

那一日，师父欠身起来叫道：“悟空，这两日病体沉痾，不曾问得你，那个脱命的女菩萨，可曾有人送些饭与他吃？”行者笑道：“你管他怎的，且顾了自家的病着。”三藏道：“正是，正是。你且扶我起来，取出我的纸笔墨，寺里借个砚台来使使。”行者道：“要怎的？”长老道：“我要修一封书，并关文封在一处，你替我送上长安驾下，见太宗皇帝一面。”行者道：“这个容易，我老孙别事无能，若说送书，人间第一……”

二、悟空破迷道前因

八戒上前道：“师兄，师父说不好，你只管说好！十分不尴尬。我们趁早商量，先卖了马，典了行囊，买棺木送终散火。”行者道：“呆子又胡说了！你不知道。师父是我佛如来第二个徒弟，原叫做金蝉长老，只因他轻慢佛法，该有这场大难。”八戒道：“哥啊，师父既是轻慢佛法，贬回东土，在是非海内，口舌场中，托化做人身，发愿往西天拜佛求经，遇妖精就捆，逢魔头就吊。受诸苦恼，也罢了，怎么又叫他害病？”行者道：“你那里晓得，老师父不曾听佛讲法，打了一个盹，往下一失，左脚下一粒米，下界来，该有这三日病。”八戒惊道：“象老猪吃东西泼泼撒撒的，也不知害多少年代病是！”行者道：“兄弟，佛不与你众生为念。你又不知。……”

三、一切有前因 神佛不例外

唐僧因为浪费一粒米而在人间生一场大病。那么人浪费粮食又有怎样的惩罚呢？生命做什么都要偿还，唐僧是，悟空是，八戒和沙僧也是。他们都是在天上犯了错，到人间来赎罪来了。

神犯了错会被打到人间，那么人犯了罪又怎么办呢？其实我们都是知道是要到地狱偿还，今天还有多少人为了私利而无恶不作，他们又想到过自己的未来吗？

注：出自《西游记》第八十一回 镇海寺心猿知怪 黑松林三众寻师

正见周刊



2019年2月9日大年初五，一年一度的纽约华人黄历新年大游行在法拉盛举行。同往年一样，法轮功学员与他们建立的全球退党服务中心应邀参加了游行。他们以鲜亮多彩的服装、新颖优美的花车设计以及蓬勃向上的精神面貌受到了社区民众的瞩目和赞扬。

第 860 期

2019年2月12日

目录

正见新闻

- 旧金山学员新年游行 大陆游客震撼 /3
- 爱尔兰学员中国新年传真相 /3
- 中国新年期间法国学员在景点传真相 /4
- 神韵抵达澳洲 开启 2019 年大洋洲巡回演出 /4
- 纪录片《求救信》获加拿大银屏奖提名 /5

修炼园地

- 师恩浩荡洪如天 唯有精進报师恩 /6

修炼故事

- 神路二十载 奇迹伴我行 —— 兰心修炼故事（六） /10

修炼体悟

- 十二年如一日 面对面讲真相救人 /16
- 越是最后越要抓紧修去色欲心 /25
- 执着手机的危害与应对（一） /28
- 对发正念再增加五分钟的一点体会 /30

古典小说

- “西游”悟道：唐僧病重生谜念 悟空开口道前因 /31

来，当坚持下来时，感觉心里有种充实感。一次增加五分钟，一天四次就是二十分钟，一个月就是六百分钟，一年是七千二百分钟（120 小时），消灭的邪恶数量是很可观的。如果大家都能增加五分钟的话，那是什么效果？那是什么气势？

一次，我去另一个同修家，谈了我的体会，意思是让她也增加五分钟，在正法最后时刻，尽快把宇宙中迫害大法和大法弟子的残存因素彻底灭尽，救度更多的众生。当我说了自己想法时，老同修笑着说：“我每次清理完自己后，都发二十五分钟正念，有时发半小时，最少发二十分钟。发多少都是给自己发，也没给别人发。”我当时很惭愧，我增加五分钟就觉得不错了，看看人家？那才是真精进。还有，我每天除了四个正点发正念外，还针对本地邪恶因素发三到四次正念，一天总共发七八次正念，我觉得自己很努力了。一次跟同修交流时，有个同修说：“我几乎每个整点都发，一天至少发十次以上。”同修表面看似平常，背后都在默默使劲。

新的一年开始了，我想，同修在发正念上是否再重视一下？因为我看到，有的同修对发正念不那么重视，有时在一起交流，到发正念时间了，有的十分钟内还几次看看表，有的不时睁眼看别人，有的倒掌……发正念是三件事之一，我们得发出效果，发出心性的表现，不能像一个懒汉农民，种地也糊弄，铲地也糊弄，那能有丰硕的果实吗？

写出一点感想，意在交流，恳请同修指正。

古典小说

“西游”悟道：唐僧病重生谜念 悟空开口道前因

大法弟子

《西游记》中的悟空其实是深不可测的，他甚至知道唐僧在天国的事情。《西游记》还破了一个谜，就是神在天上犯的错，要到人间去偿还，这大概就是唐僧师徒四人（还有白龙马）被打下人间的原因。

一、唐僧病重留遗嘱

态，我想，同时清除一切干扰我们证实法救度众生的监控设备以及背后的一切生命与因素，那我想很多奇迹都会出现的。网上这类例子也很多，限于篇幅我们就不一一列举。

面对现在各类监控有着愈演愈烈的趋势，尤其是大数据、刷脸技术的应用等等，我们不能总是陷入“技术上”怎么躲、怎么隐蔽的思维当中。那样最终我们会被逼得无路可退。

我觉得我们首先对这些根本不执着，不用，从自身不给邪恶输送能量，然后正念对待，彻底清除来自现代科学所造成的这一系列的干扰。也只有这样，才能为众生开创一个得救的环境，才能不辜负众生的嘱托。

最后对还在沉迷于微信、电报能即时通信软件的同修们说一句：我们本身修的好坏是我们个人修炼的问题，我们在此时此刻不应该成为邪恶的挡箭牌了，不要再帮助邪恶迫害我们、迫害众生了，不要再与邪恶坑害一气、同流合污了。

说明：这是一个系列，与同修们探讨一下手机（包括及时通讯软的危害与监控的应对方式。本文先做个总结。

对发正念再增加五分钟的一点体会

大陆大法弟子

去年过年时，我去一个老同修那儿，说起发正念的事，同修问我：“你发正念多长时间？”我说：“清理自己五分钟，外发十分钟，有什么变化吗？”她说：“没啥变化，只是觉得，咱们都是老弟子，咱地区迫害又重，应该给自己加点码，外发时再增加五分钟，共发十五分钟。”老同修还说，多少年了，她一直是这样发着，自身状态好，干扰也少。我一下子感到自己跟老同修的差距。

回家后，每次四个整点发正念时，我都增加五分钟，感觉确实不一样，这个不一样除了自身能量强外，也能静下来许多，好像有个责任感和使命感在里面。我想，增加的这五分钟，肯定消灭不少邪恶，最起码比十分钟要多，虽说我什么也看不见，另外空间肯定也是惊心动魄的正邪大战。只是，有时一忙，五分钟就不想坚持，但真的发自内心去做，也能坚持下

正见新闻

旧金山学员新年游行 大陆游客震撼



二零一九年二月九日是大年初五，美国旧金山湾区的法轮功学员在旧金山市中心和中国城举行游行，欢庆中国新年，给旧金山民众拜年、送祝福。从大陆来美国旅游的夫妇看到法轮功学员的队伍表示，“声势浩大！非常的震撼！”

