



民國 112 年 2 月出刊 (季刊)

發行人：吳自益

發行處：財團法人道教真極慈善基金會

立案證號：臺北縣政府北府民宗字第 0960461132 號

聯絡地址：桃園市龍潭區忠勇街 217 號

電話：03-4705128 傳真：03-4097125

網址：<http://www.ticf.org.tw>

電子信箱：service.ticf@msa.hinet.net



了一心而通萬法

則萬法無不聚於一心

返萬法而照一心

則一心無不定於萬法

112年 光明殿點燈

點光明燈乃為護持淨化人心，利益更多眾生，以致誠之心點燈，歡喜發願布施，願把心光點亮供奉諸神佛，無形之中，做到了財施與法施，獲得布施的功德。使神佛慈悲智慧永存，功德無量！

護持 混元老祖 點燈功德金新台幣 66 萬元 (點燈一對 護佑鴻圖大展)

護持 元始天尊 點燈功德金新台幣 66,000 元 (護佑生意興隆)

護持 靈寶天尊 點燈功德金新台幣 36,000 元 (護佑生意興隆)

護持 道德天尊 點燈功德金新台幣 16,000 元 (護佑生意興隆)

護持 斗姥天尊 點燈功德金新台幣 3,600 元 (護佑全家消災解厄)

