

近九旬的婆婆快乐起来了

文/吉林大法弟子 通德



婆婆今年八十六了，八十岁那年喜得大法，得法前疾病缠身，胃粘膜脱落、心脏病、头晕、腿疼，膝盖上长一个大包，走路极其艰难，上厕所蹲下就起不来，起不来时就爬，爬一会儿试试能起来了再起来走，吃药也不好使，经常往医院跑。

那天我去看婆婆，小姑子说前几天又去医院了。我说：“妈要能和我一起炼功就好了。”婆婆是个要强的人，儿女们都想接她住几天，她谁家也不去，怕给儿女们添麻烦，我这次来也是想劝婆婆来我家住几天，也许真是婆婆的缘分到了，她竟同意了！

我赶紧收拾收拾东西扶着婆婆来我家，我家离婆婆家只有两百米远，可就这两百米我竟和婆婆走了近一个小时，歇了几次才到我家楼下。我家住五楼，婆婆这样的身体要想爬上五楼，那个难度程度可想而知了，可算是爬上来了。

第二天早晨起来后，婆婆叠被子连被子都拿不动，婆婆一边喘着粗气一边难过地说：“这啥也干不了，还不如死了。”看着可怜的婆婆，我含着眼泪说：“妈你和我一起炼功吧？炼功病就好了。”婆婆说：“我不识字还站不稳，能行吗？”我说：“你听师父讲法录音吧。”

我把师父的讲法录音打开，婆婆听了一会儿说：“这可怪了，这么小的声音我平时根本听不见，这咋都能听清了？”

我鼓励婆婆说：“你和师父有缘，是师父让你听见的。”婆婆听的很认真，听着听着又惊讶地说：“这师父说的都是让人做好事啊？也不像电视上说的的那样啊！”我说电视上说的都是假的，天安门自焚是假的，是陷害法轮功的，我给婆婆讲了真相，婆婆的思想转变过来了。

婆婆真是听进去了，坐那一动不动竟一连听了两讲，到晚上吃饭时才停下来。吃完晚饭我准备教婆婆炼功，我把婆婆扶下床，但是腿站不住，靠着床也站不住，那就先学打坐吧。由于年岁大教动作很吃力，光打坐婆婆就学了很长时间，动作还是不准，但慈悲伟大的师父给婆婆净化了身体。

说来也真是神奇，就在婆婆学法炼功的第四天早上，婆婆要自己下楼去理发，说啥都不让我陪她去，可我还是不放心，差不多快理完的时候，我让孩子下楼去迎迎奶奶，可孩子和婆婆走岔路了，没等孩子回来，婆婆自己回来了。回来后婆婆乐得嘴都合不上，说上楼一点都不累也有力气了，是大师父救了！

就这样我每天带婆婆一起学法炼功，婆婆更是一天比一天好，半个月后快要过年了，婆婆要回家过年，留也留不住。送她的路上我再叮嘱她一定要坚持学下去，千万别错过这万古机缘！看出婆婆很坚定。

几天后又去看婆婆，一进屋老人家特别高兴，精神头儿十足，对我说那天她在炕上打坐，看见观音菩萨了，坐在大莲花上，从咱们家窗户飘进来的！还说那天晚上她做梦了，梦见一个身穿灰色衣服的人，用大夹子从她身体里夹出来一大块黑东西，早上起来胃也不疼了，吃啥都行，凉热都行，浑身松快有劲儿。我说：“妈，你和大法真有缘，师父管你了，你好好修吧。”小姑子也说：“妈学了大法变化可真大，还能帮我洗碗干活呢，也不发火了，也不挑饭了。”

过年的时候婆婆把“法轮大法好！真善忍好！”的对联贴到外面的大门上，行人都能看到，还劝左邻右舍都来学大法呢。

杏林漫步

文/王元甫

疏肝解郁之妙 - 柴胡

有位病人来门诊看胃肠问题，她说她肚子胀，不消化，没有食欲。最近她去医院，医生说她得了忧郁症，她看起来是愁容满面，没有一丝笑容。她定期会到医院拿忧郁症的药和安眠药，也会到诊所拿胃肠药。

以中医的角度来看，她是肝郁脾虚证，只需要服用“柴胡”方剂，如小柴胡汤，逍遥散，就可迎刃而解，同时解决精神与胃肠问题。

柴胡是疏肝解郁“妙药”

柴胡进入肝、胆、三焦、心包四经，肝与胆是表里关系，就像手足，无分彼此；肝与胆位置彼此相望，经络相互连通；病邪进入肝，也会进入胆，病邪进入胆，也会进入肝；肝旺，胆也旺，肝衰，胆也衰；柴胡治肝脏之病，同时也会治胆腑之病，肝胆是一体的，肝胆是同治的（“外经微言”）。

