

見證禪修

不再頭痛 牛皮癬消失

——韓國 程矮璇

我是首爾白玉禪堂的程矮璇，今年47歲。2002年，我患上了煙霧病（慢性腦血管閉塞），血管變得畸形而且非常脆弱，這種病最終可能會出現腦出血或腦梗塞而導致死亡。

被確診為煙霧病的前3-4年，我就有嚴重的頭痛症狀，那種痛就像用電鑽貫穿太陽穴一樣，比活生生撕開皮肉還要痛。如果達到死去活來的疼痛是10分，我的疼痛指數可達8-9分，嚴重的疼痛使我沒辦法做任何事情。

這種疼痛無法用藥物控制，每次發作時，我只能緊握雙拳，咬緊牙關，僵硬著身體，硬生生地挺過來，而且還會嘔吐，渾身沒有力氣。從2002年患病開始，這種狀況差不多持續了19年。每週大約發作7次，每次持續約10個小時。因為無法預測什麼時候會發作，所以我一直處於不安、焦慮、敏感的狀態。

不僅如此，我的皮膚上還長了牛皮癬，從臉擴散到脖子。體溫也會突然飆升到40度，臉上長滿有膿水的泡，像賽后拳擊手臉上會出現的嚴重浮腫一樣，我的臉會腫到睜不開眼睛，這時只能住院，要靜脈注射一個星期。每次我的臉都是在1分鐘內突然變得慘不忍睹，因此我變得沒自信，還有社交恐懼症，最後甚至不能繼續工作，於是在2017年辭職了。

2019年7月，我遇見菩提禪修。修練菩提禪修的功法以後，第一個變

化就是我不再像以前那樣疲勞了，這也是吸引我的一個原因。所以我只要有時間就修練「大光明修持法」和「八卦內功」。對於過去的我來說，放鬆是不可能的，但是隨著修行時間的積累，我終於感受到放鬆、身心舒適。

從2022年初開始，我頭痛的強度和頻率都明顯減少了很多，以前一星期至少有5天要承受電鑽貫穿太陽穴般的疼痛，但是現在回想起來，過去的一年竟然沒有頭痛過，嚴重又頑固的頭痛就這樣消失了！

這個曾讓我活在恐懼中將近20年的病，當時醫生囑咐我需要靜養一輩子，沒想到就這樣好了，去醫院檢查的結果也顯示正常。我自己也很難相信！我不僅頭痛好了，頭腦也變得更加清醒，沒有疼痛的日子是這麼輕鬆、快樂。

此外，牛皮癬也消失了，我的皮膚恢復了健康。過去的我，為了裝出自信的樣子很辛苦；現在，我不用刻意打扮也很有自信，每一天都像做夢一樣。

所有聽到我的故事的人，可能不相信這世上怎麼會有這樣的事。作為當事人，我對金菩提宗師充滿了無盡的感恩，真的不知道要怎麼回報宗師的這份恩德，感恩金菩提宗師！