

五遍，背了也有三十遍了，我还在继续背下去，因为我的生命源于大法，大法是我生命的全部。因为学好法，讲真相救度众生才有力度。我讲真相以散发真相资料为主，面对面讲真相，劝三退都是以第一人称讲，让他先知道大法好，再三退。我的亲朋好友几乎全退了。利用各种方式，远的就寄东西，里面有信，让其明白真相，起好名字，三退，一般没有拒绝的。面对面就更多，就是在我先生离世前两天，我们还在劝三退，在追悼会上，我还哭着劝三退，我从他老家返回来，带回二十四三个三退名单，不是我做的有多好，比起网上同修讲一天劝退多少人，还差的太远，对陌生人讲真相劝三退就比较少，这是我有待提高的。救度众生是大法弟子的使命，是给自己做的，不是给师父做的。

文章要脱稿了，但《我的修炼故事》并没有结束，虽然我觉的自己修的不好，但还是不想放弃这次难得的机缘，师父讲：“每一次机会都不会再有”（《精进要旨》〈挖根〉）。写稿的过程就是修炼提高的过程，在这个过程中不断的用法来归正自己。我希望在今后的修炼中更加精进，为‘故事’的结尾添上光彩的一笔。让师父多一份欣慰，少一分操劳。师父讲：“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。”（《精进要旨》〈路〉）谢谢师父对我的慈悲苦度！谢谢同修的无私帮助！包括给我制造魔难的同修，因为那是师父安排帮我提高的。

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

十六期

二零一零年

二月十八日

“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
征尘万里促升华	2
坚信不移 正念显神威	10
我与明慧网的不解之缘	19
信师信法 师父时时在身边呵护	28
助师正法是我无限的荣幸	34
我的修炼故事	40

第六届中国大陆大法弟子修炼心得交流大会

征尘万里促升华

文 / 河北大法弟子 双莲

尊敬的师父好！

同修们好！

我们夫妻一九九六年得法，继而带动家人和亲属加入修炼，修炼后家庭和睦，境界升华，许多疾病不翼而飞，深感大法的超常与神奇。然而九九年“七·二零”后，中共邪党开始疯狂镇压迫害大法弟子，修炼环境遭到了空前的破坏，造谣诬陷、围攻监视、绑架关押，一时铺天盖地，到处充满了邪恶的嚣张。为了抵制对大法的诬陷，为大法清白说上一句公道话、妻子几次进京上访，均被非法关押在拘留所、洗脑班，工资强扣，亲属株连，迫害不断升级，从单位到家里，邪恶的压力几乎让人透不过气来，真实的暴露了中共邪党的凶残和丑恶。

看着大法被诬陷，看着上访被阻截、看着众生被无知的欺骗毒害，我们心如刀割，怎样才能还大法与师父清白？怎样拯救被毒害的众生？在空前的魔难中，我们擦干眼泪，坚持学法和与同修交流切磋，一年后终于走上反迫害、救众生的修炼道路。十年来，三千多个日日夜夜，我们坚持讲真相，发放真相资料，历尽风风雨雨，在风险和魔难中摔打升华，日益成熟，也从内心里体悟到师父给我们指出的是真正的金光大道。

一、在走出来的过程中，不断发现执著、洗净自己。

俗话说：“万事起头难。”在邪恶猖獗的环境下，走出来的每一步都是严峻的考验。刚开始发真相资料时，最大的障碍就是怕心。我与妻子从小就是人们认为的那种老实巴交的人，在邪恶黑云压城的情况下走出来发资料，是以前连想都不敢想的事。开始白天怕被邪恶看见，就都选择半夜两三点钟夜深人静的时候，即使这样心里也紧张的象打鼓，上下楼腿抖的不听使唤，有一点动静或遇到外边出租车的灯光，

害。我心里求师父：师父，弟子错了，是弟子做的不好，弟子不应该执着于他，他有师父在管，是我的执著招来邪恶的迫害。但是我是师父的弟子，我就走师父安排的路，绝不走旧势力安排的路。我不想因为我的失误毁了那么多的众生，请师父给弟子一个机会，弟子下次做好！

到了派出所，把我们分开非法审讯，审问我的是两个头头，一个是国保大队的，另一个是派出所的。他们说修的高，文化素质高，不是一般人，认定我是主谋，所以对我进行突击审问，用激将法，使我就范，我不上当。我采用各个击破的方法，一个人在，我就讲真相，还能听进去，他们两个人合在一起就比较邪恶。我就集中力量清除他们背后的邪恶生命与因素。他们没办法就让我写个保证，看住我先生别去发资料，签上我的名字，假名都行。我不会给邪恶写任何保证的。他们看我不上当，便恼羞成怒，大肆攻击师父，攻击大法。我不停的发出强大的正念；清除背后操控他们的一切邪恶生命与因素，不许邪恶以任何借口迫害大法弟子，毁坏众生，请师父加持弟子的正念，叫邪恶闭口！不许邪恶攻击师父，攻击大法！我发现自己的身体在不断的扩展，扩展，扩展……在师父的加持下，我的正念越来越强，越来越强。（我感觉时间过了一个世纪）突然，我的心脏发生了故障，他们吓坏了，要请医生，我摇头拒绝。我的意识非常清楚；我要回家！他们马上答应。伟大的师尊救了我！而先生正在和一个警察聊天，弘扬大法呢。真是“人各有命”（《转法轮》）。我们回到家，正好六点发正念。第二天怕心出来了，因为先生把大儿子的单位说出来了，我马上想起《转法轮》中讲的：“你自己得把心放下，根本就不存在了”。是啊，师父都给我拿掉了，我还怕什么呢，而且“怕”的又不是我。这件事我只是和个别同修讲过，我觉的真是愧对师尊，都修到这份上了，还让师父操心。

正念源于大法

师父在《转法轮》中讲，“高层次上的法一定要学透，知道怎么样去修炼；五套功法一步到位，全部学会。将来你可以达到一个相当高的层次，你都意想不到的那么高层次，得正果是没有问题的。”我喜欢学法，也愿意背法，两年来，每个月都要背一遍《转法轮》，不管多忙，时时都在背法，已经形成了机制，还要抄法，我抄的《转法轮》不下十

在修炼中去掉人心

零五年回到家中，我如饥似渴的拜读师父所有的讲法，更觉时间的紧迫。《九评》已经问世，便全面转入传《九评》、促三退，我和先生以要我的退休工资为名，回原单位讲真相，劝三退，使很多亲朋好友得救。我不太在意邪恶对我的迫害，我却在意同修对我的看法。他们认为我是在旧势力的安排下证实大法，没有正念正行提前出来是错的，没有跟上正法进程，都要帮我在法上提高。这种说法来自于不同层次，有的说，你可别再有执著，再有执著还被关，还有人说，我们因为你的事议论了一年多，等等。

其实，我也在找自己，我是碍于情面不得已和同修去外地散发资料的，不是站在法上为救度那里的众生，我的第一念不对，又不听师父的点化，真是后悔不迭。还悟到再也不执著于同修的执著了。可是同修却执著于我的执著，不厌其烦的三番五次的说，非让我承认不可。我便就事论事。此路不通，我开始躲，同修们主动找我切磋，我这颗不让人说的心暴露无遗，却不自知，我的心理承受能力几乎达到了极限，幸亏师父的法点醒了我：“谁都不愿意去在矛盾中看自己，觉的自己遭受痛苦了、遭受不幸了还要找找自己，看看自己哪里做的不对，真的很难做到的。如果谁能做到，我说在这条路上，在修炼的这条路上，在你生命的永远，都没有什么能挡住你，真是这样。”“关键是你如何知道自己，如何能够正确的针对自己，找自己的原因。”（《新加坡法会讲法》）我开始向内找自己，找到了一颗在大法中求名的心，一颗执着于自我的心，也就是不让人说的心，找到了之后，瞬间，从头到脚一股热流通透全身，师父又给我灌了一次顶。但是，这颗不让人说的心还时不时的往外冒，我就不不断的在消它，使其越来越弱。看了《曼哈顿讲法》。才明白，原来是师父的刻意安排，我敢“撞”师父吗？弟子不敢。

正念闯关

前年秋天，我与先生去一个大的商贸城散发真相资料，他被恶人举报，保安把我们交给派出所。我立即向内找自己，有什么执著被邪恶钻了空子。我发现自己太执著于先生了，怕他修不好，怕他出事，怕他过不了关掉下去，因为他刚过了一个大的病业关，就因为我的“怕”招来了邪恶的迫

心跳的半天平静不下来，好象四面八方都是邪恶的眼睛。现在让我想起来脸红的是，当初由于发资料怕邪恶发现查手印，叠真相资料时戴着手套叠，还特别在纸上擦上一两遍，以防留下痕迹。冬天往往戴上大口罩，捂的严严实实，让人好看不出来。记的有几次发真相资料时，乘车到人较少的公路旁，老远把资料往干净点的地方一扔，就赶紧跑到马路对面去走，使本来堂堂正正的事，做的象“小偷”一样胆胆突突，这哪是大法弟子应有的心态。正如师父所指出的“人心太重的大法弟子啊，我领你们走的是神的路，而有些学员就是固守着人的观念。”（《正法中要正念、不要人心》）现在回想起来都很惭愧。

怕心象山一样挡着我们做好发放真相的事，但我们没有退缩，在邪恶环境中一味逃避是根本提高不上去的，只能在坚持发放真相资料中不断消减怕心，修好自己，于是我们从少发、勤发、到较熟悉的地方发开始，然后逐渐增加数量和扩大范围，由只是黑夜发，到白天上街、买菜也发。同时每次出发前都发正念清除邪恶干扰，回来后通过学法及时找自己不足，不断总结提高。特别是越遇到所谓紧张的“敏感日”，越象平时一样出去发放真相资料。遇到邪恶干扰时，努力稳住心正念对待。前年夏季的一个晚上，我到一村庄发放真相资料，刚刚把真相标语贴完，一辆警车快速驶来，车灯打的通亮，在离我只几米处车速突然减速几乎要停下来，车灯照到我的身上，这时我没有慌乱，而是迎着警车从容走过去，绕到旁边，继续走自己的路，结果那辆车停了一分钟就开走了。二零零八年邪党开奥运会期间，到处如临大敌，汽车、火车到处都设专人查包，不管大包小包，连钱包也不放过。我和妻子照样外出发放真相资料，一天上一辆公共汽车时，邪党治安员挨个查包，妻子试探着问我还上不上车，当时我正念挺足，心想既然出来了就不能退回去，跟着众人一起上了车，路过治安员时她喊着“哎，你的包”，我一边发正念，一边象没听见似的往车后走出，找个座位从容坐下，治安员见我没理她，后边乘客又不断涌来，也就不了了之。这样我们坚持用正念代替人心，不断去除怕心，做真相也就越来越顺利。

怕心被逐渐突破后，阻碍我们的另一关就是“利益关”。前几年，我和妻子所在单位不景气，后来倒闭，我们

双双失业，每月只靠五百多元生活费养家糊口，还要负担孩子上高中、大学的费用，每月除拿出一部份钱做真相资料外，出去发真相资料还要经常乘车，多时一次就花二、三十元，一个月花掉一百多元是常有的事，这样生活就显的非常拮据，搞的自己把那点钱常算了又算，感到真有点捉襟见肘。有时心里也产生不平衡，认为这样付出太多，也想就近发发资料既省钱又省力。但我们通过学法，发现生活紧绷是表面，实质上却隐藏着很深的利益之心，这执著在钱充裕时很少表现出来，在钱紧时它就突出出来了。比如说钱要是真紧，为什么有些可买可不买的东西照买，为什么在生活上不愿相应节俭一些，为什么在花这些钱时不算计，而钱花在做真相、救度众生上却斤斤计较起来了呢？这不是心性上的问题吗？师父说：“执著于钱，乃求财假修，坏教、坏法，空度百年并非修佛。”（《精進要旨》〈修者忌〉）师父的话象镜子一样照出我们的人心。后来一些同修的事也深深打动着我们，一位老年同修退休后每月只开三百多元钱，却每月拿出二百元钱支持做真相资料。一位年轻女同修，丈夫每月给她二千元生活费，本来是非常宽裕的，她却把钱绝大部分用在做真相上，自己常和孩子吃稀饭拌咸菜。对照师父的法和同修们做法，我们坚定了去掉利益之心的决心，也知道了怎样把钱更合理妥善的安排，这样不但生活上没有受到影响，做真相的资金也得到了很好的保证。

在讲真相过程中，时间长了，发的资料多了或讲真相好一点，最容易产生的就是欢喜心和显示心，不知不觉中觉的自己做的好，了不起，尤其是每次“远征”回来，常常津津乐道的谈起做真相的经历，同修若夸赞几句更是美滋滋的，证实自己的心在膨胀还不醒悟。正如师父所说：“这种显示心理处处都能体现出来，在做好事上也能体现出来显示心理。”（《转法轮》）后来在与同修切磋中，听到不少同修不显山不露水的做了许多讲真相的事，却始终默默实修，从来不炫耀自己，使我们一下看到了差距。其实我们无论做多少都只是表面的一点而已，实质的一切都是师父在做。欢喜心、显示心都是证实自我的心，是旧宇宙为私为我属性的表现，如不警惕，很容易被邪恶钻空子。有了这样的认识后，我们就严格要求自己，不再随便谈论这样事情，有时谈起也只是总结不足，这样做真相的心更纯净，效果也更好。

印。

他们送我的时候，一再说别记恨他们，都知道大法好，大法弟子是好人，是上边压下来的，我们也没办法。我说，我不会记恨你们的，我师父不让和人结怨，只是让你们明白真相，法正人间时就能留下来，记住“法轮大法好”！“善待大法弟子功德无量”！他们点头称“是”。回去我把“法庭陈述”转交给他们。文章的结尾是：如果为了升迁而参与迫害大法弟子，那大可不必，因为我师父说，德是生前所积，有德才能当大官，发大财。如果是前世的冤缘，法正人间时，我师父能善解这一切。最后附《法正人间预》。

因为我在法庭上证实了大法，揭露了邪恶，师父鼓励我，在梦中，师父给我加了三次分，每次五分，使我前进了许多。

制止迫害升级

我们被非法判刑三年，我们不承认这种迫害，不接判决书，不上诉。那么面临的是被送进监狱。为了制止迫害升级，必须按照师父的要求：“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》），才能制止行恶。他们为达到目地，运用了‘车轮战术’，采用了“先礼后兵”的办法。

首先是管事警察让我们照像，没有照片劳改局不批。我正告他：我师父说，“在任何环境都不要配合邪恶的要求、命令和指使”。（《大法弟子的正念是有威力的》）希望你不要参与迫害。他恍然大悟：哦，原来是这样，你们回去吧。他不再主动参与迫害。

