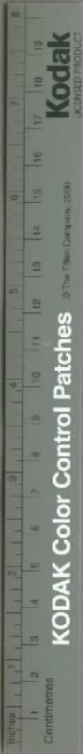


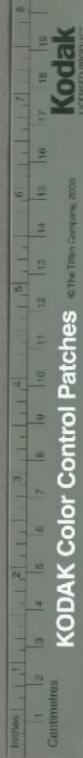
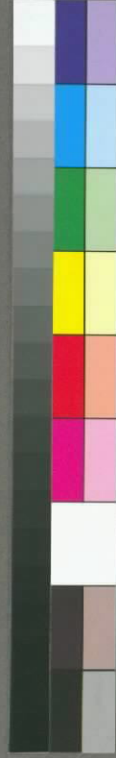
至游子

卷上



刻至游子序

至游子二卷二十五篇不著名氏予初未見其書守銅臺時有以抄本示予者每人吏散後間一披讀其言養生之理甚詳蓋網羅群籍撮其要領而為之者也雖所稱引廣博玄微不易窺究然崇正闢邪標示準的一篇之中往往頗露其梗槩焉世有上器利根要必有味乎其言也伊川程子謂為國而至于祈天永命為學而至于聖人修身而至于神仙



以為天下三大難事殆所謂確論竊惟世之學者器根既淺又每以苟且嘗試之心為之忽于躬行而急于責效迨其無得併所素聞者且棄之以為不足信而又加詆毀以是求道即名師目面命之何益矧于紙上之說哉老子有言上士聞道勤而行之中士聞道若存若亡下士聞之大咲夫言道而徒使人大咲亦藥天甚矣然則諸真垂訓又安得不微隱其文義以俟能者自悟自脩也故曰書不

盡言言不盡意又曰神而明之存乎其人默而成之不言而信存乎德行嗚呼盡之矣予塵緣未斷日碌碌迷途中焉可偕談斯理因欲梓傳是書聊識之與同好者共相省勉云爾

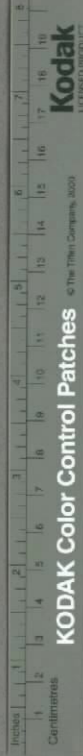
嘉靖丙寅春正月江東姚汝楮序

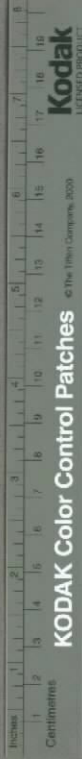
至游子卷之上

玄軸篇

幾
心勞神疲與道背馳冥心湛然乃道之

至朴子曰天之體其高明歟天之性其玄虛
歟天與我命而秉以為性矣必也冲以用之
無巧也無拙也無智也無愚也湛湛乎適于
自然之場焉昔者太源洞長告于方丈先生
曰意已入於無為矣而其性未能湛湛乎何





哉曰爾好樂之官以習蔽之矣況怵于斯者耶夫人離朴為華物誘於外五慾六蔽以疵其潔無以見於天元則必濯其垢而後可也何以濯之耶吾心者法未也於是滌三昧焉開六蔽焉去五垢焉汰其濁而見素矣夫能皓皓而不汙莫先於却事物之見故知遠察微者聰明之見也命之曰伐性之斧務華矜榮者聲利之見也命之曰陷性之穽巧言令辭者利口之見也命之曰惑性之藥奇謀詭

策者深機之見也命之曰敗性之寇是何也智深者偽生識遠者詐強夫界我以智者本為知道者也賦我以識者本為識性者也豈其眩於外哉康伯子通古今之書及聞道也終日如愚潘洞見子鍾離子子鍾離子示以物而不能名子鍾離子曰大矣哉却見者也萬物芸芸各歸其根敷榮吐華各喪其真朝生夕隕物孰免乎吾當內自省焉吾亦物也於是探其本集其靈去有歸無返於真空返

于真空者必先除其累焉夫灼以華藻惑以
鏗鏘滋以膏粱襲以芬苾示以好惡習以嫉
媚役以金玉悅以爵祿媚以語言誣以機謀
斯十累也不能除焉則違性失道矣赤松子
曰欲去之者先澄其源而後可也下愚者所
稟昧昧焉上智者為邪所蔽而與之同何以
挾節而發晦乎必捨其暗塞而投於純明之
舍焉太上曰多知博見彼以為明斯乃為暗
者也天與之性何為而亡乎道與之貌何為

而悴乎七情之燦焚于五內貞元燼矣夫能
使其情俱為燬而熄焉則冥冥寂寂真樂至
矣思真子與子而未知道懟焉泣于瑤池之下
真君謂田而之七情不為觸而發則入真慧
矣內心未純則尚華而亡其純矣古之至人
以性却性以形忘形性吾有也不以性蔽性
而入于昏形吾有也不以形喪形而入于華
內而貴朴如稿木焉故末茂者傷本技大者
害榦梵宮雪一字

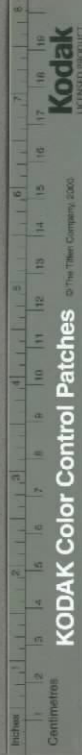
梵宮入界
靈字三千

有歟庭焉隼日所燭玄風所扇夫何以致之
歟懲念窒慾忍有所得慈無所捨此其端乎
歟素子曰形而上者謂之道形而下者謂之
器器非性也託器以入道者也嗟夫酤酤無
涯者生死之流也吾能知夫塵勞之緣腐真
而伐性吾能絕焉對松宇以遣白日調瑤琴
以戰素月斯暇于道矣外思者道之寇也紛
麗撓乎慮鏗鏘動乎情坤牛挽之河車運之
外奔而入內馳而出則性斯喪焉性也者水

也風薄之則亂其清矣吾視外境其如芥焉
則含元而登太一矣精思子曰綺言者語之
疵也邪視者鑒之疵也淫哇者聽之疵也躁
動者正之疵也狎侮者議之疵也作狂者念
之疵也今夫馭氣而游于丹廓者其孰敢忽
此耶咎莫大乎有見恃識以開萬端而求於
勝也故意可以測古賢之情明可以灼聖賢
之理顧有蔽也莫能開之有惑也莫能引之
異徑以爲大路也行潦以爲滄溟也吾以爲

卷之五
慧而離于慧益遠矣可不務去乎棄聖絕智
屏其良知進乎不爲之宰者道之本也高陵
子始未聞道其書滿家既聞道破觚折牘室
其視剗其識道非無也性非空也無則沈乎
罔象矣空則委於冥求矣希聲無聽也空色
無視也罔象無得也至虛者有其空真符者
有其有於是當先固其守焉夫然後入于正
六因人而捨不見法而遷此有守者也確然
有作卓然有入故由有而適于無從相而至

于寂矣五空八識不辨乎始終而入無爲者
殆未知無爲之爲自有歟立我者必自乎無
我者也塵乎塵昧疵乎物蔽孰乎我者害道
者也故物我俱忘而爲一一又滅之而入于
無之域豁而達慧而通身無相也心無思也
我性之率可以致道執之而物不能奪守之
而外不能盜矣天與之形物俱有形道與之
性物俱有性流形既達出性之庭孰不有守
耶有守小而失大者有守外而棄內者有守



後而喪我者有守偽而背真者守有道乎守
其我以大者也固其內以真者也若不知守
焉則干正紊真者至其誰能禦之哉圓淨子
曰白之守玄者歟太上謂范子曰五蠹亡矣
七情滅矣汝知之乎范子曰非鍊磨者乎曰
鍊無以守則其外移矣磨無以守則其有傾
矣惟其守已而已顓蒙之子非性有殊也惟
其昧而不自覺歟既其覺也神安魄定入幾
微矣皇甫子曰覺有五或因其殃而覺歟或

因其疾而覺歟或因其難而覺歟或因其蒙
而覺歟或因其達而覺歟衆流既分其源則
散衆情既出其性則蔽是以其源不澄焉六
慾以滓之三毒以盪之蔽源者流也亂性者
情也嗜慾者風波也紛華逐欲而生純實從
物而死性之質凋而不朴矣性之靈漬而不
明矣根不寧而蒂不固矣湛乎一景獨守其
源衆流昭徹而澄矣我性之肇亦與人同焉
所受之純全而不虧所葆之粹和而不較中

有圓者其性也歟運而不窮融而不凝窮則爲蔽凝則爲止夫能明達洞徹者粹美以凝肉和會以塞外熙然如春無方如神不散其陽不係於物斯圓之効歟故得其性也靜以止之而不知其運虛以極之而不知其反其猶獨陰之寂而不入其真耶王惠子曰六慾生而真靈缺豈能圓乎三毒興而中和喪豈能融乎圓融殞而天闕至矣物之性未嘗殊也小大所圓皆同焉好惡所受皆均焉從其

大小由其好惡則迷其本達其宗棄其源失其祖矣自執其性驚于六塵舍于三彭惟挾其昧剖其愚以明爲宗以清爲性識陰陽之所囿而同乎冲虛天元之性則廓然之所宗矣消穢子曰得一而清越乎群宰之上與化同游與性同契者適乎至真之祖者也赤松子曰三明宅于中六鑒鑄其外吾不登乎異岐矣巫硤之子以響爲宗而獲虺隨焉西波之子以因求其祖而得巫報焉所見不可不

命至淵乎上七

慎乎無法之中有範焉有圍焉空以道範之
虛以化圍之空非彼所謂之空也虛非彼所
謂之虛也不空其一不思其空斯可謂達也
已矣夫以管挈水者猶求諸空者歟吾知所
以裨補之斯復其真性矣誠以無爲無則何
以語道之大乎真修者緣類而應也無所入
無所捨而靈心見于外於是真冲挺秀與理
特達天純不駁入于慧焉鍾離子曰其識通
明其名曰慧其靈盈固其名曰圓得寂者亡

乎寂者也其善忘也歟至幽至虛可登乎亡
矣其心如滯礦焉物不能招矣則入冥不窈
入恍不惚寥寥乎有見默默乎有聞不見爲
見不聞爲聞然後有見聞之實不晦予盖嘗
入乎冥冥守乎寥寥入寂之中而得寂之應
者也九變之上不可名也四游之前不可形
也能復于斯其惟無而已以有爲有其失也
實以無爲無其失也虛無之有者真有也無
之無者真無也淵淵之淵淵而又淵洞玄之



玄玄而又玄茲猶其粗也夫見乎無無者斯
 至乎道矣其太素之始哉鍾離子曰無中以
 求無孰知之耶天稗而雜者有以駁之矣靈
 源而濁者有以撓之矣惟曠兮若谷應受不
 留澹兮若海源委不已無詭于道無戕其性
 浩乎守其真寂乎襲其氣精神會通成于不
 化矣何以知其然也實者虛之應也虛者實
 之乘也相爲之用則各歸于初莫測其變焉
 夫玄覽者可以滌吾之性思而不空則殆于

多知也空而不思則罔罔乎無也其不亦達乎性
 命者歟是道也道之全性之極也

五化篇

萬物芸芸其變不窮能以道化虛明則通

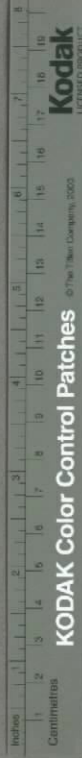
譚子曰至道有五化焉孰爲道化乎夫虛化
 神神化氣氣化形形生而萬物所以塞也此
 道之要也形化氣氣化神神化虛虛明而萬
 物所以通也此道之用也聖人窮通塞之端

得造化之源忘形以養氣忘氣以養神忘神以養虛虛實相通是謂大同藏之爲元精用之爲萬靈含之爲太乙放之爲太清老楓化爲羽人朽麥化爲蝴蝶自無情之有情也賢女化爲堅石山魃化爲百合自有情之無情也射似虎者見虎不見其石斬暴蛟者見蛟不見其水是知萬物可以虛我身可以無以我之無合被之虛自然可以隱可以顯可以死可以生空中之塵若飛雲而目未嘗見也

穴中之蟻若牛鬪而耳未嘗聞也况非見聞者乎太虛者一虛也太神者一神也太氣者一氣也太形者一形也命之則一根之則一守之不得舍之不失是謂正一者也稚子弄影不知爲影所弄狂夫侮像不知爲像所侮化家者不知爲家所化化國者不知爲國所化化天下者不知爲天下所化虛化神神化氣氣化血血化形形化嬰嬰化童童化少少化壯壯化老老化死死復化爲虛虛復化爲

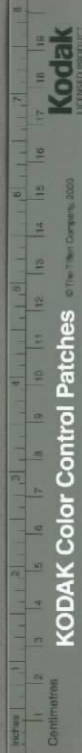
神神復化爲氣氣復化爲物噫化化其無窮者哉太上者虛無之神也天地者陰陽之神也人蟲者血肉之神也其同者神也其異者形也形不靈而氣靈語不靈而聲靈覺不靈而夢靈生不靈而死靈冰泮返清形散返明能知真死者可以游大上之京矣孰爲術化乎雲龍風虎得神氣之道者也神母也氣子也以神召氣以母召子何有不至乎蕩穢者必召五方之氣伏虺者必役五方之精召之於外守之於內用之於外無所不可也轉萬斛之舟者由一尋之木發千鈞之弩者由一寸之機一目可以觀天地一人可以君兆民太虛茫茫而有涯太上浩浩而有家得天地之網知陰陽之房見精神之藏則數可以奪矣命可以治矣天地可以反覆矣至淫者化爲女至暴者化爲虎樂者其形和也喜者其形逸也怒者其形剛也憂者其形蹙也斯亦變化之道也螭螭之蟲孕螟蛉之子傳其情

交其精濕其氣和其神隨物大小俱得其真
蠢動無定情萬物無定形陰陽相搏則芝菌
不根而生也燥濕相育則螭蟾不母而生也
人體陰陽而根之効燥濕而母之無不濟者
何也君子體物而知身體身而知道也澗松
所以能凌霜者藏正氣也美玉所以能犯火
者蓄至精也大人晝運靈旗夜鐸神芝覺思
所不思可以冬御風而不寒夏御火而不熱
矣孰爲德化乎天下賢愚營營然如蛄蟻之
投夜燭蒼蠅之觸旒窓知往而不知返知進
而不知退感父之慈非孝也喜君之寵非忠
也感始於不感喜始於不喜多感必多怨多
喜必多怒抑人者人抑之容人者人容之貸
其死者樂其死貸其輸者樂其輸孰爲仁化
乎海魚有吐墨上庇其身而游者人因墨而
得之智者多屈辯者多辱明者多蔽勇者多
死君子能罪已斯能罪人不報怨斯能報人
救物而稱義者人不義之行惠而求報者人



不報之螻蟻之有君也一拳之宮與衆廢之一塊之臺與衆臨之一粒之食與衆蓄之一蟲之肉與衆啞之故得心相通而後神相通神相通而後氣相通氣相通而後形相通太古之道也孰爲食化乎一日不食則憊二日不食則病三日不食則死民事之急者食也爲巫者鬼必附之設像者神必主之蓋有所享也虎狼不過嗜肉蛟龍不過嗜血人則無所不嗜所以不足則聞矣夫水將逼而投於

水知必不免且貴其綬也虎將噬而投於谷知必不免或覲其生也孰爲儉化乎水火者常用之物用之不得其道以致于敗家蓋失於不簡也飲饌者常食之物食之不得其道以至于亡身蓋失於不節也欲救之術莫過乎儉儉於聽可以養虛儉於視可以養神儉於言可以養氣儉於私可以養富儉於公可以養貴儉於門閭可以無盜賊儉於環衛可以無叛亂儉於嬪嬙可以養壽命儉於心則



可以生死是謂萬物之化柄也奢者富不足
儉者貧有餘奢者心常貧儉者心常富奢者
好親人所以多過儉者能遠人所以寡過奢
者事君必有所辱儉者事君必保其祿奢者
多憂儉者多喜奢者好動儉者好靜奢者好
難儉者好易奢者好繁儉者好簡奢者好逸
樂儉者好恬淡有早生用一器而無缺者有
十年而一裘不弊者斯人也可以即清靜之
道矣

坐忘篇上

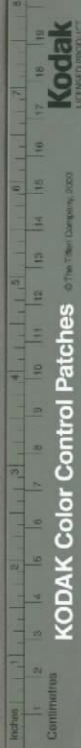
寶書之笈三編具存吾得其要澄神
契真

心者一身之主神之帥也靜而生慧矣動則
生昏矣學道之初枉於收心離境入于虛無
則合於道焉若夫執心住空亦非所謂無所
也住於有所則心勞而氣廢疾以之生矣夫
聞毀譽善惡以其心受受則心滿滿則道無
所居矣有聞如不聞焉有見如不見焉毀譽



善惡不入于心其名曰虛心虛則安心安則
道自來矣心者譬夫目焉纖毫入目則未有
能安者也牛馬家畜也縱之不收則悍矣難
馭鷹鷂野鳥也一爲繫絆則自然調熟吾之
心亦猶是歟然法之妙用在乎能行不任乎
能言夫能任物不染虛事不亂斯大道之妙
乎世或以道爲難進是々不知貝錦始于素絲
冲天之鶴資于穀食燕日之翰起于毫末者
也事非常則傷于智力務過分則弊于形神

今以隋侯之珠彈千仞之雀人猶笑之况棄
道德忽性命而從不要以自伐乎夫撓亂吾
身者則寇盜也吾能禦之正心則勇士也因
智觀察則利兵也外累悉除則戰勝也湛然
常樂則榮祿也吾不爲此觀是猶遇敵棄甲
而逃反受其咎矣是以定者致道之初基習
靜之成功持安之畢事也莊子曰宇泰定者
發乎天光何謂也宇者心也天光者慧也虛
靜至極則道居而慧生也慧者本吾之性也



