

每时每刻都把自己视为大法弟子，紧紧抓住了师尊的手走过来的。正法已经到了最后的最后了。在这值千金值万金的时刻，在证实法救度众生中，我会做的更好，会更成熟。

不妥之处请同修慈悲指正。

感谢师尊！感谢同修！

明慧週刊

來洪志 甲申年十二月二十七日

特刊
第七届大陆网上
法会（二）

二零一零年
十一月十一日

“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》）

安全访问明慧网

请用国外邮箱给 eo@att.net 发一封标题为 12345 的电子邮件，可获得最新破网软件，直接上明慧网。

明慧周刊面向广大同修，欢迎提供建议或反馈！

明慧法会..... 1

超越苦难 把美好带给众生 1

在邪恶的中心全力救度众生 8

使命感激励我做好自己该做的事情 14

在讲真相的同时修自己 21

在师尊的呵护下撑起一片蓝天 27

助师正法 我越活越年轻 38

在正法修炼中走向成熟 44

明慧法会

明慧周刊特刊 | 第七届大陆网上法会稿件（二）

超越苦难 把美好带给众生

文 / 东北大法弟子 若水

一九九九年“四·二五”之前做了一个梦：师父到我家来，示意我看墙上，金光闪闪四个大字“任重道远”，隶书，厚重，凸起。我疑惑不解：多远的路？多重的担子？师父指给我，墙上显出一组诗，每一句诗就是要做的一件事，象电影放的字幕，不断的推进，没有终结。我明白，师父在

告诉我——使命。

不久，迫害开始了，我也开始一步步的完成着助师正法的使命。

（一）

铺天盖地的邪恶压下来，各种舆论都把修大法的人诬蔑成精神病。劳教所搞了一次心理测试，测了好多项目，最后通过坐标，显示测试指数。我的测试结果是那条线与水平线重合，一点起伏波动都没有。这使心理医生很惊愕，找其他人来看，都说怎么可能达到这种结果呢。我告诉他们：我们是按照“真、善、忍”修炼，修心养性，不仅是一般的心态正常，而是极佳状态，宠辱不惊，心静如水，心平如水。那段时间大都是笑着走过来的。一个管事的说：你怎么总是笑哇？你笑的让我们发毛，疹的慌！

一次，一个狱警把我叫到办公室，拿着双节电棍在我眼前晃。我没怕她电我，我也没觉着她能电我。她告诉我这电棍是多少伏，电到身上什么感觉。我没动。蓝色的电火花“啪啪”的在脚尖前地面上炸开，溅到裤腿上。我也没动。她关了电棍说：“在你面前，我真的下不了手。”

从劳教所回来之后，年底单位搞联欢，几个老同事反串娃娃跳舞“找朋友”。我穿着红衣绿裤，戴着绒线球帽子，抱着个好大个绒毛娃娃，在台上蹦啊跳啊。同事们都猜：这是谁呀？等到下了场，把帽子一摘，大家才认出我来。大家惊叹：真没想到你这么好的心态！在人们眼里，经历如此魔难，笑都笑不出来的，居然如此的轻松愉快。都不解和赞叹：真好！心态真好！

小姑在国外定居，回来后要给我全家办难民。丈夫为了让我避开麻烦，尤其不想让孩子总跟着遭难，就背着我把被迫害的证据给了他妹妹。我就想啊，我不懂外语，又没有专长，年纪也大了，出去能干什么呢？不是给国外同修添麻烦吗？而且师父正法，大陆是主戏台、主战场，国外的同修都是声援大陆，我还上哪儿去呀？再说了师父没安排逃难，法中也没有流离失所，这是我家，我就在家里做该做的。我把那些证据要回来，以后我还要拿着这些证据告它们呢！所以这些年我家的地方没动，电话也没动。心不动，万事都不动。

电视插播之后全市大搜捕，几个警察闯入我家，一手拿

吗？”我猜她想劝我信耶稣，于是答道：“我信神。我修炼法轮功。耶稣让人做好人，法轮功教人按真善忍的标准做好人，做更好的人。我们师父说耶稣是伟大的神。”又谈了中共对中国人、对宗教、对法轮功的迫害，讲天灭中共时，我说，你看圣经启示录第十三、十四章中的抹去兽记，就是指这件事，就是叫人退出它。她好奇的问：“你看过圣经？”我没正面回答她，说：“你回去看看就知道了。”她说：“我入过团，要是这样，你给我退了吧，我叫某某。”

还有一次，路遇一位六十多岁的男士，我给他讲真相，他说看过法轮功小册子，并说太好了，讲的都是真话。我问：“你入过党吗？”他说：“入过，早退了。”我问他怎么退的，他说：“共产党坏到这种成度，当党员还丢人哩。他们叫我交党费，我不交。就不是了。我不能让他们拿我的钱去祸害老百姓。”我说：“你说的不算，得对天声明。用化名退也行。”他用化名退了党。

这些例子很多就不多举了。几年来也错过许多机会，与师父的要求差距还很大。以后会做的更好。

发正念运用神通排除干扰

师父说：“其实我告诉大家，真正修炼的时候，刚一进去就会出现很多功能，你已经进入那么高的层次了，所以功能是相当多的。”（《转法轮》）我们修炼十几年了。师父已经给了我们佛法神通。发正念其实就是调用功能。我发真相资料时，有时乌云密布雷电交加，心想不要下雨，发完再下。就真的两三个小时后，发完真相资料回到家时，才下雨。有时是正下着雨，心想别下了，我要去发真相资料，当我动身走时，就不下雨了，直到回来都没再下雨。有时下大雨，心想这天气适宜去某地发真相资料，披上雨衣动身，从去到回真的下个不停。我想，这就是功能的随意所用。

有时去发真相资料或去讲真相，自行车突然转不动了，马上发正念清除旧势力的干扰，并对自行车说：你要听大法弟子的安排，不能听旧势力的安排，自行车即刻恢复正常。

有一次，看到一家收购站的走廊下，挂着江魔头的挂历，马上发正念清除。几天后再去看，挂历已不知去向。我们是有能力的。只要正法所需，证实法救度众生所需，发正念就能运用功能清除邪恶，清除干扰。功能随意使用。

十一年来，能从困惑徘徊中走出来，走向成熟，是因为

是在为大法额外的付出。”（《精進要旨二》〈正法时期大法弟子〉）我就是这样的学员。我的工作很容易接触到人，可惜前几年我很少主动讲真相，错过许多机会，现在想起来追悔莫及。通过用心学法明白了大法弟子救度众生的历史责任和使命。二零零六年以来，我才重视面对面讲真相。

一次路遇一位七十多岁的老人同行，我给他讲法轮功真相，他认同。他说他看过《九评共产党》，也知道邪党如何坏，讲到三退，连姓都问好了，准备起化名，可临到分手，他都没答应退。数月后我又遇到他，谈话中我知道他信神，我给他讲了贵州平塘县藏字石的故事，说天灭中共是神要灭它，你加入它，你就是它的人，你不得跟它一块遭殃吗？你得声明退出，神看人心。他说：“行啊，可这么大的事，还得有人证啊！”我说：“我就是人证啊。”他立刻从口袋里掏出身份证件递给我说：“你看，我叫某某，应用真名退吧。”

我有一位十几年没见过面的同学，是某中学的邪党书记，有一次他忽然来访。我知道他是来听真相的。我给他讲了法轮功教人按真善忍的标准做好人和中共对法轮功的迫害，讲邪党的腐败。他认同，我说：“它就象一个坏苹果，人要把它扔出去，是不是连好的也一块扔了吗？天要灭它，你不要被牵连？从心里退出。”他说：“这行。”临走时，他特意回身很认真的说：“我会记住你说的话。”

有一位某某教的负责人，过去有同修给她讲真相，她以她的信仰是合法的而自居，以法轮功“非法”而不屑一顾。有天我与她坐在一起，我问：“某某事情现在怎么样？（指基督教徒近期被迫害的事）她就给我诉说，教堂被砸，负责人被抓被判刑的事。我说共产党不断的刷新人的恐惧心，就是让人什么时候都怕它，乖乖的跟它走。有信仰的人看穿了生死，它就失去了控制这些人的着力点，所以它最怕最恨有信仰的人、信神的人。过去它一直在监控和限制你们，只不过是你们有的知道，有的不知道而已。现在明白了吧，其实它对法轮功的迫害就是造谣。如天安门自焚案，它找几个不是法轮功的人在那表演，独家录制裁赃法轮功。你入过团吧？你以迫害神的无神论组织成员的身份，去神的世界，你们的神会接收你吗？听后，她痛快的退了团。

有一次，和一个女人刚一搭话，她就问：“你信神

着搜查证，一手拿着逮捕证，说：“今天搜出一张传单、一本书就带走。”我说：“这是鬼子又进村儿啦！你们想怎么搜？掘地三尺？卸钢琴？拆电视？”警察冲着我的书架使劲。我猛的吧书架门拉开，“要看什么？哪本书？我给你拿！”几个人马上退到一边。那个小头头对同伙说：“我们搜了吧？”“搜了。”“什么都没有吧？”“没有。”“那咱们走吧。”

奥运会期间社区和片警们在我家坐了三个下午，因为邪火的车从我家楼下路过。这些人来了却什么也不敢说，口口声声就是交朋友。那好哇！有时间，说了个透，不明白的地方他们也问，就差当着同僚的面答应三退了。我也没勉强他们，告诉三退的方法，让他们自己去办吧。

这些年，社区和片警换了一茬又一茬，我是讲了一拨又一拨。有一次梦中看到：这个派出所的警察齐刷刷站成一排，一起喊：“真善忍好！”脚跟一靠，“啪”的向我敬了个礼。

（二）

非常清晰的记的，“七·二零”前十天登陆到明慧网。迫害后，铺天盖地的黑云中，明慧网上透出一线光明。我从这里寻找师父的信息，知道那是唯一能与师父联系上的一条路。被非法关押回家后，很快办成宽带，突破一切封锁找明慧网。

那时一上网，就感到另外空间很多的邪恶一下子聚拢来，歇斯底里的要下死手；就听警车鬼哭狼嚎的从远处窜来，嘎吱一声停在窗下，然后就往楼上爬：车灯就是眼睛，放着蓝绿色的贼光，轱辘就象脚，一蹬一蹬的往上蹭，扛着个笨笨的车体扭不过来身。我看着好笑，冲它说：“再靠近点，再上一层。”“唰”一念过去，就什么都没了。

二零零三年从看守所回来，正好师父《二零零三年元宵节讲法》刚发表，由于当时迫害面积很大，想找本经文都困难。怎样能让同修看到师父法呢？那时还不会下载经文。于是由两个同修照着经文打字，我检查校对，歇人不歇电脑。然后用软盘复制，传给有电脑的同修看。

这以后，决定用打印机做资料。各款式机器都用过，现在用的是第九台。有的是同修看着用的顺手要走了，有的是用到了超极限报废。用量大的时候，干到后半夜。夜深人

静，打印机的声音就显得大起来，一是怕影响邻居休息，二是还有怕心没去干净。于是我想了一个办法，按照打印机的规格做了一个鱼缸，到夜里，把打印机放到床上，扣上鱼缸。机器的操作看的一清二楚，而且一点声音都听不着，就放心大胆的一干就是大半夜。早晨再拎着一大包送出去。当时觉的这个办法不错，持续用了一段时间。后来再看那个鱼缸，自己都忍不住笑起来，就是人哪！非得眼睛看见的罩是罩，用正念下罩不惊扰别人，那才是行神事呢。

一次，有师父新经文发表，打印好后装好包，刚要出门给同修送去，一抬头看窗外一个大魔，黑黑的长毛，青面獠牙，大的看不到身子和头顶，只是一张脸。当时我的汗毛和头发都竖起来了。它说：“前天才打死俩，你今天还敢来？”是的，前两天有两个同修被活活的打死了，我要去的就在那个分局附近。我摸了一下包，这里是经文和资料，立时一股能量溶遍全身。我冲着大魔说：“是你大，还是我师父大，法大！？灭了你！”转身就出了门。当我把经文送给同修后，回来的路上，我看到在另外空间，师父把法交给我，我转身就化作无数，洒遍人间。这时宇宙中传出空明的声音：“带着如意真理来 洒洒脱脱走四海 法理撒遍世间道满载众生法船开”（《洪吟二》〈如来〉）。当时我泪水就涌出来了，师父啊，我就做了这点该做的事儿，您就给了我这么多！

现在我周围的同修基本上都自己上网，自己做资料了。

（三）

和楼下邻居阿姨已经相处二十多年了，我得法后不长时间她就做了手术，那时候我就劝她炼法轮功，她就是不听。后来知道她信佛，供着观音菩萨，初一、十五要上香，又愿意研究《易经》八卦，一说大法就排斥。迫害后，我真是从不同角度跟她讲真相，总感觉到有个什么东西隔着，打不到她心里去。那年汶川地震，听到消息后，我马上到她家，打听在四川弟弟的消息，希望他们回家来，度过这段不稳定时期。告诉她，跟孩子说念“真善忍好！法轮大法好！”能够保平安。我感觉她有点往心里去了。送给她护身符，她双手捧着，问我：得给你多少钱啊？应该放在什么地方？但她只是为了保平安，还不是对大法理解。她孙女回来后是挺不听话的，她到我家问怎么教育孩子。我给她讲大法教人怎样做

师尊看我们修炼状态不佳，把学法小组安排到我家。通过集体学法，看到同修精進实修的状态。向内找，看到自己的不足，明白了“作为一名正法时期的大法弟子，个人解脱不是修炼的目的地，救度众生才是你们来时的大愿与正法中历史赋予你们的责任和使命”（《放下人心 救度世人》）这一法理，从个人修炼转向正法修炼上来了。