接下来的是五处的局长，政委找我谈话，无非是照像，他们不承认在参与迫害。我问，那你们把大法弟子卖给劳改局得到六千元分了，是不是在参与迫害？（他们无言以对）如果你们使用暴力，我就一头撞在墙上！他们赶忙说；别，别，我们决不使用暴力，你想通了，再照。（因为本地同修都是被打着送走的）

然后就是包号警察，看守所所长，五处处长，想尽一切办法都没有成功。因为我们是站在为他的基点上，按照师父的要求，理智，智慧，慈悲的去讲清真相，使所有参与者对大法少犯点罪。我们用了七个月的时间，否定了旧势力对我们的迫害升级。

后，我不是犯人。他们只好站的远一点。我对甲同修说：“同修小妹不要哭（她当时全身抽筋），师父说，‘大法徒抹去泪 撒旦魔 全崩溃’（《洪吟二》〈清醒〉）。我们要揭露邪恶，证实大法。”

我是这样为自己辩护的：

我是一名大法弟子，我没有犯法，我要为自己辩护。

首先，我们不是“教”，我师父早就讲过，我们不是“教”，我们没有寺院、教堂、道观、修道院，没有清规戒律，想来就来，想走就走，人人都有工作，家庭，只是修炼“真、善、忍”做好人，所以我们不是“教”，也就更谈不上“邪”了。关于“邪教”，我师父在《转法轮》中讲过，干扰人们信正教的才是“邪教”。我师父教人向善，使人道德回升，是最正的，再说是不是“邪教”也不是人能定得了的。

第二，我们没有扰乱社会治安，只不过是利用常人形式向世人讲清真相，揭露邪恶。我师父说：“揭露邪恶的同时是清除民众头脑中被邪恶的造谣与假相的毒害，是在挽救人。这是最大的慈悲。”（《致词》）我们发的光盘是有关“天安门自焚真相”的内容。我便打坐双盘，结印，演示真假王进东坐姿，讲解“自焚”的几个疑点。审判长试图打断我的话，我制止了她。接着我说：真相资料也许你们看了，我再给你们讲一讲为什么“中国人一念只差比犹太人更惨”的道理……

我们冒着生命危险来救度这一方父老乡亲，一张真相资料，一个光盘，愿意看就看，不愿看就不看，怎么是“扰乱社会治安”，“破坏法律实施”呢？所以罪名不能成立，必须无条件的释放我们！（他们无言以对，面面相觑）而恰恰相反，被告的应该是刑警队，公安局，检察院，他们乱抓无辜，而你们又助纣为虐，要给我们判刑，你们的良心何在，天理何在？再看看你们自己，哪一个不是贪赃枉法，行贿受贿，却又道貌岸然，我知道你们所做的一切！大法赋予了我超常的功能！（他们都耷拉着头不吭声）我师父说，谁都想把最好的东西留给自己的孩子。（不是原话）是我师父慈悲，让我们来救度你们。为了你们和你们的家人有个美好的未来，请善待大法弟子，在你们的职权范围之内。

我的同修也为自己做了辩护，我们没有签字，没有按手

有许多同修认为，夫妻同修做真相是最好的“搭档”，却很少知道夫妻同修也同样存在配合协调上的难题。特别是发放真相资料有了一定办法和经验后，时常各持己见，在去的地方选择上，路该怎么走、资料放的地方合不合适等问题上，也出现埋怨争执，甚至发生相互间的不配合。有几次我们夫妻二人由于道路选择不一样，她说该这么走，我说该这么走，谁也不服从谁，竟导致她按她说的往前走，我按我说的往前走，分道扬镳，走出老远才觉的不对劲，从新走回来。还有一次去一个地方，我说资料应这么发，妻子不赞成，仍按自己的想法发，自己怨气一上来，就不管她了，只顾一路快速往前发，直到把她落的没踪影了，才想起这哪是炼功人哪，赶紧回头。

经过几次这样的事，使我们都看到了执著自我、证实自我的肮脏的心。同修一起出去做资料最重要的就是相互理解和宽容，夫妻同修就更应配合好，怎么会有这样强烈的执著不愿放弃，多可怕呀！久了不等着让邪恶钻空子吗？绝不能继续下去了。我与妻子学习师父“无论个人认为怎样，都要放下心来配合”（《致法国法会》）的教导。经过交流协商，约定做真相时不争论对与错，只要一方提出的办法可行，另一方就无条件圆容，过程中不埋怨，不抵触，主动配合，即使有的地方不合适另一方也要尽力帮助弥补，真的做的不对的地方，回来后交流改正。这样再做起来就不拧劲了，也顺利多了。

心性提高上去了，观念也转变了。如有时走到行不通的地方，就想这里往往是发资料的“空白点”，我们到这也许就是“歪打正着”。有时走着走着就不是预定的路，走到另一个地方，我们就想，那里的众生都要救，这没有错。前年秋季，我们路过一个山区农家种植园，方圆有好几里地，看到园中有几户人家就想去发资料，可是这个种植园用铁丝网和树围的严严实实，我们围着走了好远也没找到能进去的地方，这时妻子不但没埋怨，还鼓励说“再往前走看看”，结果真发现铁丝网有一个刚容人进去的缺口，进去放完资料后，农户的狗就在后面叫了起来，不便从原路返回了。我说也许这边也有缺口的，结果在不远处的树丛旁真发现了另一个缺口。

总之，通过走出来做真相，使我们深深体会到这是一个

真正修炼升华的过程，是一个去人心的过程，不走出来许多执著心是无法发现和去掉的。正象师父在《转法轮》中所说：“告诉你一个真理：整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”我们在实践中真实的尝到了这样的甜头。

二、在艰苦的磨炼摔打中，逐渐修出修炼者的慈悲智慧

师父说：“在社会上接触的一切人都是讲清真相的対象，讲清真相中体现出的是大法弟子的慈悲与救度世人。”（《致北欧法会全体学员》）我们作为师父的弟子，师父怎么说我们就怎么做。我们周围大法弟子多，真相资料发放的覆盖率很高，要避免过多的重复发放，使真相资料发挥更大的作用，有条件的同修就要不断扩大范围，到得真相资料较少的边远地区和“空白点”地方发放。几年前我们就想到了这一点，但想起来容易做起来难，但是再难也得做。

我们首先是利用一切可利用的机会，利用一切可以接触到的地方，走到哪里发到哪里。几乎一出门就带真相资料，不管是商店、学校、企事业单位、宾馆、展销会、车站、建筑工地、村庄、蔬菜大棚、医院、小区、集市等等，只要有众生的地方就发，工作之便、工作间隙、上下班的路上、上街购物、陪家人出行都被充份利用起来，就是遇到路上的行人和人较集中的地方，也发正念清除阻碍他们明白真相的邪恶，愿他们早日三退，有个好的未来，不放过使有缘人得救的机会。

我们并不满足于这些。我们原来在单位工作接触的范围很有限，许许多多地方对我们都是陌生的迷，特别是不少边远农村，村名都不知道，地图上也查不着，也不知道到哪里去打听，可那里有多少要救度的众生啊。要救众生就不能怕难。我们千方百计向纵深摸索着找寻，市里有许多路公共汽车，我们就一直坐到终点，坐的过程中把经过的小区、村庄、单位都默记在心中，然后择机前去发放。很多时候我们把公共汽车或其他出租车的终点作为发放资料的起点，发放中又发现了新的地方，就以新的地方为起点，在新的地方又发现有通其它村庄的路，就顺路摸索，这样一个个不知道的地方陆续被发现，使我们发放真相的范围越来越大。有些边远地区很偏僻，不通车，我们就坐“小蹦蹦”，更多的是步行，逢山过山，遇水趟河，有许多时候翻山越岭走迷了路，

少格，天梯不再升格了，我坐在天体的顶端，凝望天空，一片蔚蓝，通透明亮，真是自在如意，我知道这是我心性所在位置了。

我和甲同修隔着高墙交流：我们因为有漏，又不听师父点化，被邪恶钻了空子，不能被动承受，要发正念出去，一定要坚持学法，炼功，发正念，讲真相，改变监狱的环境，这本身就是否定旧势力的安排，因为我们是大法弟子。我们达到共识，比学比修，共同精進，开创了那里的环境。

向所有有缘人讲真相

首先向犯人讲真相。好多犯人明白真相后，自愿学法，抄法。有的写信给家人洪法，有的把抄的《洪吟》带回去，一个不识字的老太太让我给她抄《转法轮》带回去给她儿子、孙子看，也有自己回去看的。其中有两个女孩跟我学法，炼功，被叫出去体罚，写检查。她们冒着加刑的危险，也不攻击大法，结果轻判，别人都觉的不可思议，她俩心中清楚，是相信大法的结果。

向武警官兵讲真相，多数都能听真相，有的还主动告诉我们时间发正念，犯人也能帮助我们讲真相，效果还不错。

向所有警察讲真相，多数都能在他（她）的职权范围内善待大法弟子。我们不穿号服，不背监规，不报告，不喊“干部好”，因为我们是未来的佛道神，他们非法关押我们，我们喊他们好，对他们没好处，过去的方丈见皇帝都不下跪的。不管哪一级来检查，我们都是双盘、结印，给他们讲真相。

我们自己谱曲唱“法轮大法好”，我们用心去唱，犯人也跟着唱，歌声传的很远，男号也附和着，没有因为我们唱歌而关过风门。

法庭上讲真相，揭露迫害

大概是零一年十月，法院送来起诉，我不接，他们觉的没法交差，我说：如果我接了“起诉”，说明你们也在参与迫害，你们愿意吗？他们把“起诉”拿走了。

零二年三～四月，第一次秘密开庭，他们宣称公开开庭，我们揭穿了他们的谎言。有人叫给我们戴手铐，进来七个人强行上铐，我们竭力抵制，发正念，它们没有得逞，逃之夭夭。第二次大概是七月份，这次没敢上铐，商量让我们自己戴上，当然不可能。在法庭上，我不准法警站在我的背

在反迫害中证实大法，救度众生 否定旧势力的安排，做伟大的大法弟子

在我得心应手的做着大法弟子应该做的事时，一个浑厚的男中音打进我的脑子：你达到标准了，可以通过肉体死亡形式圆满。我知道这不是师父安排的，师父让我们“白日飞升”。我说：你不是师父，你是旧势力，我不听你的。我坚决抵制了它，并写了文章上网。

《弟子的伟大》经文发表后，我感到身为大法弟子责任的重大，师父用八个“伟大”高度的评价了大法弟子所做的一切和大法弟子必须应该做到的一切。从此我时刻用“弟子的伟大”来衡量和鞭策自己。在全球星期日同步发正念开始的时候，我每天都坚持早上三个整点发正念，一直到通知取消为止。因为这是大法弟子应该做到的三件事之一。

《导航》经文发表后，改变了我头脑中个人修炼一味承受的思维，给我生命中注入了正法修炼的全新的内容，一个全新的我诞生了，我成为新宇宙中的一个粒子，密不可分，为我在反迫害中坚定的走过来奠定了坚实的基础。

看守所讲真相救度众生

二零零二年初，我和甲同修去外地散发真相资料被非法绑架，关进看守所。我们不报地址姓名，用绝食来抵制迫害。强行灌食前，不知道是公安五处还是检察院的，对所有的犯人说：谁也不准把今晚的事说出去，否则加刑！每个犯人都答应不说出去。那个女护士第一眼看是个人，再一眼就是地狱的小鬼了。管子里拔出来的全是血，食道破了，他们以为我活不了了，让四个犯人值班，有事打报告。当我从昏迷中醒过来时，我的脑子中有个声音：“荡尽妄念 佛不难修”（《洪吟》〈无存〉）。我悟到不能再继续绝食了，要保住人身，修正自己，助师正法，救度众生。（没有悟到找出自己的根本执著）当我睁开眼睛，犯人都过来了，她们都说，我们以为你活不了呢。有人告诉我，大姐，我知道你不会死，给你灌食时天窗上站着一个人，高高的个，穿着白亮的衣服，是你老师吧？我告诉她，是我师父在看护着我呢！

因为我悟的对，师父让我上了天梯。在梦中，乳白色的天梯悬在半空中，两边没有扶手，我上了天梯。天梯自动升格，铮铮有声，我的脚往上迈，天梯就升一格，不知上了多

就穿越一片片庄稼地或人迹罕至的树林寻找道路，等找到道路时身上常沾满蜘蛛网和叶绿。夏秋季节则被露水打的湿透。有时走到陌生的地方，不知道走多远前边才有村庄，也不知道怎么走才能找到可搭乘的汽车，甚至不知道方向对不对头，全凭估计摸索着走，特别是山区往往选择路差一点就要多翻一座山或几座山。今年夏季，我们为到一个边远村庄，想择近翻过一座山，山的这边树木葱葱，坡也比较缓，不算太吃力，可到山顶一看，山的那边悬崖陡峭，几乎成九十度的坡度，往下望下，很深的山底旁流淌着一条大河，看着都头晕目眩，我们踩着草窝，拽着石头旁的丛树一点点往下移动，尤其过半山腰后，几乎净是光秃秃的大块平板山石，只能身体紧挨山石往下移动，惊险的一会一身透汗，这样的惊险好象只是在电影上看到过，但是再难也得闯过去。就这样我们在做真相的过程中找寻到了更多的众生，范围也越来越广阔，从许多地方都不知晓的人，变成了连地图都未标明的许多小区、单位、农村、街道都尽在心中的“活地图”。

在发放真相资料的过程中，更多遇到的是想象不到的苦，贪图安逸是无法做好的。由于常到边远地区发放真相资料，每次都要走很多的路，十里二十里是“家常便饭”，即便有时能坐上“小蹦蹦”也颠的你腰股酸疼，比走路还不好受。夏天骄阳似火，走一会就汗满全身，冬天凛冽寒风，好硬的山风多厚衣服都能吹透。很多时候出去半天喝不上一口水，有时突然遇到天气变化，更让你猝不及防。一次我们刚出门不远就看天空乌云翻滚，我们带上雨具，坚持出发做真相，做到半道，天空电闪雷鸣，大雨如注，一会平地就积了半尺多深的水，我们冒雨继续发真相资料，等发完真相资料后我们除了雨伞遮盖的头胸外，全都淋的呱呱透，我们看着对方被淋的那种样子，相互笑着，因为我们明白为救众生吃点苦，值！还有一次，我们出去发真相资料，连续走了七个村庄，并且翻了一座山，回来时晚了一些，所有能搭乘往回赶的车都没有了，望着漫漫的路，我们只能靠脚往回走了，奔波一天非常疲惫，往回走每一步都很吃力，妻子脚上磨出了几个水泡，走一步都钻心疼，我也感到步子沉重，踩到路上的一个个小石子，脚硌的特难受，但我们相互鼓励，心里默念师父的法“难忍能忍，难行能行”（《转法轮》）和

