# 凤凰园网文充满神奇能量

发布日期 2022-5-28

2020年10月5日，我有幸参加了《凤凰园尊师重道活动》，其中包括学习凤凰园网站各个栏目的文章。

我们每个星期都会学习15篇左右的网文，到了2021年1月25日~31日这个星期，我们学习了《云游天下》栏目里的文章。

明白了我们一次又一次的轮回，历经磨难，在生命留下的痕迹，就会懂得真正修炼意味着什么，是回归生命之源。我们要超越生死、超越自我、超越种族、超越宗教、超越国家、超越生命种类，甚至超越星球，直达修炼的最高境界——天人合一。

在修炼路途中，我们要忏悔自己的过错，把灵魂的和肉体的污点擦洗干净，把欲望缩小到极限，人会纯洁起来，就容易和宇宙能量共振起来。

我觉得人生修炼的两大错误，一是没迈出第一步，二是中途放弃了。只要有恒心，坚持到底在正道上，一定能到达目的地。

这次学习，让我体验到两件奇妙的事情：

我本就很少吃海鲜，有一年多未吃鱼了吧。上个星期六，刚好姐姐要去超级市场买杂货，我突然托姐姐买鱼，姐姐也觉得奇怪，通常我只托姐姐买菜和鸡蛋。未料那日也没有鱼卖，姐姐便说她明天会去另外一间超市，她会再帮忙看看有无鱼卖。那天晚上，凤凰园网不知何故打不开，但我昨天恰巧已打开了几篇文章，所以在我的浏览器缓存中我刚好能看到《宇海神童哥：过大年》和《朝圣飞碟城-超时空秘闻（一）》这两篇文章，其余好几篇文章的缓存都已没有了。当我在《宇海神童哥：过大年》文章中读到这一段“ 大同师尊化身发來的信息：‘ 我不吃鱼，我不忍吃鱼。’ ”，我吃惊了，这太过巧合了！我有很強烈的感觉，自己已接到师尊化身这个信息了，我便立即通知姐姐，不要买鱼了，我不吃鱼了。

读完《朝圣飞碟城-超时空秘闻（一）》后，我就好期待凤凰园网早日恢复正常，能继续读连续的文章。星期二那日，凤凰园网还没恢复正常时，我家后面出现了神奇美丽景象，太阳还未落山之前，蓝天白云，阳光照着我暖洋洋，月亮也悄悄现形，形成日月遥望之景。更奇妙的是，日月同辉之间，天空出现许多美丽的飞碟云，一个大型飞碟云，一些中型的飞碟云，还有一朵朵小飞碟云形成一道天梯朝向月亮。真是罕有的美景！我感觉好幸运、兴奋，和很安详的能量场，同时感应到师尊化身在我身边和高智慧生命的降临。-当时也对自己觉得失望，没能与他们沟通，或接到信息。虽然看不到他们，却心和他们很贴近。

感恩师尊，感恩凤凰园，感恩宇宙高智慧生命！

**（马来西亚） 关联**

2022-1-31

---

# 修炼要在大我中修

发布日期 2022-5-20

与凤凰园的缘起是30多年前因妈妈结缘“ 天功 ”（凤凰园前身），功友在公园一起修炼当时的“ 铜钟功 ”、“ 通天功 ”等功法。

妈妈教会了我“ 通天功 ”，现在已提升为“ 太空漫步 ”。

当时的我在南京的一所大学就读，学校管理严格。记得当时6位同学住一间房，上下铺。每天5点起床军训，晚上10点熄灯就寝。平时大量的功课在晚上10点熄灯前无法完成，大家都会打着手电筒看书、写作业。我们这间房，除了我其她5位同学都带上了眼镜。

一天晚自习时， 我看大家都比较累，突然冒出一个念头：可以教大家一起练“ 通天功 ”。大家在说说笑笑中轻松愉悦地就练完了，我和大家分享：“ 通天功 ”功法简单易学，但贵在坚持！于是大家每天晚上都一起习练。一个多星期后正好遇上学校的体检，三位同学拿着体检报告单开心地和我说：视力指数提高了很多；还有两位有明显改善。她们自己都完全不敢相信在这么短的时间内视力改善这么多。她们对我说“ 谢谢 ”，我对她们说：“ 你们应该谢谢我们的大师，谢谢你们自己的相信与坚持。 ”