发放真相资料 救度世人

因“怕心”很重，我发真相资料起步很晚，也很艰难。第一次发真相资料时，看好了一个地方，试着去做，到了那儿没有敢发又回来了，去了几次都没敢做。有天晚上硬着头皮把真相资料往那一放，慌慌张张返回，心都提到嗓子眼上了。

“修炼人讲的是正念。正念很强，你就什么都能够抵挡的住、什么都能做的了。”（《洛杉矶市法会讲法》）在认真学法中，明白了法理，在做救人事的过程中修去了怕心。

六年来除了夏收秋收那几天，我都坚持每周两次发真相资料。每次带几十份，不管是严冬还是酷暑；不管是狂风还是雨雪天从不间断。夜静路远感到孤单时，我就背师尊的诗“管你大雾狂风舞 一路山雨洗征尘”（《洪吟二》〈征〉）。当雨打湿衣，狂风呼啸时背起这两句诗倍感亲切，感到一种不辱使命的欣慰，顿时困意全无暖意盈盈。

我发真相资料，只有我的计划日没有天气的变化日，更没有什么“敏感日”。有时我专选“七·二零”、“四·二五”发真相资料，用这特别的方式否定迫害。

六年来我多次走遍了周边地区的一百多个村庄的大街小巷，或发真相资料或贴不干胶传单。做的过程中保持正念强，心态平稳，沉着冷静。

每次去的路上发正念：我要去前边一带发真相资料救人，清除一切邪恶黑手烂鬼的干扰，使所到之处人不惊，狗不叫，恶人看不见，有缘人能得救。发完资料再发正念：清除操控持真相资料人背后的一切邪恶黑手烂鬼，使他们一传十，十传百都能明白真相都能得救。六年来几乎没有什么干扰。

面对面讲真相 劝三退

师父说：“其实，有个别学员一直把破除邪恶、讲清真相的事当作一件不情愿的事，好象是为师父在做什么，好象

深沟，一头栽下去，同修把我送回家，我的腿不能动弹，在床上躺了两天，听法发正念，又好了。

小女儿骑摩托车被撞坏了腰住院，每天晚上我去照顾她。我总带着喷漆喷标语。心挂两头，被魔钻了空子，我在老公安局院墙上喷完标语，平地摔一跤，“啪”一声脆响，象劈甘蔗似的，我的脚崴了。我不管那么多，发着正念回到家，盘上腿打坐。第二天，小腿肿的乌黑发亮，裤子都快穿不进去。我也不把它当回事，照样送饭到医院。撸起裤腿给女儿、女婿看，他们吓的要我去检查。我说不用，马上就好了。我对女婿说：“还是大法好吧。不然，你要照顾两个，看你忙的过来？”女婿说：“法轮功也真是神奇。”过了两天，肿消了。

同修问，那是不是骨折了？我说：“反正摔的炸响。我也不管它。我也没想是不是骨折了。当时我满脑子就是这几个字：我是来证实法的！”

年轻时一身病痛，老了反而一身轻松。年轻时无处安身，老了反而拥有一间小房子。房子虽小，但因为有了大法，也是闪闪发光的。年轻时拖儿挂女，老了一人独居，心系众生，苦中有乐。助师正法，我越活越年轻，越过越幸福！

谢谢师父！

在正法修炼中走向成熟

文 / 山西大法弟子 清心(化名)

慈悲伟大的师父好！

全世界的同修们好！

我是一九九九年开始修炼法轮大法的。得法才半年，邪恶铺天盖地的造谣迫害就开始了。在正法修炼的十一年中有过困惑，有过徘徊，更多的是在师父的呵护下走向成熟。

集体学法 转变观念

在修炼十年中，经历五次车祸，触目惊心但却安然无恙。是师尊为我承受了我生生世世造下的天大的罪业。而我却因经历过数次政治运动对世人对自己家庭的迫害，对中共邪党产生了恐惧心，迟迟走不出来证实法。战战兢兢的度过了五年，我老伴也成了带修不修的状态了。

好人，我用大法的法理教育孩子的体会和收获。邻居住着，有些事情她是看的清楚的。万万没想到，从这破开了她的壳。她下楼的时候，迈一蹬念一句“真善忍好”，再迈一蹬又念一句“法轮大法好”，就这样一直走下去。我靠在门框边，眼泪就下来了。“姨啊！姨啊！我用了十二年才真的救了你！”

我的邻居们是真好啊！这些年恶人到我家来，大家总是横扒拉竖挡的护着我。平时一些事也是互相关照着。买秋菜，在楼下晾着，晚上我要收起来，下楼一看，收好了，还苦上了；早晨到楼下要晾开，一看已经摆好了。那些天就是这样，我一直不知是谁帮我干的。

晚上，有一名同学来电话，哭着喊着要和丈夫离婚。第二天我到她家劝和。她说所有的朋友都让她离，只有我不让。我告诉她一定听我的，只有我告诉的才对。我给她讲人的缘份，应该怎样做女人，如何从长远考虑问题……她平静下来之后，我开始讲法轮功真相，告诉她三退，给她唱歌：

“法轮功没有错，是神在兑现着自己的承诺，众生等待与担心的都在做。”她哭了，满面泪水。她问我：“你唱歌，我为什么会哭啊？”她本性的那面真明白了。我临走时，她拿出纸和笔，写了不少人名。说：“活的我说了不算，死了的我还说了不算？给他们都三退，我让他们的灵魂得到安息。”我又惊愕又感动，问这些人和她有什么关系。她说都是亲戚长辈，其中很多都是邪党早年的老干部。

后来隔些天她就打电话告诉我她家的情况，真是一步步好转。再后来她打电话要请我到她家新房子做客，说和丈夫办了个公司，收益不错，装修了新房子，买了车，丈夫对她很好。最后说：“你是我们家最受欢迎的客人，你给我家带来了福份。”我说是法给了她这一切。我从内心为这些做出正确选择的生命祝福。

同样的一件事，前些天有同修家里闹矛盾，第二天亲属们就来要最后了断了。同修打电话告诉我。当时想起一句《洪吟二》〈金刚志〉中的法：“力挽崩裂前 怎容烂鬼祸”。师父正法在挽救一切，邪恶就是想毁灭一切。帮着化解开之后，我仰望苍天长长的出了口气……在世间保住一个家庭完整，这也是师父要的。

有一天，丈夫告诉我婆婆住院了，胃里有个瘤，要做手

术。到医院护理就责无旁贷的成了我的事。我就主动的跟公公说：“医院的事交给我。”老公公当然很高兴。可是，正赶上大法日之前，那么多证实法的事要做，而且还有时间限制，这不就是干扰嘛！我发正念破除它，不能被它牵着走。丈夫让我等婆婆做完手术到医院就行。第三天，丈夫来电话说不用上医院了，胃里的瘤没了，办完出院手续了。原来，为了确定瘤的位置，把婆婆推进手术室前又照了一张片子，结果发现瘤没了。大夫两手各举一张片子看，这都奇了，前一张片子瘤就在这，这张片里就没了。那还做什么手术啊！办手续回家吧。

婆婆少挨了一刀，又没牵扯我的精力，一家人是皆大欢喜。原因是什么呢？婆婆好哇！我告诉她念“真善忍好”她就念，我给她神韵光碟她就看。是她对大法的态度改变了自己生命的状态。

知道老同修“病业”的确切消息已经很晚了，同修们到她家去发正念。儿女们抱怨不早看病，现在来不及了。有的歇斯底里的谩骂大法，打电话报警抓我们。大家没动心，想尽最大的可能挽回与圆容，那是一个大家族啊！于是大家依旧去发正念照顾同修，希望她最后时刻能在法上，讲真相使家人消除对法的误解。我剪了自己的内衣给她做尿布，坐在床边为她擦屎擦尿，在家冻好了冰块送过去，象照顾自己老人一样。同时讲大法是怎样要求的，哪些是对哪些不对。看到大家真心诚意，家里人的态度也缓解了。后来我们建议将老同修送医院，家人也接受了。最后，我到医院去探望，止不住的流泪和啜泣。她儿女们很惊愕也很感动。后来说：

“人家图什么？不就是为咱妈好嘛！”老同修走后，儿女们要请我们吃饭表示感谢，我们谢绝了。世人能明白大法、了解修炼人，我们要的不就是这颗心嘛？！

母亲也走了，那是在儿女们多次被迫害的惊恐中猝然离世的。我们被迫害的一些经历是从来不跟母亲讲的，怕她年纪大了多一份担心牵挂。后来想想也不对，这不是出自亲情的考虑吗？母亲也是修大法的，她会用法去衡量。那天，我把在被非法关押时经历的一些事情讲给她。母亲听后却笑了，笑的那样释然。她说：“经历了这些你都走过来了，往下什么都挡不住的，我放心了。”我真没想到母亲会说这样的话，真为她在法上的提高而高兴。

堵住路，费了好大的劲才取下来。

翻山越岭救人忙

我和同修常常两三人结伴，坐车到乡镇，然后下车步行。因为沿路两边很多同修讲过真相，我们就到人迹罕至的村村洼洼去讲，送《九评共产党》和小册子，过年前送真相春联，面对面劝三退，在路口石板上、电线杆上、涵洞口上喷真相标语，挂条幅。渴了喝口山泉，饿了啃几个馒头。几年过去了，很多真相标语仍然屹立在风雨中，有的还被游人摄入像片，开创了良好的环境。

有时看到山顶好大一块平石板，我定要扯着树枝茅草爬上去，喷上标语，有时下坡踩空了滚了好远。一次天刚黑，我看中路边的一根电线杆，想挂上条幅。不巧来人了。情急之下，我趴在旁边的塘埂上一动不动，脚掉进泥塘里。等人走过，又爬起来忙活……

我一路走一路告诉路边的花草树木“大法好”，很少有狗咬我们。一天夜里发真相传单，迷路了，一条狗一直把我们送到公路上。一次我费好大劲爬上一座山峰，没看到一个人，看到了一头牛。我很高兴，心想，没白跑这一趟。走过去跟牛讲真相，牛“哞哞”的叫着，我说：“快把你的主人叫来听真相，我们要救他。”牛真的长叫，一会儿主人来了。我跟他讲半天，他不相信。度人真难啊，有的人还不如牛呢！真希望下次有人来救他。

有的人明白了，三退了；有的人自以为聪明，说自己什么组织也没入过；还有的人不仅不听，还放狗咬人，扬言报警。一次刚走小路上山，追我们的警车就从大路呼啸而过。什么艰难险阻都挡不住神的路。我们大法弟子就是救人的神。

人神一念天地殊

我每天早晨三点半起床炼功，发完六点的正念，开始学法。每天最少学两讲《转法轮》，没学法，不敢出去讲真相的，也有怕心，效果也不好。

有一次，一位同修用摩托车带我去乡镇喷真相标语被邪恶构陷，恶人叫一辆农用车追我们，我心里一慌，撞到车上去了，半边脸破皮，血直往下流。我赶紧回家打坐炼功发正念。找到了还有怕心，正念不足。脸很快就好了。

还有一次，我光顾着喷标语，没看到电线杆旁边有个大

得买票，想跟着人流混进去。这一念被邪恶抓了把柄，补票时恶警把我抓住了，看我是外地来的，叫我骂师父骂法轮功，我不骂。他们就把我带到派出所打我，我不配合，不搭理他们。我心里记的师父的这方面的讲法。他们就把我转到一个地方，坐车时，我悄悄的把河南的火车票塞到坐垫底下。这里的大笼子里已经关着几十个大法弟子。那时是下午四点钟。

恶警搜了我的身，我身上什么也没有。又追问姓名，我一言不发，心里背《洪吟》。我看到笼子里的同修立掌（那时我还不知道正法口诀和发正念），我也立掌。最后恶警打了我一顿，就把我从后门放了。

下午五点多，我问到了北京西站，买了回家的晚班车票，站票，第三天早晨我回家了。两宿没睡，我跑到同修家睡一觉再回家。

儿子这下反而不敢闹了，他隔三差五的偷偷的到处找我，看我在不在家。一次他用钥匙悄悄打开我的门，看到我在油灯下折真相传单，叹了口气：“你这是何苦呢，我来帮你散吧。”

正念正行威德显

我用退休工资买喷漆、蜡笔、粉笔写标语。师父只看我那颗心，虽然我只断断续续的念了两年书，修炼后竟然能通读大法经书和周刊，我喷写的标语字迹工整，遍布城乡。

又到了让恶人心惊肉跳的“敏感日”，听说六一零派了很多恶人蹲坑。我带着钓鱼竿和条幅、喷漆，又出发了。走出城外七里地，将一个真相条幅用钓鱼竿挂在路头的电线上（两根电线的能挂，四根的不能挂，是高压线），四面八方的恶狗猛咬，恶人打着手电追赶。我赶快将钓鱼竿收起，藏在厕所的草丛里，人紧贴着厕所的墙站着一动不动，心里求师父，让恶人看不到。恶人的手电光在我的脸上晃了几下也没发现我。

恶人走后，我又出发了，一路喷写真相标语往回走，写到闹市区一所学校门口，又在过街的电线上挂了一条黄底红字的“法轮大法好”。我看到不远处的红绿灯处停着值班的警车。我发正念，背着《怕啥》，请师父加持，全部顺利做完，绕一圈回家。那条主干道上的过街标语闪闪发光，人们赞不绝口，恶人惊慌失措。过了好几天，邪恶调来升降机，

