

生命在大法中升华

弟子感恩师尊慈悲救度！感谢大法！我把我修炼大法，怎样按真、善、忍的法理去修炼，写出来与大家分享。

修大法重获新生

得法前，我是一个得理不让人，当常人的时候很计较的人。记得结婚前，婆婆对我承诺过一些事情，结婚后都没有兑现，甚至我上班的时候帮看孩子也要钱；这些事我都一点点的积怨在心上，不能释怀。经常和丈夫吵闹，也常跟人讲婆婆怎么吝啬。比如：一次我病的几天都起不来床，婆婆关心的对我说：“你起来穿上衣服，妈领你去买金戒指，冲冲喜就好了。”那是婆婆的一个熟人带我们到银行去买，说那里的金子纯。我高兴的对丈夫说：“妈说领我去买金戒指。”丈夫说：“你把钱带上，别太高兴了。”结果婆婆买了三个大克数的戒指，我买了一个小的，还是自己花的钱。八几年的时候，对我这个没有积蓄的小家来说那就是很奢侈的事了。

其实表面上的这些家庭琐事，包括我的婚姻，都是生生世世的恩怨缘、业力所致。我的身体健康也出现了问题，刚开始偶尔有一、两次病，我认为这不算什么，很正常，自己还年轻，打打针、吃点药就过去了。后来由一年病几次到一个月病几次，二十几岁的人就被胃病、心脏病、肾盂肾炎、神经衰弱等病折磨着，从体重九十多斤降到六十四斤。

刚开始我坚持去上班，而且还在单位正常上班的基础上，额外的加班干件活，可以增加家里的收入。有时我额外加班的收入是我正常工资的两倍多。给丈夫买了一个残疾人开的电瓶车，这样他能正常上下班了，以前遇到下雨天他就单位住。所以婆家人也都对我刮目相看，丈夫也对我格外的体贴，家里的经济还算宽裕。可是我再怎么坚强都抵不住病魔对我的折磨。心脏病、经常休克，失眠有时七天七夜瞪着眼睛不睡觉。吃药、打针不好，找巫医看也不好（民间跳大神），练当时的假气功也不好，后来我走入了佛教。虽然很虔诚，



也很向往着修炼的事，但在佛教中只是念佛、念经，不理解也不懂得怎么去修，那些活佛喇嘛修几生几世还在世间轮回着修，我对佛教失去了希望，生命没有了着落。再加上病痛的折磨，特别是肾病，医生诊断是尿毒症的前期。我想自己的生命已走到了尽头，不想再痛苦的承受下去，我自杀未成。就在我人生跌到低谷的时候，经人介绍我有幸得到了宝书《转法轮》。我只看了几页，我的心就象开了一扇门一样，从未有过的惊喜，就认定这本书就是佛法啊！这就是我一直在寻找的。

生命渴望得到法的喜悦，知道了生命存在的意义。我那个高兴呀，整天乐呵呵的。我认真的拜读《转法轮》，按照法的要求去做，就是按自己理解的法的表面认识去做。很快我的身体也得到了康复，那些病都不知不觉的不翼而飞了。从此我义无反顾的走入大法修炼中来。上学法点学法，去公园炼功，到周边的

乡村去洪法，把大法的美好分享给世人。在社会中、在家庭的生活中用自己的身体力行去展现大法的美好！

家庭幸福美满

那时我开了个小卖店，到批发部上货回来发现一箱白酒没算钱，马上骑自行车把钱给人家送回去，同时跟人家洪法，讲大法教人修心向善做好人；有时顾客买完东西落下贵重物品或丢钱，我都及时的还给人家。也不再挑婆婆的不是了，觉的那些事都不值得一提了，能理解婆婆谅解婆婆了。我和婆婆同时买楼，她买楼装修完还有余款；我买后还有借款，婆婆相中了我买的窗帘，我就买了送给她，当作是她买楼我送她的礼物。婆婆六个孩子，丈夫是老大，每逢过年过节、公婆过生日，大家聚餐，这些吃喝都是我们当大哥大嫂的来预备，吃完后小叔、小姑和妯娌他们聚一起打麻将，我也不跟着玩了。我就刷碗、收

拾卫生，照顾瘫痪在床的公爹，给他放师父讲法听。弟弟妹妹都夸我说：我大嫂学大法能变的这么好，这法轮功真是太好了。婆婆更是合不拢嘴，一家人和睦相处其乐融融，沐浴在大法的福泽中。

同学为我点赞

一次，和我要好的女同学艳从外地回来，邀请我和另一女同学梅到镇上，那里是我们的母校，找那里的几位同学聚餐，艳找了个餐馆，没等和当地同学联系上就点了菜，餐馆里很冷清，没有其他客人，老板很热情，给我们特电点上电暖风，服务员给端来了茶。

