

湖南山洞发现一条“活龙”，13米长、上亿岁，还会“吞云吐雾”

2022-7-31

自古以来，我国就有很多关于龙的神话传说，由于龙在生活中从未真实出现，很多人都觉得龙是古代人虚构而来，它寄托了大众对无所不能神兽的向往。

龙既然是虚构而来，但在湖南一山洞中却发现了一条“活龙”，这条龙长13米、距今上亿年，还能“吞云吐雾”。



这条“活龙”是什么？真的存在吗？又是如何被发现？

说到这条“活龙”，我们先来说下著名游客徐霞客，徐霞客曾游历我国大江南北，他在湖南的一个山洞中无意间发现了一条龙，并在日记中记下了这样神奇的一幕：“水底白蛇龙一条，磷甲宛然”。



字里行间可以看得出徐霞客对这条龙的敬畏喜爱之心，几百年过去了，有人在湖南省临武县花塘乡后门村，发现了和徐霞客描述的“同款白龙”。白龙所在的溶洞被称为龙洞，而这条能够“吞云吐雾”的白龙，专家称距今已经上亿年，在岁月的冲刷下，白龙的颜色已经变成了淡黄色。

龙洞中有大量的白雾喷出，根据证实，这些白雾并不是石龙喷薄而出，而是由于地理原因所造成。在发现了这条长13米的石龙后，当地人非常敬畏这条石龙，在每年的二月二，都会前来膜拜。



有人说白龙只是一条石龙，并不是真实存在的生物，“腾云吐雾”也只是营造的一种假象罢了，不应该前去膜拜；也有人说，在上亿年前就有了龙形存在，或许龙这种生物真的存在！大家怎么看这条“吞云吐雾”的龙？

三十年后梦来圆

发布日期 2022-7-31

【编者按：两个多月前，我们曾转发了中国大陆凤凰园学子斋堂学子胡淑君的分享，谈了她在凤凰园的寻归之路所经历的“进、退、寻、归”的起伏、成长和回归。日前，胡淑君又发来《三十年后梦来圆》一文，分享她回归后的喜悦和收获。现转载如下：】

说来也巧，我从1990年春天参加（中国温州）乐清学习班，到2020年，刚好30周年。在这30年里，我只有一个梦想，那就是能有一群习炼者一起坚持习炼，沿着大同师尊指引的路一直走下去。

经过30年的寻找，终于在2020年找到了习炼者，找到了自己的“家”。下面，我把近两年来的喜悦和收获，做如下汇报：

一、梦想成真的喜悦

2020年的秋天，疫情平静后的温州是多么的祥和，多么的充满诗意。就是在这个诗一般美的秋天里，我的梦想实现了——我正式回归了凤凰园习炼团队。

记得我第一次参加出游团炼，是华师姐带我去的。那天，我见到了许许多多的师兄师姐，他们都很关心我，向我问这问那，问长问短。此时，我觉得自己像失散多年的流浪者回到了自己家一样的高兴，感到无比的温暖和幸福！

在习炼的场所里，我见到了一直思念的师尊的照片。我怀着无比感恩的心情，跪在师尊的照片面前激动地说：“师尊，我终于找到师兄师姐了，我终于归队了，我三十年来的梦想终于实现了！”

二、梦想成真的收获

从2020年归队后，团队里的外出活动，我都积极参加。近两年来，我遇到了团队里的许多好人，学会了许多秘法，感受到了适合我的习炼氛围，学到了许多做人处世的道理。

——在这里，与大家一起习炼，一起游玩，我感受到了久违的梦寐以求的好气场！

——在这里，跟大家一起送爱心，一起奉献，我感受到了一股股暖流遍布全身心，时常感动得热泪不止。

——在这里，和大家一起学习阳明心学，交流习法心得，我获得了许多知识，更让我增强了投身“三救”的信心。

——在这里，我接受了来自远方的师尊给我做的个别指导，聆听了师尊的教诲，感受到了师尊的关怀；还有师兄师姐们不断地给我补课，补习这三十年落下的许多宝贵的内容，我好似一块干海绵一下子泡到水里一样，感觉自己吸收着无尽的营养。师尊的指导和师兄师姐们的帮助，给了我无穷的力量，鼓励我每天坚持，走上了正规的习炼之道。

