

祝你平安

2025年3月28日 第108期

翻墙软件下载
电脑版 <https://j.mp/fgp88>
安卓版 <https://j.mp/fgv88>一本改变上亿人
命运的宝书

世上有哪一本书，被上亿人阅读？其中，阅读千百遍的不计其数。有人从中找到幸福的泉源；有人因此度过人生低谷；有人觅得生命的意义。这本宝书就是《转法轮》。1994年12月，《转法轮》由中国广播电视出版社出版发行，1995年1月4日在中国北京公安大学礼堂举行首发式。至今30年过去，《转法轮》改变了上亿人的人生。

李洪志大师在《转法轮》一书中阐述了法轮大法“真、善、忍”的法理。此书迄今已译成50种语言，畅销全球。

求索 一位韩国化学博士的选择

得道 台湾软件技术副总：《转法轮》改变我整个人

重塑 毒瘾偷车少年是如何弃恶从善的？

澳洲西人：读《转法轮》20年
脱胎换骨 焕发青春

本文作者蒂娜·索福斯和她的丈夫

我今年60岁，曾是一名国际电视新闻主播，并两次竞选市议会议员。1999年，我因婚姻破裂，精神崩溃，数次住进医院，但是却查不出病根。

2004年的一天，我遇到了一位好莱坞名人发型师，他浑身散发着一种宁静的气息，他给了我一张法轮大法传单，说这个修炼团体正在遭受中共迫害。这敲响了我心灵的钟声，我立刻明白法轮大法无疑是好的。

我和现在的丈夫决定第二天就去博士山公园的炼功点，学习法轮功的五套功法。在公园里，我提出要付费，一位和蔼的女士告诉我，法轮功是免费学的，是心传心。我非常敬佩和感动，眼泪夺眶而出。

我在几天内读完了《转法轮》，我对生命的疑问终于得到了回答。

我知道这本书很珍贵，因为他指导人们遵循“真、善、忍”的标准修炼。我从根本上学会了内省，并放下了如愤怒、怨恨、担忧和恐惧等执著。20多年来，我持续改善着自己和环境，感受到自己变得更年轻、更强大、更自信。这不仅使我受益，也修复了我与家人的关系。

我的整个人也因此变得更加青春、亮丽。在瑞士的一个机场，安检人员让我等待身份验证，说我看起来比我的出生日期要年轻得多。我面带微笑地给了他们每人一张法轮大法传单，解释为什么我看起来比实际年龄年轻。

在我最黑暗的时刻，法轮大法出现在我的生命中，神圣地拯救了我。我永远感激这个黄金机会，让我接受法轮大法的教导，获得天梯，回到我们来世前的天国家园。

一位韩国 化学博士的选择

韩国釜山的金贤真，是一位有机化学博士。她一年365天在海云台冬柏岛的公共停车场旁的广场里，伴随着优美祥和的炼功音乐，向行人展示法轮大法的五套功法。至今17年了，她从来没有缺席过。

迫切找寻人生答案

金博士曾在美国做博士后，回到韩国后担任过大学教师。她家庭富裕，物质生活富足，但她从小心里就有一个解不开的疑惑：“人为了什么而活着？”

成年后，金博士为了寻找人生答案，做了很多努力。她曾每天中午打坐，也曾去过大田的东鹤寺，但最终都放弃了。她内心的疑惑一直得不到解答。

在《转法轮》中获得答案

第一次读完法轮功主要著作《转法轮》后，金博士终于找到了人生的答案。她说：“因为我专攻科学，所以对《转法轮》中用原子、中微子、夸克等微粒来比喻整个宇宙的内容深有体会。我也明白了构成整个宇宙天体的最微小的本源物质中也包含着宇宙的这种特性——‘真、善、忍’。

当人们按照‘真、善、忍’的准则生活时，因为是顺应了宇宙的特性，所以会内心充实、坚定、平静、祥和。”

通读《转法轮》，也使他终于找到了人为什么要来到世上，以及最终要去哪里等问题的答案。

女儿恢复视力

金博士是因为女儿的眼疾接触到法轮功的。她女儿的一只眼睛患有严重弱视。一天，她得到一份法轮功传单，就马上登录了法轮大法网站，学习了炼功动作，

▲ 金贤真



▲ 《转法轮》韩文版

还购买了《转法轮》，并立即开始阅读。

金博士的女儿在开始学炼法轮功不到一个月的时候，视力就奇迹般地恢复到正常水平。现在女儿和金博士每天都一起阅读《转法轮》，并炼功1个小时。

焕然一新的生活

修炼前，寒冬里的凌晨，金博士是不会出门的；每天下班后，她全身无力，进门就倒在沙发里。现在的她每天凌晨4点半就会出去炼功，生命开始充满了活力。乳腺癌手术后，患处的脓水消失了；不敢碰的冰淇淋也可以放心地吃了。

