

“天安门自焚伪案”等。因为对某个特定的人来说，即使这方面的内容我们已经报道过好几期了，但也许他只在这一期中才有缘看到，才真正明白了这些真相。自己没编辑资料前，时常看到同修编辑的各种真相资料，往往都少不了这些基本内容，还以为过于重复和单调，现在想来不是这么回事，是同修为了能让更多的人明理得救而用心来做的结果，基点还是为了从根本上救人。

对此，师父《在明慧网十周年法会上讲法》中也再次明示我们说：“法轮功的高深法理常人理解不了，也不能讲高了，要想正面介绍大法真相的资料，就是讲最浅白的道理，法轮功是什么，最浅白的讲法轮功的做人道理与功效。不管你们讲多少年真相，这都是最根本、永远都要讲的。因为有很多人对于法轮功的不了解还是从最基本上不认识，所以这是将来永远都要讲的。至于说法轮功修炼的更高深的东西，对常人那就一点都不要讲，对常人来讲那只能起到负作用，因为常人理解不了。你们觉的都能理解，那是你们经过长时间修炼才一点点明白。想让一个常人一下子认识那么高，人理解不了就等于把他推出去了，所以对常人不能讲高。”

结语：

几年来，在编辑真相资料修炼历程中，我从内心深深的体会到，编辑资料的过程，是证实法、救度众生的过程，也是一个修炼提高心性、境界升华的过程，从中溶合着我们对法理的理解，也体现着对众生慈悲，以及正法时期大法弟子的责任和使命；整个过程也更让我体会到了明慧编辑及其他同修个中的甘苦和付出。在这最后的修炼路上，我会继续努力，精进的做好该做的一切，让更多的众生得救得度。同时借此机会，我在这里也对几年来，对我无私提供技术支持及其它帮助的同修，诚挚的道一声：“谢谢！谢谢可敬可贵的同修们！”

让我们珍惜这万古机缘，携手向前，共同精进，圆满完成救度众生的史前大愿！以上是我的一点修炼心得，不当之处，希望同修慈悲指正。

谢谢师父！谢谢同修们！合十

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

大陆法会特刊
十七期

二零一零年
二月二十五日

“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》）

第六届中国大陆大法弟子修炼心得交流大会.....	2
风风雨雨正法路 点点滴滴师呵护.....	2
让生命在法中升华 救度更多众生.....	10
在整体环境中提高.....	22
在正法修炼中.....	27
修好自己 救度众生.....	36
编辑真相资料的修炼历程.....	41

第六届中国大陆大法弟子修炼心得交流大会

风风雨雨正法路 点点滴滴师呵护

文 / 大陆大法弟子

尊敬的师父好！

各位同修好！

我是一九九七年得法的弟子，在修炼的路上整整走过了十二年。这十二年里，在师父的点化和呵护中，我做了大法徒该做的事，从而也感受到了大法的威力。现将这几年的部份事情与经历写出来，和同修们共同切磋提高。

迷途中苦苦挣扎 幸遇师尊普度

得法前我体弱多病，经常不能起床，生活不能自理，丈夫为照看我不能外出打工，家中生活贫困。我还被狐黄白柳附体，附体折腾我时，自己不能主导自己，经常喝的酩酊大醉，搅的四邻不安、鸡犬不宁，邻居都以为我得了神经病。为此请了很多医生给我治病，也没能治好。

一九九七年有幸得法，走入了修炼法轮大法的行列，师父给我净化了身体，身上所有的疾病都消失了，师父也把附体拿下去了。我身体健康了，心情特别好。丈夫也能外出打工挣钱了，日子逐渐富足起来。每当想起师父的救度之恩，就止不住的流泪，我决心好好听师父的话，做一个真修弟子。

放下生死进京护法 感恩师尊时时呵护

一九九九年“七·二零”后的日子里，每每听到中共操控电视台对师父和大法的诽谤，我的泪便哗哗的往下流，就想再次到北京为师父和大法讨回公道（一九九九年七月二十日曾进京护法）。小女儿才七岁（虚岁），又面临着过大年。我想着师父的法“忍中有舍，而舍尽方为无漏之更高法理”（《精进要旨》〈圆容〉），那时真正做到了放下世间的一切执著，放下了生死，一心想着进京证实大法。我想孩子和丈夫有师父看护，什么人世间的年啊节啊都不重要，只有为师父和大法讨回公道才是最重要的，进京的基点就是证实大法。

验，而且每增删一篇文章，往往通篇都要跟着动，加上本期资料又是临近月末了，时间很紧促，所以做那期小册子时感到非常吃力，我几乎是从早上一直做到傍晚，连中午饭都没顾上吃，查资料，找图片，设计和更换封面，认真阅读和编选每篇文章，用了差不多一天的时间，才从新编辑完成，发给明慧网。

编辑这期真相资料，尤其是明慧同修的建议，给我以后的编辑工作带来了许多有益的启示。静心想来，这期资料起初之所以没做好，有这么几点：一是安逸心理，自己认为已经接连做过两期了，觉的差不多明慧都会给发表出来的，这样，从内容的选材，到编排和设计，也就确实没有真正用心来做，使整个期刊显的较为粗糙和松散；再一就是依赖心理，觉的发过去后，反正有明慧编辑把关，从而有意无意的降低了其内在应有的质量要求；还有就是，暴露出了自己对众生的责任心不够。其实客观说来，每期资料，自己才是事实上的责任编辑，明慧会在总体上为你把把关。如果自己不真正用心来做，什么都推给明慧，那真相资料不成了明慧在编辑了吗？

这个过程让我体悟到，编辑资料要尽量做到严谨而精准。每篇入选的文章，不只是简单的复制、粘贴就行了，还要认真看文章中有没有明显的错词漏句，标点是否有疏漏。我在以后的编辑中曾几次遇到过这些情况，都及时作了修订，并反馈给明慧。此外，在几年的编辑工作中我感到，每篇资料通篇的布局、文章的次序、前后的衔接、图片的选用、以及版面的设计和编排的技巧等等，也尽量不要忽视，一份完整而精美的真相资料，就要做到内容充实，严谨有序，富于可读性和启发性，世人得到后，才喜读爱看，才真正能在“润物细无声”中，起到潜移默化和醒世明心的作用。

编辑资料选取文章时，还要注意不要讲高。开始编辑资料时，在这方面，有几次我把握的不够好，究其原因，我发现还是自身积淀于心底的那种“宁左勿右”的观念因素在起作用，而没有设身处地站在世人的角度，站在真正为人得救的角度来做。其实我们编辑真相资料，目地是为了启悟世人的善念正念，让世人在这迷蒙乱世中得救；所以编辑资料时，我们应抓住重点，多考虑一下人们不明白真相的误区在哪里？别忽视了法轮功一些基本的真相，如“四·二五”、

一样，在受益明慧的同时，也在投（组）稿、编辑及其它证实法的项目中，为圆容明慧，圆容整体，紧跟师尊正法进程，而一直用心做着自己应做的事。

“一个大法弟子所走的路就是一部辉煌的历史，这部历史一定是自己证悟所开创的。”（《精進要旨二》〈路〉）

至此我的体会是：只要我们在助师正法中，心中有法，心系众生，万事以正念主导自己的言行，不畏难，不退缩，勤而行之，坚实的走正走好每一步，就能在修炼中走出自己的路来，展现在我们眼前的，就是“柳暗花明又一村”的光明前景。

三、在编辑资料中修心升华

编辑真相资料，是我们证实法的一个不可缺少的项目，对大法洪传世界的盛况，对曝光和制止邪恶迫害，让世人明白善恶有报，启迪世人的正念等等，都有良好的正面作用。许多人通过我们编辑制作的资料，看到了大法的美好，明白了大法真相，有的及时退出了邪党，选择了光明；有的危难时刻诚念“法轮大法好”而遇难呈祥；有的重症顽疾得以消减或痊愈；还有的幸运的走入了大法修炼。

最初我在编辑本地真相小册子时，先是认真参阅了网上其他许多同修的做法，而后利用空余时间，结合近期本地一些相关的资料，做成了第一期小册子，在制作手法和资料编排上，虽说自己觉的已非常尽心，但投给明慧后，编辑同修还是做了一些调整，同时提出了一些改进的办法，发表出来后，我看到整版资料更通畅，更圆润，这给了我许多启发和鼓励。

但做了两期后，有一次在编排近期一期小册子时，因适逢一段时间工作较为紧张和忙累，同时又要赶写一篇稿件，于是排版时为“凑”篇幅，我选入了几篇较长的文章，就匆匆发往明慧网了，很快，我便收到了明慧编辑详尽的提示和建议，说其中有几篇文章，编辑仔细看过觉的篇幅相对过长，且内容较为松散，人们看后未必能有耐心读下去，不利于世人明白真相，本着同心救度世人的想法，明慧编辑建议我从新更换一些内容充实而精炼的文章。就这样，我坐在电脑桌前，又从新编辑起这期小册子。

由于那时编排资料的技术还很有限，备选的资料也不多，图片的处理也不够熟练，更谈不上什么精确的编排技巧和经

我很轻松的于二零零零年初腊月二十八日和母亲第二次去北京证实大法。尽管路上查的很紧，在师父的呵护下我们顺利的到了北京。

腊月三十的晚上我们到了天安门广场，还未来得及炼功便被北京警察绑架。我被劫持回当地，第一次遭毒打后回到关押的地方，我心里一阵心酸，我哭了。同修问我为什么哭？我说：“打的那么严重，我却一点没觉着疼，连皮肤颜色都没变，是师父在保护我，替我承受了。我感恩师父对我的呵护因而流泪。”自那时起我真正体验到师父就在我身边无时无刻不在看护着我。此后当地政府人员无论他们怎么凶狠的毒打我，我一点疼痛的感觉都没有。

为抵制非法关押，我绝食抗议要求无条件释放回家。在绝食的第七天，那些政府人员仍未放弃对我的强制转化，他们迫使我蹲马步，我却越蹲越舒服。他们问我还炼不炼？我说：“炼”。他们就把我毒打致昏死。

第二天早上一政府人员单独把我叫去，我以为还要毒打我，便坐在地上准备挨打（那时对法理的认识还停留在个人修炼上，认为挨打消业）。那人却说：“别坐在地上，坐在椅子上。”他问我回家还炼不炼？我反问他：“你让我说实话还是说假话？”他说当然说真话。我说那就是回家还炼！他说你说不炼了。我说：“那不是骗你吗？我在哪里都得说炼。”他生气的踹了我三脚说：“你回家吧。”就这样我回到了家中。

接送传递资料 开创家庭环境

从洗脑班回家后，丈夫出于怕心不让我出门，阻挡我学法炼功，到我家串门的人我给他们讲真相，每当客人走了丈夫就发脾气，不是打就是骂。有两个月的时间他活也不出去干了，专门在家看着我，打我骂我，几乎天天折腾。

面对丈夫无理的打骂，我大部份时间很坦然，但也有委屈的时候，委屈时就想想想师父的讲法，一想到师父的讲法心里就轻松多了。

二零零一年冬季，因本乡镇及周边乡镇缺真相资料、《明慧周刊》，师父的经文也接不到。一同修找到我让我负责接送资料，我自然承担起当地接送资料、发放资料的任务。因当时环境严酷，接资料定在晚上，我都是骑着自行车去接，再骑着自行车去送。

刚开始时，我趁着丈夫不在意时悄悄出去接资料，后来他发现家中有真相资料，问我哪来的？我告诉他我拿来的。他因害怕便阻止我外出。有一次我趁他不注意出去接回了资料，一进门他便问我：“你上哪了？”看着我手中提着真相材料，他便气哆嗦了，抓住我的衣领狠命的打。后来只要他发现我出去接资料、发资料他便打我，经常把我摔在地上用脚踹。打完后还气的不行，说：“这种日子怎么过，不过了。”有时把我推到大门外撵我走。一天晚上他出去就把大门锁上，我爬墙出去接资料。回来时丈夫已在家中等着我，一进门便是一阵毒打。

那时的日子真象在刀尖上过，有时真是觉着怪艰难的，但无论如何难，从未动摇我发资料、接送资料的心，从未有向丈夫妥协、让步的念头。但不管丈夫怎么毒打我，我一如既往的给他做饭、体贴照顾他，严格按照修炼人的标准慈悲祥和的对待他。

反复、持续的遭丈夫毒打，我开始反思：他为什么无休止的打我？我没做错什么啊！我突然悟到：我接送资料、发资料是堂堂正正的，是最伟大的事情，为什么偷偷摸摸、为什么不光明正大呢？自此我便把接回的资料放到正面上，不再藏着掖着。他看到后生气的说：“你还就是不改了？又弄来了。”我笑着对丈夫说：“你怎么能改变我呢，是师父改变了我，我们才能过上这样的好日子，要不是修大法，那时的日子还能过吗？你都忘了。”他听后说：“我是管不了你了。”我说：“管不了我就对了，过日子的事我听你的，正法救度众生的事你听我的。你不但不能管我，你还得支持我。”

后来丈夫在证实法、救度众生的事上都听我的，还帮了我不少忙。

讲真相发资料 正念救度一方众生

二零零一年正月，乡政府二十多人到我家企图再次绑架我，当时丈夫在家，那些政府人员惧怕丈夫和他们拼命，他们不敢爬墙进家。当时我的正念也很足，心里很坦然，理直气壮的和他们讲理。那些政府人员在院外，我和丈夫在院内，这场正邪大战从早上六点一直僵持到上午十点，这些人才灰溜溜的走了。

