

(1) 本门功法之第三、四层，乃为极高深之境界，非一般城乡环境所能修习，所以暂传授一、二层功法。仅这一、二层功法，如能循序渐进，勤苦修习，在祛病强身，增长功力，开发特异功能等方面，即能获得莫大之益。

蓮花玄功



天水市中医院

刘兆麟

蓮花玄功



天水市中医院 刘兆麟

古莲花太玄功（简称莲花玄功），系峨嵋剑仙派太玄宗之内修大法，至今已历七十三代。其功法以佛门莲花部系列无上密部大法为根本，并结合道家内功与五行之术而为用。本功法在修练的各个环节上，都严密地配合着专用信息码（即六字诀或真言），因之上功迅捷，效应奇特，在激发人体真阳、训练特异功能方面，尤其具有特殊功效。我的老师是本门第七十三代传人红云长老的亲传弟子，他在弱冠之年即已练就多种特异功能。数年前，我和几位昔日同学曾目睹他将几枚鲜鸡蛋放入半盆凉

水中，发功须臾，水温如故而鸡蛋已熟，当时大家争相食之。

本门功法共分四层，第一层为嘛呢筑基功，有坐功、卧功和站桩功，主要通过六字真言的简易观修法与道家内丹筑基功的结合修习，用以激发人体命门真阳，再辅以练气强身，祛除疾病之动功精华，可使其迅速增长功力。第二层为先天真阳功，通过采纳宇宙真阳与玄光清静功的修习，不断强化人体真阳，真阳旺盛，自能流通中脉，运转周天，还精补脑，再通过修习采纳宇宙真阴功于上丹田内涵育成珠，即可获得天眼通。第三层以修光为主，并修练空玄大法与多种特异功能，以为度世之用。第四层修圆满智慧，最后证光明虹身而为究竟，本功法以前从来未公开过，今征得老师同意，愿将第一、二层功法传授于众。

第一层功法：嘛呢筑基功

本功法以六字真言简易观修法结合道家内养筑基功，可使真阳迅速发生。

（一）六字真言音读与练习

六字真言：唵嘛呢叭咪吽 唵（舍以）

音读：唵（去声），嘛呢（阳平），叭（上声、近于八与百的中间音），咪（阳平，发近于迷与梅的中间音），吽（音轰去声）舍（去声）以（上声）。

每日不拘行住坐卧，于宁静之时，默念真言一两千遍，于一周内持诵纯熟。

（二）六字真言妙义：本真言含义深广，具有种种功用，为密宗最根本之大法。唵字主脱离杂念，智慧圆融；嘛呢二字主净光无染，增长功德；叭咪二字主清静无为，光明圆满；吽字主雷声，施无畏，摧伏诸邪，成就浩然之气，唵（舍以）藏文，总持唵等六字，有舍去一切执着，促使入定之效。总之，经常持诵六字真言，可以促使练功者达到最优的气功状态。

（三）调息练习

先用鼻深细匀长吸气一息（要轻松自然，较自然呼吸稍深一些，千万不能憋气），然后停息少顷，再默诵六字真言六、七遍至十余遍以代替呼气。如此反复练习，以感觉胸腹气机毫无阻滞为度。

（四）内视、默诵与调息结合

如前法先吸气一息，即住息少顷、凝神内观、意存丹田，炁穴间有乒乓球大小之白色光团，然后默诵真言若干遍以代替呼气。如此不拘行住坐卧，于安静时反复练习，待熟悉后便可修习坐功。

（五）坐功

于每晚亥子之交（晚十一时左右），面南跏趺而坐（单双盘均可），手结定印置小腹处，闭目凝神，头微下俯，先深细匀长吸气一息，即住息内视丹田炁穴间白色光团（此时内视时间要较前稍长一些），然后默诵唵嘛呢叭咪吽——舍以一遍，念时要不疾不徐、节奏自然，最后舍以咒音要从炁穴送入丹田，复由丹田环

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>