

6635

還源篇目錄

仙攷

正文

闡微 附註翠虛吟

党参白朮各半 牛膝白芍各半 陈皮白茯苓各半
 甘州各半 生熟地黃各半 加黃芩各半 秋加黃芩各半
 党参白朮各半 茯苓各半 熟地黃各半 生熟地黃各半
 水煎不於內服
 是以精而重之內宜秘藏施人知生人留已以生已以要而
 未の何況空慶桑之損不覺多衰矣而而隆



三弟一見事自
 然可也如於性
 命一元神也性命
 之見高之見
 之見之見之見
 之見之見之見

還源篇

賞

傳一曰一自太古以現

東華通傳嚴茂司

此兩京主事司理極

密審其書于法家

哀其哀其心傳以之

日體道極矣凌替極

矣相幻區區若日

許祖重其著度精

立教外別傳之度可

其子初非起受其一

時法云終身仰證

目錄

祖心先於人傳偏日

田部主事而部方

可將生性性我本

手初為度師今若

乙至華字方若

吟此心細為家說

乙以年上之禮升

恩多松樹為

四而臻無為地一

超直入之能我傳

言言直性功

還源篇仙攷序

仙可攷乎仙不可攷蓋仙跡若雲之卷舒不可執虛而定第
雲無心而仙有文文者跡也又烏不可攷夫木公金母先天
先地其跡邈矣若夫道德傳宗系分南北惟南以文垂世故
紫陽祖肇著悟真至瓊瑄先生而益富美風華閒嘗放觀典
籍沉玩精思求其得瓊瑄心而溯紫陽之道者惟朱元陽悟
真闡幽一冊而已子閔子膺太虛真人之心印箋杏林二祖
之還源無微不闡盡美矣又盡善也惜倪未入室受切
提罔能於字裡言外奪不傳之真而道山已隱為平

不為第之法門所
為妙至事即光
如星何色所系
於星平六初一光
字至而星至心志
之至近行御初二
味之妙此妙如日
光之妙至而星至
才寸中其之驚羅
蕭臺之鏡玉京
井之妙乃至

恨事蓋金丹之術語其精則一貫一字猶增語其細則三千
三百猶簡層層曲曲匪可如帖括之揣摩就試憶師示化神
來告曰以清靜自然為運用夫此七字乃瓊瑄之言而闡微
之大旨嘔心相告師真慈哉今而後奉此金針庶幾無大過
也夫是編吾師三易寒暑而成鉤玄提要句逗犁然不忍秘
之笥中以公於眾天下萬世慧心者於太虛中而拈杏林一
瓣不以跡求則師之願也又聞太虛原編載有杏林傳贊特
摩石像補之爰於金蓋心燈中採傳并吾師所奉太虛像贊
次之不揣僭妄亦登湯師所撰師傳繪像製贊又次之彙為

君之書神之所

酒儒曰書中釋

曰書至道曰祖

曰書至道曰祖

曰書至道曰祖

曰書至道曰祖

曰書至道曰祖

曰書至道曰祖

曰書至道曰祖

曰書至道曰祖

仙攷其正文闡微俱係師放朱元陽闡幽體式未敢稍易但
增此數頁於前俾讀其書者先見其人以慰四海高山之仰
正不徒以讀書攷古之心向青天而說夢亦以紹金峯夜半
之燈也時

道光十八年三月上巳金蓋侍者蔡陽倪盥香拜撰

言曰：既久，此其終
結。其有終法，身
而終神，先於九霄，
上氣，命神所神
然，飛昇，此其主
年，即學，此神以
受化，為師，於人
之神，後神，第，二，日
事，曰，天地，視，人，如，蟻

還源篇仙攷

杏林真人傳

真人姓石諱泰字得之鳳翔府扶風縣杏林驛道人也宋熙
寧中張平叔真人於成都天回寺遇異人授金丹藥物火候
之秘仍戒曰他日有脫子韁厄者當受之後因妄傳獲譴鳳
洲太守怒按以事坐黥竄經邠境天雪與護者飲村肆真人
過之顧衆方懽而平叔未成飲邀同席飲酣問知故真人念
之曰邠守故人也樂善忘勢平叔曰能迂玉趾有因緣可免
此行懇諸護者許之乃相與之邠真人爲之先容獲免平叔

此見性方可所他
 有身而自是無
 亦非光已解結為法
 和謝之靈通形
 多此子大少為之
 後人為強滿惛惛
 執此獨久之太阿劍
 置身於野守之
 曰光返此如莫主

德之曰此恩不報豈人也哉况昔受記遂授以丹法易簡之
 語真人依修證道作還源篇行於世世稱為南宗二祖云龍
 門後學沈一炳敬輯

此大匠輔張內政
 沈君內強惛惛
 休矣

丹道以精氣神火
 意土三才為之
 諸精外云何乃
 此言其一之元神火
 即此也意土即中
 生之也心即神為
 意土為精精
 為基正人

古林真尺
 圖像



杏林真人贊

杏林傑紅鑪雪一點還

源事大奇編成九九傳

丹訣

龍門後學沈一炳拜題

主身不心乃片
形為身如蓋身
中身蛇馬蛇附後
而用後依蛇而生
蛇隨蛇後之體也
後不新創生之世
此蛇之受形要訣
身已中蛇之元神
之所居也蛇書常
於目而視者肝而

還源篇仙攷

太虛主人傳

大師姓沈諱一炳字真揚又字谷音號輕雲子蛻號太虛主
人生而有文在手曰主宰太虛少孤家貧牧羊而讀有某先
生憐而就之講衣敝緼袍一章聞而喜曰志士當如是也又
至顏子問仁章曰我亦從此四勿庶幾君子年十六遇李泥
丸古仙於金蓋山麓席談達旦遂遁跡武林金鼓洞師事子
高子東籬宗師乃命今名停雲戴律師與子高子兄弟也授
以三大戒訪道於高池華山貝常吉真人亦授以宗旨大師

還源篇仙攷
三九地制那歷為
公冥高洞高拍
形如回光所以煉魂
即所以煉神即所以制
蛇即所以新後太人
出世法煉其陰陽以
返純氣不至消蛇
蛇身自光其消
陰制蛇之法即

無遠不功止者
回光之珠先以乳
中回之即返之也
子以法自然移於
老至神出發生
意土將雲而解
而結多曉轉丸
而九中生白神注
之強功也素丸
中尚而生明強

好尚不與人同同參者亦罔測其蘊第見其坐如尸立如齋
望之儼然卽之溫然長長幼幼咸敬如賓數十年未嘗稍懈
所謂恭而安者於大師見之曾謁曲阜得夫子手植楷木剖
而冠戴嗚乎真我龍門儒仙正軌歟若夫禱雨於菰城祈晴
於節署致雪於錢塘收狐於青浦伏虎於終南馴狼於太白
皆大師不得已一行之事不足以神通爲異也初母錢太君
禱嗣於歸安之開化院故晚歲葺而居之其逝也天樂愔愔
鄰里咸聞世壽七十有九葬於大滌山之金筑坪得忝同邑
同師繼以師事惜中年宦遊未能親炙而窺閫奧然羹牆夢

散而主心休息處
神於此而何不生
子一靈之性以
之便分魂恍惚
之陽如輕清之氣
此月太靈之事
之理同形體陰如泥
之氣如附于形
之在人視好生惡死
一切好色動氣皆

寐若或來告大師其未可測乎平生實實樸樸精精純純不
自滿假撒手乃息此則大師之所以神證太虛也歟大師不
著書或問之曰恐爲斲輪所笑耳其手批諸書皆已星失惟
還源篇系詩於前曰萬卷丹經一性宗心神安醒是元功丹
灶謹防丹火焰抽添有意欠圓通乾隆丙午十月下澣受業
同門弟閔一得拜撰

還源篇後序

夫鍊金丹之士須知冬至不在子時沐浴亦非卯酉汞鉛二物皆非涕唾精津氣血液也七返者返本九還者還源金精木液遇土則交龍虎馬牛總皆無相先師悟真篇所謂金丹之要在乎神水華池者卽鉛汞也人能知鉛之出處則知汞之所產旣知鉛與汞則知神水華池旣知神水華池則可以鍊金丹金丹之功成於片時不可執九載三年之日程不可泥年月日時而運用鍾離所謂四大大一身皆屬陰也如是則不可就身中而求特尋身中一點陽精可也然此陽精在乎

月三移交光中。
 夢沈初醒。已起散步。
 神清再坐。清晨已暇。
 坐一炷香。為所。之午。
 人事多擾。易度。
 沈然。而天限空。一炷。
 香。只要所。錄。放。下。靜。
 坐。沈。思。久。之。便。有。可。
 不。落。智。睡。矣。

金蓋山人傳

浙西金蓋之麓有山人焉言訥訥行循循人莫得而窺其際
予聞之蔡生曰山人吳興世族幼時弗良於行依桐柏高東
籬宗師以愈故受龍門名曰一得歸而讀書金蓋山山有乃
祖高士堂址葺而居之其地幽僻殊勝竹影泉聲故得肆志
三餘靈光煥發時有畸人曰沈太虛亦宗師門下所養尤深
曳履來遊山人得其傳欲隨雲水而不果以親在也山人工
於文而奇於數薄遊濱南卽奉諱歸遂壹志性天之學不出

靜坐。初。子。生。後。
 此。了。微。夢。法。歸。于。靜。坐。
 心。之。里。議。此。所。謂。心。
 也。也。夫。下。田。淺。入。深。
 粗。入。細。然。以。有。野。力。
 如。工。夫。既。終。刻。一。但。云。
 有。此。暖。自。到。要。自。生。
 其。地。開。茶。法。如。三。方。智。
 本。聖。之。相。傳。而。語。返。
 照。凡。云。返。到。釋。佛。觀。

心。之。里。議。此。所。謂。心。
 也。也。夫。下。田。淺。入。深。
 粗。入。細。然。以。有。野。力。
 如。工。夫。既。終。刻。一。但。云。
 有。此。暖。自。到。要。自。生。
 其。地。開。茶。法。如。三。方。智。
 本。聖。之。相。傳。而。語。返。
 照。凡。云。返。到。釋。佛。觀。

金華山尺
 圖像



金蓋山人子閔子贊

金蓋出雲上天先生日
事丹鉛最後註還源編
噫九十年躬行實踐乃
能疏一勺之味外真詮

受業門人蔡陽倪頌首拜題

金蓋此一字
之義法甚妙
止觀二子原註
乃以定慧為法
以定慧為法
仍曰九聖當究
此意至何處
法何能法何能
反覆推窮了
不可言者要

還源篇自序

泰素慕真宗遍遊勝境參傳正法願以濟世為心專一存三
尤以養生為重蓋謂學仙甚易而人自難脫塵不難而人未
易深可哀哉古云迷雲鎖慧月業風吹定海此處疑有闕昔
年於驛中遇先師紫陽張真人以易簡之語不過半句其證
驗之效只在片時知仙之可學私自歡喜及今金液交結聖
胎圓成泰故作還源篇八十一章五言四句以授晚學早悟
真詮莫待老來鉛虛汞少急須猛省尋師訪道修鍊金丹同
證仙階變化飛昇實所願望焉杏林石泰得之序

汝安心竟此是正觀
友以此為邪觀
如是不乃已此何回
綿之去止何難之觀
觀而難之止此是正觀
准之修此為回光回光
以如光竹觀如如而示
觀者為回光者觀
而不知者為老老回
法之

南宗一祖石杏林真人著



還源篇

沐浴資坤水吹噓賴巽風嬰兒無一事獨處太微宮
紫府尋離女朱陵配坎男黃婆媒合處太極自函三
乾馬馭金戶坤牛入木宮阿誰將姤女嫁去與金翁
姤女方二八金翁正九三洞房生瑞氣歡合產初男
昨夜西川岸蟾光照碧濤採來歸玉室鼎內自煎熬
離坎非交媾乾坤自化生人能明此理一點落黃庭
丹谷生神水黃庭有太倉更無饑渴想一直入仙鄉
意馬歸神室心猿守洞房精神魂魄意化作紫金霜
一孔三關竅三關要路頭忽然輕運動神水自周流

此皆聰明慧一靈之而已
 聖而國用重簪笏
 簡準則便放下此竟
 極又恐不能以存乎
 息之出入而便耳
 此惟神于靈者一已
 即和而平大細以心
 輕之此以心放
 漸前漸前靜矣
 息之出入而便耳

制魄非心制拘魂豈意拘惟留神與氣片晌結玄珠
口訣無多子修丹在片時溫溫行火候十月產嬰兒
夫婦初歡合年深意轉濃洞房生瑞氣無日不春風
驟雨紙蝴蝶金鑪玉牡丹三更紅日赫六月素霜寒
海底飛金火山巔運土泉片時交媾就玉鼎起青煙
鑿破玄元竅衝開混沌關但知烹水火一任虎龍蟠
娑碣水中火崑崙山上波誰能知運用大意要黃婆
藥取先天氣火尋太乙精能知藥取火定裏見丹成
元氣如何服眞精不用移眞精與元氣此是大丹基

則生息現前。以心體
而說之。蓋心細則息細。
心一則意氣細。息細
則心細。氣一則意心
粗。意心必先之。意氣
粗。亦以心意大。知故
緣起為之。陽悅。所被
能起。子方也。子輩不
以意字。意以緣索
章。意。字。即制字。

對其如也。可以事趨。便
 之。棄。獨。不。可。能。靜。其
 之。寧。乎。此。大。聖。人。視。人
 爲。之。不。可。善。立。方。便。
 而。以。惠。人。也。丹。書。方。廣
 能。抱。卵。人。也。種。此。要。所。諸
 如。差。焉。之。所。以。能。生。卵
 以。之。懷。氣。也。懷。氣。三。能。溫
 重。穀。子。能。四。子。中。外。以
 公。司。先。入。子。能。也。一。心。注
 焉。六。外。先。入。子。能。也。而

離坎真龍虎乾坤正馬牛人人皆具足因甚不知修
魂魄爲心主精神以意包如如行火候默默運初爻
心下腎上處肝西肺左中非腸非胃腑一氣自流通
妙用非關意真機不用時誰能知此竅且莫任無爲
有物非無物無爲合有爲化權歸手內烏兔結金脂
虎嘯西山上龍吟北海東捉來須野戰寄在艮坤宮
復姤司明晦屯蒙直曉昏丹爐凝白雪無處覓猿心
黑汞生黃葉紅鉛綻紫花更須行火候定裡結丹砂
木液須防兔金精更忌雞抽添當沐浴正是月圓時

生身之妙處
時出外者作何身勢之祥
之所注未爲少智如神
所注未爲少智如神
氣之靈在吾身
矣神清此身之先死
人能死人之神清死
此林楊之說乃一不
分之說如佛云心一
無多不靜人爲立以

萬籟風初起千山月正圓急須行正令便可運周天
藥材分老嫩火候用抽添一粒丹光起寒蟾射玉簷
蚌腹珠曾剖雞窠卵易尋無中生有物神氣自相侵
神氣非子母身心豈夫婦但要合天機誰識結丹處
丹頭初結處藥物已凝時龍虎交相戰東君總不知
旁門并小法異術及閒言金液還丹訣渾無第二門
貴賤并高下夫妻與弟兄修仙如有分皆可看丹經
屋破修容易藥枯生不難但知歸復法金寶積如山
魂魄成三性精神會五行就中分四象攢簇結胎精

此身之妙處
時出外者作何身勢之祥
之所注未爲少智如神
所注未爲少智如神
氣之靈在吾身
矣神清此身之先死
人能死人之神清死
此林楊之說乃一不
分之說如佛云心一
無多不靜人爲立以

定志求鉛汞灰心覓土金方知真一竅誰識此幽深
造化無根蒂陰陽有本源這些真妙處父子不相傳
留汞居金鼎將鉛入玉池主賓無左右只要識嬰兒
黃婆雙乳美丁老片心慈溫養無他術無中養就兒
絳闕翔青鳳丹田養玉蟾壺中天不夜白雪落纖纖
琴瑟合諧後箕裘了當時不須行火候又恐損嬰兒
長男纔入兌少女便歸乾巽宮并土位關鎖自周天
弦後弦前處月圓月缺時抽添象刑德沐浴按盈虧
老汞三觔白真鉛一點紅奪他天地髓交媾片時中

火候通玄處古今誰肯傳未曾知採取且莫問周天
雲散海棠月春深楊柳風阿誰知此意舉目問虛空
人間無物累天上有仙階已解乘雲了相將白鶴來
心田無草穢性地絕塵飛夜靜月明處一聲春鳥啼
白金烹八卦黑錫過三關半夜三更裡金烏入廣寒
丹熟無龍虎火終休汞鉛脫胎已神化更作玉清仙
塞斷黃泉路衝開紫府門如何海蟾子化鶴出泥丸
江海歸何處山岩屬甚人金丹成熟後總是屋中珍
呂承鍾口訣葛授鄭心傳總沒閒言語都來只汞鉛

汞鉛歸一鼎日月要同鑪進火須防忌教君結玉酥採藥并交結進火與沐浴及至脫胎時九九陽數足

六

賞雲山房

太虛主人贊

太虛無量中有畸人析

東山之木為冠曰以楷

吾神

受業同門弟閔一得拜題

修德夫元以之中
之陽光為主事云
形如故至華之遠
全用逆法同光好
紀回一身之精華
直回造以之氣
此正一時之安於人

還源篇闡微序

同是差謬第力
言中可謂子玄
漸之強勉於林木
若前瑞庵多心
要回之示以中
消息身外方知
吾不知何以言
多言與神學

得歸山四十餘年矣前二十年方自拳拳於外摩內省之功
於先師遺傳大道未敢以筆墨闡述誠恐有背正旨也迨嘉
慶庚午入園三載學養稍純漸通經咒微言旋至河上與諸
同人問答瑣言會錄於冊嗣是遠近好道者或持其師說或
攜其所習之本過訪於得間嘗就地辨正其訛皆為門下士
後先付梓大都因人因地以闡發其心思闢除其悠謬而已
惟天仙心傳一宗乃得脫去丹家窠臼將自己效驗工訣編
成一冊冀可啟迪學人無如學者罕從實地著腳不向密處

不向這一步一步
的機變。言旨將所
之際。作方便句。
多因心放。教活潑。
潑地。令其和。這。
後。入靜。之時。要白。
拂心。安。示。所。望。左。
在。中。裏。前。端。
於。下。之。情。性。自。然。

如[○]今[○]の[○]意[○]思[○]が[○]あ[○]る
 此[○]大[○]徳[○]を[○]即[○]ち[○]其[○]れ
 是[○]の[○]徳[○]と[○]い[○]ふ[○]
 是[○]を[○]考[○]へ[○]る[○]
 中[○]に[○]下[○]り[○]て[○]又[○]も
 の[○]徳[○]を[○]其[○]の[○]所[○]に
 其[○]の[○]徳[○]は[○]乃[○]ち[○]其[○]の[○]

還源篇

應因了如一收一放
 而福亦死而之意如
 大地陽春之氣如
 萬物之生如
 觀之且古許多事
 莫不景象久之便得
 本石亦不難于系
 歸以一入神而中
 衆所名玉如如

謂之火候明其正令謂之主養其無形謂之賓性光大定謂
 之心真空無礙謂之氣此學道之極功先師之能事皆盡其
 在我者而已自始徹終更無別巧神而明之存乎其人矣卽
 以弁夫卷端并加批點以證同志道光乙未端午龍門正宗
 第十一代閔一得小艮氏敬題于金陵之涵虛室

