

了。现在编制资料时，我整理完迫害内容后，甲同修就写评论，然后交给我修改，最后再交到乙同修处校正，我们一起定稿，力图做到没有错字，语句完美。

因为我的时间比较充足，甲和乙同修都有许多其它的事，所以有时我做完后，等他们时等的很急，就想自己把东西发出去，后来发现，这样也不行，这还是为了做资料而做资料，更关键的是资料背后的因素——整体配合过程中强大的正念之场。

结语

去年大陆书面交流会时，师父就点悟我应该把做技术的经历和感悟写出来，但是我总是说等这个事干完就写，结果一拖再拖，拖到了结束。看到第五届征稿启事时，我明白我必须得写了，今年必须得写。开始我看错了时间，以为是到九月十八日截止，所以很急着安排时间来写，后来同修乙说，是十月十八日，我一下就不急了，就想等着吧，反正能赶上投稿就可以，还有那么长时间呢。没想到的是，许多同修都和我有类似的思维，开始没重视，后来看了明慧的切磋文章后，写稿的人越来越多。因此大批的稿件堆在我的面前，我每天都忙着录入、改错字、通句子，大多数同修引用的师父的讲法不完整，不是原话，有的没有出处，都要一一补上。这样时间一天天过去了，我的稿子还没有写出来，就在截稿的最后一天里，我终于有时间写出这篇稿子，感谢师父给我安排时间，感谢同修可以帮我完成最后一些其他同修的稿件整理。

虽然这篇稿子写完了，但回顾这次写稿的经历，我发现自己根深蒂固的惰性：我想舒服，什么事不到万不得已不想做。师父说：“我知道我的性格是很快，我做什么事都很快很快的。你说做什么，别人还没准备好呢我已经出去了。”

（《二零零四年纽约国际法会讲法》）师父在身教我们，为我们树立可以学习的目标。师父还说：“人的魔性是恶，表现为杀生、偷抢、自私、邪念、挑拨是非、煽动造谣，妒嫉、恶毒、发狂、懒惰、乱伦等等。”（《精進要旨》〈佛性与魔性〉）“懒惰”就是魔性，那我决不能要这个东西。

谢谢伟大师父的一路呵护！谢谢身边同修的慈悲帮助！我一定会放下惰性、放下自我，更好的做好当地真相资料，更好的做好资料点的其它工作，圆满随师还！

# 明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

特刊

二零零九年  
三月五日

“用理智去证实法、用智慧去讲清真相、用慈悲去洪法与救度世人”（《理性》）

“全面讲清真相，正念清除邪恶，救度众生，坚定的维护法”（《大法坚不可摧》）

明慧网第五届中国大陆大法弟子心得交流大会（十八）

在大法中修好自己 .....	1
师尊教我以慈悲救度世人 .....	3
在证实法中一步步走向成熟 .....	12
稳健的走好助师正法路 .....	17
在工作中证实法 .....	25
我是如何在工作环境中讲真相的 .....	27
在修炼中平衡好家庭关系 .....	31
在师父的一路呵护中升华 .....	39

明慧网第五届中国大陆大法弟子心得交流大会（十八）

在大法中修好自己  
文 / 河北大法小弟子

师父好！  
同修好！  
我是二零零四年得法的小弟子，借大陆第五届书面心得

交流会之际，把我修炼的历程向师父与各位同修汇报一下。

## 转变

二零零五年，在母亲（同修）的引导下，我见到了一个同修，跟我们切磋了怎么同化法，怎么修自己，使我渐渐明白了学法的重要性。我背师父的《洪吟》〈苦其心志〉，使我找到了自己的不足：由于我从小娇生惯养，吃不了苦，爱吃好的不爱吃差的，爱听表扬不爱听批评，一干活就抻懒筋，炼功也少。

吃这么点苦我就害怕，我怎么修啊？通过学法我进一步明白了吃苦消业，从而转化成德，德可以演化成功。师父还曾说过“因为修炼的理和人的理是反的”（《二零零五年旧金山法会讲法》），所以吃一点苦是好事，而安逸、懒惰才是不好的。所以我要转变怕吃苦的观念。

## 升华

通过学法，我明白了讲真相、救度众生的重要性，于是我在学校里给我的同学讲真相，但是后来我忽视了发正念，所以被邪恶钻了空子。学校老师找我，说我问题很严重，要花时间大力“开导开导”我。随后，班主任就把我带到办公室，同另外两个老师一起做我的思想工作。我不听，并将“天安门自焚”的真相告诉他们：王进东的脸被烧坏了，可是他的头发却没有烧掉；裤子被烧毁，可是两腿间夹的汽油瓶却没有变形，王进东被称为老学员，可是连基本的结印姿势都不会做；刘思影被严重烧伤，按理说应该将烧伤部位暴露在无菌室内，但是她却浑身上下缠上了纱布；刘思影的气管被切开，但是却能在接受记者采访时清楚的说话……。

我又告诉了他们藏字石的情况：在一个小村里有一个二亿七千万年前的大石头五百年前从山顶滑落下来，一分为二，高一米，长七米，上面写有六个浮雕大字：“中国共产党亡”，而且无人工雕琢的迹象。电视台也曾报道过，但只报道了前五个字。

老师们说不过我，班主任又把我带到了书记室，恶党书记威胁恐吓，我发正念，她就不那么嚣张了。恶党书记又叫来我父亲（未修炼），给我施加压力，我也没有动摇。

后几天我对他们连续找我的行为感到厌烦，产生了一种怕麻烦的心，又被钻了空子。老师又找我，让我不要在学校讲真相，这回施的是软招，我不耐烦了，“嗯嗯”的应付。

不支持，自己没有条件而放弃，但我一直想做，是慈悲的师父看到我有这颗心，才让我不知不觉中掌握了需要用到的一切技能，可以独立运作一个资料点。

记的有一次我要学给系统“备份”，只这样一想，有一个同事就要重装单位的电脑，有人就问他做不做备份？他说做，那个同事就说去学，接着几个同事都要学。那个做技术的同事并不真心想教，就说：“我不会教，我操作，你们看着，能会就会。”结果他操作时，特别快，其他人都说：“还没看见呢，就过去了。”可是在我这儿看来，却很慢，每一步我都看的清清楚楚，我一下就会了。我明白这是师父让我走了不同空间的时间。还有别人学打五笔都背字根，我则连看都没看，很短时间就会打了，从而大大提高了我的打字速度。师父说：“所以大法弟子啊，我们掌握点常人的技能千万不要骄傲，没什么骄傲的。其实你所学的也是你有这样的愿望，当初给你这样的安排，因为在证实法中需要，仅此而已。”（《二零零四年美国西部法会讲法》）那么我还有什么资格觉的自己了不起呢？

我开始编制本地资料时，在明慧网上看到迫害的消息后，就开始想如何揭露，从哪个角度揭露，怎么写评语，常常是就这么一想，师父就会给我智慧，把轮廓在我的大脑中呈现出来，有时还让我突然看某篇文章，看着看着就有了思路。所做的这一切不是师父在做吗？“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》）明白这些之后，我从心中不断坚定要去掉有意无意证实自己的心，给师父上香时请师父加持，我一定要用最纯净的心编辑出最好的资料，不辜负师父的期望。

## （六）整体配合的力量

随着正法的进程，资料也要求越来越专业化，因为我们的册子、单张资料大部份的材料都是自己编辑的，有时会出现错字、不通顺的句子，以前总是不以为然。师父说：“不能因为神的作用而把不成熟、不完美的作品就看成可以了，完美的作品加上神那才更是神圣。”（《美术创作研究会讲法》）所以我决心把它做的更完美。

以前我和同修配合不好，等我不断归正自己以后，越来越多的看到其他人的优点，所以和大家配合上也就更好一些

的”（《精進要旨》〈再去执著〉）。我不断的背师父关于妒嫉心的法，看明慧网下载的去妒嫉心的小册子，再在明慧网上看到那地方资料时，自己心刚要动就使劲抓住它，求师父加持，我一定要去掉这儿不纯净的物质，这样几次后，这颗心就没有了。以前总觉的同修的资料如何如何，现在则可以透过每期资料的变化看出同修努力做好的心了，而且我也开始打印那资料，并在编制当地资料时，错开同修曝光的角度，和同修配合，共同做好本地资料。

前一段时间，我和同修乙合作做资料，我因为熟悉本地的情况，就负责整理迫害内容，乙同修负责选其它的材料并编辑。我把整理好的迫害内容交给她时，她看后说有一个地方没有说清楚，想改动一个句子，我根本没有考虑她的建议是否合理，就否定她，当时心里还特别生气，因此跟她发生了争吵。乙当时和我、甲共同制作本地资料有半年了，由一点不会到慢慢成熟，现在却因为我的态度想放弃不做了。

这让我内心受到很大的震动，我开始深挖自己，师父说：“很简单，就是你是在证实法还是你在证实自己。如果你在证实法，别人说你什么你都不会动心。如果别人冲击了你的意见，冲了你的气管，你觉的不舒服，你如果在别人针对你哪个问题对你提了反对的意见或者不同意你的意见、你觉的不舒服的时候，你要起来反对、辩解，因此造成跑题与不顾，哪怕是最善意的辩解，你都是在证实自己，（鼓掌）因为你没把大法放在第一位，此时你最放不下的是自己。”

（《二零零四年纽约国际法会讲法》）在编辑资料、运作资料点方面，因为时间长了，在单纯的技术方面比较熟了，所以就时不时的冒出觉的自己不错的心理，再加上周围一些同修的赞扬，不知不觉中自我在膨胀，多么可怕呀！

回想起来，当年看了师父对《向当地民众揭露当地邪恶》一文的评语后我就想编制当地真相，当时我刚真正的走入修炼，虽然参与资料点的运作，却不负责上网，而且我的技术也不熟。我有这个想法后，就去找除了资料点同修外认识的仅有的几个同修，让她们叙述修炼大法前后的身体变化，我记录整理，然后找到其它资料上一些我认为好的内容，一一录入电脑。当时我用拼音打字，打一张单张资料下来，要一天的时间，但是我仍然坚持做了两期，当时也不懂得上明慧网发表，直接打印在当地散发。后来因为协调人的

当晚，我回到家中出现了病状，发高烧。同修为我发正念。我梦到我拿着小棍子把放在破浴盆里的小怪兽蛋全打破了，一个奇形怪状的大怪物来了，我妥协退让，被追到了阳台。当我发现再无退路时，我开始背水一战，用织毛衣的大长针刺入大怪物的心脏，大怪物叫了几声便消失了。我醒来后，出了一身汗，发烧的症状不见了。后来听同修说，这是一个邪恶生命被清除了。邪恶因素被清除了，但这一关我过的不好，面对压力没有堂堂正正。

后来，母亲让我背了一段师父在《二零零五年旧金山法会讲法》：“有些学员哪一遇到麻烦事就忘了自己是修炼人，就不高兴了。有些学员一遇到矛盾的冲突、感情的撞击，就不高兴了。那你还修不修啊？修炼的人是反过来看问题的，把这些魔难、痛苦都视为提高的好机会，都是好事，让它多来、快来，自己好提高的快。有些修炼人就是往出推：你别来，来了就认为对自己有看法，就是不能叫别人说。你就是要好过一点，那是修炼吗？那能修炼吗？到今天这个观念还不能转过来，我这个当师父的都不知道你怎么样能够走向圆满。求安逸，求安逸那就求安逸吧，作为一个常人求安逸，师父什么话都不说，因为常人想求安逸也不能说人错，因为人他就是在这样的追求中生活，目前人类的社会就是这样的。现在常人的事师父不想说什么。但是作为修炼的人，你们就不能这样认识问题。”

我更认识到了自己的不足——求安逸，那是常人的追求，安逸、平静、幸福，那都是人追求的，修炼人不追求常人要追求的东西。安逸就是一个执著。带着常人的心、常人的追求，做不好历史赋予修炼人、赋予大法弟子的救度众生、证实法的使命。我是一个大法弟子，是一个修炼人，我不要任何常人的追求，我一定尽全力做的更好，完成使命，不辜负师父的慈悲苦度。

层次有限，不正之处，请慈悲指正。

**师尊教我以慈悲救度世人**

文 / 湖北大法弟子 温天

尊敬的师尊好！  
同修们好！

## 一、师父给了一个全新的“我”

我是为了治病，抱着试试看的心情步入法轮大法修炼中来的。一九九五年初我因头疼厉害先去学×功，当然没能治好。无奈只好求助于中西医了，走遍本城市大小医院，虽然诊断结果为“血管痉挛”，却一点也未能镇痛，疼的日夜不能入睡，血管鼓的有五六毫米粗，什么药都无济于事。

后来在单位帮我打针的医务人员给我一本《法轮功》，并推荐我去广场学功。由于当时对法理不清，五月十九日及二十日，早上一边学功，一边又上医院“氧仓”。在第二次氧仓的当晚，剧烈的头疼让我发抖，心想：难道师父真的不让我去医院？第三天我就停止了“氧仓”治疗，随着炼功的同修学炼起功来。师父看我有炼功的这颗心，当晚就帮我调整身体，我睡的那么沉，只是头部血管疼的身体这一侧很痒，不知不觉的抓醒了，感觉小圆圈（后来才明白是法轮在调整）在顺着痒的地方打转转，还感觉我睡在大轮架子车上有人推着走，非常舒服。

其中有一晚上熟睡时，看见一只大手将我头脑中那个四个爪子、圆屁股的大虫抓走了，听见那虫还叫呢。约三天后，头一点也不疼了。又过几天，我看见一只手将我右肩膀处一片树叶样东西拿走了，于是，我所患的颈椎骨质增生、肩周炎也好了，手也不麻木了（此病发作时，不能拿任何东西，不能梳头，更不能写字）。

