

付出与回报的神奇能量转换

文 / 郑孝祺

人生在世，谁都想活得丰富多彩，健康长寿。人人注重饮食营养、锻炼养生，却忽略了“修为和德行”这一重要的保健方式。唐代医家孙思邈是一名长寿之人，他表示，“百行周备，虽绝药饵，足以延年；德行不克，纵服玉液金丹，未能延寿。”说的是做人之道，关乎生命的寿夭。现代众多科学研究同样证实，善恶有报，行善能延长人的寿命。

孔子在《论语·季氏》篇中说：“君子有三戒：少之时，血气未定，戒之在色；及其壮也，血气方刚，戒之在斗；及其老也，血气既衰，戒之在得。”强调“大德必得其寿”。

美国研究人员在以“社会关系如何影响人的死亡率”为课题的研究中发现，一个乐于助人且和别人和睦相处的人，其预期寿命显著延长，在男性中尤其如此。相反，心怀恶意，损人利己，和他人相处不融洽的人，其死亡率比正常人高出 1.5 至 2 倍。不同种族、收入高低、体育锻炼以及生活作风都不能影响这个具有普遍性的结论。

人的善恶观念影响寿命长短

美国耶鲁大学和加州大学研究人员连续 9 年，跟踪调查加州阿拉米达县（Alameda County）7,000 位居民，密歇根大学调查研究中心则对 2,700 多人进行了 14 年跟踪调查后，得出人的善恶观念影响寿命长短的结论。

研究人员发现，一个善良人的长寿原因是：从心理角度来看，乐于助人可以激发人们对他的友爱感激之情，他从中获得的内心温暖，缓解在日常生活中常有的焦虑。而且，经常行善还有益于人体免疫系统。

反之，一个心怀恶意，损人利己的人寿命比较短。如一个心脏病常常发作又对他人怀着敌意的人，其心脏冠状动脉堵塞的程度就越大。再如视别人处处为敌的人，往往一触即发，暴跳如雷，容易使血压升高，甚至酿成任何药物都难以治愈的高血压。至于贪污受贿和盗窃之类的人，因作贼心虚，易失眠、烦躁、精神压力很大，这种人的寿命比大多数人短。

美国心理学家杰尔曼和他的学生在历时长达 70 多年中，对加州各中学 865 名男生和 672 名女生，每隔 5 至 10 年反复进行详细心理测试。到 1991 年，这些被测试的学生中，有一半男生和 1/3 女生在世。通过对死亡者心理特征与其寿命对照研究表明，那些从少年时就表现出性格诚实、遵守信用及责任心强的人，比之于不够自觉、不够踏实的同龄人要多活 2-4 年。

被誉为“提灯天使”的南丁格尔女士（Florence Nightingale）来自英国上流社会家庭，但她放弃优越生活，自愿作为一名护士到前线护理伤病员，从无私奉献中感受到美好人生，享年 102 岁。荣获诺贝尔和平奖的特里萨修女（Teresa of Calcutta），一生服务于传染病患者，直到走完 87 年的人生之路。

研究：恶念在血液中产生毒素

美国有杂志曾经发表题为《坏心情产生毒素》研究报告，报告称：“人类的恶念，能引起生理上的化学物质变化，在血液中产生一种毒素。当人在正常心态下向一个冰杯内吐气时，凝附着的是一种无色透明的物质；而当人处在怨恨、暴怒、恐怖、嫉妒的心情下，凝聚起的物体便显现出不同的颜色，通过化学分析得知，人的负面思想会使人 的体液产生毒素。”

英国加的夫大学（Cardiff University）与美国德州大学的联合研究显示，“恶有恶报”有科学根据。统计发现，少年罪犯的身体虽然比起同年龄的守法少年强壮，但他们步入中年后，健康状况急速下降，住院和残障风险比正常人高出数倍。很可能跟犯人不 良生活习惯与心理状态有关。

美国著名心血管专家威廉斯博士早在 1958 年就对 500 名医科大学生开始进行追踪研究，经过 25 年后，他发现，其中对他人“敌视情绪”强或较强的人，死亡率达 96%，这批人中患心脏病者也是其他人的 5 倍。

付出与回报间 有神奇能量转换

美国凯斯西储大学（Case Western Reserve University）前生命伦理学教授、现石溪大学教授（Stony Brook University School of Medicine）史蒂芬·波斯特（Stephen Post）和小说家吉尔·奈马克（Jill Neimark）从现代科学和医学角度出发，对人的种种善行，在“付出”与“回报”之间究竟能产生什么样的关系进行了深度研究。

研究人员制定了一个详细测量表，并长期追踪一些乐于付出的人，分门别类的对每一种“付出”带来的“回报”进行物理统计和生理分析，从而找出“付出”产生的“医疗作用”和“快乐指数”：“宅心仁厚、乐善好施”的人，他们的善行确实对自身心理和身体健康产生巨大而深远影响。其自身的社会能力、判断能力、正面情绪以及心态等都会得到全面提升。哪怕对别人一个会心的微笑，传递一个友好幽默的表情，都会引起唾液中免疫球蛋白浓度增加。

