

明慧週刊



李洪志 甲申年十二月二十七日



WWW.MINGHUI.ORG

明慧网 第十五届大陆法会

特刊 [二]

- | | |
|----|-------------|
| 02 | 大法是我生命的根 |
| 11 | 层层诉讼反迫害 救有缘 |
| 23 | 把生命溶入法中 |
| 30 | 人间小住 完成使命 |
| 37 | 走过酷刑与黑暗的十年 |



大法是我生命的根

文：北京大法弟子

【明慧网二零一八年十一月五日】我是一名九零后。二零一三年走入大法修炼。修炼一路过来不能算时时刻刻都十分精进，但慈悲伟大的师父在这正法的最后阶段没有丢下我，将我从红尘中唤醒，带我回家。

一、辗转迷失终得法

爸爸和奶奶一九九三年得法，那时我两岁。小时候我并未读过《转法轮》，就只知道“真善忍”三个字。长大一点偶尔跟着爸爸去炼功点，但也不太明白是怎么回事。一九九九年法轮功遭到迫害。

那时我上小学二年级。我感觉周围的气氛全都变了，学校里的同学知道我家有个炼法轮功的爸爸，开始对我另眼看待，家里的亲戚朋友、邻居街坊也开始指指点点。周围的环境和气氛一下子让我抬不起头来，心里象压了一块重重的石头。二零零一年，我看到电视上的自焚画面，心里非常害怕，相信了政府的谎言。

后来我们家被警察抄家，爸爸被非法关进“转化”班。我每天都陷在失去爸爸的恐惧中，黑夜里我常常睡不着觉，望着门口盼着爸爸什么时候回来……我幼小的心灵上从此蒙上了厚厚的阴影，没有安全感，甚至自卑。从那时起我对大法有了很深的误解。

爸爸从“转化班”回来后就放弃了修炼。那时我更加相信政府，甚至还庆幸这样就能够让家里得以安宁。于是从此以后我把法轮功的一切深深的埋在心底，再也不想与任何人提起。

爸爸这一“转化”就是十年。这十年当中，我在党文化的灌输中长大，无神论根植脑中。虽然我曾以为没有了法轮功我的生活就会变的很好，可是我并不快乐。读高中时我得了抑郁症，天天以泪洗面，心灵很脆弱。可怜的我那时早已忘记了来在人间的风愿，在名利情中不断的追求，心每天都是苦涩的。

修炼后我才明白，这是因为我在常人中被污染得太严重，另外空间里有许多败物附着在我身上，它们使我变的消极厌世。但当时我陷入这种深深的痛苦里无法自拔，更不明白这种痛苦来自于哪里。我找来很多哲学书看，想试着弄明白人生的意义，为什么人活着这么痛苦？但是我并没有找到答案。也许是师父看到了我还有希望，也许是机缘已成熟，就在不知不觉中我的生命轨迹开始发生变化。

二零一三年的一天，爸爸突然醒悟了，从新开始修炼法轮大法。我知道后心里象是触电一样，小时候的恐惧、压抑的感受瞬间又被激发出来，如同最深的伤疤被撕开了，剧痛无比。我此时对大法的态度已经非常抵触，并且要想尽一切办法让爸爸再次放弃修炼。我开始不断的与他争吵，每次看到他看法轮书时就故意去打搅，不让他学法。我试着从物理、化学、哲学等各种角度与他辩论，想用实证科学来说服他。可每次爸爸讲到大法的法理时，我都哑口无言，这让我无奈、着急、气愤！

这个阶段正好是我在经历大学的实习期，单位里员工与老板每天都为了工资的问题勾心斗角，我也被无辜牵连，每天活得都很累。我开始思考：在这样复杂的社会里到底什么样的人才是好人呢？这时我想起了爸爸给我讲过法轮功中做好人的道理，于是我回家问他：“我不想学……但是我想知道应该怎么做个好人。”他说：“你要真想知道，你得自己看书。”

我知道爸爸是想拉我去学法，可我当时相当固执；可是又一想：其实看看也可以，看看法轮功到底讲的都是什么，怎么就能让爸爸这么坚定，等我弄明白了之后，一定再来说服他不炼。于是我答应了。

爸爸见状马上来了个激将法，说：“你别以为看这本书容易，你要真能把这本书看下来，我就服你！”这一下我还真不服气了，心想我这么多年看了那么多书，难道就这一本还看不下来么？我就一定看下来给你瞧瞧！

可是拿起《转法轮》来才知道真没那么容易。经常看见字在眼前，却不懂句意，有时看两行就犯困，看着看着就睡着了。 3

突然间工作也开始忙起来了，经常加班到很晚才回家，每天根本无心看书。我感到有无比大的阻力。可是又一想，已经夸下海口，要是中途放弃了真的是很没面子，所以我告诉自己就算硬着头皮也要把书看完。于是我把电子版《转法轮》下载到手机里，每天利用坐地铁的时间强迫自己看。每天坚持看，从不间断。经过几个月的时间，我终于把书看完了。

看完书的那天晚上，合上《转法轮》的最后一页，我内心无限感慨，不知道该如何形容那时的感受，只有相见恨晚！我在心里大声的喊：“为什么？为什么呀？为什么这么好的大法让我现在才看到啊！明明从小到大他就在我身边，可是为什么直到今天才让我走进他！”我后悔自己浪费了二十多年的时间，直到今天才如梦初醒。

这时我突然记起小时候和爸爸在炼功点炼双盘的那个场景，快二十年了不知道还能不能盘上？我试着把腿扳上来，没想到还真盘上了！但双腿剧痛无比，我闭上双眼强忍着，心想：“来吧，让所有苦难都来吧，从今以后不论如何痛苦我再也不会放下了！”

二、突破自我讲真相

得法之后，我一直很难开口讲真相。因为我总认为我一说，别人就会对我产生不好的看法，这个观念很强烈。我打算先从熟悉的人开始讲。

妈妈对大法也有很深的误解，且被党文化影响非常严重。不论我从哪个方面跟她讲，她都表现的极其反感，而且都能把我反驳回来。有一次我给她讲真相她又不听，我语重心长的对她说：“你知道吗，我这是在救你啊！……”她没好气的说：

“我就算下地狱，也不想得救了！”我很震惊，问她是认真的吗，她说是认真的。我真的很绝望，感到讲真相真的是太难了，给自己的妈妈都讲不成功，给别人讲就更不行了。我心情极度沉重，可是突然想起师父说过，在这世上就是有救不了的人。我想，这救不了的人中也许恰恰就有我妈，我不能为了这一个

救不了的人而不去救更多的人，我必须放下这个情。

于是我开始向内找，发现妈妈这个状态也许就是针对我的心来的。因为我不敢向别人公开自己的修炼身份，而与妈妈讲真相不用面对这个问题，我是想借用这个便利条件来掩盖我真正的执着——怕心。深挖我的怕心，其实是源于对名的执着，我强烈的执着于别人对我的看法，怕自己的自尊心受到伤害。而且我没有足够的信心告诉别人大法是世间最好的东西，这是根本没有做到百分之百的信师信法。妈妈的态度加强了 my 怕心和观念，我意识到只要一天不破除它，我就一天讲不了真相。

可是我是真的不会讲，心里很着急。于是我采用了一个很笨的方法，即开始大量的听学员交流文章，将听到真相讲的好的话原封不动的记录下来，然后一段一段的背下来，再写成自己的话理顺，这样积少成多，慢慢有了一些经验。

与妈妈讲真相失败了，我决定再从最好的三个朋友那里突破。有一次我们约定假期里聚会，我想就利用这次机会给她们讲真相。前期我做了很多准备，特意写了一篇专门针对她们讲真相的稿件，然后一个字一个字的把它背了下来，反复温习。我告诉自己，这一次我一定要突破心理障碍，告诉她们我修炼的事实。聚会那一天，我在去的路上一直高密度发正念，清除一切干扰我救她们的邪恶生命与因素，解体一切阻碍自己救人的思想念头与观念。

聚会时我一直找机会与她们说，可是却迟迟不敢迈出那一步，刚想开口，话又咽回去了。我内心翻江倒海，又急又怕。眼看聚会就要结束了，可真相半个字还没提。我心里开始发慌，赶紧借口去卫生间，让自己心情平复下来。我在镜子前看着自己说：“这次是来救她们的，放下自己的私，豁出去了！”

回到桌上，酝酿了两分钟，我说：“其实我今天来还有一件事想跟你们说。”这时其中一个朋友突然拍桌子，半开玩笑似的说：“你怎么现在才说！”我一愣，知道这是师父看我太不争气，用她的嘴在点化我呢。我说：“我想告诉你们的是，

我现在修炼法轮功了。”说出这话时我大脑一片空白，等着她们开始对我炮轰。可是万万没想到的是，她们特别感兴趣，赶紧问我法轮功是怎么回事？我就顺理成章的讲了法轮功真相，她们都很接受，最后还都同意“三退”了。她们表示，即使别人不理解我，她们会一直支持我。

这次的结果让我感慨万分，之前自己担心的事情一点都没有发生，真象师父讲的：“看着不行，说难行，那么你就试一试看到底行不行。如果你真能做到的话，你发现真是柳暗花明又一村！”[1] 我终于知道原来讲真相真的不难，难的是自己要有迈出第一步的勇气。

更神奇的是，就在我突破讲真相的第二天，妈妈自己主动找到爸爸，说她也想修炼大法了。我简直不敢相信自己的耳朵，幸福来的太突然。我明白，妈妈之前的状态是因我而存在，现在我已闯过了这一关，那个状态也就没有存在的必要了。我真正体会到，要想救人，一定要先修好自己啊！

三、剜心透骨过情关

得法后，我的第一个心性大关就是情关。对于我来说，这个很难，不要名利，也得要情。师父讲：“在常人中放不下的心，都得让你放下。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]

几乎在走入大法修炼的同时，我遇到了之前的常人男朋友。他一开始对我非常的好，让我对他产生了很强的依赖心。我当时却没有警觉，矛盾突然间爆发了：一次我去同修家没有接到他的电话，他特别生气，第一次向我提出分手。我心里非常害怕，感觉失去他就会失去一切一样，我不停的跟他道歉。可他居然要我向他保证以后再也不许做大法的事了，不许再和同修接触。我万万没有想到他会用大法来威胁我，之前他从来没有这样过。

我立刻明白：这一定是对我的考验，看我是不是真修，能不能为了修炼放下一切。我严肃的看着他说“这绝对不可能！”
6 他更加生气，一定要和我分手。我当时根本接受不了分手的事

实，一下子忍不住哭了。他问我：“在法轮功和我之间你选择谁？”我最怕出现的问题出现在我面前，我一点都不想做选择。然而他一点也不给我留余地，说：“我给你最后一次机会，答应不修炼我们就和好。你不需要说话，你只需要点头。我数三下……”我就象被逼到绝境一样，不知如何是好。我知道这一定是旧势力的阴谋，它们想利用他把我拖下去。这个时候我哭着闭上双眼，心里默想：“求求师父告诉我，我现在应该怎么做……”这时脑子里马上出来一句话：“你知道答案的。”我一下冷静下来，知道我别无选择，大法是我生命的根，谁也不可能让我放弃修炼的！我痛哭着摇了摇头，当时真尝到了“剜心透骨”是什么滋味。他一拍桌子头也不回的走了。

我知道我会永远失去他，心就象被掏空一样，在大街上不顾一切的痛哭。哭着哭着情绪慢慢稳定下来。突然间，他又出现在我身边说：“刚才对不起，我不应该逼你的。”此刻他完全象换了一个人，就象什么都没有发生一样，又同意和好了。我当时有点懵，不敢相信这是事实。我知道这一关我过去了，这一次我真正体验到师父说的那句话：“真正的提高是放弃，而不是得到。”[2]