恰在此时，我娘家（养父母家）的房子被其侄儿媳卖掉了，因他们无处造房子，就将我家的四间房子拆掉，在此地基上盖他们的楼房，让七十多岁的二老搬到三面环水（门前是河，右侧是江，后面是湖）的堤上租房住，一涨水堤都淹了。其他侄子们要动武了。

这时，我想起师父教导：“为什么遇到这些问题？都是你自己欠下的业力造成的”；“那是为了提高你的心性的”；“我们作为一个炼功人，矛盾会突然产生。怎么办？你平时总是保持一颗慈悲的心，一个祥和的心态，遇到问题就会做好，因为它有缓冲余地。你老是慈悲的，与人为善的，做什么事情总是考虑别人”（《转法轮》）。

我想这嫂子也很可怜，丈夫刚去世，留下几个女儿，又无生活来源，是迫不得已才出此下策。我许诺秋后回家买房或盖房。但是到夏天涨水怎么办？我决定六月初回家看看以

们讲出来，也就是评论，这是我们真正改变人的思维的时候。师父在《美国佛罗里达法会讲法》中说：“我们在讲清真相中还得去符合现代人的口味去度他，因为今天的人哪，他信神那个底线很低，他的道德水准的底线也很低，他明知是坏的他都去干。”通过这段法我明白，你不改变常人被邪党文化毒害了的思维，你报导再多的迫害事实，他也会为迫害者找理由，所以我们不但要报导迫害，更主要的是我们要引导他们的思维，告诉他们看到这个情况时从哪个角度思维，分析邪党在这个问题上给人灌输的思维是错的，把这一切摆在人们的面前，让他选择。

明白这些后，我就彻底的改变了以前做资料的模式，在思维上站在一个高度上揭露迫害，编制真相。说到这，我还想说一件事，就是我常常看到在一些地方版的真相上，在迫害的内容中有什么“恳请伸出援手”“我们冒着被抓被打被判刑的危险讲真相”之类的话，我个人认为，前一种话，是没有分清揭露邪恶的目地，不知道我们为什么而揭露邪恶，为揭露而揭露，我们是求常人的支持吗？我们是求常人来营救我们的同修吗？我们是求常人来结束迫害吗？都不是！师父说：“揭露邪恶，那是我们为救度众生所做的。”（《二零零三年亚特兰大法会讲法》）我们之所以曝光同修被迫害的情况，是让常人在这样的大是大非面前选择，是为了救他们，不是要他给我们什么；第二种话，是没有分清大法弟子和邪党之间的关系，那是我们被动的承受迫害，没有把自己摆在一个救度者的角度，你行我就救你，你一再干扰我就解体你。所以我制作的小册子中，都是说“不畏强暴”坚持讲真相，为什么这么说呢，“不畏强暴”是无所畏惧，而“冒着生死”是不是还带着危险呢？是不是一种承认呢？以前常人常劝我们：“你别冒着生死救我们，多危险！”改变了思维后，常人就说：“大法弟子真的了不起！”

### （五）在法上归正自己

走出来的同修越来越多，本地又有了其他同修制作的真相资料，这本来是好事，但有一段时间，我却看了别人的资料就心里不舒服，开始时我们资料点都不愿打印别人编辑的资料。我知道这是妒嫉心，《转法轮》中说：“别人要好了呢，不是替别人高兴，而是心里不平衡。”我问自己为什么要妒嫉别人？“工作谁做都是洪扬大法，有什么你做、我做

正念要足，这样看资料的人才会有一个清醒的认识，只有我们没有怕，看资料的人才会有正义。

明白这个后，我就求师父加持，解体我一切不正的思想念头，以一颗纯净的心做资料。我随手翻开经文，师父说：

“被迫害严重的地区，被破坏的严重的地方，那里的学员真的应该想一想：到底怎么回事？有的学员说，迫害持续这么长时间了，那些个原来表现不错的都不行了，我看不是这样。真金越来越显出来了，是不是这样？如果你真能放下生死、什么执著都不存在了，它还存在越来越不行吗？还存在让你转化吗？还存在让你这样那样吗？如果那劳教所几百人、上千人大家都能做到这样，我看那劳教所它敢搁你们吗？！”（《大纽约地区法会讲法》）我从中明白，明慧上报导的这些迫害内容是为了给常人看的，我们揭露迫害是这样揭露，实际上，一个真正的修炼者，是决不会承受这些迫害的，之所以被迫害都是我们放不下人的执著，有怕心和各种各样的执著心。

还有一个问题，就是在编写同修被迫害的情况时，如在女子监狱里，同修绝食抗议，有的因此被迫害致死，有的抵制穿囚服被毒打和关小号，总觉的这样写常人会不会理解？为什么学员在监狱、劳教所会反迫害？通过学法，我发现不是常人不理解，是我不理解。“其实对于常人回答这个问题不是很主要。中国在历史上不是有很多宁死不屈的人吗？其实是现代人道德观念不行了，对于做人的根本都不理解了。中国有许多古人为了他的一句诺言可以失去生命而不改变，为什么今天的人这么难理解呢？是因为今天的人变异了。”

（《二零零三年亚特兰大法会讲法》）我一下就豁然开朗，反映出的思想恰是我要归正的，所以师父说“其实对于常人回答这个问题不是很主要”，是我要归正变异的思想。

当我不断在法中归正我的思想后，我发现我的文字变的犀利了，以前写评论时，总觉的写不到根本，现在则可以一针见血的指出了。这样地方真相的内容也变的正气十足，带着很好的因素了。这让我更加明白了师父说的“讲清真相”

（《二零零三年美中法会讲法》）在我这个境界中的涵义，什么叫“清”？决不是传话筒，明慧上这样报导了，我们就摘录下来，通通语句，再发到明慧上，不是这样的。是需要我们从修炼人的角度去分析迫害，再用人能理解的语言把它

便决策。启程头晚闭经十一个月的我来潮了，身上也轻松了。在作出丈量地基决策、由我从新再做新房决定的晚上，炼完“神通加持法”后，我很快入睡了，朦胧中感觉一高大身材的男子给我按摩。首先感觉象大医院的按摩师帮我全身按摩后，半夜感觉身体表面都有法轮在调理，小腹部位有一法轮在旋转，身体很舒服。

第二天一大早照样起来炼功，自此以后我的腰也不疼了（以前有过腰椎骨质增生，曾经急性瘫痪过二次），甚至搬重物也不疼，走路快步轻盈，上高楼也不觉酸痛、累（以前有过类风湿关节炎，腰酸背胀、疼），甚至夏天睡水泥地也很舒服。秋天房子做成后，打坐时我看到自己周围遍地都是鲜艳的荷花，美不胜收。整个村子赞扬声不断。其实都是师父在做，帮我还了大债，善解了冤怨。由衷的谢谢师尊。

一九九六年初（农历腊月二十六）放年假前一天，我和同事们去一工厂拖抵债的实物（席梦思、钢椅等），被一辆的士撞了二十多米，却不相信，因为当时只感觉似乎一块厚零点二毫米钢板拍了一下。由于惯性把我撞到很远，我一只手着地时只有“我要起来”的念头，就感到有人把我轻轻托起站稳了脚。等到司机陪着同事走到面前，我才相信我被撞的事实。司机说：“老师傅，走路看着点儿，……”我急忙说：“对不起！”心想让他受惊了，耽误了人家生意。同事对司机说：“你看，你算遇到了好人，你撞着她了，她还说对不起你。”司机说：“我送您到医院看看吧？”我边走边说：“没事儿，你走吧。”

到该厂后跟那接洽处理债务的人开玩笑说：“我再也不告状了，你看被汽车撞了！”随即与同事一道翻、择、搬席梦思之类实物，并搬上车，回家后除了有几天腰不能下弯外，办年货什么事都能干。

到大年初四我就又开始集体炼功了。随之我身轻如飞，大脑清晰，思维敏捷，跑材料，接业务，核定额计件很顺利。我这是几十人的小企业，供产销全承包，这一年我的生意特别红火，业务做不完（我所在的几百人的分厂停产了），经济上也取得了较好效益。这一切都是师父加持的，让我闯过了难关，提高了心性，让“真、善、忍”宇宙特性指导我前行。师尊给予我一个全新的“我”。

## 二、步入正法修炼的行列



二零零一年四月后我不仅退休了（在前一年退的），而且时间上很宽松，很想找到师父经文以及大法资料，不能让坏人在电视上信口雌黄，污蔑大法。

一次从一同修那里得到大法弟子受迫害的不少资料后，我就与受迫害的同修密切交往了。发正念或梦中看见有的同修穿着囚服一字纵队朝我走来，有的两手反绑着被二恶人拖着走（脚尖着地），人已奄奄一息。还有一次有人手指着一个垃圾山对我说：“法轮功弟子埋在这里了！”梦里如看见天上一片片黑色物质飘下时，不久后就有同修被绑架，“一切好象真的象那些预言家所讲的，铺天盖地的邪恶来了，真象天塌了一样，到处都是邪恶。”（《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉）

我痛苦极了，通常是双眼含泪苦不堪言，我问自己：“同修为证实法走出去，受到迫害。师父把我从痛苦的深渊中救出来，何以为报？怎么证实法？”刚开始只看资料，如发资料，晚上放在马路中间的花坛上，或白天很少有人走路的墙窗上，同修指出我的怕心说：“那早上打扫卫生的不把资料扫走了？”我羞愧万分。后来师父以一位文化很低的老年同修的言行鼓励了我，从此我的“怕”心一下子去掉了，大批资料在社区内外送到家家户户，象走亲访友一样，太平常了。

特别是过年前的资料，价值和时间值千金，有时（二零零二、零三年）只有年三十夜那一个晚上，必须发出去。但老伴让我陪他看“春晚”才入睡，那得到深夜一点，怎么办？我边准备为新年的来客煨汤，边想办法，与此同时老伴在客厅突然眼睛看不清电视了，头也昏了，我先想用热毛巾帮他敷眼和额头，而后扶他进房上床休息。这样，我就可以从客厅较轻松外出了。

一到外面，只见社区生意市场灯光照的象白昼一样，人来人往的，怎么贴？必须赶在过年时众生得到资料从而得救。这时我想我贴时让别人看不见我，就这样，我镇定自若的贴完了，而后将资料及光盘等送到各门栋各层各户去了，发完后到家不到三点。我为众生送去了精神礼品——真相资料和祝福。我所在的社区就有近千户，也有同修给我社区送来资料。

有一次，我在自家楼下地上发现几个资料袋，也看见过

素，人这块儿什么也不是。有一个同修被迫害致死，恶徒为了掩盖真相，把他的妻子（同修）绑架并非法劳教，当时她的身体状况非常差，恶徒想置她于死地。我初步把夫妻二人所有被迫害的事实、迫害他们的恶徒几年来的恶行整理出来，然后把这些内容从不同的角度不断曝光。

第一次揭露迫害他们的六一零头子时，我全身难受，几次想做，但都因为难受，躺在床上不爱动。在我昏昏欲睡的时候，我听见有一个声音和我说：“你不做了，我就让你好了！”我一下清醒了：“你是谁？我一定要做完，彻底解体你！”我坚定正念后，请求师父加持，很快做完了，这时我全身的症状也全没了，之后越做越轻松。大约做了六、七期单张后，被迫害致死同修的妻子从劳教所正念闯出。

#### （四）跳出来看问题

在制作地方真相，整理同修被迫害经历时，有的时候就会生出怕心，特别是做在监狱那些被迫害致死的同修时，看了她们在世时经历的种种酷刑，觉的非常惨烈。这个时候，我虽然没有停手，但是心里却很不是滋味，产生一种无可奈何的心理，同时也产生了怕心，不自觉的想，如果是我会如何如何。自己也觉的不对劲，可不知道到底哪里不对了。甲和我切磋，说：“这种假设是不对的，师父说‘作为大法弟子是全盘否定一切邪恶的旧势力安排的。’”（《精進要旨》〈大法坚不可摧〉）旧势力为什么给我们下了一个盘呢？就是让我们按照它的安排因素走，你遇事就往里入，什么都动心，你就被干扰了。为什么不用正念对待呢？师父在《二零零三年元宵节讲法》中说‘否定它们，正念对待这一切！’你如果一边发正念一边做，还有那个因素吗？它让你害怕，就是想干扰你、迫害你，师父说‘你有怕 它就抓 念一正恶就垮’（《洪吟二》〈怕啥〉）。你念正了，它还能干扰你吗？”

他又说：“如果带着一颗不纯净的心做资料，就成了为做资料而做资料，把这当成了工作，为揭露而揭露，走了一种模式，起不到作用。”正好，我看《美术创作研究会讲法》，师父说：“普通的一个常人画一笔，我就知道这个人是个什么人、他有什么病、有多大业力、思想情况、家庭情况等。”我一下明白，我们编辑的资料都带着我们的个人信息，也就是说我们自己必须对迫害有一个清醒的认识，而且

内容分别制成小册子，这是一次非常彻底的曝光邪恶，本地只要曾揭露过的没有不被曝光在当地民众面前的。

当时和我们能直接接触的同修不多，但是师父总是利用各种方式，鼓励我们，让我们坚定做下去的信心。一次甲去一个同修家，同修家的常人就拿着我们编的小册子说：“真不知道迫害法轮功的人有这么多遭报的，原来不知道他们是咋死的，现在可明白了！”还有一次，甲去一个同修（他不知道资料是我们编辑的）处，同修说：“这个小册子做的真好！事实讲叙清晰，有理有据的，常人反映很好。”

掌握本地几年来被迫害的情况后，在写同修被迫害个案的报导时，就显的更得心应手了，可以从不同的角度，反复揭露。只要迫害不停，我们就揭露不止。

有一个同修，是资料点的协调人，在一次做事时被绑架，邪恶之徒当时放出风来要进一步迫害。为了营救他，我从不同的角度不断的写文章曝光、抨击此事，我不能和被迫害的同修接触上，所以只能依靠明慧报导知道他事情的进展，但是越写，觉的邪恶因素越少，到最后我感到很清亮了，没几天就在明慧上看到他出来的消息。

