

凭着坚韧和自律 超重少年追寻舞蹈梦

文/伊铃

碧绿的草地，明媚的阳光，13岁的王圣缘英俊而高挑，青春的脸上洋溢着欢快的笑容，清澈纯净的眼神中，透着同龄人少有的自信和沉稳。他伸展双臂，向蓝天展现他发自内心的喜悦。

2024年夏天，王圣缘迎来人生的重要转折点，他考上了美国飞天艺术学院（Feitian Academy of the Arts）主修舞蹈，在追寻舞蹈之梦的路上，他跨上了重要的台阶。

13岁的王圣缘曾经是一位体重190磅的胖小伙，凭籍超人的坚韧和自律，在半年时间内，成功减肥70磅。从一个胖少年变成一个帅气的舞蹈演员，王圣缘付出了许多努力。他是如何做到的呢？

从小埋下“真、善、忍”的种子

王圣缘出生于多伦多，父母、姥爷、姥姥都是法轮功修炼者。在这个家庭环境中，从胎教开始，一直到王圣缘整个成长过程，都是围绕着“真、善、忍”的理念接受教育。

小圣缘一出生就表现出与众不同，他乖巧、安静，不哭不闹，六个月就会说话。从他会说话那天开始，他妈妈张飞就教他背诵《洪吟》（法轮功创始人李洪志大师的诗词著作），圣缘在很短的时间内就能背熟多首诗词。

3岁时，圣缘跟随父母阅读《转法轮》（法轮功的主要著作），那时他还不认识汉字。当读完一遍《转法轮》之后，书中百分之九十的中文他都认识了。

很多在国外出生的孩子，学中文都很困难，而圣缘的中文听、读能力不仅提高很快，而且能够理解中文的意思。有时候，张飞飞跟他讲一些之乎者也的文言文，他竟然也能听懂。

“这挺神奇的。”张飞飞说。在她看来，圣缘的中文进步神速，跟学习《转法轮》很有关系。

法轮功的核心理念“真、善、忍”，在圣缘幼小的心灵埋下了种子，并伴随他的整个成长过程。

3岁时，圣缘从自家沙发上掉下来，头正好撞在暖气片排风口的金属板上，头被撞了一个大包。当时，家里人马上跟圣缘一起念：“法轮大法好，真善忍好。”一会儿，全家人眼睁睁地看着那个包慢慢变小，最后完全消下去了。这件事也让圣缘亲身体验到大法的威力。

圣缘在公校读小学时，有一次，冬天下大雪，一个小朋友拿个大雪球打他，他没有还击，也没有生气。另一个小朋友趁圣缘不备，用力推他一下，“轰”的一声，圣缘重重摔到冰地上。当时，围观的小朋友都吓坏了，以为圣缘肯定摔坏了，赶紧问他要不要去医务室？要不要找老师？

圣缘慢慢地爬起来，表情淡定，摇摇头说：“没事。”然后静静念：“法轮大法好，真善忍好。”小朋友看他没事，就散了。

张飞飞说，圣缘内心很纯，又多次亲身感受过大法的威力，一旦遇到困难事，他都知道念九字真言。实践“真、善、忍”

在日常生活中，张飞飞经常和圣缘交流、分享如何提高心性。还告诉他，无论做什么事情，不管别人对你怎么样，都要用一颗善心对待别人。当别人对你不好的时候，首先展现的应该是善良，向内找自己，是不是自己哪地方没做好。善能化解一切，当真正这么做的时候，矛盾一下就解开了。

日常生活中，张飞飞经常跟圣缘讲一些中国传统文化故事，如岳飞、杨家将等，圣缘从小就懂得仁、义、礼、智、信的价值观念。在这样的环境中成长，圣缘表现得特别善良、懂事，无论在家里还是在学校，圣缘懂得孝顺、礼让、与人为善。

圣缘有一个比他小一岁半的妹妹，平时，圣缘总是像个大哥哥，照顾妹妹，好吃、好玩的，总是先让给妹妹。

进入青春期的少年多少都有一些调皮、逆反，圣缘却很少出现这样的行为。唯一是在疫情期间，学校上网课，偶尔会看一下动画片。后来在明慧学校听老师交流，他明白了网络对青少年的严重侵袭，他很快戒掉了看动画片的习惯。

