

大年初一习练秘法的收效

发布日期 2024-2-10

【编者按：学子斋堂通知：大年初一上午6-9点这个时间段里，能者师尊会加持习练《太空漫步》或是《凤凰铜钟》，在家练或是到外面练都可以……已放假了的学子们，收到通知后纷纷习练起来，效果显著。大家发自内心地感恩凤凰园！感恩师尊！并祝大同师尊龙年吉祥安康！万事如意！】

张淑贵：这个冬天老是感觉腿很沉，走路很慢。这几天在老家过年，老家过年每天都有干不完的活，感到自己快要撑不住时，习练一次《太空漫步》就恢复了体力。今天我连续做了两遍《太空漫步》，排出很多寒气，感觉全身毛孔都在打开，寒气呼呼往外排。

接着又炼《凤凰铜钟》，炼的时候杂念还是很多，但明显感觉很愉悦。炼完后走路很轻快，全身柔软，经络畅通。冬天的那种沉重一点都没有了。有点想飞起来。

李麗萍：近两个月，因胸骨有损伤，是我回味习练《太空漫步》和《凤凰铜钟》最深刻的阶段。听到师尊加持习练这两个秘法又是一阵感动。凤凰养生秘法确实涵盖面广，无论体健体弱时都有方法跟进。

早上习练《太空漫步》，那种感觉非常愉悦，气感很强，为全家从早到晚忙碌做大餐中得到很好的调节。大年初一是最繁忙的时候，一大家人都过来吃饭；早上包饺子，中午做大餐。下午趁大小孩子们都出去散步时候，自己马上入静习练《凤凰铜钟》里的三钟术，意念自己回到早上师尊加持习练的那个时空点，这时脑海中出现一幅在黄土操场上，师尊在前方如一铜钟似地站立在远处高空，我自己的身体也在拉长拉高，快结束前肚脐开始快速呼吸，一起一伏达二十余次，幅度较大。记得在澳大利亚猴鲁鲁这个称为地球之脐的地方，大同师尊带领我们接受信息时我当时曾出现过这种现象，这次又一次地出现了。接着口齿间如涓涓细流似地甘甜的口水一阵阵涌出，浑身轻松。习练前为过节忙了一天头昏脑胀的，结束后身轻气爽。

赵惠娟：龙年的大年初一，6点起床洗漱完毕，习练了《凤凰铜钟》。闭上眼睛一只凤凰飞来在头顶飞舞。习练中胳膊有点儿酸痛，于是我就意念坚持一下，一直到凤凰铜钟结束都没有再酸痛，而且特别地轻松，坚持到了最后。我感觉能量特别强，经过身心洗礼，非常轻松！

胡小兰：今天大年初一，早上7:30习练《太空漫步》，感觉如梦初醒，这么好的功法我怎么就忘记习练了呢？习练中听到天籁之音象银河的雨露沁入心田。想当初就是这看似简单的功法救了多少人！

现在的我欲望越来越多，总想自己越来越好，当我们得到收获时虽然我们口口声声说“感恩”，但还是在口头说说，行动跟不上，德不配位，羞愧难当。弘一法师说：生活本不苦，苦的是欲望过剩；人心本不累，累的是牵挂太多。一个充满太多欲望和牵挂的人，好比手里拿了重物，终究会把自己拖垮，当你扔掉无用的包袱，才能快速到达人生彼岸。师尊发了很多类似的警世格言，看后才觉得如警钟长鸣，发人深省！

任冰淋：今天大年初一早晨我习练《太空漫步》时，认真听师尊的音乐，随着音乐做着每个动作！全身飘飘然很轻松！做到第五节时突然一股清流，气从上往下、直冲下，从涌泉穴出去了。一下全身轻如燕！

王楠：大年初一，因为没禁烟花爆竹，所以选择习练《凤凰铜钟》的卧龙术，习练完成后，就睡着了。梦中清晰地看到自己的双腿起满了透明的白泡，有的地方还有红色肿痕。醒后感觉自己行动力比原来好多了。拖拉的意识也减少了好些！我意识到，应该是在排毒！

舒涛：今天早上习练“凤凰铜钟”时，几次呼吸自动停止，人非常舒服。

李圆圆：今天早上，我在师尊加持的能量场里习练《凤凰铜钟》，一开始就感觉全身发冷，我知道是在帮助我排出寒气。习练中我睡着了，突然醒了，身体晃动了一下，我一点也不怕，我知道在师尊的能量场里，非常安全。我感应到：磁场渗透像月光，像水……教诲我们反省及内在清洗，清理我们成长路上的障碍。因为，我们还在路上。需要师尊的护佑、指导与加持！

刘爱娟：今天是龙年大年初一，早课结束后，依次习练了《凤凰铜钟》、《太空漫步》。听着音乐，心胸随之宽广起来，跟着恩师的引导语习练，能量很强，悉感充沛于全身，直达肢端末节，身体舒泰、心旷神怡，习练结束，身心灵轻松愉悦，安宁祥和！

程晓红：今晨和婆婆、丁兄三人一起看着大同师尊的视频习练《太空漫步》，当视频里师尊出现时，特别是有光柱下来之时，感觉自己也被光柱包围了，能量源源不断地进入体内，真的是人在光中，光在人中，身心灵完全沐浴在凤凰园的光能量场里，而且整个能量场特别强。

王阳丽：初一早上习练了“太空漫步”，站了半小时“铜钟术”，从小腿到脚排寒气，排了两个多小时，最近两天气温低，身体反而比之前暖和，容易热起来。精神很好，睡眠很足。心灵也排毒了，安心也很愉悦！

王美林：我怀着欢乐的心情迎来2024龙年的春节！大年初一吃过美味饺子，我与老伴开始习练《太空漫步》，瞬间宽大的电视频幕出现星光灿烂、五彩缤纷的景色，五彩光照射下来，笼罩着我们的身心灵，能者师尊童颜鹤发，神采奕奕，笑意微微，带领我们一起习练。接受五彩光的调理与加持，这时，我又自发地进入曾经的大能量场，并为之共振。感到能量很强，很温暖，很美好，真是天地人一派和谐。

初二、初三早上，我都习练了《太空漫步》，它是《通天功》的升级版。直接进入五大星球，不同的彩色光调理各种不同的疾病。我的两胯和两膝关节痛疼好转。

非常感谢感恩上天！感谢感恩师尊！

2024.2.13