还有一家三口，不断被迫害，每次被非法关押的时间都很长，被迫害的都很严重，我看到明慧上的报导后，决定一改以前的报导风格，将揭露的重点移至他们的小孩子身上，从孩子的角度、感触写了几篇文字优美的报导，很快被明慧及许多海外媒体多次转载，引起了海内外人士的重视，再加上本地资料的发放，老百姓都知道了此事，另外空间的邪恶承受不住，很快全家都平安回家了。这样的例子还有很多。

### （三）做资料的过程是解体邪恶的过程

做资料的过程是解体邪恶的过程，是坚强意志的体现。

我在编制本地分类迫害情况的初期，明显的感到来自另外空间的压力，让我颈椎痛、继而全身都痛，我在电脑前坐一会儿，就痛的受不了，需要在床上平躺，缓解颈椎痛。许多时候，甲会坐在我旁边，默默的帮我发正念，我也在心里不断的请师父加持。等我坚持着把它做完时，就象一层壳“叭”的震开了，身体有一种难以言表的轻松，我的空间场一下清亮了。

有一次给我的印象很深，让我更清醒的明白编制资料的过程是解体邪恶的过程，解体了另外空间的邪恶生命与因

二张光盘放在一家的报箱上，二、三天也无人拿走，这事提醒了我，以后我就以熟人串门的形式，看其它门栋有无此情况存在。也查找我们自身是否存在心性問題。

近两年我基本上都是利用外出办事时及途中给有缘人讲真相劝三退。出发前发正念：“请师父将有缘人调到我身边来，我要救他，请师尊加持！”只要自己有救人的心，一般总能一次退个三、几个，特别是在大商场，买蛋、结账付款时，几乎每次都要排队，这可是一个好时机，只要稍一留心，从人们议论的话题中找到突破口。

有一次，我前面一年轻男子装了一车菜，我后面一女子看见急了，就说：“怎么买这么多菜啊？”他说：“给单位买的。”她惊讶道：“到自由市场采购，你还能从中赚几个钱！”我借机说：“不是自己的不能得，即使得到了，那就得了灾难、疾病，得到报应。”她反驳道：“有什么报应？我看人家贪那么多，过的蛮好。”我说：“现在是贪污腐败横行，暂时好象没报，或是报了你不知道，或是时候未到，时候一到，一切都报。”前面那位采购员说：“我爷爷说有隔代报的。”他马上要结账了，我转向他：“请问你贵姓？入过党团队了没有？”他说：“姓李，入过少先队”，我说：“我帮你起个名就叫李良购，把队退了吧，天灾人祸与你无关了。”他高兴的答应了。

待我结算完后，便慢吞吞的往袋里装菜，边等后边的女子。我讲到“真、善、忍”是宇宙大法，是做人的准则。她说：“我很善良，这次四川地震我捐了五百，到公共场所还捐。”我说：“你还真是行善积德的好人呢。你入过团吧？”她说：“还入了党呢！”我说：“赶紧退出保平安啰！”这时已走至电梯上，我指着墙上说：“就叫周某某吧。”并给其大法真相光盘。她说：“你算是找对人了，我妹妹是公安局的，接到「六一零」去做法轮功的转化工作。”我说：“是找对人了，你看完后给你妹妹看，你也救了她。”我觉的公检法部门的人也要乘机救他们，同时也能解体对大法弟子的迫害。

一次在公交车上，我与邻位的乘客讲真相，并给他一个护身符。我讲时看见离我不到一米的地方站着一年轻的男子，两眼直瞪着我，有点生气的样子，我想：“我是救人，都是好话，不信你听。”车上人不多，我心生慈悲，真的望

着他讲，不一会儿，他不好意思转过脸不看我了。待旁边人下车后，有一壮年男子坐到我身边来了，他拿出高级手机打电话，才得知他是公安人员。打完电话后，他就问我：“你是信佛的吧？”我说：“是信佛家大法。”他又问：“你去公园吧？”我说：“我去某某厂。”他“哦”了一声，下车了。正如师尊说的“一个心不动，能制万动。”（《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉）

去年底，本省「六一零」在科教大厦一楼贴了二十张污蔑大法、诬陷大法弟子的画，同修都到周边发正念，想办法销毁它，不让其毒害世人。一天，我从广场离开时，一工作人员样的人迎到我面前，眼睛望着公园长凳子上坐着的女同修问：“阿姨，你们那些法轮功的人在那干什么事呀？”我知道他不是一般人。天阴冷，广场上很少有游人，我回答道：“她们赤手空拳的，能做什么呢？又是年纪大的人。”然后话锋一转：“大多是一些奶奶伯伯们为了祛病健身才炼法轮功的，可是你看那个科教大厦的画展说她们要人喝毒药可以圆满，不同意就杀人，还活埋人等等。法轮功师父说‘自杀是有罪的’，修炼人‘都不能杀生’，怎么可能做那么残酷的杀人之事呢！我不管你是干什么的，你要以‘真、善、忍’的原则来指导自己的言行，我劝你做一个善良的人，没错吧？”他在那里点点头。我又说：“我就是炼法轮功的。我以前血管痉挛，痛的日夜不能入睡，这个大都市大小医院都看遍了，都没治好，学炼了三天功，就好了，而且我以前多病缠身，颈椎骨质增生，肩周炎发作时，手不能写字，不能拿筷子、汤勺吃饭，腰椎骨质增生发作时，急性瘫痪过两次，还有类风湿关节炎、鼻窦炎、附件炎、胃溃疡、美尼尔氏综合症，引起头晕、耳鸣、失眠，高中时因此神经衰弱休学过两次，现在你看我象病人吗？从早上干活到晚上都不觉的累，精神多好。”

我要离开他，折回去告诉同修，可我刚走不到十米，他就追上来问：“阿姨，你刚才说的是真的吗？”我说：“句句是真。”我又补充几句后，他说：“我明白了，阿姨，我有事，我走了。”

从以上亲身经历的部份事中，我觉的救这部份人不能忽视，我看到《明慧周刊》等刊物上刊登的邪恶不断的绑架、折磨大法弟子，这个未放出又抓那个，怎么能永远让邪恶没

常人一样吗？还有就是有的同修没有基本的写作常识，写出的报导，常常交待的内容不清晰，连时间、地点、人物三要素都不明确，还有的是长篇大论，反复就那点事，语言罗嗦，让人越看越不想看等等。

于是我就从新整理明慧上的消息，选择最能让常人接受的角度写报导，比如被绑架的人中有一个是残疾人，我就把他作为重点的报导，讲他修炼前的精神压力大，种种痛苦彷徨，修炼后又有了怎样的心理变化，我把这个报导作为当地真相的内容，一下子我的地方版周报就不一样了，常人的说法是有看点。

不久，邪恶图谋把此事搞大，在邪党省级的报纸上、电视上都登了这件事，许多邪党地方媒体又纷纷转载，同修甲（常和我配合编辑资料）把邪党的宣传拿给我，让我针对此事写一篇文章。我看了宣传之后，立即想到师父说：“对法轮功是什么态度，在真相面前当然不是问题。”（《音乐创作会讲法》）我一下来了智慧，一气呵成写了一篇文章，在这篇短评里，写明了这个宣传是怎么回事，真实的是怎么回事，一、二、三、四、五，一排列，让人一看既简明又有力，最后又说邪党从建政起就是这样，让人们一下就看清了邪党的邪恶本质。这篇东西写的非常成功，我写完后感到自己的空间场一下变的清亮了，接着我迅速把它做成小册子传到明慧网。晚上，同修甲梦见师父点悟他，说资料做的很好，对邪恶起到了很大的震慑作用。

在同修们整体配合下，发正念、大量散发本地资料，此次迫害很快不了了之了。这让我见证了大法的威力，坚定了编辑地方真相的信心，从此我知道该如何制作地方真相了。

## （二）全面、持续曝光邪恶

师父在《美国首都法会讲法》中说：“它正确认识啊，不正确认识啊，它抱着不管是什么样一种想法，在事实面前他们都得服气，在事实面前他们必须得正视。”为了更全面的掌握当地受迫害的情况，以便在编写受迫害同修的情况时可以站在一个统揽全局的角度，我利用明慧的搜索功能，把本地从九九年以来登到明慧上的所有消息，全部摘录下来，分门别类，比如说福报、恶报、被迫害致死与致残的学员，在各个洗脑班、看守所、劳教所、监狱被迫害的学员、被单位迫害的学员等等。此后，我大约花了一年的时间，把这些



后，我就开始着手制作当地真相，制作两期后，由于方方面面的原因停做了。二零零五年，看到明慧网上各地都在制作地方版的周报，刚好自己各方面条件成熟，于是也开始制作地方版的周报。

刚开始的几期，只是知道邪恶怕曝光，所以就把明慧通版的周报上各地的迫害消息删掉，换上我们地区刚刚发生的迫害消息，每次做的时候都不满意，但让我说出为什么不满意，又说不出，好象在例行公事一样。

没多久，和我有联系的一个资料点被破坏，多名同修被绑架，接着又有几名同修被牵连，我知道这个时候，必须要揭露邪恶，上网曝光是一方面，更主要的是要让当地的民众知道此事。我马上按之前的方式做了一期，但觉的没有力度，心里求师父：师父啊，我到底该怎么做呀？

因为那个资料点和我有联系，所以那段时间，多数的时间都是我一个人在屋里看法，不断的背法。刚开始背法时思想总跑，一天背不了一段，但我一直坚持着，慢慢的背的越来越快。师父说：“无论你们身在异乡还是在直接被邪恶迫害的环境下，都应该表现出大法弟子的正念正行来，使邪恶胆寒。邪恶表面上咋呼，它内心里在害怕。你们是大法弟子，你们内心不能害怕。如果一个修炼的人真能够放下生死，那生死就永远的远离了你。”（《二零零四年纽约国际法会讲法》）怕心越来越少，我在心中渐渐升起了正念，再看书时就能静下去了，这时师父不断的把法理点悟给我。

“跟人家讲真相的时候要考虑到别人的接受成度”，“信仰和人权遭到践踏的问题，这些人能理解。”（《二零零三年亚特兰大法会讲法》）这些法一下就打入我的心，我的大脑被去了一层壳，一下就知道怎么做了。原来编辑当地资料就是象我们平时面对面讲真相一样，以前是用我的嘴跟人家讲，现在是用资料代替我的嘴，这样文章的角度、所用的词汇就不能完全照搬明慧上的报导，那里面有许多都是给我们修炼人看的，比如说我们常提到的一些只有我们才明白的话，如发正念等等；有的是我们修炼过程中所出现的问题，比如说一个学员承受不住或是被邪恶欺骗，说出了另一个同修，或者是几个同修被非法开庭，在正念不足时互相有一些所谓的供词，我们站在法上都明白，那些都不是被迫害的根本原因，但是常人看了却很难理解，认为法轮功不是和

完没了的迫害大法弟子呢？除了遵循师尊在《彻底解体邪恶》中指出“要向这些邪恶的地方集中发强大的正念，彻底解体一切迫害大法弟子的邪恶生命与因素”，同时我又加一念：救度这些黑窝内良心尚存、善待大法及大法弟子的众生，使他们理智、策略的拒绝上级对他们的命令和指使（指迫害大法及大法弟子的），这也是他们立功赎罪、将功补过、从新摆放位置的时候，立即停止对大法弟子的迫害。这样就可以杜绝对大法弟子的迫害。

在奥运火炬到本市的头一天，我社区警务室的大队长，在我离家后跟随我，挽着我的一只胳膊，跟我说：“有人挂横幅，贴反标。”我说：“不是反标，肯定是‘法轮大法好’的正标。”他恳求的说：“您老把这两天过了，再做什么我都不管，我们要吃饭哪。”过一会儿，从另一路又上来一个与其会合，正好是我讲真相的好契机，刚开始那人说：“只要有钱我就干。”我说：“不义之财的福你还享用不了。你看江××的上海帮黄菊把持财权，把国家税收的四分之一都拿去迫害法轮功，仅天安门一地每天耗资一百七十万到两百五十万，结果他得了个不治之症——胰腺癌，他这大官多少名医围着转都治不了，你看他有钱能花吗？还有公安局长任长霞指使抓捕散发传单的法轮功学员，结果呢，她坐在小车后排却被撞死了，另三人活下来了。你说，这坏事能干吗？”他说：“我还倒被你说了。”于是我接着讲，将他二人劝退了。我们对这些人讲真相一定要到位，否则，会留下后遗症。

有一次，我给一个熟悉的警务人员讲真相，但不够到位，他没有接受。隔天晚上我做了一个梦，有人说：“他出事了。”我也不知是谁，出了什么事，第二天才知道是他突发脑溢血倒地了，送医院去了。第二天，我去医院探视时，他已动手术昏睡不省人事，我除了在他耳边呼叫“你醒来，李醒来（劝退的小名）”，医生的回答是：“难的醒来。”我哭了，我为我不负责任没救了人而难过，这不是给几个钱就能弥补的了。我赶紧给其家属及其他警务人员讲真相，在两次探视中，算是劝退了十三人，他们有的主动表示愿意了解法轮功。

现在，许多人投入到麻将、打桥牌中去了，不管天下事。可我们不能忘记这一忙碌族，我看好一人后，先给他讲

真相、劝三退，通过他把资料、光盘给热心要看的有缘人，然后他们到广场去张贴三退声明。

有时劝退一个人得几次，但熟人毕竟机会多一些，还是应该把握好时机，这样的人尽量不先急着劝退，了解他目前所执着的问题后，到合适时再劝退，尽量不使其首先表态，以免增加以后劝退的难度。我所下属的一个车间大班班长，在打针时，我心生怜悯之心，让她多默念“真善忍好，法轮大法好”，病情会减轻，甚至痊愈。