由貪愛濁亂散迷而不知吾能澡雪則復歸
于純靜矣神性虛融體天應變形與道同則
無生死隱則形同於神顯則神同於氣所以
蹈水火而無害對日月而無影存亡在已出
入無間矣然虛無之道有淺深焉深則兼被
于形淺則惟及其心被形者神也及心者慧
覺也慧覺者身不免於謝焉何也慧者心照
也多用則其體勞矣初得其慧則悅而多辨
斯神氣漏而爲尸解者也故大人者含光藏

輝凝神歸實神與道合身心與道同於是六
根洞達焉身也無時而不存心也無法而不
通故曰山之有玉則草木不凋矣人之懷道
則形體永固矣於是其妙也有坐忘之樞焉
修道成真者必先去乎邪僻之行外事不干
于心端坐內觀念起則滅之雖然惟滅動心
不滅照心惟凝虛心不凝有心欲行此者當
受三戒一曰簡緣二曰無欲三曰靜心簡緣
者擇要去煩也經曰少則得多則惑矣無欲

者斷貪求也經曰常無欲則能觀其妙矣定
心者止息游浪也經曰除垢止念靜心守一
其斯之謂歟故虛心無欲非求于道而道自
歸之其要在乎涉事處喧皆作意以安之有
事無事常若無心處靜處喧其志惟一求心
太急則爲病爲狂心若不動復須任之使寬
急得其所常自調適制而勿著放而不動是
爲真定者也既如是亦不可恃其定也而求
多事求就喧當使如水鏡之鑒物隨物現形

而後可也定中求慧則傷於定定則無慧矣
定非求慧而慧自生者也得道者於是心有
五時身有七候是爲淺深之叙焉五時何也
其動多其靜少者一也動靜各半焉者二也
其靜多其動少者三也無事則靜觸則動者
四也與道冥合觸亦不動者五也七候何也
舉動順時容色和者一也宿疾盡除身心輕
爽者二也填補天傷還年復命者三也延數
萬歲名爲僊人者四也鍊形爲氣名爲真人

者五也鍊氣成神名爲神人者六也鍊神合道名爲至人者七也

坐忘篇中

天隱子曰人之生也稟乎靈氣精明悟通學無凝滯則謂之神焉宅神于內達照于外則謂之僊焉靈氣者其不可爲世俗所淪折而後可也曰喜曰怒曰哀曰樂曰變曰欲曰惡七者情之邪也曰風曰寒曰暑曰濕曰飢曰飽曰勞曰逸八者氣之邪也去邪則近于僊

矣簡易者天地之道也天者在吾首之上地者在吾足之下吾則見之故曰簡易者神僊之德也夫學道者言涉高詭而執迷無所歸本非吾學也故學氣者反爲氣所病者有矣學僊者反爲僊所迷者有矣然學道者亦須漸而進之蓋有五門焉一曰齋戒二曰安處三曰杼想四曰坐忘五曰神解齋戒者何也澡身虛心者也齋者潔靜也戒者節約也飢即食食勿飽所謂調中者也物未成者勿食

腐敗閉氣者勿食五味太多者勿食勿久坐
勿久立勿久勞勿久逸左右手常摩至于溫
熱熨其皮膚以去冷氣所謂暢外者也於是
形堅則氣至矣安處者何也南向而坐東首
而寢居之屋廬必得陰陽適中焉高則陽盛
而明多明多則傷于魂魄陰也卑則陰盛而
闇多闇多則傷于魂魄陽也有所傷則疾斯
生焉又况夫天地之氣乎有亢陽之切肌有
淫陰之侵體可不慎哉故吾之室四旁皆牕

戶焉風起則闔之風息則闔之前必箔後必
屏太明則垂箔以和其光映焉太闇則卷箔
以通其外曜焉內以安吾心外以安吾目心
目安則身安矣然則彼縱情多慮其不能安
其内外也可知矣存想者何也存者存我之
神也想者想我之身也夫何以能然乎閉目
則自見其目收心則自見其心心目皆不離
于身不傷于神此其漸也凡人終日而視他
人則心亦外走矣終日而接他事則目亦外

瞻矣營營浮光未嘗復照安得不疾且夭耶
故歸根曰靜靜曰復命復命成性是爲衆妙
之門也坐忘者何也因存想而得因存想而
忘也行道不見其行非坐之義乎有見不行
其見非忘之義乎不行者心不動也不見者
形俱泯也或者曰心不動有道乎天隱子默
而不對或者曰形泯有道乎天隱子瞑而不
視或者悟曰道在我矣神解者何也齋戒者
信解也無信心則不能解矣安處者定解也

無定心則不能解矣存想者閒解也無閒心
則不能解矣坐忘者慧解也無慧心則不能
解矣四者通乎神斯爲神解者焉神者兼三
才則謂之易齊萬物則謂之道本一性則謂
之真一天隱子曰生于易中死于易中動因
萬物靜因萬物乎邪由一性真由一性乎吾
皆以神解之在人也在地也在水也皆爲僊
矣變而通之是曰神僊正一先生讀其書悟
曰吾則異於是吾之簡易者無爲而無不爲

也吾之漸者守性正命日增一日漸之道也
齋戒之類兼修之可也

坐忘篇下

至游子曰吾得坐忘之論三焉莫善乎正一
先生司馬曰吾近見道士趙堅造坐忘論七
篇其事廣其文繁其意簡其詞辨讀之者思
其章句記其次序可謂坐馳非吾所謂坐忘
也吾聞之先師曰坐忘者長生之基也故招
真以鍊形形清則合于氣含道以鍊氣氣清

則合于神體與道冥斯謂之得道者矣夫真
者道之元也故澄神以弭真莊子曰宇泰定
者發乎天光宇者心也天光者慧照也先定
其心則慧照內發照見萬境虛忘而融心于
寂寥是之謂坐忘焉老子曰及吾無身吾有
何患無身者非無此身也體合大道不徇乎
榮貴不求乎苟進恬然無欲忘此有待之身
者也夫長生者神與形俱全者也是以乾坤
者易之蘊也乾坤毀則無以見易矣形器者

性之府也形器敗則性無所存矣養神不養形猶毀宅而露居者歟或曰人之壽終心識苟正則神超于真境正一先生曰非至正之言也夫高識之賢自謂彼我忘矣是非泯矣然見不善則顰見善則笑猶爲善惡所惑況其終也昏耄及焉吾未見不爲衆邪所誘者也故有有識化無識者秦女之化石是也有人識化蟲識者黃氏之化蠶是也由是觀之心識者爲陰陽所陶鑄安能自定哉所以貴

乎形神俱全者蓋以此也今有知榮貴爲虛妄了死生爲一貫至其臨終則求醫祈鬼何也未知乎坐忘者也忘者忘萬境也先之以了諸妄次之以定其心定心之上豁然無覆定心之下空然無基觸之不動慧心生矣猶未免於陰陽之陶鑄也必藉夫金丹以羽化入于無形出乎化機之表然後陰陽爲我所制矣

集要篇

古先至人立言如林以道博觀則鈞其
深

晁文元公曰吾觀夫浮世其乃生老病死之
鄉歟憂悲苦惱之窟歟惟定明者內覺其身
心空外覺其萬物空於是諸相既破無可執
無可爭矣諸有者夢幻也夢中而人狎之且
曰夢中搏必無傷也豈非枉夢知夢乎吾嘗
坐正堂見饕人汲水吾觀空絕熱目無全人
觀汲水者惟一塊之空自西而東豈非枉幻

知幻乎故曰本無一物隨所視而起異端焉
學道者必先止念念起則知之如川之泄簣
上塞之襄陵之勢可絕矣如火之燕杯水沃
之燎原之勢可滅矣故不畏念起惟畏覺之
遲也覺速止速此其妙用者歟吾嘗謂心息
相依息調心淨念起即覺覺之即無此最道
之權輿也裴休曰天地水火風假合而聚散
非我身也緣慮客塵虛妄乍起乍滅非我心
也我有真身圓滿空寂是也我有真心廣大

靈和是也萬漚起而復破然水之性未嘗不
汙也千燈明而又滅然火之性未嘗不在也
世亦知夫三象者乎氣動而清者天之象也
心靜而寧者地之象也智圓而明者日月之
象也三者和會則自然見吾神靈之妙用矣
三象既明而六審不可不知也試嘗自審曰
妄念息乎外緣簡乎觸諸境不動乎熒白無
差別乎夢想不顛倒乎方寸怡愉乎於是可
以測入道之淺深矣吾嘗自警曰了知起滅

意決定死生根不復隨緣轉是名不動尊大
未能無念即用觀空未能頓空即用對治三
策次第而用之莊子坐忘達魔壁觀始學者
不能知也而乃入于放曠豈其旨哉吾嘗端
坐念實相而見魔王跏趺之像且怖矣况入
道者端坐不傾動者乎

碎金篇

功
漆園之玄竺乾之空均乎正心與儒同

見文元公曰教豈有異哉吾嘗買三道爲一
焉夫儒家者以正心爲要切勿求其功而功
自成矣竺乾氏以復性爲要切勿求其證而
證自知矣吾始讀南華之書因齊物之理而
得一法目之曰逍遙大同觀而無一事可爭
後讀西方之書因無我之理又得一法目之
曰平等大空觀而無一物可齊由是知其深
淺矣施有吾既聞道而著三住銘曰心常御
氣氣與神合竺乾氏爲圓覺之說曰心息相
依息調心淨吾觀其理殊塗同歸天下有三
樂儒家者流曰顏氏子簞瓢陋巷不改其樂
道家者流曰莊氏子栖遲一丘天下不易其
樂竺乾氏曰生滅滅已寂滅爲樂三者自外
及內由淺至深者也幼意諸病吾以理攻之
可也已往吾勿追思未來吾勿迎想或曰修
行何以驗乎曰置白爨二棋一念善投白者
一一念惡投黑者一至夜較之卽知增減文
元公曰迂矣吾則於晝夜四威儀中不計情

境惟量其力常習靜念而已受辱而畏其勢
忍之者不可謂之忍也無可畏之勢而能忍
之者斯真忍也易曰損曰懲忿窒慾吾用之
以爲戒易之繫辭曰寂然不動吾用之以爲
定精義入神以致用吾用之以爲慧或問閒
君何樂乎曰調暢太和之氣適悅天真之味
研覃微密之言依游上妙之道蒙莊高情師
友造化竺乾妙旨澡鍊神明非理外至當如
逢虎即時而避勿恃格獸之勇非理內起當

如探湯即時而止勿縱染指之欲外護其身
如惜千霄茂樹勿縱一斧之刃傷焉內護其
行如惜渡海浮囊勿容一針之鋒破焉心靜
則清清而後明明則照物物無遁形矣至人
觀之得爲心印者也唐人有養鸚鵡者能誦
經常不言不動或問其故對曰身心俱不動
爲求無上道及其死焚之有舍利焉故知得
道者皆自燕寂中入者也文元公曰吾既老
也彌覺聰瞻耳有自然之音如樂中簧隱隱

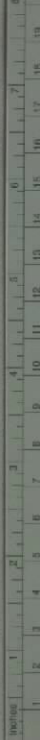
如雷初動浩浩如潮將至吾謂之三妙音焉
一曰幽泉漱玉二曰金磬搖空三曰秋蟬曳
緒

容成篇

孰爲陰丹詆其矯誣闢其內荒其路豁
如

至游子曰吾嘗得崔公入藥鏡之書言御女
之戰客主恍惚則同識不同意同邪不同積
同交不同體同體不同交是爲對境不動者

也夫能內外神交而體不動得性之道也動
則神去性衰矣不染不著則留其元物使氣
定神住和合成形入于中宮燬去其陰而得
其陽焉紅雪者血海之真物本所以成人者
也在于子宮其爲陽氣出則爲血若龜入時
俟其運出而情動則龜轉其頸閉氣飲之而
用搖引焉氣定神合則氣入于關以轆轤河
車挽之升于崑崙朝于金闕入于丹田而復
成丹矣至游子聞而大叱曰崔公果爲是言



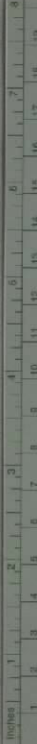
卷之三

哉吾聞之古先至人未嘗有也昔張道陵黃赤之道混氣之法蓋爲施化種子之一術耳非真人之事也然及陵之變舉則亦不復爲此矣清靈真人曰吾見行此而死者也未見其生者也夫存心色見行上道是所謂抱玉赴火金棺葬死者也微夫人曰爲黃書赤界者適足鳴三官之咎致考罰爾真人之偶景者在於二景而已悲爲夫婦之迹也夫黃赤存于中其可以見真人靈人乎魏伯陽

曰割肉以內于腹不可以成胎則外物不可以爲丹也明矣是知學道以清淨爲宗內觀爲本者也於是深根固蒂使純氣堅守神不外馳至於坎離交際而大藥可成矣善乎莊子之論曰必靜必清無勞汝形無撓汝精乃可以長生未聞有以御女而獲仙者也惟東漢冷壽光自言行是法幾百四五十歲鬚髮盡白而肌理壯盛然卒不免於死也世所謂善御女而得其効者宜無踰壽光壽光且死

卷之三

則是道也惡足以語長生久視之理也哉彼
方士以採戰之方以惑學士大夫懼其言之
不足取信也則竊古先至人以名其書故稱
西華二十有四篇則曰鍾離雲房所作也西
江月十有八篇則曰張平叔所作也指女子
爲偃月鑪以童男女爲真鉛汞取穢濁爲刀
圭肆情極欲一旦溘然而逝其名曰桶底脫
至游子曰崔公之道昔呂洞賓得之以爲心
地益明則崔公不宜爲此疵而不醇者也其
亦方士所託而行者歟或問曰無漏果位者
當豐其源而嗇其出故蓮花不生高地平原
而生于淤泥何謂也至游子曰道家者流有
八漏竺乾之法有諸有漏豈爾所謂漏者乎
司馬子微曰志之漏也形趨于后土念之漏
也神趨于鬼鄉吾所謂無漏者無此漏也豐
入嗇出養氣則然矣達磨之胎息是也淤泥
之蓮易壞者也未若松柏產于岡陵而不彫
者也吾亦有蓮焉蓋嘗發于烈火之中矣或



者聞其說而疑以問至游子曰容成子務成子天老太一與夫堯舜成湯盤庚各有陰導之書黃帝三王復有養陽之方漢氏祕于廣內之藏著于神仙之錄則其由來尚矣子惡得以爲無哉至游子曰吾非謂之無也蓋所謂非僊者之務耳聞之劉向班固之徒曰房中者情性之極至道之際是以聖王制外樂以禁內情而爲之節文焉樂而有節則和而壽考迷而弗顧則生疾而殞命由是觀之信乎非僊者之務也

陰符篇

黃帝之經藏于神嵩李笙得之發世之蒙

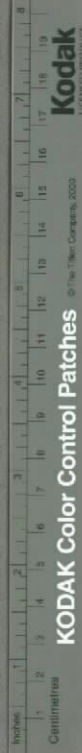
李笙得黃帝陰符之經于神嵩之山而未知其止也其後遇驪山姥而問焉姥曰道有太易有太初有太始有太素太易者玄元杳冥妙于無名者也太初者胞胎混沌者也太始者洞虛無疆或感而彰者也太素者內含真

一之精爲萬物樸清陽爲天濁陰爲地者也
陽爲魂陰爲魄魂者欲人之生魄者欲人之
死故聖人觀天之道觀天之行舍真抱一以
歸于太陽養陽之魂以消陰之魄神僊之道
其盡于斯矣天以一之數生水而潤下其居
北方於時爲冬於藏爲腎是爲玄武焉此坎
之卦也地以二之數生火而炎上其居南方
於時爲夏於藏爲心是爲朱雀焉此離之卦
也天以三之數生水而曲直其居東方於時

爲春於藏爲肝是爲青龍焉此震之卦也地
以四之數生金而從其西其居西方於時爲秋
於藏爲肺是爲白虎焉此兌之卦也天以五
之數生土而爲稼穡其居中央爲萬物母於
藏爲脾焉故道生一一爲天五行者從一而
生真一之氣化生五行是以五穀五味滋養
于人人因五行而生因五行而死故五行者
五賊也聖人奪取五行之精氣還元反本復
歸于真一此老子所謂萬物芸芸各歸其根

歸根曰靜靜曰復命者也夫性者陽之精明也精明之氣結而爲人休氣爲鬼靈氣爲神煩氣爲蟲豸雜氣爲禽獸麤氣爲精邪人稟乎精明則能見其機見其機則能立天之道矣自五月夏至遣用事之卦也十月而爲純坤陰盛則消陽矣自十有一月冬至復用事之卦也四月而爲純乾陽盛則消陰矣是以龍蛇者秋冬而潛蟄春夏而起陸焉人以真陽去其陰魔則百神和悅血脈流通五藏生

津長年久視矣此廣盛子所以積火以焚五毒五毒者五賊也天生于坎者也地生于離者也坎者水也月也示也離者火也日也鉛也聖人使坎離互用日月相交鉛汞相持龍虎相反然後能斬尸滅鬼降精攝邪以存正氣焉故太白真人曰五行不順行者龍從虎出虎從水生也此天地之互用陰陽之反覆者也土者四象之本苗變之基也道生一一生二二生三三生萬物一者天也三者人也



Kodak
LICENSED PRODUCT

KODAK Color Control Patches
© 2005 Munsell Color Services Lab

Continental

二 公至沐于二五

神僊之要在乎抱一乎中故至道始于一三
而終于五五者成數也經曰三五與一萬事
畢矣此何道也鉛汞保
羅子曰全一有三外應心仍滿于初九此至道
也陽太盛則溫溫則生熱熱者其脈實陰太
盛則衰衰則生寒寒者其脈虛虛實之脈寒
熱之患皆能致死者也一陽者汞也其性飛者
也陰者鉛也其性伏者也聖人伏陽汞以鍊
其魄飛陰鉛以拘其魂陽不得而溫陰不得

