

# 法輪功

李洪志

师：最初的宇宙没有这么多的纵向层次，也没有这么多的横向层次，它是很单一的。在它的发展运转过程中产生了生命，也就是我们所说的最原始的生命，他和宇宙是同化的，没有不好的东西存在。同化宇宙，就是和宇宙一样，宇宙中的一切功能他都有。随着宇宙的发展、演化，又出现了一些天国。往后，出现越来越多的生命，在我们低层次上讲，就是形成了社会群体，相互之间发生了联系。在这个演变过程中，有些人发生了变化，偏离宇宙的特性越来越远，变的不那么好了，神通也就小了。所以炼功人要讲“归真”，就是回归到原始状态，层次越高，就越同化宇宙，本事就越大。这时在宇宙演化中一些生命变不好了，又不能毁灭他，就想办法叫他再提高上去同化宇宙，让他到较低的一个层次去，吃点苦，提高提高。后来不断有人到这个层次来。以后在这个层次中又发生了分化，心性变的更不好的人，这个层次也留不住了，于是又创造了下一个层次。就这样，越来越往下，逐渐分化，直到今天，产生了我们人类所在的这一层次。这就是人类的来源。

# 目 录

第一章    概 论 .....	1
一、气功的渊源.....	1
二、气与功.....	4
三、功力与功能.....	5
（一）功力是靠心性修出来的 .....	5
（二）功能不是炼功人的追求 .....	6
（三）功力的把握 .....	9
四、天目.....	10
（一）开天目 .....	10
（二）天目的层次 .....	12
（三）遥视 .....	16
（四）空间 .....	16
五、气功治病与医院治病.....	18
六、佛家气功与佛教.....	21
（一）佛家气功 .....	22
（二）佛教 .....	23
七、正法与邪法.....	24
（一）旁门左道 .....	24

别人侵犯了你的利益的时候，你也象常人一样和他打起来，那你也就是常人了。因为你是炼功人，就不能那样去对待。你所遇到干扰你心性的事情，都是在提高你的心性，就看你怎样对待，看你能不能守住，看你能不能在这件事中提高你的心性。

## 六、空间与人类

弟子：宇宙有多少层次空间？

师：据我所知，宇宙中有无数层次空间，对于更多层次空间的存在，以及那些空间中有什么，谁在那里？以现有的科学方法是很难知道的，现代科学还不能做出实证。而我们一些气功师和特异功能者能够看到其它空间，因为看其它空间只能用天目看，而不能用肉眼看。

弟子：各个空间都包含“真、善、忍”特性吗？

师：对，每个空间都包含“真、善、忍”的特性。顺应这种特性的人，就是好人；背道而行的，就是坏人；同化于他的就是得道者。

弟子：最初的人类是从哪里来的？

弟子：魔难是不是象西天取经的那八十一难？

师：有点类似。炼功人的一生已经安排好了，不会多，也不会少。但不一定是八十一难。这要看你的根基能修多高，是根据你可能达到的水平而安排的。常人所具有的而炼功人应该去掉的那些东西，都要过一遍，的确是很苦的。你放不下的东西都要想方设法让你放下，通过魔炼来提高你的心性。

弟子：炼功时有人破坏怎么办？

师：炼法轮功不怕别人破坏。在初期，有我的法身保护着你，但你不是绝对什么事都遇不到了。整天坐在沙发上，喝着茶水就长功，不是这样的！有时你遇到魔难，喊我名字，看见我在你眼前，也许不帮你，那是因为你应该过的一关。但是你真正遇到危险时是会管你的。不过，一般这种真正的危险也不会存在，因为你那条路已经改变了，不允许意外的东西插进来。

弟子：怎样对待魔难？

师：我反复强调了，守住你的心性！做出的事你认为没做坏就很好。特别是因为某种事

- (二) 武术气功 ..... 25
- (三) 返修与借功 ..... 26
- (四) 宇宙语 ..... 27
- (五) 信息附体 ..... 29
- (六) 正功也能练出邪法 ..... 30

- 第二章 法轮功 ..... 31
  - 一、法轮的作用..... 31
  - 二、法轮的形态构成..... 33
  - 三、法轮功的修炼特点..... 34
    - (一) 法炼人 ..... 34
    - (二) 修炼主意识 ..... 36
    - (三) 炼功不讲方位、时间 ..... 38
  - 四、性命双修..... 39
    - (一) 改变本体 ..... 39
    - (二) 法轮周天 ..... 41
    - (三) 通脉 ..... 43
  - 五、意念 ..... 44
  - 六、法轮功的修炼层次..... 46
    - (一) 高层次修炼 ..... 46
    - (二) 功的表现形式 ..... 47
    - (三) 出世间法修炼 ..... 48

第三章 修炼心性..... 49

一、心性的内涵..... 49

二、失与得..... 51

三、“真、善、忍”同修..... 55

四、去掉嫉妒心..... 57

五、去掉执著心..... 59

六、业力..... 61

（一）业力的产生..... 61

（二）消业..... 64

七、招魔..... 68

八、根基与悟性..... 70

九、清静心..... 72

第四章 法轮功功法..... 76

一、佛展千手法..... 77

二、法轮桩法..... 86

三、贯通两极法..... 90

四、法轮周天法..... 94

五、神通加持法..... 99

次之后，看一切都是白的；再提高层次之后，颜色就分开了。

五、魔难

弟子：魔难是师父对弟子安排的考验吗？

师：可以说是这么回事。这是为了提高大家的心性而安排的。假如说，你心性没达到那么高就让你修上去能成吗？就象一个小学生，送他到大学里去行吗？我想那不成吧！你的心性没得到真正提高，一切都不能看淡，都不能放下的时候，假如让你修上去，你会为一点小事和觉者闹起来，那不行！为什么把心性看的这么重要，就是这个道理。

弟子：炼功人和常人的魔难有什么区别？

师：我们炼功人和常人没有什么区别。你的魔难是按炼功人的道路给你安排的，常人是在还常人的业，都有魔难，不是说你炼功就有了，常人就没有了，都一样会有。只不过你这个魔难是为了提高你的心性而设的；他的那个魔难是为了还清他的业而设的。其实魔难是自己的业力，我利用了一下来提高弟子心性。

次上炼功。所以要想得正果不是那么容易的。但是，心性提高之后，同化于宇宙特性。

弟子：遥治的原理是什么？

师：道理很简单，宇宙能大能小，功能发出去也是能大能小。我在原地没有动，但功能发出去可以触及到象在美国那么远的病人。可以把功打过去，也可以直接把他的元神调过来。这就是遥治的道理。

弟子：能否知道会出多少种功能？

师：功能上万种而不止，具体知道多少都是无关紧要的，知道这个理、这个法就成了，剩下的自己去炼。也没必要知道那么多东西，对你也没有好处。师父找徒弟，收徒弟，那徒弟什么都不知道，也不告诉你，全靠自己去悟。

弟子：我在班上闭眼睛能看到您在上面讲课，上身是黑的，桌子也是黑的，后面布是粉色的，有时您周围是一片绿光，这是怎么回事儿？

师：这是你层次问题。因为天目刚开时会把白的看成黑的，黑的看成白的。稍微提高层

修炼法轮功的一些基本要求和注意事项 108

第五章	答 疑	111
一、法轮和法轮功		111
二、功理与功法		116
三、修炼心性		144
四、天目		151
五、魔难		162
六、空间与人类		164

# 第一章 概论

气功在我国源远流长，有着悠久的历史，因此，我国人民修炼气功有着得天独厚的条件。作为正法修炼的佛、道两大家气功，已经公开了许多秘传大法。道家的修炼方法是很独特的；佛家也有自己的修炼方法。法轮功就是佛家气功的高层次修炼大法。在传授班上，我首先要将大家的身体调整到适合往高层次上修炼的状态，然后还要给大家身上下法轮和气机，再把功法教给大家。除此以外，我还有法身保护你们。但是，仅仅这些还远远不够，还不能达到长功的目的地，还要求大家必须懂得高层次上修炼的道理。这就是本书要讲的内容。

我在高层次上讲功，所以我不讲修哪个脉、哪个穴、哪条经络，我是讲修炼大法，是真正往高层次上修炼的大法。初听起来可能觉的玄，但对有志于气功修炼者，只要细心体悟，奥妙尽在其中。

## 一、气功的渊源

我们现在所说的气功，实际上并不叫气功。它来源于中国古代人的独修，或来自宗教

弟子：传授班结束后，老师的法身还能跟多久？

师：一个学员一下子炼高层次上的东西，对他来说就是一个相当大的转变，不是指思想转变，而是指你整个人的转变。因为一个常人突然得到了他作为常人不应该得到的东西，那是危险的，生命就要受到威胁，我的法身必须得保护他。如果我做不到这一点，而在这里传法，就是害人。好多气功师不敢做、不敢传，就是因为他负不了这个责任。我的法身会一直保护着你，一直到你修成。中途你不修了，法身自己就走了。

弟子：老师说：普通人修行不是靠炼功，而是靠心性。是否可以说，只要心性高不要炼功也可以得正果？

师：按道理是这样的，只要你修心性，德就可以转化为功。但是，你必须把你当作炼功人。你不当作炼功人，只能积德积德，你可能积好多德，一味做好人去积德，即使把自己当作炼功人也不行，你还没得高层次上的法。大家知道，我讲出很多东西来，没有师父保护你，你是很难修上去的，你一天都不能在高层

去执著心，所以还是空无，但是我们不特殊强调它。因为你生活在物质世界里，你要上班，你要工作，必然要做事。做事就必然带来一个好事、坏事的问题，怎么办呢？我们修的是心性，这是我们这个功最突出的东西，只要你心正，做出来的事符合我们要求的，心性就没有问题。

弟子：我们在平时怎样才能体会功能的增长呢？

师：在你炼功初期，如果出了功能会体会出来。如果没出功能身体敏感的话，能体会出来。如果两样都不具备，就没法感觉了，只好闭着眼睛炼。我们学员有百分之六十至百分之七十是开了天目的，能看到，我都知道。你们不出声只是瞪着眼睛看，为什么叫大家一起炼功？是想你们小组内部可以互相交流切磋。但本着对功法负责，到外边不要乱说，内部之间交流、互相提高可以。

弟子：法身什么样？我自己有法身吗？

师：法身长的和本人一样。你现在没有法身，等炼到一定成度，走出世间法，修炼进入极高成度，才能出法身。

的修炼。翻遍所有的丹经、道藏，翻遍所有的大藏经，也找不到“气功”两个字。在我们现有人类文明成度这个阶段的发展当中，它经历了宗教雏形时期。在宗教形成之前，气功已经存在了。有了宗教之后，它带有一定的宗教色彩。它原来的名字叫作修佛大法、修道大法；还有诸如九转金丹术、罗汉法、金刚禅之类的名字。我们现在把它叫“气功”，是为了更适合我们现代人的意识，是为了在社会上更容易普及。它实质上是我们中国纯纯粹粹的人体修炼的东西。

气功不是我们这茬人类发明的东西，它有相当久远年代的历史。那么气功是什么时间产生的呢？有人讲气功已有三千年历史，唐代时期盛行。有人讲有五千年历史，与中华民族文化一样悠久。有人讲，从出土文物看，已有七千年历史。我看气功不是现代人类发明的，它是史前文化。据有功能的人查，我们生活的这个宇宙已经是九次爆炸后的组合体。我们生活的这个星球已毁灭过多次。每当星球从新组合成后，又从新繁衍人类。现在，我们已发现世界有许多超出现代文明的东西。按照达尔文的进化论，人是猿猴进化过来的，文明也没超过一万年。但从出土文物中发现，在欧洲阿尔卑



斯山岩洞里有二十五万年以前的壁画，有很高的艺术欣赏价值，为现代人所不及。在秘鲁国立大学的博物馆里有块大石头，上面刻着一个人，拿着望远镜观察天体。这个人像已有三万多年历史。大家知道，伽利略他在一六零九年发明的三十倍天文望远镜，到现在也不过三百多年历史，三万年以前哪有望远镜呢？印度有个铁棒，含铁纯度达百分之九十九点几。按现在冶炼技术也不可能炼出这么高纯度的铁来，已超出现代技术水平。是谁创造了这个文明？人类在那时也许还是微生物呢，怎么可能创造这些东西呢？这些东西的发现，引起了世界各国科学家的重视。因为解释不了，就叫它“史前文化”。

每个时期的科学水平都不一样，有的时期相当高，超出我们现代人类水平。但是那个文明被毁掉了，所以我说，气功不是我们现代人发明的，不是现代人创造的，而是现代人发现和完善的，它是史前文化。

气功并非是我国独有的产物，外国也有。但他们不叫气功，西方国家叫魔术，在美国、英国等国家就这么叫。美国有个魔术师，实际上他是个特异功能大师，表演穿过长城的城墙。当时他穿的时候是用白布把自己罩起来，

也讲“疗程”，这不是骗人吗？等你到了高层次上看多好？看一个好一个，那多痛快！如果你已经出功了，而且也不算低，实在需要看病的时候，我会给你开手的，我可以把你的治病功能给你拿出来。但是你往高层次上修，我想最好还是别做这种事。为了宣传大法和参加社会活动，我的弟子有一部份在看病，因为他在我身边，我带着他，他有保障，所以没关系。

弟子：出了功能可以和别人说吗？

师：出了功能和炼法轮功的人说，谦虚点，没有问题。把大家集中起来炼功就是为了大家可以切磋。当然，在外面碰到有功能的人也可以和他说，无所谓，只是不要显耀，如果想显耀一下我有本事就不成。显耀的时间长了，那东西就没有了。如果想讲气功现象，探讨一下，没有一点个人杂念，我说是没有问题的。

弟子：佛家讲“空”道家讲“无”，我们讲什么？

师：佛家的“空”，道家的“无”是它本功所特有的东西，当然我们这里也需要达到这种境界。我们讲有心炼功无心得功。修心性，

弟子：有时有动不了的感觉，什么原因？

师：炼功初期，你可能会有这种感觉，突然手或某个部位动不了了，为什么呢？因为你有了一种功能，叫定功。这是你本身存在的一种功能。这个功能本事很大，当一个人做了坏事正跑的时候，你说“定”，当时他就动不了了。

弟子：什么时候可以看病？我以前给人看病有一些疗效，学习法轮功后，有人找我看病，我能否给人看？

师：我看这个班上的人，不管你以前学过哪一家功法，练了多长时间，能达到看病成度与否，低层次上，不想叫大家看病，因为你自已都不知道自己是个什么状态。你是给别人看过病，可能是因为你当时心正，起了作用，也可能是哪个过路的师父帮了你一下，因为你在做好事嘛。即使你炼的那点能量能起作用，也保护不了你自己。你看病时，和病人同在一个场，久而久之，身上的黑气，你比病人病的还要厉害。问病人：好没好？他说“舒服一点儿”，那叫什么看病？有的气功师讲：明天来一次，后天再来一次，我给你看一个疗程。他

扣在墙上，然后他穿过去。他为什么这样做呢？这样一做，好多人就看，是变魔术了。因为他不这样做不行。他知道我们中国有许多高人，他怕受到这个干扰，所以他就把自己罩起来再进去。出来的时候，伸出一只手，把布顶起来人就走出来了。“内行看门道，外行看热闹”，这样观众就认为是变魔术。他们之所以把这些功能叫魔术，是因为他们不是用这个东西来修炼身体，而是用来在舞台上表演以显示出神奇和取乐。因此，从低层次上讲，气功是改变人的身体状况，达到祛病健身的目地；从高层上讲，气功就是指修炼本体。

## 二、气与功

我们现在所说的“气”，古人称之为“炁”，其本质是一样的，都是指宇宙之气，是指宇宙中的一种无形无象的物质。它不是指空气的气。人体通过修炼，调动起这种物质的能量，能够改变人体状况，起到祛病强身的作用。但是，气就是气，你也有气，他也有气，气与气之间没有制约作用。有的人讲，气能治病；或者说你给谁发点气，给他治治病。这些说法是很不科学的，因为气根本治不了病。炼

功人在他身上还有气的时候，就说明他的身体还不是奶白体，说明他还有病。

炼到高功夫的人，他发出的不是气，而是高能团，是表现为光的形式的高能量物质，颗粒很细，密度很大，这就是功，这时才能对常人起制约作用，才能给人看病。有一句话叫作：佛光普照，礼义圆明。意思是对正法修炼者来说，他身体所携带的能量很大，在他所经过之处，在他的能量覆盖范围之内，可以纠正一切不正常状态，使之变为正常状态。比如人的身体有病，就是身体上有不正常状态，纠正了这种状态病也就消除了。通俗点说，功就是能量。功具有物质性，炼功人通过修炼，可以体察到它的客观存在。

### 三、功力与功能

#### （一）功力是靠心性修出来的

真正决定人的功力层次的功不是炼出来的，它是靠“德”这种物质转化来的，靠修心性修出来的。这个转化过程也不象常人所想象的安鼎设炉、采药炼丹炼出来的。我们所说的功是产生在体外，从人体下半部开始，随着心性的提高就螺旋式的往上长，完全在体外形

弟子：我们看到您身上的东西是否真的存在？

师：当然是真的存在，所有空间都是物质构成的，只不过结构和我们的不一样。

弟子：我的预感往往跟所发生的事相一致？

师：这就是我们所谈的预测功能，实际上就是宿命通的低层次阶段。我们炼的功都是在另外空间，在那个空间没有时空概念，不管隔多远都是一样的。

弟子：炼功中出现彩色人、彩色天空、图象？

师：你天目开了，你所看到的東西是另外空间的。另外空间是分层次的，你看到的可能是其中一个层次，它就是这样漂亮。

弟子：炼功中突然一声响，觉的身体被冲开了，有许多事物都豁然明白了？

师：有些人炼功容易出现这种情况，炸开身体的一部份，某些方面开悟了，是属于渐悟的情况。当你修炼的一个层次走完了，就炸开一部份，这都是正常的。

师：当天目开的很透的时候，不会用的也会用了；很亮、很好使的时候，不会用的也会用了。用天目看东西是在无意状态下看见的，想仔细看时，无意中动了眼睛，走了视神经，所以就看不见了。

弟子：天目开后看到的是不是整个宇宙空间的東西？

师：我们开天目是分层次的，也就是说你看到的真相多少，是分层次决定的。开天目不见得宇宙中的一切都看的到，而是在以后的炼功中逐渐提高你的层次，最后达到开悟，你才能看到更多的层次，那也不保证你看到的是整个宇宙的真理。因为释迦牟尼当时在他有生之年传法时，也是不断提高，每当提高一个层次时，他发现以前所讲的东西又不稳定了，再往高往下看又不对，所以他最后讲“法无定法”，一个层次一个理。他也不可能完全看到整个宇宙的真理。在我们一般人看来，世间修炼达到如来层次就以为是不可思议的了，因为他就知道如来这个层次。再高的东西他也不知道，就接受不了，如来是佛法中一个小小的层次，大法无边，就指这个。

成，然后在头顶上形成功柱。功柱有多高，就决定了这个人功有多高。功柱在很隐蔽的空间，一般人不容易看到。

功能靠功力所加持，功力高、层次高的人功能就大，运用就自如；功力低的人功能就小，运用就不自如，甚至运用不了。功能本身并不能代表一个人的功力大小、层次高低。决定一个人层次高低的是功力而不是功能。有的人是“锁”起来炼的，他的功力很高，但不一定有多少功能。功力是起决定作用的，是靠心性修出来的，这是最关键的东西。

## （二）功能不是炼功人的追求

所有炼功人都关心功能，神通在社会上很有诱惑力，很多人都想具备一些功能。但是，心性不好，是不会具备这些功能的。

有些功能是常人可能有的，如天目开、天耳通、思维传感、预测功能等。但这些功能因人而异，在渐悟状态中不会全有。有些功能是常人不可能有的，比如把一种现实空间的物体转变为另外一种物体，这是常人不可能有的。大功能是靠后天炼出来的。法轮功按照宇宙的原理演化而来，宇宙中存在的功能法轮功里都有，就看炼功人修炼的如何了。想得到一些功

能的想法并不算错误，但是，过于强烈的追求，就不是一般的想法，就会产生不良的后果。在低层次上得点功能没有多少用处，无非想用一用，在常人面前显示一下本事，做常人的强者。如果是这样，正说明心性不高，不给功能是对的。有些功能，如果给心性不好的人是可以用来干坏事的，因为心性不牢靠就无法保证他不干坏事。

另一方面，凡属可拿出来表演的功能，都不能用于改变人类社会，改变不了正常的社会生活。真正的高功能是不允许拿出来表演的，因为它的影响和危险太大了。正如总不能表演把一座大楼搬倒。对于特别大的功能，除非负有特殊使命的人才允许使用，否则是不允许使用的，也是拿不出来的，因为是要受到上师那里控制的。

可是往往有些常人非让气功师表演表演，逼着他拿出来看看。有功能的人都不愿意把功能拿出来表演，因为那是不允许拿出来的，拿出来要影响整个社会状态的。真正的大德之人，他的功能是不允许拿出来的。有的气功师表演时心情很不好，他回去之后，恨不能大哭一场。不要去逼他表演！他拿出那个东西是难受的。有个学员拿了一本杂志，我一看那东西

弟子：天目区有红光，中间是黑洞，迅速一层层开花，是不是在开天目？还有时有星光、闪电？

师：当你开到有星光时就开的差不多了，有闪电实际上快开透了。

弟子：看到老师头上身上有红色、绿色光环，但闭上眼什么也看不见，是不是用余光看的？

师：不是用余光看到的，你只是不会闭着看，是睁着眼看。往往天目开了的人不会用，有时睁着眼无意之中能看到的，可是你要是一定想仔细看看，实际上是用了眼睛，又看不见了，当你不注意时又看见了。

弟子：我的女儿在空中看到一些圆圈，她说不清，叫她看法轮章，她说就是这个，她是否真的开了天目？

师：咱们的法轮章，六岁以下的小孩看一眼天目就开了，不过你可不要去做，小孩是可以看到的。

弟子：天目开了不会应用，请教师解答？

师：这就是我的法身，我在讲法，头顶有功柱，在我这个层次就是这样的。转眼就没有了，是你还不会用天目，用了眼睛看了。

弟子：特异功能怎样运用？

师：把特异功能用在军事科学或其它高科技上，或用于搞情报，我想这里边有个问题。我们这个宇宙是有特性的，只要它符合这个特性，它就灵；不符合这个特性，它就不好使。尽管叫他办好事，高层次上的东西他搞不来，也就是感应感应。做些小术对正常发展的社会无妨。他要是想改变什么的话，那要做很大很大的事，需不需要他做，他说了不算，因为社会的发展不是按人的意志而转移的。他想达到什么成度，这事谁也做不了主。

弟子：人的意识是怎么进出的？

师：我们讲意识，一般是从头顶上出去。当然，不局限这样，他可以从任何一个地方出去。不象有些功法强调的一定从头顶上出去，什么地方都可以离体。进去也是一样。

很反感。意思是：开国际气功会议，有功能的可以拿功能来参加比赛，谁功能强谁去。我看完之后，我那心难受好几天。这东西是不能拿出来比赛的，拿出来是要后悔的。常人嘛，他就注重世间实际的东西，但气功师就得要自重。

要功能的目地是为什么？它反映着炼功人的思想境界和追求，思想所求不纯正，不牢靠，不可能得高功能。这里有一个原因，就是在你还没有开悟之前，你所看到的事物好坏，仅仅是按照世间法的是非标准，你看不到事情的真相，看不到事情的因缘关系。人与人之间的打骂、欺负必有因缘存在，你看不透只能帮倒忙。常人间的恩恩怨怨，是是非非，自有世间法去管，炼功人不要管。因为在你还没有开悟之前，你眼前所看见的事情的真相不一定是你所看见的那样。谁打了谁一拳，可能就是他们结“业”，你去管可能妨碍了他们结“业”。“业”是人体周围的一种黑黑的东西，它是在另一个空间的物质存在，这个东西可以转化成病和灾。

功能人人都有，问题是要通过不断的修炼加以开发和加强。作为炼功人，如果只追求得到功能，是目光短浅，思想不纯，不管他要功

能干什么，其间都包含着私心，必然妨碍炼功，其结果就是得不到功能。

### （三）功力的把握

有的炼功人炼功时间不长，就想给人治病，看看灵不灵。对于功力不高的人，你伸手一试，就把病人体内大量的黑气、病气、浊气吸到自己身上来了。因为你没有防御病气的的能力，身上又没有保护罩，与病人形成了一个场，功力不高就防备不了，自己会感到很难受。如果没有人管你，时间长了，会搞的浑身是病。因此，功力不高的人，不能给别人看病。除非你已经出了功能，并具备了一定的功力，才能用气功看病。有些人虽然出了功能，可以看病，但在层次很低时，实际是用积存的功力来看病，用自身的能量看病。因为功就是能量，是灵体，是很不容易积存起来的，把这个功打出去就是在消耗自己。随着你往外发功，头上功柱的高度就在缩短、消耗，这是很不值得的。所以，我不主张在功力不高时就去给人看病。无论你的手法有多高，也无非是在消耗自身的能量。

功力到了一定成度，就会出现各种功能，如何使用这些功能，也需要非常谨慎。比如天

师：这个人的天目层次已经不低了。

弟子：看见老师弟子为别人治病用酒喷雾时夹带着金光？

师：我说这个人炼的不错了，打出的功能都看见了。

弟子：孩子开天目是否对他有影响？天目开了是否在释放能量？

师：六岁以下小孩很容易开天目，小孩不炼功，开天目就是能量外泄，但家里一定要有人炼功。最好是叫他每天看上一遍，保持不关闭，同时又不过多外泄。小孩最好自己炼功。用的多能量泄的多，它影响的不是他们的肉体，而是最根本的东西。但如果保持好，不会有影响。我刚才讲的是小孩，不是大人。有些人的天目不是一开就怕放能量，它是敞开的，不怕放能量，但是看不到很高层次的东西。也有能看高层次的，看的时候，法身或其他上师供给能量，这没有问题。

弟子：看到老师身上出现黄灿灿的光，还有老师的影子，转眼就没有了，怎么回事？

弟子：对各个气功师的报告、讲话不能抱怀疑态度，但遇到骗人骗钱的怎么办？

师：那不一定，首先你要看讲的什么。遇到骗人的，你自己去辨别。看一个气功师的好坏，可以看他的心性，心性多高，功就多高。

弟子：如何消去业力，即佛教中讲的消业障？

师：炼功本身就是消业。最好是提高自己的心性，能把黑的物质转化成白白的东西，即“德”的物质，把德转化成功。

弟子：炼法轮功有什么戒律？

师：佛教中要戒的东西，我们大部份都戒。但看法不一样，我们不是出家人，要生活在常人之中，所以就不一样。有些东西把它看淡了，就可以了。当然，随着功力的不断提高，达到极高层次时，对你的心性的要求也是极高的。

## 四、天目

弟子：老师说法时看到老师头上三尺高的金色光环，背后有许多人头大小的金色光环？

目开了，不看也不行，总不用就容易关上。看也不能经常看，看的太多能量泄漏也多。那么，是不是要大家永远不用呢？当然不是。如果永远不用还修炼干什么？问题是在什么时候用。只有修炼到一定成度，具备了自我补偿能力时，就可以用了。法轮功修炼到一定成度，发出去多少功，法轮可以自动演化补充，自动保持炼功人的功力水平，一时一刻都不会减少，这是法轮功的特点。只有到这时，才能使用功能。

## 四、天目

### （一）开天目

天目的主要通道在前额中间至山根处。常人用肉眼看物就如同一部照像机的原理一样，随着距离的远近和光线的强弱，通过调整玻璃体或瞳孔的大小，使图象通过神经元在大脑后半部的松果体上成象。特异功能的透视就是通过天目直接使松果体向外看。一般人的天目不通，主通道的位置上缝隙很窄、很黑，里面没有灵气，不发光。有些人是堵塞的，所以看不见。



我们开天目，一是通过外力或自己修炼打开通道。每个人的通道形状不一样，有椭圆形的、圆形的、菱形的、三角形的，炼的越好可以修的越圆。二是由师父给你一只眼睛，如果自己修炼就得自己修。三是在天目部位要有精华之气。

通常我们看东西是通过两只眼睛在看，恰恰就是这两只眼睛隔住了我们通向另外空间的通道，它起着屏障作用，我们只能看到我们这个物质空间的东西。开天目就是避开这两只眼睛在看。到了很高层次后，也可以修出真眼来，就可以用天目的真眼来看或者用山根部位真眼来看。按佛家讲：每个汗毛孔都是眼睛，全身都是眼睛。按道家讲：每个穴位都是眼睛。但主通道在天目，必须它先开。在传授班上，我给每个人都下了开天目的东西。由于每个人的身体素质不同，出现的效果也不一样。有的人看到一个黑洞象深井一样，这就是天目通道是黑的。有的人看到的是白色通道，如果能看到前面有东西就是要开了。有的人看到有东西在旋转，这就是师父下的开天目的东西，钻通天目后就可以看了。有的人天目能看到一只大眼睛，以为是佛眼，而实际上是他自己的眼睛，这往往是先天根基比较好的人。

事，就看你怎么做。心正邪不侵。只要你守住心性就没问题。

弟子：心情、情绪不稳定时可不可以炼功？

师：在心情不太好时你往那儿一坐也静不下来，思想尽想不好的事，炼功是有信息存在的，脑子里想不好的东西，你炼功就炼进去了，人为的练邪法。你炼的功也许是名师教你的，也许是哪个上师教你的，或是密宗活佛传的，可是你没严格按他们要求的心性去要求就不是他那个功，别看是他教的。咱们大家都想一想，假如你在那儿炼站桩累的够呛，但脑子里很活跃：我们单位里的某某怎么这么坏呢？他怎么告我的状？长工资想什么办法能长上？现在的物价涨了，我要多买点儿。那么是不是你人为的、下意识的、不自觉的在练邪法？所以心情不好时尽量不要炼。

弟子：“极高心性”的标准是什么？

师：心性 is 修炼的，没有什么标准，全靠你自己去悟。假如非要说有标准的话，就是遇到事时你想想：假如觉者他该怎么去做？先进者当然是很突出的，但他还是常人的模范。

师：无大根基者也能出功，因为每个人都带有德的成份。没有一点德的成份是不可能的，没有这样的人。如果你身上没有白的物质，也还有黑的物质，黑的物质通过炼功可以转换成白的物质，只是多了一道手续。在炼功中你吃了苦，提高了心性，有了付出，也就有了功，炼是先决条件，然后由师父法身把它化成功。

弟子：一个人出生时，他的一生就是定好的，那么通过奋斗能改变吗？

师：当然可以改变，你奋斗也是安排好的，不奋斗也不成，你是常人，但大的东西改变不了。

弟子：天目没开的情况下，怎样辨别接到的信息是好是坏？

师：你自己不好辨别，在你炼功中，存在着许多考验你心性的问题。法身保护你是不叫你出生命危险，但有些东西出现他不一定管，需要你自己去过，自己去化，自己去悟。有时不良信息来了，它告诉你今天奖券是多少号，也许是对的，也许不对，或者告诉你其它的

据我们统计，每次办班开天目的人都在半数以上。因为天目打开之后就涉及一个问题：心性不高的人他容易用它来做坏事。为了防止这个问题，我把你的天目直接打到慧眼通的层次上，也就是说打到高层次上去，让你直接看到另外空间的景象，让你看到在炼功中出现的東西，使你相信它，会增强你炼功的信心。刚开始炼功的人，心性还不能达到超常人的高度，一旦具备了超常人的东西，就容易去做一些不好的事情。举个例子说个笑话，如果你走在大街上发现那个摸奖券的，可能那个一等奖都得叫你摸去，就讲这个意思，是不允许这样做的。另一个原因，我们这里也是属于大面积的开天目，假如都给开在低层次上，大家想一想，如果每个人都能透视人体，都能隔墙看物，我说那是人类社会吗？严重的干扰了常人社会的状态，所以是不允许的，也是不能够这样做的，而且对炼功人也没有好处，助长炼功人的执著心。所以不给你打到低层次上，而直接给你打到高层次上去。

## （二）天目的层次

天目具有多种层次。其层次不同，所看到的空间也不相同。按佛教所说有“五通”，即

肉眼通、天眼通、慧眼通、法眼通、佛眼通。每一层次还有上、中、下之分。在天眼通以下的层次，只能看到我们这个物质世界。在慧眼通以上的层次，才可以看到其它空间。有些人具有透视功能，而且看的很准确，比“C T”扫描还清楚。但他看到的依然是我们这个物质世界，还没有超出我们存在的空间，还不算天目的高层次。

一个人天目的层次有多高是由这个人的精华之气的多少和主通道的宽窄、亮度以及通道的堵塞成度决定的。天目开的透不透，内部精华之气是关键因素。对于六岁以下的小孩，开天目是特别容易的，我都不用动手，我一说他就打开了。因为小孩先天受物质世界的不良影响很小，自己也没做什么坏事，那种先天的精华之气保存的非常好。六岁以上的小孩，天目逐渐难开，是因为随着年龄的增长，受到的外界影响增加。特别是不良的后天教育，放纵变坏都可以使他的精华之气消散，到一定成度就可能散尽了。对于精华之气散尽的人，是通过后天炼功逐渐弥补的，但要花很长时间，要付出很多的辛苦。所以说，精华之气是极其珍贵的。

已经出现神足通，下雨淋不着，也有出现搬运的。

弟子：修心性，去掉一切执著心，是不是指达到佛家的“空”，道家的“无”？

师：我们所说的心性或是“德”，都不是佛家的“空”、道家的“无”所包容得了的，相反，他们那些都包括在我们的心性之中。

弟子：佛永远是佛吗？

师：修炼得道者，开悟之后，你就属于大觉者，也就是高级生命，但不能保证你永远不做坏事。当然一般在那个层次你不会做坏事，因为看到了真相，但如果做坏事，照样下来。永远做好事就永远在那儿。

弟子：什么是大根器的人？

师：这由几个方面的因素可以决定：①他的根基很好；②悟性很高；③忍耐力很强；④执著心小，对世间的东西看的很淡，这就是大根器。大根器的人很难得。

弟子：无大根基者炼法轮功能出功吗？

事了，那个时候我就能管它了，一挥手它就没影了。但有好处你如果想要就不成。

弟子：在公园炼功会不会有附体？

师：我都跟大家讲了多少回了，我们是正法修炼，心正压百邪！正法修炼，心很纯正，什么东西也上不来。法轮可是了不起的东西，不好的东西不仅是上不来，到它跟前都害怕。你不信到别的地方去炼功，它都怕你。我说出个数，大家都觉的吓人，好多人是有附体的。达到祛病健身目地了还往下练，你想得到什么呢？心不正就引起这些问题。不过也不怨那些人，他不知道这些理嘛，我出山的目地其中也包括这个，给大家纠正这些错误的东西。

弟子：将来会出现什么功能？

师：我不想讲，因为每个人的情况不一样，所以很难说。在这个层次上出哪些，那个层次上出哪些，关键是每个层次当中你的心性。执著心可能在这方面去掉了，这个方面出现了功能，但你出现的功能必定是在初期，不会很高的。心性达不到很高的时候，功能也不可能给你。但我们传授班上有人根基很不错，

我不主张给人的天目开在天眼通的层次上，因为在炼功人功力不大的时候，炼功中积攒的能量还不如透视时付出的能量多。灵气散失多了，天目可能会再度关闭，一旦关闭后再开就不容易了。所以，我一般为人开天目是开在慧眼通的层次上。不管看的清楚与否，可以使修炼者看到另外空间的东西。受先天条件的影响，有人看的很清楚；有人看到的東西忽隐忽现；有人看不清楚，但最低可以使你看到光。这样，对于炼功者向高层次发展是有好处的，看不清楚可以通过炼功后天弥补。

精华之气不足的人，天目看的景象是黑白的；精华之气较多的人，天目看的景象是彩色的，所看到的景象也更清晰。精华之气越多，清晰度越好。但是，每个人都不一样，有的人天目生来就是开的，有的人则堵塞的比较严实。天目开时的景象，有点象花朵开放一样，一层一层的开。打坐时，开始发现天目有一团光，开始光不太亮，以后又会变红。有的人天目封闭的紧，开时反应可能很剧烈。会感到主通道和山根处肌肉发紧，好象那里的肉聚在一起往里钻，太阳穴和前额发涨、发痛，这都是开天目的反应。天目容易开的人，偶然间可能看到某些东西。在传授班上有人无意中看到了

我的法身，当他有意看时又没有了，其实是用了眼睛看了。当闭目时看到什么，就始终保持那个状态，渐渐就可以看的清楚些。若想仔细看，其实就是动了眼睛了，走了视神经了，就看不到了。

天目层次不同所看到的空间也不同，有的科研部门不懂得这个道理，使的有些气功试验达不到预期的效果，甚至会出现相反的结果。比如，有个单位设计了一种测试特异功能的方法，让气功师看一个密封的盒子里有什么东西。由于气功师的天目层次不同，所回答的结果也各不相同，为此，测试人员认为天目是假的，是骗人的。这样测试往往是天目层次低的人透视的效果好，因为他的天目只开在天眼通的层次上，只适宜观察物质空间的事物，所以不懂天目的人认为他的功能最高。任何物体，不论它是有机物还是无机物，在不同空间将显示不同的样子。比如一个杯子，当它做出来时，就同时有一个灵体存在于另一个空间了，而且这个灵体存在之前还可能是别的东西。天目层次最低的看见是杯子；高一层的看的是另外空间的那个灵体；再高一些看的是那个灵体之前的物质形式。

的？对真正惹你生气的人，你不但要忍，还要谢他。他骂了你，去老师面前告了你一状，你回头心里还得说谢谢。你说：“那不成了阿Q了吗？”那是你的想法。通过这件事，如果你和他不一样看待，你的心性就提高了。在这个物质空间他占有了，在那边他是不是给你东西了？你的心性提高了，黑色物质就转化了，一举三得，为什么不谢人家？站在常人角度上不好理解。我不是在给一般人讲，而是在对炼功人讲。

弟子：没有附体的人提高心性可以避免附体，有附体的人怎么办？怎样才能摆脱？

师：一正压百邪。你今天得到这个法，以后就是它给你带来好处你都不要。若是那个东西给你带来钱、名、利的时候，你心里高高兴兴的，“看我多有本事”，人前显示一下。在你难受的时候你不干了，要找老师给你治一治，那么它给你好处的时候你怎么干呀？那是不能管的，因为它给你好处你接受了，你光想着得到好处那不成。只有你自心不要，带来好处也不要，就是按老师说的方法去修炼。你人一正，心一坚定，它已经担惊受怕了，给你好处你又不不要了，它就该走了。再不走就是做坏

的。看一个人是好是坏，只有在没有思想准备的情况下才能试的出来。

弟子：法轮功“真、善、忍”中的“忍”，是否一切事物都要忍，不管正确与否？

师：我讲的“忍”，是指在关系到你个人利益的问题上，你执著放不下的这些东西上提高你的心性。实际上“忍”不是件坏事，就是对常人来说也不坏。咱们讲个故事：韩信是个大将军，从小就好武，当时的炼武人就爱挎剑。韩信走在街上，过来一个无赖说：“你挎这个干什么？你敢杀人吗？你敢杀人先把我杀了。”说着脖子就伸过去：“如果不敢，就从我胯下钻过去！”韩信就钻过去了，他“忍”的本事很大。有人把忍看成软弱可欺，其实能忍的人意志是很坚强的。至于事情的正确与否，要看它是否真正符合宇宙的理。你认为一件事不怨你，是别人惹你生气了，其实你不知道到底为什么？你说：“我知道呀，就是为一件小事情。”我说的是另外一个理，不是我们这个物质空间看的见的。讲个笑话，也许你前世欠人家的，你怎么能判断它正确或错误呢？我们就得忍。哪有先把别人惹生气了再去忍

### （三）遥视

天目开了之后，有人会出现遥视，能够看到远隔千里之外的东西。每个人都有其自己占据的空间，在这个空间中他象个宇宙大小，在他特定空间，他额前有面镜子，在我们这个空间看不到。这面镜子每个人都有，只是不炼功的人这面镜子是扣着的；炼功的人这面镜子逐渐翻过来。翻过来后就能照射到他所要看的东西。在他特定空间，他是相当大的，其身躯很大，这面镜子也就很大，想看什么镜子就能照到。但照到了他还看不见，图象还应停留在镜子上的一瞬间。镜子会翻转，把照到的物体让你看一眼又翻过去，很快的再翻过去，不停的翻转。电影胶片是每秒钟二十四格就能看到连续动作。镜子的翻转速度比这个还快，所以看起来是连贯的，看的很清楚，这就是遥视。遥视的道理就这么简单。这都是密中之密，我几句话就把它说出来了。

