

原序

至游子二卷二十五篇不著名氏予初未見其書守銅臺時有以抄本示予者每人吏散後聞一披讀其言養生之理甚詳益網羅羣籍撮其要領而為之者也雖所稱引廣博玄微不易窺究然崇正闢邪標示準的一篇之中往往頗露其梗槩焉世有上器利根要必有味乎其言也伊川程子謂為國而至於祈天永命為學而至於聖人修身而至於神仙以為天下三大難事殆所謂確論竊怪世之學者器根既淺又每以苟且嘗試之心為之忽於躬行而急於責效迫其無得併所素聞者且棄之以為不足信而又加詆毀以是求道即名師日面命之何益矧於紙上之說哉老子有言上士聞道勤而行之中士聞道若存若亡下士聞之大笑夫言道而徒使人大笑亦窺其甚矣然則諸真垂訓又安得不微隱其文義以俟能者自悟自修也故曰書不盡言言不盡意又曰神而明之存乎其人默而成之不言而信存乎德行嗚呼盡之矣予塵緣未斷日碌碌迷迷中焉可僧談斯理因欲傳是書聊識之與同好者共相省勉云爾嘉靖丙寅春正月江東姚汝楮序

至游子卷上

玄軸篇

心勞神疲與道背馳冥心湛然乃道之幾

至游子曰天之體其高明歟天之性其玄虛歟天與我命而秉以為性矣必也冲以用之無巧也無拙也無智也無愚也湛湛乎適於自然之場焉昔者太原洞長告于方丈先生曰噫已入於無為矣而其性未能湛湛乎何哉曰爾好樂之聲以習蔽之矣况怵於斯者耶夫人難朴為寡物誘於外五慾六蔽以疵其潔無以見於天元則必濯其垢而後可也何以濯之耶吾心者法水也於是滌三昧焉開六蔽焉去五垢焉汰其濁而見素矣夫能皓皓而不汙莫先於卻事物之見故知遠察微者聰明之見也命之曰伐性之斧務華矜榮者聲利之見也命之曰陷性之窞巧言令辭者利口之見也命之曰惑性之藥奇謀詭策者深機之見也命之曰敗性之寇是柯也智深者偽生識遠者詐強夫昇我以智者本為知道者也賦我以識者本為識性者也豈其眩於外哉康伯子通古今之書及聞道也終日如愚潘洞見子鍾離子子鍾離子示以物而不能名子鍾離子曰大矣哉卻見者也萬物芸芸各歸其根數榮以華各喪其真朝生夕隕物孰免乎吾當內自省焉吾亦物也於是採其本集其靈去有歸無返於真空返於真空者必先除其靈焉夫灼以華藻惑以鏗鏘滋以膏粱襲以芬苾示以好惡習以嫉媚役以金玉悅以爵祿媚以語言誣以機謀斯十疊也不能除焉則違性失道矣亦松子曰欲去之者先澄其源

而後可也。下愚者所冀昧昧焉。上智者為邪所蔽而與之同。何以挾節而發晦乎。必捨其暗塞而投於純明之舍焉。太上曰。多知博見。彼以為明。斯乃為暗者也。天與之性。何為而亡乎。道與之體。何為而悴乎。七情之燎。焚於五內。真元燼矣。夫能使其情俱為煨而熄焉。則冥冥寂寂。真樂至矣。思真子學而未知。遽悲焉泣於瑤池之下。真君謂曰。爾之七情。不為觸而發。則入真慧矣。內心未純。則尚華而亡其純矣。古之至人。以性卻性。以形忘形。性吾有也。不以性蔽性。而入於昏。形吾有也。不以形喪形。而入於華。內而貴朴。如槁木焉。故未茂者傷本。枝大者害幹。梵宮靈宇。梵宮八界靈宇三千帝之都也。吾身亦有妙庭焉。慧日所燭。玄風所扇。夫何以致之。懃懃室慾。忍有所得。慈無所捨。此其端乎。妙素子曰。形而上者謂之道。形而下者謂之器。器非性也。託器以入道者也。嗟夫。耗耗無涯者。生死之流也。吾能知夫塵勞之緣。厲真而伐性。吾能絕焉。對松宇以還白日。調瑤琴以戰素月。斯陟於道矣。外思者。道之寇也。紛麗撓手慮。鏗鏘動手情。坤牛挽之。河車運之。外奔而入。內馳而出。則性斯喪焉。性也者。水也。風薄之則亂其清矣。吾視外境。其如芥焉。則舍元而登太一矣。精思子曰。綺言者。語之疵也。邪視者。鑒之疵也。淫哇者。聽之疵也。躁動者。正之疵也。神侮者。讓之疵也。作狂者。念之疵也。令夫馭氣而游於丹廓者。其孰敢忽此耶。谷莫大乎有見。恃識以開萬端。而求於勝也。故意可以測古賢之情。明可以灼聖賢之理。顧有蔽也。莫能開之。有感也。莫能引之。異徑以為大路也。行潦以為滄溟也。吾以為慧。而離於慧。益遠矣。可不務去乎。棄聖絕智。屏其良知。進乎不為之宰者。道之本也。高陵子始未聞。迺其書滿家。

