

玄機奧秘 三十二

目錄

一、序文	達道居士	三頁
二、翻轉人生命運	達道居士	一二頁
三、修行得度	達道居士	二〇頁
四、上等等道法	達道居士	二七頁
五、正念之道	達道居士	三六頁
六、自重自侮	子理	四三頁
七、修行之體悟	子理	四九頁
八、靜坐班的體會	子理	五五頁
九、靜坐煉氣之關鍵	子理	六一頁
十、修煉易體	如一	六七頁
十一、千金難買早知道	行界	八〇頁
十二、回光與功德	誠意	八四頁
十三、為腹章心得	才順	八九頁
十四、命基命蒂	揚道	九二頁

十五、修行中的自己（續）	澄心	九五頁
十六、靜坐與上課	正福	九八頁
十七、談煉氣感應	芝盈	一〇頁
十八、喜捨是我修行的第一步	信真	二七頁
十九、道務心得	金金	三〇頁
二十、唯一不變，永遠變化	胡明中	三五頁
二一、冥想與靜坐	悟心	三七頁
二二、往生儀式見解	子和	四一頁
二三、心得感想	帝羽	四四頁
二四、修行與改運	帝羽	四八頁
二五、清靜學會招收會員		五二頁
二六、贊助名單		五四頁

☆一、序文

達道居士

一年又一年，傳道也超過半甲子了！從靈修開始不到一年就有跟一些道友交流靈修心得，所謂道友大部分是宮廟鸞生、桌頭（翻譯）的道友。因這些人很羨慕神明辦事能力，也想要靈修擁有這份辦事能力，他們可以說是比我早修道幾年，又在宮廟服務多年可以算是很有經驗的前輩，照理我這入門修道還不到一年哪有什麼資格跟他們靈修交流，且我對道還是懵懂無知，他們怎會看上我，跟我交流，說來也玄，原來大家在一起靜坐煉功，靈氣會自動交流，偏偏我的靈氣能夠引動他們，好像走靈山的道友到靈山聖地會感應到神明的磁場而無法控制的靈動。這點就是他們好奇的地方，因此喜歡跟我交流靈修心得。從交流中我才知道神明辦事也是有這靈氣逼人，才能替人解煞改運，也知道一些修道的知識，但還是止於一般知識靈修，還是有很多疑惑？例如會靈修的道友都會說某神來附身，教他一些道理與功法。好像靈動要有神明感應才是正確的靈修。而我靈動卻沒有感應到什麼神明來附身，所以沒什麼靈通，這是我的疑問？然他們看我靈動威力很強，卻常問我是什麼神明附身，我只能回答不知道耶！

他們問不出所以然，也知道我沒騙他們。於是有次靈動，他們就問，請問

是何仙師降駕！我頭還是搖啊搖！繼續問是何神尊降駕！我還是照搖。用很多方式問，也問不出所以然，就作罷！

我就是被他們的什麼靈動是有神尊、仙師降駕的觀念搞得迷迷糊糊。因我靈動很清醒，要停就停，要動就動，根本不是乩童那一類被神明附身無法控制。但他們跟我靜坐煉功都會被我的靈力引動而無法控制。這個才是他們好奇的地方。於是有空就帶我去有辦事的宮廟拜訪請教這些問題。這些宮廟住持、乩童他們都認識，我也希望從他們口中得知我到底是哪位神尊來降駕。結果每次還是失望地回來。漸漸的知道我的靈動與眾不同，但我的靈動卻沒有辦法像神明那樣能辦事解煞。此也是我苦惱的地方。因宮廟有在辦事都是神明降駕附身於乩童辦事。此也是很多修行道友害怕修行會不會變成乩童的原因。我也希望真的有神明來附在我身上體驗那種是什麼感覺，偏偏無法如願。問在辦事時的乩童，他也只回自己去悟。問那些道長，回答的問題說要自己去找主神，要不然就說我業障太重，神明不願意降駕。我看看道長的行為，感覺他沒有我純真，反而感覺他業障比我還重。

雖說拜訪很多宮廟沒有找到我要的答案，卻也三不五時學幫人靈療，這下奇了，我的感應還真的超強耶！就是對方的病會傳到我身上來，我就知道他哪

裡有問題，而幫他靈療，往往都有效果。但靈療我是要付出代價的，承受的病氣有時是因果病或冤親債主纏身會讓我拉肚子好幾天，身體會很虛。感覺這不好玩。後來研究經典方知這類因果病的冤親債主是要用功德迴向給祂。而不是用靈力驅走祂討債。此也是後來我不再幫人靈療，改教他人修道與做功德。有人說我這樣是不是沒有慈悲心。我回：教他們修行做功德迴向冤親債主是兩全其美的好事，哪裡沒慈悲心！所謂「冤有頭債有主。」他自己的因果病就要自己去了斷。而不是推給別人去承擔。好比他向銀行借錢，他就自己去還錢，而不是叫別人還錢。

再說很多無形冤親債主都領有地府的旨令可以討債，連仙佛都不能插手這些事情。好比世間法官判決欠債人須還錢給債主而開出的支付命令，有這支付命令就算總統也不能叫人不還錢。所以我勸那些人修道並做功德迴向給冤親債主，是最好的解冤方式。如他不願意修道，我也幫不上忙，又不是不教他修道方法。

當我清楚冤親債主最需要的也是功德能量，有這功德能量他能再次投胎轉世做人，而且有接受此修行功德的因緣，轉世後也能因緣聚會找到修行法源而入門修道。想想這麼好的道法，如果沒能廣傳出去，真是對不起仙佛對我栽培

傳道法。但廣傳道法不是一個人就能勝任的，傳道要有道場，沒有道場如何永久傳道！問題建設道場要有經濟來源做後盾，這下可難倒我了，沒錢的我只好拿祖產貸款買道場，心想不知道道場能維持多久？之前都是用租房子做道場，一年就被房東要漲租趕走。想想房租每月六千元漲到九千元，我都拿不出錢來，這下買棟房屋做道場，每月要繳銀行本金加利息要四、五萬，再說買屋後已沒有錢了。所以擔心道場能維持多久！但買了就買了，後悔也來不及了。就這樣每個月快要到繳銀行貸款前一星期都會特別煎熬難過，因不知錢要從哪裡來？然卻能每次關關難過關關過，這明明是仙佛暗中幫忙過關的。因此我相信修道、傳道做功德，有仙佛庇佑，就連鬼神也欽佩而幫忙。俗云：「德重鬼神欽。」所以說修道並做功德可以解冤親債主的因果病，並非虛言。

有了道場傳道幾年後，道學可以說增廣見聞，比以前到處走靈山所得的知識多十倍以上。智慧也漸漸大開，原本不是讀書材料的我，忽然間能看得懂三教經典，再依經典所說心法依次修行，竟然貫通三教經典所說的心法，如獲至寶的我，再深入研究經典，發覺經典文言雖是短短百來句至千句，但內容已經包羅萬象，如易經陰陽五行哲學，卻是包羅天文地理人道政治在內。佛門講修性，內容已包羅宇宙虛空理性。道家的陰陽體用更廣，山醫命相卜幾乎可以相

通。研究這些經典方知經典不是唸誦可以開智慧，也不是你IQ智慧高能一看就懂，而是要依經修行才能開智慧。也是儒家所講的「修身、齊家、治國、平天下。」

凡事都要從修身著手，只有修出身內的陰陽五行才能貫通經文所說的心法。修行修到這個境界，已經可以說跟仙佛思維很接近了。這些學問對於改善經濟有很大的幫助。驗證俗云：「貧者因書而富。」這書不是普通的書，而是聖賢仙佛所寫的經書。因經書所講的都是人身內的太極陰陽五行的根本，由身內應用到家庭，由家庭應用到國家，再由治理國家應用到平天下。即是孔子講的「修身、齊家、治國、平天下。」

例如道德經常德章，太上曰：「知其雄，守其雌，為天下谿，為天下谿，常德不離，復歸於嬰兒。知其白，守其黑，為天下式；為天下式，常德不忒，復歸於無極。知其榮，守其辱，為天下谷；為天下谷，常德乃足。復歸於樸。樸散則為器，聖人用之，則為官長，故大制不割。」

我就把「知其雄，守其雌，為天下谿，為天下谿，常德不離，復歸於嬰兒。」以道學推理風水，風水以坐向定吉凶，「坐」為山、為高、為雄、為人丁，「向」為水、為低、為道路、為雌、為財，所謂「山管人丁，水管財。」一棟房屋地

基坐山如果比道路還低，就不是吉宅。因為下大雨水會沖入房屋，家財損失就很大。又房屋的美觀會影響磁場旺氣與衰弱，旺氣的磁場，人住了身體健康，生命有活力，做事就順利。如是破屋磁場衰弱，人住了身體常生病，就算沒生病，也沒什麼活力，做事也不太順利。

房屋方向為納氣，故前面道路、水路，人車來往都會影響房屋的價值，所謂有人潮就有錢潮。

為天下谿，谿乃窠下之地，眾水所歸之處也。人能掌握這基本原理，就能聚集財源。自然家裡人丁財源旺盛。

「知其白，守其黑，為天下式；為天下式，常德不忒，復歸於無極。」此句黑白即是太極圖裡面陰陽，白為陽、為動、為清，黑為陰、為靜、為濁，是相對論。如對與錯，高與低，左與右，長與短，進與退，這是一條公式，為人處事能掌握這道理，即能擔當重任。至於復歸於無極，無極是圓滿。在修道是神氣合一回歸太極，太極本無極，無極本太極。如論風水白為氣，黑為水，一座山之能山清水秀，絕對水源清澈，要看龍穴之處在何方？只要在冬天與春天的時候，在清晨去觀山，就會發現地上的水氣上升到頂為雲霧，往那裡去找，就能找到水源聚集處，再從此處找奇花異草就是龍穴所在地。不然一座山那麼

大，要去哪裡找龍穴？所以用道德經的「知其白，守其黑，為天下式。」這一公式來找比較快。做事也是一樣，有錯誤的地方，絕對有可改進之處。有如中醫理論，有病就有藥，無病就沒藥。無病還吃什麼藥，神經病才會去吃藥。

「知其榮，守其辱，為天下谷；為天下谷，常德乃足。復歸於樸。」榮華富貴從哪裡來？當然是認真學習工作做事才有所得。一個原本沒沒無名的人物能成為大企業家，也是要經過很多的酸甜苦辣，才能成就大事業。這成長的過程中遭遇多少挫折與失敗的痛苦，只有過來人才知道。在挫折失敗中能忍辱別人的嘲笑、輕蔑，再接再厲的奮鬥，最後終能成為大企業家。一個人成功後還能回歸於純樸的生活，就可守住事業不衰敗。所謂「由儉入奢則易，由奢入儉則難。」

「樸散則為器，聖人用之，則為官長，故大制不割。」由創業能忍其辱而能成功，中間已經累積了很多智慧經驗。能再進一步回歸於樸素，樸乃謙虛之心，一個人事業有成又能謙虛，此德行乃足。易經謙卦：「亨。君子有終。」謙者，是親身力行，力行其道。一個人能先考慮別人的利益，接著才會考慮到自己，以此心態行事待人，到任何地方都行得通。

彖曰：謙，亨。天道下濟而光明。地道卑而上行。天道虧盈而益謙。地道

變盈而流謙。鬼神害盈而福謙。人道惡盈而好謙。謙尊而光，卑而不可踰，君子之終也。

謙，亨。天道下濟而光明，地道卑而上行者，解釋亨義。亨義是天地有交流可以生萬物。地氣上升，天之氣也會降下，是相對的能生萬物故謂亨通。

君子原本就修天道，以減損、盈滿方式來濟人，是將多餘錢財拿來救濟之意。有此謙虛之心德更深厚、更高尚。功德做得愈多，內心會愈清，就像天一樣，內心自然明亮，大放光芒。

地道變盈而流謙者。前面講虧盈道理，現講變盈。流布謙者，是廣結善緣。水在山上，滿了自往山下流，下坡的植物，得到滋潤自會成長。說明上位者對底下之人給予幫助，久之下位者自會回饋上位者，是改變盈者。

鬼神害盈而福謙者。修行或做事如充滿驕傲之心，自認很厲害，鬼神會找您麻煩。反之，有謙虛之心又能佈施奉獻，鬼神會幫助於您，絕不是取決祭品的豐盛與否，鬼神以心感受，心不誠供品擺滿桌也無用，有謙虛之德，供品雖少，鬼神也會庇佑於您，懂此道理自不會去貪求。

人道惡盈而好謙者。人與人交往，如果有人自恃甚高，有驕傲霸道之心，是得不到大家認同，人皆會厭惡之。如能夠幫助他人，又有禮貌，這種人到哪

裡都很受歡迎。謙卦是說明「天、地、人、鬼神」的作用。

名位高高在上之人，能有謙虛之心，行善佈施，利益眾生，此為君子有德，就連很遠的地方人們也會感受到，會遠道而來尊敬崇拜追隨。此謙虛之心而能應物，故樸散則為器。聖人以此應運出世，則可以觀天地之萬物。故能範圍天地而不過，曲成萬物而不遺，利益百姓，造福百姓，可為百姓之官長。

想想我能習得這些經文心法，並不是我很聰明，而是一面修行，一面做功德，累積很多功德才能貫通這些大道學理。我也把這些學理傳給大家學習，希望大家也能受益，進一步悟出更高的哲學來造福大家。

☆二一、翻轉人生命運

達道居士

每個人出生時命運就已有固定的運，命運有分嬰兒、少年、青年、壯年、老年時期，嬰兒時期生病、被寵、被打不分好壞一律順受之，不會反抗。然父母寵之會養成依賴習性，日後得不到所要的東西就會哭鬧。調皮被打，雖然很痛，不用十分鐘就忘光光了，照樣調皮玩樂。生病了只覺得全身無力一直睡覺，擔心的只是父母。

進入兒童少年時期，如幼兒園、國小雖然還是無憂無慮的過日子，但此時欲望知識已開始有分別，聰明的小孩與愚笨的小孩差別很大，聰明小孩很得人緣喜愛，愚笨的小孩就很難得人緣，甚至被欺負也不知自己很討人厭。而看看很多聰明小孩會唱歌、跳舞、多才多藝，有緣者還能上電視當童星演員賺進了大把鈔票。

進入了青年時期，也就是國中、高中生，此時自我的個性開始顯現出來了，聰明美麗、英俊會讀書的人是同學崇拜的偶像。而聰明愛捉弄人或逞勇鬥武的人卻是一般同學心中英雄的人物，此時期正是結小圈圈的同學朋友，而呆笨的人只能當那些聰明人的奴才跑腿使喚。這個時期也是青春發酵時期，個性有著叛逆愛恨的情緒，也是父母最頭痛擔心的時期。

進入大學後獨立自主性的思考漸漸的成熟，此時期是接觸事業開始點，雖然有些人在高中時期就有接觸事業，但那時只是摸索或純粹打工賺取生活費。此時如果對事業沒有接觸，畢業後就不知要做什麼工作？那時要工作所選的事業就有可能學非所用。這也是人生事業的轉換點。有人畢業能很快進入就業工作。有人卻遲遲不能就業。這些現象就跟原始八字命運有接上點了，命理有句云：「命理有時終須有，命中若無莫強求。」看起來好像是命運注定了。然什麼叫命理有時終須有？沒有去就業、創業追求目標，如何知道自身命理有什麼榮華富貴的運？就算是算命能說出八字有榮華富貴的命，也無法指點往哪條道路去走。終究還是要自己去行走，到最後功成名就，方能知道富貴在哪裡？

這命運無法提前預知走哪條道路？就得靠個人努力去做事情。有人走歪路賺了很多錢，他認為這就是富貴命，最後卻是被抓去關，或死在牢獄裡。有些小時童星很出名，長大後卻變成流浪漢或走江湖不歸路。有些小時聰明讀書常拿獎狀，長大畢業就業、創業卻不得志而負債累累，可說是「小時了了，大未必佳」。有些人小時不喜歡讀書，長大做生意卻有一套而賺大錢。有人由窮而富，又由富回歸於窮，說來命運是不可預知。

這篇文章不是談這些有的沒有的命運。而是要告訴各位不管您的命運是富

貴或是貧賤，命運既然在今世注定了，其實還有改變命運的方式，改變命運除了古人所說的布施積德，最重要的還是要修出智慧，智慧就是佛法，也是道家。否則布施積德在今世灌溉力量不足，還沒有開花結果，自己就先掛了。布施積德就像播種，您要播哪樣種子，得看您的經濟、才華能力，在現今行善布施是出錢出力，但要的是哪方面的布施。以現在社會弱勢家庭都有政府與慈善機構幫助，但有些人會養成貪婪之心不願失去救濟機會，所以不願去工作改變自己，繼續領救濟金過生活，這樣您的行善就打折扣了。

說這些行善布施不容易，也是我累積很多行善布施沒改變命運，才會有感而發。如今研究經典知每個人的命運都是累世修來的業報，也就是這個身。這個身體蘊藏累世的業障與功德磁場，這個磁場以當今醫學來比喻叫做DNA基因，很多癌症細胞都說是家族遺傳，故會出生在這個家庭也都是有因緣，因此不用哀怨今生為何這麼苦！俗云：「不是一家人，不進一家門；進了一家門，就是一家人。」

既然來到這個世界，好過也是過，不好過也是過，想改變命運也是有辦法的。不然三教聖賢仙佛何以要教人修行，因修行可以翻轉人生脫離痛苦，如修行很好的人可以解脫一輩子的痛苦輪迴。

佛法、道法怎麼修？想修佛法、道法還得從源頭了解道理。清靜經曰：「大道無形，生育天地，大道無情，運行日月，大道無名，長養萬物。」

大道無形者，大、為無外，道、為至善，無外是指「道」很大、無邊無際；道、為至善，是無極、太極之氣。無極化生出太極，太極又化出兩儀，陰陽就有蹤跡。

大道，本鴻蒙未判之元炁，有何形質之可見？鴻蒙是無極、太極，還未化成兩儀時，無極、太極是一樣，因沒有無極就沒有太極，沒有太極也就沒有無極，故無極本太極，太極本無極，本無形象。無極是靜、是虛空，太極是動、是氣，太極一動，兩儀化生。兩儀化生而生育天地，生、為生化，育、為含養，在天為陽氣，在地為陰氣，而天地，何由大道之所生。每逢戌亥二會為混沌，混沌者，無極也。天地是兩儀、是陰陽。戌亥二會是十二地支的第十一、十二支，已進入靜的階段，即是無極。以待子會之半，子是一陽來復，動之意，靜極而動，子會之半是亥子靜動中間交接之意。

靜極一動而生陽，陽氣上浮以為天，太極是一炁，內有陰陽，動時是陽，靜時是陰，動時陽氣輕升上浮為天。動極回歸於靜而生陰，陰為濁氣下降為地。此是天地化生的源頭。

大道無情者，道本屬先天，無聲無臭；情者本屬後天，有作有為。無情，是無極，屬先天，是無為之道。

運行日月者，運是旋轉，行為週流，先天氣一直在運轉日月之意。

日屬離卦，太陽運轉則有寒暑之來往，而有四季之分。

月屬坎卦，氣機上下往來則月有消長之盈虧。

大道無名者，名是名目，先天大道，無形無象，無始無終，有何名字，強名曰道。先天大道本來就沒有名字，雖是無名，還是得用一個「道」之名來表示。

長養萬物者，長為長生，養為養育，萬物是胎卵溼化，昆蟲草木之類，皆得先天之氣而生之。所有萬物都是由先天氣聚氣成形而來的。

此是聖賢仙佛發明無極太極奧妙之玄機，萬物離不開這個道氣。而這個道氣人本來就有，要改變命運，只要肯回頭向道，訪求得道高人指示身中之天地，身中之天地，是真陰真陽。即能改變命運，如佛家所說的「回頭是岸。」而修無形、無情、無名之道，是指修煉神、氣、精三寶。

大道是萬物所依賴不變的能源生存真理，人能受天佑、地護，是眾生所具有的善德，人如不能入於修持的道程中，也僅在於現世內享受前世福報與痛

苦，此世走完人生，再來輪迴而已。若是能入修道的善德，卻不能真修實煉的將自己改造好磁場，就很難在現世中有任何的成就！

在修行觀念，若僅是為修持而修持，為行功立德而行功立德。此是有為修行，也不過是作為來世再修持的合因而已。也就是達摩所說的唸佛不能成佛只是得因果。因此若能打破為修持而修持，為行功立德之作為，必定要將個人心態調整為無為修行，才是修持所應具備的條件。無為修行才是符合大道無形、無情、無名的境界。此是修行精氣神秘訣重點。

人不知佛法道法是要去修行才能成功的改變命運，很多人以為有唸經、做法會就是修行。唸經是要讓您心中明白修行的玄機，做法會是要你有實修出智慧再去做法會度人的。有些人認為做法會是超渡無形眾生的，不知自己都度不了自己，還談什麼度無形眾生，真是異想天開。

在萬物中僅人具有思考能力，能得天獨厚的立於天地間共為三才。然人在宇宙中只是滄海之一粟而已。若以天地之恆長久遠，又以宇宙之永恆相互比擬之時，人只是微乎其微，不足相互比較。雖說人與天地相比微乎其微，在人身內卻擁有天地所賦予的先天磁場，於修行中已足夠您開發比平常所發動的力量至少十倍的力量。能善用這力量布施積德，真的能改變自己邁向好命運。

人生於凡塵中要修持改造自己，也是要有福德方能遇到明師指點修行的方式，沒有福德之人就算明師在你面前，你也不認為他是明師而錯過指點修行的機會。

在玄機奧秘善書三一集有說明福德功德不同性質。凡有為著相行善都是福德，行善修福德如不著相也算是功德。

修行是要真能修出隱藏在身內的元始始氣，這元始始氣易經講的是金氣，在佛家講的是金剛，道家講的是仙氣，同樣的道理。這修行是要有明師指點。有一首詩「教外別傳在眼藏，皈依自性顯奇功，明心見性真明路，直指人心返故宮。」此是要有明師指點修行之重點。否則要靠自己摸索修行，想改變命運，不知要多久？畢竟真修行不是看看經文，或是聽法師講經說法就能理解，有些法師很會講經比喻，但不見得有實修之功法。這點是初修行者所無法分辨出來的。如果誤信名師傳法，而不是明師真傳，那真是冤枉要修行之心。此也可說是無福德之人。

明師在哪裡？我沒明師傳法，但有靈寶天尊傳法，真神耶！靈寶天尊是三清道祖之一。其實三清道祖本就一體，所謂「一炁化三清」。靈寶天尊傳法，我才能擁有元始天尊的法力，學習道德天尊的智慧，方能翻轉我厄運的人生命

運，邁向光明清靜的人生。

各位或許會問芸芸眾生為何三清道祖會選上我，說來也是因我笨沒心機，卻又想改變命運，改變命運不是說說而已，是真正付之行動到處尋找名師學習法力，偏偏在各門各派拜師學習，沒有學到真法，有誦經、跪拜，誦經是愈唸愈想睡覺，因為不知唸什麼碗糕咒語？枯燥無味就愈唸愈想睡覺。而跪拜每次要叩108拜，每次叩完起來，本來就有點貧血的我，頭就天旋地轉有點要暈倒。錢也花光了，一窮二白才發誓真有這通靈法力，將來學會要傳給有緣眾生，不願看眾生走我被騙的冤枉路。這就是三清道祖找我作為傳法的原因。也是要告訴大家修道不需要花大把金錢，不需要很聰明，只要心好不要心機，肯修行並積功累德就能翻轉人生命運。

☆三、修行得度

達道居士

自修行到我翻轉人生命運也是經歷十幾年的歲月，為何需要那麼久？因修行從一無所知開始摸索，可以用隔行如隔山來形容修行，不是有三腳貓功夫就容易翻轉命運，如果把修行當成學習知識，就如同幼兒園開始學習，到大學畢業才算告一段落。

初時修行會一點點靈動就覺得很了不起，總以為可以改變人生命運，不知靈動只是調整身體磁場，要突破命運還沒那麼簡單，身體比喻成田地，人有富貴貧賤之命，富貴之人好比豐沃的田地，隨便種什麼植物都能有收穫。貧賤之人好比貧瘠之田地，種什麼植物收成都有限，有時收入還不夠成本。貧瘠之田地要改變成豐沃的田地，也不是一兩年就能改變完成，需要翻土、灌溉、種植、施肥經過多年才能改變貧瘠之地。

人身有很多累世所帶來的劣根性，因秉性深根蒂固，習性難改，低劣的氣質，猶如一塊田地久久沒整理，雜草叢生，別說播種，人看了就不舒服，也不會想接近那塊田地。故要馬上改變命運沒那麼簡單。所謂「江山易移，本性難改。」不是沒原因的。而修行靈動比如田地開始翻土灌溉階段，還沒有播種，哪來收穫可改變命運？

