

## 见证八卦内功

### 摆脱洗肾命运

#### ——美国湾区 黄汉明（收贯）

我是黄汉明，今天 68 岁，我是一个香港人，住在美国硅谷。从 2016 年算起，我来菩提禅修已经五年了。

我因为痛风引起肾衰竭，导致我在 2016 年必须做肾移植手术。但是我做完肾脏移植手术之后，发现肾脏出了问题，检查报告显示肌酐指数达到 2.65mg/dL（正常范围：0.7~1.5mg/dL），这意味着移植后的肾脏也开始有一点衰竭。我问医生：“我的肾怎么样？还可以用多久？”医生告诉我，大概只能用一到两年的时间，就需要再重新洗肾了。听到医生这么说，我的心情很沉重。

同年，我参加了菩提禅修在公园举办的“八卦内功”活动。当时，我跟着那些师兄师姐们有样学样地走“八卦”。虽然走得很慢，但是走了半个钟头之后，我感觉到身体已经有能量了，所以我觉得这个功法真的很不错。

第二天，我就报名参加七天的“八卦内功”课程。我每天早上六点到九点修练“八卦内功”，持续了八、九个月的时间，之后我再去

验血，检查报告显示，我的肌酸酐指数降到 1.25mg/dl，有时候到 1.30mg/dl，都在正常范围内了。就这样，奇迹出现了。医生原本告诉我，短时间内让肌酸酐指数下降是不可能的，但是事实证明这是有可能的，我的身体已经恢复正常了。

来到菩提禅修对我来说意义非常重大，因为它使我的身体更健康，因此我希望用自己的例子让大家知道，来菩提禅修修练“八卦内功”真的对健康有很大的帮助。我已经将“八卦内功”设立为我的终身运动了，我要一直修下去。