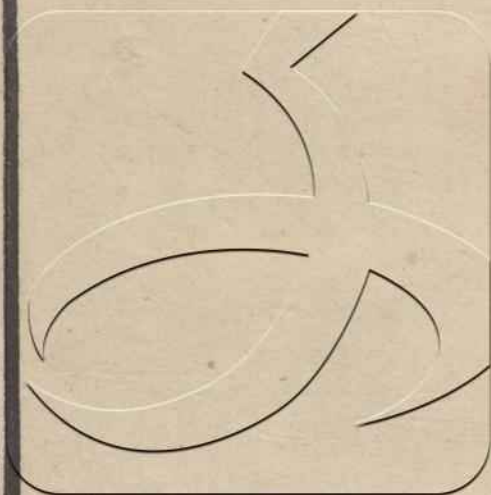


道源精微歌

卷上





光緒十五年四月鼓躋道衲盼蟾子劉著

# 道源精微歌

板存京都前門外楊梅竹斜  
街中間路北永盛齋刻字鋪

## 道源精微歌序

蓋大道始衍無名而力修者強名曰道夫道中之君子  
必須窮研極奧搜髓之源核而妙時從太極之樞發弗  
失意焉太極者乃無極之化育無極之理謂由鴻濛一  
炁是也斯時亦無天地人我之象矣今欲修之上士工  
至靜篤深幽之際而太極靈根恍惚無念而自彰也爾  
時知將至須預天德逆攝收納而後故名曰道蓋太極  
中和之理乃成始成終之妙帶大抵包羅萬象養育羣



品而無物不載無物不容天地由此而立日月由此而明山川由此而奠吾身由此而成君若猛省者以極萌含真之未放補吾不足之前虧久而時應方成乾健之壽命自然與道合一也蓋世道先聖不敢輕泄由五祖至七真教外別傳故遺久棄德俚倍不肖者失却僚旨乎而至修之君子今何少焉維吾恩師敲躋老人幼而好學夙稟靈根數十年來苦志不懈心無他用著書本註丹經三部敲躋洞章乃修道之範綱濫熈易攷講洛

書之儒貫道源精微實爲修真之寶鑑此三集乃泄萬古不泄之天札蕩滌奇名之謂也逢邪譬異說蓋而掃之夫遇此書者淺近而易悟方知人人有道直論小周之奧窔使後學不失火逼金行之漏險乎自始調藥採藥煉藥不失遲速之誤也誠然乎和盤托出至然乎公同大眾淺泄乎毫無障蔽叅究者知慈知婆悖謬者謗廢而妄非蓋吾師著露凡例則凡其中之次第猶如親口相傳每節之中妙引古聖之金言以爲印證使後學



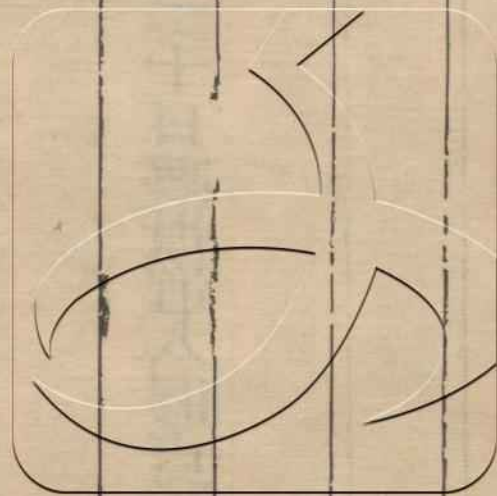
之賢契免生疑惑乎吾師亦恐前縷難明重謂玄珠貫串並大小圖玄机與後拔至要存乎其內問答決疑洩儒教之心法五等仙說辯明三乘之九步女真要訣洩調經中爲吾懷之乃修道之至寶也余弱冠之時常思生死一大憂患胸藏慕道之志無門可入至廿歲天奏奇緣感遇恩師桃源觀中次期嚴親指引奉父命而依玄教吾身急皈南無仙派受師之嫡指方知凡聖之道相隔毫厘之遙也夫修道與人道只在順逆之間耳順

行者天性也逆來者呀非師口受莫能曉用斯言賢友得遇此書潛心玩味以此修煉早登聖域其不樂哉

皆

光緒戊子仲冬二十日夢憬道人徊占子于坐橫橋樂音惟之序





論三教

夫學道者靜觀所產之萬物皆有本質何況人  
者乎蓋大道倬始與天立天之道本與無極無極者乃  
虛無靜篤真一之炁也一炁若動爲之太極次動則變  
而成兩儀兩儀化生四象四象彰生五行五行備而萬  
物萌焉若未判之先太極如卵內含隄隄混沌故曰鴻  
濛未闢自靜極清炁旋發立名曰之開闢始分天地矣  
輕清爲天重濁爲地天垂象而有日月星辰地奠形而



有山川土石此兩儀生四象也四象具而五行彰一生  
水水全清未有渣滓二生火火則薰灼溷濁而將凝也  
三生木木則半剛半柔而體質成矣四生金金至剛而  
體質堅實五生土土則重大質厚而成形是五行備矣  
五行既備則隄坎有交而化生萬物故人能得天地之  
正炁配曰三才者乎既有陰陽交合之意卽分男女也  
故稟乾道之粹者爲男稟坤道之粹者爲女乃鍾五行  
之秀得氣化之全者人也人雖配與天地而不能與天

地常存蓋天地之玄靈本清靜也若靜極之動亦有四  
時之交合而本情旋運永無洩漏故能常存之兆也蓋  
人之玄靈者本濁欲動時刻妄想情發交攻或有合而  
撒者或有彌而自漏者故不能壽久矣自天地初刼之  
時慈憫人道故天降上聖垂指名曰萬法天師次而又  
降五老一曰水精子二曰赤精子三曰木母四曰金公  
五曰黃老此五聖有體天法地之術復又天降盤古定  
立三才神君造化五行生尅先天而能返後天之源根



次又降天皇地皇人皇考甲子論周天辨理山河等物  
喻人修養斷欲絕情之謂而顧本也本固而慾情自斷  
永無滲漏之患也乃與天地同其壽矣故曰三才者乎  
前者有聖而無凡此爲凡能返聖之理也而後又降燧  
人氏鑽木取火有巢氏爲巢伏羲氏画卦女媧氏補天  
神農氏採藥有熊氏養五穀製衣冠分倫世物又繼裔  
少昊顓頊帝嚳唐堯虞舜夏后成湯文武周公大興聖  
道可爲國慈民賢之教矣以前並無三教之論亦未分

各國之說至於商陽甲時玄妙玉女受孕懷至武丁二  
十四年庚辰歲二月十五日是老子之聖降又至周昭  
王二十四年甲寅歲是釋迦文佛聖降至於周時人道  
盛興聖人議欲三教闡揚宗指各立其教至道者源本  
一也亦在賢愚之度耳賢者三教歸一之指另有教外  
別傳之受命也愚者不敢輕洩天机故有譬語公案之  
傳矣至今盲迷者多實受弊焉夫若通釋理而不通儒  
總屬狂慧之流若通儒理而不通道必受固執之病矣



今時後學多中此弊古聖曰正道無二法有二卽傍門  
是一也蓋儒教以易經爲首聖人作易幽贊於神明而  
生著三天兩地而奇數觀變陰陽而立卦發揮於剛柔  
而生爻和順於道德而理於義窮理盡性以至於命古  
聖謂性命之理卽陳陳剛柔仁義是也仁義配陳陳剛  
柔如春生秋殺其理一也故仁體剛而用柔義體柔而  
用剛故楊雄所謂君子於仁也剛未句不言仁義故闡  
揚修士牒著求卦協剛柔順陰陽而仁義之道自得矣

夫道能彌合天地統理三才故君子誠之爲貴無不用  
盡其極也古聖伏羲立卦乃先天之學乾南坤北離東  
坎西兌東南震東北巽西南艮西北起震而歷離兌以  
至於乾數已生之卦自巽而歷坎艮以至於坤是推未  
生之卦易之生卦則以乾兌離震巽坎艮坤爲次故皆  
逆數也雷以動之風以散之雨以潤之日以暄之艮以  
止之兌以說之乾以君之坤以藏之此修性命之道矣  
古聖羲皇卦位明對待之體文王之位言流行之用譬



謂乾健也坤順也震動也巽入也坎陷也離麗也兌說也艮止也慧悟性情之變化乾爲馬坤爲牛震爲龍巽爲鷄坎爲豕離爲雉艮爲狗兌爲羊此是遠取諸物莫如近取自身乾爲首坤爲腹震爲足巽爲股坎爲耳離爲目艮爲手兌爲口此八則列成五行返還四象合漑於三才歸濟而成兩儀又一太極之所是也太極者始從無極而來矣夫人身一小天地而有七竅身坐九宮內含五行八脈蓋人生死之化育由丹田發之故能統

元海十二經絡氣稟先天之源樞與天地同一父母故人亦得萬物之靈也若能盡性亦可至命如是以此虔修者方可登僊入聖乎夫亦在粹戾之分耳是要惺察覺迷動靜之根基夫自立儒教者由文武體堯舜之道而繼傳之後來聖賢者甚也成其名者蒼頡仲尼顏曾思孟重演聖机闡揚三極之道內有致中之心法在焉賢譬曰放之則彌六合卷之則退又曰知止至善安靜定慮而道善則得之喻人二六時中瞻彼淇澳而蓁竹



從身中坎水而出教人知所先後不可湏臾離也故中庸曰伐柯伐柯其則不遠執柯以伐柯睨而視之此是儒門之心法教學人在根本上用志相征使精絜而不外遊矣故潛神入在伐根之所而元神亦不致外耗故君子居易以俟命小人行險以徼幸子曰射有似乎君子失諸正鵠反求諸其身故註易經曰復從天地更端說起自萬物出男女自男女出夫婦從夫婦推出父子君臣上下禮義可見夫婦所閱甚大恒所受有咸无所

受與乾坤等故亦不名蓋乾坤爲萬物之父母咸人之父母也坎離之交者生生不窮之所自出猶以爲有躰而受之以恒也坎離者人之心腎也人之心腎若能時交旣濟之功得矣心腎二物相隔八寸四之遠遠乎非觀莫能得會必須真師授受孔子曰德不孤必有鄰有鄰者以心腎時刻爲侶使土德鎮於中央是爲長生久顧之道今之狂學謬謂修身之道乃虛寂之談耳反言諸聖俱是歿也苟不修至德怎知大學中庸之妙義易



之猶甚矣中庸曰至誠爲能盡其性能盡其性則能盡人之性能盡人之性則能盡物之性能盡物之性則可以贊天地之化育可以贊天地之化育則可以與天地參矣盼蟬子曰至誠者無欲矣用一點神明之真慧含栖命蒂之所守定陽精永無滲漏故曰盡性亦可復命能盡物之性者是陽精發生之時可爲自己救命之至寶物也蓋人全憑此精而活有此陽精則生無此陽精則死須用搗煉之法昔日東方朔有偷桃一法喻人學

之而後人錯悟其知本身自有之靈物是桃也而道士亦作公案之說耳若有修身之客每遇陽生採攝歸源補足前失之精氣補到百日炁滿先天發現儒曰浩然之炁至也釋曰菩提種子發現道曰先天釀生靈根恍惚是也此法自孔子傳教之後以至唐宋歷代成聖諸翁不敢輕洩此道自蘇東坡陳希夷邵康節富弼公歐陽公程公崔公等諸翁成道之後各自闡揚經教亦有實語者亦有譬語者如有知識慧悟之士體此虔修跳



出幻境愚迷者難解其詳故此至今寢失正道自古大道修性煉命之嫡法非余今時好事恐後學之賢友不辨真偽故而書與帑帛舍已不畏天責故著三教理脩法全敲躋云物舉潮來神牽定一龕真火夜三更天地交時萌芽動若無風吹枉用功蓋此大道風火同用之工機至神知絀在遇師之真偽故孟子所謂火然泉達又曰人之有德慧術知者大學有云周雖舊邦其命維新是故君子無所不用其極又詩云緡蠻黃鳥止于丘隅子曰於止知其所止可以人而不如鳥乎盼蟾子曰緡者緡而不斷之罌也蠻者南離之地在人身曰心心在實處爲血心心在虛處曰靈鳥欲要修命者必須用真意降潛靈鳥真意者屬土土卽中黃之色在五常者爲之信又曰民無信不立是此黃鳥矣正所謂信心無移止于丘隅者丘隅乃坎戶三岔路口之地處此隅谷乃生精生炁生神生人藏寶之元窟子曰于止將黃鳥止在丘隅之處其不是水火既濟之功也而靈根自固



精炁長旺日久產出先天浩然之正炁是也自古三教得道聖真無不是這裏所修若不知止處向外覓求費盡心机總屬傍門故曰人而不如鳥乎蓋不聞鶴鹿龜此三物能通任督二脈俱有千歲之壽何況人乎若不知性命之修持任尔千般乖巧或堆金積玉之富或貴極王侯難脫倏忽無常到日化爲異類那時悔之晚矣余謂此大要故著此書剝去皮毛說盡骨髓願賢友蓋而惺之余不敢妄註爲非是遵古聖之遺証故而淺近

言之以包萬卷之髓錄矣是法不是法賢君自悟也釋教者乃梵語之稱也與中華之稱不一也名雖不一至道無二如真修性命之禪僧其體一也夫人處寓天地之中無不是父母所生故此修命者一理也西梵者以瞿曇然燈彌勒接引爲尊至中華以釋迦文佛教下皈依開壇闡揚三乘之寶訓至西天二十八祖繼東土單傳六代將嫡指之真机最上一乘之妙果散在法華楞嚴寶積經中又有華嚴經一藏字字真詮實言性命



雙修之真指無不盡洩於經中又有近代六祖秘法壇經一部妙言情來下種奈因愚人識性久慙而天性遠矣今時俗僧棄而不取拋失印證以偽傳訛談裔演世法而盲忙引迷多生人我貢高之病蓋不能躬理盡性而至誠修命至老枯寂與輪迴有緣而天堂之路迷盡矣卽有學者無非唸誦口禪三昧公案之道苟不思遠近得道諸祖曆代高真莫不以嫡傳秘附莫不以格物參玄莫不以仁德培持莫不以捨已從人如軒轅走滕之問禮如仲尼不憚虛衷之勞如世尊叩求雪山六載如達磨在少林九年如四祖不傳五祖哀籲誓死之願如六祖訪求十五年忍辱藏垢而今俗僧其知性命之學得真師者比如天地之恩露厚如再生之父母甚深而感之吾願賢友急覓明師凡三教中俱有高人不可偏弊自惑若得真傳者以般若爲之筌蹄是法也起手修之必須先用觀自在菩薩又曰甚深法界六祖云往北接度又曰地果還生心經云日時變見若真誠者地



藏王菩薩會馬道一笑使目連僧用錫杖往來爲交得  
金蟾子之指實故菩薩而後證果求如來應之若雷音  
吼者彌勒尊久與菩薩觀音筵會故寶積經曰和合凝  
集決定成就法華經曰北海龍宮說法龍女兒自現寶  
珠楞嚴經曰雪山界地收取大力白牛世尊拈花笑與  
觀音說法昔日對斗明星而悟道吾喜阿難跏趺入定  
坐在中流水面故舍利子始從發現水卽丹田之水而  
道曰坎中之水儒曰源泉釋曰龍宮醫家曰命門是也

斗者在北極樞轉之處釋曰極樂國道曰家鄉路儒曰  
至善之地回之謂得一善則拳拳服膺明星者卽丹田  
之暖信反照之時有白光發現若能見之爲得真靜能  
真靜者必生清陽瞬此機急速採取不然化爲有形之  
漏盡而以何爲之道哉盼蟾子云云紅蛇黑龜成一窩  
觀音倒座禮彌陀真武指定蕩魔劍虎躍龍蟠出浪波  
識得拈花含笑意便是上乘脫森羅如若枯坐裝外相  
泄精無止昧心說華嚴經曰如時常轉妙法輪世尊曰



微風吹動又曰火化以後收取舍利火化者亦非今時俗僧死後焚尸之謂此乃禪定之中用三昧真火烹煉坤爐之真種又必須使呼吸爲風方有蘆芽穿膝之妙渡此以上之寶章千佛萬祖秘密之天机盡洩在經中故謂賢愚同度若大德者惺而悟之惟願後學同登彼岸使有志者速而省之當學如來不死之道若根鈍氣淺者將佛老之家言作爲癡語著以善德之釋子勤而培補以戒行篤持訪求時刻克已忍辱死心踏地問已滌愆而利人利物必感明師之受授方曉無去無來圓中之寂滅是真釋子矣

道教者乃中華之源由以元始天尊靈寶天尊玉皇天尊太上道德天尊爲之至尊自太上西度五印出亟谷傳尹喜真人次又受與東華帝君爲玄門領班之始祖化行三千大千世界無量廣度自東華帝君一脉五傳之下秘附七真接引後學甚矣莫不以修持行力而得並從志戒剛強種種之慈悲換轉天心變達氣質感格



至人方知修性煉命的由訣破生死之關竅方知下手而不外乎先天含真之妙意也蓋大道不過是把原失精炁神三寶返還凝聚之理而煉成金剛純陽之體與天地古佛金僊而同齊位也可爲百千萬劫不壞之金身其能附傳無德之狂人乎今時僞學俗道假貌全真或學一點運氣之術或學看過幾篇丹經稍誌幾句熟語之詞或看經中之譬語而當作實語其不錯悟哄人悞已乎以眞實次第之工夫辯爲皮毛後天之理潑也

者自逞訛言巧詐又加口頭公案談天論地一切無考之事與修身之道大不相合也或有枯坐無爲持心者或有觀臍而守腎者或有坐守庚申運精補腦者或有用意搬運周身謂之九轉還丹者或有念住兩腎中間爲之祖炁者或有子午卯酉行功打坐者或用女昇採战乃好姪之徒者或有燒鉛煉汞食秋石亦當服食者夫其知大道有率性之天機余故詳言此道恐後學眞僞不辯錯投曲徑故此証之祖師張平叔云道法三千



六百門人人各種一苗根爲有些子玄關竅不在三千六百門皇經云九十六種外道內有二十四觀之傍門最是害人之毒藥陷人之火坑比如下學淺見引入套語之中受他人之障弊恐後難歸正途而朦昧一世老來嗚呼其不悔哉敲躡道人調云故大德者必受命若無真善道難全早培寸土懷真志親近至人訪良賢如遇明師湏嚙問理合三教祖根源儒家易經爲首要大學中庸一貫全釋家法華與楞嚴華嚴壇經是心傳道

家丹經有深淺八百餘種難書全至顯至妙書昏帛華陽柳祖洩心傳慧命真經說奧究金僊証論附危險除此經書走遠路不知下手是傍參運氣枯坐裝外相意鼓吸吹弄後天妄想積雪作糧用磨磚做鏡聚面難意憧神催爲運火後升前降當周天貧道說此良心話早覓真傳快訪賢自古大道非兒戲開闢以來是嫡傳傍解晴摩自悞已精微不徹結幻丹且說迷士修者實在如是故馬丹陽真人云訣破斷慾師恩重誓死圍牆煉



至真薩真人云道法於身不等閑思量戒行徹心寒十年鉄樹開花易一入鄮都出世難馬抱一真人云天机未敢輕分付細細看眼悟不悟遇有艱難不憶家恁時指汝長生路薛道光真人云誰將大道付人情又云堪憐自古神仙輩時故如愚不作言鍾離真人云三清秘密之事忘言忘象無問無應恐子之志不篤而學不專心不寧而問不切彼此各爲無益若遇無德者而言道尔犯漏泄天地之罪若輕聞者犯無德無志之罪不足

以載道矣凡欲學道必先緊持齋戒精勤參悟奏告上帝如有不奏告者而敢私授受矣則洩道及竊道之罪尤速矣三元品誡經云或得仙經秘法妄傳匪人之罪或妄解經義不合聖心並屬天官三十六度風刀之考又云泄漏神仙之秘術或羨顯寶藏靈書之罪或妄造經論毀謗玄元聖道之罪並屬三元靈曹考之各有輕重之分耳栗大志問曰古僊有願曰度盡衆生方自度矣因何洩道有罪乎何以爲之無罪也叩啟開示答曰



有罪之人爲之無德能言談聖道之理而不行聖道之事此人外恭內僞暗計詭譎處事人面善僕默地不思天理口稱修真入道而慾貪恩愛矜前如故自高自滿奇能逞美假貌道相裝仙僞佛此等之人最能誑騙迷士孔子曰素隱行怪古聖曰正道愈悔假道愈顯此等之徒遇至賢怎敢度之如有度者與他同罪故此真道立面難聞也此是有罪無德一篇之論矣若無罪者仁賢也乃忘誠欲道必先立起功行滌愆斷慾斬盡牽纏

時刻要仁慈忍辱品正懷賢之氣質類搜丹經之秘語低心訪求於至士無一毫乖戾之巧弊方爲有德之人也亦可傳大道亦可受大道亦可悟大道亦可修大道亦可成大道如此施者授受者何罪之有也古聖曰彼此同登正覺是爲最上之上乘謬者可畏也予自陳惺之時憤志與大道潛悟諸仙佛之秘指初慧沖虛伍祖合宗語錄亦閱華陽柳師慧命之金言余參考之並金僊証論洞洩真宗所謂者真實語也夫出世之道非真



實不足以證仙佛垂世之道非真實不足以闢綺妄綺  
妄盛則障道世豈有仙佛種子而可執綺妄爲道哉余  
有淺集敲蹻洞章一部盪熿易攷一部亦有戲蟾圖一  
卷與精微歌自述集成一大註脚字字句句淺近而易  
悟予皈依北七真譚祖長真真人南無派下著註此篇  
予演法於龍門受法於南無所爲二門之嫡指惟願仁  
人知有正法得有正證以報仙佛度我之洪恩後來聖  
真見此如予面談若能加策勵精勤則仙佛便從證矣

可不勉哉時光緒乙酉秋日盼蟾子敲蹻道人劉名瑞

自註  
考証

道源精微歌

自註  
批解

盡言大小周天下手不外乎調釐先

天

此歌例子九則明詳註解以待同志悟

修早登正果

其一

夫欲築基調真息

靜守動取莫差失



採箇後天延歲月

海底迴風活子時

調彌先天能接命

德薄志淺空遇知

早培寸土拴猿馬

時至神知煉玄机

其二

夫欲修道煉己專

塵事看淡莫惹牽

洗心滌慮斷情慾

顧精補氣培先天

克己復禮伏至善

涵養丹田意返觀

和合人道机緣湊

堅持雅操繼工遷

其三

夫欲調繫產真鉛

必須真汞制精專

得繫全憑黃婆運

安爐立鼎異抽搦

自子至寅翻卦象

十二時中一周天

刻限呼吸防危慮

規程節止受口傳

其四

運得小繫是人仙

後升前降合天然

子進陽火三十六

午退陰符廿四還



沐浴呼吸非一樣

盡合天机刻漏旋

念中虛靈先天理

寂契圓融守丹田

其五

周而復始翕自然

先後二天神意觀

後天莫着湏樞運

若無先天立机難

一爻看過一爻至

繼周還源入坤田

河車運罷君再睡

來朝天机換接然

其六

小周功畢現三光

湧上目前景莫荒

四大沐浴看四正

轉過一周入中央

左轉六六右廿四

聖胎結就曉溫涼

孕繫脩防風火燥

子息之工緊收藏

其七

法到中乘是神仙

黃庭國內觀紫蓮

勿助勿忘溫柔養

寂契含融忘情緣

識神彰顯傷胎絡

覺中不覺勿抽添



元神住胎端拱坐

恢心聖火養真元

其八

十月之期龍養珠

緊抱牢封神氣握

二氣培養凝虛嘯

性定胎圓陽純足

切忌有爲防有用

覺禪待機莫錯乎

陰盡胎光霞燦爛

未至不可移昇炉

其九

忽然靜極天花降

坤炉移上乾昇鄉

鵲巢驚嶺風雲起

颺繞眉間放毫光

急超三界嬰兒演

防魔誘遠不廻鄉

乳哺上田三年正

靜處面壁脫塵房

問答說

五仙說

女修說

大小圖



玄珠串

後跋說



夫欲築基調真息

築基者譬如起屋之地礫基址不

滌慮絕除一切雜念諸業不關於心耳凡事未來不可  
思現在而不可存過往而不可追凡有事與無事常懷  
生死是小事矣日久自然情愛淡薄慾念少焉久則心  
正而后身修儒曰自天子以至庶人壹是皆以修身  
爲本故孟子所謂養心莫善於寡欲中庸曰首明道之  
本原出於天而不可易其實體備於已而不可離次言  
存養省察之要終言聖神功化之極蓋欲學者於此反  
求諸身而自得之以去夫外誘之私而充其本然之善  
此謂築基之功矣調息者乃入門之捷徑凡息不調其  
氣必濁若不知調處則猿馬無處拴矣夫真息亦非口  
鼻之氣也若能知父母受孕之處便是此處息者乃一  
呼一吸之中有四個往來爲之真息是矣湏將真意栖  
寂玄牝之內自然識性遁避而元神顯爲之清靜自在  
此時口鼻之氣不知有無若到靜篤之際玄牝靈根恍



惚涌動此時一派春楊之暖信故曰調息也古僊曰調息須要調真息調得真息立命基水銀自此葫蘆滿和合真鉛入聖機曾子曰在止於至善知止而后有定定而后能靜靜而后能安安而后能慮慮而后能得物有本末事有終始知所先後則近道矣中庸曰道也者不可湏臾離也可離非道也是故君子戒慎乎其所不睹可懼乎其所以未聞莫見乎隱莫顯乎微故君子慎其獨也喜怒哀樂之未發謂之中發而皆中節謂之和中也者天下之達道也夫欲修道必湏體此法門若行別路盡屬傍門矣昔曰軒轅黃帝問法成子云天下無二道聖人無二心修命者亦無二法是也盼蟾曰打鐵莫離風爐火燒丹不離身穴求靜守動取莫差失靜守者是逐日止念之功將尔之真坎爲蒂坎中有真一之炁內藏浩命之水必湏使南離下降烹之蓋南離內藏然性之火自來水得火而溫暖

以呼吸爲風吹發其內待而守之若至靜篤之寂必有物焉今時愚學身外覓求不然鼓動後天強逼識性恨力凝照而必有識神發現也或現諸光或現前事或現諸佛日月言談前世或傳道法或雲雨天花將奇現此諸等怪現皆屬魔道苟不求古聖之精微欲妄長生其不愚之甚矣而不思孟子之所謂火然泉達又曰善養浩然之炁是也易曰水火既濟又曰潛龍在田孔子曰視其所以觀其所由察其所安人焉哉哉敲躡道人曰凡人心腎相隔八寸四分而深遠乎非觀莫能得會觀者乃虛靈之慧照射入斗牛之所斗牛者命之消窟是也誰指心腎而言亦非後天之用矣釋曰觀自在菩薩道曰迴光返照要知去處儒曰瞻彼淇澳卽邵康節所云一念不起鬼神莫測浴融和合吾身隱在這裏此處乃修仙成佛之起首矣千聖萬祖不敢輕洩此道盡譬喻外物耳余不惜天責一鮮明恐誤修仙之賢友夫若真修之士必湏將節目貫徹而後用工可免去危險



之患也動取莫差失者乃是用真意久住隅命蒂忽然  
 丹田炁動外陽興起故曰命之至也急當起呼吸留戀  
 以真意攝迴本地必須使剛烈之神意鼓動巽風用三  
 昧煅煉化盡陰氣是為助道之本也不然傾刻變作精  
 流其不是差失也汝又以何為之進道矣蓋天下人人  
 盡知上天亦無有走洩身體之僥佛是實語也古聖前  
 賢不肯明言此理蓋大道乃上天之秘寶怎敢泄與愚  
 頑者乎其不反墮廢矣余註著此篇暗通一綿線恐君  
 錯走曲徑其不空勞一世或問歷代仙佛皆大慈悲因  
 何謹秘與道佛宗曰度盡眾生而後成佛之願矣如何  
 又恐人知之乎答曰自漢朝以上大道不輕書與紙帛  
 故因人而受量才而教之焉有錯傳乎今時將大道泄  
 與紙筆而鐫行天下誰敢全露猶恐匪人得之其不作  
 笑耻而談也余今重泄也哉亦恐志修之君子誤矣訝  
 光陰倏忽一瞬矣張紫陽真人悟真篇云不求大道出  
 迷途縱負賢才豈丈夫百歲光陰石火燦一身生世水

泡浮只貪利祿求榮顯不覺形容暗悴枯試問堆金等  
 山嶽無常買得不來無此偈教人急早用功迺出幻海  
 是前聖之婆慈其不深深悟哉

採箇後天延歲月

後天者人食五穀之氣餘化成榮衛  
 榮者屬血衛者屬氣血並行晝夜

無間而能資養五臟六腑運過身之百脈無處不通矣  
 始則灌溉與丹田終則歸於炁海炁海與丹田譬如子  
 母之相息由丹田生至命蒂復成炁也夫長至二八  
 之歲炁寶滿足任督自開炁欲發動化為精流洩焉此  
 為天性至也若順行有偶故能生人產物父生子子又  
 生孫乃人道一總持矣若將精炁逆攝歸源收而煉之  
 修仙之道成也蓋此法非真師莫能曉用六祖壇經云  
 情來下種昔日觀音與目連往北接度謂此修身一大  
 因緣故海蟾帝君度馬自然歌云呼從金鼎留真意吸  
 禽融和起根蒂攝迴命寶田中引鼓動橐籥返青瑤孔



