



初中級班研習課程，林老師、開穴師和義工及全體學員合影



2025.07.11 馬來西亞亞羅士打開課狀況



2025.06.27 雪蘭莪州開課狀況



21/6/2025星期六巴生Matahari 調整站~迎接林老師的到來並組織了百樂聚餐交流會



2025.06.30 印尼雅加達中級班結業老師與學員合影



2025.07.03 新加坡初中級班學員與老師結業合影



第16屆初中級研習課程~霹靂怡保聖約翰禮堂 (2/8/2025 ~ 7/8/2025)



2025.08.07 霹靂州怡保開課狀況

好轉反應是療癒之始

台灣 高雄 郭玉美 +886-939-196538

「好轉反應」是傳統醫學、自然醫學用語。是藥力、食品或能量對人體器官，進行有效調節後所產生的現象。這是為喚醒人體本能的治癒能力，所必須經過的新陳代謝反應。是身體正在好轉的信號，是反應身體正在自我修復，排除體內毒素或調整到健康平衡狀態的一個必經之路。

每個人體質不一，病程的輕重長短不一，也會有不一樣的症狀表現。但多少會伴隨著一些不適，通常是暫時性的，不必太擔心。有人痛、更痛、酸、更酸、拉肚子、便秘、放屁、眼屎、排臭汗、皮膚起疹過敏、頭暈、疲倦、愛睏、失眠、口乾、多尿、無力、搖晃、出血、原本症狀加重...，這些是因為身體在排除長期累積的毒素，透過皮膚、消化系統、泌尿系統、呼吸系統排出的現象。比如一杯水放了沙子，許久沒去動它，沙子就沉澱在底部，要把沙子取出來，在取得過程中，這杯看似已沉澱清淨的水會變得

自助&助人

多倫多Grace, 曾華演 +1 (647) 763-7246

我是 Grace Cheng, 15個月前我接觸到長生學，知道長生學用導引宇宙能量，來提升身體的氣，我覺得很好奇，想知道如何接受宇宙能量進入身體，又怎麼樣提升身體裡的氣？我想深入了解，所以去年四月我參加了多倫多長生學的初級/中級班。

第一天在課堂被開了C7和C6穴道後，我晚上經常睡不著，今晚把手放在C7穴道上試一試看看結果如何。那天晚上不知不覺的一睡就睡到天亮，感到很舒服！

我從小就有過敏症，呼吸系統比較弱，經常出現感冒的症狀，嚴重到耳朵發膿，耳膜也破了。來到加拿大後就更糟了！流鼻涕，眼睛發癢，根本無法入睡，因為當我躺下時，鼻子就會堵塞無法呼吸，所以我只能坐在床上睡，非常辛苦！

我的家庭醫生建議我去看過專科醫生。發現加拿大是敏感症最高的地方：尤其是多倫多！做了過敏測試後，醫生說我必須打過敏針，作用是讓身體適應這些過敏原，藥物成分會有輕微改變。這樣繼續打了很多年，勉強緩解症狀，但是沒有治好我的過敏，尤其是空氣污染，化學香氣味的環境下更難受，濃烈香味的洗衣粉洗過的衣服穿了身體也發癢！

我年少時常出風疹，全身從頭到腳都腫起來，三四天都不能出門癢得受不了，什麼藥物都不能夠控制，因為我身體的系統不能代謝這些污染的東西出來。畢業後有一晚，我睡覺時，忽然間身體有異常的感覺，全身癢癢的！我心想，糟糕了，是不是風疹又回來了？我立刻靜坐，在靜坐時我就停止了癢

癢的感覺，有一種非常奇妙的感受。我身體的皮膚底下，好像汽水的泡沫一樣，在滾滾往上升，真是很奇怪。後來我出了滿身大汗，就這樣我的鼻塞竟然完全通暢了，我相信這就是長生學好轉反應，是排出毒素的情況吧！因為在熱帶生活時每天都能夠出汗，現在來加拿大都沒有出汗，我非常煩惱。但自從那一次，現在在每一天都會出汗，動不動就出大汗，我知道我的代謝系統都通暢了。

