养生秘法见效应

(2014-5-2)

我参加了在香港乌溪青年新村由大同师尊亲自开办的凤凰园首期七大养生秘法修炼班，收益匪浅。虽然学习班时间只有8天，我们有幸天天聆听到师尊面对面地教诲。每天晨练时，在师尊亲自指导下，尤其是在做“ 太空漫步 ”秘法的第4节“ 入境五星 ”，第五节“ 喜闻天香 ”和第六节“ 银河沐雨 ”时，我感到犹如进入鸟语花香的环境，全身轻松、舒坦；在无忧无虑的氛围里，我好似看到了红、黄、蓝、白、紫五彩光波，照耀着我的全身，清洗着身、心、灵。舒服的感觉，享受着天堂的滋味，真是无法用语言表达。

课堂上，每一节养生秘法，师尊先讲理论；再由示范员配合师尊的讲解，以标准、优美的动作为我们演示；我们边听边学做动作。动作的要领、作用和原理，都铭刻在我的心里。这种贴心的，手把手的教我们学习养生秘法，真是让人终身难忘。

这次养生秘法的学习，我最为感悟是“ 天爱真言 ”和“ 心灵语 ”、“ 心灵歌 ”。因为我是处于全家人都反对、一人独修的状况。这次，我是在园友们的帮助下，同时自己努力设法，好不容易才获得了面对面接受师尊教诲的机会。

师尊说，不要小看每天所念的“ 天爱真言 ”，我们要珍惜这份上天馈赠的礼物，向这个世界发送出爱的能量。从今天起，请带着谦卑、真诚、感恩的心念诵：我爱你！对不起！请原谅！谢谢！

当我每天向家人送爱的能量时，也就是我在习练天爱真言时，我会有全身热血沸腾之感，同时热泪也会情不自禁地从眼角流到面腮。此时我更坚定地相信师尊的教诲，信念不改，确定正意念、正信息、正能量。

5月10日我从香港回家，意想不到的奇迹发生了。一到家门口，我发现钥匙找不到了，只好叫家人帮我开门。当时我心想，受责怪是肯定的。没有想到我的家人从睡梦中醒来，不但没有怨言，还乐意从五楼走到底楼为我开门，并对我说：回来了。第二天，当家人也没有对我发火。此时我真的从心底里感恩师尊的养生秘法，不仅在我身上显效，更高兴的是此秘法在我家人的身上也出效应了。

总之，这次赴港参加养生秘法修炼班是很值得的。我还要仔细阅读教材，认真反复学习，并且要落实行动，为完成凤凰园的使命，尽最大的努力去做。要将“ 心灵语 ”、“ 心灵歌 ”和高维时空的能量送给自已的亲朋好友。修炼之路，是艰难的，我要做师尊的学生，必须放下身段，要有感恩的心态，伸出神圣之手，学习弥勒精神，从身边小事做起，让谦卑的小溪流向汪洋大海。不要小看自已，要看到自已与众不同的灵魂，早日回归那古老的宇宙家园。讲好“ 心灵语 ”、唱好“ 心灵歌 ”，让我们唱起心灵之歌：“ 吟心药歌 ”、“ 阴阳养生平衡歌 ”、“ 神人养生歌 ”，唱响全球，为人类的回归发出夺目的光芒。

（ 中国 ） 温玲娣