母亲走后，我们把她安葬在祖坟。没想到，十几天后，飞来一群仙鹤和天鹅，在河畔荷塘边的草丛中那样的悠然闲适，村人说稻田里还有鸳鸯，这是从建村二百多年来没有过的事。大法弟子在世间救度世人，把美好带给得救的生命；就是英魂离世也不忘自己的责任，引仙禽陪伴，送祥瑞于世间。这一切亲戚们是一目了然，这不是神话是事实啊！随后亲友也陆陆续续走进了大法。

（四）

被非法关押回来，单位让我写保证，我没写，就不让我上班，也不给工资。我去各级部门谈，同修们帮我发正念，一路上就象被功托着一样，讲真相也很顺畅。后来我们决定给单位写信，我起草，大家修改，字里行间的人心都抠出来，那是毫不客气。这信洋洋洒洒近两万字，把该说的都说了。然后，大家一起发信，同时正念加持。就这样，三百来封信邮到单位，上上下下立时就炸了。参与迫害的领导吃不住劲，召开全体职工大会做“解释”，同时“整理”我的资料要上报，那就是继续迫害。

晚上同修告诉我让暂时避一避，我没动。写信、发信是堂堂正正做的，信里每一个字都是真的，事后也一定堂堂正正去面对。从生命最深处发出这一念，瞬时觉的自己顶天立地、高大无比。我坐下来立掌，念动正法口诀。压下来的邪恶很多，大夏天的周围都哇凉，冷的我全身发抖，就这样坐了一宿，清除了很多邪恶，感到它们的松动和退缩。那一夜不知道有多少同修帮我发正念。邪恶的因素破除了，单位给开了一部份工资，一段时间内还得到了一些福利待遇。由于当时心性有限、正念还不足，做到这就没继续，所以一直没上班。那段时间经济上是相当紧张的，做资料的费用都是从嘴里挤出来的。因为还有一些同修在岗，他们做的很好，这儿顾及的就少了。

一晃到了退休年龄，要到单位办退休手续，又赶上了大型活动，见到了很多同事。那场面是我没想到的，就是握手和拥抱。在拥抱的那一瞬间，耳边送来“我支持你，好好炼！”“是好，真好！”手握在一起，“理解，都理解！”“明白，明白啊！”“好好保护自己。”还有老远老远的就伸过来手，另一只手竖起了大拇指。八年没见面，他们真的是老了；可我依旧没变，用大家的话说“年轻”、“精

神”、“比原来还漂亮”、“粉嫩粉嫩的”、“告诉告诉我们美容的秘笈”。唉，其实我功炼的不好，也总为达不到师父说的“没有皱纹，脸上光光的，白白的，白里透红”而遗憾。可是每每在证实法和救人的时候，师父总是给我演化的特别好，仅从这个角度做话题就不知救了多少人。丈夫也愿意和我一起出门，见到熟人就很得意的说：“这是我媳妇，原配，年轻吧！想不想做美容？跟她炼法轮功！”我明白是师父要救人啊！是师父要成就大法弟子。我只是在做师父要的。

看到大家对我的热情态度，曾经参与过迫害我的领导和同事满脸的尴尬和羞愧，我意念中接收到的信息是：“迫害法轮功干什么呀？！”我一样的把她们搂过来，拍着肩膀，真心的希望她们能抓紧弥补和挽回。同事中也有不理解的，正好是讲真相的机会，已经很容易了。

那个场面中，师父的法是一句一句的往脑子里打：“你的存在就是在起着救度众生的作用”、“得叫众生服气”（《二零零四年纽约国际法会讲法》），……我觉着自己很高大、很高大，敞开胸襟，张开双臂，把众生拥入自己的怀抱，送给他们美好的未来。

谢谢师尊！谢谢同修们！

在邪恶的中心全力救度众生

文 / 北京法轮功学员 禾田

北京是邪恶盘踞的中心，无论是大法弟子还是常人都遭受到中共恶党最邪恶的迫害。全世界的大法弟子都在支援北京同修除恶和讲真相。作为北京的大法弟子，救度这里的众生，更是责无旁贷，理应全力救度，兑现自己的使命与承诺。这些年来，我始终坚持做好“三件事”，在学好法的基础上，发正念除恶，讲真相救度众生。

下面将我在救度众生过程中的所悟和所做向师尊汇报，和同修交流，不妥之处请慈悲指正。

一、信师信法，去除怕心

当初面对邪恶铺天盖地的迫害，我也有过较强的怕心，有过托常人藏书、藏资料而致使书和资料丢失或被毁的行为，事后很难过，羞愧难当。几位同修从邪恶的劳教所回来以后，对我的触动非常大，他们为了修炼大法不怕邪恶的迫

跟你一样！”抓住我的头发，把我从房里拖到厅屋，踢倒在地，使劲打我。

这一下把我打醒了。我一直不敢站出去护法，就是怕牵连了孩子们，怕邪党整他们。我什么都为着他们，他们被邪党蒙蔽毒害，反过来打我。我要进京护法，不能让邪党再害人了！

进京护法平安回

我洗头洗澡，穿上最好的衣服，带着积攒了几年的三百五十元钱，揣着亲手做的两个条幅“法轮大法好”和“还我师父清白”，悄悄出了门。那时师父已经发表了经文《理性》，反复学法后，我想我进京后很快会回来的。

本地恶警长期住在客车站和火车站及各大路口专门拦截法轮功学员。我打算先坐公汽到挨着河南省的乡镇，再从那个乡镇转车到河南，再从河南上火车去北京。我坐车到了那个乡镇，下车后不见河南的客车，问当地农民，农民说，现在不准河南车来接人了。我想，也许我进京的一念还不够纯正，带有“气”，师父考验我是否真心吧。

我今天用脚走，我也要走到北京去。我朝着河南方向走了八里多路，搭上了河南的车，到河南的火车站，买了当天进京最晚的票。在候车室，我打听下了火车怎么走到天安门。别人说：“老奶奶，你一个人怎么敢出远门？你到北京干什么？”

第二天早晨下了火车，我跟着人走。北京到处都是人，到处都是车。我糊里糊涂的不知怎么的就来到了天安门。站在金水桥上，我向师父合十：“师父，我来晚了！”眼泪止不住的往下流。

我买了一张票，因我年龄大，售票员只收了半价，进了三大殿。进第一个大殿，我看到有一个大花坛，前后左右都是人。我有点紧张，但一想到师父就在我身边，我豁出去了。我背对着大殿，面对着进殿的人群，从怀里掏出条幅，一边展开一边高喊：“法轮大法好！真善忍好！还我师父清白！法轮大法是正法！”喊完后，我迅速将条幅放在花坛上，从后门走了。到了第二个大殿前，我镇定下来，打开了第二个条幅。我顺利的从三大殿出来。想上天安门城楼去喊“法轮大法好”。

上城楼要买十五元钱的票。这时我的人心出来了，舍不

在膝盖上，盖上褂子，学完法奶孙三人一路回来。有次下雪，一位同修脱下袄子把孩子包着。

我还带着大房的孙子跟着同修们到山里洪法。那段日子真是好啊！

闯过家庭第一关

好景不长，九九年“七·二零”来了，中共江魔头不准我们炼功了。这么好的功法不让人炼？不管它，我照样去银行门口炼功，被恶警抓到二所了。

大儿子跑到看守所，散烟给警察吃，要用钱把我买出来“教育”我。他让我写个保证，我不写，儿子“啪啪”就是两耳光。我进了号子。后来我想这儿也不是什么好地方，这是关坏人的，我们好人来干嘛？我的小女儿就开着车把我接回去了。

小女儿把我送到乡镇大女儿家。大女儿放着一大盆瘦肉也没给我吃，我就着萝卜叶子吃了碗饭就回来了。

晚上，家里开起了“批斗会”，儿子儿媳、女儿女婿正好一桌，想“转化”我。谁也动不了我的心。我说：“我苦了一场，一生我就要这个（法轮功）。我吃苦受累把你们拉扯大，落了一身病痛，千斤的重担你们哪个能替我拿半斤？是我师父帮我消了业，我无病无痛一身轻。我们做错了什么？我们又没做坏事。”因为我的老伴在文革时被打成“右派”，孩子们从小就受累，所以怕的很。他们看说服不了我，最后不了了之。

那时真是邪的很啊，同修见面不敢说话，恶人要打要罚，也只有忍着。但是看着电视上乱说乱嚼的、颠倒是非心里憋的慌。只好自己动手写条子：“法轮大法好”、“真善忍好”、“法轮大法是正法”、“还我师父清白”，晚上出去贴。用五色彩纸剪成莲花，吊块真相标语，用线吊在路边的树上让人看。我还买金黄的广告布，用红漆写大法真相标语出去挂。虽然只念了两年书，但标语上的字写的还工整，一笔一画的。后来索性用蜡笔、喷漆在墙上写。我五岁的小孙子每天晚上跟我一起去写。

大儿子打工回家，孙子去接，一下火车就跟他讲“大法好”。儿子到家，打开电视，电视里正在污蔑大法，编了一个奶杀孙的事在放。儿子气不打一处来，魔性大发，破口大骂：“我在外头打工，恐怕你在家把我儿子杀了呢！他说话

害，甚至有的大法弟子失去了亲人和工作，我觉得自己很惭愧，面对邪恶的打压，大法弟子没有退缩，我决心走出来证实法。

开始的时候就是往车筐里放大法资料，自己走在北京的胡同里感觉害怕，尤其冬天，天黑得比较早，有时到单元楼发放《九评共产党》，每次回到家里都后怕，有一段时间天一黑就有一种害怕的感觉，尽管在法理上也知道应该去掉怕心。后来我认真学法，牢记师父的讲法：“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〉）于是我想，既然走的是师父安排的路，就没什么可怕的，救度众生是全宇宙最正的事，只要内心纯净、慈悲，就能破除旧势力的干扰和迫害。我坚信师父会保护弟子，师父给予我的能力能让我自己保护自己。我是救度众生的神，恶人会怕我。所以我做真相之前，清除一切杂念，心中只怀一念：众生，师父让我救度你们来了，你们一定好好珍惜资料，珍惜自己被救的机会。类似怕有便衣、居委会老太太、保安、保洁人员跟踪、收走资料的念头不再有，同时正念加持真相资料，只让有缘人拿到，恶人不准靠近资料。

有一次，我到广安门一带发资料，由于这一带平房多，胡同多，有的胡同曲里拐弯很复杂，我不太熟悉。当走到一条大约二百米长的胡同时，自行车特别多，我的心里有一种说不出的喜悦，就往车筐里放资料，这时胡同中间出现一个老太太推着一个坐轮椅的病人站着不走，因为距离较远，我想还是发放吧，当我走到那个老太太跟前时，老太太冲我就喊：发什么资料呢？然后她就跑到那个车筐里把两份大法资料拿到手里，我正准备快步穿过胡同离开，没想到这是个死胡同，天哪，我还要返回去，那个老太太就站在那里等着我，怎么办？这时我想起师父的教诲：“一个心不动，能制万动。”（《精进要旨二》〈去掉最后的执著〉）当时我的心很快就静下来，然后走到老太太跟前，让她把资料还给我，她却大声嚷嚷（当时正是邪党开“两会”期间，北京城戒备森严），我依然平静的走出胡同，出了胡同就有一辆出租车，司机正在擦车，我告知他我有点急事，请他快开车。车刚一启动就有两个女的追了上来，因为她们没看见我上车，向胡同那边跑去了，好险哪，关键时刻是师父保护了

我。这件事我早就应该讲出来，希望大法弟子在北京胡同发资料前一定自己先走一遍看好了，别走到了死胡同，让邪恶钻空子。

走在证实法的路上，我怕心越来越少，正念越来越强，越走越顺当。我现在发资料，不挑难易，有时专找大家认为危险性大的地方去，军队大院、政府家属楼大院、科研院所等，这些地方的人员被毒害深，监控严，他们急需被救度，他们早被救，就能使他们停止迫害大法和大法弟子，以及毒害其他众生，意义非常大。北京到处都是监控探头，这些地方更是多，我每次发现有探头时都向它们发正念，让它们不要被邪恶操控迫害大法和大法弟子，它们照不到我。同时也注意做好常人层面的安全措施，我一般戴上帽子，接近摄像头时低头，走摄像头的盲区。我着装做到符合北京本地一般妇女的特点，每次穿的衣服、背的包让人看不出任何特色，进楼门时直接往里走，毫不犹豫，不东张西望，如同下班回家，或购物回家，门卫也不会注意到我。脚上穿的鞋很轻便，既便于走长路，又不发出声音。

在北京的外地大法弟子很多，在此提醒大家，在外面发资料时一定注意自己的穿着打扮，观察北京本地人的穿着特点，如果过于外地化打扮，或穿着比较有特点，容易让人留下印象，引起便衣、门卫、居民的注意。

二、将资料送到各家各户

救人考虑周到，让世人有最便利的方式得救，将资料送到各家各户的门口、人们的手上，所到之处尽量不落下一个众生。

当我发现有世人看到车筐里有资料不敢拿，有的顺手就扔了，心里很难受，我想还是自己做的不好。师父让我们碰到问题向内找，在大街上车筐里有资料，人们有怕心，不拿，这也不能全怪世人，因为邪党在中国作恶，尤其是北京人饱受运动的摧残，他们自保的心很重，谁都不愿招惹麻烦。我就想救度众生就是大法弟子的责任，救命的资料一定要想办法送到众生手里，于是我就开始和几个弟子商量，把大法资料放到自封塑料袋封好，贴上双面胶，进楼里去发，把小塑料袋粘贴在门上或报箱上。这样谁一开门就能拿到资料，自己拿自己家的，谁家门上有东西都会拿进门看看，既安全，又能使更多的众生得救。

