**修行與能量和五行變化之研析**

**廖訓詮撰**

1. 前言

修道易成道難，為吾煉氣士之常識，但難在何處，如何評量，並進而增加我煉氣士們之信心，常在我心中盤旋，近年本會購入能量儀，可藉以了解修煉與能量及五行平衡間之相關情形，乃在自我修煉、教學及本會理事長主持之研討會中納入能量測試，俾探討我仙宗各項功法與能量及五行間之關係，本報告因係初步嘗試，僅先就靜功及動功修煉後能變化與五行變化間之探討，如有不正之處敬請不吝指教。

1. 修煉前與修煉靜功與動功後能量及五行變化之分析

因受限於人員及時間關係，本次數據由本會近一年來參加先修班之師兄作為樣本，其能量情形如附表。茲就不同修煉情形分析如次：

1. 能量增減與五行變化情形
2. 未修煉前與修煉動功後（長生十二式）之比較：(樣本數計40人次6組)
3. 能量變化之比較：能量增加者計33人次，能量減少者7人次，能量減少者主要為第1及第6組樣本，進一步了解後，該樣本體質較其他樣本有顯著不同。
4. 五行變化之比較：五行更為平衡者31人次，較不平衡者9 人次。
5. 修煉動功後再修煉靜功(以長生六字訣及六字大明咒為主)後之比較：
6. 能量變化之比較：能量降低者29人次，增加者11人次。其中增加者主要原因靜功前能量偏低所致，亦即修練動功後再修煉靜功時，因入靜等關低能量原則上有降低之趨勢。
7. 五行變化之比較：五行更為平衡者32人次，較不平衡者8人次，其中不平衡8人次中有6次為初次修煉時所產生，隨者修煉日久，靜功修煉後五行均顯者提昇。
8. 靜功後能量與五行變化比較：(樣本數12)
9. 能量變化情形比較：能量降低者2(僅降1)，相同者2，提昇者8。
10. 五行變化情形：靜功後所有樣本之五行均較煉功前收歛(更平衡)，可見修煉長生六字訣及六字大明咒均有助於本身五行之平衡。
11. 加重長生六字訣及六字大明咒對五行及能變化之長期觀察

為了解各項功法加強修煉後對煉氣士身體及修行之影響，為便於掌握及驗證，乃先以自身作為試驗對象，本項試驗以樣本數22-36及1-21作為分界線，前者為未加重長生六字訣及六字大明咒之修煉時間，1至18項横跨之時間為六個月，19-36項為6個月。加強方式為長生六字訣每個音作六次再作六圈，六字大明咒每次每個音練習2至3次，12轉，前項功法平均每天至少1次，修煉時間平均約1小時，能量測試為1-2週1次，其能量及五行變化如附表。

依據如附數據分析如次：

* 1. 五行變化情形：未加強練習前，18次之測量計有5次五行不平衡，而加強修煉前述功法後，18次均五行平衡，且五行平衡距離標準數值較為加強練前有明顯較小之趨勢，可見本項強化修煉對人體五行平衡有改善之趨勢。
  2. 能量變化情形：以標準值100作為分水嶺，未強加煉習前，18次中共有次未達標，而強化修煉後，僅有4次，且其中3次為強化練習後之2個月內之數值。未加強練習前平均數值為98，而強化練習後平均數值為112，平均能量提高14，可見強化本項功法對修煉者身體量有增強之效果。

1. 結語

由前述樣本各項實證數據中可以看出我仙宗在修行上對煉氣士有實足之幫助，不論在人體能量之增加或五行之平衡等均有實筫之助益，且可以由鈉美得公司所提供之能量儀中了解其實質改善情形，使我仙宗煉氣士有所依循，藉以改善修煉方法，惟本項試驗為最初淺之方式，仍有更深入之驗證，俾作為未來我仙宗修行者之參考，有助成道，期修道易成道難之成語得以失其所據，不過不要忘掉，師父領進門，修行在個人，能否成道仍在我仙宗師兄姐之一念間，願以此與我仙宗師兄姐結緣。