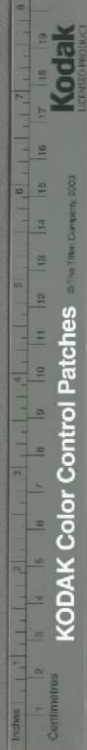
而盛於是客邪消而尸魄喪矣蓋有毫髮之
陽未盡者不能死矣苟有毫髮之陰未消者不
能僊矣夫耳聾淮聲目好美色口嗜滋味則
五藏搖動而不定血氣流蕩而不安精神飛
馳而不守於是正氣散而溼邪之氣乘之以
生疾矣是以人之三要者曰耳曰目曰口故
耳目者神之牕牖也口者氣液之門戶也若
夫六識皆空湛然虛寂遺形忘物慧照通神
者至靜也吐納以鍊五藏導引以開百關持

誦寶章以怡神吸引二景以集明鍊金精以固形餐玉英以保身者至動也太上曰靜者性也動者氣也動靜如一內外和順非至人安能至矣斯哉夫榮名當貴者學道之塵垢也爭競忿躁者修真之荆棘也旨酒珍饈者伐性之戈矛也淫聲美色者破骨之斧鋸也故修真鍊氣抱元守一者謂之聖人鍊形成氣者謂之真人鍊氣成神者謂之神人鍊神成真者謂之至人天地者盜萬物使有衰朽

者也萬物盜人使有老死者也人盜萬物使不常存而有用者也故不善盜者盜其形不盜其精反為萬物所盜焉善盜者盜其精所以能盜萬物而長生矣吾食其時非嗜其酒肴也蓋盜萬物之精氣者也何也形以食味神以食氣若以時而食其形動其機以盜其精則百體順理矣吾之身有精光之神形影之神毛孔之神各萬有二千五臟六腑三元九宮亦皆有神焉惟吾不見其神則不知其

能下禍福焉故不務敬畏至于狼躁克虐貪
淫陰險是曰賊其神矣妄言綺語以爲人不
知不見是曰昧其神六吾之神上通于天賊
其神者犯於天者也昧其神者欺於天者也
犯天欺天所以取夭折者歟如是者陰邪日
勝神氣日衰尸魂日恣矣夫能守中抱一以
陽鍊陰則尸亡魂喪而神明王矣神明既王
則策轡八晨飛輿五嶽升九玄斬玉關可與
天地等年矣老君曰氣中有氣是我之神也

神中有神是自然之道也天以一陽降于九
泉而生復此十有一月陽之始也二陽降而
生臨三陽降而生泰四陽降而生大壯五陽
降而生夬六陽降而生乾五月夏至陽極而
生陰故一陰升而生建二陰升而生遯三陰
升而生否四陰升而生觀五陰升而生剝六
陰升而生坤陰陽消息升降斯道之樞也故
聖人收採天地之氣而成二體曰鉛曰汞鉛
也汞也其重各八兩而合于三百八十有四



KODAK Color Control Patches

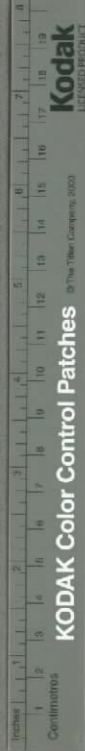
© 1997 Kodak

Kodak

Licensed Product

此之謂歟夫九還七返者何也自子而至于
申自寅而至于戌者也斯皆一陰一陽一升
一降一沉一伏晝夜居之而不失者也水火
水火卦氣已盡則還丹成矣於是制精攝邪
亡尸滅魄有萬倍之功焉魏伯陽曰也用申
子蒙用寅戌六十四卦各自有日斯三反晝
夜之理也心者萬神之主也目者萬神之戶
牖也人之神入則藏于心出則見于目故心
安則神安目動則心動心動則神動生死之

銖之數以應乎卦爻而定大小之法焉上揆
卦氣下推刻漏以均乎火之候而奪乎三千
八百年之功於是脫其凡胎矣至于三千二
百四十年而聖胎成矣於是與造化相符陰
陽同運聖功生焉神明出焉瞽者目無所見
故神專在于耳聾者耳無所聞故神專在于
目神專則事無不精矢利能動人者也絕利
之源則神有所事可以制精攝邪亡尸滅魄
有千倍之功焉老子曰不見可欲使心不亂





機其枉斯二者矣夫能使其神出入于戶牖
以自照焉居息于宅舍以自安焉此則生之
機也塞戶牖而不明焉發宅舍而不居焉此
則死之機也魏伯陽曰五行相受以生故火
性燦金金伐木榮三五與天地之至精也何
也陰陽相勝五行相制所以克伐衰謝焉然
反本歸根則萬物乃因此而生矣陰陽激而
為風雷風雷作則萬物動而滋生矣夫煉陰
陽之氣如風之行如雷之鳴通流其百脉洵

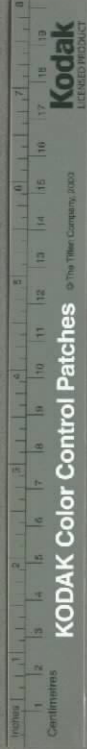
去其積滯之五毒於是五藏生津百骸調暢
真一抔乎其中矣夫不耻貧賤不貪富貴不
嗜聲色不耽名利不懼患難不忤黜辱外無
所求內無所惑惟見空空無所空湛然常
寂然後晝無想也夜無夢也於是棲神于至
樂則天真之性有餘濁亂之情不作矣趨迹
于至靜則貪求不生而心無所往矣飛鳥制
其身游于空虛者憑其氣也况夫修鍊其形
而咸至陽其能入金石而不闕行日月而無

影固其理也世之人須飲食以養其形不知
絕飲食而形乃固焉須尸魄以養其神不知
去尸魄而神乃全焉須陽與陰并相濟以生
不知陰盡陽純則長生焉

西升篇

玄言之宗惟力默子懷道而西以誨
老子將入于西域尹喜遇於關而問道焉老
子曰虛無恍惚者道之根也生我於虛置我
於無故生我者神也死我者心也是故身者

神以爲重爲舍爲主者也其身安靜其神居
之其身躁動其神去之是以外其身存其神
則精曜留矣道得一合則與道通矣善人者
不與萬物爭謙虛而無欲者也故欲者凶害
之根也無者天地之元也聖人去欲入無所
以輔其身者也故吾視欲無所見聽欲無所
聞言欲無所道食欲無所味寂哉澹泊於是
清靜無爲氣自反于未生者焉吾見衰人者
不如衰其身衰其身者不如愛其神愛其神



者不如舍其神舍其神者不如守其身守其身者斯常存矣神者生形者也形者感神者也故形不得其神斯不能自生矣神不得其形斯不能自成矣形神合同更相生更相和感斯可矣天下之上孝可謂能養其母者也夫能愛其母者其身斯長久矣身之虛者萬物至焉心之無者和氣歸焉故善養身者藏身於身而不出藏人於人而不見何也常以虛爲身以無爲心是之謂無身之身無心之心焉然是守神至通是謂道同我命在我而巳不屬乎天地者也我不視不聽不知則神不出身與道同久矣吾與天地分一氣而治自守其根本者也天下莫柔弱於氣氣莫柔弱於道道之所以柔弱者包裏天地貫穿萬物者也夫柔能生剛弱能生強天下莫知其根本所從生者焉有以無爲母無以虛爲母虛以道爲母此道之根本也何以謂道人曰神雖在身令神莫在其身者也盛生於衰者



也陰生於陽者也故有無之相生虛實之相
成於是有歸於有無歸於無矣人在道之中
者也魚在水之中者也道去則人斯死矣水
涸則魚斯終矣故聖人反歸於未生其形隱
其神審天下歸焉無爲無事國寶民富保道
之常是謂玄同夫人得神而生不知神之所
在惟聖人藏神於內而魄不出矣守其母則
其子全而民盛矣治身之道通玄元之混氣
思決守其身者也天非欲於清清自歸之地

非欲於濁濁自歸之溼非欲於水水自歸之
燥非欲於火火自歸之虛空無爲非欲於道
道自歸之由此觀之物性孰不自然也哉老
子言其道既竟復以告尹子曰語汝至道之
要靜心守一則衆垢除萬事畢矣

內德篇

三業七情既澄其源五神守藏三一

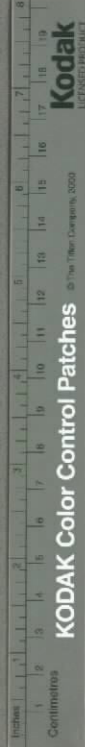
永

太上曰靜三業

耳目

澄七情則五神各守其

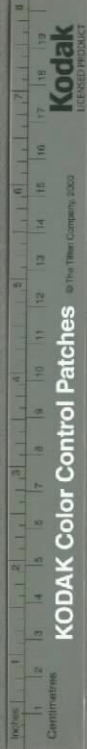
藏三一長存矣三者身之元神離之數三也





一者身之真精坎之數一也身之中蓋有三萬六千神千二百形影萬二千精光五臟六腑一十四神左三魂右七魄宜常念念勿使離于身日爲功曹陽氣也月爲主簿陰血也雷公使者枉于左右三魂也風伯雨師枉于前後七魄也六甲六陽神也直符六陰神也於是周遶于身焉青龍扶左白虎扶右朱雀導前玄武從後身之四象也北斗覆首精光之神也天罡指足真氣之神也騰蛇在手膽

之神也吾居丹房之中抱守一之法太一者下元之宮真元神也是吾之偶焉左三右七震兌也戴九履一離坎也二四爲肩坤巽也六八爲足乾艮也五居中宮土也是爲八卦九宮之神皆實于腹矣凡寢則神魂精魄游散于外陰邪得以乘隙竊其精氣故當出其四獸以衛其身四獸者何也青龍出于肝白虎出于肺朱雀出于心玄武出于腎勿使衆邪干其玉房玉房者精區也肝主藏魂肺主



藏魄心主藏神脾出藏志腎主藏精五臟之神出則禦惡入則安神既衛其身則復各還其所鳴天鼓三十有六以集神嚙液三十有六以聚氣而陰戶可以陰關矣使衆邪不得下居焉閉氣者自一至十以心默數之九九而止閉氣者非閉噎其氣也乃神定氣和絕思忘慮使鼻之息若有若無診其脈以六動爲一息九九者八十一息也常存赤氣自其口出狀如火輪周其室中定則內想安寢其

中自然疾病除而陰邪遠矣

玄網篇

道家者流其源汪洋搜厥玄微以提其綱

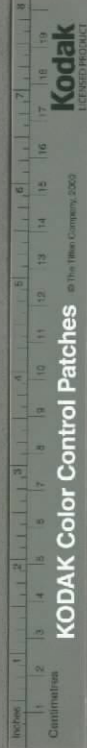
崇玄子

吳筠唐開元中人

曰道至無而生天地者也

天動也而北辰不移含虛不虧焉地靜也而東流不輟興雲不竭焉故靜者天地之心也動者天地之氣也心靜氣動所以覆載而不極歟通乎道者心寧以同于道氣運以存其

形不爲物之所誘是之謂至靜者也本無神也虛極而神自生本無氣也神運而氣自化氣本無質疑委以成形成本無情動用以虧性故生我者道也滅我者情也情忘則性全性全則形全形全則氣全氣全則神全神全則道全道全則神王神王則氣靈氣靈則神超神超則性徹性徹則反覆通流與道爲一可使有爲無實爲虛與造物者爲儔矣道不欲有心有心則真氣不集不欲苦志苦志則客邪來舍在於平和恬淡澄靜消微虛明舍元有感必應應而勿取真偽斯分矣故我心不傾則物無不正動念有屬則物無不邪邪正之來在我而已惟鍊凡至于僊鍊僊至于真鍊真合于妙合妙同乎神神與道合即道爲我身所以升玉京游金闕能有能無不終不歿矣崇玄子曰吾嘗謂神僊有可學之理焉夫有不學而自致者稟異氣也必學而後成者功業充也學而不得者初勤終怠也故



達於僊者達於僊者各有七焉形氣爲性之
府形氣毀則性無所存性無所存則我何有
此達於仙者一也或謂僊必有限歸于淪墜
此達於仙者二也或謂形體以敗散爲期營
魄以更生爲用安知入造化之洪鑪任陰陽
之鼓鑄此達於仙者三也或謂軒冕爲得意
功名爲不朽悅色耽聲豐衣厚味此達於仙
者四也強盛之時爲情愛所役及斑白之後
習學始萌而傷殘未補竊慕道之名垂契真
之實此達於仙者五也汲汲於鑪火孜孜於
草木此達於仙者六也動達科禁靜無修習
此達於仙者七也若夫耽玄虛寡嗜慾體舍
至靜以無爲爲事此近於仙者一也翦陰賊
植陰德懲忿損慾齊毀譽修清真此近於仙
者二也身居禪位心游道德仁慈恭和弘施
博愛此近於仙者三也爵之不從祿之不受
恬然以攝生爲務此近於仙者四也靜以安
身和以養神精以致真此近於仙者五也失



於壯年收之晚節以功補過以正易邪惟精
惟微積以成著此近於仙者六也忠孝清廉
不待學而自得謂之隱景潛化死而不亡此
近於仙者七也取七近放七遠是謂拔陷區
出溺塗者也

玉芝篇

五太相生在物之先明告來者猶魚之
筌

朝元子

陳舉實
元中人

曰體混元之本法天地之樞

立爲洪鑪大鼎以鍊其真焉內以養鉛汞外
以象離坎運其陰陽驅龍馭虎以返本還元
於是玄霜絳雪玉藥金膏九轉而成寶矣魏
伯陽以參同成道馬明生以金液超真陰長
生鍊太真之劑劉安修太一之元此所謂與
筌者歟方其陽魂未交如玄窟焉陽精既兆
乃稟性以成乎形是以陰判陽而歸寂陽寓
陰而威質陰陽交而萬物泰矣日月合而四
時成矣夫天地不交何以爲晝夜乎日月不



合何以著盈昃乎萬物不合何以顯榮枯乎
當太易之時混沌濛濛如胞中帶焉於是而
有太易首春一陽之義也其體玄黃四象未
明玄霧蒙乎金液華光鎖乎水精夜加乎子
初九 潛龍之位也太易者仁也春也陽也
龍也日也天也火也魂也神也汞也木也故
陽氣也者入乎物曰生離乎物曰死太易者
司生也夫陽不發于下則萬物何以生哉故
經曰上水下火蓋謂此也陽必蒸於上陰必

潤於下蒸者熱也熱蒸其陰陰騰其氣輕者
上浮而為天其清雲霞其凝雨露其散風煙
其寒霜雪時自子而至乎午其升者也自午
而過乎子其降者也夫雲霞霜雪雨露風煙
氣霧所以降而滋萬物者也經曰返本還元
歸於地脉此之謂歟其在於身則為津為液
為涕為血為肉為精為髓夫五金八石之倫
依乎天地之升降運轉和合而歸乎本元故
曰還也九鍊成剛故曰丹也太初者天地萬

木也剛也影也一也父也產於上司於下其
象月中有兔水中有砂鉛中有白銀是謂氣
之海也臍下父之元也故陰居陽其主血陽居
陰其主筋骨易曰雲從龍風從虎風雲者陰
陽二氣也男者陰之宗也女者陽之主也雖
發乎坎下汞居乎水中上下之象也神居其
中謂之三才太始者二儀立形之始也陰陽
得位虎龍分矣天地清濁之氣隨索簪而化
萬物是氣也枉道曰陰陽在人曰魂魄枉物

物之初也陽經陰復二氣未分龍吞虎并雲
雨交羅陽光炳耀陰氣凝矣上下搏而成形
恍恍惚惚其中有物杳杳冥冥其中有精何
謂物歟陽中有陰坤元之氣也其屬有也水
也鉛也陰也氣也虎也魄也形也白也母也
性也金也一也受性于上彰于下其象日中
有烏石中抱玉水中產金泥丸中有血是謂
血之海也腦中母之元也何謂精歟陰中有陽
乾元之氣也其屬無也龍也神也魂也火也



KODAK Color Control Patches

© The Yellow Corporation, 2003

Kodak
LICENSED PRODUCT

曰表裏在天曰日月在地曰聲色在丹田曰鉛汞是道也生于一一生二二生三三生萬物終始一者也故曰一者水也二者火也三者土也物有不因此而生滅者乎水火者各得其一者也得一者物之母氣之精命之根識之祖也天得以增其威地得以發其機是神之祖氣之使物之父魂之制身之主也水生一男是爲坎其名曰汞火生二女是爲離其名曰鉛是之謂四象者也汞者丹也鉛者

藥也天老神君曰用鉛不用鉛須向鉛中作及至用鉛時用鉛還是錯何以言之汞陽也子也鉛陰也母也汞無鉛其獨子不母何以生哉鉛汞合而三年爲寶焚去鉛之氣是爲脫殼其名曰純陽用鉛不用鉛也吾嘗觀乎大道莫越乎陰陽相合會於中宮蓋有動有靜焉動者汞也清而喜飛靜者鉛也濁而不飛汞之飛偶乎火者也鉛不起偶乎水者也水所以流灑火所以就燥者歟神者命也靜者性也

