



我是一九八二年出生在上海的青年人，偶然的机缘使我接触到了法轮大法，并且最终有幸走入法轮大法的修炼。尽管修炼的时间很短，我也想把自己的经历讲出来。对我来说这一切是我生命改变的开始。

我与法轮大法的相遇，源自于我第一次“翻墙”。二零二年初，中国大陆的政治局势发生了一系列让人关注的事件，我也凑趣到网上搜索了一番，碰巧找到了一段“今日点击”的视频节目，讲述分析当时的时局情况。我看后觉得其中的分析很有道理，就想看看是哪里的节目，上网搜索后，发现是“新唐人电视台”的节目，而且国内的网上是无法看到的，需要通过“翻墙”后才能访问。于是我就在网上搜索了一些翻墙的方法，尝试着去看看。通过看节目，我越来越觉得这个节目讲的真好，分析的很有道理。

但是节目中有穿插着一些关于法轮功的真相，我一直不能接受。由于受了中共的欺骗，我对于法轮功的了解仅限于那一次所谓的“天安门自焚事件”，所以一直难以接受节目中的这些内容。随着观看节目次数的增多，其中一些对于人性的讲述，做人的原则等观点让我印象非常深刻，也很认同，并且多次还提

到了关于法轮功学员被中共“活摘器官”等一系列事情，让我觉得有种需要进一步了解的愿望。最终当我从大纪元网站看过《伪火》这个介绍“天安门自焚事件”真相的纪录片后，我对法轮功的偏见被打破了，并开始从网上搜索更多的关于法轮功的真相资料。了解真相的过程，也逐渐的改变了许多我从小就形成的一些根深蒂固的观念，甚至于世界观也发生了改变，其过程也是相当痛苦与震撼的。

从那个时候起，我就时不时的会“翻墙”关注法轮功的内容。二零一四年夏天，我从法轮大法网站上下载了《转法轮》一书。读完一遍后，我难以言喻的激动：这是一本教人修炼的书，而且内容写的非常的明白，讲到了修炼的根本是按照“真、善、忍”的标准来不断的提高心性，做好人，做更好的人。读完《转法轮》后，我对法轮大法所有的质疑与偏见彻底清除了。

之后，我再次“翻墙”登陆到大纪元网站的三退中心，登记了三退声明（退团、退队）。以前我也了解过三退的事情，但是受无神论的观念影响，认为自己内心已经认同了法轮大法是正的，共产党是邪恶的，但关于三退声明抹去印记的论述有些不理解。其实中华文化一

直都是崇信儒、释、道，相信“老天爷”的存在，相信因果报应，做坏事终究要遭到报应的。只是现在的中国人都被中共从小灌输了无神论、进化论的观点，从而形成了不敬天地、不认神佛的观念。而且中共还强迫着所有的中国人都要加入其组织（加入少先队），发誓为其献身。三退是对神佛起誓，要求抹去对中共所发的毒誓，因为那真的不是出自于自己本愿的。

第一次读了《转法轮》后，我就有了想要修炼的念头，由于种种因素一直没有下决心。直到二零一五年一月的时间，我第二次读完一遍《转法轮》后，决定开始修炼法轮大法，按照“真善忍”的标准做一个好人。从此，我有了脱胎换骨的变化。

我是做技术类工作的，工作内容需要在电脑上完成，以前我明明可以在短时间内完成的工作项目，却总会拖拉很久，因为我常在上班时偷看网络小说、电视剧。修炼后，我明白这样做是不符合“真、善、忍”的标准，改掉了这种好逸恶劳的习惯，做到在工作中守时、认真、不偷懒。

我在工作中经常会遇到其它部门的同事来要求协助配合的事情，过去我会要求技术人员配合我。修炼后，我懂得

了站在对方的立场上考虑，即使当时我真的很忙，也尽量帮助对方解决困难。

修炼法轮大法还使我的身体也发生了明显的改变。我从小一直体质较弱，经常感冒、发烧、咳嗽，一有天气冷暖变化我就会得感冒，周围的人得了感冒我也很容易被传染。每年都要得个四、五次感冒，每次都会非常严重，并感染引发严重的咳嗽，不吃“头孢”（抗生素）咳嗽就不会好，一般都要持续两周时间才能康复。修炼法轮大法至今，一年内只发生过一次发热咳嗽的症状，而且也没有吃任何药就恢复了。过去我经常会觉得困，总感觉睡眠不足，节假日在家休息时，睡觉时间特别的长。现在每天虽然晚睡早起，但是人却感觉很有精神。

修炼法轮大法改变了我的人生轨迹，使我修去了自身许许多多的坏习惯，提高了身体素质，从而改善了家庭关系和工作环境，和我接触的人能从我身上看到“真、善、忍”的美好。希望每一个有缘的人都能有机会了解法轮功的真相，真正的了解法轮大法，了解“真善忍”。也希望每一个人都能做一个好人，更好的人。◎（江苏省大法弟子）

童年的希望成真

我出生在东北的山区。从记事起我就没有一天好日子过。我的父母天天吵架，有一次我的父亲向我的母亲举起菜刀！我的父母打我们姊妹时真可谓心狠手辣——在我们熟睡时掀起被子用塑料鞋底抽我们的脸，我的妹妹耳朵被打得长时间听不到声音；我的姐姐吓得出现癫痫病；我的弟弟生下来先天就傻。我的父亲和邻居、同事也经常打架。我们姊妹整天都是惊魂不定。

我家非常穷。我小时候，我的父母都患有很重的病，家里有点好东西都是我父亲趁我们睡了他自己吃。大约在我七、八岁的时候，有一天我到一个小朋友家玩，看到她父亲把喂完孩子的饼干放到柜子里就出去了。我实在饿得不行就偷着去拿，正好被她父亲看到了，就训了我一顿。从此别人经常骂我“小偷”。

