

女丹集要

8086

國家圖書館 NATIONAL CENTRAL LIBRARY, TAIWAN, R.O.C.

力荷氏

1175

國家圖書館, NATIONAL CENTRAL LIBRARY, TAIWAN, R.O.C.

女丹集要

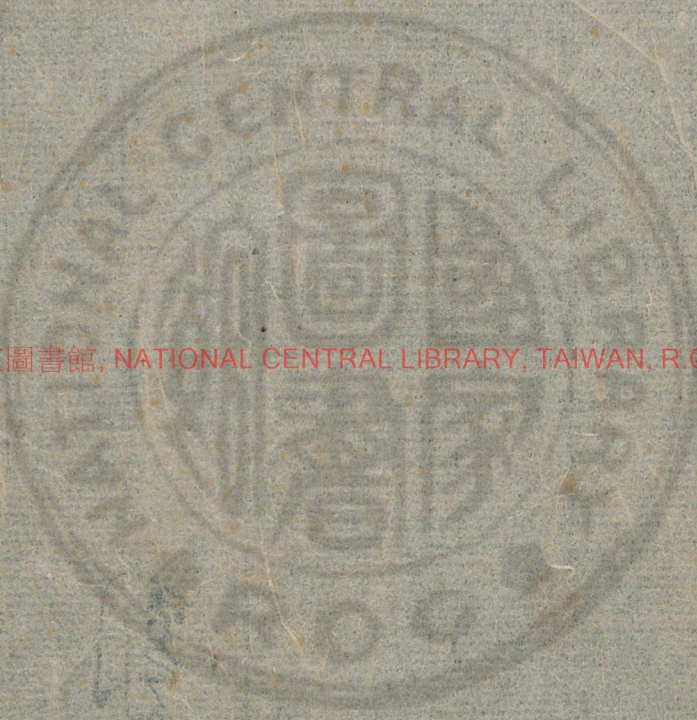
榮園
三月

國家圖書館, NATIONAL CENTRAL LIBRARY, TAIWAN, R.O.C.

周金氏

女
丹
集
馬

國家圖書館, NATIONAL CENTRAL LIBRARY, TAIWAN, R.O.C.



女
丹
集
馬

女丹集要序

有天地。即有男女。男子成仙者多。女子成仙者少。何也。蓋男子可以遊方訪道。女子難以出門求師。男丹經。牝牛充棟。隨地可購。女丹經。零星散漫。無有專書。男能識字解義者。十有七八。女能識字解義者。百難一二。設使女丹有專書。女皆識字義。并許其方便出遊。尋師訪道。則女子之成仙者。未必不如男子之多也。然女子修行其弊亦甚。試畧言之。有謗修行之人者。有鄙修行之事者。有厭修行之說者。有阻人修行之

路者。有不知修行之美者。有知美而塵緣難割者。有割塵緣入空門徒享清福而不勇往前進者。有幼無依老無靠事繁賡逼賴佛逃生苟求衣食者。有鹵莽顛顛不循階級者。有籠統乾坤不知與男丹有別者。有知男丹經而不知有女丹經者。有皈依佛門唸佛專修淨土不參禪者。有修性而不知點女丹訣竅者。有皈依玄門以男子臍下一寸三分中之炁穴誤指為女玄關者。有誤入外旁善堂祇知吃齋敬神唸經拜佛放牲行善邀福免禍而不知女子修行以斬赤龍為急務。

者。有不悔過懺罪、消冤解孽、禳災降魔、立功立德、窮理盡性、
輒卽下手修命者。有入普度內旁各堂、不訪正宗祖派、不究
天命真假、習染太深、自高自恃、不求明師口訣、妄斬赤龍者。
有執著玄關一竅、不在三千六百門、積氣成疾、反以致死者。
有知玄關、而不戒酒色財氣煙五葷三厭、蔥韭蒜云酒肉
穿腸過者。佛在當十學有斬赤龍後、不知男丹火候工夫次序者。有偶經
魔考、如刀兵水火瘟疫官非口舌謠言、及以上諸師、或諸道
友、取象門徒、或病、或死、或開、或散、因退道心、半途而廢者。有

得一知半解、即自誇大、以為道在是者。有倫常人事、應了未了、碍難清修者。有游思雜念、利欲熏心、天人交戰、雖未修者。有願守貞修行、而為娘家眷屬阻擾者。有願守節修行、而不見容於婆家眷屬者。有妻願修行、男不允者。有羨慕仙佛、而不急早回頭、推到來年者。有欲厚積養道之資、然後修行者。有貪得無厭、滿腔嗔毒、癡情太甚、不絕房事、愛網交加、不捨兒女、妄求佛緣者。有氣字未化、息成包塊、尤想成佛者。有身不莊嚴、心不清淨、口吐是非、甘為妄人、而望佛來接引者。有

養殺性命、而藉口於放下屠刀、立地成佛者。有口雖齋、而心
如狼虎、視翁婆翁姑、如仇敵者。有誤入旁門、不知正道
者。有誤信三姑六婆、降相、損神、走陰、觀花、觀水之說、顛瘋失
性、或誘入淫室者。有暗引良女、作人爐鼎、已作黃婆、因而自
敗名節者。有良女為御女家所惑、甘作爐鼎、以求成仙成佛、
而敗名節者。有服陰囊、陰經、想長生、及採戰三十六種者。有
習八段錦、十二段錦、而不求仙、只想精神延年者。有用戾火
熏喉、云真火候工夫者。有吸太陽真火、顛倒寒暑者。有投邪

