

该抻的时候抻，该弯腰“随机下走”[3]都照做不误。这时只听到骨头“咔咔”作响，我坚信师父在给我接骨疗伤，而这个撕心裂肺的痛是我生生世世必须承受的一小点，而慈悲的师父给我已拿下去了很多很多。师父的承受才是巨大的。

当我炼完五套功法后，头上热气腾腾，脸上的泪水和汗水合为一体，身上穿的内衣、毛衣、棉衣全都能拧出水来似的。此时我发现我的腿已经恢复正常，行走自如了！于是我洗头洗澡将衣服洗净晾上，又将早餐做好，吃完后发了六点钟的正念，喊醒了女儿，告诉她我好了。

女儿原以为我发烧说胡话，看到我行动自如才相信，并高兴的狂奔狂喊并到二楼喊她的哥嫂，告诉他们：妈妈好了，稀饭都煮好了。孩子们跑过来看到我的状态都目瞪口呆了，然后齐喊：“法轮大法好！法轮大法好！”

子女及亲朋好友见证了大法的神奇，更加明白邪党迫害大法弟子是违背天理，纷纷“三退”，作出正确的选择。

注：

[1] 李洪志师父著作：《悉尼法会讲法》

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

[3] 李洪志师父著作：《长春辅导员法会讲法》

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



明慧网第十二届中国大陆
大法弟子修炼心得交流会（1）

2015年11月12日

明慧网第十二届中国大陆大法弟子修炼心得交流会

详细内容

明慧法会 | 手机对打讲真相 救度更多人
明慧法会 | 领悟“人成神之路”的法理
明慧法会 | 向内找真的是法宝
明慧法会 | 我把世人当亲人 时刻想的是救人
明慧法会 | 师尊呵护着我一路走来
明慧法会 | 牢记正法修炼的基点——救人
明慧法会 | 八旬老弟子全身心做好三件事
明慧法会 | 正念足 神迹显

的宽容、慈悲、大善大忍之心，做好三件事，有朝一日见到师尊的时候，不会因为悔恨而泪流满面。

注：

[1] 李洪志师父诗词《洪吟》〈道中〉

[2] 李洪志师父著作：《转法轮》

明慧法会 | 正念足 神迹显

文：湖北大法弟子 九月菊

我是一个不识字的老年农妇，第一次听师父的讲法录音就感到肚子里发热、滚烫，无比舒服，师父的法太好了，从此坚信师父，决心一修到底，脱离人世间这个苦海，跟师父回家。

修炼后，我的皮肤白里透红，走路生风，浑身有使不完的劲，无论对谁都是笑脸相迎。这期间在我身上发生了无数的神奇事，见证了大法的超常和美好。在此只举一例：

二零零七年腊月二十三过小年这一天，我的注意力不集中，下楼时踏空了一步，摔了下去，左腿膝盖半月板粉碎性骨折。医生说因年岁偏大，受伤部位又特殊，所以要卧床半年，否则，将落下终生残疾，就只能拄着拐杖行走了。

当天夜里，女儿陪我睡觉，照顾我。女儿一会就睡着了，我翻来覆去无法入睡，膝盖的剧痛还比不上我心里的痛——半年卧床不起，证实大法的事我不能做，也不能去讲真相劝“三退”救度世人了，这怎么能行？肯定不行。无论我有何种执着与漏，旧势力都不配来干扰我、迫害我。师父说：“有师在，有法在，怕什么？”[1] 师父的法使我浑身一震，从里到外从上到下一股热流通透全身，我是助师正法的大法徒，师父肯定不会让我躺在床上，我的腿必须迅速恢复，做我该做的三件事，病床不是我呆的地方。

半夜十二点的正念发完后，我轻轻下床，穿好衣服，站在地上，打开炼功音乐，决心按师父说的“五套功法一步到位”[2]，

目前，我们这朵小花已经静静的开了好几年了。在这里特别感谢给我们提供帮助的技术同修。

生生为法来

在这么多年的讲真相中，我已经养成了一个习惯：每天首先想到的是做三件事，然后才是家庭生活。出门身上随时都带着真相资料，走到哪就讲到哪，不讲心里就难过。我没有统计，不知道自己劝退的人有多少，这不重要。

我还带动同修出去讲真相，反正只要是与大法有关的事，知道了就尽量去配合，圆容。

大法弟子为助师正法而来到世上，生生世世为法来。如不全身心投入到做好三件事中，生命就没有实质的意义。也对不起师尊。

今年五月的一天，我帮同修买了二十盒香敬师父，走到十字路口时，绿灯亮了，我刚走了几步突然一辆面包车向我急驰而来，我还没有反应过来就倒在地上，香也被扔出几米远。当时我躺在地上动弹不得，周围群众都指责司机不该闯红灯。司机吓坏了，一边扶我一边连声向我赔礼道歉。我赶紧告诉他：

“不怕，没关系，我是修法轮大法的，不会找你麻烦。”我叫司机把我送到公交站，在他开车送我的途中，我给他讲了真相，做了三退，给他的真相资料他全都接受了，还连声感谢我。我知道这是来取命的，是师父的法身又一次保护了我，弟子谢谢师父。

修炼中，我也遇到许多魔难：丈夫去世；女儿不听劝阻卖房子搞承包，最后失败（现在家庭的环境都正过来了）；由于劝同修别吸烟反而造成同修的不理解；协调同修因偏听偏信而造成对我的莫大的误解，等等。有的时候自己心中有怨恨啊！师父说：“整个人的修炼过程就是不断的去人的执著心的过程。”[2]我是走在返本归真路上的大法弟子，不能要人心。人神一念之差啊！所以我要铲除不好的心，修出大法弟子应有

明慧法会 | 手机对打讲真相 救度更多人

文：河北大法弟子

慈悲的师父好！

同修们好！

最近几年，用手机自动讲真相的项目在我地开展的不错，很多同修都参与，每个人都不只一部手机，有的同修从此突破了向世人讲真相的这一关。但接踵而来的，我们发现听语音电话能够“三退”的比例很少。有听时间长一点的，甚至有听完了的也没有表态，感到很可惜，需要人与人之间的直接互动和沟通，打开心结。只是手机对人，很多人无法即时问答，耽误打开心结的机会。

这时，负责这个项目的同修也建议我用手机对打，当时我认为用手机讲真相只能是国外的同修才能做，国内手机被监控的这么厉害简直是不可能的。再说，这些年为了安全，我从来都没有使用过手机，都不知道怎么用，被这些观念挡住，没敢答应。

不久，有一个我市周边的同修来我市交流了她在这方面的心得体会，说一天退几十人，效果很好。且这些人都是同修打过语音电话做过铺垫的。我一听信心大增，从此也拿起手机开始对打了。

开始，我们俩个同修坐着同修的车，每天晚上出去打两个多小时，可是刚开始我们都不知怎么开头好，电话一接通没说两句对方就挂了，我心里很着急。这时同修就上网找同修讲真相是怎么开头的，把认为说的好的抄在纸上，晚上打电话就照着念，结果更不行，光顾念了，哪顾得上对方的反应了。

这时向内找，我们悟到了：不是表面的形式说什么话使对方退，是我们救人的这颗慈悲的心还不够强大。同样的话，没有同样的慈悲的力量，也救不了人。这样，我们就注重了心性的提高，白天多学法、多发正念，晚上一个人讲时，另一个人

发正念，互相配合，效果越来越好了。听的人多了，退的人也多了，后来开车同修有事来不了了，我就开始自己打了。

在打电话过程中暴露了自己的很多人心，如：争斗心、显示心、欢喜心、沮丧心，执着数量心，退的多就欢喜，退的少了就沮丧甚至想放弃。遇到对方大骂的、说脏话的、要举报的，赞扬的、感激的等等众生反应，自己的那些人心都会被带动。

如有一次，打了几个电话都不听，后来有一个愿意听了，我就滔滔不绝的讲开了，心想：可遇到一个有缘人了，我讲的这些道理一定会使对方明白真相，做出三退的。讲完后，对方问：“你是做什么工作的？”我说是做什么什么工作的。他说：

“你应该上人民大会堂上讲去。”说完就挂了，再拨也不接了。这时我才惊醒，向内找是我的显示心、执着自我、证实自我的心使人没能得救，我痛悔不已，从此下决心修去这些不好的人心。救人的是师父、是大法，我只有溶于法中，才有法的威力与慈悲，才能救了人。作为大法弟子必须证实法，而不是证实自己。

悟到这些，在以后的打电话时，我就非常注意自己的思想念头。一旦人心出来，就抓住它、排斥它、抑制它，不让它干扰了众生得救。这样，自己的心态越来越纯净，救人效果也大有改善。

有一次打通一个电话，对方是个女的，听声音较文静，我判断是个公职人员，我刚讲两句她就挂了。我又拨过去她又接了，我非常耐心、诚恳的告诉她：“我非常珍惜您的生命，这个电话您听与不听就是生与死的选择啊！我希望你能静下心来听一听，好吗？”我感到对方被打动了，她说：“好吧，那我先问你个问题，我就不明白你们这些炼法轮功的，为什么要做这些事？政府不让炼就别炼了，非要和政府作对，对你们有什么好？”我说：好，我就回答你这个问题，修炼法轮功是个人信仰问题，《宪法》明文规定信仰自由，江泽民凌驾于法律之

有一次丈夫到一个门市做理疗，当时屋里里有一、二十人。因为前几天到过那里，我一直在给他们讲真相，很多人都明白了。当时是接近整点，我想证实法，就给医生说我需要炼会儿功。医生同意了。我就盘腿立掌发正念。

屋里有个刚来的病人，是个老头，我没给他讲过真相。他就问旁边的病人：“她在做啥？”别人告诉他我在炼功。“她炼啥子功？”“法轮功。”“她还敢炼法轮功？！政府都不许炼了！”一个女病人马上回答：“她为啥不炼？你看你们这一圈人，哪个有她身体好？她炼法轮功就是好！你看她哪像六十多岁的人？”那个老头马上就不说话了。

