从改变自己开始

(2016-11-13)

这次凤凰园学习班所教授的《凤凰铜钟》、《凤凰神掌》、《人体天罩》我已铭记在心，牢记师尊的教诲，也感觉到了功法上、能量上的升级，知道了要多讲改变自己。

在天罩课上，当上天漆的时候，乳白色的天漆从劈开的倾斜的竹筒里潺潺流到嘴里，还有象水烟壶一样细弯管给鼻孔上漆，很舒服。

为了实现回归星际那古老的家园，首先要学做人，把人做好。随着我年龄的增长，我的脾气也在增长，为了点小事和先生争吵和抱怨，影响到了家庭的和谐。师尊每次办班都谈到如何做好人这个命题，可我还是经常犯老毛病。这次回家后不论发生什么情况都克制自己，不要争吵，要用智慧去解决，一切的错都是我的错。

为了环保，救地球，我一直在做环保酵素，吃素食。一直以来想叫先生也一起吃素，但苦于不会讲，至今还未能说服他；这次回去要把这件事落实好做好，让他从十斋素开始，慢慢习惯起来，直至吃长素。

这次学习得到了很多，回家后我与先生分享。他很认同，但是还是不太同意我参加以后的课程；我对他说：“我已经发誓了，今后师尊办班无论阻力有多大，一定参加。”请师尊给我力量，给予我能参加每次学习班的机会。祈愿先生每次都能支持我上师尊的课。

家庭的和谐，园友的和谐，及至社会的和谐都靠每个人。到生活中去苦修巧练，取他人之长，补己之短，改正缺点。不仅要改变身体，坚持练术；还要改变灵魂，提高纯洁度。从改变自己开始，改变自己就能改变家庭，改变我们所居住的城市。

学习班结束回来后，双腿一直很疼，长时间坐着，起来时就会很不灵活，我想这是后效应吧。

勿忘初心，方得始终！

无论碰到什么，永不退转！

感恩宇宙、感恩诸神、感恩天罩术主持神、感恩鲁班祖师！

（中国） 李纳默