

# 靈寶定觀經

2011/3/10李貢銘解說於台中

道教祖師有三清，為玉清、太清、上清三境，何謂靈寶，人的生命中什麼是寶貝？是這箇身體嗎？凡夫多數是只能看見有形的肉體，我們人全都有這箇身體，但不是所有人都能看見生命的真寶貝，所以他的人生就活的糊里糊塗。心神不能如一，則不能稱為靈。“靈”用現代的語言解釋是感覺、神經所有生命反應的作用力。如何讓自己的生命真能活的活裡活現，你就得學習《靈寶定觀經》，作為提昇生命層次的修持。道教說的靈寶，就是指心神靈活。側重在練習保持心定清靜而有靈性，靈亦稱為覺性也。靈性是人活著寶貴的東西，舉凡最平常心情控制或行為的敏銳性，都是靈性的作用功能。定中觀照的能力，就是禪定功夫。你的人生獲得心神靈魂的寶貝，就能進入定中觀照一切妄念。

靈性是人生命的寶貝，這是可以確定的，不然你就是植物人。宇宙萬物若是沒有靈性，那就是等同沒有生命的死物。生命把握靈性的寶貝，就能讓您性命活得快活且無憂！

**天尊告左玄真人曰。**

李註：中國文化有左右的觀念，風水學說左青龍右白虎，左道右道又是一說。因為修道與生命運動機制有關，若以人體來分左右，在人體脖子以上的神經系統，左主血右主氣，頸部以下的神經就是交叉成為左氣右血。左玄有真人，就有右玄真人。左主管血，右主管氣。左陽右陰，這是陰中有陽與陽中有陰的道理，血液沒有陽氣不能走動，氣沒有血液無法留存。所以說左玄是指血液的流通，就是通於心智的無礙。「玄」的解釋很麻煩，因為玄是奇怪，有關你不能理解的東西，通通能稱為「玄」。這箇生命中最「玄」的不外乎這顆心，明明知道的事，你都還不能相信或質疑？玄是古怪及多變性的意思。

**夫欲修道。先能捨事。**

李註：如果你要修道的話，對於世俗間的事情，就得先有一些捨棄的想法。世人之所以有煩惱痛苦的掛礙，十有八九是來自於不捨。如何捨掉世間痛苦的因？哪些是該捨棄的，這些務必都要搞清楚。有些人的拋捨是選擇性的捨，以自我的觀念做為規範，把一些該丟的卻丟不掉，以為該保留的留不了。

這個生命的所有外在，都算是暫時的，不管你的權勢有多大，那些也都是假的，不是永恆不變的。肉體所能感受的東西也全是假的，外在的物質財產也都不能永恆的擁有，你說這世間你認為能留不捨的還有什麼？如果你看不透這些道理，捨不掉世塵的諸有掛礙，或是以世俗心有所求來修，那你的修道是不可能成。這裡說的捨事，就是要你不要好管閒事，眼裡所見或接觸的事物，你要用智慧來處理。不管閒事不是通通不理會，不管自己也不管別人，而是不把事情放在心上，從心裡把外在的俗事通通給放下。但這是要明理的作為，不是要你不明事理的拋開，你現在要修道，就得把為人處世先修好，這樣才能累積福德資糧，這是修道人最重要的概念。

**外事都絕。無與忤心。然後安坐。內觀心起。**

李註：外邊的雜陳事務，甚至人情事故，你都能聰明的避開掉，而且完全沒有任何慾望與不愉快的心情。然後，安心的靜坐，從內心觀起，觀起就是修起的意思。

工商社會的結構，人與人的感情好像都變質，已經沒有那麼深厚的感情觀念，這對修道人來說是好事，但對社會來說是不良現象。不是修道就不管別人的瓦上霜，外事是指那些煩雜世俗人情的東西。譬如送禮、打屁之類的行為，都是屬於外事的行為。這些行為屬於莫名其妙，浪費生命時間，你說或許是消磨時間，但修道人的時間是寶貴的，生命從出生開始往死路走，如果你不愛惜時間，就等於提早死亡。斷絕外事的理由，主要在減少內心的掛礙，讓心上丟掉一些想法，自然就容易入靜修行。

