有健康 – 生活更有质量

[2015-2-17]

我的好友青妮看了我在多年养生学习中受益良多，耐不住好奇心，她也于2007年开始习练，几年下来也是收效颇多。

她的身体较虚，一年中小毛病犯不断，感冒频繁，一吃生冷东西就腹泻，眼睛时常是通红而干涩。

在过去的十几年，每天到下午两三点，她的眼睛开始干涩无法睁开，必须要卧床休息几个小时方能恢复正常。有次和她一起逛商店，她说眼睛干涩得已经无法忍受了， 我不太相信会那么严重，就说：“ 坚持再逛一会儿吧。 ” 她就让我看看她的眼睛，我抬头仔细一看，真的吓了一跳，那大大的眼睛布满了血丝，至今仍记忆犹新。本来一直认为是她自己性格娇嫩而夸大其词，现在看到实情，才知她真的很痛苦，每到下午都要受眼睛的影响而不能自由活动。

她于2007年开始学习凤凰养生；经常听大同师尊的《音乐是药》， 通过大同师尊的心灵慧歌疗法来唤醒人体自身修复潜能，承接高维能量来提升人体免疫力，给身心松绑，使心灵回归安详平和。同时，通过《太空漫步》等习练，将人体小宇宙接通大宇宙高维星际能量，以科学的阴阳五行对应疗法，来平衡身体的阴阳和内五行。当宇宙能量进入人体时，不但净化五脏六腑，排除体内囤积的毒素、负能量，而且补入五脏所需的五色能量，平衡身心灵，从而达到祛病强身的神奇效果。

经过几年坚持不懈的努力，她的这些毛病都已消失，不再出现眼睛通红难忍需得卧床几小时的现象。她整个人的体质和精神面貌比之前好了很多，就算有时她家里人都得了流感也不会轻易被传染。

健康能给我们带来更好的生活品质和美好的未来。每当讲到养生，她总是感概地说，凤凰园重拾远古养生智慧，也是通往宇宙高维能量的一座桥梁。别人可能持怀疑态度，我自己也是从将信将疑到深有体悟；能得以从这些毛病中解脱出来，心中的感激无以言表；语言有时是无力的，身心的康健才为真实。

（德国）古妙