当同学艳打电话联系当地同学时，电话那边同学告诉不在这餐馆吃，要开车带我们到城里去，要我们在公路边等着，同学艳和梅没有向饭店告知此事，就偷偷的溜了出去。当我出去找她们知道这事时，我说：这里咱们都点菜了，得跟人家交代一下。她俩说反正也没做呢，就那么着吧。她俩不好意思去说这个事。

我想作为修炼人，虽然不是我请客点的菜，这事我也在其中，得按照师父在《法轮功》中要求的去做：“你老是慈悲的，与人为善的，做什么事情总是考虑别人，每遇到问题时首先想，这件事情对别人能不能承受的了，对别人有没有伤害，这就不会出现问题。所以你炼功要按高标准、更高标准来要求自己。”我对她俩说：这件事儿我去说吧。

我回到餐馆，老板和服务员正贴在窗户往外边看呢。我坦诚的对老板说：老板，对不起，我们邀请的同学要到城里去吃，给您添麻烦了，您看这儿需要多些费用，我会如数的付给你。老板被我的真诚和对他的尊重所感动，看着我手里拿着的钱，说：菜还没炒，不用付钱。老板再三推让并笑着把我送了出来。

艳和梅她俩看着我竖起了大拇指。在聚餐中同学提起刚才发生的事儿，说：没想到，你们学法轮功的人处理问题这么得当。一个男同学还提议，举杯为我点赞。其实这都是我受大法的洗礼，师父的教诲。◎（文/清源）

真善忍改变了我

我今年六十二岁，修炼法轮功已有十几年了，身体非常健康，而且感觉自己的心也越来越年轻。自从修炼之后，明白了人生的真正目地，修炼的路越走越坚定，在我的修炼路上充满了阳光。

得法前我不仅性格高傲，而且脾气还急，在单位里争强好胜，爱打报不平。那时身体也不好，心脏间歇、腰疼，还有美尼尔综合症。这几种病，哪种病犯起来都很可怕。自从修炼法轮功后不知不觉的好了，到现在再也没犯过。

下面讲述两件得法前后的往事。

那是在一九九六年一月底，因公司内部调动，我到公司下属的一家大酒店里任总经理助理，餐饮部经理。这个酒店是我单位和外商合资的，总经理是瑞典人，在七月份外商回国后，集团公司的总裁在公司下属的单位把他的亲属调来，当了酒店的总经理。这样我又给中方的总经理当了助理。

那时候我的性格高傲，很瞧不起因亲属关系当上的总经理，更不会向不良的现象低头。可总经理又听信了谗言，总是找我麻烦，我便和总经理发生了争执，内心产生了隔阂，所以总经理停了我的工作，我心里不服气，到处写信告状。在这个时候，我的妹妹给我送来一本《转法轮》，那时我父亲和我的姐姐、妹妹都已经开始修炼法轮功了。妹妹告

诉我说：“这是一本能使人身体健康，教人按真善忍做好人的大法书，学了大法就得按照真善忍做人做事，不能争强好胜，否则就得给别人德。”妹妹走后，我心里想：既然如此，那我就先学大法，等我学完再学。而这个总经理在酒店干了两个月就调到其它单位去了。后来我回到了酒店才知道，在我没告她之前，公司已经有几个人一直在坚持告她的状。

之后，集团总裁因逃税，贪污出了事，我们集团公司所属的企业全破产了，职工全部下岗买断了。

下岗后我应聘在一家大型酒店，任餐饮部经理的工作。由于那时学法少，悟性差，经常守不住心性。

记得有一年的秋天，有一次，哥哥的朋友来了，这个朋友在国外几个国家的酒店都工作过，在国外已经十几年了，有很高的烹饪技术，最拿手的是做鱼，当时我所在酒店就有养鱼池。我想让他教我们厨师长国外其它国家做鱼的几种方法，他应允了，我就去厨房跟厨师长一说，厨师长答应了，我就去餐厅等他，我们吃完饭，朋友要走了也没见他到餐厅来，我又去找他。

他在凉拼间满脸不高兴的正在凉拼厨师讲：“让我跟他学，我不去！”听到这句话我火了，大喝一声，他一看我急了，拔腿就往厨房后门跑，我在后边

追，因当时正是饭口，厨师们都在各自忙着。没有人理睬我。

路过洗碗间时，我顺手拿起一个8寸盘子，跑出厨房我想拿盘子砸他，心里想，脑袋给他砸开花，给他开窍。没等手抬起来，我好象被人狠狠的推了一下，跌了一个大跟头，当时就觉得膝盖特别的疼。那时是九月份，穿着单裤，我爬起来坐在地上一看身后边没人。再看膝盖流的血已渗到了外边的裤子上，膝盖跌掉了一大块皮。走起路来膝盖骨咔咔响，这个跟头跌的太惨了，同时也把我跌醒了，这时才记起来自己是修炼的人。

