

靈妙真經第八章

煉虛品

紫微星君曰：

大道之宗，萬法之祖，運神於虛，包孕萬有。形形相相，色色空空，只此上下，通幽澈微，秘密玄靈。闔闢之機，虛中涵養，章美於外，細無不入，大莫之載。穹穹者天，日月照臨，四維八極¹，度量難齊，星羅碁布，象麗其上，聲臭闕寂，莫測莫名。扣萬啟一，乃含大美。

大寶曰三，精與神炁，與身具存，先身而立，豈立身先，更先天地，無始劫來，於今罔替。一人一具，千萬化身，千萬具足。具足之體，是萬還一，其昭明明，其繫密密，存乎人者，莫良於此。三歸一物，一化而三，是三非三，是一非一，非三非一，一一三三，非三非一，是一是三。曰惟此寶，具足莫參。

總由有象，以歸無象，按之至實，實而仍虛。充虛之量，萬變莫窮，煉之為要。名之難紀，為虎

為龍，曰鉛曰汞，於坎於離，位置其地，木植火炎，又充其類，極形之肖，極名之似，名之形之，不出一是。

拋卻即走，操之斯有，聖不異凡，仙與佛偶。凡夫異等，惟此一本，增減不形，生滅無盡。具此大者，百體率從。從之百歧，乃生色相²，相不一相，四相³終累。誰為空者，莫煉其至，煉則超之。

非比物類，胎卵濕化⁴，蠢動而已。佛性亦靈，亦識其具，矧靈於物。胡不煉此？可為可追，可進可啟。

玄則空空，靈無不通，通靈啟玄，妙秘寰中。鑰橐⁵開然，萬象羅前，渾然無物，自然生生。執靈往運，不識其程。形聲動靜，表裏圓明，叩之寂寂，聽之冥冥。若愚若晦，若亡若存，存乎至道，煉虛⁶歸真。

翻譯

紫微星君說：大道的根本，以及諸種修煉法門的源頭，在於煉神還虛，「虛」包含、孕育了所有物象。洞悉各種形態的物象，其本質上都是幽微靈妙的。陰陽闔闢運轉的關鍵，在於外表華麗，而內中虛空以化育萬物，小到無所不入，又大到不容裝載。天空廣闊，日月在其間照臨萬物，四面八方，難以測量，星辰像羅列在棋盤

上的棋子一樣分佈，附麗於廣袤的蒼穹，一切歸於無聲無味，不可測量也不可稱名。「虛」啟迪千萬生靈，讓他們知曉共有惟一本原，其內涵至豐之美。

人有三寶——精、炁、神，三寶與身體一同存在，或者說先於肉身存在，豈止是先於肉身，更先於天地存在，從宇宙創立至今，就一直存在著。每個人都有三寶，無論是哪種存在形式，都具足三寶。雖然存在形式多種多樣，但其本質不變，千萬如一，內蘊的三寶狀態顯著又聯繫緊密，在人身上沒有比這更好的。三寶歸於先天的本原，先天的本原化為三寶，但三者並非本質不同，本原雖是一，但又並非毫無差別，因此既不是三，也不是一，先天的本原與三寶，可以說既不是三，也不是一，也可以說既是三，也是一。惟有這個珍寶，人人具足，卻沒有完全參透。

從有形有象歸於無形無象，既實際存在，卻又沒有實體。實和虛相互轉化，變幻莫測，煉虛是修煉的關鍵。但很難用專一的名稱來記述，所以用虎龍、鉛汞、坎離來表示煉虛的地方，以木火指代煉虛的類型，用這些極其相似的形象和名字來形容、命名，實際上都是一樣的。

煉虛在於放下即可了無束縛，修持之時又真實存在，聖人與凡人、修仙與學佛並無二致。平常之人雖然不盡相同，卻有這個共同的本原，其增減並不表露出來，生滅轉化也沒有盡頭。由中虛之心來主宰，身體的

各部位無不遵從。如果順從軀體的欲念，就會產生對物象的分別心，終究為四相所累。認為一切皆空的人，是沒有修煉到盡頭，通過煉虛才能超脫。

這與其它物類不同，胎生、卵生、濕生和化生的物類，只是愚昧無知地行動而已。佛教中所謂的「佛性」也就是一點靈光，人人具足，亦包括物類。為什麼不煉虛呢？這是可以修煉，也可以尋求的，可以精進，也可以得到超脫。

