

## 見證八卦內功

### 尾骨粉碎神奇地好了

#### ——洛杉磯 Maggie（平草）

我叫平草，來自美國洛杉磯，從事商務諮詢的工作。7年前我去拉斯維加斯參加一個會展，結果下樓梯的時候不小心踩空，我從樓梯上一節一節跌坐下來，總共有十幾節樓梯呀！當時我都懵了，但也沒感覺到有多疼，就接著去參加了會展。活動結束以後，晚上我的腰以下就動不了了，渾身都疼，第2天早上我就趕快去看醫生。

醫生給我拍了片子（照X光），之後告訴我說，我的尾椎骨都粉碎了、裂了，坐骨神經嚴重受損，只能給我開一些止痛藥，讓我做物理治療，他也沒有什麼別的辦法。於是我就做了幾個療程，但是並沒有什麼效果，還是疼。扎針什麼的都試過，中醫西醫也都看過。醫生說：「哎呀，妳這個治不好了，我給妳一個殘疾證吧，以後外出可以方便一些。」當我拿到殘疾證掛在車上的時候，哇，我的那個心情啊——我以後是不是就變殘疾人了，這輩子都廢了。

經過朋友的介紹，我認識了菩提禪修，正好我家附近有個沙巴朗公園八卦點，所以我每天都會去走「八卦」。剛開始走的時候，腿還有點疼，膝蓋也疼，哪兒都疼，走不了一圈兩圈就得歇著。後來我就每天堅持走，慢慢的大概一兩個月以後，我感覺腿沒有這麼疼了，也能抬起來了。之前我穿褲子時都抬不起腿，必須要坐著穿。別說走路疼，我光躺在床上都疼。走了3、4個月「八卦」以後，我睡覺的時候沒有這麼疼了，也不用吃止疼藥了。所以

我就繼續走「八卦」，大概半年以後，我就恢復正常了，走一個多小時也不疼了。很難想像短短半年時間，我就從一個殘疾人變成一個健康人了，我覺得特別開心。

我還有花粉過敏症，春天的時候我會打噴嚏、流眼淚。我去做了過敏原測試，醫生說我對 100 多種東西過敏，樹啊、土壤啊，甚至有時候空氣都可能使我過敏。醫生說，這個沒有辦法治，只能吃藥控制，但是吃了藥又有很多副作用，不僅頭疼，晚上也睡不好覺，真的是很痛苦。我還得買一摞紙巾，因為老是得擤鼻子、擦眼睛，嚴重影響了我的生活。但是自從走「八卦」以來，春天的時候，我已經沒有這些症狀了，花粉過敏症不知不覺地消失了，我可以出門去看花、跟朋友一塊兒去踏青……，去室外活動都沒有問題了。

以前我去拿驗血報告時都非常緊張，因為很多檢查都不達標，比如說，以前我的脂肪肝指數是 70-80 單位/升（正常值： $<40$  單位/升），那時我還很擔憂，擔心脂肪肝會不會轉變成肝癌，於是我就去看醫生，醫生說脂肪肝只能減肥，沒有什麼藥可以吃的。所以當我看到檢查報告從 70-80 單位降到 20 單位時，我真的好開心！這是走「八卦」帶給我的另一個驚喜——脂肪肝也消失了。此外，我的體重也減了 7-8 磅。「八卦內功」真的讓我受益很多，我真誠地感恩師父把這麼好的法寶教授給我們！