

明慧週刊

來洪志 甲申年十二月二十七日

在完成使命中提高心性 在正法修煉中修成新宇宙正覺

《明慧網第二十一屆中國大陸大法弟子修煉心得交流會稿件（二）》
（二零二四年十一月十八日）

www.minghui.org



•翻墙找到明慧网

自由门电脑版: <https://j.mp/fgp88>

自由门安卓 VPN: <https://j.mp/fgv88>

无界一点通（安卓）: <https://s3.amazonaws.com/693/um.apk>

无界浏览电脑版: <https://s3.amazonaws.com/693/u.exe>

明慧网成立于一九九九年六月，致力于收集、整理和发表关于法轮功真相的第一手信息，维护和弥补迫害环境下中国大陆大法弟子的修炼环境。

明慧网举办的第二十一届中国大陆大法弟子修炼心得交流会已于二零二四年十一月七日开始。敬请各地同修们关注，比学比修，更精进，快提高，多救人。

目 录

◆明慧网第二十一届中国大陆大法弟子修炼心得交流会稿件（二）

遇事用法来衡量 向内找	3
感悟慈悲的力量	9
路漫漫 终有尽头	14
先考虑别人 把善良送给对方	28
善心对待所有接触到的人	33
大法使我弃私而为他	43

一通宵。拍照时，我不配合，他们几个人把我的头发揪着拍照，我对他们说：“你们拍吧，这就是你们的罪证！”他们听后害怕了，不拍了。师尊给我开智开慧，在师尊的加持下，我言辞流畅，源源不断的给他们讲真相，他们近二十个工作人员竟说不过我一个女子，末了，问我：“你是在哪里教书的？”

天亮后，将我关入铁路派出所。同监号票贩子听说我是炼法轮功进来的，很害怕我杀她们，说“炼法轮功的人搞自杀、杀人！”半夜时分，有新关入的票贩子，我就把我焐热的地方让给她们，自己去冰冷的地方呆着，并与她们不断讲清真相。天亮了，也找机会把真相讲给警察。在铁路派出所遭非法关押几天后，我被转到市看守所继续非法关押。我仍然是绝食反迫害。

四次的非法关押，我全凭对大法的坚定坚信，放下生死，独自闯关，结束旧势力安排的魔难。感恩师尊为弟子的承受，也谢谢同修们几次的正念加持，助我闯过关难。

随着修炼上的日趋成熟，自己的正法修炼之路也越走越宽敞平坦。二十八年的修炼历程，师尊给予的太多太多，无法用言语表达。我要跟师父修到底！

叩拜师尊！谢谢同修！

是我受迫害最严重的几年，恶人恶警时不时的会闯到家中。但我向世人讲清真相从未懈怠，发真相资料、挂真相条幅、贴真相粘贴等等，大法救人的项目，只要我能做，我都努力的去做好。

二零零一年，有一次我与同修们相约去救度众生，我在家用油墨印刷机准备真相资料。一同修来时，被单位书记跟踪，派出所出动几个警察，将我拖出家门，搜走两麻袋真相资料，还有条幅。在派出所，六一零人员轮番非法提审我，五天五夜不许我睡觉、不让我合眼，我眼一闭，有人就用棍子抽打我，叫骂威胁恐吓：“打死你！用汽油烧了你再埋了！……搜了你这么多东西，某某某就最后的一张传单我们就判了她三年！……不准你儿子再上学！”我心中想：“不是你说了算的！”

遭非法关押期间，我教同号犯人背《洪吟》、《大法坚不可摧》等经文。我在号里炼功，警察用石子扔我，我根本不动心。遭非法关押一个月后，我给看守所恶警们写了封劝善信后，开始绝食反迫害。五天五夜我不吃不喝，七、八个人给我野蛮灌食，按手、踩脚、摁头、踩肚子、撬牙齿等。同监号的犯人都帮助我，要求看守所放我回家。后来看到人快不行了，才放我回家。

一个月之后，我带上上小学的孩子去贴真相，被蹲坑恶警发现。孩子抱住我的腿喊叫：“不准你们捉我妈妈！”但警察还是带走了我。孩子独自一人回家。我仍被关入上次的监号。犯人说我：“上次你是绝食出去的，这次怕是莫想！”我心说：“不是你们说了算的！”我仍是放下生死绝食反迫害，十三天后放回。被灌食时，我拒吃的食物洒在衣服上，出看守所时，食物上都长了白毛。

二零零三年正月十五，与同修们骑车去火车站发放真相资料时，我一人被抓，铁路人员近二十人将我囚禁提审

遇事用法来衡量向内找

文：湖北大法弟子 心洁

【明慧网】

慈悲的师尊好！

各位同修好！

万分感谢慈悲伟大的师尊给予大陆大法弟子一年一度的网上法会交流的机缘。在第二十一届明慧网大陆法会之际，我向师尊汇报一下修炼中的一些心得体会，也与同修们交流。

一、学好法，遇事用法来衡量

一九九六年七月，我从某省城书店买到一本《转法轮》宝书。我如饥似渴的每天通读《转法轮》，被大法的法理折服，找到了人生的真谛，真是兴奋不已，只觉的人世间没什么事重要，只有修大法最重要。

得法时我三十多岁，在一家股份公司做技术工作。我每天迅速完成工作任务，然后就是双盘学法、背法，并按照法的要求去做。我外出炼功回家后，多次遭到丈夫的打骂。我用法对照，明白那是丈夫在帮我消业，所以对丈夫的行为没有一丝抱怨。

有一次，我同学与丈夫的同学一起在我家玩麻将，丈夫陪同学们玩，我一个人烧火做饭，大热天烧了一桌子菜。准备就餐时，我让丈夫摆一下碗筷，丈夫却当着同学们的面给了我一巴掌，我当时没吱声，但有情绪。同学们都指责我丈夫的过火行为。

我立即想起了师尊的法，我连忙调整情绪，向同学们解释：“我让丈夫帮忙，语气不太好，有不平衡的心，不符合修炼人的标准，这是我的错。丈夫给我一巴掌，是在警

醒我要严格用真善忍来要求自己，我应该感谢他。”有位同学说：“你真能做到打不还手骂不还口，是个真修者。”还有一位同学说：“明明是他欺负了你，你却说自己有错。看来这个法轮大法很了不起。”同学们夸我饭菜做的好吃。

在常人社会中修炼，会遇到各种各样的人和事，处处都是人心的考验。因为我心中装着大法，能用法来面对各种牵绊。每当有亲朋好友遭受病痛或魔难时，我便想起师尊的法：“在亲朋好友遭受痛苦时，你动不动心”（《转法轮》）。我悟到，亲人们遭受苦难，是在还业债，是好事，我不能被亲情带动。

每当我的个人利益受到损失时，我就想起师尊的法：“在切身利益面前，你动不动心”（《转法轮》）。现在我虽已退休，但退休金每月不足二千元，除了自家的生活开支外，还要给八十多岁的母亲、八十多岁的婆婆生活费。我宁可自己节俭，也要让两位老人吃好、穿好。两位老人生活均能自理，她们总是乐呵呵的。她们在众人面前经常夸我是好女儿、好儿媳。我知道，这是因为我修炼了大法才得到的好名声。

二、学好法，转变常人观念

在常人社会中，人会形成许多观念，以致言行被观念带动着而不自知。修炼法轮大法后，我发现自己的很多观念是错的，这些观念都在维护自私、自我，使自己不受伤害，从而掩盖自己的根本执著。具体表现在为自己的所作所为找借口，向外求，不能高标准要求自己。有时不能按时起床参加晨炼，却总要找一些借口说：“今天心情不太好”；“昨晚睡的太迟”；“因为同修的事休息不好”等等。

近两年来，每到所谓的敏感日，当地派出所警察总要求见面。见面时，我总带着情绪。虽然我给他们讲过真相，

上大学时，父亲每年成把成把的给钱。我儿子考上大学，他只送个薄礼。连兄弟媳妇都直言：儿子们谁都不用他管，建议父亲就管管我，但他不睬，每每还防备着、控制着母亲，唯恐她倒贴了我。我孩子初中时，读私立学校，父亲叫哥哥去劝阻我，唯恐到时要扯用他的钱财。其实我从未想到过要别人帮我。娘家房子租金唯恐我沾手。在娘家我只有做事的份，吃剩饭剩菜的份，经济别想沾边，我从不计较，想都不多想，我就按照大法的标准做，按真、善、忍来要求自己。

演好尘世中女儿的角色，是我圆容好法在世间的一部份。讲真相，救众生，更是我作为大法弟子的使命，更重要。我在父母家成立了学法小组，并将我的家庭资料点也迁到父母家，真相币、真相资料源源不断的供给讲真相的同修，自己平日里有缘时也参与面对面讲真相救人。

父亲虽刻薄待我，但对我在娘家成立学法点并不反对，而且人来的越多，父亲是越高兴，发自内心的向别人承认：幸亏有个女儿！临死前两天，在医院时，父亲喊：“法轮大法好！真善忍好！”医生问：“喊么事？喊么事？”他说：“我喊法轮大法好！真善忍好！”众人都大笑。

四、用正念正行回报师尊的赐予

我在农村婆家方圆几十里有着很好的口碑，世人夸赞我：二十八岁守寡，那么年轻，一个人把孩子拉扯抚养长大，培养成材，还建一栋新楼房，真不简单！都认同我是因炼法轮功才能做到如此。

一九九九年七月江魔头开始在中国大陆迫害大法、诽谤师父。二零零零年底，我与同修结伴进京证实大法。回来后，我被本地看守所非法关押三个多月，罚款三千多元钱，才放人。当时我的月工资不足五百元。最初几年，也

我平时总是对她讲做人的道理、业力轮报的关系，她对其婆婆的态度也转变了。有一天她突然对我说：“嫂子，你也救了我！”我说：“是我师父救了你。”

丈夫的弟弟也夸我一个人带个孩子比他夫妻二人还混的好，我告诉他：“我是因为修大法被赐予的福份！”我也尽力的去帮到他们家。他夫妻二人外出打工，孩子送给我照料一年多，吃住用全是我出钱，他们给钱我也不要，存折放在我手中让我随用随取，我都不动，待到他们返家时我就原样归还。师父赐我娘俩这么好的身体，二十八年来，我娘俩既没吃过药，也没打过针，自己经济上能周转的过来，我不与亲友斤斤计较。