還源篇闡微

北宗龍門第十一代閔一得口授

門人 閔陽林述 蔡陽倪訂

還源篇八十一章宋杏林石真人所著也杏林出紫陽

張真人門下爲南宋第二祖憫人讀書求道不知自體

自悟故作此篇三復申明教人返本還源之道還源之

法必先堅持正念就倫常日用中處處懲忿窒欲真實

无妄禮以行之是爲鍊已△志△至△焉△氣△次△焉△志△爲△氣△帥△氣

督任三關遂由慎獨而退藏于密是爲築基△爲△體△充△虛△通△塞△滯△情△慮△昏△忘△疏△通△督△任

還出一點真陽正氣心中寫出一點真陰至精相與渾

此名王爲如設久
 而己人率性
 自體認反
 向外求故
 日逐未流
 而違道益
 遠

禮者道之
 體也卽孔
 子所問於
 老子而以
 告顏子者
 是也非度
 數節文之
 謂也

曰此證驗第一
 身中不證驗第二
 身中不證驗第三
 身中不證驗第四
 身中不證驗第五
 身中不證驗第六
 身中不證驗第七
 身中不證驗第八
 身中不證驗第九
 身中不證驗第十

融凝結成丹是為丹頭從此心自存誠氣自周行久則
○合○正○可○飲○刀○圭○
○仍○是○滌○慮○忘○情○以○疏○督○之
 藏心于心而不見藏氣于氣而不測靜虛動直氣爽神
○故○習○昔○由○勉○強○今○乃○自○然○而○已○
 清是為完體第覺三際圓通萬緣澄澈六根清靜方寸
 虛明如是期月不違藥物亦源源而至始終以清靜自
 然為運用可以還源返本與道合真是為全真金丹之
 要如是而已然大要先知夫身中一竅然後可以入手
 一竅者神明之牖性命之宗也逐于末則分注乎七竅
 還其本則歸併為一竅惟常能以心集身者則知窮理
 以盡性常能以身藏心者則能盡性以致命蓋心身為

心身所藏
 為性命所
 憑依性命
 實賴此心
 身以為神
 氣之窟宅
 忘其為二
 即合乎一
 是為金丹
 覺天地俱是
 心身此為
 神子金丹
 故中法而
 竟實不畏風

性命所憑依性命是身心之根蒂精氣乃身心所發用
 心身為神氣所集藏故能以心集身中之氣者則神還
 天谷可以窮理而盡性能以身藏心中之神者則氣返
 絳宮可以盡性而致命惟理窮故欲淨惟性盡故情忘
 欲淨情忘中無他擾我惟基命宥密自覺一竅豁然是
 為開關見得此中虛而不屈動而愈出隨機運變一任
 自然則是尙書所謂道心惟微惟精惟一允執厥中道
 德經所謂谷神不死是謂玄牝玄牝之門是謂天地根
 者此也既歸其根即復乎命復命即還丹矣人可不因

陽林筆述如左。

鉛汞成真體陰陽結太元

鉛汞得時
而會元是
爲上品丹
道乃通編
之綱領

此節先序
人生本源
如是

如此方如是

市口
世中書局

○

師曰鉛指身汞指心時而會元是爲上品丹道愚按人於未生受氣之初先成一竅內含精氣神三者混而爲一細縕於中日滋夜長及至十月胎足因地一聲元竅頓開通乎七竅遂有呼吸身中遂有三谷上有天谷泥丸藏神之府中有應谷絳宮藏氣之府下有虛谷關元以爲後來藏精之府其時元精已遍播于周身實處而運形元氣已歸集于中谷絳宮而爲命所憑元神遂上浮于上谷泥丸而爲性所托俄而元氣動而生陽始流注于下谷關元而爲

此節指明

西北乳方

一任名

此節指明

玉雷在

此節指明

而陽

此節指明

第二

此節指明

天之神

此節指明

大地

此節指明

此節指明

此節指明

此節指明

此節指明

此節指明

此節指明

此節指明

此節指明

此節指明

精故下谷。又名爲氣海。然其精尙是元精。仍隨氣轉。常自周流于身。每到靜極之際。七竅仍并成一竅。身中卽騰起一點真陽之氣。上朝元神。丹道名之爲真鉛。故師指身爲鉛。元神靜而生陰。亦布注于中谷絳宮。而爲氣。故中谷又名爲神室。然其氣尙是元氣。仍與神凝。常生液以養心。每遇陽動之際。一竅將發。爲七竅。心中先瀉出一點真陰之精。來會陽氣。丹道名之爲真汞。故師指心爲汞。鉛氣得汞精。以周流。則形體長成。故曰鉛汞成真體。陰精兼陽氣。以上達。則元神凝結。故曰陰陽結太元。其實鉛指身中氣。汞

指心中精。卽先天陽神。陰精之落。于後天者。象坎離中藏有先天乾坤也。陰指海中氣。陽指室內神。乃後天鉛氣。汞精之還。于先天者。象後天離坎之復。爲乾坤也。只此顛倒坎離。以後還先。神遂藏于心。而象乾氣。遂依乎身。而象坤。坤資生。故稱體乾資始。故稱元曰真體者。以明體尙未漏。猶是真一之體也。曰太元者。以明元尙未漓。猶秉太極之元也。皆生身時自成自結。初無待乎作爲者也。此章開宗明義。特指明本源。示人以精氣凝成之身。爲元命所憑。神氣凝結之心。爲元性所託。身心既得性命完全。精氣日滋。

藥火俱備只須人自返還真一而已。

但知行二八便可鍊金丹。

言人得此身心性命神既憑於心而屬乾氣既依乎身而屬坤果能常清常靜七竅長歸為一竅猶是一箇成形之太極性命未嘗滲失渾似一丸有質金丹只須還虛合道遂合真元何須用意脩鍊有復性復命之煩只因生身之後七竅已竅竅通靈不能常歸于一竅以致混沌破而為知知復轉而成識從此心感於物而有好奇有惡身接於物而有喜有怒心中之精既為外物所引誘不受元性之主

金丹中人說法如隔

王許一明一不

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

金丹中人說法如隔

持常逐於外而不養其心元性因無所托而遂汨前所取象乎乾之元神茲即中虛而為離矣身中之氣既為陰精所動搖亦不順元命以周行常漏于外而不充其身元命亦因不足憑而日促前所取象乎坤之元氣茲又中實而為坎矣夫元神本實也因常逐于氣而日見其虛元氣本虛也因常流為精故返象為實卒之虛者益虛實者又復失其實乃有老病死苦之厄此非其本其源之不善本逐于末源故為流之弊也夫神失其實故心遂變象為離氣失其虛放身亦變象為坎則是後天坎身中一點之陽即

此節承明性以好惡而漸漓遂

此節言人其心而天性漓喜怒哀樂喪其身而天命促

此節言人其心而天性漓喜怒哀樂喪其身而天命促

此節言人其心而天性漓喜怒哀樂喪其身而天命促

此節言人其心而天性漓喜怒哀樂喪其身而天命促

此節言人其心而天性漓喜怒哀樂喪其身而天命促

此節言人其心而天性漓喜怒哀樂喪其身而天命促

此節言人其心而天性漓喜怒哀樂喪其身而天命促

致剛健之元神中虛而為離

此節承明命以喜怒而漸促遂致柔順之元氣中塞而為坎

此節承明命以喜怒而漸促遂致柔順之元氣中塞而為坎

此節承明命以喜怒而漸促遂致柔順之元氣中塞而為坎

此節承明命以喜怒而漸促遂致柔順之元氣中塞而為坎

此節承明命以喜怒而漸促遂致柔順之元氣中塞而為坎

此節承明命以喜怒而漸促遂致柔順之元氣中塞而為坎

此節承明命以喜怒而漸促遂致柔順之元氣中塞而為坎

此節承明命以喜怒而漸促遂致柔順之元氣中塞而為坎

此三境現之

先天神氣
只隱於後
天身心之
內雖喪而
尚未失在
人但知返
還而已下
支遂指行
二八之說
之實義

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

此境現之

闡微

先天之元氣於卦德象水中之火故曰陽氣後天離心中
一點之陰即先天之元神於卦德象火中之水故曰陰精
所謂二八者以卦中象數言之坎水為已成之水數居地
六水中之火乃初生之火數居地二六與二皆屬地為在
地之一八即我先天之元氣從吾身中出者也喻之為鉛
離火為已成之火數居天七火中之水乃初生之水數居
天一七與一皆屬天為在天之一八即我先天之元神從
吾心中出者也喻之為汞故凡言藥言火者必須謂之二
八不可以他數言也曰行二八者即師所云時而會元之

道只以清靜自然為運用也今知其流末之弊而欲返還
乎本源若不肯懲忿窒欲則斷斷無從下手若欲已窒而
忿已懲將此二八會合行之則神即火也氣即藥也採時
謂之藥猶是後天陰精陽氣也鍊時謂之火即屬先天神
為陽而氣又屬陰也但知神以御氣便是火以鍊藥可以
成金液大還丹也夫所謂鍊者寓有防危慮險之意亦只
以清靜自然為運用也蓋吾身中陽氣今從寄宮虛谷初
還苟不得神以凝之則此氣正防其散漫吾心中陰精今
由寄宮應谷初返倘不兼氣以行之則此精尚慮其泊沒

當自家服方也

第一義

鍊丹指眼
直捷呈露
讀者切宜
著眼慎勿
滑過

曰老活法第七

曰金丹曰金丹

此節明白
揭出博二
為一金丹
法訣備於
斯矣

要緊要緊

要緊要緊

後之君子必之

夫惟常清靜以立道之體斯得真鉛汞以為道之用及得鉛汞二物會元結成一个正念登時退藏凝然大定念中無念則是片晌間便可凝結還我生身受氣之初矣孔子曰精氣為物即指此鉛汞凝成之真體乎老子曰有物渾成即指此陰陽凝結之太元乎紫陽張子曰會得坎離基三界歸一身即指此行二八以鍊金丹之樞要乎是知鉛汞即陰陽也陰陽會一即太元也太元即真體也真體太元即吾先天之一而二者時而會之即二而一之矣夫已可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

可以恍然悟矣

右第一章此通篇之綱領揭出身心性命神氣藥火皆備于有生之初是以不憚煩言將人生本源明白註述以便學人自悟以後八十章悉屬此章註腳矣其下七章係將採取交結烹鍊之法逐一發明其第九章至十五章教人下手用工之訣其第十六章至二十四章發明關竅詳論烹鍊沐浴防危慮險以及分胎溫養成丹之道其第二十五章至四十八章重標正旨闡發真機令人讀之疑竇齊銷自四十九章至七十八章分明教以後天精氣還返先天神氣而成谷神遂由谷神鍊出

陽神即從陽神鍊還元神乃以元神還返乎無極之真而成真人是為與道合真金丹了當直洩先聖窮理盡性以致于命之旨諄諄囑咐步驟精詳末後三章復引證于古聖心傳并丁寧夫神氣身心性命二必合一遂以總結通篇之意學者果然鍊已功深專其氣壹其神端秉靈然獨存之正念對着此篇自然得見法甚簡易可以即時坐進于道也

汞是青龍髓

心中陰精本自性根罅出茲謂是青龍髓者丹家以青龍

喻魂在先天卦位屬離居東故張子以謂東魂之木夫先天之魂尚藏于乾中而不動至後天而乾已中虛為離離卦居南屬火張子即以為南神之火是魂藏于肝雖仍位于東其卦已變為震動之象而好忿其用即憑于心而為神心為神之舍今我心中瀉出之陰精原由先天木氣而為汞上章喻為火中水其實即木之液也故曰青龍髓謂須烹調者也

鉛為白虎脂

身中陽氣原從命蒂抽來今謂為白虎脂者丹家以白虎

大藥之要不外乎此
 金丹之要不外乎此
 形家之要不外乎此
 功不虛發也
 作田不中一而極
 擇言至二百百
 此乃極其初機
 如制內之補法
 此乃下之極下
 二藥之要
 一藥之要
 欲熟之要
 後天也

喻魄在先天卦位屬坎居西張子以謂西魄之金夫先天之魄尚伏于坤中而未顯至後天而坤已中實為坎坎卦居北屬水張子即以為北精之水是魄藏于肺雖仍位于西其卦已變為兌悅之象而善柔其用即依於身而為精身乃精所疑今我身中騰起之陽氣原本先天金氣而為鉛上章喻為水中火其實乃金之液也故曰白虎脂謂須治鍊者也

撥來歸鼎內採取要知時

此言精氣二物發生之際正當採取之時法惟任意撥來

大藥之要不外乎此
 金丹之要不外乎此
 形家之要不外乎此
 功不虛發也
 作田不中一而極
 擇言至二百百
 此乃極其初機
 如制內之補法
 此乃下之極下
 二藥之要
 一藥之要
 欲熟之要
 後天也

斯配歸于鼎內則坎即中虛而返坤離即中實而還乾精氣歸鼎而混疑則乾坤亦遂混合而完太極是即謂之丹頭張子謂之真種子是也歸藏也鼎者乃易道之正傳丹家之口號並無形象之可觀在吾一身六合之正中昔人所謂中間有箇真金鼎然亦無地位可拘也易曰鼎君子以正位凝命是也時指癸生之時即活子之半也如尚未悟且以端坐習定為功到得靜極而動便是癸生之時急將正念退藏于密以為採取轉念即非是斷不可求于他也○總之坎中陽氣為真鉛離中陰精為真汞坎離能產

鉛汞者也。鉛汞產自身心者。也。身心之用。乃精氣也。精氣之體。卽性命也。坎抽其陽。卽還乎坤。離實其虛。卽還乎乾。二物既并。氣爲元氣。精卽化神。神氣交感。坎離卽返爲坤乾。及其妙合而凝。乾坤遂混成一太極。從此陰陽動靜互爲其根。固結而不可解。勻和而不可辨。純一而不可已矣。如是以爲採取之法。豈非至簡至易者乎。

右第二章。此承上章發明鉛汞之由來。採藥歸鼎之妙訣。

姤女騎鉛虎。金翁跨汞龍。

心精歸身
身氣歸心

宗旨。此子秘之祕。
勉之。其同是乎。後
名。其之。其之。其之。
光華。其之。其之。
文。其之。其之。
制。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

入。其之。其之。
身心合一
純乎其神

其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。
其之。其之。其之。

姤女。卽真汞。金翁。卽真鉛。其名義詳註第十章。虎以喻身。龍以喻心。張子曰。心之猖狂如龍。身之猙獰如虎。是也。曰騎曰跨者。取兩相駕馭之象也。言二藥既採入鼎。自然以陰精駕夫陽氣。卽以陽氣馭夫陰精。成一渾沌無分之象。然此際性情稍欠靜逸。則神復外馳。所結之丹頭卽散。須俟後來鉛汞重新結取。故下文以明正令爲切囑。

甲庚明正令。鍊取一爐紅。

甲屬木。以喻性。庚屬金。以喻情。正令者。無倚無偏之令。令字係念字之頭。方成一今字。而心尙未現。急下一直而成。

轉高而南也。○
隨物生機。○
老聃注。○
如。○
乃。○
一。○
獨。○
條。○

令字謂機初發于今急自直于內以爲令孔子所謂直其正也故曰正令白子所謂念頭動處爲玄牝坤二文言所云君子敬以直內是也我同門秩山瞿君以謂念字去心乃藏其心之義謂念頭初動卽須直下承當爲氣之帥則心自退藏而無妄矣發明正訣甚爲顯著此篇石子本拆字訣傳出正令兩字以明夫天人危微之交關乃直洩古來先正心傳別部丹經均未宣洩者也明正令者要先明之於平素到此但一申明百體自然從令矣言當此精氣初交之際務須性靜情逸方保和而不流法惟仗我平素

自己元光著眼

中恍如太虛空

望漏舟輕妙

騰所遇而留平

此是妙法外東

望海浮舟

脈任之序

生以交

之海

主敬存誠之力及今心尙未動急明直養之道先藏于密自然念中無念精凝氣以成神情歸性而大定則結爲丹頭不虞滲失孟子所謂以直養而無害也一鑪紅者丹家所謂一爐火燄煨虛空卽是烹鍊之道孟子所謂充實而有光輝是也

右第三章此承上章發明得藥交結全在性情得正則神不出位而氣自流行也

蛇魄擒龍髓

蛇以喻情情每感于善柔而生喜乃魄之所爲故曰蛇魄

後言中分
三合此一陽
未後活子時
然此中消息
細說凡人一
通物而動已
此言靜主是
民度而主君
設是子兒

龍髓者。喻心裏之陰精。龜以喻性。性每觸于震動而生怒。乃魂之所爲。故曰龜魂。虎精者。喻身中之陽氣。此承上章而言。吾之正令。既明則情已忘。而歸于性。初故猖狂之心。龍就擒。而精已不搖。性已定。而斷滅情根。故爭惡之身。虎受制。而氣已不滯。曰擒。曰制。亦行其所無事而已矣。所謂虎已伏。龍已降。獼猴不復窺六窗。其在斯乎。

華池神水內一朶玉脂生

張子曰。以鉛見汞。名曰華池。以汞入鉛。名曰神水。愚按。張子之意。以鉛喻身。譬之曰池。以見汞。而氣華也。故名華池。

居者今知一

子人著眼王

君乃生人

以子之

杯靜

靜

學

學

學

以汞喻心。謂之曰水。以入鉛。而精神也。故名神水。汞鉛融治。卽喻爲神水。入華池也。其實只是神返身中。氣自回耳。言鉛汞既經凝結。自然情忘性定。神之入氣。如水歸池內。有一个主人。常惺惺然。如花已苞。漿成朶。欣欣向榮。又如玉已凝液成脂。密密結實之象。乃譬喻也。

右第四章。此承上章。發明二物既得交結。則性情已正。其爲物不貳。故丹頭立矣。

白雪飛瓊苑黃芽發玉園

白雪云者。身屬坎。坎中一陽是乾金。故色白。身中鉛生。由

所謂云云
前句言其
能清即是
缺精化氣

強如三心能靜素

造金丹
鍊氣化神

失之微至已矣

五言古詩

卷之五

上嘉善縣署

為神光祝頂為導引

音興芳而五時廿中

此是密藥
真象爾時

頂游揚月
有此象
泥象即非

此亦過後

想象譬
爾時並
及自觀

入賞卷也

目先視中葉神宮

香江內新開此堂

不生多祝

內中忽有
而感神故
日以黑線

祝美尔身色相可求

人住留一場大收着

于金氣之洋溢得汞一交化爲神水明淨清激故有雪象
瓊苑喻身也黃芽云者心屬離離中一陰是坤土故色黃
心中汞生由于木液之充盈遇鉛而凝卽入華池融和滋
長故有芽生玉園亦喻此身曰飛曰發者言鉛得汞交而
上透勢將飛布漫天汞得鉛疑而下行勢將發榮滿地也
紫賢薛子曰無白雪無黃芽白雪乃是神室水黃芽便是
氣樞花此可以證矣然不可以有心求也

