

丹田氣功法講義

2011. 10. 26

2014. 01. 26 修正

2014. 07. 10 修正

by 白光

功效：

- 1、增加丹田氣(練小藥或稱陽神胚胎)、讓氣場厚實。
- 2、協助找回累世記憶與能力。

一、階梯式呼吸法(練內呼吸)

二、深層淨化呼吸法(排毒、進入空無)

三、丹田壓縮密實法

- 1、氣歸丹田。
- 2、啟動「丹田壓縮密實」。
- 3、啟動「丹田重新排列組合」。

四、丹田氣功法

- 1、手部螺旋脈練氣法(練丹田氣、通手部螺旋脈)
- 2、腳部螺旋脈練氣法(練丹田氣、通腳部螺旋脈)
- 3、翻山越嶺練氣法(練丹田)
- 4、日月合璧蘊金丹(練丹田氣)
- 5、水平丹田旋轉
- 6、垂直丹田旋轉
- 7、丹田呼吸法
- 8、蛋型氣場練氣法

五、脈輪控制法及療癒

- 1、順轉、逆轉
- 2、快轉、慢轉
- 3、啟動、停止
- 4、擴大、縮小
- 5、破損療癒
- 6、阻塞療癒