

玄機奧秘 三十

目錄

一、序文	達道居士	三頁
二、讀書樂	達道居士	九頁
三、無中生有的智慧	達道居士	一四頁
四、性命雙修	達道居士	二二頁
五、悟與迷	達道居士	三三頁
六、嬰靈	達道居士	三九頁
七、反省與回光	子理	四六頁
八、呼吸	子理	五一頁
九、黑洞	子理	五六頁
十、胃疾	如一	六二頁
十一、追思	如一	六八頁
十二、人生苦短	才順	七七頁
十三、把握當下	正福	八〇頁
十四、哀悼	正福	八八頁

十五、樂觀人生	正福	九〇頁
十六、生老病死的感觸	誠意	九四頁
十七、無常的醒悟	行界	一〇一頁
十八、人生無常	常真	一〇四頁
十九、何謂陰功	來好	一〇八頁
二十、說與行	揚道	一一頁
二十一、氣	芝盈	一四頁
二十二、重新開始	帝羽	一二二頁
二十三、時間銀行	明中	一二六頁
二十四、修行要有正確的觀念(二)	金金	一二九頁
二十五、經驗分享	悟心	一三三頁
二十六、清靜學會招收會員		一三六頁
二十七、贊助名單		一三八頁

☆一、序文

達道居士

一〇八年台灣清靜學會於四月二十八日在台中舉辦會員大會，並選出新任理事、監事，圓滿完成大會，感謝台中師兄姐辛苦服務會員。美中不足是高雄蔡總召卻忽然的走了，此消息讓高雄的師兄姐錯愕，感覺不真實。因前一天大家還在嘻嘻哈哈聊天，怎麼回家在家忽然無疾走了。蔡總召在高雄道場與台灣清靜學會服務大家，做很多道務真是功德無量，方能博得師兄姐的敬愛，如今走了大家都捨不得。台灣清靜學會當初是仙佛賜名的學會，目的是宣傳正道修行接引眾生回到天庭的世界。他這一走我得請教太上道祖如何安排蔡總召回歸他的世界，於是我靜坐問太上道祖要如何超渡他回去？道祖說率領師兄姐去唸清靜經迴向給他，助他一臂之力，就能回到天庭另一個世界繼續修行。清靜經有不可思議的力量，修行者懂此功法即能回歸天庭世界。蔡總召在道聖門修行很久了，知道這個功法訣竅，但我怕他放不下，還會留戀凡間一切事物，故請教道祖我要如何幫他超渡。道祖說只要唸清靜經即可幫他回去，這太簡單了。因為蔡總召對清靜經功法都了解，不需要我翻譯解說。

大家還記得十幾年前我有去大陸四川旅遊，爬山八個小時回到賓館已經精疲力盡累慘了，就早點睡覺。當天半夜起來下床要上廁所，走不到三步就被無

形的鬼附身，瞬間身體裡面像入冷凍冰庫那麼冷，趕緊回床拉一條毯被披在身上，然後靜坐煉功，不到五分鐘就流汗了。再次下床一樣又被附身，身體又發冷，趕緊又回床煉功。十分鐘滿身大汗，就又下床，同樣被附身，這下真的嚇壞我了，於是開始靜坐透過元神尋問答案，方知是女鬼要盜精氣，於是我提出教女鬼清靜經功法讓祂修行超脫，此女鬼也答應，我就拿出一張清靜經來默唸，一面唸一面解釋修煉玄機，經過四十分鐘總算解釋完畢，問女鬼知道了嗎？女鬼回知道了。於是我運氣一揮，女鬼終於現身倒在窗戶底下，我一看蠻漂亮的，就叫祂走，祂就從窗戶飛走。我再次下床，這次真的沒被附身了。由此可知清靜經真的是一部回到天庭的秘訣玄機。

這清靜經不是用唸就能回天庭，還得修煉出身內的先天之氣，稱為「仙氣」，道聖門仙道氣功就是「仙氣」的功法。高雄蔡總召修行二十多年了，本身已有這「仙氣」可以回到天庭。加上師兄姐助唸也都有「仙氣」迴向給他，助他更順利回到天庭。

清靜經的解脫法，猶如佛門的往生咒，依佛門解釋往生咒是拔一切業障根本而得生淨土；眾生為什麼會流浪生死，在三界六道中輪迴不息呢？就是因為業障重。這些業障從哪裡來的呢？就是因為有貪嗔痴等煩惱，造了殺盜淫妄種

種的惡業，這些惡業的種子慢慢滋長，形成了眾生受苦的原因，循環不息，沒有了期。我們想把這些業障的煩惱根本拔起，不受輪迴的痛苦，就要虔誠地持誦往生咒。往生咒能幫助我們拔掉一切業障的根本，使煩惱不再生起來，在世時自然幸福快樂，將來必定會往生西方極樂世界。

由這一段所說的誦往生咒的「誦」不是嘴唸而已，是要修行才能真正拔除身內的一切業障。如果沒有修行，唸一百遍也無用。而清靜經後段有句太上老君曰：上士無爭，下士好爭；上德不德，下德執德；執著之者，不明道德。眾生所以不得真道者，為有妄心；既有妄心，即驚其神；既驚其神，即著萬物；既著萬物，即生貪求；既生貪求，即是煩惱；煩惱妄想，憂苦身心，便遭濁辱，流浪生死，常沉苦海，永失真道。真常之道，悟者自得；得悟道者，常清靜矣！

人不能解脫輪迴就是因為有貪嗔痴等煩惱，又造了殺盜淫妄種種的惡業，這些惡業的種子在靈性慢慢滋長，形成了輪迴受苦循環不息，沒有了期的原因。故仙佛留下經文是要讓人修行解脫輪迴，不是嘴唸心不行。而修行要如何修？這又是一個重點，佛、道、儒三教經文一開始都講源頭，例如《般若波羅蜜多心經》經文：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。舍利子。色不異空。空不異色。色即是空。空即是色。受想行識。亦復

如是。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。無眼耳鼻舌身意。無色聲香味觸法。無眼界。乃至無意識界。無無明。亦無無明盡。乃至無老死。亦無老死盡。無苦集滅道。無智亦無得。以無所得故。菩提薩埵。依般若波羅蜜多故。心無罣礙。無罣礙故。無有恐怖。遠離顛倒夢想。究竟涅槃。三世諸佛。依般若波羅蜜多故。得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅蜜多。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。故說般若波羅蜜多咒。即說咒曰。

揭諦揭諦。波羅揭諦。波羅僧揭諦。菩提薩婆訶。

這佛法是修行心法。沒有修行只有誦唸，是無法進入般若智慧而解決煩惱妄想。三教經文都是在世時修行用的，不是臨終時才用來唸的。清靜經的中段功法有寫：「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；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。能遣之者，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。」

清靜經這中段與《般若波羅蜜多心經》大同小異。差別只是文字不同。又大學中庸：大學之道，在明明德，在親民，在止於至善。知止而後有定，定而後能靜，靜而後能安，安而後能慮，慮而後能得。物有本末，事有終始，知所先後，則近道矣。

古之欲明明德於天下者，先治其國；欲治其國者，先齊其家；欲齊其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先誠其意；欲誠其意者，先致其知，致知在格物。物格而後知至，知至而後意誠，意誠而後心正，心正而後身修，身修而後家齊，家齊而後國治，國治而後天下平。自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本。其本亂而末治者否矣，其所厚者薄，而其所薄者厚，未之有也！此謂知本，此謂知之至也。

故三教經典都是教人修身。人會無法解脫是因累世的貪嗔痴根深蒂固，要解脫得從身內的精氣神修起。精氣神合一回歸於太極，即能提升身心靈，再加功德解脫輪迴就不難了。

所有的聖賢仙佛修行都離不開「清靜」，清靜不是找個沒人吵鬧的地方修行。清靜是指內心清靜，沒有妄念的清靜，心不被外界干擾影響，就是真清靜。

所有的仙佛都是這樣修成的。

人能修行到清靜，身內自有一股先天之氣出現，此先天之氣是萬物所不可缺的能量，道經云：「得其一萬事畢。」「一」是太極。陰陽合一為「一」。陰陽合一即是神氣合一，是性命雙修的重點。此太極在身內稱為「仙氣」，顯發於身，讓人感覺很舒服，人所說的俊男美女就是擁有較多較清的「仙氣」。此仙氣可以改善健康、成長智慧。我從小體弱多病、讀書頭腦不靈光，修行此清靜功法回歸太極源頭，再加布施做功德，而得仙佛指導，閱讀經文吸取仙佛智慧結晶，現在能貫通三教經文，也將所學所知的功法、寫出來跟大家分享修行真相。此是效法仙佛渡眾生的志願。

道祖慈悲，幫我選一塊地作為道院，我會將所知的修行經典翻譯留傳在此道院，讓後進有心修行的人來取經。

☆二、讀書樂

達道居士

小學時讀書對我來說是惡夢，因笨，一星期有四天被老師處罰。國中時是放牛班混到畢業。所以對讀書沒興趣，但對漫畫書還有興趣。像我這類人物也配講讀書樂，真是太陽從西邊上來了，也就是反了。

雖說書中自有黃金屋，說真的要我讀那些教科書還是無興趣，因那類是應付考試用的，是折磨人的書，根本沒有樂趣可言。雖說考公家機關如果上榜，可以保住一輩子飯碗，但對我這個笨腦是無緣分。我不讀教科書，但會讀山醫命相卜的書，這類書才是我的黃金屋，讀這類書愈讀愈有樂趣，不會死板，讀起來有如偵探小說的情節，用起來可以幫助別人換來一些功德金生活。所以我對這類書很用心讀，也愈讀愈有趣。

但讀這山醫命相卜五術之書，首先要懂陰陽五行，不是只有文字表面的陰陽五行，還得懂無形的陰陽五行。什麼是無形陰陽五行，是藏在身內的陰陽五行之氣。大家聽了一定會一頭霧水？身內陰陽五行如何懂？除了中醫學理能懂一些身內陰陽五行，還有其它方法可以懂陰陽五行，這個方法就是孔子所說的修身，大家都知道修身齊家治國平天下是孔子的哲學。修身最簡單也是最基層，但不懂如何修身，只會買一些化妝品來塗塗抹抹，打扮得美美的，說這樣

就是修身；買保健品來吃說這是補身也是修身。也對啦！但這些外在修護身體沒辦法懂無形陰陽五行之氣啦！

要懂無形陰陽五行之氣，就得修道，亦是修佛，孔子說修身就是修道。說修道，很多不懂「道」的人會認為那有什麼好修的？只要做人好、不冒犯別人就是道。如果說修「佛」，不懂什麼叫做「佛」的人會說那些人是禁不起社會的歷練，是失敗者才會逃避去當和尚。這些人會這樣說，就是不懂經典的涵義，對這類經書讀起來好像看古董有看沒懂。古董對一般人來講真的是一文不值，對懂古董的人卻是價值連城。故經典雖是古人寫的，但它不是普通古董，而是最現代化的科技古董。有沒有講錯！我說的都是真話。不相信嗎？那我就舉例說明了。

修道怎麼修？當然從身內修，孔子說修身，就是身內有股道氣！佛祖說有智慧啊！請問大家現代化的科技產品是不是智慧者製造出來的東西？所以智慧是最現代化的科技產品。那這智慧要怎修？這就要像偵探一項一項的去推理。智慧還有分等類項目喔！大家有聽過「易經」是東方最高智慧結晶。最高耶！不是最低耶！

大家都知道電腦的符號是 0 與 1，0 與 1 即是「易經」的陰陽符號，萬

物都是陰陽組合而成的，陰陽是氣，陰陽組合即是一個體，稱為「太極」，風水學稱為一物一太極。萬物都有它的特性，要推理得從陰陽著手，有如中醫治病陰陽五行生剋學理。內在有病會顯象在外表，故中醫有望聞問切四診心法推理。經驗老練的中醫師對一般疾病的病人，都能推理出病情而對症下藥。

修身也是同理，修身會以修道來論，因「道」就是陰陽。倉頡夫子造道字，深隱玄蘊。中國字都有很多含義存在，例如：「國」，外表是個口，代表一個大的人口；裡面有戈字，是保護人民的武器；有小的口，代表保護人民的人口。太極是一半陽一半陰，陰陽合一，陰陽相抱之意。人似太極陰陽相抱，人體就是一個太極。內有氣血在運行。

而道字，先寫兩點，左點為太陽，右點為太陰，太陽、太陰（月亮）因為高高在上，用日月比喻上面這兩點。在人代表兩眼，左眼右眼，這兩眼在修身很重要，是煉功所不能缺少火候。很多靈修者都會有靈氣在動，但為何看不懂仙佛所寫的經典？因沒修出智慧。這智慧修行有煉精化氣、煉氣化神、煉神還虛三個步驟。靈修者雖有靈氣在動，但不知如何生出元精，以致煉精化氣都沒有築基完成，所以看不懂經文。如果能看得懂經文，那就會樂在其中。為何樂在其中？在修行到達某個境界，大家都知道會卡住無法突破瓶頸，要找到高人

請教很難找到。如果能看得懂經文，研究下去就知道下一步功法如何修行。因經文都是仙佛聖賢所寫的功法，為指點後面修行者而留傳下來的經典。故真正修行者有了智慧讀了這些經文，知道下一步要如何修煉。

經文中指出修行與功德的重點。在金剛經中說，若有人於此經中，受持四句偈等，為他人說，其福勝彼有形的財布施。四句偈，即無我人眾生壽者相之四句。何以其福勝彼有形財布施。因一切諸佛阿耨多羅三藐三菩提所修的法，皆從此經修出。此經乃度人無量之真經也，人欲取此妙經，一定要受持此四句偈，沒有其他方法可以取代。然所謂佛法者，不是有形有相拜佛唸佛之法，全在自家認得一卷無字真經，而此無字真經即是「道」，是成仙佛之階梯。人真能修出來又能傳給別人知道修行，真是功德無量，其福德比一般財布施還多好幾十倍。

傳此經法要有道場，財布施在此道場，又能廣傳經文之修行法，福德當然比一般行善接濟還高出好幾倍。這修行不分貧賤富貴，人人可修成智慧。貧窮之人修行後有智慧可以改善窮困的命運。賤命的人修行得此仙氣，可以改變賤相成為貴相。富有的人修行後智慧更高，能賺更多的錢。貴相之人修行得此仙氣，可以跟仙佛交往做朋友。也是孔子所說的有朋自遠方來，不亦樂乎。

讀經典最大的樂趣，是能吸取仙佛的智慧，例如讀「易經」能從中開啟很多智慧判斷。每一卦都有天文地理玄機存在。好好研究推理，用在事業有很大的收穫。這些都是從修身體悟陰陽玄理進而研讀經典所獲的智慧。

其實人在貧窮困苦時，一點點的慾望都無法得到。內心的壓抑就會更陰暗，苦悶的心情無法發洩出來，可以比喻成每天在窮山惡水過日子，只能隱忍，混久了，心裡多少都有點偏激和變態，所謂變態就是為一點點錢出賣自己，類似現在犯法的車手、賣毒。不敢犯法的卻嫌命運不公，活著很痛苦，有時甚至會想了斷自己的生命。

如不是修道又研讀經典，吸取了聖賢仙佛的智慧，我可能跟一般人一樣，沒改變命運就以為修道也沒什麼好處？不知修道是要了解身內氣機的變化，進而要研究經典，了解下一步運用的玄機，這些玄機都是仙佛修行的智慧結晶，也不是一兩年就能學得完，是要有恆心學習與布施。沒靜坐修道只會唸經還是無法開啟智慧，對命運也起不了什麼作用，對人說他也懂很多修行，那是安慰自己，騙騙自己的心靈。

☆三、無中生有的智慧

達道居士

對修行之道原本一無所知，靈山道友說什麼就信什麼？傻傻的跟道友朝山希望能尋訪高人指點神通大法。道友每到一處靈山聖地表現出來的讓我大開眼界，在神明面前靈動、打拳、唱靈歌、講靈語，最後就是接寶回家，回程中每個人都很高興，只有我悶悶不開心，因他們有人接到龍拐，有人接到寶劍，有人接到金丹，我卻什麼寶都沒有接到，真的有夠鬱卒。一晃眼也過了兩年光陰，中間很多走靈山道友也因無法突破修行瓶頸而退道，認命的去打工，或擺路邊攤，或開計程車賺錢養家。而我也到處打工好不到哪裡，但沒有退道就是了。

日積月累的修行，雖沒有什麼大突破，在廟裡跟一些道友靜坐，卻能感應他們的氣機反應。在氣機互相牽引下，竟然能知道他們一些思想心態。有時甚至會莫名其妙幫她（他）們靈療。漸漸的他們喜歡找我談論修行心得。我也經他們牽引介紹認識很多開宮廟的宮主、靈乩、法師、桌頭（翻譯的筆生），大家交流之下，才知道我的修行並不輸於他們，也就是說他們能跟無形溝通的本領，我也會。他們幫信徒靈療有一些效果，我靈療卻比他們更有效果。以致他們喜歡跟我交流。而我也知無不言，例如感應、靈療是什麼樣的狀況？我一一說出那些心得感受，全盤跟他們交流煉功心法。但論到改變命運，就難倒我了。

因為我還是一窮二白，真正的貧道人，沒資格講改變命運。改運這點我很納悶，有天靜坐自言自語說修行根本改變不了命運，此時有聲音從我嘴巴講出來，說如果這樣靜坐修行想不勞而獲改變命運，那大家就靜坐不用工作就可以改變命運，別夢想了。我大吃一驚，回那要怎麼辦？無形仙師回說要去布施做功德才能改變命運。聽了真的有點洩氣，布施做功德對於一無所有的我根本是不可能的事。

布施做功德想了很多年，最後還是要踏出第一步，就是租屋設道場，這在上集29集有說過，不再談了。總之也不是很順利。畢竟沒錢沒自己的道場，就像無根的樹，隨時都會倒，樹倒猢猻散，就沒有什麼功德可言。好比做生意失敗倒閉，事業回歸於無。有根的樹只要灌溉還是可以活過來，這樹看大小，大樹可以蔭很多人，小樹只可蔭幾個人。但小樹經年累月也能成大樹。我從小道場經年累月也有幾個小道場，這些都不重要，重要的是，在傳道中很多智慧心法都有無形仙佛因時機到了，而傳授心法給我，我也把此心法說出給大家修行，只要有布施做功德的都能受惠。沒有布施做功德的可能有聽沒懂，這是在傳道中觀察到的跡象，仙佛的智慧不是福薄之人所能吸收體悟的。

在這篇文章我把一些修行心得寫出來，這些是仙佛傳給我的，看得懂的人

受用無窮。

修道常聽人說無極生太極，聽起來好像很神祕，卻不知有什麼作用？相信大家都有同感。早期修行我也不例外，因不知什麼叫無極？什麼叫太極？只會唸而已。跟一些道友同修拜訪一些宮廟道長，也只聽他們說無極生太極，太極生兩儀……之辭。還是不明用意。

當我傳道功德累積到一定的程度，仙佛卻自然而然的告訴我很多這類天機秘密。開啟了我對易經的了解，漸漸的運用自身靈氣重新再修煉成智慧。仙佛告訴我無極生太極，其實是無極本太極，太極本無極，在道家學論都有畫個○，代表虛無自然。佛家講虛空，也是指這個虛無，虛無就是無極，始于無始，名于無名，亦無言說，因說不得，強名曰○。既有強名○，稱謂太極。

人修行會靈動即是無極生太極。然修行人只知這靈動之氣很玄，不知原因在哪裡？都是把此靈氣當作神明感應降身，以為自己帶有天命，神明要他接旨開宮廟普度眾生，於是認真到處跑跑靈山接旨接寶，到頭來還是浪費時間一無所得。其實仙佛也想告知這些靈山道友修行心法，問題這些道友已經被一些靈山道友前輩洗腦了，灌輸只要找到自己的主神（某某神），自自然然就擁有神通辦事能力。於是跑靈山到處會靈，只妄想神明賜給他法力無邊。仙佛要告訴

他修行真相口訣也無機會說起。

我起初也是認為那些靈修前輩講的話是真的，也到處跑靈山，後來發現不對，就不跑靈山了，改做布施道場傳道做功德，當然傳道也不是那麼好傳，要應付的人三教九流都有，好在前就有跟很多道長、乩童交流經驗，還能應付得來。

回談靈動是無極生太極，這太極具備了無窮力量，也是修行最基本的靈動。然很多人不懂運用，會在靈動踏步自限圈圈，無法突破真是很可惜。須知還有太極生兩儀，兩儀是真陰真陽，這真陰真陽相信很多人都不懂，一般人只知陰陽。陰陽有分兩種，一種是凡陰凡陽，稱謂二儀；一種是真陰真陽，稱謂兩儀。二與兩有差別。二是凡陰凡陽有生有滅，有好有壞，如道德經云：「天下皆知美之為美，斯惡已；皆知善之為善，斯不善已。故有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聲相和，前後相隨。」這是陰陽相對論，有此觀念的分別心，修行不能陰陽合一回歸太極。

兩儀之名，兩是合一不分彼此，則為太極，太極即是真陰真陽合一，為太極運轉，而能生生不息，久久自能生智慧。故能明白真陰真陽運用的道理沒有幾個。

仙佛以此虛無之名開示我修行真義，告知修行須回歸源頭太極，不要忘其本源，方能修出智慧而有所得，故解釋無極本太極之說。無極太極不是私意揣度可以得知的景象，是需要親身修行開啟自身的先天能量，方能知無極之極。也不是說先有太極，才有無極。太極本來就是無極所化生，故沒有太極哪來無極。好比沒有生孩子哪來母親之名！能明白這句太極本無極者，相信修行已有明心見性，自然能理解此無極是虛無之意。佛家所謂「歷劫之先明妙本」，即是此意也。老子所謂「象帝之先」，亦是說此虛無之炁。這個○，天地也不能比其大，日月也不能比○明；這個○收來小者無內，放開大者無外。猶如西遊記小說所描述孫悟空的金剛棒，真是太極之妙。

修行不是只有靈動而已，還要能將此靈動之氣返回身內，使身內氣機生生不已，才是無極化太極而生生不息，即太虛化神，成變化無窮。須知萬物之體再大，終有其邊際。惟神之太，周流無方邊，能化成天地，能生萬物，無量無邊，奧妙難以測量，故稱謂神。此神，是真無極、真太極。基督教說上帝創造萬物，就是說此太極。

