

見證八卦內功

從坐著也痛到能登山、健身

——亨利的「止痛記」

我是來自溫哥華的馬特·亨利 (Matt Henry)，我在溫哥華經商。疼痛出現在我三十出頭的時候。當痛苦來襲時，我的臀部和身體真的十分痠痛，後來醫生診斷出我的髖關節唇 (acetabular labrum) 撕裂。若以 10 級來區分疼痛程度，我的疼痛程度大概有 7 到 8 級那麼痛，而且這疼痛沒有間歇，也從來沒有消失過。

那時我的事業剛開始有起色，因此我付出了全部的時間，每天拚命工作。然而，我開車時感到髖關節很痛，坐下來也痛，無法正常地坐在沙發上。我之所以買現在這個沙發，就是因為坐普通的沙發會讓我更痛。

我去看家庭醫生，醫生不建議我做髖關節手術，便轉介我去看不同的專科醫生，但結果都一樣。我猶如走進死胡同，找不到出路。

我試過物理治療、按摩、整脊，但痛苦並沒有得到改善，所以我上網搜尋，找到一家位於美國科羅拉多州丹佛市的骨髓幹細胞移植公司。這項治療需要從我的脊髓中提取幹細胞，再將幹細胞移植

到腕關節裡。我花了 15,000 美元，然而，當我做完手術回到家後，大約 7 到 10 天，疼痛又開始了。我的身體很難受，卻找不到解決方法。

朋友為我介紹了菩提禪修，我因此接觸到了「八卦內功」。這是一種繞著樹轉圈的運動。最初，我說，我可不會做這種繞樹走圈的事情，但兩個星期後，我嘗試了一下，結果馬上就迷上了它。此後，我每週堅持走「八卦」3 至 5 天，大約走了 3-4 個月後，不知不覺間，我的疼痛減緩了很多，而我一分錢也沒花，這真是難以置信。

自從 2017 年開始走「八卦」以來，因為疼痛消失，所以我可以做更多高強度的體能活動。走進菩提的 5 年時間裡，我的身體沒有任何疼痛，而且體能大幅增強，可以體力充沛地去登山、做瑜伽和健身。

我攀登了多座世界名山，現在回想起來，能擁有這樣的體能真是太不可思議了！我的人生因此多了更多機會，接觸了更多快樂的人群，事業也做得非常順利。真心感恩金菩提宗師，讓我的人生有如此巨大的變化！希望有更多人能學習到「八卦內功」，因此獲得改命改運的機會。非常感恩！

這是我的朋友斯庫特 (Scooter)，牠今年 12 歲半了。斯庫特的背部有很嚴重的問題，我沒送牠去獸醫那裡治療背疾，而是讓牠待在家裡跟我一起學習菩提禪修，並接受能量調理。去年，有一次我帶著牠連續登山 7 個小時也沒問題。牠現在十分活躍，體能很好，也很享受牠的生活，太感謝了！