



探春歷記

漢東方朔著

明周履靖校

金陵書林梓

甲子日立春高田豐稔水懸岸一尺

春雨如錢夏雨調勻秋雨連綿冬雨高懸

丙子日立春高鄉豐稔水過岸一尺

春雨多風夏雨平田秋雨如玉冬雨連綿

戊子日立春高鄉豐稔水過岸一尺別本云水

金陵書林梓

懸岸九寸

春雨連梅夏雨寸岸秋風不厚冬雪難期

庚子日立春低處熟高鄉不熟水懸岸七寸別

本懸岸七寸

春雨來遲夏雨過時秋雨平岸冬雨成池

壬子日立春高低熟水平岸

春雨出鼠夏雨漸來秋雨無定冬雨雪災

乙丑日立春低處稔熟水懸岸一尺一寸

春雨雖勻夏雨無晴秋雨如金冬雨沉沉

丁丑日立春低鄉熟高鄉豆好水懸岸四尺

春雨不息夏雨均勻秋雨懸望冬有軋風

巳丑日立春低鄉熟水懸岸四尺五寸

春雨風雹夏雨遲遲秋雨隔日冬雨無期

辛丑日立春高低豐稔水主平岸

春雨生虫夏雨少稀秋雨霖滴冬雨風濃

癸丑日立春高低皆熟水主平岸

春雨連夏夏雨多風秋雨天晴冬雨三春

丙寅日立春高低豐稔水懸岸五寸

春雨晴陰夏雨平傾秋雨微微冬雨連春
戊寅日立春低田豐稔水懸岸四尺

春雨雪風夏雨田軋秋雨夏疾冬雨懸懸

庚寅日立春高低熟水懸一尺三寸

春雨風惡夏雨雪雹秋雨如春冬又雨惡

壬寅日立春高低豐稔水平岸

春雨到岸夏雨相倍秋水浩瀚冬雪不時

甲寅日立春低處豐稔水懸岸六尺

春雨多顛夏雨軋田秋雨滴瀝冬雨高天

丁卯日立春高低熟水懸岸五寸
別本云水懸岸四尺五寸

春雨多風夏雨無踪秋雨晴復冬雨高空

巳卯日立春低鄉大熟高處不熟水懸岸八尺

別本云水懸岸一尺

春雨如金夏雨高天秋雨苗損冬雪滔滔

辛卯日立春高鄉熟水過岸二寸

春雨連連夏雨平田秋雨傷時冬旱可憐

癸卯日立春高處豐稔水過岸一尺
別本云水

懸岸一尺

春雨無限夏雨低飛秋雨無限冬雨難期
乙卯日立春低處豐稔水平岸別本懸岸一尺
春風多雪夏雨連連秋稔霖霖冬雨雪傾
戊辰日立春高低豐稔水平

春雨隔日夏雨連綿秋雨風雹冬雨連連

庚辰日立春高低大熟水懸岸九寸

春雨滴瀝夏雨平岸秋田又雨冬水極濃

壬辰日立春高處好施工水過岸一尺二寸別

本云水懸岸一尺二寸

春雨有風夏雨流傾秋雨黃梅冬雨風惡

甲辰日立春高低豐稔水平平

春雨霖滴夏雨相隨秋雨不返冬雨低微

丙辰日立春低鄉熟水懸岸六尺別本云水懸
岸七尺

春雨如金夏雨大作秋雨風高冬雨到年

巳巳日立春低豐稔高處旱水懸岸四寸別本
云水懸岸四尺

春雨過岸夏雨不多秋雨多沒冬雪雨多
辛巳日立春高處豐稔水過岸六寸別本云水
過岸六尺

春雨調身夏雨平傾秋雨風作冬雨沉沉
癸巳日立春高鄉好水懸岸一尺

春雨均勻夏雨低岸秋雨高天冬雨微暖

乙巳日立春高鄉大熟水平岸別本懸岸五尺

春雨不時夏雨平池秋雨湛溥冬雪前知

丁巳日立春低鄉豐稔水懸岸五尺

春雨不落夏雨無多秋雨無滴冬雨生波

庚午日立春高處豐稔水懸岸二寸

春雨平岸夏雨傷苗秋雨少吉冬雨濃霜

壬午日立春高低盡熟水懸岸五寸

春雨無數夏雨傷田秋風多雨冬雪無形

甲午日立春高低豐稔水平岸

春雨雪落夏雨連梅秋風小雨冬雨雪疫

丙午日立春低田大熟水懸岸三尺五寸

春雨人疫夏雨微微秋雨淋淋冬雪難積

戊午日立春低處得熟水懸岸五尺

春雨不多夏雨平池秋雨相連冬雪寒多

辛未日立春高鄉少熟水懸岸一尺三寸

春雨不至夏雨顛風秋雨過岸冬雨懸懸

癸未日立春高低豐稔水懸岸三寸

春雨累日夏雨平塍秋雨多疾冬雪連春

乙未日立春低鄉豐稔水懸岸一尺五寸別本

云水懸四寸

春雨調勻夏雨損霖秋雨雪雹冬雨如秋

丁未日立春高下大熟水平岸

春雨多病夏雨浪滴秋雨如梅冬雨雪疫

巳未日立春高低得熟水懸岸五寸

春雨迢迢夏雨連秋秋雨微少冬雨雪少

壬申日立春高鄉大熟水懸岸五寸

春雨均勻夏雨過田秋雨暗傷冬雨高天

甲申日立春高鄉豐稔水平岸

春雨多疫夏雨平田秋雨平岸冬雨乾寒

丙申日立春低處得熟水懸岸四尺

按春曆記
春雨微微夏雨風西秋雨難保冬雹雪雷
戊申日立春高低豐稔水平岸

春雨調霖夏雨過梅秋雨風水冬雪成堆
庚申日立春低處熟水懸岸四尺別本云水懸
岸五尺

春雨中少夏雨平流秋雨微微冬雨風急

癸酉日立春高低豐稔水平岸

春雨多雷夏雨平岸秋雨透岸冬雨高天

乙酉日立春低處熟水懸岸四尺

春雨無風夏雨天陰秋雨平田冬雨不息

丁酉日立春高低盡熟水平岸病多死人別本

懸岸二尺

春雨全無夏雨過連秋雨風惡冬雨少微

己酉日立春高低大熟水平岸

春雨無風夏雨到梅秋雨淋漓冬雨依依

辛酉日立春低處得熟水懸岸二尺

春晴少雨夏雨調澤秋雨平傾冬雨雪多

甲戌日立春低處豐熟水懸岸五尺

春雨高天夏雨懸懸秋雨蟲損冬積雪團
戊戌日立春高低大熟水懸岸一尺

春雨應時夏雨高危秋雨風惡冬雨雪稀

庚戌日立春高低盡熟水過岸一尺別本云水

過岸四尺

春雨不風夏雨濛濛秋雨沾潤冬雨無踪

壬戌日立春高鄉豐稔水過岸別本作平岸

春雨不時夏雨平田秋雨不降冬雨多連

乙亥日立春高鄉熟水過岸一尺

春雨連夏夏雨連秋秋雨播岸冬雨災憂

丁亥日立春高鄉熟水過岸一尺別本云一作

水平岸

春雨時作夏雨風雹秋雨連綿冬雨泡凍

己亥日立春高處豐稔水平岸

春雨人疾夏雨淋淋秋雨依依冬雨雪雹

辛亥日立春高鄉豐稔低處滄没水平岸

春雨低微夏雨過池秋雨雪雹冬雪些兒

癸亥日立春高低豐熟水懸岸一尺

探春歷言
全
八
春雨均勻夏雨低田秋雨漸漸冬煖高天

探春歷記終

籟紀叙

陳侍中將軍祭酒新蔡王叔齋撰

夫一元上始無聲臭也二氣方析斯喘動哉是以乾坤畫而風雷至往復定而律呂存人肖玄樞耳爲感際故聆虛器則潮震語空山則谷應蓋有形斯氣有氣斯響靡往弗充接之在有也予遭變故以來骨肉奄已漂淪氣燄頓乎消歇裸將京邑夢寐丘陵旣慚瓜美青門祗哭黍離白下故雖強對妻孥都非舊態行坐臥起觸耳