过了半年多的时间，他父母发现了我送他的《九评共产党》，知道了我在修炼法轮功，逼他与我分手。正逢那时我姥爷刚刚去世不到一个星期，我与家人正沉浸在丧失亲人的痛苦当中，他此时提出与我分手，犹如晴天霹雳，雪上加霜。由于第一次经历亲人的逝去，家里一片混乱，亲戚朋友陪着姥姥哭，妈妈也跟着哭，爸爸不知所措也默默流泪。看着家里哭声一片，形势难以控制，我实在不忍心再告诉他们我也要与他分手了。晚上他给我打电话，哀求我放弃修炼，让我与他父母保证过平常人的生活。有了上回的考验，我这次更加坚决，说：“你现在就是让我去死，我也不会放弃修炼的！”他很快与我分手，很快的找了新的女朋友。

我一下子受到了失去亲人和男朋友这双重情感的打击，仿佛天塌下来一样，失声痛哭，但却不知道自己是为谁而哭，心

里只想起一句话：“百苦一齐降 看其如何活”[3]。

虽然分手时果断，但消去业力与情的执着却是个漫长的过程。分手后的几天，我一想到他心脏就开始绞痛，这种痛是实实在在的物质的痛。我知道是以前造下的业力才有了今天的魔难，我只能承受。然而强烈的委屈、怨恨、妒嫉的情绪无时无刻不围绕着我，我常常想起与他在一起的往事。一天晚上我因伤心过度而失眠，哭着跪在师父法像面前说：“师父对不起，弟子实在不争气，这一关我是真的过不去啊……”过了一会，手机里突然来了信息，一看是闺蜜发来的漫画，画面是这样的：一个人跪在地上求上帝保佑，然后他站起来开始往前走，走着走着突然从天上掉下来一块小石头，正好砸到他头上，他哭着怨上帝不管他。可是等他回头一看，上帝在他身后张开双臂，替他挡住了无数个砸向他的大石头。

这一定是师父在点化我，师父时时刻刻都在看护着我，我生生世世欠下的那么多业力师父都替我承受了，而此时我只承受了这么一点点，却还说过不去，怎么能对的起师父为我的巨大付出啊！

有一天，我学《精進要旨》〈真修〉，师父说：“真修弟子啊，我教你的是修佛修道的法，你们却因为常在常人中的利益损失了而对我诉苦，而不是因为自己在常人中的执着心放不下而苦恼，这是修炼吗？”“你们要记住啊！修炼本身并不苦，关键是放不下常人的执着。当你们的名、利、情要放下时才感觉苦。”法字字打在我的心坎里，我简直惭愧的无地自容，下定决心一定要振作起来好好修炼。

师父讲：“大家知道，有许多东西、许多的执著心为什么那么去去不掉？为什么那么难？我跟大家一直在讲，粒子是从微观上层层组合一直到表面物质。如果在极其微观下大家看看思想上那些个执著的东西形成的物质是什么？是山，巨大的山，象花岗岩一样的顽石，一旦形成了人根本就动不了它了。”[4]“有许多事你们是做不来的，但是师父呢能做，可是

8 是师父怎么做呢？不是说我一跟你接触就拿下去。你坚定正念

的时候，你能够排斥它的时候，我就在一点一点的给你拿；你能够做多少，我给你拿多少、就给你消下去多少。”[4]

我明白了，凡是当我陷入常人失恋的痛苦时，其实都不是我真正的自己，是由情和业力构成的我，我必须不断的排斥它、否定它、消灭它，师父就会帮我消去更多。

可是说起来容易做起来难。每当在街上看到其他情侣在一起的时候，我都会被触痛，伤心自己得不到那种幸福。在相当长的一段时间里，我心里每天都很苦涩，有时吃着吃着饭眼泪都会流下来。每天学法很难入心，三件事做的也很差，脑子里想的全是他的事。我知道这不是修炼人的状态，长期这样下去我就会被毁掉。

一天爸爸让我看《转法轮（卷二）》〈佛性〉这篇经文，第一段就讲：“一种观念形成后，会控制你的一生，左右这个人的思想，以至于这个人的喜怒哀乐。这是后天形成的。如果这个东西时间长了，会溶在人的思想中，溶在真正自己的大脑中，它会形成一个人的秉性。”

我突然明白，导致我痛苦的一个重要原因是我的观念，我一直认为女生被关心、照顾、陪伴，这就是幸福，失去这些就会痛苦、孤独。我留恋的并不是他这个人本身，而是恋爱中能够满足我的观念上的那种感受。我被这个观念带动着，它左右了我的喜怒哀乐，我要想从情中摆脱出来，就必须去掉它。

我不断的背师父的法：“修炼就得在这魔难中修炼，看你七情六欲能不能割舍，能不能看淡。你就执著于那些东西，你就修不出来。任何事情都是有因缘关系的，人为什么能够当人呢？就是人中有情，人就是为这个情活着，亲情、男女之情、父母之情、感情、友情，做事讲情份，处处离不了这个情，想干不想干，高兴不高兴，爱和恨，整个人类社会的一切，全是出自于这个情。这个情要是不断，你就修炼不了。”[1]

大法在一点点解体我体内不好的物质，每背完一遍自己就好过一点，每当我痛苦难耐时，我就用背法来充实我的大脑。我每天努力工作、学法、做三件事，一切按部就班的进行着。

后来我悟到，如今在这滚滚红尘中，难道还有我值得留恋的东西吗？人生当中没有绝境，再难都能过得去，怎么过不是过呢，又何必如此在意眼前的得失，当你把一切事物都看得很淡很淡的时候，还有什么东西能牵动自己的心呢。

这样经过了大约两年的时间，我终于放下了。情对于我来说就象生死的考验，然而修炼就得在你最放不下的地方让你放下。虽是走过了一段这么刻骨的修炼过程，但现在让我把情完全看淡还是很难，有时还是会出现小的考验，只是现在的我会理智很多，知道该怎样去修了。师父给弟子安排的都是最好的，剜心透骨过后，得到的是内心的超脱，升华后的境界无比纯净美好！

四、结语

未得法的前二十年，我的生活灰暗而迷茫，常陷在常人的名利情中苦苦挣扎；得法以后，我整个人变得乐观开朗，生命由内而外的感到幸福。是师父把我从名利情中解救出来，是大法让我的心灵得以净化。我从此明白了生命的意义，看到了希望。大法就是我生命的根。师父把这宇宙大法传给了我，其中付出了多少艰辛与苦难我不得而知，师父，弟子实在是让您操心了！

如今我们全家都沐浴在大法的佛恩之中，每天幸福而快乐。对师父的感激千言万语道不尽，弟子唯有更加努力精進，做好三件事，才能不负师恩！

合十！

注：

[1] 李洪志师父著作：《转法轮》

[2] 李洪志师父著作：《各地讲法二》〈二零零二年美国费城法会讲法〉

[3] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈苦其心志〉

[4] 李洪志师父著作：《各地讲法四》〈二零零四年芝加哥法会讲法〉
（明慧网第十五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

层层诉讼反迫害 救有缘

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十一月五日】

师父好！

同修好！

我在修炼过程中，通过十多年每天阅读明慧网刊登的修炼交流文章、法会交流文章及听相关的录音，得到很多帮助，受到很大启发，让自己能够及时找出不足，看到差距，更加精進实修。同时在我最困难、最无助的时候，明慧网上总会及时提供我需要的信息，解决了很多难题。下面借明慧网第十五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会之机，将自己几年来用法律反迫害的经历向师父汇报，与同修们交流。

一九九八年五月，我在同事推荐下，走入法轮大法修炼。我一直重视学法，先抄法，后背法。学法打下扎实的修炼基础，遇到问题用法来衡量。

一九九九年“七二零”，中共攻击大法，诬蔑师父，迫害大法弟子，我难过极了。我坚信真、善、忍绝对是正确的，按真善忍的标准做好人绝没有错。我与当地同修進京护法，被非法拘留十五天。

后来我向当地信访办递交法轮功学员致全国人大和当地人大大的公开信，单位受“六一零”胁迫，将我开除。我准备去外地找工作，又被限制人身自由，不许外出。后来在当地好不容易找到一份合适的工作，又在大街上被“六一零”人员绑架到洗脑班迫害，他们抢走我的手机，我无法向单位请假，工作又丢了。

应该利用法律反迫害

被剥夺了工作，没有了收入，我上有老下有小，自己还要生活，我一直找单位要求恢复工作，一直没有解决。我想可能是反映的力度不够，口头不行就用书面形式反映，若再不解决，就只有走法律程序，一方面可以通过用法律反迫害，可以让更

多的人知道法轮功学员受到迫害，不会沉默（我认为不管心里怎么想，行动上沉默就是默认），会用法律手段反迫害，任何人不是干了坏事就完事了，法轮功学员会依法维权、追究迫害者的责任，可以起到制止迫害的作用。

同时通过走法律程序，有正当的理由接触到公检法司政府部门的很多工作人员，因为这部份人员受邪党谎言毒害较深，平时想找他们讲真相还没机会，正好借此机会接触他们，讲真相，救他们。这部份人需要我们去救度。我很清楚，这条路虽然艰辛，但这是我一直想要走的路，我认为是必须去做的事情。在整个走法律程序过程中，注重过程看淡结果，让自己努力保持平和的心态，修出善心、慈悲心。下定决心后，经与同修们切磋，同修们很支持，并正念加持我。

从“七二零”迫害开始，我就注意搜集和保存有用的材料和证据，认为将来一定能用的上。但由于我文化水平有限，又不懂法律，身边也没有这方面的同修可以提供帮助，当地的同修也少，都在忙着救人的事，所以每一步都得靠自己一步一个脚印的走出来。

从学习法律开始

我从学习法律开始，从明慧网下载《反迫害手册》、《信仰合法 信仰无罪》反复看，从常人网站下载有关法律条文，就这样还是有很多问题弄不明白，通用的问题先在网上搜索答案，若没有，就到当地律师事务所咨询，我走访了当地很多的律师事务所。若实在太难的问题，才打电话请教北京律师。

在完成各阶段材料的过程中，难度很大。我在炼功、学法、做饭、出门买菜办事、走路过程中，都会得到灵感或师父的点化，告诉我如何修改，添加或删减的内容。有时在走路过程中，由于思想太专注，几次差点撞到路边的树。

我希望书面材料要体现出大法弟子的风范，语气要平和，语言要善，措辞要恰当，每一份材料就是一份真相信，反映自己修炼前后身心的变化，用事例说明无论在工作、社会、家庭中都是变好了，身体多种病症不治而愈。从法律角度阐述修炼

法轮功合法性，法轮功学员是无辜被迫害。在整个用法律反迫害过程中。每一阶段的材料都是经过师父点化，反复斟酌、认真修改后完成。

向单位申请要求恢复工作

第一次去单位，门卫就象没看到我一样，我就进去了，我挨个办公室找主管领导，正好遇到领导们在开会，我想他们正好集中在一起，我就一起递材料，省得挨个去递。我敲门进入，说明来意，每人递了一份材料就离开了。

万事开头难，走出了第一步，接下来我就广泛向单位更多的领导、单位上级主管部门领导、身边的同事职工朋友、当地的人大、政协、信访部门、妇联、工会、国资委以及市委书记、市长等递交或邮寄材料，希望他们帮助单位落实我的工作问题。递出材料后，随时去这些地方催促和询问结果。

开始单位领导想让门卫阻拦我不许我入单位，我就每天上下班时在单位大门口等，这样更多的职工了解到我的情况。单位领导见阻拦不了，就只好安排一部门的负责人专门接待我，再替我转达给主管领导。从此我可以随时进出单位、当地政府各部门反映情况了。有必须向主管领导反映的情况，我就直接打电话。

在这期间，我开始联系北京律师，经过一段时间的努力，终于北京 Z 律师同意作我的律师，答应开庭时可以过来为我辩护。几个月后，单位答复不恢复我的工作，让我走法律程序。我想，我也正好换一个平台讲真相。

