

除賊操修須知

夫金丹之道先要鍊已純熟收拾身心歛藏神炁清虛靜定恬淡晦默柔和順寂故神全氣盛七情不動六根清淨精難搖動方可求丹貴乎勤守其一以處其和掃盡五賊五賊者即眼耳鼻舌意爲天之五賊色聲香味觸爲世之五賊愛慾貪嗔癡爲內之五賊天之五賊不謹於內則內之五賊蜂起世之五賊不除於外則天之五賊熾生是以兩目爲役神之舍顧瞻視矚神常不得離之眼見色則愛起而賊精兩耳爲送神之地蓋百里之音聞於耳則神隨之而去耳聽則慾起而搖精兩鼻爲好神之戶鼻聞香則貪起而耗精舌嘗味而神隨之則嗔起而走精

道藏輯要

至道心傳

六

危集六
X 1-8

意遇觸而神隨之則癡起而損精大抵忘於目則神歸於鼎垂簾含光而顧中也忘於耳則神歸於鼎聞於內而聽乎中也忘於口鼻則神歸於鼎而息居於內綿綿若存神歸炁穴也合而言之五賊俱忘收歸鼎內何患金丹之不結五者不除徒勞心力耳凡修鍊之士預先建造寢室選進神日時合三奇開休生門並帝星到室坐向忌六不成空亡荒蕪四廢九空河魁勾絞五不遇時仍擇吉辰入室遇冬至前四十九日齋戒身心除五味絕人事忘言打坐用榆木作椅牀下安雄黃一斤以辟邪上懸軒轅鏡一個左右劍各一把背室供東華帝君像長燈香水祀之面前不可向空不可容一物致心不靜只宜面壁向東陰

陽適中明暗相半屋無高高則陽盛明多則傷_四屋無卑卑則陰盛暗多則傷魂四壁皆列窗戶以通日月星_一之炁遇風則闔風息則開大明則下簾以和內太暗則捲簾_二通外冬不向爐夏不揮扇春不觀花秋不食菓求同心三友_三粥相扶預積三年之糧尋訪好善外護得力之家付之供奉_四不可受人供養叩頭禮拜投稱師父愈加墮落倘無餘積外護者苦行於市廛之中忘言乞食打坐精勤以求之若不預備衣食奔走勞心則道遠矣凡坐之時豎起脊骨不可東倚西靠以照觀鼻以鼻對臍口齒緊閉舌抵上腭神守於中不可灰心枯坐_五要有覺有照不可著意勞神著意頭頭錯無爲又落空凡有事來則速應而

道藏輯要

至道心傳

七

危集六
×文川

去不可迷滯於心譬如明鏡相似物來則照物去不留光明正大若念靜用柔心行文火若念昏用剛心行武火惟精惟一允執中者是也若坐到至靜至定之中不省人事炁息全無六脈以停小靜一晝夜中靜三日大靜七日不可疑於坐化乃是神炁歸根復命之際生藥之始不可驚動默默守護待他自醒若七日之外不醒者將鐘磬在耳邊擊之用手作拳拍其背心叫名卽醒凡有人來室中行要輕步語要低聲閉門不可粗暴不可叫喚恐驚元神選一知心善友一日三飧依時供養熱則去衣寒則加衣如保嬰兒相似婦女雞犬不可入室道友不潔者不可入凡大小二便並沐浴不可對日月星斗宜暗處向壁土

便之不可裸露觸犯天地永不希仙凡大小便以目視內迴光返照勿令覩穢入室行持之際必須齋戒務忌五辛五味暈腥酸醎酒漿茶菜油膩煎炒一例戒止止服新米粥飯不可太過不及厚味令人神昏多睡味薄自然神清氣爽詩曰饑生陽火鍊陰精食飽傷神氣不伸止念澄清爲日用夜間少睡自身輕此入室下手之功要也西江月云味厚飽食多睡睡多夢裏迷真眼觀心動喪元神耳聽靈臺不靜要見本來面目慧劍割斷紅塵心清意靜九陽生不睡神仙有准詩云神一出便收來神返身中炁自回如此朝朝並暮暮自然赤子產靈胎且人身有三昧真火一火不聚不能結丹心爲君火膀胱爲相火卽臣火道藏輯要

至道心傳

六

危集六
卷上上三

大腸下行之氣從肛門奔出者爲民火鍊丹須要三昧真火薰蒸精氣使神交合方能結丹惟君臣二火不動有民火門戶不緊常有走失之患凡行住坐卧緊撮谷道遇有民火張狂奔走之時須將兩目上視頂門則民火濁者徐徐而出清者緩緩上升以鍊其谷道使谷氣長存鍊糞如彈丸相似自然無臭也又要明身中三關使性不變情爲一關情不變精爲二關精炁神打成一片陽火不泄炁不化精神不外馳常守於中乃內三關也又耳不妄聽目不妄視口不妄談外三關也已上口訣盡註於書得者勿視爲尋常乃古今不泄之秘寶也珍之重之