中午十二点，由旧金山法轮大法修炼者和支持者组成的游行队伍冒雨从旧金渡轮大厦前的广场出发。走在最前面的是美西法轮大法天国乐团，紧接在后的舞龙队、小花船和仙女队。第二方阵是法轮大法好，由车旗队、横幅队、炼功队、花车和各民族队伍组成。第三方阵是明白真相得福报。第四方阵是三大媒体的队伍、气球队和腰鼓队组成。最后一个方阵是讲真相、九评退党队。

开道的天国乐团身着蓝白相间的传统古装，以嘹亮的鼓乐送上了新年的祝福。沿途不少观众冒雨观看游行。原本下雨的天空在法轮功的队伍接近中国城时，变得清亮起来，阳光明媚。

爱尔兰学员中国新年传真相

二零一九年二月二日周六，正值中国传统新年到来之际，爱尔兰法轮功学员在首都都柏林的繁华商业街亨利大街上，和爱尔兰民众一起欢庆新年，向人们传递法轮大法的美好的同

时，讲述法轮功在中国遭受迫害的真相。当天有很多在爱尔兰留学和生活的年轻中国人三退。

学员们身着中国传统炼功的服装展示法轮功的五套功法，并举行了舞狮、打鼓和莲花舞等表演。每次表演都吸引了众多的爱尔兰民众围观，也有一批接一批的民众来到介绍法轮功的真相展板前了解真相，并在反对活摘法轮功学员器官的征签信上签名。还有一些人留下联系电话希望能参加法轮功的义务教功班。

中国新年期间法国学员在景点传真相



二零一九年二月三日下午，在中国新年到来之际，法轮功学员在巴黎人权广场，进行了炼功、讲真相和征集签名反迫害的活动。虽然天气寒冷，但人权广场游人不断。法轮功学员的活动引起了游人的关注。

一对新婚夫妇路经人权广场，看到法轮功学员炼功的场景，便以法轮功活动为背景，双双合十留影，记下了珍贵的一刻。之后两人都在征签表上签字，支持法轮功学员反迫害。法轮功学员最后也祝福他们成为幸福的一家人。

神韵抵达澳洲 开启 2019 年大洋洲巡回演出



2019 年 2 月 7 日早晨，神韵世界艺术团抵达墨尔本国际机场，开启神韵 2019 年度亚太巡回第二站——大洋洲六大城市的巡回演出。

“世界第一秀”将在澳大利亚文化之都墨尔本近百年历

让人们的思想完全被手机控制，对于真相更加淡漠的状态。

那么作为大法弟子而言，我们都要明白这种情况出现也绝不是简单的。是不是与我们自身也有一定的关系？如果我们都能面对这类诱惑坚决抵制，不给邪恶直接和变相逞凶的机会，那一切都会成为假象，都会得到改观。生命都是为法而来的嘛！

反过来说，如果大法弟子本身陷在其中不亦乐乎，那邪恶更会疯狂的干扰。

同时因为中国邪党发动这场迫害，手机、身份证等等都成为其监控和迫害的工具。那么在监控技术日益完善，监控力度日益加大的情况下，作为大法弟子还要更加努力的讲好真相，这种情况怎么办？

我个人觉得，首先应该彻底去掉对手机等各类通信软体和网络的执着。多学会面对面的交流。执着于“手机、软体交流”其实就是加持外星、邪恶生命。这道理是明摆着的。

传统的学法、交流方式是我们永远要坚持的。哪怕是与亲友交流也是如此。手机和各类通讯软件能不用，就绝对不用。

这是前提，然后再清除外部对我们的监控，包括用电话救人的方式。

这些监控，无论其技术有多么的高精尖，但都是人造的，背后都有外星或者邪恶生命控制的，都是要被法正的一部份。所以面对庞大的各类监控体系，我们真的需要展现大法赋予我们的神的力量。

比如现在要想进入高档小区发资料是越来越难，不但是进去不容易，而且因为那些地方到处是监控，发资料放在门旁或者粘在门上，一大早就被打扫卫生的给收去了，资源造成了莫大的浪费，还给我们造成很大的安全隐患。

针对这种情况怎么办？人就不救了吗？不是这样。咱前文不是说了吗，这些都是人造的，人造的就会有漏洞。而这种漏洞就靠我们能否用真念来对待了。

当一个大法弟子做什么事不执着自我，也不想证实自我的时候，在做什么的时候，如果能保持一种低调和“隐身”的状

执着手机的危害与应对（一）

小莲

看了今年的神韵晚会最后一个节目，感慨很深，现代意识所造成的变异，让人们处在重重危机之中。而手机是一个非常明显的表现。

在节目中让人哑然失笑的两组镜头：一对恋人拿着手机挽着手走路，女孩松开手去自拍，男孩独自走，走走顺势挽上了另一位沉迷于手机的男孩；两人一起走了一小段路，后来女孩的女友拍照回来，才提醒男孩，男孩才知道自己挽错人了；另外一个男孩撞车后，猛烈的摔到在地上，他没有考虑身体怎样，第一反应是看手机有没有摔坏。

在国内电视台有句推广手机的广告词：现在人手里如果三五分钟没有手机就会感到手足无措。……

按说手机普及到今天不到二十年的时间，从 3G 网络到 4G 网络到现在时间更短，这在很短的时间里人们（尤其是年轻人）的思想逐渐的被其完全控制。人们走路上班等一有时间就开始摆弄手机。人们成了手机的奴隶。

在社会上因为摆弄手机而引发的各类交通以及安全事故层出不穷。因为长时间的摆弄手机严重影响青少年的身心健康。

仔细想想，这种干扰绝不仅仅是一个表面科学所造成的那么简单。从修炼角度而言，是邪恶的生命利用人的喜好，来控制人，为其邪恶输送能量，最后毁灭人的一种表现。这绝不是危言耸听！

从有人类开始的几千年当中，在神的护佑下，人们都不断的丰富着自己的娱乐活动，在手机出现之前，人们从来没觉得自己过得不充实。记得我小的时候，因为家穷没有买过一件电动玩具，几乎都是就地取材。当时村里面小孩也多，大家玩投壶，捉迷藏等等，大冬天我们在外面一玩玩到半夜，也不觉得冷。在玩中锻炼了体质，增长了智慧。

而玩手机是我们的思维交给它去摆布，自己陷入其中，欲罢不能。自己成了手机的俘虏。这是绝对不应该的。

同时人们沉迷于手机是宇宙中邪恶设的一个毁灭人的圈套，

史的丽晶剧院（Regent Theatre）上演十场演出。

早上 9 点多，神韵演员们神采奕奕地步入候机大厅，微笑着向等候在两旁的热情粉丝们挥手致意。

纪录片《求救信》获加拿大银屏奖提名



被业界喻为加拿大奥斯卡奖的加拿大银屏奖（Canadian Screen Awards）2 月 7 日公布 2019 年度提名。纪录片《求救信》（Letter From Masanjia）获得最佳纪录长片

奖提名。

《求救信》内容是，一封惊现在美国万圣节装饰品中、来自中国劳教所的越洋求救信曾轰动国际社会。求救信作者孙毅在严密监控的环境下用镜头记录下他真实的生活，重现了他在劳教所的经历及写求救信的过程，讲述了一段感人至深的传奇故事。

该片由温哥华获奖导演李云翔（Leon Lee）指导。李云翔表示，非常荣幸获得加拿大银屏奖的提名，“这是对我们整个团队的认可，但更重要的是希望借此机会让更多人了解到这场在中国持续了近 20 年的人权迫害，这也是影片主人公孙毅所希望的。”

