



请问陈玉梅，您是如何在抗癌的过程中，建立自己的人生价值呢？

陈玉梅：排除杂念·树立信心

陈：当看了外科专科及肿瘤专科医生，两位专家确定我乳房有个两毛钱那么大的肿瘤，我只好接受这个事实，连到医院拿报告书，也是我自己一个人去拿，一个人去面对！我不想麻烦我家人，让他们太担心，也没有像一般癌症病人，另找多一家医院咨询 second opinion，就马上决定开刀动手术。

接下来要做化疗，随后做电疗，作为完善的防范治疗。在做化疗期间，朋友介绍下接触郭林气功研究会，发现练功对我们体弱的身子有很大帮助，郭林气功使肿瘤病人排除了杂念，树立了信心，增强了体质，提高了免疫功能和抗癌能力。

郭林气功是一套完整的功法，有多种功法提供病人选择，病人可根据不同的情况，自身的体质强弱，不同的治疗与康复阶

段，选择适合自己的功法进行练习。

郭林气功会已不是一般意义上的单纯的练功，而成为一个肿瘤病人甚至包括他们家人在内的大家庭，几十人、几百人在一起练功，交流抗癌体会，经验，互相切磋功法，互相鼓励，形成一股无形的而又巨大的支撑力量，这是气功之外的抗癌动力，是巨大非常的，是任何药物不可替代的。

此外，我也重视中西综合治疗，这一路来看中医两年多了，没有一般病人呕吐现象，生活品质还不错。参加郭林气功研究会这大家庭，癌症病患者不仅可以康复，能活得有质量，给予像我这样的初患者极大的鼓舞和信心建立人生价值，这从中带动我的家人来互相学习，相互支持，一家人携手前进！

罗：群体抗癌为癌症患者找回健康，也找回生命更深层的意义，请马六甲分站的副站长沈如忠分享带动群体抗癌的一些心得——



沈如忠：自娱自乐 · 找回欢乐

宋：我不是癌症患者，但我一直深受偏头痛的折磨，因而对郭林气功被形容为最有效抗癌和防范癌症的功法所吸引而来到这个大家庭，1997年练功至今，我的体质大大改良，多年来的偏头痛已经消失了！

我为了证实自己的体质，特别光着半身，在大太阳底下整理家里的小花园，发现自己没有偏头痛了，郭林气功原来具有保健的功能。

在带队方面，我以同理心与大家相处，好心情可以提高免疫功能，也能抗癌。所以，郭林气功会的群体抗癌方案都是千方百计帮助的癌症病患者自娱自乐，找回欢乐，因为抗癌是多面性的。

罗：抗癌经验与经历的分享，对癌症病人尤其有效，在群体抗癌团体中，当有一个人开始转变时，会带动其他病人，产生鼓励及支持的效果，而且很多癌症的过来人，可

以将自己的心路历程与大家分享，这种过来人的经验是新患者希望的泉源。

请马六甲分站的站长陈宝玉老师分享您这些年来带队的心得——

陈宝玉：再接再厉 · 造福群众

陈：马六甲分站成立于1997年，每逢星期三在马六甲圣母小学篮球场练功及查功，每次练功，都有五至六位辅导员在旁指导，新学员则个别教导。

我在这里带队已有19年，最初来这里学习，是为了运动，因为我有学过太极，于是想来这里多学一门功法而已，却没想到被郭林气功的辅导老师们的无私奉献精神所感动，尤其是已故陈振坤老师故树立了好榜样，关心病人，爱护癌友。他倾其全力，鼓励各站长勤恳学习研究郭林气功的功理功法，真诚帮助癌症病人，并广泛团结一批勇敢者、奉献者，展现抗癌勇士的精神风貌，感动你我他，这么多年后，我依然在学习这样的精神。

以前的人得癌后，怕死所以很勤力练功。现代的人得癌后，当大病，知道没那么容易死，而且医疗方法多，对气功不很信任，所以马虎练功，也不持之以恒，也没有时间体会到郭林气功的抗癌威力，真是有的可惜。

我们当老师的，要脸上常带笑容，热心关心病人，真心不自私教功，有时，做的虽非十全十美，只要功时够，对病人来说已足以，以后还可以慢慢改进。

群体病人团结一致抗癌最有效，同样的，我希望全国各分会、分站也团结一致，大家再接再厉，致力新气功，造福为人民。

陈有木：郭林气功不是神话！

“我们的身边充满阳光，我们的前面充满希望，莫让个人愁，全家忧！”陈有木18年的抗癌路上总是充满乐观，充满感恩。

听 一位癌友说过，保健康复犹如我们骑自行车，不能停止，停止车子就会倒下来。今年已70岁的陈有木一脸笑容精神奕奕，可见他练功的效果很显着，就像是一辆很勤力的自行车。

