



75

# 養生天地

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 2016年4月出版



## 師雲集

金猴狂舞新春到，  
萬物蘇醒把春報。  
大紅燈籠高高掛，  
禮炮天空燦爛耀。  
紅彤對聯貼門邊，

福字倒來正中間。

親朋好友盈門欄，叩首躬身賀新年。

祝朋友：

猴年龍騰虎躍，闊步勇闖天下。

接納四海財富，廣交五湖朋友。

重溫郭老師2006年的新春祝福，願大家2016年萬象更新。

自古以來，偉大的東方——中國，就是發明、創新先進科學的基地。我們大家記得，在中國這塊寶地上有四大發明，有偉大的醫學家本草綱目的發明，現在我們在黨、政府的領導下，空間醫學發明了小方治病，效果很好，要奉獻給全世界各國人民。

新的治病方法，空間醫學將預防、養生、治療融為一體。空間醫學小方治病，空間醫學新的修煉方法、新的預防方法將會給世界人民帶來健康，我們將要以科學的理論、科學的方法，科學的知識，科學的臨床經驗推廣給大家，我們希望世界各國和協、團結、健康、歡樂。我們將要開辟近程觀摩，遠程教學，人人皆懂，家喻戶曉，各個健康。我們的新理論簡單、方法簡單，易學、易懂、易會，我們爭取做到治病不出家門，應用現代化的電腦技術來為自身的健康服務。

空間醫學是在傳統醫學的基礎上，是在現代醫學的基礎上，選精前進，選精改革成為一門新的科學。很多疑難病的病因，應用能量的理論，信息的理論，物質科學的理論，可以一步一步地解開它的秘密。且我們研究認識到了，天人合一是在建立在水的理論基礎上，是建立在水的變化基礎上，它們是統一的，是一

## 郭志辰老師新春祝詞

致的。所以，我們的治療原則就是調理人的水的協調，調整人體腑腑的和協，達到健康身心的目的。

空間醫學發展了傳統醫學的理論，發展了「聚則成形，散則成風」的運行和治療的方法，提出來了清除汙染，疏通河道，能量搬家，公轉暢通的理論、方法，並且在實踐中驗證了它的正確性，發展了傳統醫學觀舌診的方法，提出了治上、注下、運行、周轉、調整盈缺的新理論。在預防上，提出一個新的養生方法，就是，以我們的心靈為主導，以心靈為指揮，以心靈給自己好的信息，恢復健康的養生方法。提出來了無門、無派、無世、無我，共同享受大自然，共同得到大自然，大自然是我們大家的共享的新理論。我們以我們的身體物質，以我們身體在運動過程中的能量去探討人的秘密的信息而養生。所以我們總結出養生的精華就是信息、能量、物質綜合的運用才能使身體健康，空間醫學超出了經脈、臟腑、三焦，提出了人體四焦的理論，提出了公轉的理論，提出了髓腦循環，統一了公轉周天的理念，統一了法輪運行的理論，統一了明心見性的新理論，所以，新的養生法沒有門派，可以講，人人都有心，所以，它是每一個人心的統一的養生方法。社會上的各種養生，只要你是有求的方法，只要你是有為的方法，都稱之不了高層次的方法，高層次的方法就是無世、無我、無你，達到空，諸靈合一才是真正的養生方法。我們只有無事、無我、無你，才能達到重生的階段，才能與大自然共享，才能夠心心相印，我們大家只有達到與大自然共享，我們才能達到新科學的社會，才能達到神來神往的社會，才能達到你即是我，我即是你的新科學時代，養生最好的方法就是向自己內心索取的方法，向自己內心挖潛的方法，所有的外求方法都是貪，都達不到。我們希望大家團結，共同用科學的方法共創人類的和協、幸福。

最後祝大家猴年大吉大利、萬事亨通永昌！

# 空間醫學之——自然

郭志辰

隨着空間醫學的發展，人們逐漸認識到存在於空間的能量運動的重要性。「物質所輻射的能量都圍繞在本體周圍的空間」這句話很重要，這是病因，也是治病的方法。為甚麼呢？肝臟細胞所輻射出來的能量都圍繞在肝臟周圍，肺部細胞所輻射出來的能量都圍繞在肺部周圍，造成本體致病重點原因是誰？是本體。因為它們所輻射的能量主要是圍繞在本體周圍，本體周圍的能量滿了，如果無法疏散，就會造成本體壓力增高，影響它的能量再輻射。比如說，如果石家莊國棉一廠的職工下崗了，怨誰呀？怨國棉一廠。因為國棉一廠生產的布匹太多了，賣不出去了，積壓在倉庫裏，工人就不能再繼續生產了，這就使得工人沒活幹，所以就下崗了。人體也是這樣，臟腑所輻射的能量都圍繞在本體周圍的空間運動，我們的任務就是把這些圍繞在本體周圍空間的能量調走，讓它空了，它才能繼續生產，繼續完成任務，它才能健康。隨着空間醫學的發展，人們逐漸認識到存在於空間能量運動的重要性，以及空間的能量濃度壓力對物質本體能量運動的影響，所以，對空間的研究是非常重要的。如果人體空間相對空虛，那麼細胞輻射多少能量，空間就能接納多少，這個人的生理功能就是健康的。

回顧醫學發展和人類不斷同疾病做鬥爭的一步歷史，我們應該認識到，整個醫學發展史，其實就是疾病的發展史，是研究物質與能量變化的發展史。我們在研究人體的過程中發現：人體的物質與能量的變化，是人體空間能量的濃度與壓力的變化。幾年以前人們談癌色變，現在談及癌症卻變成了很平常的事情。因為患癌症的人越來越多，就不足為奇了。但是，很多人沒有認識到，空間發展變化到一定階段，新的疾病也會相應產生，所以人們才會驚奇害怕，措手不及。前幾年，對於癌症的治療，運用的是以毒攻毒的方法，以化解為主攻方向。現在不應該再用這樣的方法了，而應該以查找病因為主。不要認為癌細胞解決了，癌症就解決了，還要從功能上去解決。疾病在發展，認識論也應該發展，理論與方法也要發展。空間醫學在回顧漫長的疾病發展史過程中，認識到了細胞是空間變化的根本，那麼，改變空間就能改變細胞的功能，所以說，空間醫學是在臨床實踐中逐漸發展起來的。而且，空間還在繼續不斷的發展變化之中，疾病當然也會不斷地發展和變化。

《黃帝內經》中講「聚則成形，散則成風」。空間能量的積聚，是肉眼所看不到的。從大自然來



看，空中的濕氣，可以積聚成霧、雲、雨，對自然界萬物都會產生影響；從人體空間看，能量（水汽）的積聚，也會形成人體之中的霧、雲、雨，對其周圍的細胞同樣會產生影響，甚至造成細胞內部的病變。而這一切的變化，都隱藏在人體內部的潛移默化之中。我在臨床之中，確實發現有隱藏的病變。我有一個朋友，是個當官的，在他還年輕的時候，我就發現他有患肺癌的隱患。當時我提醒他要注意調理肺部，可是他當時沒有感覺到甚麼不舒服，因此沒有在意我的提醒。20年以後，他確實是因為肺癌而離開了。為甚麼呢？人的疾病大都是由漸變到突變。一開始時，是人體空間在某個點上有了淤積，當這點淤積與人體的臟腑融為一體了，就形成了疾病，或者當臟腑沒有完全和它融為一體的時候，僅僅是有症狀無病名，繼續發展下去，就會既有症狀，也有了病名。空間醫學治療的正是還沒有形成的症狀，還沒有結合在一起的病。腿疼、腰酸、胸悶、肚子難受、肚子脹，這些都是症狀。空間醫學治療還要再返回到原來的空間，把結合在一起的進行分化，並將分化出來的進行調節，這才是解決問題的根本，而不是直接針對臟腑用藥。所以，空間醫學治療是空間裏的漸（下接第3版）

