

# 游戏狂人戒瘾记

我是一名新入门的大法弟子。修炼之前，当我被病痛折磨的无法承受时，当我沉迷于游戏无法自拔时，当我在名、利、情、欲的苦海中苦苦挣扎时，“死”这个字常常莫名其妙的跑到我脑子里，左右着我，有时走到单位的楼顶就想一跃而下结束生命，还时常幻想死后的灵魂能够寄托到游戏中继续活着、玩着，以实现内心虚幻的欲望。我对未来的人生看不到一点希望，也不明白人活着如同行尸走肉，有啥意义。

就在我濒临绝望的时候，师尊从地狱中捞起了我，让我得到了宇宙大法，让我看到了活的希望，彻底明白了做人的意义，敢于正视自己的人生，是大法彻底的改变了我。他将我从一个负面、极端的人变成了一个用真、善、忍的法理去要求自己的修炼人。对师尊的苦心救度，弟子已经找不到任何的语言来表达内心的感恩。

值此“五·一三”世界法轮大法日之际，我想通过我的经历，能使更多的有缘人得到警示，远离当代社会的种种深渊，并真正地明白“法轮大法好”，唤醒心中的正念正信。

## 痴迷游戏 道德健康一起下滑

我是个八零后，懂事时正好赶上电视上大量播放动画片，当时每天在家要做的就是看喜欢的动画片。后来有了游戏厅，上小学了，总偷偷去游戏厅玩。上初中后又接触到了网吧的电脑游戏。我家离学校很远，每天早上走的很早，却很晚才到学校，为的是中间能去游戏厅、网吧玩游戏，没钱了就偷偷从家里拿，直到毕业最后一天，我们班主任都以为我是因为家远而迟到，而不知我是打游戏去了。

高中住校后，我会在晚上跑出去通宵打游戏，虽然相比以前玩的算少了，但是由于把很多精力都放在了玩游戏上，学业荒废了，致使父母不得不花钱走后门把我送进大学。当时有三个专业可以选，为了让家人给我购置一台很贵的电脑，我选择了计算机专业，就这样由开始的偷偷摸摸玩游戏变成了光明正大的玩游戏，大学三年慢慢的连课都不去上了。

上班以后，因为经济独立了，时间能由自己把控，更是在这无尽的网络深渊中越陷越深，又常去游戏厅玩电子赌博。仅在我修炼大法前的三年中，光一个电脑游戏就投入了好几万块钱，还欺瞒妻子花工资玩游戏。工资不够用，就透支信用卡，并想尽一切能赚到钱的方法去弄钱，致使工作了八年的我，手头都没存下多少钱。

那时，我每天都在游戏中度过，在单位里玩、在家里玩、放假了还叫朋友去网吧玩，一玩就是一天，完全不顾及家庭生活和单位工作。家人让我回去，关上电脑或喊我吃饭，我总是说“马上，马上来”，却并不行动，直玩到身体一点精力都没有才罢休，还长期打长途电话给所谓游戏中的朋友，不停歇的聊游戏。我的世界完全被游戏占用了，留给其它事的时间微乎其微、少的可怜。

父亲对我充满了愤怒，妻子变得痛苦憔悴，我的本性被一点点的侵蚀，游戏就像鸦片一样控制、麻醉着我。长辈们无数次的规劝，还有襁褓中刚出生的孩子，根本就拉不回我的心，我的道德和身体状况也随之下滑，现在回想那时自己的内心世界，感觉都不配做个人。

我原本健康强壮的身体，出现了由小到大不同程度的不良症状：包括头发脱落、眼睛近视，长期玩游戏憋尿不上厕所导致膀胱涨、前列腺疼，臀部坐出了痔疮，天天流血，腰、颈椎和头部也整日疼痛，三四节颈椎上还长了个包，致使整个人含胸驼背，没有了一个年轻人的形象。

我在母亲的劝导下看过法轮大法的书。为了做痔疮手术，我想要做心脏检查，当我带着大法真相护身符做心电图时，竟然怎么都测不出心律来，可我当时悟性太差，还是执意要做手术，结果一个小小的痔疮手术，过程中状况百出，使我吃尽了苦头。最后在二零一六年十月一日，两条腿突然无力行走，腿上的筋变成一坨一坨的大筋包。