大道深奧而沒有實體，靈通而沒有滯礙，開啟天下之玄妙奧秘，這些奧秘就在宇宙之中。就像鑰橐鼓風，萬物都呈現在面前，看似渾然沒有實體，卻自然運轉、生生不息。一味地執著於追求虛空，不能正確認識修煉的進程。無論是形象、聲音，還是運動、靜止，均內外圓通明朗，向其叩問，靜寂而沒有應答，聽起來又幽遠深沉。似乎愚拙晦暗，似乎無又似乎有，這就是大道的存在方式，煉虛而歸於本原，最終與道合一。

疏解

此品乃玄通微妙真功，昔吾與百丈佛祖⁷同降覺壇，祖云：「道曰靜，釋曰止。」靜與止一而已。一者何？惟心造，心本虛，無方體。煉其虛，道在邇。

青華上帝⁸亦云：「結丹之道，一而已矣。」一無他，虛而已矣。煉丹者，煉虛也。虛非空空之虛，乃實實之虛。虛非散散之虛，乃渾渾之虛。煉虛而成其

為虛，則丹成矣。形神俱妙者，形神俱虛也。

又曰：「煉丹件件皆虛。黍珠一粒，渾然太虛之體。」又曰：「修持之要，千聖萬真，總歸寂滅。」學道而不至於寂滅，未有能度劫者。仙佛有分，在煉性煉炁之間。究竟到得，無上根源就是氣也，是性長生⁹也，是寂滅。何也？仙家所煉之炁，蓋有超出於陰陽五行之外者，所謂元始¹⁰以來一點靈光，渾融週遍及太和至真之炁，而實無物也。至哉言乎！妙哉虛乎！

此品開首云：「大道之宗，萬法之祖，運神於虛，包孕萬有。」已將全旨揭明。「形形相相」十句，言煉虛之闔關機關。「穹穹者天」八句，即天象之昭垂，示人工之默契。

人人皆具三寶，人人皆秉一元，三三一，總歸虛煉。故歷歷詳言，而復明結之曰：「總由有象，以歸無象，按之至實，實而仍虛，充虛之量，萬變莫窮，煉之為要。」誠微妙玄通之真訣。

彼一切虎龍鉛汞坎離水火等，極形之肖，極名之似，名之形之，不出一是也。但此煉虛之妙，「拋卻即走，操之斯有，聖不異凡，仙與佛偶。」可見玄禪至詣，本自相同。煉虛之功，萬真莫異。彼凡夫不知煉虛，何能超界？而物類更無論矣。

「玄則空空，靈無不通，通靈啟玄，妙秘寰中。」此四語是煉虛秘妙，言玄靈則無滯機，言寰中則有實證。妙煉既久，時刻無懈，斯鑰橐開然，而萬象羅

前矣。蓋須渾然無物，聽其自然之生生。若「執靈往運」，意想非真，是「不識其程」也。

「形聲動靜，表裏圓明，叩之寂寂，聽之冥冥。」煉虛還虛也。「若愚若晦，若亡若存，存乎至道，煉虛歸真。」煉虛合道也。

噫！玄靈妙道，煉虛秘傳。天仙之丹法，大羅之捷徑也，萬古真宗。幸於此經拈出。

翻譯

這一品講的是玄通微妙的真功夫，昔日我與百丈佛祖一同在覺源壇降乩，百丈佛祖說：「道教講靜，而佛教講止。」其實靜與止是一回事。為何呢？一切都是心造就的，而心本虛無，並無實體。將心修煉得虛無，就離道不遠了。

青華上帝也說：「修煉內丹的方法，不過是『守一』而已。」「一」並非其他，即是「虛」。煉丹，也就是煉虛。虛並不是空無一物的虛，而是實有之虛。虛也不是散亂之虛，而是全然一體之虛。煉虛並成為其一部份，內丹也就煉成了。形與神相合於虛，無形無象，微妙靈通。

青華上帝又說：「諸種修煉內丹的方法都是煉虛。黍米玄珠，也就是渾然太虛之體。」還說道：「千萬聖真修持的根本皆歸於寂滅。」如果學道沒有達到寂滅的狀態，也就不能超脫劫難。仙與佛的區別，也在於煉性和

煉炁。究其根本，氣是一切的根源，就是性長生，也是寂滅。為什麼呢？仙家所煉的炁，有超出陰陽五行之外的，也就是宇宙發生之初的一點靈光，渾然融合，遍佈萬物，是太和至真之炁，其實並無實體。這些話包含了最深的道理，煉虛即是最玄妙之事！