教道人和尚尼姑道巫工習學煉法咒符神水神劍神打步
斗燒丹服餌或點石成金或南宮成仙或成劍仙或五遁法
或紙^造船火化昇天一切符法周流四方開示愚夫愚婦借道
歛財者有得口訣不圖自利即欲利人者有得口訣傳匪人
洩天機自遭遣責者有得人不傳斷絕道種者有亂採日精
月華吞雲吐霧手長蓮花呼吸空氣或服草木金石或搬運
肢體丹田致成重病不可救藥者有謂身屬破體隘漏難修
自甘暴棄者凡諸流弊皆難證果若欲證果先求明師必明
指示

丹經。以書證身。以身證書。以書中所有之理。身中所現之象。
質諸師。叩諸友。以分邪正。以決從違。庶不為盲師。邪友所惑。
諸流弊。若已中諸弊者。見此書。急早改悔。未中諸弊者。尤宜
隄防。吾以一言決之。曰。身外無道。再揭其要。曰。道在自心。而
乾坤丹源。初分繼合之理。尤不可不為女流明辨之。厥綱有
三。一曰秉性。二曰形體。三曰工法。如男屬陽。陽則清。女屬陰。
陰則濁。男性剛。女性柔。男情急。女情緩。男念雜。女念純。男主
動。動則氣洩。女主靜。靜則易歛。男為離。如日。一年一週天。女

為坎。如月一月一週天。男氣難伏。女氣易伏。此秉性之不同也。男喉有結。女喉無結。男乳無汁。女乳有汁。大男基凸。女基凹。男曰精室。女曰子宮。男命在炁穴中。女命在乳房中。男以精為腎。女以血為腎。男精色^其白。名白虎。女為血。其色赤。名赤龍。男精陽中有陰。女血陰中有陽。男精之炁充足。女血之炁些微。此形體之不同也。男先煉本元。後煉形質。女先煉形質。後煉本元。男陽從下洩。女陽從上昇。男修成不漏精。謂之降白虎。女修成不漏經。謂之斬赤龍。男精逆行。而成佛。女血直

騰歸心竅。男七蓮難放易收。女七蓮易放易收。男修曰、太陽煉氣。女修曰、太陰煉形。男曰、胎。女曰、息。男白虎降則莖縮如童體。女赤龍斬則乳縮如男體。男出神遲、成道亦遲。女出神速、成道亦速。男自可昇。女必待度。男必面壁。女少還虛。男成為真人。女成為元君。此工法之不同也。若性命之理則無不同。吾告女流必先於不同處求其同。又於同處求其不同。要之凡不同者皆在赤龍未斬之先。凡同者皆在赤龍已斬之後。此萬古不易之定論也。所以女丹經中每言女子斬赤龍。

後煉藥還丹火候節次。宜參看男丹經。天仙正理。仙佛合宗。
金仙證論。慧命經。參同契。悟真篇。三丰全集。道德金剛等書。
尤為切要。女子果能明其理。有真師傳授用其法。行其工。層次不亂。度數
不差。又何致瞎煉盲修。妄猜糊妄疑。自罹奇疾。然吾始亦不知。
女修有此利弊也。吾幼時。四歲母歿。曾歲入學。以至十五六
因弟吾先祖。勸弟皆樂善。故家藏有家藏家訓。及各種善書。冊經書旨。
吾祖傳家。而教子弟。日讀詩書。夜讀家訓。余生不喜讀書。善
以日書篋檢書。忽見參同契。悟篇種。丹經。展讀詳參。方知

聖仙佛。

古人遺有出世之法。先天之學。能於先天未極之時。而保陽。後天將生之時。而退陰。借後天養先天。以先天化後天。行無為之道。直入聖基。了生脫死。出三界。生極樂。華開見佛。蓮花化生。真如實性。億劫不壞。自思有此一大美事。喜不盡焉。由此醒悟。想世事紅塵。般般是假。萬有皆空。一失人身。億劫難逢。若是不做平等事。三塗地獄。苦受週。不由戰驚。現世情。而如浮雲。想人生猶是風燭。石火電光。有幾活耳。不如速修。早脫苦海。免受輪迴生死。暗別吾父叔伯。閭家眷屬。而入華山。出家修行。

