高级技术项目经理:

法轮大法是指路比极星

费城有一群不同族裔的西人法轮功学 员。他们按照法轮大法真、善、忍的标 准在日常生活工作中提升自己的道德和 修为。他们和世界各地的法轮功学员一 样,从内心深处无限感恩李洪志大师。 犹太裔法轮功学员阿力克斯・卢强斯基 (Alex Luchansky)就是其中的一位。

阿力克斯是全球最大投资管理公司之 一的高级技术项目经理, 修炼法轮大法 已超过15年。回顾走过的修炼路,阿力 克斯说:"感谢法轮大法真、善、忍的法 理指导我度过了人生的起伏变迁。无论 是在工作中还是在家庭环境, 我都会遵 照法轮大法的教导,冷静理性地评估时 势, 首先考虑他人, 做出更好的决策。"

从法中领悟慈悲祥和 化解矛盾

几年前,阿力克斯正在准备一个工作 演讲的讲稿时,他的一个同事走过来, 火气很大地对他准备演讲的内容猛烈地 抨击。当时情况一下紧张起来,阿力克 们平时要保持一颗慈悲的心,祥和的心 理。师父在《转法轮》这本书里说过:"我 他诚恳地感谢同事提出的意见,并认真 子,才能真正的把孩子教育好。"阿力克



阿力克斯在炼静功。(阿力克斯提供)

检查和改进自己写的讲稿内容。

克斯,说那天自己的情绪有些失控,并 做得更好。他说,现在管教孩子们的时 向阿力克斯道歉。阿力克斯非常感谢法 候,每当我发现自己开始生气、情绪开 轮大法的指导,避免了一场工作中的矛 始失控的时候,我就会尝试退一步,并 盾,并维护了自己周边正常的工作氛围。

反省自己 理智教育孩子

阿力克斯有一个幸福美满的家庭和一 双可爱的儿女。阿力克斯说,每个孩子 对错界线的认知也在发生着变化。当孩 我从道德上提升自己。 子言行让他感到火气很大甚至难以压抑 时,阿力克斯常感到教育孩子压力很大。

而又感到无计可施时, 我的行为和情绪 使整个情况变得更糟。有一天, 法轮大 流。法轮大法就像我的北极星一样, 指 法主要著作《转法轮》中的一句话进入我 引着我的人生旅程,帮助我坚持走在正 的脑海:"有人管孩子也发火,简直吵确的道路上,向达到更高尚美德和品行 翻了天, 你管孩子也用不着那样, 你自 的目标迈进。◎(文/司瑞) 斯回忆说,他当时马上想起了大法的法态。"阿力克斯于是没有和这位同事争吵,己不要真正动气,你要理智一些教育孩

斯说,师父的这句话给了我非常重要的 过了大约一周后,那位同事找到阿力 教导,使我能更好地保持不动气并渐渐 理性地自我反省:我是否过度反应了?我 应该教我的孩子们学到什么样的教训? 作为大法修炼者,这种情况是否反映了 我自己需要在修炼上提高自己?

阿力克斯说, 自从我遵照师父的教导 都有他们自己的脾气、品性。随着他们 从内心反省并改变自己,我真正看到这 不断地成长、学习和探索,他们对事物 种方法可以达到更好的教育效果,帮助

阿力克斯说,我们的社会就象一条波 涛滚滚的大河, 我们在逆流而上。 阿力克斯说,我发现当自己很生气 不努力提高自己的品德,那么当今世风 日下的潮流就会使我们下滑, 而随波逐

俄裔法轮功学员感恩李洪志大师

美国费城俄罗斯裔法轮功学员玛丽娜 (Marina)感恩李洪志大师教给她"真善忍" 法理, 让她走出人生低谷, 在生活中宽 容待人, 自己也获得心灵的自在和平静。

得宝书 走出人生低谷

二十三年前, 玛丽娜失去了一位亲 人。这极大地改变了她的生活,她花了 几年的时间也无法从哀伤中走出来。玛 丽娜说,这哀伤就像一块冰冷无情的石 头压在我的心灵里,一种近似负罪的感 觉日日啃噬着我的心, 以至有时导致我 产生了一些非常负面的可怕的想法。我 转向宗教,希翼借此摆脱这种状态,但 没有任何作用。我知道我必须改变这种 状态,但我不知道该怎么办。