籟紀
余
成悲古人云樂一也喜者聽之喜悲者聽之悲
豈靈造之變更亦人心之遷適也爰取莊子三
籟之義嗣采史傳八風之言附諸有聲彙爲一
筴將以上胤麥秀之音下摠離騷之感冀同遇
者之覽觀非敢語于中和之君子矣

籟紀總目

天籟卷之上

條風

明庶風

清明風

景風

涼風

閭闔風

不周風

廣莫風

雷

雨

霰

雹

雪

餘瀟

人籟卷之中

野哭

聞嘆

孤嘯

市譁

村唱

宵春

夜織

擣衣

城柝

戍鼓

昏鍾

巷笛

邊笳

歸輪

鳴楫

地籟卷之下

灘聲

谷聲

林聲

落葉聲

雞聲

蛙聲

鵲聲

猿聲

蟬聲

蟋蟀聲

鴈聲

鳥聲

鴟聲

籟紀天籟卷之上

陳侍中將軍祭酒新蔡王叔齋撰

明 嘉禾周履靖逸之 校

武原姚士舜叔祥 校
金陵荆山書林梓行

條風

一曰炎風起自變天方土之蒼門從東

北來

陳子聞而賦之曰噫條風之沕穆兮出萬物而

條治釋寒水而方堅兮吁陳芟於旣死睹漸流
之汎汎兮羨方舟之南逝感羣類之有復兮哀
吾生之終否

明庶風

一曰谷風起自界天開明之門從東方
來

陳子聞而賦之曰噫谷風之習習兮明衆物而
殫出粲芳春之韶豔兮疇漸漸其秀麥審雨露
之有期兮懼芬華之頓息時冉冉其告嘗兮痛

皇考之不食

清明風

起自陽天波母之門從東南來

陳子聞而賦之曰噫清明之振振兮吹萬物而
西適覽動植之向榮兮念予降於五日繫始髻
而邦之蔡兮壯齊戶而帝陟曰予受命于天兮
豈公子之我失

景風

一曰凱風又曰薰風亦曰巨風起自赤

天之暑門從南方來

陳子聞而賦之曰噫飄颻之景風兮鼓極陽而
斯竟推物奮之將零兮知先業之不競何虞舜
之垂裳兮歌南薰而解乎民愠彼商均之不肖
兮歸四海于文命

涼風

起自朱天編駒之白門從西南來

陳子聞而賦之曰噫涼風之率至今氣沈奪而
趨悴景瑟瑟其愁予兮溥白露于唐砌憶樂遊

之嘉會兮極南州之鴻士惜異物之奄迫兮慙
一身以媚世

閶闔風

一曰盲風又曰颶風亦曰泰風起自成
天之間闔闔門從西方來

陳子聞而賦之曰噫盲風之颺颺兮闔萬品于
黃泉悲草木之薺落兮感生事之暮年將憑衰
而遄隕兮見神靈之無顏聊仙桂以自佩兮掇
芳菊以爲殮

不周風

一曰麗風起自幽天幽都之門從西北來

陳子聞而賦之曰噫肅肅之不周兮哀有生之盡劉氣感發而襲予室兮塗版屋以綢繆追孩提之宮處兮隱雙闕之廣修去傳舍之無幾兮恣麋鹿之所遊

廣莫風

一曰寒風又曰涼風起自玄天之寒門

從北方來

陳子聞而賦之曰噫廣莫之蓬蓬兮負一陽而上舒則先王之閉關兮衷紛濁其馬驅厲晏歲之冰雪兮攬無溫之故襦閱慈母之手澤兮痛罔極以躊躕

雷

陰陽相薄而爲雷天地之鼓也

陳子聞而賦之曰來殷殷以疾舉兮撼坤維而崩蕩鼓舍生以長遂兮慨必壯之永降彼君子

之修省兮奉天威以寅亮唯狡童之不戒兮乃終喪乎七鬯

雨

陰陽相蒸爲雨

陳子聞而賦之曰惟太陰之次畢兮乘玄雲之祁祁衡君德之狂肅兮乃或恒而或時滅燭龍之偉耀兮動子桑之歔歔驚南冠之長往兮爲土偶之所嗤

霰

之其辨兮一曰霄雪水雪雜下也雪自上下爲溫氣所搏故曰陽之專氣爲霰
陳子聞而賦之曰濂迴霰之雜還兮遡流風而逸起詠雨雪之遺旨兮今年旣邁乎三紀慚不惑之予遠兮毛班班而齟齬聊飲酒以胥會兮悼親戚之無幾