为避免迫害，我们全家人搬到一城市租房居住。那时丈夫

厚实点的真相资料，当时对我来说，其难度和技术的差距，的确感到不小，看着眼前这些刚置办来的陌生的法器，我真是既为之欣喜，又为之心急。

因为一切都要从零开始，自然会遇到不少的困难。但我想，再难，也一定要走出自己证实法的路来；再难，也要珍惜众生期盼得救的宝贵机缘。现在眼前有电脑，有打印机，一应俱全，正法到今天，不能遇到什么事都靠着其他同修来做，况且许多同修还在承担着自己要做的项目哪。在修炼的路上，只要有益于众生的得救，只要证实法需要的事，就是最神圣的事，就应该用心去做好。

底稿写就后，我便打开电脑，试着用拼音输入的方式打字，我仔细寻找一个个的拼音字母，在键盘上拼写打字，开始打的很慢，有些字母刚刚用过，再找又找不到了，就象有意在同我捉迷藏一样，但渐渐的也就熟练起来了，打字也越来越快了。过程中我体会到，有师在，有法在，清除一切私心杂念，用心来学，一切真是水到渠成，整个过程也让我切身感悟到了：“电脑再发达也无法和人脑相比”（《论语》）的法理，就这样，我终于编辑和打印出了这篇资料文稿。

此后，再外出讲真相劝三退时，手上就多了这样一个帮手，有时一走一过，来不及更深入的讲真相，或时间紧促没机会劝退时，我就递给世人这样一份退党资料，因为资料中既讲明了“为什么退”，也告诉了人们“怎样退”；因此人们看后，自己就知道如何三退。在实际做的过程中，感到效果还是很好的，有的明白真相后，还相继为自己的亲朋好友也作了三退。而我把资料送给其他同修，用了一段时间后，有同修鼓励我说：“这份资料对劝三退的确很实用，对讲真相很有帮助，讲述的内容比较全面，说理也较为透彻明白，打开了世人许多内心久存的症结，这样的资料眼下还不太多见，你不妨发给明慧网，如发表出来呢，也能方便更多的同修讲真相时取用啊。”

我在思考同修的建议后，总结了这段时间资料使用的反馈情况，对其从新作整理和编辑后，通过“网页投稿”发给了明慧网。不久，明慧网几乎是原版登出了这份有关讲真相劝三退的文稿，这也是我第一次向明慧投稿。从此，我走进了明慧网这个世界同修的交流园地，几年来，象众多的同修

开花的倡导下，各地家庭资料点如雨后春笋，越来越多，我也于二零零五年底建起了自己的资料点，置备了打印机、刻录机，安装了宽带。

奇书《九评》的问世，揭开了邪党几十年“伟光正”的假面具，人们终于看清了中共恶党危害民众的“假恶斗”的邪恶本质。贵州奇石上，那赫然醒目的六个大字“中国共产党亡”，更向世人昭示了天灭中共的既定事实，人们震撼和震惊之余，纷纷汇入退党大潮中。此时，讲真相劝三退，抓紧时机救度世人，成了我们证实法中摆在眼前的一个十分迫切而重要的内容。因为师尊严肃的告诫过我们：“一旦目前这个阶段过后，众生的第一次大淘汰即将开始。”（《放下人心 救度世人》）

我在讲真相、促三退的过程中，多次觉察到，由于中共邪党几十年来以暴力和谎言系统灌输，以及言论的严密钳制，对信息的竭力封锁，使很多人在退党这个事关自身生命安危的重大问题上，因每个人所处的社会环境、职业、人生阅历等不同，不少人在选择退出邪党时，还是有这样那样的疑虑，不同的人、不同的观念，在“三退”问题上也有着不同的障碍，有时发现破除和解开了一层症结，却还有其它的因素在阻挡着；还有的因当时的时间、条件、环境等所限，一时难以把握他到底障碍在哪里，三言两语又很难打开他的心结。每当遇到这些情况时就想，如果此时手头上有一份现成的专门用来劝世人三退的资料就好了，有什么疑问来不及回答时，可当场送他这样一份资料，让他带回家看看，而不至于因世人匆忙的脚步，使我们留下永久的遗憾，这样既增加了世人三退的机会，又扩大了我们救人的效果。

与同修交流这些情况，同修对此也是感同身受，于是，综合了我与其他同修讲三退真相时，常常遇到的一些问题，如“为什么要赶快退出中共恶党、团、队”、“退党是不是在搞政治”、“退党与抹去邪党兽记的关系”、“中共为什么必然会解体”、“中共不等于中国”、“退党的方式及紧迫性”等，汇集在一起，想尽快编辑一份有关退党专题内容的资料。但接下来的难题是，我原来没碰过电脑，没摸过鼠标，可以说连一般的电脑常识和基础都没有，甚至对电脑中一些基本的名词，以及键盘的简单操作都不懂；在这种状况下，要想在最短时间内自己动手打字、编辑和制作一份较为

白天打工，晚上和我一块出去发资料。随着散发资料，怕心越来越小，正念越来越足。我就白天出去面对面把真相资料递给世人，有时到工厂趁工人下班时发给他们资料。当时大部份人都能接受资料，有的还向我索要。有的接到资料后直说“谢谢，谢谢！”一天就送出去二、三百份真相资料。当时发资料时也没什么顾虑，只想着救人。

因和当地的同修联系不上，都是回老家去拿，一次带一大纸箱子，回来后一般几天就发完了。因缺资料，我便买红漆四处写大法真相标语。后来给孩子的老师讲大法真相时，她告诉我她的妹妹炼法轮功，我便把两个真相光盘和一份真相材料让她捎给那位同修，并告诉那位老师：“这是我从老家带来的，送给你妹妹。她若有再送还给我。”实际上我是以这种方式想和那位同修联系。但这位同修迟迟未来找我，突然有一天我想到发正念让那位同修来，结果当天晚上她就来找我，我体验到发正念的威力，自此便由这位同修提供给我大量资料散发。

虽然来到人生地不熟的异地，也没有局限住我向世人面对面讲真相。刚刚开始和世人讲真相时，那时善心不够，有时被世人的态度带动。记得有一次讲真相时，一人反驳我讲的真相，我和他争论起来，我声音发抖、嗓门也高起来了，几乎要哭出来。回家后很后悔，恨自己修不出慈悲心来，没能使众生明白真相。以后讲真相时总是提醒自己：一定要祥和、慈悲。逐渐自己的心态越来越稳，讲真相的效果也越来越好，碰到的世人愿意听我讲真相，也愿意接受我递给他们的真相资料。真正体验到师父讲的“慈悲能溶天地春 正念可救世中人”（《洪吟二》〈法正乾坤〉）。

在讲真相时我没有分别心，不管他是什么身份，能有机会讲的就讲。有次听说姑妈家的表弟在我们租房居住的城市某区任派出所所长，我回老家从姑妈那里要了他的电话号码，通过电话与表弟联系并见了面。第一次向他讲真相时，他并不认同，但不管他什么态度，我一直抱着慈悲救度他的心态向他讲大法真相。为了让他明白真相我又多次找到他，并劝他不要迫害大法弟子。

后来我回老家后，一次姑妈过生日，我想他可能回老家。到姑母家打听，姑妈说表弟已把钱留下了，说不会来了。我就发正念让他一定回来。姑妈生日那天我去了，一进门姑妈

便告诉我表弟回来了，正在路上呢。表弟到家后，刚开始和他讲真相时他气的拍桌子，我想我这次一定要救你，我没有被他带动，仍保持祥和的心态和他聊了两个多小时，他终于明白真相并全家人做了三退。我祝贺他，并告诉他三退后相应的会带来福报。他写完三退声明后把笔一扔说：“我当了这么多年官，没想到让你给说服了。我算服你了，你怎么这么多理？”我对他说：“你别服我，是大法赋予给我的能力，不学大法连句话我都不会说。”三退后他妻子的心肌炎不治自愈，后来他被提拔为一公安局局长，福报连连。

骑摩托不辞辛劳 严寒酷暑为众生

因丈夫在当地打工，摩托车闲置着放在那里。为了接送资料我便想学骑摩托车，可摩托车又大，推也推不动怎么骑？我就想大法无所不能，我是大法弟子一定能学会。女儿帮我把车推到路上，一下午的时间我便学会了摩托车。刚学会骑摩托车使用上了大派场。

二零零二年秋季，我县大资料点被破坏，当地没有了资料来源。一同修只好从外县骑自行车拿资料再送到我家。我看着他浑身被汗湿透了，我便提出我骑摩托车到外县去接资料。同修一听很高兴，就让我带着他到邻县接头并接资料，以便以后由我来承担。那时我刚学会骑摩托车，回来时带两大纸箱资料还驮着那位男同修，一路上歪歪拽拽的骑回了家，想起来都有点后怕：我哪来的能力啊，还愣愣的把车骑回来了？！再一想是师父在帮我啊，是师父给我的能力。

还有一次从邻县接资料回家的路上，因一百多里的路，翻山越岭、道路崎岖不平，晚上又黑，伸手不见五指。到了一拐弯处我迷路了，怎么走呢？没人也没车辆，问路都找不到人。我用摩托车灯四处照了照，想确认一下自己到了哪里，可无法确认。我真有点犯愁了，唉，怎么办呢？突然想起来，有师父看护着，我做的是救度众生最正的事，不会走错路，不管怎么样走吧。翻了几座山，也不知拐了几个弯，到了本乡镇时才知道了路，松了一口气，坐在石头上发正念休息休息，那次发正念的感觉真好：感觉腿也没了，胳膊也没了，浑身轻飘飘的，只有一念知道自己在发正念。

那时因邪恶因素太多，迫害还很严重，因而到资料点时必须天黑了才行，再装好资料，骑着摩托车回返一百多里路，到家时已很晚。冬天时回到家里手脚都冻得不听使唤，手脚

释疑解惑，其语言平白质朴，语气平和慈善。由于自己心无杂念全身心的投入到资料编辑中去，所以编写完成后，几位同修看了也觉的不错，期间有同修又提出了一些中肯的建议和补充，而后修订完稿。

由于没有电脑，不会打字，这样，我就把编辑好的资料送给会电脑打字的同修，他们很快打印了出来，随后我们地区证实法的项目便有序的铺展开了，同修有的广泛向世人发放，有的送给自己的亲朋好友和有缘的世人，也有的邮寄到各大机关媒体等有关单位，不等不靠的开始了全面向世人讲真相。

在编辑资料的整个过程中，我感到同修能从法上相互协调，保持修炼人纯净的心境，做事不畏难，遇事不推诿，不断内修内找自己，整体圆容协调的很好。同时我也感到，修炼路上的每一步，师尊时刻都在我们身边，看着我们所做的一切，慈悲的呵护和鼓励着我们，因为当时邪恶迫害还非常肆虐和猖獗，处处还笼罩着邪党的红色恐怖气氛，本地用以讲真相的资料一度非常的紧缺，因此，在我编辑出这份资料后不久，有一天师父鼓励我，在梦中，我眼前展示出一幅精心装裱的名画，只知道这幅画卷隽永秀美，制作精良，非常名贵，我想仔细看看，但紧接着被完好的存放了起来。在梦中大意是，这幅画就是给你的，已经给你封存在这里了，现在先不必急着看，只管抓紧去做你该做的事。由此让我体悟到，我们在讲真相救人时，说出的每一句话，做出的每一份真相资料，哪怕一个电话、一个传真、一条短信、一个邮件，寄出的每一封真相信，以及大法弟子每一个证实法的项目，在另外空间都是真实存在和珍奇可贵的，都是真真切切的在为自己做的，也都实实在在的永存在那里了。师父说过：“谁为大法做了什么，神都在一笔一笔的记着，那是留着给未来的。”（《音乐与美术创作会讲法》〈音乐创作会讲法〉）

因此，目前在正法修炼这一“值千金，值万金”的特殊的历史时刻，我们千万不能因为暂时看不到自己所做的一切，就有所懈怠，有所迟疑，有所放松，我们真得对众生负责，对自己负责，才能无愧于我们久远的誓约和使命。

二、知难而进 救度世人

随着正法进程的快速向前推进，在明慧网关于资料点遍地

法轮功的真相。此时电影《耶稣传》也在同修间悄然流传开了，记的里面有这样一个镜头：耶稣与他的门徒同乘一条木船，行进在大海中，突然风浪骤起，而且越来越大，致使船体猛烈的飘摇晃动，似有倾覆的危险，门徒几次想叫醒他，而此时耶稣却还“睡”在那里，眼见乘坐的船摇晃的越来越厉害，门徒终于喊醒了耶稣。耶稣醒来后，船体顿时平稳了下来，这时，只见耶稣转过身来，严肃的教诲门徒说：“你们的信心哪里去了？”这句话给我和同修很大的触动和启发。是啊，我们修炼大法，有师在给我们掌舵导航，还怕什么呢？怎能在关键时刻就没信心了呢？大家在学法交流中，坚定了信师信法的正念，不再彷徨、无奈和消极等待，而是以各种形式，拉开了向世人讲真相的历史序幕。

一天，我与同修上访归来后一起学法交流。通过相互切磋，我们克服了怕这怕那的各种怕心，和执着外在形势变化的焦躁情绪，认为目前我们本地同修应稳住心，树立立即制止这场迫害的正念，尽快制作出便于同修广传真相的资料，最大限度的向世人讲清法轮功的真相，破除谎言对世人的毒害。还师父和师父以清白，这是每个大法弟子的本份，责无旁贷，为此同修推荐我尽快编辑一份真相资料，利用多种形式来讲真相。