我陪丈夫走出门市，丈夫就说我：“你想去吃不要钱的饭了，想住不要钱的房子了？大庭广众你去宣传这个？”我就说：“你不要我就算了，我就走，不连累你。”他怕离开我没人能这样照顾他，不同意我走。

在丈夫病房，通过讲真相还接触到一对过去的夫妻同修，因为迫害不修了所以才会来住院。从我这里他们又得到了大法书和资料，从新走入修炼。这些都是师父的慈悲安排啊，师父不愿丢下一个弟子。

为了需要自己做资料吧

由于讲真相需要光盘、小册子等，但是经常拿到资料不如意、不合适，或者不全，或者质量有问题，如《九评共产党》光盘，有时拿不到全套。二零零四年我和同修就产生了自己做资料的想法，而且这也符合师父要求的遍地开花。

可是没人教我们啊。我们等不及了，二零零七年，就只好先找了一位明真相但当时还没走进大法修炼(现在已经修炼了)的熟人教我们做资料。后来终于联系到了搞技术的同修，慢慢的我们学会了上网、下载、打印，学会了做传单、小册子、卡片等等。由于我年龄大，又没文化，从一点没接触过电脑到学会那些基本操作，那位搞技术同修需要付出多少可想而知了。

我又说：“如今社会怎么样，你我心中都有帐，黄毒赌斗总不断，贪腐越打越泛滥，‘真、善、忍’有啥错？（中共）整得我们没法过。大法弟子走街串巷，冒着生死讲真相，劝人分清好与坏，善与恶，以免将来被淘汰。我们一心为你好，你们总是给我们找麻烦……”其实我没文化，这些都是从《明慧周刊》、各种真相资料和劝善信中看到后背下来的。他听了，没法再说其它的，就说：“老太婆快回去煮饭。”从明慧网发表的资料中，我学到了很多讲真相的内容，所以要感谢给明慧网投稿的同修。

师父帮我过病业关 震惊世人

我有一次过严重病业关的经历。

二零零一年六、七月份，我突然出现很严重的病业情况。吐血、流脓有一个月左右，甚至有一个星期左右没吃饭，咳嗽时两肺象刀割。家里人害怕的不行。儿女要求我进医院，我不同意；他们又找医生上家里来输液，我也没同意。丈夫怕我死在家里给他带来不好的影响（他是单位的邪党书记），就找来单位局长、办公室主任等劝我进医院。我心想：“我不去，死就死，我不怕死。”我告诉他们我不去。

后来又一想，这影响太大了，一旦自己死了，就会破坏大法，我就求师父：“师父，我不当破坏法的鬼。”结果三天不到我就好了，而且气色看起来非常的好。然后我就借此到处去讲真相。单位、邻居和熟人都很惊讶和不相信，我怎么会这么快一下就好了？很多人都感到震惊，说大法真神奇，从而接受了真相。这些都是师父在做啊！

明真相世人帮助我讲真相

我讲真相中经历了一件事，让我难以忘记。

二零零二年丈夫住院，我去照顾他。我基本是一路走，一路讲真相，走到哪里，真相就讲到哪里。

上，出于小人嫉妒，发动了这场对我们修炼人的残酷迫害并欺骗世人，污蔑我们是X教，制造“天安门伪案”、“杀人案”等。这是江泽民以权代法，迫害好人。师父让我们按照真善忍的标准做好人，打不还手，骂不还口，不争名、不夺利，遇到矛盾找自己，什么事都为别人着想，做一个无私无我的道德高尚的人。你说做这样的好人不好吗？如果人人都能这样要求自己，我们的社会该是多么的美好啊！还会象今天道德这么败坏吗？她说：啊，原来法轮功是这样的，那么好就自己炼，为什么老跟别人讲呢？我告诉她：“我们不能那么自私，中共迫害法轮功，破坏佛法，犯了大罪，恶有恶报，天要灭亡它了，如果你是它的一员或听信了谎言，脑子里装了‘法轮功不好’，那就会跟它一起被淘汰。所以，法轮功学员在自己遭受严重迫害的情况下，还在给你们讲真相，就是为了你们免遭淘汰，是在挽救你们的生命，是真心为了你们好啊！”她听到这“嗯”了一声，挂断了电话。

我大约给她讲了半个小时，我想她一定是听进去了，但由于时间太晚了，我就没再拨。

第二天晚上，我又给她拨过去了，她接了。我亲切的问她：“昨晚给你说那么多，听明白了吗？”她说听明白了，原来你们是这样。我接着说：“如果您不介意，我想问一下，您是做什么工作的？”她说是检察院的。我说：“那你一定是党员吧？”她说：“那肯定是了。”我说：“给你起个化名退了吧。”她答应了。我劝她千万不要参与迫害法轮功的事，她说知道了。

我也经常往南方打，都是同修打完语音电话，听的时间长的或按过键但不确定的。南方的农村有很多没有上过学的，他们都很纯朴。我就给他们讲法轮功是什么，中共是什么，“自焚”骗局是怎么回事，让他们明白善恶，然后就告诉他们记住：“法轮大法好”、“真善忍好”。很多年岁大的人，一遍遍的随我念，直到记住为止，有的怕忘了还拿笔写上。

一次，有个人说话方言很重，只听懂他是党员，我慢慢的给他讲完真相后，劝他退出时，怎么也听不懂他在说啥，他着急我也着急，这时一定是师父帮了我，让我突然就明白了，他是说让他脚不疼了，能下地走路他就退。我说：你错了，你只有先退出邪党，先抹去兽印，才会有幸福平安，你只有诚心念“法轮大法好，真善忍好”才可能出现奇迹，心诚则灵，不妨你可以试试。最后他同意用化名做了三退。

以前有求数量的心，真相讲的肤浅，不够全面和深入，虽然有的人同意三退了，但感到对方并没有完全明白真相。师父说：“无论做任何一个项目、任何一件事情，不做你就不做，要做一定要做好，有始有终。”[1]当我看到师父的这段法时，就感到好象师父在说我一样，我决心按着师父的要求做，归正自己。

去年三月七日下午出去讲真相时，有两个人虽然三退了，但感觉他们还是没明白就挂了电话，也许是由于工作忙，还是其它的什么原因吧。于是我在这两个号码后做个简单记录（因每个电话打完对方的反映情况我都简单的记上，以备下次再打用）。晚上我又给他们打通了，一问确实没听明白，但是心态可比白天好多了，很愿意交流，提出了很多不明白的问题，如“自焚”是怎么回事，法轮功是怎么回事，为什么三退就能保平安等等，我一一给他们做了详细的解答。这下他们才彻底明白了真相，明白了“三退”是怎么回事了。特别感谢，还希望今后有什么事打电话告诉他们。

从此讲真相我更加用心了，尽量使对方真正的明白真相和“三退保平安”的意义。

记得有一次，我给个广西南宁的小伙子打通电话后，我不象以前那样怕对方撂下电话，心急的一个劲儿的快讲了，而是以平缓的和善的语调给他讲了法轮功是什么，江泽民为什么要迫害法轮功，为什么要“三退”保平安的真相后，对方明白了，

不会背《洪吟》、《论语》啊，你不会背‘真、善、忍’啊？你不会跳到法中去啊？你和法在一起，谁能把你咋样啊？”这样我心里就好过了。结果第二天早上八点，派出所、公安局、我单位和丈夫单位的人就来抄家和绑架我。因为师父预先的安排，他们啥都没找到。

他们把我绑架到派出所，一帮子人围着对我进行非法审讯。我一直发着正念。他们要我写“不炼了”，我说“写不起”，他们又叫我说“不炼了”，我说：“我不当骗子，不当贼。我六十多岁了，一辈子都没当过骗子、没当过贼，你们叫我当骗子、当贼？当骗子，跟你们说不炼了自己回去炼？当贼，晚上偷着炼？哪有逼着人当坏人的？你们那个是政治，我不参与。我们是修佛修道，不介入政治。我修佛还要你们同意和不同意？……”

他们又问我认不认识另外俩个同修，我知道这俩同修是他们想抓的。我说：“他们是男的是女的？长的啥样子？”他们还问这问那，我不理他们，只发我的正念。结果他们很好笑的自问自答。

大约十一点过了，他们没得到什么想要的，只好把我放了。他们说：“你没说‘不炼了’，我们还要找你哦。”我想我不怕你们，就说：“你们来嘛！”后来他们真来干扰我，我在家面对他们讲真相，又到他们办公室讲真相。再后来他们就不来干扰我了。

邪党书记听我讲真相后无言以对

记得局里有个书记来骚扰我，我说：“我们这么好的人，你们来整我们？我们修炼人都了不起，有了矛盾找自己，不日嫖夜赌，不贪污盗窃、不抽烟不喝酒……”他说：“我还是好，我也不抽烟喝酒。”我说：“你还是没我们好，我们师父教我们‘做而不求 常居道中’[1]。”他就没话说了。

时我患肺气肿、肠炎、肾盂肾炎、关节炎、鼻炎等七、八种病，一年要住三次医院。当时入了大法的门是想进来试试大法能不能治好我的这些病。

九七年三月，去和同修一起学法，看师父的讲法录像，这才明白法轮功不是治病，是修炼。这是自己以前从未听过的高深大法。学法改变了我的人生观念。最初身体难受时，想偷偷吃点药，后来想到师父法身在身边看着，就没吃。结果三个月过后，一身病不翼而飞，我也就想不起吃药来了。自那时起直到现在都很健康，没吃过药了。偶过病业关，我知道是师父在给我净化身体，真感谢师父的恩赐！

学大法不仅身体好了，而且还使我识字了。刚学法时由于不识字，我就让丈夫（也是同修）教我识字。迫害开始后丈夫不修了，我就找同修教我。对于不认识的字，就请他们用纸条写出认识的同音字夹在书中。现在《转法轮》我全能读下来了，其他的大法书也只有极少数的字不认识。我努力学法，早就会背《论语》了，还有《洪吟》、《洪吟二》等我都能背下来。

