

## 九、效驗

陰陽平衡 五行協調  
軀強慧增 脫胎換骨

修靜若持之以恆，一者可得性靜；一者可練軀強；形軀三寶精氣神合一。內修若陰陽平衡，則凡事不為外境所牽。觀風吹旗飄，內心不為飄而動。身心安定、精神統一，而產定力。處事待人平靜不躁，漸能觀透諸事緣生亦緣滅定律，智慧油然而生。內修若陰陽不平，則性躁而無明於德，作惡孽而不知悔。

修靜乃平衡氣脈，氣盛而化，身心必得平衡而性亦溫順。若處事急躁、性子易衝動，何言修靜？故欲知靜之成績，只需觀自身之處事能否冷靜，思想反應是否敏捷。凡德性有成者，處事皆易順暢，亦易近人，得者皆歡喜心。

靜而生定，定而事明。世俗謀事思維不定，失敗、失意在於沖動。不靜、不定，不修禪定之功，往往功敗垂成。

人體五蘊乃與外界接觸之感官，如受外界影響，則五蘊不平而過盛，氣不化，必然脾氣暴躁，處事衝動，同時導致體內五行不平而傷身。五行本相生相剋，生剋互牽缺一不可，缺者命不保。

註： 五蘊：色、受、想、行、識。  
五行：金、木、水、火、土，體內臟腑。

今世人所患之絕症，皆因身內五行生剋不調，差異太大之故。外牽五蘊，內傷五行，兩者內外皆須以靜，方可使之調和平穩。靜修使五蘊，五行平衡，護軀而延長壽元，返老還童，供眾行修。若軀體敗壞，則欲修無門。

靜坐為修靜之主流課程，凡靜坐得當，其人必覺陶醉於境。攝得靈量，平衡三魂，一世得修成。塵眾因無靜而致輪迴，塵俗一切是非孽障亦因不靜而生，魔徒亦因無靜而猖狂。靜乃除慣陋之良藥，若透靜義，萬事平息矣。

師曰：脫離塵毒賴修德，胎元調養憑靜功，  
換魂轉靈道修習，骨埋土堆軀歸塵。