心裡頭能少掉罣礙，就能順心，這個順是因為沒有凡俗的理念，就是出世的想法，入世與出世觀念不同，入世在世俗中，出世是想跳脫離世間的種種約束，如果你缺乏這樣的觀念，就無法獲得到修道的益處。

這個內觀修法現代很流行，聽說是佛教小乘的修法，這在道教是早期就有的修法。內觀要觀些什麼？說內就是內心，包括你的所有念頭，從內而起觀的修行法。但基本上還是要先能外事都絕、無與忤心，事情不與心相違背，不然就無法內觀，這是讓身心返撲歸真的意思。返過來能照見自心的所有動作，所以稱為內觀。

通常，剛學習內觀的人不容易得心應手，那是因為你對外在事物或修道的目的不清楚，所以一靜下來，所有的妄想通通跑出來。你不用慌張，只要你回顧所有妄想的內容，絕對不離俗塵雜事或原本的慾望等，這些都能先弄通理念後，妄念自然而能屏除之。日久，自然也就能安心靜坐。

**若覺一念起。須除滅。務令安靜。**

李註：當有覺察到念頭的時候，必須即刻除滅，這一念很重要，是指妄念而言，務必遵守安心及無慮的練習規矩。

這個覺是覺悟的覺，覺性的覺。覺的範圍包括能見及所見的一切，靜到某一種狀態時，覺性的一念就能生起，覺性一念出現，就能讓你看見所有妄念的生滅，這個道理簡單，也很多人能看見，但大部分的人是無法把握住的。因為他不曉得那是真的覺性一念，所以無法把握它的出現。覺性一念出現，不是你就是得道，一念出現不能執著住，這些都還是不離生滅法，這一念如同明燈照射萬念具非，使你明白所有念頭都是假的，就包括這一念也不是真的。假使你不懂這個道理修行，以為一念出現是真，永遠守在那一念上面，那你就完蛋了。禪宗來說就是枯禪，漸漸如同石頭或樹木又硬且乾枯在那裡。

**其次雖非的。有貪著浮游亂想。亦盡除滅。**

李註：緊接著，雖然不是最重要的修行，但對於那些平時貪著於胡思亂想的東西，你都要完全從內心上給除滅掉。

我們平時有哪些貪著最難以祛除的，就是已經養成習慣的行為。我們平時都太過於依賴熱鬧，生活習慣聽音樂及別人的讚美。日久，形成為一種生活習慣，這些都是心上貪著不容易改變的慣性。這些習慣也會干擾清靜，從一念覺性生起後，你才有辦法漸次的淨化掉這些東西。你說清淨心可怕嗎？平時情性依賴著熱鬧，現在修道讓心平靜下來，你就會覺得害怕！這是很正常的現象。就像

你剛學游泳時，讓身體漂浮在水面，初學必須拉著游泳圈來浮著，等你稍微體會水性之後，放開游泳圈時，更要懂得沒有工具的漂浮游法。

我不知道你有沒有這樣的靜心經驗，當坐著很舒服時，一有閃神，心念出現你平時最想念的畫面，年輕談戀愛的人最容易有這樣的情景，沒事就是想著戀愛甜蜜的情景，想到都流口水，就好像真蒞臨親境一樣，身心理跟著發生作用。但一念覺性出現，又能即刻停止這些畫面的念頭，靜中觀察念頭，就像看到水面浮游的漂流物，隨著水流時浮時沉，這都是平時心智習慣所養成的現象。你都該經過練習把它給消除掉。

**晝夜勤行。須臾不替。**

李註：日夜慇懃有覺性，就是保持住觀察力，不使心力間斷的覺性。

保持清靜的心念，還要日夜勤行，我想是有困難的，難道晚上也能保持這樣嗎？日夜的意思，就是不分白天晚上都能保持。但晚上睡覺的時候怎麼辦？真要不睡覺而修靜，這對常人來說是不可能的。而且從前面練習連貫到此，還算是很基礎的功夫，如何能達到晝夜不離清靜。