向仲裁部门申请劳动仲裁

走法律程序后，考虑到政府部门的人受谎言欺骗，不明真相，中毒较深，了解真相得有个过程，我采用循序渐进的书写策略。

由于不懂法律，我向仲裁部门询问仲裁申请的书写和一些情况后，简单的叙述了事实和法律条款，很快递交了仲裁申请书。由于真相没讲到位，仲裁部门未经开庭，单方面采信了单位提供的材料，出具不受理通知书，告之若不服，可以在十五天内到法院起诉。

在这期间我做了两个梦。梦一：有人拿着一张纸，上面写着安排我要做的工作——用身旁放着的几个小网去做，还说了一个“song”音的字，告诉我这项工作不只我一人做，纸上面还写着其他人的名字。梦二：要我向一个小圆圈里投入黄色的象乒乓球一样的小球，要求投两轮。梦醒后，我知道是师父点化我，但我不明白。

向一审法院起诉

在等待仲裁结果时，我就着手写一审起诉状，由于受梦中点化的影响，我知道至少要做两轮，所以我都是提前准备下一阶段的材料。我不懂起诉状的书写和要求，就到法院咨询。书写一审起诉状，我比仲裁申请多阐述了情况，但仍理智对待，要争取立案，只要立案，开庭时可以陈述情况。

收到仲裁不受理通知书后，我很快向一审法院递交了民事起诉状。递交材料后，随时去法院询问进展。

就在我向法院起诉后，单位向我提出私下和解，让我撤诉。于是我经过向一审法院咨询此事，法官建议我最好不要先撤诉，若双方真能达成和解，再撤诉也不晚，否则过了十五天的起诉期后，法院不会受理此案。我坦诚的向单位说明法院的建议，单位直到一审开庭再也没提过和解的事。

得到立案通知后，我坚持在当地聘请律师，最后我选择了司法局下属的律师事务所、曾担任过主任律师、在当地律师界有一定威望的L律师，她说法院敢立案，她就敢接我的案子。L律师接案子后，就到当地“六一零”、司法局、我的单位等部门索要迫害法轮功的法律依据，被告之是机密文件。

在这期间，我坚持向单位各级领导、同事、职工、朋友们递送起诉材料，让他们了解更多的情况，同时广泛征求意见，寻求帮助，以便我改进。同时也注意搜集相关部门的信息，以便同修配合用。在以后的每一个诉讼阶段我都如此做。

过程中总有人问：在这种背景下，站在法轮功一方打官司，不怕影响孩子的前途啊？孩子不能出国、不能入党等等。我说：

14 我们本来就不想入邪党，有人入了的也要劝退呢。法轮功教我

按真善忍标准做好人，有什么不对？信仰自由是宪法赋予公民的权利，我一而再，再而三的被剥夺了工作的权利，我不吵不闹、平和的依法维护自己的合法权益，不应该吗？难道只许官方放火就不许百姓点灯？我坚信打官司对孩子不会有影响的，若要有的话，只能是好影响。

事实是，我孩子后来以最高奖学金保送到梦想的大学，本来需要昂贵的学费，也没让我借一分钱，我也没操心就轻松自然的解决了学费问题。一切师父都安排好了。孩子支持我修炼，也理解我打官司，她受益了。我知道是师父鼓励我，用这种方式提前还我清白。这是我全家意外的喜事。

在等一审开庭时，旧势力妄图干扰破坏，先让我脸上长泡，奇痒难忍，又痛又红肿，脸上的肉烂了一个坑，脸都变形了，开始流黄水，后来结黑疤，有点影响形像，但是，我不管这些，讲真相救人的事不能被耽误了，每天照常出门做自己该做的事。旧势力一计不成又施一计，在快要开庭时，旧势力制造突发病业假相，妄图夺走我肉身，我甚至都没有力气发正念。我强忍着给同修打电话：快来。同时坚持着把门打开，然后就倒在沙发上，同修进门一看到我的状况就立即发正念，十分钟后，我缓过来了，立即坐起来跟同修说：我没事了，可以自己发正念了。同修离开后，旧势力就对着我的耳朵说威胁的话。我坚决不要失去肉身，我有师父管，我一定要走完法律诉讼，我要走完修炼全过程，跟师父回家。解体了旧势力的迫害。

一审如期的开庭，我方的策略是：先叙述法律和事实，等待对方拿出更多迫害依据时，我方公开反驳，北京律师主要考虑我们的安全问题。结果正如我们预料的一样，单位律师开庭时拿出了迫害我的很多证据，Z和L两位律师在法庭上公开用现行法律为我辩护，修炼法轮功完全是合法的，宪法赋予公民信仰自由的权利。我也当庭作了陈述，表示我按法轮功真善忍做好人没有错。向政府部门反映情况是公民的合法权益，单位开除我是违法的。

庭审期间，由于法轮功学员作为原告起诉单位，并且北京 15

律师到当地法庭为法轮功学员辩护是首例，当地政府轰动了，派出了政府部门的有关工作人员参与旁听，说是来学习的。同修们参与旁听，为我发正念。北京律师的辩护意见，得到包括审判长在内的所有参加庭审的人员的尊重和佩服，庭审效果远远超出了预期。庭审一结束，审判长直接走到我跟前说：建议让我主动找单位和解，我采纳了建议。

但是一审法院法官受到来自省、市等上级有关部门的压力、当地“六一零”的暗箱操作，不准判我赢。几个月后，一审判决下来，驳回了我的诉求。告之我若不服，可以在十五天内向中级法院上诉。我想，我也可以换个地方讲真相了。后来听朋友说：他家有个在省公安厅工作的亲戚，也知道我的案子，省公安厅也不准中级法院判我赢。

经过几个月与一审法院的有关人员接触后，我感到他们还是有希望得救的，他们还有善心，有一定的良知。只是他们迫于形势和压力，现在还不敢给我一个公正的判决，但心里已经明白了正邪是非与善恶。我在准备上诉证据时，找到他们要求复印单位伪造的证据及有关证据，法院工作人员几乎配合了我的所有要求。他们判词也没有攻击法轮功的词句，只是采信伪证认为我时效超期而判决的。

另外，一审开庭时，当我向审判长和法官陈述时，突然明白了梦中点化：几个小网就是人间的法律，“song”是讼字，就是用人类的法律诉讼，站侧面投球就是当原告，因为原告的位置在侧面，被告的位置站在法官的正面。梦中点化就是用人类的现行法律诉讼反迫害，救度公检法司等政府部门的人员。一切师父铺垫好了。通过一审的公开审理、公开判决，我加强了正念，几乎忘记迫害二字，只有救度与被救度。体会到路走正了，走对了，真的是越走路越宽。

向市中级法院提起上诉

我在等待一审判决的同时，就着手准备上诉材料。到中院咨询书写格式和上诉的要求。知道了上诉书跟一审起诉书的书

书则是不服一审法院判决提起上诉，我本来就是直来直去不会拐弯的人，以前所写的材料都是直接针对单位来叙述的，现在要针对一审法院判决，我一度感到茫然，不知如何着手。

拿到一审判决书后，我反复的看，反复的思考，后来在朋友指点下才拐过弯来，针对一审法院的判词，又经师父点化，反复修改，从法律和事实角度全面的阐述，完成了的上诉状，人们称“万言书”，很快就在规定时间内向中级法院递交了上诉状及有关证据。

由于我提供有用的证据（包括单位伪造的证据），中院如期立案。收到立案通知后，我随时去找法官询问进展情况，向法官提供更详细的情况，并多次向中院纪委、督察部门、庭长、审判长反映案子情况，希望公平公开公正审理本案，同时申请要求鉴定伪证。得知中院每月还有一个院领导接待日，专门接待访民，直接面对面了解情况，我每个接待日都去，反映情况，从中得到一定的法律帮助和提醒。也可接触到当地更多访民，看到他们几十年如一日的坚持申诉自己的冤情，大多没什么文化，自己不会写材料，表达能力也不强，有的八十多岁了。这使我更加强了诉讼的信心和决心，同时我也向他们讲真相、劝三退。

在等待二审开庭期间，单位又告诉我要跟我和解，要我撤诉，并且具体告诉了我和解的方案，我表示对和解没有意见，但具体没有实现之前，我先不能撤诉。什么时间真正实现和解，我什么时间撤诉。

一个星期后，我因有事找单位反映，他们也没再提此事，我也就当没这回事。因为我知道，我诉讼的目地是利用法律诉讼的机会接触公检法司政府部门人员讲真相救人。我没有看重我本人能得到什么结果，只重视有正当的理由可以接触到这些人讲真相。

师父也点化我：在一条三岔口的道路处，一条道眼前就看到挂满了成熟枇杷的枇杷树，伸手可摘到；另一条路通向现在还看不到的桂圆树。我明白师父是点化弟子，我的路还没有走

完，不能现在摘果实，师父安排我走了摘桂圆的这条道。

这期间，当地“六一零”人员妄图绑架我，派人到我家楼下蹲坑，我发现后，跟北京律师打电话，他说一般这种情况是准备抓我了，建议我三十六计走为上策。我想我要一跑，流离失所，案子怎么办啊？跑了开庭就不能参加了，用法律反迫害也无法继续走下去了。更何况流离失所的日子我不知道怎么修，我只知道堂堂正正的面对，修过来，所以我基本没有犹豫就选择了坦然面对。

“六一零”派人在楼下守了一个星期，我就在家静心加强学法、发正念，请师父加持，解体背后迫害我的一切邪恶因素。一个星期后，我家楼下蹲坑的人消失了。

由于我每月都能在中院接触到访民，从他们那儿得到一些有用的信息，知道了中央巡视组到本省来巡视的消息，我就与他们一起到省城向巡视组递交材料反映情况。后来我觉得，只去一次不够，于是我经过充份准备，又独自一人到省城向中央巡视组递材料反映，当时心里只有反映情况，脑中沒有迫害。

由于二审公开审理只是走走过场，法院拒绝鉴定伪证，坚持采信伪证作为判案的依据，主审法官换来换去，我也搞不清楚究竟谁是主审法官，他们公然混淆事实、无视法律，再一次驳回我的诉求。他们甚至都没有胆量直接把判决书给我，判决几个月后才在我一再催促下，让我到一审法院去取。

向省高级法院递交再审申请书

诉讼走到此，我具体也不知怎么办好，但仍认真准备好材料进行再审申诉。在外地同修的帮助下，我找到了一位同修律师，她了解情况后说，一审没有判我赢，二审胜诉的机会很小，二审再没判赢，再审胜诉的机会更渺茫。她还提了一些宝贵的建议，交再审申请时要采用当面递交和快递两种方式。

经过切磋，当地协调人鼓励我继续走下去。按高院要求，我在再审申请书上添加上依据《民事诉讼法》第二百条提出再审申请。我当面将再审申请书和相关证据递交给高院立案窗口，因为没有得到任何收据，回到当地后，我再从邮局向高院快递

了同样的材料，并注明是再审申请书和证据，并保留好快递收据。

由于异地不便常去当面询问了解，我从网上查到高院的联系电话，打电话询问进展，有的号码打过去是空号，有的是其它单位，也有高院别的部门的，电话打多了，总会遇到好心人，从而得到帮助。这样打到立案庭询问，开始他们说在电脑上查不到我再审案子的任何信息，于是我就在高院提供的官网上发消息询问，再附上再审申请书，同时向省高院院长邮寄材料反映情况，同时多次向省委书记、省长及省有关部门、省巡视组、督导组寄材料反映，同时我还多次向全国人大等部门邮寄材料反映。

再询问高院时，回复查到我再审案子的登记情况了。接下来，随时向高院询问案子进展，联系好再审律师，同时我开始准备自己的再审时的陈述，反复看一、二审判词和各种证据以及有关法律。我本来准备去高院开庭，结果是高院审监庭的庭长、主审法官和书记员一行来我地审理此案。我知道这是师父慈悲的安排，也对他们为我的案子不辞辛苦而表示真心感谢。

