

# 同乐餐饮：功夫米饭

(2020-11-13)



今天的第一堂课是“功夫米饭”，大家把压仓底的陈粮都翻了出来。一袋袋发霉、虫窟的大米，散发着油濛、冲鼻的异味，大有考究“功夫米饭”的意思。我们打量着那些变质，爬满米虫的大米，心中充满了疑惑：“这样的大米都能煮成高能量品质的米饭？”眼中却充满着期盼，期盼着奇迹的发生。

看完黎莎师姐细心的示范，记下“功夫米饭”的程序，接下来，轮到我们秀“功夫”了。刹时，课堂热闹了起来，因为不能记笔记，纯靠大脑记忆，团队中没有一位能记完整的，但你补一句、我补一句，程序慢慢得到完善。

量米、筛米、淘米……每一个环节都不敢掉以轻心。一次又一次细心地淘米，米中的杂质和芝麻大小的虫子被一点点清理出来。米里的异味在一次次减低，米香慢慢显露。我们的信心也随之加强。此时，我们已坚信一定能煮出高能量品质的米饭。

在宇宙和大同师尊一次又一次的助力、加持下，大米的能量在迅速上升，敏感学子开始感觉到身体发麻、发热。“好强的能量，继续加持下去就熟了！”一位学子赞叹到。“大米经三次加持，能量已经很好了，可以下锅煮了。”另一位学子道，众人纷纷赞同。

时间一点点过去，我们也没闲着，“平安果汁”炒包菜，煮“能量花生”……当下饭的菜都摆上台面时，“功夫米饭”也煮好了。我们怀着期望慢慢地揭开锅盖，阵阵米香扑鼻而来，当水雾散尽，一颗颗晶莹剔透的米饭展露眼前。“哇！太不可思议了！”我们直接惊呆了！黎莎师姐被我们的惊呼吸引了过来，

当她尝过米饭评价到：“米饭又香又糯，很好！”得到师姐的肯定，我们全组都欢腾起来。

“功夫不负有心人！”这一锅“功夫米饭”不仅蕴含着我们全组人的心血，还有天地、宇宙和大同师尊的能量加持，能化腐朽为神奇也是理所当然的事了。

结束后，我们总结了一下做“功夫米饭”的心得：

- 1，凝聚、和谐团队。
- 2，乐观、喜悦的心。
- 3，谦卑、恭敬的心。

这三者缺一不可。本来要丢弃的陈粮，经一次次用功，一点点去掉杂质，脱去腐皮，最终露出本真，散发米香，煮成可口的米饭。这个过程不就是我们修炼的过程吗？千锤百炼，脱皮敲骨，最终浴火重生。

此时，我不敢再轻看“功夫米饭”了，大道至简！功夫就在行走坐卧、心念呼吸之间啊！

（中国）黎振华

2020.11.12