覺

總會 魏裕峰 老師 +886-937888888

靜坐中感覺到有雜念出現是很自然的事，因爲這就是每個人天生都有的覺性。

如果沒有覺性的靜坐，靜坐只是一種姿勢罷了。有了覺性以後的靜坐，如果沒有再進入悟性的話，那麼靜坐只是在生理層次而已。倘若能進入悟性的智慧，進一步把雜念解決放下，如此才能減輕或去除干擾心靈的煩惱。

靜坐是經由覺性的過程而進入悟性 ，若是沒有進入悟性的覺醒，那麼覺性只會擴大雜念的煩惱而已。若不明白此一道理，讓雜念煩惱繼續擴大下去的話，那樣靜坐練功就很難持續下去的。

覺性就是產生感覺、察覺、發現，找到執著、罣礙的能力。

悟性就是產生智慧來看清、看懂、看透、解決、修正放下罣礙執著的能力。

靜坐練功其中之一的目的，就是要把自己與生俱來的那份覺性與悟性給喚醒。

其實雜念是早已經潛藏在心裡頭，無論在動在靜的時刻，它本來都是存在的，只是在我們在靜坐的時候特別的容易突顯出來。

好像一杯污濁的水，你不去攪拌它，讓它靜靜放著一段時間，不久以後你會發現水開始變的比之前清澈了，因爲在水中混濁的雜質已經自然的沉入杯底。到那時候你就會看到，是什麼東西令水變得這麼髒，從而知道如何把雜質、雜念去除。

一旦覺性被開啓之後，你就必需學習進入悟性的領域，這樣的話，靜坐才能夠把身心靈提昇到另一個層次！

倘若你在靜坐的時候只有「覺」而沒有「悟」，你應該要發現，缺乏悟性的覺，只會是擴大自己內心的煩惱，讓內心更加的焦躁不安而已。就好比看到了水中的雜質，是「覺」了，如果你不接下去思考如何把它給去除，那就是沒有「悟」了。

唯有達到悟的階段，才能修正執著放下罣礙明心見性，這樣才能把身心靈的健康提昇到更高的層次。

大家身心靈平安健康！

魏裕峰 老師 共勉

2014.04.13 印尼棉蘭初級班開課時學員練習調整之狀況

2014.03.27 馬來西亞怡保中級班開課時學員練習調整之狀況

2014 .05.07 馬來西亞砂拉越州砂拉卓省開課時學員互相調整之狀況

2014.03.03 馬來西亞沙巴州根地咬開課狀況

2014.03.25 馬來西亞怡保初級班開課時狀況

視力慢慢恢復了

馬來西亞 黃淑芬+60-17-4432344

在2013年5月31日那天，我在屋旁燒垃圾，誰知剛一點火，就聽到「轟」的一聲爆炸。當時我只感到眼睛很痛，就趕緊進屋用清水清洗。清洗後，眼睛依然很痛，連我母親看到都嚇了一跳。因為我身上沾滿了血，包括我的左眼。那時候我才知道，剛才的爆炸，將一些玻璃碎片炸到了我的身上，也包括了我的左眼。家人趕緊將我送到醫院，左眼共縫了32針，接著做了一連串的檢查。醫生告訴我左眼傷勢嚴重，裡頭有積血，眼皮部份的燒傷也達到了2度，眼睛睜不開，必須等消腫後才能做進一步的檢查。

因為在縫合傷口時，醫生打了麻藥，而我又因體質的關係，麻藥一直遲遲無法消退，整個人暈暈沉沉的過了三天後，醫生發現了這個問題，才另外用藥止退了麻藥的藥效。到第4天後，我的人才開始慢慢的有精神，我問醫生何時能出院？醫生說我眼睛腫得很厲害，吃藥也不見消腫，什麼時候能夠出院，目前還說不定。而且，初步檢查下來，左眼只有20%的復原機率，叫我要有心理準備。這時我才想起了長生學，我立刻開始靜坐做功課。而且，只要我一有時間，我就做功課。到了第7天，我發現我的眼睛已有些消腫了，於是，我就更加努力的做功課，我一天要花好幾個小時靜坐。到了第8天，我的腫幾乎全消了，醫生也開始了一連串的檢查，包括了眼部的Scan（掃描）。當天下午報告出來，醫生說我眼睛的神經線斷了，必須開刀接回，不過，即使接回也不能保證眼睛看得見。我聽了醫生的話也沒多想，我依然繼續的做功課。第9天的早上，醫生又來再次的為我做檢查，並且告訴我安排隔天下午動手術。之後，我又開始做功課，不過，開始靜坐沒多久，我彷彿感覺有一閃一閃的光從我左眼閃過。我也沒想那麼多，繼續靜坐，到了晚上，我確信我已能看見燈光了，我告訴了值班護士，護士也立刻幫我做了個簡單的檢查，並且將我的病情報告了我的主治醫生。隔天一早，我的主治醫生就趕到醫院再幫我做了一連串的檢查，並且有些懷疑的叫我再做了一次Scan（掃描）。結果，醫生說不用手術了，我的神經線沒斷，只是受損而已，休息休息下午就可以出院了。

