以后讲真相打个基础。

刚开始讲时，内心特想讲，嘴巴就是张不开，心里憋的很难受。等人家走后，后悔的不行，错失了有缘人。讲退了就高兴，人家不退或说些不中听的话，就消沉，打不起精神。我向内找：是为世人得救了而高兴，还是觉着自己又退了一个，为自己的那点成绩欣喜？为何失落伤感？为世人没明真相难过还是为自我受到挫折而伤心？过程中注意修正自己的一思一念。劝三退的出发点纯净无私了，救人的效果就会好。

讲三退真相时，心态要稳，语气平和。虽然知道「三退」对每个世人而言都是性命攸关的大事，很严肃，很紧迫，但讲起来时一定要轻松，就象唠家常一样，越自然越好。当然学好法是基础。大法修炼中修出的慈悲最易打动人心。有人对我说，我就是看着你人好、善良才退的；有的说光看你的眼神我就不能不退。而真正明白真相三退了的世人再见面时，他们对我那种发自内心的亲切感也使我很感动。

在跟世人讲三退时，我发现有部份人对邪党一手炮制的「天安门自焚」伪案仍不了解，因此我讲三退真相时，时间稍长的话，我都要讲到法轮大法无端遭受中共邪党的迫害，及大法在世界洪传的真相，讲「天安门自焚」伪案，让世人真正了解法轮大法的美好，看清中共的邪恶，清醒、理智的选择好美好的未来！

以上只是我修炼的一部份和浅薄的一点认识，写出与同修们交流，如有不正请同修们慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 小小花开

文 / 河北大法弟子 洁心

【明慧网二零零八年十二月一日】

师父好！同修们好！

我是一九九七年正月得法的，说来也是老弟子了。可是我一直不太精進，多亏慈悲的师父一步步、一点点的引导、点化、鼓励，我才走到了今天。

得法前，我浑身是病：慢性胃炎、胆囊炎、常年的口腔溃疡、还

有乳腺增生等多种疾病折磨着我；药费不知花了有多少。丈夫常抱怨说：「我挣点钱还不够你吃药呢！」我有什么办法呢，由于病痛的折磨，再加上我从小任性，脾气越来越坏，为一点小事就气的不行。

自从修炼了法轮大法，我的一身病神奇的消失了，到现在也没有吃过一片药，精神焕发，别人都说我越来越年轻了；最主要的是随着学法的深入，我明白了许多道理，明白了人为什么活着。我的心性提高了，并处处按照「真、善、忍」来要求自己；逐渐改掉了自私的毛病。现在，我的脾气也好了，和公婆、妯娌、兄弟之间的关系也处理的很好，别人都羡慕我们的幸福家庭。我从心里感谢师父的慈悲救度！

然而，自九九年七二零以后，这场史无前例的迫害开始了，乌云蔽日，邪恶挡道，我们这些真正善良的人们都不同成度的受到迫害。我们这里的村干部找到我家，说上头不让炼了，并让上交大法书；由于当时怕心重，做了大法弟子绝对不该做的事，给自己的修炼留下了污点。后来我一度消沉，差一点就掉下去了；是慈悲的师父不愿放弃一个弟子，多次在梦中点化我，才使我这个不争气的弟子又从新回到了大法中。

为了助师正法，救度众生，我成立了一个小小资料点，有幸成为遍地开花中的一朵小小花。以前，我们这里资料很缺，外地同修给多少，就只能发多少，在内容上也不能调整。当时我想：我要是能做资料多好啊！也许是师父看到我这纯净的一念，一个看似偶然的原因，我们全家搬到了城里居住，我还有机会学了电脑，就这样我的愿望实现了，在同修的帮助下，我的小小资料点开始运行了。

刚开始做资料时，技术不到位，浪费了不少纸张；慢慢的我发现，做资料的过程也是自己提高的过程；电脑、打印机也是有生命的。有一次，印完了正面，反过来印背面时，打印机老是卡纸，我把纸拿下来一看，原来是我粗心把纸放错方向了。还有，我家的电脑显示器坏过两次，都修好了；一次我正要做资料时，显示器突然又不显示图象了，我关了电脑，又打开，还是没反应。当时我想：我的电脑也是有生命的，是我助师正法的法器，用它做资料，也是它在树立自己的威德，是做最好的事，怎么能坏呢？于是我在心里默默的和它沟

通：电脑呀，你帮我做资料，是做最正、最好的事，这是你最好的选择，你不能配合邪恶干扰我做资料，那是犯罪呀！过了一会，我从新启动电脑，啊！显示器又好了！我真是感受到众生盼得救的心，也又一次见证了大法的神奇！

有一段时间，由于学法少，起了做事心，让邪恶钻了空子，公安局放出风来说知道谁在做资料；还有人跟我说：有人说街上发的传单是你印的。我听了先是发出一念：我不承认邪恶的任何安排。师父说过：「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》）

我想谁也动不了我。可是另外空间的邪恶生命不甘心，又给我制造假相。一天我们楼下停着一辆车，有几个人象是派出所的，还拿着手机说：我们在这盯着呢。偏偏这话让我听到了，我的怕心起来了，把家中的东西收拾好，心里七上八下的。后来想起了发正念，并求师父加持，全盘否定邪恶的旧势力及其一切安排。就这样过了两天，该做资料了，思想里矛盾极了，是做，还是不做？一个思想说：「这一期先别做了，等过了这风头再说吧。」另一个思想说：「应该做，同修们等着拿资料呢，众生还等着得救，不能因为我的怕耽误了众生啊，要是不做谁高兴？邪恶高兴。那不是走了邪恶安排的路了吗？」我心里斗争了很久，最后还是正念起了作用：我决不走邪恶的旧势力安排的路，我就要走师父安排的路，我决不能让邪恶高兴！有师在，有法在，怕什么！我的一切都是师父安排的，谁也别想动！

我又开始做资料了，说是不怕，等机器一响，心里又紧张了：外面的人是不是能听见呀？怎么样让打印机的声音小一点啊，越是这样想，打印机的声音好象越大，我找了几本厚书垫在下面，觉的还是不行，最后把打印机抱了起来，才觉的声音小了。但是也不能这样抱着打印机做资料吧，我这才意识到这个状态不对，看到了自己的怕心有多重。「神在世 证实法」（《洪吟二》〈怕啥〉），这句法打到了我的脑海里，我认识到，自己刚才的状态是人在做事，偏离了法，邪恶看见了就加大我的执着，让我没有正念，从而达到它的邪恶目地。

我冷静下来，静心思考：「我是大法弟子，我是有师父管的。我做真相资料，是师父的安排，也是我的选择，我的责任，这是我应该

做的。我就是为大法而来的生命，证实大法没有错，旧势力也好，邪恶生命也好，它们根本就不配来管我；不论我做的怎样，和它们没有任何关系，它们用什么理由来插手大法弟子的事都是犯罪！」想到这里，我觉的正念强了；想想刚才的举动，自己都觉的可笑。师尊给我们打开了功能，我们都有佛法神通，只是我们想不起来用，再说「人」怎么动的了神呢？只要我们多学法，处处用法来衡量，就没有过不去的关。

以后再做资料时，我打出隔音的功，「让外面的人听不见。」然后静下心来仔细的做好每一份资料。我的小资料点虽然做的数量不多，也保证了我们几个同修的资料来源。到现在一直平稳的运行着。

在此，我深深的感谢师尊的慈悲呵护，弟子无法用语言来表达，我只有一句话：「师父，您辛苦了！谢谢师尊！」

我还有很多肮脏的心，比如：色欲心、虚荣心、麻木心等等不好的心要去。今后我唯有多学法修心，把自己洗净，做好师父交给的三件事，救度更多的众生，圆满随师还。我在面对面讲真相方面做的很不好，今后我一定努力做好。

我没有什么文化，心里有很多话，可是不知从何说起，这些年在跟随师父修炼中经历的事太多太多了，哪一件写出来也是神奇的记载，就不一一列举了。再次谢谢师尊！谢谢同修们！

以上交流如有不对的地方，敬请同修慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 信师信法

文 / 北京大法弟子

【明慧网二零零八年十二月一日】我是一九九五年开始修炼法轮大法的。回首十三年走过的修炼历程，感悟很多。其中感受最深的，就是信——信师信法。这是大法弟子走正修炼的路、最终圆满的根本保证。

这个信不是挂在嘴上的道理，而是源自心底的坚定信念，是以踏踏实实按照师父所说的去做、多学法为基础的。不断用法充实自己的

头脑，逐渐将多年来形成的人的观念替换出去，脑子里法装的多了，遇事第一反应出来的，必然是法而不是观念，人的观念越来越少，修炼的路也就越走越正，反映在常人中那就是生活状态也越来越「顺」。

修炼前的几十年，一直感觉生活很苦，从幼年开始来自家庭的磨难就很大，甚至在很小的时候就曾因心理压力太大而想要结束自己的生命。直到八十年代气功高潮时，由气功而接触到佛、道，知道了生命还有更深的意义，故其后一直在其中寻求能即世成佛的解脱之道。直到看了《转法轮》才明白了法轮大法才是我一直苦苦寻求的即世解脱的真法真道。多年来在气功、佛、道中寻求的疑惑，看了《转法轮》后都明白了。对师父书中讲的法理，升起了无限敬仰的心，发心做真修弟子。于是我每天按照师父的教诲看书学法，一遍一遍的读，有不理解的地方不多想也不用人心去探究，我觉的到该让我明白的时候自会让我明白的。

修炼后心踏实了，常萦绕在心的是怎样跟随师父走好回家的路。虽然生活中的各种磨难依然没断，加上修炼中的过关等，这些在常人眼里看都是苦，亲人朋友说起来也都感叹我过的很不容易。可我自己反倒觉的很平淡，不再感到苦了，心里还常会有一种轻松愉悦的感觉。这个转变也是因为修炼后看问题与常人看问题的角度不同了，心理感受也就不同了。

我深深体会到，信师信法就是最大限度的放弃自己，就是在走师父安排的路。

### **安全的根本保障**

自九九年邪恶迫害法轮功以后，安全是每个大法弟子都会考虑的大问题。

为寻找大法及师父的信息，我从二零零零年开始上网，当终于找到明慧网以后，知道了正法的含义和大法对正法时期大法弟子的要求，此后真正开始了履行正法弟子的使命。那个时候还没有现在的「自由门」等破网软件，对网络安全也一无所知，但凭着对师父的正信，多年来，我上网从来没有被封住过，偶尔上不去时，总会在一个偶然的机会有人给我提供破网的办法。

也就是从那时开始，养成了每天看明慧网的习惯。多年来我一直是一个人「独修」，迫害前，可以在周末到小区炼功点参加一次炼功，从辅导员那儿得到师父的新经文。迫害后，炼功点没有了，和辅导员也失去了联系。所以那时明慧网就成了我与大法联系的唯一纽带，那是我万分珍惜的。我一直从明慧、放光明等网站下载各种资料，用来讲真相用。开始是下载文字资料自己编排，后来有了排好的单张、小册子，再后来又买了刻录机，下载音像资料编辑光盘发放。每天晚上做白天发，几年来从未间断。在师尊的慈悲呵护下，我这个家庭资料点一直运作的很平稳，从未出现过任何安全问题，发挥了大法粒子的作用。

### 关难不难

九九年邪恶迫害开始的时候，单位领导找我做工作，劝我放弃，甚至说哪怕只是表面表示一下也行，只是为了应付上级。因上级单位有文件，凡修炼法轮功的就不能在这个系统工作。对此，我当时的反应很平静，知道修炼人最后都会有这种严峻的考验，是每个修炼人必过的大关。

于是我给领导们讲我修炼后身心的变化，表示理解单位的难处，但决不会放弃。有些话我可以不说，但不会说假话，因为我修的就是「真善忍」，如果说假话，就是直接违背了自己的信仰。领导也说知道我是道德高尚的好人，单位也想保护我，但上面有要求，特别是我当时还是所谓的「党员」，必须在支部会上表态，好给上面交差等等。那时，我思想中没有考虑过自己会不会失去工作，会不会被迫害等，只是告诫自己坚守着修炼的一念——无论在任何情况下都不能违背「真善忍」法则，因为我知道我的生命只为修炼而存在，而且师父就在身边。所以每天很平静的该干什么还干什么。

到开支部会的那天，我刚说几句，就被同事把话抢了过去，大家你一言我一语的打岔，结果会很快就散了，什么事情也没发生。表现形式是单位各级领导都出面保护我。但也留下了很深的遗憾：当时旧观念在自己头脑中根深蒂固，只把其当作最后的考验，只想到过好最后的关，不知道证实法，在会上没能堂堂正正的正面维护大法。后来看到那些早期就站出来义无反顾维护大法、证实大法的同修们可歌可



泣的壮举时，心里非常惭愧。

二零零四年，《九评》发表后，我想必须公开表示与邪党决裂了。以前虽早有此念，但一直只把其当作一种组织形式，心里并没有太重视。看过《九评》，了解了其邪灵本质后，认识到决不能再在这个邪恶的组织中给其增加能量，故在单位公开表示了退出。当时邪党正要开始所谓的保鲜运动，据说上面要求很严，发了多种学习资料，要求不可缺席，必须学够多少时间，且每人必须写多少字以上的体会上交等。

所以我公开表示退出、不参加其一切活动后，单位领导觉的压力很大，多人找我做工作，甚至明确表明会因此而被迫害等。我知道这里面有人心的因素，也有旧势力妄图钻空子迫害的因素。那些日子，虽然心里也感受到一些压力，但心里时常想到的是师父在《美西国际法会讲法》中讲的这段法：「所以作为一个修炼的人来讲，能够坚定自己，能够有一个什么都不能够动摇的坚定正念，那才真的是了不起。象金刚一样，坚如磐石，谁也动不了，邪恶看着都害怕。如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，（鼓掌）就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。就这么正信的一念，谁能守住这正念，谁就能走到最后，谁就能成为大法所造就的伟大的神。」

我知道邪恶什么也不是，作为一个修炼人，只要保持正念，迫害根本就不会发生。所以无论领导还是同事，谁找我谈我都直接表达我的看法，并将其作为讲真相的一个机会，送「九评」光盘给他们，劝其也退出邪党，心里很平静的照常工作。结果没有人再找我学习、谈话，第二年人事部告诉我，已悄悄的给我办完了手续。

在邪党迫害大法这九年中，这两个关应该说是比较关键、比较大的了，但都很平静的过去了。从中也证明，作为一个修炼人，无论在任何情况下，都能想到师父想到法，放下自我，就冲破了旧势力的安排，一切幻象就会烟消云散。其实修炼中出现的所有关难、考验，也就在检验我们信师信法的坚定成度。

**彻底否定旧势力**

修炼中要消业，会体现在方方面面，经常会以「病」的形式反映出来，使人感觉这么不舒服那么不舒服的。修炼初期消业反映比较强烈，到后期出现的比较少，反应也不太大。但二三年前，却突然出现了一次很大的「消业」。

大概是零五年的一天，丈夫病重手术后出院回家，带回来几箱理疗用药品。中午病人睡觉时，我整理东西，在弯腰搬动药品时，忽然就听腰部嘎巴一声，腰马上疼的动不了了，因我修炼前腰有毛病，所以当时第一念是消业。于是慢慢挪到床上，休息了一下，小心的试着活动活动，感觉还是动不了。心里有些着急，躺在那儿开始想东想西，想丈夫刚刚出院需要照顾，想三件事不能耽误，想修炼多年忽然这样了，常人会不会对大法产生不好的想法，怎么和别人解释等等。想着想着感觉不对劲了，想起了师父在《二零零三年元宵节讲法》中讲过：「除了新学员外，师父从九九年「七•二零」以后，就没有给你们制造过任何个人修炼的关，因为你们的个人修炼全面转向到救度众生、证实大法上来了。」

心里豁然明白了，现在这样动不了的状态，什么也干不了，直接影响到大法的形像，影响到救度众生，证实法，肯定不是师父安排的消业，一定是旧势力的迫害。想到此，我强撑着起来发正念，在心里彻底否定旧势力安排的一切！忍着疼炼功，虽然一些动作好象做不太到位，但一至四套动功做下来，腰竟然可以慢慢的活动了，于是更加坚定了否定旧势力迫害的一念，不承认它演化出来的一切假相，心从腰上挪开了，象往常一样，该做什么就做什么，虽然不象以往那样利落灵活，但慢慢做，啥事也没耽误，甚至家人都没看出来我有异样。晚上坚持炼功、发正念。第二天基本就恢复如常了。这个过程，又一次证明了师父所说：「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）。

平时身体也会有不舒服象是「病」的感觉，每当此时，有意不顺着这感觉走，在发正念时加上一念：「是师父安排的，再苦再难也承受，如果不是师父安排的，一丝一毫也不承受，坚决否定。」照常做事，只当其不存在，一般很快就会过去。也从未因此而影响过正常的生活和工作，更没因此而耽误过做三件事。

## 坚信师父的安排都是最好的

师父为我们开创了在常人中修炼的路，要求我们最大限度的符合常人状态修炼。所以在生活中会受到方方面面常人心的影响和干扰，特别体现在对待孩子的教育、前途等问题上，因为这是家族关注的重点。在我修炼的这十几年中，经历了孩子几次升学及毕业、找工作的过程。

对孩子教育我一直采取因势利导，凡关乎他事情，都是和他商量，尊重他自己意愿的。在升学等重大问题上也是亦然。九九年以后，形式发生了很大的变化，这期间正值孩子高中，直接牵扯到考大学的问题。当时各学校都在搞所谓的反大法签名，我在明慧网看到这个信息后，知道孩子的学校也在所难免，鉴于当时形势的严峻，不签名也许意味着迫害，不许考大学等，网上多有此报道。面对这个情况，我心里很坦然，知道人各有命，知道每个人都要自己选择未来，更知道师父在安排着一切。所以平静的把这个情况告知孩子，并和他一起分析签名与不签名的利害关系，让他自己抉择。

我得法后，曾给孩子看过大法的书，也一直在用大法的法理教育他，虽然他没有走入修炼，但「真善忍」的信仰已经在他心里扎了根。所以在这关键的时刻，孩子作出了自己正确的选择：拒签。当他从学校回来告诉我的时候，我心里很是为他高兴！我想，一个孩子能够顶着这么大的压力，如果不是大法在支持着他，如果不是师父在默默的呵护着他，是很难做到的。至于后果是什么？我们都没有去想，坚信师尊的安排都会是最好的。

后来学校追查，被班主任化解了。对孩子没有任何影响，照样参加高考，考试中可以说是超常发挥，成绩也出乎意料的好，考上了他自己心仪的重点大学。

到孩子临近大学毕业找工作时，很多人常在耳边说，现在工作不好找，家里要提前下手，托关系找人。对此我只是呵呵一笑，心很平静，和家人探讨时说，找工作也不必心急，工作师父早就给安排好了，该找还去找，只不过是走这个过程，想想孩子的高考，想想家里这几年经历的事情，不就是最好的证明吗？对此，家人孩子都很认同。孩子也只是正常的投简历、参加面试，结果很快就找到了现在的

待遇较好的外资企业工作。于是很多人羡慕，说我们命好。

这两次关于孩子终身大事的圆满结果，也让家人更加认同大法的超常和神奇。甚至连身边熟识的同事朋友也都说是因为我修炼了大法给家里带来了好运。

修炼多年来，我切身体会到，信师信法体现在方方面面，作为一个修炼人，真能把人心放下，心不再牵扯在常人琐事上，做到按照师父的要求，做好三件事的时候，不只我们修炼本身师父有安排会保护，我们家里的一切，亲人的一切，甚至所有相关的事情，师尊都给安排了最好结果。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 正念正行 走好正法修炼之路

文 / 大陆大法弟子 新洁

【明慧网二零零八年十二月二日】我校来了第三位校长，刚来不久，各校要求老师签三年合同，教育局也借机会想变相迫害法轮功，其中有一条就是炼法轮功的必须写保证才能聘任。我单位合同书上出现了不炼法轮功的字样，我坚决不签字。校长看我态度坚决，劝我也没用，于是就动用了我的亲朋好友，先后找到我的哥嫂来做工作，教育局我的朋友来我校做工作，还有我非常要好的同事来做工作。都是同样的话：不签字就意味着下岗。……

这样拖到了最后一天我也没有让步。这一天都已经下班了，我刚要走，校长从教育局把所有的合同书拿了回来，对我说：我在教育局和领导商量了，我们让步，把要求不炼法轮功的字样全部删掉，你签不签字？我说：我签，我不签是因为不合理，我不是不要工作，我也要养家糊口。在这一刻，我真的感到了大法的神奇——是师父看到了弟子的正念，帮弟子化解了这一切。就这样，当天领导加班，把合同书全部改了，去掉了所有「不炼法轮功」的字样，第二天我也就大大方方的签了字，又一次证实了大法。有一个新得法的说：法轮功又赢了。同事们也说：行，了不起！

——本文作者

尊敬的师父好！

各位同修好！

我是黑龙江省的大法弟子，是一名教师，几年来在工作中实修自己，利用工作向老师和学生讲真相，在这过程中彻底转变人的观念，在正法修炼中熔炼自己，开创一片「蓝天」。

### 一、按「真善忍」标准要求自己，以实际行动证实法

我在单位时刻按「真善忍」标准修炼，严格要求自己，用实际行动证实大法。

我曾经被非法关押四次，单位先后换了三个校长，我相继跟她们讲真相。他们后来不再参与迫害大法弟子，都能主动保护大法弟子。

#### 一、坚决不写保证书，正面讲真相

第一个校长对我的所为开始不太理解，就认为我犟，怕我影响她的工作。在我被非法关押期间，到看守所劝我，几乎就是求我，为了家，为了工作，你就写个保证书吧！我无论如何都不动心。回到单位也经常要求写保证，我就是不写。一次教育局要求炼法轮功的都要写保证书，校长找到我，我也知道这是对我的一次考验，我坚决不写。她把我叫到办公室，大发脾气：上边布置的，让你写个保证书，你就写一个吧，以后就没有事了。你这样不是给我找麻烦吗？我不上当，说：这个保证我不能写。我「不修炼」做不到，修炼人要做到真，不能撒谎。她很生气，认为我不支持她的工作，我说：校长，我不是跟你过不去，也不是为难你，这样吧，教育局让我写的，那我就去找教育局解释。她一听，同意让我上教育局。我心想：我正好去讲真相呢。于是我写了一张纸，大概内容是：我做好人没有错，我信仰什么是我的自由，我没有犯法。我不写保证书的原因是，我是教师要为人师表，要说真话，不能撒谎。不然我无颜面对学生。我写完以后来到教育局，交给了主管领导，当时没有怕心，就是堂堂正正的，结果他看了以后什么也没说，还很客气的唠了几句家常话，就让我走了。我知道只要正念强，邪恶干扰不了。校长认为很大的一件事，就这样过去了，事后校长也说很佩服我，敢说真话，也承认信仰无罪，告诉我好好修。

## 二、干好工作，用实际行动证实法

师父法中讲到大法弟子在哪里都是好人，做的好就是在证实法。

第二个校长来我校以后，没有敢让我教课，让我打字，我想：无所谓，正好我还想练习打字，将来为证实大法用。这一念也真起了作用，我一年多的工作就是打字，每天打很多字，打字速度越来越快，同事求我打，我从来都不拒绝，借机会跟他们讲真相。领导让我打的字我都以最快的速度打完，有时迎接检查，中午都不休息，但是我从来没有怨言。在打字的同时我也及时清理邪恶，有的时候校长写的材料和主任写的材料经常有关于法轮功不好的字样，只要我看到，一律不打，毫不犹豫就是删除，不许邪恶干扰，结果校长什么也没说。一次主任的材料里又有法轮功的字样，我删除后告诉了主任，并说以后不要写这方面的内容，她说是校长让的，删了怕不行。我说：没有事，校长不会说你的。结果什么事都没有，后来我悟到：修炼人说话是有能量的，说没有事就没事。再有一次大队辅导员的宣传稿里有法轮功的字样，我当着她的面给删除了，说：以后不要这样做，对你不好。我都没有给机会让她说什么，过后我又多次跟她讲真相，并退出了邪党组织。从此以后，我们学校所有的材料里不再有抵触法轮功的内容，清除了另外空间的邪恶因素，用实际行动证实着法。

由于我跟同事关系相处的非常融洽，看到我的工作这么辛苦，量这么大，几个年龄稍微大一点的老师主动找校长，说：校长，你得心疼她，她太累，全校所有打字任务都给她，我们老师求她也帮忙，工作量太大了。事后校长找到我：你的人缘也太好了，大家都心疼你了，这样吧，把你的工作减掉一半吧。在谈话中，校长跟我说：我很佩服你，你做到了。在这位校长刚来的时候曾经派人监视我，跟踪我，后来她说：我也不看着你了。特别是到了所谓敏感日，她就主动找到我，让我躲一躲，可以给我假，跟它（共产邪党）干不起，我说：没有事的，我又没有犯法，不敢抓我。

## 三、要罚金，讲真相

还是第二个校长在的时候，我悟到要找回邪恶绑架我时的所谓罚金，同时在这个过程中向他们讲真相。悟到立刻行动，我找到校长说明了我的想法，她让我写一份说明材料，上报到教育局，局长看了，

开会商量让单位帮我找，于是我们单位副校长开始帮助我找。那段时间，副校长领着我到当地派出所、「六一零」、公安局要钱，看到他们就讲真相，校长也帮我说话，说我干工作如何如何好等等，「六一零」主任一看单位领导都出面了，于是就签了字，我拿着票子去找公安局，因为钱在公安局，不给，我就发正念，直接找局长，局长还是不给，态度很生硬。后来校长给我出主意去找市委书记，我真的找到了市委书记，他找到「六一零」主任了解情况，决定给我。可是到了公安局还是不给，我就天天去公安局要求见局长，正好近距离发正念，在这期间同修也帮我发正念。经过了大约一年多的时间，最后我的六千元钱才要回来。在这个过程中我跟当地派出所所长有一次正面讲真相一个多小时，效果非常好，我直接说：所长，你看你桌子上那么多案件，没有一个是法轮功干的。还有我跟「六一零」主任讲了两个多小时，让他们正面了解修炼人，劝他们不要迫害好人。还有我先后找到教育局局长，副局长，党办主任（主抓迫害法轮功的）讲真相，效果都很好，一次党办主任说：你的情况我都知道了，你们校长说你有多好，工作任劳任怨，活动积极参加，我是学历史的，以后我们多沟通。

通过要罚款，我有机会跟很多直接参与迫害的单位和个人讲真相，他们相继都摆放了位置。

#### 四、正念正行，破除邪恶的干扰

我校来了第三位校长，刚来不久，各校实行聘任制，要求老师签三年合同，教育局也借机会想变相迫害法轮功，其中有一条就是炼法轮功的必须写保证才能聘任。我单位合同书上出现了不炼法轮功的字样，我坚决不签字，校长找到我：这个合同大家都一样，也不是针对你的，你为什么不签字？我说：因为里面的内容不合理，有不炼法轮功的字样，我不签。看我态度坚决，劝我也没用，于是就动用了我的亲朋好友，先后找到我的哥嫂来工作，教育局我的朋友来我校工作，还有我非常要好的同事来工作。都是同样的话：不签字就意味着下岗。

我知道这是对我的最大考验，我回到家里，跟丈夫说了，丈夫说：胳膊拧不过大腿，不能没工作，还是签了吧。我也说：要不我就

借机会办个内退或者买断，这样就不用签字了，校长也找到我说如果不签字办个内退也行，还能开支。可是年纪轻轻的办内退，理由只有一个：就是有病。可是我修大法是没有病的，这么做就是在撒谎，还是不符合法，不行，不能这么做。这还是遇到矛盾绕着走了，没有正面对峙，走的不正啊！

通过学法，我认识到了，以上种种所谓的办法都是弯路，是在用人的办法对待，修大法就是修去人心，最后走向神，矛盾来了不能用正念对待，就等于你没到标准。而且修大法是有福份的，不应该失去工作，同时我也找到了自己的不足，还有利益之心，怕失去工作，这也是严重的私心。其实正法时期大法弟子做事首先应该想到的是证实法，救度众生。

法理清晰了以后，我已经知道怎么做了，无论怎样都要想到救度众生，观念转变以后，环境就变了，谁来劝我我就借机会讲真相，揭露邪恶。校长一次次找到我，另外空间的邪恶控制，变换不同的方式，表面上还是为我好，帮我出主意等，我都不动心，最后校长问我，如果你因此失去工作你认不认？我说：我坚决不承认，告到中央去我也不怕。因为如果我工作干的不好不让我签合同，这我认，可是就是因为我的信仰而让我下岗，这是对我的人权的侵犯。这时我早已经下定决心坚持到底，正念对待。

这样拖到了最后一天我也没有让步，这一天都已经下班了，我刚要走，校长在教育局来电话了，让我在单位等一会儿，校长从教育局把所有的合同书拿了回来，对我说：我在教育局和领导商量了，我们让步，把要求不炼法轮功的字样全部删掉，你签不签字？我说：我签，我不签是因为不合理，我不是不要工作，我也要养家糊口。在这一刻，我真的感到了大法的神奇，佛法无边，是师父看到了弟子的正念，帮弟子化解了这一切。正如师父法中讲的：「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）。而且我还体会到，只要大法弟子正念足，师父给我们的都是最好的。

