

第五届  
中国大陆大法弟子修炼心得交流大会

二零零八年十二月七日、八日文章



## 目录

弹指九载间 证悟学法路.....	1
转变观念破执著 信师信法正念行.....	6
在营救同修中向内找 整体升华.....	17
我修炼路上的小故事.....	23
溶于法中 走好走正修炼路.....	31
成为正法洪流中的一粒子.....	41
师恩永记.....	45
法轮大法启迪人的良知.....	49
回归路.....	56
我的使命是救人、做好三件事.....	63
心正念正 圆容大法.....	69
修炼路上师尊护佑.....	77
修炼小记.....	83
心怀大法 万难阻不住.....	85
信师信法 没有过不去的坎.....	88
证实法中走出一条自己的路.....	93
修大法 生命中最绚丽的时光.....	102
荣幸 我是正法时期大法弟子.....	109
听师父的话.....	118
信师信法 精進实修.....	123
坚定的走正师父安排的路.....	131
做一个合格的正法时期大法小弟子.....	137
心路.....	139
在大法中熔炼成真金.....	156
无悔修炼路.....	168
学好法 放下人心 走好修炼路.....	175
坚修大法紧随师.....	184
神韵晚会光盘進入千家万户.....	188
去掉「私心」 成就新宇宙的神.....	193
十年摔打见真心.....	200



## 弹指九载间 证悟学法路

文 / 重庆大法弟子 良知

【明慧网二零零八年十二月七日】

师尊好！

各位同修好！

我是一九九九年三月中旬得法的。一次偶然的机会，一个有缘人告诉我，法轮功很好，讲缘份、讲悟。以后我也没太在意，过了半个月的时间，突然想起要去了解一下，我就这样「闻者寻之」（《精進要旨》〈拜师〉）的寻着，走进了大法修炼。

当时在学法点，我请了一本《转法轮》书，接过来就翻开学起来（那些同修在打坐），随着一行一行文字看下去，心里就是这样的感觉，「讲的好好呀，让人好明白呀！」真的是好象一下明白了在三十多年的人生当中「许许多多想要明白、而又不得其解的问题」（《转法轮》），伴随着我的思想来了个升华，我当时真有些暗暗的激动和高兴。从此以后，我就如饥似渴、爱不释手的每天一有空就捧着书学习了，也尽量要求自己参加当地的集体活动，慢慢的开始要求自己按照书里讲的心性标准去做。我心里还想，「看自己做不做的到。」

就这样，在不知不觉中，大概一星期吧，我脸上的气色变的很好，白里透红，三十几岁的人看上去就象二十几岁。这一变化还是我丈夫发现的，他说：「你这几天看起来很年轻，脸色也好看。」因为那些天心思都用在看书学法上，生活中还时时注意自己的言行、心态是否能符合《转法轮》中的标准要求，倒没太注意照镜子打扮之类的事，还不知道自己有这么大的变化。

因为过去我是一个体弱多病的人，身上至少有七、八种病，是经医生鉴定过的，头痛头晕是常事，腰酸背痛、妇科病，最明显的是胆结石、胸椎曾摔错位，一直未复原，经常隐隐作痛，失眠、精神不振也是常见，家里随时准备有各种药。就这样的身体，在短短几天，也没吃药，就变好了。确实那几天感觉精神很好，身体轻轻松松的，我这才慢慢意识到，这是学法、炼功起到的效果。由于在这之前没有人明确告诉过我，自己也没想过这个功法能起到祛病健身的作用。也就

是说，当时是没有带着治病的想法走进修炼的。现在这么多的病一下子不翼而飞，真的是意想不到！我心里说不出有多舒畅，这些年来这才第一次感受到无病一身轻的轻松感。在后来的学法修炼中悟到，这就是师尊讲的「无所求而自得」（《精进要旨》〈学法〉）的法理在这一层中的体现。

后来，我陆陆续续的请来了几本大法的其他著作，每天都要静心的看上一本或半本，这段时间还通背了《转法轮》的第一讲，那时就感觉身体和思想每时每刻都在大法慈悲圆容的法理中净化着、升华着，身上的能量，特别是头上的能量感到相当强，空间场的能量也很强，丈夫都说：「我头顶上有一种热的感觉。」后来师尊在讲法中讲道：「那个时候很多学员都感觉到只要一学法、一炼功，自己就象火箭一样往上窜、往上飞，层次的突破非常的快，你站着坐着都在突破，你走路、吃饭都在突破！那个时候真的是只要你学法，就给你往上推，必须在一定的时间把大法弟子都推到位，到时候好救度众生。旧势力真的要行恶，迫害真的起来了，好能够抵挡得住。」（《二零零七年纽约法会讲法》）一切都是师尊的苦心安排呀！

就在那年的七月，邪恶真的行起恶来了。旧势力利用人间的几个败类操纵中共整个邪恶机器对大法、大法弟子进行铺天盖地的造谣、诽谤的恶毒攻击，开始对大法弟子威胁、抄家、搜书、绑架、抓捕、拘留、劳教、判刑，那情形好象天塌了一样，一时间中华大地乌烟瘴气、人心惶惶，人们又面临着一次善与恶、真与假、是与非的道德良知的选择，灵魂升华与坠落的摆放。大法弟子也面临着对法坚定与否的根本考验。这期间邪恶操控当地片警和居民组长上门来骚扰过一次，伪善的顾左而言它的问了两句走了。我一点也没当回事。

短短几个月在大法的修炼中，身体的变化、思想的升华，道德标准的提高是我在大法中的亲身感受与实践，家人、世人目睹了我的变化，见证了大法的美好，他们都相信大法、支持大法、支持大法弟子。在这样环境中，我更加坚定了修炼的意志，坚如磐石的没有一丝的松懈、动摇。为了让不明真相的世人了解法轮功，不让人们受中共欺世谎言的蒙蔽，我开始在亲朋好友中用自己的亲身体会讲真相。有明了的亲友说：「好，你就在家里炼，别出去讲，它（指中共）是很

邪乎的，手段很狠毒。」也有的说：「胳膊拧不过大腿，识时务者为俊杰。」他们普遍知道法轮功好，只是怕中共的暴政，也不愿看到我被中共邪恶无谓的迫害。

由于修炼时间不长，认识的同修不多，那时集体学法一般都不问同修的姓名、住址。但同修并没有忘了我，有同修打电话来问我好，我知道这是同修在鼓励我。后来又有同修约我走出来切磋交流，我悟到要到北京去证实法，从这时起我感到自己才真正的是在走出来证实法、讲清真相、救度众生了。

那是二零零零的年底，记的当时脚要迈出家门的的第一步，心里有「恒心举足万斤腿」（《洪吟》〈登泰山〉）的感觉，但真迈出了第一步后，那真是义无反顾、无牵无挂、无后顾之忧，也没想到会被迫害，只想到去做证实法的事。一个星期后从北京顺义平安的返回。过程中强烈的感受到师尊的加持、慈悲呵护，梦中不断的点悟，弟子才走了过来。接着，陆陆续续的从同修那儿得到一些真相资料，上楼层、坐汽车、逛商场和超市，走到哪儿就把真相送到哪，做的心里亮堂堂的，没有一点那种怕的感觉，只是很稳重的做着（那时不知道发正念），只想把大法无辜被迫害的真相让人们知道。那时明显感到身体的能量很强，整天脸上都是红光满面的。在新年刚开始，我们地区有了三个小型资料点，一台小型复印机，是几个同修凑钱买的。别看这台小小的机器，它承担着很多地区资料的供给重任。

有了固定的资料来源，救度众生的脚步更不能放慢了。每天都想把印出的真相资料能发到被谎言蒙蔽的世人手上。那时自己也没有突破对陌生人面对面讲、面对面发，多数是以跑楼层的方式发放，有时也用寄信的方式。

在二零零一年的阴历大年初六，央视放出了由邪恶中共导演的「自焚」伪案，当时亲友们正在团聚，孩子当时就辨出了真伪，很正气的大声的说：「妈妈别看，那是假的！」就把台调开了。但是这场邪恶的伪火更让不明真相的世人对法轮功产生了仇恨和更深的误解。接下来马上揭露邪恶阴谋的真相资料就出来了，为了及时的让世人了解真相，我就想怎样把资料送到人们手上。

一天天刚黑，我从资料点出来，把资料折好放在大衣的口袋里，

准备见机会再发，这时突然一个念头出来，「常人发广告都是拿在手上发，我为啥不呢？」我一下就把资料从口袋里取出来拿在手上，走在一个私营巴士起点站，乘客一边走上车我就把资料一份一份的递上，有人问是什么，我坦然的回答：「是法轮功资料，天安门自焚真相。」车上没得到的都纷纷喊着要看个究竟，伸手来拿。那一刻自己好纯净，什么杂念都没有，一会儿车子开走了，剩下的资料在逛夜市的人群中还是那样坦坦荡荡的发完了，这时还觉的资料带少了。这不是显示自己做的有多好，只是从中悟到了法理：在纯净心态下做出的事，才能体现出大法的威严，神圣，会得到意想不到的好结果。「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。」（《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉）

虽然当时有那样的状态，可是有许多执着心被邪恶钻了空子，如：有跟人的心。一次听同修说，她到那儿去发了资料，效果还比较好，我也动了要去这样做的心，而且还有些急迫，没有用法来衡量，也没有根据自己的情况和心态。后来去做的过程中被迫害。当然还有很多自己还没意识到的执著心，还有那个时候为了发放资料，让世人及早了解真相，对自己学法上有些放松，每天学法的时间少了，学法时也静不下去心，这都是后来才意识到的。

在被迫害期间，在拘留所，在看守所，我一直是平和的心态、坦坦荡荡的胸怀，给关押的犯人讲法轮功被迫害的真相，讲大法怎样教人做好人，按照真善忍做道德能回升。在和我接触相处中，她们从我的一言一行知道了法轮功的好，她们有时还喊一句「法轮功万岁」，他们还问狱警，炼法轮功的这么好，抓她们干啥呢？你们说她们搞政治，她们那么善良，讲的都是劝人向善、重道德的话，还经常帮助人，哪象搞政治的？

狱警也从她们的反应中和自己的观察了解中，大多数都改变了对法轮功的看法，大多数都能善待大法弟子。他们有时还要比较哪个法轮功学员做的好，哪一个做的不好（指的是待人处事上，我们指的就是修心性上）。从这些人的变化上我认识到，因为他（她）们也是被邪恶谎言毒害的世人，我们本身就是一个切切实实的真相资料，我们在哪儿都是在救度众生、证实法。当然，这不是说承认邪恶的迫害，



这本身就是清除邪恶的谎言，证实着法。

在几年的被迫害中，在邪恶的黑窝里，我一直就是胸怀坦荡，做真善忍修炼的大法弟子，我感到很自豪，好伟大。不管邪恶把我弄到哪儿，不管我处在怎样的环境，我都是那样理直气壮，是很平和，没有争斗之心、没有怨恨之心的那个状态。邪恶想对我耍什么阴谋、耍什么手腕都用不上，我也悟到一路走来是师尊在保护着弟子，看护着弟子，点悟着弟子。

从邪恶黑窝里出来，回到在世间证实法的大洪流中，劝退、面对面讲真相中，我又生出了许多新的执着心。由于自己平时注意学法，注意自己思想中一思一念的反映，在那个执着心要出来或刚出现时，我就能用正念把它抑制住或否定清理掉。在证实法的修炼中，大多数能这样做到。

现在，在做好三件事：学法、发正念、讲真相的证实法中，时时督促自己必须拿时间学法，要静心学。现在每天要求自己学三讲《转法轮》，还尽量抽时间背法。这期间对背法松懈过，背了第一遍后，搁了好长时间不愿再背，觉的自己背过了，比那些还没有背过书的还好，就是认为自己比别人好，衡量的标准都发生变化了。「他们总是和人比，和他们自己的过去比，而却不能跟法的各个层次的要求来衡量自己。」（《精進要旨》〈和时间的对话〉）其实在学法上跟我自己过去的过去比都比不上，是应该好好找找原因了。

现在我参加了集体学法小组，同修们互相鼓励，搁浅背法的懒惰思想被扫除了，又开始背了起来。集体学法期间背了一遍后，同修们说不能放松，继续背下去，现在背第三遍了。集体学法是走师尊给弟子安排的修炼的路，在这个环境中确实能熔炼人，很多执着心，几乎是所有的执着心都能暴露无遗。在做三件事上同修之间各持己见，还争的面红耳赤，但冷静下来都能对照大法归正自己，最后放下自己的个人观念，协调配合，圆容整体。

师父说：「一个大法弟子所走的路就是一部辉煌的历史，这部历史一定是自己证悟所开创的。」（《精進要旨二》〈路〉）的确，要写的很多，九年多的证实法修炼，在个人提高上，在反迫害中，救度众生中，感悟太多太多，但这次就先写到这里吧。

## 转变观念破执著 信师信法正念行

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】面对面讲真相，开始的时候觉的特别难，主要是被观念所障碍，觉的自己不善言谈，爱紧张，特怕别人不接受，而且面对的都是陌生人，所以开始的时候非常打怵。有时对方挺接受，效果很好，就非常受鼓舞；有时人家觉的我怪怪的，不理我或挺戒备，我就很不自在也很难过，有时还生出怕心。回来后向内找，悟到自己没摆正基点，抱着完成任务的心态，是为私为己，没有大觉者的慈悲善念。悟到后有所改观，心态祥和了，效果也好了。有时觉的很困难，就请师尊加持，正念强大，往往有机会做好。

随着不断的背法，法理上清晰了，正信越来越强，对讲真相也有所体悟，心不再那么执著了，一切随缘，走路、坐车、买东西、上早市、去书店、逛商场、都是我讲真相的好场所，走到哪里讲到哪里，根据对方的接受能力去讲，智慧的讲。注意保持祥和的心态，不强为，让他感到就为他好，效果反而很好。

——本文作者

慈悲伟大的师尊好！

全世界大法同修好！

转眼一年又将过去，又是硕果累累的金秋时节，欣逢第五届大陆大法弟子修炼心得交流圣会的召开，心中感慨万千！感谢慈悲伟大的师尊又一次给我们开创了这一集体交流、共同精进的宝贵平台。回首自己的修炼历程，由满身欲望的常人成长为辅师正法的大法徒，真感到自己成熟了，冷静了，理智了，人心越来越少了，正念越来越强了。在学法、实修、辅师正法的过程中有许多的体悟，也有许多的不足，正好借此总结一下，吸取经验教训，挖出执著的根源，更加珍惜这瞬息即逝的珍贵的正法修炼机缘，走好走正最后的路。不再辜负师尊的洪大慈悲，更好的救度一切有缘人，完成自己的史前大愿。同时

借此盛会向为众生、为弟子操尽了心、无量慈悲的师尊致以崇高的敬意和感恩！

## 一、心性在法中升华

作为一名正法时期大法弟子，学好法才能更好的助师正法。「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」（《致澳洲法会》）。为什么自己一路走的磕磕绊绊的，我悟到就是没学好法。虽然学法也很抓紧，只是保证时间和数量，学法时精神无法集中，脑中有杂念，学一会儿就走神了，自己也很苦恼。因此法理上悟到的也很少，很少看到层层法理的展现。同修几次建议我背法，我背了几次都没背完一讲就停下来了。

直到二零零五年，在同修的带动及催促下我才又开始背法。这一次下决心一定要坚持到底。我背法很慢，尤其刚开始的时候，有时一上午才能背下来一段，心也静不下来，思想一会儿就溜号了，越背不越来越着急，开始闹心，而且觉的时间占用的太多却收效太小，不如看书来的快，追求数量。

但这次看同修在坚持背，自己也硬着头皮坚持，克服畏难情绪，尽量集中精神，一字一句的往脑袋里打。随着不断的背法，心渐渐的静了下来，我习惯读出声来，觉的全身心都溶于其中，非常舒服（但往往这时容易被打扰，这都是干扰的因素，一定要警醒。）能静心学法的时候，背的也就快了。在背诵的过程中，我发现对法的理解与原来不一样了，好象以前没看到或理解到这一层法理，对修炼的内涵有了更深的体悟，感悟最深的就是修炼的严肃性。修炼是万分严肃的，来不得半点儿儿的换假，只有时时把自己当成修炼人，扎扎实实的修自己这颗心，严格要求自己，无条件向内找，才能真正升华上来。

「天天光炼这几套动作，就算是法轮大法的弟子了吗？那可不一定。因为真正修炼得按照我们所说的那个心性标准去要求的，得真正的去提高自己的心性，那才是真正的修炼。」（《转法轮》）每念到这里我都一带而过，而且觉的自己不在其列，我可在真修哇。可背这

段法时我的内心非常震撼，觉的句句重千斤，体会到修炼的无比神圣与庄严，以及作为一个修炼者应持怎样的心态去面对修炼。认识到自己这方面做的很不够，马马虎虎，不能严格要求自己，在大法中混，总是明知故犯。这怎么能提高呢？随着不断的背法，达到了静心学法，法理不断的展现，我体味到背法的好处，真是妙不可言。虽然没有通读那样行云流水，但却真正将心溶入法中，受益匪浅，这和以前形成鲜明对比，真正体悟到学法的内涵。

以前我对师尊讲的证悟自己的法理始终不太明白，理解不好。觉的师尊把宇宙大法都讲给了我们，不用自己去悟法呀。现在我才明白，虽然都学这一部大法，可每个人体悟的都不同，而且你只明白这一层法理还不行，还得真正力行做到，达到那一境界的标准要求才是真正证悟了那一层法呀！

在背法的过程中，也暴露出许多人心，畏难心、求安逸心等等。背的好一点儿时，马上生出欢喜心；背的多时又生出显示心。心一起，又背不下来了，赶紧向内找调整自己，去除这些人心，归正自己，保持正念，每一次归正都是自己的心性在升华。而且背法与心性修为息息相关，「三件事」做的好，背法进度也快，反之就慢或背不下来，又需要自己提高了。背法的过程也是个修炼的过程，也面对各种各样的干扰，思想业也会反映上来，让你不能静心，严重的干扰你，让你不想坚持下去。第一遍是最困难的，也最关键，还要特别注意别背错。给以后打下好基础。我是反复了多次，最近又开始背了，但只要你坚定的走过来，肯定是海阔天空又一番景象。

## 二、讲清真相救众生

### （一）开创环境救度身边有缘人

我家住的地方是新环境，没有老亲少友，给讲真相带来难度，但我想师父既然将我安排在这里，就是和这里的众生结缘来了。我接触的人都是我救度的对像。所以不论走到哪里，我都很注重开创身边的环境。为了更好的救度这一方，我很注重与他们相处。首先尽力把生活安排的井井有条，象模象样，他们就对你有好印象，而且要主动的同他们打招呼，多沟通，尽快熟悉起来。遇事多为对方着想，热心帮

助别人，宽容忍让，上下和睦，给讲真相奠定了良好的基础。我没有顾虑心，一心想救他们，所以他们也都能感受到我很善良，真心为他好，而且小日子过的「象模象样」，让他觉的你人好，是正经过日子人，讲真相都能理解和接受。

几年来，我们周围的人几乎都明白了真相。这也渐渐引起了楼长、居委会的注意，开始观察我。我刚开始也有些顾虑，也生出怕心。怎么办？如果被他们监视，就会影响我们救度这一方。心也不静了，人的观念左右着胡思乱想。后来悟到不能用人心来对待，得用法来衡量。我静下心来找自己，找到了自己的根本执著，把自己当成了人，把他们和自己对立起来，把这场迫害当成了人对人的迫害，没有摆正救人这一基点，没有觉者的慈悲，没有想到他们更应被救度。忘了自己存在的真正意义，为了自己所谓的「安全」，不想面对总想逃避。这哪象个正法时期大法弟子啊。「哪里出现了问题，哪里就是需要你们去讲清真相、去救度。不要碰到困难了就绕开走。」（《各地讲法二》〈二零零二年华盛顿 DC 法会讲法〉）我不再逃避，直面去救度。因为他们没明说，那我就给他们家送真相资料，选择有针对性的送。因此也引发我一个想法，不但是我们的楼长、社区主任，我们这一片所有的楼长、社区主任、干部、派出所，只要我能找到的我都给他们送资料、送《九评》，不止一次。并发正念让他们自己了解真相，请师尊加持开创环境。不久，他们的态度改变了，不闻不问，而且不死心欲监视我们的楼长出现了报应，儿子摔断了腿，从此他态度大变，后来我们借机讲真相他也接受了。

自此以后，他们很多都不再骚扰大法弟子了，都暗中保护大法弟子，环境有了改观。我们的环境越来越宽松了。我悟到真正的安全就是讲真相，这真是师尊给我们的一把万能钥匙、一大法宝，能真正改变人。人们都明白了，都不迫害大法弟子，我们才最安全。还有些不太好讲的，我也悄悄把真相给送去，选有针对性的，再发正念让他看。

我们这有一位退休的老干部，多年的老干部，不太和人交谈，不太好讲真相，我就把《九评》挂在他家门上，后来找机会给他讲。他就告诉我，说他看了《九评》什么都知道了，但对退党有顾虑，只说

不再交党费，自动退出。我又给他讲了原委，他也同意退了。就这样，我身边的人一个个得救了，我们的环境也在悄悄的变化，给我们讲真相、同修交往、做其它大法工作开了方便之门。

直到今天，还有些同修对周围的人很戒备，不敢讲真相，顾虑重重，很封闭，没把环境正过来，其实也给自己带来诸多阻碍。我悟到我们身边的人都是和我们非常有缘的人。他们能有幸和我们相邻相近，就是等待救度的。如果我们为了保护自己而不救他们，那不太自私了吗？其实他们都明白了真相，都保护着你，你才更安全。当然，不是千篇一律，证实法中要智慧圆容，针对自己的情况去选择不同的路。

## （二）社会生活中到处随缘讲真相

我主要是面对陌生人去讲。面对面讲真相，开始的时候觉的特别难，主要是被观念所障碍，觉的自己不善言谈，爱紧张，特怕别人不接受，而且面对的都是陌生人。所以开始的时候非常打怵，不知如何开口，明明知道是有缘人应该讲，可就是迟迟开不了口，心里又着急，硬着头皮跟人家搭话，有时对方挺接受，效果很好，就非常受鼓舞；有时人家觉的我怪怪的，不理我或挺戒备，我就很不自在也很难过，有时还生出怕心。回来后向内找，悟到自己没摆正基点，抱着完成任务的心态，是为私为己，没有大觉者的慈悲善念。悟到后有所改观，心态祥和了，效果也好了。有时觉的很困难，就请师尊加持，正念强大，往往有机会做好。

随着不断的背法，法理上清晰了，正信越来越强，对讲真相也有所体悟，心不再那么执著了，一切随缘，走路、坐车、买东西、上早市、去书店、逛商场、都是我讲真相的好场所，走到哪里讲到哪里，而且不再那么注重结果。根据对方的接受能力去讲，智慧的讲。注意保持祥和的心态，不强为，让他感到就为他好，效果反而很好。不接受的也不要紧，别怕别慌，发正念，智慧的应对，把善意留给他，以后能有机会再讲，或给别的同修做铺垫。

我家地处市郊，早市上都是周边的农家人来卖菜及农副产品，我就利用买菜的机会讲真相，我买菜不挑剔，多站在他的角度着想，给多的我从不要，秤高我都给拿下去，不占小便宜，给他留下好印象，

接着再讲真相效果都很好。以前我都是付钱时讲，有时会错过，后来我就利用挑菜时讲，一般他都帮忙，正好借机讲，而且时间好掌握，效果较好。不但给他们讲，还特别告诉他们传给亲朋好友。有的开始很反感，可多接触几次发发正念，他自己就转变了。有的让我一定要小心；有的人明白真相后，再三感谢我。我知道是师父在鼓励我做好。

### （三）广传真相救度有缘人

我主要的讲真相方式还是发资料，贴传单。这里距农村比较近，人口较分散，我们几年来一直坚持面向周边的农村发资料。特别是春秋两季，农村地里活忙的时候，我都特意多去几次，把粘贴贴到田间路旁，或挂条幅、放资料。有时发几张资料就得走十几里的路，就是步行，方便灵活，但很辛苦，而且环境不熟，但只要心中保持强大的正念，真心为了他们得救，一切都很顺利。其实我们只是去做，师父就在身边看护，我们应去哪里救度，就会点化我们走到哪里。有时人家看到了，就直接和他们讲，有的当面给，大多数人都能接受。也有撵我走的，也有不怀好意的，我都善意的给他讲善恶有报的道理、讲真相，只想着救他们，都能使他打消恶念。只要正念足，都能化险为夷。

但面对面讲真相我还是做的很不够，最近一段时间很懈怠，心里也很着急，这也是我必须快速突破的。一定要勇猛精進，救度更多的有缘人。

## 三、正念去除怕心

### （一）在正法修炼中去除怕心

迫害刚开始的时候，我觉的自己对法坚信，怕心少，敢于走出来，其实很多凭的是人的勇敢，是舍生忘死报师恩的心态，但在法理上对助师正法认识不清，也因此被多次迫害，从而形成很严重的观念，加重了怕心。而且我还生出一个怕心，就是怕走不好给自己和大法带来损失，所以小心谨慎，不敢大意，不敢迈大步，所以很长时间走不出来。然而，「怕心会使人干错事，怕心也会使人失掉机缘，怕心是人走向神的死关。」（《走出死关》）自己也知道应去除怕心，

也多次发正念，但收效不大。而且形成的顽固观念也在助长它。比如：一有剧烈的敲门声，就想起恶警砸门抄家绑架的事，马上害怕，赶紧藏书。越怕越敲，也意识到是怕心招来的假相，尽量抑制它、发正念解体它，还是不彻底。

有一次给人讲真相效果不好，一路上害怕，快走到家时忽然悟到，是自己摆错位了，总把自己当成无能为力的常人，总认为邪恶很强大，能迫害我。从根本上不信师信法，站在大觉者的角度上看，会怕它吗？它算什么东西，用神通解体它不就行了。还悟到一有风吹草动就用迫害时形成的观念去套，这不是自己在求迫害吗？其实邪恶怎么能动的了我们呢？

## （二）在近距离发正念营救中去除怕心

随着正法进程的推进，我们助师正法又走向新阶段，开始走出去近距离发正念、面对面讲真相及直接配合营救同修。刚开始的时候，一提去近距离发正念时是有点儿打怵、有些发懵，其实还是把自己当成人，没有转变观念，其实还是怕心在作怪。

记的第一次去看看守所发正念，刚走到大墙边绕了半圈就折回来了，不能做到堂堂正正，心态也不稳。回来与同修交流，才知道路线，又跟同修去了一次，觉的能发出正念了，也不那么怕了，坦然多了。从此不但自己去，也与当地同修交流，共同提高，同修们都能不同程度走出来近距离发正念。一次次近距离解体邪恶的过程，也是一次次去除怕心、纯净自己、增强正念的过程。我们坚持经常去邪恶的黑窝发正念，越走越积累经验，不驻留时间太长，就地就近，分散去做，比较注意安全，理智去做不强为，效果一直很好。

不但近距离发正念，还积极参与整体营救同修。开始的时候心念很纯，记的有一次去邪恶的黑窝配合要人，主要是配合发正念，当时真的放下自我，正念强大，觉的他们什么也不是，连去了好几次，都很稳。后来同修也被营救了出来。

但也有正念不足的时候。后来又有同修被绑架，我们去营救的时候，头两次还行，再去怕心滋生了，人的观念占上风，正念也不强了。又得向内找归正自己。有一次同修告诉我，去臭名昭著的某某教养院营救同修需要人手，问我能去不，我悟到既然来找我，就是我的



机缘，毫不犹豫的走了出去。但毕竟这个黑窝太邪恶了，不免在观念中形成很深的印象。当时警察很邪恶，态度恶劣，根本不让见，我们就去找主管科长、院长，到处不见人，听说躲在里边不敢出来，只好又找劳改局，也不给找，我们一再坚持，才勉强出来一个科长。我们正念很强，同他反复讲，后来给教养院打电话，我们只好又返回去，可还是没见到，他们互相推诿，但在这过程中确实震慑邪恶。由于有事我只坚持两天，当时做的很好，可事后却有些怕了，没再强为。还是心性没到位，修炼可掺不得半点假。

还有一次陪同修去营救她的亲人，在等人的过程中，有一个人前来问这问那，我起了人心，怕被他注意，因为得经常来发正念，这一生出怕心，便不坦然了，顾虑重重。还有觉的她家人同修多，自己不是其家人，有点不理直气壮，不如专心发正念。一同修直接问那人并给他讲真相，同修对我有想法，我又受到伤害，觉的自己没修好，心性不到位，强为不起好作用，误在那里很长时间。后来静心找自己，确实有怕心，没有正念神念。同修的正念正行确实启悟我放下人走向神，转变观念去除怕心，真正在法上看问题。

从法理上明白后，怕心去了不少。自己能用正念看问题了。通过大量的学法背法，我对怕心问题上又有了新的领会，法理上更加清晰了。就象有同修悟的，他们只是岸上的猿，叫声再凄厉，对江中行使的小舟有什么影响？只要你别被它所动，轻舟很快越过万重山。我最近也悟到，邪恶就如同圈在旧笼子里的兽一样，再怎么凶猛，只能在笼子里发威，对走在崭新路上的我能干什么，能做了什么？再有，怕从根本上说就是对师对法没有强大的正信，就是不相信师父能保护你，这不是大漏吗？其实怕并不属于我，它只是我的观念招来的不好的东西，就是人的状态，就是私，严重干扰我做好三件事。写出来也是要从我的所有空间中彻底的曝光它，清除它，解体它，也包括一切不同化大法的人的执著、各种因素、派生物质。让我真正的在大法中重塑的主体生命主宰一切。

最近几次去邪恶的黑窝，没有了以前那种状态，不再感到它怎么强大，能堂堂正正的去面对警察，智慧的讲真相去救度，并发出强大的正念解体邪恶，这是在法上升华后才能达到的。

#### 四、转变观念去执著

「辗转轮回不知年，千辛万苦为哪般；执著满身难寻己，欲转观念难上难。」

修炼这么多年，我才发现以前做事的基点是为私为我，所以遇事首先考虑自己的安危、看重自己。因为在当初邪恶的严酷迫害中形成了许许多多的观念，招来了很不好的东西，致使我们在很多事情上没有正念。比如：邪党一开会或搞点什么事、所谓的敏感日，就会想形势又得紧又该借机迫害了；一谈做资料、上网就觉的非常危险；一听开奥运先想把自己藏起来；甚至自己状态不好就认为要被迫害；或者认为谁有名就危险；同修一被抓就认定会遭严酷迫害；还有的给狱中同修存很多钱衣物等等。其实很多事情都是我们首先认定的，都是用人的观念看问题而认定的，因而加重了迫害。师父告诉我们全盘否定旧势力的安排，可我们的一思一念都被旧势力左右着而不自知。

回首走过的路，有很多时候都是先认定迫害，被观念左右着使很多事情让邪恶钻了空子。「正法传 万魔拦 度众生 观念转 败物灭 光明显」（《洪吟》〈新生〉）。我体悟败物、邪恶就存在于我们的观念中，当我们转变观念正念一出时，就象阳光驱散黑暗一样，败物立即被解体。很多事情做不好，都是因为我们没修出正念，越是人心重、观念强，越容易被邪恶钻空子迫害，正念正行的走的又快又稳，所以我们的观念越少。念越正，路越顺。当我们做不好时，实际是在帮邪恶的忙，起反作用。

近一年来，觉的自己在很多事情能够用正念看问题了，能够用法来衡量，不再用人的观念去想，这是自己与以前相比最大的不同。我体悟这是我学法入心了法理上升华所带来的状态。能很少被外界的因素所带动了，不管是节假日、敏感日、开人大、办奥运等等，都不为所动，都干扰不了我做「三件事」，再没有什么又紧了避一避这些想法了。那都是假相，邪恶就想利用这些观念来干扰，只要心中正念坚定，知道救度众生是我们的历史使命，是师尊交给我们的重任，把握这一宗旨谁也不配干扰。「讲真相救度众生，旧势力是不敢反对的，关键是做事时的心态别叫其钻空子。」（《各地讲法二》〈二零零二

年波士顿法会讲法》)

以前在营救同修的事情上，自己能够积极配合近距离发正念、去要人。但我的基点是执著同修出来，是对同修的情、对邪恶的恨，担心同修被迫害，还有着急的心，这不是在求吗？还自己觉的不错呢！通过不断的背法，我发现我以前的认识不对了，只是用人的观念来对待营救同修的事，并没有真正在法理上明白。首先我认定旧势力会迫害同修，因为那么多迫害实例早已在头脑中形成观念，所以同修一被抓就担心，就会顺着观念去想，给旧势力借口了。我应该去除这一旧观念，用正念去想问题，把坏事变成好事，不但不允许邪恶迫害同修，还要发正念加持同修零距离除恶，就象孙悟空钻进妖精肚子里一样，内外配合解体邪恶。再者，警察及所接触的有关人员都是应被救度的对像，他们只是被邪恶利用的工具，他们才更可怜，更应该救度，因为他们将来的走向是可悲可怕的。他们将永远去承受偿还。我不但没有把救度他们放在首位，还一味的恨他们，我不但没有慈悲的对待他们，反倒把他们推了下去，这怎能不被邪恶钻空子呢！只想我们自己的安危，这不就是为私为己的旧宇宙生命的表现吗？这怎能助师正法呀！

还有一件事困扰了我好几年。自二零零二年我身体出现了严重的「病业」状态，手、脸、身体肿，起小水泡，奇痒无比。那时刚从邪恶的黑窝出来，自身状态不好，空间场不纯净，发正念走神，满脑子私心杂念，还有一个执著，怕人家看到影响讲真相，学大法怎么还有「病」呢？心里着急求师父给消，又怕家人给治——抱着一大堆执著使邪恶钻空子一再迫害。法理不清，正念不足，最后过不去了，又怕家人不理解，无奈采用了人的办法。事后很懊恼。这以后五、六年每隔一段时间就反复出现，时轻时重。我也发正念、向内找，可没找到根子上，时日一久，形成顽固的观念，觉的自己修的太差劲，起了自卑心，消磨我的正信。今年又起了，来势很凶猛，手脸都变形了。我特消沉，已经走到危险的边缘。同修都帮我发正念，我也悟到这是邪恶的疯狂迫害，已严重影响我救众生了，决不再消极承受。我也定下心来深挖自己的执著，有了这颗心，师父就会管，我找到了执著的根，原来我一直把它当关过，认为自己没做好，一次次的「补过」，

这不是承认旧势力迫害吗？在旧势力安排的魔难中修炼，过的再好也不过是旧势力的标准，这哪是师父给安排的路啊，不让我做好三件事，我怎能承认？找到根源后，坚定正念解体它，我还去除我怕它的观念，不执著它，把它放下，静心学法，师父借同修口点悟我多学后期讲法，病业假相很快消除了。经此一事，我更体会修炼的内涵，学好法，破除观念，找到执著的根源破除它，才能真正走过来。

通过大量的背法学法，发现自己在变，遇事能理性的去看，不那么冲动、执著自己了，而能用法理破除观念看问题。正信增长，正念强了。法理上升华以后，再从新审视自己的修炼，真有点后怕。看看自己虽然修炼多年，遇事用观念人心衡量，执著自我，滋养着许多执著，不但没有坚决排斥去除，还不断的自我掩盖，再掩盖，死抱着这些肮脏的东西不放，在大帮哄中「混日子」，遇事向外求，总是强调别人的执著，却不扎实修自己，还觉的自己不错呢。

我深刻的体悟到：作为一个修炼的人，对个人执著的去除是至关重要的、非常严肃的、决不能含糊的，有许多执著心不去是不得正果的。比如：欢喜心、怕心能使一个罗汉掉下来；「妒嫉心要不去是不得正果的，绝对不得正果的。」「在历史上或在高层空间中，看人能不能修，看人的欲望、色这个东西很主要的」，「整个人类社会的一切，全是出自于这个情。这个情要是不断，你就修炼不了。」

（《转法轮》）等等，师父在法中都讲给我们了。我深刻反省自己，开始扎实的找自己，发现自己有许多心都没修掉。特别是妒嫉心、色欲心、名利心、欢喜心、显示心，还有不修口、外求心、求安逸心、怕心等等，这些心是直接决定人能不能修成的关键，所以在修炼中一定要时刻注意。抓住自己的一思一念不放松，遇事知道先守住自己的心，跳出人的认识、人的观念，不将自己搅在情中、气中、常理中，并静心去想，是针对自己的哪颗心来的，发现执著就立刻清除。而且注意修口，无条件向内找，才有点摸到修炼的门了。

随着对法理认识的不断加深，也越来越能明了这些执著都是左右人的，它并不是我本性所有的，都是人的观念招来的。就象一袋袋脏东西绑在自己身上，必须彻底清除掉，才能升华上来。现在我才真正体会修炼可不是表面的轰轰烈烈、漂漂亮亮，做事再多影响再大也不

能代替实修，如果不能真正从内心改变自己，那是没有真正价值的，只能积点福份，那可不是我的本愿哪。谁愿意在大法中求这些呀！写出来也想与和我有同样问题的同修交流，快点儿提高上来，千万别错过这万古机缘哪！

我还悟到大陆大法弟子交流会的一层含义，是师尊对大陆弟子的无量慈悲，让我们快速走出人来，归正自己，整体提高到位，立即结束迫害，跟上正法进程，救度更多的众生，兑现我们的誓约。让精进的更加精进，让还被人壳包裹的打破层层束缚走出人来，因为师父不想落下一个弟子。别再觉的自己不行，放下人你就能行。

以前总觉的自己不行，自卑气馁，后来我悟到这本身就是对师对法的不敬，消磨了精进的意志。能有幸成为师尊的弟子，就一定能做好。不管我们还有多少执著，都能在法中修掉。走不好就是法没学好。法理上升华后，觉的对很多事体悟与以前大大不同，人心少了，正念强了，心态平稳不急不怕，遇事能有正见，修炼的路简单明朗。这一切都源于静心学法。「法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。」（《精进要旨二》）

因自己法理体悟的不深，还有很多执著没修去，因此三件事做的还不够好，情很重，今后一定修好自己，更好的救度众生，圆容师尊所要的，做一个真正的合格的正法时期的大法弟子，纯净自己、真正升华上来，完成自己的历史使命，跟师父回家！象师父希望的那样：「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》）

正信坚定，勇猛精进，我们就能做好！

谢谢师尊！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）

## 在营救同修中向内找 整体升华

文 / 河北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】

尊敬的师父好！各位同修好！

「大法弟子是个整体」，「而法力是整体的展现。」（《师父对学员文章评语》）以前我对「整体」的理解浮于表面。通过这几年在修炼中经历的事情，我对「大法弟子是个整体」这句话有了更深的理解。下面我想把自己在整体营救同修这方面的一些浅悟和认识写出来，与同修交流，希望能相互勉励、相互促进，不足之处敬请慈悲指正。

我市同修在整体营救同修过程中使我们看到了整体配合的法力，出现的奇迹。只要大家的心形成一个整体，就能破除旧势力的安排，就能够把同修解救出来，就能解体另外空间邪恶生命对同修的迫害。因为邪恶无论迫害哪一个同修，它就面临着被整体强大正念的清除。

### **一、执著结果 执著自我 邪恶钻空子加重迫害**

我市曾经依靠整体配合的力量、协调人理智周密的布局 and 安排成功的营救了三被劳教、一位在外地被围困了几天的同修，展现了整体配合的重要和整体配合的威力。可因成功的经验使有的协调人和同修人心膨胀、盲目的效仿，不是充份考虑参与同修的心性状态，采取更合理的方式保证整体的安全，营救过程中站的基点和心态都不对。周边有的协调人也没能在法上，没能用修炼人的正念去做，而是不理智、追求轰轰烈烈的人心的执著，在这次的营救同修中蒙受很大的损失。

由于此事，邪恶疯狂的迫害。一位同修被迫害致死，几人被判刑，很多人被劳教，还有一些被迫害放弃修炼的。其中一位被判刑的同修在狱中一直坚持绝食抗议，被迫害的生命垂危还被非法关押了两年多营救不出来，出事后从狱中一次次的传出该同修生命垂危的消息，外面同修在整体上一次次的大力度营救也没营救出来。这件事一直困扰着我地区的学员。

当时大家的心情很复杂，难以形容，对失去一位同修、多位同修被绑架很痛心（出事的同修中有很多是大家崇拜的）。同时又因给大法造成这么大的损失感到怨恨，致使整个地区很长一段时间处于低谷，难以形成整体。

例如：发生此事后，我市采取各种形式营救，当时有两名同修被迫害的生命垂危在医院抢救时，大家都抓紧发正念，等另一同修被迫

害致死，大家就以为该同修能出来了（因他多次被抓后，都能正念闯出来，很多人崇拜他），松懈了发正念。我们大多数人都执著于同修的出来，这不就是强大的执著吗？致使邪恶把不能行走的同修抬上车送往监狱，没想到监狱不收。外面的同修又生出了欢喜心，以为这下肯定能放出来了。结果邪恶又把同修送到另一监狱。其实基点没站对，让邪恶的因素钻空子借机迫害，加大了同修的魔难。

在这种情况下，同修们各自有了不同的见解。有的说整体没协调好造成的，有的认为当时的那种不理智的行为是对的，认为营救同修没有错；家属同修有证实自我的心，自己想怎么做就怎么做，让大家都按照她的想法去做，不管在不在法上，不做就是不配合。遇事不向内找，总在埋怨别人；协调人和其他同修认为家属同修没有整体意识，我行我素，做事偏激，不向内找。各持己见，谁也说服不了谁。今天这区同修发个「呼吁」，明天那区同修发个「倡议」，造成整体不能协调一致。

在整体营救过程中，同修之间的间隔，协调人之间，家属同修和协调人、和与她认识不同的同修之间的间隔在加大。由于造成的损失太大，因去的人中有很多是大家认为精進的同修，所以大家对这件事的协调人怨心也非常大，大到有的同修甚至不愿给其发正念。大家也一直没有间断发正念和利用各种方式营救同修，但带着很强烈的指责和埋怨心发不出纯正的正念，更谈不上营救同修出狱了。

为什么这么长时间？这里有我们整体配合不到位，迟迟达不到法对我们的心性标准要求的因素。所以还需要我们学法向内找，去除各种执著、强大的怨心、间隔，形成圆容不破的整体，整体升华到位，才能做好的。

## 二、否定旧势力 学法向内找形成整体

为什么出现了这些漏洞？大家在交流中意识到，邪恶是冲着我们整体来的。我们被邪恶钻了空子，这与我们每个人都有关系。我地同修崇拜心、证实自我的心严重。协调人多数执著自我，妒嫉心强，协调侧重事，没有注重及时解决整体、个体心性上存在的问题，重视个人修炼胜过周围同修的需要。有部份遇事好走极端的。同修们也都有该修去的人心，如：崇拜心、妒嫉心、怨恨心、执著自我、证实自

我、执著结果、怕心、欢喜心等。长期以来很多人每天忙忙碌碌为大法做事就以为自己很精進，忽视了向内找、在忙碌中忘了修自己。

可是我们也看到了旧势力的干扰因素及邪灵烂鬼在背后搞鬼，邪恶就利用着这些人心来制造矛盾，制造间隔。它的目地是让我们陷在矛盾当中不能自拔，牵扯的同修越多，涉及的范围越广，邪恶就越得意。同修往往不能识破邪恶的诡计，不能看到背后的真正因素，就认为被迫害的同修、某某人、协调人如何如何。其实同修只是被人心带动，同修的本性是好的，是人心和观念不好，而人心和观念并非是同修的真我，是邪恶在捣乱。

所以同修被迫害时、在魔难中时，我们不能在背后去找同修的原因，不负责任的议论或指责是在往同修身上加败物，无论同修有没有执著都不是迫害的理由。这时的同修需要我们无条件的帮助，需要大家的鼓励，慈悲对待他们。同时我们还要发出坚定的一念，不准邪恶迫害我的同修！我能为同修做什么？这才是我们的正念和该想的。此时对待同修的态度就是我们实修的过程。

大家通过不断的学法、向内找、互相交流以及与家属同修的切磋后，认识到了彼此的不足又从新配合進行营救，除了大家一直坚持的营救方式外，大家每个人都写信，哪怕写一句话也是增加正的力量。通过这次整体的升华，营救同修确实有了转机，监狱两次来人让家属签字办保外就医。家属同修在家人的压力下（自己也有急盼亲人回家的心），签了字。听到这消息后，有的同修起了欢喜心，有的以为人放出来了就不发正念了，有的同修埋怨家属同修不该签字，结果造成了同修在狱中一直绝食抗议坚持了两年多。我们整体也用了两年多的时间才消除了这个强大的怨心和各种执著。从中心灵的碰撞、磨合，经历了剜心透骨去执著的心性提高过程。

继续学法向内找。各区协调人之间、同修之间多次在一起切磋交流，找我们自己的原因。大家都能认识到这是在给我们整体提高上来的一个机会，每次迫害一发生，我们只是盲目而又麻木的去发正念，去完成一件任务，「修炼是修自己，无论出现什么样的状态都要去想一想自己。」（《各地讲法七》〈美国首都法会讲法〉）每一位身在其中的同修也都在审视自己。看看自己在营救同修中都做了什么？用



心大小？我去掉怨心和指责了吗？我用正念看问题了吗？我把同修的事当成自己的事了吗？我发了多少正念？我用纯净的心发正念了吗？整体需要配合的时候，有没有放下自我认识去圆容整体？

同修营救不出来究其根本原因有两点：

一、我们整个营救的基点和过程，都是被同修能不能出来的表象而带动。没认识到把营救同修当成一个契机，利用这件事清除邪恶、救度众生，完成我们的历史使命，助师正法。当同修被迫害时，我们看重的是迫害的邪恶、同修的安危，重点都是让同修早日出来就是营救成功。过程中该救的众生没有救度。我们是来助师正法、救度众生的，面对被邪恶操控、被谎言毒害的参与迫害者，我们想到救度他们了吗？想到他们对正法犯罪后，他们对应着庞大天体的众多生命被淘汰的悲惨结局了吗？如果我们不能慈悲于他们、用最强大的正念清除阻碍众生得救的一切邪恶，就不能完成大法弟子的责任和使命。师父讲：「大法弟子以救人行善为根本」，「目地还是为了救度众生。」（《正念制止行恶》）我们一定要本着救度众生为目地。

二、救度过程中的心态。把参与迫害者与被迫害同修的关系当作是「迫害和被迫害」的关系，还是当作「救度和被救度」的关系非常重要。师父讲：「讲真相救度众生，旧势力是不敢反对的，关键是做事时的心态别叫其钻空子。」（《各地讲法二》〈二零零二年波士顿法会讲法〉）

面对迫害者的恶行时，我们往往有怕心、怨恨心，没想到用修炼人的慈悲去对待他，真正的为他好给他讲真相，所以带来的结局就完全不同。营救过程中，我们抱着要改变别人而没想改变自己的心态，面对警察和恶人不放人还威胁我们时，我们很少立即想到自己的心态有偏离法的因素：把迫害当成人对人的迫害，对应的就是他对我们恶。师父讲：「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〉）「慈悲能溶天地春 正念可救世中人」（《洪吟二》〈法正乾坤〉）。

### 三、整体升华后 营救同修出狱

师父说：「当然修炼过程中，因为你要提升，肯定对你来讲，对

修炼人来讲是有考验的，做不好会不断的有麻烦出现，做的好也会不断的有修炼中的考验出现。你们一概把它视为干扰，想为解决这个麻烦而解决这个麻烦，你就解决不了，因为那是为你提高而出现的。你要正念去对待它：通过这个麻烦，我怎么样能够把与这件干扰有关的一切正确对待，本着救度众生的目地平衡好，我怎么样能够对众生负责，把这些事情的出现视为正好是讲真相的契机，正是讲真相的好机会。」（《各地讲法七》〈二零零六年加拿大法会讲法〉）

法理上清晰后，大家都放下了人心。大家明确了营救同修的目地是救度众生，并非单纯营救某个或某几个同修。没有了怨和指责，真的把同修的事当成自己的事，天天主动发正念。而且不执著结果，不流于形式，吸取以前的营救同修的教训，不再追求表面的轰轰烈烈，过程中修自己。协调人之间不再争论，不再坚持自我。整体互相圆容、互相配合，协调一致。大家在营救中该做什么都主动的去做。家属同修要人前和同修进行切磋，不再象以前我行我素、站在情上去救自己的亲人，而是放下自我能站在配合整体的角度上去营救同修，去监狱要人时做的也很到位。家属同修要人时，整体配合发正念，解体邪恶。这样营救的效果就大不一样了。

今年我们又从新整体配合、整体协调营救被关押的同修，在营救中采取各种方式，分工合作。整体定点发正念，我们除了晚上八、九、十点三个整点发正念外，各区还自己定了上下午的点，每个区、每个人所做的事侧重不同。在各自做三件事不影响的情况下，进行了一些具体的项目分工：有整体协调的、有分片协调的，有打听消息的，有负责编辑真相资料的，有寄信的，有收集电话地址寄明慧的，有陪家属去公安、监狱要人。同修出门都带有资料和不干胶随时发、贴，也有专发资料讲真相的。过程中整体和个体都在不断的走向成熟，不断的历练着，不断的提高和升华着、互相在圆容着、彼此配合着，在不知不觉中形成了一个有力的整体。很快使同修营救出来了。展现出了大法的神威、整体的威力。

写到此，我深深的体会到一句话：「修在自己，功在师父」（《转法轮》）。我们只要心正了，互相配合的好，什么奇迹都会出现，师尊什么都可以为我们做的。

通过我们的成功和失败也使我们看到了，正法越到最后不仅对大法弟子个体的要求越来越严，对大法弟子整体提高的要求也越来越高。整体的提高、整体配合产生的威力也是正法洪势的一部份。

层次有限，不当之处，请指正。谢谢！合十！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 我修炼路上的小故事

文 / 福建大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】

尊敬的师尊：您好！合十！

各位同修：大家好！合十！

我是一九九六年得法的福建大法弟子，今年五十多岁，是国家公务员。长期来，就想写点个人修炼的体会和同修交流切磋，可每到下笔的时候，又不知该怎么写了。就这样一拖再拖，深感愧疚。第五届大陆大法弟子修炼交流会的召开，对我真是个鼓励。以此为动力，我写下了这篇修炼经历和体会。因学历浅，有不在法上的地方，敬请同修批评指正。

### 童年有心寻佛缘

我小的时候，家里十分贫穷，全家十口人，只有两间茅草房。家里有六人参加劳动，可每年年终生产队结算时，我家还超支三百多元，每个劳动日只有二角多钱。村里家家户户都穷的不象样。尽管穷的这样，还有人经常欺负我们，大队干部、生产队干部盛气凌人，指手画脚，动不动就克扣家里的粮食，经常吃上顿没下顿。

农村重男轻女十分普遍，所以我的三个姐姐都没有机会读书。我刚念完小学就「文化大革命」了。由于家里人多而又贫穷，一件衣服总是老大穿小了老二穿，老二不能穿了老三穿，我在家是老六，轮到我的身上几乎就都是破布片了。每到冬天的时候，我们这些孩子只能穿单衣，赤脚在雪地里走。上学的时候也是一样，下雨下雪没有雨具和胶鞋，光着脚。因此，我小的时候就得了坐骨神经痛和哮喘病，呼

吸十分困难，家里穷的这样子，哪来钱医治，只有拖着。

家里养了两头牛，我经常在山上放牛，看到山上的坟墓我就很害怕，就想：人为什么有生老病死？人能够不死吗？望着蓝蓝的天，白白的云，心想，不是说有神佛吗？我能修佛吗？从小我就有出家修佛的念头。长大后，经常到附近庙堂朝拜，还两次到九华山，两次到普陀山，每次都花不少钱。当时的想法就是求佛保佑，求佛扶助，求佛引路，不想当人，要修炼，要修佛。而且还买了不少佛教的书和修炼故事来看，在家还经常盘腿打坐，总有一颗修炼佛法的心。

一次，在打坐中，看见一尊巨佛，真是无比的崇敬，有时不知不觉的闻到空中飘着檀香味。修炼后才知道慈悲伟大的师尊早就管我了，不知管了有多少生多少世。我的父母也信神敬佛，常吃斋念佛，我母亲也是大法弟子。

### 得法学法洪法

一九九四年秋天，我们这里有很多人练气功，在我们机关里就有法轮大法炼功点，也有练别的气功的炼功点。因为自己是刚上任的领导干部，想集中精力做点事情，就没有打算马上炼功。但我看到法轮大法的炼功点真好，心想退休后一定要炼。

九五年九月，我到书店买书，一眼就看到《转法轮》，心想：真好。我一打开就看到了师父慈祥的像片，师父慈祥微笑看着我，好象很熟悉，就不知道在哪里见到过。回家后，我就看了一段，一讲还没有看完，就放下了，打算退休再学。一般的书买回来就写个名字，这时心里有一个念头，这书不能写名字，就恭恭敬敬的放在书柜里。

一九九六年过年期间，大姐为了我得法专程来我这里，讲到省城有很多人修炼法轮大法，她已经开始修炼法轮大法了，这是千载难逢的机会，请我不要错过。听她这么一说，从此我步入了大法中修炼。我坚持学法炼功，很快就全心投入大法中，在学好法炼好功的同时，乐意为炼功点提供一切服务，及时与济南、黑龙江大法音响出版社联系，花了一千多元订购了师父教功带和炼功磁带，还花了四千多元购了《转法轮》、《法轮佛法大圆满法》、《悉尼讲法》等大法书籍，为炼功点大法学员提供了有利条件。而且还借了一台放像机，一台VCD，经常到附近单位和领导家里放师父广州讲法录像和广州法轮大

法修炼心得交流会录像，周边不少人受益。当时不少领导讲，法轮大法就是好。那时我们集体学法，集体炼功，环境多好，现在回忆起来真是令人向往。

「七·二零」开始，邪党利用所有的宣传机器，铺天盖地而来的迫害，好象天塌下来了一样，一切环境都改变了。七月二十一日，公安派来了四名恶警，带了手铐和逮捕证，气势汹汹要抓我，说我是这儿的组织者。我没有害怕，因为做好人没有错，修炼没有什么不好，没有违犯国家法律，我也是工作几十年的国家公务员，而且有一定的职务，没有那么容易被抓，很理智的驳回了邪恶。「六一零」的头目找我去谈话，问我为什么要学法轮功，我说你看看《转法轮》你就知道，教人做好人难道有错吗？只要是有良知的人都会来学。我正念很足，它们害怕，我理直气壮的回家了。此后，单位经常批斗我，老婆管着我，不要我修炼。老婆要把大法的书烧掉，我不顾一切护着大法书和炼功磁带，我说：你要烧书我就和你拼命，家里的东西你想砸就砸都行。老婆气的跑到娘家一住就七、八天。这时连孩子也来干涉我，这是怎么啦？突然间我成了所有人的攻击对象。我冷静下来一想，我没有错，做好人没有错，我就坚持学法炼功，什么也动摇不了我。这条修炼的光明大道我走定了。「缘已结 法在修 多看书 圆满近」（《洪吟》）。

现在虽然我工作很忙，已经看书至少有六百多遍，我还要象同修那样把大法背下来。

### 护法除魔进北京

「擒贼先擒王，正法必镇江，铲除邪魔魔，天地显金光。」这是我当时想要进京证实法时的想法。

有一次，准备去北京，被家里人知道了，家人害怕的不得了，把我拦着，不让我出去。这怎么办？大法被迫害，不去护法还算是大法弟子吗？二零零零年五月的一个星期六，我没有告诉家里任何人，就和大姐等三人一同进京护法。这天下着小雨，我们带好了传单，一早就搭上了汽车到火车站，买点干粮就上火车。听说有很多大法弟子上北京被撵回来了。在火车上你看着我，我看着你，心里又紧张又高兴。这些资料可千万不能让恶警看到，是我们讲真相救度众生的。第

