神奇的辟谷经历

2005-12-7

(2000年7月28日，柏林功友家里。张仪政将修炼天功的情况向乐天大师作了汇报。当时他已辟谷23个月。在座的有功友兄妹。)

弯腰六次，十八年的严重腰病彻底治愈

仪政：我今年47岁，柏林富豪饭店的老板，浙江诸暨人。1998年8月18日也是在这里（功友家）第一次见到乐天大师的，1998年9月2日开始辟谷。

仪政：1998年8月18日，经我的一位朋友介绍，说乐天大师要到柏林来。因我的二女儿张天琳，现21岁,患红斑狼疮病，她反复叫我们到这里来看一看。晚上11点，我的饭店收工，同我的太太朱启英、二女儿天琳、三女儿张慧蒂一起来了。当时这里已有了很多人，我跑上来后看到没有什么认识的人。

听了乐天大师讲了很多宇宙的事，因孩子是在香港长大的，国语听不懂，坐的时间长了，她们困了。但我听得很好，我看她们很困，很不礼貌的。想回去，但又想起我的腰病。

我原来在香港是做装潢的，腰病是十七、八年前在广州中国大酒店做装潢时受伤的。1987年我们移民到德国，我做厨师，在饭店里每天工作十几个小时，腰病就厉害起来了，坐时痛，走时痛，睡时也痛，坐一会儿就要站起来，要用一只手托着才舒服些，站起时必须慢慢的，否则站不起来，很痛，我就带上了不锈钢宽腰带，足足捆了我十年，此病发作时不能入睡，睡不下去，睡下也爬不起来，不能翻身，要老婆拉起来，拉起来时痛得眼泪都出来，用了不锈钢腰带后，发作时还是这样，很痛苦，还要天天上班。来德国后也去看过骨科医生，到了医生那里就是打针，一次就要打两针，也不知道打了几百针，数不清了，经过几星期的治疗，稍好一点，过些日子就又发作，反反复复了十年。

直到98年8月18日的晚上，我在这里向大师讲了我的腰病。大师立即让我将腰弯下去，再起来，再弯下去，再起来……，我毫不犹豫地服从大师指令做了六次弯腰动作。大师问：怎么样啊？我当时就没有什么痛的感觉了，旁边的人为我鼓掌，让我将信息确定下来，我也是这样感谢大家的。回到家里一觉睡到次晨8点钟，我不理解怎么会一觉睡到天亮而没有痛感，早上起来时还有隐隐的痛，一会儿就一点痛觉都没有了。

乐天大师：那天晚上你是第一次认识天功吧？当时是带功座谈会，是你自己提出来你有腰病的吗？

仪政：不是，是我老婆和女儿提出来的。当时我只问了关于女儿和有关饭店的事，忘记了自己的腰病，还是老婆孩子提醒了我。记得大师说：“ 腰病？好。弯腰！ ”过去我根本没有胆量弯腰，这时我连续六次弯腰，起来；最后三次的弯腰，手掌心已能接触地面。你问我现在感觉怎样？我说：好像感觉不到什么痛。这时有人拍手说：你好了！我说：这就好了？我还是糊里糊涂的，好像是好了，没有痛了。

第二天早上我起来后兴奋地将老婆唤醒：“ 发生奇事了，没有理由的，我怎么搞的，一点也不痛了，但我怎么弯不下去？ ”因为早上起来我感觉不痛，跑到外面去弯腰，怎么也做不到像前一天晚上那样，“ 太奇了，碰到神仙了，我一下子什么感觉都没有了。这么长时间的腰病，一下子就没有了，这可是一件大事，我要谢谢大师。 ”

于是，我拉着老婆来感谢你，我亲自对你讲：“ 我好了！ ”。的确，从那天开始，我彻底好了。

辟谷，要闯过亲友关

仪政：9月4日，辅导员在柏林开班，我叫一家人都来学功，全家亲朋好友共16人，我小儿子（张皓峰，19岁）对中国这种气功文化没有认识，听说气功这么神奇，眼看我的腰一下子好了，感到太神奇了，也来学功。