這一品開始就說：「大道的根本，以及諸種修煉法門的源頭，在於煉神還虛，虛包含孕育所有物象。」這一句已經將本品的主旨揭示出來。「形形相相」及以下共十句，講的是煉虛的關鍵。「穹穹者天」及以下共八句話，顯示天象的昭示，表明人的行為與之暗相契合。

每個人都有精、氣、神三寶，每個人也都秉承一元之炁，三寶的本原也就是炁，修煉三寶最終歸於煉虛。因此又逐一詳細說明，並明確地總結說：「從有形有象歸於無形無象，既實際存在又沒有實體，實和虛相互轉化，變幻莫測，煉虛是修煉的關鍵。」這實在是「微妙玄通」的真正秘訣。

所謂一切虎龍、鉛汞、坎離和水火等名稱，用極其相似的形象和名字來形容、命名，實際上都是一樣的。不過煉虛的玄妙之處在於，放下即可了無束縛，修持之時又真實存在，聖人與凡人、修仙與學佛並無二致。由此可見，道玄與佛禪的至高旨意本來相同。所有仙真在煉虛的功夫上並無不同。凡夫俗子如果不知道煉虛，怎麼能超越此界？更不用說其它物類了。

「玄則空空，靈無不通，通靈啟玄，妙秘寰中。」這

四句是講煉虛的奧妙，說「玄靈」意味著無所阻礙，說「寰中」，就表明有實證。長期煉虛，而時刻不鬆懈，那麼就像鑰橐鼓風，自然造化，一切物象都展現在面前。煉虛必須渾然不著於物象，任其自然發生。如果「一味地執著於追求虛空」，而認為「虛」不是實際存在的，是「不能正確認識修煉的進程」。

「無論形象、聲音，還是運動、靜止，內外均圓通明朗，向其叩問，靜寂而沒有應答，聽起來又幽遠深沉。」這是煉虛又歸於虛。似乎愚拙晦暗，「似乎無又似乎有，這就是大道的存在方式，煉虛而歸於本原。」這講的是煉虛與道合一。

唉！深奧而玄妙的大道，煉虛是其隱秘的法門。天仙派的內丹修煉方法，是修成大羅天仙的捷徑，是萬古以來的真宗。現在有幸能從這部《靈妙真經》中摘引出來。

註釋

- 1 四維：指東、南、西、北四方。八極：在「四維」的基礎上再加東南、西南、西北和東北四個方位。
- 2 色相：佛教術語，指萬物的形貌。
- 3 四相：佛教術語，指生、住、異、滅等四相。
- 4 胎卵濕化：佛教將六道眾生的生成劃分為四種形態，稱為四生：1、卵生：從卵殼出生，如鳥類；2、胎生：從母胎而生，如獸類；3、濕生：從濕氣而生，如腐肉中蟲等，亦稱因緣生；4、化生：無所依託，藉業力出現者，如天神。

- 5 鑰橐：原指鼓風吹火的裝置，猶如風箱，代指天地萬物生生不息，鑰橐喻其本體。出自《道德經》，第五章：「天地之間，其猶橐籥乎？虛而不屈，動而愈出。」
- 6 煉虛：道教內丹術語，代表內丹修煉三個階段之一，分別為煉精化炁、煉炁化神和煉神還虛。《呂祖全書》，卷九，《八品經》云：「精化為氣，氣化為神，鍊神還虛，號之長生。」《唱道真言》，卷三云：「煉丹無所煉也。何以說無所煉？煉其所無也。無者，虛也。心本虛，情識意知實之。煉心還於本然之虛，則丹可成矣。何以言之？丹本虛也，是以心虛，而丹可成。」
- 7 百丈佛祖：俗姓王，名懷海，唐朝禪宗禪師，拜於馬祖道一門下，亦稱「百丈懷海」。
- 8 青華上帝：即太乙救苦天尊，又稱東極青華上帝、青玄上帝，有無數化身，在天界為東方長樂世界的太乙福神，在人間是救苦度厄的大慈仁者，在陰間是薦拔亡魂的日耀帝君。明《正統道藏》收有《太乙救苦護身妙經》，云：「救苦天尊，物隨聲應，或住天宮，或降人間，或居地獄，或攝群邪……神通無量，尋聲救苦，應物隨機。」
- 9 性長生：陳櫻寧著〈孫不二女功內丹次第詩注〉解釋「性長生」：「佛家重煉性，一靈獨耀，迴脫根塵，此之謂氣長生。仙家重煉氣，遍體純陽，金光透露，此之謂性長生。究竟到了無上根源，性就是氣，氣就是性，同者其實，異者其名耳。」
- 10 元始：指宇宙發生的最初本原。