## 走进净土获重生

那日，我正因为病痛躺在沙发上苦苦哀嚎，和母亲一起修炼法轮功的同修突然造访，要我母亲和妹妹去参加本地

年轻大法弟子的学法交流会。本来名额是留给妹妹的，可不知道为她就是不去。

那位大法弟子看到我的情况后建议母亲带我去，我也不去。最后连说带拖的把我弄去了学法班。当时上楼梯我都得走两步站一会儿，还需要有人在旁搀扶，就这样步履维艰的我走进了学法场。

我看到了很多陌生而又年轻的大法弟子，我勉强的坐在角落里跟大家一起看师尊的《广州讲法录像》。现在闭上眼睛，当时的情景就浮现在眼前。

在那之前，我虽然接触过大法，但仅限于知道大法好，因为母亲在法中受益良多，一身的病全好了，家庭也变得和谐温馨，她很希望我也能够得法修炼。但受无神论的毒害、下滑的道德与痴迷玩游戏的干扰，我听不明白师尊讲的法理，也不懂得修炼和修心性，脑中时常出现怀疑大法、揣测师尊等等的坏思想。

这次跟那些年轻人坐在电视前观看师父的广州讲法录像，是我首次系统的、完整的聆听师尊讲法。整个学法场十分慈悲、祥和，渐渐的，我开始听明白师尊讲法的内容了，知道了“真、善、忍是衡量好坏人的唯一标准”（《转法轮》），知道去掉执着心、向内找，明白了这是度人的佛法，我的世界观发生着翻天覆地的变化，旧观念、坏思想逐渐崩塌，美好的世界观开始从新建立。

每天听完师尊的讲法，大家还会一起炼五套功法。我因为无法双盘，就单盘，后来单盘盘不住，同修就坚定的告诉我坚持，哪怕散盘都行。就这样，我跟着大家学法、炼功、交流，三、四天过去后，我已经完全变了一个人。起初不想去学法的我，后来每天盼着去那个学法场，走路需要人搀扶的我竟然能独自步行去学法，上楼母亲已追不上我了。七天班下来，腿上一坨一坨的筋包消失了！

师尊在讲法中说：“这是人间仅剩的唯一的一块净土。这里能使人真正的道德高尚，能使人变好，能使已经变的非常不好的人从新再回归到最好的状态中来。”（《加拿大法会讲法》）

这句话我深刻而又真实的感受到

了，现在社会上的确没有一块净土了，只有大法这里是净土，在学法场中没有社会上的尔虞我诈、利益争夺，只有祥和与宁静。

一位位不曾相识的同修，对我的关心和帮助比亲人还多，我心中对法的迷惑、生活中的烦恼、工作上的无奈都可以和大家交流，每个人都会真诚地帮我解答，设身处地的为我着想，像是帮我解开了一条条捆绑在身上的绳子，让我受益良多。在当今的中国，也只有师尊的弟子们，才能做到不分阶层、年龄、性别，无私的、为他的、真心的为别人付出。

## 彻底戒掉二十年游戏瘾

师尊在《转法轮》中说：“佛性一出，震动十方世界”。是师尊的慈悲保护，唤回了我的本性，给了我新的生命，如今，我已经彻底戒掉全部恶习，包括玩了近二十年的游戏。

在得法之前就曾经因为玩游戏的事和家人发生过无数次的冲突。修炼后当我意识到应该把游戏瘾戒掉时，师尊就开始帮我，只要一碰游戏手就发麻。我悟到不该玩了，想把游戏账号卖掉，结果多位同修为此和我交流，其中有一位叔叔对我说：“孩子，打个比方说：你吸毒了，打算把毒瘾戒了，但是却把毒品卖给别人吸，那不是直接在害别人吗？为了钱你能害人吗？”

当时我一下就被镇住了，是啊，我修真、善、忍了，我不能去害别人，我决定把游戏账号删除，不是出售。结果莫名其妙还不让删。每次上那个游戏网都会刺激我之前的欲望，但是我是一次次的做着删除的尝试，还有年轻同修两次跑去陪着我删，终于彻底的将游戏中的账号删除了。