電

霰之流也陰氣暴上雨則凝結成電故
刺于閭曰陰之專氣爲電

陳子聞而賦之曰驅驚頽以下降兮躍冰丸以
破屋摧麩麥之方振兮殺旣拆之荏菽縣枵腹
以待哺兮峻夫告言以有蹙豈天誤予之負名
兮戒予食夫周粟

雪
水
下
遇
寒
而
凝
因
風
相
襲
而
成
雪
也

陳子聞而賦之曰紛玄液之上凝兮色杲杲而
返母似飛離之高撒兮扣霏屑於蓬牖豈焦舌
之莫辨兮實病聰之所咎弛昔余之桑土兮瞻

玉樹而長詬

餘溜

雨後簷溝餘瀝也

陳子聞而賦之曰瞻霖霖之霏微兮染陶瓦以
驟濕瀝洪滋於方至兮繼餘潤而晚及挾鳴漏
以霄下兮和孤嫠之夜泣擊愁心之欲碎兮弄
甘蕉以點滴

籟紀人籟卷之中

陳侍中將軍祭酒新蔡王叔齋撰

明 嘉禾周履靖逸之校

武原姚士粦叔祥

金陵荆山書林梓行

野哭

野哭者死喪離別激於中而發也

陳子聞而賦之曰聲惓惓以激予兮來莫知其誰氏鬱悲音以乍斷兮振餘傷而復起將勾踐

之去國兮抑哀姜之過市懷江南以隕涕兮壯
包胥於泉裏

聞嘆

聞嘆者聞人之嗟嘆聲也

陳子聞而賦之曰夜蕭寂以澄予聽兮聆有喟
之嘆音知時運之多紛繆兮昧陰陽之有屈伸
置彼樞之不可奪兮俟我生之有辰欲尋聲而
遠慰兮故再三而莫禁

孤嘯

嘯吹聲也又蹙口出聲也

陳子聞而賦之曰軋喉舌之妙響兮寫清商於
天表闢流雲之合兮落驚禽於枝杪洵魯女
之憂懷兮動傍人之嗟悼將倚柱以循和兮爲
孰少而孰老

市譁

市譁者來城郭競市之喧囂也

陳子聞而賦之曰喧新豐之雞犬兮譁咸陽之
大賈爭魚鹽之湧集兮望繒粟而遙赴朝摩肩

以有求兮夕掉臂而不顧恐五尺之見欺兮懼
三人之多虎

村唱

村唱者村落之謳吟里巷之聲調也

陳子聞而賦之曰噫頽曜之既匿兮紛下來之
牛羊乘籬落之烟火兮出嗚嗚之韻揚歸南山
之種荳兮起陌上之採桑痛貞良之摧損兮悲
淫佚之抵亡

宵春

宵春者民家夜碓杵臼之聲也

陳子聞而賦之曰協動止於大易兮驗凶豐於
象垣運長築以宵振兮激飛輪以夜翻擣飢腸
以欲絕兮驚饒夢之幻食懷斗粟之悲歌兮怪
亡人之見殘

夜織

夜織者閨中機杼之聲也

陳子聞而賦之曰有空閨之嫠婦兮畏秋衾之
夜長躍奔梭以吐霧兮轉鳴柚而捲霜聲幽軋

以若訴兮見靡他之衷腸謂君子之永逝兮將
爲誰之衣裳

擣衣

擣衣者秋深治衣之聲也

陳子聞而賦之曰陟涼飈之發發兮遍秋砧之
微微振木葉於將墜兮挾哀音而下飛摧壯遊
之行色兮怯關河之舊衣寧溝壑以自處兮無
綈袍之故知

城柝

城柝者邏卒之柝聲也

陳子聞而賦之曰崔危堞之拂雲兮戒鳴柝之
宵厲引飄風以忽遠兮雜零雨而聚至驅暴客
以遐遁兮閔征夫之勞勩宜五丈之莫犯兮何
城門之不閉

戍鼓

戍鼓者郡縣嚴更之鼓聲也

陳子聞而賦之曰鑿徐徐其繹奏兮訇沉沉其
倦數燈含陰以將滅兮扃千門而萬戶憂方謝

而復振兮節嘻吁於將度憐羈魂之未寤兮謂朝陽之禁鼓

昏鐘

昏鐘者節蚤夜之鐘聲也

陳子聞而賦之曰警宵晨之代謝兮宣息垂之令音載白月以遙度兮隔層霜而遠聞雖虛受以如響兮非寸蓬之可因謂君子之有思兮如賣降之武臣

巷笛

巷笛者村巷吹笛聲也

陳子聞而賦之曰志噎鬱其無歡兮步躅躅而登樓聲惋惋其愁予兮灑芳音而湧流長關山之白髮兮來城闕之素秋臨悲風而悵望兮懷故國以多憂

邊笳

邊笳者胡人捲蘆葉吹之作聲也

陳子聞而賦之曰渺長河之落日兮天沉沉而奏笳摧陰山之白草兮裂黃雲而捲沙泣將軍

之降鬼兮與蔡女之咨嗟既大節之莫救兮又
奚言之足嘉

歸輪

歸輪者驅車之聲也

陳子聞而賦之曰亘修途以欲暮兮野遼復其
無人翻鱗鱗以言邁兮奏孤征之兩輪慄勞音
之既遠兮望平原之暗塵恐末路之嶮巖兮展
冲冲之我心

鳴楫

鳴楫者操舟之楫聲也

陳子聞而賦之曰睇川河以既淼兮蕩鳴楫而
何之破秋萍於欲聚兮鼓文浪而迴堤笑罔水
可行舟兮昧陸海之無涯起風波於四顧兮徒
臨流而汝思

籟紀卷之中

終

籟紀地籟卷之下

陳侍中將軍祭酒新蔡王叔齋撰

明 嘉禾周履靖逸之校

武原姚士彝叔祥

金陵荆山書林梓行

灘聲

陳子聞而賦之曰怒迴岸以若抗兮扼飛源於上游
迸哀瀧而奔瀉兮逝滔滔其莫休聲潺湲以擊予枕兮
竟汜泪而欲流謂靈均之彷彿兮

寤須臾之足羞

谷聲

谷聲者虛谷接物之聲也

陳子聞而賦之曰抱紆岡以貯響兮副有聲而和旃鳥嚶嚶其效苦兮風淒淒而愈嚴輔孤臣以太息兮偕怨女而告天酌虛空之聲欬兮慰山鬼之笑言

林聲

林聲者林木和風之聲也

陳子聞而賦之曰森高林以藐邃兮感吹萬而怒號震晴空之雷雨兮磕陸野之洶濤雖美惡之同風兮諒貞糜之異操憂樗櫟之偕朽兮羨松栢之後凋

落葉聲

落葉聲者木葉脫落聲也

陳子聞而賦之曰旣霜露以申戒兮復寒風以見摧寔衰運之伊邁兮匪故條之忍辭約閨容以並落兮引鄉心而共飛拊芳華於回首兮嘆

飄泊其馬依

雞聲

雞聲者陽將升雞感之而爲聲也

陳子聞而賦之曰知曜靈之將曙兮度芳聲於
夜埒動征車於前路兮送孤舟於天涯衣顛倒
以振予袖兮愴河山之已非念牝晨之凶索兮
又馬思乎后妃

蛙聲

蛙聲者沮澤之鳴蛙也

陳子聞而賦之曰鬱葢茨以被野兮欲颺灰其
無從都沮洳以爲勝兮擅長鳴以稱雄嗟子陽
之尊大兮感華林之太燬予微茲之故兮胡爲
乎泥中

子鵠

一名雋周蜀鳥也今在處有之

陳子聞而賦之曰當仲陽之方茂兮美百草之
奮興哀秦隴之多客兮怪雋周之夜鳴動繁情
於中歲兮墮纖月於荒城雖開明之克聖兮能

無傷乎此聲

猿聲

猿聲者啼猿聲也

陳子聞而賦之曰夜悠永以無際兮
高空山之
聞寂揚悲音於林杪兮裂崇岡而四出
豈南征
之君子兮哀故軀之莫得知變化之非類兮宜
安夫運之所值

蟬聲

一曰蜩蟪通謂之蟬

陳子聞而賦之曰謝糞壤以冲舉兮登高枝以
優游飲清露以自滋兮睨萬物以馬求惡芳聲
之莫振兮詎無舌而少休恐字螿螂之奄至兮
豈惟限乎春秋

蟋蟀聲

螿也一名促織

陳子聞而賦之曰虛白月於秋除兮避零露于
宵徑既升堂以入室兮復同聲而相應此云息
而彼興兮寐欲成而還聽歎杼柚之多空兮雖

懶婦其何病

鴈聲

一曰陽鳥

陳子聞而賦之曰度秋風於絕塞兮審厥居於
彭蠡雲垂垂其天遠兮嘆孤征而莫止旣啣蘆
以似智兮何不材而取死羨冥冥之高舉兮嗤
弋人之慕爾

鳥聲

一曰蜀山鳥

陳子聞而賦之曰麗玄形於赤日兮受靈質於
瑤星願推愛於君子兮毋取訾於一鳴慨雞鶩
不可與爭食兮悼危巢之未足以寧懷反哺之
大義兮曷勝乎予之私情

鳴聲

一曰服鳥

陳子聞而賦之曰乘陰風以嘯乎幽薄兮度西
堂而來此聲擁寒裊而起聽兮騫馬傷夫賈生
旣同苑生於不較兮恐有言之未能知響不爲

籍系一
惡聲美兮聊寫賦以與賡

籍紀卷之下

終

故陳智武將軍東中郎將東陽州刺史侍中

國子祭酒新蔡王墓誌銘

陳記室參軍吳興沈志道撰

王諱叔齋字子肅宣皇帝十一子也金枝衍於
寶樹近光啓乎神文玉液派自穹潢遠承休乎
聖武輝分日月勢藉風雲德茂昆孫道昌屏翰
毋劉昭儀生王七歲能誦六經既悟玄寂兼曉
詩賦豈緣四教夙有文章何假三千生來俎豆
雖胎誨之神明良嶽降之靈淑也大建七年秋

