

昊天心法的丹道淵源——從陳搏談起

緒 論

台灣新興宗教——天帝教是一代宗師李玉階先生，號：“涵靜老人”所復興創立，其立教的修持心法——帝教法華上乘直修昊天虛無大道自然無為心法——簡稱“昊天心法”是以“自然”為宗，“無為”為法，即“自然無為心法”。

一般世人所理解或習練者，大都是有為法：守竅、吐納、導引、運氣、調息……等，而“自然無為心法”鮮少人知，甚或無習練者。

道教修真之法：「傳統不外三元丹法，即天元、地元、人元。天元神丹，立地飛昇，惟百世不可一遇；地元靈丹，點化黃白，世罕真傳；人元大丹，性命雙修，了性而自了命者也。前兩者為外金丹法，後者為內金丹法。」（1）另有昊天心法之“無形金丹”。主修外金丹法，兼容內金丹法，此丹法本已失傳，但應末劫之來臨而降顯，由涵靜老人承傳。

人元丹法，以文始派為最高，少陽派為最大。文始派直修虛無大道，以無為法而兼有為法，頓超聖域；少陽派則以陰陽大道為本，自有為法而上修無為法，積功漸進，了命而性亦因得了也。

大道淵源於伏羲老皇，昌始於黃帝，而集大成於老子，一傳尹文始，即關尹子，尹傳麻衣道人（李名和），李傳陳搏，陳傳火龍真人，火龍真人傳張三豐，是為文始一派。

陳搏老祖於文始一派，實有承先啓後，開來之功，陳搏高臥華山達四十年之久，與當代高人隱士時相往還，同參修真之大道，共研宇宙之玄理，琢磨易圖，深悟丹訣，終于創作了一些前所未見的易圖，秘傳後世。

在唐、宋之際儒、釋、道三教合一的思想潮流中，陳搏順應時代，融貫諸家學說，改外丹黃、白之術為內丹修煉之道，鄙棄符錄小數而深研易理象數，啓宋元道教內丹一派，其歷史傳承影響是不可忽視的。

陳搏以圖式代替文字，解說“周易”，文字總有言不盡義之意，有其思考之局限，圖式、圖象、象數，即宇宙萬象，則可無限思考之空間，或某方向、某一類，此即宇宙萬象之義，以此圖象表示人類修持回歸大自然與宇宙合一（天人合

一) 的原理，則象徵人是小宇宙，只要恆久不息的做下去，必與自然大宇宙契合，而歸於一，即復歸於無極。

陳搏以易學圖象“無極圖”代替傳統的鉛、汞、鼎、爐之說法，丹道者由外丹名詞沿用到內丹氣的變化，而陳搏則將宇宙衍化原理用到內丹修煉的過程，由內而外到與宇宙合一，即從天人分際到天人合一之領域與境界，提昇修煉者對自身肉體之體認到對人在宇宙中所扮演的角色，進而思考如何去自處與相處？

陳搏由儒入道，兼通佛學醫理，又明天文地理，所以（無極圖）丹法不作鬼神之神談，只講克制身心，培養三寶，探索生命本源，指明修煉途徑，為後代內丹家和養生者所沿用。這種由探究生命起源，以求達到延壽的途徑，人體的健康在於人身自己的修養觀點，頗具有古代樸素的生命哲學因素。

當地球人類命運最危機的關鍵時刻，涵靜老人天命所鍾，潛隱華山八年，讀書養氣，默察天下大勢，承無形以應有形，旋乾轉坤。而陳搏老祖身當唐末、五代十國，此宋初國家戰亂不歇，政局更迭頻仍社會動盪不安，百姓生活艱苦，隱居華山四十年，兩代哲人雖隔近千年，但其精神學說思想前後輝映，心契冥中，都苦思為芸芸眾生找出一條超生了死、離苦得樂之回天之路的天道，又能治國平天下，和諧社會人群的人道，也可以說是，以出世之心（天道），以行入世（人道）之道。

因此涵靜老人的昊天心法雖來自於虛無，但與陳搏老祖的無極丹道是有其深厚的淵源。

第一章 師 承

一、涵靜老人

涵靜老人之“昊天心法”孕育形成於三方面：

- 一、民國廿六年七七盧溝橋事變，中國正式全面對日抗戰，證明三期未劫行劫開始，即奉天命在華山白雲深處山居八年，一面虔誦皇誥祈禱抗戰最後勝利，一面靜坐讀書養氣，一直在暗中摸索，真修實煉，自修自證。
- 二、一面到華山每個角落洞府去拜訪有道高人，請益指導。
- 三、清虛玄壇成立後，以天人交通方式，與形而上的金闕大羅金仙、諸位上聖高真，陸續分別請教。

另據涵靜老人嫡長子李子弋教授（天帝教第二任首席使者）講述，從兩個小故事

可以知道“自然無爲心法”的啓示，有絕對的影響：

一、民國廿四年，涵靜老人在西安開辦第一期開導師訓練班時，有一天在睡夢中，似醒非醒，看到呂祖向他招手，醒來之後，涵靜老人就問弟子，西安附近有無呂祖廟？弟子們回答：八仙庵。於是涵靜老人早餐後，就由當時在班授訓的楊紹時等弟子陪同到八仙庵，一進入廟門，當時八仙庵住持唐旭庵監院問涵靜老人，您姓什麼？涵靜老人回說：姓李。唐監院請涵靜老人等一下，從內室拿出一套線裝書給涵靜老人說：「昨晚我要關廟門時，有一位穿藍長掛衣服的老人家表示，明天有一位李先生會來，把這一套線裝書交給李先生。」涵靜老人當場打開，是一套“鍾、呂傳道錄”，是一本兩位祖師研究靜坐的對話紀錄，也因為與呂祖有這一層的關係，使得涵靜老人和華山陳搏老祖有了道脈上的傳承，所以涵靜老人以呂祖爲渡師。

民國三十四年在“闡教法乳”中有一首呂祖贈給涵靜老人的一首詩：

仙音齊鳴下九天
待峰更殘出玉階
青鋒光燄騰牛斗
度盡殘靈證彩蓮

在“清虛集”第二集第三十六頁有涵靜老人云“頌渡師純陽祖師”：

願渡殘靈證金蓮 淵源說透到秦川
共沾雨露來天上 更沐光輝自日邊
金液大還親口授 學庸細看奉心傳
九天他日傳恩詔 應許儒冠拜聖顏

從呂祖師中的落句“度盡殘靈證彩蓮”與涵靜老人的詩中首句“願渡殘靈證金蓮”可以驗證“清虛集”是涵靜老人在華山時的心路歷程，亦說明昊天心法的淵源。(2)

二、李子弋教授每次言及涵靜老人受師命（蕭公昌明）到太白山拜謁師伯雲龍至聖（鄒公湖南寶慶府人，前清康熙末年武舉，遇異人傳授特技，在湘西深山修煉，持誦“玉皇心印妙經”壹百萬遍得道通靈，奉詔敕封爲“雲龍至聖”）時心中總有些疑問？一次涵靜老人又講到當年和郭大化（蕭公昌明另一弟子，奉命陪同涵靜老人）前去太白山謁見雲龍至聖之經過，李教授忍不住就問涵靜老人：「您老人家在棲霞洞中至少待兩小時以上，不可能只聽雲龍至聖說（浩劫將興，國難當頭）而已吧！涵靜老人笑著回答：「我們在棲霞洞大約四小時，棲霞洞有內洞與外洞，當大師兄流水子（雲龍至聖隨侍弟子）帶我們進外洞時，至聖正在靜坐，流水子要我們不要驚動他老人家，並給我

們吃黃精，玉米饅和喝看起來黃黃綠綠的水。我向流水子請問雲龍至聖有沒有講解（玉皇心印妙經）？流水子回說：「老師只要我們背誦，從不講解，表示日後我們自然明白。」一會而雲龍至聖出來指示：郭大化轉告爾師到黃山隱居，玉階（涵靜老人）你到華山白雲峰下，我會常來看你。」涵靜老人和郭大化當場跪下，一再叩請收留學道，雲龍至聖溫諭：「絕不可以，爾等使命未了，趕快下山，」並喟然嘆曰：「明夏浩劫將興，國難當頭。」涵靜老人則請求指點靜坐之道，雲龍至聖才緩和地笑著伸出左手舉二指說：「我告訴你兩個字——自然。」，雲龍至聖就回內洞了。

