

得月篇——昆仑学子 194 集

为什么写 194 集呢？隐曰：“搭上《修》书里的断桥即 195 集。”

《枯木·逢春·月行》

1997 年 12 月 12 日接到了《修》书，抱着十几本书进门迫不及待地翻阅着书，从第一本书开始犹如走马观花，也不知看到了第几本书，只记得是第 13 页，发现这个书页里出现了许多的人头，有男有女，女的最多且都是 16、17 岁的样子。头发右侧梳着一个刷子，他们个个流着泪（如黑白片），他们对我说：“可找到你了！”而我从头到脚冷得不行了。到晚上 11 点多躺下盖上 4 层厚被子依然让我冷得不能入睡，直至 4 点多钟方进入梦乡。

跟学人学了几个《九阳基训》第 4、5 套中的 5 个动作，每天早晚练习。第一天练完之后，在梦中见男男女女像太空人，身穿紧身衣服。他们把我放在担架上不许我动，说：“给我充充电”。这些人把我放在一个茂密的森林中，这里的树木高大、粗壮且很有规律的排列很整齐。我被放在一个空地方，见他们在我担架的周围点燃了 9 堆篝火。看到火光有些强烈，自己不免有些紧张，明白这是保护我以防野兽攻击。我身边没有一个人，只看见晴朗、碧蓝的天空飘下许多蓝色的条带落在我的身上和担架上，此时我感觉被一种力量抬了起来又放下，只是身体起来反复了 3 次，心里恶心想吐，头晕浑身无力。自己从梦中努力地睁开眼看表已是早上 6 点 10 分，但又睡过去了，隐约中感觉自己的身体在动，仿佛地震一样滚来滚去，想吐又吐不出来……如枯木的我感觉心里有些微妙的改变。

第 3 天，练这几个动作感觉身体好软，心里有种愉悦感，睡梦中感觉自己在一个宽大的河边静静地、不时地放着金银的亮光，不见任何人，只见上空有一轮明月离我很近，几乎是近在咫尺，可我却怎么也抓不到它。这个月亮把我引领到一个旷大的地方，看到一些人在做什么。自己与月亮一起玩，我低头从两腿中（如神龙拜佛）看见一座摩天大楼，当我直起身时，发现前后也有一些高楼，最矮的也有 8、9 层。

梦醒后又睡过去了，见一大日在我眼前光照刺眼，使我有些睁不开眼睛。大日离我很近，我双手抱日没有抱住，它引着我跟它走，把我引坐在床上。见大日从我对面的窗户中出去了，一会儿见窗外一位身坐红莲的菩萨，她身穿红纱裙装，头后有一红日，双耳垂肩面部丰满，表情庄严。在她进来的同时我耳上方有一童音，曰：“大日也来了。”此时，我见这位菩萨已在眼前，见她右手托着一颗点着白色火

焰的蜡烛，她说：“找的就是你。”并把这颗蜡烛放在我的额头上，自己还仰头吹灭了蜡烛，可奇怪的是它自己竟然着了。又听菩萨曰：“找的就是你。”说罢便退去了。

我自从练习做这 5 个动作后，身心精神状态改变了许多。一直以来自己的心态被什么东西埋着压着，心里有话说不出，整天发脾气委屈得很，总想大喊大哭。这十几天让我改变了许多，自己的心里光亮了许多。

1997 年 12 月 31 号，我们一行十几人到北京学练女 SG，由高老师教功。第一天学练“九阳基础训练”第一套，学练完后，高老师从南京带来十几张女神像，像的后面有神女法印。当时高老师只忙活北京的学人，把我淡漠在一边因而没能买到神像。当时的我心理素质极差，心想：“该有的跑不了，不该有的就是有了像也得不到。”半天的训练感到筋骨都很痛，身体有些疲劳晚上回到房间睡着了，梦见自己一丝不挂的侧卧在土地上。我环视周围宽旷的土地上没有一棵小草、树木，没有飞鸟，没有人烟，静静地……我左手托腮仰望着碧蓝的天空见上空飘下来许多红色的印。定心细看是白天见到的神女法印，我用右手数着数，当数到第九时，这几个大印落在我身体的右边。从上身到脚部全是印，我立刻想拿掉身上贴着的印，可摸到的印烙得很深以至于无法拿下来，惊醒了我。高老师说：“这下你跑不了了……”

