

优秀功法

妙法圆融功

# 妙法圆融功

杨雷 北中因 编著

中医古籍出版社



# 妙法圆融功

编著：杨雷 张李丽  
编委：梁玉杰 张志平  
陈洪九 殷秀琴

中医古籍出版社

责任编辑：杜杰慧

封面设计：张福春 吕 波

### 图书在版编目(CIP)数据

妙法圆融功/杨雷,张李丽编著. —北京:中医古籍出版社,1998.8

ISBN 7-80013-563-2

I. 妙… II. ①杨… ②张… III. ①气功②妙法圆融功  
IV. R214

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98) 第 14365 号

出版发行：中医古籍出版社(100700 北京东直门内北新仓 18 号)

印 刷：北京隆华印刷厂

规 格：850×1168 毫米 32 开 12.62 印张 310 千字

日 期：1998 年 8 月第 1 版 1998 年 8 月第 1 次印刷

印 数：10000 册

书 号：ISBN 7-80013-563-2/R·560

定 价：20.00 元(平装) 30.00 元(精装)

## 荣誉与您共享

1996年12月,妙法圆融功被吉林省气功科学研究会评为吉林省“优秀功法”。

1998年5月,妙法圆融功被中国体育气功研究会评为全国“优秀功法”。

1998年5月,杨雷老师被中国体育气功研究会评为全国“优秀气功师”。



# 目 录

序	(1)
功理篇	(6)
一、妙法圆融功的基本理论	(6)
(一)妙法圆融功的基本概念	(6)
1. 妙法圆融功的概念	(6)
2. 妙法圆融功的宗旨	(6)
3. 妙法圆融功的主要特点	(7)
(二)妙法圆融功与中华民族传统文化	(8)
1. 中华民族传统文化	(8)
2. 中华民族传统文化精华	(8)
3. 妙法圆融功融会了中华民族传统文化精华	(8)
(三)妙法圆融功与中华民族传统道德	(9)
1. 中华民族传统道德精华	(9)
2. 弘扬中华民族传统道德精华的目的	(9)
3. 结合功法的修炼弘扬中华民族传统道德精华	(10)
(四)妙法圆融功与现代科学技术	(10)
1. 现代科学技术	(10)
2. 科学与技术和功能在作用上的区别	(10)
3. 妙法圆融功与现代科学技术相结合	(11)
(五)妙法圆融功的人体生命整体观	(11)
1. 人体生命的起源与存在	(11)
2. 有形躯体为人体生命之基础	(11)
3. 无形“精神体”为人体生命之主宰	(12)
4. 有形躯体、无形“精神体”与自我意识三者相互关系	(12)

(六)妙法圆融功的人天唯物辩证观 .....	(12)
1. 妙法圆融功的人体与宇宙整体唯物辩证观 .....	(13)
2. 妙法圆融功的人生与社会整体唯物辩证观 .....	(13)
(七)妙法圆融功的宇宙整体信息观 .....	(14)
1. 信息的概念 .....	(14)
2. “宇宙间高级功能信息”的含义 .....	(15)
3. “高级功能信息”、“超常物质能量”与人的三者关系 .....	(16)
(八)妙法圆融功功理 .....	(16)
(九)妙法圆融功法理 .....	(18)
二、妙法圆融功理论核心的科学观	
——对现代脑科学理论的实践与探索 .....	(20)
(一) 现代医学对大脑的研究成果 .....	(21)
1. 轰动世界的“三层脑理论” .....	(22)
2. 右脑的四大功能 .....	(24)
3. 左右脑之间的差异 .....	(28)
(二) 妙法圆融功对脑科学理论的实践与探索 .....	(30)
1. 妙法圆融功的人体生命公式对脑科学理论的 实践与探索 .....	(31)
2. 妙法圆融功的“功能型”修炼对脑科学理论的 实践与探索 .....	(37)
3. 妙法圆融功的“修炼状态”对脑科学理论的 实践与探索 .....	(44)
4. 妙法圆融功将传统文化精华与现代科学技术相结合 .....	(51)
功法篇 .....	(57)
一、妙法圆融功健身功法(命功) .....	(57)
(一) 健身功法特点效果 .....	(57)