就这样当天领导加班，把合同书全部改了，去掉了所有不炼法轮功的字样，第二天我也就大大方方的签了字，又一次证实了大法。有一个新得法的说：法轮功又赢了。同事们也说：行，了不起！



有一天我看到了原来我校的校长，才知道我这件事轰动很大，各校领导都知道了，她说：你也太较真了，不为我们领导考虑。我说：什么事情都可以商量，唯独修炼不可以应付，想修就好好修，不修就罢，这边修着佛法，那边撒着谎，这不是真修。她听后没有再说什么。

这时我想到了师父的讲法：「你能冲破这一切，你就能够走向神。所以作为一个修炼的人来讲，能够坚定自己，能够有一个什么都不能够动摇的坚定正念，那才真的是了不起。象金刚一样，坚如磐石，谁也动不了，邪恶看着都害怕。如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，（鼓掌）就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。就这么正信的一念，谁能守住这正念，谁就能走到最后，谁就能成为大法所造就的伟大的神。」（《各地讲法七》〈美西国际法会讲法〉）

## 二、加大力度，扩大讲真相范围

### 一、正念清除干扰，接触学生讲真相

我在单位将近一年多没有教课，这样没有机会接触学生，我也很着急，我把想法跟同修说了，她说：你发正念清除干扰，求师父加持。我有所启发，我开始发正念，求师父帮助。说来也真神奇，寒假开学校长就让我教课了，我先是教四个班的课，我就找机会跟学生讲真相。在这期间也出现了一些干扰，但都是化险为夷，师父帮助我化解了。

A、在二零零四年里，由于自己忽视了学法和发正念，干事心强，自己的空间场不纯净，被邪恶钻了空子。我在班级跟学生讲真相，家长知道了，第二天家长在校门外聚了很多，要来找学校，还要找教育局去告我，当时事态真是很严重，我校主任到校门口劝退了家长，告诉他们这个老师特别好，对学生特别有耐心等等，当时家长就撤了，但是他们还不罢休，继续联合要找，我单位领导亲自找到我，说这个班你不能教了，我们领导尽量帮你平息，但不知道事态会发展到什么样。

在这期间，校长找到这个班的班主任，让她来做家长的工作，还

有校长与外校的一位校长沟通共同商量解决的办法，其实这位外校领导已帮我做家长的工作了，还帮我出主意。

还有我校的普通老师听到以后，也是积极想办法保护我，有几位老师下班后去找认识的家长，劝他们不要参与，跟他们讲真相，其实他们都是刚刚对大法有一些了解，但都能主动保护我。

我把这件事告诉了当地同修，同修立刻行动起来，帮助我发正念，有的到校门口，有的直接到一个带头的家长店铺，对着他发正念，最后发的这个家长直拉肚子，他们夫妻两直发毛。及时清除了另外空间的邪恶。结果家长有二十七人退出了十多个，就剩下大约十人来到学校，校长也比较正面的保护了我，最后使事情不了了之。平息了这场风波。

在这个过程中，很多人摆放了很好的位置，同时也体现了当地同修整体的力量。

B、还有一次一个学生的家长是警察，因我跟学生讲真相，警察找到学校，反映我的情况，也被校长劝回去了。事后校长派主任找到我，告诉我注意安全，我借机会找校长讲真相，我说：我来看看你，让你担心了。她很感动，说：你还没有看出来吗？每一个人都真心关心你，保护你，你自己要保重。我说：我会的。在这期间这个班的班主任也主动做家长工作，我也给家长写了一封信，告诉他我是真心为学生好。

C、还有一次一个学生听到真相以后，回家就到处找书，说要学法轮功，不明真相的家长气坏了，就想举报，被我单位退休老师赶上劝回了，然后立刻找到我，我意识到了这些都是干扰，但同时我也找到了自己的不足：空间场清理的不净，被邪恶钻了空子，我赶紧发正念清除另外空间的邪恶因素，发出一念：即使我有漏，也不允许邪恶迫害，我是师父的弟子，走师父安排的路。

后来我校原来的三位老师（两位已经退休，一位转到外校）帮助我把这件事平息了，她们商量把这个学生转走，于是找到另外一个学校的校长，再做家长工作，在「五一」长假期间就把这个学生转走了，开学上班没有事了。我听说孩子转走了，也感到很遗憾，只有加持一念：孩子一定没事。

类似以上干扰还有一些，但都是有惊无险，因为我平时跟同事相处的很好，他们也明白了真相，所以有时候同事们直接就把家长打发走了。通过以上几件事，我悟到：一切都是师父在做，讲真相没有错，但是不能忽视学法，自身要同化法，在法上要不断提高，平时一定要多发正念，及时清除另外空间的邪恶，不让邪恶钻空子。

由于四次被绑架，加上讲真相屡屡出来干扰，我不知不觉就出来一些怕心，一度使讲真相，特别是面对面讲真相有了障碍。很长时间不能突破。

于是我学习师父的讲法，特别是正法时期的新经文，与同修切磋，明白了法理，大法弟子讲真相，邪恶是不敢干扰的，只是要把握做事时的心态，多学法，保持强大的正念，这样是绝对没有问题的，不要被人的表面的假相迷惑。通过学法，渐渐的，我找到了怕心，也突破了怕心，升起了正念，继续面对面向学生讲真相。有时候一天能退十多个。有的不退也记住了法轮大法好。

## **二、转变人的观念，突破讲真相方式：直接在班级讲**

随着不断学法，我不断在法上归正自己，去掉怕心，正念越来越强，继续面对面讲真相。

由于我接触的班级少，有些学生还是没有机会听真相，这一点我也很着急，我就求师父加持，不久我就教全校的学生了。

每天都能有学生明白真相，但是，全校有一千多学生，如果不能在班级讲，还是很慢。而且一些不经常跟我接触的学生还是没有机会听真相。随机讲还是有点局限。

于是我开始尝试在班级讲真相，用不同的方式，有时候开门见山就讲，有时候在讲课过程中往这方面引导学生，如，一次有个学生说某某同学老好撕传单，我顺便讲，撕完传单楼道里都是纸，这样不卫生。还有有的传单内容非常好，你们可以看看，不必撕掉的。我借机就讲我也看过法轮功传单，内容非常好，提醒同学不要撕，你看完可以放到窗台上或楼道台上。有的学生开始说法轮功不好，我就说：同学们，你们不知道我也炼法轮功吗？法轮功非常好，教人按着「真善忍」去做一个好人，还能使身体健康。接着课堂气氛开始活跃，学生们有好多问题要问，我就简单的解答。（因为不能占用太多的课堂时

间)最后问学生:老师对你们好不好,你们喜不喜欢老师?学生异口同声的说:喜欢。我借机告诉他们要保护老师,好人不应该被抓,替老师保密。这样一个班级的真相就讲完了,再有想深入了解的就找机会单独讲。

这样下来,我到目前为止,全校大多数班级我都讲过真相了,效果非常好,在这个过程中也突破了很多观念,去掉了很多人心。有时候人心也往上返,以前在班级讲都出危险了,这回可要注意了。转念又一想,加强正念,人在世证实法,不怕,我就是要救人。

我平时也注意自己的言行,对每一个学生都好,面带微笑,说话注意语气,善心,真心为别人好,不打骂学生,不收礼,不说讽刺挖苦话,总之学生感觉你特别善良,容易亲近,学生不跟班主任说的话都跟我说,我总是耐心的跟学生讲道理。我一到班级上课学生就大声喊老师好,有时候还鼓掌,特别受欢迎,有时班主任都说:学生可喜欢你了。我为了避免矛盾,就告诉学生,我再来上课你们不要鼓掌了。可是他们经常忘记。有时候我跟他们讲真相,他们回家跟家长说,家长说不好听的,他们都不让,跟家长辩论呢,就是相信老师说的。

### 三、转变对校长偏见

第三位校长来的时候对大法不理解,遇到事情胆子很小,几次拿工作要挟我,逼我妥协,给我设了一些关,我都过去了。通过几次事情过后,她说我也锻炼出来了,不再害怕上边的压力了。其实是操控她的邪恶因素没有了,人的善念也返出来了,明白的一面起了作用。

但是我对校长还有个观念,觉的在常人中做事不太讲方法,领导当的没水平。经常看她的缺点,有时同事议论我也跟着议论一番。后来我意识到这样做不慈悲,她也是一个有救的生命,我为什么不去珍惜呢,自此我给她加了一念:你也是一个有救的生命,我一定要救你。从此善心,善念对她,有机会就跟她聊,最长时间能谈到两个多小时。我不断用正念改变着她。渐渐的她变了,工作态度,为人的方式都在变,她也说相信善恶有报,说她也信佛,人就是应该善良。有时候跟她说:不失不得,她非常接受。就连单位的同事都对校长另眼相看了,觉的她改变了,越变越好了。

在奥运期间，邪党为所谓的保奥运，教育局又开始给学校施压，让领导看着我，或者让片警看着我，副校长没有答应，告诉了校长，校长就说：我们经常跟她沟通就行了，不能让片警知道，万一她被抓就坏了。就这一念就非常珍贵，两位校长为我着想，想办法保护我。

### 三、正念解体邪恶

零六年，我们当地恶人绑架了几名大法弟子，当天我给其中一人打过电话。但我不知道他被抓，晚上同修突然给我打电话，告诉我说：他的家属跟「六一零」主任吃饭，他点名说要抓你，家属听到了马上告诉同修，通知我躲一躲。我听了以后也有点心态不稳，但是又不了解事情经过，我当天来到同修那里，跟同修切磋，这才知道确实有这回事。怎么办？邪恶点名要抓我，肯定是我有漏啊，可能电话里有监控等等，但转念又一想，不对，不能顺着邪恶的想法想下去，这时承认旧势力的安排。这时同修说：暂时躲一躲吧，这不是怕。还有的说：不能躲，师父法中不是讲了吗？「邪恶躲 坏人逃」（《洪吟二》），我们要面对邪恶……等等说了很多。但是最后决定的还是我，我的思绪也很乱，马上就要开学了，不上班请假吧，没有理由。还有修炼的路一旦不正就会带来很多麻烦，影响讲真相，长期不上班那将意味着流离失所，这条路不正啊！不行。

我开始静心学法，学完法发正念，再找同修切磋，让他们帮助我在法上提高。我找到几位同修，谈到我的修炼状态，他们马上不客气，给我指出那么多的不足：执著自我，有高高在上的心，象常人的领导似的，听不进去别人的意见，语气善心不够，有干事心、显示心等等，找出一大堆，哇，这么多心不去，邪恶在另外空间虎视眈眈，这些心就成了邪恶迫害你的理由。我深挖自己，这些心确实多多少少都存在，有的心非常严重。如果长期不去，也会影响当地同修的整体提高啊！我认识到了问题的严重性，主动找到当地的协调人，当众曝光，向内找，决心去掉人心，走师父安排的路。师父《二零零四年芝加哥法会讲法》中说：「我们是连旧势力的本身的出现、它们的安排的一切都是否定的，它们的存在都不承认。我们是在根本上否定它的这一切，在否定排除它们中你们所做的一切才是威德。不是在它们造成的魔难中去修炼，是在不承认它们中走好自己的路，连消除它们本

身的魔难表现也不承认。（鼓掌）那么从这个角度上看，我们面对的事情就是对旧势力全盘否定。它们垂死挣扎的表现，我与大法弟子都不承认。」

我坚定的告诉同修们：虽然我有漏，但也绝不是邪恶迫害的理由，邪恶想抓我，那是旧势力安排的，我不承认，邪恶说了不算，我是师父的弟子，谁也不配考验。我要在正法中归正自己。我已经决定了，不躲也不藏，发正念清除、解体邪恶。

结果邪恶一点动静也没有了，既没有找我，也没有人问我，就象什么也没发生一样。我又一次体悟到法的威力。对慈悲伟大的师父的感激之情无以言表。

#### 四、积极参与当地协调，整体提高整体升华

我们地区大法弟子很多，由于邪恶的迫害，大法弟子之间有一种间隔，沟通的少，没有形成整体。记的零三年的时候，有一些同修主动提出参与整体协调，把当地大法弟子连系起来，经过一次次的切磋、交流，很快我们当地大法弟子形成了整体。这些年来，无论在营救同修方面，揭露邪恶方面，还是整体证实法的事情，大家都能互相通知，互相配合，很快形成整体，而且能够定期组织交流，切磋，在法上共同提高。逐渐大法弟子的间隔打开了，越来越多地同修参与到集体学法的环境中来，大家互相鼓励，在修好自己的同时，还不忘记叫醒身边的同修，大家共同提高。

在大家交流过程中，邪恶也是想尽办法干扰，我们也一次次破除了邪恶的安排，有的时候，大家定好了那天切磋，结果我晚上就做梦，梦中出现大法弟子被抓，非常清楚，这样的梦出现了很多次，但我都用正念解体了邪恶，我醒来以后第一件事就是发正念，解体一切干扰因素，白天照样参加交流，结果什么也没发生。其实很多都是假相，就看我们怎样在法上认识，也有一些干扰是针对人的怕心来的，如果悟不好就是上了邪恶的当。

当然我们在人的表面也非常注意安全，尽量在话吧给同修打电话，有事尽量当面通知，不用打电话，手机不交叉使用等等，但是手机也是可以用的，只要我们善用，正用就没有问题，也可以成为我们救度众生的法器，给它加持正念。总之我们当地同修不断在法中归

正，整体配合，整体提高，更好的做好讲真相，救度众生的大事，完成我们的史前大愿。

以上是我几年来的一些修炼体会，不对之处敬请同修慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 随师正法 正念正行

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

尊敬的师尊好！

各位同修好！

我和丈夫是九八年、九九年先后得法的，幸遇师尊慈悲苦度。使我们一家人能在大法中平稳的走到现在。用人间再丰富的语言，也难表达师父对弟子的无限慈悲与呵护。

### 进京护法 还我师父清白

二零零零年十二月二十三日下午，我们和本地同修一同进京护法。为避免邪恶堵截，能顺利到达北京拉开横幅，救度众生，证实法。我们一行打出租车，经过几站地后乘坐通往北京的火车，二十四日上午十点左右顺利到达北京站。站前便衣警察很多，觉的那里的空气都凝固了，邪恶极其疯狂。我们一行四同修机警的来到天安门，走到小吃部简单的吃了口饭，相互切磋，调整好心态，于二点左右进入天安门广场。这时的天安门，遍地是警察、便衣，警车排队呼叫着抓捕大法弟子。我们走入天安门中间时，四人一同打起「法轮大法好」的横幅，我们从心底发出呼声：「法轮大法好！真善忍好！还我师父清白！还大法清白！」这呼声响彻寰宇，震慑着邪恶，救度着众生！

这时，一群邪恶的警察手提胶皮棍从四处疯狂的跑过来，野蛮的从我们手中抢走横幅，挥舞着胶皮棍猛击同修的头、肩、背部，还有的用脚踹，用手猛拽大法弟子的头发，把我们强行拉入警车内。我们从车里不断的听到大法弟子在天安门打起横幅高呼「法轮大法好！」此起彼伏，那情景振奋人心，无比壮观、催人泪下，唤醒着众生。一会警车装满了大法弟子，把我们拉到天安门前派出所，关进一个大铁

笼子里。那里装满了来自四面八方的大法徒。大家一起背《论语》、《洪吟》。被抓的大法弟子一批接一批，铁笼子装不下了，不报姓名的大法弟子，他们用大客车分车分批送往北京各周边县、区派出所。

### 不配合邪恶 堂堂正正走出看守所

到了派出所，一个人一个屋，公安局局长、派出所所长、警察轮番提审大法弟子，让大法弟子说出姓名、住址。当时我们在法中悟到：绝不配合邪恶，不报姓名住址，在邪恶的心脏解体邪恶，证实法。据说，当时大法弟子进京护法的每天多则几十万，少则上万人，监狱根本装不下。恶人用尽邪恶的手段，一、用酷刑逼、用假善引诱让大法弟子说出姓名遣返本地；二、专派各地公安局驻京办事处的人员到北京天安门或派出所认人。不报姓名的大法弟子按顺序编了号。

我被关押在北京房山县看守所里，一天关进几批人，很拥挤。我们来自各地，所以相互非常珍惜师尊给我们安排在法上交流升华的机会，各自介绍本地区的证实法形势和在这里应该怎样证实法的体会。我把师尊《北美大湖区法会讲法》带了进去，其中有三个大法弟子刚从这里绝食三天放出去，接着到天安门证实法又被抓进来，他们还和我们继续绝食，和监狱警察讲真相，证实大法。并领我们学经文，背《论语》和师尊《北美大湖区法会讲法》。每天坚持集体炼功，我们深深体悟到，在这邪恶的环境下能坚持集体学法炼功，这是大法弟子不畏强权欺压，前赴后继的讲清真相、证实法开创出来的。

到第三天监狱没有放人的消息，我们就问警察，大法弟子没有罪为什么还关在这里？要求立即无条件放人。七天到了还不放人，大家切磋，我们不能承认这种迫害呆在这里，立即回到家乡把本地同修带出来证实法。元旦那天警察在开联欢会时，我们被关押在狱中的大法弟子放下生死，强烈要求放人，行动震惊了邪恶，看守所联欢会没有开成，大约有二十几名警察冲进监室，然后把大法弟子分散到小号，屋里只能装三、四个人，第二天将大法弟子一个一个的放回家。

我是第十天半堂堂正正走出北京房山县看守所的，十天半食水未进，却精力充沛，当取自己的物品时，公安局长说：你们不是神也是半神，十多天不吃不喝还这么有精神，真行！三名警察开着警车把我送出县城，来到车站点，晚上坐十一点多钟的火车回到家乡。那天家



乡的雪下的好大，天很冷。一开家门，一看丈夫比我早一天回家，他被关押在北京门头沟看守所，一直不报姓名，绝食九天半，也是堂堂正正的回到家乡。丈夫在监狱里，回家的路费被狱中的犯人强行翻走，他回家坐火车时没钱买火车票，正想往家里打电话时，就碰到了被非法关押在一起的同修也出来了。他把老母亲临行前给他证实法的钱，给丈夫买了车票，并吃了饭。感谢这位可敬的同修及他的母亲，更感谢师尊的慈悲安排。

### 信师信法 就走师尊安排的路

二零零一年十二月底，协调人和我丈夫商量，本地区要成立个大法真相资料点，现在缺人手，准备让我们夫妻同修去做。丈夫二话没说，一口答应了。回来我俩就开始收拾东西，把家里的被、褥打成行包，把仅有的米、面、油、白菜都装好。我心想，到那里尽量节省时间与资金，在生活上不花资料点的一分钱。能用的着的就带上。

十二月三十日，丈夫与同修买回机器和纸。从那一天起至现在我们夫妻俩一直走在师尊给安排的做资料、救度众生的路上。

二零零一年间是邪党迫害大法弟子和资料点最猖狂的时候，每天都有大法弟子被抓，甚至资料点被破坏。开始做成的资料，协调人怕我们有怕心，说把做成的资料拿到他那去，当时丈夫说：放在这吧，用时再拿。我明白，同修之间都是为对方着想，修的是无私无我。可我的怕心很重，只要机器一响，我的心就怦怦的跳个不停，但是，为了众生得救，我心一横，「生无所求 死不惜留 荡尽妄念 佛不难修」（《洪吟》〈无存〉）。最后，在师尊的加持下，渐渐的一天比一天成熟了，怕心也少了。

不长时间，协调人被非法抓捕，他所在的资料点也被破坏。又换了一个新同修和我们联系，可不几天，这位同修也失去了联系，直到同修被迫害致死我们才知道。还有很多不认识的同修被绑架。那些天我们为失去好同修而痛心。

一天，一位同修来告诉我们，说现在邪恶还在找资料点，排查住户，让我们加强正念，保护好资料点。有一天中午我们正做菜，突然听到门外有一个女的和几个警察，好几个人不是好声的咣咣敲门，我们停下做菜，听着外面的动静。有人说：没在屋，也不会走的太

远……。十多分钟敲门的人走后，我俩吃晚饭，边抓紧完成手头的资料，边计划着下一步怎么办？最后决定先离开此地，在外面观察一下。我们在外面定期和同修联系，不能耽误证实法。有一天，一个警车停在资料点门前，有警察从我们住的门口往车上装东西。而且装的东西和我们室内的一模一样。心想，邪恶开始下手了，是不是把室内东西全装走了？后来，观察前面的窗玻璃也打碎了。怎么办？只有进去才能看个究竟。于是，我丈夫在外面观察，我和另一位男同修从窗户观察认为里边不象有人，走进门口，一看门上还有留条，电话号，自称是租房号，但电话号根本不是。是公安派出所留下的。取下纸条进了屋，仔细一看机器和物品都在。我们明白了，警车搬东西是魔演化的假相，利用我们未修去的怕心想把我们吓住。可是，我们是走在神路上的正法徒，前面的路不管怎样，多艰辛、多艰险，就走师尊安排的路。最后决定，尽快把机器搬出来。当时，同修说了一句：「原来这里也是资料点，被邪恶破坏，同修被抓，那位同修正念闯出」。

第二天丈夫和一同修进屋收拾东西，让我在外边观察。四月份傍晚很凉，路上人很少，可就在附近有两个象公安打扮的人，还有一台摩托车，两人站在路边足有一个小时多不动，后又增加几个人。我想应该告诉他俩一声，我进屋和他俩一说，同修说怎么不早说哪？于是放下手里的活往出走。此时，从邻门出来两个小伙子出门就喊：干什么的？抓住他！同修见势就跑，我随后也跟着跑，还摔了一跤。跑了很远站住了，一看丈夫没上来，我俩就认定他被抓了。同修还一个劲的埋怨自己，很内疚，我俩四周找啊等啊，认为无望了才走。结果，当时丈夫在后面没跑，看是两个大小伙子开玩笑。又开始进屋收拾东西等，他也没吃饭，然后在那屋里等我们一天一宿。第二天晚上我们正为他发正念时，他敲门时谁也没动，我一下听到他的喊声！我说他回来了，我激动的跑出去。

他的嗓子累哑了，和我说经过时，我问了丈夫很多，可丈夫没有一句埋怨的话。我看到了他那颗无私无我的心。我们给同修打电话，同修去接我们时，他握着丈夫的手好高兴，好高兴。只有我们相互明白，我们每次分手，都从心底里祝福：下次还能再见。（我说这话，那时资料点的同修都能体会到这意味着什么。）丈夫告诉同修找车拉

机器，同修说：这么晚能有车么？我说：师父会给我们安排的。他俩同声说：对！同修和我丈夫到出租车点，果然有一辆车停在那里，车里没人，他俩喊了几声，从不远处走来一人，说今天到饭店吃顿饭，不然早回家去了。同修俩人会意的笑了。

东西装好后，我与另一女同修坐车里，男同修说了句话：大意是：「嫂子，本应我跟车，可车里坐不下了。」我看他穿着单薄的衣服坐摩托车很不是滋味，便说：那你可冷了呀！我又下车告诉丈夫无论发生什么事情，也不要下车。（现在想来，当时没意识到这也是承认了迫害。）当车行驶到半路时，被公安交警把车给拦截住了，警察拿着大手电筒上车上四下照着，检查有十多分钟，因司机证件没带，罚了款。当时坐在车里的同修等着焦急地说：这怎么办呢？我说：没事，这是在等他们俩呢！这时我才体会到：临上车前那位男同修说那句话的含义。在那非常恐怖的邪恶形势下，随时可能会发生意想不到的事情要面对。

真的，我在警察的众目睽睽下没有丝毫的怕心。我明白了，一切都是师父在做。我一路上发正念，请师尊加持。到达目的地的时候，他们两人也同时赶到了。我们向伟大的师尊合十！谢谢师父的一路呵护，使弟子们安全的走过来了。

### **否定旧势力 稳健的走正修炼路**

新的资料点运作开始了，我俩对自己有个严格的规定，生活上怎样艰苦，也不花同修们的一分钱。做资料上的资金，尽量自己解决。当时只有两名同修了解我们的情况，配合我们，需要资金时，两同修从自己的生活费中省吃俭用的拿出来，为资料点的稳步运作，出了不少力。在资料点运行最困难的时候，大家一起努力走到了今天。

回顾这七年的风风雨雨，我们有过矛盾，也有过不去的关，有心性上的摩擦，都是在师父的点化下，通过向内找放下了，心性上得到了升华，提高。真是跟头把式的走到了今天。我们四人是一个整体，任何一次的邪恶干扰迫害我们都没有分开过、没有停下过，相互鼓励，共同实现我们来时发出的洪愿，完成救度众生的使命，只有精進再精進！

### **就做大法弟子应该做的**

一段时间把耗材用完了，我们给唯一认识的同修打传呼，（对方只有传呼号）想问一下耗材在哪里买？按前一次约定的地点等待，从下午三点多直到天黑同修也没来。回来商量，有师父在，什么问题都能解决。

一次正做着资料，干扰来了，机器不走了。丈夫边发正念边修理，不管用。平时白天忙，不出去，可眼下做不了资料怎么办？下午二点多钟了，丈夫说：走，出去修理去。我心想：还没吃饭呢？再加上打包装车时间不够用啊，我劝说：明天再去，不差一下午。可他坚持说：不行，救人时间紧迫，不能耽误。他的想法也是对的，吃饭已来不及了，就出发了。他用摩托车驮运机器，我打线路车。我早早的来到了店门口等他，望啊望，心里发着正念，「求师父加持，让他下班之前一定到」。眼看下班了，他才行驶过来，我焦急的问他，怎么才到？他说车坏到了半路上。我俩抓紧把机器卸下来，他找修理机器的员工帮忙抬进去。员工说：就要下班了，放在这里只有明天修理了。

第二天，老板因没有配件修不上，给我们介绍到外地，到那里正是下班时间，老板看了一下机器二话没说，找来维修人员，并告诉说：「不要着急，今晚就让你把机器带回去。」而且修理完后没要钱。为答谢他们，丈夫给他们留下吃饭钱，他们也不要。丈夫很感动，并买了耗材，作为答谢。

这样的事情很多。在修炼中我们真正亲身体悟到了，只要你信师、信法，什么也难不住你。不管走到哪里，师父都能帮你，保护着你！「放下任何心，什么都不想，就做大法弟子应该做的一切，一切就在其中了。」（《导航》〈华盛顿 DC 国际法会讲法〉）我们心里一直装着师父的这段法，放下一切人心，跟着师父往前走！

### **否定旧势力在经济上对我们的封锁**

最初新的资料点，生活环境很艰苦。吃水要上四、五十米外的地方去挑，为了不打扰邻居，多数是起早或半夜挑水。我每月有二百二十元的工资，这工资用在资料运输上，只有特别冷的天烧点煤。一次，和我们联系的外地同修，我见她住处有困难，便说，实在没地方住，上我那住吧！同修说：去了你们那冻的直哆嗦。她还没忘呢。我

们俩干起活来还好说，坐下学法时即使多穿多盖，也是手脚冻的冰凉的。那时吃的，就可想而知了。

当初从北京护法回来，「六一零」对我和丈夫下了通缉令，公安派出所经常上门骚扰，我俩也上不了班了。老人们吓的够呛，听说办洗脑班，不明真相的老人也帮警察到处去找我们。为了救他们，我没让丈夫出面，自己买了点水果亲自顶着压力见了他们。当时公公打着苍蝇不理睬我，我给婆婆讲真相。她知道法轮功好，她说：法好，没工资也不行啊，写个保证在家偷着炼，别把孩子影响了。我说：

「妈，你最了解我了，不学法轮功我的身体能这么好吗？你儿子不学大法，对你二老能那么孝敬吗？」再讲天安门自焚，为什么进京上访等……，老人心地善良，听明白真相后，放心的说：「你俩可别饿着呀！」我为老人明白真相而高兴，只要我们每次回去看望他们，她都要把家里的菜给我们带上，后来在吃饭的问题上老人帮助了很多、很多。

我们遭受迫害时，师父安排了孩子在外地打工，自己将能养活自己，可是，赶上非典流行那年，孩子的工作也停下了，又回不来。我俩决定，从每月工资中给孩子寄去二百元钱做生活费，不能让孩子借钱花。我找到公公把情况说了，把钱交给老人替我们寄去。第三个月老人不干了。老人说：你仅二百多元的生活费都给孩子，你俩真不想活了。我明白老人的心，我跟老人很有信心的说：我们是在吃、喝够用的情况下给孩子的，生活不会总这样。我心里知道，我是修宇宙大法的，不会没饭吃。修炼人只能苦自己，不能苦孩子。这也是我们要放下的，修去为私为我的过程。接下来孩子又找到了工作，每月工资上千元，还能帮助我们了。生活上有了变化，吃的不愁了。而且，孩子越来越好，非常孝敬父母，也愿帮助别人，而且还得了法，时刻用大法标准要求自己。当孩子工作薪水更高时。我对孩子说：也许你在史前发过誓：要挣大钱，为资料点用呢？孩子点着头说：「是呀！」从此以后，孩子看我们使用的摩托车已经不能再用了，影响运输。又拿出钱来让我们再买一台新的摩托车讲真相用。还主动的给资料点买了打印机、塑封机、打印头等……，并且常支持我们说：咱们的一切都是大法给的。