坚定修炼 恶警对我无可奈何

修炼的十多年中，我两次面对邪恶绑架。

第一次是九九年七月二十三日早上，我们照常去炼功点炼功。警察把我们绑架到派出所分别审讯，要求我们写所谓“悔过书”。当时有两个警察非法审讯我。我告诉他们：我不认识字，不会写字。他们非要我写点什么，我就让他们帮我写上：“打死都要炼。”我告诉他们：我原来是一个肺气肿病人，这种病哪个医好了？而且我有那么多病。我怎么能不炼？由于放下了生死，他们只好把我放了。是师父保护了我。

第二次是因为被绑架的同修对警察说出了我。我又被绑架。被绑架前一天我心里很难受，觉得不对劲，就找人把家里的大法资料全拿走了。可是心里还是很难受，我就对自己说：“你

就在电话里大声喊：“法轮功好！法轮大法好！真善忍好！”我问：“你是在什么地方啊？”他说：“就站在大路边上。”我说：“你真了不起，能做出这样的善举，一定会给你带来善报福报的，祝福你为自己选择了美好的未来！你今后一定会得到大法的护佑，会遇难呈祥的，祝你幸福平安！”对方感动的说：“谢谢，谢谢。”我说，你要谢就谢我们大法师父吧。放下电话后，我还沉浸在众生得救的幸福与喜悦中。

还有的人明白后，就问：“我能做些什么？”我就告诉他们：把你明白的真相讲给你的亲朋好友，并告诉他们都诚念“法轮大法好、真善忍好”灾难来时命能保。这样一传十、十传百，就会使更多的人明白真相，也为我们劝三退打下良好的基础。他们都欣然答应。也有要书、要破网软件的，我就想办法给寄去。救一个人就尽职尽责的真把他救了。有的明白真相后，不愿放下电话的，我就把师父《洪吟三》里的歌词给他们念上一首。

记得有一个人听后说：“你是神呢！”我说：“我们是神的使者，是我们伟大慈悲的师父让我们救人的。”还记得有一个佛教徒，开始很抵触，我不断的打过去，最后她问：“你知道什么是佛法吗？”我说：“你听听什么是佛法，我给你念念我们师父是怎么论述的。”我给她一字一句的念完了《论语》，听完，她沉默了。我又给她念了几首师父《洪吟》中的诗，最后她感叹的说：“写的真好。”最后她明白法轮功是什么了。

还有个女孩，接通电话刚听一句就说不感兴趣，就挂了。我立刻打过去，告诉她：“你知道这件事对你有多么重要吗？你活到今天等待的就是它呀！”我先把邪党的谎言一一揭穿，她感到非常震惊，说从来没听别人说过，她又说她不相信迷信，相信科学。我又给她讲了牛顿、爱因斯坦的故事，讲了科学的肤浅，法轮功是佛法修炼，佛法是最高的科学等。她听完非常感叹和激动，说从来没听说过这些道理。我说今天你的世界观

可能都发生了变化，如同生命新生一样，我就给你起个化名叫“新生”退出团队吧。她欣然答应。

打电话时，对方一听就挂机时，我都是立刻打过去，有的是打过去两次退的，有的是三次，有的是打过去四次才肯听。对有的顽固不退的党员，他们的号码我一直保存着，过一段时间再打。也许是我的境界提高了，也许是因正法洪势的推进，有的很痛快的就退了。对实在不听的，再打也不接的，最后就给他发个短信过去。一次次的给这个生命得救的机会。

在我打电话救人时，也有神迹出现过，如：突然别人打过来电话，一问是党员，一说就退了。还有按这个号码时，出来是另一个号码，一问是党员，退了。还有一次，明明充值三十元，充完就变成了五十元。有一卡，同修说刚打就没钱了，让我试试，我握在手里，求师父加持，让它完成历史使命，钱不能让邪恶偷走。结果一打有钱了，这都是师父在鼓励我，其实真正救人的是师父，我只不过在这过程中不断的修自己，成就自己而已。

我知道比起同修来我还差的很远、很远，同修两个多小时打电话能救那么多人，我觉得真是奇迹。那是同修到了那个境界。今后我在这剩下不多的时间里一定要修好自己，因为修好自己，才能救度更多的众生，才能完成史前大愿。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈二零一零年纽约法会讲法〉

明慧法会 | 领悟“人成神之路”的法理

文：西南地区大法弟子

我因坚持信仰法轮大法，被非法关押迫害了九年多，长期的酷刑致使我生活几乎不能自理。二零一零年底出狱后，我的

时间；其次是放任自己，很多执着心是自己早就意识到了，并无数次痛下决心改正、修去，但往往在考验面前却又放松对自己的要求；三是安逸心不去，没有用向内找的法宝修正自己。

现在正法将很快结束，这一段时间师父对弟子的点悟很多，自己的执着心也在不断暴露和被触及。慈悲的师父不想落下弟子，在往上推弟子，不争气的弟子真是让师父操尽了心。为了能真正成为合格的大法弟子，我现在才真正意识到修炼的严肃和时间的紧迫，我调整了自己的修炼状态，争取每天多学法，用法充实自己、清洗自己，同时修自己的一思一念，学会时刻向内找，正念否定旧势力的安排和干扰、迫害。既然师父不想落下弟子，那我还有什么放不下的，还有什么关过不去呢？我对自己的修炼充满了信心，修好自己才能救更多的人。

弟子叩谢师父！弟子唯有精进更精进，修好自己，做好三件事，用实际行动来报答师父的慈悲苦度。合十

层次有限，请同修指正！

注：

[1] 李洪志师父著作：《精进要旨二》〈大法弟子的正念是有威力的〉

[2] 李洪志师父著作：《精进要旨二》〈理性〉

[3] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈二十年讲法〉

明慧法会 | 八旬老弟子全身心做好三件事

文：四川大法弟子口述 同修整理

尊敬的师父好！

各位同修好！

我是四川的大法弟子，由于不识字，只能口述请同修整理出这篇交流稿，以证实大法，同时也想感谢师父、感谢在修炼中给予我帮助的同修。

我今年八十岁了，最初是因为有病而走入大法修炼的。那

信交给我单位的领导、同事，告诉他们我向最高检察院和法院控告江泽民了，而且给各级领导写了与上述内容相同的信，表示我要向领导、同事们汇报一下。

同时我也以同样的形式，将多封信送交给县公安局、政法委、六一零的领导。刚开始，看到我的信那些领导非常的紧张，非常害怕，分别找我谈话，公安、六一零还让我写问话材料，我当然不会配合他们。单位个别领导害怕我给他们惹麻烦，甚至还计划调离我。我都堂堂正正给他们讲真相，和他们分析形势，同时用大法弟子的慈悲和威严劝告、警告他们，认清形势，千万不要对大法犯罪。

又过了几天，公安局负责国保的领导找到我，说由于我给省、市领导写信和反映大法弟子受迫害的情况，上面在暗中调查、核实，他本人可能将面临处分，他给我说了一些心里话，求我再不要写了，不要再给他增添麻烦，他将给我师父烧高香。

由于我公开自己的诉江和给各级领导写信，知道这件事和看过我的那些信的部份领导、同事、熟人、朋友、同学，对大法和大法弟子表示由衷的敬佩，特别是对我这么堂堂正正的做却又一点事也没有，使他们既惊讶又佩服，也对中共的邪恶和诉江的意义有了更明确的认识。

对我个人来讲，通过这件事，让我修去了许多人心。师父鼓励我，让我在那段时间九次做梦都在天上飞。那感觉真是非常的美妙。

我是二零零七年才得法的。由于悟性差，对修炼的严肃性认识不足，对自己要求不严格，总是把做事当作修炼，当成了精進，所以至今仍有许多的人心没有修去。很多人心仍表现得非常地强烈。而旧势力的干扰、迫害也总是不断。尽管在师父的保护下大都闯了过来，但自知离正法时期大法弟子的标准仍有很大的差距。总结原因主要是学法少，知道师父已为弟子开创了非常好的修炼环境，自己却不知珍惜，浪费了许多宝贵的

专业知识与能力几乎丧失，警察依然不时上门干扰，甚至绑架我到洗脑班迫害；亲朋好友也因我而多次受到恶人恐吓，都不愿与我接触；近两年的时间，四肢和五官活动的恢复还不能协调得象个正常人；经济的困难与社会生存能力的丧失，造成我的修炼环境很糟，三件事也很难做好。

在找工作的过程中，因我过去是搞科研的，一说我过去的专业水平和成就，很多单位都不敢用我；想用我的，由于近十年的与世隔绝，我自己都觉得根本不能胜任；心里又一直挂念着要给自己留时间来学法、留时间来讲真相，所以找到我满意的工作很难。对此，我也很困惑。

通过静心学法，突然有一天，我对师父法中讲的今天大法给我们开创了“人成神之路”[1]有了更明确的认识和理解。这时我才意识到，先前我找工作只是为了生存，只是为了能养活自己和家人，还要有能够做三件事的时间，表面上看是想要符合常人状态修炼，但却是被动的，这是用人心来理解大法，不是主动走自己的成神之路，这是我一直没领悟到的。

也正是对师父的讲法用了点心去学，才使我一下豁然开朗，我明白今后该怎么做了。于是，我找工作不再局限于自己的专业领域了，我想只要每个月有能够养活自己和家人的工资，不管什么工作我都做。我需要的是一个社会工作，也就是一个自己的修炼和讲真相的环境，在这个环境中，修自己，同时证实大法，开创自己的路。

我开始以一个高中生的名义去找工作，这样社会很容易接受。一个修打包机的工作需要我。我说我修过计算机，机械的修理我没干过，但我愿意学，我相信自己很快会学会。用人单位很满意我的回答。

刚开始，叫我自学，叫我去把旧的、废的打包机找出来，把各部件卸下来，再安装回去。不懂就找师傅问，可是那些师傅看到我手脚很笨，而且很多工具都不会用，都担心我学不会。

有问题问那些师傅，他们都不愿回答。我自己也经常被机器搞得到处是伤，满身都是机油。但是我很明确任何困难都是给我提高心性的，而且我还要在这些困难和矛盾中证实大法，所以吃起苦来心里没有怨言。

