



我和老伴出生在同一个村落，两家人都是忠厚老实、受人尊敬的农家人。可天有不测风云，命运让我们受尽了人生难以想象的苦难：老伴六岁母亲就撒手人寰，丢下五个年幼的儿女，最小的不满两岁，最大的才十三岁。他的父亲又当爹又当娘，常常忙了地里顾不上家里，弟弟妹妹就由八岁的姐姐看护。经常饥一顿饱一顿的，还时常受到大孩子的欺负，孩子们可怜巴巴的哭成一团，谁看见了都落泪。

从我记事起母亲就患上肺气肿等疾病，哥哥患严重的风湿性心脏病，俩人常年卧床不起。妹妹也体弱多病，日夜操劳的父亲不幸患上了食道癌。年幼的我每天放学回来，不但要照顾父母兄妹，还要做家里的农活，每天觉得好累好累啊！父母和村里的老人看见我都心疼的落泪，时常提醒我，娃呀，你还小，不要累坏了身体……

我十三岁那年，父亲病故，家里天塌下来了，我只能退学挑起这份重担。在靠工分吃饭的年代，我辛苦干一天才给七分钱，为了给父母看病，家里能卖的都卖掉了，还得四处借钱。对一个只有十三岁的女孩来说，那是真是苦难！

十九岁那年，我和老伴结婚，随老伴招工来到四川一家国营企业。心里想着苦日子总算熬到头了。

我非常珍惜这来之不易的工作，每天早来晚走，兢兢业业的工作，因工作出色后被提升为正处级干部。然而身体却不争气：肩周炎、颈椎骨质增生、右腿萎缩性皮下神经炎、内外痔、鼻窦炎、工伤造成了腰椎间盘突出等十几种疾病一起上身，犯病时就连一张报纸都拿不起来，生活也不能自理。

老伴也患上胆囊炎、严重的十二指肠溃疡，长期便血，一犯病就疼的大汗淋漓，面色发紫，满床打滚。那时老伴工作繁忙，除了照顾我，还要照顾三个上学的孩子，实在苦不堪言，脾气暴躁的他一不顺心就冲着我和孩子发脾气。

昔日雷厉风行的女强人，变成了一个药篓子，身处困境的我陷入对生命的终极思考中，我时常想：为什么从小到大要承受那么多的磨难？人生的意义究竟是什么？没有人能告诉我。我常常感到绝望，生命对我而言变的暗淡无光。

绝处逢生

一九九三年四月，我因病情加重转

到 125 医院。单位的领导来病房看我，见我情绪低落，便说：别发愁，我刚学了一套功法，你学了保证能好。我急忙问他是什么功法？他说是法轮功。这功非常好，是教人修心做好人，不仅提升人的道德水准，对强身健体有奇效。听他这么一说，我仿佛看见一点希望。急切地说：那你就教我吧！那时我还行动不便，他在病房里给我演示法轮功的五套功法，我用心看，用手比划着学，认真记着每一个动作。很快我就学会了这五套优美而舒展的动作。临走时他说，能动了就下床炼，很快你的病就好的！

果然如此，领导走后，我用心体会，一遍遍的反复学炼，就感到一股暖流通透全身，身体热乎乎的非常舒服轻松。第二天长期卧床的我居然能下地了。我更加有信心了，不停的炼。到了第三天，我就能自己走到楼上阳台上炼功了，心里别提有多高兴了。第五天，我向主管医生要求办理出院手续，他非常吃惊地问：你那么严重的情况，怎么突然好了呢？我告诉他我学了一种非常好的功法，叫法轮功，炼了几天就好了，可以下地走路了。医生感到不可思议的说，真神奇！他看我要出院的态度坚决，就说你实在要出院可以，但是回去后你必须卧床休息 15 天再上班，不然病还会复发的。我心想不会再复发了。

回家后我每天如饥似渴不停的炼功，只要往那一站，马上就能静下来，感觉自己非常高大。所有楼房，花草树木都在我的脚下，感觉非常舒服美妙。

病假还没休完，我就上班去了。领导和同事都说：“你皮肤怎么看起来白里透红，人也显得格外年轻漂亮，这哪像个有病的人呢？”