甘露降樂遊苑詔羣臣賦詩王獻詩曰蓐收乘
素節天地舍金商聖德彌三及雲津洽四方願
言沃梁稷何意潤華芳玉屑儲靈藥金莖瀉瓊
漿和爲上方飲千秋萬歲長帝大奇之尋立爲
新蔡王智武將軍置佐史珪璋誕析允愜家情
節鉞爰加特隆國禮八年春勅與太子及諸宮
僚以資問學愛鍾穎彥眷錫甄陶旣振履於青
宮復談經於絳帳詞高郢上則金石爭鳴賦就
梁園則雲霞比爛誠有國者之佳公子豈直當

七者之貴介第而已哉十三年出爲東中郎將
東陽州刺史好二毛以同車恥三年而報政東
平樂善惠推山海蒼黎子建多才坐滿甌餘英
秀明年宣帝崩王哀毀踰禮寢疾幾年後主聞
之召爲侍中將軍佐史如故禎明初疆宇日促
外釁頻乘舉措顛覆政教崩弛王憂懷邦國痛
惜仁賢且以手足之親居肘腋之地吳國亡而
怪季子之不言魏事非而甘信陵之必去以故
殷勤論諫指摘是非事關善敗無復顧忌乃若

救傳章之死則泣上議賢之條發施江之奸則
憤請上方之劍愛其所惡伐其所親猶矩度被
之驕工藥石投之諱疾身雖斃而弗嘗器卽敗
而靡悔也於是讒從中起忌由外生君臣之分
嫌兄弟之恩衰矣頃之坐事詔免侍中將軍佐
史遷國子祭酒王遂自求引退謝客杜門舉目
山河空有匪狐之嘆傷心骨肉何來見豕之猜
知神器之將摧憾一身之尚在耳未幾北軍飛
渡南氣告終君公王侯盡爲臣妾宗社云亡功

德與馨香俱盡乾坤無改金甌與瓦缶同移裂
冠冕以齊民就徽纆而俘虜旣入關徙河西地
千里雲山何處江南故國三秋霜雪奚堪河右
他鄉秣躬親耕耨以奉昭儀旣遭內艱三年歛
齒蓋仁孝出自性成雖顛沛守之弗失時寓處
河西幾及二九採薪漁釣謂將終身塊坐蓬居
讀書自若每逍遙籬落諷詠離騷或喜或悲乍
哭乍笑寧以懷王不返旣沉函谷遊魂屈子何
顏未是湘潭溺鬼感情事之彷彿哀今昔之未

然也嘗推屈原之旨著籟紀三卷蓋緣氣類之
動以觸身世之感上述廟社下傷宗親雖詳寓
乎興替亦自見其窮愁讀其書者詞不終而聲
已吞玩其意者旨未析而淚先下東海徐儀見
之泣曰亡國之戚豈惟一人種豈之禍要宜三
省王因秘之乙丑歲王以陳貴人故召爲尚書
主客郎遷國子司業以神明之胄陟清顯之階
裸將於京作賓王室緬悲夏殷之無祀猶幸祀
宋之有人大業四年十月某日以疾卒於京師

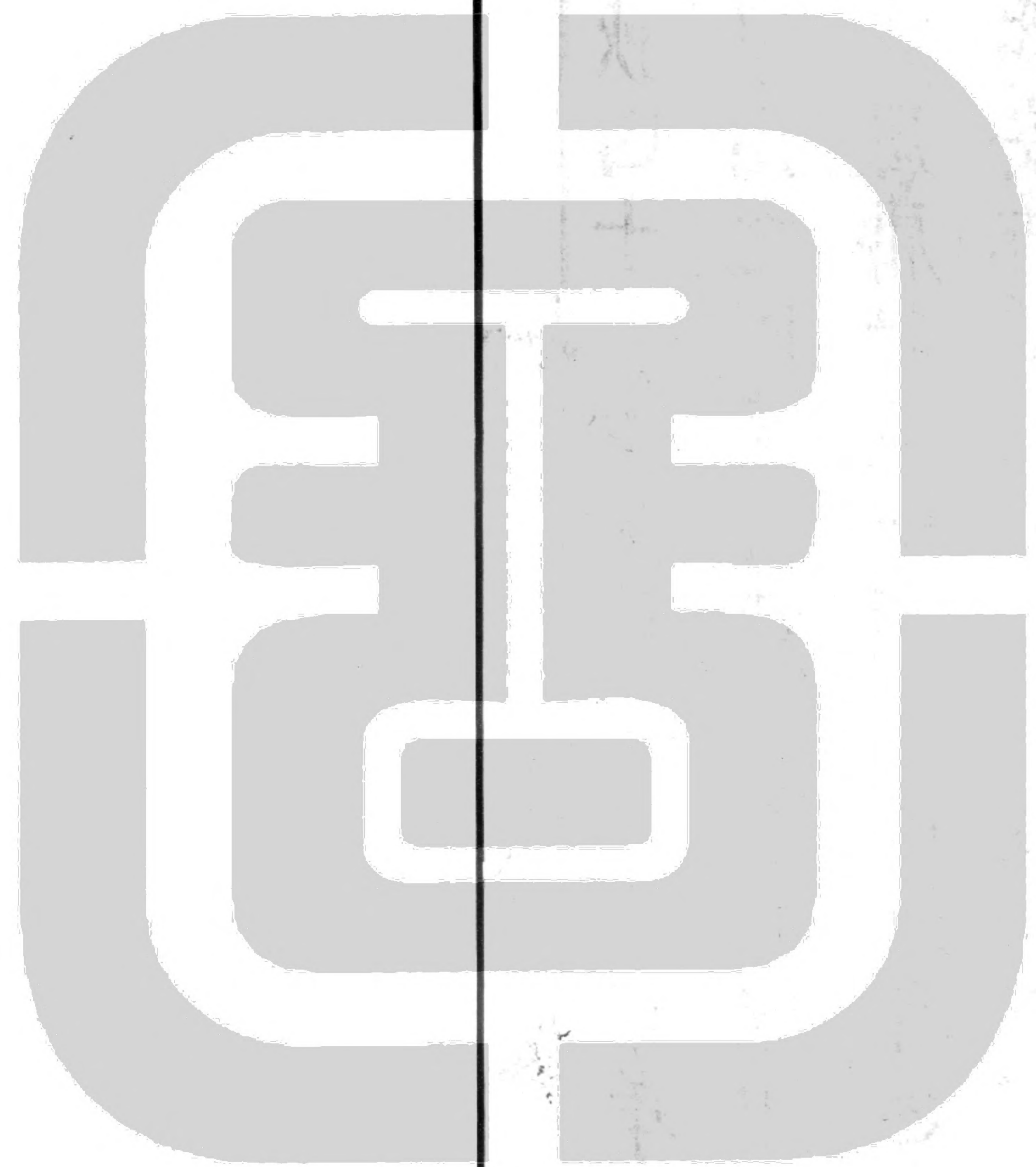
春秋四十明年正月某日厥胤孝思以王喪葬
於梁山之陽嗚呼荒原落照詎知異日陳芟古
跡悲風庸計他年拱木旣生存之多慮亦長寢
以爲安志道以故吏薄遊京師幸伸一拜偷生
海島已孤義士之魂正命何慚空效賈生之哭
廼爲之銘曰