華山是道教丹道的重鎮以陳搏老祖為重心，上接伏羲老皇，以至於“虛無”；承文始派下傳火龍真人，再傳張三丰而失傳。而鍾、呂兩祖之於王少陽是為全真教一派，亦淵源於老子。

文始派直修“虛無大道”，以“虛無”為本，以“養性”為宗，虛則無相，無則無執，故能精氣合一，心性合一，形神合一，而自然頓超聖域。「昊天心法」：直修“虛無大道”是自然無為的一種“頓法”，“頓法”就是讓其豁然貫通，一旦豁然貫通，直接還虛，一步登天。此“頓超聖域”與“豁然貫通”，直接還虛，有異曲同工之妙！

二、陳搏老祖

陳搏字圖南，自號扶搖子，生年不詳，卒於宋太宗端拱二年（989），世壽118歲，經推算，當生於唐懿宗咸通十二年（871）。陳搏生於唐末亂世，經歷五代離亂，而竟然活了百多歲，若無獨特的養生方術，是很難辦到的，從這點看，他堪稱令人探索的奇人。

陳搏不但出生年月不為人所知，連他的父母，家世也無人知曉，而今只留下兩節民間傳說。

《群談采余》記載：“陳圖南，莫知所出。有漁翁舉網得物甚巨，裹以紫衣，如肉球狀，攜以返家。漑釜燃薪，將煮食之。俄而雷電繞室大震，漁人惶駭，取出擲地，衣裂兒生，乃從漁人姓陳。”從這節故事，不只陳搏父母的名字不知道，連姓氏也不知道，本是無父無母河中冒出一個肉球。可能是其先人參加唐末黃巢作亂，失敗後隱姓埋名，故緯莫如深。

《玉壺清話》還記載：“陳搏四、五歲，戲於渦水側，一青衣嫗抱于懷內乳之，曰：「令汝更無嗜欲，聰悟過人。」這是說陳搏之所以特別聰明，因為吃了

特殊人物“青衣嫗”的乳汁的緣故。

陳搏的出生地點，更是一個有爭議的問題。亳州、普州二說較為流行。一說他是亳州真源人，即今河南鹿邑，漢代名苦縣，隸屬亳州，道教始祖老子的出生地。傳說陳搏幼年戲於渦水，與此說相應，此說的根據是《宋史·陳搏傳》。一說為普州崇龕人，根據是《宋文鑒》收錄陳搏著作《易龍圖序》，署名“西蜀崇龕陳搏序”，崇龕在今四川安岳，古稱普州。有學者考證崇龕遺址在今四川潼南縣龍場瓦子堡。陳搏的里籍長期是個謎，大抵古代隱者，浪迹天涯，隱姓埋名，少與世人接觸，時移世易，故難以考詳，二說未有定論，一般都遵循（宋史）記載。

陳搏自幼聰穎，志趣廣泛，熟讀經史百家之言，往往一見成誦，琴棋書法，無不精通，史稱：年十五詩、禮、書、數之書，莫不通究考校。

陳搏生活的118年，可分前後兩大時期，大體各佔60年，無論前半生還是後半生，其生活都是神秘的。前半生60年，唐代末年佔36年，是他的青少年時代，五代時期佔23年，是他的壯年時期，後唐年間，舉進士不第，乃棄儒崇道，轉入後半生。

陳搏科場失敗，強忍痛楚，變賣全部家財，浪跡天涯，在山東遇到兩位道人孫君仿與鹿皮處士，三人萍水相逢，一見如故，意氣相投，相與談易、與老、莊數日不輟，他們指點陳搏道：武當山九室岩，可以隱居修煉，必成正果。

陳搏在武當山潛修曾寫過一本書名為“九室指玄篇”，並仿龜蛇之類，蟄伏不食不動之理煉得“蟄龍法”，就是“睡功法”。後又從何昌一道人學得“鎖鼻飛精術”。即道家“胎息”之術。

五代末年四方鼎沸，後周顯德（954—959）年間，陳搏離開武當山，遷隱華山。陳搏在華山，時與高士麻衣道者、李琪、呂洞賓等相往來，切磋道學，精研易理，對易學與道學理論多有心得，陳搏善于把儒家正心、誠意、修身功夫，同黃、老“清靜無為”的修煉方法，佛教“即心即佛”的禪理融為一體，將《易學》與《道學》結合，摒棄道教符籙，而潛心鑽研“易圖”，都是在華山同麻衣道者、呂洞賓等共同切磋形成的。

陳搏傳授的“無極圖”是從呂洞賓那裡得來的。清初大儒黃宗炎說：「河上公本圖，名“無極圖”，魏伯陽得之以著“周易參同契”；鍾離權得之，以授呂洞賓、洞賓後隱華山，授予陳搏，搏刻之華山石壁。」

陳搏的著作：

- 一、“易龍圖”一卷，“宋史，藝文志”列入易類，此書已佚，今存“易龍圖序”一篇（木刻本），存“宋文鑒”中。
- 二、“九室指玄篇”，一卷，又名“指玄篇”，“宋史、藝文志”列入神仙類，八十一章，言導養及還丹之事。
- 三、“正易心法、注”，麻衣道人原著，存汲古閣之津逮秘書，陳搏注釋。
- 四、“麻衣道人正易心法、序”。
- 五、“太極陰陽說”原載（藏外道書）。
- 六、“陰真君還丹歌、注”陳搏注釋，（存道藏、洞真部、玉訣類、成上卷。）
- 七、“觀空篇”（存道藏、道樞）。
- 八、胎息訣（原載諸真聖胎神用訣）。
- 九、“龜鑿”一卷，續唐書載“龜鑿”一卷，周處士陳搏撰。是從人體生命哲學道理入手論相，而強調必須把人的生理與病理相結合，著眼于“形神氣色”的統一性和外形與內心的一致性來討論，方為合理。
- 十、“心相篇”：錄自“陳希夷心相篇”傳本。是為散文賦體，專為發揚“善惡因果”哲理，特從人心即道德精神方面論相，其詞精闢，論理深邃，是古代相術學史上的重要名篇。
- 十一、“自贊銘”：安岳縣陳希夷墓碑獨存。
- 十二、“三峰寓言”、“高陽集”、“鈞潭集”，均陳搏詩集，共600餘首，大多散佚，“太華希夷志”中保存其詩歌十餘首。

第二章 假傳萬卷書 真傳一張紙

南宋高宗易學家朱震（1072—1138）曾呈“進周易表”言：「國家龍興，異人間出，濮上陳搏以“先天圖”傳種放、放傳穆修、修傳李之才、之才傳邵雍。放以“河圖、洛書”傳李溉、溉傳許堅、堅傳范諤昌、諤昌傳劉牧。修以“無極圖”傳周敦頤、敦頤傳程頤、程顥，是時張載講學於二程、邵雍之間，故雍著“皇極經世”之書，牧陳天地五十有五之數，敦頤作“通書”。……」（附圖一）。此即陳搏所說「假傳萬卷書，真傳一張紙」。陳搏所留傳於後世的“先天圖”、“無極圖”、“易龍圖·序”。也就是所謂的“真傳一張紙”了。

而涵靜老人所留傳後世的也是“一紙真傳”：「民國七十七年十一月十日在第二期師資高教班親手擬訂的（帝教法華上乘昊天心法與急頓法門靜參修煉體系總說明）表一、表二、表三、表四。……」（3）

帝教法華上乘昊天心法與急頓法門靜參修煉體系總說明

(涵靜老人訂於民國七十七年十一月十日)

表一

法華上乘昊天心法——精神鍛煉總原則(性命雙修)——直修昊天虛無大道
自然無為心法——得以運念力而修急頓法門

表二

性命雙修：

- 一、 性功—煉心—立志希聖希賢，做好道德行為上之修養，以「教則」、「教約」規戒身心，將此一顆「凡心」、「人心」煉得不動、煉得一無所有。
- 二、 命功—生命外在形體上之鍛煉
 生命內在精氣神之鍛煉 煉精化氣、煉氣化神
- 三、 神功—煉神還虛，煉虛合道

表三

直修昊天虛無大道自然無為心法：

- (一) 心無所住，一切放下，放下一切；心無所注，一切不想，不想一切。
- (二) 修持時不用絲毫人為的力量，全在修一己之陽炁，以接 上帝的靈陽真炁，就是配合本教特有的祖炁，一經調和，聽其自然運化。
- (三) 經常保持將睡未睡，似覺不覺的心理狀態。