靜到極處，反而動起。這是大地萬物的基本法則，靜的功夫是有極限的，靜非永遠之靜，除非你真進入真靜，那個靜是得道的真清靜，不是現在暫時停止心念的靜。人的身心機制很微妙，你要懂得這些道理，不然無法修道做工夫。你只要懂得把握住清靜的心念，不管任何時候都有可能出現。從時日至月年，須臾就是從當下分秒開始感受，須臾不替，就是緊密綿綿不斷，逐漸就能延長清靜的時間。技巧就在察覺的那時候把握住，日久就能達到晝夜及須臾，皆是清靜的境界。

**惟滅動心。不滅照心。**

李註：保持覺性的用意，為求那顆隨時動搖的心。倘若不能滅除，你就要懂得返照心性的動作。不能消滅的是能察覺的心，保持住穩定不取不捨的心思，即是破除妄想的最好方法。

這句話敘述的太棒了。可以旁通兩方面的修靜境界，前面是一種解釋，這裡又可以有另外的通則。當你看見心念動起來的時候，就是你已經是達到清靜的時候，因為不在靜中是無法察覺動心，看見動心表示你是靜下來的。你不需要加以管理，不可以去干涉它的動作，不然越管就動的越厲害，這就是掌握心念的技術。

而你看見的妄念，全是假的嗎？本來就是假的，所以說不滅照心，這就是能知及所知的道理。雖然所知，但它本來就是假的，假的不用加以滅除，自然就能消失掉。六根與六塵相對應，根的功能本來就是眼能見、耳能聽、鼻能嗅、舌能味、身能觸、意能想，從能知上辨別意識加工出來的妄念，你不動心就不受到影響。

**但凝空心。不凝住心。**

李註：只要你凝住空心，凝定在空性之中，就能滅除諸多妄想。不凝住心，不

用掛在練氣或存思畫面上頭，有所求所住是錯誤的修心法。

凝是什麼意思？不是刻意把注意力都集中在那裡，這是錯誤的方法。我看過很多人靜坐時，額頭總是皺起來的，想把注意力集中在某一處，這樣是錯的修靜法。凝是自然的方法，你身心不放鬆就無法定，放鬆身心自然融合起來就是凝。身體內的陰陽上下或血氣融合一起也稱為凝。凝定在空心，就是心念拋空為凝。當無法拋空心念的時候，就要將心念放在一處，在道家的修法中為守中，守中就是中道想法，人體是放在中宮，心念是放在不取不捨之中，就是這樣稱為住心一處，而能無事不辦。

凝或不凝，都得要適得其所，不能過度強求或放任為宜。

李註：在我們學習修道時，學到一種法門，你就會殷勤的練習，但練習時要懂得技巧，所謂勤能補拙。就是很笨的人，都能經過努力鍛鍊而有成效。這裡緊接著提醒你用功要適度就好，凝定的功夫，是讓身心合一，就是心神專注於一，這個就要從平時修起，常人是口無心，或有心而無行動，這樣就是心神不一。修道真正的用功是不強求的，譬如你心靜下來，但卻無法凝定，身體雖然坐著不動，但心思卻妄想紛飛，這時是心神不一，你不用過度的強求，要用方法來調節合一。當能凝定時，你也不能貪著於靜界，因為靜的時間一過，接著後頭就是動。當動起來時，你不懂道理的人，就開始慌張起來，以為那不是靜，這是觀念障礙。不管是靜或動，只要凝心一處，身心能凝定都算是靜。

我們看到有出色的運動家，或練氣功的人，他們練功時的身體是動著，但卻能以運動身體來達到心神的凝定，並不妨害心神合一的作用。所謂動中取靜，靜中觀動，都是講究凝住空心為原則。

不依一法，而心常住。

李註：修靜你根本就不用依止哪一種法門，只要令心常住於平時，就有修行功德。

初期，修道是要法門依止的，但這裡說不依一法，這是心思理念的問題，如果你心上有法，就可能掉到法執裡頭，以法的感應作為依歸，這樣就錯到外婆家去了。法性本空，法仍然有生有滅，所以不能執著在那裡。心常住，是保持平常心，不是掛在那裡不動。在你掌握用心的技巧後，法門如同拐杖，學走路的時候要依賴拐杖，但熟悉之後不用拐杖也可以走路。對於如何是清靜認識之後，你漸漸能習慣它的用心方法，雖然不用方法凝心，空心也已經在方法之中，所以說是不依一法。