### （四）空间

空间，我们看它是很复杂的。我们人类只知道现在人类存在的空间，其它空间还无法探测出来。对另外空间，我们气功师已看到几十层次空间，从理论上也能解释出来，但在科学

上还无法证实。有些东西尽管你不承认它存在，而它实实在在的反映到我们空间来了。比如说，世界上有个地方叫百慕大群岛，人称魔鬼三角，有的船到那儿就没了；有的飞机到那儿就没了，过多少年之后又出现了。谁也解释不了这个原因，谁也没有跑出现有人类思维的理论。实际上它就是通到另一空间的通道。它不象我们这扇门似的正规的有个门，它那个阴差阳错的就是那个状态，船要赶上这个阴差阳错门错开了，它就容易进去。人感受不到这个空间差，瞬间就进去了，它和我们的时空差，不能用里程来表示，十万八千里那么远，在这儿就那么一点，就是同时同地存在。船进去晃荡那么一会儿，阴差阳错又出来了，可是世上已过几十年了，因为两个空间的时间不一样。每个空间里还有单元世界，就象我们画原子结构图似的，一个球中间一根连线，七叉八叉都是球，都有连线，是很复杂的。

在第二次世界大战前四年，英国空军有个飞行员去执行任务，中途遇到暴风骤雨，凭他的经验找到一个废弃机场。当机场一出现在眼前时，突然又是另一番景象，一下子满天万里无云，就象从另外世界钻出来一样。机场上的飞机已涂上黄色，地面上有忙忙碌碌的人，他觉

得符合女性的生理才有效，女的通常是左腿托右腿，符合自身状态，男的相反，基点不一样。

弟子：听录音带或听音乐或念口诀炼功行吗？

师：如果有好的佛家音乐可以听，但真正炼功什么音乐都不要，因为要求定力，听录音带为了一念代万念。

弟子：贯通两极法是放松，还是要求用力？

师：贯通两极法要求自然站立、放松，不要求象第一套功法那样，我们其他的都不象第一套功法，都要放松。

### 三、修炼心性

弟子：我想做到“真、善、忍”，但昨天做梦和别人吵架，吵的很凶，我想忍，没忍住，这是不是在帮我提高心性？

师：当然是。梦是怎么回事我们已经讲了，大家自己去悟。提高心性的事来的很突然，不是等你做好思想准备去迎接它时才来

弟子：炼法轮功能否再学别的功法？如按摩、防身功、一指禅、太极拳等，不练其功看这方面的书有关系吗？

师：学习按摩、防身可以，但有些时候发狠心时就觉的不自在了。一指禅、太极拳属于气功，炼了呢，会往里面加东西。我的东西在你身上就不纯正了。看书讲心性的还可以。但有一些书作者自己没搞明白，就下结论，会搞乱你的思想。

弟子：“头前抱轮”有时手会碰上，有没有关系？

师：不要碰，我们要求是离缝的，碰上，手上的能量会回去的。

弟子：炼第二套功法臂坚持不住时，放下来再炼行不行？

师：炼功是很苦的，一酸就拿下来等于没起作用，要求时间越长越好，但要量力而行。

弟子：双盘为什么女的左腿在下、右腿在上？

师：因为我们炼功讲一个基点，女身和男身不一样，所以要以她的本体去演练自己，就

的很奇怪！降落后没人理他，指挥塔也不与他联系。他看天也晴了，干脆走吧，他又起飞了。在飞离机场相当于他刚才看到机场这么一个距离，一头又扎进暴风雨中去了。最后总算飞返回去了。他汇报情况，飞行记录都写出来了，上司不信。四年后，第二次世界大战爆发。把他调防到那个废弃机场。他一下子想起四年前的景象与这一模一样。我们气功师都知道是怎么一回事，他就是超前跑到四年后把事先做了一番，他就是超前跑到那边去先演了一场，第一场还没开始他先演了一场，回头顺着顺序再演。

## 五、气功治病与医院治病

从理论上讲，气功治病与医院治病是完全不同的。西医看病是用常人社会的手法，尽管有化验，X光检查等手段，都只能观察到这个空间的病灶，看不到另外空间的信息，看不到致病的原因所在。如果他的病比较轻，药物就可以把病原（西医讲的病毒，气功讲的业）消灭或赶跑了。在病很重的情况下，药力就解决不了，若加大药量人也受不了。因为有些病不都局限在世间法之内，有的病相当大，超出世间法的范围，因而医院治不了。



中医是我国传统的医学，和人体修炼特异功能是分不开的。古代很注意人体修炼，儒家、道家、佛家，包括学儒的学生都讲打坐。打坐是作为一种功夫，久而久之，虽然没有炼功，但是可以出功和功能。中医针灸对人体经络为什么摸索的那样清楚？穴位与穴位为什么不横着连？不交叉着连？为什么是竖着连？怎么描绘的那样准确？现代特异功能者，用眼睛看到的和中医描绘的一样，原因就是古代的名医一般都具有特异功能。我国历史上李时珍、孙思邈、扁鹊、华佗，实际上都是特异功能气功大师。中医传到现在，把功能部份丢掉了，只保留了手法。过去中医是用眼睛（包括特异功能）看病，后来又总结出号脉的方法。如果用中医看病的手法再加上特异功能方法，可以说再过很多年外国的西医也赶不上中国的中医。

气功治病是从根本上去掉致病的原因。我认为病就是一种“业”，治病就是帮助消业。有的气功师治病讲排黑气，排气补气，在极浅层次他把黑气排掉了，可是产生黑气的根本原因他不知道，这些黑气又从新来了，病又复发了。实际上不是黑气造成他有病，黑气的存在只使他难受。而造成他有病的根本原因是在另

好处，因法轮是灵体，不是炼丹，他可以自动帮助。

弟子：可以叫其他气功师调理身体吗？听其他气功师的报告是否有影响？

师：我想这个班下去后，大家都会体会到你的身体怎么样了，过一段时间就不允许你有病了。再来毛病，可能象感冒，也可能象肚子痛，实际上已经不是这个东西了。而是劫难、是过关。你找其他气功师调，是你不悟、不相信我说的话，抱着有求的思想，就会招来不良信息干扰你修炼，那个气功师是附体的功，你也可能招来那东西。听报告也一样，想听不就是去求吗？这个问题你自己去悟。这是个心性問題，我不管。如果他讲的是很高的法，讲心性問題倒也可以。你参加我的班，你的身体好不容易给调整过来了，本来你身体练的信息很杂的，身上乱了套，现在都调整顺了，把坏的去掉，好的留下。当然我不反对学其它功，你觉的法轮功不好可以学别的功，但我想学的很杂的话也不行。你已经修大法了，法身就在我身边，得了高的又往回找！

弟子：炼法轮功可以炼其它佛家功法吗？  
观音录音带能听吗？在家的居士学功后可不可以念经？是否可以同时炼其它功法？

师：这个问题我想不能。每一法门都是一种修炼方法，真正要修炼而不是祛病健身，就必须专一，这是个严肃问题。往高层次上修炼就得把住一门往上修，这是绝对的真理。而佛家中的几个法门也都不能掺和的。我们讲的这个功法是高层次的，是经过久远年代流传下来的，靠你的感觉不行。从另外空间看他的演化过程，都是极其玄妙、极其复杂的。就象一个精密仪器，如果拿下它的一个零件，换个别的放上，马上就坏了。功法也是一样，任何东西都不能往里掺和，掺和进去保证出偏。各门功法都一样，你要炼就一定要专一。你不专一根本就修不了。取众家之所长的说法，是祛病健身这一层次的说法，他不能把你带到高层次上去。

弟子：与炼其它功法的人在一起炼功是否会互相影响？

师：不管他炼什么功，道家功也好，神功也好，佛家功也好，只要是正法，对我们毫无干扰，你对他也没干扰。他在你跟前炼对他有

外空间当中有一个灵体。好多气功师不了解这种事。因为那个灵体很厉害，一般动不了，也不敢动它。法轮功看病就是针对那个灵体下手，把生病的根本东西拿掉，而且在有病部位下个罩，不使病再侵蚀进去。

气功能看病，但不能干扰常人社会状态。如大面积应用就会干扰常人社会状态，这是不允许的，效果也不好。大家知道，凡是开设气功门诊的、气功医院的、气功康复中心的，当他没开设之前治疗效果可能不错，一旦开业看病，其效果就一落千丈，就是不允许用超出常人的法代替常人社会的职能。这样做了就必然和常人社会的法一样低。

特异功能透视人体，可以象切片一样的看，一层一层的看，能看到软组织及身体的任何部位。现在的“CT”扫描虽然可以看的很清楚，但是，它毕竟是用机器，很费时，用很多片子，很慢、很费钱。不如人的特异功能来的方便、准确。气功师把眼睛一闭一扫，就能清清楚楚的直接看到病人的任何部位。这不是高科技吗？这是比现代高科技还要高的高科技。然而，这种水平在中国古代就有了，是古代就有的高科技。华佗看出曹操脑子里长着瘤子，要给他动手术。曹操接受不了，以为是害

他，他把华佗抓起来了，结果曹操还是由于脑瘤而死。历史上很多大中医都有特异功能，只是，在现代社会中由于人们过于追求现实的东西，而把古老的传统给遗忘了。

我们的高层次气功修炼，就是要从新认识传统的东西，在实践中把它继承发扬下去，从新用于造福人类社会。

## 六、佛家气功与佛教

我们一谈到佛家气功，好多人就联想到一个问题：佛家是修佛的，就想到佛教中的事情。我这里郑重的说清楚，法轮功是佛家气功，是正传大法，与佛教没有关系。佛家气功是佛家气功，佛教是佛教，虽然修炼的目地是一样的，但走的不是一条路，不是一个法门，要求也不一样。我这里提到一个“佛”字，我在高层次上讲功以后还会提到，它本身没有什么迷信色彩。有的人一听到“佛”简直不得了，说你在宣传迷信，不是这样的。“佛”本是梵文，从印度传过来的，叫作“佛陀”（Buddha）音译两个字，人们把“陀”省略了，就叫“佛”，翻译成中国话就是“觉者”，觉悟了的人（见《辞海》）。

弟子：在公共汽车上或排队等候时，想法轮功各式可以吗？

师：我们的功不是动意念，也不要求每天必须炼多长时间，当然炼的时间越长越好。当你没炼时，反过来它炼你。但是在炼功初期还是要多炼，加强它。有些学员曾出现这样的情况，出差一两个月，在这一两个月中忙于事务性的事，没炼功，回来之后丝毫没受影响，法轮还在转，因为他不停息。你脑子里想着你是个炼功人，心性守的住，他就起作用。只是有一点，你又不炼功，又把自己混同于常人，他就要化掉了。

弟子：法轮功可以和密宗一起炼吗？

师：密宗也是法轮，但不能和我们的功一起炼。如果你炼密宗法轮已经形成后，你可以炼密宗，因密宗也是正法，但同时炼不行。密宗的法轮是修中脉的，平着转，它的法轮跟我们的不一样，它的轮子上有咒语。我们的法轮是在小腹部位上立着放的，平面向外，小腹就这么大，我的一个轮子就占满了，再放一个就搅和了。

缘份不大的，得通过长期炼功，自己慢慢形成这种玄机。再炼功使玄机形成法轮。

弟子：静功“神通加持法”手印动作的涵义是什么？

师：这用我们的语言解释不了，每个动作包括的涵义很多，大体上就是：我要炼功了，要炼佛法了，调整好身体，进入炼功状态。

弟子：炼成奶白体时，是不是毫毛孔窍都打开了，形成了体呼吸？

师：大家体验体验，你已经走过这个层次了，因为我要把你身体调到奶白体状态，要讲十多个小时的法，不能再缩短了。你在别的功法中要炼十几年几十年或者更长的时间，我们这里一下就给你带到这一步。因为这步没有心性的要求，根据师父能力来做，当你还没体会到时，这个层次就过去了，也可能只有几个小时。有那么一天，你感觉到很灵敏，过一会又不灵敏了，实际上就是一个大层次过去了，而你在其它功法中要保持一年或几年这种状态，这些，其实都是低层次上的东西。

## （一）佛家气功

目前传出的佛家气功有两种。一种是从佛教中分离出来的，它在几千年发展中出现了许多高僧，他们在修炼过程中，修到很高层次时，就有上师传授他们一些东西，得到了更高层次的真传。这些东西以往在佛教中都是单传，当高僧快到百年时才传给一个弟子，按照佛教理论去修，在整体上提高。这种气功，看起来与佛教是紧密相连的。后来僧人被赶出寺庙，如“文化大革命”时期，这些功法就流落到民间，也就在民间大量发展了。

另一种也是佛家气功，这种佛家气功历代都没有进入佛教中去，一直在民间或在深山中静修。这种功法都有独到之处，它都要求选择一个好徒弟，真正具备能往高层次修炼的大德之士。这样的人多少年才能出世一个。这些功法不能公开，要求心性很高，长功也非常快，这种功法不在少数。道家也一样，同是道家功，有昆仑派、峨嵋派、武当派等之分。每派之中还有不同法门，每门功法都相差甚远，都不能混同起来炼。

## （二）佛教

佛教是两千多年前释迦牟尼在印度原有修炼基础之上自己证悟的一套修炼东西。概括的讲就是“戒、定、慧”三个字。戒是为了定。佛教不讲炼功，实际上是在炼功，他定下来往那儿一坐就是炼功。因为人一静下来一收心，宇宙的能量就往他身上聚集，起到了炼功的作用。佛教的戒，就是要戒掉常人所有的欲望，舍弃常人所有执著的东西，从而达到清静无为的状态，就能定下来，在定中不断提高层次，然后开悟开慧，认识宇宙，看到宇宙真相。

释迦牟尼开始传法时一天只做三件事：讲法（主要传的是罗汉法），弟子听法；然后是捧着钵（碗）去化缘（要饭）；再就是打坐实修。释迦牟尼不在世后婆罗门教与佛教经过斗争之后，这两种宗教合并为一种印度教，所以现在印度没有佛教。在以后的发展演变过程中，出现了大乘佛教，流传到中国内地就是现在的佛教。大乘佛教不是单信释迦牟尼为祖尊，而是多佛信仰，信仰许多如来，阿弥陀佛和药师佛等。戒律也多了，修炼目标也高了。当时释迦牟尼在个别弟子中传过菩萨法，后来把这些东西整理出来就发展成现在的大乘佛教，修菩萨界。现在东南亚一带还保留着小乘

咱们这个功法一直在炼，停了也在炼，所以是不能收停的。想把法轮停止了，你也停不下来。说深了你理解，如果你能让他停，我这儿也得停了，你能把我这儿也停止了吗？

弟子：结印、双手合十可不可以当站桩来炼？

师：第一套功法——佛展千手不能当站桩炼，抻大劲了，会抻出毛病来。

弟子：炼功时腋下是否要求虚？在炼第一节时感到腋下发紧是怎么回事？

师：是不是你有病？在初期状态，改变你身体时，发现这个那个现象，会有些症状，但不是功带来的。

弟子：没有听过李老师讲课的人，能否在公园跟学员炼功？

师：可以的。学员都可以教别人炼功。学员教别人炼功不象我这样教，我要给大家直接改变身体。但也有的人一炼就出法轮，因为学员身后都有我的法身，他会直接去处理。这就要看缘份，缘份大的，当时就可以得到法轮；

师：不用观想，你天目开了就可以看到我的法身就在旁边。

弟子：这五套功法炼的时候有什么要求？是否必须一起炼？要求炼九遍的心里数着数可以吗？超过了九遍或动作记错会不会起反作用？

师：五套功法炼哪套都可以，我想你在炼功之前最好把第一套功法炼了，因为他会把整个身体活动开，你先炼一遍，身体充份运动开了，再炼其他功法效果比较好。时间多就多炼，时间少就少炼，或者挑其中的一套功法炼。第三、四套功法各炼九遍，书里写着心里数数，你回去可以试一试，叫你孩子在旁边数着，你做。当做九遍后再找气机就找不到了，因为我这东西就是这样，开始要用思维想一下，习惯以后自然就停了。记错了动作或多做少做了，纠正过来就可以了。

弟子：为什么收式不收功？

师：法轮自动旋转，他瞬间知道你不炼功了。他能量很大，瞬间就能把放出去的东西收回来，比你人为怎么收都好。这也不是收功，只是把能量收回来。其它功法说停就停。

佛教的传统，运用神通做法事。在佛教演变过程中，一支传入我国西藏称藏密；另一支经新疆传入汉地称唐密（会昌年间灭佛后消失了）；再一支就是在印度形成瑜伽功。

在佛教中不讲炼功，也不炼气功，这是为了维护佛教传统的修炼方法，也是佛教能传扬两千多年而不衰败的重要原因。就因为他不接受外来的东西，才容易保留其自身的传统。佛教的修法也不完全相同。小乘佛教侧重于度己、修自身；大乘佛教已发展到度己度人，普度众生。

## 七、正法与邪法

### （一）旁门左道

旁门左道亦称奇门修法。在有宗教之前，各门气功就已存在。宗教以外的功法有许多在民间流传，多数没有成为一套完整的修炼体系，没有一套完整的理论，而奇门修法有系统完备的特殊强化修炼方法，也在民间承传。这类功法通常被称为旁门左道。为什么称旁门左道呢？从字面上看，旁门就是别开一门，左道就是笨拙。人们认为佛、道两家修炼方法都是正法，其它功法都是旁门左道，或是邪法。其

实不是这样。旁门左道历代都是密修单传，不能拿出来示人。一旦传出，人们都不太理解。他们也自称其功法是非佛非道。它的修炼方法有严格的心性要求，它是按宇宙特性在修炼，讲行善，守心性。其中高人都有绝招儿，有些独特的技能也很厉害。我遇到过三位奇门高人，传授给我一些东西，在佛、道两家中都找不到。这些东西在修炼的过程中都比较难，炼出的功也是很独特的。相反，在现在所传的一些所谓的佛道两家功法中，有的缺乏严格的心性要求，因而修的不高，所以，对各家功法要辩证的看。

## （二）武术气功

武术气功是经过久远历史年代形成的，有一套完整的理论体系、修炼方法，形成了独立的体系。但严格的说，它也只是内修功法最低层次所出现的功能的体现。武术修炼中所出现的功能，内修功中都出。武术气功修炼也从练气开始，比如砍石头时，开始就要抡胳膊运气，时间长了气就发生质的变化，形成能量团，看上去象一种光存在，达到这种成度时，功就会起作用。因为功是高级物质，带有灵性，它受大脑思维控制，存在于另外空间。击

上又炼一套新的东西，再通过一层，又炼一套新的东西，就是这样。

弟子：打雷能不能炼功？炼法轮功害怕声音吗？

师：我给大家举个例子，过去我在北京某个大院内教学生，当时要下雨，打雷很厉害。当时他们炼的功是我传给弟子的功，炼的时候要在法轮上走游桩。我看来雨了，他们的功还没炼完，可是，这时大雨就根本下不起来。云很低，云彩在楼上翻滚，雷打的很厉害，天很暗，当时雷打在法轮的圈上，但对我们丝毫无损伤。雷打下来在地下的情况看的清清楚楚，也没伤到我们。这说明我们这功是有保护的。一般我炼功不分什么天气，想起来就炼，有时间就炼，也不怕声音。别的功都怕声音，因为你在很静很静的时候突然听到一个很响的声音，你会有种感觉，简直就是浑身上下所有的气就象爆炸一样，闪着光窜到体外。但不要紧，我们的功不出偏。当然还是尽量找一个安静的地方炼好。

弟子：要不要观想老师的形像？

套功法，两掌带气贯通两极，一想就得，其它不要想。

弟子：采集能量是否和采气一样？

师：我们采气干啥？我们修炼的是大法，将来都发不出气。我们炼的不是低层次上的气，而放出来的是光。能量的采集，用法轮来做，不需要我们自己做。但比如贯通两极法，他不是采气，实际上是贯通身体，也起到采能量的作用，但主要不是这个目地。要说采气怎么采？大法修炼，一挥手头顶会感到压力很大，一下子就来了很多很多，但要气何用呢？能量也不需要特意去采。

弟子：法轮功是否有百日筑基和胎息？

师：那都是低的，我们不炼。我们早就走过初级那个不稳定的时期了。

弟子：法轮功是否有阴阳平衡？

师：这些都属于练气，是低层次上的东西，当你跳出气的层次后，你的身体不存在阴阳平衡问题。不论你炼哪家功法，只要真正得到师父真传，保证当你走出低的层次，就要把你以前炼的全部扔掉，一样都不要！在新层次

打时不要运气，想到时功就来了。随着修炼，功会不断加强，颗粒变细，能量变大，出现了“铁砂掌”、“朱砂掌”的功夫。从影视和杂志上看到，近年来出现了“金钟罩”、“铁布衫”的技能，这是武术与内修同修而形成的，是内外兼修出来的。要内修就要重德，要修心性。从理论上讲，他的功夫达到一定成度，它使功从体内发出，发放到体外，因密度大，就形成了防护罩。武术气功从理论上讲和我们内修的最大区别在于武术是在猛烈的运动中炼，没有入静。不入静气走皮下，气窜肌肉，不入丹田，所以不修命，也不能修命。

### （三）返修与借功

有的人没有炼过气功，突然一夜之间得了功，能量也不小，还能给人看病，人们也叫他气功师，他也在教别人；有的干脆没有学过功法，或者学过几个动作，自己改一改就教别人。这种人够不上气功师，他没有什么可承传给别人的。他教的东西确实不能往高层次上修炼，顶多是祛病健身。这种功是怎么来的呢？首先讲一下返修。所谓返修是指有些心性极高、非常好的人，往往上了年纪，五十岁往上，叫他从新修炼时间来不及，要碰到性命双



修的高师不容易。当他一想要炼功的时候，上师就在他心性的基础上给他加了相当大的能量，从上往下反过来修，这就快多了。上师在空中演化，不断的从体外给他加能量，特别是在他看病、组场的时候，上师给的能量象从管道里给他输送一样，有的他自己还不知道哪来的。这就是返修。

还有一种是借功。借功在年龄上不限。人除了主意识外还有副意识，往往副意识比主意识层次高。有的人副意识层次很高，可以和觉者联系上，这种人想炼功时，副意识也想提高层次，马上和大觉者联系借功。借给他功之后，也是一夜之间来了功，得功之后也能给人看病，解除病人的痛苦。他通常采用组场办法，还可以单独给人授能量，教给人一些手法。

往往有这样的人，开始是很不错的，有了功，名声很大，名利双收。名利在头脑中的比例占了很大一部份，超过了炼功，从此功就往下掉，功就越来越小，最后什么也没有了。

#### （四）宇宙语

有人突然之间能说出一种语言，这种语言说起来还比较流利，但它不是人类社会的语

功，我的法身就要离开你。如果你真正炼功，法身就要管你。所以你教他功的时候，就带了我教的信息，就带有形成法轮的气机。你教的人有心去炼，就能形成法轮。有缘份，根基好的，当时就可以得到法轮。咱们的书写的很详细，没人教，也能炼的好。

弟子：炼法轮功讲不讲呼吸？如何调息？

师：炼法轮功，不需要调息，也不讲呼吸，那是初级功法学的东西，在我们这里不需要。因为调息呼吸是为了炼丹、添风、加火。逆式呼吸、顺式呼吸、咽津都是为了炼丹，我们不炼这个。你所需要的一切都由法轮来完成。有些更高更难的东西，由师父法身来完成。任何一派，特别是道家讲的更详细，但不是人为的炼出来的。实际上是他那派的上师在给他演练，在给他化，他只是不知其理。自己人为的做不了，只有开了悟，开了功的人才能做。

弟子：炼功有意守吗？功法的意念在何处？

师：我们这里没有意守，一直没有叫大家意守，让你放弃执著，不要求什么意念。第三

我不说抵其它功法几年的功夫，但也差不多吧。低层次上的东西，这个方位，那个脉呀，等等这些我都不讲，我们讲高层次上东西。大法修炼，真正炼功，是“炼”字而不是“练”字。

弟子：炼功后能否立即大小便？小便中有许多泡沫，是否会漏气？

师：没有问题的。我们炼功人在高层次上，大小便确实有能量带出，不过那点能量不算什么，什么也不影响。炼大法还要普度众生，这一点不要当回事，我们得到的要多的多。办这个班，我打出去的能量很强很强，墙上都留着许多东西。

弟子：能否宣传法轮功？能否教没听课的人炼法轮功？没听过课的是否能在辅导站炼功？寄录音带和书给外地亲友可否？

师：普及我们的功法，叫更多人受益，不会出偏。我给你讲出许多法，就是让你知道法，了解高层次上的东西，看到高层次上的东西。先讲出来是怕等你看到或遇到时不理解。你可以教别人炼功，但是你下不了那个法轮。怎么办？我讲了，你要是三心二意不怎么炼

言。叫什么呢？叫宇宙语。所谓宇宙语，它只不过是太高的那个生命体的一种语言。现在国内练气功的人有不少出现了这种情况，甚至有的人会说好几种不同的语言。当然，我们人类社会的语言也是很复杂的，有一千多种。宇宙语算不算功能呢？我说它不能算，它不是自身的一种功能，也不是外面来的给你的一种功能，而是由一种外来生命体操纵的。这个生命体来源层次高一些，最起码要比我们人类高一些，是它在说话。说宇宙语的人只起个传话筒的作用。多数人说的话他自己也不知道大概意思是什么，只有具备了“他心通”功能的人，他能够感应到大概意思。因为它不是功能，好多人说了之后，沾沾自喜，还认为了不起，认为是功能。实际上天目层次高的人可以观察到，在他的斜上方保证有一个生命体在那里说话，利用说话人的嘴说出来。

它教给他宇宙语，同时把功也传给他一部份，但是，这个人从此就被控制在它的手里，这就不是正法。你别看它在稍高层空间，它不是正法修炼的，所以它也不知道如何叫修炼者祛病健身，因而就采用这种方法，通过说话发放能量。因为这个能量是散射的，力量很小，它对一些大病可起一定的作用，大的就不行。

佛教中讲天上人没有苦吃，没有矛盾，不能修炼，得不到魔炼，不能提高层次，所以就想办法帮助人祛病健身，从而自己得到一点提高。这就是宇宙语。宇宙语不是功能，也不是气功。

### （五）信息附体

信息附体中危害较大的是低灵附体，这都是修炼邪法招来的。它对人的伤害非常大，被附体的人后果是很可怕的。有的人练功没练多少，一心就想给人看病、想发财，老琢磨着这些事。本来这个人很不错，或者已有师父在管他。可是他一琢磨看病、发财的事可就坏了，他就招来了这个东西，它不在我们物质空间，但它确实确实存在的。

这个练功人突然觉的天目开了，有功了，其实是附体主宰他的大脑，它看到的图象反映到他的大脑，觉的自己天目开了，其实根本没有开。附体为什么要给他功呢？为什么要帮他呢？因为我们这个宇宙不允许动物修成，动物不讲心性，提高不上去，不许它得正法。因此它就想附在人身上，要得人体精华。宇宙还有一个理，叫不失不得。它就满足你名利要求，叫你发财，叫你出名。但它不会白帮你，它也

都可以。因为宇宙是旋转的，在变动，你站在西边也不一定是西边了，你站在东边也不一定是东边了。我要求弟子炼功面西而站，只是个敬意，实际上并不起什么作用。炼功在哪儿炼都可以，家里外面都行。但是我觉的还是找一个场地、环境、空气比较好一点的，特别是离脏东西要远，如垃圾箱、厕所等，其它都没关系。修炼大法不讲时间、地点和方位。饭前饭后都可以炼，但你吃的太饱的话，马上就炼也难受呀，最好还是歇会儿。当肚子饿的咕咕叫时也难入静，大家针对自己的情况来掌握。

弟子：炼完功后有什么要求？要不要干洗脸？

师：我们炼完功后不怕凉水什么的，也不用干洗脸、干洗手，这都是初期为了打开人体穴脉所采用的。我们是大法修炼，都没有这些东西，现在已不是刚刚改变人体那个状态了。常人走向炼功人好象很难很难，而且有些功法又无法直接改变人体，在它来讲有些要求很复杂，我们这里都没有，也没这些说道。我没讲到的你都不用去管，只管去炼。因为我们是大法修炼，你身体处于初级状态怕这怕那，或这要求那要求的过程，在几天之中都走过去了。

师：法轮是自转的，不用你意念引导。再强调一下，不要用意念，意念也控制不了他。不要以为你意念一控制就使他往反方向转。小腹部位的法轮是不受意念控制的。在体外调整身体的法轮，你让他转，可能会接到你的思想活动，可能会产生这种感觉。我给你讲：你不要做，不能人为的去炼。人为的去炼不还是人炼功了么，是法轮去炼，是法炼人。为什么老放不开你意念的东西呢？任何功法到高层次，哪怕是道家功法，都没有意念引导。

弟子：炼法轮功什么时间、地点、方位效果最好？炼多少次合适？饭前饭后炼有关系吗？

师：因为法轮是圆的，是我们这个宇宙的缩影，炼的是宇宙的理，而且宇宙是运动的，反过来就是法炼人。你没炼功，他炼你，和传出的所有功法理论都不同，我这是独一份的法炼人。其它所有功法都走丹道这一派，人为的炼功、存丹，我们不用。我们这个功什么时间炼都可以，你不炼功功炼你，不用选择时间，时间多就多炼，时间少就少炼。我们这个功法要求不是特别严的，但我们对心性要求是非常严的。我们的功法也不讲方向，站在哪个方位

要得，要得到你的精华。当它离开你的时候，你就什么也没有了，变的很虚弱，或者成了植物人！这是心性不正招来的。一正压百邪，你的心很正就招不来邪，也就是说，要堂堂正正的做炼功人，什么乱七八糟的都不要，就要正法修炼。

## （六）正功也能练出邪法

有些人虽然所学的功是正法，但由于不能严格的要求自己，不讲心性，练功时想些不好的东西，这就不自觉的在练邪法了。比如练站桩功也好，练打坐也好，人在那儿练功，实际上思想在想钱呀，想名利呀，想谁对我不好了我出功能整整他呀；或者想这功能那功能呀等等，把一些不好的东西加进功里去，实际上是在练邪法了。这是很危险的，就有可能招来一些不好的东西，比如低灵这些东西，也许他招来了他还不知道。因为他执著心太强，抱着有求之心学道是不行的，他心地不正，师父也没办法保护他。所以，炼功人一定严守心性，心正无所求，否则就可能出问题。

## 第二章 法轮功

法轮功源出于佛家法轮修炼大法，他是一种佛家气功修炼的特殊方法，但有其不同于一般佛家修炼方法的独到之处。本功法过去要求修炼者要有极高心性的大根器之人所学的特殊的强化修炼。为了使更多的炼功人得到提高，同时又满足于广大有志于修炼者的要求，特将本功法整理出一套适合普及的修炼方法传出，即使这样，他也已经大大超出一般功法所学的东西与层次了。

### 一、法轮的作用

法轮功的法轮具有同宇宙一样的特性，他是宇宙的缩影。修炼法轮功者不但可以快速增长功能和功力，而且会在很短的时间里炼出威力无比的法轮来。法轮形成以后，是以一种有灵性的生命体存在，平时在炼功者的小腹处自动旋转不停，不断的从宇宙中采集、演化能量，最后在炼功者本体中转化为功，从而达到法炼人的效果，也就是说，虽然人没有时时在炼功，而法轮在不断的炼人。法轮内用度己，具有强身健体、开智开慧和保护炼功者不出偏

弟子：炼功可不可以抽烟、喝酒？因工作特点需要喝酒怎么办？

师：对这个问题我是这样看的，我们炼佛家功是要戒酒的，时间长了不喝你可能还想，一点点的戒吧。但是时间别太长，太长了会遭到惩罚的！对抽烟，我认为是个意志问题，只要你想戒就能戒掉。常人常想：“我今天戒烟了。”过几天又坚持不了。过两天又想起来了，又戒，就这样，他老也戒不了。常人生活在世间，世间人与人之间往来免不了这些应酬。但是，你要想到你已不是一个常人了，已经开始修炼了。有意志，就可以达到目地的。当然，我的徒弟也还有抽烟的，他自己也能戒，但别人一给他，他又拉不下面子，又想抽，两天不抽还难受，再去抽也难受。自己一定要控制住！有些人是搞交际的，经常要陪客人喝酒，这个问题很难解决。尽量少喝吧，或者你想办法解决！

弟子：当还不能看到法轮转动时，如给顺时针意念，会不会给正在逆时针转的法轮造成影响？

弟子：现在社会上流传很多说法，比如金锁链什么的，怎样对待？

师：我跟大家讲，这东西纯属骗人，你不要给他回信，简直是无聊，你可以不管它。你看他这东西正不正，一看就可以看的出来，我们这法严格要求修心性的。有些气功师我叫他气功商，拿气功作为一种商品，成为换钱的资本，这样的人教功也教不出什么东西来，有那么点东西也不会高，还有的是邪的东西。

弟子：法轮功学员在寺院中皈依了怎么办？该退出吗？

师：它和咱们没什么关系，虽然你已经皈依，那是形式上的东西。

弟子：我们几个从学习以来感到头胀、头晕？

师：这可能是新进来的学员，身体还没有调整好，我打出的能量很大，病气往外发会头胀，头胀是给你去头上的病，是好事，但去的太猛反应就大。我们办七天班时有人就受不了，时间再短可能就要出问题了，打出的能量大，反应非常厉害，头胀的受不了，看来十天班比较稳，后进来的人反应会大些。

差的作用，并且能保护修炼者免受心性差的人侵扰；法轮外用度人，可以给人治病除邪，改变一切不正常状态。法轮在小腹处不停的旋转，正（顺时针）转九圈，反（时针）转九圈。正转时从宇宙猛烈的吸取能量，能量非常大。随着功力的增长旋转的力量越来越大，是人为的捧气灌顶所达不到的；反转时发放能量，普度众生，纠正不正确的状态，在炼功者附近的人都要受益。在我们国家所有传出的这些气功当中，法轮功是唯独头一份能达到法炼人的功法。

法轮是最珍贵的，是千金不换的东西。我的师父在传给我法轮的时候对我说：这个法轮谁也不能传的，千年修道的人都想得到他可他得不到。我们这个法门经过一个相当相当的久远的年代才能传给一个人，和那个几十年传一个还不一样，所以法轮是极其珍贵的。现在，我们虽然把他拿出来演化的没有原来那么大的威力了，可是他也是极其珍贵的。修炼者得到他就等于修成一半了，剩下的只要你提高心性，将来就有一个相当高的层次在等着你。当然，没有缘份的人，将来他自己炼炼就不行了，法轮也就不存在了。

法轮功是佛家功，但他完全超出了佛家的范围，炼的是整个宇宙。过去佛家修炼就讲佛家的理，道家修炼就讲道家的理，谁也没有从根本上把宇宙说透。宇宙同人一样，除了物质构成以外，还有它的特性存在，概括起来就是三个字，叫作“真、善、忍”。道家修炼主要悟在“真”上，说真话，办真事，返本归真，最后达到做真人。佛家修炼重点放在“善”上，生出大慈悲心，普度众生。我们这个法门是“真、善、忍”同修，直接从宇宙的根本特性上去修炼，最终达到同宇宙的同化。

法轮功是性命双修功法，在功力和心性上达到一定层次以后，要求在世间就达到开悟（开功）的状态，修成不坏之体。法轮功大体上分为世间法和出世间法等诸多层次，望广大有志者勤于修炼，不断提高心性，达到圆满。

## 二、法轮的形态构成

法轮功的法轮是有灵性的旋转的高能量物质体。法轮是按照整个天体宇宙运行规律在旋转着，在某种意义上说，法轮是宇宙的缩影。

法轮中间是佛家“卐”字符（‘卐’（音万）在梵文中作 Srivatsa，意为‘吉祥之所集’（见《辞海》）），是法轮的核心，其颜

高，有为法不是指动作，他打坐、结印也是动作，所以不在动作大小。有为无为在于你的意念，在追求上，有意念，有追求，就是执著，就是有为，指的是这东西。

弟子：心性和德不相等，你说德的多少决定层次，又说心性多高功多高，两者是否矛盾？

师：你可能没听清楚。心性包括的很广，德是其中一部份；还包括“忍”、吃苦能力、悟性、对待矛盾等等，这一切都属于心性问题的，其中还包括功的演化、德的演化，是一个广义上的东西。德有多少不是说你功有多高，它是说你将来长多少功。德还得通过提高心性魔炼后，它才能转化为功。

弟子：一家几口人练的不是一种功，会不会互相影响？

师：不会的。但是，他们之间会不会互相影响我不知道。作为我们法轮功谁也干扰不了，而且你对他们还有好处，因为我们是正法修炼，不会出偏。

用的方法，并不是什么功能。有人教这个，我说全世界人都不吃饭了，这是破坏了常人的社会状态，那要成问题的，人人都不吃饭了，那是人的社会吗？那不成，不是那样的。

弟子：这五套功法能炼到什么层次？

师：这五套功法已经够你炼到极高极高层次了。当然你要想炼到哪个层次，到那时候你自己知道。因为功无止境，你真正到了那步，就有那个缘份，还能得到更高层次上的大法。

弟子：法炼人，法轮常转是不是可以不炼功了？

师：炼功和寺院修法不一样。其实寺院中心里想着修，实际也是要打坐的，那个功夫是要炼的，不能说光长功什么都不炼，光说头上有功，我说那不是炼功人吧？哪一套功夫都有承传的一套东西，是要把这一套东西炼出来的。

弟子：练其它功的人说：没有意念的功不是功法，对吗？

师：这个说法那个说法多了，可没有人象我这样把大法告诉你。佛家讲有为法不会太

色近乎金黄色，底色是非常鲜艳的大红色。外圈底色是橙黄色。四位太极和四位佛家法轮，他们隔一排一，分布在八个方位上。由红黑颜色组成的太极是道家的；由红蓝颜色组成的太极是先天大道的。四位小法轮也是金黄色的，法轮的底色会变化，赤橙黄绿青蓝紫周期变化，颜色非常漂亮（参看封面图）。中心“卍”字符和太极颜色不变化。这些大小法轮和“卍”字符都在自转。法轮的根生在宇宙，宇宙在转，各个星系在转，所以法轮也在转。对于天目层次低的人，能够看到法轮象风扇一样旋转；对于天目层次高的人，能够看到法轮的全景，那是非常好看、非常鲜艳的，会使炼功人的修炼更加勇猛精進。

### 三、法轮功的修炼特点

#### （一）法炼人

学习法轮功者不但可以快速增长功力与功能，而且可以炼出法轮来。法轮会在很短的时间里形成，一旦形成，其威力很大，他可以保护炼功者不出偏差，而且能保护本人不受心性差的人侵扰。理论上也完全不同于传统的修法。因为法轮形成后，会自转不停，是以一种



有灵性的生命体存在，平时在炼功人的小腹处不断储备能量。法轮是通过旋转自动的从宇宙中采集能量。正因为他的自转不停，从而达到了法炼人的目地，也就是人没有时时在炼功，而法轮在不停的炼人。人们知道，常人白天要工作，晚间要休息，炼功时间很有限。要想达到二十四小时不停的炼功，只有所谓的时刻想着练功是不行的，或者采取什么方法等，都难以达到真正二十四小时都在炼功的目地。然而法轮不断的旋转，从宇宙中向内旋进大量的气（初期能量存在的形式），昼夜不停、时刻不停的把吸进的气在法轮的各个方位中储存转化，把气变成为更高级的物质，最后在修炼者体上转化成“功”，这就是法炼人。法轮功的修炼完全不同于各家、各门派丹道气功的炼功学说。

法轮功修炼的最大特点是修炼法轮，不走丹道。目前传出来的不管是哪一家哪一门派的功法，佛教道教的各个功派，佛家的、道家的、民间的，许多旁门中的修法，都是走丹道的，叫丹道气功。和尚、尼姑、老道的修炼都是走了丹道这个路子。百年之后火化的时候，会炼出舍利子。现在科学仪器测不出它是用什么物质构成的，非常坚硬、好看。实际上它是

师：没有关系，因为法轮下在另一个空间，我们功法没有剧烈运动，对怀孕妇女没有坏的影响，对她身体还是有好处的。

弟子：老师离开我们，有没有空间的距离？

师：好多人都有这种想法：老师你不在北京了，我们怎么办？你炼其它功法也一样，老师也不能天天看着。法，我教给大家了，理，教给大家了，这套功教给大家了，完完整整的一套东西都给你了，就看你自己怎么修了。你不能说在我身边就有保证，不在我身边就无保证。咱们举个例子，说佛教徒，释迦牟尼都不在世两千多年了，他们不是继承下来，一心不二的在炼吗？所以炼不炼是自己的问题。