修行靈氣之動在此太極之變化。來談太極真相，在太極還未發動之前，動靜之理本已存在；當太極一動二炁始分，動靜之機發動。太極動而生陽，太極

變動之象。動極而復歸於靜，是陽變陰也。靜而生陰，靜寂而復動，是陰又變陽之象。陰變陽而陽變陰，此是陰陽互為其根；一動一靜，分陰分陽，清升濁降，此是二炁分判開始。清氣上升者曰天，濁氣下降者曰地。天動地靜，二炁運行，變化之進，不可分也。此在清靜經有解釋。老子說：「谷神不死是謂玄牝，玄牝之門是謂天地之根。」此是說玄牝闔闢運轉，而生天生地。玄牝即真陰真陽動靜之機關。故修行能將此太極之氣返回身內，方能有此太虛化神之妙。神在人身稱為元神，有此元神則有所感應，元神感應到氣動而生元炁，即動而生陽炁。炁聚到頭，神氣合一而生元精，即動極而靜，靜而生陰，陰即是元精。修行之人不知元精是神氣合一產生出來的。自然也不知什麼叫煉精化氣？元精產生回歸下丹田溫養，溫養久久又化生元炁，即是靜寂而復動。靜炁相生，才是性命雙修的重點。此時身心已有所不同。身中藏元炁，元炁運用在心，心即是性，也是元神，此是法天道之理所以能運行。元精作用是一身的能量，是說人的命是由元精供給的。所以地道立命。是知性命、身心即是兩儀所化出的。

兩儀之變化。前面有講兩儀之義。不說二而言兩者，是什麼原因？兩者，是配合之謂。合則有感應，感應是變通之象。陽變陰合，陰陽感合，而生五行。

天一生水，地二生火，天三生木，地四生金，天五生土，此是五行河圖生數。五行運化，運轉不已，四時（季）行而百物生焉。以身言之，身心立而精炁流行，五臟生而五神具矣，五神是五臟六腑靈明主宰。天一生水，精藏於腎也。地二生火，神藏於心也。天三生木，魂藏於肝也。地四生金，魄藏於肺也。天五生土，意藏於脾也。此是五行運動，而四端發矣。四端，是儒家稱應有的四種德行，即：惻隱之心，仁之端也；羞惡之心，義之端也；辭讓之心，禮之端也；是非之心，智之端也。明白這道理者，則能隨時變易以從道也。道者通也，通此先天五行變化也。

五行本是一陰陽，陰陽本一太極，太極本無極也。天一、天三、天五，陽數也。地二、地四，陰數也。故曰五行一陰陽也。陽者太極之動，陰者太極之靜，動靜不分則返本為太極，故陰陽一太極也。返本則合乎元虛，故曰太極本無極。修煉者內運炁回還於一身，周而復始。惟心不生念即是元神不變，元神不變，故能運化一身無窮之氣。此是攢簇五行運用在元神。會合陰陽亦是元神。元神本是虛無，亦稱佛，亦稱智慧。煉精化炁，煉炁化神，煉神還虛，謂之返本還元。還元是復歸於無極。

五行之生，各有其性。是說五行各具一太極。河圖有一生一成之數，五行

生數，各以五數加之，即成數也。天一生水加五，地六成水也。地二生火加五，天七成火也。天三生木加五，地八成木也。地四生金加五，天九成金也。天五生土加五，地十成土也。是謂五行各具五行也，此是河圖生成之數。前文所說的五行一陰陽，陰陽一太極者，是言其體也。此文謂五行各一其性者，是言其用。言其體，則五行同一太極。言其用，則五行各具一太極。言其體，是返本還元也。言其用，是其性施用廣泛。例如樹木之性，高大之木可以做房屋棟樑，也可做桌椅。體者，是逆數也。修行返回太極，是五行合一體。用者，順數也。順者可以做很多事情。逆數知其所始是無極、太極。順數知其所終是人能好好把握精氣做事方能廣泛。知始而不知終，則做事見識不能廣大；知終而不知始，則做事不能盡精微，往往有很多漏洞不完美。宇宙原其始則渾渾淪淪，合乎無極；推其終，則生生造化，運乎無窮。逆順相配合，則始終不二；顯微無間，則性理融通。是謂體用兼而合道也。

以上是修行靈力智慧須精氣來生元神，使元神之智慧每修煉一次即增長一些智慧。日積月累自然能修成神通境界。當然修行中間還得有布施功德方能成功。

☆四、性命雙修

達道居士

早期修行遲鈍的我，跟一些道友跑靈山，在廟裡自然會有一些道友在一起聊天，大家聊天，我只能靜靜地聽，因為他們聊的都是大道，我都聽不懂大道是什麼？只知他們說的都有道理。例如有道友說修道就是修心啦！心好就有道。這時有人說：師兄我心很好，不害人、不佔人家便宜，但我跑那麼久的靈山，怎麼我現在都沒有道，還很落魄潦倒！這下可把那道友的嘴封住了。大家都笑笑一笑。

甚至有議論佛比較好，或道比較好！公說公有理，婆說婆有理。誰也不認輸，好不熱鬧。最後有人說要佛道雙修才完美。有人問要怎樣佛道雙修？那人就說佛就是唸經，道就是煉功。你一言我一語就論起來了。後來有人說要性命雙修啦！這時又有人問要怎麼性命雙修？道友就說：性就是本性，命就是命。另一名道友回：簡直廢話一堆。其他人笑了。我當然聽不懂這些道理，只能人家笑，我跟著笑就對了。

一路修來漸漸的對道有些了解，但還是一知半解，這也是正常的。大道如果那麼容易懂，那就不是大道了。道經云：「下士之人聞道哈哈大笑，不笑不足以為道。」還好我沒有哈哈大笑，所以還不算下士之人。我會繼續找答案，

算起來還是知上進之人。經過幾年修行的累積的智慧，終於悟道了。雖說悟道，其實是小道，還不算是大道。小道也是道，總比以前什麼都不知道，好很多了。小道已經很好用了，我大道追不到，只好求小道。小道在身內，我能求得道。有句「佛在靈山莫遠求，靈山只在汝心頭，人人有個靈山塔，好向靈山塔下修。」由身內修行是最近最小，由小而大，漸漸的智慧也開悟了。此時再看經典，方知經典原為修行人求法用的。看了經文知原始要終，不求它法，只守本心。什麼是本心？本心就是不思善、不思惡。喔！這麼簡單，這招是我拿手的，因為我連善惡都搞不清楚，常被人家欺侮。想不通原因，就不想了。靜坐不想還真的見本心，原來明心見性就這麼簡單。會說修行難修難行的人，是因太聰明了，想太多了，當然難學、難懂。難怪很多人說大道難學，佛法難懂。只因他們太聰明了，以為一定還有什麼秘訣，於是千方百計想要求法師高人傳法。想當然一定得不到法，因為法是要萬緣放下，靜坐要放鬆，自然回光於身內就可以得道。

我既已得法，不看經亦無妨，只要守著一點性靈，即是一部「無字真經」。然我要傳道法、傳佛法，亦不可不看這些經典，不然本身沒那麼多學問可談，別人問我，我就無話可說了，所以要看經典。看了經典還得依經文而行，如此

學習還真的受益無窮，可以跟大家聊天了。不然以前什麼道啊！佛啊！都不懂，只能默默地聽人家講，別人講得對或不對自己也不能分辨。現看的經典如大學中庸、論語、金剛經、六祖法寶壇經、道德經、清靜經……等，都是講本心，讀了這些經皆能運用而大開智慧，所以愈讀愈想讀，不是只有參看而已。大家看我寫這些修行心得，是否認為我在吹牛、膨風。老實說沒有吹牛、膨風。

我來引用佛學壇經一些心法解釋。心性二字、空宗與性宗等解說各不相同。惟禪宗則毫無區別。所以黃檗禪師云：「心性不異，即性即心。心不異性，名之為祖。」又云：「諸佛菩薩與一切蠢動含靈，同此大涅槃性。」性即是心，心即是佛。（見傳心法要）南陽慧忠國師語錄曰：「未審心之與性，為別不別。」師曰：「迷則別。悟則不別。」曰經云：「佛性是常，心是無常。今云不別何也？」師曰：「汝但依語而不依義。譬如寒月，水結為冰，及至暖時，冰釋為水。眾生迷時，結性成心。眾生悟時，釋心成性。」學者據以上數則，既知心性非異，可以讀壇經矣。

傳心法要，上問：六祖不會經書，何得傳衣為祖？秀上座是五百人首座，為教授師、講得三十二本經論。云何不傳衣。

師云：為他有心，是有為法。所修所證，將為是也。所以五祖付六祖。六

祖當時只是默契，得密授如來甚深意，所以付法與他。汝不見道法本法無法，無法法為法，今付無法時，法法何曾法。若會此意，方名出家兒，方好修行。若不信，云何明上座走來大庾嶺頭尋六祖。六祖便問：汝來求何事？為求衣、為求法。明上座云：不為衣來，但為法來。六祖云：汝且暫時斂念，善惡都莫思量。明乃稟語。六祖云：不思善，不思惡，正當與麼時，還我明上座父母未生時面目來。明於言下忽然默契。便禮拜云：如人飲水，冷暖自知。某甲在五祖會中，枉用三十年功夫，今日方省前非。六祖云：如是。到此之時，方知祖師西來，直指人心，見性成佛，不在言說。豈不見阿難問迦葉云世尊傳金襴外，別傳何物。迦葉召阿難。阿難應諾。迦葉云：倒卻門前剎竿著。此便是祖師之標榜也。甚深阿難三十年為侍者，只為多聞智慧。被佛訶云：汝千日學慧，不如一日學道。若不學道，滴水難消。

又神秀偈云：「身是菩提樹，心如明鏡臺，時時勤拂拭，莫使惹塵埃。」六祖和云：「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃。」

又臥輪偈云：「臥輪有伎倆，能斷百思想。對境心不起，菩提日日長。」六祖和云：「慧能沒伎倆，不斷百思想。對境心數起，菩提作麼長。」二偈俱是翻一層法。以意推之，似乎相反。然救病則同。譬如醫家用藥，飽瀉之後，

宜以查枳消之。炁怯之餘，宜以參術補之也。予亦和云：樹邊難著樹，臺上莫安臺，本來不是物，一任惹塵埃。」又問君何伎倆。有想還無想，心起心自滅，菩提長不長。」

以上是閱讀經典能通修行一些心法，知我修的道法與佛法相通。也知修行不分貧賤富貴，只要還有一口氣在，身體還能活動都可以修，修智慧、修健康、修轉運都是往身內修，修就是靜坐調呼吸。剛開始靜坐如坐不住，可以先靜坐十五分至半小時，每天靜坐，有空就靜坐，漸漸地適應了靜坐，就可以久坐。靜坐不用思想、唸咒，只要放鬆、眼微微閉上，注意觀呼吸就行了。不用五分鐘包你妄念紛飛，比你特意去想東想西還熱鬧。有此顯像這就對了，也是真正體悟自己原來有這麼多煩惱。因這些妄念都是平常我們所吸收的一些雜七雜八的知識，藏在心底，所以靜坐會像打開電腦自動顯現出來。要清除這些擾心的妄念，所以要花很多時間去靜坐清洗這些煩惱，此也是佛所說的沐浴法。沐浴不是用水洗澡，而是用身內的氣機清洗慾望。此是用沐浴來比喻就是這個道理。現今外界用一尊佛像拿水澆佛身稱為沐浴節，又沒解釋比喻意義，有愚弄眾生相。

修行有了智慧讀聖賢書受用無窮。例如我教參同契裡面一篇引用「莊子天

地篇，象罔能得道」內容記載黃帝遊乎赤水之北，登乎崑崙之丘而南望。還歸遺其玄珠。使知索之而不得，使離朱索之而不得，使喫詬索之而不得也。乃使象罔，象罔得之。黃帝曰：異哉，象罔乃可以得之乎？

依文解義：黃帝遊歷天下，經過赤水的北面，登上崑崙山頂並向南眺望。正當要返回時；發現遺失了玄珠，於是派遣知去尋找，這個知找不到，再派遣離朱去尋找，也找不到，又再派喫詬去找，仍然找不到！最後請象罔去找，象罔一下就找到了。黃帝說：真是怪呀！為什麼只有象罔才能找到呢？

這是一則道家的寓言故事，既是寓言，則整個故事的名稱與架構，都當有其寓意，並且綜觀其本事，當亦不難看出其言下之意。

黃帝者；代表最高最大之權位者也。擁有此最高最大之權位，是以讓擁有者可能任意所為，或在水之北（水者，險也，北者，背也，言水之北，謂遠離險也）任其遊歷，或在山之巔（言崑崙者，謂山之大且王也）而南面稱王。又有又無不可思議調之玄；無始無終沒有邊界是為珠，是故玄珠者，引申為道也！黃帝遺其玄珠，意謂權位名勢日久，人在不知不覺中腐化，即使聖賢如黃帝者，也是一樣，既然腐化了，當然失其道而遺其玄珠矣！然黃帝尚有自省之明，既然察覺已失其玄珠（道），當然要派人去尋回，於是被黃帝首先派出場的是知。

知，智者也，有世智聰辯則必有心，有心則有慾望，是故那一個名叫知的人，雖有其心之智，然亦有其心之慾，黃帝派他去找玄珠，去尋道，以為知識高超、廣博的人必容易尋道，但知卻在尋找道的路上徘徊，心之世智使其前進，而心之慾望使其後退，一進一退最終還是進退維谷而寸步難行矣！是故黃帝期望知能去尋道且能得到，亦不免難矣哉！

既然知失敗而回，於是黃帝再派離朱去找，離，易經說離乃明火之意也，若以人之器官而言，則為眼睛，朱，假借為珠。離朱者，眼珠之謂也。引申為眼光明亮且眼界獨到之人也，於此花花世界，觸目所及皆為五花八門兼稀奇古怪，離朱可以見人之所未見，能人之所未能，是故所謂有離朱之能者，可謂有獨到之見解而與眾不同，或可謂其有不世出之才而能治國平天下，黃帝派出此種能人異士去尋道，想必可以手到擒來。然而離朱是有其獨到之處，他看見道在萬物中以各種類型顯現光華，離朱縱然眼尖，卻還是看之不盡，處處是道卻又以其獨到之見解處處比較考量（分別執著），這一比較考量卻又發現，這處處又好像不是道矣（著相）！對離朱而言，如今豈只是一個困惑而已！恰如入寶山卻空手而回，還是沒辦法尋到道，也就是說；黃帝遣離朱去尋道，此又不亦難矣哉！

接著被黃帝派出場的是喫詬，喫，同吃。詬，恥辱也，詬罵也。喫詬，引申為動不動要罵別人而容易招來恥辱詬罵的人，此為言辯之人也！黃帝或以為真理可以愈辯愈明，而今天下能辯才無礙者，唯喫詬也！遂以為喫詬可以勝任此事，若派他出馬尋道，想必他可以口出則道顯，辯到一佛出世，二佛升天！但黃帝亦有所不知，言辯之人唯其好辯，其性則好多言、好解釋、好議論，故終日坐而言多，行少，於是以言辯之人而論，遇事則怨天怨地，仿若天地亦礙其事，罵別人也被人罵，尤人者人亦尤之，論者與辯者都想以言辭駁倒對方，以滿身怨氣相待，道遂在相罵的怨氣中相互隱身不現，若遣此人尋道，如何還能找到？

於是乎黃帝派知、離朱及喫詬這三種特質代表的人去尋道，皆不可得。蓋道雖然無所不在，奈何三者都持其性有心求訪而難知其所哉！之所以難知其所皆因有心，有心，則其悟性即離道遠矣！黃帝最後派象罔去找，象罔卻找到了！象，形跡也，罔，同無，同忘，象罔者，無心而忘其形跡之人也，即無心之人，無心知執著、慾望、成見之人也（無住、無念）。黃帝遣此無心之人求道，因其無心遂能以萬物為心，能以萬物為心者，是能以同理心而兼顧彼此的人，因其人本心了無成見，遂能在萬物中看見道之足跡，遂能視萬物皆為有道，故而

象罔一出馬尋道，在其眼中，道在萬物之中處處可見，唾手即可得之且道在其中矣！然而一直到此時黃帝仍然還不了解（權力場中人如何能了解？）還怪而問說：為什麼象罔能得道呢？為什麼只有象罔才能找得到道呢？這真是千古好問，也是古今中外天下人之大問呀！誰能給出答案？答案呀答案，唯有在那些擁有茫茫渺渺、無跡可尋的人的心裡呀！

由這則故事來談修行可以知修行只要萬緣放下，無識無知，回光於身，就能找到大道。所以我沒有吹牛、膨風標榜自己很厲害。是真的由身內修行就能開悟智慧。

又《莊子》說：人皆知有用之用，而莫知無用之用也。人們都知道有用的用處，卻不懂那些看似無用的事與物，實際上卻有更大用處。

莊子在《人世間》裡講了一個寓言故事：

石木匠帶徒弟們去齊國，路過曲轅時看見一棵碩大的櫟樹，其樹蔭就可以臥牛數千頭。

徒弟們蜂擁過去觀看，但石木匠卻頭也不回地走了。

徒弟們氣喘吁吁追上來說：「師父，自從我拿斧頭以來，就沒見過如此大樹，你怎麼看都不看一眼。」

石木匠說：「用這棵樹做的船會沉，做的家具會腐，做的棺材會爛……毫無用處，看它幹嘛。」

這晚，大欒樹給石木匠投夢說：「你說的那些有用的樹，都因為有用而被砍伐了。而我之所以能存活萬年，恰恰正是因為我的無用。」

石木匠醒後，瞬間明悟，原來有用與無用只是在於每個人的看法而已。

莊子想藉此寓言說明一個道理：有用和無用是相對的，是可以相互變化的。人們通常都看到了有用的東西，但這些所謂有用的東西最後都淪為被宰割被使用的下場，真正「無用」的東西反而樂得清閒，逍遙自得。

由這則寓言故事，啟發不思善、不思惡的本心。正是無用之用，雖是無用之用卻是最有用之用。靜坐因無用不想，能產生先天之氣；反之用念即不能修出先天氣來。

現代人會說性命雙修，卻不知什麼叫性命雙修。若問性命在何處？則皆茫然無對。前說靈山其實是性，靈山塔下修，其實是命。性命其實是一體的。性命在修行來講即是神氣。性是神，命是氣。神是元神，無念之念是元神，有念之念是識神。道經云：「煉神須煉不神神；調息須調真息息。」不神神是元神。真息息是先天炁。性命雙修不離此功法。不是唸經唸得要死要活能得功法。如

是唸經可開悟，則六祖慧能根本不識字，如何唸經？如何開悟？他能行住坐臥都無念，在工作時身動心不動。與人應對後，好壞也而不留於心，猶如船過水無痕。所以能頓悟一切法。

☆五、悟與迷

達道居士

天生無用之人，地不生無根之草。李白〈將進酒〉裡一句「天生我材必有用」，信手拈來渾然天成，說得是慷慨激昂、瀟灑自信，從整首詩中脫穎而出，一舉成了千古佳句，不但與李白的天縱才氣和廓然大度的人生觀合而為一，自此不知生起了多大的鼓舞作用，振奮了多少萎靡消極的人心。

誠然，天生萬物無不是有它存在的意義，無論是稗草野花、偉岸樹林；或是達官貴人、販夫走卒，自有其生命的歷程與使命。卑微如小草，也有它向下扎根往上成長的空間；平凡的小人物也有屬於自己的悲歡喜樂、更有他們付出與奉獻的舞台，這個世間所有的生命，都是同樣的不可輕視，同樣的具有其價值與珍貴之處。

因此，天地是公平而明理的，世上沒有無根之草；就如同天下沒有無用之人，好好的珍惜上天善意的賜予，享用自身的寶貴資源，將生命的光華淋漓盡致的發揮、讓自己的世界天馬行空的延展，千萬不可妄自菲薄呀！

既然每個人都有才華，有人被稱天才，有人被稱白痴，天才白痴又只是一線之隔。當一個天才講天文地理鬼神的道理時，講得太深奧，一群白痴聽不懂就稱他為白痴。

換一個白痴來說天文地理鬼神時，其他白痴聽了覺得很有道理就稱那個白痴為天才，很有料。

這看法還真的有點像現在宗教很多亂象。一個只學一點點的佛法裝扮成法師，自稱是佛，可以超渡眾生，講的都是顛倒是非不實在的法，底下的人聽了卻信得三跪九叩，跟隨這位法師，每次參加法會都三跪九叩希望得到法師加持。這些人有高級知識分子，有平凡的人，幾乎各種人物都有。真不知這些人到底是天才還是白痴。怎麼迷信得跪拜那麼真誠。他們回家有沒有向父母跪拜過？答案應該是沒有。真正有道的人不會讓人跪拜。那麼這個法師能讓大批信徒跪拜是什麼樣的人物？於是上網尋找他演講的資料，看了他演講的資料，猶如白痴演講的題材。怪了！白痴演講給白痴聽，還真的成了天才法師。

問題來了！底下那些人不少是有才華、有社會地位的人怎麼也會相信得這麼真誠的跪拜？分析起來就是利用這位白痴法師來賺錢。有點像日本人麻原彰晃的奧姆真理教，奧姆真理教結合了佛教、印度教、基督教等宗教的元素，宣言世界末日即將到來，只有它的「教徒」才能倖免於難。在日本被稱為日本邪教組織，由麻原彰晃（原名松本智津夫）創立於一九八五年。麻原心態陰暗，仇視社會，憎恨人類。在成立後短短數年裡，他便網羅了近萬名信徒，建立了

三十多個支部和道場，並在海外發展了四個支部。

麻原彰晃擁有「尊師」、「最終解脫者」、「教主」和「代表」四個正式稱號。

麻原利用一切機會編造謊言，宣揚他的超自然能力，把自己打扮成「神」的形象，加強信徒對他的崇拜。說他在喜馬拉雅山得到「佛祖真傳」，所以不僅具有空中浮游，而且具有傳心術（心靈感應）能力，他許諾凡是加入奧姆真理教的信徒都可以向他學習這些能力。一次，麻原在參觀埃及金字塔的時候，對信徒們說：「這座金字塔是我很久以前設計的，我憑追溯以往的特異功能，知道我自己的前世是埃及宰相……」。

麻原把發布預言作為控制信徒、發展組織的主要手段之一。他在創立奧姆真理教之後就預言，第三次世界大戰馬上就要爆發，「世界末日已經逼近」……「世界最終戰爭要爆發，肯定在一九九七年至二〇〇一年之間」。麻原宣稱：「在廢墟上，讓我們共同建立屬於我們自己的天下！奧姆王國。」一九九〇年四月，麻原預言「奧斯汀彗星將飛臨地球，日本就因此而沉沒」。於是，約有一千二百名信徒每天花費三十萬日元會聚沖繩石垣島，聽麻原的特別講道。一九九二年，麻原乾脆把自己說成是「基督再生」、「新的救世主」、「世紀最

