

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG

恭祝慈悲伟大的师尊新年快乐！
弟子盼望早日见到师父！
弟子合十！叩谢师恩！

陕西宝鸡市清姜地区大法弟子敬上
二零一六年十二月十一日

二零一七年新年元旦到来之际，全世界各地法轮功学员恭祝师父新年好，表达诚挚的感恩。这些真诚的问候来自北美、欧洲、亚太、澳洲、南美等各个国家和地区，尤其是中国大陆，各行各业的人士。

第 **782** 期
2017年1月4日



明慧周刊
第 **782** 期
2017年1月4日
WWW.MINGHUI.ORG

■ 内容提要

重要新闻（上图）

二零一七年新年元旦，香港法轮功学员展开表演节目、集体炼功和近千人的集会游行，向师父敬贺新年。

修炼交流

户外炼功的是与非
在背法中转变、升华

大陆综合

从新年贺信看人心所向

广东省揭阳市吴长青、吴跃真父女
被庭审经过

新年见到“法轮大法好”真相

本周三退统计

截止到本周退出中共党、团、队的
总人数：261, 107, 400

目 录

2	时事新闻
2	世界各地大法弟子新年问候师父、表达感恩
4	海外学员证实大法、讲真相摘要
5	中国大陆学员近期遭迫害案例
7	大陆综合
7	大陆综合消息
10	严正声明
11	世人觉醒
12	人心与因果
15	时事评论
15	写给被迫害的法轮功学员家属的新年问候
22	修炼园地
22	户外炼功的是与非
24	在背法中转变、升华
30	要修炼就要当上士
34	青年弟子：本该做得更好
40	师父就在我身边
42	着眼于大处 求同存异
44	我发正念长期倒手的问题终于解决了
45	把救人的真相资料撒遍山村民宅
51	修炼处处有神迹
52	正念对待“难受”
54	真正听师父的话
57	用贺卡给公检法司、政府人员讲真相
62	修炼交流摘录

时事新闻

世界各地大法弟子新年问候师父、表达感恩

二零一七年新年元旦到来之际，世界各地大法弟子，尤其是中国大陆各地区、各阶层、各行业的大法弟子和明白真相的民众，纷纷把发自内心的节日贺词、诗歌、自制的贺卡等寄给明慧网，表达对李洪志师父的感恩与新年问候。

一位南京市大法弟子说：“人身难得，中土难生，正法难遇，全此三者幸莫大焉！我们幸运至极，我们得了人身，我们生在中土，创世主救人的佛法在洪传。愿世人明白的一面也能珍惜这万古不遇的机缘，快快明真相！”

重庆市教育系统大法弟子说，“是师父您在人类遇到危难时，洪传宇宙大法，恩泽苍宇，挽救道德下滑的人类，拯救世人免于灾难，给人类带来了光明和希望……我们会珍惜师父用巨大的承受为我们留下的这些时间，好好学法，修好自己，去除各种各样的人心，用各种方式多救众生，在正法的最后阶段做好我们该做的，不负来世的使命。”

湖北武汉市大法弟子说：“我们身边绝大多数都是修炼了二十多年的老弟子，在过去的岁月，无论风云如何变幻，我们都不曾动摇对师尊、对大法的坚信与感恩。风雨过后的我们会更加坚强。”

来自中国大陆各级公、检、法、司、政府部门、政法系统、国防军工系统等部门的大法弟子恭祝师尊新年好！在公安系统工作的大法弟子表示：弟子一定谨记师尊的教导，在自己的岗

位上智慧的讲真相，救度更多的世人。外交系统大法弟子说“我们一定越发抓紧时间，日日时时用心做好三件事，唤醒和挽救更多世人众生，不负师尊慈悲苦度。”

一位退伍军人说：“我于二零零八年开始修炼，修炼前身体很差，患胃病，结石病。修大法我祛病健身，几年不见的老战友一见面就问我：现在身体这么强壮是给哪位医生治好的？我回答：是法轮大法给我净化身体，让我身体越来越好。”

河北唐山大法弟子说：“真、善、忍的法光照亮了我们的灵魂！也驱散了那些由于疾病和人与人之间发生的矛盾所带来的无尽的痛苦与纷争。修炼法轮大法使我们每天都活得轻松、自在、充实而又快乐！”

山东潍坊全家二十四名大法弟子表示，一家祖孙四代分布在三个国家，七大城市，在不同的环境共同修炼着真、善、忍，成为师尊的弟子无上荣幸，无上自豪！感谢师给了我们第二次生命，扶我们迈过一个一个坎，度过一个一个关。

山西太原大法弟子说：“珍惜师尊用巨大承受、无量付出所延续来的宝贵时间，做到修己与救人并重，不辱使命、兑现誓约，回报师尊的慈悲救度之恩！”

安徽黄山市大法弟子恭祝师尊过年好！他们表示，在神的路上奋力前行，珍惜每一个可贵的中国人，多救人。

越来越多的中国民众见证了诚心诵念“法轮大法好！真善忍好！”而遇难呈祥、得福报的惊喜，认识到法轮功是度人、救人的佛法，一位北京市民感叹：“这不就是真神下世在人间吗？能改变生死乾坤，这是人力能所为的吗？”在二零一七年元旦到来之际，他们纷纷敬祝李洪志大师新年快乐！感谢李大师的救命之恩！

法轮大法在海外一百多个国家弘扬，法轮大法主要著作《转法轮》被译作三十多种文字，福益这些国家和地区的民众。在2017年元旦到来之际，海外各国法轮功学员向李洪志师父发

来贺信，恭祝师尊元旦快乐！一位夏威夷西人大法弟子说：“感恩师父的慈悲救度，没有语言能够表达我对您的感恩。……把我从迷失中带进大法，拯救我，把我带入真正的家——大法，在这里我有了人生的目的地。”

法国军人一家三口大法弟子：“跪拜师父！师父您好！在新的一年里，我们一定用心学法、用心发正念，用心多救人。珍惜师父您用巨大的付出给我们延续下来的时间，不辱使命随师回家！”

—— 海外学员证实大法、讲真相摘要 ——

二零一七年一月一日元旦上午，澳洲墨尔本部分法轮功学员在市中心的菲兹洛伊公园集体炼功，这里是游人如织的著名景点，来自各年龄段的各族裔法轮功学员，通过祥和优美的五套功法向各国游客展示法轮大法的美好。学员们向慈悲伟大的师父恭贺新年。

二零一七年一月三日早晨，新西兰奥克兰法轮功学员齐聚在市中心奥提亚广场集体炼功，向民众展示法轮功的美好，并借此机会让更多的人了解在中国发生的对法轮功的迫害。主持人简短的介绍了法轮功，炼功音乐响起，不少民众驻足观看。还有中国游客经过时，微笑着挥手致意，高喊：“法轮大法好！”

二零一六年十二月三十一日，台湾屏东法轮功团体受邀参加一年一度的潮城镇岁末祈福游行和跨年晚会表演，人们纷纷拿起手机抢拍、鼓掌比赞。一直非常关注法轮功人权问题的镇长洪明江表示：“我每次看到法轮功学员都心生敬佩，‘真、善、忍’精神是我们的榜样，这个城镇就是需要这样的氛围。”“我对法轮功的印象非常美好。他们不只是为了自己的身体健康，更把祥和健康之道带给社会。我看大陆法轮功学员，面对中共极权打压，他们不气馁，不畏强权，不怕危险，只要是对的事就

坚持到底，这种坚忍不屈的精神真的让我深深感动，也非常钦佩。真的了不起，法轮大法好。”

二零一六年十二月三十一日，台北市大同区延平里举行跨年踩街嘉年华活动，当地法轮功学员应邀参加，受到主办方和中西游客的热烈欢迎与赞赏。延平里长林定邦表示，此次活动意涵“除旧布新”，他计划二零一七年推展“孝亲年”，期望努力恢复并振兴古道德，他说，修炼法轮功，信守并实践真善忍的真谛是发扬人性善良的妙方。

二零一六年十二月二十六日，新加坡法轮大法修炼心得交流会隆重召开。二十位学员在法会中分享了遵循“真、善、忍”原则修炼身心、广传真相的经历与感悟。不同题材的稿件展现着身处社会各个角落中的大法弟子纯朴、善良的精神风貌，在他们的周遭环境中“法轮大法好”已深植人心。法会结束后，众弟子心怀喜悦与感恩，在二零一七年即将来临之际，向慈悲伟大的师尊合十恭祝新年好。

二零一六年马来西亚法轮大法修炼心得交流会于十二月二十五日在雪兰莪州巴生召开，来自马来西亚各地以及部份来自越南的法轮功学员参加了这次交流会。十六名学员与大家分享了他们修炼法轮大法的心得体会，大家比学比修，共同精進和提高。来自吉隆坡的翁绍彬是个导游司机，工作中会接触到很多中国游客。他的车里有法轮功的真相视频，可以随时给坐他车的中国游客讲真相。法会前夕，法轮功学员举办了游行和集体炼功活动。

跨年之际，日本熊本法轮功学员中领馆前抗议中共迫害法轮功。

—— 中国大陆学员近期遭迫害案例 ——

广东省计量科学研究院退休员工武扬珍女士，现年七十二岁，家住广州市天河区名雅苑小区，因为起诉江泽民，二零

一六年十一月二日晚被天河区林和街及华新社区居委非法抓捕，劫持到设于广州天麓马术（骑术）俱乐部内的黄埔洗脑班，后又转移到广州市天河区委党校，遭连续七小时的罚站和强制双盘腿捆绑酷刑，被迫害致右眼失明，左眼视力模糊。

云南大理大学生物工程系大四毕业班女学生李慧敏，被非法判刑三年半后上诉，大理市中级人民法院二零一六年十二月终审裁定维持原判。李慧敏二零一六年一月九日同学集会，因赠送二十九个U盘（内含有九评、活摘器官等真相资料及自由门软件等），有同学告知班主任，班主任报告学校保卫处，由保卫处报大理公安局，一月十二日被绑架，并抢走手提电脑及几张神韵光盘与真相传单等。

河南焦作沁阳市法轮功学员苏怀富、赵正文、赵秋风、杨连红因诉江二零一六年十二月七日被秘密判刑，四人都被非法判三年半，连他们家人都不知是在哪里开庭审判。十二月十五日，赵秋风、杨连红分别被劫持到郑州监狱和新乡女子监狱。相关人员威胁苏怀富、赵正文说：要是上告就关起来，要是不上告就这样（保外就医）在家。

内蒙古呼伦贝尔市牙克石市多名法轮功学员于二零一六年十月二十八日晚十时到二十九日凌晨，在各自家中同时被非法抓捕抄家。二零一六年十二月五日牙克石检察院对肖丽娟、鄢丽萍、赵德亭、张法军、方某、王秀杰及其丈夫刘文发、刘爱华、孔宪艳九人非法逮捕（孔宪艳是在火车上被绑架），法轮功学员肖丽娟、鄢丽萍被送呼伦贝尔市看守所，其余人被非法关押在牙克石市林业看守所。

大陆综合

大陆综合消息

从新年贺信看人心所向

据明慧网报道，自2016年12月29日至2017年1月1日，明慧网共发表12200份从中国大陆和世界各地寄来的贺信和贺卡，恭祝李洪志师父新年好，并向李洪志师父表达诚挚的感恩。这些贺信和贺卡来自北美、欧洲、亚太、澳洲、南美等各个国家和地区，更多的来自大陆各省、自治区和直辖市。

新年贺卡来自于：南起海南三亚，北至黑龙江大兴安岭；东自沿海江浙，西望青藏高原，平原、山地、高原、草原，包括各边远地区。修炼“真善忍”的大法修炼者生活在大陆各地，处处有人们得救的希望。中国大陆22省、4个直辖市、5个自治区的法轮功学员们向尊敬的李洪志师父表达在新的一年里要勇猛精进的愿望。

这12200份贺信代表着一个庞大的人群，每份贺信或者代表自己地区、学法小组、资料点的学员，或者代表自己家族或家庭，当然也有的贺信以个人名义发出。

寄来贺信的法轮功学员大多是主流社会的民众，来自社会各个行业，明慧网1月1日发表了近30个行业的法轮功学员寄来的贺信。

寄来贺信的有各民族大法弟子，包括居住在蒙古族、彝族、满族、维吾尔族、朝鲜族、壮族、锡伯族、回族等自治州、区、旗地区的法轮大法弟子。

寄来贺信的包括各年龄段的人，从小弟子到九旬老人，年轻学员，人人在大法中受益。

寄来贺信的有很多刚开始修炼的新学员。他们了解了法轮功真相后，通过阅读《转法轮》等书籍，明白了人生的意义，

通过修炼，他们很快摆脱病痛的困扰，获得健康的身心。

寄来贺信的也有通过阅读法轮功真相材料明白了真相的人们，和法轮功学员的亲朋好友，他们都盼望师父早日回国。

寄来贺信的还有曾经参与迫害的人，包括公检法人员。他们通过和法轮功学员接触，知道这些人都是好人，他们从中共散布的谎言和仇恨中摆脱出来，忏悔自己的过错，善待法轮功学员。

陕西某市街道、公园出现法轮大法真相条幅

辞旧迎新，2016年岁末，陕西某市公园、街道出现“法轮大法好”、“真、善、忍好”、“停止迫害法轮功”等条幅，展示2017年新年伊始的新气象。



铁岭人新年见到“法轮大法好”真相

二零一七年元月一日这天在辽宁省铁岭市区内的龙首市场、太平洋购物中心、大商超市、兴隆百货等主要站点都可看到“法轮大法好”、“真善忍好”、“三退保平安”等真相和美好的祝福及三退信息。



广东省揭阳市吴长青、吴跃真父女被庭审经过

广东省揭阳市惠来县法院于 2016 年 12 月 30 日非法庭审法轮功学员吴长青、吴跃真父女俩，三位律师到庭辩护。

当事人和律师都深入讲真相，讲法轮大法的弘传，信仰合法、迫害有罪。吴长青也强调说发的信息是教人做好人，是救人，是做好事，是无罪的。吴跃真讲述修炼法轮大法的好处。

整个庭审过程显然正义压倒了邪恶，律师和当事人语气虽然平缓，但有理、有据，有力地点明了中共江泽民集团迫害法轮功的非法。让在座的所有人都为之动容。庭审从上午九点一直开到下午二点半，中途无休息。

法院只给当事人家人三张旁听证，另外让吴长青妻子郑少卿的单位领导 3-4 人进去旁听，余十多人均是安排的。

开始法院外围气氛紧张，特警几十人、警察、610 人员来回巡视，后渐松了。听说省市均有来人旁听。

四川遂宁又有 8032 人签名举报江泽民

据不完全统计，二零一六年四月至十二月，四川省遂宁市又有 8032 人签名举报江泽民，累计征签人数达 11440 人。

签名的市民来自社会各个方面：工人、农民、学生、退伍军人、在职员工、部份法轮功学员的家属及亲朋好友。从年龄上看，签名世人从中、小学生到 80 多岁的老人，遍及各个年龄段，80、90 后的年轻人更是不在少数，这部份人从小被江

泽民造谣谎言蒙蔽，甚至在迫害严重时期被学校强制要求人人在所谓远离的“保证书”上签字，对当时年仅几岁的娃娃进行欺骗毒害，然后在邪恶媒体上渲染。通过法轮功学员持续不断地广泛讲真相，江氏集团对法轮功善良群体的邪恶迫害，已被越来越多的世人了解、认清。明白了真相的人们感到震惊和愤怒，善良的世人，表现出了他们正义和对法轮功的同情支持，纷纷签名举报江泽民。

