

正宗靜坐炁氣循行運轉初探

賴文志(緒照)
天人合一院副研究員

摘要

本文主要乃針對正宗靜坐之炁氣循行作初步之探討，由中醫理論經絡系統了解一般靜坐之可能氣循，而本教正宗靜坐牽涉祖炁之加持，其氣循又異於一般之靜坐；本教正宗靜坐炁氣循行涵蓋範圍，包含靈體、心性系統、氣化系統、生化系統及臟腑經絡系統間氣能之反應，比一般靜坐更為殊勝，反應更為複雜玄妙；本文由通貫路徑做基礎，做系統間氣能循行之初論，俾有利於未來更細部氣循之討論。

正宗靜坐炁氣循行運轉初探

賴文志(緒照)

一、前言

師尊言：「從學術觀點來說，『靜坐』是一門大學問，它包括生理、心理、哲學、醫學、形而上學、生化學、宗教哲學等等科學」。(註一)由師尊老人家一生之靜坐經驗提出上述之言，可見靜坐雖是靜靜地坐，外表似靜而不動，但其內在卻是一個非常複雜的的機理反應。而本教之正宗靜坐，乃是師尊以一生打坐經驗再結合先天所匯成精華而傳下，其要訣在於不守竅、不調息運氣，不執著於某一處，心無所住，一切不想，一切放下，一切順其自然。其中一切靜坐之奧妙，皆在靜中自然無為而行。一個個體如鐘如松靜靜地坐著，但假以時日之進行累積，卻能運轉出不同機理出現，譬如達到了健康狀態，心靈平靜了，心境提升了，甚而出現了靈之變化，成就了對靈。這種變化在人體內在，到底形成了怎樣的改變，是一個值得探討之處。本文以氣之循行運轉角度，從中醫經絡循行切入，進入對正宗靜坐炁氣循行運轉之初步探討。

二、中醫氣脈之循行

靜坐內在的反應，離不開『氣』的循行，氣在一般人而言，是一種非常抽象的物質，但中國幾千年來對於氣的觀察與記載甚而鍛煉，卻在典籍上有非常系統的記載。在中國古代，氣的系統大致可分成二支，一支即成為中醫的系統，一支則形成道家修煉的系統，這二個系統是自古以來談氣最多的系統，道家修煉屬於形而上，較為虛玄；但中醫系統講究陰陽氣血平衡，以氣的角度深入養生與治病，談起來較為實在，雖然仍是抽象，但氣的研究時至今日，卻是已達科學與物質化。而氣的循行，在現今的研究裡已不再虛玄，甚而十二經絡氣的道路也被研究證實，就以人體結構，從中醫角度而言，氣的循行是一個自然存在的系統，它本身就是日復一日、週而循行的系統，此系統平時是一個維生系統，但如進入靜坐狀態，卻可能變成另一個生命粹變的系統，茲就中醫氣的角度來看其在人身中如何循行。

氣循行的通道，中醫稱之為「經絡」，經絡系統是人體內溝通表裡內外，聯繫上下左右，網絡周身前後，將五臟六腑、四肢百骸，五官九竅、筋脈肌膚聯成一整體的組織結構，同時又是氣化單元。其中以十二經脈為主體，包括奇經八脈、十二經別、

十五絡脈，為人體氣血的通道，還包括以十二經脈循行部位所劃分的十二經筋、十二皮部，列表如下：(註二)

經 絡 系 統	{	經脈	{	十二經脈	手三陰經：手太陰肺經、手少陰心經、手厥陰心包經
					手三陽經：手太陽小腸經、手陽明大腸經、手少陽三焦經
					足三陽經：足太陽膀胱經、足陽明胃經、足少陽膽經
					足三陰經：足太陰脾經、足少陰腎經、足厥陰肝經
					奇經八脈：督脈、任脈、衝脈、帶脈、陰陽蹻脈、陰陽維脈
絡	十五絡脈（十二經之絡加督、任絡及脾之大絡）浮絡、孫絡				
脈：					
經	手足三陰三陽經筋（十二經筋）				
筋：					
皮	十二皮部				
部：					