就这样，在同修的信心和鼓励下，我开始着手编辑和制作第一份用于本地讲真相的资料。

因为那时我们还看不到明慧网，找不到现成的资料可作参考，因此编辑真相资料时，针对当时电视、报纸等媒体对法轮功的罗织构陷及极尽抹黑，自己就凭着对法的理解和领悟（这时才切身体悟到师父一再要求我们学好法的重要性），从法轮大法洪传以来，学员遵循“真、善、忍”的要求，律己修心，重德向善，身心受益和健身奇效等大量事实，历述了法轮功是利国利民、有益社会的事实；同时，也详尽阐述了法轮功不杀生，当然也就更不会去自杀或杀人；希望世人吸取文革的历史教训，不要屈从和助长中共的狂恶邪势，不要盲从盲信中共一贯的谎言欺骗，奉劝当权者明辨善恶，分清是非，万莫“一失口而成千古恨”。

基于当时人们普遍关心的问题和现实状况，我在编辑真相资料时，是以简明扼要的问答形式，从便于世人接受和易于传扬的角度出发，摆具体事实，以理服人，力求对迷中世人

在炉子边烤过来又疼又痒，但那时从未有过抱怨，路上背法或唱着大法弟子创作的歌曲，一路上心情特别舒畅。

有一次背着《转法轮》中“我觉的能够直接听到我传功讲法的人，我说真是……将来你会知道，你会觉的这段时间是非常可喜的。当然我们讲缘份，大家坐在这里都是缘份。”这段讲法时，我的眼泪流了下来，觉着自己这么大的缘份能得大法，能救度众生、助师正法太幸福了。

“遍地开花”中的一朵小花

二零零四年，因到外县接资料路途遥远很不容易，我便萌生了自己做资料的想法。二零零五年秋季，我便和未修炼的丈夫商议，丈夫就是不同意。但我一心想做资料，心里想：让丈夫外出打工吧，我得做资料。不长时间后丈夫便外出打工，我赶紧让同修拿来打印机和电脑。在实修中我深深的体会到，师父随时在我身边，正法中我只要有做事的愿望，师父总是给我安排好一切，铺平我前行的道路。

我第一次见到打印机和电脑，我激动的心怦怦直跳，那高兴劲无法用语言来表达，就觉着它们是我生命的一部份，珍惜它们就象珍惜我的生命一样。只可惜因我住的地方是个很深的山沟，周围都是山，没有信号，上不去明慧网。我只好和教技术的同修晚上背着电脑到我娘家学上网，一直到深夜十二点发完正念回家，白天在家学打印。学技术时我沉浸在幸福之中，每个细胞都洋溢着幸福。就这样学了一个星期，我基本上学会了上网、打印技术。

尽管我是一个农村家庭妇女，只有小学二年级的文化水平，什么也不懂，但我做什么事情并不发愁，也不觉着艰难。因为“修在自己，功在师父。”（《转法轮》）我从对电脑一无所知，从学开机、关机开始，握起了鼠标，在技术同修手把手的耐心传教下，逐渐学会了打印各种真相资料、制作护身符、不干胶、刻录光盘、印《九评》、做《转法轮》，学会了拼音、排版小册子、光盘贴，还学会了发声、投稿。

在资料点的运作过程中，在师父的呵护下，遇到问题我基本上是自己摸索着走出自己的路来。记得刚开始学打印时，第一次加了墨水后电脑提示要更换墨水盒。我想不能老是依靠同修（教技术的同修离我家二百多里），必须走出自己的路来。我就骑着摩托车到县城找墨盒。在县城里转来转

去转了一天，最后找到一家，他们让我交上二十元现金做押金，从别处进了墨盒让我第二天去拿。后来教技术的同修告诉了我处理的办法：持续按恢复键就解决了。

用的纸张我自己骑摩托车到县城里去买。第一次去买时因不知哪里卖，我便到复印店里去打听，问他们从哪儿能买到纸？经多家打听后，跑了一上午，才找到一家卖纸的地方，而且价格也比较适中。后来我又到一地级市去买空白光盘、不干胶、冷裱膜等。

二零零五年年底我丈夫回家过年，恰好教技术的同修也在我家，他看我建了资料点也很高兴，还埋怨我：“你功夫来了，你也不去买菜。”他买回菜并自己下厨房做了满满一桌子菜，同修直夸他：“不修炼，这么支持你做大法的事，真了不起。”后来丈夫又接触了不少同修，私下对我说：“你这些功夫真好，真有境界，我真是佩服。”

因当时负责整理揭露当地邪恶材料的同修可能太忙的原因，我们乡镇揭露当地邪恶的部份材料迟迟未在明慧网上发表，我心里着急，便着手整理我们乡镇迫害的材料并上网曝光。我能自己整理的就自己整理，自己整理不了的，我便带着上初中的女儿去整理材料。

随着乡镇揭露迫害材料的曝光，我又想把这些材料编辑成小册子在当地散发。我就问负责教技术的同修，同修就说：“我排份小册子你看看吧。”他把基本的操作演示了一遍。丈夫跟着看，说：“太麻烦了，这个你学不会。”但我并没有放弃，我想大法无所不能，我是大法弟子，什么也难不倒我。

后来我在《明慧周刊》上看到同修写的如何排小册子的技术交流，我拿着周刊按照上面说的尝试着排版，趴在电脑上一整天，也忘记了吃饭。按照周刊上的说明点来点去，可怎么也排不出四版的版数。到了晚上不早了，实在饿坏了，还有点芹菜，急火火洗了洗、切了切，肉切了切放在锅里煮煮吧，省事，我又趴在电脑上学排小册子。突然间闻到肉焦味，还以为谁家肉炒糊了。味越来越大，我从屋里出来看看哪来的味？一出门吓了一跳，白烟正从厨房里往外冒，进去一看锅也成了红的，肉也烧没了。我只好把锅扔在外边，换了个锅下了点面条吃了。吃完后又继续摸索排版。到了第二天，忙活到下午才从文件里找出页面设置，终于学会了如何

修好了。读法使同修对正法修炼、对正念正行有了明确的认识。

通过不断的加强学法实修，他们一家三口都回到了大法中来。现在也参加学法小组了，也走出来面对面讲真相，他们家也有一个学法小组。看到他们走出阴霾之后满面红光轻松快乐的样子，我心里有说不出的高兴。

其实帮助别人的过程，也是自己提高的过程，心性上来了，其它的东西也会跟着往上上，要真正无私的放下自我，同修之间要消除间隔，真正的融为一体，才能整体提高，整体升华。

以上是个人体会，不当之处请同修指正。

编辑真相资料的修炼历程

文 / 大陆大法弟子

尊敬的师父好！

全世界各位同修大家好！

我是一九九六年走入大法修炼的。今天有缘参加这次盛大法会，能与世界同修一起交流修炼心得，感到无上荣幸！适值明慧网举办第六届法会的宝贵时机，回想十几年来走过的修炼历程，觉的证实法中要说要写的东西真的很多很多，今天我想就编辑真相资料方面，在这里与同修交流一点修炼体会。

一、正念法中存 精进步不停

法轮大法自一九九二年在大陆传出后，其博大精深的法理及祛病健身的奇效，在短短几年中，就有亿万人通过口耳相传，相继幸运的走入了大法修炼。正当法轮功广传神州，走向世界的时候，中共于一九九九年“七·二零”开始了对法轮功的迫害，邪党对世人的谎言欺骗，对大法的栽赃陷害，和对大法弟子的残酷迫害，以及暴力与谎言的交织构陷，通过中共邪党操控的媒体“一边倒”的铺天盖地的蛊惑渲染，使这场史无前例的迫害变的“霜重色愈浓”，讲真相证实法，就成了我们义不容辞的责任。

这期间，面对邪恶的疯狂打压，许多同修陆续的走了出来，向各级政府坦陈自己修炼大法后身心受益的事实，讲清

我想救不了他们是最大的遗憾，我应当尽力去关心她，了解她的心结在什么地方。我就去看望她，同她聊了很长时间，知道她是想走回来的，但又怕同修知道没脸见人。我就鼓励她，告诉她师父不想丢下一个弟子。我给她送去新经文，单独同她一起学法炼功，这样坚持了几个月，她从不能打坐、到单盘、到最后双盘；从只看师父前期著作、到看新经文、到看明慧网所有资料。当师父发表新经文《走出死关》后，我们一起学习和背诵，直到背熟，她感受很深，知道自己与正法进程落下很大距离了，师父一再慈悲的等着自己这样步履蹒跚的人，不能再失去这万古机缘了。她越来越努力的学法发正念，不断的找自己，走正师父给安排的路，终于一点点去除了怕心，能走出去证实法了，讲真相劝三退，现在已经劝退了二十多个人退出恶党的一切组织。我亲眼看着她一步一步的走出来，做的越来越好，从心里感谢师父的大法无边，使她回到了大法之中。

我还认识一家三口，夫妻俩都曾听过师父的亲自传功讲法。“七·二零”以后，丈夫由于发资料被绑架，二零零五年初从拘留所回来，由于怕心很重，再也没有走出来，把家也搬了，后来表现出很重的病业，天天咳嗽、咳血，到医院也没治好。我就经常去他家，见他们已经没有了大法书和经文，就带去书和新经文同他们一起学习，刚开始他们甚至不敢把我带去的书和资料放在家里。我就同他们一起学，然后再把所有的书和资料带走。通过不断学法发正念，他们身体变好了，怕心也渐渐的少了，敢把资料和书留在家里了。

再后来，他学法热情越来越高，想要买mp3和电子书，我到大商场买来后并装进大法书籍，mp3却出现了质量问题，需要送去维修。他觉的里面已经装了大法的内容，送去维修怕被人知道，就说不要了，从新买一个。我知道他还存在怕心。

师父说：“修炼中无论你们遇到好事与不好的事，都是好事，因为那是你们修炼了才出现的。修炼者不能带着人心、带着业债、带着执著圆满。时间会使金子越磨越亮。”（《芝加哥法会》）我悟到这是一件好事，是师父要求我修好自己，用实际行动向没有走出来的同修证实大法。于是我坚持要这个mp3，已经装了法就是大法要同化的生命，送去维修不会有问题。当我的心在法上时，一切都很顺利，三天就

排小册子，但那时还未学会插入图片，以后排光盘贴时才学会的。

第一期排版的小册子页面很乱，错别字也多，上学的女儿帮我反复修改，我们本乡镇的第一期小册子终于排版并打印散发。同修们看到自己本乡镇的小册子都很吃惊，也很高兴，一同修说：“这是我们本乡镇的小册子，咱自己当地的，从哪里来的？”另一同修说：“是神弄来的吧。”

本乡镇揭露当地邪恶的材料对当地邪恶的曝光起到了很好的作用，因是本乡镇的事，当地百姓都熟悉。另一方面也带动同修积极投入到揭露当地邪恶的证实大法的活动中。经过一年多的时间，我们本乡镇同修受迫害的事实基本全部曝光，这些材料也都被我排成小册子在当地散发，一直排了十一期，在当地救度众生中起到了很好的效果。

因当时我负责印三个乡镇同修的真相资料、周刊、师父的经文、《九评》和刻录光盘等，工作量相当大。因丈夫在外打工，女儿在学校上学，地基本上全包出去了，我全部的精力投入到救度众生中。那时经常忙的忘记了吃饭，本来自己特爱吃水饺，自上了资料点后我自己基本上没包过水饺。那时是真忙啊，特别是过年的时候，需准备贺年卡、年历、护身符，大量的真相材料，正好上学的孩子也放假了，我们一家人全动手，丈夫也学会了打印。

丈夫从反对，到支持、参与，脾气也象换了一个人似的。我丈夫的转变，离不开师父的慈悲呵护，现在他的身体越来越好，工作顺心如意，在金融危机的冲击下，公司里留下了寥寥几个人，他却是其中的一个，工资还很高，他也体验到这是大法给我家带来的福份，因而更加支持我做救度众生的事。

印出的资料本乡镇的由母亲传递，其它两个乡镇的由我送。远的那个乡镇离我家七十多里路，爬山越岭，道路曲折难走，有时也感到不容易，风风雨雨中一直坚持了三年，直到二零零八年那两个乡镇有了自己的资料点。

因自己的负担很重，很多时候忙的学不上法，盼望着同修也能承担资料点的工作。同修陆续的提出建资料点，我便开始教他们技术。我把我学到的技术全部耐心的教给同修，同修打印机、电脑出现的一些故障我也能给解决。

风风雨雨中在师父的呵护下走过了十二年，我庆幸自己在

这万古机缘中能成为一名大法徒，在返本归真的修炼路上沐浴着浩荡佛恩，只有精進再精進來报答师尊的慈悲救度。

让生命在法中升华 救度更多众生

文 / 中国大陆大法弟子

尊敬的恩师好！

各位同修好！

我是一位一九九八年六月份得法的大法弟子，回首十余年走过的修炼之路，自己每一步在大法中悟到的法理，正象师尊在法中讲的那样，“回头一看自己刚刚讲过的法都不对了。”（《转法轮》）而且自己很多时候都是走了旧势力安排的路，在被迫害中反迫害，甚至有时是承认了迫害。其实这些法理师尊在《转法轮》及九九年以前讲法中都讲过了，只是自己没有证悟到，因此吃了很多的苦，造成了很多不应有的损失，让师尊过多的操劳与承受。无言以表，只有越最后越精進，修好自己，做好三件事回报师恩。

一、修去对时间的执著

从九八年得到这本无价之宝《转法轮》后，我的生活发生了变化，从前的一切瘾好全部扔掉，每天沉浸在学法炼功的喜悦中，身体多种疾病不翼而飞，身体轻飘飘的，当时这种感性的认识也使我精進。

