

天人實學之「性功、命功、神功」內涵研究 —《唱道真言》的丹道思想

胡其楨(緒勵)

摘 要

本文以「自然之道」與「自然之丹」為架構，梳理《唱道真言》之思想脈絡，談論先性後命的自然無為丹法，並介紹天帝教靜坐的氣化理論，與《唱道真言》的丹道思想作會通與探討。最後，歸結「自然為宗，無為為法」之自然無為頓法，為中國正宗靜坐源起自伏羲、神農、廣成子、天真皇人、黃帝、老子一脈相承的道統正宗。

關鍵詞：先天性體、玄關一竅、真陽、煉丹、結胎、沐浴，抽鉛添汞

天人實學之「性功、命功、神功」內涵研究 —《唱道真言》的丹道思想

胡其楨(緒勵)

一、前言

《唱道真言》成書於清代，乃是一部專門談論道家丹道修持的著作。據書中記載，該書是由青華帝君於無形所傳示，人間由鶴臞子以天人交通方式侍錄而成，在浩瀚眾多的丹經道書中，《唱道真言》被認為是道教煉心方面的名著。涵靜老人生前傳習靜坐，從不鼓勵弟子參讀丹經，認為丹經滿紙陰陽五行，後學者容易受其誤導而迷亂，不得其助而反受其害，但唯獨推薦這本《唱道真言》鼓勵弟子研讀，蓋因其直指丹道之真詮——煉心，為「千聖總途，萬真要路」，與涵靜老人道統傳承之昊天心法相互一貫。

本文先以《唱道真言》內文所言之「自然之道」與「自然之丹」為架構，對《唱道真言》之思想內容作一梳理，希望能以較簡單清楚的方式呈現出《唱道真言》的思想脈絡，是故對於內文中有關煉心修持的精華部份並未多作陳述。之後，則以天帝教靜坐的氣化理論來與《唱道真言》的丹道思想作會通，希望能從兩種不同的丹道理論表述中，以交叉比對的方式，能更清楚的認識兩種丹道理論所要表達的意涵。最後，再從兩種理論內容的差異中探討天帝教靜坐法門之「點道」、「默運祖炁」、「原靈合體」的特殊意義。

二、唱道真言的丹道思想

(一) 丹道的由來

《唱道真言》認為丹道的產生是上古聖人有感於眾生陷溺，執著於物質現象，對於大道虛無的境界，不能有直接之體悟，故以煉丹立說，藉用丹道之權巧以接引眾生返回虛無大道。

上古聖人，憫人之不能及于無為也，故教人煉丹，使之從無為中討出有為¹。

¹ 《唱道真言》卷三。

上古聖人，著書立說，未嘗著一丹字。丹之說，起於漢代。蓋上界高真，憫衆生之陷溺，故以煉丹之說，引而掖之於道。後世之人，遂分爲性命兩宗²。

上列引文與老子「大道廢，有仁義³。」的思想相近，皆認爲人心日漸迷執，不能體悟大道無爲，聖人基於慈悲，便利用有爲的方法（丹道、仁義等），在不離道之根本的原則下，來做輔助性之引導，使人得能日趨於無爲的大道。然而歷史的發展卻往往是「智慧出，有大偽⁴。」當有爲的權巧方法出現，世人往往圖利於有爲法的近效，卻丟棄了根本之大道，然後又以盲導盲，以致各種有爲的方術紛紛雜起，迷惑世人，故《唱道真言》又說：

太上度人以道，不聞以丹；神仙度人以丹，未嘗離道。其他小小羽流，便誇秘傳。自古以來，未有以術度人，而可以長生不死，解脫諸趣者。延年卻病，理或有之⁵。

也就是說只有大道才能助人解脫生死而獲長生，有爲之術雖效用具體，不過頂多能有延年卻病之效，不能使人得道長生。因此，能夠不離失根本大道的丹術即稱「丹道」，此爲《唱道真言》主要傳達的思想內容，因此，又說：

上古聖人千言萬語，只教人惟道自務。苟明于自然之道，則明于自然之丹矣⁶。

這裡告訴我們，只要明白「自然之道」，就自然知曉「丹」之內涵，以及「煉丹」的方法。那麼什麼是「自然之道」？什麼又是「自然之丹」？「自然之丹」如何取法「自然之道」？這些問題將在下文中進一步引說。

（二）自然之道

《唱道真言》如何說明「自然之道」？

1、道體虛無：道者，虛無之體也。虛無不可立名，故聖人強以道名之。虛生一，一生萬；萬還一，一還虛⁷。

2、道即太極：道莫大於太極，而丹象之。……清虛洞玄，洪蒙一氣，道之體也⁸。

² 《唱道真言》卷五。

³ 老子第十八章：大道廢，有仁義；智慧出，有大偽；六親不和，有孝慈，國家昏亂，有忠臣。

⁴ 同上。

⁵ 《唱道真言》卷四。

⁶ 《唱道真言》卷三。

⁷ 同上。

- 3、太極生天地：夫太極之生天地也，陽升於上而為天，陰降於下而為地；故煉丹者，當知未有天地之先，如何是個太極。太極者，清虛無為之體也。未有形聲氣數之時，有靈之至而神之極者，太極是也⁹。
- 4、陰陽為道之用：易曰：一陰一陽之謂道。一陰一陽，道之用也。若道之體，則無陰無陽，而為陰陽根。故曰太極未有陰陽，陰陽者在兩儀將判之時乎¹⁰！
- 5、無極即太極：無極太極何以分？此中有個玄關一竅，此無極太極所由分也。無極即是太極，此不易之論也。吾只言太極，不言無極，意蓋如此¹¹。

由上文（1）至（5）項之引文中，我們可以對「自然之道」作如下之認知：

「自然之道」可從「道之體」與「道之用」二層來認識。天地創生之前「清虛洞玄，洪蒙一氣（炁）¹²」，其狀靜虛之極，是陰陽不分的單一絕對狀態，此為道之體，又稱無極。當靜極而動，在將動而未動之霎那，是所謂「動之始」的狀態，是一（一畫闢洪蒙）而未生二¹³（分陰陽），則稱太極。太極之後則分陰陽二氣（一生二），陽氣清輕上升化為天，陰氣濁重下降凝為地，進而陰陽二氣自然引合相交（二生三），然後化生萬物，此為道之用。當動極則返靜，陰陽二氣自相交而至相融（沖氣以為和），最後合和為一，返本還原，逆返虛無。如此「虛生一，一生萬；萬還一，一還虛。」透過自然之力的運作，自然之道即在此一往一返，一順一逆，一闢一闔之運作過程中，完成整個造化循環。

