

揩磨心地謂之沐浴滌塵勞謂之浴

欲得狂猿伏先將劣馬擒洗來無一物處處得長生

復姤

陰極陽生謂之復陽盡陰生謂之姤

陰極陽來復陽終姤又生學人明此理掀地見天真

溫養

真息繇繇謂之溫含光默默謂之養

胎內嬰兒就還加溫養功時時常照顧方得顯神通

收放

入希夷門謂之收出塵妄境謂之放

道藏輯要

三寶心鑑

聖

壁集四

亘古靈童子神通大莫量放則周天地收時黍米藏

覺照

掀翻萬幻謂之覺獨露真常謂之照

二悉通太始元神入太初萬緣掀倒地獨透一真如

虛徹

有無不立謂之虛內外俱空謂之徹

著有都成幻云無又不中有無俱不立天地悉皆通

全真

純一不雜謂之全身入太虛謂之真

一本而萬具殊途而同歸達得全真體身心合太虛