這是依自然法則而修煉，不聚氣而氣自聚，不勞神而神還虛，經過一靈長照萬念皆空，而達超神入化、形神俱妙的境界，促成救劫急頓法門，修煉封靈，早日成就身外之身。

表四

修煉救劫急頓法門

- (一) 先修「凡靈元神」「煉魂制魄」就是以正氣力量，修煉人身本有元精、元氣、元神，以助煉神還虛之功，而奠修煉封靈之基。

其方法 ·

- 發大願力，引來先天一炁，配合自然無為心法，勤參法華靜坐。
- 信心不惑，奉行四門功課，以期自我突破。
- 正心誠意，持之有恆，不懼任何困難，堅持到底，完成上天所交付的使命。

- (二) 結無形金丹：

修煉封靈——(1) 同奮的元神修煉有成，在持續勤修苦練奮鬥過程中，

昊天就有一股正氣加持於您的元神，一旦您得道 天帝召見、賜封、加錫紫金光，無形中就有一位封靈形成，與您元神配合，使這股正氣得以運轉，漸能發育成形，只要人間努力奮發，就可產生靈覺，不過這位封靈的成長是要依賴您個人在人間犧牲奉獻的熱準而決定，由于帝教的“修煉急頓法門”不以肉身結丹為目的，而是修煉“無形金丹”，所謂“無形金丹”，就是無形這股昊天正氣，加持於您的封靈，而您仍在奮鬥不懈，您的封靈就成為您的“身外之身”，往來天上人間，替您負起無形應化有形的任務！

(2) 依此說明修煉封靈，必須具有下列條件：

- ① 修元神有成
- ② 勤修法華靜坐
- ③ 犧牲奉獻功德
- ④ 天命（賜封）
- ⑤ 賜紫金光與無形金丹（就是昊天正氣凝結而成之原種）

第三章 無極圖

“周易”本由符號系統和文字系統組合而成，具有象、數、理、占諸方面內容，秦、漢時人研究“周易”偏重象數，曾經創造了不少易圖。陳搏交游八方羽客，漸得易圖秘傳，經他的整理創造，傳下一些易圖，經過邵雍、周敦頤和劉牧的發揚，開創了宋明以後的易學圖書學派。

陳搏所傳易圖有三種：一是“先天圖”（附圖二），是其象學代表，講宇宙萬物的演化；二是“易龍圖”是其數學代表，講天地之數的變通，但其圖已佚，只有“易龍圖序”（附影印本三）；三是“無極圖”，是其運用易學研究內丹而悟出的絕妙義理。這幅圖用以解釋生命奧妙，詮釋內丹論理，有道教義涵，也有哲學意義。影響極為深遠。在這些著述中，除陳搏建立了一個相當完整的思想體系。這個體系以傳統的道家學說為核心，並吸收了儒家的易學觀念與佛教禪定學說，構成了一套完整系統的內丹理論。陳搏的各幅易圖，正是形象地闡述了他的學說；其中以《無極圖》最為突出，影響也最大，它完全概括了陳搏內丹的勤修體驗。

這一“無極圖”，形成宋、元時期的道教由注重外丹黃、白術，轉向內丹修煉

術過程中，起了開來之功的作用，也因為陳搏在發展道教，傳授內丹的歷史功績，羽林尊之為“陳搏老祖”。

一、週而復始 返復循環

清代大儒黃宗炎在“太極圖辯”中，記述了“無極圖”（附圖四）的基本概念：

（一）總論全圖之玄妙：黃宗炎說：「其圖自下而上，以明逆則成丹之法，其重在水火。火性炎上，逆之使下，則火不熾烈，惟溫養而和燠；水性潤下，逆之使上，則水不卑濕，惟滋養而光澤，滋養之至，接續而不已；溫養之至，堅固而不敗。」

這是說：“無極圖”當由下而上，（返）反過來看，蘊涵著“順則成人，逆（返）則成仙”的奧妙，這裏將道教數百年來沿用的「逆」字改用「返」字。「逆」則是不復反，不回頭，悖理違道之內含。而既有“順則成人”，則有相對之義，而人可以修煉成神，神亦可以再成爲人。（4）所謂“反”與“返”通用，是指反水火之性，火性炎上，返回而使之下，水性潤下，返回而使之上，這裡的水火，指的是腎水與心火，一上一下，乃可臻於水火既濟的生命妙境。

關鍵是“水火”，水火即人體五臟與五行相配，心在上焦，屬火；腎在下焦，屬水；心中之陽（火）下降至腎，則溫養腎陰（水）；腎中之陰（水）上升至心，則滋補心陽（火）。如此，則心火和腎水相互升降調和，彼此交融，以維持人體生理狀態的平衡，也就是“心腎相交，水火既濟”。（一）：「反者，道之動（5）。反，覆也，具反覆之義，有反復循環的意思；動，運行。而水火升降，彼此協調，此即週而復始，反復循環運行的含義。（二）：「致虛極，守靜篤。萬物並作，吾以觀復。夫物芸芸，各復歸其根，歸根曰靜，是謂復命……」（6），說明致虛守靜，就可以靜觀萬物之循環周復，其一切生滅往返之迹象。而靜坐至虛極靜篤時，心火、腎水自然升降調和契合，反復循環激盪化生。（三）：“反（返）”亦有“就原路回家”之意（涵靜老人語），因而“返則成仙，即是就原來的路（天門）回到大虛無之境”。（四）：修道常言：童顏鶴髮，返老還童；由後天返先天，從有形還無形（7），由後天氣返先天炁。

二、玄牝之門 天地造化

（二）最下一圈：先從修命開始，即認識“玄牝之門”，守一“得竅”。黃宗炎說：「其最下一圈，名爲玄牝之門，玄牝即谷神，牝者，竅也；谷者，虛也，指

人身之命門，兩腎空隙之處，氣之所由生，是為“祖氣”，凡人五官百骸之運動、知覺，皆根於此。」意思是說，靜坐修持，由提升“祖氣”開始；“祖氣”貫通五臟、百骸，人的運動、知覺均根於此，而“祖氣”是寄於“命門”的所謂丹田之氣，“命門”，指人身兩腎之間空虛之處。中國傳統醫學，十分重視“命門”的作用，古醫學家李時珍專門著有《命門考》、《本草綱目》言：“命門下通二腎，上通心肺，貫屬於腦，為生命之源，相火之祖，精氣之府，人物皆有之，生人生物皆由此出”。李時珍稱“命門”為“精氣之府”。黃宗炎說它是“祖氣”所生之地，二者是一致的。

陳搏說：「人無賢愚，質不分高下，俱可復全元始，洞見本來，所以然者，童相未漓，一真浩然。玄牝一竅，妙氣回旋，三品光中，潛符太極，先天而生，後天而存，存存涵養，貫古徹今。」（8）

這裡，陳搏將“玄牝”作為人體生命的根源，這種觀點與醫學理論相符合，中醫認為，兩腎之間為命門（玄牝），命門為元氣的根本，是人體產生熱能的發源地，故為“生命之門”。陳搏把命門置於內丹術的首要，認為命門之中潛隱著先天妙氣，無論賢愚高下，只要存意涵養，就能夠“復全元始，洞見本來”。返老還童，就能“貫古徹今，長生久視”。

“無極圖”視為人體小宇宙來看，取坎填離至煉精化氣，煉氣化神，應是在人體之內，即一個人的整體，而煉神還虛，復歸無極，與玄牝之門，應在人體之外，亦在人體之內，即最上一圈是無極，而最下一圈也應是無極，上下皆是虛無，而與大宇宙融合，一半在人體之外、一半在人體之內。玄牝之門為甚麼應是「無極」？又為甚麼一半在外（宇宙中），一半在內（小宇宙人體內）？“谷神不死，是謂玄牝。玄牝之門，是謂天地根。綿綿若存，用之不勤”（9）谷神也者：（10）