寻师结缘梦成真

九三年九月的一天晚上，我在似睡非睡中梦见自己来到一个很古老的寺院，院中坐落一排整齐的平房，我看见师父穿着紫色袈裟，站在房门口的屋檐台上，气度高雅祥和，显得非常年轻。我急忙走向前虔诚地问道：“您是李洪志师父吗？”师父面带微笑点了点头，我又说：“我想请您教我功法。”师父还是笑着点头，并向左前方一挥手，瞬间一群和尚齐刷刷的站在了左边的院坝里，我也快步走进人群……这时一下就醒了。

第二天周末，教我功的那位领导打电话来，叫我去他那里看师父的教功录

像。我兴奋的把晚上的梦境告诉他，他说：你快来看看和你见到的师父是否一样？下午我乘车去他家，当看见师父教功的镜头，我惊呼这就是我梦中见到的师父！在场的人都流下了感动的泪水。

转眼到了九四年四月，那天阳光明媚，有位老领导从北京来厂，告诉我师父最近要在重庆办传法班。终于能见到师父了，心里别提有多高兴了。我们约定好，届时赶到重庆江北体育馆参加师父的传法班。

第一天，当我走进礼堂，重庆的同修把最前边一排位子让给我们远道而来的学员。几千人的大礼堂座无虚席，连过道也加满了位子，礼堂外面还有许多学员，大家都急切的等待师父的到来。

不一会儿，身材高大、气度非凡的师父面带笑容健步走上讲台，顿时礼堂里响起雷鸣般热烈的掌声，久久不能平息。师父亲切的向大家单手立掌，并示意大家静下来，掌声顿时停止。

师父端坐在讲台上，从上衣口袋拿出一张名片大小的纸条，放在桌上开始讲课。我用心听着，生怕漏掉一个字。

几天学习班下来，师父讲的法理解开了我心中所有的死结，我全明白了：知道自己今生经受的一切磨难和痛苦都是自己生生世世的因果造成的，明白了人生的目的地和生命的意义。我感到从未有过的轻松和愉悦。讲法过程中，师父强大的功和能量覆盖了礼堂内外，会场安静祥和，没有人抽烟，没人走动。事后听开了天目的学员说，看见师父打出无数的法轮，还看见师父的法身给学员清理身体，有一位学员看见自己的身体被师父清理净化的像白凉粉一样干净透亮，他感到身体从未有过的轻松。

九四年四月下旬，老伴也有幸参加了师父在成都的传功讲法班。回来后，老伴完全像变了一个人似的，红光满面。他兴奋的讲述了发生在他身上许多神奇的事情。这里仅举两例：

师父讲课讲到去各种执着心：“我劝大家，真想修炼的从现在开始你把烟戒了，保证你能戒的了。在这个学习班的场上没有人想到抽烟，你要想戒，保证你能戒，你再拿起烟抽就不是滋味。”（《转法轮》）下课后，老伴和几个同去的同事回到寝室，习惯的拿出香烟一人点一根。刚一抽，哇！简直太难受了，说不出是啥味道。从那以后老伴和那几位学员轻松的戒掉了几十年的烟瘾。

在最后一堂课，师父说要破例给学员治病。师父让全场学员站起来，有病的就想自己有病的部位，没病的就想自己家里人有病的部位，当时老伴想的是他大哥患了气管松弛闭合不全。准备好后，师父说：一、二、三，大家跺一下脚，疾病立即消除。

过后老伴给他大哥打电话问他的病，他大哥高兴地说：“不知道怎么回事，突然吃饭不呛了，喉咙恢复正常。”

同时老伴几十年的顽疾也消失了。二十多年来每当想起师父，感恩的泪水就止不住地流。能够有幸参加师父的讲法班是我们一生中最幸福的事。

身心巨变令众人羡慕

在工作和生活中我严格按照“真、善、忍”的标准要求自己，处处为别人着想，与人为善。不追求名利，不贪不占。我所负责的部门成绩在同行中名列前茅，连三年被评为省国防工办先进集体，个人并多次荣获先进工作者荣誉。

老伴的身心也发生了巨大变化。每遇到问题时都用师父的法指导我们的行动。“我们作为一个炼功人，矛盾会突然产生。怎么办？你平时总是保持一颗慈悲的心，一个祥和的心态，遇到问题就会做好，因为它有缓冲余地。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，这就不会出了问题。所以你炼功要按高标准、更高标准来要求自己。”（《转法轮》）