“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〉），坚持走过了一程又一程，那天我们上午九点多钟出来返回家时已晚上八点半钟，除了坐车外，整整步行了九个小时。

以前我们出去发真相资料时都是单一的，就是为了保证安全，尽量不与路人接触，除非非问路不可。这两年随着救度众生的紧迫，我们认为不能固守这样一种模式了。开始把打手机短信、遇路人讲真相也与发放真相溶入一起，能发真相资料发真相资料，间歇时就用手机发短信真相，碰上单个路人就尽量和他讲真相，这样救人的容量就更大了。今年春季，我们发真相资料回来，遇到一位年近五十的农村妇女，主动与我们搭话，我们立即悟到这可能是有缘人，就一边与她攀谈，一边向她讲真相，她很爱听。我们了解她是前边一个村庄的妇女主任，还是个党员，就善意的劝她退出邪党，选择光明未来，她都接受了，并邀请我们到她家做客，热情款待我们。后来我们把神韵演出光盘送到她家，她都高兴的要了。

为了使真相资料达到更好的救人效果，我们用大法给予的智慧，使制作的真相资料越来越漂亮，包装也越来越讲究，有的配上漂亮的祝福图案，有的套上防雨防尘的“新装”，使真相资料能贴、能挂、能放，防雨防尘，看上去就象“精品”，为众生所喜爱。同时充份应用色彩变化、天气变化、季节变化、时间差、地形地貌等方面的知识，使真相资料更快更多的发到众生手中，起到了事半功倍的作用。

三、在师父的精心呵护下 穿越风雨险关走向成熟

在邪党残酷迫害的环境下，坚持发放真相资料是要穿越许多风险的，特务跟踪、恶人举报、绑架、群狗追咬和意想不到的困难等，我们都有所经历，可喜的是在师父的呵护下我们都顺利的走过来了。

去年七月，我们出去发真相资料，刚上汽车坐不到一站地，有个年轻人突然吵吵自己手机被盗了，手机上还有重要的信息。结果售票员让司机把车停下来并报了警，说等警察来了挨个人搜，当时我们包里放的都是真相资料，碰到这种情况太意外了。我和妻子交换眼神，共同发正念请师父加持，制止邪恶的干扰。车不走我们就不停的发，车停了四十分钟后，警察开车来了，只把当事人叫下车问一问，然后挥

会看大法，心中有法就不会被转化。那段时间真相做的很多，和同修交流也多，不知不觉的做起协调工作来。

师父的《北美大湖区法会讲法》发表后，我反复的读着，当我读到“学员在生死存亡面前敢于走出来，在最大限度失去一切中走出来，做了大法弟子应该做的伟大的一切”时，我悟到应该再一次去北京证实法。这次我没有了被关的概念，因为这不是师父安排的，是旧势力安排的，师父是让我们证实大法。我们同修五人，包括先生，原计划是去天安门打横幅，因为天安门已经戒严，我们就决定去北京挂条幅，贴不干胶。

于是我们一行五人在零一年元月一号到了北京，从南站下车，步行到天安门。一路上，我们相互配合，把大的横幅用不干胶贴在墙上，小的条幅甩在树上，金光闪闪的“法轮大法好”鲜艳夺目，电线杆上，树上都贴上不干胶，一直贴到天安门附近。这时是早上八点，我们走了三个多小时。然后我们就分开了，我和先生到中山公园挂了三个小条幅，公园的便衣很多，还有警车，当时我们看见一条巨大的横幅拴在两棵大树上，“法轮大法好”五个大字发出耀眼的金光，有力的震慑了邪恶，真是鼓舞人心哪！那么多的便衣竟然没看见！

那天，天安门广场全部戒严，从东单到西单，长安街，全是警车，过去讲什么“三步一岗，五步一哨”，用以形容戒备森严。那天是一步三岗，一步五哨。穿的服装都不一样，一种是黄的，一种是灰的。几乎没有游人，一半是大法弟子，一半是便衣。大法弟子想打出横幅是不可能的事情，只要有一点举动，手往袖口一伸，马上就被打倒在地上，双手捂住头，抽动不已，然后警察拨开人群，将大法弟子拉上警车。那么是谁把大法弟子打倒在地呢，是便衣，用什么打的呢，没看见，出手太快。当然，也有个别的被同修挡住没被抓的，但必须是打的不重的，自己能站起来的。那警察都着了魔了，走在路上的，坐在地上的，只要是法轮功的就抓。我们一点不怕，就想看个究竟，最主要的是只要有同修打出横幅，我就要上去扯住横幅，喊“法轮大法好”，很遗憾，没有实现。一个警察笑着对我说；别看了，回家吧。回来后，听同修说，我们区有四十二位同修被抓，三十八人被劳教。

人接你，不让你原单位受牵连。

于是我便报了我居住的城市，被辖区乡领导接回，一路上我给他（她）们讲真相，他们乐意接受。有个女的胃痛的很难受，说着说着不疼了，她问我，是不是我发功给她治好了？我跟她讲，我没有发功。我师父说，法轮他会内旋度己，外旋度人，外旋时他发放能使别人受益，能给别人调整身体。我说的不一定是原话，是我师父给你治好的。他（她）们都很高兴，说：我们回去也看《转法轮》，他们人手一套，上边发的，让揭批的。接近市区时，有个领导打电话问公安局是否将我送回家，对方不同意，只好把我送到分局。另一位女士一直陪着我，想等着录完口供送我回家，她的善念我很感动，这是世人在觉醒。

在拘留所，很多同修关在一个号里，大家一起背法，炼功，交流。一天清晨，我正在抱轮，看见师父穿着白色的衣服，在我耳边告诉我：叫你大姐起来炼功。我赶忙叫醒比我年长的同修，告诉她，师父让我叫你起来炼功。别的同修赶忙起来炼功。她们说：比你早得法的都是你的师姐呀，师父是让你叫我们都起来炼功的。自此，大家更精进了，我们一起背《论语》、经文，背《洪吟》。不断的有同修进来，带进来新经文，我们就开始背，我每天照样打坐三个半小时，没有一丝懈怠，时间对于我来说太宝贵了。

我被非法关押一个月后，政保科长说：你的户口不在这，你得答应不炼功，保证不上访，否则就劳教。我说这不可能。他说只要在这里说不炼，回家怎么炼我都不管。我说：我修的是真善忍，我要说假话，我就是骗我师父，骗政府，骗我自己。他说不写就劳教你。我说劳教就劳教。最后，他们让我写个“上访经过”。第二天，先生接我回家。上楼梯的时候，我想，两次进京都没有想回来，怎么又回来了，心里很怅然。这时我看见我前面出现许多法轮，还有法船，我明白了是师父让我回来的。

第三次进京挂条幅

回来后，便全面的转入讲真相，救众生，时间紧迫，打坐时间改为一个小时。由于片警不断的骚扰：打电话，捎信，敲门，在我儿子主动的帮助下，我和先生离开了家，过着流离失所的生活。条件很艰苦，打坐时老鼠都上到手背上，我每天都告诫自己：要多学法，今天没被劳教，就有机

挥手让车开走，终于化险为夷。

零九年四月的一天，我和妻子到一个地方发真相资料，刚到地方就觉的进入了邪恶布置的监控圈，后面有人跟踪，前面有人堵截，气氛很紧张，我和妻子边走边发正念，请师父保护弟子，智慧的避开了后面的跟踪，并坦然的从前面阻截的恶人身边走过，一直走到安全地带把真相资料发了出去。特别难忘的是，一次我们发放真相时被恶人举报，随后被非法绑架，我们不停的发正念，破除邪恶的迫害安排，几乎把每分钟都用在发正念上。在师父的呵护下，在同修们的正念支持下，我们竟神奇的当天就闯了出来。几次脱险使我们深深体悟到师父“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟二》〈师徒恩〉）的话千真万确。

不仅遇到危险时师父精心呵护弟子，在遇到难解困难时，师父也是无微不至的呵护。有这样几件事让我们记忆犹新。一年夏天，我们到远处做完真相回来，公共汽车早已停班一个多小时，正当我们站在车站牌门为难时，突然开来一辆公共汽车，我们一招手它就停住了，我们说明情况后，司机热情让我们上车，一直开到我们家附近的车站，事后我们悟到这是师父鼓励我们派的“特殊班车”。还有一次，我们发完真相资料后，想抄近穿过一片玉米地上公路，谁知这片玉米地太大，有方圆十来里地，我们在里面转来转去怎么也走不出去，走走就没有路了。满眼望去一个人影也没有，没办法我们就请师父和正神帮助，想后几分钟的时间，就从玉米地中颠颠簸簸骑车过来一个小学生，当得知我们迷路后，爽快的说：“跟我走”，一直把我们带出玉米地。更感人的是，前年秋季，我们到一个地方发资料，回来时被一条河挡住了去路，河面很宽，水有没膝深，水很凉，水里乱石又多。我们为难之际想起师父，没想到这半天见不到人的地方，突然开来一辆拖拉机，我们请他帮助我们过河，只要过了河就行，司机爽快的答应了。谁知过了河车并没停，继续往前开，我们很诧异，司机说：这里路不好走，我一直把你们送到车站吧。这样一直开了八九里地，把我们送到一个汽车站旁。我们感谢的让他记住“法轮大法好”，司机憨厚的点头笑着，连说“记住了！记住了！”

在坚持做真相过程中，我们不仅感受到师父的时时呵护，也感受到众生对真相的期盼，很多时候到很陌生的地

方，那里的人竟象亲人一样向你招呼，当我们问路时那里的人仔仔细细的告诉你，恐怕你走了“冤枉路”，有时到素不相识边远山村，那里的小狗都老远跑过来，在你脚下摇头摆尾的表示欢迎和亲热，使我们倍受鼓舞。

十年来，三千多个日日夜夜，风风雨雨，万里征尘，在师父的呵护下，在大法的指引下，我们踏遍了多少山山水水和那陌生的土地，不仅领略到了助师正法、救度众生的异常艰辛，也领略到了助师正法、救度众生的无限风光。没有师父呵护我们在修炼路上无法走到今天，也无法知道那真正修炼的深刻内涵，感谢您——慈悲伟大的师尊！

双手合十

坚信不移 正念显神威

文 / 大陆大法弟子

尊敬的师父您好！

各位同修们好！

我是九七年初得法的老弟子，能在风雨中坚定信师信法走到今天，全靠平时多学法，坚持每天炼功，在师父的慈悲呵护下，平安的走过了各种魔难，其间经历大法的神奇简直说不完。借这次师父给开创的同修们辛勤举办的网上交流会，把我的修炼体会向师父做个汇报，同时也与同修交流一下，希望能达到证实法的目地。

记的当初刚看完一遍《转法轮》，我知道要想真修就不能给大法抹黑，现在社会上败坏的那一套就不能再随着做。正好快过大年了，我赶紧把常人中的人情债都了却，然后再去炼功。正月初八早晨我早早就醒了，摸黑下楼去找炼功点。只听丈夫说过小花园有炼法轮功的，我就到小花园，看到人多的地方我就站下找熟人，哪知天黑一个也没找到。音乐响了我站在前面就跟着口令比划，有一位大姐从后边扶着我双肩让我转过来跟着她炼，炼完动功天也亮了，看到了我同楼的人。从那之后同修教会了我炼功动作，风雨无阻的坚持每天到炼功点。一次刚盘上腿一结印就出现胳膊腿都没了的那种状态，简直太舒服了，我非常高兴，赶紧拿下来就告诉在床边躺着休息的丈夫说：“师父讲的都是真的。”并说

得了，真的不得了，法轮功的人心太齐了！他明白了法轮功得的是人心，而共产邪党失去的是民心。

回去后我被关进拘留所，政保科长是亲戚，被降一级工资，写了检查，上至县委书记，下至学校校长，都写检查。地委书记点名劳教我，因为我上访那天，他正在省里开会介绍迫害法轮功的经验呢，没说两句，来了电话说，某某某上访了，他能不生气吗？

先生为了救我动用了他所有的关系，条件是要看“悔过书”，他知道我宁肯死也不会这样做，他去政保科长问怎么办？政保科长出主意，谁要就说“公安局存档了。”其实我不怕劳教，我只是不想牵连那么多人。放我的前几天，在会议室，我见到八个人，我给他们讲了法轮大法的美好，讲了修炼后我身心的变化，我上访没有错，我决不会放弃修炼，但是我不愿意因为我牵连你们这么多人。他们都说，某老师，我们知道你为人忠厚，我们是各个都写了检查，再上访，我们的乌纱帽可就没了！我答应不再上访。我先生在省城开了‘暂住证’，二个多月后，我回到了家中。

天安门打坐

我回来后，不断的有同修来交流，也不断的有同修走出来。我悟到只要大家都能走出来，这件事情就会结束。《走向圆满》经文发表后，我悟到了应该再度放下生死，去北京证实法。这一念一出，一下子置身于天国世界，那是何等的美妙，殊胜，庄严。这种状态持续了二十多分钟，我打电话给一位同修，让她一起分享快乐。后来，她也体会到了这种境界。我们一起去天安门打坐证实大法，刚打完手印，开始加持的时候，被警察发现拽上了警车，拉到了天安门派出所，因为我们不报地址，姓名，一个恶警左右开弓打我，还说，看你能不能做到“打不还手，骂不还口”。我闭上眼睛，心想师父就在我跟前，没有害怕。他又对着我的心脏打了两拳，有人制止了他。后来被送进了看守所。

在看守所，预审科长找我谈话，让我报姓名，地址。我告诉他我不报地址，姓名的原因是因为第一次上访牵连了那么多人，我真是不忍心让他们再受牵连，可是我又不能不上访，因为大法给了我全新的生命，普通的常人尚且知道知恩图报，何况修炼的人呢。我不怕被关，把我关在你们这儿吧。他说：这儿关不下了，我想办法叫你现在居住的城市来

生命也在所不惜。

我和另外两位同修带着随身衣物，坐上出租车去火车站的时候，我们都在想，也许此去不复返了。这时我看见车的前后左右有无数的法轮，知道是师父在鼓励我们，心里一下子豁然开朗。

冲破层层阻拦上访。我要了一张表，填表的时候，两个便衣把我夹在中间，我笑着说：你们先别关我，等我把表填满。他们说，看你写什么。我用纯善的心态，写出了我修炼后身心的变化，恳请政府体察民情，收回成命，取消对师父的通缉，给我们一个修炼的环境。也许我的纯善打动了他们，他们说：不抓你，你快走吧。我坚持把表交上去，没人关我。他们三次让我走，是我执意要进去的，没人搜我的包，我的手抄本《转法轮》一直带在身边，那时我以为被关就是彻底放下生死，没有悟到是师父让我走，还以为是师父安排的这一切呢。

