

科上班，她说能行吗？我说：行！有师在，有法在不怕。去了后，同修配合发正念，我开门见山，讲了一个八十二岁老人回忆七十年前一位修道人在她家的一段故事，从而谈到天灭中共。我们惊奇的发现他们四口人不但认真听，连一岁的小孩都不错眼珠的看着我，一声不吭，最后都高兴的退出了邪党组织，并激动的说：你就是神哪，这可是托某某（同修）的福了。前后十几分钟，我们更相信师尊每刻都在咱身边，只要坚定信师信法，师父什么都能做。

我没有敏感日的概念，什么蹲坑、跟踪都遇到过，在师父的慈悲呵护下都不起作用。也真正体现出“弟子正念足师有回天力”（《洪吟二》〈师徒恩〉）。特别在奥运前，恶党吓的要死，怕的要命，使出各种下三滥手段，我讲真相使跟踪我的人退出了恶党组织，另一个在我的正念中灰溜溜逃走。我到社区设的黑点发正念，值班的人全被定那儿一动不动，直到我走。

我发正念叫便衣警察别害人，露出自己的身份，他乖乖的开开车门拿出警服穿上。插邪奥小红旗的人我见一个讲一个，当他们明白后都退出了邪党的党团组织。其实我的思维很简单：师尊讲的话就是法，弟子一定要去做，什么也挡不住，一定能做好。不是师父的安排一个都不要。众生都是大法要度的，大法弟子见到的都是有缘人，无论是善的恶的都要给他们得救的机会。我也没有想过自己修多高，也没想过哪件事影响了我的提高，我的一切师父最清楚，一切交给师尊安排，那一定是最合适的，也一定是最好的。

今天有机会给师尊汇报，和同修交流，真是幸运。最后敬请师尊放心，弟子要稳步走好最后的路，多救人，修去不足，精進不停，做一个合格的正法时期大法弟子。

跪拜师尊！谢谢同修！合十。

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

特刊

二零零八年
十二月四日

“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（五）

走出去 面对面讲真相劝三退	2
在救度众生中升华	5
从中士到真修弟子	13
风雨无阻讲真相 踏车万里救众生	27
时刻牢记师父的法就能做好	35
师父就在我身边	45

走出去 面对面讲真相劝三退

文 / 河北大法弟子 梅子

学习师父《对澳洲学员讲法》，使我悟到，当前救度世人才是第一重要的事情，而且要抢人救人。为了兑现与师父的史前约定，真正完成历史所赋予我们大法弟子的重大使命，我要象歌词中写的那样“……在神的路上奋起直追。”

在这次大陆大法弟子修炼心得书面交流会上，我要向师尊、向同修汇报一下自己近几个月以来，坚持每天讲真相劝三退的修炼心得及心性提高的体会。不足之处请师尊开示，请同修指正。

一、学法信法去掉“怕”字

以前发真相资料怕人看见，给陌生人讲真相怕被举报，因此只在亲朋好友、同乡、同事之间进行，局限性很大。这是为私、为我、旧势力所固有的物质。通过不断学法，不断做真相的实践修炼，我认识到这个“怕”是后天观念，不是真正的我，必须解体它，去掉它。今年四月下旬开始，我决定一定要走出去。我曾不自觉的翻开《转法轮》，发现：

“真正往正道上修炼，谁也不敢来轻易动你的，而且你有我的法身保护，不会出现任何危险。”这几个字在书中晃动，特别醒目。我明白了这是师父在鼓励我、点化我。想到劳教所、监狱受难的同修，想到为了正法、护法献身的同修，我没有任何理由不走出来，因此坚定了正念。

二、救人的是师父、是大法

1、我是怎样讲真相劝三退的

根据真相小册子“一石一花一诀”，结合预言和天安门自焚事件，向世人指出天为什么要灭中共，讲真、善、忍三字的表层意思。世人不学不炼只要认可这三字，就能避开大难。这时，我发现好些得救之人从眼中发出亮光，触动了明白的那一面。这样的人很快就能得救。遇到基督教、天主教、佛教信徒，我用师父“神要回来兑现神的誓约”以及基督教、天主教中都有此内容，强调佛道神的意见是一致的，也劝退了一部份此类人员。我所救的人中有研究生毕业的大

在训话，等我走到他身边，他大声说：动作一定要快。当时我想：一切都在我师父掌握之中，是师父借你的嘴告诉弟子的，因为师父就在我身边。我默默的说：师父您放心吧，弟子一定用最快的时间去做，瞬间就完，这边过去多少年了（它）能追的上吗？挂完第二个横幅经过又一个路口时，这几辆警车从前边交叉而过。把所以条幅全部挂完安全回家。

还有一次我和另一同修去原炼功场挂条幅，也是同样数量的警车干扰，我悟到这可能是旧宇宙相生相克的理在师父的大法中给解体了。再次感到大法的超常，师尊的伟大，谢谢师尊时刻呵护弟子。

还有一次腊月二十八下午，我去复印店印真相传单，想扩印几份，跑了几家都关门了，我就边走边求师父：师父您帮帮弟子吧，今天一定要印出来贴出去，明天就是大年了。没走多远就有一家复印店开门，一人在那闲着，我发着正念走进来，说我要复印点材料，再扩印几份。小姑娘说只能复印不能扩印，我想你说了不算，我师父说了算。她再也没吱声，复印完了接着扩印，很快就完了，晚上全贴了出去。回来的路上一辆轿车里钻出一个人，拿出一挂鞭放完走了。我左右看看就我一个人，我明白了，心里呐喊：谢谢师尊！救众生我们只是跑跑腿，一切都是师父在做。

《九评》发表后，引起退党大潮，我认识到师尊正法的新形势来了，开始走出来面对面讲真相劝三退。我是从陌生人开始到同事、到亲朋好友、再到伤害过我的人。师父在《向世间转轮》中这样告诉我们：“其实师父在正法中是救度一切众生的，不只是善的，当然也包括恶的。我经常讲，正法中我不计一切众生过往之过，只见众生在正法中对大法的态度。”

我按照师父讲的法去做，圆容师尊所要的，一切以法为大。有一个过去对我家庭伤害很大的人，三退开始后，我几次见到她，我想这决非偶然，都是师尊的亲人，一定是师父安排弟子救她的。我就主动接近她，给她讲真相并顺利劝退，又送她护身符，她很感激。还有一位是在几十人前大骂过我的人，我也主动找到她劝其退出了邪党组织。这也是师父给我安排的提高心性的好机会。

二零零八年三月，我和同修到她亲戚家劝三退，同修有畏难情绪，因为她亲戚是某市的市委干部，妻子在公安侦察

了，我们下午却有座号，我们都很激动，知道师父在鼓励弟子的正念正行。

一九九九年「七二零」邪恶迫害，我没有害怕，有师在，有法在，谁也动不了我。我想到邪恶冤枉我们这么好的师父就流泪，为要回被绑架的同修我和其他同修一起到政府大院去要人，直到深夜同修放回（当时在外地）。

在邪恶迫害嚣张时，我所在单位也搞人人过关，我想着师父的法“你们已经知道相生相克的法理，没有了怕，也就不存在叫你怕的因素了。不是强为，而是真正坦然放下而达到的。”（《去掉最后的执著》）在几百人的大会上，头头儿让我第一个表态，利用这好机会我从自己的身体变化讲到大法超常，又从大法的美好使道德回升讲到社会的腐败，告诉他们炼功只为做好人，不贪、不占、不骗。我当时在工作单位是被公认的好人，很多人都不知道我炼功，结果除两个人提到家里没人炼功外，剩下的连法轮功三个字都没提，只说些工作上的事就过去了。“修在自己，功在师父”（《转法轮》），在师父的看护下，这么多人为自己摆放了很好的位置。

师父经文《快讲》发表后，我认识到讲真相的重要，利用写标语、贴粘贴、挂条幅的方法讲真相，一个“法轮大法好”的标语至今还在起着救众生的作用。一个冬季下雪的晚上，我穿单鞋让护法神开路，带着千军万马（条幅），嘴里背着“大觉不畏苦 意志金刚铸 生死无执著 坦荡正法路”（《洪吟二》〈正念正行〉），三十八个条幅挂完已是后半夜了，裤子、鞋都湿透了却不觉的冷。路上碰到警车，警察从车里钻出来站道中间，高高的举起手向我敬礼，站了很久，我微笑着骑车从他们身边驶过，一阵热流通透全身，师父呀您用这种特殊的方法激励着弟子，我知道您一直在我身边。

在一次大年前腊月二十五，邪党开会，我知道后就想不能让它阴谋得成，我要做在它前头。准备好一切，晚上我拿条幅下楼，见一辆警车在楼根隐蔽处停着，里边坐一人盯着我们这个楼洞，我一骑自行车他立即从车里出来，到另一楼洞打手机，当时心里就一念：师父，弟子今天一定要救那一万众生。等我挂完第一个条幅，去另一地点时见路口的中间停着和我挂条幅同样数量的警车，一字排开车外站一个人

学教授、有大学生、有军官、也有市政府工作人员、教师、公安干警和平民百姓。

2、学好法是救人的关键

我发现哪天学法学的用心，学的内容多（每天两讲《转法轮》），当天或第二天救人力度就大。只有法才能救人。

3. 师父将有缘人安排到跟前

（1）在汽车站遇到相见如故的人。一天傍晚正准备回家，来了一个知识份子模样、60~70岁的大姐。还没有到跟前，就对我说：“你也等车呀？”我也觉的似曾相识。上车闲唠，知道夫妇俩全是党员，家中共五口人，就抽空向她发正念。知道他们要下车，就随着下车。结果讲了不到十分钟，欣然全退。拿走了《九评》光盘、真相材料和五个护身符。她要我姓名、电话号码，我毫不犹豫就如实写给了她。晚上做饭，自己回忆救人过程，我自言自语：怎么连保护自己的心都没有了呢？忽然身体马上变轻。夜间做梦，梦见心上一个柱子长高了。我想这可能是意味着心性提高了。

在天主教堂旁，一位大姐见我就喊：我认识你，你是炼法轮功的。我一愣，顺着她往下说（其实我以前根本没来过此地），三言两语就将其全家全退了。

到某小区树荫处，连续三次我一坐下，马上就有人来到我身边，都是来得救的。这样的例子很多，这不是师父在救人吗？

三、魔高一尺，道高一丈

奥运临近，警察、武警、特警和所谓的志愿者布满了大街小巷，小区也有居委会收买的低保人员监视大法弟子。上汽车前、上车后还要翻包，乘车人都不敢吱声。面对此景，我有些犹豫，就想大法弟子赶快把神通施展出来吧！当我迷惑之时翻开《转法轮》，惊喜的发现，又是上次见到的那段话。师父的指点再次坚定了我的正念。在奥运期间，不管刮风下雨，我一天不落的坚持下来。

用小名三退，需得救人提供小名，费时、费事，常人也有怕心，我就事先准备好，三人一组、四人一组等，人数不等的化名。救人不执著数量，一个人不嫌少，一百个人不嫌多，这样由每周二百人被救，反而上升到三百到四百人。直到笔者写稿为止，仅因孩子搬家耽误一天没去救人。有天晚上梦中见到自己装着小册子、光盘、九评、护身符的包内有

好多花生。醒后回忆，悟到“花生”二字调换位置不就是升华吗？使我想起了师尊在《导航》中的一段话：“放下任何心，什么都不想，就做法弟子应该做的一切，一切就在其中了。”今后我一定要加倍努力做好，坚持到正法结束的那一天。

四、世人传真相救人

前两年开始救人，我们要被救之人每人必须表态。我救人时，有的就说：“我一人大难不死，家中其他人留不下，我有什么活头啊？”当时我不知如何回答。这次面临救人抢人，能多救一人是一个。我就采取措施一个人可以代表全家人索要真相材料，但是必须和此人说明一定要让家人看真相材料。后来我见到一位被救的卖菜的小伙子，我试问，你给家人捎去的东西，家人什么态度？他说都非常高兴。可见这一方法可行。有自家得救的下次见到，还要给亲戚要一份，我就满足她，并鼓励世人：你帮我们救人，你也会有大福份的。世人很高兴。

每次救人，一般先试问此人是否已得救：你三退保平安了吗？你得到逃出大难的护身符了吗？如果回答已得救就恭喜他，世人听后非常高兴。我救人时，一般开诚布公的承认自己是大法弟子，是师父让我们来救你们，而且要抢人救人，可见急切性。希望世人早得救早平安，不要错过机缘。让我们的慈悲心打动世人。大法弟子的良好形象也将留在世间。

五、真相护身符显神威

今年九月份，我救的开车卖水果、蔬菜的夫妻俩，是郊区的农民。最近见到我后向我报喜讯。说她一年前被摩托车撞伤，胳膊缝了十厘米长的口子，胳膊好后一只眼睛却看不见东西了。戴了二十天护身符、默念“法轮大法好、真善忍好”之后，眼睛就能看到东西了。她激动的说这太神奇了，并一再向我表示感谢，并谢谢大法师父。

给卖菜人讲真相时，有一卖肉的相隔三米远，他也听到了。结果两人都得救；在一旁买菜的也听到了，也要护身符、真相材料。给卖馒头的讲真相，买馒头的也一起被救。接孩子老大爷得救后高兴的说：“今天我可遇见贵人了。”卖香蕉的老大娘获救后，高兴的要送我一串香蕉，卖水果的中年人要送我一袋水果。当然我都婉言谢绝了，并告诉他们

