

從外丹、內丹之理論實踐與證驗文化淺論 無形金丹

呂賢龍(光證)

天人研究總院秘書室主任

摘要

不論對外稱「中國正宗靜坐」或對內稱「帝教法華上乘直修昊天虛無大道自然無為心法」，若以「丹」的角度考察，則本教所謂的「無形金丹」直接聯繫了中國歷史上淵遠流長的「外丹」、「內丹」道脈，尤其對照研究後發現，三者之間有著千絲萬縷的複雜關係，這些複雜關係主要體現在宇宙觀與人生觀當中，本文將從「天人同構之順與逆」、「爐鼎、藥物、火候」分別探討外丹、內丹、無形金丹在宇宙觀、人生觀方面的理論與實踐，並且基於「援道入術」「道術合一」的丹道特徵，以及天人實學「崇實務本」的一貫理念，參考外丹、內丹之「證驗文化」，對無形金丹之證驗方法提出建議。

本文在教務繁忙之際匆促完成，引證不夠詳細，論述亦未嚴謹，尚祈各方學人、同奮予以賜教，同時關於天人炁功系列之「靈丹妙藥、表丹、布丹」均未予討論，冀望未來有志者共同研究。

從外丹、內丹之理論實踐與證驗文化淺論

無形金丹

呂賢龍(光證)

一、前言—證驗之需要與基礎

從先秦時代對不死藥的追尋，到漢唐茁興的外丹文化，一變為唐末五代以降蔚為主流的內丹修煉，筆者考察其中流緒演變，在第五屆天人實學研討會提出一個觀點¹，認為在當今廿一世紀人類科技文明即將進入四度空間的轉捩點，無形金丹將有可能成為金丹道脈第四階段的主流。

本文研究動機肇始於無形金丹之證驗需求，由於這法門在世上已廣傳廿六年餘，有緣習得的人數不下一萬，在丹道歷史上如此廣開門戶的前例可說絕無僅有，究竟這法門的實際效驗如何？本師在民國八十一年曾指示應該要「自修自證」，自己證驗自己的工夫究竟做到哪裡；另一方面，由於本教靜坐班系列的定位、課程極需全盤檢討，希望明確訂定各級班別的靜坐標準，這也牽涉到「證驗」問題。

「證驗」是天人實學之所以為「實」而非「虛」的必要條件，若從天人實學四大領域—天人文化、合一、親和、炁功作檢討，「證驗」有「科學性實驗」與「宗教性檢驗」兩種，前者在教內已有初步發展，歷屆研討會也發表不少此類研究成果，然而「宗教性檢驗」目前只有天人親和領域的「天人交通」發展出檢驗的程序與標準²，並以此維繫天人交通管道的可信度。就此而論，天人合一領域開始研議靜坐功夫之「宗教性檢驗」，已不僅是個人自修自證或團體辦班之需求而已，更是天人實學之旨趣所在。

「證驗」必然要根據其理論基礎與生命實踐，不同的理論基礎與生命實踐發展的證驗文化也有不同，尤其本教靜坐修煉的指標—無形金丹看不到、摸不著，涵蓋形而下肉身與形而上靈體之交互作用，影響因素甚為複雜，然而無形金丹既有淵源於外丹、內丹長期發展的道脈血肉，那麼考察外丹、內丹之理論基礎、生命實踐與證驗文化，梳理釐清，必然有助無形金丹「證驗」方式之建立。

¹ 〈宇宙應元妙法至寶整體分析〉一文，呂光證撰，民國九十六年一月第五屆天人實學研討會發表。

² 天人交通的目的在於傳遞天上訊息，檢驗的方式是由正式侍生先接下訊息，送首席核批後，於檢驗時送呈光殿，再由受測練習生接傳，將結果與原訊息對照，即知檢驗成果。這是首任首席使者時代即建立的檢驗方式，分三階段進行訓練、檢驗，統由天人親和院負責。

本文將從「天人同構之順與逆」、「爐鼎、藥物、火候」分別探討外丹、內丹、無形金丹的理論基礎、生命實踐，最後再就外丹、內丹之「證驗文化」，提出對無形金丹證驗方法之建議。

二、宇宙形上論—天人同構之「順」與「逆」

如果以現代科學的唯物思維觀察外丹與內丹，那麼外丹充其量只是一門原始的、嘗試錯誤的化學技術，內丹則是一種養生方法而已。的確，現代學者評論丹道文化價值時，多著墨在外丹對中國早期科學及其後來對歐洲的影響，而內丹之養生保命及心性論述，則是被認為信而有徵，可以對現代人有所助益。至於兩者共同追尋的仙道思想，大半被認為迷信或是古人的幻想寄託而已。

若以哲學角度觀察外丹與內丹的仙道思想，其實都屬於形而上之宇宙論，而丹道之所以不同於原始科學或一般養生保健，正在於其所源出、所追求的俱為宇宙之境界，在道家而言即是「道」。老子論道，曾說：「道生一，一生二，二生三，三生萬物。」這段講的是宇宙演化之順行生成觀，「致虛極，守靜篤，萬物並作，吾以觀其復。夫物云云，各復歸其根，歸根曰靜，是謂復命。」描述的是宇宙演化之逆返歸道觀。然而「道如何生一，一如何生二，二如何生三」以及如何「致虛極，守靜篤」以求歸根復命，老子只提出了抽象的原則性思維，正是外丹與內丹以其獨特的理論、方法，將老子抽象性概念化為具體的生命實踐。

外丹與內丹共同的基礎是天人同構，皆認為整個大宇宙的運行演化，都可以在一個比較小的範圍內經由人為意識的模仿，使之暗合呼應，所不同的是外丹在爐鼎中模仿宇宙，內丹則在人身中模仿宇宙，正因這個基本差別，外丹文化表現出參與天地造化之順行特徵，而內丹文化最鮮明的色彩卻是我命由我造的逆行主張。

（一）外丹顯「順」—「鼎室中自是一天地」

唐朝是外丹鼎盛之朝代，其中有一派「自然還丹」³之說最能反映出外丹彰顯宇宙順行之道的特徵，自然還丹認為天地之精華在日月天火照耀之下，經歷四千三百二十年自然可結為金丹，惟有上界仙人才能服用，下界凡人只能運用燧人氏發明之火，在爐鼎中模仿天地自然還丹之過程，煉出金丹。《丹論訣旨心鑒》：「有上仙自然之還丹，生太陽背陰向陽之山。丹砂皆生南方，不生北方之地。自然還丹是流汞抱金公而孕也。有丹砂處皆有鉛及銀。四千三百二十年丹成。」

³ 有關此派觀點見諸《正統道藏》松峽《丹論訣旨心鑒》、蘭峽《通幽訣》，參考金正耀著《道教與煉丹術論》，宗教文化出版社 2004 年 5 月版。

換言之，金丹是天地運行自然孕結的產物，其過程分成四階段：⁴

1、在天符照耀下精化為丹砂，需時一千零八十年。《通幽訣》：「精化為砂，色稟南方丙丁火，外陽而內陰，主男，日之陽魂。日月之華氣照耀天地，太陽、太陰沖和之氣交騰受氣一千八十年，結精氣丹砂。」。

2、第二階段在天符照耀下，精氣丹砂變為朱砂，需時一千零八十年。《通幽訣》：「天符照耀又一千八十年，成丹砂，名朱砂也。陽中陰，曰太陽朱雀石，主水，元和之氣未足。」

3、第三階段在天符照耀下，朱砂化為天然還丹，需時一千零八十年。《通幽訣》：「天符運動照耀丹砂，養育又一千八十年，天火化為太陽造化，陽氣受足。陰氣衰，陽氣盛…名曰天鉛之精，黃芽之祖，是日月之華氣化為天然還丹。」

4、第四階段在天符照耀下，天然還丹變為天鉛自然還丹，需時一千零八十年。《通幽訣》：「天符又照耀一千八十年，合四千三百二十年，元氣足，…成天鉛自然還丹。」

《通幽訣》指出這種自然還丹是天地間之造化，經由日月運行自然結成金丹，「金丹是日月運動自然成丹。因燧人改火，后聖用之，同于天火造化。」⁵人類無緣服食此種天火燒煉的上界金丹，於是改用燧人氏發明之火，並製造爐鼎以模擬天地造化，其效力同於天符照耀，此稱為「盜」—盜天地造化之機，意指發現天地造化的原理，取而用之，另外尚有「奪」—奪天地造化之利，意指爐鼎一年之火候可等於天地四千三百二十年之火候。「后聖用火喻爻象，月計三百六十時，年計氣候四千三百二十時，合四千三百二十年。氣候喻合天符，自然還丹。」⁶這裡是採用《周易參同契》之說，一日有十二時辰，一月計三百六十時辰，一年計四千三百二十時辰，可奪天地四千三百二十年之造化之利。

既然爐鼎有盜、奪之機與利，爐鼎的形狀、尺寸當然與天地造化有關，非只是玩弄工匠技藝而已，在這裡可以清楚看到「天人同構」的觀念使得爐鼎從形而下的器具聯繫了形而上的宇宙觀。《九轉靈砂大丹資聖玄經》：⁷

「鼎有三足以應三才，上下二合以象二儀，足高四寸以應四時，爐深八寸以配八節，下開八門以通八風，炭分二十四斤以生二十四氣，陰陽顛倒，水火交爭，上水應天之清氣，下火取地之濁氣…。」

三才、二儀、四時、八節、八風、二十四氣等，都是古代形容天地節氣變化的術語，可見爐鼎被視為一個縮小的宇宙。

⁴ 同上註3。

⁵ 同上註3。

⁶ 同上註3。

⁷ 《正統道藏》清帙《九轉靈砂大丹資聖玄經》

除了火候、爐鼎外，藥物是另一重要指標。早期一些煉丹用藥，多對應天上星宿，認為是其精氣所結，故煉之能使人成仙，比如漢代流傳下來的五石丹方，所謂「五石者，五星之精也。丹砂，太陽熒惑之精。磁石，太陰辰星之精。曾青，少陽歲星之精。雄黃，后土鎮星之精。礬石，少陰太白之精。」⁸又《太清金液神氣經》所記載用藥「凡二十八物，象二十八宿星之靈符也。」⁹《九轉流珠神仙九丹經》用地黃等七物「上應北辰七星，日月、五行俱在此中矣。」¹⁰

