

目 录

序	(1)
导论	(1)
第一讲：不净观气功	(16)
第二讲：白骨观气功	(28)
第三讲：光炁气功（上）	(35)
第四讲：光炁气功（下）	(42)
第五讲：试功	(48)
附录一：灵力功的入门功法	(58)
附录二：中国的特异功能与气功（上、	61）
中国的特异功能与气功（下	96）

导 论

我本来是儒家正统学说的研究者，怎么也没想到会在气功和特异功能领域里有所作为。对于后者，我一向是坚持儒家学说的创始人——孔子的观点“子不语：怪、力、乱、神”。记得在中国已掀起气功和特异功能热潮的时候，我仍在《周易》这座迷宫里徘徊。是自身并非强壮的身体使我走进了研究气功和特异功能的大门。

为体强壮，迷恋坐禅，出现功能，了悟禅机。

我自幼从祖父研读《周易》，以弘扬易学为己任。在我研究《周易》之时，常常出现头晕、眼花、腰痛等征象。随着气功热的兴起，我开始打坐练气，锻炼身体。几个月之后，不但身体逐渐强壮，而且觉得在坐禅时常常有所得——特别是能直觉地预感到要出什么事。我觉得人脑太有意思了，对佛祖的五眼六通的功能有了特殊的兴趣。于是我成了气功迷。我通读了上百部的佛、道两家气功修持书，从中悟出以下几点禅机：

- 一、高深的功夫出自打坐，而非出自动功与套路。
- 二、练功时意念与手势最为重要，这是关键。

三、一种功法只适合于一个人，学别人所传授的功法必须根据自己的实际情况加以更改。

四、练功必须有某种信念。在各种信念中，佛的信念最为重要。

五、练大、小周天及一些导引功根本不能开发人的特异功能，必须舍弃。

打坐姿式有散盘、单盘和双盘三种。要想练出高深的功夫，必须采用双盘。

依照佛家的功法理论，人的特异功能分为五种：肉眼通、天眼通、慧眼通、法眼通、佛眼通。与此相应的还有六通：神境通、他心通、天耳通、漏尽通、宿住通、天眼通。我在阅读佛、道两家功法书籍时，觉得五眼六通功能只是作为衡量气功修持水准的一个标志，比道家的标准精确，仅此而已。我打坐的时间是晚上十点至半夜二点，有时要到凌晨三、四点。在开始打坐的前几个星期内，只觉得脚踝部、膝部和胯部非常疼痛，几乎到了不能坚持下去的状态。而且，双脚发麻、脚心失去知觉、左脚凉右脚热、皮肤颜色发紫等等。我每一次打坐都觉得痛苦难忍，经常泪水夺眶而出。于是，我在想：我是否是练气功的材料？是不是我的腿不适合于双盘？道家气功大多采用五心朝地的端坐姿式，而这种双盘打坐是否对路子？

就在我几乎要退却的时候，我通读了国内很多关于气功和特异功能的报道。古书中的种种神仙般的故事在今天大都被一一验证了。于是，我痛下决心，每天含泪忍痛打坐三、四个小时。渐渐地，我不再有脚

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/>