可有一天辅导员对我说：你现在来学就这么跟着吧，九九年正法可能就要结束了。一下子就给我来了个对时间的执著，我根据师尊的讲法，掐着指头算，一年的时间怎么也走不出世间法，当时很懊丧为什么得法这么晚。一天晚上我做了一个梦，梦见自己从楼下往上上，将快到楼顶时，觉得很艰难，似乎一个声音告诉我：快到家了。我抬头一看，还有二层就到家了。当时真是激动，原来我也能回家呀！醒后，我悟到这是师尊在点化我，去掉对时间的执著。从那时起，我抓紧时间，废寝忘食的学法炼功，从九八年六月到九九年七月仅一年的时间，除上班外，我是手不离法，法不离手，每天除通读《转法轮》外又抄了将近五遍，看师尊讲法录像，每天炼动功，静功炼一个半小时，感觉层次在不断突破，每天都在变化，但那时大多也都是在感性上的认识。渐

己，然后对着机器发正念，和机器对话，过一会机器就好了。从此后，我就静心学法找自己，向内修，这样一定会事半功倍。现在我这个小小的资料点也逐渐的成熟和完善起来了，也成为独立开放的一朵小花。

三、面对面讲真相 抓紧时间救人

开始讲真相时我不知道从哪开口，所以只是在亲戚、同事、朋友中讲，通过静心学法、发正念清理旧势力的干扰。然后开始对陌生人讲真相，利用到商店、菜市场买东西和坐公交车等一切机会，走到哪讲到哪。每次讲之前首先发正念，请师父加持，每到一个地方，就背诵师父经文，清理另外空间场对世人听真相得救的阻碍。这样一方面安全，另一方面讲起来效果也好，“三退”也顺利。

比如二零零七年我家装修房子，我到买材料的大市场后，站在那就默默背诵师父经文：“大法弟子，你们是浊世的金光、世人的希望、助师的法徒、未来的法王。精進吧，世中的觉者，现在的一切就是未来的辉煌！”（《贺词》）我利用所有的机会，不论是瓦工、木工、油漆工，也包括买装修材料、买家具、家电的，见谁跟谁讲，先后一百八十个人做了“三退”。同时我告诉他们诚念“法轮大法好”、“真善忍好”会保平安、得福报、有好的未来。

师父说：“没有正法这件事情，也烘托不出来正法时期大法弟子的伟大。大法弟子，你们面对的事情伟大，你们面对的责任重大，当然啦，还有你们自己的来源，都算在内，我才说你们伟大。要配的起“正法时期大法弟子”的称号啊。那是宇宙中再也不会有的，开天辟地也就这么一次，宇宙的开天辟地就这么一次。”（《各地讲法二》〈二零零二年波士顿法会讲法〉）每当学习师父这段讲法，我就发自内心的感到内疚和自己责任的重大，我们如果做不好，真是对不起师尊的苦度啊，对不起寄予我们无限希望的众生。

四、多学法 找回昔日同修

从法中看到师父对不精進的学员这样着急，我很惭愧，问自己怎么就没去关心一下以前认识的同修。这个念一出，不久就在路上遇到了一个“七·二零”以前一起学法的同修，她拉着我的手，眼泪就流下来了，告诉我她遇车祸了，腿部粉碎性骨折，住院刚出院。她用期盼的眼光看着我，说了几句话就一瘸一拐的走了。

说，我妈就是坚持要炼，那就让她在家炼吧。他看儿子没向着他，并且我的态度非常坚决，他也没说什么。从那以后，我学法炼功更加精进了。

我虽然退休在家，但每天除了忙家务，还要侍候老婆婆（脑血栓、老年痴呆，经常大小便失禁，拉一裤子，就得给她擦、洗）。我知道这也是考验我的心性。我白天没有时间，就利用晚上学法炼功，有时来师父新经文就复印一些，同时还要做真相资料，晚上出去发。虽然每天睡很少的觉，但也不觉的困，身体很轻松，没有疲劳感。

平时我几乎每天都要给丈夫讲大法真相，他从开始反对到最后也能听进去一些了。我还经常放师父讲法录音给家里人听，我问老婆婆能不能听明白，她用手拍拍胸膛，意思是心里明白。我还经常教老婆婆说“法轮大法好”，她虽然说不清楚（语言有障碍），但她愿意说。我把老婆婆侍候的好好的，邻居都夸我丈夫找了个好媳妇，他听了也美滋滋的。这样，我长年如一日坚持做下去，我丈夫也服了，不但不反对我学法炼功了，还主动把藏起来的大法书籍都拿回来了。后来他写了严正声明承认过去做错了，还做了“三退”。从此他的身体一天天好起来，最后完全康复，体重增加了三十来斤。

二、不会就学 建立家庭资料点

随着正法的推进，大法书和真相资料不够用。同时我也看到做资料的同修非常辛苦，并且我地区资料点经常遭到破坏。针对这种情况，我决心在学法炼功的基础上，也成立一个自己的家庭资料点，一方面给同修减轻压力，另一方面，做资料也是修自己、提高心性和去掉怕心的过程。

可问题是过去我对电脑一窍不通，开始也很畏难。可我想，我们炼功人没有克服不了的困难，“修在自己，功在师父”（《转法轮》）。于是我就从学电脑开始，通过一段时间的刻苦学习和摸索，我从打字到排版打印，从上网到下载，基本都能独立操作了。平时除了印制师父经文、《九评》和明慧资料，还能编辑真相小册子、刻录光盘，还会输入电子书，网上做“三退”等等。

电脑学会了，但更多的问题是机器故障和人身安全问题，于是我加强学法，提高心性、遇到任何麻烦首先向内找。记得有一次机器出了故障，我就停下来静心学法，首先找自

渐的我放淡了对时间的执著。

不料九九年“七·二零”来到了，当时中国媒体其它节目全部停止，极力的诬陷师尊与大法，大有天塌之势。我当时在屋子里转来转去，泪水不断的涌出，心里一直在说：师尊啊！师尊！冤枉啊冤枉。当天跑到一个同修家，问我们该怎么办？弟子不能听着它们这样造谣中伤师父。同修说：师父不怕。就再也没说什么。过了几天我再也坐不住了，找了一名同修一定上北京看个究竟？这样九九年“七·二零”后，我三次去北京，整个后半年大多是在北京度过的，其过程之难度可想而知，其中包括家庭、社会及一切一切，这里不再提起。由于当时只是感性上的坚定，没有在理性上破除旧势力的安排，第二次去北京由于邪恶的迫害，我失去了工作，第三次去北京，由于邪恶的迫害，我失去了家庭。

二零零零年正月十五，我在一次开法会时被绑架，被非法劳教一年，因不“转化”又被非法加期一年。在那个臭名昭著的劳教所里当时有一千多人，百分之九十八的人被强行“转化”，此时的邪恶程度无法形容，对不“转化”的大法弟子施用种种酷刑，用各种手段洗脑，软硬兼施，而且是每时每刻，叫嚣必须达到百分之百“转化”。在那种邪恶的环境下，感到一秒钟都象一年一样漫长，那样的难过，这时那种对时间的执著又溜了进来，因那时微观的邪恶生命还很疯狂，拼命的控制着人，我知道如不时放下生死这一念是走不过来的，而且加上人的一点东西都是很危险的，我极力的排斥它，心里不断的念着“朝闻道，夕可死”（《精进要旨》〈溶于法中〉），可还是很难排除，我意识到邪恶企图在这一执著上毁掉我。

就在这危难时刻，同修带来了慈悲师父的经文《走向圆满》：“邪恶即将被除尽；人世间的败类也将得到应有的报应；不能使罪恶再延续了。弟子们等待着圆满，我也不能再等下去了。”因为有执著，当时注重了师尊对时间的语句。但顿时就象看到了希望，对自己充满了信心。接着又看到了《去掉最后的执著》。看完后心态完全稳定了，正念已经很足了，师尊助我从险恶中走了过来。后来我悟到师尊是用一个执著破我另一个执著，象对一个刚学走路的孩子一样牵着我们一步步的往前走，不断的鼓励，增强我们的信心，如果当时知道十年迫害还不能结束，我想我是走不过来的。慢慢

的随着不断的提高，能在法上认识法了，特别是在法上认识到了正法弟子的巨大责任与使命时，这个执著也就自然消失了。

写出这些是因为看到几个中年未成家的同修说看到师父最近发表的几篇经文，说得救那么多人，推算说还得多少多少年不能结束，应该找工作，找对像成家了，还得多挣钱买房子了。说师父九九年讲法就说时间不多了，都十多年过去了，还说很多大法弟子都盼着二零一二年呢。啊！这么多大法弟子都在执著时间，这可不是个小问题，这不是给师尊正法增加难度吗？其实正法为什么迟迟不能结束，就是我们人心不去，执著太多，修不好自己，救不了众生，是我们拖了师尊正法的进程，师尊慈悲，一等再等，不然我们自己本身都修不回去，又谈何救度众生呢？师尊也是在等我们救我们啊！今写出来，我们共同在法上提高，去除对时间的执著，学好法，修好自己，快救众生。

二、从感性上的坚定升华到理性上的圆容法

九九年邪党刚开始打压法轮功时，自己多数都是在感性上认识法，只知道坚定，不会圆容法，只知道说真话，不知道用智慧。造成很多不应有的损失。记得第二次去北京回来时被当地警察带到派出所，警察问我：你饿急时给你一碗大米饭，你是要大米饭还是要大法？我毫不思考的说要大法。警察说：完了，比某某还厉害（此同修在二零零零年被迫害致死）。然后他们说，看来真得劳教了。但由于师父呵护，把我又送回家。

回到家，双亲家人都在等着我回去，都劝我说不要再去北京了，我坚决不从，说：只要它们还诬陷我师父，我还得去。家人说：那你就不要这个家啦，你看这新买的一百多平方米的房子多漂亮啊！我们谁都没住上这样的房子。我顺口说：这房子再好，在上边看也就是个小土堆，你们看那蚂蚁窝吗？就是那么回事，还争你的土堆大，我的土堆小的，都是土，天上有我的位置，那才是家。双亲家人都觉的对我无可奈何，很是不理解，今天回想起来真是惭愧，多么不理智啊，真是神神叨叨的。

到单位，他们以旷工时间太长的理由开除了我的工职，我毫不犹豫的签了字，完全走了旧势力安排的路，由于当时法理的不清与走极端，被邪恶钻空子迫害，造成丈夫和家人压

起来。下面谈几点体会与同修交流。

一、修好自己 圆容好家庭

“七·二零”前，我丈夫就反对我炼功，当时因为学法不深，整天和他打仗，心性守不住，功都白炼了。通过到学法小组学法，互比互修，按照“真、善、忍”严格要求自己，遇到问题向内找，就修自己这颗心。保持一颗慈悲的心，一个祥和的心态，遇事就能做好。

“七·二零”后的一天我在家休息，街道书记带了五个警察到我家，当时书记说：“这么好的媳妇怎么炼法轮功？”我说：“你说什么？你知道我以前啥样吗？修炼法轮功可以祛病健身、做好人，你们为什么不让我炼？”我丈夫在一边吓的不让我说话（他在企业公安处上班），他给挡过去了。后来上边通知交书，我坚决不交，可他却背着我偷偷交了一部份，应付过去了，并且他还写了什么保证监护我（这事后来我才知道），剩下的所有大法书他全部藏起来了。

从那以后他怕我连累他和家庭，坚决不让我炼功和学法（也没有书看了）。不但不让炼功，还成天看着，不让我出门，不让我与任何人接触。没办法我就只能趁他不在家时偷着炼。这段时间有两个月左右，使我无法正常学法炼功和讲真相，一度让我痛苦万分，晚上经常在被窝里偷着哭。

有一天，我丈夫休息在家，我在屋里关着门盘腿打坐，丈夫进屋发现了就开始捣乱，硬把我腿搬下来。我没听他的，把腿再搬上去，他又给搬下来，坚决不让我炼，气的我和他吵了起来。我说大法是严肃的，你这样做会遭报的。果然，在二零零一年春天，丈夫得了严重胃病，医生说是萎缩性胃炎，平时不停的痛，吃点饭就胀的不行，吃了不少药也不见好，人一天比一天消瘦。我心里知道他为什么病的这么厉害，我就开始给他讲真相，讲大法如何好，并且告诉他谁迫害大法，谁要遭报的，这就是你破坏大法、反对我炼功的结果。

到了二零零二年，他整个人瘦的皮包骨头，体重不到一百斤，当时亲友看他瘦成这样都害怕了，都怀疑他得了不治之症。后来有一天，我炼功时他在家看见了，又朝我火冒三丈，提出要和我分开过。我说行，只要我能有个学法炼功的环境，你爱怎样怎样。修炼这条路我选定了，就必须一修到底。他看我不服软，把儿子叫过来，问儿子怎么办。儿子

出门，下午学法、发完六点正念，下楼到小区门口买鸡蛋，卖鸡蛋的没出摊，只好到马路对面的商店去买，当我走到路口，迎面一个骑自行车的小伙子问我哪有修车的？我微笑的告诉他修车地点，并给他讲了天灭中共，三退保平安的事，他是团员，当场表示同意退出。还有一件是我外出办事，忽然马路对面有一个中年男子给我打招呼，因为车骑的很快，我与他错过很远，我立刻返回来追上他，他说是认错人了，我长的很像他的一个朋友，我想不能错过这个机会，就把真相和三退的事一并告诉他，他说：“你胆子真大，法轮功的事到香港出差听说过，但三退不清楚。”我给他讲清后，他们夫妻都做了三退，并嘱咐我注意安全。师父说：“师父的法身也好，正的神也好，大法在世间布的巨大的场也好啊，可以把有缘人、可以把可救度的人利用各种环境弄到你跟前来，给他提供一个知道真相的机会，但是你们得去做，你们不去做也不行。”（《各地讲法七》〈美国首都法轮功讲法〉）在此希望那些没有走出来的同修，赶快走出来加入救度众生的行列，珍惜这万古机缘和师尊给我们开创的正法修炼环境，完成大法弟子的使命，兑现史前的誓约。