（三）自然之丹

自然之丹即是取法自然之道，運用自然之力而成就長生大道之丹法；換句話說，就是運用自然之力，透過精神與肉體交相鍛煉的過程，使二者相互化合成胎（丹），並經過不斷精煉後脫胎（脫離軀殼）、陽神沖舉，成就能夠長存宇宙並在宇宙中來去自如的新生命。

⁸ 同上。

⁹ 同上。

¹⁰ 《唱道真言》卷二。

¹¹ 同上。

¹² 如要對表述名詞作進一步的細部區分，此處所指應是尚未落入後天，未有陰陽相對之先天「炁」，而「氣」則代表後天，已有陰陽之分。

¹³ 老子第四十二章：道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。

1、人身一太極

自然之丹的關鍵基礎即在取法自然、運用自然。因此，要了解自然之丹，首先必需先明白自然之道在人身中如何展現。

太極者何也？曰混沌以來，一粒金丹也。生天生地之後，太極無乃煥然而散乎？曰太極可以變化，一變而為萬，萬具一太極。萬化而為一，一仍一太極也。此太極也，大則包天地，小則入芥子¹⁴。

若曰太極生天地，天地分而太極遂判似也；然天地判，太極未嘗判也。太極渾淪，原如未生天地以前。中庸曰：語大天下莫能載，太極包乎天地之外也；語小天下莫能破，太極入乎萬物之中也。合之天地，同一太極，分之萬物，各一太極，而太極何判之有？然陰陽判而為天地何耶？曰：此太極之用，而非太極之體也；陰陽者，太極之用也。天地之外，天地之內，猶太極包涵貫注者也¹⁵。

因為「合之天地，同一太極，分之萬物，各一太極。」因此，人身亦為一太極，自然之道在人身中之展現就如同在天地間之展現一般，也就因為這樣的道理，所以自古以來，在中國哲學中有所謂「天為一大天，人為一小天」之天人同構說法。

2、太極即丹

丹者何也？人中之太極也。一身可分為萬身，萬身仍合為一身。猶太極之一而萬，萬而一也¹⁶。

丹，太極也。無極即太極也。一而二，二而一也¹⁷。

丹本無形，未嘗無物；分合無端，變化莫測。可分之而貫通於周身，可合之而靜藏於一竅。一變而成象，再化而為虛。鬼神莫喻其機，天地莫窮其妙。「神無方而易無體」，其神丹之謂乎¹⁸！

對於「丹」之認知，《唱道真言》明確的指出，所謂的「丹」也就是人身中太極的另一代名詞：其動則分之而貫通於周身，主宰人身之生命活動；其靜則合之於一竅（玄

¹⁴ 《唱道真言》卷一。

¹⁵ 《唱道真言》卷二。

¹⁶ 《唱道真言》卷一。

¹⁷ 《唱道真言》卷二。

¹⁸ 《唱道真言》卷三。

關一竅¹⁹)，體現太極之虛無本體。然而依此說法，則必需面對一個問題：人身既是一太極，而太極又是丹，那麼丹豈不是現成於人身之中，幹嘛還需要去做煉丹與結丹之功夫？對於這個問題，在上文中言及太極有「體」與「用」兩個層面，在「用」的層面是一順一逆的作用循環，也就是說「虛生一，一生萬」是太極由先天「無」的本體狀態作用至後天「有」的生命現象，這是順生的過程；而「萬還一，一還虛。」則是由後天生命現象返歸先天的本體狀態，這是逆返的過程，而「丹」主要就在強調太極的逆返過程。另外，我們也可從「丹」的字形上來看出這方面的意義，「丹」之字形有「日」與「月」兩字形結合之象，而日與月分別代表陽與陰，這也透露出「丹」具有從陰與陽的相互對立作用狀態到合融為一的逆返意義。因此，在《唱道真言》第二卷中有段文字表示如下：

故結丹者，還太極之體則丹成矣。……丹者，單也。惟道無對，故名曰丹。天得一以清，地得一以甯，穀得一以盈，人得一以長生。一者單也，故吾解之曰單一之義。……然則太極其一乎？其單乎？人身件件皆偶，反乎單則丹矣。所以反乎單之道何在？曰：致虛守寂則反乎單矣²⁰。

在認識了「丹」之涵義後，接下來就要進一步了解「結丹」之法。對於結丹之法，其實在上引文中已經明白指出——「反乎單之道何在？曰：致虛守寂則反乎單矣。」

3、先性後命

在《唱道真言》中談到結丹之法，「致虛守寂」是一主要關鍵，但並不完整，在下列一段引文中可概略地了解結丹之法的整體輪廓。

夫吾言玄竅一覺而為太極，亦何與結丹？不知人見得玄關一竅時，則至虛至靈之物，完完全全在我方寸。此完完全全者，太極是也，煉神之太極。有此太極，使陽升于上，陰降於下，結而為丹，猶太極之生天地也，煉形之太極也²¹。

《唱道真言》將結丹之法分為「煉神之太極」與「煉形之太極」兩個階段，「煉神之太極」亦即前段所提「致虛守寂」之義，也就是一般通稱之「性功」。當「性功」達到「煉神之太極」時，則會啟動「煉形之太極」之運作，也就是所謂的「命功」。由此也可得知《唱道真言》的丹道思想是先性功而後命功的性命雙修法，這樣的論點，在文中多次的強調：

¹⁹ 參見下文玄關一竅。

²⁰ 《唱道真言》卷二。

²¹ 《唱道真言》卷二。

仙家濟度衆生，先要人見了長生不死之性，而後修長生不死之命，此謂之性命雙修者也²²。

夫煉丹之說，太上原教人以養性爲至，而復命次之²³。

夫升仙之子，始而從事於性心，繼而從事於鼎爐。事有始末，不容倒置；理有輕重，毋可混矣。子能做得聖賢，何患不爲仙佛²⁴？

仙家煉命之學，補元之藥也；煉心之學，去病之藥也。欲要煉命，必先煉性；欲要補元，必疏其雜病而先去之，此一定之理也。是以精修之士，獨重煉心，淘得一點元神如水月交輝，火候到時，胎神圓滿，揭開鼎蓋，跳出輪迴²⁵。

至於先性功而後命功的原因，《唱道真言》說明有二：

（1）先從命功下手，性功未能虛明者，雖然結胎（丹）而出神，所出之神未能純淨，仍帶駁雜陰氣，不能成就純粹陽神（聖嬰），無法真正了斷生死，過個幾千百歲月難免再墮輪迴，而更甚之者則墮入魔道，淪為魔眾。