弟子：炼法轮功会辟谷吗？

师：不会的，因为辟谷这种方法是在佛道没有存在之前就存在的大道修炼，在没有成为宗教之前就有，往往这种方法都属于单修独炼。因为当时没有僧院制度，只能在半山腰上，没有人供食物，修炼时需要闭关，需要半年一年不动，所以采用这种方法。我们今天修炼，不需要这样，因为那是一种特定环境下采

弟子：打坐时睡觉行不行？怎么处理？有时出现昏迷达三分钟，不知怎么回事？

师：睡觉不行，炼功能睡觉吗？打坐睡觉也是一种魔。你说昏迷这种现象不会出现，是不是没写清楚？三分钟没有意识不算什么，定力很高的人经常出现无意识状态，长时间这样就不行。

弟子：是否有决心修成正果的人都能成正果？根基稍差怎么办？

师：就看你有没有这个决心，关键是这个决心有多大。根基稍差的人，还是看你的决心和悟性。

弟子：感冒发烧能炼功吗？

师：我说你从班上下去之后都没有病，你也许不信，我的徒弟有时象感冒、发烧是怎么回事，那是过关，过难，该提高层次的反映。他们自己都明白，不管它自己就能过去。

弟子：怀孕的妇女能否炼法轮功？

另外空间采集来的高能量物质，不是我们这个空间的东西，就是那个丹。丹道气功想在有生之年达到开悟状态是非常难的，过去很多炼丹道的人提丹，一到泥丸宫丹就提不出来，人就憋死在这儿了。有的想人为的把它炸掉，可是没有办法把它炸开。有的就有这样的，他的爷爷没炼成，百年之后吐给他爹；他爹没炼成，百年之后吐给他。到现在他还是什么也不是，很难！当然，有很多功法也是很好的，要得真传了也不错，就怕他没有传给你那么高级的东西。

## （二）修炼主意识

每个人都有主意识，平时做事情、想问题就是靠主意识。一个人除主意识外，还有一个至几个副意识存在，同时还有家族中祖辈的信息。副意识和主意识叫一样的名字。副意识一般都比主意识能力强、层次高，他不被我们常人社会所迷，他可以看到他特定的空间。好多功法都走了修炼副意识的路，他的肉身、主意识只起载体作用，这种事情炼功人还往往不知道，甚至还得意洋洋。人生活在社会当中，现实的东西让他放弃太难了，尤其是他所执著的东西。所以有许多功法强调在定中过，

绝对的入定，在定中演化的时候，是他副意识在那个社会中演化，在演化中得到提高。有一天他的副意识修上去了，他带走了你的功，你的主意识和本体将什么都没有了，你一辈子修炼就前功尽弃了，那是很可惜的。有一些知名的气功师，各种功能很大，名望很高，可是他的功根本就没有长在他自己身上，他还不知道。

我们法轮功是直接针对主意识修炼，要求功实实在在的真正的长在你身上，当然副意识也得一份，它在附属位置跟着提高。我们这个功法就是严格要求心性，让你在常人社会中、在最复杂的条件下去魔炼心性，从中得到提高，出污泥的一朵莲花，所以就允许你修成。法轮功珍贵就珍贵在这里，珍贵就珍贵在你自己得功。但是又非常的难，难就难在你走了一条在最复杂环境中去魔炼的路。

炼功的目地既然要修炼主意识，就要时时用主意识支配自己炼功，主意识说了算，而不能交给副意识。否则有一天，副意识修上去了，功也就被带走了，而作为本体和主意识就什么也没了。你要往高层次上修炼的时候，你的主意识象睡觉一样不知道，你炼的什么功也不知道，这样不行。你一定要清楚你在炼功，

命危险，因为是为了炼功才延长你的生命，所以心性一走偏，马上就会出现生命危险。

弟子：如何掌握“柔中有刚”的力度问题？

师：这个你得自己摸索，比如说，我们打大手印的时候，手看上去很软，可是做起来它实际上是用力的，这个小臂和手腕子、手指之间的力度是很大的。但是看上去又是很软，实际上力度是非常大的，这就是“柔中有刚”。我给大家打手印的时候，这个东西已经给你了，你慢慢在炼功中体察吧。

弟子：男女之间的事是否可有可无，年青人是否要离婚？

师：在色的问题上前面讲过了，在你现有的层次上，没叫你当和尚、尼姑，是你自己要当尼姑、和尚。关键是叫你放下这颗心！把你放不下的心都放下。作为常人这是一种欲望，在我们就得放的下，看的淡。有人就追求这个，脑子钻进去了，作常人都超格了。作为炼功人更不应该。因为你炼功，家里人不炼功，过正常生活在现阶段是允许的，到了高层次以后，你自己就知道该怎么办了。

弟子：如果家里人做的事不好，不符合“真、善、忍”，怎么办？

师：你家里人不是炼法轮功的，这个问题没有关系，主要是修炼自我。你自己去修，不要想的很复杂，还得随和点，多在自身上下功夫。

弟子：日常生活中有时做错事很后悔，但又有反复，是否是心性太低？

师：你能写出来，证明你心性已经提高了，能认识到这一点。常人做错事都认识不到，说明你已经超出常人了。第一次做错了，心性守不住，这有一个过程，下次再遇到问题，再提高。

弟子：四、五十岁的人能否达到“三花聚顶”？

师：因为我们是性命双修功法，不在乎年岁大小，只要你一心去炼，能够按照我说的心性去要求自己，就会出现不断炼功、不断延长生命现象，你的炼功时间不就够了吗？但有一点，特别是性命双修功法，当你生命是延长来的时候，如果心性出问题，马上就会出现生

在往上修，在提高心性，那时你才有主动权，你才能得功。有时你恍惚的时候，那件事情做成了，你也不知怎么做成的，实际就是副意识在起作用，是副意识在指挥。假如你在那里打坐，往对面睁眼一看，对面还有一个我，那就是你的副意识。假如你在那里打坐，你对着北面，可你突然发现：你在北面呢，你想我怎么出来了，这是真正的我出来了，坐着的是你的肉身和副意识。这可以区分的开。

修炼法轮功不能完全忘我，忘我不符法轮功的修炼大法，炼功一定要保持大脑清醒。炼功时主意识强一点，不会出偏，一般的东西它还侵害不了你。主意识很弱，有的东西就上来了。

### （三）炼功不讲方位、时间

许多功法都讲究炼功对着什么方位好，几点钟炼功好。我们这里全不讲。修炼法轮功是按照宇宙特性在炼，按照宇宙演化原理在炼，所以不讲方位、时间。我们炼功等于坐在法轮上炼，是全方位的，老是旋转的，我们的法轮和宇宙是同步的。宇宙在运动，银河系在运动，九大行星围绕太阳在转，地球本身还在自转，哪里是东南西北？我们说的东南西北是地

球人站在地球角度上划分的，所以，你站在哪个方位上炼都是站在全方位上炼。

有人讲子时炼功好、午时炼功好，或什么时间好。我们也不讲这个。因为你没炼功法轮在炼你，法轮时时刻刻在帮你炼功，法炼人。丹道气功是人去炼丹，法轮功是法炼人。你时间多就多炼，时间少就少炼，这都是很随便的。

## 四、性命双修

修炼法轮功是既修性又修命，是通过炼功先改变本体，本体不丢，主意识与肉体合一，达到整体修成。

### （一）改变本体

人的身体是由肉、血和骨骼构成的，有不同的分子结构和成份。通过炼功将身体的分子成份转化为高能量物质，这样，人体的构成已经不是原来的物质成份了，而是发生了本质的变化。但是，修炼者是在常人中修炼，生活在人群之中，不能违反人类社会状态，所以这种变化并不改变他原来的分子结构，分子的排列顺序没有改变，只改变了原来的分子成份。人体的肉还是软的，骨骼还是硬的，血液还是流

师：这是初期时法轮在转，以后就不一定有这种症状了。

弟子：炼功时招小动物怎么办？

师：炼什么功都能招小动物，不要管它就完了。因为在好的能量场里，特别是佛家功，功中存在普度众生的因素。咱们的法轮在顺时针旋转时度己；逆时针旋转时普度众生。然后再循环回来，所以在咱们周围的万物都受益。

弟子：贯通两极法是否手一上一下为一遍？佛展千手法时，手伸出之前是否要想自己很高大？

师：两手各做一次为一遍。做佛展千手法时，你不想自己，也会觉的高大。你只要有这种意念感觉我天地独尊，往那儿一站就可以了，不要老是意念追求，那就是执著的东西。

弟子：炼功打坐，盘不上腿怎么办？

师：盘不上可以坐在椅子边上炼，也会收到同样效果。但你是个炼功人，就必须炼你两条腿，必须得盘上。坐在椅子边上渐渐炼你的腿，终究得盘上。

你要知道自己在炼功。工作中的难题之事，不属于个人利益，不是执著心，是件好事。我认识一个和尚，他懂得修炼这方面的东西。他在庙里作住持，事情很多，但他往那一坐就和它们断开了，保证不想，这也是功。实际真正炼功的时候，脑子里什么都不想，没有一点私心杂念。工作中的事不掺杂个人的东西，你还是能够做好的。

弟子：炼功时思想中有不好的东西怎么办？

师：炼功中有时会出现许多不好的东西，大家刚刚炼功，不可能一下子达到很高的境界，现在也不会要求你很高，叫你思想中一点坏的东西也不去想，这是不现实的。慢慢来，开始的时候可以，但你不要放任自己，等时间长了，你思想升华了，对自己要有高要求，因为你已经修炼大法了，从这个班下去之后已经不是常人了，身上带的东西太特别了，所以你的心性要求就要严格。

弟子：炼功时感到头和小腹在转，觉的胸部难受？

动的，割一刀还是要出血的。根据中国古代的五行学说，由金、木、水、火、土构成万物，人体也是如此。当炼功人发生了本体变化，由高能物质取代了原来的分子成份，这时人体已不是原来的物质构成。所谓“不在五行中”，就是这个道理。

性命双修功法最大的特点是延缓人的生命，延缓衰老。我们法轮功就是具有这样明显的特点。法轮功是走这样一条路：从根本上改变人体分子的成份，用采集的高能物质贮存在每一个细胞中，最后由高能物质代替细胞成份，就不产生新陈代谢了，他走出了五行，成为另外空间的物质构成的身体，不受我们空间时间的制约，这个人就会青春长驻。

历代高僧寿命很长，现在有几百岁的人在大街上走你看不出他，他长的很年轻，穿的和常人一样，你就认不出来。人的寿命不该是现在这么短。从现在科学角度讲，人可以活到二百多岁。据记载，英国有个叫费姆卡思的人活了二百零七岁。日本有个叫满平的人活了二百四十二岁。我国唐朝有个和尚惠昭，活了二百九十岁。福建永泰县县志记载，唐朝僖宗中和元年（公元八八一年）出生的陈俊，死于元朝泰定年间公元一三二四年，活了四百四十三

岁。这都是有据可查的，不是什么天方夜谭。我们法轮功学员通过修炼，脸上的皱纹明显减少，红光满面，身体非常轻松，走路、干活不觉的累，这是普遍现象。我自己修炼几十年，别人都说我的面容同二十年前没大的变化，就是这个原因。我们法轮功带有强烈的修命的东西，法轮功修炼者从年龄上看和常人差异很大，看上去与实际年龄不符，所以，性命双修功法的最大特点是能延缓人的生命、延缓人的衰老，延长人的寿命。

## （二）法轮周天

我们人体是个小宇宙，人体能量围绕身体转一圈，就叫小宇宙循环，也叫周天循环。任、督二脉接起来，从层次上讲，这还是皮毛周天，起不到修命的作用。真正的小周天是从泥丸宫到丹田，在里边循环。通过里边循环会带动身体由里向外扩展，百脉皆通。我们法轮功一上来就要求百脉皆通。

大周天就是奇经八脉的运转，整个身体走一遍。如果大周天通了，会带来一个状态：这个炼功人可以飘起来，丹经上写的“白日飞升”就是这个意思。但是，通常会把你身体的某个部位锁住，使你飘飞不起来，可它会给你

楚的，最终你什么也得不到。我们在班上已经给大家调整身体了，当然你首先必须是炼功的人。如果我中途给大家治病还要再收钱，这样的事我们不干。如果你的病没好，那还是悟性问题。当然也不排除有个别人病很重，可能在你身上反映不明显，但实际上很大很大。一次可能调整不好，但我们已经尽力了，不是对你不负责任，实在是病太大了，你回去炼功还会一直给你治，直到你病好为止，这种情况是少数。

弟子：炼功时怎样才能入静？炼功时想着工作中的难题是否算执著？

师：把利益上的事看淡，平时就保持一颗清静的心。如果你有准备，劫难什么时候来，是什么样的，那就不成其为劫难了。往往都是突然来的，你横下一条心肯定能过去，这样才能看出你的心性有多高。你的执著心去掉了，心性提高了，与人争斗、怨恨等都放的下，思想不乱了，这时候再谈定力。如果还静不下来，你把自己当作第二者，认为思想不是你的，随它翻江倒海怎么想，你跳出来，任凭它去想好了。还有人说念佛号，或是数数，这都是炼功的种种手段。我们炼功不要求意守，但

天舒服，是怎么回事？好多人身上有我的法身不断的进出，忙忙活活的，就是在帮你做这些事。如果自己心里不稳定，一边炼功，一边采取不相信或试试看的态度，那你什么也得不到。你相不相信佛，是由你的悟性、根基所决定的。如果佛显现出来，就在这里可以用肉眼看的清清楚楚，那人们都去学佛，就不存在思想转换问题。你要先相信，然后才能看的到。

弟子：有些人想请老师和老师的弟子看病，可以吗？

师：我出山的目地不是治病。有人就该有病。我讲的话有些人就是不明白，我不做更多的解释。佛家功法是普度众生，给别人看病是可以的。我们给别人看病，是有组织的，带宣传性的。因为我刚出山，知名度低，别人不认识，在传功时可能没人来听，通过咨询让大家看看，实际效果很好，做个宣传，不是专门为治病。用高功专职治病是不允许的，用超世间法代替世间法不行，不是这种状态，有时治病效果不好。为了对炼功的学员负责，就必须把你的身体调整的没有病，才能往高层次上修。如果你总想着你的病，根本就不想炼功，虽然没有说，但你的思维我的法身都了解的一清二

带来一个状态：走路非常轻快，上山象有人推你。大周天通了以后还会带来一种功能：可以使人体内各部位的气互换：心上的气跑到胃上去；胃上的气跑到肠子上去，……随着功力的加强，打到体外来就是搬运功。这种周天也叫子午周天或乾坤周天。它的运转还不能达到演化身体的目地，还得有一种与它对映的周天存在，它叫卯酉周天。卯酉周天的运转是这样的：从会阴或从百会打出来，开始走身体的阴阳两面的交界处，即走身体的侧面。

法轮功的周天运转比一般功法中所讲的奇经八脉运转要大的多，它是整个身体纵横交错气脉都在运行，要求整体上一下子全部通遍通透，全部都运转起来。我们法轮功中都自带这些东西，不需要你人为的去炼，也不用意念去引导，你要这么做了你就走偏了。我在传授班上给你体外下上气机，它自动循环。气机是一种在高层次上炼功所特有的东西，是形成我们自动炼功的一部份，它和法轮一样常转不停，带动着身体里面的气脉运转。你没炼过周天，实际上那气脉已经被带着一起运转了，纵深内外一起运转，我们通过手法是为了加强体外气机。



### （三）通脉

通脉的目的地是使能量运转，改变细胞分子成份，向高能量物质转化。不炼功的人脉是淤塞甚至很细，炼功人的脉会渐渐亮起来，不通的地方会通。炼功有素的人的脉会加宽，到高层次修炼脉会更宽，有的人脉象手指头一样宽。但通脉本身代表不了修到什么成度，功有多高。通过炼功使脉加亮加宽，最后百脉连成一片，到那时这个人没有脉也没有穴，反过来讲，周身都是脉也都是穴。这时它还不能够说明这个人已经得道了，它也只是法轮功修炼过程中的一种体现，一个层次的体现。到了这一步的时候，在世间法修炼中已经走到尽头了，同时在外观上带来一个很明显的状态：三花聚顶。那个功出的已经很厉害了，都是有形状的，功柱也很高了，而且头上出现三朵花，一朵象莲花，一朵象菊花。三朵花会自转，自转的同时会轮番的转。每一朵花上有一根柱子，通天的柱子，非常的高。这三根柱子也随着那花轮番的在转，也在自转，他自己感到头很沉。这时，他只是在世间法修炼中走完了最后一步。

师：病是一种黑色的能量团。在传授班初期把它打散后，会感到病灶部位发胀，然而它已经失去根了，在向外发散，很快就会排出去，病就不存在了。

弟子：原有的病进班几天消掉了，可是过了几天又突然出现了，这是怎么回事？

师：因为这功层次长的非常快，一个层次很短时间就过去了，你都没体察到，实际上病已经好了。后来的症状是我所讲过的“劫难”来了，你细细体察一下，和你原来的病状是不一样的。你去找其他气功师调理，他也动不了，是长功时业力的反应。

弟子：炼功还用不用吃药？

师：这个问题自己悟，炼功吃药就是不相信炼功能治病，信你还吃什么药。可是你不按心性标准要求自己，出了问题你会说李洪志不叫吃药，可是李洪志还叫你严格要求你的心性，你做到了吗？真正修炼大法的人，身上带的都不是常人的东西，常人得的病都不允许在你身上得。你的心如果摆正的话，相信炼功能炼好，把药停了，不去管，不去治，就有人给你治了。大家在这里一天比一天好，一天比一

师：我告诉大家，你在打坐时或做梦时出现这种情况，不是梦，是元神离体了，这和梦截然不同。做梦不会看的那么清楚，那么具体。元神离体，你见到些什么，甚至怎样飘起来的，你会看的很实，记的很清楚。

弟子：法轮变形后会有什么不良后果？

师：说明他走偏了，法轮就会失效，而且还会给你在修炼中带来许许多多麻烦事，就好象这条大道你不走，走到叉道上去迷了路，找不到路，会遇麻烦事。这些事会反映在常人生活状态中。

弟子：一个人炼功，家里环境怎么处理？家里能有法轮吗？

师：在座的，已经有好多人看到家里有法轮存在了，家里人也已经开始受益。我们讲过，同时同地有很多空间存在，你家里也不例外，需要处理。处理的方法，一般是处理掉不好的东西，然后再下个罩，什么不好的东西也进不去了。

弟子：炼功中气冲病灶，感到痛肿是怎么回事？

## 五、意念

法轮功修炼不带意念。意念本身什么都做不了，但是他可以发出指令。真正起作用的是功能，它带有灵体思维能力，接受大脑信息指挥。但好多人特别是在气功界说法很多，认为意念能做很多事情。有人讲意念开功能，意念开天目，意念治病，意念搬运等，这是一种错误的认识。在低层次，在常人中意念指挥着感官和四肢。在高层次，在炼功人中意念可以升华，指挥功能做事情，也就是功能受意念所支配。这是我们对意念的看法。有时看到气功师给人治病，没动手病人就说好了，以为是意念治好的，实际上是他打出一种功能，指挥功能去治病或干什么事情，因为功能在另外空间走，常人眼睛看不见，不知道的以为是意念做的。有的人以为可以用意念治病，把人都领偏了，这个看法必须澄清。

人的思维是一种信息，是一种能量，是物质存在的一种形式。人在想问题思维的时候，大脑里产生一种频率。有时念咒语很有效，为什么呢？因为宇宙也有它的振动频率，当你所念的咒语和宇宙的频率发生共振时就可以产生效应。当然必须是良性的信息才可能起作用，因为宇宙中是不允许邪的东西存在。意念也是

一种特定的思维方式，高层次大气功师的法身就由主体思维控制和指挥。法身也有他自己的思维，有他独立处理问题和办事的能力，他完全是一个独立的自我。同时，法身能知道气功师的主体思维，按照主体思维去做事情。比如气功师想给一个人治病，他就去了；没有这个意念发出的时候，他是不去的。当他看到很好很好的事情时他会主动去做。有的大师还没有达到开悟的成度，有些事情他还不知道，而他的法身却知道了。

意念还有另外涵义叫作灵感。灵感不是发自内心的主意识。主意识的知识面是很有限的，要想搞出社会上没有的东西，只靠主意识不行。灵感来自副意识。有的人搞创作、搞科研，绞尽脑汁儿也搞不出来时，先放下休息，到外边转一圈。突然间，无意之中灵感来了，马上奋笔疾书，创造出东西来了。这是因为主意识很强时，控制着大脑，憋不出来。当主意识一放松时，副意识起作用了，它主宰大脑。副意识是另一个空间的，不受这个空间束缚，可以创造出新东西。但副意识也不能超越、干扰常人社会的状态，影响社会发展的进程。

灵感来自两个方面，一个是副意识提供的，副意识不被世间所迷，他可以产生灵感。

炼功者的心性要求就更高更严。我传出来的东西是经过整理后拿出来的，要求不那么高，但比一般功要高，他和原来的东西不一样，所以说我是创始人。至于问法轮功历史多长，没拿出来传也不算，我是去年（一九九二年）五月开始在东北传功的，你就说他是从去年五月开始的吧。

弟子：我们听讲，老师给我们什么？

师：法轮给大家了。有修炼的法轮，还有调整身体的法轮，同时还有我的法身在管你，每人都有，只要你是炼法轮功的。你不炼功法身自然不管你，让他去他也不去。你在想什么，我的法身知道的清清楚楚，明明白白。

弟子：法轮功能不能使我本身修成正果？

师：大法无边。就是修到如来的层次，也不是顶头。我们是正法，你修去吧！得到的都是正果。

## 二、功理与功法

弟子：有人做完“大周天”回去，做梦在天上飘，看的很清楚，这是怎么回事？

弟子：来迟了能不能得到法轮？

师：只要你是最后三天之前来的，都能得到调整，同时下上法轮和其它东西。最后三天来的就不好说了，但也会得到调整，下东西是很难的，也许你条件不错就下上了。

弟子：用法轮来纠正人体不正确状态是一种方法吗？

师：不全用法轮来纠正，老师会用许多方法纠正的。

弟子：创立法轮功的史前背景如何？

师：我想这个问题太大了，太高了，超出了我们这个层次应该知道的范围，在这里不能讲。但有一点，大家要知道，这不是佛教气功，这是佛家气功，他不是佛教。但我们和佛教有一个共同的目标，只是修的法门不同，走的路不同，目标是一致的。

弟子：法轮功历史有多长？

师：我炼的功法和传出来的这套东西不完全一样。我炼的法轮威力要比传出来的更大，长功也比现在的这套功快。虽然如此，我现在传出来的这套功法长功也已经很快了，所以对

另一个来自高层次高灵的指挥、指点。有高灵指点的时候，思路开阔，能够做出别开生面的事情。整个社会和宇宙发展都有它特定的规律，一切都不是偶然的。

## 六、法轮功的修炼层次

### （一）高层次修炼

法轮功是站在很高的层次上修炼，所以出功特别快。大道至简至易。从宏观上看法轮功动作很少，但它控制着身体的各个方面，控制着要出的很多东西。只要心性跟的上，功就腾腾的往上长，不需要人为的费多大劲，采用什么办法，或者安鼎设炉、采药炼丹，添多少火，采多少药了。靠意念引导很复杂，很容易出偏。我们这里给大家提供最方便法门，最好一个法门，也是最难的一个法门。炼功人身体达到奶白体状态，在别的功法中要炼十几年、几十年或者更长的时间，而我们一下子就给你带来这一步。当你还没体会到时，这个层次就过去了，也可能只有几个小时。有那么一天，你感觉到很灵敏，过一会儿又不灵敏了，实际上就是一个大层次过去了。

## （二）功的表现形式

法轮功学员的身体经过调理就已经达到一种适合于大法修炼状态，这就是“奶白体”状态。只有调整到这个状态才能出功。天目层次高的人会看到，功就出在炼功人的表皮上，然后卸进炼功人的身体里；然后再出、再进，这样反复进行，一个层次一个层次的走，有时候走的很快。这是第一遍功。第一遍功出过后，炼功人的身体不是一般的身体了，达到奶白体后，从此再不会得病。以后出现的这儿痛、那儿痛，或者某个部位难受，象有病的样子，但这不是病，是业力在起作用。等出第二遍功的时候，那个灵体就很大了，他会动、会说话。有时出的稀稀拉拉的，有时出的很密，他们相互之间还会说话。这个灵体里面就储存着大量的能量，它是用来改变本体的。

法轮功修炼到很高的成度，有时出现婴孩，满身都是，他们很淘气，贪玩，很善良。还能够炼出另一种身体，那就是元婴。他坐在莲花台上，非常漂亮。炼功出的元婴就是由人体的阴阳合和而成，男女修炼者都可以炼出元婴。元婴开始时很小，逐渐长大，最后长的和炼功人一般大，长的一模一样，就在他的身体里。有特异功能的人看他，说他有两个身体，

法轮，所以你没有炼功就有许许多多的法轮在你身上转来转去，调整你的身体。真正给你的法轮是在小腹部位那个。

弟子：不炼功是否意味着法轮会消失？法轮能存在多久？

师：你只要把自己看作是个炼功人，按我讲的心性要求去做，在你没炼功时，他不但不会消失，反而还会加强，你的功力还会长。可是相反，你炼功比谁都勤，但没按着我要求的心性去做，恐怕炼也白炼，虽然炼功，也不起作用。不管你炼哪种功法，没按要求去做，很可能炼的是邪法。如果你头脑中尽想不好的事，谁怎么那么坏呀？等我出了功能非治他一下不可。就是学法轮功，在炼功中加进这些东西，没照我说的心性要求，不也是在练邪法吗？

弟子：老师常说“法轮就是花一亿元钱也得不到”是什么意思？

师：就是说，他太珍贵了。我给你的东西不仅是法轮，还有保证你炼功的一些东西都是珍贵的，都是千金不换的。

弟子：老师给每个学员下法轮的时机？

师：我们在这里和大家说一下，我们有些学员炼过很多功法，难就难在要把他身上乱七八糟的东西都处理掉，好的留下，坏的去掉，多了一道手续。此后，就可以把法轮下上。根据他炼功层次高低，下的法轮大小不同。有些人没炼过功，通过调整，根基也不错，在我这个班上病去掉了，走出了炼气的层次，进入奶白体状态，也可以下上法轮。好些人身体相当差，一直在调整，没有调整好怎么下法轮？这只是少部份人下不上，不要紧，我已经把形成法轮的气机下上了。

弟子：法轮是如何带上的？

师：这不是带上的。我把法轮打出去下在你们小腹部位，可不是在我们这个物质空间，在另外的空间，要是这个空间，你的小腹部位有肠子，有肠子那一转还了得吗？他是在另一个物质空间，和你这边没有冲突。

弟子：下期传授班是否继续给法轮？

师：你就得一个。有人感到有许多法轮在转，那是外用的，用来调整你的身体。我们这个功最大的特点是在发放能量时打出去一串串

实际上就是他的真身修成了。另外，还会修出许多法身来。总之，宇宙中能出的功能法轮功里都有；其它功法里能出的功能法轮功里也都有。

### （三）出世间法修炼

炼功人通过炼功使脉加宽，不断的加宽，使脉连成一片，也就是炼到没有脉、没有穴；反过来讲，周身都是脉、都是穴。这还不能说明你已经得道了，它也只是法轮功修炼过程中的一种体现，一个层次的体现。到了这一步的时候，在世间法修炼中已经走到尽头了，那个功出的已经很厉害了，都是有形状的，功柱也很高了，而且头上出现三朵花。这时，他只是在世间法中走完了最后一步。

再往前迈一步的时候，就什么都没有了，把功全部卸进身体里最深的空间里了，他就变成净白体状态了，这个人身体是透明的了。再走一步，进入出世间法修炼，也叫佛体修炼。再出的功属于神通之类的。那个时候，他的威力无穷，非常大，到更高境界的时候要修成大觉者了。这就看你如何修炼心性，修炼到哪一层，果位就到哪一层。大志者得正法，成正果，是为圆满。

## 第三章 修炼心性

法轮功修炼者都必须把心性修炼放在首位，认定心性是关键，这是炼功到高层次的理。严格的说，决定层次的功力不是炼出来的，而是靠心性修出来的。提高心性说起来容易，做起来很难很难的。修炼者要有极大的付出，要提高悟性，要能吃苦中之苦，要能忍难忍之事，等等。为什么有些人炼功多年而不长功？其根本原因：一是不讲心性；二是不得高层次正法。这个问题必须点破。很多师父教功都讲心性，这是真教功；那些只教动作、手法而不讲心性的，实际上等于教邪法。因此，炼功人必须在提高心性上下一番大功夫，才能进入更高层次的修炼。

### 一、心性的内涵

法轮功所讲的心性，不是“德”所能容贯得了的，它比“德”包括的范围要宽广的多，它包括“德”在内的方方面面的内容。一个人的心性在“德”上仅仅是一种体现，单纯的用“德”来理解心性的内涵是不够的。心性包括如何对待“得”与“弃”两个方面的问题。

位置是不变的。有人能看到许许多多的法轮在转，那是我的法身在给你调整身体时外用的。

弟子：炼功，能炼出法轮来吗？能炼出多少？这和老师给的有什么不同？

师：炼功能炼出法轮来，当你功力不断加深时，法轮就会越来越多，法轮都是一样的，只是在小腹部的法轮不到处动，那是根。

弟子：怎样体察法轮的存在和旋转？

师：不用去体验，有的人很敏感，他会感到法轮在转。在法轮刚下上初期，你可能会感到体内有些不适应，腹痛，有东西在动，有热的感觉等等。等顺应过来以后，就没有感觉了。但是有功能的人能看到，就象胃一样，你不会感到胃在动。

弟子：法轮图上的法轮旋转方向和学员证（指北京第一、二期）上的不一样，听课用的学员证上法轮是逆时针转的，为什么？

师：目地就是给大家一点好东西，他向外发放能量是给大家调整身体，所以不是顺时针转的，你们能看到他是转的。

## 第五章 答疑

### 一、法轮和法轮功

弟子：法轮是由什么构成的？

师：法轮是一种高能量物质构成的灵体，自己会转化功，不存在我们这个空间。

弟子：法轮是啥样的？

师：法轮的颜色只能说是金黄色的，咱们这个空间还没有这种颜色。圈的底是非常鲜艳的大红色；外圈底是橙黄的；有两位红黑太极是道家的；有两位红蓝太极是先天大道的，这是两种不同的东西。“卍”字符是金黄色的。天目层次低的人看到的就象电扇那样转，若能看清楚是相当好看的，会使炼功人的修炼更加勇猛精進。

弟子：法轮初期在什么位置？以后在什么位置？

师：我真正给大家的法轮只有一个，在小腹部位上，也就是我们说炼丹守丹部位，他的

“得”就是要得到同宇宙特性的同化。构成宇宙所特有的性质是“真、善、忍”，一个炼功人与宇宙特性的同化就体现在个人的“德”上。“弃”就是要放弃那些贪、利、色、欲、杀、打、盗、抢、奸诈、妒嫉等等不良的思想和行为。如果往高层次上修炼，还要放弃人所有固有的对欲望的追求，也就是要放弃一切执著之心，就是要把个人的一切名、利看的很轻、很淡。

人由肉体和秉性构成了完整的人。宇宙也一样，除了物质性以外，还同时存在着“真、善、忍”的特性。每个空气微粒中都有这种特性存在。体现在常人社会中，做好事得到洪扬，做坏事得到惩罚。在高层次就体现出功能态来。适应这种特性的就是好人，背离他的就是坏人，符合于他、同化于他的就是得道者。这样就要求炼功人必须有极高的心性来同化于这个特性，这才能往高层次上修炼。

做一个好人容易些，然而要修炼心性就不那么容易了。修炼者要有精神准备，欲正其心，先诚其意。人们生活在世界上，社会是复杂的，你要行善，可也有人不叫你行善；你不侵害别人，可别人会由种种原因来伤害你。在这里有些是出于非自然原因的，你能不能悟到



为什么？你应该怎么办？世间的一切是是非非，无时不在检测着你的心性。在面对无名的屈辱中，在你的切身利益受到损害时，在金钱面前，在女色面前，在权力的角斗中，在勾心斗角的嫉恨中，在种种的社会纠纷、家庭矛盾和有形无形的痛苦里，你都能时时的用严格的心性要求来把握自己吗？当然，如果你什么都能做到，你已经就是觉者了。炼功人大都毕竟是从常人开始的，心性的修炼也是一点一点提高的。有志于修炼者要有吃大苦和应付大困难的决心，最终会得正果的。望广大修炼者，严守心性，早日提高功力！

## 二、失与得

在气功界、宗教界都讲失与得。有些人认为失就是施舍，做点好事，谁困难了帮一把；得就是得功了。庙里的和尚也这么说，要施舍。这就把失看的太狭隘了。而我们所说的失是广义的，是个很大的东西。我们要求失去的是常人的那颗心，是那颗执著不放的心，要能够失去你认为重要的东西，能够失去你认为不能抛弃的东西，这是真失。帮助人做点好事，表示些慈悲之心，这仅仅是失的一部份。

“业”，给修炼扫清道路，魔难来的要快、要提前。

十二、打坐时盘不上腿，可以先坐在椅子边上炼功，也能收到同样的效果。但是，作为炼功人，必须要能盘腿，时间久了慢慢的总会盘的上的。

十三、在炼静功中，如看到图象，或者一些景象，不要去理睬它，仍炼自己的功。如有惊吓现象干扰时，或者受到什么威胁时，要立即想到：我有法轮功老师保护，什么都不怕；或者喊李老师的名字，继续炼功。

六、每当炼功结束时，“只收势，不收功”，只做“结印”动作即可，结印毕，收势完。不要用意念去收功，因为法轮是不能停转的。

七、久病体弱者，可根据实际情况少炼，或者任选一套修炼。不能炼动功可以打坐。炼功一般不宜间断。

八、炼功的场地、时间和方向没有特别要求，但要求场地要清洁、环境要安静。

九、炼此功不带意念，不会出偏。但不要掺和着别的功法，如果炼功时加进其它功法，法轮是会变形的。

十、炼功时实在静不下来，可以念师父的名字，久而久之自然就静下来了。

十一、炼功时会遇到一些魔难，魔难是还“业”的一种方式。每个人都有“业”，身体出现不舒服时，不要认为是有病。为了消

作为常人想出点名，得点利，想生活过的好一点，舒服一点，钱多一点，这是常人的目标。而我们炼功人就不一样了，我们得的是功，就不是这些东西。我们要把个人利益失一失，看的淡一点，但又不是让你真的失去什么东西。我们是在常人社会中修炼，还得保持和常人一样，关键是你要把那颗心放下，不是要你真的失去什么东西。是你的东西不会丢，不是你的东西也弄不来，弄来了也得还给人家，有所得必有所失。当然，一下子都做的很高也不可能，一夜之间就成为觉者也是做不到的。但是，一点点的修，一步步的提高是可以办的到的，你能失去多少就会得到多少。在利益关系上你总是看的淡淡的，宁可少得而安逸。在物质上你可能吃亏，而在德上你会多得，在功上你会多得，这是道理所在，而不是要你有意去以名誉利禄做交换，这要用悟性去进一步体会。

有位修大道的人曾说，别人想要的东西我不想要，别人有的东西我没有；但我有的东西别人没有，别人不要的东西我要。作为一个常人很难有满足的时候，什么都想要，唯独地下的石头他不拣。而这位修道的人说那我就拣这石头。俗话说物以稀为贵，以少为奇，石头在

这边不值钱，到了那边就最值钱。这里说出了一个常人说不出的哲理。不少修成的大德高人，他们都是一无所有，对于他们，没有个人不能放弃的东西。

炼功这条道路是最对的，炼功人才是最聪明的。常人要争的那东西，要得的那一点好处是一时的，即使争来了，拣来了，或者得到了一点好处又能怎样？常人有句话：生带不来，死带不去；来时一身光，走时一身光，连骨头都要烧成灰。不管你腰缠万贯、高官显赫，你什么也带不去，但功可以带走，因为它就长在你主意识身上。我告诉你，功是来之不易的，它太珍贵太难得了，是千金不换的。当你的功很高的时候，如果有一天你说不愿意炼功了，只要你不做坏事，那时你的功会转化为你所要的一切物质东西，都可以得到。但是，除世间你所得到的以外，修炼人得到的东西你不会再有了。

有些人为了某种个人利益，把本来不属于自己的东西，通过不正当手段得来，他以为占了便宜，事实上他所得来的利益是用德和人家交换来的，只是他不知道而已。对于炼功人要从功上减；对于不炼功的人要从寿命上减，或从其它方面减。总之，这笔账总是要算的，这

## 修炼法轮功的一些基本要求和注意事项

一、法轮功的五套功法，可以依次炼，也可以任意选炼。但是，一般要求先炼第一套，而且炼上三遍为宜。当然，不炼第一套也可先炼其他各套。每一套都可单独炼。

二、动作要准确，节奏要清楚，手和臂要圆滑，上下、前后、左右，都要“缓、慢、圆”的随气机而行。不要过快，也不要过慢。

三、在炼功中必须以主意识控制自己。法轮功是修炼主意识的，不要有意的去追求晃动，如有晃动就要控制住，必要时，可以睁开眼睛。

四、全身放松。特别是膝胯要放松，站的太直，气脉是不通畅的。

五、炼功中，动作要轻松自然，舒展大方，柔中有刚，连贯自如，既有一定力度，又不死板僵硬。这样做动作，功效明显。



图 5—15



图 5—16

静功修炼——接上式，然后，上手从前方划一半圆形落于小腹处，两手成结印状态（如图 5—15），进入静功修炼。入定，时间越长越好。

收势——双手“合十”（如图 5—16），出定，解除盘坐状态。

是天理所在。还有人总欺负人、恶语伤人，等等，随着这些行为的发生，他就把相应的一份德抛给了对方，以德交换了对人家的欺辱。

有些人认为，做好人吃亏。在常人看来他是吃亏了，而他却得到了常人无法得到的东西，那就是“德”——白色物质，它是极其珍贵的东西。没有德就没有功，那是绝对的真理。好多人为什么炼功不长功？就是没有把德修上去。好些人都在讲德，都在要求德，而没有把德真正转化为功的道理给讲出来，靠个人去悟。大藏经写了上万卷，释迦牟尼在世时讲了四十多年的法，都是讲一个德；中国古代修道的书都是谈的一个德；老子写那五千言《道德经》也讲的是一个德，可是有人就是不悟。

我们讲失，有得就有失，你真正想修炼了，就会遇到一些魔难。体现在生活中，一是身体上遭点罪，这不舒服那不舒服，但不是病。再则就是表现在社会、家庭、单位都可能出现，突然为利益发生矛盾，感情之间出现摩擦，目的是让你提高心性。这些事往往来的很突然，看上去非常猛烈。如果你遇到了一件很麻烦的事，搞的你很狼狈，很丢脸，面子上很过不去，那时你怎样对待？你很坦然，能做到这一点，你那心性在这一难中就提高，你那功

也相应的长了那么高。你能做到一点点，你就能得到一点点；你付出多少，你就能得到多少。人在难中往往不一定悟的出来，但我们要悟，不能混同于常人，产生矛盾时要高姿态。我们在常人中修炼，魔炼心性也得在常人中魔炼，得摔几个跟头，从中得到教训。要想什么麻烦也别遇到，就能舒舒服服的长功，那是不可能的。

### 三、“真、善、忍”同修

我们这个法门是“真、善、忍”同修。

“真”，就是说真话，做真事，返本归真，最后做真人。“善”，就是生出慈悲心，行善度人。尤其强调能忍，只有忍，才能修出大德之士来。忍，它是个很强的东西，是超过了真和善的。整个修炼过程都得叫你去忍，守住心性，不可妄为。

遇事能忍不容易。有人说：打不还手，骂不还口，甚至在亲朋好友之中很丢面子的情况下都忍下去，这不成“阿Q”了吗？！我说你方方面面表现都很正常，智力一点不比别人低下，唯独在个人利益方面看的很淡，谁也不会说你傻。能忍不是懦弱，不是“阿Q”，是意志坚强的表现，是有涵养的表现。中国历史上



