

弟子交流.....	2
〔修炼体悟〕	2
感恩师尊.....	2
整体配合神威大 安锅同修出魔窟	2
天目所见：解体旧势力的经济封锁.....	5
夫妻同修的责任.....	6
什么是幸福？	8
抱怨心与依赖心.....	9
不经意的一句话，给自己招来严重的病业迫害.....	10
珍惜	12
再谈从委屈到感激.....	14
〔修炼故事〕	15
缘何自卑，以何傲	15
修炼的路.....	19
〔万物皆有灵〕	22
缝衣针的故事.....	22

弟子交流

【修炼体悟】

感恩师尊

每天，我们都生活在师恩浩荡的洪大慈悲中。这个“我们”包括你、我、他，既包括修炼人，也包括不修炼的常人，当然还包括宇宙中的万事万物.....

当我走在街上，看着迎面而过的各色行人；当我在超市里看着熙熙攘攘、购物的人群；当我在公园里，看到悠闲散步的老人、孩子；当我在除夕家宴的餐桌上，看到欢聚的一家欢乐的笑脸.....我就会想：众生啊，你知道吗？你是生活在师尊的洪恩浩荡之中啊！这种无法用语言表达的、感恩师尊的泪水便悄悄的涌了上来.....

人们都感到了：当今社会世风日下，道德一日千里的下滑着，在种种危机到来之际，主佛为了救度众生，下世救人。

是啊，斗转星移，日出日落，晨起暮归，天还是这个天，地还是这个地，人们依旧还是这样的生活，你们似乎并

没有感到有什么特别。

但是，你们知道吗？你们现在的这种依旧的、平常的生活，就是主佛巨大的付出换来的啊！你们想过吗？当你们惊恐、慌乱的等待 2012 玛雅预言时；当你们庆幸灾难远离、又走过一劫时。你们知道吗？你们理解吗？你们现在拥有的、这一切的一切都是主佛缔造的、给予的。是主佛为救度众生而延续、开创的啊！那么我们生活在世上的人们，有谁能不感激师恩呢？！

每天清晨，当太阳从东方升起，我想：我应该感恩师尊，谢谢师尊又给我们开创了新的一天！我要告诉：天空、大地、飞鸟、草木、人们.....记住：法轮大法好！真善忍好！师尊您好！让我们从心底里发出最真挚的声音：谢谢慈悲伟大的师尊！

整体配合神威大 安锅同修出魔窟

本月九日，即除夕那天，在国内外同修的整体大力配合下，好心为民众安装卫星收视大锅的六名同修及好心村民都闯出魔窟，只有一位同修还被关押在看守所。

里，这十多根中，有一根针已经不是很直了，能明显的看出它的弯曲来，可是我每次要缝补衣服和扣子，总喜欢用它，因为它很有灵性。

有次我用它补扣子，用完了想收起来，结果手一滑，它掉到了地上了。因为地上铺着地毯，那么细的一根针，掉到地毯上就被地毯上的毛毛淹没了，消失在我的视线中。我一想这要是光着脚在地毯上走，踩着它还不得挨扎？我就把手掌摊在地毯上摸着找它，结果还是摸不着。正在我发愁的时候我想到万物都是有灵性的啊，我就尝试着与它交流，我在心中说：小针啊，快出来让我看见你，不然的话谁要是踩到你了扎到脚了这可不好啊。你是大法弟子的缝衣针，我告诉你一句话——记住法轮大法好，真善忍好。我心中的话音刚落，目光不知怎的就看到了它，神奇的是，它竖起来了，直直的立在地毯上。我心中又惊又喜，赶忙在心里谢谢师父，让我找到缝衣针了。我知道缝衣针明白了我对它说的。要知道我刚才是用手在那个范围摸了个遍都没摸着它，而我告诉它大法好以后它自动的立起来了。

写到这里我突然觉得，也许它就为了那一句“法轮大法好，真善忍好”而跟我捉迷藏，等着我救它，同化大法。更是亲身体会到师父在以前讲法中说过的“一切都是为着大法而来的、为大法而生的、为大法而成的”。（《二零零三年元宵节讲法》）

其实这件事情已经过去有一段时间了，当时发生的时候只觉得太神奇了，可是没想到要把它写出来。后来看了《纯真系列：鞭炮的故事》受启发，作者将鞭炮的故事写成文章，鞭炮世界因那篇文章全部得救。我就想我应该把我经历的也写出来，尽管我不知道那缝衣针的世界会不会因为这篇文章得救，我也看不见。但是我是一名大法弟子，大法弟子就应该证实法，因此我也将我和缝衣针的故事写出来。

同时，小小的缝衣针都着急的要听九字真言同化大法，那世上的人是不是也该想一想，抓住这万古机缘，珍惜创世主赐予你的每一次机会？好好阅读大法弟子给的真相资料，认真听大法弟子告诉你的真相，退出邪共，同化大法，选择美好未来？

了，这场迫害，它对法轮功怎么样？无能为力。这场迫害只能助长修炼人的威德，其它它什么都不是，什么作用都不起，只能在迫害中毁灭它们自己。但是在这场正邪较量中，大法弟子由协调不好，慢慢的走向了能协调，然后再慢慢的走向了更理智。到今天为止，虽然还有许多事情，还有许多地区，存在着协调不好的现象，总体上来看，大法弟子的总体，经过这些年的修炼和证实法，锻炼的越来越成熟、越来越理智了。从不知道怎么做渐渐的明白了怎么做，从不理性慢慢走向理性了。”《二零零九年华盛顿 DC 国际法会讲法》

如今跟随师尊一路走来 的大法弟子们，都在自己的领域中各领风骚，独当一面，撑起一片蓝天。同时在整体配合中，大家又能彼此圆容、互相补充，聚之成形、化之为粒，形成一个圆容不破的有机整体，真正的在做着大法弟子该做的一切。

其实我觉得，大法弟子能否走出自己的路就在于我们的一念，只要我们坚定正念，不避开矛盾，无畏无惧，师父就会帮我们。无论哪一条路，是

动嘴动笔或是幕后台前，只要我们踏踏实实一走到底，我们就能回天！

在最后的时刻，我想对那些还没走出来的大法学员说：

“快点走出来吧，时间真的有限了！其实法中什么都有，只要你坚定正念，一定有一条属于你的路，能将你带回天国家园，助你兑现誓约！”已经走出来的大法弟子们，让我们更加精進，做得更好吧，回家的路已不再遥远！

