

狱中得法获新生

我曾经是因三次入室抢劫而被判重刑——无期徒刑的刑事犯。在监狱里，一个偶然的时机，万念俱灰的我炼起了法轮功，从此以后我的人生也发生了翻天覆地的变化。

我是在黑龙江省一县城乡村长大的一个纯朴、本份的孩子。中学毕业后上了师范学校，但我并不喜欢当老师，处了一个家里都不同意的女朋友，后来我们一起来到了一座城市，并做起了小生意——从浙江的义乌商品批发市场进货，销售，也贩卖过鱼等，也许是命运不济，做什么买卖什么赔，有一次进货赔了一万多元钱，在我们无力偿还的情况下，一个邻居趁机跟我说咱们干抢劫去吧！我听后也没想太多，我便和他们一起开始干起了入室抢劫。自从第一次得手后我就一发不可收，直到一九九五年第三次案发被抓获，判刑进了大狱才算结束了这一切。

监狱是个什么地方啊，环境非常恶劣，伙食极差成年累月吃的都是窝头，上面到处是苍蝇。汤里没有一滴油，喝完汤盆底是一层泥，我的刑期太长了家里的经济条件又不太好，身体也差，疾病缠身，使我对以后的人生道路一片迷茫！监狱是坏人集中的地方，耳边天天听的都是污言秽语。近墨者黑，渐渐的我也同他们混为一团，满身的不良习气，自己却浑然不知，时间就这样一天一天的过去了。

一九九七年的一个普通的接见日，爱好气功的父亲给我带来了一本书——《法轮功》，反正也是打发时间，我便在

没事的时候看起了这本书，觉得很好，很新奇，都是我从来未闻的高深法理。

在一九九八年，因大洪水淹没了我们服刑的监狱，我们被临时转到另一所监狱，服刑人员都住进了一简陋的大库房里。有一位修炼法轮功的学员将修炼者和爱好法轮功的人都叫在一起，领着大伙学法、炼功。他手里有《转法轮》、《精进要旨》等法轮功的书籍，我们都争着看，看后有如梦方醒的感觉，也改变了我的世界观，身心也发生了很大的变化，也明白了人生做人的真正目地，从此以后我也就走上了返本归真的修炼大法之路。

一九九九年，我的刑期由无期徒刑改判为有期徒刑二十五年，在正常情况下我的刑期每隔两年可以减刑一年半至两年的，也就是意味着我在监狱再呆一至十二年就可以回家了。

但是在九九九年七月二十日，中共对法轮功进行了疯狂的迫害，这时的我也面对着抉择：放弃修炼法轮功，减刑，十多年就回家了；还是继续坚持修炼法轮功，那么减刑也就与我无缘了。

我们的大法书籍也被抄走了，功也不让炼了。有一天晚上我炼了一会功，第二天就被犯人往狱警那里报告了。狱警找到我逼迫我放弃、转变态度。我没有妥协，他们便把我押进了小号，并将我双手反背锁在地环上，双脚又开也锁在地环上，三个环成三角形排列，身体坐不起来，也躺不下，就这样我被他们折磨迫害了一天一夜，看到我昏过去了就往我头上泼上一盆凉水，这样我没向

他们妥协。他们就又给我从口中往肚内灌巴豆水（一种强烈的泻药），此后每天我腹泻不止，胃里空空的，二十天后我人已脱相，双腿骨瘦的都显形了，迫害了我二十天后将我放出小号后。以前和我在一起的狱友看了我好半天也没有认出我是谁。

二零零二年，我因坚定修炼法轮功，被非法关押了三次小号，累计近一年，最长一次关押了我半年多的小号。他们多次将我锁在一种刑具（用金属管焊接的工型的支架）上，把人的四肢分别锁在支架的两头的铁环上，除了上厕所外，整天在地面上，直不起腰又躺不下，一坐就是半个月或一个月，有时候就将我抬到水房内放在冰冷的水泥地上，打开窗户，往我身上浇凉水，有时深夜里把我放在冷风口；有时坐在一根两头垫起的钢筋上，他们这样折磨迫害我就是让我妥协放弃修炼大法。

为了阻止邪恶对我惨无人道的折磨迫害，我多次绝食，最长时间一次四十多天，每天都被强行灌食，身体被迫害到极限的时候，在周围的人看来已经不行了，无法恢复了，我都是凭对大法的正信正念、师父的保护，一次一次的奇迹般恢复，有了一个健康无病的身体。我心里非常的清楚这就是大法神奇在我身上的奇迹，无论到什么时候我都是发自内心的说；法轮功好！真善忍好！法轮大法好！

