

玄機奧秘 三十三

目錄

一、序文	達道居士	三頁
二、反其道而行	達道居士	六頁
三、開發潛在的力量	達道居士	一六頁
四、氣場感應運用	達道居士	二二頁
五、竅妙之法	達道居士	二七頁
六、靈靈靈	達道居士	三三頁
七、煉心伏氣	子理	四〇頁
八、天花亂墜	子理	四六頁
九、黃帝陰符經之理解	子理	五一頁
十、十氣賦	子理	五九頁
十一、問病卦例	如一	六五頁
十二、天道酬勤	如一	七八頁
十三、天瘟永息	行界	八九頁
十四、看淡	揚道	九三頁

十五、老實修道	正福	九六頁
十六、拚出了什麼？	誠意	一〇〇頁
十七、氣動	芝盈	一〇五頁
十八、修行的開始	常靜	一一一頁
十九、火候	胡明中	一二五頁
二十、人不為己，天誅地滅	胡明中	一二八頁
二十一、心得分享	悟心	一三二頁
二十二、太上老君日用妙經心得	才順	一三五頁
二十三、為學日益	子和	一三七頁
二十四、醫療心得	金金	一三九頁
二十五、靈修報告九	依兒	一四五頁
二十六、修行思考	常清	一四七頁
二十七、煉丹採藥治病真法訣	來好	一五三頁
二十八、修行雜談	帝羽	一五八頁
二十九、清靜學會招收會員		一六八頁
三十、贊助名單		一七〇頁

☆一、序文

達道居士

二〇二〇年金鼠年一場武漢肺炎搞得世界雞飛狗跳，人人自危，可見疫情有多嚴重。

回想十五年前為著道場龐大的經濟開支，不知如何度過難關，操煩過度而生了一場大病，掛急診住院檢查是肝發炎，發燒 38° 度，白血球指數是四萬以上，醫生說要住院，我不住院，簽切結書後出院。休息兩小時後從南部繼續開車回台北，到家後幾乎不能走路，爬樓梯到電梯都很出力，進人家後就躺下休息，但身體真的太痛了，翻來翻去睡不著，只好起來靜坐煉功，勉強靜坐三十分鐘病情有點減輕，繼續靜坐一小時就昏昏沉沉的睡著了，但也只睡一小時多就又痛醒了，就繼續靜坐兩小時多，又昏昏沉沉睡著了。第二天醒來病痛減少一半了，繼續靜坐，一天靜坐十二小時多，到第三天恢復八成了，第四天又繼續講課。那次是從鬼門關走一遭，回想起來本應該命絕，但心在傳道，仙佛還是對我加持先天靈力，讓我很快的恢復體力繼續傳道。那時心情雖還是為經濟煩惱，但已經盡力了，只能放下，真的繳不出貸款只能關閉道場，賣掉房屋還貸款。就這樣關關難過關關過，拖過一年終於有貴人出現幫我解決經濟問題，在今年會刊「內觀其心」文章中我有說貴人就是師兄姐。

且說那次大病後第三年碰到一個推銷健康器材的道友，聊天之下說到我曾大病白血球過高，自己治療好的事。他好奇的問我吃什麼藥治好的，我說煉功治好的。問他怎麼會好奇這問題？他說他也曾病情很嚴重到白血球也是四萬多個，住院一個月，天天打抗生素，有時走路都要扶著牆壁才能站得住。因為痛得要命，有天突然不想活了，半夜忍痛到醫院附近商店買兩瓶58度高粱酒來偷偷喝，想說這樣應該會死掉，喝完了睡覺到天亮醒來，發現自己沒死，身體卻不痛了，走路正常了。醫生來複診也嚇到了，怎麼沒病了！就這樣辦理出院回家。我說高粱酒很噲，我喝一小口就噲麻了。你一次喝兩瓶，那你是喝酒習慣了吧！他就笑笑。從這聊天發現人如命不該絕，會誤打誤撞醫好了自己的病。

萬物之理，古人稱之為「道」，老子講天道，孔子講人道，莊子也說盜亦有道……可以說「道」是中國傳統哲學中最豐富的表達之一。我的修道是指修身內先天之氣來為己用。有耐心靜坐，坐愈久補回精氣就愈多，身體的免疫力就愈強，也不容易生病。如能不斷修行，直至神氣合一進入恍恍惚惚，杳杳冥冥，此時頭腦清晰卻無一毫妄念，即是明心見性，能生智慧，有智慧即能生佛法。所以佛是往內求，不往外求。這時即能體悟孔子所說的「樂在其中」之意義。

修行是一門學問，能勤奮修行，研究經典，因經典是聖賢仙佛的智慧，研究經典可以節省很多時間摸索，「經典」這兩字是仙佛聖賢修行的經歷心法，不是幻想出來的小說。所以我們修行的心得十有七八都能從經典驗證，如此表示你修的是真正仙佛的心法。

經典有很多修行的玄機術語，如果沒有高人解釋是很難懂的。修行術語解釋，我計畫在道院設計一些看板，讓道友來此充電學習，帮助大家提升靈力與智慧，此也是繼承仙佛度人的心願。道院也快完成了，道院沒有壯觀豪華的氣派，但保證對修行絕對有幫助，歡迎對道有興趣的人來此參觀交流。感謝各位師兄姐與道友共同建設道院，功德無量。

☆二一、反其道而行

達道居士

每個人最關心的問題是自己的命運問題。命運也因人而異，故有種種的心情差異。有的人在生活當中，遭受到折磨辛勞，怨恨自己命苦；有的人對於自己的遭遇，只知認命，認為人生的一切福禍窮通，都是命運在安排；有的人對於生活的貧苦困頓，則能安貧守節；有的人對於自己的際遇，則抱持樂天知命的態度，因此能不憂不懼。有些學者認為不論命運乖舛，或者風雲際會不可一世，都不一定要聽天由命，而應該培養洗心革面的器識，創造自己的人生。

這些命運心態理論，說對也是對。但沒點出如何改善命運的重點。以前常看「了凡四訓」、「俞淨意公遇灶神記」，是有說出因果的重點，這點對改善命運我不否認。然大家看了這些故事，有去效法力行其道嗎？答案可能沒有。為何？因為自己都不瞭解自己，怎麼效法？了凡四訓、余淨意公這兩位學問雖不是頂呱呱，以現在學問來論都是屬於高學歷的高材生。要知古人能讀書識字到有學問的人不多，不像現代社會人人都能讀書識字。

農業社會年代，常聽為人父母的看兒子不讀書，就罵你現在不讀書，長大就只有撿牛糞過生活。意思是不讀書將來只能做勞力苦工。因早期農業社會加上戰爭，大家日子都不好過，能安定下來讀書的日子不多。好不容易沒有戰爭，

一切都要重新建立生活與經濟。當然有知識學問的都有好職業，如在公家機關上班，或擔任教書，或在企業家擔任主管，所以農業社會那些沒有讀書的人，都很羨慕有讀書的人。因此都希望自己子女也能好好讀書，將來出頭天好光宗耀祖。

再說了凡四訓、俞淨意公遇灶神的故事，因果講得好，能讓人知道行善有善果，作惡則命運不濟。然故事雖好，如碰到像我這類讀書呆笨沒什麼學問，雖想效法了凡四訓行善，也是心有餘力不足。因為自己每天都在煩惱要如何溫飽？只希望能找到工作好賺錢溫飽。找到了工作就努力工作，想多賺錢常常加班，都把身體搞壞了，哪還有多餘的錢去行善？就算想要行善，也不知要去哪裡行善！所以了凡四訓那些故事對我來講只能當心靈糧食。

人的一生命運，往往因各種因素而改變命運。例如有人會因另一個人而改變命運，這人或許是關心你幫助你的貴人，或許是你心目中的戀人或偶像；有的人為了錢研究理想經營計畫而改變命運觀念，有的人會因一件事發生而走出截然不同的人生。有些人為了一句話、一個念頭，使他的人生有天壤之別的變化。種種轉變人生的這些因素，雖然有些微小不足為道，但影響力有時卻非常巨大，好比將一枚小砂石投擲江海中，砂石雖小，卻能震動江面，泛起陣陣漣

漪。故一個心念，會產生種種千差萬別的命運。

錢的力量真大，為了掙錢，賣命的工作，有些人甚至不惜鋌而走險，闖下大禍，俗云「人為財死，鳥為食亡。」現在有些青少年不知道金錢的來源不易，看到別人事業騰達，心生羨慕，卻不知道要取之正道，以辛勤、努力去賺取，卻以搶殺竊盜來滿足自己的貪念，製造社會不安的事件層出不窮，不僅危害了社會國家的安寧，自己也因此身繫囹圄，甚至犧牲了生命。

有人看別人的飛黃騰達，想想自己的不如意，就感傷自己命運的乖舛，更甚者就怨天尤人，埋怨老天爺捉弄命運。其實我們的命運並不是別人所能控制的，控制我們命運的力量是我們自己！控制命運跟習性有相關，而習性跟煩惱又有很大關聯。

壞的習慣能使我們終生後患無窮，並累劫不盡。習慣會左右我們的一生，一但習慣養成自然，變成根深蒂固的習氣，即成為智慧的障礙。譬如一個人脾氣暴躁，惡口罵人，習以為常，就會人緣不佳，做事就得不到幫助，成功的希望自然減少了。有的人養成吃喝嫖賭的惡習，最後當然是傾家蕩產、妻離子散，把幸福的人生斷送在自己的手中。更有一些人招搖撞騙習慣了，棄信背義，結果雖然騙得一時的享受，卻也把自己孤絕於眾人之外，讓大家對他失去了信心。

現在有些青少年，雖然家境頗為富裕，但是卻染上壞習慣，有些甚至以吸毒性慾為樂趣，進而做出殺人搶奪的惡事，不但傷害了別人的幸福，也毀了自己的前程。壞習慣如同麻醉藥，會在不知不覺中腐蝕心靈，蠶食生命，毀滅幸福，故要戒懼謹慎！

經上說：情不重則不生娑婆，有的人掙扎得出名韁利索的桎梏，但是卻擺脫不了情絲的糾纏；或者對家族的親情，或者對朋友的友情，或者對男女的愛情執著放不下，活在痛苦的泥沼裡。要免除感情的束縛，必須持有智慧的利劍，懷抱豁達的胸襟，控制感情，而不為感情所駕馭，也不是那麼簡單的事。有句「情為何物，真叫人生死相許？」

人有權有錢後也會被命運控制，人因有了錢財之後，更汲汲於權力的追求，所謂有錢有勢，如虎添翼，此權力利欲容易腐朽純真的本性，看看有多少英雄好漢政治人物在叱三喝四的威勢中，丟失了那寶貴靈性，看那些政治家一到選舉就連原本最好的朋友都變成敵人了；甚至有的人飽嘗了權力的滋味之後，就無法回歸平淡的人生本味。怕有天失去權力，就沒有人生的意義。所以權力影響人生的力量，不可說不巨大。

說來說去控制命運最大力量就是業力。所謂業，是我們行為的結果，包括

口中所說、心裡所想、身體所做的種種造作，通稱為身口意三業。有句話說：「善惡到頭終有報，只爭來早與來遲。」業有分為善業、惡業，自己造了善業或者惡業，時機成熟了，一定要隨著這些業力出現而受報，業力控制命運是絲毫不爽的。業力雖然能夠控制命運，但是控制業力的卻在於自己的心，因此修行對自己的心念有很大的幫助，能往善的方面去行，不造惡業，廣植善根，命運必定是光明平坦的。

人的想法真的可以轉變命運，但還得配合習性著手，心是播種種子，習性是成就的行為，好的心念，沒有好的習性，還是沒有效果。舉個例子：自己房間亂七八糟，很多東西隨手亂丟，一但要拿重要東西卻不能馬上找到，找得要死要活，就會影響到心情，心情一差做事就不順利。心情差，脾氣也不見得好到哪裡！就很容易跟人嘔氣。內心反省心想一想要來整理東西改善環境，說是這樣說，但習性已經習慣回到家東西隨手一丟，還是一樣過日子。生活當然改不了。

習慣、感情、權勢、欲望是影響命運的業力，但命運並不是定型而不可改變。習慣乃至業力，都是自己造作的，只要善加攝持正念、謹言慎行與改變壞習性，仍然可以將乖舛的命運轉變為美好的命運。

世間上一些創業有成就的事例，雖然有種種的因素，但觀念的正確與否，卻是主要的關鍵。譬如有的人好吃懶做，長輩責罵他懶惰，此人不但不知悔改，並且變本加厲說：「懶惰就懶惰。你說我不好，我就更壞讓你澈底失望。」如此自暴自棄，甘居於下流，就不可能有好的命運。另外有一種人，遭受指責，立即反省自己，除惡唯恐不及，並且發憤圖強，希望有一番新表現，來改變別人對他原有的印象，日後事業就比較順利有成就。由於兩者觀念的不同，結果有天壤之別。

再進一步說：有的人凡事抱著積極、進取、樂觀的看法，遇到任何不幸的打擊，都能從困難中找到奮鬥的途徑，從哀傷中體會生命的喜悅。有的人卻消極、頹廢、悲觀，他的人生充滿了灰色，常常生活在憂傷之中，對他來說，生命是多餘的。可見觀念會影響我們對人生的態度，改變我們的命運。

說那麼多的觀念理論，還是很難讓每個人都能效法執行。尤其像我這類生來就腦袋不靈光，讀書過目即忘。要記那麼多理論，根本不可能。更不用說改變命運。有的人說只要心中有信仰，就能做得到。說信仰的力量猶如有仙佛加持，是向前邁進的動源，能改變我們的命運。好比航海中有了目標，旅程上有了方向，做事有了準則，可以一往直前，迅速地到達目的地，減少不必要的摸

索。

看來信仰的力量是一項可信的力量，但信仰不一定只限制宗教，如三民主義的信仰，而推翻了滿清政府的腐敗。岳飛精忠報國成為現代軍隊的信仰。在各種信仰中，宗教給人的力量最大，對宗教一但產生了信仰，則人生一切的橫逆、迫害，都會逆來順受不以為苦，並且能甘之如飴的接受。對宗教的虔信，讓自己有更大的勇氣，去面對致命的打擊，使人有寬宏的心量，去包容人世的不平，而拓展出截然不同的命運。說是這樣說，有幾個人能修到這樣的境界，別看很多傳法的法師很有名氣，也不見得能容納別的宗教的理念。

人有信仰還得有正確修行的觀念，只信仰沒修行，是無法實現理想目標，那就是做白日夢。有修行還得廣結人緣與善知識的道友。因不能廣結善知識，如何知道自己的觀念正確或不正確？自己的信仰動力有多大？不能廣結善知識，很多事業也做不大。人不能建立良好人際關係，也是造成命運不好的一大敗筆。有良好的人際關係，進入社會，才能借重同仁的幫助，上司的提攜，才能發揮一己才能，有所作為。因此想事事順心，運道亨通，就必須和他人保持和諧的來往。

修行又能對人抱持施捨的觀念，會使命運更富裕。如果內心慳貪不行布施

只會更貧乏。人的善念能成就好運的生活；如果內心充滿了嗔恨，好的也會變成壞的。種什麼因，就得什麼果，這是因果現象。故想擁有什麼樣的命運，就該培養正確的觀念。

能幫助別人，給人以方便，是廣結人緣的方式，結緣愈廣，必能回報給自己更大的方便，此助人即助己，愛人者人愛之，敬人者人敬之，信人者人信之，利人者人利之，這些都是廣結善緣的方式。雖然我們不斷的付出，幫助別人，看起來好像是吃虧，其實幫助的是自己，因為心的善念已經開始成形了，在幫助他人時壞習性也漸漸改掉了。自古以來菩薩也是以眾生為修行的道場，廣施慈悲，從對待眾生中結菩提法緣之中，而成就佛道。所以結緣不僅能改變我們的命運，也是進趨佛法道法的重要門徑。結緣，能使我們的人生更寬闊、命運更平坦，何樂而不為呢？

問題要實踐改性換心、回頭轉身是岸的工夫也不容易。俗云：「江山易改，本性難移。」如果能將難改的性格與壞習性改變過來，把暴躁的脾氣也改成柔和，把孤僻的性情改成隨緣，命運一定隨之改觀。說到改性換心是改變命運的藥方，回頭轉身便是岸，此是創造命運的良劑。這也不是說說那麼簡單，就像讀了凡四訓覺得很好，也無法效法他的行善方式。那要怎麼辦？放心！不會涼

拌！我的方案有一套反其道而行的方式，那就是回歸於自身。所謂「山不轉路轉，路不轉人轉，人不轉心轉。」易經有云：「窮則變，變則通。」心轉即是念轉，念轉即是變則通，念轉即是回歸於自身心念。

前面講的命運都是要經過很多年的累積，因果才出現。解決方法也都是講反省自心與行善布施。最重要的一點就以道家的無極生太極，太極生兩儀，兩儀生四象，四象生八卦，八卦生六十四卦來解釋回歸自己。我們剛講的命運就好像六十四卦，每個人就好像每一卦都有它的玄機顯像。酸甜苦辣正是六十四卦內容的玄機。而六十四卦是從八卦延伸出來的景象，這八卦用人物來說，乾為父親，坤為母親，震為長男，巽為長女，坎為中男，離為中女，艮為少男，兌為少女，把八卦當成六親一個家庭生活組合。我們不也是家庭中一份子嗎？父母兄弟姊妹不也是相互影響命運的關係。父親仁慈，母親賢慧，相信做子女的命運也不會壞到哪裡？因仁慈、賢慧是一種德，有德之父母自然有福報可以庇蔭給子女，俗云：「祖先有德，福蔭子孫。」是有根據的。現再把八卦換成四象，四象就是五行金木水火土，我們身內五行是天地給予的五行，把它換成出生八字，裡面五行有吉有凶，這五行是累世所修來的業報也是業身。這五行金木水火土再把它換成儒家五常仁義禮智信，我們前面講的改變命運要行善布

施與去習性，就是五常的作風。

五常學習起來也不是那麼容易，如真的學得成，那就是賢人，命運也變好了。我說過像我這類腦袋讀書不靈光，要記五常禮儀知識很難，不用說修行了。要能符合腦袋不靈光修行，就得看看有沒有更簡單的修行方式，有啊！再把四象五行回歸兩儀陰陽，就行了。兩儀陰陽就是先天乾坤，在修行方面是指性命，修性命是以神氣為主。修行能知神氣合一口訣，修出來就是太極。太極本無極，無極本太極，太極翻譯佛法就是阿耨多羅三藐三菩提，也就是無上正等正覺的智慧。有這智慧開悟再來學習五常仁義禮智信，就簡單多了。五常修出來就是修身有成，孔子講修身，就是指這個修行。五常會運用，就是五行會運用，則能運用在家庭和諧，這就是齊家。家齊運用在人事方面，自然能廣結善緣。能廣結善緣則事業就會順暢，就是改變厄運邁向光明的前途。如此了凡四訓、俞淨意公的行善布施方式，自己都能自自然然的做到。這就是反其道而行，人人都能做得到。

☆二、開發潛在的力量

達道居士

前章文篇反其道而行，是一項開發潛伏身內的一股力量。說開發其實是修行。市面有很多開發頭腦智商的課程。這些課程都要很專心用功學習，方能達到某些效果。例如訓練過目不忘，一目十行。這些課程對我來說是比登天還難。因此不適合我學習。

我從小對讀書有恐懼感，因為讀書考試都是滿江紅不及格，幾乎每星期有一半的日子都被老師打手心或屁股或腳，所以說市面上的那些開發智商的課程不是我能學得來的。然而我現在讀經典卻能理解仙佛所說的修行智慧心法，簡直不可思議。有了這奇蹟的發現，也把這套心法公開給大家修行。不要把修行當作吃素、拜拜、唸經的觀念。

修行很多人都說把不對的修正過來，叫做修行。那如沒有不對的不就沒法修行。記得讀經有讀到神光求佛法，神光見達摩不肯傳法，便揮刀斬掉自己的左臂，以明自己求道的決心。達摩祖師見神光的求道之心如此堅決，為之感動，便收下這位立雪斷臂的弟子。

那時，神光問達摩祖師說：「弟子心中不安，請師父為弟子安心。」達摩回答：「你拿心來吧。只要你把心拿來，我便與你安心。」神光心中一楞，突

然悟到了很多，立即回答：「弟子找了好久，可就是找不出心來。」達摩祖師微微一笑，說：「假如你能找到的話，那又怎能算是你的心呢？好了，我已給你安好心了，你知道了嗎？」神光心中的不安經達摩一問早就消失了，他高興萬分，連忙回答：「弟子明白了。」

由這段故事來講，我前集的善書不也寫放下屠刀立即成佛的意義。一般人以為是不要殺雞、殺鴨、殺豬叫做放下屠刀立即成佛，那沒有殺生的人不就沒屠刀可放下成佛了。我卻說屠刀是名利心，是因修行頓悟佛法而有智慧的了解屠刀心得解說。大家想想是否為著名求名利拼命讀書、做事、研究各種學問知識，有天事業終於成功了真的有名利了，可是人已經老了，身體毛病也多了，在飲食方面就有很多禁忌，變成需要靠藥物來維持生命的動能。可說辛苦錢換來的卻是身體的敗壞，所以說屠刀是名利心。

修行即是修心，修心不是修一般凡俗之心，凡俗之心牽涉到名利恩愛情仇等等喜怒哀樂的情緒。也不是一般人說有過錯就改正叫做修行。我的修行觀比這些凡俗修行還要高好幾倍價值，我的修行是修妄動的心至如如不動的心。

妄動的心是有包括喜怒哀樂的情境，初時靜坐修行都會妄念紛飛，這叫妄動的心。而這些妄念紛飛不是說改就能改，不是跟一般做錯事還能改過的叫修

行。妄念之心不管聰明或愚笨每個人多多少少有這妄念出現。要妄念不想也不是三兩天就能做到的效果。各位會問妄念不生，跟開發潛能的力量有什麼關係？這問題就是重點，人總以為學問、知識愈多才有受用。而不是腦袋空空才有學問。話是沒有錯，但開發潛在力量卻是要腦袋空空才能開發出來。這不是我妄想出來的，是修行期間有時會進入到腦袋空空的景象，起初我以為是修到腦袋壞掉了，有次讀道德經領悟到這段玄機，太上曰「為學日益，為道日損，損之又損，以至於無為，無為而無不為矣。故取天下者常以無事，及其有事，不足以取天下。」讀到這段才明白原來為道日損，損之又損，就是這種腦袋空空的景象。這空空景象不是什麼都不記得，而是進入到虛空生智慧的景象。有了智慧讀經典很容易了然於心，比強迫記誦還要好很多了。

很多修行學習者總以記誦經典章詞為能事，認為多見多聞後才能思考很多方案，對修行才有幫助。聽起來好像有道理，不知修行沒有到達某種境界，所看的經典也不能了悟意義，只會在文字上鑽牛角尖。經典是仙佛聖賢寫的修行心法，不會騙人。但要知道修道要以「為道日損，損之又損。」才是真正的心法，不是背誦為能事。有詩為證：「達摩西來一字無，全憑心意用功夫，若要紙上尋佛法，筆尖醮乾洞庭湖。」又云：「真經不與紙經同，紙上尋經枉用功，

有人參透其中意，安在巍巍不動中。」如果修行能理解這些詩，那才是有悟道。什麼叫做悟道？道是玄機。在佛門叫做禪機。能悟道的人，應知道生萬物的玄機邏輯。也是基督教所說的上帝創造萬物。上帝是怎麼創造萬物？上帝就是虛空，虛空裡面有股能量，稱謂「太極」。太極內有陰陽，分化出來就生天地、日月，由日月運行於天地，日積月累即能生萬物。能悟此者即知人身本自有太極之氣，修行即是修此太極之氣，有句「養天地正氣，法古今完人。」正是說此身內力量。

修道至此，身內氣機自然神妙莫測，變化無方，其聚則有，其散則無，欲一則一，欲萬則萬，此氣猶如日月星辰，隨我運轉，風雲雷雨，聽我經綸，其勢大可讓人嚇一跳！方算是悟大道。

修行最怕內心混亂，紛紛擾擾，則事愈多，心則愈亂，心愈亂，則神愈昏沉，到最後事情愈多，就會認為怎麼沒修沒事情，愈修事情愈多。剛才有講太極生萬物的道理，太極無形無象，人心念頭出現即是播種的種子。經過此氣機的灌溉，自然發芽成形。念善得善果，念惡得惡果。人修行時出現這些念頭大部分都是不好的念頭，久之自然成形，才會認為沒修沒事情，愈修事情愈多。原因就出在這裡！也是佛門所講的因果。

修行靜坐中所浮出的念頭，大部分是不好的念頭，不信大家可以在靜坐中稍微留意這些浮出的念頭，這些念頭都是日常生活中所接觸過的景象，例如看電視所留下來的記憶，人與人相處時互動的話題，事業困境的難過，家庭的問題，感情不如意的問題……，種種問題的浮現，有如夢中的情境，其中不好的事情在心中念念不忘，在修行中這些念念不忘的事情得到氣機的灌溉，久之如秧苗漸漸成長，就會變成愈修事情愈多的原因。要破解此事，惟有平常多參與善事做功德，尤其在道務方面盡量參與執行，如為後進道友解說經典，道場維護整潔，這些工作看起來好像不關緊要的事，能深植在心靈，久之也如秧苗漸漸成長而成好事，不好的事就減少很多。道場道務看起來是吃力不討好的工作，卻是做功德累積成好事的場所，就有愈來愈多的好運降在身上，那時你不覺得有什麼好運，但人卻過得很逍遙自在。朋友見到你，會說你怎麼都沒有什麼煩惱，他怎麼煩惱一大堆！這就是見證。

當然還沒有做功德時，修行也會有很多事出現，如果能把這些事視如無事，萬緣悉捐，一心內照，也能清閒內照，自能生出智慧結晶。說是很容易卻很難做到清靜。但修行若有事於心，不能放下，則方寸已亂，靈臺無主，又如何能生出智慧？故要保持清靜之心，方能開發潛在的能量。有了這能量可以做

很多事業，最好能多布施做功德，如此事業才會得貴人提拔，而賺進財富。

有句禪語「恰恰用心時，恰恰無心用。」正是說此修行進入空空的作用。這兩句禪語出自永嘉玄覺的《奢摩他頌》開頭語。永嘉玄覺以《證道歌》聞名於世，他是禪宗六祖慧能的弟子。

「恰恰用心時，恰恰無心用」是開悟以後的境界。恰到好處地用智慧的心，而此時恰恰無心可用；無心可用是因為沒有障礙、沒有牽掛和自我的執著。但無心並非沒有智慧的功能和作用，其作用就是在悟後的待人接物、處世應對、工作思考等等，會有很多的幫助作用。所以開悟以後的無心並不等於白癡或腦中一片空白，反而是絕對正確地、恰到好處地發揮心靈的功能。

一般人只能被動地心隨境轉，不能使得境隨心轉，總是被環境所污染、困擾、動搖；乃至明知不該起貪瞋、妒忌、懷疑時，他也無法自我控制。這就是有心可用，用的是煩惱心；只要是用煩惱心去應酬環境，就不是恰恰用心。

悟後的人會用心，恰恰用心，恰到好處地用心，自然自在地用心去適應環境。因為心不被境轉，所以有功能而沒有煩惱，這是智慧心，等於無心可用。一般人不會用心，被動地去讓環境牽著鼻子轉，產生七情六慾，這是煩惱心，是有心可用。

☆四、氣場感應運用

達道居士

前文開發潛在的能量，此能量除了可以打開智慧，最實用的是能感應身體的病痛，早期我還不知修行此能量可以開智慧，因無師父指導，也不知有經典可以閱讀，所以修行有此能量只用於幫人靈療，而此靈療也是靈修道友告訴我的，我才會去實驗這項功能。當時能感應到病者身內的疾病，覺得很神奇。於是在好奇心下在道友的宮壇幫忙服務信徒，十個靈療幾乎有八個改善病情，對我來說真的很神奇，但自己也是吃足了苦頭。

首先我來說明這能量如何感應到病人的疾病，畢竟會來宮壇求神靈療的信徒，大部分都是吃藥很久還沒有改善的慢性疾病，這類病者吃了醫生開的藥還是沒什麼改善，才會來神壇求神試試看，當然會有信徒來靈療，這宮壇師父絕對有兩把刷子，否則哪有信徒來求救？既然是靈療，當然是用靈氣來治療，靈氣也就是人修行開發潛在的氣場能量，沒有這能量就沒辦法感應病者的疾病，有些宮壇的住持是由神明附身來感應病者疾病。