性命兩字，如玉連環，分解不開。今人修道者，畏性功之難，先從命功下手。沾沾於坎離水火之際，胎既結矣，神既出矣，未能蕩滌塵根，直超無漏，則升騰變化之間，究竟有些滯礙，清虛玄朗之境，不容站著腳根，欲其遊行太虛，境同一虛，難矣；夫人之能斷生死，脫輪迴者，全從性宗了當。於此有未徹，雖嬰兒養得長大，到底是一俗漢，是一頑童。升至半天，恐落下來；或過幾千百歲，難免墮落。何也？不曾曉得虛字，縱使曉得，亦不曾實實到得虛字也。即使先做命功，後歸性學，是留難的在後面。陽神初結之時，胞胎裏必帶些夾雜之氣，非再加面壁之功，恐難磨洗一清。是故先命而後性者，殆欲求速效，連累這孩子，不能成個聖嬰²⁶。

若心地未能虛明，所結之胎，決非聖胎；所成之神，原帶幾分駁雜，猶人氣稟昏濁，多以氣質之性用事。其神雖出，一見可懼則怖生；一見可欲則愛生。殆

²² 《唱道真言》序言。

²³ 《唱道真言》卷四。

²⁴ 《唱道真言》卷五。

²⁵ 《唱道真言》卷一。

²⁶ 《唱道真言》卷二。

將流連忘返，隨入魔道。此身雖死，不知者以為得仙坐化，誰知陽神之一出而不復者，殆不可問矣²⁷。

(2) 自然之丹強調運用自然之力，以自然之力來帶動身體氣機的運作，不摻雜後天人為意識之操作，這樣的方式即稱自然無為。而此自然之力發用之根源又稱先天一意（真意）²⁸，不論丹道中屬命功範圍有關水火之配合、鉛汞之引合，或神功範圍陽神之脫胎等，皆是藉由真意以運轉。然而真意如何產生？則須在靜坐達到無思無念的虛極靜篤狀態，也就是性功達至虛明之境，此時，先天性體（煉神之太極）發露，真意之炁才能產生，所以命功鍛煉之動能全在此真意上，這也就是為什麼要先性功而後命功的原因。

意原于心而成於性，故有真心乃有真性，有真性方有真意。此意謂之先天一意。夫先天物象未形，不露朕兆，安得有所謂意？當夫靜坐之際，一心端坐，洞然玄朗，無渣滓無知識，即先天性體也。從此空中落出一點真意，如太極一圈，而陰陽於此孕；伏羲一畫，而兩儀於此生，故謂之先天一意。以之配水火，引鉛汞，用無不靈。丹道之成，皆此一意為之運用而轉旋也²⁹。

水之所以升，火之所以降，誰為為之？意為之也。意之先無意，意之後無意，只得中間單單一個真意。而采陽結胎，蛻體出神，俱藉之，而煉丹之法盡矣³⁰。

丹家采鉛引汞，亦於心齋坐忘之際，流出一點胎息為之耳³¹。

4、玄關一竅

真意既然在自然之丹中擔任如此重要之角色，《唱道真言》當然少不了著墨，因此，本文接下來將進一步探討發露真意之機括——玄關一竅。

今人皆氣質之性用事，玄關之閉而不通，自出母胎已然矣。性靜之又靜，寂之又寂，玄之又玄，空之又空，方得此玄關一竅。此竅也，乃真心真性、真精真

²⁷ 《唱道真言》卷一。

²⁸ 太極一動所產生之炁能，因帶有靈覺之意識又稱先天一意。又其在煉丹過程具有引合陰陽之妙用，故於一般丹經中又稱黃婆，黃者中央之色，婆者媒婆也。

²⁹ 《唱道真言》卷一。

³⁰ 《唱道真言》卷三。

³¹ 《唱道真言》卷一。

神真氣之所自出，而玄關者爲之機括耳。邵子曰：一陽初動處，萬物未生時。此內有個玄關一竅，頃刻不見，須急尋之³²。

從上段引文內容再結合前文有關真意之敘述，我們可以了解二點：一為先天性體位在玄關一「竅」內；二為真意自先天性體發露，其控制之機括為「玄關」。而從玄關發露出來的真意炁能會再進一步轉化成「真精、真氣、真神」三種能量形態，所謂的「真」即是代表先天性體轉來的能量，用以區別後天肉體產生的能量，如同真意代表的先天靈覺，區別於後天意識，所以在語言的表達上，「真精、真氣、真神」也就是一般熟知的「元精、元氣、元神」，不同於後天肉體吸收營養轉化的「精、氣、神」能量。

另外，在引文中也指出了一個很重要的訊息——「今人皆氣質之性用事，玄關之閉而不通，自出母胎已然矣。」所謂「氣質之性用事」也就是先天的本性受到後天情識與物欲的熏染，造成玄關之閉結不通，致使身體中自然之道——太極之體、用之間無法正常的互相轉換運作，人之天性閉塞而不顯，因此，玄關之闔關也就與「明心見性」之開悟有了直接之關係：

夫玄關一竅，乃諸聖諸仙，特從明心見性時節，提出兩字，以教學者。心何以明？忽然而明，此玄關也。性何以見？忽然而見，此玄關也。玄關爲明心見性之靈機，結胎煉丹之妙括。故古人憑空提出兩字以教後學，使其從針鋒上打一筋斗，電光中立一註腳³³。

「玄關爲明心見性之靈機，結胎煉丹之妙括。」玄關既是如此之重之又重，那麼在修煉過程又要如何把握？前文已言真意須在無思無念之虛極靜篤狀態，從先天性體發露出來，而發露之機括又為玄關一竅，因此，玄關一竅的把握方法已顯然可知，下列再引《唱道真言》內文段落，當有助於更清楚之認識。

夫靜觀到一念不起之時，方可用意尋玄關一竅。既云一念不起，而又何用意尋？不知用意之法有個妙處，在無心中照顧，如種火者然，不見有火而火不絕。萬境皆空，忽然一覺，非玄關而何？從此便要認得這個機關清。譬如有人乘千里驥，絕塵而奔，吾要認得這個馬上人，暫一經眼，牢牢記著，頰上三毫，宛在目中，如此玄關方爲我有。長生不死，超出萬劫之外，全恁此時一覺爲我主張；千變萬化，全恁此時一覺，爲我機括。然此一覺，非易事也。明

³² 同上。

³³ 《唱道真言》卷一。

珠美玉無價之寶，可以智力求，而此一覺，不可以智力求。然亦非難事也，走遍天涯，原來近在這裡，個個人自有的，不費一錢去買³⁴。

玄關一竅，微妙難知。以為在內非在內也，以為在外非在外也。雖《中庸》第一章，亦曾言過，曰「喜怒哀樂之未發，謂之中；發而皆中節，謂之和」。夫未發非玄關也，既發非玄關也。惟將發未發，未發忽發之際。發之者玄關也，略先一息非玄關矣，略後一息非玄關矣。故玄關之在人，方其靜時，轉眼即是；及其動時，轉眼即非。是直須臾耳，瞬息耳³⁵。