人修行是要改變自己的命運，然初時觀念知識不足，無法運用自身的靈力開闢自己的事業，只會比手比腳畫蛇添足，活在夢幻中過日子。雖是夢幻卻比那些沒修行又沒志氣消沉的人好一些，至少還存在一些目標與希望的幻想。這目標猶如小學生，你問他們將來要做什麼樣的人，有人說將來要成工程師，有人說要當老師，有人說要成企業家，有人說要成廚師……，每個小學生都有夢幻希望存在，長大了雖不一定照願望成功，但至少小時有個理想學習生活。靈動要改變命運暫時性雖是空想，但有天體悟了玄機奧秘，抓住了訣竅，把煩惱化成智慧，就可以在短短幾年改變自己的命運。

人的煩惱幾乎無止盡的，要長久清淨不煩惱是不可能的任務，沒錢煩惱，有錢也煩惱，有錢還煩惱什麼？有錢煩惱兒孫不願意工作愛享受，早晚會成敗家子坐吃山空。有錢也怕親戚朋友來借錢，借錢不還又傷感情也煩惱。又沒事業、沒愛情、工作不順、身體生病也煩惱，總之人煩惱百百種。要如何斷煩惱？好像無解？不修行，煩惱重重，修行，也有煩惱。清靜經說：「人神好清，而心擾之。人心好靜，而慾牽之。」即是說此心態。元神本是清靜心，佛家講本來是無識無知的佛，知此佛即是見本心。人因有肉體，心藏於內即是人心，如果心超越了六賊、六根，忘我了，即是五蘊皆空，即是見本心。人心本不好靜，

因有元神在內，有時元神主事，故心有時清靜。人心本不好動，因有識神在內，有時識神主事，故心亦有時好動也。元神和識神在於心的轉換，識神、元神只是一念之間而已，有妄念是識神，腦袋一片空白是元神。

人身因有六根，則有六識；因有六識，則有六塵；因有六塵，則有六賊。六根六識六塵共十八界。是由六根、六識、六塵互相牽連而成。

根，有生長的意思。六根，指眼、耳、鼻、舌、身、心等六種能生起感覺的器官。

塵，是動搖、污染的意思。六塵，指色、聲、香、味、觸、法六種能污染身心，有動搖變化的境界。

識，是認識、了別的意思。六識，指眼、耳、鼻、舌、身、心六根，和色、聲、香、味、觸、法等六塵接觸時，所產生的眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、心識等六種認識、了別的作用。

以現代的話來說，六根是生理的器官，六塵是物理的世界，六識是心理的作用，三者構成了整個世界。其中，六根追逐六塵，而後產生六識，所以「六

根」又常被稱為「六根門頭」，意謂六根居於守門的地位，其重要性可想而知。

因有六賊，則耗六神。六神並非有六個神，是六根之氣。六賊者，眼耳鼻舌身心是也。為什麼會講六賊，賊怎麼解釋？教科書說賊是指小偷，偷東西或偷偷摸摸，都怕被人發現。六賊所作所為影響到六根，六根會無形中消耗自身的元氣，可是自己卻毫無感覺，完全沒發現元氣耗掉是被上天偷走，所以用賊字來形容。元氣是由上天賜予的，同樣上天也可以收回，陰符經裡有寫：「天有五賊，見之者昌。」五賊是五行之氣，天之五行之氣降之於地成長為五行植物，或五光十色的有形物質。人吃五行植物本是養活自己，然吃太飽，反而傷胃而生病，此是被天盜氣，如果吃得剛剛好，可以延命百歲，明白這五行道理了，可以盜上天之氣。人的元氣會耗掉，很多是著迷某種慾望，就像一直看電視，過度使用眼睛，會使眼睛疲勞，氣無形中就耗掉了。因此有智慧遠見的人知道飲食要中和對身體才有幫助。

人要脫離這煩惱問題，很不簡單，要用什麼方法修？對開始修行的人往往很困擾。然清靜經有指出「常能遣其慾，而心自靜；澄其心，而神自清，自然六慾不生，三毒消滅。所以不能者，為心未澄，慾未遣也。」可見重點還是內

心。

內心是修行的重點，如果想以平常的自我克制慾望，是很難做到的。大家若不信，可以試試靜坐看看，不用幾分鐘就會妄念紛飛，這些妄念就是我們平常生活中眼耳鼻舌身心所接觸來的妄念，是潛藏在內心，一旦靜坐就會出現干擾元神，變成妄念的識神，此時的靈動之氣會隨著這些妄念飛去。如果沒及時發覺警覺收回妄念，則你怎麼修行也不會改變命運。如果執著這些妄念所帶來的神神鬼鬼的變化，最後就變成神經病。此也是沒有明師指點的修行人通病，因此修行要有明師指點，才不會盲修瞎煉誤了自己。

現代很多人假藉佛法的名義，行外道的修法。剛開始修行，無法判別邪師、明師，如果遇到邪師，修行就有問題，此時端看個人的善根了。因此，如果無法辨別真假師，就先自己一面修行一面研究經典，再參考各大門派有寫修行的善書，最可靠。

開始修行，找到老師之後，發覺修行的方法不適用，或方法熟練後，感覺沒有進步，或對老師的教導產生懷疑而另尋他處求法等，會造成很大的困擾，這些都是修行過程中選擇方法的煩惱，也可說是個人福報不足。

修行中有恐懼感，也是修行過程中很大的煩惱，怕鬼、怕著魔是修行時常

有的情形。一旦心裡有怕著魔、有不進反退的恐懼感，只要聽到什麼、感覺到什麼或腦中出現什麼幻象，就認為是著魔了。要突破這種心理狀態，須隨時請教師父，不可悶在心裡。直到修持到入定的階段，或已親見自性，或知用正確的無相、無我的觀念，恐懼感才會漸漸減少。

還有一些人，害怕修行未達預期的目標就死了，又害怕死了以後，不知下一世能否再來人間修持。這種恐懼心，都是多餘不必要的心態。因如果真正修正法的人，都有仙佛在暗中保佑指點明路。為什麼？因修正法的人靈動所發出的正氣，上面仙佛都會看到，而隨時保佑指點。

尤其修仙佛無上法門，自能開啟智慧，在道法上用得上力，既能趕鬼、驅魔，又能了生死。因心無顛倒，心中只有一個「道法」，這種工夫，生死便可放心。詳細的說，一般人看到很多變化皆認為很神，但聖人不認為這些變化很神，只當普通的變化，故不以為神，才是真正的神。這些變化在道法使用是一氣化成的。故斬妖除魔時有偈云：「莫問靈不靈，莫問驗不驗。信筆掃將去，莫起一切念。」就能除魔斬妖。

大道無言，可以神會。妙法無傳，可以心受。善行持者，行道不行法。善求師者，師心不師人。所謂「師心不師人」即是求師不要看外表、銜頭名位，

要看他是不是有道法。不然很多有名的法師只是去哪個講堂、機關演講，但他只會演講，沒有實際的道法，名片就印上某某機關法師顧問。找這種人拜師真的愈拜愈輸。

既然有心嚮往修行，就要找個有道法的明師來拜師，此生才不會走冤枉路。來生也會有仙佛安排，一定會再繼續修行。如果還怕來世不能修行，就發願，願除煩惱、願度眾生、願學法門、願成佛道，願心就是來世的指標。

還有修行過程中，會產生很多煩惱，歷代大師們有一共通的勸告，勸告修行人，不要存有期待、突破、進步、開悟、解脫等的念頭，因有這些念頭，表示修行一定是在憂慮、恐懼、懷疑的狀態中，會阻礙修行突破的關卡。如果修行人，瞭解這種煩惱是心所求來的，便能放下心走出煩惱的苦海，超度生死的大海，即能改變了命運。

☆四、上等道法

達道居士

修行中常會有很多問題卡住，如果沒有明師指點（不是嘴巴很會講的名師）真的會胡思亂想，久之就會覺得修道無趣而退道。

修行是提升身心靈的一種境界。提升身心靈不是做一些動功或傻傻的靜坐，是要修出身內的先天氣機，不是呼吸之氣機。先天的氣機無形無象，摸不到，但出現時卻能感覺得到。就像呼吸一樣可以感覺得到。有如磁鐵那種相吸引力的氣機感覺。磁鐵是要一陰一陽才能產生相吸。修行也是要一陰一陽才能產生先天之氣。

其實很多修行人都有修出這氣機的感覺，而覺得很玄才會走入修道這條路。只是這條修行之路沒有人指點就會變成盲修瞎煉沒有成就感。這些也都是我有過的心路歷程。今會洩露這修行天機奧秘，也是因道院有著落了，時機已到了，要與修行人分享身心靈提升的秘訣玄機。

大道無形無象，裡面卻有一股很大的氣機力量存在，此氣機稱為「太極」。一般人知道「太極」兩個字，卻不知道太極內的玄機，太極內有黑白就是陰陽，此一陰一陽謂之道。清靜經有云：「夫道者，有清有濁，有動有靜；天清地濁，天動地靜；男清女濁，男動女靜；降本流末，而生萬物。清者，濁之源。動者，

靜之基。人能常清靜，天地悉皆歸。」此清與濁，動與靜，即是一陰一陽修行的重點。要提升身心靈也是要知此訣竅才能達到目的。

我公開此心法可說是洩漏天機秘密，然也不怕仙佛降罪，因我是發願如果有修成大道要將此道法傳給有緣人修行，仙佛見我有此真心才應允傳法給我。我也沒有當成智慧財產權賣給大家賺錢，我還是貧道人，沒有違背仙佛的旨意，故不會被處罰修理。而道院建設雖需要錢，也是給有緣人一個行功立德的機會，道院是廣傳仙佛心法提升身心靈的道場。修行大道是要配合功德才能有效果，功德以廣傳仙佛修行之心法才是大功德，不是你發誓有感應要去醫院做義工，或去幫助弱勢團體，或是吃素還願，這些心願雖是好意也有功德，但沒有廣傳大道的功德來得大。

人的命運沒有十全十美，事事如意的命運，有時出現挫折與窮困是難免的，這些都是在磨練考驗你的智慧。如果長期都過得窮困，就要檢討自己是否缺少智慧，而不是怨上天對你不公平，或怪祖先沒保佑。要開發智慧得自己修行，修出藏在身內先天氣才能開啟智慧。佛家是修自性佛，佛是覺者，是智慧，所謂「念佛有個自性佛，佛在靈山不遠求，靈山只在汝心頭。人人有個靈山塔，好向靈山塔下修。」其實都是智慧修行法，不必有分別心。

修行的一陰一陽，就是性命雙修。道云：「修性不修命，萬劫陰靈難入聖。」又云：「修命不修性，猶如鑒容無寶鏡。」性即是心，心即是佛，修行不修心性，所煉的氣會隨著妄念散掉，就無法開啟智慧。如果只修心而沒有煉氣固命，氣血衰弱，身體不健康，精神也不濟，如何有智慧？此是性命雙修的重點，也是佛與道雙修的意義。

且說人生病長期醫不好，大都是有冤親債主干擾，是需要修行與做功德迴向冤親債主，才能了斷冤親債主，使病情減輕漸漸恢復健康。可見修行力量有多大。修行能使沒智慧的人變成有智慧，那有智慧的人修行不就是更有智慧。體弱多病的人因修行而漸漸康復，那健康的人修行不就更健康。如此一比你接濟幫助那些弱勢團體，不如推廣大道讓所有的人修行，功德是不是很大。如果一個人都不願意自己修行改變自己，你怎麼幫助救濟也沒有功德可言。

修行有一分功德，自有一分道氣存在，此道氣是上天降下的吉祥之氣，這吉祥之氣對命運有很大的幫助。如不修行又不付出做功德，想要擁有這神通智慧是不可能的。修行雖只一陰一陽，功法看似簡單，但心性的修行就不簡單了，心性影響先天之氣，也在於所做的功德有多少，上天是依你的功德給予多少吉祥之氣。功德累積多少，吉祥之氣就擁有多少，這是騙不了人的。

很多自稱有開悟得道的法師為何一生病就很快往生了？原因根本沒有修出太極之力量，只靠聰明與一張嘴講經說法，是沒有用的。他們教眾生每天誦經就是修行，結果還是命運不濟、生病連連。因誦經不懂意義，就像讀小說看得爽，打發時間而已。對自身智慧沒幫助，又如何能改變自己的命運？

經文是仙佛寫的修行心法，如果看不懂，是你沒有修出來。如果讀經文似懂非懂，就是你修行境界還沒有到那個境界。經文是驗證你修行的境界。不是每天誦唸就叫修行。當你有修出身內先天之氣就可以用到很多地方，包括符竅。不要把符竅想成很可怕的事。符是合也，竅是精氣也。《混元玄書》說：「收為胎息用為竅，道法之中真要妙，諸於緣深宿有因，得知怡然而癡笑，一點書符本是靈，竅中妙用體全真。」又謂「德為符之竅，誠為法之本。」又曰「守道循正，依德書法，神氣貫于符圖，其符施用，則萬病俱消，萬邪屏除。」符中的玄竅全看個人德行使用而有不同效果。書中所謂「收為胎息用為竅，道法之中真要妙。」重點就是胎息。在人「胎」是懷孕還未生出的叫胎兒。在修道就是身內有修出先天之氣叫「胎息」。胎兒是在媽媽腹中發育成熟才產出。人之先天之氣也要化為元精對身體才有用。精氣就是竅，也是人身之樞機運轉關鍵之重點。精氣足身體就健康，做事有精神，事業就有所成。人如精氣不足，

整天病厭厭的，做事沒精神，哪能成大事。最後落於貧困潦倒要怪誰？

一陰一陽之謂「道」，道即是太極，也是「竅」。「天有此竅則鼓舞萬物，地有此竅則萬川歸海，人身有此竅則動靜神靈，總而言之此竅是天地之玄關，合陰陽之至道。」

至於一般畫符中有無符竅，並不在於畫符的形象，而是在於畫符者有無胎息內煉功夫與道德的修持。所以有些修行人幫人畫符祭煞而有效果，就是有修出此太極之氣化為靈氣，才有此效果。此靈氣是精氣合一為太極，太極就是道。使用於一切事物叫做「法」。經云：「道者，靈通之至真；法者，變化之玄微。道因法以濟人，人因法以會道，則變化無窮矣。」當知法本真空，在於性源澄湛，寂然不動，感而遂通；了一心而通萬法，則萬法無不具於一心；返萬法而照一心，則一心無不定於萬法。如是，當知道乃法之體，法乃道之用。此乃是性命雙修才能顯現出的道法。

道法之使用有如效法雷電之發威。「雷電」又謂「雷霆」。經典有記載：「雷霆者，彰天之威，發道之用者也。明其體用，而究其動靜，靜也得太極之體；動也得太極之用。寂然不動，即道之體，感而遂通，即法之用。如有按圖索驥者，孰若不心其心，不跡其跡，無思無為，泰宇既定，真光自發。是故，

天不言而善應。生生化化之機運於自然中，實常形體謂之天；主宰謂之帝，功用謂之鬼神。雷霆者，乃天之功用也。且夫人身與天地合其體，太極合其變。天地五雷，人本均有。是性無不備矣。」五雷就是金木水火土五行之氣。

道法樞紐云：「有道中之道，有道中之法，有法中之法。道中之道者，一念不生，萬物俱寂。道中之法者，靜則交媾龍虎，動則叱吒雷霆。法中之法者，步罡、掐訣、念呪、書符，外此則皆術數。」又曰：「先天而生，生而無形；後天而感，感而有情。寂而感，感而寂。非至人，孰能與於此哉。」

有人問：法有先天後天之說者，何耶？

仙師曰：若說先天一也無。道亦強名之耳，何有於法？況一念纔動，便屬後天，符圖呪訣，抑又末耳。

又曰：法無存想，存想非真法；法無造作，造作為妖法；法無叱喝，叱喝為狂法；法無祝讚，祝讚為巫。妙在合乎陰陽、動靜、方圓是也。道貫乎三才，天地人物是也。水、火、木、金、土，應之以五行；東、南、中、西、北，運之以五方。天、地、水、火、風、雷、山、澤，配之以八卦。彼泥於術數者，凡書符時，以某事作用某竅，如是而按造化，如是而應小剋，如此起筆，如此衝發，鬼神之機我得之矣。然不知太極未判之先，孰為陰陽？孰為三才？孰為

五行？孰為五方？孰為八卦？故有道之士，撒手行持，不拘符篆。

仙師曰：符者，天地之真信，人皆假之以朱墨紙筆。吾獨謂：一點靈光，通天徹地，精神所寓，何者非符？可虛空，可水火，可瓦礫，可草木，可飲食，可有可無，可通可變。夫是謂之道法。

仙師曰：符者，陰陽契合也。唯天下至誠者能用之。誠苟不至，自然不靈矣。故曰：以我之精，合天地萬物之精；以我之神，合天地萬物之神。精精相附，神神相依。所以假尺寸之紙，號召鬼神，鬼神不得不對。

仙師曰：《素問》云：虛無恬淡，真炁從之，精神內守，病安從生？人之有病，或寒或熱，或輕或重；皆失調攝，嗜欲不節，故六氣之邪得以乘之。治病以符。符，朱墨耳，豈能自靈？其所以靈者，我之真炁也。故曰：符無止形，以炁而靈。知此說者，物物可以寓炁，泥丸莎草，亦可濟人矣。

仙師曰：道貫三才為一炁耳，天以炁而運行，地以炁而發生，陰陽以炁而慘舒，風雷以炁而動盪，人身以炁而呼吸，道法以炁而感通。善行持者，知神由炁，炁由神，外患不入，內想不出，一炁沖和，歸根復命，行住坐臥，綿綿若存。所以養其浩然之氣者，施之於法，則以我之真炁，合天地之造化。故噓為雲雨，嘻為雷霆；用將則元神自靈，制邪則鬼神自伏。通天徹地，出幽入明，

千變萬化，何者非我。倘中無所主，炁散神昏，行持之際，徒以符呪爲靈，僥倖由於萬一，吾見其不得也矣。

引喻經典談這些道法訣竅，只是告知大家不可小看修行之道法。人之命運八字雖是前生帶來的，既然此世爲人，富貴貧賤雖已定，然還是可改，就看你不要去修行去改。俗云：「天有不測風雲，人有旦夕禍福。」誰也不敢保證永遠都無災無難。然擔心也沒用，不如修道法以防身。呂祖曰：「上古人心樸實，風俗良淳，授道者先授以法術衛身，而後傳以玄功成真。今時世道澆漓，人心不古，若先授以法術，必反誤其身，故先傳以玄功，不假法術而身自安，不用變化而道自成，道成萬法皆通，不求法術而法術自得也，是謂全真之教。」

王重陽說：道有三乘，依個人心志量力而行，看你能學哪一乘？學道之人，要置生死於度外，看得破一個死字，可爲不死之人。

上乘者：虛無之道也，念頭一絲不掛，一塵不染，如皓月當空，萬里無雲，只一點靈根，能奪天地之造化，可參陰陽之正理，以法煉之，可使有歸於無，以無而又生有也，能與天地同老，日月同修，此上品天仙之道也。

中乘者：秉虔誠而齋戒，心清寡欲，奉聖真以禮拜，誦天尊之聖號，諷太上之秘文，一念純真，萬慮俱清，上格穹蒼，萬靈洞鑒，靈光不滅，一點真性，

直達虛無，位列仙班，此中乘之道也。

下乘者：積功累行，廣行方便，濟人利物，多做些好事，常檢點過失，真性自可不昧，靈明原能顯著，或隱或現，與仙無異，此下乘之道也。

以上三乘法，我的慧根自認只有修下乘之道法，光這一道法我全力以赴，也修了三十五年，才有點小成就。修行中間有喜怒哀樂過程，若無道友的支持，早就退道了。所以修行道伴是很重要的。在不如意時會安慰你、鼓勵你。被人陷害時，會幫你澄清反駁對方。而道友的出現也是你要去廣結善緣，才能得到的良伴。

☆五、正念之道

達道居士

人會因某種因緣而修行都是好現象，大部分人都是因自己的命運不好求神拜佛而走入修行，會入修行也是前世有修行，今世才會因某種原因再次踏入修行，修行是人生最好的一個寶，比擁有金山銀山還要好。我見過很多有錢人並不快樂，有錢雖然可買很多物質，但論吃卻吃不多，因人的胃腸容納有限，吃太飽反傷胃。住嘛！睡覺也不過一張床，房屋太大光打掃清理就耗很多時間與體力。往生也不過睡一塊棺材那麼大，真的怕死孤單，頂多放幾個假人陪伴，像秦始皇做了很多兵馬俑陪伴，靈魂有得到快樂嗎？答案是沒有快樂。只聽過當神仙快樂，沒聽過做鬼也快樂。

雖是說錢多不一定快樂，但凡塵中沒錢也是萬萬不能。因此人就是喜歡錢多多，然有錢不會想到修行能帶來更多的快樂，這是有錢人的通病。修行為何能快樂？如果是我說的不算數，用孔子所說的「樂在其中」才算是。樂在其中為何說是修行？因「中」是指修行。儒家的「大學中庸」就是修行心法。大學不是一般學校的大學，「大學」是指大道的學問。「中庸」不偏不倚之謂中，不易之謂庸。中即是道，有句「大中至正」就是講大道。「大中至正」一詞起源於漢唐以來經學家對於《尚書·洪範》的註解，起初乃是意指「無偏無黨」，

《全唐文》所記碑銘就有「大中至正」一詞以形容儒者的此一修養。周敦頤《太極圖說》有謂：「聖人定之以中正仁義而主靜，立人極焉。」而宋明儒者多以「大中至正」為內聖外王之心術修持，所以後世遂演變成專以指稱「儒家之道」，然而卻也衍生多種使用意境。

現來談如何修道才能真正得到快樂！修道、修佛、修仙都是快樂修行之路。儒家、道家、佛家修行都是相同的道。對道認識不清的人，修不出什麼成果，沒有成果就沒有快樂可言。修道不分身分與地位，有錢沒錢都可以修。能修出快樂的人才算是悟道。沒修出大道的人，引經據典講修行大論都是廢話一堆。經典是讓你在修行時驗證仙佛所說的心境感應。故沒修出大道看經典唸一百遍也不通。舉學開車例子，如果從沒有開過車子，不知剎車檔、油門檔，光唸一些重的理論也沒用。不如實際去接觸開車幾次，再看車的理論就可以懂了。讀經典也是一樣，沒有實際修行，唸那些經典都沒有用處。不如實際修行有感應道氣，再來讀經典就知原來道是這樣修煉出來的。

有人說經典不是講修道要萬緣放下靜坐嗎？說是這樣說啦！當你真的靜坐能萬緣放下嗎？保證妄念紛飛，比沒靜坐時念頭還多。故要真正萬緣放下沒那麼容易。

有人說要不然就唸阿彌陀佛好了。於是有人開始唸阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛……唸啊唸，問他有什麼感覺？他說就心靜而已。我說要心靜也簡單，看電視也能心靜。不信你看電視再回想自己有沒有妄念。他回想也對喔！古代人沒電視、沒收音機，在家也不過是東摸西摸摸做一些家事聊聊天打發時間。哪裡心靜不下來？但叫他靜坐，還是一樣坐不住。那這樣靜坐有什麼意義？靜坐要修出樂趣還真的不簡單。也不是你有錢拿出一堆錢擺在前面，靜坐看那些錢就能修出樂趣。

真正靜坐要有修出身內氣機，那種氣機讓心能無憂無慮的奧妙才是真正的樂趣。這樂趣有錢也買不到，因為要自己去修行才能體會到。這氣機的感應奧妙，在靈修者感應最深刻。他們深信有神靈的世界，會開始走訪各地靈山聖地交流感應神明的力量。在走訪靈山聖地過程難免會聽到很多靈修的前輩說道理。然那些道理看似有道理，其實與真正的道理差很遠。

例如大談佛道之法或雙修，就說佛比較大，要先修佛再修道。或說兩種法一起修。看似有理，其實是不明「佛道」之理，但後輩靈修者不明所以然，照樣吸收學習，結果當然修出四不像，不像神、不像佛、不像魔、不像人的道理。最後想當然沒有修成道果。道果就是智慧開悟。

說「佛道」這句話，要先明白「道」這字的玄機。道無形象，虛空而已。雖是虛空卻能生萬物。「道」在易經解釋為「通」，做事能通，叫「有道」。做事不通叫「無道」。以此來推理「佛道」，要懂佛法才叫做「佛道」。懂仙法叫「仙道」。懂儒學叫「儒道」。懂練劍叫「劍道」。懂插花叫「花道」。懂品茶叫「茶道」。懂夫妻相處叫「夫妻之道」。懂君臣規矩叫「君臣之道」。會胡言亂語叫「胡說八道」。由此推理，不會佛法，就沒有「佛道」可言。不會插花不能說他懂「花道」。不懂品茶不可說他會「茶道」。不會神氣合一不可說修「仙道」。夫妻相處惡劣相向，就沒有「夫妻之道」可言。所以說「道」叫做「通」。

求道、學道、修道、辨道、行道，這些誠心修行叫「抱道而行」。都是修行人要通的經歷過程，才是最後得道的成果。

學道有何好處？以自身來講可以變化氣質。因學道之人經常研究人生真諦，而瞭解人生之意義與使命。加上學習禮儀規範，則待人接物，謙恭有禮貌，進退有度，同時也修持身心，改毛病，去脾氣，在潛移默化中，先天氣機自然會誠於中形於外而變化氣質了。