同时，孩子看到我们这几年生活上很艰苦，给我们添制了四季的衣服。孩子说：「爸、妈，你们出去代表着大法弟子的形像，让人们看到修大法的人，是有福份的。要展现大法的美好，回报帮助过我们的亲朋好友，体现出大法弟子的风范，让更多的人能得救。」

如今，老人、小姑子、小叔子们对我们的看法改变了，亲近了，都做了三退。家人们从我们被迫害最严重的四年中，从无吃、无喝、无着落，来自社会的、单位的、亲朋好友的、还有家里人的重重压力。今天，他们都亲眼看到了大法给我们带来了真正的美好和希望，他们改变了原来的想法，由不理解到理解，不支持到支持，遇事时，亲人们都能主动的说：老人由我们照顾呢，你们忙你们的吧！这正是「佛光普照，礼义圆明」啊！

向伟大的师尊：合十！

再次谢谢师尊！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 做正

文 / 河北大法弟子 阿莲

【明慧网二零零八年十二月二日】因为自己做的正，单位里的领导、同事，都知道大法好，对我也非常尊敬。有一次，单位一位领导喝了点酒，有几分兴奋，对着一屋子的人说：「你们应该学学人家阿莲，吃亏让人，任劳任怨。真好！真-真善忍！」话音一落，满屋子的人都笑了（这在平时，这样的话，当领导的在公开场合是不敢说的）。见我们都在笑，他又认真的说：「你们笑什么，我这可是酒后吐真言。」大家笑的更厉害了。

在邪恶迫害的这些年，身边的人们一直尽力的保护我，其实我知道，这是善念尚存的生命对真善忍的认同和渴望，从中我也感受到大法威严的一面。

——本文作者

师父好！

同修们好！

我是生活在北方某小城的一名大法弟子，一九九八年得法，至今已修炼了十年了。十年，感觉如一瞬。回头看看走过的修炼路，想要说的体会又太多太多。

回想十年前，一朝得法，欣喜若狂。一脚踏上修炼的路，勇猛精进。那时如饥似渴的学法，心性也突飞猛进，整个人脱胎换骨一般。直到「七·二零」，脚步一下子慢了下来，修炼艰难了许多。那段时间，栽过跟头，甚至摔的头破血流。再后来，随着师尊导航，法理渐明，凭着在法中修出的正念，闯出了自己证实法的路，救度众生中也有过自己的小小辉煌。

在这里借这个机会，就自己正法修炼中较深的一些体会，写出来与同修们切磋，望共同提高，在最后的修炼路上，做的更好。

### 一、关于放下生死

在九九年「七·二零」邪恶迫害大法刚开始的一个时期，我一直有个困惑：

「四·二五」和「七·二零」的时候，两次去北京护法，面对呼啸的警车、持枪的武警，背着师父《洪吟》：「生无所求 死不惜留 荡尽妄念 佛不难修」，没有一丝怕心，如果那些武警真的开枪，自己也真能做到眼睛都不会眨一下，能为维护师父和大法舍命是生命的荣耀。当时的心性，已能放下常人中所拥有的一切，包括生命。我不明白为什么回到了自己的环境中，在邪恶疯狂迫害，方方面面的压力一起来的时候，又有了这么多的怕心：怕常人不理解、怕常人说大法不好、怕被抓、怕受辱、怕酷刑，看到这么多好象总也去不干净的怕心，又怕自己不能圆满？

后来随着修炼才渐渐明白，师父说的放下生死，那时候认为自己已经做到了。其实，生死两个字，那时，我能放下的，只有后一个字。我悟到：一个明白了宇宙真理的生命，能放下「死」是很简单的。而放下「生」才是最难的。因为有「生」就有人心，而要放下所有的人心，没有对大法的理性认识，没有过关中的实打实的魔炼，是很难做到的，要想做到这些，只有用心学法。

从新再背「生无所求 死不惜留 荡尽妄念 佛不难修」（《洪

吟》），每个字都有了新的体会，好象刚刚看见一般，清清楚楚感觉到了自己的差距。在以后这么多年的正法修炼中，救度众生的同时，修去人心的过程中，直到现在，一直在放下的，也还是这个「生」。

后来在学法中还明白，在这个困惑里面，还有另一个对大法修炼方式认识不清的问题。从师父讲法中我理解，当在某一层次够标准的时候，师父会把修好的那部份断开，所以，没修好的人的一面，又会有各种各样的不好的心反映出来。感觉执著心没去掉，其实是用人的观念在看待大法修炼的状态。

## 二、做正

在修炼过程中，还有一个很深的体会就是：大法弟子在常人环境中做的正，人们自然就能感觉到大法的正，邪恶所造的谣，会不攻自破。相反，如果大法修炼人不按照师父的要求做（诸如：家务做不好，什么活也不干，在单位里、社会上表现的不好），不但不能救度众生，还起着毁众生的作用。常人不可能知道法是什么，他们就看大法弟子的表现，大法弟子做的好不好，直接影响着人对大法的认识，影响着他们脑子里对大法的一念。

因为以前自己是一名文艺工作者，在我们这个小城，可说是家喻户晓的「名人」，很有影响力。所以在这方面，我一直严格要求自己，谨记师父教诲，「怀大志而拘小节」（《精進要旨》），时刻提醒自己做正，不给师父和大法抹黑。让所有知道我的人，都能从我身上感受到真善忍，看到大法弟子的风貌，从而对大法有一个正面的认识，同时我悟到，这也是对与我有缘的生命的慈悲。

修炼以前，在穿衣打扮方面，也曾被常人的时髦所带动。染过指甲、染过头发，浓妆艳抹，追求性感。随着心性的升华，这些变异的观念也在归正。我悟到：服饰，应该与心境表里如一，这也是「真」的一个方面。一个修炼人，心境是越来越清静而高尚的，服饰也应该简单朴实，大方高雅。

说到这儿，想起有些农村的同修，太不注意仪表，头发、衣服、浑身上下，又脏又不整齐。变异的现代人大多以貌取人，这样的形象讲真相，效果能不受影响吗？其实，衣服不见得穿的多好，要整齐干净。最起码，对常人讲真相的时候，不能让人说炼法轮功的怎么穿成



这样。

另外，还有大法弟子的家里（特别是女同修），也应该收拾的整齐干净一些，因为这些事虽小，却体现着大法弟子的风貌，所以也是应该被归正的。我悟到：与大法弟子有关的一切，都应该是最正的状态，因为正法时期大法弟子，什么都不是表面这么简单的，什么都可能与救度众生有影响，有关系。

我们住的小区，没有人打扫卫生，孩子们垃圾到处扔，非常脏。刚开始，看着实在脏了，我就打扫打扫。有一次下班回来，推着车子往里走，看着楼院里的垃圾，边走边在心里抱怨：现在的常人真自私，连「自扫门前雪」也做不到了。突然想到，师父让我们在哪里都做一个好人，这院子里住着我这个大法弟子，还脏成这个样子，岂不叫天上的神佛都要笑话？悟到做到，第二天，就把院子打扫的干干净净。从那儿以后，这院子的卫生就归我了，冬天里下了雪，也都是我扫。为此我还自己买了扫帚、雪铲等一套清洁工具。到现在，六年如一日，只要我在，我住的这个小区的院子就没有脏过。说起来轻松，其实那个大院子，从每个角落开始，打扫到大门外，至少要一个半小时。每回打扫一遍下来，累的手腕、胳膊到第二天还疼。不过心里是舒服的，我知道自己在做什么，不是一个好人在这里做好事，而是一个大法弟子在世间圆容法，在用这种方式救度众生。

有一次，我正在院里扫雪，北边楼上，二楼阳台的窗户开了，有个六七十岁的大爷正朝我摆手，一脸感动又钦佩的样子，嘴里不停的说：「好人哪，好人……，你是不是那个阿莲？」我边扫边笑着说：「是，大爷。」

我们楼洞，住着好几个老师，常常有家长领着孩子来补课。有一次，我在客厅里就听见好多人在楼梯上边走边嚷：「哎呀，你们这楼道，是真干净，怎么能这么干净？！」就听楼下的小玉老师说：「哎呀，你们不知道，都是阿莲姐，打扫的比俺们屋里还干净。」

住在附近的一位同修有一次在路上碰见我，拉住我，对我说：「看来大法弟子们做好，是很重要，比发资料还管用。那天一堆人在路边闲聊，我听见其中一个人说：『炼法轮功的就是好，俺们那个大院子就是人家阿莲常打扫。』」另一个人接口说：「这院里多几个炼

法轮功的就好了。」

大概是零五年，有一次单位组织出去旅游，那次租的车小了，座位不够，中间还放了几个板凳。我上车比较早，坐在靠窗的座位，较晚上车的几个人坐在了板凳上，其中有传达室的章大爷。看看车上一群唧唧嘎嘎的姑娘小伙儿都没有让座的意思，我挪过去：「大爷，咱们换换」。四百里的路程，坐着个小板凳颠簸，这要在修炼前，我也不会让座，但现在，要我坐在座位上不动，根本就做不到，心里会比坐在板凳上还不舒服。

回来的时候，我特意赶早儿上车，给章大爷占了靠近车门的一个座位，等他上车坐定，给我留着的，又是一个板凳了。不过这一趟来回八百里的颠簸，我没有觉的累。这对我来说很正常，但说出来，谁也不会相信，一个四十来岁的人，转了一天，再加上来回八百里的颠簸，还会一身轻。大法本来就是超常的。

因为自己做的正，单位里的领导、同事，都知道大法好，对我也非常尊敬。有一次，单位一位领导喝了点酒，有几分兴奋，对着一屋子的人说：「你们应该学学人家阿莲，吃亏让人，任劳任怨。真好！真-真善忍！」话音一落，满屋子的人都笑了（这在平时，这样的话，当领导的在公开场合是不敢说的）。见我们都在笑，他又认真的说：「你们笑什么，我这可是酒后吐真言。」大家笑的更厉害了。

在邪恶迫害的这些年，身边的人们一直尽力的保护我，其实我知道，这是善念尚存的生命对真善忍的认同和渴望，从中我也感受到大法威严的一面。

每当想到自己从一个业力滚滚、心性低下、将近淘汰的生命，在大法中被净化、熔炼成一个闪着慈悲光焰的、跟随师尊救度众生的正念正觉的生命，都忍不住要流泪，心念里，对「操尽人间事 劳心天上苦」（《洪吟》）的师父，对创生新宇、圆容不灭的大法，升起无上的感恩与崇敬（人的语言太苍白，其实根本找不到语言来表达）。

想说的体会还有好多，篇幅所限，就写这些吧。所写的这些，只是自己修炼过程中的一些体会，由于层次所限，有不妥之处，望同修们慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 争取做一个合格的大法弟子

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

师父好！同修好！

我是一个很普通的农村老太婆，一九九八年得法。没得法前，我身有多种疾病，得法没几天，深深的体会到无病一身轻的喜悦。我家是炼功点，按理是老学员了，可是由于自己学法走了形式，没有真正溶于法中，没按师父说的遇事向内找，在自己的心性上下功夫，因此在做三件事的过程中摔了很多跟头。

当看到明慧网第二次请同修重视法会投稿，我心里很难受，心想这是向师父交考试答卷，同样学师父的法，跟精進的同修比，我觉的自己太差劲了，对不起师父的慈悲苦度。今天我就把我修炼的事实向师父汇报一下吧。

「七二零」后送真相的事我就不提了，就从我自己学做资料开始说。二零零七年前，我们这的资料是外地同修长期按时送来的，后来资料点被邪恶破坏了，同修被绑架了，又一同修又从另一个城市拿资料，不能定时也不定期。当时没真相那个急劲别提了。我当时负责分资料，脑子就空想，要是我能做该多好啊。

没多久，资料点被绑架的同修在师父的加持下闯出来了。他也是技术同修。回来后就托当地的同修问我是否能做资料，当时我随口就说：资金不是问题，不是我做不做的问题，是我会不会的问题。做资料的事不了了之。

可没过几天，技术同修来我家了，商量着做资料的事，说实在的，当时我什么也没考虑，就答应下来了。我老伴未修炼，但从来就支持大法，我们全家都敬师父。又没过几天，技术同修就把做资料的设备拿来了，就是笔记本电脑、打印机。他教了我一天，我什么也没记住，更不懂，只好记在小本上，就这样和我从不认识的东西成了朋友，每天都在一起。在技术同修的帮助下，我做出了第一期周刊。哦，原来资料是这样做成的，感到很新奇。我的家庭资料点就这样成

立了。

做了一段时间，麻烦就出现了。由于不从心性上找，打印机不是这样的毛病就是那样的毛病。当时苦恼极了，就象喝没法喝的酸辣汤一样。为了按时把资料做出来，我都昼夜的加劲也做不出来。越急越出问题，经常找技术同修帮忙。但我与技术同修不经常见，不方便，只好叫儿子另买打印机。

一到星期一我心里就轻松些，到了星期五就紧张的要命，都成了敏感日了。问题接连不断，我跌跌撞撞的向前走。有一次，我愁的自己打自己，心想真是花钱买罪受，忘记自己是修炼的人，是带有使命的。我多次想放弃不做了。怎么办，别人做还不是和我一样要经历困难，资料总得有人做，不能知难而退。我又硬着头皮做着。

我只会上网下载，字母不识一个，三退名单是儿子教我把字母写下来，再用字代表，以后就在同音字里找。三退名单解决了。人名多的时候，要好几个小时，有时还不能顺利发出去，有时还把字弄没了，又要从新再打字。这些对我这个出门不知东南西北的老太婆来说，太不容易了。我经常老泪纵横。网上同修说做资料碰到难题，我也哭。当看到《由七年资料点谈我的修炼历程》，我大哭一场。上面写的同修说供养问题，我跟师父说：师父，谁要帮我做资料，我自己养着他，我也愿意。打印机不好使，同修等着看周刊，世人等着得救，你能说一句：我没做出来，就完事了吗？不能啊，我就时刻在心里求师父加持我做好。

看到网上说资料点的同修应该「断奶」，不要有依赖心。我希望我是孙悟空，不吃奶，更不用断奶，以后我又想我比孙悟空还厉害，因为我有师父。一想起师父，我的心就坚定起来。以后耗材就由我儿子代我买。

记的第一次编排师父新经文，我不知从哪下手，根据技术同修当时教我排版的一点记忆，一遍一遍的点击着，还是排不出来。心想有师父的加持我一定行。就这样一遍一遍的，在师父的加持下我成功了。几天后，一个会排版的同修看了我打印的师父经文，都吃了一惊，说我做的比他好。

我就这样走过来了。有一天看周刊上说：你成熟了吗？心想我成

熟了，最起码现在不哭了，敏感日没有了，打印机有些毛病我也敢自己下手调理。每周按时的把资料送到我周边村同修手里。

想到通过自己做的资料，世人看了，都明真相，都知大法好，都得救都有好的未来，我心里挺高兴的。现在我也挺愿意做的。在自己做资料的过程中磨掉了我很多不好的心，也学会了向内找。我决心在自己当时选择的做资料证实法的路上走好走正，做一个合格的大法弟子，不枉师父苦度一场。

层次有限，请同修慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 百分之百信师信法 难中正行救度众生

文 / 辽宁大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

伟大的师尊好！各位同修好！

一九九七年四月十五日，从这令我刻骨铭心的一天起，我摆脱了对扑克、麻将、股票的沉迷，结束了疾病缠身的苦痛，走向了一条全新的回归之路。正法中我走过了十一年的沧桑路，历经风风雨雨，甚至惊涛骇浪，在师尊的一路呵护下，一步步走向成熟。我每一步的提高，都溶入了师尊巨大的付出与承受。借此机会叩谢师尊洪恩，感谢与我互相搀扶一路走来的各位同修。

### 坚实的学法基础是走向成熟的关键

一九九九年七月二十日凌晨，我从一个清晰的梦中惊醒。梦中我们正在大道边集体炼静功，一辆喷洒农药的大罐车急驰而来，用喷雾器将农药喷到我们身上，呛的我们直咳血。这时一位大夫走来，我问他：「我能死吗？」他坚定的说：「没事，等把血咳出来就好了。」这个梦直到今天我依然清楚记的。我悟到这是师尊的慈悲点化，告诉我们再大的劫难都会过去，从而坚定了我对师父对大法的正信。

从那一天起，大法弟子从个人修炼全面转入到正法修炼，面对这场急风暴雨似的打压，本性的一面告诉我必须努力同化法，才能走出这场劫难，我认识到学法的重要性与严肃性，所以我开始倾注大量时

间去学法、抄法，和周围的同修形成了比学比修的环境。那时我们这一片的同修都很努力，没有被压力吓倒，我们互相鼓励，共度难关，大部份同修很快走出来讲清真相，跟上了正法的进程，这一切是和我们当时精进的学法环境分不开的。

二零零五年末明慧网发表了大量同修背法的体会文章，在同修们的鼓励下我也开始了背法，用半年时间背完了第一遍《转法轮》，那种愉悦的心情难以言表。在背法中，法理不断的清晰，心性也在不断的提高，实修中我悟到：付出多少，得到多少。由于有了坚实的学法基础，使我坚定了对师父、对大法的百分之百的正信，所以在修炼路上的大难小关都没有使我搁浅，同时我又能带动周围的同修共同精进，共闯难关，走向成熟。

我从法中悟到：身边的每一位同修，都曾与我有缘份，我打心底珍重他们。迫害刚开始的时候，由于我们不够成熟，旧势力开始了毁灭性的检验，身边有几位同修出现了大的病业关。那时师父还没有讲发正念的法理，走过来真的很难。我不是协调人，但我却情不自禁的有一种责任感，不想落下任何一位同修。当同修需要我的时候，我会及时的出现，与他们共同学法、切磋，互相鼓励，力所能及的尽到我的责任，最终他们一一走出了魔难，没有落下。其实这一切都是师尊在做。有个别同修怎么帮还是不悟，同修们劝我放弃，每当这时，我就想起师尊的教导：「这些人你要不管他他就毁了、就真的彻底完了，可是在历史上他们又是发过愿的，而且不能只从一世看一个生命啊，要从历史上全盘的看一个生命啊，怎么能不管哪？」（《二零零五年旧金山法会讲法》）所以我不可能放弃，有一线希望我都会努力的，因为同修代表的是一个有无量众生的天体呀，我必须做到无悔，无憾！

### 摆正基点 难中救人

今年六月，当地派出所、国保大队，手持市公安局的抄家令，一行七、八人闯入了我的住处，十分猖獗。在稍微一震之后，我立即心静如水，我惊讶于自己的镇静，那一刻我明白了什么叫金刚不动。事后丈夫风趣的讲：「我们生活了这么多年，我一直认为你胆子很小，那一天真的令我刮目相看，你的胆量大的惊人，出乎我的意料。」我

告诉他：「不是胆量的问题，是正信，是来自对师对法百分之百的正信。」

当时我没有旧势力敢迫害我的概念，只有要救度这些警察的善念。我边发正念，边讲真相，讲我的身心受益，讲大法在全世界的洪传，讲迫害正信修炼者的坏人下场。我能感觉到他们心底的震撼，我百分之百坚信师父就在我身边，坚信天上的护法神在看护着我。我觉的心的容量在逐渐加大，法中修出的慈悲的力量迅速解体了操控警察的那些邪恶生命与因素。看着那些可怜的警察，我没有一丝恨，也没有一丝怨，只觉的心在流泪，我心中默默的求师父加持我，哪怕他们只有一线希望，我都要去救度他们。这时就连国保大队的那个头子也没有了邪恶的气焰，我拽着他说：「你是头头呀？咱俩谈谈。」他低头支吾着：「到派出所去说，到派出所去说。」然后匆匆的走了，我再没见到他的影子。

他们把我绑架到了派出所，戴上手铐，关入禁闭室。我没有丝毫的压力与怕心，只求师父把这里有缘的众生带到我身边来，结果他们一个个的来到我身边，一个个的明白大法真相后离去。我相信我真心要救度他们的那颗心，他们明白的那一面会感觉到的。体现到表面上来，就是他们非常尊敬与关心我。到了吃饭的时候，办案的那个警员来问我：「阿姨吃不吃饭？」我乐呵呵的告诉他：「当然吃了！」因为我非常清楚，我不是承受迫害来的，我是救度众生来的。吃饭的时候，我边吃边发正念，边和他们讲着大法真相，仿佛在家里一样，那一刻我堂堂正正，因为我是大法造就的生命，我在走神要走的路。

吃罢饭，坐在我对面的那个小警察被旧势力的邪恶因素操控说了一些诽谤大法弟子的话，并用劳教与判刑恐吓我。我根本没有「邪恶敢迫害我」的概念，我确信我的路只有师父安排，谁也动不了我，我只郑重的说了一句：「真修弟子谁也动不了！」那个小警察扭头出去了。我证悟到师父讲的那段法：「如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。」（《美西国际法会讲法》）这时那个办案的警员，打开电脑要做笔录。他轻声问：「阿姨

你能不能配合我做一下笔录？」我还是乐呵呵的告诉他：「今天我什么也不会回答你，我一旦回答了你，我等于把你推到审判我的位置上，为了你与你的家人能有一个美好的未来，希望你不要逼我，我真心的为你好。」他沉默了良久，在电脑上操作一番，然后认真的说：「阿姨写上这一条行不行？在本案结束后通知你的家人。」我点点头：「行。」

那天晚上，我不停的发正念，讲真相，劝三退，向内找自己的各种执著，只要来到我身边的警察，我不会落下，来不及说的也要把慈悲留给对方，其中也让他们见证了大法的神奇。一个小女警察，严重的感冒，我告诉她：「你心里虔诚的念法轮大法好、真善忍好，你就会体悟到大法的神奇。」我求师父加持，我一定要救了这个生命。也只有一、二分钟的功夫，她的感冒症状全部消失。第二天一早，办案警员取走了我戴的手铐，旧势力因素迫害我、毁灭众生的阴谋解体了。

感谢师父的一路呵护，在此过程中我体悟到如师父所说：「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟二》）。在劫难过关当中，只要百分之百的信师信法，摆正基点，就走师父安排的路，肯定会柳暗花明又一村。而这百分之百的正信，来自坚实的学法基础。

最后的路，我不会懈怠，我是师父的弟子，一定要成就师父所要成就的事，走出人的状态，做好三件事，救度更多的众生。再一次叩谢师尊的洪恩。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 在正法修炼路上精進

文 / 河北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

尊敬的师父好！各位同修好！

我是一九九八年七月得法的，到九九年七月正好一年，这一年我的人生观发生了根本的改变。身体也由百病缠身到无病一身轻，浑身有使不完的劲，干活儿就象年轻人一样。心中的幸福无以言表，笑容



总是挂在脸上，时不时还哼个小曲。小孙女说：「奶奶唱的真好！」儿子说：「我妈好象比我都年轻。」有时孩子们也气我，但是由于我心情好，从来不当回事，很明白，这是让我提高心性、长功呢。慢慢的，不知啥时候不会生气了。

九九年七月二十二号我照常去炼功，到体育场一看，人山人海，体育场全是警车和警察，全副武装，如临大敌一样。我的心闷的喘不过气来，只好回到家一个人炼功。我想这么好的功法，这么好的师父，为什么？我得用我的亲身体会说明大法好。我就写了一封信送到派出所，写了我的亲身体会，并表示坚修到底。劝警察不要善恶不分，不要镇压好人。结果当时就没让我回来，我被非法拘留了。

之后，县委、区委、街道、直属领导、我儿子媳妇，重重把关，一环套一环，施加压力，要我放弃修炼。当时，我虽然感到空气凝固，压的我喘不过气来，但我并不害怕，而是信念坚定，据理力争。不管是领导来，同事来，朋友来，亲人来，派出所来，我都讲我修大法的亲身体会，讲大法的美好。后来，不管走到哪里，只要有人的地方，我就说：「大法好！师父好！」有的人说：你怎么这么能说？我说这都是我的心里话。我知道是大法给我的胆量和智慧。回想那时的情景，真是一点怕心都没有，就是不停的说，不停的讲。

从九九年七月到二零零三年，我被非法拘留三次，最多时有六十一名大法弟子同时被关押。大部份大法弟子都没被吓住，都在证实大法是好的，师父是冤枉的，天安门自焚是假的，一千四百例是假的；杀人案是给法轮功栽赃的，公安局打人是不对的。

在拘留所，我曾受过多种酷刑。在打人最严重的时候，有一个警察特别恶，什么手段都使的出来，同修们都管他叫「法西斯刽子手」，那真是见了大法弟子眼睛都红了，是打大法弟子最狠的一个，也是打我最厉害的一个。那天上班他又要打我，我想我不能总是被动挨打，我得和他讲真相。他说：「你转化不转化？」我说：「你把这个门打开，我们谈谈好吗？」他答应了。进门后，我就和他讲我得法后思想观念的转变，身体的巨大变化，道德上的升华；讲法轮大法使人心向善、道德回升；讲大法洪传世界多个国家和地区，哪个国家都支持，就我们中国镇压；早晚有一天会给法轮功平反，人民大众会给

大法弟子一个正确的位置。师父会给我们做主，而你们呢？却成了罪犯。文化大革命后有几百人被中共拉到云南枪毙，做了替罪羊，你为谁卖命呢？这样一讲，他明白的一面复苏，觉的无地自容。后来他调到别处工作去了，临走之前，还专门和我告别一声。以后多次见面特别亲热，老远就跑到我面前，拉着我的手，说个不停。

在拘留所我还给警察写过这样的话，我说：你们扪心自问，你们抓的、你们打的到底是好人还是坏人？你们是抓坏人的，为什么打好人？你们也有父母、兄弟姐妹，怎么忍心下手？我们住在同一个城市，我们没有干坏事，也不可能永远在你们手下，当我们在大街上见面时，你和你的家人晚辈如何面对我们？可不要为了眼前芝麻大的利益毁了你的终生，痛悔永远啊！结果从那以后，再也没人打大法弟子了，那些打人的警察见了我就低下头，或者把头转向一边，不敢看我。

从拘留所出来以后，恶人还追着我不放，三天两头来干扰。我就直接找到公安局主管领导，跟他讲真相，告诉他以后不要再找我了，层层都不要再干扰我了。从那以后，再也没人找过我。

二零零四年十一月《九评》出来以后，有的同修认为是搞政治，接受不了；有的怕心重，在观望。我想，既然是师父让做的，我就做，就讲。我也劝其他同修去讲、去发。几天以后，大街小巷都在议论，《九评》写的太好了，恶党真的要垮台了。晚上炼功，师父给了我很大的鼓励。

奥运之前，我们城市也有同修被抓。有的同修就产生了怕心，闷在家里不出来了。也不参加集体学法了，也不做真相了，一段时间停滞了。几个同修切磋，不能被邪恶吓住，走师父安排的路，正念正行。晚上我们发真相时，被蹲坑的发现，开着车追。由于我们正念正行，没有怕心，师父呵护，打出法轮让汽车往后开，结果距离越来越远，追不上我们。我悟到，师父时刻保护着弟子，呵护着弟子。只有正念正行，时刻站在法上，才是最安全的。

《九评》掀起了三退的大潮。为了更好的救度众生，我开始面对面讲真相，劝三退。开始做的很不顺利，阻力很大，劝十个也退不了二个，心里就产生了畏难情绪。做不了怎么办？反复学法，向内找。

向内找，发现主要是正念不足，有怕心。怕人家不接受，怕别人说参与政治，怕被扣上反党的大帽子。心里不稳，再加上没经验，不知道如何开头讲。要想冲破人心的障碍，正念足，唯有多学法。师父说：「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。」（《精進要旨二》〈排除干扰〉）听师父的话，我就反复学法，把师父所有的讲法又从头学了一遍。我的正念起来了，我在家待不住了，我要去救人。

于是，我走上街头、工地、集市，只要有机会我就讲。看见卖东西的忙过一阵刚松口气，我就上去讲。跟这个讲完了，又跟那个讲。有时也跟几个人一起讲。讲，讲，讲，感觉如入无人之境，只有我一个人在讲。那个美妙、舒畅、心神飘逸，真是无法形容。怕心早不知道跑哪去了。一讲就是两个多小时，口干舌燥，却不觉的累。

我看到世人都在觉醒，跟他们讲真相时，有的说：「这好事，咋不早跟我说呢？我退，全家都退！不但我退，还要帮亲朋好友退，谢谢啊，太好了！」有的感激的说：「大妈，谢谢啦！吃个梨，吃个苹果吧。」有的说：「这大好事，救了我全家。我儿子开车黑天白日的我正担心呢，这回可好啦，有师父保护，不用担心了，真是太感谢你了。我给你鞠躬吧！」说着站起来就鞠了三个躬，连说：「谢谢，谢谢，谢谢！」我赶忙拉住她的手，说：「不要感谢我，要谢就谢我们师父吧，是我们师父让我们这么做的。」她又连说：「谢谢师父，谢谢师父！」

世人的话语，让我感到责任更大，更让我看到，可怜的众生都在期盼，盼着早日明白真相啊！作为正法时期大法弟子，我应更加精進才行啊！同修们，我们都精進起来，去救度更多的众生吧！机不可失，时不再来啊！

随师正法九年了，跌跌撞撞，跟头把式的走到今天。现在是关键的关键，最后的最后。这一刻，值千金，值万金啊！同修们，请都把握好自己，坚持做好三件事，正念正行，跟上师父的正法進程，一块跟师父回家。

