乌镇“ 乐素餐厅 ”让我们受益良多

2924-6-28

很感恩能跟着我们凤凰园大理团队一起来到浙江乌镇学习。

来之前身体很疲惫，每天只吃一顿饭，晚上失眠，一般两点后才能睡着，白天也起不来。

在乌镇“ 乐素餐厅 ”吃了神仙汤面后，脾胃被修复，胃口打开，每天能吃三顿饭。

很幸运能喝到黎莎大师姐煮的观音茶，茶水甘甜，感觉就像糖水。喝后感觉身体舒畅很多，原来自己杂念特别多，但在喝茶时候感觉基本就没啥杂念。

进入还阳馆、医圣馆、财神馆的时候，就感觉能量场特别强，浑身发热，往下淌汗，身心都很舒服。

吃了莎姐做的天粮后，胃口彻底被打开。晚上睡得也早了，睡眠也很好，脸色变得也很好，整个人变年轻了好多。

经过几天的学习，在神和师尊的加持下，内在有了很大的提升。内心得到了一次大清理，心都变年轻了，开始有了些拼劲，不再浑浑噩噩、觉得啥都没有意思。对自己有了较准确的认知，能认识到自己的缺点，并愿意改变，也知道了团队和谐的重要性，对人和事的包容性更强了，也能走出自己舒适的小圈子，想要努力工作。每天都变得很充实，很开心！

中国学子：王楠

2024.6.24

来乌镇让我们祖孙仨受益良多

从端午节到今天已有半个月，同母亲一起带着小侄儿，到乌镇“ 乐素餐厅 ”，每天三顿打卡。

母亲反馈天天吃神仙汤面居然吃不腻。她十多年的高血压，一直靠药物抑制，而这周开始血压已经降到正常范围了，学长们建议慢慢减少用量。母亲前天去了一趟医院看看医生怎么说，医生直接跟她说停药试试

看，不然药物会让血压降得过低了。

因此，她这几天已经开始停药了，每天测量血压都在正常范围。目前情况良好，晚上睡觉也能安睡，起夜也减少，每次上完都发汗，还不时排湿邪之气……

母亲这次与大理团队一起来到乌镇学习，有幸品尝到黎莎大师姐煮的观音茶，连饮三杯之后，她的肩甲后背明显感觉到了有凉风吹出。她也觉得好神奇，在还阳馆里感觉到左手臂发热；在医圣馆，“ 睡了一觉 ”；在财神馆，感到有凉风…

小侄儿涵涵是脾胃虚弱，还有黑眼圈，在家里每天吃不了什么，这些天以来，每天三小碗神仙汤面。

从早上11点左右，下午3点左右，晚上六七点。胃口打开了，早上也能多睡一会，脸色也变白里略略透红色，比起刚来时青黑的脸色好得很多。

我自己饮用神仙汤面、观音茶、六堡茶饮后，也是大量排汗，不时排湿邪之气，晚上睡觉很香。

中国学子:高旋

2024.6.25

神仙汤面助我找回健康

———位高中老师的分享

大凡能坚持做一件事，和认知、信念甚至和机缘有关。

在接触神仙汤面之前，我曾了解过哈佛蔬菜汤，高桥弘医生选用了一年四季都有的南瓜、洋葱、胡萝卜、卷心菜四种食材，这四种食材中都富含植化素，可以强化免疫功能，激活免疫细胞，减轻身体炎症，从而发挥辅助防癌的功效。但我一直没有行动起来。

今年2月26号，我失声了近一个半月，虽然后期能发声了，但声音似乎一直憋在喉部，再也无法恢复到之前清亮的发声。后来在朋友韩老师的推荐并引领下，来到乌镇“ 乐素餐厅 ”，开始吃神仙汤面。面汤的食材选择比哈佛蔬菜汤更丰富，烹制时间更长。

第一次吃，我没啥特别感觉，后来有一次吃完后，全身发汗，大汗淋漓，安静地坐了一会儿，等汗收缩后，突然感觉喉部区域和胸前特别舒畅，整个人轻松了很多。我知道这是在帮我祛湿排毒。

这以后我就相信神仙汤面是能够帮助我排除身上的痰湿寒气，于是我只要没有其他的安排，坚持每天来吃神仙汤面。大概是两周后，我自己包括身边的朋友，都觉得我的声音清亮起来了，人也精神了很多，胃口好了。

在六月初的一次关于健康生活的沙龙活动中，一位教师也提及了每天要摄入八种以上蔬菜的理念，我就顺势地向朋友们介绍了神仙汤面，也有一些朋友在开始尝试了解。

所以我觉得有时生病对我们自己而言也是一份礼物，它能让自己看到我们的生活方式或习惯都有可能是错误的，从而去建立新的身体机能体系。

相信神仙汤面能帮助更多的人找回健康的体魄，建立良好的生活方式，祝福每一位能有缘吃到神仙汤面的朋友们！

德清高级中学：周晓萍

2024.6.25