

# 离开阿尔卑斯山后的报告

2006-6-14

## ——我与脱胎换骨

亲爱的乐天大师：

这期在阿尔卑斯山的天骨功修炼班，我做了一个小结。报告如下：

### 灵魂上 □

- 我觉得非常非常轻松。异常美妙的轻松，这成了我的基本生命感受。又轻松，又自由。
- 对练功的抵抗情绪几近消失，我可以毫无问题地鞠躬，我说的天语也变得完全不同。内心里非常明显，非常自然、毫不费力地发出爱、喜悦、平静和轻松（可能这也正是我们的目的）。我越来越摆脱了不好的和沉重的情绪。
- 我觉得自己越来越“空”了。毫无压力，自由自在。爱与“道德”，还有幸福，都自然而然地到来了。这是一种难以言传的解放，因为与参加修炼班之前情形正好相反。
- 各种“诱惑”（计算机游戏，食、色）对我的吸引力明显减弱。

### 身体上 □

• 初期最好的表现：我的哮喘消失了。星期五更换、更新肺、皮肤、大肠的能量体。从星期六开始，我就没有用过喷雾药剂，到现在为止一直没有什么问题。有半个小时的时间我就自然进入深呼吸，那完全是自发的。我的肺感觉轻松、自由、干净。于是我就决定不再用药了。

从身体上来讲，这是我所获得的最大的礼物，因为我非常高兴终于不必再用可的松（这种药用时间长了非常有害）了。现在我终于健康了，不再用药了。太棒了。

- 我明显有了更多的口水，身体觉得更轻松，更有活力。肾脏也感觉明亮、有力、轻松、干净。
- 我觉得自己有了两天辟谷（星期一和星期二）。今天又没了（星期三，6月14日）
- 最近我在街上走的时候昂起了头（平时我总是低着头）。对周围环境的感受变得完全不同。总的来说我的体态变好了。
- 不过我发现，我还没有完全摆脱疑虑。当然我也试着应对自己的疑虑：当疑虑出现的时候，我就温柔地微笑，让自己进入一种温柔的信任情绪中，而且每天尽管仍有疑虑还是坚持练功。这一疑虑不是从我头脑中产生的：我头脑中清楚地知道天功的效果有多好，有多少人通过练天功恢复了健康。可我还是不得不面对这些疑虑。这里我有一个问题。我很想请你们回答我的这个问题：我想，要战胜疑虑，不能用压制的办法，而是要继续练功，当疑虑出现的时候，就让自己进入信任、爱和微笑的状态。这样做对吗？因为我想，疑虑是无法压制的，要摆脱它，人必须先经受它。对不对？

你们看，我有了这么多美好的体验。我非常幸福。

带着新的勇气和信心，衷心问候你们！

尼克拉斯

14-06-2006

（德国）尼克拉斯