建议新年前慰问遭受迫害同修的家人

新年即将来临，建议有这个愿望的同修去看望一下遭受非法迫害同修的家人，带去我们的祝福，让他们感到大法弟子们对他们的关心与支持。

读《用贺卡给公检法司、政府人员讲真相》有感

明慧网 2016 年 12 月 30 日刊登了河北大法弟子《用贺卡给公检法司、政府人员讲真相》一文。本地同修也在参与这个救人的项目，经验如下：

1、在贺卡中除包含“人生寄语”之外，还可以制作一张真相光盘，如《风雨天地行》，配上专门的启动包，有翻墙软件、三退途径等，这样内容丰富，讲真相效果更好。由于贺卡质地较硬，里面放上一张光盘再用贺卡专用信封包裹，从外观上是看不出来的。这样寄平信也没问题。

2、本地也有同修在贺卡中粘贴一张 TF 卡，卡中存有明慧数据光盘内容，方便公检法等人员用手机观看，效果也不错。

3、如贺卡中包含一张真相光盘，整封信的重量大概在五十克左右，如寄本埠需要三张 8 毛钱面额的邮票，如寄外市、外省需三张 1 元 2 面额的邮票，请同修注意邮票的使用。

严正声明

本周三百一十八名大法学员严正声明一切不符合大法的言行全部作废，表示要加倍弥补给大法造成的损失，坚修大法到底。

世人觉醒

本周二百零九名觉醒世人郑重声明，以前所写、所说、所做对大法、对师父不利的言行全部作废。相信法轮大法好，支持法轮大法，弥补过错。

满纸都是“法轮大法好”

〔大陆来稿〕数月前，我地A同修被警察绑架。就在被送往看守所的车上，A给警察们讲真相，并唱讲真相的歌曲，还给一个警察做了“三退”。

到看守所体检时，A同修的身体出现严重心脏病症状，警察连调两辆“120”救护车检查、抢救也没效果，只好打电话让家人以“取保候审”的形式接回家。

之后警察又找A去录口供。A除讲真相外，回答的都是“法轮大法好！真善忍好！”警察都给记在笔录上，结果满纸都是：法轮大法好！真善忍好！

近日，案子转到检察院，A同修又被叫到检察院做笔录。A同修讲完真相后，警察让其签个名字就回家，A不签。警察就说：你就签个“法轮大法好”吧。”A同修签完“法轮大法好”后就回家了。

他“中奖”了！

〔大陆来稿〕我是八十七岁普通农村老太太，同修们都努力讲真相，我想，我也不能落下，就用大法给我的好身体，给本屯和附近村、屯的乡亲们讲真相送台历、救他们。

一天，我出去送二零一七年明慧台历，就遇到本屯的一群人，他们看到我就争着抢着冲我要。我给了他们每人一本，凡是没做过“三退”（退出中共党、团、队组织）的，这次都退了。

有个叫洪成（化名）的老乡，以前我已经给他做了“三退”，也送过他一本台历，平时他也经常跟我要大法真相资料。这次出去又碰到他。为了不浪费大法资源，我就没再给他。他说：“再给我一本，我送给亲友。”我就又给了他一本。

没想到他刚接过台历，就跟大伙说：“我告诉你们，这台历拿回去，得仔细看后面的字。这字里面有奖，我都中奖了！”大家听后都乐了，以为他是在开玩笑。我问他：“那你给大家说说你中什么奖了？”他说：“你们还别笑，往年我拿过台历，我只一页一页看看正面的日期和图片，知道后面有字，却从来不看写的是是什么，一翻就过去了。去年也是这大姨给我的台历。一天，我闲着没事，就象看书一样，把后面的字几乎一字不落的看了。看完后咋的了？你们想象不到，看完了我就觉的身上有劲了，打那之后干什么事都很顺，你们说这是不是中奖了？”

大伙听后说：“还真没怎么注意这后面的字，回去也好好看看这后面的字，争取也中个奖！”

三天后，我又出去讲真相送台历，遇到本屯的村书记洪山（化名），他当了多年的书记了。以前我给他讲过真相，也劝他“三退”，他都没退。我很少跟他说话。这次，我就主动的上前要送给他台历，说：“你那个党员还留着哪？你留着它，大难来时你得被淘汰。”没等我说完，他就说：“这回我可不留它啦！你快给我用个什么名退了吧！”说完，接过台历，骑上自行车走了。

一天，我看到三个老头在一起，其中一个看到我过来，就站起来，向我要了一本台历后指着手上写着的一个名字说：“你给这个名字三退了吧，这是个真名，他是我儿子。”我说：“他本人得同意呀，他让你给他‘三退’的吗？”他说：“是他让我遇到你让你给他退的。他临走时，还嘱咐我，把名字写在手上，可千万别忘了！”

人心与因果

按真善忍做人 弟媳的淋巴癌消失了

【成都来稿】我弟媳是一个聪明能干的农家女子，现在五十岁了，家住在大巴山脚下的农村。二十年前，弟媳就得了

一种怪病，右腿、右脚肿胀，疼痛难忍，吃不好饭，睡不好觉，到处求医也毫无效果。

当时我在教育部门单位上班，弟媳求我找个好医生给她治一治，我就把她带到我们医院比较出名的医生那去看（当时这位医生的女儿是我的学生），检查诊断后，医生把我叫到一边告诉我，不用开药，吃药也没用，她得的淋巴癌，要不先到广元市大医院做个B超确诊一下，再到成都做手术，因为当地医疗条件太差。

不多久，弟媳备好了钱，坐车到广元做B超检查，结果与我单位医生确诊无误。当时弟媳和家人无法接受这种现实，简直象天塌了一样，两个孩子又小，需要照顾，家庭经济困难，无能力去成都做手术，只有一天天挨着。

一九九六年五月的一天，弟弟又来电话了，说弟媳的腿脚肿的越来越厉害了，不但不能干活，走路都困难了，晚上腿疼得不能入睡，叫我在成都联系一家医院，弟媳到了非做手术不可的地步了。当时我还没开始修炼法轮大法，我想，癌症病哪有医好的？了了愿吧！我想我家附近有个成都市第五人民医院，住在这个医院，我还可以助一臂之力，帮助解决生活问题，我可以在家把饭菜做好送到医院，还可以帮他们付一部份医疗费，于是我答应了。

我正准备联系医院的时候，就在一九九六年五月二十五日，我有幸得到了法轮大法，一翻开《转法轮》第二页，师父说：

“我这里不讲治病，我们也不治病。但是真正修炼的人，你带着有病的身体，你是修炼不了的。我要给你净化身体。净化身体只局限在真正来学功的人，真正来学法的人。我们强调一点：你放不下那个心，你放不下那个病，我们什么都做不了，对你无能为力。为什么呢？因为这个宇宙中有这样一个理，常人中的事情，按照佛家讲，都是有因缘关系的，生老病死，在常人就是这样存在的。因为人在以前做过坏事而产生的业力才造成有病或者魔难。遭罪就是在还业债，所以，谁也不能够随便改动它，改动了就等于欠债可以不还；也不能够随便任意去做，

否则，就等于在做坏事。” [1]

明白了，这部大法一定救得了我弟媳，只要她真正修炼，师父要给她净化身体，我想净化身体不就是师父给她祛病吗？病是做了坏事产生的业力造成的，叫弟媳一定按真、善、忍做一个好人，更好的人，师父一定会救她。

一九九六年七月初，利用暑假期间，背着早已准备好的大法书回老家洪法，叫我的兄弟姊妹、侄儿、侄女、亲朋好友都来学习法轮功，当时就有十几人走入了大法修炼。我首先告诉弟媳，你有救了，不用打针吃药、做手术，学法炼功就行了。她乐意的接受了，就跟我一起学法炼功，教会了五套功法后，我回本单位，当时家里没有电话、手机，经常用书信与他们联系，鼓励弟媳一定要听师父的话，要坚持不懈的学法炼功修心性，师父随时都在我们身边看护着、保护着我们。

弟媳修炼不长时间，脚腿不痛了，身体健康了，什么活都能干了。现在她周围有二十多人学法炼功，经常到处发资料、讲真相救人。弟媳多次因告诉百姓大法真相被绑架，被劫持进拘留所、看守所、洗脑班，她都正念闯了出来，还多次遭到非法抄家、罚款，但是她从没对大法产生过怀疑，学法炼功从没懈怠过、停止过。

弟弟还是不放心，经常叫她到成都大医院检查，确诊是不是完全好了，弟媳不去，说我自己知道，我二十年没吃过一颗药，你又不是不知道，弟弟虽然不修炼，但《转法轮》他是看过的，法理也明白一些，但癌症不吃药、不打针、不住医院、不做手术就好了，他表示怀疑，一定要陪弟媳去成都大医院检查诊断后他才放心。弟媳只能随从他到成都肿瘤医院检查，弟媳抱着坚信师父坚信大法的心，说到哪检查我都没病，淋巴瘤，师父给我治好了。结果到成都肿瘤医院检查，什么病也没有，一切正常，弟弟还是不放心，又到华西医院检查，结果一样的，一切正常，钱花了不少，弟弟放心了，不再怀疑了，相信大法好，大法无所不能。

14 注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

时事评论

写给被迫害的法轮功学员家属的新年问候

您好！

又到了阖家团圆的新年佳节，首先祝您和家人新年快乐！身体健康！

一、牵肠挂肚

在欢庆的同时，总不免有些惆怅与牵挂，因为有一位亲人，无法与我们共度佳节。我们的亲人仅因信仰真、善、忍就被关押迫害，与我们远隔一方，但是铁门、铁网阻不断我们与亲人之间的思念。

我也与您有过同样的经历，同样的感受。我的丈夫也因炼法轮功被非法关押、判刑等迫害，不在家八年之久，我和亲人也是经历了多少个不圆之年和不眠之夜，那种肝肠寸断、痛彻心肺的感觉刻骨铭心，我非常理解您此刻的心情，在这里道一声：亲人们，受苦了！

二、罪在元凶

一九九九年七月二十日后，江泽民发起的对法轮功的所谓“政治运动”，使法轮功学员遭受了惨重的迫害，也给法轮功学员的亲人们带来了痛苦和磨难，使我们失去了幸福美好的生活，有的妻离子散、骨肉分离，甚至家破人亡。

给我们造成的一切痛苦和磨难之源，罪在发起这场迫害的元凶江泽民。如果没有这场迫害，法轮功学员一定会照顾您于身旁，孝敬您于左右。法轮功学员按照真、善、忍在做好人，对谁都要好的，何况你们是我们的亲人，那对您更应该好的。请不要听信江泽民集团的谎言，江氏集团和共产党把法轮功

学员非法关押，是违反国家宪法和法律的，之后，却以其强权反而污蔑法轮功学员不管家庭。

三、坚守

可能亲人们不理解法轮功学员，认为“面对共产党的迫害，只要说句不炼，或写份保证，甚至在写好的保证书上签个名，事情也就过去了。”我们为什么却不做呢？其实事情并不像表面想象的这么简单。如果这样做了，我们的身体就会退回到以前没炼法轮功之前时有病的状态。还有中国有句古话：“滴水之恩，当涌泉相报”和“一日为师，终身为父”。我们在法轮大法中深深受益，很多顽症或不治之症通过炼法轮功奇迹般的消失了，身体获得了健康，懂得了做好人的道理，家庭和睦了。法轮大法对我们有救命之恩，当大法蒙难之时，我们怎能背叛师父与大法？就像我们不会忘记父母的养育之恩，是一样的道理。

而且，撒谎这种行为在人中也是可耻的，从修炼角度讲，背叛师父与大法，不仅前功尽弃，而且罪业深重如山如天，因此无论从哪个角度看法轮功学员，都不能向共产党的迫害妥协。

给您讲一个真实的事情：我认识的一个年轻人，在修炼法轮功之前，由于肝病，二十多岁，就无法正常上班，请病假在家养病。炼法轮功后，身体恢复了健康，正常上班去了（这是他本人在旧病复发期间给我们讲的）。大法被迫害后，他也遭受了严重的迫害，承受不住时，也违心地“转化”，出来了。他家人由于害怕，不让他炼功，后来他旧病复发，年纪轻轻三十岁左右就走了。他父母后来非常后悔。我们每次回家去看望他们的时候，那位白发的母亲都拉着我们的手不愿放开，总对我们说：我儿子要象你们这样，该有多好。

四、理解与支持

我在被非法关押和强制洗脑期间，有很深的感受，如果法

轮功学员的亲人不理解和支持，共产党中的邪恶之人就会肆无忌惮的迫害法轮功学员。作为亲人来说，其实都知道法轮功学员是善良的，只是因为怕自己的亲人受到更大的伤害，所以在邪恶面前不敢说真话而已。但您可能还不知道，他们就是钻了这样的空子，使您的亲人被迫害的更严重。

我认识的还有一个年轻人，被非法关押后，他的家人不支持，结果邪恶之徒假借他父母的名义所谓“教育”他，把他迫害的很厉害，还对他说：“你家父母说了，如果你不转化，就往死里打。我们是奉你父母之命来教育你。”

如果法轮功学员的亲人对参与迫害者说：“我的亲人是好人，你们今天这样迫害，不久的将来一定要你们承担责任。”告诉他们炼法轮功合法，我国宪法规定公民有信仰的权利、有言论自由的权利等，中国没有任何一条法律和公开文件把法轮功定为邪教（其实中共是真正的邪教）。相反迫害法轮功是违法犯罪，他们就不敢肆无忌惮的迫害法轮功学员。

五、付出与回报

今天法轮功学员的亲人站在正义的一边支持、帮助了法轮功学员，为法轮功学员付出了，将来法轮功学员一定会回报于您，即使我们能力不够，大法也一定会给您应有的福报。“善待大法一念，天赐幸福平安”，过去有句话：给僧人一口饭吃都是功德无量的事情，何况今天是在红色恐怖下，又是在法轮功学员蒙难之时，亲人们为法轮功学员所做的一切会有更大的功德。

在丈夫被非法关押期间，我和小孩经常在父母家住。有一次，小孩出现比较严重的病状，我和母亲晚上把小孩送往医院，路上有的地方比较黑，看不太清楚，我们深一脚浅一脚的，我和母亲轮流背着小孩急匆匆赶路。当时母亲有些埋怨：你已经嫁出去的人了，我本来不该管你的，我都六十多岁的人了，还

受你拖累，帮你管孩子。我说：“您今天帮我们，将来我会报答您的。”她当时有些不相信：“谁知道你们到什么时候，我还等不等得到那一天？”我说：“会有那一天的。”

经过我们的坚守，终于守得云开天晴。丈夫结束冤狱出来后，不久就有了较高的收入，我经常给二老买些衣服什么的，后来我们给父亲买了一辆车，花了几万元给母亲买了一个养老保险，父母非常感动，心里有些过意不去，经常说我们吃了那么多的苦，才刚好一点，在外面挣钱不容易，不要再为他们花钱了。我说：“您帮助我们度过了最艰难时期，我说过要报答您的，我讲过的话一定要兑现的。”父母很善良，说：“父母帮助子女是应该的，哪要你们报答？！”我说：“不只这个，好人就应该有好报。”我们都会心的笑了。我就是想让人间的正理回归，让人们看到希望。现在母亲也在学大法，也有奇迹显现：七十多岁的人不用戴老花镜，小字都能看的见了，身体也比原来要好的多。

丈夫回家后，我们一家就一直承担着抚养公婆的责任。丈夫的哥哥买房子、做生意我们都拿出钱来帮助他们。就是在今年我们要买房子正缺钱时，丈夫的哥哥又找我们借钱（尽管他们借的钱从来没还过），我们还是把钱先拿给了他们。现在我和丈夫两家的亲人也都觉得我们善良、人好，有的因此也开始看大法书。