以上之表即是人之經絡系統，此系統構成了人的網狀網路，藉由此網路溝通了人體的全部，而在裡面循行即是氣血，且其陰陽相隨，外內相貫，如環之無端（靈樞、衛氣），循行有一定方向並相互銜接。根據中醫學理論，以後天穀氣為本的理論，將十二經脈循環之開端，定在化生水穀精微之氣的中焦，又根據「肺朝百脈」之理，故氣血流注自手太陰肺經開始，然後陰經交陽經，以表裡相合關係，交於手陽明大腸經；再則陽經交陽經，以手交於同名之足經，則交於足陽明胃經；再則陽經交陰經，仍以表裡相合之經交接，則交於足太陰脾經；再後則是陰經交陰經，由於陰經屬臟，故以足交手之陰經，則在體腔內交於臟，則自脾經交於手少陰心經；繼則陰交陽，交於表裡相合之手太陽小腸經；繼則陽交陽，交於同名之足太陽膀胱經，繼則陽交陰，交於表裡相合之足少陰腎經，繼則陰交陰，自腎經達胸中交於手厥陰心包經；繼則陰交陽，交於表裡相合之手少陽三焦經；繼則陽交陽，交於同名之足少陽膽經；繼則陽交陰，交於表裡相合之肝經；繼則陰交陰，自肝經上注肺，再返回肺經，重新再循環，為『週而復始』。(註2) 一天十二個時辰，十二經脈各走一時辰，故循行一天，則走完十二經脈。其分佈與經脈流入如以下簡表：

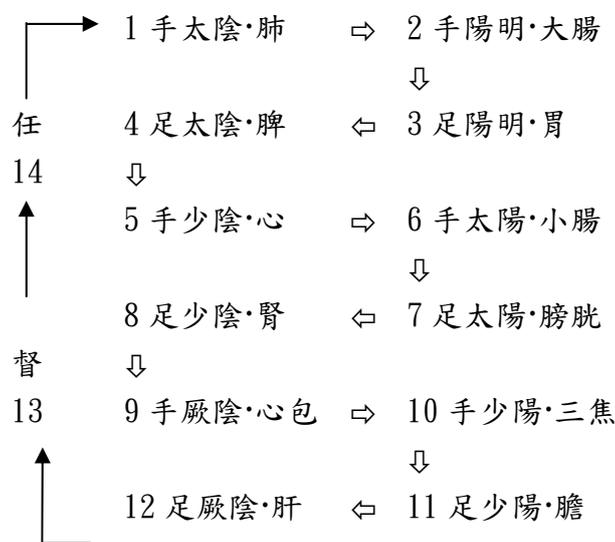
『十二經脈分佈部位簡表』(註2)

十二經脈		外部	內部
手 三 陰	手太陰肺經	胸旁⇨上肢內側前⇨大指	屬肺，絡太陽
	手厥陰心包經	乳旁⇨上肢內側中⇨中指	屬心包，絡三焦
	手少陰心經	腋下⇨上肢內側後⇨小指	屬心系，絡小腸
手 太 陽	手陽明大腸經	鼻旁⇨頸⇨肩前⇨上肢外側前⇨次指	屬大腸，絡肺
	手少陽三焦經	眉梢⇨耳後⇨頸⇨肩後⇨上肢外側中⇨無名指	屬三焦，絡心包
	手太陽小腸經	耳前⇨頸⇨肩胛⇨上肢外側後⇨小指	屬小腸，絡心
足 三 陽	足陽明胃經	目下⇨面周⇨頸前⇨胸腹第二側線⇨下肢外側前⇨次趾	屬胃，絡脾
	足少陽膽經	外眦⇨頭顱⇨項側⇨脇腰側⇨下肢外側中⇨第四趾	屬膽，絡肝
	足太陽膀胱經	內眦⇨頭頂第一側線⇨項後⇨背腰第一、二側線⇨骶⇨下肢外側後⇨小趾	絡腦，絡腎，屬膀胱
足 三 陰	足太陰脾經	胸腹第三側線⇨下肢內側前、中⇨大趾內	屬脾，絡胃
	足厥陰肝經	脇部⇨陰部⇨下肢內側中、前⇨大趾外	屬肝，絡膽
	足少陰腎經	胸腹第一側線⇨下肢內側後⇨足心⇨小趾下	屬腎，絡膀胱，絡心

