

从暗无天日到枯木逢春的跌宕人生

我是一名五十五岁的女教师。下面我把我从修炼法轮大法前生活上的暗无天日到修炼后的枯木逢春，这一身心上的变化写出来，与大家分享，希望那些和我以前一样迷途的羔羊迷途知返，珍惜这万古机缘。

从二零零六年得法到现在，《转法轮》这本宝书我已经看了好几百遍了，我也离不开这部使我和所有大法弟子及一些明真相的人身心健康、道德回升的宇宙大法了！

一、暗无天日

我前夫原是一个乡镇中学的校长，受当今社会大染缸的污染，在二零零二年，他出轨了，以各种工作为借口和两名二十六、七岁的年轻女教师搞婚外恋（因许多人能看出来他和两名年轻女教师的关系），经过了无数次吵闹和大动干戈，每次都是两败俱伤，身心备受摧残，一直发展到冷战很长时间后，我搬出来租个房子，让父母来和我共同生活两年后，两次起诉他后才离了婚。

虽然在别人眼里我是个坚强、乐观的人，大多时间表面上表现的还是乐呵呵的。有个老师曾和我说：“你的承受能力真强！”但我内心却悲苦的很，觉的活的毫无意义，有生不如死的悲哀感觉。

我的身体健康状况更是每况愈下：长期失眠，造成了严重的神经衰弱，每晚吃两片安定，也只能睡两三个小时的觉。第二天上班脑子总是昏昏沉沉，哈欠连天。各种疾病缠身，使一米六二的我体重下降到九十几斤，眼窝儿深陷，本来圆圆的脸庞两腮就象刀削一样瘪了下去，脸色像是生了铁锈一样的发黄，暗淡而无光泽。

坐月子落下的老寒腿，膝关节疼痛，每逢阴天下雨时比天气预报还灵，提前就疼痛加剧。夏天想穿裙子，里边还得套条薄秋裤；每年快入冬时比别人早一个月穿棉裤，五月才敢脱掉；严重畏寒，夏天晚饭后出去坐街，别的妇女穿短袖背心不冷，我穿七分袄身上还冷得直起鸡皮疙瘩（中医说是阳虚）。

还有长期上火牙疼，牙龈起脓包；长期胃痛、胃胀，肠胃鸣叫，直至连喝稀粥也胀得难以忍受，更别说吃雪糕等各种生冷食物了。

尽管开了一大堆药吃后也无济于事；经常随时随地休克；周末学校操场看杂技时、办公室给老师们做示范课前、办

身份证在派出所门口、家里等等。每次醒来后都是一身冷汗，到医院检查说是营养不良、低血糖、低血压，心脏供血不足。

还有颈椎病、痔疮、头疼、鼻炎长期伴随着我，常备药不少：什么人参归脾丸、补脾益肠丸、复方阿胶等等每天一把一把的吃，江湖上卖的各种药和所谓的营养品都买过吃过，贵重的药酒泡过喝过。

当时两个人的医疗卡也不够我买药，还得一、二千左右的现金买药吃。在办公室里各种药盒子挤满了抽屉，老师们也都知道我是有名的药罐子。

原来一直皮肤粗糙并过敏，毛孔粗大，脸上常像飞皮儿点心一样起皮儿。我那时即使是再阳光灿烂的天气，我也觉的是暗无天日。

二、枯木逢春

二零零六年六月的一天晚上，我有事去教过的一个学生家，看到她家桌子上放着一本厚厚的书，我便奔过去拿了起来。她笑着问我：“老师，你是不是想看《转法轮》？”我当时碍于情面，回答说：“看看也未尝不可。”当时好像是由于生活无聊，平时爱看一些有故事情节的小小说，与故事中的角色同喜同乐，来打发精神空虚而无聊时光，所以无论到哪里，都找书看。没想到这一爱看书的习惯，让我的生活从以前的暗无天日中看到了光明，枯木逢春。

在刚看《转法轮》的当天晚上，躺下一会儿就睡着了，睡得那个香啊！长期的神经衰弱、失眠消失了！看完第一遍《转法轮》以后去还书时，这位同修说：“老师，你看你脸色多好看。”我还以为她瞎吹捧的说呢，回家照镜子一看，惊喜地发现脸色确实呈粉红色，有了血色了，和以前那张铁锈黄般、暗淡无光的脸简直判若两人。