以上是 3 个案例，我只是触到了“女 SG”法的边缘。在梦里得到了一些“营养补充”和“能量加持”，这是天尊对我的厚爱，但我没有把握住，因为是没有很好的看书，对于功理功法、心法一概不知。由于我曾是天主教徒，因此对菩萨的称号一无所知，这给我后来的训练带来巨大的麻烦。

由于自己灵性的特殊，第二天学练“九阴普及型”。下午开始自由练习，自己在练习时看见一女教官手拿教鞭看着我练。又见上方来的人越来越多，情急中我除了许多的汗，一睁开眼方知周围的人都不在身边，他们跟着高老师练功呢。

晚上 11 点了，住在一起的学人他们都已深睡，鼾声响彻房间。高老师认为不错的杨女士早已熟睡正酣。睡不着的我总想起来打坐，看表 11 点 30 分，便决定起来打坐。坐到 10 分钟的样子，眼前一片极亮的白光中又显出白光团，就在我目前如月亮。见月亮中又显出明亮的金银亮的细柱瞬间劈开，立刻呈宽银幕式显出图像，我看到的景象如久远时代的旧片子有些发黄，可人物景象渐渐清晰，见众多女子身穿白衣裙如大方正队般列队俨然。

心语对流为我讲述眼前的情景：这是战团的成员刚打完胜仗。我问：“我现在何处？”又一景象：一女子身穿白衣纱裙，腰扎白宽带，这幅打扮如贾宝玉般——她就是我。右手持扇，刚从宫里洗完澡边走边摇着扇子，神色飘逸洒脱。当我来到众队前时，众队立时从中央分开为两个大方阵，中间显出一道白光道，白色光道前又显出一白色光团，在这白光团前有两位女子摆出孔雀舞的姿势，动作异常优美……

此时知道自己是为情私奔下界，也知道自己和大日宫有着千丝万缕的关系…… 5天的学功结束了，回到家开始了正规的训练：动功和静功相结合，即性命双修。无论工作有多累，家务事有多少，但修炼是自己的大事，连续修炼49天未曾有一刻间断。由于自己走马观花似的看了一遍书，使自己失去了许多机缘，把自己动功中看到的、听到的说给学人听，他们说我是音魂幻化，从此我进入了“人为的遗弃”中，至今为止也未脱离“人为的不理解”。由于修炼中图像语音令我不得安宁，晚上休息不好，导致白天工作乏力，尤其是在工作时正和人家交待事情时上空显出图像，自己眼泪呵欠不止，如吸大烟一般。出现的问题又无处交流。

1998年4月我离开女SG的修炼，接受了来自印度的“（奎师娜）冥想瑜伽训练法”使我安静了许多…… 2个月后，在一次静坐中我发现自己眉心处无光团了，一连1个多月都是黑黑的，且身体健康度每况愈下。在1998年12月25日我又重新开始了女神功的修炼，我把已封存1年的书再次打开，放平心态后认真地逐字读出来，并把书中的修心法摘录下来，工作休息时翻开看一看，认真领会妙师说《易》、讲《薄伽梵歌》、解《心经》。

此时看书身上仍然有些冷，虽没有第一次看书时那么严重，但在书中找到了自己的弱处：一是潜藏的贪心、名利心、争心在修炼中激发出来；二是没能好好看书。7分看书3分练功，结果是上的快，漏得多，把能量全部留在外边不能把能量回收进来，更何谈储存能量，当时我不能完全理解这个道理。一个个的问号在心中升起：怎样才能回收能量，怎样储存能量……在无名、无知中又度过了2年，2002年的4月份开始自己重新调整心态，正确对待目前的虚空象，对于昆仑位上的隐仙神及时地补充上位，而且对于天尊的开示认真理解并作记录。尽管在功态中有许多改变，但感知能量收得多漏的也多。