# 音樂與健康

郭志辰

音樂療法是指應用音樂藝術治療疾病的方法。音樂療法曆史悠久。相傳伏羲氏作瑟，女媧作笙簧，創樂曲和彈奏法，制定樂律。音樂療法的應用，早在戰國時期的《呂氏春秋》中便有記載。現代醫學研究也證實，當人處在優美悅耳的音樂環境之中，可以改善神經系統、心血管系統、內分泌和消化系統的功能。調節體內血管流量和神經傳導。同時，聲波的頻率和聲壓引起人們心理上的反應。優美的音樂療法，可以有助於現代人們排除生活的焦躁、憂鬱、惶恐等複雜情緒，有效的促進激發人們積極向上的健康心態。

在臨床五十年的研究實踐中，根據切身的實踐經驗及體會，也發現了聲波振顫及聲壓對細胞的振幅作用。八十年代，我提出了音符發音方法治療疾病。根據1-9九個數字所代表不同的臟腑區域，發聲振顫相對應的不同區域，在此基礎上發明了3396815數字口訣。同時我提出了聲音療法，即通過聽聲音或看錄像治病，將聲音充分的利用起來應用於醫療實踐當中。至此，揭秘了為何一些學員在聽我的講課錄音帶或講課視頻時身體發生很大的變化，這不是唯心的科學，不是神乎其神的理論，這是空間中聲波的功勞。是音頻、聲波的振顫，產生了能量的相互撞擊，這是大自然空間給予我們的寶貴財富。

（上接第2版）變，方法就是分化，逐漸進行化解。這也是我們治療癌症的關鍵所在，治療疾病的方法就是分化，就是將臟器細胞內外能量的濃度與壓力關係協調正常，使細胞恢復到本來的健康面貌，這就是治病。分化的方法，就是應用運動的力量。細胞能量凝聚了，我們激活細胞，讓它動。在動的過程中能量出現了，濃度增大了，才開始分化，所以，激活是關鍵，只有激活才能分化，只有分化才能恢復健康。分化與激活，都要應用空間的能量運動。人體空間能量的濃度和壓力是變化的關鍵，所以空間醫學和其它醫學不大相同。人與自然的道理一樣，能量轉物質，物質轉能量，是終而復始不斷循環的變化。空間醫學正是緊緊圍繞這一變化關係，以物質與能量的轉化為基礎，以空間為基礎，應用了反物質的作用。甚麼是

如今的空間醫學，通過對人體空間的研究，提出了配以音樂調節的靜養療法。音樂療法是疏通微循環的重要方法，是開心結的好方法。在音樂的聲波振顫頻率及壓力中，促進了細胞消、化、吸、收的功能，達到了能量的疏通。通過生理和心理兩個方面着手疏通人體內空間的能量瘀滯，應用聲波作為信息的傳遞媒介。一方面達到了治療疾病的目的，另一方面舒緩的音樂緩解心情的壓抑及緊張，良好的心態方能淨化人體空間，從而達到清除污染，能量均衡，公轉暢通，身心調節，健康長壽。

正是；

優雅美聲傳身過，神輕氣爽跨空間  
妙在其中細微變，能量音頻妙滲透  
無我忘我放空我，新我本我真正我  
無憂無慮心態好，蹦蹦跳跳返童年。

音樂療法，局限了一個局部的空間。其實音樂療法的本質即是聲波振顫的頻率和聲壓，一切可以發出聲音的方法皆可達到健康身心的目的。比如，古代用兵鳴鼓則進；作戰前先吹響沖鋒號鼓舞士兵的鬥志，比如現代人們誦經、瑜珈功配合樂曲的冥想、聲療、音符療法等等，基本原理都建立在聲波的頻率和聲壓原理之上。因此可以說聲音與健康不可分，凡是能發出聲音的物體，只要有振動，便可以在空間中與人體能量產生撞擊、統一、混化、生成和更新。

反物質作用？能量與物質撞擊時產生的其它力量，稱為反物質。兩個石頭相互摩擦，偶爾可以看到迸發出火花，火花就是它的反物質，而且是另一種屬性的精華物質。俗話說：每個人都有三尺高的火焰。現代科學已經證實人體體表的發光現象，這是甚麼現象？是人體物質的反物質現象。由此，奠定了空間醫學的辨證理論和方法。空間醫學以胞內和胞外為辨證對象，以至實至虛為辨證關係。至實、至虛，拉動中間的距離，距離越大、越遠，撞擊的力度越大。就好比把一個物體拋得越高，砸到地上的坑就會越大。傳統醫學是縮小物質之間的距離，逐漸地去調和；空間醫學不是調和，而是制造其中的壓力，壓力越大，撞擊力越強，產生的變化就越大。

## 閃亮的品格

(杞子 2016.2.16)

執委會換屆前香港區訓練中心頻頻開班之勢，一直延續到換屆之後的今天仍未有變。除一般的學習班之外，2015年聖誕節前後石家莊宏圖按摩學校特派三名老師來港，在大嶼山石壁營為我會的六十多位港印學員主持了四日三夜的強訓，其收獲直讓學員們津津樂道。看來我會大有必要把這項活動常態化堅持辦下去！

每年元宵節前，會內循例都會有新春團拜活動，今年當然也不例外。而近幾年的團拜活動都由香港中心之印尼學員積極操辦，並注入了感恩元素，將感恩儀式的黃飯尖鋒呈給德高望重之長者導師，以表示對辛苦培訓她們的導師的敬意和謝意。今年，印尼學員很早就主動申請策劃這次2.21的新春團拜感恩，大家分工準備各項工作，包括準備各種美食以款待所有出席者等。今年的出席者中，除本會港印會友外，還有印尼在港勞工組織代表，在港印尼媒体，包括印尼華文報《千島日報》《印華日報》駐港特約記者以及享譽東南亞學術界之《印尼研究學社》的領導們。現在，各方媒體都關注到本會用了將近十年之心血在培養印尼僑工學員方面之付出與貢獻，認同我們能做到「修心，養性，積德，忘我」的修煉格言真的不容易！

2016年之會慶將打破常規，採用系列慶祝的方式，用紮實的行動來紀念本會成立17週年。這一切，都在於讓多些會友感覺到參與感，這是一個很好的理念。經這麼多人堅持了十多年，現在有幸在這個空間醫學團體內結緣者，或多或少都有自己的收獲，我們期待的是多一些會友拿出自己的本心，共同為這個團體今後的傳承、光大而努力！會慶的系列活動有：

1. 五月份組團去上海，出席見華法師在崇明島遷建地藏王菩薩廟的封頂儀式。這座廟將融合空間醫學及西方管理系統辦理療中心、護老院，用社會的力量辦社會極為需要解決的事，這個宏願很值得會友們支持。見華法師「愚公移山」將做中國佛教界入世造福一方之偉業。為表示對法師的支持，希望我會發動會友捐款，體現同修之團結合作辦成有益社稷的事情。若跟團去的人多，可考慮找當地旅行社安排在江蘇作五天四夜的深度旅遊，讓會友們感受一下大上海與江蘇這幾年突飛猛進之發展狀況。

2. 6月9日至11日組團去東莞旅遊學習及品嚐當地美食。東莞有不少值得參觀的景點，當年林則徐在虎門燒鴉片的地方；當年東江游擊隊縱橫粵港澳抗日的歷史博物館；在沉香館裏有介紹東莞的取名與沉香



▲ 正月十四的新春團拜中，印尼學員高歌一曲答謝教導她們知識技能的老師們。

之關係，香港的取名又與莞香有關，香港與東莞息息相關之淵源又有多少人會知道？東莞遊還將有國學老師為我們講解老子與《道德經》；又有呂洞賓傳人為我們傳授運氣「立丹功」武術；也會參觀東莞道窖鎮每年都舉辦的全國美食節。東莞粽和東莞臘腸是馳名中外頗有水準的食品，值得買一些帶回家品嚐。另記一筆，道窖鎮在對小學生進行「弟子規」教育和傳授立丹功武術方面相結合十分之有成效，學生身體好，學習有精神，功課好，很有禮貌。故此，很鼓勵天天為工作奔忙之會友，借這東莞遊之機帶孩子去做親子活動，可視為本會關心會友下一代成長之舉。學習歷史，認識歷史，並以優秀文化傳統之傳承為己任教育好下一代，實在是有識之香港父母關切的問題。