三、演好尘世中女儿的角色

娘家父母过了八十高龄之后，都相继卧床不起。兄弟哥三家早已单独盖了私房，单独生活，条件都优渥，但都不拢边，没人为照料老人的事主动发声。适逢我退休在家，我便主动住到娘家去，挑起护理娘家父亲和母亲的重担。一年多里，喂水喂饭，倒屎倒尿，悉心照料，毫不懈怠，有时甚至是夜不成眠。

母亲重病住院时，医生说只能活两、三个月，但在大法的福泽和我的精心照护下，一年多之后，才去世。亲人们也看到了大法的神奇，亲眼目睹我里里外外一肩挑，二位老人被拾掇的干干净净，家中整理的井井有条，都心服口服认同大法好。母亲先过世。在父亲的丧宴上，表哥直接提出叫我大兄弟给我敬酒，夸赞二老多亏我的悉心照料。大兄弟敬酒时，由衷的赞叹我是有信仰的人！

如果不是修大法，我是不会那样照料双亲的。父亲一向重男轻女，刻薄待我。兄弟们家境都殷实，但父亲表态：“只要有孙辈考上大学的，学费他全包。”两个孙子、一个孙女，

写过真相信，但对他们总抱着一种观念：认为他们不干好事，是来为难我的，我必须严肃的警告他们，教训他们，总是把自己框在为私为我的旧宇宙的泥潭中。还有一些“怕”的因素时隐时现，在这种放不下自我的思维怪圈中，不能善待警察，不能救度他们。

通过大量学法，我认识到：这些参与迫害大法的底层警察，他们是被动的执行任务，他们很无奈，真是身不由己。想到此，我觉的这群警察太可怜了，他们的处境太可怕了。如果大法弟子被邪恶钻空子，被旧势力抓到了把柄，这些警察就会被邪灵利用，充当迫害大法弟子的工具，从而对大法犯罪。如果不停止行恶，他们将失去未来。

我想自己在对这群警察的认识上一定要转变观念，摆正与他们的关系。我想不管曾经与警察是什么因缘，但正法时期的大法弟子，一定不要认为警察是来迫害自己的。他们是常人，是在旧势力的操控下行事；我是得了法的生命，有师父保护，不归旧势力管，归师父管，而且我是身负救度众生使命的。我知道师父会给予弟子能力，我会站在无私为他的基点上智慧的讲真相，彻底破除旧势力利用警察迫害大法弟子的邪恶安排，解除中共邪党对警察的绑架，从而救度他们。

当我对迫害有了全新的认识后，能坦然面对各种骚扰了。在所谓的“清零”行动中，我给原单位某局长电话讲真相一个多小时，最后某局长放弃了对我的所谓签字要求，并且退出了中共的党、团、队组织。在与当地派出所一个警察见面时，我交给他一封我亲笔写的劝善信，并面对面讲真相劝三退（退出中共的党、团、队组织），他欣然退出了中共邪党的党团组织。在多次与警察的接触中，由于我转变了观念，与他们相处融洽，真把他们当作了师尊的亲人。

三、学好法，向内找

在当地学员中，由于我年岁小一点，文化程度高一点，经历了各种大风大浪，做三件事能独当一面，所以有些同修很依赖我，我对同修的要求能无条件的配合，做起事来也比较顺畅。

但在近两年中，我发现有一些同修出现了不正确状态。有些老年同修在讲真相上比较积极，但在个人修炼上有些漏洞。有一位老年女同修年近八旬，多年前就能上明慧网，每天读学员的交流文章。近段时间，她经常上不去明慧网，多次找我去看电脑。我每次到她家，都能快速上去明慧网。但当我一离开老同修家，她的电脑就显示打不开网页。多次如此，花了我不少时间。通过学法，我发现自己被同修的依赖心带动。老同修上不去网，也有我要修的。我不再执著老同修上网的事，而是鼓励她只要正念正行，没有过不去的坎。后来，老年女同修很少找我了，而是自己花时间去突破封锁。她说正念强时，就能上去明慧网。

还有一位八十六岁的老年女同修，文化不高。在我的帮助下，她在家开了一朵小花，建立了家庭资料点。好多年了，老同修总不能完全独立运作真相资料的打印，经常要我帮她完成打印错误的页码，也要帮她下载真相资料，还要帮她买耗材。看到同修年岁大，讲真相很投入，所以我对同修的要求随叫随到。

在中共的“清零”迫害行动中，这位老同修被多次骚扰，产生了怕心和疑心，不敢做真相资料了，连家门都不敢出了。我想老同修的状态与我有关，平时对同修的依顺，增长了同修的依赖心，也削弱了老同修战胜困难的意志。我向内找，如果自己真心对同修负责，应该让同修正念面对修炼中所遇到的一切，而不是包揽同修该承担的事，否则也会阻碍同修正念闯关。我鼓励老同修向内找，去掉依赖心，多学法，

在集体宿舍住了一年后，单位同修因外出打工，将她房子借给我住，我和儿子总算有了个自己的空间。后经女同事介绍，我买下一栋旧平房。一个女人独自养个孩子，生活本就不容易，世风日下，周边不良善的人多欺我孤儿寡母。但我心中有大法，不再孤单、害怕，我总是乐乐呵呵，以修炼人的胸怀诚挚待人、处事，不怨不恨、不计不报。

刚买到旧房子去居住时，邻居中有个男教师，看我待人热忱和善，几次三番晚上跑到我家来，对我说些不三不四的话勾引我，并约我晚上与他单独外出。我好言相劝，与他讲做人的正理。他了解了我的人品，放弃邪念，不再到我家骚扰。后来有一次这个当教师的男人借故用尽不堪入耳的污言秽语恶毒的辱骂我。我并不还口，仍然与之讲道理并好言相劝。事后我去找他老婆，问：“不知因何惹了你丈夫，他到我家瞎骂、羞辱我？”他老婆一脸诧异，一个劲否认：“不会吧？！他平时总是在家夸你人好、有素质呀！”我知道，只要我按法的要求行的正做的端，作恶的人也是打心底里佩服的！

孩子读大学时，我在家翻盖旧房。家的右边是一郑姓邻居，在我翻盖旧房过程中百般刁难、挑衅不断。我以炼功人的大忍之心相待，凡事不与之计较、还要求自己心底里要放下！新房建成后，我还是心无芥蒂，仍一味要求自己善待郑姓邻居，日常生活中遇事我还是主动做有益于他家的事，他偶尔也有点不好意思。

得法二十八年来，无论我在外面受过多少欺侮、多少委屈，别人对我如何不公，我从不说与孩子，不给孩子播撒仇恨和恶的种子，只用真、善、忍教育孩子，教化孩子善待他人，包括邻居。

大法弟子实修的言行也在感化着世人。丈夫妹妹因其婆家兄弟众多，婆家人踩压她，因此她对婆婆很是怨恨，

就去当保姆、做护工、当厨娘。师父慈悲保护，日子过的虽清苦，但我总不缺钱。无论到哪里打工做事，我时时处处想到自己是个炼功人，用修炼人的标准严格要求自己，不怕吃亏，凡事力争做到让别人心服口服，没有闲话可说。越是临到辞工前，我越要把事情做到力求完美，到处的卫生搞的干干净净，不留死角，把咸菜泡菜都准备好，再交手，并不是象常人式的明知要走，一切甩手不管或偷奸耍滑。时时处处想到自己要证实法轮大法就是好，因此临走时雇主们总是恋恋不舍。

帮商家煮饭做厨娘，打工仔都随意倒掉没吃完的饭菜，我总是善劝孩子们不能浪费粮食，叫他们不要随意倒饭菜，给他们讲做人的道理。包括隔壁商家老板娘洗米时，总是泼泼洒洒的，白花花的米总是随水流淌，我多次善意相劝，告诉物要尽其用，人要惜福。时间久了，他们都改了，还由衷的感谢：“阿姨，你怎么这么好啊！”

有一次，我应聘到丈夫原单位同事家做护工，护理他偏瘫的老婆。这样我又来到了之前住过的丈夫单位家属院。我以一个修炼人的标准要求自己，对雇主家尽心尽力，宽以待人，严于律己。当时手机还算紧俏物资，一般人舍不得用手机打电话，但我若有事需联系，总是用我自己的手机通话，连雇主家的电话都不占用；给雇主当护工，空闲时还连带把雇主家的整栋家属楼的楼梯及家属院内的地面清扫的干干净净。丈夫同事对我说：“都说你怎么怎么坏、为人不好，你这人挺好的呀。”

这样做了一段时间护工后，丈夫原单位的同事对我印象都发生了彻底改变，知道我是因修大法所为，我用实修证实了法轮大法好！也挽回了我修炼前不理性的做法造成的坏影响。就是这家，在我辞工六年后，还想方设法托人捎带口信给我，想请我继续去做工。

求师父加持，一定会走出困境。由于我的放手，老同修在师尊的看护下，心态稳定，也能独立打印真相资料了。

由于同修的信任，很多同修愿意与我交流。有一位A同修在我面前推心置腹，无论什么事都毫不隐讳的告诉我，希望我帮她快点精進起来。刚开始，我与A同修能在法上交流。慢慢的，A同修把自家的家务事、家庭矛盾也让我来把握，出主意。起初，我很愿意发表在处理A同修家庭矛盾方面的建议，A同修还说按我说的话去对待家人很奏效。可是，我自己在打坐中却不能很好的入静，A同修的一些家务事总是浮在脑海中。通过静心学法，我明白自己错了。我包揽同修的事，是在越俎代庖。站在修炼的角度，是在剥夺同修提高心性的机会，这不是在真帮同修，是在害同修。我醒悟了，对A同修的具体事不再出具体的主意，只是在相关的法理上提醒同修。让A同修多学法，学会自己向内找，遇事用法来对照，不要向外求。渐渐的，A同修也学会自己修了。

再讲一个我被同修情带动的教训。B同修会骑摩托车，我经常和她一起去乡下发真相资料，面对面劝三退，效果很好。有一次，B同修和我约好第二天去乡下讲真相。可是她突然改变了主意，非要当天下午去乡下发资料。我说：“不是约好第二天去的吗？怎么又变卦了呢？”B同修说：“C同修那里资料多，赶快去发完。”我说：“真相信还没准备全，还是明天去好了。”B同修非要当天去。

B同修做事风风火火，也能吃苦，她连忙从C同修那儿取来真相资料，让我与她同行，我不太情愿的上了B同修的摩托车。刚走出城区不远，B同修就要发资料，我说：“这地方发过多少次了，还是到远一点的乡下去发吧。”B同修坚持要发，就发了一份。走了几米，B同修又要发第二份，我说：“不在这里发，等寄完真相信再发资料。”B同修不听，非要在城区附近发。我不再与B同修争辩，因为再多说就要