经过十年正法修炼的风风雨雨，我所走过的路都是在师尊的慈悲呵护和法的指导下，摔摔打打一步一步走到今天，这期间有救度众生的喜悦，也有遇到矛盾过关的烦恼，有心性的提高，也有深痛的教训，离师尊的要求和精進的同修相比还有很大差距，我会继续努力做大法弟子应该做的三件事，不断以法修正自己，做合格的大法徒。

合十。

修好自己 救度众生

文 / 辽宁大法弟子

尊敬的师父好，同修好。

我是一九九六年三月得法的。开始我不懂得什么是修炼。有一天亲戚送我一本《法轮功》，我读了一遍感觉如获至宝，隐约觉的象是找到了一种自己生生世世在追寻的东西。从此下决心要一修到底。十几年来，在师父的慈悲呵护下，经历了无数风风雨雨的魔炼和考验，在修炼中使我逐渐成熟

力太大，后来导致离婚，又一次走了旧势力安排的路，旧势力就是这么安排毁掉众生的。但当时我还误认为自己放下了名利情。

随着正法进程的推进，师尊不断的讲法，不断的修正方向，自己在法理上也不断的在升华。那么由于以前没做好造成家庭，工作单位以及方方面面的人对大法产生的负面影响就必须挽回，不然就会把很多今生和我们缘份最大的人毁掉。

二零零一年末，我从劳教所出来，如饥似渴的看了师尊的所有讲法，在法理上又有了新的认识，遇事能够沉着冷静的对待了，用理智与智慧去讲真相，救众生，圆容法。我当时回到母亲家，母亲从小信仰宗教，当看到我的变化和大法在我身上展现的神奇事，母亲扔下了信仰一辈子的宗教，走进了大法修炼（但后来被邪恶迫害离世）。

接着我又给单位同事及曾经帮助我的上司写信，写出我所有被迫害的经过、过程、程度。我知道他们最不理解的是我去北京上访与离婚，说我不回家了。我在信中写道：谁不想有个幸福的家，谁不想和亲人在一起，谁不想在家孝敬父母，是江某某对法轮功的嫉妒，说法轮功发展太快，怕丢了手中的权力，发动了这场前所未有的迫害，对炼功人施加种种压力，对炼功的人家属也要上挂下连，如孩子升学当兵等等都要受到限制，迫害了无数个家庭妻离子散，家破人亡。说法轮功破坏家庭，炼法轮功不要家纯属栽赃陷害。法轮功教人“真、善、忍”，遇事向内找，先考虑别人，先他后我，与人为善，对谁都好，使家庭和睦，社会安定，是一部高德大法。我之所以能堂堂正正，坦坦荡荡去上访，是因为我们没有罪，是因为天理与良心同在。在利益与正义面前，我选择了正义，在良心与生死面前我选择了良心。上访是宪法赋予公民的权利，信仰自由是宪法规定的，炼法轮功完全是合法的。

后听说接到信的人当时都改变了从前的看法。我还多次把我和妹妹及母亲的被迫害事实用真名实姓揭露出来制作成周报和小册子发到当地的家家家户户。

最难面对的是家人，由于这场迫害和自己没做好，给家人与孩子造成的心理压力和伤害是巨大的，让他们一下子接受真相很难。特别是回孩子奶奶家讲真相觉得更难，因为我和

孩子的爸爸是同学，我们分手后，他又和我们的一位同学结合，但没有办结婚手续，我很了解这位同学是一个很正直的人，应该去给她讲真相，但都是几次欲动又止，不想面对，向内找，是因为观念和人心的阻碍。

我开始静心学法。“修炼就得在这魔难中修炼，看你七情六欲能不能割舍，能不能看淡。你就执著于那些东西，你就修不出来。”“别人要好了呢，不是替别人高兴，而是心里不平衡。”“妒嫉心要不去是不得正果的，绝对不得正果的。”（《转法轮》）

通过学法，我找到了阻碍自己的人心，包括情、虚荣心、名心和隐藏很深的妒嫉心。找到了执著，心里一下子就平静了，知道了自己修的还非常不扎实。三次去北京证实法，觉的放弃了工作，放弃了家庭，真是什么都没有了，都放弃了。同修也都说我名利情放得好，可今天遇事却反映出这么多不好的心。“何为空，执著无存为真空，非物质空”（《精进要旨》〈何为空〉）。法理上清晰了，自然就知道该怎样做了。

我先给这位同学邮真相信，真相资料，每逢节假日全家人到婆婆家团聚时，我都到场，开始这个局面很难打开，这时我必须放下自己，不管家人说什么，如何对我不理解，遭到怎样语言上的撞击，我都时刻提醒自己要理解他们，一定要证实真、善、忍。每次去我都问我的这位同学来没来，后来我们见面，我就给她讲真相，还把我的起诉书和写给同学的信给她看，她很接受，说炼法轮的人都好。以后越相处越好，她对我说：看你这么好，你回来吧！还是你们是一家人。我淡淡一笑，找话题绕过。后来婆婆说：“你看她们俩还处这么好，真是不可思议，这法轮功真能改变人哪。”

慢慢的家人能够接受了，我就开始给她们拿真相资料、小册子、《九评》和我写的给父老乡亲们的劝善信。现在的中国人是家家到一起就不顾一切的玩麻将，我想讲真相就得找机会，还得看他们的心态、兴致，加上发正念，决不能象从前那样不理智了。新年回去，我就说：你们玩吧，我做饭。实际并没有让我自己做，但全家都很高兴，说我改变了。现在我真正体会到了，不需华丽的语言，不需太多的言语，只要我们按照大法的要求去做，我们的所做所为，一言一行就是在证实法，救度众生。

后来我每次出门前发正念时加上一念求师父安排让我遇到有缘人，这样效果好多了。

世上没有偶然的事，几年前我因种种原因搬了家，新家离我原单位（三十年前已调离）很近，平时买菜、办事总能碰到一些老同事，他们大多数都是邪党党员，在我劝说下都办了三退。零六年中秋又碰到一对七十多的夫妻同事（都是党员），寒暄几句进入正题，他们双双同意退出，男同事夸我口才好，是个人才。其实只要你去讲，师父会给我们开启智慧的。

随着正法的推进，师父的讲法中更加明确“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》）。“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。”（《二零零七年纽约法会讲法》）零七年春天，我买的新房给了钥匙，在新房装修的过程中，从市场买材料到来施工的工人，从买家具、家电的商家和到家来安装的所有人，包括送货的司机，一个不漏，我都给他们讲真相，办了三退。乔迁新居的一个星期后，儿子发现我家有三处盛开的优昙婆罗花，每处有二、三十朵，一处是在阳台的玻璃上，一处是在卧室的窗户上（玻璃都是装修时新换的双层玻璃），一处是新装的固定在外面的空调上。因为是新房，不少有缘人看到了奇花，时至今日已有两年，卧室的窗户上那一束还清晰可见，花的根牢牢的扎在玻璃上。

回想走过的路，我的体会是在讲真相劝三退的过程中，心态一定要纯，以大法弟子那种纯真、纯善打动对方，对方不但愿意退还非常感谢你。记的零七年夏天，在对一个年轻的民工讲完，送了他一套资料，小伙子亲切的说：“阿姨，您这人太善良了，太好了，我还是头一次见您这么好的人。”我说：“那你就记住法轮大法好，他能给你真正的带来美好。”在向世人讲真相劝三退的同时，我没有忘记各奔东西四十年的老师和同学，为了找到他们我费了不少心思，到目前为止，亲朋好友、老同学、老同事大多数都已声明三退，其中有一个同学的五姐妹，包括他们的孩子都退了。过程中我感受到师父洪大的慈悲，与我们有缘的人一个也落不下。有两件事看似平常，但给我感受很深，一天上午有事，我没

工特别多，他们都是社会上的最底层，汗流浹背，我第一句话问他们：辛苦了。这样一下子就拉近与对方的距离，再讲三退，百分之百的全退。还有打工的农民，问他是不是打工的？对方说“是”，我说：出门在外不容易，对方就觉的你很关心他，接着问他一个问题：小时候入没入过少先队，是不是党团员？对方回答是，我就说：告诉你一件人命关天的大事，一下抓住对方想知道的心理，他会马上问：什么大事啊？我就开始讲“天灭中共、三退保平安、现在共产党无官不贪，百姓苦不堪言”，深受其害的民工同意的占多数，不接受的人很少。还有收废品的满大街都是，碰到一个就讲一个，我先问他生意好不好，搭上话再讲真相和三退的事。这些人大多都是几十人同住一起（都是老乡）讲完三退后，资料和护身符要的多，回去给他老乡看。在讲三退的过程中，我发现年轻的小伙子很多都是有学历的，虽然受邪党教育，一旦给他讲清道理大多数都愿意退。零六年十月一日晚上，回家路遇一年轻人，我上前一问他是一个学法律的研究生，而且假期过后就要入党宣誓，我给他讲三退的事，开始他不信，他说：“我是二十一世纪的研究生，是无神论者。”交谈中我们谈到了人类解释不了的自然现象，宇宙飞船上太空的事，他突然问我上天的问题，什么是天？我用师父讲的“什么是天”的法理讲给他听……又讲了自古以来顺天意者昌，逆天意者亡的道理，他从自行车上跳下来伸手给我要《九评》，说今天回去好好看看，并同意让我给他声明，我很欣慰，一个生命明白后得救了。

在讲真相劝三退的过程中，有时也碰到一些受邪党毒害深而又重利的人，这些人说：“不关心这些，只关心能挣多少钱。”我的回答是“多挣钱为什么呢？”不就是为了生活的更好吗？可对一个将被淘汰的生命，钱再多又有什么用呢？当务之急是先保证生命能够留下来。这样说，对方会明白过来，同意退出。还有一种是退不退无所谓的，我就问他一句：“在危险和平安面前你选择什么？”对方回答：“当然是平安。”我立刻接上茬，人生在世不就是图个平安吗！要想平安赶快三退，取个笔名小名都管用，没有任何损失和危险，你一分钱不花，等于上了生命的保险，何乐而不为呢？这样又能挽救一些人。当然也不是每次都顺利，有时一天讲几个，退的人很少，我就觉的这一天白过了，心里不好受，

后来这位同学和他分手了。由于现在人类道德急剧下滑，过了一段时间，他又和我市一大医院的医生结合，又是没办法结婚手续，这次全家人反对，过一段时间硬是把她撵走了。零八年新年，家人捎信让我回去过年，这次家人都让我回去，可是由于我的户口和身份证在九九年就已丢失，我又不肯去照邪党的第二代身份证，怎么办？我和家人说：回家是对的，我与家人本来就一直相处很好，我们师父也告诉我们炼法轮功能使家庭和睦，社会安定，如果不是这场打压，我是绝不会离婚与家人分散的，但回来必须得办复婚手续。家人说：那没有身份证和户口怎么办？你就回来吧，孩子都快结婚了，这也不是假的，犯什么法。我说：那不行啊！现在社会上的性混乱，就是人类道德败坏造成的，是有罪的，你看现在人类特别是中国哪有一点人的伦理道德了，当官的大多数贪污腐败性混乱，警察不挂上几个女人说没能耐，电影电视都是黄赌毒。家人都说这是真的，我说大法就是来归正一切不正的，大法弟子修炼就是给未来人开辟一条最正的路，你说我能给大法抹黑吗？那不是犯罪吗？人在迷中不知道，其实神只给一个男人配一个女人，原配夫妻，是神承认的，其余再找的或没有合法手续的乱伦的都是犯天法。家人说这法轮功真是正。说以后我们找人给办。我说那就顺其自然吧！如有合法手续我决不失言。

零八年中旬，孩子的奶奶去世，亲戚们都来了，我抓住这机会给他们讲真相，劝退了不少人。这时，那位医生也来了，家人孩子们和亲戚对她很不欢迎，冷言冷语，她却是忙前忙后的，我顿时心生慈悲，觉的她很苦，借机讲真相，孩子们看见我对她很好，几次特意过来叫我，我都没有动。孩子们又怎能知道我的心呢？此时我看所有来的人都是一样的，只有救度。

给她讲真相时，我才知道她对法轮功很排斥，她说她的一个患者是糖尿病，就是炼法轮功的，那么多加号还说祛病，就是迷信，有病就得治嘛。再加上知道我们是因炼功离婚的，就更不相信。当时我更感到她可怜，心中生出一念：走到一起就是缘份，大法一定能救了她，我一定把真相讲清。就这样苦口婆心的讲了很长时间，她对我肃然起敬，说：原来是这样，这炼法轮功的人不都是一样，我对法轮功还真是不了解，姐，你这个人真好，我相信你说的话都是真的。我

说：我帮你三退了吧。她欣然的接受了。又一个生命得救了，后听家人说，那次以后她就再也没回去过。

现在，我的双亲几十口人基本都三退了，但我总是有个结，对不相识的人讲真相，三五分钟就能够讲的很全面，使人能够明白真相，愿意接受，百分之九十多都是连连致谢。但对家人讲真相总是讲不到位，有时还小心翼翼。知道是加进了人的东西，有分别心，还是私，有情的因素，急于求结果了。今写出来，也和与我有同样执著的同修切磋，共同提高。

另一个，我知道以前有很多同修夫妻办了离婚手续，或后走到一起的没办结婚手续但在一起生活，这方面的法理不清楚，后经学法切磋都归正过来了。但现在还有这种情况还没有认识到的，望尽快归正，这是个很严肃的问题，一定要走正路，别让邪恶钻空子。以后自己一定要学好法，让生命在法中升华，修好自己，圆容法，理智智慧的讲真相救众生。

