初试天鸽

2006-2-10

——我与天鸽修炼

自参加天鸽修炼班学习以来，我每天几乎都坚持两至三次龙凤功的练习。每天早晚与天罩功诸神沟通，坚持辟气功的练习。

我对龙凤功的体会是：龙不一定很凶猛，他首先很有智慧，知道如何帮我克服我的弱点。他让我认识到我双臂、双腿、腰、背都需要加强锻炼。一次他还带我敲打双腿，前后都做了。他也爱唱歌，声音不一定是低沉的男声。凤凰总是快乐的，他们知道交接工作，龙功让我疲惫了，凤凰就会换一种和缓的方式，但如果我从凤凰开始，他也可以很有力量地带我修炼。他唱的歌常常是快乐的，有时是我会唱的儿童歌曲。不知是因为这歌本来就来自天上，还是我的灵魂在和他合作？

此外我还发现，龙凤都可以根据具体情况决定采取什么方式修炼，而且他们懂我的心理。我走路的时候请凤凰来，想通过他的歌快乐起来。他唱出的是有些忧伤的歌，不过唱完了，我的心情会轻松起来。躺着的时候我也练过，他们就没有大动作了。我从心里爱他们，他们来自天上，但我觉得我们的心很贴近，他们像我的朋友，我在练功的时候可以和他们沟通，他们会考虑我的意愿。

关于辟气功，我的体会是，我随时可以感觉到喉头呼吸，涌泉呼吸也比较明显。命门和肚脐呼吸不是很明显。进入辟气状态，感觉身体是个空空的空间，头脑里会有短暂的空白阶段，时间过得很快。

关于天罩功，我也有些体会。我虽然看不见它，但我有两次明显感觉到它。那是在地铁里，我突然希望能闻到宇宙的花香，就恳求天罩诸神为我的天罩里注入花香，也希望车厢里的人能闻到。后来花香真的来了，让我感动得要落泪。还有一次也是在地铁里，旁边一个人带来浓重的洋葱味道，我想让我的天罩帮我防一下吧，要么就练辟气功。结果一时着急，感觉两个都没起效果。于是就想，那我就好好享受这个味道吧，结果就觉得我的保护神笑了起来，我一下子就闻不到洋葱味了。

我常常想，神就像我们的父母，他们首先是爱我们的，我们做错事，会受到惩罚，但我们有改过的机会，小错误他们是不随意计较的，他们会微笑着看我们做些糊涂事，只有真正出格的时候，他们才会认真起来，严肃地警告我们，或者惩罚我们。对他们，我的感觉首先是爱，其次是敬，第三才是畏。我想，只有不去害人，就不必害怕神。宇宙之间最重要的是爱。这个字说出来很容易，让人为了一个爱字而放弃很多用与此相背的行为换来的舒适还真的很难。人与动物之间到底该是个什么关系呢？互不相扰？人的衣食住行能够完全离开动物吗？有什么东西可以替代？如何完成过渡？

（德国）米拉尼

2006年2月10日