



養生天地

73

香港政府註冊非牟利團體：香港智能保健學會 編

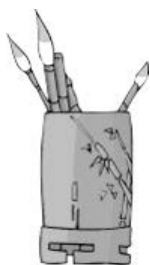
香港區會址：北角屈臣道4-6號海景大廈B座1403A室 電話：28060189

九龍區會址：荔枝角長裕街2號嘉圖工廠大廈5樓B室 電話：21481412 23191908

網址：www.zn3396815.org.hk

2015年10月出版

郭老師講話精典摘錄



師雲集

循環在治療上是非常關鍵的，兩個關鍵口，一個是上口的出路循環，一個是下口的回收。人在兩精相搏的時候就產生了循環，人始生先成精，精成而後腦髓生，這又是一個循環。腦髓

生後，才生五臟，也就是通過循環建立了五臟六腑，開始了人生。所以在治病的過程中，一定要採取一切方法達到循環暢通。光知道大循環、小循環是不夠的，還要知道大、小循環的交接。隔膜以下的病變循環受阻的在靜脈，隔膜以上的病變在動脈，不光是完全的靜脈的回流，醫學上的循環就是動脈和靜脈，但是並沒有分清楚。且肺部的靜脈是隔膜以下的動脈，也就是肺部的靜脈是動脈體系的回流。我們目前所關注的部位是門靜脈的回流，它關係到各種癌症。把所有的循環寫下來，細胞的出入也是循環，是內外的循環。循環必須解決，這是下一步的研究，完整循環系統的理論、方法和實踐。如何循環，水的循環，才能了解人與大自然的關係。大自然是個循環，水的循環，潮氣、蒸汽、濕氣上升，以及瘴氣，也是水汽，把水淨化就是治病的關鍵，傳染病的瘴氣就是水的污染，人體水的污染，是濕濁之氣。只有解決循環系統，這個水才能徹底的清，包括修心，也是淨心，也是個循環。要在循環上下功夫。我們認識到空間，認識到循環，我們的



醫療手段就更先進。

我們造福人類憑的是絕技。按軍事講，我們的部署叫濺水篇，濺水就是拿石頭往水裏扔濺起水紋。我認為要大膽應用濺水法，如何用呢，打了就跑，在這打一仗，在那打一仗。在這裏擱個石頭，掀起來了，不要怕少，小方治病不要怕人少，只要在這個人群中有幾個人用小方，這就是濺水，這一片就都起來了。如果大面積的推我們推不動。只要我們服務好所有來這裏的人，他們就是濺水的石頭。我們有一個、十個、百個網站，網站的數目在上升。我特別喜歡看戰鬥篇，裏面的指揮都是兩兵對峙，我們（下接第2版）



（上接第1版）既不對峙，還要消滅他們。要把精華的知識講出來，工作人員必須有絕技，不要只是會電腦，電腦再過兩年連小孩都會。不懂電腦就是文盲，因為下一代的知識你趕不上，會電腦不等於你有能力；再過兩年每個都會開車，在座的人一定要有絕技。

我們研究的新的醫學成功了，為甚麼這麼說呢？我們要和我們的同行去對比，現在醫院治療的疑難雜症，遠遠不如我們。他們理論複雜，方法複雜，在經濟上花費大。所以我們也要對比，在學習上大大的縮短了時間，通過大家的講課，如果我們把內容總結好，最多講兩個月。通過這次，我們要更好的總結理論和方法，用簡短的詞句把這個科學講清楚。更主要的是中西醫結合了，都立足在細胞上，都立足在吞吐上，都立足在影像上，這是共性。藥味不同，用藥不同，連中藥都用不同，有用麻黃，有用桂枝的；當然可以用阿司匹林、青黴素等；還有一個共性，胞內與胞外的問題。胞內有等滲與高滲的區別，物質向胞外流動就是等滲，物質向胞內流動就是高滲。我們是綠色療法，注重養生健康，對人體沒有任何的傷害。我們真正立足內經，發展內經，立足內經的陰陽，發展陰陽學說。各種循環都是陰陽的變化，沒有病氣就是陰陽一氣；我們認識三焦的作用，加上外焦更全面；認識大小循環的作用和方法，認識經絡更清楚任督二脈。在新理論的基礎上，我們走上中西醫結合的道路，這是我們的成功。

在修煉上，我們也簡單化，效果也很好，小紅丸效果好，天水-陰陽之水，一滴就可以製造

很多的紅丸，為後代新的能量學說奠定了基礎，正因為現在體制的不允許，紅丸還沒有大量的生產，如果符合我們的氣候，紅丸將很快走向全國。氣味越淡薄跑的越快，效果越好。

處處都有自己學習的機會，別人講認真聽，有一句話值得我學習，我也要學習好，大家看到我的書很多，中醫與中醫的書都相差不多，但是只要有一句話有用，我就買這本書。這一句話對我有啟發，它對我的作用遠遠超過了這本書的價錢，所以在學習上，我從不吝惜支出，有一次，我和蔣老師去看電影，有一本好的書，我說我們今天的電影看不成了，今天我要買書就不能買電影票了，就白跑一趟了。所以我寧願要書，要的是知識，只要有這本書，我就有思路，我就能發展，更能掙錢。不要以為都是中醫學講義，只要不是一個人寫的，這中間必然有它的奧妙。我們不是沒有資料學習，就算是我們現在的兩本書，我們的智能本草，你能背下來嗎？我開這個會，大家在聽學習的竅門。每個人都有自己的訣竅，沒有訣竅就會被淘汰。我坐在這裏是發現人才，這個人才應該如何培養，我在調動人才的過程中，我從不事先說。一理解，二知識，這些都是關鍵的。如果沒有理解，我就不需要你。我不講究理解，但是我願意要能理解的人。見了面連話都不說，連招呼都不打，我要你還是不用你。甚至認為比我還行，如果比我還行，我還能教你嗎？所以我們要處處都要學習，去悟道。一天一個病號都沒有，你說說自己一天都干甚麼？這一天你總結了甚麼呢？如果一天一個病號都沒有就算是曠工，為甚麼？我並不吝惜這一天給你的工資，我是著急你的悟性。沒有悟性能幹甚麼？所以要抓緊學習，出人頭地。我們現在已經有了十幾個講課很好的老師，我很驕傲，如果我們發現更多，培養更多，更有利於人民，這不是更好嗎？在講課的過程中，要認真聽，不要管別人講得好與壞，終究有一點是你不懂的。只要有一句話值得學習也要認真學習。我講過按摩的快速猛一停，有的老師就悟到猛一停，能量的運動絕不會偏離方向，而且它的震波大。不知道今天與昨天的按摩是否有不同，按摩加（下接第3版）

（上接第2版）速，然後猛停，停的時候手不要離開，一離開能量就四處消散了。按住則能量向下向裏滲透，這就是悟性。這樣的效果好，我們真正應用了氣為血之帥，運動就是氣。在健康班推廣補腎的手法，震顫腎部突然停，腎臟的能量則迅速下行，這樣的手法治療一切疾病，既能健身又能治病。我們要給老百姓多想些不用花錢的方法，這才是真正的為人民服務。手搗兩腎，手指尖向上沖著肩胛的正中心，這樣能量才能上下運動。猛停，能量能上行至頭頂，下行至足尖，向內能走到肚臍。

今後我們要在人民中推廣這樣的方法，不用花錢就能治病。我們自己也是人民，也是老百姓。石家莊市市長在一次講話中把老百姓扁了，他說有些人是農村的不咋地，我說毛澤東也是農村的，農村是你的老祖宗。哪個城市人的老祖宗不是農村的？想辦法為老百姓服務也是為自己服務。動尾閭的過程中，猛停，則能量就能過會陰，我們不但要學會，而且要推廣到農村的老百姓。一定想盡一切辦法讓他見效，讓他病好。來這裏的人很多都是往閻王爺那裏去的，能夠把他拉回來非常不容易。