不幸吾尋至山見之不能由已中將後帶回家。後在陝、漢中。收釐金。甘肅

靜、固、海、寧、縣。收釐酒稅。又在隴南政界幹事。雖居俗中而

長齋、長戒。不忘初心。常遊名山洞府。不分三教。只求高明賢

師。以至三十六歲。拜有二十五師。皆無真傳。訣則知男女有

別。第二十六師。遇海飛老人。視其人。兩目有神。双耳墜肩。天

庭飽滿。地闊方圓。儀容絕俗開言見性明心。動語四相空。

非常人也。即拜為師。求受先天大道。果於衆師所傳不同。自

悟自覺。身肉景象。於我前讀之丹經。針峯相對。不差毫分。知

余思男女同其性命陽合乎乾坤。況女修者不若男修。然成道者微。男丹徑多。女丹徑少。何也。叩求問師。

是明師也。不枉余三十餘載苦志。耶。師受摩尼燭坤集一部。

與言女丹約七十餘種。大抵言性則詳。言命則隱。非智慧根

性難參悟也。余不捨晝夜。旁搜遠典。凡女丹者。輒摘抄錄元君。

白蓮真人悟元子。女丹要訣。又恐女流難以參悟。而用

淺文俗言解之。彙集成帙。諺曰。女丹要集。再囑女流。凡有奉

此書者。務須絕七情。除六欲。掃三心。飛四相。萬緣放下。敦學

上古女仙。都是三貞九烈。百折不回。魔不退。而修戒定慧。

參悟九轉工。三千功滿。八百果就。上朝無極。下度衆生。亦日

龍華會至。勅勒金口。勅封。穩坐金蓮。永不下生。永享極樂。而
道遙天外也。予曰望之。收諸薊。譌用通俗眼識者。
鑒諒。幸勿哂焉。是為叙。

民國二十二年五月^桐初^初序於方山龍鳳庵水月軒

國家圖書館, NATIONAL CENTRAL LIBRARY, TAIWAN, R.O.C.

目錄

清靜元君坤訣

孫不二

真一子女金丹

口訣

二十四首

白蓮真人女丹詩

十八首

悟元子女丹經

Vertical text columns, likely bleed-through from the reverse side of the page. The characters are faint and difficult to decipher.

國家圖書館, NATIONAL CENTRAL LIBRARY, TAIWAN, R.O.C.

坤訣

清靜元君孫不二著

濟一子金谿傳金銓較訂

真傳有訣真傳有訣

夫女子秉坤柔之而真陰之中具有真陽脩煉較易今得此坤修信乎昇天之階級渡世之梯航也其訣俱在有中著力有者無之始從有至無即是真陽之位此二句雖重在命功卻合性命而言乃坤道第一大關鍵上句要於有

中還無。下句於無中生有。

庚甲須知。

庚甲申明命功入手處。庚者金也。虎也。甲者木也。龍也。其義已詳。乾集庚金為脩煉之斧。甲木常畏其剋。而剋中反有生机。煉丹家最喜死中求活。故庚虎既降。甲龍即興。一降一興。生殺之機已伏。顛倒之理彌真。知此生殺顛倒之時用法。斬龍之頭。牽虎之尾。使龍不興。雲虎不招。風風雲息。而天清月皎。龍虎降而性合。情投。歸爐起煉。立結黍珠。

保命之法莫妙於此。知字有潛心守視之意。風欲來即須
擒虎。雨將降及可斬龍。不先不後及時斬取方可煅煉。
學庸詳說易理宜參。

不明理又無學道也。從經學參入方不落空。於學庸下得
轉語。斯為見道至。如丹道統於易中。象曰至哉坤元萬物
賁生。坤屬老陰。陰極陽生。順承乎天則生。人生物順承乎
地則成道成真。細究坤之真陽發於何處。即知吾身真一
產於何處。求得此一固得此一命寶。乃全此求在吾者不

得向外覓取。故曰宜參。

性宗須徹。性命雙修。陰陽相接。

性功為道之始終。於性不徹。此寶未能常住。必如秋月。激

潭。纖塵不染。無始之始。既已了然。不空之空。咸歸自在。斯

性命雙修。陰陽相接矣。

教人熟辨。有無莫負。一腔執血。

陰陽即有無。要於藏經中留心。三日則真陽之來。真陰之
性俱已井然。來龍之頭可斬。去虎之尾能留。二炁相交。網

溫和洽方成法體不然徒費心血又何能修煉耶

機在目前氣由此拔上有谷下有泉穴認定二處不宜差別

臨機切要惟是以目始意以意始氣氣以神凝神煉真通天達地

無往不靈苟或天谷不熱氣不上升湧泉不熱氣不下行

必須意目注視上下其力以引之認定二穴不可少有差

錯子午行功久久純熟再行烹煉

應時須悟參修自有黃芽白雪

以上坤道大統研求即證貫徹於心然後入手下功擒歸

之龍含珠。驅回之虎搖尾。黃芽生於土釜。白雪產於瓊宮。
大還到手。隨面壁以忘。忘所欲。從心尊。帝天而穆穆。便到
西池會王母。白旌旆自來迎。一聲霹靂。天庭闢。脫去胎州
重濁身。

女金丹口訣

收心

用中貞一子著

金丹道理最幽深。逐節功夫著意尋。若問入門初下手。掃除妄念以收心。

金丹大道至聖至神。至玄至妙。有內有外。有始有終。其中細微節目。須知之清。方行得到。若不着意行之。則知因不知外。終落空亡。知始不知終。僅成小果。而其下手用功。以收放心為首。孟子曰。學問之道無他求。其放心而已。倘此

心_目放於外。如野馬山猿。刻不寧息。此心_目與情私為緣。
真性即目為物欲所蔽。東夷既皓。則夜氣不存。欲望結成。
胎仙不亦難乎。故入門先把萬緣放下。一絲不挂。一塵不
染。放心於無何有鄉中。清清靜靜。空空寂寂。久久純熟。其
心自死。心死則神活。雖不得仙。去仙不遠矣。