(二)双手蠕动 .....	(58)
(三)益智健身桩 .....	(59)
(四)站桩的功理与功效 .....	(66)
(五)修炼提示及注意事项 .....	(67)
(六)健身功法修炼问答 .....	(70)
二、妙法圆融功初级功法(性功 1 部).....	(81)
(一)妙法圆融功初级功法特点效果 .....	(81)
(二)妙法圆融功初级功法修炼指导 .....	(82)
(三)初级功法修炼问答 .....	(82)
附:妙法圆融功功法系统图.....	(94)
<b>修德篇</b> .....	(95)
一、做一个功德高尚的人.....	(95)
(一)工作事业方面 .....	(98)
1. 从合群中广结人缘 .....	(98)
2. 从工作中发挥热忱 .....	(99)
3. 从宽容中去除嫉妒.....	(100)
4. 从谦卑中陶冶自尊.....	(102)
(二)家庭生活方面.....	(104)
1. 在家庭中承担责任.....	(104)
2. 从拥有中养成节俭.....	(105)
3. 在淡泊中体验乐趣.....	(106)
4. 从生活中真诚奉献.....	(107)
(三)自身修养方面.....	(108)
1. 在人生中树立理想.....	(108)
2. 从宁静中安顿身心.....	(110)
3. 在反省中增进人格.....	(112)
4. 从仪态中完善自我.....	(113)
二、修德 = 消除不良情志 = 心理健康 = 生理健康 .....	(116)

(一)从中医理论谈不良情志对人体生理状态的影响……	(116)
(二)从现代医学角度谈不良刺激对人体生理的影响……	(130)
(三)如何减少不良刺激对人体生理状态的影响……	(133)
<b>效应篇</b> ……	(137)
职工修学妙法圆融功,促进事业良性发展 ……	侯新武(137)
我们全氏家族三代 25 口结缘妙法圆融功 ……	全福民(141)
妙法圆融功让我创造了医学临床上的奇迹……	高秋菊(147)
妙法圆融功让我们农民修炼者获大益……	金淑霞(155)
妙法圆融功成为我工作的良师益友……	张德金(160)
妙法圆融功改变了我的生命密码和生存质量……	王淑霞(166)
妙法圆融功让我笑对人生甘奉献……	全福祥(171)
疾病折磨三十载,修炼妙法出奇功 ……	冯素英(176)
妙法圆融功使我变成了特医……	李 任(181)
妙法圆融功帮我开悟得法、度人利他 ……	曾志前(185)
妙法圆融功给了我一个充满幸福的晚年……	张宝岩(191)
延边气功组织和气功爱好者欢迎妙法圆融功……	方钟活(195)
怀孕练功,我没“遭罪”,孩子优生……	梁理环(199)
妙法圆融功拓展了我临床医疗的未知领域……	孙 瑛(201)
妙法圆融功使我从商海沉浮中返朴归真……	崔鹤腾(206)
是妙法圆融功让我变成了“老神仙”……	朱开富(209)
得遇明师修妙法,利己利他出真功 ……	殷秀琴(212)
妙法圆融功开发了我的特异功能……	赵 俐(217)
改学妙法圆融功、提高层次得真功 ……	朴胜雄(221)
重病困扰苦寻路,修炼妙法喜逢春 ……	季汝勤(226)
妙法圆融功改变了我们姜氏家族的生存质量……	姜秀兰(229)
妙法圆融功让我脱胎换骨、净化身心出功能 ……	邵元亮(233)
妙法圆融功给了我健康和吉祥……	王玉梅(237)
妙法圆融功让我们西安人受了益……	宋立坚(240)