『十二經脈流注表』(註2)

肺內⇨	1 手太陰肺經	} 手次指端
鼻旁	2 手陽明大腸經	
	心中	3 足陽明胃經
4 足太陰脾經		
內眦	5 手少陰心經	} 手小指端
	6 手太陽小腸經	
胸中	7 足太陽膀胱經	} 足小趾端
	8 足少陰腎經	
外眦	9 手厥陰心包經	} 手無名指端
	10 手少陽三焦經	
肺內	11 足少陽膽經	} 足大趾外端
	12 足厥陰肝經	

『十四經脈流注表』(註2)



人體經脈的循行，除了十二道正經的氣循之外，最為吾人修行者關切的當是奇經八脈，以中醫理論而言，所謂奇者有二解：一為異也，不同於一般的意思，乃異於十二經也；一者沒有配偶，故稱奇。在〈難經·二十八難〉衍發〈內經〉之義說：比於聖人圖設溝渠，溝渠滿溢，流於深湖，故聖人不能拘道也。而人脈隆盛，入於八脈，而不環周，故十二經亦不能拘之。這是把人體內十二經比作自然界之河流、溝渠，將奇經八脈比作湖泊，將氣血運行比作水流。十二經脈氣盛時，則入奇經而蓄之，十二經脈氣血衰少時，奇經之氣血可流入於十二經脈而補之。(註2) 這種奇經八脈與十二經的概念，損益之間，在吾人修行打坐的氣機運行上，是很有價值的參考。不管道家或吾帝教正宗靜坐之氣循，皆是有意義的。奇經八脈，其氣血流循如何呢？其中督脈循行於身後正中線，任脈循行於身前正中線，各有本脈所轄的腧穴。此二脈循行人體軀體頭面之主幹正中，故與十二經脈合稱十四經。其餘如衝脈循行於腹部第一側線，交會於足少陰經；帶脈橫行於腰部，圍身一周，交會於足少陽經；陽蹻行於下肢外側，上至肩及頭部，交會於足太陽經及足少陽經等；陰蹻行於下肢內側，上至頭面、眼部，交會於足少陰經；陽維行於下肢外側，上至肩、項、頭部，交會於足太陽經及督脈等；陰維行於下肢內側，至腹第三側線上行至頭部，交會於足少陰經及任脈。另值得一提者為何任、督二脈在人身之中，常是一個非常令人嚮往的經脈，主要是其二脈有督理全身十二經脈之功，督脈為陽經之海，督理全身六條陽經；任脈為陰經之海，調理全身六條陰經，所以為何全身氣循起變化後，最後會反應在任督二脈上，其理可見。如分佈表：(註2)

八脈	分布部位	交會經脈
督脈	後正中線	足太陽、任
任脈	前正中線	足陽明、督
衝脈	腹第一側線	足少陰
帶脈	腰側	足少陽
陽蹻	下肢外側、肩、頭部	足太陽、足少陽、手太陽、手陽明、足陽明
陰蹻	下肢內側、眼	足少陰
陽維	下肢外側、肩、頭項	足太陽、足少陽、手太陽、手少陽、督
陰維	下肢內側、腹第三側線、頸	足少陰、足太陰、足厥陰、任