那天被关的有一百五十多人，都陆续的被当地的驻京办事处的人带走，那两位同修也被带走，而我地区驻京办来人气得不带我，天黑了省驻京办的主任接了我。我给他讲真相，他理解。有两件事他很感动，一个是他有事要出去一会，一再叮咛千万别出去。我告诉他，炼法轮功堂堂正正，又没犯法，我不走。（当时不懂否定旧势力安排）一个小时后他回来，他简直不敢相信，炼法轮功的人这么守信用。另一件事是他告诉餐厅吃饭不收费。我告诉他，我师父讲“这个宇宙中有个理，叫作不失者不得”（《转法轮》），所以我不能白吃饭。他跟厨房大师傅说，炼法轮功的人真好，不占便宜。他们按内部价收的费。餐厅的人都过来听我讲真相，很快他们就明白是怎么回事了。等到县里来人接我，这位主任一再说，千万不要关这个老师，这么好的人是不应该被关的。他的善念已经摆放了他的位置。

还有一件事，地方来接我的人亲戚，她带我去她亲戚家，那亲戚是军官。我给他讲上访原因，他问我许多问题，我一一做了回答。他说：请回答最后一个问题，如果你师父被抓回来，你怎么办？我说：这不可能！他说：如果，只是如果，如果的话，你们怎么办？我说如果的话，我们所有的弟子都会象我一样，迎着枪林弹雨去保护师父！（那时我仿佛置身于枪林弹雨之中）他震惊的睁大眼睛：听见没有，不

了我刚才出现的状态。从那之后一盘腿还是受不了的疼，我就想先好好多学法修心性，等心性提高了、业力消下去了，我再炼静功，现在多炼动功吧。那时我工作环境很好，每天除了通读三讲《转法轮》外，回家晚上还抄书、背经文。

有一天上午八点半左右，我用大铁壶接了一壶水坐在一个两千瓦的电炉子上，我坐在旁边看书，十点钟了水还没开，平时水早开了。我拎下水壶一看有一个接头一会亮一下，我刚想拔掉电源重接，就在这一瞬间又正常的亮了，我把水壶从新坐上一会水就开了。我悟到这是师父在点悟我：动功和静功缺一不可，就象这两个接头有一头虚着水都不开，修炼也是一样，缺一不能圆满，悟到后我止不住的流泪。那天午饭后集体学法时一下竟能双盘半个小时，后来孩子和丈夫也先后走入了修炼，那时我们全家参加集体学法、炼功、洪法，每天都生活在幸福快乐之中。

九九年“七二零”，我拒写“不炼功”的保证，被单位非法关在招待所，每天都有公安分处和各车间的职工看守。厂长给我们开会时问：“谁没写保证？为什么不写？”我就讲大法怎么好，给我身心带来多大的变化，原来的各种病都好了，人不能忘恩负义，我绝对不能不炼。丈夫看我没写他也不写，其他人都应付的写了几句话。当时我成了领导眼中的顽固份子，那时自己站在招待所楼下含泪仰天发誓：“哪怕就剩我自己，我也要坚持修炼！”后来外面的同修给传去了假经文（当时不知道是假的），由于自己的争斗心被情带动悟偏，写了我不上外面炼功，车间一个领导看后说不行，我说不行我就不写了，车间领导就交上去了。十多天后才让我们回家，正常上岗工作。

回家后通过学法修炼，明白了当初写那句话是错的，还是站在了个人修炼的基点上，是为私为我的目地，没有想到众生被蒙蔽，大法被破坏，作为修炼的人必须把真相告诉世人，揭穿邪恶的谎言，维护大法。明白之后，只要上街或在单位有机会就根据自己当时的理解讲大法的美好，告诉世人电视、电台和报纸上说的都是假的、骗人的。

后来有一位远处的同修给送真相资料，送了两次后，我悟到同修也很忙，不能让同修这样来回跑了，就跟丈夫商量自己买机子，很快就买回来一台二手的大复印机，附近有会上网下载的同修，有一位同修负责传送资料。就这样，我们

成立了最初的小型家庭资料点，除了供同修用的之外，我和家人晚上也抽时间出去连发带贴，那时我们的工作都很轻松，在单位都有时间学法，经济条件也比较好，一切自己都能承担，与任何人都不牵扯经济交往，做的非常纯净。

二零零零年之后邪恶开始办洗脑班，一批批同修被洗脑转化，自己人心大起，开始埋怨同修怎么能背离师父、背离法，被邪恶转化呢？平时学法时不都说的挺好吗？这时怎么了？无法理解，心想我决不会这样，死也不会屈从邪恶。由于自己的争斗心、怨恨心被邪恶钻了空子。

二零零一年邪恶制造“天安门自焚伪案”后，搞人人过关。单位邪党书记让我表态时，我当面揭穿了邪恶的谎言，邪党书记当时暴怒，立即让我下岗学习，然后带人去找我家人并将我家给非法抢劫了，当天把我与家人非法拘留在单位招待所，迫使我与家人连夜离开单位流落他乡。邪党书记等人为了逃避罪责，又以无故旷工为由非法将我们除名，然后还继续派人四处非法追捕我们，到处骚扰我们的亲友。同年将我们非法绑架，拘押在单位公安分处。二十来天后又非法骗送市看守所。一到那所有的人（无论是大法弟子还是常人）都对我说：“要不写保证就别想出去了。”我见着那里的大法弟子止不住的流泪，不知该说什么。当天晚上炼功学法（都是大法弟子手抄的经文）、发正念，一宿也没睡意，第二天被调到另一监室。到那我晚上还是照样做，第二天被女看守罚站到快开午饭时，她告诉牢头让我吃完饭后继续罚站。我说：“我不吃饭。”她问：“为什么不吃饭？”我说：“我不为吃饭活着。”她说：“那你为什么活着？”我说：“为了修炼活着。”她听后立刻低声的说：“你回铺上去吧。”也不提罚站的事了。真是“念一正 恶就垮”（《洪吟二》〈怕啥〉）女看守走后，我止不住的流泪，我知道是师父在慈悲呵护我。

两天后晚上炼功时，被值班的男警看见并阻止我炼功，我继续炼，他叫牢头和刑事犯看着我，然后他就走了。牢头不让我炼，我就坐在铺上盘腿立掌发正念，一会儿坐在我身边抽烟的牢头就站起来往对面她的铺上走，边走边说：“太难受了，我也不管了，愿意炼就炼吧，我睡觉了。”这次值班看守汇报上去，转天监管科长指使几个男罪犯非法把我架到小铁椅子上（椅面是空的，双脚和胸前都有锁的铁椅

之以恒，师父就给我消去无数的业力，因为“修在自己，功在师父”。（《转法轮》）那业力真是一块块，一股股的从脚心出去。我打坐能入静，几乎每天都能达到象坐在鸡蛋壳里一样美妙，也出现过只有一点意念知道自己在炼功的那种状态。师父时时呵护我，先生就看见师父在阳台上看护我打坐，有一次，我打坐看见师父和掌管时间的神飘过来，师父说：“看，我的弟子在修炼。”

学法精進收获多

我知道，学法很重要。我不但学法，还要背法。九八年每天读三讲《转法轮》，学法小组学法除外。特别是师父海外讲法录像带到大陆之后，感觉提高更快，对法的理解真是每天都有新的领会、新的收获。比如可以看到正负两种物质的存在形式，心性与功的关系等等。一次，在集体学法时，读到“同时，他反（时针）转的时候会发放能量，把废弃物打出去之后，在身体周围散掉了”，有人提出，这“废弃物”会不会伤害别人？大家理解不了。师父就演示给我看。我说：师父让我看到，“废弃物”伤不到别人，因为身体周围有个圆圈，在圆圈之内散掉的。同修们恍然大悟，大家更增加了修炼的信心。

因为师父让我开着修，所以可以看的到，九七年我每达到境界时，我看到自上而下的天门便自动开启，我就走进去，有三次；到九八年，每次提高境界时，我是坐在白色的软天梯上，手把两边，天梯自动上升，那是师父往上提我，我看到了自己的功柱，师父已经把我推到圆满的位置上去了，为我在正法修炼中能走过来打下了坚实的基础。

下篇：炼——炼中修

三次進京证实法

第一次進京上访

在邪恶最疯狂的日子里，我们没有害怕，照样学法炼功，和同修交流，也想去北京却迟迟没有动身。直到九月的一天，我学法读到“宿命通功能”时，一下就悟到了我必须去北京证实法，因为我生命中就有这样的使命，我的意识中就有师父的告诫：“放下生死你就是神，放不下生死你就是人”（《美国法会讲法》〈纽约法会讲法〉）。我在梦中看见我前面的路：九十度的冰冷的铁天梯，每个蹬上都缠着横七竖八的布条。然而再艰难，这条路我是走定了，就是牺牲

发挥着作用。

我深刻认识到能助师正法这是我无限的荣幸。

其实，我修的很不好，有很多人心需要突破。我决心在有限的正法修炼时间里，修好自己，更勇猛精進多救人。由于层次有限，不妥之处请同修慈悲指正。

向伟大的师尊合十！

向全世界同修合十！

我的修炼故事

文/大陆大法弟子

尊敬的师父好！

同修们好！

上篇：修——修中炼

喜得大法获新生

我从小就见景伤情，特别是秋天，看到北雁南飞，秋风落叶，就暗自神伤。冥冥之中这个世界不属于我，我应该另有归宿，随着年龄的增长，加之生活上的不幸，这种心境有增无减，直到我走进大法，这种感觉便荡然无存。

我于九六年末在先生引导下得法。当我第一次拿起《转法轮》，读了第一节“真正往高层次上带人”后，我一下蹦到地上，对先生说：“快教我，这就是我要找的。”我终于明白了我为什么来到这个世界上，我就是为了得大法来的。我心中生起了无限的希望，感到自己是世界上最最幸运的人了，因为我得到了大法。我发誓：谁不真修我真修，谁不圆满我圆满。当晚我就双盘半个小时，先生刮目相看，他就带我去辅导员家看师父的讲法录像，我便真正的走入大法修炼。

打坐炼功消业力

我修大法不是为了祛病，因为师父在此之前就给我净化了身体，所以修炼起来比较容易，师父讲：“德多的人悟性高，也能吃苦，劳其筋骨，苦其心志，哪怕是在身体这方面承受多一些，在精神上承受少一些，都能长功的。”（《转法轮》〈业力的转化〉）悟到之后，我就不断的增加打坐时间，到九九年就能每天坚持打坐三个半小时了。真能做到持

子），双手反铐在椅背上。我给他们讲真相，告诉他们善恶有报的道理，告诉他们这样做是要遭报应的。送午饭时有个男罪犯说：“给铁椅子上的法轮大姐多盛点，我们错了，不应该把你抬上去。”

我开始拒绝吃饭，五天后邪恶的狱医和女看守领一帮男罪犯强行给我灌食，我不配合，所长就唆使女看守打我，并说：“我们男的不动手，叫女看守教训你。”我告诉他（她）们这样做会遭报应的。果然女看守几天都没来上班。

监管科长叫男罪犯把我抬到他办公室，我给他讲完真相后，他把手铐给打开了，他说铁椅子他没权力打开。

师父在《正法与修炼》中说：“在问题出现时，一定要先检查自己对错与否。如果发现是干扰与破坏，在处理具体问题时对表面的人要尽量平和与慈善，因为邪恶利用人时往往人本身是不清楚的（虽然被利用的人往往是思想不好的人或出现不好思想的人）。对于另外空间的邪恶的干扰，一定要严肃的用正念铲除。”几天后女看守上班一到女监室就说（用手指着我）：“你不是说遭报应吗？真报应到我头上了，我这几天都没上了班。”全监室的人听后都大笑。

后来有一天所长值夜班，大法弟子向他讲真相时，他按邪恶宣传的口径说：“这一切都是你们不管家，到处乱跑造成的。”他走后我与同监室的大法弟子说：“咱们得破除邪恶的谎言，必须得给他讲清楚这一切都是邪恶非法的迫害造成的，是他们在犯罪。”同修说她以前已给他们写过这方面的文章，没必要再写了，你写吧。我说那我就写。同修给我准备好纸和笔，我坐在铁椅子上利用看守双休日休息时，流着泪写了几页证实大法的真相文章，在文章后边我郑重的告诫邪恶之徒：“法轮大法是万古以来最难得的正法，无论用任何刑罚都改变不了大法弟子坚定修炼的心，哪怕被迫害死，自己的心也要坚定修炼。”写完后我身边的大法弟子看完就交给了牢头，牢头看完说：“写的倒挺好，就是小铁椅子是下不来了。”我淡淡的一笑。

看守一上班，牢头就把我写的文章交给她，她一气看完后转身就走了。等一会儿，所长就带几个男罪犯站在女监室门外，所长冲着我说：“怎么样，看你也挺可怜的，下来吧。”随后叫男罪犯拿钥匙打开监门，把小铁椅子上的锁打开，让我回铺上去。在我下来走时，所长说：“这么长时间

（已半个月）看你走的还挺轻松、还没事。”也没提炼功的事就走了。

从那天以后我每天都坚持学法（手抄的经文和《洪吟》）、炼功、发正念，也没人管我了。师父讲：“你们自己做正的时候师父什么都能为你们做。如果你们真的正念很强，能放下生死，金刚不动，那些邪恶就不敢动你们。因为它们知道这个人你不叫他死，对他什么迫害都没有用，邪恶也只好不管他了。如果在这种情况下邪恶还要迫害，那师父可就不客气了，师父有无数的法身，而且还有无数的帮助我做正的正神也会直接清除邪恶。”（《北美巡回讲法》）通过这件事，见证了大法的威力，只要正念正行邪恶说了不算；同时也说明了坚持按师父要求多学法，坚持不断炼功，身体的巨变是常人无法达到的（在铁椅子上除恶时，有一种置身另外空间坐在战车上指挥千军万马与敌作战之感）。