但能如偃月何處鍊紅鉛

如偃月者。卽本來元竅之變象。言我身中未得藥時。清靜

內守七竅已歸一竅此中虛靈洞徹圓渾如卵蓋其靜也

此靜中初動卽冥○漠際初覺時也

翕焉及至藥產我之正令一到竅卽仰如承孟以受藥蓋

其將動也○亦將闢焉○爾時若從旁觀之○則象叩匭○曰○咎既

受藥而冥合乃叩叩守矣蓋念頭一動而叩爭去矣

受藥而冥合仇如卵兮。矣蓋念豈一勇而自靜之寡亦壯

闢而仍翕焉若感乎情而心動則竅遂闢爲七而藥卽散

矣故以但能如偃月爲受藥之驗然亦只言其意象如是

蓋有不期然而然者初無形質可覩也曰紅鉛者張子以

謂真鉛生于坎其用在離宮以黑而變紅是也然亦初無

色相也。曰何處鍊者。蓋神無方體。戒人勿着相于有爲也。

還源篇

賞雲山房

孫思邈曰：此藥之神，
 金丹妙法，亦在何所？
 於此已身，不可不也。
 此為玄入中，中家四月，
 秘之，時以口鼻，
 神入氣，氣入神，
 而後其形，歛之，
 此為養神，非源油，
 攝而如法，而歛之，
 後將不費，機毫之力。

孟子所謂必有事焉而勿正，是也要之丹頭既立，則藥物
 時時發生。我但能明正令自無外誘相乘，此中亦時時自
 能承受，久而氣足神充，谷神自然充實焉。夫脩鍊之士，當
 初苦不知竅，及會得竅，緊防斷竅，先事退藏，要矣。清靜自
 然妙矣。○人能先事退藏，則臨事不失機，而後起之念不
 能擾知乎？此則心可得而正矣。

右第五章。此承上章言丹頭既立，則藥物時刻發生，愈
 採無窮。總不可轉念料量，則此中自能承受，斷勿稍假
 作為以助長。即張子所謂一粒復一粒，從微而至著，亦

此為神機要言

此為神機要言

此為神機要言

此為神機要言

此為神機要言

此為神機要言

此為神機要言

此為神機要言

此為神機要言

此為神機要言

不過言其積累之盛大，並無法象可擬也。

藥材開混沌火候鍊鴻濛

藥材者，採取時之稱也。火候者，烹鍊時之號也。皆指此精
 氣也。曰開混沌鍊鴻濛者，言此精氣只于清靜際，七竅歸
 一，如混沌中之無兆。自然開闢出來，即以清靜意不分內
 外，如鴻濛時之無象。自然混鍊成功，謂藥纔出于混沌火
 即鍊如鴻濛發明。上文正令偃月等義，教人只可以無心
 會，不可以勞心為也。

十月胎仙化方知九轉功

而涵養聖賢之學
此篇可類推不易
處而處之者此篇

形之變于靈氣
一自料量
神氣即離
而不合矣

一靈而不與
神氣即離
而不合矣

時而時而此篇

時而時而此篇

運世一刻也

凡心此篇

此篇

化者即白子所謂打破虛空爲了當即下文胎脫神化之

謂也九轉即九還九乃金之成數指身中陽氣之來復非

謂九箇轉回也言藥材于無中生有即須如大造之混鍊

鴻濛更不及料量夫氣象何如及至三百日胎圓方知我

初結丹時採掇身中先天陽氣之功也

右第六章此言得丹烹鍊不可拘求形迹將來自知其

效契云不以察求是也

龍正藏珠處雞方抱卵時誰知鉛汞合正可飲刀圭

藏珠抱卵以喻竅妙內景言人既知歸併于一竅即得處

密之法但當如龍之養珠如雞之抱卵神注不移而已誰

字妙有實義吾師太虛翁註九天心印懺文謂曰非我非

他莫可稱呼而強謂之誰也篇中誰字凡十一見均可依

此體會曰誰知鉛汞合者只是藏神于密守其清靜不辨

何者爲他爲主何者爲我爲賓亦不管二物之合與否乃

真妙合無間也刀圭指戊己二土數皆屬五其初本位原

同在中央生後寄宮分在坎離坎中之陽即戊土之英離

中之陰即己土之萃古人稱爲坎離刀圭之旨先儒稱之

爲二五之精刀字一係戊字初筆一丁係己字初筆以

兩初筆合成爲刀。以兩土字合成爲圭。蘊有精義。以明坎
戊離已。一見相得。爾時尙無間隔之物。遂交合于中央。故
曰刀圭。教人只用初意。乃是正令。卽先賢所謂無極之真。
卽真際初覺者是卽是念頭初動處卽是丹頭
二五之精妙合而凝者也。老子常清靜經所云無形無情
無名強名之曰道。卽吾師註解誰字之實義。乃時而會元
之道可用者也。初後念卽着相。雖正已落後。天瞬卽轉爲
思慮。二土遂爲木性。金情所間隔。氣是坎中戊。遂通達于
呼吸。而水府不能保其源。精係離中已。遂滲落于膀胱。而
神室不能安其宅。是水精火神又不能相濟。則四象俱不

復爲我用何能合鉛汞而凝結胎仙故脩鍊之士必須以能飲刀圭爲合鉛汞之正法曰正可飲者蓋言鉛汞初生之際卽我天心靜中初動發爲正令卽當二物已凝正可烹鍊之時也其不曰用而曰飲者寓有飲水飲湯冷煖自覺我意覺處自會烹調以明正令妙用用中有正覺存焉仍只以清靜緜密爲功而已于此可知片晌工夫已連烹鍊在內蓋交結于念頭動處只在刹那烹鍊是密自退藏須經片晌方能堅定交結得自天然烹鍊方爲凝結故未交以前祇在無功功裏施功端坐習定以爲採取及至藥

此言沐浴

右第七章此承上章發明烹鍊之道只要縣縣若存白子所謂以斷續不專爲隄防是也。

冥際昏曠

言到此地位。如或藏念不密。則火散體內。便覺冷落。但卽自明正令。則神返中。而氣自回。自有真氣薰蒸遍體。以爲沐浴。此中卽溫曰資坤水者。以我體質已化先天。北方正

嬰兒無一事。獨處太微宮。

位已非後天坎象。故稱此天然沐浴之氣爲坤水。倘竟念覺而放肆起紛擾。則火雜體中。便覺煩熱。但卽回顧正念。以息躁妄。內仍靜專。自有真息悠悠。吹噓遍體清涼。此中自和。曰巽風者。以我坤體旣復先天。則西南之鄉。原是巽宮鼻象。故稱此自然吹噓之息曰巽風。是卽調勻冷煖之妙劑。是神返而氣自回。仍不必求諸氣分也。白子以操持照顧爲行火。以真氣薰蒸爲沐浴。以息念爲養火。其法精矣。

嬰兒指我○心中陰精已兼陽氣凝成之神○卽還居于天谷○

我師家也是傳獨為
三觀功為三觀先
其一切物皆次假
其大是不假物仍
于中建立一切
即不假物只此是真
而不假物何他求
而不假物何他求
而不假物何他求
而不假物何他求

本宮名曰谷神前輩喻之為嬰兒言此時神力尚微還須
吾之正念常自操持照顧者故以喻之太微宮在天上為
太微垣有帝坐居中在人為頭上九宮之中宮即泥丸宮
谷神處以養真之所我師常言嬰兒即真人要在虛閒無
用處閑閑獨自養元神其旨精矣是即自性光也言人身
中只此是真養到真身透露即是妙道真人也

右第八章此承上章言當烹鍊之後即須沐浴如遇冷
煖不調總由神馳於外念擾於中急須自治其咎照顧
嬰兒獨處上谷清靜無為任氣自然周流即是調和之

安神要訣 養氣全功

觀也這意著眼

以為此乃力切

修其觀如女固也

仙心此中意修

觀其用上力居

多如做固也

仙中仙中通明

亦此意不為

其而此乃中

至子中乃中

也

劑不必反驚吾神若驚其神即着于物仍流浪于生死
矣。前章至此發明丹基採取交結烹鍊沐浴之道備
矣。然其大旨惟以持念為採念藏為取神靜斯交妄滅
故結專氣為烹无妄為鍊蓋妄滅則正念長存正念藏
則妄自不起法正簡而不煩其下七章仍承此章發明
溫養分胎治鍊之道只是一味清靜全無作為在人心
領神會身體力行耳專氣二字出于道德經言要如嬰
兒之饒氣自為主行此心不加調度也

紫府尋離女朱陵配坎男黃婆媒合處太極自涵三

只是有用用中無用

只是有用用中無用
尋得心裏之陰精以配身中之陽氣陽

極自涵三也。

乾馬馭金戸。

金以喻情言朱陵既配坎男而成乾卽可以剛健之道以

還源篇

賞雲山房

馭情故神自藏于密常栖天谷以養性然誰致之
坤牛入木宮

木以喻性言紫府既得離女以成坤卽可以柔順之德以
率性故氣自充乎虛常朝泥丸以養命誰實使之

阿誰將姪女嫁去與金翁

女本離中之陰精入于坎中而成坤因其自離返坤而爲
氣有女歸于宅之象故曰姪女金本坎中之陽氣入于離
中而成乾因其自坎還乾而化神有少年老成之象故曰
金翁嫁去云者謂陰精之出離入坎卽以坤而配乾以喻

心既宅身身卽藏心有女從夫之象言陰精之出離適坎

則陽氣之出坎入離不待言矣當時若非吾之正令克明

其德知來藏往氣何能養形而致之柔順精何能成神而

致之剛健耶而今卽以柔順之形配剛健之神妙合而凝

爲太極之冥冥性情各得其正伊誰之力哉○愚按金戶

指兌卦兌爲乾金闕戶之象乾馬馭金戶者象澤天夬卦

陽氣已盛之時也木宮指艮卦艮因坤土駕木爲宮之象

坤牛入宮者象山地剝卦陰精已盛之時也姪女指剝上

原有一陰返宅成坤也金翁指夬象也阿誰將姪女嫁去

月日主其氣此乃月日
一日主其氣此乃一日
一息主其氣此乃一息
此乃呼吸之理也
此乃心之理也
元神如元氣如元
精如升降如陰
意如人心如身
書如感生如氣
此一息一生如

右第十章。此申明上章。所以返先天之旨。皆賴平時密藏正念之功。蓋自丹頭初結以來。神氣日壯。漸可分胎。

正乃月日

二一息如

力乃力乃力乃

中乃力乃力乃

中乃力乃力乃

月乃力乃力乃

上乃力乃力乃

身乃力乃力乃

元乃力乃力乃

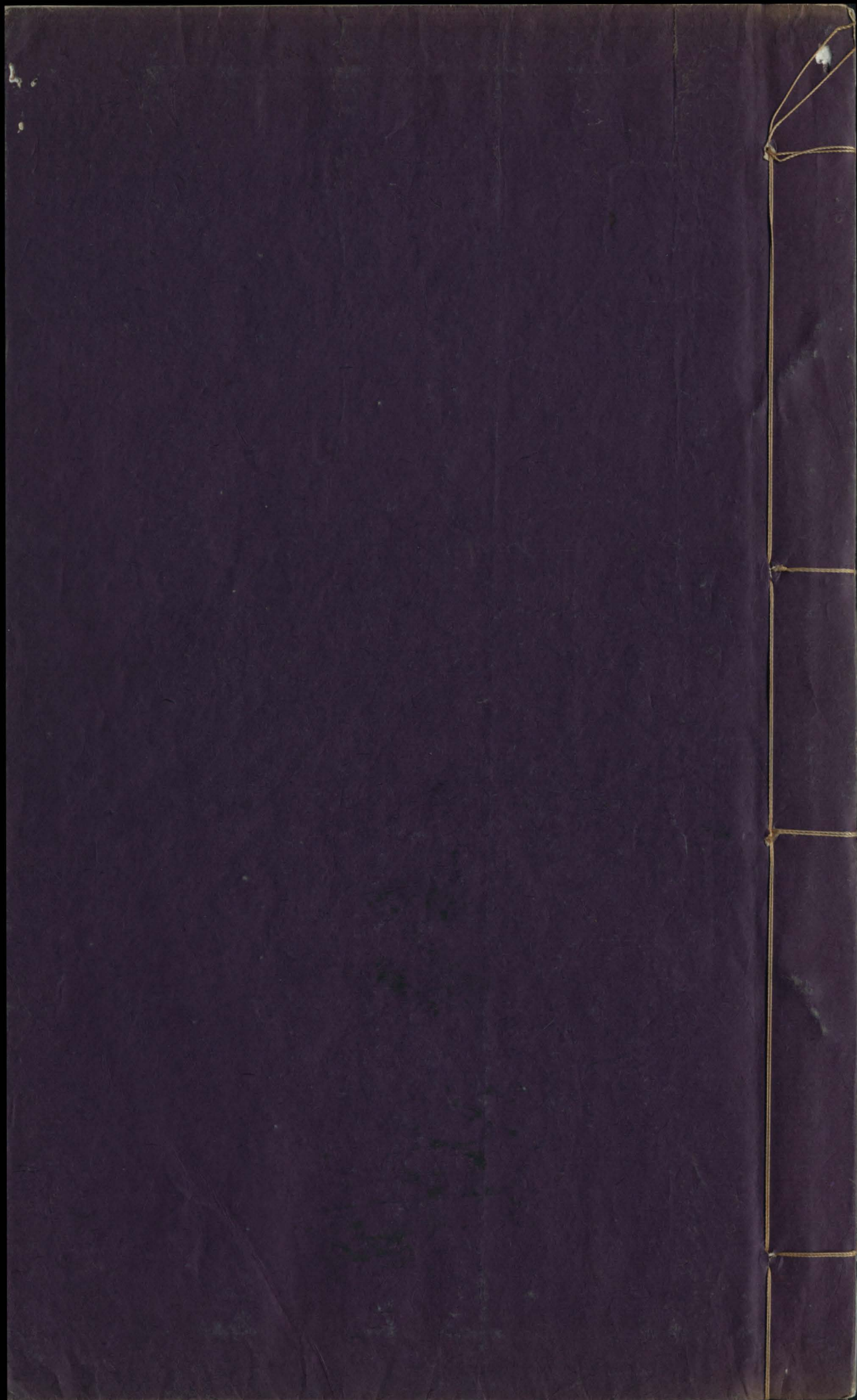
此乃力乃力乃

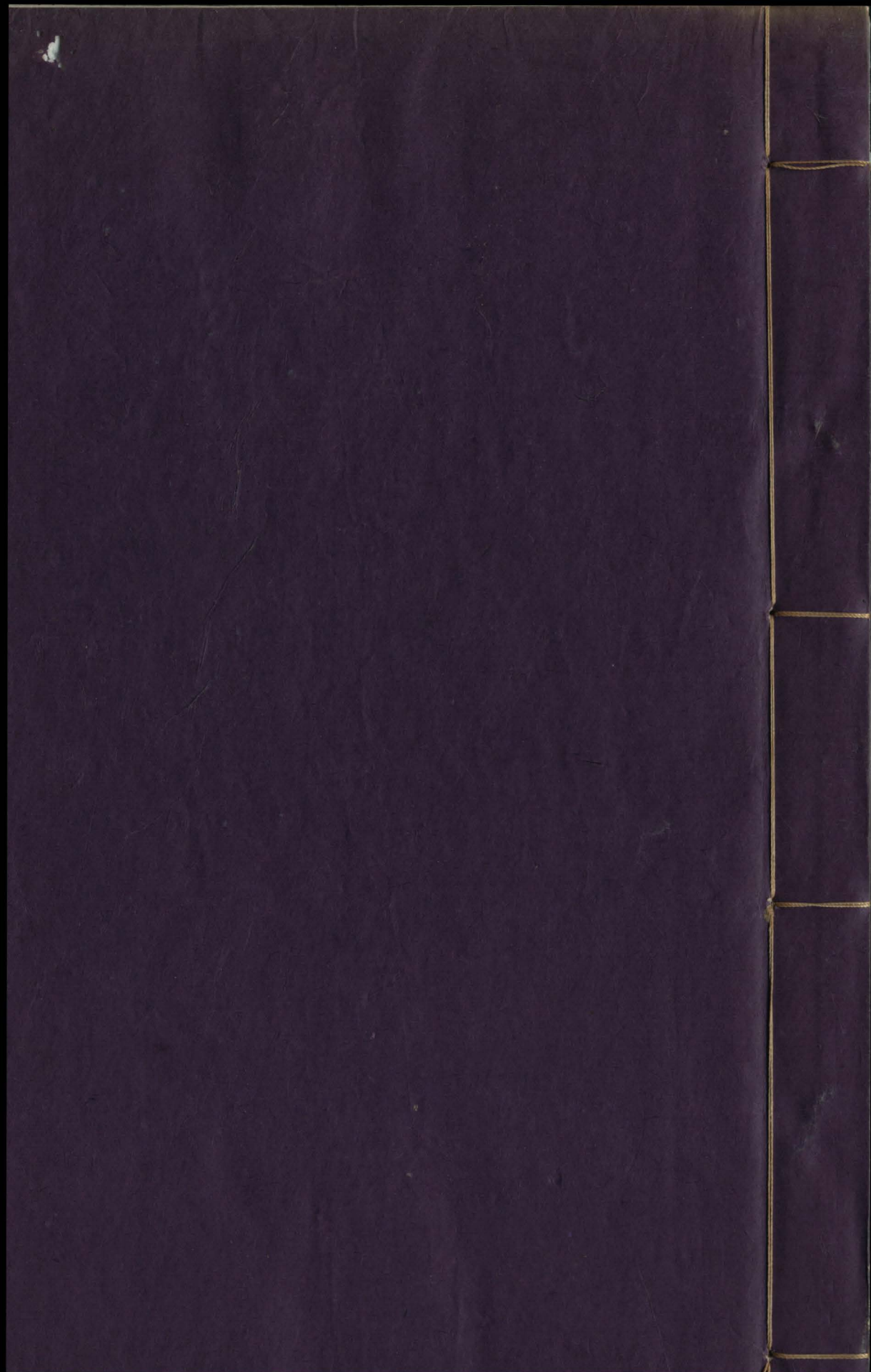
驕則肆憂
則餒皆足
以致忿欲
不驕不憂
即是懲忿
窒欲根柢
工夫

更當加意持盈藏神養氣也。

姤女方二八金翁正九三。

姤女喻我陰精所化之氣。二八為成勛之數。分兩已足之謂也。金翁喻我陽氣所凝之神。九三為內陽已足。即如乾之內卦已屆三爻之象。言脩丹到此。體內神氣並壯。勢將分胎。每因好動而不安于靜。若任其矜躁。勢必氣反動心。谷神即難安靖。未有滿而不溢者。故特以方二八正九三點清火候。教人因時而惕。不驕不憂。則有美內含自然。忿欲不興。分胎无咎。





6636

不有解其如見性

乃知所學乃

求其師授記性

者出二

三鉛只得

一鉛就金

果仙芽未

現形更當

隱晦艱光

溫養陽神

性先後光第

洞房生瑞氣歡合產初男

洞房喻我身。卽密藏之一竅也。生瑞氣者。卽指我身中陽氣勃興。正是元命來復之憑。陽神初基之兆也。曰產初男者。謂陽神初孕。如震爲長男。加于乾上。卽爲雷天大壯之象。一陽初動于外卦也。言當此體氣旣壯。神益退藏。猛然陽氣勃興。卽與神會。歡合片晌。谷神遂化爲陽神。正如初男之方產。卽是元命來復。是爲谷神成功。可以留形不死矣。

