

無極禪——修心息妄法訣闡真(五)

胡春業

三、斬斷六賊歸覺路 河住江翻水倒流

後天的精、氣、神消耗得越多，越會影響你先天的精、氣、神。後天的精、氣、神，它是先天的精、氣、神降下來的。比喻：水蒸氣降下來變成水，水遇到低溫又變成了冰。修行就是把冰化為水，把水再變成水蒸氣蒸發上去。

道教、密宗裏面一直提到任、督二脈，左脈、右脈與中脈之間的修道關係，中脈與開悟的重要關係。我們漢傳佛教和禪宗很少提到，即便是提到，也是用一種非常巧妙的語言。更不論能將這人體五大脈完整統和起來的修法。道教修任、督二脈；密教修左脈、右脈與中脈；《參同契》云：「黃中漸通理，潤澤達肌膚」。丹家因之形成修黃道一派，亦稱修中脈。全真道龍門派第十一代閔小艮吸取了上清派丹法，傳的就是中黃直透丹法。任脈在前為赤道；督脈在後為黑道；中脈在人體中央正位，貫通頭頂百會穴和海底會陰穴，得中黃之氣稱黃道。內丹家亦稱中脈為沖脈。密宗比較重視左、中、

右三脈，道家比較重視任、督、中三脈。一個是前、中、後，一個是左、中、右，因此兩家爭論得非常激烈！試問都是人體內之脈，為何道家與密宗分別要將五脈拆開來修呢？一個非常明瞭又讓人困惑千年的修行疑問？無極禪丹的修持，就是要走五脈齊修的路線。

《黃庭經》還有一個更重要的內丹法訣是「中有真人巾金巾，負甲持符開七門，此非枝葉實是根，晝夜思之可長存。」這四句和瑜伽術以及密宗修中脈七輪功夫暗合！為中黃直透丹法。中脈能通，脈路上的七孔（亦稱七門）亦得到淨化通暢。「七孔已通不知老」。這說明修人體中脈絕不是瑜伽術以及密宗獨有的法寶。

可是我們現在這個時代，有幾個人是修完四禪八定的？有幾個人是把精、氣、神修好了的？道教裡講的精、氣、神，勉強相當於漢傳佛教的四禪八定，實際上四禪八定的境界，要比道教裡面講的四個階段的境界要高得多。道教裡面的四個階段是煉精化氣、煉氣化神、煉神入虛、煉虛入道，勉強可以和佛教的四禪八定靠近，

密宗修完了左、中、右三脈，跟四禪八定、跟道教的四個階段都非常接近，但在細節上還是有出入。現在的許多修行者，因為沒有把身體修好，所以你就沒有辦法把身體空掉。要想把身體給空掉，首先身體要通、要透，否則的話，這個色身就沒有辦法空掉！你的色身空不掉，你就沒有辦法讓心入道。我們現在坐在這個地方，感覺最明顯的就是一個實實在在的肉體存在，而且還痛得不得了，我們的心態怎麼能入道呢？你要想空掉這個色身，首先你的氣脈要暢通，在氣脈暢通之前，精、氣、神先要充足。精、氣、神不充足，全身的氣脈怎麼能夠暢通呢？就像一條水管，要暢通，首先要保持水流不斷。修行以及入道、得道，靠的不是「氣」，但它在最初階段又確實與氣——先天的元氣，並非呼吸之氣——有關係。真正入道是靠「光」；入道以後，靠「音」。「氣」、「光」、「音」，是宇宙世界組成天地人的原始物質，也是修行的三大基石臺階。真正的密宗是禪宗，你修密的不管是哪一宗、哪一派，要想圓滿成就，你必須回來落入禪宗上，方為究竟圓滿，否則的話，你都是在四禪八定中轉來轉去，在你的色身上用功。