十二正經與奇經八脈共組成人體重要的氣血循行道路，日復一日循行不已，以維持人體之正常機能以行使生命現象，看似虛玄不實，然氣在其間循行，只要是有生命的個體，皆行而不綴，然人如何去感覺其循行呢？除非是特別的體質，否則難感其氣循，在正常機能下無聲無息，然若人體機能失衡卻可感到一種感覺，可以說是氣的反應，那就是「痛」，痛以中醫角度而言，乃「氣不通」之象也，捨此，正常人可能很難有「氣感」的感覺。但是若進入靜坐、修行打坐，這種氣循所反應的感覺卻可能因人而異，各有各的反應。本教正宗靜坐，乃採自然無為之心法，上接原始先天之炁能，在進入人體之後，其氣循如何反應？與中醫經絡氣循有關，但絕不是單純之經絡氣循，亦可能不同於道家修煉的方向，是值得探討的課題。

三、一般靜坐的氣循

從中醫角度看氣血在人身中的運行，就不難看出一般打坐所產生的氣循反應。人體的正經循行，十二道經脈以正常的狀況，從後天的脾胃運化五穀雜糧的精微轉輸肺經之後，而後輸佈全身並由奇經八脈調理全身之經脈，現在若由本身氣機的鍛鍊，可能由各種手段或方法，強化身體的氣脈循行，在日復一日、累積不斷的強化調理中，無形中十二正經的氣循日益旺盛，甚而滿溢，進入任督奇經八脈，終而藉由打坐強化之氣循，在十二正經與奇經八脈上形成強而有力的循行網絡，這種氣循反應，有人後天生理的神經感覺系統較為敏感，則可見其在身體上產生的如蟻感、麻感，甚至如針刺感、熱感壓迫感…不一而是，甚至進入道家的高層修煉，產生任督二脈小周天之運轉，進入由後天的氣循上接先天炁源而產生身心靈之變化、生命之昇華粹變，此即以正常的後天修煉可見的十二道經脈、奇經八脈的循行變化。在這種過程中是一種內在的氣，可稱為人身內在的細微能量的變化，在氣循的過程，先由後天較為粗糙的精微

物質，經日積月累的變化催煉，會轉而較為精微的能量變化。以中醫的角度而行，並不是虛玄，而是可見的事實。然此種打坐所產生氣循的感覺與過程，非親自深入體驗，仍難窺奇究竟，如同常人飲食生活，其氣每日運行，仍人人無法感覺一樣，此亦如師尊所言「靜坐如人飲水，冷暖自知。」