师父说：“在这个宇宙当中任何一个生命，无论在哪一个层次上证悟到了他的法、他的法理、证悟到了他的果位，都得经过一个真正的严峻的考验，确立他证悟的东西能不能在这个宇宙中立足，树立起来他的威德。”（《美国西部法会讲法》）同修们，走出我们修炼的路！

以上仅为个人所悟，不当处，请指正！

【万物皆有灵】 缝衣针的故事

对大多数人来说，缝衣针是最普通不过的生活用品了。当然，我也有十多根缝衣针，它们被放在一个小圆盒子

这次营救同修的过程，是同修整体配合的过程，是广大同修正念加持的过程，是同修之间默默圆容的过程，是同修配合发正念解体邪恶的过程，是曝光邪恶解体邪恶的过程，更是讲真相救度众生的过程。

一、及时上网曝光邪恶， 得到明慧及国内外同修的鼎力相助

同修被非法绑架后，即把了解到的情况及时发往明慧网、正见网曝光邪恶，在大法网站同修的大力支持下，曝光邪恶的真相材料不断在网上发表，警示邪警恶人的真相电话此起彼伏，劝善救人的真相短信层出不穷。在此特对正念加持、正行相助的同修深表谢意！

二、在当地大量连续散发 真相资料，曝光解体邪恶

师父在讲法中告诉我们：“目前它们迫害学员与大法，所有采用的行为都是极其邪恶的、见不的人的、怕曝光的。”（《精進要旨二》＜理性＞）。在法中我们体悟到，曝光邪恶就是解体邪恶的过程，邪恶被解体了，恶人想行恶也恶不起来了。我们先后制作了四期曝光邪恶的真相传单，这些传单图文并茂，论理

清楚，有理有据。其中有《好人无罪 善待积福》和《劝善良言送福音 弃恶从善福临门》的劝善良言；有警示恶人、伸张正义的真相文章——《神传文化利国利民 暴力拆锅天怒人怨》；还有从常人法律角度论述《千万莫在执法犯法！沉冤昭雪怎逃罪刑？》的真相文章，警示、震慑恶人，停止作恶、将功补过。与明慧网、正见网真相期刊小册子合理搭配散发，起到了很好的曝光解体邪恶的作用。特别是消除了广大民众的误解，都知道邪党人员为什么要拆锅，大法学员为什么要安锅的真正道理了。由此引发出来的正面舆论也极大的震慑了恶人，使其收敛了恶行。

三、加大力度发正念， 二十四小时不间断轮流发正念

在这期间，我地同修除了加大力度高密度发正念之外，还周密安排了当地所有同修人人参与的，二十四小时不间断轮流接力发正念。即每三五个同修结成一个发正念小组，每个小组负责发半个小时的正念。还有些同修坚持到关押同修的黑窝外近距离发正念。这样循环往复，正念不停，使邪恶没有喘息之机，解体清除了

大量邪恶及邪恶因素。减轻了被迫害同修的压力，从而为被非法绑架的同修创造了正念闯关的机会与条件。

四、主导、配合家属正念要人，讲真相救人

在这期间，以同修为主导、做主角，让被非法绑架同修家属协同配合先后两次去公安局、国保大队去正念要人。虽然恶警人员都蛮不讲理，第一次还强行关押了正念要人的同修家属六个多小时，但要人家属义正词严的话语，也在一定成度上震慑了邪恶。恶人们虽然表面十分嚣张，但他们骨子里却已变得十分虚弱。从心里往外害怕。

另一次，同修们抱着救度公安警察的善心，摆正救人的基点，智慧的讲真相，效果不可以说是不明显。为成功营救同修起了一定的基础铺垫作用。

五、做好被非法绑架同修家属的安抚工作，形成更大的正念之场

同修被非法绑架之后，就有同修自发的去被绑架同修家做家属的思想疏导和精神安抚工作。通过谈心式的交流，消除了他们头脑中对大法、对被绑架同修的反感情绪和埋怨心

态。懂得了被迫害同修做的是最正的、最神圣的、最利国利民的好事。恶人对这些善良的好人实施迫害，做的是令天怒人怨的坏事，从而形成了更大的正念之场，对同修正念闯关起到了一定的正面促进作用。

六、为被绑架同修加持正念，从生活上关心，帮助同修树立正念闯关的信心。

安锅同修被绑架之后，所有同修都不去找同修存在的不足之处，避免了陷入负面思维，避免了给旧势力继续实施迫害提供理由和借口，使被迫害同修长期处于魔难之中的被动局面。同修们在法中都有这方面的清醒认识，都在默默的为被非法绑架同修加持正念，相信同修一定能正念闯出魔关。

除了正念加持之外，还有部分同修主动捐钱数千元，找特殊专人先后两次送进看守所，解决被迫害同修生活上的困难，让他们感受到同修们的慈悲善心，体悟到同修的正念鼓励和关心，从而起到了帮助同修树立正念闯关的自信心。

综上所述，安锅同修能闯出魔窟，充分证明了整体配合的作用巨大，正如师父在讲法中指出的：“每当我看到你们

脑就相继买了五个。她去参加常人的电脑学习班，由于没有基础和年龄大，受尽了老师的白眼和同学们的冷落，历经很长时间的留级经历，才得以毕业。从对电脑一无所知开始，几年中经过无数次的努力钻研，在师父的加持下，在同修的帮助下，她的电脑技术现在已见成效。现在 D 不但能帮助同修们装系统，有时还教想上网的同修学电脑，帮这些同修走出了遍地开花的第一步。

E 同修得法较早，是辅导员，曾跟过师父的班，为弘扬大法付出很多。在七·二零以前他常组织同修们去农村炼功，为了乡下同修能及时看到师父经文，来回骑自行车近百里而风雨无阻。一年四季晨炼从未间断。

