

# 初试天鸽

2006-2-10

## ——我与天鸽修炼

自参加天鸽修炼班学习以来，我每天几乎都坚持两至三次龙凤功的练习。每天早晚与天罩功诸神沟通，坚持辟气功的练习。

我对龙凤功的体会是：龙不一定很凶猛，他首先很有智慧，知道如何帮我克服我的弱点。他让我认识到我双臂、双腿、腰、背都需要加强锻炼。一次他还带我敲打双腿，前后都做了。他也爱唱歌，声音不一定是低沉的男声。凤凰总是快乐的，他们知道交接工作，龙功让我疲惫了，凤凰就会换一种和缓的方式，但如果我从凤凰开始，他也可以很有力量地带我修炼。他唱的歌常常是快乐的，有时是我会唱的儿童歌曲。不知是因为这歌本来就来自天上，还是我的灵魂在和他合作？

此外我还发现，龙凤都可以根据具体情况决定采取什么方式修炼，而且他们懂我的心理。我走路的时候请凤凰来，想通过他的歌快乐起来。他唱出的是有些忧伤的歌，不过唱完了，我的心情会轻松起来。躺着的时候我也练过，他们就没有大动作了。我从心里爱他们，他们来自天上，但我觉得我们的心很贴近，他们像我的朋友，我在练功的时候可以和他们沟通，他们会考虑我的意愿。

关于辟气功，我的体会是，我随时可以感觉到喉头呼吸，涌泉呼吸也比较明显。命门和肚脐呼吸不是很明显。进入辟气状态，感觉身体是个空空的空间，头脑里会有短暂的空白阶段，时间过得很快。

关于天罩功，我也有些体会。我虽然看不见它，但我有两次明显感觉到它。那是在地铁里，我突然希望能闻到宇宙的花香，就恳求天罩诸神为我的天罩里注入花香，也希望车厢里的人能闻到。后来花香真的来了，让我感动得要落泪。还有一次也是在地铁里，旁边一个人带来浓重的洋葱味道，我想让我的天罩帮我防一下吧，要么就练辟气功。结果一时着急，感觉两个都没起效果。于是就想，那我就好好享受这个味道吧，结果就觉得我的保护神笑了起来，我一下子就闻不到洋葱味了。

我常常想，神就像我们的父母，他们首先是爱我们的，我们做错事，会受到惩罚，但我们有改过的机会，小错误他们是不随意计较的，他们会微笑着看我们做些糊涂事，只有真正出格的时候，他们才会认真起来，严肃地警告我们，或者惩罚我们。对他们，我的感觉首先是爱，其次是敬，第三才是畏。我想，只有不去害人，就不必害怕神。宇宙之间最重要的是爱。这个字说出来很容易，让人为了一个爱字而放弃很多用与此相背的行为换来的舒适还真的很难。人与动物之间到底该是个什么关系呢？互不相扰？人的衣食住行能够完全离开动物吗？有什么东西可以替代？如何完成过渡？

（德国）米拉尼

2006年2月10日

---

# 时空搬运修天鸽

2006-2-7

## ——我与天鸽修炼

时间：2006年2月3日，星期五晚

18点：

- 我一个人在雷根斯堡家里练功。我的先生劳尔夫[Rolf]在和慕尼黑的天功小组练功。
- 天功的风水光盘已经放了两个小时，房间里已经有了练功的能量准备。

- 我及时地换好红白两色练功服，内心平静。
- 我和柏林天功练功厅能量场建立联系，和大师们及天鸽修炼班建立联系。
- 向乐天大师问好：以天塔功的姿势三鞠躬
- 练几分钟天塔功（坐姿）
- 几分钟开心功（跪姿）
- 大约十分钟的天语十字功洗灵魂（跪姿与坐姿）
- 心怀神圣感，和宇宙、高智慧生命和天功紧紧连在一起。我感觉一切都比我平时在这个房间里练功的时候安静、和谐得多，能量也强得多。

18点20分：

- 我和宇宙天罩功、辟气功大师建立联系，很快进入无为状态。
- 大约十分钟后，我感到一种非常明显的变化：有什么东西从上面罩住我，有片刻的功夫几乎没有呼吸。
- 我觉得自己就像铸铜一样被固定，非常热。
- 觉得肺部有压力，前胸和后背有被挤压住的感觉。
- 觉得自己像在地下，一个矿井里，肺部压力很大。
- 感觉不到双臂和手。
- 接着发现，我完全进入了定身功状态（尽管我——按照天功的建议——这时根本没有想到定身功），浑身不能动弹——就像被浇铸了一样。
- 呼吸：没有变化，没什么特别的。
- 在结束前大约十分钟的时候我感觉到凉意和光亮，右手开始动。打哈欠，咽唾液（刚才嘴里非常干）。
- 从上到下感觉凉。
- 手和手指僵硬。

19点20到19点40休息。

19点40分：

- 练二十分钟龙凤功。
- 龙功有时有点累，就多练些凤功。
- 左脚又疼起来（练功的时候常这样，尤其是站着练的时候，于是就坐下来接着练）。

20点：

- 我和宇宙定心功、天罩功、辟气功大师建立联系。
- 大约十到十五分钟后，我突然感觉全身酷热，连发梢都发热，这样持续了两、三分钟。
- 不安起来，整个练习的前三分之二时间内没有真正进入功态。
- 不知什么时候我发现：双腿又被定住了。突然感到副鼻窦和额窦处有压力，非常不舒服。
- 然后胸部慢慢感到压力。
- 心脏和肺就像被压上了一块沉重的板子，呼吸浅、短，有些急，所有“下面的部位”——就像伸出在板子外面一样。
- 偶尔呼吸减少——还没注意到，呼吸又回来了！
- 练功快结束的时候完全处于功态，呼吸非常平稳。
- 很快感觉了一下：就像进入了另一种状态——向前走了一小段。没有害怕。这种感觉很新鲜。

20点45分：

- 明显感觉到要我醒来的信号：头向右侧转动，深呼吸。

收功。

练功结束后感觉非常好。感恩。和宇宙与天鸽们紧紧连在一起！这一次比平时自己练功的时候能量强得多。时间过得非常快。

心境大多时间是平静的。只是有时突然跳得很快——自从在柏林参加过辟气班之后，心率一直不匀。在练辟气功的时候，有时也会这样。我知道这是气冲病灶，我的心脏原来有问题。

（德国）米拉尼