更奇的是，我本人的鼻炎也在不知不觉中好了！而且此后的30多年里都没有再复发过。那时，我患鼻炎很痛苦，大小医院，中医、西医都看过，无法根治。没想到我的鼻炎在与同学们分享与习炼功法的过程中不药而愈。

记得当时我还没见过大同师尊，只是看见过师尊的照片。前天与师尊通话中回忆当年我的鼻炎不药而愈，无尽感恩师尊。

师尊教导：修炼要在大我中修，放下小我帮助更多的人；不期待，宇宙中法尔如是的力量会自动发挥着作用。

感恩师尊多年来的教导，感恩因缘，感恩一切。

游姬（YoGi）

2022.5.15

---

# 我非常荣幸：今生遇到了明师！

发布日期 2022-5-13

【**编者按：**朱梅芳是一位没有文化基础普普通通的大姐，自她进入凤凰园并成为学子斋堂的学员后，努力学习，刻苦修炼，神奇在她身上不断发生。她由衷地感慨：遇到大同师尊是一生中最大的幸运！

我们转录了她的分享文章，尽管没有华丽的词藻，文字还不够通顺，且有错漏之处，但仍显她对大同师尊、对凤凰园的真切感恩之情。为保持文章原貌，我们只作了必要的注解，请大家共享。】

天爱真言是万能钥匙，（。）过去由（于）我身体一直不太好，一年到头要感冒。有了师尊、有了师尊的功发（夫）和教理（导），每天吃能量饭菜。我汕（现在）身体好了。（，）生活开心了，（。）感恩师尊！

从我不识字到识字，从不（会）写字到现在能写字，字写的（得）不太好。我非常荣幸，（。）令（今）生能遇到明师，（！）只有不断学习，不断提升自己，要以宽容的心，要有忍耐心，要有爱心，要用心改变自己。

由于受疫情影响，封成（城）了，平安果汁用光了，没有泉水，我（就）用（彭祖）神井水者（煮）开了，冷掉（后）做平安果汁，（。）平安果汁（做的时间）太长了，不知好坏（担心变质），放在冰箱里。5月2日家里用多年的冰箱不制冷，随你怎么弄就不制冷，眼看放在里面的食扬（物）要变坏了，我（的）平安果汁不能用了。而现在疫情防控时，无法请修理人员来维修，在情急之中，想到师尊，请师尊助我一臂（臂）之力。送天爱真言。（，）送99爱心，（。）奇迹出现了，冰箱制冷了。感动的（得）眼泪流下来。我好感动，感恩师尊！

**朱梅芳**

2022.5.11

---

# 大同师尊为凤凰园学子点赞

发布日期 2022-5-12

**编者按**：中国大陆凤凰园学子斋堂学子周洁，以她进入凤凰园，通过努力学习、修炼，治愈了自身的多种妇科疾病，写出了真切、感恩的分享，并附录了三张医院为其所作的超声波检查报告单。

**大同师尊阅后作了如下点评**

阅周洁2022.5.3分享，说服力很强，很好。一方面她将在凤凰园修炼所取得的疗愈效果文字上写得是清楚的；另一方面使人更加信服的是她还附上了三张医检报告单。我们要为她取得这样的修炼成绩点赞。对于她来说，多种妇科疾病均是通过修炼凤凰园的秘法与宇宙技术不翼而飞，是一奇迹。这是她坚守信念、努力学做人所取得的成绩。师 2022.5.4 】

**以下是周洁的分享文章：**

今年2月，我很幸运地学习到了“ 防治抑郁古法秘诀 ”，在当月我的痛经就很快消失了。

我在学生时代开始就有痛经的情况，这几年更是严重了，每次到经期就会疼痛加剧，时常无法站立，还会伴随头疼和腰疼，脸色煞白，非常痛苦。而在练习“ 防治抑郁古法秘诀 ”后的当月，非常神奇地不疼了，-可以正常地做家事了。

记得在六、七年前，我就检查出有宫颈息肉，当时很小，不需要处理，医生建议多休息就好，而后的几年因照顾家里也没去检查了。直到2020年5月去做了妇科检查B超报告显示我的宫颈息肉变大很多，医生建议手术。当时我因无法承担手术费用，选择了“ 暂缓 ”，决定给自己两年时间，相信自己可以通过凤凰园学习而改变，恢复健康。