剛剛說我幫人靈療吃足了苦頭，而神明幫人靈療不會吃苦頭。因為我有肉身，神明沒有肉身，神明可以用氣場感應病人的病氣，然後借氣（此是秘密不能公開洩漏）灌入病者身上，將病氣引出，這病氣十有八九都有冤親債主藏在

裡面，所以醫生開的藥起不了作用。引出病氣輸入先天之氣幫助病者元氣，所以病人會有感覺比較輕鬆，身體疾病不會那麼難過了。

而我幫人靈療也是用此氣場去感應病者，病者潛伏在體內的病就會傳到我身上某個部位，我那部位就會很不舒服，當然我不知道病者是什麼疾病？因我不是學醫，對這類不舒服沒辦法理解是什麼病？一般醫生問病者是哪裡不舒服，平常有那些特徵，就能分析是何病而針對病情開藥。我不是學醫，只知道感應傳來身內那部位很不舒服，這時的我只會加強運作身內的氣場能量化解不舒服的地方，一旦化解了，病者就比較舒服。但遇到癌症三期或末期的病者，這下我可吃足了苦頭，例如會一直拉肚子，明明肚子已拉光了東西，還是會拉肚子，要吃飯或吃東西也吃不下，只要喝水不用多久又拉肚子，那才知道事情大條了，此時的我只有一招可以救我自己，就是專心靜坐補足先天之氣能量，才能緩解這病情，經過兩三天才恢復體力健康。這就是人與神明靈療不同之處。

今會講這些不是要各位有病來找我靈療，也不是要各位修行有這能量去幫助別人、服務眾生。是要告訴各位幫人要承擔因果的，如果你有很大的功德可以迴向那些病者冤親債主，我不反對。例如你有錢願意幫別人還債，我不會反對。這樣說，大家會認為修行沒好處了。不！修行好處多喔！首先有這先天之

氣免疫力增強，可以強身。再來家人有病痛醫不好，可以用此氣幫他靈療，自己人承擔因果是應該的。光這兩項就值得你修行了。

我現不幫人靈療，不是我沒慈悲心，我是改教人修行，不管你有病或沒病來修行自己的能量，對自己絕對有很大幫助。如果你自己都不願意修行，就不要怨別人沒慈悲心。不要跟我說修這個要花很多錢，我都是免費指導修行。有些人說得很可憐，說他沒有錢還要跑到道場去修行。我問他坐公車來要花多少錢？我幫你出車費。他也不願意，說太遠了。根本就是來亂的。

回談靈療的功法，二十幾年前我不知道這靈療邏輯，病人的病氣為何會傳到我身上來？是常常碰到這問題，有次無意中看到藏經才知道功法的奧妙，裡面記載「以我之氣合彼之氣。」此是太極陰陽相對理論。病人屬於陰氣，修行者屬於陽氣，陽氣稱為正氣，陰氣屬於邪氣。陽氣能量強過陰氣，可以解除邪氣。當靈療者把本身能量發射到病人身上，病人病氣就會被陽氣吸引過來身上，猶如磁鐵陰陽相吸理論。病人如病在胃，傳到靈療者身上也是在胃，此時胃就會隱隱發作不舒服，靈療者就知道病人胃不舒服。當然靈療者不是學醫的，不知道要如何開藥？只能用自身正氣去鬥病人邪氣。如果病人邪氣強過正氣，則靈療者會受傷。因此我就開始研究中醫學理，當然不是研究藥物學，而

是研究十二經絡，十二經絡在中醫有用針灸，有用拍打或推拿，我就照中醫理論拍打穴道或推拿經絡，拍打或推拿中都有灌入正氣，經絡自然傳輸到病者病氣之處，病氣就會被逼出來。我沒有直接吸引到身上與病氣相鬥，如此就減少很多傷害。但病人的冤親債主被逼出來，還是會找靈療者出氣算帳，所以靈療者本身平常要多做功德，備要用時可迴向給那些冤親債主。可以說平時有功德存糧，災難來時用得著。這些靈療學理也是我研究的心得，來跟大家分享。

再來談收驚靈療，這類很多小孩常會莫名其妙被驚嚇到，晚上睡覺就會被驚嚇哭醒，可以說是睡不安寧。因此很多為人父母都會抱小孩給人收驚，往往有效果。但小孩還是常常會被嚇到驚醒，每次去給人收驚都要四、五百元，也是一項金錢負擔。此時的你如果有修行開發出潛在的先天之氣，就用得著了。不但省下金錢，收驚效果也比給外面收驚還有效果。為什麼？因為自己的小孩氣場能量相同，小孩很快就能補足能量，元神就恢復安靜，小孩就不會哭。這氣場用DNA來理論，父母與子女DNA有百分之九十以上相同。所以氣場也是相同的。因此幫小孩收驚氣場很快融入小孩身上，小孩得此先天之氣相補就安寧了。

再用祖先風水感應子孫來論，我們常聽到祖先風水能庇蔭子孫，這也是氣

場相感應的原理。但有人會懷疑這項庇蔭之說，說子孫那麼多個，爺爺才一個，哪有辦法全部庇蔭子孫。在這裡我要強調的，祖先如果德行很高，庇蔭子孫福德就多。祖先德行少，庇蔭子孫福德就少。而子孫如果有德行感應祖先德行為強，自然能發財或福運連連。如果祖先沒有德行就不可能庇蔭子孫，子孫只能靠自己努力行善積德改善命運。此也是易經所說的「積善之家，必有餘慶；積不善之家，必有餘殃。臣弑其君，子弑其父，非一朝一夕之故，其所由來者漸矣，由辯之不早辯也。」

由此來說功德對命運有很大的影響，不管做任何事業，人的功德對事業幫助很大。尤其是修行人如能一面修行，一方面布施做功德，可以減少很多冤親債主的纏繞，且功德能增加吉祥之氣照護身體，則可以平平安安地過生活。

☆五、竅妙之法

達道居士

前文章氣場感應運用是修行實驗氣場最好的驗證。也因為有這實驗才不會覺得修行好無聊，才有信心繼續修行下去。

然修行到一個階段，還是會有瓶頸卡住，即是靈力沒有更上一層突破，會感覺修行只有這樣而已，漸漸的有退道心。這也是很多修行人的通病，包括我在內，因好長一段時間的靈療，感覺只會玩這一招，有如上班每天重複做一樣工作，久之厭倦這職業，而又想換個工作做。這心態想法持續有幾年時間虛度，直到有天閱讀道德經「有欲觀竅，無欲觀妙。」這句訣竅恍然大悟，以前讀此道德經有七、八遍怎麼沒領悟到這玄機，如今竟然開竅領悟「有欲觀竅，無欲觀妙。」的玄機大法。

靈療感應是用此氣機感應，只會用不會收，當然無法突破靈力層次境界，此時領悟此「有欲觀竅，無欲觀妙。」我如獲至寶，重新調整心態，研究這功法，第一章太上曰：「道可道，非常道；名可名，非常名。無名天地之始；有名萬物之母。故常無欲以觀其妙；常有欲以觀其竅。此兩者同出而異名，同謂之玄。玄之又玄，眾妙之門。」這無欲觀其妙，有欲觀其竅，同出而異名，同謂之玄。玄之又玄，眾妙之門。真的開啟了我的心靈，以前只知道玄之又玄，

不知道怎麼用才玄。靈氣能感應萬物很玄，卻不知修法、用法，又有何用？

大家對大道修行都知道靜坐到無念時，先天之氣會自自然然出現，這無念就是無欲，無念也不是初修行靜坐之人所能做到的。而是要靜坐久久才能進入忘我的境界，此時先天之氣才會出現。這先天之氣不是呼吸之氣，是有股能量，此能量我用燒開水來比喻。開水滾燙的力量大家都知道，先天氣機在體內運轉時，身體會晃動，這是自自然然的現象，不是走火入魔的現象。會說走火入魔的人是不知大道原理。他的觀念是受到外界不正確的資訊影響，所以內在氣機晃動，以為是魔入侵。心內有著魔，心生恐懼，則氣機混亂，心理、生理就不平衡，而百病叢生，最後就以犯陰著魔歸列。要治好這心魔還得從觀念著手，所謂「心病得從心藥醫，解鈴還須繫鈴人。」古有杯弓蛇影故事。

有一天，樂廣請他的朋友在家裡大廳中喝酒。那個朋友在喝酒的時候，突然看見自己的酒杯裡，有一條小蛇的影子在晃動，他心裡很厭惡，可還是把酒喝了下去。喝了之後，心裡到底不自在，放心不下，回到家中就生起病來。

隔了幾天，樂廣聽到那個朋友生病的消息，瞭解了他得病的原因。樂廣心裡想：酒杯裡絕對不會有蛇的！於是，他就跑到那天喝酒的地方去察看。原來，在大廳牆上，掛有一把漆了彩色的弓。那把弓的影子，恰巧映落在那朋友放過

酒杯的地方，樂廣就跑到那個朋友那裡去，把這事解釋給他聽。這人明白了原因以後，病就立刻好了。

後來人們就用杯弓蛇影比喻疑神疑鬼，自相驚擾。修行也是這道理，不正確的修行資訊真的會讓人產生幻想恐懼，導致心理與生理錯亂而生病。外面很多不正確的修行資訊，都是那些自以為修行高手卻不懂大道原理的人編造出來的，所以很多人反對修行的原因就在這裡。

無欲觀妙已經明白概念。先天之氣既然有修出來了，就要好好的運用，運用當然是有方法，就是「有欲觀竅」，有欲是指「迴風混合」，這「迴風混合」是玉皇心印妙經的功法，「上藥三品。神與氣精。恍恍惚惚。杳杳冥冥。存無守有。頃刻而成。迴風混合。百日功靈。默朝上帝。一紀飛昇。知者易悟。昧者難行。履踐天光。呼吸育青。出玄入牝。若亡若存。綿綿不絕。固蒂深根。人各有精。精合其神。神合其氣。氣合體真。不得其真。皆是強名。神能入石。神能飛形。入水不溺。入火不焚。神依形生。精依氣盈。不凋不殘。松柏青青。三品一理。妙不可聽。其聚則有。其散則零。七竅相通。竅竅光明。聖曰聖月。照耀金庭。一得永得。自然身輕。太和充盈。骨散寒瓊。得丹則靈。不得則傾。丹在身中。非白非青。誦持萬遍。妙理自明。」

迴風混合，百日功靈。這個就是有欲觀竅，有欲是有作為的意思。在前文有上藥三品，神與氣精，恍恍惚惚，杳杳冥冥，存無守有，頃刻而成。即是無欲觀妙的功法。先無欲修出精氣神的氣機，不是呼吸的氣機。再用迴風混合修煉百日功靈，百日功靈即是煉精化氣築基完成，也是我所說的靈力層次突破方式。

煉精化氣這個名詞，修行人也不見得了解，一般人以為元精是從下丹田生出來的，所以修煉多年一無所成，更別說有開智慧，智慧是從煉氣化神這功法來的。煉氣要從元精煉起，沒有元精如何煉出元氣？沒有元氣如何化神生出智慧？智慧即是佛，佛即是心，心即是神，精氣神都是相通，所以說迴風混合。「風」就是先天之氣，修行先修出先天之氣，神氣合一即能生元精，再由元精化出元氣，由元氣化出元神，元神得元氣才能生智慧。智慧不是唸經跪拜所能開悟的，是實際修行方能開悟智慧的。

道德經說無欲觀妙，有欲觀竅。其中的「觀」就是迴風意思，這「觀」有著「萬物並作，吾以觀其復」的秘訣，即言陽氣發生，萬物皆藉此氣而生。觀其復在易經之卦是地雷復的口訣。地雷復是一陽來復，即是遇此陽生後，以神光緊對此玄竅，此即所謂神氣合一氣自回（神即性，氣即命也），也就是神氣

相抱，性命雙修之義。此有欲觀竅是神靈所觀之玄關一竅功法也，不必問何處是玄關一竅，玄關一竅全身上下都有氣機存在，只要將虛靈不昧之元神，凝於氣機動盪之處，即是配合陰陽，神氣兩不相離，則我之真息，亦隨之在體內伏矣。故曰：「伏氣不服氣，服氣不長生，長生須伏氣。」此個伏字，須要認清是伏哪個氣！不是閉氣數息法。須心無出入，息亦無出入，方是性命兼修之學。凝聚既久，精氣充足，先天太極真氣發生，全身沖關蕩竅，有不可思議的大力量存在，皆是自然之機。如有一點勉強運作，便礙此天機不暢矣。修「道」原不難修，惟守之此太極真種不容易，故古仙於築基一事，非常謹慎。遇先天之機一動，即起動採取氣機，否則當面錯過氣機，就沒有生元精效果了。此煉心伏氣是修性命的重點，也是保精化氣的關卡。

當保精固氣有成，就可以煉氣化神而開啟智慧。一旦智慧大開研究經典如入寶山不會空手而回。經典有很多寶，要如何去挖掘就看大家的智慧了。例如清靜經：「內觀其心，心無其心；外觀其形，形無其形；遠觀其物，物無其物；三者既悟，惟見於空；觀空亦空，空無所空；所空既無，無無亦無；無無既無，湛然常寂；寂無所寂，慾豈能生；慾既不生，即是真靜；真常應物，真常得性，常應常靜，常清靜矣！如此清靜，漸入真道；既入真道，名

為得道；雖名得道，實無所得；為化眾生，名為得道；能悟之者，可傳聖道。「其中內觀其心，外觀其形，遠觀其物，這三者心法能悟的現象，就在於空。但此空非無作為之空，這空是進入無極之空，此時境界是湛然常寂，湛然常寂是明心見性的真面目。佛家講見性即是佛，佛是覺者，覺者是智慧也，有智慧才是真靜。真靜擁有大智慧，在凡塵中能應對很多事物，所以清靜經說真常應物。然應物要不迷，事過能放下不執著，即是真常得性。也是常應常靜，常清靜矣！人能如此常清靜，漸漸進入真道，真道就是大智慧，既入真道，雖名為得道，其實無所得，因為是虛空，但要度化眾生，就要以得道為名稱，眾生有此目標才會修行，懂得此竅妙的人，可以傳聖人之道。

☆六、靈靈靈

達道居士

前章竅妙之法知神氣合一後，如何進一層突破修煉法，當然進一層就是研究經典秘訣，經典所說的術語都是各階層煉功的心法。在三十二集善書中有講解很多道法運用訣竅，而所有竅門都在人身內之精氣神三寶，所有的法以元神為主，以元精元氣為用，全身三萬六千毫毛孔竅，皆是精氣所化出的。由此可知精氣作用可謂大矣！精氣衰弱，元神行事也使不出力量來，則行事便不靈。故修行煉功在於使元精元氣盛旺。精氣旺盛，頭腦不但靈光，做事更能有所收穫。要保守精氣旺盛不衰，平常得神光內斂，什麼是神光內斂？神光其實是眼光，平常我們眼睛隨著色轉，耳被聲音吸引，視色聽音都是耗身內之氣的能量。精氣耗散過多，精氣自然衰退，身體免疫力也差，慢性疾病稍稍上身，影響腦神經，久之行事判別自然不靈光。

人不管做任何事，最重要的事是身體健康，因此修行靜坐煉功是最好的養生保健，有了健康的身體，再運用精氣來改變命運絕對行得通。我遇見一個親戚朋友是當警察的，大家都叫他阿松，聊天時他一直抱怨當了十幾年警察，過年過節都沒有放過假，都要值班過節，問我有沒有辦法改變命運。我回他修行看看，他還真的當真認真修行，當他修行有了氣動，很好奇這股力量，常常請

教我這些靈動現象，因為很多靈動手勢都跟習性有很多相關，例如他靈動常會莫名其妙有喝酒動作、抽菸吞雲吐霧的動作，看起來根本是流氓警察的現象，我看了就覺得好笑。我問他是不是常喝酒，煙也抽得很重。他說對！我回他可以改掉。他說喝十幾年的酒哪有那麼容易改？我說可以啦！

一年後他升官了，他的同事跟我說阿松啊他真不簡單！以前出巡都跑到朋友家喝酒，有時候還會發酒瘋，講話都是講幹話，他主管對他頭痛。然而這一年來他個性莫名其妙大轉變，酒不喝了，煙也不抽了，講話都是頭頭之道，簡直不是他原來的個性，跟他相處還有點不習慣。所謂不習慣就是以前常常稱兄道弟可以亂開玩笑。現在他講的話頭頭之道，好像都在開示人，讓他不敢放肆。所以他主管把他升為小隊長。這阿松也說升了小隊長，過年過節不用值班，可以跟家人過節了，十幾年來第一次過得很爽。我聽了也覺得很神，沒想到修這先天之氣改變命運還真的很靈，其中當然還是自己有戒掉菸酒才能發揮作用。

再舉一例，有位師姐來時一直抱怨她的命運很坎坷，在家裡得不到尊重，父母看她都很不順眼。我觀看她的氣質也是一種讓人討厭的氣質，但她既然會找上門來，我也只能勸她心情放開一點，不然就試試看修行這先天之氣，搞不

好可以修出美麗的氣質而改變了命運，她也欣然接受。當我教她靜坐後，不到二十分鐘她氣機發動，然後手勢亂打自己，不是輕輕地打，是很大力的打自己從頭打到腳，看起來簡直是神經病，打了十幾分鐘就躺下一動也不動，過了十幾分鐘也沒醒來，我叫她很多次，都沒反應，經過了三十幾分鐘還是沒醒來，眼看天都快黑了，要吃晚餐了，她還沒醒，這下可大條了。只好靜坐問道祖了，道祖回說可以搖醒她，我就搖醒她。搖醒後看她氣色還不錯。問她現在心情怎樣？她回說心情沒有鬱悶了，好像浮雲消散掉了，怎麼這麼舒服！我聽了心裡安心了。問她家住哪裡？她說住板橋。問她知道怎麼回去嗎？她知道知道啦！一連串的正確回答，真的讓我寬心了，不然還真擔心她是神經病，不知要怎麼回家？

就這樣她常來道場煉功，因為在家不敢煉，怕父母誤會她修行走火入魔。所以只能常來道場煉功。過幾個月她也寫文章投稿，寫的文章都像文藝抒情小說，把靈動描述成什麼風啊徐徐吹來，心靈接收了猶如春風的訊息，充滿了青春的期望！看了文章還真有文藝氣息。經過了半年，師兄姐看她的氣質都不約而同的評斷她變得很美麗有氣質，跟以前入門時差很大。看來這先天之氣用在修煉真的可以變成仙氣，不到一年這師姐很開心說她要結婚了，我也祝福她有

了好歸宿。從這裡可以看出有心修行此大道，可以提升氣質的精華，體質也會變得潤滑光亮，如果又有行善做功德，就比較有人緣。

說此修行大道應用廣闊，無論是行善積德要改變命運，都需要此大道之氣才能發揮最大的效果。養生保健更需此大道之氣，斬妖除魔也需此大道之氣，愚笨變聰明也是靠此大道之氣，可以說萬能之氣。道經云：「天得一以清，地得一以寧，人得一以靈，萬物得一以生。」裡面的玄機奧妙我摘錄道經來分類作用。

無介問曰：何謂立極。答曰：無極而太極也。

御風註曰：無極本太極。無極純乎炁，炁乃是太極。靜時是無極未見動作，此炁包涵在內。炁乃理也。理生乎性，性生乎陽，炁之萌芽也。炁字上乃無也，下乃四點。理炁、性命，同出一源，掃却四點，純乎先天一炁，故曰無也。

蓋無極而乃未見炁而言，太極乃一炁既動而言。

御風註曰：無極，溟滓大梵，不可得而言也。太極既判，輕清為天。天為純剛之炁也。亘古而不墜者，實先天至剛至健而無間雜。重濁為渣滓結而不化，為地也。

御風註曰：所謂無極之時，非無天地也。蓋天有日月星，地有水土石。無

極時，天之風雷雲雨在內，皆不動，地之草木人物禽獸未孕，皆不生。所謂溟滓大梵，寥廓無光是也。

御風註曰：無極之時，凝然不動，則無天地也。炁動則判，太極分矣。分則輕清為天，天為金，金能生光，光分晝夜，日有太陽，夜分太陰，陰而分星光。重濁為地，為滓質，生人物草木禽獸之類。

御風註曰：未判時，即溟滓大梵寥廓無光是也。溟滓鴻濛，如雞子未分之時。大梵，純剛之炁也。炁者，梵字之鬱鬱也。梵為清虛之竅也，寥廓無光，至清至潔，而無間雜，純乎金之微芒之炁也。一炁纔動，風雷雲雨皆作，禽獸草木俱生。故道中法中，每每言一炁。謂天地得此一炁，千變萬化。人為萬物之靈，能行此一炁，可以感天地，動鬼神，呼吸風雲雷雨，無所不至矣。

御風註曰：一乃純乾。乾為天，天為金，金生白芒之炁也。炁為剛，剛為輪，輪能轉，轉為天行健，自強不息，晝夜無有休歇，是乃炁之使然也。炁動，分清為天，分濁為地。故一生二，二為地也。因乾一而分坤。乾坤生六子，三男三女，運轉乾坤。人為萬物之靈，父母媾精，著性歸臍。臍為生炁之門，聚斂元炁之府也。是為玄牝。玄牝之門，是為天地根。綿綿若存，用之不勤。收拾歸中，聚斂祖炁，祈晴、禱雨、殺伐，用之未有不應。收視返照，非理勿言，

非理勿視，非理勿聽，默而識之。無極之真，二五之精，妙合而凝也。

今學法之士，但知有無極太極一炁之說，然要作此一太極，將如何下手用工。蓋無極之時，天地閉塞，萬物不生，我當閉九竅，俟其氣漸漸周遍一身，俟其氣極感通之際，兩耳微聞有轟轟之聲，不可禁止，大呼出氣，名曰掀翻斗柄。於此之時，廓然一炁初分，自覺神清氣爽，外慾不生，此身與天地相為表裡，造化皆在吾掌中矣。

天地未判時，不過無極太極耳。既判之後，成乎乾坤，三才定矣。太極藏乎人身之正中。度人經云：中理五氣，混合百神。儒氏惟精惟一，允執厥中，是也。凡祈禱先閉九竅，炁極則中宮祖炁不昇而自昇矣，周身發熱，從夾脊上透泥丸，金光射於兩目。俟其昇降中黃，交滾九竅，勿令走洩，兩耳似聞有轟轟之聲，鼻對竅，竅對眼，眼對腎，腎對耳，得其戶而出，呵氣一口於巽方，名曰掀翻斗柄也。於此之時，廓然一炁初分，自覺七竅泥丸神清氣爽，此身與天地相為表裡，造化皆在吾掌握矣。

動天地，感鬼神，驅風雷，役萬物，無往而不可也。然後策役將帥，行持祈禱。今人不知此立極之說，所謂飛斗藏魂，想身為嬰兒，又以劍訣分身，存自己為天師玄帝者。此等之類，皆是妖妄，非正道也。安能動天地，感鬼神，

驅風雷也。

御風註曰：使元神祖炁之行，初出微芒之氣，如穀觜之萌芽也。法官平昔保養，精神內固，全無滲漏，百骸九竅，俱有陽氣也。金之炁，至清至潔，至微不至。元神即火也。火盛則肉體大熱，不怕風寒，噓氣成雲，吹氣得風，灌漱華池滿口，腎水洋溢，祈雨決然有應。動天地，感鬼神，驅雷電，役風雲，無往而不可也。精氣神全，則呼召將吏，頃刻現形。一要專心，二要精勤，三要保養，四要得傳。不知下手立極之說，斷不可也。有飛斗藏魂，變身為玄帝天師，皆是妖妄，非正道也。可不戒之。

以上是修行道法行事時看要用何法應對何事。其實萬神是一神，萬氣也是一氣，以一生萬，攝萬而歸一，皆在我心之神用。人之一念，聚則成神，散則成氣，神聚則謂之魂，氣聚則謂之魄生。玉皇心印妙經：「其聚則有，其散則零。七竅相通，竅竅光明。聖日聖月，照耀金庭。」就是說此功法。

☆七、煉心伏氣

子理

於此借用《丹道法訣》第二篇第二章的標題來作為這一篇的心得題目。目前大家對修行方式的瞭解，除了靜坐外，經過老師的薰陶應該還知道要多看經典，從經典中去印證自我修行的狀況。然而除了這些以外，大家還須從生活中去體驗。嚴格的說，無論是否有在修行，每個人都有自己的生活圈，於此圈中也會遇到很多的人、事、物等，既然遇到了，彼此間一定就會有互動，互動的過程中就會有喜、怒、哀、樂等情緒上的表現。對於這些情緒表現於修行上的影響與管控，也是隨著修行的時間漸長、體會漸深，才會有所認知。而自身的言行舉止也會反映出自己的心性，如《易經》觀卦九五爻「觀我生，君子无咎」。又象曰「觀我生，觀民也」。原本是說明一個國家的領導者是否有德行？可以從人民百姓的犯罪率來看。一個有德行的國君，會以德服人，以身教為主，如此人民受其感化而有德行。因此，一個人若有德行，其言行舉止必合乎於禮，然若有違於禮，即德行有差。

以往在看經書的時候，書是書、靜坐還是靜坐，兩者互不相關。但是從今年十月開始講丹道法訣的時候，對於以往經典所說的意涵就能稍微瞭解一些。其實，修行與生活、靜坐是一體的，修行是一個總稱，對於修行的內容，說什

麼都對，因為在當我們還沒有修出智慧之前，對於修行的觀念與一些名詞還是很模糊，就是因為聽不懂，所以才顯得神秘、才會對大家產生吸引力，處於這段時間，大家對於道、對於修行的認知，總是五花八門，真的很精彩。當初我跟著老師修行，也是因為這股神秘感，當時為了要揭開這神秘的面紗，開始廣泛地找經典來閱讀，知識雖然有了，但總是覺得很片段，中間少了什麼，無法將之連成一氣，由於始終無法獲得漸展，所以心態上就會有一些變化。當然囉，這些心態就會讓修行的過程中有時候會若即若離，甚而有一段時間，老師都認為我會退道。從兩年前開始，開始喜歡觀察人，從每個人的言行舉止，來推測其因，又從現有的言行舉止來推估其果，雖然只是自己的觀察，也無從知道對方的心態與想法，以及其因果，但過程中，我自己會設想如果我是那個人，我會遭遇到什麼呢？比如說，在路上看到車禍，我會假設如果我是被害人，我會如何？如果我是加害人，我又會有那些遭遇？經過一段時間後，很奇怪的是，這些推想都會回歸到我自己的「中」，這個「中」很難說明，又比喻不出來，所以在講課的時候很難讓師兄姐明瞭。

後來，才知道這個中就是《中庸》的「中」，就是「道」，也是「心」。以前看過《中庸》好幾遍，雖然每一次都有所體會，但是都不如這次來得深，

然後在講課時才能明白的表達出來。《中庸》說「道也者，不可須臾離也，可離非道也」，這次總算是將第二句體會出來了。我相信大家都懂這句話的意思，但是要如何做呢？我們講修行，除了修以外，還需要去行，修是什麼呢？修簡單的說其實就是煉性，而行呢？即是煉性的工具。因此修行就是要將自身學習所獲得的知識、氣機回歸於心，將自我的本性展現出來，如此就有智慧了，有了智慧就是覺者，覺者即是佛。

經過這一段時間的練習，逐漸能掌握道一些原則，就是將自己的言行舉止回歸於心，從心上重新審思，看看哪裡有沒有說出去的話或是行為得罪到人？或是有某些事情會讓自己煩心？一般會讓自己煩心的事情，很多時候都是自己放不下，雖然對別人說放下很容易，但是當事情到自己頭上也有可能無法如此瀟灑地放下。放下的反面即是執著，先要有心中有所執念，然後才有可能去體會放下。而心中的執念，就如同身上穿著防護衣，一層層的將自己包覆起來，因此有許多師兄姐在踏入修行的道路後，也有在靜坐煉氣，也有在讀經典，但是卻遲遲無法修出一些成果，經典還是看不太懂，這其實跟自我的執念有關，我們都知道先天氣本來就存在於自己的體內，所差的只是應用回光之法將之喚出，然後與元神結合，完成神氣合一，成就自己的智慧。而在整個回光的功法，

所忌諱的就是念頭，一旦有了念頭，先天氣機不但不出，反而會讓自己產生一股的燥氣，此股燥氣，不能成為丹本。因此回光之法的首要條件就是要能放下。但是，我們所處的塵世間，有哪位不能有事呢？因此在《清靜經》中也提到「真常應物，真常得性」。《百字碑》也提到「真常須應物，應物要不迷。不迷性自住，性住氣自回」。應物就是處理自己生活周遭事物，然而要以「真常」去應物。「真常」，即是心性。而能應物之心性，其中有氣。而這又不能不提《論語學而篇》曾子所說的「三省」，雖說「為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」曾子又用什麼來實行三省呢？其實這也是「中」的應用。來評估自我的言行舉止，是否合乎於道？

