



# 明慧周刊

2004 年  
10 月 21 日  
特刊

## 首届大陆大法弟子修炼心得书面交流大会交流稿选登(二)

东北地区.....	2
在大法中修炼 一步步更加坚定	2
正本清源之点点滴滴认识	6
归正，找回修炼人的正念	8
地区未明.....	17
背法、精进和在魔难中坚持正信	17
华南地区.....	18
在正法修炼的实践中成熟和坚定	18
华北地区.....	26
做一个真正的正法时期大法弟子	26
生命从这里开始	30

## 在大法中修炼 一步步更加坚定

文/辽宁大法小弟子

我有幸参加“首届大陆大法弟子修炼心得书面交流大会”，心里特别高兴，感谢明慧这块宝地给大陆大法弟子一次交流的宝贵机会。

1994年8月15日，当时的我才6岁。这个令我们一家都难忘的日子，自从这天起，我们一家的生命有了全新的开始，全新的转变。有幸得到了法轮大法。自从得法后，我们天天炼功，学法。但是，我们想得了这么好的大法应该让别人也知道，不应自己占有。这样我们一家就成了一个炼功点，天天在外面炼功，洪法，风雨无阻。很快我们就由几个人变成了十几个、二十几个、五十几个人的大炼功点。我们家就是学法组，而且来学法的都是讲师、教授、大学生等。天天这么多人的学法，炼功，真是太好了！我们严格按照师父要求我们的真、善、忍来做。把我们的炼功场地打扫的干干净净，每个人的心灵都通过学法、修心得到了净化，切实的感受到了修炼后的道德回升，身体健康，心灵充实。

可是99年7月20日开始，由于江××妒忌我们伟大的师父，看我们师父有那么多的好弟子，它

就开始了一次那么残忍，严酷，令人发指的镇压。利用军、警、特务、电台、报纸、广播、外交等一切可利用的手段，污蔑我们的师父，给大法造谣，蒙蔽不明真相的世人。而且用精神及肉体上的双重折磨来打消大法弟子对大法对师父的坚信。但大法弟子在魔难面前没有屈服，而是选择了更加坚信师父、坚信大法。我们坚定的走上了市政府，在那里和平请愿，希望政府释放被非法绑架的大法弟子及给我们和平的学法炼功环境。但是我们的要求并没有实现，我看到的只有警察的打人、骂人，原来在我幼小心灵里完美的警察叔叔的形象，在那一刻全都崩溃了，它们怎么会打人像土匪一样，太可怕了。

在市政府和平请愿无效，我们就决定去北京上访。由于当时中国各市内上北京的车都被封锁，我和姐姐及一些大法弟子开始了步行上北京，我们半夜出发，一路上翻山越岭，还受到警察的围攻，幸在师父的保护下走脱。后悟到是因为有了怕心，怕邪恶把我抓走，才出现了警察的围攻。而且因为走的太急，是山路，把我的胳膊，手，腿拉了许多口子，但是我并没有感觉到疼。由于邪恶封锁道路和干扰，我们的北京之行并没有成功。

干扰他们前进的邪恶因素。清除一段时间后，再帮他们从法理上明白其中的道理，很多同修都回到正常的修炼中来。

师父讲了“我这个当师父的是不能落下一个弟子的，我告诉你们，所以作为负责人来讲，你不能给我落下一个弟子。”

（《在亚太地区学员会议上的讲话》）。只要身边有需要帮助的同修，我们都不能放弃。有一个同修，为了让她放弃小册子上邪悟的东西，我那段时间几乎每周都跑她那一趟，去一趟就需要大半天的时间。就在我都快要失望时，她归正了自己的路，终于明白过来了。后来她又帮助许多周围的弟子摆脱了邪悟小册子。

我们大法弟子是一个整体，我们要为身边的同修负责。师父告诉我们：“大法弟子一大部分随着那些天体来的，人人结了缘，一旦圆满回去之后啊，你们要再想见都是几乎不可能的了，所以你们要珍惜你们的这段缘分。而且你们这些缘分都是互相交叉式的、每生每世结过不同的缘，很不容易呀。”（《在大纽约地区法会的讲法和解法》）

我们要珍惜每一位同修。其实，我们的机缘不在于我们能够修炼，而是我们无比荣幸的随师父正法。正法修炼建立的缘分，更加难得可贵。

想说的话很多很多，和其他弟子比，我还有很多做得不好的地方，其实这是对众生的不负责任。有时候我用自己在做其它的事情作为借口来推脱。现在我也

在努力做好，突破自己的障碍，完成自己的使命。

修炼快六年了，我也从一个新学员变成了一个老学员。修炼的路途中，我既觉得轻松，又觉得艰难。轻松中感受着师父的慈悲，艰难中肩负着众生的希望。大法对我们要求越来越严格，为了这亘古久远的誓约，走好这最后的路。

不对之处，敬请指正。

谢谢大家。合十。

花近两个小时的时间呢”，“为什么总是把事情都推到我这里，我都承担了那么多的工作”“为什么……”，还觉得自己好委屈。每次出现这个念头的时候，自己也明白这是私心在作怪，应该铲除它。但是屡次都是只消除了表面的，过一阵又翻上来。有时候我自己都觉得自己怎么这么自私呢？面对师父，我心里难过极了。当我想到自己是正法弟子，这一切都是我应该做的时，师父便帮我去掉了那部分私心，扩大了我的容量。

在个人修炼中去人的执著很慢很慢，往往在一个阶段需要很长时间才能真正认识到问题所在。而在正法修炼中，我感觉自己很多人心犹如肥皂泡，一打就碎。正法的大熔炉里，个人的那点执著显得是那么微不足道，既可怜而又可笑，很快就烟消云散。正法之伟大，我们无法想象，所以我们修炼的很快。

在修炼中，我们能做的就是按照师父所说的做，更多更深的一切都是师父帮我们做的。师父曾说过“我什么也不求。我就是来度你的，我就要你那颗向善的心，能够提高上去。”（《在悉尼讲法》），一颗心就足矣了，我们的修炼就是如此简单。甚至去执著心，这个原本属于我们自己完成的事情，只要我们有坚定的心，师父也给做了。师父的伟大，我们无以想象。珍惜这万古机缘，完成正法时期大法弟子的使命，也许是给师父最好的感激吧。

#### 4) 讲真象——感受大法的慈悲

大法要求我们慈悲一切众生，达到无私无我的境界。慈悲是一种境界，我虽然明白表面的道理，也努力的扩充自己，可“私”的根扎的很深。然而在正法修炼的路程上，师父让我体验到了慈悲的宽广与无际，那种善的力量可以溶化一切。胸怀着所有迷茫中的众生，我真正觉得自己是他们的希望，是他们的王。

这种慈悲只有在正法修炼中才能领会和体验。发传单时，感觉自己是踏着云朵穿梭在楼宇中，没有身体的沉重与疲倦。写文章时，纯善的场让我发出内心的呼唤，叫醒那些被欺骗的民众。我可以连续好几天，只睡一两个小时，而没有丝毫的困倦。这一切源于师父的慈悲，源于大法赋予我的能力，因为我是正法弟子。

#### 5) 珍惜同修

五年多的时间里，许多同修给予我无数的帮助和鼓励，我非常感谢。在修炼的大家庭中，我们共同精進。但也有陷在某个人心上总也出不来的，如果没有其他弟子去帮帮，这个同修就容易被旧势力给毁掉。

在我们周围有因为小册子邪悟的，有从教养院回来邪悟的，有执著常人的事务不精進的，有走过弯路始终萎靡不振的，有……他们都非常渴望能精進修炼，但是绊脚石太大，自己也难清除这些干扰。所以针对不同的同修，我们帮他们发正念，铲除

江××发动的这场镇压最邪恶，使很多大法弟子都受到了严重的骚扰，迫害。刚开始镇压时公安局、派出所经常到我们家砸门，不管白天、黑夜。爸爸妈妈为了不配合邪恶，到了别的地方住。我和姐姐住在家里简直就象受到了千斤担子的重压，心理上的压力特别大。有时候5分钟都能接到3个追问爸爸妈妈下落的电话，再加上邪恶的警察跟疯了似的砸门，那时的我经常半夜偷偷抹眼泪，心想着爸爸妈妈什么时候才能回来，什么时候一回家就能吃上妈妈做的饭。好在那时候有许多大法弟子帮助我们俩。过了一段时间爸爸妈妈回来了，我和姐姐的心才平稳下来。

妈妈回来以后，通过学法悟到了应该去北京上访。我看妈妈决定去北京时，我想我也得去北京为师父鸣冤，告诉世人大法好。刚想去北京时干扰就来了，决定去北京时，正好是99年末，学校马上就要期末考试了。而且我们去北京的时间正好是考试的前一天。但当时我看到电视上污蔑大法和师父的东西天天放，心里如热锅上的蚂蚁，心想无论任何干扰，任何阻碍，也阻挡不了我去北京的这颗心，我一定要去北京上访，还师父跟大法的清白。也许就是这坚定的一念，使得我去北京的路上十分的顺利。但我知道，这顺利的背后更多的是师父的承受和帮助。

到了北京，找了很长时间才找到信访局，还没等到门口，就被警察截住了。警察问了一些问

题，就把我们抓走了。回来后无理索要了我们家几千元钱，给我们家经济上造成很大的损失，还把妈妈非法送到看守所里关了十多天才放出来。

2000年7月7日晚上，爸爸做好饭，等妈妈回来，可是一等不回，二等不回来，都晚上8点多了，妈妈还没回来，我隐隐感觉到妈妈出事了，爸爸跟我说：

“咱俩去你妈妈单位看一看吧！”然后我跟爸爸迈着沉重的步伐走向妈妈单位。得到的却是令我伤心的消息：妈妈被非法抓走了。一个在单位安安稳稳干活的好人就因为修炼法轮大法，被非法绑架了。

我哭了，为什么，为什么，妈妈那么好却被绑架了。我想我得质问邪恶，于是我把电话挂到了派出所，我质问它们，我妈为什么就在单位好好干活，却被抓走。电话那边没理了，敷衍了我几句，就把电话挂死了。我一连挂了几遍，也没人接电话。过了一些时候，我知道了妈妈被非法劳教一年的消息，关在沈阳马三家教养院。

妈妈的被抓走不但没有打消我们修炼的决心，而是更加坚定了我们跟师父走的意志。

2001年元旦，由江××一手导演的自焚在电视上播出了，就因为自焚这件事，又蒙蔽了不计其数的生命。全国上下黑云压顶。教育系统开始了“反对×教”的签字活动。当时，听说我们地区的学校也组织签名。我心想躲几天吧！就请了几天假以后

又去上学。可是我请假的这几天学校并没有组织签名，但当我去学校的那天开始，学校就要求学生表态。（我知道因为我的怕心，导致学校还让学生表态，我并没有否定旧势力）那天班主任让几个学生在黑板上画上邪恶的画，完后就开始了邪恶的“反对×教”的会。

老师讲了几句话，就问：咱们班里有以前学过“法轮功”的吗？（其实在开会时，我就想，我到底怎么办，心里很紧张，也有点害怕，但当时我已经看了很多明慧网上大法弟子正念正行的文章，知道应该证实大法。）

我“咚”的一下站起来了，陆续也有几个闹着玩的男同学站了起来。我当时知道班里还有一个同学也学，但他当时并没有承认自己学，我很寒心，心想师父看他多伤心呀！而且师父在经文《位置》里说：“人就是人，关键时刻是很难放下人的观念的，但却总要找一些借口来说服自己。然而一个伟大的修炼者就是能在重大考验中，放下自我，以至一切常人的思想。”

老师说：“大家坐下，那我再问，现在学的有谁？”