3. 6月30日至7月5日組團上石家莊出席7月1日（陰曆五月廿七日）郭志辰老師离世五週年紀念活動。之後參加石家莊老師為大家準備的提升空間醫學理論知識及技能的培訓課程，會友也可藉此機會去按摩室調理身體。無論怎樣，可在該處與海內外同修一起交流也是一個很有意義和難得的學習機會。

4. 7月31日是今年會慶系列活動最後一個項目，我們將以更有實質意義的義務按摩取代以往的晚宴慶祝形式，為有需要的會員提供按摩服務，讓更多人改善健康。

希望大家踴躍參與各項活動，以實際行動慶祝本會成立17週年。一切由心出發，2016年是本會驛馬星動的一年，預示着空間醫學要走出港九的重要一年。

一個團體之活力展現必須有各種會務的運作，這裏必有許多無私無我之會友在默默貢獻。沒有這些人平凡之付出，豈有閃亮之品格可見？事實也如此，只有在諸多會務之考驗中才有新領袖人物的出現。

## 感恩讓你富足

——記充滿和諧的新春團拜活動

乍暖還寒的正月十四，香港智能保健學會在港島會所舉辦的新春團拜活動現場卻給人和諧共融的感覺。大家都懷有一個共同的願望——新年進步，如意吉祥，公轉暢通，身體健康！

是次活動，印尼學員主動承擔了各項籌備工作，包括準備食物，接待賓客等，她們並騰出前面中間的坐位給嘉賓，香港會員或學員，這種高尚謙卑的人格魅力，正是修心，養性，積德，忘我修煉格言最樸實的表達形式。

印尼學員的團隊已初具規模，思想教育方面亦能同步跟上，各方面發展也已日趨成熟。這一切，都與本會一眾熱心人，尤其與前朱會長，現任張會長等長期努力不懈，任勞任怨，默默耕耘及無私奉獻是分不開的，終於守得雲開見明月，達成了郭老師的初步心願，也收穫了可喜的成果。而傳「空間醫學」給印尼僱工及印尼人民，其更深遠的意義還在於間接促進了中，印兩個民族的和諧情誼。如果說曾經在印尼出現過仇華排華令人心痛的事件是一種破壞民族和諧的舉動，那麼香港智能保健學會積極推廣「空間醫學」知識給印尼大眾就是修補這種裂痕的催化劑，無形中是在潛移默化地為中，印兩族人民和諧共融作出自己的貢獻。這可能是一個政府想做而未必能做到的民族大義之舉！或許就是本會這種堅韌不拔的精神感染，這次的團拜活動，除了有印尼駐港勞工團體代表列席之外，也有在印尼具影響力的「印尼焦點」，「千島日報」，等媒體記者前來採訪，相信我會的印尼學員隊伍會日益壯大，會務的發展會更加蒸蒸日上！

值得一提的是，在對印尼學員培訓工作中勞苦功高，德高望重而被印尼學員尊稱為爸爸劉的劉華堅老師，將近十年的時間，他擔當了大部分的教授工作，實在讓我們肅然起敬！當然也有楊任再，歐陽紹儀，黃碧月，袁周鵬等導師的協助。

團拜活動中，印尼學員們上台演唱了兩首歌，誠切感謝教給她們「空間醫學」甚至改變她們命運的一班導師，尤其第二首是她們自己作詞作曲的，大意也是對導師們表達一種敬意，前朱會長因為她們由衷的濃情而觸景生情，竟感動得流下了男兒淚。朱會長後來對大家講，這些學員很懂得感恩，而只有懂得感恩的人才能成功功力才會增長得快！



▲ 印尼學員從導師手中接過的這張學業證書對她們來說意義重大，既表示在香港學到了中國醫學文化，也可能成為他們日後在印尼謀生的證明。

按照印尼的傳統，學員們又捧出了自己制作的黃薑飯，將最上端切出來，敬奉給了全場最年長的一位資深會員司徒巴生，該會員已91高齡，但精神體力思維都還不錯，誰都看不出原來這是一位肝及前列腺癌患者，在以「空間醫學」的方法調理之下，情況令人欣慰，大家都默默地祝福他健康平安，福壽無疆！

趁團拜良機，大會向一年及二年級印尼學員頒發了畢業證書，她們團體的負責人Rohana對這些學員說，雖然大家拿到了畢業證書，其實它標誌着另一個新階段的開始，她鼓勵大家要繼續努力認真地鑽研學習「空間醫學」，並將此學問帶回印尼，惠及當地的病患者，以及將之宣傳推廣，讓更（下接第6版）



▲ 一位印尼學員以中文唱出我們耳熟能詳的歌《月亮代表我的心》為團拜助興。



(上接第5版) 多人掌握這門能保障家人健康的好方法,讓「空間醫學」在印尼的土地上生根開花,結出累累碩果!

席間,還來了一位特別嘉賓,是由本會一位會員引荐,從昆明遠道而來的印真禪師。他都很認真地觀看每一個環節,當聽到劉華堅老師介紹說,本會培育印尼學員已有將近十年的時間,人數累計有800多人,很多學員回鄉後都以此作為謀生工具,既解決了生計問題,又為普羅大眾解除病痛,受到民眾的普遍歡迎。禪師點頭表示讚賞這種鍥而不捨的大愛之舉;當聽到這項善舉的原委,是因為前朱會長早在十年前就看到在港服務的印尼學員身體出現病痛時卻不知如何緩解及頗感無助時,就想以自己學到的空間醫調理方法為她們解除病痛,於是就由劉華堅老師同一位黃映萍師姐在朱會長店舖門外義務為印尼傭工按摩,一做就是兩個年頭,禪師聽後,為他們這種能夠無私無我地為他人服務的精神所感動!這不正和佛教宣揚的大愛理念不謀而合嗎?當朱會長回憶最初去印尼發展的情景時講到,有一次郭老師突然對他說,你要去印尼發展!當時搞得他六神無主,丈二和尚摸不着頭,完全不知從何入手,從哪兒開始?但憑藉着毅力和對「空間醫學」的一股熱誠,踏上印尼的土地做了開荒牛,終於,皇天不負有心人,在經過不斷努力和克服了重重困難後,發展漸入佳境,才有了今天的可喜局面。禪師聽後又在頻頻點頭,相信他一定會感慨,到底是一種甚麼精神支撐着這批人為了一個目標勇往直前呢?!……

團拜程序中,也向大家傳達了幾個會內的重要活動,借此園地再作一次宣傳:

1. 作為7月份本會成立17週年的系列慶祝活動中的「東莞綠色文化之旅」,是一個有意義的親子聯誼活動。日期是6月9-11日,主要內容有,國學講座《道德經》和老子,接受一下中華傳統文化的薰陶;有呂洞賓傳人教授立丹功;聽人家分享當地學校將武術健身和《弟子規》傳統中華文化結合的成功經驗,學生不僅身體素質好,學習成績好,又懂得尊師重道和對人有禮貌;適逢端午節又可以觀摩一下當地的龍舟賽及那里舉辦的全國美食節,嚐嚐各種美食,真可謂樂也融融!

2. 7月1日是郭志辰老師離世五周年的日子,本會將會組團去石家莊參加是項祭奠活動。日期為6月30日-7月5日,在參加完郭老師祭禮後,再由石家莊老師組織一次培訓課程,讓大家都有一個學習與增值的機會。



▲ 印尼學員團體負責人Rohana致詞

3. 7月31日是今年會慶系列活動最後一個項目,我們將以更有實質意義的義務按摩取代以往的晚宴慶祝形式,為有需要的會員提供按摩服務,讓更多人改善健康。

在此希望大家踴躍報名參加各項活動,以體現一種團體精神。

簡單莊重的新春團拜曲終人散,但我們都會記得感恩郭志辰老師,感恩「空間醫學」!沒有郭老師,人類醫學不可能發展得如此進步,沒有「空間醫學」,我們不會有這樣的緣份聚在智能這個大家庭。同樣,沒有「空間醫學」,印尼朋友可能還是停留在十年前那種無助被動的境地。

懂得感恩就會為你積聚無限的財富,懂得感恩,就會助你無往不勝,走向成功!