又有一次见他们夫妻二人到商场，我摈弃了人念，抓住时机，沿途一直讲到商场。她都没有表示赞同“善有善报”之理，她说：“我做这么多好事，到现在落的一身病。”我插话说：“你是不错，为职工吃了不少苦，为我这个部门立了大功，只因产品价格一再压价，无法提高你们车间职工工资，也与我无能有关系，对不起你们。这与共产党不管老百姓死活的政策也有关。”她接着说：“我和爱人这么善良，到现在儿子还没娶上媳妇，所以我不信！”我说：“很多事情是生生世世积下来的，你今生幸遇大法洪传，只要你诚念这九个字，可以逢凶化吉，遇难呈祥。”她算是答应了默念九字，但不三退，我心里很难过，我知道我过去太伤害他们了，含着眼泪说：“可能是我功德不够，未能劝退你。以后遇到有人劝退，你再也不要失去机缘，一定要退。”她明白的一面被我的真诚所触动，马上说：“你不要这样说，我和老头子现在就退。”真是师父的慈悲加持，救了他们。

有的同修问我：“你讲真相怎么不怕？我的嘴怎么就张不开？”我说：“你和你家里人说话怕吗？你把他当作自己的亲人讲，就没有害怕的感觉，大法弟子的语言就是讲真相，你讲真相就是在给家人、熟人讲话，所以没有开不了口的，也不会紧张。”

当然讲真相最好利用时机，不给邪恶钻空子。有一次在农村，有几个人一道坐一辆巴士到集镇上去，车上有一个即将要生产的孕妇，肚子正疼难受。我很自然的教她念九个字可以缓解痛苦，顺利生下宝宝。司机说：“你在这里宣传法轮功，你知道这车上坐的是谁？一个是书记，一个是村长。你不怕我把你送到派出所去？”我说：“你不会的，因为你是善良的人。他们是谁我知道，我和村长在等你车时就认识了。不是我特意宣传法轮功，我是为了告诉孕妇少些痛苦的

西，自己掉到地上了。通过这件神奇的事我悟到，真是“修在自己，功在师父。”（《转法轮》）我平时在这个问题上从来不说过头话，都是根据他的接受能力恰到好处的去说去做。只是严格的要求自己修心断欲，在自己心上下功夫，到时候该是什么状态就是什么状态。而不是人为的去做什么，或者自己想怎么样。只要你按照师父的要求去做，心性达到那个层次的标准，就会自然出现那个层次的状态。现在我和丈夫基本上是保持了正常的和谐的夫妻生活。

今天我写出自己在家庭方面的修炼体会，也是因为我看到还有许多同修在修炼快结束的今天，还没有圆容好家庭的修炼环境，走出家庭的魔难，没有跳出常人的框框，还和常人一样，“情”字当头，以我为中心：我要学法，我要炼功，我要发正念，我要救度众生，你不能影响我，更不能干扰我，而应该支持我。其实大法弟子是应该把做好三件事放在首位，但也应该包括圆容好家庭，给自己开创一个安定的学法修炼环境，从中提高自己的心性。不是站在人的情上偏激的去做，应该恰到好处的把握好自己，这也是我们的修炼形式。做不好，在救度众生的关键时刻，就会给自己带来很大的干扰。

以上是我十几年来在家庭中修炼的心路历程。今天借第五届大陆大法弟子交流的机会写出来向师父汇报。如有不妥之处，请慈悲指正。

## 在师父的一路呵护中升华

文 / 河北大法弟子

师父好！

同修们好！

我是一九九九年“七·二零”以后得法的大法弟子，真正修炼后，一直参与资料点的运作，我能走到今天，每一步都离不开师父的慈悲呵护，特别是我参与编辑本地真相资料以后，师父不断的点悟我，开启我的智慧，使我从茫然、不知道怎么做到现在可以运用自如。现在就将这部份经历和感悟写出来，向师父汇报，与同修切磋。

### （一）我知道怎么编辑地方真相了

看了师父就《向当地民众 揭露当地邪恶》一文的评语

结束了再复婚。他都没有答应。其实也是在师父的呵护下他才挺过来的，但是如果我平时不按照师父的要求去做，不圆容好家庭这个修炼环境，没有那一点一滴的过程。他恐怕也不会这样的。通过我学法前后的变化，大法的美好已经深深的植根他的心里。

一九九九年十月那一天，领导让他去天安门广场找我和儿子俩。他亲眼目睹了大法弟子证实法的惊心动魄的场面，使他震撼了。他都想出来喊“法轮大法好”。他回来说：这回我可知道我老婆、儿子和那些大法弟子都在干什么事了。他们太伟大了，现在我不但不苦恼了，我还感到自豪了，今后我一定要支持他们。

有一次我们不在家，他睡不着觉，就出去贴不干胶。每次警察送我回来都想用各种语言间隔我们，可他却站在我一边质问警察：“我老婆犯什么法了？炼功后身体好了，对老人也孝敬了，你们凭什么抓她？”我弟弟在劳教所被迫害致死，都是他出面料理跟警察交涉，并严厉的询问致死的经过，警察支支吾吾的不敢正面回答。在警察严控下他坚决要求验尸、照相，结果都达到了目地。

自从“神韵”光盘出来后，他就再也不看邪党的电视了，就爱看“神韵”，特别是每当看到《觉醒》和《升起的莲》，他都不住的流泪。作为大法弟子的家属，他和我们同样走过了那段难忘的岁月，就如同他自己亲身经历一样。

他现在虽然没有真正走入大法修炼，但有时间就看大法书。《周刊》每期都看。从中他也受到启发和教育。当我把关于《婚姻与家庭》小册子给他看后，对他触动很大。他说看来那种事我以后可不能做了。对你不好啊，可别把你拽下来。我笑着鼓励他悟性真高。这时我也悟到是应该彻底断欲了。说来也怪，自从我们共同发出这一念后，直到今天不仅断了那种事，而且我们之间连亲昵的动作都没有。他经常对我说：“有时也时常冒出这个念头。可是不知怎的，一到你跟前或一看到你那么忙，这个想法就没了，是你那个场把我制约了。”有一次他来到我卧室，刚想要做那个事，突然“啪”的一声响，把他吓了一跳，赶快回自己卧室睡觉去了，还说：“你现在是神了，我可不敢碰你了。”我知道是师父在帮我。

第二天扫地时发现，原来是放在茶几中间上的一个东

秘诀，我只是讲给孕妇听的。你们有缘也听进去了。”司机“嗯”了一声，其他人都笑了。师尊在二零零七年元旦时又一次指出：“大法弟子是各地区、各民族众生得救的唯一的希望。”（《谢谢众生的问候》）所以，我只要碰到人就要见人择机讲真相救世人。

一天晚上，一个曾在洗脑班做转化法轮功学员的现已精神失常的女子在夜市上公开侮辱师尊，我借此机会洪法，并立掌发正念，铲除她背后的邪恶，她哑语了。这时，我社区一中年男子赶紧来帮我的忙说：“法轮功行善积德就是好！”我欣慰的笑了，并称赞他：“你说的很对！”另一女子怕我受到伤害，硬是要把我送回家。第二天及后来我就把她及家人办退了团队。此人正是师尊所说的：“反过来他还可能去为大法去说公道话，那么他实际上已经为自己奠定了很好的未来生命的基础。”（《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉）又一个家庭得救了。

我是开着修的，知道我的生命是延续来的，新的生命是师父给我修炼的，任何时候都要用来证实大法。今年新年后的一个晚上七点多，我在广场边的三角地带上，突遇一辆的士飞快的向我冲来，只听见“嘭”的一声，将我撞在地上。我随即站起来准备就走时，顿感头晕，我双手合十：“请师尊加持！”又立掌发正念，清除邪恶。

这时，司机已站在我眼前，似托又未托住我两手，着急的问候着，我说：“没事，你走吧。”可司机还是不动脚，仔细看着我，我也突然想起这司机是等着我救他，我说：“看来我们有缘份，现在不是你送我去医院救我，而是我要救你。你是党、团、队员吗？”他说：“我是队员”，这时来了三位军人及很多围观的人，以为司机不愿带我去医院，我说：“你们走吧，我很好，我和他有事要说。”司机一定要将我送一程，在车上他再三诚恳的说：“这一生我都没遇到这么好的人，真是好运气！”我说：“现在人类道德是一日千里往下滑，但关键是执政者不重德，造成人类道德危机，天都要灭中共，快退出这个邪恶组织吧！”他乐意的说：“退，退，要退出来。”我说那就叫张好运吧。下车前他摸了我的头被撞成鸡蛋大的包，一点不疼，还要救他，太神奇可贵了。

我到同修家后，从近八点至十时许约学二小时法，发三

次正念，头上的包就消了，只是两腿走路时有点沉，我就乘上一辆的士再回家，车上就此问题及相关时势与司机切磋，将这位曾是党、团、队员的司机劝退了。

有时在家想：还有哪个熟人未退，再后外出时，就会“巧遇”本地的熟人，甚至家属，也较为顺利劝退了。又回忆过去来往业务关系中谁家没去劝退，应知恩图报啊，所以上周末，去外地一厂长家，请其亲朋好友聚会，就此讲真相，给资料、光盘，现场退了九个。几年来，特别是近两年来有总厂、分厂的书记、厂长、居委会主任，有车间工人，也有街坊，很多人都听过我讲真相，给的资料大多数接受了，一般都退了。

正法的环境越来越好，其实只要我们有一颗纯洁救人的心，清除对方思想中及背后的邪恶，接力棒似的讲真相，师尊就会加持促退了，让更多的人得救了。

## 在证实法中一步步走向成熟

文 / 山东大法弟子

尊敬的师父好！

同修们好！

一九九九年底，我去北京证实法，不但遭到绑架迫害，还被迫失去了工作。对照法向内找，是由于那时学法不深，不能在法上认识法，分不清个人修炼与正法的关系，导致怕心较重，没能用正念破除旧势力的邪恶安排，使自己的家庭环境和工作环境遭到极大的破坏，给自己在家庭、亲友与世人中讲真相造成很大的困难。

原来跟我一起修炼的多位家人，由于受到很大的压力，对学法几乎放弃了。尤其公婆被邪恶操控，竟然对我又哭又闹，甚至打骂，逼我放弃修炼。看到这些我很痛心，那么怎样走好以后的正法修炼的路，就成了我必须面对的新课题。不管有什么关和难，在自己认准了的这万古难遇的正法修炼路上，我一定要坚定的走下去，有师在！有法在！什么也挡不住前行的脚步。

### 正家庭环境

从看守所回到家的第一件事，就是先检查自己去北京时收藏的大法书是否还在，一处的找不到了，幸好另两处

## 圆容家庭后整体升华

师父讲：“很多学员只知道炼功学法是修炼。是，那是在直接接触法的那一面。而你在实修自己的时候，你所接触的社会就是你的修炼环境。你所接触的工作环境、家庭环境那都是你的修炼环境，都是你必须要走的路，必须面对的、必须正确面对的，哪一件都不能敷衍。”（《二零零六年加拿大法会讲法》）

在家庭修炼中，我整天面对易发火的丈夫、好挑剔的小姑，我按照师父的要求去做，慈悲的对待她们。在心性的魔炼中，向内找，不再去看他们的错，争常人的理。特别在小姑面前不管自己心里怎么过不去，从不表现出不符合法的行为，不给大法抹黑，虽然有时我还有敷衍的心，跟丈夫有时心性过不去争执几句，但是过后非常后悔，马上跟他道歉，很快就化解了。虽然我每天都很忙。但是不管多忙，我都尽力安排好家里的一切，不会因此掩盖自己在家应尽的责任，因为师父讲这都是我们在修炼中必须要走的路，不能敷衍。另外我不但自己要做好，这些年来我一直有意识的引导他站在法理上看人、做事。

这样随着我心性不断提高，家庭中正的因素也在不断的上升。这给我以后在正法修炼中奠定了良好的环境。家里几乎没出现什么干扰。虽然在当时有些事情他还不能理解。

迫害发生后，由于当时对法认识不足，出现了偏激行为，被旧势力钻了空子。我失去了工作，儿子失了学。我们一次次遭受绑架。儿子三次进劳教所，差点失去生命。我丈夫两次从劳教所哭着把儿子背出来。我也两次被非法劳教。那几年我们几乎没在家呆过几天。那时领导经常不让我丈夫上班，有时让他去天安门找我和儿子。当时面对这么大的魔难和压力，象我丈夫心眼这么小，自己又从来不做饭（整天吃方便面），利益心又那么重，怎么能承受的了呢？用他自己的话说：“差点没死了。”

有一次犯高血压，话都说不清了，也不能动了，强挪到电话旁给单位领导打了电话。领导一看害怕了，再不给他施压了。还有一次他想到了自杀，这时一个同修来到我家劝导他，让他千万不能这样，这会给大法抹黑。他哭着点头答应了。当时领导还提出让他离婚，同事还要给他介绍对像，我也对他说，你如果实在承受不了，那么咱们就离婚，等正法

现在我不但不去计较这些，而且还主动的去帮助她、关心她，经常叫她来我家吃饭，有什么好吃的都给她送去。她在痛苦时我常去开导她，给她排忧解难。平时她对我生气也好，高兴也好，我不被她的常人心带动，一如既往的对她，该做什么做什么。我们姑嫂之间的关系越来越融洽。我对她的缺点也常常善意的指出来，她也能接受。我经常给她讲大法的神奇和美好。她曾经走进了一段时间，但后来还是放弃了。在我一次被绑架到洗脑班时，她能积极配合同修去洗脑班要人。由此可见我们的个人修炼和救度众生是紧密相关的。