一顆牟尼似水晶。何期塵垢蔽精英。但能靜坐回光照。依舊

天心夜月明。

養性

真性本自靈明。但為氣_稟物欲所拘蔽。則有時而昏。然其

本體之明未嘗息也。如能勤加拂拭，用力涵養，依舊如天
心之月，明照萬國，涵養之法，每日靜坐，先將萬緣放回，光
返照，如月到天心，風來水面，一樣情景，悠悠揚揚，活活潑
潑，似有似無，勿忘勿助。勿事至物來，雖如如不動，卻又了了
常知，不知則流於木石之弊。返照時，總要安舒自在，不自
在則未合法，不可再照，恐成氣鬱。古云：先時要放，又要收。
自後熟來，不放亦不收，收放得宜，久久調養，忽見石火電
光，此真性初現景象也。由此用功，自有圓明時候，但返照

之功不可久用。古人云：未得大藥，不可久照。恐出陰神，入於魔道。故十二時中，以一時返照。餘時則灑灑自在，其功夫總要不可間斷。純熟之候，自有天然慧光，發現明照。九洲慧觸未來，又要知而忘其所知，忘到忘無可忘，自臻化境。

養氣

雖能念住，特初禪息到，冲和始見天。養氣方完，無別巧。同行同坐，夜同眠。

佛云初禪念住心無生滅也。二禪息住息無出入也。息無
出入則息住而氣得所養矣。此息非口鼻呼吸之息。蓋人
^生之初隨母呼吸之以成胎。及裂胞而出。此息藏於祖竅。
穴中雖與口鼻之息相通。常人之息由口鼻出入。不能入
祖竅。以歸根。真人則息之曰根。故莊子謂真人之息以踵。
真人之息以踵是也。欲尋真人之息。須調後天呼吸之息。
以尋之。真息歸根於祖竅。其氣即藏於祖竅。故息調則和。
息住氣不散。古仙所謂氣归元海壽無窮者。此也。息^然必調。

到冲和時候。乃可採藥。乃可養胎。故云冲和。始見天劉長
生曰。冲和結離。又曰。冲和養神氣。何謂冲和。任子曰。不偏
不倚。不疾不徐。非有非無。如何作用。方能冲和。任子曰。夫
妻並肩。陰陽合。一。畫則同行。不前不後。夜則同住。不逼不
離。如斯了悟。方是冲和。三昧德之。任子之言。不过喻心相
依。朝夕不離之謂也。鍾離曰。人能心息長相依。換尽形骸
玉液流。故心息相依。調到冲和。養氣之能。乃畢矣。

凝神

神是夫兮息是妻。休教異路隔雲泥。兩相匹配歸根處。便與
同登步月梯。

神者火也。息者風也。煉丹全憑風以扇火。火以煉精。風火
同用。神息相依。兩不相離。猶如夫婦一般。故必凝神於氣
穴中。神抱在氣。意係住息。不即不離。勿忘勿助。方是真正
偶。真交媾。朱元育曰。要覓先天真種子。須從混沌立根基。
混沌即歸根復命之處也。海蟾祖曰。先賢明露丹台旨。幾度靈
鳥宿桂柯。旌陽祖曰。與君說破我家風。太陽移在明月中。

無非喻凝神入氣穴之旨也。三丰祖曰：大凡打出頭將神
抱住，氣意繫住，息在丹田中，宛轉悠揚，聚而不散，則內藏
之氣與外來之氣交結於丹田，日充月盛，達乎四肢，流乎
百脉，撞開夾脊雙關，上泥丸入絳宮，下重樓，神氣相守，息
息相依，河車之路通矣。功夫到此，築基之效已得一半。觀
此，則知凝神之功，無論剛人柔人，皆不可少也。

三命

女子原來命有三：紫、白、黃。色不似男，少上衰中成在下，鬢頭

一路要深詣

女命有三紫白黃是也。老之黃者丹田生丹之處也。白者胎元結胎之地也。紫者血先生血之海也。其在上者為陽穴。在中者為黃房。在下者為丹田。當其少也。天癸滿一斤之數。丹田真元之氣足。上升血元生血。陽極變陰。化濁經而流形於外。故少則從上。及其衰也。天癸耗盡。氣不能上升。以生血而腰乾。血涸則經毒矣。故衰則從中。若欲修成乾體。須從下田運上陽穴。神火薰蒸。使經變黃。黃變白。白

化有形自隱矣故曰成則從下與男子不同不識此竅頭則丹不成

氣穴

氣穴者他即乳房體將膝下妄猜量人如不識陰生處安使毒就自伏藏

然穴即血元也即乳房也在中一寸三分非兩乳也男命在丹田故以下丹田為死穴女命在乳房故以乳房為死穴陽極變陰從穴化陰血而流形於外故斬毒就須從陰

生之虞用功久久行持形自隱美若男子隔下一寸五分
中之无穴指之則誤也

知時

每到花開對月時。羝羊正欲觸藩籬。勸君信至休遲誤。莫待
未就出水湄。

先天玄微曰。女子未生以前。父母媾精之際。父精先至。母
血行。血裏精。而成女形。女子受生之時。先得母之鉛。无二
兩。先生。而後。牽一條絲於上。而生雙睛。牽一條絲於下。而

金丹。自茲以徃。十二日生癸水一銖。百八十一日生癸水一兩。自是以後。十五日生癸水一銖。一年生癸水一兩。至十四歲。生癸水十四兩。於血海中。固前胎內。帶來一兩。共成金一斤之數。三万八千四百銖。合周天三万八千四百度。一年得三万八千四百日。易卦三万八千四百爻。天地之數。陰極陽生。癸尽鉛現。二七而天癸降矣。十四歲而天癸降。後至廿六個月。零七日半。耗去癸水一兩。至十九歲。耗之已尽。女子自二七經行。一月一度。運行不息。與月之晦朔同度。不差。