我們一定要把理論與實踐相結合，按摩頭能夠使尾閭的能量運動，這是技巧。晃足是否能夠達到公轉暢通，這是我們的要求。我講的捂腎，是否能通過腎區內部熱到肚臍，揉尾閭是否能夠熱到湧泉、肚臍和會陰？這都是非常關鍵的技巧，也是我們的發明。會陰的發熱是健康長壽的基礎，

在修煉上有一句話，常將神光化雪山，如果以傳統方法能夠達到化雪山，能夠尾閭熱，會陰熱是相當不容易的，那需要修煉多少年才能達到！而我們這樣的方法往往能在2、3分鐘內就達到。這個世紀要認識到大的改革與思想的改革，要解放思想，要解放右大腦的思維，才能跟上科學的發展。我們在座的要跟上，必須跟上我講的方法，在方法上深入的與理論結合，因為我們很多人在理論上欠缺，但是你會方法了，要追究理論上的為甚麼。我們的空間醫學也是這樣出來的，為了證明空間醫學的正確性，我們拿現代

的科學，古老的傳統醫療科學去驗證，去佐證，看看我們講的是否正確，我們不是從傳統醫學研究到空間醫學，而是空間醫學出來後，再以傳統醫學去驗證佐證，到現在為止都是吻合的。

昨天胡老師提問說傳統的醫學有這樣的話，味薄的一定要打開肺氣，這與我們的理論是非常吻合的，還提出治療瘟疫的傳經路線是從上焦到中焦、下焦，與我們提出的疾病的出口，由於堵住了疾病的出口，就由上、中、下傳遞，與我們的理論也是吻合的。我們知道古人治療瘟疫是非常費勁的，我們近期對疑難病，對癌症的探討，我們去研究我們的理論，我們的處方，我們的按摩方法，效果要比以前好。因為我們更正確的、精確的掌握了人體的動力，所以我們的按摩必須強調三點一線，形成一個力的運動、一個方向的運動。在處方上，也要掌握三點一線，與按摩緊緊相扣，才能夠提高療效。我們每天練兵、動腦筋、研究，只有一個目的就是提高療效，治好病。因此我們在學習上、練兵上就圍繞着這個目的前進。提高療效，治好病，方法就一個，三點一線。我們與傳統按摩、其他的按摩不同的地方就是能量的高度集中。其他的按摩方法是能量的疏散，身上輕鬆，這是根本的不同。我在動意功時期講過，點、散、統一、聚、變，只有能量運動起來，細胞啟動起來，才能夠產生能量的輻射，這個能量輻射產生了，能量統一起來，集中起來，只有統一，才能由量變達到質變，這是辯證法。在學習的過程中，甚麼是量達到高度的統一，才能達到聚變？只有聚變身體才會有變化。小方治病就是高度的集中，就能達到量變到質變，對方才有效果。按摩首先要集中思想，我們的思想不能亂了。要用自己的念力調動對方，使對方的能量快速運行，高度集中，從而改變對方。在講的過程中，在學習的過程中，要動腦筋，這是一門科學，只有這樣才能提高我們的療效，提高我們的知名度，我們大家才能有所得。如果不懂腦筋，不去研究，你體會不到就沒有所得。儘管講得少但是用心，我希望大家繼續努力，能出更多更好的人才，這是我的期盼。

一所理療院帶給醫院的啟示

（編者按：雖然這是一篇較早期的文章，畢竟還是見證了正定理療院以及空間醫學的發展過程，就是今天來看，也一點也不會過時。）

位於河北省省會石家莊15公里外的一個小縣城，一家重新開業才2年多的民營中醫理療院，不做廣告卻早已經聲名遠播，我前後去了近50次，與那裏的患者、醫生、院長數次交談，在這裏，筆者看到了和諧醫院的模型，看到了祖國醫學的希望，看到了中國醫改的前景，看到了未來醫學發展的方向，看到了一名醫生應該擔負的責任……

讓窮人也能看得起病

「看病貴、看病難」成為了困擾我國政府、醫療機構的重大問題，讓城鎮低收入階層、讓農民、讓窮人看得起病，看得好病是關係中國13億人民健康幸福，也是關係國家構建和諧社會，穩定發展的大事。

在正定康復理療院，從醫40多年的中醫郭志辰大夫在傳統醫學的基礎上，創新了空間醫學，運用「小方治病」的方法，給了我們很多的啟示，他們的醫療模式和醫療方法在一定程度上很好地解決了讓每一位患者「看得起病、看得好病」這個問題，郭志辰大夫開的藥方從沒有大處方，三四味中藥為多見，五六味中藥的處方都很少；每味中藥多則7克，少則只有1克，這使得每付藥的價格也就幾毛錢，即使是癌症患者，一個月下來藥費也不會超過一百元。對一些家庭困難的患者，理療院還免去了醫藥費。郭彥玲院長說：去年冬天，革命老區平山縣，來了13個人，他們擠在一輛三馬車上趕到這裏，每個人身上也只帶著幾塊錢，原來打算給他們免費的，結果老區的人民很樸實，說你們不收錢的話，我們就不治病了。沒辦法我們給每個人開了15天的藥，象徵性的收了5毛錢。「小方治病」的中醫理論基礎是把人看成一個有機的整體，治療中抓住疾病的主要矛盾，通過調節人體內的物質、能量的關係，使人體達到一種正常的生理平衡，從而起到四兩撥千斤的作用。由於方小藥少，因此價格極為低廉，給絕大多數患者提供了平等就醫的機



會，為解決我國目前看病貴、看病難的問題，提供了方法和實踐的依據。

那麼有人會問，如此低價的醫療費怎麼能養活這家理療院的160多位員工呢？郭志辰大夫說，我們是「以富養貧」。這不能不提到理療院的另一種特色，按摩和火灸。由於這裏的按摩手法是郭志辰大夫根據他自己獨特的中醫空間理論創新發明的，是治病過程中一個重要的手段和步驟，每天大概有300多位患者在這裏接受按摩治療。在整個按摩和火灸過程中，病人是在享受中得到醫療的。有條件的患者花錢「享受」這種治療，正好也可以貼補那些家庭條件差的患者。也正是由於獨具特色的按摩手法和火灸，還吸引了國內國外各地學子到這裏學習按摩技術。當國內還有人站出來在呼籲取消中醫時，在不理性的批駁中醫非科學的時候，就在這幾日，郭彥玲院長受到香港保健協會的邀請到香港講學，受到了廣泛的讚譽，美國紐約科技大學校長Dr. Oh親臨正定縣康復理療院，邀請他們到美國講學。俄羅斯衛生部官員也聞聲來這裏參觀考察。目前已經有來自美國、加拿大、台灣、香港等十多個國家和地區的學員把這裏的中醫技術帶回到他們的國家和地區，有些地區專門成立了空間醫學的研究機構，香港一位50多歲的陳嘉玲女士學成後回到香港成了當地一位著名的中醫師。

（下接第5版）

(上接第4版)

重新思考心理—生理—社會醫學模式

娛樂健康班是這家理療院針對癌症患者特別開設的，他們的職責就是專門組織這些重症患者唱歌、跳舞，只要患者能下床能走路，理療院就帶領患者參加各種娛樂活動，讓他們在一種愉悅的氛圍下治病養病。晚上還要組織所有的患者進行健康大步走的運動，鍛煉體質。理療院要求員工主動地和病人打招呼，問好，時間久了，住院病人也會主動地向陌生人主動地問好，微笑。一走進理療院，就讓你感受到一種輕鬆、舒心、寧靜、和諧的氛圍。