还有一次，我炼功时遭一狱警连续的暴打，当时我纹丝未动，直到被打昏，狱警才住手，以至到后来他再也没

碰过我，还跟别人说：“法轮功（学员）真是战士”。

二零零二年底，一名同修到我这教我一同背师父的经文《正法时期大法弟子》和《洪吟》中的诗词。一次我在背师父的经文，止不住泪流满面，我的心灵深处被深深的触动，对师尊的感恩。我知道做一名真正的大法弟子，就要兑现自己的誓约，救度众生讲清真相，清除中共谎言对众生的毒害，由于我是真心为他们好，除少数人不听抵触外，大多数的人都能了解听真相，认同大法好。

现在周围的环境也变好了，很多了解真相的服刑人员包括警察都能去善待大法弟子了，三退的人员也非常多，我真心希望高墙内的与大法有缘的众生有一个美好的未来。

最有意思的是，二零一四年监狱的领导、狱警大变动，我被关押监区的个别狱警为讨好上司，捞业绩，对在监区非法关押迫害的大法弟子找茬，我被关押小号，期间我每天晚上都给小号里的服刑人员讲大法真相，并劝三退，他们都明白了真相，有的三退了。有一天来了一批到狱中参观的人员，当他们经过小号门的时候，里面的人都喊“法轮大法好！”以至所有的参观人员都认为小号关押的都是法轮功学员呢。

现在的我红光满面，看起来比实际年龄要年轻许多，庆幸自己得到了这无比珍贵的天法，知晓了人生真正意义。是大法改变了我，我就是昔日浪子，今日金不换。◎（黑龙江大法弟子）

西裔青年开启美好人生

“过去修炼的一年对我来说是非常美好的一年”，修炼法轮功仅一年，二十岁的帕维尔·卡斯特罗（Pavel Castro），在二零一五年芝加哥法轮大法修炼心得交流会上，分享了自己修炼法轮功后的改变。

他说：“‘真、善、忍’的原则意义深远，我知道这就是我灵魂一直在寻找的。”那么，来自中国古老的修炼方法——法轮功是如何吸引了这位以前不曾关注中国的西方人？并给这个年轻人带来了什么样的改变呢？

网上奇缘

二零一四年九月，在互联网上闲逛的卡斯特罗无意间看到有网友在分享自己修炼法轮功的个人经历和体会，以及自己是如何受益的，看着别人对法轮功功法的介绍，卡斯特罗产生了兴趣。他说：“我不愿意在网上看书，于是我买了书，开始阅读《转法轮》。刚开始的时候，感觉很迷惑，看不懂，总在想这本书到底在说什么？”

“但很神奇，读得越多，我感觉自己越来越完整，书中的内容能够平衡我的思想。我渐渐发现，看书里的内容，不仅仅是在看或者尽量去理解，我发现书中字里行间后面的精神上的东西打进了我的大脑。我发现我明白《转法轮》里的内容了，而且是真的明白，不是表面的理解。”

快乐人生的开始

二十岁的卡斯特罗，从前的经历并不好，吸过毒，进过监狱。用他自己的话说，就是“活在自己世界里的反社会的人”。但是现在，他接受采访时说的最多的一个词就是“Happy（快乐）”。

法轮功带给他了什么样的快乐呢？

他说：“我以前的生活可以说是一团糟，我对自己说，这不是我要的人生，我一直想变成一个好人，我告诉自己不能再这样生活了，可是我也不知道怎么变好。修炼法轮功后，我发现我使劲学法，我的一切都开始改变了，我太高兴了。大法改变了我的生活，没有师父这一切都不可能发生。”

卡斯特罗曾在一家制作卷饼的快餐店工作，因为所在的地段比较混杂，周围一起工作的都是他这样的有过不好经历的同龄人，他回忆道：“店里听的也是疯狂、嘈杂的音乐，周围的人也是说着脏话，不堪入耳。每次要去工作前，我都得多读法，告诫自己保持祥和的心态，保持平静，要不然，在那样的环境我一刻也呆不了。后来我发现我读法读得越多，我越平静，那些污言秽语根本打不到我的大脑里，当然我也会在心里求师父帮助。当我决定开始修炼法轮功，我知道要修炼我的心性，提高我的道德，用更平稳的心态面对周围并不健康的环境。法轮功让我更能专心我的工作。”