吵起来了。刚发了三份真相资料，警车就在我们后面追赶。随后我与B同修被绑架到了当地公安局。我与B同修正念正行，破除了邪恶的迫害，几小时后我们被无条件放回家。

过后我仔细查找此次被迫害的原因，认识到：讲真相救人是神圣的事，必须用非常纯净的心态去做，怎么能带着强烈的执著呢？B同修担心C同修家里资料多，不安全，非要马上处理掉，这种心纯净吗？我明知道B同修状态不对，也随着去做，而且是不情愿的去做救人的事，这是对自己修炼不负责，对众生不负责的表现。

每当我想起那次心不正招来的麻烦，内心很难过。我是修炼二十多年的老大法弟子了，如此不理智，真是要警醒。师尊的正法已近尾声，我告诫自己，要修的执著无一漏，学好法，同化大法，回归新宇宙。

感恩师尊！

谢谢同修！

越看越敞亮：人生中不得其解的、我的病痛、我的魔难都明白了是为了啥！这个法咋这么好？！不论人的文化、不论人的贵贱，都可以修，真修，师父都管，这么好！我无论如何得修！

得法后，我所有疾病全消，包括那折磨我三十年的皮肤病也好了，皮肤变的光滑细腻。我是脱胎换骨，按照真、善、忍的标准重新做人、做修炼人，每天变的开朗、乐观，开始在心底里唱歌。

有一次，婆婆找我岔，硬说是我将她鞋子拿了，给她扔掉了。我不与她争辩，亲自去挑选双新鞋送给她。后来小姑子告诉我：“她的鞋就在沙发下！找到了。”我笑道：“我要是不炼功，我做不到这样的！”

我觉的自己强行入住丈夫单位家属院不对，就搬出了丈夫单位的职工宿舍，住进娘家。

丈夫去世时，丈夫单位以婆婆和婆奶的名义帮我申请了两份抚恤金，每月发给我和婆婆。婆婆去世后，我主动找领导请求终止抚恤，告诉政工科人员：“我婆婆和婆奶都去世了，这两份抚恤金我不再领了！请你们不用再发放了。”他们劝我把当年的领取了，以后不发算了。我仍是拒领了当年的。其单位上下一下传开了：炼法轮功的不要不该得的钱！

我父母育有三个儿子，都算的上有钱有势，只有我这个女儿是家道中落、无依无靠。在娘家住了一年多后，兄弟们都嫌我运气不好，父亲老逼着我再嫁。因未再嫁，我住了两年后，父亲赶我娘俩走。娘家有四处院落，房屋很多，于是我提出付房租，父亲也不准。我按法的要求自己，不与父亲起争执，去自己单位找福利房住。单位没有房子提供给我，只答应我带上孩子住集体宿舍，但不许带箱柜。

去北京上访后，单位无理开除了我，我失去了工作，

敏，总有人给他送礼送物。我原以为找了个靠山，谁料想，我二十八岁时，丈夫因车祸去世，当时儿子只有三岁半。出车祸后，丈夫单位领导也尽了最大努力与肇事方协商，并承担了全部的医疗及丧葬费用。

为了得到日后更多的照顾，我向丈夫单位领导提出到其单位家属院居住，遭领导拒绝，单位有空房子也不给我们住。我闯到丈夫单位将其闲着的房子门锁撬开，带上孩子、与从农村来的婆婆强行入住丈夫单位家属院。这一闹腾，惹的丈夫单位上下都对我意见很大，根本对我不予理睬和帮助，只落下我自个空悲怨和气恨。那时的我常常在晚上一个人哭的捶胸顿足。

这就是得法前的我，我的世界是漆黑一片的，既看不到活下去的希望，又不懂得做人的道理。凡事胡搅蛮缠，横着来；帮助过我的人，我一概不知感激，还气恨恨的想：我这人这么老实，这多病痛，话也说不到别人前头，总是受人欺侮、受人气，我还是要放恶些！孩子还这么幼小，我又靠不上个人，小孩子不能让他受欺负，得让他自己保护好自己，要把他指甲留的长长的，打不赢别人，抓也得抓赢！有次我与婆婆起争执，我就跑到小叔子单位去追着他辱骂。

若不是后来得大法，如此发展下去，想想不成神经病，最起码也是个神经质，孩子也会被我毁了。如不是修法轮大法，娘家、婆家两方我都不会来往，因为我时刻想到的只是自己如何如何可怜，别人都应当照顾我，可他们却都没有给我应有的帮助，我绝不会再想到还要去对待别人好。现在想想，觉的后怕。

二、污浊的深渊中师尊将我捞出洗净

一九九六年初，表姐总在我耳边说法轮功，还给了我本《法轮功》书。我就天天晚上坐在床上看，越看越明白，

感悟慈悲的力量

文：陕西大法弟子

【明慧网】我在很小的时候就意识到自己是一个很喜欢孤独的人，不喜欢与人接触，喜欢一人呆着，不愿受他人管束，就想钻到山洞里远离人世的修炼。长大后，我不结婚，不生孩子，在同龄人中表现的象个异类，对周围的亲朋好友都很冷淡，对待同修也没有想过共同提高、帮助同修之类的。一开始我觉的这是我没有“情”的表现，还洋洋自得了一阵。在最近这几年中，我发现自己的善一直修不出来，才意识到作为正法时期大法弟子，喜欢独修、不想接触和帮助他人也是私心的一种体现。

学法时看到师父说的：“你老是慈悲的，与人为善的，做什么事情总是考虑别人，每遇到问题时首先想，这件事情对别人能不能承受的了，对别人有没有伤害，这就不会出现问题。”（《转法轮》）

我悟到这个法理后，这几年我开始尝试每次和他人接触时就先为别人考虑，渐渐发现私心去掉很多，同时讲出话的能量和正念之场也变的很大，很多原先觉的很难解决的事，都变的容易了很多。

对“610”警察生出慈悲

两年前，因为发现自己被非法限制出境，就去找“610”要求解除。我第一次真切的察觉到生出慈悲心是那次去找“610”警察的路上。在路上想着我要正念正行去救他们，不让他们对大法犯罪。可是那时怕心重，又有对警察的怨恨心，根本就生不出慈悲心来。

在第一次交涉时，我心里一直喊着：“师父帮我”，突然感觉自己被一股强大的正念之场包围着，没有怕心和怨恨，

无畏生死，象一个神的状态一样。本来叫嚣着来见我的“610”警察下一秒居然躲了起来不出来见我。

我知道是师父在加持着我，并非我自己修到那个状态，所以回家的路上心情非常沮丧，心里想：“我修的这么差，师父还时刻在保护着我，可是我都不一定能修成，我愧对师父的慈悲苦度，愧对我世界的众生对我的期盼，若我真的没圆满，我造下的苦果我自己承受，我救人中师父赋予我的威德就全部给我的众生吧，让他们能活下来。”刚想完，我感到浑身止不住的颤抖，眼泪喷涌而出，我清楚的知道那不是我的眼泪，是我世界众生感动的眼泪，身体周围萦绕着一种殊胜的能量，不可言喻的美妙。过了好一会，我才意识到是慈悲心出来了。

在接下来和“610”及派出所相关警察交涉时，每一次对我来说都是能不能放下私我、怕心，生出慈悲心的考验。同时，每一次我都能感受到师父对我的加持和保护，让我安全的回来。在和他们接触中，在师父的慈悲加持下，我从一开始对他们剑拔弩张的心情，到最后发自内心的想让他们得救，这其中的关键只在于我能否按照大法去做，放下自我，无私为他。

在和他们交涉中，我可怜他们对大法犯罪还执迷不悟，可怜他们以后要面临的毁灭，当我慈悲的能量打出来时，我看到他们被唤醒的良知在听到我的劝诫时心生愧疚，当下便去跟上司申请取消对我的非法限制出境；也看到了在慈悲之场的作用下，他们真诚并礼貌的对待我，发自内心的不想参与迫害，并同情我的遭遇。

虽然对我非法限制出境的问题那时没得到解决，但是他们中有很多人之后没再参与对我的迫害。我想：只要他们有所转变，有帮助我的心和行为，即使最终结果没有改变，但是他们也能消除一些因迫害大法弟子所带来的罪孽吧。

大法使我弃私而为他

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】二十八年在大法中修炼，使我的生命发生了翻天覆地的变化，那个自私又自卑、可怜又霸道的我，成为了一个善良、自信且为他的生命，这是大法的威力和恩德。

一、得法前凄苦的人生

我出生后八个月大时，便患皮肤病，满头长疮、奇痒无比、成天抓挠，一挠就出血流脓、淌黄水，黄水流到哪里哪里长疮，不流时则结痂。这种顽固的皮肤病治了三十年，天天治病，一天也未治好过。

长到三岁大时，我还不会走路。好不容易学会走路了，走到哪里，都是顶着个光头。上学时，头象扣了个盆，仿佛与知识绝缘，学不进去，学习总不开窍，别人给抄都不会抄，惹的同学不爱，老师也嫌。

到十一岁时我又患上脑膜炎，母亲守了几夜，我活过来了，这下读书却更钻不进去了。挨到十二、十三岁时，头上流水疮才好，但又转到手上了，手又开始流脓流水流血。翻山越岭找老名医，各种偏方、怪方，试来治去也不见效。这还不算，眼睛也是迎风就流泪，还患有黄胆肝炎、风湿病、严重性贫血病等等。就这么自卑而怯懦的活着，往后挨日子，维持着活个命。

长成大姑娘后，进了一家工厂，别人姑娘一双双纤纤玉手，我一双烂手，藏着掖着，每天抹药都背着人，唯恐招人嫌恶。结婚后，还是每天背着丈夫抹药，丈夫有时闻着气味，默不作声，也不说破。长年的病痛折磨，令我失去了自信，形成内向、自卑、乖张的性格。

丈夫是从农村走出来的读书人，比我有文才且为人机

娘，你没上班吗？”她说：“我有病，好几样病，不好治。”我跟她说：“阿姨告诉你，认同善良，默念‘法轮大法好，真善忍好’，你真心默念，我们大法师父会帮你的，咱俩在这说啥，我们师父都知道，我们师父就会帮你清理身体。”同时我给她讲为什么要退出了党、团、队。她听明白了，同意退出团队。她说：“谢谢阿姨。”我说：“我只不过给你讲真相，让你明白了怎么样做好人，其实救你的是我们的师父，唯有我们师父能救你。”当时她双手合十，连说：“谢谢师父！谢谢师父！”