通常，只要顾客和同事有事需要帮助，我就主动扔下自己的活去帮他们。搬货是要力气的，由于自己力气不够，十公斤的货物我还能搬上车，五十公斤的货物我就没办法，而且由于力气不够，经常被货物砸到自己，这样一天要上、下十多吨的货物，晚上睡觉周身很痛，很多人吃不了这苦，走了，但我只要一炼功，身体的酸痛和疲劳感就很快消失了。店里很多师傅看到我经常是伤，又这么苦，都劝我不要干这活了。我每天起床都很困难，也一直问自己是否换一个轻松的工作，每当我难以坚持下去时，我就想到，这条路就是我的修炼之路，成神之路，这是最正的一条路，我必须坚持下去。这个坚定的信念一直支撑着我，抵制那来自各方的冷嘲热讽及劳苦。

这样，一个月的试用期下来，在师傅们的帮助下，我把多年陈旧作废的两台机器打整好了，还折价卖出去了。由于我的协助，店长卖出去的货也比以前多了一倍。正当我担心老板是否还要我时，店长帮我说了好话，我不但留下来了，老板还奖励我两百元，说我不怕苦，肯学东西。就这样，两个月过去了，我把店里存留的所有废的、旧的机器都修好了，并协助店长销售出去了，老板奖励我九百元。三个月过去了，突然有一天，我觉得我修理机器比较熟练了，搬东西也不累了，五十多公斤的货我一个人都能上下车，身体也不痛了。老板和店长都发觉我搞销售很在行，就安排我维修和销售同时做。

由于我的吃苦、行善、讲心性、对工作的认真及对老板、对顾客的负责程度，都是他们从来没见过过的，所以顾客都很愿意找我买东西和修机器，单位同事也都乐意与我共事。这时，我就慢慢的可以公开讲法轮功真相了。有时碰到有人来店里干

江。

为了能跟上师父的正法进程，推动诉江大潮，刚开始我就向明慧网投稿，谈自己对诉江的认识，同时还和协调人主动去了邻县、市几个地方，和那里的同修进行切磋交流，互相鼓励，在诉江问题上达成了共识，圆容师父所要的。

我自己也比较早就写出了对江泽民的控告状。在写这份材料时，我就想，怎样利用好诉江这个有利条件对那些中共高层党政部门讲真相。因为平时他们几乎是听不到真相的，即使接触到了，也根本无法触及这些人的心灵。我要把握好诉江这个机会对他们公开讲真相，从而救度他们。因此我在写诉江材料时，有意的注重在理性方面讲真相。

邮寄诉江材料后，我就着手给省、市的主要领导和政法委、及省、市公安的主要头目写公开信。为了消除江泽民集团制造的谎言对他们的毒害，在写信的过程中，把他们当成最可怜的众生，用慈悲和正念去唤醒他们，用事实、道理、法律、现实和形势开导他们，同时求师父加持我。在写每封信时，我都花了很多的时间和精力反复用心修改，字斟句酌，同时与同修们一起反复切磋，力求完美无缺。我知道对这些人讲真相是不容易的，如果不能打动他们，就不会起什么作用，甚至起不好的作用。

信写好后与同修交流，有的同修说：读这些信能感到有股神的力量在慈悲地往上拉他们，同时又象是一篇篇檄文一样，有股巨大的威慑力量。我将信和自己的诉江材料放在一起一同寄出后，为了让他们彻底明白真相，我又摘录了我地大法弟子遭受严重迫害的典型事例，给他们每个人再寄一封信作为补充。

信寄出一段时间后，一点反响也没有。我想这是怎么回事呢？难道他们面对诉江大潮无动于衷，抑或是在观望形势，而故意装聋作哑？为了捅破这层壳，同时为了扩大影响面，让更多的人知道真相，我又复印了许多封同样内容的信，先将这些

大法弟子。

为了让他们中的一些人能对大法有个全面的、理性的了解，我在明慧网上用U盘下载了《风雨天地行》、《未来人的神话故事》、《我们告诉未来》、《明慧十方》、《正义律师的无罪辩护》、《围攻中南海真相》、《天安门自焚真相》、《活摘器官》、《漫谈党文化》和大法弟子的歌曲等等内容，直接公开送到公安局领导、国保人员、政法委、六一零人员手中。我说我费了很大的心思下载了一些内容，特地送给你们研究研究，法轮功到底是科学还是迷信！是佛法还是所谓的×教。这里当年有许多科研人员、高级知识份子、政府高层人员、律师，他们谈了许多体会，有很多你们并不了解的真相，你们作为专管这项工作的，应该做到知己知彼，至少也应该在这方面有所了解吧！经我这样一说，他们都能欣然笑纳。

后来我又将复制的U盘送给很多同事、同学、熟人、朋友，以及派出所、社区、政府部门和其他一些文化比较高、平时难以接触真相、难以接受真相的那些人，效果是非常好的。很多看了这些真相内容的人主动跟我讲：真是“恍然大悟，完全被你转化了”。而公安、国保、政法委、六一零等等部门，由于这些人知道了真相，人性中的良知和正义的一面在复苏，明显没有以前那样紧跟邪党形势，再也没有主动对大法弟子进行干扰和迫害的现象了，确实感到环境宽松了许多。

虽然赠送U盘成本相对较大（我直接送出了一百多个U盘给有关人员），但起到的效果却是非常好的，绝大多数的人看完真相都能接受，而且很多还在帮助互相传、互相转载。

三、用自己的控告信救度各级公检法人员

在知道诉江的消息后，我就和协调人一起多次和我地同修进行切磋，推动更多同修积极参与诉江。我地由于同修们都比较精进，因此在同修们的互相鼓励、相互带动下，除极个别同修外，基本上都能跟上师父的正法进程，绝大多数都参与了诉

扰或有人反对我讲真相时，店里的同事就立即帮我解围。就这样，这份工作就成了我修炼心性和讲真相的很好环境，工资也提高了。年终奖老板一次给了我五千元。

经济改善和工作的稳定，也使亲朋好友们开始与我亲近，也不象以前那么对我的安全担心了，整个修炼环境都得到彻底改变。一年后，我家阳台的水泥柱子、不锈钢栏杆和一颗葡萄树枝上，叶子上，都开着优昙婆罗花，持续了近一个月。我知道这是师父与众神在鼓励和表扬我呀！我的路走正了。

后来，我和我妻子（也是大法弟子）自己开了一个公司，一年的努力后，公司的经营稳定了，月收入上万了，我有更多的时间、精力和环境讲真相了，我们也一直开导公司员工们做人做事要以真诚、善良、坚忍为指导，在讲心性中去把公司发展、稳定和壮大。

两年过后，我们的生意越来越火，讲真相的力度也越来越大。

注：

[1] 李洪志师父经文：《各地讲法三》〈大纽约地区法会讲法〉

明慧法会 | 向内找真的是法宝

文：山东大法弟子

慈悲伟大的师尊好！

同修们好！

借明慧网第十二届大陆法会之际，向师尊汇报我在修炼中向内找方面的点滴体会。

看到对方的表现找自己

我家的学法小组成立好几年了，我们几乎每天下午都学法，上午外出讲真相，几年如一日。小组学法的人数不固定，多时十三、四个人，经常参加的有七、八个人。年龄最大的七十八

岁，最小的三十几岁。多数同修三件事都做的比较平稳、扎实。

但也有个别表现的不好的，如其中一个未婚男青年。该学员根本就不讲真相，证实大法的什么事情基本上不做，他的表现完全不象个大法弟子的样子。前几年，全市多个学法小组他都跑遍了，所到之处人们都对他反感和排斥。同修听到敲门声，只要从门的猫眼看到是他，没有给他开门的。后来他又来到了我家的学法组。

自从他来后，我们小组往日那种祥和宁静的气氛被破坏了，同修们都感到受到了干扰，都对他起了反感之心。首先他每次来我家不是敲门，而是砸门，声音特别大，象邪恶之徒似的，砸得我们都心惊肉跳。我家对门住着一个政府部门的工作人员，为了学法小组的安全和不影响邻居们午休（中午一点三十分开始学法），我多次好声的对他说，敲门不要声音太大，轻轻的敲几下我就听见了，可他根本象没听见似的，照样使劲的砸门。每次他进我家就象进了自己家一样的随便。其他同修进门后，都赶快坐下认真学法，而他不是，先在各个房间走走视察一遍，甚至连厕所也得进去看看；看到家中有好吃的东西，毫不客气的抓起来就吃，有时把我给师父法像前供的水果，也不打声招呼伸手就拿着吃了，看到饭盆里有稀饭，拿勺子就喝起来；到卫生间打开水龙头就洗起来，经常洗完后不关水龙头，等我听到哗哗的流水声时才知道他又没有关水龙头。他不象是来学法的，好象是故意来糟蹋我家似的。我几次跟他讲道理，他一句也听不进去，有一次我动了气说急了，他竟骂着我摔门而去。

小组的同修们都被干扰的无法静心学法了，也无法忍耐下去了，有的愤愤不平的说：别的学法小组都能不要他，我们为什么非要他呢？不要叫他来了；有的埋怨我，说叫他来是自找麻烦。看到同修们的各种说法，我想，修炼不能就事论事，是我和同修们需要提高了。

于是，我和同修们认真学法。师尊说：“一旦这种事出现，

明白真相的警察态度变得相当客气。他们真的配合了我，就连他们所作的笔录也完全是按照我的意思写的。

我离开派出所时，有个警察对我说，你说的我们都听进去了，你这有好几百份资料，如果我们不为你承担，不为你开脱，你不会这么轻易就能离开的，以往我们也不会这么处理，你保重身体。我说，谢谢你们，你们的善举为你们开创了好的未来。

后来得知：我被派出所绑架后，同修赶紧跑回来通知所有同修为我发正念，同时为了营救我，有同修找到了我地公安局的领导，请他们出面交涉放我回家，因为我地同修多年来讲真相的事做得比较好，使他们基本明白了真相，他们答应去交涉，后来我单位也出面，就这样，我被绑架后二十四小时就被接回家。