我家族的经历也证实了这一点。我的爷爷是很老实的庄稼人，省吃俭用，后来粮食有些剩余的，就弄去镇上卖，积攒下来的钱买了些田地。共产党来了之后，就把爷爷和他的哥哥两家的财产和起来了，划成“富农”、“中农”，把两家财产全部没收了。其实，那时我的爷爷（三十多岁）和他的哥哥（四十多岁）都已经去世了，留下两个年轻的寡妇带着未成年的孩子相依为命，爷爷走时，我爸爸才四岁左右的样子，大爷爷（我爷爷的哥哥）家没有孩子，就把我的大伯过继给了大爷爷家。

就是这样的孤儿寡母共产党也没放过，他们就把我的大伯（才十五岁左右）拉去斗，造成内伤，农村农活繁重，一劳累大伯就经常吐血。大伯很担心自己寿命不长，说爷爷兄弟俩都很年轻就去世了，大伯就这样的身体却活了七十多岁，寿终正寝，走时也没拖累子女。而大伯的子女们成了百万富翁、千万富翁。

后来我的父亲也因为“成分不好”，成绩非常优秀，却不准他参加升高中的考试，当时父亲非常想跳出“农门”，却无法如愿。学校校长很同情父亲的遭遇，就把他留校了。父亲非常勤奋好学，通过自己的刻苦学习训练，练得一手好算盘，体育与音乐也学得不错，后来就在学校带一些副科和做伙食会计。在文革期间，父亲也经历了五花大绑的暴力批斗，后来父亲经常对我们说，中国的政局太不稳定，希望我们都去自由的国外生活。我哥哥受我父亲的影响，留学美国，获得博士学位，现在哥哥一家人都是美国的永久居民，现在哥哥和姐姐的小孩也都在美国留学。了却了父亲的遗憾，达成了父亲的愿望。大伯的孙子辈也有留学海外的，在国内的也是名牌大学毕业工资待遇都很高。现在我们的家族在我们农村老家是人人羡慕和称道的非常显耀的家族。

不只我们这个家族如此，听我同学也这样讲，她姐姐跟她说：“真是奇怪，在她们农村老家，那些以前划为地主被批斗的，后代都富了。”听母亲讲在我们农村老家也是一样的。就连和我父亲在文革期间一起被整过的老师，他们的子女现在都差不多留学海外，生活得很好。

古人讲的“祖上积德”之类的说法真的很有道理。人家当地主的，一方面是祖上积德，另一方面自己也省吃俭用，因此才有福分，而共产党的打压一时得逞，好像是越好的人越命不好，但我们往更长远看看，人家本来就福分大，又受了这么多的无辜之苦，那福分岂不是更大？连亲朋好友都跟着沾光。共产党斗地主，没收了他们的财产，他们的后代成了更有钱人，

共产党斗知识分子，他们的后代成了更大的知识分子，今天共产党又迫害法轮功，那么将来会有多大的福报在等着法轮功学员和他们的家人啊！

六、走向尾声

也许您想，这迫害的形势还这么严酷，什么时候是个头啊？我们从目前的一些新的形势变化，就可以看出迫害很快就要结束了。

自古邪不压正，邪恶虽然猖獗一时，终究逃脱不了失败的下场。我们从现任政府反腐倡廉打下的老虎看，从王立军、周本顺、李东生、苏荣、徐才厚、薄熙来到周永康等大小官员，无一不是江泽民的爪牙、迫害法轮功的真凶，我们都知道，现当权者打虎的最终目标就是江泽民。二零一五年五月一日，习政府推行了司法新政：“有案必立，有诉必理”。目前已有超过二十万法轮功学员及家属，以真名实姓向中国最高检察院、最高法院递交了起诉江泽民的刑事起诉书并顺利收到回执。众多起诉书指控江泽民迫害法轮功，涉及诽谤、组织出卖人体器官、酷刑、群体灭绝等至少十八项罪名，要求尽快法办江泽民。迫害元凶江泽民已经在国际上被多个国家刑事起诉，江泽民被绳之以法的时日已不远了。

二零一六年七月，《人民日报》连续发表三篇相关文章，文章要求“注意防止把信仰上的差异扩大为政治上的对立”，“对宗教信仰不能用行政力量、用斗争方法去消灭”。习政府关于宗教政策的讲话，预示着不久的将来法轮功这一当代最大冤案就会得到公正的评判。目前参与迫害法轮功的官员纷纷落马受刑，在这历史巨变的关键时刻，很多人不愿迫害法轮功，唯恐将来遭到清算。

据海外明慧网十二月十四日报道，最近大陆法院、检察院、公安机关无罪释放法轮功学员的案例越来越多。天意彰显，民心所向，越来越多的公检法人员已经开始为自己的生命和未来考虑，用实际行动赎罪，迫害法轮功的中共江泽民集团正在走

向末日。以下是其中几例：河北张家口法轮功学员杨建平被免于起诉，获释回家；辽宁昌图县检察院听真相，不予批捕法轮功学员刘亚民、孙洪兵；北京延庆检察院决定不起诉法轮功学员秦守荣；辽宁省葫芦岛市绥中县检察院以“证据不足”为由，无条件释放了法轮功学员刘巍等。

还有明慧网在二零一六年十二月二十四日发表文章《重庆公诉人承认法轮功在中国合法》，文中记述了重庆市巴南区法院再次对法轮功学员张君的非法开庭。重庆律师为张君作了有力的无罪辩护。不同寻常的是公诉人在《庭审记录》上留下了他自己的判断：我们没有任何证据可以证明法轮功是“×教”，也找不到任何法律法规说法轮功是“×教”，就是没有任何法律法规说法轮功是“×教”。

目前的趋势越来越明朗，这一切很快就要结束了。希望亲人们不要灰心，应该把这些习政府的新政策和新的形势告诉参与迫害的人，叫他们不要再做对抗习当局的“依法治国、以宪执政”的政策，最后落得充当替罪羊，又害人又害己的下场，趁早放我们的亲人回家。

现在迫害法轮功学员的劳教制度已经被取消了，已有二点六亿多勇士公开声明退出中共。法轮功学员遵循的“真善忍”三个字已被世人普遍传颂：“法轮大法好，真善忍好，世界需要真善忍”已成了普世价值。

乌云遮不住太阳，法轮大法的光辉必会扫除阴霾，让光明和正义回归人间。我们真心希望我们的家人都能理解法轮功学员，都能明白法轮大法好的真相，您的正义之举也必将给你们开创一个美好的未来。愿我们的亲人尽早恢复自由之身！和一起共同迎接人类历史新纪元的到来！

再一次向您致以深深的敬意和美好的祝福！

关心您的法轮功学员
二零一六年十二月

修炼园地

户外炼功的是与非

文：大陆大法弟子

“户外炼功”在中国大陆真是一个令人向往的词汇，自从一九九九年邪恶迫害之后，再也没有这样的机会了。可是这却是大法修炼的传统，大陆的法轮功学员在迫害的环境下还无法坚持这样的传统，真是遗憾。

前些年，偶尔听说有出去户外炼功的人，但是很少，我一直也没碰到，以致师父在讲法时提到有的人已经开始出来炼功，我还是半信半疑的，因为迫害的环境下，我对法的坚信成度还不是那么好，所以在这方面，我一直觉的自己有点落后。

因为是在迫害的环境中，所以对于安全自然是十分的注重，一听到有人要户外炼功，就非常的反对。大概三年前，外地同修到我们城市组织了几十人户外炼功，很多人被抓，造成了很大损失。其中一个组织者被迫害致死，还有几个人也被迫害的非常严重，面临三到四年的非法刑囚。基于这样的事情，我更加坚决的反对户外炼功。可是反对的同时，我也在问自己的内心：自己这么反对真的是为了同修的安全着想，还是因为自己的怕心呢？好长时间都没有得到答案。

一个偶然的的机会到外地出差工作，因为环境陌生，找不到同修。讲真相做的也不是很好。某一天，突然萌生了户外炼功的想法，想验证自己是因为怕心而反对户外炼功，还是为了别人的安全而反对。到了凌晨四点左右，我就到小区的园子里找地方炼功，因为不熟悉地形，为了找合适的地方就找了很久。想着找一个隐蔽一点，不被人注意的地方。可是小区里晚上也都点着灯，怎么找也没有那么隐蔽，就找了一个相对隐蔽的地点。开始的时候也是十分小心，炼一套功法就要看看周围有没

有人，炼一套功法就要停下来听听有没有人走动的声音，这样炼完了第一、第三套功法就回去了。回来后打坐，看到右下角有一个很小的花。当时我也没有在意。隔了一周，我又出去炼功，这一次心里稳定了许多，坚持炼了第一、第三和第四套功法。回来后打坐，看到身体前面有一个很大的花儿在开，很漂亮。虽然很漂亮我也没有在意，因为在打坐时看到东西是很正常的，没什么新奇。又隔了一周，我又出去炼功，这一次就更稳定了，只是在耳朵里听听有没有奇怪的声音，不再四处张望了。把动功全部炼完才回去。回来后打坐，看到自己身体周围有很大的金色莲花瓣。一会，我又不在莲花瓣里面，看到一个佛坐在金色大莲花瓣的莲台上。这是从来没有见过的景象，而且这一次看到了佛，心里非常高兴。

联系起来，想想这几次户外炼功看到的景象，我明白了是师父在鼓励我，户外炼功没有错。同时我也非常深刻的体会到师父对大法弟子的洪恩，弟子做一点小事，师父都会给我们很多很多升华的好东西。此后，我有机会就会到户外炼功。

通过我自己的经历，证实户外炼功不会出问题，只是自己的心态要把握好，要放下怕心。同时，我们地区的迫害案例也说明不能组织大面积的人出去炼功，大陆毕竟还是迫害环境，众多人的炼功场面其实已经就是在打破邪恶迫害的环境了，在众人心性不是那么一致，还存在怕心的情况下，一定会遭到邪恶迫害的。

可是，作为大陆的同修，可能每个人都有能够堂堂正正户外炼功的愿望，要想实现这个愿望，就要放下自己的执着心，特别是怕心，不给邪恶迫害的理由和借口，愿望就一定能够实现，其实，我们在户外炼功，师父都会保护我们的，关键是自己的心性状态。

最近一次户外炼功，是在师父的家乡。也是利用出差的机会。因为突然之间身体特别难受，想到可能是因为工作繁忙，炼功太少的缘故。就在白天的时候，在街边的绿化带炼功。因为是白天，还是担心一些。可是刚刚开始炼第一套功法，闭上 23

眼，就见天空中师父的巨大法身显现在我右上角，在看着我炼功。这时我一下子心就稳下来了。炼了第一、第四套功法后，突然身后的汽车报警响了。再炼第三套功法，报警器又响了。我悟到应该停下来。就停下来看看周围，那时候是下午，学校的学生下课，校车一辆一辆的在我身后经过，前面本来没人的小路也开始有了很多行人。这么多人可能是不太适合炼功，而且报警器也想了，这也分明是在提醒我，我就离开了。

通过这件事情，我明白了师父一直都在身边看护我们，有危险的时候都会有点化，千万不可执着自我。只有我们心正，师父才能保护我们，如果心不正，有怕心，师父想保护我们也会被邪恶以各种借口迫害。

这些是我本人近几年的体会，一直不想写出来，就是担心会产生不良影响。如果有同修因为看到户外炼功的好处出去炼功，而没有把握好心性，遭到迫害，对我来说也是在犯罪。就单纯的看“户外炼功”的行为是没有错的。可是修炼是超常的，当事者的心性状态，对法的理解，都需要理性的严肃的对待；如果抱着各种人心，则往往事与愿违。而众多人的集体炼功，在迫害的环境下，组织者是无法把握的，所以在条件不成熟的情况下组织集体行动是不合适的。

近期看到网上有一些对户外炼功的争议，在此写出，供同修参考。希望大家能够把握好，不给自己、不给大法、不给众生带来损失为好。

在背法中转变、升华

文：山东大法弟子 清心

我背法开始于两年前，到现在已经背了两遍《转法轮》。当时决定背法不是自己主动去同化法，而是被梦境逼着去尝试一种过关方法。

这世我色欲关一次次过不去，频繁的出现，有段时间我都怕睡觉，怕打瞌睡，怕一合眼就突然而至的那种感觉。我也认

真查找过自己的内心，也更加努力的去学法，可就是过不去。我苦恼极了。不论我根基有多差，不论悟性有多差，可我真的想做好，想提高，想做个像样的大法弟子呀！每次醒来我都懊悔不已，捶自己脑袋，一遍一遍的背诵：“我不是一般的人，我是炼功人，你们不要这样对待我，我是修法轮大法的。”[1]背的遍数多了，情况会好一些，可过不了几天，又恢复如初了。

我觉的自己必须要改变学法方式，把法全部印到自己脑袋里，提高自己的层次，才能清除这种破坏式的、报复式的所谓“考验”。那就背法吧。这个决定一出来自己就感觉轻飘飘的，没有份量。因为我也不敢确定自己是否会背下来，是否会坚持下来，那么厚厚的一本书，对于记忆力一般般的我来说，有点象神话。但是既然选择了，那就做吧。

一、在背法中转变观念

背法中第一个要转变的强大观念就是“难”

每天要东拼西凑的挤出一段相对完整的时间来集中精力背法。一般的段落我都要连续的读上四、五十遍才能顺畅的背下来，遇到长一些的段落、一页一段的，读六、七十遍的情况也不少见，要是十遍二十遍的背过一小段，心里喜滋滋的，象白捡了一样。这样大约过了十个月，我背完了第一遍《转法轮》。第二遍速度就快多了，五个月就完成计划了。

背法时，我是逐段进行的。先把要背诵的段落通读个三五遍，对该段的内容有个大体印象；然后再分句背，要求背的准确流畅，杜绝添字落字同音字（师父要求改的字）。有些相似词句要注意区分他们之间的内在联系：是横向上拓展了，还是纵向上提升了，或者是涵义上转折了，想通了这点，这些词句就不再模糊，各有各的特点，背起来也就不再拗口了。最后是连句成段。这个环节也不容易，明明前后分句都背过了，顺起来就行了呗，但是往往背了这句忘了那句。什么原因呢？再打开书看看，原来这两句中间有个大的落差，师父不是在同一个层次面上讲的，等把中间空白的地方悟通了，句子也就顺下来

了。在背诵的过程中，师父会严格监督我，哪个地方背错了或背混了，我会觉的那个地方不舒服，会打个问号，打开书检查一下，果然出错了，分毫不差。如果领会的很好，我会发现才张嘴背了几句，那么长的段落就背完了，有一种恋恋不舍的感觉。

在背法的过程中还有一个有趣的现象，就是一段法，个人读的时候也读过很多遍，集体学的时候也读过很多遍，与人交流时也提及过。但是在背法时忽然觉的这段法是那么新鲜，离你那么近，好象以前从没有读过或见过，那种新鲜感常常令我感叹自己背法太迟了，倘若早些背，不至于由于法理不清那么轻易的摔跟头了。

第二个要转变的观念是“苦”

苦不苦看对什么心境而言。刚开始背时觉的苦，到后来只感到满满的喜悦。我是属于边抄边背的人。抄多少背多少，若不动手抄一遍，脑子里就象打了蜡一样，背什么东西一下就溜过去，抓不住一点儿内容。因此我抄了两遍背了两遍。记忆最深刻的是两次背《转法轮》第六讲时，心态的不同导致背法的速度和收获的不同。大家都知道，这一讲篇幅长、段落长。第一遍背时我基本上一天一页甚至一天一段，才磕磕巴巴的勉强过去。可能是我的思想业比较重，背着背着，就想入非非了，或是回忆起某一件事中以前遗漏的小细节，等意识到了，时间已经过去好几分钟了，因此我前进的速度只能用“蹭”来形容。有时急的想哭，有时想放弃。看不到成功的希望，心里真觉的很苦。但是回想起自己修炼路上的挫折都是源于学法不实，始终徘徊在法外，这次好不容易走进来了，可不能一错再错了，就又下决心背。去年暑期快结束时，终于把第六讲沉重的合上了。