（一）宇宙本體	{	—大的方面—	谷—無極—	是宇宙正常秩序
			神—上帝—	
			谷—人性—	是人性正當行為谷神
		—小的方面—	神—性靈—	

（二）谷神	{	—天得谷神始能生育萬物—	協調一致共同存續。
		—地得谷神始能長養萬物—	
		—人得谷神始能調理萬物—	
		—物得谷神始能物物成用—	

玄牝者：「玄是妙天、天、無極；牝是能生、太極，象徵創生作用。玄牝之門：此門指「道」而言，門本無門，只有玄牝具神化出入之機，故以門字言之，因天地有交泰之門，日月有合明之門，造化有變易之門，妙無妙有，神機不測，其渾融無間，是以之謂玄牝之門。換言之門乃出入之樞機，道為樞紐，萬物皆出於此，入於此也。玄牝亦曰玄竅，即玄關一竅，「以其有動有靜，故分別有內有外，氣機未動之時，名曰外玄關；氣機既動之後，名曰內玄關。其言玄關，專指氣機初動而言，其言玄牝，乃心息相依，神氣混合，氣機將動而言」（11）。涵靜老人說：「直修的條件，必須先打開無形天門（玄關一竅），然後接引 上帝的靈陽真炁（默運祖炁），這是帝教修煉昊天心法的最大關鍵（12），又言「天帝教的法華上乘正宗靜坐，首先要由（涵靜老人）為大家（點道）、（打開無形天門），並口授心傳（默運祖炁），這是最重要的一點，……（13）。因此，玄牝（玄關一竅），乃天地之根，宇宙（小宇宙、肉體、相）之源，不在人身之內，亦不在人身之外；在人身之內，亦在人身之外，（附圖五）唯有德者與真誠一門深入，透過真修實煉，勤修苦練者得之。

三、煉有形精 化無形炁

（三）第二圈：黃宗炎說：「於是提其祖氣，上升為稍上一圈，名為，煉精化氣，煉氣化神。煉有形之精，化為微芒之氣；煉依稀呼吸之氣，化為出入有無之神。」

這是在築基的基礎上，煉有形之精，化為無形之炁；煉依稀之氣，化為莫渺之神，屬於陳搏丹法的第二個「煉己」階段。按照內丹理論，煉丹的藥物是由精、氣、神構成的，精氣神是生命的三寶，陳搏說：“故曰存精、養神、煉氣，此乃三德之神，不可不知。”（14）三寶之中，以精為物質基礎。元精本身雖屬先天，但亦多雜質，為有形有質的陰物，不能通過督脈、任脈上升至頭頂上丹田。陳搏《指玄篇》說：“涕唾精津氣血液，七者原來盡屬陰。若將此物為仙質，怎得飛神貫玉京。”所以必須將精與氣合煉，化為精氣相合之陽“炁”，輕清無質，始能上生再精煉，即進入煉炁化神之階段。陳搏著（指玄篇）並傳（無極圖），奠定了「順則生人，逆則成丹」的還丹原理，和「煉精化炁、煉炁化神、煉神還虛」的基本步驟。（15）

煉精化氣階段中又可分幾個具體步驟，其中“煉己”是最基本的功夫，在整個內丹修煉中不可須臾或離。陳搏《胎息訣》中說：“定心不動，謂之曰禪；神通

萬變，謂之曰靈，智通萬事，謂之曰慧；道元合氣，謂之曰修；真氣歸源，謂之曰煉。”這裡所說的即是“煉己”功夫。“己”納離卦，離卦在人身為心，故“己”即指人心，指念頭。所以清柳華陽《今仙證論》說：“己即我心中之念耳。”可見，煉己是指如何處理意念，使形神安靜。因此又稱為修心、煉性。陳搏曰：“渾渾淪淪始氣中，山河日月正西東，一丸大米由茲湛，貫徹玄台悟性功。”（16）煉己偏重性功，這與佛家禪功相似。陳搏十分強調修心的重要性，故在圖中特別注明「煉己」。就是運用意識的作用，調動腎中精氣沿督脈而上行，到達上丹田。陳搏說：“竅冥才露一端倪，恍惚未曾分彼此。中間主宰這些兒，便是世人真種子。”（17）。這裡所說的“真種子”，便是採取的藥物，即精氣混融物。

据丹經所載，經過煉精化氣三百次後，即可轉入煉氣化神。煉精化氣為初關，將精與氣合煉而成為陽“炁”、作為丹母，為三歸二；煉炁化神，則“炁”與神合煉，用炁歸神，則為二歸一，亦稱中關，或由小周天進入大周天。

陳搏《指玄篇》說：“苗苗裔裔綿綿理，南北東西自合來。”又說“必知會合東西路，切在冲和上下田。”（18）。即是指氣機由命功的周而復始，到返覆循環到性功的洗心滌慮，以真氣薰蒸，以目綿密寂照，冲和丹田，以溫養沐浴。由有為到無為，煉氣化神的階段其氣之運轉，自然與外在大自然（旋和系）運轉相契合，即是“自然無為”了。“氣”的本身由微動到不動而盡化，氣神合一，最後只餘元神而已。再下一階段的煉神還虛，煉的是“元神”即與涵靜老人所說的：「我們煉的不是後天的凡精、凡氣、凡神，而是先天從母體帶來的元精、元氣、元神接軌了。所謂煉「精」化氣，這「精」指的是先天「元精」，在未生性慾未動凡心之前，一心清靜而修而煉。」（19）

「雖然一提「煉」字就落入「後天」，而違反自然，但昊天心法煉神還虛之「煉」仍秉持「自然無為」之宇宙最奧妙之修持法則。」（20）最上乘的修煉心法即在修煉元精、元氣、元神，但是傳統上總離不了修煉後天的凡精、凡氣、凡神，且首先即開始從煉後天之陰精下手，這是由後天返先天，從有形還無形的功夫。」（21）

「命功的第一步即（煉精化氣），用己身之三昧真火，把後天的陰精燒煉化成元精，再化成氣，這是由後天返先天的功夫。必須心要靜到極點，自然出現「真火」，所以涵靜老人要大家「一切放下，放下一切；一切不想，不想一切」。才能真火（動力、本身陽氣）發動，否則心不靜則陽氣不生，多去一分陰氣，則可多生一分陽氣，才能起「化」的作用，把「精」提煉上來，化煉成氣。」（22）

無極圖的第一圈用一“○”作代表，因玄牝之門表示虛空，是存在於大宇宙中，是可以理解的。但第二圈仍爲一“○”，且表明“煉精化氣、煉氣化神”，這是有問題的？“○”是虛無的或是一太極或無極，蘊涵無極即太極，太極本無極之意，但“煉精化氣、煉炁化神”，“○”並不能象徵精、氣、神的存在，如何去煉？無水火之相濟，真水、真火之調和，如何起“化”的作用？所以此第二圈用一“○”是值得研討的！因此，應修正此圖排列秩序。（附圖六）

四、五炁朝元 一炁交融

（四）第三圈：黃宗炎說：「（炁與神）使貫徹於五臟六腑，而爲中層之左木、火；右金、水；中土相聯絡之一圈，名爲（五炁朝元）。行之而得也，則水火交媾而爲孕。」

此圈之“五炁朝元”，五炁即指五臟配五行；水指腎臟、火指心臟、木指肝臟、金指肺臟、土指脾臟。內煉五臟要求：「眼含其光，耳凝其韻，鼻調其息，舌緘其氣，疊足端坐，潛神內守，不可一毫外用其心也。蓋眼既不視，魂自歸肝；耳既不聽，精自歸腎；舌既不聲，神自歸心；鼻既不香，魄自歸肺；四肢既不動，意自歸脾。然後魂在肝而不從眼漏，魄在肺而不從鼻漏，神在心而不從口漏，精載腎而不從耳漏，意在脾而不從四肢孔漏竅漏。五者皆無漏矣，則精、神、魂、魄、意，相與混融，化爲一炁，而聚與丹田也。」（23）

這是說所煉之氣，貫通與臟腑統帥水火木金土五氣，即五行相生關係，凝聚爲一體是爲“五炁朝元”，元即元神，是謂煉炁化神之神。五炁之中，水火二氣最關緊要，煉化過程即是使火氣下降，水氣上升；火不燥熱，水不卑溼，水火交媾，達到溫養、沐浴之至，由於人體五臟屬陰，六腑屬陽，五臟六腑本相和諧交融，呈現網絡結構，凝結爲整體協調運作，關鍵在水火交媾而“化神”。即涵靜老人之（新境界）：「“電胎”（煉炁化神）之運轉，全憑電質、電精的驅轉輪迴，相互磨擦，自然交通，不急不緩，陰氣漸消，逐步化爲電胎。同時心意純一，靜極生動，煉神伏息，引得大空之炁，調濟親和，始能真水常升，真火常降，氣炁綱縈，循環升降，常濟於中。」（24）。