要求越高，越应该精進，在有限的时间里，走正走好每一步，不辜负师父的慈悲苦度和众生的期盼。

谢谢师父！谢谢同修！合十！

师父就在我身边

文 / 河南新乡大法弟子 万古缘

二零零八年三月，我和同修到她亲戚家劝三退。同修有畏难情绪，因为她亲戚是某市的市委干部，妻子在公安侦察科上班。她说能行吗？我说：行！有师在，有法在不怕。去了后，同修配合发正念，我开门见山，讲了一个八十二岁老人回忆七十年前一位修道人在她家的一段故事，从而谈到天灭中共。我们惊奇的发现他们四口人不但认真听，连一岁的小孩都不错眼珠的看着我，一声不吭，最后都高兴的退出了邪党组织，并激动的说：你就是神哪，这可是托某某（同修）的福了。前后十几分钟，我们更相信师尊每刻都在咱身边，只要坚定信师信法，师父什么都能做。

我没有敏感日的概念，什么蹲坑、跟踪都遇到过，在师父的慈悲呵护下都不起作用。也真正体现出“弟子正念足 师有回天力”。——选自本文

师尊您好！

各位同修好！

十多年的风雨中，感触万千，难以言表。每一步的前行都离不开师尊的呵护，感到师父无时不在我身边。

我是一九九七年喜得大法的，得法前我疾病缠身如：胆囊炎、支气管炎、扁桃体炎、三叉神经痛、颈椎骨质增生，又青霉素过敏，真是苦不堪言。得法后的第二周，师尊为我净化身体，拉了三天三夜，后来在不断炼功中一个个业力被翻出来去掉。几个月后我真正尝到了无病一身轻的滋味儿。每想到师尊为我做的一切总是泪流不止。不管任何艰难的情况下，我没有怀疑，没有观望，坚定的信师信法，也处处感受到师尊的慈悲呵护。

一九九九年四月份，得知本地区一个人写攻击大法诬蔑师尊的文章在某报刊登，就想决不能让他侮辱我们的师尊。我和众多同修一起找到当事人，讲明事实并要求在报上公开承认错误。又去了北京该报社澄清事实，报社负责人承认了错误并同意声明道歉。返回 时买车票，上午都没座号

在以后的日子里，在证实法的路上，出现了怕心我就清除它，不再被这个怕心所干扰，该干什么就干什么，发现证实法的路越走越宽。现在无论在城里、乡村还是白天、夜晚，不管是发放还是张贴真相资料都能做到坦然自若。每次出发前，我都发正念，清除我所到之处障碍世人得救的一切邪恶生命与因素，放资料时就想，大法弟子来救度你们来啦！快醒醒吧！大都很顺利。记的前几年，有几次我到居民区发资料，被不明真相的世人发现（当时他们并没有看见资料是我放的，只是怀疑）。面对被另外空间邪恶操控的世人，我不惊、不怕，瞅着他的双眼发正念。只要念出，其人背后的邪恶生命就会被清除，他再也邪不起来了。然后我就讲真相，让他得救。事后我向内找：发现都是由于自己没有重视人表面的安全，或头脑中出现一些很微妙的承认旧势力迫害的念头没有及时排除，造成的。现在象这样被邪恶干扰的事是越来越少了。其实，只要我们经常保持着正念，理智、智慧的去做，是很安全的。

利用人民币讲真相是我证实法的又一种形式，在这个过程中使我去掉了很多人心中的一上来是怕心，怕自己写的字被别人认出遭迫害，我知道这一念不是我，是旧势力打进来的，我就清除它，不承认它，写了几回这样的念头就没有了。往人民币上写真相需要占用一定的时间，自己思想稍微一放松又会起怕麻烦的心，我悟到：写真相币必须用心去做，因为写出来的字它是代表大法弟子的形像，字体必须工工整整让世人能够看清才能得救。在花真相币的过程中，有时看到世人拿着真相币大声念着：法轮大法好，真善忍好时，心里很高兴，向内找，发现自己是起了欢喜心。有的时候为了多花出去几张真相币把不必要的东西也买回了家，向内找，发现又起了求数量的心。我体会到：只有走出来参与到各种证实法的项目中，用法去衡量，不忘向内找，在心性提高上就会有一个飞跃。

《九评》出来后，同修们开始大面积劝三退，讲真相。但在面对面劝三退中，我还未做到遇人就讲，遇人就劝退。时常被好面子心、难为情心、顾虑心、分别心、怕心等阻碍着，今后在这方面一定要突破。

回顾九年来证实法的切身体悟和心灵历程，还有很多不尽人意的地方，我深知修炼的严肃性，越到最后法对我们的

应该感谢我们师父。

六、遇事向内找是修炼人的法宝

1. 有一天晚上学法犯困，困的想睡觉。白天救人很反常。有一老头，我刚问他是否有逃出大难的护身符，他就反问我，你是法轮功吧？我回答是。他就大骂让我滚开。那天仅有十多人被救。我向内找，这是干扰，来自于哪呢？忽然想起沿街穿行，脚痛。我想，这不是和尚云游吗？后来意识到大法弟子与和尚有本质区别。想起《洪吟二》中“带着如意真理来 洒洒脱脱走四海 法理洒遍世间道 满载众生法船开”，走路马上轻松，脚也不痛了。后来我去救人路上就常常默念师父的这段法。这才是我们大法弟子的真实写照。当时悟到睡意顿消。夜里12：15躺下，仍然没有睡意。这事对我的启发太大了。一念之差真是谬之千里呀！所以每一思一念、一言一行都得在法上。总之，遇到什么事都得向内找。

我悟到，每一个真相护身符、小册子、光盘，做完之后都有一个师父的法身上去。所以我们发真相救人、劝三退救人数多少师父是全知道的。在梦中从天目中见到师父将自己救度的人都收到我的空间场去了。“进则可成万万物 退去全无永是迷”（《洪吟二》）。为了众生的得度，为了誓约的兑现，可一定不要错过机缘。

我是已退休的老年大法弟子，退休的同修比上班族有更充足的时间救人，希望没走出来的老年同修们赶快走出来吧！

在救度众生中升华

文 / 河北大法弟子 晓玉

开始，还不知道明慧网怎么上。接触的同修有限，他们不会电脑，也不知道资料可以下载或通过磁盘拷贝给我。那时我所采用的都是最笨的方法，照同修拿来的资料从新打字、排版，然后打印出来。所以，种类有限。后来，知道从同修那里拷来现成的资料，用打印机打出来，工作量就小多了，效率大大提高。

救度众生的过程也是修炼提高的过程。刚开始去农村发资料时，我对所去的地方不熟悉，那时我们就什么都听同修甲的，因为她的老家在那一带。开始时，大家配合挺好。可随着去农村次数的增多，证实自我的心不断膨胀，有时发现同修甲的想法并不

是最可取的，就提出自己的建议，对方不接受时心理就不平衡，终于遇到一次深刻的教训。由此我认识到，当我把自己视为助师正法、救度众生的一个粒子，能放下自我时，任何奇迹都能发生，任何邪恶也动不了我。——本文作者

我是一九九七年得法的大法弟子，在风风雨雨中走过了十一个年头。回想这十一年的修炼历程，感慨颇多。是伟大师父的慈悲呵护才使我走过了那些艰难的岁月。

下面就我助师正法、救度众生的体会与大家交流，不当之处请慈悲指正。

一、我的家庭资料点

1. 利用休息时间在单位做真相资料

一九九九年迫害发生之后，同修给我送来了自己写的不干胶，内容主要是“法轮大法好、真善忍好”。那时我怕心太重，不敢自己写，怕被邪恶认出笔迹。这个过程持续了很长时间。后来，我能从同修那拿到一些揭露本地迫害及大法洪传的单张资料，我从中挑选认为好的内容，利用中午单位没人的时间，到领导的办公室用电脑打出来（那时我们科室电脑很少，我的办公室还没有，我就和其他同事一样配了一把领导办公室的钥匙）。当时我们科室仅有的打印机就是一台老的针式打印机，出一张A4纸大约需一分钟的时间。我就将办公室的门锁好，在里面耐心的等待一张一张纸打印出来。其间偶尔也有同事来敲门，我就得等那张纸出完、文件关闭才能开门。同事问：干嘛插门？我就回答：中午整个楼中也没人，关好门安全呗。

2. 建立自己的家庭资料点

单位换了惠普的激光打印机，速度很快，我觉的很方便，就向丈夫提出家中也买一台（此时家中已买电脑），这样工作起来方便。丈夫以为我工作需要，一千多块钱，也能承受，就同意了。这样，他帮我选了一台惠普1010。

开始，还不知道明慧网怎么上。接触的同修有限，他们不会电脑，也不知道资料可以下载或通过磁盘拷贝给我。那时我所采用的都是最笨的方法，照同修拿来的资料从新打字、排版，然后打印出来。所以，种类有限。后来，知道从同修那里拷来现成的资料，用打印机打出来，工作量就小多了，效率大大提高。但一个硒鼓中的碳粉两个小时就用完

培训班的广告，一打开报纸一眼正看到在我家附近有一个电脑培训班正要开班，今天是第一天，我知道是师父在帮我。经过四十天的电脑学习，使我基本上掌握了电脑方面的基础知识（包括打字、排版、编辑、打印等技术）。在学习班将要结束时，我就开始托同修为我购买了电脑和打印机，这样在二零零四年八月一个固定的资料点在同修家正式成立了。

几天后，又经协调人联系，有外地同修来教我们当地的几名同修上网、下载安装系统等技术。在同修教的过程中，为了尽量不给同修添麻烦，我就将同修说的每一个问题都一一记在纸上，然后，自己再抽时间练习，增强记忆。往明慧网投稿这得要求我们必须会打字，为了提高打字的效率，我经常是利用别人中午休息的时间来练习盲打，后来打字这项任务基本上有我来承担，发挥了各自的优势。

随着资料点工作量的不断加大，我们学法的时间就相对减少了，再加上由于我们没有注重静心学法，忽视了向内找。普遍都出现了干事心，好象常人在做大法的事，好象是为做资料而做资料，没有把这么神圣的事当成是大法弟子在证实法、在救度众生，导致设备不是这坏就是那出毛病，同修之间也出现了很多摩擦。其中有一名同修由于情的执著被邪恶加强放大，对师父的多次点化而不悟。二零零六年四月我们这个资料点还是被邪恶破坏了，此同修被迫流离失所。接受这次教训，我们加强学法，向内找，注重心性提高，并克服重重困难。很快我们又建立了各自的资料点。几年来，在法的指导下，在师父的慈悲呵护下，一直安全、平稳的运行到今天。

五、在讲真相、救度众生中提高心性

我是二零零零年秋开始发放真相资料，记的第一次我拿着从同修那里取来的真相传单独自一人来到一居民楼小区，看好一楼口进去上到二楼正准备放资料，就从楼上传来了咣咣的关门的声音，吓的我心都跳到了嗓子眼，两条腿也只哆嗦，竟然迈不开步啦！我想走也走不了，等了一会儿并没有人从楼上下来，原来是邪恶的干扰。这件事使我看到了我的怕心有多大，我知道这个让我害怕的心不是我，我是在做宇宙中最正最伟大的事不应该害怕，有师在有法在谁也动不了我，正是由于迈出了这第一步，为我今后发放大法真相资料打下了很好的基础。

言行，注意自己的思想反映，不忘向内找，这样就会减少干扰，减少迫害。不要等来了干扰了，遭受迫害了再向内找，那样会给大法造成损失，还会给亲人带来精神痛苦，给单位领导增加压力。我们都应该严肃的对待修炼这件事，只能把大法的美好带给世人，不能给大法抹黑。这样才能救度更多的众生，完成好我们的史前大愿。

三、明晰法理、帮助同修、整体提高

我悟到：做事考虑整体，我们要圆容好大法，尽快形成一个坚如磐石的整体，而师父不想落下一个大法弟子，主动去帮助同修是我的责任。我所参加的这个学法小组，几乎都是怕心比较重、前几年没有走出来的同修。为了使同修们能够跟上正法进程，突破这个怕心，我就组织大家学习师父的各地讲法和每周的明慧周刊等部份文章。对照法，参考周刊上同修们做的，自己找差距，找不足。因为大家都有修炼的心，通过不断的学法，师父不断的点化，现在这几名同修都能在自己所在的层次上做着证实法、救度众生的事。

随着正法进程的突飞猛进，我发现我周围的同修发资料的数量越来越少，理由是都发了这么多年了，该明白的都明白了，不明白的看不看还撕毁资料给自己造业。面对这种情况我组织大家从法理上切磋交流提高。我悟到：随着正法进程的不断推进，在另外空间的邪恶被清除的所剩无几的时候，操控世人背后的邪恶因素也会越来越少，人明白的一面就会去找真相、听真相。我们应该给世人得救的机会，不应该被自己的人心观念所阻碍，忘了作为一名大法弟子的责任和使命，不能在证实法和救度众生这件事上变的消极、麻木、懈怠，而应该按照师父讲的「越最后越精进」的法去做。经过交流，大家都认识到了资料不但不能少发而且还要比以前发的更多。

四、建立资料点

自从明慧编辑部提出资料点遍地开花，我想作为一名正法时期的大法弟子，我应该参与到这种整体配合形式中来，应该替同修分担一些，不能只停留在等、要、靠的现状。我把我的想法和我经常来往的一名女同修（独身）说了，她也有这个愿望。只想建点不懂技术也不行啊！那时我连电脑都没有接触过，于是我决定先用晚上时间上一个电脑培训班。第二天早上，我来到单位找了一张报纸想看看上面有没有办