要理解這個「中」字，其實也沒有那麼難，只要將自己的念頭放下就可以了。中可以說是心性，也可以說是虛空，而虛空即是無極，我們都知道無極中自有太極一氣，因此將心中念頭一空，即入虛空，此時靜坐煉氣，很快的氣機就會出現，然後進入此虛空與元神結合，如此元神才能展現其智慧。這個過程，姑且稱為「開光」，開自己元神的光。我們每個人的身中，既有性、命，而性即是元神的別稱，既然是神，就需要有靈，而其有靈即是來自於氣，此氣原本就在我們身上，只是隨之知識日長、情慾日熾，而被漸漸的蒙蔽了，就如同前

面所說的，我們不斷地將外衣穿在自己的身上，愈來愈厚，愈來愈重，如此即使踏入修行，也無法與天地之氣產生共鳴，最多只能讓身體健康罷了！心性既然為虛，天地宇宙也為虛，因此若要是能彼此產生共鳴，就必須先讓自己的心性虛空，如此當先放下，放下如果換個說法，可以說成是「知止」，《大學》中提到「知止而后有定」，當能將念頭放下，才能「有定」，而後能將先天一氣煉出，煉出之氣再與元神結合。因此，無論是《中庸》、《大學》、《論語》等儒家經典，都在教人煉心一途，卻無教人煉心之法，因此若從字面上，往往會一語帶過，而不知要如何去做？真的很可惜。

先聖們留下的這些經典，歷經數千年而不衰，想必有其中的道理，只是我們雖有所學，但僅於背誦、寫文章而已，將一本性命之學付之於文章，殊為可惜。煉心之法，需要從日常生活應用中磨練一段時間，長則數十年，短則數年，以我自己的例子，若沒有搭配著煉氣，到現在可能還只是停留在背誦或是於文章中引用而已，對於其中的內涵，更可能是無法理解。因此，煉氣無疑縮短了這個過程，當氣機出來與元神結合，即是陰陽合一，也是神氣合一，合一為太極，而太極本無極。於此種狀態下，即是「中」。以此「中」來應付生活日常大小事，即可不動心，如此才是「真常應物」，在處理事物的過程中，其中應

變與對待即是在圓滿自我的智慧，所以智慧的產生與圓滿，不是只有靜坐而已，還需要接受不同的考驗與生活上的應對，讓這些都達到圓滿，而這種圓滿讓自己的心性更加穩固，如此不僅不會受到外接的牽引而讓神氣分離，讓丹本日漸凝結，同時也能揭開神秘的面紗，一探其中的奧妙，當大家修行到此地步，才能真正了解到「道」，也才能體會其中的妙諦，但卻愈顯自我的渺小。

由此不難看出修行是一種實踐的哲學，之所以會說是哲學，是因為「道」無從比擬，無從描述，也無法捉摸，故謂之「玄之又玄」。而修行中又有大量的先聖、仙佛所遺留下來的經典，每部經典都如同大海中的燈塔，時時召喚還在塵海浮沉的人們。只要敞開心胸，接受先聖們的光，即能受到接引，給自己一個解脫的機會。雖說如此，但過程中還是需要自己親力親為，同時試著將經書的意涵、氣機、功德合而為一，然後用在自我的日常生活中，如此從不斷的回饋中，回觀自我的心性，才能算是「真常應物，真常得性」，才能了解修行途中的風景，才能度重重的關卡，回復本來面目。

☆八、天花亂墜

子理

大家都知道本門的修行方式，是先以煉氣為主，藉由氣機的運行與感悟來達到身體健康、增長智慧、改變命運等三項目標。而整個煉氣的過程中，千變萬化，每一天有每一天的進程與變化，之所以會有變化，其實是因為自己的心性有了變化。就以自己為例，在有一次打坐時，全身感到舒爽，清涼，然後眼前就有如不斷地放煙火，而且維持一段時間。事後在想，好像在經典中看過「天花亂墜」一詞。

上網一查，分別於「傳燈錄」與「大乘本生心地觀經」發現到有此一說，前者的典故是「根據宋·道原和尚編寫之《景德傳燈錄》，記載禪宗師徒於上堂開示時，隨遇答問，乃至舉拂、施棒、呵罵、叱喝，處處針鋒相對，縱奪自如，形成一種運用之妙的全新教風。然而，此豪放不拘的教學問答卻為後世弟子濫用，徒有針鋒相對的形式，毫無祖師大德們的禪機智慧。故該書強調對於佛法大意要真正領會，切勿「講得天花亂墜」。」從此可以看出，原本是從自然本性而出的修行方式，到了後來，卻只徒具其形，而失卻原本禪機智慧的真涵；而後者的典故則是「時薄伽梵於師子座結跏趺坐，威儀殊特，猶如四寶蘇迷廬山處於大海，自然迴出；如百千日照曜虛空，放無量光破諸昏暗；亦如俱

祇圓滿月輪獨處眾星，放清涼光，明朗世界。入有頂天極善三昧，名心瓔珞寶莊嚴王，住此定已，身心不動。時無色界一切天子，雨無量種微妙華香，於虛空中如雲而下。色界諸天十八梵王，雨眾雜色無數天華，百千萬種梵天妙香，遍滿虛空如雲而下。六欲諸天及天子眾，以天福力雨種種華：優鉢羅華，波頭摩華，拘物頭華，芬陀利華，瞻蔔迦華，阿提目多華，波利尸迦華，蘇摩那華，曼陀羅華，摩訶曼陀羅華，曼殊沙華，摩訶曼殊沙華，於虛空中繽紛亂墜而供養佛，及眾法寶。又雨天上無價寶香，其香如雲作百寶色，以天神力香氣遍滿此諸世界，供養大會。」

「傳燈錄」，其中所載的是歷代大師高僧的禪機，因此所傳者為「燈」，而「燈」者，則在引領修行者走向光明。而其過程即是修行，一代代高僧大德將修行的心得記錄下來，道原和尚再予以編纂，成就「傳燈錄」這一本書。而「大乘本生心地觀經」，「大乘」講的是最高乘的修行方式；「本生心」指的是本來就具有，不需要外求，而「本生心」指的是智慧、元神、本性、摩尼珠、太極一炁；「地」，指的是靜的意思，而另外此地也是通往宇宙的門戶；「觀」，即是回看，回看什麼呢？當然是回看自己體內，如同「般若波羅密多心經」中的「觀自在菩薩，行深般若波羅密多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄」讓本生

心出現，如此即能展現智慧，看清世間一切苦厄；「經」，講的是如何回復本性的路徑？

兩者的說法，一為告誡我們不要逞口舌上的便利，若是沒有實際去修行，體悟到「道」之本質，即使經文講得精采，也不過是在皮毛上下功夫。這讓我想起，剛開始跟老師說要講「清靜經」的時候，那時候修行觀念還是很薄弱，所以在準備教材的過程中，就會東抄西抄，看起來筆記是記一大堆，同時難免會有些譁眾取寵，但到了後來，隨著修行的進程，漸漸地感覺到那時候所找地不過都是些皮毛，只會增加自己的錯誤觀念，跟以前相比，現在講課，雖然還不是很理解通順，但總能深入一些，也比較自然，同時這也反應在心得的書寫上，以前寫起來總是覺得卡卡的，不太自然，現在感覺起比以前自然多了，也能逐漸將自己所要表達的感悟表示出來；而「大乘本生心地觀經」中所描述的種種現象，其實就是回光靜坐的過程，靜坐於入定後所產生的種種不可思議，然每部經典所描述的變化雖說不同，但皆是從「神氣合一」中大放光明而來，而此變化可以看做是從無極而來的太極一炁。

比如「大乘本生心地觀經」所說，「爾時、世尊從三昧起，即與本座復入師子奮迅三昧，現大神通，令此千三千大千世界六種震動。謂：動，極動，遍

極動；湧，極湧，遍極湧；振，極振，遍極振；擊，極擊，遍極擊；吼，極吼，遍極吼，爆，極爆，遍極爆。又此世界，東湧西沒，西湧東沒，南湧北沒，北湧南沒，中湧邊沒，邊湧中沒。」其中所指的「動」、「湧」、「振」、「擊」、「吼」、「爆」等，皆是先天氣機於身內的現象。其中「動」為靜極而動，為藥物初生；「湧」，指的是氣機旺盛；「振」，則是氣機帶動身體的震動，有六根振動之說；「擊」，是打擊，因為氣機為陽，身體內的病氣或是損耗為陰，因此擊如同氣機在調整身體；「吼」，如同丹書中的龍吟虎嘯；「爆」，指的是身體爆炸了，而是氣機與元神結合後，所產生的種種現象。接著又說「又此世界，東湧西沒，西湧東沒，南湧北沒，北湧南沒，中湧邊沒，邊湧中沒。」此世界，指的是身內；而東湧西沒、西湧東沒、南湧北沒、北湧南沒、中湧邊沒、邊湧中沒等，講的是氣機變化，沒有一定的方向，但最後回歸於中，中即是無極。

再接著而來的「其地嚴淨，悉皆柔軟，滋長卉木，利益群生。」「其地嚴淨」，指的是心性沒有妄念；「悉皆柔軟」，指的是靜靜回光，不加一思念頭，也不用大力回光，只要一絲絲的牽引即可，如同「抱元守一」；「滋長卉木、利益群生」，指的是自己的身體中的五臟六腑。這整句話的意思就是指的即是

神氣合一後的元精產生，該元精能利益身體五臟六腑。同時元精也就是丹，能成就自己大道的根本。如此「三千界無有地獄、餓鬼、畜生，及餘無暇惡趣眾生皆得離苦」指的是心中沒有慾望，不會受到世間一切之苦，就不會如同「清靜經」中所述的流浪生死，常沉苦海。「捨此身已，生於人道及六欲天，皆識宿命，歡喜踴躍，同詣佛所，以殷重心，頂禮佛足，持諸珍寶無數瓔珞，悟三輪空以報佛恩」，指的是智慧生成，了解自己將要修行的道路與因果，而能心生歡喜。

因此，自己靜坐的現象，也能跟經典中所描述的相類似。之所以會有不同的經典存在，主要還是在接引不同的有緣人，有些人與佛家有緣、有些則與道家有緣、有些則是西方宗教有緣，然而不管是哪家？這些教義或是經典，都是在提供我們往正確的修行道路去走。但是為了避免走冤枉路，還是要腳踏實地的去修行，了解經典中的含意，才能增長智慧，回歸本性。

☆九、黃帝陰符經之理解

子理

過完年後，我自己也趕上這一波流行，症狀有發燒、咳嗽、胃腸不適等流感的症狀，經過一個多星期的休養，狀況慢慢有所好轉。過程中，也讓我體會到身體一旦有所異常，的確會讓人不太好受。隨著病況漸漸好轉，原本感覺到鈍鈍的腦袋，也開始活絡一些，自己思考著，這次為什麼會感冒？依照目前醫學的解釋，感冒是由病毒所引起，而且病毒還在不停的變異。不過，首先要能讓病毒侵入人體內才能讓人發病，引發一些感冒的症狀。因此，這表示我們身體的防衛體系出現了問題，先拋開現代醫學的觀點，若是純粹以修行的角度來說，依照經典上所述，表示我們的氣機出現了問題。

如「般若波羅蜜多心經」中所提及的「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄」。若是能照見五蘊皆空，則能讓一切苦皆不受力，而能度其苦厄，其中的苦厄，當然包括其病痛。但在這之前，要如何才能照見五蘊呢？其實「五蘊」就跟「陰符經」說的「五賊」相同，我們的身體就好像一個家，家中若出現盜賊，就會搬空家中，同樣的，身體也會因此而日漸消耗、衰敗。照見，就是回光，回光之前要先能凝神，然後再回看身內，如此才能算是真正的照見。空，指的是神氣合一。神氣合一後才會有元精產生，元精即是

丹，能解苦厄。但我們還是人，既然是人就有妄念，妄念即是氣機停頓的缺口，而修行的方法，即是在讓這個缺口所延續的時間愈來愈短、深度愈來愈淺，如此才能及早的修復身體，早日康復。本門煉氣的功法在於回光，除了「太乙金華宗旨」中所述，其實「陰符經」也有提及。

於此簡單的將「陰符經」的功法說明如下，「陰符經」中首先提及「觀天之道，執天之行，盡矣」。在這我將天解釋為無極太極，而回歸本性即是無極，若能了解於此，就可以修行了。

「天有五賊，見之者昌。五賊在心」。從太極衍生五行，散布於人之五臟六腑。五行氣隨著妄念而出，是為五賊，也是心經中所說的五蘊。「施行於天，宇宙在乎手，萬物生乎身」，明瞭五賊於心為識神，若能無妄念氣機運行如天地運行，宇宙為空間與時間，即是無極；在乎手，指的是完全可以掌握在自己手裡，如孔子說的：「仁遠乎哉？我欲仁，斯仁至矣。」當修行進入虛空，神氣合一，產生元精，身中的五臟六腑才能得以滋養，而此氣、元精都是來自自己身內，故曰「萬物生乎身」。

「天性，人也；人心，機也；立天之道以定人也」。每一個人體內都有先天氣，只是先天元神被後天慾念所埋沒，但是若能加以修煉，將欲念減少，重

新展現先天元神，而其中所重要的樞紐在心，所以說「人心，機也」，機為樞紐。如「清靜經」中說的「夫人神好清，而心擾之。人心好靜。而慾牽之。常能遣其慾，而心自靜」。而人為本具精、氣、神三寶，也為天、地、人三才之一，而立天之道，即是人道，從人倫中、從修煉中回復先天本性。

「天發殺機，斗轉星移；地發殺機，龍蛇起陸；人發殺機，天地反覆；天人合發，萬化定基」。這裡講的「殺機」，就如同「清靜經」中的大道無情一般，若是有情則無法運行日月，也不會有星斗的位移，自然界也不會順其各種特性而生長；同樣的，人若有妄念，天地間的氣機無法交媾。天人合發，指的是神氣合一，只有於陰陽交媾，形成太極一氣，才會有所變化，同時也是修行築基的開始。

「性有巧拙，可以伏藏。九竅之邪，在乎三要。可以動靜。火生於木，禍發必克，奸生於國，時動必潰；知之修煉，謂之聖人」。每個人的個性都不相同，巧與拙，猶如過與不及，過與不及即非「中」，而「中」即是無極，因此修行時，以「中」為圭臬。「九竅之邪」，九竅於「清靜經」中說明「又有九蟲作害不淺，阻塞三關九竅，使其真陽，不能上昇，而九蟲俱有名字，一曰伏蟲，住玉枕竅。二曰龍蟲，住天柱竅。三曰白蟲，住陶道竅。四曰肉蟲，住神

道竅。五曰赤蠱，住夾脊竅。六曰隔蠱，住玄樞竅。七曰肺蠱，住命門竅。八曰胃蠱，住龍虎竅。九曰蜣蠱，住尾閭竅，「九蠱住九竅，變化多端，隱顯莫測，化美色，夢遺陽精。化幻景，睡生煩惱，使其大道難成矣！」這九蠱容易受到外界的牽引，而其通道則在於眼、耳、口，謂之三要。這三要一動，氣機從此而出，一靜氣機則於體內運轉。「火生於木」，此火為神火，也為元神，而木為先天氣機，禍發為識神，若有妄念就必須拉回，如同「克己復禮」，若是一味讓識神作用，星星之火可以燎原，一發便不可收拾了，故曰「奸生於國，時動必潰」。既然了解其壞處，就必須要找出修行的方法，並且要真正的去修行，如此才是「知之修煉」。

「天地萬物之盜；萬物人之盜；人萬物之盜也。三盜既宜，三才既安。故曰：食其時，百骸理；動其機，萬化安」。天地生育萬物，萬物的生其從天地而來，然依其四季的變化，萬物又回歸天地，如此反覆；而人賴萬物作為食物而得以生存，死後又化為塵土回歸自然，如此天地、萬物與人三者間達到一個平衡，故曰「三盜既宜，三才既安」。了解天地萬物之生殺變化，本為自然的循環，於此自然之下，順其性而為，不稍有所作做，如此靜坐回光，待得時機，先天氣出現，自然身體舒暢，故曰「食其時，百骸理；動其機，萬化安」。

「人知其神而神，不知其不神之所以神。日月有數，大小有定，聖功生焉，神明出焉。其盜機也，天下莫不能見，莫不能知。君子得之固躬，小人得之輕命」。目前很多人對於修行的觀念還是要依靠神明，認為神明說了才算數。但是卻不知道每個人都有自己的元神，而修行的目的，也是要將自己的元神修出來，而元神就是智慧，這也是大家對於修行的盲點，所以才說「人知其神而神，不知其不神之所以神」。只要大家的觀念正確了，不斷並能堅持的修行，一定會出現先天氣，而展現出來自己的智慧，此即是「聖功生焉，神明出焉」。如此才是盜天地之機，由於先天氣為無形無象，故不可見，也無從所得之，只能從身體是否健康？處理事情是否能漸漸圓滿？來發現先天氣對自我的改變，故曰「其盜機也，天下莫不能見，莫不能知」。這本是上天之寶，君子得知則會念茲在茲，勤修不斷，而小人則會加以嗤笑，才會以「君子得之固躬，小人得之輕命」來加以警惕。

「**瞽者善聽，聾者善視。絕利一源，用師十倍；三反晝夜，用師萬倍**」。此處以「瞽者善聽，聾者善視」為比喻。大家都知道靜坐回光的時候，要先屏除妄念，然後將眼光、耳光回歸於自身，這主要是要能將原本外放的能量收回到體內，此為「絕利一源，用師十倍」。慢慢累積，其能量必然會慢慢增加，此

為三反晝夜，用師萬倍。「三」為陽，為無妄念，「反」為復命歸根，「晝夜」為元氣、元精間的變化。「心生於物，死於物，機在目」。如此先天氣於無中生有，然又要將其放下，任其於身內運轉，不加一絲干涉，但是若放任不管，則容易又有妄念產生，若是回光太強，則又會讓氣機不再運行，所以要純任天然，此時只要稍稍一絲看顧即可，如以元神為主宰，此中還是需要大家去拿捏，找出適合自己的方式，故曰「機在目」。「天之無恩而恩生，迅雷烈風，莫不蠢然」。如此先天氣機在身內的變化與感覺，並不是老天爺主動給予的，而是要自己去修行出來的，如此看似老天無恩，但卻有大恩，只要努力修行，老天爺並不會虧待大家。

「至樂性餘，至靜則廉」。這是說明修煉有成後的現象。得到先天氣是為至樂，如子曰：「知之者不如好之者，好之者不如樂之者。」知道修行的方式，不如去做，做了就要能得氣。「餘」，即是閒，也是智慧，慧而不用。有了智慧，就會「至靜」，如此對於自我的生活要求就會降低，如孔子盛讚顏回曰：「賢哉回也！一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。賢哉回也。」「天之至私，用之至公。禽之制在炁」。此修行的方法為上天所秘，不傳與匪人，是為至私，但若有心於此道，老天爺又能廣開法門，皆引眾生而入

道途，是為至公，而其方法只在於先天一炁，故曰「禽之制在炁」。「死者生之根，生者死之根。恩生於害，害於恩」。死者，為妄念不生，生者，指的是妄念叢生，妄念生先天炁則無所出。大家有感官之便利，生活上很方便，但是追求感官上的享受，感官使用過度了，就會產生病變，這些病變就會造成生活上的種種不便，當然有關於恩生於害，害於恩的例子很多，但於修行上只要靜坐回光即可。「愚人以天地文理聖，我以時物文理哲。人以愚虞聖，我以不愚虞聖。人以奇期聖，我以不奇期聖」。沒有修行的人，不知道修行的正確觀念，所以視萬物為神明，而有修行的人，則會去探索天地運行的道理，然後用在自我的修行上，達到回歸本性的目標。

「自然之道靜，故天地萬物生。天地之道浸，故陰陽勝。陰陽相推，而變化順矣」。自然之道本為靜，所以天地萬物才能於此間生長，而天地之氣間的運行，使其有陰有陽，陰陽相推而為太極，太極一炁即能衍生兩儀、四象、五行、八卦、萬物，此間變化皆是順其自然，而我們修行，即取其靜之道，恍惚杳冥中，一炁忽生，而身內天地和著天地運行。

「是故聖人知自然之道不可違，因而制之」。自然的規律是無可避免，然聖人制定修行的方法，讓大家有一個遵循，所謂順以生人，逆以成仙。制者，

逆也。「至靜之道，律曆所不能契」。「至靜」，指的就是無極，無極沒有時間、空間限制，故不為世間時間律法所規範。「爰有奇器」。於是有能改變世間時間推進的奇器，此奇器，即是先天氣。有了此氣，才能「是生萬象，演八卦甲子，神機鬼藏。陰陽相勝之術，昭昭乎進乎象矣」。

「陰符經」是大家比較少接觸的經典，「陰符經」原本分為道、法、術三篇，但是當再看此經的時候，認為「陰符經」所傳達出來的訊息應該還要再多一些，同時，自己認為「陰符經」的經文原本只有「觀天之道，執天之行，盡矣」。而後面的經文，都只是解釋這一句。

☆十、十氣賦

子理

「一氣初成自天來，二氣承受從地生，

三氣開泰有人身，四氣適時展四季，

五氣存身號五行，六氣擾心莫亂發，

七氣光耀照星斗，八氣蘊含山河理，

九氣歸一見本性，十氣圓滿遍宇宙」

簡單的就以這「十氣賦」來說明修行的步驟，這「十氣賦」目前在網路上是找不到的，因為這是在剛剛臨摹王羲之之「蘭亭集序」的時候，寫著寫著就跑出來了。但是有許多體悟，並不會一下子就自己跑出來，而是需要一段時間的醞釀、思考、求證、再思考，然後才會在腦中形成一個雛形，就如同一顆種子，要讓其發芽，除了種子的本身外，還需要水、陽光、泥土等外在因素，種子就好像我們對於修行知識的累積與體會，而水、陽光、泥土，則是我們對於外界環境的反應。大家都聽過「揠苗助長」的故事，在這個時節正是農夫們插秧的時節，當秧苗插在土裡，我們只能靜待秧苗的成長，所以這時候「靜待」是最重要的，而不是每天去將秧苗拔高一些，最後會因為根部受損，吸收不到養分而枯萎。我們對於外界的反應也是如此，有些師兄姐會對外界的反應比較

敏感，如此就會常常放在心上，當心中有了多一些的想法，就好像是將自己的識心多拔高了一些，如此元神就萎縮了一些，這是否跟「揠苗助長」中那位農夫是一樣的呢？

不管大家已經在修行或是剛開始接觸修行，其最重要的就是「靜待」，要有耐心。無論是靜坐回光還是體悟經典，所需要的都是一個「靜」字。唯有能靜，才能將所吸收到的修行知識與對經典的了解，以及對於外界周遭事物的反應，整個綜合在一起，彼此互相印證，如此才能讓自己的智慧於無形中漸漸的增長。隨著修行的時間愈長，有一段時間會失卻對於修行的好奇，轉而平淡。當處於這段時期的時候，自己就會認為修行就是如此，以此心態去觀察自己身邊周遭的人，或是所發生的事，也是覺得本來就應該如此，沒有什麼好驚奇的，同時，有在驗證經典中所說的自然，我們常說「人法地、地法天、天法自然」，而自然觀其名，即是自自然然。但若是再往內探索，這自自然然又是如何形成的呢？探索到最後，我也不知道答案，既然不知道，就不想再發腦筋去思考，就順勢而為，但於此過程中，自己還是會以「中」來評量自己。再回過頭來看待修行，真的就是自然，於其運行的軌跡中，自然有一股不可言喻的力量主宰著，是什麼呢？應該是「道」吧！

既然修行是如此自然，那為何世間又弄出那麼多名堂呢？老師說過，是為要接引不同根器的修行人進入修行的大門，雖然門派不同，修行的方式不同，但是一但能將此門推開入得門內，雖然大門不同，但是其中的風景卻大同小異，可以說是殊途同歸。所以，若對此有了解，大可一門深入，直達本心。而其所怕的是，就是自己想太多了。想法多了，就會將原本的自然平凡的「道」鋪上層層的面紗，然後就說「道」在哪？想到這，自己就想著若是一個簡單的詩賦來說明修行的過程，是不是讓大家對於修行能有一個更簡單的了解。因此才有了「十氣賦」。

「一氣初成自天來」，也可以說是「天一生水」。此水於修行上而言即是「丹」。這是說明萬物的起始都是來自先天一炁，此炁從無極、太極而來，也為萬物生生造化之根本。而我們修行的主要目的，也是在修出此先天一炁。雖然是以炁來說明，但是其名稱卻有許多，如元神、本性、真靈、本來面目、牟尼珠、智慧等。

「二氣承受從地生」，大地承接來自上天之炁，而後能滋養萬物，讓萬物生長。其實，就有如同修行煉氣，當氣機從下丹田而生，上升於頭部，與元神結合，就會將原本的氣，凝結成雲，再凝結成雨，此雨即是神氣合一後的產物，

復落下於身，除了可以成為丹本外，還能修復與滋養身體。

「三氣開泰有人身」，三氣為三陽，常說的三陽開泰，指的就是將自身的陽氣修煉出來，所謂的陽氣就是不能有一絲妄念，如此才能與元神結合，成長自己的智慧。

「四氣適時展四季」，四氣就是四季，天地間的運行，是以四季為代言，因此陰符經說觀天之道，執天之行，盡矣。指的就是觀察四季變化，應用於自身的修行，隨著春耕、夏耘、秋收、冬藏等四季的變化而變化，如此才可稱之為自然。

「五氣存身號五行」，五氣指的是五行之氣，分別存於自己身內的五臟六腑，五臟六腑其各有陰陽，達到平衡，若是操持過度，如熬夜、工作過度等，就會打破這個平衡，讓五臟六腑的機能受損，如此身體機能受損，依照現代的醫學來說，就需要治療，但若是以修行的點來說，其實就是氣機不平衡，找出平衡點，讓氣機回復正常，五臟六腑自然會回歸健康。但若是急症，還是需要醫師的救治。然後要多靜坐回光，一靜才能讓五氣朝元。

「六氣擾心莫亂發」，六氣指的是六根，也可以稱為五蘊，此六根根於心，心中有了念頭會是妄念，就會深深地扎根於自己的心上，讓自己的元神無法展

現出其智慧，此時完全都是以自己的習性或是脾氣來行事，因此會招來諸多怨氣，徒增自我的煩惱。同樣的，靜坐回光會照見五蘊皆空，如此便沒有什麼煩惱。

「七氣光耀照星斗」，七氣為天上星斗之光耀，「入藥鏡」中有一句「天應星，地應潮」，如此光與天上星等相應，有不可思議之感覺。

「八氣蘊含山河理」，八氣指的是八卦，修行除了人體內的變化外，還可以理解世間山川地理間的變化。八卦除了是八個方位的風水外，還可加深對於一理的理解，從卦象中觀察事情的演進，進而了解人事中的種種變化。

「九氣歸一見本性」，九為陽，修行到最後，將自身對於經典的了解、靜坐回光的體悟、以及人情世故的反應等，融於自身的修行，使其中沒有一絲雜念，如此陽氣與元神結合才會緊密，不然會受到外界一絲波動或是心中一思念頭，讓原本結合的神氣合一，又會分開，所以很多師兄姐，都會經歷到這個過程，就是有時很快樂，對於外界一切都都很泰然，但有時卻又很煩惱，如此反覆覆，當有此現象的時候，就表示自己要再加把勁，讓元神與陽氣結合得更加緊密，如此才能成就真人。

「十氣圓滿遍宇宙」，這裡指的是修行圓滿，超脫飛升。若想到通往宇宙，

其通往宇宙的大門就是「玄關一竅」，因此大家於修行的時候，務必要能認得此竅，經書上說「此竅非凡竅」，也就是說此竅不在人身當中，而是在氣機初生處，於此竅，氣機與元神結合，兩者之結合也可稱為丹，而此丹即如胚胎，漸漸長成而為真人。另外，由於「玄關一竅」，為陰陽結合之所在，也可稱為太極，而太極本無極，無極即是虛空，於易卦中即是坤卦，坤卦六虛，以此身之虛，通往宇宙之虛。

由此不難看出，修行其實只是在於一個「靜」字，心中若能靜，即是進入虛空，虛空中自有太極一氣，若此，則「玄關一竅」現矣。以上簡單的以此「十氣賦」說明修行的過程，也希望大家能修行有成。