右第十一章。此指元命來復景象。以明自然分胎之道。

人果讀此會悟。當陽盛而將亢。正是夬卦之象。急自退。藏。則上復爲初。孔子所謂知來藏往。互夬爲遯。即互剝。爲復。而陽神從此基生。方知用九用六之所以皆吉。而无悔也。

昨夜西川岸。蟾光照碧濤。採來歸玉室。鼎內自煎熬。

昨夜者。元命來復時也。西乃坎卦先天本位。坎爲水。故曰西川。蟾本月彩。曰蟾光者。喻陽氣發生上透之象。篇中凡言陽神初基時。必喻之以蟾。皆取其三足而陽光上透也。碧濤喻後天身。象坎之卦氣。坎水色本黑。得蟾光照透。則

精氣神三品皆足

耳。云云。書云。生
曰。光。紀。曰。如。但。三
記。初。未。見。光。時。此
初。效。驗。之。方。是。也
光。而。有。意。哉。之
初。爲。是。後。就。性。光
如。子。不。管。他。有。光
書。光。以。要。生。意。是
生。意。何。謂。生。意。是

牛。休。牛。養。曰。何。神
生。意。一。意。一。生。指
此。意。乃。正。意。與。平

月。意。不。同。今。心。有。意

意。其。理。在。心。如。此。心

即。光。即。聚。在。人。視

物。目。眼。一。眼。有。意

和。別。以。而。性。光

如。鏡。之。在。心。而。照

水碧。故曰碧濤。玉室喻我體。緣元命既復。神氣縝密。故稱玉室。鼎內指神室。煎熬云者。仍取專氣爲烹。无妄爲鍊之法也。言我疇昔元命來復。由于後天坎象身中。神氣充足。頓然陽氣勃興。上透天谷。與神混合。變爲陽神。而今體已返還先天坤象。仍復北位。坎即退位于西方。一經回溯。正如昨夜于西川岸上。得見陽光照水之蟾。我即掇來歸于神室。凝鍊一番。使其自相煎熬。但覺溫溫氣象。却無煎熬形象。可求也。即此化爲陽神而命復矣。此乃玉符保神之道。故谷神可以不死也。

如外之氣入而
形如米而為後元
以氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為

已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為
已氣如神而為

右第十二章此承上章而言元命已復必須保合太和乃利貞也。

離坎非交媾。乾坤自化生。人能明此理。一點落黃庭。

言昔我後天心身相合。雖名為交結。正如日月之合璧。並非交媾。此番復命之時。雖名乾坤交媾。其實只是神凝氣聚。自然化生。完一太極。人果能明此理。則凡丹經所云身中一點陽。心中一點陰。謂為二物者。不過同出而異名也。相見自然妙合。凝成一個正念念寂。歸密即落黃庭。黃庭指一竅。即密處也。黃乃中央正色。庭乃虛無空際。故名然。

總不可以色相求也。

右第十三章此承上各章發明丹道終始。悉本自然。二必混一之要旨。

丹谷生神水。黃庭有太倉。更無饑渴想。一直入仙鄉。

丹谷即人身中絳宮之別名。黃庭已見上章。言中谷自能生氣。由下谷盤旋而上。與神會。遂生神水。灌溉周身。故谷神亦時得氣來朝。一如太倉之源源收貯。旋復發為神水。充滿周身。是身中自有灌溉不竭之漿。並無湫澨之象。谷神自有飽飫不餒之糧。初無積貯之形。知此則凡世稱乳。

哺之說可弗講求而我心更無饑渴之虞饑渴尙不必虞此外更有何想大可安心退入直抵仙鄉乃教人一念不生萬幻俱寢之道也

意馬歸神室。

一意退藏神自不散既歸于密卽是天心

心猿守洞房。

萬緣放下。心在。身中。趁此。無爲。亦藏于密。

形則形益悠久。範圍天地之化而不過。曲成萬物而不遺。可以長生久視。智周萬類。澤流永世。參天兩地。中立爲三。故白子有言曰。人若不爲形所累。眼前卽是大羅天。又曰。忘形以養氣。忘氣以養神。忘神以養虛。忘虛以合道。卽此忘之一字。便是無物也。本來無一物。何處惹塵埃。更何必拘拘于何者爲精。何者爲神。何者爲魂。爲魄。爲意。總歸于養其無形之一訣。一任氣化之自然。流行以盡我自性之至誠。無息焉爾。

右第十五章。此承上各章。發明金丹無質。教人下手用。

曰此乃因和中之氣
性為後而回光
曰此乃因後性
重厚之氣立此
曰此乃因後性
曰此乃因後性
曰此乃因後性
曰此乃因後性

工只是誠一不貳養其無形以合乎無象無體則正氣
自流行于天地元神自集藏于一身皆得之自然清靜
之妙李泥丸所謂三一音符張子所謂會得坎離基三
界歸一身也通篇自首章至此為一總結其下九章發
明關竅溫養成丹並以申說各上章之意

一孔三關竅三關要路頭忽然輕運動神水自周流

一孔即指七竅歸根之一竅也三關以鍊精化氣為下關
鍊氣化神為中關鍊神化虛為上關乃上品鍊丹之道有
以身後之尾閭夾脊玉枕為下中上三關復以身前鵲橋

不強不弱
心淨不憂一物是名
心不憂一物是名
心不憂一物是名
心不憂一物是名
心不憂一物是名
心不憂一物是名
心不憂一物是名

絳宮關元為上中下三關我宗亦取其說以為立基時疏
通督任銷其宿疾積垢以便後來真氣得以暢行無滯之
功用然亦只以滌慮忘情以疏之並不更有作為也此言
三關却不必拘其說也竅者即指此一孔也言此真體中
一孔之竅乃是積精累氣凝神之轉關要路只須致虛守
靜養到無形忽然得見鉛汞應令齊發是精已化而為氣
自然運動上朝于谷即為五氣朝元其時神感氣交氣即
化神神凝氣聚遂化而為神水充遍周身即是神水入華
池仍任其周流運動一息無停自然而非識可識而吾

此法也。如之。實之。外。意。以。為。神。機。微。道。以。為。以。一。陰。主。子。逐。色。隨。意。一。主。陽。主。子。逐。

前。收。見。以。神。即。陰。陽。陰。陽。即。神。一。即。身。心。以。神。氣。一。自。然。常。寂。即。是。化。虛。到。得。寂。無。所。寂。即。是。鍊。虛。合。道。也。吾。師。太。虛。翁。嘗。謂。天。仙。之。學。精。氣。神。三。者。轉。關。于。一。竅。之。中。仍。如。子。在。胞。胎。未。解。料。量。母。懷。胎。娠。亦。弗。矜。持。母。子。相。忘。而。相。安。一。如。水。晶。盤。中。之。珠。轉。漉。漉。地。活。潑。潑。地。自。然。圓。陀。陀。光。燦。燦。初。無。渣。核。存。滯。于。中。非。如。別。品。丹。法。限。定。幾。時。

之。神。總。安。安。於。如。如。不。動。中。也。故。曰。三。華。聚。頂。○。吾。于。是。悟。得。精。之。化。氣。氣。之。化。神。神。之。化。虛。合。道。只。憑。我。心。與。息。兩。相。忘。于。無。形。無。物。之。中。其。法。始。而。相。依。漸。而。蟄。藏。從。此。相。依。于。無。相。依。遂。并。蟄。藏。于。無。可。蟄。藏。之。際。是。為。相。忘。湛。然。常。寂。即。是。化。虛。到。得。寂。無。所。寂。即。是。鍊。虛。合。道。也。吾。師。太。虛。翁。嘗。謂。天。仙。之。學。精。氣。神。三。者。轉。關。于。一。竅。之。中。仍。如。子。在。胞。胎。未。解。料。量。母。懷。胎。娠。亦。弗。矜。持。母。子。相。忘。而。相。安。一。如。水。晶。盤。中。之。珠。轉。漉。漉。地。活。潑。潑。地。自。然。圓。陀。陀。光。燦。燦。初。無。渣。核。存。滯。于。中。非。如。別。品。丹。法。限。定。幾。時。

以。心。為。神。機。微。道。以。為。以。一。陰。主。子。逐。色。隨。意。一。主。陽。主。子。逐。前。收。見。以。神。即。陰。陽。陰。陽。即。神。一。即。身。心。以。神。氣。一。自。然。常。寂。即。是。化。虛。到。得。寂。無。所。寂。即。是。鍊。虛。合。道。也。吾。師。太。虛。翁。嘗。謂。天。仙。之。學。精。氣。神。三。者。轉。關。于。一。竅。之。中。仍。如。子。在。胞。胎。未。解。料。量。母。懷。胎。娠。亦。弗。矜。持。母。子。相。忘。而。相。安。一。如。水。晶。盤。中。之。珠。轉。漉。漉。地。活。潑。潑。地。自。然。圓。陀。陀。光。燦。燦。初。無。渣。核。存。滯。于。中。非。如。別。品。丹。法。限。定。幾。時。

鍊。精。化。氣。幾。時。鍊。氣。化。神。幾。時。鍊。神。化。虛。究。因。未。識。此。一。孔。轉。關。之。訣。竅。是。以。講。不。到。如。此。親。切。真。實。工。夫。只。將。小。法。間。言。名。象。程。限。支。吾。演。說。教。人。誤。弄。是。非。吾。宗。心。傳。上。品。丹。法。也。蓋。吾。宗。心。傳。必。以。藏。神。混。化。為。天。仙。工。夫。者。故。考。究。家。珍。件。件。指。明。實。據。令。人。脩。鍊。教。他。先。覓。主。人。事。事。懇。懇。勤。勤。處。處。樸。樸。實。實。然。後。下。手。鍊。丹。則。伏。虎。降。龍。陶。魂。制。魄。自。是。易。事。回。向。一。孔。訣。竅。直。造。三。關。源。頭。更。復。不。難。故。得。以。三。百。日。工。夫。成。就。金。液。大。還。丹。也。凡。我。同。人。幸。毋。岐。惑。誤。認。脾。邊。一。穴。存。思。氣。升。氣。降。謂。氣。騰。騰。謂。精。滴。

滴謂神靈靈謂虛空空如此拔本塞源益滋流弊如饑食鹽反加得渴永無鍛精成神之日那得鍊虛合道之時徒然兀坐暴氣勞神不知立丹基于頃刻運造化于一身甚可惜也

右第十六章此章指出一孔轉關密竅并特發明氣精混鍊成神之旨全是清靜宥密養其無形之功效也

制魄非心制

言養其無形則識神死而谷神活谷神活故情忘情忘則魄滅矣夫固有先乎心者能制之心非能制魄者也

力能原其源而不
要十有萬力于竅
鍊後後安見其及
樂生樂死之形
物以情之如而即先
其之氣之如而即先
其之方見其如
法其如而即先

拘魂豈意拘

言形既能忘則七竅并而一竅明一竅明故性現性現則魂藏矣夫惟有持此意者能拘之意豈能拘魂也哉

惟留神與氣

魂藏故神全魄滅故氣充

片晌結玄珠

神氣交感自然凝結玄者象其幽淵珠者象其光潔故曰玄珠

右第十七章此承上章申明養其無形則氣自充足而

見之既久心地光
以日之不思為
解脫者何意
今見此而心日
出於心而意
其若暗也
人之法如是
其丹之所謂
何如也

口訣無多子脩丹在片時

溫溫行火候十月產嬰兒。

漫守藥鑪看火候。但安神息任天然。氣專念寂自無差失。

交之尚其不交之

時終云々回校未

少思果能

陰陽交蒸大地

陽和戎中書正

信芳物一附暢流

即丹醪沐浴法也

此大周天而何常

此懷素之草書

不日寔登第

山崎武堂

養之三百日。自然靈動。如嬰兒之脫胎而產。有見龍在田。之象。乃喻辭也。

右第十八章。此承上兩章。以起下六章之意。上兩章言採取交結。此章點出口訣兩字。并教以用訣之際。火候務要溫溫。其下六章。詳言沐浴。以及分胎溫養丹成也。

夫婦喻心身。洞房喻一竅。春風喻溫溫也。言此身心初以精氣凝結成神。已覺歡合無間。及經烹鍊沐浴。日積月累。其好合之意。較初轉濃。于中時時交會。自有真氣薰蒸。以

夫自然不為功
 何物為功
 首執為文執
 一而兩何處
 方寸之間即
 一身之校
 運轉見日
 然大定自
 鍊之後時
 鍊時安漸
 動靜兩忘
 第覺心清
 而身和是

為沐浴其氣體溫和如坐春風之中。讀者慎勿以辭害意。可也。紫賢薛子有歌曰。夫真夫婦真婦坎男離女交感時。即還先天乾坤虛空無塵天地露此形容一竅中之光明景象也。其可稍存塵見乎。

右第十九章。此承上章而言烹鍊之久。自有天然真氣。沐浴仍以溫溫為準。似無異乎烹鍊功用。殊不知得藥交結于中。初時行火致之。縝密謂之烹鍊。後來真氣時時上朝。充乎遍體。取其溫潤。謂之沐浴。故言烹鍊是火候之所。致言沐浴乃藥力之自然。白子所以以作止為

地多物多
 與之同校
 為沐浴如
 未相安即
 有危險補
 救法詳見
 下章

進退也。烹鍊是作沐浴。是止作為進火。有用中無用也。止為退火。依前于無功。功裏施功。也不可不知。驟雨紙蝴蝶。金鑪玉牡丹。三更紅日赫。六月素霜寒。

首句喻其險。次句喻其危。三更喻其冷。六月喻其熱。紅日所以退冷。素霜所以銷暑。言丹道當壯長之時。每每好動而不安于靜。然火候又當無為無作之際。神果凝然靜定。念中無念。工夫純粹。原無可慮。如其平素鍊已未純。到此無為勢必動念。則神遂外馳。其險有如紙蝴蝶之遇驟雨。身中冷落如夜三更。須得紅日之赫以暄之。則神歸天谷。

悟陽不立此也
 未嘗一日不用
 然終見得此多
 又不然盡能結
 建陽陽調適見
 兩雲連而得此
 未酣這山河清
 暢然無所居之
 覺相釋此以文

卽時冷退而返溫。倘念頭躁動。則神遂躁烈。其危有如玉
 牡丹之入金爐。心頭煩熱。如夏六月。須得素霜之寒。以銷
 之。則氣返絳宮。自然躁退而還潤。總要念中無念。動直靜
 專。常令溫潤爲度。然而三更何以得日。六月何以得霜。到
 此而求補救之法。其何能淑。夫豈知三更者。時正子也。六
 月者。日在午也。言冷必喻以三更。言熱必喻以六月。顯因
 其妄動作警戒之危。言隱示以乘時可斡旋之良。會人能
 悟此胎元之所在。卽可下手調停。如未得訣。請讀下章。

右第二十章。此承上章言止火沐浴之時。全憑神定氣。

周子也

子若言活子時

如這意思

向以著於不著

不指心子時

活子時

活子時

活子時

活子時

行方能盛大。以致分胎。萬一念動。氣散。卽致危險。故白
 子必以斷續不專爲隄防也。于此可悟平素鍊已功深
 者。必無此患。有志脩丹者。可不先自乾惕乎。

海底飛金。火山巔運土。泉片時交媾。就玉鼎起青煙。

海底喻尾閭。山巔喻頂際。金火命火也。土泉性水也。交媾
 就喻密裏調和得其平也。玉鼎喻此一孔密竅也。起青煙
 者。溫和乍轉之象也。此承上章言三更何以得日。須將正
 令一注。從我海底尾閭飛起。坎中純陽乾金之火。以達于
 巔而還乾。卽如紅日之赫而遍體冲和。六月何以得霜。卽

何者為如如如如
是而見而的而
竟如正而的而
清而活而的而
發現人未後而
的而了而
正而的而
正而的而
正而的而

由我山巔運下離中純陰坤土之泉以歸于海而返坤有
如素霜之寒而遍體溫潤言雖剪作兩句其實只是一貫
自下而上以還乾謂之飛金火即由上而下以返坤謂之
運土泉別部丹書所講進火退符之說即此也如是斡旋
只須片晌自得遍體溫和正如鼎已起煙不必再求夫氣
然此究非出于自然乃不得已而一用之以為補救否則
命寶不宜輕弄張子戒之詳矣總之吾人性命之學全在
防意如城故文王演坤之六三繫以含章可貞之辭也
右第二十一章此承上章發明補救之法○愚按上文

勸世第十三

吾因度世丹衷

熱不惱憂心

吾世尋以為

直指生處

惜不君如惠

吾身傳示

神人不後

墨說

鑿破立元竅衝開混沌關

第十九章為自然沐浴之正此二章教以補救差失之
方白子所以有運用抽添之說也

立元竅者即指一孔之立象也鑿破云者即指七竅歸根
之一竅到此豁然頓開遂爾洞見本來真一根乎萬象之
先貫透色身內外至虛至無至妙至立但覺杳杳冥冥非
尺寸之所可量浩浩蕩蕩非涯岸之所可拘其大無外其
小無內大包天地細入毫芒上無復色下無復淵一物圓
成千古顯露是乃一統七竅立關大開之時也混沌關者

言中道理載大
易正位居體是
玄冥子午中道
堪定之先回祖
愛身保身安樂
產而源一氣出
懷安任之安先
一福如自為福也
人歸視以諸精

言此時氣已旺盛陽神獨處天谷之中得氣來朝亦復渾
渾噩噩如在混沌關頭塊如一卵衝開云者言到此地位
藥力已足火力已全至大至剛不容潛伏我之谷神已自
得見玄元真竅頓自衝開遂爾黃中通理正位居體其氣
即貫乎天地其神即統乎法身第覺雷轟電掣撼動乾坤
旋即百觚聳然三關透徹遍體純陽身如火熱此真景象
非譬喻也上句是銷釋從前滌慮洗心搏七歸一之苦况
到此即一以歸根下句遂直指金丹大道即一以統七以
直養而無害老子所謂歸根曰靜靜曰復命到此而元命

柳運心腎水日

隔如何人

先後天之
分別在此

運三三之三

符分道月

板下系陽

此以是先天

字後太

服此獨性

定意後意

方為全復矣總之在後天為身心工夫須由動以歸靜以
還我先天及還到先天為性命工夫自然靜極而動有或
躍在淵之象苟非夙夜基命宥密者曷克臻此
但知烹水火一任虎龍蟠

烹水火即是溫養說在下章虎本喻身今喻氣龍本喻心
今喻神言到此地位玄竅已破不必伏處色身潛修然元
性未復正如乾交外卦九四爻象孔子所謂上下无常進
退无恆言上不能參天下不能兩地進未能合道退未足
保身正凝而未定之時止可括囊內守溫養聖功如山下

此是本意

此是珠璣

道在恒久
而不已

此是障一且去

此是障一且去

此是障一且去

此是障一且去

此是障一且去

初出之泉為蒙君子以果行育德養其定以為水也如山
下初發之火為賁君子以明庶政而无敢折獄養其慧以
為火也以如是為烹調必從事以有終而弗敢告成也故
我述天仙心傳之圓訣而曰三才卯守黃是福田我處其
中混化坤乾是仍以神氣混凝于誠一不貳之中性命包
藏于虛無自然之竅任龍虎之相蟠待風雲之際會方可
以冀夫丹成也
林謹記吾師嘗語人曰欲求金丹至要請
體周易之乾坤則道備矣林嘗讀坤之上
六與乾之上九而悟採取之道讀乾之初九以參坤之初
六而知凝結之道讀九二以參六二而知烹鍊之道讀九
三以參六三而知沐浴之道讀九四以參六四而見分胎
即須溫養之道讀六五以參九五而得丹成之道復讀上