三、彻底否定旧势力的安排，走师尊安排的路

由于我开始时没有全盘否定旧势力，没有走上一条最正的路，没有开辟好家庭环境、建立家庭资料点。所以以后路走的比较艰难。

二零零三年，某市一联系人被绑架，他所在资料点同修给我打电话让我过去，我离开了母亲家，到某市资料点工作，这个资料点算我三个人，我去了之后我们配合很好，可是不到三个月这个点就和附近的一个资料点一起被邪恶破坏了，资料点所有的东西被抢走，四名同修被绑架。我那天晚上给同修们送资料，因有事没回去，第二天我扛着一袋面刚一敲门，一群不法警察扑了过来把我拽到屋里，说：就等着你哪。我看到屋里翻的一片狼藉，我反问，你们是干什么的？他们说就是等你的。我说你们随便抓人犯法。他们马上打电话，一会开车过来一车人，硬把我带到本地公安局。他们想软硬兼施让我开口，我就是不配合，他们逼问了一上午，一无所获。

这时来了好几个警察，一个不法警察拿一个电棍呼呼的叫，放着火花，走到我面前看着电棍说这玩意很厉害啊，我看了看他，心想谁也不配动我，当时没有一丝怕意，他们愣愣的看了我一会，拿着电棍匆匆的走了。我说：中午了，我得回家。他们说：我们也没有时间陪你，你告诉你家人的电

轮》的新经文，大家一致认为，推《九评》是每个大法弟子的责任，我们必须做。从那时起，我买了不同规格，不同形式装《九评》的包装袋，从零五年初至今，大约发出三千多本《九评》。我市有个大的批发市场，外地车很多，那里是我发《九评》经常去的地方，能当面给的就给，不能当面给的我就往装货的汽车上放。二零零六年初，大资料点被破坏，整体出现漏洞，我向内找到自己有很强的依赖心，开始自己做《九评》，由于做不过来，《九评》我都是面对面的给。后来我又买了台激光打印机，专做《九评》。在发《九评》的过程中，辅助材料也很重要，一般我是一本《九评》，一本《选择未来》或《退党手册》，再加一本有最新退党人数的真相小册子，即有真相内容又有《九评》全套资料，一步到位。每给一个人他都告诉他：传给亲朋好友，传的越广越好。

零六年四月下旬，家里老人需要照顾，我必须每天走很远的路回家照顾老人，这样要占用我很多时间，当时心里很不好受，觉的自己修的不好，干扰大，但有一点我心里明白不能耽误证实法的事，我就利用来回路上发真相资料，劝三退，每天走之前，把成套的《九评》资料分袋装好，把真相资料包装好（雨天用自封袋，晴天用广告纸或信封）。路上根据情况，遇到有缘人就讲，有机会就发，直到五月二十八日师父《二零零六年加拿大法会讲法》发表，学法后我心里豁然开朗，无论什么情况下都做一个大法弟子该做的。这期间我遇到几个四十年没见过面的老同学，他们都同意三退。一直以来我想给我的证婚人讲三退，但始终没有机会，在一次回家路上正好碰到，他不但接受了《九评》，并同意三退。

现在除了向亲朋好友、同学讲三退，我更主要是面向路上走着的素不相识的路人和外地人，根据不同的年龄、不同的职业，有针对性的讲，如果是外地人（能辨别）我第一句问他：“是外地人么？”他说是，我就说见面就是缘份，我想告诉你一件非常重要的事，不知你听说没有？对方马上问什么事、我就开始讲三退的事，通常都同意退，我再送给他一套准备好的资料，让他带回家乡看完送给别人，别人看明白了也退，他会因此而得福，对方都会欣然接受，并说谢谢（有个别不听的，我也不执著）。夏天天热路上碰到的送水

真为他高兴！这个生命有了希望。因为讲真相，我结识了一个浙江的茶商，他特别愿意接受真相资料，每年回家都把我送给他的光盘和小册子给他的亲朋好友看，通过看真相他的家人、朋友都明白了真相。

随着正法进程的加快，师尊的法越讲越明，师父说：“救度众生贯穿在你们现在生活的每一件事中，如果大家都能够认识到、认清其重要性，我想，那可能会救度更多的众生。”（《各地讲法四》〈二零零三年亚特兰大法会讲法〉）学法后受到很大启发，我平时无论办事买东西只要是走出家门，书包里就装上事先准备好邮寄的信件（用不同邮票，不同信封，从不同方位发出），传单光盘、小册子（事先都封好，面对面的给不用外包装）。每样带一些，悄悄的发，面对面的给，根据不同情况不同时机，采取不同的方式，一般面对面讲时，问明对方有没有DVD、VCD（以免浪费）有就给光盘，没有就给小册子。再加上一张精美的护身符卡片，世人都愿意要。在讲真相的过程中，曾有许多人问我，是不是大学老师，我说我和你们一样是普通的百姓，与你们不同的是，我炼法轮功，修大法强身健体，开智开慧，谁炼谁受益。

二零零三年夏天，同修买了一台激光复印机，放在她家。我与同修合作，每星期抽一两天做资料，送给其他同修，我俩合作的很好，一天能印六包纸。从那时起我讲真相的资料丰富了许多，这样持续了半年。零四年初春，同修送给我一台小型复印机，我在家建了资料点，在不耽误三件事的同时，每星期除了做自己讲真相用的资料还给同修做些《明慧周刊》、传单和小册子。随着正法进程的需要，要求资料点遍地开花，当我正想买台电脑时，同修送来一台电脑，女儿用她的工资装了宽带，儿子给买了台彩喷打印机，从下载到资料基本能独立运作。在女儿的帮助下，我学会了上网和做资料的操作，从此我讲真相的资料更加丰富了。由于我除了给同修做资料，面对面讲真相一直没有停，所以对真相的选材比较到位，我们做出的真相资料新颖、整齐、干净，同修都愿意要。

二零零四年底，《九评》发表，由于学法不够没有跟上正法进程，延误了零五年新年期间推《九评》的大好时机。新年过后，在学法小组学师父《不是搞政治》、《向世间转

话，让他们来接你回去。我当时没站在法上衡量，信以为真，告诉了我哥哥的电话号，后来他们告诉我下楼，这时我看见被绑架的其中二个男同修，其中一位平时非常坚定的大法弟子满脸是伤，已经不能走了，被几个警察拖着，我明白了刚才就是用那个电棍电的他。和我坐一辆车那俩警察说，这小子真硬，这么整也没服。通过他们对话，我知道给他上的几种酷刑，看着同修被迫害成这个样子，心中一阵痛楚，发了一念：我必须马上出去，揭露他们的刑讯逼供，向全世界揭露恶行。

然后他们把我送到拘留所，晚上他们把和我在一个资料点的同修调到一个室，用窃听器监听，我俩见面都很冷静，互相没说话，我一直在心里发正念：让窃听器失灵，神做事人看不见、听不见。后半宿我俩躺在床上，我问了她们被迫害的全过程，她一一和我讲了，还有迫害人的名字、职位等。我都非常清楚的记在心里。那个同修说：姐，师父是不是不管我了。我说不要怕，师父在帮我们，孙悟空跳不出如来佛的手掌心，是师父帮助我们做呢。

第二天，本地公安请了两个打手，又来逼供。我看见他们气势汹汹的样子，很是可怜。不断的在心里发正念：彻底解体另外空间一切操控人迫害大法弟子毁众生的邪恶生命与因素。

过一会，公安局的人过来说知道我叫什么名字了，然后仔细看看我的脸说：这脸也看不出来呀。我知道他们说的是二零零零年在劳教所给我毁容那一次。后他们让我回到监室，过了两个多小时，那个市的公安局来了好几个人，说：你们市公安分局的车到了，送你回家。他们叫着我的名字说：以后可别再来这联系了。

本市公安局那个开车的警察说：这么远还得送你回家，你给我一百元油钱。我说没有，他说送你家人能不能给钱，我说没有钱不能给。心想不能助长邪恶，他说：那你下车吧，你等着我给你扔到一个没人的地方。这时天已经快黑了，他果真给我拉到一个没有人烟的地方，两边是大山，很荒凉。可他们怎能知道，大法弟子怕什么，有伟大师尊创世主跟着那。我等了一会，过来一辆出租车，花了四十元钱，一路上我又给他讲真相，这样我顺利的回回家。

后来四名同修被非法判刑十年以上，损失惨重。回来后找

自己，是因为刚到资料点连着写了几篇文章被发表，起了欢喜心，被邪恶钻了空子，让师尊又为我们过多的操劳了。这次摔跟头使我悟到，关键时刻我们必须正悟法理，从根本上否定旧势力的安排，特别是正法到了今天，正法弟子必须全力救度众生，助师正法，任何干扰都是犯罪，不管我们有多大的漏，邪恶也不配迫害，但首先得自己否定，关键时刻只要我们自己不承认邪恶安排，基点放在救度众生上，讲清真相，慈悲的师尊就会帮我们走过魔难，但过后必须向内找，去掉执著，在法中归正。

现在邪恶因素已经少之又少了，什么都不是了，为什么迫害还很严重，以病业形势迫害走的还连连出现。个人层次认为最根本的一点就是都承认了旧势力的安排，被迫害的同修法理不清，自己不能否定，外边营救的同修也是承认，先找被迫害同修的不足与漏洞，认为同修这种状态被迫害不奇怪，产生了一种无可奈何的消极状态。正法到了今天，师尊的法理已经讲明了。我们必须达到整体在法中升华上来。才能从根本上彻底否定旧势力的安排，结束迫害，助师正法到法正人间。

四、去掉依赖心 走出自己的路

从九九年起，我就走上了四海为家的路，这也是自己没修好造成的，当时要落户口的程序和身份证都放到了哥哥家，后来奇怪的都丢了，怎么也没找到。二零零一年，我从劳教所出来，回到母亲家，这时除了身上穿的一套衣服外，什么都扔光了，这回真是物质空了，想来真是可笑。二零零二年，未离异的丈夫要给我办社保，我当时法理不清，还不太配合，他在没有任何证件下顺利的办成了。后来我悟到又是师尊帮了我这个不争气的弟子，使我现在能有稳定的收入解决吃住生存问题，最大限度的符合常人状态安心修炼，行使自己的使命。

从二零零三年某市资料点被破坏后，我回到了本市，当时家乡的资料点很多被破坏，真相资料很缺，那时几乎还没有几个家庭资料点，我和本市协调人联系，建立了资料点。七年来，真是风风雨雨，聚聚散散，有惊有险，有苦有忧，这里不再细述。

记的刚成立资料点不长时间，我们当时三个人，还有两个协调取资料的同修捎带给我们进纸等。有一次，我母亲身体

意的孩子讲真相时，其中一个男孩儿问我：“阿姨，你给我们讲这些对我们有什么好处？”我告诉他，明白真相就会有一个美好的未来，你明白了再告诉你爸爸妈妈、亲朋好友，他们都明白了你们全家都会有个美好的未来，他点了点头。因为当时真相资料已发完，我答应有机会再给他送去。转天我给他送去，还是那个男孩儿，双手接过资料，一边说谢谢，一边恭恭敬敬的给我九十度鞠了一躬，这一举动把在场的人惊呆了。我的眼睛湿润了，心里明白这个生命来到世上等的就是今天啊！

二零零三年中秋节，我在去发资料的路上碰到一个卖梨的农民，我边买梨边跟他聊天，话题引向了法轮功。他说：“听说过，可没见过真相资料。”我送给他两份不同的小册子，他高兴的说：“我回去好好看看，看了给你们宣传宣传大法。”我说：“你看后一定要珍惜，这些资料来之不易，是大法弟子省吃俭用攒钱做的。”他说：“一定一定珍惜，我看后让别人也看看。”我当时一共带走五种不同类型的真相资料，每样送他一份，他可以全面的了解大法，看后再传给别人看，明白真相的就不只他一个人。从那以后，我再讲真相时，只要对方表示愿意传给亲朋好友，我就多给他两份，这样一传十，十传百，收到的效果是不可估量的。师父说：“你们在偶然中碰到的人，在生活中碰到的人，工作中碰到的人，大家都要去讲真相。”（《各地讲法四》〈二零零三年亚特兰大法会讲法〉）我抓住平时所有的机会讲真相，哪怕是问路的也不放过，路上遇到的陌生人，我主动打招呼找准机会讲真相。

有一次，路过地道桥，有位四十多岁的妇女，骑自行车时，车把与我的车把碰了一下，我主动道歉并对其讲真相，她到家与我分手时，我送给她两本小册子，她说：“我在这个城市住了四、五年还从来没见过，回去好好看看。”我家附近有个菜市场，一次买菜时看见一个卖黄瓜的小伙子与顾客发生争吵，他很生气，我就把最浅显的法理讲给他听，一会他就消了气，我告诉他这些都是法轮功创始人李洪志先生《转法轮》书里的道理，他默默点点头。临走我送给他一份小册子。过了好长时间，在另一个市场又碰到了这个小伙子，他抬头看见我，双手抱拳，响亮的说了一声：“法轮大法好”，因为市场很大，周围十几双眼睛都转向他，我心里

工资问题的市仲裁委员会，市公安局专管法轮功问题的“六一零”办公室，同时往全国人大、全国总工会、全国妇联发信，我的信揭露了邪恶、震惊了邪恶、也触动了邪恶。二零零一年八月，单位以开除工职相威胁，并企图把我送进市第一期洗脑班，被我当场严厉拒绝。为避免迫害，我离开了家，在流离失所的一个多月中，我多次给单位领导打电话，并到他们家中去讲真相，到派出所给所长讲真相，那些年因为“要工资”讲真相我走遍了省市人大、信访办、妇联、总工会和单位所有领导和各职能部门的办公室，包括派出所、办事处和居委会，走到哪儿讲到哪儿，我以一个大法弟子慈悲的胸怀不懈的给他们讲真相，于二零零三年夏天，在停发我三年半工资后恢复了工资，并把拖欠所有的工资及福利一分不少全部补齐。