当在乌云压顶时，面对邪恶的骚扰，他厉声说：“为什么总是无中生有给法轮功制造谣言？逼急了我就退党！”他经常骑自行车发资料、邮真相资料、讲真相。马路边、站台上、小河旁留下了他救度众生的身影。他在面对面讲真相时，很重视对恶党本质的揭露，让人们明白法轮功是怎么回事、和无神论的罪恶等，争取讲一个明白一个，不敷衍。

这位同修的做法也给我很多启示。

最后说说我自己，我是上班族，没有充裕的时间讲真相。但是法中什么都有，慈悲的师父给了我一支神笔，让我用笔来助师正法。从零九年参与写文章开始，师父就打开了我的智慧，并赐予我更大的能力。我逐渐尝试着用诗、散文、短文、因果故事、大法神奇、交流体会等多种文体参与写作。

有一次我写了一篇交流文章，在明慧周刊发表。这篇文章对一位我熟悉的同修帮助很大。她不知是我写的，将文中的几句话记录下来，以作警醒，这对我鼓励很大。由于身边有写作能力的同修有限，有时我也会为同修整理稿件，或为同修们已成稿的文章润色。这些年来，我最大的心愿就是希望更多有写作能力的同修，能拿起笔来投稿明慧、正见，用我们在法中修出的智慧，写出多彩动人的文章，救度更多的众生，支持、丰富我们的大法网站，同时也向世人彰显大法的美好与庄严。

回首十几年的正法修炼，虽然备尝艰辛，历尽魔难，但就像师父说的：“大家看到

B 同修很宽容，怕心也很少，面对面讲真相，发神韵等一直都做得很好。而且带动没走出来的同修，面对面走上街头。

她家中成立了资料点，为很多同修提供真相资料。在这些年的修炼中，B 从一个什么都不懂的家庭妇女，逐步成长为可以熟练掌握下载、打印、刻录、装订等技术的多面手。她做的资料不但种类繁多，而且精美。除了师父的加持点化，和同修们的无私帮助外，B 同修通过自身的辛苦努力，走出了一条属于自己的路。并在她的帮助鼓励下，有两位七十多岁的老年同修已“小花初开”，又有两位同修已拿起鼠标正在“含苞欲放”。

在她的带动下，在街头面对面的同修，逐渐拿起鼠标。而资料点的同修也根据自身的情况正在走向街头。资料点遍地开花逐渐展开，整体形式逐渐向无脉无穴稳步发展。

C 同修是个直性子，做事干脆利落，平时发真相资料也很多。近几年她在打真相电话这方面颇有心得。因她平时在家时间较充裕，所以一有空闲就步行出去打真相电话。

有一次她们地区的一位同

修因为手机被定位而遭到迫害，她打电话时也变得心态不稳了。此时 C 同修问自己：

“因为怕被迫害我就不做了吗？当然不能！大法弟子就是要解体邪恶，救度众生！”那一次她连续打了半个多小时的真相电话。在打电话的过程中，除了修去怕心外，她也总结了很多经验。她帮助同修买手机，教同修使用手机，使手机项目能够让更多同修认识，更多的救度众生。

她在外县的一个小城，小城内遍布着她救度众生的足迹。其实大法弟子只要有一颗救人的心，很多东西都可以变成我们手中的法器，帮助我们在正法的路上更多的救人。

D 同修虽然观念较多，但“真”在她身上有很好的体现。D 同修的整体意识很强，待人真诚，为法、为同修负责的心很赤诚。只要是她看到整体中或同修身上有问题，她都会毫无保留的指出来，不怕得罪人。而且每当同修遇到困境时，她都会倾力相助，从不推辞。

D 很有钻研精神，她很早就悟到电脑技术独立是正法的需要，所以多年来她一直在这方面努力。为了学电脑，光电

做的好，特别是每当你们整体配合做事起的作用非常大时，众神都为你们赞叹，而且你们在讲真相、反迫害中起到了重要的作用。”《亚太地区学员会议上的讲话》。整体配合是师父在法中要求的，当所有同修都能主动的放下自我，圆容整体，整体配合好的时候，就具备了法的巨大威力，就会出现柳暗花明又一村的良好结果。

感谢师尊的慈悲呵护！感谢同修们的正念支持！合十！

天目所见：解体旧势力的经济封锁

北京时间大年初七凌晨 5 点半左右，定中天目所见，两位财神正在往人间送财，我用思维传感沟通，意思是到我们大法弟子这里来。然而他摆摆手，然后抱拳作揖，意思是不来你们这里。我仔细一看原来他是往同城的一个恶人开的公司哪里送财去了，紧随其后的是一位相貌丑陋的旧势力的邪恶生命。我于是念：“法正乾坤，邪恶全灭！法正天地，现世现报！”邪恶生命不见了。

出定后，悟到几点：财神现在可能是被旧势力控制的，

要对其讲真相，让他尽快站到大法弟子这一边来，听候师尊的安排。第二必须全面解体旧势力对大法弟子的经济封锁和经济迫害，解体另外空间旧势力所下的让大法弟子在经济拮据中生活、修炼的一切因素、机制和盘。正因为这些东西的存在，才会让很多大法弟子产生认为修炼就是不图名利，够吃够用就可以了，甚至穷点、苦点都没关系等等这些念头，看似对金钱的执着是放下了，却因为这个念头被旧势力钻了空子。他们认为你们自己承认的这些念头，也就承认了他们的安排，因为大年初五就是所谓的常人社会的接财神的日子。

明慧网二月十五日（大年初六）刊登了一篇同修的文章《走出旧势力安排的“生活困境”》，第二天我就看到了财神送财的情况。我还悟到让我天目看到这些，就是师尊要告诉我：旧势力对大法弟子的经济封锁与经济迫害绝对不是对个别同修的事情，是全面系统的，必须彻底解体。有时间还要对财神讲真相，解体控制财神的所有旧势力的邪恶生命，其实对于财神来说，我们这样做也是在救他。

本人层次所见，不当之处，请各位同修指正。

夫妻同修的责任

2013 年，神韵晚会里唤醒唱的那首歌《带上我的心愿》：“蓝天上飘过的白云请把喜悦带给我心上的人 千万年的等待没有白费心 大法洪传我接上了缘份 从此不再迷茫中找寻 蓝天上飘去的云 请把我的心愿带给亲爱的人 我要与她共同精進 共同耕耘”。当我听到歌词“共同精進 共同耕耘”时，心里一震。我悟到，这就是在未来社会中怎样维系夫妻关系的标准吧，也是当今的大法弟子正在修炼中所走的路，尤其是夫妻同修。