☆十一、問病卦例

如一

這一期老師上的易經課程，從一開始的座無虛席，然後漸漸地有人缺課，久之因為缺課太多又沒補課而如鴨子聽雷，就乾脆不來了！直到現在只有寥寥無幾的師兄姐還繼續認真上課，不知道能堅持到底的有多少人呢？

大家總是開頭熱熱，後面冷冷，會有這樣虎頭蛇尾的狀況產生，也是正常的人性，因為大部分人還是用吃速食麵的心態來面對修行，而不是認真投入研究經典。要知道一門學問並不是這麼簡單就能學會，不下功夫哪有可能得到成果呢？

最常聽到有人抱怨說易經好難，都聽不懂，也有人認為易經只是用來卜卦而已，他對卜卦沒有興趣，所以不想學。其實易經真正的功能並非這麼膚淺，祂可是蘊含很深的大道之理，也告訴我們許多氣機的細微變化，對於我們修煉此氣可是大有幫助啊！

易經雖然很深奧，但老師用深入淺出的方式來闡述，配合實用的卜卦來講解，理論和實務相得益彰，跟著一步一步學，長期累積下來的收穫也是很可觀。記得之前有位道友說「知易者不占，善易者不卜」，話是這樣說沒錯，但那是對修行有成的聖賢而言，才能達到此種與天合一的境界；現代人面對複雜的生

活，相對的也有很多煩惱需要解決，遇到問題懸著一顆心無法放下，也很難清靜打坐。藉由卜卦，上天指示一條明路，給予我們方針，幫助我們理出頭緒來，進而用智慧去解決當前的難題，方能過關，繼續安然的往前行，否則當有所迷茫的時候，內心茫茫然無所適從，如何能寬心而行？

入門學修以來，老師已經講解好多個版本的易經，重複的學習，加上一腳印的演練，也慢慢學到一些皮毛。至少易經教導的做人道理，我放在心上去實踐，受用無窮。而遇到事情無法定奪時，卜卦就是最好的方式，往往都能從卦象中得到指引，讓我豁然開朗，柳暗花明又一村。

最近這兩個月來，老師的易經卜卦課程正好談到論病，好玩的是恰巧我身體出現一些不適的症狀，正愁著不知從何下手治療？藉由卜卦來探究原因，不僅找到身體病痛的源頭，還能研究卦理。我與老師參研的過程中，紛紛驚呼卜卦真的好準好準，也讚嘆聖人的慈悲，流傳這部東方最高智慧結晶，讓我們後世之人得以窺見其玄奧，解決生活中的種種難題。在此分享幾則問病的卦例讓大家參考，驗證卜卦驚人的神準結果，希望有心人能努力不懈繼續研究，絕對獲益良多。

備註：問病卦例圖在本篇文章的最末頁。

【問病卦例一】

有一陣子我身體不太舒服，時而微微頭痛，時而心臟怦怦跳很快，但是過一會兒又好了，可以正常活動，可是呢，麻煩就在於它會反覆的發作，而且還沒來由，讓我摸不著頭緒。量了血壓，果然血壓偏高，雖然休息一下就恢復，但這樣實在造成我困擾，影響我工作，問題還是得面對，所以只能硬撐著做事。幾天後我不堪其擾，於焉卜卦來一探究竟。

●問我身體不適為何現象？

●丙子月丙戌日（午未空亡）

●得雷地豫（震木一世卦）無變爻

和老師討論後，老師說明財主飲食，若遇空亡，飲食不納，官鬼在庚申金屬肺部，肺與大腸相表裡。接著給我中醫理論做參考：

一、肺主皮毛：

皮毛是指皮膚毫毛，以及汗孔等，皮膚與毫毛，是抵抗外邪的一道屏障，具有衛外抗邪的作用。肺能將衛氣與津液敷布於皮毛，潤澤皮毛，溫養肌表，調節汗孔開合的作用。如果外邪侵入，常由皮毛而犯肺，從而出現惡寒、發熱、鼻塞、咳嗽、哮喘等毛病，這叫作外邪犯表，內應於肺。所以說肺主皮毛。

二、肺與大腸互為表裡：

因為肺與大腸，也是通過經脈的互為傳導，而構成表裡關係。肺氣下降，腑氣下行，則大腸傳導正常，糞便排出通暢。如果肺失清肅津，不下達，或腑氣郁滯，則大便困難，所以說肺與大腸互為表裡。

接著我上網查關於肺經的介紹：十二經脈，入腑藏者，以為內經，行於四肢及皮膚者，以為外經也。故經絡病變，或表現為局部的外經病候，或表現為內臟病候，二者往往同時兼見。看完方知互為表裡之意，原來是經絡走表面，接著走到內臟，是一條，難怪叫做表裡，互相牽連。又網站上提到關於肺經的症候，還真的跟我那陣子的狀況一模一樣。最有趣的是中醫理論還有提到人的七情六慾會影響臟腑活動，曰：心主喜，過喜則傷心；肝主怒，過怒則傷肝；脾主思，過思則傷脾；肺主悲、憂，過悲過憂則傷肺；腎主驚、恐，過驚過恐則傷腎。由於肺在志主悲，所以肺經經氣也有調節情緒的作用，肺氣不順會沒來由的心煩和驚恐。看到這裡我恍然大悟，因為我那陣子莫名其妙有一種沮喪和恐懼感，但還不到憂鬱症那麼嚴重，只是覺得心情好不起來。當時我心想，也不知道在難過什麼？因為生活中並沒有什麼不如意，這種反覆的不舒服讓人快發瘋，已經無所適從，不知道從何下手？現在方知是受到肺經經氣不順的影

響。

知道病源以後，就比較安心了，但畢竟要完全恢復還是需要時間，所以在上班時依然會偶爾發作。其實沒有很嚴重，但是小小的不舒服都足以影響我做事，內心就會更厭煩，尤其血壓升高的時候心臟怦怦跳又頭暈，也不能休息，只能回光外加配合一些穴道按摩來度過難關。接著我在思考是否需要看醫生？但說真的我的症狀非常輕微，到底該如何向醫師描述也是個大問題，更不知道要掛哪一科？何況我也能猜測到醫師大概就是開個降血壓之類的藥物，然後叫我盡量放輕鬆，多運動，不要有太大壓力。這些我都會背了，吃藥也是最下策，所以我都盡量運用物理方法來調節。

後來老師告訴我：「肺經引起的病症大部分是外來寒氣入侵皮毛，就是一發熱就吹風，風入皮毛導致生病，一般防範是不吹冷風、不吃冰、不喝涼飲，因肺屬西方陰，加上吹風喝冷飲就會引起病症。也就是陰氣太重，土能生金，金多土虛。火能剋金，金多火熄。這樣推理脾胃、心臟都有問題。防範是流汗就擦擦補充水，衣服保暖就行了。」

看完老師的建議，只能說拍案叫絕，真是分析得太透澈啦！老師還說中了很多我的小毛病，連我自己都忽略的小恙，竟然一併由五行理論推斷出來，真

的好厲害啊！我是個很怕熱的人，常常都在流汗時把外套脫掉，然後抱著電扇狂吹風，真的是無風不歡、不涼不樂，下場就是這樣，風入皮毛而生病。所以我只能改變習慣，乖乖的做好保暖，再熱都要忍耐，不要吹電扇，待其自然流汗，然後擦乾。就這樣照做幾天，身體不適的症狀果然減輕不少，慢慢的改善中，身心愈來愈舒服。所以人的疾病也跟生活習慣有著莫大的關係，也就是所謂的習性，因此改變壞習慣，就能讓身體恢復健康。

說實在像我這個病症，我根本不會想到是肺引起的，我一直以為是心臟，因為我本來就有心臟毛病，所以我第一個就是想到心臟大概又發作了！卜卦的結果很令人訝異，竟然是被我所忽略的肺。老師告訴我：「其實推理肺有沒有問題，可以從平常空氣品質不好時，人就會很不舒服，由這點就知肺功能不是很健康。」我說奇怪了，空氣品質不好的時候，我是眼睛不舒服，肺沒有感覺啊！老師說：「空氣品質不好，吸進去當然沒感覺，有感覺就嚴重了。慢性疾病累積起來成病，就差不多了。很多病因不是我們能想像得到的。只求自己平常能保養好。」每年我都有照胸腔X光，肺部檢查都無異樣，不過因為空氣品質真的太差了，加上我先天不足，因此就有了病灶發生。回想這幾個月果然是覺得胸悶、吸不到空氣那種感覺，我只好把口罩拿掉，這樣比較好呼吸。可是

很麻煩，拿掉口罩就無法隔離髒空氣，鼻子會過敏，但是戴上口罩又胸悶。我一直都以為這是心臟的問題，也就是缺氧而胸悶，現在方知病源在肺，對症治療，立刻見效。換個角度想想也非壞事，因為我在病狀輕微時就已發現，趕緊對治，將病氣排除，就不至於在體內累積成大病啦！

【問病卦例二】

接下來要講的是另一個毛病，也就是我的左腳姆趾，有一天早上醒來不知道為什麼就開始劇痛，關節處還整個腫起來，舉步維艱，根本難以行走。那次適逢老師到高雄上課，老師叫我用左手香搗碎把腳包起來，敷了半小時就漸漸消腫，再過一小時就可以走路，拆掉以後慢慢正常了，也不痛了。那次師兄們都認為應該是痛風，不過我沒有痛風病史，而且他們都說痛風也不可能這麼快就恢復。老師說這是經絡塞住，用左手香消炎就好了，大家也見證到左手香的妙用。後來有一陣子我又發作了，但是腳並不會腫，可是走路會痛，一拐一拐的。不過奇怪的是，過一下子就完全不痛了，怎麼壓都不會痛，但是過段時間又開始痛，待會兒又完全不痛了。我沒有做任何處置，只是覺得這病狀也太奇怪了，一下痛到走路一拐一拐，一下完完全全不痛，到底是怎麼回事啊？因此卜卦來查原因。

●問我左腳掌反覆疼痛之因？

●丙子月壬辰日（午未空亡）

●得雷山小過（兌金遊魂卦）初爻變，得雷火豐卦

我用老師在易經卜卦課程所教的口訣來解卦：問病看官鬼，首先鬼不得日月之氣，所以病輕。鬼逢空亡而病未真，所以是暫時性的而已。鬼在二爻雙腿患非常，鬼在四爻心腹及胸膛。上下卦都有官鬼，內傷兼外感，所以表和裡都有問題。上卦無動爻，鬼在震卦所以為足。鬼在火（午）病於心，則是操勞過度。鬼在青龍則酒色過度，虛弱無力；鬼在勾陳胸滿腫脹，脾胃不和。對照講義來看，大約有百分之八十以上符合我的症狀，心想這卜卦真的好準啊！實在是太有趣了！

接著與老師討論，老師答覆：「應爻土發動化卯木肝剋土，肝主疲倦引起的，可以上網查足厥陰肝經，足太陰脾經，引起病痛的原因，恢復精神就好了。」於是我就查了這兩條經絡，還真的是我的病源，全部都中獎。我便開始沿著經絡揉一揉那些穴道，真的很痛啊！所以我的上半身常刮痧拔罐按摩，已經不太阻塞，反倒是下半身沒有得到疏通，尤其是腳，因為太痛了，我根本不敢按。愈不敢按呢，就阻塞愈嚴重，日積月累就爆發了呀！還好我有很多工具可以配

合按摩使用，不過真的很痛，自己往往下不了手，要忍耐才能撐過去。

但是我又有疑問了，為什麼我解卦時照老師給的口訣列出一大堆，可是老師卻一項也沒有提到，這就是我很納悶的地方，也是大家解卦的瓶頸。老師說：「妳寫的那些都是病情，妳要問的是什麼原因？我看發動的父母爻才是原因，所以只講原因。」所以說呢，這易經卜卦是要常常練習的，透過實際的操作、嘗試解卦，再與老師討論，方知自己所學有多少。而事後我都會再來驗證卦象是否準確，經過幾次卜卦研究下來，證明卜卦真的真的很準，令人嘖嘖稱奇。至於為什麼卜卦會很準？老師曾說「易為君子謀，不為小人謀」，因為我們真心修行，藉由學習易經卜卦來參悟道學，並進而用在生活中來傳道助人，而不是用來謀私利或害人，當然可以得到上天的指示，趨吉避凶。

【問病卦例三】

再來要談另一個病況。哈哈！各位看倌讀到這裡，是不是覺得我毛病很多呀？沒錯，從小體弱多病就是這麼一回事，因此狀況也特別難搞，渾身上下都不對勁。不過正好可以藉此來研究病卦，多幾個卦例也不錯。這些都不是什麼大毛病，還無須就醫，問題是這裡痛一下，那裡痠一下，身心不暢快，影響工作的心情，真的很令人火大啊！所以還是很想找出病因，方能解決問題。

話說有那麼一陣子，我每天都覺得好睏，下班後至道場吃晚餐，根本還沒開始做事就想睡了。睡個兩小時起來，依然很疲倦，繼續睡一兩小時，還是沒有改善。起初幾天，覺得乾脆補眠補個夠，就狠狠的睡吧！能夠恢復精神就好了。豈料隔天起床依然疲憊，下班後還是一樣很睏，就這樣連續幾天，我已經受不了啦！因為這樣一來我根本都沒辦法做事，我有很多道務要處理，再這樣下去，等於是吃飽睡，睡飽上班，下班後吃飽又睡，日復一日的循環，工作進度為零，也不是辦法。有師兄姐應該會認為煉功就好了啊！是的我有煉功，可是睏到眼睛張不開，只能強打精神用武火猛攻，但是效果有限。早上煉功後只能改善一些些，必須用意志力勉強撐著去上班，然後利用短暫的休息時間多多少少煉功回補，就這樣勉強強強的度過，這時好羨慕那些不用上班的人，因為有很多時間可以在家休息養精蓄銳。無奈那些人常常都是太過於安逸的吃喝玩樂把時間浪費掉，反而我們這些為了生活打拼賺錢的人，只能想辦法去克服困難，但好處是也練就吃苦當作吃補的精神，去面對生活中的挑戰。就這樣昏昏沉沉的過了幾天，打坐又配合按摩，只有微微的效果而已。而在夜間睡覺時，也會突然冷到醒過來，起來打坐，腳有熱起來，但睡著又發冷了，只好多添衣服保暖。這樣反覆受病苦，於是又卜一卦問病因。

●問我最近為何總是很暈？

●丁丑月辛亥日（寅卯空亡）

●得火風鼎（離火二世卦）二、三、四、上爻變，得坤為地卦

我看了卦象真不得了，動爻還真多，病情會不會太複雜啊？官鬼持世，又得日氣，代表病很重。鬼在內宮，病必夜重，在下二爻，必是內傷。水鬼（亥）是風寒，看來我這病是因風而起吧？世持鬼爻，病縱輕而難療，真的是如此，我這都是小狀況，也不會咳嗽喉嚨痛，雖然身體發冷卻也不會冷到受不了，但就是拖很多天，用盡方法都難以治療。不過因為身臨福德（子孫），勢雖險而勘醫，代表還是有得救。火風鼎卦，為二陽之世，身卦在丑，丑就是子孫，代表有藥醫。

與老師討論後，老師答覆：「是風寒沒錯，官鬼發動剋兄弟，兄弟火也，會頭疼。妻財發動生水官鬼，妻財金屬肺，呼吸有受影響。兄弟發動又剋妻財金，這三個牽連在一起，水火金互相影響，只要煉功氣順就可恢復。」

確定是風寒以後，我就吃桂枝湯來輔助，使其發汗；再來當然是保暖亦不可少，小心不要再反覆受風；當然煉功也是必要的，多休息調養，讓身體精氣充足，增強抵抗力，慢慢地就恢復了，不再有暈倦之態。

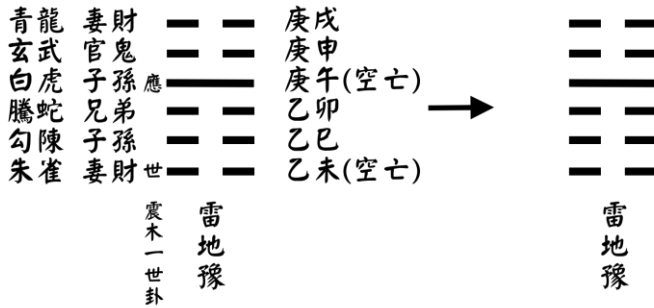
卜卦了解病因後，內心比較安定，也能有個方向去對症治療，配合靜坐煉功，就能慢慢恢復健康。而且我覺得很好玩的是，對照老師上課講的那些口訣，完全都可以解釋我的症狀，就是準準準，也證明那些規條完全正確，根本就是直接驗證卦例。因此那些口訣，我也很快就記住了，因為有切身感受之故，不需要死背。

老師說：「卜問病有分三種斷法，第一個是病因，第二個是病體，第三個是醫藥。日前教到第二個病體。還沒教到醫藥。這三個會判斷，以後那些事業、感情、疑難雜症就比較好推理。」所以我在想，那些學習易經半途而廢的師兄姐們，應該是因為沒有耐心，畢竟那些口訣就只是死板板的文字而已，他們抄啊抄的，沒有實際運用，也不知道意義何在？抄久當然覺得很無聊，就放棄了。但是如果實際去「行」，也就是卜卦「玩易」，再來對照這些口訣，就會覺得好好有趣啊！因為跟自己有切身關聯，所以印象也會特別深刻，學習起來便覺得活潑，愈來愈有心得。

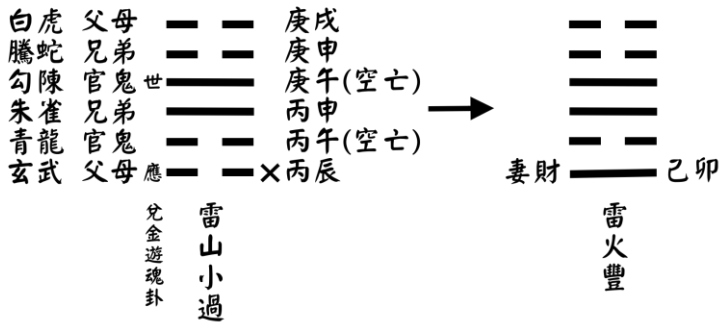
希望師兄姐也能耐心的學習易經，好好的研究，慢慢累積經驗，相信有一天也能收穫滿滿，享受修道的樂趣。

最後附上我的三個卦例圖供大家研究參考：

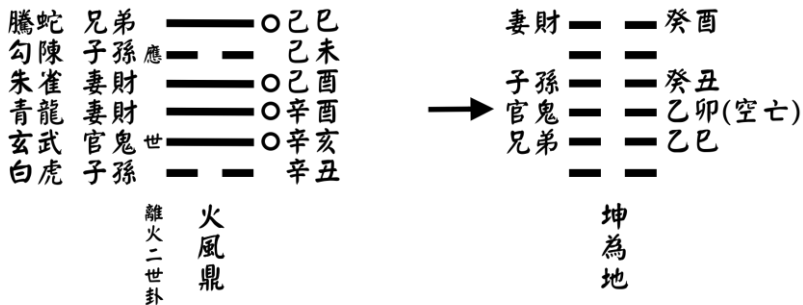
【卦例一】 問我身體不適為何現象？ 丙子月丙戌日（午未空亡）



【卦例二】 問我在腳掌反覆疼痛之因？ 丙子月壬辰日（午未空亡）



【卦例三】 問我最近為何總是很睏？ 丁丑月辛亥日（寅卯空亡）



☆十一、天道酬勤

如一

老師最近在周易參同契的課程中，提到「天道酬勤」一詞，我聽了立刻會心一笑。這句「天道酬勤」的意思是說，只要勤奮不懈，老天爺都會給予相對的報酬，義同「一分耕耘，一分收穫」、「天助自助者」、「有志者事竟成」。

大家在道場修行，對於老師所耳提面命的「勤做功德」應該不陌生，老師也常用自己親身的例子來勉勵各位，讓我們明白，只要用誠意，專心投注於大道，上天絕對不會虧待我們。所以不需要怕在道場服務別人，好像都是我在忙我在累，別人只顧著享受和納涼，看了很不是滋味。如果在外面工作，這我不敢說，自己埋頭付出太多，或許真的會養成某些人偷懶的心態，也可說是「能者過勞」、「吃力不討好」、「多做多錯，少做少錯，不做不錯」；不過在道場做道務可不同呦！只因為我們是為了宣揚大道而努力奔走，我們的用心和勞苦，仙佛都看在眼裡，自然會給予最佳的眷顧，以及最好的安排，讓我們無後顧之憂。因此做道務根本不需要怕吃虧，相反的還會得到很多不可思議的好處，連作夢都會偷笑。關於這一點我是深信不疑的，因為我有照老師的話去實行，也嘗到不少甜頭，所以才會相信「天道酬勤」這句話，也從當中看透許多因果，知道善惡之報如影隨形，是真真切切存在，所以不管其他人信不信，我

還是依然持續的往前行。

來說幾個實際的遭遇吧！證明上天真的很眷顧勤做功德的修行人。且說最近適逢武漢肺炎大爆發，搞得人心惶惶，聞肺炎色變。每天看著新聞，民眾的焦慮指數一直不斷攀升，又因為大家的恐慌心理，導致口罩也缺貨、酒精也缺貨，甚至連相關產品也紛紛被一掃而空，舉凡分裝酒精的瓶子、酒精棉片、酒精濕紙巾、額溫槍、抗菌洗手乳等等，要什麼沒什麼，根本是一物難求啊！周遭友人也一直為了找尋這些商品而東奔西走，但是花了許多時間和精力，卻是徒勞無功，兩手空空，可謂「有錢買不到東西」啊！而我呢，卻是老神在在，不用搶也不用忙，輕而易舉手到擒來，要什麼有什麼，真的好有趣啊！

這就要從頭開始說起了，話說我本來就有戴口罩的習慣，畢竟我有鼻子過敏，加上空污嚴重，所以平時就備有口罩。而當初我也為此研究了一番，發現活性碳口罩價格昂貴，又無法抵抗病菌的入侵，所以我就選擇購買「醫療用口罩」來天天使用。當然我也習慣放一些在道場備用，提供給感冒生病的師兄姐，或大掃除時用。而我們都知道，國曆十二月通常是空污最嚴重的時節，通常那時候口罩都會大特價，促進買氣。去年（二〇一九）十二月初，恰好我的口罩即將用完，又看到特價，因此購入許多（團購需要有一定的數量）。根據以往

的經驗，有些同事和朋友，都會和我一起團購，但是當時不知怎地，大家都跟我說家裡還夠用，沒人跟我分，我只好摸著鼻子自己把貨留下來，心想等她們用完的時候就會跟我拿貨了！可是我看著那一堆貨，好希望有人跟我買，我才不會囤那麼多，很佔空間。後來也就不管了，反正我自己也有在用，且下次特價也不知道何時？就這樣吧！

接著時間來到了今年（二〇二〇）國曆一月二十日，我心血來潮跑去好多逛逛，其實我很久沒去了，那次要去買特價的厚毯子，接著不知道哪根筋不對，看到我在用的那牌中X醫療口罩好便宜喔，而且一盒有四種顏色，看了就好喜歡，於是伸手抓了一盒，就這樣去結帳。結完帳我推著車，開始後悔了，心想我是頭撞到嗎？到底為什麼要買口罩？明明家裡已經很多盒，幹嘛還要再買？一路把推車推到我的機車處，真的很後悔，因為我大箱小包的疊高高，機車踏板的貨已經滿到胸前了，車廂也裝不下那盒口罩，我心想，我到底為什麼要急著帶它回家？其實明天再來買也可以啊！反正這是常年特價，又不用怕缺貨。不過買了就買了啦！最後硬著頭皮把那盒口罩（共兩個）裝在袋子裡，掛在手把載回家，順利到家時我內心大聲歡呼，終於完成任務。但我還是想不透自己幹嘛要急於一時買它？

人生就是這麼的奇妙，無巧不成書，隔天一月二十一日，有個同事傳LINE跟我說：「妳看口罩都被買完了耶！」隨即給我看各大網站口罩銷售一空的截圖，當時我還沒有意會過來，尚不知道發生什麼事情？事後又不斷的在臉書或網路看到，因為台灣已經有第一例確診武漢肺炎，所以民眾已經開始搶購醫療用口罩，想當然耳，好X多的口罩就在第一時間被一掃而空啦！咦？啊不就我買的那一款嗎？我竟然陰錯陽差地在前一天搬一盒回家，然後，就沒有然後了！很多人因為買不到而扼腕不已。這時我偷笑了，好在我前一天腦袋不正常，硬是抓了一盒回家，於焉不用跟人家擠破頭。翌日又有人去等貨，這時候好X多祭出一卡只能買兩盒的限制，不過貨量極少，賣完又只剩紙箱可以憑吊，徒留一群人空餘恨。那時因為快過年了，於是賣場說等年後開工，二月一日就會進貨了。大家應該有從新聞得知，當天一大早就有長長的人龍排隊，但因為數量有限，瞬間秒殺，很多人又撲空了！友人只好轉而找廠商購買，起初都已經下好訂單，怎知政策突然轉變，由政府統一徵收口罩，再來又經過一變再變，原本認為可以買到口罩的人通通都沒買到，所以說計畫真是趕不上變化呀！但不管怎麼變，我都以不變應萬變，總之我不需要擔心口罩不夠用，而且還能分給家人用，少了許多煩惱。再來就是有恩報恩的時候，我把多出來的貨

分給平日和我交情較好的友人，也就是一些很照顧我的有德之人，讓他們免於恐慌之苦，去除奔波之勞。不過因為需要口罩的人太多了，我無法全部滿足大家，但我會幫忙留意有哪裡可以買，盡量的協助他們。記得政府實行口罩實名制的第一天，早上去道場的路上，看到某家藥局並沒有很多人排隊啊！加上我並沒有需求，所以也不是很在意。那天我在道場忙做事，做到下午一點多，心想出去逛逛好了，就悠悠哉走到對面藥局，當時是一點五十分，也沒很多人啊！就閒晃過去排隊，兩點開賣，所以我很快就買到了，當然我也是把這個口罩轉讓給一直買不到的友人。我心想，沒什麼人在搶嘛！豈料其他人都跟我說排很長、等很久、好難買、氣炸了、快發瘋，看新聞還有人為了買口罩吵架。喔！我會不會太幸運了？轻轻松松就買到。

再來說酒精，其實在一月份大家瘋搶口罩時，我內心就覺得酒精應該是下一波缺貨商品，不過我沒有去買，那是因為我平常本來就有在用酒精消毒的習慣，所以道場還有一大桶呢！看看夠用很久，所以沒有去買。後來果不其然，還真的變成搶手貨！想也知道，那些買不到的人又要哀嚎了！又有一次我在道場做道務，做到一個段落，又閒晃去對面的藥局，因為我想要買耳溫槍，幸運的是買到架上最後一枝較便宜的品牌，剩下的都是昂貴的牌子，我可不想花那

麼多錢。藥師跟我說：「這是最後一枝啦！現在都大缺貨，要的話趕快買起來，不然何時會進貨也不確定喔！」我就這樣把那枝包起來。然後我隨口問酒精何時進貨？因為門上貼酒精已售完。其實我不抱任何期待，只是亂問而已，豈料藥師跟我說目前剛好有貨喔！一張會員卡只能買一罐。我突然想起，之前我為了買保健品，帶著老師去辦了一張會員卡，老師把卡留在這裡讓我使用，因此可以買兩罐酒精。我喜出望外的付錢，把貨帶回道場，也太好運了吧？還真是意外的收穫啊！當然酒精又可以轉讓給有需要的有緣人，如天降甘霖。

再來就是買酒精分裝噴瓶，其實之前也有想到會缺貨，不過因為原本就有空瓶可以裝，所以沒有跑去買，不久真的傳出缺貨的消息。但後來看新聞說必須要用二號或五號塑膠瓶裝酒精比較安全，我發現手上的分裝瓶不符合標準，於是上網瀏覽，哇塞！數量甚少，同樣容量的價格也各有差異，無意間看到一家只有別人的半價，很開心的趕快下單，不一會兒工夫又售完了。同事跟我說她找好久都買不到，已經放棄了，沒想到我竟然莫名搶到貨，因此又可以分給大家，團購的運費也比較便宜。所謂來得早不如來得巧，怎麼才打開網路，就剛好遇到商家上架，釋放出數量，讓我輕鬆以低價購入，也不用奔波尋找。