時節若差時刻。病作矣。故月之花開時。經行其可以行此
經者。陽變為陰也。陽既變陰。則不可運者。亂行妄運。殺人不少。
須在雞羊未觸藩之先。信至時。用工。上藥。其鏡三命篇曰。
月信者。非以經至為月信者也。信之一字。如人在外。倘未回
而信先至。為信至之日。彼自知之。或腰腿疼痛。頭目不安。不
思飲食。此信至而敗血也。乃氣也。當在兩月半之前。專心用
工。若經行則希。就陰精不耗。守氣行妄運。殺人不少。須待後
兩月半。以自綾試之。其色黃金。乃經罷時也。前工運上。以斬

之凡此之言正示人當知時行功也

新就

陽欲化陰出玉溝火輪忙駕莫停留巽風吹上經元府斬斷
赤龍永不流

陽欲化陰是信至猶未經行之時急忙鼓動巽風駕起火
輪從丹田運上經元府以斬之太陰煉形法曰初下手時
閉目存神大休息一場使心靜息調而後凝神入炁穴將
兩手交叉捧乳輪三摩三遍將炁自下丹田微

微吸起二十四。仍用手捧氣返照個息久久自然真息。
往來一開一合。養成鄴神氣充足。真陽自旺。其經水自
絕。氣溶如男子。是為斬赤龍。如此久久行持。後不必捧氣。
吸氣之凝神於先天。返照是為玄牝之門也。其息悠
悠。虛極靜篤。陽氣薰蒸。何車_{逆轉}萬朵紫雲朝玉宇。千條
石脈種泥丸。斬赤龍之功。有如此效驗。故女子煉_{修煉}形以斬
赤龍為要也。

隱形

殺人多過此妖精七七數週命返傾煉到大阴形隱故安排

紫府慶長生

許祖云男子修成不漏漏女子修成不漏漏蓋女子之經為

生人之始信返經成死則乳縮如男子而經自不漏漏若男

子則煉精化陰根縮如女子而精自漏漏不漏而命可延若

轉此妖精到七十四十九米血枯經尽壽生杭矣生杭絕

則命傾上集靈鏡三命篇曰女子以血為腎乃空竅焉過

四十九米腰乾血枯壽生杭矣養而久之又生血元似處

子焉。此又書中生有之妙也。見而有之。一新即化。而命生
矣。如何養之。使復生血元。亦不過收心養性。養氣凝神而
已。美不二元君曰。本是无為。始何期落後天。一聲總出。以三
寸已。權况抵塵勞擾。那堪疾痛纏子。肥能益母。休道不迴
旋。別有補功。未敢輕洩。即不二。所謂薄虎。曰真穴。牽就新
益。之謂也。女子修。則經子漏。其後性命功夫。與男子之
功。大同小異。愚。每。人。以。神。破。其。真。妙。耳。

求丹

煉形化氣築基工。上品天仙事不同。若向金月端的處。日來

映月照滄蒙。

日來映月。方能發光。若古能明此理。丹道亦遠。

煉已

生龍活虎戰道房。最怕心猿。竟遇狂。煉已不到絕。就候安能
過海把帆揚。

呂祖步蟾宮詞曰。煉庚甲。要生龍虎。須知龍虎。乃是身外
之物。方是生的。行道時。驅活虎。以就生龍。最怕心猿。養狂。

意馬揚威。不知馴伏。安能過得海峽。取得徑回。故必煉已。
純熟。使神全氣盛。七情不動。五賊不亂。六根大定。色相兩
忘。乃可入道。房以求丹。天仙正理曰。煉已。已。所為行。其當
行之。乃曰。煉熟。行其當行之。乃曰。煉業。絕其不當行之。乃
曰。煉進。勸志而求。必成。曰。煉制。絕貪愛。而不留餘愛。曰。煉
業。止舊習。而全不染。曰。已。已。即我。靜中之真性。動中之真
意。為元神之別名也。古云。未煉還丹。先煉性。未修大藥。且
修心。煉已之道也。

順逆

順則生人逆則仙。坤乾為泰是真詮。臨爐莫訝丹難結。倒挽

羊車自見天。

不二先生曰。着眼細溫。留心順逆。途無根樹。曰。順為凡逆

為仙。只在中間顛倒。顛丹道用逆。故泰之卦象。坤居上而

乾居下。而乃為天地。交示。美物道。不知倒挽。羊車則羣陰

阻塞。安能去濁陰。以見天心。故修仙。不向男舍。只在

順逆身。

丹生

恍惚渺冥情似痴融和正是藥生時
丹田有信機緣至速整
火工採玉芝

此丹稟父母藏於五穴年少壯時卻有向外拱亮變化之
机取此變化之机送入黃中故謂之丹但丹生之時有象
可觀道德經曰恍惚其中有物冥冥其中有物其中有精泥
九曰精神冥合在歸時骨肉融合都子知尹真人曰俄傾
廣生毫竅肢體如綿心覺恍惚丹生景象也且有信可聞

邵子曰。忽然夜半一聲雷。千門萬戶次第開。溫然子曰。時
至化机動籟鳴。信至時也。信至之時。即活子時也。一箇此
信。急準備火工。莫差時刻。若當面錯過。安能採玉芝於危
餉。