有了高貴的氣質，稱為「貴氣」或「仙氣」，擁有這「貴氣」或「仙氣」

在修行中可以開啟智慧，叫「佛法」。有此「佛法」繼續修行能一竅通，百竅皆通。先天妙智自然流露顯現出來。往後在辨道中日日增長知識而智慧大開。那種大智慧才是做大事業的學問基礎。

在辨道與行道的日常生活中，人能默默地克盡本分，善守本職，樂於助人，利人濟物，廣行方便，此是實踐人生之理想，無形中涵養了大慈悲之胸懷，使得福報日增，命運也因仁心義行，而日漸改善，誠所謂：「心好命就好」。此是辨道可以改造命運的好處。

在行道過程中，廣行方便利人濟物，必得諸天神聖護持。遇有災難自能感召神佛護佑，而得以逢凶化吉，躲過劫災，此是聖人所說的：「自助助人必得天助」。從此不斷修持，並助人修道，積德感天，自有天命護持，仙佛祖師加被靈氣，則靈性能脫離生死輪迴而超生了死。

說來說去這「道」要開悟，還得自己去行道，才能開悟，不是唸經就能開悟，也不是有靜坐沒氣機出現就能「悟道」。外面很多寺廟的傳法師總是叫人要自己悟道，卻無法教人如何悟道，有說等於沒說。也許他自己都不知道什麼叫「道」，所以無法教人悟道。

有某電台女主播問我什麼是「回頭是岸」？我問她怎麼會問這句「回頭是

岸」？她說因常拿我的善書文章在廣播節目開講修道，有人問「回頭是岸」要怎麼解釋？她當場不知道要怎麼解釋，就用浪子回頭金不換來做解釋。我回她，那如果我沒有做壞事，不是浪子，不就沒辦法回頭是岸了。她說沒做壞事就不用回頭了。我回：那不回頭哪裡是岸，則「回頭是岸」是寫假的嗎？她說那要怎麼解釋才對？

我回：「回頭是岸」既然有岸字，表示大海，大海比喻人生的苦海，是說人不要一直追求虛幻的名利而耗盡精氣，應該回頭修行自己的靈性，才能脫離苦海的煩惱。如果一直追求名利，到最後就算你追求到了，人也差不多剩下一點氣息，也享受不到那榮華富貴。不如回頭修自己的心靈才能解脫輪迴的痛苦。她聽了說有理。

接著又問那「放下屠刀，立地成佛」要怎麼解釋？我問她，妳怎麼解釋？她說就不要去殺生，例如殺雞、殺鴨、殺豬，放下這些殺生動物就有慈悲心可以成佛。

我回：照妳這樣說，我沒殺雞、殺鴨、殺豬就沒有屠刀可以放下，就沒有慈悲心可以成佛了。她聽了說，那要怎麼解釋才對？我說：屠刀就是名利心。跟回頭是岸同樣道理。一個人能懂名利心是一把利刃能傷人於無形，知人為了

名利不擇手段去爭取，最後身心傷痕累累，這不是有智慧聰明的人。能放下名利心修行自性佛，即是「放下屠刀，立地成佛」，因為要放下名利心很難做到。能做到放下名利心的人，已有悟通佛法，所以能立即成佛。

她聽了我的解釋，很認同。問我是怎麼悟出這些道理？我回：我曾為了改變命運，拚命的工作賺錢，但對一個打工的人怎麼努力工作，還是賺不到錢，身體也因勞累過度而衰敗。後來修道有了智慧，看到這句「放下屠刀，立地成佛」而莫名其妙的有所頓悟。她聽了說佩服！佩服。

有句名言「富貴在天」。如果人真的有行道又能積德，累積了很多功德，上天自會給你富貴。雖然你因修行也看破名利，不稀罕這些名利富貴，但富貴還是會自動黏著你。因上天給的要用也用不掉，真是奧妙。所以富貴之人懂修行，上天給予的富貴更多。窮人能修行，有了智慧，就能改變困厄的命運。這就是孔子說的「樂在其中」修行的奧妙。如果心不善，又為惡，那就是自作孽不可活。

其實世間一切都是因緣合和而成，隨緣而生，隨緣而滅，那些名利富貴在今世也都是暫時的，能看開這些假象，修行就不會被名利綁住心性，心靈就很自在，修行就會有智慧成果。

☆六、自重自悔

子理

對於修行的認知，很多人還是停留在誦經、守戒、做法事、靜坐、當義工等。當初我也認為修行就是如此，但是隨著跟著老師修行的時間愈久，漸漸體會到修行並不侷限在上述的種種情事，這些只是其中的一個部分。所以在懵懵懂懂的修行期間，那時總是認為懂得愈多愈好，所以就會上網爬文，或是逛書局或是看看有無善書可拿回家讀，那時候總是覺得愈新奇愈好，這樣也可以拿出來炫耀一番，看著師兄姐被我說得一愣一愣的，自己就會感覺到好像是一個高人。可是一點進步都沒有，這就表示自己的修行方向需要調整。後來，漸漸地體會到，修行好像不是如此，而是應該更往心性上走，會有如此的感覺，是因為在聽老師的講課後，感覺到老師不再強調氣感、神怪或是辦事時的種種異象，而是回歸於內，同時，也感覺到老師進步飛快，受到這樣的渲染，自己才會在經典與靜坐上，加深自己的思考，因為我總是會問自己為什麼？看到一句話，以前總是輕輕帶過，現在則是會想這一句話所代表的意涵，老師也說過，先聖佛不會多說廢話，所以每一句話都會有其用意，只是當時年紀小，還無法認清。

其實最近讓自己受益的，並不是專專講經典，同時對於人與人間的對待，

也會增加對修行的了解。因為孔子說過「天生我材必有用」。以前會認為這個材講的是自己的專長，但是目前卻能體會到，要能將這個發揮出來的動力在哪？又如何能發揮出來？發揮出來要用在哪裡？才能稱作是材？接著就是找這一連串的問題的答案。材可以看做是資材與才能，資材講的是身體，身體必須健康，才能將自我的才能發揮出來。至於身體部分，很多人於年輕人認真學習，以便能取得高薪的職位，所以就不斷的耗損自我的身體，等到達到自己的目標，卻又陷入當時的生活情境，無法自拔，如此當身體出狀況的時候，才來尋求幫助。但是大家卻不知道，自我的體內蘊涵著先天氣機，此氣機每個人都有的，同時也是維持我們身體的資材。因此，很多團體開始著重於養生方面的教導，包括禪修、瑜珈、太極拳等等。這些不管是動態還是靜態的養生方式，都是讓氣機產生進而能修復與滋養身體。氣機一旦修出來後，大家知道這修出來的氣機，到底有何作用？依照本門的修行，這修出來的氣機，要能與元神結合，而元神即是智慧，有了智慧才能將個人天賦之才能展現出來，而先聖佛又怕大家發揮得過頭了，又說了「喜怒哀樂之未發，謂之中；發而皆中節，謂之和」來提醒。因為一旦發揮過頭了就損耗了氣機，氣機耗散也代表著身體不好了，身體不好，個人想想即使有沖天之志，也無法付諸實現。再來就是自身的才能

要用在那兒呢？當然是在對自身與大眾有利的事情。同時在這個過程中，免不了需要與不同人們接觸，而接觸的主要目的則如孔子所言「三人行，必有我師焉。擇其善者而從之，其不善者而改之」，其實簡單的說，就是回歸自我的心性，因為看到好的就跟著學習，看到不好的就自我警惕，根本就不會有情緒的波動，如此就切中「喜怒哀樂之未發，謂之中」了。

如果有了情緒上的轉變，就會變得「不重」甚而「自侮」。孔子說過「君子不重則不威，學則不固。主忠信，無友不如己者，過則勿憚改」，而大致上對於這句話的解釋是「君子不穩重就不會有威嚴，經常學習就不會固執，一切要以忠信為本，不要結交不如自己的朋友，有錯誤不要怕改正」。這一句的解釋，現在感覺起來怪怪的。現在於自我的認知下，這一句話的解釋為，「君子」為修行人，「不重」指的是無法神氣合一，因為神氣合一後，能產生元精，元精即是丹。「不威」，指的是有情緒上的轉變，見有利於己者欣喜，無利於己者鄙之。所以這裡講的「威」，就如同大道一般，無情、無形、無名。若是有情緒波動，就容易被外界牽引，如此神氣就不再牢靠，同時自我的才能也容易受到外界的影響而受限，就無法發揮出自我之所長。「主忠信」，忠也可以說是誠，先要能誠於內，才能對人講誠信，而誠信即是道氣，人與人之間會發生

爭執，大多是在於剛開始的時候不講誠信，如《易經》訟卦之卦辭「訟，有孚，窒，惕，中吉。終凶。利見大人，不利涉大川。」就是當彼此間的誠信遇到了阻礙，就會產生官司，若是於中途能警惕到官司不好，不再繼續下去，還是可以獲吉，但若是堅持打官司到底，不管是勝訴方還是敗訴方，都會有凶。這是因為官司打到最後，會將人的醜陋面再加上仇恨心，徹底地給翻出來。所以後面才說，這時候最好要有智慧的人或是公正的人來協調，不應該再走下去。而利見大人，於修行上即是讓元神展現出來，如此才能增加智慧。至於「無友不如己者」，這裡指的是不要去結交道德不如自己的人，有了過錯就需要改過，這是一過則勿憚改」，改過的重點在「勿憚改」，就是改過不要有所顧忌，要能回復自我的天良，改一次過，即是回復一絲自我誠信。

在與人們交往過程或是傳道中，可以用孟子說過的「中也養不中，才也養不才，故人樂有賢父兄也。如中也棄不中，才也棄不才，則賢不肖之相去，其閒不能以寸。」來說明。當修行有智慧出來後，不是要讓大家去賣弄智慧，而是要能提攜後進修行人，使其進入修行的廟堂。如此彼此間的差距就不會太大，同時對於修行也會始終保持著一定的熱忱。若是，大家都管新進的師兄姐，也沒有師兄姐願意付出，這時候不僅新進的師兄姐會喪失修行的意願，同

時也會心生怨氣，再者，由於沒有付出，所以自我對於修行的體會就會漸漸地減少，這是因為沒有了功德，其實功德即為天理，也是道。如此沒有道的加持，於靜坐時，就比較不會有氣機的感覺，更遑論能與天地順行的大週天。同時《道德經》也說過「是以聖人常善救人，故無棄人；常善救物，故無棄物。是謂襲明。故善人者，不善人之師；不善人者，善人之資。」在道場或是任何地方指導不懂或是不明白之人，就是修行往上的資本，也就是功德。另外，在指導新進學員的時候，很容易會有驕傲心，所以要能「不貴其師，不愛其資，雖智大迷，是謂要妙」，同時孟子也說過「人之患在好為人師」，這一點需要多加警惕。

若是情緒上很容易受到外界的影響，就會招侮，孟子於《離婁》中說「夫人必自侮，然後人侮之；家必自毀，而後人毀之；國必自伐，而後人伐之。」這說明一個人、一個家甚而一個國家，必先輕賤自己，然後才會招來別人的看輕或是國家的滅亡。於是誠信、於家人倫、於國則在於四維八德。若是人不講誠信，家中沒有人倫，國無四維八德來維繫，則猶如《太甲》所謂「天作孽，猶可違；自作孽，不可活。」天作孽，是在磨練自我的心志，如同「天將降大任於是人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其

所為，所以動心忍性，曾益其所不能」。所以當遇到逆境的時候，就是老天爺準備給你重大的任務，讓你去完成。然而若是自作孽，則是將自身的功德消耗，一來無法認自身的智慧增長，一來沒有氣機的滋養，身體就會日漸衰敗，往死裡鑽。

因此，於修行上達到神氣合一，才能比較不會受到外界的引誘而被牽著跑，如此也不會因為去追求名利，當去求的時候，往往需要看人臉色，甚而受人輕侮，若能靜心修煉，配合著功德，心性當不為外界所動，進而能順勢而為，所以孟子說「人有不為也，而後可以有為」，「不為」，為不去追求名利，當智慧修出來後，才能有所為，如此契合《道德經》中的「道常無為而無不為」。如此看來，從以上諸經典所述，修行的過程，必須要經歷心性上的磨練，才能默默體會天理的運行，進而應用到靜坐煉功，如此又將會是另一番景象。

☆七、修行之體悟

子理

記得於去年期間，起一興頭，去觀察周遭的人、事、物。那時候給我的感覺，就是每個人都會順著自身的軌跡，走完自我的一生。時過一年，這些原先給我的感覺，近來又不太一樣，那是一種說不出來的感覺，以往在觀察周遭人、事、物的時候，自己會認為這些都是他們本來就應該會去做的事，會去說的話，現在卻感覺到，他們為何會說這些話？為何會去做這些事？是什麼在牽動著他們的言行舉止呢？如果自己站在對方的立場，自己還是會跟他們說一樣的話？做一樣的事嗎？根據以前的認知，這些言行舉止，都是源自於自我的本性，而本性卻又有天命之存在，所以《中庸》說：「天命之謂性，率性之謂道」，而此道即是道路，即是每個人生命的軌跡。但是，每個人的軌跡往往都是循著習性而為，其中卻從有一絲大道，而這一絲大道，即是天良、即是人之本善。因此，雖說每個人的人生軌跡不同，但是殊途卻是同歸，其中所差別的是，每個人所經歷的過程與磨練的方式不同，這種經歷與磨練，即是「修道」。所以《中庸》才會強調「修道之謂教」，同樣的修道需要不斷的練習，如同曾子所說：「吾日三省吾身」，這即是在提醒我們「道也者，不可須臾離也，可離非道也」。至目前為止，修道的法門真的五花八門，每一個有在修行的人都說自己的

法門最好。先不論各家修行法門的良窳，至少對於自身的言行舉止有個規範，使修行人心中有了敬畏。接著我們可以來探索這一絲順著習性、暗藏於我們生命軌之大道，到底是什麼呢？首先我們可於《清靜經》中找到端倪，《清靜經》中說到：「老君曰：大道無形，生育天地；大道無情，運行日月；大道無名，長養萬物；吾不知其名，強名曰道」。從中不難看出，大道是無形、無情、無名，無形即是無可捉摸，沒有形狀，一但有了形狀可以捉摸，就是後天；無情即是沒有一絲情緒，一但有了了一絲情緒隨即落入習性，如此又變為後天了；無名講的是不可稱說，一旦說出即是後天，所以丹書或是經書上所提之修行方法，大都是以隱喻的方式居多，但現今大多數修行者，若是沒有往自身先中去挖掘，很容易就會將此隱喻奉為圭臬，如此便很容易將這些隱喻變成學說，而成一家之言，成就一個修行門派。大道本先天地而存，甚而天地崩後而不敝，若有形、有情、有名，大道又何能長存？先聖佛又何必花大工夫引導修行者追尋本來面目呢？於此大家不妨回歸本心，試問自己，為何修行？

在觀察周遭人、事、物的過程，甚而產生互動，這些都是修行，也就是說「生活即是修行」，孔子也說過「三人行，必有我師焉。擇其善者而從之，其不善者而改之」。所以說除了靜坐煉功，體悟身內那一絲大道外，這一絲大道，

即是隱於身中的先天氣，當修出先天氣的時候，會讓人意氣風發，會感覺到精力充沛，此時最容易衝動或是多語，將煉出之天氣耗散掉，為能讓煉出之先天氣能讓元神成長智慧，復化為精滋養身體，此時外在的影響，不容小覷。人與人之間彼此的互動，很容易受到影響而讓自己的情緒受到波動，上一段也說過，若是含有情緒的波動，就會落入後天，此時先天氣也會轉換為識神，變成習性應事，如此只能助長自身的脾氣，對於修行而言一點好處都沒有。如同《易經》大壯卦是氣機從地天泰卦再多劃一陽爻，顯示氣機愈來愈強，雖然氣機強盛，但於九二爻的爻辭卻用「貞吉」，這提醒要將氣機收回，一為內靜坐煉功，無思無念，另一為與外在接觸，謙虛以禮，如此，謙虛也是功法。對於情緒上的管控，《中庸》也有說明「喜怒哀樂之未發，謂之中；發而皆中節，謂之和」，喜怒哀樂，雖為人之情緒，但卻代表著身內五行，情緒之發，即是五行之氣的耗散，等到氣機衰竭了，五臟六腑也會漸漸著功能減退，直到沒有任何功能，此時就是所謂的器官衰竭。因此，情緒還是首重於未發，未發之時，即是處於五行不分的先天狀態，只有在此狀態，所發才能中節，中為合，節為時節，簡單的說就是體內氣機運行符合天地運行之時節。

剛剛說過，修行的經典中，常常以隱喻的方式來說明修行的過程，這不僅

是預防洩漏天機，同時也是因為大道無形、無情、以及無名。因此對剛接觸修行的初學者來說，若無明師的指引，很難窺其面貌，更遑論修行了。《易經》的蒙卦從初六的發蒙到上九的擊蒙，剛好可以用來作為修行的縮影。蒙卦的卦辭為「蒙，亨。匪我求童蒙，童蒙求我，初筮告，再三瀆，瀆則不告」。就是不懂的人要去求懂的人，而懂得修行的人要詳細為初學不懂得修行的人說明，若是聽者還未消化或是去實踐，再次詢問，反而會讓修行的觀念混淆，為免有此種現象發生，所以就請初學者先去實踐，而不是就對方所提出的問題來做說明。

初六，發蒙，利用刑人，用說桎梏，以往吝。

發蒙為啟發蒙昧未知之人，剛開始修行的時候，為怕行為上有所偏差，所以會有一些教規，來規範身心，如佛教之五戒、道教之軌儀等，此為利用刑人，但是這種戒律往往會限制修行的發展，所以不可長久的使用，若是長久的使用便會讓修行止步，故說「以往吝」。

九二，包蒙吉，納婦吉，子克家。

這一爻說明修行有成，可以幫人解惑，此為「納婦吉」，也能開始擔任講師，負擔起道場傳承之責任，即是「子克家」。

六三，勿用取女，見金夫，不有躬，无攸利。

這一爻具有警示作用。六三為陰爻，不安於現狀，一心只想親近上九，為親近上九，會不擇手段，不會在乎禮節，故說「不有躬」。此種行為，對自己修行沒有好處，故說「无攸利」，還不如靜下心來修煉。由於金夫在上九，為外卦，也可說明此時修行的心態是往外求取，而不會往內修煉。

六四，困蒙，吝。

這一爻距離兩個陽爻都很遠，無法獲得陽爻的幫助。這一爻的心境，大部分是自己造成的，當修行時，遇到挫折，其中包括生活上、身體健康上、經濟上、事業上、家庭上等，都會對修行產生懷疑，這種懷疑若是於心中放大，又此爻為陰爻又居六四陰位，為得位，所以很容易陷於其中，最後無法自拔，而斷了修行的路子。這一爻所呈現的現象，在修行上還很常見。為能排除此種的心境，除了要能堅持修行外，還要能做功德，以度過此段期間。

六五，童蒙吉。

這一爻雖然位在尊位，但還是會有些不懂，因此必須去跟懂得的修行人學習，剛好此爻與九二爻相呼應，因此從六五就下學習，並且要誠心誠意，所以說「童蒙吉」。這一爻的重點在於謙虛，於修行的過程中，還有許多是自己不

甚了解的，以往修道有成的先聖佛，於其修行過程中，還是會不斷的多方請益，以彌補本身之不足。

上九：擊蒙，不利為寇，利禦寇。

這一爻代表著明白修行的明師，發願將大道傳出去，此為利禦寇。爻辭已經說明了，要以傳道為目標，此為「不利為寇」，但是如果卻藉此傳道之機，來賺取學員的經費，中飽私囊，即是「為寇」。如此便很容易依附於外物，產生貪念，如此好不容易修出來的智慧也會消失，這就是將被老天爺打回原形，同時並要負擔期間所造成的罪孽。

蒙卦最重要的是「蒙以養正，聖功也」。正是無私無念，不做過多的設想，才會有所成。但是當我們修行日深，所得到的修行知識愈來愈多，反而無法如當初什麼都不懂的時候，來得心靜，當所獲的知識愈多，主要是讓我們明白修行過程中可能遇到的種種情況，以好因應，不致於等到狀況逼近的時候，顯得手忙腳亂。若是一味地追求修行的功法，就如同去追求金夫，憑著的是一己的貪念，如此當不顧禮節，而禮節為天地所演化，不顧禮節即是不符合天地運行之時節，如此如何能養正？如何能成就聖功呢？

☆八、靜坐班的體會

子理

細數修行的年頭，從當初老師教我靜坐開始，應當是自二〇〇一年算起，至今也過了十八個年頭，雖然說修行的成果與時間無關，但是卻是從其中一點一滴慢慢累積而來的，因此對我來說，修行沒有捷徑。剛開始靜坐的時候，總會出現一些讓自己很好奇的景象，這些景象也述說於前幾期的善書中，諸如日夜顛倒、食性改變、聲音好像隔了很遠（可是明明聲音就來自旁邊）、看到獅子的臉與我面對面（還可以感覺到其氣息）、看到另一個自己在做事（當時自己是在煎蛋）、靜坐時感覺身體往上飄，碰到頭頂就下來了，過程中可以看到屋外的景象等等。剛開始也很好奇，就不斷問老師這些代表什麼？總是希望從老師那裡得到自己有神通的肯定，但是老師卻一句類似的話都沒有說，只是說再去靜坐，那時候還沒真正接觸經典，如果有的話，大概是《因是子靜坐法》與武俠小說吧！《因是子靜坐法》是一本小冊子，當時正在讀高中，一邊讀書準備大學，一邊就按著《因是子靜坐法》練習靜坐，現在想想，當時真的很危險。後來老師託我朋友帶一些善書來給我（當時在國外讀書），其中有善書與《丹道法訣》，這應該是我接觸到的第一本經典。拿到書後，一口氣看完半本，不是不想再繼續往下看，而是感覺好像吃飽了，再怎樣都吃不下去了。

之所以舊事重提，是因為大家在靜坐煉功的時候，有了氣感，此氣感就會對身體與自己的想法產生刺激，比如說下腹部收縮、打拳、跳舞、衝擊病根產生疼痛、打嗝、放屁、身體擺出各種姿勢，這些都不是可以用意念去控制的，唯有在氣機產生後，才可能發生的現象。由於氣機無形無象，只有通過對身體的反應，讓大家認識這股深藏於體內的氣機。有了氣感，所以這時候才能激發大家勇猛精進的心，這是因為有感覺了，才會認同。但是「人無千日好，花無百日紅」，等到這一段嚐鮮期過了，氣機就會歸於平淡，在這段期間，有人會認為修行不過如此，不過就是靜坐罷了，這樣我回家自己靜坐就好了，不用再來道場了，所以師兄姐就一個個地離開。真的很可惜，嚐鮮期是打通自我經絡，就如同氣機在疏通自家的經絡，如同溝渠在疏通，要將渠內的雜質清掉，所以會嘩嘩作響，身體會有所感覺，等到沒有雜質了，渠道變寬了，也就是經絡疏通了，而自己的氣機還是這麼多，就不會嘩嘩作響，身體有就沒有什麼感覺。

另外一種現象，就比較恐怖了。就是靜坐後產生的氣感，認為是有無形來加持，如果一味的往這方面去想，就容易產生幻覺，那時候怎麼也回不來了。尤其是一些長期在宮廟或是跑靈山的師兄姐往往或多或少都會有這樣的現象，所以在剛開始參加台中道場靜坐班的師兄姐，我都會提醒他們，要將以前

所學的功法放下，不然將來會打架的。根據這些年來靜坐班的觀察，剛開始的時候，大家都能依照回光的功法練習靜坐，但是等到氣機產生後，不僅對身體有所刺激，同時對自己以前的觀念，也會產生刺激，這時候很多師兄姐就會說，怎麼跟以前所學的反應不一樣，於是就感覺到害怕，這時候往往又回到師兄姐習慣的修行模式，然後就離開了道場。

以上這兩種現象，是於靜坐班所最常見的現象。其間我也思考過這個問題，發現到本門師兄姐的數量，好像總是維持在一個數量，不管在本門修行時間的長短，當離開一位的時候，就會有另一位加入，所以對我而言，本門不算是一個大的門派，但是於修行上相對的舒適與順性，沒有制式的規儀，也沒有強制的奉獻，這是因為老師說過拿人供俸，若無功德，將來不知要還幾輩子。講到這裡，我說說一個體會，暑假期間，我都應邀去外地進行學術交流，當地有一位好朋友，除了招待吃飯住宿外，還邀請我去住他家裡，當下我就打了一個激靈，我接受當地學會邀請前去進行學術交流，對方招待吃飯與住宿，是理所當然，但是若接受邀請去住他家的時候，就是要還人情債，當下看起來，好像無事，但是事後想想，不管是什麼將來都要還的，若是沒有這些年的修行，我想我會答應去住對方家裡，日後可能又有因緣牽扯。