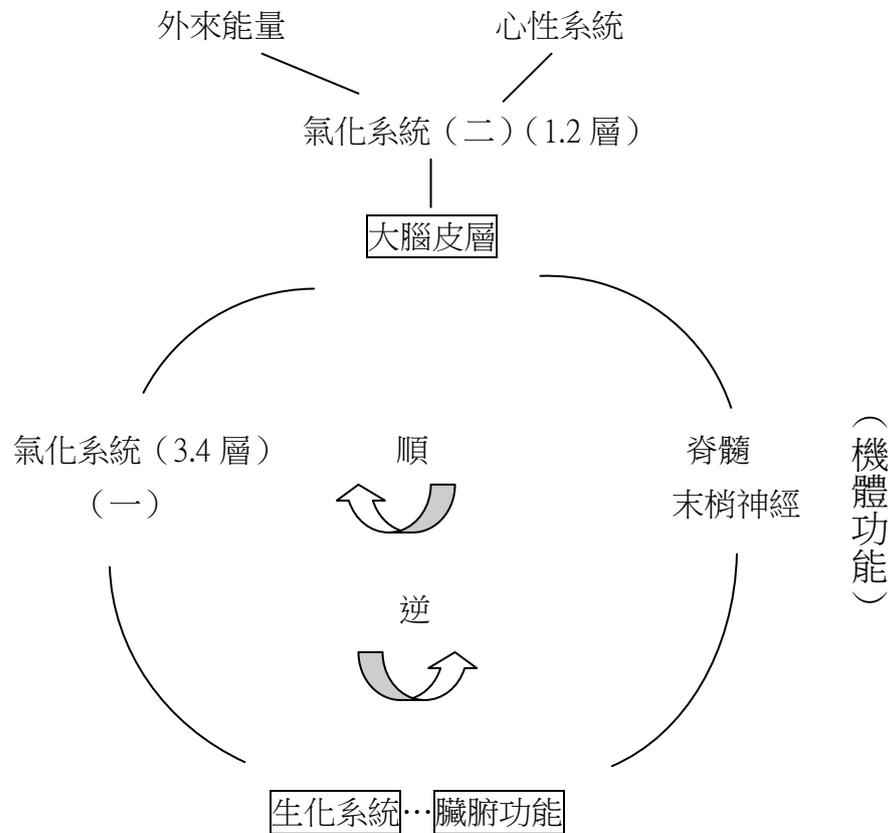
四、正宗靜坐之炁氣循行

至於本教正宗靜坐的氣循，筆者個人認為是一個非常有趣且很值得探討的課題，先前提到一般打坐的氣循由後天精微之氣，進而催煉而後到達道家的高層修行階段，會引入另一個精微的能量，此能量即是先天氣能-炁。這個因素是人體在經由後天能量煅煉至某種層次後，方能引合此種先天的炁能，而產生生命的昇華粹變，但天帝教的正宗靜坐卻一開始就有此種因素的加入，即『祖炁』。在這種狀況下，正宗靜坐的氣循一開始就顯得不一樣，甚至到最高境界似乎可說又異於一般靜坐的反應。

正宗靜坐之氣循，以個人觀點認為：按天人炁功『炁』進入人體的管道，是循祖炁管道而下，所以祖炁的管道即是先天的管道，這股先天祖炁由師尊接引下來之後，循著人體的天門而進入，進入之後按天人炁功原理，是先由靈體轉化後方進入人體後天的機能組織，並與人體後天之氣結合而成『炁氣』轉運型態。筆者認為：炁是性質相似，但祖炁與天人炁功之炁卻有不同作用，但共通之處即是都要經過靈體的轉化，方能在人體進行循行。此亦為帝教正宗靜坐有別於一般及道家靜坐之處。而正宗靜坐之氣循如何運轉呢？筆者從靈體醫學角度推論，仍離不開與天人炁功炁療時炁之進入方向。炁療時炁進入的程序，由『自行性過濾轉化機制』至『整體通貫路徑』，這是整體的路徑，『炁』若能循序而進，自然運轉當中，就會在此循行產生運化。『祖炁』是一種非常純且先天的炁能，這種炁能與天人炁功的炁能，皆是可因不同之空間而運化，雖然能量極強，但在人體內若不能為人的靈體運化，卻也難進入體內，另者未經正宗靜坐開其天門，更是不得其門，再甚者未逢名師接引，何有機緣逢其加持，此三者皆具，方可讓炁順利與靈體接觸，進行炁氣之鍛鍊；然炁乃精微之能量，在人體內之運化，乃屬無聲無息、自然而為，非經過長時間之鍛煉或先天特殊體質，甚而心性修持，卻也難感其『氣感』。此乃是先天之炁之特殊之處，即所謂之『炁化成形』之妙用，起微妙之變化在於自然而為之中。而正宗靜坐炁氣如何循行呢？

以整體通貫路徑探討如下：

整體通貫路徑



1、祖炁

祖炁即是外來能量之一，經師尊接引之後，再由同奮默運祖炁，從先天層層而下，在氣化系統（二）即是自行性過濾轉化機制，此為自然存在於人體與靈體間的機制，如先天一炁玄靈子老前輩言：「所謂自行性即是指明這是一種靈、肉之間的自然運作，並非一般人可以用自我意識來隨意改變的，除非該人經過修持至某一能階熟準，否則很難突破這種靈肉的侷限。」在此機制下，祖炁經由靈體 X 元素之轉化下會將此極為先天的炁能轉為人體所能吸收的炁氣混合能，而此炁氣混合能會經由大腦皮質之運化，在正常常態下，首先經由氣化系統（一）進入生化系統，強化生化系統之氣化力量；或在大腦皮質與順行上來之炁能結合，經由人體之脊髓、中樞神經、末梢神經轉進入人體之臟腑經絡，在人體臟腑經絡運行，當然就包含了上述中醫理論經脈網路系統，若是持續運行狀態保持良好，會再經由生化系統再進入氣化系統（一），再進入大腦皮層，如此循行不已。

