

鑪峰精神脩養學及脩養術

- 一、精神脩養學即吾國之哲學。古稱之曰道學仙學。今稱之曰生命學靈魂學。能所消耗些少費用。即可達到無病增加精神和健康。
- 二、所學不過一週內即可見效。能夠減少睡眠。即增多時間做事。天天能夠做多幾個人之工夫。即是增長了幾個人之壽命。如吾伯師陳夔公道師脩到現在年已百齡足可為實證。
- 三、普通一個人靠著睡眠八小時。以血液供給其魂。方得有精神做事。研究精神學靠著定神。以未成之精液直接供給其魂。可以令到精神充足做事。
- 四、定神十分鐘可以代表睡眠一點鐘。效驗神速。隨時可以補給精神。用功簡易。
- 五、能定神有一百天之內其精液減少化為成質之消耗。自然可以無漏精之害。
- 六、其運用體內之神力能控制其全體內分泌之功用。及增加細胞。增強肌肉。(行功後以體力重量驗)
- 七、此法不獨使人無病長壽。還可以享受飲食一切人生幸福等情。
- 八、欲研究精神學之秘訣不敢言者。必從其所以不敢言之裏研究。切不可執著一聞之言認為是不敢言之事。究竟裏因是什麼。必達到了解真理。否則即是口頭禪。非是有意愛護精神和生命。
- 九、精神學的確可以把個人體軀整個更換了。形貌青春了。壽命增長了。精神用之無窮了。還可以培成永遠不消滅這個靈魂了。如此好處。故值得把身家財產換却一點寶貴之學識來研究。
- 十、加入函授不用經過辛苦。不用消失時間。可謂便宜極點。由此一路踏入精神脩養之門。讀過精神脩養之經。比對古今所言皆同一樣。點點令人生出篤信之心。不會信著拜神念經打坐乩咒之行。更不會疑為房中採戰之術。必覺悟自然會轉移身外之慈善向著切身實用之慈善而補給。
- 十一、凡學必有師。真師未遇。即道之未聞。若遇假師。即遇假道。真師所言古今同出一語。假師所言必無實證之論。
- 十二、精神學之大事在於生。任何事業不能過之。以享受言之。任何身外物質家產都不及生命之享受。不觀一談到死無人不懼。誰料世人抱著畏死之心而不肯

決定求生之願。縱欲求生亦向著無稽奇怪去求。不肯向著生命補給之學去求。若有求之亦不是真求。故精神學之真理不得相遇也。例如讀經一事。有真經不信反信形相之術。

十三、精神脩養學是教人長壽超生死。非是教人絕人種。今之世人竟指絕人種為大道。形相為功法。試問古今哲學大聖有無經文教人如此之行，凡愛學精神者豈不驚心乎。

十四、本學院特設函授。志在廣傳實用補給之旨。乃南宗嫡傳陳子石道師主辦。著有精神脩養之書百餘種行於世。

十五、做人應求補給生命為第一件之責任。非教人靠著身外物為責任。

十六、人類是人做成的事。神仙亦是人做成的事。非是用空炁物質可以做成的。假如休妻絕種可以做成仙。究竟人種斷絕。豈不是仙種也斷絕了。試問無人種即無仙種。所以生命學乃是強種強國最重要點。

十七、天有六淫之炁侵害人體而成病。而病至於死。何以做人不向著不病不死而奮鬥。反向著消耗一生精力研究身外物而奮鬥。試問抱著身外物可以不病不死。覺悟者應回頭愛著生命。

十八、人之體軀是電子所造成。人人不脩其電子。反被電子之侵害。電子日日減少即是迫其靈電子脫離體軀是以致死。凡做人者應知做人之事為急務。

十九、人之體軀由父母之遺傳電子和宇宙間靈電子所造成。日日能保持如十六歲童體之標準。方得謂之遺傳電子與靈電子相和。一旦不和時。時刻可以令靈電子離去其人體軀。

(生命學授課)

一、教授精神脩養生命補給學下手竅門。

二、研究精神補給學自能做得超過二十一小時工作之效驗。

三、下手做却一百日可以達到體健神充。

四、積精之方法。必在生精之源頭做起。及運用它分泌

多種荷爾蒙。分釋內分泌主宰神經的功用。

五、詳解靈電子加入造成人胎時之情況。

七、靈電子與腎腺關係之始末。

八、靈電子與性腺交接之要點。

九、靈電子發達肌肉之主要。

十、靈電子調劑尿道之分泌。

十一、靈電子速使全體炁血之功能。

十二、靈電子增強全體神經之作用。

南宗脩煉階段與次序 陳子石宗師

《三個階段》

積精化炁。積炁化神。煉神還虛。三個階段。

更證延年益壽。返老還童。豈祇精力充沛而已。大道之源流。盡揭發天地之奧

秘。生身妙諦。此悟真篇之著述。佈露無遺。乃我國最高深之哲理。萬古不二

之法門。為世界哲學中之形而上學也。

《行功次序》

先行築基。回光返照。明活子時之運用。

煉「吸」與「收」之功純。

凝神受命。採取有時。通前後三關。合任督二脈。

經云。「先學定心。心定炁住。炁住神全。神全形固。綿綿若存而不息。用之

不窮而見功」。從此源源補。精炁神備。集三元而混成一體。自覺精神奕奕。

氣力充盈。強碩精壯。何愁病魔之侵擾。奮發軒昂。自當無往而不利。於其時

也。取坎填離。震兌得合。艮巽相符。四象具而五行全。真意馭炁。入我丹

田。日積月累。回復純乾。煉成金剛不壞之身。此全憑大德之力。真師之指

點。得以源源還丹。

從此化百鋼而成繞指柔。達到鑪火純青時候。得一而萬畢矣。進而三千功完。

八百行滿。即可逍遙太虛。乘鑾跨鳳。自由自在。書經有言。惟精惟一。允執

執中。

孔子云。誠意。正心。脩身。齊家。治國。平天下。

即此意也。草撮蕪詞。奉告有緣。欲臻妙境。新三省焉。

《悟真篇口義序》