於王後期遭辰不嘉運當夕曜勢爭朝華貴賤
同途生死奚嗟虞卿之書邵平之瓜一身何責
四海無家梁山之阿王之室耶

新編

言錄

四



逍遙子導引訣目錄

水潮除後患

火起得長安

夢失封金櫃

形衰守玉關

鼓呵消積聚

兜禮治傷寒

叩齒牙無疾

升觀髮不斑

上海圖書館藏

逍遙子導引訣目錄

運睛除眼翳

掩耳去頭旋

托踏應輕骨

搓塗自美顏

閉摩通滯氣

凝抱固丹田

淡食能多補

無心得大還

道遙子導引訣目錄終

道遙子導引訣

道遙子著

周履靖校

金陵梓行

水潮除後患

平明睡醒時即起端坐凝神息慮舌抵上腭閉口調息津液自生漸至滿口分作三次以意送下久行之則五臟之邪火不炎四肢之氣血流暢諸疾不生永除後患老而不衰道遙子云津

液頻生在舌端尋常嗽嚥入丹田於中暢美無
凝滯百日功靈可注顏

火起得長安

子午二時存想真火自湧泉穴起先從左足行
上玉枕過泥丸降入丹田三遍次從右足亦行
三遍復從尾閭起又行三遍久久純熟則百脉
流通五臟無滯四肢健而百骸理也逍遙子云
陽火須知自下生陰符上降落黃庭周流不息
精神固此是真人大鍊形

夢失封金櫃

慾動則火熾火熾則神疲神疲則精滑而夢失
也寤寐時調息思神以左手搓臍二七右手亦
然復以兩手搓脇腹擺搖七次嚥氣納于丹田
握固良久迺止屈足側卧未無走失逍遙子云
精滑神疲慾火攻夢中遺失致傷生搓摩有法
君須記絕慾除貪是上乘

形衰守玉閔

百慮感中萬事勞形所以衰也返老還童非金

丹不可然金丹豈易得哉善攝生者行住坐卧
一意不散固守丹田默運神氣冲透三關自然
生精生氣則形可以壯老可以耐矣逍遥子云
卻老扶衰別有方不須身外覓陰陽玉関謹守
常淵默氣足神全壽更康

鼓呵消積聚

有因食而積者有因氣而積者久則脾胃受傷
醫藥難治孰若節飲食戒嗔怒不使有積聚爲
妙患者當起身閉息鼓動胃腹俟其氣滿緩緩
呵出如此行五七次便得通快卽止逍遥子云
氣滯脾虛食不消胃中膨悶最難調徐徐呵鼓
潛通泰疾退身安莫久勞

兜禮治傷寒

元氣虧弱腠裡不密則風寒傷感患者端坐盤
足以兩手緊兜外腎閉口緘息存想真氣自尾
閭升過來脊透泥丸逐其邪氣低頭屈抑如禮
拜狀不拘數以汗出爲度其疾卽愈逍遥子云
跏趺端坐向蒲團手握陰囊意要專運氣叩頭

三五遍頓令寒疾立時安

叩齒牙無疾

齒之有疾乃脾胃之火薰蒸侵晨睡醒時叩齒三十六通以舌攪牙齦之上不論變數津液滿口方可嚥下每作三次乃止及凡小解之時閉口緊叩其齒解畢方開永無齒疾逍遙子云熱極風生齒不寧侵晨叩齒自捏捏若教運用無朕隔還許他年老復丁

升觀髮不斑

思慮太過則神耗氣虛血敗而髮斑以子午時握固端坐凝神絕念兩眼含光上視泥丸存想追攝二氣自尾間上升下降返還元海每行九遍久則神全氣血充足髮可返黑也逍遙子云神氣冲和精自全存無守有養胎僊心中念慮皆消滅要學神仙也不難

運睛除眼翳

傷熱傷氣肝虛腎虛則眼昏生翳日久不治盲瞎必矣每日睡起時跌坐凝息塞兌垂簾將雙

進退一導引言
四
目輪轉十四次緊閉少時忽然大睜行久不替
內障外翳自散切忌色慾并書細字逍遙子云
喜怒傷神目不明垂簾塞兌養元精精生氣化
神來復五內陰魔盡失驚

掩耳去頭旋

邪風入腦虛火上攻則頭目昏旋偏正作痛久
則中風不語半身不遂亦由此致治之須靜坐
起身閉息以兩手掩耳折頭五七次存想元神
逆上泥丸以逐其邪自然風邪散去逍遙子云
視聽無聞意在心神從髓海逐邪氣更兼精氣
無虛耗可學蓬萊境上人

托踏應輕骨

四肢亦欲得小勞譬如戶樞終不朽熊經鳥伸
吐納導引皆養生之用也平時雙手上托如舉
大石兩脚前踏如履平地存想神氣依按四時
嘘呵二七次則身健體輕足耐寒暑逍遙子云
精氣沖和五臟安四肢完固骨強堅雖然未得
刀圭餌且住人間作地僊

進道二導引言
五
搓塗自美顏

顏色憔悴良由心思過度勞碌不謹每晨靜坐
閉目凝神存養神氣沖澹自內達外兩手搓熱
拂面七次仍以嗽津塗面搓拂數次行之半月
則皮膚光潤容顏悅澤大過尋常矣逍遙子云
慾寡心虛氣血盈自然五臟得和平衰顏仗此
增光澤不羨人間五等榮

閉摩通滯氣

氣滯則痛血滯則腫滯之爲患不可不慎治之
須澄心閉息以左手摩滯七七遍右手亦然復
以津塗之勤行七日則氣通血暢永無疑滯之
患修養家所謂乾沐浴者卽此義也逍遙子云
榮衛流行不暫休一統疑滯便堪憂誰知閉息
能通暢此外何須別討求

凝抱固丹田

神一出便散來神返身中氣自回如此朝朝并
暮暮自然赤子產真胎此凝抱之功也平時靜
坐存想元神入於丹田隨意呼吸旬日丹田完

固百日靈明漸通不可或作或輒也逍遙子云
丹田完固氣歸根氣聚神凝道合真久視定須
從此始莫教虛度好光陰

淡食能多補

五味之於五臟各有所宜若食之不節必致虧
損孰若食淡謹節之爲愈也然此淡亦非棄絕
五味特言欲五味之冲淡爾僊翁有云斷塩不
是道飲食無滋味可見其不絕五味逍遙子云
厚味傷人衆所知能甘淡泊是吾師三千功行

從茲始天鑒行藏信有之

無心得大還

大還之道聖道也無心者常清常靜也人能常
清靜天地悉皆歸何聖道之不可傳大還之不
可得哉清靜經已盡言之矣脩真之士體而行
之欲造夫清真靈妙之境若反掌爾逍遙子云
有作有爲云至要無聲無臭語方奇中秋午夜
通消息明月當空造化基

後天大業



Faint vertical text columns, likely bleed-through from the reverse side of the page.

