

二書同卷

天隱子

素履子

甚

天隱子序

神仙之道以長生為本長生之要以養氣為先夫氣受之於天地和之於陰陽陰陽神虛謂之心心主晝夜寤寐謂之魂魄如此人之身大率不遠乎神仙之道天隱子吾不知其何許人著書八篇包括妙殆非人間所能力學觀夫修鍊形氣養和心虛歸根契於伯陽遺照齊於莊叟長生久視無出是書外積服習道風惜乎世人久促其壽思欲傳之同志使簡易而行信哉自伯陽而來唯天隱子而已矣謹序

天隱子

清十三代宗師有及師真一先生可馬本精述

神

人生時稟得虛氣精明通悟學無障礙則謂之神宅神於內遺照於外自然異於俗人則謂之神仙故神仙亦人在於修我虛氣勿為世俗所論折遂我自然勿為邪見所礙滯則成功矣喜為氣難愛用欲七者情之邪也風寒暑濕飢飽勞逸八者氣之邪也也去此邪成仙功也

易簡

易曰天地之道易簡者何也天隱子曰天地在我首之上足之下開目盡見無假繁巧而言故曰易易簡者神仙之德也經曰至道無然則以何道求之曰無求不能知無道不能成凡學神仙先知易簡苟言液奇詭適足使人執迷無所歸本此非吾學也世人學仙迷者有失學然及為仙所為為所病者有矣

漸門

易有漸卦老氏有妙門人之修真達性不能頓悟必須漸而進之安而行之故設漸門一

曰齋戒二曰安處三曰存想四曰坐忘五曰神解何謂齋戒曰澡身虛心何謂安處曰深居靜室何謂存想曰收心復性何謂坐忘曰遺形忘我何謂神解曰萬法通神是故習此五漸之門者了一則漸次至二了二則漸次至三了三則漸次至四了四則漸次至五神仙成矣

齋戒

齋戒者非蔬茹飲食而已澡身非湯浴去垢而已蓋其法在節食調中磨擦腸外者也夫。人稟五行之氣而食五行之物而實自胞胎有形也呼吸精血豈可去食而求長生但世人不知休糧服氣道家權宜非永絕食粒之謂也食之有齋戒者齋乃潔淨之務戒乃節慎之稱有飢即食食勿令飽此所謂調中也百味未成熟勿食五味大多勿食腐敗閉氣之物勿食此皆宜戒也手常磨擦皮膚溫熱熨去冷氣此所謂暢外也久坐立久勞役皆宜戒也此是調理形骸之法形堅則氣全是以齋戒為漸門之首矣

安處

何謂安處曰非華堂邃宇重柶廣榻之謂也
 在乎南向而坐東首而寢陰陽適中明暗相
 半屋無高高則陽盛而明多屋無卑卑則陰
 盛而暗多故明多則傷魄暗多則傷魂人之
 魂陽而魄陰苟傷明暗則疾病生焉此所謂
 居處之室尚使之然況天地之氣有九陽之
 攻肌淫陰之侵體豈不防慎哉修養之漸倘
 不法此非安處之道術曰吾所居室四邊皆
 憲戶遇風即闔風息即開吾所居座前簾後
 屏太明則下簾以和其內太暗則捲簾以
 通其外曜內以安心外以安心目皆安矣
 明暗尚然況大多事慮大多情欲豈能安其
 內外哉故學道以安處為次

存想

存謂存我之神想謂想我之身閉目即見自
 己之目收心即見自己之心心與目皆不離
 我身不傷我神則存想之漸也凡人目終日
 視他人故心亦逐外走終日接他事故目亦
 逐外瞻營營浮光未嘗復照奈何不病且天

邪是以歸根曰靜靜曰復命誠性存存衆妙
 之門此存想之漸學道之功半矣

坐忘

坐忘者因存想而得也因存想而忘也行道
 而不見其行非坐之義乎有見而不行其見
 非忘之義乎何謂不行曰心不動故何謂不
 見曰形都泯故天隱子瞑而不視或者悟道
 乃退曰道果在我矣我果何人哉天隱子果
 何人哉於是彼我兩忘了無所照

神解

一齋戒謂之信解言無信二安處謂之關解言無關三存想謂之慧解言無慧四坐忘謂之定解言無定信定關慧四門通神謂之神解故神之為義不行而至不疾而速陰陽變通天地長久兼三才而言謂之易繫辭曰易窮則變變則通通則久齊萬物而言謂之道德老子隨是也本一性而言謂之真如天隱子生乎易中死乎易中動因萬物靜因萬物邪由一性真由一性是以生死動靜邪真吾皆以神而解之在人謂之仙矣在天曰天仙在地曰

地仙故神仙之道五歸一門謂五漸終同

天隱子