图 5—13



图 5—14

加持柱状神通——接上式。右（女左）手一边转手心向上，一边向小腹处运动，手到位后，手心向上在小腹部位；在右手动作的同时，左（女右）手一边抬起，一边向下颏处运动，手心仍向下，手的高度与下颏平齐，小臂与手是平的。此时，两手掌心相对，定式（如图 5—13），这是加持柱状神通，如掌手雷之类。做到自己觉的不能坚持为止。然后，上手从前方划一半圆形，落于小腹处；同时，下手上提，并翻手心向下，抬到下颏处，（如图 5—14）。臂与肩平，两手掌心相对。这也是加持柱状神通，只是手势相反。做的时间到臂累的不能坚持为准。



图 5—11



图 5—12

是呈球状的神通。加持神通时，掌心会有热、重、电麻、似有物等感觉，但不要用意追求，随其自然。此式做的时间越长越好，直到不能坚持为止。

的韩信，曾经胯下受辱，就是大忍。古代有句话叫：“匹夫见辱，拔剑而起”。一个常人当他受到污辱时，他会拔剑而起，他会张口骂人，出拳打人。人来一世不容易，有的人就为一口气活着，太不值得，也太累。中国有句话叫作：“后退一步，海阔天空。”当你遇到麻烦事后退一步的时候，你会发现是另一番景象。

作为炼功人，对于和你发生矛盾的人，对于当面羞辱你的人，你不但要忍，要高姿态，而且要感谢他。如果没有他和你发生矛盾，你怎么能够提高心性，怎么会在遭受痛苦时把黑色物质转化为白色物质，怎么长功？人在劫难之中是很难过的，但这时一定要克制住，因为随着功力增长的时候，那劫难是不断增加的，就看你心性能不能提高上去。开始时也许惹你生气，气的你够呛，憋的你很难受，气的你肝痛、胃痛的，可是你没有发作，你忍了，这就好，你开始忍了，一种有意的去忍了。你会慢慢不断的提高心性，你会真正把那事情看淡，那时就是更大的提高。常人把一些摩擦、一点事情看的很大，活着就为一口气，不能忍，逼急了什么事都敢干。但是作为炼功人，别人看的很大的东西，你看的就很小、很小，太小



了。因为你那目标太长远了，太远大了，你将要和宇宙同龄。你再想想那东西，可有可无的，你往大了想想，那些东西都能过的去。

#### 四、去掉嫉妒心

嫉妒心是炼功的极大障碍，对炼功人的影响非常大，会直接影响炼功人的功力，会伤害同道人，严重的干扰我们往上修炼。作为炼功人是百分之百的要去掉的。有人炼功到了一定的层次，可是嫉妒心就是去不掉，而且越是去不掉就越容易增强。这种反作用使的他已经提高的其它心性也变的非常脆弱。嫉妒心为什么单拿出来讲？因为嫉妒心在中国人中体现最强烈，最突出，在人们心目中比重最大，但好多人意识不到。嫉妒心是东方特有的，叫东方嫉妒或叫亚洲嫉妒。中国人很内向，很含蓄，不轻易表露出来，这就容易产生嫉妒心。事物都是一分为二的，内向性格有好的一面，也有不好的一面。西方人比较外向，你比如说，小孩要是在学校得了一百分，他会高高兴兴的一边往家里跑一边喊：“我得了一百分啦，……”邻居们都会打开门、打开窗户向他祝贺：“汤姆，祝贺你！”替他高兴。要是在中国你想想，一听就反感：得一百分有什么可“腻瑟”



图 5—9



图 5—10

手印之四——与手印三交换手势而已，男左手（女右手）在内行，男右手（女左手）在外行，动作只是左右换手，手位相反（如图 5—9）。前四个手印，动作是连贯的，没有停顿。

加持球状神通——接“手印之四”做。上手在内行，下手在外行，男右手逐渐转掌，手心向胸部下来。男左手（女右手）上提，当两小臂到达胸前成“一”字形时（如图 5—10）。两手一边向两边拉开，（如图 5—11）一边转手心向下，当两手到达膝外侧上方时，手的高度与腰平齐，小臂与手腕是平的，两臂放松（如图 5—12）。此式是把体内的神通打在手上来加持，



图 5—7



图 5—8

手印之二——接（图 5—6）势做，左手（在上之手）从里走，右手一边转掌心朝内一边上行，动作只是手印一的左右交换，手位相反（如图 5—7）。

手印之三——男右手（女左手）手腕一边伸直，掌心对向身体，通过在胸前交叉后，手心转向下，直到前斜下方小腿处，臂要伸直；男左手（女右手）转掌心朝内，一边上行，通过交叉后，一边翻掌，一边向左（女右）肩前方运动，手到位后，手心向上，指尖朝前（如图 5—8）。

的呀，有什么可显的！反应就截然不同，有一种嫉妒心理。

有嫉妒心的人看不起别人，不允许别人超过自己，看到别人比他强他心里就失去平衡，受不了，不服气。长工资一起长，拿奖金要一样多，天塌大家一起顶。看别人多挣了钱他就得红眼病，反正超过他简直就不行。有人搞出科研成果不敢去领奖金，怕别人嫉妒；有人评上什么荣誉称号也不敢吱声，怕嫉妒讽刺。看到其他气功师讲课就不服气，去搅场，这就是心性问题的。大家同在一块儿炼功，有的人炼功时间短，但出了功能。于是，有人就说：他有什么了不起的，我炼了多少年了，结业证就一大摞，我还没出功能他怎么能出呢？嫉妒心就上来了。炼功是向内找，自己多修炼自己，从自己身上找原因。自己哪方面做的不足，自己得争取提高，向内使劲。人都向外使劲，别人都修好了，都上去了，就你没上去，你不是白搭吗？修炼得自己修嘛！

嫉妒心还会伤害同道人，比如说些不好听的话使人的心无法入静；当他有了一定功能，出于嫉妒可能用功能伤害同道人。例如有一个修炼很不错的人在打坐炼功，因为他身上有功，坐在那里象一座山一样。这时飘过来两个



东西，有一个过去是个和尚，因为有嫉妒心没有修上去，虽有一定功力，但未修成。当他们来到打坐人这里时，一个说：这是某某在这儿修炼，我们绕道而行吧！另一个则说：想当年我一掌劈掉泰山一个角。接着就向炼功人劈一掌。但是，举起手来就放不下了。因为炼功人是正法修炼，有防护罩，他劈不动。他想伤害正法修炼的人，问题就严重了，遭到了惩罚。有嫉妒心的人既害己又害人。

## 五、去掉执著心

执著心是指炼功人对某事物、某一目标坚持不放，有过份的追求，不能超脱，甚至非常固执，不听劝告。有的人追求在世间得到一些功能，这必然会影响往高层次上修炼，这个心理越强烈，越不容易放弃，心理就越不平衡不稳定，到后来就会以为自己什么都没有得到，甚至对所学的东西持怀疑态度了。执著心产生于人的欲望，其特点是目标或者目地带有明显的局限性，比较明确、具体，其本人还往往认识不到。常人的执著心是很多的，他为了追求一个东西并达到目地，他可以不择手段的弄到手。作为炼功人的执著心则是另一番表现。比如追求某种功能，沉迷于某种景象，热衷于某



图 5—5



图 5—6

男左手在外行，女右手在外行（如图 5—5），在两手交叉通过成“一”字形时，在外之手，手腕向外侧转，一边翻掌心向上，划大半个圆弧，变成掌心朝上，指尖朝后，手有一定力度；在内之手交叉通过后，手心逐渐转向下方，直至伸直，手、臂并转成掌心朝外，手、臂在身体的正斜下方与身体成三十度夹角，（如图 5—6）。



图 5-3



图 5-4

手印之一——（起手时，心随意动，随着师父所下的气机而行，要求缓、慢、圆）两手从“结印”状态中缓缓上举，到达头前方时逐渐向上翻掌，当两手心向上时，手也到达顶点（如图 5-2），接着两手分开，在头顶划弧，向两侧转动，一直转到头侧前方，（如图 5-3）。紧接着，两手缓缓下落，两肘尽量内靠，两手掌心朝上，指尖朝前，（如图 5-4）。然后，两手腕一边伸直，一边在胸前交叉通过。

种表现等等。作为炼功人，不管你求啥都是不对的，这个东西要去掉。道家讲无，佛家讲空，入空门，我们最终要达到空无，要去掉一切执著心，把你所放不下的东西都得放下。比如，对功能的追求，你求就是要用，实际上它和我们宇宙特性相反了，实际上还是个心性問題。想得嘛，就想在人前卖弄一下，或显示显示。那东西不是显示给别人看的。若你用的目地很纯，就是要干好事，那好事你做起来也不一定是好事，常人的事你用超常的办法去管就不一定是好事。有的人听我在传授班上讲有百分之七十的人天目都开了，于是就琢磨：我怎么没感觉呢？回去炼功时注意力就集中在天目上，想的头痛，结果还是什么也看不见，这就是执著心。每个人身体素质不同，根基也不一样，天目不可能同时看到，也不可能都有同样的层次。有人能看到了，有人没看到，都是正常的。

执著心能够使炼功人的功力出现停滞、徘徊的状况，严重的还可以导致炼功人走向邪路。特别是有些功能，心性不好是可以用来干坏事的。由于心性不牢靠用功能干坏事的例子也是有的。某地一个男大学生出了一种思维控制功能，这个功能可以用他的思维去支配别人

的思想行为，他就用它干坏事。有的人在炼功时出现了一些景象，总想看个明白，弄个究竟，这也是执著心。有的人有某种嗜好成了瘾，难以放弃，也是执著心。由于根基不一样，目地不一样，有的人炼功是为达到最高境界；有的人就是为了得到一些东西。后一种思想必然会使炼功的目地出现局限性。这样的执著心不消除，就是炼功也不会长功。所以，炼功人要把一切物质利益都看的很淡很淡，没有任何追求，一切顺其自然，这样就会避免执著心出现，这就要看炼功人的心性如何了。心性不从根本上提高，带有任何执著心都是修不成的。

## 六、业力

### （一）业力的产生

业力是一种与德相反的黑色物质。佛教中管它叫恶业；我们这里叫业力。所以做坏事就称造业。业或者业力是由于本人今世或前世的过错而产生的，比如杀过生，欺负过谁，争夺过谁的利益，背后议论过谁，对谁不友好等等，都会产生业力。还有的业力是祖辈或者亲朋好友转移过来的。当一个人出拳打人时，同



图 5—1



图 5—2

两手结印——盘腿打坐，全身放松，松而不懈，腰直颈正，下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双眼微闭，心生慈悲，面带祥和之意。两手“结印”置小腹处，渐渐入静（如图 5—1）。

## 五、神通加持法

功理：“神通加持法”属法轮功的静功修炼法，是用“佛”之手印转“法轮”加持神通（包括功能）与功力的多项同修功法。本法属中层以上功法，原属秘炼之法。为了满足有一定基础者的要求，特将此功法传出，使其传度有缘之士。本功法要求在盘坐中炼，最好用双盘，采用单盘也可以。修炼时气流比较强，体外的能量场比较大。动作是随着师父所下的气机而行，起手时心随意动。加持神通时，意空、潜意识微微在两掌。掌心会有热、重、电麻，似有物等感觉。但不要用意追求，随其自然。盘坐时间要求越长越好，可根据功底而定，时间越长，强度越大，出功越快。炼功时，（什么也不想，没有任何意念）渐渐入静，由似静非定的动功状态渐渐入定。但主意识知道自己在炼功。

诀：

有意无意，印随机起；  
似空非空，动静如意。

时把白色物质甩给了对方，自己身上的那块地方就被黑色物质代替。杀生是最大的做恶，做坏事，会增加很重的业力。业力是导致人得病的重要原因，当然它不一定反映出来是一种病，也可能遇到点麻烦事等等，都是业力在起作用。所以炼功人决不能做不好的事情，一切不好的行为都要产生不好的信息，会严重的影响到你的炼功问题。

有些人主张采植物气，教功时也教怎么采植物气。什么树的气好，什么树的气是什么颜色，讲的津津乐道。在我们东北一个公园里，有些人不知道练的什么功，满地打滚，爬起来就绕松树转，采松树的气，半年时间就把一片松树采的枯黄了，这是造业行为，这也是杀生！无论是从绿化祖国维护生态平衡方面讲还是从高层次上讲，采植物气都是不好的。浩瀚宇宙无边无际，处处有气任你去采，你尽管去采好了，为什么偏偏欺负植物呢？作为炼功人你的慈悲心哪里去了呢？

万物皆有灵。现代科学已认识到植物不仅有生命，而且有灵性、有思维和感情，甚至有超感功能。当你的天目达到法眼通的时候，你会发现世界是另一番景象，你一出门，那个石头、墙、树等都会和你说话。任何物体都有生



命体存在，当它在形成的时候，已经有一个生命体注入了。有机物质和无机物质是我们地球上人类划分的。庙里的人把碗打了他心里都过不去，因为一旦它被破坏掉的时候，那个生命体要释放出来，它没有完成它的生命里程，就无处可去。所以就非常恨杀它的人，越恨那人的业力越大。有的“气功师”还打猎，他的慈悲心哪儿去了？佛道两家都不违背天理行事。他这样做就是杀生行为。

有人讲他过去造了很多的业，杀鸡、杀鱼、钓鱼等等，是不是不能炼功了？不是的。你那时是在无知时做的，它不会造成更大的业力，今后再不要做这事就是了。再做就是明知故犯，就不行了。有的学员就存在着这种业力。你来参加传授班就有缘份，你就能往上修炼。苍蝇蚊子进屋里打不打？大家现在这层次上做这事，打死了也不算错。轰不出去打死也就打死了。一个东西该死的时候，它自然的就该死了。释迦牟尼在世时，有一次他要洗澡，叫弟子去打扫浴缸。弟子发现浴缸里有虫子，回去问他怎么办？他又说一遍：我要你打扫的是浴缸。弟子领悟了，把浴缸打扫干净了。有些问题你不要把它看的太重，我们不是让你做一个谨小慎微的人。在复杂环境中，时时刻刻



图 4—8



图 4—9



图 4—10

过头部，（如图 4—8）。两手过头后，两手成交叉状态，并继续向大椎处运动（如图 4—9）。两手由交叉分开，指尖向下，与背部的能量接上，再将两手平行的从头上运动过来到胸前，（如图 4—10）。这样为一个周天的循环，共做九次。完成九次后，两手经过胸前往小腹处下落。

叠扣小腹，两手结印。



图 4—6



图 4—7

自定，男女无分别）（如图 4—6），松开两拳，两掌在肩上（有间隙）。紧接着双掌顺两臂的阳面拉到两手腕处时，变两掌掌心相对，即外手大拇指转向上，内手大拇指转向下，掌间距离约三至四厘米，此时，手与臂成“一”字形状，（如图 4—7）。接着握球拧掌，即外手变内手，内手变外手。然后，两手一边沿着小臂阴面和大臂阴面推进，一边向上举起并

精神弦绷的很紧，生怕做错一点事，我说这不行，这就是一种执著了，怕的本身就是执著。

我们要有一颗慈悲心，对待任何事情抱着一颗慈善的心，就不容易出问题了。对个人利益淡化一点，心地善良一点，你做什么事都会受到它的制约，所以你就不能做出坏事情来。不信你看看，你总是抱着气呼呼的态度，总想争一争，斗一斗，那好事在你面前也会做坏了。我经常看到有些人得理不让人，当他抓住理的时候，他可抓住治人的东西了。同时我们也不能因为一件事情看不惯，就拨弄是非，有时你看不惯的事情不一定是错的。作为炼功人不断提高层次的时候，你说出一句话是带有能量的，你要制约常人的，可不能乱说。特别是当你看不到问题真相的时候，看不到因缘关系的时候，就容易干坏事，就容易造业。

## （二）消业

世间的理和天上的理一样，欠人家的东西是要还的，就是常人欠人家的也得还。人生一世，你所遇到的难、劫都是业力产生的后果，你要还那些东西。我们真正修炼的人，你那人生的道路将会改变，要给你从新安排一种适合你修炼的道路，你那业力由师父给你往下减一

部份，剩下的就都是为给你提高心性用的，你自己通过炼功和修炼心性把它抵换掉，偿还掉。今后你们遇到的问题都不是偶然的，请你们要有这个思想准备。让你过些难呀，常人放不下的东西全让你放下。你会遇到许多麻烦事，问题会从家庭、社会方方面面产生出来；或者突然遇到什么灾难了；甚至本来是对方不好，可偏偏责怪、冤枉到你身上了，等等。炼功人是不该得病的，可往往也突然得了一场大病，病的来势又很重，折磨的很难受，到医院检查又查不出病来，但不知何故病又不治而好了，实际上就是你所欠的某种债通过这种形式还了。也许有一天，你爱人无缘无故的跟你闹事，发脾气，微不足道的事情也可能引起大的争执，过后也觉的莫名其妙。作为炼功人你应该清楚为什么会产生那事情，就是那东西来了，要你还那个业。这时你要把握住自己，守住心性把事情化开，珍惜和感谢他帮你消业。

打坐时间长了就要腿痛，有的痛的死去活来。天目层次高的人看到，在很痛的时候，从炼功人身体内外有很大一块黑东西在往下消。打坐的痛是阵痛而且很钻心，有的人有悟性，就是不把腿拿下来，黑的消去就向白的转化，



图 4-3



图 4-4



图 4-5

然后，两手腕微曲，从脚后跟处逐渐顺腿后侧向上提起（如图 4-3），两手一边从背后向上提一边直腰，（如图 4-4）。在整个法轮周天法中，两手不要接触身体任何部位，否则，两手上的能量会收回体内。当两手到达不能上提为止，攥空拳（如图 4-5），再从腋窝处掏过来，两臂在胸前大交叉（哪个臂在上，哪个臂在下，没有特别要求，随个人习惯



图 4-1



图 4-2

预备势——全身放松，松而不懈，双脚与肩同宽，自然站立，两腿稍微弯曲，膝胯两处成滑溜状态；下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双目微闭，面带祥和之意。

### 双手结印、合十。

两手一边解除“合十”状态，一边向小腹部位下落，同时，转两掌心对向身体。手与身体的距离约十厘米，越过小腹向两腿间下伸，沿两腿的内侧下来，同时弯腰下蹲，（如图 4-1）。当两手指尖接近地面时，手从脚尖、脚外侧一直划过到脚后跟外侧（如图 4-2）。

转化为功。炼功人的业力不可能通过打坐和炼功完全消除，还要提高心性与悟性，经受些磨难。重要的是我们做人要善良，我们法轮功善心出的很早，好多人炼功往那儿一坐，无名的流泪，想什么都心酸，看谁都苦，就是生出慈悲心来了，你的天性、真正的自我和宇宙特性“真、善、忍”开始沟通了。当你善心出来的时候，你做事就很善了。从你内心到外在表现，一看就很善良，那时谁也不会欺负你了。那时候有人真的欺负你，你那大慈悲心起作用，你不会还手，它是一种力量，它也促使你不会和常人一样。

当你遇到劫难的时候，那慈悲心会帮助你度过难关，同时我的法身看护着你，保护你的生命，但难必须让你过。例如我在太原办班时有一对老俩口来参加我的班急于过马路，走在马路中间时，来了一辆小汽车，开的飞快，一下子就把老太太挂倒了，挂出去十多米远，摔在马路上。小车跑出去二十多米才停下来。司机跳下车来说一些不好听的话；车里坐着的人也说些不大好听的话。老太太什么也没说，这时想起我讲的话了，站起来之后，老太太说：没事，没事，哪也没坏，她就拉着老头一块儿



的進了礼堂。那时她要说一句，哎呀！我这儿坏了，那儿坏了，你带我上医院吧。那可真就坏了，她没有这么做。老太太跟我说：老师呀，我知道是怎么回事，这是帮我消业呢！消了一个大难，消了一块大业。可想她心性、悟性很好，那么大岁数，车速那么快，挂出去那么远，狠狠的摔在地上，起来了，心很正。

有时候劫难来时，看起来非常大，简直是怎么想怎么没路。也许转了好几天，突然来路了，突然间事情发生了大转变，实际上是我们心性提高了，那东西自然就消了。

要提高思想境界就必须要通过世间各种魔难的考验，在这个过程中你心性真的上去了，稳定了，业也消了，你的魔难也就过去了，功也长了。如果在心性考验机会中，没有守住心性，做了错事，这时你不要灰心，要积极的总结教训，找差距，在“真、善、忍”上下功夫。下一个检验心性的难题可能又要接踵而来。随着功力的提高，考验心性的魔难可能来的更猛烈、更突然。你每过一关功力将上长一点；关过不去功就停滞。小考验小增长；大考验大增长。望每个炼功人要准备吃大苦，要有迎接大困难的决心和毅力。没有付出就得不到

## 四、法轮周天法

功理：此法是使人体能量大面积流动，不是一条脉或几条脉在走，而是从人体的阴面整面循环到阳面，往复不停，远远的超出了一般通脉法，或大、小周天。本功法属法轮功的中层功法。在前三套功法的基础上，通过炼此功法可以很快打开全身气脉（其中包括大周天），由上而下渐渐通遍全身。本功法的最大特点是用“法轮”的旋转来纠正人体的不正确的状态，使人体小宇宙归为初始状态，达到全身气脉畅通无阻。炼到此状态时，在世间法的修炼中已达到很高的层次了，大根器者可進入大法中修炼了。此时，功力和神通会大增。炼时，手随气机而动，动作要缓、慢、圆。

诀：

旋法至虚，心清似玉；  
返本归真，悠悠似起。



图 3—6



图 3—7



图 3—8

双手推动法轮——在完成第九次时，两手从头上经过头、胸往小腹处下落，一直落到小腹处，在小腹处推动法轮（如图 3—5、3—6、3—7）。男左手在里，女右手在里，手与手之间、手与小腹之间距离约为四厘米，向顺时针方向推转法轮四次，将体外之能量旋回体内。推转法轮时双手不要超出小腹范围。

两手结印（如图 3—8）。

真功。想舒舒服服的不付出，不吃苦就得功，是没有这个道理的。心性不根本改好，带着任何个人执著之心是修不成大觉者的。

## 七、招魔

招魔是指炼功人在炼功过程中出现的影响炼功的现象或景象，目的是阻止炼功人往高层次上修炼，也可以说是魔来讨债。

功法修炼到高层次，必然会遇到招魔问题。一个人的一生和祖辈不可避免的会做过一些不好的事，这些不好的事就叫业力。一个人的根基好不好，就决定他带的业力多少，就是一个很好的人，也不可能没有业力。因为你不修炼，所以你体会不到。如果你只为祛病健身，就没有魔去管你，一旦你往高层次上修炼，它就要管你了。它可以用各种方法来打扰你，目的是不让你往高层次上修炼，让你修炼不成。魔的出现方式有多种，有的是以我们日常生活中的现象出现；有的是以另外空间来的信息形式进行干扰，使的你一坐下来就有某种事来打扰，让你无法入静，没法往高层次上修；有时你一打坐就昏昏欲睡或浮想联翩，无法进入炼功态；有时你一炼功，本来很安静的

环境，突然来了脚步声、摔门声、汽车鸣响、电话干扰、各种吵闹，使你静不下来。

还有一种是色魔，炼功人在打坐或梦中，他的面前会出现美男子或美女子，吸引你勾引你，做一些对你刺激性的动作，引诱你的贪恋美色之心。只要你一次过不去，它会逐步升级，引诱你，直到你放弃往高层次上修的想法为止。这一关是很难过的，不少炼功人因此而夭折。希望你们要有精神准备，如果有的人心性守的不够，一次过不去就要认真总结教训，它会多次来骚扰你，直到你真正守住了心性，完全去掉了那种执著心为止。这是一大关，必须得过去，否则就不能得道，不能修成。

另一种魔的形式是在炼功或睡梦中，突然看到一些可怕的面孔，恶的很，很真切，或拿着刀要杀人，但它只是吓唬人，它真的砍也砍不上，因为师父已在炼功人体外给他下了防护罩，砍不到。它吓唬人的目地是不让你炼功。这些东西都是一个层次、一个阶段的表现，很快就会跳过去，几天、一个星期或几个星期。就看心性有多高，看你对这个事情怎么看待。



图 3—3



图 3—4



图 3—5

**双手冲灌**——当单手冲灌做到第九遍，即左手（女右手）在上时，另一只手提上来，就是说，两手都处在冲灌的位置（如图 3—3），然后双手同时向下冲灌（如图 3—4）。双手冲灌时，手掌心对着身体，离身体十厘米，一上一下算一次，共冲灌九次。



图 3-1



图 3-2

**预备势**——全身放松，松而不懈，双脚与肩同宽，自然站立，两腿稍微弯曲，膝胯两处成滑溜状态；下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双目微闭，面带祥和之意。双手结印、合十。

**单手冲灌**——由“合十”起势。做单手上冲下灌动作，手随体外气机缓缓而动，体内之气随手上下而动。男先左手向上，（如图 3-1），女先右手向上。手从头侧前方缓缓上冲，冲出头顶；同时，右（女左）手缓缓下灌，然后，与另一只手交换冲灌（如图 3-2）。两手掌心对着身体，与身体保持十厘米的距离。做时全身要放松，手一上一下算一次，冲灌共九次。

## 八、根基与悟性

根基是指一个人先天所带来的白色物质，就是德这种有形物质，带的多了根基必然就好。根基好的人容易归真，容易悟道，因为他的思想没有障碍，一听到要学气功，一听到修炼的东西，他就产生了兴趣，他就愿意去学，能和宇宙沟通。正如老子所说：“上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之，不笑不足以为道”。容易归真悟道的人就属于“上士”者。相反，黑色物质多的人，根基差的人在他的体外形成一种屏障，使他不能接受好的东西。如果接触到好的东西的时候，它会促使他不相信，实际上这就是业的作用。

谈到根基必然涉及悟性问题。一说到悟，有人就以为悟就是聪明。常人讲的聪明、猴精的人离我们讲的修炼实在相差太远了，这种聪明人往往不容易开悟，他只看重现实物质世界，什么也不吃亏，什么好处都不撒手。特别是有个别人，自以为学问大，有知识，很聪明，把修炼看作是天方夜谭。炼功修心性，对他来说不可思议，认为炼功人都是傻子，是迷信。我们讲的悟，不是指聪明，而是指人性的归真，做一个好人，符合宇宙特性。根基决定

一个人的悟性，根基好，悟性也会好。根基决定悟性，悟性也不完全受根基制约。根基再好，理解差，没悟到也不行。有的人根基不太好，但他悟性好，就能往上修。我们是普度众生，看悟性不看根基。尽管你带的不好的东西挺多，只要你有决心往上修，你这一念之出实际就是正念。有这想法，你也就只不过比别人多付出一点，最终还是可以修成的。

炼功人的身体已经是纯净的了，出功以后身体是不能有病的，因为体内的高能量物质已不允许黑色物质存在了。但有的人就是不相信，老是认为自己有病，说我怎么这么难受啊！咱们说你得的是功，你得那么好的东西，还能不难受吗？修炼嘛，就是要相对付出的。实际上那都是表面的东西，对你身体毫无影响，看上去好象是病，根本就不是病，就靠你自己去悟了。炼功人不但要能吃苦中苦，还得悟性好。有的人遇到麻烦事也不去悟，我在这里讲高层次，怎么高标准要求自己，但他还是混同于常人，他甚至不能使自己处在真正炼功人状态去炼功，也不相信自己会处在高层次。

高层次讲悟是指开悟。悟，有顿悟和渐悟之分。顿悟是指整个修炼过程都是锁着炼的。当你走完修炼全过程后，心性得到提高之后，

### 三、贯通两极法

功理：本功法是将宇宙之气和体内之气混合贯通之法，吐纳量大，使炼功者可在极短时间内，将身体内部病气、黑气排出体外，再纳入大量宇宙之气，净化身体，早日进入“净白体”状态。同时，此功还可在冲灌中“开顶”，也能在冲灌中打开脚下人体通道。

炼功前意想一下自己是两根高大的空桶子，顶天立地，高大无比。体内之气随手上下而动，冲出头顶，直达宇宙最上之极处；下冲之气从一只脚下冲出，冲到宇宙最下之极处。然后气随手动，从两极返回体内，再从反方向发出，往返共九次。当冲灌第九次时，左（女右）手在上极处等待右（女左）手提上来。然后同时向下发出灌入下极处后收回，经过身体向上冲灌，往返九次后把气收回。收回后，在小腹处顺时针推转法轮，将体外之气旋回体内，然后结定印，炼完后收式不收功。

诀：

净化本体，法开顶底；  
心慈意猛，通天彻地。





图 2—5



图 2—6

两侧抱轮——两手由“头顶抱轮”下落，直达头部两侧，手掌心对向双耳，两肩放松，小臂竖直，手与耳之间距离不要太近（如图 2—5）。

叠扣小腹——两手由“两侧抱轮”下落，直达小腹处成叠扣状态（如图 2—6）。两手结印收势。

到了最后一瞬间，功能全部炸出来，天目一瞬间开到最高层次，思维可以接触到另外空间高级生命，一下子看到整个宇宙各个空间各个单元世界的真相，并和他们有了沟通，能够施展大神通。顿悟这条路最难走，历代都是挑选根基相当高的人当徒弟，历代都是单传功法。一般人受不了啊！我是走了顿悟这条路的。

我现在传给大家的属于渐悟的东西。它在修炼过程中，该出什么功能就出什么功能，但也不是绝对出了功能就给你用。当你心性还没达到一定层次，把握不住自己，容易干坏事时，功能暂时不给你用，但终究会给你的。通过修炼，层次会逐渐提高，逐渐认识宇宙的真理，也象顿悟一样，最后达到圆满。渐悟这一条路较好走，没有危险性。难的是修炼过程你都看见了，你更应该严格要求自己。

## 九、清静心

有些人炼功静不下来，在探寻入静的方法。有人问我：老师啊，我炼功为什么静不下来呢。你教我什么办法啊，采用什么手法啊，使我打坐能静下来。我说你怎么能静的下来呢！神仙来教你方法你都静不下来。为什么呢？因为你自身的心不清静。人生活在这个社

会中，七情六欲，方方面面的个人利益，自身的甚至亲朋好友的你都挂在心上，脑子里占的比重太大，摆的位置相当高，打坐炼功时能静的下来吗？人为的去压制它，而它自个儿就往外翻。

佛教修法中讲“戒、定、慧”。戒，就是要放弃那些执著的东西。有采用念佛号的，要一心不乱的去念，使自己的思想达到一念代万念的状态。但它可是一种功夫，而不是一种方法。不信你去念，保证嘴里念着佛号，脑子里又翻腾起别的东西来了。最早西藏喇嘛教念佛号一天要念几十万遍，念一个星期。念的昏头胀脑，最后脑子里什么都没有了，一念代万念了。那是一种功夫，你不一定做的了。也有些功法教你意守丹田、数数或者眼睛视物等方法，实际上这些都不能使你绝对的静下来。炼功人得有一颗清静的心，得把个人利益舍一舍，把那颗贪欲之心放下来。

实际上能不能静下来、定下来，反映了一个人功夫的高低，层次的高低。一坐下就能静下来，这是层次的体现。暂时静不下来、做不到不要紧，你可以在修炼过程中慢慢去做到。心性慢慢提高的，功是慢慢长的。不把个人的切身利益和欲望放淡，功是无法往上长的。



图 2-3



图 2-4

腹前抱轮——两手由“头前抱轮”状态缓缓下落，姿势不变，一直落到小腹处，手距小腹约为十厘米，两肘架起来，腋窝空开，手心朝上，十指指尖相对，指间距约十厘米，两臂抱圆（如图 2-3）。

头顶抱轮——由“腹前抱轮”起势，姿势不变，两手缓缓举到头顶，做头顶抱轮。两手十指相对，手心向下，指间距为二十至三十厘米，两臂抱成圆形，两肩、臂、肘、手腕全是放松的（如图 2-4）。



图 2-1



图 2-2

预备势——全身放松，松而不懈，双脚与肩同宽，自然站立，两腿稍微弯曲，膝胯两处成滑溜状态；下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双目微闭，面带祥和之意。

双手结印（如图 2-1）。

头前抱轮——由结印起势。两手由腹前缓缓抬起，随之松开结印。当两手抬到头前时，手掌掌心对着面部，高度与眉平齐，十指指尖相对，指间距约十五厘米，两臂抱圆，全身放松（如图 2-2）。

炼功人每时每刻都要高标准要求自己。社会上各种复杂的现象，许许多多低级、不健康的东西，七情六欲的东西，无时无刻不在干扰着炼功人。电视、电影、文艺作品中宣传的东西，它是引导你去做常人中的强者，做更为现实的常人。你超脱不了这些东西，你与炼功人的心性、心境差距就越大，你所得到的功就越少。炼功人要少或不接触那些低级的不健康的东西，应做到视而不见，听而不闻，不为别人所动，不动心。我常说，常人的心是打动不了我的，谁说我一句好，我不会为之高兴；谁骂我一句不好，我也不会为之生气。人们之间和常人之间再严重的心性干扰对我不起作用。炼功人要把一切所得的利益看的淡淡的，什么都不放在心上，那时你的悟道之心才算是成熟的。没有对名利的强求之心，把名利地位看作是无所谓的东西，你就不会烦恼，不生气，永远处在心理平衡状态。什么都放的下，自然就会清静。

我把大法讲给你们了，五套功法都教给你们了，给你们调理好了身体，给你们身上下了“法轮”、“气机”，还有我的法身保护你们。该给你们的全给你们了。在办班期间是看我的，今后就看你们的了，师父领进门，修行



在个人。只要你们参透大法，精心体悟，时时守住心性，勤于实修，能吃苦中之苦，能忍难忍之事，我想你一定会修炼成功的。

功修有路心为径，  
大法无边苦作舟。

## 二、法轮桩法

功理：本功法是法轮功的第二套功法，属于静桩法。由四个抱轮动作组成，动作比较单调，而且每一个动作又要求炼很长时间。初学站桩的人，开始炼功时两臂会很沉、很酸，但炼后马上会感到身体轻松，没有干活后的疲劳感觉。随着时间的加长，炼功次数的增加，在双臂间会出现“法轮”在旋转。常炼法轮桩法可使全身全部灌通，增加功力。“法轮桩法”属于增慧、提高层次、加持神通的全修方法，功虽简单，但所炼的东西是很多、很全面的。本功法动作要自然，自己知道在炼功，不要晃动，有小动是正常的。本功法和法轮功的其它功法一样，炼完后不收功，因为法轮是常转不能收停的，炼功每个动作的时间要求因人而异，越长越好。

诀：

生慧增力，容心轻体；  
似妙似悟，法轮初起。



图 1-14



图 1-15



图 1-16

**金刚排山**——由“合十”起势。两手一边分开，一边向前方以立掌推出，指尖向上，臂与肩同高。当臂伸直后，用力一抻，头往上顶，脚往下踩，身体挺直（如图 1-14）。约抻二至三秒钟，全身立即放松，两手恢复到胸前“合十”。

**叠扣小腹**——由“合十”起势。两手缓缓下落，并将掌心转向腹部，当手到小腹处时，两手重叠，男左手在里，女右手在里，手心对手背。手与手、手与小腹之间约有三厘米的距离，叠扣时间一般四十至一百秒（如图 1-15）。

**收势**——两手结印（如图 1-16）。

## 第四章 法轮功功法

法轮功是一种佛家修炼的特殊方法，有不同于一般佛家修炼方法的独到之处。因为本功法是上乘修炼大法，过去要求有极高心性者或大根器之人所学的特殊的强化修炼法，所以难于普及。但为了使更多的炼功之人得到提高，了解本法门，同时又满足广大有志于修炼者的要求，所以将本功法整理出一套适合普及的修炼方法传出。即使这样，他也已经大大超出一般功法所学的东西与层次了。

修炼法轮功者不但可以快速增长功力和功能，而且会在很短的时间里炼出威力无比的法轮来。法轮形成以后，平时在小腹处自动旋转不停，不断的从宇宙中采集、演化能量，最后在修炼者本体中转化为功，从而达到法炼人的目地。

本功法由五套动作组成，即：佛展千手法、法轮桩法、贯通两极法、法轮周天法和神通加持法。

## 一、佛展千手法

功理：“佛展千手法”核心就是疏展，使百脉皆通。对于初学气功者来说，通过炼功后可迅速得气；对于炼功有素者来说可迅速得到提高。这套功法一上来就要求百脉皆通，使炼功者站在一个很高的层次在炼了。本功法动作比较简单，因为大道至简至易，动作虽简单，却在宏观上控制着整个功法所要炼出的东西。学炼此功时，会感到身体发热，能量场很强的特殊感受，原因是展开和疏通全身所有气之通道所致。其目的是打通气塞的地方，畅通无阻，调动体内和皮下之气强烈运动，大量吸收宇宙中的能量，同时可使炼功者很快进入气功能量场的状态之中。本功法作为法轮功的基础功法来炼，每当炼功时一般先修炼此功法，是一种强化修炼方法之一。

诀：

身神合一，动静随机；  
顶天独尊，千手佛立。



图 1—12



图 1—13

菩萨扶莲——由“合十”起势。两手一边分开，一边向身体两侧斜下方伸展。手到体侧时，两臂伸直，与大腿间的夹角成三十度左右，（如图 1—12）。此时，全身逐渐伸直，手指尖向下用力，然后，全身立即放松，两手恢复到胸前“合十”。

罗汉背山——由“合十”起势。两手一边分开，一边向体后伸展，同时两掌心转向后方。当两手到体侧时，两手腕逐渐钩起；手过体后，手腕成四十五度角（如图 1—13）。全身逐渐伸直，手到位后，头向上顶，脚往下踩，身体正直，约伸二至三秒钟，全身立即放松。再收回两手，恢复到胸前“合十”。



图 1-10



图 1-11

**金猴分身**——由“合十”起势。两手由胸前拉开向两侧伸展，与肩成“一”字形状，全身逐渐抻直，头往上顶，脚往下踩，两手往两边用力，四面分挣力（如图 1-10），约抻二至三秒钟，全身立即放松，两手恢复到胸前“合十”。

**双龙下海**——由“合十”起势，两手一边分开，一边向前下方伸展。当两臂分开平行、伸直时，与大腿之间的夹角约为三十度（如图 1-11）。全身逐渐抻直，头向上顶，脚向下踩，约抻二至三秒钟，全身立即放松，手收回后，在胸前“合十”。



图 1-1

**预备势**——全身放松，松而不懈，双脚与肩同宽，自然站立，两腿稍微弯曲，膝胯两处成滑溜状态；下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双目微闭，面带祥和之意。在炼功中会感到自己很高大。

**两手结印**——双手抬起，手心向上。两大拇指指尖轻轻接触，其余各四指合拢并重叠，男左手在上，女右手在上，构成似椭圆形状，置于小腹处。两大臂微向前，两肘架起来，使腋窝空开，（如图 1-1）。



图 1-2



图 1-3

弥勒伸腰——以结印起势，以手印势抬起，随着手的抬高，两腿逐渐伸直，当手抬到头前时，结印松开，并逐渐向上转掌，到达头顶时，手心向上，十指相对，指尖相距二十至二十五厘米，（如图 1-2）。与此同时，头向上顶，双脚下踩，身体挺直，两手掌根用力上举，全身逐渐抻直，约抻二至三秒钟，全身立即放松。特别膝胯两处要恢复成滑溜状态。

如来灌顶——接上式做，两手同时向外转掌一百四十度以手成“漏斗状”，伸腕落掌，（如图 1-3）。双掌下落对着胸部，手距胸



图 1-8



图 1-9

身立即放松。左手再恢复到胸前与右手成“合十”状态。然后再转掌，右手（女左）在上，左手在下（如图 1-8）展开。右手重复左手动作，即右小臂向右斜上方展开，掌心向下，手的高度与头部等高即可；左手仍在胸前，掌心向上。抻后（如图 1-9）全身立即放松。手收回后，在胸前“合十”（如图 1-5）。





图 1—6



图 1—7

掌指乾坤——由“合十”起势。两掌松开，其间隔约二至三厘米，同时开始转掌，男左手（女右手）向胸部转，右手向胸外转，形成左手在上，右手在下与小臂成“一”字形状，（如图 1—6）。接着，左小臂向左斜上方展开，掌心向下，手的高度与头部等高即可；右手仍在胸前，掌心向上。随着左手逐渐到位，全身逐渐抻直，头向上顶，脚向下踩。左手向左斜上方抻直，右手在胸前，随大臂向外抻，（如图 1—7）。约抻二至三秒钟，全



图 1—4



图 1—5

部约十厘米的距离，继续向小腹处运动，（如图 1—4）。

双手合十——手到小腹后，紧接着提起两手到胸前“合十”（如图 1—5）。“合十”时，手指与手指，掌根与掌根紧贴，手心空开，两肘架起来，两小臂成一直线。（两手除“合十”、“结印”外，均为“莲花掌”，下同。）



