

淺談修煉封靈

吳福柱(光幸)

天人合一院提供

摘要

修煉封靈是天帝教救劫使者特有的修煉法門，其建立在「法華上乘直修昊天虛無大道自然無為心法」之精神鍛煉總原則。本文說明修煉封靈的基礎在於性命雙修，在性功之修煉方面，本文結合黃帝內經、大同真經、康節夫子、孟子等所言，如何去私欲，明心性；在命功之鍛煉方面，談論內煉精氣神、外煉形體，在修煉過程中並結合天帝教的五門基本功課，做為煉元神的基礎。最後，本文說明直修昊天虛無大道自然無為心法的必備條件，以元神修煉有成，繼而修煉封靈達到身外身的修煉，整個修煉過程本文將其匯整成一個總表，以利同奮的修煉參考。

關鍵詞：封靈、法華上乘直修昊天虛無大道自然無為心法、性命雙修、元神、急頓法門

淺談修煉封靈

吳福柱(光幸)

壹、前言

《寶誥》•〈先天總樞聖誥〉「……遇三期九五之數，普開極樂之法門……」¹，誥文明白告知，天降方便法門於三期浩劫來臨之際。

師尊復興先天天帝教，是為挽救三期末劫。以靜坐號召原人皈宗 天帝，共同為化延三期毀滅浩劫而奮鬥。

天帝教法華上乘昊天虛無大道自然無為心法，因應時代需要傳來人間；由於時間急迫無法在肉身用功夫，因此直接煉神還虛成就封靈，參與救劫行列，化延毀滅浩劫。

古代道家修煉有煉精化氣、煉氣化神、煉神還虛、煉虛合道等步驟，需要長時間來修煉，也需要財、法、侶、地，更要有明師指導傳授，才能依序進行修煉工程，進而達到白日飛昇境界。

然，今日瀕臨毀滅浩劫，已不及於肉體上用功夫，因為有行、清、平、春、康、同之劫運。故而急頓法門因應出現，俾應時代環境需要，修煉封靈的法門。

唯有哀求 上帝大顯神通，才能化延毀滅浩劫；唯有帝教同奮領有救劫天命、握有救劫權柄，才能哀求 上帝大顯神通，化延毀滅浩劫。

天帝教同奮，何期有幸、何期有緣、何期有福，修煉無上上乘大法昊天心法、成就急頓救劫法門，立地成就封靈參與救劫行列。此期毀滅浩劫正是成就仙佛大好時機，因為**劫運造就仙佛才，救劫成就仙佛果！**

值此劫運之際，同奮們發揮「**不為自己打算，不求個人福報**」²大公無私的精神，踵武師尊大慈悲願的宗教家精神，為救劫而奮鬥，積極培功立德，成就封靈回天繳旨，回到 上帝身邊，始能與宇宙共始終，追隨師尊繼續在宇宙為救劫奮鬥。

同奮們！不要錯失機會與時間，歲月不饒人，人在歲月時空之中運行於時間軌道

¹ 《三期滙宗天曹應元寶誥》34

² 《宇宙應元妙法至寶》p42

上，只有往前走，沒有退路，也沒有迴路，把握當今勤修「五門功課」，才不會徒嘆「時不我與」！

貳、同奮基本條件

(一) 勤修「五門功課」：各宗教教徒修持各有不同進修功課。不外使身心靈得到適度祥和安靜，甚而消除心中煩惱，在一般宗教所謂消滅業力牽絆。師尊以其 70 年以上宗教修持經驗，殷切盼望同奮各個心性上有所進步，提出鼓勵同奮勤作「五門功課」。故而言：『靜坐班同奮天天做「五門功課」，自然可以解開先天業緣，因果關係中許多奧妙，只有不斷奮鬥的同奮才能體會』。³

(1) 祈禱誦誥：

發揮人溺己溺的仁愛思想，「不為自己設想，不求個人福報」，大公無私，成就我為人人的實質愛心行動。

(2) 力行廿字真言：

行持自己所認定的「人生守則」兩字，徹底力行其中一字。依據此廿字真言之精神，作為為人處事的方針。上聖高真皆稟賦正氣，具有慈悲心腸、救世救人胸懷。遵行廿字真言的意義內涵，視為做人做事準則，力約自己不逾範，日久月積正氣充塞，自有無形護祐。