門診部主任郭美彥女士介紹說，所有這些都是我們治療的一部分。據了解，來這裏看病的很多都是被各大醫院判了死刑的癌症患者，他們背負了極大的心理壓力，郭美彥女士認為，思想壓力過大，不僅不利於疾病的康復，還會加重病情。理療院首先考慮的是讓他們在思想上放下包袱，通過組織患者唱歌、跳舞、講故事、看電影、文藝演出等多種形式，盡可能創造出一個歡快的氛圍，通過打招呼，微笑，以真誠換真誠，讓醫患之間、患者之間形成一種心與心的交流，幫助患者樹立自信，而不是整天想著自己是一個身患重症的病人，讓他們和正常人一樣快樂的生活。在我們和患者走訪時發現，即使是癌症患者，他們始終帶著微笑，看不出他們曾是被醫院判了死刑的重症病人。怪不得一些病人痊癒後，仍然不想離開這裏，一位患者說，要不是理療院床位緊張，醫院不讓住，我就想一直呆在這裏了。也有些患者在治療過程中，邊治病邊跟著這裏的老師學習中醫和按摩，很多人病治好了，還學到了一技之長。

這裏還有一個很奇怪的現象，就是偌大的一個理療院裏竟然沒有一個衛生員，但是病房、樓道、衛生間都非常的干淨，而這些都是在這裏住院的病人自覺打掃、保持的，病人把這裏當成了自己的家，只要天還不是太黑，他們就會主動關掉樓道裏的燈。樓內所有病房都沒有上鎖，據說在這裏從來不會丟東西。

1991年世界衛生組織對「健康」下了這樣的定義：即軀體的健康、心理的健康，適應社會的能力和道德的健康。同時提出了未來生理——心理——社會的醫學新模式。然而，時至今日，很



▲圖為郭志辰大夫通過舌診為患者診病開方

難看出這種模式在國內各醫院的真正的應用。

生理——心理——社會的醫學新模式並不是一個口號和形式，它是社會發展到一定階段，為適應患者的需求而自然產生的事物，是為解決當前和未來人類健康問題的最科學的醫學模式。一次調查顯示，我國因生活方式引發疾病的死亡率已占到88%，這給傳統醫療只見病不見人的醫學觀，只重病理不懂心理、社會等人類生態環境的傳統醫療模式提出了巨大的挑戰，提高人類健康這個大目標，也為醫務工作者提出了新的課題，如何把醫療納入促進健康這個大體系中來，使醫院、醫生、患者共同參與，創建健康和諧環境，將是以後醫學工作者需要考慮的重大問題。

對於生命的態度——愛心溫暖患者

「雖然我們每天都要面對很多很多的患者，但是作為一名醫生不能因為長時間的接觸病人而變得麻木，病人需要關愛，而這種關愛要發自一個醫生的內心，要把病人的每一件事看成是我們心中天大的事情，這也是一位醫者對於生命的態度」郭彥玲院長如是說。

前不久我不明原因地腿疼，在市裏醫院多次治療無效，最後一瘸一拐來到了理療院。這一次讓我體會到了甚麼是真正人性化的醫療服務。經過登記、照相、門診、開藥後我被領到了按摩室，按摩師按醫生製定的治療方案給我按摩，並不斷詢問我的病情，兩個實習生在給我捶著腿，下了按摩床，一點疼痛的感覺也沒了、神清氣爽。熏蒸頭部時，就會有另一個人來幫助他一起為我服務，熏蒸結束，就會有人給你端來一杯溫水，雙手遞給你，按摩師又走過來，告訴我等頭

(下接第6版)

（上接第5版）髮乾了再出去，旁邊一個按摩師也主動地給我打招呼，要幫我把頭髮吹乾。這裏看不出誰是科長，誰是組長，每一個人都在主動地為每一位來這裏的患者帶來溫暖，帶走痛苦。如果說這裏是一家小小的門診部倒也可能做出這樣的事情來，可是這裏卻住著500多來自全國的病人，每天都要有300多人接受按摩的治療，這些恐怕很難用制度、要求能來保證的。

記得一位管理大師說過：任何一個行業都可以憑藉方便公眾而創造優勢，越是細小之處，越能凸現一個優秀企業的個性，也越能打動公眾的心。

在與按摩師的交流中發現這樣一個事，這裏的很多按摩師，以前也都在其他地方工作過，而收入是在這裏的好幾倍，在這裏每位按摩師每天要為十幾個，甚至二十多位病人做按摩，常常加班到很晚，可他們都從沒有過一句怨言，只要病人需要，就隨時出現在治療室裏，問起他們為甚麼會放棄高薪來到這裏時，他們說，在這裏我們一面工作一面還能得到學習和提高的機會，我們這裏的病人很多，而每當聽到患者告訴自己病好一些的時候，一種自豪感和成就感油然而生，錢雖然少了些，可是我們覺得自己在精神上是很富有的，在這裏工作很快樂。據了解，在所有的160多名員工中，還有30多位是志願不要任何工資的人員，他們大多曾是這裏的患者或患者家屬，在這些人中有的曾經是一些大型國企的一把手。按他們自己的話來說，在這裏我們找到了我們生存的價值，找到了自己人生的意義。

理療院常常教育員工，作為一名醫療人員要時時具有一種「積德忘我」的胸懷，要樹立高度的責任感和使命感，要用自己的愛心為天下病人解除病痛的信念。在為病患治療過程中，理療院要求真正地做到用心的服務，用心地關愛患者，這種用心不僅僅是在治療上，還要體現在為病人服務的任何一個環節和過程，一個真誠的微笑，一句發自內心的問候，一個細微的動作，都有可能讓患者感覺到溫暖和信心。健康不僅僅是身體的健康，更是身心的健康。作為一個健康工作者，只有用發自內心的熱情真誠服務才能獲得與患者心與心的交流和互動，病人也就會很好地配合我們的治療。這讓我想到唐代名醫孫思邈說過：凡大醫治病，必當安神定志，無欲無求，先

發大慈側隱之心，誓願普救含靈之苦……見彼苦惱，若己有之，深心淒愴……如此可為蒼生大醫：反此則是含靈巨賊……，中國傳統文化的精粹在這裏被充分地展示著。

患者的言談最能說明問題，一位患者的家屬這樣說：我老伴得了癌症，走過了很多家大醫院，花了很多錢，病也沒有治好，來到這裏後我感覺到這裏的醫術和服務都是我們沒敢想過的，現在老伴開始好轉，而且沒有一點痛苦，即使老伴最後走了，我也會非常感謝他們。一位姓潘的女士患有乳腺癌，當我看到他的時候，潘女士談笑風生，精神飽滿的樣子決不會想到她是一個癌症患者。潘女士告訴我，他在這裏住了一年多了，因為沒有做手術，恢復的也比較快，這一年來我的病情反復了幾次，不是這裏老師的醫術不好，而是自己想不開，有太多的牽掛、有太多的心事，所以才拖了這麼久，很多比我來得晚的病人都治好出院了。相比起近年來社會上越來越多得醫療糾紛案件，醫患矛盾的加劇，醫生社會形象和地位的下降，暫不論其更深層次的緣由，千百年來和諧的醫患之間的信任關係被打破。病人防著醫生，醫生防著病人，而這裏儼然是一方淨土。

小結：中國的醫改應該建立在保障人民健康這個大目標上，真正地解決低收入階層「看病難、看病貴」的問題。任何一個國家的醫療體制都應該是建立在她自身經濟、文化、傳統、體制基礎之上的，照搬和模仿會產生文化上的衝突，也不實用。中國的醫改要創新，要走自己的特色，中國的醫改需要策劃。作為保障人民健康的醫療機構的責任也應該放到大健康觀念上來，這既是時代的呼喚，也是市場的需要，只有當我們醫療機構認清自己的責任，我們提供的醫療產品與服務和患者的需求對接時，才能保障中國13億人民的健康，提高國人的健康水平，才能構建醫療和諧的環境，重新樹立在百姓中白衣天使的形象。同時作為服務廣大國人的傳統中醫藥，不僅僅要繼承，更要創新，要與時俱進，使中醫這朵幾千年的文化奇葩開得更燦爛，更奪目。（一位空間醫學的見證者撰文）