——在这一段日子里，我的家庭更加和睦了。过去，由于种种原因，我的家庭成员之间存在着许多误会，有的怨气还很重。当我学习了心灵疗法后，我马上诚心习法，用文字的形式给大儿子送去“我爱你，对不起，请原谅，谢谢！”这一“天爱真言”，第二天就惊喜地收到了他的回应：“妈，我接纳您了。”我们母子的心靠近了。之后，我每天在为大家送爱心的同时，也给家庭成员送爱心。随着时间的推移，家里各成员之间的关系朝着好的方向在发展，家庭气氛也越来越和谐了。

三、归队之后梦再圆

我的归队梦实现了，然而，“沿着师尊指引的路一直走下去”的梦，还要继续“圆”，要认真“圆”，要坚定信心往前走。

我找到了师尊，归到了凤凰园，就是我人生最大的荣幸和最好的归宿，我要感恩，我要珍惜，我要努力。把归队作为我人生新里程的开始，树立新的理想，进一步坚定信念，坚持修炼，不断学习，提升自我，与师兄师姐们一起，坚定不移地沿着师尊指引的光明大道，继续向前！

胡淑君

2022年7月22日

只要心意没变 能量场就永在

发布日期 2022-7-20

7月5日，早上起来左前胸和左后背又胀又痛很不舒服，就让爱人（凤凰园同修）帮我调理一下。

我轻轻地闭上眼睛，看到了大同师尊手里的拂尘一挥一道白光下来，我浑身颤抖了一下。师尊接连挥了三次拂尘，三道白光下来，我颤抖了三次。就这样调理之后我便马上好了。

到了晚上，我和爱人聊起早上的调理经过，爱人问我今天怎么样？我说都好了！爱人说早上调理的时候，小孙子刚好在旁边，我颤抖了三次，他也学着颤抖了三次，我刚好在吃东西，听了之后笑得差点要喷了出来。

我告诉了爱人早上看到师尊帮我调理的事，爱人也说了他在帮我调理的时候，想起了几年前师尊曾经帮他自己调理的场景。哦！原来如此，怪不得有这么好的效应！

在凤凰园里，只要有经历过的能量场，心意没有改变能量场就永远存在，这就是凤凰园的神奇之处！

董晓燕

2022年7月7日

师尊大爱为园友家考生祈福 我外孙女神奇发挥考取名校

发布日期 2022-7-13

我的外孙女林子兮，今年12岁，是小学毕业生。她自从读一年级以来，学习成绩都不好，尤其是数学和英语，平时考试成绩都在70分左右。天天到处补课，拼命学习，成绩就是上不去，故学习的上进心渐渐地就缺乏了。

面临小学毕业，我女儿为孩子升初中学校落实的事日夜发愁，夜不能寐。

师尊大爱无边，为凤凰园园友家的所有考生祈福，真是大快人心！我每天早晚诚念《天爱真言》，求大同师尊帮助林子兮考取好成绩。

前段时间，我女儿告知：孩子近来学习兴趣浓，进步很快。这次小升初的考试神奇发挥，她的成绩：语文98分(作文满分)；数学94分，其他几门成绩都是92分以上。今刚得知消息，林子兮以优异成绩进入了本市有名的公立学校。我们合家欢天喜地！

孩子竟然能考取到梦寐以求的学校，确实出乎意料！这全是神和师尊的功劳呀！师尊功德无量！无限感恩！

赵梅青

2022年7月12日

神山练神功 倍增精气神

☐2022-6-30☐

6月25日清早我和爱人一起去雁荡山晨练。已经有半年多没有去雁荡山了，每天都很想去，终于有机会去那晨练了心里非常开心！

我们到了雁荡山的灵峰，一路进去，神山的仙气让我身心好像沐浴在瑶池里一样，太舒服了！我们到了灵峰的东瑶台，东瑶台上早已有很多人在那里晨练了，于是我们就去西瑶台晨练。站在西瑶台上呼吸着清新的空气，感受着神山的灵气，全身的毛孔都好像有虫子在爬一样，气感很强！