(3) 反省懺悔認錯改過：

早晚反省根據「人生守則」所選認其中一字精神內涵，檢視自己一日之中，所作、所為、所言、所思、所見、所聞、甚而內在起心、動念等，一一審視有否合乎「人生守則」，自選 2 個字的內涵與精神。

若無，則需要加強反省懺悔，找出原因，逐漸斷除習性所引起的錯誤，讓自己的心靈清醒覺悟。事實上，反省懺悔認錯改過，是洗滌心中污垢良法，讓自己內心日新又新，回復本來面目。

(4) 填奮鬥卡：

每天記載自己言行舉止，諸如參加祈禱、親和、誦兩誥、力行廿字真言、研究教義、

³ 《宇宙應元妙法至寶》p65

研究教內經典、靜坐、熱心教內服務、參加教內活動、量力財施奉獻等，均為有益修為之舉，進而逐漸提升正氣，使正氣日益充沛。

(5) 靜坐：

法華上乘直修昊天虛無大道自然無為心法，因應劫運而來。《寶誥》•〈先天總樞聖聖誥〉「……遇三期九五之數，普開極樂之法門……」已明白垂示，劫運當前，修煉靜坐已無法在肉體上用功夫，只有在神功上直接煉神還虛下功夫。

而法華上乘直修昊天虛無大道自然無為心法中，配合靜坐必須先開天門、點道、默運祖炁、原靈合體，才能幫助原人，早日修煉封靈，參予救劫行列。

因此按時靜坐，不可間斷。尤其在百日築基期間，若能依照規定進行靜坐紮實基礎，對日後提升境界，將有意想不到的收穫。

慧能六祖曰：「首任首席使者傳世之五門功課心法，實不離『直指人心，見性成佛』可謂『萬法惟心，一道同風』。」⁴可見「五門功課」與佛家修持，有異曲同工之處。

(二) 基本信念（以師尊一生行儀為例）

(1) 信：絕對信仰 上帝。

師尊行道 70 年來，堅決信仰 上帝。絕對忠誠於 上帝。

(2) 願：發大願、立大志。

民國 69 年 12 月 21 日， 天帝頒詔，特准先天天帝教重來地球，在蓬萊寶島復興，應化人間。並派師尊為 天帝教教主。師尊聆詔，惶恐萬分，以復興先天天帝教，旨在行道救世，本教在天上既係 天帝立教，人間無人有此資格擔任教主，願有生之年，不拘名位，為帝教效命，跪地痛哭，懇辭教主一職。

同年 12 月 27 日， 天帝再度頒詔， 天帝自任教主，位居無形遙控，人間不再設教主。

因而改派師尊為「天帝教駐人間首任首席使者」，「作宇宙之先鋒，奠人間之教基」，以台灣為起點，弘揚 天帝真道，呼籲世人急起從根自救，邁向精神重建、道德重整。負起兩大時代使命：