之后，我一直忙于家事，直到今年的3月初才去检查，我的心里是很忐忑的，因为这两年我非常的劳累，没有好好的休息，还有失眠的情况。所以当时我很紧张，甚至做好了需要马上手术的准备。没想到报告出来，医生说我宫颈息肉消失了，让我喜出望外。但显示左侧卵巢囊性增大，内分泌有些混乱需要调理。再到3月底检查时，什么都没有了，全部正常。

在凤凰园这两年中，我除了每天坚持早、晚课，最多的就是饮“ 丹茶 ”。当我看到报告后发呆了很久，因为我也没有想过奇迹会在我身上出现，但是真的出现奇迹时，我的第一反映就是仰望天空，想着“ 感恩 ”！我们每个人的心念不同，变化也不同，但是我从没想过放弃。所以这一次我的身体变得健康了，需要感恩，更需要努力和反省。因为人不是一直幸运的，只有努力学习做人，存善心善念很重要，坚守信念是非常重要的。当然，有时候也会因因果所致而有变化。不要抱怨，我们的心念可以改变很多事情的方向。

我非常珍惜在凤凰园学习的机会，希望我们大家都能在学习中成长和改变。加油！

**附: 我的三张医院检查报告单对比图**

经阴道超声（彩色）检查

名　字: 周洁　送检医生: 何璋
性　别: 女　检验医生:
年　龄: 32　审核医生: 徐芳婷
送检日期: 2022-03-04
检验日期: 2022-03-04
具体报告信息请以医院纸质报告为准！

检查结果:

子宫及右侧附件未见明显异常
左侧卵巢囊性增大

检查结果描述:

经阴道扫查：子宫后位，形态、大小正常，宫腔线清（居中），内膜厚0.71cm（双层），宫腔未见明显异常回声；子宫前后肌壁对称，未见明显异常回声。
右卵巢可见，大小、形态未见异常。右附件区未探及明显异常回声。左侧卵巢体积增大，包膜光整，在实质内见一个椭圆形囊性暗区，大小约4.29*1.81cm，边界及周边清晰，内透声可，后方增强，CDFI示其内血流信号不明显。
子宫直肠窝未探及游离液体。

经阴道超声（彩色）检查

名　字: 周洁　送检医生: 张航清
性　别: 女　检验医生:
年　龄: 32　审核医生: 党梅征
送检日期: 2022-03-28
检验日期: 2022-03-28
具体报告信息请以医院纸质报告为准！

检查结果:

子宫及双侧附件未见明显异常

检查结果描述:

经阴道扫查：子宫后位，形态、大小正常，宫腔线清（居中），内膜厚1.41cm（双层），宫腔未见明显异常回声；子宫前后肌壁对称，未见明显异常回声。
双卵巢可见，大小、形态未见异常。双附件区未探及明显异常回声。
子宫直肠窝未探及游离液体。

经阴道超声（彩色）检查:

名　字: 周洁　送检医生: 唐怡欣
性　别: 女　检验医生:
年　龄: 32　审核医生: 权娟
送检日期: 2020-05-05
检验日期: 2020-05-05
具体报告信息请以医院纸质报告为准！

检查结果:

宫颈管息肉待排

检查结果描述:

经阴道扫查：子宫后位，大小正常，包膜光整，实质回声均匀，实质内未见明显占位性病变，单层内膜厚度约0.80cm，宫颈管内见一个条状高回声团，大小约1.43*0.41cm，边界清，CDFI可见点状血流信号。双侧附件区未见明显异常。

**周洁**

2022.5.3

---

# 2022年世界地球日——我们为地球母亲打坐

发布日期 2022-5-6

【**编者按：** 世界地球日（Earth Day）是一个专为世界环境保护而设立的节日，旨在提高民众对于现有环境问题的意识，并动员民众参与到环保运动中，通过绿色低碳生活，改善地球的整体环境。地球日由盖洛德·尼尔森和丹尼斯·海斯于1970年发起。现今，地球日的庆祝活动已发展至全球192个国家，每年有超过10亿人参与其中，使其成为世界上最大的民间环保节日。