这一次还没背呢，心里就犯嘀咕了。翻过来看看“难”，翻过去瞅瞅“愁”。当真正开始背这一讲时，心反而静了下来：这一讲这么长，说明师父给自己解决的问题才多呢，生生世世的怨缘啦，炼功时的不良感觉啦，睡梦中那些低下的现象啦，

师父在这一讲里就给理顺、善解了；再说假如是一位菩萨捧着《转法轮》在背，他会“难啊难啊”的哀叹吗？这不正是后世变异思想、特别是无神论在另外空间里很强势的支配自己的肉体吗？变着花招儿阻碍自己同化法吗？那么好吧，这次背法顺其自然，我能背多少就背多少，谁也管不着。没想到这心一放下，背法速度快的令人惊讶。第一天十页，第二天十页，第三天十二页！剩下的部份由于有事阻隔分两天背完。整个第六讲用了不到五天的时间！现在想想都觉的不可思议。我往往是晚上一动不动的抄上五个来小时，一支笔用完了，一本练习本用完了，才心满意足的往床上一躺，舒展一下筋骨，这时才发现臀部坐的生疼生疼的，腰也发酸。第二天早上就开始背，除了简单的吃饭、上厕所外，其余时间就盘着腿坐在床上背法。腿盘的先麻后疼，腿上的筋好像变短了一样，拽的生疼，然后就是脚上这儿一丛那儿一簇的出水泡。背到下午五点左右就基本上背完了，再坐到小桌前抄法。背完第六讲只觉的整个人变的平和宁静，还有那么一些淡淡的喜悦。

当然个人的努力只是表象，师父背后的加持才是真正前进的原因。

二、在背法中升华

两次背法，我有两个特别明显的收获。

加强主意识

第一次背法后加强了自己的主意识。以前自己性格很软弱，没有主见，总觉的别人具有绝对的权威性，他们说什么我就信什么，很少去分析对错，也分析不出来。要是有点气度的领导之类的什么人吩咐点事，我就是再不情愿，也附和着去做了。背法后我意识到这是自己的主意识太弱了，根本不发挥作用，别说副意识或外来信息干扰，连同等层次的常人都干扰的了，整天人云亦云。

我要做我自己！再遇到问题时，我先静下来想一想：我不应该做这事？大脑里产生的各种建议，哪一条才是我发出

的？按照这条思路去做，可能会有什么结果？就这样慢慢的找，不长时间，主意识就崭露头角了，再慢慢的强大起来，直至定夺一切。我也感觉自信了，快乐了，平和了。

过关扎实、顺当

背法的收获还体现在过关上。去年十一月份，国保大队警察来核实诉江情况。我虽然很紧张，但思路是清晰的，知道自己该怎么做。我指出他们的违法行为，告之大法真相，最后表明我的态度：我一定炼法轮功，这功法即使在中国现行法律范围内也完全是合情合理合法的。结果从那以后我再没受到干扰。

由于我以往参与的所有证实大法的活动都是瞒着家人的。丈夫听说我被调查后，震怒不已，又是辱骂我，又是逐个给我娘家人打电话：××出大事了！她吃饱了撑的，把国家主席都给告了！今天调查她了，马上就来逮捕她！搅和的家人哭的哭、闹的闹，仿佛天要塌下来一样。

我给丈夫讲法律，他根本听不进去，就是一个劲的辱骂，骂的自己都觉的没意思了，就冷冷的甩下一句：“我如果采取什么措施，别怪我绝情！”我明白他的意思：我们虽然在一个家里，却早在我修炼之前就分居了，然而我里里外外的口碑却很好。这下他有了一个最大的理由，可以将我扫地出门了。我坦然的告诉他：“走这一步是我自己的选择，你采取什么措施我都不怪你。”他蔑视的瞪了我一眼，摔门走了。

第二天、第三天下大雪，路上封冻了，公交车停运了。丈夫一改往日娇气的习性，竟骑着电动车，带着纸笔，不顾雪滑路远跑到我单位，说他已和市里“六一零”商量好，要领导协助他逼迫我写“三书”，连同诉状一起寄到北京，让北京方面看在我认错的态度上，处理我时手下留情。我坚决不写，告诉他们我是根据国家法律依法办事的，我的行为是合法的。假如我写了“三书”，就等于自己给自己安罪名了，你们也连带着犯了法。丈夫一看我不配合，就开始说我这不好那不好。领导听了很惊讶，我就把所列事情的前因后果全部端出来，领导听了更惊讶，认为我过的不是人过的日子，简直是受虐嘛。丈夫

黑虎着脸，没想到他要抹黑我的话语，却在别人面前伤了自己。最后丈夫一拍桌子：“我今天就去六一零举报她，让她自作自受！先把我自己洗出来再说！”

在去“六一零”的路上，我让他停下来，跟他说：“你不用去了。我的诉江状一星期前就从‘六一零’下来了，他们早就知道了。你这一举报，显的你太绝情，还没牵扯到你的利益呢就六亲不认了。他们会当作笑话传开的，对你和孩子都不好。这样吧，咱们离婚吧。所有的东西全部归你，你家男丁单传，孩子就归你吧。我净身出户，这样你的财产、工作、名誉、家庭都不受损失。你愿意跟谁结婚就跟谁结婚，我一点意见都没有。你这几天所干的事，并不是真正的为我担心、为我着想，你只是想在人们面前卖个所谓仁至义尽，把所有的罪责全部推到我身上，然后冠冕堂皇的带着全部家产离开我。这样咱们明了脸，你也不用演戏了。现在咱们到双方老人家里去一趟，说明情况，明天就去离婚！”丈夫一听正合他意，就先往我娘家去。到了那里，丈夫又来那一套，我爹娘不识字，更没见过世面，娘当时就给吓得又是给我下跪，又是晕倒，又是嚎啕大哭，非要逼着我按丈夫的路走。娘是被吓怕了、吓糊涂了。等她稍微缓缓气，我又把以前的道理搬出来，并表明这条路我是走定了，谁拦着我谁要对我一辈子负责；我不给你们带来任何损失；倘若谁觉的我的行为影响了他的前途或利益，我马上去派出所写证明断绝关系。最后爹娘都明白了，不管了。

最后又从婆家出来，我只觉的一身轻松，好象卸掉了多年来一直背负的包裹。对离婚我没感觉，对未来我却充满信心。但这时丈夫却说什么也不离了。

那时我才刚刚背完第一遍《转法轮》，如果没有静心学法，哪一步我都迈不出去。而且我深深的体会到每一件事发生时，只要自己不怕、不惊、不怒，都会感觉到师父的呵护与加持。有些话自己从未想过，张嘴说出来正好卡在点上，有理有据，连自己都惊讶。有些事自己从没经历过，不知道该怎么做，抱着好坏随它的念头，结果效果很好。只要心在法上，我们的一 29

言一行都是经过师父加持过的。

我背法得到如此大的好处，把它写出来，一是感恩师尊的苦心，二是与同修们分享，希望有条件的同修也来背法吧，让我们最大限度的去同化法，最大限度的发挥每个人的作用，走稳走好最后的路。

向师尊合十！向同修们合十！

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

要修炼就要当上士

回忆当初得法时

文：山东大法弟子 春燕

师父在《二零零九年大纽约国际法会讲法》中讲过：“修炼如初，必成正果。”[1] 趁着周末，我们一行四人去农村，和那里的几个同修进行了交流切磋。共同回忆自己当初得法的经历，找回当初得法时的感觉，在正法最后阶段，再接再厉，勇猛精进，跟师父回家。

一、要修就要做上士

A 同修，是一个七十七岁的老同修，是“七二零”之前得法的。

他自己介绍说：我当时是一天三顿饭可以少吃，三顿酒不能少喝。当时村里有很多人学大法，自己的儿子也学，也向我洪法。说学了大法，就不喝酒了。一九九七年腊月，我去走亲戚，我告诉亲戚说：“今天中午，你摆上酒，我俩喝。今生我再喝这最后一次酒。今天回去后，我就要去学法轮功了，从今天晚上开始不喝酒了。”

真的，从那天开始至今十九年了，我没再喝一滴酒。当我看到《转法轮》中说：“老子讲：‘上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之；不笑不足以为道。’”“上士闻道，好不容易得正法了，今天不修更待何时？”[2] 我就

和同修们说：“我要做上士！要不就别修，修就做上士！”

从我得法至今，除了被邪恶抓到看守所二十一天没学法炼功之外，我每天学两讲《转法轮》，五套功法一步到位，从未间断。

二、为能学法，痴学识字

B同修是个女同修，今年六十一岁，也是一九九七年得法。她没上过学，不识字，连自己的名字和丈夫的名字也不认识。

她说：那年秋后，丈夫拿回家师父的讲法磁带，丈夫听的时候，我也跟着听，听的比丈夫还用心。就觉得怎么讲的这么好，听完一盘，还想听下一盘。有一天，我一边做饭一边听，因为听的入迷，把锅烧糊了还不知道。我跟着丈夫学会了炼功。看到丈夫和同修们集体学法，轮流念书，我就急得不行。一个字也不认识，怎么办？我就手捧《转法轮》一直在看。丈夫和孩子都笑我，不认识字，还看书。我也不管别人怎么说，我就是要看。

有一天，我想了一个办法，找来本子和笔，把《转法轮》第一讲第一段，一个字一个字在本子上“画”，真的是“画”！我把每一个字，都画上我自己造的读音符号。这符号既不是拼音，也不是白字，有点象象形字，别人看不懂，只有我自己能懂。我就象痴了一样，不分日夜的画字，画了好几本子。

四十天，整整四十天，我能把第一讲第一段念下来了。我就去参加集体学法。我说：“我先念。”同修们就笑我：“你不识字，你还先念。”我自己知道，我会念第一段。然后我就信心百倍的、非常流畅的把第一段念下来了。同修们都啧啧称奇。就这样我把第一段的字学会以后，师父就把下面的字都教给了我。在集体学法轮流朗读时，整个《转法轮》里我只有少数几个字不认识。后来就都认识了。

有一个阶段，我能读《转法轮》里认识的字，换到其它地方我还是不认识。现在基本在哪里我都认识了。

三、你怎么还叫它疼

C同修今年六十一岁，七二零之前得法。开始学法的时候，她丈夫非常反对，认为学法炼功耽误干农活，一个农村家庭妇女，有多少家里地里的活需要干啊，哪有闲功夫去干那个。她讲了她丈夫得法的经历：

我得法以后，就在我家成立了炼功点。那几天，丈夫牙疼，疼的吃不了饭，睡不了觉。看到我们学法炼功，他就生气。我也不管他生气不生气，就在我家学法炼功。那天晚上炼完功同修们走了之后，我就去睡觉了。他因为牙疼，睡不着，就自己坐在沙发上，学着我们炼静功的样子，把腿盘上了，还是双盘呢！刚盘好腿，双手一结印，就听到一个声音说：“你怎么还叫它疼？！”“唸”一下子，就觉得那“疼”掉到沙发下面去了，牙瞬间不疼了！丈夫吃惊的呆坐在沙发上，回不过神来。

第二天，他就要和我一起学法炼功。我很奇怪，他一直反对我学法炼功，怎么一夜间就变了。他就跟我讲了前一天晚上的经历。从此丈夫走进了大法修炼。

四、溶在法中真幸福

D同修是这里面最年轻的，今年五十岁。她说：我是一九九四年得法的，是我们这一片得法最早的。当年我得法后，就觉得这法怎么这么好？！记得有一次去县里的某企业参加法会。一到会场，就听到在播放《济世》和《普度》。那时候不知道这是什么音乐，听了就是想哭。自己奇怪，怎么这么想哭啊？真想找个地方好好哭一场。现在知道，是因为那音乐里有师父的慈悲，是师父在呼唤我们回家。亿万年的等待，终于等到师父来。我们人的表面还不能完全明白这意味着什么，但是我们明白的那面，怎么能不感恩师父的浩荡佛恩啊！

我得法后，也不断弘法，在我家成立了学法炼功点。在我家学法炼功的同修，最多的时候有五、六十人。我这人要干净，我每天都把家里收拾的干干净净，等同修们来学法炼功。因为我觉得这也牵扯敬师敬法的问题，这么神圣的法，我们就得用敬仰的态度对待。在农村，干农活出汗多，如果不严格要求，

那么多人在一起学法，就会有很大的汗臭味。师父在《转法轮》里也讲过这方面的法：“一切干扰不能入定、不能修炼的东西，全视为严重的干扰，谁要吃了葱、姜、蒜，味道非常大。”“如果谁吃了这些东西，会产生强烈的很刺激的味道，影响打坐，影响人入定，严重的干扰人炼功。”[2]我对同修要求很严，谁做不到，我就直接指出来，让他下次做好。同修们开玩笑说：学大法还得买几双袜子。

虽然这样说，没有一个人有怨言，都是怀着无比崇敬的心学法炼功。那时候，我们无论拿起哪一本师父的讲法，拿起一本，不管长短，一气学完。就是《转法轮》我们也是一气学完。经常是一夜学完《转法轮》，接着炼五套功法。

我那时候真是一时一刻也不想耽误学法。去地里锄草，我也把录音机别在腰上，一边锄地，一边听法。汗流下来，甩一甩头，把汗珠子甩在土里，一点也不觉得苦，不觉得累，只感到全身心的舒畅。那是整个人溶进法里的一种幸福。

三个小时很快过去了，我们还沉浸在当初得法时的回忆里。当我们告辞的时候，大家纷纷表示：这样的交流真好，找回了修炼如初的感觉。万古机缘我们没有错过，在师父用巨大的承受换来的、有限的、最后的时间里，我们怎么能懈怠了呢？

师父说：“讲真相，救众生，这就是你要做的，除此之外没有你要做的，这个世界上没有你要做的。”[3]我们一定要听师父的话：“越最后越精进”[4]，做好三件事，跟师父回家。

注：[1]李洪志师父著作：《各地讲法九》〈二零零九年大纽约国际法会讲法〉

[2]李洪志师父著作：《转法轮》

[3]李洪志师父经文：《二零一五年纽约法会讲法》

[4]李洪志师父著作：《精进要旨三》〈越最后越精进〉

青年弟子：本该做得更好

文：大陆大法弟子

时间紧迫，有时真的不知自己在做什么，浪费着师父为我们延续来的时间，借最近发生在自己身上的一些事，与同修交流二、三。

一、不委屈，不辩白，师父知道我

一日，我与父亲（未修炼法轮功）发生了一场争执，原因大致是我让父亲帮我找一样我急用的东西而引发的矛盾。当时母亲（同修）并没有在场，大概是在另一房间，听到了些我与父亲的只言片语。

事后，我觉得委屈，便打电话想与母亲诉苦。不料，我还没说几句，母亲便把话锋完全针对了我。我无法接受，加紧辩驳，最后母亲更是甩了一句：“你爸到处给你都找了，既然找不到，你就不要再让他找了，还有什么可说的！”

我放下电话，眼泪无法控制，感觉心里已经委屈到极限，其原因就在于，仅这最后一句话中，母亲就对我就有两处误解。一是，母亲说，父亲已经帮我到处找遍了，其实不然，东西当初是父亲收的，只有他知道放在了哪里，当他告诉我还没找到时，亲口和我说就只剩一个地方没有找过了，东西应该就在还没找过的那个地方；二是，母亲说我不该执意让父亲继续找，而我当时和父亲是说，既然还没找到，就先不要找了吧，因为我当时急着用，怕找到也来不及了，我决定自己出去买，而恰恰是父亲觉得再花钱买有些浪费，所以不同意而执意要继续给我找，也正是因此而引发了争吵。