後一位救世主」，將用超凡能力使信徒們擺脫世界末日的毀滅。教團的骨幹成員經常向信徒們發布教主的預言，如說富士山幾天後會爆炸、東京將發生大地震、日本海面將上升、城市將被淹沒，等等。如果麻原的預言落空，他們就強調這是因為教主的法力在起作用。麻原極富鼓動性地說：「信徒們，覺醒並協助我的時機握在你們手中，……我正等候你們成為我的雙手、我的雙腿、我的頭腦，助我完成我的拯救世界的計畫。讓我們同心協力來完成它，雖死無憾。」

因此，奧姆真理教的信徒們對麻原的崇拜達到了痴迷的程度。曾經在奧姆真理教中作為骨幹的一位信徒說道：「在奧姆真理教中，只要是為了麻原彰晃，就是殺人也會有功德的，因為對於被殺的人來說，是不讓壞事繼續反覆……」。

果真，奧姆真理教的信徒在麻原的策劃、指揮下，開始殺人了。從一九九四年起，日本警方發現十二起暗殺事件與奧姆真理教有關。特別是一九九四年六月松本市有人施放毒氣致使六人死亡，二百多人被送進醫院。事後警方調查發現，毒氣是從市郊的兩幢公寓裡散發出來的，在其一百米以內的所有生命都死得一乾二淨。這兩幢公寓正是奧姆真理教信徒的居住區。同年七月九日，在山梨縣奧姆真理教大樓出現神秘煙霧，警方發現一些可以制造「沙林」的物質。此外，還出現多起不明毒氣事件。在掌握了一定的證據的情況下，警方一九九

五年初決定對奧姆真理教進行突擊搜查。但是，由於發生了阪神大地震，將搜查日期改在三月二十二日。不料，奧姆真理教已對警方的計畫瞭如指掌。當時深感危機逼近的麻原決定製造一起使首都中心陷入大混亂的事件。

事件發生後，麻原等主犯被捕。一九九五年六月，東京地方檢查廳以殺人和殺人未遂罪對麻原彰晃等七人提起公訴。到目前為止，地鐵沙林事件的五名執行主犯中有三人被判死刑、兩名被判無期徒刑。

一名不願公開姓名前奧姆真理教成員接受日本傳媒訪問時憶述，自己仍然是大學生時，已經受真理教吸引，甚至把吃飯的錢省下來，捐給真理教，最終在一九八七年正式成為一名成員。

他十分踴躍參加真理教的活動，最終成為它的媒體發言人。他的父親經常勸告他盡早離開真理教，但他反而公開指責父親。《日本時報》引述這名成員說，他跟他父親當時的關係十分惡劣，因為真理教的教義令他相信自己父親所講都是「又邪惡又沒有意義的話」。這名前成員又說，真理教的成員大都認為自己信奉和效力真理教是一個自主的決定，但其實他們已經被「洗腦」，令他們自覺地做出這些決定。

他認為那些涉及毒氣襲擊被日本判死刑的奧姆真理教成員是「罪有應

得」。他說，那些成員都是受麻原彰晃指示犯案，但「他們殺了人是個不爭的現實，日本納稅人的錢不應用來養著他們」。

由這則故事來談宗教，宗教其實都是勸人修行提升自己的真心靈，而不是要你迷信而不修。道家丘處機真人成為蒙古思汗鐵木真的國師，也沒讓人跪拜。

至於佛是什麼？佛是虛空，佛是智慧。真正法師不會自稱是佛。有句「放下屠刀，立即成佛。」所謂放下屠刀是指名利心，能夠看破名利，而找回自己的靈性，是有智慧的人，就是立即成佛。一個沒有修出自性的人自稱是佛，其實是魔。達摩說沒有修出自性，就算會講經說法，此師還是魔王，而其徒子是魔民。故那些跪拜之人是迷還是悟，頭腦還清楚的人都會說迷。但說出來，會被那些人說你真是白痴。

☆六、嬰靈

達道居士

摘錄網路報導

爸無故心絞痛，她夜半驚見鬼娃討命：是無緣的弟弟。

無緣的孩子真的會回來索命嗎？一名女網友在 P T T 分享親身故事，表示爸爸有陣子經常無故心絞痛，到醫院檢查卻怎麼都查不出病因，但爸爸有好幾次都痛到昏厥，讓她和妹妹都害怕又擔心。某天半夜，她因工作還未入睡，聽見爸爸房裡傳來嗚咽聲，猜測是心絞痛又發作，門一開卻看到一個小男孩「踩」在爸爸的胸口，還轉過頭來狠狠盯著她看！

原 PO 表示，那陣子她得知爸爸身體不好便搬回家住，發現爸爸常常無故心絞痛，還會痛到臉色發白、冒冷汗，甚至會痛到昏厥，送醫檢查卻都查不出病因，只能靠幫忙按壓肩膀和拍背才能舒緩，等到 10 到 20 分鐘過去才不痛。

某天夜裡，原 PO 因處理工作還沒入睡，卻聽到一陣嗚咽聲，發現是從爸爸房裡傳來，聽起來是很難過的呻吟，她心想一定是爸爸心絞痛又發作，趕緊往房間走去。沒想到一開門，卻看見一個小男童蹲在爸爸的胸口上搖啊搖……原 PO 杵在門口盯著男童看，爸爸被踩得很痛苦，不斷發出嗚咽聲。

這時原 PO 鼓起勇氣，開口問：「你是誰？這裡不是給你玩的地方。」男童

仍不理，自顧自的蹲在爸爸身上晃，當下原PO突然一把火，走上前氣憤地說：「我在跟你說話，你到底來幹嘛的？」小男童聽了停止搖晃，突然間站了起來，離開後站在房門口，死死地盯著父女倆看，突然說出一句「為什麼爸爸不要我」，接著便消失了。

之後原PO才從爸爸那兒得知，原來她和妹妹中間還曾有一個孩子，但因當時經濟狀況不好，討論後還是決定流掉，現在爸爸回想起來滿滿自責，「早知道就硬生了」，之後父女倆決定找專業人士來超渡「弟弟」，希望他早日投胎到好人家，而自從那次「弟弟」被姊姊罵走後，爸爸的心絞痛也不藥而癒。

讀這篇鬼娃討命讓我想起二十年前有個道友來道場跟我聊天，因他有真實的故事要讓人了解真有嬰靈之事。起因是他女兒的特殊體質，容易被鬼神附身，而發生這些靈異神奇的事情他都不會害怕。先從他女兒被神附身很多怪異之事發生談起，他女兒曾被送進精神病院三次，每次進去住半個月。女兒出院後都會告訴他精神病院那些人都有冤親債主討債，她進去是要觀察那些人跟冤親債主的因果關係。因為她有一任務就是要公布無形的冤親債主討債的真相，讓世人了解很多因果之報。這也是他來找我的原因，因為我有在出善書，所寫的修行都是真的。

我有問他：妳怎麼知道妳女兒進精神病是真還是假。他回我說：「一個人要進精神病院住院，不是那麼容易可以進住的。需要醫師開診斷證明才能住院的。」他說的也對。以前有道友他兒子外表看起來還清秀。但這道友說他兒子現十八歲智商卻是國小四年級，曾讀特教班。有特教班證明書。因要進特教班也是要有醫師證明，才能進特教班讀書。

他說無形為讓他相信無形的法力，於是有次他女兒被附身，跟他說我們無形能把錢幣飄向空中定在空中不掉下來，於是表演給他看錢幣定在空中的法力。而且表演很多次，不是只有一次。後來無形說能讓他女兒在車流來往中闖紅燈不會受傷，問他相不相信。他說相信。因為如說不相信，就真的會表演讓他女兒闖紅燈。他才不是傻瓜，是他女兒耶！不是別人的孩子。萬一受傷了要怪誰？所以他只能選擇相信。

有次他女兒要他半夜開車繞基金公路，他只好開車繞基金公路，中途他女兒說前面電線桿有看到什麼東西？他一看有個女人穿紅衣服吊在那邊，中途還看到很多無頭、斷手、斷腳的鬼魂。回家後無形告訴他這些都是孤魂野鬼沒家人祭拜。

他講了好多靈異故事。我問他你看了這些靈異不會害怕嗎？他說不會害

怕，因為他也曾經在龍山寺被神附身而跳上神桌走，那時很多人見他被附身，就一起唸經要幫他驅魔，但都沒有效果。我聽他一講這故事，就說這篇新聞報導我有看過，原來是你。你在神桌表演很多特技大約有半個鐘頭，嚇壞很多人。你是什麼因素會去那裡而被附身？

他說其實那時他的命運很苦，幾乎無路可走，他住宜蘭，於是跟老婆說要到龍山寺拜拜問神明求籤詩指點明路，哪知道拜拜後要求籤詩都求不到，心裡很煩惱，就莫名其妙有一股力量附身，就這樣跳上神桌沿著桌邊走來走去表演特技，有時明明身體向後彎要掉下地上來，又來個翻身扶正，當場嚇壞很多圍在一旁的信眾。但他很清醒，只是沒辦法控制身體。經過半小時他老婆背著女兒就是現在這個大女兒來到廟裡，才退駕。我問他，你老婆怎會跑來廟裡？他說當初跟老婆說好幾點來龍山寺拜拜求神。但老婆還要餵孩子喝母乳，所以他就先來龍山寺拜拜。她稍後才來。所以現在他女兒有這些靈異現象都不會害怕。

他說最真實一個故事就是有次他女兒又被附身，他們夫妻在旁邊看，突然有個小孩聲音出現，叫他老婆為媽媽，他老婆問為什麼叫我媽媽？那小孩說我是妳二十幾年前墮胎那小孩啊！他老婆一聽整個人崩潰了，哭得好大聲，一直跟小孩說對不起，說那時真的養不起你，才會決定墮胎，不是故意不要你。一

直跟他道歉！那小孩說他知道啦！他今天來不是要來討債報仇，是要來告訴媽媽，他要去投胎了。就這樣走了。而他老婆無法釋懷當初墮胎的罪過，整整哭了兩天兩夜哭到沒力氣，最後住院吊點滴住院三天。到現在他老婆還是無法釋懷。

問我為何經過二十幾年嬰兒怎麼還那小，還像六歲小孩。這點我後面再來說明。

另一個台中女道友來跟我聊天，她相信有嬰靈這回事，我問她怎麼說？她說有次她生重病住院，由於離婚後，孤單一人，父母也走了，沒人在醫院照顧她，有一次她半夜很口渴想要拿旁邊桌上水喝，可是身體沒力氣移動，手伸不到杯子，努力好幾次，最後有個小孩走過來拉她的手到那杯子，她才能拿杯子喝到水。此時她向小孩道謝，跟他聊天，問他：「我怎麼從來沒看過你，你是從哪個病床來的？」那小孩說我其實一直在妳身邊，我是妳二十幾年前拿掉的那個小孩。她訝異地看他，然後哭出來了。說媽不是不要你，因為當初跟你爸離婚時還不知道已經懷孕。離婚後才知道懷孕，由於一個女人無法養得起小孩，所以才決定墮胎。那小孩說他知道，所以不怪媽媽。但一直跟在媽媽旁邊。那女道友也問我為何二十幾年了，小孩子還是那麼小。

這嬰靈長不大，也是從一個無形神明告知我嬰靈故事。他說每個來投胎的小孩，有的等了好幾十年甚至百年才輪到他投胎。但投胎後如果是流產或墮胎，他不知道要去哪裡？只好跟在媽媽身邊吸取精氣，這也是很多女人流產或墮胎後，身體常常有很多病痛而找不出原因，就用冤親債主來形容因果病。一旦媽媽往生了，他還沒有輪到投胎，只好找父親繼續吸取精氣，直到他投胎時間到才會離開。而沒有肉體的嬰靈只能吸取媽媽或爸爸的精氣生存，因沒肉體所以長不大。而如果有修行又有做功德，因修行身內精氣很旺，嬰靈吸取成長比較快，又有功德迴向給他，這嬰靈就能很快排到輪迴，而去投胎。這一些是仙佛為讓我了解很多無形因果，而特意安排那些人出現，也是要我傳道奉勸世人不要墮胎的原因。畢竟現在年輕女生性開放，卻不懂避孕而懷孕，如果真懷孕不想養，可以送給人養。現在都有未婚媽媽的收容所收留，可以安心把孩子生下來，不想養就送給沒孩子的人扶養。畢竟一個生命要等好幾年甚至幾百年才輪到投胎做人的機會，還沒出生就把他扼殺，真的很殘忍。

摘錄網路一則報導

兒半夜哭鬧……九天娘娘道破一句 母無助落淚

許多民眾生活遇到困難，會選擇到廟宇求神問卜，以求心靈安定；在南投

縣民間鄉宮廟任職乩身的邱佑義，為九天玄女娘娘的乩身，協助處理信徒們的疑難雜症，他表示娘娘會以「神轎顯靈，在桌上的香灰中寫字開示信徒」，而邱佑義見過不少到宮廟求援的信徒，其中有一對夫妻的故事讓他印象深刻。根據《ETtoday 新聞雲》報導，邱先生表示三年前有一對年輕夫妻，因為孩子半夜3、4點都會哭鬧，怎麼哄都沒有用，於是到廟裡請示九天玄女，沒想到娘娘第一句便問「孩子是否半夜都會跟人家嬉戲，然後突然哭鬧不好哄？」娘娘一語道破他們的煩惱，讓媽媽感到不可思議，娘娘接著說「跟妳兒子玩的是他的姊姊」，不過年輕夫妻馬上反駁「但是姊姊沒有跟他睡同個房間」，娘娘這才解釋「是另一個姊姊」，讓媽媽聽完隨即落淚，原來這位媽媽的第一胎是雙胞胎女兒，可惜其中一名孩子不幸未能來到這世上。

娘娘表示女嬰過世後沒有儀式幫助她，她也需要父母的關愛，因此指示這對夫妻準備一些嬰兒用品、奶粉、尿布等祭拜她，最後再轉贈育幼院，問題就能改善了；娘娘最後也告誡這對夫妻「要記得現在的這種感覺，發揮力量幫助沒有爸媽的孩子們」，數年過去，孩子平安長大，這對夫妻也成為娘娘的忠實信徒。

☆七、反省與回光

子理

回想起當初為何會修道？其實我自己也不知道，覺得老師所教的內容，是自己所需要的，就這樣簡單。雖然自己從 2003 年拜師，跟著老師修行，算算日子也過了十五個年頭，在這一段不算短的日子裡，我自己也常想到底在修什麼呢？因為有時候還覺得蠻枯燥的，但是每次聽老師講課，都能聽出老師於修行過程中的喜悅，為什麼老師能有如此的心境？而且能維持下去。這裡面應該會有一些自己還未探索出來的秘密吧。漸漸地，不知從什麼時候開始，自己的心態有慢慢地改變了，從對修行的幻想，因為總是幻想能一招手就能招風招雷，後來從老師身上看到一些端倪，老師從外往內求取生身之道，講課的內容也從氣機的變化，轉而探索大道，這些變化，也讓我能遵循著老師的腳步前進。

目前本門的師兄姐於煉氣時，皆以「靜坐」、「回光」為主。「回光」一詞出自《太乙金華宗旨》，《太乙金華宗旨》現存最古的版本是 1775 年邵志琳編 64 卷《呂祖全書》本，題「先天虛無太乙金華宗旨」，其次是 1803 年蔣豫蒲編《全書正宗》本，題「孚祐上帝天仙金華宗旨」、嘉慶年間（1796-1820）蔣元庭編《道藏輯要》本，題「金華宗旨」，以及 1831 年閔一得（1758-1836）編《道藏續編》本，題「呂祖師先天虛無太乙金華宗旨」（出自維基百科）。

所以從年代來看，距今約240多年，大家不禁會有疑問？在這之前，大家修行的方法就不是「回光」了嗎？在之前出版的《天仙正理直論》（大明崇禎16年）中，有提到「入穴凝神」，《周易參同契發揮》中則是說到「真人潛深淵，浮游守規中」，《道德經》〈守中章〉中的「天地不仁，以萬物為芻狗；聖人不仁，以百姓為芻狗。天地之間，其猶橐籥乎？虛而不屈，動而愈出。多言數窮，不如守中」。因此不管是「入穴凝神」、「真人潛深淵」、「守中」，甚而連大家耳熟能詳的「抱元守一」也是「回光」的一種表現。這是在道家修行的說詞與功法，主要是將先天氣修出來，而此先天氣即是「一」。

因此，在佛家則有「萬法歸一」、「禪」，「萬法歸一」則與道家的「抱元守一」是一樣的，而禪則是如禪宗所說的無我、無相、無心，都是指的智慧而言。也如同金剛經中說的應無所住，而生其心，此心非識心，而是回歸先天本性，也可以說是覺、悟，佛家雖然沒有明確說氣機的存在，但是佛陀講法所散發出來的光明、瓔珞、寶帳等，皆是氣之顯化。道家的「抱元守一」，是得先天氣後，心中還是要沒有妄念，氣機與元神合一，其中也有凝結的效果，如此元神才能凝結出陽神。

在儒家則見於「反省」一詞。從《大學》中〈湯之盤銘〉曰：「苟日新，

日日新，又日新。」《康誥》曰：「作新民。」《詩經》〈大雅〉曰：「周雖舊邦，其命惟新。」是故君子無所不用其極。自新新民，皆欲止於至善也」，到《論語》各章節，如〈學而篇〉曾子曰：「吾日三省吾身：為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」、〈公冶長篇〉：「子曰：『已矣乎！吾未見能見其過而內自訟者也。』」、〈里仁篇〉：「子曰：『見賢思齊焉，見不賢而自省也。』」、〈顏淵篇〉：「司馬牛問君子。子曰：『君子不憂不懼。』」曰：『不憂不懼，斯謂之君子已乎？』子曰：『內省不疚，夫何憂何懼？』」等，諸如此類。從中不難看出，儒家的教育，是在成就君子之道，而儒家所謂的教育其實就是修道，從《中庸》首章中可以看出，「天命之謂性，率性之謂道，修道之謂教」。因此歷代所出之經典無非是在教導大家回復自我的本性，誠如《三字經》所說的「人之初，性本善」。

根據自己體會，反省的功夫，其實就是「回光」。就以曾子所說的「吾日三省吾身」來說明，第一個吾說的是自己，日為陽，也為白天，雖然只說日，其中也包括了陰，也就是包含了晚間，因此反省自己是不分白天黑夜的。「三」講的不是三次，而是應用乾卦，乾卦中沒有陰爻，表示沒有妄念，因此可以看出要反省自己就必須要用陽氣，因為自己身內的妄念就如同陰氣，會隨著漸漸

養成而變成自我的習性，這一點在《易經》坤卦的初六中說得很清楚，「履霜，堅冰至」。其象也說「履霜堅冰，陰始凝也。馴致其道，至堅冰也」。所以不難看出，不管是好的習慣或是壞的習慣，都是一點點累積出來的，為避免造成日後不可收拾的景況，所以於坤卦提出警訊，讓讀書人學習，以前的讀書人是在學習做個君子，跟現在在學校讀書學習不同。吾身，這裡講吾身，又代表什麼呢？剛剛說過，「三」為陽氣，陽氣周遊一身可以帶走身中的雜質，從內修正自我的行為舉止，這個過程其實就跟靜坐回光是一樣的。依據整個回光煉氣的過程，先將陽氣修煉出來，再與元神結合，達到神氣合一，神氣合一可以讓元神產生靈智，而有智慧，此時識神就會退位，而不受自我的慾望所牽引。

又如〈里仁篇〉：「子曰：『見賢思齊焉，見不賢而自省也。』」此即是我們耳熟能詳的「見賢思齊」，「齊」就是「平」，就是不偏不倚，也就是如同中庸的「中」，思齊就是沒有妄念，自己認為在解釋上應該不是看到賢者就要去學習，而是應該見到自己做得好的，不要放在心上，不要執著，而發現到自己不好的缺點就要去改正，其中「賢」與「不賢」，講的是自己的習性。又如〈顏淵篇〉：「司馬牛問君子。子曰：『君子不憂不懼。』」曰：『不憂不懼，斯謂之君子已乎？』子曰：『內省不疚，夫何憂何懼？』」這一段對話，司馬

牛認為不憂不懼就是君子，然而不憂不懼若不是從心性上所發，則還不算真正的不憂不懼，因此孔子才會更進一步說明，必須要做到內省不疚，才能真正不憂不懼。「疚」指的因自己的過錯而造成內心的痛苦，然而有許多人會忽略，認為只要我喜歡有什麼不可以呢？這讓我想起，於修行一段時間後，在靜坐的時候，總是會想起以前做過的一些錯事，這些錯事一旦出現就會造成心理的負擔，若沒有去解決，就會影響修行，因此我用道歉的方式來解決。

因此，從上可以看出儒家的反省，只在教人在心性上修持，但是若無法達到「神氣合一」，最終還是會因為外界的名利與自身的慾望，而墜入輪迴。所以，儒家大約只談到反省自身這一步，而沒有利用氣機產生元精，凝集成丹。

☆八、呼吸

子理

講完「道德經精義」後，接著講「丹道法訣」。當初剛接觸「丹道法訣」的時候，還在國外唸書，其中有些明瞭，有些卻不是很清楚，就在這種狀況下讀完了半本，之所以會停下來，是感覺就好像吃飽了，吃不下了。

先將目前的體會於此跟大家說明。修行的目的是要修出自身的先天氣，然後與元神結合，成就自我的智慧，再凝成陽神，然後才能脫殼飛升。這個過程，簡單數語就能交代清楚，但若身歷其境的時候，才知道其中的不簡單。我們都知道，本門修行的功法，是從命功而人性功，所以修行的時候以放下念頭、靜坐回光為主，靜坐回光首要在於凝神，然後入氣穴，簡單的說就是下看丹田，等到氣機產生，再以眼光微微攝住，不使一絲念頭入內，如此即是神氣合一。因為既有人身就是後天，所以在講課的時候常會以坎離兩卦為代表，剛開始的功法是要讓離卦中的真陰，又可稱為元神、本性，與坎卦中的真陽，也可以稱為命、氣，相交，真陰真陽相交，即是太極，其中的過程有如易經乾卦的元、亨、利、貞，也有如四季的變化，也有靜極而動、動極而靜的變化，如此久久不散，方可從後天的坎離，進入先天的乾坤，一旦進入乾坤，就表示真陰回歸於坤，真氣回歸於乾，而坤即是虛空。此時再次回光，就是天地交，天地交後