三、讲真相、救众生、助师正法兑现誓言

二零零二年六、七月间，明慧编辑部提出“向广大人民讲清真相”后，我除了发资料，更多的是采取面对面的讲真相，讲我因修大法而受到的迫害，讲修大法的人不抽烟、不喝酒；吃喝嫖赌不沾，贪污腐败不做；不欺骗，不说谎，是善良的好人；讲修炼人打不还手，骂不还口；揭露天安门广场自焚和江泽民迫害大法弟子的事实；讲真修大法给人带来的美好。过程中不只一次的有人问我：“你不怕警察抓你吗？”我说：“修炼真善忍堂堂正正，不做坏事，怕什么，大法弟子冒着危险讲真相完全为了别人好，明白真相就会有一个美好的未来。”师父在《精進要旨二》〈致北欧法会全体学员〉一文中指出：“在社会上接触的一切人都是讲清真相的对像，讲清真相中体现出的是大法弟子的慈悲与救度世人。希望每个大法弟子都充份发挥出自己的积极性与大法弟子的作用。”所以，平时我把学法、发正念的时间安排好，同时加大了面对面讲清真相的力度。利用平时买东西的机会向我所有购买的对像讲。

市里各大菜市场各种物品的批发市场（外地人较多）成了我讲真相的好场所，一般采用买东西的同时与对方聊天的形式，然后找准切入点，讲真相的效果极好。讲明白了送他一份真相资料，再送一句美好的祝福，对方特别高兴还说声谢谢！通过面对面的讲真相，发现世人是那样的渴望知道真相。记的二零零二年秋天，在向几个十七、八岁来本地做生

被邪恶迫害，我回家住了四天，回来时看到屋内空空，只有两名同修在那发正念，另一同修回亲属家了。我问了原因，她们说出事了，昨天晚上被房东发现了，不安全，准备搬家。我说房子刚交钱不能浪费了，这是另外空间邪恶冲我们的怕心来的，它什么也不是，我们应该多多学法、发正念，主动清除邪恶，不能被邪恶撵着走，什么事也没有，赶快把设备都搬回来，不能影响同修正常取资料。晚上我们三人又把设备都搬回来了。我和另一同修开始做资料，这时外边不断的敲门，我不动心，发正念清除邪恶干扰，就这样我们准时把资料送到同修手中。

过后两名同修总是商量要搬家，我每次外出时都在师尊法像前发一念：这就是我的家，谁也别想动，法器在哪哪就是我的家，谁动谁是罪。后来环境逐渐稳定，我们共同合作了半年。有一次到我处取资料同修被绑架后，另一同修到别处去了，和我一起来的那个外地流离失所的同修因往家打电话被发现，当地公安局与我们本市公安局联合抓人。她决定离开资料点，我再三挽留她还是走了，最后剩下我一个人。

那时邪恶因素还很大，总是两天敲门三天查户口的，这些还动不了我的心，但一种孤独感向我袭来，一个人忙碌的时候还好，但一到学法炼功，甚至吃饭时就想起和同修在一起时的情景，有一种寂寞难耐的感觉。不长时间，听说去别处那位同修又被绑架，受了很多酷刑折磨，被非法劳教，心里更加难过。后来通过学法找自己，悟到了在安全问题上存在隐患，在与同修单线联系上、手机打电话等都不太注意，更主要的是有依赖心，求安逸心，如遇事找协调人，遇到设备操作问题找技术同修，购货物时找男同修等等，造成人多走动频繁，不符合法的要求了。

我独立一人在资料点这期间，虽然路途艰辛，但也逐渐的磨去了这种依赖心、怕孤独的心。这期间每遇到风风雨雨，困难无助时我就用正念去做，求师尊加持，当时虽然很苦，但都走过来了。后来我又和两位同修合作过，但总是聚聚散散，过程中有惊有险，一次次的触及我那些没修去的人心。在实修过程中，我也不断的看到了大法的法理，展现了大法的神奇，使我倍加信师信法。

在大陆这种严酷的环境下，要最大限度的符合常人状态做好，如用人心对待，真是很难。如资料点进耗材，由于没有

达到遍地开花，耗材用量还是比较大的，有一次进纸，我白天去定好了晚上八点去车，共进十五箱纸。七点三十分我到楼下一看，楼下堆满了人，因天气热，夏季天长，八点还未黑天，有过往路人，有在凉亭吃饭的、划拳的，人来人往。和我挨着那个单元楼下还有四、五个街道社区的人，旁边停着车。因那一阶段邪党中央开会，加上这个单元有一家的孩子喝学校卖的豆粉被毒死，当局怕家属去北京上访，派专人天天看着。这时我就开始发正念清场，发了将近半个小时正念，人还是没动，这时车到了，我让他们在路旁等一下，我再接着发正念，这时突然晴朗的天空电闪雷鸣，风烟作起，来势很凶猛，人们立即都匆匆的散了。我一看表，差几分到八点。我门前那个车也开走了，只有凉亭吃饭的还剩下几个人，醉呼呼的没走，我说把车开进去吧，这时只听电闪雷鸣，雨却下不来，一直到我们把纸全部扛到楼上，车子走了，大雨倾盆般下了起来。我当时泪如泉涌：师恩浩荡啊！

从二零零五年后，我市大多数资料点被破坏，协调人被绑架，均遭非法判刑。虽然有同修自身的问题，但能说不和大多数同修的依赖心，等、靠、要有关吗？就我自身来讲，也有这种依赖心。如：有时写揭露邪恶的稿子，都是其它资料点同修或协调人给送的第一手材料，已形成自然了。这些同修被迫害后，当地就很长一段时期揭露邪恶跟不上，这依赖心太害人了。

这时我市有一名同修被迫害致死，她的被迫害案是在国际立案的，邪党公安怕在国际有影响，恐吓家人，秘密将尸体火化，半个多月不知消息，听说后又不知道准确的消息。怎么办？我必须走出去。这时师父安排一名曾经和她在一起的同修和我见面，我俩一起去了她的家乡，找到她家乡同修后，同修都很为难，说她家人的状态不好，恐怕不能接受，得注意安全。我们一起发正念，铲除干扰，果然找到了被迫害致死同修的姐姐家，慢慢沟通后，说明来历，住了一宿，得到了真实的第一手材料。第二天回来坐在车上，想到以前自己伸手即拿的第一手材料来之不易呀，同修们都是放下了自己，冒着风险拿来的呀！晚上回来学了一会法，十点钟我打开电脑要成稿，突然肚子象刀割一样疼痛难忍，已坚持不住立掌了，但法理上清楚是邪恶怕曝光，思想中发出强大的一念，请师父加持弟子彻底解体干扰我揭露邪恶，迫害身体

集体背诵《洪吟》，外面男同修领诵一句，我们集体接着背，随后四个监室的同修齐声背诵，屋里屋外遥相呼应，声音越来越大，值班的恶警气急了，让所有的同修都到外面站着，在院里我们一直背法不停。冬天的晚上，人们睡的较早，马路上早已没有了汽车的嘈杂声，周围特别安静，同修们背诵《洪吟》的声音显的格外洪亮、洪亮的声音划破夜空，传到很远的地方，仿佛能听到回声。我们反复背诵《助法》、《威德》。记的当时值班的恶警像热锅上的蚂蚁，气急败坏的在院子里转来转去，不停的吼着，吼叫声在我们背法声中淹没，没办法了他就把拘留所的指导员（此人有善念）找来，指导员让大家各自回屋才平息此事。每每想起那天的情景，我的心就会震撼，当时在另外空间一定是一场轰轰烈烈的正邪大战。

十五天拘留期满，邪恶仍不放人，那天正好学习经文《道法》。师父的教诲启发了我，我与同修切磋后，我们集体要求放人，超期关押第二天拘留所让我们自由活动，在后两天里二十多个同修抓紧切磋交流，大家一致认为出去后，在学好法的基础上，继续做好维护大法的事，坚定的走好修炼的路。

因为我进京上访，单位从二零零零年二月停发我全部工资，我想利用要工资的机会向更多的人讲真相，开始着手整理因为坚持信仰“真善忍”而受到的一系列不公正对待。为了寻找法律依据我买了《宪法》、《刑法》、《刑事诉讼法》、《工会法》、《劳动法》、《妇女儿童权益保护法》等，文章写好后，我把自己的身份证复上，印了许多份给单位领导一人一份，各部门在职职工，从上到下，包括单位的两栋宿舍楼，大多是退休的，我挨家挨户到家里发，老同事知道了我的遭遇都十分同情，流着眼泪对我说：“你就说你不炼了，工资不就给你了，自己在家悄悄的炼，谁也管不了。”我说我们修炼“真善忍”第一个就是真，我不能欺骗别人呀。停我工资的事在全厂引起很大的震动，不少人正面了解了大法的真相，我又找到总公司老总和书记告诉他们《宪法》规定“公民有信仰自由”，你们不让信，公民有上访的权利，你们不让去，还剥夺我仅有的生活来源，不是我违法，是你们在违法。接下来我把信亲自送到居委会、办事处、派出所、省市人大、总工会、妇联、还有专门解决工人

这些都无法动摇我坚修大法返本归真的心。

二、讲真话、遭迫害、魔难中步步前行

九九年夏天，在经历了“四·二五”、“七·二零”中共对大法步步升级的打压，报纸电台、电视台铺天盖地的造谣、诬陷，作为弟子我意识到决不能袖手旁观。师父告诉我们“可通过正常渠道向各级政府或国家领导人反映”（《精进要旨二》〈安定〉）。第三次从北京上访回来，面对政府、单位及家庭的压力，九九年九月我着手整理我得法后的修炼体会，我要把在大法中受益的情况写出来，让更多的人知道。那时除了学法外，每天晚上都写到深夜。文章写完后，就一份一份的抄，以书信的方式从单位领导每人一份到各个科室都有，从居委会办事处、派出所到省市人大、信访办。一般都是亲自送去，送信时给接待我的人讲大法真相，使接触到的人正面了解大法，同年十一月单位怕我再次上访，派人二十四小时监控我，我就利用这个机会向轮流值班的同事讲真相，并指出他们这样做是违法行为。年底为再次进京上访，我从新写好了证实大法的信（给中央信访办的）二零零零年一月二十四日我第四次进京，在信访办门口被当地公安绑架，我把写有“还我师父清白、还大法清白、立即释放所有被关押大法弟子”的要求的信和上访信交给了公安，被当地接回后，关在派出所一天一夜，滞留室里有七、八个刑事犯，我给他们讲大法真相，给他们看随身带的师父《洪吟》。他们看后说：“你们师父真了不起”。

二零零零年除夕夜，为了表达弟子想念师尊、证实大法清白，我和孩子（大法小弟子）准备到炼功点炼功，在途中以扰乱社会秩序的罪名被抓。这年的新年期间一共抓了一百多名同修，分别关押在市和周边的看守所、拘留所。我所在拘留所关押着二十多个，我们十一个人挤在一个砖垒的大炕上，大家绝食抗议执法部门乱抓无辜的违法行为，绝食期间许多功友被管辖派出所带走提审，受到打、骂、挨冻等折磨，魔难中我看到真修大法弟子在邪恶的迫害面前对大法坚如磐石的心。在拘留所我们坚持每天学法（有同修带进了大法书）炼功、背《洪吟》。在这里我讲一件我们集体证实法的事情：一天，两个男同修被值班的恶警叫去背监规，同修不背，从下午一直被罚站到晚上，当时天气很冷。晚上九点多，我们监室要求让男同修回屋，恶警不同意，我们就开始

所有邪恶生命与因素。十几分钟后疼痛消失，但已大汗淋漓。又坐在电脑前时全身无力，困的心都糊涂了，马上就要睡过去，我站了起来又发一念，今晚必须成稿发出。渐渐的清醒了，第二天早上顺利发出。

今年中旬，我到了一个新的环境，八、九月份时这就开始清查人口，街道、社区、派出所不断的干扰，说迎接邪党国庆，过几天我住的楼和旁边的两个楼头板报分别写了诬陷大法的邪恶标语，落款是此地社区。这可不是偶然的。我边发正念边找自己，脑子里一下打出了：“证实法有障碍时，不要绕开走，要面对它去讲清真相、去救度生命”（《各地讲法二》〈二零零二年华盛顿DC法会讲法〉）。我马上找到了自己：应该寄真相信讲真相了，最近在做三件事上对自己放松了。以前，我每星期至少都整理几十封真相信，从查找邮编、地址、姓名开始，然后根据不同职业的人选择不同内容的真相信配一张内容合适的周报，有时根据当地迫害情况写真相信发给明慧，然后寄邮给迫害者。我是把姓名，邮编、地址、寄信人地址写在一张纸条上和选好内容的真相信与一张《明慧周报》或《觉醒》，《纵观天下》等订在一起，内容自配，然后待协调送资料同修分给取资料同修，每人几份，然后自己写信封、寄邮。这样笔体不一样，整体配合速度快，又能带动暂时不敢发资料同修走出来。可现在我却没有做好。