谢谢师父！谢谢同修！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 紧跟师尊 兑现史前大愿

文 / 青岛大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

伟大的师尊您好！

同修们好！

我得法已经十年多了，回想一下自己的修炼历程，按照法的标准来衡量，有着太多太多的遗憾。好在师尊不愿落下一个弟子，我也一定紧跟师尊，兑现史前大愿。

### 一、做好大法弟子该做的事

由于邪恶一次次的迫害，我被迫流离失所了。刚刚出来的时候，面临的问题一个接一个，过了没多久那真是困难重重。但是不管怎样，我就是坚信师尊，坚信大法，就是要做大法弟子该做的三件事。正是这金刚不动的坚定信念，伟大的师尊为我安排了神奇的证实法的道路。

一个偶然的机，我认识了一个会做资料的大法弟子。在她的帮助下，我很快就学会了做真相材料。一次我俩正在做资料，有一个打印机出现了故障。我发正念清除迫害打印机的邪恶生命。想从另外空间把问题解决了。我就盘腿立掌发正念好长时间，也没清理完。因为同修等着要材料，我就暂时停了下来，先干活了。稍微有点儿空儿，我就又发正念清理。不知道为什么，那天我光想发正念。后来已经不是针对打印机的问题了，就是感到另外空间有原因，得清理干净，但是老也清理不完。

晚上干完活儿，我与同修把房间收拾利索，开始学法。这时有人敲门，是楼长。她说：今天派出所来查暂住证，我没往您这儿领，别人家都查了，明天您去派出所补办一下手续吧。这下，同修与我都明白了，是师尊为我们解体了另外空间想干扰迫害我们的邪恶生命与因素，否则那后果该是什么样呢？

由于特殊情况，我从同修那儿搬了出来。来到一个新的地方。很早以前，我就有想建立资料点儿的愿望。这时，我更渴望能学会上

网、下载、刻录光盘等等。能够自己独立运作。这样既不牵扯同修的精力，又能够安全稳定。

我找到我熟悉的同修，商量建立资料点的事儿。有的同修听后非常支持，只要是力所能及的，尽全力的帮助。有的同修表现就很麻木，好象与自己没有多大的关系。还有的同修当着我的面没说什么，背地里极力的反对。

我一边学法，一边找自己。看看到底是什么东西，在阻碍着这件事情。是我非得执着干什么吗？好象不是。因为这几年，参与过不少证实法的事儿，自己也都能够顺其自然的去做。没有想干这个，不想干那个的想法。但是，有时有想干大事儿的想法。潜意识中有自己能力大，别人干不了，我们本地也得跟上正法进程……。当时对这些想法，并没觉的有什么不妥，现在想想，有太多不纯净的东西掺杂其中了。再看看同修对这件事儿的看法与表现，为什么同修会表现出麻木，甚至是反对呢？当然这与同修的修炼状态，以及对资料点和对我的了解程度，有着很大的关系。但是，最主要的是这里边有我要提高的因素。

刚开始的时候，我对于同修的反对，并没往心里去。就想；我就做我应该做的事儿，随你去说好了，一切由师尊安排。可是，到了后来，越说越离奇，越传越乱。而这些乱七八糟的东西，又偏偏回传到我的耳朵里来。这时候，我的心就平静不下来了。就象师尊讲的：

「可是往往矛盾来的时候，不刺激到人的心灵，不算数，不好使，得不到提高。所以心里放不下，会烦心，可能会出现勾着人的心」

（《转法轮》）。

心一动，实际上就是掉了层次了，那些乱七八糟的东西就钻进来了。我那些没修去的人心、观念，也都返了出来。并且，我越想越是在加大它。弄的我是学法也想，炼功也想，发正念也想。不论干什么事情，这些乱七八糟的东西都在干扰我，满脑子是：我以前帮助过你们，现在你们不但不帮我，还阻碍我证实法。更不该不顾事实的乱传乱说，简直连常人中的好人都不如了，……。后来，有了解我的同修，开始为我打抱不平了。我就想：这下你们没有市场了，同修们也不会再误会我了，好好修修你们自己吧！

那个对「名」的执着的心有多强哪。同时也暴露出了极强的虚荣心、争斗心，遇到不公时的妒嫉心、怨恨心和证实自我的心、显示心，以及执着别人的执着等等人心。师尊讲：「作为一个修成的人，你骂我，你说我不好听的，我无动于衷；你说我好，我也没动心；你说我不好，我也不往心里去。」（《悉尼法会讲法》）距离师尊要求的这个境界，我相差的太远了。这么多的人心、杂念不清除干净能行吗？能修成圆满吗？能达到师尊要我成就的那无比神圣的位置上去吗？

师尊讲：「我过去讲过，我说实际上常人社会发生的一切，在今天，都是大法弟子的心促成的。」（《各地讲法二》〈二零零二年美国费城法会讲法〉）「在你们的修炼中，我会用一切办法暴露出你们所有的心，从根子上挖掉它。」（《精進要旨》〈挖根〉）师尊是在利用我修炼中遇到的事情，暴露出我那些隐蔽很深的心哪！是在让我好好找自己、修自己呀！而我却把眼光盯在别人的身上，陷在观念、人心中神不起来。现在，回忆起自己当时的那些想法与行为，真的是脸红了。

## 二、师尊真的就在我们身边。

建立资料点儿的事儿遇到了阻力。我跪在师尊的法像前，对师尊说：弟子的一切都由师尊安排，任何形式的干扰、迫害都不允许。如果这个资料点儿的建立，能更有益于这个地区证实法，请师尊加持弟子，将资料点儿建成。如果这个资料点儿可有可无，或是建立资料点儿的时机还不成熟，那弟子就采取另外的形式证实法。

我除了必须做的，一些日常生活中的事情以外，剩余的时间，全部都用在做三件事儿上。记的有一次，我要出去做真相材料，还没走的时候，同修来电话说：「罗干来了，多发正念，该干什么干什么。」接完电话。我想：罗干来了，那就更应该多做真相材料。大法弟子自有超越常人的形式，来对待这个败类的到处乱窜。叫这个败类流窜到哪儿，哪儿的正念场就解体它。我拿了很多的不干胶。打算在三个小时内将这些材料做完，然后回来学法。出门不多远，碰到一位同修，我告诉她说：「罗干来了。」她说：「怪不得今天这么紧张，我刚贴的不干胶，接着就被他们撕下来了。」我说：「不要紧，我再

去贴上。」同修笑了。

由于对这个地区的地理环境不熟悉，在做材料的过程中，我就好好记着大体方位。可是做了一会儿大体方位就搞不清楚了。这时我想：管它呢？有师尊领着呢。大不了做完材料后，我再打听车站，坐车回来。整个过程非常顺利，不到三个小时，我带的所有的不干胶都贴出去了。这期间，我还遇到了十多个有缘人，我给他们讲了大法的真相，劝退了九人。

我来在马路边上，想辨别一下方向。往前走了没多远，抬头一看，某某单位。我的心情别提有多高兴了，师尊真的把我领回来了。类似这种事情在我身上经常发生，师尊真的就在我们身边。师尊讲：「师父肯定大法弟子所做的，你们只要出自于证实法、救度众生这个愿望，你们所做的事我都会肯定，而且我的法身也好、神也好，你只要去做，会把你这件事情引申的更伟大，更了不起，会协助你。」（《二零零八年纽约法会讲法》）

### 三、学好法是做好一切的保障。

「大法弟子要走好自己的路、完成好三件事，就必须学好法、认真对待学法。那些在救度众生、证实大法中做的好的、变化大的地区，一定是大家法学的好。那些个人提高快的大法弟子一定是重视学法的。因为法是基础，是大法弟子的根本，是一切的保障，是从人走向神的通途，所以我也借澳洲法会之机告诉全世界所有的大法弟子：无论新老学员，一定不要因为忙而忽视了学法。学法不要走形式，要集中念头去学，要真正自己在学。」（《致澳洲法会》）

我虽然学了师尊的这段讲法，但是，并没有认真扎实的对照着去做。明知道自己有时候学法是在走形式，没有集中念头去学，而且一忙起来法学的很少、很少的。可是因为干事心、证实自我的心太强，比重过大，再加上一些不纯净的思想念头的干扰，使我非常麻木的持续在这种不正确的状态中。致使后来在上网、下载、做真相材料等一些证实法的事情上，都不同程度的遇到了阻力。需要上网的材料有时得上第二遍，才能在网页上查找到。（网上必定刊载的内容，已除去编辑时间，电脑也提示过收到材料的信息。）下载材料，有时得几次上网才能摘下所选内容，而且网速很慢。打印机也无缘无故的出现故

障，有几次竟然不按指令打印。

我知道，这都是因为我学法太少；发正念太少；个人提高受阻；空间场不干净造成的。在这种情况下，我不得不停下来学法、发正念。但是，稍微调整后就开始干了。表现在人这儿是需要做的事儿太多，总有干不完的活儿。实质上是自己那些没修去的执着、观念，被另外空间的邪恶生命钻了空子了。

总这样下去怎么能行呢？师尊讲：「只有学法修心，加上圆满的手段——炼功，确实从本质上改变着自己，心性在提高，层次在提高，这才是真正的修炼。」（《精進要旨》〈何为修炼〉）在《二零零三年元宵节讲法》中回答关于「很少学法炼功」问题时，师父说：「这个事是很严重的哎，我们大法弟子不能忽视个人的提高啊。救度众生是大法弟子伟大的事情，因为你们不学法，你们讲清真相的质量也会受到影响，自己也受到局限，这不行的。」

我开始静下心来学法、背法，时时处处用法来衡量自己的思想、言行以及周围的一切。一旦发现不正确的思想、言行即刻归正。发现有不纯净的物质因素立即解体。时间不长，我就清除解体了许多的观念、人心及腐败物质。发正念时的念力更集中强大了。经常是很长时间的发正念，过程中明显感到自己在不断突破、不断的升华。我的心越来越静，法学的越来越多。时常溶入在师尊无边大法的层层内涵中，不断同化、不断的洗净、不断的归正。师尊讲：「作为学员，脑子装进去的都是大法，那么此人一定是真正的修炼者。所以在学法的问题上要有一个清醒的认识，多看书、多读书，是真正提高的关键。再说清楚点，只要看大法你就在变，只要看大法你就在提高」（《精進要旨》〈溶于法中〉）。

证实法中再遇到问题的时候，我就不再被问题表面的假相迷惑了，而是去看问题存在的实质。在解决实质问题的同时使自己得到提高。即使问题一时得不到解决，我也不会再为解决问题而什么都不顾了。在这种情况下，我会静下心来学法，到了整点就发正念。经常是学着学着，智慧就打开了。师尊就会启悟我解决问题的办法。在师尊的点悟下，证实法的事儿做的越来越多，神迹也越来越多。师尊讲：

「成绩是学好法充实正念的威德，不足是修炼中要走的路。修炼中无



论你们遇到好事与不好的事，都是好事，因为那是你们修炼了才出现的。修炼者不能带着人心、带着业债、带着执著圆满。时间会使金子越磨越亮。大法弟子正念正行中成就着神的一切，也在开创着宇宙的未来。」（《芝加哥法会》）

正法已经到了最后了。我会抓紧这最后的机缘，好好学法，多学法，踏踏实实的找自己，修自己。紧跟师尊正法进程，兑现史前大愿。

不妥之处，敬请慈悲指正！

谢谢伟大的师尊！

谢谢同修们！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 念正除邪恶、坚定救众生

文 / 山东大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

尊敬的师父您好！

各位同修好！

看了第三百五十二号《明慧周刊》中，《对大陆大法弟子心得交流征稿的认识》和《写稿为证实法，讲清真相》两篇文章后，内心受到了很大启发，晚上翻来覆去睡不着。经历了九年多的残酷迫害，每个大法弟子都有很多证实法的动人故事，甚至是神迹。我决心拿起笔来，不管写的怎样，能否采纳，我都应该向师尊交上这份答卷，并以此鼓励自己在修炼的路上奋力精进。

因为经历的太多太多，我只能列举两个突出的例子，作为我汇报的内容：

### 一、念正除邪恶

二零零零年八月中旬的一天，晚饭后我准备去同修家，当路过原来的集体炼功点时，看到有几位同修在此学法，当时我心情非常激动。自九九年「七·二零」，大法弟子集体学法的环境被破坏之后，第一次看到同修们在炼功点集体学法，我立即加入其中，而后陆陆续

续的又来了十几个人。我们每天晚上七点至九点一起学法，拿一本《转法轮》大家轮流读，其他人都认真的听。大家都知道，在这极其特殊的环境下，能聚在一起学法，实在是不容易，每个同修都十分珍惜这学法机会。

这样一直坚持了七、八天。有一天，我们刚刚坐下来正准备学法，一辆警车呼啸而来，从车上跳下来七、八个警察，连拉带拽的把我们强行推上了警车，带到了当地「治安办」。下车后的第一件事就是逼我们交出《转法轮》，当时还没有开始「发正念」，但我们在法中悟到了每个人都有很多很强大的功能，当时我们就想「大法书决不能被他们拿走，让他们看不见、找不到」。结果那些警察折腾了半天也没有找到，警察们都觉的很奇怪。明明看到大法弟子拿着书，怎么就没有呢？过后听同修说起此事，拿《转法轮》的同修一看到警车，第一念就是「我一定要保护好大法书，决不能落在警察手里，我把大法书带好，警察看不见」，警察就真的没看见，同修以修炼人的心态保护了大法书，卫护了大法。

警察把我们叫到了一间办公室里，和我们单独谈话，并说：「法轮功已经取缔，为什么你们还要坚持炼？」我们都从自己修炼的切身感受谈了大法叫人按「真、善、忍」做人，教人向善，并讲述了修炼大法对祛病健身的奇效，使很多警察了解了大法，明白了真相。但有一个很邪恶的「六一零」小头目威胁我们说：「你们都不配合，明天就通知你们单位，不信就治不了你们」。第二天上午，我就被叫到了单位（早已退休），一路上我一直背诵《洪吟》：「大法不离身 心存真善忍 世间大罗汉 神鬼惧十分」。到了单位以后，我就给他们讲真相，单位同事都知道我在修炼前是出了名的老病号、药篓子，每年的医药费用在三千元以上；修炼已有六年了，一粒药没吃身体反而更好了，为国家节约了几万元的医药费用，有何不好啊！

在办公室里，三级单位的正、副教导员都在陪着一个满脸凶相的女人啃棒子（熟玉米），这女人（王某某）喝着矿泉水说：「我就是上级派来专门管法轮功的」，他们联合向我施压。教导员恶狠狠的对我说：「我真想拧你一把，给我们单位和上级领导惹了这么大的麻烦，电视广播天天放，你们还敢去广场，十几个人坐在那儿念《转法

轮》，谁叫你去的？」我说：「我自愿去的」，接下来我就给他们讲我为什么要去广场。那个女人厉声的说：「你不要讲了，我们不听这个，你看人家吴××，他比你炼的早，是出了名的了，人家早就不炼了。」我平静的回答：「修炼没有榜样。」她气急败坏的叫嚣：「看你表面上挺和善的，你怎么这么犟，这么胆大，一会就通知你家人，准备好钱和衣物，明天就送你进去。」我说：「什么也不用准备，我哪都不去。」政工干事蹦起来大声威胁道：「我告诉你，海南已经判了好几个了，据说还要枪毙哪。」我脱口而出：「朝闻道，夕可死」。他们听不懂，就问我是什么意思，我解释道：「早上得了大法了，晚上死了都不害怕」，这几个人一听，好象撒了气的气球一样，互相对看了一眼，谁也不吱声了，而且态度也来了个一百八十度的大转弯，教导员拿了一个热棒子和一瓶矿泉水送到我面前，我说：「谢谢，我不饿。」他看了看表说：「该做饭了，你回家吧，有事我再找你。」他们几个都面带微笑，把我送出了会议室，好象什么事都没发生一样。

师父讲：「如果真的能在困难面前念头很正，在邪恶迫害面前、在干扰面前，你讲出的一句正念坚定的话就能把邪恶立即解体，（鼓掌）就能使被邪恶利用的人掉头逃走，就使邪恶对你的迫害烟消云散，就使邪恶对你的干扰消失遁形。」（《各地讲法七》〈美西国际法会讲法〉）我亲身体会到了师父讲的这句法。

七、八天以后，单位的政工干事到我家来找我：「上级领导找你有事」，并让我坐他们的车一起走。到单位一看，三级单位的教导员，二级单位的书记以及治安办的头目，还有几个警察都在那里。几分钟后，公安分处又进来三个人，那架势给人以即将大祸临头的感觉。我很镇静的默念着师父的法：「有师在，有法在，怕什么？不管它！」（《悉尼法会讲法》）结果出人意料的是，拘留所所长手里拿着一张纸念：「某某某，不拘留了，给她警告」。他把那张纸铺在桌子上，亲手把「拘留」二字涂掉了，把这份材料放进了文件夹里，起身走了。在场的人都惊呆了，带着疑惑不解的眼神看看所长，又看看我。

后来我才知道，他们把我当成这次集体学法的组织者，本来是想

拿我开刀的，结果大出人的意料之外。对此，有许多人议论纷纷，说我家上边有人，单位领导还亲自问过我，我笑笑说：「哪有什么人啊。」其实只有大法弟子心里明白，一切都是师父帮我们做的。通过这件事情，我体悟到师父讲的「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟》）这句法的深刻涵义。

## 二、坚定救众生

今年麦收前的一个下午，在发放真相资料回家的路上，看到路的一侧有建筑队正在盖楼房，心想不能错过这好机会，就骑车赶过去，而这个建筑工地四周都用木板条和石棉瓦围着，前边有一个大门，刚走到大门口，被一个保安和一个门卫拦住问：「你是干什么的？」我说是找人的，他们说这是施工重地，不准外人进来。我就去了不远处的小商店，和店里的老板讲真相。他告诉我现在很紧，前段时间有两个发（真相）资料的法轮功被抓了，你赶快走吧。我推着车子沿施工院墙往后边走，发现后边有几间民工住的简易平房，伙房就在头上的一间，我进了一个小门仔细观察，准备下次来送真相资料。

这时出来一个中年农民和一个十几岁的男孩，通过交谈知道年龄大的是炊事员，这个男孩是来自四川灾区的小童工，都叫他「小四川」，在伙房里帮忙。天气很热了，小四川还穿着长裤长褂，光着脚。我问他：「你不热吗？」他很无奈的说：「没办法，又没钱买」，说着就低下了头。我说：「孩子，别难过，明天我去给你买，吃过晚饭我就给你送过来」。他半信半疑的看着我：「真的？」我说是真的。

第二天上午我首先把真相小册子、光盘、护身符等资料用密封袋装好，又给小四川买好了衣物、鞋袜。晚饭后，我站在师父的法像面前，双手合十，求师父加持，我去发真相资料。一路上我发着正念，发出了用强大的功力定住门卫和保安的一念，不准他们出来，不让施工队的狗叫，彻底解体干扰破坏民工们了解真相、阻碍他们得救的所有邪恶生命，大法弟子在救度众生，所到之处邪恶灭尽，畅通无阻。

半个小时后，我来到了工地，小男孩看到我带来的衣物和真相资料后，非常高兴。我告诉他真相之后，他立即同意退出邪党的少先队。民工们越聚越多，一会儿就把我围了起来，我只顾给他们讲真

相，从历次运动镇压民众，从南方的大雪灾到汶川大地震的豆腐渣工程，一直谈到迫害法轮功。他们越听越爱听，最后干脆把我推进板房里，我开始给他们讲三退，一会儿就有十几人声明退出邪党的党、团、队等组织，有一些没有加入过任何组织的，我就让他们默念「法轮大法好」、「真善忍好」，危难来时别忘了，他们都很乐意的接受了。其中一人说：「你来的真巧，我们明天就回家收麦去了」。听了这话，我知道这都是师父安排好了的，师父太慈悲了。我又一次体会到了「修在自己，功在师父」伟大深刻的内涵。

临别时，他们一再表示感谢，并说：「我们一定要把这些大法资料，带给家乡的父老乡亲，让更多的人了解大法的真相，使更多的人得救。」夜里很黑，路又不太好走，有几个民工非要送我一程，我说：「我是大法弟子，有师父看护不会有事的」，他们齐声喊：「法轮大法好」。我真为这些明白真相而得救的生命感到高兴。

这次外出讲真相特别顺利，没有出现任何干扰因素，连狗也没有叫一声，抱着一颗纯净的心态去讲真相，救度众生，才会这么一帆风顺。

在九年多迫害中，自己在证实法的这条路上，也曾一次次的摔过跟头，在师父慈悲的呵护下，在大法的指导下，遇到问题坚持向内找，爬起来继续向前走，坚定的助师正法。请师尊放心，我一定要坚定大法，和大法弟子们认真协调，多学法，奋力精进，做好大法弟子的三件事，抓紧一切时间救度更多的众生，争取早日结束这场迫害。

借这次大陆大法弟子书面交流会的机会，把自己一些证实法的经历写出来，和同修们一起交流，因水平有限，不当之处敬请同修慈悲指正。

谢谢伟大慈悲的师尊！谢谢各位同修！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 在师父的呵护下修炼

文 / 北京大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

师父好！

各位同修好！今天利用明慧网给我们大陆大法弟子提供的交流平台和机会，把自己修炼中的点滴向师父汇报并与同修交流。本来想写的多一些，由于动手晚了，所以我就选了两个方面的写，其目的仅仅是为了证实大法。

我是一九九三年接触大法的，也曾经多次听过师父亲自讲法。在这些年的修炼过程中，跌跌撞撞的，但是在师父的慈悲呵护下，学法得法，由一个普通人不断的成长为一个真正的正法时期的大法徒，知道了宇宙的真理，佛法的博大精深，明白了人生的真正意义和自己的历史使命，也知晓了许多宇宙奥秘，学会了在大法中去修炼自己魔炼自己，不断的成熟起来，成了最幸福的人。

### 一、正法修炼中没有榜样

大法弟子学法不学人，走了弯路不要伤心，坚定正念再精進。几年前的一天晚上，一个同修和我切磋时，说她能打大手印，还说正法结束后她将要留在地上等等，我当时听了后不加思索，还有些羡慕的说，将来法正人间时，我也能留在地上象得法初期那样洪扬大法助师世间行就好啦，说完后根本没有意识到同修和自己说的话是不是对的，也没当回事就过去了。当天我睡觉刚合上眼，突然看见一条蛇「唰」一下子缠住了我的双腿，并用嘴来含我的手指，我立刻踹掉它，睁开眼坐了起来，发正念清除。事后只觉的奇怪也没有多想，又准备睡觉。这时突然看见一尊特别巨大的大佛凭空而坐，自己就象一只小小的蚂蚁在空中往下掉，拼命的喊「师父救我……」，这时师父就从他那只巨大的手中演化出一只小手并将无名指伸向我，可是那根无名指对我来说又粗又大根本就握不住，师父立即从他的那只小手中又演化出一只更小的手将无名指伸过来，我终于抓住了师父的手，我得救了……。我腾的从床上跳了下来，跪在师父的法像前忏悔。当天晚上我一夜未眠，静下心来找自己为什么会出现这样的问题。

这个同修是个修炼了十多年的老学员，平时看起来好象很精進，对大法的理解也比较深。虽然过去听她讲的话，总有一种与众不同的感觉，总感觉在讲功能、讲常人这层理多一些，但又找不出问题，所以对她讲的东西从来不在意。接触多了，我发现她理解法还是很深

的，学法也学的比自己多，而且我发现她还能看懂一些新唐人联欢晚会节目中神佛打的大手印，心中有点羡慕。天长日久，她在我这里也无话不谈，而自己也很少去想她说话的对错，听她讲话也不觉的奇怪，不知不觉中甚至还喜欢听她讲话了。许多时候还认为她学法学的比自己好，修的也比自己好。有时她谈到的一些东西自己不能明白和理解，心想自己也没修炼过，往下修会出现什么状态自己也不知道，所以她说什么自己也不反对，也不用大法去衡量了，致使自己走到了十分危险的边缘还不能警觉。

师父的慈悲救度，使我明白了自己的问题：在较长的修炼过程中，自己有意无意的把同修当成了修炼的榜样。平时虽然知道在大法中修炼，师父给我们每个人安排的修炼道路都是不同的，每个修炼者在修炼中都可能会出现这样或那样的问题，大法修炼是没有榜样的。可自己却没有好好学法，以法为师，事事对照，把同修当成了榜样；同修也是一个修炼中的人，也是人在修，她说的一些东西，我没用法来衡量，听之任之，甚至还生出羡慕之心，不知不觉去崇拜一个修炼中的人。在这个问题上，我不但没有对自己负责，没有对同修负责。在邪恶严酷迫害的形势下，师父给自己开创了一个经常能与同修们切磋交流的家庭环境，目地是让我们共同体提高，在大法中精進，而自己却没有对大法负责，辜负了师父的期望，差一点就毁了连自己在内的俩个大法弟子，这是一件多么严肃、多么可怕、多么危险的事啊！要不是师父及时救我，自己千万年的等待就已经毁于一旦了。

在修炼中，摔了一个大跟头，走了一段大弯路。在哪里跌到立刻从哪里站起来，吸取教训，用大法来归正自己，坚定的修下去。当天晚上，我立即给同修就这个问题写了一个书面的个人认识，希望她能清醒，以法为师归正自己，扔掉一切不好的东西，坚定的在大法中修炼，第二天一大早交给了她。我决定彻底清除自己思想中一切不好的东西和一切外来的大干扰，除了大法外，其它的一切东西都不要。刚开始干扰很大，特别是我立掌发正念的时候，总感到有一种外来力量将我的手臂往旁边拽，我用劲再拿回来继续发，横下一条心一定要清除一切干扰，瞬间我被强大的能量包容着，同时看到了自己呈金色的身体在发正念，我知道这是师父在鼓励我。几天后在师父的呵护下，

大法又将我归正到了正确的修炼道路上来了。

师父为了让我在走弯路这件事上有更清楚的认识，一天晚上师父就让我在梦中经历了一个惊险的场景：我站在一个高山嘴处，发现前面山弯的道路上，不断有人（大人小孩都有，男同修较多，有的还拿着铁铲样的东西）走到那儿就从路边象坐滑梯一样急速的向下滑去，他们身上的衣服都呈黑色，下滑中的人不见了，只有山坡下方堆积越来越厚的泥土和砖块。刚开始自己看到这种情况，认为他们想走捷径到达对面的山，表现的很勇敢还有些羡慕。当我看到一个小男孩经过这段弯曲的山路时，他却昂首挺胸平稳的走过去了。我也走到了这段弯路面前，这时我吃惊的发现这段土路是潮湿松软的，稍不留神就容易滑下去非常的危险，而且前面的那些人他们不是勇敢而是不小心滑下去了。于是我小心翼翼的紧贴着山坡，跨过了这段危险的路，并看到了山下寺院中出来一队头戴鸡冠僧帽、身着紫红袈裟的喇嘛朝滑坡的方向走去，念着经超度着那些被泥土掩埋的人。

师父的慈悲救度、鼓励和点化使我再一次认识到了修炼的严肃性。「大法弟子的修炼形式就是在常人中修炼，在常人中证实法、救度众生、反迫害。在这样一条前无古人留下修炼形式参照的情况下，完全靠修炼者自己走出一条路来，而且又要求每个人自己证悟自己的路，不树立榜样。自己走的路只能给后人做榜样，没有替代，谁修谁得。在强加的邪恶高压下、在没有参照的修炼路上、在最现实的人类社会世俗中、在世风日下的人心急速下滑中、在大法对大法弟子提高严格要求中走过来了。」（《成熟》）

我们来到世间得法修炼不容易，师父千辛万苦度我们更不容易。我不能辜负师父的慈悲苦度，也要对自己和众生负责。在后来的修炼中，我以法为师，认真注意自己的一思一念一行，学法不学人，遇事都用大法来衡量，慢慢的学会了遇到问题向内找。虽然在后来的修炼中仍然免不了跌跌撞撞，比起先前还是理智了很多，也慢慢的成熟起来了。

## 二、面对面讲真相救世人 做而不求

这些年来，许多大法弟子全力以赴讲真相的感人事迹使我非常感动。可是要问问自己讲真相做的如何，我真的回答不上来，因为我的



记忆中好象什么也没有做过。在讲真相救世人方面虽然自己也采用过其它各种方式，可远远没有同修们做的多、做的好。一般情况下，我采取的主要的方式，还是根据自己的情况，用纯净的心态面对面的在自己的工作环境中和亲朋旁好友中讲真相，做而不求。

### （一）利用工作环境讲真相

我是科研单位搞研究工作的。自九九年「七·二零」以来，师父总是不断的把有缘的大学老师、即将毕业的大学本科学生、作毕业论文的硕士研究生、博士生、博士后和外地来出差的等有缘人安排在我所在的研究室及所在的课题组工作，给我提供了一个学习面对面讲真相救世人的机会和环境，每当机会出现的时候我就顺其自然的充份利用它。

