

# 凤凰养生让我重新迈开大步

□ 2015-6-7 □

每每在人生路的低谷阶段，我都会遇到贵人相助。而这次原本未曾料到的一场颈椎手术所造成的大磨难，竟然差点把我打垮；眼看我的人生就此灰暗无望，却有幸接触到凤凰养生，遇到了我关键时期的又一贵人。由衷感恩……

我叫俞月，男，今年五十多岁。2013年五月因颈椎病实施了手术，术后两腿站立、行走极为困难，起立时两腿无力，几乎靠两臂撑着才能慢慢勉强立起，走路时两脚抬不起来，行走速度极为缓慢，只能挪着前行，严重时走五十米路就要一个小时。两腿酸、麻、胀痛、抽搐痛苦的日夜不能入睡。

入住省大医院七个月疗效甚微，每晚只能靠大剂量安眠药才能勉强入睡，痛苦之情难以言表，2014年3月因医治效果不佳而失望自行出院。原本手术前我还能行走，而在手术后我这个一米八以上的大个子却站立不稳，走路彻底瘸了，痛苦自知。

出院后开始寻找中医门诊治疗，进展有效但却缓慢；六月在一次偶然的的机会，由朋友介绍，我开始习练凤凰养生，先是请了光碟自己看着习练，后来经过正规辅导员辅导，早晨五点起床习练《人体梳理》、《天爱真言》，下午练习《太空漫步》，晚上习练《晚间理疗》。

八月正式学习了凤凰养生——《铜钟术》，到九月两腿感觉逐渐有力，能在平地上基本正常走路，但负重还不行，上下楼还是要用手扶栏杆，十月上下楼可以不扶栏杆了，十一月已经能正常上班，只有一点踮脚，一般外人看不出。在这之前好多人都以为我从此要瘫痪了，而且住院期间我看到了那么多的无奈病人，有的甚至痛苦的要自杀……。能恢复到现在这种状况，我感到我真的是福大命大啊！

目前我的身体功能基本恢复，睡眠也开始恢复常态，我会坚持习练凤凰养生。习练《晚间理疗》的第十节轻踮脚趾时，有种孩童从天空来临，时刻想象飞翔的感觉。我迈开大步，一路走来，似乎寻找到了那种久违的感觉，相信不久我会全面恢复。相信奇迹的人一定生活在奇迹中！

非常感谢凤凰养生给了我轻松愉悦的健康生活！让我重新迈出大步，享受跃动人生。非常感谢给我帮助的人们！感谢大同师尊悟创了凤凰养生！

千言万语汇成一句话：感恩感恩再感恩！

2013年5月，我因颈椎病做手术，手术后一年多的时间我站立、行走都很困难，2014年6月尝试中医治疗并习练凤凰养生，十月我已经可以在平路上正常行走，十一月我的身体恢复到能正常上下楼。

当我分享了一篇《凤凰养生让我重新迈出大步，享受跃动人生》，十天后的收获：2014年12月10日下午在《铜钟术》学习班上，闭目时出现三幅画面：

第一幅看到一片连绵起伏绿油油的大山；

第二幅看到平地森林，太阳正在地平线上缓缓升起；

第三幅看到在水波鳞鳞的大海上，天气晴朗，万里无云，太阳刚刚升起。

就在此时，一位师姐忽然说让我站起来蹦蹦。我犹豫了一下，自问：能蹦起来吗？因昨天早上，我曾尝试过还蹦不起来。唉！管他呢，既然师姐让我蹦我就蹦吧。万万没想到：轻轻地一蹦我竟然蹦起来了，而且能蹦起约十厘米，我一连蹦了十几下，我实在是太高兴了。

我这个一年多走路都艰难的人，今天居然会蹦了！太不可思议了！

感恩上天！感恩凤凰园！

（中国）俞月