

2020第一期凤凰寿星

发布日期 2020-01-19



山中难寻千年树，世上难得百岁人。

凤凰园独特的养生理念与星际养生秘法，使凤凰园里的寿星如雨后春笋般地逐年递增。

寿星们当初大多是因身体不适、疾病缠身或饱受病魔的折磨等原因，开始习练凤凰园的养生秘法。进入凤凰园后，才惊喜地发现上天为自己打开了另一扇神秘的大门：与宇宙能量的沟通，神奇的疗效，开发潜能等等；大同师尊的谆谆教导，园友之间的互相帮助与团结友爱；学子斋堂与圣贤对话，学习礼仪与传授为人处事的道理.....

大家在凤凰园这个宇宙家园里，身、心、灵皆得到了快速提升，感受到满满的爱与正能量，自感炁运加身成为了上天眷顾的宠儿。

这一切无不使大家爱上了凤凰园，离不开凤凰园。很多寿星已经持之以恒地习练了几十年，而真正地成为了凤凰园的快乐寿星。

我的健康，我做主！

不忘初心，方得始终。

鳳凰壽星



金宝珍97岁
19241118



徐凤梅94岁
19270524



薛小妹94岁
19270821

幸福安康



王定源93岁
19281212



田瑞华87岁
19341122

恩愛夫妻

鳳凰壽星



何燕文90岁
19311004



叶云娟89岁
19321225



秦德兴88岁
19330411

鳳凰壽星



秦德兴88岁
19330411



赵金华88岁
19330803



王英雄87岁
19340721

幸福安康



陆中林87岁
19340327



高翠娟86岁
19350129

恩愛夫妻

鳳凰壽星



陈桂芬86岁
19350405



周桂英86岁
19350427



(中国) 吴姑苏

2020-01-17

非凡一跳

丹炆布衣二之弹跳有感

(2020-01-17)

在2019年年底的初级炼丹班上，大师姐传授我们凤凰园丹炆布衣秘法。其中有一节为弹跳，此弹跳与我之前所理解的弹跳可有着天渊之别。

小时候精力旺盛，上树、爬墙、跳绳经常之事。再大一点，打羽毛球、篮球这类活动也没少参加。然而以上的弹跳，无论如何奋力，不管是腾空的时间和高度都不如我在初级炼丹班上的弹跳。

当我捉劲后，以原地跑步的姿势，胳膊开始由慢而快摆动，左右脚跟也有节奏地相应抬离地面。很快，随着动作越来越快，积累的能量越来越强时，双脚一蹬，身体便犹如腾空的火箭一样，瞬间脱离地面，跃上了空中。这时候，时间好像慢了下来，身体也略有停滞的感觉，眼角的余光尽是人的头顶。我不知自己跳得有多高，只知道房梁离我很近，似乎触手可及。力尽处，落回地面，双脚尖轻轻一蹬，又复返虚空……随着连续地跳起，动作的纯熟，身体也越来越轻盈，仿佛只要平地起大风，我即可御风而行。喜悦由心而生，肺腑间便有了“我欲乘风归去”的豪情！

事后大师姐问我感觉如何，我回答：“很久，很久没有这样跳过了，这一次虽然是连续地弹跳，但却很轻松，脚上像装了弹簧，其中的滞空感还是第一次体验，想不到我这奔五的岁数还能蹦得这么高！”大师姐说：“在我的天目中，你已经跳出了三维空间了。”听了大师姐的话语，我想：“如果不是在炼丹班，在凤凰园的高维能量场中，有神和师尊的加持；如果不是大师姐教会我弹跳的秘诀，我绝不可能有这非凡的体验。”

（中国）甄梓

梦幻般的弹跳分享

□2020-1-12□

2019年12月28日，练习弹跳。“梦幻弹跳”是属于“丹炆布衣”之二里最后一个动作，在练习弹跳之前，我们先习练了“丹炆布衣”之二的五节动作，然后就进入准备弹跳的环节，双脚一起一落，待黎莎师姐发出：“跳！”的口令时，我们便随着欢快的音乐跳跃起来。我们双腿弯曲，轻轻一蹬，脚顿时好像装了弹簧似地离开了地面，身体变得轻盈，最让人出乎意料的是，七八十岁的师兄师姐也轻轻松松地跳跃起来了。

丁兄、莫兄、秋兄等人跳得特别高，好像身体飞起来了，像离弦的箭冲向天空，大同师尊曾经在《高维跑步》里说过：“跑出地球，跑入高维。”今天的弹跳，好似能跃出地球的吸引力。

虽然，学员们的年龄悬殊较大，但丝毫没受影响，大家融和在一起，犹如进入了童真时代的欢乐跳跃，有的跳累了，休息片刻继续跳，有的一边跳，一边笑得前俯后仰……。教室里回荡着我们一阵阵的欢乐声。