真是太神奇了！我才只看了一遍书啊！就发生了这样的变化，而且感觉头脑特别清醒，不象以前那样昏昏沉沉了。眼睛也有神了。

七月该放暑假了，我便借了《转法轮》和《大圆满法》及师尊的教功录像光盘，带着到外地一个亲戚家度假。当时坐火车时也拿着《转法轮》这本宝书看。越看心里越静，越看心里越祥和，越看心里越舒服！车厢里的一切都好象离我很远。

伟大的法把我以前那些愤愤不平的心融化了，心里轻松了，再也不象以前那样疙疙瘩瘩的发堵了。而且只要是看法轮大法的书，眼睛也是越看越舒服，根本没有象以前看常人书那种又痛又胀的感觉。

通过学法，我明白了我们生生世世所吃的苦和受的罪都是自己今生或前世种下的因才得到今天这样的果。从此，我的心胸开阔了，不再计较以前的那些是是非非、恩恩怨怨了。所以对前夫没有了以前那种痛恨的心理了，见面总是主动打招呼。

刚开始每天能静心学三、四讲《转法轮》，真有如饥似渴的感觉。大约学了第三、四遍时，有一天胃疼躺在床上看书（因为自己才开始单独学，还不懂敬师敬法），惊奇的看到有一字被圈了一圈金色在闪闪发光，便马上起来端坐着看书了。也知道胃疼是师尊在给我消业。

从此，胃再也没疼过，一直到现在，从冰箱里拿出来东西就敢吃，雪糕也敢吃了，吃柿子觉的带冰碴的才好吃呢。

在开始照着《大圆满法》和师尊的教功录像学五套功法时，刚学炼功当时就有明显的感觉。因为原来的颈椎病带的胳膊疼，第一次在炼第一套功法“佛展千手”中“双龙下海”的动作时，感到左胳膊有什么东西猛的往上窜，后来深入学法后才知道这是师尊在给我通脉。

开学回家后，一天晚上穿着背心和妈妈在院里站着说话，妈妈笑着问：“二老姑娘今天怎么了？”我不知其意，妈妈解释说：“穿背心出来也不怕冷了。”我才知道自己不知啥时和正常人一样了，不怕冷了。我从内心深处笑了，并自豪地对妈妈说：“我炼大法了！”

不到一个月的时间，我各种疾病不翼而飞了，无病一身轻的感觉真好！感到精力特别充沛，再也不像以前没事就想躺着了，走路一身轻。

得法后第一次单位组织体检，我校三十多名教师，平时看着身体都很强壮的老师，不是“三高”，就是血压高等，只有四名老师，两名二十几岁的年轻女教师、一位与我同岁的男教师和我这个曾经休克、腿疼、胃疼、头疼等多种疾病缠身的药罐子，体检表上写着：未见明显异常，祝你身体健康！

虽然在二零一零年体检时医生就说我子宫已经萎缩了，但到二零一二年又

奇迹般的很正常的来了一次例假。

我现在虽然已是五十五岁的人了，可谁见了都说我和同龄人比较很年轻，皮肤细嫩，白里透红。甚至去年初中同学聚会时，有个同学说我比念初中时还嫩呢。

前年师范同学聚会时，一名男同学指着我对原来在学校念书时长的很漂亮的两位女同学说：“人家现在长俊了，你们长差了。”其中的一名女同学笑着问：“你吃了什么不老药？”我当时由于怕他们不理解，没说是修炼法轮大法给我带来的福音和福分，后来我在网上给他们发过各种真相和《细雨人生》等说明法轮大法神奇的视频，他们也知道了我的身心蜕变来自于大法。

得法后无论在单位里还是社会上都力求自己做个好人，符合真、善、忍了这一宇宙特性的人。有的学生家长为了让我照顾他们自己的孩子送钱或物给我时，我都婉言谢绝并让他们放心：我会认真教好他们的孩子的；一次网上购物店家要求刷单（假购物）返红包时，我为了讲真相救她，刷一个单子后，她给我十元红包，我给她退了回去，并告诉她：我是修炼法轮大法的，我们师父要求我们按“真、善、忍”做好人，不占别人的便宜。她说：谢谢！我也想修“真、善、忍”。

在前夫的父亲去世时，我让儿子捎回去五百元钱。孩子奶奶当时就哭着说想我了。我还多次给孩子奶奶买衣服和吃的，有时自己亲自去送并看望老人，有时让儿子捎回去。去年第一次去老人家里看望她时，老人高兴的说：“我闺女回来了！”我们娘俩紧紧的拥抱在了一起。老人看到了我身心的巨大变化，很高兴，也说大法好。村里见过我的人都说我漂亮了。