我觉的自己还有很多没有做好的地方。我要按师父要求的：慈悲的对待每一位众生。

感恩师尊的慈悲救度！谢谢同修无私帮助。

对掉队同修生出慈悲

通过学法，我悟到我不能光顾着自己提高，周围那些走不出来的同修我也要去帮助他们，大家形成一个整体，共同提高，才是师父愿意看到的，大家都走出来才能救更多的众生。这些年，我们地区大部份协调人被迫害的死的死，抓的抓，我们整体一盘散沙，有很多同修被迫害后变的一蹶不振，在家里偷偷学法，走不出来，很多学法小组都解散了。我就挨家挨户上门去找，让他们来我这参加集体学法。

在互相交流中，我讲出了自己遵照法的要求做了之后，提高层次中感受到的大法的殊胜，鼓励大家走出来做救人的事。虽然出发点是好的，但是一开始，我的抱怨心、嫉妒心、急躁心、自大心并没有去掉，所以也生不出慈悲心，没多久矛盾就显现了出来，有的同修因为在修炼中懈怠了很久，不让人说的心很重，尤其是被点到了长久抓着不放的执著时，一下子就跳了起来，吵着让我不要管，说我说什么都是没用的，他根本不想精進，不想放弃常人的执著。

一开始看到同修这样对我，委屈、挫败感袭来，让我就想放弃，转念又一想，这绝对不是同修真正的自己说的，是被执著控制下的表现，我不能动心。

师父说：“你们互相之间配合时是因为人心才产生互相之间的摩擦，那是修炼人的状态、过程，决不是你们哪个人真的不好。好的那一面已经看不见、已经隔开了，你们看到的永远是没修好的这一面，但是你们不要不抱着慈悲心，不要固定的看人。”（《各地讲法十一》〈什么是大法弟子〉）

那时我放下了自我，仿佛他说的不是我一样，从事情的本身中跳出看，用法来衡量。等他平静下来后，我说：“我知道这些话不是你真正的自己说出来的，我也不会入心，但是我想说，无论你对我怎么样，我都不会放弃让你精進起来的，即使只有百分之一的希望，我都不会放弃的。

因为我们现在不仅仅是代表着我们自己，还代表着背后世界无量众生，他们不仅仅是我们的众生，也是师父的众生，为了他们的存亡，你也要精進起来啊。”

说的时候，我感觉到慈悲的能量冲了出来，同修马上清醒了许多，并陷入了自责和沉思。后来，我们开始互相鼓励着背法，并放下怕心走出来做一些救人的事，对很多习以为常的人的行为和观念也通过学法交流后归正。学法小组的人也越来越多，大家互相帮助，提高，即使知道所剩时间已经不多，但是能往前走多少就往前走多少，因为我们知道我们背负的责任很巨大，那是师父和众生的期盼。

对常人生出慈悲

在面对面讲真相中，原先我也是因为师父让救人我才做，并没有对众生生出慈悲，尤其遇到讲不退的人，心中就抵触这个人了，觉的他无可救要，也就不愿再去尝试。

我周围遇到的年轻人比较多，很多都是无神论，啥也不信、顽固不退的那一类。当我渐渐修出善心时，我发现我在面对面讲真相时，正念之场变的非常强大，我不再顾虑其他，就只为救他们，说到哪方面他们有疑问，会针对这个问题深入解答，那时师父给我的智慧，脑子特别清醒，一一破解他们的疑惑。有人说：“不知怎么只要你说什么我都相信，总感觉你是来救我的。”而且这段时间，有好几个常人提出想入门修炼，我才发现，当自己慈悲之场出来时，常人也是可以感到你的与众不同，救人也变的容易很多。

师父说：“可是没被正过法的生命它们会用过去宇宙的法理行事，用它来衡量大法弟子。它们觉的你能达到它们认可的标准，那些生命心里才能平衡，才允许你不被干扰的走上来，才认为你有资格救它。”“所以大法弟子走正自己的路你才能救了众生，才能在救众生中走过去，就这么

他要心里想着退出中共，他很高兴的同意了。我跟他说：“现在中国已退出四亿三千多万了，包括小伙子你了，将来你能留下来是最幸运了。上天保佑善良人。”我跟他挥手告别。

2. 信基督教的人要得法

有一次讲完真相坐车回家。下车刚走不远，就遇到一位五十多岁的女士。我走的很快，她在后边问我：“你咋走那么快呀？”她走的很慢。我问她：“你身体不好呀，你咋走这么慢呀？”她说她得过脑出血，差一点命都没了，是神救了她。我问她：“你信主吗？”她说：“是。”我说：“你听说过万法归一吗？”她说：“听说过。”我说：“将来都得走入大法才能回归。”她说，神点化她，让她得法。我问：“你上学时入过少先队吗？”她说：“入过。”党、团她说没入过。我说：“共产党讲无神论，不让人相信神佛的存在，神佛是不允许的。你真信神，就把少先队退出来。你现在就开始默念‘法轮大法好，真善忍好’，想起来就念，大法师父就管你了，给你净化身体，让你能得救，把你度回去。”她很高兴答应了退出少先队、默念“法轮大法好，真善忍好”。

3. “我把护身符挂到佛龕里”

有一次，遇到一个老太太，我一看她岁数挺大，可能啥也没入过。我给她讲大法真相，她说她信佛。我说：“佛家讲积德行善。”我说：“我是炼法轮功的，佛家大法，是真正的佛来度人来了，要把好人善良人救度下来。”我问她入过党、团、队吗？没想到这老太太还入过党。她很高兴的答应退了。我给她一个很好看的护身符。她高兴的拿着说：“我把护身符回家挂到佛龕里。”我和她高兴的道别。

4. 她连说：“谢谢师父！谢谢师父！”

有一天，我遇到一位女士坐在一块大石板上，看上去很消沉，年龄大约五十岁。我走到她跟前，我就问她：“姑

还有一次，我和同修A上公园去讲真相，在一个凉亭里，有一些人在那里坐着。我们也在哪里坐下，A同修跟一老年男士讲真相，因为他们说话声音很大，被我旁边的两个老年男士听到了，那两人说些挺难听的话。当时我心里过不去，心里埋怨同修说话声音太大，不注意安全。

我们往回走的时候，我告诉她：“你说话声音太大，不注意安全。”那两个老头取笑她，说的一些肮脏的话我也告诉她了。她当时就接受不了，就来气了。那天下着雨，她没拿雨伞，我拿着雨伞，让她避雨，她连头也没回，顶着雨走了。当时我很闹心。过后和同修交流，知道了自己没有善意的心，有埋怨的心，所以她接受不了，让邪恶钻了空子，互相造成了伤害。我们互相找自己，发生不愉快的事，我都说我不对了，我向内找，真心为她好。通过向内找，她也改变了。这些事让我意识到，同修在一起，修口很重要。后来我们都知道修自己了。

因为我岁数大，她俩都挺尊重我的。通过多学法，互相提高，都知道修自己，互相包容。

四、慈悲救人不挑人

下面讲几个讲真相的小故事。

1. 年轻警察三退

有一次，我遇到一个年轻的小伙子，我问他多大了？他说他二十六了。我问：“你在哪上班？”他说他考上公务员了，分配到派出所。我跟他讲：“咱们见面是缘份，奶奶跟你说，你别看天灾人祸这么严重。认同善良，上天保佑。记住‘法轮大法好，真善忍好’，因为法轮大法是佛法，是救度众生的。好人善良人都应得救。共产党讲无神论，不让人相信神佛的存在。它迫害了佛法，所以上天要惩罚它，咱们不跟它去做陪葬。你入过党、团、队吗？”他说：“入过党。”我劝

难，救众生的难度就这么产生的。”（《各地讲法十一》〈二十年讲法〉）

我悟到，在我这段时间提升层次后，一些比较难救的生命认可我可以救他们，所以才出现了救人容易的现象。随即我又想到原来个人修炼好坏会影响救人的力度，之所以师父一直都在让我们在修炼中精进不停，因为只有这样才能救更多的人。

慈悲的力量

我原先一直没有悟到慈悲的力量，在遇到矛盾、被迫害时总是用人的理去看，所以不可避免的出现争斗、怨恨等执著心。又在党文化的影响下，会觉得我只要厉害的过对方，别人才会信服你。

这两年修炼过程中，我深刻体会到慈悲所带来的力量之大，不仅改变了我以往很多为私的举动和行为，也让我周围遇到的人在慈悲之场的力量下发生正面的改变，引出周围人的善念。

我还悟到我们的修炼早已不仅仅是我们自己的事情，牵扯到无量众生的存亡，越往高修感觉自己背负的责任越重，所以严格的要求自己、修好自己才能更好的助师正法，完成使命。

路漫漫 终有尽头 ——记追要养老金的历程

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】这篇交流稿写的是我六年多追要养老金的过程。我想通过自己的经历，叫那些还在被中共邪党剥夺养老金的同修们认清这是一场经济迫害，我们大法弟子绝对不能承认。我悟到，追要养老金的过程，是救度众生的过程，也是修炼提高的过程。

万事开头难

二零一五年，我因状告迫害法轮功的元凶江泽民，被中共非法判刑三年。二零一八年我回家后，发现养老金被非法停发。我立即找到区社保局询问原因，工作人员说：“服刑期间，退休人员不给发放养老金，有文件。”我要看文件，他说：“我们这儿没有，你可以到市社保中心去找。”

我找到市社保中心养老金拨付窗口，说明情况后，工作人员给我找来厚厚的一大本装订成册的文件，翻开后指着一段说：“这是省人力资源和社会保障厅关于对服刑人员缴纳养老保险费和领取养老保险待遇的答复意见，其中规定‘享受基本养老金人员服刑期间不发给基本养老金。’”

我跟他们讲，我不是罪犯，是被冤狱的……他说：“你跟我们说这些没用，你找法院去说，我们只是按文件办事。”我要求见处长，他说开会去了。我要找局长，局长办公室在四楼，每个楼层都有保安，没有事先预约，都不让见，说局长开会去了，几次都这样。

我又回到区社保局找到局长，说明我独自生活，养老

呢，你还敢跟我们讲你们法轮功。”他就拽我，往特警车那拽。车里有四个年轻警察，就一个走到车门口，也不动手拽我。我两手支在车门两边，不上车。我跟师父说：“我是来救众生的，不能让他们对大法和大法弟子犯罪，不能毁灭众生，我不能配合他们，请师父加持我的正念。”

