

气功——地球的守护者

2010-9-24

—— 环保主义者学习历史悠久的中华艺术

(提示：2010年春季，旧金山湾区的一位天功修炼者在修炼过程中得到灵感，主动与《好消息》报的编辑建立联系，要求刊登一篇文章，介绍天功在环保与人道救助上所做出的努力。不久，《气功——地球的守护者》一文就刊登在《好消息》2010年夏季刊“国际社区”一栏中。

《好消息》是一份非营利性的报刊，既有传统的印刷版，也有登录www.positivenewsus.org就可以获取的电子版。该报主要刊登全球范围内有关地球保护、社会平等、扶持年轻人发展和就业等方面的新闻，并致力于传播全球各地的好消息。)



《气功——地球的守护者》一文刊登在《好消息》2010年夏季刊“国际社区”一栏中

发源于中国的气功是一门通过内心冥想达到修炼效果的艺术。气功通常借助优雅舒缓的肢体动作和呼吸控制技巧促进机体内的能量循环，提升修炼者的整体健康状况。作为二十世纪九十年代中国杰出的灵修大师之一，天功的乐天大师曾在中国各地拥有无数追随者。面对日益恶化的地球生态环境，乐天大师的忧虑与日俱增。最终乐天大师毅然决定离开中国，前往欧美国家传授秘法，因为欧美国家拥有更加乐于接受灵性修炼的社会团体，他们可以协同乐天大师共同致力于地球生态环境的保护。

在加利福尼亚州伯克莱市——天功国际基金会为其追随者就波及全球的生态污染问题举办了名为“天鸽培训”的高级修炼课程。参与此次培训的天功修炼者都获得了升华灵性的修炼技巧。

在圣弗兰西斯科精神的启发和鼓舞下，天鸽之路可谓是身心的脱胎换骨：修炼者必须摒弃不良习惯，学会从错误中接受教训，净化自身的不足；通过强健体魄得到能量提升，与高智慧生命取得沟通，并且学习大规模能量输送这一先进的康复技术。

这些“地球卫士”的使命就是“奉献”。为了改正以自我为中心的“索取”行为，他们发誓投身天功的“三救”事业——救地球、救人类、救自己，努力让人类充满爱心、智慧和仁慈。

乐天大师说：现在的地球就好比经络或者能量通道堵塞的人体，这些堵塞的通道急需打通。“虽然我们已

经诊断出了病因，但是应该开什么处方来治病呢？”

千百年里，人类的贪欲、愤怒和恐惧引发了对地球的伤害以及人类的自相残杀等行为。对这一切所造成的能量污染，乐天大师提出的治疗方案就是通过“阴环保”来净化。他说：“这些精神污染就跟食品污染和水污染一样会对人类造成重大伤害。”为此，乐天大师积极寻求一套切实有效的治疗方案。“他认为，在过去的五年里，天功工作取得了卓有成效的成果。”

天功团体也宣扬“阳环保”和改变环保政策的重要性，提倡推广素食和俭朴的生活方式。古老的气功科学以其现代诠释召唤着追随者们，代表地球上的各种生命投身“三救”事业，帮助大家找到属于自己的翅膀。

天功国际基金会

（美国）泰格拉·菲斯克

港澳学员谈赴台修炼

2010-9-24

梁慧娟：

期待已久的第一届台湾天骨、天衣功修炼班于2010年6月24日至7月1日在台南的江南度假村举行。今次是乐天大师首次在台湾举办高级C系统课程，对每位初次或是曾经报读该课程的修炼学员来说，都是一个难得的机会，因为要举办一期课程实在不容易，何况大师工作繁重，要到世界各地推广，宣扬“三救”，要与他们见面，实在是稀有难逢。

大师曾说台湾是保留中国传统文化最为完整的地方，也提及孔孟思想对做人和修炼都非常重要。这也是21世纪新时代人类应有的道德观念——仁义礼智信，温良恭俭让。今次台湾修炼班，可让我们认识到中国传统文化对我们未来的重要性，因此应该有重拾旧有的道德观念的必要。

在修炼课程中，三地学员可以互相交流，体会和学习其他两地的文化，互相学习大家的优点。我体会到，台湾学员有着传统文化——尊师重道，相敬如宾。他们热情招待我们香港以及内地，更有来自马来西亚、日本和印度的学员。他们待我们就好似一家人一样，无分国界，无分彼此，非常亲切友善。这不是人与人之间相处应有的态度吗？大师用心良苦地选择台湾举办修炼班，目的大概就是要让我们在现实中学习孔孟之道，重拾人类应有的道德与价值观。我们要铭记大师这样的用心，时时刻刻检视自己的行为 and 态度是否符合孔孟之道。