如果人體這五脈不暢通，你想入道、開悟、成佛確實不可能。但是我要說清楚，你就是任、督二脈以及左

脈、右脈與中脈暢通了的人，未必能夠開悟成佛！但是真正開悟成佛的人，他的任、督二脈以及左脈、右脈與中脈絕對是暢通的！就是這麼奧妙。四禪八定，初禪叫做「離生喜樂地」、二禪叫做「定生喜樂地」、三禪叫做「離喜妙樂地」、四禪叫做「捨念清淨地」。「喜」是指心理的感受，「樂」是指生理的感受。如果你能保持先天的「精」不變成後天的精子的話，它就能變成一種氣。這種「氣」是元氣，不是呼吸之氣。你通過繼續修煉，它就變成一種元光了。

過去的五大宗——偽仰、臨濟、雲門、曹洞、法眼，他們都談到過這個問題。但他們是用一種非常隱諱巧妙的字眼在談。通常用的「廳前柏樹子」、「竹根禪杖」等，大家連做夢也不會往這方面聯想！或者用「三江」來比喻，三江口（即會陰穴）。密宗、道家叫做「三江口」、「生我之門，死我之戶」，意思是說我們生是從這裡生，死也是因這裡而死。降伏了三江口，你就超越了生死！你降伏不了，生也是從這裡生、死也是從這裡死！尤其是一個沒有悟道的人，根本不會朝這方面想。我們常人的能量都到哪裡去了呢？全部變成後天的東西，從下邊漏掉了。不讓能量從下面出去，你就要讓它從上面出去；沒有辦法讓它從上面出去，你就必須讓

它從下面出去。否則的話，你就要發瘋、就要變態！除此以外，沒有第二個辦法。這也就是為什麼人家說禁欲的心理都不健康！除非你降伏了這個身體、四禪八定修完了，生理上這五條脈路暢通了，你的心理才會絕對健康。所以降伏心之前，先要降伏身體。因為就一個凡夫而言，都是被身體推著走，不可能讓心理影響生理，都是由生理影響心理。只有聖人才能夠以心理影響生理，用心理帶著生理來走。常人都是被生理牽著走！古代禪師之所以有一顆平常心，是因為他基礎已經打牢固了、已經平靜了，生理不會波動了，所以他的心態能夠平靜。

過去祖師們講「大道不離身心」，身心是可以同時修的。性命雙修心為本。關鍵是心竅合一，心——竅——法界——心。即入身見也同時破身見，守竅念訣是入身見，同時由竅透射法界是破身見，皆統歸心來把持運化。這正是無極禪丹修持的高妙處。性空——緣起——再性空。（人體五脈皆有竅，後文會交代竅在何處。）

為什麼強調修行人上來第一步，就要關閉六根呢？當你的六根關閉以後，生理裡面的這股能量才會自動進入任、督、左右二脈以及四脈能量皆歸聚回到中脈裡邊。當我們一個人在節欲、甚至禁欲的時候他的能量（通

俗點講就是精、氣、神）全部是儲存在任、督、左右二脈和中脈裡邊。當一個人縱欲的時候，就意味着他的任脈、督脈、左右二脈以及中脈裡邊的能量全部到了下邊，從下面給發洩掉了。

現在幾乎沒有人能夠有好的修行方法將生理上的這股能量轉化，有時候好不容易修了一點點能量，又漏掉了。從哪裡漏掉的呢？不僅會從男女性生活方面漏掉，還會從六根漏掉。你眼睛看多了是一種「漏」、耳朵聽多了也是一種「漏」、嘴巴講多了更是一種「漏」！六根都會漏。「斬斷六賊歸覺路，性光明朗便到家」。六賊，這裡六賊是什麼？眼耳鼻舌身意。眼睛看，耳朵聽，鼻子聞，嘴巴說，身在動，意在活（動）。眼看五光十色，把不住，亂動，是意、是心。耳聽五音，舌嘗五味，鼻聞五氣，身動意飛，此時心受著它的干擾，受著它的侵襲，它要動。如果能夠把持住，就是通性靈之道途；如果把持不住，即入濁降之途。「心淨煩惱滅，性明極樂生。」這個淨是一塵不染，看到就看了，眼睛看五光十色，耳朵聽五音，但是心不動，心如明鏡是乾乾淨淨的。「斬斷六賊歸覺路」，「慧劍斬魔」，運用慧劍，默念口訣真言，以一念代萬念，念念不離。這是一個正途，是一個耳根圓通的觀音法門。由於真言口訣