悟到了，我立即找到熟悉环境的同修，我俩定下午一点半去寻找社区和街道，回来后忙了一阵子，快到一点了，安逸心上来了想躺一会，不知什么时候睡着了。忽然几个炸雷把我炸醒。这很少有过的响雷，我一看已一点三十五分，这时外边雨大的看不清人了，我拿起伞立即下楼，看见同修已来了，因风雨交加伞被风刮得打不住了，同修说风雨无阻，我俩顶着倾盆大雨向前走着，一会果真看到了这个社区正好在路旁，这时雨大的已走不了人了。我俩忽然明白了，走廊就挂着社区人员的所有姓名，我赶紧拿笔记名字，几次过来人以为是避雨的。后来我俩又找到了街道，两处共记下了几十人的名字、电话、地址。往回走时雨停了。回来后，再看我住的楼头的邪恶标语已经没了，而且一点痕迹都没有了，旁边的两个楼还没掉。晚上我去擦掉了。隔了几天写上了建立文明城市的标语。之后我们立即发真相信，同修的弟弟在邮

局，正好是送信的，同修给了他几封，他去送信时，社区的人说，这怎么了，这几天怎么这么多信呢？我知道他们都接到了。邮信以后，楼头板报擦的干干净净的，一个字都没再写过，环境也没有干扰了。

其实我们每个实修弟子，在正法修炼中大法展现的神奇数不胜数，因弟子每往前走一步，都是师尊的心血倾注。

现在我从取第一手材料到上网、下载、写稿、打印、排版、购耗材等都基本独立了。放下了依赖心，走进自己的路。

反思十年来走过的正法修炼之路，开始由于对法认识上的不足，造成的对大法、对世人的负面影响，无言以表。特别是后来在和同修的配合上，不向内找，不会修自己，造成执著自我、证实自我、显示、欢喜、一说就炸、辩解等等，破坏了很多师尊为我们苦心安排的提高心性与救度众生的环境，使身边很多同修被绑架，非法劳教，非法判刑，迫害离世。这方方面面的损失无法弥补，失去的很难再找回。唯有越最后越精进，加倍的做好三件事，同修间默默的圆容与配合，共同在法上提高，达到整体升华，救度更多的众生去面对师尊，回报众生。

合十！

在整体环境中提高

文 / 中国辽宁大法弟子

这一年以来，我修炼的最大体会就是形成学法小组后，在整体的环境中互相配合，提高更快，三件事会做的更好。仅举一个例子。

几个月前，我们学法小组的一名老年同修和她的女儿L同修因讲真相和制作真相资料，于同日被本地国保恶警绑架。老年同修凭着信师信法的正念及平时实修的心性基础，很快便闯了出来，L同修被邪恶关押在本地看守所迫害。

以下是我们学法小组是如何做的及我个人的一些经历体悟：

一、整体配合 清除邪恶救世人

得知消息后我马上在第一时间上网曝光邪恶的罪行，同时我和同修们在法上进行了交流，同修们都认为，大法弟子是

自己的问题并用大法归正。我现在唯有抓紧这正法的最后时机，实修、向内找，努力做好三件事，才能不辜负等待得救的众生的期盼，才能不愧为一名正法时期的大法弟子。

修炼中的一点体会，不当之处请同修慈悲指正。写作水平实在是有限，请同修见谅。合十。

在正法修炼中

——我讲真相劝三退的部份经历和点滴体会
文 / 河北大法弟子 宇清

我是一九九六年五月得法的弟子，今年五十七岁，文化不高，对法理解更深的理性文章写不好，但有一点我很清楚，作为弟子当师父和大法遭到诬陷时，应该挺身而出，讲清真相、救度众生是大法弟子最大的责任。下面是我十年正法修炼中在讲清真相救人方面的部份经历和点滴体会，借第六届大陆大法弟子修炼心得交流会向师尊汇报，同时与同修交流，不妥之处敬请同修慈悲指正。

慈悲伟大的师父您好！

海内外同修好！

一、病痛中苦挣扎，幸遇师尊结圣缘

十多年前，我是一个整日在病痛中挣扎度日的病秧子，那时，药费一报就是一摞子，因为体弱多病跑遍了省市各大医院，还练过多种气功，但都无济于事。身体仍承受着病痛的折磨，心里真的好苦，不知怎样面对今后的人生。九六年五月十五日是我永生难忘的日子，我有幸走上法轮大法的修炼之路。得法初期，我就象一个刚入学的孩子，大法的高深法理吸引着我，无论学法还是炼功，我总是最早到达炼功点，在等人的时候，我仰望天空默默的想，苍天有眼啊，让我与这么好的大法结缘，我的生命从此有了希望。沐浴佛恩十三年，深感大法博大精深，用尽人类的语言也无以言表，自己身心的变化验证了师尊的慈悲和大法的神奇，我更加珍惜幸遇师尊与法结下的圣缘。十年正法修炼中，我曾多次被派出所非法关押，两次被拘留所非法关押，一次被非法劳教，在邪恶的劳教所为逼我放弃大法，非人的折磨长达半月之久，

人心全起来了。

过了几天，通过集体学法与同修交流，认识到大法弟子怎么能被一句话就干扰的心神不宁的，大法弟子应该是雷打不动的，我现在的心性表现离师尊对我们的要求差的太远了！一句话就人心浮动、乱了方寸，这不正是邪恶所希望看到的吗？这不正是对我们营救L同修的干扰吗？我不能中了邪恶圈套，要以证实法、营救同修为大局，不能被邪恶破坏了我们学法小组营救同修的整体配合。

重要的是，老同修对我说这样的话不是偶然的，当我静下心来向内查找时，发现我的善心不够的状态，一直没有根本改变，对别人的缺点不能包容，眼睛专盯着别人的不足、看不到别人的优点，所以在为同修指出不足时常带有指责、埋怨等因素，致使迷茫中的老同修接收不到善意温暖。而我还觉的自己“直率”、很“真”。

小组同修的交流提醒了我，同修说：法里讲了，“真”也是“真、善、忍”构成的，我们的“真”里也应该有“善”、有“忍”啊。

是呀！我以后要多学法、形成“时时无条件找自己”的机制，理解和包容同修，也是扩大自己的胸怀，也会包容救度更多世人。

事后，同修和老同修善意交流，老同修知道了以前的漏洞，很高兴，也说她那天对我发泄了魔性，要注意修自己。大家都向内找，矛盾解决了。大家及时调整了配合的方式，继续做着营救L同修、讲真相的事。

师尊在《曼哈顿讲法》中说：“你们从现在开始也是这样，不管你对和不对，这个问题对一个修炼人来讲根本就不重要。不要争来争去的，不要强调谁对谁错的。有的人总是强调自己对，你对了、你没错，又怎么样呢？是在法上提高了吗？用人心强调对错，这本身就是错的，因为你是用常人的那个理在衡量你自己，你用常人的那个理在要求别人。”

用师尊的法来对照自己的言行，真的是感觉万分惭愧。在大法中修炼十多年了，还没有自觉的做到向内找，证实自己的心还这样大，其它的执著心也是时强时弱并没有从根本上去除，而师尊留给我们修好自己救度世人的时间又是有限的。

好在现在我有集体学法小组，同修能互相鼓励、及时警觉

个整体，他的事就是你的事。我们要营救L同修，直至解体邪恶对L同修的迫害。这是大法弟子应该做的，是大法弟子的责任。

学法小组中的D同修提议，配合老年同修为L同修请律师做无罪辩护，同时我们还悟到，我们要充份的利用请律师做无罪辩护这种形式向世人讲清真相，而且在请律师的咨询过程中可以向律师所在的司法界讲真相，我们的基点要摆正，我们不是要依靠律师来救我们，而是我们要向他们讲真相尽力的救度他们，他们一旦明白了真相从心底返出了人类应有的良知正义，就会敢于理直气壮的为同修做无罪辩护，这样他也为自己的未来做了一个最好的选择。

实际上，老年同修把这件事做的很好，在很短的时间里将本地区的大部份律师事务所都走到了，使一些律师事务所的工作人员对大法弟子被迫害的真相有了不同成度的了解。有的律师明白一些真相，只是迫于中共邪党的压力不敢接案子，表示出同情。

同修们还认识到，请律师辩护的过程也是大家整体配合进一步清除本地邪恶、更好的修炼自身的大好时机。同修们随着律师在业务上操作的日程，有针对性的向本地的国保、检察院、法院等参与迫害的部门近距离发正念清除邪恶，向本地国保、检察院、法院的各部门及责任人邮寄真相信件，对清除操控恶警、恶人的烂鬼邪灵起到一定的积极作用。

同时，我们根据律师对案子的操作日程及时上明慧网曝光邪恶的迫害罪行，D同修还整理了多种揭露本地邪恶迫害L同修的真相资料，通过这些资料在明慧发表与本地同修的发放，有力的震慑了邪恶。老年同修再找到恶警要人时，负责迫害L同修的恶警不是躲避不见、就是推诿搪塞，一改之前开口闭口就要抓人的蛮横态度。

二、找到自身执著 修去怕心担当责任

另一方面，通过L同修被迫害一事，大家都认为我们学法小组整体上有了漏洞，才被邪恶钻了空子。大家都在向内找自己的不足，就我个人来讲在心性上就存在着很多，有的甚至是很严重的问题。这里说两件事情：

第一件事情：以前L同修曾多次指出我有看不起别人的心，说我有时表现的象高人一等似的。我当时心里并不承认，总觉得这是L同修对我抱有偏见。因为我在教L同修一些

技术时，因缺乏耐心，在L同修对技术掌握慢一点时，表现的不耐烦，曾引起L同修的反感，从而产生了矛盾。

现在认真向内找了找，发现我真的是有看不起人家的心。认为她不注意仪表、做事不利索，邋里邋遢的，教她技术时她也不认真听，你这边正教着哪，那边她去和另一同修聊上天了，心里想不尊重别人的付出，真叫人受不了，总之是不符合自己的观念。

就这样我和L同修间就形成了间隔了，平时需要配合接触时看到她心里就感觉堵的慌，自然在配合上就能不自觉的表露出来，对方就会感觉到。L同修在去利益心过关当中，我给她指出时，用的是常人的指责方式，而不是修炼人的善心。这样下来矛盾越积越深、间隔越来越大，虽然我尽量在表面上表现着平静，但心里却是波涛翻涌，一直在心里对L同修较着劲。其实已经偏离了修炼向内找的状态，上了旧势力的当，被旧势力间隔了还不自觉。

时间长了不修自己，我不但“看不起别人”这颗执著自我的自大心没去掉，反而又生出了怨恨心和争斗心。总是觉的L同修做的不对，自己对，甚至得知L同修被迫害后心里还曾隐约的闪过一念：“平时好心提醒你注意安全，这回你看怎么样。”在同修遭受迫害之际内心中还在证实着自己的对，这种常人都不如的心态，是多么可耻与自私呀！

我现在悟到，L同修指出的我这种看不起别人的心，常人讲的自视清高，其实是执著于自我、证实自我的心，它的根源是旧宇宙的根本——私，表现就是总在自己的观念看待其它的生命、还是其它的生命，把自己看的象朵花儿似的。为了保护自我不惜一切，甚至是不惜毁掉宇宙中的无可计量的众生。没有无私无我、洪大的宽容——新宇宙生命的特点。修炼人要修不掉这个私，怎么救人、怎么能和同修整体配合哪。我决心修掉它。

L同修被迫害后，学法小组的同修们针对D同修提出的请律师，都各尽其能的行动起来。D同修默默的将请律师的全部费用承担了下来，还将律师事务所联系方式等资料提供给老年同修并给律师打电话商定见面的时间、地点，一句一句的教老年同修如何与律师商谈（讲真相）为L同修辩护的事宜。

我调整心态，主动承担传递消息的工作，负责将律师办案的日程及迫害的负责部门、责任人的相关信息上网曝光，及

时准确的将消息公布出去，为同修们发正念、邮真相信提供有针对性的信息。

记的有一天，为了核实一个要上网的信息，我往老同修家跑了三趟。那一天正值盛夏的高温天气，而且担心老同修家附近有邪恶蹲坑。事实上确实有同修提醒过，说：当地社区人员在老同修家附近存车店和小卖店里监视，并放话说要抓与老年同修经常有联系的另一位同修。

我心里又焦虑又有些怕，就背师父的法《洪吟二》〈怕啥〉来鼓励自己、不断的加持正念。就这样在那段时间里，怕心在修去，我几乎每天都要去老同修家一次，了解到了事情的最新信息。

三、在集体环境中提高

一次，我到老同修家与老同修商量一些事，老同修对我说：“在我们家发生了这么严重的迫害，到底是咋回事，你帮我在心性上找一找。”我就对她讲了曾经给她指出过的她对子女的情太执著等的心性上的漏洞。

这位老同修曾为不修炼的儿子向两位同修借了近十万元钱给儿子做生意，而她不修炼的儿子不是太明真相，有时遇到同修去老同修家他的态度还很不好，甚至把其他同修堵在大门外。我觉的老年同修欠下这样大一笔债，心里头一定压力很大，这就是严重的干扰了。这件事是不是老同修对子女的亲情太执著造成的？是不是这次被邪恶抓到把柄迫害的一个主要原因？

当时我自觉的说的时侯，心里还是很真诚“为他”的，可谁知老同修一听情绪就马上激动起来，说：“哎，能修到哪儿就修到哪儿吧。”一会儿又说：“修不成就当人吧，爱咋咋地吧。”听的我是一头雾水，心里感觉是老同修是不高兴了，而且对我非常不满意。我只好说：“我走了。”老同修送到门口时说了一句话，我听后眼泪都快下来了，她说：“就干到底了。”

我当时都不知道怎么从她家的楼下来的，满脑子就是她说的这句话，骑着车子忽忽悠悠的回了家。回家后功也炼不下去，学法也不能静心。我心想：这话是什么意思呀？跟谁干到底呀？屋里就你我二人，一定是冲我来的了。噢，我冒着高温酷暑的不顾自身安危帮你，结果换来了这么一句话。脑子里翻江倒海的，当天晚上几乎是一夜没睡，那个委屈呀，