那几个同学“唰”的都坐下了，只有我还站在那里，霎时间那么多双眼睛看着我，可能他们都很奇怪：一个女生怎么可能炼法轮功？但是我知道，我这么一站，师父是多么的欣慰，多么的高兴。想到这，我在那一瞬间没有了怕，只感到师父就在我的身边。我同时向老师及同学讲了自

焚的一些疑点及漏洞。

放学后，我跟爸爸讲了这件事，爸爸听后说我做的很对。爸爸想应该向班主任老师讲明白真象，为他的未来考虑，不能让他失去被救度的机会。爸爸去了很长时间才回来，回来后，我才知道原来爸爸去的时候，班主任正想向学校汇报我修炼的情况。但通过爸爸讲真象，班主任明白了大法的真象，摆放好了自己的位置，不再向学校汇报我的事情了。老师还说：“只要觉得好，那就继续炼吧！”

同年的7月份，妈妈被释放回家了，妈妈回来后，很快就跟上了正法的进程，也和我们一块去做真象。

但是邪恶的派出所警察还不死心，继续骚扰我家。时不时的半夜来上我家砸门，那一阵子，我听到敲门声，心就直跳，也挺害怕。

2001年，下半学期。我升到初中，第一学期还经常发真象资料，学法，发正念。但到了第二学期，由于功课太多，导致我三件事做的进进停停，学习倒是挺好的，应该做的主要的事都耽误了，没分清主次，我只是把大法修炼溶于到学习中，而不是把学习溶于到大法修炼中，还以为自己做的不错。还有邪恶不断的要抓爸爸、妈妈。迫使爸妈流离失所，也导致了遭到了严重迫害，被邪恶跟踪到我暂住的大法弟子家，使大法弟子家遭到了抄家，主人被劳教了一年。我也被迫退学，流离失所至今。现在回

聊天时，我自己独自在一旁撰写自己的论文、看文献，整理数据。当别人吃午饭时，我找个安静的地方看师父的新经文。晚上回到家，经常快10点了，很多博士生都利用这些时间看看专业文献，设计第二天的实验，我则开始看大法的书籍。设计实验的时间，我把它留在从家走到实验室路途中那近二十分钟的时间里。

每个月，导师都要检查论文工作，在每次汇报的时候，导师都连连点头表示赞赏。因为我接手这个项目，本来已经日落西山的项目突然出现新的光彩，而且给导师带来他一生中最高荣誉。就这样，我非常顺利的完成了我的博士论文，获得了很好的成绩。而且有一个项目已经投入到工业生产中。

我们很多弟子都是有工作任务的，处理好工作与修炼的关系很重要。在修炼中，我也深深体会到大法的威严。

有的弟子因为修炼而失去了工作，我想这不应该是我们大法弟子的修炼状态。师父在《在亚太地区学员会议上的讲话》中讲到“我是说旧势力对大法弟子的干扰我不承认，因为大法弟子是我的弟子，谁也不配管，更不能使它们利用、强加大法弟子以达到它们的目地从而毁坏我弟子的阴谋得逞。”有些弟子的经济很拮据，其实这也是旧势力造成的。师父曾讲过修炼大法是有很福分的，我们这些大法弟子怎么可能连自己的生活都维持不了呢？

我记得我刚毕业那年，去一个单位面试。我直接告诉他们我修炼法轮大法，要不要我请想清楚。在我第二次去他们单位的路，我突然明白一个道理：我为什么要没有工作呢？我那么优秀，怎么能没有单位要我呢？我必须要有工作，而且邪恶旧势力也应该明白：在以前的个人修炼中，人吃的苦越多，条件越艰难，修炼的威德越大；但是我现在不是个人修炼，而是正法修炼，我不需要这样的考验，我的使命是助师正法，威德体现在救度众生上，而不是体现在自己吃多少苦上。顿时挡在我前面的路就开了，单位的党委书记点名要我来工作。

环境需要我们去改变，尤其现在，我们需要给未来留下的路应该是纯正的路。

### 3) 去执著

在去执著心的过程中，我体会到正法修炼与个人修炼的天壤之别，师父给予我们的太多太多。师父让我们不断的向内找，去掉人的执著。我经常陷在“执著中找执著”，一个状态持续一段时间就会觉得自己面前有一堵墙，很难突破。为了冲破阻隔，往往就在现象中找自己的问题、自己的执著，找的很累、很苦。

“私”源于旧的宇宙，在不同程度上都有不同的反映。这个私心也非常障碍我们前进的步伐。有一段时间，自己开始有点埋怨别人，“为什么总是我去你那呀，你怎么不来我这，路上要

机缘巧合，我很快就知道了如何从明慧网那得到最新的消息。自己马上买了电脑，每天都能看到明慧文章，了解大法的形势，迫害的真象，以及同修的修炼心得和正法故事。从那以后，我对正法修炼的理解有了很大的改观。明慧网提供了一个所有大法弟子交流的空间，在这特殊的时期，真是难得可贵。

自己的变化让我开始认识到突破网络封锁对每个大法弟子的意义有多大。于是我开始告诉周围我认识的同修，帮助他们突破网络封锁，及时看到大法网站上的文章。他们也飞快的变化着，都在精進。

虽然我读到博士，除了我的专业之外，其余的可以说很陌生。在人群中，我从来都没有觉得自己是个博士就很了不起，我知道自己了解的东西很有限。随着正法的推进，资料点需要许多新的技术，以满足大法弟子证实法的需要。当同修和我说：“能不能做一些……，能不能做……”。虽然很多我都不会，但是想到：这些工作我不做，又有谁来做呢。我都一口答应，回家后面对很多完全不懂的软件和技术，开始从头摸索。我坚信自己能做好这一切。

大法开启了我的智慧，经常需要什么技术，就好像有人在牵着手教你一样，一试就懂。而且完成的很快，质量也很好。很多人说我聪明，其实这并不是原因的根本。我明显的感觉到自己在今生所学的，以及在过去世所学

的技术在我的头脑里都有印记，当我需要的时候，它犹如泉涌协助我完成证实法需要的任务。一切都是因法而来，因法而备的。其实我周围有很多学历很低的同修，他们在正法中所学的技术要比常人中专业人士还要专业。

正法中，大法给予我们的东西，是无量无计的。正象师父说的“学员没有，我这个师父给”（《二零零三年元宵节讲法》）。只要有愿望，基点在法上，没有难得倒大法弟子的。

## 2) 工作与修炼

对于工作与修炼的关系，师父讲过很多。在这里想和大家谈谈我的体会。在7·20后，我的博士论文正好改题，需要从新开始。如何处理好工作与修炼的关系是我时时面临的问题。

刚开始导师们对我都是一脸难色，怕我毕业不了影响他们。我时常想：放弃求学，找个工作，这样自己可以不那么忙，给修炼留些时间。（其中也有一种想逃避的人心在里面，不愿意学习）但是又一想，如果这样很多人会认为我因修炼而放弃自己的学业，从而更不理解大法。导师曾问我：你们炼法轮功的人，都不求上进。我告诉他：大法要求我们做好工作，让我们放弃的是不好的人心，根本不是不求上进。所以我常告诫自己：你是大法弟子，必须做好你该做的，让周围的人看到大法的美好。

为了不影响自己的修炼，我把在实验室的时间利用的很紧，一天开设好几个实验。其他人在

想起来，还不免痛心，就因为我当时的不精進导致了一连串的迫害钻空子。我想告诉在家的小弟子，你们一定要精進，不要错过师父精心给我们安排的道路。还有海外的小弟子，你们要珍惜你们的环境呀！

在流离失所的时候有一件事令我至今难忘。刚开始流离失所的时候，我没有钱，于是我就上山挖野菜吃，看到田间地里有花生米，于是我就捡起来吃了十几颗，结果回到家就开始上吐下泻，满眼金星，全身没劲，整个人站不起来，像一块死肉。我知道邪恶想迫害我，但我也更知道师父就在我身边。叔叔看我这样吓坏了，连忙把我送到医院里，（当时我已没了知觉，但脑子是清醒的）医院给我洗了肠。医生说瞳孔放大，有生命危险，得赶快送大医院。但是我坚持出院，不想在医院里。在当天就出院了。

听当地的老农讲，我吃的是巨毒泡的花生，专门给耗子乌鸦吃的，动物吃后一定会死。而我却没事，为什么没事，是因为我是修炼法轮大法的，是因为师父保护弟子，要不是师父保护，我今天就不可能在世上证实大法、救度众生了。在这里小弟子向师父问好，谢谢师父的慈悲呵护，给小弟子第二次生命。师父！小弟子一定会完成历史上跟师父签下的誓约。

我虽然被邪恶迫害的不能上学，但是我不能被邪恶带动，我应投入到大法工作当中，尽我最

大的能力去证实大法，救度众生。

于是我投入了资料点的工作。当时看到一些懂技术的同修被抓了，而在外面会技术的同修又太忙，我下决心学习电脑，由于师父的帮助，我的电脑学习比较快，从一开始的只会打印到安装电脑，从上网到教别人。过程中虽然有过想放弃的念头，但一想到我的生命就是为大法而来的，我的路就是师父安排的，想到这，放弃学电脑的念头就消失了。

在这当中我还帮助了一些同修学习电脑，在帮助同修的时候，使我的心性改变好多。比如有时候老年同修学习电脑比较慢，教三四遍还不会时，心里就有些急了，但我马上就想到：同修也想学会，只是学的慢一点而已，我当时学习电脑不也有慢的时候吗。师父教我们做事多为别人着想，我也应该多为同修考虑呀！再说，别人要是说你笨，你是什么想法。还有的时候同修会夸我教人很细心，心中不免就有些欢喜心起来，每当这时师父就会让我摔个小跟头，使我悟道。

有一段时间，我的电脑被同修重装系统，打了系统补丁，可谁知，有一个补丁使有一台打印机打不出来字。但当时我并不知道是那个补丁的事。点上一位同修说是我心性有漏，我不断的找我自己，并没有发现自己有什么问题，发正念也无济于事。我心里好难受，感觉有什么东西压着似的。同修说我时间长了，我心

里就开始反感了。心想：我有问题，那你肯定也有问题，不然，如果你正的话，机器也不能有这个问题了。这样，我和同修就有一点隔阂，但碍于面子，谁也没捅破这层纸。

那一段时间正好师父在 2004 年7月24日华盛顿DC的讲法发表。师父说：“有很多时候我看到你们在讨论一些事情的时候，还有人的一面执著的问题，对心里过不去的问题产生争论，影响着要研究的证实法的主要事情。我看到了那是一些在常人中养成的执著、放不下的观念，那些在常人中养成的东西一碰着就冒火，那是不行的。为大法做任何事情都不应该带有个人的观念，我这话经常讲，可是有的人老是不去想、也不去重视。”看了师父的讲法，向内找自己。其实就是自己一碰就冒火的东西，还有不愿意听说自己不好听的话。就是师父讲的执著形成的大山，花岗岩一样的顽石。它们来干扰我。我决不被它们带动，一定要排斥它们，坚定自己的正念。因为师父曾说过：“你坚定正念的时候，你能够排斥它的时候，我就在一点一点的给你拿；你能够做多少，我给你拿多少、就给你消下去多少。”（《在2004年芝加哥法会讲法》）悟到这，我的心透彻了，明白了。其实根本就没有同修的问题，都是自己的问题。

现在我基本每天都看2、3讲《转法轮》，有时还学4、5讲，最多的时候一天能看一遍《转法轮》。除特殊情况外，每天五套

功法全炼。

有时我们会一起一天看一遍《转法轮》，有时还连续几天看老师在大连、广州讲法碟。在学法的时候，我亲身体会那种溶入到大法中的感悟，好美妙，好幸福。我想我们遇到这万劫难遇的大法，所有的弟子都应该抓紧时间学法，赶快救度世人，尽早的让世人明白真象，做好我们大法弟子此时应该做的。