三十多天后来从看守所出来的前两天，因两个女监室合为一间，大法弟子多了，夜间不断有人炼功，被值班看守记录。第二天女看守开完会回来就把所有人都叫到地当中站队，问夜间谁炼功了？没人回答她，她就问牢头，牢头只说夜间有三个大法弟子不值夜班。就这样那三个大法弟子被叫到一边站着，问炼功没有？其中有一老年大法弟子被打。然后看守威胁所有大法弟子，以后不许炼功。女看守走后，我与身边的几个大法弟子说：“咱们不能消极承受，必须先给看守讲明白，我们必须坚持炼功。”午休时我们有四个大法弟子每人给看守写了一份自己要求炼功的原因。根据法轮大法“内旋度己，外旋度人。”的特点，讲明“大法弟子炼功给所长、看守值班人员及刑事犯所带来的好处，如果谁干扰或阻挡大法弟子修炼就会造下巨大的业力（业力的表现形式——生病、破财、遭灾、车祸等等各种形式），这些业力不但自己要承受，连她（他）们的父母、儿女、夫妻等亲人都要承受，反之就会受益得福报，正因为法轮大法对人人都有益，所以作为大法弟子必须得坚持炼功。”下午女看守看后，笑呵呵的过来开始跟上午被打的大法弟子套近乎，还说自己脾气不好，叫那位大法弟子以后不要跟她对着干等，然后又对大家说：晚上实在憋不住非要炼的，就站到饭厨前炼，只要不让夜班看守的人看见，她就不管。

看守走后放风时牢头悄悄对我们大法弟子说：“你们一

修交流。他向内找说是其孙子所在小学老师在课堂上讲谤大法，其孙子回家后不信大法了。该同修又给孙子讲了真相，孙子明白了真相。我听后，说你为什么不向学校老师讲真相呢，不方便的话，你也可以写信，或告诉同修集体发正念呢。该同修恍然大悟，说是这事过大半年了，就是没有明白。

我悟到通过集体学法交流中，借同修的口指出不足，是直指人心的一种方式。

有一位“七·二零”前得法的年轻同修，一直状态不好，干扰很大，与其交流，才知道一九九九年被迫害后，邪恶在她家搜走了大法书，并按了手印。她一直没有写严正声明。我告诉她这是旧势力迫害她的借口。写完声明后，她状态大变，成立了家庭资料点，非常精進。

我参加了另一学法小组，遇到一位“七·二零”前得法怕心很重的老年同修，与其交流，发现“七·二零”迫害后，单位书记要其在揭批大法的会上发言，她在大会上用人的狡猾发了言，她认为没有破坏大法。与其交流后，她写了严正声明。我帮其请来了不少大法书，现在她家成了一个学法小组，很精進。她自己说，一直在参加一老年学法小组，没有人与其交流。可见在集体学法时一定要重视切磋交流。

五、圆容整体

当我看到本地同修负责编辑的光盘镜像有不足时，我想起了师父的法，师父讲：“路是不同的，每个人的路都是不同的，生命在法中证悟到的理都是不同的，可是结果呢很可能是相同的。所以他们看其结果，他的结果达到的，真的能够达到要达到的，大家就同意，神都是这样想的，而且呢，哪块有不足，还要无条件的默默的给予补充，使它更圆满。他们都是这样处理问题的。”（《各地讲法二》〈二零零二年美国费城法会讲法〉）于是，我拿回来自己从新编辑，完善好。同时善意告诉负责编辑的光盘镜像同修，不足在什么地方，下次做好。从理解对方同修的角度着想，也许她承担的项目太多，可能没有时间深入钻研技术，故此。

由于我站在证实法救人的基点上，某一段时间整体需要我做什么，我就做什么，协调人后来要我负责下载编辑光盘镜像，我积极配合。我对自己承担的项目，尽善尽力的完成，在整体的配合下，各个独立刻录光盘资料点在证实法中

障都是我们的心性问题与来自于另外空间的干扰。当我在做资料与教技术的过程中，出现不顺利，我解决的方式形成了一种机制，第一念考虑是不是自己心性有问题，是心性问题而不是技术问题。

有一次我教同修做资料时，打印机不工作了，我们马上停下来向内找，我怨他学的太慢了，他怪我教的太快了，我们各自找到了自己的不足，归正了自己的心态，打印机顺利工作了，这样的事情很多。

三、用手机讲真相

随着正法进程的推进，我们也掌握了用手机讲真相的方法。我先用普通手机给迫害大法弟子的警察发短信，在我的带动下，成立了手机讲真相小组。随着心性的提高，技术越来越成熟。现掌握了用智能手机讲真相的方法。我认识到，用手机讲真相，一方面能及时震慑邪恶；一方面能发送动态网址上网看真相，起到很大的作用，同时不依赖国外同修打电话。

有一次一位同修被绑架到了本地拘留所，一部份同修及时发制止迫害的短信，一部份同修专门打真相电话录音。过了十五天，听说同修被转到了本地看守所，大家及时协调后，真相电话马上到了看守所。其他同修去看所要人时，警察还在一边接真相电话，一边对同修说：“你们好厉害，消息一透露给你们，国际组织的电话就不断的过来了。”

一位同修被关押在遥远的西部地区，我用段位群发，发送制止迫害、释放某同修、善待大法得福报短信，得到了很好的反馈。当地警察对该关押同修说：“我们收到国内外真相电话与短信，要我们释放你，决定给你取保候审。”有的明真相的常人说，我支持你；有的说我相信你说的；少数不理解的骂人，我都不动心。向内找，正念足，邪恶封不住卡。当带着干事心、其它人心发短信，则很容易被封锁。

四、帮助同修

师父给我们留下了集体学法的环境，我悟到集体学法的内涵，学法之外，其实要留下时间交流，信息沟通，溶于整体，整体提高。

有一学法小组，大家基本上都是下午学学法，没怎么交流就走了。有些同修在过关中，心性没有悟到，没有交流。一次，我参加了其小组学法，与一位很长时间病业状态的同

起炼不就省事了，省得我们刑事犯看不住还得被训。”我说：“好啊，那什么时间合适哪？”她说：“以前在别的看守所看见大法弟子都是晚饭后炼。”就这样晚饭时我跟大法弟子说好：快吃饭，赶紧收拾，完事站地上就炼功，大家推荐一位年轻的大法弟子边炼边喊炼功的口令，这次连平时总也不炼功的也都参加了集体炼功，值班男警带着一群男罪犯站在门外喊：“停下。”（夜班男看守没权力进女监室）并喊牢头制止，牢头说：“你都管不了，我更管不了了，这么多人炼（有十五个大法弟子），我管谁？”门外的男罪犯有的还说：“法轮功还挺好看的，从来没看人炼过。”门外闹哄哄，一直到一个小时大法弟子炼完动功才散去。发正念和炼静功都是坐在自己铺位上，没人管，随时都可以坐。

第二天刑管科长把牢头叫出去，一会牢头回来说：“科长问昨天晚上谁带头炼的功，她说没看见是谁带头炼的，吃完饭刚收拾完，地上就站满了法轮功，只看见某某是最后下地的。”牢头学完后又对大家说：“不许胡说，谁要胡说看回来怎么收拾她。”然后逐个把夜间值班的小组长都叫到科长办公室。回来都说：“夜间值班很安静，没看见谁带头炼的功。”她们回来都说：“听科长说所长和女看守早晨一上班都被叫到市公安局去了，还没回来。”

上午放风时，我和几个大法弟子又聚在一起说：“我们必须坚持下去，决不能放弃修炼。”正说话间，监门外一男看守拿钥匙开门喊我快收拾东西走。就这样在师父的慈悲呵护下被单位派人把我和家人（同修）一起接出看守所，直接送到市洗脑班。同修已被迫害成病态，直接被送回家。自己由于没有及时否定邪恶的迫害，被邪恶钻了自己争斗心过强的空子，又被非法扣留在市洗脑班。到洗脑班我就开始炼功并绝食，他们派人劝我吃饭时，我说：“你们给我纸和笔，我就吃饭。”他们说和领导商量，很快给我送来了纸和笔，我吃完饭就从不同的角度用对比的方式给他们写：“法轮大法是万古以来最难得的正法！”揭穿邪恶的各种谎言，用自己亲身受益讲大法的美好，告诉他们善恶有报的天理。一共写了五六篇。师父讲：“那些所谓的做转化工作的也是被蒙蔽了的人，为什么不反过来向他们揭露邪恶、讲清真相呢？我建议所有正在被强迫转化的学员（没有被抓去转化的除外）向做转化工作的人揭露邪恶、讲清真相，同时告诉他

们善恶必报的因果关系。害怕叫人清楚真相的是邪恶而不是大法弟子。”（《精進要旨二》〈建议〉）后来他们开始给我放邪恶的谎言录像、录音，我就开始背法，同时心中加一念：求师父加持让那些邪恶的东西打不进我空间场。师父讲：“心不在焉 与世无争 视而不见 不迷不惑 听而不闻 难乱其心 食而不味 口断执著 做而不求 常居道中 静而不思 玄妙可见”（《洪吟》〈道中〉）。并告诉他们那些都是骗人的，借机关掉开关，告诉他们那些东西对我不起作用，大法早已深深的刻在我脑中。这样浪费电放那些谎言只能害你们自己，还是关掉为好。并不断的发正念铲除所有的邪恶因素，讲清善恶有报的道理。他不听我良言相劝，就上楼道喊帮凶，企图转化我的帮教跑进门从我身后就给我两耳光，当时我正边背法边往前走，他从后边打两下就转身赶紧跑了。我还继续边走边背大法，只要开录像我就关开关或拔电源。经过几个回合，就叫我回去了。

回去后我心想：该给他们讲的真相都已写完、讲完，我也该走了，不允许邪恶因素再操纵他们犯罪了。晚上叫打饭我坐在床上不动，谁说什么我也不说话。她（他）们汇报给了校长，校长来问我为什么要关录像机？我说：“他们放那些邪恶的谎言是在浪费能源，是犯罪，我告诉他们，他们不听，我为他们好只好关掉。”说完我就不再理他了。最后他说：“要不要打你的人来跟你赔礼道歉？”我说：“不用。”校长说：“以前这没发生过打人的事，没想到那位老师会打你，我们已经批评他了，你起来吃饭吧，以后不会发生这事了。”无论他们怎么说，我就是闭着眼睛不说话。几天后我出去上厕所回来上楼时看见喊帮凶者正一瘸一拐的缓慢下楼，听陪我的女士说那人几天前突然得了脑血栓，今天刚来上班；打我那个帮教已被调走。从那之后谁也不敢动我了。正象师父说的：“在神的眼里，旧势力的安排也是这样，你一手抓着人不放、那手又抓着佛不放，你到底要哪个？！真能放的下的时候，情况就是不一样。”（《大纽约地区法会讲法》）

我想我该回家了，但正不知如何离开魔窟时。突然看见墙上靠枕头处有几个清晰的小字“雪方、药方、低血压”。我悟到是师父在点悟我，从那天开始我躺在床上不起来，经大夫一检查：心律过速、心肌缺血，还有高血压。他们怕我

不再承担此工作了。我看到了整体的缺陷，于是主动承担了此项目。我学电脑、教技术的心态是正法需要我干什么，我就干什么。于是，我从最基础学起，看技术手册，请教会的同修。由于基点摆正了，大法开启了我智慧，花了很少的时间，基本学会了资料点的各种实用技术。我认识到教技术也是我的修炼过程，也是证实法救度众生的项目。由过去执着常人的各种技术，到能正确对待各种技术。

例如有一段时间，在电脑技术网站一看几个小时，即使学法心也很不静，造成了很多干扰。后来摆正了关系后，大法需要我掌握什么技术，我就掌握什么技术，不过份热衷于各种软件的使用，该学的技术我并不认为是浪费时间。有一段时间执着于给别人安装系统，到处问哪里系统有问题，结果求来了很多要安的系统，不是这个找我，就是那个找我。现认识到这也是念不正承认了旧势力的安排，求来了很多麻烦。

在学技术的同时最容易证实自我，头脑中经常冒出“看我有多聪明”。学法时，看到师父在法中讲了技术与心性的关系，我认识到我们的一切智慧来源于法，来源师父的恩赐。随执着心的不断放弃，在证实法的工作中，我能如意发挥。

有一位同修的打印机不能打印了，找了一位技术同修去修理，听说修了大半晚上也没修好。那位同修纯粹站在技术层面上，什么排空气啊，什么用注射器抽墨啊等等，还是不行。第二天正好我去了，因为当天法学的很多，正念很足。我一看没怎么修理，认为没问题，就把电源打开，打印机的墨水一下子唰的抽上来了，一切很正常。我想起了师父的法，“我们大法弟子不怕你有常人心，关键是怎样能够树立起自己的正念，如果你正念很强，时时都象一个修炼人一样，或者不说时时，你所碰到的一些事情，能象大法弟子一样，你就知道这件事情怎么做，你就会显示出神迹，你就会特殊的表现，你就会能辨别是非，你就会能做好所有的一切。”“超常的事情，如果你们正念强的话，就会体现出来。”（《各地讲法五》〈二零零四年美国西部法会讲法〉）

常人的技术都是宇宙大法在人类这一层的显现，所以法学好了，掌握常人的技术是很容易的。当然了，很多技术故

我一上班动的念是：让有缘人来得救，让来人背后的不好因素立即解体，不让任何邪恶进入我的空间场。由于我的工作是为便民咨询服务，空余时间很多，大量学法，每个整点都可以发正念。小科室成立了半年多，正念足，很多的有缘人到这里听到了真相。

有一对年轻的夫妇难产时明白了真相，得到了真相护身符与真相光盘，顺利生产，对大法感激不尽；有一位花了十万元钱安了心脏起搏器的病人走进了大法修炼，不到三个月打坐腾空，由过去感觉随时会失去生命，到现在健康大有改善。这样受益于大法的例子很多。

由于我大量学法与发正念，思想经常是空的，很纯净，每星期面对面讲真相，发《九评》与真相光盘，叫别人默念“法轮大法好，真、善、忍好”时，就感觉这房子震天动地，我也是满面红光，精神状态越来越好。当然讲真相时多半是一对一的讲。也有不听真相的，但是只要我一开口，他便扭头便逃。有同修问我你在单位讲真相，难道不怕特务吗？我悟到当我念很正时，特务是不敢进来的。

就在我勇猛精进救度众生时，同事被绑架到了省洗脑班。我动了一个不好的念头，没有及时排除，当时想：我不是要收敛点，我这当面又讲又发的，会不会遭迫害。就这一念被邪恶钻了空子。那几天，我心里莫名感到恐慌。于是我挪了班，在家学法，发正念，向内找。

我向内找，我做的是宇宙最正的事，不存在收敛不收敛的问题，同修被迫害不正是看我的心怎么动吗？这场迫害不是人对人的迫害。于是我决心一如既往的做该做的事，就当什么事都没发生。我又学法又加大力度发正念调整自己，过一会儿头脑由昏沉到不断清醒。

