

# 聚会的分享

□ 2013-12-6 □

8月，烈日炎炎，凤凰园的兄弟姐妹们，怀着一颗真诚之心相聚在师姐家。

首先，我们集体习练“太空漫步”。接着，由一对蓝光儿童带大家领读传统文化之一的《弟子规》。然后由师兄传达了凤凰园的七大任务，并特别指出凤凰园养生分为：科学养生；星际养生；远古养生三种养生方法。

之后，由师妹带领大家习练《吟心药歌》。在空灵、愉悦的《大悲咒》音乐中，伴随着师妹来自心灵深处的心灵语及心灵歌，让我们在座的园友穿越时空，融入另一仙境。下面是园友们的分享：

郑师姐：冥想时，我天眼看到观世音菩萨在对我微笑，似乎在说，要学习传统文化，学礼仪，学做人；凤凰园学员学习传统文化尤其要做到修心，修我们的意、言、行，且落实于行动上。老少皆学，赶快补上失去了一百多年的传统文化课，这也是凤凰园养生的七大任务之一。我作为凤凰园的一员，感恩宇宙大师的指点。不光自己必须做到，还要尽力帮助他人认真学习《弟子规》，要发动全家学。努力做到养德、积德、助人、救人，使自己早日回到真正的家园。

茹师姐：由于工作原因，我不能常与兄弟姐妹相聚，难得今天有这样的机会，大家共同学习传统文化，争取做真正的觉醒者。当音乐响起在耳旁时，我眼前出现慈祥的观世音菩萨，她手捧着一叠叠的书卷，端庄地放在胸前；接着又慢慢地如莲花盛开，发射出金光。观音菩萨把三朵莲花放在了我的手心中。美妙的仙境，愉悦的心情……我体验到了天、地、人合一的境界；深深感到集体修炼的能量之大。今后我会抽时间参加集体习练。

李师姐：今天，我特别开心，我在冥想状态时，天眼看到了宇宙大师、观世音菩萨以及师尊的化身来到了我们的修炼空间，还把此空间的负意念、负信息收回到宇宙中，并为此空间补上正意念、正信息、正能量。我的天眼还看到有一朵银白色的莲花发出如剑似的光，我感恩宇宙、感恩地球、感恩保护地球的众生。大同师尊要求我们学习传统文化，平时在教育第三代时，要有意识地灌输给他们。比如从一颗树，引伸到树的作用，要环保，不能浪费。在冥想中，我还感悟到挖劣根的真正含义，要从累世的罪孽中去找根源；只有自己做好，成为凤凰园的合格学员，才能跟上师尊的步伐，走上正道，回归我们真正的家园。

韩师姐：音乐声一起，我就有头皮发麻的感觉，并进入到从笑到哭的空间。我感悟到自己的慈悲心还不够，今后要努力改进，好好的修行，按高维生命的指引去度人，便是度自己。

张师姐：我过去认为学习传统文化是小孩的事。现在通过凤凰园的学习，我懂得了老少都要学习传统文化，我们中年人也要补上这一课。

钱师姐：在冥想时，我似乎感到心中的忧伤是无法用言语来表达的，接着又感到舒服，开心。

柴师姐：在听心灵歌时，我从打哈欠到流泪，心里感到很舒服，然后进入手舞足蹈的状态，好像回到古老而神秘的东方。

余师兄：听了心灵歌后，我感到非常惭愧。过去，我杀害了许多小动物，尤其是鱼类。对照自己的良心，我深感后悔莫及。原来我不善于表达，通过几次赴香港学习后，我知道了分享的重要性，讲出自己的感受，可以启发他人，是积德的。修炼要纯化自己的心灵，更要懂得因果。今后我要切实改变自己，跟上队伍。

姚师姐：听了心灵歌后，我感到高维生命在帮助我们清洗灵魂，洗着洗着，我就进入了梦乡。当时的高兴情景真是难以用言语来表达，只能感恩。感恩师尊引导我们走上正道，我永不放弃，紧跟师尊回归宇宙家园——凤凰园。

陈师姐：今天在修炼的能量场中，我感悟到，作为凤凰园的修炼者，不仅必须补上传统文化这一课，还要落实到行动当中去。在平时教育第三代时应做到同学习，共修炼；身教重于言教。我们孝敬长辈，要做到常回家看看。我为母亲买了按摩器，并教母亲养生秘法，希望老人家身体健康长寿。

付师姐：我有一位朋友没有亲人了，现在住在敬老院，我经常去看望她，并带她一起出去旅游，还经常把她接到家中来，让她感受到家庭的温暖。我想，这也是在做善事。

宋师兄：今天气温高达39摄氏度，但我们在凤凰园天罩的正能量保护下，室内温度下降了5到8摄氏度。大家心中无忧无虑，在天罩里，享受着宇宙技术，犹如身在仙境。我感悟到，远古养生可贯穿在平时习练“人体梳理”中；星际养生可在习练“太空漫步”中，以五大行星对应身体的五个脏腑。习练时打开全身毛孔，用宇宙呼吸法呼吸，减轻肺的压力，增加肺气。我体悟在习练“太空漫步”时，几种既简单又有效的星际养生方法：1.用鼻音调肺同时与金星沟通，意念自己直达金星上养生。2.试着用舌头卷起来发音，意念与火星沟通，有调心、调小肠的功效。这也称心声，就像1岁内的婴孩发出的声音，也证实了俗语说“做人从舌头打滚开始”。3.可用张大嘴咀嚼法与土星接轨，这有益于消化系统健脾养胃。4.可睁大眼睛遥望天空，进入木星，让我们肝胆相照。5.可用柔和的喝水法，请水星帮我们在银河系里沐浴，宇宙能量场会调整我们的肾和膀胱系统。习练要坚持、努力，能做10年、20年。星际养生是我们的荣幸，我们要珍惜，要感恩、谦卑，要忍辱。在每天习练“太空漫步”时，我们应意识到，高维生命在指导我们每位凤凰园的学员。我们一定要从零开始，按“零的承诺”与“和平祈祷词”的内容去做，紧跟师尊，早日回归宇宙家园。

时间过的真快，一眨眼就到了结束时间。我们大家万分感恩，学习聚会圆满成功。

（中国）许丽