现在我发现，当我用心去做证实大法的事的时候，师父总会给我智慧。师父就像在黑暗中的光明，在我困难的时候，永远给我指着前方的路；在我不精进的时候，总是通过各种方式点醒我、启悟我。

不管怎么说，师父，弟子一定会更加努力的。

最后我想说的话和《明慧周刊》143期小弟子宁宁说的一样：希望大家都把心得体会写出来，不管文笔好不好，都应该写出来，写出来的过程本身就是提高，不应被常人的东西阻碍了我们，用心写出来（不在于能否发表，而在于自己如何对待正法修炼）。师父看大家什么，就看大家的一颗心。

要想写的太多太多，但是版面有限，写出自己的一些事情和体悟，向恩师汇报，和同修及小弟子们切磋交流。由于学法和个人层次所限，难免有错，请同修指正。

## 正本清源之点点滴滴认识

文/吉林省大法弟子

小的时候，我就在苦苦思索

望人性的善良、真诚和宽容。从大学到硕士，再到博士，波折坎坷很多。

“人到底为什么活着呢？”——这个从古到今迷惑多少人的问题，我同样很困惑。难道就为了别人的赞誉，还是为了那优越的生活？我知道这个答案不是内心真正想要的。仰望天空，希望无边无际的宇宙老人能给我答案。可他总是深邃的、怜惜的望着我，默默无语。

1998 年10月，一位博士生同学送我一本《转法轮》，让我好好看看。他的满腔真挚让我觉得这本书不一般。当我看完第一讲，二十多年的人生迷雾终于拨开，犹如紧紧闭锁的门一道道的被打开。书中的道理激起了我内心的渴望，原来我苦苦寻觅的是一一返本归真。得法后，我第一次感觉到轻松和快乐，那是生命发自内心的欢畅，也是我生命的开始。

我刚得法不久，就遇到一件惊奇的事情。一天中午，我正躺在床上休息准备下午上课，似醒非醒的时候，就看见从窗户外边飞过来一个高速旋转的法轮，很快就飞进我的脑门里。法轮进去后，我的主元神就离体了，没轻重，很舒服。我进入到一个很空很深远的空间，当我一回头，看见自己的肉身还在床上躺着（当时还不知道，只觉得奇怪自己怎么还在那躺着呢）。还没顾得想，就看到很远处飞过来一个盘坐着的佛，他静静的看着

我，我刚想跪下又想到自己已经修炼大法不能乱跪拜其他佛，好像他知道我心里所想，便对着我笑了，什么话都没有说，就快速离开了。我的主元神马上又回到肉身，起床看看窗户，什么也没有。但我知道修炼大法是我很久远很久远的宿愿。

从那以后，我对师父说：我一定能一修到底。

## 2 正法修炼

刚得法没有多久，1999年4月25日中南海万人大上访的风波就开始波及全国，紧接着7月20日，全国上下开始对法轮大法进行无端镇压，每个大法弟子也开始了自己的选择。从那时到现在已经有五年多了，期间发生了许多的事情。我没有许多大法弟子那样可歌可泣的动人故事，只是在小事情中有些自己的体会，有些是自己摔了跟头得到的教训，有些是在正法过程中的感受。在这里和大家分享。

在修炼中我最大的感触就是我们是正法时期大法弟子，是正法修炼，与个人修炼是完全不同的。而这体现在我们修炼的方方面面。

## 1) 我能做什么呢？——大法开启了我的智慧

迫害开始后，由于邪恶的阻挠，网络封锁的很厉害，大法资料显得格外珍贵。当师父告诉我们“在讲清真象中，不要等，不要靠，不要指望外在因素的变化。”（《精进要旨（二）》——致北欧法会全体学员）时，我开始想自己能做些什么。

再发材料时一進楼门就开始发正念。

## \* 叫世人当我们大法的活传媒

师父说：“讲清真象是当前我们要做的事情。大面积的做，用你们能利用的一切智慧去做，只要能救度世人就去做。”

（《在美国佛罗里达法会上的讲话》）我的邻居家来了几个亲戚，我知道了，就到邻居家去讲真象。邻居亲戚中有一个人，明白特别快，当时他就给他的亲人讲起来了。这人没有工作，专找人聊天，他说话很有号召力。我一看这人行，我知道他住的地方后，就悄悄给他送真象资料。他一跟人聊天的时候就讲传单上的事，成了一个活传媒。

有一个修车点，天天有七八个人坐那聊天，有一次路过他们那里，我说你们聊的是什麼，他说全世界什麼都有。到晚上我把两张传单放到他绑在树上的网兜里，转天好几个人围着看，我给他们送了几次，等我路过他们那里时，他们聊的都是传单上的事，他们也都成了活传媒。

某修车点的负责人，我每次制作传单都给她留着，有时来拿，有时我给送，凡是到她那修车的都叫他们看传单，看完就被那些司机拿走。一次，我去送资料，有一个司机说：我从你这里走以后，生意特别好（因为当时萨斯流行，都生意不好）。这位负责人说：“我们这里都说法轮大法好，看了传单明白真象得福报，以后你常来着点。”几年来

我发传单上万张，光盘近千张。

## \* 智慧都是从法中来

师父说：“你们的正念，你们所做的一切，都从法中来，所以大家再忙也不要忽视学法。”（《2002年美国费城法会上的讲话》）

我每天上午去讲真象、发传单，还得做真象资料，还得给同修送资料。不管多忙，下午要看两小时的书，除此以外还要看师父的各地讲法、新经文。每次出去讲真象，路程都很远，利用在路上的时间背经文、《洪吟》，晚上入睡前还把一天干的事过一下，看哪点做得对，总结经验。在做法工作过程中，时刻按着法的要求，真正向内找，叫旧势力找不到迫害我们的借口，做一个真正的正法时期大法弟子，脑子装的都是法。师父说：“一个大法弟子所走的路就是一部辉煌的历史，这部历史一定是自己证悟所开创的。”（《路》）

个人体悟，不足之处请慈悲指正。

## 生命从这里开始

—— 一个博士生的心声

我没有什么特殊的，和所有人一样我期待着美好的生活，更期待着人心的善良和真诚。但是短短的二十多年人生经历让我感到恐慌，甚至害怕长大，不想独自面对纷扰、人心险恶的社会。于是我选择了不断读书，这就是我为什么成了博士。

### 1 得法

童年时，生活的困苦对我并没有什么影响，反而让我更加渴

一个难以解答的问题：生命从何而来，将向何而去。能够博览群书的时候，便想从书中寻求答案，然而所得的名人智者，不过也是“人生如梦”，吾将上下求索的消极与无奈和同样的不得其解的茫然。我因此也产生了一种恐惧，对死亡的恐惧。害怕自己到百年那一天还是这么糊涂。由于此种心态，使我对生活以至于不能平淡的面对。直到有一天，我闻到了法轮大法，这一切才发生了峰回路转，柳暗花明的惊人巨变。踏上了修炼之路，我的生命便欣喜不断。

然而真正走入修炼之门，消业、心性考验便接踵而来了，在跌跌撞撞中，我如蹒跚学步的孩童，走在回家的路上。

由于学法不精進，使我和母亲在7.20的铺天盖地的谎言前迷茫了，直到2001年冬天和别的同修联系上，看到了《走向圆满》等一系列经文。由于当时新经文太少，我只能看几天，为了让自己理解更深，我废寝忘食把所有的经文都抄写下来。到2003年夏，经文可以人手一份了。以为自己终于可以不抄了，然而两天之内，心难过得不得了，第三天，当我把经文抄完时，难过消失了。我明白了，由于我荒废了太多的时间，师父让我以这种形式赶上来。现在抄书已经成为了我修炼的一部分，常常是乐在其中。正因为如此，在亲人害怕切身利益受损而在大庭广众对我大喊大叫时，在同修由于执著心受到冲击言语变得激烈时，我能做

到微笑着坦然面对，自己的思维变得理智、清醒起来，我体会到了“根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍”（《精进要旨》-何为忍）的微许含义。

2003年明慧周刊多次谈到背法的重要性，我下决心也要背法。然而刚背了一小部分，就觉得太慢了，浪费时间，不如通读，通读时，却又后悔没有背。这样几个反复下来，我告诉自己，即使明天正法结束，今天我能背多少是多少。这样每过一遍之后，总觉得自己现在才是刚刚走入修炼的大门，犹如刚刚梦醒一样。

由于自己渴望接触更多的同修，更快的提高自己，师父安排我于2004年春节找到学法点。一下子接触到众多精進的同修，身处纯正的修炼之场，兴奋、欢喜使自己有点忘乎所以，以至同修对我意见纷纷，听了几个诚恳的劝告之后，我摆正了自己与修炼的关系，正确的对待自己所在的环境。

当《洪吟（二）》出来时，有同修对于《别哀》的首句理解为“身卧牢笼”是指在劳教所的同修。后来有人又悟到是说中国大陆大法弟子所处的环境是牢笼。我现在个人悟到：当我们由于自己的惰性，懈怠学法炼功时；当我们执著心受到冲击，不能表现出大法弟子的风范时……那时的我们和在劳教所的同修有何差别，只不过他们是被迫的，而我们是主动向邪恶因素妥协。而我们这种牢笼却是无形



的，设这个牢笼的不是别人，恰恰是我们的安逸心、业力、及后天形成的观念，还有一直在旁虎视眈眈伺机下毒手的邪恶因素。当我们执著常人的安逸、幸福，找同修诉说自己根基差、悟性不好如何的客观理由时，谁在狂喜，谁在痛心，邪恶就在我们的执著和不足中看到了残存的希望。当我们带着情绪、忿忿不平于别人的执著与不足时，根本就忘记了自己的言行举止是否象个大法弟子。全盘否定旧势力，连其本身都不承认。我们却在自己的思想中、意识中留有滋养变异的观念、不正行为的空间。师父在《法轮佛法（在美国中部法会上讲法）》中说：“只要没有人干扰你们炼功，天上地下众生就都有救了”。当时我并不十分理解，如今才体会到微浅的含义，干扰的一切都源于自身，自己的心在给自己设牢笼。

到了今天，我们已经清晰明了的看到自己的不足与差距及众多的执著心，身边同修的精进及他们修去执著心的那部分的美好，让我不敢有半点松懈之意。纵使我是最差劲的一个，然而我并不会因此而气馁，这些不足，不好都将被修去，因为我们在法中，在师父的慈悲苦度中，不好的、负的一切全部都会变成好的、正的、纯的；在如此肮脏、复杂的人世中，我们却将被师父度到前所未有的美好的新宇宙中去，未来永永远远的威德又岂能是我们用人的言语所能表达、赞颂得了的。

要配得起正法时期大法弟子的称号，怎样无愧于师尊赋予我们的伟大使命与责任，我想做好三件事，一切也就都在其中了。在法正人间到来之前，抓紧救度众生。

曾感受到了修炼的严肃、神圣，如今我又感受到修炼的幸福与快乐，当一次次逾越以前不可攀的自我之峰，当执著与观念被修去时，修炼真好！溶于法的慈悲中，我感到自己是光的一线，那么微小却是真实存在着。

有人说修炼如歌，如此悦耳、动听，我想不仅如此，修炼如诗，高山流水般的美妙，修炼是一首华丽的乐章，和谐的演奏中让人感受到天籁的神韵，修炼如画，圈圈点点之处让人感受到了花筒般的绚烂。也是一个精美的舞蹈，举手投足中让人感受到了难以言表的赏心悦目。