宣傳部供稿2016.2.22.



▲ 前朱會長,張會長及兩位印尼學員負責人從黃薑飯上切下了尖端

## 2016年香港智能保健學會新春團拜側記

(杞子 2016.2.23)

2.21團拜結束後,印尼學員很自覺地快手快腳清理場地,然後排好機靜待主持人邀請監事會主席朱老師上台,為在學及將在2.28開學的印尼准學員作新春講話。

朱老師上台問在座的學員「你們都認識我吧?」,大家哄堂大笑。「Pak Sabar,印尼語的意思是耐心先生,其實我這人最欠缺的就是耐心,我知自己的缺點所以取名耐心,以示警惕。人生在世不能沒有耐心,就好像社會上的事情我們要小心,不能光聽別人說,要用自己的眼睛去觀察,用心去感受才能判真假以免上當。所以我這位叫做耐心的先生實質並非表示有耐心。」

「我講空間醫學講動意功,都是郭老師講的話或意思,絕不敢亂說或參入私貨,如用上我個人之詞都必有補充說明,這是我說的,有錯我個人負責!」。朱老師話中似有所指,因近期印尼學員反映有些人拚命拉本會准學員,在外搞似是而非、加入他說的「空間醫學」,甚至詆毀3396815是宗教咒語等等。看來,要辦好任何一件事,總有各種暗流在考驗我們。

朱老師問紛紛舉手自報是准學員的人,各位有否被人強迫來這裏學習的?准學員同聲回答,她們自願而且期待可以來這裏尋找學問!

本會培訓印尼學員將近十年,朱老師說剛開始的第一、二年我不敢拍胸脯說甚麼,但今天根據許多事實,尤其有位剛結業的一年級學員 Kasiroh剛才在台下向我講了她的許多故事,我現在向你們保證,只要你們刻苦、認真學習,學期結束你不單身體健康,而且就可以幫人去調理,回鄉當一個理療師!朱老師接着說「Kasiroh就是一個很好的例証,她剛來上課時,半邊臉麻痺,一練功就出冷汗……,現在她已幫了僱主化解潛藏的重症,甚而惠及其家人親友改善了健康,僱主的親戚因此幾次見到她都封上一百元的紅包表示心中的感謝。僱主在家會戲稱她為師父。」Kasiroh有很多心得體會,她的故事說明一個道理,金錢並非最重要,能找回自己的健康,有救人之本事,贏得別人之尊敬才是最有價值的事!這不正是一個成功改變命運的好例子嗎?

劉華堅老師近十年犧牲每個週日在會所義務教導和培訓印尼學員,讓我們很敬佩。我們的協同努力可換取印尼學員擁有助人之本事,並讓她們回鄉之後成為「不是醫生勝似醫生」去為其國家民族做貢獻的人,這是作為郭志辰老師的弟子們去完成造福全人類的使命一個應交之功課。

講到第74期《養生天地》刊登「回鄉度假記」之主人公 Rohana,朱老師直言這是我們全體學員學習的榜樣。Rohana回鄉度假比在香港工作還辛苦,

一大早就有病人排隊等候調理,不少還是遠道而來的外鄉的人。早上幫人調理,下午帶領村民集體練功。很多時候要工作到夜晚。Rohana很有成就感,許多患者被她調理好,受到村民的愛戴,收到的紅包不少於在港打工的收入……。朱老師說,首先Rohana做到「忘我」,不計較,不考慮收入,願意犧牲自己度假的時間,急別人之急幫村民解除痛苦,療效遠傳外地,多年患病無處可助的人紛紛前來求救,而經她手調理的病人都各有好轉,這與許多舊學員回鄉要找病号或等病号上門是天地之別。現在Rohana身在香港,印尼的部分村民仍堅持在一起練功。朱老師建議Rohana合同期滿回鄉發展第一步,招收一批肯吃苦耐勞又認真學習的村民,免學費傳功夫給他們,轉介病号給他們按自己教的方法去做調理,其中有分成就留給Rohana代替交學費和轉介費。用這個合作方式建設 Kampung Terapi (理療村),當大家都有收入生活有改善之時,可輸送自己的子弟上石家莊宏圖按摩學校去接受培訓。再下一步,合辦一個 Rumah Sehat (養生院),有住宿處,有餐廳,有人接送,有人搞調理,有人搞培訓並再輻射到整個蘇門達臘島。讓所有村民有工作,讓所有投身到空間醫學隊伍的人老有所養。朱老師相信,這就是郭老師心中很想實現而來不及實現的理想!

從這幾年印尼學員主動申辦新春團拜之工作表現來看,朱老師說他看到了印尼學員 We can do it (我們能做到),她們已在我會逐漸成長,體現在以下這幾方面:

1. 有解決問題的能力;
2. 有領導能力;
3. 有培養人的能力;
4. 有溝通的能力。

「坦白地說,培訓出一名按摩師那是我們的最低目標,我們的最高目標必須培養出空間醫學的領袖人才,像郭彥嶺院長提出的要求,能做還要能說出空間醫學治病的道理。唯有如此,空間醫學才可以加快步伐走向世界。」當朱老師講完這番話,再次告訴印尼學員你們沒來錯地方,這裡就是你們要尋找學問之處!

主持人在朱老師步下講台時問在座學員,學員即時齊聲回應:

Apa kabarnya? (各位感覺如何?)

Luar biasa! (非常棒!)

同學們,加油!

祝香港智能保健學會永遠是歷史的尖兵!向所有為空間醫學走向世界造福世人的同修致敬!人在做天在看,你們的功績至少深刻銘記在會友的心裏。

## Silaturahmi Perayaan Imlek 2016 Perkumpulan Hong Kong Zhi Neng

Setelah acara silaturahmi perayaan Imlek yang diselenggarakan tanggal 21 Februari lalu selesai, para murid Indonesia dengan sigap segera membereskan ruangan lalu mengatur tempat duduk kemudian dengan tenang menunggu pembawa acara memanggil Ketua Dewan Pengawas, Guru Zhu alias Pak Sabar, naik keatas panggung untuk memberikan pidato awal tahun kepada calon murid baru Indonesia menjelang pembukaan kelas baru tanggal 28 Februari.

Kata pembuka pertama Guru Sabar Zhu begitu naik keatas panggung, “Kalian semua sudah kenal saya kan?”, disambut dengan penuh tawa seisi ruangan. “Nama Pak Sabar, dalam bahasa Indonesia artinya yaitu orang yang sabar. Padahal sebenarnya kelemahan terbesar diri saya adalah kesabaran, karena itu saya justru memilih nama Sabar, supaya terus ingat (utk bersabar)”, demikian seloroh Guru Sabar Zhu lebih lanjut.

“Setiap kali saya berbicara mengenai ilmu BSM maupun Dong Yi Gong (baca : tung yi kung), itu semua sesuai dengan perkataan ataupun maksud dari Guru Besar Guo, tidak pernah sekalipun berani bicara sembarangan atau bahkan menambah-nambahi sendiri. Kalaupun ada perkataan yang berasal dari pendapat pribadi, saya pasti katakan, ‘ini adalah omongan saya, kalau salah maka saya sendiri yang tanggung!’”, ungkap Guru Sabar Zhu dengan penuh maksud. Beliau berkata demikian karena belakangan ini para murid Indonesia melaporkan bahwa ada sebagian orang diluar sana yang melakukan tindakan ‘makar’ dengan berusaha menarik para calon murid baru untuk masuk dan mengikuti ilmu ‘BSM’ versinya, bahkan hingga mencemarkan nama baik dengan mengatakan bahwa 3396815 adalah mantra agama tertentu, dan seterusnya. Sungguh, mau berbuat baikpun pasti ada berbagai tentangan arus yang menguji kita.

Guru Sabar Zhu lalu bertanya satu per satu kepada para calon murid baru yang tunjuk tangan mendaftar sendiri, apakah ada diantara mereka yang datang untuk belajar dengan paksaan dari orang lain? Para calon murid baru semua seragam mengatakan bahwa mereka masuk atas keinginan sendiri untuk belajar mencari ilmu.