在综合了 40 多所美国主要大学一百多项研究成果后，并结合长期追踪的实验报告显示的数据，他们得出令人惊讶的结论：付出与回报之间存在着神奇的能量转换秘密，即一个人在付出的同时，回报的能量正通过各种形式向此人返还，只不过在大多数情况下，自己浑然不知……。

此外，科学家也在神经化学领域研究中发现一种现象：当人心怀善念、积极思考时，人体内会分泌出令细胞健康的神经传导物质，免疫细胞也变得活跃，人就不容易生病，正念常存，人的免疫系统就强健；而当心存恶意、负面思考时，走的是相反的神经系统，即负向系统被激发启动，而正向系统被抑制，身体机能的良性循环会被破坏。

哈佛大学进行了一次实验，让学生们看一部记录一位美

国妇女终生在加尔各达救助穷人和残疾人经历的影片，随后对这些被感动的学生进行唾液分析，发现他们免疫球蛋白 A 的数量比看记录片前增加。

养性者 则治未病

《黄帝内经》中说：“静则神藏，燥则消亡”。静，是指人的精神、情志保持在淡泊宁静状态，神气清静而无杂念，可达到真气内存、心神平安的目的。《黄帝内经》还说明一项真理：“养生要重德”。重视道德包含：做事要认真、负责，做人要真心、诚实，心态要保持慈善、祥和，要有恒心、毅力、大忍之心。在受到外因冲撞时，能有豁达的心胸去包容体谅，而不是马上进入热战状态，唇枪舌剑一番。

相传活到 141 岁的药王孙思邈，非常注重道德修养在养生长寿中的价值和作用，他在其巨作《千金要方》中说；“养生在于德行。德行兼备，虽不吃药也可以长寿；德行不足，虽服玉液金丹（仙丹）也不能延寿。”

他说：“善养性者，则治未病”。他主张治病须先治“心”病，治未病之病，不靠药物，而在善于百行。百行就是人的各种行为，就是上述的“五难”。百行端正，则无需药物也可以延年益寿。这就是养生先养性的实际意义。

正气存内 邪不可干

从这些科学研究来看，善恶有报已经超越了有神论所倡导的生命价值取向，而是整个人类在此基础上发展和生存的规律。这些科学研究也从侧面证实，古人对善恶有报的信，并不是思想的封闭和愚见，而是那个时代，很大一个群体对待生命的根本看法。

对善恶有报的信，也正说明人的思想是开阔的、开明的。心态的开放传达着生命对未知事物保持的谦卑。因为信的本身，就是一种开放的态度，所以不会随意的用极端的思想，去封闭自己的出路，思想境界也很容易摆脱恶念的禁锢，开明的思想产生的效应，自然的能够感应天地之间的协调。也正如医学古籍中讲的“正气存内，邪不可干”，生命自然健康，自然福寿。

沐浴光明的第二次生命中

彩铭有点惋惜，没有生病时的照片，否则现在拿来对照一下，就清楚看出她的巨变。当时知道自己变得惨不忍睹，所以连镜子都不敢照。她回忆刚到炼功点时，比她大几岁的学员，却尊称她为长辈，八十岁的学员却以为她是同辈。现在这段回忆变成茶余饭后的笑谈，却也真实记载法轮功扭转她黑色的人生，为她的人生注入光彩。

“感谢师父把我从地狱里捞起来，给我第二次的生命。”彩铭红着眼说。她沐浴在光明中，充满感激。

“五·一二” 四川大地震 的幸运儿

我今年四十一岁，常听修炼法轮大法的母亲说：“一人修炼，全家受益。”我虽然没有修炼法轮大法，但我尽力按“真善忍”做个好人，因此得到大法的佑护。

二零零八年“五·一二”四川大地震，我正在外企打工。星期一，按理说是正常上班，可那天我们办公室的人全都去银场沟玩，这是从来没有过的。中午，我们吃过饭，在山上一凉亭坐着休息，突然山摇地动。我马上想起母亲说的：危难中记住“法轮大法好”。此时，凉亭倒了，一棵树架砸在后面同事身上，我赶紧跪在地上，不停的念着“法轮大法好，真善忍好”。同事都跑出去了，都急着喊我出来。后来我才意识到，但我身体没伤着。

先跑出来的同事看到在银场沟照相和游玩的所有人都被两山合并时埋在里面，返回时，沿途山上不时滚下巨石，吓得手脚发软，公路、桥梁都被砸坏，只能绕山而行。

到了公司，办公室水泥楼板塌倒，房东已经被砸死，如果我们在上班，就都成肉饼了。想到此，不由得深思，大法的神奇、师父的慈悲，我一行六人上班或在银场沟都难免一死，连同事都得救，大家都感激大法的超常，都说跟着我得到神佛的保佑。

周边公司和企业都觉得奇怪，为什么你们星期一都不上班？前两天，也不知是谁将大法真相小册子丢在垃圾桶里，我看到，赶紧捡起来，放在办公桌上，因为忙，没及时看。“善待大法一念，天地尽皆知”。当时我觉得大法弟子都很善良，为救人付出自己省吃俭用的资金，做出精美的神韵晚会光盘和真相小册，我们应当珍惜。没想到一个小动作，却得到如此巨大的福报！