人类道德下滑的很厉害，人们对婚姻的理念也变异的没有人的底线了。尤其是对两性关系的放纵几乎到了没有天伦的地步。古代社会虽然讲究夫妻恩爱，恩在先，爱在后，那个恩也是很小的范围内的狭隘的恩，多指夫妻之恩，或对父母或对上天的感恩吧。

而今天，大法弟子对待婚姻问题，当然不会追寻当今社会变异的婚姻价值观，那么古

人对待婚姻的态度是不是就尽善尽美呢？在我看来，那里面的“恩”的范围太小了，里面也掺杂着很浓的情的成分。而且人生活在迷中，需要悟的东西太多，根本不懂自己来世上的真正意义，因此，人类也走到了坏灭的边缘。如果双方是夫妻同修，其中一个很重要的部份就是“共同精進”，大家想一想，在这种大恩大德中，人们首先应该感恩的是大法，感谢大法给予这修炼的机缘，能够得人身往回修，反本归真才是真愿，天上才是真正的家园。在对大法感恩时，夫妻之间首先要共同精進，而共同耕耘，就是维持常人的生活状态及生活来源的手段了。

大法弟子在修炼中要看淡常人中的色欲，最后能够完全放的下，达到修心断欲。但是师父不是让我们成为不是和尚的和尚，不是尼姑的尼姑，如果这样，那不绝种了吗？所以，在常人中修炼，当然可以正常结婚，但是又要求修炼人放下色欲，那不矛盾了吗？不矛盾，我悟到：在未来人类社会之所以还存在两性关系，只是为了繁衍后代，绝不是保留情欲和色心的理由。如果修炼的人借着当今婚姻的合法性，

修炼的路

师父说：“群雄集结洪流中 阶层行业不同工 大法弟子是整体 助师正法阻邪风”（《助师》）。在十几年的修炼中，在与同修们的整体配合中，我越来越感受到，其实修炼的路有很多种，只要你能踏踏实实，一步一个脚印的，在属于你的修炼路上走到底，你就会圆满功成。

我的身边有很多同修在做着不同的项目，这些年中，他们都在自己的项目中逐渐成熟，都在走着属于自己的路。他们不但各有专长，同时还能在整体需要时互相圆容，彼此配合，在共同的努力下，更多更好的救度众生。就像师父说的：“你们是个整体，就象师父的功。当然你们和功可不是一回事，我就是举个例子。就象是我的功，同时都做着各种事。”“就是说一个整体不一定都做一件事情。但是无论你做任何一件事情，你都得配的上你的大法弟子称号。”《华盛顿 DC 国际法会讲法》

有一位 A 同修，在九九年之前做过辅导员，修炼基础非常扎实。他在修炼前曾因做生

意借了三十万欠款都赔了，债主拿刀要债，扬言要放火烧房子，逼的他四处躲债。修炼后他坦然面对魔难，靠做木工还债。

他正念很强，也很有热心。他负责很大一片地区的协调工作，平时很辛苦也很忙碌。但只要大法有需要，或同修有需要，他从来不推辞。他总是用在大法中修出的纯善来帮助同修。在他的协调下，很多学法小组成立，很多正法项目得以运作，而 A 同修从来都只是默默的付出。今年他在协调台历板时，由于顶着来自各方面的压力，使他和另一位同修在马路上找车等了好几个小时。今冬是极寒天气，事后同修问他：“你当时咋想的？”他答：“修炼嘛！”简单的话中，透着深刻的修炼内涵。

A 做事从来都是爽快利落。他说过，别人干两天的活儿，他几个小时就完成。家中欠了三十万元的外债，但只要是大法需要的时候，A 放下家里的事就走。他平时就靠自己手工做“马鞍”来还债，一个才挣几块钱，可不知不觉几年下来几十万的外债全部还清，他的经历就是法轮大法超常神迹的展现。

在社会上立足，我没有长成父母期望的八面玲珑。可是我也没有一事无成。我在工作中是受到认可的善良人，我按照师父教的去做，不争不抢，我该有的福分，不但没少，反而因为修大法而得到了很多。我明白了如何做一个真正的好人，心胸坦荡，那是无法形容的幸福，因为我没有大多数人那样为利而乐而忧的烦恼。我的生活充满了感恩。

婆婆告诉我公公是团员，让我帮忙劝他退团，公公开始坚持这么大岁数了，那个自动退了好多年了。我就上正见网上找同修写的文章读给他和婆婆听。告诉他共产党是真正的邪教，是魔鬼，他们用最卑鄙的手段，先让人们不相信神佛，不相信发誓后会有什么后果，然后大家木然的以为只是走走形式的宣誓，没啥大不了的。可是那种毒誓，会给自己带来很可怕的后果，师父给大家这个机会退出来，是大法师父的慈悲。他最后痛快的答应退出邪教。

我一有机会就给他和婆婆读师父的《转法轮》，他看婆婆安静的坐在我身边听，他就坐在电脑边上，也开始听。公公在我这里一共呆了八天，我

给他坚持读师父的讲法，平时我说不了几句话，嗓子就哑哑的，这些天，师父加持，我都是一两个小时的坚持大声读（公公耳背）。虽然嗓子哑了，干痒，我稍稍停顿一下，就接着读。临走前的晚上，他对我说，他知道大法好，只是生活这样的暴政国家，就不得不学会低头。我建议他多和老家修法轮大法的人接触，不要总是拒绝他们的好意（有一位同修经常去找他讲真相，可是公公每次都是把他顶撞走）。婆婆告诉公公，她被我感动的不想离开我，虽然她下了两次决心，要回老家陪他，可是每次都觉得还是和我一起生活好，所以这次也不回老家了，让公公一个人回去。我知道婆婆回到老家，跟那些每天谈论钱财、婚外情的老乡们已经谈不到一起了。她最近两年，几乎全是和我们在一起，每天听我和孩子们背法，看神韵，听天音净乐，她的身心在无形中变化很大。她知道和我们带着一起生活美好，心情平和。