了，我就从卖耗材的商店找人家拆开硒鼓，从新灌进碳粉。因为离家较远，这个过程最少需要一个半小时的时间，我觉的太浪费时间了，怎么办呢？后来我就留心他们拆装硒鼓的过程，几次后，我觉的我有把握自己拆装的时候，我就自己试着灌粉，结果还真不错，硒鼓照原样装好并正常打印，我非常高兴并感谢师父加持。这样，打印资料的速度就大大加快了。后来，我还教会了两个同修自己灌粉（再后来，我们又有了改进，在硒鼓装碳粉的一端和废粉仓处打了孔，加粉和清理废粉仓都不用拆开硒鼓）。

二零零五年初，我才从同修那里知道喷墨打印机可以改连供，并买了佳能4200。这时也学会了上网。我的资料种类很丰富了，并且学会了打印、线装《转法轮》的方法，给周围同修解决了请书难的问题，真相资料和《转法轮》等经书也捎往农村。

3. 在做资料的过程中逐渐修去怕心，走向成熟

买耗材的过程也是修去怕心的过程。开始买纸、碳粉等耗材时怕心都比较重，常用人心想：商店的人员会不会与警察有联系？警察会不会买通商家？在买东西的过程中，我就不停的发正念，并请师父加持。经过无数次之后，怕心越来越少，而且从法理中认识到，我们做的才是最正的事，邪恶是不配来干扰的。买纸从原来的一包、两包，到后来用自行车驮一箱，到现在的让商家用他们的送货车将我和几箱纸一起送到家。过程中变的越来越平稳、心越来越纯净。

二、走出怕心，先在市里发放真相资料

1. 初学乍练

最早发资料是在我所住的小区及附近小区。刚一上楼时，心“怦怦”直跳。上楼不敢上到顶楼，六层的楼房最多上到三楼就往下走，边走边贴不干胶。发资料之事，一直不敢让丈夫知道。有一天晚上，丈夫去值班，我就出去将几十张不干胶贴完了，快到家门口的时候，被回家拿东西的丈夫看到，他开始翻我衣兜，看里面都是不干胶的衬纸，大为恼火，并扬言要去揭发我。开始我还真有点心慌，后来就想：揭发我对你也没有好处，我不怕你？第二天早晨，他回家的时候，根本没提这回事，好象什么事都没发生一样。从那以后，我就明白了，其实家人的表现都是大法弟子的心促成的，家庭环境也是靠自己去开创的。

2. 大面积救众生

后来，师父教给了我们正法口诀。通过不断的学法和随着发资料的次数越来越多，我现在在市里各种地方、场合能轻松自如的发放真相资料。比如有的高层住宅，在每个单元门口和电梯里都有监控器。对这一小区，开始我们都很发怵，不太爱去。直到一年多以前，一般的小区都发了很多次了，我就想应该去一些真相空白的小区。学完法后，我一路发着正念，骑着自行车朝该小区径直走去。在那一刻，心中装着的是法，想的是救度众生，所以心异常的平静。乘电梯到十八层后沿楼梯往下走一直发到二层（因一楼有监控器没再发），过程很顺利。有了这次成功的体验之后，我的信心大大增加，从那以后，我一直坚持到该小区发资料，有时带儿子一起去、一块发。这个很大的小区都覆盖完一遍后，再发第二遍。

在发资料的过程中，偶尔也有遇见人的时候。这时我一般不急不慌，有时和他们打声招呼，有时拿出手机假装打电话找人的样子。

3. 挂条幅，解体邪恶

二零零五年过完年，我们有了集体学法的环境，在这个集体环境中，大家学法更有保证，更加精進。同修有时拿来条幅，我们就在晚上学完法之后出去悬挂。条幅上的字是同修印上去的，面料选择光滑的尼龙绸之类的（透明，光滑便于展开）。我们为了悬挂方便，将长方形条幅的上端串上竹签（烤羊肉串的竹签即可），并拴上两个小石子（小石子可用旧布包裹，用绳系在条幅上），悬挂时一般是先发正念、求师父加持，然后用力对着高树枝抛出，因为石子的阻力小，会先上升，这样条幅就展开了。开始出去之前，也是有点紧张，后来发现在悬挂的过程中，是很简单的，没有了怕心。看着悬挂在公路两旁、公园里大树上的条幅特别醒目，就感慨不该贪图安逸在家不愿出来，应该一直坚持。当然，也有挂不好的，主要是条幅被树枝卡住，坠不下来，这时我们就要找我们的心性了，并正念加持条幅会随风垂下来。

（随着气温降低，北方大部份树叶落光后，是挂条幅的好时节）

4. 用真相纸币讲真相

自从师父在讲法中肯定了用真相纸币讲真相的形式后，

作。悟到了就去做，我来到单位说明来意，领导说：「分局那边你解决完了吗？」我说：「没去解决，不过已经没事了，他们不会再来找我麻烦了。」因为我心里清楚，师父讲：「静思几多执著事 了却人心恶自败」（《洪吟二》〈别哀〉）。他答应上班的事过年再说。正月十八我接到单位打来电话，让我去一趟找我有事，这时遭绑架的念头又返了出来，这次我没有被这个怕心所带动，心想：即使有邪恶我也要面对它。有师父在我身边，我什么也不怕。

我来到单位，一进门领导就问我：「你有什么想法？」我说：「我要求上班。」他说：「今天就是喊你来上班的。」就这样，历经八个月的魔难，在法的指导下，在师父的慈悲呵护下，正念破除了旧势力对我的迫害，我又堂堂正正的回到原单位。

另一次是二零零四年三月，在邪党开两会期间，邪恶又一次对我市大法弟子进行了大面积的骚扰和绑架，记的那天上午，有三名警察开车来到我上班的地点，当时这里只有我一个人在，看到他们我心里有点不稳，但马上有一念，我是大法弟子不能怕！并请师父加持！其中一位问我：「某某在吗？」（因为他们不认识我）这时我的心态也调整过来了，不再害怕。我反问道：「你们是干什么的，找她有什么事吗？」他们回答：「是她的亲戚，找她有点事。」我想：我不能被他们带走，一边智慧的和他们说说话一边发正念，几分钟以后他们就走了。

事后，我静下心来向内找，发现又是这顽固的显示心、欢喜心让邪恶钻了空子。我深知修炼的严肃性，我问自己：造成我有显示心、欢喜心背后的根源到底是什么？学法不深，忘记了师父的法：「修在自己，功在师父」（《转法轮》）我悟到：在证实法的路上不管我们做了多少，只是我们有这个愿望，其实，都是法做、师父做。做的好的时候，是我们符合了法，做的不好的时候，是我们不合法。法理清晰了，从那以后，我只是默默无闻的做着师父要求的三件事，这颗不好的心再也没有被邪恶利用过。

通过这两次我被邪恶骚扰的事中，我体悟到：作为一名大法弟子，我们应该时刻牢记师父讲的「心存真善忍 法轮大法成 时时修心性 圆满妙无穷」（《洪吟》〈真修〉）不管遇到什么事，都要用法来衡量，要时时刻刻注意自己的

为了不让我被警察抓走，家人还背着我请了公安局的人吃了一顿饭，后来得知，邪恶头目当时已答应不再抓我，可第二天早上又通知我家人让我去分局签字，证明我参加过所谓法轮功的「聚会活动」。在这件事上我心里非常清楚，这不是人对人的迫害，用常人的方法怎么能解决修炼人的事呢！我悟到：我只有请师父加持，对于邪恶强加给我的这场迫害我是坚决不承认，我做不好有师父管，可以在大法中归正，决不允许任何邪恶参与，同时并在心里一遍又一遍的背着师父的法：「我是李洪志的弟子，其它的安排都不要、都不承认，它们就不敢干，就都能解决。你真能做到，不是嘴上说而是行为上要做到，师父一定为你做主。而且师父周围也有很多护法，有很多佛、道、神，还有更大的生命，他们都会参与，因为不被承认而强加的迫害是犯法的，宇宙的旧理也是不允许的，无理的迫害是绝对不行的，那样旧势力也不敢干。就是大家尽量的走正。」（《二零零三年元宵节讲法》）

就这样，我感到正念越来越强，思想中不好的反映也越来越弱。

为了尽快的把这件事解决完，家里人分头来劝说我，让我去分局签个字，说回来照常炼不一样吗？我就给他们讲真相，并说：「这个字我是坚决不能签，你们知道这个字对我有多重要吗？我要是签了这个字就等于要了我的命。」我心里明白，无论到什么时候作为一名大法弟子我都不能诬蔑大法，做对不起师父、对不起大法的事，给自己修炼路上留下污点。家里人看我说什么也不去签这个字，也就不再逼我了。从那天起，来自家庭、单位、公安分局的一切干扰都没有了，真是「弟子正念足 师有回天力」（《洪吟二》〈师徒恩〉）

因为在工作单位方面我没做好，怕世人对大法造成误解（误认为因炼功连工作都不要了），三个月以后，我和一同修干起了小买卖。当时的出发点并不是为了挣钱，而是为了证实法，救度众生。在那段日子里，我们不管是刮风下雨，还是数九寒天都坚持着去讲真相，直到我回单位上班。家人也由开始对我的不理解变为同情、支持。随着学法、修心、向内找，不断的从法中归正。几个月以后，我悟到：我应该找单位领导要求上班，不应该失去这份本应该属于我的工

我就坚持并从未间断。新钱用打印机打出来，旧钱开始用手写，现在改用印章印上。开始花真相纸币时有点紧张，现在也是越做越轻松；开始是几张纸币中加一张真相纸币，现在是除了特别破旧的纸币之外，几乎每张都不落；从开始的有字的一面朝下到后来偶尔字面朝上。我悟到：每一张真相纸币就相当于一个条幅，它能在人群中流通、循环使用。

5. 寄信讲真相

用信件讲真相，我也坚持了几年了。三张A4纸或不超过二十八页的小册子都不超重。

通讯地址有几种渠道获得：平时利用工作之便收集一些通讯地址；利用一些期刊上的通讯地址；明慧网上公布的一些参与迫害大法弟子人员的地址。

以前，主要是寄往本市的。现在我悟到：不应只局限在本市范围，只要是明慧网上公布的通讯地址我们都应该重视起来，用寄信的方式讲真相救众生、解体邪恶、营救同修。

向本单位同事寄信讲真相，也是我一直坚持的，而且从同事那里反馈的效果很好。收到信件后，一般都会认真阅读。

三、不怕麻烦，利用出差机会救度众生

1. 在高校救度众生

利用出差机会，我会带真相资料去一些高校发放。因为高校人员集中，大学生思维活跃，有什么消息传播快。学生公寓、教室、教学楼中教师的信箱、教师办公室旁都是放资料的理想场所。

2. 在北京证实法

（1）贴不干胶，灭邪恶救众生

零八年刚过完年，我要到南方去出差，中间需到北京换乘飞机。我提前买好了早班火车票，中午就到了北京火车站。简单吃过午饭，将箱包寄存好，问好去机场的路线，我就去贴不干胶了。遗憾的是，因为前一天晚上去农村发资料，半夜一点半刚回来，所以没能来的及准备小册子等真相材料，身上带的就是各种不干胶资料。我上了火车站对面的天桥，随手将不干胶贴在了天桥的电梯旁、桥的栏杆等位置上，然后下天桥在火车站附近的大街小巷中粘贴，有时经过公交站牌，也顺手贴上一两张。

在刚到北京站时我就到售票处想买好返程的车票，在排

队等候的过程中，我就在想怎么贴不干胶。通过观察，我发现，售票厅有监控器，但并不是什么角度都能照到的。等轮到我买票时，我边询问车次，便在售票厅墙的侧壁上贴上了天灭中共的不干胶。那时一点怕心也没有，即使后面的人看到不干胶也没关系，因为没人能断定是谁贴的。询问完车次，我发现合适的车次只剩了站票，就没有买。（从南方返回北京后，再去买票时，我又贴了不干胶。）

（2）师父就在身边

四点半左右，转了一圈回到了北京火车站。刚取完寄存的箱包，就听到站北侧有人喊：“去飞机场的上车了！”我赶紧跑了几步，刚落座车就开了。我坐在座位上，不断的发着正念，加持那些不干胶能起到救度众生的作用。一路上感觉时间很快，到了机场就下车了。

到机场后，我边等外地同行的到来，边发正念，铲除机场空间场中破坏大法的一切邪恶、黑手、烂鬼、共产邪灵及共产恶党在另外空间的一切邪恶因素。

在机场买东西时，我发现，提前准备好的从北京站到飞机场买车票的钱还在钱包里，回忆刚才坐车经过，才想起来，没人给我要票，我只顾发正念，也没想起买票的事。

在机场安检时，我们都排队等候，看到我前边的人都要站那被工作人员用仪器在身上扫来扫去的。到我时，我也按照前边的惯例，站到了台上，工作人员却说：“你可以过去了。”我没用接受检查，就直接进去了。排队在我后边的是一位比我大几岁的同行大姐，到她那时照样又被严格检查一遍。之后，那位大姐不满的对我说：“怎么还不一样待遇，就看你象好人，我们都有问题呀？”我对她笑了笑没说话，但我心里明白，大法弟子的路是师父给安排的。

3. 在旅游景点证实法

到旅游景点游玩时，我的心思可没有放在导游的介绍上，而是想法在什么位置上贴我的不干胶合适、醒目。一般我不急着往前走，等他们走过去之后，我将这些不干胶贴在了柱子、墙壁等处。

四、突破固有观念，到农村救度众生

1. 回老家发资料

回老家时，我经常携带真相资料，开始是在本村发，后来让儿子骑着自行车带着我去发资料。那时儿子只有十二、

包括我在内的近十名同修。恶警就按照同修供出的名单先后对我们进行了非法抓捕。我丈夫是第二个被绑架的，在公安分局里由于他没能做到正念正行，五天后，以「取保候审」的形式放了回来，所在单位被勒索罚款五千元，后来这部份罚金由单位从他工资中分几个月被扣除。

