

鍾肇鵬 選編

第二十一冊

續百子全書

全二十五冊

北京圖書館出版社



續百子全書

第二十一冊



第二十一冊目錄

含玄子（卷七至卷十六）

.....

一

物理小識（卷一至卷四）

.....

六一九

舍玄子卷之七

璜溪趙樞生彥材撰

梁溪顧冶世叔校

長洲吳一鶴九臯閱

內篇七

卧法在凝神神與形并出不入匪內匪外無
呼無吸斯時也微有属息即以念斷之令浮浮
如如若駕雲遊空不知其所之常行此法皮膜
中即癢津液急至即以口吞嚥之下步蹙縮如

桴鼓之應也

一冥後祇是昏睡一惺來遂涉塵思不冥還不惺閑閑意和平既冥還復惺愈卧愈神靈洗髓之法在嘘吹浸灌

四禪住而百骸舉一竅冥而萬化攝

翫弄吾身於在外之雲海沐浴吾心於在內之雲海

踏雲步迎風袖攝景目皆於出門行野時得之
○止觀者心浮空嶼冥飛者神出海蟾

內亦氣外亦氣魚遊大化身如寄天行雲卧兩
胥忘足底生雲應可跂

醉來沉卧靜夜陽開偶發天光回照空中無處

非金

盈盈脉脉眉閣閒雅雅步浮浮如如游翩翩蹀
蹀飛窈窈冥冥卧清清泠泠思冥冥漠漠會

存變化而內外兩忘弄晴暉而形神胥暘
含景而如領吞光而疾化

飛飛躍躍舞舞蹈躍景乘光與風上下

藏精于目回光于中歛息于鼻含氣于內收聲
于耳伏神于裏以觀其變而需其化

神之在身也縱之而超則神去而形存見而存
存而且鍊則神帶形以飛

視身之行如天之行視心之存如極之建

思氣之聚其從如雲思津之降其從如雨思精
之結其從如水

天地訢合不訢則不合

天机動躍天光閃爍

二儀鎮定萬慮澄空攝得袖光內照便是玄牝
若存

鼓舞形骸簸弄造化鍊氣虛無之中飛神寥廓
之表

攝之愈亟散之愈疾吞之不窮化之無極六目
雨濺星飛之效只在空明中用自然之炁踵至
迭來者交媾出來

自然不住交媾乃用意結丹之基

卧時作水疑釋勢存捧盆水心水疑釋者帝之

玄解也捧盆水者四大不漏也

虛想吸流光澄靈攝浮景

委身卧席如飄紙墮地形着而神不着

頓斷盡疾逸遁兩疑合飛不迭回智刃內剝釐
䟽浮風萬竅通忘未來軼浮埃息息續急迴目
一靈神疾絕塵永不起飛昇矣

忘其形而存其神泯其念而見其精其存之也
刻刻不外息息若會其見之也杳杳有形列列
有真

乘空而行履虛而游信風而翔倚雲而浮凝神而居斷根而飛

萬緣放下不若萬緣斬斷放下則有興起時復續時不若斬斷則永無起續時也夫斬斷於此則超昇於彼幾會之間神速莫喻入寂者全在朕兆未萌機緘未動之始

凝神之法必使五行攢簇四象交會兩儀混并如日之精愈疑愈靈使飛茫迸射於肌膚之外而後可

雨氣以鼻受之雲氣以目攬之風氣以身游之
露氣以口味之

或露坐月庭靜觀沍影而不能使涼暈入清影
襲爽賴浮斯不可以言身心矣

外之風氣以千毫萬竅迎之內之鬱滯以千毫
萬竅疏之

積得一分是一分存得一息是一息

綿綿運攝以鍊神息息存積以鍊精冥冥行功
以鍊氣

仙緊收將來佛慢放將去仙一步急一步佛一步緩一步合之則妙

常欲想圓神之靈存不住之慧結天巧之思搆玄虛之象以浮游於天地而超舉於廓落萬物並言吾以默萬物並作吾以復萬物並行吾以止

天地間物皆是我者我身中物皆是天地間者收了他來散還他去何處收何處散曰耳目口鼻內收千毫百孔內散

空中相見者萬條絲萬縷脉萬團光然必掣動
然後能閃閃見焰
驕陽不可使之衰王神不可使之萎盛氣不可
使之餒壯容不可使之藥

忘中見見中忘死中覺覺中死
無形中之所瀝液者爲精有形中之所充貫者
爲氣無形而不知所來來而圓靈妙幻者爲神
○鍊精者津也鍊氣者息也鍊神者何亦無甲
之有而已故須四大俱忘回視無中之有從錮

而來徹九天達九淵斯已矣

舞一身之神智戰一身之元氣

內景外光交接處虛身直欲軼風虛思直欲凌雲

鍊身者當使九死而一生九無而一有

瞬息間俯仰顧盼若見有變動不拘流行不禦活潑不滯光景即是吾心精靈出神入化之本也

鼓動處鍊形靜息處煉液接物處煉情獨立處

煉性

真人定極仙人弄丸

篙工使發舡一時不能住靈機使發心一時不能靜

安得孔竅通表裡扇長風安得皮肉寬獨立無拘攣安得骨節緩輕盈視中管

氣脉歸水光明歸火

餐霞者其形常運煉液者其腹每虛

所謂道心人心者天命爲道心人性爲人心人

心出於自然爲道心出於勉然爲人心勉然合
道爲道心違道爲人心
欲與天地長久須與天地同運大卒天地之氣
付在吾身息息相吹皆天地之氣非吾之氣也
今人浪謂吾氣拘攣保持厚生致養而置天地
之氣於不屬則天地自天地吾身自吾身不相
干矣不相干則雖有運行亦小小攝持耳未嘗
得大把柄與太虛元氣同呼吸也故莫若放却
此身一毫不理直以神與天地相接俾偃息伏

榻之中息息皆如天地之氣在吾身抽掣而吾
身外事一毫不覺吾身中事亦一毫不覺則純
是天地之氣管攝於吾身渾然與之同體矣若
人心一生思慮一萌動作一用則頓失矣如有
目而逐於視則氣移於目不在吾身矣有耳而
涉於聽則氣逐於耳不在吾身矣有鼻而馳於
香則氣移於鼻不在吾身矣有口而甘於味則
氣移於口不在吾身矣有身而涉於動則氣外
於身不在吾身矣有心而涉於思則氣移於心