HKZNHS telah melatih para murid Indonesia selama hampir 10 tahun. Guru Sabar Zhu mengatakan bahwa di tahun-tahun awal Beliau belumlah berani menepuk dada menjanjikan apa-apa, tapi sekarang setelah sekian banyak fakta, terlebih lagi setelah baru saja dibawah panggung

mendengar kisah pengalaman menerapi dari Kasiroh, seorang murid yang baru lulus pelatihan tahun pertama, Beliau katakan berani menjamin bahwa jika para murid mau bekerja keras, serius belajar, maka setelah lulus dari pelatihan BSM tidak saja memiliki badan sehat, tapi juga bisa membantu menyehatkan orang lain, pulang ke kampung halaman sebagai juru terapi. Guru Zhu lebih lanjut menceritakan, “Kasiroh adalah contoh yang baik. Sewaktu awal dia masuk belajar, separuh mukanya lumpuh sebelah, begitu latihan Tung Yi Kung keluar keringat dingin.. Sekarang dia sudah bisa membantu majikan mengobati penyakit beratnya, juga menyehatkan anggota keluarga, saudara, dan teman-teman majikannya. Beberapa kali saudara majikannya sewaktu ketemu dengannya kasih ‘angpao’ 100 dolar sebagai ungkapan rasa terima kasih mereka. Majikannya pun di rumah memanggil Kasiroh dengan panggilan ‘shifu’ (guru).” Kasiroh telah mendapat banyak pengalaman hidup, kisahnya mengajarkan kita akan satu hal, bahwa mencari uang bukanlah yang terpenting, akan tetapi badan yang sehat, kemampuan menolong orang lain, mendapat penghargaan serta penghormatan dari orang lain, itu barulah hal yang paling bernilai. Bukankah ini contoh yang baik akan sebuah keberhasilan mengubah nasib?

Selama hampir 10 tahun belakangan, Guru Liu Hua Jian (Pak Lau) dengan sukarela mengorbankan waktu istirahatnya sendiri setiap hari Minggu untuk mengajar dan melatih para murid Indonesia di kantor Hong Kong Zhi Neng, hal ini sungguh membuat orang salut. Kerjasama dan kerja keras para Guru dan Murid ini terbayarkan dengan keahlian para murid untuk menolong mereka yang sakit, menjadi Juru Terapi sepulangnya mereka ke kampung halaman masing-masing dengan terpatri slogan “bukan dokter tapi lebih dari dokter” mengabdikan pada masyarakat, bangsa dan negara. Ini adalah tugas dan pe-er kita semua sebagai murid dari Guru Besar Guo untuk dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya bagi seluruh umat manusia.

Berbicara mengenai majalah ‘Yang Sheng Tian Di’ terbitan ke-74 di artikel “Laporan Cuti Pulang Kampung Halaman” yang ditulis oleh Rohana, Guru Sabar Zhu secara blak-blakan mengatakan bahwa Rohana adalah contoh yang harus ditiru oleh seluruh murid. Sebenarnya sewaktu cuti pulang kampung Rohana lebih sengsara daripada saat kerja di Hong Kong karena sedari pagi rumahnya sudah banyak didatangi pasien yang antri ingin

minta diterapi, bahkan tidak sedikit ada pasien yang datang dari jauh. Pagi menerapi pasien, sorenya pun Rohana mengajak para tetangga untuk berlatih Tung Yi Kung bersama-sama, hampir setiap hari kesibukan seperti ini dilakukannya hingga larut malam. Prestasi Rohana sangat bagus, banyak pasien telah dibantu disembuhkan sehingga para penduduk kampung sangat menghormati dan menyayangnya, hasil jerih payah ‘angpao’ yang diperolehnya tidak lebih sedikit dari gaji yang diperolehnya bekerja di Hong Kong.

Guru Sabar Zhu berkata, “Rohana sedikitnya telah mempraktekkan moto ‘lupakan diri sendiri’, karena ia tidak perhitungan, tidak pusing soal pendapatan, bersedia mengorbankan kesenangan dirinya sendiri di waktu libur cuti, mempunyai penduduk sekitar mengatasi derita sakit mereka. Prestasi keberhasilan yang menyebar hingga keluar daerah membuat satu per satu orang dari jauh berdatangan untuk minta diterapi, dan yang paling membahagiakan adalah setiap pasien yang datang berobat memperoleh kemajuan dalam kesembuhan. Perbedaan yang jauh sekali, bagai langit dan bumi, dengan para murid lama sebelumnya yang mana setelah pulang ke kampung halaman mereka masih harus mencari-cari pasien ataupun menunggu pasien datang. Meskipun sekarang Rohana berada di Hong Kong, namun para penduduk kampungnya di Indonesia masih berkumpul untuk latihan Tung Yi Kung bersama. Guru Sabar Zhu memberikan masukan langkah pertama yang harus dilakukan setelah masa kontrak kerja Rohana habis dan kembali ke kampung halaman adalah mencari beberapa orang yang mau susah, sanggup kerja keras, bersedia serius belajar, untuk dilatih dan diajari teknik BSM ini dengan gratis terlebih dahulu, kemudian mengenalkan mereka kepada pasien sampai mereka dapat mandiri dan menerapi pasien sendiri dengan teknik yang telah dipelajari, setelah demikian baru sebagian pendapatan yang dihasilkan dibagi ke Rohana sebagai pengganti biaya belajar dan mengenalkan pasien.

Dengan cara seperti ini nantinya akan dapat membangun sebuah Kampung Terapi. Saat semua orang telah mandiri mempunyai pendapatan sendiri dan taraf kehidupan meningkat, maka bisa mengirimkan anak-anaknya ke Shi Jia Zhuang untuk mengikuti pelajaran di Pusat Pelatihan Pijat Hong Tu. Setelah itu langkah berikutnya adalah bersama-sama mendirikan sebuah Rumah Sehat, yang mana didalamnya menyediakan akomodasi untuk pasien menginap, ada kantin tempat makan, ada bagian yang bertugas mengantar jemput, ada yang khusus menerapi pasien, ada yang mengajar pelatihan

sambil terus mengembangkan BSM hingga menyebar ke seluruh pulau Sumatra. Mewujudkan cita-cita agar semua penduduk memiliki pekerjaan, agar semua orang yang mengabdikan dirinya di BSM ini terjamin hingga di hari tuanya nanti. Guru Sabar Zhu yakin bahwa ini adalah impian dari Guru Besar Guo yang belum sempat terwujud.

Dilihat dari beberapa tahun ini para murid Indonesia berinisiatif menawarkan diri bekerja membantu persiapan untuk acara Silaturahmi perayaan Imlek, Guru Sabar Zhu mengatakan Beliau telah melihat kemampuan para murid Indonesia dengan ungkapan “we can do it”. Secara bertahap mereka telah berkembang dan matang, terlihat dari beberapa aspek sebagai berikut:

1. Memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah (problem solving ability)
2. Memiliki kemampuan untuk memimpin (leadership ability)
3. Memiliki kemampuan untuk mengajar dan mengembangkan orang lain (regeneration ability)
4. Memiliki kemampuan untuk berkomunikasi (communication ability)

“Sejujurnya, melatih seorang juru terapi adalah target terendah kami. Tujuan yang tertinggi adalah bagaimana caranya agar dapat menelurkan pemimpin-pemimpin untuk BSM, ini seperti yang diinginkan oleh Guru Guo Yang Ling (Guru Guo San), yakni mereka yang tidak hanya bisa menerapi pasien tetapi juga bisa menceritakan dan mengajar teknik pengobatan BSM ke banyak orang. Hanya dengan demikianlah BSM baru bisa menyebar dengan cepat ke seluruh penjuru dunia.”, begitu menyelesaikan kalimat ini, Guru Sabar Zhu kemudian menyemangati kembali para murid Indonesia bahwa mereka tidak salah datang ke tempat ini, disinilah tempat mereka bisa mengali ilmu dengan sedalam-dalamnya.

