

见证八卦内功

失眠、眩晕消失

——马来西亚·黄彩凤的见证

我是黄彩凤，今年 71 岁。我的身体有很多毛病，其中之一是失眠。我不论白天还是晚上都很难入睡，再加上入睡后又很容易惊醒，使我一天睡不到一两个小时。我看过几位医生，一位医生说我是神经衰弱，另一位医生说我是忧郁症。后来医生让我吃镇静剂和安眠药，这一吃就是二十多年，然而，就算吃了药，我也一样无法长时间入睡。

我在 40 多岁的时候开始出现耳水不平衡（Meniere's Disease，也称梅尼尔氏症）的问题。记得有一天早上，我一起床就觉得头很晕很晕，晕到无法低头或抬头，而且白天和晚上都无法入眠。中医诊断我患了耳水不平衡症。

2016 年 6 月，我无意中接触了“八卦内功”，修练大约三个月之后，整个人开始有了改变，于是我就一路坚持练下来。之后，我发现自己不再头晕了，失眠也好了，不需要吃药也可以睡到自然醒，每晚大概可以睡 6、7 个小时，同时，我也不再忧郁了。

自从走了“八卦”之后，我整个人都改变了，身体各方面都有受

益，不仅身体变好了，脾气也好了，孩子们看到我也都很开心。这五年多以来，我没有再看过医生了，真的很感恩师父！