5、煉丹

對於煉丹過程，下列引用《唱道真言》內文，分別說明之。

(1) 丹之為物也，有神焉，位於通玄達妙之宮。得其神，則丹可成；不得其神，則丹未可以歲月計也，此神果是何神？此神便是丹祖。……使人心地清明，氣質純粹，皆此神為之也。此神惡動而好靜，惡實而好虛；靜虛之至，則其神自靈；既靈矣，自然顯大作用，管攝五臟六腑一部神王，而為之攢簇五行，會合萬象；如船中操楫者然，遇灣則隨灣而轉，遇岸則逐岸而移，永無觸礙棘手之處。人功夫做過一分，其神便將第二分工夫引你；做過二分，又將第三分工夫引你。隨時誘掖，多方啓沃，直至九分十分，工夫圓滿，皆其神一力為之。子如今好將二字為供養其神之具。如何是二字供養？曰靜，曰虛³⁶。

此處所言之「神」，從文意中可了解即前文所言之「真意」，而文中透露之訊息表示：a、真意能攢簇五行之氣（五臟之精氣）b、引領五氣之運行。所以當真意發露時，體內氣機就能自然運作，不需任何的運氣導引。

(2) 前言火候之法，子今日所看丹經，與我意合，不過主靜內觀，使真氣運行不止而已；又謂之抽鉛添汞，不過真水常升，真火常降而已。古聖懲忿窒欲四字，是沐浴抽添之要訣也。忿不懲則火宜降而反勝，欲不窒則水宜升而反瀉³⁷。

采陽之時忌動。陽之生也，一意融結，靜則陽生，動則陽歇。陽有形乎？以我之意，為陽之形。神能化氣，神靜則氣有不生者乎？一動則意止，意止則神不續而陽息矣³⁸。

³⁴ 同上。

³⁵ 《唱道真言》卷一。

³⁶ 《唱道真言》卷三。

³⁷ 《唱道真言》卷一。

上述引文說明火候即透過主靜內觀，真意發露，使真氣運行不止，在真氣運行的過程中，會攢簇並淨化五臟之精氣，真水常升、真火常降即是攢簇之現象。此攢簇作用會產生摩擦激盪之運動，從而達到激濁揚清的氣能提升效果，這過程稱為「抽鉛添汞」；鉛是精的代名，汞是神的代名，抽鉛添汞即是煉精化氣、煉氣化神的過程，又名「采陽」。在采陽的過程中要保持心靜不動的狀態，心念一有所動，真意則息，而火候之氣化運行也就不能持續，氣能淨化之作用亦隨之停止。

（3）煉丹之法，始於煉心，繼以采取，終以火候，如此而已矣。

煉心之法，靜觀為宗。靜中之觀，有觀無物；觀中之靜，以靜而動。元精溶溶，元神躍躍，元氣騰騰，三元具矣。采取之法，真意本於真心，真元由於真意。引之而升，如珠之引龍，懦懦乎不躑不慢；引之而降，如竹之引泉，涓涓乎不疾不徐。如奏笙簧，如調琴瑟，男歡女愛，夫剛婦柔，兩情和暢，送入黃宮，而採取交會之理畢矣。至於火候，以真氣薰蒸為沐浴，以綿綿不絕為抽添。一年十月，有物如人，從中跳出，徘徊于太陽之宮，出見於泥丸之府，而一身之丹成矣³⁹。

在五行未兆之先，當三才未判之際，此為丹祖，太極是也。於此用一點靈機，靜中作用，結為黍珠；以太乙祖氣烹之，十月之後，出為陽神⁴⁰。

煉丹過程大致分為「煉心」、「采取」、「火候」三項要點。「煉心」之目的在發露先天性體之真意，轉生元神、元氣、元精之真陽（三昧真火），進入身體之氣脈中，化合後天肉體精、氣、神之真陰，在真陰真陽化合的過程中，由真陽引動真陰循著體內氣脈（督脈）逐步上升，並在上升的運行過程中產生抱合激盪之摩擦效應，此摩擦效應一方面具有淨化陰濁能量之功能，如同「沐浴」一般，達到能量提升之效果；一方面使真陰（女）真陽（男）化合成胎——煉精化氣，進入黃宮（丹田）中哺育成長。所謂哺育乃謂在火候進行的持續抽添過程中，胎能逐漸轉化至較高能階的狀態——煉氣化神。此後，再經由太乙祖炁的烹煉，將神還虛，返回性竅本體，成就陽神聖嬰。

6、形神俱妙

當煉虛成就，陽神可脫胎而去，遨遊太虛，千變萬化，長存宇宙。然而對丹道來說並未究境，其後尚有「形神俱妙」一步功夫，亦即將形體進一步煉化為虛。

³⁸ 《唱道真言》卷三。

³⁹ 《唱道真言》卷一。

⁴⁰ 《唱道真言》卷三。

曰：身外有身之後，還做什麼工夫。

師曰：善哉問也。此其道有二：下士委身而去，其事速；上士渾身而去，其事遲。何以言之？陽神透頂之後，在太虛之中，逍遙自樂，頃刻之間，飛騰萬里。上之可以摩弄日月，高踏雲霞。下之可以遨遊島嶼，眺覽形勝。千變萬化，從心所欲。回視幻軀，如一塊糞土，不如棄之；是以蛻骨於荒岩，遺形而遠蹈，此委身而去者之所為也。若有志之士，不求速效，自肯做遲鈍工夫。陽神可出而勿出，幻軀可棄而勿棄。一味保守元靈，千燒萬煉。忘其神如太虛，而以純火烹之，與之俱化。此渾身而去者之所為也⁴¹。

形神俱妙亦即白日飛升，形體可聚可散，散則為氣，充滿於天地間，具備大神通：「明則為日月，銳則為雷電，鼓蕩則為風，潤澤則為雨，尋聲救苦，無感不通；握大造之樞機，為衆生之父母。」調和天地陰陽之氣，庇護一方，使之風調雨順，年穀常豐，人物安康不受災亂。

然則身之為害如此，仙家何苦要白日飛升？曰：此化體，非凡體也。化體與太虛無異，真火烹成，形質俱化。故聚則為形，散則為氣，聚散之間，有莫知其然而然者⁴²。

煉形之法，虛其身心，去其作用，聽諸天道自然之運行，則久之而化，無質可尋。末學緇流，往往譏我道門為拖屍帶骨，以管窺天何足與語天體之大，豈知我道家精修妙煉，到那形神俱化之時，寥寥太虛，但見紫光玄氣充滿於天高地厚之間，明則為日月，銳則為雷電，鼓蕩則為風，潤澤則為雨，尋聲救苦，無感不通；握大造之樞機，為衆生之父母。其所造，豈不光明俊偉哉⁴³？