几年修炼中历经的风风雨雨，让我深深感到：一切都是师父在做，学法重要，发正念重要，救人重要，大法是超常的，师父就看你那颗心。

这是我第一次参加大陆大法弟子网上心得交流会，我口述，由同修代笔完成，有不当之处，敬请同修慈悲指正。

大法救我出苦海

“生在苦难中，挣扎以求生；一朝得大法，回归步别停。”（《新经文》〈志坚〉）我常常含着热泪念诵师父这首诗，想着一定要精进实修，早日回家。

没得法之前，我真是苦命：出身于地主家庭，要“接受贫下中农再教育”，边放牛边读了两年书。丈夫被打成“右派”，离世时大孩子十岁、小的三岁。我年轻守寡，拉扯四个孩子，两儿两女，无依无靠。过度的劳累使我落了一身病，林场微薄的工资糊不了五张嘴，我办了病退，摆个小副食摊度日。上无片瓦，下无寸土，租房住。苦了半辈子，养大儿子带孙子，没有片刻空闲。到老了，得了胃病、肝炎、心脏病、风湿、神经衰弱，满身是病，晚上喝了安眠药才能睡一小会儿，白天还要撑着软绵绵的身体买菜做饭进货摆摊。

一九九四年三月十五日，是我终生难忘的一天。我参加了在某厂举办的法轮大法心得交流会。我去时人已坐满，只好坐在后边听。听着听着，我越听越舒服，浑身轻松。我瞅着空就慢慢往前钻，想听的更清楚，我摆摊用的钱包掉在地上我也不知道。等到法会开完了，人家都走了，我才发现腰间的钱包不见了。我回头一看，钱包好好的搁在我开始坐的地方，没人捡！我就觉的这个法格外不一样，这群人也是格外的好。我一听师父讲法录音，就觉的格外亲切，好象这是我一生要找的，他把我象变了个人似的。那一刻，我决定我要修大法，我的人生终于有了盼头。

每天早晨四点钟，我就听到有人喊：“李家奶！李家奶！”把我喊醒炼功。晚上哄孙子睡觉，看到簸箕大的法轮在房里转。我的身体奇迹般的康复，干活有使不完的劲。

我那时除了做家务，还要带两房的孙子。大的五岁，小的一岁。我又不识字，每天晚上带着孙子去学法。牵着大的，抱着小的，提块蒲团，再加上一件包孩子的褂子去学法。孩子乖的很。大的盘坐在地上听法，小的呼呼大睡，放

负责人只是说了要做一件什么事情，大法弟子们自觉共同协调、克服困难，充份发挥大法弟子的智慧把事做好，做的更完善。就是负责人对这件事情没有想的很充份，甚至有漏洞，大法弟子在做的过程中都会把它做完善，那才是你的威德。”（《各地讲法六》〈亚太地区学员会议讲法〉）我地区的大法弟子都能充份的发挥自己的作用，主动的去做大法弟子该做的事，真正做到了“聚之成形，化之为粒”（《二零零三年元宵节讲法》）

回顾十几年的修炼心路，心中真是苦乐相伴，乐的是正如吴承恩所写：人身难得、中土难生、正法难遇，全此三者，幸莫大焉。这伟大的法，伟大的时代，能造就伟大的生命的特殊历史时期我们遇到了；苦的是自己做的很不够，我经常和同修谈的是四大名著中的《西游记》这个修炼故事：孙悟空在整个修炼过程中，他的师父是在他的保护下才经过了九九八十一难，最后功成圆满。而我们正好和他相反，是师父时刻在保护我们，我们在这样无所不能的师父的呵护下，我们又做的怎样？到现在我地区还有被非法关押的同修没营救出来，有的昔日同修还没回到法中来，也有的同修还没走出来，一些急待改变的状态还存在。

师父在《二零零八年纽约法会讲法》中讲“亿万年的安排，现在是最后的时刻。历史走到了今天，不容易，风风雨雨。从古至今，众神都在看着这件事情，都在关注着这件事情，尤其到了最后这一步。大法弟子的所行、所念，他们都在仔细的观察着。”在这千载难逢的正法路上只有“以法为师”，把住“向内找”这个“法宝”，“配合好”、“协调好”、“做事想别人，遇到矛盾想自己才能做好”。

谢谢师父！谢谢各位同修！

助师正法 我越活越年轻

文 / 湖北大法弟子

尊敬的师父好！同修们好！

我今年七十一岁，是一九九四年得法的老年大法弟子。五十多岁时我病的死去活来，走一步都困难；七十岁时反而一天能跑六、七十里山路，翻山越岭讲真相忙着救人。助师正法，我越活越年轻，是李洪志师父给了我一副好身板。十

我们选的资料彩色图文并茂，贴在人家门上也美观。贴过资料后会在门上留下不干胶痕迹，影响门的外观，我心里很抱歉，我在贴时一直默默念叨：门的主人，很对不起，为了救度你们，我没别的办法，请原谅！在楼里贴资料发生过这样一件事。我去看一位同事，包里带了些资料，准备在回来的路上发。当我走到前门地区的居民楼时，心中产生了一念：把这些资料贴到这些楼里多好啊，我路过多少次，几乎都是锁着的，这次我真得进去，里面住的都是各大机关和科研院所的职工，他们受邪党毒害最深，最难救，也就最需要我们救度了，我曾听同事说这些楼是北京最高的高层楼。这个想法一出，我就往那个单元门走，楼门依然是锁着的。这时正好来了一个拄着拐杖的老妈妈，要上台阶，我走到她跟前说：我扶着您！老妈妈说：谢谢！她掏出钥匙把门打开，我顺顺当当的进了楼，因为当时大概是晚七点左右，有个别下班的，楼里有开门声，走路声，我也没有害怕，挨家挨户的贴，正在贴二零零九年新年晚会光盘时，身后出现了一位老大爷，他问：你这是贴什么呢？当时我已经来不及走开了就回答说：贴新唐人电视台全球华人新年晚会的光盘。他说：什么新唐人？我怎么不知道？那个老大爷好象是个知识份子。我说：就是法轮大法的演出，全世界都在看，他说：不是不让炼了吗？我说：就是共产党不让炼了，全世界都在炼。我顺手又拿了几份资料给他，我以为他就走了，没想到这就是在他家门口，他又把门上的光盘拿回去了，说，那我要好好看看，同时说了一句，你注意点安全。在这几个单元我贴了七、八十份，安全离开。在回家的路上我回想，刚才在过街天桥上看，周围还没有人，到我该上楼的台阶时却出现了一个拄着拐棍的老妈妈，我搀着她一起进了楼门，看上去就象母女俩。师父将一切都给我安排得天衣无缝。

还有一次，我坐电梯进了一座高楼，大约是下午两点多。这时楼里和外面的人很少，居委会的人或保安一般这时也还没太出来走动，资料不易被发现、拿走。我准备贴一个门时，里面的人坐在客厅，当时我犹豫了一下，是贴还是不贴呢？还是贴吧！让众生都知道真相，是大法弟子的责任，于是我把准备好的小册子贴在了门上，大概里面的人早就看见我了，我刚粘上，里面就出来一个和我年龄差不多的女士拿着小册子向我走来。我是乘电梯上来的，楼道出口在哪我

也不知道，书包里还装着几十份资料，怎么办呢？这时我马上想到师父就在我身边，我不用担心。于是我回头向那位女士走过去说：阿姨你看我像坏人么？那人没有言声，我又说：您回家把这几份资料看看，这些事都是真的，看明白了您就得救了，让自己的家人也看看。您就让我把这些资料都贴在这个楼里，别跟着我了。她什么也没说就回去了，我顺利的把一书包资料黏在每家的门上。

曾有同修建议，发资料时分散发，每个楼层少发几家，不要每家都发，以免太扎眼而引起人们的注意，引来恶人破坏资料。我不反对同修的做法，但各人有不同的悟法，我认为，众生都在等待被救度，落下谁我都不忍心，所以我还是对楼里的每家每户都发放资料，而且我觉得这样能震慑邪恶！当然这样做时要内心纯净、正念强大，形成一个慈悲祥和的场，任何邪恶都进不来。

每次在发资料的路上我都想：我是宇宙的小小一粒子，一切都是师父在做，只是自己有这么一个愿望，做大法弟子应该做的，兑现自己史前的大愿，助师正法，救度众生，无比殊胜！

在证实法讲清真相的道路上我遇到的事很多，每件事确实是在师父的呵护和点化下做的。

一次我坐在出租车上，一看司机穿的是迷彩服，就问他原来是干什么工作的，他说是北京武警部队的。一路我就给他讲真相。他听得津津有味。我说：我给你起个名字退了吧！他说行。我说，那就叫百顺，退了一百个顺利。他看了看我没吱声，我又说：叫张百顺吧，向神佛发愿还是起个大名吧！他看了看我，点点头。快下车时，他才开始说话。第一句话就问我：你怎么知道我叫张百顺？我看着他一惊，我说，我就是想给你起个吉利的名字，我真的不知道你就叫这个名字。我心里明白了，是师父点化我说出来的，叫众生看到大法的神奇。

三、多种形式救度众生

我尽量做到利用一切时间、一切机会、一切形式救度可贵的众生。我的包里随时装着讲真相的手机，一有空就拿出来打几个，在办事的路上，在等人的过程中，在同修忙来不及提供资料的日子里都打电话。我所有买东西用的钱都是真相币，每月几乎用出去上千张。我总是骑着自行车到不同的

书我认为不能留的，他说这些我想先留留吧，我虽然发正念要彻底清除，但也得看他的心性与接受能力，千万不能急于求成，我尊重他的要求，因这次没清彻底，回家我还是发正念，请师父加持同修一定要彻底清除他家邪党的一切物品。

隔了半个月，他又约我再次帮他清理。我一到他家，他乐呵呵的说：你说我这个人，做的不够彻底，上次咱俩清剩的这些书，我觉的有些还应该清出去。这回我听你的，你说留什么我就留什么，其余的都不留。清理完了之后，他满面笑容的说：我把这些邪东西都清出去，我要把师父请回来，希望你帮我请一张师父的法像摆放在这。我高兴的答应了他，第二天就请了一张师父的法像送给了他。他用准备好的像框装裱好后，恭恭敬敬的放在最好的位置上。

根据他的状态，我觉的他能接受周报和大法的真相资料了，为了使他尽快的跟上正法进程，我每周给他送一次明慧周刊和大法真相，同时与他交流。他每天学习“七·二零”以后的讲法，每天还抄《转法轮》，现在他已抄两遍《转法轮》了。全球的四个整点发正念和本地区每晚的七、八、九都很准时的做到，每天参加全球的晨炼从不间断。在师父的呵护下，很快全身病痛全无，真是一身轻，原来他走路一瘸一拐的，现在虽然七十有余，走起路来象个年轻人。他开始给亲朋好友劝三退，因他在邪党组织工作多年，对邪党的邪恶了解的很多，再通过看《九评共产党》，他的真相讲的很到位，凡是听到他讲真相的，人人做了三退，远方的亲朋他就写信劝退，现在他已是一位名符其实的大法弟子了。

另一位“七二零”前的负责人，也是在本地的政要部门工作，由于怕心始终没走出来。同修们送给他师父的讲法他也看，三件事只做一件——学法。好象发正念、救人的大事与他无关，同修们看在眼里急在心上，也在不断的找机会与他切磋，但都无济于事。这回把《走出政治 走入修炼》的光盘送给他。他一下就明白了，把他的心结打开了。知道自己以前的认识错了，同时写了严正声明，现在三件事都在做着。还把《走出政治 走入修炼》的光盘送给和他相同状态的昔日同修看。现在他正在做着唤醒昔日同修的事。这两位昔日同修现在都在以一个“正法时期大法弟子”的责任兑现着自己的史前大愿。

师父讲：“如果这个地区做的好，一定是这样的情况：

班，上班时见解就很独到，很骄气，一般人不看在眼里。我能把他叫醒吗？我这人的一念刚刚闪过，马上否定，这不是大法弟子的正念，大法弟子的正念是无所不能的，我不熟悉，我没能力，师父的弟子，师父一定熟悉，师父是无所不能的，我只不过是跑跑腿、动动嘴，真正救他的是师父。

我首先给他发正念，清除他空间场一切干扰他回到法中来的所有黑手、烂鬼、共产邪灵等一切邪恶因素，加持他明白的一面努力发挥作用，早日回到师父的怀抱，回到大法中来。兑现自己的史前大愿，发了几天正念后，我又找了一位他熟悉的同修带我去他家。

经同修的介绍，我俩相见如故，不管他怎么热情，我就是见缝插针的向他近距离发正念：清除一切干扰因素，请师父加持弟子这次一定叫醒他。经过几句开场白，就进入了正题，心想，一定要以慈悲祥和的心态，让他看到“正法时期大法弟子”特有的风范。我首先说：咱俩能认识这真是大法一线牵哪，咱们今天一见面就有一种相见如故的感觉。他马上微笑着说：是，是。我接着说：咱们有一种特殊的缘份，咱们可能是踩着祥云来到人间取经的吧！今天我奉师父的旨意来看看你，咱们都是师父的亲人，师父说咱是就一定是，可不能不承认哪。他低下头笑着说：看你们多好啊！你看我都多长时间不炼了，还能行吗？我马上说，能行，不行师父能让我们来看你吗？师父时刻都在牵挂着没走回来的弟子，师父不想落下一个得了法的生命。他笑了笑说：那太好了，正好我还保存了两本《转法轮》，我明天就开始学。