“我2009年患上大肠癌，我的病情不简单，一连续19天里动了三次手术，医生留下3吋的伤口，每天要清洗，直到三次手术做完后才收口，如此百般痛楚，叫我整个人瘦了13公斤。”陈有木认为郭林气功对刚动了手术或作了电疗、化疗的病人很适合，因为它动作缓慢，不需要费太大的力气，只要坚持练功，效果还是明显，手术后他复原很快。

坚信中西医结合

“我没有经历过化疗或电疗，前后共动了5次手术，感谢我的太太一路非常细心和耐心的照顾与陪伴，家人的支持很重要。太太陪伴我每天坚持早上六点练功至八点，每晚8点或9点就睡觉，只要觉得累就要去睡觉，癌症病人根本熬不到夜啊！”陈有木认为休息，是为了长远的路。

“平日要注意饮食，选择清淡、简单的食物，因为是大肠癌，不适合吃太粘性的食物。动手术后的前两年，我每星期吃中药两次，皆以补气为主。”他坚信中西医结合。

一朝得癌终生抗癌，很多病患者一康复后就放松了，很快要不是复发转移就是再长出另一种瘤，在抗癌过程中，自己每一天无论刮风、下雨、过年、过节都必须勤于练功，因为癌细胞是不会休息的。



不至于做癌盲

“郭林气功不是神话，但却有不少人认为只要练郭林气功，就可以不用作电疗或化疗，这是很错误的观念，因为郭林气功不是神功！”

我有一位癌友，他康复就忙着工作，由于太劳累，病情复发危急，不到半年就往生了。

所以郭林气功会这个群体抗癌组织，经常举办讲座会、交流会，提供医学资讯，让病友获得更多相关的最新医药资讯，懂得应对，增广知识而不至于做癌盲！

“我们的身边充满阳光，我们的前面充满希望，莫让个人愁，全家忧！”陈有木18年的抗癌路上总是充满乐观，充满感恩：“治疗医药费昂贵，通货膨胀的今日，更非一般人所能负担，在此种情况下，最大的收益是靠呼吸免费氧气的郭林气功员。所以郭林气功是每位学员应重视与珍惜的。”

郭林气功居銮分站

庆祝成立18周年纪念
暨抗癌勇士庆生联欢晚宴

站長关雅兰致词。



全体超过5年—18年的抗癌勇士们。

2016年1月17日乃是郭林气功居銮分站庆祝成立18周年纪念暨抗癌勇士庆生的大喜日子，他们特此在居銮的“津津酒家”举行了丰盛的联欢晚宴。

总会的理事会成员也受邀出席当晚的宴会。当日下午2时，总会长黄柏森带领了五位理事浩浩荡荡南下将近300公里外的居銮去。大约下午5时抵达目的地，经过热情的李荣贵老师和关雅兰站長接待和交流，7点晚宴就开始了。

当晚筵开30多席，场面热闹非凡，由接待到表演者到领导层个个衣香鬓影，容光焕发，春风满面。任谁也难以想到他们之中有些曾经与死神有交接，与癌症有挂钩。关雅兰站長致词开始宴会后，也有黄柏森总会长鼓励的致词。过后有周年纪念的切蛋糕仪式。期间还有热情奔放，活力四射的歌舞表演。当下也有颁发“勤功奖”（每天风雨都不缺勤练习郭林气功者）

。当然还有压轴的5至18年抗癌勇士上台接受“大红花”及幸福红包。也有請李荣贵老师為学员作激励感言和打气加油。小休息后有学员分享抗癌经验。

晚宴在充满欢乐喜悦的气氛下圆满结束。总会代表们也漏夜奔驰回返吉隆坡。虽是距离确实让人有些累，但能有机会和各地会员们做近距离交流，互相了解和关怀，理事们觉得这还是值得的。也希望总会和各分会或各分站皆能携手并肩努力发扬郭林气功，造福群众。



李荣贵老师的激励演说，鼓舞人心。

陈有义： 那些郭林气功教会我的事

“天下郭林是一家”，我们希望百花齐放，大家都为郭林气功贡献力量，同时我们更希望我们要保证郭林气功的正确传承。

陈有义谈起未来“马来西亚郭林气功研究会”网站的展望时指出：“但愿郭林气功代代相传，我们目前要加强郭林气功英文教学法，让其他受英文教育的癌症病人也能受惠，乃至其他友族也能学习郭林气功，准确地继承，继而发扬光大郭林气功。

场突如其来的大肠癌，让陈有义的性情大变，他开始懂得什么是平常心，人在无常的面前，总是那么渺小，但郭林气功教会他第一件事：癌症不等于死亡。

“2011年7月我患上大肠癌，手术过后一位亲戚介绍我郭林气功，当时身体很虚弱，经常手脚麻痹，经郭林气功辅导老师教导的功法，我定时在公园练功最少3个小时，疏通经络，增强免疫力，勤练郭林气功

自己成为受益者，
也该帮助别人成为
受益者。