三、天帝教靜坐之氣化理論⁴⁴

（一）基本認識

人身由和子（性靈）與電子體（肉體）組合而成，和子內含四種組成原素——X元素、電質、H°（氫之精華）、O°（氧之精華）。X元素即佛家所言之阿賴耶識，為諸

⁴¹ 《唱道真言》卷四。

⁴² 《唱道真言》卷四。

⁴³ 同上。

⁴⁴ 《天人文化新探討第一集》，天人研究總院，1996，頁58至頁81。

元之本體，超凡入聖之門⁴⁵。當和子與電子體結合後，會在人身中自然形成一種無形的整體電力引合網路，幫助X元素導引其他三種原素，影響人身之氣化活動。

(二) 無形的整體電力引合網路介紹(參見下頁圖一)

無形的整體電力引合網路由三大系統組成，其內容與效能如下：

1、氣化系統：(參見下頁圖三)

內容：和子各原素在身體中所形成的氣化運作系統。

效能：帶動並強化生化系統之運行。

2、生化系統：(參見下頁圖三)

內容：肉體之五行氣能在運作過程中，所形成彼此間相生相剋之互動系統。

效能：(1) 可淨化心靈的感受與境界。

(2) 具有改善生理機能、強健體魄的實質功能。

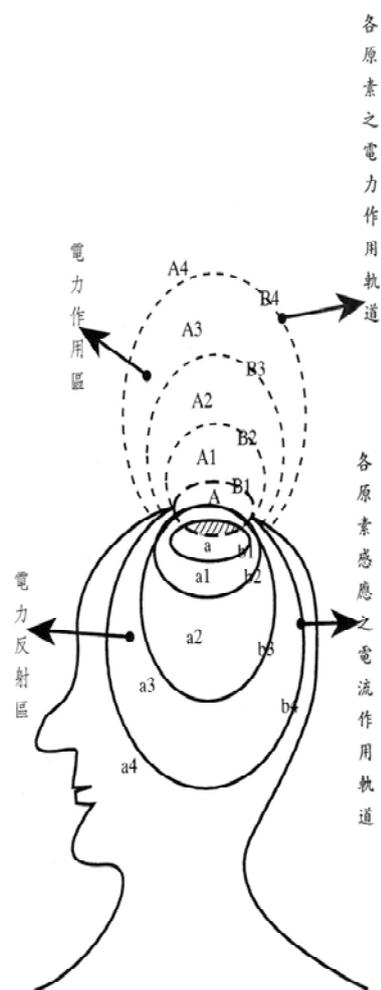
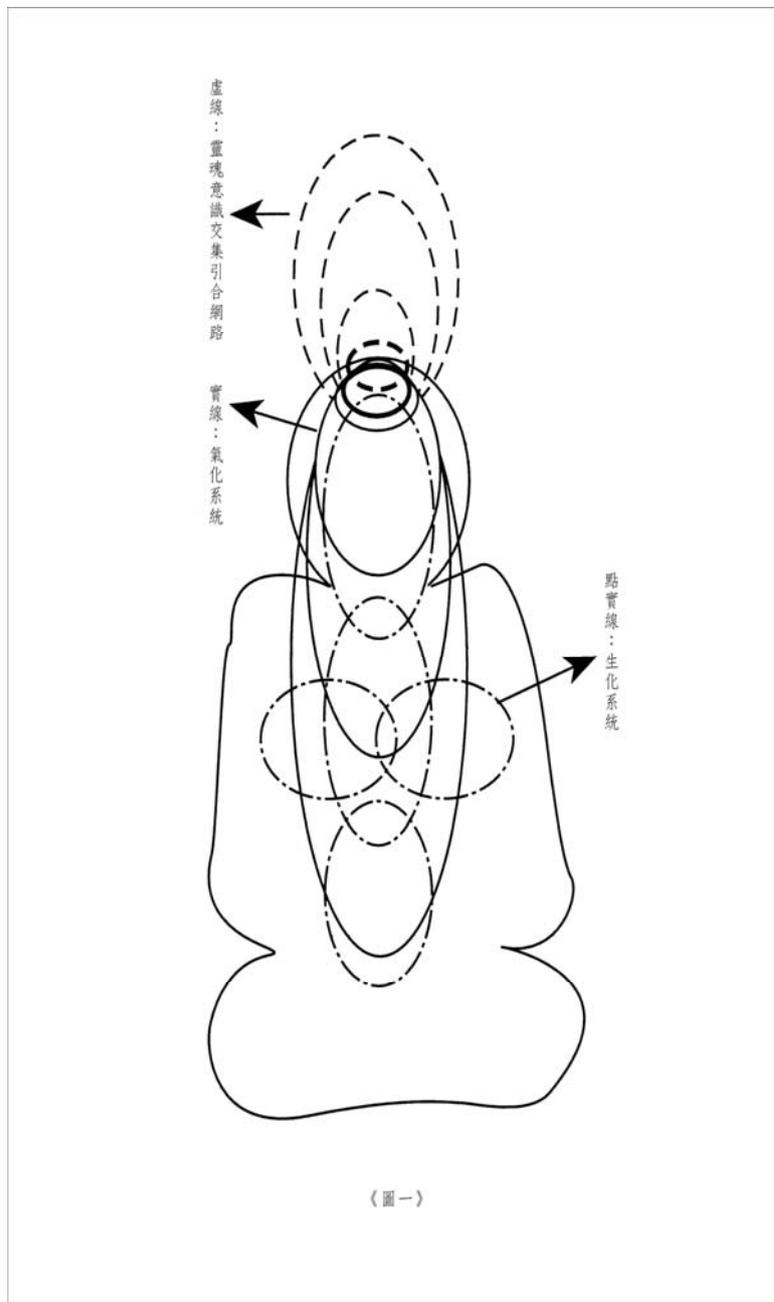
3、靈意網路系統(靈魂意識交集引合網路)：(參見下頁圖二)