修煉靜功與動功前後五行變化數據

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 樣本 | 修煉前 | | | | | | 靜功 | | | | | | 動功 | | | | | |
|  | 木 | 火 | 土 | 金 | 水 | 平均數 | 木 | 火 | 土 | 金 | 水 | 平均數 | 木 | 火 | 土 | 金 | 水 | 平均數 |
| 張 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 104 | 122 | 120 | 121 | 112 | 111 | **75** | **77** | **74** | **74** | **74** | **71** | 87 | 89 | 100 | 101 | 95 | 84 |
| 2 | 72 | 80 | 86 | 87 | 81 | 69 | **51** | **55** | **59** | **59** | **55** | **57** | 73 | 89 | 90 | 87 | 80 | 82 |
| 3 | 70 | 91 | 79 | 81 | 78 | 81 | **67** | **82** | **72** | **74** | **72** | **73** | 81 | 100 | 96 | 97 | 90 | 89 |
| 4 | 81 | 94 | 81 | 82 | 82 | 83 | **40** | **54** | **49** | **50** | **45** | **44** | 58 | 78 | 65 | 65 | 64 | 68 |
| 5 | 87 | 93 | 95 | 95 | 92 | 82 | **82** | **95** | **91** | **93** | **89** | **82** | 95 | 114 | 102 | 103 | 101 | 99 |
| 6 | 99 | 113 | 99 | 98 | 101 | 102 | **63** | **72** | **63** | **63** | **63** | **64** | 91 | 97 | 82 | 83 | 89 | 84 |
| 7 | 58 | 79 | 83 | 84 | 72 | 70 | **69** | **83** | **80** | **82** | **77** | **75** | 81 | 88 | 85 | 84 | 84 | 79 |
| 呂 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 89 | 98 | 69 | 68 | 79 | 90 | **107** | **107** | **103** | **102** | **105** | **104** | 108 | 106 | 90 | 90 | 100 | 101 |
| 2 | 76 | 78 | 60 | 61 | 70 | 71 | **92** | **102** | **86** | **87** | **91** | **95** | 113 | 106 | 100 | 100 | 109 | 106 |
| 3 | 90 | 97 | 80 | 81 | 88 | 91 | **77** | **91** | **76** | **78** | **80** | **84** | 91 | 98 | 89 | 91 | 93 | 94 |
| 4 | 54 | 70 | 45 | 45 | 49 | 63 | **85** | **84** | **59** | **56** | **69** | **80** | 81 | 92 | 55 | 57 | 71 | 83 |
| 5 | 100 | 105 | 74 | 74 | 88 | 97 | **95** | **96** | **72** | **72** | **84** | **91** | 84 | 85 | 55 | 56 | 71 | 78 |
| 6 | 70 | 74 | 51 | 51 | 61 | 69 | **80** | **80** | **51** | **51** | **66** | **74** | 78 | 78 | 53 | 54 | 65 | 74 |
| 7 | 75 | 79 | 56 | 56 | 66 | 71 | **69** | **68** | **46** | **46** | **57** | **62** | 66 | 70 | 49 | 49 | 58 | 62 |
| 郭 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 86 | 96 | 82 | 82 | 82 | 91 | **93** | **101** | **83** | **83** | **88** | **94** | 90 | 103 | 90 | 91 | 91 | 96 |
| 2 | 94 | 101 | 86 | 88 | 92 | 94 | **102** | **107** | **103** | **105** | **104** | **101** | 107 | 112 | 103 | 104 | 107 | 106 |
| 3 | 77 | 86 | 66 | 66 | 74 | 79 | **83** | **87** | **67** | **66** | **74** | **81** | 91 | 96 | 73 | 72 | 81 | 89 |
| 4 | 85 | 90 | 74 | 75 | 80 | 84 | **86** | **96** | **82** | **82** | **85** | **88** | 91 | 101 | 86 | 87 | 90 | 94 |
| 5 | 87 | 96 | 82 | 83 | 86 | 89 | **104** | **112** | **108** | **108** | **107** | **107** | 101 | 110 | 99 | 100 | 102 | 103 |
| 6 | 98 | 102 | 88 | 88 | 93 | 96 | **95** | **107** | **97** | **97** | **96** | **100** | 109 | 92 | 94 | 100 | 103 | 100 |
| 7 | 69 | 79 | 64 | 64 | 66 | 75 | **102** | **110** | **99** | **98** | **100** | **105** | 99 | 110 | 95 | 95 | 97 | 104 |
| 伍 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 100 | 101 | 79 | 79 | 89 | 89 | **100** | **104** | **83** | **83** | **97** | **101** | 104 | 94 | 97 | 97 | 100 | 103 |
| 2 | 124 | 120 | 119 | 118 | 121 | 119 | **127** | **123** | **111** | **110** | **119** | **122** | 127 | 121 | 103 | 103 | 105 | 119 |
| 3 | 89 | 97 | 78 | 78 | 84 | 95 | **100** | **104** | **90** | **90** | **96** | **102** | 105 | 107 | 86 | 86 | 95 | 102 |
| 4 | 106 | 110 | 101 | 97 | 101 | 109 | **109** | **107** | **100** | **100** | **105** | **105** | 101 | 101 | 95 | 94 | 98 | 101 |