師兄姐們的來來去去，說穿了就是修行的觀念沒有建立起來，總是認為修行就是靜坐練氣，當沒有氣感的時候，又不從經書上去深入，此時若再加上認為其他門派的修行方法比較新奇，就會轉而他途。因此，不難看出，靜坐練氣只是修行的工具，以前於善書中也提過，當氣機出來的時候，就要與元神結合，此時若在意以前修煉的功法或是觀念，就會展現出來，用來質疑本門的修行功法，當出現這些念頭的時候，就是識神的作用，然後藉由氣機放大識神的效果，並冀望能成仙成佛。孟子曾說過「規矩，方圓之至也；聖人，人倫之至也」，這說明要想成就仙佛，必先做人倫，在自己所當屬的位置上，扮演好自己的角色，如此盡人倫之職，修行才能再往上。大家不要小看人倫了，我相信大家都看過很多有關修仙修佛的故事，其中都會說入深山修煉，包括佛陀於成道之前，入雪山修行。我們先來看一段悉達多太子與協助悉達多太子出城的車匿間的對話，「太子在出城遊歷時，親見世間老病死苦，最後天人化身的清淨比丘，啟發了太子過去的願心，體悟到修行才是解脫之道。於是，在一個全城熟睡的午夜，他毅然捨棄一切，騎著馬悄悄地越過城門出家了。」

協助太子出城的僕役車匿，心中萬般不捨，忍著淚水問道：『人人都說您將來會成為轉輪聖王，您為什麼要捨棄太子之位呢？』太子平靜的回答：『人

間的榮華，抵不過無常的催逼，即使是國王也不得自在啊！」

車匿又問：『可是，淨飯王年歲已高，還有這麼多疼愛您的親眷，您怎麼忍心離開他們呢？』

『我對於親眷的愛護有過之而無不及，但是，我無法令他們不老、不病、不死！生死之苦實在令人憂懼！唯有成道，才能救度他們不再受生死之苦。』

太子堅定的說道：『車匿！我若不成道，誓不回迦毗羅衛國！我若成道，必定回來教化大眾！』這是悉達多太子的誓願，因此成道能度化自己的父母與親人，如此方是人倫之至。同時，《孝經》也說「夫孝，德之本也，教之所由生也。復坐，吾語汝。身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也。立身行道，揚名於後世，以顯父母，孝之終也。夫孝，始於事親，中於事君，終於立身。《大雅》云：『無念爾祖，聿脩厥德。』」愛護自身，不敢毀傷，這是孝順的開始，如果身體有什麼狀況？還是有損傷？最難過的、最替你擔憂的是父母，所以愛護自我的身體，是害怕父母擔心。各位師兄姐都知道，身體的好壞，其實端賴本身的氣機強弱，因此靜坐煉氣也是減少父母擔心的方式。進入修行的行列，才算是立身行道，如悉達多太子修成佛陀，度化親人，才是「孝之終也」。同時，古云「小隱隱於野，中隱隱於市，大隱隱於朝」，「小隱隱於野」，

是完善自我的氣機，「中隱隱於市」，是完善人倫之則，「大隱隱於朝」，當修出智慧，為國家盡心力，有利於天下，是聖人之責，但是這還要看當下的國家情勢，所以孔子訂出了一個「天下有道則見，無道則隱」作為出仕與否的標準。

從對師兄姐參與靜坐班的體悟上，修行不是要讓大家拋家棄子，而是要先盡人倫之職，這其中的用意在於了卻彼此間的因果，老師曾說過，有緣才能在一起，才能了卻彼此間的因果。同時，自己也漸漸體會到，不管做什麼，還是與「道」息息相關，以前對於這種體認還是很模糊，現在卻是愈來愈清晰，就好像「道」是一個中樞，掌控身邊的大小事。比如說，有的時候有一些好消息或是有了一種新的體會，就會想跟別人分享，但是有的時候不知不覺卻又會講太多了；或是有時候講得超過對方的理解，自己卻還在滔滔不絕，事後我都會覺得自己講太多了，這樣的事後考量，以前是沒有的，現在事後考量出現的頻率卻愈來愈多，因此，在新一期的靜坐班，也給我一個感覺，就是很多處理事情的方式都會漸漸回歸於「道」，後來一想，回歸於「道」，就是回歸於「心」，最終讓心不動，雖然知道，但是還需要深入的體會，我想這應該是我在這一段時間所要學習的課題。

☆九、靜坐煉氣之關鍵

子理

從古至今，不管是哪一個門派，其中修行的方法，都會離不開靜心的方式。同時，不管靜心的方法如何？也都離不開靜坐，而靜坐之法則有源於仙佛的經典，因此，不難看出，雖然方式有所不同，但卻是同源。所以，於修行上，根本沒有什麼好爭的，所要爭的，不過就是如何從靜坐中獲得氣機？大家應該知道獲得的氣機有什麼作用？又要用在哪兒？如此，在大家踏入修行之路前，大家不妨先自問一下自己，修行的目的在哪呢？在以前的善書中，自己也提到過，修行的目的其實有三個，第一個是讓自己的身體健康，這在諸多師兄姐的心得中，可以看出端倪；第二個是增長智慧，現在不妨想想如何才能讓智慧增長？第三個就是改變命運，但是要能做到這一點，真是何其難呀！而這三個目標，其實是一貫的、連續的，但是有些師兄姐卻從中下車，真的很可惜。比如說，老師上課說過一個故事，有一位師兄來道場修煉就是想要生孩子，修煉一段時間，結果也如這位師兄之願，後來就不來了，這就是達到這位師兄原先設定的目標。雖然說這位師兄，達到目標後離開了道場，但畢竟這位師兄設立了自己的目標，並能完成自我的目標，不可說是沒有毅力。

想要達到這三個目標，其基礎還是氣機，因此若沒有氣機，根本就是空中

畫樓閣，不切實際。就由這次靜坐班與師兄姐的互動與自我的體會，再回看自身體內所產生的氣機到底是先天？還是後天？這讓我想起以前跟老師報告說，我靜坐的時候，腦門會有一股氣，一直往下鑽，原先自己認為有這樣的感覺很了不得，但是老師卻說，那是腦中出現意念或想法，當下聽聽也不太在意，因為也不知道要如何去修正，就先這樣放著，之後的每次靜坐或是看書，腦門上都會感覺到東西在鑽，後來，在靜坐班跟師兄姐討論靜坐過程中的種種現象後，自己才在思考先天與後天的分別。現在想想，其實也不是很難分辨，其中的差別就是在有無「念頭」，這說起來很簡單，但是做起來卻是千頭萬緒，因為一個不小心就落入後天了。因此於靜坐之初，先放下萬緣、念頭，眼光微微下看下丹田，然後靜待氣機產生，這時就會有師兄姐問說，要注意呼吸嗎？手的姿勢要如何擺？一定要雙盤坐姿嗎？如同入藥鏡所說的「產在坤，種在乾，但至誠，法自然」。其中「至誠」，指的是要能誠實面對自己，也是要能面對自我的良知，其中沒有一點念頭。至於坐姿、呼吸，只要自我感覺到舒服、順著身體的狀況去調整就可以了。「產在坤，種在乾」，而坤卦的後天卦為坎卦，之所以會產生先天氣，是因為來自乾卦的陽爻，此陽又稱為真陽，同時坤又為靜，因此指的是先天氣生於靜，心靜無念，自然會有一股氣機產生，剛剛

說過，這股氣機要到哪兒去呢？其實這股氣機要回到離卦，與離卦中的真陰會合，而變為乾，而後下降於身，讓坎卦回復先天坤卦。而在這個過程中就如同「起巽風，運坤火，入黃室，成至寶」，但是先決條件是不能有一點念頭，如此才能如《玉皇心印妙經》中說到的「上藥三品，神與氣精，恍恍惚惚，杳杳冥冥」，將神與氣精融合在一起，也如《入藥鏡》說的「先天炁，後天炁，得之者，常似醉」。

在與靜坐班師兄姐討論的時候，發現到靜坐時有些師兄姐會感知到氣機在身體內的變化，有些則不會。然而不管這些狀態如何？只要不加入一點念頭就可以了。若是刻意去感知身體的狀態或是加入探索的念頭，又會如何呢？以我的例子而言，常常於靜坐時，會出現「我在那裡」的念頭，這時候感覺像是睡覺醒了的感覺，在此之前是先天，在此之後是後天，因此若於後天上做文章，此時身體會感覺到氣機變大了，但是過不了多久就會出現口乾的現象；另一種是在靜坐之初，順著念頭去想，雖然也會有氣機出現，有時也會讓身體震動，隨著氣機變強，卻會伴隨著身體僵硬，這兩種身體的現象，所對應到的是後天氣機而非先天氣。現在想想，靜坐時必須要能分辨先天氣還是後天氣，而先天氣本來就存於後天氣中，因此呼吸就變得非常重要，所以有的門派就會讓學員

「數息」作為靜坐的手段，又有經書中說要「出玄入牝」，「出玄」講的是呼氣，玄為陽，而對應督脈為陽，所以呼氣是從下而上，而「入牝」則是吸氣，牝為陰，對應於任脈，所以吸氣是從上而下，如同《入藥鏡》說的「上鵲橋，下鵲橋」。但是在這兒還是要提醒大家，靜坐的方式還是根據老師所教的，老師教得其實真的很簡單，就是靜坐眼光微微下看下丹田，腦中不要起一絲念頭，這樣就可以了，這時候的呼吸會隨著心靜的程度而從粗變細、從細變為斷續、最後變得若有若無，如此後天氣逐漸消失，先天氣才能慢慢展現出來。

氣機對身體的變化，隨著每位師兄姐的身體狀況不同、想法不同、以及所遇到的事情，這些都會受到氣機的影響而放大，甚而有時候會產生幻覺，另外，本門修煉的功法可能跟其他的門派不同，本門強調功德，大家可能認為功德不過就是捐捐錢、寫寫心得，以前也提過什麼是功德？在《六祖壇經》，有一段六祖與韋刺史就功德一詞的說明，韋刺史原先是問梁武帝一生造寺供僧佈施設齋，而達摩祖師卻說沒有功德，這如何解釋？六祖說「武帝心邪。不知正法。造寺供養布施設齋。名為求福。不可將福便為功德。功德在法身中。不在修福」。六祖又說「見性是功。平等是德。念念無滯。常見本性真實妙用。名為功德。內心謙下是功。外行於禮是德。自性建立萬法是功。心體離念是德。不離自性

是功。應用無染是德。若覓功德法身。但依此作。是真功德。若修功德之人。心即不輕。常行普敬。心常輕人。吾我不斷。即自無功。自性虛妄不實。即自無德。為吾我自大。常輕一切故。善知識。念念無間是功。心行平直是德；自修性是功。自修身是德。善知識。功德須自性內見。不是布施供養之所求也。是以福德與功德別。武帝不識真理。非我祖師有過」。而這一段話中的武帝心邪，講的不是梁武帝心地不好，而是想要藉此來完成自我的功德，如此即是有念，有念不管是善念還是邪念，這些都是妄念。另外，六祖的解釋包括了命與性的修煉，命功的修煉在於氣機的產生，而在於見性，性功的修煉，則是在於心性上的修持，當氣機與元神結合在一起，是為神氣合一，為能讓神氣合一更加凝固，心性上的磨煉是必要的過程，一來可以透過生活環境中，與不同人、事、物接觸，來磨煉自我的心性；二來可以藉此機會了卻各自的因果。

因此，若於靜坐時忽有念頭出來，此時千萬不要去、去想、去感覺，因為氣機會順著這些念頭，放大對身體、對自我想法的反應，到最後自己就會分辨不出自己到修出來的氣，到底是先天氣？還是後天氣？此時就應該立刻回光，將眼光回看身內即可，然後再繼續靜坐，若是再次靜坐時卻感到心煩氣躁，可以起來走走或是活動一番，但是要與上一次靜坐的時間間隔不要超過五分

鐘，否則又要從頭開始。但若是最近感覺到心煩或是不想靜坐，可以多做功德並嘗試著與人多接觸，就由與別人的互動，來調整自我的情緒，同時，還要從經典中去探索，然後再靜坐煉功，因為這時候所需要的是自我突破的氣機，而氣機的尋找，千萬不要「閉門造車」自己去想，這樣很容易就被其他說法或是以前所修煉過的認知說法給帶走了，要問老師、要看經典、要多與師兄姐討論。

所以靜坐煉功看似簡單，但是其中又充滿了變化，而且每個人都不盡相同，因此需要每個人細細去體會，雖說如此，但是其關鍵處，還是在於氣機剛出來那一剎那或是從先天狀態醒過來的時候，因為此時最容易墜入後天，而後所煉之氣機，皆為後天之氣，不僅無法強身，更無法增長智慧，如此就可惜了。目前自己的了解，當修行愈深入，對於「道」的體會就會愈深，同時漸漸也可以以「道」來調整自我，也能體會到「道也者，不可須臾離也」的意涵。

☆十、修煉易體

如一

前陣子得知一位女同事突然身體不適，原本只是請假一天休息，哪知道病情加劇，後來又去掛急診，以為可以就此舒緩，豈料半夜又開始發作，最後吃藥是壓下來了，但卻也折騰到天明，根本沒有睡，再度請了病假繼續補眠。因為是認識十多年的同事，又因年齡相仿，因此我很關心她的病情。她跟我說其病狀是從胃痛開始，然後慢慢痛到後背，接著連下腹也開始痛，甚至連腎臟及心臟部位也痛起來。我聽她的描述，覺得有一種熟悉感，因為我前陣子胃潰瘍就是這樣的病狀，痛點會轉移，也就是器官之間會互相牽引，但找不到病源是哪裡。所以我第一句話就問她有沒有照胃鏡？她說沒有。吃了幾天藥以後，她說症狀並無改善，還是反覆發作，後來再度掛急診，做了腹部斷層掃描，醫師都說沒有問題。我一直催促她照胃鏡，但是醫院排在兩週後，所以也只能繼續忍耐。再過幾日，她住院了，又做了大小相關檢查，還是找不出問題點。她反覆的發燒，我說發燒代表身體有發炎啊！她說是呀！問題是做了各種檢查，醫師都找不出發炎的原因是什麼啊！最後終於做了胃鏡，出乎我意料的，醫師也說胃部正常，沒問題。這下可棘手了，到底原因何在呢？這位同事的老公本身也是該院的醫師，我心想她自己的老公都沒轍，甚至連醫院的儀器都無法查出

病因，想想也真是無助。後來我問她是否有做婦科的檢查呢？她說老公正準備請婦產科醫師來會診，但是經由各項檢查後，還是沒能給個明確的答案，只知道身體某部位有感染而發炎，導致發燒的現象；而又因女生的腹腔有太多器官，包括胃、腸、肝、膽、膀胱和生殖系統等，只能知道骨盆腔發炎，卻無法找到源頭。最後的治療方式就是吃抗生素啦！於是她就這樣打針吃藥，確認退燒後，「不明不白」的出院了。

來道場時，我跟車師姐分享這段經驗，師姐聽了也覺得不可思議，竟然有醫師無法確診的病，方知人的身體健康真的很重要。我說經書總告訴我們，金錢無法買到健康，即便是家財萬貫，也無法換回性命呀！端看社會上那幾位知名的富豪，其親人生病時，他們花大錢請醫師給予最好的治療，但還是擺脫不了死神的召喚。可見人命的去留，並不在於名利財富地位，經書耳提面命，但又有幾人能真正悟得真呢？

我也跟老師說了這位同事的遭遇，同時慶幸自己早早入門修行，因為我非常清楚自己的體質，真的是天生三寶身體，從小體弱多病，看醫師看到很厭世，常希望自己可以換一個身體，因為被病痛折磨到很苦。我看著這位同事如此受苦，心想若我沒有人門修行，那麼我的下場必定是如此，甚至比她更慘。人一

生病，便得破財，醫藥費不論，還有請假扣薪的問題。不過我覺得最可怕的莫過於找不到病因，我寧願醫師宣判這是某某重病，至少還有個來龍去脈可以理解，以及知道對治方針，也不想這樣不清不楚不明不白的過生活，因為不知病因，就無從預防，也不曉得如何控制，更不知何時會復發？就像這位同事反覆的發作，影響正常的生活作息，心情也大受打擊。

且說到這女體，還真的蠻複雜，在道門中修行，與眾師姐們聊天，會發現女修很容易出現身體不適的現象，但是卻又很難形容那是什麼感覺，只知道渾身不對勁、不舒服，搞得自己心煩意亂，浮躁不已。師姐們對我描述這些不舒服的現象，我非常能體會，因為我也常常會這樣，令人無所適從。求教於老師，畢竟老師不是女生，他也很難感受到底那是什麼感覺？所以僅能照老師所教導的方向，一一的去做實驗，慢慢探索解決之道。長期下來，也很有心得了，可以靠煉功靈療來解決自己的身體毛病。有時候某些師兄，根本無法體會女修的生理感受，便斬釘截鐵的說，一定是師姐沒有認真煉功，殊不知女體並不是這麼容易了解的。但礙於女修常會難以啟齒，也不是很能與男修們侃侃而談種種生理變化，所以這些師兄也無從得知到底師姐們經歷什麼樣的感受，只有同為女修的師姐們，才能彼此理解，有個照應。所以說真正要傳道度人，談何容易？

自己本身煉得不錯，還不見得能替他人解答迷津，真正要能解決道友的問題，得花很大的功夫去了解對方，而不是把老師所講的理論照本宣科說一說便了得，更不是把自己的經驗套在別人身上就能派上用場。所以多花點時間在道場與師兄姐們相處和交流，用耐心和愛心，慢慢的探索，才能找到很多答案，這也是來道場學習的最大收穫。或許有些人覺得，既然了解別人是這麼困難的一件事，沒有能力幫上他人，那不如自己顧好就好，所以就安分守己的煉功，也不管他人如何。這種獨善其身的想法，雖然也沒有不對，但是自己也不會進步，因為沒有去學習照顧別人，沒有對他人付出，哪來的「德」可言？所謂的「功德」在於您對他人有多少的幫助。試想別人得到您的幫忙而能有所進步，必然感念於心，別人對您有所感恩之心，您在他心目中就有份量，這就是「德」。有「德」才有「得」，對於修行人而言，就是得到先天氣，以及開啟智慧，這也是修煉能否進展的關鍵所在。

回歸主題談女修之變化，其中有很多細節，最常出現的應該就是莫名的身體不適，說不上是痛，還是痠，還是暈？似痛又非痛，痛了卻又無法明確指出是哪裡痛？似痠又非痠，但感覺不舒服便是。似暈又不暈，好像站不穩，卻又不是真的頭暈。我只能說種種現象真的很複雜，會搞得人又氣又煩，因為難以

形容，看醫生也說不出所以然。要說是大病嘛！也不是很嚴重，都是小微恙。難怪人家說「女人毛真多」，也就是毛病一大堆，很難理解。沒錯，我自己身為女生，也很難理解自己的身體，只能想辦法與其和平共處。也常聽到師姐們分享有胸悶的現象，這我也能體會，當胸悶的時候，心情不會好到哪裡去，煩躁起來也容易發脾氣。問題壞就壞在不知道為何胸悶？想解決也要有個源頭才好下手，既然不明原因，就會令人更厭煩，真是雪上加霜。以上大概就是女修會面臨的問題，也是容易退道的的原因，當師姐們認真的煉功、研讀經書、做道務、做功德，卻還是會出現這些身體不適，真的會很灰心喪氣。因為能做的都做了，還是免不了身體的病痛折磨，實在是令人不知如何是好？而我長期修煉下來，也慢慢掌握其原則，總之還是得耐心繼續修，因為這就是過度期，既然身為女子，就得去適應這女體會帶來的各項困擾，一次一次用先天氣慢慢洗滌，轉換身體的磁場，長期累積下來，便能改善種種狀況。最重要的是，得不斷鼓勵自己，告訴自己不要被身體所牽制，不要被那種不舒服的感受影響，盡量控制自己的心情，以免因為負面的念頭一生起，導致身體不舒服症狀加劇。

根據我的經驗，身體病痛點會跑來跑去，就如同我一開始所述那位同事，一下子胃痛，一下子腹痛，一下子又變成腎臟部位痛，一下子又變成背痛或是

心臟痛，這樣就連醫師也難以診治，最後若檢查不出原因，一律都會歸為心性疾病，也就是壓力大、煩惱多引起的「心病」。起初我也是追著病痛點跑，胃痛就按摩胃部，腹痛就按摩腹部，背痛就按摩背部，心臟痛就按摩心臟，但是不管刮痧、拔罐，按摩，還是必須找到病源，才能真正舒緩病情。例如我就曾經按摩腳，結果肩膀不痛了，或是按摩肩膀，結果腹部不痛了，諸如此類令人難以理解的按摩方式，可見有病痛時要找到病源才是重點，如果沒有針對病源下手，任憑怎麼刮痧拔罐按摩，效果都有限。直到最近，我發現原來更重要的一環在於經絡，那是因為我在煉功靈療時，發現元神是循著經絡在治療，而不是某個器官，或是某個痛點。只要經絡疏通，全身大小病就自然不藥而癒。而更神奇的是，元神所靈療的經絡，不是書籍能查到的，祂所治療的是很細微的地方，並不是一般推拿師所推拿的部位，也不是一般常見的推拿動作。我就曾經幫師姐找痛點，當我一按下去，她就唉唉叫的說：「奇怪了，我自己也有按這裡耶！為什麼我自己按都不會痛，妳幫我按就這麼痛？」我回：「因為我按的手法不一樣，雖然是同一個點，但是角度不同，結果就不同，重點是有沒有真正按到那個點。」就這樣按摩幾下，師姐說：「好神奇，還真的好了一大半，勝過於她自己摸索半天。」所以說我是久病成良醫，也是因為不放棄的繼

續煉功找答案，才能慢慢累積經驗。我剛開始修煉不久時，也跟師姐們一樣，飽受身體不舒服的折磨，也曾灰心的覺得認真做這麼多，怎麼身體還是沒能康復？但是幸好有明師指導，老師鼓勵我繼續修行，耐心陪著我找答案，也因為長年持續修行，所以身體有了莫大的改善，在靈療方面有很深的經驗和體會，也因此得知很多訣竅，方能與師姐們分享，幫助師姐對症治療。這一切都需要有功德累積，才能有所收穫，將修行成果與有緣人分享，幫有心的修行人度過難關。如無功德，任憑您找遍了醫書，也尋不到答案的，這一點我很能肯定，因為當中有很多秘密玄機。

猶記老師在周易參同契的課堂中提到一段，節錄讓大家參考：

眾邪辟除，正氣常存。

人之所以能修煉而長生者，由其能盜天地之正氣也。人之所以能盜天地之正氣者，由其有呼吸也。呼至於根，吸至於蒂，是以能盜天地之正氣，歸之於丹田也。人之呼吸，猶天地之呼吸也。《皇極經世書》云：「冬至之後為呼，夏至之後為吸，此天地一歲之呼吸也。」張觀物註云：「冬至之後，陽長陰消，舒萬物以出，故為呼。夏至之後，陰長陽消，斂萬物以入，故為吸。」若自曰言，則子以後為呼，午以後為吸。天之一年一日，僅如人之一息。是以一元之

數十二萬九千六百年，在大化中為一年而已。今以丹道言之，一日有一萬三千五百呼，一萬三千五百吸。一呼一吸為一息，則一息之間，潛奪天運一萬三千五百年之數；一年三百六十日，四百八十六萬息，潛奪天運四百八十六萬年之數。於是換盡穢濁之軀，變成純陽之體，始而易氣，次而易血，次而易脈，次而易肉，次而易髓，次而易筋，次而易骨，次而易髮，次而易形，積九年而闋九變，然後陰盡陽純，而與天地齊年，茲其為長生超脫之道也。今魏公謂眾邪辟除，正氣常存者，晝夜運火，煉盡陰氣，變為純陽，而正氣常存，乃能長生也。《翠虛篇》云：「透體金光骨髓香，金筋玉骨盡純陽。煉教氣血流為白，陰氣銷磨身自康。」蓋純陽者為仙，純陰者為鬼，陰陽相半者為人。人能煉陽以消陰，乃可以為純陽之仙。若有纖毫陰氣煅煉未盡，則不得謂之純陽也。

這一段在說明我們煉此先天氣，是在效仿天地之呼吸，進而盜天地之正氣，得以長生。很多人都不知道靜坐煉氣有什麼厲害之處，更難以想像靜坐煉氣就能超凡入聖，更無法理解為什麼靜坐煉氣是修仙解脫的功夫。一大堆人要求神通，卻不知道應該從靜坐煉氣開始，那是因為沒有上課，沒有學習，所以不明白原理。節錄經書原文是要讓大家明白，這些修煉原理在經書都有詳細說明，而本門就是在傳授這些正法，老師不辭勞苦的來為我們上課，就是在研