来自大陆内地学员，他们不仅要克服重重障碍，还要几经辗转才能抵达台湾。一路奔波，舟车劳顿，需要体力的支撑。那天凌晨刚刚到达修炼营，没有好好休息，早上就跟大家一起练功。他们一点埋怨也没有，反而充满喜悦。这份真诚、坚信、珍惜和感恩的精神，可以在每位内地学员的笑容中看得出来。这种精神也是每位学员应要有的。我们要好好向内地学员学习，珍惜及感恩大师为我们提供的修炼机会。

今次台湾修炼班是一个好的开始，三地学员除了互补长短外，还可促进学员间的团结，更好地为天功服务，为“三救”而努力。

朱少雯：

自从去年认识乐天大师以来，我多次参加了香港修炼班，认识了很多同修。其中最应感谢的是沈秀玲 Yvonne 她主动招待我在她家中住，像家人一般。实在感恩。6月的台湾修炼班结束后，又有缘结识了台湾同修陈爱廉、段懿玲，她们带我们一起观光，都很亲切、热诚。尤其是陈爱廉，虽然大家初次认识，待我像老朋友一般。我对她说：“我们前世可能是好朋友。走进天功使大家有缘再聚。某一世代，大家原来是家人、朋友，所以才能在天功结识，成为‘天友’。”

我在“脱胎换骨”修炼班中得到颇多感应，实在庆幸。尤其是在最后一天的天时功中进入时间流，看到自己的阳神跪在时间神面前，不久眼前就出现一个个如电影一样的片段。其中印象最深刻的是，看到一个头发长长的，穿着白袍的修行人站在山头上。他前面坐了几个弟子……大师说：我前世就是修行人……

下午在时间流中进入三大古文明时，看到有两位外星朋友替我的阳神穿一件橙色的救生衣(天罩)。之后感到有大大水浪在冲击我。后来置身在一只船上，我手拿着火炬，在大海中前进。当大师唱着《亚特兰蒂斯之歌》时，才知什么是汹涌澎湃……

廖俪棋□

中国大陆、香港、台湾，三地都是中华民族的聚居地。在近一百年的文化的清洗下，很多优秀的传统文化瑰宝逐渐消失了。香港受西方文化洗礼近一个世纪，大部分人阳性思维比较重，凡事讲逻辑，要“合理”，比较认同西方的价值观。台湾人民见识到西方的文化，但又保存了中国传统文化的精髓。尤其是孔、孟之道保留较全面。台湾的国民教育普遍较高，宗教色彩较浓。所以天功首届中、港、台三地之脱胎换骨班选在台湾举行，意在让亚洲地区有缘的学员作一次汇集，也可探讨一下天功在亚洲地区发展的方向。

曾小慧□

在6月24日至30日举办的台湾天骨、天衣功修炼营中，密集的课程和学员们的互动加深了彼此的认识。台湾学员的热情好客和真诚、认真的精神，以及丰富的中国传统文化知识，令我们来自香港的中国人感到有点惭愧。中国大陆的资深学员对我们仍非常幼稚的后辈的关心爱护和循循善诱的指导；他们对大师的尊敬、感恩，对后辈的谦卑、大爱，以及他们个人的道德修养，都为我们活生生地示范了身为天功的一分子，不但要注意身体上的锻炼，在心灵上也应当好好修行。大陆学员们实在值得我们好好地学习。虽然他们大部分年纪也不小，但玩起来却比我们还要开放。这提醒我们要时刻保有一颗纯真、无染的心。天功是一个大家庭，所谓“家有一老，如有一宝”，大陆学员对天功来说真的是无价“宝”。香港学员虽然阳性思维比较重，对中国传统文化的认识也较薄弱，但学员们之间的团结精神和无私地分享，着实令我获益良多。

在这短短的七天中，使我们更加了解了彼此的优点和仍需改善的地方。让我们共同铭记弘一大师六句悔改箴言：“真诚相处，互相提醒；闻过则谢，重在悔改；脚踏实地，说到做到”。