雖然自漢朝以降，外丹家如葛弘也主張要配合行氣、守一、辟穀等養生方法，以輔助煉丹之效，唐末五代內丹興起至外丹內丹交替參證之時，也有外丹家假借內丹觀念用在爐鼎鍛燒，但是從大方向看，外丹家所關注的焦點側重在爐鼎裡面藥物、火候如何對應天地的變化，以仿效自然還丹，至於金丹入口後在身體的作用很少提及，通常以白日飛昇、返老還童等概括性說法帶過，惟《周易參同契》有一段比較詳細的說明：¹¹

「金砂入五內，霧散若風雨。薰蒸達四肢，顏色悅澤好。髮白皆變黑，齒落生舊所。老翁復丁壯，耆嫗成媿女。改形免世厄，號之曰真人。」

前四句著重在身體內在的反應，後四句旨在描述外在形貌的改變，這些反應與改變都被視為自然還丹的結果。

（二）內丹顯「逆」—我命我造，逆行成仙

嚴格論之，內丹之有別於外丹而凸顯了順與逆的區別，主張「順行生人，逆行成仙」，此種哲學思想與修持功夫之轉折並非一夕間產生，而是經過一個漫長演變的過程。

影響內丹衍流極大的鍾離權、呂洞賓在這一問題上仍秉持外丹思緒，著重在「順」，《鍾呂傳道集》第一論真仙，談到仙有五等，依次為鬼仙、人仙、地仙、神仙、天仙，而人「念以生死事大，敢望開陳不病不死之理」走上修仙之道，雖屬「果然由我不由天」之自修自創，然而前提仍是「我命從來本自然」之順應思想。是以《鍾呂傳道集》提出成仙之道，從第二章論大道起，以迄論天地、論日月、論四時、論五行諸章，皆在陳述天地運化之機制，以為後續「人如何順天修仙」而鋪路。

老子說：「天長地久，天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。」鍾呂則對天地之所以長久有不同的解釋：¹²

⁸ 《正統道藏》興軼《太清石壁記》卷上

⁹ 《正統道藏》興軼

¹⁰ 《正統道藏》之軼

¹¹ 《周易參同契》〈巨勝尚延年章第三十二〉，劉國樑注釋本，三民書局出版。

¹² 《靈寶畢法注釋·匹配陰陽》，沈志剛注釋，中國社會科學出版社。

「天得乾道而積氣以覆于下，地得坤道而托質以載于上。覆載之間，上下相去八萬四千里，氣質不能相交。天以乾索坤而還于地中，其陽負陰而上升，地以坤索乾而還于天中，其陰抱陽而下降。一升一降運于道，所以天地長久。」

天地分隔八萬四千里，天屬陽地屬陰，陰陽若不相交，則天地不相往來，生機必將滅絕，天地要如何往來？天之陽負陰而上升，地之陰抱陽而下降，故天地之間即因陰陽二氣相索而循環不已，這是天長地久的道理。人體內也有這種同構的功能，鍾呂說：¹³

「人之心也腎也，其相去八寸有四分，陰陽升降與天地同，氣液相生與日月同。然天地也，日月也，年之後有年焉，月之後有月焉。人也不究交合之時，損不知補，益不知收，陰交而不知養陽，陽交而不知煉陰。月無損益，日無行持，而吾之年之月則有限矣！」

鍾呂認為人是一個小宇宙，可以與天地相匹配，人之心比天，人之腎比地，然而天地之壽無限，人壽卻為何有限呢？主要是因為人「不究交合之時，損不知補，益不知收，陰交而不知養陽，陽交而不知煉陰。」因此人只要學習天地交合損益之道，自能不病不死，長生久視矣。

這種天人同構的形而上觀念與外丹以爐鼎象天地保持著相當程度的一致性，仍以自然順生之道為成仙之不二途徑，但是到了譚峭的《化書》則有了微妙變化：「道之委也，虛化神，神化氣，氣化形，形生而萬物所以塞也。道之用也，形化氣，氣化神，神化虛，虛明而萬物所以通也。」¹⁴整理如下：

道之委：虛→神→氣→形 形生而萬物所以塞

道之用：形→氣→神→虛 虛明而萬物所以通

顯然譚峭以形、氣、神、虛四個觀念建立了一套模擬老子之順生與反復的系統，但他並非採用順、逆的觀念來解釋，而是以委、用二字形容，然無可置疑的，譚峭的確為後世「順行生人，逆行成仙」開拓了先驅。譚峭又謂：「是以古人窮通塞之端，得造化之源，忘形以養氣，忘氣以養神，忘神以養虛。虛實相通，是謂大同。」¹⁵這段逆行之工夫論與陳搏的無極圖極其相似，事實上陳搏隱居華山，譚峭隱居終南山，二人互為師友，這種相似性是有地緣脈絡可循。黃宗炎解說陳搏的無極圖，指出：¹⁶

「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

¹³ 《道樞·傳道上篇》或《鍾呂傳道集注釋·論四時》，沈志剛注釋，中國社會科學出版社。這部份觀點請參考張廣保著《唐宋內丹道教》。

¹⁴ 《化書·道化》

¹⁵ 同上註。

¹⁶ 《中國道教史》第七章，卿希泰主編，中華道統出版社。

下…，水性潤下，逆之使上…。其最下圈名為『玄牝』，…稍上一圈名為『煉精化氣，煉氣化神』，…中層左木火、右金水、中土相連絡之一圈，名為『五氣朝元』，…又其上…之一圈名為『取坎填離』，乃成聖胎。又使復還于無始，而為最上一圈，名為『煉神還虛，復歸無極』，而功用至矣。」

朱彝尊在《太極圖授受考》也有一樣的描述。若按照黃、朱二人的解釋，則陳搏採用「精、氣、神、虛」並以「煉」「化」二字建立了一套宋元以後內丹修煉的主流體系，即是一般所謂的三部曲：「煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛。」而且此圖一開始就強調「自下而上」「逆則成丹」，這已與譚峭的道之用有明顯的區別了。

元代陳致虛在這基礎上重新以精、氣、神詮釋老子的「道生一，一生二，二生三，三生萬物」中之「一、二、三」實義，並提出完整的順逆觀：¹⁷

「是皆不外神氣精三物，是以三物相感，順則成人，逆則生丹。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，煉氣合神，煉神還虛，金丹乃成。」

《性命圭旨》也指出：「道生一，一生二，二生三，三生萬物，此所謂順去生人生物。今則形化精，精化炁，氣化神，神化虛，此所謂逆來成仙成佛。」

順逆觀表現在人身上與「顛倒」有直接聯繫，所謂「顛倒」是指將本來順生的事物打破原來的的位置關係，以人為方式將之重新安置，使得生命獲得新的變化。陳致虛說道：¹⁸

「聖人以離坎顛倒而用之，謂之水上火下；以乾坤顛倒用之，謂之地上於天；以夫妻顛倒而用之，謂之男下女上。浮沉者，火炎木浮而在上為主，水降金沉也，此謂順五行也。今焉木火難浮，使之就下而反為賓，金水雖沉，使之逆上而反為主，此之謂仙道也。是出世間法也。是謂水火既濟也，是謂五行顛倒也。」

腎精為水，水性下沉，卻要使其蒸發於上，心神為火，火性炎上，卻要使其薰射下照，水上昇，火下降，猶如火煮開水，稱為水火既濟，又稱坎離交合，這就是內丹的「顛倒」之理。由此可見宋元之後內丹的順逆、顛倒觀，主要體現在人體之實踐方面，並且是以有為的方式，達到復歸虛無之境界。

（三）無形金丹以自然為宗，無為為法，晉證大同

近代學人或有謂內丹之「逆行成仙」與老莊道家之「自然無為」存在著「逆」與

¹⁷ 《上陽子金丹大要上藥卷之四》，參考《道教內丹學溯源》戈國龍著，宗教文化出版社。

¹⁸ 陳致虛《悟真篇註》。

「順」的矛盾，並視為內丹在道家學術上的深刻反省與變革，但也有學者認為內丹之強調逆，是要逆人道之不自然（偏離自然）重返天道之自然，逆只是手段是工夫，目的是要回歸順，並無本質矛盾。¹⁹

老子：「人法地，地法天，天法道，道法自然。」此道在老子的理解是「周行而不殆」，道的本身就是循環反覆的變化，老子又說：「字之曰道，強為之名曰大，大曰逝，逝曰遠，遠曰反。」「大、逝、遠」是形容道之廣大無邊、流傳不止、遠之又遠最後卻歸根復命，這就是「反」了。是故「反者道之動」，「反」本來就是大道流行的一環，在人身上，「反」是虛極靜篤的工夫，是塞其兌閉其門以求清心寡欲的下手處，這種修養斷欲的工夫在老子來講不是什麼逆的思想，而是「常道」，故老子講：「復命曰常」、「是為習常」。

很明顯的，以順逆觀點來考察老子之「常」當然是順，然此順為「大順」，「大順」之中已包含「造化生人」與「歸根復命」，兩者皆為周行而不殆的自然趨勢，外丹之「自然還丹說」在這方面比較接近老子思想，但內丹若以陳致虛為代表，其力主的「順行生人，逆行成仙」意境比「大順」低一層，「順」則「造化生人」，「逆」則「歸根復命」。兩者層次既然不同，自無矛盾可言。有意思的是，早期內丹如鐘呂仍較接近老子的「大順」思想，何以到了元代綜合南北宗之長的陳致虛，會有這麼旗幟鮮明的「順逆」觀呢？再者同樣是煉丹成仙，何以外丹文化中沒有像內丹一樣出現「順逆」這樣鮮明的主張呢？

