

# 把修炼融入生活

□ 2012-12-1 □

我们修炼者，平日的的生活、做事都要按天道，按规矩去做。从小事做起，改变自己。

今年上半年，我去附近习法点参加了两次集体习法。那里园友的坦诚、谦卑、宽容，给我留下了深刻印象。有两位师姐，家庭发生了矛盾。她们先想自己的过错，不怪罪别人，用宇宙技术与家人进行沟通，并自我忏悔，问题得到了很好的解决。而我有时遇到矛盾，会先去找别人的错。有位师姐，我总认为她自以为是，爱表现自己；却看不见她做事认真，有胆识。我心想一定要向她忏悔，用和平祈祷词里的话来端正自己对她的意念；用别人的过错来鞭策自己，学习别人好的方面。修炼也要阴阳平衡，这样才能坚持正念避邪念。凤凰园园友之间，应该真诚相待，不能用世俗的眼光去看人。宽容别人才能宽容自己，我今后决不能多言他人过，一定要忏悔。

有次，师兄让我担任集体习法时的司仪，由于我准备不充分，不定心，所以表现得非常紧张，有句话就说错了。过后，师兄真诚地指出了我的不足。可我不虚心，不以为然，强调理由。反省自己，我每天早晚课说的话并没有贯穿到行动中去，每天说的细腻心、智慧心到那里去了呢？承诺力、悔改力又哪里去了呢？晚上睡在床上，想到自己当天的行为，我感到害怕，决心以后随便做什么事，都要与高维生命沟通，定心、安魂、准备充分。要牢记并领悟早课上宇宙大师的教诲，同时运用到日常修炼中去。

4月的一天晚上，电视播放辩论会，我看得非常来劲，一直看到11点半才结束（平时晚上10点前就睡了）。第二天醒来头痛得厉害，血压160—100。自己查找原因，是没按规定的时间休息。原因找到了就赶快忏悔，把天爱真言送给心血管。当晚，我即按时睡觉。次日醒来，头不痛了，血压降到122—75，我非常开心。这件事使我认识到，平时生活，也要按天道走，不按天道走，就会给自己带来病灾。

我原来患腰椎间盘突出，一年要犯好几次。严重时，睡不下，起不来。我的血压也一直高，2011年3月，还患过轻微脑梗。去年6月份从香港学习回来，自己用心灵语与宇宙大师沟通，有了病不依赖药去治，而是用宇宙大师给的宇宙技术。每天以真诚、正气、大爱、谦卑的心态给五脏六腑的所有器官送去爱，与她们说“天爱真言”，忏悔以前对她们的伤害。近半年来，我的腰椎也好了，血压也正常了，我非常感谢宇宙大师赐给我们的宇宙技术。

修炼以来，在宽恕别人、忏悔方面，我比以前略有进步，但离神的要求还甚远。有时遇事还是在意小我，不能很好地宽恕别人，这样有时会使自己的心脏不好受。我认识到，只有真正忏悔自己，宽恕别人了，自己才能得到正气、大爱、得到健康。一定要牢记“舍”就是“得”。在生活方面，虽然食素已经一年多，但吃的欲望还太多。有时还是想，既然已吃素了，就应该做点好吃的。今后，还是要把这个欲望慢慢“舍”掉。

凤凰园共有九部曲，前三部曲是学礼仪、学做人。对照礼仪守则，虽然自己已活到64岁，但按守则的要求，自己连一半都没做到，真是惭愧。回想自己做早晚课与师尊和宇宙大师的要求距离甚远，特别是晚课。我一定要向宇宙大师忏悔，不能象完成任务一样去做，要认真、深刻地理解、领悟早晚课里的每句话，并要运用到平时生活和修炼中去。

2012年将要过去，凤凰园后30年的任务很重。要提升、升华、完成“三救”使命，必须从零开始。修炼队伍中，功劳（功能）再大，没有正念，不珍惜，不走天道，一样会掉队。我们要提升自己，就要改变自己的理念、观念、生活习惯，为人处事都要用正念。要学会忏悔宽容，遇事用宇宙技术去处理，牢记凤凰园的五大任务：礼仪、养生、环保、临终关怀、宇宙技术。加强自身修炼，掌握好宇宙大师赐予我们的宇宙技术，与全球凤凰园园友凝聚在一起，跟着大同师尊，顺天道而行。

（中国）夏文兰