有一次我幫人調整之前，因為腳跟撞傷了非常的痛，當時我自己調整痛度減輕了一半，但還是抽痛，我仍堅持到調整站幫他人調整。當我靜下心來幫人家調整的時候，忽然間好像有一個人把我的腳跟很用力的撞了一下，非常痛，之後痛就過去了。我想是不是我的能量提升了，所以就清除了體內的阻塞？隨後抽痛也少有發生了。所以，經過這次長生學的體驗，讓我信心大增，我會繼續做義工來幫助自己，幫助別人，這是兩全其美，雙方有益的功課，我何樂而不為呢？

還有，看到我同班的幾位同學，初次來上課時，有人是坐輪椅，有人撐拐杖來，開穴道都需要人攙扶，行動時表情很痛苦的，但在畢業後，到調整站做義工的時候，看到他們有來調整站，現在有的完全康復，甚至可以自己開車來的。只是短短的幾個月時間，從撐拐杖到現在能夠自己開車，這都是學習了長生學的轉變，效果不容置疑。

感謝林老師和魏老師傳授長生學，改善身心靈的功夫，讓我們不但能提高自己的自癒能力，還能幫助到別人，我希望繼續用愛心和慈悲救人的心，幫助更加的人！



2025.05.18 印尼馬辰中級班結業老師與學員合影

2025.06.24 印尼龍目島中級班結業義工合影



2025.06.11 台中豐原區初中級班結業義工與學員合照



2025.08.23 台中大里區初級班上課狀況



2025.07.13 台北北屯區初中級班結業義工與學員合照



2025.05.03 感謝精舍仁濟師父邀請長生學宜蘭服務處辦理健康體驗



2025.08.18 彰化華陽課程



2025.08.18 彰化初級班開課狀況



2025.08.20 長生學台北區服務處捐助台北醫學大學同學離島義診交通費



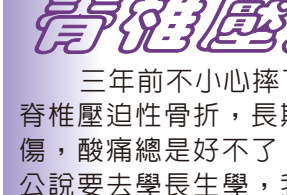
2025.08.23 台北中級班開課盛況



2025.04.25 印尼泗水中級班上課狀況



2025.07.04 柔佛州昔加末開課狀況



2025.04.30 印尼瑪琅初級班開課狀況



2025.07.21 桃園中級班結業學員與義工老師合影

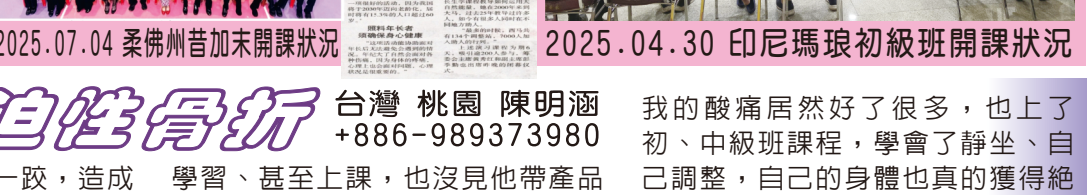
季刊／講義 助印者芳名

2025/06/01~2025/08/31 以後之捐助者當於下季刊出

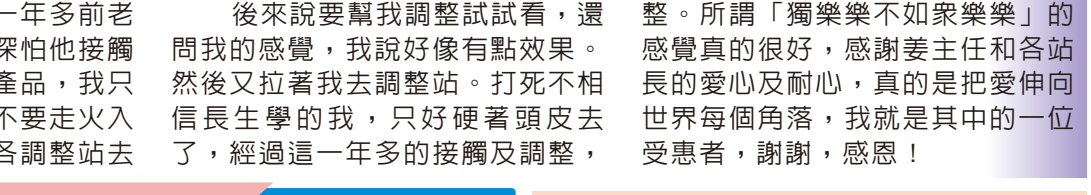
200元 張桂芳	400元 廖碧蘭
500元 于宥甯、林美嬌、陳林美玲、廖美惠、陳彦廷、楊仲正、邱淑玲、張芳芬、洪忠義、劉愛華、池瑞珠、王素玉	
1000元 許明吉 林桂美	4000元 吳厚道



2025.07.17 檳城威南縣高淵初中級開課狀況



2025.07.30 彭亨關丹百樂縣直涼開課狀況



2025.08.02 高雄服務處義工於星巴克聯誼聚會

青椎壓迫性骨折

台灣 桃園 陳明涵 +886-989373980

三年前不小心摔了一跤，造成脊椎壓迫性骨折，長期靠著護腰療傷，酸痛總是好不了。一年多前老公說要去學長生學，我深怕他接觸到直銷，會帶回來一堆產品，我只說學了什麼都好，拜託不要走火入魔。結果他很認真地到各調整站去

