

壬寅年二月初二日 加拿大鼎信堂壇訓 2022.03.04

勤修內功 意聚丹田
清心寧靜 欲寡神凝
氣徐經脈 貫全身輕
迴環七轉 衝開洞庭
呼弱吸薄 斂氣膾嬰
吹彈之腑 莫急耀明
握韻循律 節拍序定
神水靈漿 流灌胸腔
脈搏相勻 點滴珠瓊
平緩意態 物外無擾
如是百天 氣血充盈
春木寅在 養心延齡。

（鼎珍持鸞）