內容：和子之靈識與電子體大腦意識相互形成的交流系統。

效能：引合大空之炁調濟親和。

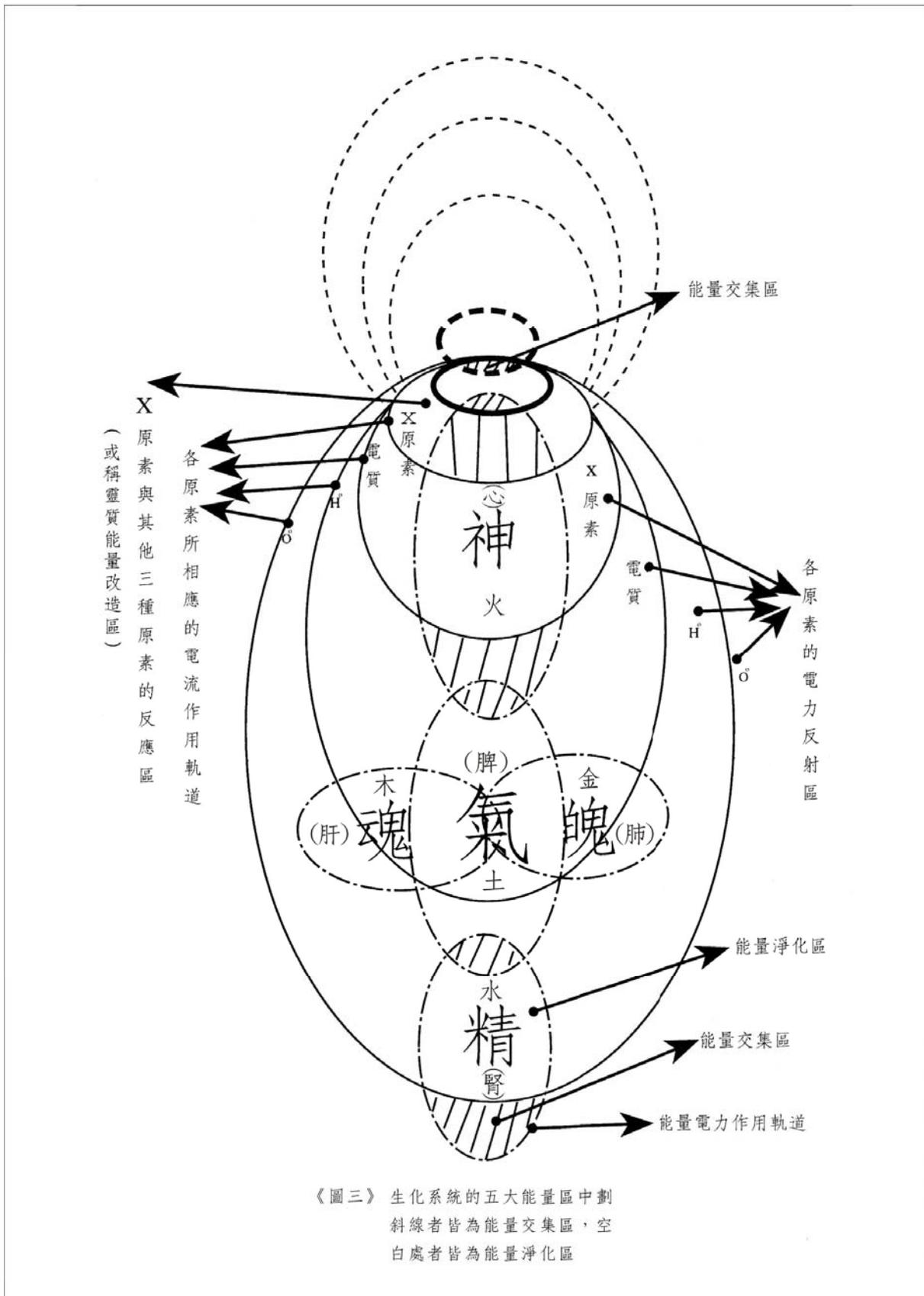
⁴⁵ 李極初，《新境界》，帝教出版社，2000，頁60。

整體電力引合網路圖示：



《圖二》(靈魂意識交集引合網路)

- | | |
|----------------------------|--------------------------------|
| A : 引合點 | a : 熱準點 (內含X原素及電質之真受性) |
| A1 : X原素電力作用區 | a1 : X原素與其他三種原素之化合作用區 |
| A2 : 電質電力作用區 | a2 : 電質電力反射區 |
| A3 : H ⁺ 電力作用區 | a3 : H ⁺ 電力反射區 |
| A4 : O ⁻ 電力作用區 | a4 : O ⁻ 電力反射區 |
| B1 : X原素電力作用軌道 | b1 : X原素電流作用軌道 |
| B2 : 電質電力作用軌道 | b2 : 電質所相應之電流作用軌道 |
| B3 : H ⁺ 電力作用軌道 | b3 : H ⁺ 所相應之電流作用軌道 |
| B4 : O ⁻ 電力作用軌道 | b4 : O ⁻ 所相應之電流作用軌道 |



（三）氣化系統之機括

當一個人經由靜坐不斷調整身、心的過程，內在的心境能量亦將隨之逐漸收歸於內，此時由於體內的心境能量(內在意識能量)已相形提高，經刺激X原素釋放出較多炁、氣混合能量，此一能量會影響O^o、H^o、電質三原素分別釋放相應之和氣、靈氣、剛氣能量，強化氣化系統運作。

（四）生化系統激濁揚清之動力

當氣化系統的陽質氣能轉入生化系統，會在身中形成一股氣能動力，引合生化系統之能量，完成「以氣引精」⁴⁶，發動交流，抱合激蕩，過關通節，貫通全身，使精氣的運行達到排除體內陰氣，增加陽氣。

（五）生化系統之陽氣逆回氣化系統

經由身中精氣之運行，排除陰氣、增加陽氣，而增加的陽氣會從生化流程逆回氣化系統，再入生化系統，如此循環作用，使體內陽氣逐漸增加，而輸運全身的氣能動力也將越來越強。

（六）結胎

當生化系統的氣血循環經常可以維持在氣能動力平衡狀態，逆回氣化系統的陽氣能量會逐漸累積，並凝聚於下丹田而形成「胎」能。而透過體內不斷的激濁揚清的氣化運行過程中，陽氣能量會從初始之較低能階屬性，逐漸向較高能階屬性蛻變，其凝聚之胎能亦由初始之氣胎逐漸提升至電胎、聖胎。

（七）強化靈質

體內陽氣能量達到電胎階段時，其中部份能量已可進入「靈質能量改造區」的熱準時，此部份陽氣能量會進入「靈質能量改造區」產生化合反應，強化靈質。

（八）引合大空之炁

⁴⁶ 「精」代表生化系統內的陰質電精的氣能表現部分。「氣」代表氣化系統內的「陽

聖胎階段之陽氣能量，在上行進入靈質能量改造區強化靈質後，其中部份更高階的陽氣能量，可再進入「靈意網路」，引合大空之炁進入體內，提昇體內激濁揚清的氣化運行力量，淨化少量未完全純化的陰質，使體內陽氣能量朝向更高能階（含有鐳質成份）轉化。

（九）五氣純化為一

達到聖胎階段，生化系統內分屬五種不同能量型態之五行氣能，將上行至神能量區並純化為一，此氣能在轉入氣化系統並進入靈質能量改造區強化靈質後，會再回歸至生化系統的精能量區，進行生化系統新一輪的氣化運行。

（十）物質化能力的陽質氣能

經由長期引合大空之炁與聖胎之陽氣能量激蕩化合，含鐳質的陽氣能量在轉入生化系統作用後，會影響生化系統各能量區產生極其特殊的**質、能轉換效應**，產生物質化能力的陽質氣能。並於聖胎後期的圓熟階段，將帶動個體的生理機序發生非常性的特殊改造，例如：「長生不老」。