既聞道破觚折牘。窒其視。創其識。道非無也。性非空也。無則沈乎周象矣。空則委於冥求矣。希聲無聽也。空色無視也。周象無得也。至虛者有其空。真符者有其有。於是當先固其守焉。夫然後入於正。夫因人而捨。不見法而遷。此有守者也。雖然有作。卓然有入。故由有而適於無。從相而至於寂矣。五空八識。不辨乎始終。而入無為者。殆未知無為之為自有歟。立我者必自乎無我者也。喪乎塵昧。疵乎物蔽。執乎我者。害道者也。故物我俱忘而為一。一又滅之而入於無之域。豁而達慧。而通身無相也。心無思也。我性之率。可以致道。執之而物不能奪。守之而外不能盜矣。天與之形。物俱有形。道與之性。物俱有性。流形既遠。出性之庭。孰不有守耶。有守小而失大者。有守外而棄內者。有守彼而喪我者。有守偽而背真者。守有道乎。守其我以大者也。固其內以真者也。若不知守焉。則干正紊真者至。其誰能禦之哉。圓淨子曰。白之守玄者歟。太上謂范子曰。五蠹亡矣。七情滅矣。汝知之乎。范子曰。非鍊磨者乎。曰。鍊無以守。則其外移矣。磨無以守。則其有傾矣。惟其守己而已。顓蒙之子。非性有殊也。惟其昧而不自覺歟。既其覺也。神安魄定。入幾微矣。皇甫子曰。覺有五。或因其殃而覺歟。或因其疾而覺歟。或因其難而覺歟。或因其蒙而覺歟。或因其達而覺歟。衆流既分。其源則散。衆情既出。其性則蔽。是以其源不澄焉。六慾以滓之。三毒以盪之。蔽源者流也。亂性者情也。嗜慾者風波也。紛華逐欲而生。純實從物而死。性之質凋而不朴矣。性之靈漬而不明矣。根不寧而蒂不固矣。湛乎一景。獨守其源。衆流昭徹而澄矣。我性之聲。亦與人同焉。所受之統。全而不虧。所葆之粹。和而不較。中有圓者。其性也。歟。

運而不窮。越而不凝。窮則為藏。凝則為止。夫能明達洞徹者。粹美以挺內。和會以塞外。熙然如春。無方如神。不散其陽。不係於物。斯圓之效歟。故得其性也。靜以止之。而不知其運。虛以極之。而不知其反。其猶獨陰之寂。而不入其真耶。玉惠子曰。六慾生而真靈缺。豈能圓乎。三毒興而冲和喪。豈能融乎。圓融殞而天閑至矣。物之性未嘗殊也。小大所圓皆同焉。好惡所受皆均焉。從其大小。由其好惡。則迷其本。遠其宗。棄其源。失其祖矣。自執其性。驚於六塵。舍於三彭。惟快其昧。刮其愚。以明為宗。以清為性。識陰陽之所圓。而同乎冲虛天元之性。則廓然之所宗矣。消穢子曰。得一而清。越乎羣宰之上。與化同游。與性同契者。適乎至真之祖者也。赤松子曰。三明宅於中。六鑿鑄其外。吾不登乎異歧矣。巫峽之子。以響為宗。而獲鬼隨焉。西波之子。以因求其祖。而得巫報焉。所見不可不慎乎。無法之中。有範焉。有圖焉。空以道氣之虛。以化圓之空。非彼所謂之空也。虛非彼所謂之虛也。不空其思。不思其空。斯可謂達也已矣。夫以營學水者。猶未諸空者歟。吾知所以裨補之。斯復其真性矣。誠以無為無。則何以語道之大道乎。真修者。緣類而應也。無所入。無所捨。而靈心見於外。於是真冲挺秀。真理特達。天純不駁。入於慧焉。鍾離子曰。其識通明。其名曰慧。其靈盈固。其名曰圓。得寂者。亡乎寂者也。其善忘也歟。至幽至虛。可登乎亡矣。其心如滯礦焉。物不能招矣。則入冥不窮。入恍不惚。寥寥乎有見默默乎有聞。不見為見。不聞為聞。然後有見聞之實。不晦乎。蓋嘗入乎冥冥。守乎寥寥。入寂之中。而得寂之應者也。九變之上。不可名也。四游之前。不可形也。能復於斯。其惟無而已。以有為有。其失也實。以無為無。其失