1998年,玛丽娜的亲戚向她介绍了一 位修炼法轮大法的女士,这位女士送给 玛丽娜一本《转法轮》。

来,几乎是一边读一边哭,书中至纯的 爱你的敌人,你就圆满不了。" 话语深深地渗透到我心灵深处。我觉得

且还看到我这一生真的是做的很不好。"

玛丽娜说,《转法轮》使她明白了 很多遍寻不得的答案,明白了人生道路 明白只有当在道德上提升后,身体状况 我知道做到这一点非常重要。 变好等附带的好处才会接踵而来。

面对的痛苦离我远去,负面的感觉消失 年幼的孩子,她不得不从头开始生活, 得无影无踪。出乎我意料的是, 我刚开 始修炼不久, 那些曾有的压力、背痛和 身体上大大小小的毛病都不翼而飞。

"真善忍" 化解怨恨

修炼不久,玛丽娜就开始阅读李洪 志大师的著作《澳大利亚法会讲法》。玛 丽娜清楚地记得,在这本书里,师父说: "不管你们在任何环境下、任何情况下 回想当时的情景,玛丽娜仍记忆尤 遇到矛盾的时候,都要抱着一颗善良的 是,我心里已经不再有怨恨带来的痛苦。 新,"我一开始阅读《转法轮》就不想停下 心、慈悲的心对待一切问题。你要不能

我曾经在什么时候接触过这些法理,并 怨恨,原谅那些曾伤害过她的人,并且 与他们和平相处是一件好事。但是真正 做起来却很不容易。她说, 我得罪过的 人, 因为我知道做错了, 真心诚意地打 是神安排的, 走修炼之道, 才能改变命 电话给他们请求原谅。但要放弃对那些 运,必须认真地为每一个行为负责。也 伤害过我的人的怨恨就更难一些,不过

玛丽娜说,在不知不觉中,那些无法 朋友。有一年,她丈夫离开了她和他们 她在写信时从头哭到尾。 很困难。我帮助了她。从家具、生活必 需品到食物,一点一点地直到她的生活 逐渐恢复正常。不久, 我听说她跟她的 熟人和朋友说我的坏话,造谣诬蔑我。 我很生气,我不明白怎么会有人能够如 此恶劣的以怨报德。但不久我就出国了。

> 玛丽娜说,读到师父教导我们"要抱 一颗善良的心、慈悲的心对待一切问 题",我就想起了这个朋友。令我吃惊的

玛丽娜说, 我知道, 这是法轮大法 "真善忍"的法理真实地改变了我, 法轮 这使玛丽娜认识到,要放弃对他人的 大法洪大的慈悲洗去了我心中的怨恨。

玛丽娜之后平静地给这个朋友写了一 封信,没有提到对方对她的伤害。玛丽 娜说,我不用假装没事,因为我已不再 被她做的事打扰了。我很快收到了她的 回信, 信中的字迹很不清楚、好像被水 洗过一样。她请求我原谅, 说她的朋友 中没有一个帮助她那么多, 她再也没有 玛丽娜说,在家乡我有一个多年的好 像我这样的朋友了。一位朋友告诉我,

> 玛丽娜感慨道,师父讲过"慈悲能溶 天地春",这是真实不虚的事实!

身心受益 大法溶入生活方方面面

修炼法轮大法二十多年来, 玛丽娜一 直遵照大法"真善忍"法理,努力改变和 清除不好的习惯和不好的思想。她说, 法轮大法的五套功法使我充满生命力, 从修炼开始至今我的身体一直很健康。

玛丽娜表示, 法轮大法已溶入生活。 她从心底庆幸自己遇到这宇宙中最殊胜 的高德大法。法轮大法赋予她健康身 体, 最重要的是, 他让我成为了更好的 人。感恩慈悲伟大的师父。◎(文/高聆)

士学位的美国弗吉尼亚州居民吉姆·吉 都是免费的。于是,我在电脑上下载了 拉戈西亚 (Jim Giragosian), 在 2021年黄 法轮功书籍《转法轮》, 开始阅读。""我 历新年到来之际,他向法轮功创始人李 被震撼了,这真是超出了我的预期。当 洪志先生表达了内心的感恩。