### 三、善解婆媳怨

学法后，我对婆婆的怨恨之心一下子就去掉了，再也不恨她了，发自内心的对她好。我从中体会到了为了别人好的快乐。

记的有一次我用自行车驮婆婆到城里去看病，当时我没有吃饭，还来例假。但是我二话没说驮上婆婆就上路了，路上虽然很累，可我心里却很甜，第一次体验到了一个要是完全为了别人好，为了别人活着的人，他真是一个快乐的人，是一个没有痛苦的人。那心中的快乐和你索取到任何东西所得到的快乐都是无法相比的。有了这个体会，我心的容量好象突然放大了。丈夫再往家拿钱和东西，我也不动心了。他的工资愿给谁花给谁花，我不要也不管。彻底把搅了我多少年的这个心放下了。

婆婆在去世前，我多次把她接到我家精心照顾。我从前最看不惯她的那个“小气”，现在看都变了，其实就是我心的容量放大了，能理解她了，能够包容她了。看她一辈子省吃俭用的也挺不易。于是我调样给她买，想吃什么买什么，而且我把她喜欢吃的东西做成半成品放到冰箱里，饿了几分钟就能端上来。半夜经常下地看婆婆睡的怎么样。婆婆常常激动的说：姑娘没做到的，儿媳做到了，李老师这个大法真好啊！

公公在去世前卧床不起，我每天在不影响做“三件事”的情况下，赶紧过去帮助小姑伺候老人，和她一起给公公擦屎擦尿。儿媳这样伺候公公，左邻右舍知道的无不赞叹，都明白了大法弟子是好人，电视说的杀人、自焚是假的。我用自己的言行向自己周围的亲朋好友证实了大法的美好。

的还有，心中暗暗高兴，终于又能看到师父的讲法了。可是由于遭到邪恶迫害，家人不但自己放弃对大法的正信，还开始反对我继续修炼。

公公为了阻止我继续学法，天天看着我。我只要看书学法，他就故意把电视机音量调的很大，或一会儿高，一会儿低，我陷在家庭牢笼中很苦恼。静心学法向内找，我想尽快摆脱这种干扰。我从读师父经文《道法》中悟到，这种没完没了的干扰，是我对公公这种不正行为的纵容，使邪恶钻了空子，是我本性的一面应该正法了。有一天，我开始学法，他又来那一套，这次我没有消极承受，打开房门理直气壮的正告：“你故意忽高忽低的声音干扰我，你要干啥？你害怕我学法轮功学好了吗？”我这么一问，公公背后的邪恶吓跑了，公公笑着说：“看来你还没傻！”

那时，我对公公有种瞧不起、抱怨的心，认为他看过大法的书就不该那样，把这场迫害当成了人对人的迫害，所以打心里厌烦他。中午做好饭，独自吃，也不理他（当时理由是他不让我学法干坏事，我不能纵容）。现在想来，当时自己还没有修出慈悲心，用了以恶治恶的人的方式。但师父看到了我坚定修炼的心，就不允许他再来干扰我了。

由于公公、婆婆有我家钥匙，有一次，他们趁我不在家，拿走了我的大法书。有一天，公、婆又到我家，我正在厨房忙着做饭，一回头看到婆婆去了我的房间，一个念头马上出现：决不允许再拿走我的大法书！我急忙跑向婆婆，“娘，你在找什么？我就是还有两本大法书，你若再给我拿走试试！你上次偷走了我的大法书，我还没来的及向你要呢，你又来这转悠。”我当时正念很强，口气也很坚决。结果婆婆笑着坐回到沙发上，象什么事也没发生一样。从那以后，我在家可以自由的学法炼功了。

还有一次，单位来人要求我写放弃修炼的“保证书”，作为允许我上班的条件。被我拒绝后，公公、婆婆马上跑过来劝我：“又不是不让你炼了，写个保证书就可以上班，你在家该怎么炼还怎么炼，不更好吗？”我耐心的对老人说：“这种人的狡猾思想和变异的观念正是我们炼功人要努力修去的。我修炼法轮功身心健康，不但不影响工作，而且还能更好的干好工作，做人都要讲良心。我若写了违心保证，你们知道是假的，可他们拿到电视台一播放，不明真相的人会



认为是真的，那咱不是被坏人利用了吗？昧着良心说话会遭报应的！”公公忙说：“我不怕，我替你写行不？”我说：“不行！修炼是我自己的事，你写的也不算数，最重要的是我不想对大法犯罪。”接着，我继续说：“你们想想，当今社会人类道德沦丧，人心败坏，有的人为了一点蝇头小利，你争我夺，尔虞我诈，人与人之间没有一点诚信。而法轮功讲真、善、忍，让人们做好人，这可是利国利民的大好事。就拿我们这个家庭来说吧：因为我修炼法轮功，我们妯娌虽这么多，但相处关系融洽，家庭和睦。你找找咱周围的常人有没有这么一家，你瞧哪家没有矛盾？只因为妯娌之间不和睦，惹老人生气的哪里没有？光凭这一点，您老就是大福气了，你们可真得感谢法轮功！感谢我师父！”公公、婆婆被我说笑了。

现在公公、婆婆不但不反对我修炼，还自己学法；他们不但在经济上支援我，还在他们的群体中讲真相呢！当然，我的家庭环境正到这一步，我丈夫也付出了很多。听说我在北京时，公公召开家庭会议，逼着丈夫跟我离婚。丈夫为我说了很多好话，并从法律角度上说服了他们。

从我家庭环境的巨大变化过程中，我真正体悟到：在我们修炼的路上，确实没有偶然的事情发生。当问题出现的时候，不在事情本身的对与错，关键是我们动的是什么念，起了哪颗心。怎么样能够在这些事情中使自己的心性真正的得到提高，在法理上升华上来，才没有辜负师尊用巨大的承受，给我们换来的一次次在正法修炼中锻炼成熟的机会！

## 二陷牢笼

二零零零年六月，师父的经文《走向圆满》发表后，我悟到还有很多同修被根本执著障碍着，没有走出来；甚至有的同修在这场邪恶的瓦解式的检验中产生了放弃修炼的危险念头。看到这种情况，我很着急，怎样才能帮助同修别痛失这万古等待的机缘，从新回到修炼的正路上。我们几个在一起交流：只有实实在在的修，破除邪恶的迫害，让他们见证大法的超常与真实不虚。带着这一强大的正念，我反复的学习师父的《精进要旨》及其他讲法。于二零零零年六月底，我第二次踏上去北京证实法的路程。

临行前，丈夫不让我走（他听过师父的讲法，但打压后不学了），一直跟着我。我当时心里非常平静，告诉他：

出这种事，她怎么面对我呢？想到这些我一点也不恨她也不怨她，反倒同情她了。好象受害的是她而不是我，其实真不是我，因为我没有这颗人心，根本就伤害不了我。我真的并没受到一点伤害，我也没有痛苦。正象师父说的：“人要跳出这个情，谁也动不了你，常人的心就带动不了你，取而代之的是慈悲，是更高尚的东西。”（《转法轮》）我们平时见面还和往常一样。后来“三退”时得知她也是邪党党员，我多次上她家劝退，最后她和孩子都退了。一次我被绑架，她在公安局帮忙的儿子还帮我的丈夫打听我的消息。

## 二、善解姑嫂怨

我和婆婆、丈夫之间的矛盾，两个小姑都参与其中，所以我对她们的怨心也很大。师父说：“我们在常人社会中修炼，孝敬父母、管教孩子都是应该的，在各种环境中都得对别人好，与人为善，何况你的亲人。对谁也一样，对父母、对儿女都好，处处考虑别人，这个心就不是自私的了，都是慈善之心，是慈悲。”（《转法轮》）学法后我下决心要按照师父的要求去做，善待她们。不久，我把自己两个戒指给了她们一人一个。她们很高兴，都说我学了大法变了。

小姑生活在我身边，她的性格很特别，不能容人，沾火就着，再加上很强的名利心，尤其在利益上在矛盾中一点也不想吃亏。我丈夫很是怵她，不敢惹她。我们对她几乎是有求必应，家里东西她想用什么我丈夫从来不敢说不。这样她有时候还上我家跟我丈夫耍脾气。这其中有很多魔炼我心性的事情，尤其在去我利益之心上。大到冰箱、电视，小到生活用品为了给她们用，我们不得不从新再买。平时我丈夫一说给她家东西，我要是说个不字立刻就急。修炼后我表面上虽然不去管这些事情，随他们便，可是心里并没有放下对利益的执著，特别是自己喜欢的或用的东西没了，一看在她们家呢，心里还真挺难受的，感受到了那种割舍利益之心时，还真是有点剜心透骨的苦。如我家有个火锅被她拿去就不给了，一直到用坏为止。我们后来买了个电磁炉，刚用了两次我丈夫又给他妹妹拿去用了。我嘴上没说什么心里可翻腾了好一阵子，上她家一看到电磁炉心就一动，那个利益之心就翻上来了。有时东西找不到了就怀疑又让我丈夫拿走了。我意识到这个心很肮脏。通过不断的学法修炼，这颗心放的越来越淡了。

了一些法理。在谈的过程中我一点也不强加他，心情非常平静，什么也不执著，把心一放到底，就做我应该做的，同时把它当作提高心性的好机会。丈夫真没想到我能这样做，他感动的把一切都跟我说了。最后他说给他一个时间慢慢跟她断。我说可以，怎么处理是你个人的事，保持正常的朋友关系这都没问题（至今一直保持朋友关系）。

在我跟丈夫谈完不久，他出差去上海，回来后给我买了几件衣服，我说人家（指那个女的）给你花钱织毛衣、毛裤，你也应该给人家买点什么，礼尚往来吗。他一听感到非常惊讶，没想到我能说出这样的话。他感叹到：“这大法太好了，李老师太好了，能把人教育成这样，这么宽宏大量。你太让我感动了，我对不起你，回去立刻跟她断。”回头他又不好意思的说：“我给她买了一套睡衣，你要喜欢就给你吧。”我说：“不，就给她吧，希望你赶快处理好这件事，知错就改不要再造业了。”以后我再也没问过这件事。自己心性提高上来了，这一关也就过去了。事实的确如此。

七二零以后，这个女子的姨妈也是个大法弟子，在狱中非常坚定。每个月都是她去接见。当她知道我也是大法弟子时，就高兴的给我打电话说她姨妈快要出监狱了，不知能不能接回来。我听后马上给她写了一封信，告诉她怎么做，让她告诉她姨妈怎么做，并把师父的经文抄在纸条上，让她带进去，她一一照办了，顺利的把姨妈接回来了。

迫害发生后，有一次我在被非法关押到看守所之前，警察陪我回家取生活用品。可门是反锁着的开不开。警察说：屋里有人，你丈夫是不是在外边有……我当时说不可能，但心里也觉的纳闷。从看守所回来后，我以慈悲祥和的心态问起此事，他再次被我的善所感动，坦诚的告诉了我。原来是我非常熟悉的一个邻居和丈夫有了不正当的往来。师父告诉我们：“每遇到问题时首先想，这件事情对别人能不能承受的了，对别人有没有伤害，这就不会出现问题。所以你炼功要按高标准、更高标准来要求自己。”（《转法轮》）于是我完全站在对方角度替她着想，常人嘛，就是为情活着。孰能无过呢？再说看她也不是那种不三不四的女人，应该原谅她。假如这件事要是传出去或让她知道我知道了，那她能承受的了呢？她怎么活呀！当年就因她丈夫有“第三者”，他们才离婚了。当时她非常痛苦，我常去安慰她。今天她又做

“我这次堂堂正正的去，也要堂堂正正的回。若出什么事，你也不要再为我花一分钱。你如果真的为我好，为这个家庭好，你就回去，好好照顾孩子。”看着丈夫离去的背影，我感觉他心里很苦，做人真的很苦！我暗下决心：一定要修好自己，不管遇上什么样的关和难，一定要证实法，让世人见证大法的神奇和美好，使更多世人得到救度！

当天晚上，我被劫持到当地派出所，遭受了戴苏秦背剑式手铐酷刑的折磨。但不管警察怎么对待我，我都严守心性，把自己当成修炼的人。我默背着师父的讲法，心里想着该承受的堂堂正正的承受，不该承受的决不会落到我头上。我深信师父就在我身边！同时向碰到的有缘人讲真相。最后那个给我制造了很大痛苦的警察问我：“你恨我吗？”我说：“大法弟子无怨无恨！你们如果早明白法轮功真相，今天绝不会这样对待我。”他发自内心的说了一句：“你真善！”我说：“法轮功弟子都这样！”

被非法劫持到看守所后，我想上次在这没做好的地方，借这次机会一定要归正，证实大法。见了所长，我主动打招呼：“所长，上次在这里说了违心话，欺骗了你，这回来向你道歉来了。”没想到所长竟乐呵呵的看着我，说：“这回来道行深了。”所长笑了，我也笑了。

其中一个犯人当着全屋人的面问我：“大姐，你一来我就觉着你好眼熟！昨晚上我做梦梦见的就是你，你说你是为了信仰来到这里，是吗？”我从心里为这个有缘的生命明白而高兴。她这么一说，正帮助我切入了讲真相的话题，使被囚禁在那里的世人听到了大法的福音。

我绝食绝水抗议非法关押期间，被锁铐在看守所大厅的铁椅子上，坐在大厅门口的正对面。我想：从这里进进出出的人很多，在这个特殊的环境里，一定要让见到我的人能从正面认识大法，见证大法的美好！凡是跟我谈话的人我都乐呵呵的向他讲真相，用善去对待他们，使很多有缘人从不同角度明白了真相。其中一个副所长值夜班时，主动给我摘掉铐子，并小声跟我说：“我看出你是个好人，要受这罪干啥！这回我值夜班，你快休息休息，待会我再给你铐上。”我说：“谢谢！”我身后办公室里的人也与我聊天，问：“你不吃不喝，怎么还多次解手？”我说：“这是大法的超常！你一天不吃不喝能不能支撑？”他说：“真是不可思