⁴《第三期傳道傳教使者訓練班聖訓錄》p63

一、化延核戰毀滅浩劫。

二、確保台灣復興基地。

【 天帝詔命：

樞機院恭錄

謹按

天運庚申公元一九八〇年民國六十九年十二月廿七日

李特首相降於凌霄直轄寶殿

宇宙大主宰玄穹高上帝天帝教教主御旨頒佈詔命：

晉封道統第五十五代天人教凡間教主李卿極初為

天帝教駐人間首任首席使者

傳佈宇宙大道

窮究天人文化

化解核戰毀滅之浩劫

再造和平統一之中國

力行三種奮鬥

促進三期大同

奠人間教基

作宇宙之先鋒

曉知三界十方

一體秉諭遵行

敬維

首任首席使者天命昭然 謹公佈受詔真相流傳後世永垂典範】⁵

（天帝教復興後師尊修煉兩位文武首席封靈，詳《天曹應元寶誥》）

(3) 行：身體力行。

師尊自皈依天德教蕭教主，以身許道一門深入，舉家西遷精神開發大西北，攜眷棲隱華山，看守西北門戶，以天人親和，完成《新宗教哲學思想》。

蕭教主歸證，拜命陞座天人教主。抗戰勝利，完成 上帝賦予「第一天命」。

⁵ 天帝教網頁線上書房〈首任首席使者篇〉

接著，聖諭中國將出現更大變亂，命往蓬萊仙島，確保台灣復興基地，展開「第二天命」。

隨後，闡揚宗教哲學思想，持誦「皇誥」、《寶誥》，哀求天帝教重來地球，化解波斯灣風雲，負起兩大時代使命，力行「第三天命」。

繼而赴日本富士山擴大祈禱，化解人類毀滅危機，並於洛杉磯舉辦祈禱大會，一路悲願宏深。閉關百日，煉成「鐳炁真身」，更精實救劫力量。

第二個時代使命中，分設輔翼組織，各有獨特建樹，培植堅貞幹部，訓練弘教專才。力言確保台灣復興基地，兩度致函鄧小平，呼籲放手乾坤一擲。最後更不忘「中華一家」，乃至聖靈歸晉金闕。⁶

師尊一生行儀，足以讓同奮踵武腳步，修道南針。

(三)：靜坐班結業同奮奮鬥方式⁷

1、犧牲奉獻：出心，貢獻智慧。出力，貢獻勞力。出錢，量力輸財。

2、真修實煉：

(1)：培養正氣，切實做好四門基本功課。

(2)：鍛煉精、氣、神；即靜坐修持。

參、修煉封靈基礎

靜坐是修煉的一種方法，然而靜坐要有成效，需要配合時代需求的法門，才可發揮功效，因此，法華上乘直修昊天虛無大道自然無為心法是唯一直修煉神還虛最快速的法門。

(一) 修煉封靈的基礎，建立於性命雙修。

(1) 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。⁸

⁶ 同5

⁷ 《宇宙應元妙法至寶》p6

⁸ 《宇宙應元妙法至寶》p23

一般人都認為，人不自私，天誅地滅，此純為濃厚私心。修道人應將私心、名利心、功名利祿之慾念心，逐漸淡泊。

罪惡之源，因為有我。凡人之我，充滿私慾，此為污垢靈性主因。為使心性靈性清潔光明，人必須使心性逐漸遠離慾念污垢。

如何去除慾念污垢？唯有經過反省懺悔、認錯改過，找出造成錯誤的原因，再以「人生守則」洗滌意念，逐漸清除污垢、回復本來面目。直到將心煉到不動心，見到可欲不動絲毫念頭，才是真道心。

煉心，煉到無感於外在的功名、利祿誘惑，欲達此境，首先必要格物致知。

格物致知、才有知，才可以明辨是非，以何為尺度？唯以「**人生守則**」作為「知」的衡量標準；障道之因，心惑於慾望，困於私欲，迷於肉體七情所陷，「人生守則」正可剝離迷惑、私欲、七情等所引之障礙，依「人生守則」內涵精神規範自己的內在與行為，日日改過、日日漸新，藉「人生守則」修心養性逐步走向聖賢之路。果若人人皆為聖賢，世間天下太平，才會有機會大同世界。

道在身中，道在心中。煉心唯有無以為名、無以為道的境界，才能入於道中；在道中進入無所謂道，進而無可名道。

再者，《黃帝內經》說：人之七情六慾，未能達到協調平衡，身體的氣隨之而有所變化，身體五臟六腑就有不同生理現象的反應，對人體有損害。⁹

《黃帝內經》談及七情：喜、怒、憂、思、悲、恐、驚是屬於心。六欲：見、聽、香、味、觸、意是屬身。¹⁰

說明如下：¹¹

| | | | | | |
|----|----|------|----|----|------|
| 五臟 | 肝 | 心 | 脾 | 肺 | 腎 |
| 傷 | 氣血 | 氣緩 渙 | 氣結 | 氣消 | 氣下 亂 |
| 五志 | 怒 | 喜 | 思 | 憂 | 恐 |
| 對治 | 憂愁 | 驚恐 | 怒 | 喜 | 思慮 |
| 五行 | 木 | 火 | 土 | 金 | 水 |