妙法圆融功是现代青年的良师益友·····	代方案(244)
妙法圆融功应该属于全人类·····	翁兆祥(248)
<b>专家篇</b> ·····	(252)
妙法圆融功是精神文明建设的“新载体”·····	康子重(252)
妙法圆融功对心理学的发展和升华·····	林树青(256)
妙法圆融功的宗旨与健康新概念·····	周子文(260)
妙法圆融功“人之无形‘精神体’转变为无形 ‘精神能量体’”假说的科学性·····	安清奎(264)
妙法圆融功实用理论与社会实践·····	初阳(269)
妙法圆融功与人体分子密码·····	韩永才(275)
妙法圆融功“倒拨生命时钟”的奥秘·····	李初(280)
妙法圆融功在医疗上具有神奇的应用效果·····	郝兴家(285)
妙法圆融功可以帮助医生提高医术·····	刘丹薇(290)
妙法圆融功在临床上确实一用就灵·····	孙晓兰(294)
妙法圆融功有效解决了离退干部三大问题·····	朱成华(297)
妙法圆融功让我们夫妇老有所乐、老有所为·····	王以忱(300)
我修炼妙法圆融功的变化自己都难以相信·····	王芝兰(303)
<b>科研篇</b> ·····	(308)
关于妙法圆融功利己、利他效果的检测报告·····	程绍芸(308)
关于妙法圆融功对玉米增产的试验报告·····	刘东辉(311)
<b>师资篇</b> ·····	(315)
妙法圆融功是东方传统文化精华的综合体·····	玄日东(315)
妙法圆融功的修炼与修德、养德·····	李春玉(322)
妙法圆融功的修炼观与人格的圆满·····	林鸿昌(328)
障碍普通人右脑中“精神体”活化的六种自我意识 ·····	廉湘岚(332)
“七分修”是确保“三分炼”的基础·····	梁玉杰(336)
理解掌握16字修炼准则才能确保上层次·····	张志平(341)

掌握好“修炼状态”才能提高修炼水平·····	白宗启(347)
妙法圆融功的修炼是一个“开悟见性”的过程·····	刘振洪(354)
我上层次的几个转折·····	陈洪九(361)
万般神通皆小术、唯有大道是正宗·····	王贵云(367)
运用辩证法指导修炼、提高层次·····	蔡卫华(371)
妙法圆融功蕴含着科学的“天人合一”宇宙观·····	李建华(379)
<b>附 篇</b> ·····	(384)
吉林省体委群体处处长刘明宇在妙法圆融功创传六周年 暨全国学术交流大会上的讲话·····	(384)
吉林省人体科学研究会负责人就推荐“优秀功法” ——妙法圆融功答记者问(节选)·····	(386)
妙法圆融功学员守则·····	(392)
妙法圆融功师资须知·····	(393)
<b>致 读 者</b> ·····	(394)

## 序

“国优”、“省优”功法——妙法圆融功，于1992年初在人杰地灵的吉林省长春市起源。它巧妙地把中华民族传统文化各家精华融汇并与现代科学技术有机结合，使每位修学者通过“体能”与“功能”相结合的“性、命”双修、身心并炼，活化右脑中的“精神体”，沟通宇宙间“高级功能信息”，获得“超常物质能量”，快速祛除自身疾病（特别对各种久治不愈的慢性疾病或疑难杂症效果颇佳），通过修炼快速开智得功，直接获得国际认定的“ESP”人体特异能力，证得身体、心理和生存环境等方面圆满融通的修炼效果。

妙法圆融功的创传人杨雷老师，现年42岁，中共党员，中医、经济管理双大专学历，原任职于长春市国有某大公司中层干部。1994年3月被吉林省气功科学研究会评定为“高级气功师”，1998年5月被中国体育气功研究会评为“全国优秀气功师”。