柴胡是疏肝解郁之妙药，为什么说是“妙药”呢？因为柴胡作用于肝胆，而胆是枢机，是身体的关键，枢纽；就好像进入房子要从门进入，胆就是门锁，而柴胡是钥匙；柴胡掌控枢机，作用就像钥匙开启门锁一样，有四两拨千金的效果，所以称之为妙药。

柴胡也能改善肠胃

为什么忧郁症的病人会有胃肠问题呢？这牵涉中医“五行”相克的问题，五行是木、火、土、金、水。肝胆五行属“木”，脾胃五行属“土”，木克土，所以肝木会克脾土，肝脏有问题，会影响脾脏。忧郁症的病人，心情郁闷，导致肝气郁结，甚至引发肝火，肝木就会来克脾土，所以脾（脏）气衰弱，会有肚子胀，不消化，没有食欲的胃肠问题。柴胡治肝胆之病，能疏肝解郁，疏解肝气的郁结，肝木不克脾土，就能预防胃肠问题的发生。

柴胡名方之一：小柴胡汤

柴胡名方首推小柴胡汤，小柴胡汤治疗少阳病，出自东汉大医家张仲景的“伤寒论”：“伤寒五六日，中风，往来

寒热，胸胁苦满，嘿嘿不欲饮食，心烦喜呕，或胸中烦而不呕，或渴，或腹中痛，或胁下痞硬，或心下悸，小便不利，或不渴，身有微热，或咳者，小柴胡汤主之”。少阳病是病邪侵犯少阳经所产生的病症，少阳病有发热，胸闷，心烦，心情不佳，食欲不好，呕吐等症状；少阳经位在半表半里，治疗用和解的方法，小柴胡汤是治方。

小柴胡汤的组方包括：柴胡、黄芩、半夏、生姜、人参、甘草、大枣。柴胡是君药（主要的药），疏解少阳经的病邪，因为病邪在半表半里，柴胡也能疏肝解郁，调畅气机；黄芩清少阳经与胆腑之热，因胆腑容易气郁而化热；半夏与生姜化痰，消水饮，解决呕吐的问题，因为少阳与三焦气机不顺畅，容易生痰与水饮；人参、甘草、大枣共同补益脾脏之气，解决不欲饮食的问题。

小柴胡汤和解表里，疏肝解郁，寒热并用，攻补兼施，作用很全面，历代医家推崇备至。宋代医家许叔微说：“小柴胡咳值千金”（“伤寒百症歌”），小柴胡汤治疗咳嗽效果非常好，价值千金。清代医家陈修园称赞小柴胡汤有奇能，治病左右逢源（“医学三字经”），他运用小柴胡汤治疗咳嗽、疟疾、腹痛、胸胁痛、呕吐、少阳病、产后病等诸多疾病。小柴胡汤也能治疗情志疾病，包括忧郁症。

柴胡名方之二：逍遥散

柴胡第二名方是逍遥散，逍遥散出自南宋“太平惠民和剂局方”，治疗肝血亏虚，肝郁脾虚证；从语意来看，逍遥散就是使人快乐，逍遥，广泛使用于妇女疾病逍遥散的组方包括：柴胡、当归、芍药、白术、茯苓、甘草，加生姜，薄荷少许。

为什么逍遥散会使人快乐，逍遥呢？因为柴胡疏肝解郁，疏通身体气机的郁滞，缓解心胸的郁闷，使人不胸闷；当归养血和血，心血得养，则可解心中郁结，心不烦，好睡觉；芍药养血平肝，肝血得养，则使肝木条达，肝气舒畅，心情好，不生闷气；白术、茯苓，甘草补益脾气，使胃气开，食欲大增；所以人有精神，身心舒畅，快乐逍遥，忧郁症自然就改善了。

善良就是人生的希望

文/归梅

近日，河南郑州富士康厂区成数万人徒步逃离，成为现代社会一大奇观。这里我们不去探究他们逃离的缘由是非，只说逃离过程中稀有的一幕。

首先这些逃难者都有高度的自觉，一般不走村镇，不主动接触外人；沿途不少人在高速路两侧放置了水和方便面、小食品等，免费供这些逃难者取用；路上的司机，尤其是货车司机，冒着被处罚、甚至吊销驾照的风险，让这些逃难者搭顺风车；高速路交警竟然也表现出罕见的宽容和人性，让这些逃难者行走在高速路上，并对那些载人的货车予以放行；随后，一些地方政府也开始主动派车接人返乡。在中共喉舌集体失声的时候，自媒体和一些网络平台，也在为这些逃难者助力。



不知道你有什么感受，我是有一种感动、宽慰和欣然的。如果在一个正常的社会，根本不会出现这种大规模逃难的现象，而人与人之间还能保持一定程度的互助和信任。可在道德崩溃、人心日下的中共治下，善行已经越来越稀有，更不要说这样规模性的出现。而现在竟然出现了这样成规模的善行，真可谓稀有难得之极，同时也透露出一种异样的气息。