⁹ 《黃帝內經養生解全》p121

¹⁰ 同上p121

¹¹ 同上p127

上表說明，五臟引起不同心理情緒時，所產生傷害與對治方法，其目的在於使身體五臟維持氣的平衡，使營氣運行順暢。

《大同真經》曰：「心氣相志 心志以道 是氣曰道 心志以厲 是氣曰厲 心志以昏 是氣曰昏 氣志心神 是以不清是心 不寧是心 其宰是心 即心是神」。¹²煉心、調氣、調治心志，主宰氣之變化乃在於心，亦是在神。

師尊曾說：「喜、怒、哀、樂，過即不留」¹³，若留在心中是一種負擔，傷氣。

因此，煉心功夫，就是要達到一心不亂。一心不亂，七情則有節、六欲則不起。七情有節、六欲不起，見可欲而不動心，念欲之際，敏而察知，一轉念將化邪為正。一心不亂其氣則平、則正，不偏不邪，才能產生正氣的作用。

故而《孟子》·〈公孫丑〉上（二）說「其為氣，也配義與道；無是，餒也。是集義所生者，非義襲而取之也；行有不慊於心，則餒矣。」、「必有事焉而勿正，心勿忘，勿助長也」¹⁴。其意言明：「行有不慊於心，則餒矣」。

師尊教導同奮反省懺悔，在於藉廿字真言之力行，心以配道、以長正氣；正氣於焉充塞與體行生活中。

〈康節夫子〉曰：「修道養性，患在不明心性，去私欲，明心性。任至誠，則無所不適。」¹⁵

另外，《唱道真言》說：「靜以養心，明以見性，慧以觀神，定以長氣，寡欲以生精，致虛以立意，此要訣也。靜則無為故心清，明則不昏故性見，慧則能照故神全，定則常存故氣舒。寡欲則一元固，故精生；致虛則萬緣空，故意實。此要訣中之要訣也」¹⁶

《孟子》所謂「存其心，養其性」¹⁷是也，以氣合神，操持為要；所謂「持其志，無暴其氣」¹⁸是也，以精合神，清虛為本¹⁹；所謂「養心莫善於寡欲」²⁰是也。

¹² 《天人日誦大同真經》p12

¹³ 《宇宙應元妙法至寶》p38

¹⁴ 《新譯四書讀本》孟子公孫丑篇p 368

¹⁵ 《第六期師資高教訓練班聖訓集》p 87

¹⁶ 《唱道真言》卷一

¹⁷ 《新譯四書讀本》孟子盡心章句（一）p 601

¹⁸ 《新譯四書讀本》同上公孫丑上（二）p 367

¹⁹ 《唱道真言》卷一

²⁰ 《新譯四書讀本》孟子盡心下（三十五）p 652

由此觀之聖賢之輩，先以明心、養性、淨心、正心、潔欲、養正氣為入手。煉心即是養正氣，因心氣相關。

(2) 命功：內煉精氣神、外煉有形體之鍛煉。煉精化氣、煉氣化神。²¹

1：外煉有形體之鍛煉。

修煉首重於有肉身上的精、氣、神，因有精、氣、神存在，始能內化能量。(死後即無能為力²²，因為沒有精氣神，沒有上藥三品、精與氣神，可以煉精化氣、煉氣化神)

一般人所謂精力旺盛，不僅是體力，另包含精力、腦力等。身體是小宇宙，配合天體運行，在 24 小時之中，進行身體各種機能，進行排毒、消化系統、造血系統、經絡運行營氣、衛氣功能，產生保護身體陽氣，減少邪氣侵擾，主要在於維持肉體生理機能的運行，展現人生命現象，發揮人在世上的功能與作用，直至生、老、病、死，肉體機能發揮到最後一刻。

但是，人可利用各種方式、方法學習到養生、長生，甚而成仙等之方法，首先就要保養身體的機能，維護五臟、六腑器官功能生命。

黃帝到崆峒山向廣成子問道，告知曰：「必靜必清，無勞女形，無搖女精，乃可以長生。目無所見，耳無所聞，心無所知，女神將守形，形乃長生。慎女內，閉女外，多知為敗。……」²³此為說明養生在於固葆精、氣、神。

