



‘ÑN9VÛv~[WQgY lè%ã

Vollständiger

Titel: ‘ÑN9VÛv~[WQgY lè%ã

PPN: PPN1749471280

PURL: <http://resolver.staatsbibliothek-berlin.de/SBB0002F69E00000000>

Signatur: Slg. Unschuld 8140

Kategorie(n): Ostasiatica, Sinica, Ostasiatische Handschriften, Medizin,
Außereuropäische Handschriften

Projekt: CrossAsia – Fachinformationsdienst Asien Slg. Unschuld

Strukturtyp: Handschrift

Seiten (gesamt): 44

Seiten (ausgewählt): 1-44

Lizenz: Public Domain Mark 1.0

8140

金丹四百字內外註解

真土擒真鉛 真鉛制真汞 鉛汞歸真土
身心寂不動

○內丹註曰內丹以神氣為主真土是意真鉛
是身中一點真陽之氣真汞是心中一點
真陰之精以意求鉛鉛自制汞汞歸意
故曰好把真鉛着意尋

○外丹註曰外丹以鉛汞為宗真土是黑鉛
硃砂真鉛是黑鉛中之氣也真汞是砂中水
銀也真土能制真鉛真鉛能乾真汞故曰鉛
會汞黑氣徑使石中砂塵無生白雪寂靜生
黃芽玉爐火溫溫鼎上飛紫霞

○內外丹註曰頭為金鼎腹為玉爐驅鉛汞二物

歸玉爐化為氣故曰黃芽以火養之鼎上金鼎

到此氣化為液謂之白雪故曰身工飛紫霞

○外丹註曰鉛中乾汞為黃芽身工將鉛汞
養作明窓塵謂之白雪參同契曰二物合

相形變化號黃芽第一變化毀性便受其形

體為灰土狀若明窓塵即是白雪此第二變化

也華池蓮花開神水金波靜

夜深月正明天地
一輪鏡

○內丹註曰以鉛名曰華池即身中真陽之炁昇

在心真陰之精包含身中真一之炁而下降也
○外丹註曰乾汞為華池伏汞為神水也硃砂
煉陽氣水銀烹金精金精與陽氣硃砂而水銀
○內丹註曰硃砂是液中正陽之氣水銀是氣
中真一之精學仙之士液中採取真陽之氣
氣中採取真一之精二氣交感煉而成丹則
凡情凡氣亦化為真炁矣

○外丹註曰砂中採真汞鉛中採真鉛二物相
感結成一塊是謂金精與陽炁硃砂黑鉛化而
成立是謂硃砂而水銀水銀者黑鉛也砂中汞為
真汞也丹書曰欲求水銀死水^先須死水銀水銀
是黑鉛中採取真鉛謂之水中銀若將水中
銀制伏而死作大丹之基制水銀立便倒矣故曰
水銀若不死如何死水銀故曰祖師親口訣一味

水中銀日魂玉兔脂月魄金烏精掇來歸鼎內
化作一泓水

○內丹註曰心屬乾純陽陽中有真陰之精陽
中有陰為離離者日也日中有金烏魂身屬坤
純陰陰中有真陽之炁陰中有陽為坎坎者月
也月中有玉兔魄二物採歸鼎中則化一泓水矣
○外丹註曰硃砂是日中之精所產中感月華生

而為真汞黑鉛是月中之華所產中感日之
精而生真鉛所謂陰中有陽陽中有陰故曰
一千八百年成形產出誰知日月之精天上畢
方存原是相人問鉛汞本無根藥物生玄

竅火候發陽爐龍虎交會時金鼎產玄珠

○內丹註曰藥物者真精氣也生玄竅身心也
在下為陽爐二物至此起火在上為寶鼎三物至

此產玄珠

○外丹註曰藥物者鉛汞也生玄竅者硃砂也
黑鉛也二炁交感於陽爐產寶於金鼎也此
竅非凡竅乾坤共合成名為神炁穴內有坎離精
○內丹註曰此竅只是自己身心心屬乾身屬坤
故曰乾坤共合成也心為神室神為氣府故曰
以為神氣穴身中有一點真陽之氣氣屬