自性內見 才能自度

(台灣) 謝繡竹

禪宗六祖惠能大師，在五祖半夜三更為其解說「金剛經」，開悟時，感嘆說：「何期自性本自清淨！何期自性本不生滅！何期自性本無動搖！何期自性能生萬法！」翻譯成白話文，大意為：「哪裏會想到自性本來是清淨的呀！哪裏會想到自性是無生滅的呀！哪裏會想到自性本無動搖呀！哪裏會想到自性能生萬法呀！」

曾經有一段時期，喜歡參禪冥思。思考沒有答案的「公案」，努力找出答案，做為是訓練驅除雜念、鍛鍊心性的重要修行之一，能讓身心沈澱，心情更清淨。可惜的是我對禪宗的瞭解也僅限於此，難免流於表面，所以無法持續精進。當能內觀到人體空間內在的實相，才把禪宗原味翻譯出來。其實六祖惠能大師開悟時說的：「何期自性本自清淨，何期自性本自具足，何期自性本無動搖，何期自性本不生滅，何期自性能生萬法。」是物質、能量、信息之間相互作用、相互聯繫的狀態。六祖惠能大師如何說出這段富饒禪機的話，我無法得知。然而在靜坐時內觀時，見到了人生宇宙的真實相，終於開悟見法：「世間種種矛盾過程，猶如在一個密閉空間裏進行焚燒，一下填充過多能量，巨大煙霧幾乎讓人喘不過氣來。但當你深入內在諦觀，那霧濛濛的深處猶如心跳般的嘖嘖聲，「轟」的一聲如驚天棒喝，更如春雷射出驟雨般、光線從閃電通路中心產生了一條清晰的脈絡。不禁驚覺，圓滿生命與能量共存共榮、將阻力轉化為助力的脈動，給予了很大啟示：看見自己、看到萬事萬物之間的深層關聯，找到從個體意識提升至宇宙意識的連結點；接受自己、與自己和好，將矛盾與壓力衍生出的問題成進步的關鍵能量。就像強子對撞機能成為一把打開宇宙終極秘密的鑰匙，得到最高開悟和最大愉悅，可用於治病、養生與加持善根智慧增長，貫穿人生始終。」也就自然明白，六祖惠能大師，當其在十五年後，開啟法宴，講經弘法，為眾破迷開悟時，始終強調「自性自度」。正如郭老師從大方劑的草藥，調整到方藥少且劑量小的「小方」，甚至提出「無藥」醫學養生思想的最高境界。以致從惠能大師和郭老師身上，領悟：自性內見，才能自度，並適用於醫學養生和修鍊上，且人人都能修得的道，才是「無上大道」。

當郭老師為我開示醫學養生與修鍊時，然未能像六祖惠能大師當下開悟，而經過二十年的淬鍊與磨練之後，自性內見；及深入禪修靜坐後，其義自見。也因此，《人體修鍊科學 首部曲》從回訪生命的本源作為探索的開始，並建構於自性內見基礎上，以科學實證的精神驗證「出體」的經驗，作為返觀自度時，更發現了接近宇宙奧秘，和其他星系的能量相互連結，甚而穿梭至另一星系進行星際旅行，則無非是「功德自性內見」。希望《人體修鍊科學》這本書的出版，能將個人的寶貴經驗傳承分享予有志於此研究者，有一個可行性探索的空間。

學按摩感想

衷心感謝我美國的痛症治療師朋友幫我去香港智能保健學會參加暑期按摩班。這個班使我獲益良多。

我本身有從事幼兒工作十多年，因要照顧孩子及調理自己的痛症，這幾年退下了火線。學了這個按摩班以後，我就跟仔仔的同學及媽媽分享。我覺得與其要孩子學習很多課外興趣的東西，不如給孩子按摩按摩增強體質。於是先邀請了一些家長來會所接受按摩，透過真實體驗，希望多些家長來學習這種簡易實用的按摩，讓多些家人朋友得益，一個家庭有一個人學會了可使身邊很多朋友親人受惠，何樂而不為！

謝謝各位老師傾力無私的教學！

一位平凡的媽媽上

更正第72期養生天地

本會監事會主席：朱錦雄

成員：劉華堅 楊任再 黃逸祺

委任理事：董煥松 應為九龍保健中心主任兼管康樂部

適逢佳節倍思親是人之常情。因多年未返鄉，今年清明節就決定非去不可了。

三月廿八日抵達出生地印尼邦加島，為增加人氣。之前有預約了當地的親叔伯兄弟一起去掃墓。

由於最近半年腳痛，有醫治但效果不好，故在上香下蹲時覺得很不自如。此情景給在邊上的叔女察覺到了，她建議我去看看某某村裏一位姓賴的師傅，據說那位師傅在當地遠近聞名。於是隔天在叔女引

冉

領下慕名找上門去見賴師傅。見師傅家中面積不大，但收拾得有條有理。家裏有一輛私家車，聽說是一位遠方的癱瘓患者經師傅醫愈後饋贈給師傅的。

見師傅時受到了他的熱情接待。他個子瘦小，但蠻有精神。我說明來意後，他不慌不忙着我脫衣換短褲俯臥在一張地毯上。他檢查了我腿部的疼痛部位後，便從屋內取出沾濕了藥酒的毛巾敷在了我腰椎部位。約十分鐘左右，再用手指按壓了腰椎片刻，敲打膀胱經及大腿內外側至腳跟內踝附近的小根筋，再叫我翻身仰臥，檢查到我胸肌無彈性，喉嚨肌筋狹窄，就認定我平時吞咽有困難。的確，我最近吃飯速度明顯比以前慢，還以為牙齒不好造成的。師傅僅用了二十分鐘左右時間為我調理，真沒想到，效果盡然出乎意料的好，腳部痛楚頓時消失，感到無比輕鬆，跟健康時的感覺一樣。當時的心情複雜，不知如何表達。喜悅之餘，由衷地敬佩眼前這位醫林高人。同時腦海中浮現出一些疑問，師傅是從何學到的這門醫術？他所用的治療手法似見過又好像有點陌生，但又

天外有天

附合中國傳統醫學「上病下治」，「左病右治」的醫理。他打脈不在肺經而在大陵和雲門上，卻也能說出病症和血型。

在閑談中才知道他原來有三次死後重生的經歷，是這些特殊的經歷改變了他的命運。他六十剛出頭，健談熱情，無話不談。問他醫費多少？回答是隨緣樂捐。我想這已經能夠證明到他的醫德和境界了。唐代名醫孫思邈說過：「凡大醫治病，必當安神定志，無慾無求，先發大慈惻隱之心，誓願普救含靈之苦；見彼苦惱，若己有之，深心凄愴；如此可為蒼生大醫。」

回想起剛進入廿一世紀初，郭老師就要求我們好好修煉，這樣將會遇到師傅找徒弟的情形。我就聯想到這位師傅是否正趕在了這個好時機呢？賴師傅文化程度不高，但似乎對人體結構很熟悉，像我這樣綿延不愈的病痛能夠一次性治愈實在醫術高明。我確實很想知道他的這個學問和技能是如何獲得的！

這次的經歷，也讓我更明白到一個道理，郭老師開創的「空間醫學」可容納百川，以及「不分種族、不分宗教、不分階層」推廣「空間醫學」的理念都是完全正確的。

正所謂天外有天，一山還有一山高。我唯一可以報答賴師傅的就是介紹更多健康有問題的親朋好友去找他治療，讓他積累更多的「大紅花」。祝願他晚年安康幸福！

我想在此引用郭老師「新西遊記」著作中的一句話作一個總結：「潛意識能自由地穿梭於不同的空間中。並且無需通過功力便可透過信息之傳遞，與不同空間之潛意識進行交流及對話。」

