

文 / 雪莉

# 从叛逆女孩儿到乐观青年

“要不是遇到大法(法轮功),我可能已经锒铛入狱了。”年轻姑娘娜塔丽温和地说道。“那时我才十五、六岁,开始喝酒,抽烟,对什么都满不在乎。”在科隆市中心的一家考究的咖啡厅内,娜塔丽轻声地回忆着自己艰难的青少年时期。

## 叛逆的女孩儿

娜塔丽出生在德国中部的一个单亲家庭,妈妈独自抚养她和两个哥哥,为了给孩子们换一个比较好的环境,搬了好几次家,频繁的换校搬家明显影响了她的学习成绩,十三、四岁的她功课上显得吃力,时间长了就不愿意去学校,开始旷课。妈妈有一段时间不得不把她送往一个寄养家庭。娜塔丽早早便辍学出去找工作。十五、六岁的她对生活状况感到无奈,没有期待也看不到目标,感到“了无生趣。”

从小没有父亲的呵护,她更愿意显示自己的“强大”。那时的她戴着鼻环唇环,一身男孩儿的打扮,超短的头发也是染的今天蓝、明天绿,再加上鹤立鸡群的个头,使她显得非常突出。“我觉得自己强有力,也想把这体现出来,但实际上心里常常没有安全感,好像周围的人随时会伤害自己一样。我很小的时候看见过家庭暴力,特别害怕发生在自己身上,特别担心会被男性伤害。我感到世上没有一个地方是安全的。”娜塔丽回忆道。

## 人生果真有意义

在一个人来来去去的日子里,娜塔丽没有停止过思考。“我常常问自己为什么生活是这样的。生命的存在意义和过程究竟是为了什么。艰难挫折不可能是生命的全部,一定有一个原因的。我很确信这一点。”这样的问题可不是马上就能找到答案的。

娜塔丽开始在工作之余上网查找关于生命来源归处的问题。二零一零年四月底的一天,她在网上偶然点击开法轮大法的信息网站,浏览后震惊不已:“这群人哪里来的勇气面对那种残酷迫害?我无法想象是什么样的人能有如此的勇气和力量在这样残酷的情况下坚持信仰。”

在母亲不用计算机的空隙时,她迫不及待地在网上找到《法轮功》这本书,读完后接着读《转法轮》(法轮功主要著作)。“这就是我一直在找的!”“谜团解开了,一切仿佛都有了意义。我马上明白我找到了什么。那种兴奋和难以形容的幸运无法用语言形容。”

“我懂得了按照真、善、忍做好人,这就是生命的意义。

了解大法前我从未思考过是不是要做一个好人,和许多同龄人一样,我觉得不值得把做个好人作为努力目标,因为我从中得不到什么,考虑这样的问题似乎没有意义。我觉得自己至少不是个心眼不好的人,这就够了。”

以前,娜塔丽与当今的很多人一样,想:人活着不就是工作赚钱消费吗?生活不容易,尽管付出很多,也未必会得到应有的回报;帮助别人也不一定得到好的结果。辛苦一生,但是别人却比自己生活的好。

然而学习法轮大法后,她有了不同的想法:“通过大法我明白了每一个人的生命过程,这一切是有意义的。做人就应该做一个好人,生活的艰难都是有原因的。”

## 快乐健康人生的开始

“那是比中了彩票还幸运的事。中彩票只一时的兴奋快乐。一切都突然有了意义。生命的意义找到了,心头的压力荡然无存,感到无比轻松,生命原来真的是有意义的。很多人也问过同样的问题,随着岁月流逝和为生活杂事所累,便不再继续寻找。我们都接受了社会告诉我们的那一套‘人活着就是为了过的好,追求各种享受,满足感官需要’。所以我马上知道这是真的,‘真善忍’三个字是实实在在的答案。我想做这样的人。”

## 心中有了生活的明灯

法轮大法的理念给了娜塔丽一个生活的指导。没有人要求她必须要如何如何做,而是她自己发自内心的想法按照真善忍做,在这样努力的时候,她感到“从内心发出一种满足感”。

而且面对生活,娜塔丽也有了不同的态度。“渐渐的,别人对我不公的时候我不生气了。有一次,一个熟人无中生有说我骂了谁谁,还和我的好朋友及我周围所有的人挑拨我们。我知道这是对我的心性考验,所以没有太放在心上。我想也许是他们对他很生气,被自己的情绪弄得不理智了,所以对他只是同情。换在以前我一定会和他理论清楚,绝对不会咽下这口气的。但是那次我非常理性,我也很高兴自己能这样处理把握。”

