心路历程

2019-5-12

自2017年5月学习一部丹法，至今已有一年半；期间生活中的磨难与心路历程中的下降和提升是成正比的。

心中总是有两个自己在打架、争吵，也就是说我的“小我”与“大我”经常在斗争、比试。有时，我觉得自己就是一个俗人，境界低、提升得慢，悟性也差，游走在“一念成佛，一念成魔”的边缘。但在这一过程中，也逐渐学会了用第三者、旁观者的角色来看待周围的事与物，以此来帮助自己，学会放下，跳出“小我”情感的怪圈儿。

今年夏天，我与听雨在白龟湖边公益教授《凤凰养生操》。我们每天早晨去晨练，顺便儿带动一下晨练的人们习练《高维跑步》、《太空漫步》、《晚间理疗》、《天爱真言》等，推广凤凰养生的一些养生理念，至今已有五个月了。

如果单从表面上来看，我们两个的成果不太显著，习练的人来来往往，每天坚持跟随我们锻炼的人不少，却也没有真正走进来。但是，这对我们两个人来说，确是大有益处的。我们一直坚持不间断，这不但锻炼了我们的身体，也磨砺了我们的得失心，培养了我们的慈悲心和大爱之心。

同样上天也是厚待我们的，给予了我们很多礼物:

1、好几次在习练的上空，云层中显现凤凰图像，习练现场的晨练者都看到了，大家都很震惊；纷纷感叹我们的真诚心感动了上天，才有凤凰显示，不愧是凤凰养生。习练后的分享，大家都说身体有好转，心情特舒畅，在家自己习练没有这个效果，只有在这里习练才有这些效果。

2、《太空漫步》属于星际养生，有几次在习练时看到不同颜色的光从空中射下来，看到不同星球的风景，看到肤色、高低、长相各不相同的人，还隐约看到过飞碟……

3、11月1日晨练，《太空漫步》第六节“银河沐雨”的第二步接天雨时，大同师尊说掌心斜向上接天雨状时，耳边就听到了雨打树叶的声音，随即黄豆大的雨点儿挥洒而下；到第三步，师尊说左手掌抚摸右手臂时，雨点儿渐渐地消失……习练的人都感觉很震憾，太神奇了！这是显化了的接天雨啊！

扪心自问自己何德何能？自己还没做出什么成就，而上天却给予了十倍、百倍的回报。现在我每天怀着感恩之心做人、做事，什么烦恼都没了。

（中国） 柳月

2018-11-01