近視進步250度

台灣 宜蘭 梁志嘉 0917082070

2014年左右，我的視力是375、350度。有一天眼鏡螺絲壞掉，所以幾個禮拜沒戴眼鏡。我從宜蘭回到台中配眼鏡，結果度數進步175度和150度。經過大約半年，我又回台中檢查眼鏡，結果又進步了。就這樣每半年檢查，視力不斷地進步。今年2025年，我的眼晴度數在125、100度。老花只有50度。

有人問要怎麼恢復視力？個人的經驗：
一、助人益己
我是長生學的義工，每天至少靜坐一小時，每年到調整站幫人調整超過100人次，今年已超過200人次。
二、生活習慣
(一) 睡眠很重要，睡前靜坐，對睡眠很有幫助。
(二) 用眼習慣(眯著眼看東西會讓度數增加，我們要反其道而行)
1.有意識地眼睛睜大看。
2.有意識的看遠方(多看綠色)。

(三) 多一套眼鏡(多的一套眼鏡度數要比較低)，例如：近視度數3百度，我們配一副2百度的眼鏡；用來電電腦、看書，室內活動用。

為什麼要這樣？因為眼睛構造，如果使用剛好度數的鏡片，那它沒必要調整度數。反之，如果鏡片度數比較少，當運用長生學使能量提升，眼睛就有能力調整結構來適應環境。一段時間視力就進步了。

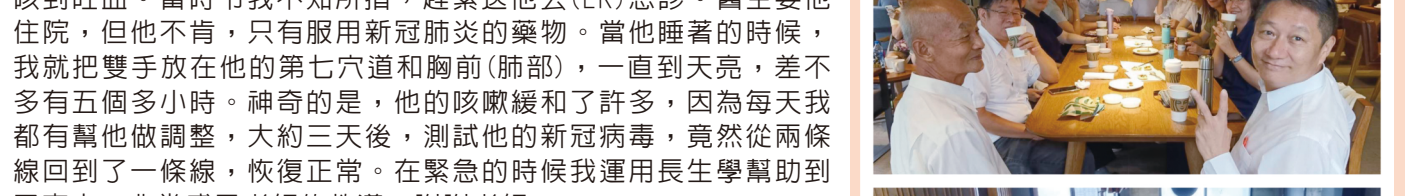
只要能量持續提升，生活習慣調整，視力就能提升到很好的狀態。希望這個見證能帶給義工們更多的信心，助人益己。因為從頭到尾，我沒有幫自己調整眼睛，近視就這樣不斷地進步。當然長生學的靜坐對視力是有幫助，但我明白當運用長生學幫助別人時，自己提升能量，視力的進步會更神速。感謝長生學創辦人，感謝全世界長生學的義工持續開課，提供調整站，讓我們有機會體驗上天的禮物《長生學》！

新冠肺炎 兩條線回到了一條線

美國 Winnie An +1-7135980094

我從未聽過把雙手放在穴道上，就可以調整身體的各種病症。去年2024年9月中，有幸參加了長生學的初、中級班。聽到林老師的講課，並且為我們開了六道，只要我們有愛心、耐心，憑著雙手，就隨時隨地可以去幫助別人，當然也可以幫助自己，更可以幫助家人和朋友，尤其是緊急的時候。

去年我先生因為得到了新冠肺炎，伴隨著嚴重的咳嗽，甚至咳到吐血。當時令我不知所措，趕緊送他去(ER)急診。醫生要他住院，但他不肯，只有服用新冠肺炎的藥物。當他睡著的時候，我就把雙手放在他的第七穴道和胸前(肺部)，一直到天亮，差不多有五個多小時。神奇的是，他的咳嗽緩和了許多，因為每天我都有幫他做調整，大約三天後，測試他的新冠病毒，竟然從兩條線回到了一條線，恢復正常。在緊急的時候我運用長生學幫助到了家人，非常感恩老師的教導，謝謝老師！



2025.07.21 桃園中級班結業學員與義工老師合影



2025.08.02 高雄服務處義工於星巴克聯誼聚會