2022年，圣缘在明慧学校毕业了，毕业典礼时，有几个小男生哭了，他们都不希望圣缘离开。当时，圣缘的妹妹菲玲见到这个场景，对一个小朋友说：“你哥哥走的时候都没哭，我哥哥走的时候你倒哭了？”

去年，张飞飞带兄妹二人去到美国纽约州的一所艺术私立中学——北方艺术学院（Northern Academy of Arts）就读，她和两个孩子在外租房住。平时还要买菜、做饭，来回接送孩子，很辛苦。

圣缘很体谅妈妈，经常说，“妈妈，不要太辛苦。”每当妈妈做完饭，圣缘就说，“妈妈，你休息一下。”然后他就帮忙刷碗，收拾屋子。

有时圣缘去学校食堂打饭，他会顺便帮忙做点什么，食堂的罗大厨很喜欢他，见面就夸他。

有一天，学校有2个同学发生矛盾，放学回家的路上，圣缘跟妈妈讲起这事。车开到半路时，圣缘突然要求妈妈停车，说：“妈妈，我得回去，不然的话，这两个同学可能会有问题，很可能被退学，或者记过。”

圣缘返回学校，帮助调解，老师来调查，他也配合解释。

最后两个同学当场和好，一场矛盾化解了。

圣缘学舞蹈的同时，也学乐器，乐队导师周指挥很喜欢他，见到他妈妈就说：“这孩子真是太懂事了。”

还有一次同学生日聚会，现场大孩子、小孩子都有，圣缘就帮忙照顾，一天下来，他又帮家长做事情，又帮着带小孩，还把氛围弄得很好。

一位家长对张飞飞说：“圣缘既懂事又有礼貌，有大哥哥的风范。”还有个家长说：“原来没有跟你儿子近距离接触过。这一接触，发现这个孩子实在是太好了。”

圣缘很孝顺，他记着家里所有人的生日，遇到过节或家人过生日，他都会给家人发视频祝福。

圣缘的爸爸是个勤奋的小企业主，去年暑假去北方学校接孩子。回来路上，他实在太困，就把车停在路边，告诉圣缘：我休息一下，半个小时叫醒我。

哪知道一睡就是两个多小时。醒来后，他看见圣缘一个人在附近走来走去。就问：“你怎么不叫醒爸爸？”圣缘说，“我想让你多睡一会儿。”看着懂事的孩子，圣缘的爸爸一阵感动。

张飞飞做视频，买了一套摄影器材，不知道如何操作。圣缘就对照说明书研究、调试，还帮忙拍摄，很晚还一直陪着妈妈，直到完成录制。

有时候，张飞飞外出没能及时赶回来，圣缘就照顾妹妹吃饭，收拾碗筷，打扫房间。房东阿姨、叔叔看在眼里，经常夸他，“这孩子真的很懂事。”还对圣缘妈妈说，“这样的孩子生10个也不多。”

在飞天艺术学院，通常是同一寝室的同学轮流打扫卫生。圣缘很爱干净，有时候看到其他同学累了，他会主动去打扫卫生间、马桶。

“他真的跟一般小孩不一样。”张飞飞说，“因为他从小在大法修炼中打下的好基础，在日常生活中，他就会去践行‘真、善、忍’。”



追寻舞蹈梦

圣缘从小长得胖乎乎，但这丝毫不影响他对舞蹈的热爱，他3岁时就在多伦多明慧学校学跳舞。

2015年冬天，圣缘随父母首次观看神韵在大多伦多的演出。当时，才4岁的他不哭不闹，安安静静看完整场演出。从那以后，他每年必看神韵，成为一个神韵小粉丝。

圣缘特别喜欢神韵舞台上展现的传统故事，那些故事正好是他妈妈曾经讲过的，他羡慕神韵演员能够用优美的舞姿把故事呈现出来。从那时起，他内心萌生出一个期望，希望有一天也能成为其中的一员。

2023年秋季，圣缘到美国北方艺术学院读书，这使他学习舞蹈的决心更加坚定，希望有一天能考上飞天艺术学院，最终成为神韵的演员。

然而，舞蹈演员对身体条件要求高，身高、体重、柔软度都要达到标准。圣缘从小跳舞，柔软度没有问题，但身高和体重都达不到标准。当时，他的体重190磅，是全班最胖的学生。要实现舞蹈之梦，他还有很长的路要走。

