

改变

(2016-5-24)

在2015年凤凰园香港修炼营最后一天的分享会上，大家都非常开心，因为园友们在短短几天的学习当中收获满满，让人可喜可贺。我为这些园友们分享的成果鼓掌和高兴。

但是，对我触动最大的不仅仅是这些感动，而是另有一位年轻园友在分享会上，用自己的改变来忏悔他过去的行为。

这位年轻的园友，跪在自己身有残疾的父亲面前，并面对众多园友，当场忏悔自己过去对父亲的不好行为与态度。他痛哭自己过去给父亲带来的伤害；他磕头、他悔过，让一直爱护他的父亲原谅自己。

目睹这一场景，我为之流泪，为他有这样的觉悟而欣慰。这也让我久久不能平静，我的脑海里始终回荡着“改变”二字.....我又该如何改变？

从香港修炼营回来后，我的内心虽有“改变”的想法但却没有行动。我再也不能拖沓下去了！我必须精进地做事、修行，需要静下心来好好地想一想自己身上的毛病。

做事不精进，拖沓懒散，我得彻彻底底地改，再不改就来不及了。我不知道下一辈子还有没有这样的机会，还能不能遇到这样好的师尊。

我需要彻底地改变，从生活细节中进行改过；有计划、有目标、有内容，才不会让改变落空。

我自己清楚地知道，修行的根源在改变！

从意、言、行下手，有善意才会有善言、善行。每一天的意、言、行上都要有所进步，这样才会有今天与昨天的改变。要找自己身上的不足，并进行改过。

再也不能放纵自己了，否则就会停滞不前。把向外看的眼睛转为向内看，学会找自己的茬。这样慢慢地，就能改掉自身长期以来养成的坏习惯、坏毛病。

首先，我要从责任心入手。我平时的责任心不够，总把自己当外人，“拨一拨”才会动一动，没有主动性。这是我一直以来的惰性，得彻彻底底地改掉□

接下来，要加强柔软心和慈悲心。这个对我来讲难度很大，因为从小受到的教育就是“男儿有泪不轻弹”。我曾有意识地把心变得很硬，所以这得下大功夫，改造自己，把自己的心修得柔软慈悲起来。

还要有勇猛心，要不忘初心。

总之，要从改变自己开始，才能达到身、心、灵的健康。

感恩大同师尊，感恩达摩祖师和诸神的关怀和指导。只有改过、修正自己，才会有光明的未来。

(中国) 奎超君

2015-11-1