採藥

猛覩先天一粒丹。其光灼灼似金丸。巽風不把橐籥鼓。微聞
卻也難。

金丹一粒圓陀陀。光灼灼。明亮似金丸。若子吹巽風鼓橐籥。

籥安能過尾闕上夾脊雙關泥丸以入丹田乎入萊鏡曰
起巽風運坤葉紫虛曰乾坤索籥鼓有糠夫巽風喻呼吸
之氣也索籥者消息有呼吸之氣方能鼓動此消息使葉
升降往還以成一週天柳華陽曰金丹之道從陽生時凝
神入竅六鼓起索籥之巽風息々而炉中吹噓猶鐵匠手
中抽動一般風生則火焰火焰則精化精化生還採此生
還升降往還謂之週天也

升元

日出扶桑大海東。火輪飛渡莫鬆功。鹿車搬上龜崙頂。木杓
自回神室中。

扶桑江口。自西而東。正華水紅日燦爛。自東而西。方也斯
時。忙駕火輪飛渡。洪波濤大海。由尾闕上夾脊。雙南純陽祖
曰。子及午。前定息中。夾脊雙南。龜崙過。又曰。憑君子及午
前看一脈。天津在脊端。蘭紫虛曰。幾回笑。指龜山路。夾脊
分明有路通。但逆行道。在非鹿車。不能推挽。鹿車真意也。
有這點真意。方能踰越險阻。過得雙南上。得龜崙下。得龍

稽使活汞入於靈鼎神室而永為身室

合月

艮男初曰混沌沌夫妻從此結結羅六門緊閉勤添火帳裏春光要太和

艮男喻華淫艮宮而系也混沌窩祖无穴也艮男之華自東北而祖无穴與其鉛配合猶夫妻結婦係羅一般然曰時不相凝結須緊并六門調息綿綿神入薰蒸使合為一但丹之火須文火溫非若採取之時武火烹煉故要太和丁劑

洽方能著手臥者

火候

火記雖垂六万篇未將其候寫盡箋最明莫过冲虚语呼吸
分明了欲仙

紫賢曰聖人修業不修火從事火候少人知丹經前卷不
筆於書而冲虚獨曰火雖云不可傳隨机默運入玄之達
觀往者千之聖呼吸分明了卻仙可見火候之要當於真
息中求之蓋息從心起心靜息調息息自脈至丹之母然

然^火候不一。古人以內外別之。外火。有作有為。繫基之可也。內火。候則丹已得。任其自然。無為之可也。總之。離呼吸二字。不調外火。候之呼吸。則不能運行。此丹不調內火。候之呼吸。則不能溫養。此丹故柳華陽曰。凡呼吸之火。能化飲食之穀精。而助元精。凡神火。能化元精。而元氣。凡元氣之火。能化呼吸。而助元神。元神之火。又能化形。而還虛助道。或始或終。皆承火之力。以^紫以^大大羅之仙。又須知火與候原不相離。火是候。候是火。故火候二字。有^亦逐節事條。

不經師授。終難子微。於心須將德盟天。以求師授。

溫養

已看白雪種青砂。寒煖調停切莫差。三十五宮春意足。自然
有路泛仙槎。

白雪種砂鉛得金本木未配金必須寒煖調停。溫養青砂溫火

不使其熱之謂。寒則水冷而丹不結。熱則火燥而丹易燥。
故取其溫養也。從容涵育。化其自化。如天澤相雨。陽以時
如母孕子。寢興有節。如就養殊。蟄伏不動。如鷄抱卵。煖氣

不絕子前進火。年歲退符。餘時調息。綿々似有似無。屏除
妄念。如愈如神。古云。採藥只一時。合汞須十月。又云。十月
胎完。入聖基。若非善為溫養。安能胎圓乎。三十六宮。皆周
天三百六十也。每一周天。休息一息。周天有程。溫養有數。
必須養足。方成聖胎。其中節自度數。未敢書於竹帛。懼洩
天机也。噫。仙槎非遙。昇天有路。患人子修德。盟天虛心。誠
在耳。

胎息

父母未生前

功夫到此莫粗疎。神息綿綿合太虛。借問養何可似恍如

丹結之後神即死而凝。死即神而住。如人懷孕一般。故謂

之胎非真胎也。神息住於此也。蓋胎者藏神之府。息者化

胎之源。胎因息生。息因胎住。胎不得息不成。息不得神無

生。神息相依。是真胎息。功夫到此切莫粗疎。必要相忘形

體同太虛。而真息能來綿綿不絕。似有似無。若忘若存。如

春沼莫有蟲螫。呼至於机。吸至於蒂。終日湛然。如在母腹。

未生之初一叙子二元君曰息々返前初者此也到息住
脈停則神定矣神定方能出室而望胎完

度數

採葉燒丹有法先坎離艮巽倒還經功完九九週天數那怕
子成物外仙

柔人行道與剛人不同而其成功此剛人亦易剛伏氣三
年柔人一年可伏以丹在身中故也然氣雖易伏而毒服
最能害道果是女中丈夫能斬毒脈則經不漏而藥已集

矣。築基之後，則用煉精化氣之功，以離外二陽消，坎外二
陰變，以乾體然。坎離功足，乾體雖成，而其氣未化，其神未
靈。又當用煉氣化神之功，以艮上一陽化，巽下一陰熔，尽
外陰之氣，以成純陽之神。列子行過天數，終九，神復純
陽。又當用煉神還虛之功，方成物外神仙。此道不虛也。