二天到了北京，天气很好，老天都帮忙。我们三人首先就到天安门广场，看到那里到处都是警察、便衣、军人，怎么把带来的资料发出去？我们就想了一个办法，一是贴出去，二是寄出去。我们找到了几个邮政局把资料分别寄到各省的主要领导，让他们了解法轮大法是正法，是国家迫害善良的修炼者，希望他们千万不要迫害法轮大法，千万不要污蔑我们的慈悲伟大的师父，千万不要迫害法轮大法修炼者。在寄资料的时候，发现有人在监看，我们心里想，我们是做最正的事，是反迫害救人的，让他们离开这儿。不一会儿真的没有人监视，我们很顺利的把该发的资料发出去了，剩下的就是把资料贴出去。

我们三人来到了一个快到京西站的要道，人多的象流水一般，我们认为贴在这里是真好，看的人多，怎么能贴上去呢？就这么一想的功夫，人真的少多了，我们就把早准备好的「北京大娘写给全国人民的一封信」贴在这通道上。贴好后，我们就离开了。大约二十分钟以后，我们又回到这里，看看情况怎么样？我们见到真的有不少人在看。心里想是师父在护着我们啊，怎么这么顺利。接着我们就乘车又来到了天安门广场。这时我们对着毛魔的像背诵师父的《洪吟》〈威德〉：「大法不离身 心存真善忍 世间大罗汉 神鬼惧十分」等，就是清除邪恶。当时并不知道还有「发正念」这回事，其实我们做的就是发正念，铲除邪恶。

我二十年没有到过北京，大姐没有来过，我们没有看风景的心思，只是一念：发资料，讲真相，清邪恶，救众生。

这些事情做完后，我们心里很踏实，下午我们就上火车回家。在火车上两位大姐看着我，我看着大姐，发出了甜甜的笑声。第二天早上天还没有亮，火车上的广播响了，播放了大法的音乐，多么亲切，多么悦耳，真是喜出望外，还以为是大法平反了。因为大法弟子千百万，到处都有大法弟子在证实法。

回来后，我告诉母亲，我去北京发资料了，母亲也是大法弟子，她高兴的说很好很好！

### **利用环境讲真相**

大法弟子在讲清真相中，利用好各自不同的环境去讲清真相，很

有好处。作为一个公务员，我也充份利用我的环境给尽量多的人讲真相。

一是在家庭里、亲戚中全面的讲真相。我家是一个大家庭，父母、兄弟、姐妹、儿女、侄儿、侄女、外甥等几十人，其中有六位是同修，有五位看过大法的书，有三位在听师尊讲法录音，所有的人都退出了邪党组织，都知道法轮大法是正法。全家和睦相处。家里有个弟弟，人口多，经济困难，兄弟姐妹都争着解难济困。还有一个弟弟在公安机关工作，他分管的片区允许大法弟子炼功。知道他们都是好人。绝不干迫害大法的蠢事。

二是在同学中大胆的讲真相。同学们各有不同的职业，大多数不明白真相，只顾捞钱。一次，我遇到一个同学，我问他知道法轮大法吗？他说电视上播了。我说电视上是邪党在欺骗人民，迫害善良，不要相信这些谎言，我给他讲了真相，他后来明白了法轮大法是正法，炼法轮功的是好人。有一个同学也是好久未见，一次见面时就当场退了邪党一切组织。在同学中讲真相可以开门见山，因为都是熟人，彼此相信。

三是在朋友中真诚的讲真相。朋友之间关系有疏密之分，十分亲密的可以直接讲。我有几个亲密的一讲他们就知道了法轮大法好，立即退出了邪党的一切组织。关系比较密切的也可以直接讲真相。一些被邪党毒害较深的要用事实来讲，用法轮弟子事迹与邪党的贪污腐败来比较效果更好。

四是在同事中巧妙的讲真相。在同事中讲真相是我难度最大的，因为，我是公务员，别人总要找到我的半点「不是」，这样他们就有机会打击我，把我从领导位置上搞下来。在讲真相中，我根据不同的对象、不同的时间，用不同的方法去讲，鼓励他们到境外去看看真正的世界。现在有大部份工作人员都明白法轮大法好，知道邪党迫害无辜的善良。更知道邪党的末日就要到来。有一部份已经办了三退。

五是在领导中智慧的讲真相。我有机会接触各种不同级别的领导。首先在关系好的领导中讲真相。有一次我和一个邪党的市委副书记坐在一个车上聊天，谈到法轮功时，他对我说，你谈谈对法轮功的看法，我回答说，「如果说假话我就不讲，我讲出来就是真话。法轮

大法是正法，修炼法轮功的都是好人，法轮功是无辜的受到共产党的残忍迫害，信仰真善忍没有错。你分管政法工作，可要明白啊！」他说，有很多人都这样讲，我相信是真的。我接着说，你千万不要迫害法轮功，他们都是世上最善良的人群，你多积点功德。他看着我笑了，这时我知道他明白了。

省里有一位厅级领导，曾经当过市委书记，迫害过法轮功。他的夫人经常害病，做过两次大手术，吃了几十年药可没见病好过。一次看见我说，你身体这么好，又年轻，真羡慕你。我说：我修炼法轮功才有这样的好身体。我教你炼功好吗？她回答说：好啊！去年下大雪期间，我去教她炼功，给她一本《转法轮》、《法轮佛法大圆满法》和师父教功光盘。一个月后她几十年的病不翼而飞，再也不吃药了。现在也是红光满面，逢人就讲：「法轮大法真神奇，我这几十年的老病号，现在才活的象一个人，健健康康，是法轮功救了我。」她退出了邪党。她的丈夫也偷偷的炼起了法轮功，她的儿女都非常感谢大法师父。

陪客吃饭也是讲清真相的好时机，好环境。作为一个公务员，陪客吃饭机会很多，我就抓住机会讲真相。有一次我看见几个同乡在餐馆吃饭，开了两桌，大部份是县级干部，我就讲《九评》的内容，他们听的连连点头，说：你讲的真好，都是事实，看来共产党真的完了。共产党假话连篇，领导层层讲假话，欺骗老百姓。看来天灭中共大局已定。我的经验是，在老年干部中、在快退休的干部中、在受过处分的干部中、在没有提拔的干部中、在知己的干部中、在对中共有怨气的干部中、在住医院的干部中讲真相效果都很好。

六是在父老乡亲中谦和的讲真相。每次回老家就要和乡亲们聊聊，讲讲外面的形势，讲讲世界上有八十多个国家的人在修炼法轮功，讲讲共产党的黑暗和贪腐，讲讲退出中共邪党保平安，有很多人听的津津有味，纷纷退出了邪党的一切组织。

七是利用出差机会发真相资料。我出差较多，带一些真相资料去发很方便。我一人去做，也不会连累其他同修，十分安全有效，也不会被人家发现。每次都能收到很好的效果。

有一次，我到山区出差，晚上八点多，出外发资料，走在一条小



巷，也没有灯光，有一家门口养了一只大狗，狂叫了起来，我没有惊慌，心想：我是在做最正的事，狗不能伤害我。我真的没事，平安的把资料送到了那条小巷的家家户户。

总之，无论在那里讲真相，在那里发资料只要有坚定的正念，就一定是安全的。

### **恩师保护 遇险不惊**

修炼这些年来，我多次历经险境，却在师尊的保护下安然无事。我怎么也无法表达对师尊的感激！

那是一九九八年五月，一次我们三位同修乘坐一辆几乎快要报废了的旧车到省城出差。车子行驶在高速公路上，发出轰轰的响声，司机感到这辆旧车快完了，要出事的，就把车停在路边检查，也看得出来是哪儿坏了，怎么办？离省城还有二十多公里，我们三人说，我们是大法弟子，有师父保护的，没有事的。这样我们平安的到了一军区招待所。下车后，司机把车开到车槽检查。这时司机惊呆了，这车是怎么开过来的？车前轮轴下面的两个螺丝都开了一寸了，快散架子了，真危险呀，这真是大法师父保护了我们。我们心里无限感激。

还有一次，记不清具体的日子，是一个冬天的下午六点多。我和一个司机从一个山区县回来，天气不很好，几乎黑了，视线看不到多远，我们一心赶路，一辆大货车迎面而来，突然向左急拐弯，因为这边有一条小路，可能那司机没有看到我们这辆车，就直向我们车子冲过来，那大货车在离我们的车不到两公分处冲过去，再差半秒就会车毁人亡，可我们的小车平安的过去了。我们车上的司机吓的半天说不出话来。我当时倒一点也没有害怕的感觉。到家后，司机说，好险啊，差点没命了！我说要不是师父保护我们真的没命了。不过这件事情现在想起来还后怕。

最近发生的事情也十分惊心动魄。父亲高龄，快过生日了，我和妻子回家看看他老人家。星期天，天下着小雨，我们俩坐一辆小车，行驶在回家的高速公路上。我和妻子两人都在听 mp3，mp3 里有师父的讲法录音和大法弟子的歌曲，我没有注意司机的表情。这小伙子平时身体很好，走前也没有说有任何不适，这时他说觉的头疼。我问他，你怎么啦，需要休息一会儿吗？他说没事的。我看他这样肯定，

我也就没在意，我继续听大法弟子歌曲，我妻子虽然不是大法弟子，但爱听师父讲法和大法弟子歌曲，不知怎么的妻子听着听好象是睡着了。过了一会儿，我看到有点不对劲，就看看司机，发现他也睡着了，手还在握着方向盘，车在快速行驶，我连忙喊：你怎么睡着了，他忽然一震：「哎呀，好险啊！」我的心里很平静，一点害怕的感觉也没有，因为，我是大法弟子，是师父又一次的保护了我们。

师父在《转法轮》第三讲里说：「欠债要还，所以在修炼的路上可能要发生一些危险的事情。但是出现这类事情的时候，你不会害怕，也不会让你真正的出现危险。」「这类事情很多，数不胜数，可是没有出现危险的。这类事情不一定都遇的到，我们个别人会遇到这种事情。遇到也好，不遇到也好，保证你不会出现任何危险，这一点我可以保证的了。有些学员，他不按照心性要求去做，只炼动作不修心性，他不能算炼功人。」

师父为我们承受的太多太多，我无法报答，只有决心按照师父的要求做好三件事，做一个师父的真正名副其实的大法弟子。

### 恩师慈悲救闺女

这个日子已经是刻骨铭心了。二零零四年农历九月初七的晚上，这天我家的亲戚、女儿的同学几十人都来了，因为，明天初八就是闺女出嫁的大喜日子。这天晚上六点多钟，女儿与同学几人一块到外面吃饭，欢聚欢聚。开始吃饭的时，每人要了一瓶啤酒，我女儿一瓶还没喝完，就倒在饭桌下，不省人事了。同学几个吓的惊慌失措，不知如何是好，一摸一点气也没有。晚上十点半时，我见女儿还没回家，就打电话给她，打了几次都没有人接，过了一会儿，又打电话，一个同学接了电话说，你女儿喝多酒了，一个小时就回，快到十二点了，还不见人影，我有点急了，感觉发生了什么事，就出门寻找，刚出门不远，见四个同学把女儿从出租车上抬下来，个个累的满头大汗，还说抬不起，太重了，他们都吓的够呛。我什么也没想，一口气就把女儿抱回家。我的两个姨妹看到这种情况，用手一摸没有气，再一摸也没有脉，同学说几个小时了一直都这样，在场的人当时吓的都没有主张，姨妹催我赶快送医院。幸亏岳父岳母早睡了，妻子在卫生间洗衣服，不知道这些，否则就会哭成一片。

女儿小时候身体很差，住医院几年，养的很娇贵。我很冷静，我想我是师父的大法弟子，家里女儿不会出事，这怎么办？决不能将婚事办成丧事。这可能是对我的情的考验，也可能是女儿遇上了邪灵。我立刻把女儿抱在床上，就开始盘腿打坐，心里请恩师加持，接着开始发正念，清理女儿背后的邪灵，要它离开，否则就清除掉，默念师父的正法口诀。五分钟后，女儿开始呼吸了，我再一摸，脉搏也在微微的跳动，女儿得救了！我的泪水夺眶而出，那两个姨妹更是激动不已，知道大法的神奇和威力。第二天，女儿九点起床了，象往常一样，我把她带到恩师法像前，跪地磕拜，我俩无不感激恩师的救命之恩。初八下午六点，婚礼照常举行，女儿的那几个同学倍感神奇。

恩师救闺女的神奇事在我的亲戚中无人不知，无人不晓，至今广泛流传。

还有很多神奇的事情，我就不一一的列举，也只有修炼的人理解，也只有修炼中发生。要说的话还有很多，就此止笔吧。

最后，我以自己写的一首小诗结束我的交流：

### 谢恩师

长跪久磕师像前  
感激师尊热泪涟  
精進不停三件事  
紧跟恩师乘法船

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 溶于法中 走好走正修炼路

文 / 黑龙江大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】

首先向伟大慈悲的师尊合十问好！向同修们问好！

九年来在邪恶铺天盖地的谎言中，在血腥的镇压中，我能坚定的随师正法走到今天，其中所经历的一切令我无限感慨。之所以能走到今天，和无数大法弟子一样，我离不开师尊的慈悲苦度和无微不至的呵护。特别是在生与死的考验中，是大法给了我坚定的正念，让我一

次次放下生死，从人的壳中挣脱出来走向神；在人念与神念的选择中，是大法给了我智慧，让我一次次用神念战胜了人念，从而破除了邪恶一次次企图强加的迫害。

九年来的艰难跋涉中，每次危难来临时，总能听到师尊那不倦的教诲声，每次懈怠停滞不前时，总能感到那震撼心灵深处的慈悲呼唤声。师尊，弟子无法用语言表达发自内心的感恩。在此把这些年来随师正法所见证的师恩浩荡和大法的神圣、玄奥整理出来，记录下师尊正法和大法弟子证实法的悲壮历史片段。

### 为说真话三次进京

我一九九五年得法，得法后深知这是一部高德大法，是我追寻已久的大法，所以很珍惜。不管工作有多忙，家务事多繁杂，每天下班后直奔炼功点学法炼功。不久，我感觉跟换了个人似的，不再为工作中的争争斗斗而烦心，不再为利益的得失而苦恼，整天乐呵呵的，整个人充满了活力，一改过去那种身心疲惫未老先衰的状态。

家庭生活也美满幸福，丈夫孩子都挺优秀。一九九七年孩子考上京城重点大学，我本想这下可以专心学法炼功了，没想到孩子还没等报到，丈夫却病倒，住院且病情严重。一九九九年六月，丈夫因医治无效离我而去。离世前他双目垂泪哽咽到：「我没完成任务，对不起你们。」丈夫走了，走的那么无奈、那么牵肠挂肚、那么依依不舍。丈夫的走让我悲痛欲绝，整天以泪洗面，精神恍惚。

一天邻居家的欢声笑语又勾起我对丈夫的思恋，想起以前家中琴声、歌声、笑声不断，一家三口其乐融融，现如今独自一人面对四壁，鼻子一酸痛哭失声，哭着哭着忽然听到熟悉的声音在耳边响起：

「人在迷中，就放不下这个东西。有的人放不下他的儿女，说如何好，他死了；他母亲如何好，也死了，他悲痛欲绝，简直下半生要追它去了。你不想一想，这不是魔你来了吗？用这种形式叫你过不好日子。」「你要想修炼，人的情就要往下放。」（《转法轮》）「师父，」我脱口而出，真我被唤醒了，「对不起，师父，弟子悟性太差了，从今天开始，人世间的一切弟子都不要了，弟子跟师父回家。」

通过学法心性得到提高，我认识到应该走出去弘扬大法。我出资请了近五百套《法轮佛法大圆满法》准备去农村送给那些有缘得法的

人，未等实施，一场史无前例的浩劫铺天盖地而来。毁书、抓人、判刑，一批批大法弟子被强行关进监狱，又一批批大法弟子走出来。天安门广场此起彼伏声震寰宇的呼喊声「法轮大法好、还我师父清白」，昼夜不息。大法弟子的壮举惊天地泣鬼神。

二零零零年初，我悟到应该进京护法，做个真正的大法弟子，这个念头一产生我就梦见自己进了一个大果园，园里有望不到边的参天果树，树上结满了硕大无比的果子，我好想摘一个，可是够不着。醒来后悟到是师父在点化我，鼓励我应该去。

三月份我踏上去北京的列车，先见到女儿，告诉她我要到天安门广场说句法轮大法好的真话。女儿当时就哭了，说：「爸爸刚去世，你要上天安门广场说真话，到那就得被抓起来，就抓说真话说大法好的，那到处是便衣、警察。」那几天女儿也不上课了，天天陪着我寸步不离。女儿也不说别的，只是默默的流泪，最后说：「我也知道大法好，受人滴水之恩当涌泉相报，你为师父说句公道话，我知道妈做的没错，可是咱家……。」女儿呜呜哭起来，我心欲碎，母女抱头痛哭。我理解女儿，刚刚失去父亲的孩子，母亲对她来说有多重要。我也知道这些都是冲我来的，因为自己有执著心，情没放下，落入邪恶的陷阱。

回来后痛悔不已，恨自己不争气，不配做师父的弟子。同时也认识到还是在个人修炼阶段法学的少，心性跟不上，还得静心学法。通过不断的学法，师父多次的点化，我悟到自己就是来助师正法的，这是历史的使命、是责任。

十月份，我二次踏上开往北京的列车，揣上写着「法轮大法好」的黄缎子条幅，下车直奔广场。正当我选择最佳地点准备打开横幅时，一个便衣紧贴身后，低声喝问：干什么的？幸好我着装比较时尚，心也没动，心想我大事没做呢，不能让他抓走，没理他。他一直跟在我身后，直到我走出广场。

这次见到女儿，未被人带动，与女儿做了长时间的交谈，申明大义，晓之以理，告知做人应做正直的人，要知恩图报，说明大法给百姓带来怎样的福泽，大法师父怎样的道德高尚，怎样的慈悲众生。女儿被感动了，说：「妈，晚上我陪你去挂横幅。」和女儿挽着臂走

在繁华的北京街头，没有一丝的安逸幸福之意，四周笼罩着阴森恐怖的气息，象山一样的无形重物向整个身体挤压下来，有些窒息。突然一股热流由脚底涌向全身，从未有过的一种无比神圣庄严的感觉由心头升起，直觉告诉我，师父就在弟子身边。在北京繁华的街边刚挂完横幅，迎面来了三个警察着装的人，我感到女儿的心在狂跳，紧紧挽住女儿的手臂迎面走了过去。心想师父就在我身边，什么也不怕。

到家后，周围的同修也都准备去北京证实法。我们开了个法会，我把去北京证实法的经过及天安门广场的详细情况说了一遍，说着说着我就哭了起来，发自内心的有一种愧疚感，觉的自己做的不好，那么多同修能舍生忘死的堂堂正正的在天安门广场证实法，自己没做到，觉的对不起师父。

十一月初很多同修都进京证实法去了，我又写好了三条横幅，决定再次进京证实大法。临走前给女儿写了封信，把家里的存折、现金、钥匙全都留下交给邻居老同修，等女儿放寒假回来交给她。信中告诉女儿我为什么这么做，如果回不来不要怨恨妈妈，妈妈做的是最正的事。在道义面前，每个有正义感的母亲都会这么做。留下的钱够用到大学毕业了，照顾好自己等等。回想起来，那时在法理上还是悟不上来，默认了邪恶的安排，认为走出来证实法就得被抓、被打，甚至献出生命。安排完后，我第三次踏上开往北京的列车。

在北京遇到了全国各地来证实法的同修，经过交流大家在法理上有了共同的提高。在这次交流会上我记住了师父在《洪吟》中的一首诗〈威德〉。就是这段法时时坚定我的正念，让我在旧势力最邪恶的检验面前闯了过来。我是背着「大法不离身 心存真善忍 世间大罗汉 神鬼惧十分」（《洪吟》〈威德〉）走上天安门广场的，在最瞩目的地方对着邪恶头子的像，坚定的打出了「法轮大法好」的横幅。做了一个大法徒在证实法中应该做的事。

后来我被恶人一脚踹进警车，非法关押在天安门派出所地下的铁笼子里。那里已关了三十多个同修，大家一起背《论语》、背经文、背《洪吟》。我只会背〈威德〉。在背法这方面我差距太大了。关进来的同修越来越多，到傍晚时分已挤不下了，有几百人。据说每天都有这么多大法弟子出来证实法，多的时候有几千。

同修们被分批叫上去逼问、恐吓，让报姓名、居住所在地。报了的同修被当地「六一零」拉回去继续迫害。没报名的同修被推上警车，在夜幕的掩盖下出市区驶向郊外。不知过了多久，我感觉车速慢了下来，最后停下，发现几十辆警车停在一处四周围着铁丝网的高墙之内，炮楼上架着探照灯，把院内照的通明。许多穿警服的人东跑西窜忙碌着什么，把我们大法弟子当犯人一样让面对墙蹲下。夜深了，院内寒气逼人，时不时传来恶警的叫骂声、打人身，我知道新一轮迫害开始了，不由自主的打了个寒战，无名恐惧袭上心头，从来没见过这阵式。

当恶警跟我吼着：叫什么名，哪来的，干什么来啦，我沉默，心提到嗓子眼，骤然间想起自己是大法弟子做好人的，我怕什么？刚背过的法打入脑海中，背着背着心越来越平静。当吼声再次响起，我坦言道：「大法弟子，说真话来了。」「法轮大法好」，面对恶警的辱骂，我继续祥和说道，「我修炼了法轮大法，身心受益，我有道义和责任说真话，说真话是每个公民应有的权利。」他「啪」一拍桌子，又骂起来：「你到底叫什么名，哪来的？」他「噌」一下从座位窜起来，企图动粗。我心没动，平静的和他对视，心里一遍遍的背着师父的法，良久，他象泄了气的皮球瘫坐在椅子上，恨恨的朝我一挥手。当我转身离开的那一瞬间，眼泪「唰」的流了下来，发自心底一声呼喊：「谢谢师父。」

深夜，又一些在淫威逼迫下报了名的同修被拉走了。剩下的同修被押上警车，在灯火辉煌的北京大街上，在所谓「和平的盛世」、「人权最好时期」，警车载着我们这些修炼真善忍的好人，呼啸着向北京市中心驶去。

深夜一点左右，我和另两名同修被押着走进一所院子，恍惚看见门口牌子上写着东四派出所。我们被关进一间空屋子，不让我们喝水、不让吃东西、不让睡觉。三个男人看着我们还嘲讽的问：你们饿不饿？我们开始讲大法真相。

凌晨三点多，他们又开始轮番提审我们，逼我们报出姓名地址。一个所长审我先来软的后来硬的，最后恐吓我，再不说把我衣服扒下来浇上凉水让我外边冻着去。我心里背着师父的法，平静的说：「要

杀要砍随你便，我就是大法弟子，来北京就为说句真话，法轮大法好。」

第二天一个更恶的警察审我，一开始就谩骂侮辱推推搡搡，不让说话，我一讲真相他就破口大骂，伺机动手打人。我牢牢记住师父的法：「大法不离身 心存真善忍 世间大罗汉 神鬼惧十分」（《洪吟》〈威德〉），不被激怒不动心，不产生怨恨，不怕。他咆哮一顿后自己感到无趣走了。我明白是邪恶没找到打我的借口，师父的法身把另外空间的邪恶解体了，表现在这个空间就是警察恶不起来了。

三天三夜不许吃饭、不许喝水、不许睡觉，轮番恐吓、精神折磨、肉体折磨、人格侮辱、软硬兼施，目地就是消魔我们的意志，让我们屈服，逼我们报出姓名、地址。我们没有向邪恶低头，没配合邪恶，没辱没大法弟子的称号。邪恶没招了，第三天半夜时分将我们推上警车，不知又要往哪送（专门晚上害人）。

大约一小时左右我们被带下警车，穿过重重铁门，一女警把我们带到一个长廊门边，东西被收走，衣服被扒光（一种严重侮辱人格、侵犯人权的行为），说是检查带没带大法资料。把我关入八号女牢，女警喊道：「来个法轮。」里面一个通长板铺，上面挤了满满一床人，没有空隙。我就坐在地上，一个老大姐拽我，挤在她身边一颠一倒侧身躺下合盖一条被子，并轻声告诉我，「同修」。一股暖流涌上心头。

八号牢加我六个大法弟子来自全国各地，其他十五人是各类刑事犯人。每天早晨坐板（一种刑罚）前，我们大法弟子围一块背法，交流本地区正法形势。我把师父的新经文《去掉最后的执著》（缝衣服里带进来的）给同修看。老大姐在家乡是炼功点辅导员，被迫害的挺严重，她来京已经多半年了，这是第二次关进来。老大姐会背很多师父的法，这里没有法学只能靠背法，在这么邪恶的环境下哪能离开师父的法呀。我开始拼命背法，不会就问，一句一句的背，白天坐板恶警让背监规，我们就不背，大法弟子就背法。

晚上躺在床上继续背，直到睡着，睁开眼睛接着背。不久，我背下了《论语》，《洪吟》也背下来了。这时狱警把我转到九号牢。九号牢三个大法弟子，做的也非常好，不背监规、不穿号衣。早晨背法



时，我发现九号牢同修法背不全，背了上句，接不上下句，《洪吟》也只能背几首，我就带同修从《论语》开始按顺序背到《洪吟》结束，每天如此，不久大家都会背了。我们又把各自会背的经文交流着背。

九号牢的三个同修有一个是北京当地同修，「四·二五」就走出来了，多次被非法关押。这次她因为贴真相传单被非法判了一年。她非常热心帮助同修，整天乐呵呵的。我因没有被褥，衣服也穿的少，她就她的被褥腾出一套给我，她的衣服整天披在我身上。在那样邪恶的环境下，同修们的点点滴滴付出，都加强了我們整体证实法的坚定正念。几次去北京都想看看这位同修，只可惜当时的环境不允许我们互相留下联络的方式。

还有一个石家庄的同修被恶警迫害的挺厉害，嘴被电棍电的黑紫黑紫的，肿的老高老高的，整个脸都变形了，很长时间不能吃饭。当恶警跟她吼问她叫什么名字时，她也吼：「无名姓。」恶警拿起电棍就狠狠电她的嘴，还叨咕着我让你无名姓。我们切磋后明白了，她当时产生争斗心了。我们是不承认邪恶的安排，可邪恶就是利用我们没放下的人心强加的迫害我们。后来她做的很好，我们俩是一起闯出去的。

每天晚上六点，所有人必须坐板看电视（放诽谤大法的内容，给大家洗脑）。我不看，我炼动功，有人告诉我不让炼，以前有炼的挨过打，我不动心，每天照炼不误，没人管我。

后来几名同修都在这一时间段炼动功。陆陆续续又关进来几个同修，已经七名大法弟子了。一个浙江同修是从别的号转过来的，是某大学政治教师，二十九岁，孩子刚刚十几个月，离开孩子来京证实法，这是第二次关进来了。她一直在绝食。

第二天邪恶提审她，回来时头发蓬乱衣服不整，鞋也没了，光着脚，犯人把她拖回来的，脸色苍白呼吸困难，邪恶给她灌食了。几个同修一下围过去，我问恶警，怎么了？她虚张声势的说：问她自己。我心里明白，邪恶开始下手了。看到同修被折磨成这样，我心里非常难过。

当晚我没有吃饭，决定和同修一起绝食。因为我们同是师父的弟

子，是个整体。第二天所有同修都绝食了。第三天的中午，狱警打开铁门喊道：「二十九号出来（邪恶编的号）。」我心想，决不配合邪恶，一定走正修炼的路。接着又有两名同修被叫出去。路过八号牢，看到也有两名同修被叫出来，其中包括那位大姐。我们五名同修被带出牢房押上警车，不知又要被拉到哪里去。大家切磋，不管到哪里，就是不配合邪恶，就是不能干对不起大法和师父的事。

九名警察押着我们五个大法弟子上路了，当我们下车后，每个同修身边紧贴着一个警察，许多围观的人有的大声说：「炼法轮功的，炼法轮功的。」我们被直接绑架到去锦州的火车上，恶警用我们的钱给我们买了去锦州的火车票。火车将要启动的那一瞬间，警察都下车了，火车载着我们向锦州方向奔去。过后悟到，不是它们发了什么善心，而是我们在那一层次达到了标准。一切都是师父说了算。

大姐说她不能回家，也不能去锦州，她还要去天安门广场证实法。因为大姐没钱，我和另一同修给大姐凑了几十元钱。大姐和那个石家庄的同修在火车离开北京的第一站下车了。剩下我们三个，有一个是长春农村来的老年同修也是分文没有，我给她补交了从锦州到长春的火车票钱，又给她二十元的汽车票钱，我也只剩下将就到家的钱了。

一晃九年过去了，再没得到八号、九号牢里同修们的音讯，但我相信同修们在各自证实法的路上会走的越来越坚定，越来越成熟。让我们各自拿上一份令师父满意的答卷，期待着与师尊相聚的那一天。

### **放下自我全身心投入到证实法中**

从北京回来直奔邻居同修家，同修见到我又惊又喜，拽着我的手就说：「这一个来月我是吃不下、睡不着哇，一方面担心一方面犯愁。担心你这一去渺无音讯，犯愁的是这孩子回来我可怎么跟她说呀，我这后悔呀，后悔不该接你留下这些东西，你可回来了。」我说放心吧，这就是法的神奇，只要按照师父的话去做，一切都是师父说了算。邪恶它想迫害，可它说了不算，这不，孩子还没放假呢，师父先让我回来了。什么损失也没有，师父就看你那颗心。邻居同修有些怕心不太敢走出来，这一个来月的担惊受怕也魔下去她不少怕的物质。

我意识到不是去趟北京说句真话就万事大吉了。看到北京那么多全国各地来的同修抛家舍业、舍生忘死的证实大法，告诉全世界人民大法师父是被诬陷的，大法是正的，大法弟子都是好人。天寒地冻他们住在四面透风的破棚子里，饿了吃个馒头就咸菜，渴了喝口自来水。在他（她）们身上我看到了自己的差距。所以回来后把以前的幼儿班停了，全身心投入到证实法中来。

那时我们地区还见不到真相资料，就自己书写「法轮大法好」、「还师父清白」胶贴各处粘贴。和流离失所的大法弟子写横幅到处挂，参加全市大法弟子交流会，找未走出来的同修切磋，鼓励走出来证实法，再就是每天静心学一、二讲《转法轮》、背《洪吟》。

有天晚上，梦见自己走在崎岖的羊肠小路上，看到离自己不远有个美丽大花园，许多人悠闲的躺在草坪上，还有些人坐着闲聊。我瞅瞅花园里的人们，脚步未停的继续往前走，路越来越难走，又刮起了狂风，把走在这条路上的人刮的直向后退，无法前行，人们没有停步继续向前走着，我感觉自己当时裹了裹衣服侧低着头，猫着腰顶着风往前走，脚下坑洼不平，时不时脚下踩空或被绊趔趄一下。醒来悟到是师父在点化弟子，告诉弟子前面的路还很艰难，还有大风大浪的检验，要坚定的走下去。花园里的人们正是那些求安逸的同修，不肯往前走的弟子们。

因为那是二零零一年，正是江邪恶放伪火气焰最嚣张的时候，全世界的人民被它蒙蔽了，包括我们一些大法弟子有些也懵了，对大法产生了怀疑，有的甚至放弃了修炼，过起了孩子老婆热炕头的小日子。

我没有动摇。因为去北京证实法，我见证了大法的神奇和师父的无所不能。所以每天除了静心学法，就是写证实法的胶贴出去粘贴。再就是走出去与同修交流，市里开的大法弟子交流会，只要我知道的，每次都参加。那时敢走出来参加交流的同修不是很多，迫害在升级，不断有同修遭到绑架、判刑。真正的大法弟子没有被吓倒，他（她）们用在法中修出的智慧以各种方式向全市、全地区、全省、全国、及全世界人民讲着真相。

在与流离失所的同修一起证实法时，接触了一个农村大姐，她是

早期亲耳聆听过师父讲法的弟子，她没有多少文化，话也不多非常朴实，在信师信法坚定实修方面做的非常好，所以常有神奇的事发生在她身上。一九九九年她去北京证实法，一次赶上戒严，所有人被搜身检查，她提了一大兜真相资料去散发，从容自若的在警察眼皮底下过去，警察傻愣着等她过去了才想起来喊：哎哎哎。她已经走出老远了。类似的事不胜枚举。

二零零二年的一次大型法会后，许多同修被一个不坚定实修的与会者出卖了，其中有大姐、有我，还有很多人。那人配合恶警开着警车到几十公里的乡下把大姐绑架到公安局。恶警逼问大姐那个黑名单上的人她认识多少，家住哪、干什么的，其中有我（因为出卖人对我十分了解，只知道我的体貌特征），大姐一概不配合。恶警开始打大姐，可举起的手在空中悬着落不下来，用脚踢踢不着，大姐还一本正经的问：「你冲灌呢？」把恶警问的丈二和尚摸不着头脑，折腾到后半夜一无所获，没辙了又开车把大姐送回去了。只要做的正，一切都是师父说了算。

邪恶还在暗中调查我，不断有试探的电话打过来，后来电话也被监控了，警察开始上门骚扰。我不停的学法、发正念，找自己哪方面有漏，去掉怕心放下生死，不承认邪恶的安排，清理自己的空间场，整夜的发正念，请师父加持。在师父的慈悲呵护下，邪恶企图强加给我的迫害解体了。

大姐回到乡下找没走出来的同修交流，鼓励大家走出来证实法。我也多次和大姐一起去同修家开交流会，大姐很愿意我和她一起去，说法理清晰，说的明白。那时乡下没有资料点，我就回市里备齐资料给她们送过去。后来由于我独立担当资料点工作，上网、打印、购买耗材都由自己做，归我支配的时间越来越少，渐渐的失去了联系。前些日子听说，奥运期间大姐和同修去某农场挂条幅发真相资料，被不明真相的人举报遭绑架，相信大姐一定能正念闯出来。

二零零二年，好多在最严酷打压下放弃学法修炼的同修，还有一些邪悟了的同修，经过大法弟子不断的去家交流，不断的找回这些人，不厌其烦的与其切磋，把师父的新经文传给他（她）们看，很多人被师父洪大的慈悲所震撼，痛哭流涕，纷纷回到修炼中来。但书没

有了，我就去书店联系取回那五百套《法轮佛法大圆满法》。在邪恶毁书最猖獗的时候，是同修们冒着生命危险辗转把大法书保护起来，如今又是这些同修辗转把书取回，传送给需要的人们。

二零零二年底，市里一个做协调的同修遭绑架，牵扯到我，邪恶又一次盯上我。这次我基本没动心，因为我坚信只要做的正，一切都在师父的掌握中。邪恶虚张声势了几天，弄了些假相，一些人告诉我某某公安局在调查我，要如何如何。我也没躲也没藏，该干啥干啥。

二零零三年我开始做传递真相资料的协调工作，当时邪恶还很猖獗，一些同修不敢走出来，形不成单线交接资料的环境，就得挨家送。有的同修怕心上来，送了也不敢要，我心理压力挺大，剩下的资料我倒都能发，可是同修们走不出来证实法是个大事呀。我挨个找同修交流，成立学法小组多学法，带着同修一起去散发真相资料，慢慢的大家都能走出来了。然后召集大家开法会，交流各自是怎么放下怕心走出来证实法的，哪些方面做的好，哪些方面还存在不足。通过交流大家心性不断提高，环境逐渐开创出来了。

后来又建立了资料点，遇到很多难处，都在法中得到圆容。心性也在法中得到升华，法理越来越清。在这一过程中我见证了法的无比威严、神奇、玄奥，深感每走一步都离不开师尊的慈悲呵护和万般的操劳。

几年来的风风雨雨使我更加坚定的信师信法，深感只有平时认认真真的学法，实实在在的修炼，毫无保留的按师父要求的去做。真正的放下自我，这样遇事才能有正念，才能走好走正修炼路。

谢谢师父！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流大会）

## 成为正法洪流中的一粒子

文 / 黑龙江大法弟子 留莲

【明慧网二零零八年十二月七日】

慈悲伟大的师尊您好，同修们好！

在这九年的正法过程中，风风雨雨走到今天，我的感受太多太多了。是师父的慈悲呵护，让我一路平安的走来，我想把我的心得体会写出来，参与到法会中。

### 一、信师信法，走出病魔

我在得法前三十多岁时，就患有多种疾病，整天跑医院，中医、西医、偏方都用过了，也没有什么效果，最严重的一种病就是全身没皮，从大骨缝往出淌黄水，恶臭熏人。这种黄水淌哪哪就烂，头肿胀，象土豆开花一样，满头黑发全部脱落。去省城各大医院医治，最后也没确诊，不知道是什么病。为治病钱都花光了，只好回家等死。这种病是突发性的，说来就不得了。我供过狐黄白柳等附体，供过佛，为了好病，什么方法用过，花了几万元也没好。一天，无意中听人说法轮功镇邪有奇效。我想，法轮功能治邪，这附体把我搞的心乱象热锅上的蚂蚁一样，气胀的一口东西吃不下，身上淌水，疼痛难忍，真是生不如死。

我决定修炼法轮功，让我的女儿去给我找炼功点。那天晚上我就去了炼功点，大法弟子们让我坐在中间。我往那一坐就感觉很舒服，身上也不疼了，心里很亮堂。那天晚上，同修们念《转法轮》，我在那听，似乎什么也没记住，我只记住一句话（大概意思），师父说：只要你同化真善忍，在另外空间把你的病根都摘走。当时我心想，还有这好事，那我活一天就同化真善忍一天。

大法太神奇了。从炼功点回来，晚上就想吃饭了。多少天都不能吃东西，现在想吃了，心里有说不出的快乐。我妈来了，我跟妈妈说：这法轮功我是修定了，这条路走对了，以前的路都不对。我刚刚定下来修大法，那时却出现了不能走路的症状，炼功点也去不了啦，不但不能下地，还不能坐着，不能睡觉，后来看书也不能看了，衣服穿不上，满身淌黄水，用几块被单换来换去，刚换上干净的，一会就湿透了。我就有一念：反正是等死，是死是活没有关系，不就是遭罪吗，师父说：「遭罪就是在还业债」（《转法轮》）。要想修炼就得下决心，跟师父走到底。不能看书，就看师父讲法录像，黑天听，白天听。师父说：「常人在人与人之间发生各种社会关系的时候，为了个人利益做了坏事，欠下了东西，就要去承受偿还。」（《转法

轮》）我想现在遭这么大罪，就是以前欠人家的，必须得承受偿还。就这坚定的心师父看见了，不断的给我净化身体，看护着我修。每当我听法时就忘了病痛，很舒服。

在我得法不长时间，「七·二零」镇压就开始了，有一天，两个外甥女来了，她们让我看电视，我说，电视说的是假的，我信的是真的。我那时就是坚信师父，没有二心。那些日子，每天都有亲戚来劝我上医院。我当时想到师父说的话：「我们作为一个真正的炼功人，应该在很高层次上看问题，不能用常人的观点去看问题。你认为是有病的时候，那可能说不定就导致有病了。因为你一认为它有病的时候，你的心性就跟常人一般高了。炼功和真正修炼的，特别是这种状态，它不会导致有病的。」（《转法轮》〈第六讲〉）通过师尊的点悟，我知道我身体出现的状态不是病是消业。亲友们一屋子一屋子的人来劝我，不让我信法轮功，我不管他们来多少人说什么，谁说啥也不好使，我自己心有底，我知道师父在管我。我天天洗，用清水洗。前半个月满屋都是中药味，后半个月都是青霉素味，我知道是师父在给我清理身体，用的中西药都清理出来了，脑袋在一天天的消肿。

随后身体也越来越好，慢慢的站起来了，生活能自理了，半年后长出一头秀发。最后完全好了，一身白嫩的皮肤，亭亭玉立的出现在友人面前。这时邻居和亲朋好友，都见证了法轮大法的神奇。

师尊哪，弟子在这时双手合十了，我无法用语言感谢师父的慈悲与佛恩浩荡，弟子的生命是您给的，必须做好三件事，跟您回家。

## 二、坚定正念，冲破家庭关

我丈夫，公爹还有其他直系亲属大部份都在政府机关工作，他们知道大法神奇，师父救了我的命，但他们（包括我丈夫）都是常人，为了维护自己的利益，保住公职，在邪恶最猖獗的日子里，我要出去证实法，他们一致反对，不让我与同修接触，他们看我看的很紧，他们说：大法好，你在家炼，咋炼都行，就是不能出去。那时候我几乎没做什么，看不到大法资料，甚至师父的新经文也看不到。

《北美巡回讲法》在二零零二年三月发表了，同修给我送来，我如饥似渴的用了一个晚上的时间读完了。当时感觉自己的主元神顶天立地，我真想上大街上喊：世人哪，快清醒吧，不要被中共恶党的欺

世谎言所欺骗，快醒来吧！这是我当时的心情。同时我又深感内疚，愧对师父，是师父为我承受的，给了我第二次生命。正法三年多了，我还呆在家里，还没有走出去，我却突破不了家庭的束缚，多么的自私，连一句公道话都不敢去说，还配做师父的弟子吗？

为了加倍弥补，我每天都要读两讲《转法轮》，炼两遍功，一个小时发一次正念，每天要发二十个小时的整点正念。丈夫一进屋就看见我发正念，看见就骂。通过学法，我知道我没做好，我要去讲真相，我绝不能呆在家里，必须走出来。师父说：「我还要告诉你们，其实你们以前的本性是建立在为我为私的基础上的，你们今后做事就是要先想到别人，修成无私无我，先他后我的正觉」（《精進要旨》〈佛性无漏〉）。二零零三年初，我找到学法小组，参加集体学法，和同修们一起发资料，贴不干胶，挂条幅，讲真相，努力做好三件事。那时候，丈夫一直反对我走出去，如果我学法，或者是做大法的事回来晚了，他就把门反锁上，不让我进屋。我只好去同修家里住。有一天，刚一到家，就看见丈夫把师父的法像、大法书扔到锅炉里烧了。我和女儿哭了，心里难过极了。我没花一分钱，只在大法中修炼，师父就把我一身的病都治好了，承担了我的业债，我认为他应该感谢师父，感谢大法才对，可是他却变本加厉，骂大法、骂师父，烧书，阻挠我炼功。

通过静心学法，背《精進要旨》〈道法〉，我找到自己对丈夫怨恨心太大，我决心面对他，用自己本性的一面正法，我心平气和的跟他说：我学大法，在大法中受益，要死的病不用治都好了，学大法哪儿不好，你那么大的私心，只想到自己，我去讲真相发正念，你就打就闹，骂人烧书，你想想你都做了些什么？我学大法是学定了，跟师父走到底，你阻碍干扰不了我，不行就离婚，各走各的。他听了这些话，没说什么，当我真正把这心放下时，他也没事了。后来他说：您好好学吧，不管你了。

就这样，我终于冲破家庭的束缚，堂堂正正的走出来正法，成为正法洪流中的一个粒子。

### 三、讲真相 救众生

我的同学、亲朋好友、左邻右舍都给他们讲真相，大部份都三退



了。每天早晨去菜市场买菜，都给卖菜的讲真相，劝三退。随身带着护身符，走到哪里发到哪里。跟世人讲真相，告诉他们法轮大法好，常念有福报。到商店买东西不放过任何机会讲真相、劝三退。走在街上主动和人打招呼，把话题引到真相三退上，他们大部份都知道法轮大法好，都三退了。也有个别说不好听的，有时还挨骂，甚至骂的很难听。虽然面对世人讲真相难度很大，但必须去做，打开这扇门，救人会更多，效果会更好。

我面对面讲真相的体会是：要用一颗善良慈悲的心去面对世人，语气一定要善，不带任何心去讲，世人是愿意听你讲的，也愿意三退。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 师恩永记

文 / 广东省大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】

伟大的师父：您好！

尊敬的大法弟子：你们好！

我很高兴又盼来了中国大陆大法弟子共同交流的时间，以前都没有勇气把自己的修炼心得写出来，最近看了《忆师恩》知道师父办学习班时都叫学员写心得体会，我想我从九九年五月份得法到今天已有九年多了，修炼中的往事有苦有乐，有些过程更加是惊心动魄，过后回忆起又是那么的神圣，那么的美妙，真是难以表白，现写出来对自己的修炼提高有着积极的作用。

### 一、几经周折始得法

想起我的得法过程，说是巧合，还是恩师的巧安排。在九九年正月的一天，我在妻子的店铺前与一位七十多岁的老太太闲谈，得知她是个信仰神佛的人，她的孙女还有「佛经」，可以借给我看，我听了很高兴，因为我爱看书，特别是「佛经」。不知为什么，几个月过去了，老太太还没有拿来「佛经」，我见面时也提醒过几次了。在九九年五月一日，我看到她的孙女来买物品，就急忙问她借「佛经」。她

一听就很高兴的同意了，还说她奶奶早就说过了。过了一天，我听到妻子说：「某某送了一本书给你！」一下子我的心都热了起来，高兴的捧着书静静去看。

当时我也不知是法轮功的书，也不了解法轮功的情况。看见书面写着《转法轮》，师父叫「李洪志」，照片看到很年轻，「法轮」图形是那么的奇特好看，当看到《论语》中「佛法」二字时，全身猛烈一震，心中有种好象回到了家的感觉，在自己生命深处有说不出的快乐。看了十分钟，全身都是热乎乎的，我挺了一下胸，感觉腰间湿润，用手一擦，满手都是很粘稠的液体，原有的腰疼痛没有了（当时还不知道是师父帮助清理身体）。就这样我一晚看了三讲法，三个晚上看完了《转法轮》。从此知道了自己学的是性命双修的功法，是非常宝贵的「宇宙大法」，我急忙把有关大法的书全部借来看。一边看一边自己学动作炼功，学到第二套「法轮桩法」抱轮时，双手刚慢慢举起，就感到法轮在双手急速转动，能量很强，我悟到法轮是真的，这个法很灵验，自己知道自己得法了，得到法轮了。还书的时候，就很高兴的把自己所见所闻告知：「师父是来正法度人的，这个法好！」

## 二、集体学法炼功更精進

由于九九年五月份书店已禁止卖法轮功的书一段时间了，想买一本书都很难了，我就一边借别人的书，一边学一边抄录，专心致志的，基本做到在法上认识法。特别是参加了集体学法炼功后，在法上就更加是勇猛精進了。十几个人一起学法，一起听师父讲法录音，一起到公园炼功，那个场所就如师父说的一样，纯正、祥和。大家都不认识，事事都会为别人着想，都为了别人好，没有粗言恶语，遇到问题就在法上悟，向内找自己的对错，提高心性，做到一个炼功人的标准。

有一天早上下雨，我起床看到天还没亮，就想下雨公园炼功会取消，再睡一会儿吧。睡下不久，迷糊睡意中，看到师父来到我面前，慈悲祥和的看着我，我当时得法十几天了，在迷中不懂的向师父问好，只是高兴的看着师父，看的很清楚，觉的师父很年轻，一会儿，师父严肃的对我说：「你一年半后才得法！」听了这话，我一下子惊

醒过来，师父怎么说我「一年半后才得法」呢？我不敢多想了，马上起床到公园炼功。到了公园看到好几个同修已在旁边楼房雨滴不到的地方炼功了，我的心马上产生了无限的敬意，真是「吃苦当成乐」

（《洪吟》〈苦其心志〉）！此时我知道师父真的在看管着我，以后我就更加信师信法了。

### 三、正法中实修是真本性的表现

「法轮大法是正法」，全世界的人都知道好！我们修正法，走正道，按照「真、善、忍」的标准做一个好人，怎么会遭到无理的诽谤、非法的迫害呢？

在九九年「七·二零」开始，邪恶的迫害铺天盖地的来了。刚开始时，真的不知所措，不知如何去做。当把心静下来想一想，确信自己修大法没有错，可能是个别弄权者不明真相所做出的错误行为吧。特别看到身边几个老学员坐飞机去北京讲真相被非法关押出来后，我们炼功点几个学员知道了就去他们家看望同修，交流我们应该如何做，如何在法上提高认识，做到溶于法中。当时的心态很正，也不知道怕，因为师父教我们走的是正道！作为大法弟子，在大法中受益了，把真相说出来，早日结束迫害，这是自己的本性表现，也是弟子维护大法的责任。就这样我们炼功点的同修都认识到去北京讲清真相，有的一两个同去，有的三、五成群的去，有的在北京被非法关押，有的被本地区公安押送回来非法迫害，有的被迫害出来后又去北京了，真的是正念十足。我从来没有去过北京，也没有什么怕心，五个同修一起堂堂正正的去，到天安门高声喊「法轮大法好！」

「真、善、忍好！」我被天安门的恶警非法关押了六天后正念闯出来。被非法关押时，遭到了恶警的轮番恶打、恶骂迫害，在受难中我听到一个声音说：「生无所求 死不惜留」（《洪吟》〈无存〉）。想起有师父法身保护，生死的心也就放下了，心中不怕了，身子被打疼痛的地方也不疼痛了。

到了二零零一年，邪恶的迫害更加疯狂了，上门问你是炼「法轮功」的就抓起非法关押、非法办学习班洗脑、非法劳教迫害。我们的炼功点就有十几个学员被非法劳教迫害，在劳教所黑窝里所受到的痛苦就更加是一言难尽了。我就在劳教所黑窝里被非法迫害的患有肺结

核（有说肺癌）的假症状，当时身子非常消瘦，身高一米七三，体重只有四十五公斤，吃不下，睡不着，胸、腹、背都觉的疼痛难受，手脚无力，头晕目眩的，走起路来双脚如踏在棉花上一样，随时随地都会跌倒。劳教所的邪恶还逼吃药（没有开水），逼迫写什么炼功保证、去北京上访的保证等，多种形式的思想束缚、思想毒害。后来我在苦难中，遇到一位大法弟子绝食了三十多天和我关押在一起，他教会我发正念，把师父的正法口诀背诵我听，我学了三天才能记熟。每当有恶警接近我时，我就发正念，发出强大的正念除恶，正念一发出来马上见效，恶警立即就不能作恶了。不久，我在师父的加持下，家人来接我回家了，让我再一次证实了大法的威德。正是：「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）。

正法修炼中遭遇到的苦难，真的是说之不尽，常人根本是无法体会的。我的妻子（未修炼法轮功）看到我被迫害的不象个人样了，只有暗自流泪，她自己下岗（失业）几年了，一直都没有找到合适的工作，一家人零收入，只有支出的费用，又要照顾上小学的孩子读书，在我被非法迫害时，她只好带孩子到婆家度日。而且我还有父母亲，都快七十岁了，在家乡住，我被迫害的情况，他们俩基本不知道，怕他们俩伤心受不了。当时我回到家躺在床上，看到妻子那无助的痛苦，问我怎么办，要去医院检查吗？我微笑着对她说，这是假相，师父说了：「真修的人没有病」（《法轮大法义解》〈为长春法轮大法辅导员解法〉）。我想在这场邪恶的迫害中，她也受了不少苦，要使她得法才对。就在她关心我时，我对她说：「你读《转法轮》给我听好吗？」（由于我得法不久就发生了九九年「七•二零」的迫害，还没有机会静下来引导她认识大法，但她从我学大法后身体的健康变化，知道大法好！学大法前，我患有十几年的胃溃疡和十二指肠溃疡，有过胃出血、神经衰弱、腰椎痛、偏头痛、失眠等病症，学大法不到一周就无病一身轻了。）说着我就请出家中珍藏的《转法轮》让她读。在师父的加持下，她接过书就读了起来，我就静静的听了一遍。她读完《转法轮》不到一周，就顺利的找到了工作。同时也看到我正常学法炼功后，脸色渐渐变的红润有光彩，几周内身体快速恢复健康状态，家里人都知道是大法给了我新的生命和幸福！以后，我的

父母在磨难中，也是从不信大法到慢慢相信了，在受益中知道了大法好，从而支持我修炼。

#### 四、前途光明

正法修炼中，只要信师信法就会无所不能，每一关每一难都是提高的好机会，只要在法上认识到了，那些关那些难就都变的小了，变的什么都不是了。虽然有时没做到标准，会摔一跤，经过学法后，最后还是会做好的。我在做好三件事中，越来越看到我们的前途光明。

最近二年资料点遍地开花，我觉的我也应该成为百花中的一朵，不懂的电脑知识就用心去学习，请教有技术的同修帮助提高。每一个操作过程都用笔记本详细记述，我不懂英语，现在也能上网下载资料，打字、排版、打印、装订等都能做好。整个学习过程，都是在修去怕心中提高的。我自己第一次上明慧网时，抓鼠标的手都惊出了汗水，是怕心的表现，当在网上看到了师父，我就快些请师父加持，现在我每次上明慧网见到师父都会合十问好！只要我们心怀众生，救度世人，大法的智慧就会放射出无限的光芒！

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）

### 法轮大法启迪人的良知

我的十年修炼之路

文 / 湖北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】我看完《转法轮》后，真有一种脱胎换骨的感觉。一直爱发脾气的我，变的平和了，遇事能约束自己，多为别人着想。身心上的升华，使我在工作中更加得心应手。我比原来更加耐心细致不计报酬的辅导学生，这样的结果是，我的教学质量也更上一层楼。那个学期，也就是我退休前的那个学期，我所任班级的期末统考的数学成绩（我是教数学的）平均分名列全年级第一（整个年级有八个平行班），更出乎我意料之外的是我们班数学成绩得满分的（一百二十分）有十人，而那次全年级的数学满分也不过二十人，光我们班就占了百分之五十（我们学校没有分重点班）。是大法为我的教学工作画了一个最圆满的句号。这是大法的威德，是师父

的威德。法轮大法启迪人的良知，是真正的正法，是于国于民有百利而无一害的好功法。

——本文作者

## 一、身心受益感师恩

我是一九九八年二月得法的。

那之前，我身患多种疾病，高血压、冠心病尤其严重，即使吃药也没能很有效的控制病情，还被药物所带来的副作用（夜间咳嗽）折磨的睡不好觉。每个月光是药费就要用去四百元左右。到了后来，我的眼睛也开始看不清字了，到医院检查说是得了白内障。我是中学教师，工作压力很大，又被这些疾病折磨，真是身心俱疲。

这时，有一位在外地的朋友把大法推荐给了我。一九九八年二月，我第一次有幸阅读了她寄来的《法轮功（修订本）》和《转法轮》两本宝书。之后，我又观看了师父《济南讲法》的录像。于是我抱着试试看的想法开始在家自学炼功。

刚开始，我找不到当地的炼功点，看的书和学功资料也都是朋友从外地寄来的，对于学法炼功还有些懵懵懂懂，所以，最初我只炼了前四套功法。谁知，炼功不到一周，我就出现了师父在法中所提到的那种消业的状态，感觉浑身酸痛，象得了重感冒一样。我当时悟到：这是师父在给我净化身体了。于是就算身体再怎么难受，我也坚持每天炼功。果然，那种症状两天后就消失了。我至今仍然真切的记的消业那天发生的事：我炼完了一、三、四套功法后觉的很累，想休息一下，就在沙发上躺下，很想睡上一小觉，我迷迷糊糊正要睡着，忽然感到好象有人拍了我一下，我惊醒过来，却发现边上没有人。当时我悟到：一定是师父提醒我第二套功法还没炼呢！于是我起身，坚持炼完了第二套功法。

刚开始那段时间，我在做第二套功法时，两侧抱轮有时做的不很到位。于是，有一次在做两侧抱轮时我就在心里想：「请师父帮帮我吧。」我刚想完，就感到有一股力量把我的胳膊拉了一下，摆到了正确的位置。我又一次真切的感受到师父就在我身边看护着我。