科学家首次找到证据： 打坐利于乳腺癌患者康复

文 / 小梅

众所周知，打坐对减轻精神压力，舒缓紧张情绪，抚慰心理创伤有显著效果。加拿大亚省科学家第一次找到证据，打坐对乳腺癌患者康复在细胞水平上产生积极影响。

卡尔加里大学肿瘤学系的研究人员在省卫生局（AHS）汤姆贝克福癌症中心（Tom Baker Cancer Centre）进行了一项打坐冥想对乳腺癌患者康复影响的实验，结果发现参加打坐的病人细胞染色体末端的蛋白质复合物端粒（telomere）变长，而没有参加者则变短。虽然科学家们还没有充分了解端粒对疾病的影响，但是已经发现短端粒与多种疾病以及细胞衰老相关，而较长的端粒可预防疾病。

该项研究的课题负责人卡尔森博士（Dr. Linda E. Carlson）说：“我们已经知道打坐冥想产生的正念干预可以帮助人们心理健康，现在我们第一次找到证据，打坐也可以对人体生物学方面产生积极影响。”

她说：“令人惊讶的是，经过短短三个月的实验，我们就可以看到细胞端粒长度的变化。”卡尔森博士是卡尔加里大学卡明医学院教授，南埃布尔塔癌症研究所研究员。卡尔森博士说“还需要进一步的研究来量化打坐对健康的潜在益处，但是目前的发现已经令人兴奋，她向人们提供了令人鼓舞的消息。”

这项研究结果已经在《癌症杂志》在线发表。

88 名乳腺癌患者参加了这项为期三个月的研究。参加者平均年龄 55 岁，两年前结束常规治疗，都有情绪困扰紧张的经历。参加者被分为打坐冥想组和对照组。

打坐冥想组参加为期 8 周的训练，学习哈达瑜伽，培养入静，每天一起练习 90 分钟，同时要求参加者每天回家练习 45 分钟。

对照组采用正面表达治疗，参加者每周相聚 90 分钟，总共 12 周。相聚时鼓励公开谈论她们关切的事情和她们的感情，目的是建立相互支持，引导参加者们充分表达正反两方面的情绪，而不是压制或抑制它们。对照组成员还被随机安排一次六个小时的控制精神压力讲座。

所有参加者在实验开始前和结束后都进行血液分析，测量细胞端粒长度。

实验结果已经证明了打坐细胞端粒长度的短期效果，但是这个效果能保持多久还不清楚。卡尔森博士说，另一个课题是研究三个月打坐实验结束后看是否对以后也产生了积极影响。

艾里逊·麦弗逊（Allison McPherson）2008 年被诊断患了乳腺癌，在此后的一年中接受了手术和化疗治疗。她参加了这项研究，被安置在打坐冥想组，当时她对这种康复方法持怀疑态度。麦弗逊说：“我当初以为这是一套骗人的把戏，现在我每天都练习打坐，提醒自己不要那么浮躁，对自己和对他人都要友好。”

迪安·戴维（Deanne David）也被安置在打坐冥想组。她说：“参加这项研究使我产生了巨大变化，我认为人们在自己癌症康复的旅程中将从了解打坐正念和其他人的相同经历中受益。”

编者注：早在 2003 年，封莉莉研究员主导的课题“在基因水平上研究嗜中性白血球的基因表达变化提示精神修炼在多方面调控基因表达”，发现法轮功学员的嗜中性白血球的功能以及基因表达有着非常显著的变化。这些变化表现为：吞噬和杀伤细菌的功能增强，和免疫力有关的基因表达增加，细胞死亡基因被双向调控从而使得正常细胞存活期延长的同时又加速受刺激的细胞凋零死亡以便炎症迅速消除，以及细胞新陈代谢的下降等等。细胞新陈代谢的下降表现在泛素依赖性的蛋白质降解系统的相继下调控，这种下调控可能是和细胞内的代谢产物减少相关，而非直接调控。细胞死亡的双向调控可能是阴阳调和的表现，因为炎症状态下的细胞死亡加速可能使机体在免疫力增强时没有副作用－宿主的自伤。他们提供了第一手证据，来证明精神修炼可能通过精神层面上对基因组的调节来改变免疫力、细胞死亡和新陈代谢率等等。这些发现说明了人的精神对机体的至关重要的调节作用，意味着我们急需建立更多的模型来研究意识、认知、和精神等人类特有的特性和行为等因素对基因调控的影响。

说“德”

文 / 安危

道德往往合在一起用。现在许多人对“道”的了解很抽象，对“德”的理解很茫然。

说到“德”，人就会联想到道德；想到《道德经》，想到德高望重，想到积德、损德。但具体怎么讲，大多数人就很难讲得清楚，有许多只可意会、不可言传的东西在里面。

现在人对德的理解，很多与原来的本意已经发生了很大的变化。过去，能在人面前讲道德的人，人会对这些人升起一颗敬仰的心，会向他学习道德高深的理。现在你对年轻人讲道德，他们会问你：道德多少钱一斤？好像道德也能用经济价值来衡量。好像只有用钱来算的东西，才是人最想追求的东西。过去讲积德行善，人会向他学如何积功德、行善果；现在骂人的时候把积德与败兴合起来讲，好像积功德就是败兴一样，好像与损德的话是一样了。