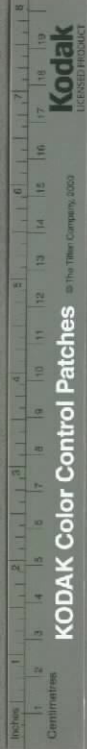


KODAK Color Control Patches

© 2003 Eastman Kodak Company

Kodak

LICENSED PRODUCT



命至冲子寶

命也者動而有生有戚焉性也者靜而無染無著焉是以三魂歸諸天七魄歸諸地各有生源也太素者本也本立而道生矣太始太素之時剛柔判矣以立三才以彰四象太素者司秋萬寶之所以成者也經曰大虛水空此其形象者歟譬夫人之在胎陰血陽精混然而成三月而陰陽分則各有所居矣母之元臟乎泥丸其名血之海父之元主乎陰位在子臍下其名氣之海各有神氣交焉其名

三才冲和之氣隨母呼吸應其上下三才備而萬物長矣母之元主血肉精髓意魄即吾之鉛虎也父之元主筋骨神魂即吾之汞龍也五月而形將成表裏分矣吾之化育其猶是乎陽丹精也陰丹血也日南至一陽之始潛龍之位也俟乎五陰退而陽升十一月十二月正月者三陽之時也萬物芽矣吾之鍊形亦猶是乎功盈三千何謂也服丹千日者三年也亦譬夫一時也三月在丹三年二氣布

至津子上
矣易吾之軀而成自然之體運水火交汞鉛
于九轉九轉者九年也九九者數之盈也九
年之內有九易焉一年易氣二年易血三年
易脉四年易肉五年易髓六年易筋七年易
骨八年易髮九年易形志於道者其可不察
然斯歟捨是而求道者其猶瞽者之逐兔矣
黃帝曰吾有還丹其品七焉津也髓也血也
唾也精也氣也神也故指水火鉛汞以喻焉
津為汞精為鉛水處乎腦中火居于臍下運

鉛以制汞鍊汞以投鉛來往歸源水火正矣
太極者天地萬物之終也故曰太易水也太
初木也太始火也太素金也太極土也萬物
生死於土矣夫一陽孳萌于子十一其於易
也始乎復次乎臨泰大壯夬乾者陽數之極
也一陰孳萌于午其於易也始乎姤次乎遯
否觀剝坤者陰數之極也是為一歲之象也
一月者亦一歲之象也一日者亦一月之象
也皆有陰陽五行之數存乎其間萬物至于



合至津于上耳

八月九月未有不咸者也吾之丹是以有九
轉者歟夫孰非陰陽合而然耶日有烏者陰
也月有兔者陽也日自一日至八日其名上
弦一百九十有二銖金水平分其名一八春
之分也其時屬乎卯是為鉛一百九十有二
銖至于旬有六日陽數極而明也於是陰
至而陽退焉故旬有六日之後則復虧至二
旬有三日其名曰下弦亦一百九十有二銖
龍虎中分亦名一八秋之分也其時屬乎酉

是為汞一百九十有二銖至二旬有四日陰
盛而陽衰日月盡而陰極矣陽也陰也其終
而復始乎故八之日為一百九十有二銖旬
有六日則三百八十有四銖矣斤生兩十六
兩兩生分四分是以前有三百八十有四銖應
乎大易之策數一歲之日其氣其候二十有
四於是乎備矣計其分六十有四則又大易
之卦之爻也六十四卦凡三百八十四爻也在易之策數斯
合矣在人之息數斯亦合矣故起火于子至



子午六時陽也其象春夏自午至于子六時陰也其象秋冬且一日之內自有天地日月星辰次序之運具焉二十四氣七十二候皆全故吾之道廢一而為之者未之有成也夫起火必于子者何也承陽氣起火火力斯全矣過乎子則陰盛而火下燃也故曰水克火也火也者非其心之火者也心者神也吾有中宮之鼎在乎心之下故心為火則為焚火在鼎之上也經曰火起于臍下水出於鼎中既濟之象也

上火是鼎也時至乎卯則增鉛時至乎酉則增汞鉛不得火則不騰矣汞不得鉛則不凝矣經曰取水於山起火於海取汞于重樓採鉛于九天其運也備乎四時與神禦之與氣和之於是四象具矣而中宮之鼎狀如雞子三年赤白判而換軀矣金腸玉骨出于五行其名曰蛻故四象交而汞乾矣一陽備而鉛去矣其名曰還丹於是神魂立矣其體剛矣三花合一五彩歸陽夫是之謂無修之地朝

元子嘗歌以爲詩凡六十篇至游子讀之曰
深乎大道之蘊也表而出之

其直指曰二青湏配四黃研變化無非合自
然欲使參同歸一室湏憑雲雨運三田南邊
血是砂中汞北畔精爲水內鉛此箇大羅天
上法與他相識便爲仙

其配藥曰冲和國內兩三家盡產金銀汞與
砂豔豔靈苗山上藥英英紫霧浪中花九重
天際生元火三級壇心駕寶車了了玄玄玄
裏事更無玄妙與君誇

其冬至曰離坎相賡我可窮五陰之下有乾
龍陽符進退高還下復卦抽添單又重鎮日
午時當立夏每宵子後是新冬莫言天地人
難測周易分明見肯宗

其得路曰豈信蓬壺去不賒兩條岐路接天
涯離中自有東辛地陰內常開甲乙花三景
雲從朱頂鶴五方風引紫河車崑崙山下焚
燒處一道風光阿母家



其玄牝曰中嶽嵯峨日月齊乾坤枝葉在靈
谿龜蛇往復雲雙段風雨淋漓水一畦爐裏
君臣名子午鼎中夫婦號東西此中幸有留
年藥何得身心一向迷

其子母曰一中有一一難論三境元從一處
分赤石洞中藏聖母絳宮臺上別神孫碧潭
波內真真汞白玉峰前巖巖雲箇是乾坤開
段祖世間愚俗豈教聞

其母臉曰絳闕瓊宮已太平看看修就紫金

城雨風撲滅三般火雷電驅回五箇精炁氣
漸消隨霧散丹陽初餌逐雲輕雖然功未全
真體知向僊都列姓名

其紫河車曰融風白氣并金母下蓬瀛雪嶺
三關透天街雨露行丹房朝列帝水府伴華
嬰九九陰霜雪陽光亘紫城

其道釋曰玄黃造化奧難尋金地宗門義更
深龍虎舊來生四海金剛元本住雙林陽魂
獸立全身命陰性孤超去太心無限常流全





不悟甘同水泡托浮沉

其樂道曰萬種虛勞祗箇身此中消息妙通
神時看金鳳山頭舞夜見琪花海面春穀氣
五行皆作土陽丹經却不成塵朝朝惟切尋
同志去見東吳不見人

其築壇曰築壇不用土燕灰造化全憑丙作
媒苦霧凝霜陰孕汞輕霞籠雪火生胚三曾
功滿分三界五府纔成見五臺修鍊但教依
此法莫將塵穢亂神胎

其胎息曰杳杳復冥冥冲和白又清三人歸
本國疲子返東溟陽結陰成象金榮火有形
何人功對此千日滿神靈

其二八曰窈窕風流二八顏夫妻喜躍共團
圓屯蒙中析陰陽位卯酉平分上下弦白獸

晦初同虎寢青虹月望伴龍眠

二句

其神水曰明君理化萬邦清一派黃河接杳
冥萬法主張由列帝三才宗本在東溟玄珠
制伏冲和歿赤水循環太乙庭不悟百年能

幾日甘隨五賊恣身形

其原道曰立天之道定人身不離鉛汞與銀兌馬衝回山頂雨坤牛耕起海宮春君臣殿內調三氣文武鑪中養四神任是大才無自解宣尼猶自問漁人

其匹配曰風流二人又相逢此夜歡期喜氣重夫婦歸眠青甲帳翁婆回嚶白庚龍共食沆瀣凝金骨相合雲霞卧玉容此箇不知誰是侶且將天地共同宗

其七返曰阿母自行營風雲纔後迎循還避五嶽次第入三清伏住南來水收歸七味精九還功滿日霞體六銖輕

其演道曰一從得理便閑閑祗恐安居養自然泯謝三花清國土收和七寶種芝田死生盡道因天地性命元來屬汞鉛此法丹霄應有路四溟他日任成壘

其鑄鼎曰兔髓烏肝共一斤乾坤鑪裏鍊成眞青龍乳雪添肌骨赤水生花鑄鼎身三足





體中分世界兩重城裏列星辰時人不識長
生法却道燒丹不是真

其火佚曰初九陽從半夜來鯨魚海內透蓬
萊九重城裏龍車返十二樓前虎駕回日月
一斤爲大藥乾坤兩片始成胎分明測取周
天數莫遣蹉跎復卦催

其心法曰又屬南無又屬黃門前雙樹號金
剛萬緣盡是心中造七賊須憑劍下亡定裏
慧燈船倚拖禪中祖印日揮霜一靈到岸捐

心法始得名爲解脫香

其合道曰姤女在孤幃劉郎半夜期東西霞
霧起上下雨風隨調伏三般汞安和五箇兒
神丹千日後夫婦兩分離

其鑪有門曰五蘊山頭白玉峰青君枝葉在
其中崢嶸浪退龍行雨靉靆雲生虎嘯風雙
派碧流連上下兩輪紅日復西東眼前有道
分明指自是疑多執過空

其三五四曰大天垂象接崑崙八卦元從子夜

分三界生成真武火五符興廢祝融君異龍
吐霧河池雨赤帝行春嶽瀆雲不去箇中尋
覓取甘隨聲色亂紛紛

其道機曰閑騎地馬翫山川走遍乾坤似瞥
然異面夜叉驅白虎青毛符使擁朱轡二升
海水滋三界六寸甕瓶壘九天了得此情真
自適有誰斟酌到幽玄

其道德曰雖坎是根元滔滔造化權渾陰名
上德下德號先天毋壯兒應托汞乾鉛自捐

丹陽能九轉抱一作神僊

其玉樓金闕曰崑崙山頂有三官把斷天津
上下間一簇亭臺龍出沒兩條岐路鳳回還
冲和殿裏陰陽主十二樓中性命閑不肯箇
中窮造化鎮隨思想在人寰

其靈元國曰一點晶瑩異處分兩層街郭甍
金銀滿城龍虎遊三境遶國髭毛屬萬民無
量神仙俱在鼎大千沙界不離身但知體內
窮真像向外求真心是塵



其三一曰波心出五行天地自圓成芬饒田
三段澄清水一泓興亡俱在土復性却歸來
似我人知少忘機莫亂呈

其九鼎曰聖賢垂象體人倫不離剛柔影裏
眞萬物陶鎔天上水五行興廢海中春軒皇
大治大明土大士雙林本喻身還返不能歸
舊處長交出沒在迷津

其怡道曰不羨公卿富與華祇將至道當生
涯每餐王母園中果靜看東君洞裏花水底

日爲奎木火土中鉛是紫河車忙忙塵世愚
迷者豈信登天路不賒

其大海曰四溟名四大萬變合天神水面三
更火潭中半夜春兩潮龜口浪一雨海門津
此道應知少知能幾箇人

其九天曰陰陽開竅九重門盡是常人體上
存地馬發生玄女火鐵牛耕轉異龜魂驅回
尾穴連空焰趕入天衢直上奔此是命基天
地寶更將烏兔合乾坤





其三清殿曰上下冲和境樓臺七寶城二儀
含萬化一氣貫三清雨水山頭降雲霞海面
生金丹分九品靈感自圓成

其華池曰聖母駕河車經遊梵釋家徘徊雙
鳳起宛轉五雲遮地軸從秋石天輪輾彩霞
不能知此理何處覓黃芽

其指道曰有無元是坎離精真使黃家道便
成萬物祖因坤地出三千宗本丙家生南邊
鳳隱青中白北畔龍眠爨內明但了陰陽昭
造化自然凡體得輕清

其暢道曰自有田園種麥麻更憑意馬下三
車九天拱手元君宅萬物生成阿母家火角
牛兒吞水虎雪毛獅子產金沙但須識與真
鉛汞匹配時時發寸芽

其運用曰昨宵金鳳下高梧眠抱驪龍口內
珠光體碧潭紅浪起影隨寒雪白金數清風
吹散花三朶白乳修成酒一壺從此丹臺歸
有路四溟他日任焦枯

其性命曰甲龍屬火藏坤地東虎名爲造化
才有動有飛真姤女無增無減號如來陰消
始是純陽體相寂方超六趣胎祖佛神仙從
此得盡歸斯理出塵埃

其真偽曰悟取玄黃造化身區區外覓匪通
神陰陽非採他人物龍虎須憑自己珍靈藥
入身齊日月丹砂經火盡灰塵九年還返無
差錯鍊取純陽作至真

其歸一曰從頭之道非常道盡說陰陽造化
權含養胞胎須十月焚燒丹藥枉三千五行
茅滓皆歸土七魄陰風盡變乾功到純陽名
抱一騎龍飛入大羅天

其道源曰一靈元產一芝中見性西方四類
同海下虎龍分晝夜雲中男女號西東男居
北海青藏白女住南山巽映紅萬聖千賢從
此得盡歸斯地合真宮

其五行相生曰一物分作五般形五般精彩
五般情青龍本是金公子白虎元來姤女兄





四象安排坤地出中天寄養丙家生大丹偏
使金花力須賴良媒匹配成

其五行相尅曰大道幽玄妙復微五行相返
各生威南方使者元披異北面將軍大著緋
坤女殺夫夫順伏兌金尅木木歸依玄黃若
也無交合爭得陽從坎下飛

其鑪竈曰鑪竈分爲二氣君循環上下接其
源森羅溉灌三田溢凝結方成四海渾二八
身中分造化一斤藥內鍊乾坤烹煎更要華
加回首海中噴白雪旋身踏上產黃芽九天
光熠龍行火三界陰霖鳳吐砂了得上天天
上法自然容易到仙家