歡迎各界公司行號、十方大德參加點燈 意者請洽本會



財團法人道教真極慈善基金會

地址：桃園市龍潭區忠勇街 217 號

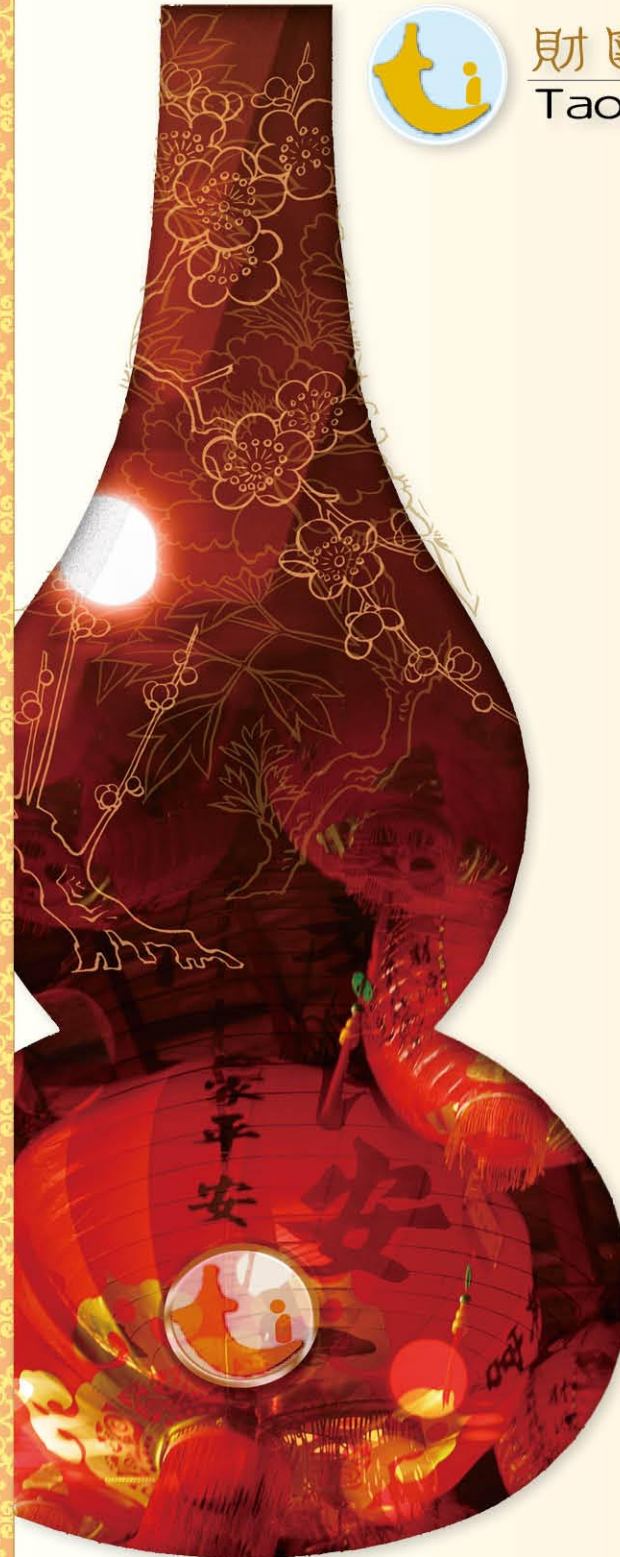
電話：03-4891116、03-4705128

傳真：03-4097125



財團法人道教真極慈善基金會
Taoism Infinite Charity Foundation

第 47 期
真極會訊 2023年2月



- 2 【董事長的話】真極宗門修持的重要法術
《守一》/ 吳自益
- 3 【志工隊長的話】歲末感恩 / 清玲
- 4 建設真極境三清寶殿
- 6 【修行廣場】認識道德經
- 8 【修行廣場】確診驚險記 / 傳真
- 9 【修行廣場】代代相傳 / 清雲子
- 10 【活動分享】地藏旨令班 / 共修日
- 11 【活動分享】準神職課程 / 志工聯誼
- 12 【感恩園地】人生的感悟 / 清桂
- 13 【感恩園地】有關神職 / 清招
- 14 【修行分享】協辦值班感想 / 玄宏
- 15 【修行分享】教育 / 德明
- 16 112 年生肖點燈祈福
- 17 111 年度道務服務統計圖
- 18 【生活法律】「假承攬、真僱傭」從博客
來打掃阿姨事件了解僱傭契約 / 玄宏
- 19 【修行分享】課後的省思 / 清桂
- 20 預約掛號問事
- 21 真極之友
- 22 拜師方式及注意事項
- 23 基金會募款
- 24 活動搶先報

目錄 CONTENTS

民國一一二年二月出刊(季刊)
發行人：吳自益
發行處：財團法人道教真極慈善基金會
立案證號：臺北縣政府北府民宗字
第0960461132號
聯絡地址：桃園市龍潭區忠勇街217號
電話：03-4705128
傳真：03-4097125
網址：<http://www.ticf.org.tw>
電子信箱：service.ticf@msa.hinet.net



守一修持法，實質上就是使意念專注於身中某處，鍛煉意志，收攝思維。守一《老子》第十章：“載營魄抱一，能無離乎？即指守一。守一法是真極宗門修持諸術法中較重要的一種。真極宗門認為修此守一之法，可以渡世，可以避災，可以理病，可以事君，可以長生，可以離窮困，可以事神明。《老子道經想爾注》曰：今佈道誠，教人守誠不違，即為守一；不行其誠，即為失一。

《太平經》雲：“子欲養老，守一最壽，平氣徐臥，與一相守。氣若泉源，其身何咎，是謂真寶，老衰自去。”守一被真極宗門視為長生的重要途徑。《黃庭外景經》曰：“子能守一萬事畢，可知真極宗門何等重視守一法。

究竟什麼是“一”？守“一”又指守什麼呢？這個問題在真極宗門中有數種解釋。

首先“一”指天地間的大道。“道起於一，其貴無偶，各居一處，天得一以清，地得一以寧。子欲長生，守一當明。

”以“一”為道體，道本虛無，大而無外，小而無內，唯在此虛無中，有廣大的宇宙天地能量。又曰：“守一存真，此一乃太上心法；《清真 玄空妙法》能通神，萬物生於一，一生於道，故靜坐時守一即是默念心法神闕導引真元，可至於道。“一”者為道《太上心法；清真 玄空妙法》亦是道之本體，人與天地萬物之共性，見一即見道，心一冥極，則自靈台一而不桎修煉中於“一”字上下功夫，默念太上心法神闕導引真元之氣遍及六腑氣脈，清虛澄澈，便即見一，亦即見性。還乎見性，便即入與道冥合，宇宙天地萬物人我，打成一片，而復歸於混沌無我的境界。所以真極宗門弟子修持守一之道就可以長生，精神就可以長存。