在坚持炼功半个月后，我感觉到一身轻，走路生风，甚至走路有

离地的感觉，轻飘飘的，想走多快就能走多快，也非常明显的感觉到小腹部位有法轮在旋转，静下来时还能强烈的感觉到身体外围的机的运转。

从开始炼功后，我就不再打过针吃过药，学校药费报销单里永远少了我的那份四百元。消业过后，我更是远离了病痛折磨，一直保持着无病一身轻的状态。在二零零零年四月我们学校的例行体检中，检查出的我的各种指标都非常标准。一起检查的同事们都十分惊诧于我身体上的变化。

其实，更让我得益的，是学法后我心灵上所受到的净化。我看完《转法轮》后，真有一种脱胎换骨的感觉。一直爱发脾气的我，变的平和了，遇事能约束自己，多为别人着想。身心上的升华，使我在工作中更加得心应手。我比原来更加耐心细致不计报酬的辅导学生，这样的结果是，我的教学质量也更上一层楼。那个学期，也就是我退休前的那个学期，我所任班级的期末统考的数学成绩（我是教数学的）平均分名列全年级第一（整个年级有八个平行班），更出乎我意料之外的是我们班数学成绩得满分的（一百二十分）有十人，而那次全年级的数学满分也不过二十人，光我们班就占了百分之五十（我们学校没有分重点班）。是大法为我的教学工作画了一个最圆满的句号。这是大法的威德，是师父的威德。写到这里，忍不住再一次合十感谢。法轮大法启迪人的良知，是真正的正法，是于国于民有百利而无一害的好功法。

## 二、正法修炼经风雨

一九九九年七月二十日，「风云突变天欲坠」（《洪吟二》〈心自明〉）。邪恶以铺天盖地之势向人们压了下来。它启动了所有的宣传工具不遗余力的诬陷大法 and 师父，煽动不明真相的人们仇恨大法。

那时我得法已有一年多了，虽然对法理没有很深的理解，可自己身体的变化是谁也抹煞不了的，自己亲身感受到大法的超常和师尊的伟大也是忘不掉的。于是，我仍然一直坚持每天学法炼功，一有机会就把自己的亲身体会讲述给学校领导、同事、学生、学生的家长及所有我认识的、能接触到的人。那时，我也看电视，并且每天看。我看电视的目的地只有一个——「备课」，就是针对它的谎言想我应该怎么

去驳斥它。当然也会有一些听了后急切之间不知如何解释的谎言，可是只要我静下心来，我发现我自然就能做出合理的解释，我相信那一定是因为我坚信师父、坚信大法的缘故。那时的我只有一颗告诉别人事实真相的心，从来没有想过「怕」这个字。

后来，有同修想约我一起去天安门，说是只有到了北京才能圆满。我没有和他们一起去。主要是因为我觉的我在这里起的作用更大，认识的人多，有一些甚至是当地政协、人大的领导，这些都是我讲真相的对像，而他们的立场会影响到很多人。在这样的状态中，我顺利的从一九九九年走到了二零零三年。我现在回想起来，那段时间之所以会那么顺利是因为自己一直在法中。

再后来，开始有同修称赞我，渐渐的，我起了欢喜心。同事、朋友、同修提醒我注意安全，我也是表面答应，心里不以为然，想：你们不理解我，我是为别人好啊，才不会有问题呢！于是在二零零三年，我因为在一个人数很多并且人员比较杂的大型座谈会上讲真相被邪恶钻了空子，被人举报到了当地的「六一零」。得到消息后，我为了不被迫害，选择离家一段时间，到外地的亲戚家暂住。他们抓不到我，就跑到我的单位和所属组织去施加压力……而我则暂时失去了原先已经开辟好的讲真相的大好环境。那一次的经历给了我一个深刻的教训。我后来反思，会出问题主要是我起了欢喜心而引起了思想上的不稳，从而比较冲动，不能理智对待事情所造成的。

这件事平息下去之后，我开始认真的理解师尊所说的：「用理智去证实法、用智慧去讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人」（《精進要旨二》〈理性〉）。我总结前次的教训，讲真相时采取了对熟人面对面，并且只对一个人讲，而对陌生人一般多采用旁观者的身份讲这样的方式，取得了不错的效果。

### 三、心存正念神威显

一九九九年底，我正巧在北京住了一段时间。那段时间我经常外出，随身的背包里就装着《转法轮》。那时有位北京的同修让我小心，说到天安门会有人问是不是炼法轮功的，说是就抓起来。我当时心里想到的是《洪吟》〈威德〉这首诗。我坚信师父讲的道理，我们是堂堂正正的修炼者，我们是有神威的。应该是邪恶惧怕我们而不是



反过来。于是，我背《转法轮》到天安门广场边走边发正念，我背着《转法轮》在开坛那天的「世纪坛」外面，边走边发正念。从来也没有人过来盘问过我。

一次，我要去一个同事家给她讲真相。我到她家楼下按下了电子防盗门的号码，按完，她给我解开了大门的锁，然后我上楼到了她八楼的家。哪知她一见我就兴奋的说：「唉呀！你真神！这个门铃都坏了半年多了，我刚才还在想我忘记告诉你了呢！」

还有一次，我冒着大雨去发真相资料，我刚走到一幢楼的电子防盗门边，那门竟自己开了。

还有两件在做真相光盘时发生的神迹：一次，我在刻录光盘时不小心把两张光盘叠在一起放进了刻录机，拿出来时才发现，当时我有点担心这样的误操作会损坏机器，可是最后机器也没坏，两张光盘也同时刻得很成功，我心里很是感叹大法的神奇。另一次，我做了一批神韵晚会光盘，试放时却发现一个个的都有放了一半后读不出的情况，我连忙检查，才发现因为刻录次数较多，母盘上出现了划痕。我当时想：要是都作废了那就太可惜了！于是，我先发正念清除邪恶干扰，然后又和光盘进行沟通。我对他们说：「你们是宇宙中最幸运的光盘了，神韵晚会是师父亲自导演的，刻上了神韵晚会的你们是被赋予了特殊使命的神圣光盘，应该是最完美的。」之后，我又试放这批光盘，他们真的变成了最完美的光盘……

#### 四、谁知惊变起萧墙，正念正行闯难关

二零零一年，我有了一台电脑，刚开始我不会上明慧网，能得到的真相资料也不多，都是从同修那里拿来的。当时要在家中安置一台复印机是很不现实的（那时市面上的复印机都很大，而且要好几万元一台），于是我又买了打印机和扫描仪，用这样的方法来复制我得到的真相资料，再把他们传出去。当时做资料的数量不大，家里人也不太管我。

二零零三年，我去家乡探亲（就是被人举报后被迫住到外地那一次，我顺便回了次老家）。我当时很自然的又向家乡的亲戚们讲起了法轮功真相，他们大多数人对于我讲真相并不排斥。那段时间我同母亲睡在一起，晚上给她念《转法轮》，她听了几天后对我说：「我听

着听着，觉的自己的心也善起来了。」我母亲是个信佛的人，平时就很敬神礼佛，听了我的介绍，她还经常默念「法轮大法好」。到今年她已经九十四岁了，身体还很健康，思想也很清晰。

然而在我探完亲回家后，我家中的形势却急转直下。我再印资料，我老伴就很反感（因为我离家的那段时间「六一零」跑到我的单位和所属组织去施加压力，我的单位又向我老伴施加压力，他被这件事搞的很烦）。他对我说我的亲戚们在我探亲离开后开了一个家庭会议，打电话告诉他让他管管我。我仔细的回想了一下之前在老家的情况，恍然大悟。原来，我的两个哥哥和一个弟弟都是邪党干部，受邪党影响很深，我在家乡同他们讲真相时他们就表现的非常排斥。并且因为他们是国家干部，所以在家里也比较说的上话。那个所谓的家庭会议就是他们召开的。这件事显然他们也是瞒着我母亲做的（我母亲和我的另一个弟弟住在乡下，和他们不住在一起）。

在这种情况下，我心里虽然很难过，却守住心性没有和他争执也没有向他妥协。之后，我经常发正念清除他背后的邪恶因素，并请师父帮忙加持。再做资料就避开他，一般选他出门或睡觉的时候。那时我们这里的资料点遭到破坏，而我又在懂技术的同修的帮助下学会了上明慧网，于是我这里义不容辞的成了一个独立的小资料点。上网下载、打印、装订，甚至是送资料给同修都是我一个人做的，花在这上面的时间也相对多了许多。有了师父的慈悲加持，我自己则再忙也没有耽误学法炼功、发正念，所以一直心性比较稳定，念也比较正，这样我非常顺利的完成了做真相资料，而且在此期间也没有耽误做家务，这样我的老伴后来也没有再出来反对了。

## 五、力劝「三退」惜有缘

劝「三退」我突破的比较晚，开始时劝退的人数也不多。我主要是困在面对面的劝「三退」上。一开始我总想：好劝的就劝，不好劝的就算了，反正同修也好我也好都有在发资料，他们到时都能看到或听说到的。

后来，我通过看同修的交流文章、自己也经常上网看有关「三退」的消息，慢慢的意识到自己一开始的想法是不对的。

下面几件事对我触动很大，也在很大程度上促成了我突破 面对

面劝「三退」这一关。同时，我也深深感到自己原来做的很不到位，愧对不少有缘人。

有一次，我刚走出家门不远，就看到马路对面有人朝我点头招手，时间巧的好象之前预约过一样。我穿过马路走近一看，原来是我的一位同事（我现在已经退休，那人还在上班，他离我家很远，并不在附近，算算作息时间，平时几乎是不可能碰到的）。我和他边走边聊，我很快的把话题带到了「三退」上。他当时就很着急的问我：

「要到那儿去退啊？」我告诉他，想退我可以帮忙找人，自己有这个想法，再起个化名就可以了。他很快的起了化名，并要求我顺便帮他的两个孩子也退了。我说，那得本人有那个意愿才行。他说：「这不是问题，这件事我们家早就讨论过了，就是不知道在哪儿可以退才一直耽误到现在。」说完他很快的帮他的孩子起好了化名。

还有一次，我在路上遇见原来教过的一位学生的家长，说到「三退」，她也很急切的问我：「要到那儿退？」另外，还有一位多年未见的学生家长也是我路上偶遇的，因为当时时间紧没来得及和他说，我就向他要了当前的联系电话。后来我到他家，正好他老伴也在，我讲完后，他们夫妻俩一同要求「三退」。

又有一次，我去拜访一位当地比较有名的教育界人士，巧的是她的好友那天也在她家，也是一位当地教育界的名人，我当时决定同时对她们讲「三退」。我刚讲完，她们马上说她俩都要「三退」，还立刻找来笔，当下又写出八个人名（这八个人都是党员），说他们也都是平时有想法要发「三退」声明的。

还有很多很多，有多年未见不期而遇的学生、有亲人去世托梦求退的熟人……他们中的很多人都通过大法弟子讲真相、发资料的全面展开听说过「三退保平安」的消息，但因为了解不深，并没有真正落实去做。也就是说，有些人知道消息，却不知道具体怎么去做，干着急没办法（我遇到的人中这一种可以说是大多数）；也有些人可能是知道怎么去做的，却因尚未意识到形势的紧迫而没有及时去做（差的就是有人提一下，托一把）。从而造成知道「三退」消息的人很多，真正去「三退」的人并不多。从我的自身经历来看，真正把「三退」落到实处，百分之九十以上的还是我对他们面对面的说清后才做的。

在这样的过程中我深深体会到，很多人在他们甚至没有自己清楚意识到的情况下真的是急盼得救的。于是，只要机会合适，我就会向我遇到的所有人劝「三退」。他们有的是我认识的，有的我根本不认识，我去买菜会对菜贩说，我去理发会对理发师说……

当然讲「三退」的过程中，也并不都是一帆风顺的，也会有人不理解。可我发现当我出的那一念非常正的时候，很自然的就能得到师父的指引，以最合适的方式、时间来完成讲真相、劝「三退」。

## 六、纵有浮云难蔽日，长风万里送归程

回想我这十年来的修炼路程，其间真是有太多的感想和遗憾。遗憾自己因学法不深，人心太多而曾经走过的弯路；遗憾自己至今还没有劝退与我缘份最深的亲人；遗憾还有一些在退与不退的想法之间徘徊的有缘人没有被我劝退……然而，佛恩浩荡，我得到了慈悲的师尊一次次送给我的机会，一次次在遭遇困难时的鼓励，终于磕磕绊绊的走到今天。我一定会珍惜这万古机缘，使自己尽可能少的留下遗憾，正念正行的走好最后的路。

不当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）

## 回归路

文 / 河北大法弟子 任欣（化名）

【明慧网二零零八年十二月七日】

师父好！同修们好！

提笔写法会交流文章，一时思绪万千。在九年的正法修炼中，经历过面对邪恶的正念正行，经历过去人心执著的痛苦魔炼，而更多的是在法上提高后的理智与成熟。在师尊的慈悲呵护下，风风雨雨走到现在。想写几件正念正行的事吧，又感觉我所经历的这一切都是那么平淡，跟同修们的伟大壮举没法相比。那就如实记载下我的修炼历程，于平凡之中见真性吧。

### 一、得法伊始即步入正法修炼

我是一九九九年三月底因为得了慢性肾炎，医治近两年无效时，

得遇大法。当我知道法轮大法不仅能祛病健身，还能让人修炼圆满时，真是欣喜若狂，因为我从小就觉的人生毫无意思，一心想到山林里去修道。但同时又有点儿怀疑：过去修佛修道那么难，得吃多少苦，还不一定能修成。现在每天早晨炼炼功，晚上学学法就能修成？觉的不可思议。几个月后，「七二零」开始，邪恶开始了对大法修炼者铺天盖地的打压和迫害，形势的逆转，使每一个大法修炼者都面临着巨大的考验，同时也使我认定：这就是能使人修炼圆满的法，我修定了。现在看来那符合的是旧宇宙的理，但当时学法不深，就是那样的想法。

二零零零年正月十五的晚上，我参加了本市同修组织的一个法会，同修们上北京证实法的那些可歌可泣的事迹强烈的震撼了我，我决定先做两件事：第一去看看守所给被非法关押的同修送钱；第二到公园里公开炼功。早晨在公园里炼法轮桩法时，偶尔一睁眼，发现我们点上的辅导员也在我旁边炼，同时同修也看到了我，我们相互点了点头。我受到了莫大的鼓舞，我的身后有师父法身，身边有同修，我并不孤独。

随着正法进程的推进，师父让我们向众生讲真相，我义无反顾的投入进去。我与同修凑钱买了一台油印机，同修负责编排和印制大法真相资料，我负责分发，就这样成立了我们最早期的资料点。每隔几天我都会驮回满满一旅行包资料，然后根据需要量再分发给需要的同修。

我家住在一条比较敏感的大街上，每到节假日及邪党的敏感日，都有巡警拿着电棍排着队一刻不停的在大街上巡逻。有时驮着资料，碰到这些耀武扬威的巡警，心里就有些紧张。这时我就背师父的《去掉最后的执著》经文，「没有了怕，也就不存在叫你怕的因素了。」这一法理深深的打入了我生命的微观中，解体了存在于我生命中那些怕的物质，在今后的证实法中怕心从未对我形成任何干扰。

二零零零年十二月份，我决定去北京证实法。我们一行四个同修来到天安门广场，喊出了我们的心声「法轮大法好」，被警察投入派出所（可能是天安门广场派出所吧）。一批批的同修被送进来，所有的同修就集体背《洪吟》，那声音震撼宇宙、震慑邪恶，那神圣壮举

现在想来仍历历在目，激动人心。黄昏时分，所有同修被装进几辆大轿车里送往北京郊区各派出所。在通州的一个派出所里，我和两个外地同修历经警察的威逼、利诱、恐吓和体罚，始终没有说出自己的姓名。第三天下午六点左右，警察将我们三人送到火车站，无条件释放了我们。

回到家里，继续我们资料点的救度众生、证实大法之事。

## 二、流离失所，在参与资料点的工作中提高心性

随着同修们心性的提高，真相资料的需求量也越来越大，这时我忽视了学法，生出了干事心，以致被邪恶钻了空子，操控我的家人把我骗到了外地的洗脑班。因为没有扎实的学法基础和诸多的人心执著，我被搞糊涂了，写了不再修炼的保证。这是我修炼道路上莫大的耻辱和抹不掉的污点。脱离魔窟回到家里，我拿起师父的经文一遍没看完，就清醒过来：我错了。为了躲避邪悟者的骚扰，避免再次受到迫害，我离开家，开始了流离失所的生活。

我与一对夫妻同修住在一起，白天同修出去做证实法工作，把我锁在家里学法、刻录光盘。性格外向的我一下子足不出户，那难耐的寂寞感时时袭来，简直快要把我憋疯了。有一次竟然从门缝里伸出手打开了反锁的大门溜了出去。同修回来后对我提出严厉批评。我下决心修掉这颗不耐寂寞的骚动之心。我在心里对自己说：「你不是在家里憋不住吗，现在师父就让你去这颗心，你不能让师父失望啊！」从此以后我每天关在家里做我要做的事，每当孤独寂寞感袭来时，我就用学法来充实自己。几个月后，当这种不耐寂寞的心越来越淡时，因大法工作需要我又开始出去做传送真相资料工作。

当时是二零零一年、二零零二年邪恶最疯狂之时，我市几台大一体机担负着本市和周边几乎是所有县、区的资料供应。我们一起住的几个同修主要负责市里若干点的资料传送。每周定期从同修手里取回几大箱印制好的周刊、传单、小册，交接地点随时更换。取回后我们开始装订、分份，然后再给各自负责的点送去。

我们中一位女同修，二十来岁的小姑娘，文文弱弱的，平时骑自行车都不敢驮东西。一次下过一场雪，自行车在地上直打滑。我们一行四人，每人一大箱资料驮了回来。小姑娘出了一身汗，不是热的，

是紧张的。她说：「我在路上直求师父加持，让护法神托住箱子，别让我摔倒，还真顺利到家了。」

还有一次去一个单位宿舍给同修送资料，同修提醒我说「要开××会了，我们大院门口增加了十来个保安，生人来都要盘问的，要注意点啊。」下一次再来通过大门口时，对那些来来去去的保安我都没拿正眼看他们一眼，径直骑自行车进去了。我想：他们盘问我，主佛弟子、人间护法神，他们配吗？果真那些保安象没看见我一样，没一个人理我。

在那邪恶最疯狂之时，大法弟子不仅承受外部环境造成的压力，有时还承受着因业力和自身漏洞导致的邪恶对身体的迫害。从二零零二年的大约是四、五月份起，我开始牙疼。每天发正念铲除迫害我身体的一切邪恶因素，但收效不大。找自己的执著和漏洞，似乎也找不到根本。后来两颗牙疼，再后来发展成几颗牙疼，自己都不知道到底是哪几颗牙在疼，直感觉满口牙都在疼，整天吃不了东西，只能喝点流食，人也越来越消瘦。但不管怎样都挡不住我修炼证实法的脚步。

一次早晨炼功，当炼到「法轮周天法」时，一弯腰低头，那不争气的牙就拼命的疼，俗话说「牙疼不是病，疼起来要了命」。疼到极限时我不由自主的流出了泪，哭出了声。但是我不承认这一切迫害，我就是要做大法弟子要做的事。白天骑自行车给资料点送资料，牙疼的我皱着眉、苦着脸、缩着脖。我突然意识到：大法弟子就是这种形像吗？任欣啊任欣，精神起来！一下子舒展眉头，挺起了腰板，牙竟然瞬间不疼了。正念，正念啊，我体会到了正念的威力。就这样，牙疼了半年多的时间。后来我渐渐悟到是因为恨，人们不是常说一句话吗「恨的牙根疼」。因为我的家人把我骗到洗脑班进行迫害这件事，使我内心一直对他们充满怨恨。执著找到了，我开始用法来归正自己，去掉对他们的怨恨，从心里去慈悲对待这些被邪恶欺骗和毒害的生命，渐渐的牙不再疼了。

在二零零一年至二零零三年，因为另外空间邪恶生命的迫害，好多大法弟子，特别是流离失所的大法弟子身上开始长「疥疮」，身上起的一个个小红疙瘩，痒起来钻心的难受，使人不停手的抓也不解痒，抓破了就流黄水。我们一起生活的四个同修都不同成度的受到这

种迫害。

干扰最厉害的时候是二零零二年的冬天，那时我们租的房子是一套没有暖气的一楼单元房，水泥地面坏的跟土地差不多了。因为是邪恶最疯狂之时，那一年的冬天天空整天布满阴霾，象是散不掉的大雾。我们的屋里也跟外边一样，潮湿异常。因为身上长了这些脏东西，内衣裤要天天换洗，常常是洗好的衣服在屋里挂上几天还能拧出水来。那一时期是我们修炼状态最不好的一段时间，经常晚上痒的睡不着，而早晨炼功起不来，发正念手象搨扇子一样一个劲儿的倒。但是我们这个小整体配合的很好，谁有什么人心与执著暴露出来，经过大家一在法理上切磋，很快都能提高上来，丝毫没有影响大法工作。只要呼机一响，不管它怎么痒，我们都会立即出门。

那时我们学法之余交流最多的就是怎样否定这种迫害。后来我们中的小姑娘说：「东边的大眼叔叔（同修）说这可能是一种假相。」这一句话一下子使我想起了师父《转法轮》里讲的「人类社会一切现象都是幻象，是不实的。」对，是幻象，如果你把它看成实的了，那它就是实实在在的，就干扰你。如果你站在高层次上看，它就是幻象。这一法理我怎么早没悟到呢？还天天对着一种虚幻不实的东西发正念，把它抬的那么高，它配吗？上午悟到这一法理，下午那些流黄水的「疥疮」就开始结痂，不几天痂全部脱落，只剩下一个个小黑斑。小黑斑处时不时的还发点儿痒，我也认为毕竟这儿长过东西，要想全好还得有一个过程。

这种状态持续了一段时间。有一次在送资料的路上，我忽然想起《转法轮》中「医院治病与气功治病」这一法理，使我茅塞顿开，气功治病还要什么疗程呢？我这不是在符合医院治病这一常人的理吗。在法上认识上来了，顿感一身轻松，从此小黑斑处再也不痒了。就这样，折磨了我近四个月的所谓「疥疮」通过两次在法理上认识的提高和升华全好了。

从二零零二年开始，我丈夫就向我提出离婚，说是他需要一个安定和完整的家，再也不愿承受警察无休止的骚扰。后来我知道了他早就有外遇。我们结婚十几年，感情还算不错，现在突然间知道他有外遇，那一时间心里真是撕心裂肺的痛。如果不修炼，以我过去那种刚



烈的性格，杀了他的心都有。但是现在我是修炼人，我得去这种情。我拼命的学法，但学不进去，那种对情的执著造成的心里的痛使我根本静不下来，我骑上摩托车在高速路上疾驶，流着泪背《真修》。

有一次行驶在傍晚无人的二环路上，我放声痛哭，对师父诉苦：「师父啊师父，修炼怎么这么难啊。」我们点上的四个同修基本上是上午学法，下午出去做证实法工作。不管我心里怎么痛苦，我从不跟同修去说，该干什么还干什么。因为我的主意识非常清楚，自己的情自己去，自己的关自己过，有师父的法足矣了，不必再给同修添麻烦。一天上午学法时那种情又翻上来，使我静不下来。但是不管它怎么翻，我就是学法，学不进去也得学。学第一讲《转法轮》不知道在看什么；学完第二讲，心静了许多；学完第三讲，我的心静下来了，不再翻情了。过一段时间情又往上翻，不过这一次比上一次弱多了。后来一次比一次弱。直到后来它对我再也形不成干扰，我对丈夫也不再执著了。

### 三、正念闯魔窟

二零零三年，我市大资料点相继被破坏，同修遭绑架。我们这个专门在市里传递资料的点又承担起向县里传递资料的任务，也同时担负起印制资料的工作。与此同时，我们中的两名同修又因为各种原因回了家。人员减少，工作量却成倍的加大，学法时间被挤占。我们好想停下来学学法，但是同修们等着看周刊，等着发资料，我们就象高速旋转的陀螺，怎么也停不下来，小资料点遍地开花势在必行。超强的工作之余又要抓紧时间与各点同修交流，筹备建小点之事。终因长期学不好法而被邪恶钻了空子遭到绑架。在被绑架的那一刻我就知道我们的问题所在。

在派出所我不配合邪恶的任何要求、命令和指使。几个恶警轮番对我进行审讯，我立掌发正念。恶警们立即象热锅上的蚂蚁一会儿跑进来，一会儿窜出去，还有个恶警嘴里直叨咕「这屋怎么这么热，怎么这么热」。结果是一个字的口供都没给他们留下。

第二天被送看守所。在看守所里我开始绝了几天食，被灌食一次。后来我悟到：大法弟子被一群社会的渣滓这样蹂躏迫害，有损大法弟子的形像和尊严，我要用师父赋予我们的佛法神通和在法中修出

的正念堂堂正正闯出去。我不报号，不参加劳动，不背监规，而坚持背法、炼功、发正念、讲真相。管我所在号的干事把我叫到办公室对我说：「任欣，你炼功我们通过监控都看到了，不炼行不行？」我告诉她「不行，我就是因为炼功才被你们抓进来，到哪儿都得炼。」干事说：「那你就少炼吧。」我又给她讲我通过修炼大法身心受益的情况及大法在世界各地洪传的盛况。后来此干事莫名其妙的说了一句「任欣，我们谢谢你。」我不知道她说的谢我什么，但我想应是她本性明白的那一面说的吧。

在看守所被关了近一个月，我和另一个一同被绑架的同修被派出所接出，要直接非法送我们劳教三年。我们拒绝在判决书上签名，心想：你们说了不算，我师父说了算。体检时又都因为身体不合格而被拉回派出所。七天后，同修不知因为什么人心阻挡被强行送进了劳教所，我被送进臭名昭著的省会洗脑班迫害。

进入洗脑班的那一刻我就跟自己说：这一次决不允许你再做任何对不起师父、有损大法之事。我想起师父曾经说过：「一个生命的选择是他自己说了算，哪怕在历史上他许过什么愿，关键时刻还是他自己说了算。这里包括正反两方面，都是这样。」（《二零零二年美国费城法会讲法》）这一次我就要自己说了算。邪恶帮教和犹太来转化我，我就请他们出去，告诉他们，他们那一套我不听。此后再没人来转化我。八天后，看我身体越来越不行，邪恶可能是怕我死在里面，将我无条件释放。

回家后，原本幸福温馨的家显的空空荡荡的。丈夫早已向法院起诉，单方面与我离了婚，孩子跟爷爷奶奶生活。稍事学法调整后，我又溶入了我们当地讲清真相、救度众生的正法洪流中。

#### 四、再次流离失所，异地救度众生

话说时间已是二零零六年。自二零零四年闯出魔窟后，我就在我们当地又逐渐担负起协调工作。正好对头两年的时间，在给一资料点买设备时被邪恶跟踪绑架。当天下午就将我拉到公安医院体检，妄图再次送我劳教。我没有一丝怕心，发出强大的一念：主佛弟子决不允许邪恶迫害。我走脱后辗转到了甲县，再一次流离失所。

回想从医院走脱之时，本想从大门出去，走了半截我又改变主

意，折向一边走去。走到顶头，发现那墙竟是一阶梯状的残断半截墙。我顺墙而上，墙的那边紧靠着一排小房，而小房边是一栋居民楼，楼与小房之间隔着一米左右的距离。我一手撑着小房的墙，一手撑着楼房的墙，轻轻巧巧下到地面上，穿过小区，跑了出去。那正规气派的医院怎么竟有坏墙头呢？莫不是师尊为救弟子演化出来的吗？我一百四十多斤重的身体撑墙而下，竟没有一点儿恐惧和负重感，简直赶上了小说中飞檐走壁的武林高手。答案只有一个：「弟子正念足师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）。

甲县同修朴实、正直，正法修炼环境一直比较平稳。但不足之处是一直还是以大资料点儿的模式运转。我想：既然师父将我安排到这里，肯定是让我来发挥我的专长，弥补甲县不足之处。于是通过与当地同修交流切磋，开始着手建小资料点。现在甲县的小资料点一个个建起来了，我们又开始做曝光邪恶、营救同修、整体配合等事。

写的太多了，就此收笔吧。同修们，让我们莫忘誓约，莫负师恩，正念正行，走好以后的回归之路吧！

再向慈悲伟大的师尊合十！

再向正念正行的同修们问好！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 我的使命是救人、做好三件事

文 / 东北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】我是七十八岁的东北大法弟子，修大法已经十二年了，在这风风雨雨的十二年当中，去过上海、北京等很多地方证实大法，讲真相，劝三退救世人，曾受到邪恶旧势力的迫害几次被绑架，由于自己坚定的信师信法，彻底否定旧势力的一切安排，在师尊的保护下，每次都能用正念走出来，无条件的释放我。

特别是反复学习师父的大法，更认识到在思想境界中提高，作为正法时期的大法弟子责任重大，怎么样去完成自己的使命呢？

一九九九年七月二十日，邪党动用了全国的广播、电台报纸等一

切新闻媒体造谣、诽谤、诬蔑师父和大法。当时我怎么也想不通，我想这么好的大法，叫人做好人，用真、善、忍的标准做好人，这是没有错的。接着邪党又搞「天安门自焚」事件，用假相欺骗老百姓，要达到在全国迫害大法弟子的目地。

### 一、在任何困难下都讲真相

我每天利用四个小时左右的时间到车站、工地、医院、商店等人多的地方讲真相，揭露邪恶，弘扬法轮大法。刚开始的时候真相材料很紧张，我每天自己制作一百多份「法轮大法好」等真相材料到楼层去贴，不论刮风下雨，雷打不动的坚持做了二年多。谁要承认法轮大法好，这个人就得救。从二零零五年三月到二零零八年九月末我劝三退已达到三万五千人，打算在新年前后突破三退人员四万人。

以上是我概括的谈了一下自己的修炼过程，下面我想具体的谈一下自己的修炼经验和体会。

学好法是基础，只有学好法才能提高心性，思想境界才能升华，达到坚定的信师信法目地。我想作为正法时期的大法弟子来讲，应该知道自己是真修还是假修，精進不精進，自己是很清楚的，难道自己不知道吗？

师父在《转法轮》中说：「修炼是个漫长的过程，是一个慢慢去自己执著心的过程，但是你得自己严格要求自己。」「修得执著无一漏 苦去甘来是真福」（《洪吟》）。因此只有下功夫修。吃苦、忍这是关键，我每天早上三时二十分起床炼功，接下来学法二讲到三讲，到整点就发正念，一直到中午十二点，有时和同修交流经验，学习其它材料等。

下午利用四小时讲真相救人。当然根据情况决定，有时候上午走出去讲，下午学法。在碰到魔难时做到心不动向内找，在提高心性上下功夫，能量就大，救人也容易了。

例如：我在姑娘家住，准备回到儿子家，我儿媳妇就不高兴了，大发脾气，说没跟她打招呼，心中没有她等等，实际上我几次跟儿子打招呼了。回家后儿媳妇百般刁难说：「你们家没有好人，你也不是好人。」

这样我只好用电饭锅每天自己下面条吃，用自来水她也不乐意，

便所池上放一个扫便所的刷子，意思就是用水也刁难你。不仅这样，还天天骂骂咧咧的说要和我儿子离婚。我上便所她怕臭，把门使劲一关，把我吓一跳。我跟其他人讲这件事后，大家也很生气：有这种不讲道理的人吗？房子是你的，也不能太老实了。

我想这也是对我一次心性的考验吧。师父在《转法轮》中说：「在真正的劫难当中或过关当中，你试一试，难忍，你忍一忍；看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行。如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！」

我按师父的教导去做，从法理上认识，对我提高心性是一次机会。不到半个月，真的象师父说的那样，柳暗花明又一村了。儿媳妇突然来个一百八十度转变，床上被单每周洗一次，穿的衣服每周洗两次，天天在我房间里打扫卫生，每天还送来菜和水果。我心里明白自己又过了一关。

还有一个提高心性的例子。我到火车站讲真相很顺利，有一天三退七十多人，很高兴，其中有常人说：法轮大法就是好，我看过法轮功的材料。他向我要材料，主动给我电话，我答应给他送材料。第二天在学法小组里我把情况和同修说了，有的同修不同意送，说不安全怕跟踪。为了安全起见，我也同意不去送材料了。有的同修怀疑我每天的三退名单数字有虚的成份，接着学法小组的组长说：你以后不要来小组学法了。当时我想不通，这不是对我不信任吗？自己认为修炼也不错了，不比别人差。但过后经过几天的反思，学法对照，我想他们的想法也不一定错，可能是怕我被跟踪，影响小组的安全，为了整体提高注意安全，为了救人注意一点儿质量，有什么不好呢？

为什么我产生不高兴，想不通，有不舒服的思想呢？主要原因是长期以来受到同修们的赞扬多了，经常到同修家交流多了，在思想中形成一种爱听好听的观念，没有按照师父所说的去做。师尊说：「哪怕是因为你们在证实法、救度众生的问题上出现了争论，或者听到逆耳的话，都是为了你提高，因为你的提高是第一位的，没有你的提高什么都谈不上，也谈不上救度众生。」（《二零零八年纽约法会讲法》）认识到此问题之后，我感到大吃一惊，在思想深处已经形成了很深很深的显示心、欢喜心和不服气，发现在修心性方面还差的很

远。

## 二、只有学好法才能达到救人目地

通过学法，我想向内找是关键，因为心性提高了，悟性也提高了，能量场也大了，讲真相救度世人也就容易了。我每天讲真相三退的人数大约在五十到七十人之间，有时超过一百人。今年一月份到九月末，三退人数已达一万四千人，前后加在一起已达三万五千人，我还要继续努力，争取救度更多的世人。

下面是讲真相的一些例子。一次在广场讲真相的时候，突然一辆警车停在我身边，警察在里面用手指着我的鼻子说：你还讲！我回头一看是个警察，当时就发正念，清除一切干扰我救度世人的邪恶因素，马上让车开走。这时警察把手指收回去，开车就跑了。我继续讲真相，当时就退了十一人。

还有一次在公共汽车上，我同一个青年讲真相：「你多大年纪了？上过学没有？入团了没有？」他说：「我今年二十七岁，二十二岁在部队入党，现在分局上班。」我接着说：「现在入党都是为了升官发财，不办实事。」他也同意我的看法，他说：「我奶奶爷爷经常告诉我要做好人。」我告诉他天灭共产党，三退保平安，还告诉他记住「法轮大法好」，他同意三退，并且用真实姓名。在我下车的时候，他告诉我要注意安全。

还有一次在派出所不远的地方有四个人，我给他们讲真相，讲三退的时候，其中有一个人说：你真敢说，他就是派出所的所长，你不怕抓吗？我说：派出所所长也是人啊，也有好有坏，我讲真相是为你们好，你们也没有丢一分钱，我也没有拿一分钱，都是为了你们的安全、保平安，不得不信，宁可信其有，不可信其无。他们都笑了，同意三退了。

一天我看到在广场上有二十二名工人拔草，我想讲真相救度世人的好机会来了。我就给他们全面讲真相，从天安门事件到大法的洪传，我告诉他们大纪元网站早已发出通知三退（退党、退团、退队）才能保命，保平安，我还说现如今出力不挣钱，不出力挣大钱，人治不了共产党，天要灭共产党。大家都同意我的看法，结果二十二名工人都退了，大家说法轮大法好！就是好。

### 三、发正念发挥神的作用

师父说：「目前大法弟子只要正念很足的情况下，邪恶的生命已经没有招架能力了。」（《二零零八年纽约法会讲法》）因此无论碰到什么样的魔难，也动摇不了我信师信法的坚定决心。做好三件事，就是走神的路。

例如，有一天早上七时左右，我在讲真相时被绑架到派出所，我想正法时期的大法弟子讲真相救度世人对的，我要堂堂正正的走出去。当时警察还没有都上班，我就发出强大的正念，发呀，发呀，看管我的警察就睡着了。正在这时有一名恶警突然跑进来冲着那人说：你还睡觉，人跑了怎么办。然后他就走了。我继续发正念，要堂堂正正走出去，一看，看管我的警察突然的站起来了往外面走，我也跟着他走。他向楼上走，我就大摇大摆堂堂正正的往外面走，出门我就打车回家了。

一次，在商场门口发完真相资料后，正在发真相光盘，五十多张还剩两个的时候被人举报、被恶警抓到派出所。恶警狠狠的瞪眼拍桌子说：要老老实实交代问题，碟从哪来的，交代好回家，交代不好就送走。几个恶警轮流审问我，我就发正念，讲真相，心想我是好人，我是为了救人，有师父保护我，佛、道、神护法，要无条释放我。时间不长，看管我的两个警察跟我说好话，态度也变软了：不是我们要抓你，是有人举报你，你看车上坐两个举报你的人也到这来了。我想这是来领告密奖的吧？我继续发正念，紧接着又一名警察走出来跟我说：你碰上好人了，警长说放你回家，叫你姑娘来领吧。我又一次堂堂正正走出派出所。

还有一次，我在商业区胡同讲真相被绑架到派出所，当时我身上有四十多人的三退名单和一首诗，诗的内容是：「不分亲和远，救人是关键，记住法轮大法好，上天要灭共产党，信三退保性命，位置要自己定。」我在走的路上突然耳边有声音说：你快把四十多人的名单扔了。当时我就悟到这是旧势力的声音，要全面否定它，不承认它。

到了派出所，警察说：在这个地区你们到处贴标语，我们已经布置好几天了，才抓到你，你看这些标语是不是你贴的。我说你看我身上什么都没有。警察在我身上搜了一遍，什么也没有发现，就看到那

首诗，也没有吱声。然后他们说，你给我们讲真相是事实吧？我说，是救度你们，为你们好。接着，我发正念，不能影响我中午十一时五十五分全世界大法弟子发正念的时间，要立即放我。不到两分钟时间，警察就过来说，不是你贴的，你赶快走吧。我就堂堂正正的走了，也没有影响发正念的时间。

真如师父说的：「表现中看上去是邪党在迫害中国人、迫害修炼人，实际上，世间上的任何事情没有宇宙背后的因素、没有微观的因素它都成立不了、不可能存在。」（《二零零八年纽约法会讲法》）因此，用师父给我们的神通力量，正念强就解决了。

前段时间邪党要开奥运会，火车站特别紧张，要查身份证，我就发正念说，我是大法弟子，到火车站里去讲真相救人，警察要开绿灯。正念一出，警察两边站，留出一个口，我就堂堂正正走了进去，一连几次都是这样。

我到楼层去贴真相材料，有的楼层门锁上了，只要正念一强，我就能进去，在讲真相中这样的例子很多很多，上百次以上，我只能讲一部份。

下面我再说说两个体会：

一、结束邪党迫害不是主要目的地，主要目的地是救度众生，是历史赋予我们的责任。因为还有相当一部份众生没有得救，还有一部份大法弟子没有走出来完成自己的使命，想一想，宇宙正法能结束吗？师父反复强调做好三件事，当前作为大法弟子应该想一想自己是真修还是假修，要向内找啊，要精进、精进、再精进。

二、我所做的这一切不是为了证明我修炼的如何好，没有师父的保护，我们一事无成，这也是整体配合的结果。大家想一想，盖楼是不是要打基础，楼是一层一层盖起来的，到顶层完工，有的做资料、有的送资料、有的讲真相这不都是在打基础吗？我救度的这些人，是大家给我奠定的基础，所以我一讲就可能成功了，都是整体配合的结果。这些年我无论刮风下雪、过年过节都要走出去讲真相，救世人，无论碰到什么困难和魔难都要向内找，坚持做好三件事。

因为我文化水平很低，只能实话实说吧，有很多地方做的不够，有不当之处请同修慈悲指正。



## 心正念正 圆容大法

文 / 吉林大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】我刚上初中就赶上了邪党发动的文革，以后再没念书的机会。一九九六年有幸走进大法修炼，对一个从没涉足气功的人来讲，一下子就得到了至高无上的宇宙大法，真不知用什么语言描述我的幸运。当时的心情无比的喜悦、舒畅，世界观都改变了。

通过学法、炼功、修心性，多年的腰肌劳损、痛经、便秘、心脏问题（当时正在吃药）不翼而飞，身体无比的轻松，神清气爽，浑身充满了活力。今年五十七岁有月经，常人也说我总是不变样，有的说象四十多岁。记的我三十八岁那年，姐姐住院我主动护理一夜，可没等到半夜一点时我已疲惫的支持不住了，腰酸背痛的，简直象散了架似的，只好躺在病人床边儿，第二天休息一天还是无精打采。可五十岁那年（我已修炼了），妹妹住院我守护了一夜，坐了一夜没躺一下，却没有丝毫的倦意，第二天上了一天的班也没感到困倦。

大法的超常使我从满身业力的常人变的身体健康，并且彻底改变了常人的观念。名利看淡了很多，失去点，得到点，没有了太大的起伏，对于常人中的一切已经不迷了，因为知道了宇宙的真理。

### 迫害动摇不了真修者

在九九年「七·二零」，江政府对全世界给师父给大法造谣、抹黑时，我是没被带动的，我对师父对大法是坚信不移的。还记的一九九九年七月二十三日的那天早晨照拿录音机去炼功场炼功，市委书记和我对上了话，录像机也对上了我。我很诚恳的说：「我炼功好几种病都好了，我们老百姓锻炼身体也不影响谁。」结果恶警推搡着我和另一同修到派出所。到那，我们告诉他们大法如何好，多少人的病都好了，按真、善、忍做好人不应该取缔。他们也不说话了。但由于那时还没有悟到证实法，还在他们早已准备好的保证书上签了名（不去北京、集会、不宣传），可心想该做啥你们说了不算。晚上电视新闻

时上有我的画面，我说的话他们却没给播。这亲戚、朋友、单位的同事打电话的、见面的都问：「你上电视了？」以前我可能会不好意思，可现在我修的是真、善、忍，做的是好人，有什么不好的呢！我都满不在乎的告诉他们：是我，就是因为我修真善忍。

单位和街道接连都找上来让我签字、交书，我心里很稳，不签不交，心想这个法我是修到底了。回家该学法炼功和以前一样，打坐竟然入静了（以前入定时很少，入定也就一分钟之内），整整定了一个小时，我明白是师父鼓励我，心情很激动，更相信师父，相信大法，更加坚定。

师父给我们开创的集体学法的修炼环境，让我们比学比修，互相促进带动，给我们奠定了坚实的明法理的基础，无论邪恶用怎样的手段：办洗脑班、一群警察到家逼迫签字、利用全公司每人一张表的保证，我不被带动，没有配合。接下来就非法拘留（第三天去北京），片警到家骚扰，单位不给涨工资，无礼的扣工资，用车把我从单位劫持到派出所审问，耽误的班和出车费都从我的工资扣除。邪恶妄想用这些流氓手段逼迫我们放弃修炼大法。因为我们心中有法，我们是修炼真善忍的好人，不管你用什么眼光看，什么语言，我就是堂堂正正，不卑不亢。单位邪党人员把我又调到了郊区干力气活，虽然他们对我们迫害，可我心里还在想着是不是需要我救度这方人？果然是这群人不了解大法真相，我这一去他们全明白了，说什么信什么。我在这山高皇帝远的地方，上班的空闲既能看法也能炼功，开始他们有点异样的表情，时间长了都习以为常了。有时也跟着比划，但他们没有毅力坚持，后来有一个退休的后悔当时没跟我学会（现在在听法）。

### **在家庭及亲友中圆容好大法**

在证实法，救度世人时，我认为修炼人方方面面的表现给人的印象，对救度众生的关系很大。在我层次的认识，一方面我们对大法修炼坚如磐石的状态证实了大法，另一方面我们处处事事要做的象个修炼大法的人也在证实着大法。

在单位里我们要严格认真的要求自己，利益上我们不去争。有一次涨工资，有名额限制，我主动提出，把我排在最后。当时的领导也

说过：这炼功人是不一样，这个境界已经很高了！结果也没落下。

（迫害前）名誉面前我看的很淡，顺其自然。在家庭及亲友中有主有次，对长辈要尊重孝顺，花钱不吝啬，少计较，多理解，干活时别躲，当主力，不管是婆家娘家，不以善小而不为，都要表现出我们修炼人的风范，目的是圆容好大法。没修炼时性子急，得理不让人，遇事叫真儿。我修炼后小叔子们都说：我嫂子修炼后，真是不一样了，人也年轻了，性格也温柔了。他们都明白了大法真相，声明了三退。

家里的人都知道珍惜大法资料，地上的都捡回来或放到好地方去。我弟弟曾相信了电视的谎言，看了天安门自焚真相和真相资料很快就明白了，并写了声明，表示对不起师父，对不起大法，赞扬大法好，向单位里讲大法好，在战友、朋友、同行之间讲大法好，讲《九评》传《九评》。一个六十岁左右的朋友，弟弟给送礼时带去《九评》，后来听朋友说：别的都不用，这本书比什么都好。

母亲没有收入，儿女们给的钱很有限，看到我每周去都买东西，就拿出五百元给我，我说：妈，我不缺钱，你非要给就给大法资料点做资料吧，我妈说的很干脆，行。母亲在地上拣到真相资料都保存起来给我。母亲八十八岁时诊断直肠癌，两个博士看后都说能活三个月，我告诉母亲念：「法轮大法好」，母亲只会念「法轮好」、「大法好」，结果母亲由原来的每二个小时打一针止痛针的情况下，一针也不打了，一点不疼了，八十八岁高龄的母亲明明白白的没有什么痛苦，又活了十三个月，死前也没有太大的反应，安详的走了。我弟妹亲眼见证了这一切。当别人问她：你婆婆打什么针吃什么药时，她直接告诉说：没打针没吃药，就念「法轮大法好」。有时听她打电话时也这样说过。弟妹现已得法，邻居已有很多人知道大法的真相。

我的侄女是高中生，初中时我给她老师写信，她说不用邮，我直接给她拿去。我问她你不怕吗？她说怕什么，给她放桌子上就行了。侄女家附近有邮筒，我写完的信放在她那，让她一天邮一封，她都不误的邮了；给她真相人民币她也愿意花。她还说将来我也炼法轮功，象我姑似的年轻，人又好。还有一个当中学教师的侄女，「七·二零」之前已得法，之后就不学了，经过给她讲真相已回到修炼中，看了师父各次的讲法非常激动，还说亏得我姑坚修，不然我就完了。我

的姐妹妹妹也都在修大法。

### 救度世人要心正念正

第一次发真相是往楼道粘，本来没有人，篇幅不大，容易带容易贴，很简单的事可把自己紧张的直冒汗。出了楼门口，天已黑了，一个大人领着一个孩子，看是大人说孩子「看你那一头汗」。我当时一下就明白是师父点我呢！心想，从明天开始多去发真相资料。就动了这一念，第二天就不紧张了，而且把资料准备的快捷的方便的发出去。

接下来就是每天上班都带上资料，能直接给的就给，剩下的去各家各户去发。听同修说不发到顶楼，我觉的他们就容易落下，楼下的看多了有的不珍惜，还应该给顶楼也发。事先想好一个人名，真遇到突然开门就当找人，有几次出现这情况也没人说啥，也有一次刚回身和上七楼的人照面了，她瞅瞅说不出什么，我在她旁边就下去了。有时要往防盗门里发时，心里很稳很纯，敲门就给开，有时都不问，有时防盗门是虚掩的，我们是一心救他们的。师父真是在左右着一切。有一次刚要往街边的车筐里放资料，我当时看到周围的轿车里没有人，可刚要从包拿还没拿出来时，有一个车就鸣笛，好象是叫人，其实是师父告诉我不安全，我走出很远，回头看都没有人来坐鸣笛的车。

丈夫怕心很重，「七·二零」后我学法炼功他都害怕，经常把录音机的音量弄小，但我一直坚持，时间长了他也不在意了。发资料他更害怕，有几次是发完之后告诉他，意思你看我发完之后都回来了，有什么怕的。休息时当着他的面出去，就再三的阻止我，我耐着性子告诉他：「你放心我一会就回来，我骑车去。」结果几次这样顺利的回来，他也不太怕了，再后来他也帮助发去了。

通过自己的亲身经历，发资料的过程也是在修自己的过程，很需要理智和智慧，做之前就应有一个很纯很稳的心态，心中不要想其它的事，就是一心一意的，想的是他们都看到了，看明白了；不要的是做事心，追求数量，完成任务的想法。要珍惜资料，内容相似的不重复的发，自己知道发过的都要从选地点。发给熟人的，如果他不传我就收回来。我们的资料也是来之不易的，从同修的上网到我们的下

载、编排、印制、采购到人力、经历都有相当大的投入。

用写信的方式讲真相从开始一直延续到零七年。开始是往北京写，接下来给警察、法院、公安的、学校的等等，在明慧网上看到的同修点到名的恶警，一方面给他揭谎言，一方面告诉他你迫害大法弟子已曝光了，善恶有报是一定的，你不值的给江贼当枪用，吃亏的是你自己，谁行恶谁偿还，吸取文革的教训，给自己给亲人留下一个好的未来吧！迫害一个大法弟子罪恶滔天，保护一个大法弟子功德无量。给同事写的信，再通过电话证实一下是否收到了，反馈说效果还很好，都说看明白了，有的还表示感谢。除了个别人，三退基本都做了。

自己体会到师父要我们做的三件事缺一不可，而且首先必须学好法，学好了法才会有真念、正念，在正念的威力下才能救了世人。我上班时在机关的后勤当一段工人，距现在已有八年多了，心想去救度公司的一些人吧！有些发怵，自己又反应这是退缩，是不尽大法弟子的责任。师父告诉我们：「大法弟子已经成为众生得救的仅有的唯一希望」（《正念》）。想到这，告诉自己得去，别留下遗憾，干啥惧人哪（自己始终保持想到谁就给谁讲去，做去）。这个念头一出，立刻就振奋起来了，感到无所畏惧，马上带上资料坐车到了公司。刚上班的时间，直接就奔认识的女经理办公室，经理并不惊讶，还很热情。为了节省时间，我开门见山的：看到《九评共产党》没有，说它和平时期杀了八千万人，人治不了天要治它，我们入过它的组织的都被打上兽印了，为了灭它时不给它陪葬，用小名、化名退出就保平安了，抹去兽的印记了，你信我就给你起个名退了，没有任何影响的。结果她马上说我不能退，我们家全指我养活呢，我老公（常人）已经被开除了。谢谢你了！我们要开会了。档案处的两个处长也同时在这，在这种情况下他们没有表态，我说我到档案室呆着去。在档案室我发正念，眼泪也流出来了，我感觉不是委屈了泪，是慈悲的泪。吃过午饭又给两处长分别讲了半天，一个说你以前也不太说话呀！见面笑一下，点个头，现在太能讲了。我说你真说对了，为了救人的命，不讲你们又不明白。两个终于明白了，退了。这次来公司共讲退了九人。凡是讲到的，只有那女经理没做通。事实证明：我们正念在起决

定性的作用，什么发怵，畏难那都是自己的心在障碍着。没有了这些心，一切机会都不想错过，而且都是自己找机会，创造机会。

自从修炼以后，我很不喜欢人多的场合，但现在不同了，为了完成我们的使命，结婚的、过生日的、同学会，只要是聚会的都是机会。我们根据不同条件不同对待，有的需要单个讲，有时时间不允许，给她资料，尽量全面一点的，告诉她：「这资料非常珍贵，再忙你一定看明白了，关系到咱们全家人的命运的事。切记，切记！」有一次同学会，去的目的地就是给他们讲真相的，其中有一个同学还是公安的，在让我讲话时我直接说：「看同学是一方面，主要我是要告诉你们当今最大的事，你们说我年轻，其实我得过乳腺癌，就是因为修炼了法轮功，我才能这样，没打一针，没吃一片药，不说谁都懂，中央的领导得了绝症都得走，更何况老百姓了。这个大法就有这个能力。法轮功不是一般的气功，是修佛修道的，以真善忍为准则，必须做到才算修。电视上说的都是假的，千万别信，我给你们带的真相资料一定要看，关系到每个人的生命，记住法轮大法好才有好的未来。」说到三退时，有个同学说：共产党好不了也倒不了。我说前苏联强大不强大，照样倒，有些事不是人能看懂的。他们都没说话，都拿了资料。

所有的亲戚朋友，过去的邻居，在社会上的各种场合，只要想着救人，事实证明都能做，只要话能出口，都不白说。也遇到过不行的，不行的不要强为，不要急躁，让她再等机缘吧！但我经历的，不行的占少数。

### 正念的威力

奥火前，派出所的片警到我丈夫单位要我家的住址（零六年搬的家），我丈夫给搪塞过去了，把他的电话号给他了，要我的电话丈夫说她没有，片警说了一些威胁的话，丈夫回来我看他很当事，就告诉他，咱又没做坏事你怕啥，明天你告诉他地址。丈夫说不带电话，我让他带上看他能说啥。过程中我没有一点害怕，心想他真来我就给他讲真相，到现在还不知道真相。结果他没打电话也没来。我们的正念真是太有威力了。

说到这又想起了前几年，同修的家人是关心我，每次知道抓人都

来告诉我。我每次都谢谢他，但不动心，也不外传，结果没遇到那些事。大法太超常了，其实我们的正念都是有强大威力的。二零零一年的六、七份就酝酿着去北京证实法，感到丈夫是最大的障碍，告诉他吧，不让去，不告诉吧，到处去找，慌慌张张的。母亲知道了会担心，总之，就是执著常人的情这关不好过。当时我想，作为大陆大法弟子，就应走出去到北京证实法。当时想，必须去，这个周五就去。学法正好学到第八讲「谁炼功谁得功」这一节，我一下子一震，这不就针对我的心吗？不执著常人，去北京早就回来了。放不下常人，还怎么修哇？这个法看了多少遍了，这次的法理显现的真是不同呀！我曾想过：我们修炼时，渡船就在我们的脚下，就看我们能否向船上跨上一步，只要我们跨上了这一步，师父就会引领我们航行的彼岸。师父把我们看的再清楚不过了。

我定的是周五去，周六早上到北京，周日就到家了，工作、证法两不误。丈夫那安排同修通知他。一路北京之行，心态很稳，没查什么身份证，只看了一下车票，到天安门前的金水桥和天安门的门洞时，心中想的是：旧势力我告诉你：法轮大法是正法！法轮大法是正法！法轮大法是最正的法！不知喊到第几遍时，感到身体高大无比，周围已经静止了，头脑里完全是空的，非常殊胜，非常美妙的感觉。

说是我们在证实法，其实是师父让我们升华。我更加深领悟「修在自己，功在师父」（《转法轮》）。

下面借我们交流的机会，谈谈修炼中的消业状态，也许能给病业中的同修带来一点参考。二零零三年六月份连续的流了二十一天血，血块子能有一百多个（大小不一，最大超过鸡蛋黄），间隔了十七天，又流了二十天。当时是面无血色，上楼也很吃力，有两次炼功虚脱，我一个班也没误，一顿饭也没少做，吃的照常很清淡。心态很稳，学法炼功一次也不减，把自己真正的视为修炼的人，一个多月就红光满面了。过年时家人都量血压，都不太标准，我妹妹非让我量，结果医生说：看人这血压--120/80。

二零零三年七月份，单位女工检查，在吉林的附属医院，发现了乳房肿块，做过彩超之后结果是：在乳房右下侧肿块无包膜二点零（记不清了），有点常识就知道乳癌的症状。和我一个班组的常人，

也是乳房肿块，医生对她不太在意，说是炎症。我当时还真没紧张，想这事不能声张，单位都知道我炼功，别让常人误解大法，我告诉已知的同事：我这都十多年了，没事的，我心中有数（确实以前摸着过，没感觉，时间长就忘了），不告诉别人和我家人。可医生一再让家来人，我说：「不用的，什么情况跟我说都没关系。」医生说做手术，我也没表态，第二天照常上班。我前面说的有肿块的单位女工第二天没上班，又找的别的医生看，也说炎症，还吓的直哭。修炼和不修炼差距太大了。