四周观望雁荡山的奇山异石，每次到雁荡山所看到的景象都不一样、都在变，感叹大自然的鬼斧神工——真是奇妙啊！

我们在西瑶台习练了“凤凰铜钟”和“凤凰神掌”两套凤凰园秘法神功。在这里习练跟在家里习练境界完全不同，快到结束时有人过来打扫了，我们只好先收势离开。这时候东瑶台晨练的人已经走了，我们就上了东瑶台，坐在东瑶台的岩石上闭上眼睛，仿佛自己置身在仙境里，整个人好像飘起来了一样，在这里打坐真是舒服啊！

这次在雁荡山晨练后，整个人精气神倍增，做事情很轻松，没有累的感觉了！

欢迎大家有机会到我们温州乐清雁荡山来晨练！让我们一起感受一下进入仙境般的体验！

董晓燕

2022年6月28日

一位医生眼中的凤凰园

发布日期 2022-6-22

我是一名凤凰园的园友，也是一名医生。今年5月被分配到新冠隔离医学观察点工作了一段时间，主要是对密接（密切接触者）和次密接人员提供医学服务。在工作中，适当结合了我们凤凰园所学的一些方法，对工作起到了较好帮助，分享如下。

1，《天爱真言》和《排毒养颜》改善被隔离人员的“精神抑郁、烦躁、失眠”等症状。

以下是一名被隔离医生的自诉：

我是核酸采集的志愿者Z医生。从2022年5月6日起，连续奋战在核酸采集第一线。

5月10日早8点，接到了我们采集核酸10人份异常的消息，还没吃早饭就立即通知单位其他人员就地隔离，-接近中午时被安排集中隔离。连日的奋战没有休息好，加上突发事件以及自隔离以来各种“流调”（流行病学调查）电话响个不停，三天来几乎没有怎么睡觉；每天看着确诊病例人数剧增，特别担心和我一起被隔离的两个孩子健康安全，作为妈妈的我内心是每天都充满担心和煎熬，就像闯关一样，每天提心吊胆，导致精神几近崩溃，出现了“腹胀、腹疼、头疼、腰疼、失眠”等一系列症状。

5月13日晚，接到武医生的电话，询问目前我的情况。诊断为“身心疲惫、气机失调”，并给予了心理疏导，辅导我做了简单穴位按揉；听了武医生给予的《天爱真言》和《排毒养颜》音乐，症状缓解，精神一下也放松了很多，并快速进入了睡眠。从被隔离到今天第一次体会到了一觉睡到大天亮的感觉，第二天整个人精神状况非常棒！

2，“孔孟之礼”影响其他医务人员。

“孔孟之礼”学以致用，如在宾馆收拾床铺、桌面；帮助同事；注意自身言行、关爱“基础病”患者、对重点人群做“心理疏导”等；虽然只做了一点点，“凤凰园礼仪”方面还是欠缺很多，但其他工作人员对我的评价是“好的行为习惯影响了一圈人”。其实这都是在凤凰园学习熏陶的结果。

感恩凤凰园、感恩大同师尊，也感恩各位园友们这些年对我的帮助，让我受益和成长！

武旺

2022年6月15日。

收束身心，提升灵性，随师前行

发布日期 2022-6-18

阳明先师的一生，是不畏艰险、不断探索的一生，是与他宁可舍身也要取义的天性分不开的。在先师的一生中，经历了廷杖四十，死里逃生；被追杀而投入水中，化险为夷；曾经置身于石洞中，体悟生死；带兵打仗，出生入死；他被谗言构陷，命悬一线等等。是什么力量让先师一一化解了呢？