第二天上班，听同事讲，昨天单位书记来找主任谈话，说是我在这里讲真相要调离岗位。主任是明白真相的人，据理力争说是这岗位只有我最合适，不能动。人的空间他们谈话之时，正是我在家发正念之时，一场正邪大战，邪恶因素解体了。我又一次见证了向内找，发正念的威力。我悟到发正念，就是我们运用神通斩断了迫害的黑手，破除了邪恶迫害的链条。

二、做好技术的同时修自己

二零零四年左右，我市一名技术同修遭迫害洗脑后，他

死在那里，赶紧叫单位接走送医院，到医院第三天在师父的慈悲呵护下，被家人从医院接回家，汇入正法洪流之中。

二零零七年三月下旬有一天晚上我发真相资料时，被一年轻警察拦住，他们俩口子拽住我胳膊打电话给辖区警察，由于自己当时急于摆脱他们，想赶紧把资料发完，没有慈悲给他们讲清真相，被三个年轻警察开车拉到派出所。到派出所资料被他们抢去后，我反而不着急了，发出一念：既来到此，那我今晚就救救你们吧！开始平和的给他们讲真相，那个值班的头给他的领导打电话，一会儿来了一个中年男子，我看一眼还继续给他们讲真相。那中年男子站那听一会儿，一看那几个小警察被我说的没话说，就对他们说：“你们别跟她说，我跟她说。”他问：“你知道我是谁吗？”我说：“我不管你是谁，你来了我也救救你。”他说你师父在某市办班时我跟过班，等等。他怕我不相信就说他办公室还有那时的书。我不断的发着正念。他问小警察：“灯亮了没有？”一个小警察说亮了。那个小警察头说：“你走后我一直修也没找到毛病，直到打电话来也没修好，灯也不亮。（用手指着我）等她来了一下车，我一抬头就看见你屋灯亮了。”又对我说：“真的，你一来我们所长屋灯就亮了。”我悟到是师父让我救他。

所长出去一会儿回来拎一个带灰尘的塑料袋，进来把塑料袋放地上就开始从里面一本一本的拿书叫我看，并问：“你有没有？”我问他是从哪个大法弟子家抢来的，他说：“是我的。”小警察头也说：“真是所长的。”我说：“既然你跟过师父的班，你也算个有福之人。不过你如果不知道珍惜那就完了。”他说：“你们师父多高学历？我比他还高哪。”我说：“你知道我师父有亿万大法徒，其中博士、硕士生多的是，拿多个学位的也不少，世界各国人都有，他们都是我师父的徒弟，你有多高学历又算什么哪！”他说：“我现在有钱，可以给媳妇买汽车，你们能买的起吗？”我说：你即使能买架飞机，死也带不走，善恶有报是天理。我今天给你们讲清了真相，也告诉了你们如何才能自救，希望你赶紧让我回家。他说：“我送你去劳教。”我说：“你说了不算，必须赶紧让我回家。你拆散别人家庭，你可想你也有家？”他说：“我不怕，媳妇离了我还能找个二十多岁的大姑娘。”我说：“你儿子愿意吗？”他说：“我儿子已二

十了。”我说：“不管多大，他也不愿有后妈，就象你不愿意你的父母是后的一样。”

他哑口无言，赶紧给他的上司打电话。我坐在椅子上立掌发正念：请师父加持，不许邪恶操控世人迫害大法弟子，这里的生命我已给他们讲完，选择什么那是他们自己的事，我该回家了，我还有许多事，不能在这耽搁。只听所长说你们不来我就放人了，小警察头跟所长边打电话边向外走。一会儿小警察头回来对我说：“走吧，让你回家了。”我跟他们边向外走，小警察边说：“有佛主保佑。”他让我向走廊里头走，说那边也有门（我当时不知道那有门，第二天从那路过才发现那有个小门），我说：“我从哪进来的从哪出去。”我向大门走去，他一看我要走大门，也跟过来说要走大门那就开大门，他把大门锁打开，在师父的加持下我堂堂正正的走出了派出所。他们站在门口台阶上目送着我，我回头对他们平和的说：“希望你们能够明白真相，能够早日得救。”说完我就走出了派出所大院门，到家附近一看公用电话已晚上十点十分了。回家我就向内找，找出了那段时间的执著心和不正的念头。

这几年在一位做法律工作的同修帮助下，我多次去单位、市政府、市公安局、劳动局等地，以我家被迫害的事实讲真相并写真相信。刚开始由于有怕心，在上访信或申诉书中写的真相内容不全面，他们以各种理由不接受，回来我就向内找，不断的去除怕心和各种执著心，直到最后从“天安门自焚伪案”写到“大法在世界上的洪传形势”、《九评共产党》的出现，还写到“法轮大法的好处”，及“邪党集团盗售大法弟子活体器官”引发国际公愤等，写明善恶有报的天理，告诉他们人最终的选择应该是记住“法轮大法好！真善忍好！同时退出党团队，弥补对大法所犯过的罪才能保平安等。这回再去他们就接收了我的申诉书。几天后给我打电话叫我去，我没去。半个月后给我送家一封挂号信，内写“某年某月某日送来的申诉书已收悉，经审查，不符合受理条件，本委不予受理。主要理由如下：申诉人某某某提出的诉讼，不属本委受理范围。”我知道我的一切不是他们说了算的，只要他们能得福音，明大法真相，能得救才是目地。

由于每天坚持学法、背法、发正念，不间断的炼五套功法，即使偶尔耽误了，过后也都找时间补上，遇到问题向内

师尊在法中讲道：“你们个人修炼的圆满过程实际上就是给将来维护法、证实法奠定基础，因为你们得有一定的素质，对法有深刻的认识与掌握，同时是你们个人修炼的过程中，得圆满完成你们个人所能够达到的标准，在关键时刻才能真正的去证实法，做大法弟子应该做的。”（《北美巡回讲法》）

我悟到，个人修炼是为正法修炼打基础。师尊在一九九九年之前讲的法，最多的是叫我们多学法，九九年迫害之后，我明白以前让我们多学法就是怕我们在邪恶的所谓考验中被淘汰，不能做到证实大法，从而使众生不能得救。

我在邪恶的黑窝里被非法关押了一年，同修把《去掉最后的执著》、《理性》两篇经文传给了我，我如饥似渴的把他背了下来。由于整天背法，溶于法中，思想中一切人的观念都没了。无数的法理展现给了我，使我生出大信心，没有了恐惧、没有了痛苦的感觉，没有了墙内外压迫的感觉，甚至从生命深处生出了一种喜悦感。

我明白自己的责任是救度世人。负责转化我的干警找我谈话，我以慈悲救度他的心态讲真相。我先说：你既然想要转化我，你得了解法轮功是什么、我在单位是怎么做的？他听完真相后，自言自语的说：原来法轮功是教人做一个道德高尚的好人。

我过去学法是经常默读，但我知道，我学法是经常走神、赶任务似的学，根本没有达到用心学法。这几年反迫害中，我认识到只有在法上做“三件事”才具有法的力量。我就开始改变学法的方式，小声读出声来，加强主意识，要真正自己在学，效果挺好。真正让每个细胞都在同化大法，让我所代表的庞大天体的众生直接同化大法。

我被迫害后回原单位，单位把我的工作安排到不能接触人的小科室，怕我讲真相。后来这小科室解散了，人员从新分流。我一人仍留守在小科室不动。我向内找，是因为我有怕心，没有否定旧势力的安排。我动了正念：希望能从新分到能接触人的科室救众生。然后发正念，清除一切旧势力对我的变异安排，走师尊安排的路。由于法的加持，感到有排山倒海的千钧之力。很快奇迹出现了，我如愿以偿的分到我负责的能接触很多人的两人科室。我珍惜这岗位，是慈悲的师尊为我救度众生开创的新环境。

却不向内修、找自己呢？”（《洛杉矶市法会讲法》）“每个人都在走自己的路，我们不能用自己的观念强加于别人。有了问题呢不要去说谁对和谁不对，问题出现大家要互相帮助，想办法解决。”（《二零零三年元宵节讲法》）正悟到师父的法理，我下决心以后一定要静心学法。

通过一段时间学法、背法、向内找，找到都是自己爱面子的心，求名利的心，促成同修误传，自己觉的委屈、冤枉。真是愧对师父的苦度、愧对同修的信任。

我与同修在法上交流认识到，要做好协调工作，首先要学好法，遇事向内找，多看同修好的一面，有问题当面指出，个别交流，不背后议论。协调人之间也要多沟通、多配合，做到放下自我，在法上提高，形成整体。证悟到这一切之后，内心所拥有的唯有慈悲，优昙婆罗花再次开放我家。我真心感谢师父为去掉我的执着的良苦用心！同时感谢同修指出我的不足。写到这我的眼泪止不住往下流。

请师父和同修们放心，在正法修炼时间不多之际，我一定要下定决心，牢记师父的教诲，努力修好自己，在矛盾中放下自我，遇事向内找，无论别人对自己如何，对与不对都向内找，要修出一颗洪大的宽容与慈悲心。与同修配合好，承担起大法弟子的应尽的责任，形成圆容、坚如磐石的整体，坚定正念，理智、智慧、广泛的讲清真相，抓紧救度更多的世人，完成自己的史前洪愿，不辜负伟大师父的厚望和慈悲苦度，跟师父回家！

合十！

助师正法是我无限的荣幸

文 / 大陆大法弟子

伟大慈悲的师尊好！

全世界同修好！

我能荣幸成为一名“正法时期大法弟子”，从个人修炼到正法修炼整整走过了十三个年头。在这几年的迫害中，也是几经沉浮，庆幸自己最终还是走在神的路上。在这期间，纵有千言万语也无法表达对伟大慈悲的师尊感恩。在此本着去其糟粕，整理精华与同修交流。

一、学法救众生的体悟

找自己，所以就能一直走在街上面对面讲真相，发《九评》、小册子、光盘、传单等大法真相资料，每天从我手出去的钱，只要票面干净都做成真相币（被迫害后现做个体自由职业，每天都需找零钱）。现在在同修的帮助下，自己学会了上网下载、发送、打印资料、刻光盘等。这一切都来源于对师对法的正信，师父在《转法轮》中讲：“我的根都扎在宇宙上，谁能动了你，就能动了我，说白了，他就能动了这个宇宙。”师父还讲：“修在自己，功在师父。”自己只不过有一颗对法坚信不疑的心，最终所有的一切都是师父给的。虽然自己还有许多执著未全修去，但我坚信最终我能做好！不足之处请同修不吝慈悲指正，及时交流，共同提高，助师正法，圆满随师还。

谢谢师父！

谢谢同修！

我与明慧网的不解之缘

文 / 湖北大陆大法弟子

尊敬的师父好！

各位同修好！

十年正法修炼，明慧网是师父发表经文的讲台，是海内外同修交流的平台，是大法弟子助师正法、救度众生的大舞台，也是旧势力和邪恶因素的断头台，在解体邪恶、讲清真相中发挥着不可替代的重要作用。在中国大陆风雨如晦的黑暗日子里，明慧网就是大陆大法弟子的指路明灯，十年来，我与明慧网结下了不解之缘。

一、明慧网传经文指点迷津

我和丈夫是一九九八年得法的。当时很少参加集体学法炼功，总是用孩子小、工作忙、家务多等借口掩盖执著，不珍惜集体修炼环境。现在回想起来，真是后悔莫及。真是过了这个村，就没有那个店啊。九九年“七·二零”迫害开始后，由于学法不深，对邪党的认识不足，我们摔了大跟头，几乎放弃修炼。丈夫表现出很厉害的绝症，医生都说他只有几个月的时间。是慈悲的师父挽救了我们。二零零零年三月我们又从新开始修炼。

那时真是暗无天日。天空总是灰蒙蒙的，太阳只偶尔露出苍白的脸，发出惨淡的光，就象月亮似的。电视、报纸、电台，所有的媒体都撒着同样的弥天大谎，很多同修被抓，我们在大街上碰到了都不敢说话。

二零零零年快过年时，我鼓足勇气去一位老年同修家。听说从市委、“六一零”、国安、派出所到单位，有八个人监控她。但她很坚定，冒着生死帮我找人录了一套炼功磁带。她拿出一张信纸，上面手抄了一首诗《心自明》，她说这是师父的经文，是一个在大城市读大学的学员打电话传来的。那学员说，这篇经文是从明慧网上下载的，明慧网是大法的网站，在海外。犹如黑夜中看到了灯塔，我一下子就记住了“明慧网”这个名字，我想：有机会，我一定要上明慧网。因为在那里可以看到师父的经文。

零一年夏天的一个夜晚，一个熟悉的老学员来到我家。她曾去北京为大法上访，差点被恶警关进戒毒所。她说，从劳教所回来的几个“功友”说：我们已经修成了，应该把书交出去。我说，你修没修成我不知道，反正我没有修成，我修炼刚刚起步。师父讲修炼的人到圆满的前一刻都要学法修炼，把书交出去，怎么学法呢？怎么修？我可不交。那同修犹豫不决，走了。第二天，又来一同修切磋。他说我“过关了”，“坚修大法紧随师”（《洪吟二》〈心自明〉），不交书是对的。

后来，我们接到了《走向圆满》、《排除干扰》、《放下最后的执着》等手抄经文。我用白纸和复写纸抄了，送给其他同修。《美国西部法会讲法》和《北美大湖区法会讲法》我也抄了好几遍，都能背了。师父的经文通过明慧网把我们带出了最危险的境地，一步步走了过来。

二、第一次上明慧网

我家有一台笔记本手提电脑，单位里也组织员工学电脑。但我那时怕心很重，也很自私。总觉的自己年轻，有文化，如果学会了电脑就会成为重点迫害对象。所以总是找借口加班，很少参加电脑学习。更没想到上明慧网、做资料，依赖心很强。

二零零四年，当地大资料点被邪恶破坏，我们连上网曝光邪恶都做不了，打电话请外地同修上明慧网曝光邪恶。我意识到自己有责任上明慧网，不能再等靠要了。

处考虑别人，这个心就不是自私的了，都是慈善之心，是慈悲。”（《转法轮》）

我和手铐讲：你一定要记住法轮大法好、真善忍好，我是大法弟子，我所做的都是最正的，最神圣的，你怎么能铐我呢？你不要配合邪恶迫害大法弟子，快打开。然后又想起师父在《转法轮》中说：“有的时候会变的很小，小到比细胞还小。”我马上让我的手变小、变小，脱出手铐，同时敬请师父加持我的正念，这不是我呆的地方，我现在就要堂堂正正的走出去。我立刻想到自己是“神在世证实法”（《洪吟二》〈怕啥〉），我今天就是要证实法，同时让我的神迹能增强那几位同修的正念。这时我的手很快脱出了手铐，正念闯出。