2、心性系統

此通貫路徑中有一個跟外來能量在一起的心性系統，此系統位於氣化系統（二）

內，是隱而不顯，但在炁氣循行中卻佔有非常重要的角色。師尊常言：「修無形靈覺之心」、「性命雙修」，此言箇中之奧妙，筆者以為就在心性系統。天人炁功的炁療過程中，亦跟其有重要關聯，當天人炁功之炁療能量，若要持續進入人體的治療部位，即須在第三道的接收關卡，即靈意網路的熱準中心處，與心性系統湧出的氣化內容物應合上，若契合上則這股炁療能量方能持續顯現其力量，通往指向性的病處，否則對整體的炁療成效將會顯現不彰。而正宗靜坐過程中其炁流的能量，亦與天人炁功有其異曲同工之妙，只是一者在於被治者以心性的內容物與天醫之炁相契合，一者以自己之心性內容物與祖炁之炁化能量相契合，二者契合之後皆會在大腦皮質起加成之作用，而有利於下一步炁循的作用。所以正宗靜坐的過程中，日復一日之修此”無形靈覺之心”當有助於炁化的進行，有利於能量之粹煉，此乃正宗靜坐突破的關鍵之一。此正如聖訓所言：「心性系統有如一個調撥心靈與生命機體的控制器，它雖然隱而不顯，不易為人所知覺，但其功能一旦被開啟，將會促使內在的動力能量大量湧現，得以順利進入大腦皮層中作用，並刺激大腦皮層加速氣化運行，以增強原本處理能量與意識訊息的功能，使得該個體之心靈意識領域得以擴大，生命機體的運作能力更形彰顯。」（註3）心性系統於正宗靜坐的炁氣循行中其重要可見一斑。

3、生化系統

在炁氣循行中亦是不可忽視的另一個重要系統即是生化系統，生化系統之結構在此不予贅述【請參考天人文化新探討（二）】。生化系統如同一具藏存體內的動力發電廠，它被定位在「能夠維持個體活動的另一組發電系統，其重要性僅次於和子帶動電子體產生生命現象後所形成的動力來源，和子帶動電子體可說是人體首要發電系統，生化系統則可視為是次要的發電系統。其中五大能量區專司接收來自大腦皮層或由體內臟腑傳導而來的電力能量，並在達到一定的運行熱準時，自然得以源源不斷產生電力、能量（初級發電廠），形成維繫該生命機體的運作，甚至可以將多餘的能量部分貯存起來，形成一個重要的貯電系統或貯電倉庫（氣胎、高級發電廠），在由初級發電廠提升到高級發電廠的過程中，體內臟腑是所需的電力與能量的重要來源。」（註4）這段話提示了幾個吾教靜坐有關的重要觀點，一者往昔常提及靜坐猶如充電，電池充電，以本教而言，不只是電池充電而是發電廠的充電，而且可由初級變為高級，此即是本教由初級正宗靜坐進入氣胎，甚而師尊的鑄胎的過程，靜坐修持鍛鍊變化猶如發電廠電力的變化。二者生化系統初需由臟腑機能維持其起步，即提供電力與能量，所以可看出，初級之正宗靜坐，對於臟腑功能的提升及維持人體機能的健旺是非常重要的，此即為本教師尊所傳下正宗靜坐-『性命雙修』重要的關鍵。沒有健全旺盛的臟腑功能，則難啟於正宗靜坐的高級變化。