更重要的是，通过这件事，使三方人员至少在这件事上摆正了位置。而在营救过程中，我地同修也形成了强大的整体，在心性方面和对法理的理解上都有提高。通过这次过关，我更体悟到：只要真正站在法上，信师信法，师父什么都能做得了，真是“弟子正念足 师有回天力”[3]。旧势力其实什么也不是，师父将计就计利用旧势力的出现来成就我们。

二、一百多个U盘救度政府部门的同事

我由于在公安工作多年，被迫害后又调到了政府部门，我想这绝不是偶然的，我有救度他们的使命。但这些部门的人都是既得利益者，同时受邪党的毒害最深，虽然我地同修普遍比较精进，历年来也一直在向这些人讲真相，但效果还不是太明显。

我也曾对这些部门的很多领导、具体人员写过真相信，也和许多人面对面讲过真相，很多人能接受，但也有不少人根本不接受。特别是在对待法轮功的问题上，只要邪党上面一有风吹草动，这些部门的人还是紧跟邪党，有的甚至还在主动迫害

复求师父加持，仍希望能使用功能神通离开。在以往遭受迫害和过大关中，此念一出，立马见效，但这一次却一点也不管用。为什么会这样呢？

我对照法理仔细琢磨，终于悟到还是自己没有正念。在大关大难中不能堂堂正正面对，一心只想师父把关拆了或化小了。假如真如自己所想，警察睡着，手铐松开，自己跑了出来，以后可能又会走流离失所的老路。正法将很快结束，这种结果是师父所要的吗？

想到这些后，我的正念一下就升上来了。我在心里虔诚的对师父说：“师父，弟子没有修好，给师父增添麻烦了，弟子从现在起坚信师父，也不再求师父了，不管是什么结果都是最好的。请师父放心好了，弟子不怕坐牢。但如果是旧势力安排的，师父不容许的，弟子一概不接受。”那一刻我真的完全放下了生死，根本不在乎坐牢不坐牢，无所谓，甚至做好了去坐牢的心理准备，因而心态非常平稳。

于是静下心来发正念，这时我天目突然看到手铐一下松开了，我试着去松手铐，手铐却怎么也打不开，这时我已不再在意，一切交给师父安排。回来后我才悟到，师父其实是点悟我，另外空间我已解脱了。

后来警察在问我材料时，我记住师父的法：“无论在任何环境都不要配合邪恶的要求、命令和指使。”[1]“当有邪恶之徒问到你们是不是炼法轮功的时，可以不搭理他、或采取其它回避方法、不要主动被邪恶带走。”[2]我想，我不但绝不会配合他们，而且要让他们配合我，不要让他们犯罪，从而毁了他们。

于是我对他们非常理性平和的讲真相，讲了我的修炼过程、讲了大法的神奇，大法是更高的科学，也谈到了这场迫害的邪恶和残酷，完全违背法律、人性。谈到了那些谎言对世人的毒害、也谈到了善恶报应的天理。

大家都着急：为什么给大法弟子丢脸哪、出现这些人哪？可是大家都没有想一想：我们自己是不是在哪方面做的不对了？其实自己真的明白了、做正了，这些人、这些表现就没有了，因为不会在大法弟子中出现任何无缘无故的事情，也是不允许的，谁也不敢。”[1]

师尊的法打开了我们的心结。

我用师尊的法对照自己，发现此同修多次来我家，对他的一些很随便的行为，我表面上好象忍住了，但我内心并没有忍住，每当听到他敲门的声音，心就不稳了，看不起他、反感、急躁等多种人心都出来了。我就针对这些心发正念清除，同时也不忘对那个同修发正念，清除他背后操纵他不理智的邪恶因素。此后，他再来我家时，我的心平静了，同修们也都用法对照自己，找出了各自的执着心后正念清除。

随着我们的变化，这个同修也变了，再来敲门时声音不那么大了，也不随便走动和随便吃喝了，也能安静的坐在那里认真读法了，而且读法的声音也正常了，不再是过去那种让人听了很别扭的南腔北调了。

这件事对我的触动很深，我真正体会到了修炼人向内找的美妙。

去怕心 学法小组坚持学法不动摇

有一次，我市有十几名大法弟子在几天内被610非法抓捕，家也被抄，形势表现的很紧张。在同修中引起了不小的波动。有同修建议我们学法小组赶快停下，理由是为我的家人着想，来学法的多名同修也都表示同意暂时停一阵子。

我想到师尊的教诲：“一个心不动，能制万动。”[2]当时心里没想其它的，只是坚持说：学法小组要坚持学法，不能停。当看到有的同修把书拿走后，才引起我的重视。我赶快静下心来向内找：发现正是自己有怕心，同修们才会有这些怕的表现。发正念时求师尊帮我把怕的物质拿掉。我的心纯净了，

学法小组一天也没有停止。我们做三件事没有受任何影响。把书拿回家的同修很快又回到了我们的学法小组。

这件事对我的启悟也很大：如果我不及时找自己的原因，学法小组一旦解散，就不知何时才能再成立起来，这就破坏了师尊为我们安排的集体学法修炼、共同提高的好环境。学法小组是师尊给我们留下的修炼的路，是非常重要的，需要我们维护好。

向内找 老年同修的不正确状态消失了

组内七十八岁的同修，一次下楼时不慎摔坏了脚腕，她女儿就把她送到我们的学法小组来。坐了有一个多小时，就站不起来了，也站不住了。我当时想起了师父在九三年健康博览会上，让学员跺脚的事情，就鼓励老同修勇敢的站起来，跟着我一块上厕所。从厕所出来，她的脚既不痛也不肿了，一切恢复正常。在场的同修们都目睹了这一奇事。

第二天，这位老同修来我家学法时又小便失禁了。我给她在地上铺了一块塑料布，等她起身走后，屋内的尿骚气味很大，呛得同修们都受不了，都不希望她再来学法了。面对此事，我赶快向内找自己：我有讨厌老同修的心。我就引导同修一起向内找，都找到各自要去的心，发正念清除，同时求师尊加持我们，很快我们心性都提高了上来，老同修的小便失禁很快好了。

谁知没过几天，她又出现了呕吐的问题，吃了就吐，浑身无力，连眼睛都睁不开的状态。家人一定要把她送去医院治疗，老同修本人也是从医院药房退休的职工，这时她的心也不稳了。她问我：家人都让我去医院，我去不去？我认识到了这是邪恶对同修的一种迫害，我就反问她：你说你应不应去？她说我也认为不应该去。我说：要认清是旧势力的干扰、迫害，求师尊加持破除旧势力的安排，就走师尊安排的修炼路。

老同修放下了顾虑心，信师信法，结果时间不长就完全恢复了正常。

今年年初，我和一位同修去外地发放真相资料时，被不明真相的世人围攻、殴打并恶意举报，遭当地派出所绑架。我真心为这些警察着想，并破除了他们心中的许多疑惑和谎言毒害，他们明白真相后，对大法弟子很同情和佩服，不愿再做迫害大法弟子这种伤天害理之事，主动承担责任，一天后我就回家了。

这个事情来得很突然。我们刚到那里的一个小区，准备一人一栋楼去发资料，突然呼啦一下子就冒出来许多人将我围住，把我当成了小偷，不由分说就对我狠命的拳打脚踢，连解释的机会都没有，这些人好似被一股莫名的仇恨所笼罩，完全没有了理智，围上来就打。我牙齿被打掉好几颗，被打得满口是血，我当时躺在地上几乎无法动弹，感觉天旋地转，连呼吸都非常困难，胸部、脑袋就象裂开了一样。不久派出所警察赶到，将我绑架到派出所，我才慢慢缓过神来，我要求派出所警察送我去医院，我当时虽然确实被殴打得相当严重，但我去医院的主要目的地却是想如何寻找机会走脱。

到医院后，我正念对待，医院只是把我留在那里进行观察处理，但我也一直没有找到机会离开，几个警察时刻看守着我。于是，我干脆放下人心，对那里的医生、护士、病人、陪护等人员大声讲真相，尤其对守护我的几个警察反复讲真相，并发正念解体一切另外空间的邪恶生命。整个一晚上我除讲真相外，就是发正念，我能明显感受到另外空间的正邪大战，在发正念的过程中，我全身发热，特别头顶一直是灼热滚烫的。

我知道是自己有漏洞被旧势力钻了空子，我向内找，知道是色欲心、争斗心、妒嫉心、自大心，这些心一直还很严重，一直没有去掉，我发正念解体它们，我求师父：我绝不走旧势力安排的路，我即使有执着，我会在大法中归正。同时求师父加持我运用功能神通，让那些看守我的警察睡着，使手铐自动松开，我必须离开这里，我的使命还没有完成，我不能被迫害。

第二天他们又把我绑架到了派出所，我继续发正念，并反

书不能耽搁。一定要完成好师父给我们的考试答卷，兑现我们史前的誓约。对我这个没文化拿锄头的庄稼人来说，拿笔写文章真的是太难了，再难我也要写！我熬了两个通宵，将十六年遭受的迫害写出了几千字的大概情况。第二天（六月二十一日）一早，我拿着写好的信去了十几里的县城，找到同修帮我修改打印，然后拿着打印好的起诉书去邮寄。我当时一点怕心都没有，感到这件事的无比神圣，在办理快递邮寄时，经办员竟对我说：“你怎么现在才来？就等着你了，快点吧！”办理完快递后，门外突然想起了一连串的鞭炮响，我马上悟到，这是师父在鼓励我，另外空间在为我祝贺！

回顾十几年的修炼过程，时时处处，每时每刻都是有师父在呵护着我。没有师父的呵护我走不到今天，我为自己的磕磕绊绊修炼过程感到羞愧，对不起师尊，在今后有限的时间内，我一定紧随师父，做好大法弟子的“三件事”，在圆满的路上勇猛精进！谢谢师尊！