21年前, 吉拉戈西亚正在弗吉尼亚 理工大学攻读博士学位。当时正逢美国 开始自己炼功。" 总统大选,很多人在地铁站散发传单。 他出于礼貌,从每个人手上都拿了一张。

的。但是, 等他上完课, 坐在回家的地 铁上,将这些传单一一看过来,他发现 法轮功的传单非常与众不同,

能看出来是自己在家里用电脑制作的。 法轮功功法的演示,看得出来是画出来 单明了,我记住了心中要有'真、善、 的,传单是黑白色的。"

吉拉戈西亚说,自己深受触动,他感 到这是有人真实地信仰法轮功,然后, 他们站在地铁站,跟大家分享这些信息。

初读《转法轮》心灵震撼

吉拉戈西亚说, "传单提供了一个网 善、忍"为指导原则的佛家修炼功法, 包 性, 做一个更好的人"。

时,我就意识到这是非常精深的教导。"

"所以,我又在网上观看教功录像,

"我有学习宗教和哲学的背景, 所以 《转法轮》讲到的一些话题, 我有点似曾 他本来以为这些传单都是介绍候选人 相识。但是,又感到非常不同,因为书 中展现出来的是我从未听说过的角度。 我与之很有共鸣。

"我曾经在四所大学学习宗教,学 他说, "我很感动。因为这张传单 习的时间很长, 内容很复杂。令我印象 深刻的是,《转法轮》讲述的法理非常简

"如果你遵循'真、善、忍'的原则, 那么一切事情都会有条不紊地进行。我 认为,这很博大。因为师父讲了,大法 至简至易。这是最打动我内心的部分。"

法轮功,是以宇宙最高特性"真、

人类发展学专业博士、并拥有神学硕 站,说(网上法轮功资料和教功)一切 括五套功法动作,可快速提升人的道德 水平, 祛病健身效果神奇。

> 吉拉戈西亚说,读完《转法轮》,"我 记住了几件事情:修炼'真、善、忍'; 向内找自己(的不足);去掉不好的心。"

身心受益

吉拉戈西亚表示,修炼法轮功自己受 益良多。

他的急脾气不知不觉中消失了, "修炼法轮功后,我对妻子变得非常有 耐心,这是一个巨大的改变。我想我的 孩子们也意识到这一点。我原来的个性 是,很快很快就要把事情做好。"

来喝酒, 当我读到《转法轮》讲到法轮功 学员不能喝酒时, 我心里还不笃定(自 酒时,发现味道不对了。所以,过去21好,很快乐。 年来,我再也没有喝酒。'

"真、善、忍"法理,努力"提升自己的心 上返本归真之路。"◎(文/李辰)

他表示,修炼法轮功后,周围的人也 能感受他身上散发出善与平和的能量。

吉拉戈西亚退休前在政府部门工 作,一次,所在的办公室使用往年的数 据向二万多人发放了错误的退税数据, 他们找了好几个电脑专业人员都解决不 了, 无比焦虑。

"每一个人都失去了耐心。一屋子的 人都很沮丧。后来,他们问到了我。我 很平静地马上给出了建议。他们一开始 不相信,觉得这不可能解决问题。他们 开始解释, 然后就意识到了这个就是解 决的办法。

"他们问我:面对这样的紧急状况, "我的身体也变得更加健康了。我原 你能够这么平静呢?我也不知道,我想 也许是因为我修炼法轮功吧。"

吉拉戈西亚今年已经65岁,看起来 己是否能做到)。但是,当我再次尝试喝 比实际年龄年轻十多岁。"我的身体很

他说, "我非常感恩师父给这个世界 吉拉戈西亚说, 自己按法轮功的 所带来的信息,帮助我们返回真我,走

什么是法轮功?

法轮功是1992年由李洪志先生在长春所传 如何学炼法轮大法 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 com,发一个实时短信,一分钟内会收到几个IP 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) http://dongtaiwang.com/loc/download.php 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

申请国外免费电邮信箱发邮件给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. (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:

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://git.io/fgma \ https://git.io/fgp \ http://wujieliulan.com/download/um.apk ©