我曾经自卑，因为我坚持善良；我现在骄傲，因为我明白坚持善良，有幸做师父的弟子，是我生命的荣耀。

放纵欲望，不去色心，甚至从法中找理由说那是符合常人社会状态，其实是在为自己的色欲找保护伞。在我看来，那所谓的“符合常人状态”也是在给末劫人类败坏的婚姻观推波助澜而已。

我们就是夫妻双方都修炼的三口之家，因为有共同的信仰，才走到一起，十年来，我们几乎没有争吵过，证实法的事情，那就更心齐，互相配合，互相补充。当明慧网刊出《修心断欲》的小册子后，我悟到大法修炼人就应该断欲，精血之气是用来修命的，不是放纵常人欲望的，而且色欲也是从人走向神的第一关。从那时起，我们夫妻就断欲了，到今天已七年有余，家庭非常牢固，也非常和睦。共同精进是我们来世的真愿，共同耕耘是我们维持常人正常生活的条件。

在大法弟子中，也有的夫妻同修与常人没什么两样，遇事互相指责，互相埋怨，你看我不顺眼，我看你不顺眼，在修炼上互相牵绊，在我看来，这就没有走好师父给安排的修炼道路，没做到修炼人的向内找。更有甚者，有的夫妻同修放不下色欲，还为自己的执著

从法中找理由，没有意识到自己的责任，自己所走过的每一步都是未来人类的参照。

大法弟子是修炼人，我们走的路是一条人成神之路，所走的每一步，都是未来的参照，在人间的表现也可能就是未来人的标准了。我悟到：夫妻同修在常人社会中的一切表现，不止是未来修炼人的参照，也是未来人的参照。可想而知，未来的人类标准也是一个很高的标准，不但夫妻和睦相处，在两性关系上也将有很严格的规范，只是单纯的为了繁衍后代，绝不能成为放纵色欲的条件。

大法修炼是严肃的，我们生在末劫人类社会，末世的一切败相都会影响到我们，如果不能严格的按大法修炼，总是给自己不放的种种执著找理由，找借口，学法时就不能得法，不能很好的领悟法理，可能在未来连“人”的标准都很难达到呢？师父已经把法轮大法捧给我们，真的要好好珍惜这份万古机缘，彻底从人中解脱出来。希望同修们都好好问一问，自己真的得法了吗？自己真修了吗？真的按照师父的大法一点不打折扣、也不给自己开脱的去做了吗？

什么是幸福？

幸福，什么是幸福啊，以前认为自己的根本执著是追求常人中的美好幸福，主要是为了生活的富足无病无灾，现在又认识到，能够保持人与人之间的平和无争执的状态也是一种幸福。常人中的幸福，其实是错的，为了保持这种平和，就怕与人发生矛盾，发生争执，就不能让人说，因为是要保持这种所谓的平和幸福，所以一有人批评自己就不高兴，认为是破坏了自己内心营造出的平衡、宁静的幸福感，就心生抱怨，牢骚满腹，一点也记不起自己是个大法弟子了。师父说：“必须时你就得理智的、清醒的象个修炼人，让自己的责任、让自己的正念来主导，然后你真正的善才能展现出来，这就是修炼人和神的不同。”

认为安逸、享受是幸福，所以经常让自己的责任、正念游离于自己的主意识之外，时常安逸、满足于修炼的现状，总是和自己的过去相比，没有和法对我们在不同时期的要求比，所以就产生了“放纵、放松一下无所谓”的心，修炼状

态时好时坏，好象之前的精進就是为了下一个阶段的放松休息一下。修炼如逆水行舟，不進则退，一放松就会后退很远以至于出现修炼中的消极状态，不能精進前行。今年公司吃午饭的时候，员工自发的组织了一些娱乐活动，其中有人唱摇滚、有人演色情方面的游戏。都知道师父讲这这类行为都是魔性的，但是心里想着一年就这一次乐一下啊，无所谓，就跟着别人鼓掌欢呼，结果导致半个多月的时间都处在消极状态，不想学法，也学不進去，被思想业、杂念干扰的乱七八糟的，不想炼功，发正念根本就静不下来，色欲心又泛上来压都压不住，严重时甚至产生了要放弃修炼的念头。但这一点我的主意识还比较清醒，知道那不是我的真实想法，那不是我，是旧势力看不上我了，要把我整下去。所以才回过神来正念对待自己，看不進去就是要看，不停的排斥否定，加强正念，长时间发正念，发正念溜号就把自己的意识拽回来，再发，再溜号、再拽、再发，就是这样，那断时间感觉自己的世界暗无天日，人也很颓丧，历时 20 天才终于闯了过了，从新走上修炼的道

的教育方式有意见。因为我长时间不回老家，他不好意思发火，我也沉默以对。他不赞成不让孩子看电视，认为孩子这样缺少很多教育知识。过年公公特意赶来和我们一起过年，这一次，他好像准备好了似的，当我不让孩子看央视春晚时，对我很严厉的说：“我看到了你这样教育的后果，将来这两个孩子肯定是被人踩到脚底的，我对你很生气！你看他们两个那个憨样子！”我没有心理准备，被老人家的愤怒给噎住了。我静静的听他讲完，平和的告诉他：爸爸，如果将来因为两个孩子善良，而被人欺负，那不是我这个做妈妈的耻辱，反而如果我的孩子，为了一己之利，把别人踩到脚下，那是我的罪过和耻辱，也是家门的不幸。公公不停的重复着：这是个人吃人的社会，善良的人是处处受欺负的。他不同意我教育孩子的观点。他羡慕老家的孩子，什么都懂，什么都拔尖。我能理解他的心情，也知道很多朋友都是这样教育孩子。他的眼睛告诉我，他们家门的荣耀因为我的教育方式而毁了。婆婆在我旁边，听我们俩个人交谈，很认真的告诉公公，她赞成我用“真善

忍“教育孩子！她明确告诉公公，她亲眼见证了三年来，我因为修法轮大法之后的巨大变化。没有大法师父，就没有今天这个家的幸福。她说这一家人都需要感恩大法师父，让公公不要说下去。