子曰務本本立而道生又曰閑睢樂而不淫哀而不傷  
是正道矣今時俗醫妄指臍下一寸三分謂之命門其  
不謬誤乎古時神醫仙聖知此奧乳蓋命之元窟內藏  
修真之主宰故先後二天有表裏之用先天者即祖炁  
是也祖炁旺則後天堅立祖炁衰則後天敗矣而萬般  
旺於根核根核者乃父母所種之真精也古云淫性即  
道情此理至也譬如五行生剋不斷之謂矣隨然先後  
兩辯缺一者性命殆也夫若後天不足即可培補先天  
若先天滿足亦可延年益壽若有緣得受仙訣足能超  
出幻海立登聖域矣奈因俗薄者重焉無人信受也採  
者是精生之時不可外耗速起鼓舞招攝蓋初下手修  
煉必湏補足前失之元精方有百日之効驗名曰迴風  
混合將後天煉完方有周天之妙用故此延歲月矣古  
仙有云竹破湏將竹補宜抱鷄當用卵爲之萬般非類  
徒勞力怎似真鉛合聖机敲躡道人曰大道乃返還之  
理凡受生之時始父母一念而有我身吾借一念而煉

我形蓋凡立形之始原屬無極而來無極動而生有極  
由無質而生有質從有質而煉至無質譬如天地是個  
無爲所產萬物是箇有爲此玄妙之秘理一在師傳二  
在自悟若無丈夫君子之志相難入大道之堦基余乃  
發盡天理淺近之言也孟子所謂人之有德慧術知者  
中庸曰故君子而後不流強哉矯中立而不倚強哉矯  
國有道不變塞焉強哉矯國無道至死不變強哉矯夫  
今僞學不辨子思之奧語子路問強子乃身中之時也  
路者子之道路南方之強者南方離宮之心火人心最  
以難治故曰南方之強與北方之強與者北方屬水又  
曰坎宮在人身爲之腎水亦爲命消又爲真氣氣欲動  
時而坎水從之世俗人以洩精爲之樂事故曰寬柔以  
教不報無道無道者即樂慾之人或盲修之人無法止  
慾治心故曰衽金革死而不厭也若君子知此氣動收  
而爲寶故曰和而不流是道也蓋中庸三十三章之秘  
語乃修身之妙道非君子不深悟哉必須成性存存可



入道義之門心  
領神慧虔懇也

海底廻風活子時

是也海底者是生水之消泉釋教曰龍宮

女自現寶珠儒曰四海之內宗廟鄉之子孫保之故大

德必得其位必得其祿必得其名必得其壽孟子曰源

泉混混不舍晝夜謂此大修行之人晝夜無間也將而

之真意達入源泉之所是其究也易曰既濟既濟道無

云生氣源海亦生精元神下宿養真靈晝夜綿綿無間

斷須用廻風陽復萌海蟾帝君曰兀兀無爲融至寶微

微文火養潛龍又曰渺邈但撈水裏月分明只採鏡中

花常大淳問曰弟子不知廻風之次第懇求恩師發大

慈悲指示明詵之理敲躡答曰風者呼吸之意譬如天地之氣

來吹發海底之中是也妙在樞机之意譬如天地之氣

而能返於至陰蓋風一字大有秘奧矣如春夏秋冬有

四季之風七十二候有進士之風夫若修煉亦有此候

蓋修行之人與常人之憩大有不同常人之呼吸是一

往一來若得訣之呼吸有四箇往來此爲之真憩也且

初手修煉有初手之呼吸調繫之時有調繫之呼吸

產之時有採繫之呼吸煉繫之時有煉繫之呼吸行周

天之時有火逼金行之呼吸中途中途沐浴有沐浴之呼吸

採大繫有過關服食之呼吸結胎之時有結胎之呼吸

溫養之時有溫養之呼吸出神之時有演神之呼吸面

壁之時有入蟄之呼吸還虛之時有無爲之呼吸登空

證果之時有入昆盧性海之呼吸蓋大道始終全憑呼

吸之能若明此呼吸者亦可了道也若呼吸不明者萬

萬不能結丹矣守陽真人云隨杌默運入玄玄呼吸分

明了却仙白大慧問曰弟子叩啓垂指何爲活子時至

矣盼蟾子答曰活子時者乃自身之子時也亦非天時

之時也是真陽發生之際曰子時至也而不聞邵康節

之言乎恍惚陰陽初變化氤氲天地乍廻旋是此時來



之景也蓋修煉家子時亦非一說調藥之時有調藥之  
子時藥產之時有採藥之子時行周天之時有行周天  
之子時後天有後天之子時先天有先天之子時古聖  
云人候之用亦在子時之內矣若知其時曉其用法辨  
明火候之次第修道何難乎古德云若言其時無定時  
清風朗月自家知又儒云月到天心處風來水面時釋  
家般若心經云日時既見中庸曰君子而時中也蓋前  
聖之妙喻發其天机却不肯說出是個甚麼時來余不  
惜天責與諸人通一綿線免墮傍門早登道果豈不樂  
哉夫時者即吾身中之性命氣滿自動從內裏向外發  
生古德謂之活陽時其生之機形如烈火壯似焰風非  
真師授受意思莫能制伏矣別名猛虎專吞人之性命  
吸人之骨髓凡三教之高人任他說玄談妙不得真師  
無不被他所喪矣孔子曰回之爲人也擇乎中庸得一  
善則拳拳服膺而弗失之矣盼蟾子云靜極澎湃起規  
容採攝歸源武煉烹神任莫離鼓素籥防潮老嫩起規

程中途沐浴有刻漏吸升呼降

自靈通願君細悟此節是也

調彌先天能接命

調者往來之冲和晝夜無間是也敲

非蟾不能結還丹欲要慧嬰成蟾正果若無口訣不能仙

性命圭指云若問真鉛何物是蟾光終日熨西川真机

不離自身內生在杳冥天地先此喻修丹之士若能常

常如此將三寶藏而養之失若培足自有月盈之光現

是彌也而後先天景到小周之候法至也方可接命矣

盼蟾子接樹歌云清明桃李笑爭春不多時若不速接

樹猶恐花放蒂迷誤殘洩老總屬看園癡欲要學接法

急早培根基養樹先培土然後調水池泛濁根必朽缺

土漏無憾譬如種田禾深耕易耨期土實苗不發土虛

風吹楊虛實兼畜法借種插樹枝潛踵磨石頭鼎泫苦

爭持湏得精心學不可粗莽識弗比貧病稚借門混衣

食博學貯滿腹漸漸開慧持步步防危險看輕道狂癡



栽接耕種法自古敢輕遺必須仁德受頭頭縷各齊如  
此功加倍必生紫菩提價比黃金貴方法幾人覓即便  
有學者多被傍弊惑或有自專者文字顯才奇流口無  
上道誤人又悞已自誇成仙佛那知神仙理三丰無根  
樹接法隱玄機三乘共九步二十四段齊層層有秘語  
豈可狂才知余今書此烏妄言墮地獄放釋教光明如  
來云老僧會接無根樹能緒無油海底燈汝又當勤勤  
修煉非一朝一夕而能成道也重陽祖師曰純陰之下  
湏是用火煨煉方得陽氣發生神明自來也又聞之龍  
眉子曰風輪激動產真鉛都因靜極還生動此以上皆  
言風之妙用棲雲先生云火不得風不能焰灼抱一子  
曰知採攝若無風鼓吾之橐籥何以生風入槩鏡曰起  
巽風運坤火華陽曰巽風者呼吸之喻也火者乃元氣  
也元氣若不承呼吸之能則不能成槩是為陽不得陰  
剛必然不聚之故也又必須存心中之陰神馭腎中剛  
陽之火使綿綿息息歸根則坤火自運矣又恐用火者

有過不及之弊湏當用文薰武煉故蕭紫虛云熾則坤  
火畧理藏洽則巽風為吹噓此言是也黃庭經曰呼吸  
元氣以求仙李清庵曰得遇真傳便知下手成功不難  
鼓動巽風扇開炉焰李道純曰煉精其先以氣攝精無  
名子曰精調氣候調者是精生之時以用調法不則易  
走洩矣古云精氣之為物也運行常則退守則災譬如  
天之氣候四時不運萬物何以能生日月不耿萬物何  
以能明凡有偽道者以固守任精為之長生更謬也汝  
不悟道之根本譬如燒磚之土坯若不入窰用火燒成  
每遇大雨之時化為泥此謂守孤精之道也而不知  
風火之煉法焉能證其道果也沖虛子云調定其機  
者是精生之動機夫若不調則氣必洩而槩物不生矣  
又曰槩不調則老嫩亦無分別老嫩者是採取之時  
也若不先調無日氣滿景到也栗大志問曰弟子聞有  
一先生教人初手先行周天可是道否敲鐺答云此人  
未遇真傳不知調槩一法蓋調一法上聖深秘乃百日



迴風混合之用神返氣穴有旋樞常熒之秘机在焉非  
仁莫能受之李虛庵曰忙裏偷閑調外樂天机自活動  
矣鍾離真人曰勒陽關即此也冲虛子曰調到真覺則  
得真氣覺者乃是時至神知故能顧其本靈之心體方  
能不昧謂之真覺若能如法調聚自有造化之真机發  
見於外可不勞而自知也方能神清舒暢漸漸生於神  
通智慧儒曰道也者不可  
須臾離也可離非道也  
德薄志淺空遇知德薄者亦非世俗之洪福乃道中之  
佳而行力不篤也或時打坐而昏迷沉睡或真陽復時  
而散念紛華悞却採取之功矣或已之前愆未滌心性  
浮燥而垢重情擾故有臨机怠惰危險之患出也可惜  
當面錯過而元神不靈之過矣或有恩愛思慮過度亦  
有道心初發而不堅志往往有之或被俗緣牽纏欲想  
神仙之道容易成哉爾即便得遇仙訣自不能入手修

煉或有異端盲修之士自稱道高彌隆亦不肯低心求  
教或遇真師暗指苟遇而不視亦有視而不遇或有偏  
悟無爲之理而不知有爲初手之用也或有獨專無爲  
之法而不知先天之虛養矣此兩用之偏各謬甚矣故  
有晝夜操勞之心自枉費也至老成道難也殊不知大  
道乃太極無極之兼用若兩失一而心身怠得堅固故  
不能採先天真一也此以上爲德薄志淺而矣其不  
是空遇知者乎儒云康誥曰克明德太甲曰顧諟天之  
明命又云湯之盤銘曰苟日新日新又曰新此論教  
學人常顧其机而莫離也中庸曰君子而時中小人之  
庸也又曰君子依乎中庸遯世不見知而不悔唯聖者  
能之是言用功之德也若無德者素隱行怪後世有述  
焉易經曰物以羣分吉凶生矣在天成象在地成形變  
化見矣是故剛柔相摩八卦相盪鼓之以雷霆潤之以  
風雨日月運行之週旋與人卦相盪鼓之以雷霆潤之  
也伍冲虛真人曰世人不修仙德而妄求仙道又不知



真仙道之正理在而求之安得知改証也更被邪師以  
仙書真道之言邪說欺之世人人盡信可惜被害而  
迷失仙道其喪矣本有現在之性命也故元始天尊得  
道了身經云不識動靜真機不達真常全妙理如何得  
道成真此係德薄志淺之論矣遵  
古云德乃道之體道乃德之用

早培寸土拴猿馬

寸土者心也心在為識性而凡火上

意又曰中黃黃屬于信必須用信去執至善也蓋大道  
乃先天之理非中黃不能去拴馬矣猿者靈性也馬  
者坎中之剛陽用離相合而成午也故世俗人亦曰午  
馬又曰馬性龍種若大修行之人時刻常牽久而雲騰  
上昇矣栗大志問曰弟子無知拴與向處答曰此馬蓋  
不易拴必須逐日搗煉之法爾若功勤志專將真意入  
在五行不到之所馬非勒而不自住也勿犯毫厘之乖  
氣而盡性求之孔子曰無情者不得盡其辭大畏民志

此謂知本也康誥曰如保赤子心誠求之雖不中而不

遠矣昔日世尊思修時有天神變白馬乘太子出皇宮

而至于雪山自金刀洛髮太子即如來是也又海蟾度人

自然曰動則採取靜則守半是有為半無為重陽真人

云若還悟此目下便迴頭蓬萊路彩雲端有分相隨入

馬丹陽云氣不斷神可固先張紫陽云莫教燭被風吹滅

得性命返還先天自停住張紫陽云莫教燭被風吹滅

六道輪迴難怨天尤人玉吾云修煉力久更無夢覺之異

雖當寢寐亦不昧精生時不待喚醒亦自覺悟夏雲峰

云自然時節夢裏也教知靜而復動則用工也

道盛德至善民之不能忘也是謂自修矣

能忘也是謂自修矣

時至神知煉玄機過時至者乃吾身中之時至也不可錯

沉散乱亦在逐日元神覺照之力方能採取不悞機時

矣而瞬其机攝歸玉爐而鼓之煉之吹之自有玄机之

道源精微



妙用也以金龜縮首外形無壯為之驗矣亦必須終日  
有克已復禮道中之德也不然主宰不祐時至採取爾  
自悞也中庸曰嘉樂君子憲憲令德宜民宜人受祿于  
天保佑命之自天申之故大德者必受命易經所謂夫  
乾其靜也專其動也直是以大德者必受命易經所謂夫  
動也闢是以廣生焉廣大配天地變通配四時陰陽之  
義配日月易簡之善配至德故靈寶大乘妙法蓮華真  
經云性者靜也氣者動也動靜一如非至人安能措心  
于此廣成子云靜則靜于神意動則動于神機俞玉吾  
云金火要同爐在人一念返還耳此清同合一者皆是  
仙道之當然反是則根塵相觸而不能返還此濁同合  
一者亦如是此謂清濁個辯之理清者是塵念斷盡若  
遇時至急當採取是為天機元陽發現時在恍惚之際  
乃神仙之塔基萌也濁者乃根塵未淨夢中淫念而生  
不可當作先天之用此法在調藥中尋也廣成子答黃  
帝云至道之精杳杳冥冥是也玉皇上妙功德經云不

善修持而失法本不能長生也大還心鑑云至陽生不  
修行而溢生何得長生乎王重陽真人云回首處便要  
識希夷煅煉須將情滅盡修行  
緊與世相違此係神知之時煉

夫欲修道煉己專

夫欲修道者乃聖心初發發而容易

烈剛之火要返為柔守之用命乃柔弱之氣情發返為  
剛烈之水非柔性能制伏不然二物性情各自迥狎爾  
譬如身家積寶之賜若不刻藏防守性情各自迥狎爾  
何為內煉己乎又必湏逐日觀于性命為此大要矣古  
仙云留得陽精決定長生凡陽精亦非思慮之精亦非  
夢姓之精此乃天心發動時從無極中來是為清真是  
陽精也若得真師者便曉運用故陳希夷云人仙者已  
有焉地仙者從人仙用工不已進一階級則精已化氣  
採此化氣之丹母而服食則淫根除盡矣釋教曰得  
成如來馬陰藏相道教曰金龜縮首中庸曰君子之道



淡而不厭簡而文溫而理知遠之近知風之自知微之  
顯可與入德矣詩云潛雖伏矣亦孔之昭故君子內省  
不疚無惡於志君子之所不可及者其唯人之所不見  
乎又詩云相在爾室尚不愧于屋漏故君子不動而敬  
不言而信此謂淫根縮斷永無走漏也盡皆煉已採金  
精而到此無疚漏矣故沖虛子云氣欲動則使之不動  
而還靜故曰化精使不化而仍為氣即採取烹煉于下  
田歸其根復其使命長在而載命之身亦長在也若不  
守真氣復洩真精則與常人生死無異為其不列于人  
猶不異於人也所以云神馳則氣散神外馳于目則內  
氣亦外散于目而用視神外馳于耳則內氣亦散於耳  
而用聽神外馳于淫則內氣墮而散于淫根而用觸六  
根之塵皆能令我氣散最危險之要所以當防也是在  
煉己之純緩若不速修精竭則人亡蓋精由元氣化而  
為精為髓以護人身精有生則氣根旺精髓竭則氣根  
無而不能生護人身者已矣故亡道藏妙法蓮華真經

云魂勞神散氣竭命終亦此意不偽也故太上洞玄靈  
寶智慧本願大成上品經云立三百善功可得長存地  
仙居一功不全則災從一始而都失前功  
矣常有其念在於心管者則是也為煉

塵事看淡莫惹牽

塵事看淡者亦非外來之俗塵耳是  
己之內發也與前調葯之塵大有分

別前塵者無質而調質以為下種種若成形而不可被  
塵所牽染着故丘祖西遊記云猪鬣遭貶寓福陵山  
與卯二姐倒踏門有偶為之樂塵也而後得觀音化善  
改曰悟能之名復至高老莊招親又為憐塵矣並喻前  
調葯之法是矣後遇依契悟空至際行者變為高三小  
姐此乃金木交併名曰假偶無塵矣故曰莫惹牽也以  
前若無二塵其不孤修落與空亡也夫修土若到無塵  
而自交又何論世俗身外之塵事耳更不可觀與凡心  
也易曰三人行則損一人一人行則得其友言致一也  
子曰君子安其身而後動易其心而後語定其交而後



求君子修此三者故全也危以動則民不與也莫之與則傷之者  
則民不應也无交而求則民不與也莫之與則傷之者  
至矣易曰莫益之或擊之立心勿恒凶古仙云時至神  
知即神氣同動是也動而外馳逐妄則爲二動而不妄  
馳猶然合一非真清之同而何元神一馳氣亦馳元神  
一染精氣亦耗非濁之同而何即元始天尊得道了身  
經云意定神全水清清意動神行水清濁之謂也陳虛  
白云心動則神不入氣身動則氣不入神故丘祖教人  
心地上用工即照而寂寂而照之意明心見性也禪心  
無想禪性無生正與世事大相反者法尙應捨而世事  
必拋也拋至無生便是性地按楞嚴所法尙應捨而世事  
六塵之事與物也緣者相依著之意根者是眼耳鼻舌  
身意六根也偶者與塵相對也言心不著于外塵則不  
使眼根用見與外色塵對偶不使耳根用聞與外聲塵  
對偶之類反流者逆流之水故洞山和尚言洞水逆流  
卽仙家返還真一之水意真一之流得反則命根斷性

獨明靈六根之用皆不用  
則心地之工成而得証此

洗心滌慮斷情慾洗心滌慮者是採藥入昇之後大忌

返氣也謂修士空忙一場而反其神勞瘵也必須封固  
寂而照之使無人我之相混合元神方可化氣爲助吾  
身之先天也夫每到氣生之時元氣頓開必須丈夫之  
志氣不然情慾復發變爲後天有形之質焉亦是在前  
築基之行力有志者情慾早斷而先天易發矣夫達觀  
西遊記所謂猪悟能偶逢妖精常有慾念頓起是此發  
也而舊慧難滌故悟能可降正而治之沖虛弟子朱太  
和詩云道憑一字作根基運轉從心妙化移金自水鄉  
還白液木由丙穴返青瑤丹凝神氣栖玄谷星拱罡台  
照碧溪待到無垠垓北境黃庭獨坐伴夷希又云旌陽  
曾爲斬蛟來一劍功神逕自回千二百年吾復至幾微  
究氣重開丹凝玉昇風生耳火伏金炉息注胎此道



久將無處用求生舍我更尋誰故敲蹻常隱竹節菴潛  
待虎躍而喜之吾初首煉已也中節有養胎之煉已出  
神之後有忘忘之煉已也故孫悟空壓五行山下寂之  
方有唐僧取經之功蓋修土人皆知煉已誰知煉已  
有三法滌慮之功各有不一每遇時至生則動而後  
靜靜而極然有復動動而攝攝後滌慮故仙師曰照而  
寂柔而守一念莫起中庸曰回之爲人也擇乎中庸得  
一善則拳拳服膺而弗失之矣故曰君子和而不流又  
曰以人治人改而止忠恕違道不遠施諸己而不願亦  
勿施於人君子之道四丘未能一焉易曰故君子之道  
鮮矣顯諸仁藏諸用鼓萬物而不與聖人同憂盛德大  
業至哉富有之謂大業日新之謂盛德生生之謂易成  
象之謂乾効法之謂坤極數知來之謂占通變之謂事  
跡臥不測之謂神蓋用此占字大有妙用亦非俗作卜  
筮之用耳此占是橫丁一口原是人身之妙究矣知者可修也

顧精補氣培先天

夫後天原無真足自二八之歲命寶  
光盈滿而自溢自此以往常有慾念

牽發譬如皓月之中天滿在一刻滿而漸虧虧而漸盈  
故而常有缺哉夫若能顧補精氣而後天易滿爾當悟  
真訣預防先天發現若要錯過一刻之盈還是後天不  
足漏而虧也故金仙証論云夫顧命者乃是收視返聽  
凝神聚氣之法豈有他術哉古聖有言命由性修性由  
命立命者氣也性者神也氣則本不離神神則有時離  
氣王吾云心虛則神凝神凝則氣聚欲其氣之常聚而  
不散者總在炉火勿失溫養其元使神氣若子母之相  
戀左茲云子午顧闕元元卽命之蒂也若不顧守則火  
冷氣散久而命亡矣黃帝云存心於內真氣自然冲和  
不死故性命二者不可湏臾相離也離則屬於孤偏矣  
崔公云十二時意所到皆可爲混然子曰無晝無夜念  
茲在茲常惺惺地動念以行火息念以溫養白玉蟾云  
神卽火氣卽藥以神馭氣而成道以火煉藥而成丹有



槩無火則水冷而氣不生火養鍋底則水暖而氣自騰  
古云火燒苦海洩天机紅炉白雪滿空飛雪即氣也故  
氣因火而生因風而灼十二時中迴光返照刻刻以無  
煙之火薰蒸使性命同宮神氣同炉綿綿息息似有似  
無內外混合打成一片黃帝云火者神也息者風也以  
風吹火久煉形神俱妙人能如此何憂命之不固也夫  
命之元氣乃月魄神之靈光乃日魂以魂伏魄則先天  
之氣自然發生人多不測造化盲修瞎煉性命各宿孤  
陰寡陽自謂長生得道而不知其違道甚遠乎夫修煉  
者入室之時當外除耳目內絕思慮真念內守使一點  
元神渾渾淪淪隨其形體榮枯聽其虛靈自然融然乎  
流通湛然乎空寂於此常覺常悟冥心內照防其昏沉  
不可昧却正念參同契云真人潛深淵浮游守規中規  
中指元關一竅也然又不可執著以致真陽不生其妙  
總在不急不怠勿助勿忘而已清靜經云空無所空寂  
無所寂真常應物果然如此則神氣渾然如一恍恍惚惚

惚若太虛然古云先天一氣從太虛而來者即此也夫  
机之未發靜以候之氣既動以神聚之而願命之指盡  
在斯矣敲躄曰仙師雖是囑謂亦在學人前後細悟諸  
節次第蓋性命之學與別學大有不同非天理而無所  
從入矣

克己復禮伏至善

克己者克去己慾斷除人事也復者

須用禮節照禮兼天理之性矣故使天性柔伏至善方

可上騰以前之功法是定照慧觀吸攝鼓舞舞異風吹之

馬自然曰收納本地瞬刻伏之亦為臨卦是矣盼蟾故

曰卦固之際而在候復動另有口訣在焉海蟾與純陽

二次相接說法曰迦上出少人知火侯老嫩在瞬時

三陽開泰樞斗柄此是人仙上天梯中庸曰神之格思

不可度思矧可射思夫微之顯誠之不可揜如此夫信

行也子曰舜其大孝也與德為聖人此喻乃運化之妙



机故冲虚子答朱太和曰如猫捕鼠之義謂以性攝情以神召氣之喻爲然也彼猫捕鼠之時四足踞地寂然存不動之勢兩目熟視凝然俟擒鼠之專也故陰符經云机在于目阿難所云若不知心目所在則不能降伏塵勞又云長生久視佛所云正法眼藏究此所云寂然不動者以待通可不知似知白守黑知雄守雌此於百日閑中者乎可不似晝夜靜思以除六賊者乎究此之熟視無二則知用志不分凝神于十月閏中者乎故以猫喻至人以鼠喻真陽藥物但捕鼠喻採藥而後可稱了道爲之事耳過此則當忘猫忘鼠非採非捕而後可稱了道爲之今爲子原其之始當知其真机其不是如猫守空窟若辨真陽生之机以何當其真机其不是如猫守空窟復有知陽生之真机而不知採時之真机亦不能歸根復命徒然枯坐頑空則亦謂之如猫守空窟而雖有身心自然生机緣成一个當面錯過此所以當防癡猫也癡猫者是臨机意念紛華何能捕任其不枉費身心頓然洩走不然獲任緊防鼠之緩力而復走

涵養丹田意返觀

涵養者是採後天之聚氣復歸丹田之所又必須意住玄英返觀照之真

意者爲火使呼吸爲風而自然鼓舞古人囑曰煨煉火淨純冰之氣此時爾當涵養勿起毫念若夫塵念一起已之元精何能反爲先天矣汝不燃不靜瞬刻變爲冰濁還爾一箇後天有形之渣質萬不能助其本元此法妙在天理之慧照余乃淺言發明至當之理願同學早當領會已之生命可不的點天來子白虎歌云月無庚氣金無水從有真鉛枉用心王重陽云同首處便要識希夷煨煉須將情滅盡行修繫與世相違冲虚子曰元精何故號先天非象非形未判乾太極靜純如有動仙机靈竅在無前夢同妙覺還須覺識到真玄便是玄說與後來修道者斯言不悟枉談仙中庸曰其次致曲曲能有誠誠則形形則著著則明明則動動則變變則化



唯天下至誠爲能化又曰至誠之道可以前知國家將興必有禎祥國家將亡必有妖孽見乎蓍龜動乎四體禍福將至善必先知之不善必先知之故至誠如神蓋世俗名利之儒棄而不講修身之道專自獨言身外之事是事與己之性命無干也故吾敲蹻常自猛惺時有友人送號盼蟾子而後方現先天蓋子思子之言國家國乃丹田富寸土之所存栖真陽性命火在其中矣若存至誠爾便知興亡與者乃丹田氣發名曰妖孽或有夢幻見之若至誠之道急刻行功採取煅煉不然一旦洩去故曰國家將亡禍福之間也在瞬息耳景現於龜龜者陽舉而四體酥麻痒生毫竅古人云恩中

和合人道機緣奏

和合人道者乃常守下田谷牝之鄉

故而人道難全也何能配三才之體乎蓋玄牝者乃出入生死之門戶冰火分界之徑衢最危最險之關鎖以

初手至于了手萬不可失却真意亦至還虛方爲了當蓋人道尤難守矣一者肉合工夫火無間斷二者食飲勞碌俗人侵擾預四時寒熱暑濕脩防軀體有傷又要與人世爲功勸合衆善此是修真一大開節不然十方衣饌何能答之爾若無圓通活潑之法是難矣機緣湊者乃天命扶持亦賴前聖默佑感而遇之便得法財侶地脩矣方可加持上修大乘之道果不然古聖有留行住世之願昔曰所有八百歲錢鏐名曰老彭只因獨守下乘不得先天自然之足氣自可延年止於八百不能超出劫運而後遇至加修成其正果又有七百年老古錐如佛弟子迦葉者而後遇世尊方了脫大事亦有指其大法方知止火通關服食之道故靈寶度人經云道言道壽無極天壽有窮人壽無定真與道通壽則無數所謂長生久視壽歷無極故易經云一陰一陽之謂道繼之者善也成之者性也仁者見之謂之仁知者見



之謂之知百姓日用而不知故君子之道鮮矣顯諸仁  
藏諸用鼓萬物而不與聖人同憂盛德大業至矣哉富  
有之謂大業日新之謂盛德生生之謂易成象之謂乾  
效法之謂坤極數知來之謂占通變之謂事陰陽不測  
之謂神爾  
悟占字

堅持雅操繼下遷

堅持者內外兩魔不畏以為魔內魔

矣或夢中而見之急當用武火住想凝神栖寓玄牝竅  
中煖而煉之兩壞景遁然不見矣外魔者無非情欲人  
事攪擾苟既是真修之士敢有看不破焉禮惠從容與  
他此外魔而自退矣志修者名曰堅持也雅操者是內  
功大徹諸節文武火候抽添返還變象過關服食撒手  
等法一一皆明不欲庸愚談講大道自默涵養加上內  
修名曰雅操也古聖曰秘煉潛修隱謂防愚中庸曰既  
明且哲以保其身其此之謂與丘祖西遊記云難難難