其次，“一”又指身上的部位。《太平經》說：“頭之一者，頂也。七正之一者，目也。腹之一者，臍也。脈之一者，氣也，五臟之一者，心也。四肢之一者，手足心也。

骨之一者，脊也。肉之一者，腸胃也。真極宗門認為這些是五臟六腑要害之處，經常修持，“念而不休，精神自來，莫不相應，百病自除，此即長生。

第三，守一指守持精神意志。《太平經》說：“一者，心也，意也，志也。念此一身中之神也。”又說：“守一者，真真合為一也。人生精神，悉皆俱足，而守之不散，乃至度世。人知守一，名為無極之道。人有一身，與精神合併也。形者，乃主死；精神者，乃主生。”因此真極宗門認為人的形體與精神“常合為一，可以長存”所以《太上師尊》教宗門弟子其守一，言當守一身也，念而不休，精神自來，莫不相應，百病自除，此即其長生久視之符。

守一存神，保守人體內的魂神，使魂神與形體相抱為一，人的生命才能生存。《道德經》曰：“載營魄抱一，能無離乎！”“純素之道，唯神是守，守而勿失，與神為一”魂神長駐體內，與身體形魄相抱為一，即是守一之道。另外“一”又指純陽之氣。“夫自然本一，大道本一，元氣本一。一者，真正至元純陽一氣，與太無合體，與大道同心，自然同姓。元氣本一，化生有萬。萬須得一，乃遂生成；萬若失一，立歸死地。故一不可失也。保守純陽一氣，使人體精神飽滿，身康健。

純陽一氣，在真極宗門意指通過修煉導引真元，而使人體內混濁之氣漸漸轉化為至陽之氣，借由神闕導引胎息，指煉氣不以口鼻嘔吸，胎息與服氣行氣亦有不同，服氣行氣乃是吸外界之氣，而胎息則是指服自身之氣。行氣亦稱練氣但行氣與服氣亦有不同，服氣在於服外氣以養身，行氣擇重點在用氣以抗拒外界某種事物之侵襲。

《道法會元》卷一法敍說，了一心而通萬法《太上心法清真 玄空妙法》，則萬法《清真 玄空妙法》無不聚於一心，返萬法而照一心，則一心無不定於萬法《太上心法清真 玄空妙法》。



歲末感恩

《文◎清玲》

一年多在疫情壘罩下的生活，讓整個世界都起了不少的變化。小市民的我們除了口罩、酒精不離身，也都戰戰兢兢地過日子！真極基金會也因應疫情做了一些調整，整體會務與道務在董事長帶領下順利進行。

疫情風暴中，感恩師尊慈悲賜予防疫令符，也提前預言示警，讓我們真極弟子都能比較從容的面對。因應疫情的肆虐，為確保神職老師與服務志工的安全，道場開辦日也暫時改為預約制，並且採取高規格的防疫措施。

今年年初，我家兒子因精神病復發住院。神職老師和同修們都給予我很大的幫助與鼓勵，讓我度過最難熬的日子。住院期間正好是確診人數不斷攀升的四、五月，雖然醫院已經採取高規格防疫，仍不敵無孔不入的病毒，病房內陸續有人確診。幸好有師尊的慈悲護佑，神職老師處理能量杯水讓他服用，兒子確診輕症安全度過！六月中出院，順利入住龍潭康復之家。

如今疫情看似漸漸平息，但是師尊指示仍要小心防範，有可能再創確診高峰！很慶幸有緣認識並進入真極基金會這個大家族，有神職老師可以幫忙消災解厄，更有定期的旨令班、共修日...等課程，可以提升我們修行的知識與觀念！只要跟著清虛子導師的帶領，一步一腳印的老實修行就對了。

值此歲末之際，除了自己檢討改進缺失之外，要感謝志工團隊的每位志工，總是在崗位上努力無私的奉獻。感謝神職老師的厚愛，總是在我最無助的時候給予我適時的指引！感恩清虛子導師的帶領，讓我進入浩瀚的『真極宗門』修行！感恩師尊！

以前在頒獎典禮上，常看到得獎者會很激動的說：「我把一切的榮耀都歸給我敬愛的.....（他信仰的神）」。我現在也深有同感，我也要把我的作為、成就都歸給我最敬愛的師尊（三清道祖），因為這些都是您的賜予與庇護而來的。感恩師尊！感恩神職老師！感恩志工們！感恩親友們！