究這些修煉方式與原理，因此來上課是非常重要的。如果不明白這些原理，我們遇到阻礙時就沒有動力繼續靜坐煉氣，容易半途而廢；懂了原理以後，我們才會知道該如何做，而能按部就班一步一步往前進。這段經文是在告訴我們，為什麼人的一呼一吸和天地之氣有關聯，也說明當我們得到天地之正氣以後，身體會有什麼變化？之所以會有所變化，是因為我們透過此功法，得到先天純陽正氣，接著會把身體的濁陰之氣慢慢去除，自然恢復健康，因為病痛就是來自於濁陰之氣作祟。當修煉至純陽之體，就可以易氣、易血、易脈、易肉、易髓、易筋、易骨、易髮、易形，長命百歲，與天地齊年。想想，一般人去廟裡很愛求健康不是嗎？這段經文明確的告訴我們，該如何修得健康，而不是求神賜予我們健康，哪有這種好事？當我聽課聽到這段，對於「易氣、易血、易脈、易肉、易髓、易筋、易骨、易髮、易形」相當有感，因為十幾年的修煉，我真的感受到自己身體種種變化，體質真有所改變。再來就是我說過自己從小筋骨常痠痛，三不五時要去中醫診所報到，讓推拿師整頓我的身體，但是通常只會舒服個三天，然後又復發了，我都哀怨到好想「拆掉全身骨頭重新組合」。原本以為這是痴人說夢，沒想到經由修煉靈療，還真的開始調整骨頭，讓長年因壓迫的痠痛逐漸好轉，實在是玄奇不已。加上這段經文的解說，我才了解「拆

掉全身骨頭重新組合」並不是夢想，而是真正能做到的。又老師說我們修煉如果改掉自己的惡習，那麼也會連帶改善整個家族的惡習，因為把壞的基因去除了。一般人用科學的角度來看，哪有可能改變基因？基因存在於我們的細胞中，已經固定了，要如何改？除非是突變。由這段經文所述，修煉還能易血、易髓，我們都知道骨髓的功能是造血，想想連骨髓都能變陰為陽，代表把不好的因子都轉換成好的，連帶的細胞裡頭的物質也產生了化學變化，基因當然會得到改變。再者所謂的易骨和易形，這指的是容貌，我在幾年前也寫過一篇心得，說明自己原本是單眼皮，經由修煉竟然莫名變成雙眼皮，省了一筆整形費用。再來就是經書有云，修得好就自然變成貴相，修不好就是賤相，人的容貌外觀取決於骨頭的形狀，所以某些女人為了愛美，還特地去削骨整形，吃了不少苦頭，真是駭人！藉由修煉，自然會轉換容貌，變得美麗有氣質，何須花錢整型傷身找罪受呢？再者骨頭形狀也代表著一個人的命運，老師曾說有一些盲人摸骨論命非常神準，他們就是藉由觸摸骨頭的形狀來判定此人命之貴賤，一個人修煉至「易骨」，自然也會轉變命運。

如果我剛入門修行看到這一段經文，可能還會心生懷疑，想說此功法真有這麼神奇嗎？現在修煉十幾年，累積不少經驗，再看到此段描述，真是拍案叫

絕，因為自己真正有經歷這些變化，所以知道經書所言不虛。既然此功法真正能改善身體狀況，轉變命運，那到底要怎麼修呢？我們看看周易參同契以下這段經文所述：

累積長久，化形而仙。

大矣哉，丹道之法天也。難矣哉，丹道之不息也。何以言之？《陰符經》云：「觀天之道，執天之行，盡矣。」夫天之所以長且久者，以其晝夜之運也。人能觀天之道，反而求之吾身，亦如天道晝夜之運，則長生久視之道實在於此，捨此更無他道也。蓋晝夜之運，即天之道也。人以藐然六尺之軀，乃能法天之道，而與天道同其運，則其為道也，豈不大矣哉！《易》曰：「天行健，君子以自強不息。」夫子作象之意，欲使知道君子象天行之健也。天之所以常行而不可已者，以其健爾。健則能行之無已。君子欲其行之不息，當法乾健以自強其志，斯可矣。蓋不息者，人之所難也。天道之運，晝夜而不息，人而象天道晝夜之運而不息，豈不難矣哉？然而天下之大事必作於其細，天下之難事必作於其易，合抱之木生於毫末，九層之臺起於累土，千里之行始於足下，是故聖人圖難於其易，為大於其細，亦在夫積久之功爾。《黃庭經》云：「仙人道士非有神，積精累氣乃成真。」故自片餉結胎之後，百日而功靈，十月而胎圓，一

年而小成，三年而大成，以至九年功滿，人事皆盡，然後可以遺世獨立，羽化而登仙。蓋未有不自積累長久而得之者。若謂不必積久功夫，而可以平地登仙，則猶一鋤而欲掘九仞之井，一步而欲登億丈之城，豈有是理者？《通玄真經》云：「寸步不休，跋鼃千里。累土不止，邱山從成。臨河欲魚，不如退而織網。」故夫人之學道，不患不成，惟患不勤；不患不勤，惟患無久遠之心。蓋久遠之心，最為難也。吳宗玄《玄綱論》云：「知道者千，而志道者一。志道者千，而專精者一。專精者千，而勤久者一。是以學者眾，而成者寡也。」若知者能立志，立志者能絕俗，絕俗者能專精，專精者能勤久，未有學而不得者也。世降俗末，去古逾遠，學者每以躁競之心涉希靜之途，意速而事遲，望近而應遠，皆莫能相終。夫既立志不堅，信道不篤，朝為而夕改，始勤而中輟，悅於須臾，厭於持久，乃欲與天地齊年，不亦愚乎。《內觀經》云：「知道易，信道難。信道易，行道難。行道易，得道難。得道易，守道難。若使不難，則滿市皆神仙矣。安足為異耶！」

這段在說明，天地之所以能長久不衰，是因為其運行不息，同理若人能效法天之健，日日夜夜努力不懈的修煉先天氣，必然能與天地一般長久。所謂法天之道，便是要效法天地的運行不息，講白話一點就是要人精進再精進，要有

持恆的功夫，勤久修煉不退道，正所謂「戲棚下站久就是你的」。這段經文說得很清楚，只要能堅持下去，總有成功的一天，是一步一腳印積累而成；所以修仙也不是什麼難事，只怕自己半路放棄。我在道場觀察道友也是如此，多半是兩天打魚，三天曬網，真正能長期用功不退道的人少之又少，大部分都是求速成，急急忙忙地來要個答案，上幾次課以後卻又因為一大堆的理由而請假不來，一次兩次不來，就失去動力而不再來了。然後又很愛抱怨自己命運不好、身體很差，希望老師指點原因。對於這類無法勤學的道友，我也只能搖搖頭，因為身為老師的人最怕學生不上進，老師絕對願意用心指導，問題是學生根本不用功，那麼老師再認真、再有才華，也無用武之地，只能說浪費了一位這麼優良的明師。因此自己不夠用功，就得概括去承受命運的不順，或是身體的病痛，怨不得他人。

如果您是一位有心學習的修行人，明白這些道理之後，應該照著經書所言的去。真正想修的人，不會樂意與好逸惡勞、用心不專的人一起浪費時間，因為同氣相求、同道相謀，與上進的人一起交流才會收穫良多、法喜充滿。在此也祝福認真向上的師兄姐妹能學修有成，享受純陽之氣帶來的欣欣向榮。

☆十一、千金難買早知道

行界

在日常生活常常聽到周遭的朋友說：「如果早知道我就是有錢人了，如果早知道這傷心的事情就不會發生了。」有那麼多的如果早知道，其實就是不知道，下一刻的事情誰能預料得到，人生就因為不知道而精彩，如果知道了是否會缺少了那一份不期而遇的驚奇呢？以前為了找道院的土地去了不少地方，沒想到最終的落點是在台南道場附近約五分鐘車程的五間厝，如果早知道就不用浪費那麼多的時間與精神去找了，到附近逛逛就好，說不定很早就找到了土地，道院也早就蓋好了，但要促成一樁好事還需要天時地利與人和，也因為找土地認識了一些仲介，了解房子土地買賣的知識，天底下沒有白吃的午餐，努力不一定會有收穫，但不努力只靠運氣，成果肯定是會大打折扣的，修行也是同樣的道理，是需要學習正確的知識與觀念，如觀念偏了最後會有一失足成千古恨，再回首已是百年身之憾，所以修行還是要依法不依人，這法就是古代聖人所流傳下來的經典，讓我們有所依據，而道場就是修法研究經典的好地方，來自不同專業領域的師兄姐聚在一起，互相討論研究是何等的快樂，遇到了瓶頸再慢慢的自我調整來尋求突破，這樣修行才不會走偏了，浪費了人生寶貴的時間。

有一天在靜坐中突然想到當初入門的功德願，有一項是幫忙擴大道場，內心會心的一笑，這是十幾年前的事早就忘了，但感覺仙佛在冥冥之中好像自有安排，不然不會一買好土地後，台中的蕭師兄就自掏腰包的找朋友來裝設鐵網圍牆，余師姐也出錢出力的開始幫忙畫圖設計，還有其他的師兄姐來幫忙整理，當然最辛苦的還是老師，運籌帷幄的希望道院趕快完成，讓有心修行的師兄姐有個舒適的修行環境，記得有一次因工程的問題須與老師討論，而我剛好是上大夜班，白天睡覺晚上工作，就在凌晨快一點的時候利用休息時間傳EMAIL給老師，想說老師天亮起床看到會回信，沒想到過幾分鐘老師就回信，再來兩點多、三點多、四點多，再傳下去老師就要陪我上大夜班了，所以就此打住暫停讓老師去休息，經過了半年多的努力，道院的主體結構總算完成，雖然在施工期間發生了一些與設計不符的問題，也盡量的去協調改善，凡事豈能盡如人意，但求無愧於心，這也讓我更了解清靜經裡的一句「清者濁之源，動者靜之基」，蓋房子動也，蓋好了就靜靜在土地上，修行也是一樣，丹道以無為為靜，有為為動，其源還從有為立基，所以動者靜之基也，希望道院成立後，能吸引更多對金丹大道與性命雙修有興趣的道友來此共修。

千金難買早知「道」，很多人想修道卻又不知「道」如何修？道在日常生

活當中，至簡至易，百姓日用而不知，唯有親身力行而力行其道，才能體會到「道」的玄機奧秘，要學道首先要先了解一些道的基本知識，再來找明師指點，因明師也是過來人，一定會有豐富的經驗，可讓我們少走一些冤枉路，最後也是最重要的，那就是要努力不懈的修行，這也是修行者最難做到的，如果是一天捕魚三天曬網，想一步登天的學仙道氣功可是沒有那麼容易的，參同契云：「世間旁門小術，何啻三千六百家。惟此一門，乃天寶大羅飛仙金液九轉大還丹，清靜無為之妙衍，其法至簡至易，雖愚夫愚婦得而行之，亦可以超凡入聖，是以天戒至重，不許輕授於非其人，而世之參學者，不有夙緣契合，未易遭遇也。」所以會想要修道都是有夙緣的，否則無緣者再怎麼解釋修道的好處也聽不進去，所以說佛度有緣人，緣深緣淺就看個人的造化了。

丹經云：「人欲向善，必先語以因果報應，才肯出力捨財。及習之久久，然後語以仁義之行，不邀功不計名，從此引入大道，亦是神聖苦心。」所以在修行當中也要勤做功德，修行與功德並行，當你深信因果又肯出力捨財，然後習之久久當成一種習慣，習慣成自然，而捨不得的心會慢慢的放下，天助自助，當業障來臨時也能逢凶化吉的大事化小，小事化無，驗證經典所言不假，惟勤修大道的修出太極之氣並貫通經典，了解仙佛的思維並推之於人，希望道院能

在各位師兄姐的努力之下順利完成，來接引更多對修行有興趣的有緣人。

☆十一、回光與功德

誠意

南懷瑾在八十幾歲傳道演講時，說他年少時曾在城隍山訪道拜師，那時想要拜一位得道高人為師，但那位得道高人說無法當他師父，於是就以幾句話送南懷瑾，他說：「看世界上任何的東西，要輕鬆不要嚴重，尤其眼睛要會看東西，一般人看花、看風景的時候，那個眼神看到好的花，就盯著花，都盯到花的上面去了，錯了！像杭州風景那麼美，你出去看風景啊，是讓風景跑到你眼睛裡頭來，看花要把看花的精神，收到我的眼神裡頭來，看山水要把看山水的精神，收到我的眼神裡頭來，不要把自己的精神放到山水上，放到花上，它沒有用處，你也沒有好處！」南懷瑾說：「這位道士送我的這些話，我一輩子都記住！所以我現在眼睛也很好，可是進一步還不止眼睛呢！就是一個道理告訴你，精神內斂！我一聽肅然起敬！深深向他行禮感謝！再來第二點呢，我們心臟就拳頭那麼大，裝不了多少東西的，什麼痛苦、煩惱、得意，統統丟出去，什麼都不裝進來，都丟出去，統統都丟掉，你就前途無量，厚福無窮！」

以上這段真實談話，就是在說明「回光與功德」的重要，在上道聖門的課程時，不管是林老師或子理師兄的課，都是都會不斷重複講「回光與功德」的重要性，要我們平常就要回光，不是只有靜坐時才回光！因為沒有回光，就會

一直不斷耗散我們的陽氣，有句「百姓日用而不知」這句話，就是在說我們的身體能夠活著，就是因為有陽氣存在，然而我們一直在為生活、事業奔波忙碌著，或閒暇時吃、喝、玩、樂的享受快活著時，卻不知使用的都是我們的陽氣，因此「陽消必陰長」，身體便衰弱老化而生病，當陽氣用完，就得跟身體說再見了！

而「回光」的作用就是在收攝自己的妄念減少耗損陽氣，尤其在靜坐時為了要斷妄念而沉靜下來，回光之法是一定要用的，也就是發現自己在胡思亂想時，念頭與眼神馬上看回來自己的身體內，但一下子又胡思亂想了，再趕快將念頭與眼神看回身內，此動作就是回光，用回光提醒自己止念，用回光來覺察到自己的雜念，不斷來回重複的回光，如此就能漸漸靜心養神，不只減少陽氣流失，還能補回先天之氣（即陽氣）。所以這回光的妙用，不是只有靜坐才用，日常的行、住、坐、臥都要延續此回光之法！而日常生活中回光的進一步意義，也等於是「反省」之意，反同「返」，返回省察自己、看見自己，若能省察自己的習性與慾望，看見自己稟性與執著，就有「功」，然後再確實的修正自己，那麼就會有「德」！

所以功德難做的原因，就是這樣來的！因為需要長久不斷的收攝與修正自

己，所以需要透過後天的有為法，來幫助自己回光與做功德。

第一、每天一定要抽空靜坐至少一小時以上，因為靜坐才能體會回光是什麼？而回光又會帶來的先天氣機是如何？有所體會後，漸漸就會延續在日常中也會提醒或勉勵自己要回光收起妄念，收攝一分，就有一分功，收攝三分，就有三分功……。所以就像第一段所描述「看花要把看花的精神，收到我的精神裡頭來，看山水要把看山水的精神，收到我的精神裡頭來，不要把自已的精神放到山水上，放到花上，它沒有用處，你也沒有好處！」這除了在描述不要對身體感官享受、物慾太投入或太在乎，需把想要繼續享受的妄念收回來之外，其實也是在說明靜坐時回光的目的，因此才說回光即是「精神內斂」。

第二、學習做道場的道務，做道務是練習利益眾生、無私付出、包容的精神，在過程中，若心中有所埋怨、計較、分別、偏見、妒忌、不平、傲慢、或是想要有所回報……。等等的心態，那麼所做之「功」就打了折扣，甚至沒功可言！所以接著還會有「德」嗎？當然沒有！但是若能持著像靜坐般，保持平和清靜之心來做道務與應事，即是功德。

第三、捐錢佈施道場、助印善書也是功德，錢財在世間是非常重要的，一般人認為僅次於性命，但卻有許多人甚至認為錢財比性命還重要！所以要他們

捐錢佈施，就會非常的捨不得，然而捐錢不是捐得多，功德就大，其實在於捐獻的心態是如何？若是有求回報，即使捐再多，也只是「福德」，而不是功德！福德無法改變命運，也無法消業障及了脫因果，只能來世有較好的物質生活可享。但功德卻是可以消業障、了脫因果及改變命運，因為關鍵重點就是在於前述所講的，所謂功德，就是看見自己的習性、慾望、稟性與執著，看見了有就功，然後再確實的修正自己，改變自己，那麼才會有德，而漸漸也會開啟智慧！所以佈施錢財無法以多寡來定功德大小。雖很多人剛開始捐錢時，的確就是因為自己有所求才會去捐，但若能長期持續不間斷佈施的話，也能漸漸洗去私心求回報的貪慾，而願捨財為利益眾生著想，這樣心態轉換成無私，功德的效果就會顯現出來而改變了命運，此功德即包含了福德，並且此福德是比一般福德還大的！

簡言之，功德也等同於「無私」，而「無私」也才能成就功德。所以功德與回光，其實是相互影響，一體密不可分，並不是分開的兩件事，因為回光能收攝眼、耳、鼻、舌、身、意的流連忘返與慾望，然後最終達到「照見五蘊皆空」，這樣不就功德無量嗎？所以南懷瑾說「痛苦、煩惱、得意，統統丟出去，什麼都不裝進來，都丟出去，統統都丟掉，你就前途無量，厚福無窮！」

也就是在無私之下，痛苦、煩惱、得意、妄想、貪、嗔、癡……，才能夠統統丟得出去，而這個厚福無窮，就是功德無量！

第四、寫心得，寫得對自己的心性幫助很大，因為寫心得也是回光！刊出後，度化了眾生的心，這種功德的迴響是可以源遠流長，來世都還能帶走，跳脫「萬般皆是命，只有業隨身」的宿命定數，希望師兄姐把握每期善書的機會，寫心得行功立德。

以上是我最近的體會，把它寫下來與大家分享，希望對有緣人有幫助！

☆十二、為腹章心得

才順

最近翻閱道德經時看到這「為腹章」有些感想分享給各位，原文如下：

太上曰：五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽；馳騁田獵，令人心發狂；難得之貨，令人行妨。是以聖人為腹不為目，故去彼取此。

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽；馳騁田獵，令人心發狂；難得之貨，令人行妨。

五色、五音、五味，是感官上的感覺。太上認為過度的享樂與追求，容易使人心迷亂。曾國藩在《諭子紀鴻》中寫到：「由儉入奢易，由奢返儉難。」物質的享樂是永遠無法滿足的，愈富有的愈想追求更多，於是就一直沉迷的追求下去，不知所終。最後，反倒被外境所操控，成為聲色感官的奴隸，弄得身心俱疲，不知自己真正追求的是什麼。人生性命為重，一旦離開人世，貨財安在，那為何不重內而輕外啊？

是以聖人為腹不為目，故去彼取此。

在古代，地廣人稀，人們生活於原始環境中，處於大自然裡，容易切身觀察大自然的情況。而現代人生存在人工創造的社會，生活的方式與環境，左右了人的生活特質，大家都各自專注在所屬的生活方式內，無暇、也無心思再多

關注其他。

在現代社會，人們一味追求外在的物質享受，讓人們充滿著許多雜染，而造成身體與心靈上的失調。所以太上希望人們以**滿足基本生活**的所需為主，回歸樸實、平淡的生活，不要過分的追求聲色享樂，是以有道高人，虛其心以養性，實其腹以立命，知先天一氣，生則隨來，死則隨去，為吾身不壞之至寶，一心專注於此，而外來一切，皆視若浮雲，所以虛靈不昧。

我們身處的這個空間，理應都是一片的光；因為只要有溫度的物體，就會發光。但為什麼到了晚上，不管是抬頭看天上，或身處的四周，都只能看到少部分的光，而大部分都是黑暗的？

那是因為人類的眼睛，只能看到分光儀中萬分之一點七的光段。

所以，真實世界的樣子，並不是目前我們所看到的樣子，只不過是受限於人類目前眼睛的構造，所以只能看到目前的樣子。

舉個例子，動物可以在黑暗中快速奔跑，牠的眼睛也是看不到，但為什麼不會碰撞到東西？那是因為牠們有另一種看的方式，就是稱為第三隻眼的「松果體」。「松果體」是腦部一個可以感光腺體，可以讓動物在黑暗中，有如擁有夜視鏡一樣，來充當牠們的另一種眼睛。

結論是：我們目前所看到這個世界的種種，都是經由我們的腦波及眼睛放射能量後，再接收、判讀形成的。但是，這個世界的真實形象，真的是像目前看到的嗎？還是我們的眼睛騙了我們？

理性，最多只能歸納出真理而已，最後還是要親自體會，才知道真理是什麼。所以，什麼是「實相」？就得提升我們另外一種對外的感知能力，提升方法則是虛其心以養性，實其腹以立命，相關方法如想詳細瞭解可以親臨北中南各道場，都有師兄姐可以協助喔！

☆十四、命基命蒂

揚道

人自稟天地之氣以生，內具生生之本，皆天之所命，惟命於天而凝成於人身中，謂之命基。基者如建物之基址，數仞之高樓大廈，皆從此起。又如樹之著土處，萬幹千枝皆由此發生，此基字之義也。命基，在道為元精。在天為天一生水，雨水降下來就好比人之元精，故人效法天道，行天地之理，親身力行其行道，才能找到道的方向，才有機會體會道之奧妙所在，如果只是嘴巴說說，或站在旁邊看著人家做，就算過二、三十年還會在原地踏步，永遠無法進入道之精髓，豈不可惜？悟真篇曰：「任君聰慧過顏閔，不遇明師莫強猜。」命又有蒂焉，蒂者如果之蒂，有蒂乃能結成果物，此氣常運轉於週身之內，謂之真息，精津血液，皆賴他驅策運化，乃不凝滯，故修持，必使此真息周流運轉，貫徹週身，無時止息，謂之綿綿，蓋真息能綿綿不絕，則精津血液皆不凝，久之而盡化為輕清，此真息所以為命之蒂。而性為命之本，本先天一點元陽，寂然無所作為，有此元陽，而後生出個真陰來，無陽而陰不生，就像天地陽極生陰一般，人之元神即元陽也，元神屬先天寂然不動。如百物干擾，邪思四起，既落入後天，為氣質之性，識神是也。元精元氣元神為命之三寶，惟三寶能結為一炁，即先天太極一氣。後天識神為氣質之性，屏除百物邪思干擾之後，修

行始行，即能恢復先天元神。

修行如果不能使自己更好幹嘛要修行？也就是能夠調整好身體、也要換一顆腦袋，能夠活化元神（靈魂）提昇智慧，透過心靈的沉澱找到一條新的方向，大學曰：「苟日新，日日新，又日新。」透過新的方向產生變通，變通就能得到美好的利益。所以修行能更美好為何不修，命運之所以沒改變是做得不夠深及廣的問題，不能只做一點點，心裡就想著要回報，好的身分地位都是好幾世累積而來的，有錢人都是想著如何享受，有錢幹嘛不享受，如果了解因果關係就不會了，只取生活上之所需，其餘都會拿出來佈施和貢獻，這樣你的來世照樣衣食無缺，甚而比現在更好過。乞丐之所以困苦，大多不懂布施之理，所以來世更為窮困。經曰：掃二心，飛四相。三心：過去心不可憶，現在心不可得，未來心不可謀。四相：我相、人相、眾生相、壽者相。我相：不要執著自己的肉體，不要貪圖於肉體的享受，享受慣了愈容易迷昧亦折損福報，便會執著肉體而不容易跳脫。人相：執著於他人的善惡，會失去了眾生平等的心，無形中便偏執一邊就會失去中庸平衡。眾生相：眾生形形色色因果輪迴，幾千百世無有休止，懂因知果而行善布施，加上自我修行開花結果，便能切斷輪迴的種子。壽者相：不要思慮自己修行到哪裡，會不會長命百歲。

丘處機真人受成吉思汗之邀到蒙古，蒙古殺伐太重久而乾旱，當真人到達時並未祈雨卻下起雨來，成吉思汗便盛讚真人為真仙人也，並向真人請教治國養生之道，真人曰：減少屠殺，清心寡欲。真人一句減少屠殺可救千萬人之性命，實乃上天有好生之德。仁慈愛物為修行中必要之條件，天無心以人之心為心，具備仁慈之心方能與天心同。而厚德方能載物，愛物久之德性始生，仁人愛物始生厚德，厚德鬼神親始能載物，非一朝一夕之功也。

一物一太極，天地涵養萬物，萬物皆太極之體。太極者，陰中有陽，陽中有陰，陰極生陽，陽極生陰。在天為陰陽之氣，在人為仁義，在地為剛柔。陰陽為兩儀，兩儀化五行，儒家提倡忠恕之道，五常為：仁義禮智信。佛家曰慈悲之道，五戒為：殺盜淫妄酒。道家講究有所感應，五行為：金木水火土。五行化八卦，八卦生萬物。然萬法歸一，一歸於身。一為精氣神合後之太極，太極能散者成氣、聚者成形，可以遊行於太虛，謂之不滅，到得不滅，是成功矣。