图 1—6



图 1—7

掌指乾坤——由“合十”起势。两掌松开，其间隔约二至三厘米，同时开始转掌，男左手（女右手）向胸部转，右手向胸外转，形成左手在上，右手在下与小臂成“一”字形状，（如图 1—6）。接着，左小臂向左斜上方展开，掌心向下，手的高度与头部等高即可；右手仍在胸前，掌心向上。随着左手逐渐到位，全身逐渐抻直，头向上顶，脚向下踩。左手向左斜上方抻直，右手在胸前，随大臂向外抻，（如图 1—7）。约抻二至三秒钟，全



图 1—4



图 1—5

部约十厘米的距离，继续向小腹处运动，（如图 1—4）。

双手合十——手到小腹后，紧接着提起两手到胸前“合十”（如图 1—5）。“合十”时，手指与手指，掌根与掌根紧贴，手心空开，两肘架起来，两小臂成一直线。（两手除“合十”、“结印”外，均为“莲花掌”，下同。）



图 1-2



图 1-3

弥勒伸腰——以结印起势，以手印势抬起，随着手的抬高，两腿逐渐伸直，当手抬到头前时，结印松开，并逐渐向上转掌，到达头顶时，手心向上，十指相对，指尖相距二十至二十五厘米，（如图 1-2）。与此同时，头向上顶，双脚下踩，身体挺直，两手掌根用力上举，全身逐渐抻直，约抻二至三秒钟，全身立即放松。特别膝胯两处要恢复成滑溜状态。

如来灌顶——接上式做，两手同时向外转掌一百四十度以手成“漏斗状”，伸腕落掌，（如图 1-3）。双掌下落对着胸部，手距胸



图 1-8



图 1-9

身立即放松。左手再恢复到胸前与右手成“合十”状态。然后再转掌，右手（女左）在上，左手在下（如图 1-8）展开。右手重复左手动作，即右小臂向右斜上方展开，掌心向下，手的高度与头部等高即可；左手仍在胸前，掌心向上。抻后（如图 1-9）全身立即放松。手收回后，在胸前“合十”（如图 1-5）。





图 1-10



图 1-11

**金猴分身**——由“合十”起势。两手由胸前拉开向两侧伸展，与肩成“一”字形状，全身逐渐抻直，头往上顶，脚往下踩，两手往两边用力，四面分挣力（如图 1-10），约抻二至三秒钟，全身立即放松，两手恢复到胸前“合十”。

**双龙下海**——由“合十”起势，两手一边分开，一边向前下方伸展。当两臂分开平行、伸直时，与大腿之间的夹角约为三十度（如图 1-11）。全身逐渐抻直，头向上顶，脚向下踩，约抻二至三秒钟，全身立即放松，手收回后，在胸前“合十”。



图 1-1

**预备势**——全身放松，松而不懈，双脚与肩同宽，自然站立，两腿稍微弯曲，膝胯两处成滑溜状态；下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双目微闭，面带祥和之意。在炼功中会感到自己很高大。

**两手结印**——双手抬起，手心向上。两大拇指指尖轻轻接触，其余各四指合拢并重叠，男左手在上，女右手在上，构成似椭圆形状，置于小腹处。两大臂微向前，两肘架起来，使腋窝空开，（如图 1-1）。

## 一、佛展千手法

功理：“佛展千手法”核心就是疏展，使百脉皆通。对于初学气功者来说，通过炼功后可迅速得气；对于炼功有素者来说可迅速得到提高。这套功法一上来就要求百脉皆通，使炼功者站在一个很高的层次在炼了。本功法动作比较简单，因为大道至简至易，动作虽简单，却在宏观上控制着整个功法所要炼出的东西。学炼此功时，会感到身体发热，能量场很强的特殊感受，原因是展开和疏通全身所有气之通道所致。其目的是打通气塞的地方，畅通无阻，调动体内和皮下之气强烈运动，大量吸收宇宙中的能量，同时可使炼功者很快进入气功能量场的状态之中。本功法作为法轮功的基础功法来炼，每当炼功时一般先修炼此功法，是一种强化修炼方法之一。

诀：

身神合一，动静随机；  
顶天独尊，千手佛立。



图 1—12



图 1—13

菩萨扶莲——由“合十”起势。两手一边分开，一边向身体两侧斜下方伸展。手到体侧时，两臂伸直，与大腿间的夹角成三十度左右，（如图 1—12）。此时，全身逐渐伸直，手指尖向下用力，然后，全身立即放松，两手恢复到胸前“合十”。

罗汉背山——由“合十”起势。两手一边分开，一边向体后伸展，同时两掌心转向后方。当两手到体侧时，两手腕逐渐勾起；手过体后，手腕成四十五度角（如图 1—13）。全身逐渐伸直，手到位后，头向上顶，脚往下踩，身体正直，约伸二至三秒钟，全身立即放松。再收回两手，恢复到胸前“合十”。



图 1-14



图 1-15



图 1-16

**金刚排山**——由“合十”起势。两手一边分开，一边向前方以立掌推出，指尖向上，臂与肩同高。当臂伸直后，用力一抻，头往上顶，脚往下踩，身体挺直（如图 1-14）。约抻二至三秒钟，全身立即放松，两手恢复到胸前“合十”。

**叠扣小腹**——由“合十”起势。两手缓缓下落，并将掌心转向腹部，当手到小腹处时，两手重叠，男左手在里，女右手在里，手心对手背。手与手、手与小腹之间约有三厘米的距离，叠扣时间一般四十至一百秒（如图 1-15）。

**收势**——两手结印（如图 1-16）。

## 第四章 法轮功功法

法轮功是一种佛家修炼的特殊方法，有其不同于一般佛家修炼方法的独到之处。因为本功法是上乘修炼大法，过去要求有极高心性者或大根器之人所学的特殊的强化修炼法，所以难于普及。但为了使更多的炼功之人得到提高，了解本法门，同时又满足广大有志于修炼者的要求，所以将本功法整理出一套适合普及的修炼方法传出。即使这样，他也已经大大超出一般功法所学的东西与层次了。

修炼法轮功者不但可以快速增长功力和功能，而且会在很短的时间里炼出威力无比的法轮来。法轮形成以后，平时在小腹处自动旋转不停，不断的从宇宙中采集、演化能量，最后在修炼者本体中转化为功，从而达到法炼人的目地。

本功法由五套动作组成，即：佛展千手法、法轮桩法、贯通两极法、法轮周天法和神通加持法。

在个人。只要你们参透大法，精心体悟，时时守住心性，勤于实修，能吃苦中之苦，能忍难忍之事，我想你一定会修炼成功的。

功修有路心为径，  
大法无边苦作舟。

## 二、法轮桩法

功理：本功法是法轮功的第二套功法，属于静桩法。由四个抱轮动作组成，动作比较单调，而且每一个动作又要求炼很长时间。初学站桩的人，开始炼功时两臂会很沉、很酸，但炼后马上会感到身体轻松，没有干活后的疲劳感觉。随着时间的加长，炼功次数的增加，在双臂间会出现“法轮”在旋转。常炼法轮桩法可使全身全部灌通，增加功力。“法轮桩法”属于增慧、提高层次、加持神通的全修方法，功虽简单，但所炼的东西是很多、很全面的。本功法动作要自然，自己知道在炼功，不要晃动，有小动是正常的。本功法和法轮功的其它功法一样，炼完后不收功，因为法轮是常转不能收停的，炼功每个动作的时间要求因人而异，越长越好。

诀：

生慧增力，容心轻体；  
似妙似悟，法轮初起。



图 2-1



图 2-2

预备势——全身放松，松而不懈，双脚与肩同宽，自然站立，两腿稍微弯曲，膝胯两处成滑溜状态；下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双目微闭，面带祥和之意。

双手结印（如图 2-1）。

头前抱轮——由结印起势。两手由腹前缓缓抬起，随之松开结印。当两手抬到头前时，手掌掌心对着面部，高度与眉平齐，十指指尖相对，指间距约十五厘米，两臂抱圆，全身放松（如图 2-2）。

炼功人每时每刻都要高标准要求自己。社会上各种复杂的现象，许许多多低级、不健康的东西，七情六欲的东西，无时无刻不在干扰着炼功人。电视、电影、文艺作品中宣传的东西，它是引导你去做常人中的强者，做更为现实的常人。你超脱不了这些东西，你与炼功人的心性、心境差距就越大，你所得到的功就越少。炼功人要少或不接触那些低级的不健康的东西，应做到视而不见，听而不闻，不为别人所动，不动心。我常说，常人的心是打动不了我的，谁说我一句好，我不会为之高兴；谁骂我一句不好，我也不会为之生气。人们之间和常人之间再严重的心性干扰对我不起作用。炼功人要把一切所得的利益看的淡淡的，什么都不放在心上，那时你的悟道之心才算是成熟的。没有对名利的强求之心，把名利地位看作是无所谓的东西，你就不会烦恼，不生气，永远处在心理平衡状态。什么都放的下，自然就会清静。

我把大法讲给你们了，五套功法都教给你们了，给你们调理好了身体，给你们身上下了“法轮”、“气机”，还有我的法身保护你们。该给你们的全给你们了。在办班期间是看我的，今后就看你们的了，师父领进门，修行



会中，七情六欲，方方面面的个人利益，自身的甚至亲朋好友的你都挂在心上，脑子里占的比重太大，摆的位置相当高，打坐炼功时能静的下来吗？人为的去压制它，而它自个儿就往外翻。

佛教修法中讲“戒、定、慧”。戒，就是要放弃那些执著的东西。有采用念佛号的，要一心不乱的去念，使自己的思想达到一念代万念的状态。但它可是一种功夫，而不是一种方法。不信你去念，保证嘴里念着佛号，脑子里又翻腾起别的东西来了。最早西藏喇嘛教念佛号一天要念几十万遍，念一个星期。念的昏头胀脑，最后脑子里什么都没有了，一念代万念了。那是一种功夫，你不一定做的了。也有些功法教你意守丹田、数数或者眼睛视物等方法，实际上这些都不能使你绝对的静下来。炼功人得有一颗清静的心，得把个人利益舍一舍，把那颗贪欲之心放下来。

实际上能不能静下来、定下来，反映了一个人功夫的高低，层次的高低。一坐下就能静下来，这是层次的体现。暂时静不下来、做不到不要紧，你可以在修炼过程中慢慢去做到。心性慢慢提高的，功是慢慢长的。不把个人的切身利益和欲望放淡，功是无法往上长的。



图 2-3



图 2-4

腹前抱轮——两手由“头前抱轮”状态缓缓下落，姿势不变，一直落到小腹处，手距小腹约为十厘米，两肘架起来，腋窝空开，手心朝上，十指指尖相对，指间距约十厘米，两臂抱圆（如图 2-3）。

头顶抱轮——由“腹前抱轮”起势，姿势不变，两手缓缓举到头顶，做头顶抱轮。两手十指相对，手心向下，指间距为二十至三十厘米，两臂抱成圆形，两肩、臂、肘、手腕全是放松的（如图 2-4）。



图 2—5



图 2—6

两侧抱轮——两手由“头顶抱轮”下落，直达头部两侧，手掌心对向双耳，两肩放松，小臂竖直，手与耳之间距离不要太近（如图 2—5）。

叠扣小腹——两手由“两侧抱轮”下落，直达小腹处成叠扣状态（如图 2—6）。两手结印收势。

到了最后一瞬间，功能全部炸出来，天目一瞬间开到最高层次，思维可以接触到另外空间高级生命，一下子看到整个宇宙各个空间各个单元世界的真相，并和他们有了沟通，能够施展大神通。顿悟这条路最难走，历代都是挑选根基相当高的人当徒弟，历代都是单传功法。一般人受不了啊！我是走了顿悟这条路的。

我现在传给大家的属于渐悟的东西。它在修炼过程中，该出什么功能就出什么功能，但也不是绝对出了功能就给你用。当你心性还没达到一定层次，把握不住自己，容易干坏事时，功能暂时不给你用，但终究会给你的。通过修炼，层次会逐渐提高，逐渐认识宇宙的真理，也象顿悟一样，最后达到圆满。渐悟这一条路较好走，没有危险性。难的是修炼过程你都看见了，你更应该严格要求自己。

## 九、清静心

有些人炼功静不下来，在探寻入静的方法。有人问我：老师啊，我炼功为什么静不下来呢。你教我什么办法啊，采用什么手法啊，使我打坐能静下来。我说你怎么能静的下来呢！神仙来教你方法你都静不下来。为什么呢？因为你自身的心不清静。人生活在这个社

一个人的悟性，根基好，悟性也会好。根基决定悟性，悟性也不完全受根基制约。根基再好，理解差，没悟到也不行。有的人根基不太好，但他悟性好，就能往上修。我们是普度众生，看悟性不看根基。尽管你带的不好的东西挺多，只要你有决心往上修，你这一念之出实际就是正念。有这想法，你也就只不过比别人多付出一点，最终还是可以修成的。

炼功人的身体已经是纯净的了，出功以后身体是不能有病的，因为体内的高能量物质已不允许黑色物质存在了。但有的人就是不相信，老是认为自己有病，说我怎么这么难受啊！咱们说你得的是功，你得那么好的东西，还能不难受吗？修炼嘛，就是要相对付出的。实际上那都是表面的东西，对你身体毫无影响，看上去好象是病，根本就不是病，就靠你自己去悟了。炼功人不但要能吃苦中苦，还得悟性好。有的人遇到麻烦事也不去悟，我在这里讲高层次，怎么高标准要求自己，但他还是混同于常人，他甚至不能使自己处在真正炼功人状态去炼功，也不相信自己会处在高层次。

高层次讲悟是指开悟。悟，有顿悟和渐悟之分。顿悟是指整个修炼过程都是锁着炼的。当你走完修炼全过程后，心性得到提高之后，

### 三、贯通两极法

功理：本功法是将宇宙之气和体内之气混合贯通之法，吐纳量大，使炼功者可在极短时间内，将身体内部病气、黑气排出体外，再纳入大量宇宙之气，净化身体，早日进入“净白体”状态。同时，此功还可在冲灌中“开顶”，也能在冲灌中打开脚下人体通道。

炼功前意想一下自己是两根高大的空桶子，顶天立地，高大无比。体内之气随手上下而动，冲出头顶，直达宇宙最上之极处；下冲之气从一只脚下冲出，冲到宇宙最下之极处。然后气随手动，从两极返回体内，再从反方向发出，往返共九次。当冲灌第九次时，左（女右）手在上极处等待右（女左）手提上来。然后同时向下发出灌入下极处后收回，经过身体向上冲灌，往返九次后把气收回。收回后，在小腹处顺时针推转法轮，将体外之气旋回体内，然后结定印，炼完后收式不收功。

诀：

净化本体，法开顶底；  
心慈意猛，通天彻地。





图 3-1



图 3-2

**预备势**——全身放松，松而不懈，双脚与肩同宽，自然站立，两腿稍微弯曲，膝胯两处成滑溜状态；下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双目微闭，面带祥和之意。双手结印、合十。

**单手冲灌**——由“合十”起势。做单手上冲下灌动作，手随体外气机缓缓而动，体内之气随手上下而动。男先左手向上，（如图 3-1），女先右手向上。手从头侧前方缓缓上冲，冲出头顶；同时，右（女左）手缓缓下灌，然后，与另一只手交换冲灌（如图 3-2）。两手掌心对着身体，与身体保持十厘米的距离。做时全身要放松，手一上一下算一次，冲灌共九次。

## 八、根基与悟性

根基是指一个人先天所带来的白色物质，就是德这种有形物质，带的多了根基必然就好。根基好的人容易归真，容易悟道，因为他的思想没有障碍，一听到要学气功，一听到修炼的东西，他就产生了兴趣，他就愿意去学，能和宇宙沟通。正如老子所说：“上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之，不笑不足以为道”。容易归真悟道的人就属于“上士”者。相反，黑色物质多的人，根基差的人在他的体外形成一种屏障，使他不能接受好的东西。如果接触到好的东西的时候，它会促使他不相信，实际上这就是业的作用。

谈到根基必然涉及悟性问题。一说到悟，有人就以为悟就是聪明。常人讲的聪明、猴精的人离我们讲的修炼实在相差太远了，这种聪明人往往不容易开悟，他只看重现实物质世界，什么也不吃亏，什么好处都不撒手。特别是有个别人，自以为学问大，有知识，很聪明，把修炼看作是天方夜谭。炼功修心性，对他来说不可思议，认为炼功人都是傻子，是迷信。我们讲的悟，不是指聪明，而是指人性的归真，做一个好人，符合宇宙特性。根基决定

环境，突然来了脚步声、摔门声、汽车鸣响、电话干扰、各种吵闹，使你静不下来。

还有一种是色魔，炼功人在打坐或梦中，他的面前会出现美男子或美女子，吸引你勾引你，做一些对你刺激性的动作，引诱你的贪恋美色之心。只要你一次过不去，它会逐步升级，引诱你，直到你放弃往高层次上修的想法为止。这一关是很难过的，不少炼功人因此而夭折。希望你们要有精神准备，如果有的人心性守的不够，一次过不去就要认真总结教训，它会多次来骚扰你，直到你真正守住了心性，完全去掉了那种执著心为止。这是一大关，必须得过去，否则就不能得道，不能修成。

另一种魔的形式是在炼功或睡梦中，突然看到一些可怕的面孔，恶的很，很真切，或拿着刀要杀人，但它只是吓唬人，它真的砍也砍不上，因为师父已在炼功人体外给他下了防护罩，砍不到。它吓唬人的目地是不让你炼功。这些东西都是一个层次、一个阶段的表现，很快就会跳过去，几天、一个星期或几个星期。就看心性有多高，看你对这个事情怎么看待。



图 3—3



图 3—4



图 3—5

**双手冲灌**——当单手冲灌做到第九遍，即左手（女右手）在上时，另一只手提上来，就是说，两手都处在冲灌的位置（如图 3—3），然后双手同时向下冲灌（如图 3—4）。双手冲灌时，手掌心对着身体，离身体十厘米，一上一下算一次，共冲灌九次。



图 3—6



图 3—7



图 3—8

双手推动法轮——在完成第九次时，两手从头上经过头、胸往小腹处下落，一直落到小腹处，在小腹处推动法轮（如图 3—5、3—6、3—7）。男左手在里，女右手在里，手与手之间、手与小腹之间距离约为四厘米，向顺时针方向推转法轮四次，将体外之能量旋回体内。推转法轮时双手不要超出小腹范围。

两手结印（如图 3—8）。

真功。想舒舒服服的不付出，不吃苦就得功，是没有这个道理的。心性不根本改好，带着任何个人执著之心是修不成大觉者的。

## 七、招魔

招魔是指炼功人在炼功过程中出现的影响炼功的现象或景象，目的是阻止炼功人往高层次上修炼，也可以说是魔来讨债。

功法修炼到高层次，必然会遇到招魔问题。一个人的一生和祖辈不可避免的会做过一些不好的事，这些不好的事就叫业力。一个人的根基好不好，就决定他带的业力多少，就是一个很好的人，也不可能没有业力。因为你不修炼，所以你体会不到。如果你只为祛病健身，就没有魔去管你，一旦你往高层次上修炼，它就要管你了。它可以用各种方法来打扰你，目的是不让你往高层次上修炼，让你修炼不成。魔的出现方式有多种，有的是以我们日常生活中的现象出现；有的是以另外空间来的信息形式进行干扰，使的你一坐下来就有某种事来打扰，让你无法入静，没法往高层次上修；有时你一打坐就昏昏欲睡或浮想联翩，无法进入炼功态；有时你一炼功，本来很安静的

的進了礼堂。那时她要说一句，哎呀！我这儿坏了，那儿坏了，你带我上医院吧。那可真就坏了，她没有这么做。老太太跟我说：老师呀，我知道是怎么回事，这是帮我消业呢！消了一个大难，消了一块大业。可想她心性、悟性很好，那么大岁数，车速那么快，挂出去那么远，狠狠的摔在地上，起来了，心很正。

有时候劫难来时，看起来非常大，简直是怎么想怎么没路。也许转了好几天，突然来路了，突然间事情发生了大转变，实际上是我们心性提高了，那东西自然就消了。

要提高思想境界就必须要通过世间各种魔难的考验，在这个过程中你心性真的上去了，稳定了，业也消了，你的魔难也就过去了，功也长了。如果在心性考验机会中，没有守住心性，做了错事，这时你不要灰心，要积极的总结教训，找差距，在“真、善、忍”上下功夫。下一个检验心性的难题可能又要接踵而来。随着功力的提高，考验心性的魔难可能来的更猛烈、更突然。你每过一关功力将上长一点；关过不去功就停滞。小考验小增长；大考验大增长。望每个炼功人要准备吃大苦，要有迎接大困难的决心和毅力。没有付出就得不到

## 四、法轮周天法

功理：此法是使人体能量大面积流动，不是一条脉或几条脉在走，而是从人体的阴面整面循环到阳面，往复不停，远远的超出了一般通脉法，或大、小周天。本功法属法轮功的中层功法。在前三套功法的基础上，通过炼此功法可以很快打开全身气脉（其中包括大周天），由上而下渐渐通遍全身。本功法的最大特点是用“法轮”的旋转来纠正人体的不正确的状态，使人体小宇宙归为初始状态，达到全身气脉畅通无阻。炼到此状态时，在世间法的修炼中已达到很高的层次了，大根器者可進入大法中修炼了。此时，功力和神通会大增。炼时，手随气机而动，动作要缓、慢、圆。

诀：

旋法至虚，心清似玉；  
返本归真，悠悠似起。





图 4-1



图 4-2

预备势——全身放松，松而不懈，双脚与肩同宽，自然站立，两腿稍微弯曲，膝胯两处成滑溜状态；下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双目微闭，面带祥和之意。

### 双手结印、合十。

两手一边解除“合十”状态，一边向小腹部位下落，同时，转两掌心对向身体。手与身体的距离约十厘米，越过小腹向两腿间下伸，沿两腿的内侧下来，同时弯腰下蹲，（如图 4-1）。当两手指尖接近地面时，手从脚尖、脚外侧一直划过到脚后跟外侧（如图 4-2）。

转化为功。炼功人的业力不可能通过打坐和炼功完全消除，还要提高心性与悟性，经受些磨难。重要的是我们做人要善良，我们法轮功善心出的很早，好多人炼功往那儿一坐，无名的流泪，想什么都心酸，看谁都苦，就是生出慈悲心来了，你的天性、真正的自我和宇宙特性“真、善、忍”开始沟通了。当你善心出来的时候，你做事就很善了。从你内心到外在表现，一看就很善良，那时谁也不会欺负你了。那时候有人真的欺负你，你那大慈悲心起作用，你不会还手，它是一种力量，它也促使你不会和常人一样。

当你遇到劫难的时候，那慈悲心会帮助你度过难关，同时我的法身看护着你，保护你的生命，但难必须让你过。例如我在太原办班时有一对老俩口来参加我的班急于过马路，走在马路中间时，来了一辆小汽车，开的飞快，一下子就把老太太挂倒了，挂出去十多米远，摔在马路上。小车跑出去二十多米才停下来。司机跳下车来说一些不好听的话；车里坐着的人也说些不大好听的话。老太太什么也没说，这时想起我讲的话了，站起来之后，老太太说：没事，没事，哪也没坏，她就拉着老头一块儿

部份，剩下的就都是为给你提高心性用的，你自己通过炼功和修炼心性把它抵换掉，偿还掉。今后你们遇到的问题都不是偶然的，请你们要有这个思想准备。让你过些难呀，常人放不下的东西全让你放下。你会遇到许多麻烦事，问题会从家庭、社会方方面面产生出来；或者突然遇到什么灾难了；甚至本来是对方不好，可偏偏责怪、冤枉到你身上了，等等。炼功人是不该得病的，可往往也突然得了一场大病，病的来势又很重，折磨的很难受，到医院检查又查不出病来，但不知何故病又不治而好了，实际上就是你所欠的某种债通过这种形式还了。也许有一天，你爱人无缘无故的跟你闹事，发脾气，微不足道的事情也可能引起大的争执，过后也觉的莫名其妙。作为炼功人你应该清楚为什么会产生那事情，就是那东西来了，要你还那个业。这时你要把握住自己，守住心性把事情化开，珍惜和感谢他帮你消业。

打坐时间长了就要腿痛，有的痛的死去活来。天目层次高的人看到，在很痛的时候，从炼功人身体内外有很大一块黑东西在往下消。打坐的痛是阵痛而且很钻心，有的人有悟性，就是不把腿拿下来，黑的消去就向白的转化，



图 4-3



图 4-4



图 4-5

然后，两手腕微曲，从脚后跟处逐渐顺腿后侧向上提起（如图 4-3），两手一边从背后向上提一边直腰，（如图 4-4）。在整个法轮周天法中，两手不要接触身体任何部位，否则，两手上的能量会收回体内。当两手到达不能上提为止，攥空拳（如图 4-5），再从腋窝处掏过来，两臂在胸前大交叉（哪个臂在上，哪个臂在下，没有特别要求，随个人习惯



图 4—6



图 4—7

自定，男女无分别）（如图 4—6），松开两拳，两掌在肩上（有间隙）。紧接着双掌顺两臂的阳面拉到两手腕处时，变两掌掌心相对，即外手大拇指转向上，内手大拇指转向下，掌间距离约三至四厘米，此时，手与臂成“一”字形状，（如图 4—7）。接着握球拧掌，即外手变内手，内手变外手。然后，两手一边沿着小臂阴面和大臂阴面推进，一边向上举起并

精神弦绷的很紧，生怕做错一点事，我说这不行，这就是一种执著了，怕的本身就是执著。

我们要有一颗慈悲心，对待任何事情抱着一颗慈善的心，就不容易出问题了。对个人利益淡化一点，心地善良一点，你做什么事都会受到它的制约，所以你就不能做出坏事情来。不信你看看，你总是抱着气呼呼的态度，总想争一争，斗一斗，那好事在你面前也会做坏了。我经常看到有些人得理不让人，当他抓住理的时候，他可抓住治人的东西了。同时我们也不能因为一件事情看不惯，就拨弄是非，有时你看不惯的事情不一定是错的。作为炼功人不断提高层次的时候，你说出一句话是带有能量的，你要制约常人的，可不能乱说。特别是当你看不到问题真相的时候，看不到因缘关系的时候，就容易干坏事，就容易造业。

## （二）消业

世间的理和天上的理一样，欠人家的东西是要还的，就是常人欠人家的也得还。人生一世，你所遇到的难、劫都是业力产生的后果，你要还那些东西。我们真正修炼的人，你那人生的道路将会改变，要给你从新安排一种适合你修炼的道路，你那业力由师父给你往下减一

命体存在，当它在形成的时候，已经有一个生命体注入了。有机物质和无机物质是我们地球上人类划分的。庙里的人把碗打了他心里都过不去，因为一旦它被破坏掉的时候，那个生命体要释放出来，它没有完成它的生命里程，就无处可去。所以就非常恨杀它的人，越恨那人的业力越大。有的“气功师”还打猎，他的慈悲心哪儿去了？佛道两家都不违背天理行事。他这样做就是杀生行为。

有人讲他过去造了很多的业，杀鸡、杀鱼、钓鱼等等，是不是不能炼功了？不是的。你那时是在无知时做的，它不会造成更大的业力，今后再不要做这事就是了。再做就是明知故犯，就不行了。有的学员就存在着这种业力。你来参加传授班就有缘份，你就能往上修炼。苍蝇蚊子进屋里打不打？大家现在这层次上做这事，打死了也不算错。轰不出去打死也就打死了。一个东西该死的时候，它自然的就该死了。释迦牟尼在世时，有一次他要洗澡，叫弟子去打扫浴缸。弟子发现浴缸里有虫子，回去问他怎么办？他又说一遍：我要你打扫的是浴缸。弟子领悟了，把浴缸打扫干净了。有些问题你不要把它看的太重，我们不是让你做一个谨小慎微的人。在复杂环境中，时时刻刻



图 4—8



图 4—9



图 4—10

过头部，（如图 4—8）。两手过头后，两手成交叉状态，并继续向大椎处运动（如图 4—9）。两手由交叉分开，指尖向下，与背部的能量接上，再将两手平行的从头上运动过来到胸前，（如图 4—10）。这样为一个周天的循环，共做九次。完成九次后，两手经过胸前往小腹处下落。

叠扣小腹，两手结印。



## 五、神通加持法

功理：“神通加持法”属法轮功的静功修炼法，是用“佛”之手印转“法轮”加持神通（包括功能）与功力的多项同修功法。本法属中层以上功法，原属秘炼之法。为了满足有一定基础者的要求，特将此功法传出，使其传度有缘之士。本功法要求在盘坐中炼，最好用双盘，采用单盘也可以。修炼时气流比较强，体外的能量场比较大。动作是随着师父所下的气机而行，起手时心随意动。加持神通时，意空、潜意识微微在两掌。掌心会有热、重、电麻，似有物等感觉。但不要用意追求，随其自然。盘坐时间要求越长越好，可根据功底而定，时间越长，强度越大，出功越快。炼功时，（什么也不想，没有任何意念）渐渐入静，由似静非定的动功状态渐渐入定。但主意识知道自己在炼功。

诀：

有意无意，印随机起；  
似空非空，动静如意。

时把白色物质甩给了对方，自己身上的那块地方就被黑色物质代替。杀生是最大的做恶，做坏事，会增加很重的业力。业力是导致人得病的重要原因，当然它不一定反映出来是一种病，也可能遇到点麻烦事等等，都是业力在起作用。所以炼功人决不能做不好的事情，一切不好的行为都要产生不好的信息，会严重的影响到你的炼功问题。

有些人主张采植物气，教功时也教怎么采植物气。什么树的气好，什么树的气是什么颜色，讲的津津乐道。在我们东北一个公园里，有些人不知道练的什么功，满地打滚，爬起来就绕松树转，采松树的气，半年时间就把一片松树采的枯黄了，这是造业行为，这也是杀生！无论是从绿化祖国维护生态平衡方面讲还是从高层次上讲，采植物气都是不好的。浩瀚宇宙无边无际，处处有气任你去采，你尽管去采好了，为什么偏偏欺负植物呢？作为炼功人你的慈悲心哪里去了呢？

万物皆有灵。现代科学已认识到植物不仅有生命，而且有灵性、有思维和感情，甚至有超感功能。当你的天目达到法眼通的时候，你会发现世界是另一番景象，你一出门，那个石头、墙、树等都会和你说话。任何物体都有生

的思想行为，他就用它干坏事。有的人在炼功时出现了一些景象，总想看个明白，弄个究竟，这也是执著心。有的人有某种嗜好成了瘾，难以放弃，也是执著心。由于根基不一样，目地不一样，有的人炼功是为达到最高境界；有的人就是为了得到一些东西。后一种思想必然会使炼功的目地出现局限性。这样的执著心不消除，就是炼功也不会长功。所以，炼功人要把一切物质利益都看的很淡很淡，没有任何追求，一切顺其自然，这样就会避免执著心出现，这就要看炼功人的心性如何了。心性不从根本上提高，带有任何执著心都是修不成的。

## 六、业力

### （一）业力的产生

业力是一种与德相反的黑色物质。佛教中管它叫恶业；我们这里叫业力。所以做坏事就称造业。业或者业力是由于本人今世或前世的过错而产生的，比如杀过生，欺负过谁，争夺过谁的利益，背后议论过谁，对谁不友好等等，都会产生业力。还有的业力是祖辈或者亲朋好友转移过来的。当一个人出拳打人时，同



图 5—1



图 5—2

两手结印——盘腿打坐，全身放松，松而不懈，腰直颈正，下颏微收，舌抵上腭，牙齿微微离缝，嘴唇闭上，双眼微闭，心生慈悲，面带祥和之意。两手“结印”置小腹处，渐渐入静（如图 5—1）。



图 5—3



图 5—4

手印之一——（起手时，心随意动，随着师父所下的气机而行，要求缓、慢、圆）两手从“结印”状态中缓缓上举，到达头前方时逐渐向上翻掌，当两手心向上时，手也到达顶点（如图 5—2），接着两手分开，在头顶划弧，向两侧转动，一直转到头侧前方，（如图 5—3）。紧接着，两手缓缓下落，两肘尽量内靠，两手掌心朝上，指尖朝前，（如图 5—4）。然后，两手腕一边伸直，一边在胸前交叉通过。

种表现等等。作为炼功人，不管你求啥都是不对的，这个东西要去掉。道家讲无，佛家讲空，入空门，我们最终要达到空无，要去掉一切执著心，把你所放不下的东西都得放下。比如，对功能的追求，你求就是要用，实际上它和我们宇宙特性相反了，实际上还是个心性問題。想得嘛，就想要在人前卖弄一下，或显示显示。那东西不是显示给别人看的。若你用的目地很纯，就是要干好事，那好事你做起来也不一定是好事，常人的事你用超常的办法去管就不一定是好事。有的人听我在传授班上讲有百分之七十的人天目都开了，于是就琢磨：我怎么没感觉呢？回去炼功时注意力就集中在天目上，想的头痛，结果还是什么也看不见，这就是执著心。每个人身体素质不同，根基也不一样，天目不可能同时看到，也不可能都有同样的层次。有人能看到了，有人没看到，都是正常的。

执著心能够使炼功人的功力出现停滞、徘徊的状况，严重的还可以导致炼功人走向邪路。特别是有些功能，心性不好是可以用来干坏事的。由于心性不牢靠用功能干坏事的例子也是有的。某地一个男大学生出了一种思维控制功能，这个功能可以用他的思维去支配别人

东西，有一个过去是个和尚，因为有嫉妒心没有修上去，虽有一定功力，但未修成。当他们来到打坐人这里时，一个说：这是某某在这儿修炼，我们绕道而行吧！另一个则说：想当年我一掌劈掉泰山一个角。接着就向炼功人劈一掌。但是，举起手来就放不下了。因为炼功人是正法修炼，有防护罩，他劈不动。他想伤害正法修炼的人，问题就严重了，遭到了惩罚。有嫉妒心的人既害己又害人。

## 五、去掉执著心

执著心是指炼功人对某事物、某一目标坚持不放，有过份的追求，不能超脱，甚至非常固执，不听劝告。有的人追求在世间得到一些功能，这必然会影响往高层次上修炼，这个心理越强烈，越不容易放弃，心理就越不平衡不稳定，到后来就会以为自己什么都没有得到，甚至对所学的东西持怀疑态度了。执著心产生于人的欲望，其特点是目标或者目地带有明显的局限性，比较明确、具体，其本人还往往认识不到。常人的执著心是很多的，他为了追求一个东西并达到目地，他可以不择手段的弄到手。作为炼功人的执著心则是另一番表现。比如追求某种功能，沉迷于某种景象，热衷于某



图 5—5



图 5—6

男左手在外行，女右手在外行（如图 5—5），在两手交叉通过成“一”字形时，在外之手，手腕向外侧转，一边翻掌心向上，划大半个圆弧，变成掌心朝上，指尖朝后，手有一定力度；在内之手交叉通过后，手心逐渐转向下方，直至伸直，手、臂并转成掌心朝外，手、臂在身体的正斜下方与身体成三十度夹角，（如图 5—6）。





图 5—7



图 5—8

手印之二——接（图 5—6）势做，左手（在上之手）从里走，右手一边转掌心朝内一边上行，动作只是手印一的左右交换，手位相反（如图 5—7）。

手印之三——男右手（女左手）手腕一边伸直，掌心对向身体，通过在胸前交叉后，手心转向下，直到前斜下方小腿处，臂要伸直；男左手（女右手）转掌心朝内，一边上行，通过交叉后，一边翻掌，一边向左（女右）肩前方运动，手到位后，手心向上，指尖朝前（如图 5—8）。

的呀，有什么可显的！反应就截然不同，有一种嫉妒心理。

有嫉妒心的人看不起别人，不允许别人超过自己，看到别人比他强他心里就失去平衡，受不了，不服气。长工资一起长，拿奖金要一样多，天塌大家一起顶。看别人多挣了钱他就得红眼病，反正超过他简直就不行。有人搞出科研成果不敢去领奖金，怕别人嫉妒；有人评上什么荣誉称号也不敢吱声，怕嫉妒讽刺。看到其他气功师讲课就不服气，去搅场，这就是心性问题的。大家同在一块儿炼功，有的人炼功时间短，但出了功能。于是，有人就说：他有什么了不起的，我炼了多少年了，结业证就一大摞，我还没出功能他怎么能出呢？嫉妒心就上来了。炼功是向内找，自己多修炼自己，从自己身上找原因。自己哪方面做的不足，自己得争取提高，向内使劲。人都向外使劲，别人都修好了，都上去了，就你没上去，你不是白搭吗？修炼得自己修嘛！

嫉妒心还会伤害同道人，比如说些不好听的话使人的心无法入静；当他有了一定功能，出于嫉妒可能用功能伤害同道人。例如有一个修炼很不错的人在打坐炼功，因为他身上有功，坐在那里象一座山一样。这时飘过来两个

了。因为你那目标太长远了，太远大了，你将要和宇宙同龄。你再想想那东西，可有可无的，你往大了想想，那些东西都能过的去。

#### 四、去掉嫉妒心

嫉妒心是炼功的极大障碍，对炼功人的影响非常大，会直接影响炼功人的功力，会伤害同道人，严重的干扰我们往上修炼。作为炼功人是百分之百的要去掉的。有人炼功到了一定的层次，可是嫉妒心就是去不掉，而且越是去不掉就越容易增强。这种反作用使的他已经提高的其它心性也变的非常脆弱。嫉妒心为什么单拿出来讲？因为嫉妒心在中国人中体现最强烈，最突出，在人们心目中比重最大，但好多人意识不到。嫉妒心是东方特有的，叫东方嫉妒或叫亚洲嫉妒。中国人很内向，很含蓄，不轻易表露出来，这就容易产生嫉妒心。事物都是一分为二的，内向性格有好的一面，也有不好的一面。西方人比较外向，你比如说，小孩要是在学校得了一百分，他会高高兴兴的一边往家里跑一边喊：“我得了一百分啦，……”邻居们都会打开门、打开窗户向他祝贺：“汤姆，祝贺你！”替他高兴。要是在中国你想想，一听就反感：得一百分有什么可“腻瑟”



图 5—9



图 5—10

手印之四——与手印三交换手势而已，男左手（女右手）在内行，男右手（女左手）在外行，动作只是左右换手，手位相反（如图 5—9）。前四个手印，动作是连贯的，没有停顿。

加持球状神通——接“手印之四”做。上手在内行，下手在外行，男右手逐渐转掌，手心向胸部下来。男左手（女右手）上提，当两小臂到达胸前成“一”字形时（如图 5—10）。两手一边向两边拉开，（如图 5—11）一边转手心向下，当两手到达膝外侧上方时，手的高度与腰平齐，小臂与手腕是平的，两臂放松（如图 5—12）。此式是把体内的神通打在手上来加持，



图 5—11



图 5—12

是呈球状的神通。加持神通时，掌心会有热、重、电麻、似有物等感觉，但不要用意追求，随其自然。此式做的时间越长越好，直到不能坚持为止。

的韩信，曾经胯下受辱，就是大忍。古代有句话叫：“匹夫见辱，拔剑而起”。一个常人当他受到污辱时，他会拔剑而起，他会张口骂人，出拳打人。人来一世不容易，有的人就为一口气活着，太不值得，也太累。中国有句话叫作：“后退一步，海阔天空。”当你遇到麻烦事后退一步的时候，你会发现是另一番景象。

作为炼功人，对于和你发生矛盾的人，对于当面羞辱你的人，你不但要忍，要高姿态，而且要感谢他。如果没有他和你发生矛盾，你怎么能够提高心性，怎么会在遭受痛苦时把黑色物质转化为白色物质，怎么长功？人在劫难之中是很难过的，但这时一定要克制住，因为随着功力增长的时候，那劫难是不断增加的，就看你心性能不能提高上去。开始时也许惹你生气，气的你够呛，憋的你很难受，气的你肝痛、胃痛的，可是你没有发作，你忍了，这就好，你开始忍了，一种有意的去忍了。你会慢慢不断的提高心性，你会真正把那事情看淡，那时就是更大的提高。常人把一些摩擦、一点事情看的很大，活着就为一口气，不能忍，逼急了什么事都敢干。但是作为炼功人，别人看的很大的东西，你看的就很小、很小，太小



也相应的长了那么高。你能做到一点点，你就能得到一点点；你付出多少，你就能得到多少。人在难中往往不一定悟的出来，但我们要悟，不能混同于常人，产生矛盾时要高姿态。我们在常人中修炼，魔炼心性也得在常人中魔炼，得摔几个跟头，从中得到教训。要想什么麻烦也别遇到，就能舒舒服服的长功，那是不可能的。

