

## 见证八卦内功

### 一招改善高血脂、肝指数

#### ——台湾·陈伟信的见证

**陈伟信：**我来自台湾嘉义禅堂。我有喝酒的习惯，而且已经喝了二十几年。从一开始的小酌，到最后变成酗酒，有时候我甚至会喝到半夜或天亮才回家。

**陈伟信妻：**他那时候压力大，情绪不好，所以几乎每天都出去喝酒，回家后也不想跟我聊天。我在家里带两个小孩，一边哭一边看着那两个小孩子，就觉得还是要忍忍。

**陈伟信：**因为酒喝多了，什么疾病都来，胆固醇将近400mg/dL（正常值约为100-200mg/dL），三酸甘油酯为1883mg/dL（正常值约为35-150 mg/dL）；肝功能指数SGOT为160U/L（正常值为6-36 U/L）、SGPT为101U/L（正常值为7-40 U/L），此外还有自律神经失调的问题。

刚来禅堂的第一天，我的手是抖的，抖到连饭菜都夹不起来。现在，我白天工作，下午到禅堂走“八卦”，至今已经走了5个月了。

**陈伟信母：**现在他的手不抖了，拿筷子吃饭能夹得起菜，也比较不那么爱发脾气了。

**陈伟信：**在我走了3个月“八卦”之后，先前不正常的指数有些已经恢复正常。医生对我说，对台湾人来讲，我当时的指数已经趋近于正常值了。

2019年9月，我的三酸甘油酯高达1883mg/dL，2020年3月已经降到158mg/dL，胆固醇降到201 mg/dL，肝功能指数SGOT降到57 U/L，SGP降到45U/L。

金菩提宗师教我们要转念，我觉得宗师对我最大的影响就是慈悲两个字。我不会再像之前那样整天埋怨，觉得自己为了买房子都已经这么拼命了，为什么家人都不能体谅我？现在我比较不会用那种心态去面对问题了。我的身体各方面都好转了，这益处得来不易，以后我也不会再酗酒了。

	2019年9月	2020年3月	2021年7月	正常值
三酸甘油酯(mg/dL)	1883	158	61	35-150
总胆固醇 (mg/ dL)	356	201	189	100-200
肝功能指数SGOT (U/L)	160	57	48	6-36
肝功能指数SGPT (U/L)	101	45	52	7-40