☆十五、修行中的自己（續）

澄心

心定靜，陽氣自然來，而氣自動在身內會跑，不用電也不用加汽油，多好啊！而這個氣有陰陽之氣在內而自動煉化，只要不斷的回光，才有能量。這種情形我把它簡稱「功夫」，這樣大家比較會了解，老師所講的「功法」也許很多人不太懂，所以我現在都用這個名詞和朋友聊天，論道，他們才會懂。不然講這些修道理論功法，大家都是「鴨子聽雷」（台語）。現在這個社會，各行各業都要技術，有文、有武，各有專精，而我們修道這門「功法」就把它稱為「功夫」了。就像我自己的行業一樣，鞋模製造。學這個技術也不容易，正常學也要三至五年的時間，且技術不斷的進步，也要不停的學習。

而學「道」這門功夫，我還是一個學徒而已，現在所學的都是這裡懂一點，那裡懂一點，還無法融會貫通，所以繼續努力學習中。今生一定努力的把它學成，看能不能「出師」做師父，不然我的人生也已過五十了，剩下不多的時間學了，還有幾個十年讓我揮霍啊！有一句話說：「師父領進門，修行在各人」。應用到有緣來修道人身上最切身不過了。

記得入道聖門上《清靜經》開始，而後再上道德經、丹道法訣、金剛經、玉皇心印妙經、易經、道學合輯，及種種經典以來，經過老師和師兄的傳授、

講解，真的是獲益非淺。

而現在談這經典的論述功法，我比較不會用，因還在學習中。從小書讀得不多，笨一點，所以沒有用引經據典的方式來論道，所以現在都用生活上的體悟和大家共同分享。以前讀書國中時期所讀的孔孟思想倫理，和現在老師所教的理論完全不同，學校師長因沒修道，所解釋的只是生活上的倫理道德而已，與現在老師教的意境差遠了，這也是在道聖門裡才能學到這道學的「功夫」了。

要學功夫，就要認真去學，不然會像我一樣，無形的業障會一一上身，牠會從你的身體健康、事業的盛衰、家庭的和睦、長輩兄弟的情感產生一些衝擊，讓你所有的事情不順利，因我們現在做「人」，前幾世的因果業障都不知道，而牠會找機會來索討，不然讓我們「功夫」學成了，牠就沒機會要了，這時候就要看自己的功德夠不夠用了。所以老師每次上課時都會叮嚀師兄姐多做功德，而這未知的業障才能讓我們自己的元神用功德去補過，做功德的重要，老師無時無刻都在提醒大家，這不只還業障而已，在煉功時也會讓命功提昇，此也是在修行中「功夫」進步的能量，信不信就只能各自去感受體驗了。而我自己是認同有感受了，因有「重生」這件事就有深刻的體悟了，死沒去，再活一次，人生的感受都不同，身邊的大小事都在改變，唯一不變的是命還在，修行

的心還在，而且要更努力來修行，以剩餘的生命來逆修回來，希望大家都能與天同在。

☆十六、靜坐與上課

正福

在每三個月一次的交心得報告時，相信是很多師兄姐要傷腦筋的時候，甚至可能會感覺有些壓力，因為在平時都很會講也很會煉功，但奇怪耶，要寫的時候就是會卡卡的不知要從何下手，唉，其實我也一樣，但我漸漸發現只要在上課時能認真聽課並筆記，別右耳進左耳出，若有問題時能去請教老師，這樣的話對於經典道理及煉功修心，多少都能有所領悟體會並有學習心得，再融合整理就會有內容可以寫了，之後再來決定題目，這樣就有一篇自己的心得報告了，心裡就會很快樂，大概就像佛教講的法喜充滿（也就是道氣在體內流通時身、心會很舒服愉快）的那種情形，至於心得內容如何，就看各人的功德、煉功感受與功力了，但也別得失心太重，因為各人修各人得，只要自己肯努力付出就會有收穫，一切自然就好了。如此就會愈寫愈有興趣了，而且也會從師兄姐的心得中體會出寫心得的方法，這樣才不至於每期都是在看別人的心得，而自己心中都在期許下次再來寫，但卻都一直處於期許的狀態中。

我來道場上課的時間大概一年半，都是利用假日來上課（老師親自授課或看光碟片課程），但發覺這樣長期累積下來的道學知識也是不容小覷的，就像每日存下一些零錢，時間久了累積起來的金額會很可觀一樣，而且如果來道場

上課是愈學愈有興趣的話，您就會覺得快樂並更認真學習，就像孔子說的學而時習之不亦說乎（意思是不斷的學習大道並靜坐修煉的話，就會樂在其中）的情形一樣。老師上課時常講有空就回光甚至做事時也可以回光，因為回光就是保持無妄念及修行，是時時刻刻都可做的，可讓我們收回氣機而不致讓氣機一直流失掉，而且在無妄念也就是專注不分心的狀態下，做事會很有效率及效能，例如在很忙、很煩或無法專注時，我就會趁機無妄念的回光，別看只是短短的一下子，卻能讓我更專心及快速的做完事情與應對。或許有人會認為只要靜坐煉功就可以了，不僅簡單又方便，對於上課學習道學經典就不是很重視；也許有人會說學習那些枯燥無聊或難以理解的道學經典課程要做什麼？有什麼好處嗎？還不如來去吃喝玩樂睡、休閒享受人生或玩弄刺激有趣的3C科技產品，這才是正常的人生。其實在經典中有記載及老師上課說過，修行的過程中，修性（指元神、明心見性、道學經典、智慧）、修命（指元氣、元精、煉功、身體）要同時進行，並以修性為重，因為修性有成修命也易成，但命功修得好卻不一定能提升修性功的程度。以電燈為例（電燈的功能是發光發亮），性指元神比如燈泡，命指身體（也是性的部分）比如電力，電力能讓燈泡發光，但燈泡壞了就不能通電，而沒有電力的話燈泡也不會亮。

修命不修性，猶如鑒容無寶鏡。意思是只煉身體，在身上運轉河車，不修煉心性不懂明心見性及萬法唯心之理，即使煉得好也僅是身體健康，卻難化性（變化氣質）及回復天性，無法提升命功層次及大悟大徹，難修出智慧（神光、佛性），無成仙佛資格；修性不修命，萬劫陰靈難入聖。意思是只在心性（明心見性）的學理上參悟，口說身不修，只知空空如也，卻沒有修煉身中陰陽（太極），精氣神、五氣無法合一，無法煉就純陽聖體，難證得仙佛果位。因此修道必須要性命雙修才是正確的，道學經典是仙佛的修行心（功）法記錄及智慧結晶，在修煉中一定會有疑惑、瓶頸或奇怪現象，這些問題除了請教老師，也要來上道學經典課程，而且老師有時會在上課中透露很多修行心（功）法及修行、傳道經驗，這樣您就會很有信心並安心的繼續修下去，也可印證道學經典真的是仙佛的修行心（功）法記錄及智慧結晶，而且要實際認真去修煉才能體會，如此就能證明道學經典不是拿來背的或念誦的，那種背誦的表面功夫是沒有用處的。所以修行不是只有靜坐煉功搖來搖去就夠了，還要盡量來道場學習道學經典，否則的話可能會無法提昇修行的層次而容易退道。

來上課後也漸漸的發覺，過去在外面所學到或認知的道學或人生之思想觀念有很多是不正確的，不信的話，舉例來說明，您會恍然大悟並感慨的說原來

如此啊！例如孔子說的三十而立，一般的解釋重點都放在年齡上面，認為在三
十歲成家立業或學有所成要在世上創造一番大事業。但是您想，孔子是聖人，
他的言行理論都是大道的顯現，具有一定的含義及道理存在，絕不是一般人的
泛泛之語，而且古時春秋時代並沒有像現代的醫療科技再加上戰亂、疫病、飢
荒、盜匪等因素而導致平均壽命不是很長，所以會有人生七十古來稀的說法，
且那時的人大皆十幾歲就結婚了，因此那種一般解釋是說不通的。我來道場上
老師的道學課程及學習易經後才知道原來三十而立指的是大道及天地運行之
理，亦即為陰陽生成之數及修性煉命的修道方法，而且隱藏了河圖、易經卦象
及佛法的奧秘；在河圖之數，天三生木，地八成之，三代表天、陽數、東方、
春季、木（五行屬仁）；在十二消息卦中，東方為寅月（農曆正月，節氣為立
春雨水）也是佛家講的藥師琉璃光佛，卦象是地天泰卦，乾卦三陽爻在下（內
卦）代表先天氣；因此三十而立的奧秘就是在寅月時為農曆春節，一年之計在
於春，東方也是太陽升起之處，木代表仁德，亦即在春天要把握良機努力耕耘
播種就可欣欣向榮而有好的收成，也就是事半功倍做事容易成功。另外，地天
泰卦，乾卦在下代表三陽生（三陽歸來而成泰），所以農曆過年時在門口會貼
三陽開泰的春聯，即表示天下昇平佳運開始、萬象更新及恭賀新喜之意，亦是

象徵陰陽通泰調和，天氣與地氣相交流而萬物亨通（茂盛），又是君子道長小人道消（陽長陰消）、小往大來（外陰內陽），只要努力付出就能有超乎預料的收穫（做事易成），在修道方面則要把握良機布施行善、煉功、修性，就能很快修出氣機並體悟經典道理而有所得。乾卦是先天氣，先天氣是金丹大藥，就像藥師經講的藥師琉璃光佛能醫治疾病，也就是當您修出先天氣後就能醫治身體的疾病，漸漸恢復健康，就不會被疾病折磨得痛不欲生，您就會身心舒爽了也會事事平安順利，大家都知道平安是福、健康是最寶貴的，所以藥師經是叫您自己要煉功修出先天氣，而不是叫您在那裡唸佛號、唸經，唸得口乾舌燥或嗑頭跪拜得頭暈目眩，卻永遠都得不到仙佛的感應，無法改善命運及健康，而抱怨哀叫連連。

學習大道後才知孔子真的是大智慧的聖人，不愧為至聖先師，光一句三十而立的道理，就隱藏了這麼多的奧秘玄機，其他的十五志於學、四十不惑、五十知天命、六十耳順、七十從心所欲不踰矩等名言，同樣是有弦外之音並隱藏大道及佛法精要，因為這些都是大道也是天理、佛法及修行秘訣。但老師上課說過這要長期真修實煉及培養善良仁慈的心性，能在塵世社會磨煉並廣做功德，能通過仙佛考驗才能參透證悟的，這也是現今很少人能真正悟道的原因，

所以說佛、道的修行道理是相通的，就看您有無辦法融會貫通運用，若真能參悟大道再運用於日常生活中，就能像本門善書封面寫的：效法天地之理，扭轉乾坤命運。就像三字經寫的：人不學（修行），不知義（太極一氣），禮記寫的：人不學，不知道（大道），都是指修性煉命的道理及功法，不是拿來背誦記憶的。王鳳儀善人說道是行的，不行沒有道，德是做的，不做沒有德。也是說明大道在修命方面要懂真正靜坐修煉功法、修性則是要有善良仁慈的心性及鑽研經典；德是指廣做傳道、布施（贊助道場）行善濟人之外德，及培養仁禮信義智五常性德，再融會貫通運用於塵世社會並磨煉心性，這才是真正的修行精義。

舉例來說，佛家經典分為經、律、論，以經之阿彌陀經來說，這是佛陀率領眾弟子出外遊歷、講經說法及勸人修行布施，在休息時佛陀就把修行功法及心法講給弟子聽，弟子就遵照佛陀的教導去參悟及靜坐煉功修行，如有疑問就去請教佛陀，如果修行有成時，漸漸的妄念（妄想）變少了、欲望（執著）變淡了、看待世事的觀念也不同了且容易放下，身體就會健康、心情會開朗快樂，也會愈來愈有智慧，當下就得到法喜充滿並樂在其中，也就是極樂的真實意義，再繼續修煉下去直到解脫輪迴就到極樂世界去了。所以佛陀會說：奇哉，

一切眾生，皆具如來智慧德相，但因妄想執著，而不能證得，就是這個原因。這樣舉例說明就比較容易理解經典之真實意義與功用，因為經是佛陀涅槃離開世間後，由眾弟子集結在一起把佛陀住世時所說過的話、修行功法心法及舉止行為，記錄書寫下來，再由眾弟子討論印證確實無誤後，就整理成一本書，日後就演變成一本經文了，所以當時佛陀並沒有叫眾弟子一直唸佛誦經就好了，而是由佛陀口傳心授並依據弟子的資質而因材施教指導弟子靜坐煉功修行而已，但當時能修成解脫輪迴之羅漢、菩薩果位的弟子卻有很多。但時代演變到現今社會，宗教界稱為末法時期或三期末劫，皆是指世風日下、道德淪喪且人心險惡，在做人事方面都不太奉公守法了，更不用講修持倫常道德之品格了，也難怪全世界在每天都會發生很嚇人的新聞案件，至於在修道方面大都流於去聽道理或參加法會、口頭唸誦、跪拜的形式而已，雖然在聽道理或參加法會的當下也會有所感動或愉悅，但若離開講堂或法會現場後那種感覺可能就會消失了，又回復到原本的稟性及習性而無法改善命運或健康，就好像去聽悅耳的音樂會但卻只能得到暫時的放鬆身心一樣。因為那種只是聽道理或參加法會的修行模式，是很難徹底改變一個人的稟性，也就是生生世世累積的劣根性，要化掉稟性則要經由長期靜坐煉功修行及來道場上老師的道學經典課程再加

上布施行善，亦即真正的性命雙修才能順利化掉稟性、改變習性及改善命運、健康。

以下摘錄王鳳儀言行錄的一些句子來證明稟性、習性的壞處：有人說，我怎麼事事不順呢？追求他的原因，是在性上，人要想好，須先變化性子；所以王善人教人去習性，化稟性，圓滿天性，至於怎樣去習性，怎樣化稟性，怎樣圓滿天性？還是要格物自己，研究自己。專講自己的性，不要往外講，專考究自己，遇事時是天性用事還是稟性當家呢？天性用事是德，稟性當家是罪；得控制往自己，多做德不要造罪，才是修行；前生的習性，就是今生的稟性；能化去稟性（怒、恨、怨、惱、煩），天性就圓滿了。不能化的，一觸即發，像被鬼迷住了似的，所以叫做五鬼，鬧得家宅不安。又叫做五毒，令人害病死亡；它的根最深，不易拔除，人若是降伏不住它，就難當好人。佛說業力隨身，必至妄動無明，難以成道；可見人要一動稟性，就得先問問自己是什麼命？那性就不敢妄動了，這叫性歸命，性歸命的人，氣質準變，天命也準長，準能當個成人；用稟性當人的，總是哭喪著臉，滿懷怨恨，看誰都不順眼，窮兇極惡。

以我而言，未入本門之前因運氣不好（工作很繁忙及不順利，好的都沒份）、身體健康也不好，想要改善運氣及健康，就跟人家介紹的宮壇住持去跑

靈山及進香，跑了五年，愈跑愈不對勁，也就是睡覺經常會夢到驚嚇的事物，心裡會莫名的煩躁，脾氣個性不好，也要盡量閃開喪事、殯葬、墳墓這些較陰的場所，否則就要受苦了，且要習慣性的去宮壇收驚、祭煞、改運、補庫燒紙錢、安燈等，身體才會比較舒服一些，但效果有限，到後來只能維持一至二天而已，心裡非常的煩，想說都有去跑靈山及進香了為何還會這樣，仍無法改善運氣及健康，問住持原因也得不到答案，只會叫您再繼續跑靈山及進香而已；後來在廟裡看到某間佛寺的書，說學佛可改善命運及身體健康，就鐵下決定去那間全國知名的佛寺學佛，看是否真的可改善命運及身體健康，也當了義工、志工近七年，這段時期是學習了不少的佛寺規矩、佛學知識、佛經，也參加朝山、法會、助念、義賣活動等。但效果如何呢，說實在的，睡覺仍會夢到驚嚇的事物只是次數比較少，心裡仍會煩躁，脾氣個性之改善有限而且是用意念去改善而非由內而外的改變，且仍然要盡量閃開那些較陰的場所，否則一樣會受苦只是程度沒那麼嚴重。至於收驚、祭煞、改運、補庫燒紙錢等，因佛寺沒有那種儀式所以就沒有做了，但卻換成佛菩薩聖誕法會、超拔法會及安燈法會等方式，但仍然效果有限，到後來也只能維持到法會後的幾天而已。且佛寺規矩及戒律很多，以規矩來說，如同國有國法、家有家規一樣，倒還不難遵守，但

遵守戒律就沒那麼簡單了，現代的人光是習性就糟透了，更不用講稟性了，所以若真要守戒清靜的話，那可是要真實性命雙修有成之修行者才能做到的，例如像廣欽老和尚、宣化老和尚、虛雲老和尚就是大眾公認守戒清靜及尊敬的修行者，所以嘴巴講守戒是很簡單但真正要做到就不容易了。況且那時純為做志工服務及參加法會、活動而已，雖然也是做得很高興，但內心就是空虛有如老師上課說的缺少一點靈，因為當時都是在付出時間服務，至於所謂的修行只是出家師父規定弟子去聽道理或參加法會、口頭唸誦、跪拜的形式而已，根本不是像上面寫的修性、修命，完全不知道什麼是真實修行，更不知要如何修起，所以只能算是在修福報祈福而已，因為那裡的人真的都是在求佛菩薩保佑運氣、工作、事業、家庭、投資、感情、健康等種種祈福的事情，並求日後死了能得到佛菩薩接引到極樂世界，就是這樣簡單的行為模式而已，很有趣吧。當時也看到某些人在佛寺可能因捐大錢、長期服務或出錢、與出家師父較熟識等原因，有時就會以習性稟性來待人或處事，我的內心就很感慨，而且有名氣的大修行團體也會有很多人事物的問題或牽涉利益、名位的複雜問題，所以也不像外人看到表面上的那麼有制度。又因出家師父不多且繁忙，疏於管理教育在家弟子而導致某些人口是心非、陽奉陰違而不合並互相排擠，讓我看了很失

望，其實那段期間也想要離開佛寺，但因為沒遇到更好的修行道場才會在那裡待了近七年，直到身體又更多狀況而深自反省到底是哪裡出問題，也想說看了十三年多的道聖門善書，老師及師兄姐寫的心得都讓我很有感觸，才毅然離開佛寺而進來道聖門學習大道，也幸好我有來學習大道，才能彌補過去浪費十多年的時間的遺憾。

有句話叫做沒有知識的雄心是陸上行舟，就是指做事不能光憑一股熱忱或傻勁，還要有正確的觀念及智慧，並努力實在去做，否則不行不通的，尤其是修行及布施行善更是如此，我分享的這些歷程都是真實經驗，也不是在批評，只是希望藉由分享而能讓有相同情形的人，早日看清事實並避免浪費時間、金錢及資源，能更早來學習大道，進而改善命運及健康，並提升智慧。本門的林老師教導學生的方式就像佛陀一樣，老師除了講解道學經典，也會傳授修行功法、心法，並因材施教指導弟子靜坐煉功修行、布施做功德，學生有疑問也可以寫信或當面請教老師，都能得到答案。且老師很安貧守道，不會非分貪求，真的是位有「道」的修行者。有次，老師來高雄上課時，有提到要如何行銷推廣道院讓社會人士周知，我就想說自己曾在佛寺多年，看了很多佛寺的行銷手法，於是就把之前觀察到的行銷方法加以參考綜整出一個方案，想說看看是否

有幫助，但是老師卻回信說：「行銷方式我的目標不同於辦法會，這類對眾生心靈沒有幫助，道院雖然缺錢，有多少錢就做多少工作，我只想把一些修行心法用白話講解，讓有心修行的人知道修行真相，然後也能修出智慧來，對行銷賺錢要看有多少功德，上天自會給於多少福報。至於往後我不在了，後面的人要怎麼經營就不是我能掌控的。我只要在這世能對仙佛有個交代就行了。謝謝你的建議！」老師真的不同於其他的修行者，老師是憂道不憂貧，也是大道的薪火傳承者，讓大道能代代延續下去，就像人法地、地法天、天法道、道法自然。有修行機緣的話，要把握良機來學習正確的修行方法，您也會樂在其中。

☆十七、談煉氣感應

芝盈

過去蠻多人問我，妳修的是什麼道？最多親友提問，妳們是道教？我總得在別人問一次，就回答一次，是道家！「家」與「教」不過是一字之差，可這一字之差，對於修行來說，可謂截然不同。傳統道家工夫，可不好修，想要把道家工夫學好，首先就要先把氣學好，想要把氣學好，就得從學先天氣開始，最重要的重點是，只有道家才有完整修習「先天氣」法門。普遍的法門都具備了存神養氣的功夫，但修行除了對「氣」有一定的認知外，不管所學的法門為何，心性修的好，舉止之間的氣質(行為)會越來越美，因氣會不斷過濾心性上的雜質，這些於修煉來說，均有關連且無法省略的。當你修煉久了，全身氣機就會開始除舊佈新，氣與我們人是分不開的，雖然看不到這股氣，但我們人身基本上是被氣籠罩的，這點可以由能量場照片得知。所以，不管你有沒有在參與修行(靜坐煉氣)，我們人體均有光圈籠罩，只不過，有修行的人，光圈的保護罩就比較強大，也較為密集，並且從裡到外延伸的密度也比一般人來的大。一個身體健康的人，包圍在他身邊的氣場，是飽滿，穩定的。反之，一個人身體不健康，或思想不好的人，自體的氣場就會縮小、變薄，所以才說修行要能知曉何謂「氣」？開始修行除了需要懂「氣」之外，再進一步，就是要明白何

謂「氣」的存在，因人身與氣是密不可分。

人的身軀本就是一團光體，離開這個世界後，光團好的就往上走，不好的就往下走，將來是什麼樣子，實在自己活著時，就決定好了。而修行，就是藉由練氣入手，一路修到光的境界，「精」、「氣」、「神」其實都與光有關係，這是修煉的目標，把光體修好練好，是修行的首要功課！一般人喜歡從有形有相來尋找，但本法門老實說是在無形無相中學習，導致，有些初來道門學習的，會感覺很不習慣，這也是我長期以來的感受。多數初學者，一來，就希望得到功法，但在沒有領會其要領的情況下，急切的加強練功，導致可能因用意過急，出現偏差，甚至以為自己走火入魔。我深信，這不是在本門才有的現象，而是在許多法門中都會遇到的初學者反應。靜坐修煉本無偏頗，但對於初學者來說，未能把握練功要領，反而容易〈異想天開〉坐出一些偏差，因在靜坐的門檻上，不論修煉的時間長短，總會遇上一些現象，但世人終究喜好小術，多數人修習，不過是為了能修得各種神通，卻不明白，氣其實是很玄妙的，在修煉時，一味的追求神通，是越不可能得到的。因神通只是一種能力，不是修行的根本，這能力是越無心追求，越容易出現。其實，大道至簡，越是至簡，越離不開平淡。一個觀念不正確的人，於修行上，就看的出起步的差異了，所

以那些搞不清楚修行功法的人，就無法明白所煉功法的要領！當你對自己所修功法觀念明確時，參與修行時，你就能達到事半功倍的效果！

炁無形無相，卻是宇宙之母，宇宙萬物能生生不息，全來自於炁。無極只用個圈圈代表渾沌，我們人身的氣場也是如此，我們也包含在無極之中，一切生命的生成，均由無極開始，故萬物皆接受此氣的訊息指揮！所謂的修行，就是把人身的氣，與宇宙的氣合而為一。但要如何與天地之氣合而為一呢？當然由日常修行中所得，首先要先學會如何靜坐，接著，學習靜坐者，必須要先修心，從心到氣的妙竅，非三年五載可以得知，修行除了一門深入之外，也需靠自己長久的努力，只要方法正確，老實說，會常於研讀經典時豁然開竅。藉由修行了解宇宙初始的力量，那麼有形有相就不重要了，因所有修行術語，其實只是這股力量的名稱，這是萬物的根本，由物理的角度來看，它不過就是一股氣，但此氣由渾沌而來，其中有象，也就是渾沌裡包含著訊息，也包含了智慧，也含蓋萬物生命的生與成，再深入點，這裡頭還含有那無形無相的特異能力。故修行，可以使自己的靈性回復到根本，想要回到根本，就要瞭解氣的源頭，修行有成者，是用氣在傳遞一切資訊，當然，也會用氣閱讀生活，閱覽人心，這不過是神通法則的一小部份而已！

沒經歷過的人，總覺得不可能，照理說是不曾想到「氣」有這麼厲害。其實這並非不可能，只是一般人的心靈過於混濁，第六感的能力退化的較快，像小孩子，第六感的能力就很靈敏，因孩子們沒有接受太多的污染，所以靈性自然也較為強烈。近期靜坐班就有師兄對自己目前靜坐現象提出問題，同時，我感受到師兄已發出訊號，畢竟我們每週見面，之前師兄開始學習時，狀態非常好，但這幾個月，明顯看出師兄面相上的變化，原本師兄面相開始變化時，我還以為是自己多心，但再看幾次，發現變化越來越明顯，連平時常與我交流的師姐也有同感時，我才明白，原來「心」能讓面相潛移默化的如此快速，但礙於他人私事，師兄如想說時，自然會說！在某次靜坐班課後分享，當下我才得知，其實師兄自己無感於私事已影響到他靜坐品質，當時我只對師兄說：你有事！我相信，憑這句提醒，師兄應該可以回想是何事影響他。一個人的內心，有多少牽絆，只有自己最清楚，任何牽絆，都能影響一個人的性情，這是修行最辛苦的障礙，牽絆越少，修行越能修的好。