我心里上下翻腾个不停，怨恨、委屈一并而上，不解为何同是修炼人的母亲如此是非不分，以致接下来的一周，我再去母亲家时，却不愿意和他们多说一句话。我知道，我这是应该提高心性了，但总还是心里翻滚着想找母亲把话说清楚，为自己洗白！（这是我一个比较大的执著心，每遇到委屈就必须把事情说清楚，否则难受至极。）

生活的是非对错中，我就是这样的鲜有向内找的时候，总是觉得这次不怨我，下次吧，下次再找自己，于是就渐渐养成了不向内找的习惯，难以去掉，也更不愿意面对别人对自己的无端指责，受委屈那更是万万不可的。

这让我不由记起了几年前在学校食堂发生的一件事。中午饭时，我买了一张两元钱的饼，买饼的人多，也许是卖饼的人忘记了我付过了钱，在把饼给我的同时，坚持说我没有交钱，并让我再交两元钱，我当时气的不行，与那人吵了很久。期间也曾想过：算了，再给她两元钱吧！但转念又想：不行，那我不就相当于承认了我没有付钱吗！那可不行，这太冤枉人了！就这样，几个回合下来，架我是吵赢了，但心里仍然不舒服，后悔因为两元钱的委屈和人家吵了那么久。现在想来，真是觉得当时的自己可笑，为啥总是要向别人证明自己什么呢？师父是知道我没有白吃她的饼的，这就够了呀！

想到这里，我意识到了我不愿受委屈、强调自我的心实在是太强了。那我这次就非要控制自己，什么也不再去解释了，也不要再觉怨恨与委屈，坚决就这样做，看能怎样。师父不是说“难忍能忍，难行能行”[1]吗？我还没好好试过，这回就试下。

想是这样想的，可一炼功就静不下来，还是不住的有想解释的心往上涌，我挣扎着，斗争着，好似心中的愤愤不平随时可以将我推到母亲面前辩白一番，这时的解释俨然成了一种强大的执著。师父说：“越想解释心越重”[2]，可真是呀！师父还说：“坦荡无执出明见”[2]，那我照做。

真的是，当我真的做到时，一切就突然都平静了，好似什么都不曾发生，家里的氛围是那样美好，我与母亲都没再提及此事，似乎之前的事都与我们无关。我应该早听师父的话，修炼中再大的委屈又会怎样？！孰是孰非又能如何？！放下那颗执著心才是最重要的。

二、放下利益，听师父的话，除了“时间”我们还需要什么

大家都知道修炼人是不能炒股的，这一点师父已早有明示： 35

“炒股票有的倾家荡产的，你知道是什么滋味吗？修炼人绝不能干这些，那心怎么修啊！”[3]然而，阴差阳错，我却陷入其中。事情是这样的：

我手头有些闲钱，本打算让丈夫（常人）投资做点生意，但丈夫觉得眼下经济环境不太好，暂时不宜出手，可先存银行，做一些合理的理财，待时机好转，再做选择。我觉得有道理，就同意了。这里我所说的理财产品，是那些固定收益仅略高于定期存款的项目，举例说，如果银行的定期存款年收益是3%，那我所认可的理财固定年收益就是4%上下，而当下人民币的年贬值率是6～7%。

然而，丝毫的利益之心也都会给自己带来麻烦，师父说：“所有的执著心，只要你有，就得在各种环境中把它磨掉。让你摔跟头，从中悟道，就是这样修炼过来的。”[1]就这样，银行的理财经理用她熟练的手法与套路，成功的将我的资金做成了基金产品，而在此之前我对基金产品一无所知，并且在我已经明确告知我非常排斥股票及与股票有关或类似的产品们的情况下，理财经理依然将我的资金不但做成了基金产品，而且还是与股票有关的基金产品。可想而知，我在一个月后知道真相时的心里崩溃程度了。

而此时，资金已撤不出来，只有等到产品开放期才可以。而就在无法赎回的这段时间，资金有小幅波动，而就是这不影响大局的些许波动，都足以搅乱人心了。我的心起起伏伏，随着利益上上下下，这使我没有办法在短期之内静下心来学法炼功，至此，我已亲身体会到师父的这段讲法：“每天看看价目表的浮动啊，心简直被它提上来扯下去，（众笑）你怎么修炼？修炼不了，你的心都在股票上怎么修炼？”[4]

我意识到，状态已经很不对了，便跪在师父法像前认错，说：“师父，弟子错了，还是因为自己有利益之心才被人骗了，此事的发生绝非偶然，弟子一定在此事件中深挖执著，并且无论赔赚，都要在产品开放期时第一时间将资金赎回，决不再纠缠于其中。我也应该即刻起，立即放下利益之心，不再去关注资

金的涨幅情况，弟子的一切都是师父给的，一切也都交于师父做主！”

几经反复，我开始静心向内找。一直以来，我都觉得自己是淡泊名利之人。其实不然，我虽不求大富大贵，但吃穿不差，而且对品质要求都相当高，在同龄人中数一数二；虽路遇贫弱乞食者能毫不犹豫以财力相助，但在日常网购或采购中，从不放过一个可以优惠的机会，商品稍有瑕疵，就必定向商家讨要赔偿以寻求心理平衡；虽也觉得孝敬双方父母，平日、年节，钱物从来不差，但对待婆婆始终能占就占，给钱给物并非心甘情愿；虽知随师下走，重任在身，世间小住，弟子的钱财都是大法资源，但遇人遇事，喜欢攀比、炫耀，贪图玩乐，浪费了大量金钱与时间……

最近比较典型的一件事就是，由于新买的房子出现了比较严重的质量问题，同楼的邻居纷纷找开发商索要赔偿，我竟也加入其中，还有带头的意思，闹了一周下来，索赔成功。这件事表面按常人的道理来看，确实是开发商的黑心工程所致，房屋售价极高，但是质量问题却已严重影响居住，小区业主们也都是在合理合法的情形下自动组织起来向开发商讨要解决方法与赔偿。我在加入维权前，思想中确有一丝掠过这样做对于修炼人来说是否合适的想法，但瞬间便被常人思想主导，觉得维权合理合法，大家都找，我就一起找呗！在强烈利益心的作用下，我已经没有一点正念。人世小住，我却把这里当成了可以安身立命的家，古人修行，住山洞都可以，我却在世间有好几处住所的情况下，仍然强烈追求安逸，一处住的不舒服都不行，希望人生顺风顺水，没有把人世的一切视为是自己修炼的环境。

我对不起师父，自记事时起，我就觉得自己与别人不一样，事事有人保护，得法后，师父又给了我太多，优越的学法修炼环境，几乎无干扰的家庭，健康的身体，连救人的项目师父都帮我安排好（我救人的事一直做得不太好，师父应该是太着急了，就安排了时机，使我负责起我们小组制作真相资料的责任。）我简直就是在被师父推着走呢，师父给了我这么多，我还是不

满足，难道连心性的提高都要师父帮着做了吗？那我还配修炼吗？我再不改还行吗？还来得及吗？现在除了师父多给予我们的时间外，我还想要什么呢？要那么多世间的东西往哪放呢！师父，我错了，这次基金事件正是冲着我的这些大漏来的。

就在我写这篇文章时，基金的赎回期仍然需要两周的时间，理财经理和丈夫都不同意我做短期赎回，都在试图劝说我长期持有，并且保证这是一款极好的产品，做到一年一定会收益可观。我不为所动，我和丈夫说：“我错了就是错了，它日后的涨落和我没有任何关系，错了就要及时改正，我不会在错误中为自己找借口继续错下去！”我是有师父的人，我就要按师父的要求做，师父为我安排的一切一定都是最好的！

三、记得别人好，善、忍不难做到

回首修炼二十年，真、善、忍，我们都做到了多少，小组学法时，同修也时常质疑自己的心性，对自己有点恨铁不成钢的意思。二十年了，为什么就不能修的再好一点，让师父操心少一点。

记得前段，读到一篇同修的交流文章，对我的触动极大。大致意思说：同修觉得“真、善、忍”的“真”还相对好做，而“善”和“忍”就比较难，他就请师父开示，如何才能做好“善”和“忍”。于是，师父为他展示了一段真实的历史场景。

古时候，有一对一同作战的兄弟，弟弟将哥哥对自己的不好之处写在沙子上，这样风一吹就散掉了，为的是不记在心上；再将哥哥对自己好的地方用刀刻在岩石上，这样就十分深刻，为的是铭记于心。这样，弟弟就只永远记得哥哥对自己的好，而不去记着哥哥对自己的不好，最后哥俩死里逃生，互相携手，打了胜仗，凯旋而归！

通过师父对我们的开示，我想，当我们能做到只记得别人的好而忘记别人的不好时，善念便时时在了，在善念的作用下，遇事又如何不能“忍”呢？处处能忍又怎能不善呢？真是越想越开心，师父已将“善”和“忍”的根子问题开示给我们了呀，

于是那几天我就白天晚上的想着这个：“记得别人好，忘记别人的不好”的道理。

我在心里把对丈夫、婆婆、同事、亲友的好坏之处都用这个道理过一遍，我心情大好，心里顿觉轻快，好似卸下许多沙袋。我时时想，就连晚上睡着了都在想着这个道理，就这样当我早上醒来时，就只听师父在我耳边讲法“它把你的德演化成功，螺旋式的向上长。”[1]

四、师父对我们寄予厚望，我们本该做得更好

最后再描述一段几日前我梦中的一个场景。我是在参加一场考试，内容是绘画和泥塑，画的是水彩人物，泥塑是房屋树木。

考试开始，老师要求我们画好底稿，直接就在画纸上上色，我心中充满疑惑，自语着：“怎么可以直接上色呢，要先把画纸裱起来才能上色呀！”别的考生听到我的自语，就对我说：

“你事儿真多，让你咋画就咋画呗！”就在我犹豫的时候，考试时间已经过去不少了，别的同学都快完成一半作品了，我才开始动手，以致到了考试结束时我都还没有画完，只能急忙寥寥几笔收尾，交上了画卷。这时老师见我这科没有考好有些遗憾，便鼓励我说：“一会还有下一科，下科可要好好考！”我使劲点了点头。

下一科考的是泥塑，我看着面前五颜六色的彩泥，不知从何下手，便东张西望看别的同学是如何开始的，这时老师焦急的在一旁催促我：“快点呀，你怎么还不动手？”我却说：“不急，我先看看别人都做的什么。”就这样张望了一圈下来，一半的考试时间又没有了，在老师的再三催促下，我终于动起手来，可是泥还没有和好，考试就快要结束了，这下我真的着急起来，找到老师说：“老师呀，我的时间又不够了，可不可以给我延长下考试时间呢？”老师一边安慰我，而又严肃的说：

“可以给你延长一些时间，但是也不会太长，你快做吧！”这样我才又安些心回到座位上急忙做起来。

考试结束了，老师在交上来的一摞画卷中点名要看我的作 39

品，我就和老师一起找我的试卷，当老师看到我的作品时，拿在手里摇着头，对我说：“你怎么画成这样呢，你应该画得更好呀！”我心里难受极了，深深的感受到了老师对自己寄予的厚望和此刻对我的失望，我不知如何是好，一遍遍和老师说：

“我画的太着急了，时间不够了呀，没有时间了，我下次不这样了！”可哪还有下次呢，这时我已经醒了。

师父是在点化我呀，师父要求我们所做的一切都是师父在帮我们树立自己的威德，圆满我们自己的世界，而我却在用一颗常人的心来衡量这一切，符合了自己常人的认识才去照做，或是即便照做也是在用常人的习惯方式去做，这样，无形中就走了弯路，耽误了时间，给正法造成了损失。在师父的一再督促和延长时间的情况下，我一拖再拖，不珍惜师父的鼓励与等待。试想，若不是师父对我们寄予厚望，若不是我们本应做得更好，师父怎会一等再等？而我们，是不是不能也不应该，让师父等到的是失望呢？

以上便是我最近的一些修炼体会，我也是希望能够以记录此文的方式督促自己不要忘记此时的所悟所感，同时对自己的有漏之处及时修正。

每一次的考验与经历都是师父给予我们的提高机会，错过了，下次就不会再有，所以，尊重师父给我们的所有安排，也就是珍惜我们自己的修炼机缘。

仅此浅见，与同修交流，不足之处，请同修慈悲指正。

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟三》〈少辩〉

[3] 李洪志师父著作：《转法轮法解》

[4] 李洪志师父著作：《二零零五年旧金山法会讲法》

师父就在我身边

文：山东大法弟子

我是九六年得法的，得法前我一身是病，血压高、妇科病、
40 子宫肌瘤、贫血等等，上班都能休克被抬到医院抢救，在单位

是有名的药罐子。我是抱着治病的心态走入大法修炼的，师父给我净化了身体，无病一身轻。上班时，一抽屉的药全倒掉了，同事们看到都很惊奇，我向他们说明了原因，告诉他们我是修了大法没有病了，她们也一起走入了大法修炼。

自从九九年江氏集团残酷的迫害法轮功以来，我一直很坚定，坚信师父，坚信法，到北京天安门证实法，和同修一起讲真相，挂横幅，贴真相标语，发真相资料。

在五年前，我忽然两腿膝盖关节痛，开始我还一直坚持发真相资料，可越来越痛的厉害。因为女儿的孩子要上学，需要有人接送，我和丈夫就到女儿家（城市）帮助她带孩子。由于我的腿痛越来越重，去年又摔了一跤，把左侧股骨头摔坏了，只能扶着助行器走几步。刚来时我还能坚持到当地同修家参加集体学法，这一下就完全不能去了。

同修们为了帮助我，就到我家来学法，并帮我找执着，看是哪里有执着，不合法，被旧势力钻了空子，可是效果不大。当看到师父在《二零一六年纽约法会讲法》中谈到“不管怎么样吧，作为大法弟子来讲，我就是想告诉大家，你们得知道你们的责任有多重大，可不是儿戏的。这件事情已经到最后了，我都急的不行，你们却没当回事，可是，最后连哭都来不及啊。”我更着急了，我觉的师父说的就是我。

就在今年七、八月份放暑假的时候，我们又回到老家，老伴送我到原来的学法小组学法。在同修家我看到明慧网出的《忆师恩》一书，我是流着泪一口气看完的。我看到师父当年传法是那样的艰苦，告诉人宇宙的法理，有多少人带着严重的病进入会场，然后又一身轻的走出来。特别是有的人是背进去的，抬进去的，师父看一眼就说：“下来，走，大胆走，没事……”这人就能走了，而且走得很好。我特别羡慕这些人，并且很惋惜，感觉自己如果也有机会在那个场合，我的腿也会好的。（当时没有悟到师父的法身时刻就在我身边）

有一天，同修善莲（化名）有事到同修A家，同修A跟她说了我的情况，善莲马上说：“明天我来。”第二天学法时她

来了，我们交谈了几句话，她跟我说：“你下来走，没有事，师父就在你身边，不会跌倒，有师父保护你。”

在同修的鼓励下，我颤抖地迈出第一步，同修喊：“走！走！大胆走，师父在看着你呢，没有事。”我迈出了第二步，第三、四步，走了一圈、二圈……我终于能走了，我太高兴了，也终于从内心真正明白了师父就在我身边。

师父在《转法轮》中讲到：“真正往正道上修炼，谁也不敢来轻易动你的，而且你有我的法身保护，不会出现任何危险。”师父的这句话天天读，由于我是闭着修的，天目什么也看不见，虽然嘴里也说师父就在身边，可是心总是放不下，这回我是亲身体会到了！