《求救信》在去年 4 月北美最大纪录片电影展 Hot Docs 上全球首映并获得“最受观众欢迎的 20 部影片”荣誉。在随后的全球电影节放映期间，深受观众喜爱。影片在剑桥电影节、圣路易斯电影节、布达佩斯电影节、墨西哥城纪录片电影节，以及亚特兰大纪录片电影节等获得十余个奖项。去年 9 月，在日本 NHK 电视上放映后，引发日本观众的强烈反响与讨论。

修炼园地

师恩浩荡洪如天 唯有精進报师恩

觅真

师恩浩荡洪如天，唯有精進报师恩。看着成千上万封来自中国大陆及海内外世界各地大法弟子寄给他们心中最崇高、最敬仰、最崇拜的李洪志师父的精美贺卡及贺词，令人感慨落泪。这些贺卡及贺词代表着当今人类社会的民心所向，是人类有史以来的一大奇观，这样令人震撼的壮举已经持续了十几年，将世代被人类颂扬下去！

笔者不妨在此摘录几句，看看这些虔诚的弟子们是怎么想的和怎么说的：

北京市司法系统一学法小组大法弟子在贺词中写到：在这阖家团圆欢度新年的时刻，我们给师父拜年了：师父过年好！恭祝伟大慈悲的师尊新年快乐！我们作为大法弟子深深的知道，是师尊的无量慈悲，年复一年的为众生承受，才迎来了这苍宇再造的新的一年。是师尊从地狱里将我们捞起、洗净，将宇宙的大法传给了我们，使我们从一个满身业力的人成为正法时期的大法弟子。我们的生命是大法给的，是师尊给的，我们绝不辜负师父的救度，做好三件事，精修实修，让师父多一些欣慰，少一份操劳。我们要努力做到修炼如初，圆满随师返回真正的家园。跪拜师尊！感恩师尊！

四川大竹县农村全体大法弟子在贺词中写到：师尊您好！弟子给您拜年啦！敬爱的师尊，是您传给了我们宇宙大法，使我们在这物欲横流，道德败坏的末法时期明白了人生真谛，找到了回天之路。我们生在农村，长在乡下，经济上，生活上不宽裕，但我们过得很充实；农活繁忙，辛苦，但我们更没有忘记自己的责任和使命，放下农具，抹去汗水，无论在多么艰难困苦的环境下，始终把助师正法、做好三件事放在首位。坚持修好自己，多救世人，完成使命，兑现誓约，让师尊放心，让师尊欣慰，回报师尊浩荡洪恩！

是开在常人中，跟过去在深山里寂寞苦修几百上千年不一样，那种苦其实我们都经历过，相比之下，今天的修炼条件和环境不是很宽松和幸福吗？

还有个单身男同修，是老弟子，他想成个家，本地单身女同修也不少，他谈了一个又一个，一个也没成，后来被邪恶绑架。出来后，有个单身女同修马上去找他。我想，同修应该好好反思自己？别把悔恨带到永远。有时候，我看到单身男女同修在一起交流时，缺少正派和威严气，相互间说话很随便，有的言辞不雅，容易让人误解。有的坐在一起挺近，夏天有的女同修把裙子撩的高过膝盖，裸露大腿。有的男同修去学法小组脱外裤，只穿衬裤，让常人不解？人有人的形象，大法弟子有大法弟子形象，漫天神都在瞩目我们，点点滴滴都被宇宙全程摄像，都要留给未来。

还有个女同修在家里做资料，也常出去撒，丈夫虽不修炼也帮她装订和整理，按说已经很了不起了，可她总嫌弃丈夫软弱无能，常跟丈夫吵架，一吵架就闹着离婚。她跟另一个男同修说：“咱俩结婚吧？”男同修没答应，也没制止，去农村发资料时，她总爱跟那个男同修搭伴儿，一次偶然机会，另一个同修看见了两人暧昧之举。后来他们两人都被绑架和判刑。

我也接触过几个单身男同修，真是一脸正气，跟单身女同修说话时礼貌有节。我还认识一个单身女同修，跟男同修说话时总保持一定距离，从不嘻嘻哈哈，腻腻歪歪，男同修到她家有事说事，没事不唠闲嗑，言行举动真让人佩服。当然，我不是说单身男女同修不能结婚，也不是说不能在一起交流，我说的是一颗心：一个够大法标准的心。

这篇文章憋了好长时间才写，话题敏感，怕伤了同修。我也问过自己：“不写不行吗？”可又想：旧宇宙生命是为私的，我能吗？什么叫对同修负责？曝光负面现象虽然痛点，可能让同修提高呀？总比当老好人看同修掉下去好，总比邪恶迫害同修时后悔好？！

“你有孩子和丈夫，得让他们有个完整家呀？”女同修色欲心已经很重了，如果当时能棒喝她，也许不会出现后来她出去挂条幅时被绑架了。

还有一个单身女同修，曾被劳教过，吃过不少苦，大法事也没少做，可她身体一难受时，就领着孩子到一个单身男同修家住，睡在客厅沙发上，她跟同修说：“他家场好。”男同修也不拒绝。周围同修很担心，劝她：“要不你们结婚，不能这样，古人都讲男女不同居一室”，这太危险呀？”女同修说她没啥事，也没色心。可是，不管有事没事，两个异性单身同居一室，是修炼人之举吗？自己修好自己场一样强，别外求。这事邪恶要干扰了，很容易把两人毁了。虽然女同修有意想跟男同修成家，可男同修心里想的不是她。

有个上班族的单身男同修，在异性同修中挑挑拣拣，这个处几天，那个处几天，很轻浮。后来跟一个女同修结婚了，可不到半年又分居了，说合不来。可背地里又跟另一个女同修联系，他问这个女同修：“你要同意，我马上跟她离婚。”这个男同修学法迷糊，发正念倒掌，警察经常骚扰他，有一次他骑摩托车去看那个女同修，路上撞车，骨折住进医院。出事后他不告诉妻子，打电话让那个女同修帮忙，这祸不是自己招来的吗？

还有个单身女同修，虽然是流离失所，由于本地环境好，吃住同修都能帮助解决，她常去一个老同修家，跟老同修念叨：“帮我找个对象吧？找个对象吧？”老同修想指出她的色欲心，见她流离失所不容易，也就没说。后来她跟几个同修说：“我有个梦一直不解？说我在一个仓库里（躲藏很苦），里面有个浴缸（色欲），里面是密密麻麻红色小虫子，不知啥意思？”当时同修也没悟到是啥意思？后来她被绑架和判刑时，才悟到是点化她的色欲心重。师父说：“我们不承认旧势力的安排，没做好就会被钻空子，”（《各地讲法九》〈二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法〉）单身同修生活不容易，一个人过日子很苦，许多寂寞和难处无法跟别人说，可是大法修炼

原总参系统全体复转军人大法弟子在贺词中表示：师尊从地狱中把我们捞起，我们每一步前行都凝聚着师尊无私且巨大的心血、承受、付出！

风雨二十年，每一次跌倒，师尊都用宽大的臂膀将弟子扶起，又在鼓励、期盼中赋予弟子更大的能力，让弟子更加坚定地前行！每一次沉睡、迷茫都被师尊点醒！师尊为我们几乎耗尽了一切！兑现誓约、完成使命是我们来时的愿望，义无反顾，精進再精進！

广西壮族自治区百色市十二个县市的大法弟子表示：虽处大陆的偏远山区，但是没有忘记自己是个修炼人，没有忘记身上的重任——救度众生！少数民族的大法弟子们由衷感谢师父的慈悲救度和一路看护，恭祝师父新年快乐！弟子们想念师父，盼望师父早日回国！

