甲午年十月初四日　壇訓　二〇一四年十一月廿五日

一心不動何謂貴　一念不妄何謂恥
動靜有時相識就　那怕無顧入意忙
人為萬物之動　其性亦然
何能強之為靜　靜中取念
亦不失為過　只道時將有易
淡忘再三　方得無為之有作
故此
入靜之初　莫為強閉竅門
以免脈有所塞　形成泛光滿面
血壓加多　豈能為道之所作
也恐有疾病之將來

（鼎脈持鸞）