德虽然是无形的，人看不到德的存在，可是人会体会到它的美好。人积功德、行善果的时候，人会生出慈悲的心、激发人善良的本性；因此人会精神焕发、心胸宽广。损德的时候，人会沮丧、会痛苦、会悲伤，因此人会精神萎靡，心胸狭窄。

其实德与人的身体也是如影随形的。打个比方：人的德就像万能的货币一样。人积的德越多，你就能用它换来更多的东西。你想当官，你就能当官；你想发财，你就会发财；你想事业，事业就会有成；你想儿孙满堂，你就会心想事成；你想长寿，你就会寿比南山；如果你的德很大，你的儿孙、你的家族都会因你的德而兴旺。想要什么，只要你有足够的德，你都能够换来人想要得到的一切幸福。

相反，你要德小，你的一切聪明、一切努力都是徒劳的，你劳精费神、苦思冥想，也不会得到你想要的东西。有些成功的人士把他成功的经验写成书，作为经验来推广。但是，



你照着他成功的经验去做，你却永远也做不到；别人成功的经验，失败的人也都用过，而且失败的人是多数的，只是因为失败了，许多人不便去讲其失败的教训，也没有人去关注失败者的结果。走过不惑之年的人，你会发现：许多你在年轻时的同龄人、同学、同事、战友，当时的所谓聪明、学识不一定比你好，但走向社会，没有多大的努力，他们走的路好像有些偶然，就那样心想事成的实现了，成了事业的骄子。也是德大的原因所致。

德是可以变化的。你通过所谓的努力赚了钱、当了官、享受了人间的美满和幸福，你的德就会减少；如果吃了苦、受了罪、承受了打击，就会增加你的德。

德是可以转化的。你得到了别人应该得到的东西，你会用德补偿；你受了别人的气、被别人占有了本应属于你的名利，别人也必须用德来与你交换。

德是可以带走的。人不是一生一世的就一死了之的。人的一生所有的名利、财产，到你离开人世的时候，你一样都带不走，来时一身光，走时一身光；生不带来，死带不走。但有两样东西是可以带走的。一个是德，一个是业。不管你转生成人，还是动物、植物，它们会陪伴你的永生永世。

对于不修行的人来讲，德可以换来人所追求的幸福的一切东西。前生吃苦多的人，换来了今生更多的快乐。

对于修行的人来讲，有能力的师父，可以把你的德转化成功，德越大，功越高。德越多，修的层次也就越高，最后走向功成圆满。



文 / 紫韵

一位同修给我讲了他的一个梦，他告诉我，那种幸福在现实生活中是很难体会的，令他非常难忘。

梦里有这样一个片段：人与万物之间就象彼此交溶，人与人之间说不出来的亲，但又不是情，头脑里没有现实中的任何观念，甚至连记忆都没有，只有简单、纯粹的快乐。最难忘的是梦中人的笑容，说不出的美丽灿烂，而且人们说话的时候，充满了天真和温柔，象诗与音乐一样美好。

听了他的描述我也很感动，我想：纯朴快乐的心灵，如花朵绽放的笑容，天地旷宇间生命和谐的宁静，这些本来不是最自然的事吗？就如同鸟在空中飞，鱼在水中游，日月在苍穹无私的照耀。

如今，生命经过了漫长的行走跋涉，时间空间的不断变换，在永无止息的生命长河中，最初那干净的本质在哪里？是什么让人的心灵变的如此复杂、不再简单轻松？生命本是如此纯真，是那些后天的观念，以及所有沉重的记忆，都形成了实实在在的尘埃和杂质，让闪光的心灵被厚厚掩埋，让明亮的眼睛变的灰暗，灿烂的笑容变的无奈和虚浮。

回首曾经的我，也有过痛苦的迷惑，面对着浩瀚茫茫的宇宙，不知向谁发问：为什么有了我一个？而我的生命究竟来自何处？生生世世的穿越污染，使我早已失去了最初的光明纯净，种种私欲如同浓浓的黑雾，浸泡其中，“自私”已

人的命运是以前定好的吗？

文 / 泰源

“您怀疑因果有差失吗？”

清朝时期，交河的苏斗南，雍正十一年会试回来，到了白沟河，同一个友人在酒店里相遇。友人刚刚罢官，畅饮以后，牢骚抑郁，恨为善、为恶得不到相应的报应。

刚巧一个穿骑便装的人，把马系在树上，也在对面就坐，旁听了很久，后来向苏的友人拱手行礼说道：“您怀疑因果有差失吗？好色的人必然生病，嗜好赌博的人必转贫穷，这是势；抢劫钱财的人必然受惩罚，杀人的人必然抵命，这是理。

但同样好色而禀赋有强弱，同样嗜好赌博而技术有工巧拙劣，那么势就不能一般齐了；同样抢劫财物而有为首、胁从的，同样杀人而有误杀、故杀的，那么理应另有说法，其中的变化就十分微妙了。