精神魂魄意化作紫金霜

精藏于腎腎氣全則精安腎臟而人智神藏于心心氣全
則神安心臟而人禮魂藏于肝肝氣全則魂安肝臟而人
仁魄藏于肺肺氣全則魄安肺臟而人義意藏于脾脾氣
全則意安脾臟而人信是五臟各秉一氣各具一德有如
此若人能意誠心正則五氣皆全而各安本藏其五德亦
全此聖門一以貫之而退藏于密之道即是丹家攢簇五
行而歸藏一竅之法五氣會一可以凝結成神神即丹也
全真之所謂丹即孔門之所謂仁也猶果核之有仁是也

曰紫者。以金丹初由水火合成。水黑火赤。相間成紫。故關尹子望見老子之氣爲紫氣。此不曰丹而曰霜者。恐人泥字。誤作顆粒之見。積想成幻。身中必成氣痞之症。大是誤事。故以零露所結之霜爲喻。以明跡之可見。搏之不得。乃是虛空粉碎之象。形容金丹于無相中生。實相之妙。故曰紫金霜也。讀此二章。益足徵人之脩養。與天地同功。何則。天垂象以覆物者也。天惟養其無象。故象益高明。常覆萬物于無窮。地凝體以載物者也。地惟養其無體。故體益博厚。常載萬物而無洩。人寓形以成物者也。人能養其無

六上九以參用九。用六遂得了悟生死脫化之道。故周公繫辭使人玩其占。孔子翼以象象。文言以闡其微妙。正可觀象知變。玩辭知占也。歟。附述讀易之義如此。

右第二十二章。此承上章言沐浴既足。有自然分胎之道。卽白子所謂以移神爲換鼎是也。其實分無可分。移無可移者。不過知見擴而天人。不隔神氣充而物我無間。但須溫養純熟。乃見丹成。然而溫養之功。有難于尅期告成者。此在其人平時慎獨之純否。以證其遲速耳。娑竭水中火。崑崙山上波。誰能知運用。大意要黃婆。

娑竭水中。指海底。崑崙山上。指山巔。此二句似與二十一

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

章首次兩句相同。但前以飛運二字為色身內補救之法。取其卽至。此時神已正位凝命。氣已內外透徹。但知天下有娑竭之海水。吾之慧命藏其中。有崑崙之山頭。吾之定性宅乎此。無有東西遠近。亦無水火升降。一任浩然之正氣。自為流行。萬物並育。以為溫養之聖功。其運用較未開關時。大不相同。只要一箇大意篤信謹守。勿任飛揚浮躁。使體常舒泰。和光同塵。自可望元性之來復也。紫賢薛子有歌曰。水真水。火真火。依前應候運。周天調和鍊盡長生寶。此可以知運用矣。

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

太上經云此乃法身
動靜交養之道是為
溫養之法

右第二十三章。此承上章。切指溫養持盈之道。

藥取先天炁。火尋太乙精。能知藥取火。定裏見丹成。

藥指精神魂魄意五者之氣。五氣一貫而朝元。結成太素。

氤氲之元神。體中乃有純陽之氣。是為先天氣。火指精氣。

神三品之華。三華齊化而聚頂。內凝太乙含真之氣。心中。

乃得有純陰之精。是為太乙精。我同門瞿君謂春秋合誠。

圖。北極五星在紫微宮。紫微天帝室。太乙之精也。其位與。

天乙近而稍南。正當人之巔頂。故能應感直注人心。其理。

確有可據。是即人之初生。陰陽結太元之所由來也。愚又。

核之第七十章。稱此際所得者。謂爲天地髓。天地卽太極也。則太乙之本于太極。卽鶴臞子所述杳杳冥冥太極流精是也。然太極不可見。故以其主乎天之太乙以況之。是紫微宮太乙之精。卽太極所流之精也。明矣。其謂之天地髓也。亦宜。然此且不必具論。總之人與天氣本來貫通脩養到此。常以五者朝元之真氣。凝合三華聚頂之元神。綿綿若存。灰心冥冥。自然得我元性來復。卽是尋取太乙之精。以爲火採取先天之氣。以爲藥。火以鍊藥。定裏丹成。白子所謂可以無心會。不可以有心求者也。故紫賢薛子有

可免其害乎
後至之學徒亦
免轉迴以爲
微工夫答曰
微工夫竟何
微收神靜中
常利夫不至
之所失由靜
以之曰左靜
曰常者夫也

還源篇

達道如海所天
形而上正言身
其未後之所
刻不惟牙
擇去迷而
其迷世中
至性少於天
其何是
擇其是
其嘆男子

鍊沐浴以及分胎溫養之處。不能不假譬喻以立言。又不得不作分別以明辨。誠恐後人執其文以泥夫象。以爲有形有爲。而不能頓悟。卽或悟得真確。尙恐以爲二者並用。着意于往復升降之煩。而不知其一貫。卽知一貫。猶恐其鍊到谷神之後。尙有身內身外之見。而不悟夫真體原兼色法爲一身。本自內外透徹也。故下文復申明二十四章以發明上文之正旨。其文雖間有借物取譬之句。然其處處闢除疑竇。章章闡發真詮。唱嘆餘音。意在言外。其味深長。當熟玩之。

將如神
一偏不後中
中又正
其生
司以心
答曰
之難
易存
心分
至方

元氣如何服真精不用移。真精與元氣。此是大丹基。言我身中所產之氣。乃無形之元氣。不比食物有形。可講如何服法。我心中所產之精。乃無質之真精。不比外物堅重。是以不用移得。但能知藥取火。則知藥卽是火。火卽是藥。真精與元氣。一而二。二而一者也。其足爲大丹基也明矣。

右第二十五章。此總承上二十四章。申明丹基止此精氣二物。合而爲一。並不更須外求者也。

儒家明性理。釋氏打頑空。不識神仙術。金丹頃刻功。

右第二十六章。此承上文。嘆世人不知合精氣以爲丹。

慨然廣發婆心。棒喝三教門人。冀其探三聖之心。傳行道同術。普度天下人也。

偃月鑪卽指人身之中。堪以安鑪烹鍊之所。不必拘求部

位也。朱砂喻心象曰鼎者。喻人心本虛。堪以容物烹調之。

義龜蛇。已見第四章。此特發明首章之意。而言身心中之

鉛汞原本于陰陽之真一。都係產于先天。只要人自致虛。

守靜以觀其復。不用外求者也。故紫賢薛子有歌曰。偃月。

鑪朱砂鼎須知抱一守冲和
不管透關投玉井
夫薛子石

曰現心證悟現法
 靜人本堂二二二
 稽生通前
 心也他不能見
 耳得超然空佛地

此經云云隱微
 強觀日月星辰
 蓋如現其象而現
 不外現其象而現
 而物何現之象
 有通一象而心
 不識其象而心
 終如地位不何此
 於手如是象而
 於觀於手如是

子之徒也。蓋得此章正傳真訣而有此歌也。

右第二十七章發明鑪鼎藥火皆備于我有生之初。嘆惜世人之不明而不行也。

朔望尋弦晦。抽添象缺圓。不知真造化。何物是真鉛。

朔望弦晦。盈虛消息之象也。尋轉也不作覓字解。抽者因其盈而損之。添者因其虛而益之。皆出于自然者也。自無生有謂之造。即有還無謂之化。取法乎自然者也。言丹道取法乎自然。人身自有動定。氣機自有伏躍。如天上之月自有朔望弦晦。因其圓缺。以為抽添。斷無匝月持盈之勢。

此經云云
 而不假現行
 二不待其未
 其夫何而何
 曰何見其
 此何見其
 此何見其

此經云云
 而不假現行
 二不待其未
 其夫何而何
 曰何見其
 此何見其
 此何見其

倘不知盈虛消息為造化之真機。而當上弦之後。朔晦以前。于日晡之時。欲求月出。庚方必不可得。以明鍊丹者。未得藥時。但當抱清靜。以為體守真鉛。而為用。若未遇癸生之初。斷不得見。縱向身中搜遍。究有何物。可是真鉛。此乃發明第二章採取要知時之義。

右第二十八章上章既明藥物之出處。此章指明藥物之生時。以冀人人能知而能行也。

氣是形中命。心為性內神。能知神氣穴。即是得仙人。

形即身也。身資命。命帶真氣。以生故。以氣為形中之命。心乃

渡回光不肖而
心即自久
神解方見自
然不証其非
多現著於
証由轉上觀心
學實以生之
精補弊即露
主冥實如泰

性。天。元。神。所。舍。故。以。心。為。性。內。之。神。言。心。即。神。之。室。也。總
之。性。命。為。身。心。之。根。神。氣。乃。身。心。所。發。則。知。心。身。為。性。命。
所。憑。心。身。即。是。神。氣。之。穴。靈。敏。之。士。得。此。真。穴。集。而。藏。之。
即。是。基。命。宥。密。矣。若。不。知。此。從。何。下。手。脩。鍊。成。仙。
右。第。二。十。九。章。此。復。發。明。身。心。性。命。之。功。惟。憑。神。氣。為
用。冀。人。頓。悟。歸。復。之。法。以。還。其。源。也。

木髓烹金鼎

木。以。喻。性。性。憑。于。心。心。中。一。點。真。精。原。自。性。根。生。出。即。是
我。之。元。精。譬。如。木。之。有。髓。故。曰。木。髓。是。點。明。汞。之。源。也。金

東方有青鳥不
生星漸茫
之空自惚欺人
吁大正出深密
言一亦一亦一
好志中亦實即
實以是為夫起
王吾有廣大重
慧子弟嬌娜
法座深實說法

為。先。天。乾。德。先。天。心。本。屬。乾。故。喻。心。曰。金。心。為。性。所。憑。性
無。有。不。善。故。寓。于。心。能。具。眾。理。以。應。萬。事。譬。如。冶。金。成。鼎。
能。調。水。火。以。烹。五。味。故。曰。金。鼎。言。心。本。至。清。當。外。物。不。交
之。時。尚。無。疵。累。故。其。精。髓。可。鍊。成。神。祇。因。有。身。以。來。未。經
烹。鍊。感。物。欲。而。外。馳。遂。勞。其。心。反。為。形。役。今。欲。鍊。丹。安。望
其。能。凝。精。成。汞。故。必。先。明。正。令。以。清。靜。心。烹。鍊。明。淨。方。完。
本。性。原。神。一。遇。鉛。生。即。產。真。汞。凝。鍊。成。神。故。喻。之。曰。木。髓。
烹。金。鼎。

泉流注玉鑪

中陰止而家
遂就日積月累
心可身亦立龍
賦得靈子多斯
妙手眼理胎
下是外功內功
人目生後是
金丹在陽左
轉主理本用

泉者水。尚在山未出之稱。以喻我命。命依夫身。身中一點真氣。原從命蒂生來。卽是我之元氣。譬如流之有源。故曰泉流。是點明鉛之源也。玉韞先天坤體。先天身本屬坤。故喻身爲玉。身爲命所憑。命無有不旺。故依于身。每到子半。一陽自動。譬如琢玉成鑪。其中有火。暖氣更溫。故曰玉鑪。言身本至靜。當外物未接之時。原無疾病。資此胎息。運以長成。祇緣接物之後。不復脊注。遂動蕩夫氣機。致流爲精。而有滲漏。今欲鍊丹。此氣尙嫌其濁。必先堅持正念。帥氣歸集于身中。澄注清潔。方得先天一氣自然發動。鍊汞成

丹經云。自然之所
爲。今此以邪偽
道。又其眼。前見光
以散光。此以邪眼
以龍精。之充心。充
不屬內外。若色目
望見。以爲靈氣。人
以爲海。深久之
一而難。清之。有
生。死。了。大。一。之。回

神。故喻之曰。泉流注玉鑪。
誰將三百日。漫漫著工夫。

言天下熙熙。誰肯思量生死大事。將自己心身中精氣。如此正本清源。炮製得如金如玉。乘時配合。着下三百日工夫。勿忘勿助。漫漫行持耶。

右第三十章。此因上章已將神氣根由。發露詳明。似可頓悟還源。其有未悟者。蓋緣向來習染已深。神昏氣濁。當下靈關不透。不能徹底承當。故復教以振刷精神。配製剛潔。待時下手。進火用工也。

光復精神
息心靜神
居於氣中
人欲其不
乃吸之多
我以此神
性德其
佛行于其
佛行于其

玉鼎烹鉛液

鼎喻神室。室中主人得如上章脩鍊清明。則神已縝密。如玉。故曰玉鼎。俄而鉛氣到來。即發汞火烹調。遂成神水。故曰玉鼎烹鉛液。

金鑪養汞精

鑪喻氣海。海中正氣得如上章澄注清潔。則氣自堅凝。如金。故曰金鑪。氣產必遇汞精。自然兼而長養。遂入華池。故曰金鑪養汞精。

九還為九轉溫養象周星

九還即為九轉。義見第六章。以言採取得法。即是烹鍊交結之道。象周星者。猶夫周天星斗。以定四時晨昏之有準。悉本乎天行之健。自然隨樞運轉而不忒。此言沐浴溫養。皆當取法者也。此章大旨。發明神即是火。氣即是藥。火見藥。則猛烹藥得火。即堅凝。遂成還丹。日烹日養。言自交結而烹鍊。即用乾道之靜專。以直養至沐浴。分胎溫養丹成而已。

屋外然行
我不若此
明而收不
此而之
大子
相若相
觀世
人灯一
本只

白子所謂
神疑則氣
聚氣聚則
丹成是也

右第三十一章。此承上章。言振攝精神之後。時來輻湊。

即可凝鍊作丹。并指示藥火端的。令人曉然于九還之。

說而無疑也。

玉液滋神室。金胎結氣樞。只尋身內藥。不用檢丹書。

玉液指心氣。金胎指鉛心氣足而爲神。方能烹鍊作丹。故必先養我心氣。以滋神室。則遇鉛卽渾一而成胎。胎氣結成。則通體氣機。如周天運度之隨順天樞。皆無妄行矣。是神卽氣樞也。神能常凝氣。無不聚。總是身內之藥。只可向身中求之。歷代丹書。亦不過明其大旨。教人內自脩省。不用檢閱也。

右第三十二章。此言交結之正法。

何明便者。不取大仙。人沙。等句。要定。此。便。神。氣。結。成。此。法。直。捷。要。乘。宗。旨。一。超。直。入。工。友。迴。光。以。卽。他。日。身。後。

明白竟不結現

左也。必以通我

說。出。本。沙。等

修。者。信。心。六

大。洩。天。机。多

沙。等。此。行

去。不。期。效。而

自。效。子。生。氣

學。方。實。事。得

火。棗。原。無。核。交。梨。豈。有。渣。終。朝。行。火。候。神。水。灌。金。花。

棗曰火棗。以喻烹鉛成丹之真汞。梨曰交梨。以喻汞鉛渾一之丹頭。神水。義見第四章。金花。卽華池也。言神無核氣。無渣。只要終朝靜虛。動直。養其無形。自然凝神入氣。穴。卽首章所云鉛汞成其體之道。成于自然者也。老子所謂勇于不敢。則活是也。紫賢薛子有歌曰。真交梨。真火棗。交梨吃後。四肢雅。火棗吞時。萬劫飽。不信然乎。

右第三十三章。此言烹鍊之正法。下章遂言鍊氣存神者之誤。而嘆其未明上品正訣之妙也。

本不是人
日東以又
此野狐禪
爲了了
何以強
上善提
到家答白本
未語家只因
自人迷惑

鍊氣徒施力存神枉用功。豈知丹訣妙鎮日翫真空。

翫者如大鵬之飛九萬里而息六月。總不出乎天外也。真空者謂神實氣虛。我以神入氣穴。則觀空之見與所空之境一。并埽却而全體通透。內外一真空也。曰翫真空者。卽海蟾翁所謂照體長生。空不空。靈鑑涵天容。萬物是也。言人之正氣。只宜養而無所爲。鍊故專任其周行。則清空而無礙。而乃有鍊氣者。若非搬運。卽是閉息。殊不知閉息搬運。法家于行持符秘中。假所空之境。蓄以布氣。似覺得力。是因有所用而鍊之也。若真氣正自周流。而人復鍊之。是

力此以鍊
千程幾途
跋涉其
左支下
衣中珠
自己
迴光
那善
京商
好叢林不用

錮其氣矣。錮其氣便窒滯而不通。勢必于寢臥不覺時。仍自吹出。徒然施力勞而無功。是丹家別品。尙着于所空之境。未明內外一貫者之誤也。再人之元神只宜安而無所爲。存故常退藏于密斯。真實而不虛。而乃有存神者。若非注想。卽爲默朝。殊不知注想默朝。常人于祭祀鬼神時。假觀空之見。致其精虔。自得感通。是因有所注而存之也。若丹神正自寂定。而人復存之。是自擾其神。擾其神便惛怪而不安。勢必向遊思妄想處。茫然馳去。枉用工夫。反不得力。是釋氏二乘尙泥于觀空之見。未能人法兩忘者之誤。

出家即此是
蘭若我此法
心傳却是超
直入工夫神
保本修行力
聚散開宏光
三傳是又不
希罕勞勞涉
根勞之亦生

也。陳泥丸翠虛吟中列指其弊。皆因未明真一正訣。以致徒勞枉作。滋弊無窮。夫豈知上品丹訣之妙。早將觀空之見。與所空之境。一齊空却。故得真空。無礙神自藏于密。而養其無形。氣自充乎虛。而會其有極。凡于活子時交正之後。以迄活子時交初以前。鎮日凝靜。以行止坐臥為火候。日出而作。如鵬之飛。向晦而息。如鵬之息。饑來吃飯。倦來便眠。事至順應。客去靜虛。萬物不能撓我之無識。天地不能役我之無形。一任周流乎六氣。我獨含萬有於一誠。是即上章所云終朝行火候。此章所謂鎮日翫真空之妙訣。

也。而何事鍊氣存神之徒。勞枉作乎哉。

中仙小神身
神子領一
曰性性字入子名
曰性字就常字不
了先性性探引常
之性命通方心微
性下此命不無
命此性不了故

右第三十四章。此承上章而言。命寶不宜輕弄。只是藏氣于氣而不測。藏神于神而不知。故不滯于空。亦不滯于無。如水中魚。悠揚自得。物來則介。然以順應物去。則廓然而大公。渾然而獨存。可也。此即沐浴之正法。人能如是。更何危險之可慮耶。

欲鍊先天氣。先乾活水銀。聖胎如結就。破頂見雷鳴。

活水銀者。即未鍊之汞。指我心中一點陰精。初時未遇鉛烹。尚如水銀之活。而難制。破頂者。即二十二章鑿破衝開。

易云窮理盡

性之在命

闡微

異

者性罷了又何

以至於命不

窮到極處

此為始於

見也

可以殺人生殺

此為始於

此為始於

之義言所以寶我心中之陰精者以其遇我身中陽氣彼能捉住烹鍊耳。但精尚屬陰如水銀之活而易汨安望其能聚氣成神則欲鍊先天氣者必先于平居戒慎恐懼堅持其志由慎獨而退藏于密是本清靜以為體守鉛汞以為用及至癸生矢我剛健篤實之力擒此猖狂如龍之陰精迎捉猙獰惡如虎之陽氣扭住死關一路衝上兜轉頭來即自歡合無間爾時我之陰精向來惡其易汨喻之為活水銀者其水已被陽氣吸乾凝結成神同歸于無形竅內是為玄牝白子所謂兩箇泥牛鬪入海至今消息總茫然

