

## 天仙道程宝则

### 第一宝则

曰：“自然善圆者，我之妙明圆觉之心之性也。夫此一心，儒家体之曰中，佛家体之曰空，我道体之曰虚，李伯阳、陈翠虚体以炼身而成道者。其大无外，其小无内，包三界而有余，纳芥子而不窄，盼则立现，金石至坚，犹不膜隔，矧此血肉之团，本无关隔者，人患不修省耳。故其法惟有圆觉。圆觉之功，始自洗髓，髓洗则心明，心明觉自圆也。髓也者，天心之心，谁是也其位在脑。洗之者水也，水位在肾。《参同契》曰：真人潜深渊。《易》曰：潜龙勿用。《修仙辨惑论》曰：念中无念。是皆涵谁洗髓之诀。若夫七情六欲，三尸九虫，缘妄成妄，生自妄因。人自后天感气而化，无所为根，无所为本，绝无技俩，一无神通。其所谓技俩神通者，一疑惑，一逸耸，窃权纵肆焉而已，一经夫妙明圆觉之谁，一如明耀，其权顿失，避匿无踪。故法惟并此幻质，而一返置于无何有之乡，照之顾之，虚之寂之，烹之炼之，厥质斯真。次亦惟有按兵不动，修我文德，饮之食之，教之诲之，权不下移，令自谁出，是即凝神聚气，念不妄动，一守冲和，无微不烛，久而久之，群阴咸化，国泰民安而身治矣。是于修身家必以心性圆明为第一宝则云。”

### 第二宝则

持戒圆净，泥丸氏曰：持戒圆净，则习业消而四大净矣。太虚翁曰：要知生死轮回，缘于习业，习业不净，欲修至道，譬如蒸砂作饭，万无成理。非惟染婬染瞋染贪染妄，凡夫有碍于身心性命之理者，咸当戒而勿之染也，斯得谓之持戒圆净矣。

### 第三宝则

曰：“精进无间，泥丸氏曰：精进无间，则性田耕熟，而无渗漏之虞矣。太虚翁曰：要知三田久芜，荆棘初除，稍一怠忽，自必间断，而萌芽滋长，殆有不可问也矣。盖人一身内魔伏于内，外魔诱于外，内外伺隙，其理必然。而大凡人情或生怠于乍得乍失之后，而每忽于已得未行之际，一不自省，为害非细。况从善如登，而积习隐铸于情关欲壑之奥。我师所言渗漏，其包甚广，非仅指夫精漏也。眼不谨则神从眼漏，耳不谨则神从耳漏，口不谨则神从口漏，鼻不谨则神从鼻漏。若夫心之飞，精之摇，意之乱，神之昏，气之浊，志之迷，是漏也，而邻于渗矣。渗也者，有漏于不觉不知之境，而失于防不及防，如漏水田然。其为害也，似缓而速，似微而巨，智者戒之，昧者忽焉。我按是则，盖即《修仙惑论》中‘断续不专’之对照也。是说虽似贴性分上说，而实是修命家日乘之津梁。故我师以是则为修真第三宝程。

### 第四宝则

曰：“庸其蹊径，泥丸氏曰：庸其蹊径。则内魔不生，外魔束手，而丹道坦矣。太虚翁曰：要知斯道也，何道也返本还源之大道也。其道虽大，至中至庸，一无作为，一无奇异，斯为天仙之道，人人具有，个个圆成，至坚至虚，至灵至混，视之不见，听之不闻，体万物而不遗，纳微尘而勿窄者也，学者如是精体而修之，则功日进而无好胜神飞之患，自无见见闻闻之险。故我师曰丹道坦矣，噫非无见见闻闻也。……故此则为修真家第四宝则乎。

#### 第五宝则，专气致柔

泥丸氏曰：专气致柔，则后先不杂，而丹道淳矣。太虚翁曰：要知天仙之气，气而非气，至虚至清，至纯至灵，故但上升而无住日。专气者，气不专则神不凝而火不旺，火不旺则精气不化，后天者依然粗浊，不入丹品，时至取之，则后先混纳，斯有坐静气冲之弊。”“我见世之学者，每以火旺为虑，我常大声而疾呼之，醒之者甚少，不亦哀哉。无他味夫不识定静之功，错使后天凡火，每于交媾之际，周身通畅，略似夫妇行房，而错会竟同凡媾。转瞬间竟致有周身麻颤身震气喘之状，十倍受用于凡媾，以为得功得计，岂知勾动相火，从而煽炽我身真精真气化为交感呼吸之物。其则斯法而行者，无不面如童子，又肥又润。岂知一朝命尽，不有丹火内焰五脏焦裂而死，即染三消之症，或有精泄数斛而卒者，余年未多而历历见有二十三人矣。其中有断欲者，有不断欲者，有多蓄姬妾者，有借用阳鼎者，皆能以不泄而取乐，以为得所助，而津津向人道不以为过者也。而能善终者卒惟断欲一人，然亦终染三消之症而死可不惧哉。我道之所谓交媾者，通畅之极，盖和之至，有不知天地人我中，惟见氤氲气象而已，声息尚未之有，而况震颤也哉。倘或有之，诀惟加澄我心志，而置此身于无何有之乡，亦无须住乎。此亦要嘱，不然则所化后天，竟后天矣，岂不惜哉。我师以专气至柔，纂为修真家第五宝则，有以夫。

