

## 见证八卦内功

### 我可以甩掉拐杖走路了！

#### ——马来西亚吧生·郭莉芬的见证

我是郭莉芬，今年 63 岁。在我 30 岁时，发生了一场意外，我从三米多高的楼阁跌落下来，此后便得了腰椎间盘突出。每天早上醒来，我都会感到腰部疼痛和僵硬，以至于什么事情都不能做，也无法坐着，只能躺着，连吃饭都要趴着吃；上厕所都需要别人帮忙，每次行走都要忍着疼痛，真的是痛到不行。我看过中医，做过针灸，在后背和双腿都扎过很多针，但我还是不能像正常人一样坐着吃饭。

当时禅堂刚好在开“八卦内功基础班”，我就去参加了。因为我不能坐着，只能趴在旁边听课。一开始练习“八卦内功”时，我只能走 5 分钟，但是从课程的第 5 天开始，我竟然可以走完一个小时的“八卦”了，当时我真的很开心！

走“八卦”2 个月后，我就把拐杖丢掉了，因为我走路不再需要拐杖；早上起床时，也不用再忍受那种要命的疼痛了。现在，我的儿女们也不用再为我担心。我可以天天走“八卦”，老了也不用人伺候，感恩金菩提宗师！