张飞飞遵循孩子自由发展，在她眼里，圣缘不是普通的孩子，他从出生就学习、实践“真、善、忍”，已经有了12年的修炼基础。而且，随着年龄的增长，他对神韵的使命有了更深的理解。

有一天，圣缘对妈妈说：“妈妈，我要加强练习，那样才能把肥减下去。”

张飞飞尊重、支持儿子的选择，她上网搜索各种各样既健康、又能长个子的食品，每天为圣缘做丰富多样的菜品，母子俩戏称为“满汉全席”。同时，他们的餐桌上也排除了“垃圾食品”。

一次，学校举办节日聚会，满桌美食琳琅满目，香气扑鼻。圣缘从来都是个吃什么香的孩子，胃口特好。炸鸡、香肠、薯条、冰激凌等，这些都是圣缘爱吃的美食。有几个同学故意把香喷喷的炸鸡递到圣缘的面前晃来晃去，一边吃一边说：“好吃好吃，真香啊。”

还有的同学故意在圣缘面前津津有味地吃着冰激凌，手舞足蹈，一边吃一边说：“太好吃了。”



但圣缘不为所动，他只选自己认为的健康食品。

有一次，圣缘跟妈妈参加朋友聚餐，面对满桌丰盛的菜肴，张飞飞和在场的朋友一次又一次劝圣缘，先好好吃一顿，减肥的事以后再说。但圣缘不动心，坚持只吃他的健康食品。

在选择健康饮食的同时，圣缘也为自己增加运动量和训练时间。从跑步开始，逐步增强体能。

刚开始时，圣缘跑得气喘吁吁，大汗淋漓，非常吃力。但他没有放弃，而是一点点的突破。日复一日，他的体能越来越强，体重也开始下降。

放学后，圣缘主动留在排练室继续练习，直到排练室关灯才肯离开。

晚上回到家，圣缘还要写作业。有时候写得很晚才睡觉，第二天早上还要起来练功。妈妈担心儿子睡眠不够，于是悄悄地把闹钟藏起来，想让他多睡一会儿。

圣缘对妈妈说：“妈妈，不用担心，其实练功就是最好的休息。”

功夫不负有心人，圣缘终于把体重减到120磅，历时半年，减掉70磅。

在学习舞蹈期间，圣缘的文化课成绩一点也没有落下，所有科目全部达到九十多分，有的科目还打100分。

今年5月，圣缘终于被飞天艺术学院录取，正式成为他梦寐以求的飞天舞蹈专业的学生。

神圣的使命

在圣缘成长的岁月里，圣缘慢慢了解到，他的妈妈、姥姥、姥爷都曾为修炼法轮功，在中国大陆被非法关押、迫害过，也知道大陆有很多法轮功学员被迫害致死，许多失去双亲照顾的孩子被迫流离失所。圣缘非常同情那些孩子。

他无法理解，为什么这么好的功法会被打压、迫害。随着年岁的增长，他越来越清晰地明白，法轮功是好的，迫害法轮功是错的。他曾无数次跟随父母参加海外的反迫害活动。

有一天，圣缘对妈妈说，“我想成为神韵的演员，不是单纯为了跳舞，而是为了恢复传统文化”。

因为神韵演出中所展示的不仅是高超的舞蹈技巧，更有天人合一、敬天知命、善恶有报，以及“仁、义、礼、智、信”等传统的价值观。这些价值观是中国传统文化的真正精髓。而中华的神传统文化正是中共在过去一个世纪中不遗余力要铲除的。

神韵艺术团是由法轮功修炼者创立，圣缘希望加入神韵，也是为了帮助千百万在中国遭受迫害的法轮功学员发声，他想把当年妈妈、姥姥和姥爷的遭遇用艺术的形式讲出来，让世人知道。

“我要去践行助师正法、救度众生的使命。”他说，“原来对这句话理解不深刻，现在，我觉得这句话的分量很重。”

神韵演出中，歌唱家唱出的一句歌词是“为了你天国众生得救不要失败”。圣缘把这句话铭记在心，对妈妈说，“妈妈，咱们都不要失败。”

迎接新世紀 更美好的生活
創造乾淨網絡環境
「乾淨世界」網路平台面世

立即下载乾淨世界app

GANJING WORLD 歡迎探索「乾淨世界」
無暴力 無色情 無犯罪 無毒無害

GanJing.com

正见网

https://tinyurl.com/bdffdf3z