Sewaktu Guru Sabar Zhu turun dari panggung, pembawa acara bertanya kepada seluruh murid yang hadir, “Apa kabarnya?”, lalu dijawab dengan sigap dan serempak oleh para murid. “Luar biasa!” . “Semangat selalu kawan-kawan!”

Semoga Perkumpulan Hong Kong Zhi Neng selalu menjadi pelopor yang abadi dalam sejarah. Salut kepada seluruh sahabat yang terus mengabdikan demi misi menyebarkan BSM ke seluruh dunia guna memberikan manfaat kepada seluruh umat manusia. Manusia berbuat, Tuhan melihat, kontribusi yang kalian berikan akan selalu terukir indah di dalam hati para anggota kita semua.

(Penulis : Ji Zi 杞子 - 2016.02.23 ; diterjemahkan oleh : Yessy 宝)

濮老師是在2011年隨先師郭志辰老師來香港參加香港智能保健學會會慶認識朱會長，張會長和其他朋友的，並連續四年都有出席該會的會慶。濮老師坦率地說，他在香港智能保健學會學到了不少好東西。包括會慶的慶祝形式和會刊「養生天地」中所汲取到的許多內容。

濮老師的母親是上海釋見華法師，他跟隨母親在06年就開始學習地藏經。有接近三年時間潛心鑽研郭老師的「空間醫學」。他心懷大眾，喜歡講實話，講真話。尊重生命，愛護生命，感恩生命！

濮老師鍥而不捨地不斷向郭老師提問題，而在這個過程中，對郭老師有了更深的了解之外也明白和學到了好多東西。後來加上自己不斷的實踐和覺悟，掌握了一套調理疾病最簡單直接的方法，並使不少疑難症病人獲得康復。

濮老師在上海創立了自己的品牌叫「喜你家」，英文叫"Happy Family"。

這是一個公益形式的一條龍頭養服務，即集養生，培訓，康復，養老，善終，生命紀念為一體的人性化長者服務。每個人都會老，但是否老有所依，老有所養，是否活得開心，活得尊嚴？不少人的晚年都很淒慘，就算有的老人有錢，但最終因為子女爭家產而搞得老人沒能有一個善終，這種事經常都會在社會上發生。

濮老師從「空間醫學」的學習中悟出了一個簡單直接的人生哲理就是：你快樂嗎？空間醫學蘊含的道理就是四個字：幸福快樂！

由於濮老師一直以郭老師「修心，養性，積德，忘我」的修心理念為座右銘，並時時懷著一顆慈悲之心。所以每當遇到大的困難時，老天爺都會冥冥之中幫他渡過難關！

濮老師曾親自聽到先師郭老師說過「沒關係，你不是我的會員，我可以做你的會員」，感動先師為人的低調，寬容和廣闊的胸襟，以及時時處處用心為人民服務的無私境界！濮老師也是因著郭老師這樣的楷模，懷著感恩之心，近三年來一直在德國通過為有需要的人調理推廣空間醫學，得到了高度的評價和讚賞！濮老師能將中國的中醫文化和先師的「空間醫學」有效的傳播到國外去。實在是功德無量！

寺院，除了供人燒香拜佛之外，同樣可以做公益事業，而且可以合情，合理又合法地去做。是濮老師將這兩個板塊有機地融合在一起，為社會的安老服務闡出了一條新方向。

# 上海濮勤建老師16年3月12日 在本會的講話撮要

**郭** 彥嶺院長在2016年春節期間接待各地前來拜年的學員時講到：了解六祖慧能的人都知道，他不會寫字，可是，為甚麼他能領會到佛法的真諦，並能把佛法傳下來？他靠的是心法，就是心靈智慧。我們空間醫學的學員中不少人亦是如此。所以，一個人是否有智慧、有能力，不完全是通過學到的知識和文憑來評價的。

郭院長要大家大力推廣簡單的方法幫助大眾解決問題，使他們一聽就會，一用就靈，就是揉腹、晃腿、晃肩、抖手、抖膝等。

## 禮 贊

——2016年強化班有感

霞光萬道照家園，五湖四海來相聚，  
一年一度強化班，強化身心長知識，  
院長傳授新手法，努力學習受啟發，  
增強身體長智慧，為民服務獻愛心，  
空間科學要發展，學子責任重泰山，  
來自天南與海北，取得大道至簡經，  
學三趕三再趕三，人人爭當觀世音，  
抖膝拉腿把病治，配合小方顯奇功，  
回顧空醫成長路，恩師心血凝聚成，  
創新國醫之精髓，為民服務滿中華。

石家莊宏圖按摩學校靈虛宏智  
2016年元月

濮老師以這樣的話語與香港智能保健學會全人共勉：我們要讓更多的人活得好，老得好，病得好，死得好，受生得好！學會是個大家庭，我們都是先師郭老師「空間醫學」的忠實執行者，生死無常，未雨綢繆，因此大家都需要不斷修煉，先師郭老師說過：「修心，養性，積德，忘我」。現如今對初踏入修煉行列的人，可能較難理解其中深意，也沒有福報受用先師郭老師的法要真諦。但是如果我們把這句話倒過來看：忘我，積德，養性，修心，我們便可明了，「忘我」才能「積德」，乃至養性直達我們這顆受儘摧殘，飽受煎熬，誠惶誠恐，焦躁不安，沒有歸依的心！真心感謝先師郭老師的智慧法要，讓我們找到回家之路！

周穗華 撰文  
香港智能保健學會會員  
全港各區工商聯會董  
新界東北區工商業聯合會副會長  
香港手提：(852) 9494 6890  
中國手提：(86) 1366 036 1088

在實踐中，讓我累積了一些經驗及有了一些感悟。得到歐陽老師的鼓勵，願在此同大家作少少分享。要聲明的是，這絕不是為炫耀自己，只希望為大家點燃一份熱情，拋轉引玉，大家一起進步。每個人都有長處，如果可以互補長短，為更多人服務，努力傳播和推廣「空間醫學」，就沒有辜負郭老師對我們的期望。

某個星期日，我幫了九位親人晃足及晃手臂僅數分鐘時間，就見他們面色紅潤，我自己都感到氣血沸騰，彼此都受益。他們均有不同程度地感覺到公轉暢通。有位親友背痛，雖然我只是晃足及晃手臂，而背痛也能得到緩解。有些人則感覺手部有麻痺感，相信這是本身氣血開始暢通的好兆頭。這套石家庄李春峰老師所教的晃肩和抖手可以成為頭肩頸按摩的主流手法。被施者更能感受到能量的運動，使全身都有變化，是以點帶面的又一有力的佐證！

有一天外面下雨，地面濕滑，不小心滑倒，臀部着地，左手腕及腰部扭傷，如何是好呢？於是我嘗試扳開母指，令其增加氣血，這樣可使疼痛的地方得到舒緩。然後將腳扳后，拉緊小腿肌肉，這樣做了之後，緊張的腰部開始鬆開。遇有這樣的問題時，首先不要想太多，不必擔憂症狀會轉差，會影響上班等，給自己增加負面信息，應給予自己正面良性的信息。此事我沒有告訴媽媽，免她憂心。星期六更搬摺牀到外家幫他們調理，他們很很接受同歡喜。我發現越去幫別人做，只要全心付出，每次遇到困難，就是獲得成功的契機。

經過一段時間的按摩休養，受傷的左手手腕已基本恢復，活動自如。平時因為經常拉拇指的肌肉，現在拇指與食指距離已拉開很多，增加了氣血運行，當用拇指做撥筋的手法時可以得心應手了。

在給同事按摩時，他們給我的回應是：當你幫我晃肩大概三分鐘後，我已感覺到氣血的迅速運行，由上臂伸延到手指，整個過程很舒服和放鬆。當抖動我手臂時，初時雖然手腕部血氣運行不太明顯，但仍感到手指處有能量的流動感，後來再感覺到氣血由手指流向上臂，肌肉感到完全鬆弛。

整個過程可以說非常享受，方法好、手法好、安全、舒服、效果好。

我清楚地體會到，在揉腹過程中，要做到肩膀

# 按摩實踐心得分享

王世景



▲ 本文作者在新春團拜中上台作了心得分享

放鬆，全身放鬆，手部擺動就才會自然，手掌亦能感受到對方結節等病理產物。當手掌不同部位用力時，被施者也會有不同的感受，當加快速度時，細胞的撞擊亦加大，能量就會跟着提升。