议！”有的在押劳动人员从我面前经过时，暗竖大拇指。

检察院的两个干部到看守所了解情况，问：“你为啥不吃？”我说：“我是修炼真、善、忍的好人，不是犯人，所以不吃犯人的饭。他们把我抓错了，应立即放我回家。”其中一人说：“那你得先吃饭。”我说：“我回家就吃。”他俩若有所思的走了，去别的同修那里了解情况。回来时，从我跟前说着话走出大厅：“没想到法轮功没有枪，没有炮，这么厉害，真了不起！”

被锁铐了三天三夜，虽然没吃，没喝，没睡，但在师父的呵护下，我精神状态很好，平时的怕心也不知哪去了。在师父的安排下，第四天晚上，我和十几名同修住在了一起，交流切磋，互相鼓励，并在看守所开创了集体炼功的环境。

七天后，我被单位的同事平安接送回家。七天中，我一直绝食、绝水，回家后吃了一顿饭，把一周来家里积攒的家务活全部干完。丈夫亲眼见证了大法的神奇，从此，他从新走入大法修炼中来。很多同修听说我平安回来，受到很大的鼓舞，他们更坚定了大法修炼的信念！看到这些，我从心里为他们高兴，能唤回他们对大法的正信，我觉的吃多大苦也值！感谢师尊的慈悲救度！

这次我们几个同修都堂堂正正的从看守所出来，使那些不够精進的同修找到了差距，坚定了修炼的信心，也使很多世人明白了真相，见证了大法的神奇，同时极大的震慑了当地邪恶，为当地学员整体提高，开创了良好的证实法环境。

### 神通、智慧自法中来

一天晚饭后，我和一协调人到外地接材料，顺便给那边的同修捎去不干胶真相标语、机器等一车物品。半路上，被警察亮牌停车检查。在危急时刻，我和同修同时发正念：清除我们来回路上的一切干扰和迫害！请师父加持弟子！随着正念一出，我不慌不忙将车停在路边离检查口较远的树底下，亮牌的警察走到车旁，没等他开口，我镇定的问：“为什么拦车？”他说检查证件（正好是所谓的敏感日）。我一眼认出那警察，在前几天，我刚跟他讲了大法的真相。我就大胆的说：“查什么查，又不是不认识。前几天，你和你媳妇不是回过家吗？谁送的你？”我这么一说，他看了我一眼，“哦”了一声：“快走吧。”就这样，在师父的保护下，在大法弟子正念的作用下，我俩在多名警察的眼皮底

虽然明白了些法理，可因对丈夫强大的怨心、看不上他的心没一下去掉。所以还经常有魔炼我这颗心的事情发生。我有时还是守不住心性，总想分辩两句，做不到不动心。但是，只要我想到师父的法：“在遇到矛盾时，可能就会表现在人与人之间心性魔炼当中，你能忍的住，你的业力也消了，你的心性也提高上来了，你的功也长上去了，它们就熔合在一起了。”（《转法轮》）心里就立刻平静下来了。每次我的心变了，他也就没事了。好象什么事都没发生似的。

以前我对他一点也没有做妻子的温柔，现在我开始学着关心他。我第一次给他打了一盆洗脚水洗脚，他既惊讶又感动。在一次车祸中他卧床了一个多月，我给他端屎端尿，伺候的无微不至。我的变化使他非常感动。终于他也捧起了大法书，开始看书了。有一天他拽着我的手流着泪说：“看了大法书我才知道自己有多不好。我怎么那么自私呀？以前利用工作之便，占了不少公家便宜，造了很多业。而且我的脾气这么不好，说发火就发火，给你造成了很大的痛苦。也很少关心你和孩子，只顾自己家人，我把整个身心都放在家上了，钱没少花心没少操，可是家人也没说我好。现在孩子也大了，要钱没钱，要房子没房子，我这个当父亲的真是……”说着泪如雨下，我劝他这都是因缘关系，谁欠谁的就得还。我和儿子都修大法了，不会象以前似的计较这些了。我说你今天通过看了大法的书，知道了自己的缺点和不足，这说明你已经在提高升华了，这才是值的高兴的事。没有大法，我们之间的怨恨，造下的业，不知来世怎么偿还呢。是师父救了我们，为我们善解了这些渊怨。

我丈夫的工作单位是哪里有什么工程就去哪里。离家近的半个月休息一次，离家远的几个月甚至半年才能回来一次，所以有很多人在外面都有“第三者”。当我发现丈夫也有“第三者”时，我很冷静，我觉的我是一个修炼的人，不能和常人一样的去对待。我决定完全用善的一面，用大法弟子的慈悲去对待这个问题。师父说：“常人就是为情活着。那么作为一个炼功人，一个超常的人，就不能用这个理来衡量了，要突破这个东西。所以有很多从情中派生出的执著心，我们就得把它看淡，最后完全放的下。”（《转法轮》）因此我抱着一个非常祥和的心态，完全为了对方好的心态，和丈夫谈了五六个小时。谈了做人的道理，在他能理解的成度上谈

## 在圆容家庭修炼环境中同化法救度众生

师父讲：“师父给你们安排了这样的路，你们怎么走过来的？这一切最后不能不看的。在修炼过程中对这些也不能不看的，所以哪件事情都不能够忽视。说到方便，人修炼可以不出家、不入深山、不脱离世俗了，可是从另外一方面讲，这一切却造成了另外一个难度，你得做好那一切，哪方面都得做好，你才能走出来。”（《二零零六年加拿大法会讲法》）

我走进大法的根本执著是逃避家庭矛盾。因为我幻想超脱现实的生活，幻想超脱凡俗的爱情。婚后从幻想中回到现实，苦不堪言。我的性格比较开朗、大方，知情达理，遇事想的开，人家都说我象男的性格。没想到婚后发现丈夫的性格和我恰恰相反，他倒象个女的。我很苦恼，觉的自己找了个不如意的丈夫。整天不是指责就是埋怨。这满肚子的怨，使我一看他就烦，一听他说话就腻，也越来越没有了做妻子的温柔。在生活中他不关心我，我也不关心他。但碍于面子、压力没有迈出离婚那一步。我常常仰望夜空，问苍天为什么对我这样不公？我曾幻想到深山老林里找一个慈悲的老人向他诉说我内心的悲伤、人生的痛苦。

九五年在朋友的推荐下我看了《转法轮》这本书。看后明白了生命的意义，驱散了我心中的所有迷雾和痛苦，认定这就是我要找的，是我苦苦等待的。激动的心情无以言表，流着泪发誓一定要学到底。看着师父的法像，我觉的师父就是我要找的那位老人，可是却不用我说，他什么都知道了，因他在书中告诉我：“因为人在以前做过坏事而产生的业力才造成有病或者魔难。遭罪就是在还业债”（《转法轮》）。我的心情豁然开朗，明白了原来自己的痛苦和魔难都是自己造下的业力呵！

### 一、善解夫妻怨

学法后我的身心都发生了巨大的变化，家庭祥和，夫妻、婆媳、姑嫂之间的矛盾一下子就化解了。我处处按照真、善、忍的标准要求自己，遇事为他们着想，再不象以前那样总是指责、埋怨、看不上他们，看不到他们身上的优点。过去老觉的自己委屈，“为私、为气、自谓不公。”（《精进要旨》〈境界〉）现在回头看看，用法一衡量才知道自己有那么多的不足。

下，顺利的通过了检查口。

还有一次，我一边忙着打印光盘贴，刻录机也同时在工作着。我一不小心将粘在一起的两张光盘同时放入刻录机，关闭机仓后，刻录机失灵，“吱吱”的叫着转个不停，机仓也打不开了。我赶紧关闭电源，再开机，还是不行。我抱怨自己太粗心了，怎么办？这里既没有懂技术的同修，自己也从未拆装过机仓。我想到了师父，就跪着双手合十，请师父帮忙！可还是不行。我静下心来向内找：修了这么多年了，遇上问题还是推给师父，给师父添麻烦。师父已经把最好的一切都给弟子了，我为何不用神通呢？师父是不是有意让弟子走出自己的路啊！刻录机是我救度众生的法器，我要用神通来管理，大法无所不能！想到这，开机，一切正常，再按出仓键，托盘一下子就弹出来了。我的眼泪差点掉出来，此刻真正感觉到师父就在身边！

慈悲的师尊啊！您为了锻炼弟子，使弟子具备解决不同问题的能力，在正法修炼中一步步走向成熟，倾注了您多少的心血啊！弟子唯有精进以报师恩！

还没走出来的同修啊，在师父正法进程的最后时刻让我们倍加珍惜师尊用巨大的付出为我们开创的这万古不遇的正法机缘，共同精进吧！在讲真相，劝三退，做好三件事中真正的走出自己的路来，让师父放心吧！

以上是我个人几年来的部份修炼经历和体悟，不当之处，请慈悲指正！

## 稳健的走好助师正法路

文 / 广东省大法弟子 理智

我是在一九九八年十月有幸得法的，在短短的几个月时间里师父就为我全面的净化了身体，开了天目，赋予了功能。由于当时法学的少，悟性较低，师父已经为我做了那么多，有些事情还不知是怎么回事就过去了。直到参加了当年十二月在广州市召开的“一九九八年广东法轮大法修炼心得交流会”，同修的发言使我对大法有了新的认识，这时才知道要多学法。通过精进实修，打下了信师信法的坚实基础，是后来走好、走正修炼路的根本保障。此后的岁月中发生的任何事情都从未改变我对师父及大法的坚定信念。

伟大慈悲的师父把我从地 狱捞出来、洗净（净化身体

和思想观念）、下上法轮和机制、安排了最好最快的回归的路，同时安排法身及护法神保护着我们、不断的用法理开示和点悟我们稳健的走好、走正返本归真之路。

作为大法的一粒子，师父给了我们至高无上的荣耀，给予我们助师正法救度众生的万古机缘，如何稳健的走好正师父安排的路，圆满的完成史前大愿，结合几年所走过的历程，向师父汇报，与同修交流。不当之处，请慈悲指正。

### 一、结束流离失所，堂堂正正证实法。

二零零一年九月，在邪恶企图绑架我和家人（同修）去洗脑班进行非法迫害的前几个小时，得到了消息，我和家人（同修）紧急交流，为了避免被迫害，带着怕心与家人一起踏上了不知何时回来的流离失所行程。

到处走成了我们向亲朋好友讲真相难得的机会，特别是难得一见的亲朋好友。我们奔走在各地的亲朋好友家，用自身的变化和掌握的事实，告诉他（她）们大法的美好和中共的非法迫害。虽然从我们的身心变化看到大法的美好，大部份亲朋好友还是不太理解，表现出对我们安全的担忧。

在此期间我们没有间断学法（一九九八年得法后，我请回并送给亲人的当时完整的一套大法书、经文和师父讲法及教功VCD，亲人一直妥善保存着，得以在我们离开时连家都没回，换洗的衣物都没带的情况下，还能学法、看师父讲法。真是一切都有安排呀！），法理上的升华使我们对有些事情有了新的认识。特别是得到师父二零零一年九月二十三日发表的新经文《路》后，我们反复学习，清楚的知道了每个人所走的路都是不同的，但目标是一致的，对大法弟子的要求没有变，自己的路必须自己走出来。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。”在这条路上坚定的走下去是没有任何疑问了，但是能不能受到干扰？能不能走正这条路？流离失所是否偏离了？那时还不是很清晰。

针对这些问题我与家人（同修）进行了交流，我们悟到避免迫害没有错，但我们还有怕心。学了师父的新经文《路》后，我们悟到了应该走自己的路，这样流离失所下去会人为的增添许多麻烦，给亲友造成负面影响，我们应当结束流离失所，堂堂正正的回去正常的工作、生活、修炼、证

眼睛还玩的很高兴，看到他处境的人大喊：危险，回来！他还不高兴的说：我不听，我要玩！这时候怎么办？你就象那个孩子，我看到你的危险处境，只能不顾一切冲上去把你拉回来扯下你眼睛上的布，让你看到真相，虽然阳光刺痛了你的眼睛，让你不适应，虽然我搅了你的玩兴，让你不高兴。可是你可以换个安全的地方继续你的游戏。现在天灭中共在即，只有退出邪党组织才能保平安，我告诉你真相是希望你幸福平安，先退出来，然后你可以不受任何妨碍继续你想做的事，至于你怎么看待和评价我，我都不会介意。」这番话让他很感动，「我还会象以前一样看待你，谢谢你跟我说了这么多，我同意退。」以后我又陆续送给他真相资料，他也很乐意接受。有一次他跟我说：「我家楼道写的：中共≠中国，爱党≠爱国，挺有道理啊！」看到他的转变，我由衷的替他高兴。现在他已经看过三遍《转法轮》。

从这件事中我感受到，我们自己应当对大法弟子的身份有个正确的态度，你自己堂堂正正的，世人也会尊重你，通过你的言行对大法有个正面的认识，如果自己都胆胆突突的，讲真相的效果可能就不会太好。当然具体情况不同，同修应当理智智慧的做。

以上是自己的一点认识，不妥之处请慈悲指正。

### 在修炼中平衡好家庭关系

文 / 河北大法弟子

尊敬的师父好！同修们好！

我是一九九五年得法的。在十三年的修炼中，大法把我从人的痛苦中解救出来，使我成为一名全宇宙都羡慕的生命——正法时期大法弟子。师父讲：“大法开创在常人社会中，最大限度的符合常人社会的这种修炼形式，很多人都理解为这是对我们修炼的一种宽松与方便，那些精进的学员可不这样理解。这是大法弟子修炼中必须这样走的路。所以你们做的每件事情，哪怕你在常人中平衡好家庭的关系，平衡好在社会上的关系，你在工作单位里的表现，在社会上的表现，不是简简单单的敷衍敷衍就行了的，这一切就是你的修炼形式，是严肃的。”（《二零零六年加拿大法会讲法》）我在家庭修炼环境中对此有很深的体悟。