離心中有一點真陰之精精屬坎故曰內有坎
離精學道之士離了此箇身心向外求玄關
一竅採坎離之精是外道之邪說也

○外丹註曰此道竅只是硃砂與黑鉛也硃砂

屬乾天硫磺也黑鉛屬坤地鏞也故曰乾坤

共合成砂為神室鉛為炁府名為神炁穴也硃
砂有真陰之精屬離乃是真火也黑鉛中有真

陽之精屬坎乃是真汞也故曰內有坎離精也
煉丹之士若離了硃砂黑鉛向外求尋三黃八
石之藥而成丹謬矣故曰若用凡雜類總
是不成真丹汞一點紅金鉛三觔黑鉛汞
結成珠映之紫金色

○內丹註曰心中有一點真陰之精名曰水汞
取將身中一點真陽之炁點化心中一點真

陰之精立化為陽則一身之陰氣皆化為純陽之體也

○外丹註曰將真汞煉而成丹取之一九點汞三

斤立便為金矣故信金丹一粒蛇吞成龍鷄

食成鳳飛入清陽真境也家園景物農

風雨正春耕耕鋤不費力大地皆黃金

○內丹註曰家園景物者心中有寶也遍休

陽和風昇而降當此之時正好下功不用纖毫之力則一身變為徑也

○外丹註曰家園景物者鼎中藥物也和氣氤氲於其中風者火也雨者水也水火既濟進

退得宜則鼎中之藥無不成寶也真鉛生

於坎具用在離宮以黑而變紅一點雲氣濃

○內丹註曰真鉛即是身中一點真陽之炁也離

宮者心也欲求其然則用此心一靜則真鉛之
氣自然飛冲上昇也

○外丹註曰黑鉛屬坎坎中有真鉛硃砂屬離欲
取坎中真鉛須將黑鉛置於砂釜之中則真鉛
自然出矣真汞出於離其用却在坎姤女過
南園手持玉橄欖

○內丹註曰真汞者即心中一點真陰之精也

坎位者身也欲採其精須用其身身不動
則真汞之液自然奔馳下爐也

○外丹註曰真汞者即心中一點真陰之精也坎
位者身也硃砂屬離離有真汞黑鉛屬坎
欲取離中真汞須將硃砂種於鉛離之中
則真汞自然出矣震兌非東西坎離不
南北斗柄運周天要人會攢簇

○內丹註曰水中有金火有木二物包金而象汞人
得斗柄之機則水中金而上昇得火中木而
下降水火既濟金木交併四象和合攢簇歸於
中宮矣

○外丹謂水中有金鉛也火中有木汞也二物
包金四象煉丹之士得此造化之機水火既濟
金木交併四象和合攢簇於鼎也及其沐浴

法卯酉虛比身中一陽爻為之卯酉中
○內丹註曰一陽爻初為之卯一陰爻姤為之年
陽分陰降為之酉此身中之節候非用人間
之子時為冬至午時為沐浴不知時中分子午
無爻卦內別乾坤是也

○外丹註曰一年火候鼎中置藥進火之日
為之子月初值卯酉月不增大火不減火

爲之沐浴值午退符抽火之日爲之午月
初亥月進火候數足此一年之火候也故曰
內有天然真火候外爐增減要勤功

烏肝與兔隨擒來歸處一粒復一粒從微而至著

○內丹註曰人稟天地真元氣三百八十四銖而

重一劬八兩日之精八兩月之精八兩故曰烏肝兔
髓行火之日日採一粒重一銖二八著行十箇

月火候採九百粒重三百八十四銖入於中宮而
成丹也故曰河車九萬搬運入泥丸又曰藥重一
觔須二八調停火候托陰陽

○外丹註曰取一斤真鉛乾一觔真汞養為明窓
塵不制入於金鼎養火一年煉成紫粉用楮汁
為丸如黍米大每服一粒空心清水送下改換
凡形玉骨金筋則成仙矣參同契曰金砂

入混沌包虛空虛空括三界及尋其根源一粒如黍米

○內丹註曰混沌者父母之精血也虛空者氣也三界者氣化為骨血也根源者乃先一炁也大如一粒之黍米是人生之本也即真鉛汞也

○外丹註曰混沌生天地天地運日月日月產砂鉛砂鉛含至精煉成丹此是根源也天地交

真液日月含真精會得坎離基三界歸一身
○內丹註曰乾坤是天地交真液之谷坤宮是
坎離交姤之基中宮是結丹之處人若得此
造化則三界歸於一身矣

○外丹註曰天地是爐鼎日月是藥物坎離是
真土煉丹之士得此造化則三子脩矣龍從火
裡出虎向水中生兩獸戰一場化作天地髓

○內丹註曰震為青龍東方起向西山若使龍吟雲起而下降虎嘯風生而上升二獸相逢交於黃庭則風雲慶會自混合為一塊矣

○外丹註曰滄海浪湧青龍至華岳顛峰白

虎來凶惡猖狂誰敢敵被吾活捉到瑤台龍吞虎髓雲見散虎啖龍精風自開不
是金公與土母至今那得結成胎金華開

永葉玉蒂長鉛枝坎離不曾開乾坤經幾時
○內丹註曰金華者身中真鉛也玉蒂者心
中真陰也真鉛乃真陽之炁擒制化中真
陰之精如金烏搗兔一上一下往來不息坎
離不曾開工夫至日水火既濟天清地寧
身心大定也