过年老人都是图吉利，看着公公郁郁的样子，婆婆也不搭理他，我就给他们沏好茶水，跟他们讲述大法的美好，我修了大法的体会。跟公公道歉，不是诚心让他不开心。我不让孩子看那些电视节目，是因为当今的电视节目里充斥着暴力、谎言和色情的东西，孩子心灵干净，看了就会受到污染。我没有把孩子封闭起来，我给他们看神韵，看新唐人的《悠游字在》《汉字多美妙》，我叫他们学习传统文化，并按照真善忍法理告诉他们做人的道理，他们看神韵会受到很好的音乐，舞蹈，美术方面的熏陶。那是穷尽所有的大陆电视节目也不可能起到的教育作用。公公看我那么真诚的和他道歉，脸上有了笑意。无法反驳我的观点，但也不认同我说的。我真诚的告诉他，他讲的这些有关孩子教育的话，也是我的父母以前说我的，都是担心我的憨直，无法

气呢。

我的成绩一直名列前茅，顺利的上大学，研究生。我这个乡下女娃，一路都是因为学习成绩好，几乎没有花费父母的钱，就把学业完成了。每次寒暑假回家，乡亲们看到我出门，就会调高嗓门说道：“现在大学生不值钱，都找不到工作，还不如农民工挣得多，何况……”。我听着就知道他们省略的下文是我一向不是他们认为的机灵人。家里亲友见到我也是抓紧时间教我如何变的圆滑，如何八面玲珑。看到我的不置可否，他们就无奈的说一句：“空有一身学问，难能找到好的工作。”听着他们的话，我也是很迷茫，我不喜欢他们说的那些做人的方法，可是难道这个社会就没有我的出路？！

不善言辞，更不会打扮的我，经常引来嘲讽，听得多了，也就习惯了。自卑让我走路都是选择人少的那些小路，不喜欢被关注，不期待出人头地。

研究生毕业，我顺利进入一世界百强公司，在外企自由和尊重的工作氛围中，我像在读大学一样，每天快乐的工作学习。我没有因为穿的朴素而

受到嘲笑，也没有因拙于言语就被贬低。自卑在这种环境中没有被加强，自己很低调的认真工作。幸运的是我读到了宝书《转法轮》，我知道了什么是真正的好，什么是真正的坏。明白自己应该按照“真善忍”来做人。明白自己是幸福的生命，也明白自己的自卑是不应该的，我所坚持的原则没有错。

做了妈妈后，我用大法的法理教育孩子，让他们做“真善忍”的好宝宝。俩个宝贝乖巧可爱，知道尊重长辈，小姐弟俩相互友爱，懂得分享。他们和我一起背诵大法师父的《洪吟》。女儿随着背诵，心性提高很快，和小弟弟一起玩耍时，总是能够先想到小弟弟，知道忍让。儿子呀呀学语时，就能够背诵师父的《苦其心志》，《缘结莲开》，《道中》。女儿三岁以前多是在老家公公婆婆带着，三岁时接到我身边自己带，也是从那时起，我和女儿一起学法。儿子更是幸运，怀着他的过程，是我精进学法的时间，他出生后，我坚持给他背法。俩个小宝在我身边健康快乐的成长。

今年元旦回老家看望公公，他很生气的告诉我，对我

路。修炼真是非常严肃的，不能放纵任何一点点人心、人念。

享受在这种所谓的幸福之中还会产生温水煮青蛙的状态从而消磨修炼中的意志，让一个修炼人逐渐远离大法，甚至放弃修炼或走向大法的反面，使自己千万年的等待付之东流。

发正念时靠着发，学法有时也靠着学，是安逸，晚上下班回来就想上床躺一下，闭下眼养个神很舒服，认为偶尔浏览一下花边娱乐新闻也比较高兴，认为那些是幸福，其实都是常人中养成的习惯、放不下的观念，从今天起严肃认真的按照法的要求做到实修。

那么，什么是幸福？我现在的理解是能够跟上正法进程，无论多忙都要挤时间炼全五套功法是一种踏实，是幸福的，能够静心学法看周刊是幸福，能够心无旁骛的发正念是幸福，幸福来源于我们与师父正法时期同在，能够兑现正法时期大法弟子的誓约，其它都是为了满足个人感官或肉体上的愉悦并不真正是幸福。

抱怨心与依赖心

过年期间，突然对家里亲戚产生一种怨恨，抱怨他们没有电话问候，抱怨他们没有来拜年，没有关心。心里也知道这种怨情不对，但怎么也压不住。往下挖下去，求得人中的幸福、安逸之心浮出来了。

劳累了一年，想好好享受过年的轻松和快活了。于是，真相也不讲了，活也不干了，人心越来越多了，越来越多看着别人的缺点了，越来越看到自己的优点了。觉得自己为别人付出很多了，但别人总还是冤屈和亏待自己，心里愤愤不平了。

亲人不来问候，可能，在人的表面道理上是不对的，但事情往往是修炼人的心促成的。不是吗？曾经越执着于常人能主动来听我讲真相，结果亲友们都对我避而远之；曾经执着于预言 2012，2012 平安的过去了；曾经执着于邪党政权里的某一个人物，结果这个人物变坏了……

前几天，明慧网上看到一篇文章，说有一个同修去了香港旅游，看到多处有邪恶的宣传标语，这与他（她）想像的完全不一样，因为他（她）原来把香港作为一个讲真相救人

的希望寄托点，到处动员亲友去香港旅游。因为执着于香港，结果旧势力钻了空子，让香港变坏！

抱怨心的背后，有一颗严重的依赖心。说到底，就是想自己贪图清闲，叫别人去解决问题。实质上自己已低于别人了。既使别人真的解决问题了，别人好了，那自己修了什么了呢？

不单是在修炼上，在常人生活中，也会体现出这种依赖心来，希望别人能多做家务活，希望别人能对自己好，希望别人宽容大肚，都是一个劲的往外找，结果产生争论、憎恨……根子上都是为私为恶的东西！

现在，又有许多同修寄望于邪党“内斗”、“废除劳教”、“自我垮台”等这些东西，这是危险的，这种严重的依赖的执着必须警惕并一定要去掉的，谁如果寄望于江家帮失势被邪党内部清算，谁就会看到江家帮跳的越欢。大法弟子很多人有这颗心，可能形势会朝恶劣的方向显现，这太可怕了！谁是主角，谁是世人寄予的得救的希望，常人社会形势由谁决定，师尊在这方面的法已讲过几次，我们弟子们经