道最玄莫把金丹作等閑不遇至人談妙訣空教口困  
舌頭乾又謂繼工之遷者乃綿綿不斷之往來栗大志  
問曰弟子無知水消清濁何能往來可返先天之氣而  
成繫也答曰靜定之中神氣如一是一是真靜也如靜篤忽  
然神氣一動急亦神氣持一勿要散念紛華古云時至  
神知即神氣同動是也學者若不知神清是不著妄念  
隨水之源皆清是聖種神濁是水源著妄而濁即皆濁是  
凡夫輪迴種故仙聖教人辨此為至急之事矣故靈寶  
大乘妙法蓮華經云性者靜也氣者動也動靜一如非  
至人安能措心于此廣成子云靜則靜于神意動則動  
于神机冲虛子曰動而外馳逐妄則為二動而不妄馳  
猶然合一非真清之同而何元神一馳氣亦馳元神一  
染精氣亦耗非濁之同而何元始天尊得道了身經  
云意定神全水消清意動神行水濁之說也陳虛白  
曰心動則神不入氣身動則氣不入神故丘祖云亦有  
心地下工全拋世事之旨也在也古聖教人在心地上用



工卽是照而寂寂而照之意亦非孤守死心之法  
喻人陰陽合濟一處將真性投入命之元窟是也

夫欲調繫產真鉛言調法只言調息欲賢士悟之蓋調

繫一着乃上天之秘寶弗敢妄洩矣余今淺言洩之譬

如後天有形之物若不先用法耳治制何以能成器質

蓋大道雖是無形必須從太極修之起首漸漸入于無

爲無爲者無極先天是也雖言調繫乃心腎相交之法

爾交隅何所玉皇心印經云出玄入牝若忘若存綿綿

不絕固蒂深根爾知調時調法法之所在亦不知清濁

老嫩是枉勞身心爾須知文武兼用之法在焉劉玄谷

云知生命之處時至攝而飯源煨後溫養是真道也六

祖壇經曰情來下種盼蟾子曰搗煉日久功無間斷不

失其時自然真鉛產矣鉛華現露爾當行周天之火不

然錯過其机而何日能入無爲之道矣蓋前言情來下

種亦非慾濁思慮之情乃道情發動名曰天心現矣又

名天性萌至聖人以此修煉而成還丹矣世迷人不

學道而妄想凡情愛慾者多矣若夫情慾有感則濁精

必生此情與修道大反矣故廣成子云毋搖汝精精搖

則少而漸竭無以還丹故陳真人云精少則還丹不成

若夫塵緣習染淫慾未斷皆凡夫同類故與凡夫難脫

生死矣南岳魏夫人云若抱淫慾之心行上真之道者

清宮落名生籍被考于三官也宗道者貴無邪棲真者

貴恬愉白玉蟾云學仙非爲難出塵離慾爲甚難王玉

陽真人云隨情流轉定落空亡更道難成功難就業難

富鼓躋曰雖是無情而無種以在清真水源清者爲藥

濁者無用此法以在師傳又自悟矣古儒曾子所喻康

誥曰克明德太甲曰顧諟天之明命帝典曰克明峻德  
皆自明也此道又曰湯之盤銘曰乃下手之精粹又曰  
瞻彼淇澳菉竹猗猗有斐君子如切如磋如琢如磨此  
一篇之理乃伏心制慾分清濁之道學矣喻人瞻彼必現真物



必須真汞制精專真汞者心之虛靈不昧返照惺惺  
長若如此爾之慧通廣大其有不應者乎故曰得真汞  
也凡夫一生者不知收光于內如何含養已之命蒂俱  
個形彰外物自將成仙作祖之根基墮喪也老來一常  
無嗚呼悔而無知矣若夫真修之士將靈光潛藏于北  
海靜篤而至靜日久海氣發現名曰真鉛道曰元精儒  
曰元氣釋曰菩提種子蓋元精發現形如烈火壯似飛  
煙非真汞莫能制伏真汞者乃離心入于坎宮火得水  
化而為龍又名性去投情若日久翕噓海中真慤長出  
靈質是為坎水得火常照化而為虎古聖曰至人降龍  
伏虎而後必成正果譬如水銀制鉛得法自然鎔化矣  
以後名曰情來歸性龍善虎順方有大周天之功法可  
得矣賈至云楓岸紛紛落葉多洞庭秋水晚來波乘興  
輕舟無遠近白雲明月弟湘娥柳宗元云破額山前碧  
玉流騷人遙駐木蘭舟春風無限瀟湘意欲採蘋花不

自由白居易曰邯鄲驛裏逢冬至抱膝燈前影伴身想  
得家中夜深坐還應說看遠遊人又吟瞿塘峽口冷煙  
低白帝城頭月向西唱到竹枝聲咽處寒猿啼鳥一時  
啼于懷和問曰凡唐詩可是道否答曰爾雖問不知其  
詳蓋唐詩三百首俱是修身之真言後經名利之儒註  
其詳反為俗語棄而不取修身爾將儒道寢失惟有易  
經稍有偏信苟不能分辯只言卦爻之書若有德者深究秘悟也  
得紫全憑黃婆運得蔣者不一有大紫者有小紫也蓋  
正道必須先求小紫是道也夫始見

小紫者與天地一年十二月為之侯法有進陽火三十  
六退陰符二十四之規止中途有十二個沐浴故于思  
子曰放之則彌六合卷之則退藏於密其味無窮皆實  
學也喻此紫生惟賴黃婆運用矣譬如萬物無土不能  
生化蓋運化之機亦非易焉此得紫有一意三用之法  
內有樞妙在逐日之性德矣必須真意住于輪心一意



又在于斗杓一意任沐浴暗合天地之數苟若不合此  
數是以忙修暗煉何能得藥者乎純陽祖云繞電奔雲  
飛日月驅龍走虎出乾坤俞玉吾云火侯之進退不可  
毫髮差殊然後九轉之間可保無咎王重陽真人云虛  
空返照虛空景照出真空空不空李玉谿云以神馭氣  
為採藥以氣合符為行火李虛庵真人一曰一陽初動  
漏遲遲正是仙翁採藥時速速用工依口訣莫教錯過  
這些兒二曰一陽初動即玄關不必生疑不必難正好  
臨爐依口訣自然有路達泥丸又律之一曰識破乾坤  
顛倒顛金丹一粒是天仙要尋不必深山裏所得無過  
在眼前忙裏偷閑調外藥無中生有採先天信來認得  
生身處下手工夫要口傳又律之二曰若無火侯道難  
成說破根源汝信行要奪人間真造化不離天上月虧  
盈抽添這等分銖兩進退如斯合聖經此是上天梯一  
把憑他扶我上三清律之三曰偃月之爐在那方蛾眉  
現處是家鄉色中無色塵先覺身外生身道更香先取

元陽為黍粒次薰真氣醞黃梁其間釀盡  
長生酒一日翻來醉一場周天大小在內

安爐立鼎異抽扇

安爐者乃元神下降與氣穴凡真修之士必須將天性真意潛入的處混

而無倚神者真火也爐者氣穴之元窟乃生精之所若  
夫爐而無火名曰空爐若知守神而不知妙竅是為凡  
夫常人亦名空禪也若夫知真之士爐中不斷火種自  
然坎與離交日久產出真種是為救命之法實古仙曰  
金爐不斷千年火玉蓋長明萬壽燈夫受真訣者必須  
安爐鍊生而後立鼎有鼎名曰有蓋譬如造酒之法竈  
中焚薪爐上有釜釜中釀糊糊上安蓋謂醞譬如為鼎  
此係先天之法夫若有爐有火有糊而無蓋亦不成輪  
酒譬如修土採封煨煉文武之火功毫無差殊方可生  
甘液欲燒煉又有文武之用文火者息嘯之妙武火者  
巽風吹發是為按天地四時之璇機方是真道也蓋爐  
何也化形成物之所其法易明故心經解云收來放在



活子時至矣夫不得金庫而無生尅

達磨祖師云二侯

重原青攷欠



周天之子時駕動河車採繫上升混然子云鉛遇癸生  
之時便當鼓動巽風扇開炉輔運動坤火沉潛於下抽  
出坎中一陽去補離中虛陰方成乾之象  
復還坤位曾子曰周雖舊其命維新

十二時中一周天十二時中不可昧却升降全憑呼吸

爾又不可墮于無爲之法蓋先後二天不可缺一用  
者偏枯一途空轉周天之輪輿矣又非今時釋門多守  
無爲之道故受弊焉譬如天地是箇無爲之先天所現  
日月風雲雨雪星漢變顯太極五行之彰後天者形彰  
現出故有四時寒暑溫涼節時氣侯蓋凡人逢時而生  
故有富貴貧賤壽夭而分蓋萬物亦有生殺歸根凋零  
之時欲修道之法暗合天地之數矣故純陽祖師曰憑  
看是陽火一脈者卽行周天之道蓋子後是陰符午前  
必由此路而運蕭子虛云幾回笑止崑崙上夾脊分明

有路通俞玉吾云元海陽和動寒泉氣脉通此子午當  
行之道若神氣泛然道外不成路矣或神不知其氣或  
氣不能隨神空空煨煉則金丹不成矣守陽云有兩相  
知之微意者是也又云寒泉瀝瀝氣綿綿上透崑崙還  
紫府浮沉升降入中宮故圓通禪師云羣陰剝盡一陽  
復生欲見天地之心須識承陰之法寒者坤也泉者坎  
水也皆喻腎中之水腎水果得以前所論之工法到此  
自有瀝瀝波濤之象乃真陽所產之時也氣綿綿者續  
而不斷之義道光薛祖云一父看過一爻生崑崙卽乾  
也乾爲首紫府爲丹田丹田升卽上崑崙降卽下于紫府  
中宮卽丹田也祖師教人行火上至乾昇下至坤炁是  
也廣成子云人知反覆呼吸微於蒂一吸則天氣下降  
一呼則地氣上升我之真氣相接也蓋吸降呼升者卽  
先天後天二氣之機也然後天吸則先天升焉升是升  
於乾而採取也後天氣呼則先天降焉降是降於坤  
而爲之烹煉也若口鼻一呼一吸爲之升降者則去先



天之氣遠矣覓元子曰乾坤闔闢陰陽運行之机一吸則自下而上子一呼則自上而下午降此一息之升降遇師者或賢士可知

刻限呼吸防危慮

刻限呼吸者乃是行周天之規法也斯奧妙之範圍莫離卦爻之度數若

差毫釐或不合爻度縱行別路與大道偃偃乎爾必湏吸升呼降起復至臨起臨至泰起泰至壯起壯至夬起夬至乾起乾至姤起姤至遁起遁至否起否至觀起觀至剝起剝至坤而歸還坎地此為一周矣蓋十二規限之內暗藏二十八宿內以應乎神氣刻漏外以應乎呼吸摧運而中途之沐浴規規緩力此法一在師傳二在自悟蓋大道之奧詣乃無極太極之全法缺一者萬不能成道矣蓋此行周一法上天禁秘千聖萬祖不肯洩漏余遵冲虛伍真人華陽柳祖之奧詣與吾南無派裔傳三悟同會豁而一覽方敢顯然此道之妙用奈因今

初大道盛興知真者少障偽者多也故吾敲躅書于紙帛特預真修之君子恭而考之篤真細悟節目層次貫串可保行工自無危險之患矣上陽子曰外火雖動而行內符閑息不應枉費神功蓋言外火即元氣也內符乃呼吸之氣元氣由呼吸而採歸炉亦由呼吸煉之則炉中之藥方成變化故仙翁云火銷金而氣不敗若藥已歸炉呼吸之氣半途而廻不應先天之氣則藥已耗散及再行周天之火與前不相續亦不能成丹也故守陽真人曰起火煉藥起火者乃是起周天之火行十二位也非真有位借火為位又謂十二時非真有時借火為時又混然子曰火逼金行當起火之初受氣宜柔之是也劉盼蟾云雖說偽時侯是真火侯呼吸兩平均節剛柔明栖處起止爻象合度伸故中庸註云道德則曰聖人造化則曰天地其實一理夫婦未見其小天地未見其大焉飛魚躍活潑此理流動充滿無些子滲漏處末節言一陰一陽之謂道矣故曾子曰十目所視十



手所指其嚴乎富潤屋德潤身心廣體胖故君子必誠其意是也陽和柳大澈問曰弟子欲觀西遊無知先後危險懇師垂訓答曰丘祖之心法慈悲盡矣巧喻危險各有不一也亦佐笑自投之危險有逢魔攝去之危險有入國傳信招親之危險爾再精心細悟余施一歌云丘祖道成作西游說與知音細搜求石猴越海覓至道偶遇樵夫指路由自投菩提靈台下三更跪師床下求菩提翻身發夢語汝從何路進邊謀石猴定性泣衷告後門秘進懇渡舟大發慈悲憐弟子脫塵之恩敢忘休憫惜生世蟬蛻苦光陰瞬息轉眼去爭名奪利石中火毫昧白頭作骷髏語住含淚連叩首菩提坐上默點頭畜生況且知生死涉路過途叩立修復言此處無六耳受汝筌蒂煉丹頭火降水升時既濟陰陽顛倒知添抽靜守動取陽來復道性存德莫外遊前半太極有為法後半無為剛變柔自始至終滌塵垢搜所精微穴中求諸節煥火防危險八十一難細追究子當細悟危險緊要之事矣

規程節止受口傳

規程節止者乃行爻之度數也名曰

養之功起臨至泰有斗柄迴寅之越此法古人雖曰天然之理必須有極之用有無之間是在師之秘受亦在慧光神顧之分辨耳察子思子中庸曰矧可射思夫微之顯誠之不可揜如此夫乃人仙之關節爾若道德堅固中途無險層縷撥清亦可小周還源降栖入兌窟故曰受之以口傳是致道也尹清和繼前歌云問欲不問好溫存見於不見休驚怕只在勿忘勿助間優而游之使目化一陽動處衆陽來玄竅開時竅竅開收拾蟾光歸月窟從茲有路到蓬萊故程伊川曰若非竊造化之機安能長生者乎易經曰剛柔相推而生變化故是吉凶者得失之象也悔吝者憂虞之象也變化者進退之象也剛柔者晝夜之象也六爻之動三極之道也是故君子所居而安者又古云黃芽穎露綠生毛神慧靈明正氣豪六甲風雷三尺劍煉光飛處鬼神蒙又古儒云



暖府孤城落日斜每依北斗望京華聽猿實下三更淚  
奉使虛隨八月槎畫省玉爐違伏枕山樓紛撲隱悲笳  
請看石上蘼羅月已映洲前蘆荻花故盼蟾子曰戲數  
金錢安時節準箭射星望明月吸升呼住十二緩天机  
微秘感真訣夫修  
土不可不細察哉

運得小槩是人仙

小槩者乃小周天是也與大周功法

十二月度不可差錯毫釐爾若不明升降之度呼吸混  
雜此小槩何能得乎蓋此法不明多有謬悞偽賢者疑  
悟天然無爲之理苟謂有念墮入後天執着之相故有  
真種產而自悞矣失却天道上道有極之用故落空亡一徒  
弗悟是也愚者着相求之不待先天時現而後天強運  
失却無爲落於偏枯故有識神發現而人仙之關節萬  
不能得矣汝修道之士當明二法相兼故不能迷失候  
法便行正果而得人仙者乎古儒曰大車無輓小車無

軌其何亦行之哉大車者大周天之候法小車者是小  
周天候法也道曰大小河車運無間斷用者不一釋教  
曰法輪故亦曰車內有大小之分耳沖虛子詩云元精  
何故號先天非象非形未判乾太極靜純如有動仙机  
靈竅在無前夢回妙覺還須覺識到真杏便是玄說與  
後來修道者斯言不悟枉談仙此詩乃將仙机洩盡指  
示後學聖真仙佛天人必當參悟爾初現先天即行周  
之蟾子歌云久望橋邊意住森余乃敲驕指知音念  
盼蟾子歡喜地拾出蓮花現寶珍慎勿驚懼塵須寂止而  
顧守歡喜地拾出蓮花現寶珍慎勿驚懼塵須寂止而  
復起斗廼寅賓主魁罡翻卦象扶上銀河緩越伸易曰  
君子之樞机樞机之發榮辱之主也言行君子之所以  
動天地也可不慎乎同人圭號咷而後笑子曰君子之  
道或出或處或默或語二人同心其利斷金同心之言  
其臭如蘭初六藉用白茅无咎子曰苟錯諸  
地而可矣藉之用茅何咎之有慎之至也



後升前降合天然

後升前降乃是二氣灌溉之理自然

上升至頂而止前降者呼之而下由頂至于坎宮森部

是為河車之路也道曰小周天釋曰鹿車灌頂蓋此天

機內有清濁邪正難辨也正者得訣之人妙在神慧

之步乃一意二用天機自周旋也古聖曰意住輪心元

神幹運斗杓須要清靜法身方可得真陽之資是為仙

本亦非初手之修用若到此步位無不通曉矣奈因之

際乃仙人之分界故俗夫無所知也蓋濁者是耳修之

士亦未嫡指次序弗明每遇陽生時以為至道而幹運

周天亦不合卦爻之度亦無論陽火陰符沐浴之規行

久而返生咎也苟不深參領受古聖之傳跡無不是清

源修來故曰法門不二蓋清陽彌篤上灌雖曰天然合

發爾若不知的處緩步而陽生易耗矣其不空自守老

惑誤也故呂祖云四六關頭路坦平行人到此不須驚

從教憤駕轟轟轉儘使羊車軋軋鳴渡海經河稀阻滯

上天入地絕欹傾功成直入長生殿袖出神珠徹夜明

又繼大周云九六相交道氣和河車晝夜迸金波呼時

一關頭轉吸處重重脈上摩電激離門光海嶽雷轟

震戶動淺婆思量此道真長遠學者多迷溺愛河盼蟾

子曰祖師之慈悲大

同小法稍隔呼吸息也

子進陽火三十六

陽盈盛後天去淨先天獨存方與此行不然墮入傍門

之外道並進火者乃神氣並行之周須用慧劍矚之蓋

玄機之妙亦在吸提呼合緩越之湊合方六規之爻度

不然終不能結丹冲虛子云元精流布而欲下蓋元精

之根在丹田若將生精則必欲下行于淫根我不令往

下而返歸于根非升不可故必升之曰採取蓋六陽時

從子後升之六陽者子丑至巳六時為陽故曰子後也

純陽祖日子後午前定息坐夾脊雙關崑崙過者是也



皆升以升之升之即採取也坎生隨用火之子亦日子此而採取即子後升六陽時皆以升故能令氣歸于乾即所謂還精補腦是也故易經曰聖人設卦觀象繫辭焉而明吉凶剛柔相推而生變化是故吉凶者得失之象也悔吝者憂慮之象也變化者進退之象也剛柔者晝夜之象也六爻之動三極之道也是故君子所居而安者故變悟道人問曰易言吉凶剛柔變化乃卜筮之占何聞修身之論答曰此乃在塵之儒耳苟無志遁脫名疆慾海故而一偏求所欲利也爾不思義皇文武作易之心法觀天伏地之象其非一日研窮妙理乃篤盡于婆心其能留後人卜占迷愚者乎

午退陰符廿四還

午退陰符者由乾南降下以呼為提以吸推由午至坤亥四六之度緩而降之不然難合坎離之卦數是為狂行周天必有危險之患不但不結丹而火逼金甚故有下漏蓋規規之法

丙合緩急潤餘之沐浴暗藏也修者虔悟丘祖西遊之指故依裝有兜馬之行用孫悟空行者前後扶持越嶺而緩上下也乃仙祖恐學人不防危險之急緩也故冲虛子曰升而轉前歸於本根氣穴故六脉時從午前當降而降皆降以降之聖和問曰師論元氣生元精弟子痴蠢無知可是移竅而升方是元氣而升之懇恩示之答曰雖有升降轉運如此斗天罡猶若不升取功在升降竅為北辰象星旋繞是悟也聖正和問曰如何六陽皆用升六陰皆用降盼蟾子答曰凡用火必從子起子及六脉在先行因真精生時往下必令還于上須升方還得浩然故取其上轉也至午以後坎氣已全只要薰蒸長旺因在氣根穴內用功所以要以補填氣穴滿足焉得不歸下氣穴此必然之理也所以妙在升降者由顛倒用之始得其妙蓋升時有降降時有升此顛倒輪轉也譬如水車之開法此萬古不洩之天机盡洩矣呂祖師云一本天机深更深徒言萬劫與千金三冬大熱位



中火六月房寒表外陰金爲浮來方見性木因沉  
後始知心五行顛倒堪消息返本還元在已尋  
沐浴呼吸非一樣沐浴者是呼住吸起中間之息爲之  
在步位規中是也亦非停息無爲之謂也譬如紡線車  
兒一般若無進輪續綿綿如何成線無間也是在止之  
中名曰沐浴此法亦在修土參悟之妙用矣于憬和問  
曰師論沐浴非一樣者何也答曰一段有一段之沐浴  
工法不一蓋大道始終全憑呼吸沐浴之能爾若節縷  
貫串何必言有危險者乎是在緩急裏護持一物之  
浩然始而成形而越也民祖曰半紅半黑道中依水養  
真金火養鉛解接往來三寸氣還將運動一周天烹煎  
盡在隊臥力進退須憑日月權只此功成三島外穩乘  
鸞鳳謁諸仙丘祖西遊記云心地頻頻掃塵情細細除  
莫教坑塹陷毘盧本體常清靜方可論元初性燭須挑  
剔漕溪任吸呼勿令猿馬氣聲粗晝夜綿綿息方顯是

功夫故註中庸云誠則虛虛則通通則能感故曰如利  
矢知是情萬事而無情如鑑之本空隨物而照也盼蟾  
子歌云沐浴非忘不行工神持照顧慧從容大小輪轉  
皆一理途隔長短起規程長者沐浴有十二短途沐浴  
四個平吾將天机重洩漏願君細悟早靈  
通此沐浴之深指重詳再再秘施無盡矣  
盡合天机刻漏旋當攝而候候此時一派春蠶已當立  
起修仙之志氣勿犯毫厘之塵念混然扶上杏真之路  
一步步神氣交合吸上呼住呼下吸住莫借規途十二  
辰內暗沐浴相合若不演習熟法則百日混合之終悞  
然天机發現臨机首尾不顧始由煉已不熟時至行周  
塵念復發而一意三用之妙無能湊合故有散念分華  
之刻漏十二時中難交全法是爲危險之病矣中庸註  
曰此三大支之第二而此其實一理夫婦未見其小天  
則曰聖人造化則曰天地其實一理夫婦未見其小天



地未見其大也。焉飛魚躍活潑此理流動充滿無些子  
滲漏處末節言一陰一陽之謂道。盼蟾子曰三教之道  
合而一。理奈因後學無志博讀故有偏弊。自惑而究其  
所指一道坦坦大抵名目不一也。又呂祖云誰識寰中  
達者。人生平解法水中銀一條拄杖撐天地三尺昆吾  
斬鬼神。大醉醉來眠月洞。高吟吟處傲紅塵。自從悟裏  
終身後。贏得蓬壺永劫春。盼蟾子曰縱直曲規認天然  
繼連沐浴引清泉。緩開逆水防降漏。呼吸提止妙玄參  
雖言小周無大險。修道首門入仙班。初乘從此  
門中過。弗令此規是枉然。蓋真道不出範圍

念中虛靈先天理

念中虛靈者乃身中太極萌動之時  
須用元神主持。蓋元神無方由正念

而生也。正念者是逐日靜篤之虛。將真意潛藏北海之  
中。養成靈光耳。栖谷先生曰真意得真水。養成天理平  
每遇太極動時以正念伏之于懷。和問曰既曰太極又  
曰虛靈何也。懇師指示答曰虛靈者乃萬緣遁而寂靜

生之爾。須成性存存每遇太極生時若無虛靈不能採  
攝。即便識神攝歸總屬濁源而不合天理。憬問何也。曰  
蓋太極生時有變化生尅之理。全在一念之擒耳。若使  
先天而伏他亦隨先天而變。若使後天而伏他亦隨後  
天而去。蓋此太極人人皆有亦在凡聖之用耳。此真意  
之本根原屬火。火生於土。若炎然逆生而反變為木。木  
者屬靜。蓋大道始終全賴一動一靜。扶上脊裏降還本  
宮寂然而照之純陽祖云天生不散自然心成敗從來  
古與今得路應知能出世迷途終是任埋沉。身邊至繁  
堪攻煉物外丹砂且細尋咫尺洞房仙景在莫隨波浪  
沒光陰。玉谿子曰剖開太極巴露出天地心。虛空闊無  
涯微月見孤岑。故會子所謂周雖舊邦其命維新是故  
君子無所不用其極。盼蟾子曰虛靈弗昧待繁生。瞬探  
清源西轉東。翰周越邦合天理。其命維新文武烹念中  
無念塵先覺大忌沉昏起。規程說與君子真烈士先後  
二天細精通。故易經曰憧憧往來明從爾思是途矣



寂照圓融守丹田

寂照圓融之理乃升降歸根之際柔

如是也曹全和問曰

歸根之際可文可武懇師發明其

與是幸也道人答曰

歸根之後候其陽長再再矣古人

曰動取靜守專眸在

意乃文武之用也凡周一廻陽長

一分陰消一分陽長

陰消識性漸避汝元神耀靈而神

通廣豁爾魔力加增

一寸而之道根情濃姿近百倍也

是在爾慧力隄點繼

而越之亦當慧劍倒挿法眼前後

而莫離祖氣也若繼

周之時將慧劍貸藥提出炉究從

舊路縱容越之故孔

子曰三十而立孚祐帝君云北帝

南辰掌內觀潛通造

化暗相傳金樞袖裡居元宅玉戶

星宮降上佞舉世盡

皆尋此道誰人空裡得佞關明明

道在堪消息日月灘

頭去又還皇甫履道云十二時中

無令間斷玉吾云天

道無一息不運丹道無一息間斷

橫川珙云洞水無緣

會逆流見他苦切故相酌西來祖

氣實無意妄想狂心

歇便休中庸註曰持敬所以修德

修德乃能凝道故尊

德性德乃性功之得矣若塵念雜

擾將道路錯亂即無

德也盼蟾子曰寂照圓融團養功

守持敬奉柔和情稍

似調藥武煉後勤抽坎慤一爻雜

魚食上鈞當着力律

竿東岸扶蒼龍以前規規天然理

活潑程途意合濃易

曰君子樞机發矣

周而復始翕自然

周而復始乃往來載氣之運漸演歸

翕自然易曰潛龍子

曰乾坤其易之門也乾陽物也坤

陰物也陰陽合德而

剛柔有體以體天地之撰以通神

明之德其稱名也雜

而不越於稽其類其衰世之意耶

夫易彰往而察來微

顯闡幽當名辨物柳華陽曰吸降

呼升者即先天後天

二氣之机也然後天氣吸則先天

氣升焉升是升於乾

而為採取也後天氣呼則先天氣

降焉降是降於坤而

為烹煉也若以口鼻一呼一吸為

升降者則去先天之

氣遠矣覓元子曰乾坤闔闢陰陽



運行之機一吸則自下而上子升一呼則自上而下  
降此一息之升降也路泛遊問曰老師所言有兩重之  
呼吸但前文其意至幸中宮以斗柄轉心主之又見其  
神隨先天之氣升降又聞後天之氣在息上升降如老  
師言三處都有動靜知覺之意不知其神其意重在何  
處又不知其神其意如何分別用度我聞之丹經曰行  
則神氣同行住則神氣同住今此分別神意其不相合  
何也答曰子之不明非經之不明乃爾之偏見譬如世  
人安消息制物之法如若投機一扣即應無處而不動  
夫但有先天之氣者則經絡自能通應而又有後天之  
氣鼓舞安有上下中間不應之理乎可見先天後天上  
下中間皆主乎其機也若是無其機焉得應之者乎  
先後二天神意觀 先天者乃無極無意而生斯在恍惚  
靈覺之賢料二事相兼不可缺一也惟賴神意拱護扶  
上升降灌漑而幹運矣太初古佛云一片東兮一片西

兩頭動處幾人知出有人無真造化神氣相交透祖机  
譬喻鄉人織布其意一發手足頭目俱以發動發者是  
誰動者其神意在何處若能明此理則臨時而不悞造  
化之機緘矣故俞玉吾解陰符經云恒山之蛇擊其首  
則尾應擊其尾則首應擊其中則首尾俱應又云其法  
潛神於內馭呼吸之往來上至泥丸下至命門使五行  
顛倒運於其中此即周天內外機動而已是也又冲虛  
子云以意在中宮以神馭氣其氣自尾闾夾脊上岷崙  
復下丹田周流運轉不絕又何必有疑哉問曰王勝明  
乃江西亦能升降因何幾十載不結丹未成大葯答云  
此人乃後天之意氣亦非先天之神氣也憬和問曰弟  
子稍明此理蓋大道始終機時清濁而行懇師重宣秘  
要答曰爾不思冲虛子曰當吸機之闔我則轉而至坤  
以升為進當呼機之闔我則轉而至坤以升為退盼蟾  
子云不到斯時枉安排老嫩遲速細悟開覺中不覺微  
微略法象圓足神寂懷逐日培德仗天力若是識覺發