说也奇怪，直到今天写稿时，那些曾经天天占据我大脑的游戏，再也没有出现过，脑子清静了，玩游戏的瘾被我彻底戒掉了，是真的戒掉了！之前有朋友说：“你能戒游戏，我就戒饭！”多少人不敢相信的事，修大法的我办到了！是大法使我迷途知返，浪子回头！◎（大陆大法弟子）

# 30年心脏病困扰苦不堪言 越南阮生喜遇转机

阮东聪（Nguyen Doan Cong），一位谦谦君子，来自越南。人到中年的他，总是面带微笑。望着他祥和的神情，你大概不会相信，曾经有30多年，他淹没在病痛之中，饱受困扰。

“12岁那年，我得知自己患上了心脏病。那段日子真是难过。每当我从事剧烈运动后，我的心脏就会‘扑通扑通’地跳得厉害，离我三四米远的人都能听见。”阮先生告诉记者，由于心脏的状况，虽然他生机勃勃、热情饱满，却不能上场奔跑，无缘各类竞技运动，“当我看到朋友们踢足球或跳高时，我觉得很伤心”。

24岁那年，他的心脏病发展得更加严重，出现了二尖瓣反流、主动脉瓣钙化、纵膈肿瘤和三期心脏衰竭等症。这一连串的疾病好似大浪，把小阮打翻了。25岁时，他接受了第一次心脏手术。

三个星期后，阮东聪离开了手术室。他说：“这时，我忽然对生活感到厌倦。突然之间，许多事情都让我很不愉快。当别人和我意见不和时，我表现得粗鲁无礼，似乎我的痛苦都是他们造成的。我意识到，疾病和身体的不适能让一个人发狂。”

他的心里闪过一念：难道，生活的大门从此向我关闭了？尽管小阮还年轻，有着雄心壮志，可是他眼里的未来，只有灰暗的阴影。

幸运的是，阮东聪被胡志明市的海事大学录取了。在大



阮东聪（Nguyen Doan Cong）。

学四年里，他的医疗记录又增添了这些词汇：颈椎病和类风湿性关节炎。出入医院，对他来说成了平常事。

40岁那年，阮东聪的心脏病复发，他不得不接受了第二次心脏手术。他说：“那是我生命里最可怕的时期。我的血压低得吓人：高压60，低压40。新的病症接踵而来——结肠炎、鼻窦炎、阑尾炎、鼻腔出血等。我又进了手术室，我被折磨得想一死了之。切除阑尾后，腹腔的毛细血管几乎全都破裂、出血。我完全不能动弹，全靠妻子照顾。”

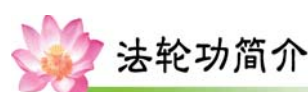
正当阮东聪在健康的谷底叫苦不迭时，意想不到的转机出现了！一个朋友向他介绍法轮功。“这位朋友知道，我一向对生命科学和灵修很感兴趣。他建议我去附近的公园学炼功法。”

阮东聪接受了他的建议，开始学炼法轮功。才炼了几天，他就感到身体很轻快，许多毛病都消失了，比如脊柱疼痛、颈项疼痛、头痛和关节痛等等一去不返。

以前，因为身体受损，连带精神不振，小阮抽烟喝酒，还时常赌博。修炼法轮功后，他不仅炼功，还观看了法轮大法创始人李洪志大师的讲法录像。他说，伴随着健康的改善，“半年之内，我戒掉了抽烟、喝酒和赌博的恶习。我不再担忧，整个人焕然一新”。

阮东聪再也不需要频繁地光顾医院，这大大地减轻了家人和亲戚的负担，全家人都十分开心。他说，一股新鲜的活力，注入了他曾经疲惫不堪的身体，“法轮大法赐予了我新的生命。我变得乐观开朗”。

现在，阮东聪还参加了一个腰鼓队，经常表演。他表示，“当我在打鼓时，我强烈地感到，自己不是在用手指击打，而是用我的心。每一个节拍都回荡着‘法轮大法’的美好韵律。我重获幸福。我想对全世界说：我是一个快乐的人。”◎（Daksha Devnani采访报导 / 田云编译）



## 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://goo.gl/iWCiXK>、<https://git.io/fgma>、<https://git.io/fgma> ©