这中间功和过互相抵偿，或者以没有报应为报应；罪或福没有受尽，或者有报应而不立即报应。一毫一厘的比较，更加微乎其微了。您拿眼前所见而怀疑天道的难明，不也荒谬吗？

而且您又怎么可以埋怨天道，您的命本来应当从九品以下出身，官做到七品。因为您有多种多样的机诈之心，侦察的方法又多，善于趋吉避凶，而深于排挤，于是削减为八品。您升八品的时候，自以为心计灵巧细密，由九品而升，却不知道正是因为心计灵巧细密，由七品而降的。”

于是附着他的耳朵秘密地说了一阵，说完大声道：“您忘掉了吗？”友人惊骇地汗流浹背，问：“你怎么会

知道？”那人微笑地回管说：“岂单单是我知道，三界之中谁不知道？”说完掉转头上马，只见黄尘滚滚，一会儿就消失形迹。

这篇记载说出一个很真实的道理：许多人以为，在竞争激烈的官场中，想要获得提升，必须使尽手段，用尽心机，排挤他人，才能趋吉避凶，而获得晋升的机会，所谓弱肉强食，胜者为王。

但事情的真相却恰恰相反，正因为这种机诈之心，心计灵巧细密，深于排挤，反而令自己命中应有的福禄削减和下降。再附上一例作左证：

他的恶 in 贪婪残酷之上，年寿尚且要削减，何止于禄位呢？

有一星命术士虞春潭，替人推算命运，多半能神奇地说中。有次漫游襄阳、汉口一带，和一个士人同船，谈论颇为融洽。时间一长，虞奇怪那士人不睡不吃，怀疑是仙或是鬼。

于是夜里秘密地询问他，士人说：“我不是仙，也不是鬼，是文昌帝君下面管理禄位的神，有事到南岳，与您有缘，所以能得到几天的交往相处罢了。”

虞因而问起他说：“我对于命相之理自以为懂得颇深，曾经推算某人应当大贵而竟然没有应验，您主管为官食禄的簿籍，应当知道其中原因。”士人说：“这个人的运命本来很尊贵，因为过于热中名利，所以削减十分之七了。”虞说：“热中于为官作宦，这也是常情，为什么阴间的贬斥这样重呢？”

一部神书 救回二条命

文 / 黑龙江大法弟子

我是一名教师。九八年六月的一天，同事在看《转法轮》，我抱着捣乱的心理抢书，并说：“看什么看，不陪我聊天？”同事说：“你敢看一眼这本书吗？”我说：“我教这么多年学，看过的书多了，怎么不敢看？”我边说边翻开《转法轮》，一句话映入眼帘：“我告诉大家，我们这是佛家修炼大法，当然就是修佛的；那道家当然是修道得道了。”我惊呼：“我找到了！我要修佛了！”

我得到《转法轮》如获至宝，中午下班把书拿回家。丈夫看了说：“太好了！我也修！”正在休学躺在炕上的儿子一下坐了起来喊：“妈妈，我也修！”就这样，我们一家三口同时得法走入修炼。

儿子从小眼睛不好，隔些时就会眼睛红肿、流眼泪、睁不开眼。中医、西医、民间偏方……什么办法都用尽了就是一直医治不好，而且越来越重。

特别是儿子上学的第一天，回家后告诉我：“妈妈，我坐在第一排座位上都看不清黑板。”听到这话，我望子成龙的梦彻底破灭了，我似乎坠入了生活的深渊。后来儿子经常休学，甚至于生活不能自理。

儿子的眼睛经常流泪不止、红肿、眼皮象火一样烫、睁不开眼睛，时时痛得直哆嗦，他说：“眼里好象有小铁豆，磨来磨去的。”看到他痛苦难忍、苦不堪言的样子，我寝食难安。记得冬天儿子眼痛时，我整夜都不停的忙，用手巾到雪地里包点雪回来放到他发烫的眼睛上，这样会为他减轻点痛苦。有一次，他奶奶说让我把儿子的眼皮翻过来用竹签划出血后再用盐水熬，我在百般无奈的情况下也照做了。当时作为妈妈的我心如刀绞、痛不欲生。现在回想起来还不寒而栗呢。可是儿子的眼睛还没见好转。

最后，眼科专家诊断是：隔代遗传带来的角膜溃疡。需要去北京做手术换两眼眼角膜，否则将面临双目失明。我和丈夫彻底绝望了，因为那时靠我俩工资，攒上几十年也不够去手术的呀！于是就和丈夫商量好了，等儿子眼睛彻底失明，我们一家三口就一齐结束这痛苦的人生。

没想到在师父把我唤醒的那天，给我们全家带来了新生。当时儿子正在休学整天整夜眼睛痛，红肿、泪流不止、睁不开眼，每时每刻都是在黑暗的痛苦中煎熬着。可是他一听到我和丈夫要修炼，呼地一下坐了起来。直喊：“妈妈，我也要修炼！我也要修炼！”因为我刚拿回《转法轮》还没看全，也不太懂，只觉得小孩没法守心性，所以我说：“小孩不懂，不能修。虽然你的眼睛现在没有治愈的可能，但是疼的挺不住时还可以上点眼药水缓解一下疼痛啊。你要修就得把眼痛当成业力，不再上眼药水了，把咱们挨饿省钱的那么贵的眼药水都扔了。你能挺得住吗？”儿子说：“我能！我能！”于是我下决心把眼药水立即扔掉。