也。虛無之有者真有也。無之無者真無也。淵靜之淵。淵而又淵。洞玄之玄。玄而又玄。茲猶其粗也。夫見乎無無者。斯至乎道矣。其太素之始哉。鍾離子曰。無中以求無。孰知之耶。天粹而雜者。有以駁之矣。靈源而濁者。有以統之矣。惟曠兮若谷。應受不留。澹兮若海。源委不已。無說於道。無戕其性。浩乎守其真。寂乎襲其氣。精神會通。成於不化矣。何以知其然也。實者虛之應也。虛者實之乘也。相為之用。則各歸於初。莫測其變焉。夫玄覽者。可以滌吾之性。思而不空。則殆。多知也。空而不思。則罔。罔。守也。無。

五化篇

萬物芸芸。其變不窮。能以道化。虛明則通。

譚子曰。至道有五化焉。孰為道化乎。夫虛化神。神化氣。氣化形。形生而萬物所以塞也。此道之要也。形化氣。氣化神。神化虛。虛明而萬物所以通也。此道之用也。聖人窮通塞之端。得造化之源。忘形以養氣。忘氣以養神。忘神以養虛。虛實相通。是謂大同。藏之為元精。用之為萬靈。含之為太乙。故之為太清。老楓化為羽人。朽麥化為蝴蝶。自無情之有情也。賢女化為堅石。山蚯化為百合。自有情之無情也。射似虎者。見虎不見其石。新暴蛟者。見蛟不見其水。是知萬物可以虛我身。可以無以我之無。合彼之虛。自然可以隱。可以顯。可以死。可以生。空中之塵。若飛雲。而目未嘗見也。穴中之蟻。若牛關。而耳未嘗聞也。况非見聞者乎。太虛者一虛也。太神者一神也。太氣者一氣也。太形者一形也。命之則一。根之則一。守之不得。舍之不失。是謂正一者也。稚子弄

影不知為影所弄。狂夫侮像不知為像所侮。化家者不知為家所化。化國者不知為國所化。化天下者不知為天下所化。虛化神。神化氣。氣化血。血化形。形化嬰。嬰化童。童化少。少化壯。壯化老。老化死。死復化為虛。虛復化為神。神復化為氣。氣復化為物。噫。化化其無窮者哉。太上者虛無之神也。天地者陰陽之神也。人蟲者血肉之神也。其同者神也。其異者形也。形不靈而氣靈。語不靈而聲靈。覺不靈而夢靈。生不靈而死靈。冰泮返清。形散返明。能知真死者。可以游太上之京矣。孰為術化手。雲龍風虎得神氣之道者也。神母也。氣子也。以神召氣。以母召子。何有不至乎。蕩穢者必召五方之氣。伏虺者必役五方之精。召之於外。守之於內。用之於外。無所不可也。轉萬斛之舟者。由一尋之水。發千鈞之弩者。由一寸之機。一目可以觀天地。一人可以君兆民。太虛茫茫而有涯。太上浩浩而有家。得天地之綱。知陰陽之房。見精神之藏。則數可以奪矣。命可以治矣。天地可以返覆矣。至淫者化為女。至暴者化為虎。樂者其形和也。喜者其形逸也。怒者其形剛也。憂者其形蹙也。斯亦變化之道也。蠟蟪之蟲。孕螟蛉之子。傳其情。交其精。淫其氣。和其神。隨物大小。俱得其真。蠢動無定情。萬物無定形。陰陽相搏。則芝菌不根而生也。燥淫相育。則蟪蛄不母而生也。人體陰陽而根之。效燥淫而母之。無不濟者何也。君子體物而知身。體身而知道也。潤松所以能凌霜者。藏正氣也。美玉所以能犯火者。蓄至精也。大人晝運靈旗。夜錄神芝。覺思所不思。可以冬御風而不寒。夏御火而不熱矣。孰為德化手。天下賢愚。營營然如飛蛾之投夜燭。蒼蠅之觸曉曉。知往而不知返。知進而不知退。感父之慈。非孝也。喜君之寵。