○外丹註曰以鉛制汞銷汞乾故曰金公無言

姪女死黃婆不老猶懷胎所謂鉛銷汞
自乾薰蒸丹已熟陰盡變純陽體貌如
碧玉沐浴防危險抽添自謹持都來三萬
刻差失恐毫厘

○內丹註曰一年十二月一月三十日共計三百六十
日一百刻計三萬六千刻行火候之時簇在半
月之內以一日異兩個月六箇時異十二月箇不

行火候之時沐浴餘十箇月但行火候也此
火候身中水火一昇一降謂之周天昇則為
進火謂之抽鉛降則為退符謂之添汞沐
浴防危險恐行火之躁有危有險而傷其
丹故子午卯酉沐浴謂之火候不行火以
防水之患也日用火候玄微玄秘細盡行

泄漏悉備其中矣

○外丹註曰進火候退符時謂之抽添頻之水
謂之沐浴水者以防火燥也恐傷其丹耳夫
婦交會時洞房雲雨卽一載生箇見箇會騎鶴

○內丹註曰夫婦者身中真陰真陽也二氣
交感雲行雨施一年之內胎息氣足產箇嬰
兒九載功成三千行滿八百超脫凡軀百日動
舉謂之天仙也子又生孫化造三界箇會騎鶴也

○外丹註曰夫婦者真鉛真汞也二氣交
感永中陰氣絕一年之久候數足則體變
為純陽人若服之變為仙侶初服身輕體
健行步如飛次服則涉江河如登平地終
服則跨鶴乘鸞此則外丹外丹之功效也
愚人難得見

論丹田不可久守

玄關者陽中有真陰真

陰喜火燒心愈守而愈妙久久守之百脉
踴躍前通丹田後透九竅譬如北辰居其
所而衆星拱朝若夫丹田者陰中有真陽
真陽喜配陰而不耐火燒倘玄關未開而
守丹田是無真陰來配日日守之必然助
其烈性大熱燒人孤陽無陰邪火飛騰矣

往往上冲胸膈氣逆倒飽有周身發熱有
心急煩燥有口臭吐血有風魔顛倒以及
有形有動之怪毛病盡是邪火久攻走差
道路慎之慎之勿亂法而求速效用後天
氣力即速見大效俱是邪火攻

口訣不可妄用 口訣者築基採藥駕車火
候沐浴退符之法也然必玄關開吸用真氣方

能採藥丹田開現出真陽方能築基轉動

三關開

法輪方能駕車得真藥受得烹煉方能用火若玄關未開而領採取未得藥而加火候得了口訣由己妄用豈不自欺之甚哉且未得藥而用武火又足傷人得口訣者各宜息思退符所以當緊要第一事符者分而合之無差也蓋盤膝守玄使周身之陽盡歸於鼎是為進火

欲下丹使周身之陽各還本位扶合無差是
為退符譬如用兵將四路兵吊在一處將賊
征退仍使其各歸本汛各安其業乃能平靖
若不遣散流在外處定然擾害良民是官兵變
為賊寇矣做工不退符以有用之火變成邪
火何異於此邪火流眼紅流耳耳聾頭沉
脊強喉痛齒疼種種毛病盡是火攻久做

成癆吐血吐濃死而不悟可悲可痛無論

初部二部三部凡盤膝守玄皆當退符乃

要緊一事而人多視為末節何弗思

之甚也耶

邪火所以害人

邪火者燥火也此火由性

急而生守玄時恨不得玄關一時即開用

心著意死隨不覺周身喫緊久久守之腦疼

耳聾身困少精神氣短心跳甘露不生受此

等病者多不知是邪火所攻有一等玄關未
及守開又加採取而守丹田日日喫心以
守之守得丹田熱極燒人隨引之以過尾
閭尾閭不開喫心守尾閭夾脊不開喫心
守夾脊玉枕不開喫心守玉枕過玉枕又
駕武火以守玄關純用一派派邪火燒得疼
苦不堪用成邪火毛病動即邪火相干陰

陽不能調和做成一大敗端不惟無益性命而且大
損真元又有等守尾閭而終日忍疼疼得咬牙流
汗不肯下丹逼得邪火性急亂攻直從皮裡
骨外一片上行頃刻之間轉動如風此是外轉不
是真徑欲出苦海又入火坑一概愚修不識大道
情由