从第一次拿起《转法轮》这本书到现在，再也没吃过一粒药。在这里我要告诉那些不明真相和被中共谎言欺骗的世人：大法不是不让人吃药，而是只要信师信法，同化大法并且按照法的标准要求自己，身心健康就不用吃药。

以上是自得法前后的经历及体会，希望善良的世人看了明白法轮大法是正法，是高德大法；也希望你们找来《转法轮》这本宝书，不带任何偏见的看上三遍，看看书中到底都讲了些什么，保证你会庆幸自己有多么的幸福，多么幸福的！◎（河北法轮大法弟子/翠姿）

苦等十八年 全家都走入大法修炼

我今年七十六岁了，从小没上过学，一个字也不认识。一九九九年时，我也在一个炼功点炼了几天功，大约两个月左右。有一天我去炼功点炼功，一看没人去了，一打听，才知道邪党开始迫害法轮功了。当时我心情很难过，这么好的功，不让炼了，为什么呢？我搞不清楚，我心里想炼。

当时我也不认识其他修炼的人，没有办法，就老在市场上转悠，一天天过去了，一晃十八年过去了。

二零一七年中秋节前后，有一天，我看到一个发资料的人，觉的很像炼法轮功的人，问后真的是我要找的人，我求她帮助我找到学法轮功的地方。

我说明情况后，她带我到一个学法小组，看到了《转法轮》这本

书，我不住的流泪。因为我不认识字啊，如何学法呀？我不但不识字，而且眼睛看不清东西了，满身的病，满脸皱纹，脸色黑黑的，走路腿也疼。但不管怎么难，我都要学这个大法，心中暗暗的求师父帮我。我想快认识字，为的是要学法。

协调人耐心的一个字一个字的给我指正，我就一个字一个字的念，我不觉的难，只感到大法字进入我的心，使我感动无比震惊。我不知道怎么说明那种感觉。

有一天，在小组学法，我拿起大法书，看到书上的字金光闪闪的，字字入我的心，我很快就能念下来，但很不熟练。我的眼睛也神奇般的好了，身体也很轻松。我天天坚持参加集体学法，下午去发真相资料。

得法的喜悦使我的心情无比激

动，天天跟老伴说：“这个大法你不学你不知道，你快学吧，你认识字，你看我一个字不识都会念下来，这样的神奇，你几时听说过。”老头子说，他已经在看书了，并说，那本《洪吟四》是他的，不让我动。我听了心里特别高兴。

这一年来，全家人亲眼见证了大法的超常，都走进了大法修炼。我的老伴八十多岁了，天天自己主动学法。儿子是在外地得法的，刚开始儿媳害怕，看见就反对，可现在，没有人让她学，她自己主动的走进来，跟我们一起学法炼功。儿子工作之便就发真相资料。

二女儿刚学了几天法，师父就给她净化身体，一身病都好了。她也说借机会拜谢师恩！

小女儿学了一遍《转法轮》，身体得到了净化，她的悟性很好，消

业两天两夜，她懂得是师父给她净化身体，心里不停的念“法轮大法好”。

消业的最后一个夜里，她睡了一觉，看见师父，师父让她看到了一些景象，她特别激动。第二天早上，一下子起来了，并且忙了一天都在干活，因为家里就她一个人，孩子星期日从学校回来，又给孩子收拾东西，早起早送孩子。

她跟我们说，真是不可思议，在疼痛中度过了两天两夜，又干了一天一夜的活，一点没有困的感觉，而且充满力量，根本就象什么事都没有发生一样，而且一下子变的一身轻松，她兴奋的在电话里说：“妈，太神了，大法神了。”

真的庆幸我终于回到大法修炼中，作为大法弟子，是多么荣耀。拜谢师尊。◎（中国大陆大法弟子）



法轮功简介

什么是法轮功？

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，修德人从好人做起，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。法轮大法修德不重形式，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（<http://www.tiantibooks.com>）或香港大道书店，（地址：登打士街32号欧美广场1901室——“油麻地站A1出口，与林兰街交界”，电话：2730 0108）有售，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.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://git.io/fgma>、<https://git.io/fgma>、<http://wujielulan.com/download/um.apk> ©