然則煩心躁競。

李註：至於、那些心煩及個性的障礙，就得漸次學習向上。

心浮氣燥或喜歡競爭個性的人，你要修靜的障礙就大。如何煩心？就是你平時處事不用心，如果是平常事，那麼心煩是源自知識的障礙。如果是與人交際的煩瑣事，就是胸襟氣度的問題。心煩意亂，唯有感情最難搞定，如果是感情糾葛，你就要看輕感情的作法。感情障礙的解決方法，就是要轉化它，把小愛轉成大愛，讓你的愛心成為博愛的愛，這樣就能減輕你的煩心。

急燥是個性，這是能改變的，我建議先行茹齋，食物確實能改變人的個性，素

食對於急躁個性的人有幫助。而，競爭互鬥也是個性問題，好狠鬥爭的性情也是養成出來的，可能與家庭或職業有關，這就要自行改變思想來改善。倘若是軍人或警察職業的人，軍人的職務是要殺敵，警察要有勇敢氣魄制裁兇惡之徒，這是職業必要的個性，你不狠都不行，那又怎麼修道，當然也有方法，就得看情況而定之。

**其次初學。息心甚難。或息不得。**

李註：初學調整心息入門的人，的確是有困難的。或調整心情不煩有困難的人，或呼吸調息不得力的人。

初學者，對於如何呼吸是很難體會的，因為呼吸調至心息，講解起來確實有困難，類似於抽象的說法。常人的呼吸都是上胸腔，無法真正有深層的呼吸。所謂深層呼吸，就是氣沉丹田。

過去教學經驗，如何教導體悟調息法？可以利用手指按住肚臍下三指處，然後緩慢的吸氣，讓手指所按處感覺有突起的作用。吸氣如此，呼氣則同樣的道理。必需重複的練習，直到感覺到平常呼吸皆有長達丹田的感覺。亦有，感覺不出來的人，對於感覺較為遲鈍的人，可以利用工具來輔助。輔助工具是束帶，先用寬約四吋的布帶，稍微用力的束在腰部，這樣就容易感受到呼吸氣息的出入。

呼吸氣息分為順逆法，順則吸氣時腹凸，吐氣時是腹凹。當習慣呼吸氣息後，即可解開腰帶，然後要能感受呼吸氣息，你必須要吸氣時稍微內縮腹部，這樣也能感受到吸氣腹滿的作用。

調息即是調心，心念混亂，則氣息必然不能通暢。心息相依是修心與調氣的最終目的。

**暫停還失。去留交戰。百體流行。久久經思，方乃調熟。**

李註：如果情緒無法安寧或呼吸不能順暢的人，捨不掉，理更亂的人，就先讓身體通順，維護好健康的身體，等待以後對於思慮能駕馭順心時，你再繼續的修煉。

怎麼解釋暫停還失？調心息不能倦怠終止，不然就是半途而廢！暫停調心，就是失去警覺性，而能致使心氣不一。心氣不能相依，則心念必然去留交戰，心念是該捨掉或留住，就是這箇道理。其，說明內心交戰的緣故，如果你能體悟這箇道理，自然就能使其百體流行，把這箇身體契機給搞通，所有經脈都能暢順。若能經過如此的熟煉，久久就是純熟的意思，經思是經過沉思，沉思不是一般使用的念頭，那是放下一切塵緣的思維。當你出現心念紛飛時，就是這樣練習，自然就能達到百體流行舒暢的效果。

**勿以暫收不得。遂廢千生之業。**

李註：你千萬不可求好心切，暫時得不到效果，就半途而廢，修道可是千生累世該修的課程。

修道來說不以有所求而得之，調心息的本體本來是空性，皆是了不可得！有人因為短暫的練習，對於修道的體驗認為過於抽象，無法體悟大道本空，這是用世俗的得失心來計量修道。倘若你無法體悟大道真諦，當然無法忍性修行，這

樣就是荒廢多生累劫修道的根基。

**少得靜己。則於行立坐臥之時。涉事之處，喧鬧之所。皆作意安。**

李註：當稍微得到一點靜定時，不論是在行住或坐臥間，都要保持住覺性，就是那顆寶貴的真心。縱使在你涉入於吵鬧的場所，你的意念仍然不隨著外在的景色，而心有所飄動。念頭跑出去，就返過來種植在六根裡頭。