过了两天我又去看他，他非常高兴的说，这回我一定要一修到底，谁也别想干扰我。为了让他跟上正法进程，我根据他的接受能力和心性状态，逐步的送给他师父在“七·二零”以后的讲法。对后回到法中来的同修，必须有耐性，不能急，如果急了一股脑的把所有新讲法都给他，他接受不了会起负作用。

经过一个月的时间，他打电话约我到他家去一趟，我马上发正念：清除一切干扰同修回到法中来的邪恶因素，然后马上来到了他家，他乐呵呵并很客气的说：也不知你有时间吗？我想麻烦你帮我清清我这些邪党的书籍和一些其它不好的书，我家的书太多了。于是我高兴的和我们一起清理。因为他喜欢看书和储存书，清出了两大箱子，还没清彻底，有些

市场去买东西，分散花钱，让不同地区的居民都能得到真相，同时也避免引起怀疑。

我一般很零散购物，比如买桃子，我一次买三两个，这样可以多花出去零钱；有时在和卖货的人交谈时感觉对方较明智的，就多买点东西，直接数给他多张一元零钱，前几天我付给一位卖菜的生意人几张真相币，他在数钱时发现了，说，怎么都是这样的钱？不过挺好！我说那我再多买你一点东西，多给你点真相币，你会生意好，得福报的。于是买了三十多元的东西，给的都是一元真相币。他说好，很快就能找零出去。

有一次一个人告诉我，很多人将真相币当作收藏品，这说明明白真相的人很多，希望同修都来使用真相币。我也抓住一切机会面对面讲真相，劝三退，讲真相的过程中还碰到一位开小商店姐妹，她以前修炼过大法，我跟她讲大法的洪势，劝她从新走回来，并加入到助师正法的行列中来，她很高兴能遇到我，并愿意听我的规劝，说以后在向顾客找零钱时会多使用真相币。

四、繁忙中不耽误救人

师父教诲我们：“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》）我悟到，修炼人如果有了慈悲心，做事处处先考虑别人，心中保持善念，就能处理好一切，家庭、社会、工作中都能开创好的环境，这样就能有宽松的条件更好的去救度众生。

我两年前退休，现在仍在一家公司兼职做会计。退休金加兼职工资使我有充足的资金做真相，买电话卡、出资料钱、帮同修等。我近八十岁的母亲身体弱，身边老得有人，我家姐妹四个，没人愿意照顾母亲，我就和丈夫从楼房搬来母亲的平房里住，独自承担起照顾母亲的责任。丈夫虽然不修炼，但不妨碍我照顾母亲和出去做真相。我对丈夫的照顾也是无微不至，他认识到大法的好，尽管怕邪党迫害我和全家，但他挑不出任何理来阻止我出去做真相。而且在我不在家时帮我母亲做饭，陪老人家。

为了赶时间，我手快眼快，麻利地完成一切事情，进出门静悄悄，让家人不易觉察我出去了。比如，我做晚饭早，

六天前让家人吃完，我收拾好出门，九点左右就可以回家。一次，人民大学有位同修被迫害，我们去那里发揭露恶人的资料。天下很大的雨，晚饭后我赶很远的路去发，迅速的发完赶回家，进家门就对丈夫说，你该洗洗休息了，我帮你端水，他以为我出去串门回来了，什么也没说。

尽管很忙，但我注意平衡好做三件事和工作生活的关系。我还和同修合伙开公司，利用一切便利条件来推动公司的发展。我们开公司的基点是净化人类思想，帮助人们家庭幸福，破除旧势力的经济迫害，使曾被迫害过的同修得到工作机会。办公司事情多，我们知道这对于我们能否处理好三件事和公司业务的关系是一个严峻的考验，在复杂的环境中修也是好事。为了让我有时间做真相，同修让我尽量少去公司，我们相互信任，谁能做什么都尽力去做，各方面都做好。

以上是我在讲真相、证实法中的一点体会，不足之处，请同修慈悲指正，合十！

使命感激励我做好自己该做的事情

——不断的修去自我

文 / 黑龙江大法弟子 归真（化名）

在正法修炼中我与大陆所有大法弟子一样经历过许多磨难，例如被非法劳教、绑架、骚扰。在多少次的绑架与骚扰中，我都在师尊的精心呵护下正念解体邪恶，从新溶入正法洪流中。尤其是参与当地协调以后，加强了学法、学好法，在法理上提高的很快，当然也要感谢同修们的无私帮助，使我从承认迫害中反迫害的思维误区中跳出来，真正的在大法的法理上彻底的全面否定这场对大法、大法弟子与世人的迫害，作为正法时期大法弟子的使命感油然而生，从而做到堂堂正正的生活与修炼。在坚持走好师尊留给大法弟子的修炼路即集体学法、集体切磋交流，和家庭资料点遍地开花，走大道无形的路方面做了一些努力，并从中修好自己，使自己渐渐的从人中走出来。现写出来向师父汇报，与同修交流。如有不正之处，恳请同修指正。

一、组建学法小组，把做好三件事真正落到实处

在修炼中我深刻的体会到，集体学法是师父给我们留下的修炼之路。是修炼者精进和尽快升华的保证，不是一般的

急，但马上想起师父的告诫：“工作中的语气、善心，加上道理能改变人心”（《精进要旨》〈清醒〉）。在法理的加持下，我马上把急躁变成微笑，在交流中说明：这本书就是小说作者本人修炼层次的所见所闻，然后进行加工写出来的，师父在《转法轮》中早就讲了“法在不同层次中有不同的显现形式”。他看到的那层景象和师父要带我们回去的家可差远去了。她俩静静的听着，我接着说：我们的法轮世界是：“美妙穷尽语难诉 光彩万千耀双目 佛国圣地福寿全法轮世界在高处”（《洪吟》〈法轮世界〉）。记住师父说的话，什么也别想干扰了我们学法，救人的时间，什么好也没有师父好，大法好，我们一定要一步一个脚印的跟师父回我们真正的家。

经过在法理上的交流，平息了这场“传书风波”。过后不久的五月十日发表了“关于小说《苍宇劫》”的经文。通过学习，同修个个欣慰的说：我们多亏没做这书，今后我们一定学好法，遇到什么事用法衡量就知道怎么做，今后可“千万不要心如浮萍，一有风吹就随着动”啊！

师父告诉我们：“得了法的人就要珍惜他。”（《各地讲法四》〈二零零四年芝加哥法会讲法〉）我们都知道昔日的同修也是我们一同踩着祥云来到人间，来取真经的。那时候我们相互叮咛过，如果谁迷在人间，千万叫醒他，千万年的等待不能毁于一旦。

四、找回昔日的同修

对找回昔日的同修，我们也做了大量的工作。我市区在“七·二零”前的两位负责人，因都在政要部门上班，迫于压力，不炼了，和他熟悉的同修多次去找他交流，有的从法理上交流，有的从他身体状况上讲，因他不学法、不炼功，身体又回到常人的状态，所有的病痛复发，吃药打针都不好使，尽管同修多次劝说，他还是冷漠的说：你们别费心啦，你们炼吧，我都这么多年不炼了，我也就不炼了。在交流中我们找到了他的心结，他的心结就是：这么多年我什么也没做还能跟上了吗？师父能要我了吗？找到了他的心结，对症下药，大家同时发出一念，一定要叫醒他。同修说：该去找他的同修都去过了。看来我们是唤不醒他了，这回就看你的了，没别人了。我当时有些为难，心想：我与他别说是熟悉，连他长的什么样都不知道，只听同修说他是在政府上

一切。”

我市区的资料点能制作各种版本的大法书籍、《九评》、和各种真相资料，不但能满足本地区的需求，而且还可以供给周边县城的同修。制作的《转法轮》同修拿到手后都赞不绝口，而且每份真相大家都是用心去做。在制作的过程中，同修都说：“我们怎么就能做出和出版社做的书差不多呢”！这要不是有师父、有大法，我们做梦也不会梦到呀！这大法太有威力了，关于电视节目，有的同修在《明慧网十周年法会上讲法》提到除了五年前制作了《风雨天地行》后，就再没有制作完整的影碟。但我市区提供给世人了解大法真相的光盘除每年的“神韵晚会”，还有“风雨天地行、《九评》与我们告诉未来（VCD六盘一套）的版本、

《九评》与我们告诉未来DVD单本的版本、走近法轮功、法轮功真相、法轮功九年风雨路、法拉盛事件、退党大潮、超越红墙、中医博士的奇特经历、枯木逢春”等几十种；电影《善与恶》、《伪火》、《震撼》、《无恨泪》、《沙尘暴》也分别送给身边的世人与朋友们观看，这些从不同方面反应大法真相的光盘在面对不同执着的世人了解大法真相方面都起到了很大的作用。特别是“明慧十方”栏目推出的《走出政治 走入修炼》这张光盘，影响力更大，使很多不明真相的世人，认为法轮功是在搞政治的人明白了真相、也进一步使很多人知道法轮功做人的道理与功效，同时还唤醒了一部份昔日的同修，在这里我表示向叶浩先生及制作此片的同修们深深谢意并合十。

以法为师，对真相资料和大法弟子看的资料同修能做到严格把关：记的在二零零七年四月份，曾在同修内部轰动一时的小说《苍宇劫》由外地的同修传入我地区，个别的同修认为此小说对修炼有帮助，她看完后来找我谈了一下，意思是想让我协调资料点的同修制作一些供同修看，我当时没说什么，只是说等了解了解后再说。我上网一看这不是明慧网发出的东西，篇幅很长，还有待续等等。当时就是一念，不能出这类的书，一来耽误学法时间，二来往起勾同修的心，在这一刻值千金、值万金的时候，什么东西也不能让它占用同修学法和救人的时间。过了两天后，又有两位同修拿着这本传来的《苍宇劫》和我交流。从她俩的言行中完全可以看出她俩的心意，也想让做点给大家看看。我当时的心也很

学习方式的选择，而是听不听师父的话，遵照不遵照大法要求去做的严肃问题，它是关系到各地能不能形成整体，有力的做好三件事的关键。面对当时我地情况还有相当一部份同修没有集体学法，在整体配合上困难很大。因此我与其他协调同修开始分别找能接触到的同修切磋，发动同修建立学法小组，走师父安排的修炼路。开始时困难很大，我就不断的登门拜访，找了这个，找那个，根据各自情况配组。开始是四个小组，逐渐的到九个，少的两三人，多的五六人。有天天学的、有几天学一次的、有晚上学的。一段时间后大家在法上提高的很快，有些小组渐渐的成熟起来。我们就开始切磋理解师父讲的人人都是协调人的法，发挥每个粒子的作用，人人都要去协调别人。这样原来小组分开，分别组建新的小组，把没走出来的同修带出来。

到零九年底我片主动发挥协调作用的同修越来越多，从新走出来的昔日同修也在逐渐增多。如一老年同修组织五人学法小组坚持四年，非常稳定，又新建两个小组。老同修为了帮助上班的年轻同修，想各种办法给她们提供集体学法条件，或是休息日或是下班后带孩子到她家吃饭，学完法后回家。她把她原来炼功点的同修凡是能找到的都去联络、切磋，经她协调的有十多位同修先后开始精進实修。还有一小组同修为了帮助昔日同修，长期不辞辛苦的到同修家学法，带没走出来的同修讲真相，为了帮同修过关甚至陪住。看到她们的所为真有一种同修携手前行的感慨与庄严，更加促使我走正走好自己的修炼的路，不辜负师尊的期望，兑现史前誓约，承担起自己的历史责任。

我地协调人每人带一片，这样整体配合上就有了抓手，有整体配合的事一通知就都知道了。后来发现有些小组只是坚持每天学法，学完就各自回家做自己的事情，只满足对亲朋好友的救度。这样我们就建议各个小组学习、切磋师父广泛救人兑现史前誓约的法理，并组织小型交流会切磋，从法理上认清大法弟子的使命，现在当务之急是大量救人。我们发现这种只满足学法，不主动做事救度世人的状态是对师父各地讲法学的少的缘故，对自己肩负的使命认识不清所致，为此我们建议同修加强师父各地讲法及经文的学习，有的是三、四天学一遍《转法轮》，三、四天学师父的各地讲法及经文，有的是学一、两讲《转法轮》，剩下一两个小时学其

他各地讲法。一段时间以后同修们的状态改变很大，特别是部份老同修对正法修炼的理解有了新的突破，越发切身的体会到作为正法时期大法弟子的幸运与伟大，从而感到肩负助师正法与救度众生的使命无比的神圣，真正的明白自己是谁，来世上干什么，所以发自内心的主动去做好三件事，各小组都能走出来面对面讲真相和发资料了。

老年同修大多能做到半天学法，半天讲真相，如一组老年同修四年如一日的坚持结伴讲真相。大部份学法小组都有家庭资料点，上网三退、打印资料和纸币、刻录等都能独立运作。现在无论是全球和本地定点发正念，还是定期到黑窝发正念和营救同修发正念大家做的都很主动。这几年我在这方面投入的精力很大，无论是吃闭门羹也好、排斥也好、我都不气馁，不灰心，师父要做的事就一定要做好做到底。平时我无论在哪遇到同修我都要问有没有学法小组。我经常与其他协调人沟通召开小型交流会，比学比修，共同走正走好证实法的路。