《黃帝內經》說：「寅時自手太陰肺經開始，卯時注于手陽明大腸經，辰時注于足陽明胃經，巳時注于足太陰脾經，午時注于手少陰心經，未時注于手太陽小腸經，申時注于足太陽膀胱經，酉時注于足少陰腎經，戌時手厥陰心包經，亥時注于手少陽三焦經，子時注于足少陽膽經，丑時注于足厥陰肝經，週而復始。」²⁴規律的生活，在於養生、保養生命的能量，符合于宇宙天行健君子自強不息。

《黃帝內經》云：「余聞上古之人，其知道者，法於陰陽，合於術數，食飲有節，起居有常，不妄作勞，故能形與神俱，而終其天年，度百歲乃去。」、「今時之人不然也，以酒為漿，以妄為常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持滿，不時御神，務

²¹ 《宇宙應元妙法至寶》p 23

²² 《宇宙應元妙法至寶》p77

²³ 《新譯莊子讀本》在宥篇第十一p172

²⁴ 《黃帝內經養生全解》p299

快其心，逆其生樂，起居無節，故半百而衰也。」²⁵

「開其兌，濟其事，終身不救。」²⁶一個人若不能懂得養生，依照生理時鐘進行一日生活的調節、休息、活動、睡眠，消耗自身的精、氣、神，超過體力勞動時間，形體終至漸弱，直到衰老、元氣盡耗，無法享天年，殊為可惜。

所以在外鍛煉有形體，日常生活起居，必須要依照日出而作，日落而息，早睡早起，吃飯定時定量，多喝水、多運動鍛煉身體，少吃油膩、少吃鹽、少吃甜食，讓身體血液循環運行順暢，血管內少油垢，免除腦充血中風等現象。

因此，飲食口欲對身體健康及心性關係至大。如：崇道真人慈示：「由口齋心齋，以誠敬清敬之心，配合無形應化。食之滿足容易，欲之調伏難矣！先以飲食的節制作為修心的入門功課。」²⁷日常生活飲食一環，影響心性關係，由此可見一斑。

另外《道德經》曰：「塞其兌，閉其門，終身不勤。」²⁸；「耳目口三寶，固塞勿發揚」²⁹亦在說明節用精、氣、神，養生之法著重於精、氣、神與耳、目、口之間關係。

天人教主傳示：「少思寡欲」則可「養氣」、「持氣」。以正大光明之心，養浩然正氣。保持「心正、意誠」念念中正、心心清淨、心平氣和，隨而偶安，少耗氣、不動氣³⁰。鍛煉精、氣、神，必須以此而為之。

《唱道真言》曰：「凡人情欲未斷，則精是陰精，非陽精也；氣為陰氣，非陽氣也；神為陰神，非陽神也。何以精為陰精？凡身中之火為情欲所發，此為陰火。精為陰火所灼，則命門之精隨火而泄，是以陽精無形，陰精有質。何以氣為陰氣？——何以神為陰神？神本陽也，被七情六欲驅遣，陰精陽氣埋沒在下，如一塊炭火置之冰窖之中，熱不能勝寒，陽不能勝陰，君子不能勝小人也。總而言之，精氣神為先天之物，則件件皆陽；為後天之物，則件件皆陰。」³¹

老祖宗秉承前人留下之智慧，經過實際生活運用得之，將其經驗、智慧累積，留傳後世，後人步行其腳印，落實養生之道，保足精、氣、神，運用於修道靜坐，始能開創新生命。延續文化精髓的傳承永續不斷，可謂用心良苦。

²⁵ 《黃帝內經養生全解》p41

²⁶ 《新譯老子解義》道德經 第52章p331

²⁷ 第三期傳道傳教使者訓練班聖訓錄p93

²⁸ 《新譯老子解義》道德經 第52章p331

²⁹ 《周易參同契》第66章p123

³⁰ 第三期傳道傳教使者訓練班聖訓錄p101

³¹ 《唱道真言》卷二

靜坐修道，除養生、保生之外，更要注重調和情緒與七情六之間的關係。外煉有形體，配合宇宙（為一大天）與小宇宙（人為一小天）之間調和性。淡化個人私慾，減化個人的俗念，由多而少、甚而至無，由濁而淨、而潔。以人心而應天心，逐漸由後天關係轉化為先天的本質。如唱道真言所言：「斷除情欲使精、氣、神，由陰性而轉為陽性」。