另一位同修听到恶警议论：人那么胖，手铐铐的那么紧，怎么走掉了呢？真奇怪！他的正念马上出来了，他的手也神奇般的脱出了手铐。我深深体悟到师父讲的：“身卧牢笼别伤哀 正念正行有法在 静思几多执著事 了却人心恶自败”（《洪吟二》〈别哀〉）。

四、学好法真修自己，才能做好协调工作

师父说：“不知道高层次中的法就没有法修；没有向内去修，不修炼心性不长功。就这两个原因。”（《转法轮》）在实践中，我们都知道三件事要做好，学法是基础。法学不好，什么也谈不上。因为我们的正念，我们所做的一切都从法中来。我也认为自己是重视学法的，可是很少从法中悟出什么理来。在与同修的切磋中，我发现了自己的所谓重视与同修的差距。最惭愧的是，手里捧着师父的法，读着、读着，头脑中的思维却跑出去研究别的事了。抱着这种心态学法，法中更高的内涵能显给你吗？没有法理的指导能做好协调工作吗？怪不得在几年的协调工作中，所遇到的问题、矛盾、磨难林林总总，长时间得不到根本解决。同修也说：你们协调人与协调人之间都协调不好，还怎么去协调别人呢？

在这种情况下，我还不向内找，还指责别人：就是她，我这么信任她，把一些事只告诉了她一个人，结果到处传说，把我的话理解偏了。正如师父说的：“习惯上总是看别人的不足，从来不重视看自己，别人修好了你又怎么样？师父不是盼你在修好吗？你为什么不接受意见老去看着别人？”

走，其中一位同修说哭什么哎，请求师父帮忙啊！

这时我马上悟到师父的法“三界之内的一切生命都是为法而来”（《各地讲法四》〈二零零三年华盛顿DC法会讲法〉），我请求师父加持，同时向内找，发现了许多不足：长时间学法不静心，炼功、发正念也是思想不集中，一下想这，一下想那，干事心强，又加上欢喜心和显示心，求名求利的心，带着这些肮脏的心去做这么神圣的事能行吗？

找到自己的执着后，否定它，修掉它，并善意的和打印机沟通，你确实是很辛苦了，都是我的心促成的，是我不对，但是我们是来助师正法的，一定要否定旧势力的一切安排，否定与旧势力的一切约定。同时发正念，再打开机器，一切正常了。这时我深深的体会到师父的慈悲，佛恩浩荡。真是“佛法无边”啊！修炼是神圣而严肃的，更是超常的！

还有一次，我和几位同修去一个偏远的地方发真相，开始发的很顺利，不知不觉大家都生起了欢喜心。一位同修带着情说了一句不在法上的话，另一同修则说要留一些真相资料到自己老家去发。我听后很生气的指责他们：你们到这里是干什么来了？这么自私等等。这时确实忘了向内找，被邪恶钻了空子，我们全部被关到了派出所。

我提醒同修，我们决不能配合恶警的命令和指使，一定要发出强大的正念，解体邪恶。我们发正念使看管的恶警都睡着了，但没想到那几个同修也睡着了，我很着急，生出了埋怨心。但马上悟到这是邪恶的干扰，不能再埋怨同修，应该要消除间隔，形成整体。我立即叫醒同修，要他们赶快走，结果有的走了，还有的没走成被发现了。

恶警象疯了一样，把我们几个分开，用手铐紧紧铐在铁窗上，不准我们大小便。我两只手铐的肿起好大，要他们放松一点，他们却无耻的戏谑：你们不是来救人吗？这下自己也救不出去了。恶警的话点醒了我：为什么大法弟子的手会被铐的肿起来？回想自己以前对孩子很残忍，孩子不听话就用绳子把他的手绑在后面，把脚也双盘绑起来，痛也不准放，根本没有把他当成是一个同修，想打就打，想骂就骂。对其他同修讲话也不善，总是去指责、埋怨。想到这，我的眼泪夺眶而出，心里对师父说：师父啊，我知道错了，我一定记住您的教诲：“在各种环境中都得对别人好，与人为善，何况你的亲人。对谁也一样，对父母、对儿女都好，处

我的笔记本电脑的配置很低，只有64MB的内存和8GB的硬盘，不能装杀毒软件，也没有宽带网。我硬是打电话问了动态网的网址，用“拨号上网”的方法打开了明慧网。

映入眼帘的是明慧网宁静祥和的界面和“法轮大法明慧网”几个大字，金色的莲花，我屏住呼吸，看到师父的照片，我的鼻子一酸，眼睛湿润了，就象迷失的孩子，终于找到了家园。

我迅速下载了师父的新经文《美西国际法会讲法》。可怎么样让同修们看到呢？当时我认识的同修被非法抓捕了二、三十人，监控监听搞的很厉害，特别是邪恶挑唆煽动，有的被捕学员守不住心性，又牵扯出别的学员……一时间，人心浮动，怕心很重。

我也顾不了那么多了，一心想让同修们读到师父的新经文。刚好，那两天我一个人在家。我一路发正念，跑到电脑店买了一台小型的惠普喷墨打印机。关于打印，我什么都不懂，我以为将打印机接上电脑就可以打印。我让店主打印一张测试页给我看，效果挺好。可是拿回家，照样子装驱动程序，却装不上去。

但我相信师父一定会给我智慧。我仔细看了一遍打印机的说明书，找到了原因：这台打印机要求电脑的最低配置是64MB内存，而我的笔记本早已过时，只有64MB内存，带不动。

怎么办？时间过的飞快，要重建当地资料点看来非一日之工，而同修们又都等着新经文。我对着师父的法像合十，心里求师父帮忙：师父，帮我装上打印机，我要印新经文啊！驱动程序就这样装上去了！

我从来都没打印过，但我相信师父一定会帮我的。我试着装上纸，点“文件”下的“打印”，也不知道设置页码，也不知道设置版式，每张纸就只打一面，居然打出了两份新经文！

如雪中送炭一般，这两份新经文迅速的在同修中传播。象我一样指靠惯了的同修，以前得到的经文印刷都很精致，突然一下子没了，再得到的是两份“新手上路”打印的经文，但谁也没有抱怨，仍然如获至宝。慢慢的，陆陆续续又有一些同修开始做资料了。邪恶绞尽脑汁，还是无法切断我们通过明慧网与师父、与海内外同修联系。

三、第一次向明慧网投稿

我原来有一个很不好的毛病：看《明慧周刊》和资料总是一目十行，走马观花。说看了吧，又说不出道道，说没看吧，又有点印象。还自恃有文化，觉的资料上的文章平白如话，缺乏文采。

二零零六年的夏天，我自己印了两本《忆师恩》，送同修一本，自己留一本，带到母亲家里去。因为字比较小，母亲让我读给她听。这一次是我读的最认真的一次。以前我人的一面总觉的《忆师恩》中的叙事大同小异，而且很平淡。这次一字一句的读，感觉却很震撼。清楚明白记的，那本书有两页装反了，装订线的那一边在外边。我原打算读完后拆开从新装订的，没想到读完后，那两页书自己顺过来了！而书就在我手里捧着读了两个小时！

我悟到那一次一定是师父有意显现神迹帮我转变观念。我反思自己中邪党“无神论”的流毒很深，对佛法修炼认识非常肤浅。我一口气把这件事的经过写出来，题目为《读〈忆师恩〉沐浴师恩》，通过“网页投稿”寄到明慧网，没想到过两天就登出来了。

我有了信心，就将自己工作中的故事写了一篇《师生心中最珍贵的礼物》又寄给明慧网。写的是我用“真善忍”的“法宝”引导学生，学生进步很大的故事。文中插入了一个学生的书信。过两天，明慧网又登出来了，还放进了“推荐栏目”。我仔细一看，编辑把全文顺序做了调整，并改成“老师的话”、“学生的话”，前边加个简介这样的形式。修改后的文章给人的感觉很简洁，很纯真，也很感人。我这个一向心高气傲的人也忍不住心服口服了。

四、我想做明慧网的通讯员

二零零七年我上网查找《师生心中最珍贵的礼物》，没想到一下子找到了十个链接。打开一看，原来这篇文章被九个地方的真相小册子引用，有一本还把它作为“卷首一文”呢！由此，我得到启发，向明慧网投稿，也可以大面积的抢人、救人。因为明慧网面向全世界，每天都有很多大法弟子、常人上网阅读，而且资料点还可引用广为传播，讲清真相，揭露邪恶呢！

我周围的每一个同修都有一大堆感人的故事，我就去采访他们，将他们的故事记录下来，发往明慧网。

父要求的三件事在做，而且总是一次一次不厌其烦的找过去曾被转化过的昔日同修和认识的昔日同修，跟她们写信，在法中交流。

还有一次，一同修从黑窝里出来后，没有住所，被同修误会是特务，被同修排斥，真是魔难重重，心里很痛苦，流下泪说：我都修不下去了等等。我说你千万不要这样想，师父没说你是特务就行了，度你的是师父，你就是要坚定正念，排除干扰，多学法，就能坚定的修下去，跟师父回家。后来同修经常与我学法交流向内找，她现在提高的很快。

象这样的同修，每个人情况不一样。有的觉的不信这部法，说原来付出这么多，遇到魔难的时候，师父不管。我认为这是没在法上正悟。也有的是怕心障碍，不敢修下去。我个人所悟，好多事情刚开始好象是帮助同修，没想到和同修一起学法交流，把同修当成一面镜子，对照自己，向内找确实收获很多。从中我悟到帮助同修的过程也是在提高与升华自己的过程。

同修在魔难中的时候，最需要的是我们的体谅与帮助，不要被同修的表面的不好表现所障碍，要用洪大的慈悲去帮助同修，在法理上尽快的提高上来。多看同修的好的了不起的一面，善意指出同修的不足，这样我们才能圆容在一起形成一个强大的整体。

三、遇事向内找，师父就在身边呵护

师父几乎每次讲法中都强调了向内找，特别是在《对澳洲学员讲法》中是三番五次的强调让我们遇事向内找。大家都记住了师父的话，但是有些同修（包括我自己）往往把“向内找”象口头禅一样挂在了嘴上，真正遇到触及心灵的难关时，却忘记了向内找，习惯性的往外推，去找客观原因，去找别人的错。如果仅仅把向内找作为衡量别人的尺度，或只停留在口头上，那决不是真正向内找。

下面我谈谈自己在魔难中“向内找”的一些经历。

一次我的打印机打的好好的，突然一个字也打不出来，请来技术员修来修去，还是这样，最后他说：没办法了，修不好了。我听后心里很难受，感到它的生命就这样离我而去，我难过的哭了起来。这部打印机和我朝夕相伴快两年了，任劳任怨超负荷的运转，确实是很辛苦了，就这样离去，想到这，我哭的很伤心。当时有二位同修在等着带资料

家住段时间。甲同修有难处。我想到我们是一个整体，她的事就是我的事，我就让外地同修到我家住。

一到整点我就叫同修发正念，她开始有点不愿意，说身体好难受。我和她一起从法上交流，是另外空间邪恶乱魔想把你的肉身抢走，你要否定旧势力的安排，走师父安排的路，留住肉身抓紧救度更多的众生。通过不断的学法交流、发正念，在师父的呵护下，她很快恢复了身体。看到我的不足之处，她马上善意的给我指出来，我们最后真正做到“学法得法 比学比修 事事对照 做到是修”（《洪吟》〈实修〉）。其实在帮助同修的过程中也是在提高自己，修炼人碰到的好事坏事都是好事，况且我们都是师父的弟子，都是一家人。

有的同修说：我总是不知道怎样面对面的和别人讲真相；有的还说，我从没出去过，不知怎么讲，也怕发真相。针对这样的同修，我出去讲真相时，请一人帮我提真相资料，在我后面帮助发正念。同修看我总是面对面给真相资料、劝退，也没事，久而久之她也敢拿真相给别人了。第一次发给别人真相后回来的路上，她说：全身感到从没有过的那种舒服感。我说是师父鼓励你，希望你以后做的更好，也带动其他的同修。现在我们地区好多同修都是这样去做，效果很好。

我一想到那些掉下去还没有返回来的昔日同修就感到很惋惜。师父让我们走的是整体提高、整体升华的路，与以往任何一种修炼都不同，根本就不是各管各，所以对那些走弯路或没走出来的同修帮一帮，不是个人的善行，而是正法修炼的需要。只要我认识的同修，我就不放过机会，不厌其烦的跟他们讲，有时他们对我态度不好，觉的自己修的高，盛气凌人的样子，我也会被带动。当我瞧不起他（她）们的时候，想起师父的慈悲，我就想帮助他们，使他们别失去这万古不遇的修炼机缘。我向内找，不和他们争论，分清争论的不是他们本人。我只是发正念，并叫他们学法。

一次有位昔日同修在学《真修》过程中，师父的法点醒了他。他一边读，一边哭，直到读完。他说：在读的过程中，深深体会到师父帮我清理了好多不好的东西，我终于明白了，我要坚定的修下去，这部大法是真正的宇宙大法，太感谢师父又给我机会，感谢同修的帮助。现在他每天都按师

中秋节，我带上月饼和水果来到一位被迫害同修家看望家属。同修被判刑四年。家里剩下白发苍苍的老母、有病的妻子和年幼的儿子。一家人住在一幢很破旧低矮的旧楼房里，靠老母亲微薄的退休金和卖鸡蛋为生。虽然日子过的十分艰难，同修家属却不愿意接受功友的馈赠，她们知道很多同修也很拮据。老母亲在冰天雪地的年关深夜，跌跌撞撞的摸到政法委书记家门口，这些人不开门，前来送礼的人络绎不绝，见此情景，送礼的人赶快走了，没有一个人理睬她。她又多次找到“六一零”办公室，大义凛然的告诉恶人：我儿子没有犯法，炼法轮功没有错，不偷不抢，不嫖不赌，不贪不占，没有什么不光彩的。你们赶快把我的儿子放出来！同修的妻子为了阻拦恶警绑架丈夫，被打的遍体鳞伤，旧病复发，她去要人，几次晕倒在派出所、“六一零”的办公室。而这些失去人性的做恶者无动于衷。

我感慨万千。这些大法弟子的家属，在这样残酷的迫害下，仍然坚守正义和良知。在大陆这个金钱万能的世界，仍然不染尘埃。他们的破衣旧屋，熠熠生辉；而那些参与迫害的官员，豪宅名车，却黑气弥漫。那些可怜的人啊，为了一点过眼烟云的现世的名利，被邪党欺骗，犯下了弥天大罪，把自己和家人的未来断送。

我还采访了刚出狱的同修。他们象雪后青松，愈压愈坚。身上的累累伤痕，似乎在诉说着恶人的凶残，脸上却很祥和坦然，言谈中在反思自己的执着，感恩师父的呵护，正法的威严，仍然一如既往的做好三件事，正念正行令邪恶胆寒。