| 5 | 79 | 79 | 63 | 64 | 73 | 76 | **107** | **105** | **97** | **95** | **102** | **103** | 113 | 106 | 97 | 97 | 105 | 105 |
| 6 | 74 | 85 | 78 | 79 | 77 | 81 | **109** | **110** | **86** | **85** | **97** | **105** | 98 | 104 | 99 | 100 | 98 | 101 |
| 7 | 5 | 14 | 5 | 5 | 5 | 13 | **53** | **66** | **53** | **52** | **52** | **62** | 62 | 68 | 61 | 61 | 62 | 66 |
| 8 | 10 | 20 | 8 | 8 | 9 | 18 | **77** | **84** | **76** | **77** | **78** | **83** | 73 | 82 | 68 | 68 | 73 | 80 |
| 潘 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 137 | 145 | 129 | 130 | 136 | 138 | **138** | **142** | **129** | **139** | **134** | **136** | 153 | 159 | 141 | 142 | 150 | 151 |
| 2 | 120 | 123 | 102 | 102 | 111 | 118 | **129** | **136** | **121** | **121** | **126** | **130** | 122 | 126 | 113 | 134 | 119 | 120 |
| 3 | 116 | 122 | 101 | 101 | 109 | 116 | **134** | **133** | **120** | **121** | **128** | **128** | 119 | 125 | 106 | 104 | 112 | 119 |
| 4 | 101 | 107 | 89 | 89 | 95 | 100 | **113** | **116** | **101** | **101** | **107** | **110** | 107 | 114 | 91 | 92 | 100 | 107 |
| 5 | 134 | 134 | 111 | 112 | 124 | 127 | **144** | **146** | **132** | **132** | **138** | **140** | 133 | 136 | 119 | 120 | 126 | 130 |
| 6 | 107 | 114 | 99 | 97 | 100 | 109 | **119** | **127** | **109** | **109** | **115** | **122** | 118 | 129 | 115 | 118 | 117 | 124 |
| 群1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 65 | 73 | 74 | 77 | 74 | 68 | **74** | **89** | **92** | **90** | **85** | **84** | 113 | 119 | 124 | 142 | 117 | 120 |
| 2 | 69 | 66 | 37 | 39 | 54 | 61 | **84** | **83** | **66** | **68** | **76** | **78** | 79 | 78 | 53 | 52 | 64 | 72 |
| 3 | 56 | 64 | 61 | 59 | 55 | 62 | **34** | **50** | **43** | **43** | **41** | **45** | 47 | 55 | 49 | 46 | 45 | 54 |
| 4 | 120 | 127 | 120 | 118 | 122 | 124 | **104** | **110** | **101** | **104** | **105** | **108** | 120 | 122 | 110 | 109 | 116 | 119 |
| 5 | 106 | 113 | 103 | 103 | 105 | 105 | **87** | **98** | **89** | **88** | **89** | **91** | 101 | 106 | 101 | 101 | 101 | 101 |
| 6 | 74 | 78 | 74 | 72 | 73 | 76 | **68** | **74** | **76** | **74** | **70** | **72** | 70 | 74 | 76 | 73 | 68 | 74 |
| 群2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 62 | 73 | 22 | 22 | 42 | 68 | **63** | **73** | **55** | **56** | **61** | **67** |  |  |  |  |  |  |
| 2 | 119 | 135 | 111 | 112 | 118 | 127 | **124** | **133** | **120** | **119** | **123** | **127** |  |  |  |  |  |  |
| 3 | 114 | 112 | 111 | 111 | 112 | 109 | **126** | **129** | **122** | **122** | **125** | **123** |  |  |  |  |  |  |
| 4 | 54 | 79 | 69 | 69 | 63 | 71 | **70** | **97** | **99** | **98** | **84** | **99** |  |  |  |  |  |  |
| 5 | 91 | 112 | 96 | 96 | 96 | 105 | **96** | **113** | **103** | **104** | **97** | **109** |  |  |  |  |  |  |
| 6 | 101 | 116 | 102 | 104 | 102 | 111 | **115** | **121** | **114** | **116** | **118** | **118** |  |  |  |  |  |  |
| 7 | 102 | 102 | 81 | 81 | 91 | 97 | **120** | **126** | **118** | **118** | **119** | **122** |  |  |  |  |  |  |
| 8 | 91 | 102 | 83 | 83 | 87 | 97 | **94** | **102** | **93** | **93** | **93** | **97** |  |  |  |  |  |  |
| 9 | 117 | 113 | 103 | 102 | 108 | 111 | **119** | **123** | **109** | **109** | **114** | **120** |  |  |  |  |  |  |
| 10 | 108 | 109 | 92 | 89 | 100 | 106 | **121** | **120** | **118** | **119** | **121** | **117** |  |  |  |  |  |  |
| 11 | 79 | 99 | 63 | 62 | 71 | 92 | **85** | **110** | **74** | **73** | **80** | **102** |  |  |  |  |  |  |