感悟太多，不能一一言表。正法进程中同修们细细小事中让我体悟了平凡中见伟大，绚丽之极归为平淡的含义。希望同修诚恳指正。

## 归正，找回修炼人的正念

文/吉林市大法弟子

尊敬的师父您好！各位同修大家好！

我1997年得法。下面就把我得法和修炼的过程向尊敬的师父和各位同修汇报如下：

### \* 得法修炼

我从小到大生活一直比较顺利，学习成绩优异。但是由于父亲的早逝，母亲一人供我和弟弟二人念书，所以家里的经济条件

与某厂一个政工干部讲真象，象她这种搞政工的干部更不好讲，因为受毒害太深了。讲到江集团如何造假时，她说：“我不相信，共产党一向都是实事求是，没有一点假的。”我说：“是吗？你儿子是某医院负责人，知道萨斯病死了多少人，你叫他讲讲。”她说，这可不能讲，讲了受处分，也没饭吃了。现在共产党变了，什么事都是假的。这时她脸红了，我再说什么她都听进去了，她还说：“你好好炼吧，我们都支持你。”

给一个大夫讲真象，他说我：“你是个老领导，我平时很尊敬您。您为什么这样信法轮功，你可变了。”我讲到天安门事件，都是江氏一人导演的，都是陷害、造假。江氏为了叫世人对法轮功仇恨，叫你们相信他们等等。他不信。我说：“你是大夫你应该知道呀，你们厂有一个人，因为领导认为有问题，此人受不了打击，自己就把气管给切开了，经过抢救没死，都好几年了都发不出声音来。”他说：“是呀！气管切开就是发不出声音来。”我说刘思影是气管切开的，还能发出声音来，还能唱歌。他说：“我明白了，是造谣。”他用医学道理找出好几个疑点来，这一下把他明白的一面打开了。

### \* 发真象材料也用智慧去做，哪里有问题就到哪里发

在《2001年加拿大法会上的讲话》中师父说：“你们要维护法，你们要证实法，在法遭到迫

害的情况下你们如何的去揭露那些邪恶，更好的圆容大法，这是你们应该做的。”我在电视看到我市某街召开介绍经验大会，会上他们攻击大法，介绍他们怎么转化法轮功学员等，非常邪恶。我转天带着很多真象材料围着那个街办事处发，他们那里到处都是巡逻的人，只要正念强，什么都做得到，用半天的时间都发完了。

有一次从明慧网下载的传单是揭露我市某劳教所的恶警迫害大法弟子的，恶警使大法弟子受尽各种酷刑折磨，有九名弟子被迫害致死。我知道那个恶警住的宿舍，就去他们住的小区把印有揭露他们罪行的文章的传单都发了，有力的揭露了邪恶。

还有一次听人说某地很少见到传单，我去那里发传单，被人发现了。这人在三楼闹，他说：“我叫警察来抓你，判你三年。”他在三楼闹，我在四楼发正念。当我走到他跟前时，他眼都要瞪出来了，嘴闭得很紧都说不出话来了，如果我要是不跟他说话他都站着不能动了。我出于慈悲对他说：“你这是干啥呀？你回屋看看这上面都是什么？”他马上回到他自己屋里。我当时还不知道这是怎么回事。我回到家后看师父《大纽约地区法会上的讲话》，师父说：“其实真能静下来的时候那一念就足以惊天动地、无所不能了，一下子简直把你所覆盖范围之内一切都定住、抑制住一样。你象一座山，一下子都抑制住它们。”以后我



上门来了，你为什么与国家对着干，不叫炼就别炼了，还到处跑，讲什么真象。”如此等等。我给他讲我为什么要炼法轮功，国家怎样迫害法轮功、如何给法轮功造谣等，这次没说服他。

转年又去他家，还是不行。

第三年，我又去他家讲。我问他：“你平时是个特大的好人，我了解你。为什么咱都是好人，我能明白大法好，你就是明白不过来？我为什么三番五次来你家，我为了什么？因为你受江××毒害太深了，我是为你好。历次运动你都经过了，每一次死多少好人，最后都给平反了。”后来我讲法轮功受多少种酷刑的迫害，打死多少法轮功学员，我一边讲他在那哭，这次他彻底明白了。

他为了报答我对他的关心，他和爱人说什么也不让我走，非得留我吃饭再走。

为了不错过一个有缘人，我去我的家乡去讲真象。在地头上，在坑头上，车间里，办公室里，给刑警队的人讲，带真象光盘给他放。亲人们都说这个姑奶奶变了，她什么心都没有了，到处讲法轮功受迫害，讲江××怎么造谣，说我不是过去老干部样子了。他们都问我：你们炼法轮功的人是不是都恨江××？我说：“他不值得我们恨。他迫害法轮功修炼者，破坏大法，我们维护法，为了你们不受毒害，明白真象得福报，我们才这样做的。”

为了不错过一个有缘人，我

认识的人很多，但不知他们住处、电话，我就到单位查工资册，也有的单位用电脑查询，每到一户把他们联系的电话记录下来，这样知道的人越来越多，几年来入户讲真象到现在500多户。在集市上、汽车上、买东西、和与不相识的人聊天等方式，也有一、二百人。

几年来，在正法过程中有苦、有难、也有辛酸，……。

师父在《北美巡回讲法》中说：“中国国内的学员更了不起，在极大的邪恶压力中证实着法，救度着众生，都是了不起的、伟大的。而且大家做得都非常主动。不管是严寒酷暑，冰天雪地与大雨倾盆，无论世人态度如何，困难再大，大家都在坚持着。”师父这些话给国内大法弟子很大的鼓舞，师父就在我们身边，我们的事师父都知道。

### **\* 用智慧讲真象如同用万能的一把钥匙打开他心中的结**

我与某厂一个技术干部讲真象，说到法轮功，江氏集团酷刑迫害、造谣毒害世人等，她说：

“你怎么说我也不相信，这么大的国家还说假话？不可能，我不相信。”我说：“是吗？你为什么在文化大革命时期到农村一呆就是八年？”我说到她的痛处，她马上变了，她说共产党说煤球是白的就是白的，他们有权想造谣就造出来，他们就是以假话维持他们政权。这回我再说什么她都相信了，还跟我一起说。这个被谎言毒害很深的人明白法轮功真象了，我很高兴。

非常紧张。就在这时妈妈又得了严重的糖尿病，这样生活的重担就压在了妈妈一个人的身上，那时这个不幸的消息对于本来就不堪重负的母亲来说，无疑是雪上加霜。但坚强的母亲把家庭所有的痛苦都一人承担了下来。为了让我安心读书，妈妈并没有把这件事告诉我。不久我在大学里听到了妈妈学炼了法轮功，而且身体越来越好，各种疾病很快痊愈，我听到这消息非常高兴。当时我第一次听到“真、善、忍”这三个字时就感到无比亲切。

妈妈修炼后，曾先后几次劝我修炼，但我每次总是推托说：听您说一人炼功全家受益，您一个人炼我跟着受益就行了。但当我1997年从妈妈那里第一次看到《在美国讲法》时，我所有固守的一切都发生了巨变。我开始知道这不是一般的书，是在任何大学的图书馆里都看不到的，是一本真正修炼的“天书”。1997年11月18日，我第一次看完了《在美国讲法》后，我决定“真正”修炼，并打算和妈妈一起去学法小组参加集体学法。在学法小组，我才懂得了什么是修炼，在这里让我感受到了什么是真正的净土。大家都在比学比修中熔炼着自己、改变着自己。大家还经常在一起交流，我感到了人生从未有过的幸福。每天学法、炼功、上班也成了我生活中的“三部曲”，从此自己觉得生命才真正有了意义。

### **\* 风云突变、进京上访、身陷牢狱**

正当我沉浸在得法后的喜悦中时，突然1999年7.20邪恶势力开始禁止并打压法轮功，抓捕辅导员。不准炼功、不准集体学法，同时各种媒体造谣、诬陷大法 and 师父。我们再也坐不住了，当大法和师父蒙冤时，作为弟子就是把我们的亲身经历告诉给不明真象的人们及政府部门，告诉他们法轮大法好，法轮大法对任何一个国家和民族都是有百利而无一害，等等。于是从那时起我和其他大法弟子便开始走上了艰难坎坷的正法修炼之路。

在这期间一个偶然的机，也就是在1999年9月初，我和五个比较熟悉的同修照了几张照片，之后我们便各自进京正法，但没想到那却是最后的“诀别”。这张照片对我来说是非常珍贵的，但是在当时我并没有想到它的作用，只因我怎么也不会想到一个学法小组六个大法弟子，在这场迫害中居然只有50%的“存活率”。我常对另外两名同修说：历经五年的残酷迫害，我们三个人还活着，留有人身在世间证实法，就是对旧势力的最大否定。那张“照片”如今成了被迫害致死同修的“遗像”，作为揭露邪恶的证据，登在了明慧网上。

我先后四次进京上访，期间单位领导害怕我连累他们，强行逼迫我放弃修炼，我都坚决抵制、不妥协，结果被逼之下我失去了工作。那几次在北京，我看到了无数张陌生而又似曾相识的面孔，他们同我一样来自不同的

地区，但却和我拥有同样的使命与责任——告诉世人“法轮大法是正法”、“世界需要真、善、忍”。在我进京上访证实法的过程中，几次被恶警非法抓捕、搜身，两次被非法治安拘留，一次非法刑事拘留。我清晰的记得2000年元旦我被关押在本市的第一看守所。不久恶警便以莫虚有的罪名“扰乱社会秩序”罪，非法判劳教一年。2000年2月初被非法关押到长春黑嘴子劳教所四大队的新生队，同年三月转入二大队四小队，在那里受尽折磨。恶警马天舒指使劳教犯人孙红、李威等把我强行固定在“死人床”上8天8夜。同时每天做超负荷的体力劳动，加之各种强制洗脑、残酷的电刑，每天都能听到大法弟子被迫害的惨叫声，整日经历肉体与精神的双重迫害。在那种暗无天日地狱般的生活里，我逐渐迷失了方向，忘记了自己是一个修炼的人，是修“真、善、忍”的。“和平”时期掩盖很深的执著心——怕心和私心暴露出来了，在怕心的驱使下，我违心的妥协了。也就是2001年1月我回到了家。

如果没有这场对信仰“真、善、忍”民众的迫害，我怎么也不会相信自己能亲身经历手铐、铁窗、牢房、电棍、死人床……，因为劳教所、监狱是关坏人的地方，如今反却把好人关。没有这场迫害我不会知道“人民警察为人民”只是一个幌子，公安成了“公害”。

**\* 归正，找回修炼人的正念**

从劳教所回来后，我不与同修接触，也不学法。妈妈不知找过多少同修与我交流，可当时由于不敢面对自己的错误，总是找借口回避。但今天回过头来，我发自内心的感谢那些曾在我迷失不知归路时对我帮助的同修。然而她们当中有的却被判重刑失去了人身自由，关押在长春黑嘴子女子监狱，有的已被迫害致死。在与同修的交流中我不断思考，师父的一篇篇经文点醒着我，我逐渐认识到我不能没有法轮大法。尽管在灰色的日子里，我曾想如果做错了，那我就不修了，就象常人一样随波逐流，可是大法已经在我心里扎根。我当时做了一个梦，记得很清晰，梦中我很有成就，别人都很羡慕我，可我却从未真正高兴过。只有背起《论语》走入修炼，我的生命才真正有了意义。从那时起我才开始坚定了自己的修炼之路。