徘徊元神能領先天  
氣識神能幹轉不來

後天莫着須樞運

後天者乃是覺照之意也古人云寂而照照而寂寂者是先天虛無淳靜

一靈獨存若靜極而動

必須覺照矧意之顧故曰照料

自始至終不可缺一

若先天機發雖用後天樞運爾若

太着意念而河車不成

矣故蕭紫虛曰乾坤橐籥鼓有

數皆以下言周天之息數

上文言其中卦爻之數尙未

表明若不用其數則丹道亦不成

矣朝元子云勸君窮

取周天數莫使蹉跎復卦催

蓋乾坤者乃天地之定位

橐籥者卽鼓風之消息奈何

真氣不能自返復於乾坤

微賴橐籥之法以吹運之

蓋乾坤卽橐籥之體坎離乃

橐籥之用所以乾呼返吸至

於坤坤吸返呼至於乾乾

坤者乃坎離之體內呼吸者

卽坎離之用人若能明者

內呼吸則橐籥自鼓而乾坤

自運矣數者乃陰陽升降

之度數假呼吸之息數而定

卦爻之揲數薛道光曰火

候抽添思絕塵一爻看過一

爻生抽添者卽真氣上升

下降之旨也絕塵者凡臨機

時幻化頓自則真我不離

於氣爻過爻生者喻綿綿不

斷之意守陽云隨機默運

入玄玄呼吸分明了却仙陳

泥丸曰天上分明十二辰

人間分作煉丹程若言刻漏

無憑信不會玄

機槩不成易曰履信思乎順

又以尙賢也

若無先天立機難

先天者乃慧光之主宰爲賴濃睡之

差當垠些覺中照料也如若

獨明無慧爲之失却了宵

冥之根而先天機之猶難立

矣太初古佛曰分明動靜

應無相不覺龍宮吼一聲無

相者道曰虛無釋曰真空

此原無相因靜定而生也故

玄學正宗曰彈指巽豁開

彈指者頓然而覺然不可起

太明覺須要恍惚而待之

若起明覺之念則後天之氣

隨念而起包裹先天之氣

而先天既被後天所裹則其

所發之氣不得融盛亦不

能採取行周矣混然子曰時

至氣化機動籟鳴火從臍



下發時至乃藥產之時也。籟鳴者，卽元關之機動也。火者氣也。臍下者，丹田也。古人云：時至神知者，此也。學者苟不知之，則當而錯過矣。沖虛真人云：覺而不覺，復覺真元，喻覺者知也。不覺者，渾也。若陽氣纔萌，似有可知，故曰：覺也。陽氣未旺，不宜急速進火，故此言復覺真元者，卽真氣也。爾若着有形用之，則長邪火而行之，咎也。又曰：採藥歸爐，藥者真氣也。然藥之生時，則往外順出，故用神氣採之，歸爐真氣，既得神氣之力，自然隨神而歸。丹矣。劉盼蟾曰：先天初現，力未全採，而歸爐雨忘間，二候長旺，三陽泰極，運斗柄，路程虔緊，緩前文安沐浴，升降旋周，刻念堅入，坤潛藏如顧舊，再起規途，亦如還數足，陽純當移，昇換手工，夫景象瞻。

一爻看過一爻至

陳泥丸曰：一陽復卦子時生，生後一陰生於姤三十六，又二十四，沖虛子云：子至巳六時，爲陽陽合乾，故用乾爻乾策乾爻用九而四，揲之爲三十六，故陽火亦用九同於四，揲又註云：

子丑寅以次皆用四，揲之三十六，又云：午至亥六時，爲陰陰合坤，故用坤爻坤策坤爻用六，四揲之爲二十四，故陰火亦用六同於四，揲又註云：午未申以次皆用四，揲之二十四，又云：陽時乾策二百一十六，除卯陽沐浴不用乾實，用一百八也。陰時坤策一百四十四，陰西陰沐浴不用坤實，用一百二十也。合之得三百息，乃周天之數也。蓋潤餘之數在外，曰三百數者，實非三百息，皆譬喻辭也。蓋修士工行至此，暗合爻度，若不合此機，爾不能成正果矣。悟真註疏曰：子進陽火，息火謂之沐浴，自然之妙，運非是停住，先天而不行，乃是停住，後天之行，武火故履道云：十二時中，毋令間斷。俞玉吾云：天道無一息不運，丹道無一息間斷。故卯酉時不行之中，而然也。運吹噓，則子午亦然也。又重陽云：子午沖和，連卯酉春，數在裏，授春，冬，秋，夏，看四正，亦非小周換法求。



繼周還源入坤田

繼周還源者亦非一周而完矣乃規規無間之法是也趙大悟問曰弟子

懇恩開示盼蜂子云靜則歸根入

動則越嶺行程緊

安前途無二分合和天然發憤惺時行周亦舊耽睡秘

藏沉幽物若不動勿用遊耐等形彰照舊于憬和問曰

弟子些悟未能常達雖閣丹經大小周天沐浴起止景

象渾然茅塞懇恩垂指恩感無盡矣答曰天道玄科榮

重嚴自古上聖敢輕傳三教聖經皆譬喻恐洩天机有

罪愆防後世態人心變恐後賢愚談笑贍沖虛華陽

筆後貧道陋志敢書篇若問大小周天理不到賢人頭

錯安小周十二人仙路大周移昇是神仙脫胎神化天

仙位德培聖慧超凡寰小周運化呼吸力為賴爰度三

百全大者進士看四正均平防魔有威權不信爾看釋

門法念珠一百零八全沖虛子曰世稱沐浴不行火且

道吹噓寄向誰要將四正融抽補纔得金丹一粒歸柳

華陽曰凡行周天之時其後天之氣有迴轉之机故在

迴轉處內藏陰符陽火之秘机既有太陽六陰之限數

焉得一息而運至於天哉縱運亦不成周天之度而不

合刻漏之法則也丘祖云運行周迴自有徑路不得中

氣斡旋則不轉又沖虛子云火候誰云不可傳隨机默

運入玄玄達觀往昔千

千聖呼吸分明了卻仙

河車運罷君再睡

河車運罷者乃一年之氣候隆冬之

時机發亦當樞運從此周周無間方可剥盡羣陰始純

陽而返成正陽之軀矣故純陽祖師曰憑君子後午前

看一脉天津在脊端又論此子後是陰符午前是陽火

盖一脉者即行周天之道路凡行火時神氣必由此路

而還蕭紫虛云幾回笑指崑山上夾脊分明有路通又

俞玉吾云元海陽和動寒泉氣脉通此子午當行之道

若神氣泛然於道外不成路矣或神不知其氣或氣不

能隨神空空煨煉則金丹不成矣守陽真人曰有兩相

宜順時收火

卷一

河車運罷君再睡

河車運罷者乃一年之氣候隆冬之

時机發亦當樞運從此周周無間方可剥盡羣陰始純

陽而返成正陽之軀矣故純陽祖師曰憑君子後午前

看一脉天津在脊端又論此子後是陰符午前是陽火

盖一脉者即行周天之道路凡行火時神氣必由此路

而還蕭紫虛云幾回笑指崑山上夾脊分明有路通又

俞玉吾云元海陽和動寒泉氣脉通此子午當行之道

若神氣泛然於道外不成路矣或神不知其氣或氣不

能隨神空空煨煉則金丹不成矣守陽真人曰有兩相

宜順時收火

卷一

河車運罷君再睡

河車運罷者乃一年之氣候隆冬之

時机發亦當樞運從此周周無間方可剥盡羣陰始純

陽而返成正陽之軀矣故純陽祖師曰憑君子後午前

看一脉天津在脊端又論此子後是陰符午前是陽火

盖一脉者即行周天之道路凡行火時神氣必由此路

而還蕭紫虛云幾回笑指崑山上夾脊分明有路通又

俞玉吾云元海陽和動寒泉氣脉通此子午當行之道

若神氣泛然於道外不成路矣或神不知其氣或氣不

能隨神空空煨煉則金丹不成矣守陽真人曰有兩相

宜順時收火

卷一



知之微意是也故曰寒泉瀝瀝氣綿綿上透岷崙還紫  
府浮沉升降入中宮圓通曰群陰剥盡一陽復生欲見  
天地之心須識承陰之法寒者坤也泉者坎水也昔喻  
腎水腎水果得以前所論之功法到此自有瀝瀝波濤  
之象乃真陽所產之時也氣綿綿者續而不斷之義道  
光神師云一爻看過一爻生岷崙即乾也乾為首紫府  
即丹田也丹田為坤開即上岷崙降即下紫府中宮即  
丹田也祖師教人行火須上至乾頂為昇下至坤腹為  
降也蟾子云呼吸反覆徹於帶樞轉斗柄運玄機二氣  
循還察秘理乾坤升降十二支金丹賦曰子時河車聳  
駕火銷金而神氣不敗可補離中之陰也

來朝天機換接然

來朝天機者亦非日時之來乃是運  
罷玄機真氣深藏候其再動故名來

朝也子思曰旋之則彌六合卷之則退藏於密其味無  
窮皆實學也換乃景象發現接者續其前法也蓋起火

效育美矣法自上聖深而秘之使戾人無處下手故  
則曰白首深悟矣昔日達磨所云二候採牟尼何為二  
美矣者鍊生而往外以用息採歸丹為之一候鍊既歸  
姑曰箇又一名一候候和又問曰何為四候答云升降沐  
浴當之四候又問曰何為之問餘答云即歸根還於下  
丹田之處故亦有溫養沐浴之位也沖虛子云凡一動  
則一煉而周使機之動而復動者則煉而復煉周而復  
周此祖師之言凡有氣動者必須煉之則小周之火容  
易止之如若不煉則火不能速止而大藥亦不能發生  
矣古云運罷河車君可睡來朝依舊接天根趙大悟問  
曰小周工畢大周始續弟子愚昧不解懇恩施盼蟾子  
答曰小周之法名曰金木交并蓋金木乃尅合之相非  
幹運刻漏之爻數不能產大藥矣蓋大藥名曰四相合  
和之法內有四大沐浴古人云大有大危險是也爾細  
悟西遊余施一歌曰觀音院中失袈裟放火謀實神傲  
誇熊罷盜寶金池死元神復討三戰殺觀音下降把魔



變紅入黑中得袈裟繼行高老收八戒金木交并情性  
佳鳥巢受經傳心印流沙河邊用木吒四大菩薩禪心  
試四相合和大槩發中途危  
險黃風洞靈吉龍杖把他拿

小周功畢現三光

喻言小周乃坎離交姤類積陽滿補

體亦曰還童也若到數足物靈景象自至不可錯過亦  
當止火默覺光透三現速當換法也正陽祖師曰果然  
百日防危險危險者防時至藥生而神不及知覺則錯  
過矣或不明起火之法或昏睡而神不靈此乃失於氣  
矣或進火而不進火當退符而不退符當沐浴而不沐  
浴當止火而不止火當歸根而不歸根則失造化之機  
故曰危險也蕭紫虛曰防火候之差失忌夢寐之昏迷  
差失者皆因學人心不誠而意不專若靈台潔淨火候  
明白有何失乎古人往往走丹者皆因未明而心不專  
故有差失之患夢寐昏迷者凡學道之士宜乎先養神

神純自然靈覺神若不純睡則生塵妄之心故有夢寐  
走失之患矣故石林曰定裏見丹成蓋丹之所成者是  
氣已曾圓滿外腎不舉丹光上湧故有所見也正陽祖  
師曰丹熟不須行火候更行火候必傷丹若知熟有止  
火候當用採大槩之法則小周天之工法無所用矣若  
再用小周天丹不傷乎曹大溪問曰何以當止當行盼  
蟾答曰靜而三秘也

湧上目前景莫荒

湧上者乃小周天火候足矣有景照

而後天之工漸漸去也而先天之法熟演自然成章若  
是童真之體勿用小周調繫之止火乃因前精未失亦  
恐涂子童女翫性難伏不然易修易成矣故蕭紫虛曰  
切忌不須行火不知止足必傾危凡煉丹若不知止足  
必傾危之患也昔日白玉蟾六十四歲下工已到當止  
火之候未及採藥則已傾危矣又丘真人到止火之候



未防其險則夜自走失又曹還陽真人會親偶見此止  
火之景未及採取亦走失元陽矣故崔公云受氣吉防  
成凶火候足莫傷丹所以紫陽云未煉還丹須速煉煉  
了還須知止足若也持盈未已心不免一朝遭殆辱皆  
言小周天造化火到丹熟止火之候也蓋止者不行升  
降也雖然不行升降時刻不可須臾離火常常溫火薰  
蒸則離自走矣沖虛真人曰有止火之景若景到乃止  
火之時採大藥之候也須求真師口授方能出爐若無  
真傳不知採取之法亦不知採取之時故景不得矣得  
真傳知採取之法景到又不可採取之時故景不得矣得  
光靜坐慧光千百種光則錯之甚矣若前此不知坎離  
交媾之法丹田則無藥而外腎亦不能如馬陰藏之形  
縱有外光發現此非丹田之苗也蓋屬想妄而  
發矣若真馬陰藏形者自有異常之景至也

四大沐浴看四正

四正者譬如子午卯酉天之四時  
乃春夏秋冬夏夫以前之工乃十二月

之候能奪一年之氣令至此四季能一年之氣候凡採  
大藥亦四季中行內有沐浴息息在此也學者當細辨  
藥產之景也方得步履限矣故中庸曰子庶民則百姓勸  
來百工則財用足柔遠人則四方歸之懷諸侯則天下  
畏之齊明盛服非禮不動所以修身也故純陽祖云曲  
江上月華熒淨又翠虛篇云西南路上月華明大藥還  
從此處生俞玉吾云西南屬坤坤為腹藥生於丹田之  
時陽氣上達麗於目而有光故自目至臍一路皆虛白  
晃耀如月華之明也守陽真人曰且待其景到之多而  
止大藥必得矣又曰初煉精時得景而不知猛吃一驚  
而已乃再靜而景再至猛醒曰師言當止火也可惜當  
面錯過又靜又至則知止火用採而即得矣是採在於  
至三也今而後當如之及後再煉不誤景初而止失之  
速若待景至四而止失之遲不速不遲之中而止火得  
藥衝關而點化陽神凡有真修仙真千辛萬苦萬萬般  
可憐煉成丹豈可輕忽致令傾危哉華陽曰自古聖真



不泄止火之真候亦不泄採大藥之真景真景真候獨  
賴沖虛守虛二真人泄萬古不泄之天机今則盡泄矣  
但後學無不沾二真人之恩若功至知恩也

轉過一周入中央

轉周入中央者乃天机秘密為賴四

關節所畏言者是修仙一定之理不敢言者是真修實  
悟之机必須後聖勤告上界而奉天傳道可也馬丹陽云  
行而不退怠者奏告上界而奉天傳道可也馬丹陽云  
天机未敢輕分付細細看眼悟不悟遇有艱難不憶家  
憐自古神仙輩時故如愚不作言禪宗和尚亦云儘可  
將身墮地獄不將佛法做人情鍾離真人云三清秘密  
之事忘言忘象無問無應恐子之志不篤而學不專心  
不盡而問不切彼此各為無益若輕言聞者皆有天責  
名曰漏泄天地之罪又云漏泄神仙之秘術或妄造邪

書異經有靈曹考之前聖有犯報之詳傳記中久矣茅  
君曰華僑漏泄天文妄說虛無乃今父子被考于水官  
張紫陽真人三傳非人三遭天譴李虛庵真人輕言于  
葉莫二人之非者遂有大便病血三年之責而葉莫皆  
亦病死凡修士功至而不可不知天律禁重哉然後世  
真心悟道者出吾又不知恐其無以爲辨有慈悲救世  
者出吾又恐其無微不能見信故留此一  
語以爲綱目以待後來聖真之憤悱者

左轉六六右廿四

六六者四九之數廿四者四六之數

之法也始由景到入中央之驢而不驚懼動而並行切  
防蹊路危險之患也乃鼻究精門大便是也必須用真  
意渡過恒河之口蓋上下共三究有通處亦有不通之  
處爾當細悟也由漕溪而上驚嶺達須彌而下重樓須  
彌者巔頂也重樓者氣喉也蓋氣管有十二節也必須  
穿二喉而過若不行中路即是唐佘奘貶悟空獨入碗



子城唐僧拜塔之危險也須夾中往南華花世界昔日法華會上龍女獻珠往南方女轉男身成證佛位即此喻也道曰情來歸性蓋南者心北也心之喜動而不喜靜喜新而不喜舊時刻遷移進出無時莫知其鄉自無始而至今四生六道無有休息所謂人死不知心而幸得性命來相制伏變種性為真性煉識神為元神前如鉛制水銀一般則水銀死而無馳弄之性矣若不得此慧命入于心究而亦不能自定縱有所修無非後天之識性非先天之性也蓋先天之性因地之時落于命中故曰天命之謂性囑修仙者自當惺悟先後二天之性若不惺悟終無所成也故中庸註云誠則虛虛則通通則能感故曰如神先知是情順萬事而無情如鑑之本空隨物而照也蓋夫三教若不到此果位是仙乎

聖胎結舊曉溫涼

結胎者曰胎位由達須彌入南華世界坐登寶殿寶殿者心下一竅也乃

養道胎長定之處也忽然溶溶如谷雲霏霏似春雨盤旋斂聚於中宮斯謂之結道胎也蓋金丹坐中宮之時週身如雲之騰似雨之旋百脉冲和暢于四肢急將心目左旋右轉四九而定右旋左轉四六而定性命盤聚于中宮結成聖胎矣又繼前文恐後學忽悞此理也蓋入中央者乃採大槩之工法是超凡入聖之關頭第一玄机也安得不為至要夫火既止當採金丹大藥於混沌七日古人云丹田火熾曰雨腎湯煎曰火珠是也唯有此形而後能出神變化故採之至難也必用採工於七日方有得焉不如是則不能得也除一日二日三日之前日少而不能得丹之外於四日五日六日七日之間其中或有一日見丹田火熾雨腎湯煎火熾者內景也湯煎者外景也耳後有風聲之呼驗于玉枕關上名玉京山即腦后之處仙家有雀聲嘖嘖之喻言其似有也佛家有鷲嶺之喻亦言其似有鷲鳴非實有鷲鳴所鳴之嶺斯時眼底金光之圓滿乃陽氣復還圓滿之徵



也仙家有金光咒佛家有金光明經此之謂也方有大  
藥一粒至也丹田有火珠即一粒刀圭即所一粒復一  
粒從微而至著者正世尊所謂火化以後收取舍利蓋  
火化同仙家小周天之候也收舍利者同仙家採大藥  
得玄珠之喻蓋黃帝以罔象得玄珠  
罔象即無爲之工以求玄珠是也  
孕繫脩防風火燥 答曰天濟問曰師喻孕藥可是道胎否  
神之喻非實有胎也故太上靈寶大乘妙法蓮化真經  
云清靜之義天尊言專養精神不爲物雜謂之清反神  
伏氣安而不動謂之靜即此也又問既無胎何云養答  
曰故借喻以胎孕之理譬吾道也以煉氣之初本似胎  
中之無呼吸而又不能無呼吸亦不能頓然全定全無  
矣蓋此仙佛聖真初習禪定自然必由此漸法也若胎  
孕將產之時似凡人胎十月滿足將生之時呼吸全有  
故初習定似之且生滅之相尚在也凡習定之初求無

相而不能頓無是恐學人妄起舊習之心須滅盡也蓋  
出入之迹猶存生滅者心也出入者息也心有生滅則  
無以攝息其息焉得不浩浩然爲出入懷胎者必存神  
以攝氣存氣以留神乃可得神在胎中又曰如理而來  
如理而去來去者即出入習定之理故華嚴經云如來  
大仙道微妙難可知燃燈佛言諸行無常是生滅法世  
尊云有餘涅槃由此而漸趨也當悟西遊五庄觀孫悟  
空盜人參果死而復活訪求福祿壽討限請觀音醫樹  
鎖元大仙與悟空接拜言此果與五行相畏  
到此防風火之燥故大仙用袍袖二次裝之

子息之工緊收藏 子息者胎中之蜚音綿綿微細息然  
起即胎傷亦被風火逼散墮於轉劫下乘之果迷失也

故胎息法云心定則神凝氣住而胎長矣胎之長者由  
于息之住也無息則不胎無胎則不息即此是也胎息  
論云動念則泄真氣故胎息不成如何得道即六祖盧



能所謂禪心無想禪性無生是也若到鼻息無出入迹  
得澄滅盡爲之定也故心爲不生不滅之心身爲不生  
不死之身此時神形俱妙六祖盧能亦謂心是地性是  
王王居心地上性在身心存性去身心壞是也張紫陽  
云覺此身如在虛空常至如此則禪定也故仙翁曰胎  
成也世尊曰無餘涅槃無餘者無有不入寂滅之心與  
息也故而後脫胎出神世尊謂如來出現楞嚴經云既  
遊道胎親奉覺應如胎已成人相不缺身心合成日益  
增長又曰形成出胎親爲佛子是也此胎息養得神全  
卽仙家出陽神稱曰神仙佛言得大定而出定稱之曰  
佛卽此一理也故中庸曰至誠無息不息則久久則徵  
徵則悠遠悠遠則博厚博厚則高明博厚所以載物也  
高明所以覆物也悠久所以成物也博厚配地高明配  
天悠久無疆如此者不見而章不動爲變無爲而成天  
地之道可一言而盡也  
夫無爲從有爲而來

法到中乘是神仙

栗大志問曰弟子疑聞陽神與陰神何所分別答曰先天元精謂之真陽神

得此真陽而煉性神通入定而出定謂之陽神是在中乘  
陽之精配合性真以入定得定者名曰陰神是在中乘  
之內大有分別也陽神者顯然出現變化莫測世人所  
不能爲者而能爲之世所無者而能有之人人共見此  
神通之能顯于陽世者曰陽神若不能以身形顯現於  
陽世則人不能爲者亦不能爲世所無者不能使之有  
有者不能使之無是無剛陽之氣故也故曰陰神全無  
陽氣與陽神相反故不無其神通氣能化補其氣能助  
真陽而煉益元精是無形質之神陽氣能化補其氣能助  
胎養其神乃成金丹成仙道顯神通變化之真物故曰  
陽神若不真爲之陰神乃陰濁亦無虛空之變化故不  
成陽神之果也所以王重陽真人門下孫不二元君云  
偏執性爲宗如何出陽神十個九箇墮頑空若得命基  
帶了性命基者卽真陽元精也又長春門下徐復陽云



末煉還丹切莫內觀照恐出陰神投舍迷真道也還丹者机有將動之元精用還返之法化氣成丹丹成以養神入定用內觀照觀此氣亦可成丹若未得還丹內無所觀照強欲觀照乃無着落必墮空亡死境故恐出陰神乃為性靈之鬼也故形壞轉劫投胎也

黃庭國內觀紫蓮聖和問曰弟子聞釋教曰世尊於娑竭陀龍宮說法何也答曰此即下丹

田之說又問迦羅龍宮入定答曰即仙家中丹田入定之說乃經七日不起是也正和問曰中下二田為昇器之理是否答曰下田即煉精化氣之時已詳矣故三十六部尊經云真精在腎餘精自還下丹田真氣在心餘氣自朝中元而華嚴經云一切諸佛腦中皆放光明名菩薩受生自在燈張紫陽云黃庭為昇氣穴為炁黃庭正氣穴之上王重陽真人云臍中丹田內有黃庭宮古言一點落黃庭即此處方真矣蓋下田之理畢也皆

言中田之用而中田則鍊氣化神也重陽真人全真集

云姚娘嬌嬰兒卧搬上山田總向明堂過又云拾得真

金堅又剛放在絳宮封閉了滿宮明耀現霞光譚長真

真人云欲覓真空只在南山盡靜中谷神篇云百朝沐

浴忙移昇純陽翁云一從堤上中宮帳萬里羣魔不敢

常亦有本行經世尊云若至恒河水南岸安隱住定如

須彌又達摩祖胎息論云鍊胎息者鍊氣定心是也常

息氣于心輪則不著萬物氣若不定禪不空也戊己主

成道人曰黃庭大絡在中央女真國君留

依獎先天偶合無情質悟空靈變脫艷房

勿助勿忘溫柔養此時淨靜太平常自柔和而溫養以

怪見以意照顧而勿助勿忘也且如前大周天之際文

武兼而並用其中精微之奧妙又在師傳亦在自悟也

蓋行周之功升降從此畢也漸却為之用漸入無為

之道待至前面火候已足聖胎已圓若菓之熟兒必生



矣彌歷十月脫出其胞釋氏以此謂之法身又曰實相  
玄門以此謂赤子嬰兒若到移胎換鼻之時躍然而出  
潛居氣穴之間又重開一混沌也蓋此穴原是神長胎  
住息之鄉赤子安身立命之處因是熟境順路而歸嬰  
兒既宴坐靜室名曰安處道場演將以玄玄之子息似  
有似無覺中而寂此妙之用兩翕成一矣從斯以進自  
一個月而至十個月行大周天之火候以不息入無息  
煉氣化神氣住則神全是名神仙也故白玉蟾曰所謂  
歸性根太始及未生之已從前是也斯實地仙向上進  
修用十月大周之火候氣入定化神定以趨神仙者乎  
我以不息而至息自無故二氣俱住而呼吸無神全大  
覺亦無昏睡此所以無呼吸之神方可作无形骸之神  
若出定可為神通無碍之神呂祖云日影玄中合自然  
奔雷走電入中原長驅赤馬居東殿大啟朱門泛碧泉  
怒拔昆吾歌聖化喜陪孤月賀新年方知此是生生  
物得在仁人始受傳盼蟾子曰兩相顧之而勿使也

寂照含融忘情緣

寂照含融者行周以畢乃一点落黃庭之時當用搏聚柔固之法仙家曰

結胎釋曰佛在心頭坐儒曰王天下有三重焉其寡過  
矣乎過者大忌有為之功勿行武火巽風之用須要物  
我雙忘之情緣而又不可失噓失照亦不可過照也夫  
功至此若甚照者防陰神分界之路譬如凡胎性急易  
能小產囑修士萬不可念動須合天然之道爾當慧力  
早脩矣盼蟾子曰千幸萬苦至中乘陰陽二神在此分  
物我雙忘由天定慧覺子息莫念尋二五月期柔為保  
涵養胎絡壁風塵若生念急胎土躍名曰小產是陰神  
識神彰顯傷胎絡若識神彰顯者亦非前塵之舊習耳夫  
位蓋此彰顯乃是胎寒胎燥之危險也或十月之內胎  
光發現猛然驚哭或現幻景而不知是幻景與幻言談  
交和之欲或視瞻幻物爾在夢中失却養胎之息迷昧  
照料汝之元神隨幻而化為識性名曰傷胎之患矣大



抵妙在緊收包藏不着幻化之縛矣純陽祖云黃芽白雪兩飛金行即高歌醉即吟日月暗扶君甲子乾坤自與我知音精靈滅跡三清劍風雨騰空一弄琴的當南遊歸甚處莫教鶴去上天尋子思曰建諸天地而不悖質諸鬼神而無疑

覺中不覺勿抽添 覺中者是微細之神照寂于胎中不神縛之患若夫全忘而無覺照者恐其胎死終不能出神顯化矣古聖云官冥中存恍惚中覺斯言也勿抽添者乃前功玄机摧定不可緒動運用也蓋夫起首修時由下田中田乃行之熟路防其下中之春融時刻潮侯爾勿用抽添之法此潮之机自有天然之歸處蓋潮融之信潤胎長胎之脂露矣若無潤露之潮其胎必乾燥也大抵寂照而信自潤矣囑曰若用前功抽添之法爾將聖胎逐散是大危險也盼蟾口驚恐夢想傷胎源氣

餘春融勿抽添在用卦爻終是患全 憑聖火養赤團儒曰道包天與性命

元神住胎端拱坐 元神住胎者乃先天之神意與五行相畏必須一靈獨存住于胎中喻名

曰胎原無胎也始由煉精返氣由氣返神三寶凝聚一團周徧而後戊己圭成一土名曰落黃庭是也夫之前功欲火生土乃後天之用既歸黃庭當用先天土中生火也必須端拱而坐乃吾之神意不離此處王棲雲先生云初觀于宛終觀神妙若在中室柔守忘息而自息常在于中故曰端拱矣中庸曰不見而章不動為變無為而成天地之道純陽祖云飛龍九五已升天次第還當赤帝權臺遇汞珠凝正午幸逢鉛母結重玄狂猿自伏何須煉野馬親調不著鞭煉 就一丸天上藥頓然心地永剛堅

恢心聖火養真元 恢心之功乃心寒如死恢毫無慮愛若着些慮慧光紛飛易長邪火爾何



爲恆心之功矣夫之心性刻收于中不可外遊痕跡故  
古人喻名毒龍龍性時欲變化若念動則胎寒火性上  
炎若不動則聖火自然而養真元矣大抵致靜爲要靜  
內亦有千變萬化之彰顯亦在修士早隄防脩矣盼蟾  
曰雖然不衍火之功胎息聖火自來風細悟玄中無爲  
妙臨机防犯墮真空比丘陰神由此界皆因無知景象  
萌二三之中仙訣與拋去中乘覓上乘指玄篇云不死  
金丹種土砂諸人會得早離家一心只望長生路切莫  
如蜂苦  
戀花