开班前两天，我在柏林天功看到中国的《体育与气功》杂志后就开始出现辟谷现象。

8月18日大师的带功座谈会上我第一次听说辟谷这一现象，我对辟谷很好奇，就对着你的照片（这本杂志

上有介绍天功的文章，还有你的照片）问：大师啊，你说的辟谷，我是不是也可以试一试？到底辟谷是什么味道啊？我听人家谈的很神奇，自己也想知道这里面究竟是怎么回事。

当我回到饭店后走到酒吧前，好像口水就流出来了，又香又甜，就不想吃东西了，这样就开始辟谷了。

我每天早上喝一杯咖啡就够了，第二个星期就要吃一点点水果了，早上一根香蕉，晚上一根香蕉，到第三个星期有点想吃东西了，我想我是辟谷的，其实肚子并不饿，口水流一流，就是嘴巴的诱惑。这样坚持了三个月后，对我来说很多东西都变臭了。

主要是亲友的干涉。我原来每天酒不断，辟谷后酒也不喝了。坚持辟谷是很艰苦的，因为我的妈妈、亲戚朋友们看到我一下子瘦了下去，特别是我妈妈，她常哭，劝我吃饭。我记得大师说过：辟谷开始时，人身体里面有很多不好的东西是要去掉的，瘦下去是正常的，但我本来不是一个胖人，一下子瘦下去可能是不太好看，但自己过得很精神、很神气，精神上比吃饭的人还好。我当时可能瘦得太难看了，原来60公斤的体重，后来只剩下49公斤，掉了11公斤。但精神好，天天在厨房里做十几个小时，我太太就是看到我精神好，不然也会让我吃饭的。我家里的孩子也接受了这个事实。但我的亲戚朋友和我的妈妈，看到我瘦了，样子难看，他们就劝我吃饭，这种信息干扰有时实在吃不消的。我妈看我这样就哭。我知道他们是为我好，是好意，因为他们不明白，也从来没有听说过。他们体会不到这里面的效果，我只能告诉他们辟谷是很舒服的，特别轻松，睡觉少，不吃，唯一的缺点就是有点瘦得难看，但我现在又开始胖起来了，气色也好起来了。

从2000年5月7日开始，7天中我什么都不吃，每天早上只喝一口水。7天中又瘦了5公斤。

乐天大师：辟谷，还有辟水就是很自然地接受了宇宙的信息，不想吃饭，不想吃东西，不想喝东西。辟谷有几个层次，有的是什么都不想吃，什么都不想喝；有的则是吃一点点蔬菜和水果，有的吃几粒花生米、红枣。辟谷也有个过程，原来胖的人恰恰帮你减肥了，你就会很高兴，但你本来就是瘦的，一辟谷人就又瘦了，当然会难看些，但经过一个过程会调整过来。杨丹凤原来就很瘦，开始辟谷后也是更瘦了，后来胖了一点，现在她的体形是最佳状态。

辟酒—戒酒瘾

仪政：我过去喜欢喝酒，开饭店的，什么酒都喝，一天下来不喝水只喝酒，我在12岁时就开始喝酒，常常喝米酒，绍兴老酒，从12岁喝到45岁，每天喝，不喝酒就浑身不自在。辟谷第二个星期我想试试啤酒，就喝了一口，又臭又麻的，结果噗的一口全部吐出来。我原想喝点老酒总没有问题，没想到也难喝死了，全吐掉了，以前又香又甜的酒，从此我就不碰了。我老婆是第一个最高兴的，因我以前酒喝得臭臭的，整个人都充满了酒气，但自己感觉不到。现在只吃一点水果，有时多些，有时少些，最多时一天3-4个香蕉，咖啡还接着喝点。

仪政：我现在皮肤也变滑了，柔软、细腻起来了，也变白了。而且你怎么掐都没有感觉。

乐天大师：你来试试，用指甲掐他，使劲。（功友使劲用指甲掐张仪政）

仪政：没有感觉，不痛的，没有任何感觉，里面稍有感觉，外面是不痛的，厨房的油溅到手掌上，皮肤上起了泡，但是不痛，皮肤可以烫烂的，但不会痛，我自己打自己，很用力，只是里面有一点点感觉。