二、学习传播电脑技术，大法需要啥我就做啥

我生平就对电器不感兴趣，好象这些东西与我没有任何关系。到了被邪恶迫害后，需要上电脑时，我为难了：六十多岁的人了，能行吗？再加上怕心的羁绊迟迟没动。直到零五年到资料点后，我才开始学习电脑操作和打印技术。由于当时我和我地几个协调人频繁接触，多次参加本地与外地区法会，对我的触动极大。我明知道保护自己、怕再被迫害的心是肮脏的人心，由于法理不清却迟迟不放，不愿承担协调责任。可几次交流会我看到了同修们信师信法那颗坚定的心，和在做三件事中那种无私无我的境界使我震撼。同时也激励自己抓紧学法修好自己，尽快提高上来的决心，踏踏实实的学法，扎扎实实的修好自己。几个月后，法理上逐渐清晰了，悟到能否让家庭资料点在我地遍地开花同样是听不听师父的话，走不走大道无形的路的问题。做得怎样同样是关系到能否形成当地整体，达到师尊要求的聚之成形，散之为粒的修炼原则问题。鉴于我地当时有许多同修等着建资料点，由于技术同修少，又不是专职做，那么多同修等着什么时候才能排上号？而且即便安装了电脑，上了打印机、刻录机，谁去教操作？况且学的同修大多是老年女同修多，又没有任何基础，需要耐心的把着手教。指望谁呢？自己做，只

份同修是上午集体学法，并利用一定的时间交流前一天讲真相的情况，总结经验，找出不足，下午基本是出去面对面的讲真相。有一位六十岁的同修，她不识字，可她读起大法的书来，谁也不能想象她没上过学还读的这么好。每天出去讲真相、劝三退，身上背着真相资料，讲完后，根据每个人的不同执着再送给他一份真相资料。给劝退的人起化名什么“福常在、得新生、有未来”等。劝退的人听了都高兴的说：你是什么学校毕业的，挺会取名呀！她回答：我是“法轮大法”学校毕业的。有的劝退后的人下次见到她时，就高兴的对她说：“法轮大法好，真、善、忍好”。

有两位老年同修，一位七十五岁，一位七十岁，她俩第一次结伴走出去面对面讲真相，劝三退，一上午讲了九个人，只有一个同意三退了。她俩回来跟我说，我马上鼓励说：一回生、二回熟，只要能出去讲、张开嘴、下次就好了，“修在自己，功在师父”。再说你劝退一个人，这哪是一个人？这是一个宇宙，这个宇宙里面有无量无计的众生，说到这她笑了，大家都会心的笑了，从中悟到了救人的重要性。在面对面讲真相方面有的同修一天能救几十人，有的能救几个人，不管救的多与少都互相告诫：救多了不生欢喜心，救少了也不泄气，大法弟子就做大法弟子该做的事。

近一年来我发现，得救的世人对大法弟子有一种无限的钦佩感，我有几位同乡、亲朋、同学、我给他们三退后，发现再见面时，他们对我有一种特殊的、说不出的敬仰感激之情，从他们的语言、眼神、笑容中都流露出他明白的一面对使他们得救的大法弟子的感恩之情。比如说：我给一位同乡做了三退，我们只是一般的认识，刚退时，她没什么感觉，只是说：我相信你讲的，给我也退了吧。然后就走了。过了大半年后我们又街上见面了，这次见到我后，与以往见面时的平淡判若两人；而是从内心发出的一种喜悦感，并乐呵呵的对我说：你挺好吧？我也挺好，我们家都很好。两只眼睛笑的眯成一条缝儿，喜盈盈的站在我的面前。好象不想离开我似的在我面前非常有礼貌的站着，等我和她告别走出一段路后，我回过头去看看她，她还在原地用同样的表情望着我的背影，目送我很远很远。师尊在《北美巡回讲法》中说：“他们真的把你当作是他们的主、他们的王，无限的敬仰你，因为你救度了他们，你为他们付出了，你给予了他们

的？边说边从兜里掏出手机，同修不惊不怕，祥和的说：我是给你家送大法真相的。告诉你保平安的秘诀，你看看就知道了。那人说：啊！你走吧，没啥事。偶尔遇到这类突发事件，同修们都能用正念制止行恶。

有一次我们七、八个人打车到五十里外的乡镇发真相，那天晚上天黑的伸手不见五指，我刚要把一本《九评共产党》放到那家门里去，大门突然被人推开，走出一个男人问：你要干什么？我当时不知为什么一点怕意也没有，反而笑出声来，边笑边说：我要上厕所。他马上告诉我说：厕所在这儿呢。说完他什么也没想就走了。整个过程就象是两个熟人互相对话一样自然，我就象什么也没发生一样继续挨门挨户的发着真相。发完后回到家已是午夜十二点三十分，我又睡了一觉，在睡梦中梦见一个四、五岁的男孩儿，在一个大泥潭里，满身满脸都是泥，正在往下沉呢，他见我过来，就大声的哭个不停，我见这个孩子马上就要淹死了，我立刻前去把他拉出来。从这个梦中我悟到：我们今天晚上发的真相有人又得救了，我们大法弟子真的是在抢人、救人。

过后我一想起这件事，便感到大法的微妙神奇，我从小胆子小的出名，在没修炼之前，只要太阳一落山，天还没怎么黑，我一个人就不敢呆在家里，黑天从不敢出门。为什么今天发生这样的事情，我都能笑出声来，而且这种笑不是装出来的，不是有意表现出来的，而是自然流露出来的。这是我吗？我明白了：大法弟子所有的一切都是师父给的。表面是我们在做，其实是师父在做，在看护着我们。每每想起修炼过程中一件件神奇的事情，我总是激动的热泪盈眶。神奇的事情很多，就不一一的讲了，十分感谢师父对弟子的细心呵护和慈悲苦度。

我市区的真相资料都要严格的把关，必须是从明慧网下载的，（除几种适合不同执着的常人观看的真相光盘外）各种光盘紧跟正法形势的发放，就今年的“神韵晚会”光盘我地区已发送近万份，大多都是面对面的发送。所有的真相资料全都用自封袋装好。有的还用精美的塑料袋装上，里面放一个福字，上边系一个小花，制作的非常精细，为了救人每个同修都用心的做着，都发挥着自己的特长。

在面对面讲真相劝三退时，同修尽量不错过一个讲真相的机会，如果错过一个，过后马上向内找，下次做好，大部

要是证实法需要那就做，也一定能做好。

零六年八月我便主动学习安装电脑系统，承担起建立家庭资料点的任务。我也是从零开始学的，和初学同修处在一个水平线上，所以教和学比较便当。就这样三年来我除保证半天学法的基础上，其余时间都是奔波于同修之间，忙于建立学法小组、切磋交流和装电脑、教技术上。在做的过程中我克服了许多困难，吃了不少苦，但我心里始终充满阳光，觉的这是自己应该做的，也是修好自己的机会。记得有多少次往返在一个资料点上，最长时间达到二十多天，有多少次为解决困难，同修招之即到，这其中有同化法的愉悦、也有人心割舍难断的艰辛与苦恼，但是我都无怨无悔的走过来了。并且在做的过程中我始终坚持将法理切磋与心性交流溶于其中，并在往返路途中讲真相救人。九零年底我地上了手机讲真相的项目，我便积极学习推广，很快掌握了整套技术操作，帮助许多同修利用此技术大面积的讲真相救人。

四年来回顾自己所走的路，深切的体会到，修炼人在修炼路上做什么不是自己意愿决定的，是师父安排的，碰到事情该做什么就做什么，只要去做没有做不成的，因为都是师父在管、在做，只要我们能放下自我，在纯净心态下做事，都能做成做好。

三、向内找修去自我，不断的从人中走出来

在参与当地协调这四年来，我虽然做了自己应该做的事，但也暴露出许多人的观念与执着，修去自我的路走得比较艰难。不管怎样在师父的呵护下，在同修的鼓励下我走过来了。我体会到：向内找是法宝，但要经过剜心透骨的魔炼过程，也是脱胎换骨的过程。只要我们坚定修炼的心不动，始终把自己视为大法修炼者终究能从人走向神。

我是个性子急，喜欢做事快的人，对反应慢、接受能力差的人很瞧不起。修炼后大有改变，基本上不以文化程度、聪明不聪明划线决定取舍。修炼十多年与同修相处基本上是相安无事。可是自从我传授电脑操作技术后，老毛病就不断的往上翻，尤其对那些长时间学不会的同修，心里头嫌人家笨，有时还当着同修的面发一些牢骚，搞得同修在练习中很紧张。过后我也很后悔，知道我是用人心对待同修和我所做

的事，而不是以修炼人的正念对待。我一直在努力的排斥它、反对它，不让它主导我。当我心烦时我就梳理自己的思

绪灭掉不正的念头。一段时间以后我缕到了人心的根源是情，具体表现为妒嫉心、显示心、争斗心，总之就是为私为我，放大了就是证实自我的心。师父说：“修炼路不同 都在大法中 万事无执著 脚下路自通”（《洪吟二》〈无阻〉）。症结找到后，也就有了清除执着自我的主动性，时常提醒自己遇事一定要向内找。

后来我地协调人之间出现分歧与矛盾，对我那种维护我的心是一个极大的冲击与挑战。记得有两次协调人学法切磋会上一同修（简称A）对我长时间的批评指责，语言犀利与尖刻，是我一生中从来都没有遇到过的，有点发懵。那时我心里只有一句话：向内找，向内找。当时我心态平静，没有一丝激动。我检讨自己的毛病，表示去掉它。风波暂时平息了。我也找到自己的情很重，在处理问题上有邪党惩罚手段的余毒、在工作中对同修的包容与补充不够等。可是在我内心深处还是有点不自在，嘴上说找自己，可是总是不自觉的流露一丝气愤，压下去再起来。师父说：“忍是提高心性的关键。气恨、委屈、含泪而忍是常人执著于顾虑心之忍，根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍。”（《精進要旨》〈何为忍〉）我根本没有做到无条件向内找、放下自我。

零九年末，一次协调人会，学习《致欧洲法会》经文，大家都在向内找谈体会，A和另一同修（简称B）因共同合作的项目有意见分歧，A发泄不满将项目全部推给B，我们当时都表示向内找就可以解决问题，并发自内心的劝A做下去，因为B工作忙，而且还经常出差。这之前他们配合不畅我们其他人全然不知。而后A说我向着B，把怨都归到我这来了。我一下子就受不了了，认为A是无理取闹，怨恨心、争斗心都上来了，搞得自己心潮起伏做什么都静不下心来，邪恶钻了我人心的空子，加大我人心的执著，向外找对方的执著。就象师父说的：“你们有的人在说别人执著的时候，是不是因为自己执著受到了冲击反过来说别人执著来掩盖自己的执著？”（《美国东部法会讲法》）结果被邪恶钻了空子，出现了严重的感冒症状。我知道是自己与大法拧了劲了。我是在求别人都对我好，求得舒服啊，好过啊，当别人说自己时心里就不高兴。在学法小组同修们对我过不去关而着急，一位老年同修语重心长的对我说：不要上旧势力间隔同修的当。这句

念。在学法小组时，学法前发正念，中间每个整点都发正念。集体学法结束临走之前还发正念。这样每位同修每天至少七次整点发正念，一般的也能发十次左右，有的同修带块报时表，只要报时表一报时，他就发正念，有时间坐下来就尽量的打坐发正念，实在脱不开身，心里也发出一念，念正法口诀。大部份同修能如意的发挥正念的作用。

三、讲清真相 救度众生

为了做好讲清真相，救度更多的众生，必须得有足够的真相资料的发放，我市区由原来的一个资料点，先后成立了多个家庭资料点。这些小花在师父的呵护下茁壮的成长。为了讲清真相，我市区在二零零六年制作了本地真相小册子，直到现在从未间断，真相资料有选择有计划的发放，如“法轮功是什么、法轮功的做人道理与功效、法轮功在世界洪传的盛况、邪党为什么要迫害法轮功、天安门自焚是邪党自编自演的一场丑剧、天为什么要灭中共、大法弟子为什么讲真相劝三退”等内容。

在发放真相时，市里按人分片，尽量不落下一户，周期性、循环式的发放，农村有同修的他们自己发放，没有同修的由市里的同修分期分批去发放，有车的开车去，一次可去七、八个人。一天晚上能发放六、七个村屯。有时打车去，有的骑摩托车，也有的骑自行车，有的到农村亲属家住下，可以把周边的几个村屯都发完。到二零零六年所有的乡镇、村屯最少发一遍。做到了“有人的地方无处不及”。

在发真相之前，首先发正念，如果是集体去农村发放，我们就通知所有在家不能出去发的同修每个整点发正念，发到同修回来的时间，请师父加持发真相的同修不受任何干扰，大法弟子所到之处，一切邪恶灭尽，加持每一份真相资料都发挥最大的救人作用，以一当十、以一当百救度更多的众生。要求所有的生命与因素都来配合大法弟子助师正法。这也是你的福份，到正法结束后，你们也会得福报的。发完正念开始发放资料，这时大法弟子的心很坦然，真的是狗也不咬、鹅也不叫，象进入了无声无息的境地，你可以尽情的发放，基本上都是顺利的发完。