记的我丈夫被释放的那天早晨，我刚一上班，警察就往我单位打了电话，让我去分局领人，说不去就不放人（其实他们前一天就已经通知我家人今天要放人，一大早我公婆他们就去了分局）。当时我心想：去就去，我一个大法弟子能怕你邪恶吗？我边走边发正念：清除操控警察背后的一切邪恶生命与因素，不允许邪恶以任何借口迫害大法弟子，让警察无条件将他释放。当时觉的自己正念还很强。这时师父的一句法打入了我的脑海：「无论在任何环境都不要配合邪恶的要求、命令和指使。」（《精進要旨二》〈大法弟子的正念是有威力的〉）师父的这句法使我马上清醒了，我不能去，如果我去，这不是正配合了邪恶的要求了吗？

因为当天上午我没有配合他们，我公婆去分局领人也没领来，让下午再去，我公公对我说：「公安局的人还要抓你。」并让我小心点。这时我心里什么都明白了，原来他们让我去领人是他们设的一个圈套，企图用这种方式绑架我。我想：既然邪恶能在我空间场存在，肯定是我有什么不好的心让邪恶钻了空子，于是我静下心来向内找，由于自己很长时间只注重做证实法的事，而忽视了静心学法、向内找。导致出现了很强的显示心、欢喜心、求名的心、色欲心等执著而不察觉。找到了这些执著心我就否定它、排斥它、清除它，并请师父加持。我坐下来发正念半个多小时正念，明显的觉的自己的空间场里的邪恶少了。

大约下午两点半左右，单位领导打来电话让我马上去单位一趟，说有事找我。来到单位，领导对我说：「你炼功我们不管，但你不要给我们找麻烦。」我说：「我们炼功人无论在哪里都按照真、善、忍做个好人，不会给任何人带来麻烦的。」我边说边发正念。正在这时来了一个人找领导办事，他就让我走了。因为我心里挂念着我丈夫回来的事，在单位里我也没有久留。后来得知，那天我刚一离开，他们就来到单位抓我。在慈悲的师父的呵护下，邪恶的阴谋又一次落空。

下，首先问我：「还炼不炼？」我坚定的说：「炼，炼功没有错，师父让我们按照真、善、忍做人这没有错，电视上说的全是假的。你们千万不要信。」接着他又问我丈夫：「听不听我的话？」我丈夫说：「你说的对我就听，你说的不对就不听。」因为还有未修去的亲情，当时他没有直接说炼怕老人承受不了，公公一再追问：「是炼还是不炼？」他也不回答。公公一看他不回答，气的拿起茶几上的玻璃杯摔的粉碎，躺在了沙发上，嘴里还在不停地说：「你们不听我的话，那我就去死。」这时我丈夫的情也出来了，「你别去死，我去死。」我一看这场面，就大声说：「你们不要逼他啦！要出人命的。」我话音未落，就遭到我弟弟狠狠的一脚，我被踹到了两米远的沙发上坐下。当时我一点也没有觉的疼，一看裤子上一个深深的大脚印落在了上面，我知道是我们做的不好，师父替我承担了。

正当大家一团乱的时候，公公说：「今天这事就这样啦！你们别走啦！（指我爸妈）在这吃饭吧！」并让我们俩到厨房做饭，瞬间象什么都没有发生过，一切风平浪静。

邪恶的干扰未能得逞，仍不罢休。几天后，正月初八刚一上班，单位领导就被政府部门叫去开关于法轮功的会议，并让我不要离开，一会儿和我谈话。在这之前他们也耳闻我一直没有放弃修炼，这次谈话也是迫于上面的压力。那天，我非常的冷静，心想有师父在我身边，我什么也不怕，今天正好是和你们讲真相的好机会。我从什么是法轮功谈起，我为什么炼法轮功，大法给我带来的身心变化，大法在全世界洪传的情况以及中共对法轮功的迫害是错误的。我给他们讲的清清楚楚、明明白白，当时觉的那个场非常的祥和、纯正。单位领导听明白后说：「既然法轮功这么好，你就在家好好炼吧！」

在这两件事以后，几年来，不管是单位领导还是家里人，再也没有受过邪恶形势和环境的干扰，说不让我炼了的话，只是善意的提醒我注意安全。我体悟到：在修炼的路上，不管遇到多大的魔难，只要坚信师父、坚信法，就没有过不去的关。

二、从法上认识法、两次正念破除邪恶对我的迫害

二零零五年五月，我所在片区做资料的一名同修，遭邪恶绑架迫害。而后，此同修又在恶警的刑讯逼供下，供出了

三岁，在师父的慈悲加持下，我们配合很顺利。资料放的很灵活，有一次看到前面有一骑车的老人，车后面有铁框，可能是卖水果的，我就让儿子快点骑，在赶超老人的一瞬间，我悄悄的将资料放在老人的铁框中；在村中穿行时，儿子骑着自行车，我就见机将资料抛在住家门口的柴禾旁边或粮食堆上。田间地头停放的农用车自然是接收资料的好场所。

在一村中央，对面来了一个老太太，儿子说：“妈妈，我想告诉老奶奶法轮大法好。”但当时自己心性有限，怕老人不理解，招来别的村民，就对儿子说还是稳妥一点为好。现在想来都是自己的怕心。

就这样我和儿子骑车走了几个小时，我们带的两书包资料发完了。这时，天色已晚，我们离家已经很远了，而且从来没有来过这里，我们凭感觉往回走，还挺顺利的回家了。

到家时，儿子说他的腿都软了，但看的出他特别高兴。

有一次，和小妹妹一起回家，我就做她的工作，让她晚上和我一起发资料（妹妹九九年前曾学过大法，但后来因害怕放弃了）。她答应了。晚上我俩就骑一辆自行车，她带着我，我发资料时她就等着。这样也发了好几个村（后来，小妹也成了一名大法弟子）。

2. 整体配合，到农村大面积发资料救人

在同修的建议和带动下，我也参与到了去农村发真相资料的行列。这一过程，也得突破自己的固有观念。每次几个同修一起配合，乘坐通往县城的公交车，有时中间还需打车。按照地图事先定好要去的村庄，提前发正念。几个星期去一次，很多时候还是很顺利的。

五、在发放资料、救度众生过程中升华

1. 执着自我的教训

救度众生的过程也是修炼提高的过程。刚开始去农村发资料时，我对所去的地方不熟悉，那时我们就什么都听同修甲的，因为她的老家在那一带。开始时，大家配合挺好。可随着去农村次数的增多，发现自己很能记路，有几次返程的路很不好找，但我都能和乙同修顺利到达。就这样，证实自我的心不断膨胀，有时发现同修甲的想法并不是最可取的，就提出自己的建议，对方不接受时心理就不平衡，经常想将自己的想法强加给同修。加上后来的干事心，终于在今年四月份给了我们一次深刻的教训。

那一次，我们带的东西很多，几乎每个人身上都携带了将近三十斤的资料。我和乙同修一组，同修甲和同修丙一组，坐出租车到不同的村庄，各自从远往近处发放。在第一个村子里，因为先发什么地方后发什么地方，我和同修乙就有分歧，并且心中暗自抱怨同修不记路还不听我的。后来，说话的语气都不对了。同修看到了，马上调整她的心态，并说：你说怎么走就怎么走。走到第二个村子时，发现已被另一组的同修发完。我们就只能再另找地方，大约走了六、七里的路程，才到了第三个村子。这时狗叫的太厉害，我们用了很长时间站路边发正念。这个村子不大，我们随身携带的资料还有一部份没有发完，时间已经很晚了。我们只能赶往聚集点。到那时，另两位同修已等候多时了。

一见面，我就抱怨同修没按预定计划走，把应该由我们来发的村庄都发了，害的我们走那么远的路。同修听了，有点动心。因为地形不熟，以前是我们经常将另一组的地方提前发了，但同修都能默默的配合，从不抱怨，为什么到我这儿就不行了呢？事后找自己，发现了自己的私心，什么事都是以自我为中心，不去站在对方的角度去考虑问题。

时间已是半夜一点左右了。我和同修乙因走的路太多了，都感觉很疲惫，考虑到时间太晚的缘故，决定将所剩的不多的资料带回去。结果同修甲不同意，说发完再回去。我只好硬着头皮再接着发。

在发的过程中，我提出到马路旁沿一排排的房子发放，同修甲不同意，我们就沿着马路的店铺发。不知什么时候从门卫室出来一值班人员，同修乙没有注意，还以为是同修丙呢。只顾往院里放资料，我和同修丙在马路上看着，但此时提醒已来不及了，等同修乙过来后我们马上沿马路撤离。远远的看到那位门卫好象在往外掏手机。此时，我出了怕心，不是发正念解体干扰我们的邪恶，而是埋怨同修不理智。

怎么回去，在哪等车好，围绕这一问题，我们又产生了分歧。刚才被人发现的地点是最好的等车点，因为那比较繁华，过往车辆较多。但回去是否安全呢？就在我们意见不一致的时候，我们发现天开始下雨。这是令我们最担忧的。在出门时，我们发现太阳周围有一圈光晕，边界不是很清晰，在坐车时又听到有人说可能会有雨。但我们认为，只要我们念正，一切不利因素都会被制约住。

于自己得法比较晚，（到「七二零」只有四个多月的时间）学法不够深入，面对这突如其来的打压迫害不知如何是好？后来我周围的同修通过学法悟到，我们应该去北京上访，反映实际情况，要求恢复炼功自由。几天后，有同修到我家找我，大家准备去北京证实大法，但怎么找也没有找到我家门口。后来得知，当天去北京的几名同修在途中就遭到了邪恶的拦截、迫害。（现在看来，当时是掺杂了人心去证实法，让邪恶钻了空子。）由于自己不能从法上认识法，有放不下的人心，正念又不足，最终也没有走出来去北京证实法，给自己造成了终生的遗憾。一回想起来这件事，心里就内疚：师父为我付出这么多，我却不能在关键时刻走出人来为师父为大法去说句公道话。

后来，通过学习师父讲法：「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》〈排除干扰〉），我悟到，只有坚持学法，有法做指导，才能去掉人心，才能破除旧势力的一切安排，才能跟上正法进程，才能走好走稳师父给我们安排的修炼之路。从此，我除了每天坚持必学的《转法轮》外，还利用一些零散的时间背诵师父写的经文和《洪吟》、《洪吟二》以及师父在各地的部份讲法。实践证明，由于大量的学法，为我以后证实法打下了良好的基础。

恶党流氓集团为了给镇压找借口，电视中抛出了一个又一个的谎言。二零零一年一月二十三日，中共与江氏集团为维持镇压，抛出了使世人毒害最深的所谓「天安门自焚事件」。一时间，弥天谎言欺骗了海内外人士。我的家人和我所在单位领导、职工也都不同程度的受到了毒害，也给我修炼带来了干扰。

首先是来自亲人的干扰，二零零一年大年初三下午，我弟弟开车带着我姐、姐夫和我爸、妈来到了我公婆家，说有事要和我们谈，关于炼功的事，当时我和我丈夫（同修）都在家。看到他们忧心忡忡的样子，我们心里明白他们一定是受了邪党造谣宣传的毒害，让我们放弃修炼（在这之前，他们都看到了大法给我们从身体上和思想上带来的巨大变化，并没有反对我们修炼）。理由是怕我们炼功炼长了会象电视上的人一样不管孩子，不管家。还怕出去散发资料受迫害。

记的当时那天那个邪恶的场非常的大，公公让我们都坐

法轮功的「聚会活动」。在这件事上我心里非常清楚，这不是人对人的迫害，用常人的方法怎么能解决修炼人的事呢！

家人分头来劝我，我就给他们讲真相，并说：「这个字我是坚决不能签，你们知道这个字对我有多重要吗？我要是签了这个字就等于要了我的命。」我心里明白，无论到什么时候作为一名大法弟子我都不能诬蔑大法，做对不起师父、对不起大法的事，给自己修炼路上留下污点。家里人看我说什么也不去签这个字，也就不再逼我了。从那天起，来自家庭、单位、公安分局的一切干扰都没有了。——本文作者

借「第五届大陆大法弟子修炼心得书面交流大会」之际，弟子向慈悲的师父问好！向同修们问好！

参加网上法会投稿活动这是我第二次，第一届我参加过但未发表。二、三、四届网上法会投稿活动被自己错过。今天看来，我以前的想法是不对的。作为大法中的一个粒子，我悟到：在修炼的路上，写的过程也是对自己修炼的一次认真的总结和回顾，也是对大法的证实。下面我想从我这九年证实法中修炼的点滴体会与同修进行交流，不当之处请慈悲指正。

一、坚持学法、面对邪恶的打压和世人的干扰不动心

我是一九九九年三月有幸喜得大法，当时三十二岁的我却身患多种疾病，被病魔所缠，痛不欲生。得法后，通过学法炼功，时间不长师父就给我净化了身体，使我达到了无病一身轻的状态，真正体验到了一个人没有病的幸福感觉。同时我的世界观也发生了改变，知道今后怎么样做人了，不能再那样稀里糊涂了。大法给了我第二次生命。正当我沉浸在大法的美好中，同年「七二零」，邪恶的疯狂打压开始了。面对整日电视、报纸对师父对大法的诬蔑宣传，我不相信那是真的，我深知师父让我们按照「真、善、忍」做好人这没有错，也许就是这正的一念，使我从邪恶的所谓考验中走了过来。