开始学功

仪政：我现在讲讲练功以后的事。我参加辅导员98年在柏林办的首期铜钟功□A1-1□班。当时有40多个学生，班上辟谷的有十几个人，我家里就有4个人辟谷，三个女儿都辟谷，大女儿辟谷二、三个月，二女儿嘴馋，吃了辟，辟了吃，身体比学功前好。开始学功时很好，小孩子慢慢就懒了，不练功，对身体有影响，现在又开始练功了，三女儿每天就只吃一点蔬菜，也不练功，六、七个月只吃水果和蔬菜。

乐天大师：辟谷是很好的练功。修炼辟谷功并不一定要站在那里摆个姿势。

仪政：98年9月4日，我在辅导员那里学练天功和天掌功。回到家里每天早上练自发动功，晚上练静功的莲花功，这样坚持到三个月的时候，身体有塞住的感觉，练功当中打嗝，后来有点不舒服，我没有管它。过一阵突然冲出来一口气，从下面冲上来，把鼻涕都喷出来了，这时全身才感觉通了。第二天我练铜钟功和催劲，这么催催，那么催催，自认会催出来，很神奇，还有这种事？是自发催劲，里面的气自自然然地、自发地动，不需要你怎么样控制，练得很高兴。

后来出了点事：99年1月份，练功后感觉身体很热，就跑到野外去采松树的气，结果受了凉，伤风感冒了，这天晚上耳朵也塞住了，听不到了。

蜜蜂的亡灵来报仇

仪政：第二天，功友来电话说，辅导员从中国来柏林，让我去火车站接辅导员。我想，我的救星又回来了。真巧，我第一天生病，第二天辅导员就到柏林来了，我同她会这么有缘。

到写字楼时，辅导员回头问我：你出了什么事？感冒伤风了？我给你发发功吧。到了办公室后她给我发了功。发功时，很轻松，很舒服。

第二天，辅导员又到我家来问我好不好？我告诉她：很糟，我的耳朵还是听不到。她打开天眼，查我的耳病。她问我：你有没有杀过蜜蜂啊？因为她看到很多蜜蜂堵着我的眼睛与耳朵，嗡嗡地叫。我这才想起在餐馆门口的蜜蜂。夏天，客人们喜欢在外面吃饭，总有蜜蜂来干扰客人们就餐，影响了我的生意，我就经常杀蜜蜂。几年来杀了不少蜜蜂，足足有几百只，我这才明白它们现在来报仇了。

仪政：辅导员告诉我，解决的办法只有靠我自己修了。我想：是我杀死它们的，我应该让人家报仇的，我应该向人家道歉。从此以后，我每天练功前都向蜜蜂道歉：我以前不知道这样做有什么不好，你们那样对我的客人，还叮咬孩子，我才将你们杀掉，我以后再也不杀蜜蜂了。我天天向它们道歉，再道歉。第一个星期，耳朵里还是有很多声音，第二个星期就少下去了，一个月下来，它就自自然然地没有了。

乐天大师：有的人，只是在表面上道歉，道歉一个星期还不好，他就不道歉了。这样他的机会就错过了，你坚持住了，所以耳朵的因果病就好了。现在大多数人就是不懂此道理，导致世界上因果病泛滥，现在你餐馆门前蜜蜂还有没有？

仪政：少下去了，如果它跑进餐馆里来，我就对它说：我不杀你，你还是出去吧，我就会开窗让它飞走。我和老婆说：我要修炼啊，你也不要打蜜蜂了，也不要无意地杀死它们哪。我还叮嘱老婆：它来了就让它出去，不要打，我们要爱惜生命。

乐天大师：如果以后再来，你就用心灵语向它讲：蜜蜂啊，你不要来干扰我的客人。

深层辟谷

仪政：练功7个月时常常感觉身体好像没有了，但有意识，知道自己在练功，我白天是练铜钟功，晚上单盘练莲花功。

乐天大师：练到身体没有感觉了，这就是“无”，老子的“无”，一切消失了，练功中这个“小我”没有了。

仪政：“无”的感觉来时，感觉很舒服，后来看看人家练功是双盘，我也想试试，刚开始很痛，前30分钟还可以。30分钟以后就坚持不下去了。开始也用意念坚持它，直到2000年3月7日这一天，痛起来了，我还是坚持练功。有一次，痛的时候突然脚一跳，好像从下向上通了，我成功了。此后，坐一个小时没有问题。白天练铜钟功时身体没有感觉了，感觉不到身体是自己的，这是不是太奇妙了？我也不懂怎么会这样。这样坚持了一年多，只要感觉不舒服我就收势，收势后看表，有时练了一小时二十分钟，有时一小时五十分钟。……