历过很多次血泪教训，怎么还能不吸取呢？

过年，是属于常人社会的一个节日，修炼人并不应执着，我们要转变观念，时刻做好三件事，多救人才是正确！否则，只要一颗人心加重，可能会使懒惰心、安逸心、求得尊重心、色欲心都增加，而犯错误往往是多种心在一起的综合作用，旧势力在人表面的还未清理掉的机制就会起作用，摔倒了还难查到原因！因此，我们真得必须一思一念在法上，时刻向内找，挖自己的“念”根，严肃修炼！

不经意的一句话，给自己招来严重的病业迫害

昨天，几个同修在一起交流，一个同修谈了这样一件事儿：过年前后，她身体出现了严重的病业状态：腿痛、腰痛，严重时不能走路，甚至上厕所都很难。两口子都修炼，平时也挺精进的，怎么出现了这个现像呢？向内找，也没有找到。同修求师父点化，之后，做了一个梦：梦中，不知道是谁给了同修一双黑鞋（邪），同修也没有深想，便穿上了。醒来后不明何意？但

的。（众笑）那个时候我就要看你怎么对待这些事，那时候你撞他其实你等于是撞我。”（《曼哈顿讲法》）

经过多学法，法理明白了，心性也上来了。回头看看自己，当众发那么大的火，那时就掉下来了，还不如一个常人。向内找发现有应该去掉的很多不好的心。其一，有强烈的自尊心，看不起别人的心。自以为工作十几年，总是在领导机关，一直是眼睛向下看别人，自认为比别人强。平时同修相处时，内心也有比别人素质高，经验多等等看不起别人的心。其二，就是对孙子的情较重，孙子长大了，来的少了，心里有失落感受，看到别的孩子在楼下玩，孙子不在其中，面子挂不住，心里受不了。特别是节假日，街坊邻居问一句“孙子在吗？”如果孙子不在，就感到丢面子，很失落。而且自己还有怕孙子来少了，学法少，跟不上正法进程，怕他掉队等等执着心。这次就是师父安排最喜爱的孙子来触动我的心，叫我提高上来。

这一关总算跌跌撞撞的过去了。感谢师父慈悲为我安排了去执着心的机会，还要感谢

孙子和几位同修的帮助，弟子会更加精進，多救众生，早日圆满随师还。

【修炼故事】

缘何自卑，以何为傲

我从小就不善言辞，做事实实在在，不会阿谀奉承，父母很是担心，憨直的我将来无法在社会上立足。于是伴随我成长的教育就是教我如何做事能让别人欣赏，如何揣摩别人的意图，这些让我很反感，我也不肯那样做。我学习成绩一直很好，他们每次看到我的成绩，都会惋惜，这么好的成绩，可是孩子怎么看都是憨愚之辈，将来难成气候。这个社会可是不喜欢本分守己，老实巴交之辈的。他们经常跟我谈社会是如何的险恶，只有嘴巴甜，能说会道，及时做出判断去迎合领导的意思才能吃的开。我时常反驳他们那样做自私狡猾，算不上是正人君子。我的反驳经常是得到更多的批评。亲友都会见到我就说，这孩子俩眼冒着傻气。听到这样的话，我只能更加沉默寡言。不知不觉的变得自卑。我看着镜子里的我，也会问自己，为何别人看到我的眼睛里会有傻

该多么着急呀！

同修呀，请珍惜这稍纵即逝、万古不遇的圣缘！最后借师父经文《什么是大法弟子》中的一段法与同修共勉：“希望大家珍惜自己，珍惜别人，珍惜你们这个环境。珍惜你们走的路，这就是珍惜你自己。”

再谈从委屈到感激

大年中午，全家聚餐。交谈中，从我最喜爱的孙子口中，突然说出“我与爷爷没有共同语言。”这突如其来的刺激一下子刺痛了我。当时我没守住心性，火冒三丈的指责孙子，心里愤愤不平的想，爷爷奶奶从几个月就精心的养育你，十几年操心受累，加倍呵护，现在竟说出这么忘恩负义的话。人心一上来，我要气炸了，心里很委屈。其实，孙子也是小同修，我们带了他这么多年，听师父讲法，背《洪吟》，还和我们做过很多讲真相救人证实法的项目。

我发完火后，老伴同修提醒我，这是应该提高心性了，说不定是师父用孙子的嘴刺痛了你，让你过心性关呢，并和我学法清除另外空间的败坏物

质。我心里明白这个理，但委屈还是压不住，两天两夜吃不好睡不好。

学法小组的同修善意的帮助我用修炼人的标准要求自己，站在法上认识遇到的问题和矛盾。自己的心总算平静下来了，心里想到师尊的一段法：“有人说：我们炼功怎么老遇到麻烦事儿？和常人中的麻烦事差不多。因为你就在常人中修炼，他不会突然间给你来个大头朝下，飘起来挂在那儿，把你弄到天上吃点苦，他不会来这个的。都是常人中的状态，谁今天惹你了，谁惹你生气了，谁对你不好了，突然间对你出言不逊了，就看你怎么对待这些问题。”（《转法轮》）

“面对再大的委屈都能够很坦然的对待，都能够心不动，都不为自己找借口，有很多事情甚至于你不需要争辩，因为在你修炼这条路上没有任何偶然的事情，也许相互说话中触动你的、也许和你发生矛盾有利害关系的这个因素就是师父弄来的。也许他说的那句话非常刺激你、点到了你的痛处，你才感觉到刺激。也许真的冤枉了你，可是那句话并不一定是他说的，也许是我

悟到自己可能有不正的地方。找了一圈后，也没有明确地找到，虽然没有明确地找到，但过程中还是放下了一些心，同时，消业的症状也减少了。

几天后，同修又做了一个梦：梦中，不知谁也是给了她一双鞋，一双拖鞋（被邪拖着）。同修还是没有悟到是什么意思？当时，大家一直在听着同修谈，觉得出现这个病业状态，一定和她前前后后遇到的一些事儿有关，因为修炼没有偶然的事儿。这时，同修谈了一件事，引起了大家的注意：同修说，她的婆婆原来是学大法的，后来由于邪党打压，老太太怕被抓，又学了别的法门（其实是邪的）。丈夫为此几次劝老太太走回来，老太太就是不听，甚至，娘俩还经常争执。年前有一次，同修的丈夫又为这事跟老太太辩论起来了，同修就劝说丈夫，说：“老太太只要觉的好，她就学呗，她那一门也是叫人向善的，也不错，学点什么总比不学强，你就别惹妈生气了。”