脫胎

七十六宮度數圓，陽神忽到上田邊。一聲霹靂天門吼，頂上
爭看白氣浮。

周天之功。至七十六度。聖胎已完。陽神遊中田。遷上田。破
頂而出。是謂脫胎。鐘離云。雷震天門。鬼神驚。掀翻宇宙。飛
白雲。金丹真傳云。頂門忽雷響。懷中抱著嬰兒。夫神可以
脫胎而出者。神定故也。冲虛曰。神初不能定。依之元為定。
元定則神隨之。定元定則善矣。神翻所_依而獨立。乃能翻
定。捨身而出。定若子到大定。神正。要依靠。不能離氣焉。能
離身形。故心息相依。神定方終出定。而其出定景象。各有
不同。有以天花亂墜出者。有以七層宝塔出者。有以身外

有身出者。有以風雲雷震出者。馬丹陽真人是也。有以香
風瑞氣出者。如外之元君是也。總之神之出也。由定靜中
一念故。變化顯象。在由一念。即千萬億身。亦由一念。未
可以所出不同。遂疑其有異也。曰。白氣浮者。特舉一端。以
為證耳。

乳哺

初產嬰孩。氣未純。看木汞後。不真。但看乳養。經三載。變化通

靈果是神。

古^仙云。嬰兒初產。未成人。須藉坤娘養育。恩乳哺三載。方能變化。通靈。故須仍存未成。以復元真。非要三載也。特三
用天耳。

面壁

丹^雞百^雞完。猶有工。冥心靜坐。洞天中。忘形入定。九年滿。打破
虛空。總莫大。

面壁之功。每為之。而^也。二元君曰。萬事皆云畢。凝然坐。
小竈。輕身乘紫氣。靜性濯清潭。五^五潭陰陽一神同。天地三。

功完朝玉甕長歡出烟嵐故乳哺功滿須擇名山洞府
其心靜坐面壁神出則以太靈為起脫之境入則以上
田為棲攝之所忘形入室以煉真炁煉到炁為可立打破
者此神方還虛此達摩曰腹內還真經泥丸別主宿霄
震一聲響可為頭面壁九年也

冲举

煉到真炁道愈高丹出下沼步雲霄後今永住瑤池苑隨着
靈妃去早朝

予二无君曰佳期方出谷咫尺上神霄又曰一旦仙凡隔
冷然度海潮神既還震昇遐有期天_下詔雲鶴來迎赴
瑤池以賜宴朝金母以愛圖瓊樓玉闕為我室家湘妃瑤
姬為我同情何樂如之特惠宇宙每決烈女子斯不能與
庶姑為但果是女中丈夫修德盟天虛心誠求得歸行此
道比男子尤易哉耳人其志自勉可也

白蓮真人詞

七言詩三首

男女金丹地不同

男子所觀之地與女子
所觀之地初工本不同陰陽一理實相通

男女都要煉成純陽其實理一而實已清心寡欲為根本築基先要斬赤親赤親也煉去煉來月信不潮兩般則築基始成

其二

生來本靜靜中求女子生來其性本靜即於靜中煉功較男子更速一味薑燕補

破身以薑燕法血變為氣明絕信女子血多用法盡變先天

一復上瀛洲復其初來之佛性

其三

候寶廟時如破衣天癸水至全憑土地長黃芽丹生五土之中故曰黃芽

朝暮勤培養自得長生不老花

由黃芽而勤養之不收敗漸開花即能超劫

運為長生之本

無極真人傳

未死學死終子死一人雖未死猶如死人逢生殺永生不生

生時即明慧劍殺迎所以中致不死不死真入妙涅槃一體大功成死形心

不生可證涅槃上果功何大哉

玉蓮真人詞

迴光返照兩乳間修神注在奎鋪前

眼觀兩乳之中神注兩腎之下自然河車運至

中田以二日半後黃變白行經過去計二日半血已減黃新
補破體新猶是霞移鼎換爐煉時淨心用功不久變白而赤脈新
子體矣移鼎換爐煉
不同得訣鍊之可成

青雲其人詩

葉在火中煉葉在火中煉即是以神馭火火在葉中現神因是火無葉

煮火鑄弄火不可有葉無火終消散不可火不可火葉二物能適宜金丹

一法入神園苑神不相理焉

香遠古母詩

身中有一白雀觀故以雀房也使紅變為白要學觀音把法煉

若觀音王母在白玉簪
青中煉法年臥大道
有教功成朝王母
大家同飲蟠桃宴
人望

同登彼岸著
度婆心也

全貞古佛詩

婦女忙紅塵淡阿彌
心中念常念四字法即
不離黃婆同

坐卧功時守真意凡胎自脱
仙骨換有如此好愛

灵真太化佛

慈悲為本心是婆
在家出家養本和
此在宗婦女出家尼僧道
為人都有菩提樹
長生菩提樹
能知菩提樹在何處
即在菩提樹上用功

久之必成
著矣

光顧大為其人詩

此間貞靜養性情。歸道克全法匪輕。
上句養性。下句培法。即

乳房血海常留意。初功將形收斂合太陰。
太陰。氣偏。此男。子法。其

最好惟有上字經。即念南無阿從前轉後住到心。
念佛之法。最

陰宗念壽。陰腎念阿。泥丸念彌。咽喉。
又可平氣。其中暗寓河

車法。時刻照此法念之。足將先天。不知不覺煉成其簡易。
此法

婦女可念。男子亦可念。大德要行之久遠其效愈大。

國家圖書館, NATIONAL CENTRAL LIBRARY, TAIWAN, R.O.C.