当时儿子睁不开眼，我就给他读《转法轮》，仅仅三天的时间，儿子能睁眼了！我对儿子说：“你自己读书吧。”儿子自己又读了三天书，眼睛就恢复正常了，能上学了。当时我的那份惊喜心情无以言表，真的体验到心花怒放有多快乐！

从此我们一家三口告别了死神，在修炼的路上勇猛精进。



士人说：“热中于为官作宦，那些强横凶暴的必然要依仗权力，依仗权力的必然凶狠而刚愎自用；那些懦弱胆小的必然要巩固职位，巩固职位的用心必然阴险而奸诈。而且依仗权力、巩固职位，这必然要急于进取而竞争，急于竞争互相倾轧，这必然要排挤别人。

至于排挤别人，就不问人的贤还是不贤，而问朋党的异还是同；不计较事情的可与否，而只取决于自己的胜和负。它的流弊，就说不尽了。这样他的恶在贪婪残酷之上，年寿尚且要削减，何止于禄位呢！”

虞暗地里记住他的话，过了两年多，某人果然死了。

这篇记载说得更明白了，在另外空间看，热中于名利，急于进取而竞争，倾轧、排挤他人，贪婪残酷，年寿尚且要削减，何止于禄位呢！

试看今天中国大陆官场上出现的政坛大地震：公开数据统计显示，从2000年至今，中国内地约有151人次省部级及以上官员落马，其中正国级1人、副国级4人、正部级24人。年分上，2000～2012年均落马8人左右，而十八大后“打虎”声急，先后有数十人落马，而今年周永康、苏荣、徐才厚落马，更将“打虎”风暴推向高潮。

而这些落马官员中，是不是都有上述的特征：不问人的贤还是不贤，而问朋党的异还是同；不计较事情的可与否，而只取决于自己的胜和负，且贪婪残酷，为了向上爬，不惜迫害一群手无寸铁的修炼人。可见，人世间的理，不是终极真理，与之相反的另外空间的理，才是真正的真理。



文 / 大陆大法弟子

从被人嫌弃到令人羡慕

我现在是一名大二的女生，学习及生活的顺利，常使周围的人羡慕。而童年的我，却是一个人人眼里的坏孩子。是师父，是法轮大法改变了我的命运，引领我走上正路。

在我四岁那年，父亲得了脑血栓，救治不及时，留下了严重的后遗症，走路一瘸一拐，右眼几近失明。而妈妈在我时得了类风湿性关节炎，无法干重活。父母都无法外出打工，而且还需要长期用药，家庭状况可想而知。

我记忆中的童年很灰暗。我刚上小学一年级时，学习较好，期末考试与其他三名同学并列第一，班主任在班上宣布说，给第一名的学生发一个盖有“奖”字的本子。我听了很高兴，也很自豪。可是轮到我时，班主任却说：“因为你是特困生，交不起书费和学杂费，所以就没有你的奖品。”听到之后，我的眼泪立刻充满了眼眶。放学后，我一路跑回家，扑到妈妈的怀里哇哇大哭。

我的自尊心受到极大伤害：本来我的家庭就很贫困，穿的用的都不好，因此而招来同学的嘲笑，而唯一值得我自豪的东西却被班主任剥夺了。自此以后，我不再好好学习，生怕老师再次当众宣布，在同学面前出丑。

从二年级开始，我学会了偷东西。因为嘴馋，忍不住偷同桌的零食吃。第一次没有被发现，一而再、再而三，便学会了偷钱。还在班里和同学打架，因为我的身体瘦小，打不过他们，因此我每每以吃亏告终。心中的气与恨，加上生活的困苦，使我感到过的太累太苦了，我的脑子里时常会出现自杀、离家出走的念头。

一九九九年年初，妈妈开始修炼法轮功，身体逐渐好起

来，不用吃药了。不久也可以外出打工了。姐姐初中毕业后外出打工，工作很顺利，这样我的家庭情况也有了改变。妈妈偶尔会给我买点水果，一周买一次饼干，但在这期间，我并没有改变偷钱的坏毛病。

在我上六年级的时候，妈妈拉上我一起学法炼功。“真善忍”的法理，使我彻底去掉了偷东西的坏毛病，现在即便是遇到钱放在自己眼前也不会去拿。

自从把大法真正放在心里，我整个人发生了巨大变化：整个小学的成绩单简直不堪入目，但是升入初中后，成绩直线上升，又成了好学生：不打人，不骂人，不与人争抢。到中考时，考出了我从来没有考过的好成绩，顺利升入高中，家人都很开心。

高中期间，我两周回一次家，每次回家后我都要拿出《转法轮》认真的读上一会儿，努力记住师父的话，做一个好人。高考前，我在心里求师父保佑我顺利考上大学，然后就很坦然的走进了考场。我知道，只要我信师信法，按照师父的要求去做，师父自然会管我。成绩出来后，又是出奇的好，老师和同学都很吃惊，两次重要的考试，都是超常发挥，就这样我进入了一所不错的大学。