| 12 | 97 | 104 | 86 | 86 | 92 | 101 | **99** | **103** | **99** | **99** | **97** | **100** |  |  |  |  |  |  |
| 廖 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 117 | 125 | 117 | 117 | 117 | 121 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | 131 | 136 | 131 | 132 | 132 | 135 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | 128 | 131 | 124 | 125 | 127 | 129 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | 117 | 121 | 112 | 113 | 116 | 120 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | 108 | 116 | 106 | 107 | 108 | 114 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | 124 | 124 | 119 | 118 | 121 | 122 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | 121 | 126 | 119 | 121 | 121 | 124 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | 123 | 129 | 120 | 120 | 121 | 126 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 | 132 | 132 | 128 | 132 | 130 | 131 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | 78 | 77 | 78 | 76 | 77 | 81 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | 116 | 119 | 112 | 112 | 113 | 118 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | 136 | 141 | 133 | 133 | 135 | 138 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | 121 | 121 | 113 | 114 | 117 | 119 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | 78 | 90 | 85 | 86 | 83 | 87 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | 65 | 69 | 65 | 64 | 62 | 71 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 | 112 | 112 | 104 | 104 | 107 | 111 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 | 70 | 78 | 67 | 68 | 70 | 75 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 | 95 | 96 | 93 | 93 | 94 | 96 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 | 127 | 129 | 125 | 125 | 127 | 127 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 | **103** | **112** | **100** | **99** | **102** | **110** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 | **74** | **90** | **71** | **73** | **75** | **85** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 | 126 | 129 | 121 | 121 | 125 | 126 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | 83 | 95 | 84 | 85 | 85 | 94 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 | 102 | 114 | 108 | 108 | 105 | 111 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | **93** | **104** | **97** | **98** | **96** | **102** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 26 | 113 | 124 | 114 | 115 | 114 | 121 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 27 | 68 | 78 | 71 | 71 | 71 | 76 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 28 | 63 | 72 | 65 | 65 | 65 | 70 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 29 | **74** | **94** | **84** | **83** | **80** | **89** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 30 | 73 | 83 | 71 | 73 | 74 | 80 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 31 | 109 | 112 | 106 | 107 | 109 | 110 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 32 | **88** | **99** | **80** | **82** | **87** | **94** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 33 | 108 | 109 | 97 | 97 | 103 | 106 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 34 | 91 | 101 | 93 | 95 | 93 | 99 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 35 | **36** | **46** | **35** | **34** | **35** | **44** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 36 | 117 | 128 | 124 | 120 | 126 | 124 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |