

版權所有



翻印必究

著書者：(明)王之垣

主編：蔡琴

責任編輯：姚中晉 王福民

顧問：王永 王毓偉 宗立岩 甘建國 李笑楠

出版者：香港天馬圖書有限公司

地址：香港上水新城路九十三號

印刷者：山東省濟南市海天印務公司

印數：二〇〇〇冊

定價：港幣貳拾元(人民幣貳拾元)

一九九九年五月再版

國際統一書號：ISBN962-450-548-9/D·40725

攝生編序

蓋聞人稟二五之精成四

大之體其精神命脉奉

來俱足皆可長年惟是

七情之慾日就銷鑠髮稿

形枯疾病痛苦始索草
根樹皮以延旦夕不知嘗
此時元精耗元氣竭元神
離雖靈扁復生焉能奏
效哉攝生之道載諸簡

編易有頤卦神禮重養生

孔聖慎疾軻氏養氣脩

德攝生黃之矣即老氏

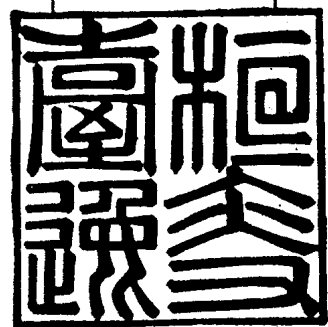
長生釋氏無生其旨有

進於是者其絕欲存神

攝生為大夫千古無有
異道千聖豈有兩心儒
与二氏垂世立教潤濟含
生者均矣人最靈而生
至貴可弗慎与出世者

經世之體攝生者大生
之源五閱注籍各有取
焉因隨筆輒錄云

萬曆壬寅年仲春之
望桓臺恆玄子書



攝生編敘

自軒皇肇御神之說老聖指
玄牝之門南華闡踵息之旨
文始剖長生之見而憂生尊
生者知生之可攝也黃庭叅
同非得道真仙安能措一語

今人以不信之心用不顯之
力沉淪自墮蔑棄前脩矣夫
龍虎嬰姤鉛汞水火總屬喻
言不越神氣神與氣合心與
腎交禁門迫切離珠不流金
華旣轉玉液且堅神守玄宮

氣騰牝府金木交併水火既
濟符合于日月泰同于天地
生人之理卽天地之道也大
道易簡顧力行何如耳古人
制字自心爲息是息息從心
凶心爲思是心心自凶義可

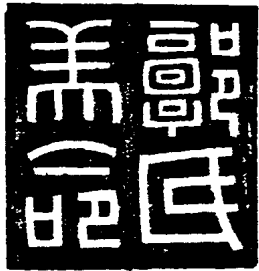
識矣東魯亞聖有持志勿暴
之言西域圓通有心息相依
之觀三教異同可得而言卽
不盡貪生亦斷不捐生也烏
得借口朝聞自甘長夜乎夫
身猶器耳器防護則不壞身

猶屋耳屋補葺則不傾神仙
之說焉可誣也司徒王公秉
性忠貞少寡營慮夙種靈根
早除世網終日端坐默契真
銓旣潛守夫規中乃鈎玄于
方外神王而色澤德充而道

肥所著攝生集盡除隱言罕
譬悉破外道旁門直指深淵
妙探象罔語約而顯道奧而
真大有功于丹經名且掛于
仙籍天機盡泄人世不迷矣
嗚呼肉身沫浮流景電駛萬

物紛紜脩行宜早是乃仁術也先生其東王公乎

萬曆壬寅歲孟冬之吉江夏門人郭正域撰



攝生編卷上

桓臺逸叟編輯

養生家往籍甚繁然語隱旨玄未易剖析茲取其不泥色象不流方技顯明可行者備觀省爲引年助以比於三年之艾云

人稟元精元氣而有此身有生之後情欲消耗魂爽漸離身不能久存攝生者不過使身中元氣與遊魂重來相見聚而不散以返未生之初耳故云金來歸性初