他从青少年起即修学佛家禅坐，气功潮起时又学练了多种功法，为追寻理想的高层次修炼，他在完成本职工作的同时，潜心钻研气功，终于勘破了中华民族传统修炼养生文化精华及古代“高功夫师”修成之秘。在与妻子张李丽老师尝试探索实践高层次修炼的过程中，历经坎坷艰辛磨难和数次大、中、小悟，终得以大成，共同创始出这套古代优秀传统修炼养生文化精华与现代科学理论巧妙融会的科学修炼方法。功法创出经过实践后，又几经充实、调整、改进、完善，在吉林省和长春市气功组织的支持下脱俗而出，面向社会教传，得到了新老气功爱好者和社会各界的广泛认可，迅速在省内外传播。他撰写的《走出气功学练误区》等论文，被《长春日报》和《中国气功科学》、《东方气功》等报刊杂志所刊载，引起气功

爱好者和气功组织的关注并受到好评。

吉林省气功科学研究会经过5年的追踪反馈,3年的实效考察,妙法圆融功确有一听就懂、一学就会、一炼就得、一用就灵、而且越用越灵的特点,深受各界人士,特别被高级知识层和在职人员所欢迎和喜爱。目前在本省长春、吉林、延边、四平、辽源、通化、松原、白城等市及北京、上海、天津、湖南、广东、河南、南京、西安、咸阳、哈尔滨、大庆、齐齐哈尔、沈阳、大连、青岛、威海等地广为流传,并已经发展到马来西亚、韩国、日本、美国等国家。它之所以逐渐被越来越多的气功爱好者所广泛接受,具有下述特点与效果:

### 1. 组织合法

1992年功法一面世,首先到长春市气功人体科学研究会申报,接受评审。经考核评定后,向民政申报登记批准注册,成立了专业委员会,为合法社团组织。功法组织成立后,自觉服从当地气功组织领导,在开展活动中,建立健全教功指导体系,对学员认真负责,坚决遵守党和国家政令法规,积极贯彻上级气功组织的指示精神,自觉参加上级气功组织的有关活动,多次受到表扬。

功法组织1996年被长春市气功人体科学研究会评为“先进集体”,并获得证书。功法经长春市气功人体科学研究会推荐,被吉林省气功科学研究会认定为吉林省“优秀功法”,并推荐报评“全国优秀功法”。1996年经吉林省气功科学研究会报省民政厅批准,建立了省的功法专业委员会。1998年5月,被中国体育气功研究会评定为“全国优秀功法”。

### 2. 科学领先

妙法圆融功运用现代大脑科学、神经科学的现代最新研究成果及理论,与古代传统文化各家精华巧妙融会,其超凡脱俗的修炼效果,首先得到了医学科学的认证。经白求恩医科大学专家教授的临床检测,修学者修炼后的疾病好转率达到81.8%,被修炼者做为“利他修炼”对象的被调治者的疾病好转率达到89%。多位

专家学者通过修学本功法,在自身取得实效的基础上,撰文对妙法圆融功涵盖的医学、心理学、人体学、社会伦理学、生命科学、行为科学、假说科学等方面,进行了令人信服的科学论证,得到社会各界公认。

### 3. 修炼内容好

妙法圆融功以弘扬中华民族传统道德精华为主导;以“创建213健康工程”为宗旨,促使修学者树立健康的修炼观。完整的提出“功德修炼”的12条准则,要求修学者“科学健身,性、命双修并炼,做一个功德高尚的人,实现身体、心理和生存环境的共同健康完好”。理论联系实际,使修炼整体融于工作、生活、学习之中,使之相辅相成、相互促进提高。妙法圆融功的整个修炼方法、内容、效应符合国家政令法规,符合现代人的需求和追求,符合国家《全民健身计划纲要》的要求,符合世界卫生组织“健康是身体、心理和社会完好状态”的健康新概念。不管有病与否,都可以通过修炼逐步达到身心健康、人格完善。