我们发放时总要选择一个好的地方才肯放下。有一次，一个同修把一份真相资料送到这家农户的窗台上，农村的院子大，放完刚走出几步，屋里就出来人问：你是干什么

同修经过切磋，必须普遍的成立学法小组。

本市区几乎每位同修都有学法小组，每组的学员不等，有三、四个人一组；有五、六个人一组；有七、八个人一组，有的是每周一、三、五学法；有的是二、四、六；上班族也成立了晚上的学法小组，主要通学《转法轮》和师父在“七·二零”以后的所有讲法，每人每天在家也保证两个小时的学法时间，有许多的同修背过多遍的《转法轮》、《洪吟》和部份《新经文》，通过系统的、有计划的学法，同修大多都能在法上认识法，同时利用一定的时间进行交流，谈谈学法后的体会，用法来对照自己修炼中有哪些不足，应该如何如何在法上提高上来，跟上正法进程，不是为学而学，不是走形式，要对照法检查自己。每周利用周一、周二的的时间，由每组的学法小组的负责人，根据本组的实际情况有针对性的选择每周的《明慧周刊》的文章一、两篇在小组上共同学习，充份的发挥了《明慧周刊》的作用。从《明慧周刊》中我们学到了很多经验与教训，从同修们向内找的法理切磋中也看到了自身的差距与不足之处，尽快的用法来归正自己。在此我们也衷心的感谢明慧编辑部的所有同修的用心付出，精心制作。

二、发正念

首先大家反复的学习师父关于“发正念”方面的经文，让每位同修认识到发正念的必要性，同时我们悟到了师父让我们发正念是训练我们每一位大法弟子如意的使用佛法神通除恶的过程，所以每位同修都重视发正念。

师父在《二零零三年元宵节讲法》中说：“大法弟子作为一个整体在证实法中协调一致法力会很大。”二零零五年我市区的同修经过切磋，统一了发正念的内容，在归纳发正念的内容时，更用心的学习师父的讲法，同时以“明慧网”发表的《发正念要领和全球同步发正念的时间》为依据，在全球发正念内容的基础上，又根据师父的新经文的要求加上一部份。每个同修全球四个整点准时发出强大的正念。在二零零四年本市区每晚就有七、八、九三个整点清除本地的一切邪恶生命与因素，解体所有黑手烂鬼和共产邪灵，全面解体旧势力与三界内一切阻碍众生得救的乱法烂鬼，全盘否定旧势力的一切安排，立即终止迫害，“法正乾坤 邪恶全灭 法正天地 现世现报”。有时间的同修几乎每个整点都发正

话一下子点醒了我，是啊，经常讲的一句话，在过关中怎么就没想起来呢？关键是自己本末倒置了，没有把大法与救度众生摆在第一位，而是把自己摆在第一位了，面对同修真是汗颜。两天后我与一同修切磋时她发现我的嗓子嘶哑，问我是怎么回事，我告诉她与同修的心性关没过去。她马上说我知道是谁了（指A）。然后她说了在半年前我地一次心得交流会后，与会同修刚散去，A曾对她说过我不地道，我地协调工作是她创建起来的，我夺了她的权等等。奇怪的是当时我心非常的平静，并告诉同修哪说哪了，不要再提此事。我开始向内找：什么权？怎么夺的权？我尽量仔细的回忆每一件事和我当时的心态。查找自己有没有证实自我的心、有没有不让人说的心、有没有执著别人执著的心、有没有怨恨心，细查起来都有。虽然这些心去掉了许多，还没有根除，还要继续努力彻底放下。经过学法向内找拧着的劲渐渐的理顺过来了，我不再气恨、委屈，心态也平静了，有点涟漪也不能影响我了。自己认识到向内找就是归正自己的过程，这个过程的时间一定要短，时间不等人啊，“放不下的梦幻一过，方知失去的是什么。”（《精進要旨》〈退休再炼〉）决心做好三件事修好自己尽量不留遗憾。

有一段时间我地协调人数量减少，只剩三个人，其中一人上班具体事几乎就俩人做，加之我又听到有人说我：我不能在法上认识法、我是个人修炼、争权夺利、创业精神、把干事当作修炼、一棵树上开花等等。我心理压力很大，也怕自己做不好会影响整体，对大法犯罪。我时常在想还做不做？看到那么多事需要有人去做，去协调，又不忍心不做，我也在反复查找自己做事的基点正不正，有没有为私为我的心。经过学法切磋后，我觉的不管别人做不做，我也要做好我能够做的事。我不求结果，只求一件一件的去做，能起多大作用就能发挥多大作用，尽自己的能力去做。因为这是我的使命与责任。

几年来我非常感谢同修的提醒，时刻注意把学好法摆在第一位，除特殊情况都能保证半天在学法小组学法。并且把讲真相溶入我的生活与做事中，没有协调任务时，我就发真相资料、发真相光碟、面对面的讲真相、发劝善信、手机打语音电话，也有时与小组同修结伴讲真相和到黑窝近距离发正念。凡是我能做到的事情我都认真去做。我基本没有哪

些事是同修干的、哪些事是协调人干的之分，该干什么就干什么。时刻注意杜绝干事心在我身上发生。我明确干事心是由于不注意学法，不把大法作为自己行为的指导，在做大法的事情时，不注意在做事过程中摆正心态，不用神念主导自己的言行，满足于做事本身，它也是给邪恶钻空子的机会。这方面的教训太惨重了。在正法中师父要求我们多救人、抢人，利用常人社会的各种形式为我们所用，多救人就是师父所要的。就这样我始终坚持着做我自己应该做的事。我和另一位协调人也经常一起学法向内找，互相鼓励着携手前行。其实我们所做的一切，师父的法身都在看着呢，如有偏颇师父会点化我们的。

零九年末有两位同修加入本地协调，我们分工协作，配合得很好。学法小组、家庭资料点大面积铺开，整体形势趋于好转。可是半年后我地邪恶迫害开始，恶警先后绑架十人，其中包括后加入协调的两位同修，损失很大，两位协调同修负责协调的部份处于瘫痪状态。为了汲取教训，整体在法上提高上来，我们在同修中开展了“对迫害事件分析”的切磋与交流。可喜的是有许多同修，把对同修的迫害当成是对自己的迫害，第一念就是否定迫害，积极营救。不是去指责同修有漏，而是看同修的问题找自己存不存在与其相同的问题，在法上归正自己的思想和行为，把营救同修当作救度更多的众生，同时修好自己的机会。所以认真参与营救同修的事宜。这时在我地共同信箱中出现了几篇分析协调人特别是昔日两位站长的文章，在同修中引起了不小的波动，特别是文章说我除了上述的问题外，还有什么没有协调工作经验啊、自封总协调人啊、什么势力越来越大啊、什么写文章的目的是铲除我们背后的邪恶呀等。我当时顿时警觉自己要保持清醒，不做任何回应，绝对不能陷在事实对错的澄清上，让同修充份发表意见。同时我也非常赞同文章的论点，只要文章在宏观论述站在法上，对我地同修解除以人为师，名人崇拜、依赖协调人（站长）的不良心理就是好的。这期间我努力的去抑制人心不起作用，修好自己才是最关键的。有师在，有法在，一切都由师父在管，我们只是保持纯洁心态做事就足矣了。

总结自己的修炼情况，真是感慨万千，由于自己的业力大悟性差，自己的魔难要比别人多一些，需要不断的暴露出

是为了安全与减少同修的心理压力，这样单线的联系是可行的，我们必须严格的遵守。

在二零零三年，我市区的主要协调人因搬家到外地去了，临走时，她把本市区的情况和我一一的交流，她说：原协调人有的从“七·二零”到现在还没走出来、有的邪悟的、有的被迫害的、我又搬家了，现在在本市区非常需要能协调的同修马上站出来，把大家协调起来跟上正法进程。你看着办吧。

我一下被这突如其来的重任惊呆了。心想：本市区的同修，我还没认全，怎么协调？再说：我根本也没有那么大的能力呀，接送个资料，当个配角还行，让我协调全市唱主角，还真不行。心里跳个不停，一种无依无靠和失落感，恨不得一下留住她，不让她搬走，心里酸溜溜的真不是滋味。

但当我回到家中，看到了《转法轮》的那一刻，内心的孤独无助、无依无靠感瞬间全无，心想：我怎么能无依无靠、孤独无助呢？我最大的依靠不就是我的师父吗？不是以法为师吗！师父时刻都在看护着我们，我怎么还有孤独无助之感呢！这不是被同修情的带动下产生的不正确状态嘛，有师在，有法在，正法路上需要我做什么，我就应该做什么。师父在《转法轮》中早就讲了：“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。”

我反复的学习师父在《亚太地区学员会议讲法》，因为这次讲法师父重点的讲了配合、协调方面的事情。我要按照师父的法理尽量去协调好。我们是正法时期的大法弟子，师父告诫我们：“修炼与正法是严肃的，能不能珍惜这段时间，其实就是能不能对自己负责。这段时间不会长，却能锤炼出不同层次的伟大觉者、佛、道、神以至不同层次的主的威德，也能使一个放松自己的修炼者从已经非常高的层次毁于一旦。”（《精进要旨二》〈正法时期大法弟子〉）我决心时刻按法的标准严格要求自己，和同修配合好、协调好、撑起这片蓝天。

下面向师尊简单的汇报七年协调路上的部份体会。

一、学好法

通过学习师父的讲法，我们知道必须重视学法。那些只注重轰轰烈烈做事、不重视学法而产生的教训太多了。所以

也是向师尊汇报的一个好机会，通过修炼心得交流，以便在修好自己的同时救度更多的众生。

我是一九九七年四月份开始修炼法轮大法，在我地区我是第二个得大法的人。同修甲是一位七十多岁的老太太，是我地区第一个得法的人，她有幸参加过师父在哈尔滨办的讲法班，她虽然不识字，但悟性很好，我俩在一起学法炼功只有两天，她就说：你好好的炼吧，你会开天目的，到时候，石头、墙都会和你说话的。我那时根本不懂什么叫开天目，为什么石头、墙还会和我说话，我只是似懂非懂、似信非信的乐呵呵的听着，心想：不管怎么样，我这下半生就是修这个大法了。

同修甲和我都是因病而得大法，我俩一修炼，全身的病痛全无，象换了个人似的，亲朋好友看到了学大法的神奇，也三三两两的入道得法。因为我得法早点，同修们有事没事的都愿意到我家来交流，我家也就自然成了学法、炼功点，每天早上集体炼动功，晚上炼静功，然后再学法二至三小时。同修都溶入到大法中，身心变化非常大，人人都从法中受益，其乐融融，心里有说不出的喜悦。瞬间到了九九年“七·二零”，“风云突变天欲坠 排山捣海翻恶浪”（《洪吟二》〈心自明〉），这艘突飞猛进的小船也受到了冲击。

二零零零年夏季，我搬迁到本地市区居住，二零零二年春天，一个偶然的机会，资料点的同修让我传递真相资料，那时我地区只有一个资料点。为了安全，他们把资料放在固定的地方，每周我去取一次，因为当时的邪恶还很猖獗，同修还不太敢出去发放，我认识的同修又有限，所以给我的资料就显的多了些，几乎是我自己去发放。

记的开始给同修真相资料时，他们不敢接，我就把护身符、卡片之类的送给他们，并乐呵呵的说：你看这多好啊，拿回去当书签多好啊！同修说，那就拿一个吧。我说：你多拿几个，每本书里都放上一个，多方便呀。然后她就多拿几个，我再把所有的真相资料一样一份送给他们说：这是送给你看的，仔细的看看就知道今后咋做了。很快，来取资料的同修越来越多，这时资料明显的供不应求。我没法和资料点联系说明情况。只好写个纸条，用塑料袋装上，放在送资料的地方，通过这种方法沟通。别说，这种方法还真行，以后有什么事情就这么办，其实，我是知道谁给我送资料的，但

一些不好的观念与执著，修去它达到空的境界，这也是我一直期盼的。我非常欣赏前几年一同修写的一首题为《一空百顺》的诗，“放下执著心里空，自在如意好轻松。万物入眼皆顺眼，东西南北都顺风。”看来同修早就达到了师父要求空和无的状态，可我距离这种境界还差的很远，需要付出艰苦的努力，但我对自己的前途充满信心。在此叩谢师尊的慈悲教诲与呵护！不辜负师尊的期望，圆满随师还！

在讲真相的同时修自己

文 / 江苏大法弟子 一心（化名）

得法之前的几十年里，我当干部，在当地是小有名气的人，但一直性格比较内向。一九九六年十月，南京的一位朋友给我寄来一本《转法轮》，我打开书看，就再也没放手，那博大精深的法理深深吸引着我，连夜读完。这本书让我的心久久不能平静。从此我全身心投入到学法、修炼、洪法中去了，生活感到无比充实、喜悦。

九九年“七·二零”后，红色恐怖笼罩，压得人透不过气来。我们县与外界联系中断，加之学员得法迟（大部份是九七、九八年得法），人数又少，在巨大的压力面前，多数学员被迫不炼了。我虽然坚持下来，但也是在师父的呵护下，跟头把式的走过来的。

开始不知怎么办，真是度日如年。后来陆续传来了师父的经文和讲法，如同黑夜见到了北斗星。师父在《理性》这篇经文中给我们指明了方向：“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”。我们知道该做什么了——讲真相，救世人，这是我们的义务，也是我作为一个正法时期大法弟子的责任。

这里我就谈谈十一年来我是怎样讲真相救众生的。大体上可以分为三个阶段：二零零零年到二零零三年，主要是在亲戚、朋友、同学、熟人中讲真相，这方面就不多写了。二零零四年，师父的《放下人心 救度世人》经文发表。我反复背诵这篇经文，越背越感到自己责任重大，越背越感到自己与师父的要求差距太大。从此，我增加了讲真相的时间，加大了讲真相的力度，扩大了讲真相的范围。我每天都走出家门，不仅在市內讲，还到周围农村讲，一年三百六十五日，不管刮风下雨，不管严寒酷暑，不管节假日，天天这样讲真

