

編輯者的話

從 2019 年底，COVID-19 疫情爆發、橫掃全球，不論男女老少無一倖免，更徹底改變人們的生活方式和人際關係，人生價值也重新排序。今年 (2023) 5 月 1 日中央疫情指揮中心正式解編退場，宣告後疫情時代來臨！歷經這幾年的病毒侵襲、疫情衝擊，這場世紀浩劫已然改變我們的生活作息並且影響身心健康，如何重建失序的生活作息、協調失衡的身心狀態、展現最佳復原力及強化心理韌性，為自己打造強而有力的黃金免疫力防護網，已是當代人努力尋求的目標。

後疫情時代的養生新主張，除了強調增強自身免疫力及防禦力，更要從心做起，觀照自心，靜心淨炁，強化心理韌性以因應外界變化，正念調適面對壓力、跟世界重新連結、與自然共存共好取得身心平衡！

天師府本期刊特別介紹順時養生及自然蜂療，從養身調理，擷取古人智慧結晶、古法今用，提供大家不同面向的參考依循。有三十多年中醫執業經驗的黃東榮醫師，著文介紹古道養生，醫心靜定、養性以煉命；醫在自心、藥本存自身的預防醫學觀念，闡釋祝由安神定志，治理魂魄精氣神！並以自身體驗實證正一仙功具有調理暢通經絡、強化免疫力、穩定平衡新陳代謝之功效。《憶～家父與蜂療》除了作者對父親的孺慕思念之情，也介紹了為道醫自然療法的蜂療，可增強人體免疫力，並娓娓道來蜂療推廣之路的艱辛、先行者的理念堅持及勇於開創！《習「道」之路》及《道醫在日常中》提到天師道養生著重於自然，並且用自然的方法去除身心的毛病！傳統道醫所講究的是關照心神魂魄的整體活動，並且瞭解到關於職業魂魄的污染需運用特殊解決方法去排毒以恢復康健。文中在在強調唯有領會人與環境的互動關係，並且秉持實踐開放的態度學習，藉以增強心理的能量。《不完美的身軀》以道教在我不在天的積極正向精神，面對與接受自己的不完美，磨練心性的煉炁體悟，鼓勵大家勤練養生基本功～正一仙功，以此強健體魄、修煉正炁驅邪氣，使失衡的身心重新歸位！身體健康、心情自然美麗，修身練心缺一不可。後疫情時代帶來突破與跨越，更帶來期盼與重生，讓我們再次省思人生的價值與追求，希望正一仙功的實證可以帶我們穿越幽暗的深谷，迎向身心健康均衡及人與自然和諧的曙光！

專 題

淺談天師道經錄 / 張意將主講 · 薛慧盈主筆 P01

道醫之養生

醫海波頻 / 黃東榮 P11

道醫在日常中 / 張婷穎 P14

憶家父與蜂療 / 蔣齡儀 P16

經驗與感悟

茅塞頓開 / 李世達 P23

習道之路 / 王嘉瑩 P27

不完美身軀的修練 / 蔣芝嫻 P30

天師軼事

恩溥天師墨寶對聯之感悟 / 郭瑞雄 P32

九天風火院暨天下梨園 - 田都元帥 / 曹家寧 P33

會 訊

贊助芳名錄 P37

徵稿啟事 P37

劃撥單 P37

彰化教育總部信眾服務行事曆

彰化教育總部交通資訊

正一嗣漢張天師府年刊 2024 NO.11

Annual Journal of the Taoist Association of

Celestial Master Chang LXV

發行人：張意將

編輯：施瓊芳、王麗鳳

發行所：正一嗣漢張天師府道教總會

住址：台北市士林區中山北路六段 175 號 2 樓

電話：886-2-28366519, 28311658

傳真：886-2-28321627

彰化教育總部

住址：彰化縣芬園鄉彰南路五段 888 號

電話：049-2511199

傳真：049-2511177

立案字號：台內社字第 0980142437 號

網址：www.cts65.org

電子信箱：chang.ku65@gmail.com

創刊日期：2013 年 10 月

本期發行日期：2023 年 10 月

本期發行份數：12,000 份

ISSN：2414-1151

歡迎贊助本刊發行

戶名：正一嗣漢張天師府道教總會

郵局劃撥帳號：50237084，請註明贊助年刊

銀行及其代碼：台灣銀行 (004) 士林分行

台銀匯款帳號：070-001-031-221，匯款後請來電告知。