

# 晚年习练凤凰园秘法，腰椎间盘突出痊愈了

□2020-11-14□



我以前身体不好，毛病不少。2015年4月，我突然站不起来了，去医院作全身检查，诊断是腰椎间盘突出，医生说是我年轻时干活太多引起的，给我开了十几种药品。

我吃了一段时间，效果不是很好，腰还是一直在痛，站立时压迫坐骨神经，导致站立只能勉强维持几分钟，很痛苦。为了治好这个病，我到处求医，只要有人说哪里好，我就去哪里治。后来用物理方法治疗一段时间后，腰痛缓解了一些，但还是站不了太长的时间，那段时间真是痛苦，花了不少钱，受了很多罪，病痛也未见减轻，让我很无奈。

2018年，我有幸进入凤凰园，学习了《天爱真言》、《太空漫步》、《高维跑步》等公益养生秘法，我每天都坚持习练，无意中发现我的腰居然一天比一天地好起来了，腰痛不明显了，我就把药都停了。再坚持习练一段时间后，发现腰椎完全不痛了，真是不可思议！

我现在劳动量很大，每天都要去菜园里种菜，再也没有感觉到腰痛了。平时上下楼梯也很轻松，除了种菜做家务，我还要带外孙，而且我带得还很好，我自己也觉得现在我的身体比十八、九岁的小姑娘还好。

我没有想到，仅仅习练《天爱真言》、《太空漫步》、《高维跑步》这三个公益养生秘法，在短短不到半年的时间里，不花一分钱就把我这个难治的腰椎间盘突出毛病给解决了，真是开心呀，凤凰园秘法真是好！

在凤凰园里学习灵性知识、接受大同师尊的指导，我的脾气也改了很多，学会了忍让，家庭也更和谐了。我每天都是笑容满面，老伴也很支持我在凤凰园里学习，家人、朋友们都说我变化实在是太大了！

(中国) 司国华

2020.11.13