相。这是我讲真相的第二个阶段。

第三阶段从二零零七年开始。师父在《二零零七年纽约法会讲法》中说：“目前要做的一件重要的事就是如何救度更多的众生，这也是当前大法弟子圆满过程中要完成的。这是大法弟子的使命，是责无旁贷的，必须得去做、必须得去完成的事情。”师父在《美国首都讲法》中又说：“目前大家就是怎么样做的更好、效率更高、影响更大、救人更多。”对照法的要求，感到听自己讲真相的人数虽多，但做“三退”的人数少，基本上并没有把一个人真正救下来。问题看到了，决心抓紧弥补以前做的不足之处。从零八年开始，真正把讲真相劝“三退”紧密结合起来。每天早上及下午讲真相十多人，三退的五、六人或七、八人不等，机缘好时，做“三退”的能在十人以上。在这不到三年的时间内，经我讲真相明白后“三退”的已经有五千人左右。

具体我是怎样做的呢？

一、明确使命自觉做

刚开始讲真相，有认识上的偏差，一方面认为是帮助师父做，另一方面是为了自己圆满，觉得是师父“要我”，而不是“我要”。随着系统的深入学法，认识到自己就是大法中的一个粒子，讲真相是兑现自己的史前誓约，这时能做到出门不忘讲真相了，就象吃饭、睡觉一样自然。当然，认识提高了，不等于做的过程会一帆风顺，自己还要过好两大“关”。

一是面子关。过去几十年，当过邪党、行政头头，在当地也是小有名气的人，只受过表扬，没有受过批评，性格又比较内向。现在要和各类人员接触，主动和他们打招呼，工人、农民、商贩都能讥讽你、呵斥你，这个心性关就不小。

记得前几年在街上和一个农民讲真相，我一直跟着他讲，结果他不耐烦了，对我大声说：“你这老头子，老跟着我，啰嗦什么！去去去，做你的穷事去！”当时心里感到很委屈：这大半辈子过去了，还从来没人这么对待过我呢！后来想起师父教诲：“作为一个修成的人，你骂我，你说我不好听的，我无动于衷；你说我好，我也没动心；你说我不好，我也不往心里去。”（《悉尼法会讲法》）那股怨气也就烟消云散了。

还有一次，我去菜场买松花蛋，一商家价格比别人高，

静下心来，真正的起到正念的作用，所以这是极其关键的事情，极其重要的事情。”（《各地讲法二》〈美国佛罗里达法会讲法〉）这对我震动很大。后来又看了《明慧周刊》多篇发正念方面的修炼体会，对我也有很大启发，于是从今年年初，我把发正念的次数增加到每天八次。这中间有一件事对我触动很大：今年四月份，市里邪党在某县开会，叫嚣加大对法轮功的迫害力度，甚至提出要让学员人人过关。不久，市、县陆续有同修被迫害。这时我对发正念真正重视起来。除了四个整点和全县每晚九点统一发正念外，有条件时尽量多发。我就每天发十二次，至今如此。今后将持续下去。

现在发正念时虽然我仍然看不见，但能感觉到能量场很强。由于师父的呵护，大法弟子坚持发正念，致使邪恶迫害只是虚张声势，我们县没有受到大的干扰。这也直接体现了发正念的巨大威力。

我深深体会到，在做三件事中每一步都离不开师父的呵护、加持，我无法用语言表达我对师恩的感激。

在助师正法的十一年中，我虽然做了一些大法弟子应该做的事，但离师父、大法的要求还差很远。比如有时心态不稳，讲真相有分别心、急躁心，有时没有讲到位。师父告诫我们：“越到最后越不能放松，越到最后越要学好法，越到最后正念要越足。”（《致加拿大法会》）我要牢记师父的教导，时时事事存正念，精進再精進，做一个名符其实的正法时期的大法弟子。

以上所写，有不符合大法的地方，请同修慈悲指正。

在师尊的呵护下撑起一片蓝天

文 / 东北大法弟子 方圆（化名）

慈悲的师尊好！

各位同修好！

首先感谢师尊对大陆大法弟子的慈悲厚爱，伟大的师尊已为中国大陆的大法弟子开创了七届网上修炼心得交流大会。谢谢师尊的良苦用心。我们一定要把握这个良机，拿起神笔、除尽邪恶、救度众生。“神笔震人妖 快刀烂鬼消 旧势不敬法 挥毫灭狂涛”（《洪吟二》〈震慑〉）。同时

客人，你有时间也来吃杯酒。”那警察坐了一会，见无人理睬他，自觉无趣就走了。我立刻想起师父的话：“一个心不动，能制万动。”（《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉）仍然谈笑风生。事后，我向内找，是否有欢喜心、干事心？发现没有。我想这可能是师父帮助我去怕心呢。我反复背诵师父的法：“有这么大的法在，正念中大法与你们同在，这是巨大的保障。”（《曼哈顿讲法》）我根本不去想是谁报告派出所的。下午又在当地劝退了两个党员。第二天下午回家后，照常外出讲真相，丝毫不受它的影响。

二、向内找是法宝

多年养成的习惯，不管家人、外人提什么意见，我一定张口就反驳。读了多遍师父的《曼哈顿讲法》，下决心修去这个坏习惯。可是仍然有反复。去年专程到某市几个朋友的家中讲真相，上午分别去了一个厅级、处级干部家，劝四个人退出了邪党、团、队。下午就去了一个四十多年来相处最好的同学家讲真相。过去给他讲过几次，他总是笑而不答，这次我以为水到渠成。可是大出意外，他说信箱常收到传单，根本不看当着我的面就扔了，而且还说出一些对师父大不敬的话。结果我就沉不住气了，双方舌战一番，谁也说服不了谁，弄的大家不欢而散。

事后向内找，我发现自己有很多问题：一是上午讲得顺利，产生了欢喜心；二是语言不善，有争斗心，更谈不上慈悲心；三是有急躁心、有求结果的心。回家后我打电话向他表示道歉。今年又去了一次，带给他《九评共产党》等很多资料，只提一个要求：希望你认真看。我想冷处理，过一段时间再去，“不信良知唤不回”（《济世》）。

家庭也是个很好的修炼环境。过去发正念、学法时，妻子喊我做事，我就认为是干扰，心里不高兴，脸色很难看。向内找，确实家务事做得少。现在我能心平气和的先去做事，妻子也一改常态，一般情况不再喊我。并且有时还提醒我：到点了，该发正念了！家庭环境也溶洽了。

三、发正念至关重要

我过去把发正念当任务，反正什么也看不见，发正念时心静不下来。后来看到师父的一段讲法：“大家知道，中国大陆大法弟子遭受的迫害够严重的，所以每个学员都必须真正的清醒的认识自己的责任，真正的能够在发正念的时候，

为了救她我觉的无所谓，结果她没听我讲完真相，就大声说：“你这是反对政府！要有人报告了，就得把你抓起来！”我说：这是为你好，实在不信就算了。我心里不气不恼。当然，这样的人毕竟很少。

二是怕心关。二零零四年底，《九评共产党》发表了；二零零五年初，师父又发表了《向世间转轮》，当时自己跟不上正法进程，“三退”的事虽然做了，但只限于在家庭、亲戚、朋友这个小圈子里劝退，不敢大范围面对面讲真相，就是怕心作怪。反复学习师父的讲法和经文，师父说：“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》）在讲真相救度世人的实践中，怕心在一点点去。

现在面对面讲真相没有任何怕心。过去面对一个人讲，认为比较安全，现在同时对着几个人讲也可以做的很自然。二零一零年八月十六日在一个工地上，对四个建筑工人讲真相，结果其中三个人高兴的退出了团、队。随着正法形势的变化，众生在觉醒，我也感到讲真相、劝“三退”能做到得心应手，效率越来越高，“三退”率达到百分之九十以上。

二、抓紧时间主动做

每天早上和下午是我讲真相的时间，雷打不动。即使年三十、年初一也不停。我能做到三个不怕：

一是不怕花时间。为了给一个人讲真相，我先后去过她家六次。为了让一个老干部明真相，做“三退”，我去找他三次。最后一次，我先耐心的听他叙述他得病、治病的全过程，并对他表示同情。他讲完了，我再讲真相，他也全神贯注听，结果老先生终于退出了邪党，老太太退了队。

二是不怕花钱。反迫害初期，我曾到上海、安徽、南京等地的亲友家讲真相，也曾去各县老同学、老同事家讲真相，每次去时都不空手。一次去外市一家讲真相，乘公共汽车只需一元钱，我叫了一位三轮车司机，常规价在三、四元，他却要了五元，我二话没说就上了车。在车上讲真相谈得很顺利，司机退了团、队。我觉得只花五元钱就救了一个人，太合算了。今年年初，我带了礼物去三十年前共过事的老同学家讲真相，他们都很感动，未多费口舌，他们都做了“三退”。顺道还给一个邪党书记退了党，替他的子女退了团、队。其它只要是证实法的事，花再多钱也心甘情愿。

三是不怕跑路。要讲真相就要接触人，为了接触更多的人，这些年来主要以骑车为主，步行为辅，每天二十里左右，总行程有二、三万里。同方向遇到人讲最好，遇不到逆方向有人就调过头来骑，这样的情况每天都有，有时甚至几个来回。

我也直接到农村地头、路边给农民讲真相，他们边干活边听我讲，因为时间充裕，真相容易讲到位。今年入夏以来，臀部出现红肿，骑车疼痛，但我想到密勒日巴修炼时遇到的巨大苦难，相比之下自己这点事微不足道，所以骑车外出讲真相一天未停。

三、溶于生活理智做

我每天外出时真相币、护身符、水果糖不离身。县城里七、八个茶坊我也经常光顾，卖菜的、买菜的都是救度对像。有的菜农已经和我熟悉，见面就喊“法轮大法好”。其他缝纫的、修车的、修鞋的、扫垃圾的、踏三轮车的、卖水果的、卖生姜的、晨练的、要饭的、卖冷饮的、拾废品的、收废品的、洗澡的、擦背的、到超市购物的、上学的、送学生的家长等等，都是我讲真相的对像。

我还发现一些有利于讲真相的做法，例如开口讲话，先表扬别人、夸奖别人，这样容易接上话、拉近关系。一次遇到一位老教师，我夸他身体好，还能骑电动车，我真诚的嘱他注意安全，他很高兴，就耐心听我讲真相，并退了邪党。在购物摊上，我看到一位年轻姑娘给他姑妈买太空棉被，姑妈不要，她偏给买。我夸她孝顺、人心好，好人有好报，乘势讲了真相，她退了团。一个卖梨人，我发现他总是多给人家几两，我夸他不短秤、心术正，他也津津乐道自己以前做的好事，谈得投机，就趁热打铁给他讲真相。他退了团。骑车送孙子辈上学的人，我夸他（她）们身体好或孙子（孙女）长相好，以此搭上话，讲真相、劝三退效果也很好。在大商场，我夸售货员、收银员服务态度好，他们对我很热情，我趁机说：你人好，我告诉你一件事。不久会有大灾难来临，我告诉你如何躲过去。他们很乐意听。就这样在三个商场劝退了十几个人。还有一位老者，八十岁还骑摩托车，我夸他身体真棒，和他交了朋友，先后多次去他家拜访，最后一次详细讲了真相，老俩口都退出了邪党。

四、抓住机遇及时做

二零零七年四月份，县城车行道上的栅栏在用漆从新粉刷，找来干这活的都是临时工，我就抓住这个机遇，三天给二十多人讲了真相，其中大多数做了“三退”。

每年的植树节前后，夏收、秋收时节，很多农民会在公路上脱粒、晾晒谷物，路边人员较多，这也是我讲真相的好时机，每年都能在这些地方劝退几十人。还有梨、苹果上市时，公路两边临时摊位多。买点梨，拉拉家常，也能劝退不少人。还有到县城搞建筑，做瓦工、杂工的，也是易于接触的人群，讲真相效果也很好。

去年十月份，南京一位退休的处级干部到我地县城看望病人，他是我小学同学。我曾前后三次专门去南京到他家讲真相。真相他勉强接受，却就是不肯退出邪党。这次机会难得，我办了一桌饭，还请来他的亲友作陪。他也体会到我是真心为他好，终于退出了邪党。临走时，我还送他一包完整的真相资料。

还有遇到常人中的红、白喜事或生日宴会，也不忘讲真相。去年我七十岁了，作为大法修炼人，我本不想过什么生日，考虑到可利用此事救一些人，就办了一个小型的生日宴会，利用登门请客和宴会后退红包的机会，对近三十人讲了真相，其中十六人退出了邪党。

十一年的正法修炼历程，酸甜苦辣都有，主要体会有三点：

一、学法是根本

这是讲好真相、提高自己的根本保证。师父的经文、讲法次次强调学法的重要性，特别是在修炼中，自己确实体会到学法的重要，所以平时我每天至少读一讲《转法轮》，去年用了将近一年的时间背了一遍《转法轮》。师父九九年以后的讲法，每年都系统的看二至三遍，越看越体会到学法的重要，越看正念越强。

今年四月份，一个乡镇的朋友请我吃饭，我利用午饭前的时间带上礼品，骑车去农村看望了三个村、组干部，三家都谈得很顺利，原邪党的正、副书记和一位原生产队长都退了党。

中午吃饭时，突然派出所警察（此人认识我）来了，对我说：“老太爷，你不要到处讲法轮功！你去的村我们刚刚去调查过。”请客的主人连忙站起来说：“他是我们请来的