这一次我没有象一、二审那样照着念再审申请书，而是针对判词，依据事实和现行法律，拿出相应的证据，逐条去驳斥判词，当场得到高院法官的夸奖，说这样听完我的陈述明白多了，比看材料清楚。

我陈述完后，就象聊天一样，他们还询问了几个不清楚的问题，比如单位开除我的时候我是否正常上班，因为一、二审法院都混淆此问题，把我去北京期间作旷工处理才受到开除。正常上班就是没有违反劳动纪律，也没旷工，更没有违法，开除就是错误的。他们还问了一些其它的法轮功方面的问题，象“四二五”万人上访、天安门自焚、强身健体等等方面的问题，我都一一的详细回答，最后律师也递交了辩护意见，最后高院法官还提醒我单位伪造的证据一定要保存好，很重要。

没有多长时间，我收到了高院的裁定：指令当地中级法院再审本案；再审期间，中止原判决的执行。这样案子又回到了

当地中院，改为审监庭再审。

中院开庭再审本案

这次不用重新写材料。尽管高院裁定再审，中院也妄图阻挠，立案庭和二审法官互相推诿，立案不顺利。最后我电话找到院长才得以立案。同时我再一次向当地政府部门呼吁，同时向中院各级领导呼吁，要求依法公平公正公开审理此案。

立案庭立案后，我第一次去找主审法官，她先告诉我不会判我赢的，我询问案情进展她也称忙、没空接待我，我主动向她补交证据，主动进一步跟她反映案情，好让她在审案过程中多了解一些情况。

主审法官每次态度恶劣，几次以工作忙为由拒绝接待我后，有一次我严厉的质问她：“你忙别的案子我能理解，但我的案子是不是你的工作？别的案子的当事人并不在跟前，我在你跟前向你提供详细的案情，我就在你面前，你再三的称工作忙拒不听我的反映，我的案子难道就不是你的工作了？”后来该法官态度才稍有转变。我知道她一定是受邪党毒害很深的原因吧。我心里很可怜她。我把主审法官的情况向中院纪委反映了，回答说会监督此案审理的。

再审如期开庭，审判人员同样拒绝我的鉴定伪证的申请，却又采信伪证判案。我在开庭时，按照跟高院审理时一样的陈述，我还选择挑重要的先讲，证实法方面得放在前边，先讲法轮功的合法性，修炼法轮功不违法……审判长多次打断我，企图阻止我讲，只想让律师讲。我知道我是这个案子的主角，不能依赖律师，律师只是配合我的。

刚讲完重要的，证据方面还没来得及讲，审判长就强行不让我讲了，让律师讲。律师接着补充讲了证据方面的情况。审判长当庭询问双方是否愿意接受调解，我和律师都答应愿意。但对方当庭拒绝。第二天我去中院递交补充材料时，主审法官告诉我，我单位律师经跟主管领导汇报后，决定跟我和解，刚刚打电话来跟她说的。我没动心，该补充材料就照常补充。后

20 来单位又跟我说，还是等待法院判决吧，我也没动心。

中院又再一次采信伪证，践踏法律，混淆事实，再一次驳回我的诉求。

向检察院申请抗诉

我没有停止，继续向各级法院递交抗诉申请，省检察院要我找当地检察院，我就到当地检察院，他们不收我的材料。

我只好又一次向当地各政府部门反映。经过一段时间的努力，再到检察院时，就收下了我的抗诉申请书，没多久，告诉我主办检察官，我就联系他，想当面跟他反映案情。经多次努力，他答应接待我，并且主动说他是流着泪看完了我的材料，我因遭受开除，人生轨迹发生了很大的变化，从一个白领阶层变成一个无业、生活无着落的人。他很同情我的遭遇，同时也告诉我抗诉这条路更艰难，他甚至批评一、二审、再审法官没有促成调解此案，但他愿意帮助我跟单位领导沟通，促成双方自行和解。让我先找单位和解，若我有困难，他可以出面见单位领导去沟通。

单位终于绕开“六一零”接受和解

之前只要法官和检察官建议我找单位沟通和解，我都照办，一次又一次的找单位主管领导和解。这次是检察院让我来的，希望我们双方能和解。每次的诉讼材料我都及时递给了单位主管领导，他们了解案情。我说我也到退休年龄了，也应该办退休了，他说他记得，接着他说还是解决我的生活问题吧，他询问我说，那把开除撤了？我笑而不答。我没有放在心上，无所求。

刚回家不久，单位部门接待我的责任人打电话过来，让我马上去他那儿，说有好事。我立即过去，看到主管领导也在那儿，他说，单位愿意配合我办退休，还说：不仅你们要按真善忍做好人，我们每个人都应该按真善忍做好人。

我想，我的目地不是为了让他们了解真相得救吗？通过几年的跟单位打官司，多次向单位各级人员递交各阶段的材料，他们已经明辨了是非，从心里认同了真善忍，愿意按真善忍做好人，这不正是我打官司所期待的吗？尽管对我个人方面的补

偿不尽如人意，尽管我还可以继续申诉，我并不是没有路可走。但是考虑到单位这次绕开了“六一零”，不受他们的干预，在这种背景下能这样的解决问题，对他们来说需要胆量，也要承担一定的风险。我们是修炼的人，不是常人，不要干事心，要处处为他人着想。看淡结果要落实在行动上。

再说单位领导早已换届，上届参与开除我的领导已换下去，这届领导没有直接参与迫害，他们也是这场灾难的受害者，上一届领导也是被“六一零”胁迫开除我的，并非出于主动，所以这次开庭时单位就出具了被“六一零”胁迫的证据。我相信他们几次想和解都是真心的，并非阻挠案子，主要来自“六一零”的干预，我也找过“六一零”主任，他们一直坚持逼我放弃信仰后才解决我的诉求，要求单位也这样做，这才使单位几次提出和解后又不得已放弃。

我经过慎重思考，经向几位律师咨询，律师都一致认为有这样的结果已经很不容易了。再跟家人、同修商量，大家都没有意见，说能把退休办下来就好。于是我答应了单位，他们配合我很快就办理了退休，工龄也接上了。

结语

我用了几年时间走完法律程序，接触到很多公检法司政府部门的有关人员，亲身了解到法官、检察官、司法部门、政府部门的人员，大多数人还是有良知的，还是善良的，越是高层人员越容易明白道理。只是他们被邪党谎言欺骗，中毒较深，了解大法真相机会很少，如果更多的同修利用法律反迫害机会，多跟他们讲真相，他们很多人是完全有希望得救的。

二零一五年五月，迎来了诉江大潮，我积极参与其中，成为诉江大潮的一员，这时才明白梦中点化的第二轮是指诉江。

在整个诉讼实修过程中真正体会到：师父就在弟子身边，师父什么都知道，一切师父早已经都安排好了，早已铺垫好了，只等弟子正念正行在实修中升华上来，救更多的人。同时在实修过程中真正悟到一点师父“将计就计”和“相生相克”的法理的内涵。

我做了个梦：梦中看到一盘象棋的残局，我方尽管人马有所损失，但车马炮兵都在，兵已经过河了，直逼对方“帅”，对方棋子人马损失惨重，已无招架之力，我方很快就要“将”死对方的“帅”了。我悟到这盘棋如何走，由师父操控、安排，另外空间这盘棋已经下完，只剩人类这层空间还差点就下完这盘棋，我们要珍惜师父用巨大承受延长的最后证实法的机会，努力走好最后的几步，赶紧抓紧时间实修，我们整体要共同努力，升华上来，救更多的人。

最后，我借此机会，再一次感谢师父对弟子的精心安排、加持。弟子对师父的感激无以言表，弟子及全家在此叩谢恩师！感谢在魔难中帮助、支持、鼓励包容我的同修们！

由于层次、水平有限，不当之处敬请慈悲指正。

合十

（明慧网第十五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

把生命溶入法中

文：黑龙江大法弟子

【明慧网二零一八年十一月五日】我简单的回顾了一下自己的修炼历程，脑中出现了这个题目。虽然自己的修炼状况离师父的要求还差的很远，还是不想错过这次法会机会，因为回顾自己的修炼过程找出差距这本身就是一次修炼提高。

找到回家的路

我生来就多病，在贫穷的农村好不容易活下来了。小学刚刚毕业就赶上了文化大革命，全国上下乱成一片。学校停课后再在生产队里干活。二十多岁时，在城里稀里糊涂找了个对象结婚了，从此又陷入了家庭魔难中。

丈夫性格暴躁，嗜酒如命。婚后我生了两个女儿，丈夫喜欢男孩，因为没生儿子，他的脾气更加暴躁，没有一天不找茬发疯。他三十七岁就不上班了，说是酒精中毒，却仍然整天在家里喝酒耍疯。吃饭掀桌子、摔东西，对我和孩子非打即骂，有时把匕首对着我的胸口，挨到我的肉皮上叫喊着要对我如何

如何，有时操起菜刀乱抡一气，我和孩子被吓得经常往大门外跑。为了寻找解脱，我走入了佛教。

丈夫四十八岁那年去世了，我的生活环境有了大的转变。一九九六年，我在佛教已经修了五年。但我仍然得不到彻底解脱，心里有些无望。那时法轮大法刚刚传到我们地区，有个素不相识的小伙子三天两头到我的理发店来给我介绍法轮功，告诉我法轮功属于性命双修功法，一世可以修成，这可是万年不遇的。因为我本来就觉的人太苦了，我就开始转入大法修炼。

修炼初期，真有师父把我拔起来再往前推的感觉，也能体会到师父处处严格要求我、点悟着我，每次点悟，我都能悟到点悟的具体是什么，然后就去做。

记得那时我后背长了一个大恶疮（民间叫做手够）鼓起来象个大土豆，最后开花了，都是象蜂窝眼一样往外流脓流血。我自己够不着，看不到，就让女儿用手纸帮我擦脓血，可把她吓坏了。我说：“不用害怕，没事，一会去浴池冲洗干净就好了。”冲洗时我尽量不让别人看见，怕吓着别人。“哎呀！”一个人惊恐的叫着，我赶紧不好意思的说：“没事，没事。”当时思想很简单，根本没有去想什么细菌啊、感染哪，几天后就封口，好了。

听说这种大恶疮特别厉害，疼的能把人折腾半死，还得花不少钱去治。可是我整个过程没有任何痛苦，现在知道是师父替我承受了。初期身体消业方面出现很多奇迹，腰椎间盘突出、关节炎、肩周炎、鼻炎等都神奇般的好了，这里就不一一去说了。我很庆幸在绝望的黑夜中终于见到了光明，找到了回家的路。

电脑盲插上了翅膀

一九九九年“七·二零”，江泽民邪恶集团和中共相互利用开始打压迫害法轮功，铺天盖地造谣诬陷，其疯狂程度震惊海内外。每个大法弟子都在思考以后的路。我的心情低沉，
24 看着路上过往的行人，心想：如果不修炼了，我就象这些人

一样，人生不会再有出路了。不行！我不能这样消磨人生，赶快振作起来！

我放下了人心，果断的汇入大法弟子证实法反迫害的洪流中。我参加了市政府门前数百人的炼功、进京护法，发传单、挂条幅、贴不干胶。我成了当地的重点人物，先后被非法关押过五次。其中最让我遗憾的是我在被非法劳教那次走了弯路，对不起师父，对不起大法，给自己也留下了污点。

为了证实大法，六十三岁那年，我克服了年龄大、文化低等种种思想障碍，我学会了使用电脑，上网下载、打印制作资料的简单技能，带动了当地资料点遍地开花。我每天能上网浏览明慧网，阅读国内外大法弟子的交流文章，如鱼得水，在修炼的路上如同插上了翅膀。

我虽然只有小学文化水平，是师父赋予我能力，让我学会了利用电脑打印稿件。尤其在诉江期间，还能帮助同修们起草对江泽民的控告状。六十多岁的我，刚刚学会拿鼠标，就又学打字，手不好使，视力不是很好，小学学的汉语拼音早就忘光了，一切从零开始。