非忠也。感始於不感。喜始於不喜。多感必多怨。多喜必多怒。抑人者人抑之。容人者人容之。貧其死者樂其死。貸其輸者樂其輸。孰為仁化乎。海魚有吐墨上庀其身而游者。人因墨而得之。智者多屈。辯者多辱。明者多蔽。勇者多死。君子能罪已。斯能罪人。不報怨。斯能報人。救物而稱義者。人不義之行。惠而求報者。人不報之。螻蟻之有君也。一奉之宮。與眾處之一塊之臺。與眾臨之一粒之食。與眾蓄之一蟲之肉。與眾啜之。故得心相通而後神相通。神相通而後氣相通。氣相通而後形相通。太古之道也。孰為食化乎。一日不食則慊。二日不食則病。三日不食則死。民事之急者食也。為巫者鬼必附之。設像者神必主之。蓋有所享也。虎狼不過嗜肉。蛟龍不過嗜血。人則無所不嗜。所以不足則鬪矣。夫火將逼而投於水。知必不免。且責其緩也。虎將噬而投於谷。知必不免。或觀其生也。孰為儉化乎。水火者常用之物。用之不得其道。以致於敗家。蓋失於不簡也。飲饌者常食之物。食之不得其道。以至於亡身。蓋失於不節也。欲救之術。莫過乎儉。儉於聽可以養虛。儉於視可以養神。儉於言可以養氣。儉於私可以養富。儉於公可以養貴。儉於門閭可以無盜賊。儉於環衛可以無叛亂。儉於嬪嬙可以養壽命。儉於心則可以生死。是謂萬物之化柄也。奢者富不足。儉者貧有餘。奢者心常貧。儉者心常富。奢者好親人。所以多過。儉者能遠人。所以寡過。奢者事君必有所辱。儉者事君必保其祿。奢者多憂。儉者多喜。奢者好動。儉者好靜。奢者好難。儉者好易。奢者好繁。儉者好簡。奢者好逸樂。儉者好恬淡。有畢生用一器而無缺者。有十年而一裘不弊者。斯人也可以即清靜之道矣。

坐忘篇上

寶書之笈三編具存。吾得其要。澄神契真。

心者。身之主。神之師也。靜而生慧矣。動則生昏矣。學道之初。在於收心離境。入於虛無。則合於道焉。若夫執心住空。亦非所謂無所也。住於有所。則心勞而氣廢。疾以之生矣。夫聞毀譽善惡。以其心受。受則心滿。滿則道無所居矣。有聞如不聞焉。有見如不見焉。毀譽善惡。不入於心。其名曰虛。心虛則安。心安則道自來矣。心者。譬夫目焉。纖毫入目。則未有能安者也。牛馬。家畜也。縱之不收。則悍戾難馭。鷹鷂。野鳥也。一為繫絆。則自然調熟。吾之心亦猶是歟。然法之妙用。在乎能行。不在乎能言。夫能在物不染。處事不亂。斯大道之妙乎。世或以道為難進。是不知貝錦。始於素絲。冲天之鶴。負於穀食。蔽日之翰。起於毫末者也。事非常則傷於智。務過分則弊於形神。今以隋侯之珠。彈千仞之雀。人猶笑之。况棄道德。忽性命。而從不要以自伐乎。夫撓亂吾身者。則寇盜也。吾能禦之。正心則勇士也。因智觀察。則利兵也。外累悉除。則戰勝也。湛然常樂。則榮祿也。吾不為此觀。是猶遇敵棄甲而逃。反受其咎矣。是以定者。致道之初基。習靜之成功。持安之畢事也。莊子曰。宇泰定者。發乎天光。何謂也。宇者。心也。天光者。慧也。虛靜至極。則道居而慧生也。慧者。本吾之性也。由貪愛濁亂。散迷而不知。吾能澡雪。則復歸於純靜矣。神性虛融。體天應變。形與道同。則無生死隱則形同於神。顯則神同於氣。所以蹈水火而無害。對日月而無影。存亡在己。出入無間矣。然虛無之道。有淺深焉。深則兼被於形。淺則惟及其心。被形者。