其子母相見曰定思凝神半夜強彩霞繚繞
下丹房昔時共管東辛地今日同居甲乙鄉
五彩浪中龍出沒九霄雲外鶴飛翔三才同
法無差別自是愚人亂忖量

其剛陽曰陰息腸騰復卦周專持真一則剛
柔三年共作壺中客二味同居海上洲制伏



合子山

玄珠歸戊土安排離火起坤牛九重門裏堪
回首直上龜峰是舊遊

其添鼎曰藥非金石及三黃純用靈元對五
常子夜添鑪三姓寶晨昏投鼎五家漿玉樓
池畔風雲宿龜嶺山頭子母房便是還丹真
秘理更於何處覓仙方

其立基址曰二物相將入鼎鑪含胎凝質變
凡軀微茫裏面生雞子恍惚中間結露珠三
級壇成分物象五峰山就建毗盧但知將北

爲南用便是陰陽造化模

其萌芽發曰泰卦陽和盡發萌丹砂鴻漸立
生成黃婆最解調文武赤帝偏能運甲庚遇
剝金風花果實開蒙海浪雨雲生更將九野
銀河水澆灌靈根易長成

其二儀分曰三月成胎二氣全勤修水火見
精專清風透肉肌膚變白氣穿腸骨髓堅鼎
內已觀新父母壺中重認舊山川陰陽功備
歸真體一箇清身繼列仙



其換鼎曰一轉年年一轉新重重入鼎絕妖
塵照清五藏除三昧潔靜重樓爽萬神換骨
已憑金鳳髓易筋全仗木龍津南宮名下刊
仙籍位列丹臺作上真

其功滿曰九轉功成已脫胎飛昇功化任高
裁五條霞影明千界一顆玄珠鎮九垓下隱
瑤宮連十洞上朝金闕冠三台周流適意功
難測直上青天更不迴

其直事曰直事雖教氣佚愆精詞剛健在周

池水雨驟雲歸返故園

其認鐵牛曰是人皆有鐵牛騎無限常流終
不知飢到每餐金虎髓渴來常飲水銀池牽
車停歇雙林下運火常依半夜時箇是陰陽
真動用生成家活盡由伊

其交合曰嫦娥夜夜下天堂紅炬迎將入洞
房乍別九天朝聖祖纔臨中國面仙郎飢餐
王母瓊林果渴飲東皇綺殿漿此是乾坤真
造化昭昭何處不生光

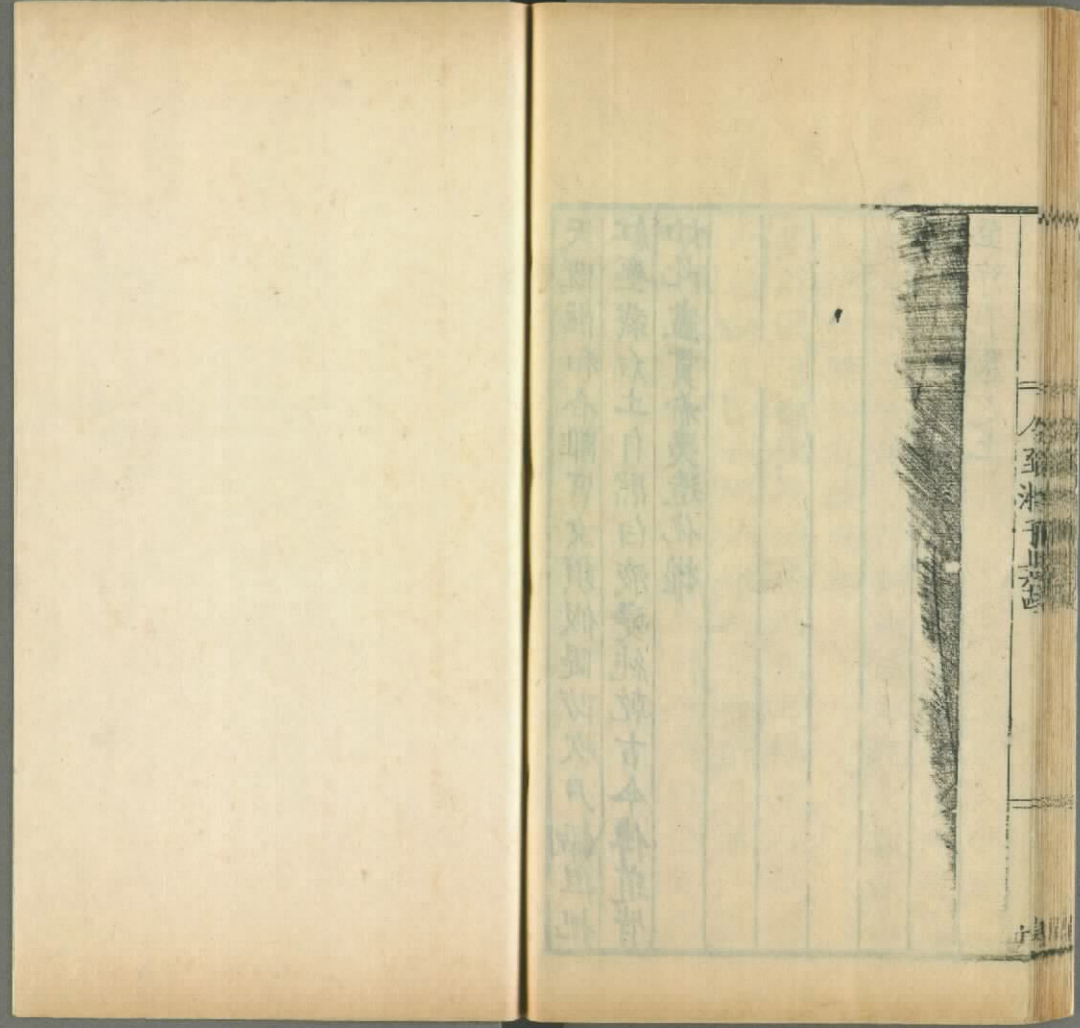
金至洪王公三

其入室曰今宵夜半是良辰喜遇夫妻結舊
姻離女坎男來順令康夫甲婦認相親俊龍
廻向山頭習獐虎降歸海內淳姪女劉郎相
見後引歸洞府鍊成真

其般求曰兩條岐路接泥丸上得青山却下
山每遣黃婆局地戶鎮令青帝閉天關仁龍
宛轉三清路義虎回旋九轉灣金假金公親
擬縛日魂那敢不歸還

其運鉛曰鐵牛子後餵紅花猛烈咆哮勢莫
天既能和合離宮女須假隄防坎戶鉛但把
紅塵栽右土自然白液變純乾古今傳道皆
如此盡貫希夷造化權

至游子卷之上

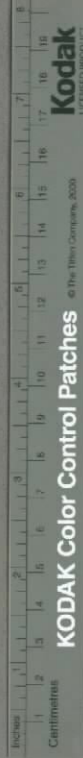


至游子卷之下

周天篇

周天之候通乎晝夜八卦居中不逮而
化

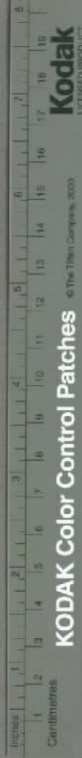
至游子曰二十四氣每氣差二分有半夏至
極長冬至極短春秋二分晝夜平均矣冬至
之後則盈行夏至之後則縮行此乃陰陽升
降之期也子者五癸者四此大雪冬至之刻
也冬至者其日出于辰之二刻入于申之三

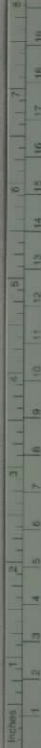


刻畫三十有五夜六十有五坎卦之上元也
大雪者其日出于辰之一刻入于申之三刻
畫三十有八夜六十有二乾卦之下元也丑
者四巳者四此小寒大寒之刻也小寒者其
日之出入晝夜與大雪之候同坎卦之中元
也大寒者其日之出入晝夜與小雪之候同
坎卦之下元也寅者四申者四此立春雨水
之刻也立春者其日出于乙之二刻入于庚
之二刻畫四十有三夜五十有七艮卦之上

義

元也雨水者其日出于乙之四刻入于庚之四刻晝四十有五夜五十有五艮卦之中元也卯者五乙者四此驚蟄春分之刻也驚蟄者其日出于卯之二刻入于酉之二刻晝四十有八夜五十有二艮卦之下元也春分者其日出于卯之中入于酉之中晝夜俱均焉震卦之上元也辰者四巽者四此清明穀雨之刻也清明者其日出于卯之三刻入于酉之二刻晝五十有三夜四十有七震卦之中





夏至庚子丁二

又

元也穀雨者其日出于甲之四刻入于辛之四刻晝五十有五夜四十有五震卦之下元也已者四丙者四此立夏小滿之刻也立夏者其日出于甲之三刻入于辛之三刻晝五十有八夜四十有二巽卦之上元也小滿者其日出于甲之三刻入于辛之三刻晝六十夜四十巽卦之中元也午者五丁者四此芒種夏至之刻也芒種者其日出于寅之一刻入于戌之二刻晝六十有二夜三十有八巽

卦之下元也夏至者其日出于寅之二刻入于戌之二刻晝六十有五夜三十有五離卦之上元也未者四坤者五此小暑大暑之刻也小暑者其日出入晝夜與芒種之候同離卦之中元也大暑者其日出入晝夜與小滿之候同離卦之下元也申者四庚者四此立秋處暑之刻也立秋者其日出入晝夜與立夏之候同坤卦之中元也處暑者其日出入晝夜與穀雨之候同坤卦之中元也酉者五

辛者四此白露秋分之刻也白露者其日出入晝夜與清明之候同坤卦之下元也秋分者其日出入晝夜與春分之候同兌卦之上元也戌者四乾者四寒露霜降之刻也寒露者其日出入晝夜與驚蟄之候同兌卦之中元也霜降者其日出入晝夜與雨水之候同兌卦之下元也亥者四壬者四此立冬小雪之刻也立冬者其日出入晝夜與立春之候同乾卦之上元也小雪者其日出于乙之三

刻入于庚之一刻晝四十夜六十乾卦之中元也

黃帝問篇

歸自崆峒復訪皇人究其三一知微知

真

天真皇人隱于峩眉之山黃帝既平蚩尤將求無爲之道周遊天下而至于青城之野始見甯真人焉於是得九一之旨因聞皇人明于大道復從而問焉皇人曰子欲修其身先

淨其意而後可也故內安其神外去其慾衆
患或起以氣治之黃帝曰修道者亦有患乎
皇人曰聞道晚者則先已泄其真氣而虛敗
惡得無患乎黃帝曰敢問以何氣治之而可
皇人曰其小用水其大用火一切有患無有
能拒水火者也天深居而瞑目於鼻之上而
望寸縷亦不得想離其本軀及起之則爲定
矣諸境勿外逐焉次觀白毫光明出于眉之
上極力移之入于頂門三昧定實則功斯勝

矣中心無爲外想不入從九至九鍊七至七
夫欲隱夢于世常想開頂門使黃雲滿于天
地冥心細想其內有神用意行之去來自如
欲離其軀黃雲重蓋或歸于其體或分其形
或入于衆人之身或奪人而安已或使其人
離其體方便相救廣施德焉則可也利已損
人斯有罪也然分形之法須俟生陽數之一
焉冥心靜室明鍊五行於頂之上藏太陽四
十有五其數足焉眉之下五輪既全而於定

之中起焉然火中有木神水中有金氣水火五藏交相往來而不離于土然後想其真精二腎合于一氣心血下凝而爲嬰兒其象土之上有黃芽焉是乃吾之命也日出之初照水者百過又日踐其影於是二腎日月之光各出赤白之氣夜則七七出于頂門十月而與身等靈斯爲地仙矣鍊腎之氣出入于耳百日而注以江海內鍊其精華以爲劍鍊五藏之精滿乎九九之數使金鼎收其氣身

騰而升天於定之中復懷胎再修再結十有二年而變四身其應無盡黃帝曰善

軒轅問篇

天清地寧近取諸身用火字陰其陽乃純

子崔子曰學道者先澄心無爲內境外境是非俱忘焉然後息氣養形形神俱妙與道合真矣心爲天腎爲地天清則地寧矣軒轅問曰天何以清地何以寧子崔子曰一者天之

清也軒轅曰時有十二十二之間子午變動陰雲霞霧不能常清何也子崔子曰日月常有用者也陰陽轉動是之謂陽極而陰生也升降陰陽所以見天不能常清也變動其四時之季各以一季受氣焉故生死萬物非天不清所生萬物非地不寧軒轅曰寧者生萬物何也子崔子曰地黃也中央土也其主受日月陰陽轉用各季受一氣焉凡季月旬有八日四季則七旬有二日土之盛者也所以

成萬物焉軒轅曰人之生何如哉子崔子曰亦由陰陽合而受一氣乃成也陽之極也見陰精而爲寶陰之極也見陽精而爲寶陰無陽則不能化矣男腎之左其先戚也女腎之右其先戚也然後立性爲萬物靈軒轅曰何爲而死歟子崔子曰男純乎陽者也女純乎陰者也十有二時之中性有變焉故氣隨性散陽者爲陰克取其精陰者爲陽克取其血所以枯絕而死歟軒轅曰不死亦可致歟子

崔子曰滅其三要通其九竅得其五行絕其
外境外境不入內境不出氣定則可不死矣
骨節通流九竅安靜五行相生五藏不滯六
腑通明病何自來是謂水中得火火中生水
也無心而入定則神清矣其氣轉動于四季
化萬物焉於是陰消而純陽矣可以長生軒
轅曰如之何可以入定無心水火相交純陽
不死乎子崔子曰定中生氣氣中生神神定
者道氣也神能用法法能用火火中生水能

變常用其水焉如懼夫心不能定乎水火也
則用火守其陰久則純陽而陰柔不生矣斯
道全也軒轅曰善

百問篇

修真之方浩乎無涯正陽之言司南之

車

純陽子

呂洞真也

讀丹經玄書其肯淵深懼後世

莫測焉然是以問于正陽子

鍾離真秀

曰清靜經

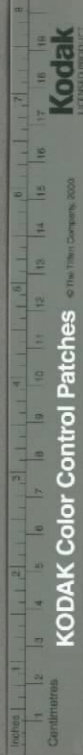
言有動有靜者何謂也正陽子曰動者永也

清而飛者也靜者鉛也濁而不起者也此無異故焉鉛之飛蓋得火者也汞之不起蓋遇鉛者也動則有生滅靜則無所著焉純陽子曰洞庭紫府托于身爲何所乎正陽子曰此精之海清靜之府托于肝之內其膽是也純陽子曰孰爲泥丸其狀何如也正陽子曰此血之海也其別九房房之狀方圓彌寸其周九寸其色白其中一房有血焉其名曰血海純陽子曰丹有陰有陽何色耶何居耶正陽

子曰丹之陰者居于血之海丹之陽者居于臍之下各有神氣交會焉此丹之元也陰丹之元者血也其主血內魂魄托于丹田鉛之銀也陽丹之元者精也其主精內心神托于丹田汞之龍也純陽子曰九鍊者何以也于九歟正陽子曰九鍊者九機也一竿益其氣二年益其血三年益其脈四年益其肉五年益其髓六年益其筋七年益其骨八年益其髮九年益其形純陽子曰還丹何也正陽子

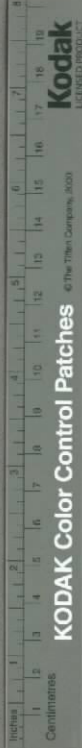
曰九年而戚者也其目點漆其膚凝脂其骨
化玉其腸化筋白毫生于眉金光周于身行
軼六驥洞視百步之外口鼻常有清香之味
純陽子曰何以謂之鉛與汞乎正陽子曰鉛
也者生于腎之左其外玄其內白水之正氣
也其居北方也子位陰中之陽也於是又有二
馬鉛精之得火者也腦中之精血者也汞也
者生於腎之右其外青其內赤金之正氣也
其居南方也午位陽中之陰也於是又有四馬

琉璃王者也水至于中宮者也津結砂者也
膽之液氣者也純陽子曰何以造化而能成
丹乎正陽子曰必也取水于山之巔取火于
海之底拔汞于重樓採鉛于九天汞入則鉛
住而歸凝于中宮其狀雞子其色朱橘其名
聖胎於是玄白判而爲造化者也純陽子曰
進火周天或抽或添其用之也有年有月有
日有時何也正陽子曰年也月也日也時也
其屬乎水則皆繫之陰者也能克火焉於是



又仲春仲秋之月七日八日二旬有二日
有三日與夫既望既晦皆不可以行功矣三
彭守乎靈府則其功難成須用法行持可也
純陽子曰火在吾身何物爲之乎正陽子曰
愚者以心爲火夫心之內有神焉謂之天地
之鑪陰陽之鼎蓋在心之下者也夫以心爲
火則火反居其上其何以烹歟非既濟之道
也火當從下發如蒸釜焉故火者下元真一
之氣既極而成火起于臍之下者也水者出

于腦者也純陽子曰何謂之鑪正陽子曰其
在吾身者也夫大冶之爲冶也外有鑪以載
火然後鑪之中可以置鎔矣鎔內有藥其上
加覆焉吾之鑪豈異是哉純陽子曰敢問治
之門與其狀可得聞乎正陽子曰紫煙非世
之火也紫煙者氣也三素升降乎內外鼻之
息綿綿不失而後鍊之成紫煙焉純陽子曰
蛇有四鼠有一何物歟正陽子曰四者四時
也二者日月也妙哉其難言者乎純陽子曰



洞房之宮居何所歟正陽子曰其在于眉之間其入二寸屬乎泥丸之前狀如至山內有白元之神居于紫極純陽子曰明堂則何如正陽子曰其在于洞房之前入于眉者彌寸內有中元之神居焉純陽子曰太上有存三守一之道何謂歟正陽子曰一物而三體者歟水也火也土也其聚也是爲心爲腎爲脾其變也是爲氣爲血爲精氣也血也精也其化爲神方其在身故乃赤黃玄之鼎也斯中宮

者也純陽子曰人之生死何其循環之無端歟正陽子曰此無異故焉不見乎性者也故有委心以生貪貪生著著生煩惱以苦其心心亂則神煩神煩則欲盛欲盛則疾且死矣純陽子曰性何謂歟正陽子曰其在于太虛耶是難言者也形氣之去來者其性也純陽子曰神何謂歟正陽子曰上玄之宮太一真氣者也其數三萬六千隨其所生而變焉故在氣變神在神變氣氣在則神存神去則氣散

其散也爲雲爲霧名之爲形出之爲仙入之
爲真上結乎三元下結乎萬物而有長養之
道焉是以不散者其真耶散者其死耶純陽
子曰神氣盡而死氣何以絕乎正陽子曰形
有六竅焉其血虧踈則神不精不正矣不精
則津液滯矣不正則邪氣會矣於是乎生關
壅而死路闢矣純陽子曰金液瓊漿何謂歟
正陽子曰瓊漿者目之淚也其餘氣流于上
腭之右是爲金液也純陽子曰神水何謂也

正陽子曰心中之血也其餘氣流于舌之左
者也純陽子曰然則華池何謂歟正陽子曰
腎中之水也其餘氣流于舌之右者也純陽
子曰黃芽何謂歟正陽子曰其生于腦之中
其居于中宮是爲腦之涎脾之液液之餘氣
流于上唇者也純陽子曰青龍何謂歟正陽
子曰肝也木也中有神水出入在于春膝之
左而內出于目者也純陽子曰白虎何謂歟
正陽子曰肺也金也中有神水出入在于春

合至沖子下十三

腠之右而內出于鼻者也純陽子曰朱雀何謂歟正陽子曰心也火也其位南方其干丙丁中有神水由腹之右通于舌之下者也純陽子曰玄武何謂歟正陽子曰腎也水也其位北方其干壬癸中有神氣由腹之左而通于耳者也純陽子曰勾陳何謂歟正陽子曰脾也土也其干戊己中有神氣由腎之中夾脊之上通于腠理而入于腦者也純陽子曰黃婆何謂歟正陽子曰脾土也故稱黃焉蓋

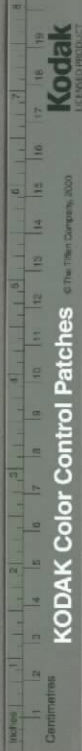
脾之氣也純陽子曰金翁何謂歟正陽子曰肺金也故稱金焉蓋肺之氣也純陽子曰姤女嬰兒何謂歟正陽子曰姤文者心之涎也嬰兒者腎之水也純陽子曰虛也呵也吸也呼也嘻也呬也吹也呌也其氣之出屬何藏乎正陽子曰鼻之氣屬乎肺者也故曰吸口之氣屬乎肝者也故曰吹至夫呬者屬乎肺吹者屬乎腎呼者屬乎脾呵者屬乎心嘻者屬乎三焦呌者虛者屬乎膀胱純陽子曰內

外八卦何謂歟正陽子曰肝震也心離也肺
兌也腎坎也大腹乾也膽巽也小腹坤也膀
胱艮也此其內者也目離也舌震也口兌也
耳坎也頸乾也趾坤也腹巽也手艮也此其
外者也純陽子曰天倉何謂歟正陽子曰其
名有三曰食堂曰咽門曰地戶吾之口也純
陽子曰鐵牛何謂歟正陽子曰青龍者也純
陽子曰重樓何謂歟正陽子曰玉樓者也人
之食嚥也歟純陽子曰恍惚之中有物杳冥

之中有精何謂歟正陽子曰夫所謂物者氣
中之水也其水無形蓋自冬至則陰至于天
積氣而生者也是乃太極而生陰其名有三
曰真水曰鉛曰虎之魄其形白其性金故曰
日之金烏石之玉水之金腦之血總曰血海
居于腦者也夫所謂精者水中之氣也其氣
無形蓋自夏至則陰至于地積陰而生者也
是乃太極而生陽其名有三曰真火曰汞曰
龍之魂其形赤其性火故曰月中之玉兔水