大言奇矣

惟手答曰

此惟在修

此曰如是活

何者擬議

不能為修

子而子者

如子則把持

也。然此言其丹頭初結如是而此後元命元性之來復亦莫不基此宥密以為功。即平時身中真氣頻頻而至亦惟此不神之神妙合而凝于無何有之中者也。如此日復日夜復夜不必計日月之程聖胎自然結就一旦破開竅頂即是玄牝之門第覺此身已坐天上但見空中雷鳴電掣。為振地驚天旋即百脈俱停三關爽透從此身如火熱遍體不純陽宿病全銷更無夢寐前輩尊此復命謂為是我先天靈寶元命真人來復。於復性謂為先天太極道德真人來復。及至鍊虛合道謂是我先天無極元始一炁來復顯然

以不現其相

闡微

第七

以三清演化之天尊為一炁流行之真體其說固確有妙

理然愚竊以謂鍊丹之道初以復氣復神為進步繼即揭

復命復性合元為盡功以闡發返本還源之本旨更覺親

切而不浮故不必步步稱引尊號並非敢撇去先輩成說

故下文遂言混化一法教人溫養成丹也

然而金液尚未還也此時身內功夫更大段着力不得

上不在天下不在田中不在人之際丹家雖稱為還丹
然而金液尚未還也此時身內功夫更大段着力不得
故下文遂言混化一法教人溫養成丹也

氣產非關腎神居不在心氣神難捉摸化作一團金

一團金者不自分別其五氣三華內外動定色法等見只

定以清靜心養其無形太乙救苦經云天氣歸一身皆成

自然神自然有別體本在空洞中空洞迹非迹遍體皆虛

空第一委氣立第二順氣生第三成萬法第四生光明是

也此承上章而言生身時初委于身中之氣原由寄宮虛

谷而還于應谷非干于腎陰精所化之神只因寄宮應谷

順氣周旋而返于天谷不在于心然此猶是色身內捉摸

之處並未顯現法身茲兼色法混化以為溫養工夫要知

氣產非關腎神居不在心氣神難捉摸化作一團金

一團金者不自分別其五氣三華內外動定色法等見只

定以清靜心養其無形太乙救苦經云天氣歸一身皆成

自然神自然有別體本在空洞中空洞迹非迹遍體皆虛

空第一委氣立第二順氣生第三成萬法第四生光明是

還源篇

賞雲山房

現樣造此希

新活潑之不老

即身即心即身

之在孔徑妙神

獻瑞寶璽當

快平生之了多

耳目神志方得

結果一箇光

闡微

吳

神本無方而氣本無體故藏于密者謂之神充乎虛者謂之氣氣神交感只在空洞洞中無迹可迹第覺恍惚裏相逢即于杳冥中有變若欲尋時斷難捉摸但于靜虛動直之間一閃火燄飛播虛空直是一團金光遍體透澈用之則真神顯現舍之即藏于如如不動中矣此真景象非譬喻也

右第三十六章此承上章通下五章皆以發明溫養之正法

一竅名玄牝中藏氣與神有誰知此竅更莫外尋真

說息恍即美

恍惚何如神

恍惚意馳意

遠正身公微而

身如素水如

不約平而如

神丹未通人

能是微者道

還源篇

此章發明生身受氣之初所成一孔之竅前輩名為玄牝者只由我能清靜七竅歸根中有精氣還返凝鍊成神竅能藏之故名玄牝然大要只因爾時恰好一个真正念頭動處得以片晌凝結者故白子則以念頭動處為玄牝也師云氣產于幽淵而成神故曰玄即離中之真陰實心中之陰精得氣一凝而完我之天性也氣賴神翕受而化為神水故曰牝即坎中之真陽實身中之陽氣與氣交并而完我本命也氣精混合于一竅即名玄牝人誰知之如有能知此竅之所以名玄牝者則是只此一念實此外即非

還源篇

賞雲山房

真何須更向外求哉。紫賢薛子有歌曰：真玄牝，真玄牝，玄牝都來共一竅，不在口鼻并心腎。是爲此章發明純陽子則曰：窮取生身受氣初，莫怪天機都洩盡。語更明顯矣。

右第三十七章此言一竅之所以名爲玄牝也。

胃非神室，膀胱乃腎餘。勸君休執泥，此不是丹梯。

言脾胃乃貯穀氣之所，並非神室，不可閉阻致難運化。膀胱只是腎餘收貯水濁，不可誤認陽精泛入河車。丹道階梯全不在此，休得執泥也。

右第三十八章。此因上章戒以外尋恐人內覓故復言。

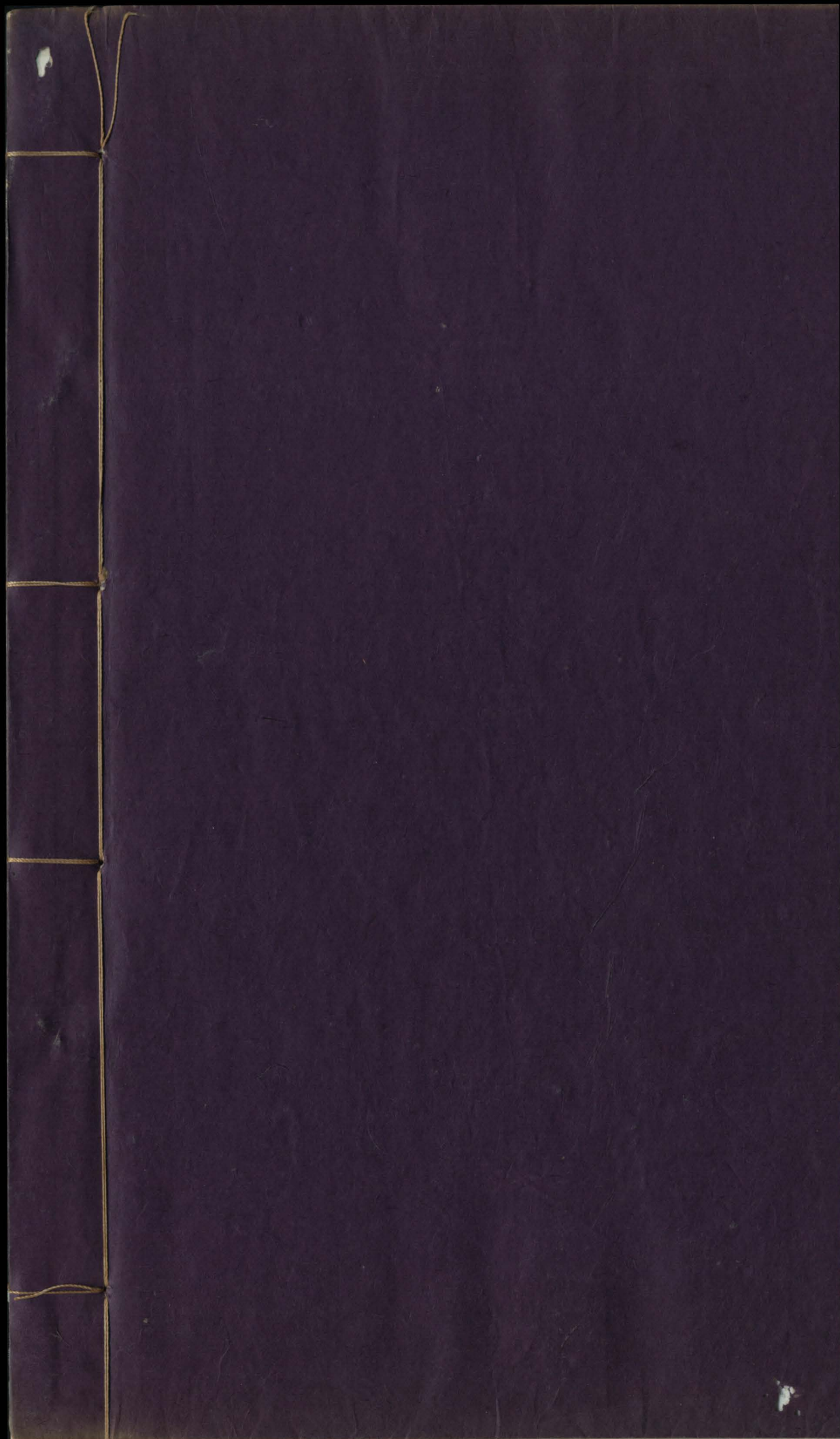
此教人只管養其無形乃真正階梯也。

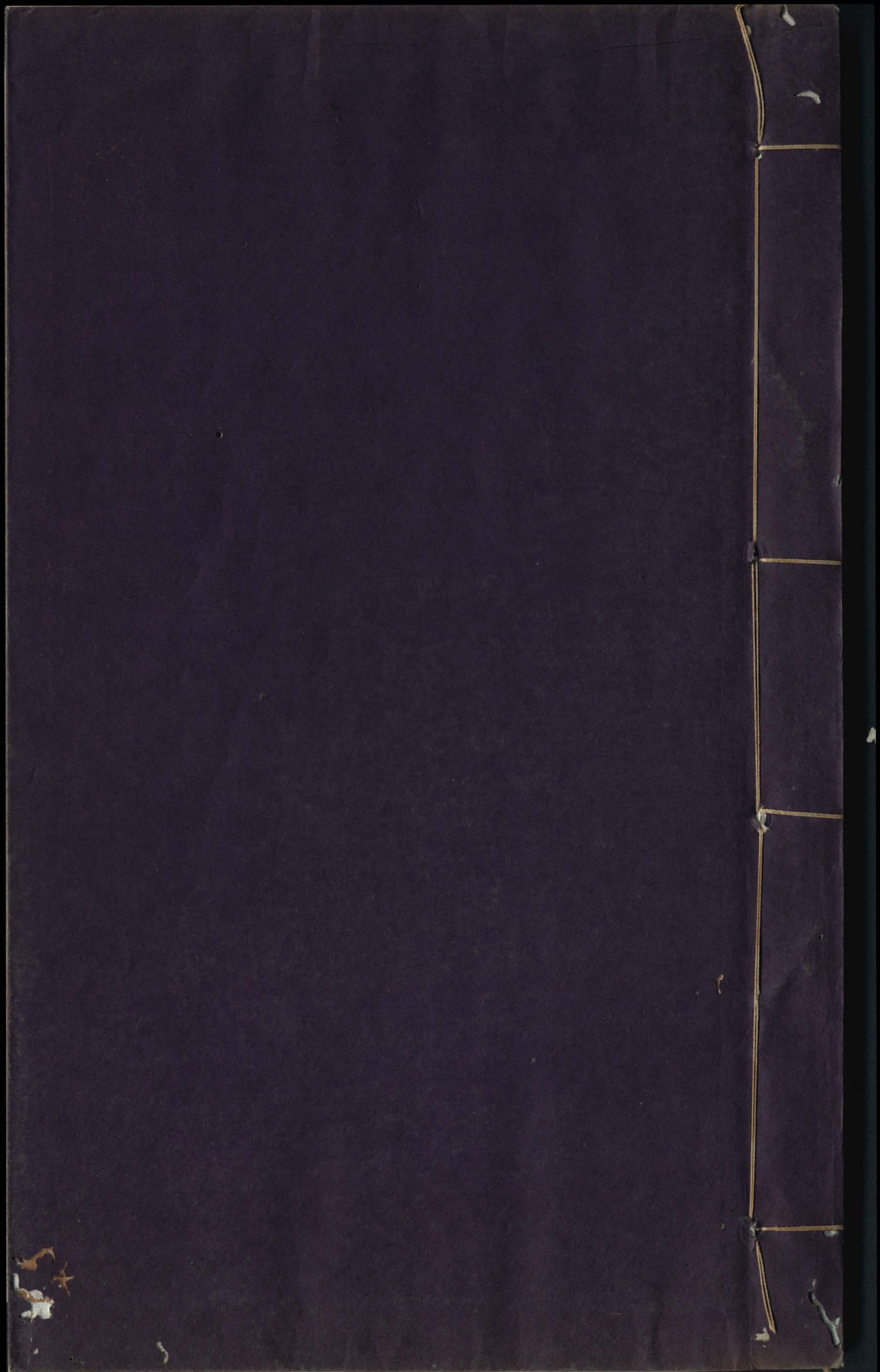
內景詩千首。中黃酒一尊。逍遙無物累。身外有乾坤。

內景者。色身內之景象也。中黃者。天倪中之黃庭也。身外有乾坤者。乃一統七竅之光明。頓然破頂之後。得見色身內外。透有一个金光全體。是我先天乾坤浩氣結成。其大無外。其小無內。貫我色身。亦在其中。故指乾坤合成之體。爲身外身也。言此時身內之景。不可捉摸。天中之黃。又不

宜過縱故酒則一尊而毋多則是神氣仍逍遙于法體之中雖此色身作九萬里之飛六月之息一任翱翔皆不出乎法界之外更無物欲可累其神此內外交養之道張子所謂內通外亦須通是也

右第三十九章此因上兩章既將內外掃除點清此時正須內外交養只要陶情淑性正是養我浩然則凡禮儀三百威儀三千皆聖人所以陶鎔乎天地之中和俾各得性情之正要皆本諸無聲之樂無體之禮從容中道上下與天地同流夫豈尙有外物能累其神哉







烏兔相煎。煮龜蛇。自繞纏。化成丹一粒。溫養作胎仙。

烏本日魂。以喻此時之性。兔乃月魄。以喻此時之情。相煎煮者。謂性以攝情。情卽率性。有水火既濟之象。龜善伏藏。以喻神。蛇善蟠旋。以喻氣。自繞纏者。謂神馭夫氣。氣自養神。有陰陽蟠旋之狀。此因上章教人陶情淑性。可以飲酒賦詩。尙恐學人拘泥于身心內外之見。故復教以儘管忘形。則性情借陶鑄。爲煎煮。氣神卽動定。爲繞纏。自然混化成丹一粒。其大無外。其小無內。智周萬物。神化無方。渾太極而常存。陳泥丸所謂捉烏兔爲藥材。把太虛爲鑪鼎。正

是復性合元之道。紫賢薛子有歌曰：烏無形，兔無影，烏兔只是日月精。烏兔交時，天地永。又歌曰：龜無象，蛇無跡，龜蛇只是陰陽形。二氣交會混爲一，皆以喻夫性情神氣其爲道也。屢遷必須混化，圓成養其一點丹心，隨機運變動。靜咸宜合內外以爲體，不可着于一偏而尋求也。

右第四十章。此承上章發明此時陰陽神氣變動不居，亦無內外之分。舉凡明爲禮樂，幽爲鬼神，總歸于我之情。陶性淑以溫養，其化機馴致乎無聲無臭而丹成矣。萬物生皆死，元神死復生，以神歸氣穴，丹道自然成。

神卽元神氣，乃無極元陽之真氣。言人能如是善養，似可長生不死，快活逍遙，何必更望丹成，成仙作祖。蓋觀盈天地間萬物，有生皆有死，卽我陽神元命從前亦曾死去者。今雖得訣來復而生，此後終難保其不復死去。如此溫養終非究竟了當之局。此際自須更進一層，必俟溫養圓成，方可得手。何則？蓋吾之神氣自開闢竅以來，一味直養無害，已塞天地而貫三清。只候我完太極于虛無自然之中，再發起一點先天無極元陽真氣，我卽凝定如初，卽是神歸氣穴。一任掀地翻天，固結不解。如是片晌工夫，陽神已

此是自然
效驗未得
勿憂得之
勿驕行所
無事常應
常靜而已

溫養要訣
切須著眼

得元氣貫注。遂爾現形。可以飛昇變化。可以寂定安居。論其體質。則耳聞九天。目視萬里。不食不餒。飲酒不醉。口能乾汞。腹可蒸餅。論其應用。則身有光明。萬神朝禮。可以役使雷霆。開晴降雨。鬼妖見而喪魄。精怪遇而亡形。仍自對影無心。如如不動。包羅萬象。溫養元神。自然與天地合德。日月合明。是為合元。元神成就。待時脫化。與道合真。斯乃道德經所謂功成事遂。百姓皆謂我自然。夫豈知我徹始徹終工夫。却不外乎養其無形。則神歸氣穴之一訣。非真正聰明。睿智神武。而不殺者。其孰能與於斯。此為金液鍊。

形之法。故陽神得以現形也。

右第四十一章。此通上五章。皆以發明溫養成丹。究竟不假作為。只等元神真性來復。憑我陽神靜定。克壯其猷而已矣。此下七章。皆為破疑而作。並非另有工夫。閱者當自知之。

神氣歸根處。身心復命時。這般真孔竅。料得少人知。

神氣已見上章。根天地根也。即我之元性也。命元命也。言到此地位。方是歸根復命之時。猶恐世人不知歸復者之為何物。故特點清神氣心身四字。不復借物取譬。以明神。

氣歸根之處卽是身心復命之時。皆性之德也。合內外之道也。故時措之宜也。非由外爍我也。教人不必另尋孔竅。卽此七竅歸根之一竅。一竅復返其真空。便是真孔竅也。白子所謂以返本還源爲真空。其實只是人能虛心。道自歸之。老子所謂天地悉皆歸。孔子所謂天下歸仁焉。夫豈別有孔竅之可見也哉。

右第四十二章。此特發明歸復之竅。令人釋然。故白子以歸根復命爲丹成是也。

身裏有玄牝。心中無垢塵。不知誰解識。一竅內涵真。

採取交結
烹鍊要訣
只此簡捷

言未得訣時。身裏未有玄牝。故須向心中力洗垢塵。及至洗滌功深。一得真訣。但得正令一至。登時鉛汞齊來。不待心思計慮。卽自退藏于密。從此神居天谷。氣返絳宮。是爲玄牝。而今身裏既有玄牝。則神自肫肫。氣自淵淵。心中絕無垢塵。更無事乎洗滌。如此空空蕩蕩境界。真是浩浩其天。不知者誰能解識。只因我神與氣已并成一個正念。混藏于一竅之中。涵養天真。更無外擾。此心亦自成一片靈臺。垢塵無從着跡也。此教人以不必逃世避俗。而居塵自可出塵。總之易簡工夫。可久可大。白子所謂勤而不遇。必

遇至人。一得真訣。則好惡胥捐。而事物到前。權衡悉當。此中有主。萬物自不能役我也。

右第四十三章。特筆發明得訣成丹。則妄念自滅。教人不必畏難而苟安。其言懇切極矣。

離坎真龍虎。乾坤正馬牛。人人皆具足。因甚不知脩。

離喻後天。心心有陰精而無制。故如龍之猖狂。坎喻後天。身身有陽氣而無歸。故如虎之猙獰。茲以離坎謂爲真龍。虎尚須擒伏者也。乾喻先天。心孔子說卦象之爲良馬。坤喻先天。身說卦象之爲子母牛。茲以乾坤謂爲正馬牛。是

皆馴良者也。人之脩丹。原不過鍊去後天身心之頑劣。化完先天性命之馴良。人人具有身心。人人秉有天性。因甚而不知脩。是皆未得真訣。不知先藏其神于一竅之中。以致魂魄不安于肝肺。皆越俎而代庖。作惡作好。以逞其喜怒。日流污下。而不知返還。良可歎也。下章遂明言陶鑄魂魄之法。