恐怕關鍵仍是在關注的焦點不同所致。老子將天人同構的焦點關注在「道」自身之自然無為，描述了它的循環反復，外丹將天人同構的焦點放在身外爐鼎，意圖模仿「道」之自然還丹，此二者之實踐功夫與「大順」之超然境界並無矛盾；但內丹從元代伊始到明清之際，不論北宗、南宗、東派、西派俱都以有為法從事內丹修煉，天人同構關注的焦點是在人己身之爐鼎，是把老子之道內縮到人身中來處理，講究如何規範人心理上的慾望四奔，如何顛倒人生理上的五行生剋，因此「煉精化氣、煉氣化神、煉神還虛」之天道事業便無法避免與人道之「神化氣，氣化精，精化形，形乃成人」產生衝突，《無為清靜長生真人至真語錄》有云：「順其天道則逆于人道也，順於人道則逆其天道也。」²⁰點出了人道與天道在順逆間的對立，因此「大順」之超然境界在這裡無甚用處，反倒是「順行生人，逆行成仙」的思想才能準確的反應出內丹有為法「我命在我不在天」的哲學基礎。

據此考察無形金丹，筆者發現有幾項重要特點：

¹⁹ 比如郝勤在《道教內丹術》主張這是「內丹對傳統道家和道教思想的重大變革與突破」，但戈國龍《道教內丹學溯源》為文斥其非，認為逆只是求順之手段，並無本質矛盾。

²⁰ 《正統道藏》新文豐版第40冊第31頁。

第一，無形金丹所相應的修法是「自然無為法」，強調不在肉體下工夫，與一般有為法在肉體下工夫不同，其主張「直修煉神還虛」、「無形中仍會『自然而然』經過煉精化氣、煉氣化神兩個步驟」，更與內丹用人為意識欲顛倒離坎、既濟水火以求煉精化氣、煉氣化神大不相同，這二步驟在內丹中是「逆返」的主要關鍵，但在無形金丹中強調的卻是「自然而然經過」，是在無形中「不知不覺」通過，淡化了「逆返」的色彩。無形金丹雖然沿襲煉精化氣等三部曲的修煉次第，但在下手功夫的精神裡，卻迥異於內丹之逆返顛倒傳統，反而逕與老子之自然無為契合。²¹

第二，關於天道、人道對立的順逆觀，本師的教導向以「先盡人道，再修天道。」為旨，人道圓滿了，天道才有基礎，所以人道與天道不是對立的關係，而是互補的關係，「先盡天人貫通的人道，再盡人性圓融的天道。」便有此意。且入手次第雖有先後之別，但並非人道修完了才修天道，而是「一面修人道，一面修天道，兩者兼而顧之，進而得之。」

第三，無形金丹天人同構的理論基礎見諸於《新境界》一書，其中「旋和系之形成」一節勾勒出「天」從混沌到有序的過程，「精神的鍛鍊」一節闡述「人」從渾渾噩噩蛻變到鑄胎的過程，二者暗合呼應，絲絲入扣。

《新境界》對於旋和系之形成描述如下：²²

甲、混沌之初象—嚴格而論，宇宙間實無永恆固定之混沌現象。混沌者，不過某一個旋和系消失其旋和力而已，在某一個旋和系消失其旋和力時，該旋和系附近範圍內之空間即為充滿洪大之液體的場所，而逐步依其自然之演化以形成宇宙間之新的旋和系統。

乙、電與炁之演變—在此洪大的液體世界中，因液體中之電子常相激盪之結果，即磨擦生熱而生濃厚之蒸氣，此種蒸氣即離液體而上升，站在客觀上應以中央為上，前後左右上下，莫不為下，即是一種向心運動。至適度之空間時，復發生無數之電質（同時發光），此種電質既較蒸氣為輕，遂又繼續起昇，終至化為一種不含水分之炁體（電氣體），即所謂先天之炁是也。

丙、稜形炁體之凝成—炁體一直上升至極大之高度將與其他旋和系之空界相接觸之程度，因受其他旋和系中旋風力之影響，乃逐漸化為一種稜形之凝體而盤旋自轉下降，同時發出大量之光與熱，如人間慣見之流星。

丁、旋和力之發生—此稜形之光熱凝體降至先前乙段所論由電化炁之高

²¹ 不可否認，本師在正宗靜坐班講課（尤其是天帝教復興初期）中常強調「凡道是順行」、「仙道是逆行」、「逆修」等觀念，主要都是針對「精」是要下流還是逆返來講，但實務上本師只要求百日築基時斷欲，一般時刻節欲即可，等到功夫深到某個程度，自然而然斷欲，一點都不勉強，與內丹有為法仍有差別。

²² 天帝教教義《新境界》第二部〈物質之自然觀〉，帝教出版公司。

度時，因與由下而上繼續上升之電質相遇，因而交相推磨大旋不已，旋和力遂告形成。

戊、旋和律之運行—旋和力初步形成之後，因受繼續上升之炁體不斷之推動，遂自成一種以高速度旋轉之光熱炁體，並由於炁體不斷抱合沖擋之影響，由大而小，由無律的公轉而成為有律的公轉，終至形成為一種橢圓形之圈狀運行不已，而旋和律於焉告成。

《新境界》對於精神之鍛鍊描述如下：²³

氣胎—「精」之成分為非白非青半陰半陽之質，是陰陽電子中的至陰精粹。「氣」為和子中一種高等電質與靜電軀體交流後所發生的至陽熱流。是故精氣的運行在排去人身中的至陰之電渣（陰氣），自然交流運轉，用氣引精，用血行氣，過關通節，貫通週身。此即是陽電質（氣）來引陰電精（精）輸運全體，發動交流，抱合激盪，經過多數的電化湊合，久而不懈，循行復始，自然凝聚成為一種氣胎。蓋因其已成為一定的循行常規，故此平時氣血流行，亦復如是。

電胎—氣胎的運轉，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，逐步化為電胎。同時心意純一，靜極生動，斂神伏息，引得大空之炁調濟親和，始能真水常升真火常降，氣炁細縈，循環升降，常濟於中，自無化有。惟此個中奧秘，不可以言語形容，必須躬親體驗，自覺自悟耳。

四、炁胎（聖胎）—炁胎結構要素，即如佛家的舍利，道家的金丹，分析化驗其中皆有鐳質。蓋電胎與大空之炁相引而行，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，即復變降而為陰質，二性異引交相磨擦，由熱化沸，由沸化炁，即含鐳質。由此鐳質凝為多數小丸聚於丹田成為炁胎，亦曰聖胎。

惟此炁胎自凝結成形之後，力量尚覺孱弱，因其本體尚含有少數電質仍為靜態，不能健全發生作用。故須時加溫養，以排其電質，使其成為純陽，助長形成 胎的發育。但此鐳質本身含具引力及一種剛中之銳炁，無所不化，輕清上昇，速度迅疾，繼續引來大空之間的大炁與之配合，雙方立起作用化成鐳體，形神俱妙。一旦豁然貫通，即從泥丸沖舉而出，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。從茲煉神還虛，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。

²³天帝教教義《新境界》第三部〈精神之人生觀〉，帝教出版公司。

精神鍛鍊在氣胎之前有一段初學基本智識，強調「渾渾噩噩，順其自然之運行，以合天體。」「以合天體」即是要順應天體的運行機制，也就是「旋和系之形成」機制，粗略而論旋和系形成的五個主要階段是：「混沌之初象→宏大液體產生蒸氣→蒸氣昇化為電質→電質昇化為炁體→炁體下降復與電質抱合沖擋，形成旋和系。」相對應的，人體透過精神鍛鍊過程中也有類似五階段：「渾渾噩噩→生成氣胎→生化為電胎→昇化為炁胎→化為鐳體，真我出現。」混沌對應渾噩，蒸氣對應氣胎，電質對應電胎，炁體對應炁胎，旋和系對應真我。這並非文字上的巧合而已，而是將旋和系視為一個大人體，將人體視為一個小旋和的同構理論，此其一也。

前述旋和系形成之五階段體現的是一種不斷「脫去水分」的過程，「水」並非吾人日常引用之水，而是代表宇宙混沌之初象中的宏大液體，它是宇宙生成的原始材料，也是要不斷淨化的開始點，「脫去水分」意味著宇宙自體淨化的過程，而在精神鍛鍊中，各種胎的成就也是透過不斷排除「電渣」、「陰電」來完成，電渣與陰電源自人體生成的原始材料，等同於「水分」。此其二也。

旋和系形成的原則是「輕重快慢」，輕與清相應，重與濁雷同，輕者快，重者慢，在混沌之初象中之所以能逐步形成有序，便是依賴輕重與快慢之法則區別炁體與電質，最後兩相「抱合沖擋」，遂生旋和。精神鍛鍊的原則是清者上升，濁者下降，在靜坐渾渾噩噩、無人無我之際，陰電精與陽電質、陽電質與大空之炁兩相「抱合激盪」，旋和（胎）內生，真我出現。此其三也。

更有意思的是，旋和系之中心在科學上被稱為太陽者，在《新境界》中被認為依靠上帝之鐳炁來激盪，使之發光發熱，而精神鍛鍊之炁胎（含鐳質）進一步化為鐳體時出現之真我，亦具有超越太陽拘束的能力。兩者在鐳之概念上若合符節，實非偶然，皆是天人同構的理論所致。此其四也。

《新境界》認為旋和系生滅滅生，永無止時，誠老子所謂周行而不殆也。天人既然同構，《新境界》對於人之修煉所隱含的宇宙形上論，遂提供了一個更寬廣、更超越內丹「順逆」，甚至賦予外丹及老子「大順」新意的理論—「第三神論」，其內涵如下：²⁴