大一暑假，我找到了一份很好的工作——家教，一小时四十块钱。现在我又在一家培训机构兼职做一名口语教师，这也令我的同学们羡慕。

我从一个被人嫌弃的特困生，到现在令人羡慕的幸运儿，这一切的一切，都是因为我学了大法，知道了做好人的道理，从而使我和我的家庭得到了福报。再次感谢师父！

樵夫和银鸟

文 / 晨晨



有一个樵夫，每天上山砍柴，日复一日，过着平凡的日子。有一天，樵夫跟平常一样上山砍柴，在路上捡到一只受伤的银鸟。

银鸟全身包裹着闪闪发光的银色羽毛，樵夫欣喜说：“啊！我这辈子从来没有看过这么漂亮的鸟！”于是把银鸟带回家，专心替银鸟疗伤。

在疗伤的日子里，银鸟每天唱歌给樵夫听，樵夫过着快乐的日子。有一天，邻人看到樵夫的银鸟，告诉樵夫他曾看过金鸟，金鸟比银鸟漂亮上千倍，而且，歌也唱得比银鸟更好听。樵夫想着，原来还有金鸟啊！

从此樵夫每天只想着金鸟，不再仔细聆听银鸟清脆的歌声，日子越来越不快乐。有一天，樵夫坐在门外，望着金黄的夕阳，想着金鸟到底有多美？

此时，银鸟的伤康复，准备离去。银鸟飞到樵夫的身

旁，最后一次唱歌给樵夫听，樵夫听完，只是很感慨地说：“你的歌声虽然好听，但是比不上金鸟；你的羽毛虽然很漂亮，却比不上金鸟的美丽。”

银鸟唱完歌，在樵夫身旁绕了3圈告别，向金黄的夕阳飞去。樵夫望着银鸟，突然发现银鸟在夕阳的照射下，变成了美丽的金鸟！原来邻人看到的金鸟就是在夕阳照耀下的银鸟！梦寐以求的金鸟，就在那里，只是金鸟已经飞走了，飞得远远的，再也不会回来。

这则故事告诉我们，那个每天在身边为你分忧解劳的人，可能是你的妻子、丈夫、朋友，或是部属等等，也许相处时间久了，你已经忘记了他们的存在，甚至习以为常，就像樵夫一样，想要寻找一只比银鸟更好的金鸟，可是当银鸟飞走时，才猛然发现金鸟其实一直在自己身边。人要懂得知足，珍惜身边所拥有的，才不会无意间变成了樵夫。

爱的细节

文 / 皇甫容

下雨了，当你回到家，他会弯腰为你擦掉鞋上的泥点；会拿出吹风机吹干你的头发。当你想念遥远的故国，悄然落泪时，他会悄悄的在一旁，调皮的蘸上茶叶水，涂在自己的眼睛上，默默的在一旁陪你尽情“落泪”。

当你羡慕别人的钻戒时，他会很认真的从地上捡起一块石头，“大大方方”的送给你，并且较真儿的告诉你，这就是他的定情信物。无法抗拒的威严，使你傻傻的保存顽石至今，并且“忠贞不渝”的相信他所说的真实的谎言：“天上的石头可都是金子做成的。”于是，低成本顿时变成了昂贵的奢侈品。

你说你喜欢看书，于是他施展了全能的“匠人之手”，把阳台装修成书房。当你看书入夜至深，不知不觉倦卷熟睡时，半夜醒来，看到他已经为你盖上厚厚的棉被。

当你懒惰不想写作时，他会“强制”的把你从床上拖下来，“监督”你打字。尽管他中文一窍不通，却在一旁憨笑着，对自己“强行干涉”的结果表示满意。

当你冥思苦想做丝绸创意时，他会拿着剪刀横直下去，“大刀阔斧”的裁出可笑的卡通。我的丝绸顿时从高贵矜持，变成了他手下的漫画卡通，前卫新潮特别吸睛。

当亲友送来鲜活的大鱼，不杀生的你，早晨跑到湖边放生。或许，大鱼感激，久久的停在湖边不愿游去。你情急之下，拿起大树枝，推着大鱼游向湖心。

当初在渡假山庄举办夏令营，从各个城市来了很多人。因为帐篷睡袋不足，于是他就把自己的一套装备送给了急需的人。夜里

下大雨，无处可藏的他，在风吹雨打中打着哆嗦撑着一把伞，这样一直熬到天亮。

你有个梦想要住在满园翠竹的庭院里。于是，他跑到友人的餐厅附近，费了九牛二虎之力，挖出了整棵竹子，高高兴兴地载回家，欣喜之情无以言表。不料几周后，竹子枯萎。他对着竹子“哀叹”：啊，我的执着终于枯萎了！

多年以前，他自学中医针灸，小有所成。于是，针灸成了他的至爱，颇有“悬壶济世”之意，无论走到何处都随身携带着。炎炎烈日，酷寒凌冬，一根小小的银针，竟也救了不少晕倒的人、无家可归的人。