右第四十四章。此承各上章。言人人皆具仙材。勉人進脩之意。

魂魄爲心主。精神以意包。如如行火候。默默運初爻。

心爲神室
獨處之則
動靜咸宜

魂魄安居
於肝肺猶
周召之股

意者心之所發卽我之念頭動處也以意包者念茲在茲
包藏于密之義也如如云者纔得動念便如印圈契約卽
自退藏之象也默默云者如機務之宜主帥獨謀諸幃幄
不使旁叅外議以况人之團練精神以復命只此一意主
持于密不許魂魄爲主之義也初爻者卽念頭初動處也
言丹道以精神魂魄意爲藥材而魂魄本藏于肝肺並非
心主心中原自有正神泰然安居以靜鎮百骸且莫不從
令有時發而爲意卽是正念之初動篤信謹守足以團聚
夫精氣故魂魄亦伏藏于正位俾我居仁由義養其德力

朕王室

心無主則
魂魄攘攘
有奸有惡
而忿欲以
興

却足滋長我精神只因生身以後心接于物而不克凝靜
神遂流而爲氣氣亦流而爲精以致氣實神虛心中無主
無以坐鎮夫官骸魂魄亦不安居于本臟反欲播弄夫精
神而爲心之主夫魂木離肝而居心則火發而性受尅魄
金離肺而居心則被鑠而情以流以致魂失其仁而反逞
夫忿魄違乎義而遂肆其欲從此忿憶恐懼好惡憂患憧
擾于中而猝難懲窒實由于神不守舍而魂魄得攘其權
以爲心主也故修鍊之士知魂魄之不可以爲心主也必
先團練夫精神堅持夫正念正念凝而心腎自交精神卽

包藏于意中而不散。魂魄亦戀精神而同歸于意中。是卽攢簇齊全。正念卽權爲心主。念茲在茲。如如不動。以行清靜自然之火候。俄覺一陽來復。默默運起。周天魂魄自不能妄參識見。陽氣更無所搖蕩。逕自上衝與神交會。正念亦混合而成神丹頭。于是乎結矣。此爲採取交結之要訣。與下文六十章參看。益足徵正念之不可不先立也。

右第四十五章。此承上章。憫世人之不知。而示以陶魂鑄魄。凝聚精神之正訣。

心下腎上處。肝西肺左中。非腸非胃腑。一氣自流通。

此承上章而言。默默運初。爰是運轉。此陽氣也。然究如何運法。運歸何處。尙未道破。恐人因疑生妄。則誤事非細。故復將一身中通之處指明。却又不言一竅。而謂只在心下腎上。肝西肺左之中。又非腸胃六腑。似乎在乎脾矣。而上文三十八章。又云脾胃非神室。則是身中有物之實處。皆非正氣歸復之鄉。只是此中虛無密處。等于太極大包。六合之空中。一氣自會流通。並無積滯。亦無轉運之勞。一任氣以養神。頻來頻復。積久能成遍體之陽神。人更可以恍然于一竅之說也。

右第四十六章此特發明人能虛心氣自流通之正道以闢除尋孔覓竅之疑團也。

妙用非關意真機不用時誰能知此竅且莫任無爲。

竅訣竅也密蒂也不必作孔穴解矣言此結丹之道固責成于吾之真意本清靜以爲體至于精來合氣氣卽鍊精以成神此際妙用只由精氣二物妙合而疑非關矜心作意卽如陽氣發生第二章中雖有採取要知時之說然其所謂時者只是宥密中妙覺之真機並不用鐘鳴漏滴之時刻如此先事退藏之密竅果然誰能知得則當此交結

之際正是有用用中無用未交以前只在無功功裏施功此吾之正念所當爲于無爲者不到分胎溫養時候且莫竟任無爲而落于漭蕩自失機宜焉。

右第四十七章此承各上章發明真機之至不可任其無爲失機走險所以吾人正念務要刻刻操持靜以存養正之功動必加省察之力庶無失誤萬一有失深恐諸弊叢生丹傾命險前功盡棄再鍊需時昔者南宗五祖白子以未悟悟真篇旨嘗三鍊而三傾夫固天縱之資不致生弊耳。

林向年工夫但知洗心未曉持念而退藏于密譬如逐賊竟將自家主人一并

逐去以致靜不能專動無以直遇事猶豫是此心半爲
魂魄所主而精神亦不能以意包及至辛卯年冬感蒙
我師耳邊一句不啻醍醐灌頂甘露灑心當卽迎主歸
家漸覺靜虛動直果然日用工夫頗覺省力遇事順應
亦不煩難然猶未悟先機此心終難常應常靜刻自以
踰閒爲隄防迄又三年蒙師指授此篇令自齋心退聽
及至齋無可齋妙來半箇字頓覺一齊開師固深造之
于道欲林自得之也苟非其時固嘗聽而不聞者謹附
述困學工夫如此

有物非無物無爲合有爲化權歸手內烏兔結金脂

烏兔指日月以喻天地之性情金脂者喻專氣致柔之象
如金在鎔其柔如脂卽白子所謂天地日月軟如縣陳泥
丸所謂軟如縣團硬如鐵是也言精氣爲物是有非無當

真訣著眼

其汞見鉛生而相凝鉛得汞并而直透皆屬有爲之法然
有爲之二物若任其留連轉顧彼將下流而未肯上達爲
斯不善矣但由我無爲而治之正念攝合二物之有爲先
自退藏則心無畔援而同歸于密則爲斯善矣此造化之
微權已歸于我主持者之手前後三大交關自然合法遂
可與造物者遊而柄其終始吾之性情既正則天地之性
情亦正矣子思子所以傳述中和之道純陽子所以有醫
世贊化之說也

右第四十八章此特發明正念常存之功用其盛大

如此以總結上文。四十七章之意。其下十五章教人鍊取谷神之法。自六十四章至七十章。教人鍊就陽神之道。自七十一章至七十八章。教人鍊合元神。脫化還源。義精法簡。有志進脩者。更當簡練以爲揣摩。久而純熟。自能入妙也。

虎嘯。西山上龍吟。北海東捉來。須野戰。寄在艮坤宮。

虎。本喻身之屬陰。今日虎嘯。借喻陰精之將足。龍。本喻心之屬陽。茲曰龍吟。借喻陽氣之方生。西山之上。乃先天艮位。漸至純陰之象。北海之東。乃先天震位。一陽初生之象。

野戰者。白子以謂制伏身心是也。師曰。後天方位。戊亥之交。其中有乾是陽。爲陰包。故坤之上六有龍戰于野之象。所以漢儒以乾爲野。全真先輩以戊亥之交謂之野。孔子文言曰。陰凝于陽。必戰。故曰野戰。艮坤宮。卽四象之太陰。艮爲宮闕。坤爲闔戶。有閉戶深藏之象。教人此際耳目口三寶閉塞。勿使通。是揣摩密藏之妙。卽是烹鍊之法。言人當偃息之間。夜氣方生。正是真陰將足之際。心坎之上。已翕聚一點陰精在內。俄而醒覺。卽是陰極陽生。坤體之下。自有一點陽氣發動。陰精便自凝陽。交戰爾時。正念覺著。

人手真訣
到此已三
復詳晰言
之

急自退藏。密竅便是制伏身心。自然精氣混一。盞背上衝。正位凝命。旋即發爲神水。遍布周身。吾仍凝定片晌。即是寄在太陰之宮。仍是退藏于密之道。曰捉曰寄。皆不過于事後追想二物初合之景象。由我靜定之力量。渾如捉而寄藏者。當夫行鍊之時。斷不可稍自計較也。○易經坤卦文言曰。陰疑于陽。必戰。爲其嫌于无陽也。二句古本作陰疑于陽。必戰。爲其兼于陽也。疑作凝。嫌作兼。無无字。全真漢唐以來諸前輩。皆承其舊。茲故仍之以解上品丹道。自然凝結之實據也。

切囑

右第四十九章。此言及時持念。先藏以制伏身心。爲採取交結烹鍊之妙法。說時遲。結時快。全在得之清靜覺。卽退藏凝定片時。卽是捉來寄着。其所謂艮坤宮者。亦卽指此凝定之時。非有冥陰之處也。斷斷不可着跡尋求。有違刀圭正旨。

復姤司明晦。屯蒙直曉昏。丹爐凝白雪。無處覓猿心。

復爲陰極陽生之卦。以喻人身靜極而動。陽氣初生之際。姤爲陽盛陰生之卦。以喻人心動極而靜。陰精自生之時。屯卦震下坎上。震動坎險。取象人身陽氣初動。卽有陰精。

真訣著眼

真訣著眼

總之丹頭
既立則妄
念悉消教

人不必畏
難而苟安
也

疑入正是險難當前速藏正念退聽此氣破險直上方能
通透蒙卦坎下艮上坎險艮止取象人心見氣方生即欲
兼并此乃危險之時急冥其心先自退藏勿奪此氣方是
養正之道明晦昏曉言其動如天時之由夜而明為曉動
而復靜猶天時之自晝而晦為昏皆任氣自流行之象曰
司曰直者言正氣自能司直即靜專動直之謂吾惟收攝
身心勿任搖蕩即張子所謂饒他為主我為賓以他指氣
以我指心則丹爐自然凝成白雪遍布周身更無雜念相
乘即欲洗心亦無從覓其起滅之跡矣白雪即神水其義

已見第五章猿心即未得訣時一切穿鑿之見并一切妄
想雜念也

右第五十章此承上章申明採取交結之法

黑汞生黃葉紅鉛綻紫花更須行火候鼎裏結丹砂

心精已順從身氣而上透故喻為黑汞身氣已吸取陰精
而成神故曰紅鉛日生黃葉者言黑汞已含陽氣同歸于
純陰坤土之內凝定片時已得土氣滋培故生黃葉即黃
芽初放之嫩葉也瞿君以謂葉秉陰質得陽氣以發榮以
喻陰凝于陽而有結丹之朕兆是也綻紫花者謂紅鉛亦

賴黑汞同息片時已得火氣薰蒸故綻紫花水火之間色爲紫瞿君以謂紫花者果實之胞也以喻水得火濟而有結丹之初基是也此際若遂肆意外馳則神氣仍散何能永定以成谷神急須放下身心堅藏正念含光默默以爲烹鍊之火候如嬰兒之專氣致柔勿忘勿助觀其自在則心氣充足有如鼎裏凝結之丹砂其德性堅凝而氣質之性亦定方可謂是谷神然未能保其不死也

右第五十一章此承上章申明交結烹鍊之法

木液須防兔

木本喻性。心由性生。故曰木液。兔于地支屬卯。其時卦氣得雷天大壯。陽旺過中之卦。取象人修到此心已正大。一見小人如惡惡臭。忿隨性生。火發于木。必反尅性。故須防之。若待忿已生而後懲。則性已亂。而谷神危矣。故君子非禮勿履。所以定性也。性定則大者壯矣。防之以去理障。金精更忌雞。

金以喻情。身因情生。故曰金精。雞于地支屬酉。其時卦氣得風地觀。陰長過中之卦。取象人脩到此身已茁壯。一遇物觸如好好色。欲動情勝水泄金枯。遂難制情。當更忌之。

若待欲既動而後窒則情已牽而谷神險矣故君子觀我生所以遏欲而忘情也情忘則觀自在矣忌之以絕情魔抽添當沐浴正是月圓時

如此防忌以爲抽添身中自有真氣流行薰蒸沐浴從此以進卽如澤天夬卦務取法其卦德神以馭氣順以應健使我性情和悅神氣充暢正如月之將圓氣候然切戒夫自詡自滿暴氣勞神仍當退藏深密效法乎君子之施祿及下而不自居其德則心廣體胖方保滿而不溢矣

右第五十二章此承上三章教人沐浴之法

萬籟風初起千山月正圓急須行正令便可運周天

萬籟喻周身之孔竅千山喻遍體之經絡言人之身心性情冶鍊到此則神完氣充周身關竅爽透遍體經絡清徹正如初起之風旁吹萬籟乍圓之月正照千山已交澤天夬卦氣候將到純陽乾卦地位是元命將復之時識神將化之際若不嚴密內守則此身已萬竅齊開三尸九蟲正竊窺伺有隙可乘遂肆侵奪挾我谷神透身出奔不知其散而爲飛爲潛爲動爲植爲胎爲卵爲濕爲化惟其生平嗜好之所近以投之正念亦隨而迷道人卽不死亦呆矣

此言人已志氣清明切戒再着物欲爲貪爲嗔其力更大故以急須行正令爲切囑正聖門克復之功

此知進而不知退者之所以有悔也。故于此時急須申明。正令防忌。如嚴密密綿綿。操持照顧。守括囊之箴。凜躍淵之象。致虛守靜。以俟元命之來復。則識神自化。便可廣運周天也。

右第五十三章。此承上章教人持密之道。

藥材分老嫩。火候用抽添。一粒丹光起。寒蟾射玉簷。

藥材指來復之命氣。過時爲老。不及爲嫩。言人氣質之性。各有不同。到此持盈之際。性情稍欠中正。深恐元命來復之時。剛者勇往先迎。則失之驟。柔者畏蕙莫措。卽失之怯。

真訣著眼

真訣著眼

驟者取之速。則藥尙嫩。怯者得之遲。則藥已老。皆失火候之中。是以吾之正令。須審察我氣質之性。疆弗友剛克。變友柔克。沉潛剛克。高明柔克。務繩之以平康。正直密守。規中待時而動。則得藥適中。此後溫養亦易。故此時火候。必須抽添得宜。仍自戒嚴處密。俄而一粒丹光透起。但覺體中如雷如電。卽是元命來復之憑。儘饒一直上衝巔際。遂棲天谷。卽是下文六十四章所謂留汞居金鼎也。頓覺脈停息止。冥漠片時。便覺心廣體胖。肌膚爽透。宿疾全銷。更無夢寐。蓋魂魄已鎔化于神氣之中。而谷神已與來復之。

元命混化而爲陽神之初基此際天氣雖已歸體但陽神方結正如冬至以後一點蟾光尚須溫養第可光射玉簷未可出簷之象故曰寒蟾射玉簷也○愚按金丹三百日工夫起于此時纔得先天真氣凝結成神可以一直進道無魔而已近見別種丹書敘述到此迅筆帶出陽神現形一語則仍是神馳矣若說現于體內猶終嫌有語病如云現形吾不知其幻相之從何而得也純陽子敲爻歌云二鉛只得一鉛就金果仙芽未現形此可以爲證矣

右第五十四章此承上章發明急行正令之意卽是分

中庸所謂
不息則久
久則徵也

胎之道蓋其夙夜築基于宥密也久矣故到此元命來復方爲谷神成功可以留形不死正陽神初結之時也溫養工夫載在六十四章以後此下九章皆發明還丹之要旨并申勸勉之辭

蚌腹珠曾剖雞窠卵易尋無中生有物神氣自相侵

言微物尙知靜專以迄有成似蚌含珠似雞哺卵皆屬無中能生有物可見人之丹道須要恒誠只在神注不移專氣致柔密密繇繇自相侵射而已

右第五十五章此以物譬人并寓以分胎後自然溫養

安神定志
得天機明
其正令以
合法而已

之道可以人而不如物乎。

神氣非子母身心豈夫婦但要合天機誰識結丹處。

此因前代師傳丹書每有子母夫婦字樣以喻神氣身心
子母之喻未免支離夫婦之喻陷人妄作故特點明是喻
神氣身心非真子母夫婦教人勿泥其文但要知時明令
合天之機始于有為終于無為凝鍊陰精化作陽神神凝
氣聚自然丹成若問結丹之處只在無相幽獨之中生完
實相不過養氣之實者致之靜虛凝神之虛者還吾篤實
久而剛健遂有光輝故得陽神現而天氣歸焉誰能識之

卽是神氣
歸根處身
心復命時
耳

右第五十六章闢除覓空妄見闡明運用真機。

丹頭初結處藥物已凝時龍虎交相戰東君總不知。

言當氣得精兼而上透精遂凝氣以成神此爲丹頭初結
之處卽是藥物已凝之時當知精凝于氣如龍處之交戰
吾之正令早已退藏于密不識不知故氣自戰勝張子所
謂戰罷方能見聖人也。

蓋真漠中
有自然之
宰氣機有
不息之樞
至人於此
無容心焉

右第五十七章此再點明交結烹鍊只在一刻之中并
以破除四十九章內捉寄等語教人知來藏往勿忘勿
助而已。

旁門并小法異術及閒言金液還丹訣渾無第二門。

言此金液還丹正訣乃與佛祖大乘正宗孔門中庸至道。

同一不二法門不比旁門異術令人惹禍招殃小法閒言。

令人徒費工力也。

林謹按旁門異術我師向未指明林未知其詳惟讀南宗四祖陳泥丸真人翠

虛吟勘辨邪正猶如杲日之麗青天附述于後以備參考

右第五十八章教人學道擇訣須明必須正邪兩辨方不誤入旁門也。

貴賤并高下。夫妻與弟兄。脩仙如有分。皆可看丹經。

言此脩仙之道不論貴賤男女只要安分勤業發箇肯心。

卽是有分之人總是仙家眷屬此等丹經人人皆可看也。

右第五十九章乃勸勉大眾之辭謂皆可與共學也。

屋破脩容易藥枯生不難但知歸復法金寶積如山。

上章旣言人人可脩猶恐世間髦士誤聽異術閒言自嘆

藥枯不作脩仙之想殊不知全真上品丹道取材只憑神

氣神氣通天貫地並無老少之分但有一刻之神思凝靜

卽是一刻之谷神有一刻之志氣清明卽是一刻之元氣

肯安此刻之神以自守卽養此刻之氣以周行從此密密

綿綿久而弗懈則氣以養神神凝氣聚而精自生氣精日

歸復法訣
切須著眼

滋而神自旺。神水灌注氣海。充盈自有。陽氣升騰。上透凝精。成神神完。氣足返老還嬰。卽是歸復之法。藥生何難。故特以屋喻身。但肯脩築。便易完好。身中之藥。要生不難。只要正念收攝。身心退藏于密。自得神歸。氣復日積。月累。猶夫屋中金寶堆積如山。紫陽張子所謂真金起屋。幾時枯同此喻也。

右第六十章。此承上章。并以勸勉老年人。亦可脩鍊總之一息。尚存性命。猶爲我有。神能兀兀。氣自縣縣。此志正不容稍懈也。其下三章。遂言歸復之法。

魂魄成三性。精神會五行。就中分四象。攢簇結胎精。

言人性本一。乃天所付畀于我心。而魂魄係肝肺之所藏。原不容與心並立。瞿君以謂人未脩鍊。是非之心。固是本性。其枝節分歧。趨向紛擾。乃魂之所爲。偏倚堅執。枉直不顧。乃魄之所爲。李善文選注曰。魂者身之精。魄者性之決。皆能分真性之權者也。此理甚爲明確。是以常人遇事初念極明。乃根于心。卽是真意。倏轉一念。乃魂所發。其中雖疑。尙不甚惡。及至三念而決。乃魄所生。其中純陰。全是私意。夫人祇一性。而心因物誘。不能自辨。賢奸竟讓。魂魄與