我认识到了自己的错误，心里也想那就重新做好吧！记得2001年4月，大法弟子（已被迫害致死）崔正淑拿着师父《建议》经文，连夜赶到我家。她痛悔的说：我们以前都做错了。我能感觉到她发自心底的悔恨。自己当时还觉得很“冷静”，只是象征性的鼓励她说：我们走好以后的路，错了就改不就行了。后来我知道这里面有一个东西在阻碍着我，使我没能挖到自己思想深处的根。直到2002年春节和几位同修再次交流这个问题时，我才真正意识到作为大法弟子在磨难中向邪恶妥协意味着什么？那就等

我骑车走到同事家小区大门口，我就进去了。过了几个楼门，在一个中间楼门我把车停下来，这时楼里走出一个老人，我问老人：××是在这住吗？他说就住二楼，我到二楼一个门，一敲门出来的人正是我要找的，他看见我都惊呆了，问我老太太怎么找来的，我开玩笑说是雨给我冲来的。

有一次骑车到一个很远的地方讲真象，他是某厂科长。因为不知他家电话，无法联系，我心想这么远的路，来回三个小时，他要不在家就把我给坑了。我到他门口敲门，他问你谁呀？他开门后见到我说：“你是从天而降，十几年没见还是那样一点没变。”我说是炼法轮功炼的，坐下来从头到尾的给他讲，他说：“老领导什么也别说了，象您这样的好人都这么样信法轮功，法轮功肯定是好，你今天来我家，我真是服了，我不但与您老有缘，我和大法也有缘。我休假在家，每天去很远的地方钓鱼都中午回来，你问问他们（他爱人和孩子），今天我去钓鱼，车骑到那儿，不知道为什么没下车就又转回来了，我刚到家您就敲门，你们这大法神了，你们炼功人也神了，以后就在家看球了，球踢进一个是真的。”他还高兴的说：“我认你干娘吧。”我走时告诉他平时常念法轮大法好，真善忍好，明白真象就是福。

有几个同事他们都住得不太远，我为了节约时间，我打电话通知一同事，我说：“我离你们

都很远，你通知他们都到你家来，我明天去，说我想他们。”他们听说我来都很高兴，因为20多年没见面了，他们看见我都说20多年没见面了，你还那样没变样还那么年轻。因为人多，提的看法也多，都得解答，整整答了一天。这家的主人刚出院，是胃癌晚期做手术，切开后已经无法治疗又给缝上了。我的同事说活不了几天了，这家主人说：“从这个大姐来以后我的胃一直没痛。”要求我给本《转法轮》，他要炼功，我想这样了还有救吗？过几天我给送书去，我和同事说：“这本书很珍贵，如果人不在世了你要好好保存。”他说找一个炼过功的人来教他练，你住的太远就别来了。现在三年多了，她非常健康，成了一个活传媒。

**\* 不能错过一个有缘的人**

我骑车到郊区某厂，找一个车间主任讲真象，一路上背师父经文《正法时期大法弟子》：“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。”师父还说：“看上去是你们为大法做了你们应该做的，实质上是你们在为自己全面的圆满和回归而做。”这时，我心情别提多高兴，骑车也不累，讲起真象来效果特别好。

市政府部门的一个处长平时人很善良，我去他家一进门他就说：“我找你找不着，你今天送

## 做一个真正的正法时期大法弟子

文/天津大法弟子

我1998年元月得法，今年70岁。1999年4月22日听说何祚庥攻击大法和师父的文章在天津教育学院发行的刊物登出来了。当时广播电视报刊都不正面登法轮功的消息，这样的诬蔑文章会在社会上造成多大的误解和伤害呢。我炼完功回家，再也坐不住了。我找了一个同修去教育学院。

我们进了会议室，他们正谈着。有一个报社的人发完言，我马上就发了言，我说何祚庥是何许人也，你们知道吗？你们不了解实际情况就登他的文章，他专门反对气功，他的文章都是胡说。我讲了几个实际例子，我把炼功点真人真事讲给他们。我边说边哭，在场的人都哭了。

我说你们这期杂志不要再卖了，他们说：“后天你们来听信儿，我们和上级领导研究一下。”

4月24号，我们按照第一次面谈时说好的，又去了教育学院，他们不但不给答复还来了大批警察强行驱赶炼功人。我亲眼看见两个警察拉着一个60多岁的男学员，一人拉着一条腿，头在地上被擦破流着血。这个60多岁的男学员哭着说：“我不走。”我还看见四个警察把一个60多岁的女学员，两个警察拽胳膊，两个警察拽腿，扔到大门口处，她

半天才缓过气来。话还没说被抓走的。

过了几天，天津那个公安局长在中央电视台上说：“出事那天一个人也没抓，到那里说几句话就都走了。”这真是弥天大谎。

### \* 做为大法弟子就应该证实法

从那时起我就到处去讲真象。师父说：“大法弟子不能做到维护大法的作用是无法圆满的，因为你们与过去和将来的修炼都不同，大法弟子的伟大就在于此。”（《正法时期大法弟子》）学习这篇经文，对我启发很大，我就更加深入的向世人讲真象救度众生。在讲真象过程中出现许多超常的故事，时间关系只举四个例子。

一天中午一点左右，我骑车到同事家讲真象。因为是中伏，天特别热，太阳晒得肉疼。我心想，来片云多好，刚想完，在我头顶上出现一片黑黑的云，还吹着象秋天一样的风，吹得我心里好爽快。我向四外一看，天都是亮的，就我这有块云。我心里想师父照顾我，叫我多讲真象，快讲，这天下午走访了三户讲真象，效果还很好。

有一次晚上到一个同事家，我不知道他住的地方。我们定的七点在车站见面，因为下大雨他没来，我就想一定找到他。这时

于放弃修炼，背叛师父、背叛大法。在内心深处我开始一次次的问自己：为什么在面对邪恶迫害时我能背叛师父和大法呢？为什么我就能被邪悟言论迷惑呢？为什么我被干扰了呢？是因为我的根子上有问题，没有站在法上认识法，说白了就是本质上没有改变。在“和平时期”只是按部就班的学法、炼功，对大法也只是感性认识居多，而没有真正升华到在法上认识法，从而使本质发生着改变。表面看起来是很光滑的，可是带着太多的掩盖很深的执著与怕心，在魔难面前不信师、信法，关键时忘记了师父的谆谆教诲，被邪恶的伪善所欺骗。那一晚的交流让我找到了自己出问题的思想根源：私心、怕心，掺杂着各种有求之心，明知大法好，还违心妥协不愿承受，连表面的“真、善、忍”都没做到，从那时起我开始归正了脚下的路。

2002年5月的一天，我下班回家。妈妈说：等你吃完饭，我有话和你说。我只觉得气氛和以前有些异样，但没有深想，很快吃完饭，便迫不及待的问：到底出了什么事？她说：你于姐（于立新）在长春公安医院被迫害死了。当时我呆住了，反问妈妈前两天不说还没事吗？接着我的泪水再也忍不住了。在我哭得最伤心的时候，我猛的惊醒了，同修的被迫害致死与我们每个人都有关系，如果我没能把自己当做正法时期的大法弟子，每天的发正念只把其作为象完成任务一样，

那么由于我的不精进，给邪恶能够滋养的空间，它不但会干扰我，同时也会去迫害其他同修。此刻我不再为同修的早逝而哭泣。我盘上腿，单手立掌于胸前清除另外空间迫害大法弟子的邪恶因素。那时我真的把别的同修的事当成了自己的事，因为我们大法弟子是一个整体，在此之前我对同修的被迫害是很麻木的。由于我认识到清除邪恶，发好正念也是在助师正法，也是在救人，同时也能帮助那些在魔难中的同修。我那一天晚上发正念，真正的体会到了正念的威力，也感受到了纯正的正念能使邪恶瞬间被销毁。

### \* 加倍弥补 溶于法中

2003年初师父的一首《下尘》中“大戏谁是风流主，只为众生来一场”，震撼着我的心。我清醒的意识到个人的修炼圆满对于正法弟子来讲不算什么，而在这魔难中坚定的维护法、证实法、讲清真象救度更多的世人，才是正法时期大法弟子的责任与使命。想到这里，自己再也坐不住了，也感到自己不能再松懈了，应该全身心投入到正法当中。当我坚定了这一念时，突然有同修找人需要配合，于是问到了我，自己欣然同意，并从内心感谢师父慈悲，是师父给了我又一次加倍弥补的机会，使一个曾经背叛过大法生命得以重生。

（一）同修之间的信任，使我们地区也慢慢的形成了一个整体。

我今天能参与一些具体的正

法工作，得感谢同修们对我的信任，因为他们没有盯着我的过去，而是根据正法需要并给我提供了一个机会。记得A同修提到想找我配合时，由于我在劳教所曾走过弯路，其他同修认为找我不合适。后来由于没有遇到更合适的人选，他们还是同意让我试一试。

与A同修第一次长时间交流使我记忆犹新。他说的那句话我至今依然清晰记得，他说：不相信同修，在某种程度上是对法不相信，我不想总盯着你的过去，你的将来我又看不到，我只是看你现在做事站不站在法上。当时听后，我在心里感谢他。心中暗下决心，师父：我已知道过去的妥协是侮辱大法，并向师父保证：不管什么原因我曾经走过弯路，但我一旦明白自己错在哪里时，是会更加珍惜以后的路。在我们交流的过程中，A同修严肃的说：我们在一起配合不急于去做什么事情，你得仔细的想一想当初在魔难中为什么会“邪悟”？我虽然当时觉得他有些严厉，但我能体会到他真心的在为我着想，为我好，也是为法和整体负责。大法弟子间看到问题就该善意的指出，这是修炼人真正的善。

2003年2月我和A同修开始在一起配合，因为我们刚开始配合，我明显感觉有些事他不与我说，去一些比较敏感的地方，我都是被“安排”在很远的角落里耐心的等待他回来。有一次我在外面的小广场上等了四个多小时。面对此景，我心里有时也很

酸痛，但这所有的一切又能怨同修吗？不是因为自己曾经没有做好吗？那时我一遍一遍的叫着自己的名字，记住这此情此景，不要让自己再犯同样的错误。

随着我和A同修配合逐渐默契，证实法的事也多了起来，主要还是我们当地参与的人少。可就在这时两位主要联络、协调的同修突然被相继绑架。由于我们当时是单线联系，他们两位同修一出事，我们几乎都断了联系。为了不耽误正法工作，大家共同努力暂时能保证基本运作，但由于做资料的人极少，“供不应求”的局面依然存在。后来同修们决定让我去学技术，这对于我来讲是“质”的变化，因为有些同修开始相信我了。可是接着A同修还是问了我一句你今后如果在魔难中还能再妥协吗？我毫不犹豫的说：不能。他望着我坚毅的表情，沉默了许久，什么都没有说，只是我感觉他对我增加了一些信任的目光。

于是我来到资料点与B同修配合，我真切的体会到师父给我安排的这条路，我必须得走下去。可由于当时自己执著心太多耐不住寂寞，整天整天的面对着一堆“枯燥”的机器，自己心中有说不出的苦，因为当时并没有意识到自己所担负的责任与使命。从来都很畏惧的电脑居然成了我的“合作”伙伴，笨拙的手指在键盘上怎么也不听指挥，打印机时常“给我脸色”。同修B深沉沙哑的快速讲解，使我本来就紧张的大脑，在他教我学习时成了一片

的不足；当很多人对你不满时，我看得到的你的优点。全面、正确的看待同修才能使我们清醒、理智的用法来判断和衡量同修之间出现的矛盾，才不会中了乱法烂鬼的“离间计”。

交流时我给同修讲：在劳教所里，我们被几名“包夹”二十四小时限制着人身自由，同修之间别说交流，有时相对而过，点个头，问候一句都可能被指责为“传递暗号”，而受到折磨。在那样的严酷环境中，看一看同修都感到高兴，困难时，握一握拳，一个微笑都能给同修以鼓舞，同修之间真的很珍惜，但是为什么非得在那个环境中才懂得彼此珍惜呢？为什么不在现在正常、宽松的环境中去珍惜呢？