2000年5月3日，我练铜钟功时，约15分钟后，我感觉有一股强大的气流从脚下涌泉穴冲了上来，一直冲到头顶，冲得我几乎站不住，我觉得有点控制不住，冲力很大，人都跳起来了，我希望慢慢控制下来，于是就练游龙功，然后就收势了。收势后还一直琢磨是怎么回事。

第二天我又练铜钟功，差不多十来分钟时，气又冲上来了，紧接着头顶也有一股气流从百会穴压下来，这时是两股气流，到丹田附近，就感觉不到什么了，我不知道究竟在什么地方使两股气流汇合的，之后口水就不断地溢出来，我就一直咽，咽不绝的，待口水少时我就收势了，这个过程差不多持续了二十分钟。

乐天大师：涌泉穴上来，百会穴下来，很好。

奇妙的呼吸

仪政：2000年5月4日，中午12点钟，我站在厨房门口，看着厨房出的菜，小菜、鸭子等，突然好像有股力量把我的嘴巴封上了，嘴巴就像吸了一口气一样闭了起来，晚上5、6点钟，老婆剥了几片橘子给我吃，我

吃了肚子就痛起来，吃水果也痛，难道水果也不让我吃了？我想，你不让我吃，我就不吃了，差不多痛了几个小时，晚上12点多练莲花功后去睡觉，肚子还是有点痛，躺下去后丹田里有股很大的力量将丹田吸进去，脑子里还没有反映过来，头顶上百会穴也同时有股很大的力量将百会穴陷了进去，毛孔全部竖起来，毛孔全部打开时有噗噗噗的声音，外面很多气进来，这很奇妙。

在太上老君的炼丹炉里一样

仪政：十几分钟后，整个人热起来，越来越热很舒服，骨头里面也在热，热得很舒服，全身烧起来。一看表已经是早上4点钟了。我想该睡觉了，不然明天糊里糊涂的没有办法上班了。我爬起来走了走后又躺下，躺下后又开始烧，有股力量在控制我，不是我想做什么就能做什么。就这样一直烧到9点多。

第二天功友打电话来让我帮忙发些广告，当时我没有说什么，因为当时骨头酥酥的，身上很软，用强大的意念支持开车到20公里以外的地方发广告。白天好像也是在气功态中度过的，到了晚上睡觉时它又来了，又开始烧。有点担心，走起路来腿已是很软了，就像过去喝了很多老酒一样，有点站不住了。老婆也开始害怕起来了，所以我就给在美国的大师打电话，说了我的经过。尽管我觉得很舒服，很神，但我不敢和太太孩子们说太多，我有点担心。但老婆就在身边，不能在电话里说得太多。

整个经过我很清楚，只是骨头烧得热了，自己神志很清楚，也感觉烧的很舒服，这样连续地烧，白天还要工作十几个小时，还开车去送广告，第三天晚上还在烧。但到早上开始有点睡意了，最多睡了一两个小时，骨头好像被烧熟了。这几天只喝一点水，喝多了就不舒服，而且只能在早上喝，到晚上5、6点钟就不能喝了，喝了肚子就痛，这样下来7天，小便只有一点点，7天没有大便，这7天烧掉了5公斤体重，太太害怕了，叫我不要看到她，因为样子很可怕。

乐天大师：你这七天好像神话中说的齐天大圣被太上老君放在炼丹炉里炼一样，被炼了七天。有了一些脱胎换骨的体验，至于太瘦只是过程，体重会回升的。

开始用能量调理病人

仪政：七天下来很舒服，到第七天晚上我的一个老客人5、6点钟来这里喝酒吃饭，我的第二个女儿在做酒吧，客人对我女儿讲：感觉有点不舒服，问我是否可以送她回家，我老婆问我怎么样，我说没有问题。这七天中我的嘴巴好像被封起来了，有股力量不让我讲话。我可以讲话，但身体里有个东西动来动去，在那里捣乱，好像不让我讲话，很有意思，你想讲话，他就在那里拱来拱去的，而且那七天也不能练功。