因为没有任何电脑知识，打控告状时，很费力的打出一篇保存下来，当存第二篇时，因为题目相同就把第一篇替代了，反复几次，也不知道是怎么回事。炎热的夏天，忙了整整一天直到深夜，坐在电脑前汗流浹背，急的两眼昏花，也不明白到底该怎么办，心情糟透了！人心也上来了：怨恨年轻能干、懂技术的同修自己不着急，也不知道帮助别的同修写控告状，唉，实在是想不通。

第二天一早来了几个同修，她们说是来拿诉江状的。见到她们我差点哭出来，就象常人一样发了一些牢骚，说：“这个地区我岁数最大，文化也不高，刚学电脑打字，这些事全压在我一个人头上，你们有能力的也不帮忙，我真的做不下去了……”

看到我这个样子，同修安慰我说：“你说的不错，我们确实比你年轻，文化也比你高，可是你的能力确实比我们强呀！

你付出了，你辛苦了，我们都知道，你还得调整好心态做下去呀！”有的同修看我连饭都顾不得吃，就去给我买来了早餐。待我冷静下来后，看到了自己的急躁心、怨恨心、干事心等人心，特别是在诉江这事上急着要往前赶，生怕错过机会，所以看到行动慢的、心里有顾虑的同修就不理解。找到了执着心后，技术同修也来了，问题解决了。

写完了诉江状后，我又领着大家去邮寄。那些天我的身体出现了状况，浑身不舒服，脖子疼的不敢转头。我又向内找，看到了自己做事喜欢大包大揽的问题，就象“穆桂英挂帅”一样，阵阵落不下，而没有站在修炼的基点上想问题，没悟到这是大家修自己的过程，去人心的过程，只想到自己是个协调人，要处处带头，那真是风风火火。找到了问题所在，我身体一下子就轻松了，都是人心招来了邪恶的干扰。是大法的超常让我这个什么都不懂的电脑盲，在本地区发挥了应有的作用。

责任与救度

师父说：“讲清真相不是简单的事情，不只是一个揭露邪恶的问题。我们的讲清真相是在挽救众生，同时还有你们修炼中的个人提高与去执著等因素，还有大法弟子们在修炼中为法负责的因素，同时还有你在最后圆满中怎么样丰满你自己的那个世界等等这些问题。”[1]

我知道：修好自己、助师正法、救度众生是当前首要大事，可前些年我只是随意的做，只要出去，走到哪做到哪。从去年开始我突破了以往的做法，走出去救人了。

黑龙江的冬天，经常零下三十多度，到处白雪皑皑，天寒地冻，我克服了生性怕冷的毛病，坚持每天走出去救人，这一年半时间终于真正走出了自己的路。

今年春天，我发现在我居住的城市，几乎每个十字路口、车站或人多的地方，一下子都有了警务室。我悟到，是邪恶末日到来的恐慌，虚张声势吓唬人。我的心一点没动，每天出去该怎么讲真相还怎么讲。师父说：“不被邪的干扰、不被它带

己就高大，正念就足。真的都是这样。”[2]

每天出去讲真相前我首先给师父上香：请师父加持弟子增长智慧多救人，谢谢师父！然后坐车，在车上发正念，清除我所到之处空间场及周围环境的一切邪恶。清除阻挡世人了解真相得救的一切邪恶生命与因素。调整好心态，面带微笑心怀慈悲。背包里有各种大法资料和护身符，通常是搭上话之后我就拿出一个护身符送给对方说：“我想送你个好东西，这是个平安福卡，这背面有九个字，你诚心常念，会使你身体健康，心想事成。”

有的人一看见这精美的护身符，眼睛一亮就接过去了。我随即便说：“你看‘真善忍’这三个字多好，真，是对人要真诚，说真话、办真事；善，是与人为善；忍是在矛盾中要做到忍让，不和人争斗，不指责对方，遇事首先看看自己有什么毛病和不足。师父告诉我们要退一步海阔天空。”一般情况对方都会点头称是，然后再告诉他中共迫害大法是错的，大法是被冤枉的，什么围攻中南海，天安门自焚都是造假、谎言。要想知道更多，我这里有书和其它资料，拿回去好好看看，明白真相得福报。

有时也从另一个角度讲，讲与大家生活密切相关的现实问题：你看现在假货遍地，什么蔬菜水果啊，粮食、肉，吃啥啥有毒。还有，现在小官大贪、大官巨贪、无官不贪，你有政策他有对策，谁也收拾不了这个烂摊子。为什么会这样呢？都是共产党无神论造成的。它宣传无神论，目的是让人不相信善恶有报，不相信做坏事会有报应，让人什么坏事都敢干，造成整个社会人的道德败坏、良心泯灭。真是罪大恶极。这个社会不行了，发展下去怎么办呢？过去有句话叫：“人不治天治”，上天要惩罚恶党，大法是来救度心存善良的好人的，是佛法。

很多人都能接受我的说法，表示愿意“三退”，并说“谢谢！”

当然救人还需要慈悲、和善、正念与智慧。不触及负面东西，这样使恶人恶不起来，也就不会对大法犯罪。

举个例子，一次在交通车上，一个四十多岁的男人坐在我 27

身边，我微笑着送给他一个破网软件，他很随意的接过去说：“这是法轮功的吧？”我说：“这里面都是好东西，想看法轮功当然也有。”

他说他是某个部门的讲师（好象是公安部门的），于是放开了嗓门滔滔不绝讲起了他对法轮功的认识及其它各门派的信仰问题。他的语言丰富，思维连续，听起来新奇入耳，好象无所不知，让人感觉是个有大学问的人。当时我什么都没想，自然的面对他，他夸夸其谈，我根本没机会插话。一位同修也在车上离我不远处，因为全车的人都能听到他的讲话，都知道了他的身份。我见同修不时的转身瞅我这边，我明白同修是在为我担心。我当时没多想，但是我感觉到他的本质并不坏。这时快到我们下车的那站了，同修赶忙站起身来转向我，示意我要下车了。

此时我很礼貌的打断那位学者的话说：“对不起，我到站了。今天能碰到你就是缘份。”他也畅快随和着说：“是啊，是啊，这是百年的缘份。”我接着说：“你的知识渊博，我很欣赏。你是一个有能力、能辨别是非的人，我也不想留下遗憾。”我把手轻轻放在他胸前方，降低声音对他说：“一切顺天意而行吧，改朝换代是不可抗拒的，选择幸福平安是必须的。法轮大法是救人的。用‘天意’作为化名，从心里把你的党员退掉好吧？”他连忙点头说：“好、好。”这时车已经过站了，我不着急下车，把背包打开想拿几本真相期刊送给他，他笑着瞅着我的包，拿着手里的破网软件说：“不用、不用了，有这个就行了。”

下车后我得步行往回返一站去目的地见同修。边走边想：这个人可能连他自己都没想到会这样被轻易的劝退。他刚才那种滔滔不绝的高谈阔论，根本没把人放在眼里。我的平和、自如、善良，在师父的加持下，才顺利的劝退成功。是，“一个不动能制万动！”[3]

师父说：“我告诉大家，这么多年来，我一直在说大法弟子的能力非常的大，很多人就是不相信，因为也不让你看到。

你在正念作用下，你身边的一切和你自身都会发生变化，你从来都不想去试一试。”[4]

我救人很随意，只要有机会我都不想错过：银行里有监控，也有我的信息，但是我心里没有这些，利用到银行办业务的机会劝退过两个行长，三个业务员；去浴池洗澡，我经常随意和两边的人搭话唠嗑，主动帮助她们搓背，目的是讲真相劝退，最多我一次劝退过七个人。

这么多年讲真相过程中，我悟到一个理：以善制恶。无论遇到什么情况不动心。我不需要世人理解，但是我要理解所有的世人。经常碰到有人说我：“老太太，在家里坐着享福多好，大冷天出来做这事，不怕人抓你啊？有人给你钱吗？”我笑着反问他（她）：“给你多少钱你愿意做这件事情？你知道什么叫慈悲吗？神佛度人是没有任何代价的，我是神的使者。”

抓紧时间修炼

我是一个人生活，环境很好，每天时间都安排满满的，我早晨炼完功后，学一讲法再出去救人。两三个小时能劝退十几个人，有的时候能达到二十人。形成习惯，每天到点就走，不想耽误一天。我下午背法，《转法轮》用了八个多月背了一遍，现在背第二遍。《洪吟》、《洪吟二》已经背的很熟。《洪吟三》背熟四十首，还在继续背。每天看明慧网的交流文章，有时自己给明慧网投稿。也给同修打印资料，做护身符。每年十月份开始打印真相台历、出去发台历，那时候就更忙了。

为了节省时间，一天吃两顿饭。做饭和吃饭时间就听明慧网上广播的同修的交流文章。还有时候去帮助病业同修发正念、学法等事情。每天晚上坚持四个整点发正念，学《各地讲法》。我要把全身心都溶在法中，做个名副其实的合格的大法弟子。我知道自己还有很多人心和不足，决心在以后的修炼中严格要求自己，在向内找、心性方面多下功夫，更加勇猛精進，兑现史前大愿，不负师尊的慈悲苦度，跟师父回家。

谢谢师父！合十

谢谢同修！

注：

- [1] 李洪志师父著作：《导航》〈华盛顿 DC 国际法会讲法〉
 - [2] 李洪志师父著作：《各地讲法十》〈在大纪元会议上讲法〉
 - [3] 李洪志师父著作：《各地讲法五》〈二零零五年加拿大法会讲法〉
 - [4] 李洪志师父著作：《各地讲法十一》〈二十年讲法〉
- （明慧网第十五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

人间小住 完成使命

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十一月六日】师尊明示弟子：“人家说我来到常人社会这里，就象住店一样，小住几日，匆匆就走了。有些人就是留恋这地方，把自己的家给忘了。”[1] 感恩师尊让弟子明白了人生的真正意义与归宿。弟子来人间就是住店，小住几日就走。店里的东西本来就不属于我，我一样也不要，不稀罕，不带走，统统放下。

修去争强好胜的心

我从小就争强好胜，啥都要争第一。在学校，我各方面优秀，是众人瞩目的佼佼者；在家里，我排行老大，处处给弟妹们做“榜样”；当兵后，我努力进取，出类拔萃，职务不断晋升；在单位，我担任部门领导，干工作是“拼命三郎”，常常带病坚持工作。多年来，在党文化中摸爬滚打，深受其害，我的身体一团糟。

四十几岁时，我就患有多种疾病，最严重的是早期肝硬化，还有很重的神经性头痛，疼起来还伴有呕吐，那种痛苦至今想起来还心有余悸。此外，还患有神经衰弱、低血压、低烧、关节炎、心脏早搏、子宫肌瘤、骶椎裂等等，人送外号“林黛玉”、“棺材瓢”。丈夫常常无奈的说：“不怕雷阵雨，就怕连阴天。”那意思是我的身体没有好的时候。

单位领导对我非常关照，在医治我的疾病上大开绿灯，医疗条件和资源都没说的，多贵重的药都给报销。尽管如此，仍然改变不了我的身体状况。那时候，我常常悲观的想：我拼命

奋斗换来的名誉、地位、荣耀，怎抵的过这疾病缠身的无尽痛苦，难道我这辈子就该是在痛苦挣扎中走向最终吗？

一九九七年，先得法的妹妹托老父亲给我送来大法书，并再三嘱咐说：这法轮功可好了，咱家乡谁谁谁什么病炼好了；谁家儿媳原来特别不像样，学了这功变的孝顺了，这功真好，你快炼吧。也许当时机缘还不成熟，《转法轮》我收下放了起来。当年五月份我回乡为父亲庆生，在修炼大法的家人的启发和帮助下，我才续前缘，走上了返本归真之路。

沐浴浩荡佛恩，身上所有的病陆陆续续全好了。二十年来我这个昔日有名的老病号，再也没吃过一粒药。如今我虽已年过七旬，可脸上几乎看不到皱纹，走路生风，干起事来和年轻人一样利索。