因为他有功于国家，上司提出奖励他轿车和勋章。他婉言拒绝了轿车，并把一整箱畅销全球，且又教人向善的书籍，送给了上级各个主要部门……

因为这些爱的细节，使人看起来纯净如初，犹如天使；也使人常常忘记何为争吵，又何为焦虑。

如果这个世界有更多的人付出爱的细节，我们的生活将会更加和睦美好；人也会因为爱的存在，改变的善解人意，改变的甘心忍让，让你清醒的远离消沉和沮丧。

因为这些爱的细节，人可以有更美的愿望生活，心甘情愿的付出与奔波；人也会渐渐的变的细腻柔和，在不尽的感恩中珍惜和进取。因为这些爱的细节，编织了诚挚和恩义，也编织了义无反顾的坦坦心路：执子之手，相濡一生！

中国东北童话故事

文 / 陆文

言正行正托妻带子

家里我是日供米年供柴、冬管棉夏管单

从前，有个会点拳脚的穷家后生，爹娘去世后和媳妇孩子日子过得挺紧巴的，总想出门找点营生干。所以有事没事就总在外面转悠，由于没啥手艺，活也不好找。

有一天，回家路上，碰到一伙强盗正在打劫一个古董商。后生奋不顾身冲上去，三下五除二，一顿拳脚把强盗打跑了。古董商很是感激后生，非要给他些珠宝，可后生说啥也不要。古董商说你啥也不要，那我还能帮你点啥忙呢？后生就把他家的情况说了，并说您要能帮我找个营生干就再好不过了。古董商一听高兴坏了，说我正缺个帮手，帮我经营买卖，你又会武功，真是再好不过了。就是要离家远一些，大约得一年时间才能回来，不知你能不能离开家。后生一听这么长时间，就说得回家和媳妇商量商量。媳妇一听说是行，可你一走，俺娘俩指啥生活啊？后生把媳妇的话跟古董商一说，古董商说你尽管去，家里我是日供米年供柴、冬管棉夏管单，让你儿子一天上我这取两大钱。哪里的货，你卖挣了钱，给我本钱就行，如挣不来钱，本利我全都不要了，就算我报答你的恩情。

你个忘恩负义的小人就变卦了

这后生刚走两天还行，古董商还真让伙计送柴送吃送穿的，孩子来了真给两大钱做零花钱。到了第三天，可就不是那么回事了，吃穿不送了，孩子来取钱，古董商眼一瞪：“你有爹有娘的，我管你什么钱，再来我掐死你。”孩子跑回家向他娘一学，孩他娘气的一蹦老高，怒冲冲抄起一把菜刀，“俺爷们刚走三天，你个忘恩负义的小人就变卦了，我非宰了你个小人不可！”直奔古董商家。出门迎面正好撞倒个上她家要饭的老太太，“你这闺女气呼呼风风火火是要干啥去？”媳妇委屈的抱着老太太哭诉着前前后后的事。老太太听后就说：“傻闺女，你去找他拼命，就算杀了他，你还找谁算账去？再者说了杀人是得偿命的，你那儿子谁来养。我看你先忍耐，等你丈夫回来再算账也不迟。媳妇一听也在理，可我娘俩指啥活着啊？老太太说我就一个孤老婆子，没家没业，闺女你要不嫌弃，我帮你一把，晚上你还有个伴，白天我要饭，你绣点活我去卖，怎么也能对付过。”媳妇一听就答应了。

老太太每天要饭，媳妇绣活卖。说来也怪，每天都有要来的顺口好吃的，卖的绣活钱足够买衣买柴用的。媳妇也觉着奇怪，就问老太太：“老妈妈你每天都在哪要到好吃的呀？”老太太说前边那几个村子有钱的人家，一听咱们的情况，都挺同情咱们的，都挑好东西给我。媳妇心想这是碰上好人善人了。

路遥知马力，日久见人心

一晃一年到了，后生做生意发了财，进门一看，老婆白了胖了，孩子长高了，家里啥也不缺都挺好，心里挺高兴。心里话古董商说话算数够朋友意思。可媳妇一见爷们回来了，扑到后生怀里这个哭，诉说着怎么怎么回事。后生一听，气得牙咬得嘎巴嘎巴响，拿起根大棒子就往古董商家去，见到古董商不由分说就要打。古董商叫伙计把后生抱住，后生说你为什么说话不算数。古董商说你莫生气，跟我来看看你再说。古董商把后生领到仓库一看，满屋都是针线绣活。“这些都是你媳妇绣的，我每天花两大钱买来的，这些玩意有啥用啊，就是为拴住你媳妇的心，你想一想，你一走一年，她又年轻，假如我让伙计天天送这送那，天天和她接触，难免有咬舌头的风言风语。我考虑你俩的名声，我花钱雇了个老太太，装成个要饭的和她作伴。吃穿用都由我来安排，不让她出头露面和外人接触，忙着手里的绣活，一心盼着你回来。我的安排有什么错么？”古董商一讲，后生恍然大悟。又悔又恨自己太鲁莽。“恩人，我错怪了您的一片苦心，您打我一顿出出气吧。”古董商拉着后生的手说：“这就叫‘路遥知马力，日久见人心。’知恩图报方为君子。”这真是“朋友，平日言正语正可为心腹，患难之时可以托妻带子呀！”

评曰：

知恩图报，方为君子；

言正心正，可托妻子；

显露真假，患难之时；

行善路远，贵在坚持。