十月之期龍養珠

十月之期者乃採大藥之後名曰結胎如龍養珠之欲龍乃得珠而蜃化

善性潛志而溫柔以神盡歸于珠中念離則珠而廢也  
俗曰龍能繫珠始而繫之中節盤養末而噴之此物乃  
天性矣人欲學者亦當如法奈因人心多志失本迷樂  
也盼蟾云辰土水庫東南方繫養盤瑱入黃房飢食珊

瑚靈芝髓渴飲碧汁桃窮漿任憑天地桑田變欲學个  
死鉄心腸雖云十月無心記珠放橘光月盈昉指玄云  
真鉛大藥本無形只在人心暗與明老子懷胎十個  
月功圓行滿自通靈曾子曰如保赤子心誠求之

緊抱牢封神氣握

緊抱牢封者神氣子息往來而不覺自然牢封矣此法乃神不離子氣氣

欲動而神自握神欲出使氣招顧大抵二物天然不離

刻要忘息忘志亦要冥覺其象也純陽祖云龍精龜眼

兩相和丈六男兒不奈何九蓋水中煎赤子一輪火內

養黃婆月圓自覺離天網功滿方知出地羅半醉好吞

龍鳳髓勸君休更認彌陀丘祖云人靜月沉花夢悄暖

風微透碧窻紗銅壺点点看三漏銀漢明明照九華盼

蟾子云緊抱湏忍志天真情養性室神莫揚牢封赤尻

繩休攢握因靈明夢寐防易曰亦要存亡吉凶則居可  
矣知



二氣培養凝虛噓二氣乃子氣與母氣之謂夫始則性去投情終則情來歸性性欲投情潛

龍伏虎情來歸性虎躍降龍而戊巳培養虛噓之功團

相于炉中亦非初覺之炉也偈曰悟空二次天宮返

老子拋下乾坤圈楊戩施威噫天狗玉帝觀音視矚然

縛伏猴王入兜率八卦炉中合煉鉛到此須學避烟障

故而圓滿後返天純陽祖云津能充渴氣充糧家住三

清玉帝鄉金昇煉來多外白玉炉烹處徹中黃始知青

帝離宮住方信金精水府藏流俗

要求佻妙理參同契有兩三行

性定胎圓陽純足性定胎圓乃因金丹入昇息歸中是也惟惜寒熱均平而認邪見之異也

須空逐日一派天理照顧而將離中之冰漸漸消之若

識陰盡之際乃純陽足矣其時未到萬不可移念爾中

步煉識化善尤難矣純陽祖云亂雲堆裏表星都認得

深藏大丈夫綠酒醉眼閒日月白蘋風定釣江湖長將

氣度隨天道不把言詞問世徒山水路遙人不識茅君

消息近知無盼蟾子云煉精化氣氣化神神歸神室養

天真雖云十月無定準在已功行淺合深金樞咒語勤

勤念心猿歸善莫外尋怪現持中神正解錯念金樞著

魔侵易曰化而裁之存乎變推而

行之存乎通神而明之存乎其人

切忌有為防有用切忌有為者乃不行升降之候而勿用抽添之法此時自有呼吸而溫養

也防有用者勿起毫慮或怪景而至不可隨之而夢寐

之中往往有之若隨邪見亦恐難進上乘之果盼蟾子

云有火無候勿抽添忘机忘時有妙玄若忘原是無忘

妙不忘之中是忘禪忘到純陽盈月現不可亦忘睡昏

禪緩待筋斗祥雲至悟空變樹細悟焉純陽祖云靈芝

無種亦無根解飲能餐自返魂但得烟霞供歲月任他

為鬼走乾坤嬰兒只戀陽中母姪女須朝上

頂尊一得不回千古內更無塚墓示兒孫



覺禪待機莫錯乎

覺禪待機乃靈明定慧覺照是也待

也囑修士細辨真偽之現亦不可失寐中之景象而當移昇

錯過其机而聖胎滯于囊中矣奈因癡迷是危險也盼

蟾子云太白長庚引悟空南天門上有阻擁性急無緩

難進步金星指識見玉容玄穹殿上朝金闕敕封弼馬

任監丞自立齊天官嫌小復返離界下天宮純陽祖云

九曲江邊坐卧看一條長路入天端慶雲捧擁朝天闕

瑞氣徘徊起白烟鉛汞此時為至葯坎離今日

結神丹功能濟命長無老只在人心不是難

陰盡胎光霞燦爛陰盡胎圖養成純陽其光燦爛似朱

悟西遊三調芭蕉扇是也解歌云一調羅刹犯爭殺神

被風吹借假芭蕉二調悟空牛王變偽夫姿情順和佳元

神誘取芭蕉樂魔王赴會廻本家大力巧變猜八戒詭

騙芭蕉返哉殺三調五方諸天將極微奧妙聚拱拿元

神與魔皆一体故而無情賄變化修道至此無芭蕉缺

少甘露火烟發三扇火息靈種長寒熱均平路上暇凡

學到此須細悟巧

越火山上雲霞

未至不可移昇炉

未至者景象也斯時熱氣薰蒸胎絡

無處不燃矣夫到此須柔伏耐守而不可移上待至甘

露潤洒之降亦景象三三之間方可換昇移炉雨細悟

三緩三急躑躅之道矣解西遊云火焰山高路險行火

光薰灼須虔誠緩急火燥當和鮮土地護持帥陰兵呂

祖云曾邀相訪到山家忽上崑崙宴月華玉女控攏蒼

獬豸山童提挈白蝦蟇時斟海內千年酒慣摘壺中四

序花今在人寰人不識看看揮袖入烟霞易曰公

用射隼于高墉之上獲之无不利子曰隼者禽也

忽然靜極天花降

浩然者乃景之彰也此定中有一輪



于目前以真意留之又定之間有一輪紅日升於月甲  
名曰日月合並亦當用法收于中藏而定靜之中息平  
寂滅而一念不生還乎渾然爾真性之虛無故曰虛空  
之至極矣純陽祖云莫怪愛吟天上詩蓋緣吟得世間  
稀慣食玉帝宮中飯曾著蓬萊洞裡衣馬踏日輪紅露  
捲鳳銜月角璧雲飛何時再控青絲轡又掉金鞭入紫  
微盼蟾云金烏玉兔二合一收藏入定待  
盈時稍息湧泉銀蟾現白光與胎親戀翁  
坤炉移上乾昇鄉亦不可見景而生情動必須純圓足  
滿靜極而待之為賴寂觀于妙境也且大道無窮亦在  
空色色之分耳蓋萬物極則還源而大道亦然矣若靜  
生乎動机有一點純陽之物從湧泉自升于中宮與道  
胎相親相戀和合為一矣而大河車之輪又重轉矣易  
曰陰陽合德而剛柔有體以休天地之撰以通神明之  
德其稱名也雜而不越於稽其類其衰世之意耶夫易

彰往而察來而微顯闡幽當名辨物正言斷辭則備矣  
其稱名也小其取類也大其旨遠其辭文其言曲而中  
其事肆而隱因貳以濟  
民行以明失得之報

鵲巢驚嶺風雲起

鵲巢驚嶺乃喻鳥之栖處蓋法輪重

波而生雲乃枕盡之骨欲有羣衆之噫也且碧潭上升

之白雲與道胎相合次白雲自往下由尾閭上頂降于

中宮是為助胎之至寶矣斯時靜而又靜滅而又滅鼻

無出氣手無六脉則大定矣而萬不可見景急出純陽

祖云欲陪仙侶得身輕飛過蓬萊徹上清朱頂鶴來雲

外接紫鱗魚向海內迎姮娥月桂花先吐王母仙桃子

漸成下瞰日輪天欲曉定知人世久長生盼蟾云要妙

細悟祭賽國掃塔縛怪問寶朔九頭駙馬窃舍利碧波

潭底配龍蛇幸遇楊戩嚆天犬迴光復待判  
棘礎任憑千種光來現天花不墜莫移撮



聽繞眉間放毫光

聽繞眉間乃是定中一團太和之天

之中忽有物焉亦曰機也自下中二田亦至眉間紛紛

白雪滿空名曰天花墜落若無天花則仙胎不足爾當

寂慧莫離定矣故純陽祖云五龍齊駕得昇乾湏覺

潛通造化權真道每吟秋月淡至言長運碧波寒晝乘

白鶴遊三島夜頂金冠立古壇一載已成千歲繁誰人

將袖染塵寰解西遊云荆棘八戒憤當先木仙菴中論

詩篇勁節孤直凌空子拂雲老叟與杏仙丹桂老竹腊

梅檜各吟先世合道源一夜無辭胭粉計天明悟能築

欄斷

急超三界嬰兒演

所喻超出三界者而前言聽聽花雪

念超出三界者下丹田中宮頂門謂之三界也即釋家

華嚴經云世尊從白毫相中放大光明名曰如來出現

矣盼蟾子云自古賢聖誰敢書五龍棒聖萬金無天律

禁重深藏秘冲虛伍子畧喧舒雖言景至亦當悟余囑

學人莫粗乎深觀緊要雷將守弗敢淺露合盤初昔日

藍養素養胎於南岳十月功成而不知此久定不能出

劉海蟾以李玉谿十詠寄之遂大呼而出故鍾離正陽

真人云雷震天開鬼神驚掀翻宇宙飛白雪呂純陽真

人云寒雲散後留殘月脂盡來時向太虛王重陽

真人云忽然間振動天花徧墜面前有個真人

防魔誘遠不廻鄉一防魔之誘乃初出之備而不可遠遊

不可認去也蓋出神一法爾當細悟昔日軒轅黃帝以

火龍而出施肩吾鍾離正陽呂純陽三真人三級紅樓

出以七層寶塔出劉海蟾真人以白氣出化鶴冲天馬

丹陽以風雨雷震出孫不二元君以香風瑞氣出劉朗

然以金蟬出蘇耽真人以白鶴出西山十二真人王祖

以花樹出此有相可見而非身也丘長春真人出則通



天微地見天地山河如同指掌又云三次撞透天門日月自別直下看森羅萬象南岳藍養素先生以拍掌大咲而出此二者無相可見而亦非身也

乳哺上田三年正

且出之初被防外魔侵撓若有諸佛聖仙言語切不可答談只提正念遂

出遂入不可遠遊離凡軀二三尺見一輪金光本我所不可著也只候自身中一輪金光現于中空將法身近于光前以法聚光取于法身之內遂急法身入于凡身不能化爲氣矣故有留身之說亦在已之德行之與鮮西遊云危險錯認小雷音悟空金釵受難侵幸宿陰陽透彌勒降伏知他音陀羅庄上七絕術朱中醫王身救迴金聖乘龍至繼陰盤絲防七情

靜處面壁脫塵房

此即萬古不洩之天機今則洩之自初出神七日一出至七七四十九日

或百日千日而三千不失于久出促出之危險也收而養之子又生孫且初出定時原是一身定久則百千萬億化身功滿之時隱入深山古洞無人往來之所兀然端坐煉形化乎神亦還乎虛形亦還虛是金仙如來末後之事也呂祖云箕星昴宿下長天凡景寧教不悞然龍出水來鱗甲就鶴冲天去羽毛全塵中教化千人眼世上難知爾雅篇白是凡流福命薄忍教微妙畧輕傳盼蟾子曰百尺竿頭須進步面壁功深萬化無釋氏毘盧入性海大定功完合虛無



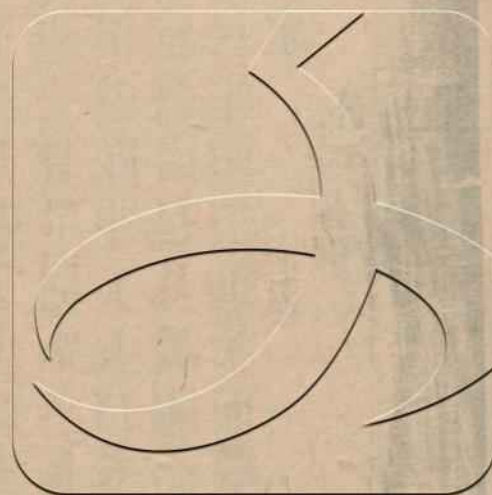
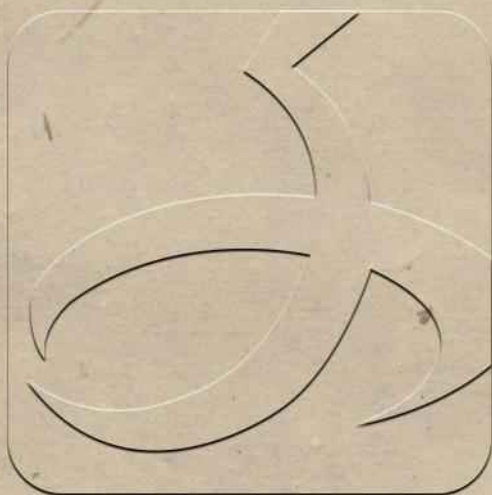




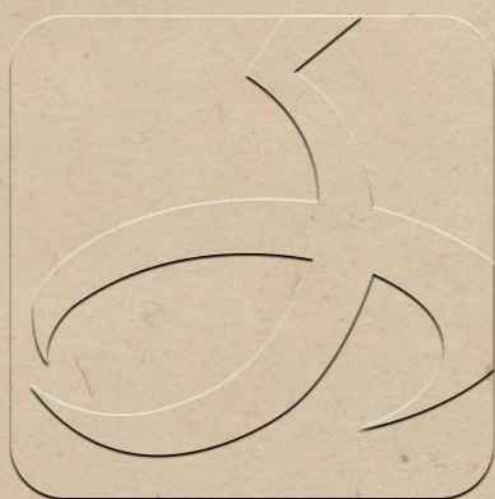




71005073





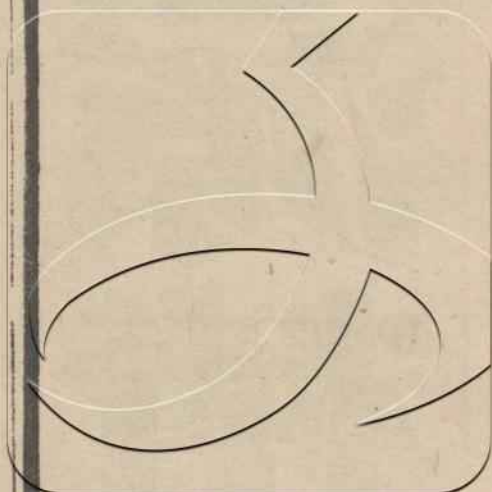


迷  
80/



道源精微歌

卷下



Centimetres

Color Control Patches

© The Tiffen Company, 2007



光緒十五年四月敲躋道衲聆蟾子劉著

# 道源精微歌

板存京都前門外楊梅竹斜街中間路北永盛齋刻字鋪



## 道源精微歌

仰觀天文 俯察地情 太極樞發 物我相同

知者易悟 昧者難明 天人合發 始由道情

玄機萌動 太極含精 跡靜功動 攝迴太宮

太極界地 不偏之中 些兒莫錯 五行攢成

三九陽長 春水濛融 潛龍在田 二五合凝

離沉深淵 坎復翻瀾 周流百脉 靜翕薰蒸

宵冥微照 天地混溶 三才之道 後天歸宗



先天易返 允執厥中 不知照料 落守頑空  
水消清濁 全憑德宏 若着濁念 執著疚成  
規規自然 卦爻徹通 吾身卽天 無二法行  
雖言無極 後天現形 星辰日月 雲雨雷風  
河圖洛書 八卦列成 二十四氣 進土分清  
四立二至 春秋夏冬 共合一處 吾身包籠  
賢者篤悟 準備慧生 莫負聖真 著書濟衆  
爾不深求 錯過今生 任汝富貴 子男公卿

限臨倏忽 素手空行 吾勸君子 迴頭窺種  
若失今劫 化爲泥城 迷言來世 轉劫富榮  
不過如此 奔利逐名 莫如身在 速惺修程  
發憤立志 急覓真誠 儒書篤讀 道書研窮  
二門一貫 丹經會通 擇選靜地 棄網脫籠  
塵孽消盡 丈夫豪雄 道成之後 儒稱聖宗  
釋教稱佛 道稱仙翁 逍遙世外 萬劫本容  
全憑一念 作鬼成聖 爾不實信 細悟中庸



研窮易理	方曉豁明	余不言謬	誼哄學功
無非守真	志滿精盈	神氣內貫	百煉自靈
吾由儒道	遁入玄中	著經畫圖	警賢歸正
余著三書	無不載明	道源精微	修道準繩
濫燭易攷	河圖辨明	敲鐫洞章	三教說清
得遇此書	便知易成	叮嚀同志	急早培功
默默懷奮	漸漸挽繩	世事看淡	腔內掃空
道中君子	方知吾情		

問答說

栗大志七問

問之一曰修僊修佛可是一法修煉可是二法修煉答曰知真者法門不二三教歸一無此分別昔日黃帝問廣成子答曰天無二道聖人無二心總不出積精累氣固守元陽窮理盡性以至於命中庸曰故君子居易以俟命小人行險以徼幸子曰射有似乎君子失諸正鵠反求諸其身



問之二曰弟子出家以來凡三教之高人遇之不少未聞一人言性命之至理何也答曰子之不明少所見視總屬垢重愆深爾又不肯求教高人前所遇者流俗之文語古云是聖方知聖是賢方知賢蓋大道秘密之天機德廣配之中庸謂之道之不行也我知之矣知者過之愚者不及也道之不明也我知之矣賢者過之不肖者不及也

問之三曰弟子在儒之時未聞先生有道之說無非教

人品正忠孝之論而談演者多實學者稀焉未言生死根本一事何也答曰子之不明儒道之理自孔孟歷代成聖得道之先賢顯諸書而心法在焉使有志者窮理盡性心正而后身修康誥曰克明德太甲曰顧諟天之明命帝典曰克明峻德皆自明也中庸曰故君子以人治人改而止忠恕違道不遠施諸己而不願亦勿施於人

問之四曰弟子困而學之自知其一不明其二敢問儒



家修煉何以下手可道矣答曰明德知止爲日用以格物至善而盡命以安靜定慮以保精康誥曰惟命不于常道善則得之不善則失之若是儒道之高人不究論問曰何以達徹答曰此道之深妙盡在中庸三十三章而大學孟子可爲一貫易經此爲修道之祖書今之爲儒以易揲著求卦凡眞修者少焉中庸曰素隱行怪後世有述焉吾弗爲之矣君子遵道而行自孟子外問之五曰弟子未聞釋教禪理之宗指再懇開示答曰

釋教者乃西梵之佛教自西天二十八祖未入中華由梁武帝建都於金陵八年十一月朔日達磨西來渡江過往少林且達磨乃天竺南印度國人也得正法欲東遊開度闡揚大乘之氣相凡三周始入中華嫡傳六代故達磨爲中華釋教之初祖後人無知爭論教鄉亦有不眞修失却正理訛傳祖師折蘆渡江而嚴冬之月能有蘆葦乎此乃喻性命之至道矣使人參究賢愚同悟故華嚴經云如來大仙道微妙難可知楞嚴經云身心



合成日益增長此以上之憑據在合宗語錄爲証矣

問之六曰弟子始入玄門不知道教之模範人品氣質如何再叩精微答曰全真道教最上一乘之修持前賢聖祖傳教與世度人緊持齋戒正己化人刻修刻省直超仙祖之志氣亦非今時出家之人混亂胡爲少所見識迷却修命之正理出家者等不一亦有因病者亦有老邁者或是貪圖廟產或因食祿衣綿或因家道不順或因凶危困苦借此門路棲身遁避日後得地無法不爲敗壞教門故此難遇寶書何況真訣乎祖師云民間之耗鼠敗教之魔軍若真修之士以道德而觀心看富貴如浮漚遁名利如逃水火斬牽纏如脫患難何有欲愛乎

問之七曰弟子聞念經受戒方丈開壇可是真道否答曰念經者止欲學賢受戒者治伏下根之人恐其亂教生非方丈者作世俗僧道之領袖闡揚世法勸人捐資僞善以爲護持常住之誘矣故釋玄二門捏爭方丈亦



將某道士之名字續在紙上爲接法傳法至修觀之其  
不趣笑而也老來嗚呼何足爲論已昧却天道一貫而  
不窮究大道各被情藤欲蘿而縛也亦至幻質倏忽而  
妄愚謂死尸成道爾不悟俗言無病何能死乎蓋因病  
者俱化異類而鬼去也

趙大悟七問

問之一曰弟子問中庸云至誠之道可以前知國家將  
興必有禎祥國家將亡必有妖孽見乎著龜動乎四體

禍福將至善必先知之不善必先知之故至誠如神之  
謂弟子愚蒙再懇法嚴開註答曰自古上聖不敢輕泄  
故此儒家缺少雙修之客善哉善哉吾今洩汝至誠者  
是性命起首一着將真意入在坤腹之中名曰丹田譬  
如爲國在此用靈神久栖二六時中常要覺照用呼吸  
吹發其中縣縣旋樞之意不可須臾離也國家將興者  
是靜極丹田氣動若真修之士起呼吸留戀用武火採  
攝歸源而鼓動搗煉名曰前知得造化之長生其不是



禎祥者乎國家將亡者譬如修行之人未得真訣不知風火同用之機亦不知調採之法或因勞碌身心或是行功怠惰而睡濃之時丹田陰氣作怪勾引心神無主夢幻婦人名曰妖孽若不先知而陽精一旦泄去以何爲之道哉其不是國家將亡若得訣真修之士以靈龜爲驗夫之外陽興起龜舉爲之景象四體蘇麻禍福至矣若能知止至善其不是福也解怠無知則陽精一旦洩去其不是禍夫生死之門戶故此至誠如神矣古仙不敢發明皆因慾利之人盲訛者重焉

問之二曰弟子聞大學之謂緝蠻黃鳥止于丘隅子曰於止知其所止可以人而不如鳥乎再叩開示答曰緝者續而不斷蠻者南離之朱雀在人爲心古人謂之靈鳥在實處曰心在虛處曰靈黃者屬土在人爲真意丘隅者在下丹田三岔口之角路五行不到之處此謂誠於中形於外故君子必慎其獨也此丘隅在空谷生精之所將黃鳥止于丘隅之處其不是水火既濟之功守



住陽精永無走漏始得長生之果也故曰於止知其所止二六時中以清靜瞻彼淇澳迴光返照紫竹從坎水而出之苟不可在此死止急當求師用呼吸採取使無形之火煅煉日久成爲浩然正氣古聖云松下問童子言師採藥去只在此山中雲深不知處故此人而不如鳥乎修者如切如磋如琢如磨道學也此乃萬古不泄之真機余天理洩之盡矣

問之三曰弟子觀大學云於戲前王不忘君子賢其賢而親其親小人樂其樂而利其利此以沒世不忘也叩懇指示答曰此乃修道之至要起手之津梁三教之聖真秘而又秘此言調煉後天靜返先天之指夫欲修真必須此法補漏前失之元精方可返老還童再加精修以可入聖乎於戲前王不忘者戲乃調也王者心也用心去制于坎不忘者始從有爲下手終從忘忘而定先用調法以精補精可能還初古仙云竹破還將竹補宜抱雞當用卵爲之易經云發揮於剛柔而生爻和順於



道德而理於義窮理盡性以至於命以是抽坎補離之  
謂釋教六祖云情來下種道教劉海蟾祖師曰忙裏偷  
閒調外藥夫若調藥之時將真意宿在北海李虛菴祖  
師云心空卽地歸孟子所謂火然泉達易經謂之妙在  
摩盪中見之敲躋道人曰拈花全憑志氣剛知止融局  
妙善長閒吹無孔引祖氣戲弄金蟾會玉皇夫要工純  
縣縣不斷故曰親其親也知精生曉其用法逆而成仙  
作祖順去生人生物故曰小人樂其樂以淫慾爲之美  
事故利其利至老精枯嗚呼而慾利不忘此以沒世不  
忘也

問之四曰弟子聞中廢之謂子曰素隱行怪後世有述  
焉吾弗爲之矣君子遵道而行半塗而廢吾弗能已矣  
叩啟開註答曰此理明現而已孔子恐人墮入旁門半  
塗而廢論言素隱行怪故此後人有不知性命者盲解  
訛傳譬如外物盡將修身之天理變爲名利乖猖倍加  
慾妄人多求之卽有學者易入邪徑或逞奇才或逞異



術或高滿僞明或覲貢巧能總屬弗知修養怎得一善則拳拳服膺故此半塗而廢若有緣深悟之士修養性天顧守先天真一之祖氣此爲君子遵道而行蓋儒教有致中之心法行於世上初手教人明德至善之地在此心息相依大學詩曰周雖舊邦其命維新是故君子無所不用其極釋教曰極樂國中妙有真空喻之北海藏身道教曰真意宿丹田時刻心火下降與坎水相合易經曰水上火下自然既濟是也凡三教迷却正理

誦不修人之根本另外僞學老來嗚呼將富貴功名空遣塵世故曰遯世不見知而不悔唯聖者能之

問之五曰弟子覩視中庸之謂伐柯伐柯其則不遠執柯以伐柯睨而視之猶以爲遠弟子再叩恩註答曰善哉善哉子要嫡聽伐柯者是在根本上用意相征根乃生人立物之蒂名曰太極之樞柄真陽在此栖居父母未生先有此竅釋教曰淨土家鄉道教曰天地靈根若修長生之士在此處立基矣是爲其則不遠心腎相隔



八寸四分必須睨而視之夫人自離母腹水火攄斷自降生以後性不見命命不能見性而智伎漸長先天埋藏識神用事而元神漸喪心火刻刻上炎腎水朝朝下陷此二物非真意莫能相會如來曰觀自在菩薩海潮觀音曰心目所在海蟾帝君度馬自然曰迴光返照又曰凝神入坎宮水得火而不下漏此性命自顧也曰之猶以爲遠中庸曰君子以人治人是求己之道也

問之六曰弟子觀看中庸之詩曰妻子好合如鼓瑟琴

兄弟既翕和樂且耽宜爾室家樂爾妻孥子曰父母其順矣乎叩瑟開示鼓躋道人云鼓瑟鼓竹樂容腮離女坎男配和諧乾坤夫婦掌門戶艮兄兌弟濟徘徊此爲人身一太極使陰陽交姤之景暗合妻子父女紐結一團其樂無窮如磁石之相翕交姤之妙法在滌慮忘情二六時中以清靜調息斷欲止念爲此大要將真意放在坤坎二宮玉皇心印經曰出立人化是也候一陽生採迴本處起巽風鼓動煅煉名曰宜爾室家矣如若積



累清陽來復當行周天之火順其乾坤之自然又曰父母其順矣乎除此之外屬旁門是也

問之七曰弟子深思中庸之詩神之格思不可度思矧可射思夫微之顯誠之不可揜如此夫叩啟詳註答曰此乃儒道之法門本不應註內藏天機踵深之秘奧余待不註猶恐失其正理是也其不誤於後學之君子乎喻言神之格思者是性命雙修之指矣始起手須要補漏築基將神意感動祖炁丹田自然溫暖日久真陽發

現迥然似泄急將心火下降吸採撮閉攝而歸源用意住在精中鼓舞煉化散於周身先補五臟不足之處起巽風吹之外陽自縮若將前失精氣補滿忽然先天發現一陽來復急起刻漏之火不然金流野壙用真意採取皈爐爐即丹田存微細之靈神柔守而定名曰神之格思若靜定片刻此物要沉移下陷夫稍用意撥轉斗柄樞慧逆上應卦爻之進退十二時中規規沐浴進陽火三十六上升於頂退陰符二十四降下丹田是爲一



周暗合先天之度數內藏自然之天機故曰不可度思夫未修道之時脊中之脉髓滯不通又必矧可射思其中立妙活潑之法又在遇師之傳耳亦在自己靈心細悟故曰夫微之顯誠之不可揜如此夫也又問曰何以徹透精微答曰此道之精微貫乎有德時發天理之至善方可開明智慧達徹中邊之奧竅余願有志懷賢之丈夫先悟後受可爲達道之君子便可登道矣哉省之思之

曹大溪七問

問之一曰弟子恩感願聞釋立之理何爲僊佛之分答曰余不敢自作聰明遵合宗語錄之奧指方敢續註法華經云昔者仙人授佛妙法如來因之遂致成佛此佛自言得度於仙也華嚴經云如來大仙道微妙難可知華嚴經又云如來十名或名釋迦牟尼或名七仙或名毘盧遮那或稱持衆仙或名大仙師梵網戒經云般若兼禪果証大覺仙此皆如來佛自稱爲仙也又問佛稱



仙不知仙可言佛否答曰皆言是一昔元始天尊未生天地之時先有靈炁以始有之義而強立名曰元始化生天地而後化生有人分神化現十方無量世界則佛亦從一分化現也又佛言從無始以來天地劫初而化生爲佛也則仙佛原爲一人也故迦葉頌釋迦云觀我天尊師處世離穢污則仙佛皆稱天尊也玉皇本行經云帝初爲光嚴妙樂國王棄位修行三千二百劫始証金仙號曰清淨自然覺王如來教諸菩薩漸入虛無妙

道如是修行又經億劫始証玉帝是此帝也諸佛之師衆聖之王此見皆稱如來也夫若真修之士一道坦倓有何彼此之分別而性命是大事也哉中庸曰故君子居易以俟命小人行險以徼幸易經曰苟非其人道不虛行又曰柔之爲道不利遠者