2022年4月22日（星期五），我们迎来了第53个世界地球日。今年世界地球日的主题是“ Invest In Our Planet（携手为保护地球投资）”】

澳亚凤凰园园友参加了《为地球母亲打坐》活动后有不少的心得体会，现与大家分享：

**关联：**一个多月前的一天晚上，我梦见一个很独特的自然现象，梦境是在夜晚，我打开家里的侧门出去透透气，看到天空全黑，但空气很清晰。突然听见家里有声音，头转过去，想回去看看，心里却不舍得离开大自然的气息，当我再回头一看，准备与大自然说晚安时，我感觉自己突然在个不同的时空里，那片全黑的天空已是一片明亮银河系的星空，群星在闪烁发白色光，最显现的是天幕上居多的绿色和白色光，照亮了整个夜空，并带着一些蓝色背景。景色好迷人啊！我被此清晰奇景吸引了，感觉心情特别愉快、舒畅。我从梦中醒来便问自己：天啊！我这是做了个什么梦啊？好奇妙的景色。

更让我出乎意料的事，当天上午，我打开电脑看英文头条新闻，看到了一条很引起我注意的新闻标题:《太阳风暴将在周三和周四增强地球的北极光》。我打开阅读新闻，便惊喜地发现，原来我在梦里看到的景色就是北极光。我在想，周三，那不是明天吗，我竟然在梦中接到了这个宇宙信息。太不可思议了！地球上的极光是由于来自磁层和太阳风的带电高能粒子被地磁场导引带进地球大气层，并与高层大气中的原子碰撞造成的发光现象。

今年4月22日，是世界地球日第53周年，我有幸参加了为地球母亲打坐活动，让我回忆起那日的梦境，从活动中也获得了一些体悟。

地球，是我们这个星球万物的伟大母亲。地球母亲用她的磁层保护着我们免受破坏性的太阳风暴，同时也养育我们，而人类却不懂得感恩，并且还做出种种毁灭地球的行为。地球若毁灭了，人类也就灭亡了。

百般掠夺地球的人，往往都是认为大自然所赐予人类的一切都是理所当然，认为自然资源是取之不尽，用之不竭，所以不会懂得感恩，也没有对上天的敬畏之心。只有懂得感恩宇宙的人，才能得到宇宙的护佑。

凤凰园修炼者，最基本需要懂得就是因果，并学做人，唯有人道做好，我们才能融入天道。每当诚心修炼《与师父一起为地球打坐》，把我们的爱传出去给地球，传播给宇宙，久而久之，我们自身积蓄的能量就会与宇宙高维能量形成共振，我们就会越来越符合天道。

尽自己之力，投身三救，不断地忏悔改过，按天道行事，才是我们报答地球母亲深恩的最好方法。

**邬师姐**：打坐之前，我是心有点乱。为了我远方的一位亲人生病，又不能去探望她。我只好送”天爱真言’给她。

过了十分钟以后我才开启我的打坐。万缘放下，一念不生，不知不觉我入定了。我觉得自己很开心，好像在仙境；见到了地球母亲，我跪下来，流泪了，我们的地球母亲给我们的大爱，我怎么才能好好的回报母恩。我觉得她抚摸我的头，我心里的一切烦恼和苦恼都消融了。

**灵达：**4月22日是世界地球日。我安排在临睡前为地球母亲打坐。

夜深了，一坐下来，当听到大同师尊带有磁力的声音，我的内心立刻就安静了下来。享受着虚空的宁静。

音乐结束了，我还是坐着，回想起第一次为地球打坐的情景，当时自己始终有一种欲哭无泪的感觉。就在那一次，我亲身体验到地球母亲的苦痛，意识到人类的不作为，地球已经被糟蹋得千疮百孔。当时就立志从自己做起，尽量减少地球资源的消耗，减少地球的负担，充分利用已有的资源。现在是检查自己的时候了，虽然自己做了一点，几年来自己有没有把这个理念真正地传播出去，有没有影响到他人，让他人也能够意识到维护地球环境的重要性？这方面自己还是做得不够的。接下来要努力去传播。