里面有个小警察说：“把她放了吧。”拽我那个警察说：“就看你岁数大了，让你回去吧。”他说放我回家，我靠在一辆小汽车上，没走。我心想，我不能怕你们。他说：“你咋还不走？一会警车就来了，把你拉走了。”我就慢慢的走了。我看到有人跟踪我，我就没有上线车，拐弯抹角到了集市道边，坐线车回家了。

三、向内找善心对待同修

我来到了一个新的修炼环境，第一个接触的就是A同修。后来又接触了两个同修，我们四人成立了学法小组。

A同修心地善良，心直口快。可是她性格急躁，不让人说，一说就炸。我刚一认识她，她经常跟同修B好争强、好闹矛盾。我就和她俩交流：“咱们都要修自己，不要看别人不顺眼。你别看A性格急，你看她心地善良，爱帮别人，咱们不要背后议论同修缺点，要修口。你看，师父时时刻刻都在咱们身边。你说什么、想什么，师父都知道。咱们要互相善待，看别人的好处。”经过了一段实修，我们就溶为一个整体了。

刚开始接触A同修时，因为我说话没有为她考虑，说话不当，不小心刺激到她了，她生气走了，不来和我学法了。我想，我不能跟她一样，我看她好的一面，她善良，她帮同修，看到不足，她会给你指出来，同修在一起就要互相帮助。我去她家找她，我说：“阿姨说话没加考虑，阿姨不对了，阿姨就是为你好，咱们在一起，哪有舌头不碰牙的，你宽容阿姨吧，咱们还得学法。”她又来学法了。

告诉狱警说我有病不行了。狱医来了，说我心脏病挺严重。我在那躺着，屋里正在放污蔑大法的电视，我就给他们讲真相，我说“天安门自焚”都是假的。我越来越不行了。他们用担架把我抬到警车上，四名警察其中有一女警察，把我送到医院了。

我不吃东西，他们让医生给我灌食。大夫说：“她都这样了，不能灌了”，就走了。警察指着大夫说：“她们都是一伙的。”警察当时气的就开始污蔑师父、骂大法、骂我。我说：“闭上你那嘴！”我就喊：“法轮大法好！法轮大法是正法！还大法公道，还我师父清白。”警察当时一惊倒退两步，然后，又扑上来开始扒我嘴，要给我灌食。扒不开，他们就用铁器撬我嘴，撬开了，我的嘴都被撬破了，牙都撬活动了。往嘴里倒奶，呛的我喘不过气来。

我心想，我是来讲真相救他们来了，不能让他们这样迫害我，我得给警察讲真相。我说：“我自己喝。”我就开始大声讲真相，我边喝边给他们讲。当时在场的就三名男警察，女警察没在。我告诉他们“天安门自焚”是假的。警察看医院走廊里人来人往的，就说：“别在这里讲，咱们到外面去说。”到外面，我详细讲了真相，三名警察都明白了，对待我就不象刚开始那样了。其中一名警察说：“放你回家。”我说：“你说了算吗？”另一警察说：“能不算吗？！他是狱长。”这时那女警察回来了。他们三人互相交换了一下眼神，说：“咱们走吧。”他们把我拉回监狱，告诉带班的给我一袋方便面，让我在回家的路上吃。

三名明白真相的警察对我可客气了，他们一直把我送到监狱大门外。我连来带去五天，八月三十一去，九月四号到家。一路都有师父看护。

有一回讲真相，讲到一个特警。特警穿着便衣，我给他讲真相，他一听就说：“你是炼法轮功的，现在正抓你们

金是我唯一的生活来源，你不能断了我的生路。局长找分管科长，让他算算我还差多少钱没扣完。科长说：“我们这儿查不到，得到市局才能查到。”

第二天，科长从市社保局拿回一张扣款结算单，说我从某年至某年多领了十六个月的养老金，得退回来，才能继续发放养老金。我说：“那是在看守所期间，还属于自然人，应该领取，不属于多领。”局长说：“我们是按文件办事。这样吧，你叫社区开个证明，说明你生活困难，无力一次偿还。然后，你我双方签个协议，每月发给你六百五十元生活费，余下的扣回，直到这笔钱全部扣完为止。”

我不同意，因为签了还款协议，就等于我欠他们的钱。之后，他们按月扣款就合理合法，这种经济迫害我不能承认。我本来就是遵纪守法的好公民，就因为状告江泽民迫害法轮功，就被冤判三年。现在又想从经济上搞垮我，让我没饭吃，从而“转化”我，因为我找国保队长时，他说让我表个态（签“五书”），才能帮我解决养老金问题。我怎能做违背良心、谤师谤法的事呢？！我要堂堂正正的要回我的养老金。

之后，我三天两头去找区社保局长，说明：“X政发24号文件和人社厅函287号文件，这两个文件都属于违宪违法的行政规范性文件，不具有法律效力，不能成为行政行为的执法依据。你们是错的。”局长说：“这是上边规定。”之后，他开始躲避我。

二十多天后，这个局长退休了，又派来了两个局长。我先找局长，局长不管，让我找副局长。副局长热情接待我，我就给他讲：“我过去身体有病，几近瘫痪，多方治疗无效，提前十年办了病退，后来炼法轮功炼好了。这么好的功法，却遭到江泽民集团的残酷迫害，对法轮功学员非法跟踪、抓捕、抄家、判刑，把信仰真、善、

忍的好人迫害致残、致疯、致死，甚至活摘器官！我就因为一封状告江泽民迫害法轮功的信，就被冤狱三年。好不容易九死一生熬出监狱，如今养老金又被扣，无法生存。”他表示同情，但无奈。

他只是劝我先签协议，解决眼下吃饭问题，然后再慢慢找。我说：“这字我决不能签，签了就是在法律上承认我欠你们的钱。养老金本来是我的财产，被你们扣下了，是你们欠我的钱，怎么还让我给你打欠条？这不是黑白颠倒、违反事实吗？”他说：“我也不想扣，是上边文件让扣的，那你就到上边找去吧。”有他这句话，我可以往上各级机关去找了。

我马上找到市社保局，养老处的处长在办事大厅接待了我，我给他讲我为什么修炼法轮功，如何被绑架、抄家、被冤狱，狱中被迫害的情况。我告诉他修炼法轮功不违法，我把公安部[2000]（39）号文件及新闻出版总署第50号令给他看，他突然一惊：“还有这个？！”之后迅速的把两份文件揣在裤兜里（怕别人看见），同时面部表情由严肃转为和善，最后露出笑容。但他表示有文件在，谁也不敢违反。他叫我先回去找区社保局长，意思是他会和区社保局长沟通，想想别的办法。

过了几天，我去找区社保局局长。他们研究的结果是让我做个还款计划，分五年还清，这样每年只需拿出四千多元钱就行。我觉的对他们来说已经尽力了。我感激他们的好心，这也是他们明白真相的表现。但我不能接受，因为没有真正解除迫害。

之后，我分别到社区、街道、派出所、司法所、市国保大队，去区、市、省信访办上访，要说法。去市政府、司法局、社保局、人社局、省人社厅等处要说法，要求解决吃饭问题。所有部门人员都往外推。

不能总看人家缺点。”所以姑爷对我非常敬佩。亲家和亲家母对我也挺佩服。

我家现在三个姑爷都对我很孝顺，因为我修大法，按真、善、忍去做人，处处替别人着想。因为现在经济不景气，他们过年过节都给我钱，我说：“我不要。”姑娘生气了，说：“你把我们养活这么大，你让我们欠你的。”姑娘知道我省吃俭用，就给我买菜、买水果。他们都很孝顺。我告诉他们：“现在生活都不容易。因为我们替别人着想，处处考虑别人。”所以我身边的人都认同大法，知道大法好。

我平时发正念我就清除旧势力、黑手、烂鬼、共产邪灵牵着众生道德下滑、不同化大法的一切干扰因素。让他们认同大法，同化大法，能够得救。引导走正路。凡是我接触到的众生，让他们认同大法，能够得救。真正对众生要善，他们就能体会到你的善。

二、给北京警察慈悲讲真相

一九九九年，江大魔头发动迫害大法后，那时大法被迫害，师父被攻击诽谤。我在家呆不住了，吃不下饭。师父点化我，我做梦骑个自行车在原地转圈，不往前走。我决定上北京上访。我先后四次上北京证实大法。

师父发表新经文，我明白了，参与迫害大法的人尤其警察，将来的下场很惨，我要上北京去讲真相，救度他们。到了天安门，我打坐发正念。警察来了，把我手往后一掰，把我拽上警车。我被非法关押在临时看守所，被关在一笼子里。半夜，我被拉到一个大监狱。刚一到监狱，他们给我照像，我不照。问我哪的，我也不说。后来给我起了个编号11953。

我在来的路上就没吃饭，到那我也不吃饭。早上我要上厕所，我就觉的迷迷糊糊的。管这个屋的铺头就喊狱警，

第三天，能吃东西了。从那以后，他身体一天比一天好。孩子回家看他，见证了大法的神奇。孩子们都很认同大法。半年以后，他身体都好了。他知道大法好，对别人也说大法好，说他得病怎么好的，是大法师父救了他。

身体好了以后，他就不炼了，在外面跟人家打扑克、闲聊。我叫他炼功，他说：“你自己炼吧，你别管我。”过了大约七、八个月吧，有一天晚上七点多，他在家门外跟邻居聊天，大女儿也在那。他回来上厕所。当时，我正在床上学法，就听他“哇”一声吐了。我急忙下床上卫生间，一看座便里全是血。我急忙叫大女儿：“快上来看，你爹吐血了！”大女儿和邻居都上来了。邻居一看说：“赶快打车上医院。”到医院后，他大口、大口吐血，一天两宿后，就离世了。离世前，我告诉他：“你求师父，转世要得法，修回去。”

我自来就自立，确实跟丈夫没有感情。他离世后，我经常在梦中梦到他纠缠我。我就想，我跟他没有情，怎么老来纠缠我？就在写这份稿之前，我跟同修交流，谈起什么是情，什么是慈悲，以前分不清慈悲和情，怎么能把这个情去掉？师父点化我，让我想起师父的法。师父在法中讲：“爱是情，恨也是情”（《转法轮》）。还是这个怨恨心没有从根本上去掉。慈悲，看谁都苦，处处考虑别人。

2. 善心对待亲家及其家人

我后来到另一个城市。我亲家母知道我学大法，知道我的为人，很认同大法，他们家凡是我能接触到的都给他们做了三退。我觉的跟他们都是缘份。

我姑娘和姑爷以前总爱吵架，我就劝姑娘。我姑娘和姑爷都是我要救度的众生，我不能只袒护我姑娘，那就是情。我劝我姑娘，虽然姑爷脾气不好，但人家是正经人家，过日子人家，能干。姑娘心里不平衡，说我：“你就向着人家说话。”我说：“人都有缺点，也都有优点，要看到人家优点，