只这一句话，两天后，同修招来了严重的病业迫害。

那么，同修的这句话错在什么地方呢？通过交流悟到：

大法弟子认可什么？证实什么？这可是关键问题。从人间到层层宇宙，只有大法是最正的，大法弟子在助师正法中，只能正一切不正的，怎么还能去认可和证实那些邪的东西呢？虽然同修的话是不经意的，是想缓和一下丈夫和婆婆之间的矛盾关系，但无意间，已经肯定了婆婆所学的那一法门的東西了。这种“无意间”的肯定，可不是一件小事，你认可什么？肯定什么？就等于是在求什么？这是宇宙的理。邪的东西就是害人的，当你认可它那一門的东西时，那么它就有了理由来迫害你，这不是自己无意间求来的吗？这个难不是师父安排的，是自己一时念不正招来的。

另外，当你这样说的时候，也容易被旧势力抓到理了：“这个人不二法门修的不扎实呀？既然你认为这一法门好，你认可老太太学的这些东西，那也给你来点吧？”

身边还有一个老同修，过年时，一个晚辈的常人亲戚去她家拜年。闲聊中，亲戚提到：家族中还有一个 90 多岁的老人（常人），如何如何有病，儿孙如何如何不孝心。最后说：“活了这么大岁数了，

还遭这个罪，还不如死了好，受那个罪干啥？”

这时，老同修也随和着说：“是啊，还不如死了好。”

送走了亲戚后，老同修立马觉的肚子开始疼了，而且，疼得很厉害。这时，女儿同修说：“妈，你是不是动了什么不好的念了？或者说错了什么话？”老太太说：“没有呀。”这时，女儿又说：“这事儿肯定有原因，你再想想吧？”老太太想了一圈后，突然想起来这句话了，说：“哎呀，我错了，错了，你看我这个不修口，怎么能够跟常人一样说：‘还不如死了好呢’？这不是和常人境界一样高了吗？”当她认识到自己错了时，马上肚子就不疼了。

大法弟子说话是有能量的，而且是有很大大能量的。也许你不经意的一句话，真的能把这件事情改变，那个 90 多岁的老太太，也许你的一句话，她真的就死了。修炼中，不仅要修口，还有尽量保持无为的心态，和时刻的正念正行。这样才能少走弯路。

一点浅见，恳请同修慈悲指正。

珍惜

年前，我地一位很有影响力的甲同修离世了，在本地引起不小震动，给大法带来一些负面影响。同修们在一起交流，觉的有一些东西应该写出来，让大家吸取教训，走正以后的路。下面是同修交流中谈到的一些问题：

一、安逸心 有同修指出：甲同修以前租房子住的时候很精進；有了自己的新房子后，安了闭路电视，又开通了网络，有时看常人的节目，安逸心出来了，修炼没有以前那么精進。

二、经济方面 我地去年有一个乙同修出现病业，同修集体去发正念。去乙同修家不是很远，骑自行车很快就到了。有人决定乘车去，不是“行脚”，当时用的是甲同修的私车。有同修觉的不能让甲同修吃亏，就会议决定：把同修交给资料点的公款拿出伍佰元给甲同修。按常人的理：看望病人的东西，别人是不愿接受的，不吉利。我们是修炼人，用法来衡量：资料点的钱能动吗？讲真相现在正需要大量的投入啊！我们当时的决定不是在害甲同修吗？甲同修当时也没有意识到问题的严重

性，他收下了。这些年来，甲同修对同修给的钱有点处理不当，虽然他没有挪用，也在做资料，但他对钱的执著心似乎一直有。这些年来他在经济方面被迫害的很惨：他的车被邪恶抢去了一台；因车祸赔款一次；被邪恶勒索几次。大家只是同情他，认为他修的很苦，可能是他承担的多，都没悟到与其利益心不去有关。

三、发正念倒掌 有同修说甲同修几年前就有这种情况：很多时候是甲同修提醒大家，整点到了，该发正念了。发正念时，甲同修却经常倒掌，有时还呼呼大睡。大家提醒他时，他说：昨天太忙了，没休息好；或这几天事多。大家都不以为意。看了《明慧网》上同修的交流文章《帮助同修要趁早》，我们都后悔莫及。同修之间，如果以后有人发正念倒掌，大家一定要及时善意的提醒，当事人也要赶快全面的向内找，及时补好漏洞，不给邪恶可乘之机。

四、不二法门的问题 去年，甲同修的一个亲戚过世，要唱道士（本地超度亡魂的一种仪式），没有人手，亲戚请甲同修去帮着配合唱道士。同修们认为不妥，这不是违背了

“不二法门”的讲法吗？劝他不要去。甲同修说这是符合常人状态修炼，他还是去了。据说他回来后，病业就一天天变重。

五、配合邪恶 甲同修的老伴（同修）去年讲真相曾被邪恶非法绑架了。在黑窝里，老伴没有配合邪恶。但甲同修为了让老伴出来，拿钱给了邪恶，并且还签了字。

六、整体有漏 “大法弟子是整体 助师正法阻邪风”（《洪吟三》之《助师》）在这正法的关键时刻，每一个大法弟子的作用都很大。少一个人就少一份力。邪恶对同修的迫害，其实是对大法的破坏。本地这几年出的事可不少，单是这两年离世的同修稍一合计竟有七位！当同修有病业或大的难关的时候，大家就去集体发正念，这没有错。但效果并不理想。整体上向内找，这是为什么呢？大家有的想立竿见影，有的是随大流，有的好象还有点麻木、无奈。在法上静心交流的少，精進做好三件事的少；同修之间还有间隔。这都是对修炼机缘的不珍惜。师父在《麻烦》中明示：“天地难阻正法路 只是弟子人心拦”。我们的人心不去，师父