這一切一切的好運，著實讓我覺得很誇張，感覺像是占盡了所有好處，而

且怎麼說巧不巧，就在對的時機遇到對的人事物，我不費吹灰之力，就得到所有想要的；況且行有餘力，還可以助人，我宛如是友人們的許願池一樣，跟著我總是有好處可以分，她們也不可思議的問：「妳是先知嗎？怎麼都能比別人早一步掃貨？」好運和壞運，就差這麼一點點，而這一點點卻可以讓人忙得死去活來，還不見得能如願以償。這類特別幸運的經驗我常常遇到，平時也與道場的師兄姐分享過，因此我非常相信做功德可以帶來好運，更深信經書說的所有道理，同時能更有信心的去實踐大道。

「天道酬勤」，只要我們一心向道，專注於修煉，以及做道務，其他的俗務根本都不需要去費心，在自自然然中，一切都有最巧妙的安排。其實這在王鳳儀善人的性命論當中都有提到，只是我們有沒有真正去實踐驗證。我們都知道要「性命雙修」，而「道就是命，德就是性」，性和命是相輔相成的，「性無命不立，命無性不存」。「性」分為天性、秉性和習性三種，「命」則分為天命、宿命和陰命三種；性與天命合、心與宿命合、身與陰命合，鳳儀先生主張我們應該「去習性、化秉性、圓滿天性」，並且「止宿命、了陰命、長天命」，由此可知「性命雙修」的性是指天性，命是指天命，來道場學習的目的就是在這裡呀！

一般人所追求的種種有形物質生活，舉凡金錢、財富、地位、知識、技能、產業等等，統括言之都是「宿命」的範疇，也是大眾終其一生耗費心力欲爭取的，各位所喜好問命的「命」，以及命運的「命」，都是指的「宿命」。理論上，適當的在宿命下功夫是人之常情，好比人需要努力賺錢討生活，但壞就壞在人把宿命當作一生最重要的使命，為了增長宿命，投入相當多的心血，尤其為了增加財富，更是不擇手段，甚而背信忘義，做出許多傷天害理、慘絕人寰的事情，導致道德倫喪、傷風敗俗。此時「陰命」已漸漸悄然增長，墮入身的享樂境界，更多的險象環生，厄運連連。若再繼續執迷不悟，則不需至陰曹地府，在人間也如身處地獄般的痛苦，這就是人苦命的由來。

道友們通常都是命運不太順，才會步上修道之途，來道場請教老師，話題也多半圍繞在生活中的大小疑難雜症，舉凡家庭、事業、健康、學業、婚姻等等，都屬於「宿命」的範圍。這「宿命」帶來許多困惑、煩惱、憂懼、不安、驚擾等等，讓人的七情六慾大肆發動，內心無法平靜。老師會針對每個人的問題進行開導，同時也在課程中不斷建立一個觀念：勤做功德消業障。這即是鳳儀先生說的「長天命就可以止宿命、了陰命」。只要天命夠大，宿命和陰命就漸漸小了，直至消失。天命都是好的，因為和天一樣大，若能不斷的長天命，

人還有什麼不順可言呢？命運自然也就好了起來。此時身體健康了、事業順利了、人緣變好了、家庭美滿了，一切一切好運接踵而至，不就轉運成功了嗎？所以要想命運變好，不是去廟裡拜拜求神問卜，借助外力來讓自己度過難關，而是要從自身來下手，才能真正脫胎換骨，一掃往昔的陰霾，邁向陽光。

深知這個道理以後，我才會努力的在道場實踐，目的就是為了「長天命」，當您愈認真的投注在道務當中，就沒有心思去想身界的事情，因為滿腦子都是大道大道，根本就忘記要煩惱俗務，自然也不去計酬任何有形物。做道務是一件很神奇的事情，雖然身體在動，看似頗為勞碌，但是內心卻非常的平靜，相當舒服；不像我們在處理俗務時，身心皆動，累得半死。做道務會讓身心得到清靜，這時候的狀態接近「性與天命合」，也可說是一種性命合一的境界，陽氣生，陰氣自然消，所以會愈做愈起勁，難怪老師說他講課時一點也不累，反而愈講愈有精神，我也能體會一二。記得有一次我拉肚子蠻多天，覺得頗為困擾，結果就在做道務時（校正善書文章），莫名其妙就伸手去揉肚子，竟然揉到痛點，我就這樣眼睛盯著電腦看文章，右手操作滑鼠，左手揉肚子，揉啊揉的一直噁氣，經絡也開始通了，好舒服喔！結果就沒有再拉肚子了，是不是很神奇啊？這樣的過程，也就是「天道酬勤」，付出了自己的心力在道，上天就

回報陽氣給我們，身體恢復健康，久久行之，命運自然亨通矣。

我有很多次都是藉由做道務莫名其妙的自動靈療，抓到病源，而解決身體病痛。眼見有些師兄姐常常為了病苦而請教老師，東奔西走不知道該如何治病？其實可以試試看誠心誠意投身去做道務，您就會得到上天所賜的無形解藥，這是我發現的好康，獨樂樂不如眾樂樂，分享給大家，就看您願不願意去挖這個大寶藏囉！至於有些師兄姐認為自己也有做道務做功德啊，為什麼還是一樣生病呢？這就要問自己存什麼心。就像老師說，心地是一塊田，如果這塊土地很肥沃又無污染，播種之後當然可以得到豐碩的果實；若我們的心地善良、心思潔淨，做功德播種下去，豈有不獲至寶之理？所以到頭來還是要問自己呀！心好心壞，您知天地知。又有人說我心地善良啊！但耕耘之後為什麼收成不若預期？那麼就要問自己付出多少啦！對於道務是只挑簡單的做，馬馬虎虎做做樣子交代過去就好，還是真正的下苦工去研究、嘗試不同的挑戰、學習自己所不會的新事物，以求造福人群？說穿了還是一個「勤」字呀！不夠勤勞，天道如何給予報酬？再來有人會擔心，自己生病是不是擔了師兄姐的業障，吸收師兄姐的病氣？其實在道場跟師兄姐真心交流，只要不是亂搞破壞，祖慈悲會幫忙化解，所以可以放寬心。更甚者害怕自己替老師擔業障而生病，

這個就太誇張了，這是無知才會生出來的論調，因為老師說過「以己之氣和彼之氣」，必須替對方灌入相當的陽氣，才會吸附對方的陰氣和病氣，您何德何能跟老師評比陽氣？我們要幫老師灌注陽氣也得有同等或更上層的功力呢！所以會有這種想法的人還真的是不懂陰陽造化之理，也過於膨脹自己，與其花時間煩惱這無稽之論，不如多花點心思來研究學問，想想如何改造自身比較實在吧！

☆十三、天瘟永息

行界

從農曆過年至今，電視媒體一直在報導武漢肺炎（新冠病毒）的防疫措施及感染的人數，大家為了防疫自保的搶購口罩及消毒用品。在居家附近幾百公尺處有一家口罩工廠，聽說生意不好準備過年後要裁員，沒想到因武漢肺炎而起死回生，很多都是全家出動的扶老攜幼排隊要買口罩，因為限量每人只能購買兩盒，綿延了數百公尺竟然排到住家門口，平常沒什麼人的鄉下小村莊突然人聲鼎沸，車水馬龍的好不熱鬧，還有遠在外縣市聽到消息的親朋好友匆忙的趕來碰碰運氣，聽他們描述說可以買的地方都找過了就是買不到，內心感到非常焦慮，深怕一不小心就被感染了。武漢肺炎還沒結束就已造成了口罩之亂，這病毒已造成了世界各國的恐慌與不安，至於病毒的來源眾說紛紜，看電視及網路媒體報導，有專家學者質疑此病毒是經過人工加工形成的，也有說是吃野生動物感染而傳播的，不管怎樣現在政府單位正如火如荼的努力防疫，也告訴大家如何自保，讓大家都緊張起來這何嘗不是一件好事，如果隱匿疫情的結果，讓疫情蔓延造成無數百姓的死亡而一發不可收拾，這是何等的罪過，俗話說：「天作孽猶可違，自作孽不可活。」在生命當中本來就有挫折與苦難，當苦難來臨時只有接觸它挑戰它，當你跨越苦難時，你會發覺你的生命更加茁壯更加

有智慧。

當瘟疫流行猶如人間煉獄，更是考驗人性的時候，最近在網路上讀到一篇發人省思的文章並與大家分享，標題是「靜靜的中國」——喧囂的中國終於靜下來了，躁動的社會終於靜下來了，焦躁的國人也漸漸地靜下來了。曾被人類關在籠子裡的野生動物終於成功地將人類也關在了「籠子」裡，這就叫「多行不義必自斃」，這就是「天道輪迴」。人類終於低下了那顆驕傲的頭顱開始靜靜地思考：我們還是地球之王嗎？人類終於又一次深切地感受到了大自然的威力。人類在面對死亡的威脅時，才開始認真地反思，才知道缺乏敬畏的社會氛圍是會導致更多的傷害，是會面臨更多風險的。貪婪的心正在被病毒淨化，愛吃的嘴也正在被病毒懲罰，一天到晚泡在燈紅酒綠場所的人已被病毒趕回家，流連忘返在牌桌上、酒桌上和賭場裡的人也主動回了家。街上的人愈來愈少，路上的車看不到幾輛，空氣開始變得清新，霧霾也不見了蹤影，天空愈來愈藍，太陽愈來愈亮，家庭變得愈來愈溫馨和睦，人們的心也變得愈來愈安靜淡定。多年不看書的人在家裡捧起了書，從不管孩子的家長和孩子有了親子溝通，一年說不了幾句話的夫妻打開了話匣，不知道孝敬老人的子女也開始盡孝道。病毒給人類上了生動且深刻的一課，它讓我們懂得了敬畏，它也讓我們知道了什

麼叫「歲月靜好」，它更讓我們感受到了人間真愛，它讓我們漸漸走上愛的「回歸之路」，我們真的應該感恩這個「敵人」，我們需要這樣的「敵人」經常給我們「提醒」，給我們「賦能」。病毒不會那麼快地離去，它需要看到人類好習慣的「養成」，病毒也不會一直肆虐下去，因為人類的愛會凝聚更大的力量讓病毒遠離，時間會告訴我們一切，時間也將證明什麼才是對的。我真的很喜歡「靜靜的中國」，我希望國人自己要主動打造一個「靜靜的中國」，而不是再依靠病毒。靜靜的中國，真好。

國家社會要清靜安定需要付出這麼大的代價，我喜歡靜靜的，但有些時候因工作關係想要清靜而不可得，人心就像是猿猴一樣跳動不停，片刻不得安靜，所以經典常教我們要去人心，守道心，人能常清靜，天地悉皆歸，只要人心安定無懼，這疫情應該很快就會散去的，丹道法訣云：「今日乾旱流行，禾苗欲枯，似乎天下人民，盡無生路，不知極凶之中，有極吉者在，大禍之日，有大祥者存。生等識得此理，只管自修其身。那一切吉凶禍福報應之來，一聽之於天，免卻多少閒思雜慮，憂愁煩惱，蓋天欲與之，其誰敢廢。天欲死之，其誰敢生。此殆天所主宰，凡人不得而參之也。惟盡人事以聽天，此是人所能為者。否則干造化之權，不安自家之分，勢必人心愈亂，而天心益不能安，更

速其劫難之來矣。」所以天道酬勤，地道酬善，人道酬誠，只要有耐心的靜坐煉功來增強抵抗力，那其他的造化就聽天由命了。

由此看來修道之心要能常操常存，勿忘勿助，時時回光，刻刻返照，自修其德，使人心與天心相交流，讓災難遠離人間，天瘟永息。

☆十四、看淡

揚道

許多人一聽到看淡或放下，就以為要放棄掉生活、工作以及家庭等，然而非也。事實上懂得放下的人將得到更多，只不過因為一味的追求而患得患失，終不得其門而入，等到有一天看清事情的真相，才知原來如此，當一笑置之。人生有八苦，生苦、老苦、病苦、死苦、愛別離、求不得、怨憎會、五陰熾盛。痛苦不斷煩惱便不斷，不平恐藏其胸中久久不能釋懷，故貪、嗔、痴亦伴隨其身。心經云：「舍利子是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減，是故空中無色，無受想行識。」又云：「般若波羅密多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。」金剛經云：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」痛苦來自於實際發生的事情心理上對它的認知，如能應時的調適，懂得放鬆、看淡並且放下它，心裡上放下它，事情慢慢就能獲得轉圜和改善，諸法空相就是要我們對世間一切煩惱事物不用太在意，因一切事物如夢幻泡影轉瞬即滅，經云「天無心以人之心為心，無心之心是天心。」是故空不異色、色不異空，一切色相皆為假相。如用佛教之假觀、空觀方法待之，能看破世間一切事物如假如空，便回歸於空相。

「天道酬勤、地道酬善、人道酬誠。」天道對勤勞不懈，用心努力工作，

努力修行之人定有一番酬謝。地道對努力行善，勿因善小而不為，勿因惡小而為之，是故積善之家，必有餘慶；積不善之家，必有餘殃。人道乃待人處事須誠心誠意，人生道路上總會遇到許多不如意的事，是否能心平氣和、努力化解，這取決於一個人的心境是否寧靜平和，他人方能感受到誠意。易者，陰陽、日月、動靜之變化，動以應天，陰陽有進退必循乎卦爻之節。故曰：「動則循卦節」。動則觀其變而玩其占。亦即發號順時之意。靜以應地，剛柔有表裡不越乎卦爻之辭。故曰：「靜則因彖辭」。居則觀其象而玩其辭也。亦即準擬形容之意。靜極而動，真陽動於九天之上，是謂乾元用九而元神升乎乾鼎矣。動極復靜，真陰潛於九地之下，是謂坤元用六而元炁歸乎坤爐矣。元神為性，元炁為命。性成命立，天心端拱於中極。動則應天時，陰陽之進退，日月之運行，一呼一吸之出入，動則元氣變化與卦爻相符升至頭部。靜則應地，天時而動地必承之，不脫離卦爻節氣之變化，在定靜之中又回歸於中丹田溫養。

偈曰：「無事忙中老，空裡有哭笑，本來沒有我，生死皆可拋。」六祖曰：「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃。」凡人本就歷劫而來，故行善佈施能使心更清靜，透過修行可以應付生活工作中局勢的變化，行善就好比播種，種善因得善果、惡因得惡果，好比種茶得茶田，種花得花田，種瓜

得瓜田，透過修行能使播種開花結果。進德修業能夠了解天理並如何依法修行，了解天理後能與同好研究交流，引導進一步的修行，人本虛空中來，死後亦回到虛空，不過這是等待另一段輪迴的開始，假如修行到五蘊皆空進入涅槃則又不同。本來沒有我，無我便無物，無物便無喜怒哀樂愛惡欲，受寵時不喜，屈辱時不悲，心態不受外界的影響，便是回歸無極中庸的狀態。生死有如輕於鴻毛、重如泰山，好比邱長春真人修行中大餓七十二回小餓無數，靜坐時又歷經大水、大石、老虎之考驗，已然置生死於度外，乃能修行成為仙人。

☆十五、老實修道

正福

修道靜坐無法速成，堅持勤修就有成效

在科技快速進步的現代，日常生活很便利，從以前要帶錢出門，到帶信用卡，到現在有些場合只要帶手機或手錶就可消費付帳，尤其現在網路科技已進步到5G的時代，在網路上曾看過日本國家拍攝宣傳的5G網路科技的影片，大致上是無人駕駛的公共汽車，不僅能準時且定點讓人上下車，還能與車上的電腦對話、無人服務的商店、在任何場合能以眼瞳辨認身分、利用手錶做衛星定位及發射訊號後能在特定的螢幕上播放即時的視訊來溝通對話等等。這些科技真的很厲害，若在古代的話會讓人以為是神仙下凡展現神通力量，但在現代人的眼裡會認為這些只是時代演變及科技進化的過程而已，而且這也表示現在的人真的太聰明了，聰明雖然很好，但是心思卻變得極複雜，很難清靜定下來，就會懶於靜坐煉功，因為太聰明就會往現實的功利主義去追求，也就是會全心全力在功名、利益、富貴、地位、權勢等等物質慾望上去奮鬥打拼，或是沉迷於3C產品無法自拔，而耗盡自己的精力、元氣，到最後大部分不是身體生病或失落憂傷，就是意外災禍而懊悔終了一生。但其實不是說聰明不好，因為老師上課也說在社會上生存要有謀生的技能或本事才能賺錢養家糊口，而且

科技進步也能便利社會的生活與進步發展，所以重點是在於人的心念是善的多還是惡的多、自私心的輕重，及是否願意行善布施修行大道。如果是善念多、私心少，又願意行善布施修行大道，就能形成一股好的磁場力量也就是先天氣，在待人處事會比較順利及心平氣和，身體會健康，仙佛會以您所做的功德力來幫您化解難關，您就會順利、平安、健康並知足常樂，如此才不會讓您的人生失去控制，甚至懊悔終了一生。

但要修行大道，也不是容易的事，因為就像前面寫的科技愈發達，要修大道的人就愈少，像我每天通車上下班時發現在公共場所或車上，不論是老人、中年人、青年人或學生大都是手機族，目不轉睛的盯著螢幕，很少有人會看書或注意周遭環境，也就是說很難清靜，這就是時代的潮流趨勢。老師說過修大道的條件其實很簡單，心思要單純、能靜下心、能勤勞靜坐、長久堅持不退道，就是如此的簡單，但對現代人來說還真不容易，不信的話可以試看看就知道了，所以說能有緣修行大道還真的是具有很大的福報功德。

道德經第四十一章聞道章：上士聞道，勤而行之；中士聞道，若存若亡；下士聞道，大笑之，不笑，不足以爲道。所以老師說若能成爲中等的修行人就很不得了，因為雖然中等的修行人對於修道是若即若離，但至少還是有在修

行，所以會警惕自己，而能回歸大道的軌跡裡面，不致偏離大道而失控，而且有修行才能有改變命運、翻轉困境及得到智慧的機會，否則就只能像一般人照著既定的命運輪盤過完老、病、死的一生，這樣就很可惜，有如入寶山卻空手而回，而且若無行善布施修行大道的話，命運只會愈來愈痛苦並輪迴不已。

對於修行大道的條件，心思要單純、能靜下心、能勤勞靜坐、長久堅持不退道，而且不分男女、老幼、貧富都可修大道。這個道理可引用仙道丹道法訣第三十三頁道德性命真諦這篇經典來說明：（這篇經典用語接近白話，容易讀）

凡人欲學一事，必先見明道理，立定腳根，一眼看定，一手拿定，不做到極處不休。如此力量，方能了得一件事，縱不能造其巔，亦不至半途而廢，為不足輕重之人。凡事有然，又何況性命之學哉！言及神仙，世上人人俱愛，而教之學習此道，百中難得一二。嗚呼！紅塵滾滾，孽海茫茫，有何樂處？有何美處？獨奈何人不及察，反因此而喪厥良心，不惟不能超凡入聖，且宛轉生滅，愈趨愈下，其受盡諸苦，更不堪言。吾師是以代為之悲也。今又為爾生幸焉，歷年辛苦，一生真誠，故有今日之遇。如精神不振，淡漠相將，今日如故，明日依然，吾恐法收之後，緣了之餘，悔亦晚矣。論自古神仙，哪一個是天生就的？都由匪朝伊夕，由少而多，自微而著，積而至於鋪天匝地、亙古及今得來。

故曰：「釋迦不從地湧，太上不自天生。」即滿空真宰，無一不幾經折磨、幾遭屈辱，而始修成正等正覺如來金身者，又何況爾中等根器哉！

又莫說年華已邁，歲月無多，恐有心學道而無成道之期，不如聽其自然，一任造化為轉移，隨其意之所之，全不收拾精神，整頓心力，則如無韁之馬、無索之猿，勢必狂奔妄躑而不已，是又自消前福，以貽後殃，奚可哉？

吾想一失人身，萬劫難得；又況生居中國，有禮義文教之光華；又逢法會，得聞道德性命之真諦，此種因緣，即歷代仙師亦少有如此之便易者。何也？生等但盡其誠，不待出門一步，自獲真傳。試思古來仙子，雖今日成道，神住大羅天宮，而當日遨遊九州，受盡多般苦惱，歷盡無數風霜，至於貨財之糜費更無論焉，旁門之拐騙且不言矣，待至積誠久而結念深，居心苦而行道難，然後仙真深憐困窮，切念勞苦，然後感而下降，始將大道玄機一步一步傳出，俟功圓行滿，始為一洞真仙焉。生等較前賢之遇師聞道，其難易為何如也？且自古仙師，多有因時會不良，星辰不偶，深處艱難，無可如何，然後看破紅塵，出而訪道。如呂祖四十而遇鐘離，五十而得聞至道；張祖六十而始拋家訪道，七十而得火龍授訣。

以此觀之，只怕不肯一心向道，哪怕年紀之已老耶！吾道有云：「凡人

怕不年輕，只怕向道不心誠。」縱至九十、一百歲，果能如法修煉，無論男子婦人，都有移星轉斗之權，起死回生之妙也。非少年入道之難也，由少年奉道多有游移兩可，二意三心，更有仗恃時光，怠於從事，不甚迫切，是以學者多而成者少也。惟爾等中年老邁之人，凡塵色相已曾歷試其艱，世上名利都是屢經其苦，非但世界聲華視同嚼蠟，了無意味，且知諸般苦趣皆藏於其中，所以道心生而人心死，人心隱而道心彰，始可了悟前因、深徹命寶。切莫似少年人塵緣未了，凡心未空，且功修未積，孽障難消，是以徒思得道而不能成丹也。生等具挺挺志氣，浩浩天衷，自然丹成，指顧雲騰足下矣。

另外再來分享一些修行過程的心得，我上次有分享因為教人煉功而便秘，後來雖然自動好了恢復健康了，也沒有造成後遺症，算是虛驚一場，但因後來去做員工健康檢查時，卻有一項糞便潛血檢查結果的數值有一點點偏高，雖然明知可能是吃抗凝血劑所造成的，但內心還是會一點點的不安，所以還是決定用科學的方法來驗證修行成果，以讓自己與家人放心。就去找熟悉的肝膽胃腸科醫師診斷評估，醫師也說雖然數值只有一點點偏高，也認同可能是吃抗凝血劑所造成的，但沒經過科學的方法來檢查確定的話，你會心安嗎？心想也對，所以還是安排大腸鏡檢查，經由醫師詳細說明注意事項後就排定日期並領取自

費的排瀉藥，做過大腸鏡檢查者都知道檢查前二天只能吃流質（白粥、白開水、運動飲料）或麵包或醫院規定的食物，否則會因糞便沒排乾淨而影響鏡頭影像的清晰度，就看不清楚腸道的情況，就枉費餓肚子三天、打針、吃藥及侵入式檢查的苦痛了。但很玄的是這三天的過程，我排星期三中午檢查，在星期一的早午餐都只吃兩片吐司（抹奶油），晚餐吃白粥，但因我在上課時有聽老師說在修行的過程中若須斷食時（斷食是一定要請教老師才能確定喔，不可隨意去做）可以喝一點甘蔗汁以補充養分，所以我就想說既然不能正常飲食的話，那我也來喝甘蔗汁好了，就買了甘蔗汁並喝約一小杯，晚上仍然靜坐；星期二的早午餐都只喝一瓶燕麥汁，晚餐就沒吃，若覺得餓就喝一些甘蔗汁而已，但說也奇怪在當天上午就自動跑了兩次廁所，而在下午也一樣跑了兩次廁所，而且排很多，但是我還沒吃排瀉藥啊，好像身體在自行排毒一樣真玄奇，直到當日下午五點才吃第一次的排瀉藥，想當然爾，在睡前又跑了五次廁所，但很簡單迅速因為在白天就排光了，且不會餓或覺得虛弱、厭倦，晚上一樣靜坐；星期三早上四點半起床又吃第二次的排瀉藥，吃完想說來去靜坐好了，就沒睡了也沒吃任何東西，只有喝水及甘蔗汁，一直到檢查前又跑了五次廁所，一樣簡單迅速，在中午檢查前打了二支針，但奇怪的是，不會很痛，因為我很怕痛所

以非常怕打針，還好不會很痛。在檢查時我有點緊張，醫師說要開始了，我有點害怕，所以有時閉眼有時看著電腦螢幕的畫面，看到自己的腸道很健康，心中有點感慨，人的肉體真的是很脆弱而且不能生病，否則就會崩潰了。在侵入式檢查的過程中，還好不會痛，只是稍微覺得脹脹的或一些不舒服，醫師說已經檢查進到最裡面了，要抽出管子了，再忍耐一下，我就很高興要結束檢查了，抽出管子時醫師一樣詳細的再檢查，抽出後醫師說沒有發現問題，我真的好高興，心裡想說甘蔗汁真的可以補充養分，而且修仙道靜坐煉功法門真的很好，若是大家都能有福報能相信此法門，並願意認真修煉的話不知有多美好。但更驚訝的是當我看時間才知道整個檢查過程只花了約六至七分而已，比醫師講的一般要十至十五分鐘才能完成的時間還快，可能因為我都不會痛也沒有動來動去，沒有干擾醫師，所以醫師能很順利的完成檢查。醫師還說若覺得頭暈或不舒服的話要等半小時再離開，且吃東西若會反胃的話就不可吃太多，但我完全不會不舒服或痛苦，後來量血壓也正常就離開並去吃飯了，吃飯也不會反胃或吃不下，食慾很好，因為三天沒有正常飲食了，吃起來津津有味，再次體會到身體健康及能正常作息、飲食真的是世間最大的福報與快樂。

其次，現在的社會也有蠻多無聊太閒或內心充滿負面思想的人士，那些人

在日常生活若看到某些事件不符他們的想法時，就會故意去檢舉別人，而不管是否真的有違反法令規定，他們就會把資料送給政府單位去處理，但是如果他們檢舉的事件是真實的，那還算是有正義感的行為，只是其中也有些是要故意陷害別人的惡行。例如有次，我依規定將汽車停好，沒想到過幾天，竟收到違規單，說是民眾檢舉我違規停車，一看照片是拍攝角度的技巧手法，故意拍成有違規的情形，然後寄給警察單位去開罰單，是故意陷害別人的惡意行為，我當下看到這張照片雖然沒發怒，但也罵了一兩句三、五字經，因為遇到頭腦壞掉的怪人，實在是很倒楣。後來想一想，是我修養不夠才會罵XX，也許是前世因果才會遇到怪人，所以不要怨也不要罵，先反省我自己才對，不然的話豈不就像古時的蘇東坡與佛印禪師之間的「一屁打過江」的故事一樣了嗎。王鳳儀善人說：「道是相對而生，卻要絕對而盡。凡是兩個人在一起，就生出一條道來。譬如：父子之間，便生出一條父慈子孝的道來。這是相對而生。可是當父親的，要只問自己慈沒慈，不管兒子孝不孝。同樣的，做兒子的，也要只問自己孝沒孝，不管父親慈不慈，這就叫絕對而盡。要是父親怪兒子不孝，兒子怨父親不慈，就是互相要道而不是盡道了；要道，像拿棒子喚狗似的，愈喚愈遠。道是自己走的，不是向對面人要的，所以，盡道不要道，才能成道，

道講一面，理論兩平。講道不講理，講理氣死你！」唉，難怪老師上課時及經書常說：用嘴巴講的大家都會，且講的比唱的還好聽，但遇到考驗的境界時就知輸贏、程度高低了。但重點是如何解決這件事呢，總不能含冤莫白的去繳罰款吧，與其去繳這筆罰款，倒不如把這筆錢拿來捐給道場還更有意義及有功德，算了，下班也累了，就先去靜坐了，忽然在靜坐時就有一些方法靈感出現，就想說來試看看，或許能申訴成功。隔日早上六點多，就去當時的地點拍照，原本還怕太晚去會太多車子停在那裡而影響拍照，沒想到一去竟然都是空空的，而且後來有一台車子準備要停，且停在最重要的位置，那會影響拍照的角度，我就想說去告訴他不要停那裡，不然可能會被惡意檢舉，我才剛想完而已他竟然就開走而停在別的地方，怎會這樣的玄奇呢，想不通吧？我一看機不可失，就立即去拍了十多張照片，只花了不到五分鐘的時間，很順利的完成了，上班後就把照片整理成證明表單，又去請問有經驗的同事這件事要如何申訴並把照片給他看，同事又去問承辦業務的人，承辦業務的人又打去問開單的單位，才得知原來那個地區有些憤世嫉俗的人士自認是正義俠士，不論是否有違反法令的情形，只要看到不順眼就喜歡檢舉別人或惡意栽贓陷害人，所以開單的單位也很困擾，而且開單的單位也說我的情形是沒有違反法令的，只是因為