少字解釋為稍微的意思。稍微得到靜的境界，這箇稍微很有意思，清靜本來就是微妙的，不是從取捨之間而獲得之。行立坐臥就是指在平常的生活。

道教修行與佛教修持不同，就差別在此處？「涉事之處，喧鬧之所。」道教修行不脫離世俗，與常人一樣的生活，但卻能從中進修道業。涉事或涉世都對，你生活中辦事或處在喧鬧的地方，你的意念仍然能保持在一種狀態之中。

**有事無事，常若無心。**

李註：不管現在你有沒有事務操煩，都得使心保持在無心的狀態。什麼是無心？無心就是空掉心念，心無雜念的狀態。

有事就是面對世俗雜事時，無事就是空閑的時候，不論你是有事或無事時，心境保持在無心的狀態，這就是修道的基本心。

**處靜處喧，其志惟一。若束心太急。又則成病。氣發狂顛，是其候也。**

李註：不論你身在清靜的地方，或吵鬧的場所，你的心志都得保持一致。但不可過於約束及急躁求得清靜的成果，不然就變成為一種毛病。有人修道修到氣動發狂顛，就是這樣形成的。

你看古今修道都有這樣的魔障，那是心念過於強急，調整心息不用如此約束自己，不然發癲發狂是有憑證的。所謂的走火入魔？就是調心氣而走岔氣，以為某種法門能迅速成就，因此誤導修行的途徑。

**心若不動。又須放任寬急得所。**

李註：當你到達心念不動的境界，又要懂得放輕鬆的方法，何時該自律或放鬆，都要適得其所，不可有過度或強求的心態。

當你心念放空日久，完全沒有思想念頭，你也不要認為這是對的，這就是小阿羅漢的境界。但也是不容易的境界，你不要認為不對你就不修持，這樣也是不對。心念放空，到達完全沒有思想念頭發生，這是初期修靜的境界。倘若你不解守住空太久，以後就變成笨蛋的話，你就得懂得此時得以放任心念的時候，妄想多的時候要放開，空靜太長的時候也要放開，動靜交融才是修道的正規修法。

**自恆調適。制而不著。放而不動。**

李註：自心上下功夫，保持恆心調適心念，表面看起來是在做工夫，但其實不是刻意的控制它。心念本空，無有所得，不能執著在有為的心念上頭，這樣又是不對的方法。當你放開的時候，也不是真的是有。制放心念，不隨之而有所得，這樣才能稱為如來之定功。

處喧無惡。涉事無惱者。此是真定。

李註：身處在吵鬧的地方，你的心不感覺到厭煩，這是心性修養，心生討厭或喜愛都是煩惱。辦事的時候，也同樣沒有厭煩的心思，這才是真定功夫。

不以涉事無惱。故求多事。

李註：不以感覺清靜就閑著，然後去外頭攀緣惹事情。

不以處喧無惡。強來就誼。

李註：以無事為真宅。有事為應跡。弱水鏡之為鑑。則隨物而現形。

善巧方便。唯能入定。

李註：此等種種的解說，都是修道的善巧方便，不是拘束在一定的模式。主要還是要求能令心入定為依歸。為何求定？慧性即從定中而得。

慧發遲速則不由人。勿令定中急急求慧。求慧急則傷性。傷則無慧。

李註：修定轉識成智，智慧是從定中而得，這箇智慧不是世俗的聰明，但你不可要求短期就長出智慧。有沒有智慧，不是由人操控的。同時，不可強求定中發慧，或以為廣讀經書就能得到智慧，若是強求慧性發生，必然傷及真性，性情受到傷害，則無智慧。性情受傷的意思，就是現代所說感情及心理障礙。

若定不求慧。而慧自生。此名真慧。

李註：當你已經得定之後，這箇定的定義很難拿捏，你不可隨便給它下定義。前面所說的心空，這是從有證得空，然後還要從空進入有，這箇有是妙有，妙有不是什麼神奇古怪的作用。妙有是空性中的真有，雖然有可能轉成神通，但你必須要懂得變通，不然神通不成反成為神經病。

