提尔曼的闭关体验

2011-5-6

看了天鸽论坛上前些天的闭关体验后，特别是上周三的天鸽训练课后，我内心有强烈的愿望，和大家分享我今年的闭关体验。我衷心感谢大家的坦诚和爱。

这次闭关前，我心中对未来总是充满恐惧，我觉得自己像在一种抑郁症昏睡中出不来，总是自我谴责，强度前所未有。闭关结束后，我的思想在快乐和感恩中休憩，头脑自由了，精神清醒了。喜悦和感恩油然而生，一种如释重负的温暖的感觉在我心中升起。

基本上在闭关期间以及之前的几个月，我的身体是冷的，特别是手脚和肾。只是在第二次呼唤外星朋友时，一个充满无限爱意和温柔的生命体过来，把他的手放到我的手上，给我一种幸福和安全的感觉，就这样使得我的小小的、紧张的自我中最黑暗的累赘部分开始融化了。一股温暖的能量流从上面下来经百会进入我身体，溶解了我内心的寒冷。从那以后，我的身体是暖和的，我又充满了信心和动力！接下来的冥想中，我内心的洞察力开阔了，我甚至想大笑！很多小小的笑佛在我眼前像雪花一样在风中跳舞，照亮我的心灵。它们是如此无比的轻松和快乐！真的令人心旷神怡！你们没看见太遗憾了！同时，我感觉到右边的肺经一种强烈的博动，右胸不停地抽搐，几周前让我练不了小提琴的右臂疼痛不见了！从那以后，我又能拉琴了！太棒了！

在闭关中，我天眼中总看到我父亲的图像，特别是练十字功时。我回到柏林后，电话录音中有他的留言，这是以前几乎不会发生的。然后我们俩有一次很好的谈话……

在最后一次晨练中，我有一种和我们整个团队以及所有众生成为一体的无法言说的幸福感，以及一种在当下总能找到和平、安宁和爱的确定。

也许你们能够想象，我的感谢很难用语言来描述。我希望自己在未来能成为这种崇高礼物的当之无愧的接受者。感谢宇宙，感谢宇宙大师、外星朋友和我们的乐天大师！感谢大家！

（德国）提尔曼

2011