其中所交集的部位，即是「天心」，天心為元神得氣之所，元神只有元氣方能讓元神智慧增長，回復本性，成就真人。此時「不知有神，不知有氣，不知有空，所以才能與太空之空同」，簡單的說，「天心」是通往宇宙之門道，而此初始之法，即在靜坐回光。

這個過程看起來很長，但是卻是一瞬間之事，大家在靜坐的時候，有的師兄姐會很快就進入「無何有之鄉」，「無何有之鄉」就是「入定」，然後會在一片靜瑟中突然醒過來，當在這種狀況下醒過來，稱為「覺」，也就是陽生之時，此時玄關一竅於此，生死關道也在此，這時要趕緊回光繼續靜坐，將產生的氣機收回體內溫養，溫養就是常說的「抱元守一」，「元」指的不起念頭，而「一」則是先天氣，只有念頭不起，方能讓此氣機凝結成丹，如此才能算是一個周天。但是可惜的是，很多師兄姐遇此一覺後，常常就會出現念頭，有時候這不是個人所能決定的，若有此現象，就必須做功德。老師上課也說過，去除妄念是將心田中的雜草拔除，心田乾淨了，有了先天氣灌溉，卻無種子，所以無法發芽，結成果實，而修行本法門，若有做功德，再加先天氣的澆灌，所得的回饋將會是好幾倍。

而先天氣的運轉還是需要後天呼吸之氣。從後天口鼻呼吸，帶入先天氣

息，而在「一意歸中」，這在許多經典都有提到，如《入藥鏡》的「先天氣，後天氣，得之者，常似醉」、《道德經精義》《不徙章》中所說「但只一正其元神，使之不知不覺，無思無慮，那清空一炁，浩浩蕩蕩，自然一呼一吸，上下往來，如乾坤之闔闢，日月之往來，水火之升降，陰陽之否泰，進退如此而已矣」，《不積章》也說到「假後天凡氣，為陽火陰符逼迫而催促之，又說此金丹雖先天之氣為本，然亦必須後天凡氣為之功用也」、《天仙正理》、以及《金丹大成集》等。其中《天仙正理》中對於呼吸的描述為是「以後天氣之呼吸，得真機而致者，故於動靜先後之際」、「用後天之真呼吸，尋真人呼吸處」、「當吸氣之闔，我則轉而至乾，以升為進也。當呼氣之闔，我則轉而至坤，以降為退也」。所以這後一段的解釋為當吸氣的時候是往上，而在呼氣的時候往下，其中含有烹煉之旨。而在《周易參同契》的「呼吸相含育，佇息為夫婦」一節中，講到《金丹大成集》云，「呼出心與肺，吸入腎與肝，呼則接天根，吸則接地根，呼則龍吟云起，吸則虎嘯生風，呼吸風雲，凝成金液」。同時在《丹道法訣》《第七章大道真相——無極而太極》中說到其呼也，我之氣通乎天之氣，其吸也，天之氣入於我之氣。因此，從上面出自不同經典的幾段關於呼吸的文句，都清楚地描述後天呼吸的重要。綜合上面所說，大家可以理解為在

靜坐回光的時候，試著觀呼吸，吸氣的時候，氣機從上而下，呼氣的時候，氣機從下而上，待得心中無念，即能盜天地之氣。老師也說過，老天爺其實還蠻喜歡被盜氣的，盜得愈多，老天爺會愈高興。不過若於此間有念頭出現，或是因為人事紛紛，那就是反過來老天爺盜我們的氣了。

其實心中只要無念，即使是一瞬間的小定小靜，都會有先天氣的產生，不一定要大靜大定中，才會有所得。所以經書上常說「二六時中」，二六指的是一天的時間，也可以說是隨時，中就是虛空，心中無念即是虛空，因此常能保持虛空之心境，其中才能有太極一炁，虛空為靜，太極一炁為動，靜為養性，動則應事，如此才能做到《呂祖百字碑》的「真常須應物，應物要不迷，不迷性自住，性住氣自回」。此一段又是煉性的功法，如此不難看出整個修煉的順序，從命功而性功，再從性功輔助命功，這樣才能算是性命雙修。孔夫子也說過「仁遠乎哉？我欲仁，斯仁至矣」。這一句相信大家都常聽到，但是其中的意涵又是如何呢？以前在上學的時候，解釋為「行仁難道離我們很遠嗎？只要我願意行仁，立刻就可以行仁。」而在大家的理解，行仁就是要行善，看起來還蠻通順的，但細究其理，就會想到原句中並無行仁的字句，後來跟著老師修行，漸漸明白仁為先天氣，簡單的解釋就是只要我想要就會得先天氣，不過

先決條件是心中必須要無念，無念即是虛空，自虛空中才會有一點先天氣機，另外於丹書上說，若是說虛空，恐學者墮於空，而不識虛中有實，而實就是先天氣，這要說明若是不明瞭修行的觀念，很容易落入頑空的陷阱。

因此，靜坐回光以呼吸入手，順著呼吸漸漸導入天地之氣機，方有大能量成就修行之大事業。

☆九、黑洞

子理

二〇一九年四月十日，這一天晚上發生了一件天文大事，就是人類首度公開黑洞的照片影像。依照以往的資料，黑洞能吸收所有的物質，包括光線，所以印象中的黑洞，應該是一片黑色，不會有任何光線存在。但是當看到黑洞照片的時候，黑洞的照片呈現一個黑圈，外面有紅色光芒，這跟無極太極很像，因為裡面的黑圈為無極，而外面那層光圈為太極。經書上說：無極而太極，太極本無極，應該就是這種景象吧！

看到這張照片後，隔一天晚上剛好要開始講《丹道法訣》第七章「大道真相：無極而太極」。其中說到「太空之所以生生不已，直至億萬年而不滅者，非果空而不實也，中有至誠之神主宰其中，複有流行之氣運用於外，而太空渾渾淪淪，初不知有神，亦不知有氣，並不知為空，只自順其氣化流行、盈虛消長、與時偕行之常」。這一段的說明，不難看出仙佛已經將無極太極的現象，清楚明白地寫在經書當中。大家上網都可以查到有關於黑洞形成的理論與說法，所以於此不再贅述。宇宙中恆星衰老，向中心壓縮，最後連自己的光線皆無法透出，最後爆炸，這些被吸收的物質，向外噴發而形成新的星系，而這些新星中，就會慢慢有生物出現，所以萬物之生時來自於爆炸後所產生的能量，

也是接受到了無極太極之氣，而後演化為兩儀、四象、八卦、六十四卦等，如此生生不息。宇宙之所以會如此運作，是於虛空中，含有至誠之神以為主宰。這就如同無極為虛空本體，而太極為其作用，無極中有神，於人可以稱為本性、元神，而太極包於外，如此神有靈智，而能掌控一切。經書中也對此現象有所描述，故曰「其為物不貳，則其生物不測。」夫所謂物者何？無極而太極，太極本無極也」。也只有如此，才能「生化不測，變化無窮，悠久無疆也」。同時，宇宙星系的生滅，為物體的生滅，跟自我的本性無關，因為其中有一個寂然不動之真神，若此神隨物而感、而生滅，那宇宙又如何能長存呢？這一點用在修行上，即是《清靜經》中的「真常應物，真常得性，常應常靜，常清靜矣」。

人是秉持太空之氣而生，那為何會逐漸衰老呢？而不能與太空同壽呢？其實在人「蓋受生之初，其主宰之神、流行之氣，原自渾淪磅礴，不識不知，嬰孩之所以日長也。迨至成人而後，知識日開，私欲日起，又以物欲之乘，情偽之感，憧憧往來，朋從爾思，是以人心之空直為物欲所塞，而與太空之空不相似焉」。這一段是說明，在嬰兒的時候不會受到物慾的影響，所以氣機旺盛，等到開了情竇、有了物欲，填滿了原本不識不知虛空之地，因此虛空不再，無法讓氣機流行，所以從此與太空斷絕。

當仙佛藉由宇宙形成的觀察，體會到無極太極的現象，因而著書立說，闡述天機，讓後繼者能順此而踏天梯。所以經書上說，修行之首要在於「虛其心、恬其神」，這說明於修行的過程，要以虛心、放下妄念為主，然後才不會受到識神的束縛，而能自由自在。然後於靜坐回光中，進入玄關一竅，玄關一竅於氣機產生之所，當氣機產生的時候，眼光就要微微下迎，使之融合，不可讓一絲妄念進入，如此可以稱為神氣合一，也是「神冥氣合」，漸漸就會進入「無何有之鄉」，「無何有之鄉」即是什麼都沒有，只有團團一氣，神與氣合，也可以說是「定」。這個時候會有「心空似水，意冷於冰，神靜如嶽，氣行如泉，而初不自知也。惟其不知有神，不知有氣，並不知有空，所以與太空之空同」。

當大家修行到這個地步，「動靜同夫造化，呼吸本夫氣機」，造化為天地間的運行，此時的氣機運行暗合天地升降以及四季變化，而呼吸由外呼吸而轉至胎息，體內氣機的運行，剛開始的時候還是必須依靠外在呼吸的帶動，等到漸漸入定的時候，先天的呼吸還是會循著地氣上升、天氣下降的運行而運作。而能如此，實為「吾身真陰真陽合而為一之氣」。如此，再進一步將元神入於氣中，稱為凝神入氣穴，而氣包神外，而後「忽焉混沌混沌，入於杳冥之地」。這個時候為「真虛真靈兩相和合」，而其「靜合地體之凝，動合天行之健」。

此時的呼氣，為「我之氣通乎天之氣」，吸氣則為「天之氣入於我之氣」。如此氣機不偏不倚，而位於中，中為虛空，如此氣機流行與太空相同，並於體內為「致中和，天地位，萬物育」。於此章的最後提到，會達到如此境界「豈有他妙？」不過是反求於自己身內即可。這是因為人從無極太極而來，於虛空本來是精氣神團團一氣，而降於人身後，精氣神分居三家，再加上隨著知識日開、情趣日盛，三家之分漸離漸遠，終不得相見。而吾輩修行，即是要將此分散之精氣神合而為一，回歸本性。經書中對於修行的方法有諸多提示，有時候會讓想要入手的師兄姐感到困惑，因此將這段日子對於修行的步驟做個整理，也希望大家參考，希望對大家於修行上有所助益。

修行的步驟，簡單的說不外是修性與煉命，煉命講的是煉氣，將蟄伏於身內的先天氣修出，如此方能與元神結合，於修煉氣機的過程，可以稱為是煉精化氣，這段過程很精采，因為當修出氣機的時候，自身潛藏的妄念或是累世的因果，都會隨著氣機而出現，所以這時候會開始無緣無故遇到一些倒楣的事情，妄念開始出現，將自己的習性展現出來。當開始有這些現象的時候，千萬不要去埋怨說老師教得不好或是不對，反而於此恭喜各位，因為這是氣機有修出來的表現。同時，也是關卡之所在，要想邁過這個關卡，只能多做功德，而

且此階段有許多事情是在敲打我們的心性，心性若不堅定或是容易被外界牽引，心就容易浮動，而帶動氣機的不穩，如此原本神氣合一的狀態就會被打散。功德的好處，除了可以讓心向善而能與天契合外，還能作為與冤親債主談判的籌碼，因為冤親債主向我們討債，除了償還債務外，只有功德能作為償債的物件。而修行時，氣機的產生會讓元神有靈，有靈即能幫我們跟冤親債主協商，而其中的籌碼就是功德。因此，氣機修出來了，身體就會健康，氣機修出來了，就能增長智慧，進而能改變自我的命運。這些都是修行的觀念，只有將自己修出來，其實可以做很多事情。

最後將靜坐回光簡單做個整理，讓大家參考。

- 1、放下念頭，尋找適合自己的姿勢，靜坐
- 2、回光，先凝神，然後下看下丹田，凝神其實也是在觀呼吸
- 3、陽氣生，氣生的時候，眼光微微攝住，不使有一絲念頭產生
- 4、順著呼吸，帶動氣機運行周身，出玄入牝
- 5、進入無何有之鄉，此時從後天呼吸進入先天呼吸
- 6、一覺，從恍惚中醒過來的感覺，得先天氣，不要下座
- 7、回光，繼續靜坐，溫養封固，養就金丹於中丹田

8、先天天地交，而天心現，內中有元神，神於氣中，氣包神外，通往宇宙之門

9、成就陽神

10、天心動而脫殼

☆十、胃疾

如一

前幾期的善書裡，我記錄了自己關於胃腸疾病的靈療與因應之道，在此來談其後續發展。

話說之前的胃腸問題反覆發作，但是卜卦都說沒有病，只要安心煉功即可，我也就這樣靠著煉功靈療，以及吃素來調整，感覺還蠻不錯的！後來老師還推薦我吃益生菌，他說他吃了某牌子效果很好，剛好我看到網站有超優惠特價，老師便叫我連同他的一起訂購。說實在我的習慣是不會吃有的沒的保健食品，要不是老師先試過說很不錯，我是不可能輕易嘗試的。我常笑稱老師好像是我的「試毒器」一樣，他先吃過沒問題，我才敢吃！哈哈哈哈哈！其實老師是有如神農氏般嘗百草啦！他說好吃、有效的，就是真的有幫助。

三月底的某一天，我突然在半夜胃抽筋而醒來，接連幾天都是偶爾會悶痛、抽痛，雖不至於痛到無可忍受，但卻也會冒冷汗，微微發抖，可是抽痛不會持續太久，過個一會兒又好了。起初我照樣的煉功，後來配合刮痧、拔罐、按摩，會舒緩一些，可是睡到半夜又痛醒。我心想奇怪了，到底是怎麼回事呢？就這樣過了一週，覺得方法用盡而無改善，在四月初我就卜卦問為什麼會有胃抽筋的現象呢？老師看了卦說：「看起來是胃潰瘍，快點去找醫師做檢查吧！」

於焉快馬加鞭衝到胃腸專科診所掛號，醫師先開一週的藥物，然後問我要不要乾脆照個胃鏡，畢竟這一年來陸續有發生一些胃腸不適現象，做檢查才能確診，而對症下藥，否則反反覆覆的發病，也是很困擾。就接受醫師的安排，於下週同一時間前來照胃鏡。

照胃鏡的當天，心情還蠻平穩，但卻也感到焦慮，醫師一直輕鬆談笑，試圖讓我減輕壓力。他叫我不用擔心照出來是不好的結果，但我才不是擔心那個，而是怕會嘔吐啦！醫師向我保證，這種新型的管子從鼻子穿進去，絕對不會作嘔，而且三分鐘就好了！經過一番簡單噴藥麻醉等事前工作，終於要穿管子了，算是很順利的進入到胃部，這時聽到醫師說：「是胃潰瘍。」我內心開始竊喜，因為跟老師所說的一模一樣！檢查完畢之後，醫師馬上秀出照片給我，在幽門附近有一處小小的白色潰瘍點，胃也稍微有點紅，是發炎的現象。再來就是食道有明顯的胃食道逆流痕跡。這些幾乎都在我預料之中，所以心情還算平靜，並夾雜著興奮，因為覺得卜卦實在是太準啦！屢試不爽！

再來向醫師詢問應該要注意什麼？醫師當然就開出了禁食的條件，不能吃的東西還真多，包括：油炸、刺激、辣、酒、茶、甜食、咖啡、奶類（優酪乳也不可以）、豆類（豆漿也不行）等等。我聽完以後傻眼，問說我還能吃什麼？

醫師說：「有啊！就是白開水。」哇哈哈哈哈哈，我苦笑了，只能喝白開水的人生有何意義？接著問醫師，有沒有什麼食物可以讓潰瘍趕快好的？醫師說有喔！吃燕麥是醫學上證明有療效的，可以加速復原，其他沒有科學實驗佐證的，他就不談了。我說市面上有賣燕麥奶，醫師說那個太甜了，加太多糖反而不好。我說那就大燕麥片加熱開水囉？醫師說對，就這樣。我說這樣沒有味道怎麼吃啊！他說為了胃好，還是得吃呀！

因此我很乖的遵守醫囑，完全不碰那些被列入禁止的食物，也很乖的只吃大燕麥片加熱水。原本我以為會很難吃，豈料吃了第一口，驚為天人，怎麼那麼好吃呀？別人聽了都搖搖頭覺得好噁心，說他沒辦法做到，寧願胃痛死也不要吃這種無味道的食物。我心想我能接受，那還不錯耶！而老師也叫我去買鱸魚熬湯喝，比照開刀後病人的吃法來煮。因此第一週早餐和午餐我都吃大燕麥片加熱開水，晚餐就是鱸魚湯，吃了一個禮拜覺得好舒服。

回診時醫師讚譽有加，說乖乖的控制飲食，就會好更快。但也跟我提到我的幽門桿菌是陽性，他說這是絕對的壞菌，留著只會傷身，沒有益處，要趁早殺掉。後來又吃了兩週的胃潰瘍藥物，接著開始吃一週幽門桿菌的殺菌藥。那陣子偶然得知，怎麼好多師兄弟姐妹也都是同樣的症狀，道門好像在流行照胃鏡似

的，好幾個師兄弟姐妹都不約而同地照了胃鏡，也不約而同的說有幽門桿菌，聊過以後發現每家診所的收費標準都不一样，甚至差了兩倍到五倍之多，一問之下我花費的金額最低，也不知道為什麼價差這麼大呀？吃殺菌藥之前，醫師有先告知，說吃藥期間會覺得口乾、口苦、食慾不振，都是正常現象。前幾天我吃下去，的確覺得口苦，好難受！因為不時會從胃部往上衝出很苦的「氣」，偶爾嘔一下、嘔一下這樣，蠻噁心的。不過我藉由煉功，降低了吃藥的副作用，所以口苦的現象就減輕了，至於食慾倒還好耶！不僅沒有食慾不振，反而胃口大開。我心想煉功真的很有幫助，可以減緩不適。就這樣忍耐一週，殺菌藥終於吃完了，覺得身心舒暢，因為胃部不會再作怪了，也可以正常的吃點葷食，不像之前那樣有雜七雜八的毛病了！醫師說接下來的療程就是繼續吃潰瘍的藥，但也減輕劑量，以致於漸漸停藥。所以身體有所不適的時候，還是得在第一時間趕快就醫，先診斷看到底是什麼病，邊吃藥治療，邊煉氣靈療，才能讓身體恢復健康。人為血肉之軀，即便是我們有煉功修行，但因為功夫不到家，依然無法全面根治，因此還是要雙管齊下，方不致於受苦太久。

我也好奇的問老師，為什麼我會突然的胃潰瘍呢？之前卜卦不是都說沒病、不用照胃鏡嗎？老師說：「妳的胃病是從小就有的，雖然煉功會慢慢的復

原，不過深層的病母會被先天氣引發出來，產生病灶。這時候生病了，還是要看醫生吃藥治療。」我說：「但是藥物會有藥毒耶！」老師說：「那就煉功排除即可，病母逼出來，就恢復健康啦！」還真的是如此，因為我接受治療以後，覺得比之前舒服多了，也不用成天懸著一顆心，想著到底是怎麼回事，便能安心無妄的煉功。有趣的是，殺菌藥吃完回診時，醫師告訴我：「因為殺菌藥是六親不認的把好菌壞菌通通殺光，所以妳要開始吃益生菌，增加體內的好菌。」我問醫師有沒有限定什麼品牌？他說沒有限制，只要是好菌都吃吧！我心裡覺得好好玩，因為前些日子老師才叫我買益生菌，我也破天荒的跟著吃，現在果然派上用場啊！老師說：「所以我比醫生還好用喔？」真的是這樣，有好幾次老師都在醫師診斷之前，就說出我的疾病，以及應該要吃什麼來治療。有時候我半信半疑，但去就診後，真的都如同老師所言，好玄啊！所以煉功修行不要傻傻的埋頭自己煉，要常常寫出自己的煉功現象與修行心得，與老師討論交流，老師才能掌握我們的身心狀態，而給予最適當、最有效的幫助。

且說我這樣強制控制飲食好長一段時間，真的覺得身體很舒服，再來就是口感也大轉變。畢竟那段日子裡頭，我幾乎吃著沒有調味的東西，以致於現在開始慢慢恢復正常飲食，卻覺得所有東西都好鹹。連普通麵攤一般的清湯，我

喝完都會非常的口渴，狂灌開水，更不用論紅燒麵這類重口味的食物了！我原本很愛吃辣，雖然知道吃太辣對身體不好，卻無法自拔，但是禁食一段時間後，現在吃到微微的辣，竟覺得嘴巴受不了，而不喜歡辣味了。更可怕的是，以前愛吃的美食，現在入口都覺得味道很奇怪，變難吃了。好玩的是，前幾天常真師兄做了僅加微量鹽的瓠瓜麵粉煎，我竟然覺得津津有味，好好吃，但我知道對一般人來說，那是沒有味道的。因為生病而控制飲食，看似很痛苦的折磨，但卻在無形中轉變了我的口感與習性，我現在覺得天然的食物真的很美味，尤其菜類有其本身的清甜，吃了覺得好舒服。我以前雖然知道這些道理，卻做不到，但因為已經病了，非得強制自己改變飲食習慣，沒想到習慣也成自然了，日後就能減少因口腹之慾而吃進不必要的「廢物」和「毒物」。如此一來就會更加健康，養生之道在此矣，自然行之而無絲毫勉強。我們的身體會有病，多半是生活方式和飲食習慣造成的，所以若僅是吃藥只能治標，無法治本，還是得從轉變習性開始做起。

☆十一、追思

如一

還記得五月五日那天，是個晴朗的老師上課日。一如往常地，大清早就進道場整理、張羅，並與老師共進早餐，席間談到道務，我還跟老師說：「待會兒等總召來，我要跟他講某某事情，他一定也心有同感。」說到總召東港師兄，我看看手錶，怪了，平常他都是很早到，不會超過八點，怎麼八點半依然不見人影？過了一會兒車師姐來了，也坐下來聊天，我碎碎唸說奇怪，東港師兄怎麼那麼晚？車師姐說：「喔！昨天師兄有說他今天要整理一下家裡，會晚點到。」我心想：「既然有事先交代，那我就放心了。」因此呢，我也不以為意，繼續進廚房忙著打點午餐的食材。