修炼后，金博士感觉身心都轻松了许多。她说：“我以前很难放下埋怨别人的心。但是修炼后尝试真的放下那个心时，我发现我僵硬的身体也放松下来了。当抛弃了埋怨心这个物质后，身体也跟着发生了变化。”

修炼17年了，全家人目睹了她的变化，都真心爱戴金博士，也都敬仰法轮大法。

▶ 2024年11月17日,逾5200名法轮功学员,在台北自由广场排出近年来最大的“法轮图形”及“真善忍”三字,场面庄严、平和、殊胜,吸引了来自美国、波兰、澳洲、法国、日本、韩国等多国游客驻足观赏。

▼ 本文中的廖晓岚,参加了这次壮观的排字活动。



台湾软件技术副总： 《转法轮》改变我整个人生

这就是我要找的

廖晓岚,25岁从美国斯坦福大学硕士毕业,现担任台湾软件公司技术副总。然而一帆风顺的他内心却时常困惑:“这世界上是不是真的有神?”

1996年3月的一天晚上,晓岚偶得《转法轮》。晓岚说:“当时我从晚上10点一直看到清晨四五点,看完后最强烈的感觉就是这个大法太正了,我脑海中浮现出‘大法至正’这四个字。这本书解答了我过去想要知道却不得其解的各种问题,开启了我对修炼、宇宙和生命之谜的全新认识,我明确地知道,这就是我要找的。”

那一天,晓岚走入了法轮大法修炼,开始了崭新的生命历程。

用“真、善、忍”面对裁员风暴

在瞬息万变的企业环境里,廖晓岚总能稳定、专注地带领团队度过职场上的种种难关。而他在困境中的平静与智慧来自于他对法轮大法的修炼。

2024年1月,廖晓岚任职的美商公司将结束台湾据点。面对突如其来的裁员风暴,身为台湾负责人的他首当其冲。

晓岚在公司待得最久,资遣费约有百万元台币。如果晓岚没有修炼,可能会和多数人一样争取百万利益,毕竟这不是一个小数目。可晓岚说:“我是修炼人,我必须从修炼的角度,去思考所遇到的任何事情,设身处地为所有员工考虑。”他说:“我的薪资比较高,如果将我这部分资遣费

列进去,也许会影响其他员工费用的发放……所以思考过后,我请会计师提供两个版本,一个是有我的,一个是没有我的,两个版本都寄给美国总公司,由他们来选择与决定。”

最后,美国公司选了没有晓岚的版本,并顺利发放资遣费给台湾其他员工。面对公司的决定,晓岚坦然接受。

改变生命的书他阅读上千遍

修炼之初,廖晓岚便明白《转法轮》是一本深不可测的天书,可以为生命带来根本的改变。至今,晓岚已将这本宝书背诵了500多遍,如果加上通读更是超过千遍。

过去的廖晓岚,拥有旁人钦羡的天赋与能力。但现在的他更加明白,能让自己时刻同化大法,让生命在大法中不断地升华,才是宇宙中最幸福和最让人羡慕的生命。

毒癮偷车少年 是如何弃恶从善的？

波格丹 (Bogdan) 来自东欧摩尔多瓦，27岁。他给人的感觉是个谦谦君子，温润如玉。可谁也想不到，曾经的他早早辍学，冰毒上瘾。父母将他扫地出门，他成为无家可归的流浪汉，靠偷车过活。曾因盗车逃逸被警察开枪击中了他的左臂，导致尺骨碎裂，随后，他进了监狱。

一丝善念 一份善缘

2021年，波格丹出狱后走在大街上。一位女士向他递来一份请愿书，要求国际社会帮助制止中共活摘法轮功学员器官。波格丹立刻在请愿书上签了字。他回忆说：“即使我吸毒、偷车，尽做坏事，但内心还有一丝良知尚存：中共盗窃活人的器官，再将他们杀害，肯定要制止。”

