澳洲园友参加2021年“地球一小时”活动的分享

□2021-4-3□

貝琳達：昨晚为地球母亲熄灯及打坐□Zoom上有二十来位朋友参加，不少人是第一次知道“地球一小时”活动，第一次打坐，第一次为地球母亲打坐。

这些朋友以前大多是为参加凤凰园养生活动而来的，通过这次为地球打坐的活动，不少人了解到地球与个人息息相关，了解到为地球打坐活动，也是一场养生活动，而且是更高级的养生活动。

大家首先聆听了大同师尊2015年关于「地球一小时」活动的开示，然后在大同师尊“为地球打坐”的导引声中，为地球送上我们的愛。

其中有人分享说，熄灯后体会到了关闭室内灯光，沐浴在明亮的床前月光那安详宁静的心情。有人反馈说：打坐中感到心情很宁静、舒服。有园友分享说，白天的烦心事无影无踪；还有三位园友分享说，在打坐中哭泣。

我由于要为晚加入进来的人“开Zoom教室门”，所以并未深度入静。但其中有一瞬间，想到地球母亲伤痕累累，却为近七十亿人口负重负痛，眼泪潸然泪下。收势的时候，右肾处一阵酸麻，右肺脉通畅起来。

这次打坐，我感受到地球母亲很欣慰。越来越多的人了解到她所承受的苦和痛，就像普天下任劳任怨的父母，能得到子女的理解，能得到子女的关爱后的欣慰一样。

我们不但要坚持每周四晚为地球母亲打坐，更要带动更多的人为地球母亲打坐。一个人是光点，一组人是光束，一群人则会形成光柱，让我们将愛和光传送给地球母亲，传送给万物众生。

灵达：昨天晚上参加了为地球母亲熄灯打坐，感觉同第一次完全不同。记得第一次参加打坐，我有一种欲哭无泪的感觉；昨天打坐从头至尾，感觉到空间无限大，自己的身心灵几乎融化在大爱的海洋里。觉得自己的感受是保持在一种平静，安详的气氛之中。也许是因为现在有更多的人开始重视，更多人开始觉醒、开始忏悔人类对地球母亲的伤害，以至于发朋友圈的信息，也得到更多人的点赞。这说明人们的觉悟在提升。

我们个人虽然是十分的渺小，我们的每一行为，都会为周围带来影响。坚信我们只要做最好的自己，世界就会有更加好的未来。

培茵：很开心在昨天晚上又可以与其他的学员相聚在课堂上，在同一时间为地球母亲打坐，想到能为地球贡献一份微薄力量而感到高兴。在打坐的过程中，感受到地球环境的恶化，极端的天气，众多的灾难，地球母亲苦苦地支撑着，不知不觉地泪流满面，心情是又悲又喜，打坐结束之后是心情惆怅。

我要管理好自己的思想和约束那变化多端的心，不去占用地球资源，使生活简约，用实际行动去回馈大自然。向身边认识和不认识的人介绍凤凰园，希望能有更多的人加入家园，投身三教。

苏茜：凤凰园举办了为地球熄灯-打坐活动，与自然共生。我第一次参与，心中激动万分，感觉上是气势澎湃中的一片宁静。微闭的眼前呈现出一个圆圆的球上坐满了密密麻麻的人群，在这球的上空有一道凝聚的巨光照射着球上的人群，身体感觉阵阵暖，心肺感觉如同大海一样，美得舒服极了。我自然地展翅双臂，白天曾经的烦恼一去不复返，这是来自为地球打坐活动中的能量、磁场，与自然共生的感觉。时间到了，我心中还依恋不舍，我永远记住2021年3月27日凤凰园为地球熄灯-打坐活动的日子，并永远参加每年的熄灯打坐活动。

智琳（香港）：3月27参加了为地球打坐活动，謝謝澳洲组的邀请，虽然有时差，当时我这里是5点半，天还是亮的，但是我也跟着大同师尊的引领，和大家一起打坐，感觉非常好。

我的脑海里浮现出美丽的地球，百花盛开，万紫千红，鸟语花香，姹紫嫣红的景象，内心平静。

到了香港8点半的时候，我们全家熄灯，看到对岸平日灯火辉煌的高楼大厦，慢慢地暗了下来，心里感到很欣慰，静静地又一次进入了打坐的状态。

让我们把爱送给地球母亲，希望风调雨顺，世界和平！

2021.3.28