是法界與人天先後天有形無形的資訊密碼，故能調節身心。由於我們這個心開始是非常雜亂的，並不能制心一處集中起來，必須要口訣真言凝聚。它慢慢地凝聚，你慢慢地認識，那就是質中有量（在物理方面）。肉體是量，聚集先天氣，光，音為質，性本身是質，用質又聚集先天氣，光，音，來凝聚，又變為量。質中有量，量中有質。從肉體以竅合竅，以訣合訣，以訣竅相合，守竅念訣、耳聞訣音、音訣入竅、訣竅通和、反聞自性、心息竅訣、交攝合一的途徑通經脈，打通道路，那就是「陰順陽逆，顛倒歸元」、「河住江翻水倒流」。以竅相聚集能量，訣竅相合，通經達脈。陰順陽逆長生路，這又通經通絡，經脈而通，這是運行。不管你有多少雜念，訣竅相合，就在竅上，你就想不起來。這是一種有心有意來束縛的，這還是一個修行初步階段。它裡面念訣，念口訣真言，訣竅相合，是竅，再通經，那就周行了，陰順陽逆這都是一個有形有象的過程，有心有意的過程。這整體來說，還是在一個有心有意的初級階段。只有能夠到這裡，達摩祖師說：心如牆壁可以入道，而且必須從這裡開始入道，性命雙修心為本，而且又不能丟開這個肉體，首先還要肉體強壯。才能夠煉性。肉體有病，病都沒有好，你還煉什麼？所以，它以竅聚集先

天能量，又從竅裡來展發。竅好比基地，這一個一個的基地裡面有一個一個的太陽展發出光芒，太陽月亮是不斷地聚集元光，不斷地展發元光。那麼周身的這些竅穴，是通過訣在竅裡面來鍛煉，使它展發元光，元光來照射，來調節肉體，運化性命相合。再用有心有意的陰順陽逆，法輪轉動，從前面到後面（周天），這就是個法輪轉動。前面十二重樓，後面督脈脊椎二十四骨節比喻二十四步金梯，這樣，整個的轉動就是在心。這還是有心有意入手階段。如果達到這一點，「性光明朗便到家」，這便是無極禪心——如來藏自性光明體藏之原始光明的初現，明明白白，像日月，它照出來是周而復始，東出西沒。日月杲麗立中天，河住江翻水倒流。逆流者為聖人，順流者為凡夫。如果我們能夠把這些修完的話，充其量也只是修完了四禪八定，何況我們連這個基礎都很難修完。

古代佛道以千法萬法話修行，不論那個法，都無不是為了截止「雜念紛紜」而設定的。都是「以一念檔萬念」，漸漸裁減七情六欲。欲已不生，就是真靜、就是正定、就是正法。否則啊，呢稱「佛道」，偷個「佛頭」掛掛，自稱「居士」；以至額上貼個佛相也無濟於安身立命，健康長壽。七情六欲就叫做心，心為萬惡萬

病之源。欲已不生，就是真靜，心返歸自性清淨者佛。所以，彌勒菩薩說：分別是識，無分別是智；依識染，依智淨，染有生死，淨無諸佛。就是說：「1.分別心是識心，依識染，染有生死；眾生；佛教就是以「生老病苦死」入法，用於教化群眾。2.無分別心是智；依智淨，淨無諸佛。」這個制裁七情六欲的心行，叫修正法。其他都邪教。正邪盡打卻，清淨至無餘。萬部佛海道藏巨著都說什麼？說了個「無我相，無人相，無眾生相，無壽者相，無壽者相。」無我相，無人相，無眾生相，無壽者相是說什麼？說了個淨無諸佛。人的念頭，沒千分之一有用的。偉人、科學家、教授、宗教家、導師們的念頭也只不過千分之一二才有點點利於自他；其他千分之九九八個雜念都是於人於己有害的。若明利害，又何患雜念紛紜哉。蘇軾云：「欲令詩語妙，無厭空且靜。靜故了群動，空故納萬境。」這「無厭空且靜」就是裁減雜念紛紜。人都不知道自己「雜念紛紜」。人心中多餘的雜念是製造七情六欲的培養基，危害肉身壽命的第一敵人就是七情六欲太過。人如不能裁減七情六欲，想尋健康長壽，明心見性，那只能是癡心妄想。修功別著「相」；就是說修習中，如果心中見了陽光、黑暗、鬼神、仙佛、故人、善惡、恩仇人等的「相」，都應在收功