九月份回到女儿家后，邻居和同院的人都看到我身体的变化，能自己走路了，感到惊奇。

着眼于大处 求同存异

文：大陆大法弟子

最近，我们地区同修发生了多起因为执着自己的观念而不配合，甚至互相指责争论的事。有的同修因为真相信的一句话不认同而销毁了信件；因为邀请函的一幅图片不符合自己的观念而不配合散发；因为散发真相资料塞进门里还是放在门口或是贴在门上门边而争执不休……

宇宙有无量无际的众生，每一个神都有自己的一套认识，如果都执着于自己的观念、自我的认识，因为这些互相争执而不配合，那真会天下大乱了。大法传出二十四年了，许多同修形成有了一套自己的认识、做事的方式、救度众生的形式，如意在自己的领域范围，这是事实，但是恰恰是执着于自己的这种如意、完美，而排斥他人的做法。我理解，修炼要着眼于大处而不是小处，不要排斥，而要包容。

天地包容万物是因为无我，宇宙更是包容了丰富多彩的生命，和他们无数的思想与行为。

从另外一方面来说，其实救人的实质是法，“真善忍”才是引起众生本性共鸣的东西。外在的技能完美、完善，只有在大法弟子符合“真善忍”法理时，才能帮助启发众生佛性；带有执着自我观念所做的事情，即使表面做的再华丽优美，如果失去了“真善忍”的内涵，又能让众生认识到什么呢？旧势力在这次正法中的自以为“完美”的安排，完全达不到更新宇宙的目地。所以，要着眼于大处，着眼于实质。

正法走到今天，同修的差距已经拉开了，各种心性都有，救度众生是整体的配合，不是一个人的事情。用自己的心性，做事的方式，材料的精美，来要求别人也一致，是不合适的。你的认识在更高境界来看，还是永远正确吗？你的心性按照更高境界要求，不也是低的吗？都得按照你的认识才能救人，那么新出来的同修就不能做救人的事情了吗？看到同修有不足，提出自己的想法就行了，只要不是破坏法，能达到的救人目地相同，就行了，求同存异，不一定非得争个你对我错。实在觉的有欠缺，可以默默的帮助同修修补的更完美，何必必须以我为中心、排斥同修呢？更不要采用拉帮结伙这个常人最不好的方式。

更重要的是，执着自我是一个大漏啊，正法中旧势力被淘汰都是对自我的放不下。我的对，我的好，甚至于与创世主对抗，也要坚持自己的，这是一个重大的历史教训，我们不能不引以为戒。

师父告诉我们：“师父在最后等着你们！”[1]那么最后是什么状态、心性境界的要求是什么呢？师父讲：“修成无私无我，先他后我的正觉”[2]，这是对我们要求，其中包括了心性、形式、观念、存在方式等各个方面。让我们放下自我，赶快精進吧，别让师父久等。

以上是个人的一点认识，引用师父讲法部份还有更深内涵，不当之处请同修慈悲指正！

注：[1] 李洪志师父经文：《致台湾法会的贺词》

[2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈佛性无漏〉

我发正念长期倒手的问题终于解决了

文：大陆大法弟子

看了同修的交流文章后，我终于认识到我发正念长期倒手的原因，主要是两条，第一条和文章讲的一样就是没有按照发正念的基本要领去做，第二条是习惯性的安逸动作，就是习惯于后背靠着沙发或椅子发，这两个问题招来了邪恶的干扰迫害，致使发正念都十五年了，发正念倒手、合掌、睡觉的问题长期存在，又是否定解体邪恶干扰迫害、又是各方面找心性上的原因、又是想了各种人的办法都无太大效果。

这回看了同修的体会文章才明白，是发正念没严格的按照法的要求做，身不正，形不正，还习惯性的求安逸，这些都成了邪恶干扰迫害阻挠我发正念让我倒手的借口了。认识到了，立即四邻不靠的坐地上，按照发正念的基本要领发，主要是腰直、背直、颈直、头直，手立胸前自动就到位了还真不倒手了，思想还不乱想了，也不睡了，效果立竿见影。只是头几次发严格正身形，感觉后背非常累，坚持两天后就好了。

这也让我对师父一再强调的要做好三件事有了新认识。原来我一直在认识上混淆了做三件事和做好三件事的区别，心里想的更多的是三件事别落下。这回我认识到做了三件事和做好三件事不是一回事，只满足于做了三件事，而没在做三件事的过程中时刻向内找，按照法的要求归正自己的一思一念，让心性在做三件事中不断的升华，那时间长了这三件事做的就容易流于形式。面对三件事做的还明显不太到位的同修，还容易产生自己三件事都坚持在做，修的挺好的错觉，对一些看似修的挺好，三件事都做了的同修还遇到了干扰迫害甚至离世还觉的不理解。

没在做三件事的过程中遇到的是是非非，坎坎坷坷，顺利不顺利，顺心不顺心中对照大法找自己还存在的问题，不断的修正自己，就不能算做好三件事，因为自己没有升华。这还容易受到邪恶的干扰迫害，因为它们找到了迫害的最大借口，就是你没按照法的要求做，你没修自己，在耽误时间。

把救人的真相资料撒遍山村民宅

文：大陆大法弟子

我们县城区里大法弟子多，真相资料到处可见。通过了解得知，我市有些乡镇大法弟子很少，有的乡镇只有几个人，并且至今也不敢走出来讲真相，所以很多偏僻农村十多年也见不到真相资料。我想尽自己所能，把救人的真相资料撒遍山村民宅，给每一户众生一次选择得救的机会。

从二零一零年初开始，无论是寒风酷暑，只要客车通，我都坚持到村里发大法真相资料、劝三退。在师父的加持保护下，在同修们的配合支持下，我突破了重重困难，走遍了三个乡镇，现在是第四个乡镇了。

这些乡镇的每个村，几乎每户都留下了我救人的脚印。因为我每次发完资料，都用笔记下街道、门牌号，没发的下次接着发，哪怕是山坡上的住户也一家不漏。这是我自己给自己订的目标。我想大法弟子想干什么，就应该用心干好。

一、苦中乐

前几年真相资料少，一周我只能去一次农村，后几年真相资料多起来，我就三天去一次，两天去一次，现在是一天一次。看到家中锁门的就放一本真相期刊，不锁门的我就进家讲真相、劝三退，讲完就送他们真相资料、光盘等。

刚开始几年没遇到什么麻烦，一只手提一包资料，一只手提一包光盘，挨家进，不知害怕。后被人恶告，我担心真相资料会被村治安或警察夺去，就采取先把资料发完，再讲真相。冬天、春天每次都是二百四十本真相期刊，内夹一个单张，装在自封塑料袋里，再提一些光盘。因拿资料多，以发为主，见人就讲真相、劝三退，讲完再送光盘等。

在雪花飘飘的冬天，大清早手冻僵了，有的山村不通客车，我提着这些东西得走七、八里山路才能到。也有的时候遇到好心人把我捎进村。二零一六年的夏天太热，村民们都在大街小巷乘凉，他们看见我发真相期刊，吓得大惊小怪，人多嘴杂的，

有的要举报。为了避免不必要的麻烦，我就选择中午去发，因村民们午休时街上人少。我想一定要叫他们明白真相，因为他们被毒害的太深，从未见过真相。

这样我每天带上一百五十份期刊，内夹两个单张，其中一定夹一张《给有缘人的一封信》，还带一些真相光盘。坐客车到村子里发，发完随着客车回来，遇到人就讲真相、劝三退，再送真相资料。有的山村建在山坡上，我累的直喘，汗水顺着脸往下滴，汗水浸透了衣服，全身似洗了澡一样，口干的发苦，每天中午如此。但想到众生能明白真相，泪水笑着流了出来。

有一次，我到一個村子发了一半资料，就下起了瓢泼大雨，我冒雨继续发，有好心人在胡同里叫我过去躲躲雨，我说：不用啊，谢谢。还有的人问我图个啥，我说：不为名利，你能得救就好。这个村发完，要到另一个村坐车。雨仍下个不停，要过一条小河，浑浊的河水看不见底，不知有多深，四周一片田野看不到一个人，心里有点怕，但想到有师在、有法在，不怕，就过去了。虽然衣服全湿透了，但回头看看这一百多户的都能看到真相了，心里觉的踏实。

我每次出了村都感恩师尊又一次保护了我。

二、众生给我鼓励

有好几个同修告诉我，说我发过的乡镇，她们在集上讲真相好讲，三退的也多，没讲过的乡镇就只好退。

有时我也去我发过的乡镇大集上讲真相劝三退，有的人讲江泽民被起诉，讲的头头是道，说人家法轮功讲的真是理。我想这是师父用常人的嘴来鼓励我吧，没有白做。

由于常年坐客车，爱听真相、做了三退的司机很尊敬我，这样客车成了我讲真相、劝三退的场所，有的司机还帮着讲。很多客车上的人都认识我，我一讲，他们说不用说了，你发俺村的小本都看了，小本上讲的有道理，给我们退了吧。

有个几百户的村，我最后一次发完后，挨家劝三退，他们已看过真相资料了。我刚想进这家，家里出来一位五十岁左右

的男子，他说：大姐这每个家发的东西（指真相）是你发的吗？我说是。他又说：太佩服法轮功了，这共产党这么抓，你还敢大白天发。我看过你上次给的光盘，太好了，法轮功真了不起。他告诉我真名做了三退。

还有很多村民叫我去家里吃饭，还有拿水果的，我都婉言谢绝了，还有的端水的，实在太渴了我就喝碗水。

还有一次，资料发完了，我朝大街上一大堆人走过去讲真相、劝三退，不料村书记也在那儿，要看我身份证，说我反党等。我告诉他，中共灭亡是天意，希望他快明白真相三退，大难过后留下来还当村官，更好的造福这一方百姓。我朝大伙说：天赐幸福保平安，免费的光盘谁要？十几个人一下子将光盘抢了个空。

三、向内找一念之差

二零一六年二月份，我去了一个百里外、大山里边有六百多户的山村，老百姓从没见真相资料，受中共谎言毒害太深。第一次我拿二百四十份期刊，发到一多半时，被一群男女跟上了，一男子抓住我，打电话找村书记，书记没来，我当时想到的是绝不能让众生造业。我说：这些资料是大法弟子省下的钱做的，是来救你们全村人的命的，快松开手，我发完你再抓也不晚，否则我还得来发。我一甩手撒腿就跑，然后我就跑步发给每家，他们在后面追，趁他们不看见时，我把一大半资料放在草堆里面，拿出几十份跑步发，在一转弯胡同门口，有一个小矮院墙，我就躲在下边，求师父保护我。他们过来怎么找也看不见我，找了一会就走了。我出来把包里的资料发完后，去拿草堆里那些资料，胡同头还有人在，我当时发正念叫他们别转头，我就贴墙走，把资料拿走去东街发完了。

因为这村没发完，第三天下雪我又去发，资料不够没发完，我又去发一次，在大街面上发时，被一位五十岁左右的妇女抓住说：反党的今天又来了，这一下跑不了。她招呼人叫打电话报警，围观的十五、六个人谁也不听她的，因为互相夺包我俩

倒在地上。她说把资料给她，烧了就叫我走，否则就报警。我说不能眼看着你造业。我这时心想应该向内找了，哪里不对了发生这样的事？我发现自己对这个女人有怨恨心，我马上发出一念，解体操控她背后的一切邪恶因素，我是大法弟子应该慈悲她。在一瞬间，她说：大姐咱俩歇歇吧。她松了手。我给她讲真相，她说你走吧。我又开始发，发完了资料出了村。

四、被绑架后实修自己

有个大村我已经发三次了。在最后一次发资料时，我正在弯腰给一位老人讲真相，突听背后一刹车声，转身一看是警车，下来两个警察，我笑着说：你们怎么来了？他们大骂，夺去了我的包，把真相期刊倒在地上照相、录像，把我拉上了警车，车窗开的，我对围看的人说：大家别害怕，我一会儿就回来了。

去了派出所，国保队长来电话叫我接，说：你整天跑这个乡镇吗？我说如果这个乡镇人都能得救，你们政府还得感谢奖励我呢。我给派出所警察讲了真相，十多分钟就放了我。为了证实法，别叫众生害怕，我当时返回这村，围看的人还没走，我对他们说：我说是真的吧，不一会儿这不回来了，现在谁也不抓好人。我用行动告诉他们好人抓了也得放。

又一天中午，我在一小山村发资料，发完后，得走几里路才能坐车，半路遇上警车，两个警察其中一个我认识，他破口大骂，我就发正念，不让他犯罪。他骂完说：滚。我说：你们慢走，一路平安。我看他们的背影，心里可怜这些人被邪党洗脑毒害太深了。这个乡镇发完后，我亲自去派出所送真相资料。

虽然被抓后又放了，这也是我有漏，被旧势力干扰。向内找，想起这期间参与一件事情，我们几个大法弟子想帮助常人做一件好事，结果黄了，其实用法来衡量是做了一件不合法的事。师父说：“因为看不见事物的因缘关系，就是这个事到底是好事还是坏事，存在着哪些因缘关系。一般的修炼者没有那么高的层次，看不到这些东西，所以就怕表面上是好事，一做说不定是坏事。”[1]当时我参与了此事，快办成了，硬被常人给弄砸了，其实师父提前在梦中点化我了，我悟反了。并

由于此事在同修间造成间隔，干扰了救人。

其中A同修，我们十多年配合救人，从没红过脸，这次她像变了个人似的，什么难听的指责话都说了，说此事砸了是坏在我手里，不想再和我配合救人了。我想：她跟我配合救人，多年来总是任劳任怨，再苦再累从不叫苦。我没有动心，心想，她就是脾气不好，别的都很好。这也许该我提高了。可是过了好长时间，我跟她站在救度众生的基点上好好谈了谈，她还是那样不理我。

我向内找也找不着根，难道我几次被抓产生了怕心？还是什么人心应该去了，为什么同修没完没了？一定是我哪不对了？心里说：师父，您叫我协调跑腿我没做好，叫师父失望。不由的泪流满面。我一遍一遍的背法：“大觉不畏苦”[2]，背着背着，突然一股慈悲的力量打入微观，身体被震动，忽然不知怎的我放声大哭。我跪在师父大法像前：师父啊，弟子错了，对不起您，对不起众生，对不起参与此事的同修，在众生急等得救之际，我却做了不合法的事。我忽然间明白了，我到底错在哪里了，我向内找是有条件的，我一边自己向内找，一边又要求同修向内找，这不是真正的向内找，根本就不符合法，我亲身体会到，真正的无条件的向内找，思维一点一滴都不找别人，就找自己。这时我马上打电话给同修，哭着说：都是我的错，这事我不参与不会出现这样的情况，对不起你们几个人，请原谅我吧。我承认错误。同修的态度马上变了，现在我们又相互配合救人如初。

作为修炼人，我悟到遇到问题就得找自己的错，是自己的错必须承认，别人的错那是别人的事。师父看见我真想找自己，就把向内找的法宝打入我生命的本质。真是“修在自己，功在师父”[1]，差一点也不行。