我不允许任何矛盾在我与同修，同修与同修之间长期存在，我想，抱着这样一颗为整体着想的心，为同修负责的心（真心，同修看得见），真的没有任何矛盾不可以解决，没有任何困难不可以克服。看到同修的不足我总是当面指出，当同修体会到我真心想为他着想时，他会接受的。即使有被冲击到根本上的东西，当时不能接受，过了，冷静下来都能理解的。

时时以法为师才能使我们心怀慈悲，时时以法为大才能使我们胸怀宽广，以至有洪大的宽容。

在资料点工作要两年了，我和所有与我共事过的同修都相处融洽。即使偶尔有不同意见和矛盾都能很快解决。因为我们都在

修，都在同化大法，都能向内找，都能以法为大，都有想解决问题的心。每一个人都把自己视为这整体的一个粒子，共同努力，就能让我们的整体如此圆融和威力无比。

我在进入一家公司时，在填的应聘表上写到：我的优点是真诚，善良，宽容和忍让，我能吃苦，我能和所有我接触的人融洽相处。我将是公司、与经销商或客户之间的润滑剂。后来我基本做到了，同时让很多人了解了大法的真象，其实我本身就是真象，有缘人就能在大法弟子身上见证到大法的美好。

得法7年多来，经历了太多太多，有酸有甜，有苦有乐……当初看到师父对我们的要求：

“……修成无私无我，先他后我的正觉”。觉得不可思议的遥远。后来在助师正法的过程中，逐渐体会到了师父的苦心和慈悲，逐渐明白自己肩负的巨大使命与责任。从为自己的得失而乐而忧，逐渐的更多为众生得救而乐，为众生迷而不醒而忧……一个正法时期的大法弟子真的应该是一个完全为了众生的未来和福祉而存在的生命啊。

让我们在正法修炼的道路上精进吧。不断纯净自己，同化这宇宙的根本大法，救度更多众生。如此，我们才配得上正法时期大法弟子的称号，对得起师父给我们的无上荣耀和将来不同层次王与主伟大而永恒的威德。

向伟大的师尊合十。

向可敬的同修们合十。

来了”，造成的损失，耽误的时间也是很多的。而当初如果每天能静心学法，扎扎实实修自己，去掉执著，是不会发生这种事的，教训极其深刻。

我系统的学了师父最新的一系列讲法，我的思路清晰了。师父评注的一篇文章《大法的威严》对我促进也很大，同修很早以前悟到的，我现在终于悟到了。师父没有安排我们被抓，被打，被劳教，被判刑。师父要我们在正常环境堂堂正正符合常人状态修炼，做好三件事，从而证实和维护大法，救度世人，向众生展现大法的威严和大法弟子同化法后的美好。

我们是来助师正法、救度众生的，不是来接受“考验”和承受迫害的。

#### 四、在正法中修出慈悲和洪大的宽容

出来后不久，因为证实大法的需要，我参与了资料点的工作。这时我的一些为证实法而备的特长，如写文章等等充分发挥了作用……

在学会电脑后，我承担起了给同修“普及电脑知识”的重任。这时我以前在一家公司培训业务员的经历，让我有一定的“教学经验”。我善于把我学会的东西归纳、总结，整理出来以最简单、明了的方式教给同修，教的过程细致、生动。同修都说我教得好，容易听懂。他们学得也快。我教会的同修中有些只是有小学文化的大娘。

因为我们是修炼人，教学的过程不可能没有修炼的因素，刚开始的时候，我的着急心冒得很厉害。有一次一位同修学打开隐藏盘，别的同修可能学几个小时就学会了，而他在一周后还没学会，我失去耐心了，也没慈悲了。我“严格”的要求他向内找，同修很痛苦，找不到原因，只说大脑经常一片空白，修炼前他曾大脑受损，现在出现了修炼前状态。看着同修满怀歉意的样子，我突然意识到我怎么没向内找自己呢？我回头看自己：慈悲不够，着急心重，看到同修简单问题学不会，竟然有肮脏的瞧不起的心，这时说话表面和气，实际已隐含讥讽。同修在愧疚、自责、和压力中、原来的状态出现了，没想到同修的状态竟然是我的心造成的。

我生出了对同修的歉意和慈悲，我真诚的和同修作了交流，大家都放下了人心。接下来的教学过程和谐而愉快，他再也没有出现那种状态，很快，把该学的都学会了，后来他们那个资料点在当地发挥了独当一面的作用。

那一次我印象非常深刻，工作中、生活中处处都有修的因素。我逐渐的能用神圣的心态来对待我在证实大法工作中的哪怕一件小事，当我以慈悲来对待和我接触的同修，把他（她）们真的当作他（她）们世界中众生无限景仰的王与主，这时哪里有化解不了的矛盾呢？

我和同修交流时，我说：当很多人都说你好的时候，我看得到你

空白。每天望着窗外蓝天白云时常想：我要出去一会儿就好了，哪怕是出去买菜呢……因我以前与A同修在外面做证实法的事跑惯了，如今面对这个新的环境我有些难以适应。后来每当想起这段日子，就和B同修说：当时就希望你说不合适，那么我会找借口就回家了。B同修听后问了我一句“你在为谁做”？霎那间我怔住了，是啊，我在为谁做？我开始认真思考这个问题了。

在技术上跌跌撞撞的用了近三个月的时间才有了一些基础，可心性上却没有及时提高，整天想的是要做的正法工作，不能静心学法、发正念，加之对情的执著，被邪恶钻了空子。于2003年9月中旬，我和同修A被恶警绑架。面对邪恶的非法抓捕，起初我有些慌张，慢慢的我逐渐冷静下来，想起了师父；想起了不能承认旧势力的安排，想起了在任何时候都不能配合邪恶的命令、指使、要求、想起了……因为当时心中有师在、有法在，所以邪恶之徒没能从我嘴里知道任何关于资料的消息。他们不得不将我非法关押到本市的看守所，在那里我坚决抵制邪恶，绝食绝水。为了逼我吃饭，看守所的恶警们狠命的惩罚刑事犯人，罚她们坐板、不许他们“放风”。此举和“天安门自焚栽赃”如出一辙，目地就是挑起“民众”对大法和大法弟子的仇恨，也就是XX党一贯采用的“群众斗群众”的伎俩，有些不明真象的犯人对我恶语相加，我识破了邪恶的险恶用心。

认识到我每一天的绝食抵制邪恶，在另外空间就是对邪恶烂鬼的彻底清除，也是在维护正的因素，助师正法。

在被关押的这段时间里，我一次又一次的问自己为什么只有身陷牢狱才知珍惜在外面的正法机缘？为什么只有此时才发现自己“满身漏洞”？为什么现在后悔没有更好的与同修配合好，完成救度众生的使命？想到这里我坚定了自己的一念——我的路是师父安排的，旧势力的一切安排我都不承认。我没有做好，有执著、有漏，我在大法中把自己修正，也不用你旧势力管，一个大法弟子在外面能做多少事，能救多少人呢，我怎么能被关在这里哪？师父啊我要出去，不用它们管，过去弟子执著心多没有用心做好正法工作，我会加倍弥补的，弟子知道自己错了……

人是重现实的，眼睛看到他会信，看不到他就不相信。2000年第一次在黑嘴子劳教所，那里到处充满了邪恶，我用人心、人眼去看待它，结果我邪悟回家。如今邪恶它再一次变换嘴脸，我用正法时期大法弟子对师父、对法的信识破了旧势力的“花招儿”，否定了它的安排。14天后我被送劳教所，由于体检不合格劳教所拒收，最后我在师父的呵护下又重新汇入到正法洪流之中，A同修也在被抓捕后的第3天从医院正念走脱。经过十几天的“调整”，我和A、B两位同修再一次又重新坐到一起，经过生死的考验，我们三个人在一起配合

更加默契，同时也更加用心做证实法的事。由于我和A同修正念闯出，先前的两位负责协调的同修也相继闯出“魔窟”，这对当地同修也是鼓舞，认识到正念正行的大法弟子，邪恶势力是不敢关押的，之后有一些同修相继参与到本地的正法工作当中。

## （二）消除同修间的间隔， 圆容整体

A同修正念回来后，可我们当地竟有些功夫友传他是特务，说是他带领着恶警，把其他大法弟子抓起来的，连我们周边的市县都传开了。还有当地一位50多岁的阿姨从马三家教养院正念回来，一直走在证实法的前列。今年5月她遭迫害，一天便破除旧势力安排。也有人传，马三家邪恶的黑窝，还能出来，她可能是特务吧。

前几日去外地同修那里听到一事让我感到震惊。一个当地的主要协调人被绑架，由于他们是单线联系，其他同修不能很快知道详情，然而此时从公安那里传出该人是特务。结果没过几日便传出该大法弟子被迫害致死，死者的家属看到死者浑身是伤，想拍照片，被蜂拥而至的恶警打倒在地。

这些事情使我清晰认识到这是旧势力黑手在“做怪”，它是害怕大法弟子（法粒子）形成整体，才不断的造事，离间大法弟子使其产生间隔。五年的迫害，我们应该在教训中成熟了，不能用人心的对待所出现的问题。对于大法弟子之间的这种间隔，在我

们当地由于大家不断在法上提高，人人都用法衡量，人人都找自己，不乱传小道消息，不给邪恶间隔整体以借口。同时大家在整体配合中都看到了彼此为众生负责的那颗心，这样我们整体配合越来越好。

## （三）主动同化大法，修正自己，走师父安排的路

我的环境使我接触了很多同修，他们有写文章的、有搞技术的、有负责协调的，还有具体发真象资料的，经常看到一些同修被迫害。尤其有一地区从接触的一年中几个主要做资料的同修几乎全部被迫害，因为我们来往很频繁，就是在刚出事的前几日，我们还见过面，真实的迫害就发生在我身边。环境严酷，有时让我感到窒息。痛心之余有些后怕，怕自己做不好也被迫害，心中暗想快看自己有什么执著没放下，可别被旧势力钻空子。之后鼓励自己我是大法弟子，必须得走正自己的路，那邪恶就没招了。只要我做好了正念正行，它就迫害不到我，似乎为了旧势力而修。这种想法持续很久，时不时的在左右我的行为。直到在一次交流中谈什么是否定旧势力，我恍然大悟，自己原来一直在承认旧势力。不但承认还认可了有执著、有漏就应该被迫害，这不正是它们的邪恶安排吗？认识到此理，我感到豁然开朗，难道没有这场迫害我们就不用严格要求自己了吗？新宇宙的标准是不变的，只有我们主动的去同化大法，做好师父要求的三件事，才

后来我认识到：在任何环境，任何情况下有再多“现实”的假象，都一定要坚信师父，以法为师，没有榜样，每个人的路不会相同的。

## 三、我们是来助师正法、救度众生的，不是来接受“考验”和承受迫害的

认识到这一点，作为我自己来说是一个去掉自私自我的过程，是从个人修炼到正法修炼的转变过程。

在被邪恶非法抓捕和劳教的一年里，在魔难的痛苦中，我冷静下来反思自己，发现了自己强烈的求吃苦的心，当然还有其它的执著。我曾狭隘的认为心性要提高，首先要有德，有德就应该多吃苦，把师父在《转法轮》中说的“能吃苦”曲解为找苦吃。无意中把自己置于被旧势力“考验”的位置。旧势力找到了迫害我充足的理由，可以说魔难在一定程度上是自己求来的。里面隐藏着强烈的为私为我、有求有为，思想中有过去修炼方式的观念影响，没有认识到大法弟子自身的伟大，以及大法弟子在讲清真象中平凡里蕴含着的伟大。