辽宁省鞍山被非法关押在看守所和监狱的大法弟子恭祝师尊过年好！在这辞旧迎新、举家团圆的日子里，谨代表鞍山市被非法关押在看守所和监狱的同修们给师尊带去深深的祝愿，虽然被非法关押在魔窟之中，但修炼的心是谁也改变不了的，虽然迫害依旧，但是坚修大法的心是不会被暴力所屈服的。此生为法来，此生助师行！誓约不会忘记，无量的众生等待着被救度，感恩师尊佛恩浩荡，普度宇宙众寰宇众生！无以言表谢师恩，永恒感恩永颂恩师救度之恩！再次给师尊拜年了！

新年来临之际，张家口市数名大法弟子携家人向慈悲伟大的恩师拜年了！恭祝慈悲伟大的师父新年快乐！邪恶迫害大法二十年了，在师父的慈悲保护下，我们从血雨腥风中走到了今天，慈悲的师父为我们操尽了心，感恩师父的慈悲苦度！他们在敬献给慈悲伟大的师父的一首小诗中写到：每当危难来临时，化险为夷师在先。每当修炼疑无路，师父指点路通天。每当归真路徘徊，以法为师志愈坚。感谢恩师慈悲度，佛恩浩荡洪如天。

辽宁丹东市东港市马家店镇乡村大法弟子表示：回顾所走

过的修炼历程，心中充满着对师尊的无限感恩！师尊啊！是您用巨大的付出为众生、为弟子承受着一切魔难，延续来的每一天值千金、值万金。每时每刻看护着弟子，在风风雨雨中走到了今天，在大陆的严酷环境下，弟子们坚如磐石的走在证实法的大道上，助师正法，救度众生，从而使有缘人得到了大法的救度。在新的一年里，弟子们一定修好自己，勇猛精進，抓紧救人，完成使命，让师尊欣慰。盼望师尊早日回归中原。

山西省汾西县一青年大法弟子在贺词中说：师尊您好，感谢您多年来为弟子承受和付出那么多，弟子无以回报师恩，唯有在正法中勇猛精進，紧跟师尊正法進程，听师尊的话！感恩师尊传大法度众生，感恩今生幸遇真、善、忍，不再迷茫徘徊，感恩今生幸遇法轮大法，登上返本归真的大道，千言万语道不尽师恩浩荡。

黑龙江省佳木斯市大法弟子与被非法关押的姐姐在贺词中说：岁月沧桑，魔难中能在风雨路上走到今天，全凭师尊的威德。道不完的慈悲保护，说不尽的感恩，我们姐妹会将其化作精進的动力。请师父放心，在这紧迫救人的时间里，我们一定修好自己，完成使命，以报师恩！

长春市刚得法的老俩口在贺词中说：我是中国吉林省长春人，今年 89 岁，患高血压病多年。我老伴 80 岁，患脑血栓病 12 年，我们老俩口住楼房，自有病以来，从来没敢下过楼。我们只能省吃俭用，攒钱在电视广告上买“好药、特效药”。钱不知花了多少，药不知吃了多少，到头来一点也没见效。老伴病不但没好，反而在加重，说话口齿不清，记忆力减退，连女儿的名字也想不起来了，生活几乎不能自理。我的身体也越来越衰弱。

两个月前，在女儿的帮助下，我们终于冲破了恐惧，跟女儿开始学习法轮大法师父的著作。可喜的是，从学习法轮大法的著作以来，老伴说话发音开始准确，走路开始有劲不那么乏力。现在我们老俩口和女儿制定了学习法轮大法著作的计划，我也开始学炼法轮大法的五套功法了。

的威力，我用了九年的时间背了九遍《转法轮》，每天只背一页或两页，不影响通读。我现在在背《洪吟四》，大法给我开智开慧，我会修了，知道在法中修，师父给我拿掉了怕心和许多不好的人心，我还有没修好的地方，学法小组的老同修都依赖我，她们的口头语是：有事就找她（指我），甚至包书皮儿买东西，大事小情都找我。我有时心疼耽误做正事的时间，心里也有不太情愿的时候，但一想，师父把我们安排到一起也有我要修的，也就想通了。

师父说：“众生都等着得救，这一点我可以非常明确的告诉大家，大法弟子们不去救他们，不管他们在世界的哪个角落里，你们不去救他，他们就没有希望。”（《各地讲法九》〈在新唐人电视讨论会上的讲话〉）同修们，没走出来的赶快走出来吧，别忘了自己的责任、使命，不要怕，我现在每周最少退 160 多人，最多能退 220 人左右，只要信师信法，你也能做到，而且做的更好。让我们共同精進，兑现誓约，让更多的众生得救，让师父欣慰，在助师正法，救度众生的神路上飞奔。

谢谢师父！

谢谢同修！

越是最后越要抓紧修去色欲心

大陆大法弟子

由于邪恶迫害造成原因，本地不少同修处于单身，我发现这部分同修色欲心比较突出，单身跟单身同修接触中不严肃，有的被邪恶抓住把柄绑架迫害，有的出现病业状态。

有个男同修跟女同修去发资料时，女同修坐在摩托车后座上，说：“真好，有种初恋感觉。”男同修说：“别瞎说，这可闹着玩的。”后来这个女同修又跟另一个单身男同修一起做资料，觉得男同修脾气好，人也厚道，就说：“等我跟我丈夫离婚了，就跟你结婚。”男同修也没严词拒绝，只是说：

多，而这两年在外面劝退的一年以万计吧，这样算下来，十二年就应该是大约八，九万吧，我没把数字当回事，保守的算算吧，对此，我不生欢喜心，我想这是我的本份哪，我做了大法弟子该做的。如果说从表面看，这八万多的庞大数量的众生是我十二年来马不停蹄地用全部身心投入换来的成果，不如说是世尊对我无私付出的回报与恩赐，我们都知道，真正救人的是师父，我们只是动动嘴儿，跑跑腿儿，而师父却把功劳记在弟子身上！这是怎样洪大的慈悲！每每想到此，我的眼泪就禁不住流下了，感谢师父！弟子只有听师父的话，做的更好，更好，才不负师尊的慈悲苦度！

有同修问，你是怎么做到这么好的？我们觉得这事太难了！我说，是，是挺难的，可是不难还叫修炼吗？不难还用得着我们大法弟子去做吗？不难，配做主佛的弟子吗？讲真相救人是师父给我们安排的修炼道路，我们从法中明白：修炼就是难的，修炼就是要吃苦，说这十二年来，难不难？面对中国大陆迫害还在继续的严峻形势，是难！怎么办？有师在有法在！百分之百信师信法就不难！正是“弟子正念足 师有回天力”（《洪吟二》）。

至于说到苦，我是这样想的：再苦我们有师父苦吗？师父为救众生，吃了无数的苦，今天为了成就大法弟子，挽救更多世人，师父以巨大的付出延长生命，还有无数无数我们所不知道的一切，想想师父，我们吃的这点苦都不算是苦了。

结语：

在助师正法救人的路上，只能向前走，不能往后退，急流勇进，无论环境怎么变化，什么警察的敲门、抓人，什么安装摄像头、手机监控等等，这些对我不起作用，听到什么形势又紧了，有什么风吹草动的-----我象没听到一样，跟我没关系！我就做我该做的，谁也动不了我。什么都挡不住我救人的脚步。

十二年，我平稳地走到今天，全靠师父的慈悲呵护与大法

感谢师父在我们老俩口暮年给了我们生机！感恩师父的慈悲苦度！

2019 年华人传统新年到来之际，从北美到南美，从俄罗斯到东南亚，从欧洲大陆到日本与南韩，从冰天雪地的北欧四国（芬兰、挪威、丹麦与瑞典），到烈日炎炎的澳大利亚与阿根廷，大法弟子们发来了一幅幅独具特色的绚丽贺卡，表达弟子们对师尊的无限感恩，恭祝师尊新年快乐！