女士给波格丹一张介绍法轮功的传单。他说：“我当时想，我要学这个功法，打坐看起来会很酷。当时没有想到，自己找到了一个高深莫测的内修方法，我的性格和人生将要彻底改变。”

读《转法轮》 脱胎换骨

学法轮功后，波格丹感觉自己如同脱胎换骨。他说：“我原本想，等我学会打坐，智商和专

注意力提升了，再去偷车，警察就抓不到我了。可是读完《转法轮》后，我第一次意识到作恶的后果：我在伤害自己，连累家人。我要按照‘真、善、忍’要求自己，为别人着想。”

读书中，波格丹受到启发，下定决心要戒掉毒品。他发现，炼了法轮功的五套功法后，他不再有任何戒毒反应。他说：“炼功时，我感到身体获得净化。”

自从受了枪伤，波格丹留下了后遗症。他的手臂，连带着肩膀和背部一直感到剧烈的疼痛。可是在读《转法轮》的过程中，他的疼痛不知不觉消失了。

《转法轮》让波格丹爱上了中国的传统文化，他开始自学中文。一年后，他就能够通读中文《转法轮》。现在，他不仅能够用中文博览群书，还讲得一口流利的普通话。

慈悲为怀 感化他人

波格丹在餐馆当厨师时，主管总是向他与其他同事借钱不还。波格丹没有抱怨，他跟主管分享了在大法中学到的法理：“以

波格丹 (Bogdan)
在阅读《转法轮》



前，我偷车、吸毒，所有人告诉我做错了，我从来不听。直到我明白了善恶有报、因果报应是真实存在的。当你从别人那里拿走本不属于你的东西，你在失德，你将会付出代价。”

这个主管听了以后哭了。他说：“别人都是恶狠狠地对我，从来没有人像你这样用道理来劝我。我欠你的钱最多，可你对我的态度却最温和。”有感于波格丹的善意，主管变了。他开始向波格丹还钱。波格丹告诉他，欠他的钱不用还了，先把欠其他同事的钱还清。最后，主管把欠的债全还完了，还和波格丹成为了无话不谈的朋友。

4年过去了，当年认识波格丹的人，已对他刮目相看。他不再抽烟、喝酒、吸毒和犯罪，从浑浑噩噩的不良少年，变成了重德行善的修炼人，成为一个幸福的生命！

医学专家： 她的心脏病是怎么好的？

我妹妹患心脏病只剩下半年的寿命了，然而，一个偶然的机遇却使她绝处逢生，这奇迹的出现，源自一本法轮大法的书籍。就连医生都为她的痊愈啧啧称奇！作为见证人的我，今年80多岁了，同样在法轮大法中身心受益。

妹妹两个月绝处逢生

妹妹身体很不好，稍一活动就上不来气，连楼都下不了。2022年10月的一天，她起床刚要下地，一头就栽倒在地上，送去医院后，医生说：“她心脏有问题，得做开胸手术。建议去北京最大的心脏专科医院。”

5天后一家人从东北来到北京，经专家确诊为“心肌肥厚”。做开胸手术，一会儿主刀专家医生就出来了，没做任何手术就让助手给缝合上了，专家医生摇头遗憾地说：“这么大岁数，有可能连手术台都下不了，还是不要做了。只能回家养着吧，最多维持半年。”

她出院暂时住在我家，一家人都很难过。一天，我的朋友来我家看我妹妹的时候，把我拉到另一间屋问我：“能不能让她看看《转法轮》？”我眼前一亮，来到妹妹床前对她说了，还没等我说

完，她竟然高兴地坐了起来，急切地说：“我早就想学了！”朋友说：“这本大法书送给您。您好好读读。平时就诚心敬念‘法轮大法好，真善忍好’，您一定会好起来的。”

这样妹妹带上《转法轮》宝书回东北了。她回家两个月后，给我写信说：“二姐，我告诉你一个天大的好消息——我能下地走路了！还能到附近的菜市场买点菜。现在呼吸也顺畅了。《转法轮》我已经读完两遍，正在读第三遍，我每天都不停地念‘法轮大法好，真善忍好’。”

才两个月，一个病人膏肓的人这么快就神奇康复了？这真是神迹！

医学专家难以理解

2023年5月份，我突然接到妹妹打来的电话，她说：“二姐，我现在在广州儿子家看孙女呢。”我说你身体怎么样？她说：“我现在全好了，和没得病时一样，别人都看不出我是个病人，走路上街、买菜、看孙女都能干！我真得好好谢谢你们俩！”我说：“我们都要感恩大法师父啊！”



