康复—辟谷—素食

2008-12-29

我已过天命之年了。年轻时胃病严重，吃饭不香，消化不良，面黄肌瘦，妇科炎症不断，医生的药如废物毫无效果。日日不是发怒，就是担忧。我还天天做恶梦，梦见凶神恶鬼，有时被恶梦惊醒一身冰冷的汗。从此，胆子越来越小，出门碰见人也如碰到鬼一样。

1995年，乐天大师的学生W来我们这里举办铜钟功学习班。我听人说，铜钟功对治疗慢性病效果很好。于是就去老虎山上学练铜钟功。

我一听到W柔和动听的声音，心里就很舒服。练了几天，精神好起来了，饭量也不断增加，口味也一天比一天好。后来又参加几次培训班，病全好了，脸色从黑转白，身上的肌肉也坚实起来。

我练功不仅恢复了健康，还接到了辟谷信息。自从接到辟谷功后，闻了桌上的菜很臭。那一阵别说吃，就连听到饭菜也感到恶心。我辟谷了三个月之后，变成自然素食，现在都一直吃素。

（中国大陆）陈大平