若有不足之处，敬请同修慈悲指正。

最后合十跪拜叩谢师恩。

注：

[1] 李洪志师父经文：《精进要旨二》〈大法弟子的正念是有威力的〉

明慧法会 | 牢记正法修炼的基点——救人

文：湖南大法弟子

尊敬的师父好！

各位同修好！

我是二零零七年开始修炼的，现在将自己一年多来的修炼体会向师父汇报，和同修交流。

一、明真相的警察配合我

我非常感谢师尊给我们留下的集体学法的环境，让我们互相帮助，共同提高。现在这位老同修非常的精进，每天都在用心的做着三件事，特别是讲真相一天也不耽误，救人的数量不少。

在诉江中向内找

诉江是师尊给我们安排的一个讲真相救人、共同提高的好机会。开始我和同修们交流，都认识到了应该积极参与，但由于普遍存在怕心，开始都不愿先出头做。有同修跟我商量，说先帮我把我的诉状整理出来吧。我心里想：怕什么，江魔迫害我十六年了，害的我家破人亡，连孩子们的工作都受到了牵连，还不应该告它吗？于是，我决定带头做。同修很快帮我整理好了对江泽民的控告状，邮寄到北京，很快收到了两高的签收回执。

在我的带动下，我们学法小组的所有同修都积极的动手写诉状，在短时间内都把诉状发往两高并都收到签收回执。

诉状寄出后，我发觉内心还有怕。回想自己走过的修炼路：十三次被非法抓捕，三次被非法劳教，一次被判刑迫害四年。在监狱里，由于我坚持对大法的信仰，遭受了种种酷刑折磨，内心留下了遭受残酷迫害的阴影。于是我决心抓住这次诉江的好机会，把这个阴影彻底去掉。

在此，我也向那些被迫害曾走过弯路、至今还没写严正声明的同修，还有那些被迫害后至今走不出来的同修讲几句心里话：我也曾和你们一样经历了同样的难关。我真正向内找时才认识到都是我没按师尊法中的要求做好，而被邪恶钻空子遭迫害。现在整体形势较之前几年宽松了很多，邪恶已少之又少了。现在的时间都是师尊用巨大的承受延续来的，为的是让大法弟子们能救更多的人。同修啊！赶快走回来吧！机缘难得，师尊在等着我们走出人来。不要给自己的生命留下永远的遗憾。

注：

[1] 李洪志师父著作：《各地讲法九》〈二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法〉

[2] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈去掉最后的执著〉

明慧法会 | 我把世人当亲人 时刻想的是救人

文：河南大法弟子口述 同修整理

慈悲伟大的师父好！大法同修们好！我今年六十九岁了，是一九九七年五月开始修炼法轮大法的老学员。我没上过一天学，但从九九年底到二零零一年正月，我用了十三个月的时间读会了《转法轮》。

自修炼法轮功后，身患的肝炎、胆结石、胃溃疡、眼疾、坐月子引起的全身浮肿等十多种疾病不药而愈。由一个常年不断药的病包子，甩掉了药罐子，变成从不看医生、无病一身轻的健康人。我从心里感恩师父、感谢大法救了我的命。

修炼至今，我没有停止过一天学法、炼功。我虽然未进学堂门，原目不识丁，可就凭我坚信这部高德大法，我读会了《转法轮》；就是百分之百的信师信法，我闯过了难关、坚定的走在师父安排的修炼路上，助师救人。

1、未进学堂门 读会《转法轮》

我没上过一天学，是个一字不识的睁眼瞎。迫害前，在学法点上，我光听别人读书或看师父讲法录像，感觉挺好。后学法环境被破坏了，虽然我每天听几盘师父讲法录音带，但前听后忘不入心，有时听的打瞌睡。师父的新经文，还有明慧资料，我都看不成。心想：我要学会识字多好啊！想看多少篇就看多少篇，想什么时间看就什么时间看。

可能是师父安排我识字的时候到了，那些日子，心里老想着识字，每天捧着《转法轮》，瞅着上面的字，干瞪眼。师父点化，让我边看师父讲法录像，边对照《转法轮》，有的地方还真对住了，可再单独看时，还是两眼一抹黑，不认识。

咋”的自动松开了。我又心生一念：我是大法弟子，我要炼功。师父法中讲过没有手，没有脚都能炼功，我是大法弟子能被手铐铐住吗？我就开始做“弥勒伸腰”的动作，随着双手的上伸，被连在暖气管道上的手铐竟神奇般地变的跟橡皮筋一样有了伸缩性，当我放下上伸的双手时，我看到了手铐缓缓缩回去的过程。这时被突然闯进来的警察王新江看到，他问我：“你的手怎么抬起来了？”我说，我的双手不是还在手铐里吗？他抬起我的手看看手铐没有什么异样，就带着疑惑的眼光走了。过后我对手铐说：谢谢你，我知道你不铐大法弟子。

我被铐在卫生间里四天四夜，警察强制不准我大小便，刚开始因不能大小便，肚子胀的很难受，我要求警察打开手铐让我方便，遭到警察的拒绝。我向内找，警察为什么不允许我大小便，从客观上看是对我身体的迫害，实质上是通过这种形式强迫我放弃修炼。我是个大法弟子，有师在，有法在，每个大法弟子都具有师父给予的佛法神通，我现在就利用功能让大小便从另外空间把它排泄掉，就这样一想，顿感大小便真的从另外空间排泄掉了，肚子慢慢也不胀了，身体也舒服了。就这样，警察对我连续四天四夜的迫害，是师尊为我化解了魔难。

现在悟到由于我承认了邪恶的迫害，从而加大了自己魔难，没能正念制止邪恶，加重了警察的罪业。如果当时我那一念就坚定的在法上，做到金刚不动，面对警察的迫害否定它或者反制于行恶者，那将会是另一种局面。

师尊呵护着我一路走来

二零一五年六月，当我从明慧网看到各地越来越多的同修相继向两高院递交了控告书，我马上悟到，“诉江”这是正法进程中师父用无量慈悲给大法弟子开创的走出来整体配合、救度众生、解体邪恶迫害的一个重要项目。我是一个正法时期的大法弟子，要听师父的话，要尽快投入到“诉江”的洪流中去。

我与妻子同修交流后，农活再忙都能停，“诉江”写控告

将我夫妻俩绑架到车上，送往派出所逼供，夜审。第三天被非法关进看守所进行迫害，因勒索四万元，家人没有给他们，就把我们俩个送往济南章丘官庄戒毒所非法劳教两年。

在劳教所，我被非法关押进八大队，每天被强行劳动，晚上加班，夜里十二点以后才能睡觉，都是睡在大厅的水泥地上，坐小板凳一坐就是几个月，有包夹犯人看着，不能按时大小便，吃饭，馒头里有大量的三石粉，吃时难以下咽，大便解不下。菜里常有四、五根鸡毛及杂草；我经常被打骂，被强迫看污蔑大法的录像、录音。

一次，狱警大队长罗光荣把我叫到办公室问：法轮功好不好？还炼不炼？我说：“法轮功好，当然炼！要不好，能有那么多人炼功吗？肯定好。”罗光荣、王新江听后气急败坏，不由分说把我按倒，拳打脚踢，打的实在没有力气了，才把我铐到原处。就这样铐了我七天七夜，有时一天送一碗饭，有时一天送一个馒头，他们随意把大便拉在外面，不冲洗。被非法关押的同修们几天几夜见不到我，也不知死活，就集体到大队部静坐要人，没办法，他们只好把我放回。

一次，大队长罗光荣、副大队长王新江把我关进厕所，将我双手铐在暖气管道上，打开水暖用管道烤我的脸，烤的我汗流浹背，然后关掉暖气，强迫脱掉棉衣，并将卫生间朝北的窗户打开，任冷风吹、冻，很快就使我全身冰凉，在冷风中瑟瑟发抖。这时师父的法突然打进我的脑里：“动真念时都是威力强大的。”[1]我想：我是正法时期的大法弟子，我们是来证实法的，三界内的一切都是我救度的对象。我就发正念，并对吹冻我的风说：你不要配合邪恶冻我，助纣为恶，我是大法弟子，我真心希望你也能为自己选择美好的未来。瞬间冷风就绕过我的身体擦身而过，顿时身体有一种暖融融的温风吹来。

我又与手铐沟通：你不要受邪恶指使成为迫害大法弟子的工具，你也要为自己选择个美好的未来。手铐当时就“咔、咔、

我决心：不耻下问。家人、邻居、同事、小学生，见人就请教，白天学的生字，夜晚对照电视录像读熟，读不会不睡觉。从九九年底到二零零一年正月，我用了十三个月的时间读会了《转法轮》；后《明慧周刊》及真相资料我都能看。现在师父的几十本经文，我看了几遍，有的读了十几遍，三本《洪吟》上的诗词我还会背不少呢！

在识字的过程中，度过了多少个不眠之夜，流下了几多心酸的泪水；多次正念制止了丈夫的打骂、讥讽、刁难等折磨，以及师父法身帮我识字的神奇事例，因篇幅有限，这些不多叙述。

2、坚信大法 修炼不动摇

《转法轮》这部书是宇宙的法理，一听就入心。开始，我就时时记住“真、善、忍”这三个字，修心做好人。

一九九七年五月开始炼功不久的一天，突然高烧一天一夜，人烧的迷迷糊糊，不吃不喝。第二天清晨，烧退了，全身大汗淋漓，象水洗似的，身体所有不适的病状全部消失。自此，我再没用一粒药，没看过一次医生，身上十多种折磨我三十多年的顽疾不翼而飞。我激动的在师父法像前流下了喜悦而感恩的泪水，哭诉着：“师父啊！您救了我的命，就是我的再生父母，今后无论千难万险，天塌地陷，我都坚修大法到底！”就这坚定的一念，师父的法身时刻在呵护着我。

一九九九年“七二零”，大法遭邪党迫害。当时我厂十几个大法学员都被绑架去办洗脑班，我不去。厂领导找上门来，要我写“不炼功的保证书”。我坚定的说：“我不会写字，更不会写什么保证。不让炼功？你能保证我不发病吗？要是我病发了，就去你家住？”那时，厂里谁都知道：我炼功前，一身病，严重时，脸肿的眼成一条缝，腿、脚肿的流水。那厂长一听就走了。