### 4. 功理法理新

妙法圆融功古为今用、推陈出新,勘破了中华民族传统文化各家精华中“精气为物”、“有形是假、无形是真、借假修真、方成大道”等修炼理论的真谛,运用唯物辩证法及现代医学科学最新研究成果,通过理论与实践结合证得:人体生命是由有形躯体、自我意识(产生于左脑)、“精神体”(储存于右脑)三个部分构成。人的左脑是产生自我意识的后天脑,主要记录人类“后天”即出生以后所获得的人生体验等方面的信息;人的右脑是非我意识和储存“精神体”的先天脑。它来自宇宙,储存了人类祖先们千百万年来的遗传因子信息。普通人通过妙法圆融功科学的性、命双修并炼,合理降低左脑后天的自我意识,强化先天右脑的开发应用,使左、右脑的功能协调而实现后天返先天。在“黄金时间”的修炼中借助修炼有形躯体之“假”,启动自身超常系统即右脑中储存的无形“精神体”

之“真”，使其与宇宙波动产生同频，沟通宇宙中“高级功能信息”获得宇宙“超常物质能量”，逐步转变为无形“精神能量体”，修炼出理智、情感、能力三者都同时达到一个圆满境地的人格。实现开发修炼者自我右脑中深层智慧领域内存的特异功能，达到超越自我，超越常人，改变“生命密码”和生存质量地目的。

### 5. 修炼方法新

(1)健身功法(命功)的特点效果是：30分钟桩功中6个连贯的象形架势，依照中医阴阳五行理论之相属、相生顺序选择排列，修炼时状态圆融、轻松舒缓，每5分钟以“功能型”机制变化运转，人天合一沟通信息、获取能量、疏通经络、平秘阴阳。健身功法之益智动作——双手蠕动，使十指所载与脏腑相关经络得以直接调整疏通，并相应地牵动相属脏腑同步运动，有效调整改善人的生理机能。同时直接活化刺激了大脑神经细胞，进一步激发大脑的深层智慧。与初、中级功法性命双修并炼，相辅相成，相互促进提高，具有改善提高体能快，健身祛病效果好，开启人体右脑的超常内存不出偏等特效。

(2)初级功法(性功1部)的特点效果是：科学合理时间短(15分钟内完成修炼)，简单易学不出偏，对生活、季节、地点等无任何禁忌，男女老少皆宜。每天在早晚的修炼“黄金时间”运用“黄金架势”千人千法坐式修炼，不入静、不意守，沟通信息，获取能量，逐步使自我无形“精神体”改变为“精神能量体”，并促进有形躯体的高效改善，对各种慢性疾病或疑难杂症效果均佳。尤其对一些自觉病状明显、医学上说不明原因、查不出结果的“第三类病”效果显著。可使修学者的生理、心理、家庭、工作事业等方面得以显著调整改变。

(3)中级功法(性功2~4部)的特点效果是：在每晚特定的“黄金时间”内，修学者自选一方便时间进行“中级修炼”(性功2部)，无动作、无意念、无架势，不超10分钟，可使修学者无形的“精

神体”快速沟通宇宙间“高级功能信息”，高效获取“超常物质能量”，并使修炼者的“精神能量体”和躯体得以合理有序的提高强化。“利他修炼”(性功3部)能把调整调治他人疾病和动物、植物、信息场态与自己的修炼有机结合，不仅可以有效调治他人疾病和动物、植物、信息场态，而且可以促进提高自己的修炼功效，并使被调治者的调治效果明显持久。平日讲求“三分炼七分修”，把完善人格即“功德修炼”做为修炼的根本。并以本功法的“功德修炼”和“特异修炼”(性功4部)做保障，使修炼者不断向更高层次进步。

## 6. 创新务实

妙法圆融功作为具有独特风格和超凡效果的国优、省优功法，完全符合中国气功科学研究会提出的“现代气功科学”特征，它把注重形体、繁杂苦练的气功，变成了适应时代需求的简便之法；把注重单一“体能型”锻炼的功法，上升为“体能型”与“功能型”相结合新法的高层次修炼，不仅使中国古老的传统气功走过了一个脱胎不换骨的过程，也为广大气功爱好者提供了一个上层次的捷径。