在给这些人讲法轮功真相时候，由于他们的知识水平高，而且有的人固执，怕心很重，表现出来的是对真相的淡漠。开始时自己经验不够，有的时候讲着讲着就讲高了；有的人你给他讲一次他好象就没有听进去，这样的我就不断的总结经验教训，找机会还给他讲，把大法的真相给他讲透。同时自己提出设想，请懂软件编程的同修一起设计制作一些三点五寸带自启动包的电脑光盘，把《风雨天地行》、

「四·二五」真相、《九评》、破封软件等真相资料压入盘中，送给他们。有的学生把光盘带回学校给他的同学传着看，让更多的人了解真相。

我不仅给学生讲真相，也给我的同事和熟人讲真相，给他们真相光盘看（为了充份利用大法资源和安全，他们看完后我都要回收）。在讲真相中，我发现知识层越高的人接受真相越困难。这样面对面讲真相，虽然接触的人少，也花费了我不少时间和精力，但是百分之九十的人都能接受大法真相，并对大法有正面的认识，有的还做了三退声明，从而得到救度。有的人虽然表面上没能表现出认可大法和三退，但是在我和他们的长时间接触中发现，当他们再听到有关法轮功的情况时，也不再认为大法不好和误解大法了。

在给学生们讲真相中，有时自己也有怕被干扰的心。举个例子，有一个大学生，当我给他讲大法真相的时候他表现的很接受，而且还特别感兴趣的问到有关另外空间生命的问题，我就给介绍《转法

轮》，并告诉他心一定要正，不然会招附体。没想到他却给我讲了他见到的附体的事。我开始并没有注意过他，只是给他讲话时我的身体总觉的有点不舒适，我也没去想它。可是在与他一起工作时，我忽然发现他的一只手上同时带着两个戒指。在好奇心的驱使下我问他为什么要戴两个戒指，没想到他给我讲了他和他母亲严重附体的情况，原来他为了能上完大学不得不请巫师降伏附体，手上的戒指就是巫师降伏附体的东西。听到这些我才明白了他为什么对另外空间特别感兴趣。当时我就警觉起来了，心想这样的人能不能真正得救？他想看《九评》我给不给他？还没有完全给他讲清大法真相、还没劝三退呢，我该怎么做？自己会不会被干扰？从此我与他一起工作说话时就悄悄的保持了一定的距离。晚上在家学法时，对着《转法轮》书中师父的法像，把自己遇到的情况全部讲给了师父，对于这样严重附体的人究竟能不能得救？我还要不要继续讲真相救他？同时我也认识到自己是大法弟子，这种怕被干扰的心是错误的，必须去掉，只要这个生命还能有救，不管有多大的干扰我也要义无反顾的去救他。于是我就请师父点化。

睡觉时，放着大法书的桌子方向突然飘过来一小团白光，瞬间我的主意识就被师父带到了半空中向下俯视。那儿的山非常秀丽，山顶上有一个大平台，心想这里真是一个修炼的好环境，此念一出师父就降低高度让我站立着向山下看去。山下有一个十分清澈的小河。初看小河河水的流向与普通河流好象没有区别，只是有不少小漩涡；再看我发现那不是小漩涡而是许许多多河水在来回无序的串流；再细看时我惊人的发现那些河水都是非常非常有序的在从新组合着，而且山也在不停的有序的同时从新组合着，我心里一下明白了：山河在从新组合！这时师父就抱着我（我的元神是一个只有四-五岁的小女孩）快速穿越不同的时空往回返，时快时慢，象火箭一样，只听见呼呼的风声。当经过一段特别特别快（比火箭还快）的空间时我害怕的哭喊着「师父救我」。这时师父以父亲般的声音在古老的音乐（我没有听过）的伴奏中给我讲法，使我怕心全无，在师父的怀抱里静静的听着师父讲法并随师飞行。人类所在的空间时间是最慢的。当经过这个空间时，我看见一个三十多岁高鼻梁的外国乡村妇女正在她家门前的坝

子里（坝子上有薄薄一层稻草）将盆里的水泼出去，她抬头向空中看着，好象发现了什么可是又一无所获，她若有所思的慢慢转身向房间走去。

经过师父点化，使我明白了「庞大的宇宙，从最宏观到最微观，人类社会恰好在最中间、最外层、最表面。」（《精进要旨》〈何为智〉）在自己层次上的法理，也明白了师父讲法时用光年来描述不同空间的时间是最合适和最准确的，人类所在空间的时间是最慢的，正如师父讲的那样，我们这个空间讲完一句话的时间，在别的空间中可能就是多少万年过去了；同时我也明白了师父说正法形势看起来无序，实际上是非常有序的法理，师父真的是超越一切时空在正法，千真万确，不容置疑。当我明白了这些法理后，去掉了许多不好的想法和人的观念，下决心今后无论遇到多大的干扰，都将继续努力做好大法弟子应该做的三件事，让更多众生能够得救。第二天，我就把自己做的三点五寸真相光盘送给了那个学生，继续给他讲清了真相。

## （二）家里是讲真相的好场所

迫害刚开始时，由于自己对大法理解不深，人的东西很多，这场对大法和大法弟子的迫害与过去政治运动有点分不清，只是觉的师父被冤枉了，法轮功被冤枉了，我们自己也被冤枉了。在那段日子里每天都担心师父的人身安全，盼望师父平平安安。那个时候也不知道讲真相这个词，但认识到非常有必要把法轮功的真实情况告诉人们，消除人们对大法的误解。从那时起，我就开始在自己的家庭环境和其它场合向同事、熟人亲朋好友讲大法的真实情况。往后我又决定舍弃家庭、工作、党籍到了中央和国务院信访办上访，要求还师父和法轮功的清白。

作为大法弟子，在大法蒙冤大法弟子遭受邪恶迫害时，全力向民众讲清大法真相，证实大法是自己义不容辞的责任。在修炼中师父要的就是我们对大法坚定的纯净的心，只要我们心态纯净，做而不求的去做大法弟子的事，师父就会给我们安排并帮助我们心想事成。

我家平常除了不断有同修来之外，也常有许多熟人和亲朋好友来。每当这个时候，我就给他们讲有关法轮功的真实情况，讲自己如何在大法修炼中受益的情况，告诉他们电视和报纸上的宣传是假的，

人们都愿意听而且也比较理解，他们都说，法轮功这么好，你自己在家里炼自己的，你的思想中想什么谁也管不了，它说它的，你炼你的甬理它。有的人还让我教他炼功；有的人当我一提到法轮功时就伸出大拇指说，你们是好样的，我支持你们。

邪恶的猖狂，使迫害不断的升级，特别是邪恶制造了「天安门自焚事件」后，讲真相的难度也大了，许多原本非常同情法轮功学员的人也不同程度受到了蒙蔽，对大法和法轮功学员产生了误解，有的甚至很反感大法弟子，看见我们就躲的远远的。在师父的指导下我们知道了作为大法弟子要做的三件事，要坚定正念，全面的向人们讲清真相。

「天安门自焚事件」的当天晚上七点多钟，恶党支部委员（负责看管我的同事）怕我也去天安门广场弄点事出来，就在电话中告诉说法轮功学员在天安门广场自焚了，而且网上也报道了，让我不要去那儿。当我听到这件事情后立刻告诉他这不是法轮功学员做的，是栽赃陷害，是在造假，并告诉他法轮功是佛家修炼的一个法门，心性要求很高，严格要求学员不能杀生和自杀，在任何情况下都要做一个道德高尚的人。从此以后这个同事在他主持恶党支部工作中尽量回避有关法轮功的问题，对我的态度也发生了转变，不再象过去那样「担心」我了。电视台播放「天安门自焚事件」后，第二天我就在工作环境中利用自己看到的疑点向同事们讲真相。

为了有一个较好的讲真相的家庭环境，我尽量先找机会、用各种方式向家人讲真相。比如，当电视台播放「天安门自焚事件」时，我的第一念就是首先要让自己的家人了解真相分清是非。所以在看电视时，一开始我就将自己看到的疑点讲出来让他们思索，这样一来他们也认真仔细的边看边议论，发现了许多造假的地方，觉的这样做太差劲了。当真相光盘以及《九评共产党》和每年的新唐人电视台《全球华人新年晚会》等光盘出来后，我找机会先让家人看，使他们全面了解了真相，自己也备一套真相光盘，为自己在家里讲真相打下了基础。

反迫害九年来，在师父的安排下，南来北往的有缘人相继（至今不断）来到我家（家人至今都不明白为什么我们家老有那么多的客人

来，告诉他们真实情况都不相信），我就抓住机会给他们讲真相，放真相光盘，尽量让他们明白大法真相，使许多有缘人选择了美好的未来而得救。由于自己的家人对大法真相有全面的了解，所以无论邪恶多么猖狂，家人基本上对我做三件事都不怎么反对，许多关键时候他们都非常配合我，有时还用他们自己的理解帮着讲真相，为自己积了许多福份。举个例子，今年过年期间，我丈夫的生母和小弟一家四口人从外地旅游回来路过北京（因为老太太得了重感冒，第二天上午他们就要乘飞机离开），下午下班前打电话让我们去他们住的饭店一起吃顿饭（这是我第二次见到他们）。当天晚上我利用吃饭的机会向弟妹和小侄女简略的讲了大法真相，劝他们三退了。在回家的路上想着小弟和老太太还没有机会听真相，没能救了他们，心里很难受，非常希望他们临走前能来自家做客了解真相，我默默的向师父陈述了自己的想法。第二天，在师父的安排下奇迹出现了：老太太的身体状况和精神状态都很好。在我们的邀请下，小弟全家决定来我们家，然后再去机场，当时我真的很振奋，决心按师父的安排充份利用这个机会和短暂的时间去救人。我先给家里的亲人们说好，请他们全力配合我讲真相。当天中午我让家人将吃饭时间向后推迟了二十多分钟，我和小女儿（小弟子）准备了真相光盘，全家人陪同客人观看了《风雨天地行》中的《荡浊》部份，使小弟全家人真正明白了大法真相，转变了对大法的态度得到了救度，同时也弥补了自己第一次（在他们老家时）给他们讲真相讲不通的遗憾。

这次全家人能全力配合成功的讲清真相，这都是师父的精心安排。即使这样，师父为了鼓励我和我的家人，晚上休息时，师父将我的主意识带到天上，在靠近天门的地方让我见证了：在天门上方那球形的、巨大的宇宙屏幕上，正在图文并茂的滚动播放着那些在劳教所失去人身的、已经圆满的大法弟子（记不清他们的名了），他们在劳教所证实大法的点点滴滴的感人事迹。师父还让一个女神给我三张票（一张白色的和两张象征福份的），并告诉这是给我的家人的。

师父的鼓励使我明白了，常人只要做了证实大法的事情他们都将得到大福份；而大法弟子在人世间做了任何一件证实大法的事，在宇宙中都会有录像记载，圆满时都将在大穹的宇宙屏幕上播放。正如师

父在《二零零八年纽约法会讲法》中讲的那样「各地区大法弟子所做的那些事情可歌可泣，只是没有拍成世间的片子，但是在宇宙中有你们的片子。（鼓掌）你们每一件好事都没落下，都做了录像记载。真的是录像。都记载着，因为那是你们走过的路，那是你们的辉煌。」

在这些年讲真相中也遇到过许多干扰，许多时候自己事先准备好给某人去讲真相（也先发过正念），可到时候却很难有机会做成；有的人身上带的东西很不好（这样的人很难接受真相），他不但不能接受真相，而且自己还会被严重干扰，有时发正念都清理不了它，必须求师父才能清除。这种情况也偶尔也使我对讲真相产生过怕被干扰的想法，在心里感到有点发怵；有的人他不仅听不进去真相，还会说一些难听话使自己的心很难受；有的人你给他讲着讲着，他突然用异样的目光看着你，好象看到了怪物一样躲避你；有时候，对有缘人（不了解的和初次见面的人）劝三退时，家里的人觉的话题敏感怕我出事也会故意找理由阻止。遇到这些问题，一般情况下我就向内找一找自己的问题，想想是不是自己讲高了别人接受不了，或者方式方法不对，或者自己的心态不够纯净正念不够强？总结经验教训，努力去掉自己思想中一切不纯的东西，坚定正念，继续去做大法弟子该做的事情。

随着不断的学法，也加深了对法的理解，对师父和大法越来越坚信，清除了自己许多人的观念，心态也越来越纯净，正念正行，做而不求。慢慢的，我就把讲真相救众生当作了自己日常生活中象吃饭穿衣一样自然而又必不可少的事情，无论在什么环境中，都能理智的利用一切机会去做大法弟子的事了。

实践中我看到了面对面讲真相的效果是最好的，只要你去做，百分之九十的人都能接受大法真相。有的时候，当那些得救的人乐呵呵的显现在我的面前时，我心里真的为他们有了美好的未来而感到非常高兴。

就写这些，不对的地方请同修们慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 在做资料中修炼升华

文/河南大法弟子 宇航（化名）

【明慧网二零零八年十二月二日】

师尊好！同修们好！

我是二零零五开始做证实法的资料的，刚开始只刻录少量光盘，后又增加小打印机，打少量的小册子和单张。知道我做资料的人多了，就有同修来取，出去发放。以前都是懂技术的同修给我现成软件，我只会刻录，打印。随着数量的增加，我又学会了上网，下载，更换了打印机。这样我这个小资料点就运作起来了。在师尊的慈悲呵护下，一直走到今天。

### 一、去掉求数量的心

随着证实法的需求，有时需要打印的资料相对多一些，从明慧网上下载的小册子有厚有薄，都很好。可是有一段时间，总喜欢打印薄一点的，同样的时间，同样的纸张，可以多出好几份。厚的相对打印的就少，那段时间机器老出毛病，修，换，仅是二二零型号的打印机就换了三台。换下来的给别人去用了。一天，同修甲告诉我：机器在别人家转的挺好的，现在还用着呢，你是不是观念上有问题。我找了一下自己，发现我给打印机定了数量，因为听别人说二二零打印两万张就到寿了。其实，我们大法弟子证实法用的东西，都是法器，都是超常的，自己用人的观念限制了它，使它发挥不了它应该发挥的作用。可是换了打印机还是不行，滑纸很厉害，打印时得始终在机器旁边整理，费时，费力，费纸张。通过学法，我大吃一惊，我前面的向内找，只是找了一点皮毛，根本没找到实处。我最大的，致命的，不好的心是私心——求。求数量，其中又包含了多少不好的心呢，显示心，攀比心，安逸心，不愿吃苦等，就是没有纯净的，无私的救度众生的慈悲心。在这样浑浊的场中，机器能运转好吗？打印出来的资料的威力能大吗？能达到救度众生的最大效果吗？真是脸红，冠冕堂皇的背后有这么大的私心，有愧于正法时期大法弟子的称号。在《明慧周刊》首页上刊登着师尊的经文「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》），每次打印周刊都能看

到，自己却没有做好，只有无私无求，才能以最大的慈悲心救度众生，才能救得了众生。

悟到了，那么就去做，为了更好的救度众生，就跟来取资料的同修商量，多注意常人喜欢，爱看的资料，我们多出一些。自己下载的资料也都看一遍，适合本地情况的多出一些，放寒暑假有关学生的多出一些，根据不同情况，不同时间，不同需求侧重点不同，而不再在乎真相小册子的厚薄。平时注意和其它资料点协调，争取多种多样，更快，更好，更多的救度众生，以不辜负师尊的期望。

## 二、依赖心的教训

依赖心也是出自于私心，不愿吃苦，不想多动脑子，依赖懂技术的同修，刻录光盘的时候，都是同修做好的映像软件，自己只刻录就行了。同修教我编制小册子的步骤，我记在一张小纸片上，根本没往心里去，也不知道扔哪去了，后来需要的时候到处找也没找到，一有事就找技术同修。直到去年技术同修被恶警绑架，自己有些东西不会才知道着急。

最使我痛心疾首的是，同修被绑架受迫害，我感到自己也有责任，虽然表面上看不是我的原因，可是，我的依赖是不是让邪恶钻了空子，把他抓起来看你还怎样。依赖是不是给同修的空间场弄去了不好的物质，加重了同修的负担？

这次教训让我猛醒，除了为营救同修发正念，自己在技术方面注意多看，动脑子思考，学习，实在不会的问家人，问同修，用心记。学会了编制小册子等。四川大地震时及时编出的小册子，受到本地众生的欢迎。后来同修给我安装了一个自动编小册子的程序软件，很简单，谢谢同修。师尊让我们遇事替别人着想，修炼是严肃的，必须每一思每一念都按大法的心性标准要求自已，才能走好走稳。

## 三、去怕心

无私才能无惧，刚开始做资料时，没感到什么怕，自我感觉良好。那是因为数量少，单一，家里不积存，不是自己没有怕心。随着数量的增加，或同修因故不能及时来取，那个怕心就表现出来了。心里想，如果抄家怎么办，这里藏藏，那里放放，好象哪个地方都不安全，盼着同修早点取走，甚至怕到什么程度呢，同修见到我说，给你



说点事，我就怕起来了，心想，什么事啊，不是谁出事了吧，赶快把东西转移。其实人家说的根本就不是这方面的事，是自己空间场里那个怕的物质在作怪，必须去掉它，解体它，多学法，师尊在法中多次讲过这方面的问题。

平常只要那个怕一出现，我就背《洪吟二》〈怕啥〉，抑制它，发正念解体它。找自己，分析自己，我是正法时期大法弟子，救度众生是自己的责任，是在做宇宙中最正的事，怕什么呢？之所以怕，是因为有私，有求。怕失去眼前的安逸，怕家人受到牵连，怕这，怕那，都不是修炼人应有的状态。如果平时想到的只是救人，没有为私为已的想法，那还会有怕吗？就没有了。那么这就需要每一思，每一念都用大法来衡量，严格要求自己，不断同化大法，从旧的宇宙的理中脱胎出来，修成一个无私无我的正念觉者。随着正念的加强，那个怕的东西越来越少，越来越不起作用了。

零八年上半年，一位同修来取资料，刚刚装好包，有人敲门，同修以为是熟人，就开了门，结果几个「六一零」办公室的，居委会的人闯了进来。听声音不对，我急忙关掉电脑，桌子上打印好的东西来不及收拾了。我没有怕，但是有点急，我觉的状态不对劲，立刻让自己平静下来，坚定一颗救人的慈悲心，你来了那就是你得救的机会。

我想不能让他们进来，我出来坐在门口，发出一念，谁也别进这间屋。他们其中一个坐在我对面和我聊，其他两个这里转转，那里看看，顺手翻翻。我一边和他们聊，一边发正念，除他们背后的邪恶，无怨无恨，善待他们。一会儿，「六一零」那个人拿过来两张光盘说：「你家还有光盘。」又拿过来一套师尊在国内的讲法说，「这么多光盘，如果被公安发现，就得判刑。」我说：「你别看那么多，这是一套，我学法得学完整啊。」过一会，又把我正在看的师尊在国外讲法的合订本，从另一间屋拿了过来，翻到最后一篇说，看看都是新的。我对他们说：「我是修炼的人，我就得学法，这么说吧，要命你们拿去，不让我炼法轮功是不可能的。」和我聊的那个人说：「谁要你命了？」他还说，你可不要出事啊，你出了事，我就没有饭吃了。」我说：「你看重的是眼前这点利益，我珍惜的是你的生命。」我盯着他的眼睛说，「一个生命多宝贵呀，我珍惜的是你们的生命，

我不会盲目的做什么，让你们因为我再做错事，那对你们不好，对你们家人也不好。」

听了我的话他似有所悟，从这时开始就婉转的帮着我说话。整个过程我都保持正念，善待他们，希望他们能得救。一直到他们离开，谁也没进做资料的房间，大法书和光盘也没带走。他们走后，我找了一下自己哪个地方没做好，一是把命拿去那句话不该说，我还要留着这条命做三件事呢，发正念否定它，不要被邪恶钻空子。二是真相讲的不太到位。以后得注意，多学法，多听其他同修讲真相的经验，争取做的更好。

#### 四、小小资料点，救度着四方众生

资料点遍地开花真好，真是一个救度众生的好方法，资料点的同修可能都能感觉到，小小资料点，连着四面八方，救度着众生。我这里是一个小小的家庭资料点，每次同修来取资料时，我们都一起切磋，并且有什么活都抢着干，我常常被他们感动。

东搬家了，离我这儿比以前远了许多，乘公交车得转一次车才能到这儿。可是，她还是常来和我一起做资料。她是个心比较细的人，做护身符，经过她切剪，看起来就精致的多，那么别人就比较喜欢要，对救度世人起到了更积极的作用。她被迫害失去了工作，靠她丈夫一个人的工资生活，她本人生活比较俭朴，还拿出钱来作资料，有时买耗材，都是自己掏钱。我不忍心让她拿钱，她说这都是应该的，说的很诚恳，我听了都想掉泪。

一天，亮来了，给我讲了他遇事向内找的体会，首先加重语气说得真正的向内找才行。那几天单位领导逼他签字，保证不炼，家里没有法轮功的东西等。他拒绝签，给领导讲真相，可是效果不好。他想，师尊叫我们遇事向内找，是不是自己哪地方有漏了，不能光想着它们迫害我。一发现自己一大堆执着，到底哪方面才是当前最大的问题呢，他找同修一起切磋，他发现这段时间色心方面没去干净，在往上翻。悟到了，就及时把这个肮脏的心曝光，立刻感到一身轻松。第二天上班，领导就在没有坚持让他签字，说我对你是一让再让。事就这样过去了。

亮上班比较忙，晚上七点才下班，等到了家，别人都吃完晚饭在

外面散步了。有时他顾不得吃饭，先去劝三退，这个时间大家都比较放松，容易切入话题，效果比较好。有时回去比较晚，随便吃点东西，就开始学法，或者是出去发真相资料。虽然累点，但心里很充实，觉的做了自己该做的事情。

真宜今年六十八周岁了，平时很精進，已经背了好几遍《转法轮》了。每天睡觉很少，不论睡多晚，三点半都能起来炼功，从未间断，发完正念，给孩子做早饭，吃完饭，出去买菜劝三退。下午学法。晚上出去发放真相资料。几年来，积累了不少的经验，基本是每周都传过来几张写满三退名单的纸条。我们这边很多人都知道她。有一次，她骑着三轮车在街上走着，越过一辆三轮车时，那个三轮车厢里躺着一个人，突然向她大声「哎」了一声，把她下一跳，她看周围没有别人，知道是在喊自己，就停下来，那人说：老太太，有碟吗？真宜问：你认识我吗？他说：不认识，听别人说的，我们村很多人都没看过那碟，都想看，你还有吗？真宜说，你等着我去给你拿。就回家拿了一些光盘加上一些其他真相资料，包好，给他送来，那人接过来以后，有点害怕说，你可别告我啊，我家有老婆，孩子。真宜说，放心吧，不会的。看到众生明白真相，得救，心里真高兴，同时也鼓励她去做的更好。

文秀是个不爱多说话，默默做事的人，她给我讲了去附近农村发真相资料被汽车撞的事。两个同修约她去农村发资料，他们去了以后，带去的资料不够，还有地方没发到，她又回来取了一回，发完最后一份已经很晚了，上了公路，一边等其他两位同修，一边慢慢走，感到一束强光照过来，紧接着后背被撞了两下，就昏了过去，这时两个同修也过来了，撞人的车跑了。她醒来时，听到同修在大声喊她的名字，休息了一会，同修叫了辆出租车，她说，我还是骑自行车吧。同修说，你消了一个大业，她说，被邪恶钻空子了。原来同修叫她时，心里有点不太情愿去，但是知道应该去救度众生，还是去了。回去后发现手，脚有撞破的地方，腿有点疼，走路能看出来，她不断发正念否定它，照样坚持自己该做的一切。几天后就全好了。

肖洁是通过师尊点化，到我这儿来取资料的，有一段时间看不到资料，心里有些着急，结果晚上就做了一个梦。看到我手里拿着一搭

资料站在她床前，醒来后，悟到我这儿可以得到资料。确实是这样，从那以后就从我这儿取资料，没有间断过。她拿回去的资料要分给其他同修，她自己也要发。她只要出门办事，无论是去做客，还是买东西，都带上真相资料，及时发放救人。出门前，给所带的资料发正念，一定要让有缘人得到。有两次准备来我这儿，却头晕起来，她立刻发正念，我是在救人，做的是宇宙中最正的事情，你不要干扰。一边走一边发正念，到了我这儿什么事都没有了。

同修的故事很多，很多，我常常敬佩他们的正念正行，如果他们自己能写出来会更好。

我就写到这里了，我知道我还有很多方面没有做好，还有许多执着心需要尽快去掉，我会多学法，精進实修，做好三件事，让师尊放心。

感谢师尊的慈悲苦度！谢谢同修！（文章中所有同修的名字均是化名）

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 在证实法中不断升华

文 / 河北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

师父好！

同修们好！

我是一九九九年三月得法的学员。迫害发生时，自己对政府不理解，也知道法好，但不知怎么样修，也不知道证实法。渐渐的我又沉迷于常人生活中，偶尔炼炼功，干扰特别大。二零零四年年底，在同修甲的慈悲帮助下，我得到了师父的新经文及破网软件，又从新走向修炼中来。现将几年来自己的修炼体会总结一下，主要是为了证实法，同时突破自己写不好、不会写的心理障碍，破除人的观念，清醒认识法。

从新走向修炼中后，我就每天大量学法。又利用近一个月的时间，和孩子（小弟子）一起把全部书籍改字。通过学法，我基本明白

了修炼不是为了个人圆满，而是为了救度众生；也知道了这一切磨难都是旧势力安排的干扰和破坏。零四年年底，大纪元出了《九评共产党》社论，我看了两遍后，和孩子一起退出了邪党组织。零五年，我买了一台打印机，建立了小型家庭资料点。

由于自己只认识同修甲，特别渴望能接触其他同修，和同修们一起共同提高。感谢慈悲伟大的师父，年底，同修乙找到了我，从此开始了我真正的修炼之路。

### （一）正念解体邪恶阴谋

师父曾点化我，说我不知羞（修），可我真的不知道咋修，看书只能明白表面，象师父说的：「有一部份学员心性、境界提高的很慢，还是停留在感受上认识我与大法，总是从身体的变化和功能的体现上对我的一种感恩戴德，这是常人的认识。」（《精進要旨》〈警言〉）和乙同修接触后，不断的学法，切磋，渐渐的有些明白了。恰逢师父《二零零五年旧金山法会讲法》发表，我就开始背法，突破怕心，堂堂正正的讲真相。我是一名教师，教几个班的学生。课堂上讲完课，我就请师父加持，讲真相，劝三退，一段时间下来，就退了二百多人。

有一个班级里的一个学生和我校的邪党书记有亲戚关系，因此我一直没和他讲真相。在我几乎劝退了班内所有学生后，我想我不能因为自己的怕心就落下他，他也是被救度的对像。师父在《二零零二年波士顿法会讲法》中早就讲了：「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。」只要我们摆正心态，用正念，不用人心，旧势力也不敢钻空子。坚定正念后，在一次课后，我很顺利的帮他退出了邪党团队组织。

由于自己不能时时在法上，时不时就放松自己，不自觉的就承认了旧势力的安排，因此埋下了隐患。三退后，我和这个学生闲谈，学生问我：「你这样讲，就不害怕吗？」我随口应附了一句：「我是救人，但担心学生家长不理解。」后来通过学法，我才明白我随着人的思维走了，没有把自己当作一个修炼人回答这个问题。师父说：「修炼人的思想如果离开法，邪恶就会钻进来。」（《美国佛罗里达法会讲法》）因为好长时间也没认识到，更不知道破除了。

此后，因为急于讲真相劝三退，忽视发正念，又夹杂着怕自己落下、不能圆满的人心，结果被邪恶钻了空子。学生家长向学校举报，学生也向学校反映，学校开始调查我，我被停课。

这之前不久，同修甲被非法劳教，在高压下向邪恶妥协，并说出了同修乙和我。因此，在我停课期间，不仅学校三番五次找我，派二名同事进行所谓的帮教。「六一零」也来我校骚扰，调查我的情况。恶党书记专门召开教务处会议，扬言：给你一个月时间，如果不好好认识错误，就降低职称；再一个月还不认识，就取消你的教师资格；再一个月还不转变，我们就上交，那就该怎么处理怎么处理吧。

会后，同事轮流来劝我，说什么的都有。还有一个退休老主任知道消息后，流着泪劝我：「放弃吧！」我不被他们的语言所动。师父讲：「通过这件事情，你们就会有接触更多的人，就会大面积的去讲清真相。平时你没有机会，你拽过一个人就跟他去讲真相，还有点不好意思呢，是吧？现在有事干了，那就讲吧。」（《大纽约地区法会讲法》）所以我就借机给他们讲真相。当邪党书记和校长找我时，我也给他们讲真相。讲天安门自焚，讲天要灭中共及现在的退党潮。邪党书记开始不相信，我就从他的电脑中用雅虎搜索出藏字石风景区的图片，给他看，他看到图片上「中国共产党亡」几个字后，一句话也说不出来了。

在乙同修积极协调下，同修们大力配合，真正体现出整体配合的力量。有的同修上网曝光邪恶并编辑当地真相资料；有的从不同的角度写文章揭露邪恶；有的给学校教职工邮寄真相资料及信件；更有许多同修长期发正念支持。海外的同修也积极配合。许多教职工接到了他们的电话，校长和书记还接到了传真，对邪恶起到了极大的震慑作用。