师尊不但给了我健康，更重要的是让我明白了人生的目地和意义。当我按照大法要求启程修炼后，我的人生就彻底改变了。我放下了争强好胜的心，一切顺其自然，换来的是了悟人生的坦然与大法修炼的美好。

女儿敬师信法 大海啸中遇难呈祥

修炼后我经历了一次车祸，一次摔伤——摔坏了腰椎。这两次事故我都在师尊加持下，很快恢复。我的这两次经历让家人见证了大法的神奇，都非常相信大法。

两个孩子虽未修炼，对师尊都非常崇敬，每遇到什么难事都会求助于师尊。在大法被迫害初期，红色恐怖严重，真相资料紧缺，孩子主动帮我在他们的单位默默的复印大法真相资料。有一次大女儿在单位印大法资料不小心被同事发现，同事半开玩笑的说要举报她。这孩子不但没害怕，还说：“你告去吧，我印了，我还不只印这一次呢。”朋友、同事中有人对大法有误解时，她们能为大法说话。在我被迫害、干扰时，帮我转移大法书籍和资料。她们的所作所为得到大法的福报，其中最为不可思议的是与那场夺命大海啸擦肩而过的神奇经历。

二零零四年圣诞节，女儿和朋友去泰国有名的普吉岛海滨度假，期间，震惊世界的印度洋海啸发生了！可就在那吞噬了³¹

几十万生命的巨浪来袭之前的二十多分钟，女儿乘船离开了普吉岛前往另一景点皮皮岛（也是重灾区）。

在去皮皮岛的航程中，女儿在船上享受着阳光美景，压根都没感到波涛汹涌的海啸正悄无声息的从船下潜过，袭向普吉岛。当女儿看到海水变的浑浊并得知真相后，立即对身边同伴说：快念“法轮大法好！”同伴疑惑道：管用吗？女儿坚定的回答：“管用！”

女儿太幸运了，如果她从普吉岛晚走二十多分钟或者早到皮皮岛哪怕半小时，都绝无可能躲过这场灾难。数小时后，当她返回普吉岛时，素有人间天堂美称的海岛已变成人间地狱。她走进酒店，只见大堂里横七竖八全是尸体。回程前女儿把身上带的钱全部捐给了当地受灾民众。

凡是得知女儿这次经历的亲朋好友无不为她庆幸，更觉的神奇不可思议！

放下利益 应有尽有

现今在中国大陆，“房子”作为焦点中的焦点，牵动着几乎所有人的心。从部队退休时，按规定我应该得到一套住房或者相应的钱款补贴。登记造册，核查审批，经过一系列繁杂手续，几乎已经是板上钉钉之事，可是最后落实到我头上竟然是竹篮打水，既无房又无钱。与我同等条件的人，大多数不是得了房就是得了钱。我的人心起来了，七上八下的。要知道，我所在的大都市，房子是天价，这个损失绝不是一星半点。

师尊说：“在你们的修炼中，我会用一切办法暴露出你们所有的心，从根子上挖掉它。”[2] 这次，我的利益之心已经暴露无遗。作为修炼人，我明白这心绝不能留，于是就针对它发正念、多学法。尽管努力去它，可是一遇到相关事稍一触动，这个心又会冒出来。特别是有时战友们在一起谈及此事都为我抱平时，那个心动的更厉害：“你干嘛不去找啊？是不是手里的钱多了！”“符合条件，为啥不要呢？”家人也常唠叨：

“在部队干了一辈子，啥也没得着。”正如师尊所说：“不刺激到人的心灵，不算数，不好使，得不到提高。”[1]

师尊在法中告诉我们：“我们修炼人讲随其自然，是你的东西不丢，不是你的东西你也争不来。”“有的时候你看那东西是你的，人家还告诉你，说这东西是你的，其实它不是你的。你可能就认为是你的了，到最后它不是你的，从中看你对这事能不能放下，放不下就是执著心，就得用这办法给你去这利益之心，就是这个问题。”[1]

修炼人的一生师尊都给安排好了，一切顺其自然就可以了。不是我的东西，命中本没有，执著什么呢！住店之人，执著店里的东西何用！我要的是心性的升华，层次的提高，跟师尊回自己真正的家！反复学法后，这个心真的放下了。今年上半年战友小聚，又有人问及此事。有人说我“你怎么那么好说话”，有人说“你那么聪明的人咋吃这亏”等等。当时我心如止水，未起任何涟漪。事后我想，要不修大法，凭我过去的个性，哪用你们说呀，我还不知咋折腾呢！大法实实在在的改变了我！

放下了利益之心，并不等于没有了利益。我们在常人社会中修炼，师尊的安排足以保证我们的衣食住行。我不去争那套似乎是我的房子，可是，我并没因此缺房住。我现在住在丈夫单位以前分配而后由个人出钱购买的房子里，三室一厅，面积虽然不大，装修后显的宽敞而舒适。孩子们各自都有自己的住房，甚至还在南方度假胜地买了房子。居家也好，度假也好，应有尽有，足矣。

不能被情所累

尽管近些年亲情方面的魔难不时出现，但师尊把我这方面的物质拿掉不少，表现出来那东西弱多了。母亲和丈夫在不长时间内相继去世，之后不久女儿又患病，虽有“百苦一齐降”[3]的感觉，但我能用法去衡量，归正自己，行为上理性多了。

在为丈夫选墓地时，我嘱咐孩子，墓地要选单人穴。这事造成一些亲属的不理解，因为通常配偶一方去世都同时备好双人穴，但我知道未来的归宿，心里很坦然。丈夫葬礼完毕当日随即将其骨灰下葬。

在去墓地途中，我给身旁的司机讲了真相并做了三退。有³³

同修知道后说，在那种环境、那种气氛下你还不忘救人，一般人做不到。

在丈夫有病的几年中，我没有过多的被情所累。在他病重期间，我在不影响照顾他的情况下尽量每天出去讲真相。丈夫去世后我也后悔过，后悔没有多陪陪他，没有照顾好他。但用法衡量，我知道自己没有做错，我把部份时间和精力用在了救人上，他明白的一面不会怪我。丈夫去世后我也是一步步走出情的。那种遇事无人商量、没处诉说的失落，那种孤独感和透骨的思念，种种情思不时搅扰着我。但在师尊的加持下，我很快走了出来。在这值千金、值万金的时刻，绝没有闲暇去孤独、去失落！现在家里除节假日外，就我一个人，有充足时间去做大法弟子该做的事。

作堂堂正正的大法弟子

师尊说：“其实那些走不出来的，无论是这样的借口还是那样的借口，都是在掩盖怕心。可是有没有怕心，却是修炼者人神之分的见证，是修炼者与常人的区别，是修炼者一定要面对的，也是修炼者要去掉的最大的人心。” [4]

走出去证实法救人是修心的过程，对我来说，首先是要去怕心。我的怕心比别的同修好象更重，主要因为自己修的不扎实，再有就是我所处的环境有些特殊，包括居住的小区、邻里、周围接触的人、家庭成员的工作性质、以及自己过去的职业等等，无形之中也都对我造成一定的压力。但我深知，我是大法徒，师尊让我们讲真相救人，必须无条件去做，尽管一路走来，磕磕绊绊。

迫害初期我出去发资料，那真是心跳手抖，每次只拿两三份，折叠起来装在衣服口袋里，有两次紧张的竟然错把自己装钱的纸袋当资料发了出去。记的有一年晚秋时节，我和同修在山上挂真相资料，忽听到点儿动静，我吓的就往树丛里钻，弄得满身是土，头发上挂满树叶，非常狼狈。现在回忆起来觉的很可笑，可那时就是那样的。

还有一次给一个保安讲真相，他听着听着突然掏出手机并

说：“你等等。”吓的我趁他转头的瞬间撒腿就跑，边跑边脱下外衣裹在头上，喊着：“师父救我！”绕道打车回了家。那时看到警察、警车就心跳，有人敲家门也紧张。好在有师尊加持，怕是怕，没有因怕就不去做了。

随着正法进程的推进，另外空间邪恶因素减少了。在深入学法中，自身存在的怕的因素也在逐渐消弱。从法中我清醒的认识到，“怕”根本就不属于我。我是大法弟子，大法造就的生命，做的是全宇宙最神圣、最正的事，为什么怕邪恶呢！

二零一二年之前，我主要是发真相资料，后来就以面对面讲真相为主了。没有特殊情况，每天上午我都出去讲真相，这些年来已经逐渐形成习惯，一旦因故出不去，心里就会不舒服，感觉缺了点什么。师尊的经文《威德》、《怕啥》和正法口诀等是我在救人路上及过程中常常默诵的。师尊说：“修炼人讲的是正念。正念很强，你就什么都能够抵挡的住、什么都能做的了。因为你是修炼人，你是走在神的路上的人，你是不被常人因素、低层法理控制的人。”[5] 多学法，百分之百信师信法真的是最安全的。我现在面对面讲真相基本上没什么怕心了。以前由于怕，都以第三人称讲，现在一般情况下都能堂堂正正表明身份：“我是炼法轮功的”，原原本本讲述自己在大法中身心受益的情况。劝退顺利时，我由衷的感谢师尊，是师尊使又一生命得救！如有不顺利，就找自己，是自己的什么心不对头了造成的。

诉江大潮来临，虽有诸多客观上的理由不便实名，甚至有些事情似乎不可逾越，但在学法中，在同修们的鼓励下，经历一段时间的内心挣扎，最终迈出了这一步，用真名控告了江泽民。虽然因此惹来一些麻烦，但我做了一个大法弟子应该做的，心里踏踏实实。

要说苦呢，这些年走过来也确实挺苦的，那种怕的物质、无形的压力、自尊心的受挫、剜心透骨去执著的过程、肉体遭受的痛苦等等，在苦中，有时也会冒出求安逸的心，甚至还羡慕过常人，看人家在海滩上、林荫下、公园里，那么悠闲惬意，35

多好……这念头一冒，马上意识到这东西不是我，我是谁？想想海内海外同修们哪个不是在苦中修呢！再想想我们伟大的师尊，为众生承受了多少！有多苦！我这点苦又算什么？能成为大法弟子，能助师救人，多么神圣，多么荣幸啊！

记的那年“三退”人数接近两亿时，我正陪丈夫在外地养病，不认识当地同修，自己又没条件发“三退”名单，就把那三个月劝退的八百多人的名单捎给了住地同修。后来同修告诉我，她头天晚上看网站三退人数还没到两亿，当晚发出我捎去的名单，次日清晨再看时，人数已达两亿！我幸运的赶在了这个节点上，这多令人高兴！

这些年来，我始终把师尊要求做好三件事摆在首位。特别是近些年，自己生活非常简单，有时一周不炒一次菜，家务活能少干就少干。每天时间安排的既紧张又有序：早晨和全球同修同步炼功，五套功法一步到位，之后学法背法一小时。上午出去讲真相救人，下午和晚上学法背法、浏览大法网站。吃饭或干家务时听明慧广播网上同修的交流文章，外出时路上背法或发正念。《转法轮》在背第六遍，并抄写了一遍。《洪吟》背过数遍，《各地讲法》每隔一段时间学一遍。

学法多了，遇事能用法衡量，力争在法中修。就这样，在师尊的教诲和加持下修炼。

大法弟子来到人间小住几日匆匆就走了。师尊在看着他的弟子们，在等待大家修上去！让我们把后天形成的人的观念统统放下，把瓶子里那些肮脏的东西尽快全部倒掉，纯纯净净的回到自己真正的家园。

叩拜慈悲伟大的师尊！

注：

- [1] 李洪志师父著作：《转法轮》
- [2] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈挖根〉
- [3] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈苦其心志〉
- [4] 李洪志师父著作：《精進要旨三》〈学好法 去人心并不难〉
- [5] 李洪志师父著作：《洛杉矶市法会讲法》

