

# 心安即是强大

发布日期 2024-1-21

辟谷四天了，我感觉身体、精神、体力全面恢复。静养的前一个月不能多活动，人都吃胖了，现在已经减脂中，血压也趋向好转。跟进凤凰园后，十几年来一遇到问题都会自然辟谷，平衡身体，调理全身，心也是最平静的时刻。

经大同师尊点拨后，我看《阳明心学》，和之前相比，阅读的感觉理解力和领悟力又有了提升。现在不急于看得多，而是每天看几页然后多了思索；现在做事好像每每地在联系心学的本质，晚上都会自问：对照一天的事情，自己今天哪些需要去人欲，哪些符合存天理。

昨天近黄昏，在回家的大路边，一不留神我被一群放学的小学生拦住了。他们急慌慌地叫我：“阿姨，阿姨，快点给119打电话，那边失火了”。我顺着他们指的方向，这是一段待开发的地段，杂草丛生，空中有高压线，后面有树林，两边有住宅楼，如果火势很小是没有危险的；但是冬天干燥，小树枝很容易一点着火起火来，我也觉得虽然眼前没有生命危险，但是夜晚发展下去后果不敢想象，就马上打了119。孩子们大声说：刚才我们给好几个大人说，他们都不管，嫌我们事多，就阿姨打了。我们去灭了几次火但火越烧越大了。我说：你们做的对，就是不要去离火近的地方去灭火。电话打完几分钟后，两辆消防车很快就赶到了，看没什么事我就回去了。我路上在想：小孩子纯洁善良，良知犹显，很多成年人反而被世俗蒙蔽，事不关己高高挂起，良知也多多少少地被深埋。

记得当年师尊带我们去敦煌莫高窟，给我们带来的信息：“让人类往回走！”这不就是让我们把心回到童真，让良知回归吗？这样人类才能更加回归真正的心安，应了“心安即是强大！”

感恩师尊的引导！感恩阳明先师！

学子：李丽萍

20240108