在一九九九年「七二零」刚开始迫害时，我所在地政府部门要求各单位领导把本单位修炼法轮功人员的名单上报要进行统一洗脑。我所在的单位领导并没有配合他们的要求，把我和另一名大法弟子保护了起来，使我俩躲过了这次迫害，同时也为他们自己摆放了位置，选择了美好的未来。由

其实，也真是这样，因为在发资料过程中，我们都注意到了，曾经是满天的繁星。可当我们都执著自我、放不下自我时，天却开始下起了雨。我们的资料虽然都是装在了塑料自封袋中，但如果雨大时也会有损失。我们开始意识到问题的严重性，不断的发着正念，边走边等车，雨却没有停下来的迹象。尽管路上不时有车辆经过，但那些司机好象没有看见我们一样，根本不拿正眼看我们。我们只好在雨中往县城的方向赶。不知什么时候，在我们身后几十米处突然出现一个喝醉酒的人（也可能是精神不正常的人），边走边骂，一直跟着我们。我们只能是加快脚步，现在回想起来，经常是一路小跑。就这样，我们在雨中走了几个小时，才有一辆面包车将我们拉到了县城。到县城时已经将近凌晨六点了。我们吃了早点，坐上早班车，回家了。

回家后，我痛惜辛辛苦苦印制、发放的资料会因下雨受到损失，同时向内找，找到了自己的悟性差、执著自我、对同修的不宽容，给救度众生带来的损失。

自那之后，几个月的时间，我们没能去的了农村。虽然中间曾几次想去，后来也不得不放弃了，要么是天下雨，要么是同修之间有矛盾。我悟到：救度众生只能是抱着最纯净的心态才行，心性不到位是不配做的，邪恶也会阻挡的。

2. 放下人心

十月一日之前，同修提议，利用长假时间好好学法，并去农村发资料。我们异常珍惜这次机会，大家都向内找，都认识到要放下自我。我们吸取上次的教训，大家有事共同协商，不执著自我，在发的过程中，默默的配合、圆容，整个过程宁静、祥和，没有一点怕心，一切都很顺利。我们经过了几个村庄，当最后的资料刚发完时，对面就来了一辆面包车，把我们送回家。

通过这么多年的修炼及救度众生的实践，我深刻体会到，虽然我什么也看不见，什么也听不到，但我知道慈悲、伟大的师父时时就在我的身边。当我把自己视为助师正法、救度众生的一个粒子，能放下自我时，任何奇迹都能发生，任何邪恶也动不了我。

从中士到真修弟子

文/东北大法弟子

一九九六年八月末，我在母亲的劝说中得了法，但并不象其他同修那样得法如获珍宝一般。部份原因来自于不好拒绝母亲的热心，所以我是在炼功很久后才开始学法的。师尊早已看到了我那颗勉强的心，但却没有因此抛弃我，总是给我展现大法的超常法力，让我增强炼功的信心。

二零零零年，我进京上访，却被非法劳教三年。两年半的非法劳教，使我和外面的修炼情况几乎完全脱节，落下了一大截。带着诸多疑问到了外地，想找走的比较稳的同修切磋一下。到了那里才发现，人家已经在走师尊讲的“遍地开花”的路了。同修鼓励我将我们地区也“遍地开花”，这样做既安全、资金又分散。……在师尊的加持下，我这个连鼠标都没碰过的人把同修累积了两年的电脑技术学到手，一个礼拜就回家“开花”去了。——本文作者

尊敬的师尊和全体同修们：

你们好！第五届大陆书面交流法会开始了，几次提笔都因觉的自己修炼路平平淡淡而几乎放弃这次投稿的机会。前几天，梦到师尊拿了一张考试卷让我答，题目的内容大致是写自己洪法和理性升华的内容，我拿着考卷答不出来。醒来后，我也没悟到这是师尊点化我写交流会心得，还以为是点化我这几天三件事做的不好。今天在学法小组里，同修提及了明慧上有一个同修做了和我类似的向师尊交考卷的梦后，我才如梦初醒的知道原来是师尊在等着我交一份修炼路上的答卷。后来发正念时，我也找到了为什么我会觉的自己的修炼路会平淡无可写，其实那是一颗隐藏很深的想要证实自己的心。修炼路上总觉得一直是师尊和法在推着我往前走，这恰恰证明了师尊和法的伟大之处，如果没有师尊和大法，我今天也就是社会上那些为了私利而患得患失的人群中的一个。同时我也意识到，写心得交流稿是要证实大法，证实大法的伟大和无所不能。

一、中士得法

我是一九九六年得法的弟子，在这十多年的修炼中，每时每刻都在师尊的呵护下度过。从蹒跚学步的婴儿到理性成熟的大法一粒子，无不渗透着师尊的心血。概括起来说，我原来就是师尊讲的“中士”，如果这十多年师尊对我稍一放松，我可能就放弃了。

不干这个差事啦。」

在讲真相中，也遇到过一些拒绝的，不愿听的，有的要打电话举报，有的驱赶我不让讲，有的要我的名字、地址、单位、要报公安派出所抓我。对此，我都是在师尊的呵护下，智慧的处理好，从中解脱出来，化险为夷，转危为安，轻轻松松，抢救有缘之人。

在七年的时间里，我没有歇过节假日，没休过一个星期天。脚踏自行车，在居住的这个城市里，走遍了所有大小菜市场，商场和店铺，街道及一些施工工地等地方。然后以居住地为中心，采取了今天东行，明天西行，后天南行，大后天北行的方式，扩展到市周围十里、二十里、三十里以外的集市、农村去讲真相，劝三退。在邪党所谓的敏感日和奥运、残奥会期间也没停止救度众生的脚步。几年中行程数万里，自行车胎磨破了六只换了三次。每半天最少能讲通四、五人，最多二十几人。时至今日累计明白真相的一万一千多人，其中退出党团队的有一万余人。

在讲真相救度众生中，我看到了众生急盼得救的心情，往往会令我感动。有的人给我作揖、鞠躬、一遍遍的道谢，有的人目送我依依不舍。曾有人让我先走，他一直看着我跟我挥手，我也不停的回头和他挥手，直到两人看不见为止。有的人一遍遍的叮嘱我，让我有时间再来，有的还邀请我去他们老家讲一讲。有的再次见到我激动万分，告诉我劝退时给他起的名字，告诉我如何珍惜真相护身符，告诉我明白真相抹去兽印得福报的事，从中使我体悟到师父的洪大慈悲，我从中不断的提高与升华，感到师父把我们的功能都打开了，让我们在救度众生中随意所用，我写出这些就是希望同修不要怕，走出来讲真相，要天天坚持，就会有收获有提高，就会不断的去掉人心，时间已经很有限了，望同修能够更多的救度那些盼望得救的众生吧。

时刻牢记师父的法就能做好

——一九年证实法中的点滴体会

文 / 大陆大法弟子

……为了不让我被警察抓走，家人还背着我请了公安局的人吃了一顿饭，后来得知，邪恶头目当时已答应不再抓我，可第二天早上又通知我家人让我去分局签字，证明我参加过所谓

的两个儿子也退出团队。真为这一家四口得救感到欣慰。

一次向一位处级大姐讲真相时，她说，你也在政府上过班，共产党发你工资，你还反党……我说，大姐不能那么说，咱们的工资来自百姓缴的税，怎么是共产党发的呢？你看共产党历次运动整死了八千万老百姓，六四天安门屠杀大学生，死了多少人，九九年江泽民出于小人的嫉妒，违反法律，一意孤行，疯狂打压修真善忍的好人，邪党一党专制，贪污腐败，您说这样的党能要吗？您再看天灾人祸不断，这都是警示人的。再说凡入过党、团、队的都有印记，你不退出，将来天清算恶党时就不安全，快退了吧。她问，你退了吗？我告诉她，不但退了，还把党证等都烧了。言谈中，她对用真名退有顾虑。于是问她贵姓，她说姓南山。我说在姓后边添个梅字多好哇。就用南山梅这个名退吧。她说，这个名真好，你给退了吧。

一次在公园遇上一个公安正科干部，我就单刀直入：「兄弟在公安工作吧？」 he 说是。我说你们的工作不好呀。他问怎么不好，我就以第三者的身份说，你们公安负责打压法轮功。并给他讲法轮大法受迫害的真相。告诉他这个群体都是好人，不能打压。他说那是上边压下来的工作。我说那也不能助纣为虐，将来给大法平反后，公安就会受牵连，受惩罚。又讲给他，文革后共产党为推卸责任蒙蔽群众，在云南秘密枪决一批警官和士兵的事实。他听后说，那可注意点，不能再做坏事了。之后我问他三退了吗？他说没有，我说我给你退了吧。他说姓陈，我说你要听我的话就有福有希望了。就叫陈福望吧，给你退了，就行了。他说，今天是我的福日，谢谢你了。

有一次讲真相碰到一位蹲坑人员，讲完后他问我，你知道我是干什么的吗？我就是专抓法轮功的，抓一个上边给三千元。这时我想起师父讲的「一个心不动，能制万动」（《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉）的法。默默对他发正念，铲除其在另外空间操控他的邪恶因素。之后和善的对他说：「老弟，我做的是好事，善事，是在救你，共产党在做坏事，将来善恶有报，弃恶从善得福报，要为自己留条后路，不能做伤天害理的亏心事啊。」之后对他说，我就用刚才给你起的化名「金旺」退了团队吧！一席话解体了他所有恶的因素，然后他愣愣的说：「听你的，退！你走吧。我也

从小我就羡慕那些有师父的人，羡慕那种晨钟暮鼓的生活。成长环境的不和谐，使十多岁的我在人世间的争争斗斗、恩恩怨怨中变的心境苍老。长大后一直为生活奔波，早已泯灭了我先天带来的灵性，在人间养成了各种保护自我私利的观念。一九九六年八月末，我在母亲的劝说中得了法，但并不象其他同修那样得法如获珍宝一般。部份原因来自于不好拒绝母亲的热心，所以我是在炼功很久后才开始学法的。师尊早已看到了我那颗勉强的心，但却没有因此抛弃我，总是给我展现大法的超常法力，让我增强炼功的信心。第一遍《转法轮》我看了一个多月，从中仅是觉的符合社会现象和做好人而已。

得法几个月后，我发现了我存在的问题，那就是通读学法时，别说书中讲的高层次法的内涵，就是通读时那表面话的意思都不知是啥。我有些慌了，这样下去不是白学吗？后来我开始抄法，虽然慢，但还是抄一句得一句。在几次要放弃的时候，都是在师尊的鼓励下又坚持了下来。一遍过后，感到我和法之间的那层迷雾在消失，也第一次看到了师尊在《转法轮》中讲的失与得的关系；业力的转化因由；还点了我一句：“你思想中想的是什么，在另外空间里我的法身什么都知道。因为两个时空的概念不一样，在另外空间里看，你的思维构成是一个极其缓慢的过程。在你想之前，他都能够知道，所以你得把你错误的思想都放弃掉。”那时还不知道是师尊在点化我该去掉执著了。

这一下让我的心从多年的委屈、不平中解脱出来。我知道了原来吃亏是大好事。想修炼就得修自己的心、更要修那些不好的思想，因为三尺头上有神灵，你隐藏的再深也没用。虽然我从未见过师尊的面，但这一刻，我知道师尊就在我身边。

因为刚得法，还不会守心性，在和母亲的摩擦中总是守不住心性，以致到后来我竟然想放弃修炼。母亲的一再相劝，在我听来却感到极其刺耳，最后她无奈放弃劝说，随我去了。几个星期过去了，我发现了一个情况，那就是每天早晨我几乎都被震天动地的炼功音乐所惊醒。怒气冲冲起来一看，发觉母亲的炼功音乐放的几乎是低不可闻，又不好发火，只好作罢。中午或白天想补上一觉时，又会被母亲的读法声震醒，醒后发现和上面的情况一样时，又只好作罢。面

对着相同的情形，我才深深发觉不知从何时开始，我早已离不开大法了，这样我又开始修了。

心性考验就是这样，这一关没过去，下一关就上来。当又一次磨擦开始后，我感到太难了，便在心里求师尊给我换一个修炼环境。也许师尊也看到了，以那时我的心性标准根本无法过去那考验。为了不放弃我，师尊不久之后便给我转换了修炼的环境，我离开了家，去异国工作了。其实那时我和母亲的心性关并没有过去，我只是逃避了，所以后来当我们聚在一起时，还要补上这一课，这是后话。也是从那时起，到一九九九年迫害前，我几乎处于独修形式。一个人修炼，是少了心性上的磨擦，但却要和安逸心、惰性、孤单等奋战。那段日子，我深深的感到师尊就在我身边，督促我在学法、炼功上下功夫。抄法让我尝到了甜头，同时看清了这是一本修炼使生命能回归最初家园的天书，我知道此生再也离不开他了。

在抄法差不多四遍时，我产生了想将这本书背下来的愿望。六个月后我背了第一遍《转法轮》，也是在此时，邪恶的中共开始了对大法的迫害。一九九九年“七二零”后，我和那里的同修马上接触上了，因为那里没有发生迫害，我和同修们一起去洪法，并向当地民众揭露中共对法轮功的迫害真相。

回想起来，师尊对我这样一个不争气的弟子是多么的用心良苦，在我过不去心性关时帮我转换环境；让我在正法开始时不至于被落下，而和那里的同修接触上；甚至在我接触的同修中安排的都是精進实修的大法弟子，这一切一切的苦心安排，终于让我这个中士变成了真正的修炼人。和同修们接触后，大家的真诚、热情、善良、对法的坚定信念，等等，处处都在我的心里引起了震撼。修炼象一面镜子，照到了同修那无私的同时，也暴露出了我那些自以为在常人中养成的保护自己的所谓经验和狡猾的心。直到此时，我才明白，为什么我刚一入门，师尊就一再在法中提醒我要提高心性，修好头脑中的一思一念。那是因为师尊早已看到了我这些不好的思想，不彻底修掉是无法真正修炼的。

