

武 當 功 夫 冷 知 識

◆ 張三丰名字

張三丰名字，原是用「丰采」的「丰」，但香港人誤以為是「豐收」的「豐」之簡體字，寫作「張三豐」，這是內地簡化中文字，將「丰」代「豐」之後果也！

◆ 煉丹

道家內氣修煉的方法之一。道家氣功的理論是透過呼吸吐納、存想導引將有形的空氣鍛煉成無形的能量，能治病強身，所以叫「內丹」（人體自我製造的丹藥）。

◆ 甚麼是走火入魔？

道家修煉的中心思想是「性命雙修」。所謂「性」、「命」雙修，指「修性」與「煉命」共同兼顧。「修性」指道德心性的修為工夫。「煉命」指形軀的鍛煉，把身體通過有系統的鍛煉程式作出轉化。應用到武學之上，既著重身體的鍛煉，也強調個人精神道德的提升。這不同於一般的尚武要求，因為練習內丹氣功而缺乏心性的修為，有機會產生幻覺，稱為走火入魔。

袁康就博士認為，氣功修煉的「走火入魔」，其實只會在極高的修煉境界中出現。那就是煉者的「陽神」朗現，正在等待跳出形軀之際，打坐時段着了陰魔，就是真正的「走火入魔」。所謂「陽神」，其實質是一種高階氣態。它既是一種特異能量，而自身又是主體。當氣功鍛煉到氣（能量）與精神意志（道德主體）融和的時候，這種特異能量可以超越形質變現。在修煉者的體內，這高階的能力會誘發形體氣機與精神的重新調節。前者氣機出現焚火熾熱感，這極熱之後會轉化為一陣清涼。但稍一不慎，它有可能不作轉化；相反，它可以火承風勢，在體內亂竄，嚴重傷害體內臟腑氣機的運作，這就是「走火」。精神方面，由於道德意志要融入氣狀態中，煉者的道德修為尚未堅定、仍貪戀於名利權慾的話，這副「德性」便會在焚身氣態中受到考驗，異常的內景隨之出現。這些異常內景都是考驗心性的陰魔。如果心性修為不堅定，煉者便會在內景中著相，妄念、幻想、癡狂之精神狀態馬上出現，這時就是「入魔」，實質即是俗語說的「燒壞腦」。因此，袁康就博士認為，只要入門學習態度健康，功法適宜，「走火入魔」便不會出現。🌐