#### 第六宝则

曰：“一尘不染。泥丸氏曰：一尘不染，则呼吸气无，而玄关开矣。太虚翁曰：要知呼吸之气不无则真气不现，真气现而玄关始开。其开也有真有幻，自内而开出者真，自外而开入者幻。又有似自外开而实自内开者，此又不可不自审。其诀总从事于忘忘一功，厥关自开，而万无不真也矣，其曰一尘不染。则其无杂念也可知，念无而后息住，息住而后关开，此一定之理，然亦有一虚一寂而便开焉者，此乃气穴，非穴气也。气穴者，祖气之所自出，而气穴在其中，气穴开而玄关辟矣，此一说也，知者鲜矣。噫，此地仙之所以多夫天仙者欤。失之毫厘，谬之千里。语曰：欲知山下路，须问过来人。不蒙师示，到老还成骨董，是某之幸也夫，师不云乎，气穴不开，进火无门。气穴不开，圣胎不结，忘而又忘，玄关斯阅。是二非二，是一非一，如鸡抱卵，不说而说。

我师又曰：其诀且从一尘不染上始，是以修真家纂以此句为第六宝则云。

### 第七宝则

曰：“凝神入穴。泥丸氏曰：所谓凝也，先以目光注所凝处，微以意敛真气，氤氲回转，方以和气寄于其间，待已忘忘则撤其机心。凝神入穴，则气穴暖而真火旺矣。真火旺而关辟，无魔液不渗入而圣胎有室，婴儿斯无失乳之护焉。然而知之者鲜矣，是不可为外人道也。太虚翁曰：慈哉我师也欤，关无气穴则丹冷，胎乏阴精则乳失（此乃真精，非凡液也。凡液乃凡气所化，故忌渗入也。真精乃真气所化，玉液是也，尚非金液耳）。……若夫老子之游心于物初一句，乃是结胎安灵之秘奥，此非进火之候也。汝其识之，故我师以凝神入穴为修真第七宝则，其指趣也玄矣夫。

### 第八宝则

曰：“泥丸氏曰：端坐习定，采取之秘诀，传自翠虚翁，惜乎世人囫囵读之耳，咀而味之，修道之要，行功之诀，得采之义，承受之秘，已尽备于四字中矣。慈哉翠虚翁，世即囫囵读之，亦可谓一句破的，循而行之，亦自成道。太虚翁曰：然。端也者，寓有六时耑一之义，非寓道要乎？坐也者，寓有两目附土之义，非寓功诀乎？习也者，寓有羽趋潜阳之义，非寓得采之道乎？定也者，寂然不动之谓，非真指夫受炼之秘乎。盖道以勤修为要，六时耑一，勤义有焉。修以一意为诀，两目附土，一意寓焉。修功之作用止此，曰羽趋，曰潜阳，自然之妙理，亦自然之功效。不待作用者也。阴无阳则滞，阳无阴则飞，阴阳相须，自然之妙道，情净则阳伏于海底，而群阴自四趋附，此自然之功效。阴曰羽趋，阴无滞弊矣。阳曰潜阳，阳得阴伏矣。阳伏阴附，炼不虚炼，而采非妄采矣。噫，要知采取一功，至简至易，厥诀惟一习字义云，丹书至重于采取一功者，阳待阴养，阴须阳化。我惟全神专注下极，则潜阳旺，斯有阴附立化之功，而群阴羽趋之效，有不待致而来者，我惟虚其气机，则脉络自无阻塞之虞。而中有或痒或痛，或麻或跳，或凉或温，或火烫或冰冷，或如丝如带，或如雾如云，种种不同，现于四肢之间。而我只行虚我气机，冥其闻见，心存海底，不起一念，专守下极。白祖所谓开乾闭巽，留坤塞艮而已。乾者顶际也，首是也，坤者腹也，下极足心俱属坤也，巽者鼻也，呼吸出入之门也。言闭也者，无有呼吸之气出入也，呼吸之气停于内也。艮者地户也，人之粪门是也。塞也者，如忍大便然是也。开也者，有上冲之天，下达之渊之景象也。留也者，存之之义也。盖指群阴羽趋，潜阳一种之阴精阴气阴神也。白祖之八字丹经，正当于此则中参用之，故采以示人也。