同时感到很庆幸自己是凤凰园的一员，一入门就接受师尊的“三救”理念教育，让我早早停止了泡澡的习惯，同时也为过去的行为深深地忏悔，唯有改用一桶水洗澡来弥补自己过去泡澡的挥霍。当我开始检点自己的行为对大自然的作为时，感受到大自然给予了我莫大的力量和勇气。我能在年近甲子，不会听、不会讲英文的条件下，跨行业找到了匹配自己专业可以帮助他人健康的工作，我自认为这是我的”天职”，这一切几乎就是奇迹。

**苏茜**：4月22日为地球母亲打坐，是一种喜悦的心情中带着感恩的心态和庄严的神态。地球在眼前不停地旋转，不知有多少次的转动，不清的灰色渐渐变成浅浅的蓝色，慢慢地又变成漂亮的天蓝色，河流、湖泊倒映着清澈的水，河边田野开满了美丽的鲜花。我盘坐的双腿感到非常的暖，一股暖流由脚趾一直升到全身，我为地球母亲打坐，是地球母亲滋润了我，以至一小时到了我都不愿起来。我心中以谦卑、真诚的感恩宇宙，感恩地球，感恩大同师尊，感恩凤凰园！

**艾琳**：又到了一年一次的全球地球日，回想起这一年的日子，感觉到地球母亲出现巨大变化，能量已大不如前；四季的变化好像越来不越不明显，多地出现众多的灾难。我越来越感受到人与自然和谐的重要性。人的破坏能力超强，私心杂念太多，加上相互的影响，加重了地球母亲的病情，对此我心里感到非常愧疚，地球母亲赠予我们人类一切，但人类从未曾明白过地球的大爱，并认为这一切都是理所当然的。

4月22和4月23日的打坐，令我与地球母亲再次连接在一起，感爱到她的大爱如父母般的关怀备至，如淋浴在春风里的温暖，能量流通。打坐的时间很快过去，想想地球的苦难，地球日不能只是一年一次，而是每天都要过地球日，在起居饮食上都要注重细节，不起念头，不浪费，不过度消费。愿更多的人能感知到地球的大爱，加入救地球的队伍。

**貝琳達**：我一大早起来，感到胸口有点紧，这是不曾有过的现象；但我心里却有点小开心，这应该是气冲病灶的前奏。

为地球母亲打坐时，我要为参与者进Zoom时“开门”，所以不能深度入静。当想到地球母亲伤痕累累，我突生哽咽，潸然泪下。后来打坐时口中涌出很多口水，嘴里甘甜。打坐结束后，胸口不适感荡然无存。

我心生感慨，我们为地球母亲打坐，地球母亲却为我们疗愈身心，我们该如何报答地球母亲之深恩？！

希望我们能召唤更多关爱地球之人士，为地球母亲打坐，为地球母亲疗伤。

**后记：**

3月26日（周六），是风行全球的2022年“地球一小时”活动，也是澳洲凤凰园每周六举办网上凤凰园公益养生活动的日子。当晚8:30pm，我们的网上活动也顺势调整为“为地球母亲打坐+熄灯一小时”的活动。

记得去年3月，我们第一次在网上(Zoom)举办“地球一小时”活动时，心中无底；因为对于当时意在参加

网上养生活动的大多数朋友们来说，打坐也许是他们人生中的第一次，估计曾为地球母亲打坐的人更是微乎其微。当时参加者大概有二十人左右。

随着我们在Zoom网上每周一次的凤凰园公益养生活动不间断地举行，参加养生活动的朋友们逐渐意识到：我们的健康与地球的息息相关，健康的地球对所有人的健康至关重要！

所以今年起，我们将在每个月的第一个周六在Zoom上举办对外开放的“为地球母亲打坐”集体活动。

3月26日晚，我们首先与大家分享了网文《与地球神对话》的前小半部分内容，以帮助大家深度了解地球的现状以及为地球打坐的重要性和迫切性，然后再为地球母亲打坐。活动结束后，收到反馈“今天晚上打坐的音乐和大同师尊的引导都很好。能不能把这个单独变成一个音频，传送在微信群里？让有缘的人平时也可以自己打坐收听”。

我们希望扩大我们的三救队伍，除了推广介绍凤凰园养生秘法外，还可以举办“为地球母亲打坐”活动，-以吸引那些关爱地球之人士来加入，尤其是年轻人或有些觉得自己尚不需要“养生”之人士。