當我們靜坐學習的時間越長，對氣的好壞反應就越強烈，更甚會開始對環境和食物做出選擇，像台中某師兄無法吃肉，對肉敏感，嚥不下外，他還形容肉同蠟般無味，這可令當時初學的我，驚訝萬分，我向來是無肉不歡，標準的

肉食性動物。雖說我修了這段日子，也不見對食物有什麼奇怪選擇，但對環境我確實有不同要求，對於以前常流連的場所，會感受到那些地方氣場不好外，連在交友上也有了改變，會選擇開始疏遠一些朋友。學習先天氣，只要自己去煉，就會成長、突破，但學習的前題是，一、除了要自己懂「氣」外，二、還要知道怎麼「修」！因我們人體的狀況，和心理的障礙，都能由氣場中讀出訊息來，懂得把問題找出來，才能由氣場體會到自己的問題。修行並非只有煉氣，還要有心性上的成長，因「心」與「氣」是一體兩面的，你在心上做了多少努力，於氣上就會有多少成長，反之則亦然！

以修行來說，靜坐是最簡單的，但說簡單，對某些人來說，其實也不簡單，靜坐如身坐心不坐，心不能夠定下來，那坐也是白坐。這也是從學員身上看到的現象，靜坐時，如你心還掛念著私事，或是覺得這裡冷、那裡熱的？無法定下心來，那坐與不坐，就沒有差別了，因為念想，反而讓氣機不順暢，如靜坐不能定心，內氣也聚不了。許多書都提及正念，正念不是一味想好的，所謂的心不正，也不是說你是個多正義的人，而是，修煉先天氣，是說讓你不要駐走在外在的五光十色，不要把心放在這些有形有相的表相上，我們人就是受到陰陽牽動，所表現在外在的現象都是有形的，靜坐就是藉由這氣能，把陰陽變

化由有形轉化為無形。但這很難，因生活中的行住坐臥都會影響人心，人的念頭永遠閃爍不定，容易被念頭困住，而受其影響。修行就是在心上做功夫，如何學習形而上，而不是在表相上做功夫，也不是一味的追求外在的術，要瞭解，人心對世俗是有追求的，會說無所求的人，那是仙並非人，但有求之心，講明白點就是貪，如自己是一個什麼都想要的人，那你想想看，這是什麼心態？修行並非讓人完美，但是過程是讓人擺脫不完美，修道就是如此，它會讓人漸漸轉變內心，擺脫困惑，因修行是以自我要求和自我學習做為啟點的，唯有如此，在學道的路途上，才不會走的無比辛苦，也不容易走上錯路。

修行，就是要先對「氣」擁有正確的概念，氣是促使人體血液流動的能量，簡單來說，氣是維持各種生命現象的能量，當然，經書上多有敘述，氣在人身上的感覺，有熱、麻、涼、刺等等的感受，但這並非概括全部的氣感，因此氣並非空氣中的氣，而是先天炁落入後天的氣。就像對靜坐知識有限的人，以為靜坐時的放屁或嗝氣，會導致真氣漏散，其實不是這樣的，有些人靜坐時會有酸、痛、麻的現象，更甚有人會噁心、嘔吐或排氣，但這只是靜坐過程中，體內氣機增強活躍的現象，因氣機在身內運行，疏通經絡及五臟六腑時，會將體內潛在的疾病進行修復，故而產生臨時的病灶反應。有時，身上的病痛與心裡障礙，

都會在煉氣時湧現，當你修煉到一定程度時，別人的病痛你也能夠感知，別人那裡痛？自己身上的相同部位也會有感覺，起初，我覺得這是修行學習過程，氣場上的替換，當自己把好的能量給別人，別人不好的能量就會轉移到自己身上來，但病人卻會因為這樣的轉換感覺到舒服，使能量好的人會感覺到不舒服。當自己氣場能力不足時呢？這樣的替換就會耽誤修行，有一陣子，我時常抱怨，因那種不舒服，真的很要命，明明是自己的氣場，煉出來卻要承擔別人不好的能量，什麼道理？近日，反而變的淡定，世間不過是一個陰、一個陽，這種學習，其實已經不是學習，這是一種了斷，不論任何場所，見面自然是有緣，但別忘了，緣份最終是個了斷，接受的人要報恩，欠人的也逃不了還債，天理自然有一定的法則存在，所有的來來去去，不過是「象」的呈現而已！

最後，跟大家分享上集心得欲分享，而未刊登的故事：

『她可以穿牆、預知、分身……為什麼後來又放棄了神通？』

Dipama 是南傳佛教一位傳奇的大成就者。她以居士之身中年開始修行，很短時間內得到了很大的成就；她按師父指示，按《清淨道論》修行神通，並如實地證到了五種神通的驚人成就，例如：她可以分身、穿牆、預知……而後她又不再修習神通，因為她覺得對證道有障礙。她為西方弟子傳法並獲得了世界

級的聲譽。

下面摘錄一些以往她那些驚奇無比的神通事跡以及開示：

蒂帕瑪可以透視人體，然後精確的描述出人類大腦和心智是怎樣運作的，她的描述之准可以達到科學精細的地步，這一切顯然超越她的教育程度所能理解的範圍。她不僅能夠造訪地球上的任何一處地方，還能到達天堂與地獄等六道之中，她能描述那個世界中各種不同的事物，她偶爾也會興之所致的穿越於不同的時空之中。除了這些，她還有許多令人驚奇的神通。

比如有一次，她的朋友穆拉寧在自己的房間內抬頭仰望窗外時，發現蒂帕瑪把自己懸掛在樹端頂上的空中向她微笑。她能把風的元素轉化成土的元素，還能將密度較高的元素轉化成像空氣般的元素，這令旁觀者感到不可思議，有一次蒂帕瑪在離她妹妹還很遠的地方，卻能和她妹妹在同一時間到達了穆拉寧的房間會談，有時候她還能穿過緊閉的門離開，如果她心血來潮特別想開玩笑時，就會起身走到離自己最近的一道牆，然後直接穿牆而過。她曾經當著朋友穆拉寧的面，鑽進了地面之中，然後又全身濕漉漉的從另一個地面而出。如果她必須獨自夜裡行走的話，她就會分身幻化出另一個一模一樣的自己來當友伴，如此便不會有人來打擾她了。

蒂帕碼這方面的神通力已經得到客觀第三者的公開測試以及證實，馬格大學的古印度史學教授對她的神通有所懷疑，於是穆拉寧安排了一場公開的測試，以便證明這些神通力的存在。這位教授派了學生看守她，確保她沒有離開自己的房間，但就在同一時間，蒂帕碼就來到十哩外的這位教授的辦公室與他聊天。

蒂帕碼有一次還利用神通加速了巴士的抵達，那一次他們要去某個地方，巴士卻珊珊來遲，已經誤點一個小時了，於是蒂帕碼全神貫注集中意念讓巴士快點，於是最終讓巴士提前抵達。

穆拉寧解釋說：當一個處在全神貫注的時候，即使她們坐在巴士上，也有辦法藉由擁有堅定的心念讓車子加速，就像是縮短了時間和距離，這是可以辦到的事情。當年佛陀為度化一個殺人魔王，利用神通力讓這個殺人者近看佛陀就在眼前，但是用盡全力卻如何也追不上。

讓兩個人的距離永遠不變，這只是一個小神通而已。蒂帕碼也具備天眼通和天耳通，她能看見發生於其他時間和地點的事情，當時的緬甸外交官即將被任命為聯合國的秘書長，穆拉寧知道他一個月後要演講，於是請蒂帕碼進入未來，把這場演說的內容記錄下來，一個月後，這個秘書長發表演說，內容和蒂

帕碼所記錄的絲毫不差。

蒂帕碼能夠回到佛陀時代，親自聽聞佛陀講法，別人問她如何辦到？她微笑說：「我讓自己回到念念涓流之中，心念與心念的間隙，或剎那之間。」別人聽的目瞪口呆之時，她又說：「開悟，其實不需要擁有這樣的能力。」

神通不是她所要教導我們的，因為她說神通對證道沒有直接幫助，甚至對證道還有一定的障礙，為了證道，她甚至不再修習神通，從下面他的這些開示中可以看出，她要演示出的道不是在那些驚奇的神通力裡面，而是而是在平凡的一舉一動之生活中，完全的把真正的禪修融入到了生活裡面，從這些內容之中可以看出她是一個擁有極強正知（覺知）力量的開悟者，擁有正知的力量，就會變得不平凡。

實際上，很多人都想要不平凡，但執著和妄想阻礙了恢復自性，正因為如此才永遠平凡，因為偷心不死，當一個人完全接受了自己的平凡，不被思維控制而不抗拒，完全冷落我執而處於正知，就會開始變得不平凡，自性之光才會顯現。

蒂帕碼真正要教導我們的是：說話、逛街、煮飯……任何時刻都可以禪修，正念是可以應用在每一個活動之中，不管你是在說話、燙衣服，或是煮飯、照

顧孩子的時候。在無我的道路之中，不論你在做什麼，你只需要「知道」自己在做就行了。

隨時隨地禪修

「現在就去修行。不要以為你將來有的是時間」

蒂帕嫻堅決地說，如果你想平靜你就得經常地修習。她堅持認為學生應該每天找時間去進行正式的禪修，哪怕五分鐘也好。如果連這都不可能做到，她建議道：「至少，你可以在晚上入睡之躺在床上去注意一呼一吸」。

除了坐墊上的正式打坐，更重要的是，蒂帕嫻勸誡學生要將生活中的每個時刻都要成為禪修的時間。我們當中的一些大忙人覺得為禪修留出一點兒的時間都很困難。「如果你忙，那麼工作就是禪修」。她告訴我們，「禪修是了知你所正在做的事情。當你在計算，了知你正在計算。當你匆匆忙忙趕去上班，你應該對匆忙的行為保持正念。你在吃東西的時候，穿鞋子、襪子、衣服的時候，你一定要保持正念。這些都是禪修！」

保持正念不是蒂帕嫻「要去做的事情」，正念一直與她溶為一體。蒂帕嫻很清楚，心念散亂、正念流失並非過錯。「每個人都會碰到這樣的情況。但這問題不是恆常的」。

「最終而言，世界上沒有什麼東西可執著的」，蒂帕嬭如此教導，「但我們可以善用一切東西。我們不應該拒絕生活。生活就在我們眼前，只要它在我們眼前，我們就要善用它」。

選好一個法門然後堅定不移地修習。「如果你想在禪修上取得進步，就要堅守一個法門」。

對於那些心靈旅程的啟步者，蒂帕嬭堅決認為要堅守一種禪修法門。不要放棄，也不要在這個和那個法門之間跳來跳去。去找一個適合你的法門，然後堅持修習，一直到發現你的「邊緣」，也就是困難開始出現的地方。

西方求道者普遍所犯的一個錯誤是把特定的一個修行法門的困難當作問題。那個法門的「邊緣」令人感到不舒服，所以另外一些法門看起來總是更好。「也許我應該去試試佛教的唱頌……或者蘇非舞」。事實上，困難通常是修習起作用的可靠跡象。

將蒂帕嬭的忠告銘記於心吧。堅守你所選擇的法門，穿越困難和懷疑，穿越超越和停滯，穿越那不可避免的起起落落吧！如果你能堅持修行，能度過最黑暗的時光，智慧的黎明就會來臨。

忍辱

「忍辱是培養正念和專注的最重要的美德之一」

忍辱是通過不斷地與「邊緣」相遇而鑄成的。在最富挑戰性的情景中，僅僅去面對而不退卻，就是我們所能做到的全部了，而這就已經足夠了。

一位學生詳細地敘述過在蒂帕嬭一生中，這種耐性的效果：「她已經了知其內心，經受每種磨難並且能夠堅持到底。那是如此的堅定，而又幾乎令人震驚，任何東西都不能將其隱藏。她以此說明，你不能坐等開悟，你一定要在內心最深處接受這些事實。」

忍辱需要終生去實踐，需要不斷地去開發，不斷地去改善。忍辱是心智成熟的最重要的內容，如蒂帕嬭所說，是最高的「使命」。

放開你的心

「你的頭腦是你所有的故事」

蒂帕嬭不是說頭腦是你的大部分故事，她說的是頭腦中除了故事，別無它物。這些故事都是個人所上演的戲，它創造出和維持著個體認同感，我們是誰？我們所做的是什麼？我們能夠或不能夠做什麼？如果我們對這些故事沒有覺知，無盡的思想之流就會驅使並限制著我們的生活，而且那些故事將變得不具有實質。

蒂帕嬭挑戰那些信任並且執著他們的故事的學生。當有人說：「我辦不到」，她會問：「你肯定嗎？」或「誰說的？」或「為什麼不能呢？」她鼓勵學生去觀察他們的故事，去了知其空性，以及去超越他們施諸其上的限制。「離開思想」她如此勸誡，「禪修與思想無關」。

同時，蒂帕嬭教導我們：心不是要去除掉的敵人；在將心當作朋友的過程中，在了解、接受它的過程中，它不再是問題。

冷卻情緒之火

「惱怒是火」

不論來訪者是誰，不論他們處在何種情緒狀態、何種境況，蒂帕嬭總是充滿慈愛地接見他們中的每一位。我們能夠對自己的情緒同樣發出接納之心嗎？我們能夠像對待訪客那樣慈愛地對待它嗎？我們是否能夠允許他們來來去去，而不以可能有害的方式去反應嗎？

「許多在日常生活中發生的事件都不如人意」，蒂帕嬭說道，「有時候，我經歷著一些惱怒，但我的心仍然保持冷靜。惱怒來了又走。我的心並不受它的干擾。惱怒是火，但我沒有感到熱。它是如此清楚地生起和滅去」。

有位禪修教師，1980年她在家中接待了蒂帕嬭。她說有一次他的丈夫向蒂

帕嬭質疑這一點。「蒂帕嬭在談論保持平靜、平等心、不發怒的重要性，我的丈夫問她，如果有人傷害、威脅 Rishi（蒂帕嬭的孫子），你會這樣嗎？」

「當然，我會阻止他」，蒂帕嬭說道，『但不會發怒』。

簡單生活

「過簡單的生活。簡單的生活對什麼東西來說都是有益的。過於閒適的生活對於修行是個障礙」。

蒂帕嬭在各个方面都過著簡單的生活。她對社交保持節制。她不會去談論不必要的東西。她不會引起別人的關注，更不會引起別人的抱怨。她要求自己以及學生的守則是，做人誠實，永不責人。

蒂帕嬭經常在靜默中簡單地休息。「獨自一人的時候，我總是返觀內心」，她如此說道。她不會把時間花費在對生活沒有必要的事情上。

蒂帕嬭做每一件事都不會為下一件事憂心，正如禪修中我們練習在某個時段中把全部的注意力放在一個事物上一樣。「去想過去和將來的事情」，她說道，「會毀掉屬於你的時間」。無論什麼事情，她總是全神貫注，從容，平靜，簡單地去做。

祝福他人

「祝福你身邊的人，會讓你在每時每刻保持全神貫注」

蒂帕嫻不斷地祝福。她細緻入微地祝福別人、誇獎別人，讚歎別人，撫摸別人的頭髮……她的祝福對象不局限於人。在登上飛機前，她會為它祝福。坐進一輛汽車，對她而言也是一個發出祝福的機會，她祝福那輛車，也祝福司機和加油的人。

隨時實踐這種祝福精神，一個平凡的人也會變得有些特別。這是一種時時與優雅相遇的方式。

普敬法師評：她是一個開悟者，她不受思想和情緒的束縛，從腦袋故事思想 and 情緒中徹底解放出來，這就是覺醒。

所以她說「你的頭腦是你所有的故事」，並不是說頭腦是你的大部分故事，說的是頭腦中除了故事，別無它物。這些故事都是個人所上演的戲，它創造出和維持著個體認同感，我們是誰？我們所做的是什麼？我們能夠或不能夠做什麼！如果我們對這些故事沒有覺知，無盡的思想之流就會驅使並限制著我們的生活，而且那些故事將變得不具實質。

保持正念不是蒂帕嫻「要去做的事情」，正念一直與她溶為一體。

擁有正知的開悟者，從來都是完全安住在當下的，安住當下就是保持全然

的正知，不隨妄念情緒而轉，不會無意義的回憶過去和幻想虛幻的未來，如實的觀察妄念來來去去而不受其束縛，如此久之則妄念自消，保持正知，無論何時何地。

☆十八、喜捨是我修行的第一步

信真

喜捨就字面上的解釋，就高興的捨棄、心甘情願的放下，歡歡喜喜的給予，說得輕鬆，但做起來就不容易。

捨什麼？佛家說要捨六根、六識、六塵，道家說捨得六慾三毒，要捨一切妄念、六慾七情……，然何時捨呢？就是修行機緣到時定得捨，且讓你捨得安心自在。

我們凡人一生庸庸碌碌，每日的忙與盲都近乎劃上了等號，而不自知覺，每日的慣性生活形態，早已麻痺了心智，殊不知生命的流逝，猶如自燃的蠟燭，待它一日油盡燈枯，老病苦死一一找上門時，才知修什麼為時已晚矣。

在未修行前我為了事業也是拼命三郎，拼到身體不時出狀況，才得做短暫的歇息，但還在做設計的工作者，往往慣性的讓頭腦轉個不停，即時休息下來，也未見停止真休息。因怕錯過的靈感，很不巧我先生是健保卡都未開過卡的健康人，卻突然腦幹中風，昏迷了一個月，在這個當下讓我逼不得已要放下，要捨下事業、工作……，還要親臨面對這突來的斷捨離的深奧功課。

醒來的老公腦筋清楚，但醫師們都一致叫我放棄復健，給安置到安養中心，理由是腦幹中風出血的血塊壓迫到運動神經，他的行動全廢好不了了。若

要靠復健恢復得把握三年黃金期內，幫他復健運動，每樣動作都要三萬次的熟悉度，才算完成。起先有請外勞幫忙，可全身失能的他，外勞也擔負不了這重任。後來我決定全心全意全力照顧，且幫他復健，而放棄了與老公打拼二十幾年的事業。

憑藉這一年兩個月住院復健醫師護士們的照顧與復健功夫的傳授，自己盡信誓旦的以為我可勝任這照顧者的重任，真正出院時回到家自己照顧時，才知照顧者並非僅是照顧者的角色而已，而是要先穩住自己的情緒，不受病人的影響，更要安撫病人不定時的情緒……，可是談何容易？若不是在未入道聖門之前就有在護持助印善書，每每從寄來的善書中，即可獲得精神上的滋養與善書分享出的智慧補及雨滋潤，更讓我有智慧去面對當下的課題，及減少很多沒必要的金錢支出。

在我跟我兒全心照顧十年，雖有把老公照顧到可以雙手握「口」型拐，我用運動腰帶抓他腰可以走路時，也是開創台X醫院腦幹出血中風病人的奇蹟先列。但我仍難逃自損自耗的命運！帶狀皰疹長在頭部而住院十二天。

非常感恩善書指引我入道聖門修行，讓我學習到修行其實是修一、性功，每行善布施，可以化解累世的業障。一、命功，煉先天炁可以修補消耗的元氣、

元精、元神，找回有智慧的自己元神作主處事。

我現慢慢訓練自己學習如何澄心遣慾，每天歡歡喜喜的捨點時間好好煉功坐禪煉氣，放下執著、妄念，回光輕輕鬆鬆自自然然的先天炁就會好強大的簇擁全身，整個人都快騰雲飛起的飄飄然，好舒服，雖僅一呼一吸間，卻又可去除體內的陰濁氣，長養清氣，淨化身心靈，又可長智慧，所以我身體更健康了，命運也轉好了。真的是一分努力一分收穫，還真的要有捨才能有得哦！

☆十九、道務心得

金金

接待一位從台北南下四處旅遊的道友，也是專程到屏東河濱公園看國慶煙火，她是十月九日到屏東玉皇宮，看到道聖門玄機奧秘三十一集的善書。回到飯店，心想也無聊，就把善書拿出來看，覺得善書的內容很好看，看沒多久而已，善書的內容快看完了，她心想善書應該還有前幾期的，便打電話來詢問，預約隔天要到高雄道場拿善書。隔天這位道友大約十一點三十分到達高雄道場，我們便開始聊天，我說善書全台各地很多廟宇都有擺放，現除了有一些寺廟不讓人擺放，說什麼一般善書放太多，沒有什麼人要看，其實他們應該是懶得整理而已。道友問我可以拿幾本？我說如果妳有興趣看，又有心要看，這些善書本來就是要跟有緣人結善緣的，我就準備第一到三十集善書給她，她真的很高興說全部都有了，可以慢慢看。她問我高雄道場有多久了？我回答她有十幾年了。但實際幾年我還真不知道？如果不是因道務的關係有接觸到道友詢問，我還真的沒有去了解。這位道友問我進來道聖門幾年？我說沒有幾年。問我如何進來？我說也是看道聖門善書進來的。又問我要來上課嗎？我回答我們修行是著重性命雙修，還要研究經典，為什麼要研究經典？只要真心修道、傳道，都可以從經典找到答案，讓我們修行有一個依據，有一個目標，修行才不

會茫茫然，也才知道修行的過程有沒有正確。我們還要配合打坐，那位道友說她以前也有在打坐，打坐一半就半途而廢。我說以前也有在打坐，因沒有正確的老師指導，也是半途而廢，直到進入道聖門，有明師指導，知道身體有毛病要先煉出先天氣，先天氣是從身內的血液裡面提煉出來，不要執著身內的血液在哪裡，全身上下都有先天氣，只要回光靜靜看身體裡面，先天氣就會生出來。知道修行煉功的好處，我每天都找時間打坐，從入道聖門到目前都沒有中斷過。以前沒有老師指導，是想打坐就坐，現有明師指導，知道修行煉功打坐的功法在於回光、無念。為人傳道授業解惑，也指導很多不知怎樣修行的人，修道是學習正確的觀念知識。

聊到道友剛退休就有空四處走走，她以前也有在修行，我說我也是看善書才入門的，以前跟別的師父在修行，但是我當初拿到善書是經過幾年後，可能機緣到了，才進入道聖門（現回想當下如果早一點入門不知有多好？）因我們學習就像小孩子上幼兒園、小學、中學，一步一步慢慢往上進階，道友也認同要有機緣。我告訴她，人會來道場要先看清靜經，作為學習的基礎，高雄道場是開放週六、週日兩天，星期六早上九點半到十一點半重複練習經典，下午配合打坐，有問題可以研究，大家共修，有道伴真的很好，遇到問題可以互相研

究討論，會讓你受益良多喔！道場要研究的經典真的很多，藉由修行還可以學習到易經、八字、風水……等很多，修行有方針，有興趣，道場真的有很多東西讓你學不完，所以道學真的是學無止境。又聊到會走入修行都有某些因素，有些人是好奇心要進來看看，有人是身體方面的問題，或事業方面的問題，有些是看醫生看不好的，很多找不到答案的。道友說無形的有時很難解釋。聊到達道居士是我們的老師，善書後面是學員的心得，就是修行過程的實證，因每個人的體質、觀念都不一樣，所以體會也不一樣，善書內容的心得希望可以幫助到有困擾的有緣人。道友聊到以前修行時因要上班，較沒空，所以會分心，就中斷了。現退休了，我問她有遇到什麼瓶頸嗎？她說沒有，對玄學這個東西本來就比較有興趣了，她以前修行時會常請教問題，有時問不到要的答案就會失望，就不想學習了，她說以前修行時要請教問題，有時老師要說不說的，有些也回答不出來，道友說當下就是沒有一個方向，她又很容易相信別人。我回答她應該是有一些老師了解得有深有淺，你的問題剛好他沒有辦法回答你，無法給你所要的答案，有些老師回答也會模稜兩可。道友說她寧願當下那老師告訴她，問題機緣還不到那邊，要她繼續等答案，因每個人遇到的問題千千萬萬種，可是後來那老師給她的答案都變成模稜兩可，讓她對修行就漸漸失去信心

了。

我提到以前修行一直跟著人家往外跑，跑靈山、跑寺廟。道友說她以前也跑過靈山，跑過以後覺得都沒有答案，她說要等夢境也等不到，她以前修行時那些師兄姐跟她說什麼事情，起先她也都相信，後來她覺得那些師兄姐所說的那個願望太大了（救世主那類），她又沒有那個能耐去解決問題。這位道友和我過去修行走靈山的過程很相似，我有經驗可以回答她，當初我們本身都沒有學到什麼東西可以去跟人家講，當初就是一直往外跑，跑寺廟、聊天、接寶、會靈，實際也沒有在學習讀經書、研究經典、煉功打坐，有心虛虛的感覺。變成您要跟別人講修行的過程也講不出來，本身沒有學到東西，如何當救世主？如何當接班人來教導別人、來幫助別人呢？以前她老師說無形他有看到、他有聽到，但她沒看到沒聽到，而中間還需要有一個乩童來當翻譯解釋，道友當下認為這樣就不對啊！我說如果有人門，不用往外求，往外求等於是把氣一直耗掉，對身心靈沒有幫助。我們修行的目的是要修出自身的先天氣，如何讓身體健康？如何長智慧？有智慧才有東西和別人分享經驗，才有辦法幫助別人，才有辦法充實身心靈。所以要煉功打坐把先天氣煉強了，元神才有靈，不是像外面講的有神來附身，慢慢您就有神通可以感應了，您就可以當救世主、當接班