### 三、“真、善、忍”同修

我们这个法门是“真、善、忍”同修。

“真”，就是说真话，做真事，返本归真，最后做真人。“善”，就是生出慈悲心，行善度人。尤其强调能忍，只有忍，才能修出大德之士来。忍，它是个很强的东西，是超过了真和善的。整个修炼过程都得叫你去忍，守住心性，不可妄为。

遇事能忍不容易。有人说：打不还手，骂不还口，甚至在亲朋好友之中很丢面子的情况下都忍下去，这不成“阿Q”了吗？！我说你方方面面表现都很正常，智力一点不比别人低下，唯独在个人利益方面看的很淡，谁也不会说你傻。能忍不是懦弱，不是“阿Q”，是意志坚强的表现，是有涵养的表现。中国历史上



图 5—13



图 5—14

加持柱状神通——接上式。右（女左）手一边转手心向上，一边向小腹处运动，手到位后，手心向上在小腹部位；在右手动作的同时，左（女右）手一边抬起，一边向下颏处运动，手心仍向下，手的高度与下颏平齐，小臂与手是平的。此时，两手掌心相对，定式（如图 5—13），这是加持柱状神通，如掌手雷之类。做到自己觉的不能坚持为止。然后，上手从前方划一半圆形，落于小腹处；同时，下手上提，并翻手心向下，抬到下颏处，（如图 5—14）。臂与肩平，两手掌心相对。这也是加持柱状神通，只是手势相反。做的时间到臂累的不能坚持为准。



图 5—15



图 5—16

静功修炼——接上式，然后，上手从前方划一半圆形落于小腹处，两手成结印状态（如图 5—15），进入静功修炼。入定，时间越长越好。

收势——双手“合十”（如图 5—16），出定，解除盘坐状态。

是天理所在。还有人总欺负人、恶语伤人，等等，随着这些行为的发生，他就把相应的一份德抛给了对方，以德交换了对人家的欺辱。

有些人认为，做好人吃亏。在常人看来他是吃亏了，而他却得到了常人无法得到的东西，那就是“德”——白色物质，它是极其珍贵的东西。没有德就没有功，那是绝对的真理。好多人为什么炼功不长功？就是没有把德修上去。好些人都在讲德，都在要求德，而没有把德真正转化为功的道理给讲出来，靠个人去悟。大藏经写了上万卷，释迦牟尼在世时讲了四十多年的法，都是讲一个德；中国古代修道的书都是谈的一个德；老子写那五千言《道德经》也讲的是一个德，可是有人就是不悟。

我们讲失，有得就有失，你真正想修炼了，就会遇到一些魔难。体现在生活中，一是身体上遭点罪，这不舒服那不舒服，但不是病。再则就是表现在社会、家庭、单位都可能出现，突然为利益发生矛盾，感情之间出现摩擦，目的是让你提高心性。这些事往往来的很突然，看上去非常猛烈。如果你遇到了一件很麻烦的事，搞的你很狼狈，很丢脸，面子上很过不去，那时你怎样对待？你很坦然，能做到这一点，你那心性在这一难中就提高，你那功

这边不值钱，到了那边就最值钱。这里说出一个常人说不出的哲理。不少修成的大德高人，他们都是一无所有，对于他们，没有个人不能放弃的东西。

炼功这条道路是最对的，炼功人才是最聪明的。常人要争的那东西，要得的那一点好处是一时的，即使争来了，拣来了，或者得到了一点好处又能怎样？常人有句话：生带不来，死带不去；来时一身光，走时一身光，连骨头都要烧成灰。不管你腰缠万贯、高官显赫，你什么也带不去，但功可以带走，因为它就长在你主意识身上。我告诉你，功是来之不易的，它太珍贵太难得了，是千金不换的。当你的功很高的时候，如果有一天你说不愿意炼功了，只要你不做坏事，那时你的功会转化为你所要的一切物质东西，都可以得到。但是，除世间你所得到的以外，修炼人得到的东西你不会再有了。

有些人为了某种个人利益，把本来不属于自己的东西，通过不正当手段得来，他以为占了便宜，事实上他所得来的利益是用德和人家交换来的，只是他不知道而已。对于炼功人要从功上减；对于不炼功的人要从寿命上减，或从其它方面减。总之，这笔账总是要算的，这

## 修炼法轮功的一些基本要求和注意事项

一、法轮功的五套功法，可以依次炼，也可以任意选炼。但是，一般要求先炼第一套，而且炼上三遍为宜。当然，不炼第一套也可先炼其他各套。每一套都可单独炼。

二、动作要准确，节奏要清楚，手和臂要圆滑，上下、前后、左右，都要“缓、慢、圆”的随气机而行。不要过快，也不要过慢。

三、在炼功中必须以主意识控制自己。法轮功是修炼主意识的，不要有意的去追求晃动，如有晃动就要控制住，必要时，可以睁开眼睛。

四、全身放松。特别是膝胯要放松，站的太直，气脉是不通畅的。

五、炼功中，动作要轻松自然，舒展大方，柔中有刚，连贯自如，既有一定力度，又不死板僵硬。这样做动作，功效明显。

六、每当炼功结束时，“只收势，不收功”，只做“结印”动作即可，结印毕，收势完。不要用意念去收功，因为法轮是不能停转的。

七、久病体弱者，可根据实际情况少炼，或者任选一套修炼。不能炼动功可以打坐。炼功一般不宜间断。

八、炼功的场地、时间和方向没有特别要求，但要求场地要清洁、环境要安静。

九、炼此功不带意念，不会出偏。但不要掺和着别的功法，如果炼功时加进其它功法，法轮是会变形的。

十、炼功时实在静不下来，可以念师父的名字，久而久之自然就静下来了。

十一、炼功时会遇到一些魔难，魔难是还“业”的一种方式。每个人都有“业”，身体出现不舒服时，不要认为是有病。为了消

作为常人想出点名，得点利，想生活过的好一点，舒服一点，钱多一点，这是常人的目标。而我们炼功人就不一样了，我们得的是功，就不是这些东西。我们要把个人利益失一失，看的淡一点，但又不是让你真的失去什么东西。我们是在常人社会中修炼，还得保持和常人一样，关键是你要把那颗心放下，不是要你真的失去什么东西。是你的东西不会丢，不是你的东西也弄不来，弄来了也得还给人家，有所得必有所失。当然，一下子都做的很高也不可能，一夜之间就成为觉者也是做不到的。但是，一点点的修，一步步的提高是可以办的到的，你能失去多少就会得到多少。在利益关系上你总是看的淡淡的，宁可少得而安逸。在物质上你可能吃亏，而在德上你会多得，在功上你会多得，这是道理所在，而不是要你有意去以名誉利禄做交换，这要用悟性去进一步体会。

有位修大道的人曾说，别人想要的东西我不想要，别人有的东西我没有；但我有的东西别人没有，别人不要的东西我要。作为一个常人很难有满足的时候，什么都想要，唯独地下的石头他不拣。而这位修道的人说那我就拣这石头。俗话说物以稀为贵，以少为奇，石头在

为什么？你应该怎么办？世间的一切是是非非，无时不在检测着你的心性。在面对无名的屈辱中，在你的切身利益受到损害时，在金钱面前，在女色面前，在权力的角斗中，在勾心斗角的嫉恨中，在种种的社会纠纷、家庭矛盾和有形无形的痛苦里，你都能时时的用严格的心性要求来把握自己吗？当然，如果你什么都能做到，你已经就是觉者了。炼功人大都毕竟是从常人开始的，心性的修炼也是一点一点提高的。有志于修炼者要有吃大苦和应付大困难的决心，最终会得正果的。望广大修炼者，严守心性，早日提高功力！

## 二、失与得

在气功界、宗教界都讲失与得。有些人认为失就是施舍，做点好事，谁困难了帮一把；得就是得功了。庙里的和尚也这么说，要施舍。这就把失看的太狭隘了。而我们所说的失是广义的，是个很大的东西。我们要求失去的是常人的那颗心，是那颗执著不放的心，要能够失去你认为重要的东西，能够失去你认为不能抛弃的东西，这是真失。帮助人做点好事，表示些慈悲之心，这仅仅是失的一部份。

“业”，给修炼扫清道路，魔难来的要快、要提前。

十二、打坐时盘不上腿，可以先坐在椅子边上炼功，也能收到同样的效果。但是，作为炼功人，必须要能盘腿，时间久了慢慢的总会盘的上的。

十三、在炼静功中，如看到图象，或者一些景象，不要去理睬它，仍炼自己的功。如有惊吓现象干扰时，或者受到什么威胁时，要立即想到：我有法轮功老师保护，什么都不怕；或者喊李老师的名字，继续炼功。

## 第五章 答疑

### 一、法轮和法轮功

弟子：法轮是由什么构成的？

师：法轮是一种高能量物质构成的灵体，自己会转化功，不存在我们这个空间。

弟子：法轮是啥样的？

师：法轮的颜色只能说是金黄色的，咱们这个空间还没有这种颜色。圈的底是非常鲜艳的大红色；外圈底是橙黄的；有两位红黑太极是道家的；有两位红蓝太极是先天大道的，这是两种不同的东西。“卍”字符是金黄色的。天目层次低的人看到的就象电扇那样转，若能看清楚是相当好看的，会使炼功人的修炼更加勇猛精進。

弟子：法轮初期在什么位置？以后在什么位置？

师：我真正给大家的法轮只有一个，在小腹部位上，也就是我们说炼丹守丹部位，他的

“得”就是要得到同宇宙特性的同化。构成宇宙所特有的性质是“真、善、忍”，一个炼功人与宇宙特性的同化就体现在个人的“德”上。“弃”就是要放弃那些贪、利、色、欲、杀、打、盗、抢、奸诈、妒嫉等等不良的思想和行为。如果往高层次上修炼，还要放弃人所有固有的对欲望的追求，也就是要放弃一切执著之心，就是要把个人的一切名、利看的很轻、很淡。

人由肉体和秉性构成了完整的人。宇宙也一样，除了物质性以外，还同时存在着“真、善、忍”的特性。每个空气微粒中都有这种特性存在。体现在常人社会中，做好事得到洪扬，做坏事得到惩罚。在高层次就体现出功能态来。适应这种特性的就是好人，背离他的就是坏人，符合于他、同化于他的就是得道者。这样就要求炼功人必须有极高的心性来同化于这个特性，这才能往高层次上修炼。

做一个好人容易些，然而要修炼心性就不那么容易了。修炼者要有精神准备，欲正其心，先诚其意。人们生活在世界上，社会是复杂的，你要行善，可也有人不叫你行善；你不侵害别人，可别人会由种种原因来伤害你。在这里有些是出于非自然原因的，你能不能悟到

## 第三章 修炼心性

法轮功修炼者都必须把心性修炼放在首位，认定心性是关键，这是炼功到高层次的理。严格的说，决定层次的功力不是炼出来的，而是靠心性修出来的。提高心性说起来容易，做起来很难很难的。修炼者要有极大的付出，要提高悟性，要能吃苦中之苦，要能忍难忍之事，等等。为什么有些人炼功多年而不长功？其根本原因：一是不讲心性；二是不得高层次正法。这个问题必须点破。很多师父教功都讲心性，这是真教功；那些只教动作、手法而不讲心性的，实际上等于教邪法。因此，炼功人必须在提高心性上下一番大功夫，才能进入更高层次的修炼。

### 一、心性的内涵

法轮功所讲的心性，不是“德”所能容贯得了的，它比“德”包括的范围要宽广的多，它包括“德”在内的方方面面的内容。一个人的心性在“德”上仅仅是一种体现，单纯的用“德”来理解心性的内涵是不够的。心性包括如何对待“得”与“弃”两个方面的问题。

位置是不变的。有人能看到许许多多的法轮在转，那是我的法身在给你调整身体时外用的。

弟子：炼功，能炼出法轮来吗？能炼出多少？这和老师给的有什么不同？

师：炼功能炼出法轮来，当你功力不断加深时，法轮就会越来越多，法轮都是一样的，只是在小腹部的法轮不到处动，那是根。

弟子：怎样体察法轮的存在和旋转？

师：不用去体验，有的人很敏感，他会感到法轮在转。在法轮刚下上初期，你可能会感到体内有些不适应，腹痛，有东西在动，有热的感觉等等。等顺应过来以后，就没有感觉了。但是有功能的人能看到，就象胃一样，你不会感到胃在动。

弟子：法轮图上的法轮旋转方向和学员证（指北京第一、二期）上的不一样，听课用的学员证上法轮是逆时针转的，为什么？

师：目地就是给大家一点好东西，他向外发放能量是给大家调整身体，所以不是顺时针转的，你们能看到他是转的。



弟子：老师给每个学员下法轮的时机？

师：我们在这里和大家说一下，我们有些学员炼过很多功法，难就难在要把他身上乱七八糟的东西都处理掉，好的留下，坏的去掉，多了一道手续。此后，就可以把法轮下上。根据他炼功层次高低，下的法轮大小不同。有些人没炼过功，通过调整，根基也不错，在我这个班上病去掉了，走出了炼气的层次，进入奶白体状态，也可以下上法轮。好些人身体相当差，一直在调整，没有调整好怎么下法轮？这只是少部份人下不上，不要紧，我已经把形成法轮的气机下上了。

弟子：法轮是如何带上的？

师：这不是带上的。我把法轮打出去下在你们小腹部位，可不是在我们这个物质空间，在另外的空间，要是这个空间，你的小腹部位有肠子，有肠子那一转还了得吗？他是在另一个物质空间，和你这边没有冲突。

弟子：下期传授班是否继续给法轮？

师：你就得一个。有人感到有许多法轮在转，那是外用的，用来调整你的身体。我们这个功最大的特点是在发放能量时打出去一串串

实际上就是他的真身修成了。另外，还会修出许多法身来。总之，宇宙中能出的功能法轮功里都有；其它功法里能出的功能法轮功里也都有。

### （三）出世间法修炼

炼功人通过炼功使脉加宽，不断的加宽，使脉连成一片，也就是炼到没有脉、没有穴；反过来讲，周身都是脉、都是穴。这还不能说明你已经得道了，它也只是法轮功修炼过程中的一种体现，一个层次的体现。到了这一步的时候，在世间法修炼中已经走到尽头了，那个功出的已经很厉害了，都是有形状的，功柱也很高了，而且头上出现三朵花。这时，他只是在世间法中走完了最后一步。

再往前迈一步的时候，就什么都没有了，把功全部卸进身体里最深的空间里了，他就变成净白体状态了，这个人身体是透明的了。再走一步，进入出世间法修炼，也叫佛体修炼。再出的功属于神通之类的。那个时候，他的威力无穷，非常大，到更高境界的时候要修成大觉者了。这就看你如何修炼心性，修炼到哪一层，果位就到哪一层。大志者得正法，成正果，是为圆满。

## （二）功的表现形式

法轮功学员的身体经过调理就已经达到一种适合于大法修炼状态，这就是“奶白体”状态。只有调整到这个状态才能出功。天目层次高的人会看到，功就出在炼功人的表皮上，然后卸进炼功人的身体里；然后再出、再进，这样反复进行，一个层次一个层次的走，有时候走的很快。这是第一遍功。第一遍功出过后，炼功人的身体不是一般的身体了，达到奶白体后，从此再不会得病。以后出现的这儿痛、那儿痛，或者某个部位难受，象有病的样子，但这不是病，是业力在起作用。等出第二遍功的时候，那个灵体就很大了，他会动、会说话。有时出的稀稀拉拉的，有时出的很密，他们相互之间还会说话。这个灵体里面就储存着大量的能量，它是用来改变本体的。

法轮功修炼到很高的成度，有时出现婴孩，满身都是，他们很淘气，贪玩，很善良。还能够炼出另一种身体，那就是元婴。他坐在莲花台上，非常漂亮。炼功出的元婴就是由人体的阴阳合和而成，男女修炼者都可以炼出元婴。元婴开始时很小，逐渐长大，最后长的和炼功人一般大，长的一模一样，就在他的身体里。有特异功能的人看他，说他有两个身体，

法轮，所以你没有炼功就有许许多多的法轮在你身上转来转去，调整你的身体。真正给你的法轮是在小腹部位那个。

弟子：不炼功是否意味着法轮会消失？法轮能存在多久？

师：你只要把自己看作是个炼功人，按我讲的心性要求去做，在你没炼功时，他不但不会消失，反而还会加强，你的功力还会长。可是相反，你炼功比谁都勤，但没按着我要求的心性去做，恐怕炼也白炼，虽然炼功，也不起作用。不管你炼哪种功法，没按要求去做，很可能炼的是邪法。如果你头脑中尽想不好的事，谁怎么那么坏呀？等我出了功能非治他一下不可。就是学法轮功，在炼功中加进这些东西，没照我说的心性要求，不也是在练邪法吗？

弟子：老师常说“法轮就是花一亿元钱也得不到”是什么意思？

师：就是说，他太珍贵了。我给你的东西不仅是法轮，还有保证你炼功的一些东西都是珍贵的，都是千金不换的。

弟子：来迟了能不能得到法轮？

师：只要你是最后三天之前来的，都能得到调整，同时下上法轮和其它东西。最后三天来的就不好说了，但也会得到调整，下东西是很难的，也许你条件不错就下上了。

弟子：用法轮来纠正人体不正确状态是一种方法吗？

师：不全用法轮来纠正，老师会用许多方法纠正的。

弟子：创立法轮功的史前背景如何？

师：我想这个问题太大了，太高了，超出了我们这个层次应该知道的范围，在这里不能讲。但有一点，大家要知道，这不是佛教气功，这是佛家气功，他不是佛教。但我们和佛教有一个共同的目标，只是修的法门不同，走的路不同，目标是一致的。

弟子：法轮功历史有多长？

师：我炼的功法和传出来的这套东西不完全一样。我炼的法轮威力要比传出来的更大，长功也比现在的这套功快。虽然如此，我现在传出来的这套功法长功也已经很快了，所以对

另一个来自高层次高灵的指挥、指点。有高灵指点的时候，思路开阔，能够做出别开生面的事情。整个社会和宇宙发展都有它特定的规律，一切都不是偶然的。

## 六、法轮功的修炼层次

### （一）高层次修炼

法轮功是站在很高的层次上修炼，所以出功特别快。大道至简至易。从宏观上看法轮功动作很少，但它控制着身体的各个方面，控制着要出的很多东西。只要心性跟的上，功就腾腾的往上长，不需要人为的费多大劲，采用什么办法，或者安鼎设炉、采药炼丹，添多少火，采多少药了。靠意念引导很复杂，很容易出偏。我们这里给大家提供最方便法门，最好一个法门，也是最难的一个法门。炼功人身体达到奶白体状态，在别的功法中要炼十几年、几十年或者更长的时间，而我们一下子就给你带来这一步。当你还没体会到时，这个层次就过去了，也可能只有几个小时。有那么一天，你感觉到很灵敏，过一会儿又不灵敏了，实际上就是一个大层次过去了。

一种特定的思维方式，高层次大气功师的法身就由主体思维控制和指挥。法身也有他自己的思维，有他独立处理问题和办事的能力，他完全是一个独立的自我。同时，法身能知道气功师的主体思维，按照主体思维去做事情。比如气功师想给一个人治病，他就去了；没有这个意念发出的时候，他是不去的。当他看到很好很好的事情时他会主动去做。有的大师还没有达到开悟的成度，有些事情他还不知道，而他的法身却知道了。

意念还有另外涵义叫作灵感。灵感不是发自内心的主意识。主意识的知识面是很有限的，要想搞出社会上没有的东西，只靠主意识不行。灵感来自副意识。有的人搞创作、搞科研，绞尽脑汁儿也搞不出来时，先放下休息，到外边转一圈。突然间，无意之中灵感来了，马上奋笔疾书，创造出东西来了。这是因为主意识很强时，控制着大脑，憋不出来。当主意识一放松时，副意识起作用了，它主宰大脑。副意识是另一个空间的，不受这个空间束缚，可以创造出新东西。但副意识也不能超越、干扰常人社会的状态，影响社会发展的进程。

灵感来自两个方面，一个是副意识提供的，副意识不被世间所迷，他可以产生灵感。

炼功者的心性要求就更高更严。我传出来的东西是经过整理后拿出来的，要求不那么高，但比一般功要高，他和原来的东西不一样，所以说我是创始人。至于问法轮功历史多长，没拿出来传也不算，我是去年（一九九二年）五月开始在东北传功的，你就说他是从去年五月开始的吧。

弟子：我们听讲，老师给我们什么？

师：法轮给大家了。有修炼的法轮，还有调整身体的法轮，同时还有我的法身在管你，每人都有，只要你是炼法轮功的。你不炼功法身自然不管你，让他去他也不去。你在想什么，我的法身知道的清清楚楚，明明白白。

弟子：法轮功能不能使我本身修成正果？

师：大法无边。就是修到如来的层次，也不是顶头。我们是正法，你修去吧！得到的都是正果。

## 二、功理与功法

弟子：有人做完“大周天”回去，做梦在天上飘，看的很清楚，这是怎么回事？

师：我告诉大家，你在打坐时或做梦时出现这种情况，不是梦，是元神离体了，这和梦截然不同。做梦不会看的那么清楚，那么具体。元神离体，你见到些什么，甚至怎样飘起来的，你会看的很实，记的很清楚。

弟子：法轮变形后会有什么不良后果？

师：说明他走偏了，法轮就会失效，而且还会给你在修炼中带来许许多多麻烦事，就好象这条大道你不走，走到叉道上去迷了路，找不到路，会遇麻烦事。这些事会反映在常人生活状态中。

弟子：一个人炼功，家里环境怎么处理？家里能有法轮吗？

师：在座的，已经有好多人看到家里有法轮存在了，家里人也已经开始受益。我们讲过，同时同地有很多空间存在，你家里也不例外，需要处理。处理的方法，一般是处理掉不好的东西，然后再下个罩，什么不好的东西也进不去了。

弟子：炼功中气冲病灶，感到痛肿是怎么回事？

## 五、意念

法轮功修炼不带意念。意念本身什么都做不了，但是他可以发出指令。真正起作用的是功能，它带有灵体思维能力，接受大脑信息指挥。但好多人特别是在气功界说法很多，认为意念能做很多事情。有人讲意念开功能，意念开天目，意念治病，意念搬运等，这是一种错误的认识。在低层次，在常人中意念指挥着感官和四肢。在高层次，在炼功人中意念可以升华，指挥功能做事情，也就是功能受意念所支配。这是我们对意念的看法。有时看到气功师给人治病，没动手病人就说好了，以为是意念治好的，实际上是他打出一种功能，指挥功能去治病或干什么事情，因为功能在另外空间走，常人眼睛看不见，不知道的以为是意念做的。有的人以为可以用意念治病，把人都领偏了，这个看法必须澄清。

人的思维是一种信息，是一种能量，是物质存在的一种形式。人在想问题思维的时候，大脑里产生一种频率。有时念咒语很有效，为什么呢？因为宇宙也有它的振动频率，当你所念的咒语和宇宙的频率发生共振时就可以产生效应。当然必须是良性的信息才可能起作用，因为宇宙中是不允许邪的东西存在。意念也是

### （三）通脉

通脉的目的地是使能量运转，改变细胞分子成份，向高能量物质转化。不炼功的人脉是淤塞甚至很细，炼功人的脉会渐渐亮起来，不通的地方会通。炼功有素的人的脉会加宽，到高层次修炼脉会更宽，有的人脉象手指头一样宽。但通脉本身代表不了修到什么成度，功有多高。通过炼功使脉加亮加宽，最后百脉连成一片，到那时这个人没有脉也没有穴，反过来讲，周身都是脉也都是穴。这时它还不能够说明这个人已经得道了，它也只是法轮功修炼过程中的一种体现，一个层次的体现。到了这一步的时候，在世间法修炼中已经走到尽头了，同时在外观上带来一个很明显的状态：三花聚顶。那个功出的已经很厉害了，都是有形状的，功柱也很高了，而且头上出现三朵花，一朵象莲花，一朵象菊花。三朵花会自转，自转的同时会轮番的转。每一朵花上有一根柱子，通天的柱子，非常的高。这三根柱子也随着那花轮番的在转，也在自转，他自己感到头很沉。这时，他只是在世间法修炼中走完了最后一步。

师：病是一种黑色的能量团。在传授班初期把它打散后，会感到病灶部位发胀，然而它已经失去根了，在向外发散，很快就会排出去，病就不存在了。

弟子：原有的病进班几天消掉了，可是过了几天又突然出现了，这是怎么回事？

师：因为这功层次长的非常快，一个层次很短时间就过去了，你都没体察到，实际上病已经好了。后来的症状是我所讲过的“劫难”来了，你细细体察一下，和你原来的病状是不一样的。你去找其他气功师调理，他也动不了，是长功时业力的反应。

弟子：炼功还用不用吃药？

师：这个问题自己悟，炼功吃药就是不相信炼功能治病，信你还吃什么药。可是你不按心性标准要求自己，出了问题你会说李洪志不叫吃药，可是李洪志还叫你严格要求你的心性，你做到了吗？真正修炼大法的人，身上带的都不是常人的东西，常人得的病都不允许在你身上得。你的心如果摆正的话，相信炼功能炼好，把药停了，不去管，不去治，就有人给你治了。大家在这里一天比一天好，一天比一

天舒服，是怎么回事？好多人身上有我的法身不断的进出，忙忙活活的，就是在帮你做这些事。如果自己心里不稳定，一边炼功，一边采取不相信或试试看的态度，那你什么也得不到。你相不相信佛，是由你的悟性、根基所决定的。如果佛显现出来，就在这里可以用肉眼看的清清楚楚，那人们都去学佛，就不存在思想转换问题。你要先相信，然后才能看的到。

弟子：有些人想请老师和老师的弟子看病，可以吗？

师：我出山的目地不是治病。有人就该有病。我讲的话有些人就是不明白，我不做更多的解释。佛家功法是普度众生，给别人看病是可以的。我们给别人看病，是有组织的，带宣传性的。因为我刚出山，知名度低，别人不认识，在传功时可能没人来听，通过咨询让大家看看，实际效果很好，做个宣传，不是专门为治病。用高功专职治病是不允许的，用超世间法代替世间法不行，不是这种状态，有时治病效果不好。为了对炼功的学员负责，就必须把你的身体调整的没有病，才能往高层次上修。如果你总想着你的病，根本就不想炼功，虽然没有说，但你的思维我的法身都了解的一清二

带来一个状态：走路非常轻快，上山象有人推你。大周天通了以后还会带来一种功能：可以使人体内各部位的气互换：心上的气跑到胃上去；胃上的气跑到肠子上去，……随着功力的加强，打到体外来就是搬运功。这种周天也叫子午周天或乾坤周天。它的运转还不能达到演化身体的目地，还得有一种与它对映的周天存在，它叫卯酉周天。卯酉周天的运转是这样的：从会阴或从百会打出来，开始走身体的阴阳两面的交界处，即走身体的侧面。

法轮功的周天运转比一般功法中所讲的奇经八脉运转要大的多，它是整个身体纵横交错气脉都在运行，要求整体上一下子全部通遍通透，全部都运转起来。我们法轮功中都自带这些东西，不需要你人为的去炼，也不用意念去引导，你要这么做了你就走偏了。我在传授班上给你体外下上气机，它自动循环。气机是一种在高层次上炼功所特有的东西，是形成我们自动炼功的一部份，它和法轮一样常转不停，带动着身体里面的气脉运转。你没炼过周天，实际上那气脉已经被带着一起运转了，纵深内外一起运转，我们通过手法是为了加强体外气机。



岁。这都是有据可查的，不是什么天方夜谭。我们法轮功学员通过修炼，脸上的皱纹明显减少，红光满面，身体非常轻松，走路、干活不觉的累，这是普遍现象。我自己修炼几十年，别人都说我的面容同二十年前没大的变化，就是这个原因。我们法轮功带有强烈的修命的东西，法轮功修炼者从年龄上看和常人差异很大，看上去与实际年龄不符，所以，性命双修功法的最大特点是能延缓人的生命、延缓人的衰老，延长人的寿命。

## （二）法轮周天

我们人体是个小宇宙，人体能量围绕身体转一圈，就叫小宇宙循环，也叫周天循环。任、督二脉接起来，从层次上讲，这还是皮毛周天，起不到修命的作用。真正的小周天是从泥丸宫到丹田，在里边循环。通过里边循环会带动身体由里向外扩展，百脉皆通。我们法轮功一上来就要求百脉皆通。

大周天就是奇经八脉的运转，整个身体走一遍。如果大周天通了，会带来一个状态：这个炼功人可以飘起来，丹经上写的“白日飞升”就是这个意思。但是，通常会把你身体的某个部位锁住，使你飘飞不起来，可它会给你

楚的，最终你什么也得不到。我们在班上已经给大家调整身体了，当然你首先必须是炼功的人。如果我中途给大家治病还要再收钱，这样的事我们不干。如果你的病没好，那还是悟性问题。当然也不排除有个别人病很重，可能在你身上反映不明显，但实际上很大很大。一次可能调整不好，但我们已经尽力了，不是对你不负责任，实在是病太大了，你回去炼功还会一直给你治，直到你病好为止，这种情况是少数。

弟子：炼功时怎样才能入静？炼功时想着工作中的难题是否算执著？

师：把利益上的事看淡，平时就保持一颗清静的心。如果你有准备，劫难什么时候来，是什么样的，那就不成其为劫难了。往往都是突然来的，你横下一条心肯定能过去，这样才能看出你的心性有多高。你的执著心去掉了，心性提高了，与人争斗、怨恨等都放的下，思想不乱了，这时候再谈定力。如果还静不下来，你把自己当作第二者，认为思想不是你的，随它翻江倒海怎么想，你跳出来，任凭它去想好了。还有人说念佛号，或是数数，这都是炼功的种种手段。我们炼功不要求意守，但

你要知道自己在炼功。工作中的难题之事，不属于个人利益，不是执著心，是件好事。我认识一个和尚，他懂得修炼这方面的东西。他在庙里作住持，事情很多，但他往那一坐就和它们断开了，保证不想，这也是功。实际真正炼功的时候，脑子里什么都不想，没有一点私心杂念。工作中的事不掺杂个人的东西，你还是能够做好的。

弟子：炼功时思想中有不好的东西怎么办？

师：炼功中有时会出现许多不好的东西，大家刚刚炼功，不可能一下子达到很高的境界，现在也不会要求你很高，叫你思想中一点坏的东西也不去想，这是不现实的。慢慢来，开始的时候可以，但你不要放任自己，等时间长了，你思想升华了，对自己要有高要求，因为你已经修炼大法了，从这个班下去之后已经不是常人了，身上带的东西太特别了，所以你的心性要求就要严格。

弟子：炼功时感到头和小腹在转，觉的胸部难受？

动的，割一刀还是要出血的。根据中国古代的五行学说，由金、木、水、火、土构成万物，人体也是如此。当炼功人发生了本体变化，由高能物质取代了原来的分子成份，这时人体已不是原来的物质构成。所谓“不在五行中”，就是这个道理。

性命双修功法最大的特点是延缓人的生命，延缓衰老。我们法轮功就是具有这样明显的特点。法轮功是走这样一条路：从根本上改变人体分子的成份，用采集的高能物质贮存在每一个细胞中，最后由高能物质代替细胞成份，就不产生新陈代谢了，他走出了五行，成为另外空间的物质构成的身体，不受我们空间时间的制约，这个人就会青春长驻。

历代高僧寿命很长，现在有几百岁的人在大街上走你看不出他，他长的很年轻，穿的和常人一样，你就认不出来。人的寿命不该是现在这么短。从现在科学角度讲，人可以活到二百多岁。据记载，英国有个叫费姆卡思的人活了二百零七岁。日本有个叫满平的人活了二百四十二岁。我国唐朝有个和尚惠昭，活了二百九十岁。福建永泰县县志记载，唐朝僖宗中和元年（公元八八一年）出生的陈俊，死于元朝泰定年间公元一三二四年，活了四百四十三

球人站在地球角度上划分的，所以，你站在哪个方位上炼都是站在全方位上炼。

有人讲子时炼功好、午时炼功好，或什么时间好。我们也不讲这个。因为你没炼功法轮在炼你，法轮时时刻刻在帮你炼功，法炼人。丹道气功是人去炼丹，法轮功是法炼人。你时间多就多炼，时间少就少炼，这都是很随便的。

## 四、性命双修

修炼法轮功是既修性又修命，是通过炼功先改变本体，本体不丢，主意识与肉体合一，达到整体修成。

### （一）改变本体

人的身体是由肉、血和骨骼构成的，有不同的分子结构和成份。通过炼功将身体的分子成份转化为高能量物质，这样，人体的构成已经不是原来的物质成份了，而是发生了本质的变化。但是，修炼者是在常人中修炼，生活在人群之中，不能违反人类社会状态，所以这种变化并不改变他原来的分子结构，分子的排列顺序没有改变，只改变了原来的分子成份。人体的肉还是软的，骨骼还是硬的，血液还是流

师：这是初期时法轮在转，以后就不一定有这种症状了。

弟子：炼功时招小动物怎么办？

师：炼什么功都能招小动物，不要管它就完了。因为在好的能量场里，特别是佛家功，功中存在普度众生的因素。咱们的法轮在顺时针旋转时度己；逆时针旋转时普度众生。然后再循环回来，所以在咱们周围的万物都受益。

弟子：贯通两极法是否手一上一下为一遍？佛展千手法时，手伸出之前是否要想自己很高大？

师：两手各做一次为一遍。做佛展千手法时，你不想自己，也会觉的高大。你只要有这种意念感觉我天地独尊，往那儿一站就可以了，不要老是意念追求，那就是执著的东西。

弟子：炼功打坐，盘不上腿怎么办？

师：盘不上可以坐在椅子边上炼，也会收到同样效果。但你是个炼功人，就必须炼你两条腿，必须得盘上。坐在椅子边上渐渐炼你的腿，终究得盘上。

弟子：如果家里人做的事不好，不符合“真、善、忍”，怎么办？

师：你家里人不是炼法轮功的，这个问题没有关系，主要是修炼自我。你自己去修，不要想的很复杂，还得随和点，多在自身上下功夫。

弟子：日常生活中有时做错事很后悔，但又有反复，是否是心性太低？

师：你能写出来，证明你心性已经提高了，能认识到这一点。常人做错事都认识不到，说明你已经超出常人了。第一次做错了，心性守不住，这有一个过程，下次再遇到问题，再提高。

弟子：四、五十岁的人能否达到“三花聚顶”？

师：因为我们是性命双修功法，不在乎年岁大小，只要你一心去炼，能够按照我说的心性去要求自己，就会出现不断炼功、不断延长生命现象，你的炼功时间不就够了吗？但有一点，特别是性命双修功法，当你生命是延长来的时候，如果心性出问题，马上就会出现生

在往上修，在提高心性，那时你才有主动权，你才能得功。有时你恍惚的时候，那件事情做成了，你也不知怎么做成的，实际就是副意识在起作用，是副意识在指挥。假如你在那里打坐，往对面睁眼一看，对面还有一个我，那就是你的副意识。假如你在那里打坐，你对着北面，可你突然发现：你在北面呢，你想我怎么出来了，这是真正的我出来了，坐着的是你的肉身和副意识。这可以区分的开。

修炼法轮功不能完全忘我，忘我不符法轮功的修炼大法，炼功一定要保持大脑清醒。炼功时主意识强一点，不会出偏，一般的东西它还侵害不了你。主意识很弱，有的东西就上来了。

### （三）炼功不讲方位、时间

许多功法都讲究炼功对着什么方位好，几点钟炼功好。我们这里全不讲。修炼法轮功是按照宇宙特性在炼，按照宇宙演化原理在炼，所以不讲方位、时间。我们炼功等于坐在法轮上炼，是全方位的，老是旋转的，我们的法轮和宇宙是同步的。宇宙在运动，银河系在运动，九大行星围绕太阳在转，地球本身还在自转，哪里是东南西北？我们说的东南西北是地

绝对的入定，在定中演化的时候，是他副意识在那个社会中演化，在演化中得到提高。有一天他的副意识修上去了，他带走了你的功，你的主意识和本体将什么都没有了，你一辈子修炼就前功尽弃了，那是很可惜的。有一些知名的气功师，各种功能很大，名望很高，可是他的功根本就没有长在他自己身上，他还不知道。

我们法轮功是直接针对主意识修炼，要求功实实在在的真正的长在你身上，当然副意识也得一份，它在附属位置跟着提高。我们这个功法就是严格要求心性，让你在常人社会中、在最复杂的条件下去魔炼心性，从中得到提高，出污泥的一朵莲花，所以就允许你修成。法轮功珍贵就珍贵在这里，珍贵就珍贵在你自己得功。但是又非常的难，难就难在你走了一条在最复杂环境中去魔炼的路。

炼功的目地既然要修炼主意识，就要时时用主意识支配自己炼功，主意识说了算，而不能交给副意识。否则有一天，副意识修上去了，功也就被带走了，而作为本体和主意识就什么也没了。你要往高层次上修炼的时候，你的主意识象睡觉一样不知道，你炼的什么功也不知道，这样不行。你一定要清楚你在炼功，

命危险，因为是为了炼功才延长你的生命，所以心性一走偏，马上就会出现生命危险。

弟子：如何掌握“柔中有刚”的力度问题？

师：这个你得自己摸索，比如说，我们打大手印的时候，手看上去很软，可是做起来它实际上是用力的，这个小臂和手腕子、手指之间的力度是很大的。但是看上去又是很软，实际上力度是非常大的，这就是“柔中有刚”。我给大家打手印的时候，这个东西已经给你了，你慢慢在炼功中体察吧。

弟子：男女之间的事是否可有可无，年青人是否要离婚？

师：在色的问题上前面讲过了，在你现有的层次上，没叫你当和尚、尼姑，是你自己要当尼姑、和尚。关键是叫你放下这颗心！把你放不下的心都放下。作为常人这是一种欲望，在我们就得放的下，看的淡。有人就追求这个，脑子钻进去了，作常人都超格了。作为炼功人更不应该。因为你炼功，家里人不炼功，过正常生活在现阶段是允许的，到了高层次以后，你自己就知道该怎么办了。

弟子：打坐时睡觉行不行？怎么处理？有时出现昏迷达三分钟，不知怎么回事？

师：睡觉不行，炼功能睡觉吗？打坐睡觉也是一种魔。你说昏迷这种现象不会出现，是不是没写清楚？三分钟没有意识不算什么，定力很高的人经常出现无意识状态，长时间这样就不行。

弟子：是否有决心修成正果的人都能成正果？根基稍差怎么办？

师：就看你有没有这个决心，关键是这个决心有多大。根基稍差的人，还是看你的决心和悟性。

弟子：感冒发烧能炼功吗？

师：我说你从班上下去之后都没有病，你也许不信，我的徒弟有时象感冒、发烧是怎么回事，那是过关，过难，该提高层次的反映。他们自己都明白，不管它自己就能过去。

弟子：怀孕的妇女能否炼法轮功？

另外空间采集来的高能量物质，不是我们这个空间的东西，就是那个丹。丹道气功想在有生之年达到开悟状态是非常难的，过去很多炼丹道的人提丹，一到泥丸宫丹就提不出来，人就憋死在这儿了。有的想人为的把它炸掉，可是没有办法把它炸开。有的就有这样的，他的爷爷没炼成，百年之后吐给他爹；他爹没炼成，百年之后吐给他。到现在他还是什么也不是，很难！当然，有很多功法也是很好的，要得真传了也不错，就怕他没有传给你那么高级的东西。

## （二）修炼主意识

每个人都有主意识，平时做事情、想问题就是靠主意识。一个人除主意识外，还有一个至几个副意识存在，同时还有家族中祖辈的信息。副意识和主意识叫一样的名字。副意识一般都比主意识能力强、层次高，他不被我们常人社会所迷，他可以看到他特定的空间。好多功法都走了修炼副意识的路，他的肉身、主意识只起载体作用，这种事情炼功人还往往不知道，甚至还得意洋洋。人生活在社会当中，现实的东西让他放弃太难了，尤其是他所执著的东西。所以有许多功法强调在定中过，

有灵性的生命体存在，平时在炼功人的小腹处不断储备能量。法轮是通过旋转自动的从宇宙中采集能量。正因为他的自转不停，从而达到了法炼人的目地，也就是人没有时时在炼功，而法轮在不停的炼人。人们知道，常人白天要工作，晚间要休息，炼功时间很有限。要想达到二十四小时不停的炼功，只有所谓的时刻想着练功是不行的，或者采取什么方法等，都难以达到真正二十四小时都在炼功的目地。然而法轮不断的旋转，从宇宙中向内旋进大量的气（初期能量存在的形式），昼夜不停、时刻不停的把吸进的气在法轮的各个方位中储存转化，把气变成为更高级的物质，最后在修炼者体上转化成“功”，这就是法炼人。法轮功的修炼完全不同于各家、各门派丹道气功的炼功学说。