在劳教所里，我发现：每当我慈悲于周围的人，发自内心的想让他们了解真象时，我的环境变得宽松，包夹都是相对善良的人，我学法炼功时他们主动为我掩护。然而当我慈悲不够，只想到自己要提高时，随之安排的包夹一个比一个凶恶，让我受够了折磨。不知不觉中为私为我的东

西符合了旧势力的安排，旧势力就要“考验”你来了。认识到这一点，我不断背法，并从小事做起，把自私的东西一点一点去掉，生出了强烈的出去救度众生的愿望。

我堂堂正正的对问我今后打算的警察说：我出去后得找个工作，然后利用工作之便告诉更多人法轮功被迫害的真象。他听了瞠目结舌，半天吐出一句话：你这样，危险得很……。（当时我们曾被威胁：不“转化”的，期满由当地610来接，直接送洗脑班，再不“转化”继续劳教）。我什么也不想，只想到该去救人，我不能再在里面闯什么关了，我要出去发挥我的特长和作用。

我们放下了自我和执著，师父就可以为我们作主，什么都可以为我们做。其它任何生命和人说的都不算。

后来，我是由亲人来接的，整个过程，时间，方式完全按我希望的进行，心想事成的背后是大法展现的威力，听亲人讲：办手续的过程环环相扣，巧之又巧，出奇的顺利……。我知道这一切都是师父的安排。走的时候有曾电过我的警察悄悄对我亲人说：其实，他们都是好人……有人对我说：再也不要来了！我说：对呀，我不会来了，这里不是我应该呆的地方。

出来后我了解到，很多亲戚在我被迫害期间，对大法产生了迷惑，他们承受不了那么大的压力。我即使是从里面“正念闯出



谁对我们有“转化”的想法，一个恶警说：你们这些人极其顽固，对你们不抱任何希望……而留在专管中队、消极承受和配合了邪恶要求的同修，却被邪恶非常残酷的迫害。在极度痛苦中，有些同修承受不住、违心的写了“三书”。

后来我得知：在专管中队、我们几位被分到生产中队的同修，被邪恶绘声绘色的描述成是：已被整变形了，惨得很……这确实吓着了一些不坚定的同修。所以后来，碰着专管中队的人，我给他们打招呼，他们很震惊：“你怎么还没被整变形、还长胖了？！”

从劳教所出来后，看到师父在《北美巡回讲法》中说：“如有的大法弟子被抓后，坦然不动，没有任何怕心，你看它旧势力就不敢迫害他。因为它们知道此人你不打死他，什么迫害都没有用，也就不碰他了。”我感触很深，我没有达到师父说的那么好，但我基本做到时，它们就已经不敢迫害了。

有同修说：越抵制邪恶，越被迫害的厉害。好象确实也有这样的一些“现实”。

在离开劳教所之前，我们二十几名坚定的大法弟子被弄到“魔鬼中队”“集训”。邪恶没敢提“转化”二字，只说要“加强纪律”。恶警要求唱歌颂××党的歌，大家抵制，一次一位同修A被恶警在一天半时间内连续电击了三次，该同修脸部、颈部被

烧得血肉模糊，最后承受不住，被迫唱歌。我们看到心里很难过，同时我心里有了一点迷惑：当时他被恶警拖走时我们都在发正念加持他；同样是他，前一段时间被恶警电击时他发出强大正念使电棍当场坏掉；从我们自身的经历看抵制邪恶越坚决，迫害是越轻的。为什么他这次抵制邪恶反被加重迫害了呢？

我的迷惑师父看得见。不久“包夹”调换了。A同修的“包夹”正好调换到了我这里。有一天他主动说到：你们法轮功A也要“点水”（出卖别人的意思）。我说：不要乱说！他说：那次唱歌，A没唱，另外B也没唱，当时恶警只电击了A，后来A在“思想汇报”中写到：我与B同样没唱歌，为什么只电我，你们专门迫害我，这不公平……。恶警看了后，暴跳如雷。后来就把他电成了那样……。

原来是这样！我心中的迷惑顿时一扫而空。生出了对法无比坚定的心。

原来是那位同修没去掉的执著：妒忌心，被旧势力抓住了成了迫害他的把柄，所以下狠手迫害他呀！表面的轰轰烈烈后面有我们肉眼看不到的执著（当时，同修一般都会为其他同修没被迫害或减轻迫害而由衷高兴），这位同修在这一点上确实有差距啊。但是这位同修在这一点上没做到并不能掩盖住他做得好的地方。有执著发现后去掉就是了，我们不允许邪恶以此为借口迫害大法弟子。

能跟师父回家。此时我的心“轻松”了，因为没有太多为己的目的地，主动同化大法是一个正法生命的真实本愿，本来就是幸福的吗！

旧势力很邪恶，它根本目地就是要毁灭众生，它逐渐的让你放大自己的执著，让你忙、让你做很多事情，没有时间静心学法。让你觉得自己站在法上听不进去不同想法，引导你一点点的背离了大法，忘记师父的再三叮咛。如果我们不能及时向内找，修正自己，那黑手躲在我们的执著里任行其事，那会真的给旧势力迫害提供借口。反观自己周围被迫害的同修，普遍存在由于正法工作繁忙，忽略了自身的学法、修炼与提高。感叹人在没有名时，心很淡薄，一旦做出点成绩会出很多心，如不及时察觉或抑制，在学法时主动修掉，否则它会滋生蔓延。

同修B技术非常好，心态一直很稳定，与我们配合了一年半后在上个月被绑架。绑架他的恶警声称他是“全省通缉的要犯”。就在他出事的前2个小时我们还联系过。事情出现了，我不想找B同修有什么漏（我也说不准），但我找到了自己和他存在相同的问题，因为我们在长期配合中还是了解的。我知道自己遇事不向内找，听不得不同的想法，一说就冒火、在显示心的驱使下不修口。向内找是修炼人与常人的根本区别，我们的正法工作如不能和自己的修炼相结合，那么它会变成常人在做大法的事，而不是

大法弟子做大法的事。试想如不是用一个修炼的心做正法的工作能纯净吗？能起到救度众生的作用吗？想到此我真的很感激同修A，因为他能及时发现问题指出来，使我在冷静下来后找到自己。

旧势力的表现是只想改变别人，而不想改变自己。而遇事向内找，不断修掉执著、提高自己的心性，正法工作中纯净自己的一思一念，那不就是在走师父安排的路吗？同修就是一面镜子，为什么他的执著让我看到了？原来我也存在同样的问题，千万别把它当成只是同修的事，我们的心性提高也在其中。只有按着师父的要求去做，才能走正我们的路。

#### （四）不是工作是修炼

难忘的第一次“上网”。记得一年前自己刚刚学会上网（只知道操作步骤）从没实践过。B同修临时去了外地，可刚好那天晚上师父的讲法来了。当时我心里很紧张，就连最基本的开机、关机都忘在脑后了，坐在电脑旁拼命的回忆怎么开机。十分钟后好不容易打开电脑，自己的手指也不听使唤一个劲儿的发抖，当时清晰记得。A同修有些迫不及待，我稳了稳心，不能因为我而耽误大家，请师父加持。我当时用“花园”软件上的网，网页在鼠标的点击下，刷的一下展开，当时只有内心感激师父。从来没上过网，在师父的慈悲呵护下，我们一切都很顺利。

三分钟与三小时。就在今年

的6、7月，我在编辑本地真象时遇到了一点“麻烦”。起初还很顺利，A同修还夸我设计得不错，我心里也感到很满意。由于在不知不觉中生出了欢喜心，麻烦也随之让我招来了。本来将要排好的整个版面不知怎么“动”起来了，都窜了位置，怎么也不听话，就不在原来设计好的位置上呆，可哪“跑”。当时自己还不悟，心想：你不是和我捣乱吗？那我就重做，于是把将要排好的真象删掉，重新排，可哪想这一次更糟，不知不觉中我用了三个小时也没有排好。于是我关上电脑，不再理会它了。向内找自己为什么会这样？自己找到了原来欢喜心在“做怪”，就学法，第二天三分钟就把前一天用三个小时都没做的事完成了。

前后反差这么大，提醒我们所做的证实法的事时不能混同于常人的工作，时时刻刻都体现了修炼人的心性提高在其中。一日与搞技术的同修交流，他更是感慨万千。他一次想做一个项目，可没有现成的技术，自己苦苦研究也未见成效，心想不去管它，我就学法。大概是学习了两讲后，心中生起一念，请师父帮助，因为此项技术能起到很好的救度众生的作用。于是在师尊的“开示”下，他居然做出来了。之后他惊叹，自己也不知是怎么做出来的。修炼可不是常人中的事。同样是坐在电脑旁，常人是在搞技术，而我们修炼人做技术是由于救度众生的需要，在具体操作过程中时时都体现了修炼人

的心性。

由于自己的依赖心、等靠心，时常不动脑把问题都推给同修B。每天自己按部就班的完成自己所做的，思想中没有整体观念，看问题总是从自我出发，不能站在对方角度看问题。其实只要救度众生需要掌握技术，我就应该主动去学并掌握。

### \* 修去私心，随师正法归天途

去年由于正法需要，一日与几个同修在所租的一处房屋内谈一些事情，突然传来一阵急促的敲门声，我的心提到了嗓子眼。过了好一会儿敲门声停了，我们决定快速离开这里，大家都照顾我年轻让我先走，我毫不犹豫，立刻穿上鞋第一个下了楼。当时的一念——我得快点离开这里，到一个安全的地方。当时我和A同修一起离开那里。A问我：你今天走的很快啊。我当时脸红了，是啊我为什么走那么快，快得只想自己迅速离开，而没有想到后面其他几位同修的安全，这不是私心吗？关键时它让我只顾个人安全，无视其他同修“安危”自己“跑”的倒很快。这件事充分暴露了我明显的私心，在以后的正法工作中这颗心也经常出现。

私心让我的世界变得狭小，因为那里装不得别人，更谈不到心系众生，只有自己。我会因为自己的自尊心被触及而流泪，面对那无数焦急等待被救度的众生，我有时却“无动于衷”，我会因为妈妈的过早去逝，让我觉得这世界没有了亲人，而感叹这

对师父的正信，相信师父就在我们身边，那么无论表面再怎么困难，我们都一定走得过来。

### 二、真正精进，邪恶不敢迫害

很多地区，特别是邪恶迫害严重的地区一些同修有这样一种错误认识：越走出来，越被迫害；越精进越被迫害。其实事情做得越多，并不等于修得越好，表面的轰轰烈烈、“英雄行为”也不等于精进。一位真正精进的同修，按大法和师父的正法要求去做到，时时都有师父法身看护，什么邪恶敢无理迫害？师父不承认旧势力及其安排的一切。那么做得好走得正的弟子，旧势力的一切被全盘否定（即使在无明的迷中被欺骗或签过什么约），这时还会有那些迫害发生吗？

“真正的能够做得好的，它们真的也是不敢动的；否定其旧势力安排的，正念很足的，它们都是动不了的。也就是说在这个期间哪，不管怎么迫害，如果大法弟子心很正、正念很足，能够清醒、冷静的认识这一切，就会避免很多损失。”（《在2003年亚特兰大法会上的讲话》）。师父讲给我们的法，难道在某一个人那里或某一个地方就有例外了吗？

我认识到：我们讲清真象，反迫害也只是目前的一种特殊修炼方式，师父在《转法轮》中告诉我们：“告诉你一个真理：整个人的修炼过程就是一个不断的去人的执著心的过程”，修炼人