虽然在医院没太大反应，可回到家心里有一丝波动：按说我是老弟子，师父净化完身体了，怎么出现这情况？就这一波动，乳房就有反应了，有疼痛、有发展。仅三四天的功夫，发现两次流水，颜色是黄绿色。我马上调整自己的心态，认真学法。师父说：「说是所剩无几，那还是相当的大，你还是过不去，那怎么办呢？就把它分成无数的若干份，摆在你修炼的各个层次之中，利用它来提高你的心性，转化你的业力，长你的功。」（《转法轮》）是呀！如果我刚得法就把这个业推出来，当时的心性一定是承受不住的，可能就修不了了。法让我明白了，心也稳了下来，真正的放下心来。认真学法，学法入心。法使我坚定了正念。它也再没流水，有疼痛时，心也不动。

今年的三月份，起床前梦见了在右侧的胳膊上脱下了象一个胶皮套状墨一样黑的慢慢的脱下去的，上面还有象蛇的眼睛一样，还有其它说不清的，梦中看到时恶心的难以入目，脱下时和肩膀处还连着象海藻细条一样的长绳状，想伸手拽下来还觉的无法下手，那个套脱下后，就看见一群小动物，意念中有四、五个，看见的有一个象小老虎样子，一个象母鸡的后身，在梦中我就撵它们走，醒来后还心有余悸。但我明白：这是师父让我看到这么大的业已经被师父给消下去了，这个业也是欠下几条命造成的，还远不止这些。试想一下，假如不是有幸得这至高无上的宇宙大法，我还有一线希望吗？写到这里我的眼睛已经模糊了。

用什么语言也表达不尽师父的救度之恩！只有用师父给延续来的生命真修、实修，精進不停，直至圆满。合十！



## 修炼路上师尊护佑

文 / 湖南大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】我在军队服役三十年，带着一身子病，九八年十一月转业到地方，三十几岁就患顽固性季节性角膜炎，不能看书，看电视，眼睛刺痛，流泪，角膜充血。七六年打火箭筒造成双耳爆震性耳聋，听力差，耳鸣，四十五岁得了 II 型糖尿病，这些全是治不好的病。奇迹出现了，只读了几遍《转法轮》角膜炎就好了，通宵看书眼睛一点事也没有，炼抱轮一周后，耳鸣没了，听力正常了。而且还出现许多神奇的事。

零五年我被非法关入新开劳教所。……我回到了十七号严管室，心里嘀咕着，请师父今晚给我送个梦。睡下，还是似睡非睡的情况下师父送梦来了，先是一团火把我的那个病历本连检查结果通通烧掉，尔后我妻子穿着一件花格子衣服给我提着个包，接我离开新开设劳教所。第二天早晨就看到关我的笼子四条柱子东倒西歪，象要散架了一样。坐着站着都有五条龙放着光的眼睛在我周围空间场身体里翻腾着。……

——选自本文

一九九五年三四月份，一个很偶然的原因，我得到了法轮大法。记的起一个罗姓朋友从另一人那里看到法轮功第一套功法的几个动作教给我，我回到家照样一伸一抻，就感到全身通畅，热感很强烈，全身非常舒服，飘然向上提升的感觉。当时没有看到书，只知道炼「佛展千手」几个动作，也没有心性方面的要求，就象做体操一样每天早晚练着。过了个把月的时间，身边就逐渐出现一些很奇怪的事：一天下班去菜场在地上捡到几十元钱，心性很差劲，就占为己有购菜了，第二天在公车上丢了一百元。常有无缘无故的被人指着骂，什么好狗不挡路等这些骂人的脏话，睡眠中也经常有人在耳边说脏话，不善的念头也常在头脑里闪起。有次说北京××气功师来讲课，和一个朋友

骑车前往。路上被一个搞装修的农民工把我撞了，他倒在我身上，还责怪我撞了他，他边骂也踩我的自行车，但我并不很生气，只是推着骑不动了的自行车赶到东山旧礼堂，已挤满了人。我往台上一看，那人身后有三个骷髅，感到很不舒服就出来了。后来学法了才知道，师父已管着我了。

### 得法精進

一九九五年六月我得到了从北京邮寄来的《转法轮》，一口气我就读完了全书，我心里明白这是真正的往高层次修炼的书，思想顺了，观念没抵触，学习法就没障碍，以至后来直到今天，多少年来一天也没停止学读《转法轮》。开会，上班，出差，旅游都随身带他，只要一翻开《转法轮》心里立刻就转动起来，全身就发热，状态好的时候看到书中的每个字都显红的。《转法轮》读了多少遍，无法计算了，后来就挤时间抄，《转法轮》我抄了十遍，现在还在抄。我觉的抄写比较好，边抄边读，逐字逐句，背书就难些，至今还没背下几讲。

学法，通读，背法，抄书成为我日常生活中的一件最重要的事情，对我的心性，身体，心情，待人接物以至业务能力的提高等许多方面出现了极大改变，别人都说我象换了一个人。

不久我参加了附近的学法小组，准时到炼功点参加集体晨练。集中学法炼功，定时不定时的法会，互相谈体会，互相切磋，向内找不足，尤其是不断学习老师的新经文，不断的在痛苦、魔难、矛盾、家人的不理解中，提高心性，不断的消减业力，消减坏的东西对自己方方面面的干扰，天天层层往上升。只要静下心，功就在演化，特别在集体晨炼，集体学法切磋，洪法后全身有说不尽的愉悦，殊胜。好多次情不自禁的心里唱着，哎呀！对师父表达由衷的感激之情，不计形式的从心底里流露出来了。学法，炼功，背经文，在我们几十个人的炼功点学法组里，人人都是努力做好，做到，你关心我，我关心你，在法上提高在法上悟，向内找，多看自己，确实成就着我自己，洗涤肮脏的心灵。

我在军队服役三十年，带着一身子病，九八年十一月转业到地方。三十几岁就患顽固性季节性角膜炎，不能看书，看电视，眼睛刺

痛，流泪，角膜充血。七六年打火箭筒造成双耳爆震性耳聋，听力差，耳鸣，四十五岁得了 II 型糖尿病，这些全是治不好的病。奇迹出现了，只读了几遍《转法轮》角膜炎就好了，通宵看书眼睛一点事也没有，炼抱轮一周后，耳鸣没了，听力正常了。而且还出现许多神奇的事，比如午睡时肚子里会说话，睡梦中有几个神来给我调理身体，自己也能感触到另外空间的景象。隐约中知道自己曾转生成一棵大树、动物、植物什么的，也曾在一处荒僻处结庐修过道。有次去学法，教室门锁着，那是一把很坚固的双保险锁，我没钥匙开不了门，我用手一推，门「吱吱」的慢慢的自动开了，我又惊又喜。神奇的事很多，数不胜数，在师父慈悲呵护下一直往前走。

### 几个方面的体悟

九九年「七·二零」后，我和国内所有大法弟子一样，遭受过恐吓，抄家，拘留，降级降薪，拘役，劳教等一步高一步的残酷迫害。细说起来要写很长一篇文字。在证实法，讲真相，救众生，努力做好「三件事」的九年中，有辛酸，有美好，有痛苦，有神迹，有魔难，有失落，有收获。有苦楚难当，更有佛恩浩荡。想讲的有几个方面。

一是人心凡重，对人的根本执著，是人走向神的根本障碍，也是旧的势力迫害大法弟子的最卑劣的借口。

师父在九五年《真修》的经文中就告诫弟子们：「能不能放下常人之心，这是走向真正超常人的死关。真修弟子人人都得过，这是修炼者与常人的界线。」（《精進要旨》〈真修〉）九九年「七·二零」后我多次遭到邪恶旧势力恶警，「六一零」等无理迫害。关过大小拘留，几次抄家，每次都在师父慈悲佑护下，闯过一道道难关。在讲真相，劝三退无论怎样艰难险阻，但只要心中有法，立掌清魔，马上就会心生智慧，危而不危。因为真修者都有这样的经历，就不写了。

二是修炼是个人的事。师父说：「我们告诉大家，真正修炼是你个人的事」（《转法轮》）。几年来在做好三件事中始终摆正这个位置，学法炼功是自己在提高，促传《九评》劝三退也是自己在修炼，已从党文化中清醒出来后出现许多自身的变化，深刻认识到马克思的邪恶主义在向东推进的时候给人类，尤其是给中国人带来无穷的灾

难，中国几千万人死亡，自己就是亲眼目睹过共产邪恶主义的对祖国人民的侵害，毒害。零四年我是真名退党，并在支部会上申请退党的，退过后我感到一身轻松，无比自豪，修炼的功和功柱都得到加持，兽记抹掉后，真我出来了。《九评》三退能给人带来这么大的好处，我怎么不把这美好说给别人，劝人做善，行善，脱离邪恶？是责无旁贷的。零四年底，刚看到《九评》心里压根就没有是所谓搞政治的丝毫疑惑，只是感到《九评》很厉害，对常人乃至常人社会，对修炼人乃至修炼界和宗教界都起着巨大作用。真是一石激起千层浪，余波震废王朝散！

促传《九评》亲自见到过很多奇迹和现象，比如有人怕，有人恨，有人爱，有人喜，有人笑。零五年三月他们绑架了我，与我接触的所有恶人都不敢提半个字的《九评共产党》，而是唯唯诺诺什么「妨碍法律实施，影响社会治安」等无知条款来搪塞。反衬着促传《九评》是大善行为，是去人心的最好方式。也是为自己修炼做铺垫，在这点上提高最扎实，因为你否认、排斥，摆脱了红魔。通过几年的促传《九评》，现在恨的、怕的人少了，看的、传的、要的多，促三退也是如此。

三是师父说到做到，弟子护法神通尽现，而自己心态不稳，人心凡重，修炼中有漏，遭迫害就重。二零零零年我们八个同修去北京证实法，从购票、出站、到天安门一直干扰不断，有的没到北京就被拉走，进了天安门广场，许多便衣跟着我们。当时我心中没怕心，就举手头前抱轮，后被绑架到天安门派出所，把我与另一位年岁很大的同修关在一起。我们不配合他们，我拉了一下另一位同修，堂堂正正的走出派出所。师父保护安全回家。

零四年十月间，邪灵到处抓捕大法弟子进洗脑班，省、市、区三级「六一零」恶警找到我，我根本不配合他们，他们拢不得我的身体，几天来回周旋，他们没得逞。此后听说是单位给他们打了红包，吃喝一餐了事。零五年三月十八日晚，十多个恶警闯进我家，绑架了我，看守中心拘役一月，我绝食抗议，喊口号，打坐炼功发正念，邪恶不太敢迫害，那时我正念很足。

**从新做好，师尊鼓励**

后来被非法关到新开设劳教所，不知是怎么回事，这个修好的部份好象就没起作用了，逐步人心出来了，怕心也出来了，完全是人在承受迫害。腿脚、手腕肿的吓人，双小腿膝前、外踝、脚趾被恶人们打的皮开肉绽，鲜血直流，强迫长时间站立，不准解小便。那时人心全出来了，心想这十八个月的牢怎么坐，正念不足。在威逼下又按恶人们的式样抄了一遍「三书」。恐怖，强力迫害下又按恶人们的式样做了所谓的「揭批」发言。一个月内就是这样被恶人们折腾着，没有正念，对场所的恐惧，人心凡重。当时就想我这修炼人的正念哪儿去了，我的修炼状态哪儿去了，一点儿找不到了，头顶上什么也没有，完全成了常人了。一天凌晨，新开设下了一场特大暴雨，电闪雷鸣，没法入睡，枕头下有他们要我写汇报的纸和笔，就记录下随心想的几句话：「雷鸣轰轰一个夜，电光闪闪绕云彻。瓢雨敲窗沥声响，恶风鼓弦弄情节，暗透清香是春息，明报黄湖向心泻。几个思叙沉四海，不数苦辛浮云别。……不向人间求富贵，只问罔奥几时归。」每天压在床底下，后来就不见了，离开新开设时他们又给了我这个本子。

所谓的「转化」给我带来无穷的痛苦，吃无味、睡不下，连嘴都张不开，皮肤无缘无故出现青紫。慈悲的师父又让我想起我是个修炼的人，我修大法、做个好人没有错，法轮功没有错，法轮大法是正法，我应该和师父、和大法联系在一起。正念出来了，「身卧牢笼别伤哀 正念正行有法在 静思几多执著事 了却人心恶自败」（《洪吟二》〈别哀〉）；「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉），在我心里耀耀生辉，一下子象醒过来一样。我理性的清理自己，向内找到了自己隐藏很深的那私心，那颗人心——怕死！其它的都是次要的。记的在派出所恶警用铍钳打我，因正念强，恶警们不敢怎么下手。在看守所中我庄严抗议绑架绝食一周，后因怕灌食搞掉牙，怕上了旧势力的当，在身体出现饥饿状态时，我想到了死，但怕死，想到了许多修的非常好的弟子被夺去生命，象刘成军这样。旧势力看到了我这颗执著的人心。由于怕死，我停止了绝食。没几天被宣布劳教十八个月，旧势力高兴了，我也无可奈何接受了。

由于有了正念，我就开始从身边做起，正身边的环境，对夹控、对恶警也不怕他们，不按他们的命令指使办，用行动和语言反迫害。

与别的同修说话，传播《九评》中的一些内容，告诉同修发正念要加上「解体中国共产党在另外空间的一切因素」，互相联起来对抗夹控惨无人道的行为，利用接探的时间与同往的干警讲法轮功真相，讲善待修炼人会有好报，讲强迫下、拷打下写的「三书」和揭批无效等。几天后恶警把我关进了第十七号严管室，四个夹控不分昼夜的进行迫害，不准睡、不准随便走动、不准和别人搭话、不准到门口窗口站立，明显的减了食量，又不能自己出钱购物。有次连续十多个小时不准小便，我怒骂，转身就尿在脸盆里，装了大半个脸盆。环境恶劣，迫害的加剧，身体出现一些表面很坏症状。一天下午，我故意喊着：「小子们，你们用棍子来打我的头吧，我的头要炸了。」这一嚷嚷可怜了，第二天他们就偷偷的把我送到市中心医院检查，去看医生，量血压时我心里想着师父把血压提高，当时血压高达二百一十/136 毫米汞柱；做心电图时，我心里又想让心电图出现异常，心律高达二百次/分钟；测血糖时又想要它高，结果是四十摩尔。结果出来了，回到新开铺，什么措施也没有，恶人们依然迫害我。

我心里想快近过年了，如果再不闯出魔窟就很难说了，我要出去，这里不是我呆的地方，正念一出勇气也有了。记的那天是星期六，我要求无论如何要见七大队队长，我要和他面谈。带进他的办公室。他问我谈什么？我说：「请你大队长为我做个见证人。」他说：「你要见证什么？」我说：请你见证我一个大法弟子在新开铺无故遭非法迫害，从即时起宣布在你们残酷迫害和诱骗下写的「三书」无效！「揭批」发言等与大法不相符的言行通通无效、废除！第二，立刻解除对我的严管控制；第三，立即解除所谓的劳教，归家养病。我来时是体检过的，身体没有任何毛病，现在迫害成这个样子，新开铺，你们要为我的身体负责。他诡秘的干笑了一下说：我把你写的「三书」和「发言」寄到你师父那里去，你同意不？我说：「可以，我是法轮功弟子，所谓的转化和三书，是你们强迫下的产物，我被你们打过的伤疤还在，我从此做好，师父会原谅我的。」说完，我捞起裤腿，双脚被打过的伤口疤痕给他看。他低着头，只是说了声：「你不要乱来，今晚是星期六。」

我回到了十七号严管室，心里嘀咕着，请师父今晚给我送个梦。

睡下，还是似睡非睡的情况下师父送梦来了，先是一团火把我的那个病历本连检查结果通通烧掉，尔后我妻子穿着一件花格子衣服给我提着个包，接我离开新开铺劳教所。第二天早晨就看到关我的笼子四条柱子东倒西歪，象要散架了一样。坐着站着都有五条龙放着光的眼睛在我周围空间场身体里翻腾着。

星期一早晨，队部的恶警交班后唤我的名字。我心里想着如再不放我，我高喊「法轮大法好！」刚出铁门门口的档，我头顶上一块巨大石头裂开了，崩炸了，解体了，我一下子轻松了。通知我：你的东西已收拾好，可以回家了。果真我妻子和单位两名领导在楼下接我。我心里由衷的感谢慈悲伟大的师尊，正邪较量中伟大的法——「真、善、忍」的宇宙真理在我一个名不见经传的微微小小普通的不太争气的大法弟子实际修炼中再显了法的伟大、法的威力、坚不可摧，同样也有力证明共产邪党惨无人道的迫害是徒劳的，注定要失败的，旧势力的嚣张气焰一定会埋葬，大法弟子必成！

不妥处，请慈悲指出。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 修炼小记

文 / 牡丹江大法弟子

【明慧网二零零八年十二月七日】大陆书面交流征稿已经第五届了，通过阅读网上交流，我发现那些在证实法的事情上做的好的同修，平时在个人修炼中就能严格要求自己、向内找。反过来讲，一个平时不严格要求自己，做不到一个真正修炼人的标准，又怎能正念正行做好救度众生的事呢？

象我们这一代人基本上没吃什么苦。因为是独生子女，从小到大父母把所有的活都包了，使我养成了养尊处优的习惯，而且不懂的感恩，认为父母对自己所做的一切都是应该的，从未想过要为父母做些什么，这就是现在年轻人都那么自私的原因。只有多学法，从法理上清醒自己，告诉自己对他人好就是对自己好，认清自我和后天观念，身体力行的改掉懒惰的习惯。

说来惭愧，我在面对面讲真相中一直做的不好，原因在于讲真相收效不佳，所以就不愿意面对面的讲，而热衷于做真相资料和真相币。以前我对母亲（同修）大白话的讲真相不屑一顾，认为粗浅，总觉的自己讲的有理有据。可偏偏母亲讲真相的效果很好，而且更能让人接受。这对我的触动很大，我开始思考了，结合着学法向内找，我找到了症结。

### 一、基点问题

母亲讲真相是抱着让人退出邪党组织，有一个好的未来的心在讲，就算那人没有加入过任何组织，也要让他记住「法轮大法好、真善忍好」，她的基点是救人。而我嘴上说救人，可一遇到和我观点不同的人就和人争辩，还带着观念你懂什么，你知道的那点事可差远去了的心理和别人争执，争斗心和显示心表现的淋漓尽致，越发的不善，觉的自己讲的都是理，却没有打动对方。我从法中悟到，不在于我讲的有多精彩，重要的是有一颗救人的心，理智的平和的去讲就足矣了，一切事情的成败，全在师父的掌握之中。

### 二、慈悲心的问题

以前还有个习惯，看这个人顺眼就跟他说两句，那个人不顺眼懒的理他。通过学法吓了一跳，这不跟旧势力一样了吗？旧势力不就是保留他们想要的，淘汰他们看不顺眼的吗？这哪象一个慈悲众生的修炼者，正法正觉的觉者啊？还有与人讲真相收效不佳，是因为对方没有感觉到我的慈悲、我的善。没有感觉到我是为他好，我为什么修不出慈悲心呢？我从法中悟到，人为什么是人，因为人是有情的，情没有了取而代之的是慈悲，慈悲心不出是因为情太重了。而我作为一个年轻的大法弟子对于人世的一切虽然放淡很多了，但有时还是被这花花世界所带动。也会有很多自己的喜好，也会很在意别人对我的看法。有时也感叹在这有情世界里很难不动心，那么我是怎样解决这个问题的呢？——背《转法轮》。通过背法我更加知道自己的使命，更加明了世间的无常，以及三界存在的意义，从而使我一步步从情中走出来。

### 三、怕心的问题

母亲在讲真相时很自如，没有什么顾虑，她常说的一句话，坐在



家里救谁呀。而我在讲真相前常有一些不好的念头和顾虑，归根结底是怕心太重。记的刚刚建立家庭资料点时，我经常注意门外的动静，只要一有个风吹草动就趴窗向外看，越怕越有考验。一次在家学法，三辆警车呼啸的在我家附近停下，从车上跳下几个人，当时我手里还拿着大法书，可心却跳到了嗓子眼，趴到窗台上看情况，原来是问路的，不一会车开走了。等静下来时我为自己的举动而感到惭愧，从那以后我把师父的各地讲法和经文全找出来做个目录，一本接一本的读，越读越有信心，越读越有正念，正念有了还有怕心吗？

#### 四、懒惰的问题

说到懒惰我想谈谈炼功。以前总觉的觉不够睡，总觉的炼功占用我的睡觉时间，从而感到累，想方设法的把觉补回来，越有这个想法越觉的不够睡，人也没精神。从法理上提高后，才明白炼功对身体是最好的补充、是最好的休息，因为师父讲过，「功就是法，法就是功，精神本身就是物质。」（《休斯顿法会讲法》）我的身体怎么能让三界内的物质给制约呢？那些觉的休息时间不够用的同修，还是把自己放到三界内的场了，当然要受三界的制约了，要跳出这个时间场非常容易，就是跳出这个思想框框，精神与物质是一性的。其实师父在《转法轮》开篇的〈论语〉中就告诉我们怎么修炼了，我们几乎人人都会背了，可他博大精深的内涵，我们又能理解多少呢？「少息自省添正念 明析不足再精進」（《洪吟二》〈理智醒觉〉）。建议我们还有懒惰之心的年轻大法弟子，把他铭记在心。

以上是我的一点粗浅认识，我们都在无边的大法中正悟自己的层次，慈悲伟大的师父在给我们圆满未来的一切，让我们互相帮助走好以后的路吧。

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）

### 心怀大法 万难阻不住

文 / 河北省大法弟子 荣立

【明慧网二零零八年十二月八日】

师父好！同修们好！

我是九八年得法的，在这十年的修炼中，我履行着自己的誓约，师父的点化和呵护，同修的帮助，伴我走过了风风雨雨。

我家始终是炼功点，一直到今天，我们的炼功点大法弟子来来往往，大家一起学法切磋。邪恶的干扰，病业的折磨，都在我们信师信法的正念下解体。在干扰面前，没有怕心，没有私心，不灰心，不丧气，心在法上就没有闯不过去的关，真是心怀大法，万难阻不住。我诚心感谢师父给了我们这样一个好的环境。

现在我把近期修炼的体会写出来和大家切磋。

### 一、邪党骚扰，心不惊，平稳做好三件事

奥运一开始，邪恶又疯狂起来了，那么多大法弟子被邪党以绑架、抄家、劳教、跟踪、监视等形式迫害，甚至被邪恶夺走生命，我很痛心。但是我不惊不怕，照样按师父的要求做三件事。

村支书领着县里乡里的一大帮人到我家骚扰，县人大常委的进门就说：「大婶子身体真好。」我就借机向他们讲真相。我说：「我炼功十年没吃一粒药，身体什么病都没有，没炼功前一身病，花了不少钱也没看好。师父让我们以『真、善、忍』做好人，我们没有错。」那人说：「对身体好就在家炼，别去北京，出了事，我们这些人的工作一撤到底，胳膊拧不过大腿。」

我说：「我们炼法轮功的不会做没有道德的事，我们一切都是为别人想的。」支书说：「是好人上北京干什么？叫人退党干什么？」我说：「上北京是告诉政府不要打压我们这些以『真、善、忍』做好人的人，退党是救人。」他们人多也吓不住我。

村支书还到各大法弟子家恐吓，不准贴大法标语，不准在一起炼功，不准各村的炼功人到我家来，可我们没有被吓住。师父说在任何情况下也不配合邪恶，它不叫你动你就不动了吗？我是一个大法弟子，是来这里救度众生的，怎能叫邪恶挡住。我该干什么还干什么，第二天照常去取资料。以前我每次取资料来回要三个小时，这次一个多小时就回来了，觉的自己象个年轻人一样。

这期间，我象往常一样，抓住一切机会救人，出门身上带上资料，能发就发能讲就讲。有一次我出门，车子没气了，找了一个补车

的人家，那人给我补车，我就给他讲真相。讲大法的美好，问他入过党团队没有，他说他是党员，他老伴也说是队员，我跟他说天要灭中共了，这是天意，谁也阻挡不了了，退出来保生命，保平安。他们都退了。

有一次我在集上发资料，集市就在乡政府门前，有那么多带警察标志的人在巡逻，我也不怕，智慧的撒资料，快撒完时，见一个警察倒背着手，手里拿着一个篮子在看卖菜的，我顺手扔他篮子里一份。

现在是在向邪党抢人的时候，救一个是一个，不管邪恶怎么疯狂，我们一定按着师父安排的路走到最后。

## 二、生死关头守心性，查找自己再精進

九月十八日，我们老俩口去给女儿收玉米，在过公路时，被一辆摩托车给撞了，撞的可够厉害的，自行车撞卷了饼，人也摔在地上，衣服也摔了一个大口子，胳膊当时就起了两个大血包。正好摔在亲戚门口。亲戚来了，老伴在后边也赶到这，两个老同学也赶到这了。他们问我怎么样？我从地上爬起来说：「没事，你看我腿脚这不挺好吗？没事。」亲戚朋友不让那人走，叫他带我去医院，那人光说好的，说自己孩子病了，他带老伴去看孩子，所以骑的飞快，他说：我给点钱吧。我说：「没事，我不上医院，也不要你钱，你走吧。」亲戚朋友不同意，非要那人去医院。不管亲戚朋友说什么，我坚持不给人家添麻烦，不讹人家钱，让那人走了。亲戚朋友见我的车子也不能要了，用车把我送回家。

到了半夜，腿也动不了，胳膊也抬不起来了，半边身子都不会动了。我脱下裤子一看，腿青了三处，里面还痛的厉害，心想，这是取命的，是师父给了我第二次生命，谢谢师父救了我！我的眼泪流下来了。

我向内找。这些日子三件事做的不好，认为自己岁数大了，有个人来替我做大法的事多好，近来农活一忙，炼功虽一次没落，学法时间少了，有时闺女有活来叫，我心急，心烦。在十年的修炼中，我真的没烦过。总是愿意叫学员来我家修炼。因别人家没我家方便，我也从不怕耽误时间，也不怕麻烦。现在怎么烦了呢？这不是私心在作怪吗？看看别的同修为了大法东奔西跑，没有一点怨言，和他们相比我

有什么理由懈怠呢？这些年来我修炼做三件事，家人全都支持，老伴还是同修，全乡的同修都上我这来学法交流，师父给我这么好的一个环境，只有做好做的更好才能对的起师父的苦度，才对的起众生。

另外闺女的麻烦事我也去管，从法中我悟到：修炼人不管常人的事，你不知道他们之间的因缘关系，你管错了就会造业，对名利情的执著都是必须修掉的。我一定要修掉这些不好的东西，紧跟师父的正法进程，做好三件事。想着想着，到晚十二点了，我们老俩口一起发正念，到了早晨，我爬起来炼功，左手举不起来就用右手拽着炼，也不怕痛。动功炼完，打坐四十分钟，我心里真高兴。第二天炼功胳膊也能举起来了，打坐也没问题了，身体一天比一天好，很快我又能自如的做三件事了。

千百年的轮回都只为了今天，师父给了我们那么多，我们不能辜负师父的希望，虽然修炼中有各种魔难，只要我们坚信师父，坚信大法，什么都不怕。现在救人到了刻不容缓的时候了，让我们与师同在的特殊时期，在正法的路上共同精进吧。

层次有限，有不对之处，请同修指正。

（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 没有过不去的坎

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】我是一九九七年有幸得法的老年大法弟子。得法前由于体弱多病，平时走路都很困难，甚至多站几分钟，就难以迈步。修炼后没多久，我身上所有的病痛全都消失了，感到一身轻，身体非常舒服。

为了让更多的有缘人得法，我们在附近的小花园增加了炼功点，在我们家还成立了学法小组，炼功的人越来越多。

九九年七二零之后，江氏集团开始疯狂的、铺天盖地的造谣、诬陷、打压，不准我们炼功。当时的确很紧张，好象空气都凝固了，但我们没被吓倒，坚持继续不断的在家炼功学法。见证了大法的殊胜、威德及美好的修炼人，怎会放弃这万古机缘呢？

## 一、信师信法，否定旧势力的安排

记的去年九月的一个晚上，我梦见和老伴、侄子坐在一方桌边，三人一人一方。突然间一特大的屋基石从我的脑后飞过落到桌子上，好象我的后脑被轻轻的擦了一下，虽然是轻轻擦了一下，当时好象伤的很厉害，非常危险，要我医治，我想我是有师父管的，我便喊师父救我，便看见一个金碧辉煌的屋子，里面有不少金色的东西，但当我准备好好看清楚时就醒了。没过几天，正好是九月十五晚上八点钟，我的牙突然出血不止，先是用碗接，后用盆子接，卫生纸都用了一卷多。当时虽然有些头胀、背胀，耳朵也嗡嗡作响，自己还能挺的住。老伴有点稳不住了说：上医院吧？我坚决回答说：「不！」也没害怕，脑子里想的是师父的法：「弟子正念足 师有回天力」（《师徒恩》）。正念正行，全盘否定旧势力的安排，师父不承认，我们也不承认，我有漏你旧势力也不配迫害，同时严格向内找。在这期间老伴求师父救弟子后，大概有半个小时没流血，我便甜甜的睡了半个小时。之后又被流血惊醒，我便跪在师父的法像前求师父保护，弟子始终只走师父安排的路，彻底否定旧势力安排的迫害，没有做好一定要做好，决不能让旧宇宙的生命再钻空子，坚修大法紧随师，完成史前大愿。同时我找到了自己的漏洞——不修口，之后再没流血了。整整流了八个钟头。我睡了几个小时起来后，老伴要我休息，一切事情由他去做。我没有那样，照样做着该做的事情，精神也很好，而且脸的气色依旧，白里透红。要是个不修炼的常人，后果可想而知了。

有一次我拉肚子，五六天不想吃东西，精神还顶的住，对面邻居见我瘦的很厉害，说年轻人都受不了，劝我上医院，我说没关系。我知道这是好事，是师父为弟子清理身体，消业哪有不痛苦的，哪有舒舒服服长功的？到了第六天就好了，也想吃东西了。在这期间虽然没劲，我也照常炼功，只是分开着炼。有时突然间就这里痛哪里痛，我不把它放在心上，很快就会好，哪怕晚上高烧，一身疼痛，早上起来什么事都没了。悟到一念之差确实很重要的法理，业来时不把它当病就能坦然度过。

有一次老伴脚肿痛，五天四晚没上床，因移动不得，移动一下就钻心的痛，就坐在沙发上学法，困了就靠在沙发上睡一睡。师父说：

「这都是你自己的难，我们为了提高你的心性而利用了它，都能让你过的去。只要你提高心性，就能过的去，就怕你自己不想过，想过就能过的去。」（《转法轮》）。老伴通过学法向内找，找到了自己的执著，心性提高上去了，很快就好了。好了之后整个脚都脱了一层皮。只有信师信法，就没有过不去的关。

## 二、难忍能忍，难行能行

迫害初期，由于明慧资料来源困难，一份资料要传着看，很宝贵。一同修资料拿过去两三天了没见拿来，我有点着急，想把资料拿过来，打电话催了这位同修。同修很不高兴的把资料送来了，并说了一些气话。当时我表面上是忍了，但没做到真正的忍，心里很难受，放不下。心想：「为大伙跑腿、联系，反倒对我这个样子。」动的是人念。那几天真的很魔心。晚上做梦，梦见一个院子里有不少同修，只见一年轻男同修匆匆走在前面，有个同修走第二，我也跟在其后。只见年轻同修上到一锅炉台上，突然迅速头朝下往锅炉栽下去了，见第二个同修也下去了，不管温度多高，我也没害怕进去了。出来后又到了原来的院子里，同修个个都是干干净净的，只有自己手里有黑。醒来后马上悟到是师父点化我没有修好，没做到忍，有漏。修炼人遇到什么事都要向内找，处处事事都要用大法的标准要求自己，多为别人着想。心结解开了，不好的念头没有了，主动和同修联系，我们之间又融洽了。

在修炼路上遇到的第一关便是我非常孝顺的女儿病逝，对我打击很大，我非常痛心。要不是修炼了，我真是活不了了。难过时尽量排斥，背师父的法：「人各有命」「执著于亲情，必为其所累、所缠、所魔，抓其情丝搅扰一生，年岁一过，悔已晚也。」（《精进要旨》）因此在女儿安葬的第二天，我便去参加听师父的讲话录像，回来打坐一下就延长到一个小时，而以前只能坐三、四十分钟，我悟到这是师父对我的鼓励和加持。

开始走入修炼时，心性关开始过的很痛苦。一次与老伴争吵时，他还打伤了我的肩膀，我也没有守住心性，更谈不上忍。过后痛苦的跪在师父的法像前痛哭流泪，这一关根本没有过，很是后悔。以后随着学法的深入，知道忍是提高心性的关键。师父说：「因为矛盾产生

的时候，会突然间出现，可是却不是偶然存在的，那是为了提高你的心性的。你只要把你当作炼功人，你就能够把它处理好。」「所以你遇到什么矛盾，我说就是要使你本身黑色物质转化成白色物质，转化成德。」（《转法轮》）所以忍是关键，一个修炼的人必须要做到真正的忍。以后发生矛盾时，我都能用炼功人的标准要求自已，即使偶尔没做到，能马上悟到今天的功白炼了，知道提高心性才能长功的法理，所以修炼必须做到忍。

平时在日常生活中，按大法的标准要求自己，言谈举止时时都不忘自己是个修炼的人，在常人面前都得表现出堂堂正正大法弟子的风貌，使人们能够对大法有个很好的印象。但还是有没修好的地方，有很多没修好的执著心，比如争斗心，不能宽容善待别人的心，以及情等，都隐藏的很深，表面上还难以发现。一天晚上，我梦见我走在街上，忽然看见我老伴正与一个我平时对她有成见的人在一起进餐，我没想我是修炼的人，随手拿起一只碗，气愤的砸过去，虽没砸着，过后也很后悔。不一会我好象在往天上飞，飞着飞着，突然间向下轻飘飘的降了下来，在月光下的一个村庄，黑色的瓦屋就展现在眼下。惊醒后知道自己没修好，掉下来了。「心性多高功多高」（《转法轮》）。师父讲的法我没做到，真的好好反省自己了。只有把所有的执著心都去掉，才能达到一个修炼人的标准。感谢师父的苦心救度，慈悲点化。

### 三、讲真相救众生 堂堂正正证实法

迫害当初，由于邪恶的宣传，使的人们中毒很深，加之几十年的洗脑控制，人们不明真相，对我们不理解，那个紧张成度真是无法形容。有位刚刚得法的老年同修，家里人听了邪恶的宣传，怕受株连，怕受影响，逼迫她不准炼功。这位老年同修非常坚定，但没什么文化，又讲不出什么话来，觉的说服不了她的子女，压力非常大。我们商量后决定由我出面去找她女儿谈谈。我去她家后向她女儿讲了大法真相说：「我们师父要求我们只做好人，更好的人，不做坏事。你妈有病，通过炼功很快都好了，每天劲鼓鼓的忙家务，把家里安排的舒舒服服，不用你操心。你妈的为人处事你是清楚的，炼功决不会给你们带来不好的事情，只会给你们带来福报。」她女儿没多讲什么了。

为了把事情进一步办妥，我还去了她女儿的领导家（也是我的熟人），给她讲了大法的美好，要她帮帮同修的女儿做做工作。她不但答应了，还说等退休后和我们一起炼。从此，同修的环境宽松了，后来她的子女们都三退了。

迫害刚开始时，我们这里没有什么真相资料，有同修用丝绸制作了一些「法轮大法好」的横幅，我和同修拿了几个。晚饭后我与老伴带着去体育中心散步。见天黑人少，立即从衣袋里掏出横幅挂到树上。第一次走出去，有点紧张、害怕，急忙拦了一辆客的，转了一大圈才回家。那天正好是圣诞节，才发现慌忙中将自己的小丝巾也甩出去了，想起来真是好笑。

随着正法进程的推进，学法的深入和心性的提高，现在我们讲真相、发资料也没什么可怕的了，堂堂正正的走出去，利用所有的机会去拜访老同学、老同事、老街坊、老邻居，一家家一个个讲真相，劝三退。记的有一次去菜市场，遇到很久以前在一个大院住过的国安头子，此人迫害法轮功很卖力，闲谈中他说我俩身体很好。我见机会来了，便告诉他是因为炼法轮功才这样好的。他听了竟倒退了两步说：「你们也炼啊？！」我说：「是啊，这么好的功法为什么不炼呢？」并告诉他炼功人都是善良的好人。不管他有什么想法，为了证实法、维护大法，我说了该说的，我想这也许是师父的安排。

我的一个当小学教师的老同学和一个刚认识的医生，她们三退后立即觉的身上有东西掉了，一身轻松。还有一个缝纫店的小燕，三退没几天，她丈夫骑摩托车被汽车撞出去很远，当时真是很吓人的，却没有受伤，他们见到我们后非常感激。我们说：「不要谢我们，是大法师父救了你，就谢师父吧。」

另外还有一位做服装生意的宋女士，一年后再次相遇时告诉我们，她三退后生意非常红火。我们也为她高兴。

当然与做的好的同修相比还有很大的差距，但我们会在以后的日子勇猛精进，修好自己的同时，做好证实法和救人的事，兑现自己的史前大愿。

不妥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）



## 证实法中走出一条自己的路

文 / 辽宁大法弟子 拂尘

【明慧网二零零八年十二月八日】有这么一个小故事，使我又一次验证了大法的超常。那是在二零零六年，台湾海峡发生地震把海底光缆砸断，使网速相当的慢，下大文件就更慢了。一天，我在下半夜两点多就起床学法了，学到早上四点多，状态特别好。然后去网吧下载文件。因为必须在早上六点前回来，时间很赶。但是不知怎么回事，以前很慢的网速突然间变的很快，没有太长时间就下载完了。这在平时根本不可能的。在回家的路上，师父在《转法轮》中的一段法打在我脑中：「大家想一想，谁推它了？谁给它加的力呀？你不能用常人中的那种概念去认识它，它就是这样一种旋机。」我体会到，一切都是师父在做，师父无所不能，只要我们心性到位了，师父就能帮我们。

——本文作者

尊敬的师父好、同修好！

我是一名一九九七年夏天得法的大法弟子。得法前，我一身慢性病，二十岁就得上了慢性肝炎、神经衰弱等慢性病，几次想到自杀。就在我走到绝境的时候，喜得大法。得法的当天我的身体就发生了奇迹般的变化，常年的失眠症当天就好了，而且从来都没有睡过那么的好。炼功不长时间，师父就把我的天目打开，看到了法轮，还看到过师父的法身。我以前是一个绝对的无神论者，但是我真真切切接触到这一切的时候，我知道师父说的都是真的。

可是那时虽然得了法，也知道大法好，但自己还不懂的怎样去修。到一九九七年底，由于自己治病的心不放，放弃了修炼。什么病又回来了。这一放就是三年多，但是慈悲伟大的师父并没有放弃我，看我还有修炼的心，一直在看护着我，这期间也一直能遇到其他同修。

从新修炼 助师正法

我记的那是二零零一年，虽然我考虑了很久，但当时我的头脑一点也不清醒，也没有勇气回到修炼中来。是在同修的帮助下，我从新认真的看了师父的讲法，我悟到每个大法弟子得法都不是偶然的，而且是带着重大使命来世间助师正法。我决定从新走回到修炼中。

那时中共邪党对大法的迫害是很严重的时期，我又是刚回到修炼中，对法理认识的也不够深，魔难也大。但我知道中共邪党在用谎言毒害众生、在毁众生。我不能在家等着，那时看《明慧周刊》有同修上外面往家发真相资料，我就想我也要去发。就这样同修给我送来了真相资料，白天我母亲（也修炼）在家帮我叠好，晚上我出去发。刚发的时候怕心很重，上楼迈腿都觉的腿很沉，心怦怦跳。那时还不怎么会发正念，但是我知道师父会保护我。有时晚上出去发真相，走着走着经常看到眼前圆圆的亮东西在转，怕心也越来越小。

我每次发完真相资料都浑身轻松。可是有一次，我发完资料回来，肝区部位突然间很痛，以前我对我的肝病特别的执著，总是放不下，这次通过学《转法轮》，师父说：「我们都得把它翻出来，都得给你打出去，全部从根上去掉。这样一来，可能你觉的病又犯了，这是从根本上去业，所以你会反应，有的人会有局部的反应，这么难受，那么难受，各种难受都会上来，都是正常的。」「你越难受的时候说明物极必反，你整个身体要净化了，必须全部净化了。病根已经摘掉了，就剩这点黑气让它自己往出冒，让你承受那么一点难，遭一点罪，你一点不承受这是不行的。」我悟到这是师父在给我把病根往下拿，这样我没有管它，真的放下了这个心，结果疼了三天就不疼了。

从新修炼几个月后，家人说让我到医院复查一下，没成想，肝功一切正常，以前的小三阳全部消失，全是阴性。而且几年的失眠症全好了，我以前是靠吃安眠药才能入睡，而且是大量的安眠药，成了依赖性，大脑变的特别不好使，记忆力很差，注意力总是不能集中。而通过修大法，改变了我整个人。

这期间我慢慢的也学会了发正念，我也比较重视发正念，我知道那是师父赋予的佛法神通，那时我发正念时明显感觉到自身的能量场特别的强，经常感觉全身发热。

师父在经文《排除干扰》中讲：「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。」师父多次讲法中一再告诉弟子要多学法。我在二零零一年至二零零三年间，基本上每天都大量的学法，坚持发正念、讲真相。也有做不好的时候，做不好时往往都是法没有学好造成的。由于怕心也走了两次弯路，有很长一段时间没做讲真相的事。以后又是通过学法、同修间的互相鼓励坚定了正念。

那时真相资料比较少，我也比较能发，经常不够我发。转眼到了二零零四年，那时《明慧周刊》上交流文章多次提到要资料点遍地开花，而我们本地的资料点也确实很少。已经供不上同修需要的量。我就想为什么不自己做资料呢？自己做供自己发也行啊，那样会给资料点的同修减少多少负担呀。我就跟我妻子商量，要买电脑。她很快就答应了。其实就是我有这个愿望，师父帮助我了。由于我对电脑、打印机也不明白，买了一小型打印机，运行速度相当慢，打不了几张纸就得灌墨水。还买了一个扫描仪，主要是把同修打好的传单扫描下来，再打印，很麻烦的。但不管怎么样，我的小型家庭资料点运作了。

以前我对电脑这些东西基本上是什么都不会，总觉的电脑有多难学。师父在《论语》中说：「说白了电脑再发达也无法和人脑相比，而人脑在当前依然是研究不透的迷。」从我做资料起，我就相信师父会给我智慧，修炼人一定能行。这样我自己学会了扫描、打印传单。

这时我发现经过扫描的传单再打印出来后，效果不是很好，这样的资料怎么救人呀。这时我很着急。我就跟甲同修说了这事。没过几天，甲同修跟我说：有一个流离失所的同修一直是做资料的，这时正想离开这里，有一台快速打印机给我，还要我承担这一片同修的资料供应。我听后就答应了，那天我学法学到《转法轮》「谁炼功谁得功」那段，师父说「要对大家负责任，能够承担起这个责任」这句话时，我的内心中从来没有过的那种责任感，油然而生，知道自己的责任大了。回想起来这一切都在师父的安排当中。

当天晚上甲同修就把打印机拿来了。可我只能打传单，其它的我全都不会，我就问甲同修怎么办，甲同修说找人教我。没几天甲同修

把乙同修领来教我。从那以后我们就经常接触，在一起配合了。在做资料前，我是一个星期休息两天的工作，做资料以后，师父给安排了一个岗位，多了一天的休息时间。这样在家的时间多了，更有利于做资料。而且这期间在工作很近的地方师父又让我接触上了另外两位同修丙、丁。

这样我和这两名同修在中午休息时间里形成了集体学法的环境。这种集体学法的环境对每个同修在实修中是非常重要的。师父让我们全盘否定旧势力的安排。我个人悟到集体学法就是在否定旧势力的安排。可是我们学法没有几天，当地协调人乙知道了，乙同修找到我让我退出集体学法的环境，说是为了资料点的安全。当时我就答应了，可是总觉的不对。以后真的有好几天我没有参加集体学法，认为自己学一样，还安全，而且她又是负责人。没有坚定自己的正念，没有悟到师父还会有下一步的安排。

在接触丙、丁同修之前，我有个很大的缺点，那就是自己没有实实在在的修，也就是自己没修，不会走自己的路，一味的听协调人的话，协调人让做啥就做啥。协调人告诉我「你是做资料的就不要发资料了」，那我就不发，协调人告诉我做资料尽量也不要讲了，也就是说为了资料点的安全只管做就行了。而且是协调人告诉你一个星期做多少小册子、做多少传单、几本周刊，我就照做就完事，就象完成任务一样。有时自己在法中悟到应该那样做时，自己也不敢做了。

师父可是让每一个大法弟子走出一条自己的路啊。有时很想去集体学法，心里非常矛盾。这时丙同修主动来到我班上，跟我进行了交流，他的语气非常的平和，他跟我说：「你得明明白白的修啊！修自己啊！」这句话对我触动很大。是啊，师父在《转法轮》中讲：「这在修炼上是一个很严肃的问题，只有遵照这个大法去做才是对的。」

「不管出现什么情况，一定要把握住心性，只有遵照大法做才是真正正确的。」师父的法也讲了，我怎么就不以法为师呢？这不是在学人吗？后来我通过学师父的经文，悟到学人不学法是很危险的。

从那以后，我决定天天参加集体学法。我们在一起学完法后，又在一起交流一会。一开始我有各种的人心，比如：顾虑心、怕说不好的心、戒备别人的心。虽然在一起学法，但是我一直没有跟她们讲我

在做资料。后来她们要做的时候，我会的也不跟她们说，怕她们看出我会做资料。现在回想起来是多么的自私啊。跟她们俩比心性差的太远。后来看《明慧周刊》交流文章谈到保护自己的私心，我发现我就有那颗保护自己的私心，怕自己受伤害。我虽然认识到自己的不足，但我还是没说出我的情况。在这几个月里，自己感觉到提高的很快，对法理的认识也比从前清晰了很多，这时戊同修也参加到了我们集体学法的环境。在后来的证实法中，我们互相配合，发挥了很大作用。当时协调的面积很大，丙同修主要负责各地的技术，丁同修负责协调、戊同修主要是买耗材，我主要是做资料。就是在这种集体的学法环境中我跟丙同修学会了很多电脑技术，跟另外俩同修也学到了很多，为以后走出自己的一条路打下了基础。

### 真正走出一条自己的路

师父的《二零零四年纽约国际法会讲法》发表的不久，丁同修找到我问我能不能找协调人协调一下，有个地区的资料点被破坏了（当时经常出现资料点被破坏的情况），那个地区同修看的周刊、讲法、资料都没有，能不能让我们地区给做一下，并给了我一个数量。其实这个数量我完全自己能做过来，当时他们还不知道我能做资料，我没有先答应，我说：「我跟协调人商量一下，给你想一想办法。」我下班后跟其他同修和协调人商量了一下，多数同修都不同意帮，怕给本地区带来危险。但是我知道要按法来衡量的话，是应该帮。第二天上班我告诉了丁同修能不能帮。丁同修说：「如果我有这个能力的话，我一定会帮助同修。」我回去后思想中一直在考虑，明知自己有这个能力却不帮，用为了安全掩盖了那个怕心和私心，是多么的狡猾。这时还是师父的法打开了我的心结，在我发正念和晚上炼静功时，师父在《转法轮》「返修与借功」中的一句法「修炼那当然帮啊」多次在我脑中显现，那不就是师父在点我吗？这回我下定决心帮助同修。回想那次是真的走了一次自己的路，突破了很多人的东西。第二天我就告诉了丁同修我来做。丙、丁同修看到我的变化都非常的高兴。

随着正法进程的变化，真相资料丰富了，《九评》横空出世，还有新学员进入，我们也随着这种的变化，心性也在不断的升华，技术等方面也在提高，容量也在加大，资料的量也在加大。救度众生的时

间也越来越紧迫。在有限的时间里，还要发挥更大的作用。怎么办！因为我要学法，还要干好工作，还要圆容好周围的一切，我做资料的时间显的很短。如果还用慢的机器去打印的话就不行了，而用喷墨机打出的《转法轮》和《九评》书效果不好、还慢。正在发愁的时候，市内的同修给丙同修拿来了一台 HP1020 激光打印机，当我看到丙同修打印时，眼睛一亮：还有这么好的东西，打出的书遇水还不褪色。我跟丙同修说：「我也要上一台激光打印机，来提高效率。」丙、丁同修非常支持我，鼓励我让我自己去买。可是我从来没有买过打印机呀，又听同修说买打印机很危险，明慧上也登过因买打印机和耗材被迫害的事。到要去买的时候，我满脑子全是常人的思想，能不能被怀疑啊、能不能被跟踪啊、到时我怎么走啊，想了一大堆，其实就是在用人的思想在想问题并不是正念。当我那几天学《转法轮》「提高心性」那段法，使我放下了那些人的思想。师父说：「在五、六十年代的时候，这算个什么事儿，平平常常，谁都不会感到惊奇的。」我想：是啊，那么在现代社会电脑、打印机简直太普及了，买个打印机算个什么事，真是平平常常，谁会因为你买个打印机就怀疑你什么呢！这样我就堂堂正正的买回了激光打印机。那时我就是那个境界，买个打印机都害怕，是法坚定了我的正念，为我以后为同修购买耗材打下了心性基础。

我有了激光打印机，使我大大提高了工作效率。技术上也比较熟练了。《转法轮》、《经文》、《九评》、小册子、传单、不干胶、刻录全能做了。后来需要量大了，我又买了几台喷墨机，后来又买了一台 HP2015D 激光打印机。

师父在一步一步的推着我们、往上拔着我们。世间的形势也在不断变化。二零零六年三月沈阳苏家屯事件的曝光震惊世界，大法弟子急需苏家屯事件的光盘来救度众生。以前我们地区都是从外地拿母盘回来刻，这次同修只送来苏家屯事件第一个盘，说做母盘的同修上外地出差了。网站上的追踪报道的录像文件早就出来了，我们就是无法刻录盘。救人多急啊！邪恶不能被曝光，同修等着母盘刻录，怎么办？

有一天丁同修跟我们说：「这事不是偶然的，需要我们突破了，

不能依赖了，我们自己下载、自己做。」当时我还不会上网，我打印需要的文件由别的同修给传盘，还是依赖心。我和丙、丁同修中，丙同修上网、下载技术行。我决定让丙先教会我上网、下载。丙同修说下载大文件上网吧下载快，我们三人一同去网吧尝试了一下，下了一半没下完，明天他们还上班，只有我在家休息。这个担子就落在我的肩上了，而且我以前在做资料的过程中神奇的学会了刻盘。

第二天我自己去的时候，我心中就产生了怕心，总是想找个伴陪着觉的更安全，前一天跟甲同修说好了让他陪着，可定好的时间甲同修没来，又打电话约丙同修想让他跟我一块去，丙同修说有事。这时我悟到修炼的路就得自己去走。师父在《转法轮》中讲过「路是自己走」、「修炼得靠自己」的法。我自己得扎扎实实的提高，去掉依赖心，凭着对法的信去闯出一条路来。就从这一天起我开始了上网下载大文件的路程。一直到现在在师父的呵护下平稳的做着。现在我在家中安装了宽带，下载速度也非常快。

在这几年中的修炼中，魔炼着自己的心性，一点一滴的提高着。我还记的，刚开始去网吧的时候，怕心挺重，总是不能堂堂正正的去做，心里老是不稳，因为下载大文件时间长，时间一长我就着急，怕心就往上返，有时没下完就离开了。后来有一次听师父在广州讲法中有一句「你就堂堂正正，大大方方的」，使我内心豁然开朗，再去下载的时候怕心小了很多。

因为是经常去网吧下载，有时又会返出怕心，我就背师父二零零六年在《洛杉矶市法会讲法》中的一句话「心里不稳本身就没达到标准」。我在心里说：「师父啊，弟子心中不稳，没有达到标准，我一定心里要稳。」因为我知道邪恶的迫害是针对人心来的。你越怕，它就会钻你的空子。我还经常背《洪吟二》中的〈怕啥〉。慢慢的我的怕心小了。正念也越来越强。我一般在去下载之前都先发正念，加强自己的正念，心中想着自己是师父弟子，其它的安排我全都不承认，一切都必须给正法让路，一切都必须给救度众生让路，什么考验、什么旧势力我全都不承认。有时邪党造的敏感日等日子，同修告诉我注意了，邪党对网吧监控的很严。我都凭着对师父的信，邪恶从来都没有阻挡了我救度众生。

师父在《转法轮》中说：「所以我们现代的科学研究这个东西，还是差的很远，和整个宇宙中存在着高级智慧星球那些生命比起来，我们人类的科技水平是相当低的。就在同时同地存在着另外的空间我们都突破不了，而外星来的飞碟就直接在另外空间里走，那个时空的概念都发生了变化了，所以它说来就来，说走就走，快的使人的观念接受不了。」我理解常人的科技永远都超越不了大法弟子在大法中修出的智慧。

有这么一个小故事，使我又一次验证了大法的超常。那是在二零零六年，台湾海峡发生地震把海底光缆砸断，使网速相当的慢，下大文件就更慢了。一天，我在下半夜两点多就起床学法了，学到早上四点多，状态特别好。然后去网吧下载文件。因为必须在早上六点前回来，时间很赶。但是不知怎么回事，以前很慢的网速突然间变的很快，没有太长时间就下载完了。这在平时根本不可能的。在回家的路上，师父在《转法轮》中的一段法打在我脑中：「大家想一想，谁推它了？谁给它加的力呀？你不能用常人中的那种概念去认识它，它就是这样一种旋机。」我体会到，一切都是师父在做，师父无所不能，只要我们心性到位了，师父就能帮我们。

在修炼中，我还有一个不足就是老回头看的毛病，怕人跟踪。有一天，在学《转法轮》「玄关设位」时，师父说：「佛道两家师父多的是，都能保护你，不需要你看，也不会出问题。」使我慢慢的去掉了这颗心。这颗心一往上返时，我就背这句法，最后就战胜了它。

我发现有的同修还不敢上网，那是被自己的观念束缚了。同修啊，你上网就在灭邪恶，你上网就在走出自私。其实现在很多常人都在上大法网站，大法弟子开发出的破网软件是世界上第一流的软件。

### 信师信法 否定旧势力的安排

在我刚开始做资料的前几个月，有一天我在家正在做资料，我们当地协调人甲同修到我家急匆匆告诉我，今天晚上邪恶在全市进行大搜捕。我当时就害怕了，赶快收东西，没打完的资料也不打了。面对这种考验，真是心里不稳。可是第二天一打听，什么事也没发生。反思自己为什么就不能象师父在《精进要旨二》〈去掉最后的执著〉中说的「一个心不动，能制万动」呢？



转眼又一年，有一天还是甲同修又来我家通知我今晚大搜捕，把家里的东西收拾收拾，这次心里还是不稳，还是象上次一样，第二天什么也没有发生。在学法时也没有真正的向内找，向内修，没有深挖一下，是什么心能让旧势力对自己进行了考验。

师父在《二零零四年芝加哥法会讲法》中讲：「当然了旧势力所有安排的这一切我们都不承认，我这个师父不承认，大法弟子当然也都不承认。（鼓掌）但是它们毕竟做了它们要做的，大法弟子更应该做的更好，在救度众生中修好自己。在修炼中碰到魔难要修自己要靠自己啊，这不是承认了旧势力安排的魔难、在它们安排的魔难中如何做好，不是这样。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。」这段法使我明确了如何否定旧势力。