（明慧网第十五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）

走过酷刑与黑暗的十年

文：中国大陆大法弟子

【明慧网二零一八年十一月六日】我从小没什么爱好，就爱打抱不平、跟人打架，长大当兵后作过武警，后来工作，经常跟社会人（俗称黑道的人）接触，吸烟喝酒，社会的不良嗜好都有，加上自己脾气暴躁，不能忍，动则张口即骂，举手即打，成为家里和单位的难题。

但我从小内心信佛，也读过很多佛经，经常看着太阳，总觉得自己应该是从太阳那边过来的，小时候经常看到一尊站着的佛，因此自己总想出家。

得法喜悦 脱胎换骨

一九九八年，我三十岁，已经工作，看不惯邪党的腐败，每天总是闹心，天天想出家。一九九九年三月份，几次介绍我学大法的同事带我去看师父讲法录像，当时他还对其他同修说我：“这人魔性老大了，这是最后一次，能得法就得法了。”

我看到了师父的讲法录像，刚看到师父打大手印，我一下全明白了，立即认定这就是佛。当时我就要看《转法轮》，从早上十点多一直看到第二天下午二点多钟，一气呵成全看完了。看完一遍，明白了气功就是修炼，我懂修炼了；看到“真、善、忍”，心里想我懂得真，我也懂得善，一看到忍，我一下明白这是最高佛法呀！

就这样我得法了。我天天乐呵呵的，别提有多高兴。因盘不上腿，我就让人天天踩着自己的腿，一个月后我能双盘。得法后，笑容整天挂在脸上，一切不良嗜好没有了，单位领导都说法轮功使我变成了好人了。

刚学法一个月，一九九九年四月二十五日，我和多名大法学员一起去北京，回来后和同修拿着资料到处去洪法，骑自行车都不用蹬，飞快，整天乐呵呵的。

知道修炼应该提高心性。一次，我骑自行车被一辆小轿车撞了，自行车轱辘都撞瘪了，要是以前，我早就动手打上了，

但当时想自己都修炼了，这是提高心性，忍下来，大法让我脱胎换骨的变化。

坚信师父 维护大法

一九九九年七月二十日，邪党开始公开迫害大法。我和许多同修一起到当地省政府上访，后被警察一个个拽上一辆大客车拉到警校，让我们登记。我当过武警，知道登记就被掌握信息，我没登记就打车回家了。

第二天我到炼功点上看，冷冷清清的，有个年龄大的同修看着炼功场直哭，我的心情很难过。后来就到几个炼功点上找能出来的同修，告诉他们集体炼功学法不能间断，学法小组还得继续学法。后来我听说有人交书了，还写了什么东西。我马上找同修交流。在文化广场，周围全是便衣，那时天天有很多同修徘徊，大家不知道如何去做，我就说，师父告诉咱们修心向善没有错。还告诉大家不能交书，一个字也不能写，修炼没有错，要坚定，不能听中共的。

后来，我和几个同修就去了北京维护大法。去北京之前，我天目看到师父穿着一身白色袈裟立掌，还点悟我看《洪吟》里的《助法》、《威德》、《无存》，《精進要旨》里的《拜师》、《为谁而修》、《为谁而存在》。

到北京之后，我听说江泽民对外说百分之九十九的法轮功修炼者都不炼了，我心想：你看有没有人炼！后来很多各地的法轮功修炼者都联合签名，证明还在修炼法轮功。我和同修把这些签名做成真相光盘，送到联合国安南手里了，证明中国还有这么多人在修炼法轮功，江泽民说谎。一九九九年十月份，安南来北京，把这个光盘交给江泽民。当时一个美国记者知道了这件事情的真相，他很震惊，江泽民欺骗了所有人。

后来，我们六十多名同修在北京天安门广场拉真相横幅，集体炼功，让全世界都知道中国还有这么多人在修炼法轮功。之后我被警察绑架到北京朝阳派出所，又被转送到当地驻京办事处，后被劫持到当地大广拘留所非法关押二十七天。

回来后我又去了北京，听说有安徽同修去北京上访，因为

没有路费走着去，没有住旅店的钱在戒台寺旁的地上睡，我就给他们买馒头。后来警察知道了，围山搜捕，我和几名同修被绑架到崇文门派出所。当时我穿着一件黄色的衣服，警察非要找穿红色衣服的人，我一看警察看不见，立即捡起同修扔的电话卡就走了。

二零零零年四、五月份时，大家整体走出来去北京证实大法，要求恢复师父名誉、还修炼环境、释放所有被非法关押的大法弟子。

二零零零年五月份，我又来到北京，看到第一张真相光盘就是震惊中外的“中国大陆法轮大法新闻发布会”，里面有一些数据与照片，外国记者做的题目是“镇压与认同”的文章，说中国还有很多人在修炼法轮功，不是象江泽民说的百分之九十九的都不炼了，揭露了江泽民的欺世谎言。

警察成魔鬼 疯狂施酷刑

二零零零年十一月二十日，我和妻子与几名同修被北京和当地警察联合强行绑架到当地市局，后在第一看守所被非法关押了十九个月。

非法关押期间我与多名同修遭到当地市局酷刑夜审，二零零一年一月十八日下午大约三点左右，我的手和脚全部固定在铁凳子上，在腹部用一根铁条从这边穿过那头别上后再锁上，脚脖子也铐上，一动也动不了。晚上九点多钟，几个恶警酒足饭饱回来就对我开始酷刑折磨。一个做笔录。两个恶警把我从凳子的锁铐解开，铐一个带有尼龙绳的手铐倒背上铐。我的双手背过去，恶警在前边拉尼龙绳。另外两个压住我的双臂。我奋力挣扎，被他把衣服扒到头上露出后背，恶警拿一个电流很大的高压电棍从我的脖子到腰部反复电，双臂还被恶警拉着，关节被压着，痛苦万分。

我什么也不说，挺了几分钟就已经满头大汗。恶警指挥其他人给我加压。一个使劲压住我的双臂，用冰冷的水往后背浇，同时用电棍反复电，一会儿我就痛昏过去了。后用凉水把我浇醒，让其中一个活动一下我的双脚，当时我已经不能动了，失

去知觉，恶警却说：这体格没问题，已经有点适应了，一会儿再不说就“上绳”（注：“上绳”是一种极其残酷的酷刑）。

当到上第三绳时，为了加大力度，两个恶警再往前使劲拉，使我的双臂倒背到头都碰到大腿了。恶警又命令两个人站在铐我脚的铁铐上使劲往下压。当时那两个人还问：能行吗？别整坏了。我使尽全身的力气挣扎着，这时左脚左侧被铐卡坏了（后来才知道骨折了）。我又一次昏了过去。当再次醒来时，头上都是冷水，双臂上部都已经发黑。恶警因出汗太多下楼洗澡去了。

恶警休息一会后，又对我进行了更残酷的折磨：用电棍电我的脖子，残忍的电生殖器，他又让恶人把电棍硬塞到我的嘴里电。恶警又反复对我用刑好几次，逼我承认与其他几位同修的所谓口供吻合，从而达到所谓的口供一致。

二十四小时加一个上午的酷刑折磨，使我在看守所躺了四个月，当时回去睡了三天两夜。肋骨骨折，左脚左侧骨折，骨头被扭弯，血压高低不稳，呼吸困难，双臂、双腿瘀血发黑，胃部抽搐疼痛难忍。造成经常呕吐，左脚骨错位长上，结果导致一走路疼痛、跛行。

遭到酷刑夜审的有多名同修。警察半夜把大法弟子提出去上刑：坐铁凳子、上脚铐子、上大刑老虎凳、把大法弟子的双手绑上背过身后再使劲拽、往后背泼水后用电棍电等等，还有同修被恶警用铁条把肚子一下给豁开了……

那时我听一警察说，如果某人再不说，就把啤酒瓶打碎，往他肛门里塞。后来恶警真用此卑劣残忍的手段折磨该同修，同修声嘶力竭，就是一个字也不说。

诬判十三年 黑窝反迫害

二零零一年秋，当地法院妄图对我与十二名同修非法开庭，近千名大法弟子在法院外发出的正义之声，使非法庭审未能得逞。当天法院楼上挤满了大法弟子，楼道内及房门上也贴满了大法的材料。我们从法院走出坐进警车时，车外的大法弟子高喊：“法轮大法好！法轮大法是正法！”

二零零二年三月六日，当地法院和检察院第二次开庭对我们进行诬判，我当庭讲真相，揭露警察对我的酷刑折磨，告诉他们学法轮功使我变好了，师父告诉修心向善没有错。后来休庭期间，警察暴力殴打我，用电棍电，不让我说话。

二零零二年三月八日，法庭再开庭，非法判我十三年。

我被非法关押在臭名昭著的监狱，四个人包夹我一个，二十四小时看着，我就正告包夹犯人，说我要出点啥事，你们能不能负责，要是能的话你们就看着，要是不能马上跟警察说去，包夹害怕了，就跟警察说了，警察就找我，我反问警察：

“他们犯人有权看着我吗？上哪都跟着，这不是侵犯人权吗？再说我也没有犯罪，怎么能让犯人看着呢？”警察哑口无言，也不再包夹我了。后来被非法关押的法轮功学员越来越多，我与同修里外配合揭露邪恶，把监狱里的迫害曝光出去，开创学法环境，在监狱里能看到小本的《转法轮》和师父的新经文。有一次，我去找监狱指导员讲真相，那个指导员也在看《转法轮》，说不逼着我们写什么东西，他自己写好了应付监狱，也不迫害学员了。当时我不配合唱歌、不戴胸牌，也没有被迫害。

在监狱，一次和同修坐在一起集体学法，后来被发现。在监狱就开始强制“转化”，逼迫写所谓的“五书”。一名同修被上固定桎梏酷刑迫害，象五马分尸一样，他实在忍受不住就写了所谓的保证，写完之后就后悔了。我鼓励他要坚定，在一次所谓答卷的时候，他写下严正声明，声明以前所写的作废，并写下法轮大法好。因为这遭到更加残酷的迫害。

后来有许多法轮功学员被陆续关押进来，有一个男同修遭到被捏生殖器的摧残，我听说后就和同修去找警察，不让迫害。后来有一名参与电视插播的同修被迫害致死，我们全体大法弟子绝食反迫害，致使监狱各方面都停工停产三天。二零零三年的二月二十三日，因为这事我和几名同修被转到另一个监狱非法关押。

坚定信仰 拒绝“转化”

我刚被转到另一监狱时，家属还可以接见。后来监狱开始⁴¹

强制“转化”迫害。一次我和其他大法弟子被叫到走廊上罚站。省“六一零”人员带来四个邪悟者来实施“转化”。四人我都认识，我对一人说：啥时变了，这是女汉奸呀，不是狗腿子了吗？你不是当老师的吗？说的她哑口无言，再没见过一次。其中一个了解我的说：“你是社会人，怎么学这个，有啥坚持的？还是没看透法轮功？”我说：“过去讲一日为师，终身为父，我今天学法轮功了，要是以前，你敢跟我这么说话吗？”说的他无语。后来我又说：“你别跟我说这个，你管我坚持不坚持的，你把《转法轮》拿来，我看看你说的对不对。”他就把《转法轮》拿来给我看。当时我背《论语》总是差字，正好利用这个机会核实一下。我从上午一直看到下午三点，当他们反应过来时，我已经把《论语》一字不差的全背下来。

面对他们的邪说，我也不对话，一个字也不写，晚上九点多我才被带回监区。回去后，我也不出工，就在床上躺着。我看到有的同修被打，有的同修写所谓“五书”的，有邪悟的，跟着警察“转化”同修的，我的心很难受，想让同修坚定，就冲出屋，在监狱走廊里大喊：“法轮大法好！”刚喊出这句话，就被人一顿踹。从那以后，我被严管迫害，谁也不能跟我说话，看都不能看我一眼，更不允许家人接见。