2：內煉精、氣、神。

靜坐方式，以法華上乘虛無大道自然無為心法為之。先行修煉自己「凡靈元神」「煉魂制魄」就是以正氣力量，修煉人身本有之元精、元氣、元神，以助煉神還虛之功，而奠修煉封靈之基。³²

〈玉皇心印妙經〉曰：「上藥三品，神與氣精」³³。唱道真言：「心靈則神清，神清則氣凝，氣凝則精固」³⁴。

精、氣、神三者實為一、不可分。順者，神化氣，氣化精。逆者煉精化氣、煉氣化神。故而命功之鍛煉在於節勞、節欲，適時活動與休息，進而配合道家正規修煉方法，保精保氣保神，固精固氣固神，養精養氣養神，補精補氣補神，化精化氣化神。³⁵

若能配合性功的修煉，始知性命合一。

師尊說：修道人大忌即在「漏」，只有希望「少漏」、而至「不漏」³⁶。《周易參同契》第 89 章「引內養性，黃老自然。合德之厚，歸根返元。盡在我心，不離己身。抱一毋舍，可以長存。」³⁷

又第 66 章「排却眾陰邪，然後立正陽。修之不輟修，庶氣雲兩行。」³⁸修道心正，則氣正，排除心思與體內之汙濁之氣，成為陽氣。持續不斷，行持日久，自然正氣、陽氣，周佈全身，其功在於不斷與不漏。

世上只有人類特有三寶：精、氣、神，打坐即在「鍛煉精氣神，創造新生命」，先天之精、氣、神是元精、元氣、元神，從母體中先天帶來。³⁹

³² 《宇宙應元妙法至寶》p24

³³ 《玉皇經》今注今譯p47

³⁴ 《唱道真言》卷二

³⁵ 《天帝教法華上乘正宗靜坐基礎教材》p30

³⁶ 《宇宙應元妙法至寶》p45

³⁷ 《周易參同契》第 89 章p174

³⁸ 《周易參同契》第 66 章p 123

³⁹ 《宇宙應元妙法至寶》p 44

最上乘的修煉法即在修煉元精、元氣、元神。傳統上總離不開後天的凡精、凡氣、凡神，首先即開始從煉後天之陰精下手，由後天返先天，從有形還無形的功夫。⁴⁰

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。性功修煉到不動心自然可以靜到極點，所謂「虛極靜篤」生理與心裡的狀況。就會出現「真火」⁴¹。

師尊說：「一切放下，放下一切，一切不想，不想一切」，才能真火發動，心靜則陽生，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，全是自己體內陰陽水火自己裁接調和，根本不用身外的陰陽。⁴²

先天一炁玄福子聖訓曰：「昊天急頓心法則是強調個人精神上之煉靈功夫，只要煉精化氣煉氣化神，二階段呈現 30%道功熱準程度。則即刻可進入『直修』煉神還虛階段，靈身（凡靈）凝結無形金丹；最後可直接恩受教主 上帝詔封，而告證道，成為法身，此乃急頓心法殊勝之處。」⁴³

天人教主傳諭曰：「加強命功鍛煉，多做性功煉心，性命修雙管齊下，再修神功。奠定凡靈修煉封靈之基礎。」⁴⁴

（3）神功：煉神還虛，煉虛合道。

修煉救劫急頓法門首先要煉「凡靈元神」「元神」就是「凡靈」（凡夫俗子之靈魂），此與天上之「原靈」相對應，有別於佛家中「識神」及一般人所稱之「陰神」，煉元神是修封靈的基礎，主要再加強鍛煉命功。⁴⁵

煉元神步驟，詳《宇宙應元妙法至寶》頁 69。鍛煉元神的方法，最重要的是須得助於先天之炁（靈陽真炁祖炁）加以溫養，還有原靈來相助，可使凡靈元神逐漸堅強壯大，一旦修煉成形，且能有與肉體相像的形態與面目，出現身外之身，在無形發揮應化力量，加速封靈修煉的成長。⁴⁶