对生活态度的转变,让娜塔丽变得乐观开朗。“以前的我幸灾乐祸。别人丢丑或者摔个跟头,我会哈哈大笑。别人有倒霉的事不好的事我都觉得好笑。别人吵架我也会幸灾乐祸,原来别人也是会倒霉的。修炼大法后,负面的思维和情绪越来越少。做家务的时候不挑这个做那个不做,工作中也

不挑挑拣拣。别人对我不好我还是对别人善。自己在困境中的时候,心里确信事情会向好的方面发展。这种感觉以前从未有过,我变得乐观开朗。”



## 体会亲情、友情及安全感

了解生活意义后,娜塔丽对家人朋友的心态和以前大大不一样。从前她对什么都不太关心;现在,她乐意和家人一起吃顿饭,出去散散步,或者和妈妈分享自己的喜怒哀乐。“妈妈对我的改变非常欣慰,常常在亲朋好友聚会的时候说,女儿学炼法轮功后,从一个叛逆少女成长为一个有责任心尽义务的青年了。”

对待朋友,不再象从前,谈话总是围绕自己,而是能够倾听他人,和别人有交谈。与朋友的交往不再象从前,只是在一起喝酒,感受刺激。她认识到,那种朋友关系其实本来就不是建立在很坚固的友谊的基础上的。但是改变后的自己得到了更结实的友情。有炼功人和不炼功人,都有。现在结交的朋友们基本上都比较在意自己的生活质量,如何正确对待呵护健康。

## 对大师父心中充满感激

人们常说:“相由心生”。内心的变化,娜塔丽的外表也改变了。“我现在没有那种惧怕了。在我身体力行按照真善忍原则做的时候,常常感到被保护。也没必要把自己有意打扮得中性了。我现在感觉到是很自然的自己,是个自然女性,我接受自己女性的特性。”

叙述着自己的成长故事,儿时的不快乐已经很淡,言语间,娜塔丽流露出的是乐观自信。她深切感受到大师父的慈悲,心存无限感激。“从一开始认识法轮功就觉得大法(师父)会接受自己,无论自己是怎样,都会被接受。大法的慈悲,是我从未在任何地方任何角落感受过的。那种全部的自己马上被接受被呵护,好像有一个父亲的手牵起我说‘来,我们一起成长。’每天我的心里都感到踏实有安全感。”

她说,“我非常庆幸自己七年前找到真法真道,要不是大法,我不知道今天还在不在人世。我对我师父的感恩无法用语言来说。”

# 你为何要生气?

文 / 郑无畏

现在的人总是很爱生气,所谓的“气点很低”,随便遇到点什么事“一点就炸”。因为人的气量小、爱生气,所以导致整个社会都“戾气”很重,人们在这种紧张的社会环境中生活,幸福感也大大降低。

举个小例子,现在的街上几乎都是车多人也多,因为人们的道德素养跟不上现代交通的发展,于是诞生了很多“路怒症”患者。走在街上一观察,就会发现一个现象:开车的在骂行人走路不看路、只顾玩手机;行人在骂开车的没素质,都不会让人;开车的也在互相骂,一会儿谁占道了、一会儿谁开慢了、一会儿谁超车了等等。总之,整个路上感受不到什么和谐的氛围。

因为人的爱生气,还容易引发争斗。俗话说得好:退一步海阔天空,忍一时风平浪静。能忍则安,但现在的人大多都心胸狭窄,不能忍,不能退让。夫妻能为一点小事吵架从而演变成深仇大恨,最终婚姻破裂;工作中为一点小利就勾心斗角,争个你死我活。任何地方都变成了战场。尤其是在中国大陆,人与人之间一言不合就开始争斗,多数时候那一句话引起的矛盾,维护的不过也就是自己的“名”,觉得自己被“冤枉”了或失了面子,受不得委屈,为了争回这口气,要么弄死别人,要么弄死自己。古希腊神话中说特洛伊战争的爆发就是因两个男人争“海伦”这位美人引起的,没争到的那方气不过,于是就开始了战争。这些都是因“斗气”而酿成的悲剧。