修真演義目錄終

弃忌當知

神氣宜養

房內靈丹

鑪中寶鼎

男察四至

女審八到

玩弄消息

鼓舞心情

淬鋒養銳

演戰練兵

制勝妙術

鎖閉玄關

三峯大藥

五字真言

采煉有序

搬運有時

修真演義
目錄
全義盡倫

回榮接朽

還元返本

種子安胎

修真演義

紫金光耀大仙鄧希賢著

漢元豐三年巫咸進修真語錄於武帝帝不能用惜哉書傳後世微諳其術者亦得支體強健益壽延年施之種子聰明易養然有當弃有當忌先知弃忌方可次第行功余演其義爲二十章分功定序因序定功序固不可紊功亦不可闕也修真之士當自得之

弃忌當知

凡御女人先明五弃聲雄皮粗髮黃性悍陰毒
妬忌此一弃也貌惡面青頭禿腋氣背陀胃凸
雀躍蛇行二弃也黃瘦羸弱體寒氣虛經脉不
調三弃也癩聾啞跛足眇目癬疥癩瘋太肥
太瘦陰毛粗密四弃也年四十以上產多陰衰
皮寬乳慢無益有損五弃也交合有期五忌須
知三元甲子本命庚申天地交合日月薄蝕晦
朔弦望大風大雨雷鳴電掣三光之下此一忌
也山林園沼道堂佛殿寶塔神祠江淮河濟二

忌也大寒大熱大飢大飽大喜大醉大小便急
昂氣無情三忌也連日醉酒久病方痊遠歸疲
倦四忌也婦人產後未滿四十九日穢污尚存
五忌也惟此五弃五忌當知避之犯者不惟自
損卽種子亦多殘疾不良盖由稟賦之不正也

神氣宜養

攝生之道貴審其方夫寡色慾所以養精氣也
薄滋味所以養血氣也咽津液所以養肺氣也
慎嗔怒所以養肝氣也節飲食所以養胃氣也

少思慮所以養心氣也自省悟所以養肉氣也
遵而行之則氣壯神餘矣人於戊亥陰消陽散
之時不宜醉飽酣寐以致百脉壅滯關節停毒
此際當先導四脉次展手足斡運氣機動指百
體俾關節開通榮衛流暢陰陽和合精固神全
邪氣不入寒暑不侵斯爲攝養之道也

房內靈丹

訣云以人補人自得其真陰陽之道精髓爲寶
搬而運之後天而老房中之事多能殺人亦能
生人能用之者可以養生不能用者則以殞命
人能善悟房中之術通關引氣運精補髓故能
長生也

鑪中寶鼎

鼎者煅煉神丹之具温真養氣之鑪也須未生
產美如清俊潔白無口體之氣者爲真鼎用之
大能補益此外如前五弃者不可用也

男察四至

男子玉莖不振陽氣未至也振而不展肌氣未

至也展而不硬骨氣未至也硬而不熱神氣未至也凡交合先察四至而後行

女審八到

女人默咽津液脉氣到也將身附人胃氣到也以力動人筋氣到也弄人雙乳肉氣到也眉尖頻感肝氣到也握弄玉莖血氣到也滑津流出脾氣到也啞人舌津肺氣到也俱到則可交合矣

玩弄消息

凡欲交合先自疑神定性抱定女人溫存玩戲啞彼唇舌撚彼雙乳令女握弄玉莖使之心動後以手探陰戶若微有滑津方可入鑪依法緩緩施功女必暢快而先敗矣

鼓舞心情

婦人之情沉潛隱伏何以使之動何以知其動欲使之動者如嗜酒則飲以香醪多情則餽以甜語貪財則贈以錢帛好淫則歡以偉物婦人之心終無所主能見景生情無不動也欲知其

動或有氣喘而聲顫不止者或目瞑鼻開而不能言者有目澁而定眸者或耳紅面赤而舌尖微冷者有手熱腹暖而語言嘈雜者有神思恍惚而體軟四肢不收者或舌下津乾將身迫近男子或陰穴脉動滑津盈溢等狀皆情動之驗也當此之時男子不宜急燥緩緩采取則得真陽矣

淬鋒養銳

交合之時男若玉莖長大填滿陰戶者女情必

易暢美展莖蓋有法焉語曰工欲善其事必先利其器不可不知也當于每日子後午前陰消陽長之時靜室中披衣向東端坐凝神屏慮腹不宜飽飽則氣窒稍飢則血氣流行口噓濁氣隨以鼻吸清氣漱津液閉咽送下丹田運入玉莖以七數爲度或二七三七七七至七七止將兩手搓熱如火右手托腎囊并握玉莖左手于臍下左轉摩八十一一次次換右手臍下右轉摩八十一一次再申右手于尾間玉莖根提起向上就根

捏住以莖於左右腿上擺擊不計數後乃抱女
緩緩納玉莖於陰戶采女津液吸女鼻氣閉咽
存送玉莖以養之後復以兩手如搓索狀搓之
不計數久久自覺長大矣若欲采戰先用絹帶
束固莖根次以兩手上下同腎囊捧起漱津吸
氣咽送丹田隨提尾間起接使上下相思助壯
陽勢然後行事

演戰練兵

初下手時務退除慾念先用寬醜之爐演習庶
與不甚感亦不至于歡虞尤易制御也須緩緩
用功尋入剛出三淺一深行九九八十一之數
爲一層倘情少動卽當停住掣退止留寸許俟
心火定息復仍用前法次行五淺一深後九淺
一深切忌心急性躁按行半月則純熟矣

制勝妙術

凡得真美之鼎心必愛戀然交合時須強爲憎
惡按定心神以玉莖於爐中緩緩往來或一局
或二三局歇氣定心少頃依法再行俟彼歡濃

似覺難禁更加溫存女必先泄也其時可如法
攻取若自覺欲泄速將玉莖掣退行後鎖閉之
法其勢自息氣定調勻依法再攻戰不厭緩采
不厭遲謹而行之可也此下九條當交互融會
觀之始得其妙

鎖閉玄關

鎖閉者撒手過黃河之法也急燥之人須下二
十餘日工夫方能得閉性柔靜者十數日可閉
也用工一月金關未固玉戶常虛自在施爲無

泄漏者且如交合時玉莖緩緩進退三淺一深
瞑目緘口但鼻中微引氣則不喘急稍覺欲泄
速將腰身一提掣退玉莖寸許不動吸氣一口
提上丹田上向夾脊脊起尾閭夾縮下部如忍
大小便急甚之狀按定心神存想夾脊之下尾
間之穴有我精氣爲至寶不可走失隨吸清氣
一口咽之少頃勢定仍前緩緩用功稍覺情美
又復掣退吸氣定息夾縮存想方得不泄也且
人身氣脉上下周流先不預制直至快樂時慾

熾難遏致使氣導精出以取自損欲強閉之則
敗精必流入膀胱腎囊致生小腸膀胱氣及腎
冷腫痛之疾大槩慾未萌時預爲提掣頻頻定
住庶玉莖不倒筋力有餘扇鼓五千之數方許
一泄敗精而元陽真氣常住丹田以養精神果
能久行一宵可敵十女故曰鎖閉玄機