“我努力把自己的注意力只放在工作上。有的时候，当我犯了一个错误，而同事对我大声吼叫时，我都尽力保持平和的心态。”

卡斯特的改变当然也引起了周围同事的注意，特别是老板的注意，因为卡斯特罗还快乐地经常帮助别人，再也不是一个自私自利的人了。他的同事都问他怎么做到的，他说：“我那时不懂得讲真相，我只是说我修炼法轮功，并把大法的书籍借给别人看，不会讲书中做人的道理。后来老板让我做经理。”说到这里，卡斯特罗

腼腆地笑了，“可能我的变化真是太大了。感觉自己的人生在修炼法轮功后，真正开始快乐和完整。但我没有接受那个职位，选择了回学校读书。”

他表示：“我很开心修炼后，知道了自己的需要和选择：我要回到学校。我重新回到埃尔金社区学院，开始选修基础教育课程，学校里良好的环境能让我走回到正道上了。我的心性和道德思想都开始纯净了，我还要提高我的学业，打下更好的基础。”

全家受益快乐和睦

谈到自己的家庭，卡斯特罗说：“我说过自己是个反社会的人，我一直都和父母同住。修炼前，我回到家，一句话也不说，谁也不理，把自己关在屋子里玩电子游戏，我甚至想不到要关心父母和兄弟，还觉得他们是负担。我完全活在自己的世界里。”

“修炼后，这一切都改变了，我开始又和我的弟弟们讲话，特别是我最小的弟弟，他才十二岁，我告诉他我的过去，告诉他我不应该做那些不好的事情，以及我修炼法轮功后是如何变成一个更好的人。我也鼓励我的父母看《转法轮》，我买了西班牙语的《转法轮》给我母亲，她已经读了两、三遍了。我父亲是那种不喜欢听别人对他教的人，虽然嘴上不说什么，但是，父母看到了我巨大的变化，都特别高兴。父亲以前看到我都是很厌恶的眼光，我总是偷偷地溜回到我的房间，现在不同了，父亲会问我今天干什么了，今天去哪里了。我都会和他们聊一会儿，我感觉家里的一切都在变好，我们越来越亲近，越来越和谐，特别是我和他们关系。”

就象卡斯特的亲身体会中说的：“从过去的人生经历中，我觉得自己的生命一直在往下滑，可是修炼大法能让我把自己挽救回来，这个意义让我感动不已。我的家人也因为我的修炼受益，当我跟他们在一起时，我能感受到更多。我努力不只是为了自己活，也为他们而存在。”

找到同修 为反迫害尽力

卡斯特罗一直都是自己下载法轮功教功录像，并跟着学炼。在浏览明慧网的时候得知了神韵艺术团到芝加哥的消息，他和弟弟们一起观赏神韵演出，顺利联系上了当地的法轮功学员。得知法轮功在中国被非法迫害的消息，卡斯特罗表示特别震惊，他说：“看到法轮功学员被活摘器官和被洗脑的消息，我很难过。你以为这些都是远离我们的，但是实际上还在发生着。我以前从来不得我和中国有什么联系，但现在，我知道我要为那里的法轮功学员做些什么，告诉他们中国丰富的文化因为中共的体制而遭到破坏，这是下一代人的悲哀。”“法轮功给我打开了一扇大门，我很高兴能了解更多我以前忽略的文化和传统。”

卡斯特罗说自己修炼的时间不长，才刚刚找到周围的法轮功学员，但他特别开心：“每个星期跟当地同修在一起学法、炼功以来，我觉得是我们的缘分让我们聚在一起。”

他还说：“法轮大法是非常、非常神圣的，你在任何地方都找不到这样的东西。当我修炼后，当我提高心性后，即使回到社会里，周围的一切都改变了。我会更努力的学习，工作，当然还有修炼法轮功。”◎（徐菁）



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，在书店(<http://www.tiantibooks.com>)有售，也可从网上免费下载：<http://falundafa.org/book/chigb.htm>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（连结时请通过安全凭证）。

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://zr.thiof.com.ar/>（请通过安全凭证）

三、翻墙直连动态网

<http://em.tcd.hk/>、<http://iv.sunriser.tw/>、<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://goo.gl/iWCiXK>、<https://goo.gl/SwpJGX>、<http://dongtaiwang.com/loc/mobile/>、<http://x.co/4mgfw>、<http://x.co/4mgfw>◎