接下来，我们会坚持在网上举办“为地球母亲打坐”活动，并将《与地球神对话》的全部内容逐步传递给更多的人。同时希望通过为地球母亲打坐，宣传我们的“三救”的理念，让更多人加入我们的三救队伍。

关爱地球，人人有责！

2022.4.24

---

# 我在凤凰园的寻归之路

发布日期 2022-5-5

今天和大家分享30年来我在天功、凤凰园的习练经历。自从1990年我在天功中级班学习结业以来，我经历了30年时间的进、退、寻、归的习练历程。现分述如下：

**一、进**

在中级班学习结业后的几年时间里，我一直坚持习练，进步很快。那时候，我每天坚持，有时还约功友一起去到环境好的地方采气，采松柏树之气，采日月之精华。周日的时候，与功友们相约去山上习练，交流近期的收获和心得。有一段时间，因为大家都说隔壁乡镇状元王十朋墓地气场好，我常常与功友们一起骑车去那里习练。就这样坚持习练，我进步很快。有一天，我同事突然发现我的听力好起来了，他们惊奇地说，啊呀！你现在的耳朵怎么全听清楚啦，这个铜钟气功真是太神奇了！听到同事们的夸奖，我太高兴了，摸摸自己听力变好了的耳朵，感动得热泪盈眶，我默默地感恩大同师尊！

同年秋天，单位里组织我们坐船去温州洞头岛旅游，有几个会晕船的同事，上船没几分钟就晕了，脸色很难看，还想吐，我看着他们痛苦的样子，很想帮助他们。我说：让我用气功帮你们调理一下，可能会有疗效，在得到他们同意之后，我加意念引导他们，要求他们按照我的引导语去想去做，给他们意念加外气做了调理。通过调理，他们的脸色变好了，纷纷说感觉舒服多了，不晕了。大家都说，气功太神奇了！

**二、退**

几年之后，一些功友们忙于别的事情，有的渐渐坚持不住了，再加上形势的变化，想约几个人也约不起来了，我也因此三天打鱼两天晒网，只是在双休日有空的时候，会在师尊的挂历像前练练，或与爱人一起到环境好的山上习练一下。因为没有天天坚持，我退步了，我的听力又回到从前的状况了。

**三、寻**

就这样偶尔练练，很快二十几年过去了。回顾自己的习练之路，我不禁觉得就这样断断续续地坚持着，还

经常是用意念坚持着，浪费了自己许多美好的时光，实在太可惜。每每想起师尊的教诲，想起师尊讲课时的课堂氛围和带功报告会的效应场景，想到自己坚持习练时听力的改善，我想：我要坚定信念，坚持习练。这时，我忽然有了一个强烈的愿望：我要找几位功友在一起习练。

于是，我一有空就到处寻找坚持习练的同门功友，在公园里、山坡上、溪流边、田野中、寺庙旁……，我到处寻找着，盼望着奇迹的出现。平时碰到之前的熟悉功友，我也总是提出一起习练的愿望，但他们已兴趣转移，都说停练多年了，都在忙别的事了。就这样，我苦苦寻找了好多年。虽然多年的寻找，都没有找到我想找的功友，但我坚信，坚持寻找，一定能找到。

**四、归**

功夫不负有心人。坚持寻觅的我，终于找到了自己要找的功友。那是2020年的春天，我好像得到师尊指点似的，忽然想到，自己现在已移居温州鹿城，偌大的温州城是当年天功的发源地，一定有坚持习练的师兄师姐们。这样想着，我马上给一位师范老同学打电话（这位老同学是师尊的弟弟），请求他帮我寻找。这位老同学很热心，立刻帮我联系到了温州的华师姐，并给了我华师姐的手机号码。我马上拔通了电话，华师姐在电话另一端热情洋溢的话语，给我送来了春天般的温暖！我就像找到了失散多年的亲人一样，激动得热泪盈眶。这时候，由于受疫情影响，我们被“关”在老家乡下，不能回城里，华师姐很有心，就将《太空漫步》和《晚间理疗》功法，用光盘的形式寄给我，让我学习。