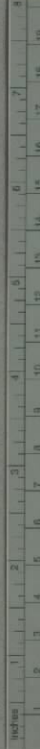
也氣者風也純陽子曰一身猶一國也
君臣歟正陽子曰心者王也氣者相也脾者
大夫也肺者尚書也腎者烈女也肝者戶部
也膽者禮部也胃者兵部也膀胱者刑部也
精海者工部也純陽子曰龍何物也正陽子
曰元氣生于二腎之左右杳冥之府也元海
也大小如環其氣出入如紅縷神之父也陽
之根蒂也陰陽之源也純陽子曰虎何物也
正陽子曰陰之血也夜也變而為之者也其

之砒在人為筋為骨為物之剛者也純陽子
曰烏兔何也正陽子曰金烏者心中之水水
中之真氣也玉兔者腎中之氣氣中之真水
也純陽子曰五嶽六曹四瀆五湖九江三台
風雨何以辨乎正陽子曰左臉者岱山也額
者衡山也右臉者華山也頰者常山也鼻者
嵩山也五藏五湖也六府六曹也三焦者三
台也大腸九曲者九江也精者江也洩者河
也血者淮也津者濟也亦曰四海也汗者雨



生丁離竊五穀之真氣至于心而化焉流于
腎之宮而精氣成矣是謂朱汞也火龍在坎
也命之根也神之母也純陽子曰鉛者靜也
性也性果何所生乎正陽子曰五穀之真氣
爲心所竊化而爲血於是血復化爲液液復
化爲真氣凝而爲神此性也純陽子曰汞者
動也命也何謂也正陽子曰命者居于二腎
之中元海之內所出真元之氣於是其中有
真水焉本生于心流于腎化而爲精精者莫

親於斯二者也故靈源流之元氣不止則神
不寧矣純陽子曰本立而道生何謂本歟正
陽子曰神也氣也精也髓也涕也唾也津也
血也汗也淚也斯其爲本歟本之不立如木
之蠹條幹槁矣故吾身流轉則體潤矣是謂
神水者也純陽子曰三池何謂歟正陽子曰
口者玉池也泥丸者天池也胃者中池也純
陽子曰九宮何謂歟正陽子曰腦之中有九
房其骨八片九房之中又有四雌五雄守焉



合至陽子十七

解

純陽子曰三關何謂歟正陽子曰口者天之關也手者人之關也足者地之關也泥丸者上關也絳宮者中關也下元者下關也以此爲關可以閉塞乎非知道者之言也吾今告汝以上關者口也中關者鼻也下關者口也其徑通乎九竅邪之所害也故欲加健焉純陽子曰人有天地陰陽何謂歟正陽子曰首天也足地也其外者也心圓而腎方其內者也日陽也月陰也其外者也氣升而液降其

內者也故天至于地八萬四千里心至于腎亦八寸四分焉此心腎比天地者也純陽子曰二至也二分也於吾何所法歟正陽子曰時加乎子加乎午二至也時加乎卯加乎酉二分也此口之比於二至二分者焉晦也望也二至也二分也此月之比於二至二分者焉夫日北至而陽升自下而上以還于天於是一陰至焉自日南至而陰降從上而下以還于地於是一陽至焉春之分也陽升于上

也遇春分而入于陽而離乎陰者也秋之分也陰升于上也遇秋分而入于陰而離乎陽者也純陽子曰五賊者何居乎正陽子曰人者得五穀而養得五行而生生則有敗者也故五行者可以生可以死五行者所以爲寇歟純陽子曰月候氣節時歲何謂也正陽子曰十二時者一日也五日者一候也三候者一氣也二氣者一節也二節者一時也四時者一歲也純陽子曰勒陽關有道乎正陽子

曰入室歛身端坐神識內守微脇其腹焉純陽子曰丹有採者何謂也正陽子曰蒲口燕其津液而殷歸于命宮運氣于黃庭之中於是氣液造化而成精滓積而爲血血積爲珠珠爲汞汞爲砂砂爲丹此其採之者歟純陽子曰黃庭何謂歟正陽子曰其任膀胱之上脾胃腎之前臍之後肝之右肺之左如雞子如權石純陽子曰脾者謂之黃婆而不謂之黃庭何也正陽子曰脾能接心之液腎之氣

先也加乎申者坤也加乎午者離也加乎卯
者震也此猶外者也純陽子曰夾春亦有三
關可得聞乎正陽子曰夾春之節二十有四
凡一關直三節焉腦之下名曰玉關其夾春
相對名曰中關內腎相對名曰下關純陽子
曰聞大道之名未聞其狀也正陽子曰道者
無形也言之非道也道者虛也以實言之非
道也道以虛爲體者也其如呼于山者其谷
應之歟故養子肺之中者神氣也眞性也純

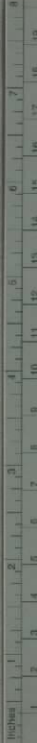
和合而咸丹非黃庭也純陽子曰進火者然
何所乎正陽子曰火者生於臍之下觀之無
形遠不可取也近不可捨也狀如青冥焉不
可名也純陽子曰金液鍊形形神妙而合道
眞何謂也正陽子曰鍊汞成神鍊氣成形然
是後昇前嚙二物合而成胎是爲與道合眞
斯金液鍊形者也純陽子曰日用八卦何謂
也正陽子曰時加乎亥者乾也加乎子者坎
也加乎寅者艮也加乎巳者巽也加乎酉者



合五辨子

陽子曰修真者有魔撓焉其何以哉正陽子曰念不歸一而外馳則魔斯至矣於是心動則神迷神迷則昏昏則魔盛而功難成也純陽子曰禦之有道乎正陽子曰難乎其言哉純陽子曰風也雲也雨也霧也霜也雪也霞也如之何其變也正陽子曰真元之氣也其氣不定呼而為霞吸而為霧吹而為風呵而為雲零而為霜雪凝則為雨露升則騰于天降則墜于地清則浮濁則沉斯隨所變者歟

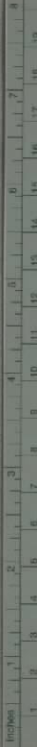
純陽子曰人之身有天地之數上位下弦具焉其金八兩是為一百九十有二銖其銀亦然陽也陰也亦然故六十有四卦其爻三百八十有四一分四銖以應陰陽之人數有日月時候焉其在人也謂之何哉正陽子曰天地之數吾已言之矣八萬四千里天地也故專得天地之數者如運諸掌數二五為十也純陽子曰白馬之牙其狀如何正陽子曰五行備矣五藏之正氣其津其精凝焉其氣其



液合諸於鼎於是白氣出矣其狀如縱火如
白馬之牙純陽子曰心有異名乎正陽子曰
心者司南其干丙丁其德在火其卦曰離其
名曰朱汞曰赤龍之趾曰姤文曰離女曰瑤
皇心有血焉謂之赤鳳之髓其流入于腦謂
之海其流入于華池謂之神水純陽子曰腎
有異名乎正陽子曰腎者可北其干壬癸其
德在水其卦曰坎其名曰嬰兒曰嬰鉛曰金
先曰金精曰靈根曰玉壺曰玉鑪曰北海之
龜純陽子曰九還七返何謂也正陽子曰時
白子而至申九轉也故鍊者九年爲一轉三
轉而爲一周焉天有七曜人有七竅夜行五
轉者七曜也內行五藏者七竅也吾之真氣
上下周流自申至于寅一陰一陽一升一降
一浮一沉精也髓也涕也唾也氣也液也
也晝夜存之而不走失者七返也純陽子曰
金鼎金華何物也正陽子曰金鼎者華蓋下
覆焉其位西方其干庚辛其德金焉金華者

肺也其位西方其氣白自肺而出其凝如花
純陽子曰神光何如哉正陽子曰修之九年
其光見矣純陽子曰意者猶馬歟猶猿歟不
知乾之馬驛之馬狀如何也正陽子曰乾馬
者心之液也驛馬者其氣也猿者心之意也
純陽子曰乾之牛何也正陽子曰腎之氣北
方壬癸之水也所謂鐵牛也純陽子曰六賊
何謂歟正陽子曰目也耳也鼻也舌也心也
意也夫萬事之根孰不由是者乎純陽子曰

三車何謂歟正陽子曰前後脇者大牛車
也羊鹿車也胃脘者河車也大河也水府真
一之氣從天內來通于口鼻故曰河車者也
臍之下者火車也純陽子曰孰爲蓬萊之洞
歟正陽子曰腹之中其上下者也純陽子曰
孰爲曹溪歟正陽子曰唇之內牙之外者也
純陽子曰孰爲三尸歟正陽子曰心腎之氣
也一曰三毒三曰三尸三尸滅則成真矣純
陽子曰二泉孰生歟正陽子曰其出於口之



中舌之下左右有二穴焉其大如鍼鋒通于
心肺時有精液生於咽此潤萬物而濡五藏
者也純陽子曰人何以肖天地歟正陽子曰
吾之目其日月也吾之腸胃其湖海也吾之
喜怒其陰霽也吾之鼻額其五嶽也吾之氣
風雲也吾之毛髮其草木也吾之汗淚其雨
露也吾之血脉其江河也吾之涕唾其霜雪
也吾之穢其糞土也吾之男女其陰陽也吾
之形其棟宇也吾之九竅其九曜也吾之四

肢其四方也吾之毛孔其四象也吾之五行
其五星也吾之津液其泉水也吾之四象其
四時也吾之八卦其八節也地有八節吾之興寐
其晝夜也吾之蟣蠶其饒嘔也吾之老稚其
變暑也吾之否泰其日月盈虧也吾之生死
其天地之運覆也夫能測天地之機吾可以
等其久矣純陽子曰既聞要道於是發玄鍵
而知八漏之禁之目之淚走者肝漏也鼻之
涕走者肺漏也口之唾走者腎漏也外腎之

汗者心漏也夜而盜汗者小腸漏也寢而有涎者腦漏也夢與鬼淫者神漏也淫欲者乃身漏也夫八者能固而不漏便入于金鼎玉池聚之以爲鉛汞者其可度或

虛白問篇

驪山之姥始釋陰符載西發明山澤

純粹子

楊谷字虛白
號純粹子

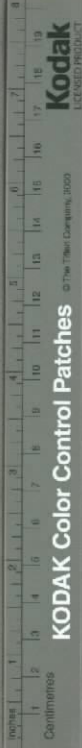
見奇士于蜀都方瞳湛

然月角有光純粹子異之從而問道焉奇士曰唯純粹子因曰陰符不云乎上有神仙抱

一之道中有富國安民之法下有強兵戰勝之方何謂也奇士曰抱一者鍊神也老子曰道生一一生二二生三三生萬物一者水也天生神水妙化之基易所謂天一者也真一子曰此真鉛之精天地之根陰陽之祖也萬類賴之生成焉千靈乘之舒慘焉夫能抱一守中則神氣不散名真人矣昔者黃帝得天皇真一之經而不達其旨乃見皇人于峩眉之山而問焉皇人曰真一者在北極太淵之

中其前有明堂其下有絳宮於是華蓋金樓
左杓右魁龍虎分衛焉不奪不與一安其所
不遲不疾一入其室能暇能豫一乃不去守
一居真乃得通神卽欽約食一乃留息故知
一者非難也守之而勿失者爲難也純粹子
曰世之學者以道爲強名者也號之虛無以
爲自然無爲更不修鍊斯何如耶竒士曰斯
言過矣不知天地要用之機陰陽變化之道
夫無爲者非不修鍊者也不因修鍊其何以

離于生死乎所謂無爲者無所不爲也身外
之物謂之有爲可也悟道修真非有爲也夫
道者性之本也性者心之源也心性同體應
化無邊是乃所謂自然者也知乎此而能虛
心實腹抱一而遷則可以仙矣純粹子曰富
國安民者奈何竒士曰鍊氣之法也老子內
丹經曰一身之設一國之象也聖人以身爲
國以心爲君以精氣爲民民安則國斯泰矣
民散則國斯虛矣夫能惜精愛氣則所以長





則人衰矣故曰氣能富形神能御氣而形者也其訣在乎天門開地戶閉永永絛絛而勿廢其吸也至于根其呼也徹于蒂如雞抱卵如魚生水聖胎成而斯蛻矣純粹子曰強兵戰勝柰何奇士曰金液鍊形者也積魂以消陰魄陽兵以禦陰寇蓋用五行相尅八卦相盪歸根復命而咸丹者也黃帝曰還丹百數其要在乎神水華池易真子曰還丹者反覆陰陽之氣者也聖人設其法象誘太陽之

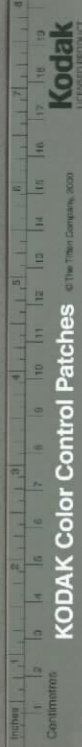
生者也夫人之形稟父母精血而爲元氣所化者也中黃真人曰骨肉者以精血爲根焉靈識者以元氣爲本焉性者命之本也神者氣之子也氣者神之母也子母者不可斯須而離也如是則氣乃湛然住于丹田而感變化矣老子曰絛絛若存用之不勤出息微微入息絛絛深根固蒂此長生久視之道也內觀經曰氣來入身謂之生神去于形謂之死所以通生謂之道於是氣旺則人旺矣氣衰

氣先爲神丹以駐形神然後能成其道焉如
國之有寇須兵以制之既制之矣乃可行皇
王之道焉坎戊者月精也離巳者日光也坎
離者水火也子午者卯酉也龍虎者烏兔也
震兌者房參也魂魄者陰陽也雄雌者父母
也夫婦者男女也鉛汞者金木也甲巳者乙
庚也乙庚者丙辛也丙辛者丁壬也丁壬者
戊癸也金華秋石者嬰兒姤女也黃芽白雪
者丹砂也交黎火棗者玉醴金漿也河車者
黃婆也神水者華池也此殊名而同歸者也
其要不出乎陰陽而已太一志曰聖人括易
象以鍊鉛馬固身保神非外物也曹真人曰
以元氣補元氣豈必丹砂石哉陶真人曰綴
花不可以結實肉不可以成胎立乾坤運
水火合三才應天符然後可以爲丹矣劉真
人曰乾坤者鼎也天地之道也坎離者藥也
南北之位也龍虎者東西也真一子曰自復
也乾也姤也坤也十有二辰之中觀其氣候



分震巽之門子而往午而來陰符陽火合于
天符三百有六十度此晦朔陰陽刑德交會
天地變化萬物生成之數也依乎刻漏而運
行焉奪取氣候入于神室之中可使真鉛天
地之母受此運用而產精神者也龍虎經曰
道猶馭也銜轡準繩隨軌轍之處中以制乎
外者也蓋有偃月之鼎其要在乎三巳庚生
以開兌之戶巽金胚出而白銀來矣九六者
春夏也其地三五焉七八者醴冬也其復來

往焉是知大丹者元氣之所造化故曰華池
神水玉汞金鉛乾坤運用日月烹煎屯蒙發
火進退精研抽添沐浴九轉一年坎離貫通
功行三千持之勿怠化形爲仙純粹子於是
始明三清之要復問曰止行鍊神可乎奇士
曰斯神仙矣爲其形沉而神超也純粹子曰
止行鍊氣可乎奇士曰斯胎仙矣爲其神氣
交感結胎育嬰如蟬蛻也純粹子曰止行鍊
形可乎奇士曰斯住世矣爲其返老而爲少



Kodak

© The Yellow Corporation, 2000

KODAK Color Control Patches

Centimeters

也純陽子曰三法俱行則何如奇士曰斯升
天官矣純粹子曰三法之外亦有道乎奇士
曰然是有存神入定尸解活脫投胎移形躡
斗步罡五符三氣五牙六字抱月採日服氣
絕粒吐納屈伸導引存想其條千數皆旁門
之淺方初學之漸階不足進也純粹子遂從
授鍊神鍊氣鍊形之訣焉

真誥篇

列仙之靈吐辭爲經撮其玄機可以順

生

杜廣平

杜契字也
後漢末人

授玄白之道于介先生嘗

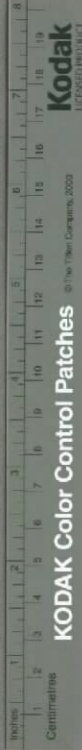
旦旦坐卧任意存于泥丸其中有異氣焉次
存于心其中有白氣焉臍之中有黃氣焉其
初存也氣出如豆既而其大衝天然是三氣
如雲纏咽繞身而覆身之上變而爲火在
咽之內復合景以鍊一身一身之內五藏照
徹如是旦而行之至日中而止然是服氣百
有二十過所謂知白守黑可以不死者也太



素丹經景曰一面之上嘗得左右手摩拭之
使熱高下隨形皆使極而馬可使皴斑下生
而光澤如少女矣所謂山川通氣者也精景
按摩經曰卧起當平氣正坐先以左右手乃
度以掩其頸後因仰面視上而舉其頸使頸
與左右手爭爲之三四止使人精和血通風
氣不入已復屈動其身體伸手四極反張側
掣宣搖百關爲之各三馬卧起以悅或厚拭
頸中及耳之後使周巾俱熱溫溫然也順髮

摩頸若理柳之無數焉良久摩左右手以治
面目已乃咽液二十過以導內液常行之則
其目明其體不垢邪氣不干矣於生氣之時
咽液二七過按體之所痛向其王方而祝曰
左玄右玄三神合真左黃右黃六華相當風
氣惡疫伏匿四方玉液流澤上下宣通內遣
水火外辟不祥長生飛仙身常體強祝已復
咽液二七過按所痛者二十有一過嘗行之
則無疾矣耳目者尋真之梯級總靈之門戶