三峯大藥

上曰紅蓮峯藥名玉泉又曰玉液曰醴泉在女
人舌下兩竅中其色碧爲唾之精男子以舌舐

之其泉湧出華池啞之咽下重樓納于丹田能
灌溉五藏左填玄關右補丹田生氣生血也其
中曰雙薺峯藥名蟠桃又曰白雪曰瓊漿在女
人兩乳中其色白其味甘美男子啞而飲之納
于丹田能養脾胃益精神吸之能令女經脉相
通身心舒暢上透華池下應玄關使津氣盈溢
三采之中此爲先務若未生產女人無乳汁者
采之更有補益其下曰紫芝峯號曰虎洞又曰
玄關藥名黑鉛又名月華在女人陰宮其津滑

其關常閉而不開凡媾會女情姹媚面赤聲
其開始開氣乃泄津乃溢男子以玉莖掣退寸
許作交接之勢受氣吸津以益元陽養精神此
三峯之藥也惟知道者對景忘情在慾無慾乃
能得之所以髮白再黑返老還童長生不老也

五字真言

曰存曰維曰抽曰吸曰閉其存者想也交媾之
時覺精欲泄速將玉莖掣退緘口瞑目存想我
夾脊之下尾間穴有我命門精氣所在爲我至

寶不可走失但躰交而神不交不可着意也依
法存想縱泄亦不多力亦不倦久能行之則無
泄漏矣此存字之義也其縮者畏縮不敢進也
精氣欲泄速縮脅掣退玉莖提吸氣一口直上
丹田脅起尾間夾縮下部不令氣下如忍大小
便之狀定息存想不得動作少頃勢歇口吁出
氣兩手抱女啞女舌取津咽五七次送下丹田
可以再御不倦蓋初下手時切忌驟入徑進大
勢一發難於制御設或強閉恐敗精不散反

他疾大槩頻提頻掣不至縱慾則易制御此縮
字之義也存縮二字工夫並行無先無後乃男
人閉精法也其抽者採取也交媾之時女若歡
極必氣喘聲顫男子當緘口緩緩柔進剛退不
可燥急令深止進半步以鼻引女鼻氣吸之入
腹不可口吸口吸則傷腦一吸一抽所謂上吸
其氣下吸其津也少頃其氣上下相應陽物自
然堅硬稍覺難禁宜速掣退依存想之法庶無
走泄此抽字之義也其吸者翕入也女人既泄

男子當掣退玉莖寸許作半交接之勢上吸鼻
氣下吸滑津蓋鼻爲天門下爲命門天門居上
元命門居下元虛柯吸取一時水火不能到當
以鼻同吸天門也一抽一吸上下相應如竹管
引水逆流而上能依此術大益精補陽精神自
固然久行則損女人待將息數時方可再御此
吸字之義也抽吸上下貫通抽中有吸二字並
行乃女人既泄男采其津之法也其閉者緘合
也交戰之時當瞑目緘口閉氣而不令出但以

鼻微微導引相應自不致喘若不緘閉則人門
通天門天門通命門腎府天門不固而上走元
陽精液必從下而泄也若人門固閉腦氣下降
腎宮流入瓊臺上下周流精氣化洽永無泄矣
此閉字之義也閉字制于四者之中初交便宜
定息緘氣至終不可放失則閉之一字又與四
字工夫並行也

采煉有序

仙歌曰女子與無窮先令情意濃徐徐方與戰

上將必成功蓋欲交合先將鼎握抱摩弄双乳
啞唇舌使彼興動後方納陽于陰緩緩交合行
九九之數合目緘口頻頻提掣金鎗不倒此先
采下峯也其下采既濃女氣發舒而上應中峯
吾欸抱之左右吸啞其汁而咽之其美既得乃
止此次采中峯也其中采既濃女氣又發揚透
于上峯吾縱舌於彼舌下攪其兩竅吸其津而
咽者再三此三采上峯也上采既已女必歡極
陰中津氣方泄乃以虛柯掣退寸許聳身如龜

提氣一口且上丹田容彼氣而吸彼津搬運周流然後三采全矣而女人亦上下通快氣脉順暢矣後亦吁氣一二口令女吸而咽之以安其神氣蓋此術不過取彼既泄之真還我不泄之精在彼不甚損在我大有益陰陽相得水火既濟御生之妙用也

搬運有時

女人若泄必有氣喘聲顫等狀之驗此際當寧心息氣抱定女子上采玉泉中采蟠桃下采月

華煉而得之搬運從尾間逆上兩道白脐串夾脊透崑崙入泥丸流注于口化爲瓊漿咽下重樓直至丹田名曰黃河逆流能填精補髓益壽延年其訣在提氣咽氣有想穴道所謂神到則氣到氣到則精到是也

全義盡倫

夫人之生有男女而後有夫婦夫婦爲人倫之始匪媾合則無以洽恩泆義是乖倫也然男屬陽陽易動而易靜女屬陰陰難動而難靜今人

媾合不知制御恣意扇鼓須臾卽泄往往不滿
女慾若依采戰之法入爐時緩緩按納不可急
燥緩者易制燥者難退且不可令女人拍動我
腰取進退悠久依法采煉不惟有補於身且使
女人愛戀男暢女美彼此均益乃夫婦全義之
道盡倫之事也

回榮接朽

人之修真養命猶木之接朽回榮以人補人以
枝接木其理一也仙歌曰世人不識長生理但

看桑間接樹梨凡欲施工須得十全寶鼎數在
十五之上三十之下女人二七爲少陰三七爲
盛陰四七爲壯陰少陰養身盛陰益壽宜取而
溫養之待赤潮輻輳毋使太過無不及是吾利
用久久采煉則留形住世女至五七爲衰陰六
七爲太陰七七爲竭陰當知遠之尤忌太肥者
脉難通太瘦者肌液少勞者神氣不足弱者反
傷陽神憊者陰寒病者陰毒皆謂陰賊皆在所
避也且采補在吾方寸須心神虛寂念慮安閑

識避忌察証候抽添緩緩玩戲徐徐弱入強出
審於欲泄未泄之先掣退存留明於將動已動
運舟在尺木發弩由寸機明知之士以意逆之
可也

還元返本

還元者挽回之法也離中真陰無體有信其火
好飛騰順用則孕體成人逆用則結珠成寶所
謂黃河翻浪挽回依舊返天門也采煉時既用
存縮以閉之矣又用抽吸以取之矣然下馬無

法何以返還而散布哉事畢須平身仰卧直手
舒腳頭安枕上脚跟着床體皆懸空極力閉氣
動搖其身三五次令鼻出氣勻勻行之若面覺
熱乃是精氣已升泥丸卽用兩手搓擦面皮使
熱以放過關隨又合唇止息舌攪華池神水咽
下丹田方得精氣周流爲我有用之物如此日
就月將可以逍遙雲漢遊宴黃庭矣

種子安胎

男女交媾采取則益壽延年施泄則安胎種子

傳云不孝有三無後爲大則種子又人生之要
務也男子先須補精益腎使陽氣壯盛女人亦
宜調經養血使子宮和暖再候月事已過紅脉
方盡子宮正開正宜交合一日成男二日成女
陽奇陰偶之義也依法則生子稟厚聰明無疾
病而易養越五日後則陰戶閉爲虛交矣交合
必兩情俱感乃有應驗倘男情先動而精至女
尚未動精雖至而不納或女情先動而與過男
與未已精後至而亦不納也惟兩情俱美男深