最后，我只能走司法程序。可是怎么写诉状？向哪个部门投诉？我对法律一窍不通。我开始在网上寻找类似文章。终于有一天，我看到一位同修写的历经八年找回失去的工作，也到了退休年龄，给他办理了退休手续的经历。这位同修也曾经象我一样是法盲，偶然得知有公义论坛，开始在公义论坛的帮助下一步步走向成功。他的路很艰辛，期间失去了家庭，失去了个人的一切。

我问自己，如果我也要八年甚至更长的时间，我能不能经的起这样的考验？经过多日思考，最后我下了决心：能，一定能。有师在，有法在，我什么都不怕。于是，我开始向公义论坛请教。

论坛的同修们耐心细致的指导我怎么做，每一步还给出模板，我一下载，用了一周的时间，我认真阅读、理解，然后按照公义论坛给的模板，写出第一份《行政起诉状》。经同修修改后，我拿到了区法院。

千辛万苦得来一句话：不受理

当时法院规定：行政案件交互审理，即A区的案件要到B区法院审理。因此我要到一个很远的、交通不便的地方去提起诉讼。第一次到区法院，排队等了近两个小时。我递交上诉状，工作人员只用余光扫了一眼，就说：“不合格。”究竟怎么不合格也不说，用手一指右边最后的柜台，告诉我：“到那边咨询。”之后就不理睬我了。

我到那边一看，桌上有一块“咨询处”的牌子，坐着一位胸前戴着实习生胸牌的女孩。轮到我了，女孩问我：“需要什么帮助？”我请她帮我看看诉状是否合格。她认真看过之后，指导我要怎么写。以她的意见，几乎就得从新写，我心里不认同。

回家后我只简单修改了一下，第二天又去送了。有了

上次的经验，我这次先到咨询处。这次是个男实习生，他只提出要把诉讼请求划掉两个，只留一项，否则立不上案，哪个法官也不会给你审查文件的合法性。他说的是实话。我照做了。

第三次去窗口递交诉状，被告知缺少“网站识别码”。我根本不懂什么是网站识别码，别人给我解释：“就相当于被告单位的身份证。”可是，上哪去找啊？好心人指点我，可以到律师事务所查询。我去了，可怎么也查不着，没有区社保局的，但有市社保局的。最后律师帮助我分析，可能是区社保局不具备法人资格，市社保局才是法人单位。

经确认，果真如此。至此我才明白，被告单位必须是法人单位。区社保局属于下属部门，不具备法人资格，不能成为被告，我得起诉市社保局。

从新修改诉状后，第四次送去，又告诉我：附件（复印的非法判刑的判决书）不合格，没经过法院档案室盖章（我是用手中的判决书复印的），还得到法院档案室查档、复印，人家才给盖章。如此种种，我往返跑了六趟法院，用了两个星期的时间。

第六次，终于合格了。但窗口让我等着，说拿到里边请示去了。半个多小时后，工作人员回来告诉我：“到另一个院子的某个办公室，两名庭长找你谈话。”我去了，见到三个人，经介绍，是两个庭长和一个文书。

庭长郑重其事的拿出文件，说：“这是‘省人力资源和社会保障厅关于对服刑人员缴纳养老保险费和领取养老保险待遇的答复意见’，其中规定‘享受基本养老金人员服刑期间不发给基本养老金’。我们执行文件，你的起诉不能受理。”我告诉她们：“那个文件是违宪违法的，与上位法相抵触，应归于无效。你看看我的起诉状，里边写的清清楚楚。”她说：“我们不能听你的，我们听上级的。这么多年我们一

上坐时，就喜欢外八字坐着，刚炼功，腿盘不上，单盘腿都翘的老高了。因为盘腿，我吃老多苦了。

得法以后，通过学法，我知道我不能怨恨我丈夫了，这都是我前世欠他的，这世在还债，我得按大法要求的去做，按真、善、忍做好人。我要善待他人，处处为别人着想，做到“打不还手，骂不还口”（《悉尼法会讲法》）。我不能再象以前那样对待他了，他说什么，我也不往心里去，骂我，我也不吱声。我不怨恨他了，知道自己欠他的，心里就平衡了。

但有时也做不到。有一次，我让他给我撑口袋，我往里装米。当时我态度不好，他就火了，我俩争吵起来。他把我敬师父的香炉摔在地上，香灰洒了一地。他还要打我，我就跑到亲家家，他追到亲家家，看亲家母在家，就没打我。我看他那样，就上侄女家住了一宿。后来我就想：得回家，不能再和他一样了。我回到家，向他认错，我说，我不对了，不再攀比，让他干活了。他看我向他真心道歉，他就好了。后来，我啥事都让着他，我们就不打仗了。他知道我在大法中怎么做好人，他也跟着受益了。

他总喝酒，得了酒精肝，医生告诉他再喝下去，就得肝硬化了，但他还是偷着喝。一喝上酒，就不是他了，总挑我毛病，你这不对，那不对的。我就忍，不跟他一样。后来他得了肝硬化，上医院住了很长时间，越治越严重。大夫说：“上省医院去看看吧。”他一听，就瘫在那了，知道自己的病严重。我问他：“去不去上省医院？”他说：“不去。”我说：“你要是不去，你回家跟我学法炼功，唯有大法师父能救你。”

那时他肚子胀的，啥也不能吃。越打点滴，他肚子越胀。回家后，我就教他炼功，他学的挺快。我平时炼功他都看到了。他学法时，因认字少，学法挺费劲。我慢慢陪他学法，教他认字。第二天，他就觉的肚子不那么胀的难受了；

拿起酒瓶子朝我脑袋就砸，我一躲，一下瘫坐在地上，没砸着。气的我哆嗦成一团，又气又怕。从那以后，我得了脑袋颤动、哆嗦这个毛病。后来大女儿嫁到一个小镇，我们也搬到大女儿跟前，开了个小吃部，生意挺好。有一天，丈夫找茬，把小吃部窗帘给拽下来了。孩子一看，不干了，都上外面打工了。他给孩子的小吃部搅黄了。

我怨恨丈夫，跟他过这么多年，吃了那么多的苦，给我精神和肉体造成了那么重的伤害。我觉的人活的太苦太累了。为什么活着都不知道，天天忙忙碌碌、盲目的活着。有一次，我心想：人家说有信仰的人心宽，能想的开，我信点啥呢？我听说镇里有练什么功的，我寻思去找一找、看一看，结果没找着。后来，有一天，和丈夫又打仗、生气，正好赶到七月十四，我回老家给我父母上坟烧纸，就到了大姐家。

我问大姐：“外甥女现在干什么呢？”大姐说：“不知她在家炼的什么功，老多人在她家炼功。”我就去了外甥女家。外甥女跟她丈夫说：“让我老姨也学炼法轮功吧。”外甥女婿说：“你老姨那么追求钱，能炼吗？”外甥女跟我说：“老姨，你也炼功吧，我家孩子都看到法轮了。”我一听动心了，拿起《转法轮》看了十多页。

我一下明白了，这不就是修炼吗！因为我从小就听母亲说在深山老林里有修炼的，能成仙得道。那时我就想：我上哪个深山老林里能修炼呀？小时候我就有修炼的愿望，所以，一看《转法轮》就知道这就是修炼。我在外甥女家住了七天，学会了五套功法。大女儿来，找我回家。我说：“我要学法炼功，咱那也没有呀。”大女儿说：“有，有炼功点。”我回家，没到家，直接上炼功点。到了炼功点，同修很热情，让我在她家学。

一得法，我就放不下了，一直就精進。因我从小在炕

直在执行这个文件，除非文件作废。”我要求出示“不予受理”的书面答复，她们不给出。

我千辛万苦的来回跑了几百里路，用了半个月的时间，只落的个“不受理”，我简直欲哭无泪。

借机传真相，救众生

二零一九年九月及十二月，我两次买了火车票，要去北京要说法。因为我的身份证被邪党公安局做了手脚，我在检票口处被拦截，被当地派出所截回。

第一次我被小区片警截回到社区时，社区书记吓坏了。晚七点多，我还没回家，她就在大门口等我。我一进院，她就埋怨说：“你上北京怎么不跟我说一声？你要出事了，我就得回家吃去了（丢官）。 ”

到了办公室，我平和的给她讲了我如何被迫害、抄家、坐牢受罪，九死一生，好不容易熬出监狱，如今养老金又被扣发，无法生存的实际情况（之前也给她讲过，没这么详细），并把我的诉状和公安部[2000]（39）号文件、新闻出版总署第50号令、大陆知名律师余文生、郭莲辉为法轮功学员辩护的辩护词，分别给书记和片警都留下一份（我准备去北京多个部门上访，所以准备了许多份材料）。

社区书记很动容，答应帮我想办法。两个月后，她帮我申请了一千元困难补助，并和片警一起带我去了一趟区社保局。虽然没能解决问题，但她明白了法轮功被迫害的真相。再以后，我把刑事诉讼和行政诉讼的材料都给他们一份，他们都认真看。有时他们还问我一些法律方面的东西，夸我：“怎么知道这么多！”

师父的新经文《为什么会有人类》和《为什么要救度众生》发表之后，我给他们送去。刚刚给完书记和负责我住宅楼的办事员，还没等去警务室，片警到书记办公室办事，

见到后马上问：“我那份呢？”我说：“还没来的及去你办公室呢。”我给了他一份，他高兴的拿走了。后来那位明真相、善待大法弟子的社区书记得了福报，被调到街道办事处去了（属公务员编制）。

期间，我还去过二十多家律师事务所，以请律师打官司的名义讲真相。绝大多数律师都不敢接这个案子，有的直接说：“市公安局有规定，不准接法轮功的案子。”有的以各种借口婉言拒绝。有两家敢接的，律师费要三万，还说不一定成功。也有往外轰我的，我一笑了之，什么样的事我都遇到了。

虽然没能解决问题，但毕竟让很多法律界人士听到了法轮功被迫害的真相。我准备了几十份中国大陆知名律师余文生、郭莲辉为法轮功学员辩护的辩护词，大量散发，这样可以开阔他们的眼界，了解到很多著名律师都在为法轮功做辩护。法轮功真的没有违法，法轮功学员是一群善良的好人。有的小律师所只有一、两个人值班，闲着没事，我就坐下来，慢慢给他们讲真相，有的人还做了三退（退出中共的党、团、队组织）。