2010年6月30日

电影《辟谷者》将在德国公映

2010-9-3

2010年8月31日上午十点半，乐天大师和部分德国学员参加了奥地利国家电视台记者施特劳宾格先生拍摄的电影《吃“光”的人》（又译：《最初先有了光》）的新闻发布会。



奥地利国家电视台记者
施特劳宾格先生

这是一部关于辟谷现象的纪实电影。为了拍摄这部作品，施特劳宾格先生在2008年5月至10月期间访问了瑞士、德国、奥地利、俄罗斯、美国、英国、印度和中国的辟谷人士以及几十位医生、科学家。大师的学生W和天功修炼者李启端中医师也是其中的主角之一。2009年，这部电影完成后期制作，到目前为止已在瑞士公映，引起较大反响。今年10月，该片即将在德国公映。

那么，是什么力量驱使施特劳宾格先生拍摄这部电影的呢？

“十年前，我是个坚定的怀疑论者和不可知论者。这时，我认识了一个吃光粮的人。他使我的世界观发生了动摇。真的有人能够不吃物质食物活着吗？这是怎么可能的呢？我所采访的对象不仅仅是吃光的人，更多的是医生、生物学家和物理学家。比这些事实更令人震惊的常常是这样一个问题：为什么公众对此一无所知？经过五年的时间，我利用长达200小时的原始材料制作了这部90分钟的电影，其中提到的光粮只是让我们对当今占统治地位的世界观提出质疑的一个题材而已。”

这部电影的制片人赫尔姆特·格拉瑟先生则从另一个侧面告诉我们，施特劳宾格先生的追问与探索得到了公众的肯定，此类题材在当今世界上已越来越引人关注：

“作为西方世界一个受过科学启蒙的公民，我们总是试图把这些信息当作神秘的胡言乱语搁置一旁。与此同时，这一话题和这种苗头也让我们很感兴趣。这种事真是既吸引人，又让人感到迷惑。知道电影《我们到底知道什么》[What the bleep do we know]及其票房纪录的人，或者是《阿育吠陀——康复的艺术》[Ayurveda - Die Kunst des Heilens]”[都不再怀疑，这些所谓的边缘题目也能引来大批的观众。”

在这部电影中，除了W[李医师、自2001年以来一直靠光生存的德国的维尔纳先生以外，还有世界级著名辟谷人士，七十年不吃不喝、年逾八十的印度圣人布雷哈达（详见天功网站谈天论地/百家之言栏目中的《印度苦行僧68年不吃不喝》一文）、自2000年开始不吃不喝的俄罗斯人巴拉诺娃女士、澳大利亚的挪威后裔雅思慕海恩、武当山游玄德道长等。



维尔纳先生和夫人

巴拉诺娃现年73岁。在她四十岁的时候，她的一个孩子离开了人世。从此她便开始祈祷，钻研各种宗教的教义。1993年，为了改善身体状况，她开始吃素，与此同时用另类康复手段来治疗自己的疾病。最终让她突然不再吃东西的是一种更高的力量，一种“内在的光”。这种生活方式使她不再受到任何不良影响的侵害，也让她的各种疾病神奇地痊愈。她说，她之所以不再需要喝水，是因为她的肺“可以直接从大气中获得水”。她认为自己的“生物年龄”只有自己真实的“肉体年龄”一半大。

雅思慕海恩生于1957年，原名艾伦·格雷夫。1992年她开始举办“冥想工作坊”和“冥想”研讨会，正式更名为雅思慕海恩，意为“永恒的馨香”。她介绍说，自1993年，她就没再吃过固体食物，只是靠“普拉纳”或者“光粮”生存。偶尔觉得无聊的时候，她才会去吃块巧克力，因为她想念那个味道。她自称自己的DNA已从2股增加到12股，因为这样可以吸收更多的氧气。此言一出，立刻引起了科学家们的愤怒与蔑视。

不过，雅思慕海恩并不在意这些。她通过多个网页和博客宣传个人与星际和平，告诉人们如何消除世界饥荒，与外星朋友建立联系，同时销售自己的绘画、具有神秘意味的产品和作品。据称，她的支持者已上升至一百万。她还在世界范围内作报告，在多个国家举办灵修研讨会，出版光盘和书籍，其中包括《光粮——下一个千年的食物来源》。不幸的是，近年来，世界各地几起死亡事故都和她，或者说和她的书联系在一起。对此，她做出的解释是：这些人之所以会死，不是因为他们不吃东西，而是因为他们没有正确按照她在书里给出的指导行事。

现在，无论是网上，还是科学界，大多都说雅思慕海恩是个“大骗子”。根据2006年她所作的一次报告，法国政府中负责审查非主流教派的部门提出，雅思慕海恩的论断是“危险的，具有谋取私利意味的”。