后来，有一名非常坚定的同修被关进监狱，当天警察就用三角带使劲抽他后背，他当时就喊：“师父救我！”整个监狱的办公楼都听见了，当时警察就不打他了。第二天警察告诉犯人“伺候”他，同修就给犯人讲真相，天天讲《九评》，因为他年龄大，还有人管他叫高爷，愿意听他讲。

后来我得知“六一零”的人上北京去请功，拿回来罗干亲自批示的文件，里面有我和另两名没有“转化”的同修名字，说这三人打死白打死。其中一名同修非常正，不管警察来了多大官也不怕，怎么打他也不怕。冬天时，警察往他身上浇盐水，还对他说：“你不是没罪吗？没罪还穿我们的囚服干啥？”同修听后立即就全脱了，警察就让他到外边冻着，同修宁可冻着也不穿，非常坚定。他的身上都被电糊了，警察用卫生纸贴上，

干了再往下撕，他脚上长时间被铐上脚镣子锁在床上，瘦的只剩下骨头了，就是这样他还想着救人，当时看护他的是一个复员兵，最后三退了。

一天，因这名同修不写所谓“三书”，恶警用八个电棍电他。我看到同修后背被电的不成样子了，就在屋里喊：“法轮大法宝好！”骂恶人是兽类，被警察听见，他们就暴打我，知道我心脏被抻坏了，就让犯人打我身上、用脚踢我脸，把我的牙都踢掉了，鼻子也打出血，接了一盆血，头被打的有两个大，眼睛全肿。有的同修都不敢看我，监狱也不让接见，说让我变成活死人。因为不让接见，我妻子就到处找，一层一层往上找，后来才让接见，我就向妻子讲述遭迫害经历，妻子让我背《论语》，后来监狱又禁止我接见。

艰难中 师父点悟弟子

妻子每月探望都鼓励我，无论春夏秋冬，严寒酷暑，从怀中抱着婴儿到手领着已上学的儿子，坐火车往返两地，快十年了，大法使她变得成熟和坚忍，同修们在外面默默发正念。

在被非法关押的第九年的春天，当时已经有一年多没人和我说话了。恶警又想出一个更为邪恶的办法，让我每天对着墙，不许与任何人说话，让包夹看着，这种能把活人逼成死人，在极其寂寞中，不成死人也能把人逼疯。我心中充满了极度的痛苦和无望，感到空气都要窒息。长时间看不到法，心中那种苦，让我产生了许多疑问，师父是不是不管我了？什么时间能结束啊？好让我脱离这人间的地狱，这里的人都坏到这样，还救什么人啊？快快结束吧！那时的我有些六神无主，精神上都有些不正常了。

那时的我心里充满无尽的痛苦，也是最无望、最害怕的时候。突然我想起上次妻子探望告诉我背《论语》，哪怕背二百遍也行，不说话，每天就背《论语》。我不再想其它的事了，面对高墙什么也不想，静下心来背《论语》，一遍一遍的背。一天，背着背着，我看到从墙上显现一九九九年前出版的挂在墙上的大篇幅《论语》画幅，从左到右，竖排字，一会字变成圆的转，⁴³

后来变成法轮，突然看到有一个人打开一扇石门，石门打开后他飞了出去，飞到了香港大屿山，双手合十跪在下面。我很惊喜，明白这是师父对我的鼓励。当晚我躺在床上，突然一个魔就跟我说话：“十年了，你也不能成佛，你也圆满不了了，十年白在这里呆了，吃这么多苦也圆满不了。”当时我一身冷汗，坐在床上就一念：不能成佛圆满也行，但李洪志师父让我修心向善、按真善忍做没有错，不管怎样我也要炼。

一天叠被子，我天目突然看到从下往上出现：“恶者妒嫉心所致，为私、为气、自谓不公。善者慈悲心常在，无怨、无恨、以苦为乐。觉者执著心无存，静观世人，为幻所迷。”[1]最后是“境界”两个字。我一字一字的学念，被子的上边出现蓝色的法轮图形，我边叠边用手画法轮图形，被子叠了半个多小时，大家觉得奇怪，我只是一个人笑。吃饭时，碗里面也有法轮图形，我就用勺子一点一点的学着画，边画边想起“食而不味 口断执著 做而不求 常居道中”[2]，还听到师父的声音，在耳边告诉我按“境界”要求自己。这时我体悟到，只要做到就是无漏。

过了一天，警察又让我报数，我不报，遭到恶人毒打，我舌顶上腭就是不报数，别人劝我我也不配合，就是背法，但心中充满怨气，没有慈悲之心。当背到“恶者妒嫉心所致，为私、为气、自谓不公。善者慈悲心常在，无怨、无恨、以苦为乐”[1]时，我的天目看到我的牙、舌头上、心肝肺上，浑身都是鬼，背法时，背出一个字上面的鬼就没一个，看到还有孙悟空来帮忙，每个犯人的背后都有白骨，孙悟空拿着一个乾坤袋，从犯人的头上到脚下，收出一堆一堆的白骨，装了一袋又一袋，这些鬼信息连通，借恶人的嘴说我把它的人都给拆了，如果三天不拆完就要我的命，并让恶人看着我。那我也没动心。

我看到师父的法身，穿着白色的袈裟一次次的把我从一个黑洞中托起，掉下再托起，掉下再托起，就这样好几次。下午干活时，我看到师父给显现出隶书的经文：“法轮大法的法理对任何人修炼，包括宗教信仰都是有指导作用的，这是宇宙的

理，是从来没有讲过的真法。过去也不允许人知道宇宙的理（佛法），他超越一切常人社会从古到今的学术及伦理。过去宗教中所传的和人们感受到的只是皮毛和现象。而他博大精深的内涵只有修炼的人在不同的真修层次中才能体悟和展现出来，才能真正看到法是什么。”[3] 我一字一字的念和背，背的过程中很多以前学过的法也都在脑中显现出来。

狱警让做体操，我就炼法轮周天法，由于时间久了，动作有的想不起来，也不知道准不准确了。这时狱警放电视强行让大家看洗脑节目，看到里面有师父的教功动作，动功的动作我就都想起来了，我深深感到师尊用各种方式慈悲的看护、点悟着弟子。

一天早上三点多，我看到耶稣被钉在十字架上这一幕被师父放在盒子里，点悟我这种神被迫害的例子以后将来都不会再有，将来也不会再有修炼人在监狱里被迫害，师父不承认这场迫害。

师父展现给我三点五十是全世界炼功，显现神韵演出创世节目的情景，还有加拿大的同修穿着白衣烛光守夜的情景，展现正法进程。

一次由于不能炼功，我就结印，看到一个白的能量团在我手心里转；我看到过一朵莲花托着一个蓝色的法轮在我脑子里转，整个头变成了一本书；看到第四讲和第六讲；看到一本黄色的书写着《九评共产党》；看到从天上飞来一串一串的法轮往我脑子里打，展现很多法理；有时看到法轮从小腹转到心脏，背法时法轮就转，不背法就不转，不发正念时法轮也在自转；法轮转到脑后时，我看师父给我显现的“心怀真善忍 修己利与民 大法不离心 它年定超人”[4]。

我还看到自己的元神被黑色的又亮又硬象金刚岩一样的东西包裹着，师父把我的元神拿出来清洗，就这样一次次清洗、点悟，法理展现，让我看到法的内涵。我明白不同空间、不同时间产生不同的生命，但都不一样，所有物质都没有办法提纯，但是可以转化，只有在大法中，改变思想，思想变好，身体就

会好。物质在运动中很难改变其原始，就像现在的水污染再也无法回到最纯净的时候，但师父能把不好的、不纯净的都变好。

学会向内找和发正念

得法前，我脾气暴躁，性子急，好斗好勇，什么人都不怕。一九九九年三月份得法，学会了向内找，修自己，但没有看过太多的师父讲法，得法不久后就参加“四·二五”和“七·二零”的证实大法的洪流中，不久就被非法关押。在狱中邪恶的地方长时间看不到法，又不能与大家交流，很多时候不能向内找，也不会向内找。

曾有一位新来的甲同修，被关入我呆的监号，每天他背《洪吟二》，唱大法弟子的歌，并教我发正念的口诀，但不久就被包夹听懂并把甲同修一顿打。每天都在邪恶的黑窝被严管，又不能与人交流，我心中充满了怨和恨。一次找不到干活的镊子，最后我在一块布的最里面发现了镊子。当时我看到甲同修对我一笑，我立刻明白并且流出眼泪，这是师父的又一次安排同修帮助我并点悟我要学会向内找。

一天，我突然出现象脑血栓的症状，两条腿不好使，第一天不能动，第二天腿痛，我把腿放下，照样走路，三天就好了。

还有一次，我看到一把正义之剑，可以识破邪恶，看到一修炼人在盘腿，这把剑从他的头穿到底，当他选择不要妒嫉心、不要色心、不要显示心时，正义之剑就为他清理身体。我知道是师父点悟我不要这些人心，而当我向内找、选择不要这些人心时，就看到自己的元神向上走，所有的神都佩服并对我双手合十。第二天，我背《法正》和《圣者》这两篇经文时，看到自己元神突然冲出去，看到银河系在自己脚下。

一天上午十点多，监狱里都在做广播体操时，我就炼法轮周天法，狱警把我弄到上边的一个屋子里，拿一把椅子坐到我的身上，用八把电棍同时电我的脖子、腋下。我躺在地上，看到师父给我显现经文“生死非是说大话 能行不行见真相”[5]。电棍电的我全身震动，但我未感觉到疼痛，后发现我被电的全身是大泡，皮肤都电糊了。狱警就问我：“你们师父好不好？

回去还炼不炼了？”我没吱声，但看到他头上有一个金色的师父法身，我明白这是师父让我发正念。等狱警再电我的时候，我看到电棍发出的蓝光就返回到狱警那里，狱警说怎么不好使了呢？就扔下电棍了。我告诉他：“大法好，回去还炼。”警察就象泄了气的皮球一样，让我回去了。我第一次体会到发正念的威力。

那一年半，我天天乐，经常看到脑门和眼睛就是真善忍构成，看到法轮旋转提升，还经常看到天女散花，飞天女、凤凰女（上身是人，下身是凤凰）敲鼓，鼓励大法弟子精进。

就这样，一关又一关，我对大法越来越坚信，悟到，邪恶就是要毁掉我，而师父就是要把一个业力满身的我度成。

师父常点悟我不管在什么情况下，什么时候都要想到别人，真正修炼，不管怎样，在任何情况下都要先向内找，然后发正念。耶稣那么伟大的神为了很多生命承受很多，不要想自己，只是为了别人。

后来我早上起来炼功、发正念，然后再吃饭，清理整个空间场，晚上只睡两个小时的觉，整个晚上师父就给我讲法、演化，就这样一次次点悟，让我看到法并背法。

二零一一年，我出狱回到家中。

结束语

在邪恶的环境下我被迫害十年零一个月，曾在最艰难的情况下抱怨过，无望过，害怕过。但只要我们百分之百的相信师父，就没有过不去的关。在关键时刻，选择是李洪志师父的弟子，其它什么也不要，就要法，师父就给法，展现法理并点悟，让我充满信心。

以上全部是自己亲身体会，千真万确的事实，亲身体会到师父无微不至慈悲看护，感受到大法的慈悲与救度。我想告诉同修们，只要得法了，不管自己以前什么样，只要心在法上念正，无论在什么困难下，不管什么情况下都坚信师父，坚信大法，慈悲的师父每时每刻都在看护着我们。

让我们千万珍惜这万古不遇的修炼机缘，一起随师父回家。
以上是本人口述，同修整理，如有不当之处请慈悲指正。

注：

- [1] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈境界〉
- [2] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈道中〉
- [3] 李洪志师父著作：《精進要旨》〈博大〉
- [4] 李洪志师父诗词：《洪吟》〈圆明〉
- [5] 李洪志师父著作：《精進要旨二》〈心自明〉

（明慧网第十五届中国大陆大法弟子修炼心得交流会）