

君子以身任道故身修而道立小人以身循欲故欲滋而身亡
楞嚴經曰一門深入入一無妄彼六知根一時清靜人之不能
得道者皆爲形所累也欲除此累須知此身是不牢之物最苦
之軀無主之形膿血屎尿之袋渾身內外無一點好處爲甚麼
你要吃好的穿好的每到人前誇夸例賣俊俏指使底人意亂
心迷把世上人都被弄壞了死了生生了死從無量劫來受過
無數苦惱終無出期我今立志學道把你始末緣由都看透了
再不受你迷惑再不受你指使漸作人空慧頓用捨身法墮肢
體黜聰明抱而弗離道可幾乎仙家修身必返其體神卽炁凝
炁卽神注性命靈修造器相乘形神俱妙與道合真

道藏輯要

養真集

七

紫集九

白髮老人曰老子云外其身而身存長春真人云百計以
養身卽百計以昧心再兼看皮囊歌自能全身放下

脈

人身之脈正經一十有二奇經有八惟任督二脈係人之生死
凡夫任脈之在腹者從下而上行督脈之在背者從上而下行
前後間隔化機無本遂以稟氣之淺深爲壽命之修短仙家識
得任總諸陰之會督統眾陽之綱二脈若通百脈皆通故退陰
符進陽火而行河車運轉之法其法凝神入氣穴是謂歸根神
氣相守抱一勿離迨夫靜極而動是神復乘氣根而上昇於泥
丸於是河車之路始通要知河車之路卽吾身之任督二脈也

氣之始生也鬱蒸於兩腎之間泛溢於五臟之上乃經水亂行不由溝洫也吾急以神幹歸尾閭而上至於夾脊夾脊難過舌柱上腭使之上風府而直至泥丸神與氣交會於此其疎暢融液可知少焉變爲甘露急將舌放自鵲橋而下通開會咽過重樓遊絳宮復歸於所藏之處而休焉如此循環灌注久之純熟氣滿三田上下交泰所謂常使氣通關節透自然精滿谷神存白髮老人曰其法以下數句萬卷丹經不能出此出此便是旁門老子所謂致虛極守靜篤萬物並作吾以觀其復正謂此也寶之秘之尤願與上等根器者篤行之

塵世

道藏輯要

養真集

支

紫集九
八五十一

搖動之謂塵變遷之謂世世有治亂治世貴才而見亂世貴德而隱人有老少少年貴學而勤老年貴養而靜唐虞之世有許由孰憂孰樂叔季之世無嚴光孰清孰濁吾人涉世如渡河凡有陷溺處要知避之良驥至捷常受風塵之苦玄龜雖靈難逃刳腸之禍相彼飛鳥乘風而起擇木而棲何其適也只因貪食悞入於籠求脫不得今夫爵祿亦人之樊籠也歟春秋不用孔子春秋之不幸後世之大幸也玄德能用孔明玄德之大幸也孔明之不幸也古人所行之淑慝與今人所行之是非併自己所行之得失事屬已往俱是塵世中之精扯淡說著何爲念著何益不說不念則心靜矣心靜便是道今日之灑脫處皆從先