德国西人法轮功学员沙德琳娜（Sadrina）说：我非常感激我能得法，能成为李洪志大师的弟子。能有机会为真理而生存，能成为更好的人，那种幸福和感激之情是无法用语言描述的。”

纽约新唐人大纪元媒体新闻部全体大法弟子恭祝慈悲伟大的师父过年好！他们表示：我们一定谨记师父的教诲，多学法，更加精进，让更多的生命觉醒、得救！谢谢师尊救度，合十。

日本希望之声对中国大陆广播的大法弟子给师父拜年！他们在贺词中热情洋溢的说：感恩创世主为弟子授记。凭借埋藏在意识深处的天界记忆中，那残篇断简的模糊痕迹，在时间漫无际涯的旷野一路走来，听到日本海波浪伴奏的古曲，呼应心中的旋律，在耳畔再一次响起。大法敲响希望之钟，那通天彻地的洪声，包藏无穷天机，内含无限给与。愿众生都得救，愿众生都平安。愿尽可能多的众生，拥有美好未来。

慈悲伟大的师父为挽救末劫时的人类操碎了心，为苦度满身业力的弟子几乎耗尽了一切，为拯救万劫不覆的宇宙苍穹几乎倾尽所有。千言万语诉不尽师尊的慈悲苦度，万语千言道不尽恩师的佛恩浩荡，弟子唯有精进再精进！

新的一年开始了，结束迫害，清除邪灵，开创人类新纪元的钟声再一次响起。亿万大法弟子会牢记史前在师尊面前签下的使命与誓约，走正走好在人间助师正法的最后一段路，圆满随师还！亿万弟子再次跪拜师尊的佛恩浩荡！

修炼故事

神路二十载 奇迹伴我行 ——兰心修炼故事（六）

兰心（蕙质整理）

讲真相，救世人，大法慈悲众生醒

2004 年开始了“三退”大潮，我心里有这样的愿望——走出去向被邪党毒害的世人讲真相，劝三退。大法给了我智慧，劝退了很多有缘人。

第一次劝三退时，是我和姐姐在大排档吃面。我旁边有一位女士也在吃。我不知怎么和她搭话，就故意和姐姐神秘的说：“姐姐，我要告诉你一个天大的好事，我也是听人家说的。说现在是末法末世，人类大劫难要来了。坏人被淘汰完了，剩下的好人以后就有福了。”

姐姐一下就会意了，让我讲讲怎样区分好人坏人。我环视一下四周，看见这位女士顾不上吃面，手拿着筷子静静地等着我回答。我说：“人家说共产党杀死八千万中国人，六四血洗北京城，现在又迫害法轮功，把按‘真善忍’标准做好人的人抓监狱里坐牢。共产党手上沾满了中国人的血。老天震怒了，要灭了共产党。但这共产党是由党员、团员、少先队组成的。所以只要是加入过它的组织的人全都随着共产党灭亡了。”

姐姐很配合，不断向我提问。我就势讲了三退自救的方法。然后，我又开始讲故事：“法轮功祛病健身有奇效。还记得咱们单位那个大贪官吗？当年他得了喉癌，老百姓都拍手称快，恨不得他马上遭恶报，就算他再有钱也治不了癌症，这回必死无疑了。可没想到，人家不但没死，还白发变黑发了。原来啊，他去北京治病时，病没治好，却在医院附近和炼法轮功结缘了，人家就得法了，还去济南参加李大师传法班了。回来后不但癌症好了，身上什么病都没了。人心也变好了，没官架子了，不贪不占了，还为当地百姓办实事了。原来暗地骂他祖宗的人现在都对他赞不绝口：这法轮功也太厉害了。能把坏人

了，两位 80 多岁的老同修文化低，三退时写不上人名，我和别的同修就帮助写，太忙时，就让三退的人自己把名字写上。

十二年来，我在讲真相中积累了很多经验，也明显感到我讲真相时有一种很强的能量场能抑制住世人背后的邪恶因素，基本上，我一搭话，就能知道对方肯定能同意三退。有些想走出来的同修和不太会讲的同修苦于不知如何开口，找到我，我就把她们带到我讲真相的地方，看我怎么讲，几次她们就学着敢讲了。

也有在街上遇到的不认识的同修看到我讲真相，跟着我，跟我一起的同修提醒我，小心特务。我说，我是修炼二十多年的老弟子了，是不是特务，我有眼力识别。

也有想走出来的同修让我讲讲劝退的经验，我就无私地，毫无保留的告诉她们，教给她们，领她们和我一起出去，让她们看我怎么讲，我给她们总结了几条讲真相的要点，首先，面对不同的人群，找不同的切入点。例如：年岁大的，从退休的单位，企事业等区别，工资收入谈起；从念几年书问到是否入过党团队，先捡重要的（骨头）说，以免时间短来不及三退。抓紧告诉他们，中共的腐败，这个组织的邪恶，无官不贪，江泽民带头腐败，淫乱，出卖国土，把钱都存到国外，迫害修炼“真、善、忍”的法轮功，天要灭中共，从心里退出来，灾难来了，不当陪葬品，你就有未来，有福分！我还嘱咐她们千万不要追求数量，不能有丝毫水分，不能敷衍了事，救一个是一个，保证个个真正明白真相，真正愿意三退，含含糊糊的不明确表态的都不能算数！没答应起名的都不算数。这么多年我都是这样做的，我的三退人数没有水分，这些众生是真正得救的生命了！

十二年来，我没有统计自己的三退人数，只有大约数，我不想执着于人数，反倒劝退人数是逐年增加，这两年退的更多了。同修给我算，大致上以每周最少 160 多人，最多是 220 人左右，这样以平均数计算，一年就是七千多，十年就是七万

一次，在一个超市给一个 60 多岁干部模样的人讲真相，他不但不退，还凶狠地说，“真想揍你”，我没有动气，只是回他一句：那是无能的表现。他立刻不吱声了，我就走开了。

还有一次在火车站，面对大量流动人群，心生慈悲，面带笑容，向有缘人讲真相劝退效果很好，每天下午都能退 30 多人，就在我讲的很顺的时候，被邪党的便衣发现了，开始骚扰我们，拿手机拍照、录音，在我们身后跟着，不让讲。我跟他讲真相，法轮功讲“真、善、忍”中共讲假恶斗，谁好？！

有时也会遇到警察，有退的也有不退的。一次，有个警察说，我现在就可以通过法律给你送进去，我一点没害怕，冷静地回答他，现在中国有法律吗？我们也没强迫你，只是叫你平安，不信你也别做恶事，对你没好处。他立刻蔫了，背后的邪恶被我的正念抑制住了。

每当这个时候我就赶紧向内找，找自己是哪颗心没放下：欢喜心？争斗心？还是求数量的心？把执著找出来，跟师父说，弟子今天没做好，明天一定做好！同时重视发正念，铲除所到之处空间场中的一切邪魔乱鬼，清除阻挠众生不接受真相的干扰因素，邪恶全灭，让众生得救。心性提高了，第二天，往往劝退效果更好。

这么多年，类似的事情很多，都有惊无险，我知道师父就在我身边，慈悲的呵护着我，所以，遇到危险时我一点不害怕。我时时想着师父的法：“对常人的态度误解不要计较，只为救人、救众生，我想那个效果就能改变一切。”“如果你正念很强，邪恶就会被解体。真正慈悲的力量能解体一切不正的因素，你跟他讲的时候就是能量在往外发放，就会解体那些邪恶的东西，另外空间里的邪恶就不敢再靠近与控制人。” [3]