我们姊妹常常被别人家的孩子欺负，我姐姐和弟弟傻，也被人欺负得更厉害。我弟弟长大一点经常被别人强迫去干活，放牛，不去就挨人家的打。有一次，被人关在二、三米深的菜窖里盖上盖。

长期生活在恐惧、贫穷与张望中，我非常自卑且痛苦。

期待天神的到来

有一次我在一份报纸上看到一个真实故事：有一个老太太罗锅成九十度，整天在屋檐下坐着。有一天突然下起大雨，电闪雷鸣，老太太行动太慢，还没来得及回到屋里就吓昏过去。等她醒来，爬起来，九十度的罗锅不见了，直起来了。

看完报纸，我心想：这不是天神救

了她吗？

从那时起我就在痛苦中等待天神救我出苦海。可上学时，老师讲的是无神论。十八岁那年，我离开东北去了山东。二十四岁结婚生子，没想到在月子里得了严重的类风湿关节炎，吃喝拉撒都得丈夫、婆婆伺候，上下楼都得丈夫背着。丈夫背着我到处治病，却没一点效果，吃了百多付中药，病没好，胃吃坏了，天天痛。我去请大仙等那些狐黄白柳治过病，病越治越重。我的精神几乎崩溃了。心想从小没过一天好日子，才有点希望，又得了这种病。我整天以泪洗面痛不欲生。苦熬了三年，我决心到五台山寺院去皈依。

师父救我出苦海

一九九六年十月同事告诉我学法轮功祛病效果好，很多癌症病人炼了法轮功，病都好了，她借给我一本书，让我先看看。

我翻开《转法轮》，第一眼就看到“佛法”两个字，就觉的这就是我要我的吧。但又想：从小没人能瞧起我家，也没人瞧起我，我从来都没捞一点好事，就是上学时被评为三好学生，老师都是让我让给别的同学；在单位被评为“先进生产者”，领导也是让我让给别的同事。这法轮功师父能瞧得起我吗？同事说：大法师父不分贫富贵贱，只要谁想学师父就管谁。

抱着治病的心，我炼起法轮功

只跟着同事比划了四天动作，我那肿了三年的腿就消了肿，行动能自如了。那时我真不敢相信我能被师父瞧得起，我真是受宠若惊，兴奋不已。我打

消了去五台山皈依的想法，决心跟着大法师父修炼法轮大法。

就在我修炼一年多时，我四岁的儿子从我家三楼窗台坠地，却没受一点伤。孩子说看到师父接着他，他就像孙悟空一样在空中翻跟斗。

大法师父对我的大恩大德我永远无以回报。

善良的同事感恩师父

江氏流氓集团一九九九年疯狂迫害大法与大法弟子，诬蔑师父，中华大地一时黑风四起，恐怖乌云笼罩神州。大约在二零零零年我和几个同修去北京信访局交了我修炼大法后身心健康的体会文章，我被关押到驻京办事处，又被当地公安接回关押在看守所，拘留十五天。从拘留所回家后，单位给我留厂查看处分。上班期间车间领导让一个同事专门看着我，注意我的动向。

看着我的这位同事是个非常善良的人。她跟领导说肯定法轮功好，要不那么多人去北京为法轮功说公道话，怎么没有人说共产党好的呢？

这位同事结婚好几年了没孩子，她很着急。我告诉她，我认识的一个大法弟子结婚九年没有孩子，修炼大法后全身疾病一扫而光，还生了一个可爱的女儿。同事听后也想炼功，我就教她炼功动作。还没教全五套功法，我做了个梦：她怀孕了。她就去医院做检查，结果真的怀孕了！她生了个男孩，并且非常感谢大法师父赐给她这个孩子。

听师父的话 放下利益心

在我刚修大法不久，我婆婆到我家要钱，说要到市里买房子，让两个儿子

一人拿一半钱，等她和公公去世后，我家和大伯哥家对半分房子。我大伯嫂对我说：我家没钱给她，她死后我也不要房子。

我丈夫东借西凑给婆婆拿了三分之二的房钱买了房子，公公说那房子就是我的了，如果我家不拿那三分之二的钱就买不了房子。遗憾的是，还没等公公婆婆住进新房，公公就去世了。

还没等公公出殡，我大伯嫂就急着跟我们说要买下那房子，说他儿子结婚没房子。那时那房价要比刚买时高出好几倍，可她连那刚买时的钱都不出，说只拿出我家给公公婆婆买房的钱。公公的丧葬费大伯哥家一分钱也没拿，都是我家和我小姑子家拿的。后来，我大伯嫂从我婆婆那抢走房产证匆匆的住进去，并把婆婆正住着的房子偷偷的卖了，把婆婆撵了出去，说那房子是她家盖的。

我和丈夫就在我单位给婆婆租了一套房子。婆婆住院，我大伯哥家一分钱也不拿，说他没钱让我家先拿上以后再给。七、八年过去了，他们再也不提婆婆住院费的事了。

如果我没修大法，我一定会和她争的头破血流，永远不和他来往。修炼了大法，我的心遇事平静了，虽然有时也泛起不平衡的涟漪，但是，每到此时法轮大法的法理、师尊的教诲就在我耳边响起，让我渐渐地同化于“真、善、忍”中。

大法使我那自卑昏暗的心灵充满了光明与希望，师尊的恩德说不尽，道不完，我一定牢牢的抓住师尊的手跟着师尊回到那最初的家园。◎（山东大法弟子）



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/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://rq.la-porta.com.ar/>

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>、<http://dongtaiwang.com/loc/download.php>

四、手机翻墙可下载：

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