納玉莖施泄女聳腰收接入宮合止片時然後
退令女正身仰卧百試百効也又子午爲太陽
時交合則生男卯酉爲太陰時合則生女又陰
血先至陽精後衝則血開閉精精入爲骨而成
男陽精先至陰血後參則精開裹血血在內而
成女精血齊至爲雙胎理或然也因附錄之

修真演義終

跋

垂宗朝余受屢燕京于時真人陶以術見幸
迹其所爲皆幻怪不經獨采補爲有實際故
獻廟之享有遐齡皆由於此余慕其術賂近
侍購所藏秘訣得純陽子師徒經義二書遵
而行之初若難制久出自然六十年間御女
百餘育兒十七身歷五朝眼見五代今雖告
老房中不厭間一媾合必敵數人雖天逸我
以年而采補之切亦不可掩語云擅巧者不

祥且八生不滿日倘一旦先朝露不忍三書
失傳爰付梓人用廣大仙之德願與斯世同
躋彭老之年也如曰此荒唐無稽是自弃其
壽也其於余也何尤出自然六十年間
萬曆甲午春王正月越人九十五歲翁書于
天台之紫芝室儲蓄由外此余慕其所欲

其人固心游具幸

純陽演正孚佑帝君既濟真經

門人紫金光耀大仙鄧希賢箋註

既濟真經口訣

既濟者房中采煉丹術也謂之富貴修行乃出
陽神仙大乘之法非比釋氏頑空坐守生老病
死而已仙詩有三絕云大藥三般精氣神天然
子母獲相親玉爐開處赤潮至一點須教滿鼎
金須悟龍從火裏出還知虎向水邊生抽回坎
體心中補却離宮腹內溫不用神功調水火

自然電蒸入丹田會得坎離顛倒用便是長生
不老仙正所謂坎離相交水火既濟精養靈根
氣養神此玄之外更無真也其法以女身爲坎
爲爐鼎男子爲離玉莖抽添爲火候如蜂喙蝶
啄深入花心竊其英華采精益精采氣益氣久
久陰盡陽純玄珠成象身外有身千萬里隨目
而至更能心修正道節慾俟命漸入仙階矣理
具經文子其默識勉之慎之

既濟者易之卦名爲卦上坎下離離男也卦
中虛爲真陰故男外陽而內陰坎女也卦中
滿爲真陽故女外陰而內陽坎離交姤采真
陽以補真陰則純陽矣故以既濟名篇希賢
慕道既久茫然無得偶過洞庭遇仙師呂純
陽翁矢志心信從盤桓數載見其女色日親神
氣日王竊駭駭焉謂修真者固精養神煉氣
歸根不謂復有此也呂師笑曰以人補人謂
之真人於此未諳道惡乎聞因出肘後既濟
經密示口訣余方豁然知道在邇也經文百

句援西說東因妄箋註闡其淵邃俟修真者
寶之

上將御敵工挹吮吸遊心委形瞑目喪失入
上將喻修真之人也御行事也敵者女人也
初入房時男子以手挹女陰戶舌吮女舌手
挹女乳鼻吸女鼻中清氣以動彼心我宜強
制而遊心清虛之上委形何有之鄉瞑目勿
視自喪自失不動其心也

欲擊不擊退兵避敵修我戈矛似戰復畏待彼

之勞養我之逸

欲擊彼欲動也修彼手來摩弄也似戰我似
戰也彼欲我動矣我反不動而退身以避之
彼必來摩弄我陽物我卽示以似戰之狀而
復詐爲畏怯之形待彼之勞以養我之逸也
盜興憑陵魔兵蝟臻吾方徐起旗鉦出營交戈
不聞思入冥冥彼欲操刃破我堅城深溝高壘
閉固不驚時復挑戰敵兵來迎如不應者退兵
緩行

盜者彼也彼之情興已濃其勢似魔兵之蝎
起我當徐徐應之但交而不聞聞謂動也思
入冥冥者靜以待之心不爲之動也致彼欲
聞而不得必自下動以撼吾上吾當瞑目閉
氣如忍大小便吸縮不爲驚動良久復一挑
之挑亦動也彼必大發興而應我矣倘彼不
應卽當退却止留寸許於內也
敵勢縱橫逼吾進兵吾入遂走偃仰其形如僵
如仆敵必來凌吾謂敵人我今居下汝處吾上

上亦了了彼擾我專無不勝者

勝者我勝彼也敵興大發必逼吾進兵吾不
可不卷遂入坤戶卽復退于外翻走仰卧如
僵仆之形彼之慾心張狂復來擊我我遂居
下令彼在上而誘之自動則我專而必勝也
敵旣居高以高臨下我兵戒嚴遂控我馬龜蟠
龍翕蛇吞虎怕撼彼兩軍令彼勿罷覺我兵驚
使之高住勿下勿闐候其風雨須臾之間兵化
爲水敵方來降我善爲理俾其心服翻爲予美

予亦戢兵退藏高壘

此至要心訣重在龜蟠龍翕蛇吞虎怕八字
瞑目閉口縮手蹠足撮住谷道凝定心志龜
之蟠也逆吸真水自尾間上流連絡不已直
入泥丸龍之翕也蛇之吞物微微銜噬候物
之困復吞而入必不肯放虎之捕獸怕先知
覺潛身默視必待必得用此四法則彼必疲
乃以手撼彼兩軍撼撚也兩軍乳也使之興
濃不殺又戒之騰身高起勿動勿下候彼真

精降下則彼心急我反善言挑戰彼旣心服
而我得其美則收斂而退藏于密矣

再吮其食再挹其粒吮粒挹密短兵復入

此第二次行事也食者舌也粒者乳也密者
陰戶也短兵縮則短也復入復入陰戶以動
之也

敵兵再戰其氣必熾吾又僵仰候兵之至以吾
兵挺闔彼風雨愈降愈下如無能者

候者候風雨也闔吸也此至要之言愈降愈

下心志灰然如無能者以闔之也
敵人愈奮予戒之止兩軍相對不離尺咫與敵
通言勿戰勿弃坐延歲月待其氣至心愈如灰
言温如醴以緩自處緩以治彼

愈奮者彼動不止也予乃戒之止而不動彼
上我下兩軍也不離尺咫者留一寸在內餘
在外也又與之言勿動亦勿弃坐延者令女
復以手足支起待其精氣下降又必我心愈
如死灰而言語須甜温使彼興濃而我緩以

待之也

我緩彼急勢復大起兵刃既接入而復退又吮
其食又挹其粒龜虎蛇龍蟠怕吞翁彼必弃兵
我收風雨是曰既濟延安一紀收戰罷兵空懸
仰息還之武庫升之上極

大起興濃也彼興既濃我當復入深淺如法
間復少退又必吮其舌挹其乳依行前番功
夫則彼真精盡泄而我收翁之矣既濟者既
得真陽也一紀十二年也一御而得真陽則

可延壽一紀武庫髓海也上極泥丸也甯戰
下馬當仰身平息懸腰動搖使精氣散布上
升泥丸以還本元則不生疾病可得長生也
爲山九仞功始一簣匪德匪傳全神悟入
爲山九仞爲九天仙也一簣一采真陽也一
采延壽一紀是長生始于一采也然此道非
有德不傳蓋有德則神全神全則心靜故能
悟入而行之也

既濟真經終