师父在《转法轮》中周天那段讲：「道家历来把人体视为一个小宇宙，他认为宇宙外面有多大，里面有多大，外面是什么样，里面是什么样。」个人体悟旧势力能考验了大法弟子，就是大法弟子内心中有执著和怕心。

在去年明慧交流文章中有一篇《选择》的文章对我触动很大，文中谈了他是如何否定旧势力的认识和实践，就是连它的表现都不承认，他做的堂堂正正，旧势力就不敢动他。

去年又传出了一次全市大搜捕的消息，这次甲同修通知了其他同修，没通知我。我是后来听别人说的，我知道那一定是假的。我心里知道，我已经否定了旧势力对我的考验，你旧势力不配考验大法弟子。

今年奥运前又一次大搜捕的消息，还是没人通知我，当我听到这一消息时，我的心已经很平静了。我发现当没有那个心的时候，旧势力就没有招了。现在有时我还是有怕心存在，但是我已经能抓住它，灭掉它。

在实修中每一个大法弟子可能都经历过许多神奇的事和在大法中悟到的理。我们慈悲伟大的师父无时无刻不在呵护着我们，让我们在证实法中走出一条自己的路。我们每一个真修的大法弟子能平稳的走到今天，都是因为有师在、有法在。在以后的修炼路上我会更加勇猛精進，兑现史前的誓约，救度更多的众生。唯愿师尊笑。

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）

## 修大法 生命中最绚丽的时光

文 / 上海地区大法弟子 晓煦（化名）

【明慧网二零零八年十二月八日】二零零四年，我丈夫由遭受非法迫害的劳教所回家了。他是军人，部队怕他出去讲真相，不让他回家。得到这个消息后，我知道邪恶在钻我的怕心和不符合常人状态修炼的空子。我静下心来学法发正念，一直到把自己怕的物质去干净了，再也不去胡思乱想后，就回家了。

我直接去了丈夫的单位，那些政委、支队长，一看见我来了，说给我接风请我吃饭。刚吃过饭，市六一零的车、部队保卫股的车七、八辆、近二十个人就站了满满的一院子，他们把我拉到六一零办公室又开始非法审问。我发着正念，不惊不怕，真相以前都给他们讲过，过了好几年了还干这坏事，真是觉的他们可怜。……他们让我们住在部队办公楼的招待室，变相软禁，我就利用进出部队的机会，在部队机关的办公大楼里上上下下的走，近距离的发正念，见到熟人、有缘人就讲真相，给一个团级干部讲完后，他说：你是实话实说啊。部队保卫股股长是一个少数民族，他听过后说：「你比原子弹还厉害。」在部队，我发现我的电话被六一零监听，去哪里都会被跟踪。师父巧妙的点化我都知道，我就天天在部队利用各种形式讲真相，邪恶见没空可钻也就不管了。两周后我们就回家住了。

——本文作者

尊敬的师尊好！

各位同修好！

请允许我先背一首师尊《洪吟二》里的一首诗——《梅》：

**梅（元曲）**

浊世清莲亿万梅

寒风姿更翠

连天雪雨神佛泪

盼梅归

勿迷世中执著事

坚定正念

从古到今

只为这一回

一九九九年二月我得法了，那年我二十七岁。回想这九年的修炼历程，时时有法在心中，有师在呵护，虽然经历了常人难以想象的魔难、同龄人没有的饱经风霜，但因为我是大法修炼者，是法中的一份子，是走在神的路上的人，所以当去掉人的执着时，顿觉柳暗花明又一村，美妙其中语难诉，也只有修炼者才能体会到溶于法中的美好和神圣，常常感悟大法之博大精深，而又神奇玄妙、至简至易的体现在生活中、工作上。

得大法前，我和丈夫都是那种花了不少钱山南海北去求道的人。多年的寻师访道终于找到了大法，真有一种终于踏上了末班车的幸运感，当晚就看见有无数的小法轮在自己身上转，有大法轮在丈夫的身上转。

### 一、正悟

「根基为先天之条件 正悟为上士之慧因」（《洪吟》〈学大法〉）

刚得法就清理了家里乱七八糟的书。那晚家里奇怪的停电了，邻居家却都没事。检查电路没问题，我认识到了是师父在给清理呢，心里很高兴。第二天清早一看有电。不过有本我认为好的书没烧掉，过两天我一人在家看师父的《济南讲法录像》，想起了那本书，我拉抽屉去找那本书，突然听到咚咚咚的敲门声，把我吓了一跳，一看没人啊，定睛一想，把录像带倒回去一看是师父在敲桌子呢。我马上意识

到不能留那书了，这是不二法门的问题，修炼要专一，多严肃呀！师父在点化我呢，原本那天没按师父的要求按照顺序看，随便抽了一盘录像带看，真没想到师父看穿我的心思并巧妙的安排点化我，从此我在修炼要专一问题上再也没有动摇过。

## 二、明法理 除恶

「天性豪气洪 消磨也不去 意如金刚志 一统大法理」（《洪吟二》〈法正一切〉）

二零零四年过年我收到一封父亲寄来的信，有一段这样写着：

「你经历了一般人难以承受的……魔难，依旧善良、坚韧、乐观的面对生活……」看着这信我流泪了。

父亲从小很疼爱我们，家里的生活环境也很好，从没干涉过我们在学业、职业、婚姻上的选择。在常人的眼里我一帆风顺、家庭幸福。在九九年邪恶疯狂迫害时，父亲怕我受邪党的迫害，曾逼迫我放弃修炼，知识份子的他，用了很多软硬兼施的方法。有一次我去看他，他和我谈过后见无效，居然把我从全家照的像片上都剪掉了，大喊：「她是神，她不是人！」母亲吓了一跳说：「谁让你这样干的呀？」他手指着天喊着「是魔让我这样干的！」我当时觉的好笑，却又倒吸了一口凉气，心里很悲哀，心想是那些放不下的情，让魔在此撒野了，这是我要去的情呀，否则慈悲心怎么出呀？回想给父亲讲真相时的心态，常常是用人的情和方法，自己对法领悟不够，真相讲不到位，做不好，邪恶因素对他的控制使他不明白真相，所以对我十分气愤，不和我讲话。

法是宇宙一切奥秘的洞见。「佛法」是最精深的，他是世界上一切学说中最玄奥、超常的科学。如果开辟这一领域，就必须从根本上改变常人的观念」。《论语》常常背诵的，可是自己的观念还是要一层层的脱的。我常常告诉自己要做好，做到，并背诵洪吟。

二零零一年一月，我被邪恶迫害，腰和脚都骨折，被非法关在监狱的医院里。那时天天都有来非法提审的。有一天安全局的二个恶警罗列了一大堆的问题又来了，我回答了一些问题后，就肚子疼，自己想想不对劲，怎么老是这个状态呢？中午背《忍无可忍》的经文，

「它们已经人性全无、正念无存，就不能再容忍其邪恶对法的迫

害。」明白了法理我心里很踏实了。下午他们又来，我要回早上他们记的笔录，一下扯了，俩恶人吓坏了，扑上来掐着我的手……，我看见护法神都在房屋的上空坐着，心里想起了师父讲的法，我心想，一定要走好，走正。医生见我后很吃惊，看你是很文静的，怎么了？这俩人很没面子，威胁着骂骂咧咧的走了。同室的人很害怕，说这下要给你加重判了，我笑着说他们还好意思来么？

大概二周后，我就被父亲抬回了家。那时我父亲很害怕这事上加事了，担心我再进去受罪，对这些恶人的谎言还是相信的，给我做工作，配合邪恶让我「交代问题」，总想用一些人的妥协办法解决这个问题，但是没有任何结果。有一天父亲让我写不炼的保证书，我不写，他用凉水泼我，后来气急败坏的要打我，我当时一直想用法轮出去制恶，可是想他是我父亲呀，对他有没有伤害呀，想起师父刚讲的法：

「但对于操纵人破坏人类的邪恶生命的处理也是在保护人类与众生。」（《大法弟子的正念是有威力的》），我明白这功是针对另外空间的邪恶因素了，就发出法轮出去制恶，一念刚出就见我父亲态度一下缓和了说：「我怕了你了，我和你学法轮功吧。」这话想想都是那邪恶因素说的，父亲怎么会怕我呢，明明是那些邪恶因素在害怕。另外空间的邪恶因素处理了，父亲不被操控了，也就有得到救度的希望了。「所以除恶是在正法，也是在救度世人与众生。」（《大法弟子的正念是有威力的》），对除恶是针对另外空间的邪恶生命和因素这个问题，我有了进一步的领悟。

人就是人的想法。父亲常常在家拉很伤悲的二胡曲，常唠叨我：「家破人残，以后谁养你呀，这后半辈子……。」那时邪恶在精神上、肉体上、经济上的疯狂迫害，使我们家被抄，丈夫被非法劳教，我腰、脚骨折，没有劳动能力，更没有经济来源。常人的承受能力是有限的，间接受迫害的父亲和家人常常悲痛欲绝。常人谁看我都很可怜、很苦，可我们是走在神的路上的人，对自己的前途和身体从没担心过；有法做指导，有师父的呵护，对这场迫害我们的尊师和大法徒是不承认的，所以我从心里都没觉的苦，只是看着那些不明真相的人，忙忙碌碌不知为何而活着的人觉的他们苦。看着父亲用被蒙蔽的谎言指责我们，我常常默默的流泪，希望被毒害的世人能明白真

相。

不管父亲怎样对待，我依旧做着我应该做的三件事，加大发正念的频率。给他讲真相，讲的稍微高一点、不符合常人的接受能力或想当然的说，马上就会遭到他的痛斥，我就不停的向内找，去掉自己的欢喜心、显示心、做事心。那时别看在家呆着，修心是一点不能马虎的。

「万事无执著 脚下路自通」（《洪吟二》〈无阻〉）

大法神奇的一面展现出来了，我的身体很快康复了。

二零零二年，有几次邪恶又来迫害我和丈夫，用尽了特工的手段，派兵力围追堵截，父亲已不再相信邪党恶人的谎言了，他怒斥恶人，用自学的法律来保护我。以后还经常到安全局、六一零去要回非法扣押我的物品。妈妈炼功他也不阻挡了。

我不说，谁也不会想到我曾经被邪恶迫害者致残过。二零零三后的几年中，我换了几个城市几个工作，一个比一个好，父母亲担心我的身体状况，跑到我工作的城市来看我，一看我还参加公司的徒步游，背十几斤的东西走几十里，还爬了一回泰山，才放心了，常常自豪的对人说：「我女儿真能干！」这是他们完全想不到的。

看到在我身上处处体现出大法的威力，父亲的固执和后天观念的障碍慢慢的消除了，曾经为他不明白真相流泪到为他明白真相而流泪，这一切证明，修大法的家人都是有福气的。

### 三、修炼中的事都是好事

「大法众徒讲真相 正念法力捣妖穴」（《洪吟二》〈围剿〉）

二零零四年，我丈夫从遭受非法迫害的劳教所回家了。他是军人，部队怕他出去讲真相，让他住在部队的集体宿舍，不让他回家。邪恶表面的理由是你妻子不在家，你也没家啊，回丈母娘的家不是自己的家。得到这个消息后，我知道邪恶在钻我的怕心和不符合常人状态修炼的空子。我静下心来学法发正念，一直到把自己怕的物质去干净了，再也不去胡思乱想后，就回家了。一个目地：找我丈夫堂堂正正的回家。

我直接去了丈夫的单位，那些政委、支队长，一看见我来了，说给我接风请我吃饭。刚吃过饭，市六一零的车、部队保卫股的车七、

八辆、近二十个人就站了满满的一院子，他们把我拉到六一零办公室又开始非法审问。我发着正念，不惊不怕，真相以前都给他们讲过，过了好几年了还干这坏事，真是觉的他们可怜。心想讲高了他们什么也听不进去，只要这时不再施恶，按照他们能接受的成度讲一点吧：

「我是要回家和老公过日子，谁愿意在外面流离失所呀！」我不停的发正念，清除另外空间邪恶因素的干扰。这样很快他们就说：是呀是呀，回家吧。有一个头目还出主意让我去要回被安全局非法扣押的钱。

我一被带走，部队的一个副政委就对我丈夫说：她是回不来了，你要做好思想准备。他哪想的到，很快，车就又把我送回到丈夫的单位了，这帮人吃了一惊。这时他们又想出一招，让我们住在部队办公楼的招待室，一日三餐派人送来，变相软禁我们。我就利用自己进出部队的机会，在部队机关的办公大楼里上上下下的走，近距离的发正念，见到熟人、有缘人就讲真相，给一个团级干部讲完后，他说：你是实话实说啊。部队保卫股股长是一个少数民族，他听过后说：「你比原子弹还厉害。」在部队，我发现我的电话被六一零监听着，去哪里都会被跟踪。师父巧妙的点化我都知道，我就天天在部队利用各种形式讲真相，邪恶见没空可钻也就不管了。两周后我们就回家住了。

现在想想救人也要有个表面的形式，师父巧妙的利用了旧势力安排的这些所谓考验，但不承认这所谓的考验，他们也是被救度的一份子，怎么配考验我们呢？众生想听真相，想得救，谁敢阻拦？在法理上师父都告诉我们了，时时在法理上，就无所不能，坏事也就变成了好事。

#### 四、否定旧势力在经济上的迫害

「尘消雾散气渐清 世人迷醒眼中惊」（《洪吟二》〈神威〉）

二零零四年九月，我丈夫从部队复员了，按照正常手续要把复原费发给自己后再离开部队，可这些在邪灵控制下的恶徒，妄想以不发复员费要挟我们。

有一天，丈夫单位突然打来电话，通知我丈夫明天就上火车，再派三个干部送回家。复原费要等到了老家办完手续再办理。我和丈夫都认为这是邪灵在经济上想控制我们，不能按他们说的做，要彻底否

定这一切！我们就一直发正念清除黑手烂鬼。

第二天，我丈夫出门去了，部队三个干部来敲门。万物皆有灵，这楼下的防盗门也神了一回，任凭他们怎么弄，防盗门就是打不开，外面的人进不来，里面的人出不去。我就在家里利用门铃对讲机大声讲真相，揭露他们伪善的迫害，那三个干部和院子里好多人都在那里听着。几个小时后，他们上来了，那趟火车的时间也早错过了。第二天一早部队政委召开紧急会议，安排财务人员提现金存到我们的户头下。丈夫回家时，前拥后呼，有人拎包，有人跑前跑后忙着去给办手续。

我们修炼的人，对钱财是看淡的，是不求的，随其自然，但是在正法时期救人，必须不承认旧势力在经济上的迫害，拿我们自己的钱是理所应当的，被邪恶迫害还说随其自然的话，那就是认同了旧势力，也就不能更好的救度众生。

## 五、利用工作便利，救度更多众生

「古今不曾有 将来天地久」（《洪吟二》〈救大穹〉）

我现在居住的这个城市，人口密集度大，有大量的外来投资者、打工者。有了这笔钱以后，我们不用为暂时的生计而奔波。有更多的时间来做三件事、救人。找工作都不影响或者能更好的利用来做三件事。有时一人工作，另一人在家做资料。

有一天，有个客户路过我所在公司，看见我就进来了，那天轮我值班，帮他登记业务后，我就给他讲真相，看他的接受能力挺强，我就一点点的讲，没想到他明白了真相之后，主动邀请我和丈夫去他的公司工作。我丈夫去工作后，做三件事更便利了，单位同事和这位老板对他的评价都很好。真是感觉在法中路是越走越宽。工作只是表面形式，师父把这些人推到我们跟前，真正的目地是要救这些有缘人。

二零零五年我准备找工作时，心想这一切都是为法来的，我现在需要的是通过工作创造条件去接触更多的人，给他们讲真相，最好要离家近、有双休日、工资也要高。投了简历后，第一次到一家搞策划设计的公司面试，我心里挺满意，可是我以前只做过财务和销售，对策划设计没接触过。两次面试后老板问我有什么要求，我说除了工资之外双休日必须休息。这公司周六是要求上班的，他问为什么，我心



想周日集体学法是绝对不能耽误的，我们学法点几个同修是刚走到一起的，这个环境不能破坏，这是正事；周六要做资料做家务也不能耽误。我告诉老板，周日我有自己喜欢且重要的事要做，周六做家务等，同时，休息好也是为了更好的工作，如果周六开会我可以来参加，之后时间是我的。老板很高兴的通知我尽快上班。

后来得知老板是要招聘一个有思想和综合素质高的人，来指导电脑操作设计师，并且要能引导客户接受设计样稿。工作中，每次给客户的提案我要先审，在法中开启的智慧和法理，告诉我正的理念和审美观，以此作为基础，我给他们讲大法真相，劝三退，常把正的理念正的审美观带给设计师，告诉他们那些魔性的东西对人不好，并引导他们改正。工作中常常要和各个公司的老总打交道，每次外出我都带真相光碟，发了真相光碟的公司，和老总谈的都很好，他们还常常会开车送我回公司，其实是他们明白的那一面在做。

有一次在公司休息时大家闲聊，我想聊真相吧，发了一会儿正念，不到三分钟，一个人说我的邮箱里经常收到法轮功真相，一个说我也收到过，是真的吗？另一个说真的，我好友的丈夫人特好，人被劳教后出来还炼；大家讲的比我讲的都好，我真感到法的威力，不动手不动脚就可以做常人想做而做不来的事。

走在神的路上的我，生命中最绚丽的时光，是修炼路上的经历，回头看看，感慨万千：明法理、向内找，就没有过不了的关，那些难，现在看来如果当时自己没有那些心，也就不会有了，既然发生了，我也用正念来对待，变成为去执着救众生的环境。

感谢师尊的慈悲苦度，我会珍惜这每一分钟，做好三件事。

合十，谢谢师尊和各位同修！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 荣幸 我是正法时期大法弟子

文 / 大陆大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】

师尊好！

同修们好！

有幸成为正法时期大法弟子，跟随伟大的师尊正法，这是宇宙中再有没有如此荣耀的事了。回首得法十年来，慈悲的师尊把我从地狱中捞起洗净，不厌其烦的扶起再扶起，时时看护着我保护着我。弟子无法用人类的语言来表达对师尊的感恩，唯有精進再精進，认真做好三件事。力求让师尊欣慰一点。下面向师尊和同修们回报一下我的修炼心得。

### 得法

九八年夏天，我有幸在母亲家里看到了宝书《转法轮》，当我拿起一看就放不下了，这书这么好啊、太好了、太正了。无法形容当时的心情了。我请求母亲允许我拿回家去看完，母亲欣然同意。书还没看完，师父就给我灌顶，一股暖流通透全身。从此困扰我多年的胃病、妇科病、骨质增生、坐月子落下的腿疼、腰疼、神经衰弱等多种疾病一下子全没了。身体那个轻啊，走路脚下不沾地似的。而在这之前我被病魔折磨的脾气暴躁，半夜半夜的睡不着觉，干活累一点走路就一瘸一瘸的，蹲下不敢马上起来，得扶着东西慢慢的起，这样还眼前发黑、冒金星，有时一跟头就倒在那里了。身上遭的罪就甭提了，那个关节、那个筋就跟绕了扣似的，钻心的疼，半夜翻个身都难。有时想想都不知道怎么活了。这么年轻（那时才二十九）就这样，往后可怎么办呢？为此自己经常暗暗流泪。是大法、是师父给了我新生。

### 弯路

想想真是惭愧，师父为我付出了那么多，自己从大法中得到那么多恩泽，却没有好好把握，珍惜机缘。到九九年「七•二零」时，自己两遍《转法轮》都没看下来。我们村子只有我一个人学，我也没有溶入镇里集体学法炼功的环境，学法炼功都没有跟上，当邪恶诬陷大法时，自己明白大法是正的，可又解释不了电视上所有的邪说（因为从小被邪党灌输，根本就没想到它会谎言欺骗民众），就更加放松了，基本上跟常人一样了，但是遇事还是记着应该按大法原则，做个好人，记着自己是学大法的、当有人说大法坏话时，也跟人家争论几句，但毕竟法理不清，说不明白。可心里很难受，又没有地方弄明白（「七•二零」后，我接触不到任何大法资讯），就象行船迷航，失

去了方向。那时经常做梦梦见鞋，大的、小的、新的、旧的、花的、绿的，一路下来全是鞋。现在想来是师父点化：邪恶编造的谎言五花八门，什么邪招都使了。但当时并不明白。这一跌到就是四年，浪费了那么多时光，现在想想真痛心哪！

### 师尊又一次捞起了我

我因生意亏本到异地谋生，二零零三年春天的一天春光明媚，同修大姐到我的水果摊买东西，知道了是同修后，我高兴极了。赶紧把同修叫到屋里。同修问了我的一些情况，给我送来了新经文，当我把新经文都看完了，简直没法形容当时的心情。怎么会是这样？我怎么知道的这么晚哪？太晚了、太晚了。真是痛心疾首啊。在这个值千金值万金的时刻，而我却荒废了四年！

我要跟上师父的正法进程！同修看到了我想溶入大法熔入集体环境的心，就组建了小组，每周见一次面（那时还没有集体学法），切磋交流。那个时候，切磋完往家走时就跟变了个人似的，心性不是逐渐升华，而是直接快速提升。切磋的时候我很少说话，可同修很平常的一句话，对我来说都如炸雷一般；同修很自然的正念正行，都让我惊叹不已。同修那种高境界的行为，使我时时看到自己的不足，看到与同修的差距。同修对我特别呵护，当我不明白的问题时，总是耐心的给予解答。我能感受到同修对我的那种爱护和同修间的那种关爱。学法小组使我在那个时候突飞猛进的上升，在此向所有帮助过我的同修表示感谢。

当然这一切离不开师父的苦心安排。弟子走好的每一步，都是在师父的慈悲呵护下才走过来的。记的零三年冬天的一个深夜，我正在打坐，突然间自己的元神被什么东西提着似的，就要离开身体了，肉身这边也越来越难受，我一下想起师父讲过与旧势力签约的法，赶紧喊：「师父救我，师父救我」。身体是喊不出来了，是心里喊的。马上感觉到自己元神被什么托着（过后想想是师尊的手，因为有一次打坐中看见师尊两只大手把我托在手中，而我就象颗小芝麻粒，那种慈悲能量的眼光注视跟这一次是一样的）缓缓送回体内。我当时泪流满面，双手合十谢谢师父，是师父又给了我一次生命。

### 助师正法

随着学法的深入，我懂得了正法时期大法弟子的责任与使命。零三年第一场大雪的晚上，女儿（小同修）写了大约十来张真相标语，我和丈夫（同修）女儿一块，去公园贴上，那晚寒风刺骨，可我们觉的一点不冷，浑身热乎乎的。我在心里说，我终于做了我应该做的。那是我第一次证实法。

同修听说后，很为我高兴，随后就给我真相资料。记的第一次发资料时，吓的两腿直抖，心里象个兔子直跳，好象哪里都有眼睛盯着我看。我在心里说，这是我应该做的，再难也要做。等发完后看看哪里有人哪？都是自己怕心演化出来的假相。第二次出去的时候就安稳多了，实际也是去怕心的一个过程。再到后来发资料的时候，我就想众生啊，我来了，我带着你们千万年等待的大法福音来了，你们千万珍惜这难得的机缘啊。心中无限慈悲，看到的只是众生的苦，那个怕心就没了。在证实法的过程中，真正的感到来到世上就是为了法来的，为众生来的，做的每一件证实法的事才是这世上最有意义的事。

记的有一次，做资料的同修来找我，一看同修满面憔悴的样，就知道一定遇着难事了，同修很为难的给我说：「真难啊、我觉的都没有路了。」我赶紧问同修怎么回事。原来同修那么不容易，要顶着那么大的压力。我问问同修我能做什么，同修说能不能帮我买点耗材。我说行，只不过我是个外行，做做试试吧。其实就条件来说，我也很难，我做生意，还带着一岁多的孩子，还要瞒着丈夫（那时他怕心很重）。时间安排都不容易。但是看着付出那么多的同修，我没有别的选择，心生一念只要大法的事需要我，我就一定要做，因为我就是为法来的。在做的过程中，还真没耽误别的，一次次都是师父给巧妙的安排了。当然也不容易，我又要抱孩子，又要拿耗材，考虑到同修的安全问题还不能让同修出来接。不过再累我都愿意，觉的这才是我应该做的。有一次往同修家去的时候，看见师父端坐在空中向我微笑。

在买耗材的时候，也遇到了心性的考验。记的一次同修让我买墨盒，我却一次次买不回来。后来买回来了却是双倍的价钱，同修一说，我一下愣了，怎么会花双倍钱哪？固然有表面原因（同修说价钱听错了），可如果不是心性上有漏，是不会出这么大岔子的。什么事呢？师父说遇事第一念怎么想的。出这事第一念想什么呢？第一念没

有想想造成损失，首先想：别人怎么看我呀？这不是私心吗？当出这事之后一下子泄了气，这不和那个气功师治好病就沾沾自喜，治不好病就垂头丧气一样吗？这不是名利心吗？想想也真是这么回事，自己不自觉的已经想了：以前总羡慕做资料的同修，这回我也参与了，心中有些沾沾自喜，这不是欢喜心、显示心吗？唉哟，这件事反映出这么多不好的心。找到问题，心里一下轻松平和了，心如止水。心里想，值啊，花多少钱能买来这修炼的好机会啊。多花的钱我自己出，值得。当然，钱是要回来了。

### 邪恶干扰

二零零四年夏天的一天，片警到我的店里骚扰，一眼看见放在桌子上的真相资料，其中有两本新经文，就问这是哪里来的。我当时没有怕，坦然的说这都是人家送的，门口的、摊位上的，邻居家门口的，哪儿有我都要，这么好的东西谁不要，你们家没有啊？他说你不知道上边不让看？这不是找麻烦吗？我说哪儿说不让看了？电视上说了？还是报纸上说了？你看这小册子多好，这不都是教人做好人吗？这样的东西不让看那看什么？他拿出师父经文说这是怎么回事？还包着书皮？我说人家送的呗，当时外面还包上了报纸，珍贵着呢。我还想说，丈夫害怕不让我说了。结果片警把资料和经文都拿走了。同修们知道后都帮我发正念。我本来打算有事回一趟老家，但想走了以后片警再来丈夫会害怕。正好他来再以第三者身份给他讲讲真相。结果等了三天还没来。等我走了后他又去了。这儿翻翻，那儿动动，丈夫怕极了。说也怪，我回来后，只要我在那儿，那片警从来不到店里，丈夫一个人在时他就进去这儿动那儿动。我给丈夫说这是你有怕心，他就是冲你心来的，别怕他，咱们是正的，不能怕他。我再看见他的时候，就正眼盯着他，他反到不敢看我了、看见我时也是客客气气的。以后就不到我们店里了。真是「念一正 恶就垮」（《洪吟二》〈怕啥〉）。只要我们信师信法、心性到位，什么魔难师父都会给我们化解。

然而经过这一次骚扰，丈夫的怕心重了。我出去发资料他就在家胡思乱想。记的有一天晚上，我回家十点半了，丈夫向我大发雷霆，说：「你不要这个家了，万一出事怎么办？我受不了了，咱们离婚

吧。」我平静的说：「我没有不想要这个家，想好好过日子，但是应该做的事我还得做，如果你承受不了，那就离吧，孩子你愿意要都给你，你不要我都要（那时第二个孩子即将临产），钱我一分不要。」那时心里想：「只要有大法在，有我的生命在，就一切都有了，怎么还过不了？生活中的苦对我来说再苦都没什么，不就是来世上吃苦的吗？」结果丈夫在没说什么。气呼呼的睡下了，之后再也不管我了。

### 实修

我的生活环境就是在店里和丈夫之间、和顾客之间，心性的摩擦也就在这其中。我时时记着自己是修炼人，以慈悲祥和的心态对待顾客，努力按大法的标准要求自己，展现一个大法弟子的风范。一次一位顾客买西瓜，称完付钱刚走，袋子破了摔碎了西瓜，我看那人是买东西串门的，西瓜碎了怎么去啊。师父教我们遇事多为别人着想，就说袋子破了是我们的责任，我另给你选一个吧。那位顾客好感动，连声说谢谢。但有时还是做不好，明明记起师父的讲法，还是没有完全放的下。

有一次一位顾客突然对我破口大骂，而我却半点没有对不住他的地方，知道这是给自己提高心性来了，当时没有跟他理论，忍下来了。但心里并不那么坦然。师父在《对澳洲学员讲法》中多次提到向内找。这不就是无条件的向内找吗？出现任何冲击心肺的事都是好事、肯定有要找的、要修去的东西。我现在才摸着一点门，才刚刚学会修炼。法学的好时，能把握住自己的一思一念，那些不好的念头一出马上就能抓住它，销毁它。当学法跟不上时，有时就会被它们左右，那时就象常人了，但事后会发现，这是被这个心带动，那是被那个心带动，这些心都是该去的心，都是人心。人执着的一切东西都得放，有时在发正念时，清理完自己的空间场，回归到纯净的世界，往外看一层层的，无数层肮脏的物质包围着，可能是生生世世不同时期的观念吧。我体悟到，平时我们不好的思想念头都是来源于这些不好的物质，修炼就是要用法衡量，超越这些物质之外，不被它带动，看轻它、修掉它。反映到常人社会就是师父用各种事情暴露出这些不好的物质（执着心）。给我们机会修去它，最后完全把它们修掉，「修得执着无一漏」（《洪吟》〈迷中修〉）方为圆满。

我们是正法时期的大法弟子，肩负着救度众生的使命，如何才能负起这个重任，就要学好法，不断的充实自己，归正自己，在纯净心态下说出的话才能打动人心，才能证实法和救度众生，当心中时刻记着自己是在修炼人、记着这神圣的使命时，心胸会无限开阔，包容别人、宽容别人、心中慈悲祥和，别人会觉得你人这么好。说话感人至深，愿意接近你。他们不了解法轮功，就看你的表现。在这种责任感的情况下，对于自己的言行、一思一念要求就特别严格，生生世世的沉沦，在生命中留下了各种各样的观念，时不时就会跑出来，左右这个世上的你，只有学好法，才会发现它们、清楚它、洗净自己。「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。」（《精進要旨二》〈再认识〉）

### 三退的故事

我是从周边亲友开始做的，刚刚开始张口也不容易，先给弟弟、弟妹退了。后来跟婆家的人讲有些困难，心里自己说，就是他们当面骂我也没关系，只要能救了他们就行，结果大多数都同意。有两个不明真相反对的，我也不放弃，毕竟亲人见面的机会多，无论你对我怎样，我就真诚的对你好。正面不接受，那就从侧面，我给他们写信，给他们家孩子看资料，看《轮回转世》放不下了，越看越爱看，跟家里人说这法轮功这么好啊，我也要学。然而以前他花五、六十元买诽谤大法的书碟回家看。

我的姐姐受毒害较深，我们姐妹平时见面没有什么共同语言，也难得能见几次面，以前提起大法她就恨的咬牙切齿，有时还骂。我就以第三者身份给她写信，她猜出是我写的，虽然有些抵触还是完整的看完了信和资料。我听说后心想有门，又以真实身份给她写了一封信，文中真诚的告诉她：你是我姐姐，我给你说的都是贴心话，并且很严肃的跟她说听信谎言不三退，与佛法作对，天地之间没有容身之地，佛法慈悲，一再给人机会，可是有截止那一天，并且不会太久，所以妹妹才这样为你着急。我郑重的告诉她：我们是人在世间念在方外的修炼人，我们珍惜每一个生命，所以在邪恶面前什么样的暴力危险对我们都无能为力，我们是修炼人，我们用真诚、善良、慈悲感召着世人，所以有良知的世人为我们主持正义，所以大法洪传世界八十

多个国家得到各个政府的褒奖、人民的尊重，因为大法是人类之福。告诉她诚念「法轮大法好」得福报，因为这是佛法。在师父的加持下，信写的慈悲感人，几天后姐姐打来电话说：「妹妹，信我收到了，我好感动。」正好几天后我回老家接孩子，顺便去看她很轻松的就三退了。

在这其中我没有动情，觉的周围的亲人都是来这世上与我结缘要在这千载难逢之时，从我这个大法弟子这儿听闻大法的福音、挽救生命来的，那么我就要做好为这些生命负责。对世上有缘人也是一样。

有一次，一个朝鲜族人，在韩资企业打工，要离开这里去韩国打工。因为与我们店有事要结账，顺便说了告别的话，我一听，说不定再也见不着面了，这不是来了缘吗？匆忙的说：「你听说三退了吗？三退保平安！」他一听有一些紧张，说听不懂就走了。我知道他的住址，晚上回家做饭时，心想可别错过机会了，他来与我结缘就是要我救他的，我得抓紧时间，先别做饭了。找了两份资料就去他家了。到了门口，又犯难了：我跟他没见几次面，而且他一个孤身男人（他对像先回老家了）怎么办？手举了几次要敲门又放下了，刚要转身走，一个声音在耳边说：「机缘只有一次，你要救他啊！」对啊，我是来救人的怎么能走呢。我定了定神，敲开了门，怯怯的但真诚的跟他说：「白天跟你可能没说清楚，但我想我们是缘份，这事又是救命的，请你看看这些资料就明白了。」

第三天下午，他到我们店里说明天就要走了，说了些感激的话。我说正好孩子像片洗出来了晚上（白天没时间）我给你送去（我们俩家小孩认识）。晚上去他家，他热情的开门让我进屋，问了很多不解的问题，并且答应回去跟对像说说，家里人都不明白真相。当时虽然没有三退，可是能看的出一个生命觉醒后的喜悦。

### 神迹

我的小女儿今年四周岁了，从出生到现在除了打了两年预防针以外，没有因生病吃过一片药，打过一次针，健康活泼。

有一次晚上十点半多了，身上很热，用体温表一量四十度。很象常人感冒发烧，我想她是小弟子，应该不会生病的，我们全家都是大法弟子，师父，法轮还有我们修成的功，充满了我家的空间场，即便



一个常人来，法轮的能量也能调整他的身体，何况是大法小弟子呢。我没有被表象带动。哄着小女儿睡了。到天亮的时候，一点也不烧了。

大女儿以前感冒老治不好，气管发炎。从跟我们来到异地后第二次病业主动不吃药了，结果烧了一夜，第二天早起好了，到现在再没有出现病业。「好坏出自人的一念」（《转法轮》）。我体会到出现病业关正是检验我们信师信法的心，只要我们在法上心性提高的越快，过关的越快。

现在我们一家人沐浴在佛光普照的能量场中，超凡自在，常人难以想象的状态。

### 整体配合

我深深明白师父给予我们的太多太多，而我能做到为大法付出的太少太少。常常为自己三件事没做好跪在师父法像前忏悔，恨自己这么不争气。当整体需要我做什么时，我觉的这是我的荣幸，是我回报师恩弥补过失的好机会，只要大法需要就要无私的去圆容。有很多时候，当同修找到我，需要我做什么时，心里并没有底，但考虑到这一步需要我又在法上，那就得做。结果在师父的加持下，都是有惊无险。

### 结语

伟大的佛法成就着伟大的正法时期大法弟子。在我身边有很多同修，他们正念正行助师正法的事迹可歌可泣，与她们相比我是那么渺小卑微。当看到第五届法会征稿时，觉的有责任写出自己的修炼心得，向师父交一份答卷，也向后人留下自己的修炼历程。在写的过程中蹒跚吃力，文化水平底（只上了四年半学，时不时的要翻字典），因为自卑，写到中途撇下了十几天，看到同修们鼓励的文章又提起笔来。另外空间干扰也很大，就在昨天下午一些黑黑的物质象山一样压下来，浑身酸痛，四肢无力。我明白又是邪恶在耍花招，阻止我完稿。我在心里给邪恶说，大法无所不能，我是大法弟子，同样具足法的威力，你想把我压倒：妄想。正念一出，看到自己象光一样通体透亮穿越那些黑黑的物质并销毁着它们，等层层销毁完，身体轻松舒畅，这时师父显现出来微笑着看着我。

我们是正法时期大法弟子，师父赐予我们这无比神圣的荣誉。宇宙中众神都在注视着我们、羡慕我们。跟随伟大的师尊，同化着这伟大的大法，是宇宙中生命最大的荣幸！

层次所限，不对的地方恳请同修慈悲指正。合十。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 听师父的话

文 / 农村大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】以下是四位同村同修的交流稿。

### 认师就得听师话

师父您好！同修们好！

我是农村女大法弟子，岁数很大了。九七年喜得大法，得法前各教门的人都找过我，可我觉的他们也不象真修的，统统都拒绝了。可大法学员找我炼法轮功时，我不假思索就去了。刚炼功十几天我就下决心炼下去，越炼越高兴，并把左邻右舍亲戚朋友都叫上一一起去炼。他们都很听我的话，后来悟到这就是缘份吧，是师父早就选择了我，一切都是师父做的。

我们经过修炼一个阶段，认识提高了，心性升华了，大法的神奇在我和同修们的身上体现出来，使我们从内心深处认了我们的师父。认了师父就得听师父的话，叫干什么就干什么，十几年来我们就是这样走过来的。

九九年七二零前，我积极洪法，引导有缘人修炼，在家庭按法去做，用大法的美好法理教育孩子，并引导他们得法。孩子们都看到我从一个脾气古怪、身体多病的人，变的处处为别人着想，身体健康，也都跟着修炼。

七二零后，我多次被非法关入拘留所，并被邪党诈取钱财，孩子们害怕不敢炼了，但我却没有动摇。三伏天，近四十度的高温，我们骑自行车去北京证实法，来回一千多里地，我们没觉的苦和累。在拘留所也没怕过邪恶，没感到痛苦。在反迫害过程中，我和同修们紧跟

正法進程，互相促進，共同精進。

我们村大法弟子多，被世人称为法轮功基地。我们同修们配合很好，师父让干什么就干什么，积极去做。撒资料、写真相标语、贴挂真相条幅，面对面讲真相，劝三退，挨家挨户，包村包片的去做，去救度众生，三退了多少也记不清了。比如说下面这两个例子。

前几年，我村一个有钱人的父亲死了，县各级部门的人都来参加葬礼，村干部就把各处的标语撕了。我想这不行，来这么多众生，没有真相标语怎么能救度世人震慑邪恶。于是我停下做饭，发着正念去贴标语，小汽车上、墙上很快贴上了。刚贴完，两个小车一头一个把我夹在中间，我正念很足，没理睬它，顺利的回家做午饭。我知道是师父保护了我，没有师父的呵护我又能做什么呢？

我们这的同修多，周围基本做完了，都在骑自行车向远处去做真相，可我由于骑三轮车时间长了，不会骑自行车了。怎么办，从新学也得去救人呀。我跟孩子们提出要买自行车，孩子们知道我要干什么，买了一辆好自行车，真是随心所愿，一学就会，我知道是师父在帮我。就这样我和同修又开始了向远处村庄救人的征程。

多年来我们抱着「认了师父就得听师父的话，叫干什么就干什么」的信念，一路走来，做的好的时候，我们为众生得救而欣慰；做的不好的时候，我们向内找，总结经验，找出差距，下次做好，从不退缩。今后我们更要听师父的话，广度众生。

不足之处请慈悲指正。合十！

**做好正法事随师把家还**

师父好！同修们好！

明慧网上发出了第五届大陆大法弟子书面法会的通知，可我总觉的自己做的不好，没什么可写的。后来看了同修的文章，认识到写稿的过程也是继续升华的过程，我要把自己不好的观念去掉，在明慧这个平台上和同修切磋交流。

我是一个农村女大法弟子。得法前，患甲亢病、心脏病，还要照顾瘫痪在床的母亲。身体上的承受，病痛的折磨使我对生活失去了信心。直到九八年我幸遇大法，我才找到回归的路。经过一段时间的修炼，我无病一身轻，心情开朗。我时刻都按照法的要求做，心性在提

高升华。

七二零后，邪恶给大法造谣迫害。我通过学法认识到我们应该讲清真相、救度世人。我和同修（嫂子）去各村墙面上写大法标语。当时正是腊月天，我们把墨汁装在贴身衣服口袋里，用时从瓶子里倒到茶缸中，不长时间缸子的墨汁就冻了，手指也冻的拿不住刷子，我就把手在身上暖一暖再写。刚写完「法轮大法」就听有人走过来了，站在只有几米的地方看着。我心里发着正念：做证实大法的事不许任何人干扰。当我把「好」字写完，再回头看时，那人已经向远处走去了。我知道是师父保护了我。

还有一次面对面讲真相。我们四个同修来到一个村庄，碰到几个村民在修路。我递给他们一张真相材料。其中一人说：「你是炼法轮功的？不在家干点活，怎么出来干这个？你家属不管你？」这句话正好触动了我爱面子的心。我的脸立刻红了，但一想到我做的是最正的事，我要去掉这个心，救度他，让他明白真相。我对那人说：「我家属不管我，因为我炼功前，浑身是病，炼功后都好了，我把家里的农活干完才出来给你们讲一讲真相，你们千万别听电视上的谣言，我们都是按『真、善、忍』做好人的人，都是亲身受益者。」接着我给他们讲了天安门自焚的真相，又给了他们光盘，解除了他们对大法的误解。

一次我发现电线杆上的标语都被人涂抹了，我和同修（嫂子）用了一个晚上的时间，用粉笔把每根电线杆上都写了标语，风吹雨淋也不掉，保留了很长时间，有力的震慑了邪恶。

十年来我能跟随师父正法走到今天，处处离不开师父的慈悲呵护。我要珍惜师父给我们留下的最后这段修炼机缘，做好三件事，跟随师父回家。

不足之处请慈悲指正。合十！

**随师父回家 再苦也是甜**

师父好！同修好！

我是一九九九年二月十八日得法的。这一天是我最难忘的一天。一个朋友约我去听师父讲法录音，我犹豫了一下，因为有人以前和我讲过法轮功，可能那时缘份没到，我没在意。这次我动心了，我说：

「去听听吧。」那个屋子里挤满了三十多人，我二人也挤了进去。师父的讲法打动了每一个人，室内鸦雀无声，我听着听着，不自觉的也掉下泪来。师父的每一句法都灌入我的心田，句句是真理。我后悔怎么不早学呢？太晚了！

当天我就请了《转法轮》回去，如饥似渴的读了起来。读到提高心性的时候，我一边读一边哭，多年的迷惑我找到了答案：我脾气不好，人又要强，老实的不欺，厉害的又不怕。爱叫个真儿，好打抱不平，因此，造下很多病：心脏病、胆囊炎、胃病等等。老伴和儿女们都让着我。自己也很苦恼。从此，我参加了集体学法、集体炼功。这样学着学着，我的脾气逐渐的改变了，病也都好了。老伴说我象变了个人一样，全家都很高兴。

一九九九年七月二十日，江魔开始公开迫害法轮功。那天，我们正集体学法，一群警察一拥而入，把大法书和师父的法像都抢走了。我把书藏在怀里才没被抢走。我急忙回家，把宝书藏在天棚上，又盖严才放下心来。

后来很多大法学员上北京上访，有的绑架，被打的死去活来，有的被罚了重款。我急的吃不下饭，一定要上北京。老伴胆小怕事，天天看着我，又不给我一分钱，因为没去成，我还大哭一场。后来我想：去不成北京，我就在家里讲真相吧！我把大法的好处写在白纸上，贴在墙上、电线杆上，被撕掉后我就再写、再贴。

农村认识的人多，这几年我见人就讲真相劝三退，处处以修炼人的形像接触常人。通过我的变化，很多人走入大法中来修炼，很多人办了三退。这其中有苦也有酸。有的人受邪党文化毒害太深了不听劝，有时我还受到辱骂、冷嘲热讽，什么都遇到。可是为了助师正法、救度众生，兑现自己的誓约，随师父回家，再苦当然也是甜哎！

由于我的层次有限，文化成度又低，只读过小学，写的不好，请各位同修慈悲指正。

**感谢师父给我这么好的法**

感谢师尊！感谢大法！

我刚刚走进大法就发生「七二零」。在七二零以后的日子里，我和同修准备去北京上访，被老伴发现，当时他气不打一处来，就不让

我学法炼功，说什么「你炼功学法去北京我就杀了你」「和你离婚」等等，一时间家里阴云笼罩。这时我一方面圆容好这个家，一方面照样学法炼功，不管老伴怎样表现邪恶，我都不迷不惑，善待他，一定让他在我身上见证大法的美好，相信他一定能被大法救度。

修炼前我身体有胆囊炎、气管炎、妇科病等。每年都要吃好多中药、西药、医药费花了很多，两个孩子还要上学念书，扶养老人，弄的家里很困难，真是痛苦不堪。修炼后，有师在，有法在，有同修在，我走过来了，现在我身体没有病，还能干些农活，老伴在日常生活中，看到我身体很好，他也很高兴，时间长了他也不管我了，现在还很支持我学法炼功，做一些大法的事情。

在修炼的几年当中，我深深感受到伟大师尊每时每刻都在呵护着弟子，在每一个弟子身上不知花费了多少心血。二零零七年的秋天，十月一以后，每家农户都在忙着收玉米，当时我和老伴带着八岁的外孙女也到地里去干活，我借我弟弟的马车，装满一车玉米后，把车闸一放，马就一个劲的往前跑，我就从车前掉下来了，正好掉在玉米地的笼沟里，我一滚，车正好压在我的脚面上，如果我不滚车轱辘正好压在我的胸部，真是有惊无险，这时马车还在向前奔跑，我从地上慢慢起来，心里在想没事的，我有师父在管，当时脚虽然肿了，但不那么痛，走到地头我心里在想：今天我是学了法轮大法了，不然就没有命了。我在这里感谢师父对我的救命之恩。

我是农村大法弟子，我家中有四间房子，我和老伴住东边一间，中间是外地，西屋是我女儿住，我的大法书和炼功带，都放在我的立柜顶上。有一天我急忙去接外孙女放学，临走时急忙把门关上了，等我回来时，这门怎么也打不开了，正在我开门的时候，我老伴回来了，我说这门开不开了，这时他找来铁钳子、镙丝刀子，怎么也打不开，直到弄到晚上七、八点也没打开，我们三人只好住在西屋，到了第二天早上起来，我想我不能不学法炼功，门打不开，我就求师父，这时我又去开门，没费劲就把门打开了，当时我心里特别高兴，我和老伴说门开了，他问我怎么开的，我说求师父帮的忙，大法就是神奇，这时老伴也高兴的笑了，并从内心相信大法，

回想几年的修炼之路，我深深的感谢师父，感谢师父给我这么好

的法，让我们尽快修去人的不好的东西，真正达到一个神的状态。

（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 精進实修

文 / 天津大法弟子（口述）

【明慧网二零零八年十二月八日】

尊敬的师父好！同修们好！

由于我不识字，几次交流会都没有参加，同修们都让我写出来，师父也多次点化我，今天在同修们的帮助下，我把十年来修炼过程和心得体会向师父和同修们汇报一下：

### 一、得法受益

我是农村的普通家庭妇女，今年五十九岁，九八年得法，修炼前我全身都是病，有严重的心脏病、妇女病、肾病、腰椎间盘突出、乳房肿块等等，医生都没法给看，无从下手，严重时曾卧床三年，得法后如获至宝，下决心坚修大法到底。刚开始修炼，师父就给我净化身体，当时表现出重病状态，口发干，小便没知觉，尿血和脏东西，整天不断，老伴看到这种情况，给我找来医生输液，我说：「不输，这是师父给我净化身体，三天就好。」结果三天真好了，就这样，师父给我净化身体三次。大约修炼半年左右，我身上的多种疾病都没了，在师父给我净化身体的时候，虽然很难受，我也没耽误到各处去弘扬大法，因为我无法报答对师父和大法感激，只知道向众生宣传法轮大法好，哪儿人多就到哪儿去说，最多一天讲五、六十人。

### 二、一人炼功全家受益

修炼后，师父不但给我净化身体，也给我的全家人都净化了身体，我的老伴患严重的脉管炎已三十多年了，回血管坏死，再严重了就得截肢，每天要吃药，药洗、糊药、贴膏药，用的药很多了，后来用药也不管事了，甚至越用越坏，又输液，输完液更坏，血压也上来了。血小板也坏了，全身血管都鼓起了血疱，我修炼后大约半年，他的脉管炎不知不觉也好了。我的儿子患有精神分裂症，经常在夜间出走，而且在屋里地上尿尿，吐大口大口的腥臭痰，经常吃药也不见好

转，我修炼之后，师父也给他净化身体，不到半年我儿子病也好了。

一次我打坐时，师父告诉我说：「你儿子的病好了，不用吃药了。」于是我儿子从那天就不吃药了，变成了正常人。第二年娶了媳妇，媳妇曾经因为不生育离过婚，患有严重的痛经症，我告诉她，我是修炼人，「一人炼功全家受益」，你也不用再吃药了，结果三个月就好了，第二年给我生了个大孙子。我这个孙子也是为法而来的，怀孕三百零六天，在雷雨交加时才出生，他六个月的时候就会炼功，两个小手在背后做「罗汉背山」，会坐着了五套功法都学会了，会说话了就讲真相，看见舅爷就喊：「舅爷，记着法轮大法好，未来得福报。」

师父慈悲呵护，出了三次车祸，有惊无险

第一次大约二零零一年，我骑自行车在街里走到一个修车店门前，一辆摩托车骑的特快，「啪」一下子撞上了我，自行车倒了，我没事，旁边的人都说：「眼看着摩托车撞上您了，怎么没事呢？」骑摩托的人也吓坏了，我说：「没事，你走吧，记住法轮大法好。」

第二次，二零零四年的一天，在村子十字路口，右面开来一辆大发汽车，一下子就把我撞到了汽车底下，当时没害怕，我从车底下爬出来就喊：「法轮大法好」，啥事没有，女司机吓坏了，下了车抱住我，我说：「我是学大法的，啥事没有，你记住法轮大法好，自行车坏了也不用你修。」后来在公路边又看见这个女司机劝她三退，她说：谁说都不行，我就信您，用真名真姓退。

第三次，在火车道，火车来了正把我截在栏杆外头，我前面两米是火车，后面是汽车，两边都是人，出不去，动不了，总怕撞着别人，自行车一歪就倒在汽车边上了，脚蹬子坏了，脚蹬子棍正插进我的右脚掌，脚掌骨折了，骨头都支出来了，一双新鞋也两半了，鲜血淋漓的。当时正让一同修看见，就这样我一脚蹬车坚持去赶集讲真相，跟谁都没说，炼功一天没落，一只脚站地，就是一天没做饭，一整天坚持学法，发正念。后来有一个同修问我：「表姑听说您的骨头折了，一个礼拜就长好了，是吗？我怎没听您说呢？」我说：「是啊，我谁都没告诉，连你表姑父都不知道，一个礼拜就长得很平，骨头也回去了，啥事没有，跟原来一样。」我感谢师父的慈悲苦度，其



实一切都是师父在做。

### 三、讲真相，证实法

因何祚庥污蔑大法，为维护法轮大法的声誉，九九年四月二十四日我也和同修一起去天津上访，没想到天津市政府不但不主持正义，反而还扣押了我们大法弟子四十多人。天津的公安干部告诉我们：放人我们做不了主，上北京才行。

九九年七月二十日，中共邪党开始镇压法轮功，不让集体炼功了，派出所和村干部白天黑夜都在我家周围监视，警车在房后面停着，把我急的都哭了。我说：「我学法，我们一家子得病都好了，我们全家受了这么大的益，这么好的大法怎么不让炼了？」我心里非常痛苦，眼看师父和大法被诬蔑，哭着哭着我就晕过去了，我老伴也吓坏了，他说：「是不是家里管的太紧了？」警察问我还学吗？我说：「学。」「你还炼吗？」我说：「炼！这么好的法就学就炼！」警察说：好，明天送她去派出所办班。第二天老伴就送我去派出所，早晨送，晚上接，去了两天，我说不去了，大队干部叫我写啥，不写，叫我签字，不签。

九九年冬季，我要去北京证实法，同修问我：你怎么去证实法？我说：就凭这颗心。我和同修一同商量好第二天就去北京证实法。

第二天早晨五点天还不亮，我就到了村西口等去北京的公共汽车，天气很冷，我刚到不会儿，就来了一辆出租车，司机热情的让我上车等着，这是师父不让我挨冻，安排了一辆出租车来这。天亮了，去北京的汽车来了，我们顺利的上了车，当时警察就在旁边坐着，他也没管。我一心想去，他也看不见的。就这样到了天安门广场，我就与在那的同修一起举起「法轮大法好」的横幅，警察把我们拉上了汽车，在车上我们高喊：「法轮大法好，真善忍好！」把我们这一车四十人拉到了不知是什么地方，院里都是象铁笼子一样的屋子，笼子里外都是大法弟子，我们把没被搜去的大红布横幅用手举起，所有同修都从笼子里伸出手抓紧布标，一块、一块的大布标，红底黄字，分外耀眼，警察疯狂的用胶皮棍打学员的手，有个学员手指被打折也不松手，所有的学员齐声高喊：「法轮大法好！」有的学员把身上带的真相标语踩着同修的肩膀贴在墙上。审问时，警察问我：哪里的？我不

说，他又问：为什么不说？我说：要说了我们市里、县里、乡里干部就没有奖金了，师父让我们做好人，我们对谁都得好，不能让人家得不到奖金。警察给了我一个大嘴巴子，踹我一脚。等审第二遍时，警察把我扒拉一边去了，没我这号了。同修说：你得了个大优大百，合格了。咋合格了呢？审我时，他横的时候我不言声，态度好的时候我就讲真相，讲一人炼功全家受益，他问：「你看的见师父吗？」我说：「看的见。」

我从一开始就是开着天目修的，师父告诉我们：「心性多高功多高」（《转法轮》）。一合眼师父就教我炼功，我抱轮的时候看见师父在半空中，大光圈围着师父转，我还看见在唐朝的时候就跟着师父修炼，有时还是男身，上身穿中式服装，戴小帽盔，后来又看见自己是尼姑，穿掩大襟上衣，黑帽子挂穗，一身黑。在学法时，如果不明白法理，师父就往我脑子里打，就明白了。师父经文该来了，我提前就知道。还有一回看到一帮小孩往我身上爬，浑身都是小孩，后来我就听说是十八子的事。师父《扫除》这篇经文来了之后，有一次六点发正念时看到镰刀斧头的旗子从天上掉下来了，掉到大坑里了，我悟到这是邪党彻底解体了。旁边还有两个鸡蛋，我想这是共产邪党彻底完蛋了。

在第一次去北京证实法的时候，总往脑子里打「九九归一」四个字，在审问时，都是十个人一拨儿，唯独我们这拨儿九个人，我们这九个人都是来自不同的地方，不报姓名，审完了就把我们这九个人都放了，其他人都在那呆了好几天。我们九个人就一起往车站走，边走边背法、切磋，口渴了，路边就出现了水龙头。我们就喝水，这不都是师父在呵护我们嘛。我想：头一回来北京，哪儿都不认识，又不识字，上天津怎么走啊，这时有一个人说：我上天津，跟我走，跟他走一路，给他讲了一路的真相，这又是师父的安排。到了天津还不知道怎么走，跟前有一个扫街老头问我：你上哪儿？我说：×××，他告诉我：你上十八路，到头儿（托运站）下，下了车就是上×××的车，上午十点就到家了，这次去北京共用了一天一夜，一进门老伴就笑了。