法轮功修炼的最大特点是修炼法轮，不走丹道。目前传出来的不管是哪一家哪一门派的功法，佛教道教的各个功派，佛家的、道家的、民间的，许多旁门中的修法，都是走丹道的，叫丹道气功。和尚、尼姑、老道的修炼都是走了丹道这个路子。百年之后火化的时候，会炼出舍利子。现在科学仪器测不出它是用什么物质构成的，非常坚硬、好看。实际上它是

师：没有关系，因为法轮下在另一个空间，我们功法没有剧烈运动，对怀孕妇女没有坏的影响，对她身体还是有好处的。

弟子：老师离开我们，有没有空间的距离？

师：好多人都有这种想法：老师你不在北京了，我们怎么办？你炼其它功法也一样，老师也不能天天看着。法，我教给大家了，理，教给大家了，这套功教给大家了，完完整整的一套东西都给你了，就看你自己怎么修了。你不能说在我身边就有保证，不在我身边就无保证。咱们举个例子，说佛教徒，释迦牟尼都不在世两千多年了，他们不是继承下来，一心不二的在炼吗？所以炼不炼是自己的问题。

弟子：炼法轮功会辟谷吗？

师：不会的，因为辟谷这种方法是在佛道没有存在之前就存在的大道修炼，在没有成为宗教之前就有，往往这种方法都属于单修独炼。因为当时没有僧院制度，只能在半山腰上，没有人供食物，修炼时需要闭关，需要半年一年不动，所以采用这种方法。我们今天修炼，不需要这样，因为那是一种特定环境下采



用的方法，并不是什么功能。有人教这个，我说全世界人都不吃饭了，这是破坏了常人的社会状态，那要成问题的，人人都不吃饭了，那是人的社会吗？那不成，不是那样的。

弟子：这五套功法能炼到什么层次？

师：这五套功法已经够你炼到极高极高层次了。当然你要想炼到哪个层次，到那时候你自己知道。因为功无止境，你真正到了那步，就有那个缘份，还能得到更高层次上的大法。

弟子：法炼人，法轮常转是不是可以不炼功了？

师：炼功和寺院修法不一样。其实寺院中心里想着修，实际也是要打坐的，那个功夫是要炼的，不能说光长功什么都不炼，光说头上有功，我说那不是炼功人吧？哪一套功夫都有承传的一套东西，是要把这一套东西炼出来的。

弟子：练其它功的人说：没有意念的功不是功法，对吗？

师：这个说法那个说法多了，可没有人象我这样把大法告诉你。佛家讲有为法不会太

色近乎金黄色，底色是非常鲜艳的大红色。外圈底色是橙黄色。四位太极和四位佛家法轮，他们隔一排一，分布在八个方位上。由红黑颜色组成的太极是道家的；由红蓝颜色组成的太极是先天大道的。四位小法轮也是金黄色的，法轮的底色会变化，赤橙黄绿青蓝紫周期变化，颜色非常漂亮（参看封面图）。中心“卍”字符和太极颜色不变化。这些大小法轮和“卍”字符都在自转。法轮的根生在宇宙，宇宙在转，各个星系在转，所以法轮也在转。对于天目层次低的人，能够看到法轮象风扇一样旋转；对于天目层次高的人，能够看到法轮的全景，那是非常好看、非常鲜艳的，会使炼功人的修炼更加勇猛精進。

### 三、法轮功的修炼特点

#### （一）法炼人

学习法轮功者不但可以快速增长功力与功能，而且可以炼出法轮来。法轮会在很短的时间里形成，一旦形成，其威力很大，他可以保护炼功者不出偏差，而且能保护本人不受心性差的人侵扰。理论上也完全不同于传统的修法。因为法轮形成后，会自转不停，是以一种

法轮功是佛家功，但他完全超出了佛家的范围，炼的是整个宇宙。过去佛家修炼就讲佛家的理，道家修炼就讲道家的理，谁也没有从根本上把宇宙说透。宇宙同人一样，除了物质构成以外，还有它的特性存在，概括起来就是三个字，叫作“真、善、忍”。道家修炼主要悟在“真”上，说真话，办真事，返本归真，最后达到做真人。佛家修炼重点放在“善”上，生出大慈悲心，普度众生。我们这个法门是“真、善、忍”同修，直接从宇宙的根本特性上去修炼，最终达到同宇宙的同化。

法轮功是性命双修功法，在功力和心性上达到一定层次以后，要求在世间就达到开悟（开功）的状态，修成不坏之体。法轮功大体上分为世间法和出世间法等诸多层次，望广大有志者勤于修炼，不断提高心性，达到圆满。

## 二、法轮的形态构成

法轮功的法轮是有灵性的旋转的高能量物质体。法轮是按照整个天体宇宙运行规律在旋转着，在某种意义上说，法轮是宇宙的缩影。

法轮中间是佛家“卐”字符（‘卐’（音万）在梵文中作 Srivatsa，意为‘吉祥之所集’（见《辞海》）），是法轮的核心，其颜

高，有为法不是指动作，他打坐、结印也是动作，所以不在动作大小。有为无为在于你的意念，在追求上，有意念，有追求，就是执著，就是有为，指的是这东西。

弟子：心性和德不相等，你说德的多少决定层次，又说心性多高功多高，两者是否矛盾？

师：你可能没听清楚。心性包括的很广，德是其中一部份；还包括“忍”、吃苦能力、悟性、对待矛盾等等，这一切都属于心性问题的，其中还包括功的演化、德的演化，是一个广义上的东西。德有多少不是说你功有多高，它是说你将来长多少功。德还得通过提高心性魔炼后，它才能转化为功。

弟子：一家几口人练的不是一种功，会不会互相影响？

师：不会的。但是，他们之间会不会互相影响我不知道。作为我们法轮功谁也干扰不了，而且你对他们还有好处，因为我们是正法修炼，不会出偏。

弟子：现在社会上流传很多说法，比如金锁链什么的，怎样对待？

师：我跟大家讲，这东西纯属骗人，你不要给他回信，简直是无聊，你可以不管它。你看他这东西正不正，一看就可以看的出来，我们这法严格要求修心性的。有些气功师我叫他气功商，拿气功作为一种商品，成为换钱的资本，这样的人教功也教不出什么东西来，有那么点东西也不会高，还有的是邪的东西。

弟子：法轮功学员在寺院中皈依了怎么办？该退出吗？

师：它和咱们没什么关系，虽然你已经皈依，那是形式上的东西。

弟子：我们几个从学习以来感到头胀、头晕？

师：这可能是新进来的学员，身体还没有调整好，我打出的能量很大，病气往外发会头胀，头胀是给你去头上的病，是好事，但去的太猛反应就大。我们办七天班时有人就受不了，时间再短可能就要出问题了，打出的能量大，反应非常厉害，头胀的受不了，看来十天班比较稳，后进来的人反应会大些。

差的作用，并且能保护修炼者免受心性差的人侵扰；法轮外用度人，可以给人治病除邪，改变一切不正常状态。法轮在小腹处不停的旋转，正（顺时针）转九圈，反（时针）转九圈。正转时从宇宙猛烈的吸取能量，能量非常大。随着功力的增长旋转的力量越来越大，是人为的捧气灌顶所达不到的；反转时发放能量，普度众生，纠正不正确的状态，在炼功者附近的人都要受益。在我们国家所有传出的这些气功当中，法轮功是唯独头一份能达到法炼人的功法。

法轮是最珍贵的，是千金不换的东西。我的师父在传给我法轮的时候对我说：这个法轮谁也不能传的，千年修道的人都想得到他可他得不到。我们这个法门经过一个相当相当的久远的年代才能传给一个人，和那个几十年传一个还不一样，所以法轮是极其珍贵的。现在，我们虽然把他拿出来演化的没有原来那么大的威力了，可是他也是极其珍贵的。修炼者得到他就等于修成一半了，剩下的只要你提高心性，将来就有一个相当高的层次在等着你。当然，没有缘份的人，将来他自己炼炼就不行了，法轮也就不存在了。

## 第二章 法轮功

法轮功源出于佛家法轮修炼大法，他是一种佛家气功修炼的特殊方法，但有其不同于一般佛家修炼方法的独到之处。本功法过去要求修炼者要有极高心性的大根器之人所学的特殊的强化修炼。为了使更多的炼功人得到提高，同时又满足于广大有志于修炼者的要求，特将本功法整理出一套适合普及的修炼方法传出，即使这样，他也已经大大超出一般功法所学的东西与层次了。

### 一、法轮的作用

法轮功的法轮具有同宇宙一样的特性，他是宇宙的缩影。修炼法轮功者不但可以快速增长功能和功力，而且会在很短的时间里炼出威力无比的法轮来。法轮形成以后，是以一种有灵性的生命体存在，平时在炼功者的小腹处自动旋转不停，不断的从宇宙中采集、演化能量，最后在炼功者本体中转化为功，从而达到法炼人的效果，也就是说，虽然人没有时时在炼功，而法轮在不断的炼人。法轮内用度己，具有强身健体、开智开慧和保护炼功者不出偏

弟子：炼功可不可以抽烟、喝酒？因工作特点需要喝酒怎么办？

师：对这个问题我是这样看的，我们炼佛家功是要戒酒的，时间长了不喝你可能还想，一点点的戒吧。但是时间别太长，太长了会遭到惩罚的！对抽烟，我认为是个意志问题，只要你想戒就能戒掉。常人常想：“我今天戒烟了。”过几天又坚持不了。过两天又想起来了，又戒，就这样，他老也戒不了。常人生活在世间，世间人与人之间往来免不了这些应酬。但是，你要想到你已不是一个常人了，已经开始修炼了。有意志，就可以达到目地的。当然，我的徒弟也还有抽烟的，他自己也能戒，但别人一给他，他又拉不下面子，又想抽，两天不抽还难受，再去抽也难受。自己一定要控制住！有些人是搞交际的，经常要陪客人喝酒，这个问题很难解决。尽量少喝吧，或者你想办法解决！

弟子：当还不能看到法轮转动时，如给顺时针意念，会不会给正在逆时针转的法轮造成影响？

师：法轮是自转的，不用你意念引导。再强调一下，不要用意念，意念也控制不了他。不要以为你意念一控制就使他往反方向转。小腹部位的法轮是不受意念控制的。在体外调整身体的法轮，你让他转，可能会接到你的思想活动，可能会产生这种感觉。我给你讲：你不要做，不能人为的去炼。人为的去炼不还是人炼功了么，是法轮去炼，是法炼人。为什么老放不开你意念的东西呢？任何功法到高层次，哪怕是道家功法，都没有意念引导。

弟子：炼法轮功什么时间、地点、方位效果最好？炼多少次合适？饭前饭后炼有关系吗？

师：因为法轮是圆的，是我们这个宇宙的缩影，炼的是宇宙的理，而且宇宙是运动的，反过来就是法炼人。你没炼功，他炼你，和传出的所有功法理论都不同，我这是独一份的法炼人。其它所有功法都走丹道这一派，人为的炼功、存丹，我们不用。我们这个功什么时间炼都可以，你不炼功功炼你，不用选择时间，时间多就多炼，时间少就少炼。我们这个功法要求不是特别严的，但我们对心性要求是非常严的。我们的功法也不讲方向，站在哪个方位

要得，要得到你的精华。当它离开你的时候，你就什么也没有了，变的很虚弱，或者成了植物人！这是心性不正招来的。一正压百邪，你的心很正就招不来邪，也就是说，要堂堂正正的做炼功人，什么乱七八糟的都不要，就要正法修炼。

## （六）正功也能练出邪法

有些人虽然所学的功是正法，但由于不能严格的要求自己，不讲心性，练功时想些不好的东西，这就不自觉的在练邪法了。比如练站桩功也好，练打坐也好，人在那儿练功，实际上思想在想钱呀，想名利呀，想谁对我不好了我出功能整整他呀；或者想这功能那功能呀等等，把一些不好的东西加进功里去，实际上是在练邪法了。这是很危险的，就有可能招来一些不好的东西，比如低灵这些东西，也许他招来了他还不知道。因为他执著心太强，抱着有求之心学道是不行的，他心地不正，师父也没办法保护他。所以，炼功人一定严守心性，心正无所求，否则就可能出问题。

佛教中讲天上人没有苦吃，没有矛盾，不能修炼，得不到魔炼，不能提高层次，所以就想办法帮助人祛病健身，从而自己得到一点提高。这就是宇宙语。宇宙语不是功能，也不是气功。

### （五）信息附体

信息附体中危害较大的是低灵附体，这都是修炼邪法招来的。它对人的伤害非常大，被附体的人后果是很可怕的。有的人练功没练多少，一心就想给人看病、想发财，老琢磨着这些事。本来这个人很不错，或者已有师父在管他。可是他一琢磨看病、发财的事可就坏了，他就招来了这个东西，它不在我们物质空间，但它确实确实存在的。

这个练功人突然觉的天目开了，有功了，其实是附体主宰他的大脑，它看到的图象反映到他的大脑，觉的自己天目开了，其实根本没有开。附体为什么要给他功呢？为什么要帮他呢？因为我们这个宇宙不允许动物修成，动物不讲心性，提高不上去，不许它得正法。因此它就想附在人身上，要得人体精华。宇宙还有一个理，叫不失不得。它就满足你名利要求，叫你发财，叫你出名。但它不会白帮你，它也

都可以。因为宇宙是旋转的，在变动，你站在西边也不一定是西边了，你站在东边也不一定是东边了。我要求弟子炼功面西而站，只是个敬意，实际上并不起什么作用。炼功在哪儿炼都可以，家里外面都行。但是我觉的还是找一个场地、环境、空气比较好一点的，特别是离脏东西要远，如垃圾箱、厕所等，其它都没关系。修炼大法不讲时间、地点和方位。饭前饭后都可以炼，但你吃的太饱的话，马上就炼也难受呀，最好还是歇会儿。当肚子饿的咕咕叫时也难入静，大家针对自己的情况来掌握。

弟子：炼完功后有什么要求？要不要干洗脸？

师：我们炼完功后不怕凉水什么的，也不用干洗脸、干洗手，这都是初期为了打开人体穴脉所采用的。我们是大法修炼，都没有这些东西，现在已不是刚刚改变人体那个状态了。常人走向炼功人好象很难很难，而且有些功法又无法直接改变人体，在它来讲有些要求很复杂，我们这里都没有，也没这些说道。我没讲到的你都不用去管，只管去炼。因为我们是大法修炼，你身体处于初级状态怕这怕那，或这要求那要求的过程，在几天之中都走过去了。

我不说抵其它功法几年的功夫，但也差不多吧。低层次上的东西，这个方位，那个脉呀，等等这些我都不讲，我们讲高层次上东西。大法修炼，真正炼功，是“炼”字而不是“练”字。

弟子：炼功后能否立即大小便？小便中有许多泡沫，是否会漏气？

师：没有问题的。我们炼功人在高层次上，大小便确实有能量带出，不过那点能量不算什么，什么也不影响。炼大法还要普度众生，这一点不要当回事，我们得到的要多的多。办这个班，我打出去的能量很强很强，墙上都留着许多东西。

弟子：能否宣传法轮功？能否教没听课的人炼法轮功？没听过课的是否能在辅导站炼功？寄录音带和书给外地亲友可否？

师：普及我们的功法，叫更多人受益，不会出偏。我给你讲出许多法，就是让你知道法，了解高层次上的东西，看到高层次上的东西。先讲出来是怕等你看到或遇到时不理解。你可以教别人炼功，但是你下不了那个法轮。怎么办？我讲了，你要是三心二意不怎么炼

言。叫什么呢？叫宇宙语。所谓宇宙语，它只不过是太高的那个生命体的一种语言。现在国内练气功的人有不少出现了这种情况，甚至有的人会说好几种不同的语言。当然，我们人类社会的语言也是很复杂的，有一千多种。宇宙语算不算功能呢？我说它不能算，它不是自身的一种功能，也不是外面来的给你的一种功能，而是由一种外来生命体操纵的。这个生命体来源层次高一些，最起码要比我们人类高一些，是它在说话。说宇宙语的人只起个传话筒的作用。多数人说的话他自己也不知道大概意思是什么，只有具备了“他心通”功能的人，他能够感应到大概意思。因为它不是功能，好多人说了之后，沾沾自喜，还认为了不起，认为是功能。实际上天目层次高的人可以观察到，在他的斜上方保证有一个生命体在那里说话，利用说话人的嘴说出来。

它教给他宇宙语，同时把功也传给他一部份，但是，这个人从此就被控制在它的手里，这就不是正法。你别看它在稍高层空间，它不是正法修炼的，所以它也不知道如何叫修炼者祛病健身，因而就采用这种方法，通过说话发放能量。因为这个能量是散射的，力量很小，它对一些大病可起一定的作用，大的就不行。



修的高师不容易。当他一想要炼功的时候，上师就在他心性的基础上给他加了相当大的能量，从上往下反过来修，这就快多了。上师在空中演化，不断的从体外给他加能量，特别是在他看病、组场的时候，上师给的能量象从管道里给他输送一样，有的他自己还不知道哪来的。这就是返修。

还有一种是借功。借功在年龄上不限。人除了主意识外还有副意识，往往副意识比主意识层次高。有的人副意识层次很高，可以和觉者联系上，这种人想炼功时，副意识也想提高层次，马上和大觉者联系借功。借给他功之后，也是一夜之间来了功，得功之后也能给人看病，解除病人的痛苦。他通常采用组场办法，还可以单独给人授能量，教给人一些手法。

往往有这样的人，开始是很不错的，有了功，名声很大，名利双收。名利在头脑中的比例占了很大一部份，超过了炼功，从此功就往下掉，功就越来越小，最后什么也没有了。

#### （四）宇宙语

有人突然之间能说出一种语言，这种语言说起来还比较流利，但它不是人类社会的语

功，我的法身就要离开你。如果你真正炼功，法身就要管你。所以你教他功的时候，就带了我教的信息，就带有形成法轮的气机。你教的人有心去炼，就能形成法轮。有缘份，根基好的，当时就可以得到法轮。咱们的书写的很详细，没人教，也能炼的好。

弟子：炼法轮功讲不讲呼吸？如何调息？

师：炼法轮功，不需要调息，也不讲呼吸，那是初级功法学的东西，在我们这里不需要。因为调息呼吸是为了炼丹、添风、加火。逆式呼吸、顺式呼吸、咽津都是为了炼丹，我们不炼这个。你所需要的一切都由法轮来完成。有些更高更难的东西，由师父法身来完成。任何一派，特别是道家讲的更详细，但不是人为的炼出来的。实际上是他那派的上师在给他演练，在给他化，他只是不知其理。自己人为的做不了，只有开了悟，开了功的人才能做。

弟子：炼功有意守吗？功法的意念在何处？

师：我们这里没有意守，一直没有叫大家意守，让你放弃执著，不要求什么意念。第三

套功法，两掌带气贯通两极，一想就得，其它不要想。

弟子：采集能量是否和采气一样？

师：我们采气干啥？我们修炼的是大法，将来都发不出气。我们炼的不是低层次上的气，而放出来的是光。能量的采集，用法轮来做，不需要我们自己做。但比如贯通两极法，他不是采气，实际上是贯通身体，也起到采能量的作用，但主要不是这个目的地。要说采气怎么采？大法修炼，一挥手头顶会感到压力很大，一下子就来了很多很多，但要气何用呢？能量也不需要特意去采。

弟子：法轮功是否有百日筑基和胎息？

师：那都是低的，我们不炼。我们早就走过初级那个不稳定的时期了。

弟子：法轮功是否有阴阳平衡？

师：这些都属于练气，是低层次上的东西，当你跳出气的层次后，你的身体不存在阴阳平衡问题。不论你炼哪家功法，只要真正得到师父真传，保证当你走出低的层次，就要把你以前炼的全部扔掉，一样都不要！在新层次

打时不要运气，想到时功就来了。随着修炼，功会不断加强，颗粒变细，能量变大，出现了“铁砂掌”、“朱砂掌”的功夫。从影视和杂志上看到，近年来出现了“金钟罩”、“铁布衫”的技能，这是武术与内修同修而形成的，是内外兼修出来的。要内修就要重德，要修心性。从理论上讲，他的功夫达到一定成度，它使功从体内发出，发放到体外，因密度大，就形成了防护罩。武术气功从理论上讲和我们内修的最大区别在于武术是在猛烈的运动中炼，没有入静。不入静气走皮下，气窜肌肉，不入丹田，所以不修命，也不能修命。

### （三）返修与借功

有的人没有炼过气功，突然一夜之间得了功，能量也不小，还能给人看病，人们也叫他气功师，他也在教别人；有的干脆没有学过功法，或者学过几个动作，自己改一改就教别人。这种人够不上气功师，他没有什么可承传给别人的。他教的东西确实不能往高层次上修炼，顶多是祛病健身。这种功是怎么来的呢？首先讲一下返修。所谓返修是指有些心性极高、非常好的人，往往上了年纪，五十岁往上，叫他从新修炼时间来不及，要碰到性命双

实不是这样。旁门左道历代都是密修单传，不能拿出来示人。一旦传出，人们都不太理解。他们也自称其功法是非佛非道。它的修炼方法有严格的心性要求，它是按宇宙特性在修炼，讲行善，守心性。其中高人都有绝招儿，有些独特的技能也很厉害。我遇到过三位奇门高人，传授给我一些东西，在佛、道两家中都找不到。这些东西在修炼的过程中都比较难，炼出的功也是很独特的。相反，在现在所传的一些所谓的佛道两家功法中，有的缺乏严格的心性要求，因而修的不高，所以，对各家功法要辩证的看。

## （二）武术气功

武术气功是经过久远历史年代形成的，有一套完整的理论体系、修炼方法，形成了独立的体系。但严格的说，它也只是内修功法最低层次所出现的功能的体现。武术修炼中所出现的功能，内修功中都出。武术气功修炼也从练气开始，比如砍石头时，开始就要抡胳膊运气，时间长了气就发生质的变化，形成能量团，看上去象一种光存在，达到这种成度时，功就会起作用。因为功是高级物质，带有灵性，它受大脑思维控制，存在于另外空间。击

上又炼一套新的东西，再通过一层，又炼一套新的东西，就是这样。

弟子：打雷能不能炼功？炼法轮功害怕声音吗？

师：我给大家举个例子，过去我在北京某个大院内教学生，当时要下雨，打雷很厉害。当时他们炼的功是我传给弟子的功，炼的时候要在法轮上走游桩。我看来雨了，他们的功还没炼完，可是，这时大雨就根本下不起来。云很低，云彩在楼上翻滚，雷打的很厉害，天很暗，当时雷打在法轮的圈上，但对我们丝毫无损伤。雷打下来在地下的情况看的清清楚楚，也没伤到我们。这说明我们这功是有保护的。一般我炼功不分什么天气，想起来就炼，有时间就炼，也不怕声音。别的功都怕声音，因为你在很静很静的时候突然听到一个很响的声音，你会有种感觉，简直就是浑身上下所有的气就象爆炸一样，闪着光窜到体外。但不要紧，我们的功不出偏。当然还是尽量找一个安静的地方炼好。

弟子：要不要观想老师的形像？

师：不用观想，你天目开了就可以看到我的法身就在旁边。

弟子：这五套功法炼的时候有什么要求？是否必须一起炼？要求炼九遍的心里数着数可以吗？超过了九遍或动作记错会不会起反作用？

师：五套功法炼哪套都可以，我想你在炼功之前最好把第一套功法炼了，因为他会把整个身体活动开，你先炼一遍，身体充份运动开了，再炼其他功法效果比较好。时间多就多炼，时间少就少炼，或者挑其中的一套功法炼。第三、四套功法各炼九遍，书里写着心里数数，你回去可以试一试，叫你孩子在旁边数着，你做。当做九遍后再找气机就找不到了，因为我这东西就是这样，开始要用思维想一下，习惯以后自然就停了。记错了动作或多做少做了，纠正过来就可以了。

弟子：为什么收式不收功？

师：法轮自动旋转，他瞬间知道你不炼功了。他能量很大，瞬间就能把放出去的东西收回来，比你人为怎么收都好。这也不是收功，只是把能量收回来。其它功法说停就停。

佛教的传统，运用神通做法事。在佛教演变过程中，一支传入我国西藏称藏密；另一支经新疆传入汉地称唐密（会昌年间灭佛后消失了）；再一支就是在印度形成瑜伽功。

在佛教中不讲炼功，也不炼气功，这是为了维护佛教传统的修炼方法，也是佛教能传扬两千多年而不衰败的重要原因。就因为他不接受外来的东西，才容易保留其自身的传统。佛教的修法也不完全相同。小乘佛教侧重于度己、修自身；大乘佛教已发展到度己度人，普度众生。

## 七、正法与邪法

### （一）旁门左道

旁门左道亦称奇门修法。在有宗教之前，各门气功就已存在。宗教以外的功法有许多在民间流传，多数没有成为一套完整的修炼体系，没有一套完整的理论，而奇门修法有系统完备的特殊强化修炼方法，也在民间承传。这类功法通常被称为旁门左道。为什么称旁门左道呢？从字面上看，旁门就是别开一门，左道就是笨拙。人们认为佛、道两家修炼方法都是正法，其它功法都是旁门左道，或是邪法。其

## （二）佛教

佛教是两千多年前释迦牟尼在印度原有修炼基础之上自己证悟的一套修炼东西。概括的讲就是“戒、定、慧”三个字。戒是为了定。佛教不讲炼功，实际上是在炼功，他定下来往那儿一坐就是炼功。因为人一静下来一收心，宇宙的能量就往他身上聚集，起到了炼功的作用。佛教的戒，就是要戒掉常人所有的欲望，舍弃常人所有执著的东西，从而达到清静无为的状态，就能定下来，在定中不断提高层次，然后开悟开慧，认识宇宙，看到宇宙真相。

释迦牟尼开始传法时一天只做三件事：讲法（主要传的是罗汉法），弟子听法；然后是捧着钵（碗）去化缘（要饭）；再就是打坐实修。释迦牟尼不在世后婆罗门教与佛教经过斗争之后，这两种宗教合并为一种印度教，所以现在印度没有佛教。在以后的发展演变过程中，出现了大乘佛教，流传到中国内地就是现在的佛教。大乘佛教不是单信释迦牟尼为祖尊，而是多佛信仰，信仰许多如来，阿弥陀佛和药师佛等。戒律也多了，修炼目标也高了。当时释迦牟尼在个别弟子中传过菩萨法，后来把这些东西整理出来就发展成现在的大乘佛教，修菩萨界。现在东南亚一带还保留着小乘

咱们这个功法一直在炼，停了也在炼，所以是不能收停的。想把法轮停止了，你也停不下来。说深了你理解，如果你能让他停，我这儿也得停了，你能把我这儿也停止了吗？

弟子：结印、双手合十可不可以当站桩来炼？

师：第一套功法——佛展千手不能当站桩炼，抻大劲了，会抻出毛病来。

弟子：炼功时腋下是否要求虚？在炼第一节时感到腋下发紧是怎么回事？

师：是不是你有病？在初期状态，改变你身体时，发现这个那个现象，会有些症状，但不是功带来的。

弟子：没有听过李老师讲课的人，能否在公园跟学员炼功？

师：可以的。学员都可以教别人炼功。学员教别人炼功不象我这样教，我要给大家直接改变身体。但也有的人一炼就出法轮，因为学员身后都有我的法身，他会直接去处理。这就要看缘份，缘份大的，当时就可以得到法轮；

缘份不大的，得通过长期炼功，自己慢慢形成这种玄机。再炼功使玄机形成法轮。

弟子：静功“神通加持法”手印动作的涵义是什么？

师：这用我们的语言解释不了，每个动作包括的涵义很多，大体上就是：我要炼功了，要炼佛法了，调整好身体，进入炼功状态。

弟子：炼成奶白体时，是不是毫毛孔窍都打开了，形成了体呼吸？

师：大家体验体验，你已经走过这个层次了，因为我要把你身体调到奶白体状态，要讲十多个小时的法，不能再缩短了。你在别的功法中要炼十几年几十年或者更长的时间，我们这里一下就给你带到这一步。因为这步没有心性的要求，根据师父能力来做，当你还没体会到时，这个层次就过去了，也可能只有几个小时。有那么一天，你感觉到很灵敏，过一会又不灵敏了，实际上就是一个大层次过去了，而你在其它功法中要保持一年或几年这种状态，这些，其实都是低层次上的东西。

## （一）佛家气功

目前传出的佛家气功有两种。一种是从佛教中分离出来的，它在几千年发展中出现了许多高僧，他们在修炼过程中，修到很高层次时，就有上师传授他们一些东西，得到了更高层次的真传。这些东西以往在佛教中都是单传，当高僧快到百年时才传给一个弟子，按照佛教理论去修，在整体上提高。这种气功，看起来与佛教是紧密相连的。后来僧人被赶出寺庙，如“文化大革命”时期，这些功法就流落到民间，也就在民间大量发展了。

另一种也是佛家气功，这种佛家气功历代都没有进入佛教中去，一直在民间或在深山中静修。这种功法都有独到之处，它都要求选择一个好徒弟，真正具备能往高层次修炼的大德之士。这样的人多少年才能出世一个。这些功法不能公开，要求心性很高，长功也非常快，这种功法不在少数。道家也一样，同是道家功，有昆仑派、峨嵋派、武当派等之分。每派之中还有不同法门，每门功法都相差甚远，都不能混同起来炼。

他，他把华佗抓起来了，结果曹操还是由于脑瘤而死。历史上很多大中医都有特异功能，只是，在现代社会中由于人们过于追求现实的东西，而把古老的传统给遗忘了。

我们的高层次气功修炼，就是要从新认识传统的东西，在实践中把它继承发扬下去，从新用于造福人类社会。

## 六、佛家气功与佛教

我们一谈到佛家气功，好多人就联想到一个问题：佛家是修佛的，就想到佛教中的事情。我这里郑重的说清楚，法轮功是佛家气功，是正传大法，与佛教没有关系。佛家气功是佛家气功，佛教是佛教，虽然修炼的目地是一样的，但走的不是一条路，不是一个法门，要求也不一样。我这里提到一个“佛”字，我在高层次上讲功以后还会提到，它本身没有什么迷信色彩。有的人一听到“佛”简直不得了，说你在宣传迷信，不是这样的。“佛”本是梵文，从印度传过来的，叫作“佛陀”（Buddha）音译两个字，人们把“陀”省略了，就叫“佛”，翻译成中国话就是“觉者”，觉悟了的人（见《辞海》）。

弟子：在公共汽车上或排队等候时，想法轮功各式可以吗？

师：我们的功不是动意念，也不要求每天必须炼多长时间，当然炼的时间越长越好。当你没炼时，反过来它炼你。但是在炼功初期还是要多炼，加强它。有些学员曾出现这样的情况，出差一两个月，在这一两个月中忙于事务性的事，没炼功，回来之后丝毫没受影响，法轮还在转，因为他不停息。你脑子里想着你是个炼功人，心性守的住，他就起作用。只是有一点，你又不炼功，又把自己混同于常人，他就要化掉了。

弟子：法轮功可以和密宗一起炼吗？

师：密宗也是法轮，但不能和我们的功一起炼。如果你炼密宗法轮已经形成后，你可以炼密宗，因密宗也是正法，但同时炼不行。密宗的法轮是修中脉的，平着转，它的法轮跟我们的不一样，它的轮子上有咒语。我们的法轮是在小腹部位上立着放的，平面向外，小腹就这么大，我的一个轮子就占满了，再放一个就搅和了。



弟子：炼法轮功可以炼其它佛家功法吗？  
观音录音带能听吗？在家的居士学功后可不可以念经？是否可以同时炼其它功法？

师：这个问题我想不能。每一法门都是一种修炼方法，真正要修炼而不是祛病健身，就必须专一，这是个严肃问题。往高层次上修炼就得把住一门往上修，这是绝对的真理。而佛家中的几个法门也都不能掺和的。我们讲的这个功法是高层次的，是经过久远年代流传下来的，靠你的感觉不行。从另外空间看他的演化过程，都是极其玄妙、极其复杂的。就象一个精密仪器，如果拿下它的一个零件，换个别的放上，马上就坏了。功法也是一样，任何东西都不能往里掺和，掺和进去保证出偏。各门功法都一样，你要炼就一定要专一。你不专一根本就修不了。取众家之所长的说法，是祛病健身这一层次的说法，他不能把你带到高层次上去。

弟子：与炼其它功法的人在一起炼功是否会互相影响？

师：不管他炼什么功，道家功也好，神功也好，佛家功也好，只要是正法，对我们毫无干扰，你对他也没干扰。他在你跟前炼对他有

外空间当中有一个灵体。好多气功师不了解这种事。因为那个灵体很厉害，一般动不了，也不敢动它。法轮功看病就是针对那个灵体下手，把生病的根本东西拿掉，而且在有病部位下个罩，不使病再侵蚀进去。

气功能看病，但不能干扰常人社会状态。如大面积应用就会干扰常人社会状态，这是不允许的，效果也不好。大家知道，凡是开设气功门诊的、气功医院的、气功康复中心的，当他没开设之前治疗效果可能不错，一旦开业看病，其效果就一落千丈，就是不允许用超出常人的法代替常人社会的职能。这样做了就必然和常人社会的法一样低。

特异功能透视人体，可以象切片一样的看，一层一层的看，能看到软组织及身体的任何部位。现在的“C T”扫描虽然可以看的很清楚，但是，它毕竟是用机器，很费时，用很多片子，很慢、很费钱。不如人的特异功能来的方便、准确。气功师把眼睛一闭一扫，就能清清楚楚的直接看到病人的任何部位。这不是高科技吗？这是比现代高科技还要高的高科技。然而，这种水平在中国古代就有了，是古代就有的高科技。华佗看出曹操脑子里长着瘤子，要给他动手术。曹操接受不了，以为是害

中医是我国传统的医学，和人体修炼特异功能是分不开的。古代很注意人体修炼，儒家、道家、佛家，包括学儒的学生都讲打坐。打坐是作为一种功夫，久而久之，虽然没有炼功，但是可以出功和功能。中医针灸对人体经络为什么摸索的那样清楚？穴位与穴位为什么不横着连？不交叉着连？为什么是竖着连？怎么描绘的那样准确？现代特异功能者，用眼睛看到的和中医描绘的一样，原因就是古代的名医一般都具有特异功能。我国历史上李时珍、孙思邈、扁鹊、华佗，实际上都是特异功能气功大师。中医传到现在，把功能部份丢掉了，只保留了手法。过去中医是用眼睛（包括特异功能）看病，后来又总结出号脉的方法。如果用中医看病的手法再加上特异功能方法，可以说再过很多年外国的西医也赶不上中国的中医。

气功治病是从根本上去掉致病的原因。我认为病就是一种“业”，治病就是帮助消业。有的气功师治病讲排黑气，排气补气，在极浅层次他把黑气排掉了，可是产生黑气的根本原因他不知道，这些黑气又从新来了，病又复发了。实际上不是黑气造成他有病，黑气的存在只使他难受。而造成他有病的根本原因是在另

好处，因法轮是灵体，不是炼丹，他可以自动帮助。

弟子：可以叫其他气功师调理身体吗？听其他气功师的报告是否有影响？

师：我想这个班下去后，大家都会体会到你的身体怎么样了，过一段时间就不允许你有病了。再来毛病，可能象感冒，也可能象肚子痛，实际上已经不是这个东西了。而是劫难、是过关。你找其他气功师调，是你不悟、不相信我说的话，抱着有求的思想，就会招来不良信息干扰你修炼，那个气功师是附体的功，你也可能招来那东西。听报告也一样，想听不就是去求吗？这个问题你自己去悟。这是个心性問題，我不管。如果他讲的是很高的法，讲心性問題倒也可以。你参加我的班，你的身体好不容易给调整过来了，本来你身体练的信息很杂的，身上乱了套，现在都调整顺了，把坏的去掉，好的留下。当然我不反对学其它功，你觉的法轮功不好可以学别的功，但我想学的很杂的话也不行。你已经修大法了，法身就在我身边，得了高的又往回找！

弟子：炼法轮功能否再学别的功法？如按摩、防身功、一指禅、太极拳等，不练其功看这方面的书有关系吗？

师：学习按摩、防身可以，但有些时候发狠心时就觉的不自在了。一指禅、太极拳属于气功，炼了呢，会往里面加东西。我的东西在你身上就不纯正了。看书讲心性的还可以。但有一些书作者自己没搞明白，就下结论，会搞乱你的思想。

弟子：“头前抱轮”有时手会碰上，有没有关系？

师：不要碰，我们要求是离缝的，碰上，手上的能量会回去的。

弟子：炼第二套功法臂坚持不住时，放下来再炼行不行？

师：炼功是很苦的，一酸就拿下来等于没起作用，要求时间越长越好，但要量力而行。

弟子：双盘为什么女的左腿在下、右腿在上？

师：因为我们炼功讲一个基点，女身和男身不一样，所以要以她的本体去演练自己，就

的很奇怪！降落后没人理他，指挥塔也不与他联系。他看天也晴了，干脆走吧，他又起飞了。在飞离机场相当于他刚才看到机场这么一个距离，一头又扎进暴风雨中去了。最后总算飞返回去了。他汇报情况，飞行记录都写出来了，上司不信。四年后，第二次世界大战爆发。把他调防到那个废弃机场。他一下子想起四年前的景象与这一模一样。我们气功师都知道是怎么一回事，他就是超前跑到四年后把事先做了一番，他就是超前跑到那边去先演了一场，第一场还没开始他先演了一场，回头顺着顺序再演。

## 五、气功治病与医院治病

从理论上讲，气功治病与医院治病是完全不同的。西医看病是用常人社会的手法，尽管有化验，X光检查等手段，都只能观察到这个空间的病灶，看不到另外空间的信息，看不到致病的原因所在。如果他的病比较轻，药物就可以把病原（西医讲的病毒，气功讲的业）消灭或赶跑了。在病很重的情况下，药力就解决不了，若加大药量人也受不了。因为有些病不都局限在世间法之内，有的病相当大，超出世间法的范围，因而医院治不了。

上还无法证实。有些东西尽管你不承认它存在，而它实实在在的反映到我们空间来了。比如说，世界上有个地方叫百慕大群岛，人称魔鬼三角，有的船到那儿就没了；有的飞机到那儿就没了，过多少年之后又出现了。谁也解释不了这个原因，谁也没有跑出现有人类思维的理论。实际上它就是通到另一空间的通道。它不象我们这扇门似的正规的有个门，它那个阴差阳错的就是那个状态，船要赶上这个阴差阳错门错开了，它就容易进去。人感受不到这个空间差，瞬间就进去了，它和我们的时空差，不能用里程来表示，十万八千里那么远，在这儿就那么一点，就是同时同地存在。船进去晃荡那么一会儿，阴差阳错又出来了，可是世上已过几十年了，因为两个空间的时间不一样。每个空间里还有单元世界，就象我们画原子结构图似的，一个球中间一根连线，七叉八叉都是球，都有连线，是很复杂的。

在第二次世界大战前四年，英国空军有个飞行员去执行任务，中途遇到暴风骤雨，凭他的经验找到一个废弃机场。当机场一出现在眼前时，突然又是另一番景象，一下子满天万里无云，就象从另外世界钻出来一样。机场上的飞机已涂上黄色，地面上有忙忙碌碌的人，他觉

得符合女性的生理才有效，女的通常是左腿托右腿，符合自身状态，男的相反，基点不一样。

弟子：听录音带或听音乐或念口诀炼功行吗？

师：如果有好的佛家音乐可以听，但真正炼功什么音乐都不要，因为要求定力，听录音带为了一念代万念。

弟子：贯通两极法是放松，还是要求用力？

师：贯通两极法要求自然站立、放松，不要求象第一套功法那样，我们其他的都不象第一套功法，都要放松。

### 三、修炼心性

弟子：我想做到“真、善、忍”，但昨天做梦和别人吵架，吵的很凶，我想忍，没忍住，这是不是在帮我提高心性？

师：当然是。梦是怎么回事我们已经讲了，大家自己去悟。提高心性的事来的很突然，不是等你做好思想准备去迎接它时才来

的。看一个人是好是坏，只有在没有思想准备的情况下才能试的出来。

弟子：法轮功“真、善、忍”中的“忍”，是否一切事物都要忍，不管正确与否？

师：我讲的“忍”，是指在关系到你个人利益的问题上，你执著放不下的这些东西上提高你的心性。实际上“忍”不是件坏事，就是对常人来说也不坏。咱们讲个故事：韩信是个大将军，从小就好武，当时的炼武人就爱挎剑。韩信走在街上，过来一个无赖说：“你挎这个干什么？你敢杀人吗？你敢杀人先把我杀了。”说着脖子就伸过去：“如果不敢，就从我胯下钻过去！”韩信就钻过去了，他“忍”的本事很大。有人把忍看成软弱可欺，其实能忍的人意志是很坚强的。至于事情的正确与否，要看它是否真正符合宇宙的理。你认为一件事不怨你，是别人惹你生气了，其实你不知道到底为什么？你说：“我知道呀，就是为一件小事情。”我说的是另外一个理，不是我们这个物质空间看的见的。讲个笑话，也许你前世欠人家的，你怎么能判断它正确或错误呢？我们就得忍。哪有先把别人惹生气了再去忍