但照原圖所示（一）：火與水同在上面，如言：“火性炎上，返之使下，水性潤下，返之使上，一上一下，乃可臻至水火既濟的生命玄妙。”因同在一邊如何能一上一下既濟呢？（二）：水屬腎、火屬心，如圖（附圖四）所示水（腎）在

右上，而火（心）在左上，顯然與人體構造不同。道教所言：「……天地分太極，萬物分天地，人資天地真元一氣之中，以生成長養，觀乎人，則天地之體見矣。」（25）。說明從人體可以觀乎宇宙萬象，反之，從宇宙萬象也可以理解人體之結構。而火（心）的位置，依人的正面來看應在右而非左。人是一小宇宙，大空間是一大宇宙，大小宇宙應是契合的。（三）：依五行相生相剋之理，金生水、水生木、木生火、火生土；土生金；火（心）在上，水（腎）在下，一上一下，水火升降既濟，配乎木（肝）、土（脾）、金（肺）（附圖七）。則較合乎五臟六腑之序列。（四）：順則生人，從無到有，有其一定的演化過程；返則成仙，從無到有，從有到無，亦有其一定煉化的途徑。因此，以同一圖形來詮釋宇宙生命奧義，顯得有些牽強。此圖也有不順之處如改成（附圖八），是否（一）、（二）、（三）、（四）的問題都可合理解釋？

五、取坎填離 乃成聖胎

（五）第四圈：黃宗炎說：「又其上之中分黑白而相間雜之一圈，名為（取坎填離），乃成聖胎。」

這是說水火二氣交媾，而又不燥、不濕、溫養之至，引起質的變化，煉成“聖胎”，聖胎的形成，是經過長期“煉化”，“取坎填離”，水火既濟，心火、腎水不斷交流，達到中和之至的境界而產生的最終結果，（無極圖）中那黑白間雜的一圈，是有規則的，黑色代表陰，白色代表陽。左半部，二白中黑，為陽、陰、陽，乃離卦（☲）之象；右半部，二黑中白，為陰、陽、陰，乃坎卦（☵）之象。坎離二卦相合，表示坎離相交之形，亦水（腎）‘火（心）相濟之象。坎離二卦之中有一小白圈，即是所孕之“聖胎”。以上解釋純就第四圈“取坎填離”，是沒有問題的，但如放在“無極圖”的整體觀是有問題的。因為從第二圈之煉氣化神到第三圈之五氣朝元，五氣即精、神、魂、魄、意。此五氣化為一氣則是“一氣交融，萬氣全具，故名太極，即吾身未生之前之面目”。（26）因此，由煉氣化神經五炁氣朝元，進入煉神還虛階段，到達虛無結聖胎“三品一理”的境界。「其聚則有，其散則零，七竅相通，竅竅光明，聖日聖月，照耀金庭。」（27）豈還有坎離、黑白、陰陽之象之理。”陳搏（指玄篇）說：“邈無踪迹歸玄武，潛有機關結聖胎。”這裡所說的“聖胎”、“嬰兒”，都是神氣凝合的比喻。明伍冲虛《天仙正理直論》說：“胎即神氣耳，非真有嬰兒也，非有形有象也。蓋大丹之成，先以神入乎其氣，後氣來包乎神，如胎兒在胞中無呼吸而不能無呼吸，生滅之相尚在，出入之迹猶存，若胎孕之將產時，故比喻之曰懷胎、移胎、出胎。”

此圖之「取坎填離」而結聖胎，應是「煉神還虛」的階段，也就是「煉氣化神」之「元神」再精煉的過程，亦即涵靜老人所寫「新境界」炁胎（聖胎）：「蓋電胎與大空之炁相引而形，即起變化，此因大空之炁內中含有熱性與多陽電性，而本身所化電胎之內亦含熱性與電性，然此電性與多陽電性相比，即復便降而為陰質二性異引交相摩擦，由熱化沸，由沸化炁，即含鐳質。由此鐳質凝為多數小丸聚于丹田成為炁胎，亦曰聖胎。……一旦豁然貫通，即從泥丸冲舉而出，收縱在我，來去自如，道家則曰（陽神出胎），佛家則曰（明心見性），此乃真我（二我）之出現，亦即原來軀體氣炁孕育之化身，從煉神還虛、真火自焚，瓦解肉體，真我常存，此乃鐳之威力，亦為物質而返自然之妙用。」（28）

這個一炁交融的聖胎，也就是一個太極。所以此“取坎填離”圖應與第一圈之“○”，互換，即（附圖六）

六、煉虛合道 復歸無極

（六）第五圈：黃宗炎說：「有使復還于無始，而為最上一圈，名為「煉神還虛，復歸無極」，而功用至矣。蓋始于得竅、次於煉己、次于和合、次於得藥、終于脫胎求仙，真長生之秘訣也。」煉神還虛、煉虛合道、復歸無極，這是（無極圖）的最高境界。陳搏（指玄篇）說：“若得心空苦便無，有何生死有何拘，一朝脫下胎州袂，作個逍遙大丈夫。”（29）即四大歸空，脫離生死，得大解脫。丹經中常以“○”代表無極、代表虛空或無，即一切歸于太虛，一切融為圓明，一切復歸最終的本源。

不過，陳搏雖融合了佛、儒、道三教。但其主體思想仍是道教傳統的仙道。陳搏說：“渾渾淪淪，不知不識，童之體也；太虛無為，莫滯莫著者，童之用也；春風秋月，藹乎可親者，童之品也；純純穆穆，毫垢胥捐者，童之量也。……惟能保持童之相，乃能辦理欲關頭；惟其還此童之質，始得判仙凡界限。仙在心，心失養便非童；理寓玄，玄不悟難云童。”陳搏詩云：“童光晃朗似明蟾，云去云來體不纏，掃盡葛藤心自瑩，存胎胎就聖功圓。”（30）說明還虛境界的具體內容，就是還保童真之質，返老還童。有兩種含義，一是由破體修到童身之體。二是由本具之童體修起。由此可見，陳搏所追求的最高理想不是超脫人生的涅槃世界，而是道教固有的形神合一的“長生、永生、共生”境地。涵靜老人亦重視童身修道，但也隨時代的進步而改變觀念，即希望弟子們“先盡人道，再修天道”。曾言：“先前也有乾真、坤真”之規定，但都是自動上表申請不要婚配，願終身

爲道奉獻，……凡願做乾真、坤真的人，其志可嘉，志向真了不起，只要努力用功必然可以修成，……（修真）是不能有絲毫勉強的，因爲不悟透修煉的真義，這一關就過不了。”（31）

（無極圖）的根本思想淵源是老、莊的宇宙觀和人生哲學。《老子•道生一章》說：“道生一，一生二，二生三，三生萬物。”提出了一個宇宙生命程序，即道教中人所說的“順則生人、生物”。陳搏把《老子》這一學說具體地運用到（無極圖）中，所謂煉精化氣，合三爲二；煉炁化神，合二爲一；煉神還虛，一歸無極，構成了一個鍛煉返本還虛的系統，其程序剛好與《老子》相反，這就是所說的“返則成仙、成佛”。這種鍛煉返本還虛之論，主要根據《老子》歸根復命的哲學原理。

陳搏丹法思想中強調「靜寂」。他說：“此事本極平淡，極簡單，而世人往往不能者，總壞於一點塵機，即是太極中的一點動性。動而生陽，靜而生陰。生陰之靜，非真靜也，是動中舒緩處耳，亦動也。是以生生不息，變化萬殊。萬殊既成，吉凶出焉。聖人作《易》，所以指吉凶，推變化。要之必以守貞爲主。故《易》者，戒動之書也。”（32）這種無欲主靜的觀念亦來自《老子》。

陳搏老祖認爲修道應是“平淡、簡單”的，這些與涵靜老人對“昊天心法”的修持觀點是相通的。涵靜老人說：“……這是何等自然，何等輕鬆的修煉方法，只是天下事愈平淡、無奇，大家反而不重視，忽略了其中的重要性，……上帝的宇宙大道昊天心法急頓法門，即是如此簡而易行，但是也因爲如此簡易，人的惰性就來了。……”（33）。