我采访了一些新学员和老学员。大法的神奇在人间显现。有被汽车撞飞三十多米，摩托车撞碎了人却安然无恙的；有癌症晚期诚心念诵“大法好”起死回生的；有退党团队得福报的……

迫害发生了，我和同修千方百计打听消息，准确、及时的将迫害信息上网曝光。报道恶人恶报，尽量用慈悲的心态，修去幸灾乐祸的心。报道恶人的信息，抱着曝光邪恶，制止行恶，慈悲的心态，修去争斗心、气恨心和埋怨心。

开始采访时，心里很害怕。怕邪恶迫害，怕同修不修口，瞎传瞎说，不安全。可是道听途说的，写出来的东西总是不放心，可信度差。就托人去打听，可打听的人往往不是

“专业人士”，该问的没问清楚，没用的问了一大堆。不行，还得亲自去。带上笔和本做记录，以免遗忘。

师父要求要揭露当地邪恶已经好多年了，我自己所受迫害我都不敢真名实姓的写，总是动人心害怕邪恶报复。有一次，采访一位女同修，她讲述了被迫害的经历。二零零一年，因为别的同修传给她六张“天安门自焚真相”的传单，被当地派出所酷刑逼供四个多小时。她既不说谁给的，也不说给谁了，被恶警用警棍打的晕死过去。她的哥哥和丈夫去看她，谁也不敢说恶警，反而逼她说出别人。她视死如归，还向丈夫交代了后事。

我在明慧网看到的迫害案例够多了，比这更残忍的都有，但是这个同修的经历特别打动我。原因有三：其一、她学法不学人。当时很多同修以为修真善忍说真话，所以对恶警也毫不隐讳。她在派出所看到桌上有一本《转法轮》，一下子想起了师父讲过要为别人着想，她不说同修和世人，避免别人被迫害，真心为善。其二、她上网曝光的两个恶警，一个曝光了名字，此人再没参与迫害，还讨好大法弟子；另一个当时不知道名字没写姓名，此人直到二零零七年还在做恶。其三，她是当地人，一名医生，修炼大法之后戒掉了打麻将的恶习，脾气温和，在医院视病人如亲人，精心调治，在家里，温柔贤惠，相夫教子。这样一位善良的女性，仅仅因为看了六张真相传单，不愿牵连别人，就差点被打死，胳膊和大腿被打成了黑色。谁正谁邪，一目了然。

我一下子悟到了《向当地民众揭露当地邪恶》◎师父评语中的师父讲的：“揭露恶警坏人，在社会上公布其人的恶行，此做法对于那些没有理性的恶人起到了极大的震慑作用，同时也是在对当地讲清真相中引起民众对邪恶迫害最直接的揭露与认识，同时也是救度被谎言毒害、欺骗的民众的一种好办法。希望大陆全体大法弟子与新学员都来做好此事。”我真切感受到了害怕让人知道真相的确实是邪恶。我们被迫害过，我们还不敢说谁在迫害我们，才导致正气不足邪气有余，才导致邪恶反复的迫害。我非常感谢师父这一巧妙安排。我们又专门搜集恶人信息、恶行曝光，窒息邪恶。

一次为了营救一位亲人同修，我托同修询问其家属后，将他狱中情况上网曝光。当地同修将此消息编进了当地真相传单。结果，有同修说他身体恶化没有那么严重，这样失真

在，正念正行，不能错过有缘人。立刻我又返回到派出所对面那群人那里去发，一人一份，有的过路的人也问我要。等我发到菜场那边，很多人围上来主动问我要真相资料，一下子全部发完了。

还有一次和一个人讲真相，他说：他当了二十年的官，现在自己退出来了，不当官了，看透这个社会了。我们国家（中共政权）第一代毛××搞“文化大革命”，害死多少人，第二代邓××搞“六四”又害死好多人，第三代江××，镇压法轮功又害死好多人，这就是我们国家所谓的“三代代表”干的缺德事。老天爷是有眼睛的，我愿意退出这个党。我给他一个护身符，他高兴的说：“非常感谢你，我知道这个东西将来比金子还要值钱。”我真为这些明白真相的人而高兴，同时非常感谢慈悲伟大的师父把有缘人送到我身边来，利用他的嘴告诉我更有力的讲清真相救度更多的世人。

回家后发现家里阳台的钢筋上、墙壁上、花叶上等多处地方盛开许多优昙婆罗花，我悟到是师父鼓励我们。我们不能辜负师父的良苦用心，要利用这个好机会，大量的和常人讲真相。

有几个是社区安排监控我们大法弟子的人，我把优昙婆罗花拍下照片给他们看，相信的人马上就办了“三退”，还要了照片；有些较顽固的人看了照片也三退了；对那些还不信的人，我就请他们到我家来亲眼目睹这一神花，再和他们讲真相，最后都三退了。我认识到所有的一切都是师父在做，你只要有这个愿望就可以了。

二、帮助流离失所、掉队的及昔日同修

师父说：“我不希望一个学员掉下去，但我也绝不要不够格的弟子。”（《精进要旨二》〈排除干扰〉）邪恶在对大法弟子全面无漏的瓦解式的迫害检验中，有的同修被迫流离失所，有的害怕开除工作躲在家里炼，不敢走出来了，有的昔日同修他们由于首先走出来而被邪恶非法关押，在劳教所里环境不好，学法跟不上，看不到新经文而造成走了弯路，一时糊涂不相信大法等，这些同修都需要我们关心、帮助。

有一次去甲同修家，正好听到乙同修和甲同修交流：有一位外地同修被劳教所的恶人迫害的生命垂危，生活不能自理，现在又不能在自己家里住，想请甲同修帮忙，安排到她

谢谢师父！谢谢同修！

信师信法 师父时时在身边呵护

文 / 湖南大法弟子 心静

慈悲伟大的师父好！

各位同修好！

一、去掉人的观念，抓紧救度更多的众生

我通过十三年学法修炼，心灵不断得到净化，从以前的妒嫉心强、争斗心强，名、利、情很执着的生意人，变成了处处为别人着想，不争不斗，什么都能看开，性情开朗的一个人。随着心灵的升华，身体的不适全部消失了，我很欣喜。

师父在《北美巡回讲法》中说：“大家要清楚讲清真相对大法弟子太重要了。”“大法弟子的责任哪，不是为了个人圆满，而是在证实法中救度众生，那才是大法弟子的历史使命，那才是真正的大法弟子的伟大之所在。”懂得了救人的重要，我不管买什么东西，人多或人少，或坐车，有机会我都会面对面讲真相劝退。

一次去参加生日酒席，先发正念，敬请师父加持下罩，然后请服务员播放光碟。我观察好多人在看，就一桌一桌的去发光碟。发到一个穿警服的中年男子面前时，我心里有点紧张，也有点害怕，马上悟到救人应该不分职业，不应该有怕心。我就送给他一张真相光碟，并和他讲真相，在师父的加持下，他很乐意的办了“三退”。

有一次去某县城发真相，一边走一边面对面的发着，一看发到派出所对面了，有一群人在那里，本来想发给他们，可是有点怕，就没发并走开了。这样做是因为想起原来在另一个派出所发的时候，不明真相的人，把我发的真相马上交给派出所。瞬间派出所全部出动，把所有路口全部堵住，还拦住公共汽车。我只好蹲在那里发正念，并求师父加持，让邪恶看不到我。我看他们清清楚楚，他们却看不到我，这时我感觉到师父就在我身边。后来又想起师父《洪吟二》〈怕啥〉：“你有怕 它就抓 念一正 恶就垮 修炼人 装着法 发正念 烂鬼炸 神在世 证实法”。这一次，我悟到有师在有法

的报道会起负面作用的。我向内找，是因为对同修有“情”。我被迫害时，他参与营救，现在，他身陷牢笼，我做的特别积极，以至于将他身体恶化程度写严重了；并且用了一组排比句，以期达到铿锵有力，激起义愤的效果。那次的传单不仅存在这个问题，而且将迫害时间也搞错了。

望着被涂改的印好了的传单，有同修说要烧掉，不能发出去。我很痛心。我对同修的情、显示文采的心给整体造成了重大的损失。我再也不敢这样干了。我觉的这样的报道对于明慧网是一种亵渎。我再次调查清楚后，从新写了一个更正，并向明慧编辑部道歉。

我回想起九八年刚得法时抄《洪吟》，总是用人的语言规范去对照，修炼境界提升后，才一次次的悟到、证实《洪吟》的诗句背后博大精深的内涵。我想在高层生命看来，我是多么的可悲可笑。我更加体悟到修炼的严肃，只有真正的按照师父的教导去做，才是对的。

看到明慧网上同修们面对面讲真相劝三退救人的故事，我觉的也应该在这方面突破了。这么多年，我总是放不下小知识份子的那点清高、爱面子的心，总是害怕被人拒绝，被人嘲笑而下不了台。我知道这些心不可能带上天国，我就试着面对面讲真相。

一天，我给一位卖东西的老人讲真相，她一把抓住我的胳膊，从兜里掏出一本小《转法轮》来，原来她是同修。她激动的告诉我她老伴因为对大法的正确认识而起死回生的故事。我也很感动。一回家，我就把这个故事写出来了，基本上就是那位老人口述的。文字非常朴实，但是老人的正信，大法的威德，却让我感动落泪。孩子很诧异，过来看了，说：一个现代版的神化传说。这篇文章很快发表了，并选在《明慧周刊》上。

在向明慧网投稿的过程中，我也发现了自己的很多人心。如：将发表的文章收集起来，表面上是为了编辑当地真相资料，实际上后面隐藏了一颗证实自己的私心，看我多了不起，写了那么多文章！发表了文章，还不能告诉别人，老想显示自己。一上明慧网就浏览查找自己的文章题目，如果发表了，就喜滋滋的下载收集，而不是静下心来看看同修的文章。待到找出这些心时，又觉的自己太渺小，一切都是师父所赐啊，包括自己的这点能力。

溶于明慧网这泓净水，真的很快洗掉了浊世的尘埃。两年前，我第二次脱离魔爪后，我明白了我被迫害的原因：对师父对大法的正信不坚定，在大陆被迫害的环境中用人的办法保护自己，没有与同修形成整体。我体悟到师父在《路》中所讲的法。一出来我就买了新电脑，装上宽带网，做大法弟子该做的事。

邪恶拼命阻拦，不停的往我脑子里反映黑窝里的迫害，让我回忆，使我害怕。刚开始时，我就坚定一念：师父叫我这样做，我就要这样做。邪恶说的不算。后来，我悟到共产邪党就是要在大陆制造这样一个恐怖的场，目的是阻止我们修炼救度众生，这些怕心根本不是我，是邪恶通过几十年的暴政强加给我的。试想，如果我在香港，在台湾，在美国或世界其它各地，我就不会因为讲大法好而这么害怕。我就发正念解体这个“怕”，同时坚持背法，讲真相。

由于两次被迫害，丈夫也很害怕。我一坐到电脑前，他就紧张，就发脾气。很长一段时间，我都躲躲藏藏的。我不怕恶警，也不怕外人，我就怕他。结婚那么多年，我一直都是听他的，他当家。我发现我以前总是把他设想为阻力，总是用“他不让我做”为借口掩盖自己的怕心，推卸自己作为正法时期大法弟子的责任。我的心多么肮脏啊！我觉的不能再这样藏着掖着，我做的是最正的，他不能站在邪恶的一边毁了自己和众生，同时，我发正念解体他背后的邪恶干扰因素。

我在做事时，他又来了。我就讲给他听，指给他看，还问他做的好不好。他开始大发雷霆，说我又想“进去”，继而骂我，打我，摔东西，怎么也挡不住我。我坚持跟他讲真相。后来他不管了，再后来，他也主动看看我搞的东西。家庭环境就这样开创出来了，他的状态也好多了。

现在我基本上没有什么“敏感日”的概念，也不再在邪党的阴影中生活了。我很平静，作为正法时期大法弟子，不存在退缩，不存在歇息，更不存在“转化”……。

五、邪恶最怕明慧网

我第一次被迫害时，绝水绝食反迫害。邪恶的“六一零”头子摆出一副伪善的面孔去劝我，诋毁明慧网，说明慧网是假的，说我被骗了。当时我没上过明慧网，当时的真相资料都是手写的或油印的。我对他说：明慧网是真的是假

的，最好辨别了。你们把明慧网打开，让每个老百姓看看，我们某地的某某是什么样的人，她是怎么死的，你们公安干了什么，如果明慧网是假的，老百姓一对照就全明白了，还不用你们花那么多钱封网呢！那多省事啊！他脸上一阵红一阵白，灰溜溜的走了。

恶警指使犯人对我們进行野蛮灌食，骂骂咧咧的。我质问他们：谁叫你们灌的？把名字报上来！我要把你登上明慧网！恶人的气焰马上消失了，当然他们也不敢报名字了。

第二次被迫害时，恶警千方百计的诋毁明慧网，说：我们辛辛苦苦做工作，使尽了招数，在这里转化了，一出门，明慧网上一篇经文你就反弹了。

现在可好，很多邪恶的招数还没使出来，就夭折了。同修们齐心协力，海内外形成一个整体，明慧网太厉害了。信息多、快、准。在讲清真相、解体邪恶、救度众生中起到了不可替代的重要作用。

我们当地小资料点逐渐遍地开花，与明慧网单线联系，独立运作。前不久，听到一个看守所的警察抱怨：你们派出所再不要把法轮功往这儿送啦！人还没送来，海外电话都来了好几个！搞的我们的名字他们都知道！一同修在乡镇大街上发资料劝三退被非法绑架到看守所，她一进门对警察说：大法弟子救你们来了！赶快退出党团队，记住法轮大法好！灾难来前命能保！三天后，正念走出，临走时，跑到一个个牢门喊：大法弟子要回家了！没退党团队的同胞抓紧机会啊！快报名字啊！她带着一大串三退名字回家。回家当晚，她找到迫害她的派出所当班警察，把他一家人劝退了。第二天，她返回该乡镇继续讲真相，到派出所和国保大队要回资料和MP4……

当地“六一零”头子暴死，市委书记害怕的说：可别叫法轮功知道了，捅到网上就麻烦了！

邪党害怕老百姓上明慧网，强制网民安装“星空极速”、“绿坝”，安装国产杀毒软件，将自由门破网软件当病毒封杀，流氓本性暴露无遗……。魔高一尺，道高万丈，明慧网从来都没有被封住。同修们，让我们正念正行，都来上明慧网，支持明慧网的工作，共同将明慧网办的更好，在整体提高、救度众生中发挥更大作用吧！

不妥之处，请慈悲指正。