生化系統在炁氣循行中會與臟腑經絡形成通貫互相影響作用，且其中所產生之炁

能更可影響氣循之方向，影響整體的氣循；而在整體修煉中，氣能在生化系統的變化更直接影響本教所謂〈煉精化氣〉〈煉氣還神〉〈煉神還虛〉的過程，甚而結胎的成果。故此，生化系統在於修煉氣循中更顯其不可或缺之重要性。

由此通貫路徑我們進入本教正宗靜坐的炁氣循行軌跡，當我們持續靜坐的當時，此時身體的氣能筆者將之分成二個部分：

一、靜坐時由於氣機的鍛鍊，此時臟腑經絡系統，隨著靜坐的鍛鍊氣循十二經脈、奇經八脈，持續運轉，其經絡氣循的調節，隨著前述的中醫理論而循行，日復一日，此時隨著氣機的旺盛，臟腑經絡的氣能會與生化系統形成能量的互通，情況良好的時候，會讓生化系統的能量起加乘的變化。

二、打坐的同時，運用本教的默運祖炁進入身體，此時祖炁經由氣化系統（二）（似自行性過濾轉化機制）進入靈體運化，再進入人體的大腦皮層。並與心性系統溢出之能量契合，首先強化五大能量區之運行能量。

這二個部分，看似分開，其實在靜坐當中是同時進行，此時的氣能在人身中循行，有後天臟腑經絡的氣循，有先天祖炁炁能，而二者氣循如何產生互融呢？此關鍵即在臟腑經絡與生化系統間所產生的氣能性質及在大腦皮層的契合。當臟腑經絡與生化系統所產生的氣能是屬於陽值能量，此時氣能會循著氣化系統（一）的方向進入大腦皮層，而在大腦皮層若能再與心性系統所產生的炁氣能量契合，則會依大腦皮層當下的和子力與電子力大小再進行通貫，若和子力大於電子力，則依神經系統進入生化系統並經由氣化系統（二），再返回大腦皮層作用。若電子力大於和子力，則偏向由氣化系統（二）進入生化系統，再調整後，再通過神經系統反向刺激大腦皮層繼續作用。但反之，若生化系統與臟腑經絡間所產生的氣能是屬於陰質氣能，則此時運行的路線則相反，且大部分的陰質能量會被滯留在各臟腑器官中，而部分陰質氣能會繼續轉入脊髓部位，進行調節與分辨，再轉入大腦皮質，以維持通貫。而在此過程中祖炁亦持續而下，其作用即若能在大腦皮層與心性系統的炁能契合，則主要之效能，即加強生化至氣化系統，或氣化至生化系統，於逆轉或順轉運行上的推動力量。同時也具有舒緩已形成「損耗」運行的作用力量。同時並且於大腦皮質處持續與生化系統上來之能量契合持續保持通貫。

所以由以上炁氣循行的通貫路線可以看出本教正宗靜坐異於一般靜坐之處，筆者以為即在於「性命雙修」的法門，及祖炁無形自然而為的炁化力量，起於無聲無息、自然運化。

「性」一心性系統的炁化能量，必須由修其無形靈覺之心，久而久之，「心境」熱準能量的釋放與刺激，方可與祖炁能量大效能的融合與作用，並進一步起能量之變化。

「命」—生化系統與臟腑能量的鍛鍊，進一步提升陽質能量，方可與祖炁與心性系統而來的炁能起融合粹煉，進而提升能量的變化。師尊言：「坐下去」，一切變化盡在細微中進行，久而久之，會在日積月累中，起了生命的昇華，再造新生命。

綜觀正宗靜坐之氣循，可以簡單以下表述：

(1) 正宗靜坐 → 祖炁 → 氣化系統(二) → 經 X 元素之轉化 → 大腦皮質 → ^{與心性系統之}
_{炁化能量結合}
氣化系統(一) → 生化系統 → 強化由生化至氣化系統或氣化至生化系統之運轉力量