神也。及心者慧覺也。慧覺者身不免於謝焉。何也。慧者心照也。多用則其體勞矣。初得其慧則悅而多辨。斯神氣漏而為尸解者也。故大人者含光藏輝。凝神歸竅。神與道合。身心與道同。於是六根洞達焉。身也無時而不存。心也無法而不通。故曰山之有玉則草木不凋矣。人之懷道則形體永固矣。於是其妙也有生忘之極焉。修道成真者必先去乎邪僻之行。外事不干於心。端坐內觀。念起則滅之。雖然。惟滅動心不滅照心。惟凝虛心不凝有心。欲行此者當受三戒。一曰簡緣。二曰無欲。三曰靜心。簡緣者擇要去煩也。經曰少則得多則惑矣。無欲者斷貪求也。經曰常無欲則能觀其妙矣。定心者止息游浪也。經曰除垢止念靜心守一。其斯之謂歟。故虛心無欲非求於通而道自歸之。其要在乎涉事處喧喧皆作意以安之。有事無事常若無心。處靜處喧其志惟一。求心太急則為病。為狂心若不動復須任之。使寬急得其所。常自調適。制而勿著。故而不動。是為真定者也。既如是亦不可恃其定也。而求多事。求就喧當使如水鏡之鑒物。隨物現形而後可也。定中求慧則傷於定。定則無慧矣。定非求慧而慧自生者也。得道者於是心有五時。身有七候。是為淺深之叙焉。五時何也。其動多其靜少者一也。動靜各半焉者二也。其靜多其動少者三也。無事則靜觸則動者四也。與道冥合觸亦不動者五也。七候何也。舉動順時容色和者一也。宿疾盡除身心輕爽者二也。填補天傷還年復命者三也。延數萬歲名為僊人者四也。鍊形為氣名為真人者五也。鍊氣成神名為神人者六也。鍊神合道名為至人者七也。

坐忘篇中

天隱子曰。人之生也。秉乎靈氣。精明悟通。學無凝滯。則謂之神焉。宅神於內。遠慮於外。則謂之
僊焉。靈氣者。其不可為世俗所淪折而後可也。曰喜曰怒曰哀曰樂。曰愛曰欲曰惡。七者情之
邪也。曰風曰寒曰暑曰溼曰饑曰飽曰勞曰逸。八者氣之邪也。去邪則近於僊矣。簡易者天地
之道也。天者在吾首之上。地者在吾足之下。吾則見之。故曰簡易者神僊之德也。夫學道者言
涉高說。而執迷無所歸本。非吾學也。故學氣者反為氣所病者有矣。學僊者反為僊所迷者有
矣。然學道者亦須漸而進之。蓋有五門焉。一曰齋戒。二曰安處。三曰存想。四曰坐忘。五曰神解。
齋戒者何也。潔身虛心者也。齋者潔靜也。戒者節約也。饑即食。食勿飽。所謂調中者也。物未成
者勿食。腐敗閑氣者勿食。五味太多者勿食。勿久坐。勿久立。勿久勞。勿久逸。左右手常摩。至於
溫熱。變其皮膚。以去冷氣。所謂暢外者也。於是形堅則氣至矣。安處者何也。南向而坐。東首而
寢。居之屋。虛必得陰陽適中焉。高則陽盛而明多。明多則傷於魄。魄陰也。卑則陰盛而闇多。闇
多則傷於魂。魂陽也。有所傷則疾斯生焉。又況夫天地之氣乎。有亢陽之切肌。有淫陰之侵體。
可不慎哉。故吾之室。四旁皆牕戶焉。風起則闔之。風息則開之。前必箔。後必屏。大明則垂箔。以
和其內。映焉。太闇則卷箔。以通其外。曜焉。內以安吾心。外以安吾目。心目安則身安矣。然則彼
縱情多慮。其不能安其內外也可知矣。存想者何也。存者存我之神也。想者想我之身也。夫何
以能然乎。閉目則自見其目。收心則自見其心。心目皆不離於身。不傷於神。此其漸也。凡人終
日而視他人。則心亦外走矣。終日而接他事。則目亦外瞻矣。營營浮光。未嘗復照。安得不疾。且