約莫是九點半，一通電話猛然的響起，那頭是位女子的聲音，我只聽到「如一師姐！」然後巴拉巴拉的，我什麼也聽不清楚，只好打斷對方說：「請問您是哪位？」這時我才終於聽懂，原來是東港師兄的女兒，她一句：「我爸出事了！」讓我大吃一驚，心想該不會是半路出車禍之類的吧？後來聽到「趴著臥倒在家裡地上，已無生命跡象」我瞬間整個腦袋空白。當時我的心情實在是難以言喻，反問：「真的還假的？」師兄的女兒說：「這種事情我怎麼可能跟妳開玩笑？」不，我知道當然不是開玩笑，但我內心根本無法接受，依然覺

得不可思議。據師兄的女兒表示，師兄應該是前一天（週六）晚上就倒下，只是因為獨居，直到週日早上才被隔壁的親戚發現，消防隊破門而入時，已無生命跡象。聽到這裡，我知道事隔多時，應該已經無法挽回了，問題是我整個人呈現一種呆滯的恍神狀態，竟然還腦殘的問：「有送醫嗎？有沒有急救？」我知道我問的話很蠢，但我整個內心是抗拒且否認這件事的，才會傻傻的吐出這句話。

東港師兄的女兒想要了解昨日她爸爸是否有來道場？又他昨日有什麼異樣嗎？週六高雄道場有進修課程，很多師兄姐都有來，他們都說東港師兄看來好好的，跟平常沒兩樣呀！於是我就如實回覆師兄的女兒，並請她多保重。掛電話後，我感覺很不真實，老師跟車師姐一頭霧水的看著我，我對他們說明以後，他們也愣住了。我也一一告知在場的師兄們，他們的反應都一樣的愕然與驚訝，頻頻說：「昨天他不是才來道場嗎？還好好的呀！」我腦袋空白的喃喃道：「我也不知道。」接著又傳訊通知了其他還沒到道場的師兄姐，也告知台南、台中、台北道場一些比較有跟總召接觸的師兄姐，大家的反應都一樣錯愕，畢竟四月底才開過會員大會，所有師兄姐一週前才剛見過面而已，怎麼人說消失就消失了？其他的師兄姐都跟我說，看了我的訊息以後，心情頓時跌落谷

底，好悶好難過，甚至吃飯也難以下嚥。我心想真抱歉，我也不是故意通知壞消息，但還是得讓大家知道的。

接著我就開始忙著道務的交接與處理，心神有點和身體分離，可能是突如其來的意外，讓我頓時不知該如何反應，但還是得冷靜的處理道務。我甚至還想著：「也許待會兒東港師兄的女兒就會打來說，爸爸已經救醒了！」對！我真的一直這樣想，等一下應該會接到喜訊，虛驚一場，鬆一口氣！我的理智線不知道為什麼突然接不起來，其實我內心清楚，師兄已經往生了，但我竟然一直自欺欺人的對自己說，等一下就醒了！等一下就醒了！

下午老師上課前，因有些人比較晚到，我又對全體師兄姐發布一次消息，現場氣氛真是凝重，大家難過得低下頭來，不發一語。那天我也不太記得老師上課講了什麼內容，實在是很抱歉，因為我覺得自己還在恍神當中。後來電話又響起，我火速的衝去接聽，是東港師兄的女兒！我好興奮，因為我還期待聽到「師姐，我爸已經救醒了！」我屏氣凝神的聽著師兄女兒的一字一句，內心充滿了希望，無奈又聽到「法醫來相驗」，頓時我滿腔的熱血瞬間又冷掉了，接著又聽到「死因是心肌梗塞」。這時我告訴自己：「好了，這是真的了！不要再盼了！」掛電話後轉告老師與師兄姐，大家無不惋惜感嘆，也互相勉勵人

生無常、人生苦短，要好好把握機會修行。

兩天後我得知東港師兄的告別式日期，便開始聯繫所有的師兄姐，因為老師排定五月十一日前往東港拈香，我幫忙統計有幾位師兄姐要一同參加。我一個一個親自打電話詢問高雄道場的師兄姐，出乎我意外的，大家都一口答應的立刻說要參加，只有一兩位不克前去。就連遠道的師兄姐，還有不常來道場的師兄姐，甚至才入門不久的師兄姐，也都說要出席。當時我內心真是感動，大家還真的是義不容辭，同時也能看出東港師兄做人有多麼的成功，要不是平時他真心的付出、照顧師兄姐，深得人心，否則哪能得到這麼多的迴響呢？原本我以為自己並不在意師兄姐之間的情誼，也以為自己沒什麼感覺，可是到了夜深人靜時，眼眶才會濕潤泛淚，這時我終於明白，師兄姐之間相處在一起，有時候會吵架、鬥嘴，但其實感情是深厚的，只是我們沒有意識到而已。我覺得，師兄姐之間的情誼，甚至已經在不知不覺間，早就比家人還要親近，只是我們都沒有察覺。我自己的爺爺、外公過世時，都還沒有這麼難過，不知怎地師兄的離去，讓我愈來愈有一種說不出的傷感。

那幾天，我每天都在道場忙到很晚，起初我腦袋一時還轉不過來，例如處理道務時，講到要申請經費，我竟然還想著說：「那我跟東港師兄請款。」楞

了三秒才發現不對，師兄已經不在了。東西壞了，我還隨口想要喊：「東港師兄，這個要怎麼修？」隨即又回神，喔！不對，沒得問了！沒辦法，畢竟這些是師兄之前負責的業務，我還是會很自然的要找他處理。我根本覺得師兄的逝去很不真實，不真實到難以習慣，需要一段時間來調適。就這樣那幾天我感到身心疲累，加上正好在服用幽門桿菌的藥，覺得好疲憊、好睏倦，也一直出現心悸的現象。即使我補眠睡了幾小時，醒來依然心悸、不舒服。內心覺得有點苦惱又厭煩，因為適逢新的一集善書要出刊，我又得忙著寫稿、校稿、編輯、做封面，有的沒的大小事情，實在是沒有心思。又整天睏倦不已，也無法好好做事，心裡很是惱怒。

五月八日下午我在道場睡了好幾個小時，醒來依然頭暈、心悸，很不舒服，但我得強打精神起來做事。我一直想要找出身體不適的答案，這時逼不得已，只好閉目回光，說也神奇，元神就突然笑了出來。這時我心想：「元神笑，代表沒有事了！可以安心了！」不過很奇怪，這次元神的笑跟以往不太一樣，我內心只覺得「有人來看我了！」當時沒有想很多，直覺是某某仙佛，元神看到仙佛很開心的笑一笑打招呼。然後更玄的是，我覺得自己腹部有一股氣在旋轉，然後抖啊抖啊抖，身體舒服多了！當時內心想著「謝謝某某仙佛來幫我灌

氣」，就繼續做事了。過了一會兒接到台南總召延和師兄來電告知，說薛師姐下午在台南道場打坐時，突然好暈，就躺下去睡著了，結果夢到東港師兄，很高興的來跟她說：「薛師姐，你們要來我家的話，記得不要停我家對面，那邊沒有車位。你們要停在旁邊那條路的堤防，才有位置。」然後薛師姐就驚醒了。薛師姐就趕快打電話給延和師兄求證，因為她從來沒去過東港師兄家，她問延和師兄是不是這樣？延和師兄說沒錯，之前去東港師兄家，的確車子停滿滿，師兄還特地挪了一個位置給他停。薛師姐醒來以後好累累，就說要回家了。

我聽完以後哈哈大笑了許久，因為我知道真的是東港師兄，畢竟我跟他相處太久了，我確信是他回來託夢。延和師兄說：「奇怪，為什麼總召不直接託夢給妳？」我說：「因為託夢給我沒有用，我知道他家的狀況，我也只會認為是自己因思念而引起的雜夢。託夢給不知情的薛師姐，才能驗證此事為真。」

講完電話我整個人心情都開了，原來東港師兄都知道，我好高興，趕快跟常真師兄說，常真師兄一聽也說沒錯，這真的是東港師兄，這是我們之間才懂的心領神會！因為我們相處太久了，知道一些細節。說給老師聽，老師說好好玩，也說師兄在另一個世界會繼續修行。

說也奇怪，當晚我就得到好眠，畢竟已經好幾天睡不好，而且我那些什麼

恍神啦、頭暈啦、心悸的，通通消失了！是不是很神奇？再次驗證此道真實不虛，對師兄姐也是莫大的鼓勵！後來回想，當天我閉目回光，元神笑著對「某人」打招呼，也許那不是仙佛，而是東港師兄啊！可能師兄看我為了張羅拈香的事情忙到很晚，身心疲累，特地來看看我，並託夢給薛師姐，藉由延和師兄轉告，讓我內心得以釋懷！畢竟東港師兄是突然的走掉，周邊人會有很深的驚愕、不解、難以置信的複雜心情，甚至會覺得我還有什麼話來不及講完的遺憾。當我知道師兄在天之靈都有接收到我們的祝福和思念，我就感到很放心了！尤其薛師姐說東港師兄很開心，我也跟著笑開懷，正所謂一笑解千愁，所有的不愉快和鬱悶瞬間消失了，身體就舒服起來啦！

就這樣高雄和台南道場師兄姐一行人，相約五月十一日早上九點在東港師兄家碰面。當天到場的有：高雄道場的常真師兄、車師姐、藍師兄、于師兄、石師兄、楊師兄、黃師兄、賴師兄、林慶信師兄、楊弘昱和林帝羽師兄；以及台南道場的總召延和師兄賢伉儷、薛師姐、黃漢斌師兄共十七位。大家在靈堂前拿香祝禱，接著由老師率領眾師兄姐誦唸清靜經，目的是藉由大家的法力來助東港師兄一程，好讓他能夠早日登上極樂，在那個世界好好修行。唸完清靜經，我滿身大汗。接著又聽到東港師兄女兒對老師說，前幾日他們擲杯問爸爸

說後事這樣處理有滿意嗎？沒有應杯，再問幾次都沒有應杯，最後女兒就問：「老師帶師兄姐來上香，這樣滿意嗎？」師兄馬上應杯。所以這真的很玄奇，代表人往生之後，最需要的就是道炁與功德，而不是表面的儀式而已。我很高興能跟著老師前往拈香，也謝謝所有師兄姐這樣的真心關懷，相信好客又熱情的東港師兄見到大家一定非常的開心！大家當日到場助唸清靜經也是功德無量，算是回報東港師兄這些年來對我們的照顧了！

在這世界上什麼是真情？我認為真情在患難中才能得見。所謂雪中送炭，方為真心人。所以我們千萬不要懷著計較心來做道務，雖然做道務的當下也許會累、會倦，但其實走過必留下痕跡，平時在道場服務大家，長期下來大家感念在心，也是一種德行了！想想如果是自己遭此變故，會不會也有這麼多師兄姐來拜別送行呢？由此便可知一個人究竟在別人心目中的份量有多重！

拋開生死而言，很多人都說東港師兄好福氣，因為人老最怕病來磨，師兄是無病無痛倒下去，瞬間結束了這一生。生前也只會有一些輕微的身體不適而已，沒有大病大痛折磨身心，也沒有拖累家屬搞到大家疲憊不堪，這是不幸中的萬幸了！連道場這裡的鄰居都說師兄真的是功德無量，才有這種福報，畢竟這社區有許多老人，他們也耳聞、眼見不少受病苦折磨的友伴和鄰居，是如何

的受盡摧殘，晚年淒涼。因此在他們心目中，這樣也等於是圓滿善終了！在道場社區的鄰居嘴裡，都說東港師兄是個很好的人，熱情洋溢，會跟大家打招呼、閒聊，又樂於助人，因此大家對他的印象很好，失去一個老好人，也是感到無限的嘆息與傷悲。

我很開心能加入道聖門這個溫暖的大家族，經歷了不少風雨，終究沖不散我們的情誼，能夠堅持到現在依然不退道的，方為真心的修行人。想想自己的親朋好友，又有幾位能有如此真摯的感情呢？因此老師常常耳提面命的勸我們，平時多與道友結善緣，多來道場服務做功德，不要吝惜付出，也不用計較得失，因為自己所付出的一切，最後都回饋到自身上，絕對不會白費。

希望師兄姐們能深以為警惕，東港師兄的離去，也是提醒我們生命皆有期。年長的師兄姐要多加注意身體健康，年輕的師兄姐更是要小心，因為年輕人最容易仗恃自己日子還很多，而在修行路上鬆懈了。我也發現年輕的師兄姐比較會「混日子」，要修不修的，滿腦子還是吃喝玩樂為重，年長的師兄姐都是很認真很上進的在修行。其實無常不分男女老幼，還是得時時刻刻的警醒再警醒，把握時間好好修行，莫待臨終時空餘恨。

☆十一、人生苦短

才順

這個月是個心情沉悶的月份，不管是天氣一下熱一下冷，還是生活中也是如此。就在五月的第一個星期日，正要出差的我突然收到了如一師姐的訊息！一下就讓我心情盪到谷底。

內容是高雄道場蔡總召突然離世了！心中滿滿的不可思議與難過，在出差的路上一直反覆的想為什麼會這樣，才前幾天因為學會的關係需要我的證件，但因上課日需要出差怕耽誤學會行程，我就跑去東港找師兄拿證件請師兄轉交，當時還聊得很愉快，要離開時還有師兄滿滿的關懷，沒想到才過幾天就聽到噩耗！大家相處這麼久了，又是互相扶持的道友，心中的悲痛真的無法形容，尤其當天開車時，下車吃飯時都心情差到食不下嚥。

第二個星期六，老師帶領台南、高雄道場的師兄姐們一同前往靈堂上香，並在老師帶領下與師兄姐們一起唸清靜經迴向給蔡總召，過程中充滿了道氣，希望師兄在天之靈能收到。

上香後與師兄姐們聊天時才發現，原來大家聽到這消息後都跟我一樣的心情。真的不知道道聖門是怎麼做到的，可以讓大家感情這麼深厚，也聽老師說了總召無病無痛離世，是真的有修行才有的現象！雖然沒長壽不完美，但聽了

之後心裡好過些了。

人們常說人生無常，在我有生之年真的看過人生百態，但心中卻沒有了計較，因為生不帶來死不帶去。計較了當下開心或痛苦，但人生就短短幾十年，說實在的轉眼即過，當滿頭白髮還在為子孫操心時，卻轉眼已成白骨空遺憾。我常跟小孩說未來誰也說不準，但當下卻可以抓住一線機會，不要讓自己遺憾，每一個時代有每一個時代的挑戰，每一個時代的青年也有他們不同的命運，但是智者能從別人的經驗中獲取教訓，使自己的人生更充實圓滿。長江後浪推前浪，江山代有人才出。

如果我能重新來過，我會盡量找時間和我的爸媽在一起，哪怕聽他們嘮叨都沒有關係。年輕時總覺得父母會一輩子跟著我們，從來不覺得在他們庇蔭下有什麼了不起，人總是要等到失去了才會珍惜。既然我現在可以給你們忠告，我就要說盡量把握跟父母在一起的每一分鐘，因為生命是很脆弱的，人生是無常的，樹欲靜而風不止的悲痛是現在我年輕時希望知道的事。

再來就是我真的很感謝上天讓我來道聖門修行，讓我心靈成長、讓我記得飲水思源、讓我可以安心做功德、讓我可以有良師與道友。一個好友可以幫助自己，若有三個好友，他會過得很快樂。人生的路可以很長，但一定要有知心

的朋友跟你分憂解悶，如何才是知心的好友？大家一同修道不就知心了嗎？從小到大朋友幾何！但能陪自己人生的路走來的又有幾何！未來如何我真的不知道，但記住，人生苦短，莫負今生。

☆十三、把握當下

正福

在佛門的晚課中，有一首大家都耳熟能詳的「普賢菩薩警眾偈」：「是日已過，命亦隨滅，如少水魚，斯有何樂；大眾，當勤精進，如救頭燃，但念無常，慎勿放逸」這是菩薩慈悲，苦口婆心的告誡我們，人命無常、人生苦短，應及時把握現在，發願、真心並真實去布施行善、修行。

跟大家分享今年三月發生病況的心得，有點驚悚且事先要聲明一下，身體有疾病時一定要先去找醫師看診檢查喔！事情經過是這樣的：在三月的某星期日晚上靜坐時，忽然覺得胸中有一股氣在運轉，接著就一陣咳嗽約三至五分鐘，心相應該沒事吧，就不理它，坐完就去睡了。沒想到星期一早上起床，覺得胸中有痰，很自然的就吐痰出來，沒想到竟然是一團血（完全是血且含有深黑色的血塊，一小塊的形狀），吐了約十口痰都是如此，心想我有在吃抗凝血劑，可能是吃藥的副作用，而且身體完全沒有任何的不舒服，因此就不理它並去上班了，到下午就沒有那種情形了，下班後在睡前照常靜坐，坐完就去睡覺。星期二早上起床，就沒有那種情形了，心想沒事了真好，沒想到當日下午後晚上約七點剛回到家裡，就覺得胸中又有痰，就到廁所去吐痰，一看竟然又是一團血（完全是血且含有深黑色的血塊，一小塊的形狀），吐了約二十口痰都是

如此，當下我心裡慌了，但外表仍然很鎮靜，太太問我怎麼了，我叫她不要進來，怕她看了會嚇到，只是很淡然的跟她講我的情形且叫她不要怕，並跟她說我完全沒有任何的不舒服，我先去問老師看看，她叫我把血痰拍照下來，我就打電話去找老師但接電話的師姐叫我寫信給老師比較清楚明白，為了讓太太安心我就先去吃飯且沒有胃口不好的情形，心情也平靜了，跟她說沒有什麼大問題的，吃完飯就寫信問老師並附上照片檔案給老師看。

約一小時後老師（回信）找了一些網站有關吐血的資訊並叫我明天去掛急診檢查原因；後來又跟我說（回信）如果身體很不舒服就現在去掛急診檢查並把那些吐血圖片給醫師看。我回信說身體不會不舒服，也沒任何異常，飲食及作息都正常。老師回信說有吐血絕對有毛病，只是因為有煉功而不會感覺異樣，就像某學員的老婆做化療時都不會痛或嘔吐，那是因為有煉功的關係，所以你明天還是去檢查原因。我本來就心想要去檢查一下再加上老師的警告，就思考著說要去哪裡看診（因為我有在吃抗凝血劑可能是吃藥的副作用，這是屬於心血管的問題），忽然有一靈感要去找某位心臟科的名醫（因為以前我就是給那位醫師看診的，他對我的情形很熟悉），就去網路查詢並得知那位醫師已經自行在高雄市開設門診，就決定隔天請假去看診，並於睡前照常靜坐，坐完

就去睡覺（但是太太很擔心所以在睡前抱著我哭，讓我心裡很雜陳，還好我馬上轉念，才讓心情平穩下來而沒有影響到靜坐）。

星期三早上去看診，先做X光、量血壓及心電圖檢查，醫師很詳細的檢查評估、問診後，說是民國九十四年發生的腳部深層靜脈栓塞的血塊，可能因向上流動而塞住肺部血管導致血管破裂才會咳出血塊，還好不是急性的肺栓塞也沒有其他的病情或不舒服，不然就嚴重了。醫師也問我有沒有其他不舒服的情形，我說身體不會不舒服，也沒任何異常，飲食及作息都正常。後來又抽血檢驗等下次回去複診看報告及更換慢性處方藥品。早上看診完，下午又去上班。後來陸續雖仍有咳出血塊，但慢慢就減少了。

星期四老師寫信問我檢查結果是什麼病情，我就回寫檢查的結果並說目前咳血的情形已經減少，身體也沒有不舒服，只是心情不好，目前都還好，謝謝老師關心，最後還調皮的問老師說：您是不是知道我會沒事的對不對？沒想到老師回信說：我是知道你沒什麼大事，但還是謹慎一點。畢竟有這種狀況要查出原因所在，才好進一步治療。我回信說謝謝老師關心，還好有修仙道氣功且有聽老師的話去檢查，目前沒危險了，也正常上班工作，只是心情還在調適，現在剛好有在看王鳳儀的儀聖言行錄（在道場借的），也在思考書中所說的道

理。

隔週回去複診看報告，醫師說他看了檢驗報告後覺得很訝異，因為依照檢驗報告的結果，我是不符合會發生咳血的情形，他也百思不解為什麼我會自行咳出血塊且咳完後就不咳了，且身體不會不舒服，也沒任何異常，飲食及作息都正常，所以先調整藥的劑量及再觀察評估，只要不再咳血就沒事了。他又建議我做最新型的4D影像心臟超音波檢查（但要自付一半費用），醫師檢查得很詳細（大約二十分鐘）（我三年前在某教學醫院做檢查大約只有五到八分鐘並沒有那麼詳細，且是黑白影像），檢查完醫師說各項功能都很正常，及身體健康狀況也正常。我問他說我在身體正常的狀況下把肺部血管的血塊咳出來，這樣看起來也是好的事情對吧？他說也對，因為血塊若無處理掉，會變成肺炎或急性的肺栓塞。

以上是這次發生病況的經過及處理情形，實在是急轉如飛且有驚無險，因為平常都有在注意身體的狀況，所以在當時內心雖然很緊張，但情緒都能很快的平靜下來，且同時在想為什麼會忽然發生這種情形，因為平時都沒有異常不舒服，竟然會自行咳出血塊。又從另一角度想，靜脈栓塞的血塊塞住肺部血管可能好多年了，但平時都沒任何感覺，一般來講大家都會檢查心臟血管的健康

情形但很少會去注意到肺部的血管，而且血管的血塊若非經由開刀取出的話是不可能憑空消失的，累積久了就導致血管全部塞住而發生危險。

其實這次在身體沒有不舒服，也無任何異常，且飲食及生活作息都正常的情形下，能藉由血管破裂而咳出血塊，又何嘗不是好事一件呢？且又能找到專業的醫師診治，讓我很欣慰。所以雖然心情有些不好，但很快就釋懷了，又回復平時的心情了。說真的，我很慶幸自己能修煉先天金丹大道（仙道）氣功，心想應該是我有聽老師上課一直強調的重點「要勤於靜坐」，因此才能夠通暢平時不易流通之脈絡、血管及全身器官。後來在三月中旬老師來道場上課時，說還好我有在修煉大道，不然以我身體的狀況可能會沒命喔！我回以微微一笑，因為這是真實的話。

靜坐能產生先天氣，先天氣是充滿全身上下無所不在的，先天氣也是丹藥，所以老師說「丹田」的丹是指丹藥，田是指人體全身上下（田只是一種比喻，例如稻田是指種稻的地，竹田是指種竹的地）。在煉精化氣的階段，當先天氣能量充滿全身上下時，身體器官恢復生機功能，就會愈來愈健康，人健康心情自然也會愉快舒適。先天氣也能把身體內的舊疾或尚未發作的病痛給逼出來，及早發現及早治療。所以在煉功過程中會產生排毒的現象（例如流汗、放