妙法圆融功能使在职干部职工特别是各级党政干部修学有实效而无顾忌；能使离退干部和职工发挥余热，老有所为、老有所乐；能使患各种疑难病者从根本上有效改善达到身心健康；能使经商者事业顺利、青少年提高智力；能使修学者家庭幸福和睦、宁静祥和。真正实现身体、心理、生存环境的共同健康完好。

学练气功得实效、上层次，是每位气功爱好者的大心愿，只要您选择了妙法圆融功，它一定会给您一个满意的回报！

妙法圆融功总部  
1998年6月

# 功理篇

## 一、妙法圆融功的基本理论

### (一) 妙法圆融功的基本概念

#### 1. 妙法圆融功的概念

妙法圆融功是中华民族传统文化和传统道德精华,与现代科学技术相结合的一种性、命双修并炼的功法。它能使每位修学者通过“体能”与“功能”相结合的“性、命”双修、身心并炼,活化右脑中的“精神体”,沟通宇宙间“高级功能信息”,获得“超常物质能量”,快速祛除自身疾病,通过修炼快速开智得功,直接获得国际认定的“ESP”人体特异能力,证得身体、心理和生存环境等方面圆满融通的修炼效果。故称之为妙法圆融功。

妙法圆融功属于现代气功科学,属于中华民族大家和整个人类。是东方古文化的派生和延伸,是中华民族传统文化和传统道德精华的继承和发展。

#### 2. 妙法圆融功的宗旨

妙法圆融功的宗旨:“创建 213 健康工程”。

即“倡导修学者科学健身,性、命双修并炼,做一个功德高尚的人,实现身体、心理、生存环境共同健康完好”。

日常修炼观:“修炼出理智、情感、能力三者都同时达到一个圆满境地的人格,改变生存质量”。



### 3. 妙法圆融功的主要特点

(1)沟通信息、获取能量。通过编设“修炼程序”，使修学者自身无形“精神体”沟通宇宙间“高级功能信息”，获取“超常物质能量”，逐步聚积转变为无形“精神能量体”。

(2)“性”与“命”双修并炼。修学者一方面通过“体能型锻炼”达到科学健身、疏经通路、平秘阴阳、祛病养生的目的。另一方面启动自我“精神能量体”，进行“功能型修炼”。使“性”与“命”，“有形”与“无形”双修并炼。

(3)不需入静、不需意守、不出偏差。修学者在修炼中可以抛开“我”字，启动人体的超常系统，进行无意念性的修炼。不需入静、不需意守，不出任何偏差。

(4)“千人千法”与“法无定法”。初级功法是千人千法，“黄金时间”、“黄金架势”、“特效指令”，无时间长短及动作架势的统一规定。中级功法“法无定法”，在“黄金时间”中只要“依法进入状态，等待结束状态”就可以达到修炼效果。

(5)“黄金时间”修炼，时间短、效果好。健身功法为 30 分钟，初级功法不超过 15 分钟，中级功法不超过 10 分钟，并可以使自我有形躯体与无形“精神体”有效获取“超常物质能量”面双双转变强化。

(6)利己——利人——再利己。中级功法“中级修炼”可以有效利己，“利他修炼”可以选择他人做对象，调动信息，运转能量有效改变他人无形“精神体”及有形躯体，不接触他人身体，不要求对方配合，效果稳定持久，既给他人调治了疾病，又使自己增长了功与德。

(7)“七分修”是确保“三分炼”的基础。把平日的“七分修”，即“修炼出理智、情感、能力三者都同时达到一个圆满境地的人格”做为修炼主题。使日常的“七分修”和“黄金时间”的“三分炼”结合为整体，确保修炼的提高。