天耶。故歸根曰靜。靜曰復命。復命成性。是為衆妙之門也。坐忘者何也。因存想而得。因存想而忘也。行道不見其行。非坐之義乎。有見不行其見。非忘之義乎。不行者。心不動也。不見者。形俱泯也。或者曰。心不動有道乎。天隱子默而不對。或者曰。形泯有道乎。天隱子瞑而不視。或者悟曰。道在我矣。神解者何也。齋戒者。信解也。無信心。則不能解矣。安處者。定解也。無定心。則不能解矣。存想者。閒解也。無閒心。則不能解矣。坐忘者。慧解也。無慧心。則不能解矣。四者通乎神。斯為神解者焉。神者。兼三才則謂之易。齊萬物則謂之道。本一性則謂之真。一。天隱子曰。生於易中。死於易中。動因萬物。靜因萬物乎。邪。由一性真。由一性乎。吾皆以神解之。在人。也。在地。也。在水。也。皆為僊矣。變而通之。是曰神僊。正一先生讀其書。悟曰。吾則異於是。吾之簡易者。無為而無不為也。吾之漸者。守性正命。日增一日。漸之道也。齋戒之類。兼修之可也。

坐忘篇下

至游子曰。吾得坐忘之論三焉。莫善乎正一先生子微曰。吾近見道士趙堅。造坐忘論七篇。其事廣。其文繁。其意簡。其詞辨。讀之者。思其章句。記其次序。可謂坐馳。非吾所謂坐忘也。吾聞之先師曰。坐忘者。長生之基也。故招真以鍊形。形清則合於氣。含道以鍊氣。氣清則合於神。體與道冥。斯謂之得道者矣。夫真者。道之元也。故澄神以契真。莊子曰。宇泰定者。發乎天光。字者。心也。天光者。慧照也。先定其心。則慧照內發。照見萬境虛忘。而融心於寂寥。是之謂坐忘焉。老子曰。及吾無身。吾有何恙。無身者。非無此身也。體合大遠。不拘乎榮貴。不求乎苟進。恬然無欲。忘

此有待之身者也。夫長生者，神與形俱全者也。是以乾坤者，易之蘊也。乾坤毀則無以見易矣。形器者，性之府也。形器敗則性無所存矣。養神不養形，猶毀宅而露居者歟。或曰：人之壽終，心識苟正，則神超於真境。正一先生曰：非至正之言也。夫高識之賢，自謂彼我忘矣，是非泯矣。然見不善則顰，見善則笑，猶為善惡所惑，況其終也。昏耄及焉，吾未見不為眾邪所誘者也。故有有識化無識者，秦女之化石是也。有人識化蟲識者，黃氏之化蠶是也。由是觀之，心識者為陰陽所陶鑄，安能自定哉。所以責乎形神俱全者，蓋以此也。今有知榮貴為虛妄了，死生為一貫，至其臨終，則求醫祈鬼，何也。未知乎坐忘者也。忘者忘萬境也。先之以了諸妄，次之以定其心，定心之上，豁然無覆，定心之下，空然無基，觸之不動，慧心生矣。猶未免於陰陽之陶鑄也。必藉夫金丹以羽化，入於無形，出乎化機之表，然後陰陽為我所制矣。