领导见我说不通，就找我丈夫。丈夫是技术副厂长，因

我生了三个闺女，没生儿子，厂里的人都知道他一直瞧不起我。他在会上表态：“我家女人是文盲，出门找不到厕所，能学啥？简直莫把她吊（当）回事！”自此，再没人管我了。事后，我悟到是师父借丈夫的口在保护我免受干扰。

没地方炼功，我自己在家炼；没有集体学法了，我请了三套师父的讲法录音带和光盘，还买了放音机、影碟机、MP3机。每天在家听、看师父讲法录音带或光盘三～五讲。在邪党迫害最严酷的日子里，我克服重重困难，顶住了丈夫的暴力迫害及外来干扰，学法炼功从未间断。

3、心中装着法 讲真相就没有怕心

二零零一年四月，那时我地没有资料点，讲真相就凭一张嘴，可我嘴笨不善言辞。开始，我就是以亲身受益讲大法祛病健身的神奇。看“周刊”交流文章上说：用正念清场，铲除旧势力在另外空间的干扰因素。我坐汽车和三轮车上或走在人群中，心里反复默念发正念口诀和“法轮大法好，真善忍好！”几天下来，我发现效果不佳。因为别人问我是干什么呢？我答不上来。此时想起师父说：“现在大家也更清楚了我为何经常叫你们多看书了吧！法能破一切执著，法能破一切邪恶，法能破除一切谎言，法能坚定正念。”[1]

识字后，我每天最少读法一～二讲，还要看师父的新经文和《明慧周刊》等，白天误了夜晚补上。我学法很认真，不走过程，每周最少三次参加小组学法，当轮到别人读时，我也默默的跟上。每天可以少吃一餐饭，但不能少学一讲法。只有多学法，把《转法轮》中的法理悟透，才能对世人提出的疑问对答如流。当有人提出：你说法轮功好，那为什么共产党不让炼？我就给他讲：法轮功是高德大法，教人按宇宙特性“真善忍”标准修心向善做好人；并揭露江氏流氓集团诬陷法轮功的谎言。

十多年来，我讲真相没有怕心，不分熟人生人，见人就讲。偶尔心态不好遇到要恶告的，只要心中时刻装着大法，正念正

看守所里的牢头就指挥监室多名犯人对我进行毒打，他们有人用脚踹我的后背，有的踹我的肋骨，他们还把我的衣服扒光，叫我趴在铺板上，他们用带后跟的皮鞋打我的臀部，打我的那名犯人累的满头汗水，手都抬不起来。可我当时感到身体上好像有什么东西被拿走似的，身体非常舒服。内裤虽被鲜血粘在臀部上，一摸臀部不肿也不疼。当时我就悟到，是师父在替弟子承受，当时眼泪就下来了。

后来我就给监室的犯人讲大法的美好，恶党的迫害真相及我炼功后的变化，并给他们演示法轮功的五套功法，他们中的一些人就和我说起了法轮功。看守所的警察强行让我干活，一直干到深夜十一点，还值夜班，在一个月非法关押中，我由进去时的体重一百三十斤，到出来时被折磨的不足百斤。那时候我家二十四小时都有警察便衣蹲坑，“六一零”，国保、派出所的警察三、五天就去我家非法抄家，发现值钱的东西就抢走，简直就如土匪一般。

我修炼前，家里种了几亩芦笋，每年都有几万元的收入，在我们村的经济条件算的上富裕的。江氏集团对法轮功搞“名誉上搞臭，经济上截断，肉体上消灭”的迫害，我家生活变得极其困难，三个孩子不仅交不起学费，连日常生活都难以支撑。那年过年，全家守着仅有的七元钱。我家七年过年没买过肉，八年没买过鞭炮，十年没添置过一件新衣服。过年，全家关起门一起学法。饭可以不吃，法不能不学！

师尊加持我正念闯关

二零零七年腊月十三这一天，我们家里给父亲过生日，这时突然从外面来了多辆警车，从车上下来很多的警察，双手握枪，对着我说：你出来。他们强行把我拉到院外，一顿毒打，这些人的恶行引来很多围观的村民。在众目睽睽下，他们拿枪非法抄了我的家，抢走了我家的录像机四台，电视机一台，笔记本电脑一台，MP3和MP5各五台，现金五、六千元，并强行

法形容。更神奇的是，我八十度的驼背竟能直立起来了。家人见证了大法的神奇，妻子、两个女儿也都先后修炼法轮大法。

师尊带我走证实法之路

一九九九年七月二十日，江泽民发动对法轮功的迫害，使整个中国大陆恶浪滚滚，邪气冲天。我当时到县城找昔日的炼功点、学法组，得知同修们都去了北京证实大法。回家后看到电视上全是攻击师父和大法的邪恶宣传。我告诉妻子同修，这是一场正邪大战，我要去北京证实大法。

二零零一年四月十七日，我去北京证实大法，对于我这个生长在农村的人，从未出过家门，更不知道天安门在哪里，当时我只有一念：就是我要为大法说句公道话。法轮大法是正法！

在去天安门的路上，遇到一位老人，他对我说：快去吧！一直往前走就到了。我刚要回头说谢谢时，却不见这位老人的踪影。往前走了一段路程，我怕走错了路，刚产生了想问路的念头时，身边又出现了一位老人，那老人对我说：“你是来证实大法的吧？好，好，好！前面有个天桥，过去天桥就是天安门广场了。”我对老人说了声谢谢，走了两步回头一看，老人又不见了。当时我的内心万分的感谢师父！是您在给我指路。于是我快步走到天安门广场中心，脚还没有站稳，就有一武警问我是来干什么的？我当时心想，再不证实法，更待何时？于是我就双手结印，炼起了法轮大法第一套功法，那个武警马上按住我的胳膊说：“行了，你这就算正法了！这就算，这就算。”这时又过来四、五个警察说：“你做的不错，我们佩服你，你真了不起！上车吧，我们把你送回去。”我知道这是师父在借他的嘴鼓励我。

我被当地公安内保科的警察从北京强行拉了回来，并非非法抄了我的家，抢走了我的电视机、录像机、录音机、音箱、大法书籍和资料。还将我非法关押到看守所。看守所所长将我关入大牢，并叫号头“照顾我”，说是炼法轮功的。他关上牢门后，

行，师父都会帮我化险为夷。

4、修去怨恨心、修出慈悲心 才能救了人

慈悲心不光是嘴上说的，而是靠修心性修出来的。想要修出慈悲心，首先要修去怨恨心。

修炼前，我缺少慈悲心，只有怨恨心：恨父母不让我上学，没文化；恨婚姻不幸嫁错了人；恨公婆心不正、丈夫虐待我；恨老天不公，没让我生儿子，备受丈夫欺侮。前半生我在仇恨中度过，吃不好、睡不着，还没老，就把身体搞得一身病，仇恨的泪水真的把眼睛哭瞎了，四十岁不到就看不清穿针眼。

学大法后，师父让我明白了：任何事情都是有因缘关系的，不是无缘无故的。没有好丈夫，没生儿子，没钱花是命中注定；丈夫、公婆对我不好，是前世我欠他们的。欠债要还，天理是公道的。于是不计前嫌，主动接二老来家住，给他们做可口的饭菜，二老感动的多次落泪。

公公去世后，我把八十多岁生活不能自理的婆婆接来侍候，给她洗澡洗头，擦屎倒尿。婆婆见我修炼后身心巨变，也经常念：“法轮大法好！真善忍好！”几十年的肺结核痊愈了，老年痴呆症也大有好转；九十多岁无疾而终。丈夫姐弟五个，几十人都转变了当初对大法不理解的态度，已有二十多人退出了邪党的党、团、队组织。

我的三个闺女、女婿和外孙外孙女早就退出了邪党的一切组织。其中有个女婿是警察，我经常给真相资料他看，他明白真相后，不再参与迫害大法弟子了，还多次暗中保护修炼人。他的善行也得到了福报：他父母都七十多岁了，身体健康；他一子一女聪明可爱；他从不出名的小警员提到某乡派出所当所长。

我原是乡下村妇，祖辈以种田为生。丈夫年轻时，漂亮、聪明，七十年代初招工进城，后当了技术厂长。因丈夫有外遇久不顾家，我于八十年代末进城“监督”他。不久，厂子倒闭，

他自己承包，后又到省城办厂。事业有成，腰包满了，身边的女人也增多了，二奶、三奶加小秘，对我从不屑一顾，稍不顺心，对我大打出手。丈夫在外办厂，家里原来几个“老秘”不能带，只能在节假日“探亲”。她们在家还替丈夫监督我，只要我外出讲真相，当晚丈夫就在电话上大骂一通；回家听了情人的小报告，对我不打即骂。

我学法后，明白了那是他的孽缘。修炼人看淡情欲，逐步断绝欲望。看常人为情欲、金钱争斗，孽债满身，苦不堪言，都是他们生生世世的业力造成的。我不再气恨，反而生出怜悯之心。

开始，我还是挑着人讲真相，对这种人不想救，时常还生厌恶之心。后来我看到师父在经文中讲：“你要不能爱你的敌人，你就圆满不了。”[2]于是我放下仇恨，自己种的菜经常送给她们吃，谁家有困难我去帮，有的急用钱，我也借给她。我找机会给她们讲法轮功蒙冤的真相，她们明白了真相，不仅都做了三退，而且再也不给我丈夫通风报信了。一“小三”感动的流着眼泪说：“姐，你的话我信，从你对我的态度，足以证明法轮功真的好！”

丈夫一直不听我讲真相，一次在病痛难忍中，他勉强写了自己名字退党，后又不认账。他在省城办的厂子很快倒闭了，他本人还患了一身病：高血压、冠心病，还有性病。省城的两闺女要上班，不能照顾他，我不计他以往之过，让他回本县住院治疗。我每天来回跑五、六趟给他送饭，精心护理。医院离我家足有四里地，为了讲真相救人，除了下雨天外，我基本每次都是步行。他先后住院一个多月，我在医院及附近劝三退大约有一百多人。