屁、排泄、嘔吐、流鼻水、皮膚紅點、疹子或痘痘等種種情形，每個人的情形及時間長短都不同）或發生以前沒有的病痛（這些現象可向老師請教確認）。這是先天氣的神奇妙用，並非修錯法門；也不是像有人會說沒修行沒事情，修行了反而更多狀況，這都是不正確的觀念。大家可想而知，肉體難免有大小病且終究會毀壞，何況現今的空氣、水及食物等種種環境污染又很嚴重，再加上遺傳基因、生活作息、個性、工作緊張壓力及飲食習慣等種種原因導致現代人的身體都很難不生病，因此即使目前沒怎樣也難保日後不會有病痛，若能把病氣提早逼出，就可早期發現早期治療，而不會讓病氣沉積過久變成沉痾宿疾（重病或積久不癒之病）。

有句諺語「有燒香有保佑」。所以除非是在修行過程中，心態及功法走偏了且又沒請教老師，才會產生問題，不然是不會有問題的，在道場裡有認真修行的師兄姐都是愈來愈健康。在本門「道德經」第三十章應用於修身之注釋也有記載修行過程中會逼出身體內的舊疾或尚未發作的病痛，及修行人要心安才能化病氣，我也有拿給太太看（雖然她有點猶疑，但至少有個參考資料可讓她安心）。所以修行不可迷信或個人式的崇拜，要以實際修行產生的現象，跟經典資料相印證，再配合現代科學技術。修行也非盲修瞎煉或只是口頭念誦而

已，而是相當科學的，若能經由修行讓身體健康、心情快樂，是世間非常大的福報，然後再提昇智慧來應世處事，增進身心靈層次則更好。

大家都知道「孝順報恩」、「行善布施」及「修行」是絕對不能等待的，只是有時會忘了。所謂樹欲靜而風不止、一旦無常萬事休，就是提醒人們不要等待，否則會後悔的，普賢菩薩警眾偈的意義也是如此。因此就算目前日子很好過、很平安順利或身體很健康，仍要把握當下。老師也一直強調真正的布施功德是很難做出來的，因為第一稀有的布施功德是傳道（先天金丹大道，亦即仙道）度人，不是您有錢隨便做一做就能夠得到的（老師曾舉例很多護持道場而得到仙佛保佑的案例）。道聖門林老師不僅在傳先天金丹大道度人，且現在已經購買道院土地，現正著手蓋建道院事宜，以利日後推廣大道於全球及度化更多世人，大家一定要把握此稀有機會跟著老師一起做功德，並來學習寶貴的「道」及護持道場。

以下是摘錄網路報導：

女扭傷12天猝死 這病比心梗更兇殘

一般人對於扭到腳皆不以為意，頂多立刻冰敷或是貼個膏藥，讓它慢慢復原。但你知道嗎？小病小傷也有致命的風險！一名女記者扭到腳後，脹痛蔓延

到小腿肚，緊接著腳出現麻痺感、昏迷，在12天後撒手人寰，兇手就是「肺栓塞」。

根據《人民網》報導，一名吳姓女記者去年春節前意外扭到腳，當下她立即前往醫院診治，照了X光並未發現骨折，原以為會慢慢復原。沒想到，軟組織脹痛自腳踝向上延伸到小腿肚，發展為肺栓塞昏迷，不到半個月逝世。

很多人扭傷都會出現下肢深靜脈血栓，甚至以為這就是扭傷的後遺症。但最可怕的其實是小腿血栓脫落到心臟後，進入肺循環塞住肺動脈，造成呼吸衰竭甚至死亡。若你扭傷腳後感到疼痛、有壓迫感或是麻痺，但休息後好轉，此時千萬別大意，下肢血管很可能已經被堵住了！

想知道自己下肢血管是否堵塞，日常生活中也可以透過一招檢測！平躺將雙腳抬高45度暫停30秒，若你發現一條腿蒼白，並在腳放下後變回坐姿會發生潮紅，代表這條腿已經缺血，記得趕緊就醫。

☆十四、哀悼

正福

講述一件令人很錯愕惋惜的事，五月五日（星期日）是老師來高雄道場授課的日子，因為是下午才上課，所以上午是學員補課或向老師請教問題的時分，我則戴耳機在看老師的光碟課程片，大約九點多道場的電話響起，如一師姐去接聽，忽然聽到師姐很著急的大聲問說「是真的嗎？」然後語調就很激動，掛斷電話後她去跟老師及師姐講話並引起一陣喧嚷，因為當時我戴耳機在上課所以不清楚他們在講什麼事情，但是心裡覺得那應該是不好的事情。等我看完課程去向老師請教問題時，忽然講到生老病死的人生問題，老師說總召蔡師兄在住家往生了你知道嗎？我當時楞住了不敢相信這件事，老師說早上的那通電話是蔡師兄的家人打來道場告訴師姐的。我跟老師對看了一會兒，看到老師眼中的落寞及哀傷，老師感嘆的說老人都一個個走了，生命真無常。當日下午在上課前師姐先向師兄姐宣布這件事，大家都沉默哀悼，緬懷這一位已經功德圓滿並善終的蔡師兄。當日傍晚蔡師兄的家人又打電話來道場，告訴師姐說蔡師兄經鑑定是心肌梗塞而往生。

五月十一日（星期六）早上九點，老師帶領高雄及台南道場的師兄姐共近二十人，去蔡師兄住家的靈堂上香敬輓，師姐先一一唸出到場的師兄姐名字，

讓蔡師兄知道師兄姐去向他上香哀悼，再由老師率領師兄姐唸清靜經並由老師親自迴向給蔡師兄，以送他回天上，場面莊嚴隆重。結束後，蔡師兄的子女看到老師帶領這麼多的師兄姐來慰問關懷，及上香敬輓並唸清靜經迴向給蔡師兄，感受到老師及師兄姐的情意而非常感動，這也可算是蔡師兄生前有修行仙道，故能得到的功德福報。

我來道場一年多，看到蔡師兄積極行善、力行其道、默默付出，他若看到師兄姐在修行遇瓶頸或有所偏時，總會關懷、鼓勵及勸勉師兄姐，期許師兄姐都能精進修行、不退初衷。有時我在週六或週日早上到道場時或下午上完課時，他偶而會跟我談天或講一下內心話，他是一位七十歲（實歲）的長者，人生閱歷豐富，所以對於人生的境遇無論順逆都能正向、良善的看待。有次，聊到關於社會福利的問題，剛好我有經驗，於是就跟他說可以去辦看看，他也順利辦好了，雖然只是微薄的幫助，但他很滿足愉悅，他是一個樂觀、開朗及容易知足的長者。感其一生修行圓滿及恆心不退道，善行不遑多讓，足稱為前賢，故能善終，劃下圓滿的句點。

☆十五、樂觀人生

正福

在還沒進入道聖門之前，曾在佛寺學佛，曾聽聞住持說過很多關於要及時修行、行善的真實事件，因為那個住持在出家前原本是道教修行的通靈者，所以出家後信徒很多。其中有一個案例讓我印象深刻，就是有個電器行的商人因為常做佛寺的生意，所以跟住持很熟悉，可能是商人的修行機緣到了，住持叫商人一定要修行、行善，而且跟他說了很多次，但因為商人太忙了所以他都只是口頭說好而已，後來住持直接跟商人說那是菩薩指示要他來修行的，所以他一定要聽話，但商人仍然沒聽進去，沒多久商人生大病躺在醫院治療且四肢不靈活也無法講話了，只能用寫字的方式表達意思，他可能知道不久人世了，就請住持一定要去探望他一下，沒想到他一看到住持就全身激動且眼淚直流，一直握著住持的手，並寫出口後若病好了一定要聽住持的話去修行。但太慢了，過沒多久，那個商人就去世了。

來道聖門修道後，聽老師說曾經有人來修道煉功後身體變好了，或是日子過得順利了，就懈怠了，不再努力修道煉功，也不來道場上課了。甚至之前還有人在平時不努力修道煉功，等到生大病後就只會求老師幫她加氣靈療，但老師幫她後叫她一定要確實治療及煉功才是治根及助人助天助的正確方法，但

她仍不聽，只會依賴老師，在痛苦時才叫老師幫她，根本是不想自己救自己，所以不久後也去世了。

以上的事件，真讓人不勝唏噓。其實，人一生的富貴貧賤、快樂痛苦，雖然有些是先天的宿命因果，但後天的努力、堅持及智慧更是重要的關鍵，所謂人定勝天就是此理。命好的人，要珍惜福報並再行善修道，累積更多的福報；命不好的人，光是怨天尤人是無用的，要去創造改變宿命的因緣才是正確的，而且除了認真努力奮鬥外，若能再加上長期的行善、布施、修道煉功，則更能快速的改變不好的命運，改善人生困境。關於這些老師都有在上課時或善書中重複強調過無數次了，只是可能沒有聽進去或聽過就忘了，而且就算有聽進去但是有沒有去實行呢？所以王鳳儀善人在度化世人時才會一直強調「道是行的，不行沒有道；德是做的，不做沒有德」。這就是知、行要合一及言、行要一致，否則就只是淪為空談，也像紙上談佛法，是無益處的。

當然有不少人認為修道煉功後身體變好，或日子變順利了，這樣就足夠了，修行不過是這樣而已；又像是拜拜求神佛保佑一樣，一旦所求如願或日子變好過了，就很崇拜信仰神佛（以前在佛寺時，裡面的信徒及志義工就是這種情形）；或是平時不努力修道煉功，等到生大病後或出狀況時再求人加氣靈療。

這些都是不正確的思想觀念，與其求神佛保佑或求別人幫忙，不如靠自己。因為靠人人倒，靠山山倒。所以，靠您自己才是永久之道，神佛或別人都只能暫時幫您，不可能幫您一輩子的。若是沒有溯源的從自身去改造命運，而只是一昧的求神佛保佑或求別人幫忙，等到福報用完了，又回到原先的衰運或病痛時，就又開始怨天罵地或怪罪神佛不靈沒有保佑他，或說修行的法門不好、老師傳的法不是正道，這樣不僅造了口業也會讓思想觀念更偏激，如此的惡性循環就導致命運又更悲慘了。

俗話說「打鐵要趁熱」，所以如果能在日子好過或命運順利的時候，能努力及精進的話，一定會好上加好，因為「從有到好」是比較簡單容易的；若是等到日後福報用完了，又回到原先的衰運或病痛時，才要從頭努力的話就很難了，因為「從無到有」的過程是很艱辛困苦的，而且不見得有機會可以重新再來。享受福報就是在消滅福報，福報享盡就麻煩了，因此若能在身體健康、平安順利的時候就先來修道煉功及布施行善的話，不僅可以累積更多的功德或福報，也能比較容易提昇智慧靈性。

古人說：「莫待老時方學道，孤墳多是少年人！」因為一般人到年老時，百般不方便，器官退化，耳不聰、眼不明、四肢無力、吃不下、睡不著、走不

動，若再加上疾病的話，更苦不堪言。這種連每天的日常生活都很苦了，還有辦法靜心修道嗎？而這種苦楚，中、少年人是很難體會的，除非是有照顧過老人或家裡有老人、參訪過老人安養院，才能知道老的苦，所以修道要趁早，否則若一口氣不來，又要重新輪迴。

老師說過修仙道氣功所修出來的先天氣（太極一炁）都是自己的，是永不消失的，所做的功德也是不會消滅的。仙道丹道法訣第二十七章普度世人篇有記載：要之得丹不難，只須片晌之功，惟溫養此丹成聖為難，生須勉而行之。意思就是說要修出先天氣（金丹）不難，只要有老師指導及有耐心並經由一段時間之靜坐煉功就可修出來（但若溫養至成聖之階段則另當別論）。人生不怕慢、只怕站，不怕久、只怕等。本門林老師在台北、台中、台南、高雄等道場都有在授課指導修行，另外又有在台南修建道院，等完工後除了是修道場地外，也是儲存仙道修行經典、書籍資料的地方，成為仙道修行的中樞地。來修仙道氣功可讓身體健康，心情開朗、思想樂觀，大家有錢出錢有力出力，與老師一起做功德，推廣仙道氣功及完成修建道院，福報功德無量喔！

☆十六、生老病死的感觸

誠意

每個人都會面對生老病死，而我自己也49歲了，以及我的哥哥、姊姊他們也步入老年60歲以上的階段，所以我對這個體悟是漸漸愈來愈有感覺了。

這個體悟不是覺得自己變得有智慧了，而是開始感覺怕老，這兩年在公司開始被小一輪或小更多的後輩同事叫「秀X姊」，起初聽了不太習慣，還有些刺耳！心裡想雖然有一首歌名為「姐姐」很紅，並流行了好一陣子，但就算即使是因為流行而這樣稱呼我，我還是不喜歡被叫……姊，因為感覺像被叫老了！

所以愛漂亮又怕老的我，不免又失控買了很多衣服來打扮自己，希望自己看起來更年輕，雖然看起來是有變年輕一點，但最近我還是被一個第一次見面的房仲先生稱呼為「姊……」，並語氣還叫得挺親暱的！一下「姊，您盡管說您的需求，我一定幫您找到好的物件」，一下「姊，這間房為什麼不喜歡呢？」，聽到「姊」就很想叫他不要再喊了！哎……我還是該面對現實吧！因為自己明明就已是中年了，被叫姊其實也真的不為過！但還好沒被外人叫阿姨、伯母、歐巴桑……等等稱呼就很好了，所以現在心理要調適習慣外人叫我姊姊了，不過可能再過幾年，就會聽到別人叫我阿姨、伯母、阿桑了，現在提早做心理

準備，到時才不會聽到阿桑的稱呼時，心情久久無法平復……。

由於自己將步入50歲，所以最近看到臉書「50歲後FIFTY PLUS」社群分享一些文章或影片，引起我的好奇就點進去看，裡面主要在講50歲之前，人都是在對外追求一切的時期，但50歲開始，有了分水嶺，人開始漸漸轉向內在的自省，這社群的標題是「50歲後還不錯，用新的方法，創造自己的理想老後」，裡面有不同主題的探討，從日常生活、理財、健康、養老、心靈、居家安排、……等方面問題切入，譬如：從名人分享感想，醫生發表臨床經驗，訪問市井小民心聲，引用歐美日本範例……等等方式傳達如何過好50歲後的生活，內容看起來還蠻豐富的，但就像在看雜誌，所以是有閒暇時，倒是可以看看這些內容，當做是消遣吧！

為什麼說是有閒時才去看？因為內容都沒有直指關鍵核心。譬如這社群裡，談到「人如何自得其樂？」有幾位名人說「只要不傷害或礙到別人，然後過自己覺得快樂的日子；或能做真正釋放而得到休息的事；或大環境不能改變，小環境自己創造……等等」，於是他們繼續舉例說：「克服懼高症爬上63層頂樓的酒吧，舉杯喝雞尾酒覺得快樂、在餐廳裡獨自大快朵頤覺得快樂、一個人去爬山欣賞美景覺得快樂、自己泡杯沒有喝過的花茶然後看場電影覺得快

樂、去交新朋友挖掘新興興趣覺得快樂、獨自去練跑步覺得快樂、把家裡打掃得很乾淨覺得快樂、在庭院和腿短柯基狗玩覺得快樂……等等」，很多人會覺得沒錯，做這些能讓自己快樂的事就是「自得其樂」，但其實這些舉例只有短暫的感官快樂，而這些短暫的感官快樂，首先要有健康的身體，心情才會感受到快樂。

以我大姊夫為例，他今年63歲，一個月前二度中風，導致無法言語、無法咀嚼、無法吞嚥，以及身體半邊不能動，無法站也無法走，讓他心情非常沮喪，而有憂鬱症的傾向，因為他生病的障礙已感受不到感官的快樂，每天還必須包著紙尿布，插著鼻胃管喝牛奶，並參加各種復健訓練，重新練習各項能力，如：伸吐舌頭訓練言語，練習站立十分鐘，側躺著練抬腿，練習走路，右手扶左手臂舉高、……等等肌肉的力量復健，就像訓練幼兒小孩一樣重新開始，所不同的是小孩是陽氣充足一眠大一寸的成長長大，而人年老則是陰盛陽衰的步向死亡，這些中風的復健訓練對身體肌肉力量與動作能力恢復其實是有限的，復健初期病患都抱著很大希望勤勞訓練，但很快的耐心與動力就會不足了，想想一般健康的人，對健身運動都會在中途覺得累而虎頭蛇尾了，何況中風患者復健過程更辛苦難熬，會漸漸偷懶沒練，如此要完全康復是很難的！所以逐漸就會

像風燭殘年的拖磨度過餘生。

我大姊夫這次的中風，讓我姊很焦慮，因為她也年老了，無力全天照顧他，她們的兩個女兒白天需上班，也無法時時陪伴，只能請看護協助，所以看護費加上醫療費一定是很高的，因此我就被我大姊叨唸：「妳平時愛亂花錢又不存錢，以後妳年老生病時是沒錢請看護，到時就去跳樓、跳海好了！」我聽了回她說：「好啦！那就去跳樓跳海啦！」當下我是生氣了！但掛上電話後，我瞭解她是為我的晚年擔憂與關心，所以也就釋懷她一向以來的刀子嘴豆腐心，不跟她計較。因此一般人的觀念是認為有錢才可以防老，所以我大姊大半輩子省吃儉用所存下的積蓄，勢必現在與未來只會一直奉獻給醫院與看護而已，並一去不回。

再舉個例子，4月27日是召開「清靜學會」會員大會的前一晚，我要回家時，順路陪蔡師兄從台中道場走去雙星飯店Check in，邊走邊聊天閒話家常，他還是那個一樣是擔心兒女的好爸爸，以及總誇獎別人修得比他好的親切師兄，後來隔天早上，在開會員大會時，他心情不錯地過來跟我打招呼，感覺他是那麼無異狀很正常啊……卻沒想到在5月4日突然心肌梗塞去世（享壽71歲），聽到他突然過世的消息時，我感到很訝異！才過沒幾天而已，怎麼突然

就這樣走了？林老師說他是「無疾而終」，就是沒有受到病痛長久折磨過世的，這也是福報夠才能如此快速解脫痛苦。而福報來自於功德，所以看到蔡師兄能無疾而終，我想我的晚年應該不會被病痛「拖磨」到死，因為我每天都有靜坐煉功，平時也跟著林老師做功德，這六、七年來，我也只感冒兩次，程度都不會太重，並很快就痊癒了！而最近半年雖有看中醫，但是在調理疑似進入更年期前的月經不順，而其他身體上並沒什麼毛病，還算健康，這都是每天靜坐所得的成效。

但另一方面人在身體健康及生活平順時，慾望也就跟著多了起來，所以就回到前面所提到「自得其樂」的種種生活舉例，那些舉例看似很有道理，卻是表象的「假樂」，美其名是自得其樂，實則就是身體慾望想要貪求各種的享受，或滿足各種浮華的虛榮心，身體享受與虛榮心，雖能帶來許多快樂快活的滋味，但卻是在耗損精氣，並且是個永不知足的無底洞，在得不到時，就會帶來無盡的煩惱，煩惱也會耗損身體的精氣，慾望與煩惱，兩者加乘耗損身體之下，必定加速衰敗生病而拖磨到死。那什麼才是「真正的自得其樂」？其實簡單來說就是「沒有煩惱，就是真樂。」

可是凡人怎麼可能沒有煩惱？沒錯！是不可能沒煩惱，但透過靜坐，就能

減少煩惱，現在社會上流行一句名詞叫「斷、捨、離」，不管是對如何決定丟棄不用的物品？或是如何看開牽纏的感情？或如何做任何躊躇的決定？很常用「斷、捨、離」來勸導大家，但一般人對「斷、捨、離」通常只有三分鐘熱度！馬上被自己深刻的習性或慾望打敗而做不到！但是靜坐卻能做到，應該說「靜坐=斷、捨、離」，而靜坐也是增進你平時內求與自省的功夫，在靜坐的當下，全身放鬆，眼睛內觀自己身內，或觀自己的呼吸，這個動作就是在讓你觀念頭的起伏，洗滌妄念與慾望，洗滌就是斷，愈洗妄念與慾望就愈少，那麼就會捨，當愈捨愈多，讓心能靜下來，就遠離了煩惱，離了煩惱，不就是真樂了嗎？

也就是透過每天的靜坐，靜坐是有形，用有形的方法，進入無形的解脫過程，這個解脫的意思，即是學習放下一切自以為是的知識學問、見聞知見，把自我中心的角度立場、思想判斷，甚或任何的追求心與好惡得失都放下，以客觀沒有任何執著貪戀的心態，維持心的平和，保持心的平穩，心就能清靜明淨，這就是解脫。當然不是只有靜坐時的短暫時刻才能學習放下，在每天靜坐的後續效應，就是日常也能幫助你提醒自己時時刻刻的攝心，平常生活中一旦有驕傲心、得意心、輕昧心、嫉妒心、怨恨心、憤怒心、貪求心、……等等的情緒

出現，就會趕快發覺自己的念頭之起處，於是收攝自己的壞念頭，不再繼續無盡的發展下去！而靜坐時在放下一切的過程中，能生出元精元氣來修復我們的身體，並因減少了煩惱而轉化磁場帶來好運，這是平時之攝心與靜坐的回光的相輔相成的效應。

生、老、病、死雖是人之常情，但大家都害怕「老、病、死」，而追求「生」，我也不例外，看看社會充斥各種的五花八門的養生美容術或延壽之道，非常容易被人云亦云或似是而非的觀念所誤導，並沉迷其中而不覺，如何選擇真正的「生之道」？其實就是學習靜坐，靜坐是不二法門，但需要去有「明師」的道場，因明師是依據仙佛聖人所傳的經典，真修實證之下指導你有正確的修行觀念，讓你不會「認假為真」，而是「以假修真」幫助自己的氣機生生不息，使身體健康，智慧啟發，進而命運改變。所以覺得自己慶幸進入道聖門，只要一直努力跟著林老師學習修道，就能不會像世俗一樣只能照著天註定的八字走而已，也不會晚年生病拖磨受苦！

☆十七、無常的醒悟

行界

人生無常，生老病死，這是天地間的規律，誰也無法打破，只有存在的時間長久之分，而天地萬物也是如此，總有一天都會毀壞，月有陰情圓缺，人有悲歡離合，但這中間的過程就顯得重要，春夏秋冬四季的變化，日復一日，年復一年，可以把一個呱呱墜地的嬰兒隨著時間的變化，變成了一位白髮蒼蒼的老頭，然後再將這一生的智慧傳承給下一代，如此生生不息，所以易經的最後一卦是火水未濟，沒有盡頭，就因為沒有盡頭而萬物得以繼續的繁衍下一代，這經驗過程產生的智慧，可讓我們縮短摸索的時間，進而讓我們的生活更加順利美滿。