回来后，隔了一天，和几个同修第二次又去了北京，这次在打坐

时又看见直升飞机落在我村西口，我说：等等，我们还有俩人哪。这时直升飞机飞走了。这次车站查的很紧，我们只好打了「的车」，从远处绕行，到半路才上公共汽车，这次我们带了横幅和真相材料。到了天安门我们冲着横幅喊「法轮大法好」，警察拿着电棍和棍子打我们，又用大汽车把我们拉到一个地方，逐个审问，问我：哪儿的人，叫什么？我不说，让按手印，不按。我不配合邪恶，警察急了，揪着我头发就往桌子上咣咣撞，还说些不三不四的。同修说：「得了，你别造业了」。呆会儿他也不凶了。警察又把我们拉到一个地方，可能是安排我们住那儿，到那儿又搜身，我身上带的钱都给翻走了，同修说：「回家怎么办？」我说：「师父自有安排。」审问时我就实话实说，原来有什么病，一炼功都好了，呆会儿警察叫我和另一同修做身体检查，到医院一检查，我们俩人都五个「+」了，警察给好几个单位去电话，哪都不要我们。最后警察说：送她们俩人回家。半夜两个警察把我们送到火车站，车站不卖票，早晨五点才开始卖票，他们俩把我们放那儿还不放心。我说：有啥不放心的，你不放心不要紧，我们把钱押在卖票那儿还不行吗？这两个警察又打电话请示上级同意了，才这么办。我的钱在检查身体时，警察都给我了，当时警察说：「你瞅人家这大娘，这才叫真正的大法弟子呢！「我知道这是师父利用他的嘴鼓励我。北京的警察已给天津打过电话去了，明天几点在哪儿下车，天津警察接我，我就发正念，请师父加持，让他们的安排不算，开始卖票了，「叭」卖票机坏了，卖票的跟我们俩人说：

「你们俩人把钱拿着赶紧走吧」。这不都是师父在做吗。我们就去了汽车站，吃了早点，这时一辆高级小轿车停在我们跟前，跟我说了三次，非要拉我们走，价钱跟大公共汽车一样，我们就坐上了既舒适又暖和的高级轿车回到天津，这不又是师父给我们安排的嘛！到了天津车站，来了好些鸽子围着我们的车转哪，转了好几圈才走，这是在迎接我们，那个同修也平安的买了去家乡的票，我也平安的在上午十点到家了。

#### 四、劝三退 救人

师父在《放下人心 救度世人》这篇经文中说：「特别是中国大陆大法弟子，人人都要出来讲，遍地开花，有人的地方无处不及。」

师父让做好三件事，我就认真去做，骑上自行车，拿着笔在本村、外村，最远出去六十多里地，走到哪儿讲到哪儿、写到哪儿，借着卖卫生巾讲真相，谁买卫生巾都给一份真相资料，集市卖货的百分之九十都明白真相。有时一天发真相资料四、五百份，早晨三点起来挂条幅、贴真相，回来炼功，炼完功做饭，早饭后出去发真相资料、讲真相，什么都不误。有时到外村，最远出去六十多里地讲真相。

亲戚家有事，不管大事小事，知道就去，挨家挨户逐个的讲。一次去表姐家随白事份子，我从大法受益讲到天安门自焚，然后讲天灭中共，明白真相后，有二十八个人都自己签名三退了。还有一次我侄子结婚，新媳妇刚下车我就给讲退了。接着本村我的干妹夫又死了，红白两家份子一共退了一百五十人。抓空就挨家串，到街上贴真相、发资料，最后剩两张贴在灵棚的大柱子上。同时送护身符，《九评》书发了三、四十本，真相发完了，我顾不上吃席，回家再取。正月去拜年，放下礼品就出去撒真相，（因为早退完了），有时去一天撒几个村，回家问我在谁家吃的饭，我说：「那么多侄子，在谁家吃不行啊！」其实我尽撒真相了，一天都没吃饭。为了救人，我姐夫死三周年祭日我也去了（我姐已改嫁了），多年不走动的亲戚朋友我也去看。我的大嫂（孩子的大娘）因对我家不好，多少年不走动了，为了救他们，我想去看他们，老伴不愿意，我说：「都这么大岁数了，还老记恨着，都是一窝一块的，过去的事就不提了，坏的地方就一笔勾销，多想好的地方。」说服了老伴，我就买了东西，带着土特产正月就去了，他们全家十二个团员，七个党员，二个少先队员全退了。大嫂说眼看不好，做不了棉袄，问我会吗？我说会，回来找人做了三个又好看又舒服的棉袄送去了，全家人都很高兴，大嫂原来不吃药睡不着觉，可是我睡在她身边，她不吃药也睡的很好，现在全家人都非常相信大法。

山东济宁的远门二嫂八十三岁了，回老家来看看，我就把我们家远门近门一家子老老少少都恭恭敬敬的请到我们家团聚一堂，使大家都很受感动。使他们十个人都明白真相并三退了，给他们带上《九评》和大法的书籍满意的走了。干啥来的？不就是为得救来的吗！这都是师父的安排。我脑子只装着大法的事，把救人放在第一位。我们

村基本讲过了，（当然是和同修一起做的）百分之九十的人都三退了，都知道法轮大法好，有很多人受益。我村的李大嫂，通过我讲真相坚信大法，每天默念大法好，有别的门派找她，她说：「我不二法门。」并相信一人炼功全家受益。她的儿子开车拉西瓜，被一辆大车撞出去老远，瓜撒了一地，人被挤在里面出不来，就喊「法轮大法好，真善忍好」。这一喊，出来没事了，车报废卖了，又买了新车继续做买卖，逢人就说：我就信这个法轮大法。本村还有一个人患腰椎间盘突出，我给她讲真相，师父也给她净化身体，没吃药好了，她好了还给别人讲，有一个厂长就不信，她一讲，信了，三退了。

左邻右舍大事小事我都去讲，谁家来亲戚、闺女回娘家我也去讲；十天四个集，我集集到，最少一百份真相，还讲三退，经常下午一点多才到家。谁有困难我都帮，谁家来人我都去送菜，我家的菜下来先给大家送，处处做到对别人好，我的一个邻居只有老俩口在家，平时洗衣等一些小活我经常去管，他家所有的人都三退了，相信大法。

衣袋里经常带着真相资料，碰到问路的就送资料、讲真相。一次看到一个要饭的躺在地上，天很热，我给他买了一瓶矿泉水，给他讲真相，退了团，又给了他一个护身符，他很满意。买东西花真相纸币救人，外地做小买卖的也不落下，这样一天有时讲退三十多人，少则几人，每天都做，凡到我跟前来的人，都是师父安排的，都讲、都救，一个也不放过。

为大法付出我特别舍的花钱，自己买菜买贱（方言，价格便宜的意思）的，衣服也买贱的，拿资料钱几百、上千。跟别人出去，打车我抢着花钱（真相币），还讲真相。表面上是我为大法付出，实际上师父给予我的更多、更多，我们全家托师父的福，儿子、媳妇、闺女、姑爷都挣钱，孙子考上重点初中，还是免费的。别人做生意赔本，闺女、儿子生意都红火，给我邮钱一次十万，我心里明白这不是让我过常人日子的，这是让我为大法付出的，我还要更多的救人。

## 五、消除间隔，摔跟头悟道

为了让同修们少走弯路，我把自己曾经和同修闹间隔的过程也说一下，由于自己讲真相救人用心大，讲的多，听到的赞扬话也多，不

知不觉的证实自我，愿听好听话，看到同修有私心、怕心就不顺眼，其实这是自己的妒嫉心和显示心在作怪，被旧势力看见了，就加强同修的执著，加大同修间的隔阂，使环境变的越来越复杂。旧势力专门把同修的缺点表现出来给我看，说话刺激我，跟同修甚至跟常人都说我的坏话，这时我真是忿忿不平，越想越气，越想越冤，越想旧势力越加强。明明不是自己的错，也扣在我头上，由于不向内找，矛盾简直难以化解，最后学法点被派出所和乡政府抄走全部大法书及师父法像和大锅（卫星接收器）。不到一个月我又在发资料时被派出所警察发现，邪恶企图非法劳教我，在师父的加持下，绝食六天从拘留所正念闯出。教训实在太深刻了，反思自己，其实都是自己的心造成的，争斗心、显示心、妒嫉心，爱听好听话，一说就炸，找到了自己的执著，这时我发现同修是那么的可亲、可近，此时同修也认识到自己的不足，间隔消除了。走了多大的弯路啊！师父我对不起您，让您为我操心。所以我告诉同修们，遇到不高兴的事一定要向内找。现在用师父在《欧洲法会讲法》中的一段法与同修共勉：「那么发生矛盾的时候要各自向内找自己的原因，不管这件事情怨不怨你。记住我说的话：不管这件事情怨你还是不怨你，你都找自己，你会发现问题。如果这件事情绝对的与你没有关系，没有你应该去的心，那么这件事情就很少会发生在你身上。如果你没有这颗心，就不会引起矛盾，得对你修炼负责任的。是凡矛盾发生在你身上，出现在你这儿，出现你们之间，就很可能与你有关系，就有你要去的东西。不管怨不怨你，我的法身在去你的心的时候，可不管这件事情怨他还是怨你。只要你有这个心，他想尽办法让你出现矛盾，让你认识到不足的这颗心，所以你们还在那儿找：这事不怨我呀。或者你们还在想：我在维护法呀。他在想：我也在维护法呀。其实你们可能都有不对的地方才会有矛盾。」

在正法修炼的路上，我做了许多讲真相、救众生等该做的事，曾经激励过同修们共同精進，今天我们更应该牢记师父的教诲，遇事向内找，尽快去掉执著心，才能跟师父回家。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 坚定的走正师父安排的路

文 / 山东大法弟子 更新

【明慧网二零零八年十二月八日】

尊敬的师父好！

各位同修大家好！

我是九九年初得大法的，到现在九年多了，在这其间也是在不断的去掉人的各种欲望，各种执著心，在师父的慈悲呵护下走过来的，现在觉的越来越成熟了。下面我想从三个方面汇报一下个人的修炼心得。

### 一、学好法 向内找 不断精進

向内找，向内修，才能不断的精進，向外找，就是自己的魔难。开始我只知道做事，不知道修炼心性，最典型的就是为了老伴得法修炼，就是硬逼着他学法炼功，不学不行，完全是用常人的方式。后来才悟到，气与气之间哪有制约作用。

其实开始我妹妹和老伴炼的都不错，但是由于我的欢喜心、显示心和执著亲人得法的心太强盛，到处去显示自己怎么叫他们两个得的法，炼的怎么好，好象自己多有本事，这不是在证实自己吗？结果俩人炼了一年多都不炼了。在这种情况下，应该马上找出自己的执著心去掉。可我就向外去找，专找别人的问题，学法就是用法去对照别人，不对照自己，不修自己，结果矛盾变的越来越复杂，怨和恨，自己心中的愤愤不平越来越重，感到很苦、很累。

后来我悟到人的一切执著都是黑色物质，这些黑色的东西不断的给老伴身上加，能好吗？我对他的执著给他造成很大的干扰，整个生活起居搞的完全变成另外一个人一样，每天看着他心里很痛苦，但是就是走不出来，完全迷失了，我的心被情的执著带动的很难自拔。

我有二个儿子，没有姑娘，所以对老伴的情很重，结果被魔钻了一个大空子，走了几年的弯路，给家人造成痛苦，给个人的修炼带来了长期的魔难。回过头看看自己人的执著，真的太可怕了。有一次炼静功，我清清楚楚的看到老伴被象蜘蛛网一样的黑色物质绑的很紧，

在半空中悬着。我的两只手各提一大桶满满的水艰难的往山顶上走，累的不行。后来才悟到师父在点悟我，不要再执著。

现在我能更深一层悟到师父让弟子修炼心性去执著的法理，和师父度弟子的艰难，不修炼心性就不是一个真修弟子，走的就是一条魔的路。写到这，师父的法在头脑中出现：「修炼谁也代替不了」

（《转法轮》），「人人都得扎扎实实的修才能修上来。」（《二零零四年纽约国际法会讲法》）我悟到向内找是师父给真修弟子向上不断精进的法宝，它是没有止境的，而且越向内找、向内修，心里越平稳，越舒服，没有痛苦感。

## 二、讲真相 劝「三退」 救度众生

我得法不长的时间，邪党就开始镇压迫害。自己也是从不敢走出来，到慢慢的走出来发真相资料，由不敢向世人讲真相，到慢慢的向亲戚、朋友、世人讲，后来逐渐的见到人就能搭上话讲；有时参加婚礼、葬礼也讲，能听的人就多讲。后来我越来越敢讲，基本是走到哪讲到哪，只要一搭上话，就能知道这个人执著什么，然后顺着他的执著去讲，讲法轮功在世界上的洪传、讲天安门自焚真相等，效果都比较好。我只要一出门就一定带上真相资料发。

随着正法洪势的不断向前推进，《九评》横空出世后，大法弟子开始劝「三退」、救度众生。记的我第一次劝一人「三退」，我说天要灭中共，法轮功在救人，您入过党、团、队就赶快用化名退出。当时那个人直看我，认为我有什么精神病，说的很难听。当天共讲了三个人，第二个人说知道了，已退出；第三个人只是笑不表态。在讲真相、劝「三退」的过程中，还有人要把我送派出所，也有人要找警察的，我也不动心，就是听师父的，师父叫做什么就做什么。逐渐的，我的怕心越来越少，杂念也越来越少了，劝「三退」也越来越容易了，大部份人一讲就能接受，而且也能「三退」。

有一次，我给一个中年妇女讲真相，她马上就「三退」了，而且还让我给她家三口人都退了。我告诉她得叫他们本人同意，她说：

「你就给他们起个化名退了吧！我回家就告诉他们。」在当时全家都「三退」我还是第一次碰到。事后不长时间，又一次见到这个中年妇



女，她和我说，夏天她的姐姐卖桃子，一个法轮功学员买了桃子忘了付钱，四天后这个法轮功学员来找她姐姐，把钱送给她姐，她姐说现在这样的人太少了，她姐非要给法轮功学员一些桃子，给她姐钱怎么也不收。她问我是不是你？我说不是，但是我们学法轮功的人都在做好人。从这件事情说明一个问题，如果来不及讲真相，做了好事时，要让他们知道我们是炼法轮功的，有时会产生连锁的反应，这一下就能救好几个人，也体现出法轮功学员是一个整体。有一次我买农民的苹果，我们既不挑他的，价钱也不和他计较，老俩口就说：「法轮功的人不象电视上讲的那样。」

还有一次给一个佛教徒讲真相，他说：他母亲一生都信佛，他也信，今年五十多岁，他说能给别人治病等等。我给讲大法的法理，并告诉他给人治病后对个人的危害，所以学法轮功的人绝对不能给人治病，和我个人修大法后身体的变化；又给他讲了明慧网讲的一个例子，说一个信了六十五年的佛教徒后来走入大法修炼后身体出现的变化，他立即就问我怎么学法轮功，我告诉他就想「法轮大法好，真、善、忍好，」只要你心诚，师父一定能让你得法，并给他退了团、队。（因在路上遇到），他高兴的走了。

二零零七年夏天，我们这里连续降雨二十多天，庄稼几乎都涝死了。在买菜时我碰到一个从前讲过真相并「三退」的人，他告诉我：法轮功真神了！他家周围的苞米地都涝死了，就他家的苞米长的好。

还有一次我给两个农村来城市打工的讲真相，他们马上「三退」。其中一个当即叫我给他请一本《转法轮》。

我家跟前有一个施工的工地，从外地来打工的农民很多，只要能接触上的几乎都「三退」，农民都很忠厚、老实、善良，大部份一说法轮功都认为好。

现在我走到哪儿那心里就想怎么救人，到商店，走在马路上，到

菜市场，都有要救的人。有一次买菜，一个农民见到我说：「你去年还给我讲过真相。」我马上问他：你「三退」了吗？他说：「我不能退。」我说：「为什么不退？你是一个好人，农民全都是靠自己劳动所得生活。现在法轮功就救你们这样的好人，其实你心里同意用化名退出，就你知、我知你怕什么。」他听我这样一说马上同意「三退」，一个生命又得救了。旁边一个农民偷偷的跟我说：「你以前给我的真相护身符太好了！」并竖起大拇指说「太好了」，又给他老伴也要了一个。

在不断的讲真相的过程中，大部份明真相的人都在保护大法弟子，大法已在广大众生的心中扎根，而且他们都在大法中受益。

还有我们附近的邻居，前几年我跟她们讲真相，不但没有讲通，反而大声训斥我一通，后来她们都不理我，她们坐的地方，我过去就赶我走。我向内找自己：发现自己有一颗心，就是以后不愿意再和她们接触。师父在《转法轮》中说：「作为一个炼功人，就得做到打不还手，骂不还口，用高标准要求自己。」这不是帮我提高心性吗？如果没有这样的环境怎么提高自己的心性。从那以后，我一碰她们买菜就用自行车给她们带回来，我们这旁边打了一口井，大家都到井边洗衣服，只要有人来我就让她们先洗，后来她们都逐渐的改变了对我的看法，一看法轮功的人真是很好，也就愿意和我来往，见面都很热情。在零八年，这几个人全都「三退」，其中一家六口人都「三退」了。

在劝「三退」的过程中，我悟到，只要听师父的，用一颗慈悲的心去救度众生无怨、无悔、无恨。我就是要救你，师父叫我们与旧势力抢人，就什么也别去挑她们。

我体会到：在讲真相的过程中，主意识一定要强，心一定要正，头脑中出现不正的念头要立即排除、灭掉。我每次讲完真相回家，都要找一找自己，「三退」的少了要找，为什么今天退得这么少，是什么心在阻挡？多了也要注意，不生欢喜心、显示心。在讲的过程中没有退的也要找自己；这样才能不断的修好自己，心无杂念，真相才能讲到位，众生一听全在理，也就真心实意的相「三退」保命，认同大

法。

### 三、向各级政要黑窝发正念

从零五年的下半年开始一直到现在，我每天一次出去（不管什么节假日和什么天气），都对各级政要部门发正念。零五年的下半年，我到东北儿子家住了一年。去后发现那里的迫害比较严重，讲真相都比较困难，精進的大法弟子几乎都被抓，资料点被破坏，《九评》连大法弟子都没有看到，一切真相资料什么都得不到。我在师父的点悟下，开始出去发正念，对那里的五个派出所、公安局、政府、检察院、街道办事处发正念，每天骑自行车出去两个小时，全都转一圈。

我是这样做的，路过一个黑窝发上一念：解体另外空间的一切黑手，烂鬼，绝不允许操纵众生对正法犯罪，迫害大法弟子。让一切迫害大法及大法弟子的恶警、恶人，即刻现世现报，释放所有被非法抓捕的同修，救度众生。「大法徒 上九霄 主掌天地正人道」（《洪吟二》〈预〉），绝不允许邪恶猖獗。东北的冬天非常冷，零下三十多度，有一天真是北风呼啸，大雪纷飞，地上的积雪一尺多厚，根本无法骑车，家里人都说今天别去了，但我心里很坚定，没有一点退缩。我体悟到只要你有一颗坚定的心，什么困难也挡不住你。现在也能理解一点，为什么师父只看人心的法理。

有一次在骑车出去，那天风很大又是顶风下着雪，天空黑云压顶。骑在半路上一下摔了一个大跟头，自行车扶起来也不转了。我也不管它，心想一定能骑着走，当我骑上车，马上就转了（后来找修车，他说根本没坏）。我不断的发着正念，天上的黑云，飞快的向我走的前方退去。当我往回走时，风也停了，雪也不下了，太阳也出来了。我心里对师父充满了感激，这一切都是师父在另外空间做的，在帮助弟子。使我真正体悟到，师父说：「看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行。如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！」（《转法轮》）身体上的苦一扫而光，内心充满了欢乐。谢谢师父！

在发正念的整个过程中，也是在不断的去掉怕心，和各种执著心的过程。这样连续半年多的时间，这里逐渐得能看到师父的讲法和《明慧周刊》，整个正法形势出现转变。「弟子正念足 师有回天

力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）。只要你有这颗心，师父就帮你。

离开东北回老家后，这里的迫害当时比较严重，在我回来后，还出现几次同修被绑架。我回来后第二天就出去发正念，现在已有二年多的时间了，我想可能这就是师父给弟子安排的修炼的路。现在我们这里的正法形势明显好转，只出现一个同修被绑架，一个星期就回家了。奥运期间没有一个同修被抓的。这都是师父在另外空间给做的，但是作为一个大法弟子在人的这层表面空间必须得去做，必须得有一颗坚定的心才行，不管出现什么情况心都不动，就这样坚持下去。

另外空间的邪恶每天都在清除中，我们每个大法弟子都是金光闪闪的佛道神，邪恶敢在那吗？它逃跑都来不及，根本就无法操纵众生对大法犯罪，迫害大法弟子，这样就避免这部份众生再造业，也就保证他们能够有得救的机会。其实他们也是应该得救的生命，其中也有为得法而来的生命。仔细一想，都是共产邪灵的操纵，使他们不由自主的走到大法的对立面上去了。因此，我发正念时始终保持一颗慈悲的心，发出一念：我来救你们来了，绝不允许另外空间的邪恶黑手、烂鬼、烂神、共产邪灵操纵他们造业。解体另外空间的一切邪恶，和另外空间的一切干扰他们得救的邪恶因素。我悟到，对他们产生怨恨的心，就是把他们推到大法的对立面上去了，这决不是大法弟子的慈悲，因为我们是修善的，把「法轮大法好、真善忍好」打入他们的微观中。

从零八年的下半年，我们当地的市府门前，几乎每天都有上访的群众，那里有不少的警车和警察，拦截不断上访的群众。我悟这也是天象的变化，是师父把这些众生集中到这里，等大法弟子救度。

通过对各部门发正念，确实收到了意想不到的效果。如果我们全国各地的同修都来做这件事。（昨天开法会大家也谈到了这个问题，并分工对自己所在的地区开始发正念。）邪恶即灭，根本就没有藏身之处，迫害还能发生吗？整个的正法形势会出现意想不到的变化，也就不会出现同修的被抓，和怎样去救同修的问题，不需要做那些被动的事，主动权在我们大法弟子手里，这样做下去会有大量的众生被救度，因为抑制住迫害本身就是在大量的救度众生，这样才能从根本上改变众生对恶党的恐惧心。

以上只是个人在法中悟到的粗浅的认识，做了大法弟子应该做的事情。但是我还有许多执著心没有去，做事心、色心、担心、疑心、执著别人的执著心、怕心、欢喜心、显示心、利益之心，等等，家庭还没有圆容好，更重要的现在还不会上明慧网，作为一个大法弟子要方方面面都要做好。我会更加努力做好三件事，完成历史使命。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 做一个合格的正法时期大法小弟子

文 / 大陆大法小弟子 净莲

【明慧网二零零八年十二月八日】

慈悲伟大的师尊好！

大法同修好！

我是一个十岁的大法小弟子，虽然我年纪不大，可也算是个「老」大法弟子了。前段时间我试着把自己的心得体会写出来，没想到竟然能在明慧网上发表，我知道是师尊在鼓励我。这次听妈妈说第五届世界大法弟子心得交流会的截止日期是十月十八日，时间太紧了，只有三、四天的时间。但我还是想参与，因为我知道这也是我们大法弟子在正法时期的特殊修炼形式。我们大家都知道，作为一名大法弟子写心得体会的过程也是体现我们信师信法，同时向内找，从而达到自我提升的过程。

下面是我的一点体会，写出来向师尊汇报，与同修交流。

在家里，公公对我的学习是最紧张、最在乎的了。去年暑假，公公就叮嘱我要我多多复习功课，打好基础。妈妈则叮嘱我要利用暑假好好的学法。我想我是一个大法小弟子，努力学习是我的本份，但是也要多学法。因为上学时没有时间多学法，现在正好有机会和大法弟子一起学法交流了。于是，我很快就把暑假作业完成了。每逢学法小组学法之际，我一定会和婆婆一起去学法小组学法。

我参加的这个学法小组老年同修比较多，她们读法时读得不但慢而且不准。一开始我自以为是，总是抢读，读的很快，很多老年同修听不清楚、跟不上。晚上妈妈回家时，婆婆就跟妈妈「告状」。我一

听心里就不舒服，跟婆婆怄气，完完全全忘了自己是个大法弟子了。

妈妈看透了我的心思，找我交流。启发我要从一个大法弟子的角度来看问题，要用师尊给我们的法宝「向内找」好好的修。是啊，我怎么遇到事情时没有按师尊教我们的去做呢？师尊在《转法轮》里面跟我们说的就是「作为一个炼功人，就得做到打不还手，骂不还口」，何况婆婆没有骂我，没有打我，我还守不住心性，还跟她怄气。老年同修多不容易啊，她们年纪很大，虽然字读得不准，但能放下执著走出来，走师尊安排的路，努力做好三件事，那颗精進的心闪闪发光。我认真的向内找，发现自己有颗骄傲的心，有颗虚荣的心，实际上是自己不对，做事没考虑别人，只顾自己，这不就是自私的表现吗？这离宇宙的特性「真善忍」相差多远啊。不行，这么肮脏的心得赶快去掉它，纯净我的思想。

师尊在《转法轮》里面说：「一个瓶子里装满了脏东西，把它的盖拧的很紧，扔到水里，它也要一沉到底。你把里面的脏东西倒出去，倒的越多，它会浮起来越高；完全倒出去，它就完全浮上来了。」我明白了。认识到了就要去做好。师父在《洪吟》〈实修〉中写道：「学法得法 比学比修 事事对照 做到是修」。于是，再到学法小组的时候，我力求咬字清楚，读慢点，当发现老年同修读音有误时，我会心平气和的给予纠正。交流时老年同修反而纷纷赞扬我读的准，读的好。这时我提醒自己不要产生执著心，师尊的《精進要旨》〈修者自在其中〉明确告诉我们：「作为一个修炼者，在常人中所遇到的一切苦恼都是过关；所遇到的一切赞扬都是考验。」我们都是大法中的一个粒子，都有责任来圆容好我们的学法环境。

在这值千金值万金的时刻，我也要珍惜时间，做好三件事，才不辜负师尊的慈悲苦度。于是我想做些力所能及的事。刚有这种愿望，师尊就给安排了这种机会。一天，叔叔让我把真相小册子装上一层保护袋，我很乐意。开始有板有眼的模仿起来。虽然简单，但开始时还是装反了，我有些不好意思起来，觉的怎么这么简单的事我还做不好，真丢人。同修看到了就边跟我说明，边鼓励我。我也意识到这也是颗不好的心，一定得去掉它。很快，我就能独立的、熟练的做好这项工作了。然后我和同修趁着月色把真相资料发到有缘人那里。

出发前，我们都要先发正念，请求师父加持，解体一切阻碍世人与众生得救的邪恶因素，并与真相资料沟通，让它们发挥最大的作用，让世人与众生明白真相，知道法轮大法好，真善忍好，退出「中共」的一切邪恶组织，从而选择美好的未来。每次在师尊的呵护下我们都能安全返回。

今年暑假，妈妈让我学《转法轮》，并利用这难得的机会我们全家进行改字。这也是在这特殊时期——正法时期，师尊特意赋予我们的这个荣耀。因为我们现在都认识到了改字的过程也是个去掉执著心，提高心性的过程。

开始改字了，我们分工协作。我念要改哪个字、在哪页、哪行。然后我和大家一起，一边剪出字用镊子夹好然后粘贴在要改的地方。但每次，婆婆总要重问一遍，开始我还能回答她，后来每次总这样，把我的执著心给勾了起来，我越听越不自在，越听越不耐烦，再回答时语气就不是那么好了，婆婆呢，看到我的态度不好她也生气了。这时，妈妈指出我的执著，让我把这件事写出来，可我支支吾吾的，妈妈看透了我的心，问我为什么不敢写？是不是不想给别人知道自己做的不好？我羞愧的点点头。是啊，其实我是知道自己的做法不对，是不符合法对我的所在层次的标准，如果做的对，为啥不敢写？不敢写，不就是怕吗？「怕心」是一颗执著心啊。是啊，师尊就在我们的身边。我们的一举一动，一思一念逃不过师尊的法眼，师尊洞悉我们的一切。现在我鼓起勇气把它写出来，将它曝光，顿觉轻松了许多。原来师父在我写心得体会时在另外空间把不好的物质帮我拿掉了。

谢谢师尊！合十！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 心路

文 / 河北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】

尊敬的师父好！

各位同修好！

在这几年的反迫害修炼中，我能够坚定的修炼下去，跟在法理上升华是分不开的。通过学法明悟到法在不同层次的内涵，是自己能够坚定正念，去掉怕心，从迷茫中走出来，不断去掉执著心的关键。虽说在这些年的修炼中，自己还存在许多不足，还有许多执著心要去，也曾对许多问题产生过困惑和疑问，但在学法中都能一一得到解决，在法中得到升华，真正体悟到法的慈悲、洪大。

下面把我自己在修炼中的体会和在不同层次所悟到的法理向师父汇报，与同修交流，有悟的不对、不正的地方，请慈悲指正。

### 一、明法理 添正念 去怕心

能不能走出家门发资料，面对面的讲真相，走出来做师父让弟子们做的「三件事」，最大的障碍就是一个「怕」。有时觉的怕心没有了，可隔一段时间又出现了，有时环境好时，怕心好象没有了，但出现同修被绑架，同修被迫害，心里就又开始紧张，怕心又出来了。以人的思维去考虑问题，去看待自己遇到的一些事情，是很难想明白，也很难去除怕心的。

作为修炼人，我们只有转变人的思维方式，明悟不同层次的法理，用修炼人的正念——神的思维去看问题，跳出千百年来骨子里形成的人的理，破除后天形成的人的观念，在法上去认识法，才能突破怕心。作为修炼人，随着修炼的升华，层次的提高，突破到哪个层次就受哪一层次的法制约，突破人的层次后，我们就是不同层次的神，人这一层次的法就制约不了超越人的层次的修炼人——不同层次的神，人间的恶人怎么能迫害了神呢，根本不可能。只因为我们人心不去，被邪恶抓住了迫害的借口，才会出现迫害的局面，甚至出现严重的迫害的局面。

我们是要走出人，走向神，破除一切后天人的东西，升华到神的境界，是不执著于人间的得失的，也许呆在家中会得到一时的安逸，表面也不会被迫害，但邪恶的最终目地是想把修炼人毁在人世间，随着历史的过去而失去永远的机缘，那才是永远痛悔的。有的同修认为发资料、讲真相容易被邪恶迫害，做真相资料更是容易被迫害，其实这只是看到了事情的表面现象，其实去不掉的人心才是邪恶迫害的最大根源、最大的借口。



在邪恶迫害的环境下，有时邪恶造成的假相，让你觉的真是象真的一样，就看修炼人怎么去认识。那一年，邪恶利用各种渠道传出要对我如何如何，在我知道消息后的一个晚上，半夜的时候，屋外突然出现了急促的脚步声，接着出现了急促的敲门声。当时一念就是邪恶要来绑架我了，心中也是很怕。外面敲了足有半个多小时的门，只是急促的敲打门，此外没有别的动静，我当时特别紧张，一夜都提心吊胆，考虑着怎么办。直到第二天才知道夜间那些人是我妻子单位保卫科的人员，怕我妻子去北京。下午去一同修家，谈起昨晚的情况和自己的怕心，同修平静的一句话提醒了我，同修很平淡的说：「没事，我们是大法弟子，它们说了不算，师父说了算。把心放下吧，什么事也没有。」是自己听到邪恶要对自己如何如何后，产生强烈的怕心，邪恶利用人世间的生命制造的假相，当自己怕心放下后，结果什么事情也没有。

在「萨斯」时期，当时，我在传递资料，在外面租房住，那段时间我租房的家中电压不正常，还经常无故停电，电饭堡也烧了，而别人家中电很正常。并且当时由于修下水道，在院子内挖了许多沟，来往车辆出入很不方便，因为当时我传递资料，每周需要许多资料运进、送出，极不方便。我和同修交流后，同修讲，「是不是在点化我们，这地方不合适，该动动地方。」我说：「从人的层面上讲，我们这里的环境、位置是比较合适的，尤其在这非常时期，出现这种情况，一定是邪恶的干扰，我们决不能承认，我们有做的不合法的方面，我们可以通过学法、修心提高上来，绝不允许邪恶利用这些来迫害我们，更不能让邪恶利用这件事情干扰我们做真相资料的大事。是邪恶想利用这些来干扰我们，使我们心不能稳定下来，让我们心浮动起来，不能专心做大法的事情。只要我们心一乱，怕心出来，邪恶会趁机迫害我们，我们决不能被表面所迷惑，要坚信师父坚信大法，只要我们心态稳定，邪恶就会自灭。当然若有合适的地方动动也行，不执著，但我们心决不能动。」当时查外来人员也特别厉害，我们也没有带身份证，主要是怕邪恶找我们，那时找房非常困难，自己出去或托朋友找房子也没有合适的，我们也就没有动地方。因为我们心没有动，很快一切又恢复正常了。

还有一件事也是很神奇的。因为当时大资料点时期，小资料点很少，我们室内资料很多，资料当时都是提前做出来，放到我住的地方。一天突然有人来敲门，当时我们正在室内装订资料，满屋子的资料，知道是来查外来人员的，当时也是一惊，怎么办？人家知道我们室内有人，若不开门，必引起检查人员的怀疑，我们当时抱定一念，决不允许别人进入我们室内，就开了门，很热情的跟对方说话，问有什么事情？因在非典时期，我们说非常时期，我们无法让你们进入室内，有什么话讲，在外面说，其实当时只不过说登记工作单位和姓名，并让第二天拿上身份证去办理出入证。当时我们也没有带身份证，怎么办？我们当时发正念，决不允许邪恶对我们进行进一步的干扰，为救度众生，也决不允许这些众生对大法弟子犯罪，决不允许邪恶利用这件事情对我们进行迫害，相信师父决不会让我们大法弟子流落街头。

第二天事情发生变化，在办理出入证时，居民都很反感，没有人主动办理，在这样的情况下，办事人员让我们先办，当时也没有要什么身份证就给办了出入证。其实只要我们把心放下、摆正，能站在法的基点上看问题，邪恶是没有任何借口对我们进行所谓的考验，因为法的原则不允许。

有一次几位同修为被绑架的同修近距离发正念，被邪恶发现，而两位同修被绑架，当时其中一位同修带一书包周刊，足有几十份，同修并没有因为带有许多真相资料而受到更多的迫害。该同修绝食抗议非法关押，邪恶把这位同修关了近一个多月就放了。后来见到这位同修时，问到当时警察追问没追问资料来源，同修讲：「作为大法弟子有大法资料是很平常的事情，若没有大法资料那就不正常了。」

记的明慧网上有一篇报导，说一位同修不慎被抓并遭到非法审判。同修在法庭上心态很祥和，心想来人越多越好讲真相，能救更多人，结果讲的庭上的人都笑着听，最后当庭无罪释放。其实只要我们在修炼中放下自我，把自己溶入法中，把证实法救度众生放在首位，善念对待众生，法就会为我们开创一切。

记的一年的冬季，去一位同修处交流，同修提到自己最近出门经常被人盯着看，怀疑可能有人跟踪自己。当时这位年老的女同修因被

迫害流离失所，怕别人认出自己，所以外出时经常戴一大黑墨镜。我当时听到她说过之后，我乐了，说：「现在这个季节，你看谁戴一大黑墨镜，整天在街上转啊，你这年龄，你这形象引起别人的注意是正常的，今后你外出时戴一平镜，或不戴眼镜试试看，你就不会发现别人再盯你了。」同修觉的也有道理，结果从此以后，没有发现别人再盯着自己看了，是自己的疑心、怕心而引起的不安全感。这里还有一个符合常人状态的问题。

## 二、走出来 证实法 圆容互补 共同精進

走出来，有的人简单的理解为，走出来发资料，讲真相，做法弟子救度众生的事情，这只是我们走出来的第一步，能突破家庭的阻挠，放下怕心敢于出来讲真相。其实走出来在不同层次有不同层次的法理，关键是我们作为修炼人走出来，是怎么在法上提高升华，是怎么走出人的观念来，走出人的低级思维，走出人的思维框框，时时处处按照法的要求去考虑问题，用修炼人的正念去对待我们修炼中所遇到的一切事情。其实我们走出来，最重要的一点是我们要走出人来，用修炼人的正念去面对自己所遇到的一切。用正念看问题。

在平时的交流中，同修们对那些协调人，法理清、做的好的，甚至多次被迫害能够坚定的同修有一种崇拜之心，其实同修能够做的好，法理清晰，能正念破除邪恶的迫害，堂堂正正走出魔窟，是因为同修当时所做所行符合了法，在法的威力加持下，表现了法的神圣和洪大。其实修的好，是因为有法在，自己同化了法，是法的伟大。自己的不足和人心才是我们应该重视、应该修去的，是走正走好未来修炼路的关键。在风风雨雨中，我们经历了太多的魔难，我们应该能够理性的去看问题，找出不足才是正念。同时对那些走不出来、做的不太好的同修，走过弯路甚至出卖过别人的同修，虽说有些同修由于怕心和各种执著走不出来，或做的不够好，甚至做了很不好的事情，只要同修想走好，我们就要帮助、善待，我们对常人都抱着善良的心态去对待，对那些迫害过我们后来又悔过的警察、国家工作人员我们都能原谅，都慈悲的救度，怎么同修之间就不能慈悲的对待呢？这不是我们修的不足吗？这是我们需要做好的一方面。

同时同修之间，尤其是家庭同修之间，常因为对一件事情的看

法、做法不同而发生强烈的争执，争执的双方，都执著自己的对错，在人的理上看也可能自己是对的，对方在这问题上是对的，这又能怎样呢？我们是修炼人，作为修炼人什么是最重要的？不是心性的升华、层次的提高吗？自己即使对了又能怎样呢？对自己修炼提高有什么帮助？只有去掉一切人心、一切执著，才能升华到高层次去，修炼人是不执于世间得失的。其实人间的对错并不重要，重要的我们从中找到自己的不足，升华上来。这里并不因为你们是夫妻、父子、母子、母女，兄弟姐妹就能混同于常人，就特殊。其实在修炼中，是不分场合和环境的，只要有执著心，就得去。也不管表面的对错，层次提高升华是第一位。

在邪恶迫害的环境里，从邪恶一开始迫害大法时，就存在安全和修口的问题。我们应该怎么对待这问题呢？首先我们每个同修个人都需要注意自己的安全，同时也要注意别的同修的安全。我当时的做法是，尽量少谈个人及别的同修的情况，见面就是交流法理，在法上切磋交流，具体每个同修怎么去发资料、讲真相，并不作为交流的重点，我认为只要我们在法理上悟明了，具体怎么做，大家都会对照法的要求去做。在一定的场合，不谈资料点的事情，也不让无关人员知道资料点的事情。有的同修通过不同渠道得到的真相资料，只要不是不符合法的内容，从不问来源。这也为由于资料点的个别同修因被邪恶迫害而造成临时的资料短缺找到了补救办法，使发资料的同修一直在平稳的心态下做着讲清真相救度众生的事。

我当时在传递资料时，有同修被迫害，我只是告诉同修们发正念，对有能力参与营救同修的事，一般作个别交流。为避免同修的怕心和不安，只告诉发正念，使同修们都处在一种安详的环境中，尽量不干扰同修的状态，通过和同修们在法理上相互切磋，同修们法理上升华了起来，都能站在法的基点考虑问题，为后来小资料点遍地开花创造了条件。本地虽然也发生过邪恶的迫害，但由于同修都能从法上看问题，当地的讲真相救众生的形势并没有因同修的被迫害而受到干扰。

谈到修口，我们修炼人还要注意尽量不指责同修，尽量正念看问题。有些同修做的不好，或者因某些原因被邪恶迫害，我们能帮助的

尽量帮助，我们尽量不要加一些不好的信息。有些同修由于自己遭受迫害而走过弯路，本身负担就重，我们更要注意这方面的修口，我们都在讲破除邪恶的旧势力的安排，这不是其中的一方面吗？师父让我们整体升华，整体提高，故我们要正念看待自己和同修之间的矛盾和隔阂，遇事向内找，无条件的向内找，找出不足，共同交流切磋，圆容师父要的，共同精進。

有时同修喜欢传一些邪恶要如何如何，我们要如何如何注意的消息。同修的本意也许是好的，让同修注意，减少损失。对那些能在法上认识法的同修来讲，可能不会产生什么影响，而对那些刚走出来，或怕心重的同修可能会产生强烈的心理负担，而出现负作用，若不能及时从法理交流升华上来，怕的物质就会在另外空间真实存在，邪恶就有借口，就会钻我们有漏的空子，造成邪恶的局面。其实我们只要平时注意一些，把资料和一些东西都能放在安全地方，心态稳定，正念正行，邪恶是没有借口来迫害的，即使邪恶真的想对同修進行迫害，只要我们没有人心，正念正行，邪恶的阴谋也不会得逞，因法的原则不允许。

一位农村的同修告诉过我这样一件事情，他说，「当时在家中经常存放一些资料，有一天，突然想把东西转移了，就把资料放在了别处，巧的是那天晚上，邪恶翻墙進入存放资料的院内，当时去了二三十人，在屋内翻了个底朝天也没有发现资料，只好灰溜溜的走了。同修讲，若邪恶早一天或晚一天都可能会找到资料，可当时我把资料转移了，邪恶却来了，你说这不是师父保护真修弟子吗？」

### 三、以法衡量 邪恶自灭

有时我们的观念和形成的办事模式，在制约我们的思维，使我们处处被动，感到困惑，其实我们只要转变一下人的观念，用修炼人的正念去看我们所遇到的方方面面，就会是另一番景象。

有一次当地资料点被邪恶破坏，有部份同修被邪恶绑架，当时资料点存放耗材的地方也被邪恶破坏，在当地同修中引起不小的波动，尤其被迫害同修周围熟悉的同修产生了很多怕心。当时有同修建议资料点先停一停，或让别的同修们自己想办法解决资料来源问题。当时是大资料点运转时期，能够走出来做真相资料的人很少，有时你就是

送到他的家中，他都不让放，环境一紧张，有的就不敢去发资料了。我当时负责几个点的资料传递周转，当时也基本上是单线联系。由于资料点存放耗材的地方被邪恶破坏，怎么解决资料点所需的耗材就成了最大的问题。就是在这样的情况下，当时有一位能看到另外空间部份情况的同修告诉我们做资料的同修说，邪恶最近还要有什么行动，她看到邪恶在什么什么地方，什么什么位置，等等，说的很具体。因为过去这位开着修的同修，也曾几次告诉过同修她看到的情况，许多事情说的也很对，故当时负责购耗材的同修起了怕心，为避免更大的损失，实在不行就停一停。

同修把能够看到另外空间部份情况的同修所看到的情景告诉给我后，我当时心中也是一惊。据同修讲，她看的很准确，一定要注意。我当时虽觉的不对，但当时心态有点浮动。跟同修分手后，回到住处，我静下心来，仔细对照法去衡量，感觉她看到的这些事情，在当时复杂情况下是对正法的一种干扰，是邪恶利用她看到的情景对正法进行干扰，只要我们人心浮动起来，就会产生很大的影响，使邪恶的局面更加恐怖。也许她看到的是一定层次的事实，那也不过是过去一些旧的安排。在历史上邪恶旧势力为了造成邪恶的恐怖局面，做了许许多多的安排，层层都做了安排，但师父在法中已明确告诉弟子们不承认邪恶的安排，尤其救度众生急需真相资料的情况下，更是不能承认这种邪恶的安排的。再说层次不同，看到的真相不同，我们是大法弟子，我们是正法时期的大法弟子，不能站在过去的理上去考虑问题，只要我们把自己当作真正的大法弟子正念正行，时时站在法的基点上去考虑问题，就可以破除低层的安排。

在低层邪恶安排了这个考验那个考验，其实只要我们心性升华，层次提高，就不需要这些个邪恶的安排，只是救度众生。其实一切邪恶安排都是冲着我们的心来的，只要我们心性达到法的标准，就能突破它，使它不起作用。再说有些安排也许是我们修炼层次以下的事实，我们早已突破这个境界，对我们根本就不能再起作用，但如果我们人心不去，不转变人的认识，那可能就会受到干扰。尤其是我们当时负责资料的人员，大部份也是各片的协调人，我们的心态直接影响到各片同修们的心态，在当时邪恶造成恐怖的局面，我们有责任稳定

同修的心态，不到万不得已的情况下，决不能再影响同修。师父在《长春辅导员法会讲法》中讲：「我昨天和长春辅导站的负责人还在说：你们最大的最大的事情就是能够给我们学员创造一个不受干扰的、一个稳定的环境修炼，这就是你们最大的责任。你们在座的也是一样，使你们的辅导站、辅导点能够不受干扰，带领大家去修炼，那就是你们最大的责任。」

法理悟明后，我们及时进行了交流，我当时对同修说，在现在这种情况下，绝不能停止印真相资料，要尽量满足各点的需求，至于购买纸的问题，咱们再想想办法，实在不行可以考虑让学法好怕心少的同修去商店少买点，以便应急，但一定要注意控制范围，以免引起同修们的怕心 and 不安。同时我又询问同修当时是怎么购耗材的，在什么地方能买到合适的耗材，同修都一一讲了。在当时情况下，自己心中也没有底，因没有购过耗材，也不象现在小资料点买一包纸几包纸用很长时间，当时资料点一个星期需要几箱甚至十几箱的纸才行。我跟另一位传递资料的同修交流后，决定去卖纸的地方转一转，看看情况再说。这样我们就去了市场，发现卖复印纸的地方很多，人来人往很热闹，在这种地方邪恶根本就没有那么多的人力去蹲坑，其实生意人他考虑的是如何发财，只要你买他的东西，他决不会去管你干什么的，就这样我们当时就购买了几箱纸。

在一次交流中，同修跟我讲了一件他经历的一次营救同修的过程。有一名同修在外地被邪恶绑架，被关在了绑架地看守所，邪恶准备对他加重迫害，同时同修户口所在地的「六一零」也想对同修迫害，想劫持回户口所在地。同修家属去了几次都没有见到人，看守所不让见人。在这样的情况下，大家经过交流切磋，认为我们不能认可邪恶对我们同修的无端迫害，我们是走在神路上的人，绝不承认邪恶的一切迫害安排，我们必须想办法把同修救出来，最起码也要见上同修一面，同时我们要抱着慈悲的心态去做，救度所有与此相关的世人，无论是警察还是普通的世人，我们都抱着慈悲救度他们的心态去做。

大家经过交流后，就来到同修被非法关押的城市，要求见人。看守所的警察不让见，但现在的看守所为了赚钱，说可以在下午下班后

和要见的人在一起吃饭，就是可以和同修在一起吃饭，就这样去的同修交了几百元的饭费，当时是上午去的，因时间很充裕，就到当地同修那里去交流去了，绑架所在地的大法弟子对营救出同修信心不足，认为当地「六一零」的头子太邪恶，把同修救出来可能性不大，既然你们来了，不妨见面后再说。同修讲：「我们营救出同修不是目的地，救度这部份众生是关键。我们不执著结果，重在过程。」通过交流大家摆正基点，大家都积极帮助发正念，正念加持这件事情。

下午去到看守所后，看守所又不让在一起吃饭了。同修说，我们已经把钱交了，并定了饭，不吃不就浪费了，你们不能这样。有的大法弟子发正念，有的去跟看守所交涉，最后同意吃饭。当看到被关押的同修时，见他状态也不是太好，正念不足，家人及同修鼓励他不承认这场迫害，更不能承认这种迫害，为救度众生，不能让这些人犯罪。在不长的吃饭时间内，同修给被迫害的同修背了师父的新经文，经过交流同修也明悟了法理，增强了正念。

饭后，同修商议直接找看守所的所长们交涉营救。刚好碰上这个所长，所长说我管不了，你们去「六一零」找谁谁吧，说完就走了。同修一听，交流了一下，就说那我们就去见一见这位主任吧，这样他们来到了他们的办公地点。门卫在室内说，人早下班了，不在，回去吧。不让进，同修随说着就进去了，当门卫从室内走出来想拦他们的时候，同修早已到了楼上。巧的是当时这位主任正在单位值班，就接待了同修，并向家人介绍情况，同去的我们同修直接就打断了他的话：「我们其实并不是专门为他来的。」这位主任说：「既然如此，你们还非要找我干什么呢？」同修讲：「其实我们是为你而来。」这位主任当时一愣，同修接着说，「我这位朋友被关在你们这里，虽然我们很想念他，其实我们更关心你，你把他关起来，给他的家庭造成多大的伤害，因为这件事情在网上被曝光后，世界各地善良的人们都在关心这件事情，造成了多大的影响。大家都知道修炼人都是做好人的，这件事情若让你的家人知道你在做这样的事情，他们会怎么看你，将来社会怎么评价你，你想过吗？」

当时同修心态很正，没有考虑其它的，只是发自内心的想给他讲真相，发的是真念，这位主任当时说，你们出去等一下，我跟我的上



级汇报请示一下。同修在门外，听到他说，某某的家人来了，由于某某的被关押，给家庭造成了很大的痛苦，不行就让他们一块回去吧。之后他又主动和同修户口所在地的「六一零」联系让放人，并一起到看守所把同修接出来，送上车，并连连说谢谢。这件事就这样奇迹般的把同修接回家了。

其实一切都在大法中，在师父掌握之中，只要我们把心放下摆正，抱着救度众生的纯净的正念，就会解体邪恶，救度众生。

在一次邪恶的疯狂迫害中，我们当地有十几位同修被绑架，几个资料点被破坏，在资料点工作但没被迫害的大法弟子，当时心理压力也是很大的。有这么一位做资料的大法弟子，在别的同修被绑架后，虽说当时做资料的设备物资没有受损失，但适不适合在原地继续做资料，还是及时找地方搬走，当时情况下，大部份的做法是别的同修一旦被绑架，为安全考虑，都要变动地方。当时这位同修还负责几个点的资料周转及协调，正在考虑是不是另找地方搬家的时候，他负责的几个点有些同修也出现了不同的干扰，怕心很重。当时开始有小资料点运作了，但这时有几个同修都不敢做了，心态极不稳定，把机器及资料都转移了。当然当时他负责的那几个点的同修并不知道这次邪恶的绑架跟他们有关系，直接涉及到了同修，同修也正在考虑是否搬的问题，突然出现了这些干扰，他经过慎重的考虑，最后觉的在那种情况下不能搬动，否则别的同修就会产生更大的怕心。

后来经过学法交流切磋，同修们心性提高上来了，都稳住了心态后，一切恢复正常后，同修才把这些事告诉大家。同修们说：「你为什么当时不搬家呢，那样的情况下，你想到后果吗？你要承受多大的心理压力啊！你怎么想的呢？」同修讲：「若当时我就搬家，你们是不是会产生更大的波动，会增加负担呢，是不是对周围的同修产生影响、造成干扰呢，如果大家心都浮动起来，是不是会影响救度众生，影响讲真相。再说我当时也分析过，要相信自己，与自己无关的绝不会牵涉到自己，更要相信师父，只要自己做好走正，邪恶是没有借口来迫害我们的，同时也相信同修不会向邪恶妥协，同修法理明，虽一时被邪恶绑架，但我也相信他们会走好各自的正法修炼之路的。作为协调人，不能只考虑自己的安全，也要考虑大家的稳定，不要因为自

己一时的冲动造成同修更大的波动，再说我住的环境也很好，虽说当时心里也有压力，但从法上悟明之后，心里也就敞亮了。毕竟我们是有师父看护的修炼人，邪恶是不敢乱来的，只要我们正念正行，谁也动不了我们。」

#### 四、放下利益心 别开新天地

在破除邪恶安排中如何破除邪恶在经济上对我们的迫害，如何解决生活困难问题，这也是我们经常探讨的问题。在这几年邪恶迫害中，许多同修被迫离开工作单位，失去了工作，有的被迫流离失所，生活相对很困难。如何正确对待生活的困难呢？

我曾有一段时间生活上也发生了危机，有的同修跟我交流说，你只要转变了观念，只要不承认旧势力的安排，就能生活好，有钱财，能找到自己舒心的工作，能高工资。并说人家谁谁转变了观念，很快就找到了一份不错的工作，工作很清闲，工资也不低，你一定要转变观念。确实有的同修虽然失去了工作，但很快找到了合适的工作。在现在的中国大陆，确有很多人很难找到合适的工作，并且大部份在干工资很低的工作，也不是简简单单的一个转变观念问题，还有一些深层的问题，加之自己年龄、技术等方面困难限制，在那段时间很难找到合适的工作，并不是自己不转变观念，当时何尝不想找个合适的工作干呢，可是就是找不到合适的。

也许是那段时间有什么心要去，也许是自己有这方面的关要过，关键是不能执著。虽说那段时间生活困难，但还不至于没有饭吃，也不影响做三件事。其实人有没有财，有多种因素造成的，「有几种情况，有些人是自己用自己的德换来的，求来的福份；有的人是过去积下来的；还有高层次上带来的。有不同的情况，所以它也比较复杂，不能够千篇一律的看这些问题。因为有些人他就是有德，德大，他就要什么有什么，因为这个东西很关键。确实是这种情况。这个德可以转化成功，决定一个人修炼层次的高低和果位大小的一个方面。如果在常人社会中就求福报，那么这个东西可以和别人交换，交换钱财物。有的人干点事就来很多钱，因为他德很大；有的人做什么事也没有钱，可能是德小，这不绝对的。当然有些人很复杂的，我就说一般的规律。德小的人甚至于要饭都要不来，因为别人给你饭的时候，你

也得给他德去交换，你没有德给他，所以那个饭你都要不来。要交换的是均衡宇宙不失不得的这种特性在起作用。」（《转法轮法解》〈广州讲法答疑〉）

当然我们修大法是有大福份的，但我们求的是不是世间的利益，而是求得心性的升华，层次的提高，最后功成圆满，永远脱离轮回之苦。在与同修交流接触中，发现有的同修的利益之心放的很淡，有的表现就很执著。我认识的一位同修，她在一个公司打工，一个月的工资也不过就是三～四百，还要负责家中的日常开销，她心中很坦然，接触时没有听到同修对此有何抱怨，只是把此当作谋生的方式而已，因为当今找个合适的工作确实不容易。而有的同修在这方面就表现的很执著，有的同修月收入近千元或者更多，但心中却愤愤不平，认为自己付出很多，而得到的利益却很少，并说我们的善良被人利用了，必须和公司去交涉，谈工资待遇。个人认为，关键不是我们怎样去向公司反映我们正常的想法，提出我们合理的要求，而是作为一个修炼人，应该怎样按照修炼人的心态去对待这问题。我们的心应该是平淡的对待这一切，处处体现出修炼人的状态来，不执著常人利益的得失，看淡这一切，心中不执著，这并不代表我们的善良被别人利用，当我们心态放下时，不执著它时，看看如何。就象师尊在法中讲的：「作为一个修炼的人不执著它。不执著任何东西不等于你没有任何东西。去掉了你求财、发财、执著于钱财的心，不等于你就没有财。」（《新加坡法会讲法》）

下面谈一下作为资料点同修，对钱财使用的体悟。

其实资料点的同修对钱财的使用，是很注意的，是精打细算的，不想浪费一分。个人的东西跟做资料的钱是分的清，虽也有个别在这方面走的不正的同修（有些这样的同修后来经历了很大的魔难），但大部份都在这方面很注意的，但也有的同修怕在这方面犯错误，而不想直接接触钱，谁给了钱，马上让同修拿走，使同修们资助资料点的钱不能分散存放（其中也有的同修不注意修口，把钱存放的地方告诉别人，造成有些同修的怕心，而不能分散存放），造成当有些大资料点被破坏时，许多现金被邪恶抢走。

在建资料点的初期，有许多同修自愿的把钱交给做资料的同修，

用于做资料用，当时有的同修就一笔一笔的记谁谁拿了多少钱，记了一个流水账。我听说后，跟同修交流说，你记这些干什么呢，给谁看，在目前的情况下，又有谁能来查你的账，若被邪恶发现还会造成许多不安全因素，会牵扯到别的同修，其实我们做事只要对的起自己的良心，把钱用在救众生上就行了。记的有一次，有的同修给当时资料点流离失所同修生活费用，一同修实在推辞不掉，就把钱收下了，但送给谁却把这位同修难住了，因为当时同修都有生活来源，这位同修不知道该怎么处理，因为当时同修给时特别叮嘱，这钱是给资料点生活用的。我当时就和同修交流说，只要我们把钱用正，用好就行，不要执著，实在没有困难的同修，那我们就用来做资料。同修当时有执著，说交给你去处理吧。最后，这部份都成了做资料的资金。