有一份工作、一个社会的身份，都是让我们符合常人状态修炼的，根本目的是让我们助师正法，救度众生，而不是让我们来过常人生活的，所以常人中的名利不是我们追求的，提醒自己不要忘记自己的使命，迷在这红尘中。法理清晰了，我不再执着常人中的利益得失，放下那个心。

### 做堂堂正正的大法弟子

同修们交流讲真相时被问到“是否是大法弟子”应如何回答的问题，在此我想谈谈自己的经历。由于自己得法时正好是邪恶迫害最猖狂的时候，缺乏坚实的个人修炼基础，怕心一直很重，曾经有怕的在被窝里痉挛，大冬天出冷汗湿透一身内衣裤的经历。那时很怕别人知道自己是大法修炼者。

随着师尊正法洪势的推进，邪恶的力量少之又少，加上自己不断学法加强正念，我越来越觉的今生如此幸运能得到这千古难逢的高德大法，能成为随师正法的大法弟子，是宇宙中无数众神羡慕的对像，自己感到无比骄傲和自豪。

一次在送给同事神韵晚会光盘后，他直言自己恨法轮功，还经常撕贴在楼道里的真相资料。我急切的告诉他不要做那样的事，很危险。他问我：「你是不是炼法轮功？」因为这个同事与我关系比较好，而且他对我平时待人处事的方式评价较高（我自信自己的言行不会给大法抹黑），于是我没有否认，想不到他立刻惊讶的张大了嘴，一直喃喃的说：

「啊！想不到你是这样的人！到底哪个才是真正的你？我要重新认识你！」我知道，他是受邪党毒害太深的人，于是义正词严的说：「你看到的就是真实的我，我从来没有伪装过自己。我是什么样的人，难道这么长时间的朝夕相处你不知道吗？是什么让你如此仇恨？难道电视上的宣传比你自己的判断力还可信吗？」也许是我的理直气壮震住了他，他一下子再说不出话来。于是我给他讲了法轮功被迫害的真相，共产邪党为什么要迫害法轮功，为什么要退出邪党组织。看的出来，他非常震惊，但也没有明确表态，他说：「你别跟我说这些，我不想听，不想思考，生活中不如意的事已经太多了，我情愿多看看好的方面。」

看到他的反应，我的心中生出了怜悯之心，怎样才能救他呢？我想起师父讲过抢人的法，不管用什么方式，先让他退出邪党组织再说吧。第二天，我给他讲了个故事，「一个孩子在悬崖边玩捉迷藏，前面就是万丈深渊，可是他被蒙上

实法。虽然悟到了，并没有马上付诸行动。

此时，我们获悉邪恶已追踪到我们临时居住地，并通过当地的「六一零」、公安已去过我们的亲戚家追查我们的行踪，我们意识到危险在向我们逼近。就在被邪恶非法绑架的前一小时，我们还交流了是否立即离开这里继续流离失所，在完全可以离开的情况下，我们决定不离开。此时，对于我们来讲又去掉了许多怕心，非常清楚我们没有任何违法行为，没有什么可怕的，抓回去也不怕。一小时后我们被邪恶非法绑架并押送回来，以这种形式结束了流离失所。

被押送回来时我被直接被关进了拘留所，第二天恶警拿来非法拘留十五天的《决定书》要我签字，拒签后我随即向上级公安机关提出了《申诉书》，明确提出，我们没有违犯任何国家法律，拘留是非法的，要求无条件放人并绝食抗议，三天后被“六一零”押送到洗脑班进行迫害。后来得知邪恶的「六一零」为了绑架我们，挥霍了十多万元纳税人的血汗钱。

### 二、正念正行，走出洗脑班

洗脑班初期二十多天的时间里迫害方式是关在房间里，由「六一零」派来的两个人二十四小时看管，不准出去，不准和其他人员接触。

接下来是洗脑班的警察开始做“转化”、逼看污蔑师父、诽谤大法的录像、让所谓的专家和已被洗脑的犹太协助做“转化”工作。同时开始让你同其他被非法关押的学员到饭堂去吃饭，此前它们已有意在被非法关押的学员中散布只有“转化”了的学员才可以下来到饭堂去吃饭，从而在学员中造成混乱，借此蒙骗不坚定的学员。

最后，就是不定期的送到附近非法关押大法弟子的劳教所呆上一整天，由已被所谓“转化”的人对我进行可笑的“转化”工作。

在此期间，是凡我能接触到的人，我就根据不同情况同他们讲真相。两看管我的人（定期换人），经过讲真相后态度都有所改变，对我背法、炼功基本上是视而不见，有时特意为我创造条件，我都看在眼里，记在心中。我真诚的告诉他们，千万不能反对大法，大法是好的！我们是被诬陷的。他们说，我们也是不愿意来的，没办法，是上面抽来的。明白真相后，有的没有到期就打电话要求提前离开。

对洗脑班的恶警（都是从劳教所抽调的警察），我也是针对不同情况，采取不同的办法，尽量使他们认识到镇压法轮功是违法的，是江贼擅自决定的。同时告诉他们善恶有报是天理。在被逼看污蔑师父、诽谤大法的录像后，要求写汇报，我就利用这个机会，揭露其造假的行为，只写一次他们就再也不让我写了。他们利用断章取义的师父讲法或电视、报纸的谎言对我迷惑时，我都能正念很足的予以澄清，使他们无话可说，无功而返（包括他们请来的所谓教授和犹太）。几个回合下来之后，就少有再来做“转化”的了，只是每天来问一次，今天怎么样啊？当然也有几次与他们发生了激烈争论，但都能够以大法弟子的慈悲告诫他们：善恶有报，你们将来一定会被追究责任的，一个都跑不了。

在师父的保护下，三个多月的洗脑班我没有受到身体的迫害，绝食也是到洗脑班就自行结束了，我知道这里一定有许多需要我去面对的、去做的。我知道学法的重要，可是当时我只会背《论语》和《洪吟》、《精进要旨》的部份内容，《转法轮》连目录都记不全，我就利用下去吃饭的机会问其他同修。此时我得知洗脑班有大法书，但是要“转化”后才给看。我心生一念我也要看看《转法轮》。接着就向他们提出要求看《转法轮》，他们问我为什么要看，我说有的问题我记不清了。回复是要研究后才能决定。第二天他们告诉我可以借看，但只有一天时间，我说行。就这样我用两个半天（晚上要收回）的时间完整的学了一遍《转法轮》，并把目录和部份内容背下来了，这在当时是十分难得的。后来我才知道，是他们在无计可施的情况下，认为我有松动的迹象，为了促使“转化”我才给我看的。可我知道这是师父看到我要学法背法的愿望，给予特殊安排的。

劳教所内的情况是很复杂的，对大法学员的迫害是非常严重的，采用的是手段十分毒辣的，他们把大法学员分成“转化”的、未“转化”的……，分别采取不同的方式继续迫害，并利用所谓“转化”的学员，对非法关押在洗脑班的学员进行转化。面对昔日的同修被迫害的如此的严重，有的失去对师父的正信，站到邪恶的一面，配合邪恶对坚定正念的同修进行迫害，往地狱里拉同修。看到这些情况，当时我的心情非常的沉重。

有一位深圳的年轻女学员被“转化”后放回，又被迫回

记的刚开始给学生讲真相时，我对直接提及大法还心存顾虑，只是给学生讲「九评」中的「斯德哥尔摩」现象，溥仪是典型的「斯德哥尔摩综合症」患者，受共产邪党迫害而主动迎合洗脑，学生们来了兴趣，积极参与讨论。其中一个学生主动提问：「老师，你怎么看待法轮功呢？」于是我就这个问题讲了一些真相。下班回家的路上，回想起师父的巧妙安排，我抑制不住热泪盈眶，我终于迈出了这一步，开口面对众人讲法轮功真相了，对我而言这是个零的突破。我知道在助师正法的成神之路上，是师父推着我往前走，帮我兑现自己的史前大愿，让我建立救度众生的威德。

还有一次，我正在讲共产邪党的腐败和邪恶，一个学生的手机响起，是海外同修打来的讲真相电话，我让学生将电话调成外放，全班同学全都听见（但已是结尾部份），我顺势告诉学生海外掀起的退党大潮，效果比较好。

在课堂讲真相的过程中，时刻感到师父就在我身边，也更加深切的体会到“只要自己有那个愿望，一切都是师父在做”的法理。每当想起师尊对弟子的苦度和细心呵护，感恩之情无以言表。弟子唯有更加精进做好三件事，才不辜负师尊的救度之恩，不负「正法时期大法弟子」的伟大称号。

### 讲真相的过程也是修炼自己的过程

师尊一再告诫我们要多学法，修好自己，这是做好三件事的基础。在讲真相过程中也暴露出自己的各种人心。

我的工作得到学生的尊重，也得到领导和同事的认可，学生经常说：「老师，你在哪班上课我就去哪班听！」领导同事也总是赞不绝口。开始我能意识到修炼人遇到的一切赞扬都是考验，修去欢喜心、显示心、名利心。但是有段时间忙于常人事务忽视了学法修心，渐渐就有一些人劝我：「你学历这么高，业务素质这么好，在这儿收入这么少，屈才了！」当时没意识到是自己的名利心被旧势力钻空子放大执著，没有及时向内找挖去这个心，也产生了「自谓不公」的心理，总想找领导谈谈提高待遇，工作中也总是挑挑拣拣，甚至几次与领导顶撞，计较常人利益的得失。

自己的心一动，环境也变的不好了，表现在学校招生数量锐减，学生流失严重，学校效益差，大有办不下去的趋势。我意识到问题的严重性，开始向内找，同时告诉自己，在这里工作是师尊给弟子开创的环境，在人类社会生活中，

文 / 吉林省大法弟子

我是「七二零」以后得法的弟子，个人修炼与正法修炼是结合在一起的。在学习了师尊不同时期的讲法后，我深感作为正法时期大法弟子历史责任的重大，但是由于自己学法少，缺乏个人修炼阶段的坚实基础，怕心重，在面对面讲真相方面很难突破。慈悲的师父看到弟子有一颗救人的心，给我安排了一个新的工作环境——在高校任教，使我可以利用上课的机会智慧的讲真相。下面就与同修们交流一下在工作环境讲真相的心得。

### 突破怕心，在课堂上讲真相

我所在的学校，学生不尊重教师，不遵守课堂秩序，迟到早退，打架事件时有发生。看着这些邪党文化教育下变异了的青年，我暗下决心要将大法的美好及大法弟子的风貌展现给他们。每学期刚接触新同学时，我不急着讲真相，先讲一下课堂上的要求，维持一个正常的授课环境，然后引导他们养成独立思考的习惯，不要人云亦云，明确告诉他们可以向老师置疑，向权威说法置疑，要用包容的思想去接受不同的学说，为以后讲大法真相做铺垫。

在上课时，我利用剩余时间讲神传文化、做人的道理，讲网上看到的古人传统美德的故事，虽然没有直接提到「真、善、忍」，但有意识的用诚实、善良、宽容的美德教育学生；对恶党的揭露方面，我采取讲时事现象的方式，四川地震、奥运会、毒奶事件都成为我讲课的素材，注意引导学生从不同于新闻报道的角度去思考问题，进一步讲共产邪党的历次政治运动，搞的如今社会环境恶化，道德下滑，人心不古，危机四伏。学生都很认同，很爱听我讲课。我以大法弟子的慈悲对待每个学生，尊重他们每个人，不以成绩好坏区别对待，赢得了他们的尊重和信任。

经过一段时间的过渡，结合我教授学科的特点，我讲授了中共对法轮功的镇压是缺乏法律依据的，同时分析了自焚案的疑点，同学们都很震惊，也提出一些疑问，我都做了解答。从一开始心存顾虑不敢谈「法轮功」，到后来直接讲真相，我突破了怕心的障碍，也明显感觉到随着正法洪势的推进，世人头脑中的障碍越来越少，众生明白的一面都在渴望被救度。

### 师父在我身边

来帮他们做“转化”其他学员的工作。我发现她很痛苦并且良知尚存，她给我讲述了她与新婚不久的丈夫同时被非法绑架，至今还没有找到他的下落，她相信她丈夫不会被“转化”的……。我鼓励她：你已经出去了，要多看法，要清醒起来，要尽快发表声明，回到大法中来，不要再配合邪恶了。

他们安排了一位老年学员对我进行“转化”，这位老年学员只是问了一些诸如哪里来的等，就不多言了。我断定他是违心转化的，就对他说，这里真是牛鬼蛇神全都有了！他说何止是牛鬼蛇神全都有了，妖魔鬼怪也齐了（大意）！接着我与他深入的交谈起来。他确实是违心“转化”的，全家十几个学员都被劳教或判刑了，家中八、九十岁的老母无人照顾……我在法理上与其交流，他已经有了声明继续修炼大法的想法，我鼓励他要抓紧时间，他说还有几个，准备一起声明。我相信他（她）们在劳教所里或走出劳教所后一定会发表《严正声明》，从新走回大法中来。

由于当时认识不清，认为不就是三个月吗，正好是提高和帮助同修的好机会，承认了旧势力，走了旧势力的安排的路。直至三个月的洗脑班到期还不放人时，我才意识到承认了旧势力、走了旧势力的安排的路，自己不应该在这里了，我要出去学法、炼功、证实大法。它们没有达到“转化”的目地，扬言我只有两条路：一是继续洗脑，直到转化；二是送去劳教。三个月的洗脑到期后，它们把我转入了另一个洗脑班继续迫害。