那段时间，我一有空就背法、发正念，和乙同修一起学法、切磋，从法上提高。当时，我经常背师父《二零零三年元宵节讲法》：「但是不管怎么样，师父是不承认它们的。你们也不承认它，堂堂正正的做好，否定它，正念足一些。我是李洪志的弟子，其它的安排都不要、都不承认，它们就不敢干，就都能解决。你真能做到，不是嘴上说而是行为上要做到，师父一定为你做主。」还背《二零零五年旧

金山法会讲法》：「如果大法弟子都能正念正行，无论在任何情况下都用正念思考问题，每一个大法弟子都不会在迫害面前生出怕心来，看谁敢来迫害你！一个完全在法上的人谁也动不了，这是不是具备了保护自己的能力了？其实迫害之前的老学员我都给你们推到位了，包括后来的新学员，只要正念正行，完全可以保护自己了。只是有的学员就是没有正念，什么都具备了迫害中还用人的思想看问题，还执著一大堆，叫师父怎么办？完全把你自己在证实法中做的都包了吗？那是你在修炼还是师父在修？我再说一次，『师父是在迫害中保护大法弟子，而不是一个常人。』」通过背法我心里正念越来越足，坚定的心越来越强，我发出强大的正念：我是师父的弟子，我做的是最正的事，任何生命都不允许动我！

邪党书记再次找我时，我就给他讲文革，接着我说：「你要把我送进去，你就是在干坏事。现在它们在里面做活摘法轮功学员器官的事，中国到处出现的换肾、换器官，都是从这里来的。全世界都在追查这件事，所以你要负全部责任的！」恶党书记说：「我知道文革中共产党干的事，我不会把你交给它们的！」

在强大的正念下，一段时间以后，事情不了了之。

## （二）放下情，走出人

我被单位停止工作期间，为了让我写保证，单位找到我的丈夫，让他劝我，并告诉他我已被单位停止上课近一个月了（因为觉的这个事常人帮不上忙，只能徒增他的烦恼，所以我被停课的事一直没有告诉他），而且又说我今后的工作问题取决于我的态度。接着又通过我丈夫通知了我大哥，妄图借助家庭关系给我施加压力。

我大哥是某单位邪党书记，受邪党毒害较深，接到消息后很快就来我家劝我。我根本就不为其所动，借机给他讲真相，告诉他我为什么又从新走上修炼的道路。

「二零零三年『非典』时期，正是我身体最不好的时期，讲课很吃力，说话底气不足。不分泌唾液，腰、颈椎都疼。更严重的是我得了精神忧郁症，觉的活着腻烦，如果不是『七二零』迫害前我看过大法书，知道自杀是有罪的，现在还不定是什么情况呢！就在我绝望的时候，是大法救了我，仅一周的时间症状就都没了。邪党的实证科学

讲眼见为识，我修炼了，我实践了，我受益了，你说我怎么能放下哪？」

接着我又给他讲天安门自焚、藏字石。大哥见说不动我，很生气，说话也难听了，并说：「识时务者为俊杰，共产（邪）党执政，就得听共产（邪）党的。」我义正辞严，告诉他：「做人要有良心，讲正义，大是大非面前要自己动脑筋思考，不能人云亦云，不分好坏对错，谁强跟谁走，在人中也让人瞧不起，叫势利眼，何况修炼人？」大哥很泄气的说：「好就在家炼呗，不要出去。」我就说：

「我知道我在干什么，现在天灾人祸这么多，你们知道为什么吗？因为共产党把人都变坏了，没有信仰了，没有道德了，什么事都干。邪党建政后，非正常死亡人口高达八千万。这回又迫害法轮功，栽赃陷害，活摘器官，这么坏，所以天要灭中共。我救人，我在救你们，我不讲行吗？我没有错，谁也别想管我！」在我的正念下，大哥再也说不出什么，就走了。

大哥把此事告诉了我的父母。我父母已年过七十。我们兄妹从小受儒家思想教育，所以都怕我爸，不敢和他顶嘴，什么事都是他说了算，因此我有些担心。同修和我切磋，师父在《转法轮》中说：「人家讲佛教乱了，儒教的东西都跑到佛教中去了，什么孝敬父母、儿女情都跑进去了，佛教中没有这个内涵。什么意思呢？因为一个人的真正生命是元神，生你元神的那个母亲才是你真正的母亲。你在六道轮回中，你的母亲是人类的，不是人类的，数不清。生生世世你的儿女有多少，也数不清。哪个是你母亲，哪个是你儿女，两眼一闭谁也不认识谁，你欠下的业照样还。人在迷中，就放不下这个东西。」「常人可能理解不了，你要执著这个东西，你根本修炼不了，所以佛教中没有这个内涵。你要想修炼，人的情就要往下放。」我要哪个？

师父在《洪吟》〈得法〉中说「真修大法 唯此为大」，我问自己真修吗？我到底要哪个？家庭只是法给人类这一层开创的生存方式而已，他们只是我要救度的众生，他们怎么能干扰救度他们的主王？如果我被干扰了，他们的罪业将何其大呀！「所以修炼人要放弃常人的一切心、一切理，才能修到高层去，才能跳出与宇宙相反的三界。」（《精進要旨二》〈大法是圆容的〉）我一定要突破亲情关，



带着这坚定的一念，我回了家。

面对父亲的责难、姐姐的劝说、妈妈哭闹、骂我，最后给我跪下，我当时想「一个心不动，能制万动。」（《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉）「念一正 恶就垮」（《洪吟二》〈怕啥〉）很快，由旧势力黑手烂鬼操纵人演的这场闹剧就收场了。

丈夫胆小怕事，自我保护意识很强。见我抵制了方方面面的压力，虽嘴上不说什么，心里却生了邪念。不长时间，我就发现他常撒谎，不能按时回家，花钱很多，当我刚一问及，他就不耐烦。当时我被单位停课，各方面压力很大，也没在意。又过了一段时间，我看他花钱越来越多，一问他，他就开始和我发难，并提出离婚，而且非常坚决、干脆的离家出走了。

我在心痛之时，没有停止学法。每天大量学法、背法，和同修切磋，向内找。我想即使我有错，那是我要在法中归正的，决不允许邪恶生命迫害我。我知道邪恶生命的最终目地是为了置我于死地，利用离婚打击我，让我不能修炼。怎么办？我不修了吗？我干什么来了？

「人要返本归真，这才是做人的真正目地。」（《转法轮》）我要为了贪图一世的舒适安逸，而放弃生命的永远吗？绝对不能！我不是来过常人生活的，我带着史前救度众生的大愿，冒着天胆来到人间，怎么能沉迷于儿女情之中呢？

于是我每天加强发正念力度，请师父加持，放下情。面对丈夫一系列的行为：打骂、翻家、转移钱财、要房子等，我就背《转法轮》中的「失与得」、「业力的转化」、「提高心性」及其他的讲法，去掉自己对物质利益的执著，什么都往下放，「但是最根本的问题不能动摇。」（《二零零五年旧金山法会讲法》）放下物质利益之心的同时，摆正个人修炼与正法修炼的关系。师父讲：「整个三界，包括人类社会所有的生命，都是为了宇宙在最后时刻的正法中使众生得救、得度而造就、而成、而来、而生、而开创的。也就是说，三界是为这个目地，是为了拯救宇宙众生而造就出来的。」（《二零零四年纽约国际法会讲法》）怎么能随着人想干什么就干什么呢？我早已向师父发过愿：我的一切是师父给的，我的一切都要用于助师正法中，所以决不允许任何生命来干扰。就这样，我每天学法，证实法的事一天也

没落下。

一年多以后，丈夫表示要回来，但提出条件：要过常人生活，对我证实法的事限制。我是从人的理中走出来的，怎么会受人的限制呢？师父讲：「大法弟子做什么事情啊，要多考虑一下还是应该的。你是大法弟子嘛，你要为你的修炼负责，也要为大法弟子的环境负责，所以哪，我想你要能站在这个基点上去考虑问题，你做的事情该不该做和怎么去做，就知道了。」（《二零零七年纽约法会讲法》）我当时正在协调一个地区的资料点运作，怎么能被人控制呢？在证实法中、在救度众生中，任何生命不能和我讲条件，只有无条件的同化大法。

### （三）正念突破长工资

后来，事业单位长工资，邪党制定政策：年度考核不及格者不能长。而我被停止工作也有了一年了。开始，我用人心想问题，担心不能长。这时，同修乙和我及时切磋，在法上认识，我从新思考，为什么我会担心呢？师父在《转法轮》中讲：「如果能把那个心放下之后，那个物质的本身并不起作用，而真正干扰人的就是那颗心。」是我有利益之心，「我们这一法门是直指人心，不是从物质利益上使你真正的失去什么。恰恰相反，就是在常人这种物质利益当中去魔炼你的心性，真正提高的就是你的心性。」（《转法轮》）意识到这颗心之后，我就请师父加持，把这颗心放下。

又过了几天，同修再次和我切磋，分析个人修炼时期与正法时期修炼的不同，不能一味的承受。师父在《二零零四年美国西部法会讲法》中说：「大法与大法弟子是反迫害的，这也是身为大法弟子的责任。」放下利益之心，不等于承认迫害，不等于允许旧势力的干扰和迫害，师父在《二零零四年纽约法会讲法》中讲：「大法弟子证实法走的是正路，救度众生，经济条件、方方面面都应该配合上来的。如果在一些方面做不好，就会叫邪恶钻空子。任何事情只要你做好，一切都会有变化。」那就绝不允许邪恶对我的经济截断，尤其现在资料点很需要资金。就这样，不断的学法、切磋，在法中，我进一步升华。

我又认识到我的生命是师父给的，我的一切是师父给我的，所以

我要把我的一切全部投入到证实法中。有一天在单位学习师父《二零零三年元宵节讲法》：「因为你不能站在法上认识呢，那常人的麻烦就是常人的麻烦。人眼中看到的东西都是不变的，可是在神的眼中看这一切是变的。」是啊，按照人的思维逻辑，出了这么大的事，现在邪党政策又是直接针对法轮功的，我不可能长工资。可是我不是普通的人啊，所以应该跳出常人的思维，从人的一切理中走出来，我是大法弟子，不能从人的理中看问题。「那作为大法弟子为什么不能够从大法的基点上去考虑问题呢？」（《亚太地区学员会议讲法》）我讲真相、救人是符合大法的标准的，做的是宇宙中最正的事，没有错，是旧势力与中共邪党在干坏事，在跟大法作对，是它们逆天行道，犯下滔天大罪，有罪的是旧势力和中共邪党。我们是助师正法的大法徒，我们学的是师父的宇宙大法，具有一切能力，只要我们在法上就无所不能！我怎么能被人的理束缚呢？师父在《二零零二年美国费城法会讲法》中讲过：「宇宙怎么产生的？就是大法觉者的一念产生的。」是啊，单位领导是什么，不过是我宇宙体系中要摆正的一个因素，他们没有任何权力、没有任何资格安排我，他们只是我要救度的一个生命。

明白这些法理之后，我明显的感觉自己突破了两层物质，一个是顺表面现象看问题，用人的思维逻辑想问题；一个是在常人中养成的对所谓邪党领导的畏惧。心里有了法，真正感觉到在法中的坚实，我明显的感到邪恶因素已经解体，果然几天之后就涨了工资。

在几年的修炼历程中，我感谢师父的慈悲呵护，感谢同修的慈悲帮助，我会更加勇猛精进，圆满随师还！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 做真相资料中修好自己

文 / 辽宁大法弟子 春雪（化名）

【明慧网二零零八年十二月二日】

师尊好！同修们好！

今天借明慧网为我们开辟的平台来谈一下自己的修炼的体会，与

同修们共勉。我谈的题目是《做真相资料中修好自己》。

我是一九九六年九月份接触大法的，最开始是为了祛病，并不懂的什么是「修炼」；真正开始修炼是在九七年三月份，那时去了一个炼功点学功，后又到集体学法小组学法，才悟到了大法的奥妙。经过学法，明白了修炼的真正意义，不仅能去病，还能使思想境界升华，这样我开始真正的修炼。

但万没想到这么好的功法，突然在九九年七月受到邪党迫害。刚开始我很害怕，不敢出去证实法，但我坚信大法是最正的，我们的师父是最正的。中央电视台播放的内容全是假的。我只有一个念头，不管常人社会怎么说，政府怎么说，我是修炼到底了。所以我就在家和丈夫坚持学法炼功。后来随着思想的升华，我和丈夫也去了北京证实法，后来被送回本地洗脑班非法关了两个半月。

从洗脑班回家后，我和丈夫就做一些发放资料和传送真相资料的事。师尊在二零零五年七月二十日的经文《学好法 去人心并不难》中讲过：「其实那些走不出来的，无论是这样的借口还是那样的借口，都是在掩盖怕心。可是有没有怕心，却是修炼者人神之分的见证，是修炼者与常人的区别，是修炼者一定要面对的，也是修炼者要去掉的最大的人心。」

我记的第一次发资料回家，内衣都让汗湿透了；累点儿不算什么，主要是「怕」。「怕」也是一种物质，随着不断的发放资料，「怕」的物质越来越少，后来到哪儿去发也很随意了。有时正发着，有人来了，也能随机应变了。

有一段时间因为需要资料的人很多，我就协助丈夫一起担起了送资料的任务。每周他取回来，我就和他一起装订、分送。有一次，他取资料回来，我下楼去接一大行李包资料，有四十多公斤，还有小包。我刚把大包接过来想往身上背，一下子行李包的大拉链开了，一大包资料洒落在楼梯口。《明慧周刊》的书皮朝上，摆了一地。我当时也没害怕，只有一念：有师父、有护法神，恶人看不见。我急忙将洒落在地上的资料收起，放在纸箱上面一口气抱上楼去。到屋里后，丈夫告诉我：「我在路上骑车摔了一跤。」我明白了，这是师父保护，路上大包没有裂开。后来我悟到，这不是在点化我们吗！师父讲

过让「资料点遍地开花」，我们为什么自己不做，却去一个那么远的资料点去取，在安全上对我们对他们都不利。我就说出了我们的想法，丈夫说他也有这样的想法。

从想到做，可不是那么容易的一件事，我们都六十来岁了，我们对电脑是一窍不通。前些时候，听同修说电脑上网看明慧网，在小同修的帮助下，我们买了一台笔记本电脑，刚学会看网页，可是点起鼠标来还是笨乎乎的，想做资料可不是那么简单的了。我们不懂的什么打印，只知道复印机可以复印，原材料哪来呢？对下载一点儿也不懂，所以就选择了买复印机先做做看。一些简单的，如单张传单、小册子、周刊，复印就可以了；可是做《九评》就难了，恐怕我们做不了。用什么裁、用什么订？这样我们就和大资料点商量，《九评》书由他们提供，其它的我们自己复印，由他们提供原稿；可那个同修不同意，说要做就全部自己做。我想是该我们独立运作了。师尊教诲我们「难行能行」（《转法轮》），这回我们就试一试，看到底行不行。我们是正法时期大法弟子，只要信师、信法，无所不能。主意打定了，我们就先向别的做资料的同修了解厚书用什么裁、订；搞明白了，我们就买来了设备，开始试做；真还做出来了。经过不断的总结经验，越做越好，跟大点上做的差不多，同修们还以为我们仍是去大资料点取的。

整个做资料的过程就是不断去各种执著心的过程。做资料本身不是修炼，但我们的修心体现在这过程中。首先得没有怕心，有的同修连师父的新经文都不敢收存，看完就又还给送经文的同修；《明慧周刊》也不敢存放，给他真相资料也不敢发，就又还回来了。做资料要有电脑、打印机和其它耗材，有些同修认为这是危险的，会被迫害。我们学法，不承认旧势力的安排，否定什么做资料容易被迫害的思想，堂堂正正的就做师父安排的三件事。在做资料期间，经常看到有明慧报道一些资料点被破坏的消息；我们周围也有做资料的同修被绑架、迫害。开始听到有做资料的同修被绑架也有点害怕。后来不断学法，加强正念，再听或看到这类事就不怕了，就只管正念对待了。

有的家庭资料点在奥运前被迫害，我只管正念对待，不管什么邪党敏感日，我们都正常运转，该做什么做什么，该做多少做多少，救

度众生的事我们不能停。我们悟到，自己做的正，邪恶不敢迫害。这样我们一直坚持，无论年节假日，从不间断，节假日时反而加量。

做家庭资料点，还得能舍去利益之心；买设备、耗材等等，电费也要增加，我思想上有充份准备，即使没有人帮助，我们也一定要保证我们所负责的这部份同修得到资料供应。当时我们负责七、八十人的范围。只要我们生活节省点儿，满可以保证的。想起我们两年来做资料的过程中，在资金问题上，我们不执著钱，不少同修都主动拿钱来，我们不收，有的同修还不满意，只好收了，但对这些钱我们严格管理，从不与自己的钱混在一起。

我觉的人最大的私心就是「怕」，这「怕」心是一点点去的。开始做资料时，我想这机器要是出问题可就坏了，怎么办？自己不会修，又找不到会修的同修，到卖机器那儿去修吧，又怕被人盯上了，被迫害了。由于这不正的念头，再加上新机器，好多操作不熟练，能不出问题吗？有时三天两头出问题。真有问题，不解决也不行，我就先发正念，用自行车载着去卖机器那家店去修（彩喷打印机）。去的次数多了，也就不怕了。我悟到，在这过程中，怕的物质越来越少了。修机器那小伙子对我越来越好，我一边看着他修，一边向他请教一些问题，他也很耐心的告诉我；慢慢的也就不需要去修了，小毛病自己都能解决了，除非大的部件磨损了，需换时才去修。

后来另一同修也买了同样的机器，出了小问题都是我帮他解决的。说到帮助同修解决机器问题，也是一个修心的过程。有时我正忙呢，他来找我，我想：早不来，晚不来，怎么偏偏这时候来呢？转念又一想，这不是私心吗？我们大法弟子是一个整体，他的事就是自己的事，何况他也是做救度众生的事，并且师父要求我们要先他后我；想到这，我马上放下自己的活儿，就去帮同修。

在使用电脑和打印机过程中，也处处体现出法的威力和超常，有时机器不动了，我坐下来发正念和它沟通，过一会儿机器又正常运转了。我使用电脑和打印机是自学的，技术同修来了只是指导一下，剩下的全是自己实践中学、摸索。用了多半年时间，我学会了上网三退，做电子书，mp3，打印，word排版等。学会这些技术当中，真的体会到了师父一步步打开我的智慧。有时我正憋在一个问题上，弄不

明白的时候，突然间用鼠标点了一个按钮，明白了，好些次都是这样，而且这一明白就记住了，好长时间不用也不忘。我觉的我的记忆越过往常。比如刻录光盘，因为我们不经常做，我只在技术同修安装完刻录软件后，在同修指导下试刻了一张盘，隔了半年时间，要刻光盘了，我经过几次摸索，终于刻出来了。这也是法的威力，表面上是我们做，实际是师父的帮助。

做资料的过程也是一个付出的过程，吃苦的过程。无论寒天酷暑，无论刮风下雨雪，我们都照常去做需要做的事。有好些时候一天连一口水也没空喝。我想修炼就是吃苦来了，师父为度我们吃了那么多苦，我吃这点苦简直不值一提。

做资料从下载到打印，这过程中也是经过了许多的魔炼。开始时我们用电话线上网下载，那速度很慢，而且经常遇到下载被中断，或根本无法下载。我经常利用凌晨时间下载，有时也还是不行。经过不断的学法、修心，心性提高了，也不怕了，我们就安了宽带上网；我想，常人中电脑都很多了，有很多人有了宽带，而我们做的是救人的事、最正的事。我们悟到，自己做的正，邪恶是不敢迫害的。这样我们就能顺利下载了，也省下了很多上网时间。不过，还是经常遇到在上网时受到邪恶封锁上不去，直到下载前的时段里还上不去网，估计下载时间到了，一下子就上去了。我们体会到实际是师父呵护着我们在做，体现了法的威力。

在做资料期间，我的电脑经常出问题，或死机、或卡住了，每次当我难以进行下去时，搞技术的同修或懂技术的同修就来给解决了。所以我又有一种依赖心，只学了一些简单操作，而象安装电脑系统和一些应用程序的安装就不会了，这是一个很大的欠缺。前些日子搞技术的同修被邪恶绑架了，这次我的电脑又出现了问题（系统问题）。我急了好多日子，才找到一个会技术的同修帮助解决了。

我认为那个被绑架的同修是因为经常通宵为同修解决技术问题，学法时间受到了影响，而被邪恶钻了空子。所以我觉的我们做资料的同修应该多掌握些技术，也让搞技术的同修有时间多学学法，以促使我们整体提高，整体升华。

在做资料的过程中，也在去各种心，比如显示心、欢喜心。一次

我觉的做的很顺了，心里很高兴，这一高兴就是欢喜心，开始大意了，错把一面打印的和两面打印的放在了一起；打第二面时，开始没发现，等到发现时，已经废了很多纸。我难过的哭了，这不是被邪恶因素钻了空子吗？它让我沾沾自喜，马虎大意。所以修炼人每时每刻都要严格要求自己。做资料的同修容易产生显示心，这种心最危险，最容易被邪恶钻空子迫害。因为毕竟做资料的人少，就容易沾沾自喜，自以为了不起，在同修中自我张扬，认为自己比别人强，了不起，显示自己。这就是显示心，也是不修口，也是欢喜心，必须去掉。否则，就会被邪恶钻空子，太危险了。所以我要在做资料过程中去掉各种不好的人心，努力按照法的标准去修炼，才能达到修炼圆满的。

我做的和师父的要求相差甚远，写出来是为了与同修们共勉，为我们正法时期大法弟子整体提高。

有不当之处，请同修慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 去掉怕心 走向成熟

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】

### 一、在是否修炼的抉择中战胜怕心走入修炼

第一次知道大法是在一九九八年。我的一位同事家有几儿同时修炼，大法祛病健身的奇效和真、善、忍的法理引导她们一家有六口人都走入了修炼。那时，我受无神论的思想影响，对真、善、忍的法理虽然很认同，但对大法中关于神佛的部份难以接受。于是，我和大法擦肩而过。

到了九九年，大法开始被迫害，电视中轰炸似的谎言攻击却让我看到了大法被人歪曲的事实。由于我曾经看过《转法轮》这本书，所以我当时我就知道了这是恶意陷害。在单位，我在极少的情况下也跟人谈起过关于大法有些冤枉之类的话，也许是师父看我还有希望，不久我接到了同修送来的真相资料与真相光盘，等我仔仔细细的看完，



我感到自己从心底涌起一股暗流，通透全身，我震撼——为大法弟子的坚忍，我震惊——为迫害的残酷和血腥。那几天，我陷入了深深的思索。那样惨无人道的迫害不应该是一个为了别人好的政府干的。而被惨无人道的迫害着的这一群人，却始终是「打不还手，骂不还口」的完全按着他们的准则「真、善、忍」坚持着，这一切，触动了我那颗在常人中为世俗利益麻木了的心。终于在这之后不久，很突然的，我在心里决定了自己——我要修炼。

## 二、在家庭关中修去怕心

二零零二年四月份，我在怕心与正念的交锋下，终于正念主宰了自己，正式走入了修炼。修炼刚开始，我怕家人害怕，只能是偷偷摸摸的看书、炼功。后来，等到家人知道时，我已修炼了一段时间，而且我的身体在修炼不到一个月后就发生了明显的变化。原先浑身酸痛难受的症状消失，原先的严重便秘正常。

那时我的心性也发生了明显的改观。没修炼以前，我从单位往家拿各种各样的东西，只要单位有的不管用的着用不着都往家拿，而且因为我的工作岗位累而工资低，心理一直不平衡也影响到工作质量。修炼后，我明白了修炼人在哪都要做一个好人，就用「真、善、忍」要求自己，心理也平衡了，处处替别人着想，也不往家拿单位的东西了，而且有些已经拿家去的又拿了回来。在家里，老人喜欢吃包子、饺子之类的饭食，原先我嫌麻烦、发懒，现在，我尽量的多做，实在没时间我就去买一些回来。一有空回家，我就帮他们干些农活、收拾屋子、打扫卫生。慢慢的随着我的变化，他们嘴里不说，行为上也默认了我修炼的事实。后来，我再学法、炼功、发正念也不用害怕了。

## 三、在救度世人的过程中清除怕心

当时，由于很多人不明白大法被迫害的真相，还认为炼大法的不顾家庭，而且二零零一年中共又导演了所谓的「天安门自焚」事件，虽然被国际上通过慢镜头揭露出这是蓄意的诬陷，但国内的老百姓却并不知道真相。为了让世人明白大法被诬陷的事实，为了世人不会因为仇视大法而被淘汰，大法弟子开始用各种方式讲清真相，有发资料的，有写信的，有发电子邮件的，有打电话的，有发短信的，还有的面对面讲。正因为大法弟子都从大法中亲身受益，所以大家真是以一

当十、以一当百的发自内心的去讲清真实的情况，这与中共用钱收买人搞迫害的情况完全不一样，这也是中共迫害这么多年却越迫害炼功人越多的原因。在这过程中，越来越多的人明白了真相，越来越多的人开始同情理解大法弟子，谴责这场迫害。

在我第一次发资料时，我记的清清楚楚，当我刚把第一份资料放在一邻居家门口时，本来外层的防盗门是锁着的，可里面却突然传出咚咚咚的声音，我的心「嗖」的一下子就蹿到了嗓子眼，「唰」一下全身出汗，血一下涌到脸上，那种感觉是脑袋都大了。我飞快的但又是轻轻的跑下了楼，推起车子一口气就骑出了二里地，骑到快出城的时候还能清晰的感到心脏在强烈的跳动。我在公路上停下了车子，把手放在胸口长舒了几口气，这时想起自己刚才的表现又可笑又后怕。我提醒自己，我做的事是宇宙中最伟大的事，这是真正的救命，我是在救人。一想到救人，一种慈悲油然而生，世人在迷中还不知道真相，甚至有很多人被谎言欺骗仇视大法，而这些人将会因此而被淘汰掉。如果是这样，会有多少人失去生命啊！想到这里，我感到怕心好象一下子没了，责任使我骑上车子，堂堂正正的去发资料救度众生了。

那时由于迫害还很严重，我们还要特别的注意安全。夏天中午越热越出去，因为中午人们都在睡午觉；冬天越冷越出去，因为人们怕冷很少出门。有的同修晚上一出去就是一宿，等回来天也快亮了，虽然一宿没睡觉，但却很精神，也不感觉冷。为了世人得救，大法弟子不怕苦，每当发资料时，冷不觉冷，热不觉热，苦不觉苦，心里还美滋滋的，为生命的觉醒、为生命的得救而欣慰。在这个过程中，怕心也越来越小。

#### 四、传递资料的过程中去怕心

二零零四年春夏交替之际，我们当地所有的资料点都被破坏，好几位承担资料点工作的同修被抓，当地同修失去了资料来源，环境也变的紧张了。有一段时间，我们这只有周刊和少量的资料。当时正值师父的《洪吟二》发表，我们当地只有少数的几份，为了我们当地每个人都能尽早的看到师父的法，我在思想激烈的斗争后，克服心性上的困难（怕心，害臊，麻烦）千方百计的找到我的一个亲戚的亲戚家

里（外地同修，不认识），自我介绍并说明来意。最后，同修在最短的时间里就办完了这件事。

再后来，有同修找到我说，希望我考虑一下能否以后能去外地定期拿资料。当时我没有答应也没有回绝，但怕心在顷刻间就弥漫了全身，虽然这事对于别的同修根本就不算什么事，但对我当时的心性来说，是一个很大的台阶。怎么办呢？当时没有合适的人选，是同修信任我才跟我商量的。我想，这事既然来到我的面前，可能就是我的使命，无论怕心多大也不能退却。三天后，我把自己的决定告诉了同修，同修也为我的提高而高兴。在第一次去的路上，我紧张但又觉的有一股力量支撑着我，我有预感，这次我一定不会晕车，结果真是这样。我知道一定是自己做对了，师父在帮我。

那时，还不知道怎样去怕心，每次都是带着怕心去做，只觉的这是义不容辞的责任。在这里值的一提的是在我身边有一位年轻的同修，是个老弟子，怕心很少，她一直平稳的做着三件事，平稳的走着修炼的路，做的事很多，人心却很少，很纯净，考虑问题总是在法上，正念很足。这位同修在我入门以及以后修炼的路上对我帮助很大，当然还有其他几位同修，在此一并谢谢这些同修，感谢同修的帮助（无论是轻声细语的，还是争论似的，还有棒喝似的），让我们在修炼的最后互相督促，互相提醒，共同提高，珍惜这已所剩不多的机会。

## 五、在做资料的过程中去掉怕心

师父发表了「遍地开花」的法后，我们当地同修决定走师父安排的路，去掉对外地同修的依赖。于是，在同修们的努力下，我们有了自己的可上明慧网的电脑，也有了自己的打印机。我想，这回可以轻松了，因为打印机电脑都不在我这里。谁知，阴差阳错，这台上网的电脑来到了我家。第一次打开明慧网的网页时，我的心怦怦直跳。但是经过这么长时间的修炼，也成熟多了，心态很快稳了下来，再也不会象第一次发资料时那样紧张了。再后来，由于家庭情况有了变化，也由于同修心性的提高，这台电脑就离开了我。