出院後，我還抱著懷疑的心態跑到新加坡的醫院去做檢查。新加坡的醫生說我的眼睛受傷的很嚴重，眼角膜還有一層油，需要過一段時間才能領導受傷的程度，所謂視力會下降。我[illegible]然[illegible]清楚[illegible]色。[illegible]傷的有[illegible]又推[illegible]醫院做檢[illegible]樣[illegible]我做Scan[illegible]拒絕[illegible]

眼睛受傷：調整c7+眼睛+後腦

公元一九九七年一月創刊

中華郵政台北雜字第1397號執照登記為雜誌交寄

長生學 季刊 第期

刊物名稱：長生學季刊
發行人：阮基成
發行所：財團法人台北市私立長生學社會福利事業基金會
發行地：台北市復興北路516號4樓之2
電話：02-25181685
編印：台南市大同路二段186巷5弄6號
電話：06-2151088 魏裕峰老師
中文網址http://www.longevitology.idv.tw/
見證網址http://www.changsenxue.idv.tw/
美國網址http://www.longevitology.org/
E-mail：tw.longevitology@gmail.com
changsenxue@yahoo.com.tw

本會各項活動訊息及諮詢服務。

中醫師諮詢服務專線：
張蓉成律師：07-2715253
莊美貴律師：06-2983966
黃建銘醫師：06-6852737
劉永隆醫師：07-6074379
阮基成醫師：02-26325167

國內郵資已付
台南郵局許可證
台南字第512號
雜誌
無法投遞請退回

台灣地區服務電話

總會 魏老師
+886-937-888888
張老師
+886-6-2151088
傳真+886-6-2155919
台北
+886-2-25181685
+886-988-389571
+886-919-951685
桃園
+886-3-3348229
新竹·苗栗
+886-3-5553969
+886-926-162976
台中
+886-4-25825566
+886-937-205566
彰化·南投
+886-4-7585337
雲林
+886-910-547890
嘉義
+886-5-2393419
台南
+886-6-2151088
麻豆
886-6-5723733
高雄
+886-7-2382688
(夜)886-7-2262470
屏東
+886-920-331016
台東
+886-89-[illegible]
花蓮
+886-38-[illegible]
宜蘭
+886-39-[illegible]
基隆
+886-2-[illegible]
桃園
+886-3-[illegible]
新竹
+886-3-[illegible]
苗栗
+886-37-[illegible]
台中
+886-4-[illegible]
彰化
+886-4-[illegible]
南投
+886-49-[illegible]
雲林
+886-5-[illegible]
嘉義
+886-5-[illegible]
台南
+886-6-[illegible]
高雄
+886-7-[illegible]
屏東
+886-8-[illegible]

世界各地服務電話

菲國
63-[illegible]
馬來西亞
60-[illegible]
紐西蘭
64-[illegible]
澳洲
61-[illegible]
英國
44-[illegible]
日本
81-[illegible]
香港
852-[illegible]
緬甸
95-[illegible]
印尼
62-[illegible]
馬來西亞
016-5244889
016-5241368
英國
1223362978
其他國家請電話洽詢總會

鼻子怪病治好了

澳洲 伯斯 Peter Lei +61-8-9478119

由於工作性質加上長期勞累，使我兩肩常常感到疼痛。有時甚至痛到連手都無力，我又不能吃止痛藥，只好去看中醫及按摩。醫生說這是職業病，如果想改善就不要工作。某天我偶然翻閱報紙看到一整版長生學的介紹，於是抱著試試看的想法報名參加澳洲伯斯第二期長生學初中級班的學習。學習期間看到、聽到師兄師姐及一些學員談及親身感受，更堅定了我對長學的信心！

於是一年多來我堅持每天練功，週末參加調整班。不但治癒了自己肩膀的傷痛，還幫助治癒了身邊親人、他人的病痛。尤其記得我幫我兄弟調整他鼻子的疾病。數年前他得了一種不知名的疾病，當他每晚躺在床上睡覺就會流鼻涕，流濕一大片枕頭…，他看了無數次西醫，醫生檢查都說他沒事，令他非常苦惱。於是我試著幫他調整，調整C7+C5+患處，一次大約調整1～1.5小時，兩天後他告訴我有明顯改善，連續調一週後已經很少流鼻涕了，但偶爾還是會有一些；到第九天時他告訴我已經完全好了！之後我再繼續