問之二曰弟子聞言佛住西方道在東土因何爲一家答曰自太上昔出函關開度皆因印度好殺故周時佛法未入中華昔秦始皇二十七年癸未間有西方沙門



室利房等一十八人資佛經來自西域勅命囚禁後遣  
室利房等并經俱還歸天竺國故漢前中華國皆未分  
佛至東漢之初佛法始入光武之子明帝之時佛法始  
入中國始有佛稱北漢古趙地其主劉淵在晉朝正統  
之末年立西梵俗人分別若真修無此分別昔軒轅黃  
帝問廣成老祖曰天無二道聖人無二心是也惑愚者  
無知性命俗講訛偽其知萬法歸一法夫若在道得僧  
之真指修成大道卽道是佛夫若在釋得道之真指修  
成大道卽僧是仙此仙佛俱無分別中庸曰故君子尊  
德性而道問學致廣大而盡精微極高明而道中庸又  
曰故君子之道本諸身易經曰天地之道貞觀者也曰  
月之道貞明者也又曰天地之大德曰生敲蹻道人曰  
自古至今最上一乘之道果上合天心下配地理中貫  
三才凡三教若遇至道總歸一也邵子曰道通天地有  
形外思入風雲變太中

問之三曰道人爭高曰仙大謂老子度釋迦成佛僧人



爭高曰佛大謂仙必參佛而後成真登果弟子不辨真偽  
叩啟開示答曰無徵而妄爭者兩家俱非余遵冲虛祖  
師之合宗方敢細辨佛生於周昭王二十四年甲寅歲  
降聖老子於商陽甲時入玄妙玉女胎中至武丁二十  
四年庚辰歲二月十五日降聖自武丁起爲一君歷祖  
庚爲二君祖甲爲三君廩辛爲四君庚丁爲五武乙爲  
六太丁爲七帝乙爲八紂王爲九九君共一百八十年  
又歷周武王成王康王昭王四君共九十四年商周二  
共十三君二百七十四年是老子出世已先已後卽令  
爲佛之師後人不知根徹皆數妄爭矣華嚴經佛自言  
仙人授佛妙法昔老子曾過函谷關時亦度關令矣關  
令姓尹名喜成道著文始真經行于世上下西行可證者  
釋迦文佛出時西渡流沙但未聞老子自言曾度佛否  
佛亦未言受老子度否後人故不見猶龍之歎也丘長  
春真人於元朝元世祖四年壬午冬十月西渡流沙河  
止於雪山之陽從元世祖皇帝征西域之時所請也亦



未聞其言曾度何佛曾參何佛亦有世之狂愚宗其佛而勿宗仙亦有宗其仙而惡佛者不過爲爭衣食之計耳若夫真修之士道成後欲度釋者釋便稱佛欲度道者道便稱仙此乃實語也中庸曰唯天下至誠爲能經綸天下之大經立天下之大本知天地之化育夫焉有所倚易經曰和順於道德而理於義窮理盡性以至於命

問之四曰弟子淺見無知仙佛之正果再懇發明答曰法華經之說此仙度佛之有證而不掩者昔阿般提國有仙於大迦旃延名那羅尼依頻陀山阿私陀仙得四禪五神通矣後歸佛修梵行爲佛大弟子又商那和修尊者乃雪山飛行仙人也見阿難坐於中流水面加趺入滅飛空而至阿難付於正法眼藏而爲三祖又稱遮迦尊者中印度人也爲八萬大仙之首昔生於梵天遇阿私陀仙授法已經六劫投五祖提多迦得正法眼藏而爲六祖事皆在傳燈錄及五燈會元是証也又問曰



會元之書何年所有矣答曰宋朝眞宗景德間吳僧道原作傳燈錄翰林學士楊億裁正敘之爲一宋仁宗天聖中駙馬都尉李遵勗作廣燈錄仁宗御製敘之爲二此俗人所作亦不足憑宋徽宗建中靖國元年佛國白禪師作續燈錄徽宗敘之爲三宋孝宗淳熙十年淨慈明翁明禪師作聯燈會要淡齋李泳敘之爲四也宋甯宗嘉泰中雷庵受禪師作普燈錄陸游敘之爲五也宋李隱林大川禪師以五燈浩博學者難究乃採輯作五燈會元金國大定時別有繼燈錄元順帝至元間雲壑端禪師又作心燈錄皆詳錄之前事且自古至今亦有以盲引盲使學人無處下手蓋釋教之全法不出法華楞嚴華嚴寶積經中有近代六祖所著壇經一部使有情來下種而修舍利是爲正道也有和尚語錄禪師語錄乃妄語也難了身心故此輪轉三途落於投胎奪舍頑空一徒其不誤入邪徑

問之五曰弟子不知東土有此事否答曰東土亦有釋



教叅立者昔道光禪師乃陝府雞足山下人也始由博學明儒入釋初爲僧號紫賢先叅修岩聞道眼因緣金雞未鳴時如何沒這音響之句又叅如環問之如何是超佛越祖問餠餅圓陀陀地之句遂能宗說兼通機鋒敏捷諸方無能叅悟怎知極立之妙處實難識破正果而生死難了薛自歎曰畫餅不可充飢不能悟出生身立命之事不過說禪談道而已於佛祖超劫壽命慧命全無干涉後叅張紫陽真人門下石得之真人姓石名

泰字得之號杏林因題平叔之詩機緣會於寺中得聞仙道而成證佛果方知投胎奪舍是執空之徒枯坐無爲是五通之陰靈受仙指覺悟伏虎降龍得還丹之妙豁然憬夢我教法門只知悟性爲宗不悟世尊有云先除淫根之妙義金丹之道得藥爲上然必明心見性爲主方爲最上一乘若以精竭淫身悟性卽成佛萬無是理佛說落於魔道若不煉性徒妄金丹大藥終是滲漏無成又曰大丹未現前大藥未明透一毫滲漏拋身入



身圓明照了兼修金丹道成十極號曰真人此東土實是佛叅仙之有證者未聞仙叅佛之說矣再懇發明仙佛隨是一理弟子不明何爲先後二天答曰先者是先天之元炁爲人之根本此炁養身立命之種自父母交精之時感太極眞陰眞陽胎滿月足臍帶捫斷先天眞陽之炁藏於杳冥不測之地醫曰兩腎中間生祖炁是也有此祖炁則生無此祖炁則死道家曰閉塞命門保玉都是也釋家曰龍宮說法龍女現珠又曰慧命可保

壽命此是先天一邊之理問曰何爲後天敲蹻答曰後天者爲培養之基自感成胎之時全仗母之血氣耽養之功十月胎足瓜熟蒂落圀地一聲先天埋藏而後天氣接矣喜樂憂恐漸漸攻發日就月將知識開揚時刻先天消耗至老先後天不能相會故曰人死不知性命吾今謂汝略起身心常潛北海時刻潮候爲調補之法亦可還初盼蟾子曰念起急覺在玄關穩坐橋邊志要堅先使觀音往北度後移坎門入坤田



問之六曰弟子無知古聖從道與今時出家之人原是一理因何成道者稀焉叩啟發明答曰子之不明古聖根深志大亦非俗流之輩皆棄凡世而誠心苦志真參實悟故得遇真仙來度遵古有云稍些牽連塵緣計愛欲纏身仙怎來自古聖棄塵之修如玉帝棄國王如軒轅黃帝棄位如李老君周朝柱下史官而棄之如立帝棄太了以修真如老莊棄大夫而從立如東華帝君棄周朝之元帥如堯舜夏禹棄位真修如尹喜真人棄東

宮賓師遷函谷關令而從太上真修如許旌陽棄旌陽縣縣令如鍾離真人棄漢朝之將軍如吳猛真人棄西安縣縣令如彭抗棄尚書捨妄修真如張天師道陵棄巴郡江州令如王子喬以太子而棄帝位如劉寬之棄司徒太尉如劉道成棄陳州刺史如張三山棄大司空如呂純陽祖棄德化縣令如劉海蟾祖棄遼國宰相如王重陽祖棄宋徽欽時領兵校尉萬貫之榮富如馬丹陽棄甯海半州之富如張紫陽胸懷五車之飽儒自古



成道者數萬餘家拔宅者數千餘人悉皆捨妄歸真棄富貴苦心學道故得金丹而成道遇仙人而傳道亦非今時居官而不棄官戀家而不捨家只願永得富貴兩妄不捨亦無古人之志行神仙望望去遠安肯顯身度之偶然遇之不過是僞法方士巧詐謀進內貪計利輕者受害重者悞己性命何不自己思之又問曰何爲五通答曰陰神者亦有神通矣頭一通神境通變化無窮也第二通宿命通能知自身之前世及後事過去未來

一二皆知第三通他心通知他人諸謀之事第四通天耳通徧聞天下人物之聲俱可遠聽第五通天眼通能視天上天下有形無形盡可一見觀人觀物亦無障隔此爲五通之果仙佛稱爲二乘之小道世稱五通之靈鬼侵淫女人到處僞仙此修之果爲次矣問曰何爲六通答曰六通者仙佛起首所修用虛靈之神意固守陽精文烹武煉靜定照顧採取抽添加減風火沐浴溫養之進退要合自然之天機搗煉日久方成大藥服食懷



胎養慧合於虛無神全充足陽神出現多此一通名曰漏盡通因起首斷淫止欲永無走精之患若有此一通爲仙佛之六通若少此一通爲五通之陰鬼因起由少此一通皆因無法保漏偏修心中之陰神陽漏枯竭死而爲鬼必然是此理也若有生死者皆非仙佛之道太霄琅書太極大法師云五通尙在三界末爲仙也夫天仙無不無有不有能覺有無之間於其際而無際乃能超出三界若得嫡指陽精無漏則成漏盡通此通一成

卽得長生不死爲天仙與諸佛世尊之基若精漏不住難得此通則不能長生有死者卽有轉輪世之愚人不  
知有逃輪迴之道古仙云留得陽精決定長生是也專  
有一等狂愚之人以枯坐歇精爲之道不然以投胎奪  
舍爲至道或又演習死後轉入王公大臣其不捨身投  
身又勞後世之父母無上內秘藏經云法無二念當知  
三界之中有漏衆生無方便慧終無悟解且佛教中言  
阿私陀山迦旃延等得四禪五通所少於佛者卽漏盡



通矣正是淫欲未淨而陽精之漏故成陰神之果以上之謂不敢僞傳俱印証也

問之七曰弟子愆深不辨真僞一事自幼在儒之時聞僧與常人言昔日呂祖戲牡丹一事可是真否答曰孽哉純陽翁乃唐朝德宗貞元十二年四月十四日巳時降生於唐朝文宗開成二年丁巳舉科進士是年此時四十二歲爲德化縣令出城遊廬山遇異人自言是鍾離權其話有契呂遂棄職隨之七八年而問至道後修

成大道於六十四歲五月二十日黃鶴樓前飛昇虛境超出天地五行之外世人皆知不可昧矣况牡丹乃宋朝第十代孝宗皇帝淳熙年間出此異事有假道嚴洞賓習旁門之邪法用採戰之外道後遇國朝訪勦而外道遁避隱藏真姓顯其假名世俗人稱爲洞賓其不知嚴洞賓戲牡丹是實也後來嚴姓遭遇天誅此事俱有憑証觀看神仙通鑑與列仙傳辨其真僞矣又問曰世俗人與僧家常言呂祖訪黃龍求法黃龍不傳呂反用



劍斬之可是真否答曰黃龍者在豫章南昌府寧州東鄉有一座黃龍山寺僧晦堂和尚亦非大乘之道僧乃俗耳與黃庭堅居鄉鄰爲言語文字之友同習灰心死坐之功皆宋朝眞宗景德年間人也豈有大定出神之工能歷過五百餘年一定之不死者呂翁也呂因何反求五通有死之道僧以學死後轉福之念耳怎放陽神去來無礙與古佛天仙並駕矣是爲最上無上之上乘况呂翁至今屢屢顯聖度人由已得定出定不落生死

之輪迴獨超萬億之浩劫且黃龍死後至於今獨不能顯一聖之靈能如世尊之度人能如呂祖之度人僧反毀顯聖之天仙而凡僧毀謗黃有何足之榮呂有何羞之辱細觀黃在未死之時不能神通如呂已死後又不能復出現化於世上此乃死後入輪迴胎去久矣彌勒佛所謂終是落空亡是也自古難逢大乘之正宗馬丹陽云師恩深重眞難報誓死圍牆煉至眞說此仙佛之正機不二法門是也自太上傳之東華帝君東華傳之



鍾離鍾離傳之呂純陽劉海蟾二人遂分南北二宗之首領呂純陽又傳之王重陽重陽初授之和玉蟾李靈陽史處厚劉通微嚴處常相繼授道次又傳之馬譚劉邱王郝孫爲北宗之七真及其下至大明之時裔傳王棲雲尹清和宋披雲虎皮張真人李虛菴曹還陽伍冲虛伍守虛徐復陽蓋冲虛子在大清之時又傳柳華陽和尙馬丹陽之門人宋披雲卽黃房公在大明之時又傳李太虛李又傳張紫瓊張又傳之趙緣督趙又傳之

上陽子陳觀悟陳又傳之劉玄谷是爲北宗分枝岔派南宗者劉海蟾翁傳之張紫陽張又傳石杏林石又傳薛道光薛又傳陳泥丸陳又傳白玉蟾白又傳彭鶴林彭又傳蕭紫虛是爲南宗之開教也自古歷代秘附本音此以上未書者諸祖千百餘家余不能述矣

于大濟七問

問之一曰弟子淺見有一先生傳人教人泯目端坐眼觀鼻準鼻觀心竅謂之水火既濟若外陽舉發之時用



意後升前降轉睛補腦謂之還丹可是真道否答曰此人未得真傳不知確實總屬盲說教人以文字之毀揣不明先天返還之理又不肯低心求教高人其不自誤今生以盲引盲蓋大道初手用五行歸根之法將心目沉潛於海底以真意爲火作養鍋底水得火而溫暖要知立牝之門戶必須使橐籥之風箱吹入爐中火得風而焰灼方可有萌動之機久久搗煉非一朝一夕之工夫功純志堅性靈訣真自有真種產焉採取歸爐入鼎烹薰鼓動煅煉是爲化精之具若到採藥不化之時先天景至另有口訣在焉起開閤之機行周天之秘秘內有爻度之法限非敢妄行升降若錯差毫釐而金丹不但不結反生惡患其可不細察之哉

問之二曰弟子聞打坐之人凡有走漏是何故也答曰此人空坐火水隔斷不能心腎交合又加強殺死坐上耗心志下陷真陽勞其精神無所安栖大學曰於止知其所止且又不知風火立關之妙竅日久尪羸性命不



能久居問曰以有不泄漏者是何故也答曰或因老邁精枯或因病患陽痿精絕或掩昧弗說逞已之能坐猶恐老來悲哉爾其知以精生爲自本古曰本立而道生是也釋教曰情來下種道教曰有漿方可求道無漿難得求真此理不虛也

問之三曰有一先生教人子午端坐存想元神叩齒漱津攪舌下龍泉之水分而送下丹田然後從尾閭用意返轉泥丸復又嚥津照前一樣每日三時皆是行之可

真道否答曰此係止念少慮之法名曰空轉津液此法不能成道亦無大害無非操勞後天若精生無法治之其不知天地間有形者皆然有壞實有無極之道萬劫常存亦非自作聰明偈曰五行山下制猴王幸遇取經唐佐獎伏虎降龍收入戒沙河悟靜始從剛

問之四曰弟子聞言修性者必須高菴大寺或棲窮谷深岩不然肩擔遠遶朝山駕海謂之修道可成道否答曰此人濁多清少慧力閉塞或己之俗愆垢重故而迷



言蓋大道有三事爲要問曰那三事答曰第一者法財  
侶地第二者德廣善宏第三者格物貫通夫若真修之  
士道在自身修煉何必在外覓求凡一人身之內陰陽  
五行俱備上合於天下配於地中貫三才之體爲人一  
身全憑精氣血液元神統領若以奔走勞碌或沽名逐  
利以僞作真與道遠矣爾不思寒熱暑濕不正之氣若  
夫染着其不苦矣願君子惺而証之

問之五曰弟子再叩開示凡三教工夫一體喻名不一

因何道曰金丹釋曰舍利子儒曰浩然正炁懇法嚴註  
示答曰道曰金丹者金乃西方之正色生水之根源水  
從人身名曰坎宮又曰丹田故人起手先修此處煉精  
化炁變成小竅故曰先天逆行水能生金搗煉日久名  
曰金丹可以入聖乎釋曰舍利子者是西梵之語也舍  
乃元神所栖之宅也如來佛曰淨土家鄉中華曰丹田  
此處神養固守偶合日久產爲種子譬如積寶重利子  
者坎宮子位是也故修煉名曰舍利子矣儒曰浩然正



炁浩者大也猶如水之湧會出於自然正者乃不偏不倚中宮是也醫曰命門又曰丹田性未變情之時原是先天祖炁炁乃無形之火常居命門中間若得真師指示使浩與然二物相交名曰既濟之功三教之修原屬一理奈人無知偏弊自惑分門立戶短論爭長總屬俗流之輩若真修之士無此分別之論總要自己盡性命而逃孽海乎其不是丈夫也

問之六曰弟子聞古聖云松下問童子言師採藥去只在此山中雲深不知處可是千家詩之註解矣答曰千家詩所註者套語文字不知此詩大有秘奧內藏性命之道松者金公木母爲交并是也下者地坤是也童子者是二目之雙眸子也師者施也採藥者是陽生也凡修行人若知陽生不失其時採取皈爐小則延年益壽大則亦可成仙成佛此爲真藥矣亦非醫學後天之艸藥也此山中者是人之法身譬如須彌山易經曰艮山採藥卽在山中是也釋曰龍宮又曰極樂國道曰產藥



之川源又曰丹田雲深不知處者譬如盲修之人不知精生之所亦不知歸根之處亦不知採取煅煉之法此詩大有深指遇真師方可曉用矣

問之七曰弟子聞古儒云月到天心處風來水面時一般清異味料得少人知再懇發明答曰月到天心處者是禪定中之景象現於中天猶如潭月雙輝是也風來水面時者是元神坐在坎宮子位之中用子息吹噓水面靜候機時而採大藥矣一般清異味者是太極旋樞

濃合融會之妙意斯時極樂難以言語形容故曰異味矣少人知者亦非俗人能曉或成仙得道者可以知之或大工至此亦可知之或得訣之人稍以曉用除此之外少人知矣

五等仙

五等仙者天仙神仙地仙人仙鬼仙之目世人知之有仙不知修仙不一仙雖五等而其種則二陰神陽神之不同矣鬼仙者陰靈也皆因陽盡純陰雖然有靈終是



純陰之鬼天仙神仙地仙人仙者陽神之種類也此四  
仙得炁之全足原屬一本所修內有淺深之不同證果  
有大小之異初登人仙進至地仙再進修神仙修至極  
處名曰天仙夫大修行者學仙佛之正道談仙佛之正  
理持仙佛之正戒行仙佛之正行能採取腎中真精之  
陽炁配合心中本性之元神載運呼吸而爲小周天之  
火薰蒸補助補得元圓充滿如十六歲童子純陽之體  
所謂二八一斤之數名曰鉛半斤汞八兩又曰上弦八

兩下弦半斤仙佛曰丈六之金身是也夫四仙起首煉  
精返炁固守下丹田炁久固而身亦得久固所以成人  
仙矣不失人身亦不能離人身此爲初機小成之果耳  
若大仙之道卽上關中關初關之所修成初關乃煉精  
化炁守之則保長年粟大志問曰用何保法盼蟾子答  
曰炁欲動則使之不動而還靜精欲化使不化而仍爲  
炁若藥生急採取烹煉於下田歸其根復其命命長在  
而載命之身亦長在也若不守真炁復洩真精則與常



人生死之同異也所以云神馳則炁散眼耳鼻舌意內炁亦散矣神若外馳於淫則內炁隨而散於淫根而用觸六根之塵皆能令我炁散最危險所當防之夫精由元炁化而爲精爲髓以護人身之寶精若生則炁根爲旺精髓若竭則炁根無而不生故而亡矣道藏妙法蓮華真經云魂勞神散炁竭命終陳希夷云留得陽精決定長生夫煉精化炁爲之人仙由人仙用工採大藥服食化炁圓丹淫根自除矣如來曰馬陰藏相古仙曰金

龜縮首爲之地仙由地仙之位養胎化神移胎出神顯化爲之神仙由神仙面壁還虛入毘盧之性海去來無碍天地劫終而元神獨存爲之天仙也若夫知人仙不求上進之功久則不能固守或遇水火刀兵之劫或遇天地九陽六百之劫或四時不正之氣若夫染着遇着失却自身落鬼道輪轉一徒急當早叩天機虔修超脫冲舉與天地無爲之果證矣太上洞玄靈寶智慧本願大成上品經云立三百善功可得長生存地仙居一功



不全則災從一始而都失前功矣常有其念在於心膂者則是也善功者是大修行人內煉精炁神之善功三百者大概言之感應篇所謂欲修天仙者當立一千三百善此上言搗煉大槩不失其時功滿德備有所望焉

天僊口訣云

天僊大道聽我說

只要金木無間隔

靈父靈母神炁全

乾男坤女不精缺

真鉛真汞須實認

魄隨烏肝藥無別

兩弦混合共一片

一炁貫通如圓徹

先天祖炁別無訣

一粒金丹傾刻結

離中陰汞借此乾

漸漸黑鉛上枯竭

姓名標在僊籍上

不遇知音莫輕洩

十洲三島任意遊

跨鶴乘鸞朝玉闕

神僊口訣云

神僊之道理分明

本與天僊道亦同

鉛汞兩般別無槩

陰陽二炁是玄宗



初時下手劍要靈

不是梅花與鶴翎

煉成慧劍隨人意

曲直剛柔掌中存

施展寶劍運神功

一陽初動覓真精

採取坎戶真精液

補我離中腹內陰

鼎爐造化神炁精

乾男坤女配黃庭

若非戊己爲媒聘

爭得金丹滿鼎紅

地僊口訣云

地僊之道別有說

指出三關真妙訣

夾脊玉枕崑崙上

吞入華池把命接

坤坎二竅立牝穴

精關閭尾休輕越

肘後金晶從此飛

須識任督兩道脉

神靈炁全精不洩

既取翫賞西江月

虛心實腹谷神存

利鎖名縲須解徹

德配仙緣煉服食

地仙可登天仙客

走霞飛雲任往來

且在人間經幾劫

人僊口訣云



人仙之道須養氣

水升火降爲既濟

丹田溫暖病不生

心清性靜固根蒂

八段錦練六字氣

衛生歌訣須頻記

謹身三戒休要忘

大喜大怒並醉慾

春要聽肝秋咽肺

這個玄機須可會

夏呵心病腎冬吹

四季常呼養脾氣

斬斷貪嗔絕思慮

利鎖名縈須頻棄

忠孝雙全急培補

臺顏不老當在世

鬼僊口訣云

鬼僊之道天最禁戒今以失却真傳

鬼僊修道要真傳

只在中黃理自然

鑑形閉息思神法

佛遇真師莫強言

須着慎醒勿貪眼

氣聚精凝神自全

六字真全爲至寶

四門要訣有開關

移居可返借屍還

投胎奪舍有何難

來來往往昏無昧

萬國遊嬉一瞬間

朝上玉帝赴瓊筵

也無坐訣各家禪



若悟鬼仙真玄妙

常翫蓬萊一洞天

女真修

夫女真修煉先要却病調準月信然後煉已斬斷赤龍  
與男子伏白虎其理一也故男子乃太陽純圓之體而  
陽精日日能長能洩借此長洩能補成乾健之體且伏  
虎之工志剛之丈夫方可爲也女人乃太陰純圓之體  
其癸水一月一潮故與男子初手行工若斬赤龍之後  
與男子行功一理自小周天起至出神還虛皆是一

也蓋婦人月信多有不調者乃任脉帶脉有虧盈之瘀  
血必先用艸藥治其有形之病先服通竅活血湯一劑  
此劑用真射香五釐冲南紅花三錢桃仁泥三錢赤芍  
藥一錢川芎二錢薑三錢老葱三根紅棗七枚共三物  
碎切用黃酒半斤並藥同煎煎一半盞去渣對射香再  
煎三沸服之使周身之血竅無不通達兼治勞症然後  
再服加減四物湯調治氣血無溢無虧信來顏色鮮紅  
日準爲度方可煉已若月信不準不敢斬斷赤龍定是



此理也四物湯者當歸身三錢白芍二錢川芎二錢生地三錢人參二錢白朮二錢柴胡二錢白茯苓三錢半夏二錢香附三錢炙甘草一錢五分薑三片若氣虛加黃芪五錢連服二三劑亦可氣足血盈便可下手斬斷赤龍急刻求師指示煉已修真坤返乾健之體婦人爲太陰修煉以經水爲本血爲少陰之經絡與帶脉任脉並行周流又爲天癸降潮之海又爲之首經循環往來周流不息之路但女人每月受信水一升三合經行而

脉亦行自幼女子本無經行只因十四歲知其男女交合之意慾情亦動渾身發熱脉通暢以至天癸奔湧欲修長生之道必須靜室之中絕其男女往來斷交世俗淫蕩之婦口不亂談旁非之事目不外視遠近之色耳不外聽一切諸聲煉神於兩乳之間默默忘情絕念心不外遊每遇凡慾情動卽當正念治之每遇淫根發動急用鼓琴招鳳之法使武火佐養北海起巽風吹發其中使慧光返照龍宮存神於兩乳之中若無決烈之



志性變情流赤龍難斬矣假如前月初一日信來至初三日止卽當初三日行功初次爲斬其尾次月卽當初二日行功而斬其腰次第三月卽當初一日行功而斬其頭則赤龍亦斷矣若過七七之歲癸水以絕遇真師指敲琴喚鳳之法將赤龍調出然再斬之可爲真訣矣若童女亦不必斬赤脉之功由此直超圓沌是爲童真修煉與男子採藥之工相似也第一要煉已純熟方有妙用一毫不差不失藥產之時此乃太陰煉形之法情

慾一動真炁已至便行父母未生之前所產藥爐之真炁用力一提以意採攝送至右乳房三十六次以右手搓摩左乳三十六遍故要採提真氣數足如此六次共二百一十六次後以默坐閉住息數以兩手抱定兩乳靜坐片時息定復又真炁已至用力從父母未生之前產藥爐之間一提真炁送歸右乳二十四次故要採提真炁數足如此六次共一百四十有四次仍照前閉住息數以兩手抱定兩乳默坐片時二六時中工夫已畢



合周天度數之火候每日以此行持可待次月初二日照前斬腰至第三月初一日以可斬頭第四月如赤龍斬住再不可行此工夫却用兩手抱住雙乳閉息靜坐每日忘情滌慮一切塵念不關於心逐日加工不可懈怠自然釀生從玄牝之間陽炁冲透自閭尾扶上夾脊通過玉枕直上泥丸與男子工夫一般開關得釀交姤下降黃庭澆灌五臟如此不可缺斷必須加工上進方得嬰兒成就調和溫養之功仔細察其男子用工之諸

節必須曉用此法遇至誠之烈女善德淑賢之婦人方敢訣破甚之秘之若傳淫俗詭詐偽善之婦女必遭天誅而譴也蓋最上一乘之妙道先天大覺之金僊自西王母嫡傳與離山老母離又嫡指崔道姑崔又授與李道姑李又授與陳仙姑陳又授與楊賽花楊又授與黃花姑黃又授與小姐黃又授與麻姑麻又授與王金蓮王又授與楊仙姑以上皆係口口相傳大志問曰男仙可有傳女仙者否敲蹺答曰大乘之道男女一理若知



真訣男可傳女女也可傳男昔日呂純陽祖師嫡指何  
仙姑次又指與張珍奴又至於王重陽祖師嫡傳孫不  
二元君此乃男傳女也亦有女傳男者是孫不二元君  
立派名曰清靜派至今接引後學弟子無數此是女傳  
男也又趙大悟問曰亦有自悟成道者否答曰昔日魏  
元君名華存字賢安乃汴梁城人也父魏舒字元陽晉  
成帝時爲左僕射進位司徒封劇陽縣開國子薨溢文  
康母德慶夫人元君生漢獻帝健安十八年二月十五

日天才卓易幼讀黃老之書性嗜神仙之術修真慕道  
常欲居靜父母苦阻至二十四歲強通太保夫掾劉義  
所生二子夫劉早逝自二子長子劉瑕安城太守次子  
劉僕從事中郎此時元君復却脫塵急辦修真於晉世  
祖司馬炎太康元年戊申歲十二月十六日夜半道君  
得仙秩之千卷授之元君此書授與西域真人並口訣  
又授戚姑三女又授與靈昭女皆行此道元君道成後  
作玉劍金書行於世上位登紫虛元君領南嶽上真司