先有自然，後有物質，最後方有神。

自然為自然本身所創造。

物質為自然所凝成。

神為物質進化之變相。

在這裡，「自然」指「道」之源，「物質」指「道」化天人之萬生萬物，其中以人最尊貴，而神是人「進化」之變相。人進化為神最後要歸於何呢？《新境界》說：「天

²⁴ 《新境界》第五章第五節。

道好還，大道循環，仁生萬象，誠息不已。…修道者，即係合精炁為一體，由物質而返自然…。²⁵人既為物質中之最尊且貴者，「由物質返自然」就指出了人進化為神之目的在於「回歸自然」。筆者要說明的是，這完全符合老子對「反者道之動」的體認，然而老子只是樸素的提出歸根復命是道之既存事實，老子只是從「萬物並作，吾以觀其復。」提出觀察所得，《新境界》卻進一步賦予了道之循環反復的意義在於「進化」。故人要修煉成為神，是道之正常發展，也是生命進化之必然結果，「修煉」意味著某些特殊發展，而「進化」彰顯的卻是普遍的過程，《新境界》所追求的確實不僅僅是個人的「天人合一」，更是全體人類的「天人大同」，「天人大同」乃第三紀的宗教文明，超越了第一紀的「渺冥文化」、第二紀的「神化文化」，而進入第三紀的「自然運行文化」，此時人人之修養已進化為神聖之修養，天人界線打破，熙來攘往，極樂逍遙，這是人類回歸道體的終極境界。²⁶

總而言之，無形金丹在生命實踐上走的是自然無為法，直修煉神還虛，因此不受限於伴隨傳統內丹有為法而起的順逆對立觀；無形金丹所同構的宇宙形上論，揭櫫的是一種全體進化的自然之道，又賦予了外丹大順之新意。比較無形金丹與外丹、內丹，三者雖都屬於天人同構的範疇，但因其宇宙形上論與生命實踐方法之差異，所形塑人與天的關係便有不同，無形金丹「以自然為宗」形似外丹卻不似外丹，「以無為為法」接近內丹卻不同內丹，不宜採用大順或順逆的觀點來強加解釋，宜採天人大同之義才能精確的反映出無形金丹在太空時代全球文明晉昇宇宙視野的文化價值。

三、生命實踐論—爐鼎、藥物、火候

爐鼎、藥物、火候乃源起於外丹操作之術語，被視為核心的三要素。內丹興起後，大量假藉外丹既有之術語、觀念，轉移為人自身生命之操作，故仍沿用此三要素之說，無形金丹廣傳至今，因其強調直修昊天虛無大道自然無為心法，主張修煉從「簡而易行」下手，不談爐鼎、藥物與火候，但實踐上雖不明講，實質上仍有脈絡可循。

（一）外丹、內丹之爐鼎

一般而論，爐是起火、升火的器具，鼎置爐內，是承放藥物產生變化的反應室。在外丹操作中，首先要選擇名山吉地，遠避塵囂，按嚴格尺寸方位建築房屋，以供煉丹之用，通常稱為「作屋」；接著是「立壇」，壇又稱為丹台，其上所置便是爐鼎，丹台通常分三層，象徵天地人三才，其尺寸方位亦有嚴格規定。

²⁵ 《新境界》第九章。

²⁶ 《新境界》第六章第五節。

接下來才是安爐與置鼎。爐又稱為灶，除了生火之外，也是承納鼎的器具。「爐安置在壇上，樣式較多，有偃月爐、既濟爐、未濟爐、百眼爐、八卦爐等，為煉丹時生火加熱之用，近代多用鐵、泥、陶質的火爐。」²⁷既濟爐與未濟爐是依其內水鼎、火鼎的位置不同而區隔，水鼎（供冷卻用）在上火鼎（承放藥物）在下者，為既濟爐，反之即為未濟爐。百眼爐、八卦爐、偃月爐等基本上是根據通風口的多寡、位置、樣式，配合天象或八卦等等作區隔。

鼎依製作的原料不同，可分金鼎、銀鼎、銅鼎、鐵鼎、土鼎等等，又依承納物之不同，有水鼎、火鼎之別。火鼎是煉丹設備中核心的部份，一般即指藥鼎，藥物置放其中，其外以火加熱。水鼎中盛水，其外圍大約是灰土之類。二鼎有管相通，水鼎另有一管貫通，以供給冷水和引出蒸氣。

內丹取外丹爐鼎之象徵用在人身，且因內丹各派殊異之修煉方法而發展出不同的爐鼎說。比如：

鐘呂一派採納中醫對於心腎之認識，以心屬火為神火，腎屬水為真水，以神火照射薰蒸真水，即為坎離交、水火濟、龍虎會、陰陽合，在此以心為爐，以神為火，以腎為鼎，以精為水；南宗張伯端《青華祕文》看法不同，認為「黃庭為鼎，氣穴為爐」，黃庭位置歷來各家說法多少有些相異，大體上可指人體臍內三寸左右的一個部位區間，這個部位是聚氣煉丹之處，也就是鼎，而氣穴一般指丹田，是起火烹煉之源；明清伍柳派強調人身沒有固定的爐鼎，隨神炁昇降而定，神炁「昇乾首以為鼎，降坤腹以為爐」，晚清千峰派趙避塵贊同此種爐鼎觀，他說：「以形言之，神炁動在丹田曰爐，神炁上升於頂曰鼎。無神炁即無爐鼎之可言。」另《性命圭旨》有大小爐鼎之說，大爐鼎類似伍柳派，以「坤腹為爐，乾首為鼎」，煉精化氣時採用，小爐鼎同於南宗張伯端，以「黃庭為鼎，氣穴為爐」，煉氣化神時採用。此外尚有內外鼎說、陰爐陽鼎說，均牽涉到雙修派隱晦之處。²⁸

（二）外丹、內丹之藥物

藥物是產丹的原料，外丹所用的藥物繁雜而多，各有其理論，主要的三個流派分別是：²⁹

金砂派。主張服食黃金與丹砂，這個流派的思想與醫理相通，認為服藥既然可以治病，可以保命，必有某種藥物服之可以成仙不死。所以葛洪說：「金丹之為物，燒之愈久，變化愈妙；黃金入火，百煉不消，埋之畢天不朽，服此二物，煉入身體，故

²⁷ 《道學通論·方術篇》第四章〈外丹黃白術〉，胡孚琛、呂錫琛著，社會科學文獻出版社。

²⁸ 參考郝勤《道教內丹術》第三章〈內丹理論·內丹生命觀〉，大展出版社。

²⁹ 有關此三流派介紹，參考金正耀《道教與煉丹術論·外丹黃白術》、李國榮《帝王與煉丹》等著作。

能令人不老不死。」³⁰丹砂的特性是燒煉會變回原樣，象徵返老，亦即不老；黃金特性是燒之不變，象徵不死。故服此二物，可以不老不死。

古人又相信丹砂與黃金之間存在著某種轉化關係，漢朝李少君對漢武帝說：「…事化丹砂、諸藥劑為黃金」，《皇帝九鼎神丹經訣》：「山下有金，其上多有丹砂，轉變不已，還復成金，歸本之質，無可怪也。」因此，煉丹與黃白之術又有相關，黃指黃金，白指白銀，透過煉成之丹製造出黃金白銀，稱為藥金、藥銀。

鉛汞派。可溯源於東漢魏伯陽，以鉛、汞為至寶大藥，《參同契》：「只論鉛汞之妙，龍虎之真，去四黃之大非，損八石之參雜。」四黃、八石是雄黃、硫黃、硝石等礦物之類，金砂派雖以黃金丹砂為藥物，卻也不禁四黃八石之礦物或草藥、靈芝之植物類為輔佐，但鉛汞派力斥其非，《金丹祕要參同錄》宣稱：「一切萬物之內，唯有鉛汞可造還丹，余皆非法也。」

硫汞派。硫是硫黃，汞是水銀，這一派在技術上與金砂派甚有淵源，他們相信硫與汞合煉可得到神仙不死的大還丹，因「硫黃是太陽之精，水銀是太陰之精，一陰一陽合為天地。」

相較於外丹藥物之繁雜多端，內丹之藥物較有整齊的說法³¹，基本可歸之於人身「精、氣、神」三寶。精氣之說早在先秦時已有，《素問·移精變氣篇》指出：「余聞古之治病，唯其移精變氣，可祝由而已。」移精變氣與巫醫治病有關，《易傳繫辭》：「精氣為物，遊魂為變。」指出精氣是生命的根基，神魂是精氣的集中體現與變化，以上是早期精、氣、神各自獨立的源頭觀點，真正將精氣神視為合煉的三要素是《太平經》：³²

「夫人本生混沌之氣，氣生精，精生神，神生明。本於陰陽之氣，氣轉為精，精轉為神，神轉為明。欲壽者當守氣而合神，精不去其形，念此三合為一，久則彬彬自見。」

這一生命生成的觀點源於莊子「人之生也，氣之聚。」生命本於天地陰陽之氣交合為精，精轉為神，神轉為智慧，生命於是誕生，故氣、精、神為人生命之三要素，「神、精有氣，如魚有水，氣絕神精散，水絕魚亡。」³³內丹便是採用此三要素作為煉丹的原料，有別於外丹採身外的黃金、丹砂、鉛、汞、硫黃、硝石等等物質。至於煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛三部曲，要等到北宋初的陳搏無極圖上方始奠立。

「精」有先天精、後天精之分。先天精亦稱為元精、真精，秉受於父母交合之一點真陽，具決定生命盛衰和生命繁衍的功能，藏之於腎，以下丹田為本；後天精是靠

³⁰ 葛洪《抱朴子》上篇卷四〈金丹〉。

³¹ 同註 28。

³² 《太平經佚文·道典論》卷四〈災異〉篇。

³³ 《太平經鈔癸部》〈還神邪自消法〉。

後天水穀等營養運化而成，其功能是維持生命活動與機體代謝，藏之於五臟，以腎為本。另又認為，先後天精與性慾關係密切，性慾發動而施洩於外者為後天精，不因性慾發動而充固於內便是先天精。內丹修煉的藥物是先天精而非後天精，但在實踐中仍要從固煉後天精下手，以產先天精。