定中不求慧，這箇慧就是妙有智慧，真實的智慧，不是從定中求得，這樣才叫做真慧。

慧而不用實智若愚。益滋定慧。雙美無極。

李註：如何是慧而不用？就是縱使你懂也不刻意去操控它，真正有智慧的人，表面看起來就像笨蛋一樣。從自然中定中得慧，逐漸的讓智慧更為純熟，初期你所看到的智慧，可能只是小聰明，小創意，心思有如湧泉般的呈現，這不是好事，如果你緊迫著走，就會消耗你的精氣，這是道教修道人最怕的行為。我自己及見過許多人，此時都曾經驗做好保任功夫，就隨著新思創意而創作新的東西。若是修道不懂掌握住這一點，縱使你能創意或編寫出各種不同的書本，最後你的真性受到損傷，及智慧就會受到汙染。

所以說，益滋就是保任滋養真氣精神，這是最高修道的法則，能夠達到雙美無極的境界。雙美就是心神融合的益處，心屬陰，神屬陽，陰陽融合而歸於無極

境界。

若定中念想多感。眾邪妖精百魅隨心應見。

李註：入定後有沒有念想感受呢？大家以為入定是空空洞洞，什麼都沒有就是入定，這是錯誤的觀念。定是覺性，心神凝定，定中能觀心念的出入，但心不隨之而有漂浮不定，因此稱為定。倘若定中出現多處的觀感，就是你能感受到氣啊！光色啊！諸有感應的境界，這時候你就要小心！外邊的邪魔精怪就會隨著出現在你的定中干擾你的清靜。我想大家都看過佛經，敘述釋迦牟尼佛在定中，受到妖魔鬼怪變現的干擾，道教的修道也有這樣的說法。

所見天諸仙真人是其降也。

李註：當然也有能見天仙真人的影像，這才是真的境界。但我不贊成這樣的說法，以我經驗來說，定中不管是妖魔鬼怪或天仙真人，應該是秉持「佛來佛斬，魔來魔斬」，一併給予掃盡，這樣才是成就天仙真人的真途徑。許多人因為停留在得道的想法，以為得道就是看得見天仙真人的影像，這是修道者錯誤的理念。

為令定心之上，豁然無覆。定心之下，曠然無基。

李註：這裡又補充說明，為了能真正在定心之上，展現你豁達無有障礙的智慧心。或說定心之下，能有廓然無限的根基。定心之有上下之分，下面就是指肉體的肉體，上面就是指精神的領域。

舊業日銷，新業不造。無所罣礙，迴脫塵籠。行而久之，自然得道。

李註：過去的業障，隨著你的用功而減少，新的業障不再造次。這樣的修行下去，就能無所罣礙，迴轉過來脫離世間的牢籠，行之久久，自然得道。

夫得道之人凡有七候。

李註：凡是得道的人，會有七種徵候能驗證察覺，是否為證道的結果。

一者心得定，易覺諸塵漏。

李註：當你真正得心定時，就很容易發覺到六根的壞毛病。六根貪著哪裡？就會看見哪些是有漏的障礙，定中即能輕易的發覺。

二者宿族普銷，身心清爽。

李註：宿命帶來的冤親債主，通通不見了，而且能感覺到身心清爽的境界。4宿族就是宿命的族群，普銷就是通通一網打盡消滅，學者當知，這不是那麼簡單辦到的。若非累積陰德資糧，不是那麼簡單的。

三者填補夭損，還年復命。

李註：本來是壽命不長的人，具有填補延壽的功能，或已經年老衰弱的人，都能具有修復延壽的功用。這對於原本體弱多病者最為明顯，但必須通於教理，改變你的人生價值觀，不然身體恢復健康之後，結果掉落於淫慾就不是修道的目的。