一位印尼學員的心得分享

Selamat Pagi kepada Bpk Guru semuanya,,,

Terimakasih kepada Bpk Guru terutama Bpk Hilman & Bpk Sabar atas jawaban dari penyakit saya,

Terimakasih juga pada Bu Juremi yg sudah menerapi saya, hingga ada perbedaan yg sangat luar biasa pada lidah saya,

Saya akan berusaha untuk menghindari pantangannya, saya juga akan rutin Terapi,, saya yakin dg Teknik BSM ini saya bisa sembuh dari penyakit saya,

Saya sangat Bersyukur bisa mengikuti pembelajaran di HKZNHS, supaya saya bisa menjadi Berkat untuk sesama seperti Bpk'Guru2 & Mbak2 Alummi lainnya,

Hanya ucapan terimakasih yg bisa saya sampaikan (Lilis S) kelas 1,,

早安，老師們，首先我要感謝Hilman老師和朱老師對我在群組裏發出的舌像做出分析和回應了療疾的方法。也感謝學長Juremi幫我做了療驚人的按摩調理，令原本在中下焦黃膩的舌苔在調理後消失。我將努力避免可引至身體出現問題的舊飲食習慣，並持續去做按摩調理。我堅信空間醫學可幫到我，也很慶幸自己有緣在香港智慧保健學會學習，希望將來可以像老師們和學長們一樣做一個有益大眾的人！藉此表示我心中無盡的謝意。（一年級學員/ Lilis S）



◀ 印尼學員們在維多利亞公園作義務按摩活動之盛況

疾病的實質

沈世東

中醫理論中講到的「聚則成形，散則成風」；「流水不腐，戶樞不蠹」，其實質還是一個「通」字。即「不通則痛，通則不痛」。郭老師也一再強調公轉要暢通。公轉暢通就是人體健康的最好保證！可見解決所有疾病關鍵就在一個「通」字上面。當然前提是我們要認識到疾病的真正成因才能找出對付疾病的方法，否則就算經歷幾百年，你還在兜兜轉轉，以為致病成因是細菌病毒，纏繞不清，將眼光越縮越窄，去研究細胞核，電子、質子、中子、核糖核酸DNA，到頭來對人類駕馭疾病能找到出路嗎？所以中華文化博大精深一點都不虛假，「陰陽」兩個字就可以概括宇宙萬事萬物之實質；一句「大道至簡」就已道出了萬事萬物發展的終極現象！事實已明確地告知我們，人類醫學的發展趨勢必然要由複雜化走向簡單化，如果非要背道而馳，那麼必定會越陷越深難以自拔，最終自生自滅，消失在歷史的滾滾洪流之中……

「聚則成形，散則成風」可說是一矢中的道出了疾病的成因。我們可以這樣去理解，所有疾病其實都是「無」中生「有」的，即所有疾病都是從肉眼看不見的無形的「風」或「氣」，「零」或「無」的狀態開始的。體內經絡氣血能量受到外在或內在因素的阻滯而引起阻塞，形成了一個致病的條件，久而久之，無形的物質積聚使能量濃度增高就變成了有形的實體物質，這也是從量變到質變的轉化過程，疾病就是這樣形成的。癌症是一個典型例子。如果河中無多餘的

物質阻塞，水就會不斷流轉，就不會滋生細菌；而當水流被淤塞，就會滋生細菌，水會發臭，水中物質會腐爛。這也就是疾病的發展過程，就是「流水不腐，戶樞不蠹」的含意。

既然氣聚會成形，水中有污染，就會影響經絡氣血能量的運行或流通，就會形成疾病。那麼，用各種方法在病灶前方打開缺口，讓積聚的能量有疏散的通路，有形的實體的物質就會慢慢變回無形的「氣」或「風」，疾病就可得到痊愈。

郭老師對癌症的認識，提出了癌症就是高能量聚合體的理論。能量只有聚集在一起時才會對健康構成危害，如果這種能量被疏散了，補充到能量少的地方時，就能變廢為寶了；所以這種能量若能補充到正常人的體內，同樣也就變成了好的，正面的能量了。郭老師曾說過，「癌症病人是個寶，遇見了莫放過」也正是這個意思。郭老師的理論是創新的、智慧的理論，往往給人耳目一新，茅塞頓開的感覺。

所以，是某些醫學硬是將人的疾病複雜化了，複雜到一發可收拾的田地，病人完全處於被動地位，並被疾病牽着鼻子走，就好像鑽進了死胡同，牛角尖，積重難返，就更談不上駕馭疾病了！在科學技術如此發達的今天，這實在是一件好諷刺的事。

郭老師的「空間醫學」化繁為簡，反而是對付疾病最有力和有效的武器。凡接觸到「空間醫學」的人是有福的，所謂「近水樓台先得月」，我們只要遵循郭老師的教導，實現人體的公轉暢通就可以保障健康，就可以為他人調理疾病，去幫助更多需要幫助的人！

故事一則

有一個富翁得了絕症，他覺得自己將不久人世，心中很難過。後來，他請教一位隱居的名醫老張。名醫為他把脈診斷後說：「這病除了一個辦法外，無藥可醫，我這裏有三帖藥。你依續照做，一帖做完再打開另一帖。」

(一) 富翁回到家，打開第一帖，上面寫著：「請你到一處沙灘，躺下30分鐘，連續21天。」富翁半信半疑，還是照做了，結果每次一躺就是2個小時。因為他很忙碌，所以從來沒有這麼舒服過。聽著風，聽著海和海鷗的鳴叫內心無比的舒服。

(二) 第22天，他打開第二帖，上面寫著：「請在沙灘上找5只魚或蝦或貝，將牠們送回海裏，連續21天。」富翁滿心懷疑，但還是照做了，結果每次將小魚蝦丟回海裏時，他卻莫名地感動。

(三) 第23天，他打開第三帖，上面寫著：「請隨便找一根樹枝，在沙灘上寫下所有不滿和怨恨的事。」當他寫完沒多久，海浪漲潮就把那些字沖刷掉了，他突然頓悟而感動的哭了。回家後，他覺得全身舒暢，很輕鬆而自在，甚至不再怕死了。

原來，人因為學不會三件事，所以會不快樂：

- 一、休息；
- 二、付出；
- 三、放下。

人的慾望永遠沒有止境。擁有了穩定的生活還去追求安逸，擁有了安逸的生活還要去追求奢侈的物質享受。只要你的慾望沒有盡頭，就永遠不會快樂。人生哲理，知足者常樂。珍惜現在所擁有的，你會發現您是世上最富有的人。

國學十二道

1 孔子——為人之道

做人要善良，勿以善小而不為，勿以惡小而為之。做人要本分，富貴不能淫，貧賤不能移。做人要誠實，誠信乃做人之本也。做人要自重，嚴以律己寬於待人。做人要知足，知足者常樂也！此上就是為人之道，是人都要努力做到！

2 老子——處事之道

大其心，容天下之物；虛其心，受天下之善；平其心，論天下之事；潛其心，觀天下之理。

「道者，萬物之奧。」「萬物恃之以生而不辭，功成而不有，衣養萬物而不為主。」

謙退是保身第一法，安詳是處世第一法，寬容是處事第一法；

寡欲是養心第一法；勿言無益身心之語；勿為無益身心之事；

勿進無益身心之人；勿入無益身心之境；勿展無益身心之書；

3 莊子——養性之道

身安，不如心安；屋寬，不如心寬。以自然之道，養自然之身；以喜悅之身，養喜悅之神。有所敬畏，是做人基本的道義準則。所謂快樂，不是財富多而是慾望少。做人，人品為先，才能為次；做事，明理為先，勤奮為次。