我变了，我开始从“事不关己高高挂起”中走出来，我变的不再斤斤计较个人得失，开始变的能体谅别人、凡事学着为他人着想。每天睡觉前我都把一天发生的事用法来衡量

加入过任何邪党组织，然后到施工室内送给他们真相材料和福卡，他们十个得到福卡后激动地喊：「法轮大法好」。

一次三伏天，看到七、八个人在一个村路口树下乘凉闲坐，我就打着招呼走了过去，他们看我也象个闲人，对我说，过来坐会儿吧。我顺势在他们中间坐了下来，一老者讲：「一看你就是个文人，吃官饭的。」我搭话说，是，以前上大学是学文的，上班时是公务员，一辈子看了好多书。他说那你知道的事多呀。我说看过一些古书和中外名著，这些年看了许多神书和预言。看他们爱听故事，我就顺着对方兴趣讲了《烧饼歌》、《推背图》、《圣经启示录》、《诸世纪》等，并讲与法轮大法有关的事件，告诉他们这些预言都是在警示人，之后讲法轮大法洪传八十多个国家，只有中国政府在打压的真相，以及三退之事。他们明白真相后，都作了三退，并再三叮嘱我以后多来，好一块聊。

6、利用购物讲真相每天出去我都有计划的购一些食品、调味品、蔬菜等。找去给这些商贩讲真相的机会，每次也能退上三、五人。但要注意不要急于求成，以免对方不听和受到干扰。一次过年，在水产大厅买年货，付款后发现卖货人多给我五十元钱，等她忙过后，我说：「妹子，你多找给我钱了。」「噢，脑子蒙了，」她说。这时男主人在旁边搭话说：「你看人家多好啊，这社会你这样的人太少了。」我说：「我是学大法的，我们修炼人都这样，不占别人便宜。」之后给他们一家四口讲了真相，做了三退。一次买西瓜，女主人多找给十六元七角，我告诉她找错钱了，她说没错，看她挺忙，没心思说话，为了讲真相就等了一会儿。她闲下来时我把多找的钱还给她，并告诉她我是学大法的。她说：「以前受电视迷惑，不信法轮功，这回才知道你们都是好人呀。」了解到她入过团队，也给她做了三退。

7、与行政官员，公安，保卫人员讲真相。这些人受邪党歪理邪说灌输多年，好多人又有共产邪灵操控，他们接到真相又少，要这些人免遭淘汰，大法弟子是救度他们的唯一希望。我工作中接触到的都是一些处科级干部。这样就可以带上《九评》和真相材料到其家里和单位去讲真相，这样效果好，接触真相后，大部份都能明白真相，并作了三退。一个正科级干部，经过我几次去其家讲，并看了《九评》光盘和所有真相材料后，夫妻二人退了邪党，大学毕业在北京工作

几年中，我一直使用这种方法。但一定要干那些力所能及的活。比如帮农民锄地、剪树、推单轮车、挖沟、平地、抡锤、砸地等，这样他们看你热心帮干活，也就去掉所有戒心，愿意和你说话。一次冬季，出去碰见四个人，正抡锤砸水泥地面，跟他们说：「我试试行不行？」我抡锤砸了起来，一会就砸掉大片水泥板面。他们说：「你身体真好！」我说：「我是炼法轮大法炼的。」这样我就向他们讲起了真相，之后了解他们都入过团队，都用真名给他们做了三退。另一次，春天有一家三口人在田间锄地，我走进就帮他们干了起来，一边干活一边问他们知道三退的事吗？得知父母入过队，儿子入过团，经讲真相，一家人都用真名做了三退。

5、到街头巷尾、路口、地边、大群体中讲几年中经常遇到在上述地方有好多闲坐、闲聊的人，对这些人也一定不能错过。对他们预先发正念：一定要救他们。

在一个夏天，我从农村集市讲真相回家，路过一个十字路口，一帮人正给一个饭店装修，背砖、背沙袋，一数正好十人。路口有警察，我想不能因为有警察就错过机会。于是我立刻发正念：清除这里空间场所有邪恶因素，我一定要救度这帮人。然后把自行车靠在路旁，向他们走去。看他们累得衣服都被汗水浸透了，同情的对他们说：「大热天，干这累活，你们太了不起了！」这么一说，有两个人很感动，对我说：「你真是个好人！」我说：「你说对了，我是修炼人，这么热的天，别累着，晒坏呀，你们歇歇聊会儿吧。」他们问，你有好事吗？我说，有哇。

一听有好事，三五五个的就围拢过来，他们又喊其他人，也都围过来，他们都围着我席地而坐。然后我就对他们讲着几年来天象大变呀，南方二十省市大冰雪，五一二大地震，这几年夏天下大雪，冬天打雷下雨，天灾人祸不断。他们问是怎么回事，我说就是天灭中共的时候到了，天在警示人。共产党历次运动杀害八千万中国人。官场贪污腐败，工人失业，农民种地不挣钱，造成你们出来打苦力工，一天才挣几十元钱，物价飞涨，看你们衣服都舍不得穿，光着膀子干活……谈话中，得知他们是东北来的，又没多少替换衣服，我马上回家拿来十几件衣服，送给他们每人一件。他们说我太慈善了。我告诉他们学法轮大法的都这样。又给他们讲了真相和三退的事。这十人当中七人作了三退。另外三个人没

一遍，看自己有哪些没达到法的要求，还做的不够。这样我和朋友、同事、同修也相处的越来越融洽了。有一天，我在学法时，忽然发现法在我的眼前变化着他的内涵，我喜悦至极，知道这是师尊在鼓励我，只要我有恒心，即使根基、悟性再不好，也可以被大法的威力同化过来。我知道我已经在回家的路上了。

二、正法修炼

（一）走出来，做师尊合格的弟子

二零零零年十一月份，我抱着向中共政府讲明真相的心回国进京上访，却被中共邪党非法劳教三年。在劳教所里经历了惨无人道的身心迫害后，于二零零三年五月在师尊的慈悲呵护下正念闯出魔窟，回到了家乡。当时正处于邪恶疯狂迫害之时，当地大资料点相继被破坏，资料点同修被非法抓捕、判重刑、甚至被迫害致死。同修两次建议我进资料点，都被我婉言推脱。虽然表面上说自己心性没达到标准，其实是这时的我还犹存着在劳教所里遭受残酷迫害的阴影，怕心使我不想再去接触危险。但在我第二次推掉建议没多久，我们片里做资料的同修也被抓了。

面对消息的传来，我深深的陷入了自责，正是我的私心害了同修，如果我没有推卸责任，帮同修分担一点，同修就会有时间学法修好自己，也就不会被邪恶钻了空子。我问自己：“你还是个修炼人吗？你还是师尊的弟子吗？师尊将你从地狱中捞起，大法受难时，你却为了个人安危，将危险推给了同修。”我意识到这已不是想不想做的问题，而是想不想修的问题了。于是我跟协调同修说：“我做资料。”

说干容易，当时我也能摸索着把机器转起来，但两年半的非法劳教，使我和外面的修炼情况几乎完全脱节，落下了一大截，不知怎样才能走正走稳这条路。同时心中又一直存在着一个疑惑，那就是为什么看来修的非常好的资料点同修为什么结局几乎都被抓了，这其中究竟为了什么呢？带着诸多疑问到了外地，想找走的比较稳的同修切磋一下。到了那里才发现，人家已经在走师尊讲的“遍地开花”的路了。我讲了来意，同修鼓励我应该将我们地区也“遍地开花”，这样做既安全、资金又分散。我没想到突然要让我承担这么重的责任，但马上知道这是师尊给我的一次机会，我一定要把握这次机会。带着这样一个思维，在师尊的加持下，我这个

连鼠标都没碰过的人把同修累积了两年的电脑技术学到手，一个礼拜就回家“开花”去了。到家后才知道，我们地区最大的资料点也被破坏了，很多同修们拿不到资料。和同修简单交流后，我进入了资料点，同时也进入了一个新的修炼环境。

不干不知道，进入了资料点，才体会到了做资料同修的艰难。且不说巨大的工作量，技术的待突破，另外空间邪恶的干扰，就说一进屋，面对那一屋子机器，没有一定的承受力都扛不住劲儿。但是我感到幸运的是，我接触的同修们给了我实在的帮助，就是当我面对困难时，一定要想到师尊，想到法，凡事修在其中。我给自己订了规定，每天都要先学法，然后再做其它事。我自己悟到，既然我们把法看的最重要，那么一天中最好的时间也应该留给法。同修们的宝贵经验，让我每次都化险为夷。资料点基本上平稳的运作了下来。

资料点的生活是艰苦的，一是为了安全我几乎不出屋，再则因接不到资料的同修多，几乎每天打印的数量都在增加。这些对于我这个新手来讲，压力是大的，我的承受力也几乎到了极限。现在回想起来，我非常感谢那位协调同修对我的包容，资料点建的初期我俩讲好了，我主内（做资料），她主外（协调送资料），所以只有她来我住的地方。有一次，她来拿《明慧周刊》时，正赶上机器闹毛病，该打的周刊没打出来，我急的心性到了极限。如果她稍有埋怨，我可能当时就崩溃了，但她只平静的说了一句：“没事儿，慢慢做别着急。”一听到这话，我那颗急躁的心立刻冷静了下来，很快机器也正常了。这样的事儿，在那段日子里太常见了，都是在她的理解宽容下，问题马上解决了。所以我悟到，要想形成整体，是需要每个同修彻底放下自我、互相宽容才行的。

（二）家庭资料点遍地开花

随着资料点的慢慢稳定，和我技术的成熟，我开始教其他同修成立家庭资料点，也是从这开始我们地区也翻开了“遍地开花”的一个篇章。

我们地区年轻同修比较少，大部份都是五、六十岁的老同修，文化程度普遍较低，有些连字都写不上来，更别说要摆弄这些高科技。但这些老年同修别看年纪大，在正法修炼

团入队时，发誓说过为邪党奋斗终身，把生命献给党，这就被打上了印记，要宁可信其有不可信其无。再说，身上落个苍蝇把它轰走，没啥不好。」他说：「也是，给我上个保险，退了吧，我叫某某某。」

2、与骑车人同行讲真相，每天骑自行车出去，都会碰到好多有缘人。特别是同方向骑车的人，不要错过。靠前的要赶上，靠后的要放慢速度等一等。稍过片刻就主动与对方搭话。根据年龄、性别适当称呼，顺着他（她）们心理说效果会更好。如夸对方身体真好，车子好轻快，注意安全，您的车子该修了等。常人都爱听关心他的话、吉利话，也就和你话多起来了，很快就能切入话题，讲真相劝三退。如：一次遇上一位长兄，我对他讲：「大哥您身体真好啊。」他说：「是的，你身体也挺好啊。」我就直接告诉他：「我以前身体不好，全身是病，是经过修炼法轮大法才变好的。」顺着话题给他讲了法轮大法的美好，共产邪党诬陷大法的真相，等他明白后，告诉他：凡入过党团队的都有印记，等到天灭中共时就躲不过去。他说：「那入过团队怎么办哪？」我说：「用真名化名都可以退掉」。他说：「老弟，我叫某某，给我退了吧。」

3、到施工工地讲三退。施工工地的工人，都来自穷困地区，几乎全国各地的都有，他们听到真相的机会很少，一定不能忽视这个群体。做法是：首先找工头讲，以免他怕耽误工人干活，把讲真相的环境破坏，达不到救人的目地。一次，我看到一街旁几个民工正在挖排水沟，旁边还站着一位衣着整齐的中年男子，料定他一定是工头。于是我停住车子向男子走去，说：「看你就是有文化的人。」他说：「以前念过初中。」我说：「那你上学时入过少先队、共青团吗？」他说：「不但入过团入过队，在部队还入过党呢，都过时了，出来打工什么组织生活也没有了。」我说：「那也得声明退一下。」他说：「那咋退？」我说：「有办法给你退。」他说：「那就退掉吧。」然后我就和他讲：「你得救了，也得救他们呐。」他说：「你就跟他们讲去吧。」于是我就又和那四个工人讲了真相，了解他们中谁入过党团队，用真名和化名做了三退。

4、参与干活当中讲真相。实践中体会到这种方法效果很好，一般在很短时间内，就可以插入话题，很快进入三退。

的天安门自焚伪案的细节，使四个大学生解除了疑点，清除了对大法的恶念。另一位来自东北的大学生还是不太信，并说他爷爷就是炼法轮功炼的如何如何。对此，我又详细的给他讲了大法的法理，告诉他炼功人必须有好的心态，守住心性，专一不乱才行。听完他佩服的点头认可。并说：「大伯，我记住了，法轮大法好，真善忍好。」

三、广传真相，劝三退

一切从大法中来，一切为法而生。二零零一年，我搬到另一个小城市居住，年底又从工作岗位退了下来，我想这一定是师父安排的吧，让我兑现史前的誓约，能有充裕的时间做好三件事，救度更多的有缘人，抢救更多众生。当二零零二年八月二十一日师尊《洪吟二》〈快讲〉发表后，更觉得时间的宝贵和紧迫。特别是经文《放下人心 救度世人》中讲：「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。」对照师尊的教诲，备受启发，自己暗下决心一定要抓紧这段有限的时间去救有缘人。于是我不分地点和环境的好坏，凡是有人的地方都要去讲，我每天七点多钟出去，十二点多钟回来，七年如一日，天天如此。遇到大风大雨大雪天，外边没人就在家学法，第二天再补上。