前些天，我去同修家借用电脑打一些文字，后来天晚了没打完，就拜托给同修帮忙，发现同修不太热情，不是很情愿。回来后，我心

里不太好受，也很矛盾，不麻烦同修吧自己又没有电脑，可同修怎么不高兴呢？向内找吧！一下子就找到了，是啊，大家都有自己的事，现在电脑都普及了，为什么不自己买台电脑自己解决呢，又不是买不起，这两年自己的工资比原来高很多，不就是为法来的吗？大法弟子都是为法来到这个世上的，那大法弟子挣的钱不也是这样吗？想明白了这件事，从来没有自己做主买过大件东西的我说服家人，花了不到三千元钱就托常人办好了。在这个过程中，我也感到了自己的变化，也去掉了许多人心（没有主见、怕麻烦、怕麻烦人、怕家人不高兴、怕花钱）。

在这几年的修炼中，在向内找的过程中，在实修中，我真的体会到师父的法，真的，所有的事无论好事坏事都是好事，如果向内找，那正好是去掉人心升华自己的好机会。如果没有那些难、关，如果不去实修自己，如果没有师父的法指导，要想放下那些心，真的是太难。

在此，感谢师尊的点悟呵护，让我一点点的去掉各种各样的怕心，向无私无我的境界迈进，在正法修炼、救度众生的洪流中一步步的走向成熟。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 以亲身实例讲真相 制止迫害

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】我是一九九八年得法的，得法前是一个残疾人。得法后，师父为我净化了身体，我丢了双拐，身体康复。原本唉声叹气的家庭，又有了欢声笑语。

### 一、不断的讲真相

然而好事多魔，修炼这条路就是不平坦。一九九九年七月二十日，旧势力操纵人间的败类江××对大法开始了邪恶的迫害。

由于得法时间短，对法理不是很明确，当时只是凭着朴素的感恩的思想开始讲真相。从心里觉的政府错了，这么好的功法，能给人去病健身，教人向善，怎么反遭迫害呢？我就到乡政府去找政工书记，

也是后来的政法委书记。去讲我修炼前的凄惨，修炼后的福泽。告诉他们法轮功教人向善，凡事替别人着想，于国于民有百利而无一害。

记的有一次我们半开玩笑的谈话，我说：「某书记，你是读过大学的人，我就不信你自己没长脑子，别人说太阳是黑的，你就说什么也不看见。别人说月亮是方的，你就说，有棱有角。你到底看见的是什么？你不清楚吗？我一个大活人站在你面前你不清楚吗？你分不出真假吗？别跟人瞎起哄。」他说他是共产党员。我说：「共产党员也是人，也有脑子，什么事你们都是上有政策，下有对策，这事也得这样，不要过了，过了对你一点好处都没有。你对谁好与坏，谁也不会忘记你。凡事给自己留点后路最好。你做过了你就是伤天害理，象我这样一个残疾人学大法学好了，你非不让我学，就是往死路上逼我，过了我能忘了你？」

随着全体大法弟子不断的讲真相，我们乡在当时是全市迫害最轻的一个乡。九九年，那真是邪恶横行的年代，电台、报纸、电视到处充满了对大法的攻击，恶意的诽谤。面对恶意的诬蔑，我就往我们市电视台，省电视台，中央电视台，往市政府用我的真名真姓真的址写信，写我修炼前后的变化，用事实告诉他们真相，大法能去病健身，能提高人的道德水平。以后又写信给国务院信访办，并希望能转给总理，告诉他们这次镇压真的错了。

有的同修说不要用真名，我说我真希望能有人来调查一下，结果谁也没回信。每次讲真相也好，写信也好，心里没有顾虑，只觉的师父太冤枉，大法太冤枉，师父辛辛苦苦的尽为人做好事反遭诬陷，太没道理。

二零零零年那时为法轮功到北京上访，在我们这里要是被抓回来，被拘留一个月那是铁板一块，没人能逃过。「五一」到了，那时农村果园，苹果、授粉刚到扫尾的时候，我和妻子决定到北京去上访，有的同修说：「你们都去，万一被抓，果园打药怎么办？」我说：「随他去吧。」也有的说：「现在车站抓的很厉害，能去的了吗？」我说：「师父安排到哪，我就到哪讲。」

结果在师父的慈悲呵护下，我顺利的来到北京国务院信访办。还没见着信访办班人，首先被警察给围上了，问：「来干什么？」我

说：「为法轮功上访。」我拿出我的残疾证，给他们，告诉他们：

「我今天能来到北京，能站在你们面前全是法轮功的功劳。」他们拿着残疾证，看着照片，正确无疑。有一个警察围着我转了好几圈，问我：「这是真的吗？」我说：「这上边的钢印能是假的吗？」我告诉他们大法是被冤枉的，我们师父是被冤枉的，法轮功教人向善，不危害社会，不危害任何人。这些人听了以后，很客气的说：「快回去吧，好就在家炼，别出来了。」我说：「我就是要求给个炼功环境，给条生路。」他们见我不走就通知了我们当地专门抓法轮功的驻京办事处。驻京办事处的人把我带到办事处，我又把残疾证给了我们当地警察，告诉他们我的变化。驻京办的人又通知了我们乡政府，乡政府的政法书记开着轿车把我从北京拉回家，连公安局的门都没进。什么活也没耽误。我真正体会到了：「修在自己，功在师父」（《转法轮》）。

## 二、理智的讲真相

讲真相不要讲高了，讲那些别人能接受的，讲那些别人愿意听的，不刺激别人，不神神叨叨的。人都有善恶两面因素，我们讲真相就要启迪人善的一面，抑制恶的一面，才能救度众生、抑制迫害。不要讲高了也是师父多次教诲。

记的那是九九年的十一月初，一天晚饭后，我记的我关上大门，一会不知怎么进来六个警察，凶神恶煞般的进了门。我搬凳子让他们坐下，他们面无表情的问我：「还炼吗？」我没有正面回答他们，我说：你看我这个情况。我就开始讲我修炼前是一个残疾人，刚患病时我的小孩还小，刚五岁，全部压力落在妻子一人身上，为了生存下去，妻子上山，只能让五岁的小女儿来为我端屎端尿。孩子小出去玩，一会跑回来问：「爸爸你不撒尿呀？」真的好凄凉。姐姐十岁了，星期天带着妹妹，到处拾破烂，记的第一次大女儿给我二十元零钱，我抱着孩子大哭一场。有一次妻子病了，不能做饭，只得孩子自己去烧火做饭。为了减轻妻子一点负担，我拄着双拐到地里坐着帮妻子薅草……听着我的讲述，他们自己搬凳子坐下，我告诉他们，通过学习法轮功，我丢了双拐，身体得到康复。我讲完了，他们都表示同情，也很佩服大法的神奇。临走时，所长说：「好就在家炼，我们也

不能整天在你家炕席底下看着你。」就这样本来是来抓人的，反成了我给他们讲真相。在师父的慈悲呵护下自己理智的面对他们，善意的告诉他们真相，救了他们，也抑制了迫害。

### 三、面对迫害讲真相

二零零一年，我们这里大面积的象疯了一样的办洗脑班，秋天，快秋收了，洗脑班还在抓人。

这天早晨，我们正在发正念，我听到有汽车响声，我告诉妻子来人了，正念清理，不配合。我们发完正念，开开门，他们说某书记让你去一趟。我说：「不用绕圈子，你也知道干什么，我也知道干什么，我不去。」因为他们来的太早，大家都没上山，街上围了许多人，我就把他们引到大街上。

我当街说：「乡亲们，你们看看，我拄着双拐什么也不能干的时候，没有人来看看我，现在我学法轮功学好了，能干活了，反倒有人来关心了，这也不行，那也不行，我就躺着行，是吧？我拄着拐什么也不能干的时候，这些人哪个来看过我？没有人来问问我，缸里有没有面，锅里有没有水。现在我好了，他们来了，来不让我学法轮功，好象我学法轮功伤害过他们什么似的。乡亲们，你们知道他们今天来干什么，叫我去洗脑班，说炼就得蹲公安局。」这时候有一个邻居说：「人家有病的时候，你们谁来过，现在好了，你们有毛病了，你们来找麻烦，还非得病死？！不用管，只管炼！能好病就行。」

由于我不跟他们走，在外边讲，那当官的说：「到屋里来吧，别在外边讲啦。」我说不怕人，怕人就不讲了。他们又往乡里打电话，又来了一辆轿车，还有骑摩托的，一共十几个人，一个个听我讲着，听着乡亲们的责问，有蹲着的，有低头私语的，就是没有动手的。僵持了一早上，我一看这样双方都下不了台，我就走了。我在外边讲的时候，那当官的在我屋里坐着，我走后，他听不到动静了，出来一看人没了，就问那些小喽罗：「人呢？」他们说：「不知道。」其实他们是看着我走的。就这样在师尊的呵护下，我又一次走过了这一关。

要想减少迫害，救度众生，就得让众生明白真相。

以上是我这几年来，在讲真相这方面走过的一段路程。是慈悲的师父给我化解了一次又一次的魔难，拉我走过一程有一程。我体会

到：只要心态稳，讲到位，不刺激别人，讲真相就能减少甚至制止迫害。同修们，让我们都行动起来，按师父要求的去讲真相，制止迫害。

层次有限，不当之处恳请同修慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 走出家庭魔难的心路

文 / 辽宁大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】我是一九九七年得法的一名普通大法弟子，从一个常人跨入到修炼人的行列，随师尊正法走到今天。在师尊的慈悲呵护下，在同修的帮助下，我闯过了一关又一关，经历了一难又一难。下面我想回顾一下自己走出家庭魔难的心路，也许对正处在此魔难中的同修有所帮助。

### 一、面对魔难

我是二零零二年流离失所的，丈夫也因此开始承受来自各方面的压力。家中有不能自理的父亲、上学的孩子，特别是街道、派出所三天两头到我家骚扰并把他叫到派出所进行威逼，叫他交出我，公安局到单位对他施加压力。在这种邪恶的迫害中，他承受不住，渐渐的放弃了修炼，离开大法。他一人经常躲到麻将馆里避开恶人骚扰。

二零零三年送走了父亲，他开始酗酒，成了麻将馆里的常客。在这个大染缸中，一个善良、憨厚体贴的丈夫不见了，变成一个野蛮、粗鲁、贫嘴脏话混事的人。我及我的家族人、单位、邻居都见证了中共邪党是怎样把一个遵守道德、善良的好人变成魔鬼般的人。

与此同时，我清净修炼的生活发生了改变。丈夫由开始冷漠到打骂，不让回家，最后提到离婚，使昔日曾受到丈夫百般呵护的我，好象一下从天上落到地上。那时我恐慌、委曲、落泪，陷入家庭的魔难中跳不出来。怎么办呢？我心急，到底差在哪里？回想自己选择的路没有错，自己走证实法的路更没有错。于是我就多学法，静心学法，在法中找答案。

师尊告诉我们：「人是有理智的。我们都要守住心性，别人可以



不对，我们自己不能不对。如果自己能守住心性，过一段时间这些事都会过去，不会长久，最后他肯定会由于我们自己修炼层次的突破而发生变化，保证是这样的！」（《美国中部法会讲法》）我当时认识到无论丈夫表现的多么邪恶，我都不会被假相所迷惑，我不认可的事情，它就没有任何理由存在。并且我一定让他在自己身上见证到大法的美好，相信他一定会被大法救度。在那段修炼的历程中，虽然自己的关难过的艰难，跌跌撞撞，但我很清醒的知道，无论什么关与难，大与小，都根本就和我证实法、讲真相没有任何关系，所以我该做什么就做什么。

记的有一次，那几天我因有事出去，几乎都是晚上十二点钟前几分钟回家。一天在走之前，我告诉丈夫，今天我不拿钥匙，只拿手机，你上夜班如果走时叫我一声，我就在附近，很快就到家（每天丈夫是早三点左右走）。他答应了。那天我象往常一样时间回到家，一敲门傻了，他走了并没有告诉我，我进不去屋。那时还是冬天，我有些急，但我想起师尊希望我们达到「对一切都能够善意理解的状态。」（《二零零二年波士顿法会讲法》）咳，他肯定忘了，错在我怕麻烦的心，下次得改。可现在怎么办，按常规他得早上六—七点钟才能回来。于是我就学开锁人的办法，找个铁丝做个勾，将勾伸到锁芯里，可勾了半个多小时，门也没打开，算了，太耽误时间，不如用这个时间炼动功，一遍不回来我就炼两遍……，并发一念，如没有什么大事，让他早点回来。

刚炼近半个小时，我就听到楼口有脚步声（大概他回来了），这大半夜，我站着，楼道里黑黑的别吓着上楼的人。于是我就用手机的光光照了照楼梯，并说你是谁呀，我在某某楼层住，我因进不去屋在门口站着，你可别害怕。我想如果是我丈夫，他一定不好意思，并肯定向我道歉「对不起，我忘记告诉你了。」可万万没想到他见到我后恼羞成怒，大声吼，「这大半夜人不人鬼不鬼的站着干吗？」我说，「你忘记告诉我了，咱们不是说好的吗？」这下可不得了，「我凭什么告诉你？」我没敢反驳，怕吵醒邻居，进屋后他还骂个不断，我当时的气都憋到嗓子眼了，也没敢吱声，就这样我憋了一晚上。

早上起来带着满脸愁容上班了，班里的同事（同修）看见我满脸

愁容，问我怎么了，当我告诉他后，他看了看我就说了一句话「你想当一个小女人需要男人来呵护，还是想当大穹的主来呵护众生？」同修的话当时深深的打动了，就那么一瞬间，我感到自己立刻洪大起来，一切委屈、一切怒、一切的一切随之烟消云散，同时感到自己有责任帮助丈夫从新回到大法中，同时也看到了自己修炼中的不足。这瞬间变化令我感动，感谢同修帮我闯过这一关，感谢同修使我明白大觉者是用慈悲来教化众生的。

## 二、大法神奇令我感动

我家房子小，买了新衣柜（孩子读书回来衣物没地方放）就放不下原来的写字台，于是打算卖掉写字台，这事由丈夫安排。当晚上回家后，丈夫告诉我写字台卖了，但抽屉里的东西忘拿出来了，叫人一块给拿走了，里面大概有照相机、小磁炉等。看出丈夫很着急，于是我安慰他说：没有问题，那东西是人用的，谁用不是用呢，等咱需要时再买。当时丈夫很感动，说你真变了。等到晚上我仔细的回忆一下，抽屉里还有别的什么东西，因平时我放东西很有序，想起来还有两枚法轮章放在小首饰盒里，也在抽屉里。我想如果有缘人得到，那就是他应该得，如不需要的人得到，就用「搬运功」把他搬回家，于是我告诉丈夫和孩子，「你们给我看着点，如果看到法轮章回来告诉我一声。」

孩子瞪着眼睛看着我，丈夫连忙说不可能，他们要是把法轮章送回来，那别的东西他们还不送，再说他们来时还把我电动车的输电器也给捎走了，这一切一切告诉我法轮章不开能回来，可见他们的思维和我完全不同，其实运用神通平时我已经形成一种习惯思维。于是我跟丈夫说，大法已开启了我的智慧，我们身在人中，但我们应该动的是神念，我们可以用神通「搬运功」把法轮章搬回家。他们有点半信半疑。

也就是过两三天功夫，当我打开新买的衣柜抽屉时，看见一枚法轮章在那好好的摆着，于是我叫丈夫和孩子过来看，我告诉他们为啥那枚没有回来，就是你俩还有怀疑的心，啥叫信师信法，我认为坚持不懈的恒心就是信，做到就是真信。没过几天另一枚法轮章也回来了，两只法轮章并摆着放在一块，这回我们全家都见证了大法的神

奇。

### 三、在法中升华的快乐

丈夫自从离开法后，大部份时间是在麻将馆度过的，就连大年三十也不例外，开始时是前半夜回家，后发展到后半夜回来，整天看不到人。在这期间我采取过各种措施都无济于事（在这过程中自己承受了很多伤害），无奈心想，我该做的我也都做了，你非要那样生活，那是你的选择，我现在放弃，从此以后，我干我的，你干你的，咱们互不干扰（其实这是自己无意中承认了旧势力的迫害，没有认清邪恶在毁人）。

有一天晚上，在家看师尊的二零零八年「对澳洲学员讲法」录像，当有同修提问题时说，他跟人讲真相，人家不听，那同修说，我不管你了，下地狱你就下地狱吧，师尊讲那是不慈悲。师尊讲的法深深的打动了我。「慈悲能溶天地春」（《洪吟二》〈法正乾坤〉），慈悲是一种境界，是神永恒的状态，对照自己，我发现自己的心不善，更谈不上慈悲。以前的百般阻拦，虽然有些做法中看上去是在帮助他，其实是苦苦的想使他改变，自己没有修自己，没有从法上真正的得以升华，就象旧宇宙的生命一样，只想改变别人，不想改变自己，钻到旧势力的框框里去了。这件事一直得不到解决，原来问题出在自己。

当时我心生一念：用正念神念解体他背后的邪恶，我要用大法赋予我的智慧；用我境界中的纯善去化解他思想中的邪恶及不好观念，启发他的善良，唤醒被邪恶迷失的昔日的同修他。我当时立刻拿起大号彩笔，撕下墙上的挂历，在背面写下自己心里想说的话，大概是：

「人生旅途你玩累了吗？歇一歇听我说几句，我俩皆有缘，不仅是夫妻缘，更重要的是法缘把我们连在一起，我们同发一誓约，来到人间随师正法，兑现自己的誓约，等到法正人间那一天，我们圆满随师还，那时我们谁都找不到谁，相见都很难（因为不同生命有不同的区域），所以我们要珍惜人间的每一天。」

写完后，就把它挂在他住的小屋门上，刚挂好，他就回来了，我看看表是晚十一点四十五分，于是我开始准备发正念，没有和他交流。等到第二天早上，我问他昨天给你写的那几句话你看了吗，有什

么体会？他沉默了一下说：「不玩了，真的很累。」丈夫的这种转变是我经过几年无数次的阻拦、无数次的艰辛，都无法使他改变，而这仅仅的几句话就使他转变了，我见证了「善」的强大力量，使不正的一切邪恶因素解体，任何阻力与不善都会被溶化，任何变异的思想观念都会被纠正。只有我们符合大法，真善忍才能真正的从我们内心发出。

随后我在我家成立了学法小组，丈夫也逐渐开始走向修炼的行列中，这使我真正体会到溶于法中、在法中升华的神奇与快乐。

#### 四、正念脱险

在奥运期间，我地区也属于迫害比较严重的地区，当地有许多协调人被迫害，警察利用消防梯或向屋内放有毒气体绑架大法弟子，给当地证实法救度众生带来很大损失，同时给当地证实法的环境带来紧张局面。

记的二月末第一批同修被绑架时，我也是他们要寻找的目标，因当时有师尊的保护，自己整个处于隐形思维状态，所以邪恶找不到我。后来因执著找工作挣钱，不能保证静心学法，叫邪恶钻了空子。在六月中旬早上，邪恶找到我家，我当时在家（因前天又有几名协调人被绑架，所以我请了几天假，准备静心学学法），那天早上丈夫起早去洗澡，等回来时看见我家楼口布满了警察，警车就有两辆。当时我不知道这一切，正在屋里发正念，准备学法。丈夫打电话告诉我，我当时根本就没有把这事看太重，这些迫害及他们到我家门口来，我不会感觉和我有什么关系。但这事不能象往常同修的做法一样，马上给同修打电话，通知同修发正念，因为我想到，近期我地同修已承受太多的打击，不能因为我再给我们地区同修带来一片恐慌，这事我自己就能处理了。于是我就告诉我母亲（同修）到我家里来，看看他们走没走，告诉我一声。

这时我就听到他们在敲门，我不理会他们，开始发正念，当时发现自己还真没达到标准，在发正念时不象往常一样那么平静，心随着他们的敲门声在动，我对自己说，你不说你成熟了吗？为什么在这时心在跳，你说你不去感觉这事，这事与我无关，为什么他们在门外那么嚣张，是他们背后有邪恶。我还是稳住自己，发正念清除邪恶，其

实那邪恶什么也不是，既然今天来了我就灭了你。不知不觉中自己真感到心跳的地方越来越弱，不过当时感觉到胸前还有一个小东西，没完全消失。

于是我还是按照自己的计划开始学法，学法的时候真的静下来了，学了有一会儿，嗨，真的没有敲门声了。但我不知道他们走没走，于是我就从门镜往外看，没有人，我想我得出去，我把第一道门打开，一点声音也没有发出来，当准备打第二道门时，我手停住了，别急，先看一看。等一小会儿，发现有一个人影晃了一下，他们没有走，于是我又将门关上，但关门时门发出了声音，当时从门镜看到至少有三个警察，一个靠在左面墙边，另一个从我们楼上下来，还有一个从楼下上楼。不过这事有师父安排，这门声和我家邻居的开门声合在一起，他们判定不是我家的门。我这时笑了笑，原来他们没走，刚才好险呀。这时我就听见我妈说，你们这楼咋了，怎么有这么多警察，你们在干什么？他们开始盘问我妈，因这楼有我亲戚也住这，我妈说找亲戚，后来邻居也出来了说，人家天天上班，你找人家干什么呀，他家现在没人。一会又有人敲门，我能听出这次绝不是警察，果然不是，是我妈，告诉我他们走了。我走出家就打电话告诉我丈夫，他在电话里很激动，祝贺你、祝贺你。过后丈夫告诉我，那天他想，今天你插翅难飞，为你捏一把汗。我和我丈夫及母亲又一次见证了大法的神奇和强大威力。

通过这次法会投稿，不管自己修的好不好，我悟到法会投稿也是在证实法，而不是证实自己，每个人在随师正法中，所走的路不同，证实法的过程表现也不同，通过交流，可以互相促进、共同提高，比学比修，修去人心，理性的成熟起来，兑现我们共同誓约。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 新生

【明慧网二零零八年十二月二日】

师尊好！

大法同修们好！

我叫袁圆（化名），女，今年七十九岁，家住成都市（现住外地）。几次大陆大法弟子修炼心得书面交流征稿我都在写，很想把得法修炼后在实修中身体的变化和道德品质的升华写出来与大家分享，但都半途而废，总认为自己没有写作能力，向内找还是自己学法不精進，悟性差，人心重所致。其实大法是看修炼人的心，不是要那些华而不实的东西。师父说：「我们要把法会开成一个总结经验、找出不足、发扬好的成果，树立大法弟子正念的盛会。」（《师父致欧洲维也纳法会》）这次写出来的内容如果有不符合大法标准的地方，请慈悲指正，谢谢。

我从事医务工作，在部队立过三次功，转业后，多次被评为单位的先进工作者和市级先进工作者。我曾经是个被中共恶党奴役、欺骗五十多年的老党员，曾在恶党的血旗下举起右手发过毒誓，做它的驯服工具。

回顾几十年来，我都没有享受过独立思考和选择的权利，象木偶一样任邪党摆布，在亲身经历了邪党对大法和大法弟子迫害的九年，在看了《九评》后，才真正认识到中共邪党的邪恶本性，并已声明退出邪党的一切组织，不再听这个肮脏的邪党摆布，不交党费，不参加恶党的一切黑会。正因为这样，他们找不到我要党费就不经我同意在我的退休金中直接拿走了，这不就是明抢吗！我亲口告诉他们党章规定党员半年不参加组织生活、不自动交党费就算自动退党，我早就不是党员了，他们一笑了之。回想这几十年来经历，感到自己真是一个耻辱、可悲和被蒙骗的受害者。

五十岁后，我疾病缠身，挣扎于看病吃药的苦日子中，心脏病、肠胃病、甲减、全身风湿病、严重失眠等二十多种病长期困扰着我，按理说我在医院工作，看病吃药再方便不过了，但是用药都达到了中毒剂量，病情却没有好转，几次犯病差点就没命了，所以那时写了遗书，儿女为我买好了墓地。

就在这苦不堪言的时候，我接到一个北京大法弟子打来的电话，说她给我寄来两本书：《转法轮》和《法轮功（修订本）》，叫我好好看，到公园找炼功点，说北京很多大学生、中央高官、知名人士都在学，说李洪志大师是来度人的。收到书后，我顺手打开看，第一眼

看到的是一张照片，照片中的人年轻英俊，严肃而又可亲，他就是李洪志大师，再看写的什么，感觉通俗易懂，不象我想象中的寺院中的那些东西，不知不觉就一直看了下去。以往我看小说，不到一小时就头昏眼花，脑袋发胀，直犯恶心，怎么看《转法轮》时这些症状都没有了。大约用了一个月的时间，我把书看完了，我告诉女儿这本书很好，她上夜班时就拿到单位去看，同事看到就问她也学法轮功吗？她说「是我妈在学，我拿来看看，我妈到公园找炼功的地方，没找到」，同事说：「我家大院就有，明天我带你们去。」女儿回家后告诉我带我去找炼功点，我说我病成这样怎么去，（看完《转法轮》后，我身上有些病都翻出来了，已经卧床几天，是师父开始给我净化身体，当时没有悟到）。女儿叫我起来学师父在《中国法轮功（修订本）》上封面的样子打坐，很不象样的坐了几分钟后，我感觉好多了，女儿就扶我到炼功点，认识了辅导员小王，当时看到她头的上半部是透明的，就问她怎么回事，她说伯母你开天目了。因为《转法轮》我只大概的看了一遍，印象不是太深，她讲的话我也没有在意。跟着炼了几十分钟功之后，我就轻轻松松的自己走回了家，象没生过病一样。就这样，到了第三天我就能自己到一个较远的炼功点参加炼功了。炼功大约三、四天吧，奇迹出现了，不但身上的病不翼而飞，还出来许多功能。天未亮时看到炼功点对面树林中有一栋屋顶通红的房子中一轮红日冉冉升起，走近看却是一片漆黑；出门倒水被绊了一大跤，却没有倒下，还看到一个大大的法轮；晚上出门学法炼功，在家门口树上看到一条脸盆口那么粗的大蛇，想到师父说一正压百邪，一念再看，没有了。

还有很多，师父说过这些东西不能求、不能执着、不能显示。所以就很少提起。

说到吃药这个问题，中共恶党一直造谣说「法轮功不准吃药」，真是可笑。以我为例，自一九九五年十月二十五日之后我再也没有和药打过交道，病都好了，吃药干什么？其实这并不是什么新鲜事，现在只要常人喊一声「法轮大法好」，师父都要保护他，很多常人得到大法护身符或听到大法弟子讲清真相后诚念「法轮大法好」都得到去病健身的奇效。

修炼法轮功后，我的病去掉了，身体非常健康，我的的人生观改变了，道德品质升华了。师父要求修炼人要从做好人做起，好人就是道德品质高尚的人，我能有今天，是慈悲伟大的师父把我从地狱中捞起来，为我们生生世世造下的天大的罪业承受、赎罪，给了我们历史上最好的一切，给了我们知识、智慧和无数法宝，这些只有实修大法弟子才能感受得到，才能体会他的珍贵。师父为我们付出了太多太多。师父给予了我第二次生命，这是修炼的一生，是带我们返本归真，从人走向神的道路的一生。我要珍惜这开天辟地都没有过的慈悲与浩荡佛恩，与师父同在正法时期维护好大法，做好大法赋予我们救度众生的使命，做好大法弟子应该做的三件事。

在维护大法，助师正法做好三件事中，我虽然在做，但还离大法、离师父的要求很远。

在中共邪党迫害初期，不管他们怎样欺骗、吓唬我，都不与之配合，坚持从逆境中走出来。不准炼功，搬到家里炼；让我写保证我写我立过功，受过奖，从不违法；叫签名反×教，我说我不签。不准大法弟子外出，我在二零零一年一月十二日一个人坐飞机去北京证实大法。去之前一直都胡思乱想，最后想到一切都是师父在安排，顺其自然。下飞机后来到金水桥中央，这里站着很多穿黄大衣持枪的军人，五步一岗，还有许多穿黑衣的恶警，看表正好十二点，来往人特别多，我想既然来了，就在人最多的地方证实法，就把带来的真相传单撒出去，好象恶警没有发现是谁撒的，一个象是下班的人指着我，意思是我撒的，恶警抓住我，捡起地上的传单，连推带搡的把我带往天安门右边的平房去，他一边推一边骂，我就喊警察抓好人，他说都象你这样叫，何时才把法正过来。回想他这句话，说明我有怕心，为什么不喊「法轮大法好」，向他们讲清真相。到平房处，由于下班了，门锁着，他一边骂我一边看我撒的真相资料，我不停的背诵「大法不离身 心存真善忍 世间大罗汉 神鬼惧十分」（《洪吟》〈威德〉），一正压百邪。他握拳向我打来又缩回去了，要用脚踢我又缩回去了。是师父保护了我。车来了，把我叫上车，不知开往何处，半路又上来几个大法学员，到了不知是什么单位，屋里面有很多被抓来的同修，一个四十来岁的警察看见我后问我，看样子你好象有病，我



摇摇头。过几分钟他又这样问我，之后叫我进来一间屋，里面站立几个人，估计也是非法抓来的同修，坐在一边的两个警察问我姓名，我不回答，他看看我后说：「穿这么好看，你的儿女很孝敬你的，看样子你象教师，或是医生。」说完后一个年轻警察叫我出去跟他走，走到大门口他指向右边告诉我：「那边是大马路，有车，你回去吧」。在整个过程中都是师父在保护我，没有师父的保护，没有足够的正念都过不了这一关。