后来，我得知大同师尊去了很多国家，把中国的气功文化传播到了世界上的许多国家；原来的铜钟气功，-也升级为鳳凰铜钟了；还得知师尊开发了许多新的习练秘法……，我听了很高兴，因为自己找到了人生的光明大道，找到了生命中的宝贝。就这样，我不但找到了同门的师兄师姐，还意想不到地找到了自己的“大部队”，我终于归队了，我感觉非常荣幸！

**胡淑君**

2022.5.1

---

# 凤凰园学子斋堂学子们的分享与互动

2022-5-1

【编者按：中国大陆凤凰园学子斋堂的学子们本者同修共进，形成了认真学习、潜心思考、努力践行、相互交流、积极分享、共同提高的良好氛围。现登载三位学子的交流文章，供大家学习借鉴。】

**学习《传习录》分享（三）**

阳明先师有一次在回答学生徐爱的问题时说到：“格物是止至善之功。既知‘至善’，即知‘格物’矣。”

在此，阳明先师很明确地告诉徐爱，也是告诉所有当时和后来的学子，“格物”就是“止至善”的功夫。-既然已经明白“至善”就应该已经知道“格物”了。

我们的先人何时使用“至善”的概念已无法考证。但两千多年前，《大学》中使用了“至善”一词却是不争的事实。“善”与“恶”常挂在我们的嘴边，诸如：“善恶有报”、“惩恶扬善”、“从善如流”、“上善若水”等。但由于人们的立场不同、看问题的角度不同，对同一个人或同一件事，却会得出不同的结论。

对于普通人而言，分辨“善”、“恶”其实并不是一件容易的事。南北朝时期南朝的梁武帝是个信佛的皇帝。他广建寺庙、刻印佛经、拜佛斋僧，甚至多次削发为僧，自以为做了许多善事，功德无量。可达摩祖师却没有奉承他，直接告诉他没有一点功德！估计梁武帝当年被达摩祖师一顿批驳，肯定是气得七窍生烟。

事实上梁武帝当时的行为不仅没有功德，相反，由于他没有向内心深处去改变自己，只是一味地做些外在的、形式上的功夫，最终带给国家和百姓的却是深重的灾难，自己也被牢牢地钉在了历史的耻辱柱上。直到千年后才由昭明太子向大同师尊请求而得到解救。

我通过学习认识到，对“ 善 ”、“ 恶 ”的认识应该顺应自然、应该向内修心、修性，这样才能开发自己的慧识，才能真正辩清“ 善 ”、“ 恶 ”。

“ 至善 ”不同于普通的“ 善 ”。著名学者南怀瑾在《原本大学微言》一书中说：“ 明明德是自觉，亲民是觉他。止于至善便是觉行圆满而得道成圣了！ ”可见这“ 至善 ”跟“ 道 ”的属性一致。阳明先师口中的“ 至善 ”就是我们要追求的“ 道 ”，就是“ 明心见性 ”，就是“ 良知 ”。

阳明先师教我们不要拘泥于一事一物，因为事事物物都必须顺其自然。对事物的破坏是“ 过 ”，对事物的过分修饰是“ 偏 ”，“ 过 ”与“ 偏 ”都不是“ 至善 ”。“ 格物 ”是正万物的不正，以便万物归于正，所以阳明先师说：“ 格物是止至善之功。既知至善，即知格物。 ”

修炼非易事，非一日之功。物欲横流、私欲难填的恶劣环境中，加上自身的劣根性，要静下心来求道，达至善之目的，更是难上加难！但只要我们有跟随师尊真修的决心，坚持追求光明、蜕变升华、回归美好家园的初心，我们就终归是有希望的一群人。“ 世上无难事，只怕有心人。 ”

**许沪宁** 2022.4.28

**我爱“ 学子斋堂 ”**

时间过得真快，不知不觉我们在“ 学子斋堂 ”学习已三年多了，今天又恰是仓颉先师的诞辰；我对阳明先师“ 看似练字，实是炼心志 ”有了一点了感悟。

三年前我已进入古稀之年，眼睛老花了，还有白内障。看着要抄写的是宋体字，又叫方块字，还是繁体字。当时我不理解为什么不练别的字体或别的硬笔书法？回想当初带上老花镜再加放大镜还看不清，感觉真的好累，特别是眼睛难受。字写得歪歪斜斜、软不拉塌，而且还经常写错或漏写。好不容易写完，检查了好几遍自认为没有错，但我的错误没有逃过相互检查的同组师兄的 ” 火眼金睛 ”。