晚上回家后，细细思量：是师父给我来个现世报吧。如果不是自己跌了一跤，那厨师长的脑袋就得受伤，后果真是不堪设想！师父让我们按真善忍做好人，遇到事情得忍，我没有做到，还去打人，把自己的思想强加给别人。想到这些很惭愧，觉得自己修的太差劲了。

厨师长当天也没敢见我，第二天上午厨师长到办公室找我认错，问我腿好些了吗？我笑了坦诚的说，我是个修炼的人，我们的师父让我们按真善忍做好人，我没有做到，以后有什么事我会和你商量，再不会把我的思想强加给你的。

在以后的日子里，经过不断的学法，我悟到作为一个修炼人，要自觉的

用“真、善、忍，”来严格要求自己。我放下了经理的架子，在生活上主动关心厨师长和餐饮部的员工们，犯错后我不嫌弃他们，鼓励他们都要做一个诚实、善良、宽容、忍让的人。厨房有的厨师犯错时，我还没说话，面厨师就跟我小声说：“态度”，我知道这是在提醒自己解决问题时，要理智不要犯脾气。

由于思想境界不断的提高，在工作上不计得失。在我的带动下，餐厅经理和厨师长本来很紧张的关系融洽了。整个餐饮部前厅和厨房的关系融洽了，这一年我们餐饮部完成了酒店给定的利润指标。如果不是我修炼法轮功，我是不会改变我那高傲的脾气，放下身段和员工们同甘共苦的。

厨师们都知道我是修炼法轮功的，有什么话都愿和我说。让我欣慰的是，餐饮部所有的员工都明白了大法真相。

在日常生活中，我们大法弟子遵循着真善忍的法理，严格修心，不计较个人得失，与人为善。可是江氏集团中共邪党却怕的要死，难道说一个国家好人多了不好吗？

各位朋友，如果您到现在还不明白什么是法轮功，什么是真、善、忍，请您赶快去了解真相，真正亲身去体验，因为真、善、忍是我们幸福的源泉。◎（文/河北大法弟子安然）



法轮功简介

法轮功是1992年由李洪志先生在长春所传出的佛家上乘修炼大法。法轮功是一套完整的性命双修功法，以宇宙最高特性真、善、忍为修炼原则。强调心性修炼，修炼人从好人做起，按照真、善、忍标准要求个人心性的提高，另外包含五套缓慢、优美，简单易学的功法动作。修炼法轮大法在短时期内就能达到意想不到的效果，返本归真。

正法度人不取费用。法轮大法是修善的、和平的，一切活动都是公开且免费。法轮大法修炼不重形式，没有名册、会员，自由来往。

法轮大法为人们带来美好，对个人来说，修炼法轮功不但能祛病健身，使人变得诚实、善良、宽容、和平，而且能开启智慧，逐渐达到洞悉人生和宇宙奥秘的自在境界；对社会来说，修炼法轮功能增加社会的稳定、包容与祥和，提高人们的整体精神生活质量。

如何学炼法轮大法

如果您想开始学炼法轮大法，可以采取以下方式：一气呵成通读《转法轮》一遍。这能让您对“法轮大法”有个基本的认识与了解。《转法轮》等大法书籍，在网络书店（<https://TiantiBooks.org>或香港大道书店，（地址：香港九龙尖沙咀梳士巴利道3号星光行14楼1428A室，电话：（852）3102-0178）有售，（852）9557-2600（WhatsApp）也可从网上免费下载：<http://falundafa.org/> 可先连结页尾的动态网址，突破网络封锁，了解更多信息。

一、邮件接收动态网址

申请国外免费电子邮箱发邮件给freeget.ip@gmail.com, 10分钟内会收到回信，拿到几个当前有效的动态网IP，复制任一IP至网址列即可（连结请通过安全凭证）

二、雅虎通

如果您使用雅虎通的话，可以给dweb_ip@yahoo.com, 发一个实时短信，一分钟内会收到几个IP（由于IP有时效性，可以多试几个）。动态网可透过国外信箱发邮件给d_ip@dongtaiwang.com来取得。请用动态网突破封锁：<http://dongtaiwang.com/loc/download.php>

三、翻墙直连动态网

<http://dongtaiwang.com/loc/phome.php?v=0>、<http://dongtaiwang.com/loc/mobile/>、<http://dongtaiwang.com/loc/yp.php?pm=y>、

四、手机翻墙可下载

<https://j.mp/fgp88>、<https://j.mp/fgv88>、<http://wujieluian.com/download/um.apk> ©