人生要學會平和心，喜樂心，慈悲心。

4 孟子——君臣之道

君臣相比，君屬於強勢，臣屬於弱勢，其關係由強勢君主導。君講禮，臣講忠，故君臣之道在於禮。君禮於臣，臣必忠；臣忠於君而君不禮，其忠必退。

5 荀子——學習之道

可概括為七個方面。

一是蛻：學習不能滿足於已有的成就，應該不斷地有所發明，有所進展，日漸而月進，並且使之產生質變。

二是虛：虛指的是學習態度。虛者，虛心、謙虛也。

三是一：「一」是專一、專心致志的學習，「學之道，貴以專」。

四是靜：「靜」，指的是心要靜，而摒棄一切雜念。

五是積：荀子說：「不積跬步，無以至千里；不積小流，無以成江海。」

六是師：「國將興，必貴師而重傅……國將衰，必賤師而輕傅。」有了好的老師，便可以好學，「得

賢師而事之，則所聞者堯、舜、禹、湯之道也。」

七是友：荀子提出，學者應「親友」，以求得在治學上的「好善無厭，受諫而能誠」，即不斷地得到批評和指正，而日有所成。

6 孫子——韜略之道

意指文韜武略。中國的韜略思想，源遠流長，博大精深，實為傳統文化之瑰寶，歷史遺產之精華。韜略猶如雙刃古劍。輕用其芒，動即有傷，是為凶器；深若藏拙，臨機取決，是為利器。願學者得其精髓，重其所用，發揚古道，利國利民。

教練不是知識訓練或者技巧訓練，而是一種拓展信念與視。

7 管子——教練之道

野的能力和習慣的培養；教練猶如一面鏡子，反映當事人的真實現狀和局限，同時引發對方看到更多的可能性，給對方一個重新選擇的機會。

教練的使命就是——因成就他人而成功！

8 韓非子——統馭之道

統馭理論：「精誠為道，運籌為術，組織為器，人才為本，制度為體，文化為魂」，帶你修煉六個方面的能量，幫妳完成從攻城略地到運籌帷幄、從創業有成到基業長青的驚險一躍，成長為新經濟時代的新型領袖。

9 鬼穀子——權謀之道

權謀，是指在爭奪、鞏固、發展權力的過程中使用的一切靈活應變的手段。權力，是指能夠直接支配他人，使之按照自己的意志行動的力量。權力帶來財富、地位、榮耀。權謀天然地不受一切仁義道德、公平正義的約束；它甚至沒有任何原則可言，唯壹的原則是：為達目的，不擇手段。權謀的合理性取決於權謀的結果，即所謂「竊鉤者誅，竊國者侯」，「勝者為王，敗者為寇」是也。

10 大學——修身之道

修身過程實質上是一個格物、致知、誠意、正心過程。格物就是探究弄清事物的發展之道；致知就是獲取知識，誠意就是赤誠、真誠、忠誠之心對待壹切事物；正心，就是使自己的心正，是自己成為一個道德高尚，修為高深的人，因此，修身的過程，就是探究事物發展規律的過程，就是學習知識的過程，就是真誠地對待一切的過程，就是嚴個要求自己，完善自己，把自己變成一個道德高尚的人的過程。

11 易經——天地之道

天地之道：博也，厚也，高也，明也，悠也，久也。所謂天地之道，也不過是自然（下接第11版）

（上接第10版）法則。妳若遵從了——便能遺世獨立，飄飄欲仙；返之則——萬劫不復，永世不得超生。想那輪迴之苦，卻非人力所為也！故而道是：冥冥中早已註定，天意實屬難違。仔細想想，可也不就是這樣的麼？故，天地之道在於人心。

12 禪宗——死生之道

死生間觀節，細微處品德。死亦生，生亦死，死是另一個生的開始，生亦是另一個死的結束。故，生則生、死則死，豈能賴著不死或就是不生？故來之則應，去留無意，隨緣而行，不糾結、不著相。

心態決定人生！

生活中，一個好的心態，可以使你樂觀豁達；一個好的心態，可以使你戰勝面臨的苦難；一個好的心態，可以使你淡泊名利，過上真正快樂的生活。

人類幾千年的文明史告訴我們，積極的心態能幫助我們獲取健康、幸福和財富。

1、心態決定人生

一位哲人說過：「你的心態就是你的主人。」在現實生活中，我們不能控制自己的遭遇，卻可以控制自己的心態；我們不能改變別人，卻可以改變自己。

其實，人與人之間並無太大的區別，真正的區別在於心態。所以，一個人成功與否，主要取決於他的心態。

2、生氣不如爭氣

人生有順境也有逆境，不可能處處是逆境；人生有巔峰也有谷底，不可能處處是谷底。因為順境或巔峰而趾高氣揚，因為逆境或低谷而垂頭喪氣，都是淺薄的人生。

面對挫折，如果只是一味地抱怨、生氣，那麼你注定永遠是個弱者。

3、有自信才能贏

古往今來，許多人之所以失敗，究其原因，不是因為無能，而是因為不自信。自信是一種力量，更是一種動力。

當你不自信的時候，你難於做好事情；當你甚麼也不做不好時，你就更加不自信。這是一種惡性循環。若想從這種惡性循環中解脫出來，就得與失敗作鬥爭，就得樹立牢固的自信心。

4、心動更要行動

心動不如行動，雖然行動不一定會成功，但不行動則一定不會成功。生活不會因為你想做甚麼而給你報酬，也不會因為你知道甚麼而給你報酬，而是因為你做了些甚麼才給你報酬。

一個人的目標是從夢想開始的，一個人的幸福是從心態上把握的，而一個人的成功則是在行動中實現

的。因為只有行動，才是否滋潤你成功的食物和泉水。

5、平常心不可少

人生不可能一帆風順，有成功，也有失敗；有開心，也有失落。如果我們把生活中的這些起起落落看得太重，那麼生活對於我們來說永遠都不會坦然，永遠都沒有歡笑。

人生應該有所追求，但暫時得不到並不會阻礙日常生活的幸福，因此，擁有一顆平常心，是人生必不可少的潤滑液劑。

6、寬容是一種美德

俗話說得好：「退一步海闊天空，讓幾分心平氣和。」這就是說人與人之間需要寬容。寬容是一種美德，它能使一個人得到尊重。

寬容是一種良藥，它能挽救一個人的靈魂。寬容就像一盞明燈，能在黑暗中放射著萬丈光芒，照亮一個心靈。

7、學會給心靈解綁

人的心靈是脆弱的，需要經常地激勵與撫慰。常常自我激勵，自我表揚，會使心靈快樂無比。學會給心靈鬆綁，就是要給自己營造一個溫馨的港灣，常常走進去為自己忙碌疲憊的心靈做做按摩，使心靈的各個零件經常得到維護和保養。

8、別把挫折當成失敗

每個人的一生，難免都會遭受挫折和失敗。所不同的是失敗者總是把挫折當失敗，從而使每次都能夠深深打擊他取勝的勇氣；成功者則是從不言敗，在一次又一次的挫折面前，總是對自己說：「我不是失敗了，而是還沒有成功。」

一個暫時失利的人，如果繼續努力，打算贏回來，那麼他今天的失利，就不是真正的失敗。相反的，如果他失去了再戰鬥的勇氣，那就是真輸了。

9、別把煩惱當成心病

在現實生活中，終日煩惱的人，實際上並不是遭遇了太多的不幸，而是根源於煩惱者的內心世界。因此，當煩惱降臨的時候，我們既不要怨天尤人，也不要自暴自棄，要學會給心靈鬆綁，從心理上調適自己，避免煩惱變成心病。

10、快樂其實很簡單

有人說，快樂是春天的鮮花，夏天的綠蔭，秋天的野果，冬天的漫天飛雪。其實，快樂就在我們身邊。一個會心的微笑，一次真誠的握手，一次傾心的交談，就是一種快樂無比的事情。