几天后，当「六一零」及相关人员到洗脑班时，我当时就在众人面前正告它们：“立即放人；转化是不可能的；从此再也不会和你们谈了（此前，我是抱着谁来和我谈都行，只要摆事实，讲道理）。以前是为了让你们了解真相，才与你们谈的，现在真相你们已经了解了，还在继续迫害，对你们已无话可说了，在这里我能做的就是写揭露你们迫害的材料了。”就在讲完上述几句话后的第三天，它们就迫不及待的将我放出来了。

### 三、修好自己，圆满走好助师正法之路

在洗脑班里，感觉最苦的就是法学的少，有很多事情不能用法来衡量，回来后的第一件事就是捧起《转法轮》认真的学，我要把被非法关押期间少学的法补回来。

此时，我对师父一再要求我们学好法的法理有了新的认识：学法时就是同化法，学好法就能同化好法，就能达到师父为我们每个大法弟子精心安排的应当达到最后（最好）所在层次的境界标准。学好法，才能达到功成圆满的那最后一刻，这就是我们的路，学好法，才能用法时时对照自己，正确处理所碰到的问题，在有限的时间内要走好、走正、走完回归的路。才能在这个过程中具备强大的正念解体邪恶，讲清真相，救度众生。这是根本保障。

#### （一）帮助同修回到大法中来

回来后，与我有联系的一名老年同修，在流离失所期间，在睡梦中离世。另一名同修被“转化”并走向了反面。我就悟到这是旧势力的干扰和考验，我决不承认它的干扰，这时师父的新经文《路》又回响在我的头脑中“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。”对大法修炼的严肃性又有了更深的感悟，更加坚定了在这条路上坚定走下去的决心。

有人被“转化”和走向反面，我虽然没有受到干扰，但我还非常的痛心和惋惜。我几次与其接触希望他能迷途知返，至今也没能使其回到大法中来。

另一名是九九年七二零前不久得法的学员，迫害发生后不敢再炼，我找她交流，给讲师父正法的进程，同修们走出来讲真相、救度众生的事例，鼓励她尽快学法，把已改字的《转法轮》与她交换，同时给了她一些资料，还帮助她和家人退出了中共邪党的团、队组织。现在她已经看书学法了。

#### （二）建立资料点

由于同修的离世和“转化”并走向反面，我失去了资料来源，得不到师父的新经文和其他资料。我决定自己应当上网，解决这一问题。于是我购买了电脑和相关设备，几经周折，找到了一位懂技术的同修，同修给了我一个破网软件并耐心讲解和演示，我学会了上网，从此可以每天上明慧网了，学会了上传下载文件、打印资料、刻录光盘。在后来的资料点遍地开花中，承担相应的重任。

这个万花丛中一朵小花，无是邪恶封网、地震灾害、恶党奥运从未中断过，我相信她在最后的进程一定会更加绚丽多彩。

之后又给我打电话，我到后，她怕我冲动做无畏的牺牲，非让我在别处发正念，她替我在那看着，一直到后来恶警们撤走了。事后这位女同修说，这个女士的声音很大，正义的行为有力的震慑了邪恶，她当时也很受鼓舞，要谢谢这位觉醒的善良女士。大法的法理使我看常人社会中的事常常一语中地，她们很佩服我，说我有能力，愿意让我管。我就借机让她们劝家人三退。

#### 四、工作中随时随地救度众生

几年来我在单位从上到下的一直和同事们讲真相。尤其我们科里的人更是习以为常。每当有外雇人员我也一个不落的讲真相，经常当着领导们的面，很多人都说邪党真快完了，已经无官不贪了，太腐败了。近几年面临体制改革，总有一些关于单位要解体、被收购的消息传来，我的心也随着波动，怕失去铁饭碗，怕利益上受损失。有一天，学法时我悟到应该放下此心，去留由师父安排，一切都是师父说了算，不再被常人社会形势的变化而带动。超常的是，整个系统除了我们单位外别的都已解体了，而我们科由以前没人愿去，却变的越来越火，几个人干的活就够整个单位七十多人的开支。

我想这与大家明白真相做了三退有关吧！今年结工吃饭时，大伙都在夸奖我，一个老职工说：全单位这么些人就我这一个公正、认真的好人。平时，当有人看到我符合的高素质行为时就说我是大学毕业生就是不一样，是当代的某某等模范人物。我总更正说并不是邪党和高学历使我成为纯净的人，是我师父是大法教我做好人。其实我们并不是自来高尚不被污染的，更不能为邪党涂脂抹粉，我们证实的应该还是大法。

二年多前，我们来到了大城市，成立了家庭资料点。和家人同修配合讲真相，共同切磋提高心性广救众生。每一步的提高都是在见证师父的伟大、大法的威德。邪党迫害以来，我一直平稳的做着三件事，每次紧要关头都是在信师信法的正念下化险为夷。在否定旧势力的过程中，走师父安排的路。因为我坚信“正法必成，大法弟子必圆满。”（《问候》）今后还要做的更好，救人更多，达到“大圆满”。

我是如何在工作环境中讲真相 的

意修去等级观念，虽然吃饭的人大部份是临时工，我却从来没有另眼看待过，对谁都尽可能的尊重、关照。每天调换伙食，听大伙的意见，不断改进，用真心对待别人。这些临时工在和我单位其他职工配合工作时虽常和他们发生矛盾，但对我却很尊敬。有人把印有大法好的钱拿来给我问我怎么办，我就告诉他们花出去让更多人知道。也有人把写有污蔑大法话的钱交给我，我就换回后销毁了，不让它继续毒害世人。

有段时间我的妒嫉心翻上来，认为挣的工资和每年一样多却多干了一份活犯不着。而常人还认为既管帐又管钱是个肥差。我不贪不占的每天算账很操心，就想推掉一样活。无奈领导们都说别人干他们信不着，一想到我因为修大法取得人的信任也不好意思再推出去，只好咬牙坚持着，内心却受邪党绝对平均主义的影响不愿比同事们多付出，总想着有人不上班也发工资，而我一个人干两份工作挣一份工资不平衡，内心并未达到师父要求的“善者慈悲心常在，无怨、无恨、以苦为乐。”（《精进要旨》〈境界〉）盼着工作早点结束，但工期却一再被拖延，这都是我这颗妒嫉心不放造成的，起起落落中，不断学法我很艰难的放下了执著。

### 三、用善心感化同寝室人，救度于一言一行中

因工作需要，我与以前不在一科里的几位女同事在一起住宿。刚开始时我没有做到替别人着想，有时说话很生硬，造成人家的误解，一个女同事说想举报我。听到后我向内找，虽然我没有怕心几年来一直堂堂正正的讲真相，可是我却没使人看到大法的美好，没顾及别人的感受，没做到“善”和“忍”。此后我尽量改变说话的语气，主动的收拾屋子，搞卫生时挑脏活、累活干。因为租房处离厕所远，所以我们在屋里备了尿桶，我修掉怕脏的心，放下架子，几个月里基本上我天天早起倒尿桶。我的行为改变了她的心，使她不再抵触大法还做了三退。有时到正点发正念，她们都提醒我，也主动不说话，说谁说话影响我谁就犯罪，我听了都觉的一个常人都能理解到这一步真是可喜的事！

一天，一个女同事闲逛中碰到七、八个恶警要绑架一名女大法弟子，女同修不配合，局面在僵持着，一群人在看热闹。恶警们正商量着要把门砸开，然后把人抬上车。这位女同事大声对恶警说：“抓她干啥，她又没扰乱社会治安！”

### （三）在找工作中，讲真相，救世人

回来后，由于邪恶的迫害，原公司迫于压力单方面提前解除了我的劳动合同。由于迫害初期，公司主要领导一直对我持保护态度，为了不影响公司的工作，我同意了解除合同，放弃了追回经济补偿和公司领导送的几千现金，从而失去了这个收入较高的工作。

在近一年多的时间中，我走了六个单位，那时《九评》还没有出来，只是尽其所能的向接触的人讲大法的美好、同修和自己的受益的情况及中共邪党的非法镇压与造谣的真相。其中有一份月工资收入八千元的副总经理工作，我向总经理讲了真相，在工作近两个月时，他以“我们要做生意，经股东商议”为借口辞退了我。总经理临别时拿出一万元现金作为补偿，被我婉言谢绝了。通过深入的学法，我悟到了是旧势力在经济上对我的迫害，我决不承认它。有了正念后，不久我又奇迹般的找到了一份收入相当、相对轻松的工作，更有利于做好“三件事”了。

### （四）万里边陲救世人

我的许多亲朋好友在边远地区，那里交通不便，信息闭塞，又是中共邪党控制较严的地区，那里的民众比较善良，但长期被中共洗脑，深受党文化的毒害。在法轮功问题上，听的、看的都中共邪党喉舌编造的谎言，很多都相信了中共的谎言，那里同修也不多。

通过学习师父的新经文，正法进程的推进，我悟到让那里的民众明白真相刻不容缓，助师救度那里的世人是我这个有缘人必须承担的责任。悟到做到，几年来，我三次前往，今年新年的大冰雪也没能阻止我的行程。三次远行，使众多的世人明白了真相，对大法有了正确的认识；认清了中共邪党的流氓本质，退出了中共邪党及其附属组织。使一名被医院诊断为活不了多久的癌症病人，明白了真相、走入了大法修炼的老年人成为健康人，在当地和家族中证实了大法的美好，多人因此而开始修炼大法，有力的揭露了中共的谎言，促进了“三退”的顺利展开。

### （五）解体邪恶继续迫害的企图

从洗脑班回来后，邪恶并没有放弃继续迫害的企图，只是它们采用的方式更加隐晦和阴毒。如何破除邪恶的干扰和迫害？我的做法是：对能够接触到的参与迫害的恶人，深入



的讲真相，让他们停止迫害；直接告诫当事人，其做的事是违法的，将来必究，如对所谓“敏感时期”打电话干扰的当事人，当即就告诫他（她），你在干违法的事，你的电话已被录音，再来干扰就要控告你们了，这样告诫之后，再也没有电话干扰了；对于那些隐藏的、不容易发现的干扰和迫害，我就采用发正念的办法予以清除。几年来基本没有再来干扰。

#### （六）去掉不愿意让人说的执著心

师父在《转法轮》中说，“告诉你一个真理：整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”我们的各种执著心必须在修炼过程中全部去掉，才能达到标准。在这个过程中的不同环境下，我的各种执著心在不断的暴露出来。

我最难去掉的就是争斗心，由于在常人社会中的地位是自己从最低层开始一步一步升上来的、专业水平不断提高，又在本地区最高的政府机关重要部门工作，备受人们的尊敬和羡慕，逐渐形成很强的名利心、争斗心，唯我独尊，好与人辩论的习惯。修炼大法后，名利等心基本去掉了，而争斗心一直没有去，有一个阶段就是那种一说就火、一说就炸的人。在《洛杉矶市法会讲法》发表以后的相当一个阶段，我都没有做好，直到前几个月家人（同修）之间都协调不了了，影响了集体做好“三件事”，我才感到问题的严重性。

再次学了师父在《洛杉矶市法会讲法》中的“今天我再提出这问题，同时帮大家把形成的物质往下拿，（鼓掌）但是养成的习惯你们得改，必须改。千万要注意了啊，从现在开始，谁再不让人说，谁就是不精进；谁再不让人家说，谁就表现的不是修炼人的状态，最起码在这一点上。（鼓掌）谁在这一关上要再过不去，我告诉大家，那可就太危险了！因为那是修炼人最根本的、也是最应该去掉的东西，也是必须去掉的东西，不去你就走不向圆满。不要变为常人做大法弟子的事。要圆满，不是为了福报。”反思自己在社会上、在工作环境中、在家中都有严重的表现，不只是自己走不向圆满，也给同修造成了严重的干扰，真是太危险了！我一定要彻底去掉它，有了这一念并注意改变养成的习惯，师父就开始帮我往下拿了，近期有了根本的改变，再次证实了师父在《转法轮》中讲的“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。”我要用最短的时间彻底去掉它，做到“谁说都行”，并弥补因此给同修造成的损失。

十年修炼路，时时沐师恩，坚信师法正，无难能阻圣。

不管还有多远的路，还有多长的时间，我相信我会与同修们一样走的更加稳健，做好“三件事”，弥补没有做好的，把我们应当做的做的更好。

#### 在工作中证实法

文 / 吉林省大法弟子

师尊好！

同修们好！

人的惰性使我迟迟未动笔，在同修的催促下，我想到了整体配合，要记载下师父造就一个个伟大觉者的无限威德，见证大法的伟大。以下仅从在日常工作证实法方面向师父汇报，与同修们共勉！

#### 一、用“真、善、忍”要求自己，做好本职工作

师父在《二零零六年加拿大法会讲法》中说：“而你在实修自己的时候，你所接触的社会就是你的修炼环境。你所接触的工作环境、家庭环境那都是你的修炼环境，都是你必须要走的路，必须面对的、必须正确面对的，哪一件都不能敷衍。”我在单位是管核算的，今年改革后我又多了一个职务，管理厨房四个单位职工和二十多人的伙食采买。人们经常称管伙食的人是“伙食搂子”，就是贪污的意思。我按照大法的要求严格对待每一笔账目和票据，不管是啥时发生的我都保证当时记上，当着厨房人的面日清日结毫不含糊。每天她们几个轮流和我去买菜，我都是当时记在单子上，回单位后和她们一一核对之后立即写在总帐上，没有丝毫改动，真正严格要求自己不贪不占，放淡物质利益，不是我应得的我不动心。在买菜时，我为了给单位省点钱，为在不超标准的情况下又让大伙吃好，有时要走很远的路，每天拎着几十斤的菜，我也很少打出租车，经常坐公交车。虽然很累，也没人领我的情（因为是给单位省钱），但我想到“真、善、忍”的标准就觉的自己苦点、累点都不算啥了。

#### 二、慈悲对人，修掉妒嫉心

师父在法中要求我们对谁都好，对谁都一样。我就注