（十一）靜坐過程之氣化流程

	氣化系統	生化系統
築基	X原素釋放出的炁、氣混合能量，一旦影響及 電質原素 釋放出強度的陽質電荷，此陽質電荷會 傳入體內中樞及自主神經系統 ，強化原有神經傳導特性，促進該生命機體之生理循環（經絡）功能，同時亦將傳入生化系統，初步達到強化各能量區中所應有的相生相剋效能。	
氣	X原素釋放出的炁、氣混合能量，影響O°釋放和氣能量，改變O°相應之電流作用軌道，轉變為圓形環繞並上提，，強化O°與H°的電流作用軌道間之引合作用，O°軌道上提與H原素電流作用軌道產生幾近重疊的引合現象，使兩者電力反射區的引合能量增強，帶動生化系統中的「精」、「氣」能量區產生同化（共振）效應，達到提昇「精」能量區的能階（煉精化氣），以淨化內在的至陰電渣（陰精）。此種引合現象也會同步強化「魂」、「魄」、「神」各能量區與「氣」能量區的引合作用。	

電質」部分。「以氣引精」在隱喻由氣化系統轉入生化系統的能量順行方式。

胎	當氣化系統的陽電質氣能轉入生化系統與其間的各能量區產生間接性的引合或化合效應時，會在身中形成一股氣能動力，完成以氣引精，發動交流，使精氣的運行達到排除體內陰氣效果。	經由身中之精氣運行力量，排除陰氣、增加陽氣。使增加的陽氣從生化流程逆回氣化系統，再入生化系統，如此循環作用，陽電質氣能逐漸增加，會自然凝聚於下丹田，形成 氣胎 。
電胎	<p>X原素釋放出的炁、氣混合能量，影響O°、H°釋放和氣能量、靈氣能量，增強O°、H°與電質軌道之引合作用，使H°與O°軌道形成同心圓的繞行並上提，與電質軌道產生幾近重疊的引合現象，使生化系統發生「精氣魂魄」能量區形成同心圓環繞並上移，與神軌道產生幾近重疊的引合現象，提昇「精、氣」區的能階，以淨化內在的至陰電質（氣）、至陰電精（精），同時產生將「神」軌道向下移位的特殊氣化效應。</p> <p>返回氣化系統的陽氣能量走向有二： （一）、一部分會逐漸凝聚成較高能階的「電胎」，下降到丹田之處。 （二）一部分會上行至「靈質能量改造區」產生化合反應，間接刺激靈意網路，引合大空之炁調濟親和。</p>	<p>增加內在陽氣能量，其走向有二： （一）：一部分停留在生化系統中以利持續淨化各能量區內之陰質能量。 （二）一部分返回至氣化系統中。</p>
聖胎初期	<p>X原素釋放出的炁、氣混合能量，影響O°、H°、電質釋放和氣、靈氣、剛氣，增強O°、H°與電質軌道之引合作用，O°、H°、電質軌道形成同心圓的繞行方式，繼續上提，與X原素軌道產生幾近重疊的引合現象，促使生化系統「精氣神魂魄」軌道形成同心圓環繞，淨化內在的至陰電氣（神）、至陰電質（氣）、至陰電精（精）。</p> <p>經生化系統返回氣化系統的陽氣能量走向有二： 1 在直接刺激「靈質能量改造區」強化靈質後，大部分再轉入生化系統中作用。 2 在直接刺激「靈質能量改造區」強化靈質的同時，少部分將會進入「靈意網路」中，產生引合上的特殊作用。 經由與引入的大空之炁交互激蕩、不斷化合的作用中，使得內含鏽質的成分漸漸被析出凝聚於丹田之處。</p>	<p>當「精氣神魂魄」軌道形成同心圓環繞時，會在原本「神」所在的能量區進行淨化其他四個能量區的原有的陰質能量後，逐漸向下移，最後停留在原本「精」能量區所在之位置，再次進行能量的變換效應。</p>

聖胎中期	O°、H°、電質、X軌道形成四合一同心圓的繞行方式，繼續上提，與「靈意網路」的 b4 軌道產生幾近重疊的引合現象，造成 X 軌道發生改變軌道的效應，可直接影響到「靈質能量改造區」內的氣能，產生較前一時期更強烈的變化。	
	氣化流程大致同於前期。 經由中期階段的溫養過程，逐漸將聖胎內未完全被純化的陰質部分一一盡除。	生化流程皆承續著初期階段的變化，唯其功能與成效均較顯著。
聖胎後期	O°、H°、電質、X、b4 軌道形成五合一同心圓的繞行方式，繼續上提，與「靈意網路」的 b3 軌道產生幾近重疊的引合現象，造成 b4 軌道發生改變軌道的效應，直接影響到「靈質能量改造區」內的氣能，產生較前一時期更特殊的變化。	
	氣化流程大致同於前期。 內在的鐳質不斷受到來自大空之炁於體內與之產生連續性的激蕩反應，影響生化系統各能量區產生極其特殊的 質、能轉換效應 ，達到聖胎後期的圓熟階段，將帶動個體的生理機序發生非常性的特殊改造，例如：「長生不老」。	生化流程皆承續著初期階段的變化，惟可以產生物質化能力的陽質氣能。

四、唱道真言丹道思想與天帝教靜坐氣化理論之會通與探討

(一) 會通

1、會通基礎：

《唱道真言》的丹道思想與天帝教靜坐之氣化理論雖為兩種不同的理論體系，但基於人有相同的生理構造及功能，且兩種理論同為表述靜坐之機理，其間自有其共通的原理可尋。因此，只要把握靜坐過程不變的機理，排除因功法與體質的不同所造成的差異，自然可以達到會通之目的。

《唱道真言》對於體質不同之所造成的差異，其實已作排除：

張紫陽丹經後段，以日中十二時，配左右分數，或其自歷之境，亦未可知。然人身脈絡，微有不同，則用火或有不合，各人自去閱歷，自去證驗。而張子欲以一己律天下之人則惑矣。吾所以教子以煉心習靜，而以火候付之自然者，我之火候如此，子之火候未必如此。我自有心得，必欲強而同之，是膠柱鼓瑟矣⁴⁷。

⁴⁷ 《唱道真言》卷一。

體質不同在靜坐過程中所造成之差異即為「火候」，解決之道即「付之自然」，而在這一點，兩種理論都採取相同方式——「自然無為」，只是表述語言不同罷了。至於功法上所產生之差異，將在下文中探討。

2、名詞會通：

唱道真言	天帝教靜坐氣化理論
先天性體	X原素
真意（真元）	炁、氣混合能量
元精、元氣、元神	和氣、靈氣、剛氣能量
真陽	陽質氣能（氣化系統）
真陰	五行氣能（生化系統）
黃宮	丹田