在施特劳宾格现实采访的吃“光”人士中，雅思慕海恩可以说是唯一如此大规模用媒体传授吃“光”方式的人。由于发生了几起严重事故，人们对她的怀疑程度也进一步加深。

可以说，无论是雅思慕海恩，还是巴拉诺娃，都是通过某种强大的力量突然进入辟谷状态的。那么还有其他的辟谷途径吗？

德国著名的气功组织活动家李启端医师在电影中说，辟谷状态可以通过修炼，也可以通过弘法师发布辟谷信息获得。天功修炼者获得的辟谷信息，都是乐天大师和他的两位学生或者某些获得传播资格的天功学员转发的宇宙能量，非常安全。辟谷者无论是精神状态，还是身体状况都不会受到负面影响。

而中国的武当道士首先是靠从师修炼获得辟谷能力的。早在两千多年前，武当派中就已有关于辟谷的文字记载。不过，他们认为，要想辟谷，首先要有好老师，其次要有空气清洁、负离子丰富的修炼环境。像天功这样，在空气污染严重、诱惑力强大的现代城市里集体辟谷，对以食为天的人类来说，可谓罕见。

面对这些不吃不喝的人，电影中的医生和科学家们有的认为不可信，有的认为不可能，有的在等待进一步科学证明，有的则表现出震惊与激动。而他们的想法也代表了现代人对这些特异现象的不理解、不接受或

者是好奇、肯定与探究。电影中几位被采访者对这一现象所表达的观点给人留下了尤为深刻的印象：

印度传统上一向有人不靠食物生存。有些事情，就因为我们无法理解就加以忽视，这是没有任何意义的。（吕迪格·达尔克，德国斋戒医生，畅销书作家）

我们都是受过科学教育、从事研究工作的医生。（面对辟谷现象），我们只能挠头。在我们的生命中，这是迄今为止最让人惊讶的事……这是一颗炸弹。整个科学都要重新改写，我们的所有知识都深受震撼。（舒迪尔·沙阿，印度医生）

人开始质疑以前从未追问过的事情。今天，这已经是极其必要的了……这就是说，问题并不在于不吃不喝，而是要改变思维了……（米歇尔·维尔纳，生于德国，现在瑞士工作，自2001年开始靠光生存）

我们懂得非常少。科学是有自己的一些模式的，可“光粮”的确令人震惊，让人不由得开始质疑一切——我想，我们这个世界需要这个，因为这样才可以产生全新的观念。（托马斯·斯托克力，瑞士科学作家，维尔纳先生的研究者）

正如这部电影的宣传册上所写的那样，辟谷现象对现代人，尤其是自然科学高度发展的西方人来说，无异于一记重击。他们要通过实验去证明这种现象的可能性，要找到可以对此做出解释的理论模式，因为对此做出肯定，便意味着现有世界观与思维基础的颠覆与重塑。

（德）艾米丽

2010 天爱再临香港

2010-9-3

在台湾的天骨功、天衣功隐修炼班结束后，乐天大师第二次来香港授功。他的到来，使去年、今年两个台风“康森”与“灿都”都不得不绕路而过。大家都说，是乐天大师和辅导员们无私忘我的精神感动了上天，让他们能够更好地传播天爱和宇宙技术。

今年7月13日至20日，乐天大师在香港举办了铜钟功□A1-1□□定身功□B1-4□□天肾功□C1-1□的修炼班和两场讲座。在修炼班期间，学员们还一起进行了一次郊游并有幸与香港飞碟学会进行交流。可以说，每个活动项目都令参与者满意而归。

三天课程

参加铜钟功课程的有110多人，其中不乏修炼十几年的老学员，可见他们对天功和乐天大师的信任与忠诚。

班上，辅导员一丝不苟地解说我们的修炼与身、心、灵健康的关系。辅导员语重心长地告诫我们要重视修炼日常生活化，要时时刻刻善念、善言、善行，否则你修炼多长时间，也弥补不了恶的意、言、行所引起的负因果。她还说要争取集体修炼，因为集体的能量场更大；此外，修炼时不要只想自己好，要祝福大家，那样便会收到大家的祝福。