看完五集《央视纪录片 王阳明 》，有些疑惑得到了解答。当先师身处困厄时，从随身带的《易经》这部古代哲学著作里寻找精神力量。在去龙场途中，他给自己算了一卦，卦象是“明夷”，让自己学会忍耐，隐藏智慧。先师决意奔赴龙场，和最底层的劳苦大众打成一片，我想如果没有那四十大板，先师很难从士大夫圈中跳出来，也就没有体验最底层民众生活的经历，再加上先师自幼以来饱读万卷书，和以后行的万里路，确立了人生的定向，在精神深处，为自己夯实了安身立命的根基，也为“龙场悟道”积蓄了能量。

人生打通了生死关，那就无所畏惧了，与天地融为一体了，不仅超脱生死之念，而且参透了格物致知。先师觉悟到，圣人之道蕴藏在每一个人的心中，一直以来自己向心外求理，这本身就是一个错误，“圣人之道，吾性自足”。这是先师近20年的时间，上下求索，左右彷徨，不断体悟事上磨炼的思想结晶。

现在我真正感觉到修练如履薄冰、如临深渊，一念之差，可以倾刻由佛变成魔。我们没有阳明先师的定力，没有判断是非的能力，很容易被一些表象所迷惑。如，曾经跟随大同师尊的一位学生，师尊给她平台，让她去宣传发扬光大。结果，这位学生自以为比师尊还强，处处显摆自己，并且做出了欺师灭祖的事来，结果下场很不光彩。前车之鉴，要警惕自己，时刻反省自己，阳明先师教导我们静坐，收束身心，擦亮被私欲的尘埃遮蔽的心灵。回想师尊所教导我们的方法，不正是继承了阳明先师教法而灵活运用所惠及我们的吗？

胡小兰

2022-6-14

感恩师尊又教了健康妙招

发布日期 2022-6-11

【编者按】：5月28日，黎莎师姐得大同师尊传授，在中国大陆学子斋堂发布了《来生愿做一朵莲》歌曲和习炼方法；29日黎莎师姐又遵师尊嘱，发布了《吉祥睡眠——助眠音乐》。这些“健康妙招”，深受学子们的喜爱，不少学子在学习和习炼过程中收到了奇效。现将部分学子的分享文章转载于此：

今晚为地球母亲打坐结束后，即看到学子斋堂发的音乐：《来生愿做一朵莲》。

这首歌我一直都很喜欢，刚开始顺着音乐轻哼了一遍，忽然就很想唱这首歌。按大同师尊教的方法，踮起脚后跟，两手掌随着音乐的节奏，轻轻地拍打大腿唱了两遍，感觉有气从脚部往上游走；刚唱时嗓子有点紧不太舒服，慢慢地有气流从下丹田游走到胸腔及头部，感觉嗓子一下就打开轻松了，很顺畅地唱下来，浑身都出汗了，唱着唱着感觉自己像是一朵莲花，身心灵特别的轻松愉悦。

刘爱娟 2022.05.28

看到黎莎师姐发上来的歌曲，我跟着唱了两遍，唱后满头大汗，全身上下非常轻松舒畅！这几天我感觉特别的累，全身不舒畅，刚刚唱歌后疲劳一扫而光，人特别的精神！

董晓燕 2022.05.28

感谢黎莎师姐发的《来生愿做一朵莲》的歌和唱歌的方法，我从开始生疏跟不上，慢慢练唱三遍就能跟上。唱后感觉头顶发胀，后背发热，丹田有感觉，全身能量满满的。满心欢喜我会每天坚持练唱下去。感恩师尊的关心和教授我们如何强身健体的唱歌方法。

费玉英 2022.5.29

昨晚儿子发烧到39.5度，刚吃了退烧药就收到黎莎师姐发来《来生愿做一朵莲》的音乐，边唱边轻轻拍孩子的后背；我越唱越感动，连续唱了三遍后很快孩子就睡熟了，一小时后退烧了。

早上七点发现儿子又发烧了，一侧体温将近40度，准备带孩子去医院看医生，趁着孩子吃早餐的功夫，按照师尊教的方法边唱边拍大腿正前方，整个胸腔有一股很强的气感发热，左手掌心发麻，右大腿有点抖动，气感通向全身，婆婆和孩子们跟我开开心心一起唱了三遍。