集要篇

古先至人立言如林，以道博觀，則鉤其深。

晁文元公曰：吾觀夫浮世，其乃生老病死之卿與。憂悲苦惱之窟與。惟定明者，內覺其身心空，外覺其萬物空。於是諸相既破，無可執，無可爭矣。諸有者夢幻也。夢中而人狎之，且曰：夢中搏必無傷也。豈非在夢知夢乎。吾嘗坐玉堂，見饗人汲水，吾觀空純熟，目無全人。觀汲水者，惟一塊之空。自西而東，豈非在幻知幻乎。故曰：本無一物，隨所視而起異端焉。學道者必先止念。念起則知，如川之泄，簣土塞之，襄陵之勢可絕矣。如火之燕，杯水沃之，燎原之勢可滅矣。故不畏。

念起惟覺之遲也。覺速止速。此其妙用者歟。吾嘗謂心息相依。息調心淨。念起即覺。覺之即無。此最道之權輿也。裴休曰。天地水火風假合而聚散。非我身也。緣慮容塵虛妄。乍起乍滅。非我心也。我有真身。圓滿空寂是也。我有真心。廣大靈和是也。萬派起而復滅。然水之性未嘗不存也。千燈明而又滅。然火之性未嘗不在也。世亦知夫三象者乎。氣動而清者。天之象也。心靜而寧者。地之象也。智圓而明者。日月之象也。三者和會。則自然見吾神靈之妙用矣。三象既明。而六審不可不知也。試嘗自審曰。妄念息乎。外緣簡乎。觸諸境不動乎。黑白無差別乎。夢想不顛倒乎。方寸怡愉乎。於是可以測入道之淺深矣。吾嘗自警曰。了知起滅意。決定死生根。不復隨緣轉。是名不動尊。夫未能無念。即用觀空。未能頓空。即用對治。三策次第而用之。莊子坐忘。達摩壁觀。始學者不能知也。而乃入於放曠。豈其盲哉。吾嘗端坐念實相。而見魔王跏趺之像。且怖矣。況入道者端坐不傾動者乎。

碎金篇

漆園之在竺乾之空。均乎正心。與儒同功。

晁文元公曰。教豈有異哉。吾嘗讀三遺為一焉。夫儒家者以正心為要切。勿求其功而功自成矣。竺乾氏以復性為要。切勿求其證而證自知矣。吾始讀南華之書。因吾物之理而得一法。目之曰逍遙大同觀。而無一事可爭。後讀西方之書。因無我之理。又得一法。目之曰平等大空觀。而無一物可齋。由是知其深淺矣。施肩吾既聞道而著三住銘曰。心常御氣。氣與神合。竺乾氏

為圓覺之說曰。心息相依。息調心淨。吾觀其理殊塗同歸。天下有三樂。儒家者流曰。顏氏子簞瓢陋巷。不改其樂。道家者流曰。莊氏子栖遲一丘。天下不易其樂。竺乾氏曰。生滅滅已。寂滅為樂。三者自外及內。由淺至深者也。幼意諸病。吾以理攻之可也。已往吾勿追思。未來吾勿迎想。或曰。修行何以驗乎。曰。置白黑二棋。一念善投白者。一念惡投黑者。至夜較之。即知增減。文元公曰。迂矣。吾則於晝夜四威儀中。不計情境。惟量其力。常習靜念而已。受辱而畏其勢忍之者。不可謂之忍也。無可畏之勢而能忍之者。是真忍也。易曰。損曰懲忿窒慾。吾用之以為戒。易之繫辭曰。寂然不動。吾用之以為定。精義入神以致用。吾用之以為慧。或問閒居何樂乎。曰。調暢太和之氣。適悅天真之味。研覃微密之言。依游上妙之道。蒙莊高情。師友造化。竺乾妙旨。澡鍊神明。非理外至。當如逢虎。即時而避。勿恃格獸之勇。非理內起。當如探湯。即時而止。勿縱染指之欲。外護其身如惜。不露茂樹。勿縱一斧之刃。傷焉。內護其行。如惜渡海浮囊。勿容一針之鋒破焉。心靜則清。清而後明。明則照物。物無遁形矣。至人觀之。得為心印者也。唐人有養鸚鵡者。能誦經。常不言不動。或問其故。對曰。身心俱不動。為求無上通。及其死。焚之。有舍利焉。故知得道者。皆自燕寂中入者也。文元公曰。吾既耄也。彌覺聰鑒。耳有自然之音。如樂中簧。隱隱如雷。初動。浩浩如潮。將至。吾謂之三妙音焉。一曰幽泉漱玉。二曰金磬搖空。三曰秋蟬曳緒。