这一天晚上的课程安排是定身功和定心功。定身功调理身体上的疾病，使细胞分子由无序化变为有序化，定心功则会调理情绪不稳等各种心理问题。上课15分钟前，教室里便鸦雀无声，学员们已经安静地进入修炼状态，等待着乐天大师。大师一向强调，作为天功修炼者，要深入认识天功的“三救”使命，挑起改变人类面貌的重担。在这条修炼的路上，我们必须信念坚定，不计名利得失，在“三救”中奉献自我。大师告诉我们，现在的天功是潜龙在渊，只是冒出一只角；天功的未来将是气势如虹，前程无量。未来三十年内，地球上会出现时空大突变，天功的精英们要准备好，提升道德水平和生存能力，迎接波澜壮阔的未来。

当乐天大师发定身功和定心功能量时，大部分学员都当场全部或部分被定住了，百分之七十以上的学员头脑中一片空白，进入深层次的定心功态。定身效果特好的学员收势后还无法解脱，要旁边的学员帮忙才能重新动起来。分享功效时，香港飞碟学会理事长方仲满小姐走上台，绘声绘色地述说了自己的体验。她先是感到自己的身体一下子被一股强大的力量镇住，头脑发胀，心如鹿撞。原来，十年前曾是运动员的她现在已经不再健康，心脏也不好。乐天大师听了，便发信息安定她的心，只一瞬间，方小姐便说：“好了”。全班立刻报以热烈的掌声。



在随后两天的天肾功修炼班上，学员们都收到了宇宙礼物，更换或更新了肾和膀胱系统的能量体。在乐天大师的带领下，大家用西王母天爱真言向被自己伤害的众生诚心道歉，请求得到宽恕，场面十分感人。清洗能量肾后，辅导员主持了招魂和修魂仪式。不少学员都看到或感觉到新的阳神进入了自己的身体。而在

大师主持的换骨环节上，许多学员都收到了奇妙的效果。最令人难忘的是12岁的小天希向大家报告的体验。她用响亮纯真的嗓音，甜美的笑容向天神和大家汇报说，自己看到了观世音菩萨和外星朋友们是怎样帮助大家清洗出肮脏的负能量，然后注入光能量的。

中、港天鸽班

第三天晚上，乐天大师主持天鸽培训。学员们争相报名，都想参加天功“三救”团队，人数远远超出预先规定的50人。由于道路不熟，几位学员迟到了几分钟，受到大师的批评。他严肃地说，天鸽就是天使，肩负着传播宇宙声音、渡己渡人的使命，一定要有很强的时间观念。他还强调说，天鸽要坚定地认同天功理念，看破得失，看破荣辱，看破生死，为宇宙大同而奉献自己。W也向大家介绍了德国天鸽班在过去的四年里所积累的经验：1、举办读书交流会；2、互相提醒；3、每天、每月、每季都制定出修炼计划，防止修炼变成一笔糊涂账，也便于大家超越自己、提升自己。此外W还感触颇深地告诉我们，德国学员的品德特别好，关系十分和谐。在这一点上，我们应该多向日耳曼民族学习，修正我们的陋习，否则我们难以挑起救世重担。

2012，是危机，更是机遇

在港期间，大师还做了一场关于2012年的演讲。这一话题吸引了城中不少关心地球的有识之士，其中包括一位香港著名的环保人士。大师站在宇宙的高度和未来的时空点来看待2012，讲述了天功对2012的看法。二十一世纪地球之所以面临种种灾难与危机，其原因便是人类道德的下滑、欲望的膨胀和负面的意、言、行。地球的存亡与人类生死攸关，地球得救，人类就得救。他说，除了“阳环保”外，还要推行“阴环保”；除了吃素外，还要辟谷；降低负意念；降低各种欲望；给地球和众生送去爱。大危机的同时也是大希望。是毁灭，还是被拯救，要看每个人是否能够觉醒。大师总结说：2012是一个时间段，是地球文明迈向星际文明的一个转换点，因此，地球人要提升自己的意识，修正自己的意、言、行，提高自己的生存能力，为未来的突变做好准备。

乐天大师的宇宙观点独特新颖，扩展了听众的视野，引起了不少听众的兴趣。他们争相追问有关外星文明的问题，大师都和蔼而耐心地予以解答。最后，大师还带领听众一起为地球打坐，用四句天爱真言“对不起，请原谅，我爱你，谢谢！”真诚地向地球忏悔，为地球送去爱心。

大师还建议听众用这四句天爱真言来调整自己的人际关系。一位听众问道：如果有人打我一拳，我向他道了歉，对方还是打我，那我该怎么办。大师笑眯眯回答道，这种情况会出现的，因为双方累世都积累了许多的负因果，纠缠不清。但这四句天爱真言是我们向天神和心中的神说的，只要我们真诚悔改，坚持下去，就能感动宇宙大师，替我们消负因果，人际关系自然就会好转。