需要去掉的心很多：自私自我的心，妒忌心、争斗心等等。修炼人不断放下人心执著，提高心性、时时象个修炼人的样子去做好师父要求的三件事才是真正的精进。长期以来很多同修把事做得多少，简单的把怕不怕，能否承受看作是衡量精进与否的一种表现。

我看到过一些同修，他们被邪恶反复严重迫害，确实也有表现好的，但放得下生死，却没有放下自我，基点不是维护大法，根本上为私的执著及派生出的各种心不能及时发现和放下，就是大漏，使邪恶有了迫害的充足理由。因此而造成的复杂局面，残酷的“假象”使很多看表面、看榜样的同修对法产生了迷惑。其实真正按师父的要求去做，邪恶是不敢迫害的。

我2001年时由于不能静心理学法，执著有漏被邪恶非法抓捕、劳教1年。痛定思痛，在劳教所我不配合邪恶，被恶人说成是“十处打锣，九处都有。枪毙的对象”，还被列为“坚决打击的典型”。说得很吓人。然而事实上，我按师父的要求去做到时，赢得了警察和恶人的尊敬，有一位包夹头目私下里对我说：我真的佩服你……

后来劳教所所谓专管中队在准备“强制转化”前，提前把我和另外5名坚定的同修分到了生产中队，以免对他们的“工作”造成“阻碍”。结果我们在生产中队被告之：想做就做，不想做就去休息。直至离开劳教所也没有

父母心”，天下的父母都非常怜惜自己的孩子，无论孩子犯了什么样的过错，只要他回来，父母都会原谅他、接纳他。更何况是有着洪大慈悲的师父呢，师父是我们真正的依靠，给予我们过去、现在、未来的一切。因为我们是肩负着助师正法、救度众生的神圣使命的正法时期的大法弟子，在世间，每一个弟子都无可替代，是与之结缘的众生得救的唯一希望，师父要最大限度救度一切可救度的众生，师父比我们自己更珍惜我们。师父想要把最好的东西给我们，只看我们自己要不要，只看我们是否把自己当作大法弟子。所以任何对师父的怀疑都是应该去掉的肮脏的人心。

我从小就很自卑，对自己没有信心，2000年曾被旧势力利用这些弱点和有漏把我从精神上击倒过，由于我对自己过分的苛责，还有执著于梦，它们给我演化假象，让我陷入对做过错事，甚至是当常人时所做错事的自责，让我觉得自己不配是大法弟子，并变异想象出师父不要我了，失去了对师父的正信。

当时觉得自己的心离开师父很远，就象一个孩子被一群坏孩子欺负，并且它们骗他说：他的父亲不要他了，他居然相信了，由于他不敢承认自己是父亲的孩子，他慈悲的父亲没有办法帮他……我就象这个孩子，后来经历了很多魔难，才发现师父一直都在我身边，在我自以为失去大

法的绝望与痛苦中，我发现什么才是一个生命最应该珍惜的，而一个生命失去大法又是多么的可怕，我后来悟到当我迷失自己陷入痛苦中时，慈悲的师父比我更难过……

2003年，一次我在资料点学法时突然非常真切地意识到一个问题：我是师父的弟子啊，是无所不能伟大的师父的弟子……。我泪流满面，这一念来自内心深处，仿佛穿越层层苍宇，坚定而纯正，我的身体类似激动状态，一阵又一阵的震动。

就在那天晚上，我和资料点的另一位同修在师父的慈悲安排下，避过了邪恶的查房，当时院子里站满了查出租房的恶人，千钧一发之际，我们从它们身边坦然走过，出了院门，而它们就象没看到我们一样。我们的资料点放满了电脑、打印机……如果我们没及时发现它们，后果不堪设想。

后来在一次梦中，有人对我说：本来要我交30万元学费的，免了。我悟到：当我们坚信师父，并真正把自己当作师父的弟子，正念正行时，邪恶是不敢来动的，它们的安排自然就被否定。

后来经历过很多次局势紧张，内心承受很大压力的时刻，每当这时，我对自己说：我是师父的弟子，师父只会为我好，我是来助师正法、救度众生的，其它的任何安排，都不要，不承认……。正念一坚定，邪恶自灭，压力也烟消云散。时刻保持

世上只有我自己时满脸泪水；而忘却了多少生命正等被救度，忘却了宇宙众生对自己的期盼，忘却了作为正法时期大法弟子的使命与责任。身边的两个同修经常提醒我：你的眼泪到底是为谁流？是为自己还是为众生？我很惭愧，自己深知为私是旧宇宙的根本属性，要想进入新宇宙，那就得修成无私无我，先他后我的正觉。有了私心，怎么能更多的去想别人呢？那作为师父的弟子就是不断修正自己，去掉私心真正做好师父教给我们的三件事。

当我们把正法摆在第一位，把讲清真象救度众生视为己任时，你会发现自己的世界慢慢装进的不再是自我，而是无数众生的疾苦。当自我逐渐被众生代替

时，我的心宽了，我的“天地”广了。我能开始更多的真正的为别人着想了，能站在圆容整体、配合整体这一角度去思考问题了。

回想自己正法修炼的五年，自己由一个业力满身、唯私唯我的弱不禁风的女孩，在大法的熔炼中成为一个坚定的正法时期的大法弟子，这其中溶入了师父多少心血。没有师父的时时呵护，弟子怎能走到今天。对师父的慈悲苦度，弟子无以言表，唯有加倍弥补，把师父和大法给予我的无限智慧用于救度众生之中，不断精进，不断放弃自我溶于法中，随师正法归天途。

## 地区未明

### 背法、精准和在魔难中坚持正信

文/大陆大法弟子

我刚得法不久，就赶上那天是师父的生日，得法早的老弟子组织学法，准备学一夜，把《转法轮》通读一遍。他们叫上了我。

那时《转法轮》在我脑中还是一本厚厚的书。他们让我读，我用了5个小时的时间读完了《转法轮》，最后读的在我感觉就象清水静静的流淌。从那以后，《转法轮》在我脑中再不是一本厚厚的书，就象是平展在我的脑

海中，我再读的时候，没有了任何的障碍与心理负担。在此之前，虽然知道学法重要，也明白法好，但学的时候却很难。

不久，我就在我母亲的影响下开始背《转法轮》。我背过第一讲，用了2个月的时间。几乎是一字不差的流利的背下来。因为老是在背，就没有通读，我发现《转法轮》在我的脑中没有了圆容整体的概念，就象间隔开了一样，那滋味很难受。

后来我就每天通读两讲《转法轮》后，剩余的时间都用来背

法。这样通读与背结合起来，大法在脑中始终有一个圆容的概念（只能这样形容，因为那种法在心中圆容的感觉无法用语言表达清楚，所以我有些理解《转法轮》这个名字的深刻内涵）。这样通读为背诵打着基础，背诵又在通读的基础上加深着对法的理解。

1997 年我们在市里成立了青年背法组，很多同修参加了，大约得有10多个组，每组20多人。到了星期六，我们就集体聚在一起，在一所中专学校的各个教室里，分组集体背诵上一周背的《转法轮》内容，或师父的新经文，然后交流背法和修炼心得体会。这样外在因素又起了一定的互相促进、共同精进的作用。现在，我们共同走到今天的同修中，几乎当年背法组的同修没落下几个。很久不见面的同修，见了后，还会象和平时期那样习惯的问一句《转法轮》背第几讲了？

那时候我每天的感受真是天

高地阔，无法用语言形容生活的美好。对师父的敬爱与感激使我把全部的精力用于了修炼、洪法，这是我生活中最重要的事。

7.20被抓后，我真正感受到了法在心中的美好。那时我每天静静的背法，心如静水。看管我的警察浮躁的心与我形成鲜明的对比，我觉得他们活得真苦。邪恶头子问我在想什么，我说我在背《转法轮》，他们很惊讶问我，都背过了吗？我说都背过了，还有师父所有的经文。

邪恶头子去了其他被非法抓捕的同修的屋，看同修在睡觉，就喊：还睡觉？人家某某都背《转法轮》到第8讲了（其实没背到第8讲，是他自己说的），你还睡。后来同修说：听了那话真受鼓舞。

警察都知道我背过了《转法轮》，所以每次见到我后，他们就互相说，别管她了，没用，《转法轮》那么厚，她都背过了，管她能有什么用？

爱恨情仇苦，三界轮回苦……象木偶一样为高层生命或其它生命，因素，甚至观念所操纵、利用，身不由己的扮演着这出戏的某个角色，为名利情争斗不休，造业不止，不知苦海哪里是尽头。

这也是我们得法前当常人时的真实写照，今天回过头来看

看，能有幸得到万古难遇的大法，拥有助师正法的殊荣，能够在风雨中坚定的走到今天，感到无比的幸运和幸福。未来的主动权掌握在大法弟子自己的手中，而反观世人：迷于苦海，身不由己，未来难卜的种种，如何不让人坚定修炼。

很多次学法中都有沧桑的感觉，不知落入这凡间多久了，也不知在历史上经历了多少重重恩怨，也不知当初是怎么做出这个宇宙中生命最智慧，最正确的选择——在末劫的最后时刻，成为正法时期的大法弟子；在旧宇宙所有众生生死存亡的关键时刻，助师正法、救度众生。有比其他生命更多的机会；有其他生命难以企及的无上荣耀；有永远都难以回报的浩荡佛恩……无比庆幸。

从97年得法到现在，将近8年了。回头看看这些年风风雨雨，摔摔打打所走过的路，在正法修炼的实践中有了自己对师父，对大法，对正法的一定认识。在这里借书面交流的机会写出来，与众同修切磋，若有不足之处请慈悲指正。

### 一、对师父的正信是大法弟子坚定的根本

这些年我有一个清晰的认识，那就是对师父是否正信，是大法弟子在巨难中能否稳健走过来的最根本的决定因素。有了对师父的正信，才可能对师父的讲法相信，才可能在整个正法修炼中按师父的大法和正法的要求去做。

回顾走过的路，其实整个过程中每时每刻都在看我们是否相信师父，是否相信师父给我们讲的法，即使相信还有信的程度问题。在旧势力强加给大法的所谓“考验”中，一直都在检验弟子对师父和大法的坚信程度。

旧势力安排的这场邪恶考验，在世间所表现出来的邪恶最恶毒的就是对师父的诽谤，它们知道大法弟子如果动摇了对师父的正信，就失去了能经受住考验的决心。在劳教所，洗脑班等处，邪恶首先利用对师父的诽谤来动摇弟子的正信，它们可笑的割裂师父与大法的关系。学法不深的学员一旦失去对师父与大法的正信，就会很快的被所谓的“转化”。

关键时刻、危难关头、当干扰和魔难来时，是否相信师父并按师父说的去做就成了大法弟子在那一刻神或人的区别，一念之差，天地悬殊。神才能走过来，而人则会被魔难击倒。

我认识到：对师父的正信来自于平时扎扎实实的学法和实践中理性的升华。就是在一次次的实践中，在一次次的柳暗花明中甚至在跌倒的痛苦中对照法认识到师父讲给我们的都是真的，因此在以后做好，这样的提高才是扎实的。

对师父没有正信的另一种表现，就是当自己没做好，走了弯路时，觉得自己对不起师父，就怀疑师父不管自己了、产生种种顾虑。

人世间有句话：“可怜天下

## 华南地区

### 在正法修炼的实践中成熟和坚定

文/四川大法弟子

母亲（大法弟子）曾对我说：看看这人世间的一切，都可以让她坚定修炼。我听了很有同感：常人就是这样，生在世上不知为何而活，不管贫富贵贱，都逃脱不了这苦海：生老病死苦，