我记得当时写 ” 戰 ” 字，右边第一笔我看的是清清楚楚的一横，当时师兄说我写错了，是斜向上的一横。我认为我没有错，同时我也叫师姐看过，她也认为我没错。当时正如《我的忏悔文》中所说的那样 ” 嘴里不怨心里怨 ”。后来我用放大镜远距离仔细看才知道我错了。非常感谢检查作业的那位师兄指出了我的错误。我们平时日常生活经常有错还不知道，往往自以为是，甚至强词夺理知错还不改。我认识到要感恩对自己指出错误的人。通过“ 学子斋堂 ”学习我认识到为什么要学方块字？俗话说 ” 字如其人 ”，宋体字四角方方，堂堂正正，有棱有角，该直就直，该横就横，该长则长，该短则短，该弯则弯……，我们做人又何尝不应如此呢？做人要堂堂正正，光明正大，要有骨气，要坚持原则。

一笔一划里有做人的道理。我过去一直以来都能坚持原则，是非分明，爱憎分明。俗话说不撞南墙不回头，我往往撞了南墙还不回头，甚至是撞得头破血流还不回头，不懂得该转弯时就转弯，这是缺少智慧的表现。我平时粗心有余细心不足，大同师尊多次指点我要修心改性，学习繁体字就是在修心养性和改性。原来认为繁体字笔划多，看不清很难写。现在我认识到：繁体字虽然笔划多字很难写，但我们学做人、做好人不更难吗？俗话说 ” 做人难，难做人 ”，而做修行人则更难。有句话叫做地狱门前僧人多，我们现在修炼处于步步惊心之境，更要步步小心，否则一失足成千古恨。我们与神同在，与师尊同在，初心不变，此心光明。

我认为学习繁体字跟我们修炼有很大关系。神和古人(仓颉) 造字，充满了智慧，有它的道理。比如 ” 愛 ” 字，中间有一个 ” 心 ”。现在简化了，中间缺少了一个 ” 心 ” 字，或许印证了当今社会的真实写照 。现在竞争压力大，生活节奏快，我们的 ” 爱 ” 字中间缺了心眼，心中没有爱，这是当今世界各种危机(战争、瘟疫、地震、洪水、干旱、饥荒……) 的根源所在。我们修炼是要回归宇宙最深处最原始的家，我们要往回走，真可谓顺者凡逆者仙。我们的这个 ” 爱 ” 要回归到原始的 ” 愛 ”。

“ 在有仇恨的地方，让我播种仁愛；在有伤害的地方，让我播种宽恕；在有猜疑的地方，让我播种信任；-在有绝望的地方，让我播种希望。‘ ’这字字句句体现了 ” 愛 ”，此乃人间正道也！我愛 ” 学子斋堂 ”。

**李延安** 2022.4.28.

每次学习了大家的分享都会有所启发，昨天黎莎师姐提醒要好好地学习大家的分享，我再次拜读了大家的分享，又有了新的发现。

第一次读了许师兄和李师兄的的分享只感觉写得太好了，没有发现什么！再次拜读许师兄的分享，发现里面那句“至善”不是普通的“善”，“至善”不仅没有“恶”连“善”都没有了，只有事物的本源，我对这句话有点迷惑不是很懂。昨天夜里一觉醒来突然想到了这句话，一下子明白了，这句话我的理解也就是我们平时经常有说的：你帮助了别人，别人说谢谢你，我们会说“不用谢，这是我应该做的”。“这是我应该做的”这句话如果不是做表面功夫，真正地发自内心去做的那就是良知，里面不存在“善”与“恶”-的说法，也就是真正的良知本源！

李师兄的分享里的“嘴里不怨心里怨”这句话每天在读，都没有真正的做到，昨天再次拜读了李师兄的分享对这句话有了新的启发。阳明先师说“知道做不到不是真知道，真正的做到了才是真知道”，如果真正做到“这是我应该做的”，“嘴里不怨心里便也不怨了”那才是真知道，也就是真正的“致良知”了！

这是我一点点新的体会，不知道对不对请大家多多指点！

**董晓燕** 2022.4.30