時空掉它並頓忘掉。此名「不著相」。如果不收功，一日廿四小時跟著相走，就會走火入魔了。大凡著相的人，例如心中有鈔票的相、有帥哥美女的相、有白粉黃藥的相、有鬼神仙佛的相等，終日跟著相走，著了一切「相」，心便為相差役，身便成了相的奴僕。此名：為形作役，為財作奴，為鬼神作使，一生瘋瘋癲癲不能自己。人不著相，非但不為鬼神所使，還能差役鬼神。有沒有神鬼、仙佛呢？也有也沒有。非有，非無，非非有，非非無。《楞嚴經》中說了「十種鬼趣」、「十種仙人」、「十地菩薩」等；那都是指人心（指每個人自己的心中事）。「趣」是趣談。「十」是空數，空數是「非物質的」。例如：甲乙丙丁戊己庚辛壬癸（十天干）是指十個空數；「十」在具體事物中它又什麼也不是。《地藏經》中的十殿閻王，也「甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，這十個空數。不過，這「空」並不無，宇宙虛空這個「空」，它是看不到、摸不著、不存在的，可是，這個「不存在」卻能容納下億億萬個星球；故「空」並不無。就宗教而言，宗教的含義是借用祖宗作教育。中國有儒、釋、道宗教。傳說孔子是儒教的祖師，這個人也還實在，史記記道：孔子生病了，子貢來看望他。孔子歎息，隨即唱道：「泰山要倒了！梁柱要斷了，哲人要

死了！」他邊唱邊流下了眼淚，對子貢說：「天下失去常道已經很久了，沒有人能奉我的主張……」過了七天孔子就死了。享年七十三歲，時西元前四七九年四月己丑日。他一生中見過七十多個國君(當時的土皇帝)，沒有一個人信他的主張。所謂哲人，如無國家錄用，也拾糞客一名。老子、佛陀、孔子三人同生於一個春秋年代，那個年代諸侯轄據分裂成七八十個小國，強國食弱國，天下戰禍綿綿，民不聊生，遍地是劫賊，鄉鄉有拉登，社會秩序比現在索馬里還亂百倍，故云：天下失去常道已經很久了。唯物主義者要善於發現本心中的「活思想」，這些活思想中的九十九·九%以上是多餘的、無用的、害人害己的雜念。如果不會改造思想，就會同棺木中盛進屍體，畢竟成為物累，污染了木質。唯心主義者要善於明白心為惡源，告別心的封建迷信成分，跟上民主法治的時代。走精神文明和物質文明的大道，道在常人日常中。不是在《道德經》那「乎之亦者依然在」的文皺皺之中。道，可道，非常道，乎之亦者依然在。文不是道。德是和(音佛)，古德不德！現德執德，執不之德只是名相，不為道德。生活恰如一杯白開水，渴了就嘗嘗。不渴也要嘗(成人每天要喝二五〇〇毫升以上)。解毒、蕩滌汗濁，調整電解質都要水，人身的八十五%都是水，要用喝入新水代換身中的濁水。「喝水不忘