神奇的是，带孩子去到医院一测体温竟然退烧了，没有吃任何的药物，太神奇了！

这几天上班连续站立十多个小时，感觉整个身体透支了，腿酸发软走路都没有力气，中午黎莎师姐发来《吉祥睡眠》的视频，连续看了两遍，放第三遍时慢慢睡着了，这一觉竟然睡了一个小时，起来后发现腿不酸不软很有力气，精神很好，浑身轻松！能量满满！

黃小英 2022.5.29

不知道是不是天气闷热的原因，今天头有点疼，我打开《来生愿做一朵莲花》，一边唱一边踮起脚跟拍打大腿前侧。连续唱了两遍，头疼得到了缓解。心情舒畅了很多。

唐艺佳 2022.5.29

昨天晚上，黎莎师姐发到群里《来生愿做一朵莲》，我刚打开听，我先生达哥（凤凰园园友）就跑进房间，说：“蔡姐，这个音乐好好听哦，听得很舒服，你先让我听，可以吗？”然后就把我的手机拿到他房间去听，他一边听还一边学唱，一口气听了好几遍，他说听这歌很有能量很舒服。

今天早上我又打开来听，他看到音乐停了就主动按播放键，又听了几次。

我看他这么喜欢，就说：“你当时有机会可以进学子斋堂，你说先不进，你现在知道能进入学子斋堂是多么幸福了吧！下次假如有机会，你想进吗？”他大声说：“下次我要是有机会进去，我一定要进去了！”

以前我一直劝他打坐，他说杂念多、脚又麻又痛就不肯打坐。这段时间，他每晚都为地球母亲打坐，还跟我说“现在打坐没有那么多杂念了，脚也不麻了，感觉音乐结束很快了。”

上次他分享《邕城学子抗病记》后，师尊特意请谢师姐转告对他的祝福！并要他每天坚持念诵“坚守信念者，一切皆可能；相信奇迹者，活在奇迹中。”每次听他在念诵这四句话，心里满满地感动与感恩，心想我先生能接到大同师尊的能量，应该是他的信念比之前坚定了。所以奇迹再次出现！感恩师尊的加持！有缘进入凤凰园，肯定是上辈子修来的福，今生才有这么大的福报。

蔡凤荣 2022.5.28

黎莎师姐发来《来生要做一朵莲》，看后就学着唱，我是不会唱歌的人，唱了好多遍都不在调上，不管唱得好坏，主要是能量强，是神的大爱又教了我们健康妙招。

我边唱边身体前胸后背都出汗，能量很强。

我今天辟谷第六天，早晨做完早课后唱了三遍，感觉像刚吃过饭，胃饱很舒服，气很足。要坚持天天唱，提高身体免疫力，使身、心都健康！

音乐的旋律太好听了，唱得心情舒畅，感受在幸福之中……。

王佩华 2022.5.31

午睡前，打开黎莎师姐在学子斋堂发的《吉祥睡眠》的视频：看着纯净的蓝天白云，听着小鸟儿幸福的鸣唱，本有点烦躁不静的心忽然地就安静了……我平时很少睡午觉的，看着看着已有困意，睡意渐浓，听着听着就睡着了……醒来时看看已睡了将近半小时，感觉刚才的睡眠特别的香甜，身心灵特精神、特轻松！

好神奇！整个过程真的就跟视频里一样的感受：湛蓝的天空，飘着纯净无暇的白云。幸福鸟在空中掠过时，轻轻地告诉我们：心清静啦，远离喧嚷之地了。吉祥入梦境，轻轻松松睡一觉……醒来精神饱满，身、心、灵健康……！

刘爱娟 2022.05.29

前天晚上睡得稍有些晚，睡时放了《吉祥睡眠》曲，安详中不知不觉地进入梦乡……一觉醒来，听到窗外欢快的鸟鸣以为曲子还没有听完，再看已是清晨六点多了，那种自然融和的衔接过程很美妙……昨晚又刻意尝试听着入眠，早上没有听见鸟鸣声，印证了自然而然中才会有心灵的感应，那种感应犹如天人合一，奇妙、幸福……

李丽萍 2022.6.2