人。道友說以前接觸的師兄姐之間會有比較心、有貪婪的心。我說我們修的是無為、無私心（元神）。您有私心變成識神，識神是我們的七情六慾種種的貪嗔癡，也是人的輪迴種子。所以修行如何把七情六慾貪嗔癡不好的習性去掉，就回歸元神。

☆二十、唯一不變，永遠變化

胡明中

最近常看網路上有關大師講解易經的常識及見解，易經之了解有三要點：一、打基礎，二、要提升，三、能應用。一、打基礎，就是我們要了解這個世界上凡事都有正反、上下、左右、前後、高低、長短的相對性，也就是西方謂之理性，對立二分法。日本方面感性，中國方面是屬於情性，而我們易經方面要多了解的是，不是凡事是絕對性（西方），而凡事要兼情性、感性、理性兼容，事情的處理才能圓通。所以易經的原則我們能了解，在平常生活的法則不變，但生活的方式可以改變。而我們學習的來源，對道的了解就是要先打基礎，要從易經入門，先要有明師（林老師）口傳心授才能得其門而入。而明師的教育是最關鍵的，我們才能就此走入正道方向的路。

當我們對道入門，「易經」有了初步了解，在日常方面，我們應如網路曾仕強大師所提的，引述其三要點：「修德」、「無過」、「停損點」，這三要點也就是要提升。「修德」方面，平常處事能保持謙受益，不要滿招損，有如易之乾卦的九五，飛龍在天，利見大人，剛健中正，有天德而居天位，自能正己而物正。「無過」方面就不要像乾卦上九，亢龍有悔。上九位高極，性剛極，故云亢，亢是過高而不能謙下，導致滿招損了。「停損點」方面，有如乾卦之

九三，君子終日乾乾，夕惕若，厲無咎，此爻雖過剛不中，然自處甚正，且能一天到晚小心謹慎，地位雖險，故也能轉危為安，不至有過。能有此覺悟，多虧有這一位苦口婆心的林老師不斷地身教言教。

第三是能應用，以前在求道的路上不斷追求易經的功用，而不知其正確的方法，導致時常觸犯到因果問題而碰一鼻子灰。因為幫別人解決因果問題後，結果是自己無中生有而生出一大堆問題，經由道聖門善書中林老師所闡述的此一現象，才知道人的因果問題不是很容易解決。以前的我以為只要用易經的方法就能解決，結果只是治表不治裡。在加入道聖門之後，接受林老師的教誨，才知道道海無涯，不是只有卜卦、占命而已。要學易必須了解其裡，對其內容有所了解，對事才能解決，而不是遇事只治表不治裡，如此無法解決問題。所以在林老師上課時我會注意其玄機在哪裡，在日常生活中就能應用得到，由此了解道的浩瀚無窮。

林老師就好比道體，我們知道後，平常要如何應用則在自己判斷，真所謂「唯一不變，永遠變化」，世上唯一不變的原則是，世事永遠都在變化。這是這一段學道的路上，我自己的感觸，希望以此做為勉勵。

☆二二一、冥想與靜坐

悟心

最近聽了一場有關情緒管理的課程，課程為心理治療所院長講授，內容提到「意識及潛意識」的「冰山理論」，闡述人是由多元意識（意識及潛意識）組成的，冰山一角的意識是我們以為的那個「我」，活在當下的「我」，是負責理性思考；而無限大的潛意識，負責情緒與慾望，這樣便不難理解外在意識經常不了解為何有些無從解釋的思維、情緒或行為，這就是意識不了解潛意識，潛意識卻可以深深影響人的一生。

而情緒與慾望的本質是以「能量」的形式存在，若要關照情緒就必須回到「情緒能量調節與平衡」的概念中才能看見成效。所以理性與感性間能量的平衡與共存，才是一個人情緒平穩、個性成熟的關鍵點。課程中並提到老祖先傳承的宇宙生命法則——太極圖，就是「理性思維」與「感性情緒」間能量的平衡，凡事應避免極端化的理性抑制或感性失控，回歸老祖先教導我們的「過猶不及、行中庸之道」。

課上亦提及內觀及冥想，以及記憶訊息的接納與能量場的連結。聽課當下，只是覺得有些論點與我們修道有些相似之處，本沒有特別在意，但當聽到講師提及她已冥想十幾年，現已年過半百，每日僅吃一餐，臉上沒有任何皺紋，

身心靈都很健康時，不由得讓我眼睛為之一亮，為什麼冥想可以讓講師一天僅吃一餐，還能上課時精神奕奕，氣色紅潤，丹田有力，並且臉上看不出歲月的痕跡？冥想是如何做到的？講師又是如何冥想的？只可惜課堂上講師都未提到她是如何冥想，好奇心趨使我上網去查個究竟。

簡單說明如下：冥想方法有很多，有專注一樣東西、唸咒語，其中最常見且最容易上手，是觀察式冥想，操作方式是先觀察呼吸過程，觀察吸氣由鼻子進入咽喉，直到丹田，再從丹田呼出咽喉到嘴巴，觀察呼吸的同時也可以觀察身體的觸覺，觀察身體每個部分，從頭到腳觀察掃描一遍，再由下往上掃描一遍，然後再把注意力放在呼吸上面，來回重複。在冥想中各種想法會出現在腦海裡，當這些想法出現時，就簡單的把注意力拉回來，觀察呼吸及身體的觸覺就可以了，不用逼自己不去想東西，讓它進來，同樣讓它離開，只要輕鬆觀察這些想法，再把注意力放在呼吸上面。

看完網路訊息後，總覺得冥想與靜坐好像有異曲同工之妙，但內心仍存疑？趁著上課休息時請教師姐，冥想與我們煉功靜坐有何不同，師姐給了我想要解答，她告訴我，冥想是有為法，透過冥想以意導氣，意行則氣行，意念到哪裡，氣就會運行到哪裡，若操作不當，意念一直停留在某一處，就有可能會

造成氣結，影響氣行而生病。而我們煉功靜坐是無為法，靜坐時不加一絲意念，只有妄念產生時才回光去除妄念，不能一直把意念停留在某一處，所以老師才會時常提醒我們，回光時意念一直停留在某處，若發現停留處有硬塊時要多加按摩，以免氣結。

我又再次請教師姐，我靜坐時也常感覺手臂及腿部有氣，師姐回答我，那已經是從忘我的境界醒來了，已經不是無為了，不要去理會那些氣感，繼續修煉。這下我終於明白了，原來我太執著於氣的感覺了，會不自覺的去感覺身上的氣在動，這樣是不對的，靜坐要沒有妄念，身上的氣感也是妄念，當有妄念時不要去理會它，只要回光再繼續修煉就好了，因為靜坐本來就是靜極而動，動極而靜，互相交錯變化，還好師姐提醒了我，真是太感謝師姐了。

而且每次聽完老師上課，我都會有一些領悟及收穫，從這次的上課，我領悟到，原來火候就是自自然然的，不用去刻意火候變化時機，當火候達到時，就會自然轉換，由微氣轉為中氣、再由中氣轉為強氣。所以當我再次回家煉功靜坐時也愈加的輕鬆，任由它自自然然的，不加一絲念頭，靜坐起來也就越加的感覺舒服，沒有負擔。

真的像老師說的，要修煉一定要來上課，不要自己盲煉瞎煉，到頭來一無

所獲。老師在課堂上不僅會教導我們經書中的修煉功法，還會把自身的經驗告訴我們，讓我們可以少走些修煉的冤枉路，所以來上課會有很多領悟及收穫，期望大家在老師及師兄姐們的帶領下，都能和我一樣不斷學習與進步，當然這都要感謝老師及師兄姐們不辭辛苦的授業及解惑，以及無私的奉獻，謝謝你們。

☆三二一、往生儀式見解

子和

參加岳父的告別法會後有感而發，辦筵席是感謝眾人，不辭辛苦路遙來參加，外面會放清淨符水供人擦洗，水內有青葉（乙木），清淨符燒化（丙丁火）其意為地上三奇乙丙丁吉祐參加者，而水為洗淨塵垢，送新毛巾來擦洗垢穢讓人去舊換新，所有事情都是要眾人愈來愈好。讓我想起達摩破相論。

達摩破相論中有一段文，問：如溫室經說，洗浴眾僧，獲福無量。此則憑於事法，功德始成，若為觀心可相應否？答：洗浴眾僧者，非洗世間有為事也。世尊當爾為諸弟子說溫室經，欲令受持洗浴之法；故假世事，比喻真宗。隱說七事供養功德，其七事云何？一者淨水；二者燒火；三者澡豆；四者楊枝；五者淨灰；六者蘇犒；七者內衣。以此七法喻於七事，一切眾生由此七法，沐浴莊嚴，能除毒心無明垢穢。其七法者：一者謂淨戒洗蕩僭非，猶如淨水濯諸塵垢。二者智慧觀察內外，猶如然火能溫淨水。三者分別簡棄諸惡，猶如澡豆能淨垢膩。四者真實斷諸妄想，如嚼楊枝能淨口氣。五者正信決定無疑，猶如淨灰摩身能辟諸風。六者調柔和忍辱，猶如蘇犒通潤皮膚。七者調慚愧悔諸惡業，猶如內衣遮醜行體。如上七法，是經中秘密之義。如來當爾為諸大乘利根者說，非為小智下劣凡夫，所以今人無能解悟。其溫室者，即身是也。所以燃智慧火，

溫淨戒湯，沐浴身中。真如佛性，受持七法，以自莊嚴。當爾比丘，聰明上智，皆悟聖意，如說修行，功德成就，俱登聖果。今時眾生，莫測其事，將世間水洗質礙身，自謂依經，豈非誤也。且真如佛性，非是凡形，煩惱塵垢，本來無相，豈可將質礙水，洗無為身？事不相應，云何悟道？若欲身得淨者；當觀此身，本因貪欲，不淨所生，臭穢駢闐，內外充滿。若也洗此身求於淨者，猶如塹塹盡方淨，以此驗之，明知洗外非佛說也。

在往生者誦經法會中，有誦念金剛經與藥師琉璃光如來本願功德經，藥師經中把種種慾望困難比喻成病；而修行正法為大藥王。金剛經是佛在講解，一開始若是發了無上正等正覺的菩提心時，要怎樣才能使這個菩提心常住不退呢？如果他們起了妄念的時候，又要怎樣去降伏他的妄心。而在「持經功德分第十五」文中有「若有人能受持、讀誦、廣為人說，如來悉知是人、悉見是人，皆得成就不可量、不可稱、無有邊、不可思議功德，如是人等，即為荷擔如來阿耨多羅三藐三菩提。」古時候農村識字者少只能用聽的，所以在往生法會中誦讀這兩本經書，如讓有佛法緣分的人，聽聞此法進而修行佛法，這樣往生者也為傳佛法盡一份力了。就像出善書讓有心修道的人看到，而進入修行之道，是相同原理。

逝者已往，都還為傳道盡一份力。陸游的絕句「淡淡論交端有味，一彈指頃百年身」，所以有心修行者要珍惜此生努力用功修行。

☆三三、心得感想

帝羽

修行我想起老師曾經提過他當時沒錢又貸款買道場來傳道，總覺得如要一般人很難辦到！就算有錢人要做也會因自己的名聲權威給綁住了，只怕引來一堆冷嘲！而要辦道做功德很難！目前我對這句話有很深的心理傷痛與辛勞！我也看過很多人行善團體跟義工，但這些都有現成的福報，等於是用錢福利來補助，做義工自掏腰包沒補助又有幾人能？大多人都是沒願意做心酸的。而跟老師一起走過十年了，也聽到他說過的修行機遇故事，我覺得老師說他讀書很笨但我認為他做事行，而我是兩者都很差也不懂很多常理，也屬很弱智那種！很多人都懷疑過我的人生是怎走過來以及包括當兵？我只知當遇到危險時我處理方式又莫名變了，事後總會覺得那個是我嗎？而修行都要上課跟打坐煉功，我卻兩者都少了，補課聽光碟要比一般人片段中聽了重複好多次，很難吸收，或者有時候莫名會很快吸收，課堂上都聽過無極生太極，太極生兩儀，兩儀生四象，四象生八卦，八卦生六十四卦，又易經的易可易與象可象的文，然又有提無極與太極之間有皇極，看到各個師兄姐都學得很好，我這種能力還不到，只是給我的心得我感覺是修出皇極混沌之外的那一刻。從古至今成道者少，只因放不下世間情與富貴而困擾，當然很難修，說實話內心明知修行好卻

辦不到又想得這道，這種不勞又貪得無厭哪可能會有所成？拿我自己來當借鏡好了，難保每次上課回去之後還會專讀研究打坐煉功？還不是某某誰來找，心念又飛出去了，不過到了這年紀時常有個念頭跟我講，有空就打坐不要浪費時間，而真有事情就去處理，但我目前機能也漸漸退化，多看書而這心念較不會往外飛了，趁現在修還能補回也等於是在替來世做準備，不是跟外人嘻嘻哈哈然後又能怎樣？到頭來還是空虛。我不能好好修只因打擊太多負面又過多，又能一天24小時都低落著心情這樣打坐怎會有效果，換作別人還是會找樂子度過。只是我的方法是從中許久了偶遇到一些事情又打通了此念向上。

以前老師曾講過賺錢有智慧技術勞力這三種，如今我想也對，勞力到了 一定年紀身體就有感覺了，技術賺錢較容易，但年久了舊的技術還是會被別人超越，但智慧不用多久就能賺錢。入修行當中我就想目前工作勞力又做技術型很累，但我也看清楚自己能力，什麼可行與不可行，而夢每個人都有，一但放下低落心情，該是務實面對了，以前淒慘坎坷日不是也熬過來了。而眼光看現代人會關照只不過是有益利益可言。

如果以現說修道能修成，我會說是可以的，因仙佛留下來的經書都有提到識心與實修，二選一，不二法門，我現在回顧想起以往很多事情，早期我會不

服與氣，但現在莫名不會了，心裡比較穩，當我很失落這段期間突然明白什麼才是對我好的人，以前都說對老總召說抱歉，如今也不能說了，但是初心還在，自己就想說走到這步了，不要再往下沉淪走了，人人命運皆不同，日月有虧盈，而人有起有落，好與壞運都是一時，要一直好運是不可能的！

從入門走到現在，很多事情一直以來也被不看好，很多事情也不是我招惹的，但就是會掃到颱風尾，現在我就低調行事盡量不發言，走過那麼多的路也看過很多工廠與團體，還不是有能力或是官位大、說話就大聲，開始分派搞到內部混亂而散終，到頭來還不是人為因素貪得無厭。成立了機構就是會有這種現象。我現在想想也該去除那些不必要聯繫的人與不重要的事情。我雖入道場，但不代表我修很久了就很會講解，人人資質各不同，有認真修行哪怕是很無用的人也能找到缺失的問題。而從早期到現在做道務方面，我以前是跟東港師兄共事，做久了也習慣了，當中也有花錯錢買工具還好有位師兄幫轉賣給有需求的朋友，或中間買過中階機具給道場使用，當初正年輕雖然賺很少錢，卻想要買工具來使用做事。但目前的道務我也懂了一些理，當我做時師兄姐問我要幫忙什麼忙？我也不能夠講只能做自己的，我不是頭也不是決定者，而與我共事的師兄已經走了。身為道場一分子我覺得我沒格，因能力太差，看了各

師兄姐都是各行業都能用於道場，我的性質沒辦法，只因我是處理老鏽蝕設備大型廢鐵包含電焊切割，或跟師傅做新的小型鐵屋或修護。但我的能力，同仁知我情況，我最近也感覺到有時一個要獨立作業。沒有永遠跟在人家後面的事。

我漸漸知觀念很重要，錯誤的話很難轉回，比方年輕輩被不正確的觀念洗腦，都偏激要衝不要怕死，那絕對是不知情年輕受害，老的都在養肥自己。看看自己的俗稱人人好的經歷，哪件不都是被中傷下場！痛苦與好過這些有什麼好值得留戀？就怕把精神貫注在在物質形上而讓自己痛苦。

這是我親身分享的經驗。

☆二四、修行與改運

帝羽

話說修行能夠改變命運，問題大家都在問為什麼？雖然每個人都有因果冤親債，但我覺得還是心的問題，每個人嘛都說不要害人就好，那請問平常生活中內心善與惡佔了幾分？善之得吉、惡之得凶，又不分富貴貧賤。我想起老師說過廣欽老和尚的故事，他的門徒都有自己的道務都做得很好也修得不錯，不料師傅一考驗門徒各個都顯脾氣而破功，當時聽完後我才明白修行重點。七真史傳提到真心真意真誠，我想通一點，一件道務多人都認為很簡單，問題是怎麼不去做？沒人做了才勉強去做而生一堆言語，重點要有恆心，恆心必然會帶您走過一段慢長情緒磨練，會遇到怎做都不是，但只要還有一點不放棄喚醒起來，能挺過來才知甘的好處。老師信中跟我提起修行孤單是一種福報我想也對啊！入門當中做過一件較誇張的事，早期放善書規劃路線排列了廟宇地區，一路騎車經台南即目前道院、老師的老家附近、過台中一併放善書遊山玩水一個人的旅行。從愛想夢到成現實。我都不知道是怎麼達到的好好笑。

我感覺有點累了，十年內發生好多事情，深夜裡沉澱起來回想我入門前的當初的原點在哪？都怎麼了？觀看了人潮來來去去，失復又合若意念不同就分道揚鑣，坦白講回溯早期的我，對道還懵懵不懂，當時入門前的想法對自己說

道：人生的存活因只會造成貪婪！答案在哪？早期遇王總召及老戰友總召跟師兄姐接洽，修的過程中也承蒙王總召幫助，但我又壞了好意，當時的我是更呆的人，看得出來一個當老闆的忍耐寬量。事後就得靠自己了，後來我覺得我太天真了，因在入門前就是很獨來獨往寧靜不太想與人交接近，如要說交際方面會讓別人覺得我很難搞，也因自己本身受過太多傷害！變成保護牆太厚，原先單純容易相信他人吐真言，被出賣了還能原諒同情別人傻傻的等，而一點一滴記下每個好友的好處與東西，甚至覺得自己哪裡不好還想不通，直到被放棄了我才放下心最怕起初不被誠實，現在都想通了傻微笑。入門修行後，經歷了種種更深層的面對自己的認識！也受過多人照顧也有唯一較多照顧過我的人，相對也傷到他人，我覺得自己不搭配才漸漸遠離！而現實中愈明顯體會到不正與正常人怎可能？等於是一場球賽的差別！天真想要用熱貼交際，到頭來還是換來冷水，現實的摧殘但至少能讓自己了解很多冤枉路不要再犯了。

聽過富不過三代，人每天對工作負責任一直耗掉精氣，不斷求研究走在最前面，但有永遠的第一名嗎？雖都是為了錢生活同時也為了名利權威提高自己的身價但還是為了錢，若今天不用工作有錢誰要去工作？有幾位是想研究分享的？經書我覺得人的靈靠著能量而活用，不要耗太多在凡事中，富貴貧賤終點

還是一具死人骨頭，受罪是這個靈！

我的身體能活到現在也因有勤煉功過一段日子，也因有舊病我煉精比較慢，老師師姐教過我刮痧，家人沒能幫我，我只能研究學會自己怎刮背部的點，而藥膏對每個人體質感受不同而我用到最後選用麻油較溫和。有一次跟多位同事聊到身體推拿，有人提到以前推拿老仙角很強，提到推拿動作，我就想到早期打坐被道祖借師姐身幫我靈療，推拿動作當時我眼閉上也有點嚇到！就如師姐說過那種動作過程很危險。也有幫同事推手骨，被說我推都會推到痛點推完都很爽，現在不懂花時間再研究或許能找到對內經脈的認識。

最近當我又開始研究老師傳給我的八字命理網站，整合中也有提到紫微命盤，而其中一顆星在清靜經裡老師有提到四凶星犯陰的，而星座也不怎好，但命盤裡的一些星象解說都有優缺不能說不準，總結起來我的個性生活中很懶也能懶到不想計較隨便不拘禮節，也有很多事情就忍當作沒看見，有些事情當感覺一來就拚命衝了。也體會致命缺點優柔寡斷選擇上有障礙，這樣跟人處事沒個肯定只會讓外人煩厭！這點我試著努力過了但還是被打道回府，心想照一堆人想法終生為傀儡沒有自己。我之所以會有點小小進展也只是十年內一點一滴能力範圍的做道務及打坐煉功才能通損壞的系統記憶，包括以前巨大撞擊忘了

很多事情，加上頭痛可這氣機讓失去記憶漸漸浮現與頭不太痛了，但現實的我落差還是很大！也因日夜生活消磨情緒上難免都會有低落痛苦絕望墮落結成心態！但不管有多大災難還是要挺過來，不然就玩完了！有時候總覺得不知自己為何而來出世，若能知哪來的痛苦？好累好累，每次都有個念頭跟我講放下一切吧，只要照當初煉功就好了。

陰陽五行我把它分五種光芒而由淺到深，兩者差在清與濁，性質同類相處一併加分，不相容的漸漸疏遠，而人性本來無好壞只因出家鄉入城受難受騙經歷種種演變成冷漠包含太多心境！想回家鄉卻被一道酒色財氣魔牆隔絕。

某天我去同事家看到他教育他二十幾歲的兒子提他們不在了怎辦？他兒子也在同工廠工作，我只比他小孩好一點點，反正都被稱不正常智商很低！差別有醫生認證了精神疾病，我能體會一個做為父親的心情，同事跟我提在外沒人跟我提過怪癖？我心想他在安慰我，他兒子有他罩著，我算沒有都只能自己來也無方針，我自己也有做最壞的打算，我們這類人很難有年齡提升只有腦部退化的摧殘。同事談過年輕行業我也想起以前友人年輕待過八大行業同類，而經書的破謎語錄提到因果病母由來寫得很詳細，比方有寫到毒品的植物不順生長逆而生，喜屍骨。

☆二五、清靜學會招收會員

「台灣清靜學會」目的是要為各位道友建立一個學術交流機構，使各地道友能在這個學會機構獲得更廣泛的道學資訊。

學會已開始建立一些修行資料檔案，並進行篩選各行各業品德優秀人才培養專業師資種子。

目前世界發生很多天災，物價上漲使各行各業的經濟復元也相對的受到牽制，清靜學會創會宗旨原本就是研究道學宗旨，目前正朝著道學與風水學術結合研究，正好可以應用在各行各業的改革。也可以讓有心上進修道的道友習得一技之長來謀生活。

清靜學會的學術有易經、風水、命理等各項學術，修行方面有三教的翻譯經典，作為身心靈的智慧成長。

清靜學會廣開大門，歡迎有心修行想做功德的道友加入團隊研習營，歡迎各道友至道聖門各地道場親自報名。報名請攜帶身分證正反面影印本一張和入會費一千元及年費一千元共新台幣二千元。報名完畢後，有各類書籍贈送給你。加入後您也可以報名道聖門各道場所舉辦的各種道學學術研習課程。

台灣清靜學會立案證書〈台內社字第 0920009769 號〉

各位要參加清靜學會可以看離哪個道場比較近，直接去道場報名。請勿郵寄報名，避免遺失。

要參加研習者可與各道場聯絡。

下列這些道場，可以先電話洽詢預約。

台北道場電話：(02) 23122044

台中道場電話：(04) 22212636

台南道場電話：(06) 6529168

高雄道場電話：(07) 7807856

※※各位道友若有修行疑難問題，可寫信至林老師的電子信箱，林老師將利用空檔時間回信解答。

林老師電子郵件信箱：p1007366@msl9.hinet.net

☆二六、贊助名單

各位道友：

道聖門達道居士感謝各位作功德捐印善書和贊助道場經費，各位在郵政劃撥帳單匯入印書和贊助道場經費，如是很多朋友或親友同一地址，可在劃撥單背後通信欄內註明每位姓名、金錢就可以了。不用寫很多劃撥單。因郵局的作業方式是以每張劃撥單扣取手續費十五到二十元。也就是每位劃撥一千元如填寫一張劃撥單就扣二十元，如是十張單子就扣二百元，如果改全部姓名、金額寫在同一張劃撥單通信欄，十筆也只是扣二十元。多餘的錢就可以累積起來多印好幾十本善書廣傳各地。而各位也可以少寫很多劃撥單。一舉數得又可以發揮作善事累積功德的效果。別看一本小小的善書，很多人就是在廟寺裡拿到的都是最後一本書。才得到開示而找到自己的方向。

另有一事項提醒各位道友，道聖門助印善書沒有收據，各位捐款贊助都會記載在善書裡面。如有要收據的道友，請勿捐款助印，免得我不知要如何退回。

郵政劃撥帳號：〇七三二五五二〇號。 戶名：林啟生