虽然同修对资料点同修信任，能够把钱交给资料点的同修，但由于邪恶对资料点的疯狂迫害，有许多做资料的同修被邪恶迫害，有的走了很大的弯路，对走过弯路的同修，有的同修心里就有点放不了，甚至怀疑当时给同修的钱干什么用了。我接触一同修说他把钱给谁了，不知他用哪去了。其实我很清楚收钱的同修，他把钱都用在做真相资料上了，个人生活非常艰苦，每月的个人生活费也就是平均每天一块钱。当时我听说后，有点不相信，他说有时他一天只吃一顿饭，并没有觉的怎么样，当时一块钱也只能买六个小馒头，一个年轻人怎么够吃呢？后来我生活困难时期，也曾经历过一段这样的过程，一天吃一顿也不感觉饿，的确有点超常。当时我曾遇到过有同修追问资金去向问题，我给同修交流说，当时你主动的把钱交给了同修，现在追问资金怎么使用，首先我不会告诉你，因为为了资料点同修的安全，不能讲。再说你当时相信同修，现在也许同修被迫害后，走了弯路，你又不相信同修了，其实当时同修在资料点时，钱是用于在做资料上了，虽后来由于各种原因，被邪恶迫害走了弯路，但当时你是给资料点的，具体资料点怎么运作，不能讲。确实在当时资料点工作的同修来自方方面面的压力也是很大的。

## 五、正念正行，不执着世间事

在做资料工作时，当时有一同修做资料，当时还是大资料点，自己辛辛苦苦做出了许多资料，但做资料的同修对部份印出的资料，自

己却不愿意发，原因是认为这些内容自己认为不好，选材不合自己的心，认为这些内容常人不愿意看。我当时觉的很吃惊，我说，这些都是你辛辛苦苦做出的资料，你都认为不适合常人看，那为什么你还去做呢，也许你认为版排的不好，但你可以向同修反映交流，你不说，还在做，也许你认为我不发别人可以去发，但是做的资料自己都认为不好，在做资料时加入了什么信息，自己都不能认可，常人能接受吗？若下载的、排版的都为下载而下载，排版而排版，做资料也只是为做而做，我传递也只为传递而传递，若发资料的同修也是只为发而发，都不用心去做，而只是为做而做，你说常人看到后能起什么作用，能把众生救了吗？我们应该用心去做，我们在用心做真相资料的时候，只要心正念纯的去做，发出的是慈悲的真念，就会把我们救度众生的慈悲溶入真相资料中，每张传单上都溶入了我们在大法中修出的正念，都带有我们修炼人的正的信息，有缘人得到真相资料后，就会感受到大法弟子的慈悲，就会解体不好的因素，就会得到救度。

当然在选材问题上可以相互交流，我们要正念去问题，其实常人社会中什么人都有，我们做资料要针对方方面面的众生，不能单一的去随着自己的标准去取材，要全面考虑，适应大部份人的材料，若可能我们可以针对不同阶层、不同文化、不同年龄、不同阅历的人做有针对性讲真相的资料。关键是我们不要有执著，有障碍。其实做资料，往往是我们认为好的就做好多，不符合自己观念的就排斥，而不是根据世人的执著有针对性的去做，我们要考虑世人因所处的环境、经历不同，背景不同，所受教育不同，执著不同，选材一定要考虑这些因素。关于真相资料选材方面，同修在平时交流及网上交流谈的也很多，有时争论也很大，个人认为，同修在选材上基本上是没有太多的问题的。

关于选材我在这里不具体交流，主要想和同修交流我们怎么去看真相资料中存在的一些不足。其实这其中也有我们同修存在的执著和法理不清的因素，其实世间的一切都是法在人这一层次的展现，世上的一切也都可以为法所用，世上的一切也都能用来讲真相，只不过我们要选择的使用，选那些正的好的，能起正面作用的。讲预言也好，讲警示也好，还是揭露邪恶的迫害，讲共产邪党的邪恶历史都是

让人明白真相，认清恶党的邪恶，知道大法的美好，目的是救度众生，关键是我们不能执著，其实众生能不能被救度与修炼人修炼的境界、众生对大法的态度、同修当时的心态、语气也有很大关系，跟我们自身存在的执著也有很大关系。

我跟大家谈这么一件事情，就是当年关于大魔头的腿得了坏死病，它的腿如何如何，可后来又没事了。有些常人可能提出了一些看法，因此我们同修们之间就开始如何如何了。我当时也碰到了这事，我的一位亲属说，「你们的传单上不是说人家某某腿不行了吗？你看现在怎么没有事了呢，你们的传单不能让人信服，在瞎说。」我说：「我当时很少看电视，是你告诉我说，你在看电视时是看见它腿不利索，拖着一条腿走路，对吧？」他想了一想说：「是，我是说过这话。」我说：「这就对了，比如一个瘫痪病人躺在床上，他当时能动吗？不能动，但通过什么办法治疗，身体康复了，他又到处去走了，你现在能说别人曾说他是瘫痪病人是假的吗？不能吧！我说某某的情况就是这样的情况。」我的那位亲属听后说：「你说的是这个理。」我举这个例子，并不代表我赞同什么和反对什么，关键是我们不能执著。当然有些素材，容易给常人明白真相造成障碍的我们尽量不用，或针对不同的人、不同的对象选择的用。

在资料点选材问题上，要正念看待出现的问题和不足，理性的处理问题，不要简单的一句，你这样做是在破坏法。有的同修怕因为自己的不慎造成对法的干扰，而无所适从，不知该怎么做，有的就想等等看，千万不能破坏了法，就什么都不敢做了。或从一个极端走向另一个极端。有的讲，这个问题常人不能理解，那个方面容易造成障碍，我们不能涉及。确实有些内容我们不能使用，但这其中是不是也有我们执著的问题呢，是我们的执著不去而造成的呢。比如在利用预言讲真相上，谈到奥运会能不能开成之事时，个人认为这方面的内容不是不能涉及，也不是不能讲，而是我们不能产生执著，我们有多少同修在这事上产生了执著了心，认为邪恶肯定会如何如何，我们把结束迫害、救度众生的宝押在这件事上了，是多大的执著，是不是强大的人心，符不符合修炼人的状态。我们修炼境界的提高永远是第一位的，是我们的心没有摆正，并非这方面的真相不能讲。我接触到的一

位同修就处理的很好，当他单位人问到说网上盛传奥运开不成，你们炼法轮功人有什么看法时，同修回答的很理性，他说，确实过去古代留下的预言中谈到这方面的事情，因为随着时代的变迁，有些预言可能发生了改变。如今大法在世间洪传，我们只是讲真相，救众生，人们明白真相，认清共产邪党，赶快三退，等天灭中共时，使中国人不随邪党一块陪葬，这是我们做的。至于奥运开成开不成，跟我们没关系。

无论是高智晟为大法直言上书，六位律师为王博一家无罪辩护案，包括四川大地震，其实世上发生的一切都是我们讲真相救众生的机缘，同时也是我们转变观念、放下执著、去掉人心、正念看问题的契机。自从常人律师站出来帮我们，我们就执著常人律师帮我们打官司；执著于外国政府的干预；执著于天灾人祸，其实这都是人心。我们在法中都知道，我们是众生得救的唯一希望，只有我们坚定大法，坚定正念，放下所有的人心，真正实修，真正提高上来，才会有更多的正义之士、世人、各界人士、各国政府来谴责邪恶，制止迫害。

比如六位律师能够站出来，为同修作无罪辩护，一方面是这些律师有正义感，同时也与我们同修正念正行、讲真相有关。据当地同修讲，六位律师在为同修辩护时作了两手准备，一个是有罪辩护，一个是无罪辩护，最后决定无罪辩护是因为我们同修的正念正行促成的。当时六位律师要求开庭时给大法弟子旁听的权利，法庭答应给了二十几个座位，并要求同修带上户口本、身份证去办旁听证。邪恶的法院及几位律师都没想到，在当时那么大的压力面前，不到半天的时间，二十几个旁听证就办完了，而且还有的同修准备办旁听证。此事既震慑了邪恶，也震撼了六位律师，最后六位律师决定在法庭上为同修作无罪辩护，开始了大陆律师界为大法弟子公开无罪辩护的先河。我们在法上应该清楚，是我们同修的正念正行，清除了另外空间的邪恶，才使正义的律师有勇气站出来为同修作无罪辩护。

我们经过风风雨雨，经过了许多魔难，走到今天，我们应该清醒的认识到：执著的人心，是我们走向神的阻碍，是我们整体圆容的绊脚石。放下执著，找出不足，法上升华是我们走正的关键。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 在大法中熔炼成真金

文 / 黑龙江省大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】

慈悲伟大的师尊好、各位同修好：

今天借「第五届大陆大法弟子修炼心得书面交流大会」，向师尊、向各位同修汇报自己在法理中修炼升华的实修心得体会。

### 一、愿

我跟头把式的跟随师父的正法进程走到今天，成为大法一粒子，这是多大的缘份啊！也可能和自己发的愿有关系吧。因为我是锁着修的，以前的事不知道，就说说在得法前发的愿吧。

我是一九九七年元宵节后得法的。在那以前自己也不知道为什么总是想找个更高的神拜他为师。多少年来上下求索，找啊、找啊。教堂我也去过，庙我也去过，只是就觉的它们简直就成了共产邪党的花瓶。它们都是得经过共产邪党批准后，才能建庙盖教堂，才能去念经。天上的神还得经过邪党批准，这不是天大的笑话吗？我就想我一定能找到比「金刚经」、「圣经」里的更高的神，拜他为师。

### 二、缘

一九九七年过年前后，我总是看见从一幢大楼中走出来一些人，男女老少都有，手里都拿着一本书。有一天，我看见一对夫妻也是从里边走出来，后来又走进了火车站候车室。我就追过去问他们俩：

「你们拿的是什么书，能不能借我看一看？」那位男子把书递给我，封面上「转法轮」三个大字立即就映入了我的眼帘中。我一眼又看到了伟大师尊的法像，就打心眼里感觉到特别可亲，又看到书的目录

「真正往高层次带人」，啊！这就是我多年要找到的更高的师父吧！我就问他俩：「上哪去请这本书？」他说：「那个办公大楼上就有学法炼功的。你这么有缘份，这本书就送给你看吧！」我说：「谢谢你的好意，我傍晚就去那儿请书。」

### 三、得法

傍晚六点多钟，我就去那幢楼上。到楼上一看，坐着一屋子的



人，男女老少都有，都在那聚精会神看着电视录像（后来才知道是在看师父在广州的讲法录像）。我小声的问他们，我要请《转法轮》书。一会儿来了一个女的，问我要几本书？我说：「还有其他的书吗？」她说：「有十几本呢，有好几种讲法书。」我说：「我都要。但是带的钱不一定够。」她就说：「没事儿，下回带来就行了。」接着我也坐下来看师父的讲法录像。这时马上就觉的浑身难受，就觉的象得了重感冒似的，浑身的骨头节都疼。我就觉的奇怪：我来时好好的，没觉的身上有什么不舒服啊！这是怎么了？后来经过学法，再问别的同修，才知道是师父在给我调整身体、净化身体。

从那以后，天天一早一晚的我都跟着学法炼功。不到一个月，身体原来的病都不翼而飞了，什么骨质增生、气管炎、腰椎间盘突出、脑动脉硬化等等，统统一扫而光，感到真是无病一身轻。

#### 四、溶于法中

得法后，「七•二零」前基本是天天早上参加集体炼功，晚上集体学法，把自己的心溶于大法之中。白天干活挣点钱维持生活。当时我原来的单位叫当官的捞黄了，就得自己出苦力、自己找点活挣钱，供孩子上学，凑合着生活。由于「七•二零」前，自己的这颗心每天都溶于集体学法、集体炼功的环境中，自己也是在主动的同化「真、善、忍」这个宇宙大法。象抽烟、喝酒、说脏话等等都象原来身体上的病一样，自然而然的修没了。不是我有意的去戒烟、戒酒，都是修炼一段时间以后，往往回过头来想一想、看一看，这些毛病都自消自灭了。不是我有多大的能耐，这是大法超常的力量。有些执著心，比如争斗心、妒嫉心、色欲心等等都逐渐淡漠了。虽然家庭生活有点困难，但也不执著于非要挣多少多少钱，要过的怎么怎么舒适，一切一切都顺其自然的走过来了，再不象以前那样疲于奔波、累的不行了。

有时静下心来，仔细看一看自己走过的修炼道路，好象是随其自然，其实都是顺着师父安排好的修炼道路在走，再加上自己努力学法、背法，时时在修心性，「有心炼功，无心得功」（《转法轮》），但是又都是「修在自己，功在师父」（《转法轮》）。师父时时都在呵护着我。只是因为在迷中修，往往不太容易觉察到。那时炼功，如「抱轮」，力量非常大，炼「神通加持法」时，两掌下象有

东西托着一样，整个身体都要起来了。我感到真是师恩浩荡，有时修的不好，真觉的无地自容、愧对师父！

正象师父在《转法轮》中讲过：「只有最复杂的人群，最复杂的环境才能修出高功来，是这个意思。」在这个红色恐怖中，在这个血雨腥风的环境中，就必须得学好法、多学法，以法为师，师父怎么说的就这么做。

师父在《二零零三年元宵节讲法》中说：「我还告诉你们，这部法他有多大的力量，我把我的巨大的能力呀，容进了这部法中，所以这部法什么都能给你们做的了。」师父说：「这部书出来之后我所有讲的法都是在解《转法轮》，你们不信就去看一看。本着《转法轮》这本书去修，就能修成。」（《各地讲法七》〈美国首都法会讲法〉）通过学法，更增强了信师信法的强大正念，也促进了自己学法。

师父的新经文一下来我就一遍一遍的学。记的《洪吟二》刚一下来，我就把他抄在一张一张的纸上，有空就拿出来背，几天就背下来了。接着再背《洪吟》。在背《转法轮》时，觉的每一个标点符号都是法，都得背下来。当静下心来背法，觉的这这也是一个修炼的过程。背时虽然也要花一定的时间，但是在另外空间里那无量的众生也都在背法，也都在同化大法，真能起到事半功倍的作用。

师父告诉我们做好三件事，当前最大的事情：就是如何多救人，最大的问题就是如何向内找，提高自己，把自己修好了，才能救度更多的众生。

我悟到做好三件事也就是本着「真、善、忍」同修。三件事又是互相圆容的，每件事又都是在修「真、善、忍」。师父讲无量无际的众生、无量无际小宇宙组成大宇宙、「其大无外，其小无内」（《转法轮》）等法理，就是说我们正法时期的大法弟子不单单只是为了个人的圆满，也同时使自己的心增加无限的容量，心性提的更高，修出大忍之心、大慈悲之心、修出能够熔化钢铁般的慈悲之心，才能救度无量众生，才能返本归真。而修「真」中又体现出我们要没有丝毫水份的信师信法去救度更多的众生，圆容师父所要的，圆容师父的选择，同化大法，助师正法，兑现我们的史前大愿。

我悟到时时把自己的心溶于大法之中、溶于正法修炼之中，主动修去各种执著心，修去各种人的观念，蜕去人的这层壳。按照这个大法高标准、更高的标准修好自己、在大法中熔炼自己，修出无私无我的正觉来。在大法中圆容成一个整体，在正法洪流中、在做好三件事的同时，救度更多的众生的同时，在大法中熔炼成真金。

## 五、洪扬大法

「七·二零」以前我们当地的辅导员带领同修，或在当地、或到乡下洪扬大法，宣传大法的美好，促使有更多的有缘人得法、更多的人认识大法。

那时整个山城各地都知道法轮大法好。我基本都是和同修一起去，人最多的时候达到一千多人。到车站广场、到公园、到集市、到体育场去洪法。我们集体炼功时，自己觉的那手真是象师父说的，感觉有一股「飘手劲儿」，一股挺大的力量自动带着你的手炼功，非常美妙非常舒服，场非常强。师父那洪亮的炼功口令，那「普度」、「济世」的音乐响彻在整个山城的上空。

有很多的人走进了我们的炼功场，得法的人越来越多，后来发展到十来个炼功点，还不包括乡下的炼功点。

## 六、证实大法

一九九九年七月二十日，大魔头江××和共产邪党开足了马力迫害大法、污蔑师父、迫害大法弟子。那天清晨，邪恶的警察抓走了我们当地不少的同修。有位同修告诉我，快点通知各个炼功点的同修到市政府要人，要他们立即无条件释放咱们同修。随即，我马上到各处炼功点告诉了同修。早晨七、八点钟，市政府门口都是大法弟子。有的同修和市政府的负责人说明了我们的来意：修炼法轮大法、做好人无罪！立即无条件释放我们的同修！那时我们都静坐在市政府门口，等待他们的答复。我心想在这段时间里，炼会儿静功吧。刚要炼，有位开了天目的小同修告诉我说：「师父就在天上看护着咱们，示意不要炼功，就静下心来证实大法没有错，要他们立即放人。」我心里一震：「师父时时在我们的身边，呵护着我们，谢谢师父！」一直到下午公安局才把我们的同修放出来。

从那以后我还是坚持每天学法炼功，一天都没有落下。有时和朋

友、熟人讲真相：修炼法轮大法的人都是按照师父的话去做好人，做更好的好人。中央电视台在撒谎，「天安门自焚」是伪案，在欺骗善良的不知真相的人们。修炼法轮功对国家、对社会都有百利而无一害。我们的师父做了这么大的好事，共产邪党却恩将仇报，污蔑我们的师父。

二零零一年十月一日前一天，我在车站遇到一位同修，问他们上哪儿去？他告诉我：「上北京！去证实大法！要求中央政府还师父清白！要求他们立即停止镇压法轮功！」跟着就坐车走了。我立即想到，我也去！就去找其他的同修，有的人告诉我：「人家找你没找着，让我们看着你，告诉你。」我马上约好其他同修，几点到车站，一块儿坐车上北京。我回家取点钱，只留个纸条告诉家人我上北京去了。

实际上那时候没有想太多，就是想上北京去证实大法，证实师父的清白。至于具体怎么做，以为到那儿就知道了。那天下着雨，约好的同修也没有来，去不去？我想：「没有伴，自己又不经常出门，怎么办？」去！我自己也得去！那时也是在和自己的各种人心在斗，我就记住师父的一句话：「放下生死，就是神」（《澳大利亚法会讲法》）。实际上也是师父帮我清除了很多的人心，正念一足，自己才迈出证实大法的这一步。

中途换车时，都好象有人在领着我一样，否则真有点找不找着「北」。在中途，我看到也有一些外地的同修下车了，因为听说车上查的很紧，有不少同修被绑架了，北京查的更紧。我也没有多想，就是一心去北京证实大法。

到了北京车站之后，坐汽车到了天安门广场，看到到处都是游客，上哪儿去找同修啊，自己真不知道怎么办才好。后来想，也不能就这么回去呀，于是到了邮局买了些信纸信封，给国务院、国家信访办写了两封信。信中写道：「我们的师父教我们以『真、善、忍』为准则，时时处处修我们自己的心，到哪儿都要做一个好人，并且为我们祛病健身，让我们做一个更好的好人！我们的师父是清白的！这么大的国家，动用举国的武力，镇压手无寸铁的好人，天理不容，还我们师父的清白！立即停止镇压法轮功，立即释放我们的同修！」等

等。在回来的火车上，我就用笔写在纸上：「抗议大魔头江××镇压法轮功！还我们师父的清白！」等，粘在车窗玻璃上、茶桌上。

实际上车站里、火车上到处都在围追堵截法轮功学员。一路上在师父的呵护下，我平安的回到了家。后来才知道，我坐的车到北京已经是十月二日，错过了十月一日到北京天安门广场证实大法的日子。听说那天有不少同修被迫害。据同修说，我们当地的大法弟子在去北京的火车上，就有不少被绑架回来了。回家后学法，向内找，觉的自己还是有很多执著心没有去，尤其是怕心太重，这一步没有走好。

## 七、讲清真相、劝三退

师父说：「在用理智去证实法、用智慧讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人的伟大壮举中，完善着每一个大法弟子圆满的路。」

（《精進要旨二》〈弟子的伟大〉）师父还讲了做好三件事其中最大的事就是多救人、与邪恶抢人，时间不等人。

一开始我是先从自己身边的熟人做起，向他们讲清真相。《九评》问世后，又开始劝「三退」。利用一切时间、创造一切机会、找到讲真相的「切入点」，根据不同人的身份、地位、气质、爱好、各种心理状态恰到好处的讲清真相，劝三退。

有一次，我看到了原市政府副市长家门口卸了一车煤，因为和他多少有点认识，就帮他往院里挑煤。这个人给人的印象还比较正直，又是知识份子。我就从他的为人处事的角度，边干着活边和他聊起「交人要交心，浇花要浇根」，顺便又说起共产邪党利用知识份子搞大鸣大放，一开始说不抓辫子、不打棍子，最后还是把很多知识份子打成了右派，害死了无数的知识份子。说起毛魔头，别人问毛：「你这不是搞阴谋吗？」毛说：「我不是搞阴谋，我搞是的阳谋！」一直说到《九评》、「三退」，虽然他当时没有答应三退，但他还是在不住的点头。我认为救人不执著一时的结果，重要的是在讲清真相的过程中，使他明白了真相。

他也可能出于爱面子，或者有其它的心理误区，不能当时表示三退，但是，他心里明白的那一面，在赞同「法轮大法好！」

还有一次，在大街上碰到了市广播电视局局长。他以散步的形式锻炼身体，我就和他谈起了锻炼身体的方法。我告诉他，我以前利用

了各种形式进行体育锻炼，结果还是住进了医院，花了不少钱不说，病不仅没有治好，又查出来了不少的新病。后来有缘修炼了法轮大法，身体所有的病都没影了，现在觉的自己的身体比年轻时还轻快，多少年来我一片药都没有吃过，也不用跑啊、跳啊，每天只要学法、修心、炼功、再加上救人等就行了。接着我和他讲起三退的事，他很快就答应了，我还给了他真相资料和护身符。

还有一次，在一家医院的门前，遇到了某派出所的负责人，我告诉他不要配合邪党迫害法轮功，真要有那么一天真相大白，那罪可不轻啊！法轮功教人做好人，又祛病健身，何乐而不为呢？他也退出了邪党。

说到这，我认为在讲清真相的同时，还要告诉他们不仅要自己知道迫害真相，自己心里经常念「法轮大法好，真、善、忍好」，还要告诉他们的亲人、朋友，这不也是在做好人、救人吗？一般我手里有真相资料、护身符等我都给他们，让他们更进一步的知道「法轮大法好」。再则，我认为他们能让我遇到，并且得救了，并不是我有多大的本事。在表面空间，是我有救人的这颗心，我动动嘴，在另外空间，是师父把有缘人引到我面前。再想一想，邪党利用各种手段，对人从孩童时就开始洗脑，灌输它的「无神论」等邪党文化，进行一系列的欺骗，我能几句话就使别人退出邪党？所以我经常告诫自己千万别飘飘然，别翘尾巴，别证实自己，就记住师父的话：「修在自己，功在师父」（《转法轮》）。

当然例子太多了，一般各个层次的人，我都和他们讲过真相，例子我就不举了。要救的人太多、太多了，我觉的我做的和师父的要求差的太远、太远，觉的和做的好的同修比起来差距还很大。今后，就以法为师，比学比修，想方设法的多救人。

## 八、堂堂正正走出魔窟

一次在发真相资料时，被恶警绑架，当时自己以为正背着师父的经文，发着正念，怎么发生这种事，心里就有点正念不足了，实际上当时正念足一些就没有事了。后来当醒过神来，发觉自己有漏被旧势力迫害了，于是又从新让正念足起来。

在国保大队，我就和他们讲：「我修炼了法轮大法，浑身的病都

好了，我现在是在做好事在救人！」当问我还炼不炼了，我坚定的告诉他们：「炼！」反正我不能出卖同修，不能给大法抹黑。他们让我签字，我说：「不签！」后来他们说：「这是你自己说的话，这记录对不对？对就签个字。」我以为我说的话就要对自己负责，随即签了个字。后来觉的不对，这不是配合了邪恶了吗？觉的上当了，做错了，但是已经晚了。他们把我送进了看守所。

当我冷静下来，细心一想，向内找，对照师父的法，找出自己在这段时间冒出了很多执著心：自满心、安逸心、色欲心……一看电视就没完没了的，忘记了自己是个修炼的人。正法修炼时间一瞬间值千金、值万金，救人的担子多重啊！师父心里多急呀！自己在干什么呢？这么多的执著心，还不叫旧势力抓住了把柄，它能放过你吗？又想起师父的话：「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！」（《二零零三年元宵节讲法》）

随着不断的背法，不断的发正念，我正念更强了。我想：「正法时期的大法弟子，到哪儿都要堂堂正正的做好三件事。」于是就向同监室的其他人讲清真相、劝三退。我给他们讲真相的事，铺头打了小报告，狱警就喊：「到这里还不老实，能炼法轮功就别吃饭！」他们别人都出去干活了，不让我和他们接触，不让我和他们说话，就让我一个人待在屋里，不给我饭吃。傍晚，他们收工回来，偷偷的给我带回来馒头让我吃。后来我又和那个铺头讲真相，我说：「善有善报，恶有恶报，炼法轮功的都是在做好人，我告诉你还是多念『法轮大法好，真善忍好』会有福报的！要想没事早点出去就多念『法轮大法好！真、善、忍好！』」他也点头，看来他也是真的相信了。

后来没几天他就出去了，并告诉我的孩子我在这里的情况，还叫我孩子来看我。有的人还告诉我，有的狱警告我黑状说：「就是他上我家，让我退党！」我说：「没事，我是为他好！我不恨他，他能有明白的一面，他不能总那样！」因为我听别人说，这个人对大法弟子挺狠。以前我认识他的时候，有一次，他俩口子叫黄鼠狼子给迷住了，什么胡话都说。我只想不能让他做那么多的坏事啊，告诉他法轮功的真相，让他尽量多做好事，免的造下大业，毁了自己。至于他要选择什么路，我只能劝善。其实这个时候，我什么心都放下了，心性

提高了许多。可以这么说，随着我不断的背法，向内找、发正念、讲清真相，心性确实提高了不少。

师父说：「我们是按照宇宙演化原理修炼，按照宇宙的最高特性——真、善、忍的标准指导我们修炼。我们炼了这么大的一个东西，等于是炼宇宙。」师父说：「心性多高功多高，这是个绝对的真理。」（《转法轮》）我想把自己的心放大到宇宙那么大，这些小事算什么，我都能过的去的。再说这里边也不是我呆的地方，我还要出去救度更多的世人，同修在外面等着我呢。当我把各种人心都放下的时候，正念一足，迫害不止就不住的发正念，另外空间的邪恶也受不了了。同修来看我时，告诉我外面的同修也在发正念，揭露迫害的真相，给国保大队、各个派出所以及恶警都寄去了劝善信。

没几天，狱警就告诉我：「你走吧。」原来他们准备让我写保证书等什么的，也都不提了。就这样我堂堂正正的走出了魔窟。

## 九、圆容家庭

自己原来就只重视在外边和别人讲清真相，劝三退，也觉的挺容易的，忽视了向家人讲清真相、劝三退。后来经过和同修交流，经过学法认识到也应该重视和自己家人讲清真相，圆容好家庭。师父在《精進要旨》〈道法〉经文里说：「大法圆容着众生，众生也在圆容着大法。」家人不能够明白大法真相，这个环境不圆容好，直接影响到自己做好三件事。尤其是随着正法進程的快速推進，师父要求每个人都要走出自己的修炼道路，让家庭资料点遍地开花，我也想建立个家庭资料点，这个家庭环境不正过来，这个事就不好办。所以我觉的首先学好法、向内找，把自己修好，说出的话才在法上，才有力量，才有威德，才能更有利于圆容好家庭。

随着正法的推進，心性要求越来越高，各方面在法上也要归正自己，尤其这颗心也得溶于正法修炼之中，要和正法修炼合拍儿。以前家人时时替我担惊受怕，承担着巨大的压力，自己原来不太在意这些事。从魔窟回到家以后，家里人看到我好好的回来了，虽然心里就象有块石头落了地，可是我一出去他们就不放心。尤其是老伴儿，有时偷偷的在背后跟踪我，有时回来晚点，大门也不给开。有时候成天不开晴，有时连吵带骂，甚至提出不行就离婚。虽然我也知道需要重



视，这也是自己要过的心性关，但是有时真不知道怎么做才能做好。

我想，还得多学法，还得向内找。首先看到我没有真正的把自己当成炼功人，严格要求自己，在家里没有真正把大法弟子的形像树立起来，把家庭环境圆容好。没有重视向家人讲清真相，落下了做好三件事的这个重要的一环。

认识到了就先从内心修起，自己从各方面，一点一滴、一言一行做起。我原来以为证实法时间这么紧，家里什么活都不干了，有时柴禾也不劈了，掏火墙都是老伴自己干，现在看来自己做的太不对了，走了极端。家人可是按照大法弟子的标准在看着你，想想我做的这么不好，这不是在给大法抹黑吗？自己从说话的语气上也得改，原来说话太冲，把人家撞到南墙上，还觉的自己做的挺对。

通过向内找，认识到这都是自己做的不好，就立马改。从不会做饭，我也练习发面做馒头、蒸大米饭；有时也擦擦地，擦擦桌椅板凳。有时也向老伴征求意见，主动承认自己以前有的地方做的不对，没有照顾好家庭，对老伴关心不够，让她跟着我担心受怕的。慢慢的，家庭环境气氛也不那么紧张了，缓解了。我跟她讲真相也能听进去一些了。我想她也是有缘人，也应该得法。平时我就注意发正念，清除自己的空间场，清除自己家的空间场，清除另外空间的旧势力、邪魔烂鬼对她的干扰，清除共产邪灵的干扰。有时也让她看真相光盘，听师父的讲法录音、看师父的讲法录像。我有时还给她念《转法轮》，她也逐渐的愿意听了。

有一次她妹妹来串门，我给她妹妹讲真相，她也帮我讲。她妹妹要走的时候，她跟我说：「把这本《转法轮》给我妹妹吧！」我说：「我想办法给她请一本新的《转法轮》书吧！」还有一次，把她的朋友请到家里来听我讲真相，并且劝退了。还有一天，她在电话里直接给她弟弟、妹妹三退了。还有很多事。我想这一切都是师父在帮着做，是大法的神奇。师父也看到我有建立家庭资料点的这颗心，帮着我开创了这么好的家庭环境，谢谢师父。

有一回她告诉我，孩子来电话了，说处了个对像，过几天领回家来看看，也就算旅行结婚了。房子也是女方家的，什么也不用我们管。我说：「我这还有点钱，拿去给儿子结婚用吧。」她说：「不用

了，我攒的钱就够用了。」没几天，孩子回来了。我就想给儿媳妇讲真相、劝三退，怎么劝呢？刚过门的儿媳妇也不熟悉。我心里想还得多学法、向内找。还是自己的怕心上来了，怕讲不好场面不好收拾。师父说：「我告诉大家，全世界所有的世人都曾经是我的亲人」

（《二零零三年元宵节讲法》），我心里一亮，她到我们家不也是要被救度的众生吗？我怎么就看不透呢？老伴害怕，不让我讲，我就不讲了，对吗？这能修出无私无我的正觉吗？于是我就请师父加持，坚持发正念，清除另外空间的一切干扰，我一定行！我于是在有一天，全家人坐下来休息的时候，儿媳妇提起话头，问我们俩的身体状况时，我就讲我经过修炼法轮功，身体的病全好了，接着向她讲起法轮功的真相。当我提到三退保平安的时候，她很痛快的说：「那您就帮俺俩都退了吧！」我老伴也挺高兴，说：「真是有缘啊！」

现在我老伴也让我教她炼法轮功，虽然暂时不太精進，毕竟迈进了法轮大法的门槛。

#### 十、建立家庭资料点

我是锁着修的，可是在修炼的这条大道上，我所碰到这一系列的事情，使我不能不感到师父就在自己身边，时时处处在呵护着我，使我正念更强，更知道勇猛精進。

就从我要建立家庭资料点这件事情来看，按照常人的理：一个是家庭没有那个经济条件；再则家庭环境也不行；第三，自己各种人心上来了，尤其是怕心上来的时候，就是亮红灯；另外谁帮我、谁教我？……现在通过大量的学法，向内找，破除了很多心性上的障碍，首先是放下了怕心。有师在，有法在，我做的是助师正法的事，圆容师父所要的，为了救度更多的众生，旧势力不敢动我。现在家庭环境也在师父的呵护下，基本正过来了。

建立家庭资料点的资金也解决了。这次孩子回来结婚，叫一般的常人看来，我们家也太有福气了。什么也不用我们操心，女方家也挺满意。有一天，儿媳妇还说：「把这房子卖了吧，再给二老添点钱买个楼。」我说：「不用了，住平房住惯了，谢谢你的好意。」我悟到，什么事都不是偶然的，现在正法急需资金救人，这不都是师父安排好了的事吗，而不是让我贪图享受，贪图安逸这个心必须灭掉！其

实，以前自己攒点钱就给资料点，再难也不能难了资料点的同修们。现在我把手头的钱一部份让同修给家庭困难的同修、被迫害的同修；一部份给资料点用；一部份留着建立家庭资料点用。

有一天晚上，我做了个梦，非常清楚：别人告诉我哪天哪天去接个东西，那东西象电视机又不象，是什么也叫不上来。就在当天，有个同修问我买电脑的事，我说行，一会儿就把钱给你送来。其实这位同修，我都不知道姓什么，但是我坚信这是师父安排的，把所有的心放下，就听师父的。又过了几天，在街上又偶然遇到了那位同修，说：「给你买来了，你拿回家去吧！」我说：「我一点也不会，拿家去还不是个摆设。」她说：「师父自有安排！」

就这样，经过几位同修教我上网、打印、刻录等技术，我这个家庭资料点基本可以正常运行了。这一系列事情好象都是偶然的，其实都是在师父的巧妙安排下顺理成章完成的。

在建立家庭资料点的过程中，也有过心性关的事。我也悟到什么事都不可能那么顺当的。正象师父在讲法录音中所说的：你喝着茶水、看着电视、躺在沙发上就长功？那是根本不可能的事。

有一次因为打印机部件的新旧的问题，使我在思想上产生了波动。虽然也在劝自己说无所谓，但是后来还是没在法上去悟，没有认识到这是提高心性的机会，完全用常人心去琢磨，没有把自己当作是修炼的人。人心上来了，也不注意修口，愤愤不平，当时的心性还不如一个常人。

当时就认为我在这么困难的情况下，要建立家庭资料点，怎么对我还这样？在师父那儿也说不过去呀！后来经过学法，在和同修共同的切磋下，心也渐渐的平静下来了，一想，这点事儿都过不去，这哪行啊？这中间也修去了自以为是、不让人说的毛病。知道向内找，修好自己才能更好的做好资料点的工作，才能使资料具有更大的法的力量，真正成为救度众生的法器，才能救度更多的众生。

后来看到师父对《对澳洲学员讲法》，望着慈悲伟大的师父，我的「心结」一下子完全被师父的洪大慈悲融化了，泪水顿时夺眶而出。

什么是「以法为师」，这句话说起来容易，他的无限内涵只有真

修弟子才能心知肚明。随着正法到了最后的阶段，更要重视以法为师，排除干扰，扎扎实实的修，向内找，修好自己，才能做好三件事，救度更多的众生。尤其在做好资料点的工作中，只能做个提高心性的表帅，才能发挥那些法器：如电脑、打印机、刻录机等等的的作用。使自己的心性得到更好的升华，才能和同修配合的更好，共同做好三件事。

近来由于放下对「奥运会」的执著、对「预言」的执著，原来激光打印机「咔、咔」响要坏的声音，顿时都没有了，非常轻快的开始工作了。有个硒鼓打印了一万多张纸，完全是超常的运转。在刻录「九评」、「神韵」光盘的时候，由于自己心性提高上来了，认真的刻录、认真的检查，基本没有一张坏的。还有一次突然打雷，手动停机根本就是不可能的了，但是突然一下子打印机、电脑、刻录机、DVD、电视机全部停止了工作，但是没有停电。我马上悟到这是师父在保护着我，防止了意外事件的发生。当我又从新一个个开机，从新开始工作时，把刻了一半的光盘取出又放进刻录机时，照常刻录，经过检查图像非常清晰。按照平常这样的光盘，根本就不能再刻录了。当然还有很多神奇的事。

我这个家庭资料点，就是这样在师父的呵护下，在同修的帮助下，溶入了正法洪流之中，为救度众生做着应该做的事。我自己也通过这些年的修炼，也在师父的呵护下，在这大法的熔炉中，在救度众生中主动向内找、向内修，要修成无私无我、先他后我的正觉，在正法的洪流中、在救度众生中一定能熔炼成真金！

重温师父的《洪吟二》〈理智醒觉〉以共勉：「少息自省添正念明析不足再精進」。谢谢师父，谢谢各位同修。

有不足之处请同修指正。合十。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 无悔修炼路

文 / 辽北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】

尊敬的师父好！

各位同修大家好！

九七年得法至今，我走过了十一个寒暑，酸甜苦辣，真象是打翻的五味瓶。有升华、有回落、有经验、有教训，感触颇多，写出来与同修交流。

### 一、肩负重任洪法

九七年我有缘走入大法。当时正值我皮肤病发作，什么药物都不好使。而刚听师父的讲法录音，几天功夫，师父就给我净化好了。随之我的腰病，扁桃体炎、肾炎、关节炎等疾病在很短的时间内全部都消失了，我切身的感到了大法的超常玄妙。我每天参加集体学法炼功，思想道德迅速升华，对名利情逐渐看淡，我越发感到这才是人间正道，是超脱轮回之苦的必由之路，是上天的阶梯。所以我暗下决心一定要跟随师父坚修到底。在九七年纪念师父传法五周年长春大法弟子书画展上，我郑重的写下了自己的誓言：坚定不移的跟随李洪志老师，无怨无悔的走修炼之路。

我觉的这么好的一部大法，应该让更多的人知道，所以我利用节假日，双休日走出家门到社会上洪法。特别是九八年退休后我全身心的去弘扬大法。我们组织了洪法小组，城市，乡村同时进行。我们制作宣传栏，拍照了学法炼功照片，印制「法轮大法」、「真善忍」、「义务教功」等横幅。宣传大法的八大特点，教功送书。到九九年「七·二零」之前，我们走遍了全市的村村寨寨，建立了几十个学法炼功点。法轮大法深入人心，看到那么多人得法修炼身心受益，自己再苦再累，心里就是高兴。

有一个农村妇女从头到脚全都是病，特别是类风湿害的她双手不敢沾水，很多活都干不了。一个农村妇女担子该有多重啊，她急呀，每月就等丈夫开支好去买药，生活非常困难。我们送给她一本《转法轮》看。第二天早上她的手就敢沾水了，简直太神奇了，逐渐的，她身上的病都好了，她逢人就说：「法轮大法救了我。」这样的事太多了。

### 二、魔难之中坚修

九九年「七·二零」江氏流氓集团开始了对法轮功的全面迫害。

十月份我进京上访被劳动教养。回来后我抓紧学法，准备迎头赶上。可是学法并没入心、没有理解好法，流于表面做事，把邪恶的迫害当作了人对人的迫害，做了些表面是大法的事，实际上是掺有人心在做。在证实大法的过程中被邪恶迫害绑架，我被非法判刑五年。

在监狱里我遭受非人的迫害，恶警不许我睡觉，二十四小时站着、冻着、饿着，逼我「转化」，往死折磨我。我血压升高到二百，走路脚下不稳，还往我饮食中下了不明药物，让我生不如死。我一时人心上来了，就想：先缓一步吧。就这样，我违心的写了「三书」。

心里明白这样做怎能算是一个大法弟子，怎能对的起师父？我哭了一夜，我做了一个梦，梦见我一个人被困在一个铁丝网围成的大桶形的地方，没有门。我知道这是师父的点化，我做错了。过不几天发了棉衣，棉衣的后背上有一大块油污，我知道这是点化给我修炼路上留下了污点。

后来我声明纠正了这种错误。因此，邪恶加重迫害我，他们把我关到一间专门迫害大法弟子的屋子里，派出专门打手，实施暴力，非要把我「拿下」。我向他们讲大法的美好，讲「四•二五」，自焚真相，讲善恶有报的道理，她们都不听。在恶警的利用和压力下，她们对我实施了灭绝人性的迫害：每天从早上六点半到晚上九点，逼我一直蹲着，不让上厕所，尿了裤子不让换；三伏天半个月不让洗漱，滴水未沾；把我衣服扒光，七、八个人打、掐、拧、踢、扇、薅头发，鞋底子打飞了，扫帚把子打散了，衣服挂子打折了，我的臀部肿的梆梆硬；肉打烂了，恶徒还在上面撒上盐，血水和裤子粘在了一起，身上掐的血糊糊的，都变成了黑色；脸上青一块紫一块的，鼻子打伤，眼底充血，头顶薅秃，恶徒用冲厕所的脏水往我身上泼。恶警陈营曾亲自殴打我，并恶狠狠的说：「不转化就让你生不如死！」我被折磨的呼吸困难、行走困难、身体虚弱。

师父说：「身卧牢笼别伤哀 正念正行有法在 静思几多执著事了却人心恶自败」（《洪吟》〈别哀〉这首诗是同修后来传进去的）那段日子我静心的回忆着自己走过的路，找自己的执著心。发现自己人心太重：做事心、显示心、争斗心、利益之心、求安逸怕遭罪的心、对情的执著、对生命和圆满的执著，还有怕心，所有这些都是我

要修去的心。我想到了师父的慈悲苦度，师父给我法轮，给我净化身体，为我承担了一切。而我却人心凡重，这样怎能证实大法救度众生？每个执著都是一堵墙，阻挡着我修炼的路。我要放下这一切跟着师父坚修到底，洗去那罪恶的污点。想到这里我什么也不怕了，心里默念着正法口诀，并求师父保护着弟子。

恶徒们对我说：「不转化就打死你，给你写个心脏病突发或脑出血就完事了。」我说：「法轮大法是正法，我就是要跟师父走到底，死不死不是你们说了算的，迫害大法弟子必定要遭恶报的。」她们想尽各种办法也没用，我的念头一正，那邪恶真的害怕了，过了半个月把队长调去学习了。她们黔驴技穷，不管我了。我知道是师父保护弟子。

过了几天我梦到很多人都争抢着回家，一个声音说：回家得有一个票。我下意思的摸了一下小腹，噢！我的票正好在小腹部位。我知道就是那珍贵的法轮，这是师父在鼓励我呢。

### 三、剜心透骨修心

我遭受了五年的邪恶迫害回到家中，心中充满自信：只有真正放下生死的人才能闯过这一场魔难。既然生死都能放下，还有什么不能放下的呢？觉的自己人心都没有了。

然而，修炼可不是那么回事。我逐渐的发现，和我一样被非法判刑的丈夫，比我先出狱，回家后不学法、不炼功，还犯了色戒，做了大手术，弄的身体极度虚弱，他自己还存了小金库，其余的积蓄几乎用光，养蚂蚁又陪了钱，把家里折腾个精光，被色魔折磨的象个烂头苍蝇，还对我百般挑剔，借故打我，我学法炼功受到严重干扰。

一向对我关爱有加的丈夫怎么一下变成这样？对我愚弄欺骗，不仁不义。我觉的委屈极了，越想越气。我的心开始浮动，总是想这事不怨我呀，是他不对呀。怎么也忍不住，这个家没有了安宁。满脑子都是乱头事，真想一刀两断，又怕给大法抹黑。

后来我到学法点学法，大法弟子是一个整体，同修对我帮助很大。我一边学法一边按照师父的教诲向内找。发现自己对情的执著较强，把他当作保护伞避风港，一旦坍塌了，觉的无依无靠，有一种很强的失落感。

师父说：「你要想修炼，人的情就要往下放。」「常人就是为情活着。」「你不想一想，这不是魔你来了吗？用这种形式叫你过不好日子。」（《转法轮》）

这不正好说我吗？我被情带动着，搅扰着，生生世世的辗转轮回，我被这个假相迷住了。以前的爱是情，现在的恨也是情，哪个也不对。师父还说：「人要跳出这个情，谁也动不了你」（《转法轮》）。悟到这些，把这个情看淡了。

再往深找，发现自己对钱很执著。我是一个精打细算，勤俭持家的人，攒点钱不容易，就怕晚年缺钱。所以才在钱上让我失的精光。师父说：「执著于钱，乃求财假修，坏教、坏法，空度百年并非修佛。」（《精進要旨》〈修者忌〉）师父还说：「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。」（《转法轮》）因为我对钱的执著，用这种方法去我的利益之心。也许生生世世欠了人家的，利用这种方式还债。如果是这样，那就结账，没坏处。我的心放平了之后，单位以前欠我一部份钱，按现在说很难要了，领导已换了几茬。通过讲真相，很顺利的要回来了。我深知，这是师父的安排。

从丈夫这些事情上，还充份暴露了我的争斗心。在这件事情上我没有做到坦然不动，而是想找到他的证据。结果想什么有什么，一切都随心而化，偏偏就让我看到他的不轨行为。有了争斗心，那么就产生了恨。有了恨，就没有了善。师父教我们要修出大慈大悲，大善大忍。其实现在谁不是业滚业滚过来的呢？谁能保证自己在历史上没犯过错没失过足呢。师父对犯错的人都一再给机会，不落下一个弟子，多么慈悲呀！我是一个修炼的人不能象常人一样。自己的心逐渐的扭转过来了。

这件事让我体会到了正法的重要。修炼中没有一件事是偶然的，都是对着我们的心来的。我悟到这是旧势力利用这种形式直接干扰我做三件事，让我没有喘息之机，回来就加重迫害我，造成我们之间的矛盾，产生间隔。我刚回来就做了一个梦，有两个魔挡在我行进的路上。这是师父预先就点化了我。

怎么办？我一边学法，一边发正念，请求师父加持。一边做证实



大法的事，全盘否定旧势力的安排，渐渐的在法上提高。我想：他毕竟修炼这么多年了，掉下去多可惜呀，如果他修不好他的世界就会解体，那里的众生怎么办？他也是被旧势力迫害的，不能让他被旧势力夺走。大法弟子是个整体。我主动和他学法，一起炼功，发正念帮助他清除他空间场的一切邪恶生命与因素。一段时间以后，他认识到了自己的严重错误，回到大法的修炼中来了。

#### 四、正念慈悲救人

我回来后，才知道「三退」的事。所以我抓紧时间多学法、看《九评》、《解体党文化》及各种真相资料。先把法理学明白，知道为什么要三退，怎样去做三退。一段时间后，我开始试着做。首先去发真相资料。开始时有怕心，怕再次被迫害。第一次发了九本小册子，心有些慌，出了一身汗。回来后，静下来想一想，我们做的是全宇宙最神圣的事，为什么要胆胆突突呢？有那么多世人不明真相，受邪党毒害的等着我们去救度。我们是在救人，是做最善的事，怕什么呢？而且我们有师父法身保护，有护法神护法，做证实法的事邪恶不敢迫害。以后自己一边做，一边发正念，心态平稳、祥和、慈悲、智慧的把一本本资料送到千家万户。

发了一段真相资料后，积累了一些经验。这时，我又与同修配合，去周边和农村发资料。在周边的平房发真相资料，我们选择天将黑的时候。人们都陆续的回到屋里，外边流动的人少，几步之外认不清人，比较安全。各家的大门还没关。我们正好将资料放在大门内，当他们关门时，正好将资料拿走。我们一晚上能发一百多份。这期间贴粘贴也很安全，我们配合的很好。

去农村发资料，我们选择的时间是上午八点以后，这时人们已下地干活去了，几乎有一半人家是锁着的。我们正好把资料放到门里面。家里留的都是老弱病残者，遇到老人在家可随便放，如他们看见可直接送到他们手中，告诉他们也要给你们的家人看，看了有福报。

在这过程中，我体会到了正念的巨大作用。有一次我往电线杆上贴粘贴，还没粘完，胡同里过来一个中年男子，我的心「咯噔」一下，但立即想：这是救你们的，赶快看看，明闻真相好得救。我坦然的把它粘牢后离开，走了一段回头一看，那人正认真看呢。我知道是

师父把有缘人领来的。

还有一次我从五楼发完资料刚出来，三个派出所的人直奔这个楼口而来。我心生一念，解体他们背后的邪恶因素，请师父加持我。正念一出，他们就从我跟前走过去，上了另一个楼口。

又过一段时间后，我开始面对面讲真相。开始时很不顺利，当时不会讲。第一次是给出租车司机讲，只按自己的想法没有顾及对方的反应，结果不成功。回来后我与同修交流，学习了不少方法，开始在亲属中讲，退了二十多人，逐渐的会讲了。我体会最深的是：我们做的只是表面，真正救人的是师父。

有一次，我上街去修鞋，不知修鞋人在哪儿，就问了一个清洁工人，他告诉我的方向和我要去的地方相反。我想这不是偶然吧？我和同修说：也可能有人要来听真相吧。我们随即找到了修鞋点，恰好就有两个大学生走过来要钉鞋掌。我和同修一人一个，给他们都做了三退。

一次，一个老头大冬天一个人在学校门口站着，我走过去问他在干什么？他说在等人，我想这不正好等我来救他么，于是我给他讲了真相，退了党。他说：「现在共产党坏透了，你心眼好，告诉我这么一件大好事，我哥也是党员怎么办？」我告诉了他三退的办法，他高兴的再三感谢我，我也很激动：人明白真相后他是多高兴、多幸福啊！由此我更知道自己肩负的责任有多重。

我利用生活中的方方面面去救度世人，买东西时，花上几张真相纸币，碰到有缘人就讲真相，抽空发资料，在家有空就写真相信。谈到写真相信，我有一点体会。我发出真相信有一百多封，很大一部份是我自己写的，一封信要写上三个小时或更长时间。有空就写，以前我手脖子上长了一个很硬的筋包，神奇的是在写真相信的过程中不知不觉的消失了。师父说：「无求而自得。」（《悉尼法会讲法》）我们什么也不求，就按师父的要求做，师父什么都给你。

十二年的风风雨雨、坎坎坷坷。有人问我：你遭了那么多罪，又损失了二十多万元，你后悔吗？我说：「我不后悔。我失去的是有价的，而得到的是无价的。这条路再艰难我也要一直走到底！因为我早已立下誓言，我选择的是一条无悔的修炼路。」

感谢慈悲伟大的师尊！合十！

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 学好法 放下人心 走好修炼路

文 / 河北大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】

尊敬的师父好！

各位同修好！

在得法前几年，我就是师父讲的那种「中士」，炼也行，不炼也行。没有师父的慈悲呵护，没有后来不断的坚持学法，不敢想象我怎么能在腥风血雨的正邪较量中走到今天、在正法修炼中走出自己的路、在救度众生中展现大法弟子的辉煌。在此写出自己这十多年修炼历程中的一些体会，向师尊汇报、与同修交流，同时也希望能够对现在仍处在「中士」状态的同修有点借鉴，不当处请慈悲指正。

### （一）得法之初过病业关

我于一九九七年春天得法，当时父亲从同修那里借来了《转法轮》，我出于好奇就拿来看看，一看就被书里讲的一些神奇的现象以及高深的法理所吸引。得法初期身体有时也会出现消业的症状，一般很快就过去了，但也有例外的。

在我上高中时，有段时间一直咳嗽，因为明白炼功人没有病，就没有当回事。但是过了很长时间，这种症状不但没有消失反而加重了，开始咳血，当时悟到这是师父一方面在给我消业，一方面考验我对大法坚信的成度，有时也有人心冒出来，但在这个问题上信师信法的正念占主导，最后这种症状持续了将近一年的时间，不知不觉的消失了。

后来，我悟到那段时间自己虽然也学法炼功，但没有真正认识到修炼的实质和严肃性，还是感性认识大法，把这件事的出现简单的认为是在消业，也没有深入的找找心性上的原因，对于在常人中求名、求利、求安逸的心，意识到不对却没有立刻放下、修去它，当长期处于病业魔难中时，心性也被一些表象带动出现摇摆，又执著起结果

来，这些都人为的拉长了过关时间，加大了过关难度。

## （二）迫害之初在迷茫中挣扎

九九年「七·二零」前由于自己学法少、不能在法上认识法，当面对这突如其来的邪恶打压，一下迷茫了，尽管知道大法是好的、师父是最正的，邪恶是在造谣欺骗。我的父亲和当地很多同修都进京上访，回来后大都被非法关押和勒索巨额罚款，邪恶也经常到我家里非法抄家和骚扰，自己由于没有跟上正法进程，对这些做法心里并不十分理解。

上大学后，我开始真正的反思这些问题，并大量学习师父所有的讲法和经文。当我学到师父在经文《排除干扰》中讲到：「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！」我彻底明白了，以前自己虽然也修炼了，但由于自己学法少，心更多的在人这儿，想的是自己的前途和得失，学法时感觉很飘，好象隔着一层东西。当在学法中，放下那些人心、观念、执著时，才真正悟到了大法的法理，才明白只有按照法的要求做到，才算实修。慈悲的师父并没有因为弟子的不争气而放弃我，而是一直在点悟我、在等着我做好。

到大学刚开始时，我负责班内的事务，在那学期十一放假前夕，班主任要求每人必须放假期间，写一篇诽谤大法的文章，开学回来后，让我收上来。我从学校回到家，决心决不能做这种事，心里却仍有点担心。我到同修家去交流，从交流中，我看到了自己很重的怕心，我决定无论如何，都不能在修炼路上留下污点。

回到学校，我为了回避收那些诽谤文章，辞去了班长职务（现在想来，当时正念不足，没有正念制止这种让众生犯罪的行为）。后来班主任找我谈话，我采取回避态度，最后回避不了了，就对她说：

「共产（恶）党在搞运动，电视报纸的宣传都是骗人的，我不想昧着良心说假话。」其实她已经猜到我在修炼了，后来这事就这样不了了之了。可能师父慈悲看到我那种「无论如何」的决心，保护弟子过了这一关。

## （三）在讲清真相证实法的路上前行

迈出了真正修炼的第一步，我更加明白师父要我们学好法的重要性，业余时间我就经常带上大法书籍找一个安静的地方去学法，那段时间可以说是自己得法以来心里最踏实、最幸福的日子，随着学法的深入，我渐渐悟到了正法修炼的内涵，便开始了讲真相。

在此之前，我只给同宿舍里一两个同学单独讲过真相，那时师父正好讲了关于发正念的法理，随后明慧通知全球大法弟子四个整点发正念。由于宿舍内的环境没开创好，发正念一般都是等他们睡下以后发，有时晚上十二点时，他们还没睡下，我就没有用手势，心里默默的发，但是总觉的长期这样下去，不是回事儿。

有一次早上六点我正发正念，同宿舍的一同学突然醒来想起身上厕所，这时我就想把手势放下，躺下装作睡觉，这时师父的一段法打入脑中：「我想把你们当成弟子待，可是你们自己不想成为弟子怎么办，修炼中所要去的每一颗心都是一堵墙，横在那阻挡着你修炼的路，对法本身还不能坚定是修不了的。」（《精進要旨》〈环境〉）

「而这么伟大的一部宇宙大法，你们却不好意思给他一个正确的位置，这才是人的真正耻辱。」（《精進要旨》〈环境〉）是呀，我这样胆胆突突的，什么时候是个头儿啊！这么伟大的法我却不能给他一个正确的位置，这是修炼吗，这是怎么修的哪？

