

玄灵修真理学

聚灵法（采光聚炁法）

修真了道诀无多，立志求师莫蹉跎；悔过迁善远世俗，修德守德镜勤磨；穷理尽性了己命，道术相扶逍遥乐；人若穷得此至理，万法归宗趋大罗。

一、功理介绍：

“采光聚气法”，传统功法中称之为：“聚灵法”。也可称为“采光聚炁法”。这部功法是传统修真功法中的高级有为功法，是天元神修丹法中启灵法的重要基础法门，是教外别传的秘法，是三口不言六耳不传的宝典，不见诸丹经史籍，历史上多为口传面授。本功法是一独立的功法。也可与悔过迁善法、启师立志法、金光法等法合炼。

此功法是典型的性命双修之法，溶修性修命于一炉，集补亏损采宇宙光气，调动体内灵气于一体。本法高屋建瓴的抓住了修“光”的法窍，修真所修乃三元物质，元性的生命能源是元质性物质，“光”是高级的元质生命能，就如形体中的血液。“光”是炁的高级质性表现，把握住“光”，“炁”也就在其中了。“炁是命之本，光是神之基”。

“气”的基础形式有纯有杂，仍在三维空间世界，大都与显态物质结合为用，大都没有超越有形物质的束缚，所以仅修气难入“功”之境。“光”则是具有四维空间以上的物质特性，能独立长存于空间，此光乃神光，虽强名光，仍难以用文字表述，而且这种光也是具备质的等级区分的，尚有更高级的“光”态物质。

性体的培育，特异功能的显现，都只有在此光的形态下才能完成。可以说无“光”则无气功之功，无“光”则无修真之真也。抓住了“光”的修炼则可达到纲举目张之效应，“修习者不可不识于此”。本法关键的大秘密是“光炁”的循行路线，此法的顺行路线方法不见经传不著竹帛，近代学人难知其秘。一般人只知逆修为仙，却不知先要顺修为人之道。丹经：“顺成人，逆为仙”。这里的“成人”实际有双重含意，其一，生子生孙，其二，指通过修炼达到和恢复到十四五岁的生理指标，使人趋于乾健状态。

人生在世，七情六欲困扰，上耗性下损命，进道之时身体这一本钱早已亏损不堪。练功下手时不顺势而动，补亏损反而妄想逆修，哪有此本钱？哪有逆势而动之力乎？那样修持只不过空转轳轳而已，修持也颇费时日。

探道者均熟知“鼎内若无真种子，犹将水火煮空铛”的名句，岂识“打开天门纳先天，聚得天宝先为炊。”人身之气血受地磁引力控制，受制于地必法于地，才能因势利导，只有法于地才可能法于天。常人之阳气是经督脉而降，阴中之阳循任脉而升。近代解剖生理学也证实了大脑内的脑脊液这一高级物质就是经脊髓在椎管内下降至腰骶部的终池而循环，供给脊髓和脊神经营养物质。

神经系统又是全身的重要主宰之一。本功法顺应自然法则，契合人身之生理，顺势而动，节省念力，岂不妙乎！！本法顺应自然之力和人身气血运行规则，采聚大宇宙之灵光真气，回补于内，其运行路线完全符合神经系统的传导路线，最利于调整和补充各器官各系统的亏损。神经系统在人身分布极广无处不在，而且传导迅速，最易见功效，最易顺势疏通后三关。

本法顺势而行的路径上，顺行经过大脑额叶、松果腺、脑垂体、夹脊内尚不知名的一腺体、肾上腺、前列腺、胸腺、甲状腺、扁桃体腺、等几乎全身的重要腺体。

人体的各种腺体分泌着多种不同的激素，对维持人体的健康状态，保持青春活力起着决定性的作用。很多重要腺体随着年龄的增长，大都出现萎缩，钙化而消失功能，修炼上乘功夫则必须将其重新激活，令其恢复功能。例如松果腺与天目的开启有密切关系，但在六岁后就开始钙化了。胸腺对人的发育和保持青春起着重要作用，但十四岁左右就萎缩了。脑垂体和肾上腺以及前列腺等，对维持人体精力和延缓衰老，都有极重要作用，恢复起活力对于修真者来说，势在必行。

本法之妙，就在于以外激内，顺势而行，通过了所有这些重要而又关键的腺体，运用外采入内的灵光真气对这些腺体进行冲击，按摩、滋润、补充、激活，令它们全部调动起来，恢复青春活力，达到补亏损之目的。分析至此，难道你不因此而为我们的祖先骄傲吗？

采光聚气法，是以有为之呼吸为开关，意念为动力，光气为运用，上丹田为仓库的上乘妙法。此法集补亏损、设炉鼎、聚性光为一体，性命双修，诸法并蓄。实属功法中的上佳之法，分析其原理，可令人拍案叫绝。

以上丹田为仓库的原理，就在于修真乃上乘之法，“贵在神修”，培神必聚灵“光”，无“光”则难以培炼性体，大脑额叶乃玄府之地，通玄就必须开发此地，用大宇宙中所采之灵光真气与体内灵气浑然一体，储存于此最易培育灵光，打开天目穴这一玄关之窍。