有的人或许认为忍让是一种懦弱,所以一定要为“出那口气”而争个高下,其实这是自己跟自己过不去。其实,能忍让的人并非是懦弱,反而是素质高和意志力强的表现。因为素质高,所以不和人一般见识;因为意志力强,所以能控制住自己不好的情绪。笔者知道的有这么一个人,确实很能忍让,遇到什么不顺心的事都总是乐呵呵的,想得开。这样的人遇到矛盾就会以良好的心态去对待,最终扭转事态朝好的方向发展。有一次,这个人家女婿和女儿吵架,女婿过分了点,态度很恶劣,一般人遇到这种事情肯定要找女婿麻烦,为女儿出口气,但她是以客观的看待他们吵架的原因,不偏袒任何一方,在安慰女儿、教育女婿的同时,还善意的指出女儿的不是,最终女儿发现了自己的问题,跟丈夫好好沟通,一场离婚风波就这样过去了;接着,她儿子在外面打工又被人坑了钱,求救无门还势单力薄,气得不行,她就开导儿子“吃亏是福”,还给儿子打了点钱让他重新开始;她老伴脾气不好,对她说的话总是很凶恶,她也不往心里去,还说知道她老伴是个好人,就是刀子嘴豆腐心而已。

有人可能会说,这人也太“傻”了,竟然能忍让到这个地步。但换个思维想想,有些生活中遇到的麻烦是我们不可抗拒的,如果心不放宽些,除了让自己不痛快之外,又能改变什么呢?正因为这个人的“心大”,不计较,才能是她在矛盾痛苦中游刃有余,最后还能把坏事变好事,化干戈为玉帛。

这也许就是“宰相肚里能撑船”的道理吧,人若没有那么大的气量,才当不了宰相呢。道理虽是如此,但大部分人都是受情绪控制的,没那么容易做到不生气。后来我才知道,上述的那个人原来是学法轮功的,修的就是真、善、忍,难怪他的容量比普通人大些。看来信仰的力量还是大呀!

## 人生感悟 | 文 / 贯明

# 君子清香如兰

兰花是花、香、叶三美俱全的传统名花,她在中华文化中象征着在道德修养上的坚贞不二和自尊自爱的高风亮节。古人云:“竹有节而音花,梅有花而音叶,松有叶而音香,惟兰独俱有之。”兰生于幽谷深山之中,清香远逸,却从不因为无人来欣赏而失去芳香。其高雅的品格犹如人世间的大德之士,令人心慕神往。兰所开之花,挺拔潇洒,风度翩然,姿色俊秀,幽艳吐芳,香气四溢,清雅沁人。兰花在中华文化史上还被誉为“香祖”、“空谷佳人”、“国香”、“花中君子”,历来为文人墨客们所赞颂。人们之所以推崇兰花,是因兰之气清,清则久远;是因兰之芳洁,清香袭人。兰花那种清净而微妙的香似乎并不刻意要去取悦任何人,可是当你去欣赏她时却又幽香清远,馥郁袭来。不以无人而不芳,不因清寒而萎琐,气质超凡脱俗,兰花也是真诚、美好的象征。

兰花品种繁多,按开花季节分为春兰、夏兰、秋兰、寒兰和报岁兰,花色也依时而异。在各种形形色色的兰花中,生长在荒野幽谷中的铃兰花特别令人喜爱。她细长的叶捧出一串串洁白的似铃铛一样的花朵,如白玉般的纯洁,默默的传递着春天的信息,绽放出世间罕有的美丽。铃兰花白而细小,一朵朵密生的小花,像唤起幸福的小铃铛,散发着沁人心脾的花香。在中国古代,铃兰又名“君影草”,她生长在沟谷林下,藏于寂寞的深山,花自芬芳,与幽兰相伴,藏于深山不以无人而不芳,正合“君当如兰”的寓意。铃兰花纤细、柔美,时时刻刻都弥漫着优雅的气质,能轻易的将人引领到生命中最难忘的意境之中。她的香味,茫然而幽静,若有若无,就彷彿典雅柔美的女性气质,怀着温婉、而又包含着缕缕清香的温馨,缓缓的绽放着高雅的气息。