（網文選登）

內功按摩班的感想

王世景

內功按摩班已有一段時間沒有舉辦，這次能夠順利開班。緣於朱會長（剛卸任前會長）有感被印尼學員揉腹後，使他的背部熱氣沸騰，能量全身走動，非常欣慰印尼學員的表現，因為經過導師悉心指導後，加上她們努力練習，有此成績，不是僥倖獲得的。他也慨嘆香港能有此功力的學員，真的寥寥可數，關乎本會傳承的大任，迫在眉睫，所以他決定與張會長等資深導師組成強大班底，「重出江湖」，延續郭老師空間醫學精粹。

我只是在空間醫學的手機群組宣傳了一下，大家受到朱會長的熱誠所感動，報讀的學員超過了預期人數。今次最重要的特色，學習與練習並重，每星期有兩堂，一堂是學習，另一堂是練習，導師也跟足全程。我自己的經驗，第一堂學習後，幫其他同學揉腹時，對方感覺生硬和不舒服。因為課程調動，第二堂課順延一星期，但練習課沒有順延，就連續上了兩堂練習課，朱會長也悉心指導，獲益良多，在揉腹時，要加上意念，觀想被施者背部脊椎發光發亮，熱球不停滾動，只要感覺自己身體的變化，就可以感覺被施者的狀況。因為當進入兩者融為一體的境界時，的確可以感受到對方身體的變化。當到第二堂練習課時，再為那位同學揉腹，他已感覺不一樣。

雖然功力未到家，但我回到家時，也為媽媽和太太服務，雖然效果不太好，感覺也不舒服，但她們沒有嫌棄我，每次都欣然接受我為她們服務，這對我這位初哥是一種支持，在此感謝她們。我們要秉承郭老

師的精神：修心養性、積德忘我。學好空間醫學，不是為自己的利益，而是為他人着想。

張會長教授了一套能量按摩法及手法示範，是課程的精華所在，學員感受超凡。大家努力練習，互相鼓勵和支持，學習氣氛濃厚，進步明顯，事實只要勤加練習，不論資質如何，一定有進步。

經常為人按摩可以提高技術，但礙於香港居所狹窄，沒有足夠空間安放按摩牀，張會長主動幫忙找尋適合的按摩牀，最後找到木製摺牀，長度和潤度都適合，揉腹時不會搖晃，還為學員安排訂貨和送貨，提供貼心服務，目的就是希望學員學以所用。我也為買了摺牀的學員訂購床單，方便打理。

朱會長不斷鼓勵學員要經常練習，會所則會盡量配合。雖然課程已完結，仍破例每星期六晚上開放給學員互相交流切磋，目的就是提供練習的場地給學員，支援學員的學習，努力栽培大家，希望各位學員能成為推動空間醫學的生力軍。朱會長和張會長對此都非常滿意。

大家如果經常主動與人分享空間醫學，不單可以提供一個好選擇給別人，也是付出愛的表現。反過來，我們獲益也會更多，大自然會給我們最好的老師，心靈素質也能得以提昇。這班同學都能主動與人分享所學，不求回報，並鼓勵朋友參加下期按摩班。已有人報了名和買了摺牀，準備參加下期按摩班。經過上期經驗累積和課程後的檢討，相信下期課程一定可以辦得更好，期待大家踴躍報名參加。

加速前進！

(杞子 2015.9.27)

近期內功按摩班的重開，據反饋學員很快就能掌握到其中的訣竅和奧妙，學習情緒高漲，也因此香港會所開闢了逢週六下午的一個特區，讓學員們可返來切磋武藝，互相交流心得體會。學習效果也促使教方反省過往不足之處，下了最大的決心，今後按此板斧很實際地傳授在社會上已有名堂的空間醫學按摩理論與技巧。師資調配事先有分工，帶課老師必須按規矩教授。在港會所進行的課程，質量監督由中心主任黃碧月協助副會長兼學藝部歐陽紹儀全權負責。10月再開內功按摩班必有新氣象！舌診班、火灸班也將接着開班。

由我會監事劉華堅總負責對印尼學員的培訓，也將參照對港學員的內功按摩班教學內容而有所改進。今年12月擬招收50名學員分為甲、乙兩班開課。每週日有休假的印尼學員屬甲班，一個月只休兩次的歸乙班。要求初級班一結束，她們已經可以為人做一套內功按摩。揉腹必須達到「啟動丹田、開發雪山」之效，推腳、晃腳必須達到「公轉暢通」之果。初級班學員將在有需要時可出手為人做坐式按摩，那麼幾將萎縮的我會義工隊就可再振雄風。

為這些內功按摩班學員之技術提升，總務部楊美美也準備了12月底由石家庄派導師來港主持的閉門強訓班，學員必須入營四天接受高要求的培訓。既鍛鍊體能也學習按摩技巧，更重要的是學習「修心養性積德忘我」之精神，讓自己的靈魂變得高貴。讓空間醫學在港有人傳承，走向世界又多了生力軍。這次強訓將是最後一班，今後想接受強訓者必須先報名由會裏安排組織去石家庄學習了。有心求學者就莫錯失這次良機！

我所經歷的神奇事例

向來有白鼠精神的我，被朋友邀請去嘗試按摩。回想起初次按摩，大兒子這樣講自己的感受：「嘻嘻，按摩好得意，好似開汽水一樣，會有氣從身體噴出來……」。當時我不明白他的意思，沒法理解他的感受，但心想只有6歲的小朋友在沒有人教和沒有提點下講出自己的感覺，那一定是真的，只是我不理解而已。

過了幾天我有機會嘗試按摩，說來真有點神奇，我確實也感受到身體在向外噴氣的感覺，短短100秒時間，氣體就從身體慢慢噴了出來，還覺得身體輕盈了。再做多兩、三次，以前身體的疲累，整個右手的麻痺感，都隨著噴氣慢慢得到了改善，感覺非常好！

另外，以前我大兒子像蟹一樣的八字腳走路姿勢比較難看，而經過幾次按摩及拉腳後居然改善了很多，這些收穫真是有點出乎我的意料。兩個兒子經揉腹按摩後大便情況也有明顯的改善，大兒子鼓鼓的肚子縮小了，連游泳教練都說他身形比以前好了。

大兒子小時候的眼睛是大大圓圓的，但不知為何長大之後眼睛變得越來越小，小得幾乎只剩一條縫。而經過幾次按摩後眼睛開始變圓變大，這讓我很開心。照這樣看，相信他眼睛的問題還有更大的進步空間。

身為媽媽的我，見證過如此神效的事，再聽到學習按摩的學費又如此便宜，不加思索就報名參加了。我想，學成之後可以造福老公、孩子、親人及身邊的人。我深信必定可以將平時看醫生的錢省回來。我們通過按摩所得到的這些神奇功效相信是西醫西藥給予不了的。身為受益者，我希望大家都去學習這門技術，保障家人親友的健康，還有甚麼比這更有意義呢？

多謝會訊「養生天地」帶給我的資訊，多謝朋友的介紹，多謝上天的安排及奇遇！（一位空間醫學按摩調理受惠者）



內功按摩體驗分享

內功是何物？莫非要上山拜師學藝才可以達成？內功相對按摩只是一種名稱而已，如果沒有內在功能的配合，幫人按摩會消耗體能，自己的能量存款不足，何以支付體能消耗。

那怎樣才能提高內功呢？就是要經常練動意功。動意功是一種站桩，名稱有個「動」字，好像要郁動，但其實是以靜制動，雖然身體沒有郁動，但全身發滾，感覺好像做完火灸一樣。老師曾經說過，跑步時，能量向外散，但練動意功時，則能量會收集入自己的銀行內，能量存款就會增加。宇宙能量灌我身，不是空想，它是確實存在。所以大家要勤練動意功，期待強化動意

