

天爱真言



远古养生••• •••

人体 家庭 企业

凤凰园养生之一

主讲师：大同师父

各位学员。现在让我们一起来习练凤凰园养生系列之一“天爱真言”，天爱真言的

内容就是四句话：我爱你，对不起，请原谅，谢谢！这是最简单不过，又是最奇妙不过的四句话，但是就是这四句话，成为数千年来夏威夷群岛原住民解决内部纷争和祛病健身的金科玉律，这四句话是夏威夷土著世代相传的心灵疗法，当地人称之为“荷欧波诺波诺”。

联合国三次邀请夏威夷疗法的近代传人莫娜女士登台演讲，并举办学习班，莫娜女士的传人夏威夷华裔心理学家蓝博士，就是用这四句话在三年的时间里治愈夏威夷州立医院几乎所有的精神病罪犯，使精神病院关闭！现在这四句话已风靡世界！奇迹在不断地发生。

我们凤凰园用独特的方法对夏威夷疗法进行净化而升级为"天爱真言"，"天爱真言"比起夏威夷疗法 能量更纯， 更快捷有效，如果你和你的亲友已经陷入某种危机， 状况连连， 只要你真诚地念诵"我爱你，对不起，请原谅，谢谢"， 。就有可能对你自己和你的亲友的身心灵，婚姻， 家庭， 学业， 事业， 风水，经济状况，人际关系等等，起调节作用，甚至出现大的转机，至于效果如何，因人因事而异。

"天爱真言"适用于个人，家庭， 企事业，各个团队，也适用于动物，植物， 可以说"天爱真言"

适合于天地万物！人的每个脏器都是一个独立的生命体 ， 如果你的某一个脏器有病， 可以向这个脏器输送"天爱真言"， 可以帮助你康复， 如要调节不良人际关系， 双方可以面对面互念，可以遥距对念， 也可以在念的时候不要告诉对方， 要化积怨为和平， 不要去分谁对谁错，

要百分之百挑起矛盾的全部责任！通过"天爱真言"向对方传递爱的讯息， 促成心灵的互动，

运用"天爱真言"来改善经济状况的时候， 只要存心得当， 会有转机。 如果在学业、事业、家庭风水、经营的企业发生了问题， 可以向发生问题的空间真诚地念诵"天爱真言"， 使空间的能量发生转换，以走出危机， 不管遇到什么困境， 不妨先试一试， 只要真诚可见， 一旦水到渠成， 成效自现。

念诵"天爱真言"， 可以出声， 可以默念， 可以边念边做动作， 也可以只念不做动作， 也可以只做动作不念， 如果有条件， 同家人，亲友一起来念诵"天爱真言"， 那是最

好，团队的意念力会产生更大能量，你生命中发生的一切不幸，或者他人的不幸为你所见所闻，你都不妨试着用

"天爱真言"来化解，你中有我，我中有你，无论问题出现在哪里，不要过多地去盘根究底，不要去争我是你非，世上一切的不幸，都有你的因，你要负起生命中的全部责任！要想改变他人与世界，必须先改变自己，"我爱你"中的"你"，究竟是谁呢？可以是你或者是你病变了的脏器，可以是与你发生矛盾的对方，也可以是你们心中的神性，可以是你的房子，是你所处的空间，甚至天地万物，你在聆听"天爱真言"光碟的时候，可以跟着念，跟着做，只需用淡淡的意念，将光碟中的天爱真言所输送出来的高能量，传递给你所要帮助的对方，提醒你注意，要用心，而不只是动嘴或者只做动作，心地要善良。内心保持宁静专一，表情要庄严，态度要谦卑，真诚，感恩，不要急于求成，欲速则不达，相信奇迹的人，必然活在奇迹之中！

从今天起。请每天用几分钟的时间，发自内心的真诚，去念诵，："我爱你，对不起，请原谅，谢谢！"每次念完之后，都要以恭敬的心态发出一个请求："愿我所对应的空间转换成正能量，"只要你坚持下去，相信命运会改变！

凤凰园第三部曲，凤叩九天之一："天爱真言"的习练现在开始·····，怎么样习练"天爱真言"的静态法呢？

一·

1·姿势怎么摆。你可以取跪式，跪坐式，平坐式，盘坐式，也可以取站式，年老体衰有病者可以取卧式。

2 • 呼吸， 以自然呼吸来习练，

3 • 意念：习练天爱真言的意念， 你要做到谦卑，感恩，真诚。

4 • 习练的方法：我现在讲的是"天爱真言"的静态习练， 天爱真言分"静态习练法"和"动态习练法"。静态习练法，当你的姿势。呼吸。意念都调整好之后， ，要全身自然放松， 头部要保持端正， 微闭双眼， 视线与地面成 45 度角或者 30 度角， 神态庄严，合掌在胸前开始真诚地念"天爱真言："我爱你，对不起，请原谅"。谢谢！ 就这样你就是不断地念， 但是每次念的时间呢？最好不要超过十分钟， 一天最好不要超过三次， 。

二 •

如何习练"天爱真言"的动态法， 动态法可与静态法结合起来一起习练， 可以念出声， 可以默念， 可以只念不做动作， 也可以专做动作不念。 动态法它起什么作用呢？动态法会起"扩心"作用， "扩心"就是打开心胸的意思， 也就是扩大自己的心量和胸怀， 还能强身健体， 动静相兼，四句"天爱真言" 配合四个动作的时候， 动作要连贯， 在这里要做重点提示， "天爱真言"动态法的四个动作， 是肢体的语言， 心灵的语言， 宇宙的语言， ，在念四句真言配合四个动作的时候， 无论念出声或者默念， 都要注意念诵的声调柔和，缓慢， 表情庄严， 动作的速度也要随之放慢， 如果不配合念诵，更要注重神态庄严和动作的缓慢， 现在，请大家一起来习练"天爱真言"的动态：我爱你。对不起，请原谅，谢谢！ ……………。