有些朋友學無止境，不停學習其他方法，其實與其學習各家皮毛，不如認真學習「空間醫學」精粹。單就揉腹一法，如果學得精練，已經可以天下無敵！「空間醫學」不是針對病灶部位，「空間醫學」注重人體的空間，將注意力放在病灶的前方部位，為病灶點打開一個通道，讓積聚的能量有一個疏散的出口。而當能量運行暢順時，疾病就會不藥而愈。

有時間的時候，我都會幫媽媽調理身體，她有高血壓，前病後治，我會先為她疏通背部外焦及四肢部位，再幫她晃足，用顫法抖她的膝蓋和腹股溝，再揉腹，我會感受到她的腹部散發出熱量。能量的活動會帶動氣血的運行，令公轉暢通。以前按摩時，因她承受不來，揉腹時間比較短，現在我會根據情況適當延長按摩時間。幾乎每次按摩後，她已在床上呼呼大睡，第二天感覺精神奕奕，明顯地見她睡眠質量轉好了。空間醫學的手法千變萬化，效果超卓！

可能是有意識地加大自己的實習量，平時在幫太太揉腹時，幾分鐘時間腹部已有溫暖感，我感覺自己的功力有了較大的躍進。

有一次去香港會所。有位客人剛做完按摩，我便邀請她下星期一到會所聽空間醫學簡介講座，不過她說說沒有時間，我正好有時 (下接第12版)



今年正值香港智能保健學會成立十七週年，為慶祝這個有紀念意義的日子，本會將舉辦一系列相關活動，詳情如下：

1. 7月1日為我們敬愛的郭志辰老師離世五週年的日子，本會會組團上石家莊正定康復理療院參加祭奠活動，之後會有石家莊老師為我們提供一個短期培訓課程，為自己學習增值。日期為6月29日-7月5日，籲請大家踴躍參加。

2. 7月31日是今年會慶系列活動最後一個項目，我們將以更有實質意義的義務按摩取代以往的晚宴慶祝形式，為有需要的會員提供按摩服務，讓更多人改善健康。

3. 東莞綠色文化之旅

日期：6月9-11日 (星期四-六，四為端午假期)

地點：東莞道滘鎮 (9日上午10:30 在羅湖口岸集合)

費用：人民幣1780/位 (名額50位)

(全包價，包括重量級人馬講師費，旅遊巴接送，場租費等)

定金及餘款：定金人民幣500 (請將款項入落以下戶口 (星展銀行，473596377，香港智慧保健學會)，亦可一次過付款，餘款請於出發前兩星期繳清。(全部只收人民幣)

行程及活動內容：

端午時節，道滘鎮會舉辦一年一度規模盛大的全國美食節，將會安排團友遊覽購物；另有三項重頭戲，1. 中國道教協會常務秘書陳嗣浩深入淺出講解老子的《道德經》，薰陶一下中華傳統道德文化。2. 鄒宛霖醫師講療愈身心靈的《愛的能量自然法則》。該講者有多個國家級名銜 (國際自然療法醫師，國家健康管理師，食療養生師等，亦是醫聖孫思邈傳人法空空關門弟子。他會介紹很獨特的人體調理方法，以及人與大自然共融和諧的法則。3. 由道傳九宮純陽門呂洞賓傳人劉松堅教授道家立丹功。接待我們的盧鎮長大力推薦說此功法簡單而養生保健效果好！

為自己學習增值之餘，亦以實際行動支持本會一年一度之會慶，敬請大家踴躍參加！

(以上活動可向會所報名或查詣，九龍：21481412 港島：28060189)

4. 由於本會的日常性開支不斷增加，由本年五月份開始，各學習班將會按需要調整收費，特此通知。



(上接第11版) 間，就乘機幫她晃足，做完後，她感覺非常舒服，詢問這是甚麼？我就說這是「空間醫學」按摩法，她有點不明白，我再向她解釋，就是疏通妳的任督二脈，她就明白了。她忽然有了一種衝動，表示很有興趣想參加星期一的講座，又問我在那裏學得這個方法，我說我是前不久的按摩班學員，跟兩位會長，歐陽師姐等老師學習，如果你也來學習，以後也可以像我一樣！就這樣，我又爭取到了一位朋友來接觸「空間醫學」。

曾經有位師傅為我指導抖手的方法，但我反而抖不起，或者說非常吃力。後來有機會見到同學時，我就變通了一下，改良了之前的手法，在幫他們做抖手手法時感覺更得心應手。有同學告訴我自己的感受，說有一股能量由一邊手走到另一邊手，又從頭走到腳，而且在體內流動得很快經過。這讓我感悟到，手法可以千變萬化，只要能達到公轉暢

通的效果，就是正確的方法。

學完按摩後，大家經常會回會所一起練習手法，一則可操熟手法，二來又可作互相調理，一舉兩得。會方為我們提供這樣的好機會，我們應懂得珍惜，好好把握良機為自己增值。

在不斷實踐的過程中我發現，雖然幫多人做按摩，自己的體力亦可應付，我深深領悟了練功及練體能的重要性。為人按摩時除了專注和手法的正確外，一定要使自己放鬆，才可以發揮得淋漓盡致。

只要我們不計較個人得失，踏實地為人服務，內心將會充滿喜悅，人生就更有意義同價值。任何人都是自己生命中的兄弟姐妹，只有自己好是不夠的，大家好才是最和諧完美。我們要以郭老師的理論為基礎，三老師所教導的手法為中心，深入研習「空間醫學」的按摩方法，去為更多有需要的人解除病痛，為他人為社會做出我們的一點貢獻！

## 香港智能保健學會印尼女傭培訓班的畢業典禮

上個星期，香港智能保健學會空間醫學培訓班舉行了畢業典禮。培訓班學員都是在港的女姓TKW (印尼外勞)。培訓班舉辦了九期，迄今已培訓了800多名具有空間醫學基礎理論知識和技能的按摩學員。空間醫學的創始人是郭志辰，在香港的分會香港智能保健學會的會長是張德冉，前會長是朱錦雄。

保健學會前後為數百名病患者進行過調理，其中一位是患癌症的93歲高齡的印尼歸僑司徒巴生 (原蘇加諾總統翻譯司徒眉生之兄)，據稱經按摩調理後，基本上已恢復健康。

香港擁有16萬印尼勞工。在港的TKW說，在新加坡、馬來西亞、臺灣，以及中東阿拉伯國家都有TKW，她們一致認為香港是最理想的地方，工資高、福利好。有些國家待遇非常苛刻，一年365天沒有假日，把TKW不當人看待，隨意打罵和欺辱事件，時有發生。她們還說香港是在國外打工的天堂。

香港智能保健學會為TKW開辦培訓班，是希望她

們學到一技之長，並將學到的空間醫學知識和按摩技能帶回印尼，幫助她們就業。

在這次的畢業典禮上，除了會長張德冉及前任會長朱錦雄等人致詞外，還有文娛節目助興，如詩歌朗誦等，詩中生動地表達了對老師們的感恩之情，感戴莫名，沒齒不忘。字字句句，聞之令人動容。

在發言中，學員們表示回國後，一定要將中國博大精深的文化傳播到印尼祖國。她們在香港工作了數年，深感香港人和印尼歸僑對她們非常友好，感情上親密無間。平時雖然眷戀故土和家人，但一旦離開香港卻依依不捨。她們已將香港視為第二故鄉。

文娛節目中有印尼學員演唱了家喻戶曉的中國歌曲《月亮代表我的心》，唱得有板有眼，充滿柔情。還有一位學演出印尼古典宮庭舞，並伴有卡美蘭樂器伴奏，舞姿優美，靜中有動，動中有靜，臺下的觀眾給予了響亮的掌聲。