(2) 生化系統與臟腑間之氣化內容 → 陽質能量 → 氣化系統(一) → 炁氣網縕
第四、三層面 → 大腦皮層 → 與祖炁、心性系統內容物契合 → 能量與意識訊息之
總匯與分辨 ^{深層} → (→ 氣化系統(二) → 炁氣網縕第二、一層面 → 心性系統 → 炁
化能量作用) ^{常態} → 神經系統、內分泌系統 ^{與細胞間之訊息傳遞} → 末梢神經 → 臟腑經絡 → 持續與生
化系統發生保持通貫 → 直至陽質能量熱準消失而終止

(3) 生化系統與臟腑間氣化內容 → 陰質能量 → 末梢神經與細胞間的訊息傳遞 →
神經系統、內分泌系統 → 脊髓 → 初步能量、意識間之匯集與分辨 → 大腦皮層 →
能量訊息總匯與分辨 ^{深層} → (→ 氣化系統(二) → 炁氣網縕第二、一層面 → 刺激心
性系統 → 炁化能量作用) ^{常態} → 氣化系統(一) → 炁氣網縕第三、四層面 → 生化
系統五大能量區 → 與臟腑氣能發生連續性通貫 → 直至陰質能量循環熱準受破壞
而終止。

所以在持續的打坐當中，氣能持續在靈體與肉體臟腑經絡與生化系統五大能量區

持續作用，若能量持續在通貫中，粹煉出更精微的能量時，則會產生更精微的變化，即在五大能量區產生另一種的能量，如結胎，若胎能屬陽性氣能，其能量持續與靈體氣化系統及生化系統五大能量區持續反應，甚至煉就封靈的形成，此即是本教正宗靜坐之殊勝所在。相反，更要注意者，若其結胎屬於陰性氣能時，則其內在質能上的變化成效，終將維持在以負面性質能變化為主要作用重點，修煉出魔胎之類的偏差成果（註5）。此亦為吾人修煉不得不慎之處。

四、正宗靜坐與一般靜坐氣循成就比較

如上所述，就以氣循角度而言，我們可以釐出本教與一般靜坐最大不同點在於祖炁之加持，此祖炁之加持不經肉體的運化，而需由靈體之運化而至生化系統，以加強生化系統與臟腑經絡及氣化系統間之通貫力量，當生化系統與臟腑經絡持續的通貫中，藉由質能的粹變，可以煉就結胎與封靈之成果；而一般靜坐其氣循必須臟腑經絡持續的鍛鍊強化與心性持續精進修持，結合後，方可使生化系統與氣化系統起精微質能變化，造化好，方可進一步引入先天炁能，再粹煉更高之能量變化，這中間所需多少時日與磨練，可能非我們所能想像。師尊說過天帝教同奮修持由如坐直升機直升，由正宗靜坐氣循即可深切看出，此殊勝法門值得珍惜把握。

五、結論

吾人常以為靜坐是一種枯燥單調的外在行為，但內在卻蘊含了奧妙的氣機反應，人在日復一日單調重複的行為中，最值得興奮喜悅的莫如內在氣機的變化的感覺，外在如鐘如松如枯木，但內在每天隨著氣循的反應，卻有難以言表的內在變化，這就是靜坐的奧妙，也是靜坐中氣循過程對身心靈影響的結果。此文只是對正宗靜坐氣循的初探，只粗略探討各系統間較為廣泛性的循行，其間各系統內細微之氣循，除臟腑經絡系統外，如氣化系統、生化系統，仍有待深入探討，希望此文的提出，有助於下一步各系統氣循之探討及理論與實際的印證與討論。

參考書目

- 註一：靜坐要義-天帝教首席使者辦公室-p8
- 註二：針灸學-知音出版社 p17-21
- 註三：天人文化新探討(二)p164
- 註四：天人文化新探討(二)p160
- 註五：天人文化新探討(三)p129