陳搏老祖的“總壞於一點塵機，即是太極中的一點動性”。此“塵機”應是世俗塵緣，就是修道者所謂的“業障”；而“動性”則是俗念慾望。但涵靜老人卻有如下之提示：「天帝教要同奮們（一面盡人道，一面修天道），就是要使大家在現代工業社會裏還能修道，還懂得養生之道，以養生而保命；事實上，帝教五門基本功課已包含了（養生保命）在內。只是宗教上談養生，還有（先天業緣因果關係）在其中，會阻礙你不能去養生保命，只要靜坐班同奮天天做五門功課，自然可以解開（先天業緣因果關係），其中許多奧妙，只有不斷奮鬥的同奮才能體會。（34）

《老子•致虛極章》說：“致虛極，守靜篤，萬物並作，吾以觀其復。夫物芸芸，各歸其根。歸根曰靜，靜曰命”認爲靜是動的主宰，是考察事物全部真象的先決條件，是侯王聖人用以自守，安定天下的至德要理（“不欲以靜，天下將自

定”)。後來的方士們把《老子》“不欲以靜”的觀念用到個人的養生方面，也靜成了他們的“長生久視之術”。陳搏內丹理論中，更把“無爲清靜”作爲內丹修煉的必由之途。

陳搏的人生哲學方面深受莊子「虛無主義」的影響。陳搏理想中的仙人，實際上就是莊子所稱的真人、至人。「無極圖」中「還虛」，即脫胎於莊子的「心齋」。(無極圖)中，還突出了一個變化的觀點。煉精化氣，煉炁化神的“化”，即是一個逐漸變化的過程。煉精化氣，不管“陰精、元精”都是液體，經過真水、真火之交媾、化煉，就變成氣體，如不能精進，就會返回液體，因此，是量變的階段，量變達到極限，繼而爲煉炁化神，遂轉化爲質變，接著是煉神還虛，還虛的“還”。就是指經過修煉後的精氣神發生了本質的變化，而成爲大丹。陳搏說：“夫道化少，少化老，老化病，病化死，死化神。神化物，氣化生靈，精化成形，神氣精三化，煉成真仙。”(35)。的理論。

此陳搏對「化」的論點與涵靜老人的「煉」、「化」觀念，非常契合。涵靜老人說：“……多去一分陰氣，則可多生一分陽氣，才能起“化”的作用；把「精」提煉上來，化煉成氣。……”。道家「虛極靜篤」的說法，也就是在打坐時要靜到極點，才能進入「化」境。““雖然一提「煉」字就落入「後天」，而違反自然，但本教煉神還虛之「煉」，仍秉持「自然無爲」之宇宙最奧妙之修持法則”。(36)

這種氣化論，涵靜老人更加以發揚、廣泛詮釋，並認爲人體原本就是一個實驗室。靜坐鍛煉具有「生化學」的功能，生理上自己化，靜坐身體就昇華了，氣化了，氣機發動就是化的作用，我們身體就是實驗室，身體內部的器官就是實驗室裡的機器，上帝賜給人類這一部機器，就看我們自己如何去運化了。(37)

綜觀“無極圖”全圖，由玄牝之門產生的無形無象、無聲無色的“祖氣”開始，經過“煉精化氣、煉炁化神”，進而達到“五炁朝元”，這是修煉過程中從“無”到“有”的過程；然後，由“五氣朝元”，進一步“取坎填離”、“水火相濟”，而結“聖胎”，再精進以至“煉神還虛、復歸無極”，這是修煉過程中從“有”到“無”的過程。整個氣化步驟可以概括爲“無→有→無”的往返過程，故圖名爲“無極圖”，從無化有，由有化無。因此，完整的煉丹修真無極圖應爲(附圖九)所示。

第四章 上品丹法 清靜自然

陳搏用「無極圖」來解釋、表示道教內丹的修煉方術，拋棄了傳統丹道家所慣用的鼎、爐；鉛、汞；龍、虎。金烏、玉兔；嬰兒、姹女；金公、木母……等，一般人難以理解的陰陽五行及黃、白術燒煉的專用名詞，也不講守竅、導引、吐納、運氣、調息……等，只用簡單的幾個圖形表現，且上下都用一“○”顯示無極而虛無，與大宇宙融合為一之義涵，也說明內丹修煉由有為到無為，即自然無為。人法地、地法天、天法道、道法自然，由此邏輯，人與自然是合一的，人即自然，自然即人，涵靜老人說：「自然」是宇宙間的根本大法。順則生人，從無極到坎離陰陽的圓融，到五氣朝元、五行相生，而產生萬物的生化。（周易繫辭下）：天地氤氳，萬物化醇，男女構精，萬物化生，這樣才會生生化化，合乎「聖度」（最完美、最好的狀態）。反之，從煉精化氣、煉炁化神、煉神還虛、煉虛合道，而終於無極（自然）。（上陽子金丹大藥卷之四）有云：是皆不外神氣精三物，是以三物相感，順則成人，逆則成仙。何謂順？一生二、二生三、三生萬物，故虛化神，神化氣，氣化精、精化形，形乃成人。何謂逆？萬物含三、三歸二、二歸一，知此道者，怡神守形，養形煉精、積精化氣、煉炁合神、煉神還虛，金丹乃成。

涵靜老人說：「昊天虛無大道」，是人從虛無中來，仍回虛無中去，而「自然無為大法」是依自然法則而修煉，不聚氣而氣自聚，不勞神而神還虛，經過一靈常照，萬念皆空，而達超神入化，形神俱妙的境界。實為宇宙間無上上品修道丹法，看來下手很難，似無邊際，又沒落腳點，實則只要把功夫做將去，自然體會到虛中有實，無中有真。（38）

涵靜老人的昊天心法是“直修”的自然無為心法。直修即是直接從（煉神還虛）下手，超越了煉精化氣、煉炁化神兩個階段，而且是不守竅、不調息運氣，依自然律的法則，修持時不假絲毫人為的意念與力量，不聚氣而氣自聚，不勞神而神還虛，至簡至易，只要功夫到了，確有“萬竅齊開”之妙用。所以涵靜老人很自信的認為“昊天心法”實為宇宙間無上上品修道丹法。此與內丹學中有所謂最上乘丹法，即是直接「煉神還虛」的驗證，《修真辨惑論》論上品丹法云：“以身為鉛，以心為汞，以定為水，以慧為火，在片餉之間可以凝結，十月成胎，此乃上品煉丹之法。……上品丹法以精神、魂魄為藥材，以行住坐臥為火候，以清靜自然為運用。”（39）

這裡雖還有“水火”“藥材”“火候”等丹法術語，但已賦予了完全不同的

內容，完全以精神性的休養詮釋，並引用佛家定慧之說，可見是已超越了具體的命功修煉範疇，進入以清靜自然的性功爲主的覺悟層面，故可與宇宙大道相通也。又《中和集》論最上乘丹法云：“夫最上乘，無上至真之妙道也。以太虛爲鼎，太極爲爐，清靜爲丹基，無爲爲丹母，性命爲鉛汞，定慧爲水火，窒欲懲忿爲水火交，性情合一爲金木並，洗心滌慮爲沐浴，存誠定意爲固濟，戒定慧爲三要，中爲玄關，明心爲應驗，見性爲凝結，三元混一爲聖胎，性命打成一片爲丹成，身外有身爲脫胎，打破虛空爲了當。此最上乘之道，志士可以行之。功滿德隆，直超圓頓，行神俱妙，與道合真。”（40）

由此可知，所謂的最上上品丹法，是不在肉體上用功夫，突破了一己小我之肉體而直接與太虛合其神，與宇宙合其體，超越具體的以精氣修煉爲特徵的命功，而直趨無爲性功的鍛煉，以最後一步「還虛」之功，含掇內丹學全部修煉功夫。

陳搏說：「我向年入道，並未曾究心於升降水火之法，不過持定（心印經）（存無守有）四字，有無兩字，包括陰陽兩個字……。」此“心印經”即“玉皇心印妙經”，其中“存無守有”即心印經之“存無守有，頃刻而成……”，「持定」應是一般所謂持誦經典，這裡是說持誦「玉皇心印妙經」，此與雲龍至聖持誦「玉皇心印妙經」百萬遍而悟道，有其心法上的冥心契合。而“並未曾究心於升降水火之法”，即從來不去研究、探討心火、腎水之循環、調和相濟之問題，順其自然規律行走，不予理會。此即“修持時不用絲毫人爲的力量與意念，全在修一己真陽之炁，以接天地真陽之炁，就是配合昊天心法特有的默運（祖炁），一經調和，聽其自然運化”（41）所以陳搏老祖的修持心法，也是“自然無爲”的。與涵靜老人的昊天心法自有其淵源。