建設真極境三清寶殿

緣由

混元真極境龍潭道場，簡稱真極道場在龍潭地區服務民眾已近 20 年時間，每年受『道務』協助的民眾有近千人次，每年度並有捐血活動，捐贈白米給龍潭弱勢團體等公益活動，真極道場並非獨善其身而是念茲在茲兼利天下，有鑑於道務日漸宏展，原有建築物不足以因應未來之需求，殊感現址老舊不堪使用（現有建築於民國 70 年 5 月 20 發照）舉建道場，之殷切，今日奉三清道祖旨意籌建新道場，為日後廣渡眾生之信仰中心建設真極境三清寶殿，因工程浩大，道場經費拮据廟堂建設惟其經費龐大無法承擔，無論人力、物力、財力之籌劃有賴同修與社會大德護持，共同努力來完成，以宏揚道祖威德。

今日授『道』囑咐、承領『三清旨意』建造道場

「三清道祖」慈悲顯蹟：

揭示開山建極、修行入道之聖地、宏展大道之宗旨、今日顯真『金龍氣脈』以悲天憫人之心、慈悲為本、方便為門、濟世緣渡、普羅眾生、以弘揚道統精神、渡化乾坤生靈、宣揚德訓。

深悟道法、需延續傳承：

『對內』：律己自律、弘揚正法 『對外』：匡正社會不良風氣、淨化人心

心善大使

需徵求 4000 名心善大使，護持 18000 元 / 單元，本會將授於感謝狀，護持金可單筆或分期（3 期 .6 期 .9 期）完成（一年內）。

護持方式

1. 志工到府收取護持金。
2. 自行繳回本會。
3. 匯款：合作金庫 - 龍潭分行
戶名：財團法人道教真極慈善基金會
帳號：0161-717-102430

※ 轉帳後，請「傳真」匯款轉帳單據註明捐款人姓名、身份證號（如以公司名義捐款，請註明統一編號）、出生日期、電話、郵寄地址，或來電告知，轉入帳號末 5 碼、捐款日期、捐款金額及捐款人相關資訊，供我們核對資料並寄發收據給您。



三清殿外觀建設進度

小付出，大力量

真極境三清寶殿、是以修心道場自許、宣揚正信理念、以道德教化及社會關懷為依歸、力行濟世扶困的應世責任、宗教、慈善、教育、三大志向、企盼淨化人心、共創溫馨祥和社會、累功績德以道德力量重返人生正軌、弘揚道祖使命。

歡迎並感謝來自各行各業一起與我們護持「積善撲滿」，每日一點零錢規劃一點點的護持經費，投入「積善撲滿」，協助基金會早日完成三清寶殿的建設，讓社會上多一處精神可以寄託的地方，使現今人心混亂的社會氣象可以恢復和諧、平靜。

節省一份零錢，獻出一份善心，成就三清寶殿的使命

您的每一份護持贊助，皆可使善念延續廣揚，利益無量眾生，功德不可計數期盼藉由大眾一點一滴的力量，以聚沙成塔的方式完成建設。

積善撲滿（讓善撲滿每一天）

發行護持數量：2000 份 ※ 索取「積善撲滿」方式：
地址：真極慈善基金會（桃園市龍潭區忠勇街 217 號）
電話：03-4891116 傳真：03-4097125
（備註：每年 3.6.9.12 月份為回收月）

建設分四期工程

- | | |
|--------------|--------------|
| 第一期工程：購地整地工程 | 第二期工程：主體道場工程 |
| 第三期工程：內部裝修工程 | 第四期工程：景觀軟體工程 |
- 以四期工程完成建設





認識 道德經

{第四十五·四十六章}

清靜章第四十五

大成若缺，其用不弊。大盈若沖，其用不窮。大直若屈，大巧若拙，大辯若訥。躁勝寒、靜勝熱，清靜為天下正。

語譯 生萬物而不遺，成萬物而不棄，這是天地大成的妙處。視之不可見，聽之不可聞，無聲無臭無形無蹟，這是天地若缺的妙處。動靜無端，往來不息，可長可久。這是天地不弊敗的妙處。事有成便有缺，物有新便有弊。用之善未有不成，用之不善未有不缺。用之善未有不新，用之不善未有不弊。因此聖人心德之光，雖然，養深積厚，圓滿俱足。惟仍謙然自處，似有所缺。體察天地之道，以清靜為體，以正大為用，精益求精，所以能使其道德日新，而無所不成啊！