老伴不仅戒掉了抽烟喝酒的不良嗜好，全厂出了名的不敢惹的火爆脾气也改了，让众人刮目相看，连连称赞。

如今我和老伴都已进入古稀之年，我们每天坚持学法炼功，讲清真相从不间断。我和老伴身体健康，红光满面。这二十多年来，没吃过一颗药，没打过一次针，真正体会到无病一身轻的美好，每天都快快乐乐的，走到哪儿都让人羡慕不已。

这么好的功法怎么能不告诉别人呢？我和老伴多次到北方老家给那里的亲戚朋友，过去的同事传播大法福音。不少人因为亲眼看见我俩的变化，明白了法轮功真相，做了“三退”并诚念“法轮大法好，真善忍好”，还有有缘人走入了大法修炼。◎（四川大法弟子）

从火爆强势到体贴谦和

原在医疗财团法人综合医院担任驻卫警的刘大猷，因为轮流值班的关系，经常昼夜颠倒，生理时钟也跟着混乱。眼见许多同事，大夜班时吃药硬撑精神，下班后有的须吃安眠药帮助入睡，日复一日，结果经常到医院报到求诊，仍然无法解除困境，刘大猷很担心自己也会步上这样的后尘，他努力寻找解除这种危机的运动或气功。

喜得法轮大法 安顿身心

一九九九年年初，刘大猷在市立图书馆看到一本金灿灿封皮的书——《转法轮》，内心有所触动也很好奇，借来一看爱不释手，三天之内就一口气读完。他感到非常震撼，书中提到的开天目情况，正是他在拜读《转法轮》之前半个

多月时的经历：前额突然象一朵花一样，一层层地开，集中精神之际，还看到另外空间一排非常立体工整的、他看不懂的字，还看到佛的形像巨大无比，一层比一层巨大，层层叠叠相连接到看不见的地方，非常感严殊胜。刘大猷内心澎湃兴奋又感动：原来我跟佛有缘！师父早就在管我了。

怀着如饥似渴的心情，刘大猷赶紧到书局请回所有大法书籍来恭读，上网寻到法轮大法网站学习五套功法，一段时日之后，不轮值大夜班的时候，他就到“虎啸公园”参加集体晨炼。二零零零年，台湾学员针对中共编造欺世谎言诬蔑大法以及迫害学员的真相印制成书面资料，刘大猷到炼功点拿取真相资料挨家挨户去派发，单纯的心思只愿民众明

白法轮大法是正法，不要被中共捏造的谎言所欺骗。

比起许多同事，幸运的是，刘大猷在身体健康亮起红灯之前，就寻获并且开始修炼法轮大法，他说：修炼之后，碰到感冒或病痛，只要遵守修炼人的标准，在法上提高认识与心性，无论严重与否，只要二、三天就能安然度过，身心轻松、头脑清晰，精神特别好。

火爆脾气、强势自我 到体贴谦和

受益最大的还是他在个性脾气方面的改善。修炼之前的刘大猷脾气很大，一说就爆。凡事喜欢强求按照自己的意思去做，对方不听从，脾气就上来，无论对待同事或家人都是如此，经常发脾气可说是他的“商标”。

修炼法轮大法之后，刘大猷有个一百八十度的转变。他笃行真善忍的法理，懂得设身处地为别人着想，遇到矛盾先冷静下来，向内查找自己的不是或不足，遇事也只提供意见出来参考，不象以前那样强制对方接受自己的观点。刘大猷说：“很多时候，对方反而较能持平地看待，不会因为心里不舒服而反弹，反而接受我的意见，主动按照我的想法去做。这种时候，我就自我提醒：不能自满产生欢喜心、骄傲心或干事心等这些执著。”

从他的改变，见证法轮大法的美好，刘大猷的母亲和儿子也相继修炼大法。医院长官也给予肯定，数年前内调总务行政单位至今。◎（郑语焉）



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。

什么是法轮功？

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：一气呵成诵读《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/chighb.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://rq.la-porta.com.ar/>

三、翻墙直连动态网

<http://sj.jw80.net>、<http://pk.serelec.com.ar/>、<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：

<http://x.co/4mgfw>、<https://goo.gl/iWCiXK>、<https://git.io/fgma>、<http://dx.javaecotravel.com/>、<http://dongtaiwang.com/loc/mobile/> ©