五、警察也是等救的众生

警察是真正被迫害的可怜的众生，整日被邪党洗脑，为了养家糊口，为了生计做了警察。从法中得知，也许在天上下来时，他们不想当警察，因为剧本中正负演员都得有，所以说这

些警察是被旧势力安排的，也是等救的生命。

几年来，我一直没间断给公安、派出所送真相信和有关资料，常给国保大队长打电话讲真相，有时讲二十多分钟，当然打之前，先打好底稿。二零一五年诉江时，听说公安从市区截获大法弟子的诉状，我打电话告诉他，诉江是天意，千万别做违反天意的事，那要遭天惩罚的，会祸殃子孙后代的，同时讲大法真相。后来得知全国各地为诉江遭迫害的大法弟子不少。我又用心写了封真相信，花了一百一十元钱买了个随身听，录了传统文化，我把真相信和随身听送给他。当时他和一个警察在场，我说这小机子是我从生活费中节省下来的钱买的，你们这个岁数根本就不知道什么是传统文化，要珍惜，一定要用心听啊！我又诚心的说：今天主要和你说说诉江的事。你们回想一下，迫害法轮功十几年了，你们一直跟江泽民不回头，跟着瞎跑，现在你们也该清醒了，看清形势，迫害法轮功的劳教所都解体了，迫害法轮功的高官纷纷落马，树根都拔起来了，你树梢还能活几天？我们师父慈悲，一直给警察得救的机会。现在诉江是天意，罪都算在江泽民身上，你们是被利用的，也是受害者。天象变化谁也挡不住，迫害法轮功的高官遭恶报。希望他们心存善念，善待、保护大法弟子，将功补过还来的及，将来法轮功真相大显，有人诉你们，如果你们从现在开始做好，我将站出来替你们说话，怎么样？为诉江你们不能动大法弟子，只有保护，为你们的妻儿、为养育你们的父母想想吧！说完，我刚要骑车走，他俩都喊：小心点，现在是下班时间，车多慢走。我说谢谢。

不论我在哪个地方被构陷抓去派出所，国保大队长就告诉他们我有病不能抓，就把我放了。一次还用车把我送回家。有一次还把以前在我家拿的两个 MP3 还给了我。

我知道，我能走到今天，不管做了多少，每一步都是师父和大法的力量。我每天重视学法、背法。时间抓的很紧，夜间十二点以前没有睡觉，都是发完正念再睡，虽然每天身体很累，

我所去过的村，村村撒满了小册子、光盘，很多人明白了真相，这里面包含着多少同修日夜默默无闻的配合和辛苦付出，我只不过是完成最后这道工序，跑了跑腿。想到有多少同修在为救人这件事上奔忙，在此感恩师尊的慈悲苦度，只有实修才能报师恩。

双手合十！

注：[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父诗词：《洪吟二》〈正念正行〉

修炼处处有神迹

文：山东威海大法弟子

我一九九九年得法。刚刚得法的时候，象孩子得了宝，成天就知道拿着宝书看，白天看，晚上看，累了睡，醒了又看。白天有炼功的跟着炼，晚上有炼的也跟着炼，哪有放师父讲法音像的就跟着看，时刻都能感受到大法的威力，感受到师父的慈悲加持。

修炼才几个月，迫害就开始了。那时电视天天造谣污蔑大法和师父，出门看到大街小巷的人都在议论着喉舌媒体的谎言。我心里很难受，告诉他们那都是假的。他们不信。没办法我就去买了一盒粉笔，出去往墙壁、电线杆、石板等显眼的地方就写：法轮大法好！真善忍好！还大法清白！还师父清白！我想：邪不压正，总有一天你们会明白的，我们要把法正过来。

七分钟

有一次，我拿一包资料，刚要出门丈夫回来了，他一看我要出去发资料，顺手拿了过去，说他去发吧。我说：不用，你回家吧，我一会就回来。结果一大包资料我一会就发完了。回家一开门，看见丈夫在客厅转悠，他说：你不是去发资料去了吗？我说：是啊。他问：发完了？我说：当然。他说：你看看钟。我一看：才七分钟！我知道神迹出现了。那天以后我更有信心了，我知道这与学法有关，从此我有时间就学法、背法，

听师父的话做好三件事，担负起自己应当担负的使命。

一天下午，我准备三点半出门接孩子，因为学校离我家比较远，我平时都是提前出门，边走边救人。可是那天我因为找手机软件和翻墙软件，耽误了些时间，一抬头发现已经四点了。我赶紧背上书包出发，也没想晚不晚的，到学校一看时间，那么远的路才走了十一分钟，这在平时根本是不可能的。

飞飘

有一天晚上，我到面粉厂门前，我看到那个地方适合贴不干胶、发资料，我就把一份资料放到大门的一侧，并发一念：有缘拿到，没有缘的也不准捣乱。厂子的门前两边各有一根大粗电线杆子，电线杆下面有又长又宽的大沟，沟两边的泥边很高。怎么办？我想：师父就在我身边，我一定能行。结果我一下子就跨上了一侧电线杆边的泥边上。这时有人来了，我又立刻发一念：请这个人不要回头。那人就真的没回头。我把两根电线杆子都贴上了真相不干胶。发完资料回到家，看看钟，也没多长时间，看看鞋，一点泥也没有，再回想在面粉厂两根电线杆子上，自己象飞飘过去一样，没耽误一点时间。

修炼路上经历的神迹还有很多，就不一一列举了。师父说“我们是修神的，那一定是有神迹存在的。”[1] 我们有这么伟大的师父精心呵护着我们，鼓励着我们，弟子无法表达对师父的感恩，只有实修，做好三件事，才不辜负师父的慈悲救度。

谢谢慈悲伟大的师尊！

注：[1] 李洪志师父著作：《各地讲法五》〈二零零四年美国西部法会讲法〉

正念对待“难受”

文：新泽西大法弟子

在学法中悟到一个道理的时候，那种瞬间升华的感觉一直想跟大家分享，但又觉的自己的认识在大法里实在小之又小，所以一直不曾起笔。这段时间经常听到或读到关于同修的病业的事情，觉的有些看法写出来和大家交流一下，互相提高或许

会有帮助。自己在有些困境中的时候，悟性上不来，穷尽人的办法也无能为力，这时回到学法中，学完法后发现一切都变了。所以也想借这个交流彼此鼓励多学法。

有种观念，觉的修炼枯燥乏味。其实不是，修炼那里面有更高的快乐，无边的乐趣。修炼中悟到那些理的时候，随着思维的打开，用更智慧的眼睛看世界的时候，回头再看看苦苦挣扎的过去，即使从常人角度来讲，那种负担的放下也会让人生的旅途更加轻松。

有的学员身体难受，忍受不住，观念上认为某个病来了，就去医院治去了，结果破财遭灾，不但遭罪，有的甚至去世了。其实从常人角度讲，有限的科学手段通过实验得出的那些治疗方式，对人体这么复杂的一个系统，很难保证没有连锁的副作用。就像现代科学对地球的影响，属于破坏性和不可逆的。尤其是西医这些药物，本身就有一定毒性，俗称是药三分毒，用它来治疗就像饮鸩止渴，以恶制恶，因为它的效力很低，表面上是用更毒的东西把那个能查到的病毒处理了，病给盖住了，久之捂多了药量大才能治，把免疫系统还破坏了。一个常人同事，小孩自幼一有啥发热就去医院，后来每个月都去，几乎离不开医院了。而我家的弟子，自出生到现在六岁，除了体检和法律规定的疫苗避不开之外，身体非常棒，没去过医院。

业力那个黑的东西不让它发出来，那以后它还会发出来。只有修炼，才是从根上去掉这个业力。我悟到现在真要返出来那些业力反而是好事，要不等以后再返，还连本带利了，还的更多。

而且修炼人遇到的这些事都是在消业，常人那叫还。用人的方法是治不了神体的。在一走入修炼的大门，师父就已经将我们的身体净化到没有病的状态了，也就是说我们本质上是没病的，除非是自己那种观念的惯性思维去那样想，实际就是去求，那病的状态就更象了。病的根是自己不好的思想，真正的对症下药是辨识出那些不好的思想不是自己，正念对待业力上来时的难受。

真正听师父的话

文：辽宁大法弟子

近期有同修问我：你为什么在十多年的修炼路上走的这么平稳，没有被邪恶迫害，而且还能为大家提供稳定的集体学法环境，帮助遇到魔难的同修，并且稳定的运作家庭资料点呢？

我就交流一下这方面的体会，那就是：真正听师父的话，重视学法、发正念，这样才能在讲真相救人的路上走的平稳。

一、重视学法、发正念

我是一九九七年得法的。其实修炼前我这个人比较笨，思想业重，头脑静不下来，做事不能专心致志，小时候经常一边写作业一边听收音机、看电视。

修炼后，有一次深刻的教训，就是邪党迫害法轮功之后，二零零零年，我上北京证实大法，被绑架，后被非法劳教两年。出狱后，我吸取教训：不能学人，只能学法，认真学法。我看到师父讲了背法的重要，我就听话，背法。

开始背法时，很艰难，背不下来，中途放下好几次。但是我想必须听师父的话，别无选择，最后，经过一年多时间，终于背下来了一遍《转法轮》。邪恶迫害这些年，我之所以没出什么大的偏差、能够走到今天，全靠多学法。

我学法的方式是背一遍《转法轮》，通读一遍，背一遍，通读一遍。比如，今天背第一讲，明天第二讲，背完第九讲之后，明天再通读第一讲、第二讲。这些年就是这么走过来的。同时我重视发正念。每天看明慧网交流文章。虽然我不是聪明的人，但是这十多年，我在师父的呵护下还是走过来了。

我没有什么轰轰烈烈的事，只是知道：很多关难在不知不觉中，法就给化解了。举个例子：去年下半年，因为实名诉江的事，我市各个派出所按名单骚扰大法弟子，有时同修见面一问，几乎没有不被骚扰的，只是骚扰程度不同。直到有一天，我们学法小组的一个同修被绑架了，有些同修出去躲一躲，我也感觉到了压力、怕心，但最后想到师父的法：“一个不动就

制万动！”[1]我坚信耶稣被钉在十字架上的事情不允许再发生。我只有一个方法：多学法，加长学法时间。我背完师父的新《论语》后，每天默写一遍。每天上午整点都发正念，那是师父给的佛法神通。一天晚上，我出去邮真相信，刚出门，派出所警察来我家，见无人开门就走了。以后再也没来骚扰，我该干什么就干什么。法的威力就是大。学好法，就能按师父安排的路走，不该发生的就发生不了。

有时本地出现邪恶干扰，自己感觉状态不好时，就学法，除了学法没有办法。记的有一次，我学《转法轮》，从早上看到晚上，正好看了九讲，感觉状态好了，脑袋清亮了，周围清朗了，啥事也没有了。状态不好时，我就加倍学法，把困和迷糊状态学过去，连着学两、三天就能冲过去。

记的二零零五年，本地很多同修被绑架，有人让我们躲一躲。我想只有大法和师父给的佛法神通（发正念）能解决问题，我不想分析表面的什么事情并胡思乱想，因为不是人对人的迫害，大法能破除所有的邪恶因素。我就是发正念，结果安然无事。

平时，师父的每篇新经文我都及时背下来。这十多年来，我就是靠听话、靠学法、发正念，化解了很多魔难于无形之中。

二、放下自保的心 让同修参加集体学法

一天，我和丈夫在超市遇到一个同修，我并不认识，是从明慧网上知道她被绑架刚出来，她的学法小组不让她去了。丈夫就说“我家有个小组”，并当场留了电话。当时我的怕心就出来了，等车时说：“请师父安排吧，是同修就让她来，不是就让她忘了这件事。”

到了学法那天，我从家去车站接她，临走前我和师父说：“如果不是同修让她找不到车站。”但向内找，我还是自保。我到车站接了同修，从此她在我家学法了。她读法总读错，因为错的太多没法一一纠正，过后我与她交流敬师敬法的问题，一点点纠正她，让她不感到紧张，让她在放松的状态下改正。她自

己也觉的进步挺快，学得挺好。她后来她回到原来的小组，小组同修说：“你读法进步太快了。”她说：“那个小组可好了。”

十多年来，一些没有地方住、流离失所的、来学技术的同修也到我家来，因为觉的环境宽松，同修没有顾虑，说我家象大法弟子的家。我想可能我当初发愿，这个环境是给大法弟子准备的，都是大法资源，就给大家用，环境是师父给的，集体学法的形式是师父留下的，大法弟子就得听话保持下去。

有时自己也有干扰，就是一放松，周围就来干扰，让放下大法书，干常人事，晚上十二点发正念也起不来了，听不到闹铃。连着两、三天起不来，原因就是学法、发正念松懈懈怠了，或者干常人事了，注重吃穿了，我就在睡觉前求师父让我起来，同时去掉常人心，不断强化自己的信师信法的心。在常人社会中修炼干扰多，有时候买东西、吃穿不注意，就在放纵执着，这样学法和发正念就迷糊。

三、讲真相

我悟到：讲真相能力可能因人而异，但学法和发正念不存在能力问题，就是听不听话的问题。执着心的修去有个过程，但是做到这两件大事，其实不费力，就是信师和听话问题，做到了就没有大漏。

我以前不爱和陌生人主动说话。但是师父让走出去讲真相，我必须听话。开始出去，一天也讲不上一个人，我就坚持，天天出去，终于就讲上了。现在也天天出去讲。

开始发明慧期刊也是，一次我在路上给一个四、五十岁的男子一份期刊，他看上去没想要，我就把期刊让他看，他一看是真相，就说：“真相我就要，我就爱看真相。”拿了一本走了。

一次有一个高个男子，看上去不善，到跟前我不想给他期刊，觉的不安全。但是马上想到头一天看明慧网交流文章，同修觉的一条路有危险，不想走了，马上归正一思一念，破除负面思维。我就给他明慧期刊，他问是什么？我说：“法轮功真相资料。法轮功是被迫害的，你看看真相，不是电视说的那样。”

他接过期刊说：“啊，谢谢。”

世人在等待大法的福音。那天遇到一个女士和她八岁的儿子，我说“送给你个真相光盘。”小孩对我合十，说谢谢。一次在公交车上遇到一个女士，我与她讲真相、劝三退，她最后赞赏的说：“你看法轮功，心多齐，坚持到现在！还告诉老百姓真相呢。”

以前我不会向内找，随着重视学法，大法给开启智慧了，会向内找了。比如在讲真相中，有时遇到这样的人，表现出非常反感，说谁谁有病不吃药死了。我就如实跟他讲：“我就是炼法轮功的，书中没有说不让吃药，我过去是患类风湿的，医学上说的不死的癌症，但我炼功之后好了，那我还吃药干啥。那医院治病有的没治好还死人呢，个人因素到底怎么回事谁也说不清，那你能说医院不好吗？”可是不论怎么说，他就是不认同。回家学法，悟到是我自身还有不信师不信法的因素。

通过面对面讲真相，找到了许多的执着心，如遇到这样的人，讲法轮功真相都认同，最后却说咱老百姓过好自己的日子就行了，别管那么多，胳膊拧不过大腿。回家学法向内找，发现自己有一颗保护自我的私心；有时遇到态度不好的人，我有一种想压倒对方的邪党文化的争斗心、怨恨心；遇到说话行为不太检点的异性，说明自身还有隐藏的色欲心，等等各种执着心。在今后的修炼中我会努力的修去这些心，把今后的路走的更正。也请大家千万重视学法！

注：[1] 李洪志师父著作：《美国中部法会讲法》

用贺卡给公检法司、政府人员讲真相

文：河北大法弟子

元旦、大年将至，我们地区一些同修采用了用贺年卡救人。在十多年的讲真相救人中，我们深深感到，政府人员、警察、司法的人员最难救度。一来他们是执行江泽民迫害法轮功邪恶政策最基层的人，二来他们受毒害最深，法轮功的资料不看。