古人称颂有高尚品德、高洁志趣的人为“君子”。君子乃人中之精品,德高望重,思想境界非一般常人所能及。人世间的俊男美女,常人都认为很美好,但是他(她)们不一定就是君子。释迦牟尼佛在谈到什么是真正的美好时说:“所谓的美好,是一个人眼不贪色,耳不贪声,鼻不贪香,舌不贪味,身不着细滑,这才是真正美好庄严的人。手不盗他财是好手,言不伤人是好口,足不履非法是好足。世间的脂粉佳人,身内身外,昼夜九孔恶浊淌流不已,有何美好?唯有六根清净之人,戒德馨香,令远近芬芳,得护法常相左右,六时吉祥无难。”因此,如果以君子之品比之于兰,则君子之德犹如兰香,所到之处,香气宜人。

兰花的花形万千,清香高雅,色彩艳丽,变化无穷,总揽了所有花卉的美容、香型、形姿,包罗了大自然色谱中的各种颜色。在中华文化史上,最早欣赏兰花的是高士屈原。他在诗中写道:“秋兰兮清清,绿叶兮紫茎,满堂兮美人”,“纫秋兰兮以为佩”,揭开了把兰花与道德高尚的人并列的序幕。儒家始祖孔子赞美兰:

“芝兰生于深林,不以无人而不芳。君子修至道,不为穷困而改节。”又说:“入芝兰之室,久不闻其香,则与之俱化矣。”唐朝大诗人李白说“为草当作兰,为木当作松;幽兰香飘远,松寒不改容”。左丘明给兰花冠之于“国香”的美称,北宋文学家黄庭坚撰文赞曰:“士之才德盖一国,则曰国士;女之色盖一国,则曰国色;兰之香盖一国,则曰国香。兰甚似乎君子,生于深山薄丛之中,不为无人而不芳”。苏轼说“春兰如美人”,杜牧则说“本是馨香比君子”,清朝的散文家沈复在《浮生六记》中写道:“花以兰为最,取其幽香韵致也。”历代文人墨客对兰花情有独钟,题咏众多,皆赞美兰为“王者之香”。

人的品德有高低之分,花的品性也各具特色。梅标清骨,兰挺幽芳;菊傲严霜;清莲冰肌玉骨;牡丹国色天香,其风致神韵各不相同。兰花以其气质高贵、形态典雅且香气沁人心肺而持久,而被人们誉为花中君子。也有人说,兰是象征仁人志士的花。她生于幽岩绝壑中,不求闻达,抱芳守节,且极尽馨香于四围。屈原曾以兰之雅特清新的高标韵致以抒不与世俗同流合污、苟合取容的胸怀,以兰的品格来表现正人君子的高风亮节与坦荡胸襟。君子做学问必须耐得住寂寞,必是超越红尘的隐者,“兰生幽谷,无人自芳。”正合乎君子的宁静致远,孤独清高;兰,还是忠诚的情爱、坚贞的友情、不落世俗的洒脱、不争自高、典雅圣洁的风度等品格的象征。兰也是友谊之花,因而含蕴无以言喻的真情。所谓“义结金兰”,就是指友情的贞淑。人们心中有寒梅,是因为寒梅有刚毅坚贞的傲骨;人们心中有夏荷,是因为夏荷有出污泥而不染的清纯;人们心中有秋菊,是因为秋菊有心淡如水的风韵;人们心中仰慕春兰,是因为春兰有清逸典雅的圣洁和君子无争自高华的美德。

在红尘浊世中,贪婪自私、为蝇头小利而乐而忧的人所发出的气息犹如烂疮中的脓水污物,奇臭无比;以真、善、忍为信仰,在磨难中仍以祥和的心态救度世人的正人君子所发出的慈悲之光则犹如幽谷中盛开的兰花,纯香之气沁人心肺。花中真君子,幽香献人间。人间大觉者,慈悲照宇寰。与修炼人结识、结缘,就可知他们都具有与兰花一样的高贵、雅淡、志远、心善和坚韧,虚怀若谷,不入尘器。君子人品如兰,以微笑迎接人世间的凄风厉雨,坚贞不阿,不媚不谄,高雅素淡,独放幽香。其实人生的真谛就是返本归真,在云水随缘了无牵挂中寻找清静的心灵天地,在修行中不断的升华自己的精神境界。在喧嚣的红尘中,洒脱自然是一种高尚的境界,君子清香如兰,香气幽幽,若隐若现,给这个世界带来无尽的祥和,也为世间的所有生命无私的奉献着永不消逝的温馨与清香。