古今妖詩

懷抱兩個如意圖

此因所以

通心

生來即有人人俱不分男女

皆商人果能如意否

此有意中

蓋有

如來

能如意

果能如意

果能如意

果能如意

上天都

不負

如意圖之

實飛昇

指日可俟

指日可俟

指日可俟

指日可俟

指日可俟

指日可俟

指日可俟

大慈純真佛詩

初靜不可離這個

離了

這個

路便錯

先天自後

若意念一差

真意也

真意也

真意也

便非

坤陰

變作

乾陽體

乾體

方能

輕身

頂天

立地

英柔

儒性

儒性

志向

處於

道有

望

望

望

望

望

望

望

望

望

死極瓊真人詩

一入世間萬事休。經塵何故聖心頭。世之尼僧道姑已入佛

教者何金沙古佛規模在。靜土參禪盡效尤。金沙古佛觀音大

出處正覺此言

說世界佛倚不玉園森人

可憐最是未亡人。凡夫死者謂矢志冰霜實苦辛。夫死守節

示知愛了堅貞即是仙佛種。急修急煉出風塵。女仙女俠為本

既既為第幾婦。即此言婦宜急修。

國立中央圖書館藏

明淨古詩

王母選取重女真色即是女見分吸大有即風和者見得色即是

主母特優重之渾淪元氣每虧損補漏得法一煉功變天得子先法

一煉即成言甚易也此言女童宜急修

慈仁鑒善佛詩 卽梨花真入

莫謂家事終難絕坤維正氣修卽得婦女皆有坤維正氣莫

也一生從無入有養神胎下田結中田結於中田者凡胎結

神胎是自已神氣所凝不因外素故謂之從入有此言在家婦女宜急修

億萬化劫。古今母壽。

四大名山。多女仙。

半孝半節。半參禪。

有以孝感者。有以參禪感者。雖異。兩則同。

總以心性為根本。

功行圓滿。至道。此皆從諸女丹法。

以上俱白蓮真人部下玉女符。

悟老子劉一明著

千徑萬卷。丹法全。祖師慈悲。度盡寰宇。男合女。陰陽五。

行都一般。只有下手真。口訣彼此運用。隔天淵。太陽煉氣。男。

子理。太陰煉形。女蹄登。女子更比男子易。三年五載便成仙。

吾今若子說破竅。教人何處上法船。起手先犯赤龍新。斬斷
赤龍沒災害。天士地癸相見面。海底陰氣上下旋。三尸六賊
要盜寶。七情五蘊反丹田。提起真陽鋒芒劍。要在汙泥裡出
蓮。奪來造化真一氣。收拾精神上下_結。濁血化血何處有。地兩
乳縮胸卦倒顛。雖然女象男子體。基址堅固沒變遷。從此_直
入陽官道。選擇靈地了大還。太虛玄裡立鼎器。乾坤處煉真
鉛。跳翻八卦每生滅。閉塞三寶絕羨緣。十子同世界同粟米。
恆河數似毫端。損之又損。返日減。增之又增。功相連。直到莫

可增服處。存身守有聖胎堅。卯酉之中宜沐浴。屯蒙卦象順
自然。心須清靜意寧定。不怕乾火怕煽。少有滲漏生變幻。
此內兼走如飛烟。謹慎溫^養月。霹靂一聲天外天。更能護持
莫遠放。老成遨遊四海邊。到此功程方了當。王母瑤池駕彩
鸞。吾今作女丹法。閨閣英雄自鑽研。喫齋吟經免苦難。燒五
撮火要減度。若說沒^此佛代。望極止。喝盡虛懸。此身不向今
生度。難免來世惡趣牽。果然回頭急修證。女中真人代了傳。
若有虛妄迷世人。永墮地獄在黃泉。

樵陽經

純陽呂祖傳

清一子傅金鑑述

太陰煉形。與男子修煉之法。大同小異。初功下手。閉目存神。
大靜。歇一塲。便心靜息調。而後凝神入於氣穴。將兩手交叉。
捧乳。輕輕揉摩三十六遍。將氣自下丹田。微一吸起三十六。
口。仍用手捧乳。返照調息。久久自然真氣往來。一劑一盞。養
成。神氣充足。真陽自旺。經水自絕。如男子。是謂斬赤龍。
如此久久。行持。後不必捧乳。吸氣只凝神於穴。回光返照。是

謂玄牝之內也。真息悠々。虛極靜篤。陽氣薰蒸。河車運轉。五
朵紫雲。毓玉宇。千條血脈。貫泥丸。自覺一點靈光。不內不外。
自下丹田。上昇絳宮泥丸。下重樓。歸於金胎神室。迴光凝神。
真息住於中宮。鼎內是神。神室是氣。是謂玄牝。是為胎仙。即一
點落黃庭也。其後十月功夫。陽神出現。粉碎虛空。一路修真。
與男子同輩。彼此之別也。

國家圖書館, NATIONAL CENTRAL LIBRARY, TAIWAN, R.O.C.