達賴喇嘛的修行語錄中有一則，有人問達賴喇嘛：「關於人性，最讓你感到驚訝的是什麼？」達賴喇嘛回答：「人類，為了賺錢，他犧牲了健康。為了修復身體，他犧牲了錢財。然後，因擔心未來，他無法享受現在。就這樣，他無法活在當下。活著時，他忘了生命是短暫的。死時，他才發現他未曾好好的活著。所有的事物都會消失，你也會消失。我們隨時都可能死亡，生命就會消散，不論我們多有成就，多有錢，都不能使生命延長，就這方面，有錢人的死和野獸的死並沒有差別，在有幸成為人的同時，就應該為別人的福祉盡一份

心，讓今生過得有意義。」人的生命就在呼吸之間，一口氣不來生命也就消失了，人生的一切，生不帶來死不帶去，但只有業隨身，神通又不敵業力，福禍無門，唯人自召，死亡是人生必經之路，而無常是世間的真理，更要盡量的放下執念，所以平常就要多行善積德的來增進我們的慧命。

天地萬物都在無常當中，例如一場森林大火造成了多少動植物的浩劫，而天有不測風雲，人有旦夕禍福，很多人都認為等退休了再來追求理想，可是退休了身體狀況愈來愈糟，然後開始看醫生吃藥，所以佛家都教我們要活在當下，因為當下是最真實的，誰也不知道未來會發生什麼事，那過去的就讓他過去了，雖然有時候很難做得到，因為過去的苦難通常會讓人一輩子刻骨銘心，而快樂卻是很短暫的，但還是要勉勵自己往正向的方面來思考，很多時候都是計畫趕不上變化，讓人感到無奈，所以要更加珍惜當下，努力的修行，經典教我們要掃三心飛四相，達到無心的境界，而無心即是真心，所以修行要從日常生活中做起，吃飯的時候認真吃飯，睡覺的時候能一覺到天亮，很簡單吧！但現代的人很忙，吃飯的時候滑手機回訊息，可能吃飽了還不知道飯是什麼滋味，要睡覺了卻翻來復去睡不着，還得靠安眠藥才能入睡，所以要享受當下的單純好像很難，認為單純就等於是無聊，年輕的一輩是很難去體會的，而當你

感覺到無聊是一種幸福時，那你對修行一定會有更深一層的體會。

丹經云：「人生天地之間，除卻金丹大道，返還功夫以外，形形色色，享不盡榮華富貴，無非一幻化之具在。不知「道」之凡夫，第以聲色貨利為務，謂家有贏餘，皆前世積修得好，今生受用甚隆。誰知享用多則精神消散，到頭來不惟空手歸去，而且天地與我之真，亦消歸無有。此即太上謂天地萬物盜我之元氣者，是知榮華美景，即到帝王將相，不知修性立命，還不是日積日深，惟耗散其真元而已，而真身毫無益焉。故富貴之勞人，不如貧賤之適志者此也。古云：「在世若不修道德，如入寶山空手回。」斯言洵不誣矣。無常並不可怕，可怕的是我們執著的心無法跳脫無常，而導致因果循環永無止境，所以人身難得今已得，佛法難聞今已聞，此身不向今生度，更向何生度此身？

☆十八、人生無常

常真

當天是老師來高雄道場上課的時間，早上收到訊息，說東港師兄的女兒打電話到道場哭著說師兄走了，當時我在外面才正要開始上課，看到訊息後心裡很忐忑不安，心裡閃過這些念頭：「真的還假的？怎麼會這麼突然！可是又怎么可能拿這種事開玩笑才對啊！而且早上九點多這個時間點師兄應該已經到道場了，難道真的出事了？！出車禍嗎？可能沒怎麼樣吧？……」一直覺得應該有什麼誤會，但心裡還是七上八下的，無法好好專心上課，中堂下課就立馬衝去道場。

到道場之後，大家跟平常沒什麼兩樣，但就是覺得氣氛有些怪，大家也在忙著處理東港師兄平常經手的道務，所以我也沒有馬上問到底師兄發生什麼事，只是這氣氛讓我感覺師兄是真的走了！！

下午來道場上課的師兄姐聽到消息後也都覺得很沉重，一整天我都覺得怪怪的，感覺很不真實。可是以師兄的個性肯定會打來道場說一聲的，因為也是老師上課的時間，師兄不曾缺席，但東港師兄……就再也沒有打電話進來道場……

快下課前，道場電話響了，如一師姐幫忙去接電話，談話有一些時間，我

猜可能是東港師兄的女兒打來的。原來師兄是在家裡過世的，經由法醫鑑定是心肌梗塞，師兄女兒打電話來瞭解昨晚星期六師兄是幾點回家的，有沒有說什麼不舒服之類的，法醫要推算死亡時間。該慶幸的是師兄算是無疾而終，沒有躺在醫院裡拖著病痛離開，而且離開的前一天師兄還是照常從東港騎機車到高雄道場（鳳山）上課煉功及做法道務。

認識師兄十幾年，實際與師兄相處也快十年，我們常常去道場，所以很常見面，至少六日都會一起在道場幫忙，有什麼煩惱也會提出來互相討論，討論心性該怎麼改，心得該怎麼寫，道務該怎麼做才能做到更好，彼此之間作為借鏡，並在修行中互相扶持。

師兄的年紀都比我父母還大許多，師兄跟大家相處就跟朋友一樣，完全不會以長輩的口氣命令或指使師兄姐做事等等，他總是很客氣很禮讓的對待每個人，深怕哪裡做不好，也因為師兄這樣的和善個性，有時會讓人覺得軟弱好欺負。師兄年紀也七十幾歲了，除了每個星期有幾天還會去工作保養發電機外，師兄六日必定都會來道場上課煉功以及幫忙道務。我們因修行大道而認識，僅是短短的數十年光陰，轉眼瞬間就過去了，雖然不是真正的親人，可這情誼卻比一般親戚還要更深刻，師兄走後，總覺得可惜，可惜師兄沒能再多做點功德

就走了。

發生後幾天，一直想著等到去給師兄上香時跟他說：「下輩子要記得道聖門，好好明辨大道，不要再走其它冤枉路，認得大道就好好的修下去，多往心性方面配合做功德，堅信不移的修下去。」不過到了去給師兄上香那天還是忘記，後來想想也好，因為那天去上香時有老師、台南道場陳總召夫妻倆、薛師姐、黃漢斌師兄，高雄道場有如一師姐、車師姐、楊國河師兄、于師兄、林師兄、莊師兄、石師兄、黃師兄、楊弘昱師兄、藍師兄、賴師兄以及林慶信師兄。我也是當天才知道老師會帶領我們一起念清靜經迴向給師兄，那時心想：真棒！大家聚在一起的力量肯定能幫助師兄！！

直到現在我依然還有仗勢自己年輕的僥倖心態，師兄的離開讓我更深刻體會到時間不多了，以前總以為自己會努力好好修，但光陰似箭，一晃眼也已經十幾年了，卻還是覺得自己一無是處，師兄的離開也促使我有更深一層的省思。

在師兄過世這幾天，剛好看到許多關於宗教迫害的新聞，心想：還好自己生在這個寶島，又有幸能得遇到大道，否則真的想修也沒地方可去，多虧有老師無私的辦道下去，才能讓有心修行的道友有個場地能夠安心修行並做功德。只要現在有什麼可以做的功德、可以改掉習性的方法都要把握，從每天能夠做

的小地方開始，例如無念回光，靜坐煉功，研究經典，還有常到道場修行等等堅持的實施下去，否則人生無常，突然走了也不知道下輩子是否還能再得遇大道。這輩子沒做好的，下輩子可能都還要再承受一次，再來所遭遇到的環境人事物等，是不是會讓我們更難修行做功德呢？

清靜經圖註裡有說到：「奉勸世人，要曉得人身難得，中華難生，佛法難遇，大道難逢，今得人身，幸生中華，切莫糊糊混混，以過一世，要把人心當道心，以識神當元神，以假身當真身。」

如今有幸生在中華，又有道聖門這個修習大道的場所，以及引領我們一同修行的老師達道居士，歡迎有志修行的道友們一起加入，走過看過絕對不要錯過喔！！

☆十九、何謂陰功

來好

什麼是陰功，也許很多人都不懂，因為大部分的人做好事或行一點善事都好像唯恐人不知，所以遇到有機會，就會說我什麼時候做了多少好事或多少善事，其實這都是陽善，是來生的福報。但也要看你是否真心地做，如果你只是為了名望和聲譽而佈施，這樣你的福報也許會被上天打折扣，真正的善就是默默地做，不為人知的行，這才是真功德，才可以消業障。因為我們每個人來到世間或多或少都有業障，如果業障不消除，在生活中我們都無法預知何時會發生意外或疾病，或是種種生活中的不順，這都是業障的干擾，也許是個性的關係，以前還未修行時，我就很喜歡做善事，但就是怕人知道，所以我從來不會說，包括家人，每當做了一件善事，內心會感覺很快樂，所以後來自己有修，又有看書，才知道原來自己以前所做的是陰功。所以真正的善，不是你佈施多少的金錢或付出多少勞力，而是發自內心的真，所以不以善小而不為，不以惡小而為之。所謂諸惡莫作，眾善奉行。那麼行善就像春園之草，不見其長，日有所增，行惡之人，如磨刀之石，不見其虧，日有所損。現在這個社會，要賺錢真不容易，因生活物質樣樣都要用錢，又現在政府處處都要罰款，聽說連走路未靠右，一不小心也會被罰六百元，更別說汽、機車種種的違規或意外，所

以現在一般老百姓可以用屋漏偏逢連夜雨來做比喻，一般上班族薪水都很低，所以現在的人賺錢都不夠用，我們一般凡人根本不知道未來會發生什麼事，如果遇到事情發生總是怨天尤人，命運是隨時會變，就算去算命，知道命運的好壞又如何，只有大善、大惡才會依善惡而改變命運，那麼要如何改變命運，唯一就是行善佈施。人為善，福雖未至，禍已遠離，人為惡，禍雖未至，福已遠離，為善必昌，若為善不昌，乃其前世或祖上有餘殃，殃盡必昌，為惡必殃，若為惡不殃，乃其前世或祖上有餘德，德盡必殃。所以不管你有修行或沒修行，最好都能遵守太上感應篇的教導或時時的提醒自己不犯錯。

太上曰。福禍無門。唯人自招。善惡之報。如影隨形。是以天地有司過之神。依人所犯輕重。以奪人算。算減則貧耗。多逢憂患。人皆惡之。刑禍隨之。吉慶避之。惡星災之。算盡即死。又有三台北斗神君。在人頭上。錄人罪惡。奪其紀算。又有三尸神。在人身中。每到庚申日。輒上詣天曹。言人罪過。月晦之日。灶神亦然。凡人有過。大則奪紀。小則奪算。其過大小。有數百事。欲求長生者。先須避之。是道則進。非道則退。不履邪徑。不欺暗室。積德累功。慈心於物。忠孝友悌。正己化人。矜孤恤寡。敬老懷幼。昆蟲草木。猶不可傷。宜憫人之凶。樂人之善。濟人之急。救人之危。見人之得。如己之得。

見人之失。如己之失。不彰人短。不銜己長。遏惡揚善。推多取少。受辱不怨。受寵若驚。施恩不求報。與人不追悔。所謂善人。人皆敬之。天道佑之。福祿隨之。眾邪遠之。神靈衛之。所做必成。神仙可冀。欲求天仙者。當立一千三百善。欲求地仙者。當立三百善。

所以行善非常重要，佈施有分三種，財施，法施，無畏施，如果想得到財富，那就做財施，想得智慧就法施，想得健康長壽就無畏施，如果我們能不斷的行善，不管多或少，只要真誠地做，那麼全家都會平安健康，這也是大家所希望的，如果您不知道如何行善才不會被騙，現在道聖門有買地了，要蓋道院，這是可以讓大家行功立德的好機會，加油喔！

☆二十、說與行

揚道

讀萬卷書不如行萬里路，千里之行始於足下，實際做過必定講得出來，因為累積豐富的經驗，講出來一定是實行出來的驗證並且足以津津樂道。如果只是說得天花亂墜沒有真正去實行過，就不會懂事情經過的酸甜苦辣，最後只會淪為胡吹亂奏甚至一事無成。每個人有每個人的道（修行的方式），悟道的方式也不一樣，差別在於怎樣運用道場把道修出來？上一集文章有提過分組的概念，現在把它詳述出來：講師班著重於經典及學術的研究，最終的目的是如何把大道傳揚出去並把人吸引進來。靜坐班是指導靜坐的成員如何把氣機修出來，氣機又是如何運轉及變化，並能調和眾人之氣，讓其感受到靜坐的好處。泡茶班是輕鬆聊天之際能夠把經典帶入，也可把老師上課的光碟片帶入，更可以集合眾人的力量商討道場如何運作。關心班顧名思義在疾病或婚喪禮儀上關心及慰問，傾聽其需求給予協助及安慰。自己適合那一個領域把它發揮出來才是有道，道的成就必定是德的累積，所以有道必有德，有德才能成道。我會關心並參與每一組，但卻不能事必躬親，必須由大家的參與及努力，發揮出來後道場就會有嶄新的面貌，新進的道友必定會感受道場的不同，很快就能融入這個大家庭。

站在講台上講課只要保持誠心誠意的心態，把實際修行的經驗自然的呈現因而使人受益，就是最大的目的。以前台北道場有多達十位的講師，其中有些講師很有趣，每位講師講課東抄一點西抄一點，嫌不夠網路上再抄一點，以為自己準備的最豐富，結果上台講課時到處都不對勁變成四不像，才知道原來是失去自己的風格。每個人體質不同修行出來的方式自然也不盡相同，講課跟寫心得只是把修行的真實情況呈現出來，如果有人認同自然會進來修行，因此不能去比較每個人的好與壞。

元神真性表現於外是無思無慮，識神表現於外是至虛至靈，經曰：「真佛無形，真性無體，真法無相。」佛是覺者、智慧，智慧無邊法力自然也無邊，智慧與法力都是無形無相，但有四個口訣可以練習：含日光、凝耳韻、緘舌氣、調鼻息。把眼睛餘光往身內看，身內的氣息調至綿綿若存，內想不出、外想不到，久久氣機自然浮現元神自然靈明。靜坐初禪念住、二禪脈住、三禪息住，內斷名利恩愛、外絕酒色財氣，念頭自能淡然無欲，息住寂滅而進入無餘涅槃。才是真靜而進入大定的境界。正是人人有個靈山塔，佛在靈山莫遠求。如果跑到靈山一味的追求接寶跟神通，多年跑下來身體壞了、心靈還是空虛，並沒有得到真正想要的東西，都不是靈性想要的，也不能究竟圓滿，惟靈性光明快樂、

斷絕輪迴、圓滿解脫才是究竟，君能思否？

喜怒哀樂未發之謂中，發而皆中節謂之和，得中則和，不得中則不和，不和則落入後天習性。人之習性半善半惡，後天所染；秉性純惡無善，是先天的壞習性所帶來；天性是純善無惡，清明無欲。去習性要戒除不良嗜好，化秉性則需去除我見，天性不清要去除私慾才能回到真性本來面目。易曰：「元、亨、利、貞。」元是元始始氣也是太極一氣；亨是有太極一氣才能亨通；利是亨通才有利益，不通就要變，窮則變，變則通，通就是有道才有利益。坤卦第五爻黃裳元吉，也是黃中通理的意思，守中而謙下自然大吉，大吉自然利益跟著來；貞是守正的意思，有了利益不是拿來享受，一部分要懂得布施持盈保泰，守正才能成就事業。靜待下一次太極氣機的發動也是下一次契機的開始。張三豐真人曰：「玩玩耍耍是修道。」修道本來就是活活潑潑，經典文字是死的，不要拘泥於文字，而且要懂得活用它，對修行才真有助益。經曰：「苟日新，日日新，又日新。」鼎卦，革故鼎新，重新安爐立鼎的意思。煉功就是要做一節丟一節，不要迷戀於現在的情境，不然就會停頓不前，爐熱鼎新自自然然會有一番新氣象。

☆二十一、氣

芝盈

最近對於「氣」還蠻有感而發的！可能事逢媽祖娘娘出巡的日子，又讓我想起，去年我由道場搭電車回家時，在上下車間，突然，眼前一亮，那種亮度很難形容，就像用相機對焦一樣，只有被對焦的物體是清晰可見，週邊物體卻形色矇矓！是什麼讓我眼前為之一亮呢？我加快腳步追了上去，只為看清楚，男士背包上的布條為何物？當我確認是大甲媽祖的信徒時，讓我時不時的回想，這股「氣」是如何運作的？當我與師姐討論起這股「氣」時，我提起：真不能小看一個人誠心誠意的力量。但當時，師姐則是回覆我：並非是一個人，是十萬人誠心誠意的力量，讓布條發光，發熱！細細想來，確實，團結力量大。這也讓我想起，過去老師曾於課堂上提過：有些學員因靈性的感知，元神會在無形中會幫助他化解一些事情！想想，一個人的靈性感知，那股無形的氣場力量就足以化解一些事，那如是十萬大軍的力量呢？這也是我最近的功課，老想著「氣」，老想著這股無所不在的能量。

相信，一定有人會問這股「氣」是什麼？只要有來上過課的學員，一定了解，這股氣是造就我們生命的泉源！也許有人會問，這股氣真能解決這麼多問題嗎？答案是肯定的，只是，古今中外，沒有多少人能把它學通。「氣」並不

是地球上人類才擁有的物質，它是早在幾億年前，就存在的語言，這股「氣」以現代來說是能量，但在古老的億萬年前，它其實是一股訊息，它有一定的頻率，只要與其相應，就能產生一定的作用！所以，十萬大軍的力量，當然是由十萬人感應而來，故「氣」也是一種管道，在學習它的過程裡，我們可以透過「氣」來開闊視野，開啟心靈，這股能力會無限延續！前題是，「氣」本身是具備特性的，學「氣」的人，必須要具備修養，不然怎麼也學不透它，「氣」對心要求嚴峻，對其本性也要求嚴峻，一個人如心術不正，是不可能學好「氣」的，因「氣」不會與這種人相應。

現代人，學任何事物，總主觀的想像，但這並非學習！以學習煉「氣」來說，第一要先相信「氣」，相信方法，接著就是要把自我放一邊，認真的學習，才能讓「氣」在自身活躍起來。其實，在這些年的觀察裡，我發覺每個人對「氣」都是有體會的，那些對「氣」評論不一的人，其實只是對「氣」一知半解、有所求而已。「氣」並不會因為人們看不見，它就不存在，反之，氣不僅存在，還每天都跟我們生活在一起，跟身體有很緊密的關係，人不能因為不了解「氣」，而否定「氣」的存在與價值。就像某些人具備某種能力一樣，這些人也是長期接受「氣」的訊息，經由不斷薰陶後，久而久之才能有所領略。

當然，我們人身本身就存在天賦能力，但想要使這些能力發揮作用，也需要學習一些方法，當你感受到，何謂「氣」時！就明白，這股氣存在的當下，與自身有什麼連結，一旦擁有氣機的保護，就會身體健康，心靈有所依歸，心性的提昇，會更上一層，境界也截然不同！有時，修行的過程，對我而言是一種人格訓練，一般人絕對不認為「氣」與人格有什麼關係？「氣」能幫助人淨化，也能改造一個人的性格、思想，一般人只知道「氣」能讓心靈淨化，但卻不了解，煩惱痛苦的來源是什麼。當你思想不正，行為就不會正確，行為不正，試問：能家庭美滿、人生幸福嗎？故修行是在幫助自己轉化心智，當心靈淨化了，思想正確了，行為就安定了，即使在面對外力的干擾時，自然也起不了任何作用，這是修行的好處。現代人修行，多半都覺得沒有成效，因為氣機看不見也摸不到，更甚，有人會覺得學了半天，到底什麼是「氣」？上古有慧根的修道人，煉氣是以幾十年的功夫在計算的，因此一般人如能在幾十年的歲月裡，就對「氣」有一定瞭解，那真算是有慧根了。故我們千萬不要只學了幾十年，就指望自己未來能如何、如何！修行最怕的就是心灰意冷，即時不瞭解「氣」，不知道「氣」是什麼，但只要每天修煉，久而久之，好的「氣」就會始在身上累積，在我們身上發揮作用，等火候一到，自然會明白。

有朝一日，當自己可以運用氣的時候，就會明白「氣」的寶貴。修行不能心急，不論根基如何？只要每天不斷的修下去，時間一到，氣自然會在身上開花結果，所以修行並非從文字上去瞭解，而是自己花多少時間去學習，文字讀的再多，都不如起而行重要。刚开始修行時，我只懂得氣就是能量，但不懂裡頭的深度，更不懂得如何運用！在日積月累的反覆學習後，開始明白，氣機這股能量裡，都藏有訊息，所以古往今來的高人們，都是透過這股氣做為溝通工具，「氣」沒有國界，懂了這股氣，就懂得如何與宇宙做溝通。氣所表達的訊息是無聲無息的，藉由我們日復一日的修煉，就能提昇對氣的感應狀態，訊息雖是透過氣來傳遞，自然有發送和接收的作用，每個個體都擁有發送和接收的功能，只不過人們是怎麼透過修煉，接收並傳送訊息？首先，修行是靠不斷練習來養成的，再者，好的方法也要有好的學生來學習，什麼是好的學生？學氣的人如沒有虔誠的心，對於煉氣也不會有太大的突破，因修行最大程度是取決於學習者的心念，心念不對，學習的態度就不對，如此便不容易轉化自己。在這條學習的路途上，氣機的質地真的非常現實，好走的路是自己走出來的，路走的不好，其實多數都是自己的原因，白費心機錯用功夫是讓人學不好氣的最大原因，如修行只做表面功夫，那習氣就無法去除，無法去除習氣，就不能在

心念上有所進步，當心念不能進步，自身的念力頻率就無法與氣共鳴，不能產生共鳴，就無法與訊息相應，這些層面均環環相扣，一點都假不了。等到那天你會看「氣」了，就能感知一個人的思想、情緒及心念。

