

念力功法有五級課程

(5.15.2023)

www.ioles.org

念力功法一共有五級課程。從第一級到第五級，在師祖達喜樂，納樂達慈悲的心愿庇護下，經由老師或導師啟動穴位(練功時的專注點)促進念力運氣的功能繼而練習靜坐。此乃非常關鍵，學員不用自行灌氣通竅，便可立即切入練習運氣。

靜坐過程是提煉精、氣、神。好好鍛煉能使身心自行修復；可避免或減少使用藥物所帶來的副作用，沒病亦可強身健體。古人把精、氣、神、分為先天後天。先天為元精、元氣、元神。元精來自父母，基因遺傳，藏于腎，繁衍生化。煉精化氣，煉氣化神，以內在無形之心神為主宰，啟動生命活力之原點原能。後天之精、氣、神來之飲食營養，睡眠，宗氣/營氣/衛氣，大腦機能神經系統一概為形體之用。三者之先天後天相輔相成，協調維持生命之活水，以'念力脈波'作內在隨緣通衢。故：初學者在第一二級所建立起每日勤於靜坐的好習慣極為重要。連綿不間斷地練習便能維持內在能源充分存儲分佈，加強氣的運動速度，進而細化人體內外磁場能流，身體就會充滿能量！

念力功法不以神通掛帥。一步一腳印，腳踏實地的練習，開功後眼睛閉上，念念繼而集中，配合呼吸... '一進一下，一進一下'，每當腦波頻率調化到阿爾法赫茲時，便與地球磁場舒曼頻率的7.83赫茲和諧共振，壁合宇宙之能量調化肉身，契合天地之精華貫穿內神... 靜坐使大腦容易專注繼而放鬆到放空，身心飽滿又平和。

書同文... 車同軌... 體力、腦力、心力亦復如是。三者自當同軸同軌，方可滋養出整體之大平衡。透過日常練功，自在念力引用能量滲入體內，較易解析出病源。

例如：靜坐時感到疲憊不堪昏昏欲睡，那就去睡吧。可當每一次靜坐的時候都有同樣的跡象，大腦就要關注了，身體其實是在發出訊號: '我處在高壓狀態已經太久了，透支了'... 如是如此... 心放下，大腦放慢，好讓身體得以養護兼活化，相互配合調整，在交互作用下，共契出：新新相繼存活之生命力！

再如：身上若曾有動過手術，練功時傷口內在因堵塞而疼痛，此時心腦需要忍耐堅持，在念力引氣之疏導下... 化解、修補、通衢了體內奇經八脈，臟腑腔膜，此時才算真正療愈了。運氣、引氣、練氣因而調身、調腦、調心... 當鼻息念力在萬念歸一下，一切病痛，隨緣化解，一切煩惱，逐漸平靜。身、心修得圓融，精神(靈)自然顯現。



Ms. Esther (荷葉子) 隨緣筆記
www.ioles.org