「氣」(炁)是精之功能態或能量形式，精氣本為一體二用，故丹書上有時不用「精、氣、神」，只講「神、炁」二者，因為「以精在炁中，精炁本是一故也。」精既有分先後天，氣亦有先天氣、後天氣之別。內丹創造了「炁」字代表先天氣，認為它是先天精的功能態或能量形式，而後天氣是指呼吸和營養之氣，靠後天水穀運化而成。先天氣(炁)是藉後天精氣滋養轉化成各種氣機敷佈全身，推動臟腑經絡與器官組織的活動，一個人老化衰竭的原因便是此一推動力耗損，內丹要不斷增強充實先天氣以求長生，才有煉(先天)精化(先天)氣之逆返主張。

「神」一方面被視為人的精神因素與思想系統，另一方面又是具有宇宙形上意義的神祕本體，前者可視為後天神(欲神、識神)，主要是後天習得與發展而來的，後者被視為先天神(元神、元性、真性)，虛靈空明而能與宇宙本體相通。內丹以元神為藥物，從滌除識神矇蔽入手。但元神在內丹中的地位十分特殊，它不僅是藥物，也是鍛煉藥物的離火，一般說來元神有「化」「馭」「煉」三種功用，《金仙證論》：「元精不能自熔，在元神熔之」，煉精化氣、煉氣化神之「化」的火力來源就是元神；《天仙正理直論增註》：「修行人能以神馭炁，即神入炁穴，神炁不得隔闕，則謂之內神通。能以神大定，純陽而出定，變化無窮，謂之外神通。…故神通即馭炁之神所顯。」馭是駕馭、引導，神之所以能由無中生變化，就是因為能馭炁之故；「煉」指煉神或煉心，《性命圭旨》以太陽比做天之丹，以心為人之丹，太陽受烏雲矇蔽猶如人心被慾望遮掩，故人要煉去陰霾之物，方能成丹。

(三) 外丹、內丹之火候

煉丹最難在於火候，「萬卷丹經祕在火候」「聖人傳藥不傳火，從來火候少人知。」

外丹之火候具體講，就是丹爐溫度之控制及與時間掌握之關係，透過添減燃料和調節通風量來達成。談火候須先了解「火」與「火法」，外丹用「火」來源不外用炭火、馬通火、牛糞火、糠火等等，以炭火為例尚有講究，《丹房須知》有造炭法，將炭木粉碎，以糯米搗為丸，晒乾用。「火法」指的是加熱用火的技巧，有養火、頂火、燠、炮、煨等等，養火是指用文火燒煉，文火是溫火、小火之意，與武火為大火、猛火相對，煨就是用武火，一般多用在須將藥物迅速溶解的場合；若將炭放在鼎之頂上煨燒，叫做頂火，反之在鼎之底部者稱為底火。³⁴

³⁴ 同註 27。

「火候」最難的是要如何配合天符運行，這就是外丹的「直符」理論，牽涉到陰陽消息、周天時間、方位、策數等，陽長陰消要進陽火，按斤兩加添燃料，陰長陽消時則要退陰符。陰陽消息與周天時間息息相關，根據《參同契》若以一日為周天，子刻一陽生為進陽火，午刻陽轉陰為退陰符；以一月為周天，五日為一候，震卦表初三，兌卦表初八，乾卦表十五，稱為望前三候，象徵陽長陰消的過程，配合進陽火，望后三候分別是十六巽卦，廿三艮卦，三十坤卦，象徵陰長陽消過程，該用退陰符；以一年為周天，採十二消息卦象之，十一月起火一陽生，到隔年四月，為陽長陰消，係進陽火，五月開始轉為陰長陽消，直到十月，係退陰符。

內丹之火候具體講是以意念控制呼吸與精炁藥物的運轉烹煉過程³⁵，《金丹四百字注解》解釋火與候的差別：³⁶

「火之為物，太大則炎，太小則冷，要在調和得中，故火必曰候。一時有六候，候者，吾身之節候。…吾身靜極而動，在月即為冬至，在日即為子時，迎此極而與之俱動，則火候在此矣。」

「靜極而動」蓋指人身一陽初生，其「候」在月是冬至，在日是子時，顯係援自外丹對周天陰陽之觀點，係皆出自《參同契》。同時，上述之「火」與意念有關，《真詮》道：「若用意緊則火燥，用意緩則火寒。」此「意」非一般思維之意，而是元神真意，故《金仙證論》道：「火者神也，…皆我之真意。」

一般說來，內丹之火候理論基本同於外丹，只是操作的工具由爐火轉為元神真意之火，鉛汞藥物在鼎內的昇降變化轉為精氣神藥物在臟腑經絡之搬運流變而已，故內丹講火候牽涉到十二經絡、奇經八脈、三關三田等人體生命之學，尤以任督兩脈最被重視。督脈在後，自下而上依次有尾閭、夾脊、玉枕三關，屬陽，炁由督脈逆昇，撞破三關，是為進陽火；任脈在前，由上而下依次有上丹田、中丹田、下丹田，屬陰，炁從任脈而降，納歸三田，是為退陰符。進陽火用武火，乃相對強力之呼吸，退陰符用文火，乃相對輕微之呼吸。

（四）無形金丹之爐鼎、藥物與火候

本師修煉無形金丹之理論記載在大經《新境界》，實際操作方法整理為大寶《宇宙應元妙法至寶》，而修煉證道之案例記載則見諸《寶誥》、《清靜資糧編要》二書。今日要研究無形金丹之爐鼎、藥物與火候，除了必須精研《新境界》的天人同構觀外，對於《宇宙應元妙法至寶》亦須有自修自證之體會，然僅此仍為個人一偏之見，一隅之得，尚必須研究本師實修證驗之案例經過，方不為偏頗。

³⁵ 同註 28。

³⁶ 《金丹四百字注解》，彭好古注解本。

以本師最後所煉的二尊封靈首席督統鐳力前鋒、首席正法文略導師為例，查其寶誥誥文，敘述其證道之來源，如「上乘清虛無始之炁，下承極初涵靜之化」、「上承虛無之炁，下啟極涵之化」，「虛無」二字拆開即「清虛、無始」，乃清虛真人與無始古佛，皆是本師的原靈，「極涵」拆開為「極初、涵靜」，都是本師的名號，這顯示了一個非常重大的意義—修煉無形金丹是天人合力、天人雙修。天的涵義很廣，除了原靈為代表外，來自上帝的祖炁、其他上靈的調教等等先天炁統，都可歸納一起，而人即指修煉者。本師所開創的無形金丹法門，特徵便是原靈先天炁統與原人相互配合修煉，與外丹固然迥異，與內丹也有不同。因此若說外丹的焦點在於身外的爐鼎，內丹的焦點在於己身性命，無形金丹一開始的焦點應該落在「天人」，把握這個原則，就不難看清此中微妙之處。

無形金丹本質是什麼？在〈宇宙應元妙法至寶整體分析〉³⁷一文中引證資料指出，無形金丹即為封靈原種，是修煉封靈的丹種，本質乃昊天正氣之凝聚，「昊天正氣」意指其來源既非原人本身的精氣神，亦非原靈所分化，而是直接來自昊天上帝所賜封，「凝聚而成」實指已結為金丹一粒，只待發育形容與靈覺，而非原始、分散的藥物。本師說：³⁸

「同奮的元神修煉有成，在持續勤修苦煉奮鬥過程中，昊天就有一股正氣加持於您的元神，…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…」

換言之，此一「昊天正氣凝成的原種」即為修煉封靈之藥物，對於修煉者而言，此藥物是身外之物，是外來的，與外丹相似，但其本質又不像外丹藥物一樣屬於五金八石之類，反而較接近內丹的精氣神藥物，但又與內丹不全同，一來內丹藥物源自己身，二來內丹藥物尚未化煉凝成丹的層次。

封靈是為了應付劫運的急頓之法，屬於身外之身，而吾人本身之凡靈元神一面要自我修煉，一面要養育封靈，備極辛勞，不似傳統內丹先成就己身之元神化為陽神，反而像母親（元神）養育嬰兒（封靈），等到嬰兒長大成人，母親方得功德圓滿，自修前程。因此「昊天正氣凝成的原種」應視為「先天藥物」，吾人「精氣神」作為「後天藥物」，無形金丹法門係先燒煉「後天藥物」，以其所得溫養「先天藥物」，後者為目的，前者乃過程，等天命完成時元神方得以在天界繼續晉修，功果圓滿。以本師為例，駐世人間修煉成功的四十尊封靈，都得到上帝賜封，而能獨立運化於無形，然而一直到民國八十三年本師為應付劫運，靈肉佈施，透支元神，遽然歸證後元神於無生

³⁷ 同註 1。

³⁸ 《宇宙應元妙法至寶》之〈靜參修煉體系表〉，帝教出版社。

聖宮繼續修煉，歷經世曆十二年方受封「極初大帝」，初步達成了本師「三位一體，何時能與宇宙共始終」之心願。

將無形金丹之「先天藥物」與外丹、內丹藥物相比較，可略窺無形金丹在修煉上之殊異點：比如因其非出於己身，所以修煉者沒有年齡、性別、體質的限制，內丹則有許多講究；又因其已為丹的狀態，並非原始藥物，故修煉者可以直修煉神還虛，逕行養丹煉神，形式上超越煉精化氣之三歸二，煉氣化神之二歸一，且適合人道、天道並修；另外，此藥物本質上非五金八石，沒有外丹須講究合煉、解丹毒的副作用。

無形金丹之「後天藥物」則與內丹藥物種類相同，惟定位不同，這使得無形金丹之修煉者在身心變化方面，雖有似於內丹過程，但不能完全類比，以本師為例，本師雖享九十五歲高齡，精神體力健旺頗異常人，但歸證時油盡燈枯之事實，正反應出與傳統內丹得道者不同景象。

藥物已辨，接著論火候。

不論外丹、內丹，火候都是燒煉藥物的能量來源，從此種思維出發，問題就轉變成「無形金丹是靠什麼發育成長？」根據天人雙修的原則，遍查大寶一書，筆者認為「修持時不用絲毫人為的力量，全在修一己之陽炁，以接上帝靈陽真炁，就是配合本教特有的默運祖炁…」即已點出兩種主要的火候：「後天火候」——一己真陽之炁、「先天火候」——上帝靈陽真炁。