四、帮助同修走出去讲真相

我们学法小组有六名大法弟子，二位 80 多岁，四位七 70 多岁，可我们从不感觉老，在我的带动下，她们都出来讲真相

变好人！”

我和姐姐你一句我一句，滔滔不绝。那位女士凑到我们面前说：“打扰你们一下，刚才我一直听你们的谈话，我想求你们帮我也把加入共产党的团和队退了吧？我叫某某。谢谢了。”

我们真为这个生命高兴，更感恩师父的加持。我意识到对陌生人讲真相并不难，师父要的就是弟子救人的心。从此我们迈出了向世人讲真相劝三退的第一步。

有时候和同修一同出去配合着讲，有时候自己单独出去讲。我感受到师父就在我身边，我讲真相时师父赐予我智慧，总能破开众生的结，十有八九都能退。

有一次，我在街上遇到一个人力三轮车车夫在等顾客，我坐过几次他的车。我走过去打招呼：“大哥，你等活儿呢？你人好，活儿一定比别人多，我就爱坐你的车。”

他笑呵呵的说：“谢谢你老妹儿，你没少给我捧场。”

我说：“谢什么，你人好，我们又有缘。大哥，你人这么好，我可得告诉你个好事，你听说过法轮功吗？”

他的笑容一下僵住了：“你别和我说法轮功，我是信佛的。”

我依旧笑着说：“大哥，我说你怎么面善呢？原来你是有信仰的人呀！大哥，你别生气，我只是愿意和你聊天。咱俩探讨一下，你说法轮功怎么不好了？”

他就气愤的把恶党毒害世人的《天安门自焚伪案》等谎言和我说一遍。

我说：“哎呀！大哥，你让我太失望了，你说的是你亲眼看到的吗？这不全都是共产党自编自导的丑剧吗？自焚伪案漏洞百出，后来人家把它那原版自焚伪案用慢动作一放，老百姓都看出来了它们是怎么骗人的了。我以前得了甲亢没钱治病，炼功后全好了。这是我亲身经历。我问你，如果有一部电视剧大家都说好，那你是不是得亲自看一遍再评论好坏，连内容都

不知道就跟着说好，跟着说坏，随大流儿，那脑袋不白长了，亲身了解一下再发言再评论啊。”

我一口气说了很多，师父赐我智慧破他心结，平时没有想到的语言都反映到脑子里来了。

他听后连连称是：“老妹儿你说的真对呀，咱长脑袋干啥的？不能被他们控制呀！得自己思考对错呀！你小小年纪咋这么聪明！”

我说：“大哥，你是太善良，太实在，所以才不怀疑他们堂堂大国能在电视里撒谎。再有，你信佛是个好事，但未法时期那魔都钻寺院去败坏佛法去了，你千万别上当呀！释迦牟尼佛当时传法最鼎盛时期，那魔就对佛说过，末法末世时会派它徒子徒孙去寺院破坏佛法。释迦牟尼佛听后就落泪了。因为末法时期他的法就不灵了，他也没办法了。我师父写的一首诗我背给你听。《洪吟一》《打工与修佛》“佛教传戒二千五，名利先去再修苦；今日和尚发工资，上班还有工作服。”

他听完忍不住笑了：“照这么说，没有真修的地方了，这可怎么办。”我告诉他，诚心念法轮大法好、真善忍好，就能得福报。我又给他讲了三退保平安。他连连谢我，并退出曾加入过的少先队组织。

后来，而我又遇到了这个车夫，他高兴的告诉我，他给女儿讲了三退，并让我帮他女儿退出邪党组织。

那段时间，我经常采用第三者身份讲。有一次坐大客车去省城，旁边坐着一位男士。我找机会和他搭话：“大哥，我是个路盲，麻烦你到火车站那站时告诉我一声呗。”那男士笑着答应了。

我接着说：“大哥，你长得和善，我才请你提醒我，现在社会上坏人太多呀，缺乏信仰，不相信轮回转世，以为人死如灯灭，所以啥坏事都敢干，杀人害命如踩死只蚂蚁。”他听后很赞同，报怨社会的黑暗。

我又说：“大哥，好人总会听到好消息。我昨天在公园玩，碰到一个好心人要退出曾加入过共产党组织党团队。它从

气恶劣，有的同修不出去了，我说下刀子我也去，一天不能耽误！决不能有丝毫动摇和懈怠，我把百分之八、九十度精力投入在其中，我不去游玩，也不讲究享乐吃喝，穿着朴素，随便的粗茶淡饭就可以了，白天从不睡觉，屋子一周一次大扫除，舍不得把时间用在常人的事上，如果有什么特殊事情耽误一天没出去讲真相，我都心疼的不得了，觉得没完成使命。能够助师救人是最大的幸福。

我们居住地，一年有半年冷天，特别是到了三九天，天寒地冻，路上一走一滑，儿子女儿都不愿意让我出门担心我摔倒。我虽然穿着厚棉鞋，但因为讲真相毕竟主要靠嘴，在外面一站就是两、三个小时，浑身冻透了，手指僵硬，脸象小刀在刮，尤其脚趾冻得木木，痒痒的疼，猫挠一样钻心——

夏天三伏天时，在灼热的太阳下被暴晒，蒸烤，脸被晒得黑黑的，淌着汗，这还不算，有时会突然来一阵大暴雨，全身被浇成落汤鸡，可是即使这样我也不愿回家，继续寻找有缘人。记得一次在汽车站讲真相，眼看着要来大雨了，可是，我还是不舍得离开，还想再多讲退几人，有一个人在等车没带伞，我就打着伞为她遮雨，一边给她讲真相，不一会儿，瓢泼大雨，倾盆而下，虽然打伞可根本无济于事，全身湿透，地面的雨水很快涨到3、4公分高，整个脚脖子都泡在水里，就这样坚持着，在雨中，我还讲退十几人才回家。有的时候，讲着讲着，什么都忘记了，最后到家了，不知道什么时候，全身湿透的衣服都被我自己的热量烘干了。当我坐下来整理长长的三退名单时，看到那么多的众生得救，内心充满喜悦和幸福。

身体受到的苦不算苦，正如师父说的：“劳身不算苦 修心最难过”（《洪吟》）。面对面讲真相真像是云游一样，会遇到各种人，也有不接受的，特别是现在的中国人，受邪党一言堂的宣传，党文化的毒害，利益的诱惑，有对我们不理解的，还有不听不信的；有挖苦的有谩骂的，骂我吃饱撑的，活腻了？甚至还有要动手的，有大喊大叫的：

轮功，欺骗全世界人民，活摘法轮功学员的器官倒卖：六·四镇压大学生，坏事干尽，贵州省平塘县掌布乡有一块天然形成的藏字石，上面有六个大字：“中国共产党亡”。这是天意啊，天要灭它，到时候加入过这个组织的人就会受牵连，你从心里退出来吧，神佛看人心，灾难来了保平安，表面上对你没有任何影响，看你是有福之人，三退才是真福，你还会有大福份哪！听后一般都退，个别的不退，然后祝他（她）事业有成，前途无量；遇到国家干部公务员之类，我就说，共产党腐败堕落有目共睹，建政几十年，搞运动整人不断，害死中国人八千万，杀地主、杀资本家、三反、五反、反右派，文化大革命、六四镇压学生、迫害信仰“真、善、忍”的佛法修炼者，还活体摘取法轮功修炼者器官倒卖，天理不容啊！天要灭它，赶快从心里退出来吧，如对方不太明白或还不表态，我就给他们举例子说：如果有人告诉你，前面的高楼要倒塌，让你快跑开，跑不跑是你的选择，大多数都说退！说谢谢我！我说，要谢就谢我师父吧，是我师父让我们来告诉你们这个大好事，是大法救度世人！