也嘗以手按其眉後之穴三九過以手心反
指摩其目權上以手旋其耳行三十過其摩
惟數數然無時也既已則以手逆乘額上三
九過從眉中而復上行入髮際其咽液燕數
焉常行之目清明矣眉之後有小穴是爲上
元六合之府也其生化生日之輝焉目之下
權之上是決明之津也以手旋其耳者採明
聵之道也夫人之老鮮不始千耳日者也以
手乘其額之上而內存赤子則日月雙明上
元喜矣然是三九之數是爲手朝三元固腦
堅髮者也首之四面以左右手乘之順髮就
結惟令多焉然是首血流散風濕不凝矣既
已則以手按其目二九過是爲檢目神者也
司命東卿曰清齋辟穀則晝存日夜存月在
于口中使其大如環其日赤色有紫光九芒
焉其月黃色有白光十芒焉然是咽其光芒
之液常密行之無數焉或使日月居于面左
日右月於是二景與其瞳合氣相通是爲攝



Kodak
LICENSED PRODUCT

KODAK Color Control Patches

Centimeters



Kodak
LICENSED PRODUCT

KODAK Color Control Patches

Centimeters

金華子下

通生精理和魂神之道也太虛真人曰月之
五日子之時内存日象從口而入在于心之
中使照一心之內與日合光覺其心暖焉即
咽液九過至于十有五廿二十有五廿二十
有九日復爲之則耳目聰察百關鮮微面有
玉光體有金澤十有五年太上遣仙車至矣
大智慧經曰内存心中有日大如錢焉赤色
而有九芒從心而出候至齒回還胃中如
是良久自見其心胃已乃吐氣咽漱三十九

過一日三行之行之一年疾除五年身有光
彩十八年可以得道日行無影矣夜服月華
如服日焉惟從腦中而下其入于喉芒亦不
出于齒而還入于胃張微子曰平旦先閉目
內視如見五藏因口呼出氣二十四過使目
見五色之氣相纏于面因入于口納此五色
之氣五十過咽液六十過扣齒七通咽液七
過乃開目久行之嘗乘雲霧而行此服霧之
方也九華真妃曰日者霄之實霞者日之精

唯聞服日之法未見餐霞之經餐霞之經甚
秘焉致霞之道甚易焉日者身之鏡也耳者
體之牖也視多則鏡昏聽衆則牖閉矣吾有
磨鏡決牖之術焉面者神之庭也髮者腦之
華也心悲則面焦矣腦減則髮素矣精元內
喪則丹津損竭矣吾有童面還白之去焉精
者體之神也明者身之寶也勞多則精散矣
營鏡則明消矣吾有益精延明之經焉守真
篤者一年則首不白禿髮更生矣內有家

業子孫之羈外有王事朋友之交耳目廣聞
聲氣雜役則道不專行事燕益矣真才多隱
乎林嶺之中遠世而抱淡則嬰顏而玄鬢矣
於是吾將致乎玉醴金漿交黎火棗騰飛之
藥若體未真正邪念盈懷則不能致矣火棗
交黎者非外物也其生于心其中有荆棘則
黎棗不見矣青童大君曰欲殖滅度根當援
生死哉沉吟墮九泉但坐惜形骸西城真人
曰神爲度形舟薄岸當別去徘徊生死輪但



KODAK Color Control Patches

Centimeters

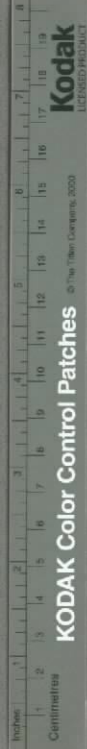
© 1997 Eastman Kodak Company

Kodak
LICENSED PRODUCT

苦心猶豫夫學道者可不自力乎哉夫人之
死也其形如生者尸解也足不青皮不皺目
光不毀髮不脫而堅形骨者尸解也尸解之
仙方得御華蓋乘飛龍登大極游九宮而已
得道之士暫游太陰者太一守其尸三魂營
其骨七魄衛其肉胎靈保其氣矣爲道者當
令三關常調焉口者心之關也足者地之關
也手者人之關也三關調則五藏安矣姜伯
真遇仙仙使乎倚日中其影偏焉仙曰子篤
志學仙而心不正何也吾誨汝日出三丈措
手二肩之上以日當其心心驥則心正矣從
之遂得道焉以夜半去枕平卧握固放其體
若氣調而微者身神具者也學道有九患焉
有志無時一也有時無交二也有交無志三
也有志不遇師四也遇師不覺五也覺而不
勤六也勤不守道七也志不固八也固而不
久九也喜怒損其志者也哀樂損其性者也
榮華感其德者也陰陽竭其精者也道之忌

也爲道者口嘗吐死氣而取生氣焉慎笑御
言而思其形焉式規之法能使目明何也吾
以甲子旬取東流清水合真丹以洗其目斯
則明矣太上曰人命在幾日間或曰數日間
或曰終食間太上曰未也或曰在呼吸間太
上曰善哉可謂知道矣紫微夫人曰爲道者
譬如火入冥室其冥即滅而明獨存矣財色
者其如刀刃之蜜欺孺子知甘於口而不知
有截舌之患焉南極老人曰愛而生憂憂生

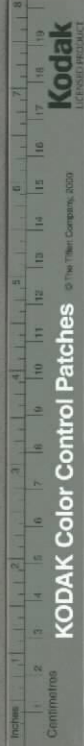
則有畏故無愛則無憂矣無憂則無畏矣本
上真人曰彈琴絃緩如之何或曰不鳴不悲
曰絃急如之何曰聲絕而傷悲曰緩急得中
如之何曰衆音和合八音妙奏矣太上真人
曰學道執心其如琴乎學道之人如思朝食
未有不得者也惜氣如惜面目未有不全者
也下士競於求名其如香以自燔燔則氣滅
從欲衆聞之不亦惑歟大素經曰左右手嘗
摩拭其面使熱焉則皺斑不生而光澤矣摩



合至法子一

左右掌至極熱以拭其目順手以摩其髮如
櫛焉左右肘更相以手摩之則髮不白脉不
浮矣消竈經曰若體中不寧當反舌塞喉嗽
津咽液而無數斯體中自寧矣耳數按抑則
聰徹矣其名曰營治城郭名書皇籍者也鼻
數按其左右則氣平矣其名曰灌漑中嶽名
書帝籙者也目欲瞑而坐內視以見其五藏
則腸胃斯明徹矣吾櫛髮則向王地而祝曰
泥丸玄華保精常存左爲隱月右爲日根六

合清鍊百神受恩既已咽液者三則白不白
而日生矣正一經曰閉氣定靜可使百鬼畏
憚功曹使者龍虎若至矣夢之惡者何也一
則魂妖二則心試三則尸賊也既寤以左手
捻人中者十有四扣齒者十有四則反齒生
吉矣善夢則摩其目十有四叩其齒十有四
焉寢之牀欲高高則地氣不及鬼氣不干矣
夫鬼氣侵人者常依地而爲祟焉夜行叩齒
鬼斯畏矣不敢近也甲寅庚申是鬼競亂精



Kodak
LICENSED PRODUCT

KODAK Color Control Patches

© The Color Company, 2003

今至宋子三

神躁穢之日黃牛道士曰夕寢扃扃在額之上月在臍之上則萬邪遠矣中山劉偉道學仙十有二年仙師試之以十萬斤之石懸以一髮使偉道寢其下偉道心安體胖仙師曰可教也餌之神丹白日升天焉昔者有人好道不知其方夙夜向柏木拜之求長生焉逾二十有八年於是木生紫華其甘如飴食之而仙或有拜太華者致西嶽丈人授以道或有拜河水者十年致河伯授以水行不溺之

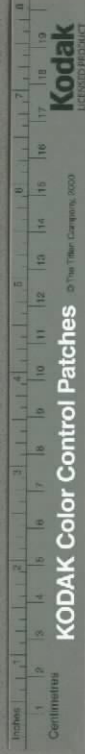
方此無他焉精誠之至也王仲甫吸引二景餐霞四十有餘年而無戚焉其子服之一有八年而仙去南嶽真人謂仲甫曰爾腦宮虧減筋液不注安得有戚哉仲甫治其疾而後修其真亦仙去故學道者必先養其身而後可與議矣

黃庭篇

內景之學蓋有二家權其至當其愚無邪

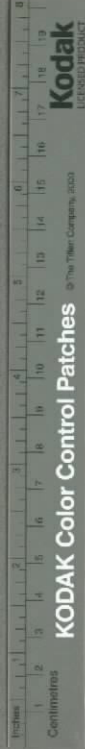
人之絳宮者上清也其名曰紫霞蓋身之中
五行混然而聚至靈之氣者也三魂者一曰
胎光其居上丹田二曰爽靈其居中丹田三
曰幽精其居下丹田下丹田者下關元也其
名曰命關曰金關曰玄關曰死生關二腎者
其左少陽其右太陰上通于諸脉及于經絡
此密戶也二腎所生如日月之氣常隨呼吸
而出入焉內灌于生門上入于泥丸上下通
流如日月之運行人之動靜呼吸心宜常存

之者也元氣者出于下丹田流注于身凡晝
之午則陽極而陰生故會合于泥丸陰陽相
推循環無窮晝夜之間猶列宿分布焉夫能
服氣固精得其節符則靈氣凝變如紫煙白
雲充于三田其升爲雲其降爲雨以之溉灌
五藏而植根者也上納津液下勿泄其氣氣
液充滿如深井之出涌泉自然洞流無窮通
于鼻門而入于口滋于其身如是則黃鉛紫
汞生矣依時採而鍊之入于丹田貫諸百節



自然出閤室而照真陽之門故曰回紫抱黃
入丹田者此之謂也口者玉池也其中靈液
皆由脾胃消化水穀承變而生焉其源自乎
肘後之關衝之至于轆轤之關其分四脉下
之二脉從頂之後入頂之下透舌之二竅及
下齒也出焉上之二脉入于泥丸穿于上
腭之二竅及上齒出焉一氣不調則水穀不
化脾胃之氣緩而至池乾枯焉經曰晝夜不
寐乃成真不寐者非不寢也去陰昏之氣而

已九皇丹經曰晝咽靈液夜伏真氣久則氣
輪自運於三宮如波濤之聲所以心合于氣
氣合于神融而且和泯泯澄湛不逐于物入
于不動之境焉存黃庭者何也閉八門鎖金
關澄湛靈臺掃除陰室使二氣交會於蟾宮
所以制鍊瓊丹填補血腦者也耳也鼻也口
也心也命關也耳鼻不可妄啓發焉當收視
反聽絕諸外照其名曰七絪玉籥閉二扉此
之謂也夫修大還者必先為三要焉三要者

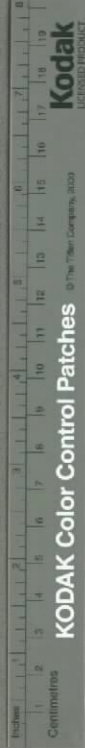


耳也目也口也而後閉金關焉如是則太一
玄泉消于幽關上貫于崑崙矣九微上仙常
帶虎符者水中之金也脾者橫津也脾長一
尺橫津長三寸有六分在心之下謂之黃庭
之府焉心與脾者父子也是爲火生于土靈
臺之所居也鼻者中嶽也竅之左其氣之出
則陽也竅之右其氣之出則陰也晝夜陰陽
不定焉觀其運行始會于丹田次流于寸口
朝于鼻中貫于五內歸于命門扁鵲曰一呼
也其脉行乎三寸焉一吸也其脉行乎三寸
焉呼吸定息其脉之行是爲六寸晝夜一萬
三千五百息則脉行乎五十度而周于身矣
其運行之道蓋如環之無端焉榮者陽也衛
者陰也榮減一息則生寒矣衛加一息則生
熱矣神能御氣則鼻不失息如嬰兒之在胎
者也故胎息者上至于氣關下至于氣海非
若口鼻之勞也真人之息以踵何也氣伏于
下元則其息長而遠矣出于三焦之上則其



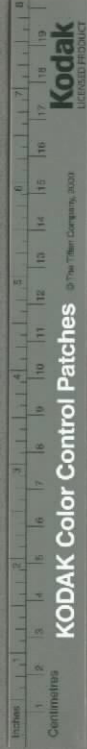
息短而促矣。葛真人曰：靈龜後鵠千歲不食者，善息故也。舌之下有三穴，焉左曰金津，右曰玉液。中曰玄膺，皆涌生甘泉，以灌于氣海。氣海者，命門也。此生死之岸也。曰神曰氣曰精，身之三寶也。保之之要有三焉：始以導引百骸，通流血脉，以安其四體；中以勤修百行，抱制魂魄，以全萬神；終以淘鍊本元，飛行日月，以復其真精真精者，得一可以仙矣。治身之要在乎存想，於是又有妄想真想焉。夫閉

目作觀，或引五色之氣，或化日月之光，或爲龍虎之形，或作嬰兒之象，或思赤珠或現金丹，此妄想也。閉目內視而使神識氣氣識神，於是氣爲神胎，形爲氣主，神氣相合而自然此真想也。日月既是可以出入其殼矣，肺主乎氣者也是爲華蓋焉，其下通于命關，其上貫乎神廬，氣或不通則鼻塞矣，於是存其白元靜調六氣，呼吸也可以革壅滯矣。白元者何也？肺之真氣也能治身者莫先乎行氣。



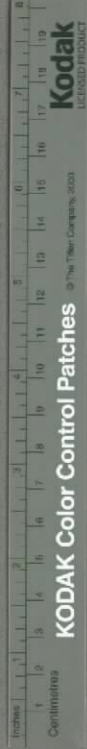
矣肝者藏魂也忍怒可以制陰抑喜可以養陽者也一陽起于子而至于巳則六陽極矣常人之真氣遇極則飛散焉達生之士觀其極則內生一陰陰極于亥亥六陰也則內生一陽陰陽相推生生無已故得神全精復與天地相久者也此何道乎用七日來復之候以攝魂還魄鍊丹結胎者也腎堂者玄關也心腎合爲一脉其白如綫其連如環其中廣一寸有二分包一身之精粹是爲九天真一靈和

氣活則血榮血榮則精實精實則神靈而四海內豐矣四海者何也氣血精髓也其要在乎戒五傷焉多乎鹹則心傷矣多乎苦則肺傷矣多乎酸則脾傷矣多乎辛則傷肝矣多乎甘則腎傷矣不特此而已久于視則血傷矣久于卧則氣傷矣久于立則骨傷矣久于坐則肉傷矣久于行則筋傷矣知此者血氣調理上可以窮七返下可以究九還鍊真元伏金液然是血成乳氣成雲骨成金髓凝霜



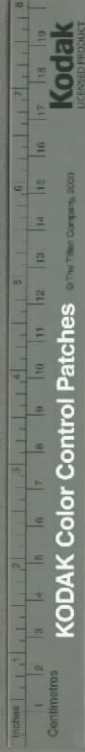
之妙氣至精活命之深根者也若夫五藏六府百關百脉金津玉液日月之光華皆在乎腎焉常能存固則二部之海水應刻定候其潮自生至于生門矣生門者何也幽關之戶也水之運也及冬至則王氣極氣極則凝為霜結為水夫能實其腎則凝為白金得乎離火則為還丹矣夫火極則炎上水極則流下故陰極則無陽陽極則無陰水火之極莫能力制悟此者斯審陰陽消長之理肇洪濛開

造化提日月升崑崙以成逆會七返者也始升腦則成雲次貫骨則成髓髓滿則骨堅骨堅則生肉肉實則筋舒筋固則添血血盛則益氣氣冲則益毛髮矣脾者金臺也元氣之大根也能消穀分氣者也其脉下貫于命門在臍之下一寸有三分名曰玉環是為下丹田夫命門者何也性命之門非獨右腎而已也常溫養脾火使土氣充盈則體強而本固矣脾實氣盈則其臉如丹蓋脾者其長一尺



掩於太倉若其壯實則五藏亨通虛則四流
墮矣昔乖崖子張忠定公諡也見希夷先生當暑而
附火綿冠厚衲曰吾守一泓之氣不能與造
化爭焉膽者六府之精也主諸氣力外應乎
目瞳鼻柱者也鍊三元之氣既久則五藏之
靈光夜燭矣三魂寧者夢寐滅矣三田各有
室焉其室一寸有二分陽馳陰走聖人狀之
爲龍虎謂其難制伏者也曰鼻曰目曰心此
身前之三關也曰尾閭曰肘後曰轆轤此身

後之三關也曰口曰手曰足此身外之三關
也呼吸進退闕一不可焉知三曰者存鍊北
方之正氣採之有時還之有數自然變化九
玄金液之大丹者也地戶者口中也帝鄉者
額心也鼻之氣出清入玄者也夫存想發火
運載河車不離乎呼吸而已於此鍊其津液
而入于玄宮腎之鉛汞飛出于上道於是上
下關鍵而不泄聖胎斯成矣舌之吐縮漱津
咽液當如江河之注五內源源不絕者可也



KODAK Color Control Patches

© 1997 The Company, 2003

Kodak
LICENSED PRODUCT

合至洪下下下

養三田淨六府固精室開邪關於是結五內之精華育大化之元胞使氣住于神宮丹回于腦可以變朽為榮矣三田修鍊之功至則留精止胎自然三氣右旋於腦戶六陽左達於乾宮上下順流百關俱爽則九竅洞達矣北方正一之氣其主洞房金室坎離之二氣也坎離交則日月精華自然合一而會于三田矣金室下元者腎宮也其名曰壽海尾閭不禁則滄海竭矣故曰長生至謹房中急其