要修煉元神有成，必須勤修法華靜坐。在勤修苦練奮鬥過程中，昊天有一股正氣力

⁴⁰ 同上P 44

⁴¹ 同上P 47~48

⁴² 同上P 47~48

⁴³ 《第四期師資班高教班聖訓錄》p 238

⁴⁴ 《第六期師資班高教班聖訓錄》p 222

⁴⁵ 《宇宙應元妙法至寶》p68

⁴⁶ 《宇宙應元妙法至寶》p69

量（默運祖炁、真炁）加持於你的元神。⁴⁷

1：修煉元神有成，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）。⁴⁸具備以上之條件方足以繼續修煉封靈。

肆、直修昊天虛無大道自然無為心法⁴⁹

（一）心理狀態：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）生理狀態：修持不用思毫人為的力量，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祖炁，一經調和，聽其自然運化。

（三）靜坐心理狀態：經常保持將睡未睡，似覺不覺身心放鬆的心理狀態。此為依據自然法則而修煉。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，促成救劫急頓法門，修煉封靈，早日成就身外之身。此說明直修的特點，在於「自然無為」一切靜坐修持之中，所有鍛煉過程與各階段的變化現象，均不著重於人為作用。

修煉封靈方法：⁵⁰

1：發大願力，引來先天一炁配合自然無為心法，勤參法華靜坐。

發大願，立大志，就能充滿正氣，使得心胸開朗，容天、容地、容萬物，然後靜下心來，可以引來先天一炁（靈陽真炁、祖炁）加以調和運化。同奮修煉昊天心法救劫急頓法門，只要真正肯立大志、發大願，一定可以了斷生死，永不輪迴將來到帝教總殿，和師尊一起「作宇宙先鋒」。

2：奉行四門功課，信心不惑，以自我突破。

所謂信心不惑，即是絕對的信仰上帝，沒有一絲一毫的疑惑（將信將疑、懷疑），經得起打擊磨考千磨萬考，始終不退志，在日常生活中以四門功課不斷奮鬥，一心不斷奮鬥，一心不亂朝著目標努力，最後達到適切配合的熱準「心誠則靈」，自然可以突破

⁴⁷ 同上P79

⁴⁸ 同上P26

⁴⁹ 同上P24

⁵⁰ 同上P69~71

自我的束縛。(不受五行限制)

3：誠心誠意持之有恆，不懼任何困難，堅持到底，完成上天所交付的使命。

《宇宙應元妙法至寶》頁 69-71

同奮日常奮鬥過程中，須有：恆心、誠心、信心、耐心、勇猛心、精進心，凡事持之有恆，不怕磨考和道考，積極向上，發揮正氣的力量，在人道上以不變應萬變，自然可以完成天命。救劫急頓法門修煉方法還是要依照天帝教教綱所訂：奮鬥初乘、平等中乘、大同上乘，循序而修。同奮最後，人人才可以造就人中仙佛。

救劫急頓法門的關鍵階段，就是在上坐煉元神之後，扣手印開始靜坐，進入「自然無為」，不用絲毫人為的力量與意識，然後漸入「定靜忘我」的境界。⁵¹

為道日損，為學日益⁵²。為道日損，損己欲與多慮，使心趨於平靜、寂空，進而有妙。

忘我之前，要先能「一切放下，放下一切；一切不想，不想一切」⁵³。心逐漸靜、定，與時日進，自然在虛極靜篤之下，進入渾渾噩噩的狀態，逐漸感到手、腳、身體整體消失，只覺「一靈常照」⁵⁴（隳肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘）⁵⁵。

無形之中氣機仍在隱隱發動，陽氣上昇，得到靈陽炁氣的加持，在任、督脈中排出陰濁之氣，自自然然在周天運轉，開關通竅，盡入形神俱妙的境界，然後才能促進救劫急頓法門，修煉封靈，成就身外之身。⁵⁶