1、利用集市讲真相，因为这里人多。二零零二年春季，我向经商人了解哪天某地是集市后，就把方圆八十华里的集市日期都摸清，登记在小本子上，以便查看。以上三退人数大部份是在集市上做的。但在集市上不要长时间讲，语言要简练，因为对方忙于做买卖没长时间听。一般是这样讲的：（按年龄称呼）大伯、大叔、大姐、妹妹、老兄、老弟……您三退了吗？没有退过的一般回答都是没有。我说：「共产党吃喝嫖赌，贪占腐败；打压杀害老百姓，是个恶党。现在天灾人祸不断，天要灭中共，入过党团队的人，在前额上都有印记，如不退出，就是他的一员，就会遭天惩。」听后都答应退掉，之后问其贵姓大名，对方一般都用真名退掉，有顾虑的就用化名退掉。几年中，由于自己一直没有怕心，正念正行，师父的法身和护法神都保护着，所以一直没遇上任何的干扰。

我给集市上一个四十多岁的摊主讲完真相后，他说：「快五十岁的人了，有什么印记？」我就告诉他：「你在入

中在当地却起到了主导作用。面对着这些老年同修那份想为法付出的真诚的心，我鼓励他们：师尊讲了“修在自己，功在师父。”只要你们有信心，师尊一定会给你开智开慧的。

教别人和跟人学是两种完全不同的概念，后者只要虚心接受、不耻下问就行了，而前者则需要有洪大的耐心、慈悲、和宽容才行。因大多数同修写字困难，而学电脑时又要他们记下每一操作步骤。有时一个步骤他们就要写好长时间，还都是错别字，急的我直冒火。但这时师尊都会将法理打进来：“给他功的目的地是叫他修炼，往上提高的。在做好事的同时开发自己的功能，长自己的功，可是有些人不知道这个道理。我不是讲了吗？不能给他讲法，悟的到就悟的到，是个悟的问题，悟不到那就没有办法了。”（《转法轮》）。我立刻知道这是师尊在点化我要我守住心性，扩大容量。经过了几次事情后，我想到了一个好办法，把所有操作步骤用电脑打字并排版出来，形成一份资料，来学的人就给他一份，他只要照着操作就行了。这既解决了写字问题，又节省了很多时间，效果非常好。

因为我学电脑时，同修们对我的真诚相待以及毫无保留，加上自己这一路走过来的磕磕绊绊，总希望其他同修在修炼路上能走的比自己平稳些，所以在教技术的时候，更注重教大家“修在其中”的重要性。几年下来我看到，凡是比较注重在法中修的同修，资料点运作的都比较稳定；而只注重技术上提高的同修大都走的跟头把式的。

面对不同的同修我都注重修好自己不纯的心态，但也有心性过不去的时候。有一次我教了一个同修，这个同修之前曾和我一起跟另外一个同修学过上网技术。后来那位同修因故不再教了，这位同修只好改为跟我学。接触后我能强烈的感到此同修对我的排斥，觉的我也是新手，不一定都会。进一步接触后，我发现不注重学法，是导致此同修学技术缓慢的主要原因。其次是她发正念时手倒（还不是一般的倒，有一次手掉到腿上都没感觉）。技术教了一大堆，可她总是在出问题时埋怨我没教过她，我有时会忍不住的翻开她记的笔记中的一页，指着说“这不在这儿吗！”让她多学法，她也不听，逐渐事情越来越糟。发展到最后，给她买个笔记本电脑她流露出中意，帮她买瓶炭粉她都说可能是假的，磨的我几次都想不再和她接触，但还是忍了下来。

终于有一天，协调同修急匆匆的来找我，说：“你快去她家看看吧，她的笔记本电脑烧了。”我听了后觉的脑子“轰”了一下，新买没多久的电脑怎么会烧了呢？马上和协调同修来到她家。一检查发现电脑根本就没烧，只是光驱运行时声音大，她就以为是烧了。面对发生的这些事情，我也再忍不住了，接触她之后的一幕幕，象电影一样冲进了脑海。尽管师尊的法理一再打进来，告诉我要提高心性，我也没能守住，没头没脑的便将她说了一顿，并告诉她先停止做资料吧！

话一出口，我就意识到错了，再看到同修被我说的发愣的样子，更让我感到懊悔。从她家出来后，师尊的话便打了进来：“因为面对常人，各种常人的心都在干扰你。有的人你给他看好病了，他都不理解你，你给他看病时打下去多少坏东西，给他治到什么成度，当时不一定有明显的变化。可他心里就不高兴，都不感谢你，说不定还骂你骗他！就针对这些问题，让你的心在这个环境中去魔炼。给他功的目地是叫他修炼，往上提高的。在做好事的同时开发自己的功能，长自己的功，可是有些人不知道这个道理。”（《转法轮》）我向内找自己的心，发现原来自己存在着的一颗不让人说的心，其实不让人说也是执著名的心。从小就有不让人说的毛病，即使父母也不行。长大后如果有谁说我，我会记恨的。修炼了师尊看到了我这颗受不得委屈、不让人说的心，就安排此同修来了这么一场。对我的挑剔、指责、不满实际上是师尊用来暴露我这颗执著的心，可是我没有把握机会将此心修去，反将同修指责了一顿。我感到很后悔，决心一定去掉此心。那段日子里，相同的事情重复出现，无论学法还是交流，内容几乎都是修出洪大的宽容。我知道这是师尊在点化我要把小容器换成大容器，修出洪大的慈悲。

（三）、拿起笔 揭露当地邪恶

随着家庭资料点的增加，我的重担被同修们分担了下去。我的时间增多了，有时不会安排。学法后我又思考了这个问题：“是让同修们把资料数量分给我一点，还是就这样安逸下去呢？”我意识到，铺好的路还是让刚参与的同修走更容易一些。

既然师尊先给我开了此方面的智慧，我还是应该去找一些新的项目来做才对。当时正来了师尊对同修文章《向当地

次以上。一次在石家庄开往承德的列车上，给一乘客讲真相时，竟有十来位旅客靠近我，围过来听。其中一位老人还夸奖说：「你讲的真好，这么好的大法不让炼，共产党太可恨了，江泽民太坏了！」临下车时又向我要真相材料。之后，我把身上带的五、六张真相光盘逐一分发给们。有的人还告诉我他家乡的地址，让我有机会到他家乡去讲真相。

有一次出差，正好晚上赶到北京南站（原永定门火车站）。那天也正是三九天，车站外寒风刺骨，候车大厅里（因不供暖）也是零下十三度。当时赶回家的车又没有，怎么办？对，我决不错过这个讲真相的好机会。候车大厅内，夜间三五成群的警察在巡逻，我就发正念清除我周围的邪恶因素，让这些警察都躲开远离我。然后心态平和的跟一个个不相识的旅客热情攀谈，随时切入话题讲真相。从晚上开始整整一个通宵夜都是在讲真相中度过的，这一夜有十多人明白了真相，我为他们的生命得救而欣慰。

我曾两次在三九天的夜里在这个车站里讲真相。候车室内零下十三度，自己又没穿棉鞋，衣服又单薄，当时感觉是非常冷的，一夜心里不停的默念着师父告诫我们的在困难面前要：「难忍能忍，难行能行」，因为心中有师在，有法在，身体也不觉冷了，并感觉到一股股暖融融的热流在我体内流动，越讲越热乎，讲了一夜，一点也不困倦。

记得有一次在保定火车站候车厅里，面对江苏籍出差的父子讲真相时，他们被我的热心打动了，听的非常认真，我讲的也投入，讲着讲着，发现什么都没有了，只觉得车站大厅内就剩我们三人了，什么嘈杂的声音也听不到了，要不是恩师起动我的耳鼓，连高音喇叭叫喊上车的声音都听不到了，可能还耽误了上车呢。一直为这父子俩讲完了真相，与其道别后，我跑步检票上车。

一次儿子大学同学要来家里做客，这些年轻人都是八十年代出生的，他们大部份都追求现实，思想单纯，很容易受邪恶宣传迷惑。为了给他们解疑释惑，我就在饭桌上给五个大学生讲真相，在讲的过程中，他们提出好多疑问，有的还说“国家”不说瞎话的。针对这种情况，我就把自己在工作单位中看到的弄虚作假的实例和一九八九年六月四日天安门镇压大学生的惨烈事件讲给他们听，证实邪党说了假话，一贯用谎言欺骗人民，并帮助他们分析共产党栽赃法轮功，搞

缩，我要走出来证实大法，捍卫大法，还师父的清白，揭露邪恶和无耻的谎言。从那时起，我经常走出家门、单位，对着我的上级、同事、亲戚、朋友和同学揭露谎言。非典期间，我骑自行车到曾经工作过的乡镇，单位去揭露谎言，证实大法。记得有一天，从上午开始，一直到晚上，共走了六个村，找到我曾经领导过的二十三人讲大法的美好、神奇、讲师父的慈悲和四海为家传法度人的事迹与威德。这些人中有十来位是现任书记、主任和村干部。他们听后很受感动，都说：「江泽民利用手中的权力耍流氓，真是坏透了。法轮大法这么好，咱们一定要在村内善待呀。」时至今日，这些村一直没有迫害的事情发生。

一些亲戚、朋友听过讲给他们的真相后说：「邪党带头造假，利用电视，报纸和广播对法轮功编造谎言，要不社会这么坏呀！要是都学大法就好了。」一些同学，同事听过真相后，一一解除了心中的疑惑。

为了让更多群体和受蒙蔽的人从谎言中清醒过来，我就骑自行车利用白天和夜晚，带上上百份真相材料，到乡村和居民住户去发放。从九九年七月二十日开始，到二零零一年底，走遍了自已工作过的小城市（县级市）和市外的几十个村庄。使这里的人们了解了法轮功，认清了江魔头的邪恶。

二、抓住时机，讲清真相

一九九九年“七·二零”以后，在江泽民的操控下，各种舆论工具开足马力打压、栽赃构陷法轮功，在这邪恶的宣传影响下，社会上相当多的人们在迷惑，在仇视，在远离法轮功，有的甚至助纣为虐，帮助恶人打压。面对这种情况，稳住心态，看了师父在二零零一年十二月二十九日发表的《在美国佛罗里达法会上的讲话》，明白了师父讲给我们的法理及讲真相的方法。要让世人赶快觉悟，了解事实真相、让他们从恶念中解脱出来，正确认识大法，以免生命被淘汰，我就利用一切机会向有缘人讲清真相。

几年来，我不管是在工作中，或是出公差，办私事，都要带上一些真相材料，以便随时散发。如利用出差机会，我曾在北京站、北京南站、天津站、天津北站、石家庄站、唐山站、保定站、廊坊站，共八个火车站候车大厅里，面对面讲真相几百人次，并利用乘车时间在列车上抓时机向旅客讲真相。在数十次火车往返途中，每次在车上讲真相都在十人

民众揭露当地邪恶》的评语，让我们将当地邪恶曝光。我意识到，在我们地区这么大的地方，编辑真相方面还几乎是空白，迫害消息传不出去，罪恶在沉默中掩盖着，邪恶才会变的这么嚣张，我悟到自己应该在这方面突破。

带着这个想法，我问了同修几个简单的编辑知识后，我就着手开始了。不知道键盘上的符号都起什么作用，我就拿出一张纸，边按符号边记录，将键盘上的按钮功能记录下来。编辑第一份真相小册子开始了，我感到智慧被师尊打开了，头脑中竟然映着一份完整的小册子内容。主线内容和穿插内容，甚至包括图片都清清楚楚的看的到，我只是将其完整的挪到电脑上就行了。我的第一份小册子就这样编辑好了，我根本没费力气。但我知道这哪里是我做的呢？完全都是师尊在做，我只是有了这个愿望而已。真正让我感受到了“修在自己，功在师父。”的含义，师尊是用此来鼓励我这个选择对了应该好好走下去。

当第一期真相小册子在明慧网出现时，我感到内心的震撼和激动，这是我们地区揭露邪恶的开始。一段时间后，我发现了一个问题，就是小册子下载下来后，我看到内容几乎更改过半，早已不是当初我投稿的样子了。面对这一情况，我开始向内找，从开始的愤愤不平到逐渐冷静，再到虚心接受和感谢明慧同修的真诚帮助。我看到了他们那颗无私的心，他们注重的是这本真相对救度众生所起到的作用，站在为众生负责的基点去思考问题；而不是为维护哪一个修炼人的面子或团体利益。

这样从明慧同修修改的文章中，我逐渐明白了编辑真相资料时，要站在救度众生的角度来选材，而不是拿符合自己观念的东西去强加给众生，所以每次我编完后，都会把自己当作对大法有迷惑的众生，看自己能不能接受小册子的内容。端正了基点后，我发现再发给明慧的真相小册子被更改的次数越来越少了，有时还会全文刊登。在编辑过程中我也深深体会到了修在其中的重要性，比如有时存在侥幸心理，放松对小册子的检查，等发表出来后发现存在多处失误之处；有时存在对付心态时，等发表出来后发现小册子被更改的面目全非；有时过于紧张的心态也会造成小册子的失误。几年下来，我慢慢成熟了，知道只有理智、严肃的对待才能将此事做好。

随着我们地区揭露当地邪恶的真相大量出现，多年来在抑制邪恶对大法弟子行恶方面起到了巨大的作用。邪恶的坏人对大法弟子的迫害变的不再嚣张，甚至求大法弟子将其从明慧恶人榜上拿下来，明白真相的人开始保护大法弟子，等等。在此我悟到，如果大法弟子人人都动起来，都按照师尊的要求去做，这场迫害早就结束了。