有人檢舉，所以不得不開單，否則會被那些憤世嫉俗的人士告罪……。看到這裡，您也有想要罵X X X的念頭吧，算了吧，還是不要造口業因果。當日下午我就請假兩小時去開單的單位陳述意見，還好後來有遇到承辦人，跟他說明詳細情形後，他也說對，那是有人惡意栽贓陷害，我無違反法令，他叫我把資料給他，就離開了。後來順利申訴成功，不用含冤莫白繳罰款，我就把這筆錢捐給道場，內心很歡喜愉快，就像老師說捐錢贊助真正在傳大道度人修行的道場，才是真正的大功德，長期下來定能改善命運、磁場及身體健康，仙佛也會保佑。這件事雖然有點奇怪，但算是有驚無險，算是修行過程中的日常生活體驗與處事應對能力的成長。

有天早上，感覺想吃素食的湯麵及配菜，忽然想到有間素食店好久沒去吃了，就特地去那間店，因與老闆認識就趁他在煮麵的空檔閒聊一下，忽然問他客人那麼多為何他太太沒出來幫忙，唉沒想到，他竟語調變慢說他太太已經往生了，當下心裡嚇一跳，他說已辦完後事很多天了，聽完後在吃麵時，思緒非常感慨，結帳時跟老闆慰問關心後，體會到他的哀傷無奈，因為老闆夫妻頂多三十歲初，他太太因癌症而離世，兩個小孩都還未上小學，正需父母伴陪成長，但因命運難料，而面臨佛教所說八苦之中的愛別離苦，那是最椎心刺痛的親情

離別苦痛，唉人都會說無常是正常，但又有幾人能承擔那種苦痛呢，且又有多少人能在見到此種情形後引以為戒，進而珍惜親情、體諒家人，包容家庭生活中的不完美呢。更重要的是有多少人能在見到別人或自己生病、遭遇生死離別或災難後，能夠來或願意來修仙道靜坐煉功法門呢？

其實佛教常說這個世界是娑婆世界及五濁惡世，但說明白點就是缺陷不完美的世界、人心險惡的世界、多苦災難的世界，因此佛教及道教經典都會寫說投胎來這個世界當人是要來修行的，不是來享樂或做惡、造業的。例如「佛陀在雜阿含經：譬如大地悉成大海，有一盲龜壽無量劫，百年一出其頭，海中有浮木，止有一孔，漂流海浪，隨風東西。盲龜百年一出其頭，當得遇此孔不？（譬如大地都變為大海，有一盲龜壽命無量，一百年才在這樣的大海中把頭伸出水面一次，而大海之中漂浮著一塊木頭，中間有一個孔，在波浪中隨風飄蕩，盲龜百年才伸出一點頭，能剛好遇到這個木頭的孔嗎？比喻木頭在浩瀚無邊的大海裡東西南北飄動，小小的盲龜能剛好遇到這個木頭的孔的機率是在太小了。而六道輪迴的眾生能投胎當人的機率，也如盲龜遇浮木的孔一樣的微乎其微。）佛陀在提調經：如有一人在須彌山上，以纖縷下之，一人在下持針迎之，中有旋嵐猛風，吹縷難入針孔。人身難得，甚過於是。（有一人在須彌山的上

面將細線丟向山下，另一個人在山下拿著針等著細線穿入針孔，但因山上至山下之間吹著狂猛的大風，所以細線要正好穿入針孔是非常的困難，而六道輪迴的眾生能投胎當人的機會，則更加困難。）佛陀在雜阿含經：得人身如爪上泥，失人身如大地土。（佛陀以人的指甲縫裡的泥土，跟地球上所有的泥土來比喻，眾生能投胎當人的機會，就像人的指甲縫裡的泥土那樣微乎其微，而轉生惡道的機會就像地球上的泥土那樣的無量無邊。）但問題是，說歸說、看歸看，真正願修行大道或相信大道的人畢竟不多，「佛陀在阿彌陀經：舍利弗，如我今者，稱讚諸佛不可思議功德，彼諸佛等，亦稱讚我不可思議功德，而作是言，釋迦牟尼佛能為甚難希有之事，能於娑婆國土，五濁惡世，劫濁、見濁、煩惱濁、眾生濁、命濁中，得阿耨多羅三藐三菩提。為諸眾生，說是一切世間難信之法。舍利弗，當知我於五濁惡世，行此難事，得阿耨多羅三藐三菩提，為一切世間說此難信之法，是為甚難。」由此可知在兩千多年前佛陀在印度傳教時就告訴弟子說，很多仙佛都稱讚佛陀真的很不可思議，能在這個地球世界，捨棄王子的地位，而不斷的精進修行，最後證得無上正等正覺，也就是道經講的金仙果位，擁有無量的智慧及具足功德力，並且傳道度人開悟，真的是非常困難的一件事。但當時佛陀即使已證得無上正等正覺，但佛陀在傳道度人的過程

中也受盡折磨，例如天魔的阻撓、親情的離別、神通不敵業力，親人與弟子的背叛、陷害、中傷等等這些在佛經都有記載。所以佛經與道經會說娑婆世界、五濁惡世是很好的修行地方就是這個意思，就是因為難修卻能堅忍不退並修成的話，不僅難能可貴且功德力也很大，前面所引用的仙道丹道法訣經典也可用來說明此情形。

像我一開始入門修行時對於學習經典，都只是單純看文字而已，還未能真正體會其意義及靜坐煉功千變萬化的現象，所以心裡是半信半疑，但因為年齡也漸大了，在外面也浪費十三年多了，之前身體又不好，因此心裡會警惕自己別再浪費時間了，要把握修行煉功的機緣，所以就笨笨的一直學習下去，也不會想太多，反正只要沒有產生不好的情形就安心了，至於若有疑問或怪現象時就去請問老師，老師都會答覆。在布施方面，雖然不是很有錢，但只要不影響生活及周轉，能布施多少就做多少，就一直累積就對了。在與別人分享修行心得這方面，就盡量分享，別人要聽就多講，聽不進去就隨緣了。沒想到久而久之漸漸的稍微體會到經典所寫的現象及功法，包括身體、工作、人際互動、思想觀念、煉功、看待世事變化的感覺或反應等等，都有一點點體會。有次問老師關於修道者，對於夫妻或家人的相處方式，因為老師是過來人且經驗非常

豐富，所以老師說的我都有體會並認同。而且對於配偶或家人只能用感化的方式去慢慢調整、改變之，不可急於改變他們的觀念，否則會有反效果，可先以配偶或家人的名義做布施幫他們累積功德，等他們慢慢跟上腳步後，自然就會認同而配合了。所以有家庭的人在修道時雖然比較麻煩及不方便，但相對的，也因為有經歷及磨鍊過，若能突破束縛障礙，則心性也會提升，難怪在經典及老師上課常說修行要在日常生活中去磨煉並突破，而不是躲起來活在自己的世界裡，或逃避現實與推卸應盡的責任。所以老師真的很厲害且是大智若愚者，一聽就知問題的重點所在，讓我明白，原來真的有心修行的人，一定要有明師指導才能頓除疑惑。另外有一天上課時，老師講解仙童的意義，也讓我很驚訝，因為我入門後，想說這是修仙道，所以老師是仙師，師兄姐們是仙童，老年的是老仙童，中年的是中仙童，年輕的是小仙童，我就這樣看待道門中的師兄姐們，沒想到那天上課，老師忽然講解仙童的意義，讓我更瞭解不欺暗室的道理，所以老師說修行人頂上的光會上衝天界是真的，也可說是心通於神的意義。所以真的有心修行的人，真的只要單純、笨笨的一直修下去就對了，能來道聖門學習仙道靜坐真的很好。

☆十六、拚出了什麼？

誠意

拚！拚什麼？我最近在拼工作、拚道院、拚寫心得……，好多事都疊在一起，感覺時間不夠用！

最近這兩個月，忙到無暇放假，剛剛工作趕完告一個段落，現在擠出一天的時間來寫這第二篇的心得，我其實不知道該寫什麼？因為腦子空白中……，如果打坐時能像這樣腦袋空白就好了！但其實打坐時卻是妄念紛飛的停不住……，有時好不容易感覺有點進入到「靜」的狀態，然而卻只有一下子的感覺又不見了！因為我會對出現靜的感覺，感到有點高興而留意起來，但只是稍稍這樣念頭出來，靜的感覺馬上就又消失了！緊接著妄念雜思又紛沓出現，只好重新回光繼續靜坐，雖然打坐從沒體驗過杳杳冥冥、恍恍惚惚……的感覺，更不用說進入虛空了！實在因為自己修得不夠好，所以煉功力當然也就不好了，但我卻還是堅持一定每天須靜坐！就算會打瞌睡也一定要坐，因為靜坐帶給自己的助益，真的就像白開水那樣不可或缺的重要！

人每天為生活、為工作、為財富權力、或為照顧家人……而打拚忙碌著，當閒下來時，通常就是以吃、喝、玩、樂的方式來放鬆享受！當然我也一樣會偷懶好逸惡勞，畢竟我還是一個再普通不過的凡俗人！但我知道我有別於一般

人，就是多了一種方法來平衡與舒活自己，而這方法就是靜坐修道，若不是藉由修道，我會一直是個時而自卑又時而自我感覺良好的矛盾人物，不然就是如遇到不順己意之時，就容易陷入生氣、埋怨、思人不對、偏執、鑽牛角尖、憂悶、煩惱、委屈……等等，即是「喜、怒、哀、樂、慾」失衡的狀態反覆循環不已，命運就會愈來愈糟！

然而修道就會反思反省，想想自己這些負面又患得患失之心從何而來？這個反思覺察都是因為每天透過靜坐而逐漸養成的習慣，覺察再覺察的看見自己的內心狀態，就會漸漸減少容易看別人缺點的行為！反而第一先檢討是否自己也是有問題或過錯？人心雖是自私的，但這自私之心不要只知為自己的立場或利益打算！若真正要為自己打算，其實應該是為自己的靈性打算！當為靈性著想時，身心與命運的回應一定會是好的！什麼是為靈性打算？就是找回自己先天本來目的天性，也是知性，而真知性的人，必能反省與認不是，若能時時省察，常常涵養，把自己的不是認真了，變天性為主，道心為用，看人都是看好處，不找人對不對，自然神清氣爽心平氣和，是聚靈又聚陽，身心與命運哪有不好的道理？

俗話說「人算不如天算」，其實人與天是相通的，要合天道，先合乎人道，

天道雖遠，知天也很難，可是縮回來，從自我的「知性」卻是最近的路！因為人性中有天，人若循私，就是違天，若能養性就是事天，盡一分性，就知一分天，盡性到了極點，就和天是一體了，但人們都被不良嗜好（身）、私慾（心）、怨念（稟性）所遮蔽，靈性被埋沒，不合人道才與天地不通的，若能知性不必去外求，一切自然歸服於你！

以上這些道理我都因修道而瞭解，但要長久有毅力做起來的真的很難，就舉以我的慾望之例子來說，我常常愛買漂亮的衣服，這是我對愛情執著之外的另一個很大的缺點！但有同事就會說我這樣很好，說因為女人就該多愛自己一點，並說把自己打扮漂漂亮亮是好事。但認真修道後，我明白這其實並不是好事，除了燒錢傷荷包外，也因為太注重外貌，也等於就是太愛面子或虛榮，是傷了自己的天性，王鳳儀言行錄提到，在陰陽五行性裡，好穿好衣服求好看，便是「淫」，而在五行裡的火是屬於陰火，而淫是迷惑、沉溺與放縱！我每天總是注意網頁衣服新款的刊出，然後想著如何搭配更好看，又割捨不下哪件不要買！再算著如何買更便宜？當一特價時就抗拒不了誘惑，買到欲罷不能停不下來！寄到家後，我穿了不合再退，然後又再買，這樣的循環，真是迷惑，更是沉溺與放縱的表現，心被物慾所累到快無法自拔了。

再說說陰火，陰火易妄動，也讓性子更急躁，遇事焦急沉不住氣，說話急切莽撞爭理，或易生怨氣與人不和，而陰火再去剋陰金，陰金是「盜」，買東西少給一塊錢也是盜，盜等同於「貪」，所以我如果再不知止的話，就會愈好高愛好，貪得無厭，永不滿足，苦惱無邊，終有一天會日坐愁城！而陰金的性子虛偽好辯愛忌妒，巧言令色，笑裡藏刀，我可不想變這樣的人！

那麼陽火是什麼？陽火是元神，但元神被陰火覆蓋，沒有真火下炤稟性化不了，元氣便外散，心就更靜不下來，影響靜坐進步的效果很大！而元神也得不到元氣的滋養，所以性光不出現，智慧出不來！那怎麼辦呢？以女生來說，要化陰火，從人道五行的方式來做的話，就是「陽木」生陽火，陽木是「仁」，仁即是德，德可以養性，仁是不爭貪有良心，做利益眾生之事，而不圖己利，就會行出「明理守分、溫恭謙讓」之陽火，陽火就會再生出陽土，陽土是「信」，即忠厚信實、寬宏大量、能容能化，「信」行持日久元氣充足，陽土就再生出陽金，陽金是「義」，即知人好處有義氣，廣結善緣，遇事迎刃而解，接著陽金再生出代表智慧的陽水，這樣人道五行就陽的相生，而不是陰的相剋了，陽生才能生生不息，陰剋只會進入死局！

換言之，「做功德」才能讓你化陰返陽之助力，修道要做功德，靜坐更要

做功德，功德不只是陽木仁德的展現，事實上就是讓五行相生具足的不二法門。今天我們其實要拚出什麼？是拚命賺錢爭名利？拚美食？血拚衣服？還是……拚搶口罩？錢財、名利、衣服、美食，若用在享受，就是拚掉福報又減壽而已！那麼拚口罩呢？戴了口罩就能保命了嗎？當然不盡然，其實靜坐才是更有效的防護罩！靜坐真的是可以預防感冒又可以治病！我在這期二〇二〇年的會刊《智慧之鑰》有提到，我七、八年來很少感冒都是因靜坐所賜，有興趣的話道友可以看看。總歸一句，若能拚命修道，修出先天氣，性和命都保了！而且不只保這世，還可保下一世會更好！

最後用自己的筆名「誠意」，來勉勵大家，也是再提醒自己，「誠意」就是「意是神，誠住意不另外散，涵養久了，自然如神；稟性化了而後意誠，意誠而後志成；誠一分意，就知一分心，知一分心，就長一分天理，長一分天理，就除一分人慾，除一分人慾，就是盡一分性，盡性致極，就與天合」。

☆十七、氣動

芝盈

人類本身就擁有一股自然力量，成長過程中，為了學習知識、生活技能，將自然力量遮蔽，一旦這股力量被遮蔽，我們這個身內的小宇宙就無法與天地的大宇宙相合，想想，為何以五行「金、木、水、火、土」作為世上生命力量的象徵？因人身就是更精細的五行組合，靜坐使我們放鬆，越放鬆就越能與宇宙互動，這種互動就是自然，像自然界的「春、夏、秋、冬」，這是四季的定律，在我們人體，當然也有定律，人體以大腦為首，當大腦越安定，當對的，所有五臟六腑的運轉會更有效率，也更加和諧。就像靜坐到一定程度，人體會發光，其實這並不稀奇，很多動物也都會發光，曾有研究指出，動物於睡眠時，會自然發光，可見，睡眠是一種很好的充電，當我閱讀到這點時，連想起，其實早在多年前，這理論我已驗証過，也就是，只要有在修習靜坐之人，睡醒時的眼神，真是閃亮無比，並且炯炯有神，故而在閱讀到這點時，完全驗証了睡眠確實會讓人體進行充電。人體會發光是必然的現象，因人體也是一種電流迴路，就像核磁共振的掃描，其實也是利用我們人體內的磁場(電)原理，所開發出來的透視儀器。

那我開始來聊聊靜坐，之前在靜坐班時，曾有師兄姐反應，可不可以不要

放音樂，嗯？我明白，他們只是還未習慣，等我放了二遍後，第三遍沒放音樂，嘿嘿？師兄姐還反過來詢問，今天怎麼沒有放音樂？其實，放音樂並非等於聽音樂，初期學習靜坐的，十個有十一個是靜坐時只想安靜，結果，越安靜，反而自己將周遭的聲音聽的越清楚，不管什麼聲音，我相信，只要是在靜坐的人，都聽的最清楚，起初我也是如此，打坐時喜歡安靜，但也不是要安靜到全然無聲，只要不大聲，其實家人們在做什麼，我也不太在乎！久而久之，放音樂這情形是，放到最後，還真的，完全沒有在聽，它就像是一股噪音，想聽也聽不見，當然，這情形也是經歷過許久後，才能如此。否則大家試想，讓一般人一開始就靜靜坐著，那是多不容易，因為只要當事人身體出現僵硬、酸、痛、麻時，就會覺得時間過的很慢，感覺像如坐針氈。對於初次靜坐者，如沒有什麼動靜，甚至沒有什麼特別的身體反應，只會讓他們覺得靜坐沒什麼，但這也只是一開始的現象。就我來說，我開始動的亂七八糟，也是學習靜坐一、二個月後，慢慢的，動作越來越多，就我自行簡稱亂七八糟，我家人在當時可是說，這些連環動作，說是起乩也不為過！就算我一直處於大幅度的靈動，我也不曾因為靈動而有磕到或碰傷過，所以說靜坐時的動，其實並非是意識下的動作，就算身體有動作，但是自己的神智是清楚的，我可沒有喪失理智！像有些師兄

姐接觸修行，觀念走偏，就恐慌感特別強，時不時的就將靈動連想成被附身（卡到陰），這是「靈」超越自然力量的現象，就算師兄姐當下腦袋很清醒，但由於觀念束縛，終究會使他們對靈動沒有信心！

靈動其實就是氣動，靜坐時，身內會有一股氣在經絡中流動，靈動所說的「靈」，其實代表的是一股能量，這股能量與修煉者本身的修習有很大關係，為什麼我會說「靈」是一股能量呢？在我開始修行後，感受到，所謂的虔誠其實真的是一股能量對能量的交流，修行這麼久以來，我仍然堅持，如非必要的急迫大事，則無需向仙佛稟報，畢竟，過去我只知道，發生何事，他們都清清楚楚，但不明白，他們是如何得知！直到上個月，我才開始清楚明白，原來能量之間的交流是他們得知的原因，過去我曾問過老師，老師當下回答，因為我有在修行，所以仙佛不用聽我稟報，他們就會得知，直到近日，我才明白，原來「靈」是指能量與能量交流的層次，當然，把「靈」再說的白話點就是「氣」了，有了這股氣，什麼都好辦，但也不到什麼都好辦的地步，因再容易喬的事也得有功德墊付，所以說修行不是盲目的去相信，或者是不相信，而是不要莫名其妙去信一些來路不明的東西，修行真的要驗証的，親身力行後，自然而然會明白為何相信，而不是隨性的去信一些亂七八糟的事。

甚麼是氣？修煉一段時日後，我開始不再質疑，因慢慢的能體會到氣隨意動的現象，也就對氣有了初步的認識，煉到有氣感時，有時候用個意念，想著氣往肚子去，還真的會有股氣在肚子裡轉的感受，當然，這也只是驗証而已，請各位不要去猛試，在煉氣的過程中，如一味的以心御氣，結果反而會弄巧成拙，因心不靜則氣不順。且再回到靈動這話題，其實不同個性的人，靈動的動作也不同，當然，各有其特色，就像以心御氣一樣，你怎麼想？氣就怎麼呈現，而這股呈現，是會影響到修煉的。其實，一個人靈動的樣子，可以看出這個人的思想、性格，如果一個人心中煩惱太多，靜坐就很容易哭啼，或者，像有些人本性較浮誇的，相對的，出現幻象的機會也相對提高，所以說古人真的超有智慧的，指出修身養性的重要性，修身養性與修行是密不可分的，因修煉時，氣的運轉本身就有一定軌跡可尋，這軌跡與個人心性相關，這代表，不管有多位高權重，或者有多凡夫，修行就是修本身的能量與生命的智慧。

未真正明白修行前，我也是很世俗的，覺得那些因為修行，靈動的像乩童，是種脫序的行為！當然，當時的看法，其實不夠正確，因事實上，當修煉到氣旺盛時，靈動是和修行成正比的，這股力量並不相互抗拒，也就是說，自己除了非常清醒之外，靈動也是可以隨著自己的意識停止，這就是靈動不與自己相

互抗拒的證明。當然，並非每次靜坐都會靈動，當我很疲倦想睡時，其實，有時的動作是，直接就躺著休息，當我煉到煩躁時，並不會有任何靈動現象，因人都感受煩躁了，氣機怎麼可能如如自在。當時的我有一段時間是很排斥靈動的，但現在回想起來，確實因為有靈動這樣的經驗，讓人明白不需排斥的原因，因靈動時，本身是會開發出許多潛能的，這其中包含了收驚、治病、畫符等等，曾有師兄姐提起靜坐時會打手印，這手印怎麼打，有什麼作用及功效，其實是可以驗証的，就舉例來說，光收驚這項，我就覺得很神奇，當我修煉沒多久，就開始有了實驗對象，一路試驗下來，效果真的很不錯，也讓我對這股氣有了初步的了解，因這股氣怎麼流動，都有跡可尋，除了讓我體會到氣的存在外，也因靈動的體驗，明白「氣」和「靈」都不再是無的代表。

靈動是我們人體內在氣場的一種展現，靈動的每個動作，其實都與自己氣習相應，這些靈動招式，有些人可能會懷疑，是學來的？其實這些動作根本不用學，而是自然的就能打出這些招式。我們人體本身不僅是能量，同時我們自身的氣場都帶有訊息，這蘊含的訊息一旦經由修煉，也會產生出智慧，所謂的智慧也是股能量，當我們以特殊的煉功模式運作時，氣血循環速度倍增，能量與信息的傳輸也比不煉功時提高好幾倍，進而全身生理系統運作速度增加，因

此在靜坐時會進行身心改造工程，進而讓身、心、靈進行淨化。所以說，在煉功的當下，體內會發揮自我修護功能，自我潛能也會提升，進而能漸漸改善其身、心、靈狀態。當自己的身、心、靈加以提升後，就能開發生命的潛能，這也是為何有些人修煉後，能改變習氣，因他們懂得擺脫「自我」這股習氣，這就是所謂的放下，放下不是真的拋下什麼，而是真能消除「自我」這概念，想想，這有多麼不易，這點我覺得很不容易，人要無私、不嗜血很難，尤其在現今社會，什麼雞飛狗跳的瑣事，誰沒有遭遇過！我也討厭被瑣事纏身，尤其是遇上一些晦氣重的人，更是讓人厭倦級了。有時遇上太多這類型的人物，甚至會影響到自己靜坐品質，故近期我靜坐時，都會放一些輕音樂，當我身心放鬆，平靜下來時，也較能進入煉功狀態，所以修行，讓我明白醒悟的本能，就像我明知被俗事纏繞，但也終需知道如何解除纏繞，畢竟，結束不是讓業力終止，只是暫時停止，修行就是如此，我每天面對的都一樣，一直加諸在身上的束縛，再藉由修行，清理掉這些束縛，這反反覆覆的動作，像不像一場小型的輪迴，也因如此，所以人真的需要學習靜坐，靜坐時洗滌身心的力量最大，身心和諧才能在這股世道亂流中，不隨波逐流！

☆十八、修行的開始

常靜

或許是冥冥之中的安排，引導有心向道的我們閱讀道家與佛家的經典，同時也藉由我們的日常生活、身旁的人事物，讓我們感受並體悟「道」其實無所不在。虛雲老和尚曾引用高峰老人偈曰：「手執青秧插滿田，低頭便見水中天，六根清淨方為道，退步原來是向前。」經典裡說得很清楚，原來道就在我們手中，那些看似再平凡不過的行住坐臥也都是道；修行時更要時常保持清靜心，只要六根清靜，處處是道；而退步原來是向前，這句話則呼應到「順則為人、逆則為仙」，退步就是「逆」的意思。道無所不在，只取決於我們用什麼樣的心態和決心來好好修道。

某天，我和先生在宜蘭補天宮（女媧娘娘廟）的善書櫃裡發現了道聖門的善書《玄機奧秘》。平時有拜拜有保佑，這真的是份來得剛剛好的禮物。為什麼會這麼說呢？當時的我們有心向道，卻因為找不到正確的方向和適合我們的修行方式而感到困惑。於是，我們選擇抱持著順其自然的態度，相信神佛自有安排的心態來面對我們的困惑，一切隨緣不強求。然而皇天不負有心人，讓我們偶然間發現了它；會不會其實《玄機奧秘》就在補天宮的善書櫃裡等我們主動發現它呢？此時內心突然想起辛棄疾《青玉案》裡的一詞「眾里尋他（善書）

千百度，驀然回首，那人（善書）卻在燈火闌珊處。」

一開始，我們從善書裡得知了靜坐的重要性。不過，我們也對於善書內的一些專有名詞（例如：起火、回光、火候、氣機……等等。）感到一知半解，上網查詢資料也查不出個所以然。在某個機緣下，我們又到了宜蘭三清宮參拜三清道祖、王母娘娘、東華帝君以及諸位神佛。一如既往地潛心參拜，祈求茅塞頓開、智慧增長。參拜到一半，外頭開始下起了小雨，居住在宜蘭的我們早已習慣這陰晴不定的天氣。約莫過了十幾分鐘，我們準備離開三清宮時，天空突然放晴。陽光灑落在三清宮下的梅花湖，湖面波光粼粼，實在美麗。駐足欣賞了好一會兒，就在準備開車離開時，我們同時看到了從來沒有看過的畫面……整片停車場地面上的雨水，正在大量「蒸發」！大面積蒸發的水蒸氣綿延向上超過一個成年人的高度，長這麼大從來沒有看過這如夢似幻的畫面。

驚訝並讚嘆著大自然的當下，我們突然體悟到了善書裡所提及的「起火回光」。當陽光照射在有水氣的地面上，水氣漸漸蒸發成水蒸氣而冉冉升起，水蒸氣升高並在空中凝結成雲，雲裡的小水滴則不斷相互融合進而形成大水滴，等待雲飽和了，就會自然降下雨水。這不就跟善書裡所提到的「起火回光」一樣嗎？靜坐時，日光收至身內，將身內的凡精（水氣）藉由日光（陽光）煉化

成元氣，也就是去蕪存菁過後的真氣。等待元氣上升後，經由元神與元氣相互交融，自然會降下元精元液，而元精元液滋養著我們全身，就如同雨水滋養著世間萬物。原來，這就是「起火回光」的奧秘。

因緣際會下，我們回到了南部。還記得去年底第一次前往道場的那天剛好是星期六上課日，我們聽了兩個小時的《周易參同契》，當下即覺得這門課實在深奧且玄之又玄。雖然還不得其要領，但是我們沒有排斥，反而是內心裡有個聲音在鼓勵自己要勇敢學習，毋需擔心。下課後，聽了師兄師姐們的修行經驗分享，讓我們對於修行更加了解也更有信心。同時也了解到男女的修行方式其實不同。舉例來說：女生靜坐起火的方式是要把目光及意念集中於雙乳，男生則是集中於下丹田。師姐還有特別提醒，目光及意念是集中於兩側雙乳，而不是雙乳之間的臆中，否則會受傷的。起火之後就不必持續將目光及意念集中於雙乳，一切自然自在；當意念跑掉時或想東想西時，沒關係，只要再次回光（把意念收回至身內）就好。

在修行這條道路上，猶如新生兒正在學步的我們，跨出的每一步都有不同的收穫和感受。經典裡更是有好多珍貴的功法以及寶貴的智慧等著我們去學習；也期許自己從修道、煉功的過程中體會「養生」與「修心」的重要，持之

以恆地改造自己。謝謝老師和師兄師姐們總是不厭其煩地回答我們的問題，可以在道場跟著老師以及師兄師姐們一起學習、一起成長，真的很開心。未來還請老師與師兄師姐們多多指教，謝謝大家。由衷感謝這冥冥之中的所有安排。惜福、感恩。

☆十九、火候

胡明中

最近林老師在上周易參同契發揮與闡幽上篇，「乾坤門戶章第一」課中有講到「火候」，不管是對外處事或煉功方面都必須務實，有多少努力就有多少收穫。當然有如此的啟發，也是要有像林老師這樣的明師才能覺悟，不然就像老師所講的「聖人傳藥不傳火，從來火候少人知，大都全藉修持力」，只能看到表象，所有的一切經典已是如此修持，卻不知其含義。說到林老師上課所講到的「火候」，在未進道聖門以前所接觸到的皆是一般的道理。