万物之变化规律都是遵循阴动为先，阳变随后的规律，脑为神腑，其中精华乃离中阴爻，阴阳相乘，最易陪神，抓住了脑部的修变也就打开了神修之门。

本功法从前是秘传的一部独立功法，它也是添油接命法的第一步功，中、老年中的修真者应很好地牢牢把握住本功法和添油接命法相结合逐步递进之修炼。

本功法的修炼，每日午前子后或酉时均可勤加修持，有条件时在花木茂盛，空气清新之地练习，不必拘泥于坐式。站式、卧式、甚至行式均可。但以站式和坐式最佳。掌握功理功法自行安排修习计划。

在聚灵法的修炼过程中。特别是在站式修炼时，很可能“灵动形随”而发生自发动（灵动），这是本功法的效应之一，是正常现象，不必奇怪惊慌，应把握好是否进入灵动的火候。这个火候在第一阶段是指自身功底基础而言，初习气功者、无功底基础者、身有疾病者、初习气功的妇女等，由于这一类实修者体内阳气不足，阴性物质较多，体内阴性全息体能量尚盛，女性是因为其生理特性是外阴内阳等因素，这一类实修者的个体生物场不宜过早开放，以免心魔应外魔侵扰，所以就不宜任其自然进入灵动，而是要及时将站式改为坐式，仍然坚持聚灵法的修习或加强金光法的修习，以求尽快地增阳涤阴，形成阳强阴弱之个体生物场，加上洗心、清心去欲断妄，以求安全顺利地进行修真。

有功底基础者，在完成本功法修习基础要求的基础上可以进入灵动状态，也就是顺其自然，外动内静，不要加意念控制和干扰它。女性修炼者和体质阴盛阳弱者，暂时不要修持灵动功（自发动）。

初期的形动（灵动），说明你身体隐态生理组织结构中部分经络阻滞，气机受阻，自身之神（初期为阴神）这位高级医生在进行自我调整、疏通和治疗。这

一阶段，识神要自觉地主动地与自身之神配合，如果能掌握好此中配合的默契，则能大大加速功力上升的进程，获得事半功倍的效果。这一阶段要注意加强炼功，每次炼功都要安采、动、静的程序进行。采是补充、激发；（灵）动是调整，疏通；静（坐）是消化、培育、提高，这三个环节不可偏执偏废，一定要有机地结合在一起。

二、功法介绍

1、准备

本功法之修习，应正心诚意，有条件时先清洁口、手然后依法修炼。初习本法者，以盘脚坐姿修习为佳，可单盘、左右单盘或自然散盘。初习本法不宜用站式修习，因本功法从宇宙中摄取较强能量源，直泻而下灌于身体之内。身体内经络、八脉未疏通与外界通道未敞前，在高能量冲击震荡之下，容易产生明显的灵动，而影响修习的功时，故初期以坐势较妥。修习本功法较久，已渡过灵动期者，或具备一定功力基础者，可以试用站式修习本法。站、坐二式配合修习，其效更佳。

在未正式进入本功法之前，可双手掌心朝下，轻按于双膝之上（坐式）。站式可先自然下垂，掌心朝向身体站立。以此作为预备式。

预备姿式摆好后，先进行三调，调至身姿正确，呼吸平稳，心情平静。此程序按松、静、自然的原则进行调整。

松，是指两个方面的放松。其一为主观意识放松，这是主要的放松环节。意识的放松是指：思想放松、精神放松、情绪放松，要求心不外想，眼不外视，耳不外听。其二为形体放松，形体的放松有利于意识的放松，意识和形体的放松有利于人体本体全息系统和隐态生理组织系统以及质元类物质的调动。形体放松是指：身体的毛发、皮肤、肌肉、筋腱放松、血管、神经放松、骨骼块块放松、五脏六腑放松。后天松，先天动，后天松，易行功。应做到全身内外，形体和精神无处不松。松是入静的基础，修习者要认真去体悟。

静，包括三方面的内容，心性清静，形体清静，环境安静。三者缺一不可，不然就难以达到真静、灵静的境界。后天静，先天萌，真静境，性灵通。

自然，是指修炼时由有为阶段进入无为阶段的调整，是指武火修炼后的文火阶段，要求呼吸自然，思想自然，形体自然，顺其自然，自然而然，这样才能充分解脱识神的束缚，进入识神和性体同步修炼的佳境。

2、开功

开功手印：双手在小腹前悬空，结成混极手印，左手掌心朝上，五指伸直，但手指微微自然弯曲，右手姿势与左手相同，双手相叠，男性右掌心向上相叠于左手掌背部，这种叠合应很松弛。左右大拇指尖微微相触，双侧腋下注意悬空。

意念存想自己的整个前额骨头揭掉，目前虚悬一轮圆月，光芒四射，存想片刻景象分明后，双目微闭神光内视，引此圆月，透过上丹田，过泥丸穿玉枕而下，沿脊柱的髓腔下降，至尾闾绕过肛门而到达会阴穴内的前列腺体处（注：女性无此器官，但是子宫功能是一大关键，此处存想火焰大致相同，只是位置较男性升高数公分即可。女性在炼过有为功法后，应在静坐时默照臆中穴内有一荷花开放合拢，荷梗下通子宫处，久久行持，然后再降至下丹田收功。还有一法是：存想之窍在臆中穴内一寸三分之地，并应存想双乳气化入此窍之中，抓住炼形（双乳）

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/>