

止獨非念乎猶逐張三而留李四也初學之人每受此病然則如何而可必也坐忘乎忘則無我我尙然無誰來起

念

好

人心各有所好好者心之所獨注有不期然而然者竟不知其所以然者也夫以一念而分人品之高下一時而定終身之成敗不可不慎也使其所好者仁義也禮樂也詩書也不問而知其爲賢也使其所好者佚遊也博奕也酒色也不問而知其爲廢人也使其所好者苑囿也漁樵也不問而知其爲細民也使其所好者鬪訟也驕傲也兵刃也不問而知其爲兇人也凡好

道藏輯要

養真集

六

觜集九  
川且文上

玩樂戲耍者其失有五焉一曰褻體二曰勞神三曰傷財四曰失時五曰悞事縱極精巧不能致遠是以君子不爲也

白髮老人曰大凡人之偏好皆從無始劫帶來種子非徹悟以後要改甚難

身

人之一身前三宮曰泥丸宮絳宮黃庭宮爲神氣棲泊之所後有三關曰尾閭關曰夾脊關曰玉枕關爲神氣通暢之路孟子曰堯舜性之也湯武反之也又曰湯武身之也只是反求諸己而已矣湯武能反求湯武身中有個堯舜吾人能反求吾人身中都有堯舜反觀其身氣在其中矣反觀其氣神在其中矣

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

養真集九

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