修煉封靈的要訣就在對五門功課「**持續不斷**」的奮鬥⁵⁷。以及效法師尊「奮鬥精神」，要向自己不斷奮鬥，把握本較特殊的機緣，持續不斷地奮鬥，最後您們修煉的封靈一定會成功，立地成為人間仙佛，您的封靈便是您的身外身，來往天上人間，負起無形應化有形的任務，完成您們的天命，可以了斷生死，永生共存。⁵⁸

伍、結 論

⁵¹ 《宇宙應元妙法至寶》p72

⁵² 《新譯老子解義》P309

⁵³ 同上P73

⁵⁴ 同上P74

⁵⁵ 《新譯莊子讀本》大宗師第六P117

⁵⁶ 同上P74

⁵⁷ 《宇宙應元妙法至寶》p79

⁵⁸ 《宇宙應元妙法至寶》p80

今逢三期劫運，才有方便法門，唯有帝教同奮參予救劫行列，才能享受到特殊急頓修煉法門，成就封靈參予無形救劫之運作。

「**法華上乘直修昊天虛無大道自然無為心法**」直接煉神返虛修煉功夫之法，但先前之準備條件，則建立在「**性命雙修**」的功夫之上。煉心與形體內外的鍛煉，若無法達到相互性配合的進展，對煉神返虛的幫助將有所影響。

「**不動心**」「**健康身體與充足的精氣神**」是修煉「**元神**」的基本要項。進而持續「**不斷**」五門功課的修煉，「**不漏**」（心思、意念、欲望以及精、氣、神）保持已回復「**元精、元氣、元神**」修煉的元素，早日成其大功。

效法師尊的宗教家大慈悲心、發大願，激發潛意識的內在精神力量，發揮「**不為自己打算，不求個人福報**」的宗教徒的犧牲小我、完成大我的精神，以真誠的心，逐步完成自己所訂定的奮鬥目標（人道上的時間安排與修道時間的進程目標），奉獻心力智慧弘揚教化工作，以感召更多的有心人（原人）共同完成救劫的工作與宗教的時代使命。

化延毀滅劫運，再造人間極樂世界，讓人類的生命能得延續，更有寬闊生存的空間。轉化人心趨於祥和，人類和平共存於地球上。共創自然中的生命內涵，使自然生命的意義，充實於宇宙之中。

有以上培功立德、進德修道充足內涵，加上真修實煉，自助於堅實信心之基礎，靜坐以真修為自我要求，以功德為輔，步步為營一步一階。不懼艱苦，堅定於對上帝的信心，以至誠的信念貫徹師尊所教導的修道功課，自我要求完成時代使命所賦於的救劫與弘教工作。

人生短暫，轉眼年輕變老人。時代的巨輪往前不退回，時間的巨河一去不復返，惟有把握機會與時間，相信師尊所傳授修煉方法，堅持到底，在此生自可達到成就封靈。

參考文獻：

（壹）參考書目

1. 《宇宙應元妙法至寶》 帝教出版社 1992年5月出版 帝教書刊
2. 《新譯周易參同契》 三民書局印行 2007年1月二版一刷 注譯者劉國樑
3. 《黃帝內經養生全解》 商周出版公司 2011年1月17日出版 10.5刷 作者張其成
4. 《新譯老子解義》 三民書局印行 2005年出版 七刷 吳怡著
5. 《新譯四書讀本》 三民書局印行 2003年五版 四刷 謝冰瑩等編譯
6. 《新譯莊子讀本》 三民書局印行 2007年初版 二刷 張松輝注譯
7. 《天帝教法華上乘正宗靜坐基礎教材》 天帝教出版有限公司 天帝教極院編輯 2005年再版
8. 《第四期師資班高教班聖訓錄》 教訊雜誌社帝教出版社 1994年12月1日初版
9. 《第六期師資班高教班聖訓錄》 帝教出版社出版 天帝教教訊雜誌社編印 1998年7月初版
10. 《第三期傳道傳教使者訓練班聖訓錄》 帝教出版社出版 天帝教極院編輯 2003年6月初版

（貳）使用網頁

1. 《唱道真言》 www.tianyabook.com/zongjiao/daojiao/028.htm

（參）參考經典

1. 三期滙宗天曹應元寶誥 天帝教始院 民國85年2月印
2. 天人日誦大同真經 天帝教始院頒行 民國87年6月重印