（四）无求而自得

在我修炼的路上，接触到的同修对我都是那么无私、真诚、祥和，所以在我的思维中也就认为这就是修炼人应有的状态。当我学会技术时，我从未有过常人中的那种保守，更从未将技术当成我的个人财产。因为我知道师尊让我掌握的技术其实也是功能的一种，是要用在证实法中的，只能无条件教给同修，没有任何权利保守或保留，更不能用在私利上。所以我教同修时都是毫无保留的，有时还会将技术更完善，使同修更容易接受。但当我将我所学教给别人时，我发现并不会出现常人那种“技术教别人，自己没活干”的现象，相反的我发现师尊还会给我开更大的智慧。当我将打印、上网技术教给同修时，师尊给我开了安装电脑系统的智慧，当我再将此教给同修时，师尊又给我开了编辑真相的智慧。虽然几乎每次都是那么看似偶然或恰巧的遇到一个人、按了一个钮、看了一段说明就自通了，其实我知道这一切都是师尊做的，而我只不过是有了那个愿望而已。其实这些师尊在法中也早已讲明：“那么也就是说呢，不论你在哪一个领域里，你的技能方面能够提高那是你不断的使自己境界提高后的表现，表现上是你在做好人、在修心，从人的角度上来讲你在变成好人，由于学法内修你做的越来越好，神就会给你应有的智慧、给你灵感，让你在学习中明白很多、让你创造出更好的东西、让你技术更高、让你超越。”（《洛杉矶市法会讲法》）

三、破除间隔 形成整体

在我做资料的初期，因为邪恶的疯狂迫害和被抓同修妥协后出卖同修的现象不断，所以资料点和资料点间，片儿和片儿间，同修和同修间为了安全互不来往，筑起了强大的间隔。那时我的技术还不成熟，有很多时候，突破不了也无人问，觉得很孤单。听别人说，我们地区还有一个资料点多年来运作的非常平稳时，我心里就产生了一个渴望，心想如果

识到在这个新的空间中，我的修炼路还很长。但面对那些眼巴巴等着我们救度的众生，我有信心，我知道我会越做越好，不会让他们失望的。

风雨无阻讲真相 踏车万里救众生

文 / 河北大法弟子 林晓明

在讲真相救度众生中，我看到了众生急盼得救的心情，往往会令我感动。有的人给我作揖、鞠躬、一遍遍的道谢，有的人目送我依依不舍。曾有人让我先走，他一直看着我跟我挥手，我也不停的回头和他挥手，直到两人看不见为止。有的人一遍遍的叮嘱我，让我有时间再来，有的还邀请我去他们老家讲一讲……——本文作者

我是一名政府退職公务员。多年的艰辛工作，使我多种疾病缠身，如颈椎增生，肠胃不好，咽炎、痔疮等。在大法洪传的第六个年头，也就是一九九七年的六月四日，我抱着试试看的想法，祛病健身的目的地走入了大法中。当天炼功中恩师就为我下了法轮来清理身体。为提高我的心性，恩师又鼓励我，有时让我看到《转法轮》和师父其他讲法、经文金光闪闪。还经常看到法轮，看到另外空间物质反差的颜色。有时师父为提示我按大法要求做，看到法像眨眼等等，来鼓励我修炼。从那时起，我告别了无神论，成为大法的有缘人，成为一个身体健康，道德高尚的人。

一、揭谎言，助师正法

一九九九年春季的工作中，我经常代表单位参加邪党召集的会议。记得在一次会议上，市直属机关党委书记直接对与会人员说：「目前全国有五千八百万党员，炼法轮功的就超过了一亿人，党员谁要炼法轮功就开除谁。」相继江泽民在六月十日，以小人之心，妒嫉之心，作了臭名昭著的讲话。到了七月二十日，邪党以各种方式下发文件，对法轮功定性，动用了电视、广播、报纸等一切舆论工具来诬陷、栽赃法轮功和师父。并在全中国范围疯狂抓捕法轮功学员。从此，邪党历来吹嘘的实事求是的原则全无，人民信仰自由和保护人权的法律成为一纸空文。师父和大法被诬蔑，大法弟子被迫害。

面对欺世的谎言，惨无人道的打压，自己决不能退

以前嘴里不由自主的会冒出一句邪党歌曲，而现在经常是冒出一段法。如果细细查找，会发现正是自己要修的部份。虽然师尊讲修炼没有捷径，但我感到背法就是捷径，因为无论遇到任何事时，法理马上就会出现在脑中，你就会知道如何去做。这么多年走过来，几乎都是类似的情形。所以这里也诚心建议大家，都来背法吧。正象师尊讲的“大家知道过去我给你们讲过一个道理，这个人呢无论他看到什么了，他都是在往脑子里灌。好东西灌多了他就是好人，不好的东西灌多了他就是坏人。大法弟子不断的看大法的书，那他就是正法的生命，修成神他就是法王。”（《美西国际法会讲法》）

五、否定自己 去圆容师尊所要

近一段时间，总感觉自己在修炼的路上停滞不前，找不到以往那种飞速提高的精进感觉，总觉的有劲儿使不上，苦恼了好一段时间也没找到原因。那天看了一遍师尊的《对澳洲学员讲法》录像，里面师尊讲到永远佩服那些在第一线讲真相的弟子的话触动了我。我终于找到了停滞不前的症结在哪里。一直以来，师尊一直都是在心性提高后，给我开智慧达到技术上的升华，这对我已经形成了一种固定模式和精进与否的标准。却从未想到这对师尊当前的正法进程来讲已需不需要。就象师尊在《和时间的对话》中讲的：“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。”

也许在当初环境下，因为走出来的同修少，而懂技术、做资料的同修更少时，把教技术、做资料称做第一线还情有可原，但随着家庭资料点的遍地开花，同修们大量的走出来时，还固守这一思维模式就不对了。目前正处在抢人之时，应该把精力用在救度众生上，以圆容目前师尊所要为第一线，其实说白了“第一线”就是最需要大家参与的地方，哪里需要大家参与，哪里就是第一线。同时我还看到了自己那颗肮脏的求心和贪心，总想让师尊多给我一点。

悟到之后，我打破了以往那种等同修上门来找的心，而是将更多的时间安排在了救度众生上。发真相资料、花真相纸币、还有面对面讲真相。基点转变后，我发现我的思维开阔了，好象一下进入了一个无比广阔的空间。也是在这时，我发现和那些一直面对面讲真相的同修差距何等之大，我意

和他们接触上该有多好，他们的技术一定很过硬，他们一定也都是些精进的年轻同修。外求的心让我觉的只要和他们联系上，一切困难可能都会解决。后来让我知道他们存在的，也是走动在我们两点儿间的同修因故不想再和我们接触。面对他的即将退出，我提出了心里的渴望，希望他能安排我们见面。这位同修当时呛回我：“你以为你想见他们，他们就想见你啊？”一句话把我噎的哑口无言。同修走后，我找到了这颗外求的心，并修去了它。

事情虽然过去了，但在心里还是有那个愿望。一天，我正在常人家里突破技术，协调同修带了一个人来，是位四、五十岁的老大姐。经协调同修一介绍，才知道她就是我希望接触的那个点儿的主要协调人。我高兴极了，心想这一定是师尊的安排才让我们接触上的。经过切磋我知道了她们的大致情况，同时也给我带来了新的震撼，原来她们不象我想象的都是些精进的年轻同修，而是一群上了年纪的老太太。老大姐今年已经五十多岁了，可是在他们那儿却算是最年轻的，其他人大都是六、七十岁，最大的已经七十多岁了。这些老太太对法理悟到的并不多，多年来全凭着对师尊、对大法的坚信走了过来，三件事根本不输年轻同修。交流中得知老大姐本身就是协调、技术全都干，也负责她们那片儿的技术问题。可是讲来讲去才发现，她们不但没有什么过硬的技术，甚至连骑马订打印都还不会，一切都还是最原始的本事。我的心一下酸了：师尊对我这个中士是怎样的慈悲啊，在我的修炼路上平平坦坦，遇到的同修都是上士，甚至证实法的路上几乎是应有尽有，如果修炼不好怎能对的起师尊？

我知道了她们的情况后，把我所学都教给了她们。考虑到她们情况特殊，有的技术还做了改动。比如，安装系统对年纪大的同修比较困难，我就把系统安好后做个GHOST备份，让她们只要往要装的电脑上一恢复，再装上电脑驱动就可以用了。

我们之间就这样开始有了接触，但想要彻底打破间隔、形成整体可不是说说就可以的，那是要在人心的碰撞和自我的割舍中才能达到的。

她们都是些上了年纪的老年大法弟子，而我却是一位年轻的女大法弟子，有的岁数甚至比我大三十多岁，甚至大过我妈，如果按照常人来讲中间存在着怎样的代沟，几乎是不

太可能沟通的。可是我们是大法弟子，都是一师之徒，就是姐妹的关系，姐妹间也就不存在不能沟通的问题了。

那时在刚接触不长时间，有一次，因为他们那儿出了点问题，我们两下坐在一起切磋。我没想那么多的就向她们建议，大意是：出了事不要急于做资料，应该先学法向内找后再继续。没想到我刚说完，老同修们就炸了，言辞激烈的将我说了一顿。我听着她们的话，有些委屈，不知道为什么我的一番好意，同修们怎么这么说我呢？转念一想，师尊讲：

“我经常讲一个人要是完全为了别人好，而没有一丝自己的目地和认识，讲出的话会使对方落泪的。我不只教了你们大法，我的作风也是给你们留下來的，工作中的语气、善心，加上道理能改变人心，而命令永远都不能！”（《清醒》）我立刻意识到，我的话既然让同修不舒服，一定还是我哪里做的不够，于是我真诚的向她们道歉。

七十多岁的老同修也是个很爽快的人，一见我这样做，她也说出了想法。原来她们误会我不让她们再做资料了。我将所想又一次跟她们说了，这次大家感受到了我的真诚，也都同意了。老同修又对我说：对不起，我刚才在心里想：“你这个小孩子，你有什么权利管我们！”我说没事，还是我没说清楚。大家都笑了，剑拔弩张的气氛一下又变的祥和了。事后旁观的同修说当时真是捏了把汗，怕我们吵起来。这整件事情，正象师尊讲的那样，“一有事就要搞个你对我对，这是你的问题，这是他的问题，我做的如何如何，看上去好象是在解决矛盾，实际上一点都不是；看上去很理智，其实一点都不理智，没有往后退一步、把心完全放下来在思考问题。冷静的、平和的从这个矛盾中退出来看这个矛盾，那才能真正解决。”（《美国首都法会讲法》）经过了多次这种磨擦后，间隔终于打破了，我们的心也溶合在了一起。

我在家里排行最大，所以很希望有个哥哥姐姐，修炼后我觉的师姐、师兄在我的心中是最亲的称呼，所以我把比我大的女同修都叫做大姐，比我大的男同修都叫做大哥。我也一直管那位七十多岁的老同修叫大姐。去年我去她家，她跟我说：“我现在真是你的大姐了。”我听了之后心里有无限的幸福和感慨，是呀，这一句话中包含着多少故事、多少信任、多少的割舍才能达到。

我们地区形成整体后，对整个证实法起到了重要的作用。迫害消息的快速传递，同修间的互相配合，成功的营救被迫害的同修，大大的打击了邪恶的气焰，增强了同修的信心，更多的众生得到了救度。

四、学好法 是做好一切的根本保障

在我的修炼中，我一直都把学法当作最重要的事，而我所走过的每一步，如果没有法，都无法走过来的。所以无论怎样忙，我都会坚持学法。

零五年初，我遭受到了来自另外空间的干扰，出现了一种幻化现象。就是无论别人跟我说句什么话，我的头脑中就会自动将它拍成电影，比如：有位同修的弟弟曾是黑社会，后被判死刑。我听她讲的当时没怎么入心，但回家后大脑中就拍起了电影，真是比《上海滩》还《上海滩》。另一同修讲了句她亲戚得了一笔钱。走之后，我大脑又给人家拍起了电影，等等，大脑一刻也得不到休息，弄的我筋疲力尽。向内找自己，说这是有利益心，当时觉的好象找对了，身上当时感觉象有个附体掉了下来，轻松了一天，到了明天还照旧。找同修切磋也不见效，让我很苦恼。后来心想，算了，还是学法吧。一翻书，正好翻到思想业力上，内心一震，一下悟到了排不掉、压不住的不就是思想业在做怪吗？

找到原因后我就开始学法，后来又决定背法。以前我曾背过一遍，后来再背都没背完，每次都是背到第二、三讲时，觉的太慢了，没通读快而停止。所以这次我采用了背加通读的办法，就是会的地方就背过去，不会的地方就通读。

在背第一、二遍时，我耳边有声音说：“太慢了，你还是读吧。”这一次我一下分清了它，原来是思想业力说的，我意识到这是因为它感到了危险才这样说的，换句话说背法是清理它的最好办法。抓住了它的致命之处，使我信心大增。我两天背一本《转法轮》，这样超过十遍后，我发现情况变了，思想业力早不知被清到哪去了，身心和头脑感到了从未有过的轻松和祥和。

也是从那时起，背法就被我延续了下来。随着会背的部份越来越多，我开始试着脱书背。脱书背最好的环境是在集体学法通读时，自己小声的背，不会的地方还会得到纠正和提醒。现在集体学法时，我已经不用书也能和大家一起通读了。背法的好处真是说不尽，对我来讲最明显的变化就是：