就一己真陽之炁而言，內丹的火候是以意念控制呼吸及精炁的搬運，無形金丹則強調「不用絲毫人為的力量與意識」，也就是不用意也不調息，那麼一己真陽之炁如何發動起來呢？本師說：「必須心要靜到極點，自然出現『真火』。」「把握住『心無所住，一切放下，放下一切；心無所注，一切不想，不想一切。』的大原則」、「虛極靜篤」、「定靜忘我」。陽炁從哪裡發動呢？本師說：「從尾閭骨間經督脈慢慢升起…」³⁹。可見一己真陽之炁這種火候與內丹有為法講究的火候過程相仿，但入手不同，較接近文始派之無為法。

上帝靈陽真炁是燒煉溫養無形金丹的另一大火候，這部份的火候以祖炁為首，但也包括了其他的先天之炁，比如紫金光是原種成長發育的關鍵能量，又比如原靈之炁機亦與原人之陽炁共同煉養原種。如何能接引得下這些來自先天的火候呢？本師說：「依賴個人在人間犧牲奉獻的熱準而決定。」「發大願力，引來先天一炁…」⁴⁰，換言之，也就是修煉者在信願行三要的奮鬥熱準。

將無形金丹來自天、人的二種火候與外丹、內丹火候相比較，外丹中之自然還丹派所提及的「天符（火）照耀」與無形金丹之「先天火候」似有雷同，值得深入研究；

³⁹ 以上諸說見《宇宙應元妙法至寶》之〈靜參修煉體系〉及第四、七、九、十講，帝教出版社。

⁴⁰ 同註 38。

而內丹中不論靠意念、呼吸或經由臟腑經絡引導、守竅等等實踐方法，都與無形金丹「後天火候」不相同，更遑論「先天火候」所帶來的變數。故當可理解，修煉無形金丹時之身、心變化與每個人的靈質、體質有密切關係，修證經驗差距很大是自然的，不似內丹有較一致的脈絡可循。比如說，某修煉者信願行的熱準極高，而定靜忘我的功夫普通，引來的先天之炁遠大於一己陽炁，從該人身心判斷也許性命功夫尚不足，但無形中其無形金丹已經發育成形，偶而靈覺頓發，可應化於有形，這在傳統內丹是難以想像的。

最後論爐鼎。

爐是起火的器具，在天人雙修的無形金丹系統中，火候既然有先天、後天的區隔，爐也對應有「先天爐」與「後天爐」。後天火候始於尾閭骨的陽炁上昇，然而尾閭骨的陽炁又從何升起呢？本師雖然沒有明言，但為了彌補同奮們命功基礎不夠的問題，本師後來傳了「深呼吸」的煉元神功夫，重點之一是要「鼻吸氣送入丹田」「氣在丹田溫養一會兒」，這裡指的是下丹田，本師所傳的這種加強命功鍛鍊的方法，與張三豐的蘆芽穿膝法極其相似，不同者是蘆芽穿膝法不讓氣從湧泉穴出去，還要收納回尾閭骨，進行小周天運轉。可見加強鍛鍊命功的目的，是在培育一己之陽炁以運轉周天，因此與下丹田息息相關，筆者認為下丹田即為「後天爐」，與內丹南宗講的「氣穴為爐」、伍柳派「坤腹為爐」雷同。

先天火候中以祖炁為例，來自法華妙天之浩然元炁，經過層層化合轉降至人身，法華妙天即為「先天爐」；若以原靈之炁機為例，則「先天爐」置於原靈內，範圍比太虛縮小的多。宋末元初李道純論內丹最上一乘也有「太虛為鼎、太極為爐」的主張，與無形金丹類似，然而語義抽象含糊，無可操作性，不若無形金丹之具體。

至於鼎在何處呢？筆者認為應在上丹田處，包括了性竅與命宮的範圍。鼎是承藥反應的器具，無形金丹之藥乃昊天正氣凝成之原種，依附在該人之元神上等待發育成長，元神是經過鍛鍊、淨化的和子，根據《新境界》理論⁴¹，和子指揮大腦，大腦指揮生理，是和子主宰場所即為大腦。《宇宙應元妙法至寶》進一步指出，未污染之和子存在大腦松果體中代表先天之性，暗指元神應存於大腦松果體⁴²，而其位置對應在兩眉中心。

兩眉中心謂性竅，兩眼中心為命宮，性竅乃先天，命宮為後天。以後天論，本門心法的淵源之一一宗主傳授之〈入定捷徑〉指出「命宮即陰陽之母，守此而周天動矣，周天動而丹爐形，而鼎定矣，鼎定則道成…」⁴³，而默運祖炁之終止點也在於命宮：「最

⁴¹ 《新境界》第四章第一節。

⁴² 《宇宙應元妙法至寶》附錄二第六篇聖訓〈魂魄之剖析〉。

⁴³ 《闡教法乳》，天帝教極院印行。

後落至命宮，若有若無，不即不離，聽其自然運化。」周天運轉屬於後天火候，祖炁默運屬於先天火候，兩者交集在命宮，可見命宮作為承載藥物之鼎器，是有其根據的。

然而據前所述，元神應居於性竅之中，無形金丹依附於元神，當也不離性竅。究竟鼎是在性竅亦或命宮？或許兩者都對，因為在宗教上講，一為先天一為後天，先後天本是相互依存，在科學上講，根據劉緒潔實驗觀察，祖炁默運口訣過程中松果體變化明顯，口訣默運完後「聽其自然運化」則下視丘效應顯著，松果體位置對應性竅，下視丘位置對應命宮，松果體與下視丘二者有著密切關聯，反應出性竅與命宮的微妙聯繫。⁴⁴

丹田二字的本意，取其播種於田中，自然生苗結實，丹圓始成，故名為丹田，種就是指藥物，故丹田為鼎，也是內丹許多派別所共認的，尤其上丹田，在煉精化氣階段是還精補腦之處，在煉氣化神階段為陽神上遷之處，在煉神還虛階段為陽神遊駐之處。無形金丹從煉神還虛下手，故以上丹田為鼎，鍛鍊無形金丹為封靈出入之地，也不悖其理。上丹田一般認為是在兩眉之中，稱為泥丸宮，等於本教講的性竅，惟三丹田之精確位置各有其說，不盡能統一。是以筆者綜合教內文獻、科學實驗與內丹諸派，採上丹田統攝性竅與命宮之範圍，以為鼎說。

	外丹	內丹	無形金丹
爐 鼎	• 起火為爐，承藥為鼎	• 心為爐，神為火，腎為鼎，精為水 • 黃庭為鼎，氣穴為爐 • 乾首為鼎，坤腹為爐	• 後天爐：下丹田 • 先天爐：法華妙天與原靈炁統 • 鼎：上丹田
藥 物	• 金砂、鉛汞、硫汞	• 精、氣、神	• 後天藥物：精、氣、神 • 先天藥物：昊天正氣凝成之原種
火 候	• 炭火之溫度、時間、通風、陰陽消息、方位等之控制	• 以意念控制呼吸與精炁藥物的運轉烹煉過程	• 後天火候：一己真陽之炁 • 先天火候：上帝靈陽真炁、紫金光、原靈炁機…

表一：外丹、內丹、無形金丹之爐鼎、藥物、火候之對照表

⁴⁴ 〈天帝教中國正宗靜坐的大腦反應現象研究及生理意義初探〉，劉緒潔報告，《旋和季刊》33-34期。

四、證驗

（一）外丹、內丹之證驗

不論外丹、內丹、無形金丹，最終的目的都在超越生死大限，成仙作神，於是丹法有無效果，其證驗如何，理論上端視最後的結果便知，但實質上神仙蹤跡飄渺難測，或雖留形駐世卻又不欲人知，或已返歸虛無人眼難見，故希冀能有神仙顯蹤於大眾前為某一丹法做證驗，自古以來未曾有過。葛洪在《抱朴子》中就指出：⁴⁵

「豈況仙人殊趣異路，以富貴為不幸，以榮華為穢汗，以厚玩為塵壤，以聲譽為朝露，蹈炎颯而不灼，躡玄波而輕步，鼓翮清虛，風駟雲軒，仰凌紫極，俯棲崑崙，屍行之人，安得見之？假令遊敖或經人間，匿真隱異，外同凡庸，比肩接武，孰有能覺乎？若使皆如郊閒兩瞳之正方，邛疏之雙耳出乎頭巔。馬皇乘龍而行，子晉躬御白鶴，或鱗身蛇軀，或金車羽服，乃可得知耳。自不若斯，則非洞視者安能覲其形，非徹聽者安能聞其聲哉？世人既不信，又多疵毀，真人疾之，遂益潛退。」

葛洪描述傳說中的仙人郊閒長著一對正方形的眼珠，仙人邛疏的雙耳高出頭頂，仙人馬皇乘龍而行，仙人子晉駕著白鶴飛升，如果神仙都像這些仙人一樣以特殊形象出現在「屍行之人」（指凡人）面前，那麼凡人當然都會相信成仙之道不欺妄了，但真正仙人是不屑於這樣做的，因為一般有傑出見識的學者尚且不樂意與淺薄之人為伍，何況遨遊清虛的仙人呢？

仙人作證既不可行，以服食結果作證亦不可行，因為外丹煉成後，入口立見分曉，不是白日飛昇，便是中毒而亡，欲以服食結果做證驗，並非萬全之策。《神仙傳》記載東漢煉丹大師魏伯陽一則有趣的故事，魏伯陽率三弟子於山上煉丹，知其中二弟子心中不誠，故丹成後故意以狗試探，狗當場斃命，弟子問魏伯陽是否還要服食？魏伯陽嘆曰：「吾背違世路，委家入山，不得仙道，吾亦恥復歸，死之與生，吾當服之耳。」於是服丹身亡，其中一弟子亦跟隨之，剩下二弟子見狀信心動搖，相約下山，魏伯陽及其弟子、白狗隨即復起，成仙而去。⁴⁶

