

不待死後與來生也今夫天有五行金木水火土是也不止謂之行一時稍止不可謂之行矣今夫人有五常仁義禮智信是也不變謂之常一念稍變不可謂之常矣是五行也是五常也具於人身之中則爲五臟心肝脾肺腎是也五臟也者生人之大本也傷此大本則不能以有生是故明醫治之必先調和五臟發於日用之際則爲五倫君臣父子夫婦兄弟朋友是也五倫也者天下之達道也廢此達道則不可以爲人是故先王教人先明五倫之理而今世人有墮肢體去人倫以求道者彼固不知其非也世人驚以爲貴而尊奉之此亦不知其非也

白髮老人曰氣稟之清濁從天人品之邪正由己此固說

道藏輯要

養真集

五

集九
六〇一

得好一時稍止不可謂之行一念稍變不可謂之常說得
尤好

老

人皆曰人上六十年老如一年人上七十一月老如一月人上八十一日老如一日予今八十有餘將如之何自今以後多活一日是天假道之一日也敢虛度乎今縱得道已是遲了豈容再遲昔有三個老者言及無常有一老者曰今年酒席筵前會不知來年又少誰又一老者曰你說底遠了今晚脫下鞋和襪不知天明穿不穿又一老者曰你說底還遠了這口氣既然出去不知進來不進來智者不失時勇者不再計今日知道今

日就該下手此時得知此時就是下手之時若曰今日不暇姑待異日只恐你要做時却又做不成了人有三寶曰精曰氣曰神老來之精惟恐竭精竭則死老來之氣惟恐洩氣洩則死老來之神惟恐離神離則死精何以不竭必也遠色乎氣何以不洩必也寡言乎神何以不離必也無欲乎神不可以強留心息相依則神自留矣氣不可以輕洩忘言守中則氣不洩矣精不可以漏失還精補腦則精不漏矣或問人老血氣既衰如何可補曰慎言語可以補肺節飲食可以補脾絕思慮可以補心去嗔怒可以補肝斷淫慾可以補腎請益曰不患不補惟恐補而又損我故嘗曰百日補之不見其有餘一旦損之遂覺其不足

道藏輯要

養真集

六

齋集九
又曰卅上

視彼草木其葉萋萋秋後落葉生理歸根歸根不死來春復生由是觀之生生不已天之道也各歸其根物之理也知其理不悖其道者其惟真人乎故真人之息以踵踵猶根也三冬歸根之時宜靜養之

白髮老人曰心息相依忘言守中還精補腦則三寶固矣
慎言語節飲食絕思慮去嗔怒斷淫慾則五臟足矣三寶既固五臟又足有不延年益壽之理乎

病

病何由而生也皆因妄想而生煩惱煩惱既生則內傷其心心傷則不能養脾故不嗜食脾虛則肺氣必虧故致發嗽嗽作則