

## 罡步功要领口诀

(内部材料 不得外传)

一、医治百病，健体增功，冷热麻胀，经脉贯通，安神补气，抑火生津，谙练其法，妙乐无穷。为我弟子，务必虔诚。三心二意，难练其功。切记要领，规则不冗，空气新鲜，位置固定，鼻吸鼻呼，穴位适中，时间不误，方向一定。数字默念，指尖对准，手结熟通，静中求空，天机可取，自明吉凶，德行兼备，大道方成。

### 二、练互须知

1、本功法不排除其它功法，可同时修练。

2、每个阿拉伯数字为一个读音节拍，数字之间的“—”代表一个，读章节拍，即把前面的读音时间拉长一倍：3——6——9——3 拉长1倍，6 拉长2倍，9 拉长3倍。

3、练功时闭目入静，万念皆消，心中默念数字用普通话念。逢“0”念“洞”，逢“1”念“么”。

4、默念数字的同时配上各种数字的颜色，此种颜色与利断阴阳风水的颜色（或者叫光）完全一致的。

“1”为浅兰色；“2”为浅红色；“3”为草绿色；“4”为褐色；“5”为浅黄色；“6”为深黄色；“7”为深绿色；“8”为紫色；“9”为深红色；“0”为纯黄色。在这里无“白色”“黑色”，因“白色”“黑色”为不吉大凶之兆，长期练功，为用白、黑色主凶。功法好了，判断阳阴风水时极易出现。

5、收功：意念收好，心中默念1—1—1———3至4遍即可。功法层次高了不动收功或随意收功。

6、练功时间：子、午、卯、酉尤以子时为重，卯时次之。

7、练此功者忌用：牛、犬、龟、甲鱼等动物；

8、练功后二小时内，不要有性生活：子午卯酉时不应有性生活；

27

9、练功时不要追求什么，任其而然，空而又空，出现有摆功、晃动动作时任其自然功作，此时不要收功，如要收功念 1—1—1—  
———数遍即收功。

10、功法可交替学习，但时间要相当的时间不要几天一换。

### 三、功法一组

①1—4—7———0—0—0———

②2—5—8———0—0—0———

③3—6—9———0—0—0———

练过一个时期 3 个月以后可转把球状手势及上下滚动手结练。

(手结) 面向方向：随季度变：春季面向正东；夏季南方；秋季西方；冬季北方；坐站功法二组均可。手结至上丹田。时间 24 分钟，鼻吸鼻呼光线要暗。

3—5—1—5—1———

(手结) 手结至下丹田相隔一寸处，面向正北，鼻吸鼻呼，光线要暗或无光，心情舒畅时练。可在室内也可室外。时间 16 分钟以上盘坐式或仰卧式，面向北方。

功法三组：

8—0———1—5—0—0—0—0———— (手结)

站式、室外练，手结至百会穴上，身直立鼻吸鼻呼，在空气新鲜幽静处练，时间 16 分钟以上。

以上三功法修练到一定水平基础，可行走罡步功。

一帆风顺	如志如愿
学成大器	大展鸿图
人财两兴	家道兴隆
福寿康宁	发达富贵
师道尊严	所尚在学

龚梓林

戊寅年仲秋

## “罡步功”及其修练方法

37

(“罡步功”非师徒勿与乱传)

“罡步功”为阴阳风水之士所必修，欲圆断坟断宅之吉凶，奇准无误，防煞犯师护身免灾自身坚固，选课念咒画符有灵有准，选址定向判断灵准无差，等等，唯修练“罡步功”方能获及奇效奇果。熟读熟诵经书，不修功者，可成为风水理论家，但永远成不了高明大师之气候。察岚、验色、闻气、闭目视物、靠什么？功法也。

修此功者最重德行。正直、诚实、忠义，为修功之必备之德：勿以此功谋害他人，神灵共愤，必遭恶报；牛、犬、龟、甲诸食不进，子午卯酉莫行房事，妓女院不敢问津，为修功人之大规。专心致志，风雨无阴，方能马到功成，诸公定可功成名就，法力无边。

“罡步功”修练的妙诀是：通天地神灵之德，搏采天地山川之灵气；天地合一，人神相通，悟通天下，乾坤在我，人无我知，与神同途，马道合仙，威镇妖孽，坚拒鬼神，一息动作，法力无边。

《黄帝内经》曰：“神乎神，耳不闻，目明心开而志先，慧然独悟，口弗能言，俱视独见，适若昏，昭然独明，若风吹云”。就是说，所谓神是耳不闻杂声，目光敏锐，心志开朗，清醒伶俐其中之道理，但这道理不是用语言所能表达到的，犹如观察东西，大家都在看，但只是自己看得真切，刚才似很模糊的东西，忽然照然若揭，明晰可见，象似风吹云散，这就叫做神。修练“罡步功”必须先通神，做到心领神会，意到通心，方可练得真功。

修练方法程序如下：

首先备一神坛：杨公先师，太上老君，伏羲诸神。

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/>