功的課程可以開班。

內功按摩是用平均和有頻率的力度撞擊細胞，從而使高能量走向低能量，當突然停止撞擊時，能量移動加速，全身好像漂起來。昨晚，幫舅仔做內功按摩時，我只是用雙手敲擊他的雙腳內側腳眼下部位，維持十分鐘以上，能量全身走動，可以達到調動身體功能之目的。然後再同他揉腹，他有肚腹部較大，只是做了五分鐘左右，他就感覺肚好像空了，以前從未試過，感覺一流，空間医学真是名不虛傳！他豎起姆指稱讚。

我們大家都是空間醫學的學生，一齊努力推廣，造福全人類。

內功按摩班就快開班，請從速報名，絕對物超所值。（王世景）



平安是幸，知足是福，清心是祿，寡欲是壽。

X X X

大肚能容，
斷卻許多煩惱障；
笑容可掬，
結成無量歡喜緣。

X X X

成事難敗事易，待人處世，莫不如此！

一些最基本的價值和精神能跨越年代，而一些感人故事也應該可對任何年代的小朋友帶來影響其一生的教育和開慧。

香港智能保健學會如想對社會有所建樹，除延續過去的努力，尚需重視以下幾點：

三言兩語 (會員)

- 1. 重人格培養 2. 鼓勵創意
- 3. 發揮領導才能 4. 關愛下一代的成長

X X X

人生要有成就，必須經得起挫折。害怕失敗的人只會有失敗的人生。

人生有起落，最要緊跌倒了能爬得起來。就看是自己爬起來，還是讓人扶起來，或者別人抬起來。

X X X

問渠哪得清如許？唯有源頭活水來。

一個團體的興衰，除了立會宗旨和領導層之決心之外，最根本的原因在於要不斷有新血之補充。沒有數量就不會有質量。接班人才只有在長年修行之中去發現！



▲ 印尼華文報紙有報導印尼空間保健中心推廣空間醫學的進展情況



▲ 左二傷殘人士Dede學用空間醫學按摩方法後已能解決一家人的經濟。另一位失明者學員(左一)Rachman，已有五名按摩師成為他的學生，並在其調理所工作。



▲ 印尼空間保健中心全體工作人員同本會前朱會長等合影



▲ 印尼空間保健中心設置病房以更貼心地為有需要的病人服務



▲ 這次動意功班人丁興旺，而且學員質素不錯，還出現過兩位外籍人士。



▲ 最近一次動意動班上課一景。



▲ 本會最近一期按摩班學員進行技能考核的情形。



▲ 本會最近一期按摩班學員接受導師的考核。



▲ 為慶祝印尼國慶，8月23日印尼學員在維園組織公開活動。



▲ 雖然天氣炎熱，依然可見絡繹不絕的人龍。



◀ 會場接待處掛有香港智能學會的橫幅，為能讓更多人認識本會。



▲ 印尼學員身著清一式印有修心養性，積德忘我字句的會衣專注用心地進行義務按摩。

▲ 學員們為接受按摩者先行登記，之後可以引導她們來中心接受空間醫學的培訓。



▲ 按摩者的雙手按在患者身上，卻有一股暖流注入了她們的全身。



▲ 印尼傭工為解除身上的病痛慕名而來。



▲ 印尼學員用學到的技能為她們的同胞舒緩病痛。



香港智能保健學會
HongKongZhiNengHealthSociety
香港九龍荔枝角長裕街2號嘉圖工廠大廈5樓B室

郵資
POSTAGEPAID

優惠級

1. 2015年度普通會員會費

請各普通會員來會所繳交2015年度會費 \$120，並攜同會員證給本會加蓋收費印。

2. 本會九龍會所開班時間 (九龍荔枝角長裕街2號嘉圖工廠大廈5樓B室)

*簡易護理制作班 導師：林文姿女士
課程內容 (1) 可可脂手足護理膏
(2) 紫雲膏 (3) 玫瑰果再生晚霜
(4) Vit B 控油露

開課日期：9/10/2015 逢星期五 (四堂)

晚上 07:30~08:30 學費 HK\$ 550

(會員九折HK\$500) 包課堂材料

地點：九龍會所 報名電話：21481412

*生活養生漫談 導師：周恆惕老師

十堂課題：1.陰陽 2.寒熱 3.虛實 4.表裏

5.濕燥 6.瘀滯 7.鬱結 8.汗吐下 9.補瀉 10.通塞

開課日期：27/10/2015

(10堂、每月一堂、逢月尾的星期二)

費用：每堂收30元 (行政費) 出席交費

地點：九龍會所 報名電話：21481412

*集體練功時間

逢動意功動功/養生功開班時間歡迎舊學員回會所與新學員一起集體練功 (因地方所限，舊會員參加前需預先登記)。

*動意功動功

(開班日期待定) 學費 HK\$ 600 (會員九折 HK\$ 540)

*養生功

逢星期一晚 (開班日期待定) 學費HK\$550 (會員九折 HK\$500)

*第一級顱面骨美療課程額滿開班

逢星期三晚 8:00~10:30 共8堂 學費 會員HK\$ 3200

非會員 HK\$ 3600

地點：荔枝角長裕街2號嘉圖工廠大廈5樓B室

報名電話：21481412

3. 香港會所開班時間

*火灸班 開課日期：13/10/2015 逢星期二晚 (8堂)

時間：晚上 07:00~09:00

內容：火灸原理、手操、痛症處理

費用：會員：HK\$1000 舊生HK\$500 非會員 HK\$1100

*內功按摩班：15/10~5/12/2015 (共16堂、逢星期四及星期六)



時間：晚上 07:00 ~ 09:00 費用 HK\$1600 (會員九折 HK\$1440)

*『空間醫學』強化訓練班

日期：2015年12月24日、25日、26日27日 (只接受會員)

地點：大嶼山石壁營 導師：石家莊老師

費用：HK\$1200 (包括導師費、食宿費、提供舒適幽靜環境)

內容：空間醫學的理論知識及按摩技能之教授，包括揉腹及新晃腳方法等。培訓階段同時著重體能訓練。

香港會所：北角屈臣道2-8號海景大廈B座14樓1403A室 (地鐵炮台山站A出口往電氣道維多利亞公園方向在宏利保險中心/匯豐銀行側面) 報名電話：28060189

4. 憑會員証可獲下列福利優惠

* 會員參加動意功動功班有9折優惠、養生功及按摩班有9折優惠。學生會員及65歲或以上的長者會員參加養生功及按摩班則有5折優惠。

* 逢星期一至星期六上午10時至下午6時可在本會九龍會所參加「舌診網絡處方」康檢活動，報名電話2148 1412。

* 逢星期六下午3時至5時及逢星期日上午11時至中午1時可在本會香港會所 (北角屈臣道2-8號海景大廈B座14樓1403A室) 參加「舌診網絡處方」康檢活動，報名電話2806 0189 (本會需為參加舌診服務的會員代交有關費用。支持本會經費，大家可隨緣樂捐)。

* 於本會九龍荔枝角會所找下列醫師調理治病有優惠(預約電話：21481412) 逢星期四，五下午：高小菊註冊中醫師 (針灸及內科)。

* 下列地點找內功按摩火灸師調理有優惠：

— 郭彥嶺老師督導之深圳天怡 (郭氏) 保健理療中心 (地址：深圳人民南路佳寧娜廣場A座1006室電話：86-755-25182556)。

— 荃灣陳嘉玲中醫師 (地址：荃灣荃樂街3號地下；預約電話：2436 1896, 2682 4970)

— 本會九龍會所有特定按摩師火灸師：黃逸祺、古接興、徐家萍、董煥松、黃碧月、林瑞妹、袁周鵬、馮露玲、黎炎標、歐陽強、區偉興、曾偉倫、譚瑞雲、傅譽禾、馮國忠等提供調理按摩服務 (預約電話：2148 1412)

— 本會香港會址有特定按摩火灸師、楊任再、黃碧月、袁周鵬、劉華堅、歐陽紹儀、馮露玲、李鳳珠等提供調理按摩服務 (預約電話：2806 0189)