3、火候

《唱道真言》對火候之相關敘述如下：

火候之法，予今日所看丹經，與我意合，不過主靜內觀，使真氣運行不止而已；又謂之抽鉛添汞，不過真水常升，真火常降而已⁴⁸。

至於火候，以真氣薰蒸為沐浴，以綿綿不絕為抽添⁴⁹。

所謂火候「主靜內觀，使真氣運行不止」，也就是持續保持氣化運行的動力，此動力來自何處？來自氣化系統的陽氣能量；而氣化系統的陽氣能量來自何處？來自X原素發露的炁、氣混合能量影響O^o、H^o、電質三原素釋放和氣、靈氣、剛氣能量；又X原素的炁、氣混合能量如何發露？需從不斷收攝心境能量的心性功夫下手。

火候過程中含及「沐浴」與「抽鉛添汞」之作用。「沐浴」即淨化之意，在「以氣引精」的氣化過程中，因摩擦效應產生淨化陰質的作用。「抽鉛添汞」即生化系統在「以

⁴⁸ 參見前註 38 內文。

⁴⁹ 參見前註 40 內文。

氣引精」過程中，逐漸將「精、氣、魂、魄」等能量區之能量淨化並提升至「神」能量之位階，將五種氣能純化為一。而當此純化為一之能量上行至「靈質能量改造區」產生化合效應，即丹經所稱「五氣朝元」。

3、采陽

采取之法，真意本於真心，真元由於真意。引之而升，如珠之引龍，懦懦乎不躄不慢；引之而降，如竹之引泉，涓涓乎不疾不徐。如奏笙簧，如調琴瑟，男歡女愛，夫剛婦柔，兩情和暢，送入黃宮，而採取交會之理畢矣⁵⁰。

所謂「采陽」可以上引文「兩情和暢，送入黃宮」為說明：「黃宮」即黃庭、丹田，「兩情和暢」即真陰真陽相互和合。來自氣化系統之真陽氣能，進入生化系統帶動五行之氣能（真陰），摩擦化合，淨化後之陽氣逆回氣化系統之丹田，此過程即是「采陽」；並在不斷的采陽過程，會逐漸在丹田中積累陽氣而成胎。

（二）探討

1、玄關一竅

在《唱道真言》的丹道思想中，玄關一竅是很重要的關鍵，其涉及真意能否發露，進而影響自然之丹的運行，所以必須先做煉心之功夫，使性功達到無思無念的無為狀態，才能啟動玄關發露真意。但在天帝教靜坐的氣化理論中，雖亦要求性功，但是在心境能量內攝的過程中，就能使X原素發露炁、氣混合能量，並無玄關開啟的問題，其間的差異就來自功法的不同。

因為天帝教的靜坐功法——「中國正宗靜坐」，必須經過師承「開天門」、「接傳祖炁」及「原靈合體」三項道法。天門⁵¹就是玄關一竅，所以玄關一竅在學習「中國正宗靜坐」的起始即已開啟，也就不存在上述的問題。

2、直修還虛

⁵⁰ 同上。

⁵¹ 涵靜老人，《宇宙應元妙法至寶》，帝教出版社，1992。

頁49：「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最大的關鍵。」

初關煉精化氣者，……中關煉氣化神者，……上關煉神還虛者，守一抱元，以神歸於毗盧性海。

蓋三關自有為入無為者，漸法也；修上一關兼下二關者，頓法也。若逕做煉神還虛者，功夫到虛極靜篤時，精自化氣，氣自化神，即關尹子忘精神而超生之旨也。⁵²

由上述《性命圭旨》之引文中可以了解，《唱道真言》的丹道思想即是一種頓法，是直修上一關（煉神還虛）兼做下二關（煉精化氣、煉氣化神），下二關是在自自然然中運化。而煉精化氣、煉氣化神要能在自自然然中運化，則需功夫到「虛極靜篤」時，此時玄關才能開啟，產生自然運化的陽氣動力，因此，玄關開啟乃為直修煉神還虛的條件。除了玄關開啟之條件外，要直修還虛則尚須要有「祖炁」之運化⁵³。天帝教「中國正宗靜坐」功法亦是直修煉神還虛，因此一開始要先做「開天門」、「接傳祖炁」之傳法，而由於「天門」是憑藉外力開啟，本身功夫並未達到「虛極靜篤」階段，在「開天門」、「接傳祖炁」之條件外，必需再配合以「原靈合體」⁵⁴之助，才得以直修還虛功夫。

五、結論

對於《唱道真言》的丹道思想可以「自然為宗，無為為法」八字作為歸結，是一種頓法的丹道思想，是「修上一關兼下二關者」。然而此種頓法是有條件的，是建立在漸法的基礎上，此漸法基礎非命功的「煉精化氣、煉氣化神」，而是性功的煉心。藉由煉心功夫達到無為的基礎來進行頓法的開展，所以《唱道真言》的自然無為「頓法」是先性後命的性命雙修法。而天帝教的「中國正宗靜坐」則因三期末劫的特殊時代背景，經由無形有形共同配合所發展的性命兼修的自然無為「頓法」，乃為銜接「救劫急頓法門」必需之先期功夫。然而不管是先性後命或者性命兼修，這種自然無為的「頓法」正是中國正宗靜坐⁵⁵源起自伏羲、神農、廣成子、天真皇人、黃帝、老子一脈相承的道統正宗⁵⁶。

⁵² 《性命圭旨·元集》順逆三關說，自由出版社，1995，頁69。

⁵³ 參見前註51。

⁵⁴ 原靈皆為證道靈，亦即具聖胎圓滿以上境界之精神生命體，屬宗教神秘層面，本文不作進一步介紹。

⁵⁵ 《宇宙應元妙法至寶》頁2：「『正宗』即是昊天金闕傳下來的，因為我們是生長在中國，因而稱為——中國正宗靜坐。」

參 考 文 獻

- 1、《唱道真言》，見《藏外道書》第 10 冊。
- 2、王財貴，《老子莊子選》，讀經出版社，2002 年初版。
- 3、《天人文化新探討第一集》，天人研究總院，1996 年初版。
- 4、李極初，《新境界》，帝教出版社，2001 年三版。
- 5、涵靜老人，《宇宙應元妙法至寶》，帝教出版社，1992 年 5 月新版。
- 6、《性命圭旨》，自由出版社，1995 年五版。
- 7、李極初，《天帝教法華上乘正宗靜坐基礎教材》，帝教出版社，2001 年再版。

⁵⁶ 李極初，《天帝教法華上乘正宗靜坐基礎教材》靜坐須知第一講，帝教出版社，2001。

頁 22：「於是中國正宗靜坐就源起於黃帝」

頁 24：「後世乃有黃老並稱，開中國道家上溯伏羲、神農、自廣成子、而天真皇人、而黃帝、而老子一脈相承的道統正宗。」