乐天大师：不一定要站在那里摆姿势练，你这样照样是在练功，也就是“无为”练功，是更高级的修炼。你从2000年5月4日开始不摆姿势练，就是无为大法，人不练功，功练人。

仪政：我让我老婆问那个客人信不信气功，我可以给她调理一下，她50多岁了腰腿常常痛。我在她身上拍了两下，她说她喝了酒，没什么感觉。我就开车送她回家，到她家门口下车时，她突然说她好了，奇怪的是，她说话的同时我也感到有股力量进入我的身体，身体烧的感觉没有了，人也一下子精神了，好像一切都没有发生过一样。

乐天大师：你帮助了别人，上天也帮助了你

仪政：第二天，那位德国客人又来了，我问她：怎么样了？她说：没有事了。现在她常来，我常常拍她两下，她总说：很舒服，很舒服。

乐天大师：你现在有能量，可以帮助别人调病了。

走向人类宇宙化

仪政：到了第八天，我同老婆说：我可不可以吃点水果呀？她说可以吃一点，我开始吃点水果了，早上喝杯咖啡，吃个香蕉。我老婆说：你要是在深山老林里最好了，没有人看到，因为样子太难看了。从那时起我就不主动练功了，但是有股力量在每个时辰到来时自动开始练功，我只能坐在那里，任他自己练10至15分钟，练时口水很香很甜，汩汩地冒出来,汩汩地冒出来，我感觉到每个时辰天地相交时，就会自动练功，嘴自动闭起来。阴历八月十五那天能量最大，整天都在自动练功，没有自我。

乐天大师：这就是无为了。修练到一定的时候，不用拿出一定的时间站在那里或坐在那里练了。实际上整个人同宇宙已连在一起了，人不练功，功练人。

仪政：所以我常跟一些人说：这么好的功法，这么神奇，我练了20个月就能成这个样子了，有这么好的老

师在身边，把宝贝都送到你们身边了，你们还不好好修炼，太可惜了。

乐天大师：现在你开始胖起来了，练功前60公斤，辟谷时最低是44公斤，现在50公斤，宇宙将把你调整到最理想的体重，你二女儿还要好好修炼。

仪政：有的学员问我，是不是大师教了你其它功法，是不是给你开了小灶？我问他们练了什么秘法？他们说□A1□A2□C1秘法，我说我同你们一样□C1功我还没有学，我只学了A1□A2□我想是同我辟谷有一点关系。

乐天大师：同辟谷关系很大，就是对身体进行清仓查库，身体仓库里的那些肮脏的东西要把它处理掉，有些该用起来的东西将被利用起来，这就是开发潜能。把肮脏的东西排泄掉，去掉，将潜能开发出来，这样促使人体宇宙化，辟谷就是人体消化功能宇宙化，你天眼、天耳开了没有？

仪政：我现在天眼也已经开了，看到地球、山水，有时很清楚，有时看到古老的尸体。有一次辅导员发功，她让我接功用天眼看看，看到什么东西没有，我看到了骨头架子，我耳边也常听到钟声。

乐天大师：消化功能宇宙化，就是辟谷；视觉功能宇宙化，天眼开了；听觉功能宇宙化，天耳通了。还要再续练下去。我听说你奉献精神强，越支持天功事业，家庭的气场就会越来越好，个人的修炼境界就会越来越高，能量场就会越来越大。你还要不断地苦修巧练，要悔改，各方面情况就会向好的方向发展。你现在对名、利、钱财认识如何呀？私心杂念怎么样？各种欲望怎么样？

仪政：当然，最好是能到深山老林里安静的地方去修炼，我又不吃，要钱有什么用呢？现在吃的东西对我来说没有任何味道，没有香气也没有臭气，没有什么可以引起我的欲望。我同老婆说了，你老了我送你走后我就去深山老林修炼，不吃不喝，钱有什么可挣的，名利有什么可追求的？对世界上的事，已经明白了，看透了。

张仪政（ 2005 ）