命將望於斗牛之間直超飛昇在晉成宣九年九月十五日玉詔有勸世文留傳一部

其一太陰煉形歌

女人學仙指掌間奇門二穴通泥丸常依潮候調真息  
神歸天谷自盤旋先將真火燒兩乳移入丹田化作鉛  
至誠煉就純陽體返老還童壽萬年

其二太陰煉形歌

精系爲根立性基澄心內外照無爲縣縣呼吸收陽水

默默調元配坎離飢渴飲乾真土液醉眠穿領火龍衣  
翻身劍卓天王塔化作成仙丈六梯

其三太陰煉形歌

乾坤妙用應方圓握住雙關系脉旋倒捲黃河三尺浪  
掬迴玄谷一構泉淨瓶開仰收雲雪清笛吹時應地天  
二八丹頭吞入腹形軀傾刻化純乾

其四太陰煉形歌

閉戶開關百脉通子前午後默持功煉形幹轉奇門穴



運火抽掬橐籥風調就純坤洞裏虎一圈套住震宮龍  
地雷發令雲施雨洗濯黃芽穿九重

其五太陰煉形歌

固命先須調本形忘言絕念不着經鼎煎八海紅塵水  
口吸三山碧玉精五彩玄珠穿赤壁一枝柳葉插金瓶  
佳人施展神工巧刻竹爲簫品一聲

其六太陰煉形歌

陰陽消息托黃婆默默真情兩意和老虎飢餐雛鳳髓

紅蛇穿透黑龜窩五彩互體無魔障入水歸源絕浪波  
雲佈龍吟飛白雪牧童橫笛轉西坡

其七太陰煉形歌

煉形須固本根源脉息旋行聚上玄擒住赤龍田裏隱  
牢關白虎洞中眠啟請仙客青娥女隨伴真人白玉蟾  
口口傳符通一炁相吞相啖轉迴天

其八太陰煉形歌

神女吹簫二八時清音嘹唳應華西玉童驚起離龍穴



金母邀歸兌虎基百竅灌開旋一炁九宮閉息斬三尸  
天關地軸通消息顛倒陽迴少人知

其九太陰煉形歌

自從三藏取經行撞倒西天九曲城重整乾坤須積炁  
尋添水火補元形三週不問神功備一刻相符造化成  
依舊春風迎宇宙超凡入聖永長生

自古女真修萬萬難拔一也趙大悟問曰婦人欲修大  
道以何爲先答曰掃盡慾念爲先斬盡恩愛爲急又問

曰何故答曰慾念不除其經不絕恩愛不斷大道難明  
此二者死生之種子輪迴之根本故此二事爲先若能  
斷除慾念斬絕情愛棄其貪嗔忘其形體何慮大道難  
成智慧不生矣雖有愚拙依訣而行若能採先天一回  
爾慧悟增長百倍詩賦文章不思而就不學而能明譬  
如凡夫情妬生子順出者以可生人逆迴者助與自身  
增長靈慧久而變化可稱仙佛聖賢是也呂祖曰欲脫  
輪迴苦先把無明滅一點操持心堅剛加鈍鉄些點男



女心烈火溫不熱人情並富貴榮華都收摺遁避塵寰  
中忘人並忘我

道本無名 修之成形 在夫一志 惺覺真宗

因何有身 太極之能 人小天地 五行攢成

父母兩儀 宿冥真精 方有四大 色身胞膿

五官四肢 漸長成形 瓜熟蒂落 自現體容

欲漸靈覺 喜怒哀情 知實識物 俱備靈通

至少而壯 憤發七情 天性改換 識性分征

欲恣慾發 名利心重 萬萬難脫 一大關中

故而俗言 生死造成 賢聖不忍 使人脫籠

作出丹經 釣賢歸正 從入胞胎 神息調踵

與精相合 凝結聖嬰 法在默持 思想本容

父母根本 卽是佛種 父母極樂 是吾根宗

以根超凡 以根成聖 不與凡交 心妬腎宮

二炁來往 陰陽樂容 由如父母 受我身形

君子成道 俗夫賤情 志剛丈夫 方能忍性



治己最難	無德放空	物來知止	至善攝烹
全憑兩忘	入蟄含蟲	真意爲火	呼吸爲風
不失期時	候地雷鳴	採歸煅煉	鼓舞吹笙
物伏泰定	溫存勿驚	傾刻勇壯	極急歸弄
二候團聚	牟尼成形	真師口授	逆轉上冲
先後二天	一處混融	三轉九還	七返煉成
釋曰舍利	道曰丹成	儒曰浩然	永劫神通
至大至剛	善德培成	又吟	

三教禁秘今著篇河圖洛書謂此源儒曰二五凝妙合  
 道曰河車運周天釋曰鹿車法輪轉萬古不洩余盡傳  
 吾願知心同志友至修實悟細辨參

妙合圖





一陽復卦起立機呼升吸降合坎離靜極之動清中覺  
無動欲動濁中機德正矚物合天道搬運導引後天迷  
有憊無治先天散有治無憊守空蒂

夫人身雖與天地相同而不與天地形象相似故而寢  
失者多矣余辨此圖顯然天理自古仙佛聖賢秘而單  
傳不肯共同大眾故著經書千譬萬喻而後學無能從  
入余今好事將洛書二五妙合閱辨歸書是圖也惟願  
潛心憤悟而自登聖域矣有志者不被吾圖所惑無志  
者惑吾圖矣

偈曰

息數交度合天機

遲早沐浴自然時

後升前降有刻漏

陽火陰符要細知

不真莫採分清濁

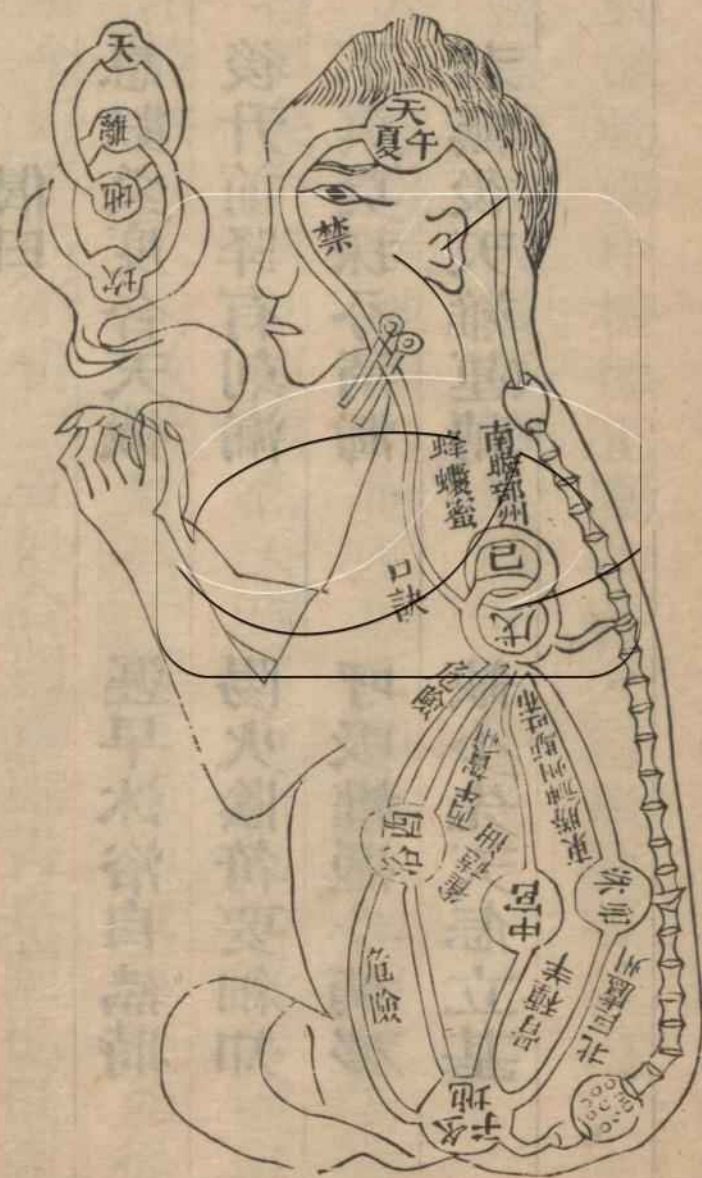
呼吸權憑斗柄移

若無後天難運轉

缺少先天怎立基



大藥圖



夫起手運南離之火以煉北方水中之金是為以紅投

黑則凝神入坤坎方能生藥也工至載大藥之時當運

北方水中之金以制南方火中之木是為以黑投紅則

凝神入乾頂而丹成矣紫陽曰依他坤位生成體種在

乾家交感宮崔公入藥鏡曰產在坤種在乾乾居上為

昇坤居下為爐非猛烹急煉則藥不能出爐非行倒撐

逆旋則藥不能升昇鉛乃其性沉重之物若不得火何

由而飛汞者其性飛揚之物若不得鉛何由而結以用

聚火之法最為緊要何為聚火之法即達磨海蟾二祖



師曰吸舐撮閉四字訣是也吸者鼻中吸氣以接先天之炁也舐者舌舐上腭以迎甘露也撮者緊撮谷道是也亦曰內中撮明月輝輝頂上飛閉者閉兌垂簾兼逆聽久而神水落黃庭故翠胡云下不閉則火不聚而金不升上不閉則藥不凝而丹不結此聚火之法乃採取烹煉之要務也若恍恍惚惚乃採藥之時候猛烹急煉是採藥之工夫吸舐撮閉卽是烹煉之嫡指也夫採取之法貴乎知時不可太早太早則藥嫩易升也亦不可

太遲太遲則藥老成質必須要鉛華吐白玄珠成象方是採取之時節故張紫陽云鉛遇癸生須急採金逢望遠不堪嘗張三丰云電光灼處尋真種夙信來時覓本宗電光灼處者則杳冥之際恍惚之間一陽爻動之時乃珠落華池之界此時急用衆同契拘束禁門訣曰緊塞太玄閉任開督急忙鼓之以橐籥吹之以巽風煨之以武火煉之火熾則水沸水沸則駕動河車載金上升泥丸與真汞配合汞得鉛降亦不飛走如此漸漸抽添



漸漸凝結自然鉛則日減汞則日添久久鉛盡汞自乾也陰盡陽自純至此則金丹大藥成矣此煉大藥別無異術只是採取先天一點祖炁以爲丹母故祖師云煉大炁炁飛肘後之金晶存帝一之妙相返三素於黃庭此是口訣中之口訣夫學者徒知鉛汞交結爲丹不知採取抽添烹煉火候各有次序法度蓋採取以作其始抽添以成其終此中調停全仗火候所以紫陽云縱識朱砂及黑鉛不知火候也如閑朱晦翁云神仙不作參

同契火候工夫那得知薛道光云聖人傳藥不傳火從來火候少人知莫將大道爲兒戲須共神仙仔細推蓋火候之法有文有武不可一律而齊也若靜中陽動金離礦地下雷轟火逼金此第四節之火候也慢守藥爐看火候但安神息任天然此第六節之火候也陽文陰武無令失進退抽添有馭持此第五節之火候成性存存者儒家之火候縣縣若存者道家之火候不得勤不得怠者釋家之火候三月不違者顏子之火候吾日三



省者曾子之火候日知其所亡月無忘其所能者子夏之火候戒慎乎其所不覩恐懼乎其所不聞子思之火候必有事焉而勿正心勿忘勿助長者孟子之火候發憤忘食孔子之武火樂以忘憂孔子之文火不知老之將至云爾者至誠無息而火候純也火候純則大丹成而作聖之功畢矣

玄珠串貫直詣

太極直論其一

元炁初生一團混沌萌而未萌用而未用廓然空虛不著一物至有一點靈光無形無影孤懸於恍兮若有若無之境氣清明則現神昏濁則沉故太極圖曰太乙含真炁精神魂魄意靜極見天心自有神明至太極者天心也虛無也惟有一點陽含於其中所以動而陽生動極而靜靜而陰生靜極復動動靜相應陽變陰合而生水火金木土夫產萬物者由此太極之中一點陽精發生人得其秀最靈自懷胎之時感太極真一之氣而成



形陰陽五行之理悉具一身之四大內外上下皆屬後天昏濁而先天一點真陽藏於杳冥不測之內而元精本一至明至顯與日月周旋與天地同悠夫得之則生失之則死不可須臾離也愚人無知保守欲慾情動極勝利害態而交攻斯天真漸喪而妙體弗全與道遠矣賢者茲欲全真還本則當收斂身心是以清靜爲要莫與俗夫纏擾故長真譚祖水雲集云絲頭莫向靈臺掛內結靈丹管得仙孟子曰求則得之舍則失之而變化之妙無不由陰陽而得之是宏德而達道矣

陰陽直論其二

坤其靜也翕其動也闢廣大配天地變通配四時陰陽之義配日月易曰善配至德太極動而爲陽靜爲陰陰陽屬氣而太極之動靜則屬理乃立中一點之呼吸往來之升降雖不離氣始由身中一點真陽而運用所謂一陰一陽之謂道得其道者在乎保精定靜凝神入於竅中夫凝神則真息自住息住則真靜靜極則天機自



動始從虛無之內得神乘動之機以鼓其中陽精而從逆攝取歸源之煅復而靜混之中得炁結合可入虛無之境方知氤氲之妙可得一太極之化而總不出於坎離之中也

坎離直論其三

先天卦位乾南坤北離東坎西一變後天乾坤退位離本乾體故曰太陽受乾位而成離離乃少陰坎本坤體故曰太陰受坤位而成坎坎乃少陽離爲火火性上炎則其易騰也坎爲水水性下潤而其墮然坎中一點陽精長得離火相蒸而始得長生之由離中一點陰神長得坎水相潤始而不死位雖相隔而使氣長交但後天皆屬昏濁羣陰之內陽氣難生非得真火煅煉而坎離之氣終不能旺何以能得交姤道在洗心滌慮保精調息神守中宮一意不散則真火漸生功純火盛則真水上騰火入水中水與火交交姤日久天機忽升坎中一點真陽點化離中之陰離還是個離體不實其虛坎還



是個坎體不虛其實心腎相合而得坎坎離離之妙變成乾健之體而爲仙矣夫修丹之士多言心腎非坎離以呼吸爲坎離此非真也不知坎離之體乃是乾坤之用大抵人身不出五行也

五行直論其四

太極化生故有五行之理人身亦有五行之義以太極之五行返求一身之五行自合先天之卦位夫人心故曰守靈居乎上屬南二之火我之神也腎曰育嬰居乎

下屬北一之水我之精也肝曰含明居乎左屬東三之木我之性也肺曰虛成居乎右屬西四之情也脾曰黃庭居乎中央之上我之意也意屬土土爲信金木水火非土無所成猶如仁義禮智非信無以立也蓋天一生水地二生火始生氣流動閃爍其體尙虛其成形猶未定迨生生則確然有定形矣水潤下則居下火炎上則居上然火雖在上而根於陰水雖在下而根於陽陰陽本配合只爲陰氣不能下降斯陽氣不能上升全憑真



意居中無偶爲止掩火之鄉故下竅陰中有陽氣升攝歸得中土卽止上竅陽中有陰氣降蟾蒂得中土卽止艮止之極陽氣上蒸木液不變是爲真汞陰氣下注金精上升變爲真鉛此乃真土之功也古云真土擒真鉛真鉛制真汞鉛汞歸真土身心寂不動五行之用土也是爲成始成終而修丹之士用土爲先當識生尅之理矣

生尅直論其五

人生化育於兩儀混一於五行非生尅不能得制相生漸至相生而極盡安能相戀而成丹乎蓋腎神逆轉於心水尅火也心神順轉於脾火生土也脾轉於肺土生金也肺轉於腎金生水也腎受脾所制土尅水也古云五行順者金生麗水五行顛倒水中生金此乃陰符之立旨

立旨直論其六

神仙傳法無多語只教凝神入竅中若得真師傳真竅



上下中間悉洞曉自把元神藏到底變化位玄達上天  
蓋竅乃產繁川源陰陽交媾之所若不得火煉則水混  
濁若不專心致意則火散慢大槩終不能生此先天從  
何而來滋萌者神潛於丹田鼓舞卽是以火煉蘖取實  
填虛久而彌滿至於周流運轉內真外應結成金丹體  
變乾健盜天地之精華奪五行之造化爾不枉千幸萬  
苦道至在單嗣授受而其中妙用總不出玄關中可得  
矣

玄關直論其七

古聖云欲學還丹微妙法先求虛中一秘竅此竅非口  
鼻非脾肺非臍輪非關元氣海非閭尾非膀胱非谷道  
非臍下一寸三分非明堂泥丸能知此一竅者則冬至  
在此繫物在此火候在此沐浴在此溫養在此結胎在  
此脫胎在此蓋此一竅無邊無傍無前無後貫通上下  
靈變無窮不能以法度而已揣度亦可慧悟精尋妙在  
身中求不向身外作余今略述其象一似空懸黍珠懸



絡百脉神運其中意此起者是竅也古云未有此身先有此竅既有此竅方有此身慄然居十問曰何也敲蹻答曰父母交姤兩情合暢男女意到精血所至命根在焉又云竅取生身受氣初是也夫生身之處正是元始祖炁又曰本來面目居一身天地之中而虛中一穴方廣一寸二分意到則成竅機吸則杳眈開闔則有時此乃自然之用是爲虛無谷者是也試取雞卵熟而剖之必有小隙空處卽其未熟正中虛處是也若無此虛處則不能成雞也夫人身空谷之中亦如是矣上由絳宮以透泥丸下接丹田以至湧泉上徹下空而中連焉借此物以明之何異又口乎虛其中則張實其中則弛竅之能張能弛亦復如是切莫泥身著形泥境著物四維不著玄關可得如識此竅能培養此關爾三寶精氣神凝翕中也乃自作性命自立胚胎修者當覓中黃也

中黃直論其八

中言其信黃言其色究竟其所中無定位黃無定色位



無定位有所以定者爲真黃黃卽中中卽是黃不偏不倚無乖無戾故達中者而不中忘其爲中不以中之位居也達黃者不黃忘其爲黃不以黃之色泥也無位無色是謂其得得其所得卽爲得一若得真一而自知竅矣

知竅直論其九

夫人身有四竅除泥丸一竅成丹之時所用別有三竅是下手之處也上一竅是爲天樞屬心藏神藏血藏性是藏汞能使幻意移念周行於一身下一竅者是爲天根屬於身前對臍後對腎稍下空懸藏情藏炁藏命藏鉛能上行勾引心中之真液凝結成寶中一竅是虛間之地若能知中黃者亦曉陰陽出入之門戶將心中之神放在身中下下之竅內而神始通達無漏固元真靈明通穴

通穴直論其十

中宮爲藏炁之穴尾閭爲運精之穴上腭爲降珠之穴



頂門爲出神之穴能用中黃者可採先天混元之祖炁融會氤氲和合陰陽之妙機以調燮而爲炁以炁成而煉元精以元精搗煉化而成珠是爲結胎矣月滿胎足亦可飛昇沖舉夫四穴者深秘最重干涉非小哉由始亦在虛危穴中

虛危直論其十一

虛危穴者卽地戶禁門是也上通天谷下達湧泉蓋眞陽初生之時烈火焰風斬關透露而出必由此穴經過故曰干涉最大昔日呂祖度劉海蟾曰水中起火妙在虛危穴是也故海蟾子長坐陰蹻品笛敲音鼓掌盼樂故此轉老還童矣而精炁聚散長在此處水火發端也在此處陰陽交姤也在此處有無交入也在此處子母分胎也在此處故黃庭經云閉塞命門保玉都是其穴也卽覓任督中間

任督脉直論其十二

督脉行於背部之中起由骶骨至頂任脉行於腹部之



內起由胞中上行承漿分岔枝而入兩目是謂之陰脉之海也人身任督猶如天地之子午任督行於腹背子午定於南北而陰陽不雜合之者渾淪無間故羣陰纂內會合陰穴鼻至唇中齒交爲止督者行背會陽維陽蹻太陽衝脉並行交會惟有督脉由尾閭行髓路並繞脊裏上風府入腦故取陰陽交接之意夫看鹿之睡時鼻入肛門運閭尾通其督脉龜鶴納息通其任脉此三物俱有千歲之壽而人能通此二脉則百脉皆通自然周流一身運轉無停永無壅滯之患也而河車輓轡之道在矣

### 河車直論其十三

河車者喻言坎水逆升之意如農家水車灌田由下而能上也夫人身萬陰之中有一點純陽之氣純陽者卽元精而能上升薰蒸胎絡自腎傳肝自肝傳心自心傳肺自肺傳腎非土莫能運轉爲之小河車是也若肘後飛金晶者自閭尾起下關至中關至上關歸上田至中



田至下田是爲河車而純陽下降真水自來相投而上  
升真火自起吸升呼降十二樓前顆顆還丹若現金光  
萬道者名曰紫河車總言積精累氣神全氣極發動猶  
如車行喻名河車也而車又分羊鹿牛是也此皆能捲  
澎湃之水亦灌天門如風迴之山谷如馬騁於平沙迅  
疾無停然非戊己之功

戊己直論其十四

夫以坤交乾乾金煉成戊土以乾交坤而木液煉成己  
土在坎爲戊卽腎中壬水所化在離爲己卽心中丙火  
而生夫雖然水火分爲上下金木列於西東全憑戊土  
上行己土下降此時方能水火既濟金木交併所以六  
戊六己掌坎離之門戶龍之頭爲己虎之頭爲戊龍之  
性情長在於戊虎之性情長在於己須要留戊就己通  
戊土而先起之伏己土而後合之方可成丹且戊己之  
用乃丹家之至要乃三寶之功臣

三寶直論其十五



夫因神生氣因氣生精神中藏氣氣中藏精翕然三寶合一之用始有分別乎何謂氣生精此精本無也由吾之氣運用而結故曰氣中藏精神之動處即氣氣之動處即神精之結處即氣氣之結處即精神爲氣之母精爲氣之子二者相應相行莫不由元神之主宰神譬國君氣譬於民古聖有云要知行氣主則神爲重神是至言哉

重神直論其十六

氣無形以目神得形精無質因氣得質二者雖重尤重一神始則引神入胎以靜極生神以神靈生氣以氣萌生精終則調神出殼以精還氣以氣還神以神還虛此乃神之妙用其功甚速偈云始終修道本元神靈明變化別有分凡有識神應百事聖煉虛靈會元神只在先後二天用彰顯收藏在已存借假修真憑神慧節節危險神防純汝若不信斯言者且觀西遊行者孫自始至終靈無賽逢魔遇怪先知聞若人識得神用法漸漸



縷縷澄清純識死神活成法象玲瓏妙體稱能仁自古  
修仙生慧者道德宏仁扶元神悟此極微通妙處深叅  
火候辨明存

火候直論其十七

火候者卽玄妙之用矣氣自往來聚產不失其時恍惚  
薰蒸不失老嫩故而言其時也若覓其候無形無象安  
有候焉蓋元神散則成氣聚則成火火性若大而炎灼  
小則而寒總要調得中和故火遲速中間曰候候者吾

身中之節候與天地同其息也夫十月工夫存存省省縣  
縣之意寒溫調養全仗其力審其火之未然藉巽風以  
吹之察其火之既然資神水以沃之若太過則損之若  
不及則溢之度得中和而無火燥火寒之病矣然次序  
法度不可一律而齊靜中陽動金離礦地雷從地起當  
用聚火載金之火候古云慢守聚爐看火候但安神息  
任天然若靈丹入鼻當用養胎之火候陽文陰武勿令  
失時若進退抽添有馭持之火候若乾坤交姤當用去



礦留金之火候雖然諸法種種不過借此攝心之功其實真火本無候而大槩不記斤兩純陽祖師云卦爻終是幻火色亦非紅卦終則火足火足卽卦終卦終與火足參透真聰明會得斯言者方許下靜工

靜工直論其十八

清靜玄工非吐納也非摩擦也非搬運也非枯坐也非空轉存想也能識工夫則與道爲一矣秘訣曰澄心滌慮絕慾保精用志不分凝神端坐將神意入於下下丹田名曰迴光返照每日跏趺含光凝耳忘言調息息若不調恐有閉塞之患若合眼之時當矚眉梁中間一所用意將眼光交合一處略下卽是鼻準在收拾念頭待身心安和方須垂簾微微下照從心後轉下念止隅北海細將週身之神意寂歸此處而心目所在一呼一吸調歸此處息念而自住念住則精住精住則炁住意炁住則神亦住神乃心空之靈將靈虛不昧之正念入於水中名曰水火既濟卽孟子所謂源泉混混不舍晝夜



昔日地藏王菩薩用目連和尚使錫杖楯開地門說法超度是也盧谷子曰迴光返照長宿坎宮待樞機之候湧泉遡而逆之此乃內景氤氲闢闢無窮而造化之妙用且問調息也

調息重論其十九

調息始則用意久而自然每日臨坐之時寬放身體顧守三關候定心平氣和微微呼出幾口濁氣細細吸入幾口清氣呼則欲從肺管由喉中而出吸則存想丹田

而止名曰開肺法肺乃五臟之華蓋常人初坐恐心意麻亂濁氣煩急生燥必使吐濁還清之法然後定念若忘若存便是調息倘一時未能須要寬心用志任其法自然而然矣以細心澄住氣穴若久坐覺體倦氣粗急可放下輕行片刻然後再坐夫若強殺死坐反長邪火又不可拘住坐時行住坐卧俱可調息蓋從心起若息之不調猶恐心浮亦不能氣沉海底故用閉口垂簾拭目攝心返照龍宮若是心浮念起用數息之法數在氣



穴之內不過百數之內記自然將呼吸引入丹田之中而神氣相戀亦不必數目數之夫先天之息有四個往來亦非常人之息若一往一來此爲後天之呼吸夫若見先天爾當留心築基諸工可得矣

築基重論其二十

築基者如築屋之基是也凡有志載道者必先掃除人事爲人道之堦基喻造屋者先要深固牆脚布定柱礎然後能圍內外堅牢然丹家以築基爲首要此法只是收拾念頭不可縱使識神識神者乃原慧之舊弊稍有牽纏於道遠矣蓋此築基一法是積精累氣一身之內夫寓塵不染在色不可迷著未死學死逢生殺生而陰精自然牢固古云牢固陰精莫外遊巍然靜坐知添抽後天勿勞方存守心腎相交得自由炁血周流調採補形神俱妙永無憂水火相交是築基神氣相併結希夷只將四物合一處欲無漏精煉已兮

煉已重論其二十一



煉已之法只是忘情止念心死神活之謂心若不死元神不能活矣故神仙教人煉已物我兩忘時刻斂收將此念潛歸丹穴神與氣兩交一矣久而自靜是爲清虛之際也太上曰虛其心實其腹李清菴與前功所謂青陽洞裏須調煉採補還初老返童夫若念不止則神不靈恐有復泄真元之患問曰何爲煉已曰每逢念起急當覺之不然睡濃之時顛倒夢幻識使淫慾難免犯戒矣夫學道者急刻省察故長真祖師云修丹煉已辨工夫癸地慙慙立繫爐若能不煉之中煉自然正念合虛無

癸地重論其二十二

癸地者喻言坎宮祖竅是也始學之時以調繫起手意思並住心目所在呼鼓吸吹久而混合勤懔無怠百日之內將後天補滿先天忽然一吼神炁發現週身蘇麻快樂不能禁止古聖謂之鉛遇癸生須急採是也盼蟾子云癸亥補盡一陽初甲子急刻用工夫攝住白虎田



中引清靈竅冥入昇爐又云二目專眸候自衡從督上  
升六規中乾頂稍浴覆降下六規還原入坤宮夫真修  
之士到此須知三昧真火

三火重論其二十三

夫人身中有三昧真火心爲君火膀胱爲之相火卽臣  
火周身爲之民火大腸之下氣從肛門奔出卽爲民之  
不安若能君臣不動真氣薰蒸使神交合方能結丹遇  
有民火門戶不緊火熾猖狂長有走失之患凡行住卧  
坐須要緊攝谷道如若奔走之時將二目上視頂門則  
民火濁氣徐徐而出清氣緩緩上升然後方可覺魔

覺魔重論其二十四

修道容易覺魔艱難色魔食魔易於制伏惟有睡魔難  
以驅逐何也此乃煉心未純昏多覺少纔一合眼元神  
離舍睡入魔境魂夢紛飛無所不至必須存想元神夫  
存神則靈覺使神意並住丹田睡時想想時在睡久久  
靈覺魔自退矣再用丹田呼吸爲風吹動其中真火燒



得裏面神號鬼哭陰魔消散矣爾獨存周身之正氣此乃覺魔之妙法在蟄魔之功勳矣

蟄魔重論其二十五

夫人之元氣晝居於首夜居於腹故卧則用意將元神引祖穴而栖免受水寒之患也凡睡時側身而寢不可仰卧伸足如龍之伏蟄以一手枕頭以一手搭膝蓋之下曲身圈足泯目迴光返照海底舌舐上腭使呼吸吹發氣穴之中則神氣並住於此一意內守眠中微微覺

照常靈常醒亦無睡夢之因緣爾當漸習靜坐之法

靜坐重論其二十六

凡初習靜工先安坐處務須平穩次當正脚若半坐以左脚至右脚上牽來左脚與右相對右脚與左相對右脚與左相齊如若全跏趺者卽左右跏盤次當寬衣放帶總要周正自然勿令坐時脫落次當安手以左手至於右手上重疊相對自可正身端如盤石一心內守迴光照於海底靈慧止於蟾宮身心合暢而身不可妄動