2014.05.11 德國卡斯魯爾初級班學員練習調整之狀況

助印

凡助印金額在新台幣伍佰元以上者：可長期接到長生學季刊（任何國家均可）

1．2．獲得本會各項活動訊息及諮詢服務。

（請於郵政劃撥單內詳細註明收件人：姓名、郵遞區號、地址、電話，以方便電腦建檔）

助印郵政劃撥帳號：31314193
戶名：魏裕峰

對本會所舉辦之研習活動，如有問題可電洽總會詢問
台灣總會：（06）2151088
魏老師：0937888888

長生學慈善基金會 完2014年07・08・09月課程表

把長生學的愛分享吧！請現在就打電話告知親朋好友！

台灣區初、中級班課程

國內	初級班	中級班	地點	聯絡電話
新竹	7/04.05.06	7/11.12.13	新竹市東明街138巷1號(光復里集會所)	03-5326335・0916-792998・0926-162976
桃園	7/07.08.09	7/14.16.17	桃園縣蘆竹市公所(原蘆竹鄉公所)桃園縣蘆竹市南崁路150號(3樓會議室)	林秋桂0919-389149・李金寧0922-010365
台北	7/17.18.19	7/21.22.23	台北市文山區景新里民活動中心(台北市文山區景後街151號4樓) 交通建議：捷運：新店線-景美站1號出口7分鐘到 公車：251、253、505、660、棕6、景美國小站下車3分鐘到	02-25181685 0919-951685 0988-389571
台中	7/19.20.21	7/26.27.28	台中市南屯區大墩6街319巷41號(田新公園活動中心)	0920-001330・04-23872633・0912-076906・0937-205566
高雄	7/21.22.23	7/28.29.30	高雄市苓雅區青年二路101號3樓(田西里活動中心)自強路跟青年路交接口	07-2382688日・0939-196538
台南	8/04.05.06	8/11.12.13	台南市林森路二段252號(大學里活動中心)東寧派出所隔壁	0921-221767・06-2151088
花蓮	8/04.05.06	8/11.12.13	花蓮縣吉安鄉慈惠一街30號・勝安社區活動中心 (位於七腳川溪《莲閘橋》北側慈惠堂牌樓往西100公尺處)	03-8528101・0937-977977
彰化	8/11.12.13	8/18.19.20	彰化市華陽市場4F活動中心(彰化市旭光路上)	0921-336261・0937-585337・0939-198905
台中	8/27.28.29	9/03.04.05	台中市梧棲區中央路二段238之1號(福德里社區活動中心)	0937-718219・0934-329819・0937-205566
南投	9/05.06.07	9/12.13.14	南投市平山里活動中心(南投市平山二路47巷2號)	0935-348315・0937-585337・0939-198905
雲林	9/12.13.14	9/19.20.21	雲林縣斗六市南聖路301號(南聖宮)	0912-352057・0935-704159・0922-005107・0910-547890

世界各國初、中級班課程

國外	初級班	中級班	地點	聯絡電話
汶萊	6/22.23.24	6/25.26.27	上課地點請電話連絡	詹師姐673-8828856
馬來西亞砂拉越州	7/01.02.03	7/04.05.06	民都魯 特殊兒童中心	陳師姐 0198843648・莊師兄0138342771
新加坡	7/05.06.07	7/08.09.10	金門會館 請於6月6日前電話洽詢	+65-90124326
馬來西亞砂拉越州	7/08.09.10	7/11.12.13	美里 福州公會	楊師姐 0138333881・陳師兄 0198851085
印尼泗水	7/12.13.14	7/15.16.17	上課報名已額滿，如需上課必須後補	+62-317345135 Dessy santi・+62-811371955
美國北加州	7/26.27.28	7/29.30.31	44577 S. Grimmer Blvd., Fremont, CA 94538 Stanley Woo: (510)400-9588・Butterfly: (925) 820-0500・Sophy: (408)504-5396	
緬甸仰光	7/29.30.31	8/01.02.03	請於上課前一個月電話洽詢報名時間及上課地點	+95-95082285陳師姐・+95-95065276陳師姐
緬甸曼德勒	8/04.05.06	8/07.08.09	請於上課前一個月電話洽詢報名時間及上課地點	+95-95082285陳師姐・+95-95065276陳師姐
馬來西亞彭亨州	8/10.11.12	8/13.14.15	金馬倫 甘榜拉慈多元化禮堂	許彩卿 019-5000826・王秀鳳 012-5806993
馬來西亞雪蘭莪州	8/17.18.19	8/20.21.22	萬津 萬津中華小學 蔡迎芝	012-9033111・張永隆 012-2618467・林保樂 012-2976257
馬來西亞登嘉樓州	8/17.18.19	8/20.21.22	瓜拉登嘉樓瓜拉登嘉樓海南會館 張秋荷	019-9362932・林燈傑 016-9306818・黃碧新 019-9807255
馬來西亞吉蘭丹州	8/24.25.26	8/27.28.29	哥打巴魯 吉蘭丹中華工商總會 陳開章	012-9382918・吳毓權 012-9001918・劉文榮 012-9215138
馬來西亞柔佛州	8/24.25.26	8/27.28.29	新山柔佛再也 新山大馬柔佛再也體育中心	溫柔甄 012-7975681・王仕隆 012-7133792
馬來西亞沙巴州	9/09.10.11	9/12.13.14	山打根 金樂園俱樂部	曾師姐 019-8136996
馬來西亞沙巴州	9/17.18.19	9/20.21.22	亞庇 紫瑞閣禮堂 曾師兄	019-8808711・陳師姐 019-8627351・李師兄 016-8319145
澳洲雪梨	9/26.27.28	9/29.30.10/01	請電話洽詢報名方式及上課地點	0411803669・0412583269・0431179308
馬來西亞砂拉越州	9/25.26.27	9/28.29.30	古晉 美麗華酒店	湛師兄016-8866793・沈師兄017-2221682
澳洲墨爾本	10/05.06.07	10/08.09.10	MC Square 687 Doncaster Rd, 3108	May:+61 448 990 289・Sherry:+61 422 299 618
加拿大溫哥華	10/11.12.13	10/14.15.16	7891 Cambie Road, Richmond, BC, Canada, V6X 1J7	Mr. David Yih 604-808-6876・Ms. Helen Chiang 604-620-9698