印尼華文千島日報駐港記者楊慶華文

2016年3月14日

## 生命中的第二顆珍珠(Angel)

感恩有機會在此分享生命中的兩顆珍珠。第一顆珍珠是信仰，信仰讓我常存感恩之心、積極面對生命。第二顆珍珠是動意功，這氣功讓我改善健康，充滿活力。

自從生產後身體機能大不如前，容易感到疲倦，有時一天睡十多個小時仍是疲倦。這兩年間不斷尋訪中醫，服食了許多中藥，效果一般。一位熱心教友看見我的情況動了憐憫之心，介紹我去香港智能保健學會調理身體，經過幾個月的火灸和服用小方，我的疲倦感減少了。

有緣在中心學習動意功，更是錦上添花。本來抱住一試的心態，殊不知練習成果卻令我喜出望外。每次練習後雙手手掌都紅卜卜的，相信這是血氣通行的好現象。睡眠質素也大有改善，現在每天早起兩小時，同時感到精神爽利！

郭志辰老師集佛，道，儒眾家之長，化繁為簡，創編出了自然，安全，容易掌握的動意功功法。我相信只要持續練習定能使身心健康。家人見證着我的改變，所以我積極地介紹他們去學習動意功同空間醫學，希望將這麼好這麼寶貴的保健方法惠及更多家人和朋友。

## 雙手是積聚能量最好的保暖工具

(台灣)謝繡竹

這波寒流冷吱吱，宅在家縮緊了身子，或者窩在棉被窩裏，時間長了，身體會越發感覺緊繃，易造成消化不良，更不利於氣血循環。加上冬天喜歡吃補、麻辣、油炸食物來暖身，又疏於活動身子的話，就容易上火，氣血能量就越發容易聚集在胸口、頭部。

要保暖，就要讓身體的能量動起來，兩手要錯開，一遠一近，這樣我們的身體內部很快就會發生變化。在此分享「清肝利膽」的回照法。在體內製造旋轉的能量，只要氣血能量循環速度加快，就不會積聚於胸口、頭部了。

方法：右手近照肝膽，手心內含，手指微曲；左手遠照脾胃，手心微上托脾胃，手指自然彎曲。

原理：這個手式能快速舒展中焦氣機，調和肝膽、脾胃的功能，對肝膽、脾胃部位的各種問題都有功效。

功效：右手近，手上輻射力推動肝膽細胞顫動，並帶動能量向左運動形成能量流；左手遠，手向上輻射力推動脾胃細胞顫動，向右手手產生能量流，在體內生成了旋轉的能量流，促進了肝膽、脾胃的能量轉化交換，促進了機體氣機運動，血脈涌動，因而這個手勢有很好的保健，能刺激體內能量運動。很適合在寒冷的天氣，宅在家的養生方法。

# 郭三老師如是說

最重要的是講大道至簡的理論、方法。氣血暢通，百病不生，十六字真言的道理，講病的根本原因，解決疾病是一件非常簡單的事，只要給足人體足夠的動力，剩下的就是人體自動修復了。

Yang paling penting adalah selalu membuat segala teori yang rumit menjadi simpel.

Kalau energi dan peredaran darah sudah lancar, penyakit akan lenyap semua.

Fakta dan kebenaran kalimat afirmasi, bicara asal usulnya penyakit, jadi mudah untuk mengobatinya. Intinya cukup memberikan dorongan energi, selanjutnya tubuh sendiri yang akan menyembuhkannya.

(vivan terjemahkan petunjuk Guo san laoshi mengenai kursus bsm yang diadakan di hkzn kepada pak Sabar)



## 《心念！》Pikiran

一個人，  
Seseorang  
心念變了，德行就變了；  
Saat pola pikirnya berubah (menjadi positif),  
maka moralitasnya pun berubah (membaik)  
德行變了，氣場就變了；  
Dengan moralitas berubah, maka (area energi)  
auranya pun berubah

氣場變了，運氣就變了；  
Aura berubah, maka hokinya pun berubah  
運氣變了，命運就變了。  
Hoki berubah, maka nasibnya pun berubah.  
所以，改變命運真正靠的是自己的正能量，厚德載物。而不是身上配戴的各種護身符轉運珠... Oleh karena itu, merubah nasib benar-benar tergantung dari sikap positif diri sendiri, yaitu dari topangan jasa-jasa kebajikan, bukannya berasal dari jimat-jimat atau batu pembawa keberuntungan.

內心善良，柔和，寬厚，必長福相，那是多麼昂貴的化妝品都裝扮不出來的，相由心生，境由心轉。Hati yang bajik, lembut, dan penuh kedermawanan, pasti memiliki muka/wajah hoki, hal ini tidak akan bisa dibuat-buat meski make-up dengan kosmetik yang termahal pun. Wajah ditentukan dari isi hati, kondisi lingkungan sekeliling terbentuk oleh hati.

古人云：人心生一念，天地盡皆知。善惡若無報，乾坤必有私。

Pepatah mengatakan : Sewaktu muncul ide/pikiran dalam batin, langit dan bumi pasti mengetahui. Kalau baik buruk sama saja (Kalau tidak ada Hukum Karma), pastilah alam semesta ini egois.

有些人，似荷，只能遠觀；有些人，如茶，可以

品；有些人，像風，不必在意；有些人，是樹，值得依靠；一切皆緣也。Ada sebagian orang yang seperti bunga teratai, hanya bisa dilihat dari jauh; ada sebagian orang seperti teh, bisa dimanfaatkan; ada sebagian orang bagaikan angin, tidak usah dianggap (diambil pusing); ada sebagian orang laksana pohon, bisa membantu dan diandalkan; jodoh juga seperti itu.

人生就是一場修行，修的就是一顆心，心柔順了，一切就完美了，心清淨了，處境就美好了，心快樂了，人生就幸福了。Kehidupan ini adalah sebuah perjalanan melatih diri menuju kesempurnaan, yang dilatih adalah hati ini. Kalau hati sudah lembut dan lurus, maka semuanya akan sempurna. Saat hati jernih dan damai tentram maka situasi sekeliling akan penuh kebahagiaan. Hati senang maka hidup akan bahagia.

生命是一種回聲，你把最好的給予別人，就會從別人那獲得最好的。

Kehidupan adalah semacam pantulan, jika kau berikan yang terbaik ke orang lain, maka yang terbaik pula yang akan kau peroleh dari orang lain.

你幫助的人越多，你得到的也越多。你越吝嗇，就越一無所有。多點淡然，少點虛榮，活得真實才能自在。Semakin banyak kau membantu orang lain, maka semakin banyak yang akan kau peroleh. Makin kikir maka semakin miskin.

Terhadap apapun tidak usah terlalu acuh, menjauh dari kepura-puraan, hidup dengan apa adanya baru bisa nyaman tentram.

心念，一個人心念變了，德行就變了；德行變了，命運就變了。

Oleh karena itu saat pola pikir seseorang berubah positif maka moralnya akan menjadi baik. Saat moralnya baik maka nasib pun akan baik.

(網文選登) (印尼文翻譯: Yessy)



▲ 印尼學員致送紀念品答謝老師們以表她們的感恩之心



▲ 印尼學員以虔敬之心詠唱了兩首歌送給教給她們知識同技能的老師



▲ 朱錦雄伉儷去峇里探訪在海外為華文教育做出卓越貢獻的知名人士江連福先生



▲ 印尼在港勞工組織代表發言中高度讚揚印尼學員在各方面的出色表現



▲ 一眾印尼學員與嘉賓合影留念，後排正中是一位特別嘉賓印真禪師。





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. 2016年度普通會員會費

請各普通會員來會所繳交2016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) 金雞納洗髮水 (2) 金雞納護髮素
- (3) 天然護髮啫喱 (4) 薰衣草迷迭香順髮液

開課日期：額滿開班 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圓 (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)

第一級顯面骨美療課程 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：3/5、5/5、10/5、12/5、17/5、19/5、

24/5、26/5/2016 逢星期二、四

共8堂 (只收會員) 會員費用 \$1000圓

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

人體空間醫學 (舌診與用藥)：12/4、14/4、19/4、21/4、26/4、28/4/2016逢星期二、四

共六堂費用全免 時間：晚上 07:00 ~ 09:00

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：21481412)
- 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)