動則虎走精失鉛遊烝洩心不可妄動動則龍飛神散  
汞逃不守而靈明亦不能忘形養虛若神凝而後身心  
泰定便可種藥之功

種藥重論其二十七

種藥者靜工也卽煉已安爐立鼎是也以後天之精氣  
培養先天之真元如若水源混濁神火未盛不可妄行  
升降夫初靜工之時在純陰之下用火煅煉陽氣漸溫  
生旺謂之奪造化之功矣爾忽然命動以意留之此烝

一萌靈覺守之候陽輻旺猛吸攝之而不可慢聚夫採  
補之法如農家種禾去草勤而鋤之守陽子曰藥生迅  
速如發弓之弩旺瞬此機逆而抽攝立督子曰靈慧覺  
醒引規中呂祖曰一團生意在雙眸是也元烝欲行故  
合太陽三十六太陰二十四刻刻璇璣樞開闢捩而神  
息天然起止縣縣不絕羣陰剝盡且先天自虛無而來  
是爲子烝感母烝之始順其自然不可欲速定中之動  
處方是大藥初萌之際工不可遽採致喪天真



採大藥論其二十八

採大藥者動工也動而採取坎中之陽法在火候不老不嫩陰火常降時時吸納陽炁刻刻熟炁薰蒸自然感動坎中一點真陽發現此乃內藥與外藥混合一團不覺漸漸上升升至丹鼎薰蒸心肺是爲鉛來投汞而心肺中真液被此真炁勾引必然下降用微微存想混合待其鉛光閃灼如月之象汞氣飛揚如日之光待日月交合之形似一點之紅光圓陀陀光灼灼照耀上下名

爲內真外應霹靂一聲藥自外來是爲母氣而伏子炁自然感應當其交合之候乃先天適至之時泥丸生風谷海沉波此身如在萬里大海之中自知有火不知有天地物我渾如醉夢正是龍虎交姤之際金木相啖水火相激景象發現迅如雷霆急速採取蓋採取之妙如發千鈞之弩惟用一息之機不採而採似採而非採不採而實採而大藥自得矣苟惑言大道易者亦非真叅之士



得繫驗論其二十九

得繫者乃胎息之工歸於中宮與元陽真炁相接此法在息息相見不能升上上者能降下不期而會此交媾純陽之氣合上下薰蒸五臟有蓋背稜面而達於四肢之美口出甘液快樂之妙勝於人間夫婦之交媾至此方名坎離交得此工候如醉如痴頭目光彩精神加倍腹中長鳴關竅開通血氣周流無滯夫關竅既開則下一竅有路降下後一寸通乎尾閭此爲下關又再先踞

跌大坐使下關骨節揜開待竅中繫物動盪斯時先天炁發兩腎煖如湯煎膀胱如火氣潮露丹田猶如火珠須臾之象薰蒸上騰一道熱汗經至下關潮游少時升於夾脊透入泥丸任其自然而至神守泥丸存化其氣時起時止而不可急下此是陽炁到天頭如巔巒之狀口似酥蜜一般身如坐虛空之象快活無邊滿頭如蜘蛛蠅蟻之行癢急難當散至印堂中間不可須臾如蛛放網滿面掛來先印堂次鼻柱次眼眶次兩腮及兩顴



骨次口中津液滿口嚥不能盡若能如前調息之工而快樂之景象滿身散去手足有無邊之美趣口亦懶開身亦懶動亦不知天地之象兩忘之後方知無我無人此身全是太極圈子一般爲之得槩此時男子有懷真金流布而自結胎矣

結道胎論其三十

道胎者乃取先天真鉛之炁合於中宮交姤紐結聖胎也法在得槩之時即使運動南離之真汞氣至立關以意迎真鉛鉛騰汞翕二物相扶衝歷雙關過銀河上至玉枕泥丸遁明堂下入重樓穿二喉走夾中入於絳宮送歸土釜意注黃庭存守片時急刻交姤用心目左旋三十六而定右旋二十四而定息注於中而胎自結也盼蟾子云天機寂默洽靈合譬若唐僧女真國留戍就已召皇帝全憑悟空計逃脫若無真訣有危險琵琶洞裏遭風波悟空特請昴日鷄屏去邪色入正柯以溫養之工其可少哉



溫養証論其三十一

溫養者乃聖胎炁成前工無用靜虛含光如雞抱卵如龍養珠行住坐卧抱元守一到此步位先天元神刻刻相合漸漸相化古云但安神息不運火而火自運又須順其天時之寒熱按其陰陽之卦爻知陰陽者防慮危險不止爲物所敗二六時中不起他想只是飢來吃飯睡來眠至月滿而已古仙云養育靈胎須要溫卯酉之月刑德門若還加火防虧損此理須憑達者論

刑德直論其三十二

卯酉之候有刑德相負者何也蓋德主於興起屬二月爲卯刑主殺伏屬八月爲酉卯中有刑升中有降如二月三陽和暖花木開放忽被陰風寒雨催之故有損傷試觀榆莢隨信乎德中有刑也酉中有德降中有升如八月三陰溫涼萬物肅殺忽得天和氣暖花木回芽再放試看薺麥秀信乎刑中有德也夫若調於神炁之時若念生欲邪譬如風雨之催也須要凝息正定是爲陽



和之同也故卯酉亦當沐浴

沐浴直論其三十三

沐浴者不行火候之謂洗心滌慮專氣致柔以守靜也夫稽摩心地謂之沐浴慮塵勞謂之浴此卽薰蒸之法其法不必舌舐上腭伐去有爲之武火柔守而待之此身不分四大獨有真氣充周蓋溢無處不有則中宮所積之炁皆然旁通四肢如沐如浴故曰沐浴沐浴之功深便可移胎上行清靜虛靈之境界也

移胎直論其三十四

移胎者換昇也乃遷其胎於虛空之處以避罡風恐氣之所傷其法全在一意意行則氣行意住則氣住凡前十月之內先於下關住意百日沐浴兩個月共記三百六十日一年火候足數若有念起業垢而無則也若功勤志堅景象必至爾當移丹於泥垣之上剝盡群陰體變純陽而色空無所碍矣漸漸嬰兒成就譚長真云嬰兒移在上丹田端拱冥心合自然修道三千功行滿憑



已作佛或稱仙盼蟾子云移胎換鼻細搜尋虛無寂靜  
念要真恐懼愛欲毫莫染顧守人門暖仁心二竅溫柔  
休寒燥細悟金鼻老鼠精鎮海寺中唐僧危無底洞內  
默叅情地湧婦人設香案悟室移爐入天門上告托塔  
天王女玉帝准本捉妖精假中求真功日久三年九載  
脫胎形

脫胎直論其三十五

脫胎者乃十月滿足嬰兒成就自然脫其胎也此以上

玄機別無口訣只是守靜工夫是要知時知節可煉三  
轉七反九還天地之數耳其法先於下下丹田駐深靜  
意志守千日此爲煉天地五行之術使五氣百神俱化  
爲虛正所謂一了百當懸岩撒手時也無滯無碍不染  
不著與天地相同上下與虛空相爲出沒若在人世禮  
法相束工夫不能到家必須入山谷苦煉窮究神靈慧  
妙自能飛昇羽化而登仙矣古聖云九年無爲山中坐  
忽然一朝頂門破天門跳出小神童却遇天仙皆來賀



登位終論其三十六

道成之後須要積德累功却來塵世普濟利人利物開  
壇演法廣度有緣著丹經接引後學辟除左道旁門誅  
一切邪教妖言勸迷人棄偽歸正化賢良覺知魔事功  
行以畢聽詔飛昇以登天仙之位起死拔濟免墮塵輪  
之苦何必煩勞後世父母再投胎胞而紅塵之道苦之  
至盡矣吾願大丈夫大孝子精心細悟前後搜尋節目  
次序不可一概混合啟道友觀余之書若不了然覓瞻

古人之經書兩相參看蓋古書至佳者有近代柳華陽  
祖師所著金仙証論一部慧命經一部又有前後增補  
危險附在二書之內以補不足之處此三部功速玄妙  
至矣盡矣蓋華陽柳師之心法慈悲之舟梯稱然賢愚  
之同度耳

夫大道者包羅天地運行日月統理萬物之造化養育  
羣生之根核周流無息輪轉四時之往來無處不在無



物不有人能修之可奪造化之機爾能扭攝精氣亦可  
了脫性命小則延年益壽大則亦可超凡成真故修道  
爲天下第一件大事又爲天下第一件難事何謂大事  
者人生在世萬般皆假惟有性命最真所謂難事矣步  
步要腳踏實地處處要返樸歸醇與天地作對頭與陰  
陽爭勝負故修道謂之修真又謂之修行欲想修真者  
性情不和而必修之於和言語不信而必修之於信心  
地不善而必修之於善意念不定而必修之於大定氣

質有偏而必修之於無偏凡一切貪嗔癡愛是非人我  
明欺暗昧等等乖張之心腸盡皆除去歸於無識無知  
本來天真之性而後必有望焉蓋大道自古以來願人  
人間之三教之經書並行於世上經書隨是一體而人  
悟之不一用有不同皆因氣稟不一德之淺深大抵粹  
戾之分耳論語曰道不同不相謀矣孟子有云人之有  
德慧術知者中庸云故大德者必受命使有志之君子  
慧而察之量而悟之德而培之善而養之殊不知色身



乃天地間之委物暫時之旅寓三寸氣斷而真靈不返也。只有一團膿血臭肉落於冥室異類隨風而化去。勸修大要急早快滌人寓世間不過幾十春景之日速而猛醒回頭修真已知聰明伶俐不可妄用視聽言動不可隨心損人利己不去做傷天害理而不可爲見有善事速必要行見有惡事必須遠避世人好的不可好世人圖的不可圖常人不能受者我能受常人不能過者我能過有才而不可使有功而不可伐治己最嚴待人

最寬不違師命不哄十方凡一切不明不白不中不正瞞心昧己喪德失行等等糊塗固執之病盡皆改過歸於光明正大而後漸進大道專有一等愚夫妄想作仙不思性命爲何等大事又不思自己身分爲之何等人物又不肯向古人經書上細心搜尋辨別邪正理義是非偶遇僧道兩門之人訛傳幾句頑空小法以爲真實如獲至寶心高氣傲假裝有道再不低求至人歎天下學道者大半皆然不虛矣又有一等累債庸夫既已出



家苟圖衣食不信世間有此延年之道搭夥成羣東拐西騙碌碌不休功行不行罪孽日積反謗學好之人聞人言道不知有悔且生憎惡殊不知自修自得譬如農家苦力種瓜得瓜種豆得豆實言不虛也余遵此理卽壯歲棄弁職盡歸於道拋別小業急悟尋真吾身皈依譚祖南無道派朝夕問己余自知德薄俗愆垢重自恨浮生一大虛幻孽深障弊難以消滌矣余豁然憬夢譚祖南無二字祖師立派大有深義南者離也離爲心火

無者火滅故曰南無仙派傳教後裔永皈遵守緊持五戒不可有始無終道者以誠而人以志而守以默而用培德克己爲根若有賢士入道者先體南無二字卽是性功爲始無人無我兩忘皆空起止如一正念刻存滌除一切恩愛斬斷牽纏慾情自然遁避古儒云至誠之道可以前知修心之說至矣盡矣全在己之真意又在由淺入深自己誠格領會然後再覓真長之路祖裔弗死之道萬劫常存不死者曰壽命曰慧命曰飛昇脫胎



神化去來無碍是爲煉命之真旨命者根於腎腎爲坎  
水之源將離火入在坎宮水得火而融暖釋曰火入水  
鄉龍宮說法道曰抽坎補離又曰水火交姤儒曰水火  
既濟孟子曰火然泉達必須用真意爲土以作黃婆傳  
信交合調而自濟上古之至人將自己原失之元精元  
炁元神三寶復還凝聚一團終日默默息言枯槁迴光  
返照寄靈念住於丹田並北海一路調融存細微之元  
神入於祖竅之內儒曰知所先後釋曰淨土家鄉道曰

立此靈根是要正念於歸中久而自現真如靜極天心  
自動此是一陽復始釋曰情來下種道曰採藥歸爐儒  
曰道善則得之此時當用武火使志剛之心鼓動巽風  
猛烹急煉不然淫念頓起將真性變爲識性枉費逐日  
凝神之苦志一旦從陽關洩去以何爲道哉若夫採煉  
之後又當使泯柔之心文火溫養靜寂兩忘之後方得  
藥炁薰蒸臟腑助而後天培補先天之源本再候復動  
繼使立功若志大之君子知止至善意馬牢拴二六時



中有事無事永守先天儒曰常存君子道釋曰和合凝  
集道曰念茲在茲此乃性命雙修之真指除此之外盡  
屬旁門蓋大道是願人人知之亦當擇人而授之一擇  
仁義道德不虧倫常二擇志堅願深聰慧靈悟三擇從  
善懷賢端嚴品正四擇五戒緊持毫無貪染五擇永遠  
護師遵規重法此五擇深關緊要蓋全真大教老曇之  
家風踵深秘密之天機最上一乘之果是爲上天之要  
事其傳無德之妄人太上老君清靜經云能悟之者可

傳聖道因何所謂能悟之者皆因有德便生慧悟實語  
不虛也殊不知道情與凡情大隔天地偈云道用陰陽  
生慧塵凡奸巧爲伶不論天闊才子若無道德難明于  
景和問曰儒道之飽學吟詩論賦欲取第一名之科進  
其不是天才聖道乎答曰學儒者亦有二途進法不一  
亦有出世之儒究先天考易經河圖洛書求取返還歸  
真拋名利恩愛可謂心正而后身修故此與道爲一亦  
有在塵之儒耳以詩文求取名利蓋詩文者乃外實而



內虛與身心性命全無干涉道之詩吟者外虛而內實若能悟之者亦可了脫身心必須斷諸邪障以仁治欲止念以義協攝至善可爲修身之正路余不妄語也古聖仙祖又不敢發明大道教人受時考之久而診之昔日祖師張平叔號紫陽三傳匪人三遭天譴又李虛菴真人輕言葉莫二人之非遂有大便疴血三年之責而葉莫戲道誘真皆以痢死故此真道難聞善德志賢實在難遇矣故無人指授矣余一字一淚怎不歎惜乎悲

哉痛哉卽其知者誰身入道不知甚麼爲道氣淺根薄遇而不識亦有識而不遇總在先天源頭余思古聖從道者以仁爲始以德爲基善慈克己爲日用三教經典無不達徹立誓志拋棄紅塵遁避名利近代出家者志至少焉原由病患衣食老邁或因貪圖田園廟產而身隨出家僞心扮道所作者不合天理昭然日久得地敗壞教門故此明儒輕之皆因蠢愚之輩腹無實學怎能參悟天地之真機正所謂博學之審問之慎思之明辨



之篤行之是實學也又調云窮理還當徹始終須明一寶  
辨三宮先將微物看成假次把塵緣掃個空足色真金  
從火出純陽壽草冬至豐欲求結果收園好大造爐中  
早下功盼蟾子懇啟同道之賢友與飽儒之君子並同  
宗之道伴恕吾愚心拙筆蠢志盲撰以上之章句亦非  
文字之廣篇矣勿勞好事加筆增減巧註是賢也若有  
確真道成之仁聖亦可自著本書傳教接引後世或讀  
過幾卷丹經熟語或仗已之文深博學之義或觀余之

書不合已之聖意乞君勿遵亦不必加註余撰著此書  
倍勞疋神天譴於吾何勞賢君增添其不被余連累矣  
余乃親自著時發筆上告先祖仙師誓立賢君仁人開  
道是吾願矣余亦恐淺學被書所惑盡將先祖之真籍  
開列於左願賢士覓閱羣瞻增長神慧可進矣

靈寶金誥

元始天尊著

靈寶玉書

元皇道君著

玉皇天尊胎息經

浮黎鼻祖書

廣成子著

陰符經

黃帝著後有註

靈寶真源

太上著後有註



道德經

太上著後有註

黃芽歌

太上著

莊子南華經

後有註

河上公過明集

尹喜真人

文始經附大丹

黃庭經

東華帝君著有註

鬼谷子

九轉還金歌金丹

胎息伏陰經

玉清內書

太霄琅書

張果老祖

牧牛圖說

葛仙翁

大還金丹書採金

葛天師玄玄歌

太微靈書

葛仙翁著

大羅蘇祖

釋教稱達磨胎

玄帝胎息經

魏伯陽祖

系同契後人有

正陽帝君

靈寶畢法破迷

附救劫篇

魏元君

玉劍金書金華女

太清修丹秘訣

虛靜天師

管見歌

薩真人

指迷血論語錄一

范文正公

渙莊錄

大還心鑑書

許旌陽真人

石匣記神樓

謚母元君

授許旌陽銅符

吳猛真人

直指靈文即銅

袁天綱胎息經

純陽呂祖

渾成集金丹秘

全書一部純陽文集一部  
註解金剛經各種道歌一部

太始氏胎息經

九轉瓊丹



高象生 金丹歌洞靈仙鑑 劉海蟾帝君 還金篇見道歌戲圖註語

金碧寶鑑 一部 崔公 名希範 入葯鏡

道源一氣 纂書內圖說 李長源混元章

陳默默 崇正篇內觀經 許栖岩胎息經

張鴻濛 還元篇 羅公遠 弄丸集與廣集一部

王重陽祖 前後全真集焰光集雲中集分利十化一部

曹文逸 大丹歌 張紫陽 悟真篇金火大丹歌金丹四百字有註

萼綠華 氣穴圖大成集各一部 張景和 胎息訣枕中記一部

王方平胎息訣 劉峯真白龍洞 一部

天來子 白虎歌玄集一部 彭晚真人 明鏡匣識一歌

程昭析 理真訣一部 冲碧經秘指 後有偽註

地元真訣歌括 後有偽註 三元樞要 一部

李靈陽 玄靈備覽一部 馬丹陽真人 金玉集漸悟集行化集圓

成集精微集思仙歌醉中 劉長生真人 鳴鼓集衆脰遊遊有仙樂

吟語錄一集 太虛盤陽洞鹿安閑修真 譚長真真人 水雲集一部

文集一部 丁野鶴 逍遙歌一部 王果齋 鉛汞論一部



邱長春真人 鳴道集西遊記清規榜垂訓文語錄一

王陽真人 雲光集一部 嚴君平 鉛汞論實

孫不二元君 女丹經一卷 幻真先生胎息銘 一部

郝太古真人 太古集救苦經註解心印經註解太易

石杏林 還元篇一部 龍虎 薛道光 復命篇一部 虛中

陳泥丸羅浮吟 一部 司馬子微 真道歌一部

白玉蟾 金華冲碧經一部 語錄一集入室歌秘指藥

李瑩蟾 道德頌一部 附煉 李道純 元道歌

司馬承禎 坐忘論一部 李光元 海客論一部

李清菴 中和集附火侯真 張三丰 無根樹火侯歌

李雲鄉 石函記語錄一集 悟玄子 還丹至要篇

百立子 金丹真一論一部 元陽子 還丹歌大丹篇解

抱一子 顯道圖註解 梅志仙 探藥歌

張元德丹論訣 註解 陳自得敲爻歌 註解

丹論真訣一部 羣仙珠玉歌一部 金笥寶錄一部

起信論一部 純粹吟一部 醉眼詩



道源精微歌卷下

翠虛篇

玄學正宗

指心寶鑑

珠玉集

無一歌

擊壤集

醉眼詩

金丹賦

解迷歌

金谷歌

竹泉詞

北塔祚

橫川琪

登道歌

王栖雲

盤山語錄

林太古

龍虎還丹訣

七真金蓮正宗

註解

王敬所金丹捷要

雷一陽

黃白術破愚鑑形法後有偽註

陳至虛語偶說

樵陽經

附八百真仙一部

尹清和性命圭指

虎皮張真人

金丹火候一部

曹還陽

金丹直論九篇

羅念菴

胎息篇道歌一集四果玄遺一部

趙緣督

仙佛同源一部金丹難問一部

陳觀悟判惑歌

覓玄子

語錄一集

劉一明

道書十二種一部西遊註源指

蕭紫虛

大成集大丹歌並語錄一集

伍冲虛真人

天仙正理仙佛合宗語錄九章上中下三套最佳

徐復陽金丹秘訣

柳華陽禪師

金仙証論慧命經

偈曰

道原精微歌卷下

全



余感先聖恩露深

各著寶錄惺迷津

婆心度世凡流盡

憤志培德早搜尋

默思往聖昔年願

弗肯獨善附自身

故筆發明傳賢士

受書虔瞻靜問心

又偈

余避桃源十有三

窮研極髓纂丹篇

朝夕苦志良心喻

惟願同人立昇天

筆帛心法書淺露

意君培德洗陳愆

體此蠢著精微理

縷見諸節怡細參

又偈

余攝集書緒筏梯

欲懷傳叔永遠誼

幸遇葛劉曹白趙

王于劉郝共資宜

鐫板週行了心願

預後修士恐悞期

陋粗言淺君念悟

再再節目熟讀齊

全真南無派

領戒 吟瞻子敲躋道人劉撰著



音義

又

良心得

豈止盡善盡美

豈止

余侍恩師有年弗離左右之膝也自悔愚蒙無一日不  
思丹篆並吾師之恩語朝夕參悟余常時誓立于空志  
愿惜人惜物亦恐愆咎咫尺神目亦恐天責忽一日師  
出一詩命余序跋精微之理余志忑對曰恩師寶錄前  
詳以盡矣集解自註乃骨髓中之骨髓愚生無處下手  
弟子無奈陋一淺歌惟之序  
要惺悟莫粗廢  
六字爲題隨成歌句望習聖之賢友恕吾苦口是涼藥  
矣



一要築基似起屋地礫不堅難久固借假修真兼會法  
二養調質知止足  
二要煉己莫看輕看輕人各遭魔弄強凝想質爲濁泉  
常有走失怎成功  
三要細尋窮妙處天地人我慧源初各棄學生迷待死  
早培至德受心圖  
四要遇俗休談道莫當兒戲逞玄操正道喻悔僞道顯  
余勸道友謹慎學

一惺書理要多讀剝去皮毛搜隨路不可荒速稱了意  
性命大事非淺俗

二惺遇人細盤桓莫逞高手自悞年父母生身不管死  
若遇真師必超然

三惺三教道理全缺一豈可稱貫然博儒狂道余皆遇  
難了身心慾弊辜

四惺大道莫邪爲研窮先天前補虧若遇真師精微問  
己不會問誰敢謂



一悟人身一小天與天表裏五行攢風雲霧露流星月  
四時寒暑悟心間  
二悟修身所爲何譬如諸蟲入寒蜚知所先後有終始  
坎離黃赤越歸柯  
三悟大道篤中行不可覩奇沽外名文章蓋世無憑證  
惟有真道無二徑  
四悟真修細追求節目層次有剛柔七十二候有進土  
大小周天卦爻搜

一莫偏弊自惑真儒釋與道一法尋若是通儒不通道  
固執之病墮偏門

二莫逞已知的多狂慧荒花難結果自古大道是嫡傳  
脈脈繼受修太和

三莫藐視相陋人一面難知學淺深久而診之察至理  
起止品質配賢人

四莫明言稱才高人道弗齊敢逞豪先學作德培道体  
慈悲至善配天昊



一粗不思天地人三才相並無二分後天有形人能見  
先天無極怎搜尋  
二粗心惑不辨真幻景形像悞自身不可認賊爲恩主  
博覽勤讀訪至人  
三粗快惺默問心識神聰明莫當真寸土培直開聖慧  
在明明德曉修身  
四粗改細是吾友精心參悟格物求大地山河如指掌  
必感接引入聖儔

一廢皆因自滿謗不肯低心求作家已奇飽學才儒士  
顏閔何曾羨自誇

二廢學道人頗多皆因仁虧道不合盲訛糊猜渾含講  
丹徑譬喻當真說

三廢已說大道明自愚心弊解不清豈知最上無二法  
八十一難分三乘

四廢之心千萬勾細揣靈覺煉丹頭行住坐臥合天道  
瞻彼禽禽牽白牛



後學正和覓源子栗大志歌補

皆在

光緒戊子年甲子月望日蠢愚道人惟之序

蓋大道自古無二聖凡之修起手一矣世人素謂多有  
不窮極矣余默思之天者卽我君主性寓其內俗曰心  
也命者卽我祖炁情寄其中俗曰腎也使二物交合情  
性爲一而我身命存焉譬如父母未生之先乃鴻濛未  
判混沌沌沌皆無朕兆故曰無極是也夫無極一萌而  
太極樞顯矣斯時感而情性相通故曰一陰一陽之謂  
道繼之者善也成之者性也而曰新大業盛德生生有  
象也夫學道者窮理盡性以至於命亦可登仙入聖乎



蓋時至之際亦在半息間無志者墮然失之大抵學賢之士以此爲之大要是在省察遂日培養天德而浩浩然致中和亦有定焉故先儒云修道之謂教教者乃離火下降是爲母氣而感子炁自然坎水上潮亦無外耗所謂真教也爾當時刻虛心實腹晦養以候机時故曰不可須臾離也惟願道中之君子早修爲要意惜光陰何能久在矣余歎吾師敲躋老人數十年心無他用苦志無怠素稟靈根窮籍于世愍吾後學慈悲盡矣亦

恐後來習聖者錯入曲徑故而心法淺書也濫塢易攷解明先天易貫敲躋洞章乃修道之準繩戲蟾圖奧喻大小之周天精微歌直論始終之註解字字言淺而近秘奧大小圖式洞洩真宗玄珠貫串問答決疑五等仙說並女真妙訣解明三乘功合九步緒前祖之未緒洩仙佛不洩之真机吾師今亦洩之望後來諸仙友得遇此書勉志精瞻大抵性命不出書中之範模萬望者心領神會久而極研無不明矣余自幼屢悉之命憂患弗



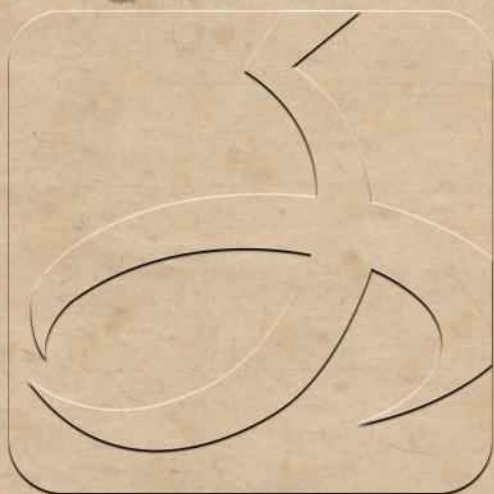


71005074

久類搜庸易愚而懵懵無所覓求至壯歲心如剗劒幸  
遇吾師桃源觀中片言相投已卅五體投地感問修真  
一大因由吾師憐憫無棄施余根宗妙蒂余豁然悟  
茅塞以後讀書心鏡開朗方知性命之學不外乎元精  
元炁是矣而後鑄行方敢惟之序後學全和遡瀕子曹  
大溪敘

肯在

光緒戊子年戊午月二十三日陋筆





25959



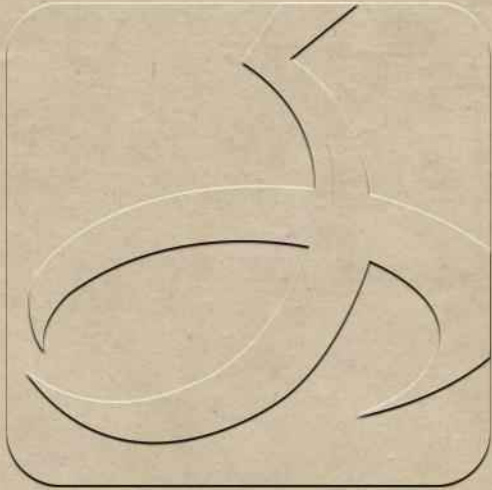
71005074

道藏  
卷下

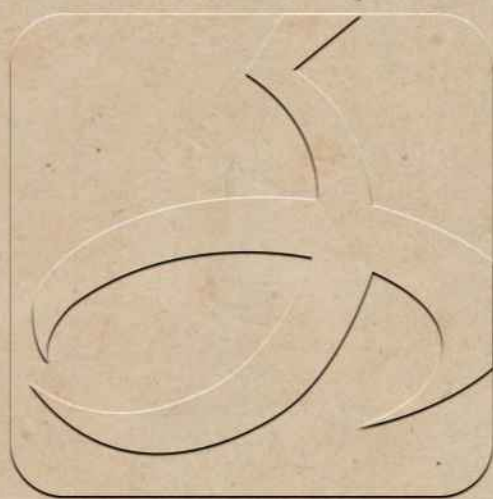
八類搜庸易愚而皆嘗無所爲求至壯歲心如割割幸  
遇吾師桃源觀中片言相授已卅五體投地感問修真  
一大因由吾師憐憫無棄施余根宗妙蒂余豁然悟  
茅塞以後讀書心鏡開朗方知性命之學不外乎元精  
元炁是矣而後鐫行方寸惟  
大溪敘

曾在

光緒戊子年戊午月二十三日隨筆







迷 801