此之謂歟內視三房九室使內外洞徹乃將漱五牙之玉液而咽之

五牙五藏也

於是閉命關

下金銀制精氣欲急伏鉛汞之將飛鉛者水中之金也盈則魄動矣汞者火中之銀也滿則魂搖矣大腸者玉堂之府也小腸者元陽之府也左膀者太和之府也右肱者太素之府也胃者中黃之府也膽者太清之府也修之治之勿令故焉斯可也善治生者先治其心將躁則安之將邪則止之將求則以捨而



KODAK Color Control Patches

© Eastman Company, 2003

Kodak
LICENSED PRODUCT

抑之將濁則以清而澄之行止於是造次於是久之則物冥乎外神鑒于中不求靜而愈靜不求泰而彌泰於是動寂俱忘天真自適焉五行者散而爲五混而爲一者也一者一氣也

一者道之始藥之祖也故天以一陽降而生

復六降而生乾陽極矣則一陰降而生姤六

降而生神十一月至四月其卦使臨泰人壯夫乾也五月至十月其卦使遁否

觀剝聖人收採天地之真氣分爲三體一曰

鉛二曰汞各八兩合乎三百八十四銖四銖

爲一兩三百八十以應于卦爻者也仰觀天

道俯推漏刻以均分其火候奪取一千八十

之火功以脫凡胎斯蓋起于一終于一金丹

之火候也從玄根而論之則混元一判三才

具焉四時還焉從內景而論之則洪濛一判

三宮具焉萬象生焉四氣運焉此天地人皆

生于一者歟其妙在乎合三五之氣用九九

之節符三五者何也水火土也於是開幽門

研八遯分三明其父泥丸其母雌一以收三



KODAK Color Control Patches

© The Yellow Corporation, 2003

Kodak

LICENSED PRODUCT

金至才丹

光歸于子室精神不失矣八選者何謂也戴九履一左三右七二四爲肩六八爲足者是也三明者何謂也二腎之宮其左爲日其右爲月而斗所居者是也吾身有日月馬使之高奔上徹于泥丸中行于五內上下三宮循環無窮則百骸固而精髓實矣此黃庭之道也玄一者何也鍊陰魄養陽魂結玄珠而固精海者也世人以陰鍊陽其自壯而至老者乎達士以陽鍊陰其自老而復壯者乎漱鍊

者先閉諸洞後轉赤龍上假玉池之津液以灌養增添焉使上下相通是爲胎津胞液之大藥者也胎津者何也北方之中吾能深固固鍵則三田九竅清淨而無漏其一津一氣結矣經曰飛昇上天駕玉輪晝夜七日思勿眠何也六陰六陽七復之數內鍊金丹之火候者也勿眠者嘗澄湛其真思不可昏昧靈臺者也百穀者土地之精也止能養形而已語曰子欲不死腸中無滓子欲長生腸中常

清故宜食太和之精氣焉夫欲實其腹先虛其心心主靜者也氣主動者也故通乎道者翱翔海宇之外而心常寧焉休息毫釐之間而氣常運焉靜然後能契至虛虛極則瑩瑩極則明明極則徹徹則天地之大莫能逃乎方寸矣心者神之宅也目者神之窓也心運則目開心任則目閉故晝耀景暮閉藏則通利華精而陰陽調矣榮衛二氣注行乎六合隱乎卯酉藏乎二腎腎之左玉房也太和真人居焉腎之右金室也太玄玉女居焉北斗者內有四輔外有三杓常混合於氣海氣海者初九潛龍建子之位也經曰知雄守雌可燕老何謂也雄者火龍也善食紫金黃芽其性好動而不息焉雌者水虎也善食紅銀白雪其性好馳而無定焉通乎道者使龍虎潛交餌之以紫金黃芽養之以紅銀白雪故得雄依雌戀虎伏龍潛自然風雨順序天地之功成矣心精專則內不傾上合三焦而下五





聚取津于玄膺入于明堂溉于其喉神明通
矣斯乃下有還丹則必上烹元液使陰盡而
陽生火抽而水添循環而不止何以取津乎
攪漱舌之下則波濤自滿嚥之則注于丹海
矣大功欲成者其邪關外竅命關中開乎肺
者主乎榮衛二氣其在子腎是爲金水相生
父子之道也行三十六咽於玉池則百脉通
而血液滋矣此七返者也何謂也騰腦則咸
雲降口則咸水傳肺則咸唾傳心則咸血傳

肝則咸精傳脾則咸液傳腎則咸二脉而爲
陰精陽粹者也金津玉液者陰陽之所生也
夫能上經七返傳入于二腎下變九還傳至
于腦上下往來而不息於是爲瓊膏玉霜若
歟大功漸著則元氣充實八素之液流通其
腎受精貫于五内更九九之真火氣滿候足
則金丹成矣

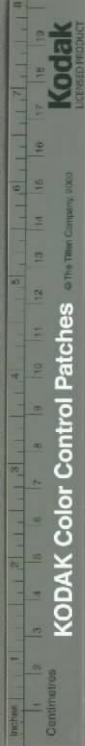
太極篇

身有橫津太極之根葆其中黃形可長

存

東陽子曰人受中氣以生與天地同於稟者也易曰易有太極是生兩儀太極者大中之謂也春秋傳曰人受天地之中以生所謂命也人之就胎其腎先受形焉次之以生五藏故腎爲命門者也其左爲少陽爲天爲日其右爲太陰爲地爲月是一身之太極判而始生者也天地所以能長且久者以太極常若也人之所以長生久視者以中氣不失也

故古先至人言養生者以身之中謂之黃庭焉黃者中之色也庭者中之所生也正當二腎之間者也其上至于魂庭魂庭者脾也其下至于關元關元者氣海也上下在臍各三寸前對生門後直密戶生門者臍也密戶者精室也其中氣液流通上極于泥丸下至于衡端三元九宮八真二十四景悉以黃庭爲之主焉人之有黃庭即天地之有太極老氏之謂谷神也谷神者何謂歟谷言其虛而受





谷至游于下

神之所藏也玄牝者二腎也其左爲玄玄者天之色也其右爲牝牝者地之類也天地呼吸之氣出入於此故曰天地之根綿綿若存用之不勤此所謂胎息者也審能修之常存而勿失雖與天地並焉可也然修之豈易也耶其必有道焉要之運用不過乎心保藏不過乎腎涵養和會不過乎脾致一守靜真積力久則必有得矣故修之道以秘蓄真氣爲本洿泄者其大忌也經曰閉絕命門保至

都百年方酢壽有餘可不戒哉吾觀之下三寸是爲橫津化爲精水流溢于外焉閉之唯在乎重密重密則精氣固矣此吾之真氣者得不競競謹謹以保持也哉

火候篇

經

內丹之基資火乃成周天之度勿失常至游子曰閉氣二十有四其數足矣出則復閉用赤龍右攪之者七左攪之者九漱者十



合至游子下聖

有六彖齒者二於是分三咽焉先右次左次
中此陰爻者也閉氣三十有六其數足矣出
而復閉用赤龍左攪之者七右攪之者九漱
者三十有三彖齒者三於是三咽焉先左次
右次中此陽爻者也凡閉氣一百九十二以
火二八兩燬之所謂火候者也

水火篇

火本司天水本司地一升一降用乃既
濟

至游子曰人身有三昧之火焉一曰君火是
爲上昧其心是也二曰臣火是爲中昧其腎
是也三曰民火是爲下昧其膀胱是也今之
所行者有曰長生之火有曰周天之火是火
者不知欽散之法則炎上而爲孽矣古詩不
云乎本因敲石光遂致烘天熱其是之謂歟
大抵火不可以無也大能去三尸斯不死矣
小能去九蟲斯不病矣要知以歸宿而後可
也夫孰知水之功哉水之在人爲汗爲涕

爲血爲洩爲矢爲涎爲沫此數者皆水之在人而外驚者也其托內也腦爲髓海心爲血海丹田爲氣海脾胃爲水穀之海百骸則百川也四海流通則百川灌盈矣莊子曰水之性不雜則清不動則平鬱閉而不流亦莫能清矣故曰戶樞不蠹流水不腐亦其理歟劉高尚所以作活法也蘇子瞻居乎白鶴之峯感乳泉而賦之其理深矣惜乎能言之而不能行也學者終是當明水火既濟之法夫火

在火爲性者也水托腎爲命者也二者實相須以濟焉腎之水非心之火養之則不能上升矣心之火非腎之水藏之則不能下降矣夫能長養成就上際下蟠旁通曲引于三元九宮五藏百節斯可以保固而長存者也是以崔子曰定中如得水火透便是長生不死人

坎離篇

厥陰生坎厥陽生離深明其用久視之



墓

至游子曰天地相去八萬四千里在人一身其心則天也其腎則地也相去八寸四分合乎天地之數者也故天氣下降則心氣下至于腎腎爲坎者也地氣上升則腎氣上至於心心爲離者也天地交泰萬物生焉坎離既濟黃芽出焉以類推之離爲陽則坎爲陰也離爲日則坎爲月也離爲火則坎爲水也離爲性則坎爲命也離爲龍則坎爲虎也離爲

奇則坎爲偶也離爲鉛則坎爲汞也離爲液則坎爲氣也昔海蟾子以謂五行四象者即坎離之訣也吾觀日魂月魄晝夜相隨而不停性命關連人而不知若能明天地升降之運知日月交合之宜氣中生液液中生氣陰中有陽陽中有陰則坎離成矣惟茲要訣人罕知焉馬自然所閱方外士其數千百矣其說不過咽津行氣存想胎息周天火候而已行年六十有四遇海蟾子於是灑然而悟乎

日所聞皆非也然則其要何哉有二八兩之藥傳送于鑪鼎使龍虎交加千萬遍而不止則大丹於是就矣呂公詩云有人問我長生法遙指天邊日月輪真知言哉

甲庚論

東西定位金木既彰于寅于申鍊之有方

至游子曰論子午者多矣子者北坎太陽之水也吾觀乎天文上屬玄枵之躔當女虛危之舍下應乎齊之野在於人其配腎焉推於卦氣爲復之卦一陽始生之時也午者南離陽明之火也吾觀乎天文上屬鶉火之躔當柳星張之舍下應乎周之野在於人其配心焉推之卦氣爲遯之卦一陰始生之時也子雖爲陰一陽生於其中謂之陰中有陽焉午雖爲陽一陰生於其中謂之陽中有陰焉此學者所共知也夫學者以一陽之初動元氣上升皆知握固盤膝升身進火運金精於髓

然龍虎未有不能生之而能交之者也故行
子午之功必在乎生龍虎其妙本乎鍊甲庚
者也試歷論之鍊甲庚者何也或以謂甲寄
在寅寅者火之所生而王於午本東南之氣
也是爲液血變化之方陽龍生咸之地故鍊
甲必於寅之時焉庚寄在申申者水之所生
而王於子本西北之氣也是爲精血變化之
方陰虎生咸之地故鍊庚必於申之時焉是
爲龍虎所生之方而不知所以生龍虎之妙

海滿神水於高源鼻氣綿綿內安神識至丑
而止俟元氣傳至於亭午之時而合於心火
此水火之交感者也以一陰之初動液血迎
合皆知盤足疊手安定心神鼻氣綿綿滿口
含津勿吐勿咽運心之火上合於王液交心
腎之氣咸既濟之功至未而止俟心血傳至
於亥子之時而合於腎水此水火之還元者
也默然旋斡其功自謂能行子午而交龍虎
矣夫行子午之功者蓋欲交龍虎而還大丹



玉液傳至然午地感心之火而化血謂之陽
龍也行午之功至未而止者未申西南之卦
也並處于坤宮其氣均平傳送焉迄未之時
真藥將聚然金鼎則鼻之息多入少出固真
火然脾之土真火既傳養然脾之土則庚之
金復受脾之土而傳養矣庚有所養則肺之
金生肺之金生則傳之然腎至此則腎水王
焉故心之血傳至然子地感陰氣而化精謂
之陰虎也是以太白真人歌曰五行顛倒術

矣夫火生然寅而王然午其後受胎養然丑
者也水生然申而王然子其受胎養然丑者
也凡物未有不先受胎養而有生有王也前
人行子之功至丑而止者丑寅東北之卦也
並處然艮宮其氣均平傳送焉近蓋丑之初
時神水漸降然華池當以舌攬于上腭行咽
飲然重樓玉液既通躋然重樓則甲之木受
玉液而傳養矣甲有所養則肝之木生肝之
木生則傳之然心至此則心之火王焉是以

龍從火裏出陰陽不順行虎向水中生呂公
曰陽龍還向離宮出陰虎仍從坎位生太上
內日月經曰元氣入心化爲血焉血者精之
源神之母流陰入于腎宮則化爲精信乎鍊
甲庚生龍虎之妙誠本乎丑未也然神水降
於華池謂之玉液行咽飲於丑之時者何以
證之靈寶道要曰東望扶桑未曉升身漸過
重樓驂馬數游宇宙少男止至楊州艮少男
也楊州者丑之地也吾觀乎天文丑者上屬

合至庚子丑未

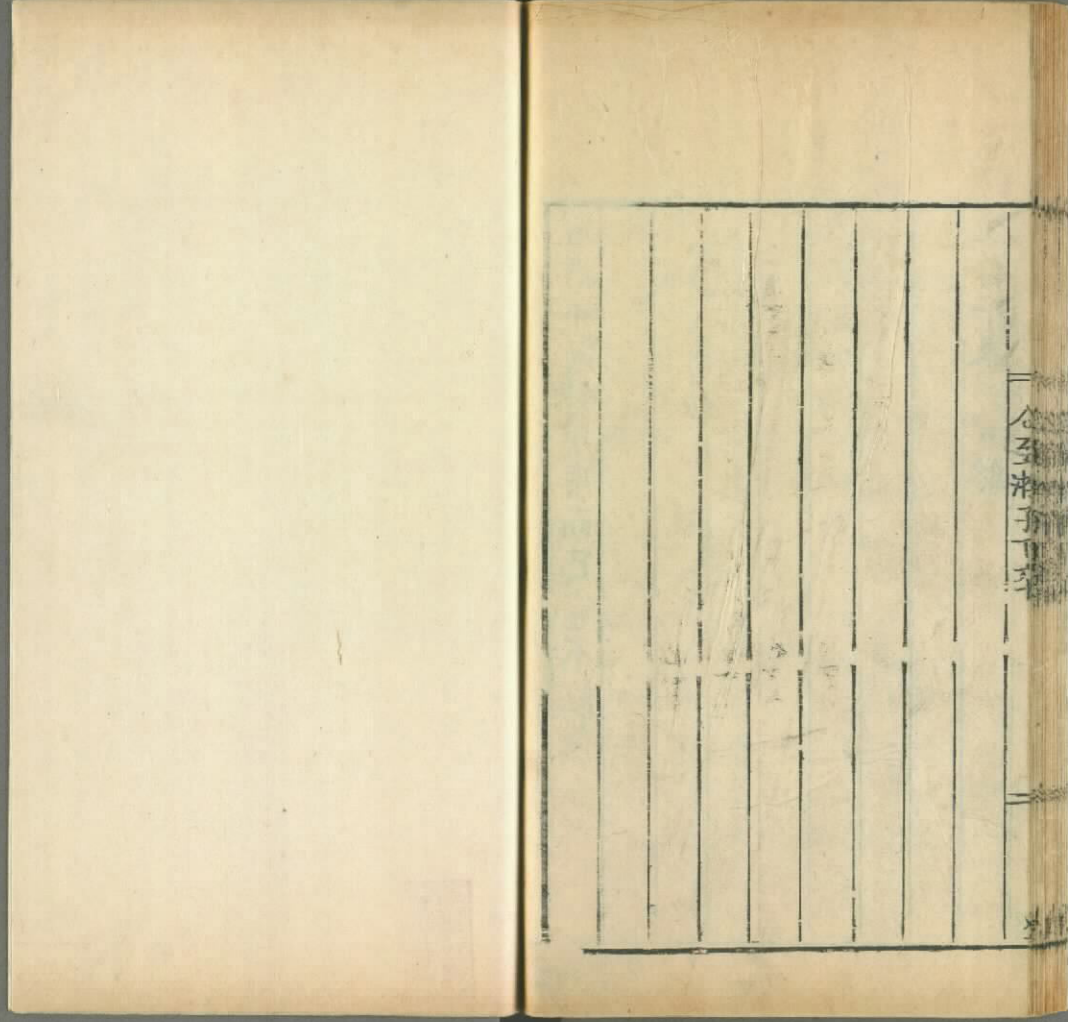
星

乎星紀之躔當斗牛女之金下應楊州之地
者也張平叔詩曰金鼎未出朱裏汞玉池先
下水中銀則行咽飲於丑之時也明矣然液
血聚於金鼎謂之真藥行炎火於未之時者
何以證之靈寶道要曰採藥須憑玉兔威親
必在黃婆俟至雍州相見平送一曲陽歌又
曰西南火入雍州何也玉兔金精也黃婆脾
土也其坤西南之位也雍州者未之地也吾
觀乎天文未者上屬鶉首之躔當井鬼柳之



舍下應雍州之地也張平叔詩曰要知產藥
川源處只在西南是本鄉此行養火然未之
時也明矣夫生龍虎之地在乎鍊甲庚以成
之而收功於子午焉行子午之功而昧此機
要則惡能成其變化哉雖然達者行修鍊以
通關節非一日之力而後至也探微妙以換
凡胎其悟必有因乎吾嘗權其至當曰運河
車之正氣游尾間衝夾脊透玉京和二物於
泥丸還大丹於丹竈奪造化之權成長生之
道者不過鍊甲庚而已豈不祕哉

至游子卷之下終



公孫子集



Inches

Centimetres

KODAK Color Control Patches

© 2003 The Color Company, Inc.

Kodak
LICENSED PRODUCT