亞聖云必有事焉而勿正心勿忘勿助長也誠做之模
範我等修真者體而行之則得矣

初工字玄坐法

端身盤膝坐巍巍不動形

合同抱在臍

渾身都放鬆

天橋休緊搭

眼睛莫圓睜

耳聽無弦琴

鼻息不聞聲

心勿忘呼吸

意勿着意攻

仰面起邪火

埋頭陰氣生

腰躬氣不舒

露响濁氣冲

先散神不收

目閉陽不升

若是心意散

不可強加功

急散盤退符

退至周身輕

每坐必如此 久坐功自靈 坐到周身和
百脉來朝宗 或丹田急動 或三閤覺疼
心總莫去想 牢守這黃庭 及至功純熟
一旦豁然通 三昧真火降 燒開水晶宮
一直穿海底 鉄鼓射九層 到此法輪轉
初部守玄功

揀錄玄密真訣

下手萬緣掃盡三火齊下爐中了心了意無
跡踪如鷄抱卵不動 採取先天真氣上身
總要放鬆兩手搭膝腰莫躬埋頭昏沉太重
○烹煉心要守死鉛化炁自上冲久久濁降候
鴻濛混沌一到水湧 此時虛極得銀盤脚
伏虎降龍急觀急舉莫放鬆咬牙舌舐肩聳

兩目必要睜大抱元一意規中光如達摩定
雙童隨呼隨吸應用 武火兩手提起不可

着意相攻勿忘勿助空不空坐禪巍巍不動 武

火功夫推過溫養放鬆眼皮不縮不聳手在臍

守着玄關呼吸

沐浴光如平日合同拆散

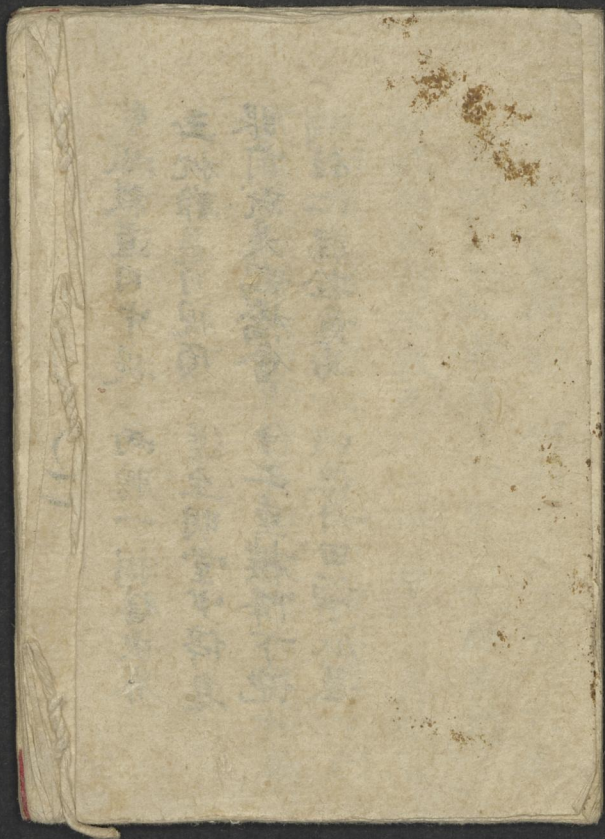
休遲毫無心意在人軀舌尖天堂不舐 沐

浴溫養已罷退符灌滿身軀足灣為止莫外

施口訣功夫仔細 何妨久坐下靜不可太
急奔馳風寒入體自不知由其毛眼未閉
如此勤勤打坐後天水上瑤池透過三關有
佳期嬰兒時偕姪女 滾之玄珠到鼎不用
武火升提勿忘勿助守天機隨他罷散相聚

緊撮穀道內中提
玉枕難過目視頂
眼前就是鵲橋會
鎖住心猿拴意馬

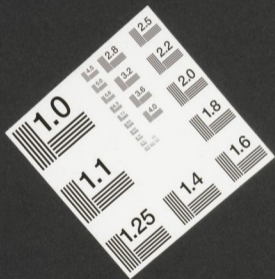
兩膀一搦脊夾脊
送至明堂少停息
十二重樓降下池
輕落丹田海底基



金丹四百字內外註解
 真土擒
 身心寂
 內丹註
 是身中
 真陰之
 故曰好

x-rite

colorchecker CLASSIC



Staatsbibliothek
 zu Berlin
 Preußischer Kulturbesitz