世界各國高級班（必須中級班結業二個月以上並經過實習 請上課學員預先報名）

國外	時間	地點	聯絡電話
馬來西亞雪蘭莪州	8/16.11.12.13.14.15	八打靈 育才國民型華文小學	陳達雀019-2219435・張水蓮 019-2510030・Evelyn 012-5267796
汶萊	8/23.24.25.26	上課地點請電話連絡	詹師姐8828856
馬來西亞沙巴州	8/28.29.30.31	納閩 上課地點請電話連絡	蔡師姐012-8380200・蔡師姐 012-8282960・曾師兄 019-882087
馬來西亞沙巴州	9/01.02.03.04	斗湖 金都酒店	陳師姐012-8106920
紐西蘭	9/20.21.22.23.24	報名時間及上課地點請電話洽詢	021123060・096290084

高級班注意事項：

一、高級班之報名及上課事宜，由各地區函件通知參加，必須中級班結業二個月才可參加高級班報名，並經審核後方具上課資格。有疑問者可向該地區詢問之。
二、高級班開課地點、日期請於一個月前洽詢各地區服務處或調整中心。

初、中級班注意事項：

一、各地區上課時間為晚間七點。學員請自備原子筆。
二、各地區均報名額滿為止。並且隔日不再接受報名。
三、各地區上課時間請先電話確認，以免時間地點異動。

※本會舉辦之初、中、高級班研習及調整服務，皆不收取任學費、報名費，凡活動之開支均由學員自由樂捐分擔。
※長生學舉辦之課程均列於本表，坊間其他類似活動，與本會不同體系，故與長生學慈善基金會無關。
※對本會所舉辦之研習活動，如有問題可電洽總會詢問 台灣總會：06-2151088 魏老師：0937-888888

羅漢松長高了

香港 賴宮通 852-97781730

2014.02.25 馬來西亞沙巴州丹南開課狀況

我是第九屆長生學的學生，記得魏老師幫我開穴後回家靜坐，身體不停搖動，尤其是頸部、腰及手腳不停地動。經過了幾個月後頸部已經不搖，腰和手腳都減少搖動。

另外，我自己種了一盆羅漢松，一年都沒有長高，也沒有長新葉，我同它調了五至六次後，它便長出新葉，現在長得很茂盛。

此外，我早前被滾油燙傷手，我自己用另外一隻手按C7及手處二十分鐘，再放心臟約半小時，手痛已減退，所以長生學眞是好幫手。

植物調整：雙手置於植物上方或側面
燙傷調整c7+患部

2014.03.10 馬來西亞沙巴州斗湖開課時學員互相調整之狀況

富貴手

澳洲伯斯 戴里芳 +61-411376236

我在2013年11月學了長生學後，最大的受益是我得了二十幾年的富貴手被我調好了。以前每當發作時奇癢無比，嚴重時就要看醫生打針吃藥和買藥膏擦抹。還必需戒口不吃我的最愛-海鮮類，後來用長生學調了兩個多月後，我突然發現已經有兩個多星期，雙手沒有擦抹藥膏了。由於神奇的長生學，我也開始不用戒口，可以吃我最愛的海鮮了！

現在，我一發現有一點發作時，就趕緊調整，第二天它就不發作也消了。我得了二十幾年的富貴手被我調整好了。感謝

富貴手調整c7+C5+感謝

看完本刊，如不想收藏，請你把它轉送給你的親朋好友閱讀！謝謝！