5、正念足才能多救人

自师父要求全球四个整点发正念后，我就每天发十几次正念，最少也发八、九次，全球四个整点一次未落。最容易漏掉

尽快遇到大法弟子给其讲明白、退出邪党组织，抹去兽记保平安。

这就是一个曾经一字不识，满身疾病、被公婆丈夫瞧不起的农村妇女，通过在大法这个大熔炉里锤炼，而今成为识字通理、无病轻体、无私无我的菩萨心肠的人。为多救人、抢救人，大姐仍然整天忙碌在师父安排的修炼路上。

注：

[1] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈排除干扰〉

[2] 李洪志师父著作：《澳大利亚法会讲法》

[3] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈大法弟子的正念是有威力的〉

[4] 李洪志师父著作：《转法轮》

明慧法会 | 师尊呵护着我一路走来

文：山东菏泽大法弟子

至尊至敬的师父好！全体大法同修们好！我是一个生长在农村的大法弟子，得法前患有头疼、腰疼、腿疼、脚疼、肩周炎、气管炎、疝气等多种疾病，病情一犯疼痛难忍，钱没少花，药没少吃，就是没效，年纪不大，就驼背有八十度，三十几岁的人看上去就像五十几岁的人。一九九六年底，我左眼又突然失明，去过北京大医院找过专家，经诊断眼底坏死，专家说象你这种情况，要复明现在世界上还没有先例。我在绝望中痛苦煎熬着。

一九九八年底，我二弟从部队转业回来，在村里领着几个人炼起了法轮功，一次偶遇他们在看师父的讲法录像，我路过门口时，当听到师父讲到开天目时，我的前额部位肉往起聚，聚起来往里顶，一股能量差点将我推倒，我非常震惊，从此走入了大法修炼。炼了一些日子，全身轻松，眼睛也能看到东西了，身体上的多种疾病也不翼而飞，那种无病一身轻的感觉无

的素菜，劝她对照法理，不可强为。她说：我不是有意的，开始吃时感觉很腥，勉强吃下去，不是吐就是拉肚子……我就记住师父说的：“没有执著心吃什么填饱肚子都是可以的。”[4]

大姐生活虽节俭，但她很注意大法弟子的形像，出门讲真相总是穿戴干净、利索。十八年来，她到同修家学法或给常人讲真相，从不在别人家吃饭、喝水、上厕所。不理解的人说她“孤僻”，她说：修炼人不给人家找麻烦。讲真相再饿，也等回家做饭吃，从不在外买吃的、喝的。

大姐没受过学校教育，不善言辞，很多事她也不愿多说。在讲真相劝三退中，师父曾数次帮她化险为夷，这些具体事例她也说不清，只有根据与她多年的交往和她带一块讲真相的几位学员介绍的情况而写。问她是怎么脱险的，她总是笑着说：只要正念正行，不会有事。

她在做三件事中，尤其是劝三退救人，真是一天也未闲着。同修们一致认为：我地三退名单中有一半或多半是大姐做的。当她听到这样的赞扬声，反而不好意思的说：“那也太夸张了吧？其实这都是师父把救人的路都铺垫好了，要不是师父给我智慧和能力，我一个拙嘴笨腮的村妇能做了什么呢？”

她每年要买四、五个记事本和几支笔，而且名字都是“三退”者自己写。遇到同意三退的人也不会写字的，大姐只好在心中默记，赶快到附近同修家或让路遇的学生写上。有时一到同修家，就叫嚷：请赶快写上“某某某退党、某某某退团”，对方稍有迟缓，她就急不可待的说：“要是我把这人名忘了，弄丢了人家的生命可咋办？”

一次，她把一个开电瓶车的老党员劝退了，下车后遇到特殊情况，等赶到我家，她怎么也记不起这人的名字了。当时，我见她急得满头大汗，就劝她不要着急，静下来找找原因。她一下悟到：可能是我没有给他讲明白。立即对着那人方向发正念：请师父加持，清除干扰这位先生明真相的邪恶因素，让他

的是午夜十二点，我每天都是十点五十五开始炼静功，接着发正念后再睡。每次发正念多则一个小时，最少也十五分钟。有时，白天到点就发，十多年如一日，我早已养成习惯，做家务、种菜园、走路等我都在发正念。每天出去救人前，我都在家发十五分钟到半小时的正念，偶尔正念不足，杂念就多，劝退效果就差。过程中，我真正体悟到师父所说：“大法弟子的正念是有威力的”[3]。

每天起床炼完功后，第一念就是“今天要多救人”。我亲友、同事、邻居，早在二零零八年前都讲了一遍，有的讲了好几次。我厂正、副厂长，会计、出纳等十多人（除二位不在厂里住的）都退了。其中一位副厂长，自大法遭迫害后，我一次也未见着他；正打算找他住址好登门劝退，听说他患癌症死了，才四十多岁。我真替他惋惜和愧疚，从而更珍惜时间，抓紧救人。

经排查，厂子还有一位五十来岁的李厂长，曾给他讲多次他不退，给资料他也不敢接。那几天，我总对他发正念清除他身上的邪灵，请师父加持把他调到我跟前来。第二天中午，我在厂门口真的碰到他，我微笑着上前打招呼：“李厂长，你好啊！”他也高兴的对我说：“好好，看来你的身体越来越健康啦！”我说：“是啊！谢你吉言，托大法的福，我才有今天。”他说：“知道，知道，法好你就在家好好炼，别出去说。”

我见他不明真相存在怕心，就给他讲法轮大法是佛法，大法弟子按“真善忍”标准修心向善做好人，不违宪不犯法，把法轮功定为×教、“天安门自焚”等都是江泽民栽赃陷害，煽动民众仇恨法轮功，这十多年对大法的迫害是天大的冤案。如今迫害法轮功的首恶薄熙来、王立军已被判刑，其后台江泽民、周永康很快被告上法庭。他听的很认真。

后来他要去开会，他就同我摆摆手说：“今后再说吧！”我锲而不舍，逢年带上礼品到他家拜年，并送去《九评》等真相资料，见面就讲。直到二零一四年秋他娶媳妇我去随礼，这

次他夫妻二人、儿子和女儿一家四口都办了“三退”。算起来这李厂长我不止给他讲十次，对他发正念就更多。

截止二零一四年底，我的娘婆二家、亲朋好友、同事、邻居大都讲退了（也有部份是同修配合讲的）。到底退了多少人，我也记不清，多时每天二、三十人，少时也有二至三人。退的多我也不生欢喜心，退少了向内找原因。

开始讲真相救人，为抢时间，我从坐人力三轮到机动、电瓶三轮，五毛也坐，五元也坐，要多少给多少，从不讲价，以说明白、讲退出为主。有时一上车，几分钟就讲退了，我就下车再找有缘人，有时一天下来，乘车费几十元。开始走亲串友讲真相，就顺着常人的利益之心，我真的没空过手，不是一块肉，就是一包蛋、点心或一件饮料等。那时候，每月退休工资才一百多元，几天就花光了，有时候，生活费也没了，但我心安理得，花钱为世人消灾、买命，值！

从二零一三年起，我就开始到城附近的离家约十里的城边讲真相，先坐公交，三轮，现改为步行。因步行可遇到有缘人，只要是我未讲过，他（她）未明白真相的，都是有缘人，无论是熟人还是陌生人，我都救。

这两年中、小学生（包括高中生）成了我讲真相劝退的重点，因为我觉得，年轻的生命可贵。周五下午五点和周一早上七点前到中学门口等乡下来上学的学生，这里平时有门卫很难进去。有时下午两点和五点前，到几所小学门口等着上学或放学的学生，讲真相，他们听后一般都会答应。因我不会写字，更不会起名，都是学生自己在我的记事本上自己写。几年来，我买了记事本约三、四十本，（就是那种手掌大的）自动笔十多根。开始每一～二天交一次名单，现在每周去拿《明慧周刊》等资料，交给资料点一次三退名单。每周多则三十人左右，最少也有五～七人，从未空手去拿资料的。

执笔者感言

大姐同修是我地出了名的大忙人。每天不是到小组学法，就是出门讲真相救人，从未见她在哪坐一刻钟，或和同修聊闲话、唠家常，更不和常人唠嗑。总见她整天没闲过，来去匆匆一股风！

她每天休息不超过四个小时，她说：“有时我打个盹就可以了。”平时她没多的话，但有句话是她的口头禅：“时间就是生命，我要去救生命啦！”

就是这次动笔帮助大姐同修写心得体会，让她来家里谈谈过程，她也总是说：“要学法，要救人。”是呀，什么事能比做三件事重要呢？我只好登门拜访，可上午正好赶上她外出去讲真相了，我只好在同修家等着，下午两点多，她匆忙而至，一进门就说要学法，我只好随着了。

三番五次，了解到大姐的一些修炼体会，最后我就用两个夜晚完成了初稿，等候她来修改稿。

她对大法救人需要的钱从不吝啬。到亲友家讲真相，劝三退，其中有自己的亲戚……老乡，同事，有普通工人，也有局里的书记、局长，还有县组织部门工作的老干部，到哪一家都买点小礼物。别人说她傻，每月工资花光，没有分文存款。她总是说：“修炼人存钱干什么呀？救生命才是最重要的。”

有一年，她大闺女给买了五百多元一件的外套，她不舍得穿，借口不合身降价卖给了朋友，把这钱全部交到资料点做真相日历。二零零六年前，本地没有资料点，她每次去省城女儿那，总是一大包资料往回带。每次去拿资料总要交三至五百元。那一年，她把女儿给回家买冰箱的两千元钱全部给了省城资料点，后省城同修同情农村的艰苦，就将此款转交本地帮助建立资料点；很快，我地第一个资料点诞生了。

大姐同修生活非常简朴。我们发现只要她一人在家，她每天只吃两餐饭，有时做一餐吃两天，她说省时省力。她已好几年不吃肉、鱼、蛋类的荤食；同修们见她总买豆腐、豆芽之类