最近看一本「但盡凡心」的書，引述一篇「言宜慢，心宜善」的故事。話說在西元前七十七年春，正逢大漢盛世，山東昌邑城太平樓酒肆內，有一個年輕人自斟自飲，眉宇間隱現憂思，這位年輕人姓王名吉，本是雲陽縣令，三個月前被調到昌邑王府中擔任中尉，可謂「平步青雲」。可是這位昌邑王劉賀身邊聚集的全是一些溜鬚拍馬的小人，胸中抱負不展，王吉只能借酒澆愁。他忽然發現鄰桌有一位老者正微笑舉杯向他示意，王吉連忙趨身請教，兩人談詩論史，一見如故。老者試探著問道：「小友似有心事？」王吉便將煩惱告之，老者說：「我送你三個字，可以保你從此順順暢暢。」「哪三個字？」王吉滿臉疑惑。「言——宜——慢！」老者的道出這三個字後飄然而去。從那以後，王吉謹記

老者教誨，勤於政務，三思而後言，在暗流湧動的昌邑王府中，數次皆有驚無險。由於低調與勤政，王吉被任命為諫議大夫，成了朝中重臣。西元前六十七年，王吉回到故鄉琅琊省親，又路過昌邑城，忽然有位老者自稱是王吉的故人，擋在官道中間，王吉走下官轎一看，竟是十年前那位老者，老者對王吉說：「十年前我送你三個字，已經保你十年通暢，今天我再送你三個字，可以保你一世無憂。」王吉輕問老者：「哪三個字？」老人說：「心宜善」，王吉心中一震，背上冷汗淋漓，自己擔任諫議大夫這些年來，雖然總體來說還是能勤政為民，但是偶有黨同伐異，彈劾政敵。省親歸來，王吉就像變了一個人似的，不管什麼事都嚴格要求自己：「清正嚴明，仁慈寬厚」，最終成為西漢的一代名臣。據後人傳說，那位老者即是漢武帝時著名宰相公孫弘，隱居於昌邑。「言宜慢，心宜善」這句話從此就被王吉列為王氏家規，代代相傳。

從以上所述之史事來看，在「言宜慢」方面，在我未退休前的職場生活，由於工作壓力重，所以在溝通方面常有所欠缺，有時常得罪同事，在《論語》中，孔子曰：「侍於君子有三愆，言未及之而言，謂之躁；言及之而不言，謂之隱；未見顏色而言，謂之瞽。」其中「言未及之而言，謂之躁」，就跟我未退休前職場上跟同事之間溝通所犯的毛病一樣。經由道門林老師的教誨，才懂

得不管說話為人處事方面，凡事要認真思慮再說出口，尤其在煉功方面，常言耗氣，必須塞兌閉門，以養本身之氣。在「心宜善」方面，告訴我們常與人為善，必有福報。而在煉功時心存善念，會比較少雜念，回光也比較容易。

引述《道德經》第八章若水章，「太上曰：上善若水，水利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。居善地，心善淵，與善仁，言善信，政善治，事善能，動善時，夫惟不爭，故無尤。」大道原無他妙，唯有神氣合一，還於無極太極，父母生前一點虛靈之氣而已矣。人若不事乎道，則神與氣兩兩分開，鉛走汞飛，水火所由隔絕也。孟子曰：「民非水火不生活」是言也，淺之則為日用之需，深之則為修煉之要。水性善下，道貴謙卑，是以上善聖人心平氣和，一腔柔順之意，任萬物之生，遂無一不被其澤者焉。易曰：「艮其背不獲其身，行其庭不見其人」此即聖人之居善地也。居之安，則資之深，內觀其心，虛而無物，淵淵乎其淵也。

經由林老師上課所講解的經典含義，在以前未入道門前所接觸的經典有如參同契闡幽序所述：易與經者同出一源，其後不幸而分為儒玄兩家，宗易者，流為象數之小儒（短衣）；宗玄者，流為延年之方士。而歸根復命之學，或幾乎息矣。經此恍然大悟，原來道之修行必須確實由煉功來下手，才能融會貫通。

☆二十、人不為己，天誅地滅

胡明中

未修道以前，看到主題這八個字，不知要如何解釋。而最近看到有些大師解釋，它的道理是：「人如果不把自己的言行、修為做好，最後終被天地所摒棄。」現今科技發達的時代，一切皆以物質追求為主，電視、網路已成為人們生活的一部分，資訊媒體所傳播的內容，深深地影響人們的生活型態與價值觀。由於媒體的渲染，追求物質上的即時行樂，似乎成了一般大眾的生活常態，不僅吃要頂級餐廳，穿要名牌衣飾，住要豪華別墅，3C等科技產品更是機不離身，充斥日常生活當中。這些產品耗掉現代人不少時間，更遑論靜下心來修行。

人們總以為獲得愈多的物質享受，就會愈快樂；以為擁有愈多的錢財、功名、權勢，就會愈幸福。然而事實上，愈多的物質享受，只會徒增更多的貪欲，而無法填補心靈的空虛；愈多的財色名利，只會引發更多的煩惱，導致心靈的不安與痛苦。俗語說：「捨得，捨得，有捨才有得。」若能轉換心念，以佈施取代獲得，化擁有為分享，不僅自己能感到歡喜自在，亦能利益人群，有如明代表了凡以「功過格」躬身自省，終而改變自己的命運。

以上所述的只是一般的道理，就好像老師最近上「周易參同契發揮與闡幽」

中所述；「聖人傳藥不傳火，從來火候少人知，大都全藉修持力。」才瞭解到古時聖賢所傳經典，如果沒有明師點破，不知要從何下手，所以「人不為己，天誅地滅。」這段時間經林老師上課所闡述的道理才瞭解，在道德經第七章「太上曰：天長地久，天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。是以聖人後其身而身先，外其身而身存。非以其無私耶？惟其無私，故能成其私。」天地之所以能夠運轉長久不滅，以其不自生，而以眾生為生，所以萬物皆能生生不息，而天地皆生生不息，所以名曰長生。而人為萬物之靈，不瞭解天地生生不息的道理，不求生而求死，不求長生而求速死。陷溺於富貴功名，沈淪於聲色貨利，時時握算，刻刻經營，不數年而精枯氣弱，魄散魂飛，費盡千辛，難享一世。

所以古聖人法天效地，不惟勢利之場不肯馳逐，即延年益算之術亦不貪求。惟以大道為先，淨掃心田，精修命蒂，自來恬淡是好，清淨為懷，不隨俗而浮，不依形而立，廓然大公，就好像天地之無私。天地不言，全憑一元真氣斡旋其間，所以周而復始，生機毫無止息，天地之長久，故歷萬古而常新也。聖人參天兩地，養太和之氣，一歸渾淪之真，就好比無極生太極，以逆修方式來煉功，修到此身不朽，此神不壞。

人如果不知這個「己」的處地，就有如清靜經消長品十六所述：太上老君：「上士無爭，下士好爭。」上士之心，也就是聖人之心，包天裹地，渾然天理，賢愚盡包，和光混俗，自謙自卑，銜銳埋鋒，不露圭角，外圓內方，做事循乎天理，出言順乎人心，何爭之有？下士好爭者，好學之士，無奈根基淺薄，學不到聖人之位，多有憤高執著，偏僻好勝，自是自彰，論是論非，故曰：好爭也。而上士就好比進陽也，君子道長也。下士好比進陰，小人道長也。陰陽消長之理，進退存亡之道，亦不可不知也。所以人這個「己」，猶如身中之天地，而感身外之天地，身外之天地，以應身內之天地，而身內之天地，有主宰，則身外天地之氣悉歸於內也。若無主宰，則身內天地之氣，悉歸於外也。不能成道，反與大道有損。書經曰：人心惟危，道心惟微，惟精惟一，允執厥中。正是教人去人心，守道心。無奈世人不得明師指點，總在書上找尋大道，豈不思這大道，至尊至貴。子貢曰：夫子之文章，可得而聞也，夫子之言性與天道，不可得而聞也。又曰：君子憂道不憂貧。子曰：朝聞道，夕死可也。似此數語。推之，何等貴重，豈將大道露洩於紙墨乎？又豈將大道，不分貴賤、君子、小人，俱可得乎，定無此理也。

三教聖人之經典，所言治國、齊家、人事之常道者，品節詳明，所言修身

次第功夫，概是隱而不露。所露者，不過是以肉團頑心，為虛靈不昧，或以心下三寸六分，為黃庭。以兩腎中間一穴，為父母未生前。以冥心空坐，為道心，又為返本還源，一概虛假，世人信以為實，深可嘆也。

想想以前修道的路，就好比林老師上課所講的，儒家——入世，名，權；釋——出世；道——入世、出世。道家性命雙修，要修出智慧，而要修出智慧，要效法天地，陽升陰降，天地之呼吸也。天地呼吸於其內，是以長久。人能效天地呼吸於其內，亦可以與天地同其長久，一般都只是研究經典的道理，或是誦經，而不知虛心凝神，回光內照於真人呼吸處，隨其升降，順其自然而存之。就像林老師在課堂上講的，有時間就回光煉功，煉多少存多少，如果不經林老師這樣苦口婆心的教導，我還不知要如何瞭解「人不為己，天誅地滅」的含意，以上淺見與各位師兄師姐分享。

☆二一、心得分享

悟心

近來由於選舉吵得沸沸揚揚，不僅種族、顏色對立，更可怕的是青年族群與長輩之間的分歧，都令人對當前情勢與國家社會的安定，感到憂心忡忡；再加上近日的武漢肺炎病毒疫情，口罩之亂，更搞得人心惶惶，不免讓人覺得，人類是否應該要好好反省，好好修身養性，不要再為名為利而互相爭鬥，也不要再為口腹之慾而殘害動物生靈，更不要為了自己一己之私瘋搶口罩，應該把口罩留給最需要的人，設身處地為別人想，一切回歸本性，回歸自然，而修行應該就是最好的選擇。

有人問佛：當我們身處逆境時，是該委曲求全，還是奮起反搏？
佛曰：放下。不需要委曲求全，也不用奮力一搏，只要放下。

這不正是我們大家現在應該做的，放下私慾，放下偏見，放下仇恨。但說到放下，談何容易，當別人批評你，質疑你，毀謗你，陷害你，或生命遭到威脅時，能有幾個人能任由他，不在意，不理會，不計較，捨生取義，而能真正放下呢？修行就是放下，放下私慾，放下一切。老師常常提醒我們，靜坐時要萬緣放下、要放空，不要有妄念，但每次靜坐時總是妄念紛飛，一刻不能停，雖說日子一久，妄念會少些，但由於生活在紛擾的社會、燈紅酒綠、功名利益

慾望下，能有幾人能把持得住，看破一切，真正放下，都是往下沈淪，流連忘返，更為每天的柴米油鹽醬醋茶而煩惱，哪裡還能靜坐時沒有任何妄念呢？

老師也經常說，若我們隱居在深山裡修行，不受任何干擾，當然會比較容易修行，但我們都有家庭，為了家中老小，為了生活，還是需要工作賺錢，不可能為了自己個人修行，而自私的拋開家庭，退隱山林，雖然我們只能在家利用閒暇時間靜坐修煉，但只要我們肯努力，不忘初心，每天認真的打坐、看經典、做功德，在家也是可以修行的，而且若能在待人處事上圓滿，在各種考驗上處變不驚，不受任何事物的影響，學會放下，沒有妄念，就更能修成正果，修出自身的先天氣，就如同老師說的，放下屠刀立地成佛，就是告訴我們要想修成佛，修出智慧來，就是要放下慾望這把屠刀，學會放下。

有人問佛：失去的東西，有必要去追討嗎？

佛曰：失去的東西，其實從未真正屬於你，不必惋惜，更不必追討。

常言道：生不帶來，死不帶去。告訴我們雖然我們擁有很多東西，但當我們要離開人世時什麼都不能帶走。老師說，唯獨一樣東西是可以帶走的，那就是我們自身修煉出來的先天氣，死後會一直跟著我們，當你這世有修行，雖無法成仙成佛，但當你死後，看你修到什麼程度，修出來的先天氣會一直跟著你，

輪迴後會自然走向修行之路，會繼續修行，所以才會為什麼師兄姐一起修行，會有人進步飛快，有人進步很慢，那都是有因緣的，因為有些人前世或前幾世就已經有修行了。

由於近日常見親人一個一個離去，又見雙親因為生病住院或受病魔之苦，而常常覺得身為人要受各種病的折磨，就覺得很苦，想到自己老了也會像這樣受苦，不由得心生畏懼。想起老師說：若能好好修行，不僅能身體健康，還能走得安詳，不受病苦。人身難得今已得，中華難生今已生，明師難遇今已遇，真道難逢今已逢，真的很慶幸自己能與道聖門有緣而訪得明師，並在老師的傳授教導中學得真道，而且在這兩年多來學習與靜坐，讓自己原本亞健康的身體，正慢慢復原中，這應該就是修煉帶給我的好處。希望能透過我的分享，也能讓有所感悟或有心修行之人，能有個方向，進而能走在正確的道路上。

☆三二、太上老君日用妙經心得

才順

原文如下：

夫日用者，飲食則定，禁口端坐，莫起一念。萬事俱忘，存神定意，口唇相黏，牙齒相著，眼不視物，耳不聽聲，一心內守，調息綿綿。漸漸呼出，莫教問斷，似有如無，自然心火下降，腎水上升，口裡津生，靈真付體，得至長生之路也。

首段是下手功夫，就如同我們煉功時萬緣放下，調整呼吸，去除妄念回光，靜待無中生有時，學者勤修切莫錯過。

十二時中，常念清靜。一念不起謂之清，靈臺無物謂之靜。身是氣之宅，心為神之舍。意行則神行，神行則氣散。意住則神住，神住則氣聚。五行真炁，結成刀圭，自然身中有身，沖如氣透，醍醐灌頂，行住坐臥，常覺身體如風之行，腹中如雷之鳴，耳聽仙音無弦之曲，不言而自聲，不鼓而自鳴，神氣交結，嬰兒回轉，得觀內景，神自言語。是虛無之宅，與聖同居，結成大丹，神自出入，與天地齊壽，日月同明，脫離生死矣。

中段是入聖功夫，十二時中是十二時辰皆身心清靜一念不起，這很難所以日用經強調十二時中常念清靜，在行住坐臥時皆需保持一念不起，這需要在下

手功夫時下很多苦工，靜待身不動而精生，心不動而氣聚，意不動而神凝，身心意大定，也就是神氣合一時，自然精氣神合成丹，各種感應生，陽神出，超脫地球的約束。

莫教有損，十二時中，常要清靜。神是氣之子，氣是神之母，如雞抱卵，存神養氣，能無離乎？妙哉，妙哉，玄之又玄。人身中有七寶，是為富國安民，精氣盈滿也。故曰心腎血氣腦精髓是為七寶，歸身不散，煉就大藥，萬神盡登仙矣！

末段言莫教有損，為養丹功夫，日則防思慮，夜防遺洩，十二時中誠惶誠恐，故要常清靜矣！神與氣缺一不可，這真的是非常妙又非常玄的現象啊！如果沒有修行是無法感應到如此神奇的現象，不要向外求天拜地，自己身內就有很多寶藏等你來開發，待煉成金丹大藥時，登仙不遠矣！

☆二二二、為學日益

子和

最近去台北道場靜坐，老師剛好在教易經跟卜卦的課程，有一回就跟師兄討論學得進展如何？也跟他分享一些占卜經驗，依我之見，周易·六爻卦·梅花易數，這三種以梅易最容易入門，但師兄問了一句會準嗎？其實每一種占卜方法都有優缺點，所以才會有各種不同的預測術，如果有一種預測術只有優點沒有缺點而且百分百準，那市面上就會只有研究那個占卜術的書了，其他的預測學就會被淘汰了。舉個例來說，勞力士手錶很貴但時間還是有誤差；最準的卡西歐電子錶卻很便宜，但他們都同時存在於鐘錶市場，所以沒有準不準的問題，只有誤差值能不能接受而已。

梅花易數還存在於預測學的市場，就如同卡西歐是有優點的，梅易的優點為易學易用可快速知吉凶，然而判斷的系統簡單但解釋的資訊卻很龐大（如周易說卦傳），需要解卦人理解占問人的問題，套入問題情境中，然後消化出情況與吉凶，例如某人占問去應徵吉凶如何？得先凶後吉卦，而卦中乾卦剋體卦，就將應徵的人事時地物，加入卦中定位一番，在易經說卦傳有乾為天為君為父……，在現實工作應徵時會有應徵官數名，其中有年紀較長的男應徵官會找麻煩或嚴格提問占問人，因為剋體卦就代表占問人遇到的阻礙，而先凶後吉

則代表應徵會成功。占卜預測如有不準就是要再進修，進修才能減少不準的預測，（事情最難做的，就是把它做到最好）。俗話說，人生不如意十有八九。何況占卜，我朋友曾問我，誰給你卦的，我回答無形的神吧！他問如何確定？還有你憑什麼讓神給你卦？我無言以對，雖然古書都寫心誠則靈。

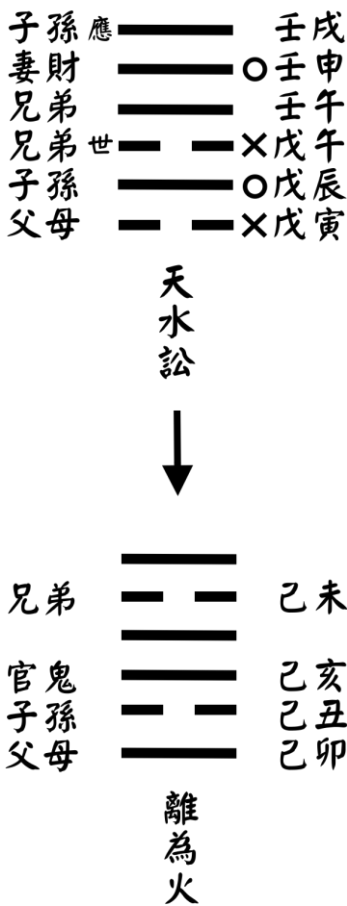
人生不如意十有八九，要減少大部分不如意，我建議修道，修為修正修改，把錯誤的改正就算修，有很多的都不如意都跟錯的行為嗜好有關，如酒駕輕則被抓罰重則傷己撞人，這行為修改掉不就利人利己利荷包嗎？道為運作系統，如空手道、茶道都由點線面組成系統運作，跟日月一樣有相關運作準則。修正錯誤讓系統運作順暢還附有真善美，就是修道啊！這樣的修道就可以改變不如意的比例，人生就愈來愈好。就如同占卜因為進修改正而減少不準的斷卦一樣。

做學問或修道就如同孔子說過的「譬如為山，未成一簣，止，吾止也；譬如平地，雖覆一簣，進，吾往也。」都是自己的決定，周易繫辭有「百姓日用而不知」修道並非去深山荒野才行，在日常生活中讓自己生活或研究的學問愈來愈好也算修道，所以大家就認真修道來過「人生不如意十有八九」的日子吧。

☆二四、醫療心得

金金

由於最近一直在長痘痘，正常有便秘，比較容易長痘痘，可是我最近排便算很正常，為什麼還一直長痘痘？所以卜一個卦問痘痘是如何形成的？



卜到天水訟，請教老師，問病用神看官鬼，裡面沒有官鬼要如何判斷，看潛伏在哪裡？把離火排出來，官鬼藏在第三爻是兄弟，兄弟是代表自己的身體裡面，第三爻在中間表示在胸部，胸部裡面就屬火，可能就火氣很大，火氣大跟生氣沒有關係，它有可能是飲食引起的。有很多種，比如嘴巴很乾也會火氣很大，睡眠不足也會火氣很大，像這樣要如何去預防或有什麼解決的方法？老師

說就是煉功慢慢把它調整，藏在第三爻，官鬼藏在世爻裡面，那就是戊午屬心，心和小腸是一組的，以這個卜卦出來在第三爻胸部中丹田，我的問題有可能出在心跟小腸。老師說也可以慢慢去研究中醫，我們的病症已經知道了，有解答出來，卜卦出來知道是什麼原因，卜卦有符合的現象，就可以上網去查病症，還有解決的方式，便上網查了一下。

中醫講「急則治其標，緩則治其本」，沒病要預防。一天十二個時辰，每個時辰都有不同的臟腑當令，有不同的養生法則。未時（下午一時到三時）是小腸經當令的時候，「小腸」是吸收營養的主要器官，同時負責「分清別濁」。「分清」就是吸收營養物質，再通過血液輸送到全身；「別濁」是將一些廢棄物質、糟粕送到大腸，由大腸排出體外。心和小腸如「夫妻」，無論從中醫還是西醫的角度來看，此時段與心臟有很大的關係。未時血液中的營養非常豐富，黏稠度相對較高，心臟負擔也加重了。因此建議這個時候一定要記得喝水，尤其是老年人，血液黏稠度高的老年人，這些水可以通過小腸吸收，進入血液、稀釋血液，利於有害物質排出體外。中醫認為心和小腸相表裡，表就是陽，裡就是陰，如果陽出現問題，陰也會出問題，所以一旦小腸出問題，那麼心也會出問題。心和小腸就像一對夫妻，心臟屬陰（妻子）主內，它出了問題不容易

被發現，小腸屬陽（丈夫）主外，一旦有什麼問題就容易表露出來。有些人每年定期檢查，就是沒查出心臟有問題，可有一天卻突發心臟病送命，所以可以透過觀察小腸經，提早發現心臟問題。

既然跟氣有關係，老師說如果以修行就是要修到心平氣和。我回答有幾個可以修到心平氣和的？真的很難。老師說要不然什麼叫修行？老師說修行不管遇到什麼事情都可以心平氣和這才是高手（努力學習當中）。

解決方法：由於長痘痘經過一個多月仍未消，便去看中醫，看症日期是一月三十一日，以前去看醫生，不管中西醫，看症完是什麼毛病，就是配合吃藥。這次看症完，中醫師只說胃腸有溼毒、毒氣引起的。二月二日老師剛好有下來高雄，便請教老師，去看中醫告知長痘痘是胃腸有溼毒、毒氣引起的。老師說是火氣逼出來，就變成痘痘，那也是在排毒，可以多按摩，擦藥膏，排毒沒有那麼快消，會一直排，排到完為止。因我是看中醫，所以可以搭配吃中藥，跟我上次卜卦臉上為什麼會長痘痘，問題出在心和小腸，因胃腸有分大腸和小腸（有五米到六米），所以去看中醫，我的症狀是胃腸的問題，就有符合。我請教老師，排毒是好的嗎？老師說當然是好的現象，搭配吃中藥最少要兩個星期才有效果，中藥的藥性是慢慢來，中藥的藥也比較多種，什麼五行都會補、會

剋，自己的身體自己去衡量看看要怎麼補。像我們有在煉功打坐，慢慢也會把毒素逼出來，所以排毒也是要慢慢排，等於是排體內的廢物。每個人排毒的方式都不一樣，有人沒有在排毒，累積久了就變成癌症，有些人在排毒沒有請教老師，而是去看西醫吃抗生素，愈吃愈嚴重。像我的問題臉上有長痘痘，在排毒也可以刮痧，因為我是經絡不通，排毒起來逼不開，才生痘痘的，排毒不是每天都有排便、有排尿就好，而是要如何把裡面的毒素排掉。老師說我是腸胃問題，就從飲食少吃一點，吃清淡一點，再配合吃益生菌慢慢改善體質，如何把毒素排掉。所以身體有問題，還是要請教老師才會安心，像我以前長痘痘就會去擠它，像我這次長痘痘一個多月，一直沒有辦法消，內心就會出現一些不安和心煩。後來請教老師知道是排毒，而且是好的現象，就不再去擠它，讓它自然排毒，內心突然感到安心平靜，也感謝老師的指導。

再次去看中醫，中醫師問痘痘有沒有比較好？我回答痘痘還繼續在長，中醫師回答，毒素若好了，痘痘就不會長了，在飲食方面也要注意，油炸，煎高溫的都不好，吃清淡點。我問要如何把體內的毒素都排出來？我算是排毒嗎？中醫師解釋，我這算是解毒，不算是排毒，我這個沒有瀉藥，吃了不會拉肚子，中醫師說排毒吃下去會流汗、會排尿、排便，會很多往外排，那才是排毒，中

醫師說我沒有便秘，不需要排毒，我的症狀只要搭配吃中藥，大約服一個月的中藥，便可以讓體內毒素排乾淨。

毒素在中醫有三種治療的方法：

一、敗毒：剛生出來的痘痘，摸起來硬硬的，不會痛，要把它破壞，意思破壞它的結構，不要讓痘痘一直大起來叫敗毒。

二、解毒：就是抗菌消炎，西醫是吃抗生素。

三、消毒：意思敗毒過後，有些殘留會跑到血油，跑到身體裡要消毒，這也是一個程序，假如這個痘痘，如果人沒有抵抗力，常常跟它維持，它也不會去攻擊，也不會消除，常常維持在那邊。比如痘痘長起來，整個月也不會消。正常一個星期要排膿爆出來，它一直停在那邊，就像人體沒有抵抗力，在那邊僵持，為什麼會僵持？就是人沒有抵抗力去抵抗，這個毒素你想要叫它出去，可是我們的抵抗力不足，陽氣不足，所以這個時候要用托毒，就是用補藥讓它有抵抗力，把它托毒出來。

我這次的毒素是用解毒，中醫師說解毒是我的食物一定有問題，吃進去太多的毒素堆在體內，才會長這個痘痘。也建議我多吃薏仁，可以祛溼、解毒，皮膚會較好。人的毛病真的很多，自己不知道而已，記得當初會走入修行，也

是因為身體有問題，雖然修行多年，也不能說身體健康都沒有改變啦！往另一個方向去思考，人的年紀愈來愈大，同樣年紀的人沒有修行，是不是他的毛病愈來愈多？我們有修行，雖然還是有毛病，但沒有他們那麼嚴重，他們沒有在修行，他的毛病會隨著老化，我們有在修行煉功，身體裡面還有能量，所以老化較慢，你還沒有老化，那個毛病還沒有辦法爆發出來，我們有在修行，裡面本來潛藏的毛病慢慢會爆發出來，慢慢把血液淨化完，就沒有毛病了。

☆二五、靈修報告九

依兒

最近新添了一個孫子，每個六、日都是我幫忙照顧，之前有上課時老師提到先天一點靈氣在未入胎時，叫元神，也叫胎神，他會在母體懷孕時就在旁邊守候，待到十月懷胎完成，胎兒落地時，神靈再一晃而入嬰胎身上，那一聲啼哭，也是證據。有元神之存在，而嬰兒心思純潔，無思無慮，一團熱氣都在頭上，所以抱起我家嬰兒時從頭到脖子是熱呼呼的，身體反而沒有那麼高的溫度，印證了修道的真理，靈光真的存在每一個人身上，而隨著年紀長大，心思就沒那麼純淨了，妄念多了，貪、嗔、痴也多了，想名利，想金錢，想地位，想嫁了個好老公，想娶個好老婆，名分地位就感覺到很重要，一定要等到老時，到五十至六十時，才開始發覺，所謂的名、利、金錢，世俗一切都變得似乎沒那麼重要，健康才是首要，就一定有開始身體病痛，而這時開始尋找是否有長生不老的藥，或者健康食品一直吃，但他們都不清楚那只是外在的，真正能扭轉的是自己的打坐、煉功、煉元氣、煉元精、煉元神，加上做功德，來和累世無形的冤親債主化解，以功德來體用是最快的，所以老師在課堂上講的，我認真做功德，也見證到了效果，現在只剩打坐，進進退退的，有點考驗我的心志，回憶剛到台北上課時，每到星期一或星期四，不是下大雨就是很冷，但是我都

跟自己說，管他的，這裡是我要的，我一定要去，你要考驗儘管來，隨著後來一次次上課，我不敢說老師講的我都懂，但是每次我心有疑問，或是對風水上有不懂想問的，在上課中，老師都會講出來，就像現下很多人都在流行種生基，老師就有說到不要把下輩子的福分，提早這輩子用完，剛開始不懂，現在超級相信，這輩子的福分禍福都是前輩子累積而來，這輩子只是演算出來，不要強求，不然只要有錢，一種下去不就沒有天理，世界亂套了嗎？所以還是這輩子安安心心種福報，做功德，就是有不好的事來了，還是要甘心承受，盡早化解才是王道。以上是最近的感悟。

☆二六、修行思考

常清

小時候常問父母「為什麼」，為什麼要上學？為什麼要辛苦讀書？得到的答案都是為了長大之後能找到好工作。長大之後會問自己為什麼要努力的工作？答案不外乎是為了要養家過活，多存點積蓄以備不時之需，讓年老之後的生活不必為金錢擔憂。人在做任何事之前都會問自己做這件事的目的是什麼，了解目的之後才會行動，因為不想浪費時間和精力去做白工，但人卻很少問自己「人活著的目的什麼？」我們活著是我們正在做的事，而且是從一出生就開始做的事，為什麼卻很少人問這個問題呢？我們如果不了解自己這輩子活著的目的時，是不是很有可能會浪費時間和精力做了白工，付出的代價是白白浪費了我們最寶貴的一生。