那时，我经常一出去就是一整天，每次都累的筋疲力尽。我想到师父说：“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。”（《各地讲法十三》〈二零一五年纽约法会讲法〉）再想想密勒日巴佛的修炼故事，我这点苦算的什么呢？

苦中修忍

在追要养老金的过程中，我也经常遭到白眼、不屑、威胁。有一次，我去市社保局给局长送真相信，在四楼梯口被保安拦截，说局长开会去了。我请他把信转交或塞进局长办公室门缝就行，他说：“不行。”我要等待，

善心对待所有接触到的人

文：黑龙江大法弟子

【明慧网】

尊敬的师父好！

同修们好！

我是黑龙江大法弟子，我今年七十五岁，一九九八年得法，那时四十九岁。我今天把我得法后的一些修炼过程和救度众生的一些小故事写出来，和同修们分享。

一、善心对待家人

1. 修去怨恨心 丈夫认同大法

我家姊妹八个，我最小，家里什么也不用我做，我什么也不会做。结婚后，可苦了，没有钱，又什么都不会做。结婚第二天，我就出去干活，挣点钱，买个暖壶，这样一点点把家过起来了。

丈夫不愿意干活，总喝酒，脾气暴躁，我俩经常吵架，一吵架就动手。家中大大小小的事，总是让我生气，亏气亏血。我嫌弃他没有用，干什么活都拿不起来，一点不要志气，见硬就回。心想我怎么摊上你这么个人呢！想和他离婚，可一看孩子哭天抹泪的，哪个也不想给他。我就跟他签了协议，等孩子大了，就跟他分手。

等孩子大了，我去学裁剪，回来和两个女儿开了个服装店，生意还挺好，起早贪黑的干。有一次，人家都等着取衣服，我们又忙着做服装，又忙着做饭。丈夫出去帮他叔家干活，人家没供饭，他回来了。我心里不平衡，没跟他吱声。他也来脾气了，让孩子去给他买了两瓶啤酒。他把酒瓶子往桌子上“咣”的一声一顿，就开始骂，我气的和他吵了起来。他

它的时候，就是它的陪葬品。神佛看人心，从心里退出就行，我给你俩起个化名退出来吧。”

他俩听明白了，都同意退出，那妻子不住的说：“我明白了，明白了，明白了。”接着她发自内心感谢我说：“大姐，我有一个农家院，你一定去玩啊。”我说：“好，我一定去。”

我坚持不断的学法，明白大法弟子有重大责任和使命，用法中修出的善，拉近与世人的距离，针对不同的人搭话聊天，过程中让正念做主，师父给我开启了智慧，娓娓道来中讲清了邪党的恶，讲清了大法的好，这对夫妻真正得救了。这次讲真相中我既修去了怕心，又救了人，谢谢师父的巧妙安排，感恩！

他不让，还打电话把办公室主任找来撵我。我请主任转交，她高声吼我，声称要拿去报警，硬把我推进电梯间。我鼻子酸酸的，眼泪就要掉下来了，心想再也不出来了。

这时，我耳边有一个声音说：“韩信还毕竟是个常人，我们是一个修炼的人，我们比他还要强的多。我们的目标是达到超出常人的层次，向更高层次迈进的。这个事我们是遇不到的，但是修炼人在常人中受到屈辱、受到羞辱的时候，也不一定比这差。”（《转法轮》）

哎呀，师父就在我身边，知道弟子想什么。这不是给我提供修炼的环境，让我提高的吗？！没有这件事，我怎么能找到这么多部门的人，让他们听到真相啊。这些公检法司、各级政府机关的人，平时高高在上，他们怎么得救啊？

师父说：“世上的人都是我的亲人。”（《二零零三年元宵节讲法》）

师父的亲人就是我的亲人，他们被江泽民邪恶集团捆绑上了贼船，都参与了迫害大法弟子，将来不都得被淘汰吗？我能见死不救吗？弟子随师下世正法，这么一点难就过不去了吗？在心里激烈的正邪大战后，终于“真我”胜利了。

我纠正这不正的思绪，我是修炼人，就把这当作云游吧，让它魔去我的委屈心、面子心、争斗心、懒惰心。第二天，我继续前行，摆正基点，理智、智慧的去证实法救人。

希望之光

随着时间的推移，受经济迫害的大法弟子越来越多，公义论坛不断推出冤狱期间养老金（退休金）被剥夺的应对办法。剥夺养老金是相关人员执行中共对法轮功学员“经济上截断”这一灭绝政策的一部份，是对法轮功学员的双重迫害。

我理解，这可能也是正法形势要求我们全面行动起来

反迫害。此时我的养老金追诉期已超过两年，但论坛上懂法律的同修给出了办法，可以越过追诉期，就是通过《政府信息公开申请表》或其它形式启动法律程序。

我是属于什么手续都没有，硬性被扣除养老金的，那么我的启动程序就是：第一步，先到市社保局递交“依法支付养老金申请书”，用挂号信邮寄，留下回执；第二步，给市人社局邮寄“要求责令某某社保局依法支付养老金的申请”，用挂号信，留下回执；第三步，启动诉讼。

到了第三步，我先到市中级人民法院咨询如何办理行政起诉，窗口工作人员告知“现在的行政案一律转到铁路运输法院审理”，从二零二一年五月一日开始，是全国统一规定。我询问了铁路运输法院的地址和乘车路线，就回家准备起诉状了。我的心情好舒畅，这回可以避开那个“不予受理”的区法院了。

因为有了第一次行政起诉的铺垫，这一次就轻车熟路了。我去了某某铁路运输法院立案庭两次，窗口就接收了。一个月后，收到快递通知：铁路运输法院给予立案，到银行缴纳五十元诉讼费，就算立案成功了，我可以在家等待快递通知，确定开庭时间。

这期间，我多次打电话约见法官，想给她讲真相，送她装有《忆师恩》和真相资料的小音箱或者TF卡。她告诉我：“法院有规定，开庭前不准和原告或者被告任何一方单独接触。”我想以递交材料的方式给她，她坚持不见面。最后我通过收发室，把劝善信和《巴黎中使馆邀请过哪位气功师？》这篇文章交给了她，同时给参与庭审的所有成员都邮寄了真相信。过后我电话问她：“是否收到？”她说：“收到了。”她叮嘱我：“不要再给我送什么材料，这些都要装档案的。”我告诉她：“那是给你个人的，是缘份把我们牵到一起，我才关心你。”她表示感谢。

好几十人，大家都是做好人才被抓的，我们是要求无条件释放被抓的那些法轮功学员。我们同是一个师父，炼的是同一种功，天津法轮功学员被抓，难道北京学员看着不应该说句公道话吗？怎么说参与政治呢？比方说：咱俩是亲姐妹，互相了解，可就有人说你杀人了，我明明知道你没杀人，为了自保，我不管，反正没抓我，这是好人吗？做人能这么做吗？”

她马上说：“您说的对，那为什么要三退？”我说：“是天要灭中共！共产党自成立以来杀人无数，历次的运动死了多少中国人？远的不说，就说八九六四，咱们都是北京人，它们开枪没有？死了多少人？坦克装甲车都上来了，邪党愣说没开一枪，没死一人。再说这几年的疫情，到处封控，老百姓家里连一片退烧药都没有，疫情死了多少人？后来又突然解封，躺平不管了，又死了多少人？天天报美国死多少人，就不报自己的，到最后火化场烧尸体都烧不过来了，又死了多少人？杀人偿命，这是天理，人不治天治。一个普通百姓杀了人要偿命，它执政党杀了人难道就白杀了？老天能答应吗？

我们炼法轮功，是按照真、善、忍的标准做好人，那是宇宙的法则，做到打不还手，骂不还口，无私无我，先他后我，发生矛盾都找自己的问题。而且炼功祛病健身有奇效，现在已经洪传一百多个国家，于国于民有百利而无一害。可是江泽民一伙政治流氓集团在一九九九年七月二十日镇压法轮功学员，甚至活摘他们器官，到现在迫害还在继续。

现在老天要灭邪党了，凡是入过党、团、队的人都举着右手宣誓，为它奋斗终身，把命献给它，那可是毒誓啊！咱们老百姓把那宣誓作废，声明退出曾加入过的党、团、队组织，才能保平安！不退出就是它的一份子，到老天灭

次都不少捐。”我马上明白了：这是师父在帮我呀。我搭话说：“姐们，你看现在谁还把党员当回事呀！现在小官大贪，大官巨贪，里面有一个是老百姓吗？如果是一对一的捐款还可以考虑，能直接给灾民，可现在的捐款都捐给贪官了，是不是呀？”

我刚说完，刚刚进来的那个妻子说话了：“现在还有人退党哪。”我一听，心想怎么都说这些敏感话题呢？我心一横：怕什么，有师在，有法在，这正是去我怕心的机会。我对着那位妻子说：“我就退党了。”那妻子说：“我听您说话已经感觉到了，我又不好直说，我还真没估计错。”我说：“现在老百姓传唱着一首歌：‘共产党好，共产党好，共产党的贪官真不少，说一套，做一套，全心全意为了捞钞票。’”

那妻子说：“您再说一遍。”我又给她重复了一遍。在场的人都笑了，气氛很轻松，看的出来大家都很认可。我对那儿媳妇说：“老人岁数大了，耳聋也听不清，自己又走不出去，与社会已脱节了，你们应该多给老人讲讲社会的现状，共产党这么腐败，老人就不要积极捐款了。”我们聊了一会，老人已经修完了脚，儿媳带着老人走了。

后来店里除了店主就剩下我和那夫妻两人了，我们继续聊天。那妻子问我有多大岁数了，我回答七十多了，她说真年轻，真年轻，真年轻。她丈夫说：“大姐，您刚才说您退党了，共产党没找您麻烦吗？”我说：“看你们俩口子都很面善，相由心生，你们面相都带着善。我跟你们说句心里话吧，它们（指邪党）能不威胁吗？连劝说带吓唬的，还株连九族。可我是修炼法轮功的，我有师父保护。”那妻子问：“您炼法轮功？我以前也炼过，后来我一看围攻中南海，这不参与政治了吗？所以我就不炼了。”

我说：“大妹子，那不是围攻，那是和平请愿，那些人一没游行，二没口号，大家都静静坐在那。因为天津抓了

神奇的提醒

二零二一年十二月的一天下午，在法院开庭。还要说一件神奇的事：在开庭前两天，我在网上看到南昌护士追要养老金的案例中，聘请的辩护律师讲道：“江西省规章规范性文件定期清理规定：规范性文件在一定时期内适用的，应当规定有效期。规范性文件未规定有效期的，有效期最长为五年，标注‘暂行’、‘试行’的，有效期不超过两年。有效期满的，规范性文件自动失效。被告不能根据应失效的文件扣发原告养老金。”