魏伯陽以身試丹的故事除了警示意義外，對於一般外丹煉家並無實質幫助，尚須尋求其他較客觀的證驗方法，葛洪在《抱朴子·金丹》卷有提到一種證驗方法：

「金成者藥成也。金不成，更封藥而火之，日數如前，無不成也。」

這種證驗法源於先秦對於丹砂與金的共生觀念，《管子·地數》篇：「上有丹砂者，下有黃金。」這是從自然界礦脈中觀察所得，到了漢代逐漸演變成丹砂可以化成黃金的說法，東晉時葛洪引用《仙經》一段話：「丹精生金，此是以丹作金之說也。故山

⁴⁵ 《抱朴子內篇》卷二〈論仙〉，三民書局版。

⁴⁶ 《神仙傳》卷二〈魏伯陽〉，三民書局版。

中有丹砂，其下多有金。」因此丹煉到一定火候，判別它是否成功的證驗法，就是拿丹來點化銅、鐵等普通金屬，看是否能化為黃金，歷史上外丹術與黃白術常相提並稱，是有此理。黃白是指黃金、白銀，把銅鐵等金屬點化為黃白者，即稱為黃白術。

內丹之證驗理念與外丹差異頗大，因內丹以人身為爐鼎，在鍛鍊過程中身心是持續變化著，不似外丹在最後一著才見分曉，然而內丹亦重視證驗，《鐘呂傳道集》最後獨列〈證驗〉一篇，呂祖向鐘離老祖提出問題，呂祖說由於修道的人是淡泊寧靜與世隔絕者，一心一意痛下功夫，所以不容易知道自己功夫的方法、深淺何時必須調整，故必須要有一步一步的證驗，才能持續做下去。鐘離老祖回答只要有明師、正法、火候，不愁沒有證驗，也不怕證驗後沒有效果，接著便依照修煉的十二法一一講授其證驗，比如第一法匹配陰陽，證驗「口中有甘液」「時時腹中聞風雷之聲」，第二法聚散水火，證驗「丹田夜則自暖，形容晝則清秀」，第三法交媾龍虎，證驗「居暗室而目有神光自現」…第十法朝元煉氣，證驗「靜中外觀，紫霞滿目，頂外下現金光罩體」⁴⁷...

托稱呂祖降傳的《太乙金華宗旨》一書，享譽中外，翻譯成德文、英文、日文本，二十世紀初為歐洲心理學大師榮格所推崇，該書第六章專講「回光證驗」，首先提出證驗應有的心態：⁴⁸

「證驗亦多，不可以小根小器承當，必思度盡眾生，不可以輕心慢心承當，必須請事斯語。」

內丹不尚紙上談兵，著重證以驗修，但是焦點既集中己身，不是容易陷於自小天地，以小小證驗為滿足，就是失之武斷貢高，我行我素，這都是證驗心態沒有正確之故。正確的作法是要以「度盡眾生」之寬宏視野，「請事斯語」之謙恭謹慎態度，自我檢視功夫做到哪裡，以求究竟，方是正路。《太乙金華宗旨》提出「回光法」之三種證驗，「神在谷中」「虛室生白」「神歸頂天」，原文如後：⁴⁹

「一則坐去，神入谷中，聞人說話，如隔里許，一一明瞭，而聲入皆如谷中答響，未嘗不聞，我未嘗一聞，此為神在谷中，隨時可以自驗。」

「一則靜中，目光騰騰，滿室皆白，如在雲中，開眼覓身，無從覓視，此為虛室生白，內外通明，吉祥止止也。」

「一則靜中，肉身細縵，如綿如玉，坐中若留不住，而騰騰上浮，此為神歸頂天，久之上升可以立待。」

呂祖認為這三種是修煉者隨時可以自我證驗者，使自己知道功夫做到哪裡。當然

⁴⁷ 《鐘呂傳道集注釋》第十八〈論〉，沈志剛注釋，中國社會科學出版社。

⁴⁸ 《太乙金華宗旨注釋》〈回光驗證章第六〉，杜琮、張超中注釋，中國社會科學出版社。

⁴⁹ 同註 48。

還有其他的證驗標準，惟隨著根器不同，各有殊勝。

（二）無形金丹之證驗

無形金丹主張自然無為，不在肉身上下功夫，靜坐時不假絲毫人為力量及意識，所見所聞所感一切放下，放下一切，一切不想，不想一切，既不可能像外丹一樣假外物之變化作證據，也不像內丹一樣適宜專注在身心變化的檢定，造成著相。因此講證驗，似有其先天矛盾。然而本師在民國八十二年針對天人研究學院、修道學院學生上課時，強調：⁵⁰

「…今天在座的同奮對靜坐所下的功夫，最少的也有二、三年以上，多則超過十年以上，究竟功夫做到了什麼程度？道家所謂『自修自證』，就是靜坐功夫到了某種程度自己要有體會，自己要有考驗，雖然天帝教『直修昊天虛無大道自然無為心法』是直接從第三步『煉神還虛』下手，但是並不表示沒有第一步『煉精化氣』、第二步『煉氣化神』，只是這兩步功夫在無形中不知不覺運行而已！」

「自己要有體會，自己要有考驗」是本師主張證驗的原因，但其對象並非初學者，而是當時在鐳力阿道場親受調教、靜坐多年的弟子，初學者在自然無為的掌握上還未入門，若談證驗，極易走入歧途，從本師的開場白可以窺見這個份際。無形金丹之修法分性功、命功與神功，筆者遍查本師文獻、講話紀錄，佐以實地經驗判斷，整理出本師公開講的證驗法如下：

1、性功之證驗法：

性功是從煉心下手，煉心的方法很多，也因人而異，本師公開提出證驗煉心的方法是華山式誦誥，可以考驗自己昊天心法功夫到了什麼程度。

「我所以提出華山模式的誦誥方式，主要就是因為同奮誦誥時不能專注，我用華山模式誦誥來煉同奮的心。」「今天也要求同奮們在光殿集體誦誥，採用華山模式誦誥，考驗同奮誦誥的『心』，希望唸到『一條心』、『一心不亂』、『不動心』，這就是帝教的『昊天心法』。」⁵¹

2、命功之證驗法：

命功是煉精化氣，煉氣化神階段，從己身之精氣下手，但又不著意去煉，只在奮行五門功課當中自然經過。本師公開提出證驗命功的方法，先是「內呼吸」，後是「馬陰藏相」（乾道）或「斬赤龍」（坤道），這是證實自己命功有否到達程度之客觀標準。

「我曾告訴大家：『該呼時要呼，該吸時要吸，不擯氣，順其自然。』」

⁵⁰ 〈法華上乘正宗靜坐之修證〉，民國八十二年十二月本師於天人研究學院、修道學院講授。

⁵¹ 〈道在人心〉，民國八十二年六月本師於天人研究學院、修道學院講授。

但是，靜坐一開始時，往往都是呼吸急促、粗重，時間久了，呼吸慢慢深長，逐漸細勻，最後鼻息（外呼吸）自會完全停止，但是內呼吸仍舊照常，等於胎兒在母體中的胎息，以母體之吸為吸，以母體之呼為呼，胎息又名『真息』，所謂『返本還原』，在此地就是要從後天的假呼吸（外呼吸、鼻息）回到先天的真呼吸（內呼吸、胎息）。一旦外呼吸停止後，乾道自然可以『馬陰藏相』，坤道可以『斬赤龍』，有了這個現象，到了這種境界，就可以證實自己的功夫到了某一程度，如果沒有，那就是功夫下的不夠深，惟有靜坐功夫不能取巧，不能斷斷續續，想坐才坐，必須每天至少兩坐，一坐自有一坐的效果，最重要還要做到『不漏』，少則三、五年，多則八年、十年，一定可以達到這個程度。」⁵²

3、神功之證驗法：

神功是煉神還虛、煉虛合道階段，屬於煉靈層次，先煉元神，再煉封靈。元神之證驗法本師從無明確指出，但在大寶裡面有幾段本師親述的經驗，筆者認為勉強可作為元神之證驗。

其一，本師說：

「…心定下來，定到極點，進入渾渾噩噩的狀態，然後首先感覺兩手、兩腳頓然消失，再出現身體胸、背無存之意感，最後連頭部豁然化為虛無，身心內外一切皆蕩然不存，只覺得『一靈（元神）常照』，此即為『忘我』的階段。」⁵³

本師另外也用「金光籠罩元神」「清明在躬」來形容元神之狀態。

其二，巡天節上帝召見提靈，此靈即是人間之元神。

「到了巡天節時，上帝召見帝教有功或修煉有成之同奮，功夫好的同奮被提靈四分之一到三分之一，功夫差的被提靈成分較少，…」⁵⁴

上帝召見不一定是元神修得好的，有犧牲奉獻功德、正氣的教內外人士都可能被召見提靈，但唯有元神修煉好的才提的多，身心也才會有明確知覺，而非幻想也，其餘功德提靈者多是無知無覺。同巡天節類似提靈者，尚有每月朔、望提靈上升，參與天機造化，元神有成功德亦足者，位列人仙，不假外證，自知耳。

封靈比元神更隱晦難測，本師在《宇宙應元妙法至寶》中一再強調「不必多去猜想自己有沒有封靈，只要問問自己是不是在持續不斷的奮鬥？」然而，本師也數度公開聲明「等到本教復興十五週年，金闕第一批封靈天榜一定會公佈，為期不遠，不再

⁵² 同註 50。

⁵³ 《宇宙應元妙法至寶》第十講〈救劫急頓法門之定靜忘我功夫〉。

⁵⁴ 《宇宙應元妙法至寶》第十一講〈救劫急頓法門之修煉封靈〉。

使大家失望。」因無形金丹法門修持證果的標的就是成就封靈，本師也感受到必須堅定同奮對修煉之信心，方足以鼓勵後進，故有此宣稱，然而復興十五週年時本師卻已歸證無形，人間無人可以確認一公佈案，勉強行之，徒增紛擾。民國八十四年九月海峽兩岸發生中共飛彈演習事件，情勢異常嚴重，本師在無形發願「破天時」，需要人間龐大支援力量，本師降傳聖訓：⁵⁵