一次给一个中学生讲完真相，他高兴的同意三退，然后他说，“阿姨，有一个问题，我不明白，您说的话我爱听，可前些天，有个人也跟我讲三退的事，我不爱听，我还骂了他，可是他没生气，还说谢谢我，这是咋回事呀？”我就告诉他，你骂人家就给人家德了，人有德就有福分有钱，人家当然要谢谢你了，再不要这样做了。“噢，原来如此。”小青年明白了，说谢谢阿姨告诉我这些。

三、艰苦与幸福同在

讲真相救人中贵在坚持，始终如一，走出去寻找有缘人是我每天生活必不可少的一部分，我没有节假日，因为年节才是救人的大好时机，连大年三十我都出去讲，有同修劝我，大过年的，人少，别出去了，我说，就是能讲退一个人也行啊，救一个人就是救了一个世界！无论严寒酷暑，遇到狂风暴雨，天

建政以来杀死中国各阶层百姓八千万，超过二战总人数。今天又迫害修炼法轮佛法真善忍的好人。老天要灭它这个组织的成员呢。那好心人还告诉我常念‘法轮大法好，真善忍好’有福报。还说这是真正‘救人一命，胜造七级浮屠’的大好机会。大哥，那我求你给我这样的一个机会！我把你救了，还替我女儿积功德了，你看行吗？”这男士听懂了，噗嗤一笑，赶紧点头说：“好好好，那你快帮我退了吧，反正对咱俩都是大好事。”在欢声笑语中车到了他要的地方，带着平安的祝福走入茫茫人海。

后来，我又开始打真相电话救人。我拨打的都是外省的电话。每天打一个多小时，劝退数量不多，有时劝退一两个，最多能劝退五个，基本都能让对方明白真相。有的人由开始不明白真相，通过破心结最后明白了，并发自内心的表示感谢。有的人三言两语就同意退了，好像就在等着得救呢。还有的人激动的在电话里喊“大法好”。很少碰到骂人的，因为我曾发一念：大法弟子有威严，不许众生骂救人的大法弟子。

我印象最深的是给一个内蒙古的男子打电话。我先问候，然后告诉他三退讯息。他却说：“有人给我打过电话，但我不退，没有用。我老板欠我工资不给，你能帮我把钱要回来吗？能要回来我就退。”

我说：“我不敢保证能帮你把钱要回来，但你知道他为什么欠你钱不还吗？过去的人不敢欠人钱，临死前都得告诉儿女欠谁家的钱一定还上，不然来世给债主做牛做马加倍偿还。自从中共建政以来它就破坏五千年传统文化，让中国老百姓都不信神了，不相信善恶有报的天理。你老板也是受了中共无神论的毒害，才敢做这种傻事。你把老板电话号码给我，我给他讲讲这个道理。你在心里诚信心念‘法轮大法好，真善忍好’。如果你前世不欠老板的，他一定会还你钱。”

他说：“好吧，你先帮我退出少先队，再拜托你和我老板讲讲这个道理。”

我记下电话号码后就给他的老板打电话，却一直没找到他。一星期后我想起这个事，想对他表示歉意，所以又一次给那个男子打电话：“很抱歉因有事耽误了，你给我那电话号对方说打错了匆忙就挂了。你老板要有别的号码，你再给我一个。”

没想到，他在电话那边激动的说：“我一直等你电话，谢谢你啊，我老板主动给了我钱，大部分都还了，只剩一点儿没给，我也不要了。我太感激你了。”

我也很高兴：“你别谢我，我都没给他打通电话，要谢就谢我师父。你一定念‘法轮大法好’了吧？”

他说：“念了，还求李大师了。”

我说：“所以还得谢你自己呀，你看，你选择脱离邪党组织，我师父就管你了吧。以后继续念‘法轮大法好，真善忍好’，把这个神奇故事告诉你的亲朋好友。”

他说：“我早就把这个奇迹告诉给我身边的人了。不管怎么样我都得谢谢你。这件事也确实震动了我。”

也有受邪党蒙蔽很深的。一位女士接到我电话气愤的说：“你吃着共产党的，喝着共产党的，还煽动推翻它。你说你是哪儿的，敢不敢报上名来？”

我说：“我一天不工作就得挨饿，我没吃它的。它不种地不干活哪来的钱？它把百姓的纳税钱揣自己腰包。”

她打断我：“你别和我废话，说你是哪儿的，姓甚名谁？”

我说：“我不能告诉你我的信息，我在冒着生命危险给你讲真相救你，你却想陷害我，对大法犯罪会下地狱的，我必须保护你，不让你犯罪。”

她在电话那头歇斯底里。我一听，语气也硬起来了：“你这不叫勇气！咱们百姓吃着毒食品，婴儿喝着毒奶粉，你怎么不敢对政府叫嚣？邪党发动文革，八九年六四坦克屠城，你怎么不去指责？你正义感何存？对我一个真心为你好的人这么厉害，只能证明你善恶不分！”

在公交车上讲真相

在每天乘坐的公交车上，我抓紧时间给临近的乘客讲真相，坐在左面的，右面的，前面的，后面的我都给讲，然后给站着的讲，一般都能讲退，少的时候能退 2、3 个，多的时候能退 6、7 人。

在大超市里，给有缘人讲真相

每天我上午学好法，发好正念，下午就出去讲，这一讲就是十年！超市里的保安换了一茬又一茬，都被我讲退了，没人干涉我，我也没有怕心，讲真相的时候大脑一片空白，什么都不想，没有任何杂念，就想把人救了，基本上讲一个退一个，越讲越顺。到第十个年头时，我悟到讲真相老在一个地方不太合适了，（也许是师父借常人口点我）另外一点就是我感觉超市的客流量远不如从前了，而且是老年人居多，每天也就是讲退十多人，太少了，我想应该走到外面去讲真相，接触到的人多，退的会更多。

走到大街上去讲真相

两年前，我就走到大街上去讲，哪里人多就上哪儿：车站、公园儿、游乐园、旅游景点儿反正哪儿热闹往哪儿去。这样三退人数翻倍增加了，每天少则 30 多人，多则 40~50 人，还有一天退 60 多人。三退人中各个年龄段都有，身份不同，有工人、农民工、老干部，公务员、学生、教师还有公检法人员各色人等。针对不同人群，与他们搭话，找不同的切入点，对方才愿意接受你。要会赞美，常人都爱听好听的话，但不能过，给人感觉虚假，象忽悠人似的，那就不好了，让人反感。

面对高阶层的人士，如知识分子、大学生或研究生等如果时间允许的话，我这样讲：看你事业有成，是个有福气的人，可是现在中国灾难频发，人的道德下滑，假货遍地，有毒有害食品防不胜防，连空气都有毒，这都是江泽民腐败治党腐败治国造成的，贪官都是亿万富翁，江泽民出卖国土，淫乱，迫害修炼“真、善、忍”的好人，制造“天安门自焚”伪案嫁祸法