由此，我受到启发，其它省有这种文件，我们省也应该有啊！于是我上网搜索“省规章规范性文件定期清理规定”，真搜到了。当时已是晚上十一点半，我立刻打印出来。

第二天开庭时，审判长让原告简述理由，我简单归纳为以下三点：

1. XX社保局扣发养老金的行政行为没有法律职权依据。社保局属于社会保险经办部门，不是社会保险行政机关，没有行政管理和行政处罚权，即使是其上级人社局的行政管理和处罚权也要有明确的职能权限，要在法律、行政法规、部门规章授权的范围内行事。而剥夺养老金，显然是对公民财产权的剥夺。

2. XX社保局的法律依据，是X政发24号文件和人社厅函287号文件。这两个文件没有上位法律法规的依据，属于越权行政。该文件擅自减损公民权利、设定行政强制措施，违反《立法法》第80条第2款和《行政强制法》第10条第4款，是非法的无效行政文件。

3. 省规章规范性文件定期清理规定（XXX政府令第237号）第十条，规范性文件在一定时期内适用的，应当规定有效期。规范性文件未规定有效期的，有效期最长

为五年，标注“暂行”、“试行”的，有效期不超过两年。有效期满的，规范性文件自动失效。

被告的法律依据：X政发[2001]24号恰恰就是这种标注“试行”的，有效期已超过二十年。按XX省政府令237号第十款，该文件应归于自动失效；并且没在有效期届满前六个月对文件从新公布。因此，被告是不能根据应失效的文件扣发原告养老金的。

我刚说到这，审判长很震惊，问：“原告，你的起诉书中没有这一条啊？”我回答：“是的，对不起，审判长，这是我昨晚十一点半才在网上查到的，没来的及报告审判长。现在我将这份文件呈上法庭。”随即我把文件通过法官助理呈递给审判长。当我抬眼望向审判台时，看到陪审员投来赞许的目光。全场鸦雀无声，静默了好几分钟。

这是师父开启了我的智慧。本来我是不会上常人网站查资料的，这次一下就查到了，是师父的帮助。

当审判长问被告几个问题时，是代理律师回答的。代理律师好象准备不充份，支支吾吾的，最后一句话都没有说完整，是审判长替她把话说完的。另一位被告代理人，就是我讲过真相的那位养老金拨付处处长，一言不发，一直低着头。显然这位处长是明白了真相，摆放好了自己的位置。

整个庭审明显的我们原告占据了主导，这也是同修整体配合的结果。那天风雪交加，天气寒冷，却有很多同修近距离发正念，还有素不相识的同修用身份证进到大厅里发正念。明真相的审判长也有善举，破例允许一位同修进到法庭陪我。我感觉这次诉讼很成功。

在回家的路上，我问进到法庭的同修：“被告的律师说话声音怎么是颤抖的？最后两个问题甚至有点结巴？”同修说：“我发正念，让她闭嘴，不许对大法犯罪！”我心头一热，关键时刻同修的配合多么重要。

我将她送到楼门里才放心。她感激的说：“大姐，谢谢您！我今天真是遇到好人了。”连说好几遍，看的出她是发自内心的感动。

我说：“不客气，我有信仰，我是炼法轮功的，是我们师父让我们做好人。你一定记住‘法轮大法好，真善忍好’，千万不要听电视宣传的，那里没有一句实话。”她说：“大姐，我记住了。您一定要慢走，一定要小心啊！”我说：“你放心吧！我有师父保护。”我们互相道别了。

感恩法轮大法给了我一个健康的身体和善良的心，能做到遇事先考虑别人，同时也感恩师父给我巧妙安排了一个机会，给这位有缘的女士讲了大法真相，用行动证实大法的美好，谢谢师尊！

二、修去怕心 当众讲真相救人

今年六月份我去修脚，那个店主经常听我讲真相，并已三退。早上九点一开门已经有好几个人等在那里了，我排第二个。我后面是一位九十多岁的老人，是她儿媳妇推着轮椅去的。修脚先泡脚，再加上修脚每个人得需要一个小时。那个儿媳妇对那个老人说：“妈，咱们排在这个大姐后面，咱先去遛遛弯吧。”我忙说：“让阿姨先修吧，阿姨这么大岁数，我还年轻，我多等一会没关系。”儿媳表示感谢，对老人说：“妈，这位大姐让咱们先修，快谢谢大姐吧！”我说：“不客气，老人岁数大，坐时间长了也不行。”我想给她们讲真相，先搭话做铺垫，还没等讲真相呢，一下又进来三个人，其中有一对是夫妻。

我还从来没有面对这么多人讲真相，心里还真有点不稳，怕心起来了，但知道这是讲真相的好机会，心里跟师父说：“师父，我怎么讲呀？”这时儿媳妇突然说了一句：“我妈人可好了，可有爱心了。每次电视号召捐款，我妈每

先考虑别人 把善良送给对方

文：北京大法弟子

【明慧网】我是修炼人，今年已经七十多岁了。大法修炼让我在生活当中遇到什么事情，第一念基本都是先考虑别人，把善良送给对方，从中证实大法，讲清真相，使人得救。

一、雨中帮人

今年夏季我们当地的雨水很多，在第二场大雨那天，伴随着七八级大风，雨伞根本不管用，经常被风掀起来。那天我外出办事，坐车回来正好赶上这场大雨。我下车后没有马上走，很多人都在车站的遮阳篷下躲雨。因为风雨很大，即使打着伞或者站在遮阳篷下也被淋湿大部份身体。我发现一位女士没有雨伞，因为人多风大雨急，她左躲右闪，想避免别人雨伞的雨水流在她身上。

这时我想：我是大法弟子，再大的困难我也得帮助她呀！师父让我们做到“无私无我，先他后我”（《精进要旨》〈佛性无漏〉）。我马上招呼那位女士站到我的伞下。我问她：“你家住哪儿？”她回答：“就旁边这个楼。”我说：“我先送你回家吧。”她说：“那可不行，您那么大年纪，下着这么大的雨，路又滑，我不忍心啊。”我说：“没关系，你看这雨一时半会也停不了，你又没有伞，怎么走啊？”她问我：“您还坐车吗？”我说：“不坐车了，我家就在附近。”她说：“谢谢您。”于是我俩就互相搀扶着往前走。

我尽量将雨伞打在她那边，我身上几乎都湿透了，只剩下脑袋没淋湿。天空不时打着闪电，感觉很凉，风刮的人喘气都困难。我们深一脚浅一脚的趟着水来到她家那栋楼。那个单元门前是六、七个台阶，没有坡道也没有扶手，

欢喜心起，引来磨难

正当我信心满满的等待判决结果时，想不到事与愿违，起诉被驳回了。当时我真有点接受不了，怎么会这样呢？！我工作没少做呀，提前给五个参与庭审的人寄了真相信；庭审时，我也表现的不错，镇定、表述的有理有据。

开庭当天，风雪交加，路很滑，两个进到候审大厅的同修打车送我回家，并与我做了长时间交流，一致认为诉讼很成功，但还需要提高认识，摆正基点，目的是救度众生。第二天、第三天，他们连续来我家交流，希望我把这事写出来，鼓励更多的同修走出来反迫害……哪曾想，事与愿违。

那晚我沮丧极了，流着泪给公义论坛写信，说简直无颜见江东父老！这显然是我心不正，面子心太重，才这样说话。公义论坛的几位同修给我回了信，指出我“自我”太强了，同修语言中肯、犀利，一下子点中了我的要害——执著自我。接连几天，我一遍一遍的默默看几位同修的回信，各个都说的太中肯了。我边看边哭，边向内找，面子心、欢喜心、显示心，争斗心……太多了，认为自己在法庭表现如何好，有理有据，把对方驳的简直体无完肤，心里美滋滋的，忘了是师父在救度众生，若没有师父的点化和加持，没有同修们的鼎力相助，我能做了什么？！连一张诉状都写不出来。我有什么值得骄傲的？！

我对师父说：“师父！弟子知错了！我会在法中归正，用实际行动走好以后证实法的每一步。”

重过程，不执著结果

我端正认识，从新调整心态，从新振作起来，继续上诉到铁路中级法院。历经两次初级法院、两次中级法院的审理，最后于二零二三年十一月，我收到铁路中级法院终

审判决，支持部份诉讼请求：1. 撤销原初级法院判决；2. 补发出狱后扣发的养老金。就是说，在监狱期间停发的部份不返还。

若是在以前，因为我对钱很执著，要回一笔钱我会很高兴。可现在，就象没有这回事一样，我的心中没起半点涟漪。我想，这就是思想境界的提高吧。

我深切体悟到：如果没有这次魔难，事情顺利成功，我会只高兴于要回来一笔钱，还会生出显示心、利益心、争斗心等执著，不但没提高，反会下降。有了这次魔难，同修用师父的法及时提醒我，现在遇事，我不再“我”字当先，而能用法去衡量，大法要求我怎么做，我会义无反顾。我是一个法粒子，归大法管。

我现在还在向省高级法院申请再审，继续追回在狱中被停发的养老金。此时，我心中已经完全没有“输”、“赢”的概念了，我想的就是救众生，能多救一个是一个。我会牢记这次教训，今后要重过程，不执著结果，本着救人的心态去做。

结语

回顾六年来在追要养老金的过程中，我确实吃了不少苦，风风雨雨，酷暑严寒，冷漠尖酸时刻伴随着我，是我过去几十年来没遇到过的。然而，也正因为如此，使我变的坚强、刚毅，能够忍辱负重，改变了为私为本性。

本来我是个胆小怕事，把脸面看的比生命都重要的人。师父为去我的执著心，在这件事中成就我。这件事开始时确实很难，但真正进入程序之后，只要本着救度众生这颗心去做，就没什么难的了。现在看看，很多困难什么也不是。

希望还在被中共邪党迫害剥夺养老金的同修们赶快走出来，认清这是一场经济迫害，我们大法弟子绝对不能承认。

站出来给众生讲真相、揭露邪恶、遏制邪恶、救度众生的过程，也是提升自己的修炼过程。

我的路还没有走完，我将一如既往的踏踏实实的一步步走下去，只为助师正法，救度众生。

层次有限，如有不合法的地方，请慈悲指正。

弟子叩谢师尊！

感谢所有曾经帮助过我的同修！