

地球身心靈整合學會

上師課程第 043 堂課：掌管香料的神「香功」課程講義

註：

1、這是掌管香料的神(無特別稱呼，白光稱祂為**花都里上師**)於 2011.11.09(三)傳下來的課程。

2、花都里上師於2020.03.12(四)再次補充。接訊者：白光。

3、花都里上師掌管全宇宙的香料，用**嗅覺聞到的香味**基本上都是、**花精**也是掌管的範圍。

功效：改善「淋巴系統」功能。

雙手合十放在胸前，拜個幾下，往上拜，往下拜，往前拜，往左拜，往右拜，回到中間拜，從頭上繞一圈，自由動作，**依身體想動的方式來動。**

註：這真的是香功，與一般在公園練的香功，是一樣的。花都里上師說**連續練 3 天每次 5-10 分鐘，會出現效果的，且真的會有香味出現。**

香功簡介：

佛家修持的法門之一，全名為「中國佛法芳香型智悟氣功」。相傳為兩千年前的**蓮花生大士**所創，中國唐代**玄奘法師**繼承；南宋傳至**濟公大師李修緣**。在現代，由**悟空法師**傳至田瑞生，1988 年春，田瑞生在洛陽公諸於世，提出“**信、練、德、悟、傳**”五字真諦，自 1988 至 1991 年間，廣傳該功法於中國各地。

香功創始於佛門，精華於禪密。練功時，**不求意守，不重意念**，力主主動式循序修習，恆常練之。功理方面，一是講求**自實踐中頓悟**；二是講**修悟而不立文字**，即禪師所謂：“**達摩西來一字無，全憑心意下功夫，若在紙上求妙法，筆尖蘸乾洞庭湖。**”

功法方面，分初、中、高三級。初級功三節，自“金龍擺尾”至“雙手合十”，有 15 個動作，以活動上肢為主，用來排除病氣；中級功三節，自“韋馱獻杵”至“三聖打坐”，有 15 個動作，以活動下肢為主，配合上肢帶動全身，利用採氣以充實肌體。高級功注重手印之功，修習不易，由田瑞生單獨傳授。



本功法屬禪宗與密宗的精華，是佛家的上乘功法，不強調意念，但不是無意念，是**一念帶萬念**，達到**忘念**，這樣不會出偏；不強調配合呼吸，是不強调用意念來調整呼吸，自然呼吸本身就是調息，是高級的調息。