大道本體之道妙，圓滿具足，大至無際，小至微塵。無所不有，無所不實，所以稱為大盈滿。又其虛靈不可象，神妙不可窮。至神至靈，至虛至妙，所以又像是若無，實若虛的。因有大盈若沖之妙，所以用之於天，天之道不窮。用之於地，地之道不窮。用之於人，人之道不窮。用之於物，物之道不窮。所以聖人的功德大盈滿，心境就像虛無一般，但他的作用卻生生化化，沒有窮盡。

道之成物，本末一道，上下一理。這便是大直的意思。又如虛而能容於物，順而不爭於物，這就是若屈的意思。學道的人，如能以直（以理而言）為體，以屈（以事而言）為用。屈直互相體用，則屈之理未嘗不伸。而直之道，未嘗不大了。所以耿直的人，胸懷坦蕩，直心直行，善惡分明，所以稱為大直。在處事上，寧可吃虧讓人，所以稱為若屈。

大道化工的巧處，雖言語不能盡其美，彩畫不能盡其妙，但這些都是從無為中化將出來的，無作無為，可謂拙吧！但化工之妙，實在不拙，所以說大巧若拙。聖人之巧，以拙為巧，此等之巧沒有心思，沒有作用，無為而自能，無能而自妙，與造化之巧不二了。

天之道，以陰陽出造化之妙。以風雷，鼓萬物之機。地之道，以貞靜成萬物之形。以柔順，和萬物之性，此皆天地大辯論的妙處。但天地並不曾有過辯論，不言而四時行，不言而萬物生，以其辯而不辯，所以稱為若訥。古之聖人，不言而善教化於天下，天下國家，不能違其教。所以聖人不辯而道自行，不辯而德自著。所謂不言並非閉口不說。常德古代聖人，常以方便說法，言之有時，說之有理，感而後應，問而後答，不以辯為能，豈是好辯者可比呢？大辯的人長於口才，但言多必失，所以要若訥，好像不會說話的樣子。守愚以養天機。

以上大成、大盈、大直、大巧、大辯者，都是得其清靜之正的，倘若不得其之，就會躁勝寒，靜勝熱，滯於一偏之情事發生。譬如冬月極冷之日，寒冰遍地，行路之人，汗流浹背，這就是躁勝寒。又如夏月極熱之時，暑氣逼人，靜坐之人，不覺煩熱，這就是靜勝熱。雖躁勝寒，但行路的人如有時停下不走，還是會冷啊！雖靜勝熱，但靜坐的人，不打坐而活動時，還是會覺得熱啊！像這種一偏之勝，終究逃不過寒熱之害。因此欲求其正，當於清靜中求之可得。清靜之道無太過與不及，自然而然，常清常靜。果能一塵不染，萬緣放下，去其求勝之心，守其清靜之正，又何聖人之不可法呢？

知足章第四十六

天下有道，欲走馬以糞。天下無道，戎馬生於郊。罪莫大於可欲。禍莫大於不知足，咎莫大於欲得，故知足之足，常足矣。

語譯 天下有道時，國泰民安，上下無事，共處於清明之化，用戰馬來耕田，正是無欲無為的極治啊！天下無道時，人不能安其業，物不能安其生，疆場不靖，是戎馬有用之時，母馬要在戰場上生產，可說太多了。

內而身心不保，外而家國不安，莫不生於可欲，因此天下的罪惡，沒有比可欲之危害大了。東填大海，西建阿房，都是一念之欲。修行之人，先要止念，否則空自勞形，豈能逃過莫大罪惡啊！

要知道天地萬物都是我心上的富貴，至道至理，都是我性中的真樂，奈何世人捨其自具之足，求其外有之足，致物欲攻心，捨真投妄。凡有不知足的，禍必隨之而起，不戒慎嗎？

違背於理的過咎，沒有比追求自有的貪得之念更大了。欲得之心，動機雖小，其害卻大。修行者當洗心滌慮，去欲除貪，雖處顛沛流離之際，恆以堅守，自力才能作個無過之人。

萬物之理，無不備於我。天地之德，無不歸於身。不必妄求，而終日有餘。不必妄得，而無時不足，無往而非泰然，無處不是自足了。所以惟我能知足，而這種滿足，將使內心常感滿足了。