我接触过许多学人真是练得五花八门，更多的学人都在动功上下功夫，在肢体上下能量，在图像语音上炼时间，**根本不知修炼的是回聚能量**，自己也不免受到潜移默化影响，把动功练得招招式式都光爆。图象睁眼闭眼都能清晰地显在目前，语音心通都很强烈，此时期我反倒放下了这些表面现象，我总觉得这不是高层次的修行。目前的光团比较稳定，我还认为这是西天月呢。在静态中我出现过两次骨缩，不知为何身体总是不舒服，气色相当难看。此时我已是第三遍看书。我脑子里不停地出现问题：到底什么是“音魂”，什么是“九世音魂”，什么是“色魂”？真要讲清楚却说不清楚了，理论不清楚，如何相应，又如何回收能量呢？书里找不到怎样相应，怎样回收能量，怎样才可心不动，我对书中的行观部分有些不理睬了，不想看这一部分了。天尊开示的所有内容都是围绕着“相应”、“心静”来展示各种“形”、“象”、“状态”。我问自己：“难道图像、开示就是相应？”什么是“般若智慧”、“般若语言”，为何妙师不细说他自己修炼修行中的内容过程和结果，把众多学人滞留在巫道上，学人不安定，师傅老师岂能清静？

看了高老师的 194 集后心里有种敬佩感，他的境遇就是他人生的历练，妙师也是如此。是谁把他们搞成狱中囚犯，是知道他们了解他们的老百姓，是我们周围的人伤害的，人言就是一把软刀子。众多学人以书为师，刻舟求剑的学做，效果却是不开心。我心里别有一番滋味，总感觉自己心智不到位。2003 年 1 月 1 日，我又不断地向外地老师求教，我在书中有许多问题看不懂，解释不清：何谓“动”，何谓“静”？到底是谁动、谁静？什么叫“动为阴”，“静为阳”？什么是“相应”……众多学人都在图像语音中，这是“观”吗，是“相应”吗？自己记录图像语音的记录本不少，却让我感到无名。图像语音的本身是动还是静？它本身变幻多端。如果是“月”变来变去就不成其为“月”了。我周围的学人都在用“无月”的“观”肯定自己的图像，就这样一年一年的过去了。

这位老师帮我解开了所有的谜团…… 妙师把八万四千种法门融进了《修》书里。每个人的起点不同，那么标准就不尽相同。把练功的能量用心静的状态回收并储藏住，此时方能从海底中升起明月，这不是追求“光感”而是走进道中显在目前的能量标志。

我曾经有这样的例子：在 2002 年的 12 月 21 日冬至打坐时，见一光团从下往上升并伴有耳音：“海上升明月。”这组图像反复出现了 3 次，自己很高兴，那个“月”如八月十五的月亮一般透亮。我把自己在功态中显出来的状态和冬至见到的海上升明月现象一起在信上一一说明。我没想到接到老师的回信，竟如一盆冷水从头到脚让我透心凉，他说：“你的这些现象用好听的话说是‘把能量留在了外面了’，是心不够静，但根器不错，召之即来，来了自己却不会回收，就如客人来了不让进门留在门外了。说句你不爱听的话就是‘在修中心不静不是寂静态’，要无求、无欲、无想时才打得开梵天伦，方可收进能量，这个能量才能入海底，海底有了能量才能升明月，这也称为‘是修进去的过程’，看得是一清二楚，修人的眉心处才显光团，这就是修行人的资本。你的现象，不是升明月而是一种物理现象，只要光在外面的都称作物理现象。”我看到这里哭了，感到自己是“丑小鸭”，而无地自容。