是不是大陆社会在向好处转化？道德在回升？我不这样认为。我觉得这是大陆民众真正在觉醒！真正在抛弃中共！民众经历三年疫情以后，已经不对中共政府抱有任何幻想，所以他们要自救，也要助人、救人，他们的独立思想在增长，善良的本性在复苏。包括体制内的一些良知尚存的人，他们也开始本着自己的良知做事，而不是机械的维护邪共那一套恶规。

“人之初，性本善”。人的本性就是善良的，而这种善一旦被激发出来，就如同拨云见日，很难再被磨灭和掩盖。在崇拜和宣扬假恶斗半个多世纪以后，人们依然良知尚存善念不灭，而且这样大面积出现，共产邪灵焉能不绝望！

善良是人生的希望，是生命旅途中美丽的风景，更是一种力量。守住你的善，远离共产邪灵，你将得到神的照护，拥有美好的未来。

话“谦卑”

文/心莲

提到谦卑或许现在大多数人往往只停留在礼让的层面或防人妒嫉的低调心理，用现代观念已很难理解和接受了。然而翻查《易经》的卦中，再言的卦象也有不吉的爻辞，唯谦卦六爻皆吉，这又是为什么呢？

老子在《道德经》中讲到“天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随。”能理解到天下人对事物有了美的概念相比较，丑的概念也就有了。如果对事物都有了善的概念，相比不善的概念也就出现了。因此就生出了有和无相生相克，难和易相辅相成，长和短相比较，高和下相倚相持，音和声相鸣相合，前和后相依相随。由此可见，当人对事物有了比较心理就会因效仿攀比而失去原有的状态。所以老子又接着说：“是以圣人处无为之事，行不言之教，万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。”谦卑的人懂得天地大道的运行规律，能明白整个世间都是在大道中均衡布局好的，是依天道规律在运行。每个生命来到世间，虽各有不同但都各有使命，各司其职，不能逾越。如为满足私欲有意彰显就会因相生相克，偏离了原有的秩序，并且产生争斗趋向恶而形成祸患。这样看来，保持谦卑不仅是一种高德，更是一种境界和智慧。

曾有一位年轻人问爱因斯坦：“您在物理学可谓空前绝后的人了，为什么还在孜孜不倦的学习呢？”爱因斯坦没有立即回答年轻人，他在纸上画了一个大圆和一个小圆，对年轻人说：“目前，在物理学这个领域中，可能我比你懂的略多一点。你所知道的就像这个小圆，我所知道的就像这个大圆，但是整个物理学的知识却是无边无际的，对于小圆而言，它的周长小，与未知领域接触的面就小。因此感受到自己未知的东西就会少。而大圆与外界接触的周长大，所以就感觉自己未知的东西多，就会更加努力去探索。”

人外有人，天外有天。人世间的心灵修养与技艺能力也像深奥的宇宙结构一样无限洪大，又无限奥妙。拥有谦卑的心，才能不断的在广袤大穹中真正提升生命的智慧，从而升华到更高的境界。

“捡便宜”背后的得与失

文/心莲

前些日子去超市购物，路过洗涤用品区忽然想起家里洗发水快用完了，便推着购物车放缓脚步，旁边的导购员似乎瞬间猜透了我的心理，热情的迎上来说厂家正在促销一款洗发水，比其它大超市还便宜一半。

我一瞧不是大牌子，平常又没用过，于是迟疑的看了她一眼，觉得质量不太可信。她立马信誓旦旦的对我讲起了这款洗发水的好处并表示自己也在用它。最后我被她说了动了，觉得既然这么便宜还好用，就买了一大瓶回去，心里还一阵窃喜，觉得今天没白来。

过了几天要洗头时才发现被骗了，这假洗发水根本不起沫，而且味道也很难闻，买了这么一大瓶总不能浪费了，想着怎么又上当了，不禁牢骚满腹，这做买卖的一个个怎么这么不讲诚信，不甜的水果说甜，烂掉的蔬菜掺着卖，以次充好，滥竽充数，都不知道被骗了多少回，心中憋闷却也无可奈何。后来时间久了便也不再计较那次受骗，每次洗头时感受着头上那不多的泡沫，我就在想她骗了我。而我又真的做到坦诚了么？我们互相不信任，互相只想怎么从对方身上得到利益，但同时我们又希望被对方真诚以待，很矛盾，但又很现实。最后就是你骗我，她骗你，只留下伤害和满地鸡毛，信任被清空，利益也没得到，自尝了苦果。

老子讲：“故失道而后德，失德而后仁，失仁而后义，失义而后礼”。失去了道人开始追求德，失去了德人开始追求仁，最后失去了义，人又开始追求礼，那么当人开始追求物质利益的时候，又失去了什么呢？当我想占便宜，追寻外在物质利益时，就已经是不讲德不讲诚信的开始了，还期望别人对我讲什么诚信礼仪呢？道德流失的同时物质也必然流失，要想拥有真正丰富的物质唯有提升道德才是上上策啊！