容成篇

孰為陰丹。誠其矯誣。闢其內荒。其路詘如。

至游子曰。吾嘗得崔公入藥鏡之書。言御女之戰。客主恍惚。則同。識不同。意同。邪不同。積同。交不同。體同。體不同。交是為對境不動者也。夫能內外神交而體不動。得性之道也。動則神去。性衰矣。不染不著。則留其元物。使氣定神住。和合成形。入於中宮。煖去其陰。而存其陽焉。紅雪者。血海之真物。本所以成人者也。在於子宮。其為陽氣。出則為血。若龜入時。俟其運出而情動。則龜轉其頸。閉氣飲之。而用搐引焉。氣定神合。則氣入於關。以繞轡。河車挽之。升於崑崙。朝於金闕。入於丹田。而復成丹矣。至游子聞而大叱曰。崔公果為是言哉。吾聞之。古先至人。未嘗有也。昔張道陵黃赤之道。混氣之法。蓋為施化種子之一術耳。非真人之事也。然及陵之變舉。則亦不復為此矣。清靈真人曰。吾見行此而死者也。未見其生者也。夫存心色觀而行上道。是所謂抱玉赴火。金棺葬犬者也。紫微夫人曰。為黃書赤界者。適足鳴三官之譴。致考罰爾真人之偶景者。在於二景而已。非為夫婦之迹也。夫黃赤存於中。其可以見真人。靈人乎。魏伯陽曰。割肉以內於腹。不可以成胎。則外物不可以為丹也。明矣。是知學道以清淨為宗。內觀為本者也。於是深根固蒂。使純氣堅守。神不外馳。至於坎離交際。而大藥可成矣。善乎莊子之論曰。必靜必清。無勞汝形。無搖汝精。乃可以長生。未聞有以御女而獲仙者也。惟東漢冷壽光自言行是法。幾百四五十歲。鬢髮盡白。而肌理壯盛。然卒不免於死也。世所謂善御女而得其效者。宜無踰壽光。壽光且死。則是道也。惡足以語長生久視之理也哉。彼方士以採戰之方。以惑學士大夫。懼其言之不足取信也。則竊古先至人以名其書。故稱西華二十有四篇。則曰鍾離雲房所作也。西

江月十有八篇。則曰張平叔所作也。指女子為偃月鑪。以重男女為真鉛汞。取穢濁為刀圭。肆情極欲。一旦溘然而逝。其名曰桶底脫。至游子曰。崔公之道。昔呂洞賓得之。以為心地益明。則崔公不宜為此疵而不醅者也。其亦方士所託而行者歟。或問曰。無漏果位者。當豐其源而蓄其出。故蓮花不生高地平原。而生於淤泥。何謂也。至游子曰。道家者流。有八漏。竺乾之法。有諸有漏。豈爾所謂漏者乎。司馬子微曰。志之漏也。形趨於后土。念之漏也。神趨於鬼鄉。吾所謂無漏者。無此漏也。豐入畜出。養氣則然矣。達磨之胎息是也。淤泥之蓮。易壞者也。未若松柏產於岡陵而不彫者也。吾亦有達焉。蓋嘗發於烈火之中矣。或者聞其說而疑以問。至游子曰。容成子務成子天老太一。與夫堯舜成湯盤庚。各有陰導之書。黃帝三玉。復有養陽之方。漢氏祕於廣內之藏。著於神仙之錄。則其由來尚矣。子惡得以為無哉。至游子曰。吾非謂之無也。蓋所謂非僂者之務耳。聞之劉向。班固之徒曰。房中者情性之極。至道之際。是以聖王制外樂以禁內情。而為之節文焉。樂而有節。則和而壽考。逮而弗顧。則生疾而殞命。由是觀之。信乎非僂者之務也。

陰符篇

黃帝之經。藏於神嵩。李筌得之。發世之蒙。

李筌得黃帝陰符之經於神嵩之山。而未知其止也。其後遇驪山姥而問焉。姥曰。道有太易。有太初。有太始。有太素。太易者。玄元杳冥。妙於無名者也。太初者。胞胎混沌者也。太始者。洞虛無