我们用贺年卡这种形式，容易做到让他们拿起来看，再者我们也把救他们的真心倾诉出来，抹去他们心灵上的污垢，唤醒他们明白的一面，使他们早日得到大法的救度。

我们的做法是：买三十二开两折页的常人用的贺年卡，扉页上写上：“祝×××新年快乐，身体健康，万事如意，全家幸福平安”的字样。中间的活页（一张B5纸）的“人生寄语”写上启发他们善念的寄语，尽量站在他们的角度上救他们。扉页上的字要手写，写的一定要规范漂亮，“人生寄语”手写也可打印（打印要打成楷体字样）。寄信也行，近的插在门上也行，真接面送，送到单位收发室也行，很方便。有一同修说：我们要用心去做，让他接到就“爱不释手”，我们一定能救了他们。

想借明慧一角发表出来，请同修们修正、完善。多一条路，多一个方法，救度更多的众生。把我们写的几条“人生寄语”附在下面。

寄语一：善心得报 碧泉长清

据传说，明朝有两位姓苏和姓张的道人，在西宁西元山一带修行，万历年间修成得道，留下了一些神奇的传说。

一天，苏、张二人化缘至西宁黄树湾地界时，口干舌燥。正好有几个村民挑着水进了村，苏真人上前化缘求施主给口水喝。可几个村民见二人道袍褴褛，满身灰尘，谁也不肯施舍一口水。其中一人还轻蔑的朝他们吐唾沫。

一会儿，一个年轻女子挑着水来了，苏真人近前道：“女施主，化口水给我们喝吧！”这女子赶紧提起勺子，在桶里舀了一勺水，递给二人说：“喝吧，喝完了我再去挑。”苏、张二仙喝了些水，苏真人故意将喝剩的半勺水倒回桶里，向那女子道：“对不起女施主，嫌不嫌我弄脏了你的水呀？”那女子慨然道：“道长说哪里话，你们出家人不吃荤腥，怎么说弄脏了我的水呢！”

苏真人指点说：“女施主，你把水挑回去后，倒进缸里，

这缸里就会永远有水，只是注意，不要把水舀干净。”说完二仙就不见了。

自那以后，黄树湾以下一段河水、以上一段河水慢慢枯竭，就连泉水都干涸了，周围村子里的人都要到很远的地方去担水，唯独给苏、张二仙水喝的那个女子家，缸中的水犹如山泉，常年不干。

践行“真、善、忍”的人是真正的好人，法轮功的著作翻译成三十多种文字在一百多个国家和地区洪传，法轮功是高德的佛家大法。

在您的权限内，善待、保护法轮功学员会给您积下永世的福德。真心愿您及全家平安幸福。

寄语二：新修订的《警察执法过错责任追究规定》透露的信号

从二零一六年三月一号开始，新修订的《公安机关人民警察执法过错责任追究规定》正式施行。旧规定中因执行上级命令而犯错，可以不追究警察责任的条款，在新规定中没有出现，这透露出一个很重要的信息：如果上级的命令是错误的，那么警察有拒绝执行的权利。

新规定中规定：“因故意或者重大过失造成错案，不受执法过错责任人单位、职务、职级变动或者退休的影响，终身追究执法过错责任；如果在执法过程中存在因贪赃枉法、徇私舞弊、刑讯逼供、伪造证据、通风报信、蓄意报复、陷害等故意造成执法过错等情形，将被从重追究。”新规定的出台无疑是告诉警察，在迫害法轮功问题上，只要是不合法的，警察就可以不执行，因为执行了错误的命令将来是要被追究责任的。

写在下面的话：

你们早知道，当权政府不想迫害法轮功，更不想为江泽民迫害法轮功买单。十七年和法轮功学员的接触中，你们知道法轮功学员是好人，所以有些人有时表面那样做做，实际在保护法轮功学员。现在越来越多的律师挺身而出为法轮功学员做无

罪辩护；有的法院不接法轮功学员的案子；近一年来，出现好几例当庭无罪释放法轮功学员的案例；还有一些律师公开提出清算江泽民迫害法轮功的罪恶。邪恶一定会被铲除，正义一定会被伸张。这是历史的必然。践行“真、善、忍”的人是真正的好人。警察的天职是管坏人、惩治坏人的，怎么能抓、打好人呢？呵护善良，保护法轮功学员，会给你积下永世的福德。真心的愿你们身体健康，全家幸福平安。

寄语三：历史的责任

“人性”本为善。善就是对别人好。如果一个人的一言一行，没有任何个人目地，完全为了别人，那是“人性”的高境界。

《三字经》的第一句话：人之初，性本善。中华民族被称为神州，是因为我们的文化是神传文化，这是我们华夏民族源远流长的血脉。我们的传统文化是以信仰为本，道德为上的。共产党来了，它宣扬无神论，不尊重自然万物，“与天斗、与地斗、与人斗，其乐无穷”摧毁了人类的良知善念，摧毁了人类的传统文明和道德观念。几十年来，造成了社会道德体系和生态体系的全面崩溃，使华夏民族的生存处于深重的危机之中。

“中国将向何处去？这样沉重的问题复杂而又极难简而言之。但有一点是明确的，如果没有中华民族的道德重建，没有重新清晰人与自然、天地的关系，以及，没有人与人和谐共处的信仰和文化，中华民族，不可能有辉煌的明天。”（摘自《九评》）

从新认识“人性”的标准，重建中华民族的道德基础，是我们每一个炎黄儿女不可推卸的历史责任！那是中华民族复兴、崛起腾飞的基石！

当历史翻过这一页时，谁能自豪的说：为伟大中华民族的复兴做了我该做的，他就是一个真正的中华儿女！

寄语四：骆驼找水

一对骆驼母子在炎热的沙漠中行走，它们十分干渴，就决定去找水。小骆驼正准备朝一个方向去找，但是骆驼妈妈那一

侧眼睛瞎了，什么也看不见，就认为那边一片漆黑，什么都没有。于是骆驼妈妈告诉小骆驼：“不要去那个方向白费力气了，那边是黑暗的。”小骆驼听了妈妈的话后，就朝另一个方向去找水，找呀找呀，找了半天也没有找到水，最后两个骆驼都渴死了。其实小骆驼最开始准备去的方向就有水，而且离它们不远。

没有经验的小骆驼找不到水，是因为无知；经验丰富的老骆驼找不到水，则是因为偏见。有时偏见比无知更危险、更可怕。

由于受过去媒体对法轮功造谣抹黑的影响，一提到法轮功，有的人就说法轮功不好。这里向你提出两个思考：一、为什么好多外国人也炼法轮功？二、为什么现在中国还有那么多人在炼法轮功？为什么他们锲而不舍的非要告诉你真相？

两个骆驼因为没有水，渴死在沙漠里。一个民族如果没有了“真、善、忍”雨露的滋润，你想想那这个民族还有未来吗？

寄语五：未读《转法轮》，做人有遗憾

阐述法轮功主要法理“真、善、忍”的千古宝书《转法轮》，从一九九四年出版至今已有二十三个年头，使全球一百多个国家与地区，超过一亿人身心受益、道德回升。现已被翻译成三十多种语言，令世界为之感叹！

法轮功是一九九二年五月由李洪志先生在长春首次传出，在中国开办了五十六期学习班。这些学习班的讲法内容，最后整理成《转法轮》一书，作为指导修炼法轮功的根本大法。由中国国务院广播电视部下属的中国广播电视出版社，在一九九四年十二月正式发行。

在中国大陆，《转法轮》曾登上一九九七年中国十大畅销书之一，尽管随着中共迫害法轮功而成为禁书，但却是“越禁越热”，十多年来透过“自由门”、“无界浏览”等翻墙软件在网络上免费下载此书的中国民众，已经难计其数。拜读者发出敬佩的感叹：“未读《转法轮》，做人有遗憾。”这是。读

一读《转法轮》，或许将给你的人生，带来意想不到的惊喜巨变。

寄语六：我曾相信……

我曾相信红军“长征”去陕北是为打日本，后来发现陕北没有日寇，去陕北是为了逃命和求得苏俄援救；

我曾相信抗美援朝是保卫国家，后来得知联合国军队根本不是要侵略中国，而是要阻止战犯金日成吞并韩国；

我曾相信饿死约四千万人的大饥荒（1959～1962）是因为天灾及苏联逼账，后来发现那些年风调雨顺，大饥荒是大跃进、赶英超美及支援“世界革命”造成的；

我曾相信“对越反击战”是自卫反击，后来发现是因为越南推翻柬埔寨波尔布特政权——一个杀害近三分之一本国人（含约二十万华人）的红色高棉恶魔集团，引起了中共的不满；

我曾相信美国打伊拉克是为了石油，后来发现伊拉克最大的油田合同被中石化拿去了；

现在，我知道了，黄世仁欺压白毛女是杜撰的；南泥湾种的是鸦片；半夜鸡叫是假的；雷锋做的好事，是到处摆拍出来的……

当发现了这些真相，我震惊了，原来我们一直活在这些“经典”的谎言中！

修炼交流摘录

长期以来，我发正念存在严重问题，经常倒掌，学法有犯困、走神的现象。当同修给我指出时，我会用各种借口来掩盖：年龄大了，容易迷糊；或早晨晨炼了，没休息好；今天跑的太累了，没休息。更不好的是，当有的同修提出我倒掌时，我心里嘀咕，你刚倒完掌，还说我，心里不服气。师父用同修的嘴来点我，我一次又一次错过了提高的机会，我应该向内找。发正念就是使用神通，发正念倒掌怎么施展神通，怎么去灭邪降妖呢？清除不了邪恶，怎么救众生呢？终于有一天我冷静的思

考，同修说我发正念倒掌，我遮遮掩掩骗自己，多少执著藏在心里。年龄大了，是常人的说法，我是大法弟子，走的是返本归真的路，是成神的路，越走越年轻，是我的观念不对。观念挡住我精進的路。自己不让同修说是党文化的那种强势和修炼上的自我，觉的自己修的好。这是一种最肮脏的、恶劣与狂妄的想法。遮掩自我的表现是在维护名，怕丢面子，而遮掩自我和维护名都是来自私。私是旧宇宙的属性，必须连根拔起。由于自己的私心掩盖滋养着困魔，困魔就捣乱。

——《修去掩盖 发好正念》

修炼的人要起就起正面作用。师父告诉我们：“因为大法的纯正、大法的威严、这个威德、这个力量、救度中正的一面的展现，那神看了都震惊，谁也不敢起负面作用”（《二零一五年美国西部法会讲法》）。个人理解：正法走到今天，不管做什么证实大法的项目，大家都平稳的做，乐观的对待。不要总是议论谁哪件事没做好、有什么不足，并去下结论。我们第一念如果是最大限度的解体邪恶因素的干扰，那么不管别人如何，我们自己起到正的作用，可能就是给众生创造机会，便于众生去选择自己的未来。（有改动）

——《起正面作用》

因诉江被绑架同修出来后，有地区同修在做行政复议，我和同修交流后，也有同修写了复议书，可当地最终都把复议书交给610，并扬言要如何如何，我考虑到，大法弟子所做的一切，复议的目地也是救人，但达不到救人的目地，那就换一种形式，于是我就帮助同修写劝善信，写给参与绑架的当事警察，具体办案人。因同修与他有接触，从绑架到非法关押的整个过场都与他接触，对他的举止言行有所了解，这样在劝善信中我善意的写到：你很年轻，很有能力，工作中可能有很多业绩，但你执行对诉江的法轮功学员的绑架是非法的，执行这一公务是执法犯法的。接下来讲了从法轮功是什么、中共江泽民为什么迫

害法轮功、什么是邪教、迫害法轮功没有任何法律依据、修炼法轮功合法、迫害有罪、法轮大法在世界的弘扬等法轮功的基本真相、善恶有报的实例，完全为他好的劝善，内容丰富，语气和善，对他当时的恶行，没有怨，没有恨，就象师父说的：

“句句慈悲透真忱”（《洪吟三》〈救人的是神〉）。一写就是一个通宵，写着写着，我自己都落泪了。从中我体会到了师父告诉我们的慈悲救人的含义。信写好后，同修亲自交给当警察。过了一段时间，我又让该同修去找他，救人就要真的把他救了，同修去分局找到了他，他说信我们都看了，写的真好。同修在和他交流中看到 he 背后的邪恶解体了，顺势就讲了“三退”，自然他也就同意了。这个警察就这样得救了。

——《诉江后给警察讲真相》

六月一号的判决，六月九号才送来判决书。有人说，你上诉都没有时间了。我想这上诉都没时间了，那就是师父安排的不上诉。这时，我在学法时突然悟到，批捕、起诉、开庭，判决，上诉，二审，整个一套司法流程全是在共产党的体制里，让你被束缚着往里钻，所以大法弟子遇到判刑的魔难时总是显得很被动。这就是旧势力的安排。师父连旧势力本身都不承认，那么我就应该从这个旧势力设置的司法程序中退出来。上诉、二审，想都不用去想，不去钻那些框框，从而更彻底的否定旧势力。那我该怎么做呢？我心中没底。后来我想到，我就把我在大法中受益的经历，遭迫害被冤判两次的经历，家人受迫害的经历等等，以喊冤的形式让大街小巷的人们都知道。这是一次向民众广泛讲真相的机会，我的经历能引起老百姓对法轮功学员的关注，不是在救众生吗？讲真相就是否定旧势力的一条光明大道。我的文档整理出来后，我首先给法官寄，给国保头目寄，然后同修们配合在全城散发，有力的发挥了向当地民众揭露当地邪恶的作用。诉江状写出来后，我又给公检法司相关人员陆续送去我的诉江状，希望他们通过我的经历引起思考，从而认识到这场迫害的邪恶。这件事一直坚持了数月。现在我的

环境很好，判决就象一纸空文，对我不起作用。平时没人来干扰我，追查诉江的去了别人家，也没人去我家。我觉的，在判刑问题上我基本是按着“全盘否定旧势力的一切”在做，只是可能有时做的好，有时做的差一些。我按照师尊安排的“全盘否定旧势力的一切”的路走，为自己开创了宽松的环境，也证实了“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟二》〈师徒恩〉）。
——《谈谈实修中全盘否定旧势力》

我想我得回单位正常上班，我就逐级找。最开始找的是组干科科长，当时是他欺骗绑架我的。他说：因为没有解除劳教（当时我在保外就医），还不是本市的人，不能上班。当时也有同修说：前几位回来的同修，即使上班的也只给最低生活费，不给开全工资。当时我想：只要讲清真相，相信师父，一切听师父安排，别的什么也不想。从我们单位到局大楼办公室，只要是开门的，我就进屋讲我被迫害的经历，大部份人能理解、也能听真相，但有时也有把握不好的时候，记得到纪委书记办公室的时候，他说了几句对大法不好的认识，我没守住心性，跟他大声争辩起来。当时他就说：你是来找工作，还是跟我吵架？我马上意识到不对了，我赶紧把紧张的气氛缓解下来。我意识到这也是修炼提高的大好机会，在这个过程中怎么提高心性，在各种不公正的对待中，怎么守住心性，讲清真相，把大法的美好带给世人。一天，到局长办公室，把我被迫害的真相讲给他听，他静静的听完，最后他问我法轮功怎么炼，我给他演示了五套功法。有一天，组干科长说让我写一个困难申请。回来后，我就想怎么写。第二天，遇到同修说起这事，他说：写迫害呀。是呀，就写迫害。我就把对我个人的迫害和给家庭与亲人带来的伤害，写了一封信，同修帮助整理后，我就交给公司了。一周后，我到公司继续找上班的事，经理说：写的信他看了，写的挺感人。他把书记也叫去说，跟局组干科商量怎么办，当时对方就说局长的意思叫上班。就这样，我堂堂正正上班去了。在邪党十七年对法轮功的迫害中，我在单位就是堂

堂正正的讲真相，上至经理，下至同事，有机会我就讲真相，跟我在一起工作时间长的同事基本上都三退（退党、退团、退队）了，公司领导大部份也三退了，现在基本上是我有时间就找他们讲真相。

——《学好法是救度众生的根本保障》