四者延數萬歲，名曰仙人。

李註：得道之後，壽命能延長至萬歲以上，這樣就稱為仙人的境界。

五者鍊形為氣，名曰真人。

李註：得道之後，形體能化為氣，這樣就稱為真人的境界。

六者鍊氣成神，名曰神人。

李註：得道之後，能將炁化成神，這樣就稱為神人的境界。

七者鍊神合道，名曰至人。

李註：得道之後，能鍊神合道，這樣就稱為至人的境界。

其於鑑力隨後益明。

李註：對於如何印證得道與否？就是從此七種徵候來判斷。

得至道成慧乃圓備。

李註：當你得道之後，道功完成且智慧圓滿者。

若乃久學定心。身無一候。促齡穢質，色謝方空。自云慧覺，又稱成道者。求道之理，實所未然。

李註：最後給大家結論，如果修道之後，卻仍然看不到前面所說的七種徵候，這是命功不足，這箇肉體沒有轉化的緣故，可能短命或過度愛惜你的肉體，縱欲未空，就得等待將近死亡之時，方能證得空性實體。得道或不得道，不是自己封的，未必是完全依照固定的方法。求道的真實道理，實際上不是這樣而稱為得道。

說頌曰：

智起生於境，火發生於緣。

李註：智慧來自於各種境界的出現，修持靜定功夫之後，破除各種幻境，因此覺性從中而現，這是智慧的生起。火候則發生在於因緣際會，佛家說：「緣起性空，性空緣起。」修行靠這個身體，肉體是因緣所生，為人處事都是因緣。智慧對境而生，或火候皆是一種生命過程。

各是真種性，承流失道源。

李註：修道所說的證道不證道，全在於智慧及火候，這是修道家依歸的真實種性處，其他的各種境界之說，必須完全破除消滅，不然無法證得跳脫凡俗的約束。倘若你跟隨承襲現代流行的學說，就恐怕失去真正的道源。道源之說，另有較為完整的經典論述，敬請讀者自行閱讀。

起心欲息知，心起知更煩。

李註：當你有起心動念時，你要明白能有知覺的主人是誰，所謂：制心一處，無事不辦。你不可隨著心念的生滅去追尋，若是隨其心念生而有之煩惱，或無念而空之為無，這都是妄想作用，了不可得。

了知性本空，知則眾妙門。

李註：這裡的了字，就是結果的意思。結果知道性體是空，所謂覺性或智慧的作用，就是空性體中的妙用。

【作者簡介】：

## 李貢銘學經歷簡介

1960年出生南投南縣竹山鎮

經歷：

- ▲ 觀佛門門主
- ▲ 竹山佛心翠影書齋門人
- ▲ 中國道家茅山丹道協會創辦人
- ▲ 中華漢藏文化協會第四屆理事
- ▲ 中華聯合五術團體總會榮譽會長
- ▲ 弘揚社會道德文化基金會推行副主任委員
- ▲ 中國道教青年會第三屆理事
- ▲ 中國道教赤松黃大仙協會第一屆顧問
- ▲ 中國泰玄都萬法仙宗道教會榮譽會長
- ▲ 中華民國道士職業工會全國總工會第一屆顧問
- ▲ 中華民國內湖社區發展協會第一屆理事
- ▲ 中華玄真門第三屆名譽理事長
- ▲ 中華關懷家庭互助協會顧問
- ▲ 八國酥油燈發明人
- ▲ 翡翠雜誌85年二岸預言：砲彈打水上
- ▲ 宗教資訊雜誌社社長
- ▲ 茅山誌社長
- ▲ 台灣終極命運-九星學預言老師
- ▲ 國家的風水與命運預言老師
- ▲ 禪夜心語及密宗密乘傳法著作
- ▲ 密宗寧瑪巴派傳承
- ▲ 衛視中文台今夜嚇嚇叫---鬼術秘笈主講老師
- ▲ 八大衛視-驚異傳奇---風水法術講評老師

- ▲ 文山電視台現場命理CALL IN老師
- ▲ 鹽水港之聲命理CALL IN老師
- ▲ 宜蘭冬山河廣播電台人生加油站命理主講老師
- ▲ 歐盟伯爵和國際大學（美國全我知識發展學院）道教大中華代表人
- ▲ 中華道教網及祿神網及無界門創辦人

**【版權頁】**

編輯日期：2011/3/10

著作者：李貢銘

出版地址：台北市內湖區康樂街111巷1弄2號5樓

連絡電話：0937850815

電子信箱：[kmlee@vastitude.org](mailto:kmlee@vastitude.org)