为根本”（《精進要旨三》〈正念制止行恶〉），我做为师父的真修弟子，必须百分之百听师父的话，必须走出来救人！开始面对面讲真相，开启我正法修炼的新起点。

二、走出去在茫茫人海中救人

那是 2006 年，《九评共产党》发表后，三退也刚刚开始不久，我就先从亲朋好友开始讲，然后是老同学、老同事以及左邻右舍、买东西遇到的小商贩，路遇的人、办事员、出租车司机，还有洗澡遇到的人我都讲，也就是随时随地讲。开始时，救人心切，只顾着急讲，觉得自己讲的不到位，效果不是太好，一天才能退几个人。于是我就抓紧时间多学法，背法，多发正念，学明慧网同修的交流文章，对照自己，找出不足，我觉得真是天天在提高，越来越敢讲，越来越会讲，在面对面讲真相这条修炼路上，我越来越成熟了。

给老家的父老乡亲讲真相

2006 年腊月，我决定回我的老家讲真相救人。我带了一些真相资料、光盘护身符等，儿子帮我躲过检查口。我已经七、八年没回去了。家乡的变化太大了，都是红砖房，大院套，我已经找不到谁谁住在哪儿了！我就请一位同修带路，这么家乡周边的三个村子，少说也有四、五百户，可只有两位同修，原来有很多人学，就因为江泽民的迫害，都不炼了，失去了这万古机缘！多可惜呀！我逐家找到我的亲戚、老同学、朋友、我的学生、还有大队书记、学校校长等等，讲真相的过程还是很顺的，同修说我讲的有力度。最后，只剩下一个村子没有讲，我的外甥和外甥媳妇害怕了，骗我说警察要来抓我，逼我回家，就这样，我带着遗憾离开了家乡，在家乡共呆了 5 天，退了一百零几人。

在同学会上讲真相

有一年，同学聚会，有十九名同学参加，我把他们都讲退了，告诉他们，诚念“法轮大法好，真、善、忍好”灾难来了命能保！他们都很高兴，欢欢喜喜回家了。

电话那边没再叫嚣，沉默了一会儿，挂断了。我觉得敲醒她对她是最大的善。心里祝福她还有机会得到救赎，只要还活着，就有希望。

一位长春的老先生一听我讲三退就打断我说：“多少人了，包括老师在内的都和我讲过，我只问一个问题他们就哑口无言了。我问，你是退休了还是上班呢？拿不拿共产党给的工资呀？他们就说不下去了。我问你，你是干啥工作的？”

我说：“我丈夫思想很传统，让媳妇在家相夫教子，男人挣钱养家。共产党也不干活，靠百姓的纳税钱养活它。比如十元它拿八元，给百姓两元。这八元本该象国外一样拿出一部分让百姓接受免费教育医疗，可它们却无官不贪，所以我不赞成你的说法。是百姓养活它，而不是它养百姓。全世界哪个国家都不敢说自己养活百姓，唯独它敢灌输洗脑。”

他说：“你这言论我从没听过，但你想啊，我年轻时饭都吃不饱，大道上自行车都少见，住着烧火炕的平房。你看现在满大道的小汽车，住的是高楼大厦，这党把咱领导得多好。”

我说：“老先生，你这年龄我叫你一声大爷吧。现在国外也都是家家有小汽车，住高楼。你说的这些我认为是时代的变迁带来的，不是哪国领导人的功劳。但国外让百姓都能买得起汽车，住得起高楼。再看咱们国家，尤其我们年轻这一代，很多房子都是贷款住上的，每天早晨睁开眼睛就欠账，这不都是共产党贪污腐败造成的吗？你是经历过三反、五反的人。文化大革命迫害各界精英，夫妻反目。八九年六四坦克机关枪对准大学生和百姓。今天又把按‘真善忍’做好人的法轮功弟子关监狱里。它的罪行让老天震怒，天灾人祸不断。大爷你快离开它那艘正在下沉的船吧，上岸你才安全。”

他说：“姑娘，你说的这些颠覆了我的大脑，我从没听过，也没想过。我脑袋很乱，我现在不能退，我需要好好想想。”

我说：“大爷，这关系你生命的选择，你还真得认真思考

一下。以后再有人和你讲三退，你一定做出正确选择，为你的生命负责。”

他说：“我知道了，谢谢你。”

这些话已经触动他明白那一面了，我相信他还会有机会做出正确选择的。

真相电话方式真的很好，能与千里之外有缘众生结上缘。有时放下电话后都奇怪自己怎么这么会说，平时没这语汇啊，还具备随机应变的能力。这都是师父赐予我的用来解开众生心结的智慧。只要去救人，我们就会被大法加持，把事情烘托得神圣伟大。因为那些珍贵的中国人，千年万年就在等着今天这一刻。

修炼体悟

十二年如一日 面对面讲真相救人

黑龙江大法弟子

慈悲伟大的师父好！同修好！

我是九六年得法的老学员，今年七十四岁了。当过小学、初中教师，后来在企业退休。修炼前身患多种疾病：神经衰弱、贫血、胃肠功能失调，心脏病等。一九九六年一位同事对我说，有一种功法叫法轮功，挺好的，你想不想炼，我随口就答应到：想炼！就这么自然而然的走入了修炼。

炼着炼着，不知不觉中，我的病全好了！我家住六楼，我每天上下楼十趟八趟的跑，一点不累；我能扛着二十斤大米一口气上到六楼，走路一身轻，头发在由白变黑，精神饱满，思维敏捷，记忆力比一些年轻人还好。周围的亲朋好友看到我的状态都很认同大法，佩服我。

二零零二年十一月，我在发真相资料、光盘时被举报后被非法劳教三年，虽然在里边没有转化，但也没有完全否定旧势力的安排，所以，我向内找，深知自己是因为没学好法，从而走了旧势力安排的路。我在劳教所里就暗下决心，向师父保

证：弟子以前没做好，出去以后一定做好！下面我就简单谈谈，我十二年如一日，坚持不懈地助师正法，面对面讲真相，救人，把众生的安危放在第一位，不管酷暑严寒，更不惧便衣警察的盯梢威胁和恶人的举报，在师尊时时慈悲的呵护下，平稳地走到今天的修炼历程，正是：甜酸苦辣尝遍，艰难困苦俱全，但心里记住的只有众生得救的甜和师父的无量慈悲-----

一、突破家庭关 开创修炼环境

2005 年夏，我从黑窝出来后，邪恶利用家人阻挠我修炼。我有三个孩子，大儿子已经成家，还有二儿子和女儿与我一起生活，他们以担心我的安全为由，不许我与同修来往，来人敲门不让我应答；电话被他们控制，不能随便外出，也不让我学法、炼功.....

我就和他们讲真相，我说，你妈是好人坏人你们最清楚，邪党迫害法轮功，迫害我们好人，你们不能让他们吓住，更不能帮邪党说话。你妈我一人炼功，全家都受益，你妈会给你们带来幸福平安。我现在因为炼法轮功身体好，我能给你们做饭，伺候你们；如果你们不让我炼，身体不好了，你们就得伺候我。如果你们谁还阻止我炼功，学法，谁就和我签一个合同，不上班，每人各伺候我十年，谁能做到？！这一下把他们都叫住了，不敢再管我了，同时，我每天都高密度发正念，灭掉他们背后操控他们的邪灵、黑手烂鬼，效果很好。电话给我了，门铃响也让我接了，同修登门也不反对了，儿子还给同修买 mp3 什么的还帮助往里面拷制我们要听的内容，有求必应.....就这样，我用了一年多时间在家学法背法，学习师父的各地讲法，每天整点发正念，清理周围环境和空间场，天天跟踪我的人不见了.....

通过大量学法，我懂得了是师父从地狱里把我们捞出洗净，成为正法时期的大法弟子，我知道自己的使命、责任，史前的誓约，我只有勇猛精进，助师正法，抓紧救人，助师救度更多众生，才是师父所要的！师父讲：“大法弟子以救人行善