### （三）遥视

天目开了之后，有人会出现遥视，能够看到远隔千里之外的东西。每个人都有其自己占据的空间，在这个空间中他象个宇宙大小，在他特定空间，他额前有面镜子，在我们这个空间看不到。这面镜子每个人都有，只是不炼功的人这面镜子是扣着的；炼功的人这面镜子逐渐翻过来。翻过来后就能照射到他所要看的东西。在他特定空间，他是相当大的，其身躯很大，这面镜子也就很大，想看什么镜子就能照到。但照到了他还看不见，图象还应停留在镜子上的一瞬间。镜子会翻转，把照到的物体让你看一眼又翻过去，很快的再翻过去，不停的翻转。电影胶片是每秒钟二十四格就能看到连续动作。镜子的翻转速度比这个还快，所以看起来是连贯的，看的很清楚，这就是遥视。遥视的道理就这么简单。这都是密中之密，我几句话就把它说出来了。

### （四）空间

空间，我们看它是很复杂的。我们人类只知道现在人类存在的空间，其它空间还无法探测出来。对另外空间，我们气功师已看到几十层次空间，从理论上也能解释出来，但在科学

我的法身，当他有意看时又没有了，其实是用了眼睛看了。当闭目时看到什么，就始终保持那个状态，渐渐就可以看的清楚些。若想仔细看，其实就是动了眼睛了，走了视神经了，就看不到了。

天目层次不同所看到的空间也不同，有的科研部门不懂得这个道理，使的有些气功试验达不到预期的效果，甚至会出现相反的结果。比如，有个单位设计了一种测试特异功能的方法，让气功师看一个密封的盒子里有什么东西。由于气功师的天目层次不同，所回答的结果也各不相同，为此，测试人员认为天目是假的，是骗人的。这样测试往往是天目层次低的人透视的效果好，因为他的天目只开在天眼通的层次上，只适宜观察物质空间的事物，所以不懂天目的人认为他的功能最高。任何物体，不论它是有机物还是无机物，在不同空间将显示不同的样子。比如一个杯子，当它做出来时，就同时有一个灵体存在于另一个空间了，而且这个灵体存在之前还可能是别的东西。天目层次最低的看见是杯子；高一层的看的是另外空间的那个灵体；再高一些看的是那个灵体之前的物质形式。

的？对真正惹你生气的人，你不但要忍，还要谢他。他骂了你，去老师面前告了你一状，你回头心里还得说谢谢。你说：“那不成了阿Q了吗？”那是你的想法。通过这件事，如果你和他不一样看待，你的心性就提高了。在这个物质空间他占有了，在那边他是不是给你东西了？你的心性提高了，黑色物质就转化了，一举三得，为什么不谢人家？站在常人角度上不好理解。我不是在给一般人讲，而是在对炼功人讲。

弟子：没有附体的人提高心性可以避免附体，有附体的人怎么办？怎样才能摆脱？

师：一正压百邪。你今天得到这个法，以后就是它给你带来好处你都不要。若是那个东西给你带来钱、名、利的时候，你心里高高兴兴的，“看我多有本事”，人前显示一下。在你难受的时候你不干了，要找老师给你治一治，那么它给你好处的时候你怎么干呀？那是不能管的，因为它给你好处你接受了，你光想着得到好处那不成。只有你自心不要，带来好处也不要，就是按老师说的方法去修炼。你人一正，心一坚定，它已经担惊受怕了，给你好处你又不不要了，它就该走了。再不走就是做坏

事了，那个时候我就能管它了，一挥手它就没影了。但有好处你如果想要就不成。

弟子：在公园炼功会不会有附体？

师：我都跟大家讲了多少回了，我们是正法修炼，心正压百邪！正法修炼，心很纯正，什么东西也上不来。法轮可是了不起的东西，不好的东西不仅是上不来，到它跟前都害怕。你不信到别的地方去炼功，它都怕你。我说出个数，大家都觉的吓人，好多人是有附体的。达到祛病健身目地了还往下练，你想得到什么呢？心不正就引起这些问题。不过也不怨那些人，他不知道这些理嘛，我出山的目地其中也包括这个，给大家纠正这些错误的东西。

弟子：将来会出现什么功能？

师：我不想讲，因为每个人的情况不一样，所以很难说。在这个层次上出哪些，那个层次上出哪些，关键是每个层次当中你的心性。执著心可能在这方面去掉了，这个方面出现了功能，但你出现的功能必定是在初期，不会很高的。心性达不到很高的时候，功能也不可能给你。但我们传授班上有人根基很不错，

我不主张给人的天目开在天眼通的层次上，因为在炼功人功力不大的时候，炼功中积攒的能量还不如透视时付出的能量多。灵气散失多了，天目可能会再度关闭，一旦关闭后再开就不容易了。所以，我一般为人开天目是开在慧眼通的层次上。不管看的清楚与否，可以使修炼者看到另外空间的东西。受先天条件的影响，有人看的很清楚；有人看到的東西忽隐忽现；有人看不清楚，但最低可以使你看到光。这样，对于炼功者向高层次发展是有好处的，看不清楚可以通过炼功后天弥补。

精华之气不足的人，天目看的景象是黑白的；精华之气较多的人，天目看的景象是彩色的，所看到的景象也更清晰。精华之气越多，清晰度越好。但是，每个人都不一样，有的人天目生来就是开的，有的人则堵塞的比较严实。天目开时的景象，有点象花朵开放一样，一层一层的开。打坐时，开始发现天目有一团光，开始光不太亮，以后又会变红。有的人天目封闭的紧，开时反应可能很剧烈。会感到主通道和山根处肌肉发紧，好象那里的肉聚在一起往里钻，太阳穴和前额发涨、发痛，这都是开天目的反应。天目容易开的人，偶然间可能看到某些东西。在传授班上有人无意中看到了



肉眼通、天眼通、慧眼通、法眼通、佛眼通。每一层次还有上、中、下之分。在天眼通以下的层次，只能看到我们这个物质世界。在慧眼通以上的层次，才可以看到其它空间。有些人具有透视功能，而且看的很准确，比“CT”扫描还清楚。但他看到的依然是我们这个物质世界，还没有超出我们存在的空间，还不算天目的高层次。

一个人天目的层次有多高是由这个人的精华之气的多少和主通道的宽窄、亮度以及通道的堵塞成度决定的。天目开的透不透，内部精华之气是关键因素。对于六岁以下的小孩，开天目是特别容易的，我都不用动手，我一说他就打开了。因为小孩先天受物质世界的不良影响很小，自己也没做什么坏事，那种先天的精华之气保存的非常好。六岁以上的小孩，天目逐渐难开，是因为随着年龄的增长，受到的外界影响增加。特别是不良的后天教育，放纵变坏都可以使他的精华之气消散，到一定成度就可能散尽了。对于精华之气散尽的人，是通过后天炼功逐渐弥补的，但要花很长时间，要付出很多的辛苦。所以说，精华之气是极其珍贵的。

已经出现神足通，下雨淋不着，也有出现搬运的。

弟子：修心性，去掉一切执著心，是不是指达到佛家的“空”，道家的“无”？

师：我们所说的心性或是“德”，都不是佛家的“空”、道家的“无”所包容得了的，相反，他们那些都包括在我们的心性之中。

弟子：佛永远是佛吗？

师：修炼得道者，开悟之后，你就属于大觉者，也就是高级生命，但不能保证你永远不做坏事。当然一般在那个层次你不会做坏事，因为看到了真相，但如果做坏事，照样下来。永远做好事就永远在那儿。

弟子：什么是大根器的人？

师：这由几个方面的因素可以决定：①他的根基很好；②悟性很高；③忍耐力很强；④执著心小，对世间的东西看的很淡，这就是大根器。大根器的人很难得。

弟子：无大根基者炼法轮功能出功吗？

师：无大根基者也能出功，因为每个人都带有德的成份。没有一点德的成份是不可能的，没有这样的人。如果你身上没有白的物质，也还有黑的物质，黑的物质通过炼功可以转换成白的物质，只是多了一道手续。在炼功中你吃了苦，提高了心性，有了付出，也就有了功，炼是先决条件，然后由师父法身把它化成功。

弟子：一个人出生时，他的一生就是定好的，那么通过奋斗能改变吗？

师：当然可以改变，你奋斗也是安排好的，不奋斗也不成，你是常人，但大的东西改变不了。

弟子：天目没开的情况下，怎样辨别接到的信息是好是坏？

师：你自己不好辨别，在你炼功中，存在着许多考验你心性的问题。法身保护你是不叫你出生命危险，但有些东西出现他不一定管，需要你自己去过，自己去化，自己去悟。有时不良信息来了，它告诉你今天奖券是多少号，也许是对的，也许不对，或者告诉你其它的

据我们统计，每次办班开天目的人都在半数以上。因为天目打开之后就涉及一个问题：心性不高的人他容易用它来做坏事。为了防止这个问题，我把你的天目直接打到慧眼通的层次上，也就是说打到高层次上去，让你直接看到另外空间的景象，让你看到在炼功中出现的東西，使你相信它，会增强你炼功的信心。刚开始炼功的人，心性还不能达到超常人的高度，一旦具备了超常人的东西，就容易去做一些不好的事情。举个例子说个笑话，如果你走在大街上发现那个摸奖券的，可能那个一等奖都得叫你摸去，就讲这个意思，是不允许这样做的。另一个原因，我们这里也是属于大面积的开天目，假如都给开在低层次上，大家想一想，如果每个人都能透视人体，都能隔墙看物，我说那是人类社会吗？严重的干扰了常人社会的状态，所以是不允许的，也是不能够这样做的，而且对炼功人也没有好处，助长炼功人的执著心。所以不给你打到低层次上，而直接给你打到高层次上去。

## （二）天目的层次

天目具有多种层次。其层次不同，所看到的空间也不相同。按佛教所说有“五通”，即

我们开天目，一是通过外力或自己修炼打开通道。每个人的通道形状不一样，有椭圆形的、圆形的、菱形的、三角形的，炼的越好可以修的越圆。二是由师父给你一只眼睛，如果自己修炼就得自己修。三是在天目部位要有精华之气。

通常我们看东西是通过两只眼睛在看，恰恰就是这两只眼睛隔住了我们通向另外空间的通道，它起着屏障作用，我们只能看到我们这个物质空间的东西。开天目就是避开这两只眼睛在看。到了很高层次后，也可以修出真眼来，就可以用天目的真眼来看或者用山根部位真眼来看。按佛家讲：每个汗毛孔都是眼睛，全身都是眼睛。按道家讲：每个穴位都是眼睛。但主通道在天目，必须它先开。在传授班上，我给每个人都下了开天目的东西。由于每个人的身体素质不同，出现的效果也不一样。有的人看到一个黑洞象深井一样，这就是天目通道是黑的。有的人看到的是白色通道，如果能看到前面有东西就是要开了。有的人看到有东西在旋转，这就是师父下的开天目的东西，钻通天目后就可以看了。有的人天目能看到一只大眼睛，以为是佛眼，而实际上是他自己的眼睛，这往往是先天根基比较好的人。

事，就看你怎么做。心正邪不侵。只要你守住心性就没问题。

弟子：心情、情绪不稳定时可不可以炼功？

师：在心情不太好时你往那儿一坐也静不下来，思想尽想不好的事，炼功是有信息存在的，脑子里想不好的东西，你炼功就炼进去了，人为的练邪法。你炼的功也许是名师教你的，也许是哪个上师教你的，或是密宗活佛传的，可是你没严格按他们要求的心性去要求就不是他那个功，别看是他教的。咱们大家都想一想，假如你在那儿炼站桩累的够呛，但脑子里很活跃：我们单位里的某某怎么这么坏呢？他怎么告我的状？长工资想什么办法能长上？现在的物价涨了，我要多买点儿。那么是不是你人为的、下意识的、不自觉的在练邪法？所以心情不好时尽量不要炼。

弟子：“极高心性”的标准是什么？

师：心性 is 修炼的，没有什么标准，全靠你自己去悟。假如非要说有标准的话，就是遇到事时你想想：假如觉者他该怎么去做？先进者当然是很突出的，但他还是常人的模范。

弟子：对各个气功师的报告、讲话不能抱怀疑态度，但遇到骗人骗钱的怎么办？

师：那不一定，首先你要看讲的什么。遇到骗人的，你自己去辨别。看一个气功师的好坏，可以看他的心性，心性多高，功就多高。

弟子：如何消去业力，即佛教中讲的消业障？

师：炼功本身就是消业。最好是提高自己的心性，能把黑的物质转化成白白的东西，即“德”的物质，把德转化成功。

弟子：炼法轮功有什么戒律？

师：佛教中要戒的东西，我们大部份都戒。但看法不一样，我们不是出家人，要生活在常人之中，所以就不一样。有些东西把它看淡了，就可以了。当然，随着功力的不断提高，达到极高层次时，对你的心性的要求也是极高的。

## 四、天目

弟子：老师说法时看到老师头上三尺高的金色光环，背后有许多人头大小的金色光环？

目开了，不看也不行，总不用就容易关上。看也不能经常看，看的太多能量泄漏也多。那么，是不是要大家永远不用呢？当然不是。如果永远不用还修炼干什么？问题是在什么时候用。只有修炼到一定成度，具备了自我补偿能力时，就可以用了。法轮功修炼到一定成度，发出去多少功，法轮可以自动演化补充，自动保持炼功人的功力水平，一时一刻都不会减少，这是法轮功的特点。只有到这时，才能使用功能。

## 四、天目

### （一）开天目

天目的主要通道在前额中间至山根处。常人用肉眼看物就如同一部照像机的原理一样，随着距离的远近和光线的强弱，通过调整玻璃体或瞳孔的大小，使图象通过神经元在大脑后半部的松果体上成象。特异功能的透视就是通过天目直接使松果体向外看。一般人的天目不通，主通道的位置上缝隙很窄、很黑，里面没有灵气，不发光。有些人是堵塞的，所以看不见。

能干什么，其间都包含着私心，必然妨碍炼功，其结果就是得不到功能。

### （三）功力的把握

有的炼功人炼功时间不长，就想给人治病，看看灵不灵。对于功力不高的人，你伸手一试，就把病人体内大量的黑气、病气、浊气吸到自己身上来了。因为你没有防御病气的能力，身上又没有保护罩，与病人形成了一个场，功力不高就防备不了，自己会感到很难受。如果没有人管你，时间长了，会搞的浑身是病。因此，功力不高的人，不能给别人看病。除非你已经出了功能，并具备了一定的功力，才能用气功看病。有些人虽然出了功能，可以看病，但在层次很低时，实际是用积存的功力来看病，用自身的能量看病。因为功就是能量，是灵体，是很不容易积存起来的，把这个功打出去就是在消耗自己。随着你往外发功，头上功柱的高度就在缩短、消耗，这是很不值得的。所以，我不主张在功力不高时就去给人看病。无论你的手法有多高，也无非是在消耗自身的能量。

功力到了一定成度，就会出现各种功能，如何使用这些功能，也需要非常谨慎。比如天

师：这个人的天目层次已经不低了。

弟子：看见老师弟子为别人治病用酒喷雾时夹带着金光？

师：我说这个人炼的不错了，打出的功能都看见了。

弟子：孩子开天目是否对他有影响？天目开了是否在释放能量？

师：六岁以下小孩很容易开天目，小孩不炼功，开天目就是能量外泄，但家里一定要有人炼功。最好是叫他每天看上一遍，保持不关闭，同时又不过多外泄。小孩最好自己炼功。用的多能量泄的多，它影响的不是他们的肉体，而是最根本的东西。但如果保持好，不会有影响。我刚才讲的是小孩，不是大人。有些人的天目不是一开就怕放能量，它是敞开的，不怕放能量，但是看不到很高层次的东西。也有能看高层次的，看的时候，法身或其他上师供给能量，这没有问题。

弟子：看到老师身上出现黄灿灿的光，还有老师的影子，转眼就没有了，怎么回事？

师：这就是我的法身，我在讲法，头顶有功柱，在我这个层次就是这样的。转眼就没有了，是你还不会用天目，用了眼睛看了。

弟子：特异功能怎样运用？

师：把特异功能用在军事科学或其它高科技上，或用于搞情报，我想这里边有个问题。我们这个宇宙是有特性的，只要它符合这个特性，它就灵；不符合这个特性，它就不好使。尽管叫他办好事，高层次上的东西他搞不来，也就是感应感应。做些小术对正常发展的社会无妨。他要是想改变什么的话，那要做很大很大的事，需不需要他做，他说了不算，因为社会的发展不是按人的意志而转移的。他想达到什么成度，这事谁也做不了主。

弟子：人的意识是怎么进出的？

师：我们讲意识，一般是从头顶上出去。当然，不局限这样，他可以从任何一个地方出去。不象有些功法强调的一定从头顶上出去，什么地方都可以离体。进去也是一样。

很反感。意思是：开国际气功会议，有功能的可以拿功能来参加比赛，谁功能强谁去。我看完之后，我那心难受好几天。这东西是不能拿出来比赛的，拿出来是要后悔的。常人嘛，他就注重世间实际的东西，但气功师就得要自重。

要功能的目地是为什么？它反映着炼功人的思想境界和追求，思想所求不纯正，不牢靠，不可能得高功能。这里有一个原因，就是在你还没有开悟之前，你所看到的事物好坏，仅仅是按照世间法的是非标准，你看不到事情的真相，看不到事情的因缘关系。人与人之间的打骂、欺负必有因缘存在，你看不透只能帮倒忙。常人间的恩恩怨怨，是是非非，自有世间法去管，炼功人不要管。因为在你还没有开悟之前，你眼前所看见的事情的真相不一定是你所看见的那样。谁打了谁一拳，可能就是他们结“业”，你去管可能妨碍了他们结“业”。“业”是人体周围的一种黑黑的东西，它是在另一个空间的物质存在，这个东西可以转化成病和灾。

功能人人都有，问题是要通过不断的修炼加以开发和加强。作为炼功人，如果只追求得到功能，是目光短浅，思想不纯，不管他要功

能的想法并不算错误，但是，过于强烈的追求，就不是一般的想法，就会产生不良的后果。在低层次上得点功能没有多少用处，无非想用一用，在常人面前显示一下本事，做常人的强者。如果是这样，正说明心性不高，不给功能是对的。有些功能，如果给心性不好的人是可以用来干坏事的，因为心性不牢靠就无法保证他不干坏事。

另一方面，凡属可拿出来表演的功能，都不能用于改变人类社会，改变不了正常的社会生活。真正的高功能是不允许拿出来表演的，因为它的影响和危险太大了。正如总不能表演把一座大楼搬倒。对于特别大的功能，除非负有特殊使命的人才允许使用，否则是不允许使用的，也是拿不出来的，因为是要受到上师那里控制的。

可是往往有些常人非让气功师表演表演，逼着他拿出来看看。有功能的人都不愿意把功能拿出来表演，因为那是不允许拿出来的，拿出来要影响整个社会状态的。真正的大德之人，他的功能是不允许拿出来的。有的气功师表演时心情很不好，他回去之后，恨不能大哭一场。不要去逼他表演！他拿出那个东西是难受的。有个学员拿了一本杂志，我一看那东西

弟子：天目区有红光，中间是黑洞，迅速一层层开花，是不是在开天目？还有时有星光、闪电？

师：当你开到有星光时就开的差不多了，有闪电实际上快开透了。

弟子：看到老师头上身上有红色、绿色光环，但闭上眼什么也看不见，是不是用余光看的？

师：不是用余光看到的，你只是不会闭着看，是睁着眼看。往往天目开了的人不会用，有时睁着眼无意之中能看到的，可是你要是一定想仔细看看，实际上是用了眼睛，又看不见了，当你不注意时又看见了。

弟子：我的女儿在空中看到一些圆圈，她说不清，叫她看法轮章，她说就是这个，她是否真的开了天目？

师：咱们的法轮章，六岁以下的小孩看一眼天目就开了，不过你可不要去做，小孩是可以看到的。

弟子：天目开了不会应用，请教师解答？



师：当天目开的很透的时候，不会用的也会用了；很亮、很好使的时候，不会用的也会用了。用天目看东西是在无意状态下看见的，想仔细看时，无意中动了眼睛，走了视神经，所以就看不见了。

弟子：天目开后看到的是不是整个宇宙空间的東西？

师：我们开天目是分层次的，也就是说你看到的真相多少，是分层次决定的。开天目不见得宇宙中的一切都看的到，而是在以后的炼功中逐渐提高你的层次，最后达到开悟，你才能看到更多的层次，那也不保证你看到的是整个宇宙的真理。因为释迦牟尼当时在他有生之年传法时，也是不断提高，每当提高一个层次时，他发现以前所讲的东西又不稳定了，再往高往下看又不对，所以他最后讲“法无定法”，一个层次一个理。他也不可能完全看到整个宇宙的真理。在我们一般人看来，世间修炼达到如来层次就以为是不可思议的了，因为他就知道如来这个层次。再高的东西他也不知道，就接受不了，如来是佛法中一个小小的层次，大法无边，就指这个。

成，然后在头顶上形成功柱。功柱有多高，就决定了这个人功有多高。功柱在很隐蔽的空间，一般人不容易看到。

功能靠功力所加持，功力高、层次高的人功能就大，运用就自如；功力低的人功能就小，运用就不自如，甚至运用不了。功能本身并不能代表一个人的功力大小、层次高低。决定一个人层次高低的是功力而不是功能。有的人是“锁”起来炼的，他的功力很高，但不一定有多少功能。功力是起决定作用的，是靠心性修出来的，这是最关键的东西。

## （二）功能不是炼功人的追求

所有炼功人都关心功能，神通在社会上很有诱惑力，很多人都想具备一些功能。但是，心性不好，是不会具备这些功能的。

有些功能是常人可能有的，如天目开、天耳通、思维传感、预测功能等。但这些功能因人而异，在渐悟状态中不会全有。有些功能是常人不可能有的，比如把一种现实空间的物体转变为另外一种物体，这是常人不可能有的。大功能是靠后天炼出来的。法轮功按照宇宙的原理演化而来，宇宙中存在的功能法轮功里都有，就看炼功人修炼的如何了。想得到一些功

功人在他身上还有气的时候，就说明他的身体还不是奶白体，说明他还有病。

炼到高功夫的人，他发出的不是气，而是高能团，是表现为光的形式的高能量物质，颗粒很细，密度很大，这就是功，这时才能对常人起制约作用，才能给人看病。有一句话叫作：佛光普照，礼义圆明。意思是对正法修炼者来说，他身体所携带的能量很大，在他所经过之处，在他的能量覆盖范围之内，可以纠正一切不正常状态，使之变为正常状态。比如人的身体有病，就是身体上有不正常状态，纠正了这种状态病也就消除了。通俗点说，功就是能量。功具有物质性，炼功人通过修炼，可以体察到它的客观存在。

### 三、功力与功能

#### （一）功力是靠心性修出来的

真正决定人的功力层次的功不是炼出来的，它是靠“德”这种物质转化来的，靠修心性修出来的。这个转化过程也不象常人所想象的安鼎设炉、采药炼丹炼出来的。我们所说的功是产生在体外，从人体下半部开始，随着心性的提高就螺旋式的往上长，完全在体外形

弟子：我们看到您身上的东西是否真的存在？

师：当然是真的存在，所有空间都是物质构成的，只不过结构和我们的不一样。

弟子：我的预感往往跟所发生的事相一致？

师：这就是我们所谈的预测功能，实际上就是宿命通的低层次阶段。我们炼的功都是在另外空间，在那个空间没有时空概念，不管隔多远都是一样的。

弟子：炼功中出现彩色人、彩色天空、图象？

师：你天目开了，你所看到的東西是另外空间的。另外空间是分层次的，你看到的可能是其中一个层次，它就是这样漂亮。

弟子：炼功中突然一声响，觉的身体被冲开了，有许多事物都豁然明白了？

师：有些人炼功容易出现这种情况，炸开身体的一部份，某些方面开悟了，是属于渐悟的情况。当你修炼的一个层次走完了，就炸开一部份，这都是正常的。

弟子：有时有动不了的感觉，什么原因？

师：炼功初期，你可能会有一种感觉，突然手或某个部位动不了了，为什么呢？因为你有了一种功能，叫定功。这是你本身存在的一种功能。这个功能本事很大，当一个人做了坏事正跑的时候，你说“定”，当时他就动不了了。

弟子：什么时候可以看病？我以前给人看病有一些疗效，学习法轮功后，有人找我看病，我能否给人看？

师：我看这个班上的人，不管你以前学过哪一家功法，练了多长时间，能达到看病成度与否，低层次上，不想叫大家看病，因为你自已都不知道自己是个什么状态。你是给别人看过病，可能是因为你当时心正，起了作用，也可能是哪个过路的师父帮了你一下，因为你在做好事嘛。即使你炼的那点能量能起作用，也保护不了你自己。你看病时，和病人同在一个场，久而久之，身上的黑气，你比病人病的还要厉害。问病人：好没好？他说“舒服一点儿”，那叫什么看病？有的气功师讲：明天来一次，后天再来一次，我给你看一个疗程。他

扣在墙上，然后他穿过去。他为什么这样做呢？这样一做，好多人就看，是变魔术了。因为他不这样做不行。他知道我们中国有许多高人，他怕受到这个干扰，所以他就把自己罩起来再进去。出来的时候，伸出一只手，把布顶起来人就走出来了。“内行看门道，外行看热闹”，这样观众就认为是变魔术。他们之所以把这些功能叫魔术，是因为他们不是用这个东西来修炼身体，而是用来在舞台上表演以显示出神奇和取乐。因此，从低层次上讲，气功是改变人的身体状况，达到祛病健身的目地；从高层上讲，气功就是指修炼本体。

## 二、气与功

我们现在所说的“气”，古人称之为“炁”，其本质是一样的，都是指宇宙之气，是指宇宙中的一种无形无象的物质。它不是指空气的气。人体通过修炼，调动起这种物质的能量，能够改变人体状况，起到祛病强身的作用。但是，气就是气，你也有气，他也有气，气与气之间没有制约作用。有的人讲，气能治病；或者说你给谁发点气，给他治治病。这些说法是很不科学的，因为气根本治不了病。炼

斯山岩洞里有二十五万年以前的壁画，有很高的艺术欣赏价值，为现代人所不及。在秘鲁国立大学的博物馆里有块大石头，上面刻着一个人，拿着望远镜观察天体。这个人像已有三万多年历史。大家知道，伽利略他在一六零九年发明的三十倍天文望远镜，到现在也不过三百多年历史，三万年以前哪有望远镜呢？印度有个铁棒，含铁纯度达百分之九十九点几。按现在冶炼技术也不可能炼出这么高纯度的铁来，已超出现代技术水平。是谁创造了这个文明？人类在那时也许还是微生物呢，怎么可能创造这些东西呢？这些东西的发现，引起了世界各国科学家的重视。因为解释不了，就叫它“史前文化”。

每个时期的科学水平都不一样，有的时期相当高，超出我们现代人类水平。但是那个文明被毁掉了，所以我说，气功不是我们现代人发明的，不是现代人创造的，而是现代人发现和完善的，它是史前文化。

气功并非是我国独有的产物，外国也有。但他们不叫气功，西方国家叫魔术，在美国、英国等国家就这么叫。美国有个魔术师，实际上他是个特异功能大师，表演穿过长城的城墙。当时他穿的时候是用白布把自己罩起来，

也讲“疗程”，这不是骗人吗？等你到了高层次上看多好？看一个好一个，那多痛快！如果你已经出功了，而且也不算低，实在需要看病的时候，我会给你开手的，我可以把你的治病功能给你拿出来。但是你往高层次上修，我想最好还是别做这种事。为了宣传大法和参加社会活动，我的弟子有一部份在看病，因为他在我身边，我带着他，他有保障，所以没关系。

弟子：出了功能可以和别人说吗？

师：出了功能和炼法轮功的人说，谦虚点，没有问题。把大家集中起来炼功就是为了大家可以切磋。当然，在外面碰到有功能的人也可以和他说，无所谓，只是不要显耀，如果想显耀一下我有本事就不成。显耀的时间长了，那东西就没有了。如果想讲气功现象，探讨一下，没有一点个人杂念，我说是没有问题的。

弟子：佛家讲“空”道家讲“无”，我们讲什么？

师：佛家的“空”，道家的“无”是它本功所特有的东西，当然我们这里也需要达到这种境界。我们讲有心炼功无心得功。修心性，

去执著心，所以还是空无，但是我们不特殊强调它。因为你生活在物质世界里，你要上班，你要工作，必然要做事。做事就必然带来一个好事、坏事的问题，怎么办呢？我们修的是心性，这是我们这个功最突出的东西，只要你心正，做出来的事符合我们要求的，心性就没有问题。

弟子：我们在平时怎样才能体会功能的增长呢？

师：在你炼功初期，如果出了功能会体会出来。如果没出功能身体敏感的话，能体会出来。如果两样都不具备，就没法感觉了，只好闭着眼睛炼。我们学员有百分之六十至百分之七十是开了天目的，能看到，我都知道。你们不出声只是瞪着眼睛看，为什么叫大家一起炼功？是想你们小组内部可以互相交流切磋。但本着对功法负责，到外边不要乱说，内部之间交流、互相提高可以。

弟子：法身什么样？我自己有法身吗？

师：法身长的和本人一样。你现在没有法身，等炼到一定成度，走出世间法，修炼进入极高成度，才能出法身。

的修炼。翻遍所有的丹经、道藏，翻遍所有的大藏经，也找不到“气功”两个字。在我们现有人类文明成度这个阶段的发展当中，它经历了宗教雏形时期。在宗教形成之前，气功已经存在了。有了宗教之后，它带有一定的宗教色彩。它原来的名字叫作修佛大法、修道大法；还有诸如九转金丹术、罗汉法、金刚禅之类的名字。我们现在把它叫“气功”，是为了更适合我们现代人的意识，是为了在社会上更容易普及。它实质上是我们中国纯纯粹粹的人体修炼的东西。

气功不是我们这茬人类发明的东西，它有相当久远年代的历史。那么气功是什么时间产生的呢？有人讲气功已有三千年历史，唐代时期盛行。有人讲有五千年历史，与中华民族文化一样悠久。有人讲，从出土文物看，已有七千年历史。我看气功不是现代人类发明的，它是史前文化。据有功能的人查，我们生活的这个宇宙已经是九次爆炸后的组合体。我们生活的这个星球已毁灭过多次。每当星球从新组合成后，又从新繁衍人类。现在，我们已发现世界有许多超出现代文明的东西。按照达尔文的进化论，人是猿猴进化过来的，文明也没超过一万年。但从出土文物中发现，在欧洲阿尔卑

## 第一章 概论

气功在我国源远流长，有着悠久的历史，因此，我国人民修炼气功有着得天独厚的条件。作为正法修炼的佛、道两大家气功，已经公开了许多秘传大法。道家的修炼方法是很独特的；佛家也有自己的修炼方法。法轮功就是佛家气功的高层次修炼大法。在传授班上，我首先要将大家的身体调整到适合往高层次上修炼的状态，然后还要给大家身上下法轮和气机，再把功法教给大家。除此以外，我还有法身保护你们。但是，仅仅这些还远远不够，还不能达到长功的目的地，还要求大家必须懂得高层次上修炼的道理。这就是本书要讲的内容。

我在高层次上讲功，所以我不讲修哪个脉、哪个穴、哪条经络，我是讲修炼大法，是真正往高层次上修炼的大法。初听起来可能觉的玄，但对有志于气功修炼者，只要细心体悟，奥妙尽在其中。

### 一、气功的渊源

我们现在所说的气功，实际上并不叫气功。它来源于中国古代人的独修，或来自宗教

弟子：传授班结束后，老师的法身还能跟多久？

师：一个学员一下子炼高层次上的东西，对他来说就是一个相当大的转变，不是指思想转变，而是指你整个人的转变。因为一个常人突然得到了他作为常人不应该得到的东西，那是危险的，生命就要受到威胁，我的法身必须得保护他。如果我做不到这一点，而在这里传法，就是害人。好多气功师不敢做、不敢传，就是因为他负不了这个责任。我的法身会一直保护着你，一直到修成。中途你不修了，法身自己就走了。

弟子：老师说：普通人修行不是靠炼功，而是靠心性。是否可以说，只要心性高不要炼功也可以得正果？

师：按道理是这样的，只要你修心性，德就可以转化为功。但是，你必须把你当作炼功人。你不当作炼功人，只能积德积德，你可能积好多德，一味做好人去积德，即使把自己当作炼功人也不行，你还没得高层次上的法。大家知道，我讲出很多东西来，没有师父保护你，你是很难修上去的，你一天都不能在高层

次上炼功。所以要想得正果不是那么容易的。但是，心性提高之后，同化于宇宙特性。

弟子：遥治的原理是什么？

师：道理很简单，宇宙能大能小，功能发出去也是能大能小。我在原地没有动，但功能发出去可以触及到象在美国那么远的病人。可以把功打过去，也可以直接把他的元神调过来。这就是遥治的道理。

弟子：能否知道会出多少种功能？

师：功能上万种而不止，具体知道多少都是无关紧要的，知道这个理、这个法就成了，剩下的自己去炼。也没必要知道那么多东西，对你也没有好处。师父找徒弟，收徒弟，那徒弟什么都不知道，也不告诉你，全靠自己去悟。

弟子：我在班上闭眼睛能看到您在上面讲课，上身是黑的，桌子也是黑的，后面布是粉色的，有时您周围是一片绿光，这是怎么回事儿？

师：这是你层次问题。因为天目刚开时会把白的看成黑的，黑的看成白的。稍微提高层

修炼法轮功的一些基本要求和注意事项 108

第五章	答 疑	111
一、法轮和法轮功		111
二、功理与功法		116
三、修炼心性		144
四、天目		151
五、魔难		162
六、空间与人类		164



第三章 修炼心性..... 49

一、心性的内涵..... 49

二、失与得..... 51

三、“真、善、忍”同修..... 55

四、去掉嫉妒心..... 57

五、去掉执著心..... 59

六、业力..... 61

（一）业力的产生..... 61

（二）消业..... 64

七、招魔..... 68

八、根基与悟性..... 70

九、清静心..... 72

第四章 法轮功功法..... 76

一、佛展千手法..... 77

二、法轮桩法..... 86

三、贯通两极法..... 90

四、法轮周天法..... 94

五、神通加持法..... 99

次之后，看一切都是白的；再提高层次之后，颜色就分开了。

五、魔难

弟子：魔难是师父对弟子安排的考验吗？

师：可以说是这么回事。这是为了提高大家的心性而安排的。假如说，你心性没达到那么高就让你修上去能成吗？就象一个小学生，送他到大学里去行吗？我想那不成吧！你的心性没得到真正提高，一切都不能看淡，都不能放下的时候，假如让你修上去，你会为一点小事和觉者闹起来，那不行！为什么把心性看的这么重要，就是这个道理。

弟子：炼功人和常人的魔难有什么区别？

师：我们炼功人和常人没有什么区别。你的魔难是按炼功人的道路给你安排的，常人是在还常人的业，都有魔难，不是说你炼功就有了，常人就没有了，都一样会有。只不过你这个魔难是为了提高你的心性而设的；他的那个魔难是为了还清他的业而设的。其实魔难是自己的业力，我利用了一下来提高弟子心性。

弟子：魔难是不是象西天取经的那八十一难？

师：有点类似。炼功人的一生已经安排好了，不会多，也不会少。但不一定是八十一难。这要看你的根基能修多高，是根据你可能达到的水平而安排的。常人所具有的而炼功人应该去掉的那些东西，都要过一遍，的确是很苦的。你放不下的东西都要想方设法让你放下，通过魔炼来提高你的心性。

弟子：炼功时有人破坏怎么办？

师：炼法轮功不怕别人破坏。在初期，有我的法身保护着你，但你不是绝对什么事都遇不到了。整天坐在沙发上，喝着茶水就长功，不是这样的！有时你遇到魔难，喊我名字，看见我在你眼前，也许不帮你，那是因为你应该过的一关。但是你真正遇到危险时是会管你的。不过，一般这种真正的危险也不会存在，因为你那条路已经改变了，不允许意外的东西插进来。

弟子：怎样对待魔难？

师：我反复强调了，守住你的心性！做出的事你认为没做坏就很好。特别是因为某种事

- (二) 武术气功 ..... 25
- (三) 返修与借功 ..... 26
- (四) 宇宙语 ..... 27
- (五) 信息附体 ..... 29
- (六) 正功也能练出邪法 ..... 30

- 第二章 法 轮 功 ..... 31
  - 一、法轮的作用..... 31
  - 二、法轮的形态构成..... 33
  - 三、法轮功的修炼特点..... 34
    - (一) 法炼人 ..... 34
    - (二) 修炼主意识 ..... 36
    - (三) 炼功不讲方位、时间 ..... 38
  - 四、性命双修..... 39
    - (一) 改变本体 ..... 39
    - (二) 法轮周天 ..... 41
    - (三) 通脉 ..... 43
  - 五、意念 ..... 44
  - 六、法轮功的修炼层次..... 46
    - (一) 高层次修炼 ..... 46
    - (二) 功的表现形式 ..... 47
    - (三) 出世间法修炼 ..... 48

# 目 录

第一章    概 论 .....	1
一、气功的渊源.....	1
二、气与功.....	4
三、功力与功能.....	5
（一）功力是靠心性修出来的 .....	5
（二）功能不是炼功人的追求 .....	6
（三）功力的把握 .....	9
四、天目.....	10
（一）开天目 .....	10
（二）天目的层次 .....	12
（三）遥视 .....	16
（四）空间 .....	16
五、气功治病与医院治病.....	18
六、佛家气功与佛教.....	21
（一）佛家气功 .....	22
（二）佛教 .....	23
七、正法与邪法.....	24
（一）旁门左道 .....	24

别人侵犯了你的利益的时候，你也象常人一样和他打起来，那你也就是常人了。因为你是炼功人，就不能那样去对待。你所遇到干扰你心性的事情，都是在提高你的心性，就看你怎样对待，看你能不能守住，看你能不能在这件事中提高你的心性。

## 六、空间与人类

弟子：宇宙有多少层次空间？

师：据我所知，宇宙中有无数层次空间，对于更多层次空间的存在，以及那些空间中有什么，谁在那里？以现有的科学方法是很难知道的，现代科学还不能做出实证。而我们一些气功师和特异功能者能够看到其它空间，因为看其它空间只能用天目看，而不能用肉眼看。

弟子：各个空间都包含“真、善、忍”特性吗？

师：对，每个空间都包含“真、善、忍”的特性。顺应这种特性的人，就是好人；背道而行的，就是坏人；同化于他的就是得道者。

弟子：最初的人类是从哪里来的？

师：最初的宇宙没有这么多的纵向层次，也没有这么多的横向层次，它是很单一的。在它的发展运转过程中产生了生命，也就是我们所说的最原始的生命，他和宇宙是同化的，没有不好的东西存在。同化宇宙，就是和宇宙一样，宇宙中的一切功能他都有。随着宇宙的发展、演化，又出现了一些天国。往后，出现越来越多的生命，在我们低层次上讲，就是形成了社会群体，相互之间发生了联系。在这个演变过程中，有些人发生了变化，偏离宇宙的特性越来越远，变的不那么好了，神通也就小了。所以炼功人要讲“归真”，就是回归到原始状态，层次越高，就越同化宇宙，本事就越大。这时在宇宙演化中一些生命变不好了，又不能毁灭他，就想办法叫他再提高上去同化宇宙，让他到较低的一个层次去，吃点苦，提高提高。后来不断有人到这个层次来。以后在这个层次中又发生了分化，心性变的更不好的人，这个层次也留不住了，于是又创造了下一个层次。就这样，越来越往下，逐渐分化，直到今天，产生了我们人类所在的这一层次。这就是人类的来源。

# 法輪功

李洪志