此时我把心一横，心想就从现在开始把怕心放下，堂堂正正的修炼，讲清真相开创一个好的修炼环境，这也是在救度他们。我瞬间感到正念很强，而那位醒来本打算上厕所的同学看到我正发正念，却吓的又躺下，假装睡觉。是呀，究竟该谁怕谁呀？我们修的是宇宙大法，却往往人心不去，把自己当成人，怕这怕那，这不是一个正法时期大法弟子的耻辱吗！

从那以后我一有机会就向同宿舍以及班里的同学讲真相，让他们明白大法的美好，迫害者的邪恶。随着讲真相我在宿舍的修炼环境也开创出来了，正常的学法、炼功、发正念基本不受影响。

后来师父点悟我讲真相不能只局限在这么小的范围，于是便走出校园去大街上张贴大法标语，当时与当地同修联系不上，没有资料来源，就买了一只能用钢笔水的小毛笔和双面胶，把「法轮大法好」

「法轮大法是正法」以及「真善忍」等大法标语写在纸上贴到公共场

所。

记的第一次我打算贴到附近一个派出所门口对面的一个电话亭上，一来可以震慑邪恶，二来那儿人来人往的，可以使更多的人能看到，从而明白大法真相。那天晚上在去贴的路上，我发现自己的双腿哆嗦，心跳加快，那种怕的因素几乎令我窒息，我心中背着《洪吟》〈无存〉，请师父加持清除这种怕的因素，今天无论如何我也要迈出这一步，突破这一关。

当我把一张真相标语贴到那个电话亭时，我明显感到那种怕的因素消下去很多，真是「修在自己，功在师父」（《转法轮》），一切都是师父在做。但是在修炼中我们得有向上的心，要有修去一切人心的正念，因为师父要的就是我们的这颗心。在这件事上我深刻的体会到修炼的严肃性，原以为自己在常人中不是胆小怕事的人，而这次体现出的状态让我明白人的胆量在修炼中什么都不是，修炼中真正能走过来靠的是信师信法的正念和正行。

大学第一年，我心里一直很苦，那种难耐的孤寂有时会让我自己晚上一个人在这个陌生城市的大街上漫无目的地走的很久很远，看着熙熙攘攘的人群，仿佛自己恍如隔世一般，心里一直想与当地的同修联系上，那样我就能及时的看到师父的讲法和《明慧周刊》，能够与同修交流，跟上师父的正法进程。

我有这样的愿望也在这样努力着，其间也干过不少很莽撞的「傻事」。我出去时一般很留心观察看哪些人象同修，以便找机会联系上。记的有一次，我看见有一对夫妇，凭感觉他们象刚做完真相准备回家，我就一直跟着他们，他们很快就察觉了，并不时的回头看看。后来我赶上他们问：你们是大法弟子吗？他们一下子愣了，其中的女士忙说：「他耳朵背，我们不明白你说的什么意思。」这时我知道他们可能把我当成特务了，我说：「阿姨，我不是坏人，我是在这里上学的大法弟子，由于得不到真相资料，想找同修。」后来那位女士说：「孩子，这里很危险，你要小心，别让父母担心」等一些话，我明白他们弄不清我的情况不会轻易与我联系，就不想为难他们，道谢后，我就离开了。之后我还以类似的方式尝试着与同修联系，一直也没能如愿。后来在师父的慈悲安排下，大学的第二年，我认识了当地

一位修炼很扎实、很精進的同修，通过这位同修我才知道那里的特务很多，我以这种方式找同修是很危险的，没有师父的保护，后果不堪设想。这位同修在修炼路上给予了我很大的帮助，虽然我们年龄差距很大，但我们经常在一起推心置腹的谈一些各自的想法，交流修炼的体会、相互鼓励，我自己都感觉提高很快，在此我深表谢意，并祝愿那位现已流离失所的同修能够在修炼路上不断精進、走好每一步。

#### （四）在正法修炼中不断成熟

在我上学期间，家乡几十名同修同时被恶警绑架迫害，父亲因坚修大法被邪恶迫害致死，当地及周边县市的修炼环境遭到严重破坏，邪恶肆虐，仿佛一切又被笼罩在恐怖的气氛下。在我去与父亲遗体告别的路上，我明显的感觉到慈悲伟大的师尊就在身边，加持着我的正念。当我面对被数十个恶警看守的被折磨致死的父亲遗体时，我没有一滴眼泪，心异常的平静。虽然父亲已被邪恶迫害过早的离开了人世，但从未向邪恶低头，且一直精進实修的，他会有一个好的去处，我无需为此担心什么。那一刻我的内心深深的体会到人世间的无常。

邪恶的残暴没有使我退却，反而更坚定了我坚修大法到底的正念。亲人们对我表现出的平静无法理解，他们那种失去亲人却又惧怕邪恶的无奈的痛苦，只好发泄在我的身上，我没有恨，心里真的体会到常人在情带动下的苦楚。在父亲的遗体被强行火化后的当天晚上，我们就开始学法，看师父的讲法光盘。这件事使母亲受到了不小的打击。我十分清楚在这样的情况下一刻都不能离开法，而且要加紧学法，否则就会被人心所带动，甚至被邪恶趁机来摧垮我们修炼的意志。

事后第二天亲戚们来到我家，想逼迫我们放弃修炼，可能他们觉的在这样残酷的现实面前，我们会动摇修炼的信念。师父说：「修炼就是难，难在无论天塌地陷、邪恶疯狂迫害、生死攸关时，还能在你修炼的这条路上坚定的走下去，人类社会中的任何事都干扰不了修炼路上的步伐。」（《精進要旨二》〈路〉）作为一名真正的大法弟子，坚修大法的正念已经植根到我们生命的本源之处，那是超越我们这个空间的任何表象（包括人的生死）的，是常人无法理解、同时也无法改变的。看着他们被邪恶利用时魔性带动下的扭曲的脸，我真的

觉的他们很可怜，后来他们看我在这样那样的威逼下没有任何反应，只好不了了之了。其实没有师父的加持，没有那一段时间大量的学法我很难走过来，由此也从内心更加深刻认识到了师父一再强调要我们多学法的良苦用心。

随着正法进程的推进，我讲真相范围更广了，有时把同学约出来单独讲，大多都能接受，只有少数人挺害怕，见我找他们就躲。我清楚是他们背后的邪恶因素害怕被解体。在往返学校的火车上，在校园里，遇到的人就主动搭话，找机会讲真相，在讲真相的过程中，结识了不少善良的朋友，他们大都改变了以前被谎言欺骗而敌视大法的想法，对大法树立了正念，也对大法弟子身上体现出的高尚道德和行为感到钦佩，有的提出想看大法书。

在讲清真相助师正法的过程中我的很多人心也逐渐放下了，比如自己以前求安逸的心很强，偶尔吃饭时想改善一下，心里便会想起那些狱中遭受折磨的同修，那些为大法付出生命的同修，便什么安逸的想法也没有了。还有学校的舞会、电影院等一些娱乐的场所，上大学时我一次也没去过（我以前特别喜好那一套），不是强制自己不去，是因为如果心里想着那些受难的同修、装着那些仍被蒙蔽的众生，是不会有心情娱乐的。这并不是想说我做的如何，而是作为这个年龄段的人，这些心很容易把修炼的意志消磨掉。

后来我先后认识了同学校的两名同修，刚开始不断的找她们交流，发现她们很被动，有时想一起做真相，她们却对这些很淡漠，在交流中我明白了那是人心太重而又长期不放造成的。尤其这个年龄段的人，什么找对象呀、找好的工作呀、将来如何生活的好呀等追求人世间享乐的心很强，作为一个修炼人如果学法跟不上，再不经常与同修交流，就会被常人社会所迷，长此下去修炼的意志会被消磨的越来越淡漠，慢慢的就算你将来想精进，也会有很大难度的。师父告诫我们：「修炼可不是儿戏，比常人中任何一件事情都严肃，不是想当然的，一旦失去机会，六道中轮回何时再得人身！机缘只有一次，放不下的梦幻一过，方知失去的是什么。」（《精进要旨》〈退休再炼〉）年轻同修们，引以为戒啊。

到大学后，我一直在不断的尝试突破网络封锁登陆明慧网，始终



也没能突破。后来在师父的安排下，一个偶然的机会通过远方的同修我学会了突破网络封锁技术。当我第一次成功登陆明慧网时，那种内心的喜悦和幸福难以言表，从那以后，我便能及时看到师父的讲法和了解当前的正法进程，同修的交流文章也不断的激励着我要精進实修，这也为家乡后来资料点的组建解决了技术障碍。

### （五）参与资料点的组建和协调

毕业后，我回到了家乡，由于那次邪恶的迫害，当地真相资料的制作一度中断，当时同修们正在筹划从新组建资料点的事，我加入了其中。在师父的安排下，我认识了刚走出来想参与做法工作的一名同修，他家里有电脑和方便的上网渠道，而且环境也不错，于是我们就开始试着制作底稿。

刚开始我们用的是一台低端的喷墨打印机，再加上干事心、急躁心被邪恶利用来干扰，打印机不是堵头就是墨盒不认，有时打印出一份《明慧周刊》及真相资料的底稿需要几个小时，甚至不得不抱着打印机去几十里外的维修点维修，搞的头昏脑胀。

后来我们参与其中的几个人开始了集体学法，在学法后交流一些工作中遇到的问题，通过学法我们修去了很多人心，再加上技术的成熟，工作也越来越顺。根据救人的需要我们又先后购置了激光打印机、喷墨连供打印机、刻录机等设备，就这样在师父的安排下我们的资料点从无到有、从单一到现在能根据需要独立制作各种真相资料、光盘、《九评》和大法书籍。

在资料点的运作过程中，我们一直遵循着师父在《二零零三年元宵节讲法》讲到的：「大法弟子作为一个整体在证实法中协调一致法力会很大。」所以我们参与资料点工作的同修必须每周抽出一定时间在一起学法交流，基本上雷打不动、风雨无阻。在面对面的交流中，同修之间消除了很多不必要的误会，同时我们整体做任何事，都要集体交流，这样就很大成度上避免了我们走弯路、走错路。因为每个人都在学法，不符合法的做法在我们集体交流中是很容易辨别出来的。而且这样做还有一个好处是，只要在交流中达成一致后，我们作为一个整体，在做证实法的工作时，一般都很顺，没有太多的阻力。

我这几年参与资料点过程中最大的体会就是：我们要把资料点的

工作和正法需要以及个人修炼结合起来，做任何事都要从法上悟一悟，看看我们做的事是否符合当前助师正法、救度众人的需要，是否符合大法对我们不同层次的要求，是否为大法和同修的安全负责。这些方面的经验和教训，走在前面的同修已经用巨大的付出给我们总结的够深刻、够具体啦，只要我们能放下自我，时时刻刻在法上悟一悟，我们现在完全可以安全、理性、稳健的走好这条路，没有必要什么事都要自己经历一遍，才能明白，我们应万分珍惜同修们用生命换来的血的教训。

在师父的慈悲呵护下，我们的资料点已正常运行了几年，负责当地数百名同修的资料供应，虽然不时的也有干扰、同修之间也有争执的时候，但是由于参与的同修基本上都能以法为大，不断的放下自我，所以我们的资料点从没有出现什么大的问题，我们也不允许他出现任何问题，因为大法需要、救度众生需要，邪恶不配起任何作用。

我们曾发愿让我们的资料点正常运行到法正人间，不允许任何干扰迫害，我们都坚守这一念，师父一定会帮我们实现这个愿望的。

#### （六）在参与组建学法小组过程中升华

随着正法进程的推进，不断的有同修想参与资料点的工作，我们的资料点也逐渐开始遍地开花、化整为零。随着工作的调整我们原来几个做具体工作的同修抽出身来参与到整体协调中来，那么我们本着一个什么原则去协调，协调哪些内容哪？师父在《长春辅导员法会讲法》中讲：「你们最大的最大的事情就是能够给我们学员创造一个不受干扰的、一个稳定的环境修炼，这就是你们最大的责任。」我们通过交流悟到这是正法进程推进到了一个新的阶段，要想带动当地同修更好的在法上修，整体提高、整体升华，就必须尽快的恢复师父给我们留下的集体学法交流的环境，当然在目前的环境下我们还要注意安全，理智的把这件事做好。

我们几个同修交流了一下，要想尽快的在各地恢复学法小组，就需要更多学法扎实、能在法上认识法的同修走出个人修炼的小圈子，尽快成熟起来，参与到组建和维护学法小组中来。因此我们一方面在那些学法基础较好的地方尽快恢复学法小组，每周参加一次这些学法小组的学法交流，创造和维护一个稳定的环境修炼，使同修们尽快成

熟起来，然后这些成熟起来的同修再去负责一些学法基础薄弱地方学法小组的建立。这样在参与的过程中不断的修自己、不断的成熟起来，又能带动更多的同修提高上来。

在参与恢复学法小组的过程中，自己的收获很大，怕心越来越小了，而且在放下自我方面有了更清醒的认识，比如有时听到同修一些赞扬的话，刚开始时没在意，还觉的挺高兴，后来意识到这是自我在膨胀，我们所做的一切都是师父的安排，是在证实法，如果有证实自己的心就一定要警醒了。师父在《精進要旨》〈猛击一掌〉中讲：

「负责人不管其在常人中做了多少工作，都是自愿为大法工作，工作的成功只是在常人中的表现形式，而能使人得法和洪扬的洪扬是大法本身的威力和法身的具体安排。没有我的法身做这些事，别说洪扬，就是负责人自身的保障也难得到，所以不要总是觉的自己如何了不起。大法没有名、没有利、没有官当，就是修炼。」

最近我对「协调人」一词有了新的认识，我认为那是正法时期大法弟子在实修中的责任体现。当我们真正的为大法负责、为自己修炼负责、为同修负责时，看到同修或整体需要我们做什么时，作为大法中的一粒子会本能的承担起自己应该承担的责任，主动的去做该做的，而不是认定谁是协调人，什么事都由协调人来安排。所以我们当地很少强调「协调人」的概念，只是在有同修想承担某项工作时，大家也觉的没问题，那么相关同修配合教教技术或交流一下思路，在过程中遇到问题大家相互多交流，什么问题都会解决，我们每个人都应走出自己的路来。

### 结语

交流稿写到这里就要结束了，从执笔写稿到现在已有半个月，写了又改、改了又写，仍然觉的所言无物，眼看就到截稿日期了，才不得不草草收笔。

回顾这十多年的修炼路，虽没有轰轰烈烈的事迹，却也经历了风风雨雨，有过迷茫、有过失落、更有过剜心透骨的生离死别。在师父的慈悲呵护下、在大法的指引下，我从一个不知天高地厚业力满身的小青年，成长为一名走在神路上的大法徒。

记的有一年腊月二十八的晚上，我和一位同修骑摩托车去五十里

以外的一位同修那里，在回来的路上，天突然起了大雾，真是睁眼不见前路，一米内都难以看清楚，仰望四周到处是迷茫的世界。路途中不是上到路边堆放的沙堆上，就是差点掉到路边的沟子里，但知道师父就在身边，不会有什么危险。最后当我们平安到家时，心里真有种《西游记》里唐僧师徒取得真经，返回大唐的感觉——我们回来了！在路上同修问我：你觉的修炼苦吗、难吗？是啊，我自己也常问自己这个问题，走过这十一年的修炼路让自己体会到修炼是极其艰苦，非常严肃的。但正因为这样，我们更应该珍惜修炼机缘、修好自己，珍惜走过的路，用心走好今后的每一步，守住返本归真、助师正法的正念，不断精進。只有这样才能不辜负师父的慈悲苦度和自己的史前大愿。现在想起那次历程真觉的不算什么，在师父的呵护下不都走过来了吗？其实在修炼的路上，事事又何尝不是如此哪？

最后以师父在《美西国际法会讲法》中的结尾部份与大家共勉：「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。」

目前个人心得，不足之处，敬请慈悲指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 坚修大法紧随师

文 / 大陆大法弟子 金莲

【明慧网二零零八年十二月八日】从一个怯懦的人到一个坚定的正法时期的大法徒，我在修炼与证实法的路上走过了一个艰难的过程，这其中有眼泪也有欢笑，回忆过往种种我很庆幸自己能一步步随着师父的正法進程走到了今天。

### 上京证实法

二零零一年，由于恶党的非法抓捕，去北京证实法的大法弟子少了起来。当时许多同修错误的认为去天安门证实法，就意味着要被抓、被打。后来听到其实也有不少的同修正念正行顺利返回，这给了我很大的鼓舞，于是下决心去天安门证实法。并且我在心里对自己说：证实大法没有错，不应被抓、被打，我一定要顺利回来。

十月中旬的一天，我坐火车到了北京。当天首先到天安门观察地形，选好位置，晚上在旅馆将横幅写好。第二天我到了天安门广场，刚坐在纪念碑前想休息一下，还不到三分钟就发现几个便衣在盯着我，一边议论，一边打着手机。我快速离开了那里，来到昨天选好的旗杆附近的通道边。这时我的心态有些不稳，手伸进包里摸着横幅，坐下又站起，站起又坐下，反反复复，就是没有勇气打出横幅。这引起了附近一个便衣的注意，我不断的发正念，后来他看没什么动静就转到旁边去了。

直到下午两点钟，我看着一群游客离去，另一批又来，感到自己不能再这样等下去了，于是我将手伸进包里拿出横幅，迅速的站了起来，打开横幅，举过头顶，高呼：「法轮大法好！法轮大法是正法！」那一刻我只听见自己的声音响在天安门广场的半空中，周围的建筑 and 人都看不见了。

做完这一切，我把横幅（背面有双面胶）粘在旁边的铁杆上，然后快步穿过地下通道，并脱去外衣，散开长发，在距天安门五十米处坐上一辆出租车来到火车站，买了第二天回去的票。晚上我找了一家旅馆住了下来，半夜十二点，有保安来查身份证。听着左右两边房间的客人被查的吵闹声，没带身份证的我也没惊慌，静静的躺着，发着正念，保安敲都没敲我的门就走了。

天亮离开旅馆时，我看到附近有几辆警车，那些警察正恶狠狠的盯着出旅馆的人。就这样，我在师父的呵护下，顺利的返回。

### 故乡讲真相

二零零一年十一月初，我回了趟老家。在那里，我帮着一个半身不遂的伯伯（曾炼法轮功，七二零后害怕放弃了）发正念，与他一起学法，直到他能站起来行走。后来我发现村里的人喜欢聚在一起闲聊，这可是一个讲真相的好机会。于是一遇见这样的场合，我就当众讲大法的美好，讲大法为什么无辜遭迫害及天安门自焚的真相等。听的人也有不理解的，说风凉话的，可我不动心，耐心的讲到他们不反对为止。因为我知道他们都是被邪党的造假宣传蒙蔽的，其实说起来也挺可怜的。

### 两次闯出洗脑班

二零零二年到二零零三年，我所在的城市恶党对法轮功迫害的非常严重，成批的同修被绑架到市里的洗脑班，所有的资料点都被破坏了。我们只好靠外地的同修传递资料，可后来就连这条路也被破坏了，许多同修被抓，我也被绑架到某旅馆的洗脑班。

为了抵制迫害，我开始绝食，一帮犹太在我面前晃来扭去，被邪恶操控着胡说八道，妄图对我洗脑。他们抓着我的手想让我签字写保证，我抓起纸来撕个粉碎扔到他们脸上，然后闭着眼睛发正念、背经文，不再理睬他们。恶警来踢我，帮他们解恨，我对着他发正念、讲真相。后来两天，洗脑班的头亲自上阵逼问我资料的来源，我不说，他就开始对我又是踢又是打。我对着他发正念，并告诉他：「对的我就是要坚持，作为人要对别人和自己负责。」听后他微微点了点头，到天亮，见没什么结果，他只好失望的走了。最后一晚，恶警见我仍拒绝洗脑，就气急败坏的威胁要送我去看守所，我不为所动，他们就又软了下来，说让我好好想想。直到天亮，他们的笔录连我的名字、出生日期都没得到，无计可施的恶警只好把我放回家。

二零零四年二月，邪恶又一次将我绑架到在市劳教所办的洗脑班，那里的环境更为险恶，邪恶聚集在那里，正念稍有不强，大脑就会被其所抑制，走向邪悟。一进去我就开始绝食，不停的发正念，背经文，对邪恶的所有要求都不配合。最后，邪恶没办法只好再次把我送回家。谁知一个月后，邪恶又要送我到洗脑班，由于心性有限，得知消息后，我没能全盘否定旧势力的安排，连夜离开住地，开始过起了流离失所的生活。

在流离失所中，我吃了许多苦，接触了许多常人，也看到了许多社会乱象，虽然一路走来很疲惫，却更坚定了我坚修大法不动摇的决心。后来我回到家中，经过不断学法，身体得以恢复，就又投入到讲清真相的工作中去了。

### **建立家庭资料点**

我原来所接触的是个大资料点，常看到负责的同修为印资料而疲惫不堪，没有时间学法。自己由于不懂电脑而感到无能为力，只能帮资料点发正念，可仍感到这不是解决问题的办法。后来在与其他同修切磋中，悟到最好的办法是象法中要求的那样，家庭资料点遍地开

花。得到同修的鼓励与支持后，我们几个同修凑钱购置了电脑、打印机等设备，这样我们的家庭资料点就建成了。

我又放下人的观念，克服困难，从懂技术的同修处学会了上网下载和打印，我们这朵「小花」开始绽放了。除了保证部份同修的明慧周刊、真相资料，还将同修劝「三退」的名单及时上网，后来又开始制作护身符、刻录光盘，我们讲真相的方法更多样了，这样既减轻了大资料点的负担，又增强了安全性。

一年多过去了，我们的资料点在师父的慈悲呵护下，在同修的正念加持下，一直安全运作到现在。邪党奥运期间，有一次我们正在印资料，派出所的警察突然敲门，一同修出去应付，我赶紧将东西收好，然后不断的发正念，请师父给以保护，结果警察随便问了几句话，就溜走了。

### 正确对待婚姻问题

我是个未婚的大法弟子，迫害之前确实想成个家，谈的对像也都是常人。后来发现常人与修炼人还是有距离的：自己想学法炼功，对方追求的都是吃、喝、玩、乐，让人很难接受。后来迫害开始了，我几乎全身心都用在修炼和证实法上了。

很多结了婚的同修很羡慕我，说：「不结婚，没这方面的事就没这方面的执著。」还有人说：「这样没负担，可以专心干修炼人的事。」其实事情都是相对的，去执著心对没结婚的弟子一样也不会少。对于情、色、欲的看淡、放下，也是在不断的学法提高中，慢慢做到的。现在是正法时期，身处其中，我个人觉的目前结婚与否并不重要，关键是要走好证实法的路。正法是严肃的，我们不可能心里装着那么多的执著不去讲清真相，邪恶对我们一直都是虎视眈眈的，心一不正，就可能就被其钻空子，这方面的教训已经不少了。

师父在这方面是这样讲的：「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。」

（《二零零七年纽约法会讲法》）人世间的一切不过是一场戏，现在正法「一步步已经接近尾声了」（《二零零七年纽约法会讲法》）。珍惜这有限的时间，为了走好最后的路，不辜负师父的慈悲苦度，为

了回去的时候无愧于我们世界里的众生，为了兑现我们下世时的誓约，让我们共同精進吧。

感谢明慧网第五届大陆大法弟子修炼心得交流大会给我这个机会，由于个人心性有限，文章中如有不妥之处，请同修给以指正。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 神韵晚会光盘進入千家万户

我的一段修炼历程

文 / 江苏大法弟子 晓昕

【明慧网二零零八年十二月八日】

尊敬的师父好！

同修们好！

前天，农村一同修来电话约我见面，随后带来了「第五届大陆大法弟子书面心得交流会」交流稿，让我帮她发给明慧编辑部，并问我有没有写交流体会？我对她说：我很惭愧，修的太不扎实，愧对师父，愧对同修，再有师父也没有点化我写，便心安理得和她说我这次不参加。想到这些年来自己走过的修炼路，真的是象刚学步的幼儿一样跌跌撞撞、摔摔打打，有的时候摔的很重，倒下就再也不想爬起来了。我的修炼路，写出来有意义吗……

昨天夜里做了个梦，在一个不大的教室里，墙四壁都是黑板，而黑板上没有一个字，自己还和身边的人讲黑板上怎么一个字都没有？再仔细看看，原来是黑板材料不好。醒来后对照自己，黑板上一片空白，不正是点化我没有写交流稿，还找借口说这不行，那不行。

回想得法修炼的当天，我那沉重的病体就变的一身轻，好似从没有过的身心舒畅，心中充满了对师尊的无限感恩和对大法的敬重，从此每天精進的学法炼功，严格要求自己，有时真的感觉到自己的功在螺旋式的向上长。老学员们都尊称师尊为师父，我由于受现代变异文化的影响，却喊不出口，经常喊李老师。记的有一次忽然间一个慈悲祥和的声音打進我的脑海：以后不要再喊老师了，要喊师父。我顿时泪流满面：「师父把我当作真修弟子带了！」从那时起一直到今天十年了，我每天炼动功都会莫名的流泪，我知道是我那明白的一面对师



尊的无限感激。

尽管我摔跤了，但毕竟在师尊无限宽洪的慈悲下又爬了起来，重新走上了这条返本归真的大道，并在师尊的呵护下为助师正法做着我该做的，我应该参加这次交流，写出我的教训和心得体会，不为别的，就只为表达我对师尊无限救度之恩的感激之万一吧。

### **感谢师父再次把我从地狱中捞起来**

当邪恶的江氏流氓集团全面发动了对法轮功的残酷镇压后，自己也随着同修去省政府及北京上访，为师父和大法鸣冤。当时由于人心的执著，正念不强，遭到三次绑架，先后被关进看守所和洗脑班二个多月，遭强制转化迫害。单位让我父母和年幼的孩子在转化班配合转化我和也是同修的丈夫，由于我人心太重，给邪恶多次写下了不修炼的保证，给自己的修炼道路留下了无法抹去的污点，也让家人造了业。

回家以后，觉的再也无颜面对慈悲的恩师及大法修炼的同修，就此不再和同修见面，并在常人的大染缸的污染下不断的向下滑。这期间由于对情的执著，又犯下了无法饶恕的重罪。从此以后在痛苦的深渊中越陷越深，过着生不如死的生活，如果不是法中要求炼功人不能杀生，恐怕我早就不会在人世中苟且偷生了……

在这同时，附近的一位同修经常找我谈心，而我每次都找借口，不愿和她交流。但慈悲的师父没有放弃我，每次有新经文发表都在梦中点化我到某个同修那里去看。我和同修讲了我的罪过并对她说：无论师父承不承认我这个不争气的弟子，我都要赖在大法中修，我会不间断的学法炼功，一直到法正人间的那一天，我不能离开法。当时我不论在家庭中在单位里，矛盾都在不断激化，我长期处于魔难之中难以自拔，搞的焦头烂额，痛不欲生。我请求师尊：师父，我不能在大法中归正自己，请恩师让我形神全灭吧！

不久，夜里做了个梦，我走到了一个十字路口，路的上空有一大葡萄架，在葡萄架下我身上被缠绕了上千条象碗口粗的大蟒蛇，我挣扎动弹不得，人差不多就要窒息了，这时突然我不知从哪来了一股神力，撕扯着大蛇，和蛇徒手搏斗起来，不一会儿，所有缠绕我身上的蛇都被我打死了，地上血流成河。醒来我痛哭流涕：师父，谢谢您，

我太让您操心了。我深知师尊为了让我能在大法中继续修炼，把我再一次从地狱捞起，帮我承受了无尽的罪业。在这以后，师父三天两头给我灌顶，把我肮脏的身体再次洗净。我悟到了大法中第六讲的一句话：「度一个人很难，改变你的思想很难，调整你的身体也是很难的」（《转法轮》）这段法的又一层内涵。

从那以后，我经常找同修，过不去关找同修，总之大事小事都找同修，依赖的心非常强，而且还非常的自卑。记的有一天晚上在同修家，同修帮我纠正动功动作，同修看着我做的动作，笑着对我说：你修成了到你的世界里做着这样的动作，不给人笑掉牙啊！我悲从心来：我还能有什么世界，我到你们的世界里做众生吧！说着就从同修家踉踉跄跄出了门。回家后我哭了很久，睡着后一声音打进我的大脑：你已经三花聚顶了，好好修（大意）。还有一次一个声音提醒我说：「修炼的事情老靠别人帮那哪行啊！」「具体问题怎么去做，那么就用大法去衡量，你觉的怎么做好，你就怎么做。」师父真的是扶着我、搀着我往回升，有一回朦胧间看见起重机吊着我往上走，而我的本体却半躺在床上。

二零零五年年底，一同修提议，我们比一比背《转法轮》吧！我觉的很为难，因为当时我通读《转法轮》都无法静心，思想业很大，前面读后面忘，更何况背法了？但是我在常人就有一种好胜心，轻易不愿落后，并且我在二零零零年时也已背过第一遍《转法轮》，所以就同意和同修一起背书。在以后的日子里，先开始每天背二十页，不久又每天背一讲，一直持续到现在。在背法的过程中，我心中的苦痛渐渐的化解了，不再自卑了，也不再脆弱了，身心越来越轻松，周围的环境也越来越好，各种执著、欲望越来越淡，正念也较以前越来越强了。

### 上「明慧网」建立家庭资料点的愿望实现了

我地区是个拥有近一百五十万人口的县城，但学大法的人却不多，只有几十人，而且大多数是不识字的老年同修。一直到二零零七年，我地区没有一个资料点，通常师父的新经文都是从外地传来一份同修们轮流看，看完一遍后就再也很难有机会看到了。我通过不断的背法和学习师父的各地讲法，心性不断的提高，这时在心中萌生了一

个强烈的愿望：上明慧网。由于自身长期修炼状态不好和旧势力在我与同修之间造成的间隔，能上网的几位同修对我有戒备心理，长达半年之久都没能上明慧网。后又被市区一同修误会我是公安的内线，当我听到这话时，顿时五脏俱焚，腹痛如绞，在回家的路途上就放声大哭，回来拜倒在师尊的法像前，心中呼喊：师父，我一定要上明慧网！一定要做真相资料救度世人！请师尊帮我。不久在师尊的指引下，我终于得到了破网软件，用了全部的积蓄购置了笔记本电脑、刻录机及喷墨、激光打印机，在丈夫的支持和配合下，如愿以偿的办起了家庭资料点。

在做真相资料的过程中，经历了各种艰辛，我们地区没有技术人员，我本身连计算机的基本操作都不会，在师父的加持下，我很快的学会了操作，下载了许多真相视频资料，摸索了一个多月，掌握了RM文件转换为VCD格式的方法，学会了刻录光盘，同时我的丈夫也学会了制作真相小册子，就这样我们的家庭资料点开始运行了。

做真相资料的过程，也是一个去执著心的过程。我们夫妻是工薪阶层，工资收入不高，我们每月拿出我工资的一半（也就七、八百元吧）做资料。有一阵子很想多做点资料，让更多的世人了解真相，但由于资金不足，起了对钱财的执著心，着急上火，被旧势力钻了空子，狠狠的在经济上迫害了我。起先我包里差了三次钱（计五、六百元），接着去农村发资料时自行车被盗，小孩在学校电子辞典被盗，一连串的事终于让我清醒了，我放下了执著，稳住心做好三件事。在家庭的生活中，尽量减少支出，两年的盛夏没有买一个西瓜。小孩也非常懂事，用大法的法理要求自己，在学校的伙食非常节省。迄今为止，我们大约制作了九千多张光盘、近万本小册子等真相资料。在此感谢三位好同修，她们也省吃俭用的先后给了我四千多元做真相资料。

### 神韵新年晚会光盘進入千家万户

在这一年多的家庭资料点修炼中，暴露出我很多不好的人心，特别是依赖心比较重。在人中我虽然不算是很笨的人，但学任何东西却很难学会，连调试电视机都不会，经常依赖丈夫给我做成现成的。二零零八年全球华人新年晚会巡回演出后，在交流文章中看到好多大陆

资料点做晚会光盘发放给世人，且用晚会光盘讲真相效果更好。于是我心中也有想用晚会光盘来救度我们地区的众生的想法，但不知如何得到母盘，就盼啊盼啊！盼望着市区的同修能送来母盘。

三月初，市区一老年同修专程来我处，让我帮助下载制作神韵晚会光盘。我当时就犯难了，我到哪儿下载呢？后来想起和明慧编辑部联系，很快编辑部发来了下载晚会的链接。打开连接之后，我更犯愁了，晚会的文件是 DVD 和 VCD 两种格式，文件很大，而我不懂如何下载大文件，每次下载 RM 或 RAM 的文件都是用破网软件直接下载，然后转换成 VCD 格式，总之怕下载大文件不安全。这时又产生了依赖明慧编辑部同修的想法，去信询问有没有 RM 格式的晚会文件，第三天接到回信，打开一看，全是英文，一个字不识。又耽搁了几天。一次梦中，梦到了一个熟悉的常人干了一件很了不起的事情，按常理根本不可能干成的。我问那人你怎么干成的呢？那人回答说：我没有考虑结果会怎样，我只是用心的去做，没想到就做成了。我知道是师父在点化我，让我放下一切人心，我立刻上网下载，让我意想不到的是下载的速度竟是平常的七、八倍，用了三个多小时的时间，终于完成了 VCD 新年晚会的文件。以后正念很强、心态很稳的陆续下载了圣诞晚会和 DVD 新年晚会的文件。就这样，我们的晚会光盘很快就进入了千家万户，归正了人们的思想，为众生选择自己美好的未来奠定了基础。

前不久，我区四位同修被非法判了重刑。在她们羁押期间，邪恶放出风来，同修间也在互相传着我被监控的小道消息，导致同修们不敢和我见面，一时间黑云压顶，压力很大。但是我知道这是假相，邪恶势力不配迫害大法徒，它们无非想把我吓住，不再做真相资料了，向内找这同时也是针对我有怕心来的。在慈悲的师尊呵护下，它们的阴谋没有得逞。我们继续稳步的做着该做的三件事。

有的时候我会表现的非常懈怠，精進不起来，有时候会表现出情非常重，这时师父总是会利用各种方法点化我、叫醒我、鞭策我。能成为伟大师尊的弟子真是很幸福，今后我要努力的修好自己，彻底的摆脱情的羁绊，更加纯净做好三件事。让为我操尽了心的师尊少一份操劳，多一份欣慰，让更多的众生知道真相，最终得到大法的救度。

再次感谢恩师无限慈悲与救度！

感谢所有帮助过我的同修！让我们共同精進！所悟所做不正的地方请同修慈悲指正。合十。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 去掉「私心」 成就新宇宙的神

文 / 河北秦皇岛大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】

师尊好！

同修好！

我是九六年五月得法走入大法修炼的弟子，十二年风风雨雨的修炼过程中，回想在师尊的慈悲呵护下，一路走来真是苦辣酸甜咸五味俱全。借助第五次大陆大法弟子书面心得交流会机会，将自己修炼中的一点粗浅认识向师尊汇报，与同修交流。恳请慈悲指正。

十多年的修炼过程中，我切身体会到「私」是万恶之源。它如影随形，无处不在，无所不存。一切执著，人心、观念，挖其根源就是一个「私」字。它就隐藏在我的一思一念中。那就是千百年骨子里形成的人的理。不修去这个私，还要谈什么修炼，那都是自欺欺人的空话。

在此让我想先重温师尊的讲法：

### 警言

我传大法已经四年了，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。你们不想改变人的状态，从理性上也升华到对大法的真正认识，你们就将失去机会。你们不改变常人那千百年来骨子里形成的人的理，你们就退不掉人的表面这层壳，就无法圆满。不能总是我给你们消业，而你们不真正在法上提高，跳出人的认识、人的观念。你们在对待我与大法的思考、认识、感激方式上都是常人的思维表现。然而我正是教你们跳出常人啊！从理性上真正认识大法。

师尊法中讲的就是我修炼中所存在的问题：用人心理解法，向外求，向外找，只想索取，不想付出，基点是「为私为我」。师父还说：「我还要告诉你们，其实你们以前的本性是建立在为我为私的基础上的，你们今后做事就是要先想到别人，修成无私无我，先他后我的正觉，所以你们今后做什么说什么也得为别人，以至为后人着想啊！为大法的永世不变着想啊！」（《精進要旨》〈佛性无漏〉）

旧宇宙的本性是为「私」的，所以它最后走向「灭」，而新宇宙的特性是为他的、无私的，所以周而复始永存不灭。要进入新宇宙必须修去「私」，才能同化「无私」的大法成就新宇宙的神。这才是我们要走正的修炼路。

### 一、得大法的喜悦，大法神奇的展现

九六年五月十一日星期日，我和丈夫带女儿到公园去玩。遇到法轮功学员义务教功。当时就学了功法，晚上开始观看师尊在大连的讲法录像。就在第三天晚上，看完录像回家后，我开始头痛的很厉害。师尊讲法中谈到给学员净化身体时会有反应，我知道师尊在管我，为我净化身体，心里很高兴，就忍着，一夜几乎没睡，清晨坚持去了炼功点。当做到第四套功法，第一次随机下走起身时，瞬间我的头不痛了。更神奇的是从那时，我全身的各种疾病不翼而飞：腿膝关节不痛了；夜间时常盗汗的老毛病好了；低血压下蹲后站起头晕、浑身就会哆嗦的症状不见了；肠胃不好经常腹泻的痛苦没了，敢喝凉水了；用洗衣粉洗衣服手不再掉皮了，十冬腊月能用刺骨的凉水洗衣骨头也不痛了……。真是太美妙了，有生以来第一次感受到了无病一身轻是一种什么滋味。

大法真是太神奇了。当时我所在的炼功点，大约有一百多人，每个人都有一段神奇的故事：一位六十多岁的大姐身患直肠癌，修炼后瘤子被排泄出来了；得了被世界上认为「不是癌症的癌症」的某种免疫系统疾病已瘫痪九年的小妹站了起来；另一位八十多岁的老大娘被车撞的满脸是血，到医院做全身检查结果却安然无恙，医生惊叹从没见过这么大年纪的人，竟然有如此好的身体……，大法神奇的故事太多了，庆幸之余，萌生一念「这回我什么也不要了，就一心修炼了！」

## 二、「为私」的根本执著导致的惨痛教训

记一同修问我「你有根本执著吗？」我大言不惭的回答：我没有。我不是抱着治病的心进来的，也不是为了追求人的美好向往的东西而修炼的，我是为了「返本归真」而修炼。

由于从小接受的都是中共邪党无神论的党文化，不懂修炼的内涵。通过学法我知道了「佛、道、神」不只是神话传说，而是真实存在于宇宙中的。他们神通广大，可大可小，没有苦吃，想要什么有什么，想吃什么吃什么。人通过修炼也可成佛、道、神，就可以逃脱人的生、老、病、死，「返本归真」。为此，我走入修炼了。

我一心要修成，所以学法炼功很努力。当时炼功点早五点半～七点半分炼功，我半夜二点三十分就到炼功点开始炼盘腿，并时常炼到八、九点，有时间就学法，晚上参加小组集体学法，走路都在背法。表现的很精进。

一来因用人心理解法，法学了不少却不明法理，不知如何修，心性没提高，只是表面的做好，二来因性格内向，自卑心强，认为自己不行修不好，缺乏自信，从而一味的向外求，向外找。有问题就去问同修，这个怎么做，那样行不行，学人，跟人走。结果路走偏了出了问题，给自己带来了魔难，给大法造成了某种不好的影响。

丈夫和我一同走入大法修炼，他大多不去参加集体炼功和学法，在家中自己学自己炼，所以遇到的干扰很大。时常刚打开录音机想炼功，就有人来找他下棋。我认为这是魔的干扰，不让他修炼，他不悟。为此我很是为他着急，甚至为此生气。表面是为他好，实质是我对他抱有很强的依赖心，总怕自己修不好，认为丈夫有能力，他好好修，修好了我可以沾光。

修炼前我的手脚常年冰凉，手从小年年都会冻伤，戴兔毛手套也无济于事。师尊给我净化身体后，冬天户外炼功我一直不戴手套也不冻了。那时师父虽然还没讲冬天炼功要戴手套的法，但辅导员经常提醒大家要戴手套，我却不听一意孤行，认为他那是对师对法不够坚信。

九七年元旦的前夜，下起了大雪，气温骤降至零下十五度，是当地几年不见的寒冷天气。丈夫的同事又来找他下棋，还下了整整一

夜。早晨我问丈夫去不去炼功，他说不去倒下睡了。我很是生气，出门边走边想这么好的功法不炼，下棋却能下一夜，心里忿忿不平。

到了炼功时间，心仍未平静下来。我象往常一样将手上的毛线手套摘下，这天与每天不同，我的手马上有了冻麻木了的感觉，我又把手套戴上了。可转念一想，不行，他下棋可下一夜，炼这么好的功法难道还不如他下棋吗？这争斗心搅的我无法正确思维，就又把手套摘了。就这样一个小时下来，我的手指冻成了冰棍。其实开始师父已经慈悲的在点悟让我戴手套，因我当时没守住心性，还动气并产生了怨恨，心性已掉下来了，那么手肯定会冻坏的。出了这么大的问题本应好好向内找，可我当时根本就不会向内找，当同修说我悟的不对时，还不服，认为这是自己是相信师父相信大法的表现，不然谁给我多少钱我也不会去做的。

我的手指起满了大泡，整个手肿的象黑色面包，起出的大泡开始流水，随着流水黑色逐渐的下走从指根部一点点的变好，大约半个月后眼看就快全好了。可有一天那个人又来找丈夫下棋了。我离开他们到小屋学法，可心烦意乱，根本就学不进去，脑子里翻江倒海的，恨丈夫没悟性，任魔干扰。他不悟我帮他吧，怎么帮？我得去他们跟前炼功，这人上过大学，一看就应该知道是怎么回事，就会走的。于是我拿起录音机进了大屋，把声音放的很大，炼起了功。这哪里是炼功呀！就是赌气，想赶他走。可没想到一个小时下来，人家好象根本没看见一样，仍然悠闲自得的下着他的棋。

我无奈又回到了小屋，学法还是闹心。这时夜已深了，我就招呼女儿睡觉了。女儿不听，说要看爸爸下棋。我的火再也压不住了，大喊丈夫的名字，说：「你干什么呀，都几点了，孩子明天还得上学呢！」这才把人撵走。

躺在床上怎么感觉双手好似刮风似的，还不悟，还认为是师父在帮我调整，当时倒也感到自己对那人的做法有点不对。心想「我没守心性，可师父还在管我呀！」殊不知那是旧势力钻空子趁机干坏事要把我拉下去。没有深想就睡觉了。第二天早上起床，我傻眼了，我的手不流水了，还没好的黑色部份也干巴了，呈现出坏死的样子。以后的日子，从黑色坏死处骨头流了点水，坏死部份自己就掉了。



回想这段经历，十分的痛心。写出来也为警醒同修，希望后人从中吸取教训，同时为大法正名。因为我的手冻伤后，亲朋好友不理解都认为我是因学大法手才冻坏的，对他们了解大法真相得救度造成了障碍。甚至很多同修提起这事也说是「炼功冻的」，有的同修还错误的认为我「能吃苦」。我将真相写出来，希望同修们本着为法负责、为众生负责，清除模糊认识，以便救度更多的众生。

其实非常清楚，我的手冻伤原因与大法与炼功无关，是我自身存在的不正的因素造成的。举个例子：一个病人得到两种药，一种可治他的病，另一可要他的命。他去找医生，医生告诉他这个是良药能治病；那个是毒药能要你的命。可病人不听医生的，吃了毒药死了。这能说是医生害的吗？

我就是在不听师父的话的情况下犯了这个严重错误。但师父还在慈悲呵护着我：手冻到那么严重的成度，没采用任何治疗方法，没采取任何防护措施，在手流着水的情况下，洗衣、擦锅、刷碗、什么活都照干却不感染。这不足以证明大法的神奇威力吗！

如果不是师父的慈悲，大法的威力。我手冻的那么严重，说不定早被截肢或烂掉了，也许还得搭上性命。

### 三，在做资料中去掉私心

二零零五年十月，我家由闹市搬到了市郊。环境十分的清静，很适合做资料点。我和丈夫说了我的想法，正好他也有此意。可我们什么也不懂，而且还涉及到资金问题。丈夫眼下还没找到工作，没有资金来源，靠丈夫买断工龄的钱维持生活。买了设备也无法运转，这是个难题。

不久同修甲来了，说他买了一台刻录卡，他没有时间，想让我们帮他刻录光盘。我们高兴的答应了。这不是吗？「修在自己，功在师父，你有这个愿望就可以了。而真正做这件事情，是师父给做的，你根本就做不了。」（《转法轮》）

晚上我和丈夫骑自行车去取空盘。因我骑车技术不行，两箱子空盘全由他带着。我们骑车往回走，到一个路口，丈夫问：「走大路，走小路？」我说走哪都行。他就走了小路。小路很窄，且坑洼不平。一边是野地，另一边在一处新建了一个劳教所，离家比较近。我跟在

丈夫的后边，在漆黑一片中艰难的前行。到了劳教所旁边时，我的车子陷在沙子中倒了，就在这时听到「干什么的？」一声吼叫从劳教所传来，我心里一惊，待将车推出沙窝，抬头一看，漆黑一片，早已没了丈夫的踪影。这时心里不觉涌出一丝怕意并奋力往前蹬车，心想这么晚了，是什么人？劫道的，蹲坑的？——我的车又歪倒在了一个下水道井盖边。这是我放过真相资料的地方，有蹲坑的？心有点慌了，「不对，这地方放过真相，存在着正的场，不准人在此蹲坑。」心稳了下来，听听后面并没有动静。

我骑上车在黑暗中继续往前走，想起丈夫也不知跑哪去了，有点怨他。这时「他保护不了我」的念头清晰的出现了。怎么会这样？这个「他保护不了我」的念头第二次出现。

想到这，我感到有点怪，上一次是两年前，我们一家三口去做真相，被蹲坑的恶警发现，丈夫跑的快，我和女儿就被恶警绑架。亲友都指责丈夫「自私」，不管我们娘俩他自己跑了，为此丈夫也很自责。但「他保护不了我」这个念头那时就曾清晰的出现过。

为什么？为什么？往深挖根，我突然明白了，那是我在人中对形成的观念。我从小就胆小，走路都怕摔跟头，自我保护心很强。所以在结婚成家一事上也很小心，怕受到伤害，一拖再拖，不想涉及，对对方的要求上标准也与人不同，家庭条件好、个人各方面都好的不敢找，只想找个各方面不如自己的，给我当个「保护伞」。结婚后才发现并不如愿，这个丈夫有事倒把我推到前面，出门问路都要我去，为此经常无缘无故的和他生闷气。「他保护不了我」就是那时对他形成的「人的观念」，一有时机它就钻出来捣乱，那不是我。

骑到楼下，迎面碰到丈夫出来接我，「怎么回事？什么人？」

「没事，不知道。」进屋后质问丈夫：「你为什么不等我跑那么快？」丈夫答：「我不带着东西吗，如果有事不造成损失了吗？」原来丈夫是为了保护光盘，而我却被私心带动，怨心也出来了。我再次看到我那为私为根本执着依然未去，内心很是内疚。

机子有了，空盘有了，我们的资料点开始运作。我给刻录卡起了个名字：「正念」，希望「正念」正行，另外也能时时提醒自己正念正行。我和丈夫商量好，一人发正念，一人做光盘，二人轮换。开机

了，「正念」唱起了欢乐的歌，光盘刻出来，效果很好。

由于需要，同修乙、丙二人也参与了我们资料点的工作。二位同修心态纯净，很少讲话，不表现自己，总是默默的付出，不计个人得失。我家住六楼，他们负责送货、取货及废物的处理，从没听过一声怨言。甚至我家中买东西、搬家需要跑腿出力的活也大多是他们干。

那时我给他们造成了很多麻烦和伤害。以「注意安全」为名小到一张包装废纸都要他们去扔掉，假设那纸是不安全的因素，扔到哪，那里不就有危险吗？这不是把危险推给了别人吗？我不想在家多放空盘，刻出的盘也不愿留存，让他们马上带回家，东西都压在他那里；要做什么事，不是商量，一出口就是命令式，可他们从不说什么，默默的配合，圆容。

同修丁每天在工作之余，不但承担着家庭资料点的工作，还经常帮助其他同修装系统、教技术、购设备，还时时关心我们家的生活问题。他离我家住地很远，可在他的帮助下，我学会了刻录母盘、修改母盘。

我从他们身上看到隐藏在我这里的「私心」、「怕心」。有私就有怕。私不是我，我是大法弟子，是要修去「私」的。「作为大法弟子，你的一切就是大法所构成的，是最正的，只能去纠正一切不正的」（《精進要旨二》〈大法坚不可摧〉）。我不断的在法中归正，现在越来越坦然了。

在师尊的慈悲呵护下，在同修们的共同努力配合协调下，我们这个资料点平稳的走过了两年多的时间，在证实大法，救度众生中发挥了它应有的作用。

#### 四、放下人心，走向神

几年来，我面对面讲真相，仅限于亲朋好友及熟人，面很窄。师尊正法进程向前发展，到了最后的阶段，救度众生迫在眉睫。要救度更多的众生，面对面讲真相就成了我必须得突破的关。障碍我向陌生人讲真相的原因是不知如何和陌生人搭话，究其根还是「为私」的表现，怕自己的人心受到伤害，抓住人不放。

一位老年同修，面对面讲真相做的非常好，我和她相约出去救人。一路她给过往人们发真相资料，我发正念。来到一个建筑工地，

十几个人将我们所剩的资料都分了，还让我们给他们送《九评》。两天后我们去送《九评》，给十几个人全做了三退。没想到第一次走出来，效果就这么好。这是师尊在鼓励我。我也知道其实一切都是师父在做，我们只是表面跑跑腿，动动嘴，在做的过程中修去人心。

一次，我也学同修的样子，推着自行车，对一个过来的中年人说：「兄弟，给你一本奇书看看。」他下车接过《九评》说「谢谢！」就骑车走了。在大约二百多米的路上，我发出去十多份真相，劝退了三人，只有三个人没要真相资料。

我感到众生都在急切的等待得救，而自己愧对师尊的慈悲苦度，走出来太晚了。今后我要加倍努力，做好三件事，兑现自己的史前大愿。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

## 十年摔打见真心

文 / 辽宁省大法弟子

【明慧网二零零八年十二月八日】

尊敬的师父好！

各位同修好！

我得法至今已十年有余。在这十年的修炼过程中，真是有说不尽的酸甜苦辣，在修炼过关中也是摔摔打打，从得法到修炼至今，才真正的体悟到作为一名正法修炼的弟子，只有按照师父的要求去做才能走正修炼之路，只有时时刻刻能够向内找，把自己当作一个真正的炼功人，才能够升华。

我从小就很内向，长大成年后，可以说从来没有独立做过任何事情（这也可说是我修炼中的一个障碍）。自从九八年底走进大法修炼，在修炼中真正的体悟到了人为什么要来世间，人为什么要修炼。

自从九九年「七·二零」大法遭受迫害，我和周围同修曾去北京上访，要为大法说句话，可还没到信访站，在天安门广场就被巡警问是不是炼法轮功的，说是就被带上警车，带回本地非法关押十五天。

在零二年的年初因发真相资料，被人举报，导致警察多人去我家

在没有任何的法律允许下就私自开锁撬门，但在师父的保护下，恶人没有得逞，从那时我被迫的离开了家门，走进了资料点的生涯。

资料点对于同修们在这方面也谈了很多，大家也不很陌生，但在我们的资料点都是本地的几个同修组合起来的。那时我们几个都没有生活来源，主要是靠以前的积蓄和家里的一些资助。当时我家的孩子正读小学，也需要我的照顾，一家三口全靠丈夫在外挣的几百元钱维持这个生活。但我又不能在家照顾他们，而且还要拿出一部份给我做生活费用。这对于丈夫来说，确实很难，真的是在家既当爹来又当娘，在工作单位还有不顺心的事，还时时担心我在外面安全的问题，还要应付一些如什么派出所、街道，及我所在单位人员的骚扰，真的是象《转法轮》讲的那样。当然丈夫他也在修炼，要不他怎能支撑着这么大的关和难呢！正是因为有师在，有法在才能走正修炼的路，才能艰难的维持着这个三口之家。

随着正法的需要，要求资料点遍地开花，我们也不例外。那时在家的同修也参与进来。把我们资料点划分为三个小点，那时我对电脑一巧不通。在这方面也是不够用心。主要还是有着依赖心，当时心想做别的事情也是一样的，不一定资料点的事人人都去做吧！其实恰恰是把做事当成了工作，并没有把它当成修炼。在资料点的这些日子里，对自己的修炼提高有着很大的帮助，我们每位同修都能严格要求自己，每到整点都能发正念，无论是在资料点里，还是在其它环境里，比如吃饭，做饭，走路，干活，心里不是在背法，就是在清理自身空间场和发正念。也可能是这个缘故吧，我们的资料点能够从迫害一开始建点，一直维持到现在。当然了这里都是师父的呵护和付出，每次有危险时都能在师父点化下化解，有惊无险。每当回家时我们夫妻都能在法上交流一些修炼的体会，特别是夫妻之间在色欲方面也能严格把关。但有时利益之心过不去时，有时在想家里就这些收入是不是想些办法挣些钱来，孩子上学一天比一天花的多一些，吃的倒不用说，穿的用的还有家里的一些费用，就这几百元钱也不够呀！每当谈到这时，丈夫会说：你一个大法弟子还怕没有饭吃呀！你就做好你的就是了，还等你挣那点钱哪！这一切不是正好对你的考验吗？

在去利益之心上母亲对我有很大的帮助，因从小时起就很简朴，

从不乱花一分钱，现在经济方面又没有来源，怕我在这方面分心，一是不在家，二是在外需要费用，怕我丈夫时间久了，在经济上不能够支持，双方面家属都有这方面想法，说我长时间不在家，什么也不管了，说不上什么时候会跟你离婚哪！

母亲在每次见到我时就嘱咐我说：在修炼的路上，一定要坚持到底，千万不要半途而废。他真的不支持你还有我哪，我那点劳保也够我们娘俩的。（母亲当时还没得法，现已走入大法修炼）每当说到这，我都会眼泪止不住的往下淌。当时我非常清楚，因为每个修炼人都有师父的法身在看护着，可能是师父利用母亲的嘴来点化弟子，要让弟子放下一切走好修炼的路。

在一次突发的事件中，我所在的资料点就剩我一人了。怎么办？当时心里说不出是一种什么滋味。真的是恨自己在平时没有多掌握一些电脑技术方面的知识。到真用的时候，还不会。当晚一夜没有睡，安置好一些设备后，早上去同修家的路上一边骑车一边背《洪吟二》〈师徒恩〉，当背完「弟子正念足 师有回天力」时眼泪止不住的哗哗流了下来。这时才真正的体悟到师父对弟子的呵护，师父无时无刻不在自己的身边，真正的体验到有师在，有法在，再大的困难再大的难关都能够闯的过去。

就这样在师父法身的安排下，隔了几天，同修帮我安置好了一切，又在很忙的情况下抽出时间来，帮我在电脑技术方面以及资料的正常运作方面，做了系统的辅导。过后每当我坐下来发正念时，头部上感到象有东西在上下动，大脑的右上边卡卡的作响，当时我悟到是师父在给的大脑开发智慧呢！把大脑一些锁着的部位给打开，要不我这个人怎么能承担起资料点的全套项目哪！这时从内心才真正体悟到什么叫「修在自己，功在师父」。

就这样我所在的资料点在很短的时间里正常的运作起来了，怎么办还是照原先的模式运作吗！肯定是不行的，一个是人手不行，另外也不符合正法进程的要求，那么后来我和同修在一起交流后，决定还是要遍地开花为好，后来有几位同修在法上提高认识后，冲破各种观念的障碍，最后都成了遍地开花的「一朵花了」。

（明慧网第五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）