一次，我要到女儿家，派出所派人来阻止我，我说这是我的权利，你们不能阻止我，你们弄那么多警察暗地跟踪就跟吧。他要我留下地址电话，我问他整天骚扰我还不够，还想骚扰我的孩子家人吗？这样派出所的人就灰溜溜的走了。

三月份，北京召开两会，怕大法弟子上北京，一个不落的落实大法弟子在哪，他们通过单位负责人找到我儿子的单位，知道我在女儿家，我知道后与他们取得联系，来人却说你的医疗卡发下来了，告诉你。中共干坏事，敢干不敢承认，从大魔头到它的徒子徒孙，都讲假话，来监视我却说成是来关心我。我女儿警告他们，我母亲年岁这么大，从来都是安分守己的好人，不准你们这样骚扰她，如果出了什么事，你们要负全部责任。他们连说好好好，从此后再也不敢来干扰我了。

中共邪党对大法弟子灭绝人性的迫害步步升级，不少同修因此家破人亡、妻离子散、流离失所。我尽量为他们做一些事，为五位同修解决住宿问题，为他们的生活和资料点建设提供经济帮助。

在证实法中，同修们经常在一起切磋，由于人心作怪，会出现互相猜疑、误会，对这些我能以较好的心态面对。一次，炼功点的辅导员被派出所上门盘问，就怀疑我泄露了他家人的电话，说我是特务。后来其他同修告诉我，叫我不要生气，我说我不会生气，这正是提高我心性的好机会，可是我确实从来没有向任何人说过大法弟子什么事，我对他的误会不会有半点记恨之心。

在讲清真相中，认为自己口才不好，经常采用发真相传单、贴标语、发《九评》的方式，说的最多的是修炼后的身心变化。无论我走到哪里，都遇到不少人问我为什么身体那么好，如果不是白发的话看

起来就象五、六十岁的样子，我就把我过去的身体情况和修炼法轮功后的变化以及中共的造谣和为什么迫害法轮功向他们介绍，告诉他们，只要诚心敬念「法轮大法好，真善忍好」就能祛病健身得福报。同修也说这是现身说法、洪法的好条件。

抓紧一切时间救度众生。师父要挽救一切众生，而邪恶势力却在真正的利用众生对大法犯罪，根本目的是毁灭众生。作为大法弟子，这件事刻不容缓，学好法、提高悟性、提高心性、去掉一切执着与怕心，正念正行救度众生。在讲真相之前，我在家请师尊加持，出门一路发正念，经过中共邪恶黑窝发正念，车上发正念，清除恶党对常人的毒害。能口头讲的就口头讲，有的就送他们《九评》、真相资料，清除得到传单的世人被邪党毒害的因素。什么地方有问题就到哪里讲真相。由于我炼功，家里有孩子要去留学却不批准出国，我就到派出所、省公安厅借此给他们讲真相。

在学法修炼中，我用大法标准衡量自己，看师父讲的大法弟子不足之处自己身上有没有，虽然都在向内找，但总有的事明知故犯，如求安逸心，看电视经不起常人心带动，有时睡不着觉却不炼功，这些都是我要过的关。写了这些，有不规范、不正确的地方请慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 魔难面前心不动 斩尽荆棘现通途

文 / 辽宁大法弟子

【明慧网二零零八年十二月二日】「在任何艰难的环境下，大家都稳住心。一个不动就制万动！」（《美国中部法会讲法》）这是一九九九年六月二十六日在美国中部法会上，师父到最后时讲的一句话，也是迫害爆发之前师父留给弟子们的最后一句话。当时得法仅半年的我，自然还体会不到这句话的份量。当从这场暴风雨的洗礼中一步一步走过，再次细细体味它的时候，才蓦然看到，正是这句意味深长的话，铺就了大法弟子的辉煌之路。以下是几年来我证实法中的一点心得，愿借此次交流大会写出来与大家分享。

（一）

二零零零年六月，师父的经文《走向圆满》发表，各地有许多同修在看了师父的这篇经文后都去了北京。我由于一九九九年第一次去北京时，到那儿什么都还没做就被恶警绑架，一直心有不甘。所以在师父的这篇经文发表之后，我就这个时候应不应该再去北京的问题和几名同修进行了交流。但这几名同修各执己见，基本上都不赞成我的想法，有的认为我已经去过北京了就行了；有的为了证明自己正确，还逐段的对师父的这篇经文进行分析，认为此时就应该「天天静心学法」。当时我感觉自己的头都被弄大了，结果不了了之。

第二天晚上我乘火车来到二哥（同修）家，二哥悟到应该去北京证实法，并和我讲了他的认识。我当时头脑仍很昏沉，还是不能最终确定应不应该去。就说先睡觉吧，明天再说。没想到我刚躺下要迷糊过去，太阳穴的位置就象被锥子猛的刺穿了一样，头脑立刻就清亮了。

第二天傍晚，我和二哥等五个年轻同修顺利的登上了进京的列车。那时我感到一身的轻松，思想中没有任何杂念，也没有了第一次走向天安门广场时那种慷慨赴死的悲壮感。我知道这是我学法多的结果。自《心自明》发表之后，几乎一个多月的时间里，我从早到晚几乎一天一遍的学《转法轮》。当我们在广场炼功被绑架后，我的心中仍然沉静似水，结果那天绑架我们的恶警把二哥等四个同修排着队都打了一遍，却未动我一根毫毛。

当天下午，我们当地驻京办事处的人来接我。没想到来接我的还是第一次进京被抓时看我的那个老杨，一个六十岁左右从公安局退休的老头儿。我们看到对方时相互都有些诧异。也许是我的心态所致，所以即使在那样恶劣的环境中，我们见面时也都很轻松，他虽然手里拿着手铐，却用一种似乎很生气的口吻对我说：「怎么又是你？行了，懒得铐你，有能耐你就跑，走吧！」我们出门上了车。一路上他和司机俩人你一言他一语的一边数落我，一边吓唬我，说这次肯定要判我几年刑如何如何，这些话当时对于我就如同一阵风。那时虽然没有今天认识这样明确，但的确是来了就没想过回去。

在邪恶的驻京办事处，我被单独关在一个办公室里。屋里出奇的寂静，我的心里反倒生出了草。我开始盘算着下一步：家那边派出所

的人我都熟，谁会来接我？回去后肯定要進看守所，要不要绝食？家里人和朋友们肯定会来做我的思想工作，我怎么面对他们？一系列的想象占据了思想，但思前想后也没个头绪。我感到头有些发胀，心里很累。算了，不想了，走哪步说哪步吧，想也没用。现在不是在这呢吗？没人干扰，那就背法。于是我从新收敛了心神开始背法。那时《心自明》刚发表不久，我来之前就已经倒背如流。我就开始背

《心自明》，但让我奇怪的是，背的那样熟的一篇经文，可当时有一句我无论怎么想也想不起来了，想了老半天，最后只好放下他去背别的经文。渐渐的我的心又恢复了平静。

尔后，办公室的门打开了，进来一个看上去六十岁左右干部模样的男人，后面跟着老杨。老杨给我介绍来人是我们的政府秘书长陈某，我出于礼貌笑着向其点点头。这位秘书长在我对面坐下来，我们开始了近两个小时的长谈。整个谈话基本上都是他一个人在说，我很少插言。学法所赋予我的理性让当时的我时刻都能看清他每一次表达的背后那邪恶的因素，但我不为之所动。现在想来，如果那时师尊就赐予我正念口诀的话，我确信邪恶决没有机会操纵那个人在我面前那么嚣张。谈话到最后我就问他一个问题：按「真、善、忍」做人好不好？开始他装作没听见，继续顾左右而言他。我再次追问之后，他终于闭上了嘴，起身溜出了房间，再也没回来。老杨进来责骂我不识时务。我笑了笑，继续背法。

下午四点左右，事情开始发生了戏剧性的变化。我听到外屋的电话铃响，老杨接完电话后直接走进了关我的房间，带着满脸的神秘和不解问：「你们家在公安局是不是有人？」我被问的有些摸不着头脑，我们家世代都是邪党划定的贫农，从来与官宦无缘，哪有那些关系？老杨见我摇头，就更加不解的说：「陈秘书长开会忙，没时间再理你，刚才来电话告诉我，让你自己回家。」对于这个突如其来的变故我也很意外，不过也没有高兴的感觉。但老杨在接完这个电话之后对我的态度却发生了一百八十度的大转弯儿，一边招呼他老伴做饭，一边出于关心帮我出谋划策，并坚持留我吃了晚饭再走。吃饭期间见我不沾烟酒，他言语间流露出对大法的认同和赞许。吃完饭后也到了该走的时间。老杨回到里屋取出上午从我身上搜走的二百多块钱，对

我说本来想扣掉上午去接我时租车花的钱，现在不要了。

我说别的钱不要可以，但这顿饭钱我得付给你。他说也不要了，我坚持要给他，就这样反复推让了好一会儿，他说就算我交你这么个朋友好了，一分钱都不收你的。我不好再坚持，谢了他之后开始往外走，他跟在后边一边送我，嘴里一边喊着他老伴儿，说我就来过这么两次北京，路不熟，要她下楼送我到公共汽车站。此时我已经走到门口打开了房门，再不好意思麻烦他们什么，于是挡在门口执意不让他们出来送。

老杨见我这样，叹了一口气之后意味深长的说：「将来你修成了，我们不也跟着沾光吗！」我感受到了这是句真话，就不再客气，跟着老杨的老伴儿找到了公共汽车站。老人象对自己家的亲人一样，把我送上汽车，目送我离开。那天的时间相当紧凑而合适，从我下汽车上地铁，到火车站再买票乘上离京的列车，整个过程中没有一点空隙。当我最后一个登上列车后，火车也开始启动了。让我颇感意外的是，本来已是满员的列车，我一进车厢，就发现靠近门口的位置有个空座，当我问过旁边的人确定这个座位无人时，我一下子感受到了整个过程中师父无微不至的慈悲呵护，那种心情是无法言表的。

坐下来，从新平定了心情，我想接着背法，这时，上午背《心自明》时无论如何也想不起来的那一句一下子就在眼前浮现出来了——「放下执著轻舟快」。

## （二）

二零零一年七月，我进入了一个建在农村的大资料点。我们里里外外一共有五个人。那时候资料点还很少，真相材料的需求量很大，普通的激光打印机根本满足不了需求，所以我们用的是速印机油印。我刚去的时候印传单每天还只印三千张左右，这个数量对于速印机来说是很轻松的事。所以我们每天都能保证有充足的时间学法、炼功和发正念。但三个月后的一次变故，彻底改变了我们的状况。

十月四日那天中午，我们忙完了当天的工作后，同修胖姐儿领着儿子大亮（也是大法小弟子）去城里办事。我和曹阿姨在家中学法。下午四、五点钟的时候，我们看见两辆同修开的红色出租车飞快的驶进院子，刚刚停稳，就见胖姐儿飞快的下了车子，急匆匆的来到屋

里，一進屋就告诉我们两个赶快收拾东西往车上搬，出事了。

我和曹阿姨二话没说，赶紧行动，曹阿姨一边收拾一边问怎么回事儿，胖姐儿说点上负责运送资料的同修小李昨晚被恶警绑架，在派出所里被吊着拷打了一夜，什么都说出去了。

我在旁边一边搬机器一面听着，心里觉的有些不对劲。小李我很了解，在進这个资料点之前我们俩个已经在一起配合了近半年时间。我负责打印制作，他负责运送传递，从未出过差错。别看他年轻，但却是九五年就得法的老学员了，迫害之前还是当地的辅导员，举手投足间都透射出超越其年龄的稳重与成熟，其扎实的心性表现经常让我自愧不如。这样的大法弟子一夜间就向邪恶屈服了？我不信！我禁不住问胖姐儿这消息是怎么得来的，她说是从抓小李的派出所所长妻子那听说的，她和那个所长的妻子很熟。我听后更觉蹊跷，就跟胖姐说以我对小李的了解，他不太可能做出这样的事，而且时间又这样短，那个所长的妻子知道你炼功，很可能是邪恶在散布谣言，以此来拆散我们的资料点儿，我们这样做很可能就中了邪恶的圈套。胖姐儿虽觉的我说的有道理，但她又说为了安全起见，最好还是暂避一下，也损失不了什么，我想想也是，那就先搬吧，话虽这样说，但心里总不是滋味儿。

说话间，一些比较要紧的设备已经塞满了两辆出租车，只留下了两个副驾驶的空位留给我们坐，胖姐儿催我赶快上车，她打算和曹阿姨将就着挤一个位置。但那时我突然改变了主意，就对她说：「姐，两个位置挤不下，还是你们先走吧，我明天早晨坐汽车回城也不晚。」说真心话，我不甘心哪！因为我心里清楚，只要这次我离开，这个资料点就再也不会存在了。

这个资料点的绝大部份设备都是由胖姐出资买的，胖姐家在城里，丈夫是做生意的，但是不修炼。胖姐开始建的资料点是在市内，离家不远，每天象上班一样领着正上高中的儿子大亮到资料点同另三个同修一起做资料，晚上再象下班一样的回家。丈夫整天忙于生意，但好在每天都能见到他们娘俩，也就不过问什么。但后来资料点受到了邪恶干扰，同修间内部出现了误会，胖姐当时很不冷静的撇下那几个同修，把设备搬了出来。但由于速印机声音太大，短时间在市内再

找一个合适的房子很难。于是胖姐就把东西都运到了乡下一亲戚家空着的房子，就是我们现在的这个资料点儿。由于路途比较远，这样一来胖姐和大亮就不能天天回家了。时间一长，胖姐的丈夫就开始打电话催他们回去，这段时间催的越来越频繁。前些天闲聊的时候胖姐问我愿不愿意在这个地方干下去，如果愿意就把这套设备留给我用，她和孩子看来迟早还得搬回城里；如果我不干，那就只好把这个资料点撤了。我当时说如果资料的需要量大我就留下，但我一个人应付不过来，在旁边的曹阿姨说如果我能做，她愿意留下来帮我。这话说过去大概还不到二十天，就出了今天这样的事。

胖姐见我不想走，眼光中流露出了担心，站在车门口不知说什么才好。这时曹阿姨见我这样，也说如果我不走，她也不走了，等明天和我一起坐早车离开。胖姐见我们俩都这样说，也就没再多说什么，简单的叮嘱了我们几句要小心的话，就上车离开了。

那天晚上，出奇的寂静，那种寂静我似曾熟悉，但我的心里更静。曹阿姨做了一顿简单的晚饭，往常吃饭的时候至少是四个人，有大亮那个孩子在时总是很热闹。那晚我们两个人吃饭的时候却是静静的。期间曹阿姨只跟我说了一句话，问我明天什么时候走。我没作声。我心里没想过要走，但我又不知道怎样跟她解释清楚。我记的那天晚上这个问题她共问了我三次，我都没能回答她。吃罢晚饭，天色已见黑。曹阿姨收拾完碗筷，可能是出去上厕所了，过了一会儿回来有些紧张的对我说她看见院外的墙根下停着一辆面包车，以前没见过。我听后走出去来到面包车跟前看了看，挺正常的一辆车，也感觉不出什么来。回屋后我没说什么，象往常一样，我们两个一起学完法，发完正念。已经很晚了，我就回到了我住的房间。照往常本应该睡觉了，但那天我丝毫没有困意，内心中反而有些莫名的兴奋。于是就转身来到屋外。

东北的农家院就是宽敞，两辆大卡车同时在这里调头都不成问题。这所大房子地基打的挺高，房前两尺来高的水泥平台又向前延伸了两米。我来到平台边坐下，望着远方明灭的灯光。十月的北方，已经开始入秋，深夜的空气散着丝丝凉意。我的心里很平静，但却越来越感觉到一波又一波难以名状的压力从四面八方方向的虚空中向我聚

来。我的思想中本能的开始念动师父的正法口诀，但状况似乎一点都没有减轻，强烈的压迫感几乎令我呼吸都很费力，那一刻似乎周围的空气都要凝固了，我一动不动的坐在那里发着正念，就这样僵持着，僵持着。不知过了多长时间，我感到压力渐渐开始消退，消退，直到最后消失。等我回到房间时才发现已经是过半夜了，疲劳的感觉开始袭来，我那时什么都不愿再去想了，倒在炕上就睡了过去。

醒来的时候已经天光大亮。我起身来到屋外，刚呼吸了两口早上的新鲜空气，就被一声清脆的汽车笛声打住，只见远远的大门外停下了两辆红色的出租车。我一点都没有感到意外，微笑着信步来到了门口打开大门。胖姐透过车窗见到我后迫不及待的钻出车门，满脸歉疚的对我说：「紧着往回赶，就怕你们两个起大早走了。」「我根本就没想走」，我轻声说。她告诉我已经打听清楚了，小李同修确实受到了邪恶的残酷折磨，但他一个字都没说。听后我心里说不出的难受，多好的同修啊！

后来跟她们说起那天晚上的感受时，我一时竟找不到合适的语言来表达当时的状况。几天后看到明慧网上同修写的一篇关于发正念时所见的文章，其中用的一个词语使我感同身受，那一刻，真的就是正邪大战时的「短兵相接」。邪恶企图拆散这个资料点的阴谋破产了，但胖姐儿还是领着大亮回家了。资料点真的只剩下了我和曹阿姨两个人，然而资料的需求量却成倍的增加了，每天要印近两万张。最忙的时候我一个人同时开两台速印机。曹阿姨每天看着我来回穿梭于两台飞速旋转的机器之间就象看电影的快镜头，她在旁边负责分检整理，忙的跟不上趟。那时我们不知道印出的一车车资料都被运往何方，只是在后来离开这个地方之后才从外边的同修那里听说，那段时间这些真相资料几乎供遍整个辽西，甚至都出了山海关。

几年来，因为教技术，我几乎走遍了辽西各地，风风雨雨中有太多太多的经历和感慨。但唯有这两次让我感受颇深。在魔难面前不动心，这不是任何时候都能做到的，但我们真能做到的时候，那就是不同。曾经在交流文章中多次看到一些同修对师父在《转法轮》中讲到「修炼要专一」时提到的那「四、五个层次极高的大觉者、大道」颇有微辞，认为他们在师父的正法面前还不动心如何的不应该。对此，



我有自己的理解，我想我们应该从那段话的整体意思上去理解，而不是单单针对哪一句话或哪个词来认识。在我看来，相对于那么多在正法中被淘汰的高层生命来讲，这四、五个大觉者、大道已经是很好的了。因为旧宇宙整体的败坏变异，使得宇宙中的一切生命，即使是最高最后的那个生命，都无法真正的理解师父的正法。在这种情况下，为了救度，正法对他们的最低要求就是不要动，无论是正与负的生命，对正法所动任何一念都会对正法造成干扰，那么干扰正法的罪就会使他们「在劫难逃」。正法时期大法弟子是从旧宇宙中脱胎出来的，在正法中更新的生命，所以我们不能用我们的标准去要求他们。

其实，旧的势力因其智慧所限，它们对大法弟子的所谓考验标准，也就是看大法弟子在魔难面前动不动心。仔细的回想回想，从迫害开始，一直到今天所发生的每一件事，不都是由于大法弟子动了心促成的吗？如果我们都能做到师父所要求的「在任何艰难的环境下，大家都稳住心。」（《美国中部法会讲法》）那这场迫害早就结束了。而要达到这一点，那也只有多学法、放下执著才能做到。不仅如此，正法时期的大法弟子还承担着清除邪恶、救度众生的使命，所以责任和荣耀都是巨大的。作为正法时期的大法弟子，在感受自身的荣耀的同时，在正法的最后时刻，我会更加精進，進一步发挥自己的所长，完成救度众生的使命，以报师恩之万一。

谢谢大家！合十。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 浅谈我的修炼之路

文 / 大陆大法弟子 晓然

【明慧网二零零八年十二月二日】鸟飞兔走，斗转星移，时间过得真快，转眼之间，我得法已有数年之久了。回想当初自己得法之时浑浑噩噩，不知自己学的一部多么伟大的大法，只是知道好，就跟着父母学法炼功。断断续续、磕磕碰碰、几乎是一步一跌的走过了几年修炼之路。接下来，我就把这几年来修炼过程中一些浅显的感悟与大家谈一谈。由于我是第一次执笔，而且自己在学法上也有一些不足之

处，在认识上也许会有偏差，请各位同修不吝指教。

我是在九九年「七·二零」之后得法的大法弟子，得法时我才十岁左右，至今差不多有五年了，只觉的当时一切似乎是自然而然、水到渠成的。我还清楚的记的，那一天，父亲把一本《转法轮》放到我的桌子上，让我读一读。我顺从的接过，埋头细读起来。当时自己年龄小，许多地方还是一知半解，但冥冥之中似乎有一股力量让我一直专心致志的读到最后。不久，妈妈又开始教我炼功。至今令我记忆犹新的是在炼第二套功法时，感觉胳膊象压了千斤重担一样，无比疼痛，似乎都要断了，疼的我不住的呻吟。妈妈则在一边不断的鼓励我，并请师父加持我。终于，我咬着牙关硬挺了下来，完整的做完了前四套功法，虽然有的姿式、动作不太正确。炼功的时候我感到周身上下有一股股热流向四处涌动，当时不明所以，后来通过学法我才明白那是能量通过的现象。

在五年级后的那个暑假期间，我工工整整的抄写了一遍《转法轮》，从今年初开始背诵《转法轮》，目前已背诵了一遍。得法修炼之后，各种心性考验便接踵而来。在一次次的跌打滚爬中，我逐渐认识到自己的许多执著，许多不好的心，并历尽辛苦，努力把它们去掉。寒来暑往，我已经升入了初中，随着年龄的增长，自己的理性也在不断的增加，早已不是那个不明事理的小孩子了。在学习、生活当中，在一次又一次矛盾和考验当中，我逐渐寻找出自己不符合大法的地方，并努力的归正自己，同化宇宙特性，向更高层次升华。

要说起我的不足之处，实在是有许多。例如，在学习中，每当我的竞争对手取得比我好的成绩时，或有些同学在回答问题不完善反而得到表扬时，我心中不免涌起一股不平、委屈之感；当我超过他们时心底便升起一种快感，甚至想向全世界宣扬一番。通过学法，我认识到这是一种嫉妒心，是非常不好的心。师父在讲法中明确提出：「嫉妒心这个问题很严重，因为它直接牵扯到我们能不能够修圆满的问题。嫉妒心要不去，人所修炼的一切心都变的很脆弱。这有一个规定：人在修炼当中，嫉妒心要不去是不得正果的，绝对不得正果的。过去大家可能听说过，阿弥陀佛讲带业往生，嫉妒心要不去可不行。其它方面差一点，小来小去的带业往生，再修炼，那可能行，但是妒

嫉心不去绝对不行。今天我跟炼功人讲，你可不要这样执迷不悟，你想要达到的目的地是往更高层次上修炼，妒嫉心必须要去掉。」（《转法轮》）。

我的心情时常跟着学习成绩的好坏而不断波动，这难道不是执著心吗？这难道不是争斗心、显示心、欢喜心的集中体现吗？由于自己不知不觉在常人的大染缸中被污染，整天受的教育都是竞争，为了出人头地、光宗耀祖，必须努力学习，必须考一个好成绩，必须上一所好学校，为将来打基础……等等诸如此类长篇累牍的洗脑，久而久之，我也近墨者黑，为自己的「目标」而不断「奋斗」。其实，法中早已讲的明白，人的命运是神早就定好的，是更改不了的，除非修炼。去争夺就会损德，就象师父说的那样：「我们修炼人讲随其自然，是你的东西不丢，不是你的东西你也争不来。」「常人有常人所追求的，我们不追求；常人有的，我们也不稀罕；而我们有的，常人想要也要不到。」（《转法轮》）通过不断学法，一切便豁然开朗，再也没有了思前想后，顾虑重重，即使某次考试发挥的不理想，我也以一颗平常心面对，不再心怀不满、怨恨。于是奇迹发生了，在升入初中一年后，我的成绩由入学时的全年级一百多名，一路跃升至年级前十名，真是象师父在多次讲法中讲的那样「无求而自得」。

刚刚入学时，我与一位漂亮的女生同桌，她的学习也十分优异，但也有一些女孩子的「通病」，加上我学法不精，时日一久，我们之间不可避免的起了一些摩擦，导火索都是一些不足挂齿的小事，诸如「边界纠纷」之类，但由于我们互不相让，逐渐升级，最终演变成「局部战争」。自然，结局都是她完胜，我惨败。

一开始，我总是不能用法来衡量，向内去找，而是认为是她的不对，自己则是无过的「圣人」。后来，我在读《转法轮》及师父的其他讲法时才恍然大悟，师父在讲法中早已说的理至易明：「什么是大忍之心哪？作为一个炼功人首先应该做到的就是打不还手，骂不还口，得忍。否则，你算什么炼功人？」「大家知道，达到罗汉那个层次，遇到什么事情都不放在心上，常人中的一切事情根本就不放在心上，总是乐呵呵的，吃多大亏也乐呵呵的不在乎。真能做到，你已经达到罗汉初级果位了。」「所以在今后炼功中，你会遇到各种各样的

魔难。没有这些魔难你怎么修啊？大家都是你好我也好，没有利益上的冲突，没有人心的干扰，你坐在那儿心性就提高上来了？那是不行的。人得在实践中真正的去魔炼自己才能够提高上来。」（《转法轮》）作为一个修炼人，首先要忍，不能忍，何谈善字，怎么能修上去？要向内找，找自己的原因，对别人要宽容。常人中不也讲「忍一忍风平浪静」吗？而且这也许是我所欠下的，如果是这样，我更应该没有丝毫怨念，把这当作提高自己的机会，去掉自身的脏东西，升华上来。想到这里，我不禁自责起来，

自己学了几年的法，却在这点上一直修得不好，真是无地自容！师父还讲了「所以我们平时要保持一颗慈悲的心，祥和的心态。突然间遇到什么问题的时候，你就能够把它处理好。往往你的心总是那么慈祥慈悲的，突然间出现问题的时候，你有个缓冲余地，思考余地。」（《转法轮》）如果我总是慈悲祥和的对待他人，做事总考虑别人，整个心是无私、无我的，还会出现这种争吵吗？明白后，心底的那一丝怨恨早已无影无踪。当我主动向她道歉，承认自己的错误时，一切矛盾迎刃而解，我们又和好如初，成为无话不谈的好朋友。由于我经常学法，在遇到矛盾时，我便会记起师父讲过话，把矛盾看作是提升自己心性的好机会，一笑了之。

我从小就爱读书，可以说是一个书痴，读书在使我开拓视野、增长见识的同时，也对我的修炼起了不好的作用。我在读小说时，常被里面的一些情节吸引，为此手不释卷，废寝忘食，甚至在炼功时也由此引起许多杂念。有时我被书中帝王将相、仁人志士的丰功伟绩撩拨的心潮澎湃、浮想联翩，常在心中为他们构想一个理想的「蓝图」，天天沉溺于此，不能够心无杂念的学法、炼功、发正念。通过学法，我明白书中那些所谓美好的东西再怎么好，也只中常人中的东西，怎么能和大法相提并论呢？「功名利禄不长久，世道兴衰全在天……生命本是天上仙，人间成败过眼烟」。是啊，百年宏图霸业，人间富贵荣华，皆如过眼云烟，只有修炼，才是真正意义上的解脱，才能永远脱离苦海，才会有真正幸福美好的未来。

电视我是从来不看的，但曾经有段时间，我也迷上了电脑游戏。其实说白了，它只是为了满足人们的欲望，使人感到刺激。玩电脑游

戏也是一种执著，它对我的修炼一点好处也没有，因此，我要控制住自己，尽快去掉这个执著心。

在讲真相方面，我也经历了一些波折。有一次，我给朋友送真相光盘，谁知看着看着，他的家长竟然睡了过去，我十分生气，怒气冲冲的拂袖而去。事后冷静一想，觉的自己做的真差劲，我是修炼人，不是讲善、讲慈悲吗？怎么能生气呢？如果我真的修出慈悲心了，我只会为他感到难过、伤心，而不是生气。而且，这其实是邪恶势力的干扰，想不让常人知道真相，而我却没有好好的发正念清除它，真是不该！

我经常在人民币上写真相短语。有一次，我把几张写满真相短语的纸币交给售货员，没想到她看见了并大声念了起来，我当时心里不由得「咯噔」一下，但我随即镇静，心里发着正念，并对她默念：

「这是对你有好处的，一定要明白，要接受。」结果，她读完后什么都没说就放了起来，而周围摩肩接踵的人群似乎都没有听见。那一刻，我见证了大法的威力，也去掉了怕心，当然，我也懂得了证实法要理智、智慧，要讲方法。

在学校里，我也经常和同学们海阔天空的闲聊，从中提到进化论、中国近代史、中共的暴政及腐败，在这当中有时也会遇到一些矛盾，但只要提高心性，时刻记的自己是修炼人，一切矛盾都会迎刃而解。

回顾修炼几年来走过的路，发现我还有许多不足之处，但我一定将其改正，坚定的走下去。

层次有限，不足之处，请同修慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）