大部份的人都無法審視氣的變化，這是很平常的，但進入修行後，越學越多，漸漸的，也學會如何審視氣的變化。以我而言，初時是以觀察他人氣色做為練習，這很容易也很簡單，因靜坐班的關係，可以見識到形形色色的學員，在這學習的過程中，藉由觀看氣色開始，漸漸的了解，氣是怎麼產生變化！氣的本身是一種能量，也是訊息的傳遞，而且氣是活的，不是死的，是亮麗的，不是黯淡的，所以本身「氣」充足的人，氣色自然是明亮的，但氣也會因為身體不健康而出現黯淡的色調。這也只是初步的學習，經由相處，也能得知他人擁有何種性格，通常，一個人的性情，會藉由修行毫無保留的展現出來。只要在修行這條路上努力學習，當人格提昇時，靈性也得以淨化，自身的氣場也會跟著改善。氣與人的關係，可以很簡單的形容，人若沒了呼吸，也許可以藉由急救救回，但人若無氣，壽命即將終了，決無例外！人一旦無氣時，他的魂魄即不再回來，由此道理，明白氣對人有多麼重要。人身本就有一股氣機能量，藉由修行，整頓身內氣機，除此之外，想要健康氣順，除了日常的靜坐外，也

不要忘了運動，因人一到中年，就百病叢生，適度的運動能使四肢百骸氣血暢通，再經由煉氣調節能量，以達到調氣養身的目的。

近來的日子過的有點忙碌，在靜坐上的時間也不如以往多，雖然很想閉目養神，但現階段的日子，時間總不夠利用。也因為如此情況，讓我感知到一些現象，原來，有時炁並非煉出來的，這種炁的運行，是將自己調整到某種狀態，這股氣還真像天人合一所說的現象，炁會自然與修道人契合。這些日子，以前我太矚目的人事，漸漸不再矚目，把過多不必要的瑣事去除後，發現，原來修道人只要將身心調整到一定狀態，炁便能在身心上運作，這感受很突如其來，也讓我相當訝異，只不過因生活上的忙碌，轉變了我靜坐的習慣，卻得到這個巧合的體會。但對於靜坐還是要每天練習，因為氣需在開啟後有所突破，我們每天要面對的事很多，如不每天煉氣，從這個階段到下個階段的突破時間點就會延長。修行這件事其實很奧妙，也很特別，最近我也常接收一些資訊，得到許多他人修行經驗的分享，當然，這些分享讓我感受到修行的奇特，尤其內心的成長，會無時無刻的發生，有種越來越想隱藏自己的感覺，這也是現階段的感受，也許幾個月後，又開始另一階段的體會，修行，並非一成不變，這些總現象，代表著當下所有感觸，每個階段的現象都有所不同。

初時修行的那些年，要認真算起，其實我覺得，好像修到現在，我還在初學修行，修行並不是人人都能修的好，尤其在藉由修行，啟發身內的某種功能後，更有感觸。初期修行，氣機被釋放出來後，對於「氣」我總是躍躍欲試，初期的實驗對象多以家人為主，在氣機試用期，常能玩來玩去，也沒有什麼太大的反噬，當時所承擔的，只是些雞毛蒜皮的不適或不順遂的事變多，如此而已。當能力越強，嚐試的口味越重時，承擔的後果，有可能將自己搭進別人的因果裡，才讓我對用「氣」小心謹慎。當然，許多不知道因果業力的人，初得「氣」時，就覺得自己了不起，以為自己學會很多東西，內心會自滿，開始認為自己與眾不同，如此一來，往往因為自己的無知，而阻礙了進一步的修行。因有點修行底子，就到處感應挑戰的人，比比皆是，但也要多想，就算修行底子再好，自己是否能勇於承擔？修行藉由氣這個媒介，讓人們自然而然的產生神通，擁有強烈的第六感，這些過程不過是自性被發掘出來，修行並沒有什麼妙招，重點在於正確觀念及老實修行，所有人修行，都能體會到氣的種種功能及變化。當一個人修到一定程度時，自然內部會有光，這股內在的光，由那裡最容易得知？答案是眼神。每個人本身就是個光體，這光體會因思想行為而改變，所以別小看我們人身這個小宇宙，人身也是個發射體，就像虛雲老和尚

的徒弟具行一樣，羽化後會產生無量光，這股無量光會幫助修道人回到原來的地方。

修行，最主要的目的是心與氣的相應，如果一個人起心動念不對，別說修一輩子，就算修幾輩子也一樣。修行講究的是心，所有的一切人事物是隨心而轉的，當你感受到心改變了，就明白，靜坐是一種修行，雖然看起來是坐在那裡，其實是在煉心，當過濾的功夫做夠了，心自然會與一切相應！

☆三二一、重新開始

帝羽

最近覺得好多事情很難消化，我已經有點放棄自己很久了，雖然生活都要過，但內心卻不知怎了，如今有點挺過來，好在有老師與師兄姐的幫忙與苦口婆心，我漸漸看開改變了做法，不然像我這種阿婆身體就英年早逝了。早期以前是真的很笨，而我剛入門修行也很陌生，也沒敢問老師問題，不過當時對某人有一種感覺，我也沒想太多就繼續做些小道務。而當時賺錢日薪換算扣掉假期，一個月也才壹萬五，這份薪水對我這種難應變頭腦也不錯了，那段日子確實很省，但也因觀念錯誤導致本來從小體弱多病又更加敗壞。就以真實來講一星期反覆做工勞累又吃一些不營養食物度日，剛好工廠包了大工程，也遇到來包工程的一位在此工廠的師傅，看我這樣也很賣力，不禁把我拉到實作，新品製作過程，他對我說不用怕放手做吧，弄破他會再補起來，他也說以前帶他的人也是這樣，不這樣我怎長大，而我也學到他的一些工，往後在別的職場上有了加薪也不太被看輕。我發覺跟對人也是重點，只是習性難改的我很快又被打敗沒信心了。我本來就聽不進別人的話，只是現實的打擊漸漸讓我明白自己是多麼渺小，於是開始逃避現實。我確實是弱智也想突破，但腦子就是使不出來那種感覺，也不喜歡說話，因表達不太好。這也是隻身一人遭遇很多挫折造成

孤獨面無表情的關係，不然小時我是很開朗的，只不過現在的我已經漸漸不太會這樣了，雖然習性開始想改，然遇到不如意的事又會退縮，但這些都是必經之路，必須漸漸踏著走，慢慢推進適應，重點是要怎樣自己去抓重點修改過來解決困擾，這點是沒人能教的，旁人只能說法補助，最終還是得靠自己修出來。

自從我重新補落後的課程，先補道德經一補才把一些困擾一一解開，也吸收了新的道學知識，不得不佩服聖人的智慧從古至今不被遺忘，只是後代人因發明科技使生活愈方便，但科技都會有好壞，人身半陰半陽，若能從身內修出智慧來，就能知天地萬物循環，春夏秋冬裡的冷熱寒暖，植物每日夜間得此氣運轉一點一滴發芽。

老師課堂上也提到以德服人，這方面師姐跟我提過我只要有煉功，臉色眼神是亮的，那按陰陽五行來講眼神能影響人的命運好壞，自己親身經歷的感覺上人際會有好轉，也就是這個道，元神得此氣就能運用活化，五臟六腑也能滋養恢復。

來分享煉功過程，早期的我也是半信半疑，打坐也沒求神通而日子裡繼續做道務，打坐到了一段時間好像睡了又醒來打哈欠，第二次坐時就很舒服，醒來時精神好很多了，不過這些都是要日夜累積回光斷妄念才能有此耐心打坐。

而靜坐那些幻境就不用多想了，多想一直執著只會很容易走神白煉了。法力也是從身內的原始的道修出來，妄求外法會失我道元。

人在世間上都需要走上往生這條路，修行也不例外，除非是功德足修回去天堂，不然一般做功德或種福報只能讓下一世不這麼辛苦。

最近有親友還年輕就得癌往生了，還在沉悶不久，又遇突如其來的一路做道務的老戰友總召走了！得知後更是悶悶不樂，腦子都是回憶很難放下，若要說遺憾就是那天從道場道別前有約我要不要一塊吃個飯，之前某日也有約我，但因自己工作很勞累又生病想回家休息也就沒去了，總召是一個很不錯的人，年紀老了還是很早就起床買新鮮的魚從東港一路騎車來道場煮給大家吃，他幫助各位師兄姐，也幫了我很多，只是我還傻傻的不懂，過程中也都曾跟他爭執。不過後來我也漸漸想通了，他教過一些工作我都有記得，他這一走往後的道務做事也缺了個伴，不過我也開始一步一步專一做事，老師曾跟我提過我做事只要專一就不會太差。這些我回想還真是這樣。

在道場我曾受師姐指導幫打坐中的總召刮痧，這點也沒成遺憾，但我的心還是有點不信總召就這麼的就走了，他比我爸更照顧我。

那天跟老師與師兄姐去總召的靈堂前拈香誦清靜經時，我整個人有種感覺

一股力量，事後又能怎樣，走的人已不在，生活也必須要過，身體也要顧好。

☆二二三、時間銀行

明中

最近看公視所播出瑞士方面的影片，有講到長照的問題，也就是老人長照之解決方案，以有能力照顧無法照顧自己的老人，然後將其所服務的時間登錄在自己的帳戶內，將來等到自己需要別人照顧的時候，由該帳戶的時間數來換取別人的照顧，該機構稱之為時間銀行，是採取會員制每月繳會費，所照顧的老人需要的經費皆由該會自己來承擔，不向政府爭取經費，而是由自己的機構來籌措經費。由此看來世界面臨人口老化的問題會愈來愈嚴重，長照是未來的趨勢，而現在文明世界的物質化所引起的文明病也愈來愈多，連以科學方面來解決也很困難，唯有走向中華文化所傳承下來的智慧結晶「道」，因古人所傳承下來的智慧結晶到現在還是有一定的地位，因為科學文明愈發達，所引發的人類文明病愈多，不明的病因沒有辦法獲得解決，還是要靠古人所傳承的「道」來化解，只是大多數的人，因為業力問題無法獲得根本的解決，所以人口老化的長照問題愈來愈嚴重。

最近在電視上報導高雄市有一些社區對於退休族所衍生的長照問題發起的社區時間銀行，針對各行各業的退休族提出以專長服務社區，由社區發出一些服務時間分數卷，然後由自己所需要的東西或是各類服務來換取，所以付出

得愈多回收得也愈多。這是社會大眾的一般問題，只能治表無法治裡，所謂治裡，就是老祖宗所傳承下來的「道」才能治裡，因為人先天所帶來的因果問題，在這世裡，從小到大都是在輪迴，要如何解決這因果問題，唯有走修道一途。而修道則需要明師，現在的世界由於科學文明愈來愈進步所產生的問題很多，不像古時候文明比較純樸，而現今世界各種誘惑太多，要定下心來修道不容易。像我本身以前也是尋尋覓覓找了一段時間，始終無法遇到可以解決之道，直到遇到道聖門的善書有寄放在台南市佳里區佳福寺，拿了幾本各期善書回家參考，才知道修道不是一般坊間門派所謂誦經就能了結因果問題，而是需要功德並重而「功」就是煉功回光。隨時可以煉功但只有老師所說的三個地點：墳場、醫院、寺廟不要去煉功，因這三個地點磁場不良、干擾太多，無法讓煉功的人心靜下來。另外就是「德」，也就是佈施，有法施、財施、無畏施，盡我們本身的能力去做這三種佈施，道聖門各期的善書都有大致上的介紹，所以在這裡就不多陳述。以我這段時間所感受到的就是因多少有做佈施，以致所承受的因果磨難會比較好受。因為工作上的壓力本身的胃比較不好，有時會出血，大便是黑的，而時好時壞，雖然有在煉功佈施，但由於因果太重業力現前，所以沒有辦法馬上解決，還好這段時間每個禮拜六都有到道場上課，經由道門

道祖的加持才能稍解，所以老師所成立修道的道場功德是很大的，這是我的感受。

最近老師上課有講到周易的坤卦，坤五爻黃裳元吉，也就是有其玄機。我自己所感受到的，就是我本身的因果問題應該快峰迴路轉了，果不其然在一月二十八日身體又不舒服，趕快到麻豆新樓醫院住院。經檢查血紅素只有5.6太低，經輸血一千CC後到第三天回升到8.4可以出院，這段時間的磨難可說是最輕的，雖然本身很虛弱，因有煉功以及多閱讀本門的典籍，還不致影響平常生活以及工作能力，所以對於老師的傳道很感恩，自己深深體會就是要做自己的時間管理者，自己不做，要靠別人來解決是不可能的，當然也需要一個光明的燈塔，「明師」在黑暗中照明才能到達光明的彼岸，而不致於半途而廢。

☆二四、修行要有正確的觀念(二)

金金

記得當初剛到道場與接洽的總召聊天，當時總召告訴我修行要有正確的觀念。當時還很模糊，對修行要有正確的觀念，是要如何有一個標準？進入道聖門兩年多，一邊學習，從中慢慢請教老師或師兄姐，再研究經文的解釋、瞭解，才知道領悟實在有限，光要了解對修行要有一個正確觀念就真的好深奧。以前就因為對人、事、物判斷不夠瞭解，一直執著迷惑在那跳脫不出來而生悶氣，久而久之就生病了。

當時自以為自己的想法沒有錯，出發點是好的，後來請教老師才知道是自己對人、事、物一個錯誤的判斷，現回想當時也反省自我的心境，也能讓心靈成長，現把它當成一個學習的過程，也是日常生活中可以慢慢累積的經驗。我們修行中會遇到很多疑惑或不明白的事物，所以要研究經文，經文是仙佛所寫的，按照經文所講，有一個修行的軌道，研究經文慢慢會找到自己要的答案。修行並不是馬上就懂這些道理，慢慢研究經文就不管它了解有多少，有空到道場看光碟時，先不管到底了解經文有多少，至少在道場看光碟時，心是平靜的，是沒有妄念的。經過一段時間，本來不懂的疑惑，突然會想通了！這也是我們煉功有那個效果，慢慢產生出來了。研究經文，我們修的跟仙佛接近，我們學

這個經典都是仙佛寫的，我們有研究有修行就有進步了，這樣慢慢累積經驗，對修行就會有一個正確的觀念。

以前未進入道聖門時，有在外面修行，所接觸的師父說我有帶天命，要跟自己的主神溝通完成使命，當時透過師父跟主神溝通後，也會有反應，會打嗝、會打哈欠，當時就以為真的有跟主神在溝通（當時什麼都不懂）。跟主神在溝通所產生的種種反應會感到很好奇，尤其自問自答好像真有那麼一回事，由於當時什麼都不懂，又沒有辦法去分辨修行的觀念是真是假，就傻傻的跟著別人一起修行。由於當時跟到的師父，修行觀念不正確，我們學習也就不正確。舉例金丹，並不是像外面的師父，每個人送幾粒丹讓你們吞下就可以增強精氣神，就能身體健康。現老師上課有解釋外面那都是假的，而金丹是要靠自己從身內修出來，金丹其實是陰陽合一，也是太極的意思。想想當初也是好幾個人都有接丹吞下，當時由於不懂也沒有人可以請教，又沒有在研究經文，當下只能信任，相信師父所說的。所以修行的觀念有正確真的很重要，以前外面師父說有帶天命要跟自己的主神溝通，也這樣自問自答好幾年，經常問事會出現模稜兩可的現象或找不到答案，請教外面的師父所給的答案起先會覺得對的，久而久之問題沒有解決，慢慢會對修行失去信心，大家也經過好幾年跟著師父一

起修行，到後來各走各的，各自朝自己的路走。

最近有碰到以前一起修行的師姐和她聊天，從原先一起運動結緣到後來一起修行，又分開幾年的時間，現聊到修行，她已經失去信心了，從以前她做功德的熱衷及修行經驗，所接觸不管是宮持、廟宇到跟的師父也有一二十年，他懂的知識也算是豐富。她說現只想順其自然生活，有空就運動，跳跳舞，吃喝玩樂過每一天就好，也不要想太多了。是什麼讓她對修行失去信心？她以前做功德也付出很多，也很認真和主神溝通，但很多事卻是事與願違，到後來只能看破。也許當初因我們沒有研究經文，所以對修行正確觀念，沒有辦法分辨清楚是真是假，所以遇到瓶頸就對修行失去信心，就退道了。

從初入道聖門報名上課學習的過程，一路走來所遇到的種種反應，與各位分享。煉功起初一、兩個月時皮膚癢，睡不著，心想為何沒有改善，一直困擾著我？原本很單純的想法，先把身體煉好才有動力往下修，但很多事都不能照著自己的劇本走。當時就是癢一直很困擾我，也帶動心情的起伏，不好的念頭一直產生，當下有時內心會自言自語，元神若真有靈性，是不是該幫助肉體來跳脫這種種的煩惱呢？當時仍很依賴自問自答，有請教老師：請教元神若是想做功德或讀經書不懂之處才問，如果只是好奇問問，而不去做功德，元神是不

可能回答的。到時就變成識神在回答，這樣就不會準確了，久而久之自己也會失去修道之心。人都會有投機取巧的心，然元神是不會給予投機取巧的機會，當初我們就是沒有修行正確的觀念，才會被誤導被自問自答困惑不已。而已根深蒂固，而自問自答的習性已養成，並不是想改過，馬上可以放下的，也是經過一年多的歲月，慢慢的我已經不再依賴自問自答，無形中心靈感覺清靜許多，慢慢才發現以前自問自答很多事情都要想破頭，仍得不到一正確的解答，而且心靈根本不能清靜下來。

自從進入道聖門學習性命雙修，煉功時只要能放空，不要想東想西，先天炁就會跑出來，是不是很簡單？落差是不是很大？一路走來最困擾的皮膚會癢，睡不著，下雨天身體又特別癢，打坐雙腳麻痺，有時是左腳會麻而且打坐完不能馬上站起來，有時膝蓋打坐時痛到不能盤腿，左腳痛完一陣子會換右腳痛，有時腰痠背痛啦，有很多的毛病。靜坐煉功時有些會一直重複演練，慢慢把病氣逼出來，藉由刮痧拔罐，可以減緩身體的不適。刮痧拔罐也是一種保養，一路走來種種身體上的變化不適，雖不能完全根治，修這個先天炁經過一段時間，靜坐煉功慢慢累積能量，無形中會顯現出來，無形中身體毛病已改善很多。所以遇到問題或身體上的毛病還是要請教老師，修行才會有一個正確觀念。

☆二五、經驗分享

悟心

時間飛逝，又到了驗收這段期間煉功修行的成效了，但說真的，感覺自己並沒有太多進展，或者有再一步的突破，心想，一定是自己不夠認真，因為每天都只有早起靜坐，且礙於要上班，都只能靜坐一小時，再加上上班用眼過度，無法下班研讀經書，晚上回家後也無法靜坐，造成自己煉功修行一直停滯不前，所以總感覺自己不夠認真。不過現在每天早上靜坐都覺得很舒服，都不想想起來，且從進道聖門開始靜坐修行後，慢慢會覺得有些事情，不管是發生或者處理都變得比較順利，而且也慢慢學會感恩和知足，這不知道是不是和煉功修行有關。

雖然這次沒有太多煉功修行的心得可以分享，但在此我想和大家分享自己的一些經驗，希望能對大家有些幫助，是有關人體穴道按摩經驗。話說四、五年前身體開始變差時，當時辦公室有位會幫人按摩穴道的同事，他的技術非常好，只要我感覺身體不適時，去給他按一下穴道，身體就會舒服很多，他都說我的穴道不通，因為他每次按我穴道都好痛，中醫言：「痛則不通，通則不痛」。還記得有一次我感覺泌尿道怪怪時，他就幫我按膝蓋內側「陰陵泉」穴道，按時很痛，不過經他按了一會兒就不痛了，沒想到泌尿道怪怪的感覺也跟著沒有

了，當時覺得好奇喔！

二年前身體變得更不好時，泌尿道不斷的發炎，好了幾天又開始發炎，這樣斷斷續續持續了二個多月，一直跑醫院就診，醫生也一直開抗生素吃，都沒有好，就在中斷吃抗生素，隔週須複診追蹤的期間，又開始覺得泌尿道怪怪時，突然想起四、五年前我同事幫我按「陰陵泉」穴道，泌尿道就好了的事，於是我便想自己按看看「陰陵泉」穴道，可是沒想到非常的痛，且我自己又不太會按穴道，沒法按到不痛，突發奇想，電視廣告的磁力貼，聽說它可以促進氣血循環，於是我便在左右二個腳上「陰陵泉」穴道各貼了一個磁力貼，貼大約三、四天就不痛了。

複診追蹤時，沒想到醫生居然很驚訝的說：「你泌尿道好了！」還問我：「你這段時間吃了什麼藥嗎？」我說我什麼藥都沒吃，只在穴道上貼了磁力貼，但醫生不相信，還是很疑惑的覺得，治了二個多月都沒好，怎麼可能自己會好了呢？我覺得呀！只要人體的抵抗力夠強，應該身體都會漸漸好起來，再加上我覺得穴道是中國幾千年來老祖宗的智慧，留給我們的寶物，應該有它的道理，我們應該要善加利用。

另外，還有一次因為自己運動過度而拉傷，跑去看中醫傷科，治療完成後，

中醫師居然也拿給我磁力貼，要我回去貼在痛處，痛處就會好了，我感到相當意外，沒想到連中醫師都使用跟我一樣的方法，心想磁力貼真的有這麼好用嗎？不過我回家後還是有在痛處貼磁力貼，真的耶！貼了幾天，痛處就較不痛了，不知道是身體的自然修癒能力？還是磁力貼的功效？

還有一件最近才剛發生的事，我同事在出國前一天突然落枕，非常的痛，來上班時一直在喊疼，其他同仁見狀，有同仁說有特效藥，結果跑去藥局買不到，另有一位同仁居然也建議我同事貼磁力貼在疼痛處，再熱敷整個患部，沒想到隔天我同事出國時，落枕已經好很多了，所以也再次見證到磁力貼的神奇效果，因此，才想在此分享這些經驗，希望對大家有所幫助。

當然，聽了老師的課，我知道靜坐煉功也可以收到相同的效果，但每個人用功程度不同，煉功的進展以及效果也大不相同，程度好的人已經可以透過氣療來達到舒緩或者治癒的能力，但程度較不好的人，像我，可能還是沒法氣療，暫時只能透過其他方式，所以提供自己的經驗給大家參考，有興趣的人，也可以不妨試試，因為貼磁力貼不像吃藥，應該較不傷身吧！不過我會繼續努力煉功修行，希望不久的將來，我也可以不用靠外力，用自己的氣來治療自己。

☆二六、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

☆二七、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