娜娜分享：以前只是会跳绳，没有跳过那么高的，跳了50个已经是极限了，跳完都气喘吁吁，要休息很久才平静下来！这次学习了跳跃，轻轻一弹就起来了，一点都不费力，很轻松，而且越跳越高，好像就要冲上云霄的感觉，跳到都不想停下来。停下来休息一会就好了，心跳没有特别快，很舒服。

波兄分享：在进入跳跃时，双腿就像打了气和装有弹簧一样，感觉很轻盈，腾空后明显感觉到自己在空中停顿了几秒钟，在落地时，脚掌前端轻轻一点地面，就又弹起来了，整个过程很轻松，也不累，比在健身房里做运动都要轻松很多。

曾姐分享（56岁）：跳跃分享，大师姐教我们学习跳跃时，先从双手、双脚膝关节活动起，往双脚膝关节打气，全身充满了能量和气感。听到大师姐叫“跳！跳！跳！”时，感觉整个身体往上腾空而起。双腿绷直，上、下跳跃很轻松，整个人感觉很轻松，一点都不觉得累，心情特别愉悦，这是平时做运动感觉不到的快乐。

明文：感觉全身放松，有点飘飘，心情愉悦。毕业十几年很少运动，回想到学生时代在操场时的情景，真的好开心。

贤钊（76岁）：我在跳跃时候，刚开始不大敢跳，后来跳起来，慢慢地觉得跳起来很轻松，脚越跳越高，脚里面像装了弹簧一样，停下来后心跳气喘一下子就过了，感觉很好。

可乐：虽然平时也经常运动，但是这个跳跃完全出乎预料，就像脱离地心引力一样，居然可以跳那么高，而且还不累...看到大家跳着，笑着，就像回到孩童时光，好欢乐！

摸爬滚打的经验，尝尽人生的甜酸苦辣，唯有今天的这一刻，让我们回到纯真的童年，那笑声，依然保留着对美好的感怀。

因为，这一刻你卸掉了平时生活经历或工作上的重担。所以，你能欢乐地跳跃起来，亲身体会着什么叫“放下”的感觉，而能进入梦幻般的跳跃.....！

大部分学员分享跳跃时都会讲到一句：“我梦中就是这样飞翔起来的”。

在欢快的习练“丹炁布衣”秘法之二中，大家都体会到养生的最高境界就是养心，也就是养精神，调情志，所以保持祥和的情志也是炼丹的重要保障。

（中国）杨申

2020-1-11

幸福之光

□2020-1-9□

2019年9月28日，我妹夫从美国回来，一下飞机就被直接送进医院，听妹妹说他生病了，而且病的不轻。

我当时也不清楚妹夫所患疾病的具体情况。过了一天之后，也就是9月30号，听妹夫的哥哥讲，要准备资金3百万给弟弟换肺。

这时我才知道妹夫病情很严重。他平时血糖就很高，在美国也一直吃降血糖的药。

我去医院看望妹夫，听到妹夫无意中问：“今天会不会化疗？”听到他这么问，我心里很难过，不知道用什么语言来安慰他。

刚好医生到病房来，问妹夫现在疼痛怎么样了？他想了一下，点了一下“3”。（每个病房的墙上都贴有一张纸，纸上写着1至10的数字，数字小就表示轻微痛，数字大表示病人疼痛重）。医生走了大概几分钟，妹夫开始叫起来，让我赶快去告诉医生，现在有5分痛了。我让他先忍一会儿，后来妹夫慢慢地安静下来。我了解到，妹妹他们从美国回来的飞机上，妹夫是躺着回来的。我有时会问切片报告出来了没有？妹妹说没有。我现在明白了，妹妹是不想让我知道真实的病情。

为了使妹夫减轻痛苦，争取早日康复，我决定用凤凰园的方法帮助他。我开始坚持每天早晨6点30分为妹夫送“天爱真言”。接下来，我就开始打开手机播放大同师尊唱的“天珠安土”。我去医院，问妹夫要不要播放大同师尊唱的“天珠安土”？妹夫回答说：“不要。”但我没有听他的，还是用手机播放了“天珠安土”。

回到家中，我用短信告诉妹夫的哥哥:你弟弟可以出院了。

曾经，我们凤凰园里有一位在医院上班的医护人员，当时病情也很严重，医院甚至也对她丧失了信心。但她相信并走进了凤凰园，结果奇迹出现了，病竟然全好了!

我也做了同样的选择。奇迹同样发生了。我妹夫真的出院了! 2019年12月25日中午12点24分，妹妹在视频中跟我说，妹夫症状全好了，也不用吃止痛药了。在与妹妹的现场视频中，我看到了一张幸福的笑脸。

我马上发微信给我妹妹的儿子，告诉他，是凤凰园的“天爱真言”救了你爸爸!

感恩大同師尊! 感恩凤凰园!

(中国) 田路

2019年12月31日