她还跟我说：“我每次看大法书时，都盘着腿身体保持正直，双手捧着书读。每天都敬念‘法轮大法好、真善忍好’。”还拍了带孙女的视频给我看。

后来，那位做手术的专家跟踪查访患者情况，知道了我妹妹的情况，非常吃惊。他对妹妹的女儿说：“你妈妈的心脏病可是非常严重的，手术也不能挽救她的生命，她是怎么好的呢？”

妹妹是法轮大法造福人类、救度众生的又一明证，有力地戳穿了中共抹黑法轮功的谎言。希望更多的人能看清中共，不再被谎言欺骗，为了自己和家人的平安幸福，好好听听法轮功真相，在大是大非面前千万不能再糊涂了，赶快“三退”保平安吧！请千万记住救命的“法轮大法好，真善忍好”。

妹妹是法轮大法造福人类、救度众生的又一明证，有力地戳穿了中共抹黑法轮功的谎言。希望更多的人能看清中共，不再被谎言欺骗，为了自己和家人的平安幸福，好好听听法轮功真相，在大是大非面前千万不能再糊涂了，赶快“三退”保平安吧！请千万记住救命的“法轮大法好，真善忍好”。

“三退”方法：

- 1、用翻墙软件登录退党网站 santui.tuidang.org
- 2、发电子邮件到三退信箱：santui@tuidang.org
- 3、拨打北美免费服务电话：1-702-873-1734
- 4、委托海外亲友帮助“三退”
(迄今已有4.4亿人“三退”)



▲ 《转法轮》中文版

▲ 《转法轮》乌克兰文

逃离战火，她一直带着《转法轮》

2025年1月，值此法轮功主要著作《转法轮》在中国首次出版30周年之际，乌克兰的法轮功学员分享了他们的修炼故事。来自乌克兰东部的奥尔加讲述了她自己的亲身经历。

2000年，奥尔加的父亲开始修炼法轮大法，并多次告诉她修炼的益处。然而，当时的奥尔加并未认真对待。

几年后，这位年轻女子的生活发生了翻天覆地的变化。她回忆道：“2011年，我28岁，作为一名年轻的母亲，却突发重病。医生给我开了很多药，治疗长达7个月，但我的肝脏却不堪重负，最终患上了中毒性肝炎。”

奥尔加的体重骤减，极度虚弱，无法正常进食。她说：“当父母再次来看我时，父亲看到我的状态，对我说：‘奥尔加，如果你想活下去，就读《转法轮》！’”

于是，在2012年春天，奥尔加开始修炼法轮大法。她说：“我的健康状况很快得到了改善，体重也逐渐恢复，我重新燃起了对生活的希望。”

2014年，战火蔓延至奥尔加的家乡，他们不得不撤离。

奥尔加回忆道：“我们只有一个晚上来收拾行李。我在屋子里走来走去，心情沉重，因为我知道自己将永远离开这里。意识到无法带走所有的东西，只能收拾最重要的物品。”“那天，我第一个放进行李箱的，是师父的法像和所有的大法书籍。我们又装了一些衣服和鞋子，关上公寓的门，再也没有回去过。”

10年来，奥尔加一家辗转两座城市，搬家三次。她说：“每次搬进新家，我第一件从行李箱里拿出来，就是师父的法像和大法书籍。”

如今，她的丈夫也相信法轮大法，因为他看到奥尔加的父亲诚信经营生意，虽然财富颇丰，却仍然谦逊低调；他也看到奥尔加的弟弟（法轮功修炼者）并不觊觎父亲的财富，反而时常无私地帮助他人。奥尔加则教育孩子们诚实、善良，不发脾气，不抱怨生活。而且，这三位修炼者都说，是法轮大法的法理“真、善、忍”让他们学会了这些。

在危急时刻，例如遭遇猛烈的火箭弹袭击时，奥尔加的丈夫都会大声念诵“法轮大法好”。她说：“我丈夫相信，这句伟大的话语可以保命！他不再怨天尤人，抱怨命运多舛。”

奥尔加决心修炼到底：“谢谢师父，赐予我们宇宙的伟大法理，并在《转法轮》中教导我们按照‘真、善、忍’的原则做人！”



▲ 奥尔加在炼法轮大法第五套功法