

积善聚财宝扇：助我平旧患

发布日期 2020-12-11



我的腰伤已是十四年的旧患了，记得第一次被扭伤是2006年刚生完孩子，正在坐月子的时候。当时二十几岁，年轻的我并没有在意，但也花了两个多月的时间去治疗，经过各种推拿按摩、敷药、针灸才得以好转，但还是留下了后患。

在2009年和2014年，腰又两次受伤，治疗方法都是敷药、针灸、按摩，恢复时间也需要一到两个月的时间。2014年被医院诊断出：腰椎间盘突出、尾骨1、2节突出、4、5节膨出。从那时起，我才开始注意到自己的腰，但也发现腰部很容易劳损，久坐、久站、久卧都会出现疼痛，恢复的时间也一次比一次长。

今年8月底来到了大理，调理我长期失眠的问题。两个月过去了，睡眠问题得到了很大的改善。未料却在10月28日因抬一个花盆而扭到腰。我每天搽药油2-3次，然后热水袋热敷，但也只有躺在床上时不痛，起来走动、上厕所则很艰难，弯不下腰，使不上力。根据以往的经历，我心想至少要用1个月时间来卧床休息，我无奈地忍着疼痛，数着日子，希望时间能过得快一些，等到能走动时再去医院治疗。

好友艺佳看我的状态，甚为担心。一周后，她为我带来了奇迹。那天是11月3日，艺佳请了她的朋友阿旺姐和丁兄来给我调理一下腰伤。等我艰难地来到她的办公室，我看到阿旺姐和丁兄一人拿着一把扇子，心里甚是疑惑，但腰上的疼痛已让我没有精力去想那么多，就乖乖地听话照做吧！

我背对着他们而坐，阿旺姐带着我念诵《天爱真言》：“我爱你，对不起，请原谅，谢谢！”让我专注于对自己的腰反复念诵着这四句话，我艰难地维持着坐姿，心里默念着。阿旺姐和丁兄用扇子（《积德宝扇》）在我后背扇着，艺佳也在一旁为我念《天爱真言》。

过了一会，我就明显感觉到身体在发热，体内有一股热流涌出，腰伤的疼痛在慢慢缓解，有一点一点松下来的感觉。艺佳帮我倒了一杯温水（《甘露火泉》）让我喝下。大约过去了十几分钟，调理结束。阿旺姐问我感觉如何，我感觉到身体一凉一热，坐下有十几分钟，腰已经不怎么疼了，但我已经很满足了，因为之前我连坐一下都疼痛得厉害，更别说坐这么久了。

之后，我回到房间，缓慢地去上了个厕所，就在起身时立马感觉到不一样了：“怎么腰不疼了？！”之前蹲下、起立，都是最艰难、最疼的，这会一下子感觉像没有受伤时一样的轻松。我一边喜悦、一边疑惑：“为什么会这么神奇？”突然，身体开始发冷，手脚冰凉，后背一阵阵地排着凉风，全身起鸡皮疙瘩。我立马电话询问艺佳：“是怎么回事？”艺佳告诉我说：“这种现象是正常的，身体在排寒气，要注意保暖”。听完，我心安定了下来。

第二天起来，腰明显轻松了很多，下床已不再那么困难，行走也自如了，虽然还是不能弯腰，用力还是有些疼痛，但和之前的痛比起来，我已经很满足了。

第三天去阿旺姐家喝茶，艺佳说教我《太空漫步》，我好奇地跟着习练，没想到如此简单的几个动作，我的身体有了很明显的反应，身体里有热流在涌动，我感觉这个空间里有一股很强大的能量，习练完身体又轻松了很多。

这时，阿旺姐说要开始喝茶了。这是我第二次喝这个《凤凰丹茶》。第一次是一个月以前，我平时晚上是不喝茶的。因为，我晚上喝茶睡不着，谁知那天喝完回到住所后，倒床就睡着了。茶很好喝，喝完内心有一种幸福的感觉。

现在又可以喝到这个茶了，茶香扑鼻，我按照阿旺姐教的茶灸动作和大家一起饮茶。七杯茶过后，开始静坐，这个过程中，我不停地打哈欠，脑海里闪现出过去的一些画面，我忍不住哭了起来，无法控制地伤心哭泣。阿旺姐安慰我说：“哭吧，没关系，哭出来就好了”，听到这话我更是抽泣不止，而腰伤的位置已经热得汗湿了，这个过程大约有一个多小时，我竟然坐了一个多小时，而且腰一点都不疼！太神奇了！

那天结束后，阿旺姐让我要坚持习练、用心诚念《天爱真言》，我每天听着大同老师的《天爱真言》音频，一边听一边跟着念诵。艺佳把凤凰养生的平台推荐给我，让我认真看里面分享的文章，我在里面看到了大同师尊《太空漫步》的教学视频，就每天跟着视频习练《太空漫步》。到今天，我的腰伤已经基本痊愈，并且行动自如。

通过这次亲身体验，我盼望着早日进入凤凰园，深入学习，创造生命奇迹。

（中国）蓝岚

2020-11-11