大多數的人被問到「人活著的目的什麼？」時，因為自己沒思考過這個問題而回答上一輩給他們的答案，不外乎是成家立業、傳宗接代或留下豐功偉業等。如果這些答案是正確的，照理說達成了這些目標，人生是不是應該就無憾了？是不是每天都可以過得很快樂？但我們可以發現就算完成了這些目標，大多數的人還是過得不快樂，反而隨著年紀愈來愈大，面對自己人生漸漸走入尾聲，而感到焦慮、擔憂和無奈。如果我們願意認真思考「人活著的目的

是什麼？」你會發現這個問題很不簡單，必須花很長的時間思考才能找出答案。當找出正確的答案後，你會發現你已經看透人生的本質，對所有的事情不再感到徬徨與害怕，能夠清楚且勇往直前的向日葵邁進。

曾經我也被這個問題困惑了很長一段時間，人通常都是在低潮時才會思考這個問題，我也不例外。為了找出答案我花了很長的時間去思考，翻閱各類相關書籍，觀察他人不同的一生。經歷了十幾年的歲月，也在遇見了我太太之後，因緣際會下我們一起感受、一起體悟了許多神奇的事蹟，於是我慢慢地找到了答案，在這裡分享我的答案讓大家做為參考。這個答案我把它濃縮成一句話，即是「人生是為了幫助元神達成圓滿的一段學習與考試之旅」。元神即是靈魂也是真正的自己，又稱真我；肉身只是元神暫住的軀殼，即是假我。人們卻認假為真，把真我丟在一旁不理會，為了這個「短暫的假我」而拼了命的去追求財富、地位、名聲與美貌，然而這個肉身死後能帶走什麼？什麼都帶不走！只有元神會帶著遺憾繼續走下去。元神為什麼要不斷的轉世輪迴？元神會轉世輪迴的原因有三個：第一個原因是因為元神為了學習祂所欠缺的智慧而轉世輪迴、第二個原因是元神為了修補不圓滿的因果關係而轉世輪迴，還有第三個原因就是神佛自願下凡度人救世而選擇乘願輪迴。不過，第三個原因因為極少數個

案，我們暫且不談論。

先談談第一個原因，元神為了學習祂所欠缺的智慧而轉世輪迴。元神是什麼？元神是虛空中具有靈性的靈光轉變而來，元神能與天地同壽，但元神剛開始時一樣什麼都不懂，必須經過學習，其智慧才會增長。但在智慧還未增進至圓滿時，元神也會因不明白（無明）而犯錯，若犯的過錯太嚴重則必須接受懲罰，神佛於是訂定轉世輪迴與無間地獄懲戒的機制，藉由此嚴格的機制來提升元神的智慧。犯錯的元神在轉世之前會與負責轉世的神佛共同討論，一同規劃出轉世之後要面臨的種種考驗，並且藉由轉世輪迴來體悟元神所欠缺的智慧。元神轉世之後，剛出生時便被封印在肉身內，元神過去的記憶也會完全被封印住，元神將隨著肉身一起經歷當初所設定的考驗。當肉身消耗殆盡後，這一世的記憶便會融入到元神的記憶內，成為元神的記憶；若肉身在經歷重重考驗時能悟透原本所欠缺的智慧，如此元神也能同時獲得此智慧。舉例來說，元神是因為貪念和執念而犯錯，便會在下一世訂定一連串「得與失」的考驗，讓肉身反覆經歷從無到有、再從有到無的磨難，希望能藉由磨難來體悟有得便有失、有失便有得，悟透「放下得失心」的智慧。因此，唯有讓肉身深深切切去經歷、去體悟，從艱苦考驗中體悟出來的智慧才是最刻苦銘心的，也方能證明元神是

真正的悟透祂所欠缺的智慧。反之，當肉身在這一世無法悟透時，元神當然無法證明祂是否真正悟透祂所欠缺的智慧，那麼元神只能再次輪迴到下一世繼續學習。

倘若這一世元神沒悟透祂所欠缺的智慧，反而還犯了更多的錯誤，那麼元神就會被送到無間地獄，受到地獄的折磨，讓元神深深切切記住傷害他人就要受到無比恐怖的懲罰。元神與天地同壽，元神所經歷過的每一世、每一件事都會烙印在記憶裡，所以在地獄裡受到的痛苦也會永遠被記住。在地獄懲罰完後，元神便沒有資格與神佛商討下一世要承受哪些考驗，下一世的考驗全由管理地獄的神佛決定，由於犯的錯誤變多了，因此下一世的考驗一定會增加。如果世人不覺悟而執迷不悟下去，永世輪迴是一定會持續發生的。不要期望神佛會救你，因為考卷是祂們出的，祂們只會提醒你指點你，不會洩題給你讓你不遭遇到考驗。不斷的輪迴好玩嗎？當然不好玩，因為你不可能每一世都一定會當人，有可能會成為畜牲或變成昆蟲蚊子。如果當人就要受生老病死的折磨，這輩子的親人愛人，下輩子可能變成仇人或陌生人，因為你無法決定下輩子會變成怎樣。若不幸的生在民不聊生、戰亂不斷的國家，更是痛苦一輩子。「此身不向今生度，更向何生度此身？」請把握這輩子身為人身又有幸接觸大道，

早點覺醒開悟吧！才不會浪費寶貴的人生。

再來談談第二個原因，元神為了修補不圓滿的因果關係而轉世輪迴。當我們有愧對於他人，就算自己的智慧修得再好再圓滿，心中還是會存在著愧疚，這個愧疚會讓我們無法靜下心來，無法靜下心來就無法安心安穩地過日子。若幸運地，你所愧疚的人恰巧與你一起脫離輪迴，那你還有機會在天上化解你內心的罣礙。反之，若那個讓你愧疚的人一直沈淪於輪迴之中，那麼你唯有再次轉世，轉世到人世間去修補你的愧疚，圓滿你們之間的關係。只有圓滿了與他人所有的因果關係，你才能清靜，才能在天上過著永恆自在的生活。

這輩子有幸聽聞大道的我們，都是很有機會在這一世就能脫離輪迴。所以神佛或元神很有可能會安排我們這一世就碰到我們心中所感到愧疚或罣礙的人，也就是與我們因果牽扯最深的人。想想，和你這輩子因果牽扯最深的人是誰？通常是我們最常碰面的、無法避開的人，那就是我們的父母、伴侶、子女、兄弟姐妹或是交情很深的朋友，因為心中有愧疚才會有罣礙，你才會在這一世又與他相遇，所以要盡力去圓滿你們之間的各種關係。若這輩子對方傷害你很深，你無法輕易的原諒對方，那麼你就試著在心裡祝福他，不斷地祝福他，直到你已放下心中對他的仇恨。當你心中對他不再有任何的仇恨，這也是種圓

滿。何謂圓滿？「圓滿就是無愧於心」，願意祝福對方，心中無仇恨也無罣礙。請記住，我們的元神再次轉世輪迴為人，不是為了這輩子要賺多少錢、要有多帥氣貌美或要擁有他人所稱羨的一切，這些對於元神來說一點都不重要。元神在意的是你這輩子能學習到多少智慧、這輩子有沒有圓滿了各種關係。希望大家之後都能站在元神的角度來看待人事物，靜下心來思考你的元神希望你這輩子學習什麼？多為元神著想，不要讓元神又帶著遺憾繼續轉世輪迴下去。

非常感謝老師與師兄姐們無私分享寶貴的修行經驗與智慧，讓想要學習大道又苦尋不到方向的我們宛如獲得明燈。從道聖門的善書中我們學習到許多智慧，也讓我們對修行的方向更加明瞭。來到台南道場之後，感受到老師及師兄姐們的熱心、真誠與無私，實在感謝。

☆二一七、煉丹採藥治病真法訣

來好

這是修道破門語錄十八，門下定靜子頂禮起問，修道有煉丹採藥火候種種名目，請重申其說？

老人笑曰：夫道之為物，至玄至妙，陰陽莫測。其大無外，其小無內，包羅天地，養育群生，本無形象之可見。其所謂道者，亦強名之耳。如欲直指其所以然，雖千經萬典，亦不能形容其實跡。今汝既以丹藥來問，姑就大要以解釋之。丹者似曰非曰，似月非月，丹本非丹，強名曰丹，日屬陽，月屬陰，煉丹者，就是身中陰陽二氣混合，煉為一氣，就是無人無我之意。藥者是人自己身上本來之性，本來之性，即是五行五德之善。採藥者，即恢復本來天命之性。藥固無藥。何以曰採？因為人落後天，為神魂魄意五物用事，喜怒哀惡慾五賊猖狂。將先天五元分散，五德各偏，加之積習成性，一身內外皆病，非藥治不為功。故道祖慈悲，傳金丹有為之道，教人靜坐，去安存誠。即所謂明善復出，採藥煉丹，是譬喻也！至人身中原有內五行，為精神性情氣，發於外為仁義禮智信。因性統仁屬木，情統義屬金，神統禮屬火，精統智屬水，氣統信屬土，人秉陰陽五行之氣而生，即具有仁義禮智信之五德。欲成聖賢仙佛，非從仁義禮智信五德做出，不仁而必期其仁，不義而必期其義，不禮而必期其禮，

不智而必期其智，不信而必期其信。採藥者，即將仁義禮智信五德歸為一家，就是丹經上所云；「五行攢簇。」煉丹者，將眼耳鼻舌聚合於一竅，則四象和合，這一點真靈之氣，凝結不散，則陰陽混合。所謂圓陀陀，光灼灼，是即所謂之丹，故煉丹採藥如斯！亦所謂道心常存！人心不起，將精神性情多聚於一氣，又謂之四象和合。其所謂丹也，藥也，總是一個，不是兩物，未經鍛鍊，則謂藥。鍛鍊成熟，則謂丹。所謂鍛鍊者，即是靜坐。

至於火候，有老嫩抽添之說。修持之功力謂之火，用工之次序謂之候，進前謂之添，退後謂之抽，勇猛謂之武火，從容謂之文火，用工時，剛柔緩急，皆能不失其正，即得火候運用之妙。故一舉一動一默一語中，皆不離乎斯道。

所謂還丹者，即還某固有良知良能。返還者，就是由人心，而轉道心。爐鼎者，就是人生生之初，這一點之關竅，打坐時默守玄關者，就是將一切鎔化於無，故謂之爐鼎烹煉。又曰金丹大道者，因金能耐久，永久不變，故曰金剛。修道人心就要如金剛之堅，永久不滅，方可成道。

至於修道有順逆之說者，人心用事，順行之道。慾念之起，如火上炎，如水下流，故謂之順則成人。修道者，反乎此，以道心用事，人心受制，不能為所欲為。如水上潮，如火下降，故謂之逆則成仙。一逆一順，即聖凡之分。故

古之聖真仙佛，不肯輕洩天機者，竊恐其為匪人所得，乃不得已，別立名目。

至於龍虎坎離水火鉛汞日月，種種名稱，均是陰陽之別名。所謂煉丹採藥，火候老嫩抽添，安爐立鼎，種種都是譬喻。若說是採藥，是採人身中氣血濁物，或是採世間草木金石等等非類之物，為性命之藥，煉合而成有形之丹者，則與金丹大道相去遠矣！無如後世學者，上材者少，錯認法象，失其本素，自立門戶，以致索隱行怪，別求奇異，遺害不知多少人性命，即所謂旁門左道是也。歷來當祖師者亦莫可奈何！吾今不畏天律，逐一揭開，所說皆頭頭是道，希望大地男女，同歸正覺，共修大道，勿患金丹不易成，西天路遠。有志者，勿錯此三期普度，則幸甚矣！

門下無心子頂禮起問；現在既逢三期普度法會宏開，何妨將大道公開，人人皆可以得聞超生了死之方，且睹天聖真仙佛金爐，大願可以早了，又免世人種種疑忌，豈不一舉兩全其美。

老人笑曰：汝聞道未久，尚未能了明道中奧妙，況大道之秘，由來久矣，此話可為智者道，難與俗人言，夫大道真詮，非同兒戲，豈可隨便說出，亞聖有言，齋戒沐浴，可以祀上帝，此第一關頭，修身必由之路，欲求道，首要虛心誠意，方可求得歷聖心傳之法。其所以先敬神明，然後立誓願書，焚化於神

前，以固求道人操存之意，憑神稟鬪。以警求道人之心志。叩頭者，是禮也。故禮儀三百，威儀三千，以昭慎重之意，至於準空是神聖權衡，且仙佛度人，有三不度，不信者不度，定業者不度，無緣者不度。況人心隔肚皮，虎心隔毛衣。汝等雖屬先聞大道，有推己及人意思，惜未能做到六通的工夫，焉能盡人而知？而歷聖口口相傳有六耳不談之秘，又何能當眾公開，就是家人父子等，亦不能私相授受，況從前有許多聖真仙佛，婆心濟世，道傳非人，迭遭天譴。

所以能在道聖門修的師兄弟，都是有緣、有福報的人，所以要更加珍惜、多修功德。跟著老師上課、打坐也有十幾年了，這麼多年來，自己覺得修道最難的是煉功，反倒是佈施我就覺得較容易，就財施、法施、無畏施，看自己的能力而為，而煉功自己已過了坤六斷六爻全陰的年紀，又生活在這個復雜的社會裡，每天都有事情要忙，腦子裡好像有想不完的事，所以煉功要萬緣放下，談何容易，就算沒有妄念，也是很短的時間，所以就沒辦法有很強的先天氣，然而妄念多，煉出來的氣就不純，又沒有太多時間每天都能夠長時間的煉，雖然煉功氣不純，但總比沒煉功的還好，身體大致還不錯。

清靜經消長品十六，人之初生時，身軀如絲，坤柔之象也。九百六十日變一爻，初生屬坤；至二歲零八月，進一陽，變坤為復；至五歲零四月，進二陽

變復為臨；至八歲，進三陽，變臨為泰；至十歲零八月，進四陽，變泰為壯；至十三歲零四月，進五陽，變壯為夬；至十六歲，進六陽，變夬為乾；六爻純陽，上士之位也。此時修煉，立登聖域，以下九十六箇月，變一爻，此時不修，漸而成下士矣！至二十四歲，進一陰，變乾為姤，此時修煉，不遠復矣！如若不修，至三十二歲，進二陰，變姤為遯，此時修煉，容易成功。如若不修，至四十歲，進三陰，變遯為否，此時修煉，還可進功。如若不修，至四十八歲，進四陰，變否為觀，趁此能修，久而可成。倘若再不修，至五十六歲，進五陰，變觀為剝，趁此快修，困學可成。再若不修，至六十四歲，進六陰，變剝為坤，純陰無陽，卦氣已足，趁此餘陽未盡，若肯修煉，還可陰中返陽，死裡逃生。倘若再不修，待至餘陽已盡，無常至矣！一口氣不來，嗚呼哀哉，豈不是大夢一場。奉勸世人，勿論年老、年少，總宜及早回頭，為妙耳。切莫死後，方悔欲修，可能得乎。

很慶幸能有緣在道聖門修，因為跟老師修就不怕走錯路，看外面很多都是這家走一段時間，沒有感應，又到另一家，又沒感應再到別家，這樣只是浪費時間，到頭來還是一場空。

☆二八、修行雜談

帝羽

修行到了如今感覺上活是為了什麼？快過年了本應該高興，然修行讓我覺得每一年只是機能退化，又想起老師以前推薦看的曠野的聲音裡的部落不為年月節日而慶祝。修行就是務實實修，不為別人而修，只問自己修了多少踏實的心靈，表面修終有漏，踏實修能漸漸改變氣質。老師跟我說過沒人能控制誰的命運，只有自己能控制自己的命運。也想起七真邱祖當初成道前，被算命仙算面相說未來命運會餓死，他聽完心灰意冷想說反正都要死不如早點死，把自己綁在樹上肌餓等死，而太白星君跑來點醒他，講解五行只要有心行改，又有做功德就能扭轉乾坤命運！本來賤相會轉變好一點。

回到源頭我修了十多年，也觀看自己過往的心得改進空間很少，也從呆笨不服氣，對人說太多心中目標，被笑的都說傻話，也漸漸承認看到現實的自己，可還是不甘心，因那當下是認真的有來世再續，也總覺得自己愈來愈沒有什麼。想到早期都傻傻做事，比方煉功做道務不妄想，再經過漫長恆心就會通一些阻塞腦袋的事情，如果要說我腦子昏沉就跟缺氧一樣不能亨通，必須借炁補回！

我開始覺得人生有多少年，話說回來不要想那些遙遠的路，但是一年一年

過得很快！人有時候都會想要做個什麼，因事情加惰性的關係又走歪了。也觀看這時代少子化老人漸居多，而很多大人勸小孩組家庭，不然變孤單老人無啥存錢、又帶病痛怎辦？

而每個時代人心的轉變，造就了環境型態。只能說這種事緣分兩字，看各人跟其他負情緒或修行都無關，且找到同心共識的才是個問題，才能做更多的事情。如要按長輩要求，或許有些人不如假結婚的辦一辦合同，時間一到就離了，也了一件樁事。

以修行來講變成獨居老人影響較不大，因還能煉功補回精力做事，有心修自然有上天安排。不然以前東港總召年紀過七十歲雖體力有差，但是每週或平常日還是能從東港一路騎車來道場或市區裡保養銀行的發電機？可見這不是修假的！但這種事情在現代高科技很少人會去相信，因科技發達方便只相信科技，不相信算命運，但人在難處出事低潮時，卻想要點運氣？

自從我修行後漸漸覺得古代人的奧秘不是說假的，也因外面坊間很多都是用改運斂財，用加持招搖撞騙才讓很多人覺得這是迷信，真正修行來看這些加持就能改運根本是痴人說夢！如果能讓我這空笨的人花點錢去加持就能變正常改變壞運了？一句話別傻了！自己誠心修行來悟，加做功德消業才是根本，

想起早期放善書活動，一位師姐突然起駕跟我說迴向親人，也問了老師，答案說自己要修出來效果比迴向較有用。

大道三教無私心傳承，用錢也買不到。達摩四行觀書裡也提過，而經書很多都提到五行變化，從爻象演化人身各種過程，自己接觸過乩童的人，大多都是用法術或說五行八卦不用學，神自然會教，或懂點皮毛就認為很強了，也有指點草藥幫人治病。不過若說相信科技那親友人往生什麼都不用辦了，也不用紀念回憶！科技不是能讓人忘記一切？何來的感情？還是說人的現實及情感遇到很多事情就往科技裡找安慰消磨？說也真好笑，科技不也是從人遇過多很多事而研發出來，這些不都是從古代氣機通靈光一現而演化而來的嗎？

感覺人愈來愈弱愈懶都叫外送居多，抗壓也降低，醫院很多是青中年人在看病，一下那樣一下這樣，我也包含其中，被老一代的人笑說受點苦就沒凍頭了喔？還想競爭個頭。

工作下班假日中，都聽多人建議考個鐵飯碗度日，也有人跟我講過這輩子不可能什麼的或無藥可救了！以前聽起來很傷心，現在不會了，因我面對自己的狀況，唯一不變的智商低弱障礙的事實，也覺得自己很不可思議，十九年前時沒意外的話，只讀到中學就工作了，因讀高職父母沒錢，家裡也沒那麼好過，

只因親戚借我第一期學費之後，我就半工半讀有了目標，每晚加班，八點等搭公車有時轉渡船回家發燒也照幹，當時最多領到三萬多。如今觀照早期的我雖然很笨，但是這樣子就有點像是安排好了。

面對家家本難念的經，我想起了東港總召快過年了都會買烏魚子，感覺上都有個共同家裡人問題，希望能和樂安逸，但都太執著要他們能改變，修行中家人習性跟自己是一樣的根深蒂固，我該放鬆專注修自己了，雖出事心會有點不捨，乃是人之常情。

不過古早人說過的長輩兒孫自有兒孫福，煩惱太多煩惱不完。這也是前世欠的債需要還完，不然為何人會投生各種家庭裡，只因前世有共識過，機緣一到就碰面了，這有點像老師說過的把動物當成子女照顧很好，來世被他照顧。而光無所不在，如有修出來，靈就能通過去現在與未來的人事物來龍去脈。

某日第一次跟著老師及師兄姐去台南道院做事，辛苦老師一路開車了，而台中師兄姐也跟老師約時間來幫忙道務與其他類，老師也親自帶領做事，也關心問會不會很重，我回不會因本身從事粗活就跟做工的時候一樣，下午吊車要來吊貨櫃移地方，上午就要完工了，事先把木頭搬出來，台中師兄挑選木頭要載去切割來當道院用途，剩下的木頭再搬進貨櫃裡排好，整天上午都是分別休

息幾次一下，大家就一直搬木頭，時間也過得滿快的，許多大小長木頭還有生鏽水管鐵釘拔出來，還原貨櫃裡的木頭，再把整理要雷射切木頭搬去台中師兄貨車上。中餐時敘舊話回道場打坐一下，師兄幫我整脊一下感謝他了，很舒服。

下午再跟老師去道院做些小整理，吊車來把貨櫃吊到隔壁放，忙完之後回台南道場整理一下，老師就帶我們回高雄了。感覺當時到台南道場時有點回憶，不斷浮現當初年輕在附近區域工作，假日也騎來台南道場上課，感覺是好像昨天的事了，聽著老師講解道院光那棟裝潢就花很多錢，往後隔壁的地有買就蓋大間就更多費用了。但是老師也提過如以後沒人要修，他就要關閉了，我想也對啊！要做到老師這樣傳道根本沒有人。

對於前總召師兄走前，他不太會干涉我做事，有時候他都讓我自己發揮，重要的事我就讓他處理了，畢竟我會壞了事情，而有時候我都跟他說去打坐，剩下的我來弄就好，跟他在做事方法都固定幾樣，他人已走了，時間事物都會變，我也要轉換新的事物，而老師上完課有師兄姐都會幫忙，都會來問我東西放哪怎么做？這也因當初有師兄還在的緣故，而我都跟師兄做事，可是時事物變了，我這樣有點混亂也不好，就要請他們問師姐。

如要說幫忙道場其實我也沒幫多少，做的都是些小小事情，也因現實中我

這種浩呆可用，常常被說點好話就以為人家跟我要好，用點稱讚話跟小惠就能打發走了，扮演二二手跑腿員傻笑看過人情冷暖，也有給人一瞬間安慰勸言，當下客話出確沒念頭，只是外人覺我平常傻臉傻蛋怎會？也一時想不通。但我這種傻臉傻蛋又不是裝出來的，就很自然那種的傻笑。有認真煉功那段日子就能夠把失去的優點漸漸補回。

我這人記憶不知是清晰還是迷糊，去了各道場都會注意一些電器物品有換新一看就知。某次去跟小學媽媽買炸類，我就問您們早期不是有賣冰淇淋？她跟我說我記錯了吧，不久後說有！問我那麼久了且當時還在讀書我還記得！或有次道場整理舊物與箱子，師姐看怎會有新的伸縮拖把組？我說好幾年了當初過年我跟您一起去買的，有些事情當事人可能忙碌忘了，但我不知覺就替人記下了或說過的話。

人生每個人都會扮演各種角色，修行後我沒像其他師兄姐讀易經卦象很快就進入狀況，我也只有看老師那本認識陰陽五行，而又看清靜經的片子其他片子很少看，又加上做道務與煉功，到了某一段日子裡就會莫名通了一些，自己就拿筆研究，陰陽五行都說一動一靜來演變，我就想對啊！這變來變去我想起早期幹過廢棄廠分類員，廢棄物利益轉賣再轉，好賺也會衰退成沒價值的一天。

修行聞道有先後也無差，問題是能不能維持下去？太極陰陽始列中間的空洞能有多久？人生各種難疑雜症也一樣。就問自己能不能放下煩惱。

以前聽同學講起一些人生話題，說到合夥人強者要跟強者或論婚姻不能找強的，那時候我還不懂，現在有經驗用陰陽去推就能知了，也不能說我是對的。大家都知弱的只能跟弱的一起，或只能單獨，但強的跟強的到頭來還是爭得死去活來！我都夾在人群的中間，跟著很多強者也有些是合夥一起，表面上看起來對方兩個能力強都處得蠻不錯，不料私下批罵對方一連串，我都是被拿來當出氣筒那個人，我就想想很奇怪，強者要上看我，弱的卻看不上我，怎不跟水準較相識的講？是怕面子形象？有些強者也不讓人知他的過往苦難工作。按推理來講，強者佔有慾太剛烈，男轉變大男人心態，女人轉變妻管嚴，每天吵吵爭個更兇！表面是讓外人看不到的，這裡全部很多都因太愛面子了又不服！

最近想通了一個缺點，就像打心得一樣，想得很快，但是手跟不上就忽略了，後來我才明白老師跟師姐我說過專心，一看句子裡有些還不順或亂跳。人都有缺點無論是囉嗦、壞脾氣、潔癖、約束別人、嗓子大等等種種，那以前我總認為當事人可能不知道吧！如今我觀人久了，也發現有些人是知道的，有些

是不自知，不過這些都需要控制，而我也曾經一直想過如果我去精神鑑定或許比較好，但是事後師姐跟我談過，我想想也對！

以前未修行前不知就算了，現在有修行做事加煉功想通了一些道理，就不用再往負面想，還有這道炁只因無形無象，修行無信心也不相信自己，容易被他人影響而心情低落。我現在覺得修行來講，有肉身難免受一些小傷事故，如要一直算什麼時候發生都較無作用，有做出福與功德就能消，而煉功是讓元神有力量來活用，不然無炁元神也迷糊。

經書裡丹道法訣對於一般沒修道的人看不懂，有修到某一個程度自己看就看得懂，但是懂了還得研究，因裡面變化多端，裡面有句是說天地為體是以日月為功用，人身為體是以水火為功用，炁看不到摸不到，但是古人或達摩騰空或老師年輕勤煉功炁一盤坐跳起那股無形力量，不是電影小說傳授大法就能得到，用錢也買不到，這功法猶如天授，心有點絲毫不正就無法得訣，就算得訣有缺德之事也難領悟深層功法。

有時候想想修行生活上各種解鈴還需繫鈴人，我表達話不清楚模糊，做事沒得領，遇到外人是沒人理的，但旅途中有時候會遇到有緣人，一看就會知道我的心理哪些缺點也幫忙到我。

而修行日子好過有點胖了，就有點鬆散，回想以前雖苦難瘦到像個難民，但是沒錢可補營養那個骨氣很真實的活，外人要幫我也說不用了，不過當時觀念確實是有點癲瘋了，那是超級負面的精神支柱！望著天哈哈哈哈哈我還沒領便當，還能照樣幹！就像感覺來了該衝了，壓抑心理要爆發了！早期別的工作時要從三樓搬新桌子去貨車上，兩人一組，當時跟師父外地工作回工廠，沒吃飯當時想想算了，自行吃顆糖，本來兩人搬，然後就瘋狂的一個人搬，組長就氣了，事後現在想想，滿關心我的他，當時有問要不要請人幫忙買個雞排，會生氣也因這樣會傷到周遭人。

在更早期工廠雖沒有領多錢，當時我也認了命運本來我就是很笨，加班費六千塊只因老闆不想給，因當時趕工都幫忙到晚上八、九點，會計幫我爭取，後來我看老闆那個碎碎念樣，心想算了也沒拿都退回。修了行有慢慢學了一些不衝動了，有些事情也改被動。無論哪工作如何，看很多同事爽缺吹冷氣無太多事還是會喊痛苦，因時間過得慢很無聊，出努力的還是會喊苦，體力有限要有人手不想太多工作量。按照以前的我會累死，自己有工作要做，都時常被拖去凹幫忙。

修行中覺得愈簡單愈好，生活用品上買太多反而太煩累，如果是住透天房

人數少了，東西堆積愈多，整理起來可累死人，裝潢多層櫃子就更累了，現代工作壓力多，較享受吃喝玩樂的人也分懶散等級，日子一久灰塵一堆也生了一些蟲物，人不生些疾病才怪！反覺得不重要的都丟棄，雖屋裡少物，冷冷清清看雖不太好，但對修行者覺是好事，想想我哪知道明天就發生個什麼就走了？且太依賴科技就更懶了，人走了這些都不屬於自己的了，很矛盾的狀態，靈有肉身時對事物很執著，一但脫了殼才知這些又有何意？

☆二一九、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

☆三十、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