

再會心靈

(印尼) Yessy 2013. 12. 5 於廣州/ 紅豆譯

看完記錄我們自 8 月 28 日開始在石家庄正定宏圖按摩師培訓學校的 20 天強訓光盤，恍若昨天之事。充滿燦爛的笑容、和諧、精神和幸福感，至今還有在那裡的那種感覺。

放在辦公桌旁與眾老師、學員的合照，一直令我回想在正定學習的情景。



開始於改變體質的形體鍛練，幾乎每天只睡 5 小時而要在一大早就起床，一環扣一環，一節跟一節，由早到晚上 9 點的課程很耗體力，最初感到腰骨要斷，全身酸痛。但這一切被符合上帝意願對空間醫學的追求所戰勝，對老師給我們的要求，盡全力做到最好。也許，由一開始我就很嚮往來到正定，另外也很想治好我自小就有手脚多汗至淋漓的毛病，或者想暫時離開煩囂去靜修一下，所以對於雙膝微曲兩手做出某個動作，要站半至一小時的站樁，也不會有所懷疑是否有用(我當着燒脂減肥)，盡管手脚發抖也忍住保持下蹲的姿勢，特定的手勢讓我全身汗出如雨，我仍堅持下去。



後來才知，幾乎每天都在課程裡如此操練的強訓叫做『動意功』，這是學習空間醫學的入門訓

練。坦白說，剛開始我有點驚異和猶豫，為何這訓練要叫我們每天忍受痛苦和酸疼地站立？我以為來這裡像在別處學氣功感受氣的緩緩流動。後來才明白，動意功無別於我大學時段裏一邊接受過深入的靜功學習。我掌握到的鑰匙：覺醒，放鬆，集中，呼吸，平衡，自然。老師說，練動意功時外靜內動。哇！這正是我要的，我很想知道更多空間醫學的奧秘！



幾天訓練之後的某個晨早，我無比疏暢，突然出現美景、幸福、安寧、和平，甚至無意識地會微笑、傳輸大愛給所有生靈。令我驚異的是，這感覺在我練之前很感到疲累的動意功站樁時出現。我想，這就是郭三老師說過的『苦中有樂，樂在其中』。幸福和享受來自周身的舒服，換句話說我們享受動意功。

對空間醫學的理論我更被吸引，道理深奧但又簡明實用，填補了我化學專業所學習過的另一側理論。

在大學生化課堂上也講過細胞的升降開合運動，通過呼吸空氣的氧分和來自食物的營養，經過一連串的生化過程產生能量作用於全身的活動，維持器官、體溫、腦部活動的運作。但一般的學習，極有限講到能量。所以我剛開始想‘這就是為什麼 20 天由頭到尾我們都在講公轉暢通的原因’。

再者，好比流水應該永遠保持干淨，身體能量應該流轉使我們的功能正常，一旦堵了，就似水溝淤塞會產生惡臭的髒物影响到其他，這將造成免疫力下降，各臟腑功能受影响，最終有病。不過，我過後才明，這裡講的能量跟一般理解的力氣是不同的。

導師的講解及從郭老師的著作中，我明白空間醫學講的能量與現代的西方醫學所講的能量有不同。空間醫學的『能量』近似東方醫學講的『氣』，可說成是『自然』的能量，又叫做內力，內功。之後，我更能理解空間醫學的道法自然，感受到發生在身體內的變化。

在聽過郭三老師的課後，明白到空間醫學與天人合一有很大的關連。大致上說，宇宙有兩種形態存在，一種叫實體，一種叫空間，彼此互相影響。一旦失去平衡就會有問題出現。

外觀人體是一個實體物質，有筋骨肉和水，而實際上裡面有很多空間，臟器之間有空間，細胞與細胞之間有空間，細胞內也有空間。生物學說，這無數空間就是能量交換的場所。空間醫學很重視空間，因為它是物質能量互換的重要地方。物質過量會造成空間堵塞產生問題，就像吃得太多擠滿了胃的空間人體要生病。郭老師的書中也說，某個部分能量過度集中，也會引至別的部分缺乏，這物質與能量的失衡會導至人體功能的失去作用，人的思想也會起很大的影响，被負面思維和情緒操控將使人體細胞運作不正常引致疾病產生。

郭三老師說，空間醫學的調理原則，必須為能量尋找出口的空間，也就是利用人體中的空間來解決醫療中存在的疾病。大原則是『清除污染，疏通河道，能量搬家，公轉暢通』。其實就是運用能量的互相撞擊，令身體所有細胞開合，恢復臟腑的正常。

郭志辰老師真的無比偉大，我們不僅學到動意功醫好了自己，而且學會按摩手法可以助人，通過舌診分析配以小方治療就能救人。空間醫學確實是全面和先進的醫術。我之所以很喜歡空間醫學，因為這門醫學治病很講『用心』。我創造自己的空間來學空間醫學，其意要用大愛之心救助所有生靈，也讓我們的心胸更寬廣，當我們可以忘我之時，已在擴大了我們體內的空間，宇宙能量就可灌我身，這正能量我們隨時可用來光照他人，內心因此和平幸福。



20天在正定的日子，個人在精神上有很大飛躍。人與人之間心心相印，身體壯健才有健全的生命。體能訓練令我精神清明，可集中精神，潛意識即出現。我相信，身心平衡是郭老師創建的空間醫學所要強調的。

記得有一部『Pay it Forward』的電影，一個小孩說，我們得到的好處(善待)應該傳給別人，一個傳一個。接觸了空間醫學後，我也產生來自內心同樣的想法，希望可以不斷傳出去。

在正定期間，我們見到許多真心誠意的人，指導老師的悉心教導和傳授，他們用心幫助病患者，雖然時間短促，都給我們極其深刻的榜樣教育。由教職員到廚師和大門守衛以及所有中國學員，其充滿陽光的笑臉，無微不至的關懷，讓我們心中溫暖，這一切又是那麼地自然和諧。這裡真的是充滿正能量的地方，我很幸運可來到而且直接在其總部學習空間醫學。我要大聲

說感謝，感謝大自然，感恩老師們，感恩中國的朋友們！

(參考文獻)：

郭志辰, *人体空间医学探索* (中医古籍出版社, 2006), 1, 10-11, 26.

郭彦岭, *空间医学* (正定康复理疗院, 讲课, 2013).

<http://en.wikipedia.org/wiki/Qi>