我得到这位老师的指导，深深领悟到修行修的是什么——是回收以往失散的能量来补充天魂，相应我们各自的“本尊师”。这个“尊师”隐在虚空，她是给修行人补充能量的，而我们的显师隐在《修》书中看我们如何寻找。这位老师说：“只有目前看见的是图像，就表示心不纯净，有求有贪心，此时要检查自己哪种心态出了问题。”在老师不断地严格训练与指导使我逐步走入修行的正确轨道中……

2004 年 11 月 3 日，这天早上 6 点多钟醒时，眼还未睁开却感到光亮无比，心想：“今天的天气怎么这么晴朗？”自己在要睁眼的瞬间感觉眼有些睁不开，而且眼一动就流泪，自己努力地把眼睁开发现两眼看不清东西了，眼泪从外角流出，我还以为是肝脏出了问题。睁开的两眼有向内的吸撮感，在眉心处有一个如八月十五的明月亮亮地照着，我忽然明白能量不是显在我们的对面而是在眉心里，这说明了不

外求的道理。由于两眼看不清东西，情急中不断地摇动头部，这个月亮就呆若木鸡，纹丝不动。自己站在镜子前却根本看不清自己，犹如自己突然老眼昏花，一连十几天的时间感觉及不舒服，体会了妙师说“六层次以下都是病菩萨”的道理。我从内心深处感到色体承受高能量很不是滋味，一做家务事不是碰掉这个就是打翻了那个，所以自己只想静静坐着不想说话，不想出房间。

拿起《修》书，发现根本看不清字，戴上 300°的花镜却更看不清了，可奇怪的是这个月中显出了字，连续 3 天都是拿起书来月中就显字。看到目前白如玉的月亮中显出竖版的字，它们都是以不同的字体出现，我忽然明白了：意在目前，法在目前。此时应做到放下一切静心护月。第 21 天的时候我给一位远方的老师通电话请教我为何看不清东西，以至于无法出门，无论看什么都是模糊的，只是自己眉心里的月光非常明亮我的双眼有种吸嘍感。这位老师说我这是“月影”的缘故，自己听了只是个月影就如此影响我的生活，便立刻决定到外面走走，不能继续这样下去。下楼是凭着感觉下的楼，到菜市场要过马路，自行车非常多，这对我目前的状态来说有些困难。

我看到的都是影子，未等我反映过来自行车就和自行车相撞了，那些人什么话也没说，还以为我是睁眼盲人，两眼还不断地流着泪。到第 24 天的中午，我见眉心处就像吐出了 1 个光团，此时心曰：“来为多、为密，去为隐。”正得“眼前童子面前人”，如八月十五的月显在咫尺间，我的两眼也开始渐渐清晰了，只是在红肿破了的眼外部上点眼药膏，几天后便痊愈。

半个月后我适应了目前能量的显示，它不再影响我的生活。我写信把这个过程如实地向老师说明。老师在回信中肯定了我这是得月的过程并指出守月是不容易的，所以平时要保持心静心，淡化一切物质是很重要的……走进修行中要正见、正解、正知。在修行过程中会出现一些问题，犹如走进去会有遇到阻车、十字路口的现象，不要怕麻烦人家，“怕”是凡心凡念态，我明白这就是妙师说的“六层次以下为病菩萨”现象。只有到七层次后为自在菩萨，所以在我这个时期还需显师点拨、引导。

看了高老师的 194 集，他深刻地体会了动功的妙用给我以很大的帮助，在他的基础上，自己去掌握瑜伽动功的妙意。妙师在《修》书中提到“高层次练功是拆招练法”。心到功到，动静和一，阴阳和合。

怎样才可做的“心到功到”呢？首先要做到心静如水，人随心行，心如仙境，此时，意在目前，法在目前，破法障、破规矩，找到自己静心的方法。至此，我的 194 集即告结束，请各位老师给予斧正。