挖井人。」做人不忘水恩典。對生命而言，天大地大不如水的恩情大。不會歌德水的上師，不足以是個導師。人為萬物之靈，靈就靈在心田那份光明上。此靈眾生人固有，除垢自明。所以道是固有的。如果人的一生喜歡「胡思亂想，天天所想的一〇〇個念頭只有一個才有用的話，那麼那九十九個胡思亂想(雜念紛紜)也無疑自殺。智者不胡思亂想，不輕信什麼鬼神、仙佛、大善人、大成就家、×師、×士、×家、活佛等等；守我本源自性清淨是也。這個，守：「我本源自性清淨」即是保任。保任就叫八地菩薩。誰說一定要用「修」，我本源自性清淨是人人固有的，「固有的」豈是修來的。大家都看過五七歲的孩子發蠻吧？孩子一發蠻，就會在大哭大鬧，在地上翻滾，連父母親他她也打。為什麼孩子會發蠻，就是因為他她們一時遺忘了固有的我本源自性清淨，所以，才發蠻，當其固有的我本源自性清淨恢復了，就不再發蠻了。什麼：網戀啦、裸聊啦、求鬼神、仙佛啦，都「在發蠻」。一旦固有的我本源自性清淨恢復了，自心地上，十地菩薩個個在，(固有的)還在，也就不再發蠻啦。我本源自性清淨也稱做「道」，「道」是人人固有的，它不是修來的，而是固有的。只有愛滋病，它才叫「獲得性自體免疫功能缺陷症」——修來的。這「獲得性」也即修來的，因它不是固有的。不

明而外覓者則自誤；悟娛悟誤一念間。六祖曰：「不見自性外覓佛，啓心終是大癡人。」這個自性，即我本源自性清淨也。《菩薩戒經》云：「我本源自性清淨」。人若如斯，便是俱足菩薩的八百戒；也不必削髮求人證量。別聽了《菩薩戒經》四個字，就以爲彼菩薩才有我本源自性清淨，其實「我本源自性清淨」衆生人人本具，人人固有，除垢自現。人若迷信，不論是迷信愛情、迷信欲望、迷信金錢、迷信功名利祿、迷信樹碑立傳、迷信留名千古、迷信科學、迷信鬼神仙佛，都會因著相而走火入魔。天地和人類萬物是平等的，具備了平等心就叫「等覺菩薩」；也名一悟即至佛地。一個真正成就的人，是與世無爭，也清淨無爲的。還有爭、還有爲，那就是苦了。古詩云：「蓮花吐清香，蓮子心自苦。花開有歇時，心苦無今古。」願大家都能心安理得樂今古。

我認爲現代人最清楚、最明顯的理想都是想要改善自己的生活，使自己在社會上能夠安全，能夠一天比一天過得更「好」。什麼是好的標準呢？簡而言之就是要吃好、住好、穿好、行好。這種有形的欲求會逐漸發展到追求自我成就。這樣的發展，大家都認爲是合情合理的。因爲追求成就是爲社會創造財富，是有價值也是必須和應該的，也被社會所認同。但是我們卻在這裡要看

到那一層潛在的深層的危機：人的欲念，一旦蒙昧了固有的我本源自性清淨——本性，而導致無明不斷發生，是永遠滿足不了的：今天坐飛機，明天就想坐火箭，火箭又不如太空船坐著過癮……。商品社會的不斷繁榮，人們對物質的貪求已經不是「匱乏性的需要」而是變成「比較性的需要」，問題的嚴重性，結症即在於此。這種需要不再是自發的，而是被社會共同價值所感染，認爲大家都這樣，所以我也應該這樣。在這種互相攀比的需要裡其實埋藏著人類內心深層的不安與痛苦。這種不安和恐懼已促使「比較性的需求」日益發展成爲一種無端的佔有欲、擁有欲。由於心靈的空虛匱乏、恐懼，財色、名利、權位、愛情，這些外在的副產品成爲他炫耀的資本，他想依賴於這些東西來達到其心的安寧，而這些外在因緣是隨處可變的，一旦突變或消失，其心哪裡還會安詳呢？即使現在暫時擁有，其實也是恐懼性的擁有，當擁有的這些一旦受到侵犯、傷害、挑戰的時候，極度的恐懼不安即刻湧上心頭，遣散不去。由此我們可以說，生命錯亂的總根源是妄念、欲望的存在。它又是人心迷茫與麻醉的根源，所能帶給我們現代人的只會是不安與恐懼。可見，解脫者，一定是依賴於某些永恆不變的東西來使自己達到真正的心安與自在。

（未完待續）