昊天心法是依“自然法則”而修煉，就是靜坐修持時，「經常保持“將睡未睡，似覺不覺”全身放鬆的心理與生理狀態，昊天靈陽真炁與後天氣在體內聽其“自然運化”。從渾沌中立根基，從狂風大浪中，海闊天空中，無邊無際中紮基礎。」

“將睡未睡，似覺不覺”就是突破存在“時間”的局限；“聽其自然運化”就是超越人體“空間”的限制。時間、空間是有限的，而道是無限的，自然宇宙也是無限的。靜坐當下：將睡未睡，似覺不覺；渾渾噩噩，杳杳冥冥；虛極靜篤；……之性靈意識狀態，已契合冥一於自然宇宙，人在宇宙中，宇宙在人中，突破了（肉體）空間。老子說：「何謂貴大患若身？吾所以有大患者，爲吾有身，及吾無身，

吾有何患？」(42) 此身即是空間，心理上受到此小我空間之限制，就有患了，如不在肉體上下功夫，忘我、無我，心理上直接將意念放於大空間、大宇宙中(涵靜老人語)。則雖有此身何患之有？陳搏在《易注》：「……非是私意，乃陰陽運動、血氣流行，其所施為，皆自然之理也。」；「……果得悟焉，則辭外見意，而縱橫妙用，惟吾所欲，是為“活法”也。故曰：學《易》者，當於羲皇心地中馳騁，無於周孔言語下拘攣。」(43) 陳搏認為陰陽運動、血氣流行，都是自然律、依宇宙真理而行，這就是自然法則。而修道要用“活法”，活潑天真，純真樸實，不要刻板、因循苟且，才能悟道開智。而“於羲皇心地中馳騁，無於周孔言語下拘攣”。是說明凡事不可局限於前人所設的框框之內，即思維觀念要無限擴大到與無限虛無自然的「道」合一，方能創新與超越現實，現實就是時間與空間的有限領域。靜坐之對時間，不問長短，剎那即永恆。動極則靜，靜極則止，止者，時間之停頓也，此時性靈與時間產生共振效應，就超越了時間的流逝。因此，昊天心法之自然無為，也就是每於靜坐煉化的當下與“道”親和融合也。人如能突破、超越時間與空間，則能常存宇宙中。順應著自然法則生活與修行，這就是 上帝的宇宙大道。因此涵靜老人的昊天心法與陳搏的內丹學理念是一致的。

結 論

涵靜老人說：「對外講（中國正宗靜坐），事實上這（正宗）即是昊天金闕傳下來的，……」；「……帝教正宗靜坐以（正宗）為名，乃是由於此一心法為 上帝的正統一脈相承，而以（法華上乘）為專有名稱。」；「……，主要關鍵是在帝教特有的（默運祖炁），接引教主一天帝的靈陽真炁。」(44)

所謂的「法華上乘正宗靜坐（昊天心法）」是 上帝的一脈相承，有兩種解釋。一是宗教自有其特殊方式與無形溝通（天帝教是用天人交通方式）。二是道法隨著天命的傳承。道法自然，自然是宇宙的根本大法，循著自然的法則去做，人心默契天心，天心體恤人心，即是「自然無為心法。」因此，一般上追溯到軒轅黃帝，以至於伏羲老皇，而下傳關尹子、麻衣道人、陳搏、火龍真人、張三豐……。為什麼說昊天心法的丹道淵源，要從陳搏談起，因為陳搏與涵靜老人所身處的時代環境與世道功業有雷同之處。

陳搏出生於唐末亂世，王仙芝、黃巢起兵作亂，社會危難之秋，歷經五代十國，政權急劇更替，猶如走馬燈。這是一個以武力稱霸的時期、神州板蕩，人民塗炭，社會希望安定，但卻更加動亂；人民希望統一，但分裂更甚。近看涵靜老

人歷經的時代背景，清末腐敗政府遭受多次國際欺壓。廿世紀初又經過兩次世界大戰，及八年抗戰，大陸變色，好不容易世界人類休養生息二、三十年，卻在這期間東、西方主要國家卻在默默加速發展核子武器。於七十年代雙方對立衝突，一觸即發，核子武器的戰爭將使人類遭遇毀滅性的傷亡，這個時候涵靜老人臨危受命，復興先天天帝教，負起救劫，渡化世道人心的天命。

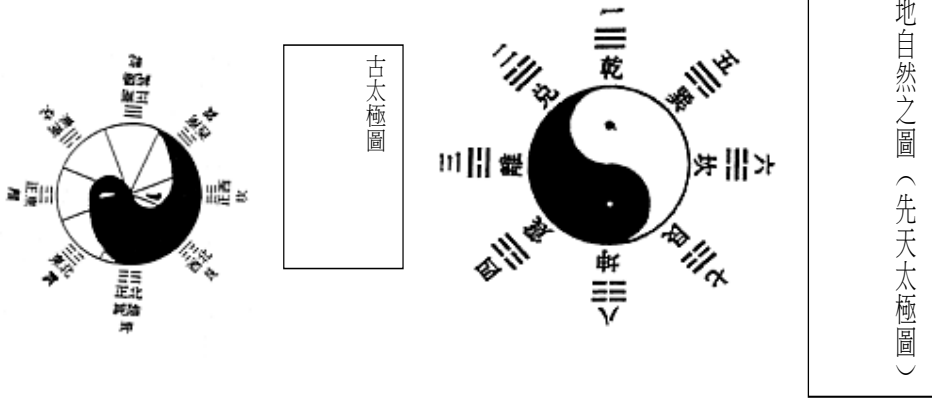
涵靜老人與陳搏前後都在華山潛隱苦修，默契道體，證悟至道，窮宇宙之變化，探羽化之秘旨，時與高人往還。在政治方面，涵靜老人關心政治，而不干涉政治；化延核戰毀滅浩劫，拯救天下蒼生。陳搏是勉為帝師，汲取經邦濟世的社會政治思想；在社會方面，涵靜老人是以“廿字真言”渡化世道人心，以求道德重整，精神重建。陳搏則繼承其革政鼎新的社會變革理想，弘揚其立人之道曰仁與義的人道原則，作為調協人際關係的指針。在天道方面：涵靜老人則以“昊天心法”教導世人養生保命，並以之為返本還原的回天之路，而陳搏則以“無極圖”丹法的“還虛”境界，以達形神和諧的精神領域。因此，涵靜老人與陳搏老祖無論在天道、人道、政治、社會，都是一貫相通而一脈承傳。

當然本文尚有很多不足與有待改進之處，如涵靜老人昊天心法之“無形金丹（封靈）”未曾談到，而陳搏的“易龍圖序”與“先天圖”，因限於篇幅，無法論述，另外對於“無極圖”的一些個人研究心得，敬請批評指正。

- (1) 訪道語錄
- (2) 天人合一研究（上）
- (3) 天人合一研究（上）
- (4) 新境界·第三神論
- (5) 道德經第四十章
- (6) 道德經第十六章
- (7) 宇宙應元妙法至寶
- (8) 玉詮卷五·陳搏語
- (9) 道德經第六章
- (10) 道德經淺釋·金獅國著
- (11) 真本易筋洗髓經合編
- (12) 宇宙應元妙法至寶
- (13) 宇宙應元妙法至寶
- (14) 陳希夷·胎息訣
- (15) 胡孚琛·道學通論
- (16) 玉詮卷五·引陳搏語
- (17) 性命圭旨·利集
- (18) 元翕琰·周易參同契發揮
- (19) 宇宙應元妙法至寶
- (20) 宇宙應元妙法至寶
- (21) 宇宙應元妙法至寶
- (22) 宇宙應元妙法至寶
- (23) 元翕琰·周易參同契發揮引
- (24) 新境界
- (25) 上方大洞真元妙經圖·太極先天圖
- (26) 玉詮卷五·引陳搏語
- (27) 玉皇心印妙經
- (28) 新境界·第五章第四節精神之鍛鍊（四）
- (29) 性命圭旨·享集引
- (30) 玉詮卷五·引陳搏語
- (31) 宇宙應元妙法至寶
- (32) 玉詮卷五·引陳搏語
- (33) 宇宙應元妙法至寶

- (34) 宇宙應元妙法至寶
- (35) 陳希夷·胎息訣
- (36) 宇宙應元妙法至寶
- (37) 正宗靜坐講述
- (38) 宇宙應元妙法至寶
- (39) 道藏輯要
- (40) 東方修道文庫·天元丹法
- (41) 宇宙應元妙法至寶
- (42) 宇宙應元妙法至寶
- (43) 道德經第十三章
- (44) 宇宙應元妙法至寶