郊游——灵修之旅

对修炼班的学员们来说，7月14日的郊游就是一次灵修之旅。酷暑把原来赏心的漫游变成了一次炙锅之行。虽是如此，能与乐天大师一起郊游修炼，大家还是都充满了热诚和期待。由于策划上的失误，我们没有考虑到参与者的体力能否经受住烈日的考验。郊游中，我们被迫缩短路程，在美丽的海滩上修炼的计划也不得不取消。不过，新旧旧友没有一句怨言，依然是谈笑风生，珍惜与大师相处的每一刻，认真回味大师的每句指导和启悟。参加者中不乏年老、体弱和患各种顽疾的病人。如果没有大师的能量场保护，我想大部分人都可能会因为无法承受烈日的煎熬而退却。



在这次郊游中，有一位特殊的客人，那就是来自新疆的柳凤。她哥哥是90年代的天功辅导员。在哥哥的影响下，柳凤也爱上了天功。这次来港旅游，正巧遇到大师在港授课。她向香港天功负责人提出要参加此次郊游活动，很快就得到了批准。她对大师和学员们说，多年来，她和哥哥一直在寻找天功，去年终于找到了天网，一家人欣喜不已。现在，兄妹俩通过天网继续超时空修炼天功。去年他们那里好几个月天网都打不开，她竟特地从新疆坐火车到甘肃敦煌上网追踪天功消息。这位年轻学员对天功的爱，让在场香港学员深受感动，大家更加珍惜香港这块风水宝地。

（香港）谭雅丽

天功令我的生活焕然一新

2010-9-3

身体上的变化

无论睡眠时间的长短，我不再像以前那样总是觉得疲倦，尽管有时候我睡得并不多。我的朋友都觉得费解，他们问我何以睡得比他们少，却依旧精力充沛。

自从我改吃素食以来，我觉得身体得到了充分的洗濯。不过我以前就不太爱吃大鱼大肉，所以吃素对我来说并不难。同时我觉得我对巧克力、糖果等甜食也提不起兴趣了。无论出于何种原因，如果我只需要吃水果或者坚果的话，我的身体也照样能应付。我觉得自己精力充沛，并且我尽力与我身边的人分享这一切。

天功带给我的最大的变化是，我的例假开始恢复正常，周期规律。以前我必须依靠药物才能行经。此前医生作出的诊断报告无一例外地提到我患有卵巢疾病，但是就在我修炼一年以后，医生推翻了先前的诊断结论。过去的几个月里，我的例假很有规律，现在医生仍在琢磨我的病历及诊断方案。

精神情致上的变化

我小时候总是郁郁寡欢，那种感觉就像坐过山车一样，忽高忽低，大起大落。我记得睡觉前我会哭，心情时好时坏。我有过自杀的念头，内心挣扎，苦不堪言。我能感觉到我灵魂深处的痛楚，有时候我甚至无法用语言来表达这种忧伤。

就这样年复一年，从我孩提时代起，八岁一直到二十五六岁，我始终无法找到内心的平静。自从修炼以来，这种感觉逐步得到了缓解，当然完全摆脱痛苦还需要一个过程。但是无疑情况好转是从修炼那时候开始的，现在可以说我已经彻底痊愈了。

以前的我特别消极，而现在的我却积极乐观。我现在的座右铭是：一切都会好的。

心灵上的变化

首先，自我修炼以来，我的洞察力变得越发敏锐，直觉性很强，这令当时刚刚踏足教师行业的我受益匪浅。如今我和这些“特殊儿童”打交道已经两年了，这些孩子大都患有多动症或者其他行为问题。从一开始我就很容易和这些孩子取得沟通，有时候这种沟通会在梦境中发生。有趣的是我有一个学生也作了这样的梦，这也是我和那个学生从去年夏天开始见面的原因。

在日常生活中，我常常能感受到意识的存在以及与宇宙的沟通。我能清楚地意识到我是谁，身处何方，以及近来生活中经历的种种变化。我意识到自己肩负的使命以及这些变化的根源，这一切令我如释重负。以往的紧张、恐惧和压力一扫而空。

我感到犹如获得新生。真的，两年前我就决定了要改名，开始使用我的第二个名字。我的全名叫劳拉露西亚，以前我一直用劳拉，现在我叫露西亚。

毫无疑问，现在的我比以前快乐得多，这也是我对乐天大师充满感激之情的原因所在。

（西班牙）露西亚