「奉準於此三天內對封靈修煉有成之同奮，採提靈方式參與破天時之無形作業，以此暗示方式公佈封靈天榜，一面肯定修煉封靈之實質意義，一面圓滿了結此案。在這三天之中，同奮遇有不安、昏沉、恍惚、倦怠、難過等種種不適，甚有嘔吐或其他生理異常現象，不必驚慌，只要多作休息，一切以平常心待之。」

所謂「暗示方式」指自知，也就是自修自證，因為封靈修煉有成，自己一定有自覺，什麼樣的自覺因人奮鬥熱準而異，聖訓最後提及的注意事項只是列舉，並不宜簡單的移作判斷標準，而有失平常心。

搜羅本師公開陳述之證驗法非常重要，因為無形金丹此一法門是本師奉天命傳授人間，也是本師親證七十年以上的實地功夫，無第二人經驗可以取代。然而近三十年來晉修此法的人數不下一萬餘人，究竟功夫作得如何，尚無系統的調查，流于眾說紛紜，各執一端，《旋和季刊》曾開闢「應元妙法」專欄，實地訪查教內長期靜坐不斷的乾坤同奮各十人，隱其姓名，擷其心得，流傳於基層，普獲迴響。要釐清的是，筆者認為這二十位同奮的經驗之可貴，並不在於它是對是錯，而在於它是「實地」的經驗，筆者不鼓勵初學者看重證驗，初學者最重要的是「坐將去」，根據本師標準，筆者建議靜坐至少三年持續不斷者，再來研究證驗，較不會迷失。筆者將二十位同奮的實地經驗參照本師對性功、命功、神功公開的證驗法，羅列於下，以資研究：

1、性功之「皇誥」證驗

- 「我深深體會到，誦皇誥就是在學習上帝的精神，誦寶誥就是在學習仙佛的精神。持誦當下的感受越深，就越能帶到光殿外面去面對人事，就會比較有定力與智慧處理各種糾紛。」⁵⁶

- 「許多人只知道誦誥是救劫的利器，不知道誦誥也是修持的心法，當我們專心一致誦誥時，心也能達到定靜的狀態，無形的浩然元炁一樣會進入我們體內，自然運化…」⁵⁷

- 「…誦誥的體驗是沒法用言語來形容，勉強說跟煉元神有關…」⁵⁸

⁵⁵ 《天帝教教訊》第 141 期。

⁵⁶ 《旋和季刊》第 28 期〈應元妙法 6〉。

⁵⁷ 《旋和季刊》第 24 期〈應元妙法 3〉。

⁵⁸ 《旋和季刊》第 22 期〈應元妙法 1〉。

• 「…師尊曾講打坐時氣機發動，背部會有壓力，我誦誥時也感覺背部氣機發動；現在誦誥時後腦會霹靂啪啦響，這現象從民國八十一年左右到現在一直都有，且越來越明顯…」⁵⁹

2、命功之「內呼吸」證驗

• 「講到呼吸，人原本是一呼一吸，但是像現在我在講話，講很久可以不呼吸，偶而呼吸一下也不急促，很自然。早期不同，那時雖然也好像可以不呼吸，但在一吸一呼的時候，速度會不規律，現在不會了，現在偶而呼吸的時候很順暢，很舒服，而且整個人好像沒有了肉體的束縛。」⁶⁰

• 「我那時打坐到後來，坐到有胎息，可是我不清楚什麼是胎息，只知道坐的時候丹田地方有種起伏的感覺，其他外在、肉體的感覺都沒有了，忘我了。」「我講的胎息，是精進打坐時不知有呼吸，而不是知道沒呼吸，忘我了。」⁶¹

• 「於居家閉關期間，偶有坐至安詳之境，忽覺已無呼吸，稍加注意，呼吸即起，變化分明，始知外呼吸停止須自然而然，若加人為意識，或刻意觀察，即落入後天。」⁶²

3、命功之「馬陰藏相」「斬赤龍」證驗

• 「我在靜坐班結業四年左右，有一階段在靜坐上很下功夫，有一陣子幾乎是四坐。那段期間以我自己的瞭解，大概有一年、二年天癸沒有來了，應該是斬赤龍的現象，師尊講三年有成的確不是亂講的。但是看到一些聲色的東西，心一波動就是漏，天癸就回來，所以馬陰藏相、斬赤龍不是說你有那個現象就永遠是這樣，只要一動心，就馬上恢復原狀。」⁶³

• 「…專職第三年起生理上開始有了印證，有馬陰藏相的徵兆，陰莖收上去，陰囊縮上來了。像我因工作需要到各處跑，消耗體力、精力，但回來之後若好好打坐一段幾天，這種現象又會出現。」⁶⁴

• 「那一陣子，亦發現陰莖上提，只剩拇指末端指節大小，陰囊緊縮，雖未到師尊講的『全部上去』，但此異常現象生平未曾有過。」「師尊曾講只要一動男女之情即恢復原狀，竊以為那是對已有相當火候者而言。以我初入門經驗，只要內氣一不足，生殖器官即恢復原狀。內氣不足原因包括連續幾

⁵⁹ 《旋和季刊》第 25-26 期〈應元妙法 4〉。

⁶⁰ 同註 58。

⁶¹ 《旋和季刊》第 23 期〈應元妙法 2〉。

⁶² 同註 56。

⁶³ 同註 61。

⁶⁴ 同註 59。

坐坐不好，動氣，勞心、奔波等等，氣不足就不可能馬陰藏相。」⁶⁵

4、神功之「煉元神」證驗：

• 「煉元神時的吸氣，只能將氣吸到肺部，那什麼東西到達下丹田呢？是意念把無形的氣以及五臟六腑的氣引到下丹田，貫通兩腳，接著默運祖炁才能讓祖炁佈滿全身，再去打坐，先後天的氣才能契合。因為煉元神之後，後天氣裡含有先天的質了，再接引祖炁才能同質相引，如果不煉元神，除非後天氣本身已經非常的純，或心真的已經虛極靜篤，靜到了極點，否則與祖炁不容易契合。師尊也講：雖然祖炁已經幫你們接引下來，但你們能吸收多少，還得要看各人的功夫了。」⁶⁶

• 「我有印象，師尊當時並不太願意傳呼吸吐納的這個煉元神，因為唸皇誥就是最上乘不知不覺的煉元神，自然無為的，何必去傳這個有知有覺、要去吸呼吸吐納的煉元神？實在是因同奮們普遍命功鍛鍊不夠，信心不夠。」

⁶⁷

• 「我個人的現象在煉元神的深呼吸過程中，發覺後腦會有聲音（如同誦誥時所發出的聲音，只是沒那麼明顯），而事實上我並沒有把氣引到後腦啊，所以我會如此的認為。」「元神充足了，神識清明了，思念容易集中。我懷疑煉氣化神的結果是，整個神識很清楚，有一種『清明』的感覺，沒有夢，也許是一個指標。」⁶⁸

• 「我有幾次一靈常照的經驗，第一次在清虛妙境，坐在那裡靈覺很清楚，一晃三個小時就過了，完全進入到寧靜中，沒有任何物體存在，非常清楚。第二次在天安太和道場，環境是亮的，也是一下子三小時過去了，旁坐的同奮抱怨說有許多蚊子，我眼睛半閉，也似乎瞄到有蚊子，可是感覺牠在外面，沒有進來。」⁶⁹

5、神功之「修封靈」證驗：

• 「要感受自己封靈有無修好，從平常為教奮鬥就感受的到，當你需要的時候，你在人為力量沒辦法達到的時候，你的靈覺會感受到冥冥之中有人在跟你配合，自然而然靈覺出來，想做什麼會很順利，重要是那一句話：『為教奮鬥』。所以封靈究竟修得成不成，講實在話，以現在情況來說，要到回

⁶⁵ 同註 56。

⁶⁶ 同註 57。

⁶⁷ 同註 58。

⁶⁸ 同註 59。

⁶⁹ 《旋和季刊》第 29-30 期〈應元妙法 7〉。

去的一剎那，才知道究竟如何。」⁷⁰

• 「對於封靈，我只能說：當我碰到困境、逆境時都能理性、冷靜處理事情，而且都會有些靈感。」⁷¹

• 「封靈種子剛形成胎兒時，形貌長的就像小時候的自己，個人體會，是師母代授，師尊在旁督察，封靈一樣會像人間小孩慢慢長大，七、八歲的形貌長的就像自己七、八歲的樣子，但氣質多少仍有不同。」⁷²

五、結論

長期以來，許多同奮不自覺會引用內丹之觀念與經驗來證驗無形金丹之修煉過程，至於外丹部份比較少引用，最多是有關「靈丹妙藥」、「表丹」、「布丹」等天人炁功部分可能與外丹有所淵源。

本文分別就「宇宙形上論」、「生命實踐論」比較無形金丹、內丹、外丹，可以了解到三者不管在天人同構的發展趨向以及爐鼎、藥物、火候的實踐上，有相同處也都有相異處，因此不經選擇的把內丹理論與證驗之法搬到無形金丹，顯然流於粗率與偏頗，應該回歸到本師所公開講授的證驗法，自修自證，從理論、實踐到證驗，體系一貫，忠於師傳炁統，方合乎大道常軌。

最後要補充說明，筆者認為本師公開的證驗法屬於「化」的境界，是無形金丹已煉到一定火候的標準，但對於許多精進修煉但火候尚不足者，另有「補」的層次，亦有許多可以自修自證的經驗，足以讓修煉者信心不惑，堅持坐下去，此一課題與天人炁功的「靈丹妙藥、表丹、布丹」，都留待日後再行研究。

⁷⁰同註 58。

⁷¹同註 57。

⁷²同註 56。