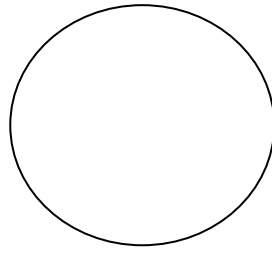
附圖二



無極圖

附圖四

復歸無極



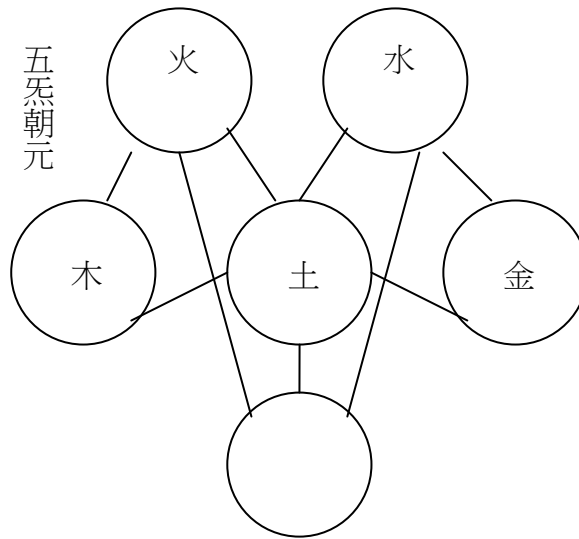
煉神還虛

填離

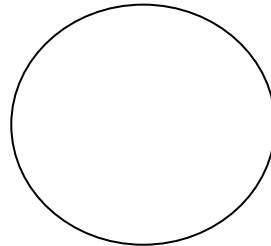


取坎

五炁朝元

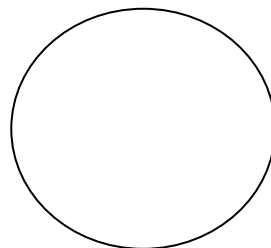


煉炁化神



煉精化氣

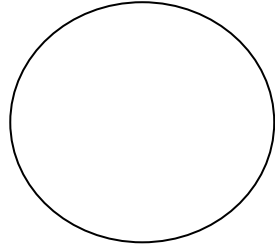
玄牝之門



無極圖

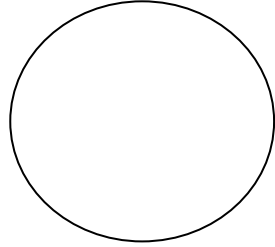
附圖六

復歸無極



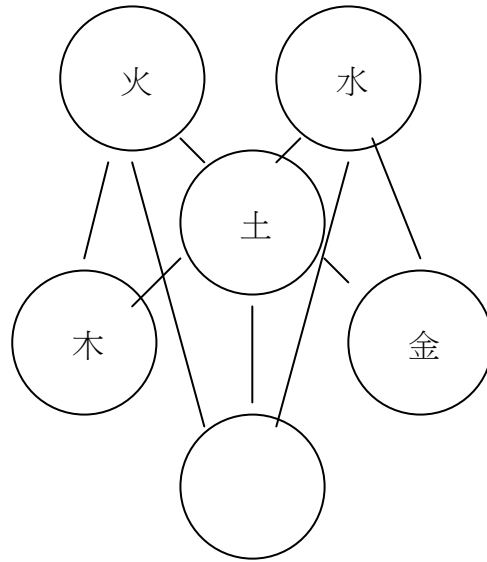
煉神還虛

煉炁化神



煉精化氣

五炁朝元

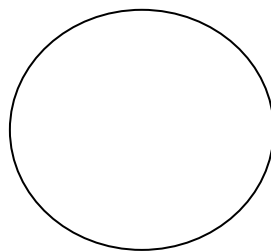


填離

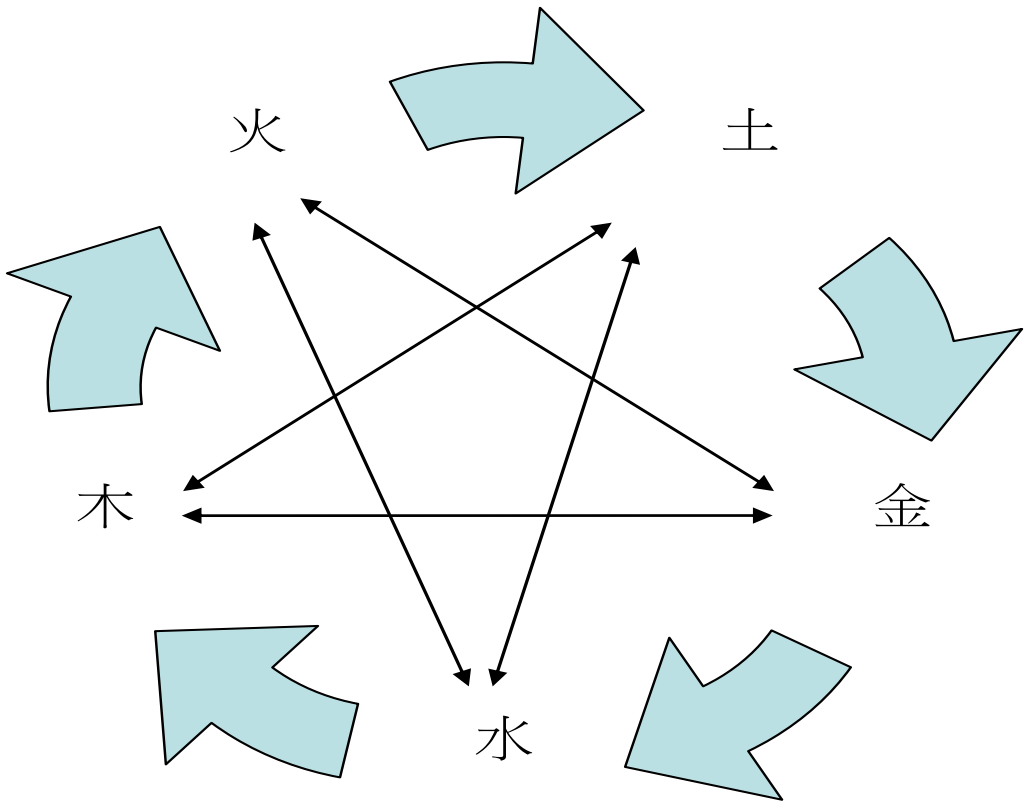


取坎

玄牝之門



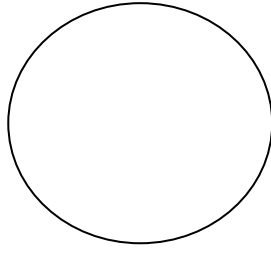
附圖七
五行相生相克合一圖



無極圖

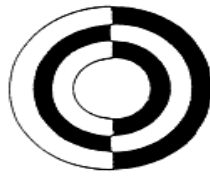
附圖八

復歸無極

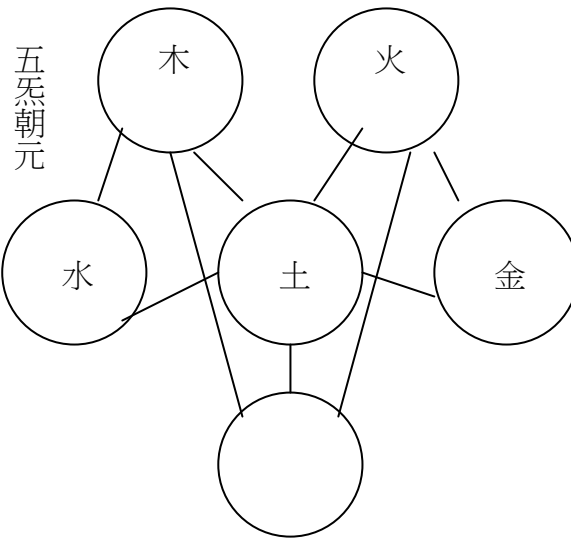


煉神還虛

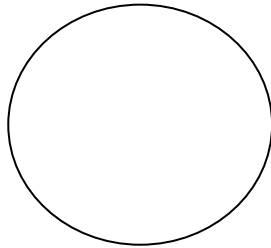
填離



取坎



煉炁化神



煉精化氣

玄牝之門