意參主于中。遂成一國三公之勢。故曰魂魄成三性。然而東木之魂。實生南火之神。西金之魄。實生北水之精。丹道取材乎精神。精神實資生于魂魄。是魂魄爲精神之母。精神乃性命之符。故必會五行而一之。方克成全乎丹道。經云。欲誠其意。先致其知。知致則窮理。而性見。故脩鍊之士。必先窮理。盡性大爲之防。性盡則心自剛健。大權不復旁移。一面團聚精神。立定篤信。謹守之主意。就中分魂魄精神。爲四象。凝精以斂魄。安神以藏魂。精神資生于魂魄。魂魄魄遂收攝于精神。惟時意正清靜。四象遂攢簇于宥密之

中。則是會聚五行之氣。爲一氣。凝然大定。結成胎精。張子所謂兩般和合藥方。成點化魂靈魄聖是也。魂魄旣化。精神自凝。而吾之性情可得而正定矣。此章與上文四十五章參觀更妙。

右第六十一章。此承上兩章發明窮理盡性爲脩道之要務。性定可與適道矣。

定志求鉛汞。灰心覓土金。方知真一竅。誰識此幽深。

志者我性中所指之事也。卽吾之素志。土金者謂靜如純陰。坤土中藏一點乾金。卽戊寄於坤而成坎。乃吾正念之

初動時也。此承上章而言性定則志亦定。從此七竅歸根于一專志。真心卽是求取陽氣陰精之法。氣精既覺齊來。仍須真心如灰。卽是覓取真意。包藏精神之道。由是神凝氣寂。同歸于真實。无妄一竅之內。自然混化成丹。白子所謂用志不紛。乃凝于神。灰心冥冥金丹內成。如此幽淵深沉之學。誰能識之。

右第六十二章。此亦承上章發明立命之工。訣命立可與立矣。

造化無根蒂。陰陽有本源。這些真妙處。父子不相傳。

無名天地之始。造化以之爲根蒂。有名萬物之母。陰陽以之爲本源。固矣。然此玄玄妙竅。但可以心領。未易言傳。姑先就造化陰陽名義言之。夫造化者。天獨操之權。以生死人物。天然有爲之道也。陰陽者。人與天地萬物並根乎無極元始之一氣。不生不滅。虛無自然中無爲之道也。無中生有。謂之造。卽有還無。謂之化。以生滅言也。動極而靜。則爲陰。靜極而動。卽爲陽。以通復言也。生滅屬形質。通復屬精神。夫人與物之形質。皆由于精神之所凝。則人得陰精陽氣于厥初而生。神卽爲有生之根蒂。何以此章特言無。

爲根蒂耶。只因世人不知歸復。所本乎父母。以天然精氣
 構成此身。一屈脫胎斷臍。卽不啻根斷蒂落。雖所得于大
 造之精神。有多寡之不同。爲壽命之定數。賢者延之稍長。
 不肖者促之卽短。智者愚者。不延不促。而順之。則盡
 數以終。遲早總歸于消化。仍入于大造之鑪中。故人物皆
 難逃乎氣數。人之生年月日。謂之命。造死年月日。謂之化。
 命。勸善文中。有延壽長命。促壽短命。以及算盡則死之說。
 總謂有形必滅。有造必化。故曰造化無根蒂也。若夫人身
 中之陰精陽氣。雖亦根于天之所賦。然天地亦本此陰陽。



以成象。成體。天地不過能忘象。忘體。不以氣質累其神。故
 遂資此陰陽。造生夫人。物人爲萬物之最靈。知崇禮卑。效
 天法地。虛心實腹。養其無形。其中二氣之運行。卽無極元
 始之一氣。一樣盈虛消長。如魚在水。刻刻貫通。不過不知
 歸復者。如分水之一勺。如得土之一撮。玩弄不久。勺破撮
 散。而水歸大海。土委大地矣。能自歸復者。則原自通乎本
 源。卽此一勺水。保之而忘其勺之用。則無時不逢其源。卽
 此一撮土。安之而克自敦乎仁。卽無時不培其基。恒久而
 不已。則聚水成湖。累土成山。浸假而充湖之量。以爲海。遂

涵虛而混太清。凝聚而擴山之廣。以爲地。遂厚重而載華嶽。皆此勺水撮土之本來面目也。人之積精累氣以成神。凝虛養浩以成道。乃屬本源內應得之事。老子所謂谷神不死。卽與天地同根于玄牝之門矣。故曰陰陽有本源也。然此乃中品說法也。若夫上品丹法。自有一著先機直捷。孔道可以一觸而頓証之。玄關自然妙見。妙知直體夫道德首章而知人之神與天地同一造化。卽同一元始妙無爲根蒂。人之氣與萬物均秉陰陽。卽均秉靈寶妙有爲本源。更不比聚水積土之煩難。只本一念至誠不貳不息。卽

是功無間斷返還甚速也。故但就造化言陰陽。則陰陽已落于後天。在人爲色身。壽命不延不促。守死善道。卽大人之後天而奉天時也。是以顏子不爲歿。非言其有造必化。色身也。指夫能常無以觀其妙者言也。盜蹠不爲壽。乃言其有造必化之色身也。爲夫不知常無以觀其妙者言也。如統乎陰陽論造化。則造化悉本乎先天。在人爲法身。慧命果能復其本還其源。則真常應物真常得性。卽大人之先天而天違也。是以衆生之輪迴于六道。轉輪聖王之不得爲如來。因其以法身殉陰陽之好惡。未能常有以觀其

微也。文帝之一十七世身。老子之八十一化。是以法身循乎陰陽之動靜。斯能常有以觀其微者也。故曰色身憑造化。由天不由己。以己無根蒂可憑也。法身貫陰陽。由我不由天。以我有本源可貫也。天亦佑之。吉無不利者也。然而天下之物。生于有。有生于無。無固爲有之本。源有卽爲無之根蒂。是則有無卽動靜也。動靜卽陰陽也。陰陽卽造化也。造化卽有無也。吾更不辨何有何無。何陰何陽。何造何化。但就我之一動一靜。互爲其根。無惡無好。遵王之道。卽色身以長養。法身則聚處爲形。散處爲氣。本法身以穩固。

真訣妙諦

色身靜則爲金丹。動卽爲霹靂。何生何死。何存何亡。孟子所謂夭壽不貳。脩身以俟之。所以立命也。何嘗有生死之分耶。又曰萬物皆備于我矣。反身而誠。樂莫大焉。何嘗有存亡之別耶。夫亦可以恍然于常應常靜者之自在矣。夫氣猶水也。神猶土也。氣命所憑也。神性所托也。智者樂水。以養氣。行其所無事而不鑿。卽以養其慧也。仁者樂山。以凝神。安土敦乎仁而不遷。卽以養其定也。吾姑窮致此性命兼脩之理。先心以藏神。安神以息念。忘念以養形。忘形以養氣。忘氣以養神。忘神以養虛。是得顏子之坐忘。卽盡

我性以致乎命。更能忘虛以合道。則天亦縱之。將聖自然。元命復而元性還。性命完全。毋意毋必。毋固毋我。遂并合乎先天元始之一氣。卽是與道合真。貫古今而常存。參天地而不貳。動則爲太極之永貞。流行而無滯。靜卽爲無極之真一。得主而有常。夫既有常。則無常者皆歸。掌握無滯。則有滯者亦會貫通。先儒周子所謂五行一陰陽也。陰陽一太極也。太極本無極也。無極固無太極。卽有也。造化之根。陰陽之本。固在是也。而豈甘被陰陽束縛在五行之中。空自貪生怕死。較有論無要。當直探其根本。會得其樞要。

超出乎造化之窠臼。方可名爲得道之士矣。這些真正妙處。色法生死交關。若不自體自悟。窮理盡性。皈神真師。幕下大家正念。當空無聲無臭。印証一番。從而自定。自立。自返。自還。自歸。自復。自成。自證。自解。自脫。雖父子之至恩。有不能相傳者也。吾龍門七祖崑陽王子。所以說到了悟生死之後。而曰認得真。連夜走。覓箇挂兒。無一有空。空蕩蕩。獨脩行。不渴不饑。天地壽。二十二章注內。所述用六之利。永貞而用九之見。羣龍无首吉也。如是如是。

右第六十三章。此承上四章。姑就中品闡法戒之以造。

化之無根蒂。董之以陰陽之有本源。顯現窮理盡性之端。倪教人自己體認了悟生死直臻妙有妙無之聖境。以返本還源。愜與上品丹法脩証無異。乃知孔子所謂原始及終。故知死生之說。卽此之謂也。得此真妙。可與權矣。此爲通篇眼目。點睛特筆。并以發明上文第四十九章至五十四章鍊成谷神之總訣。以起下文各章之意。○周易繫辭傳原始及終。及字見漢儒注本。言人能原始以及終。故知死生之說也。語意極亮。今從之。

留汞居金鼎。將鉛入玉池。主賓無左右。只要識嬰兒。

汞指神。鉛指氣。金鼎指人身中。上有天谷。卽嬰兒時藏神之府也。玉池指人身中。中有應谷。卽嬰兒時藏氣之府也。嬰兒卽指元命。旣復谷神。初化之陽神也。此承上文五十四章元命來復之際。而言此神已由應谷寄宮。養到充足。乘氣騰轉周天。移歸本位泥丸宮中。遂留居于天谷。是爲谷神。石子謂是分胎。白子謂之移神換鼎。故曰留汞居金鼎。而氣亦自復其本位。入于應谷絳宮。故曰將鉛入玉池。此不假作爲。自然轉移。張子悟真篇云。用將須分左右軍。饒他爲主我爲賓。此章特爲剖晰其旨。教人饒氣爲主。而

神爲賓並無左右之分與道合一而歸于不死不生惟神安藏于密不於分外造作以求生是以氣亦浩然權且留神以不死此惟嬰兒爲能如是純氣之守也故曰主賓無左右只要識嬰兒教人此際得此陽神正與嬰兒初生無異只要如嬰兒純氣以守純陽之體則陽神自壯長矣右第六十四章統上九章皆以發明窮理盡性之微旨以致元命來復之原由及命復時自然之功用下章遂言溫養之道

黃婆雙乳美丁老片心慈溫養無他術無中養就兒

溫養妙訣
切須著眼

丁老指心言命復時已如上章工訣安頓停當卽無所事只要其人不執以爲有仍自養其無相之神主清靜以拳拳賓鉛汞而穆穆則氣自流行滋養神室如姆哺兒任其吸飲心亦慈祥順氣所行常常顧復故得遍體溫潤養就嬰兒自然長大更無他術也無中者中不自有之意金剛經所謂若以色見音聲求皆非也必用觀自在之法只是忘形忘氣以養其不神之神而已矣

右第六十五章此承上章發明溫養時之火候只是忘形一訣爲長養谷神之道

絳闕翔青鳳。丹田養玉蟾。壺中天不夜。白雪落纖纖。

絳闕指身中應谷絳宮。翔青鳳者指此時之氣。方從本位絳宮新出。如青鳳之翱翔。陰符經云。禽之制在氣。故以鳳喻氣。釋名云。青生也。故以青鳳喻初生之氣。丹田乃上丹田。即指天谷泥丸宮。玉蟾即指谷中之陽神。以此時已經溫養。不似初陽之寒。而溫如玉矣。白雪指氣周旋到于上谷與神一交。遂爲神水。其氣清澈明淨。而彌滿有如白雪也。言此時陽神已漸壯長。不可妄動。儘自安養。其不神一任氣自流行。如青鳳之翱翔而上。來到泥丸滋養此神。

氣一交。即爲神水。便如白雪。纖纖落下。充滿周身。但覺遍體清和明淨。渾如不夜之天也。

右第六十六章。此言溫養時。任氣自流行之象。如是真正養命方法。較諸翠虛吟內所指各種小法。養命者爲何如哉。心清目明。諒能自辨也。

琴瑟合諧。後箕裘了當時。不須行火候。又恐損嬰兒。

言此時溫養元神。不比從前冶鍊谷神火候。蓋此時谷神已與命氣配合。正如琴瑟已諧之後。任氣周旋。陽神已壯。即是箕裘了。當之時。更無情識好惡之牽纏。若再用心火。

調度勞神暴氣則氣不充乎虛神亦難完夫實何時得就陽神爲損不小故教人儘管放下身心安神靜謐任氣流行自然充實斷不可究其火候也

右第六十七章此言溫養不可助長蓋前則盡性以致命此時又當安命以率性方克還乎本源也

長男纔入兌少女便歸乾巽宮并土位關鎖自周天

長男指震象陽初生少女指兌象陽已壯入兌歸乾乃依先天卦位爻象而言指陽方初生一陽爲震遞長至兩爻卽爲兌兌爲少女再長至三爻卽爲純陽乾象曰纔入曰

便歸以明陽神長成甚速也巽宮指人身鼻竅土位指形體曰并者卽前四十九章所謂艮坤宮也蓋一陰爲巽兩陰卽爲艮三陰卽爲坤爲土位也言人自性定命復以來陽神初如震卦一陽藏于天谷任氣流行體卽壯長如兌二陽旋即充滿便是純乾神遂正位居體而氣亦遂如巽宮一陰初息旋即寂如艮止靜如坤藏美在其中而暢于四肢美之至矣是神以能凝而愈壯氣亦能寂而愈充理有固然應無偏勝之患然而胞胎內一分血氣究未盡除此時若不戒嚴深藏宥密復恐好動而不安于靜其行止

坐卧之間。鼻息自聽有聲。形體馳驟勞頓。則氣返動心。神常外馳。便爲透關漏氣。將來成就道果。亦偏而不圓。因其氣勝神也。故必要真息悠悠。形體申申。容色天天。順六氣以周流。隨周天之運度。氣機自然。關鎖于內。無偏勝流失之弊。方爲善養浩然也。

右第六十八章。此言溫養壯盛之際。不假作爲。只須制節謹度。以保滿而不溢也。

弦後弦前處。月圓月缺時。抽添象形德。沐浴按盈虧。

弦後弦前。喻氣象之消息。月圓月缺。指氣質之盈虧。剛治

爲刑。柔服爲德。言當此神旺氣足之時。浩氣之流行。已自充塞乎天地。固不可任其動蕩。亦不可稍有抑制。只須因盈而抽。因虛而添。仍用剛克柔克之道。使此正氣常自冲和。以爲沐浴。則體常舒泰。廣大寬平。以待先天元陽遺復還元可也。總之氣體愈旺。則神愈退藏。勿使神爲氣役。則陽神自得圓足也。

右第六十九章。此言持盈之時。務使神清氣靜。勿使神氣二者有過不及之弊。

老汞三斤白真鉛一點紅。奪他天地髓。交邁片時中。

老汞者合全體之精氣神而成者也。三斤者即指此三品分兩皆足之謂也。白者純完本色不染之謂也。真鉛乃我太極中有先天一點無極元陽真氣。即我之元性也。真鉛無形無色。而此曰一點者。以見是一非二。是點非滴。曰紅者。張子所謂以黑而變紅是也。夫人之秉彝本乎天性。性賦自天而降衷于人爲心。心于五色爲赤。而此時所復之性。乃天地之元性。本無極所賦于太極以爲心者。故太清至真上帝所居之境。爲大赤天宮。而先輩每以本來元性喚作金丹。尊此來復之元性。謂之曰先天太極道德真人。

中庸所謂尊德性。即尊此元性也。非氣質之性也。茲不曰赤而曰紅者。以前所得之鉛。已因水火之間色而成紫。此時身中三品已完。太素貞白。再得此大赤之真鉛。交合混凝。赤白相間而成紅也。天地髓即指此真鉛也。言到此神與氣精皆已充足。毫無污染。堪爲老汞。只須溫養功足。待得真鉛一點而成紅。即爲金液還丹。惟時體內陽神。只以靜密爲事。一任天氣流行。到得周圓具足。氣亦寂然不動。白子所謂冥心凝神。致虛守靜。則虛室生白。信乎自然。遂覺體鎮如山。巍巍高大。俄而一點真鉛。淵然透起。煥乎赤。

此須何等
定力密藏
不久易克
當此

明之天是乃天地之髓。卽我元性來復之憑。饒他掀地翻
天。逕衝混沌。我神亦遂渾噩。不識不知。如睡方酣。片刻之
後。頓覺神清氣爽。身如火熱。心如冰釋。若論進脩。此時還
須混鍊。若論其效。則性光普照。洞澈幽微。耳聞九天。目視
萬里。遍體純陽。金筋玉骨。是乃陽神現形。可以出入自然。
以言乎長生之道。于茲畢矣。但恐陽有陰對。尙存六合虛
空之見。不能無往來隱現之分。何能與造物者遊。而柄其
終始。則非將吾昔時混沌。今時品物。一并交結混鍊。以成
金液大還丹。勢有所不能已者矣。

右第七十章。此言陽神已成正元神。初合之時也。此
章內一奪字。正與陰符經所云盜機相同。左傳云。軍志
曰。先人有奪人之心。彼言兵貴神速。須乘人之心機未
動。先奪其要害耳。茲言修己之學。要在神武先乘己之
心機未動。奪取陰陽之樞要而已。天地髓。卽陰陽之樞
要也。

火候通玄處。古今誰肯傳。未曾知採取。且莫問周天。

玄天也。言此元性已復。陽神已成。體內無火候。可行火候。
只在通天之處。自古及今。誰肯明傳。只緣世無能還性命。

之人亦無尋誰之慧力。則金液大還丹之藥。尙未知採取。此際之周天火候。且莫問及可也。

右第七十一章。此承上章奪字之義。逗見火候端倪。

雲散海棠月。春深楊柳風。阿誰知此意。舉目問虛空。

愚按此時已得太極中元性。以爲體。火候只是忘虛。合道一着。神氣都付相忘之中。故此章首句言雲散而月到。海棠似喻神已大淨大明。無聲無臭。次句言春深而風吹楊柳。似喻氣已至和至暢。無影無踪。學者切諸身心。完其體段。則首句是形容喜怒哀樂未發之謂中。次句是形容發

而皆中乎節之謂和。象其功用。則首句是模擬三達德爲我所良知。卽爲人人所同得。次句是模擬五達道爲我所良能。卽爲人人所共由。然以云周天火候之竅妙。尙未見入手精一之旨。且下文又何以云目問虛空。此須其人自體自悟通一畢萬。但能自得夫本心之良然。則動卽孚乎人性之同然。靜卽合夫天命之本然。常涵養其渾然斯觸處而洞然。方知我神與氣已早自混化于心目之間。并復泯跡于虛空之際。何則。氣之動靜隨乎神。神固爲氣之先也。神之飛潛由乎心。心更爲神之先也。心之先機在乎目。

則目實心之先也。陰符經云：心生于物，死于物，機在目。是知目爲心之先機，實爲神氣之先務。故目逃者，則心遁而氣阻；神喪目明，內視者，則心清而神凝。氣浩目問，虛空者，則心遊于物之初，而無所住。神氣亦湛然常寂，養到寂無所寂，方知道十方三界不外一心。往古來今，無非一我。昔本不生，今亦不滅。昔原不減，今亦無增。此意如如，阿誰知得。會以此義，叩師於太虛之安居。師正持無字觀音之經，遂言曰：首句是令人見月之指，不可認指爲月。次句如角風之旗，不可認旗爲風。蓋當雷雨滿形之後，肇開光風霽

神爲性之命氣爲命之性是暢論古來未道破者也

氣神混化內外圓融非至人不能道

如是忘虛以合道真打破虛空爲了當矣

月之場首句一散字猶云但得置身天際坐莫須回首白雲低神也。性之命也。而何可執喻爲神也。次句一深字猶云等閒識得東風面，萬紫千紅總是春。氣也。命之性也。而

氣○非○神○凝○不○能○聚○

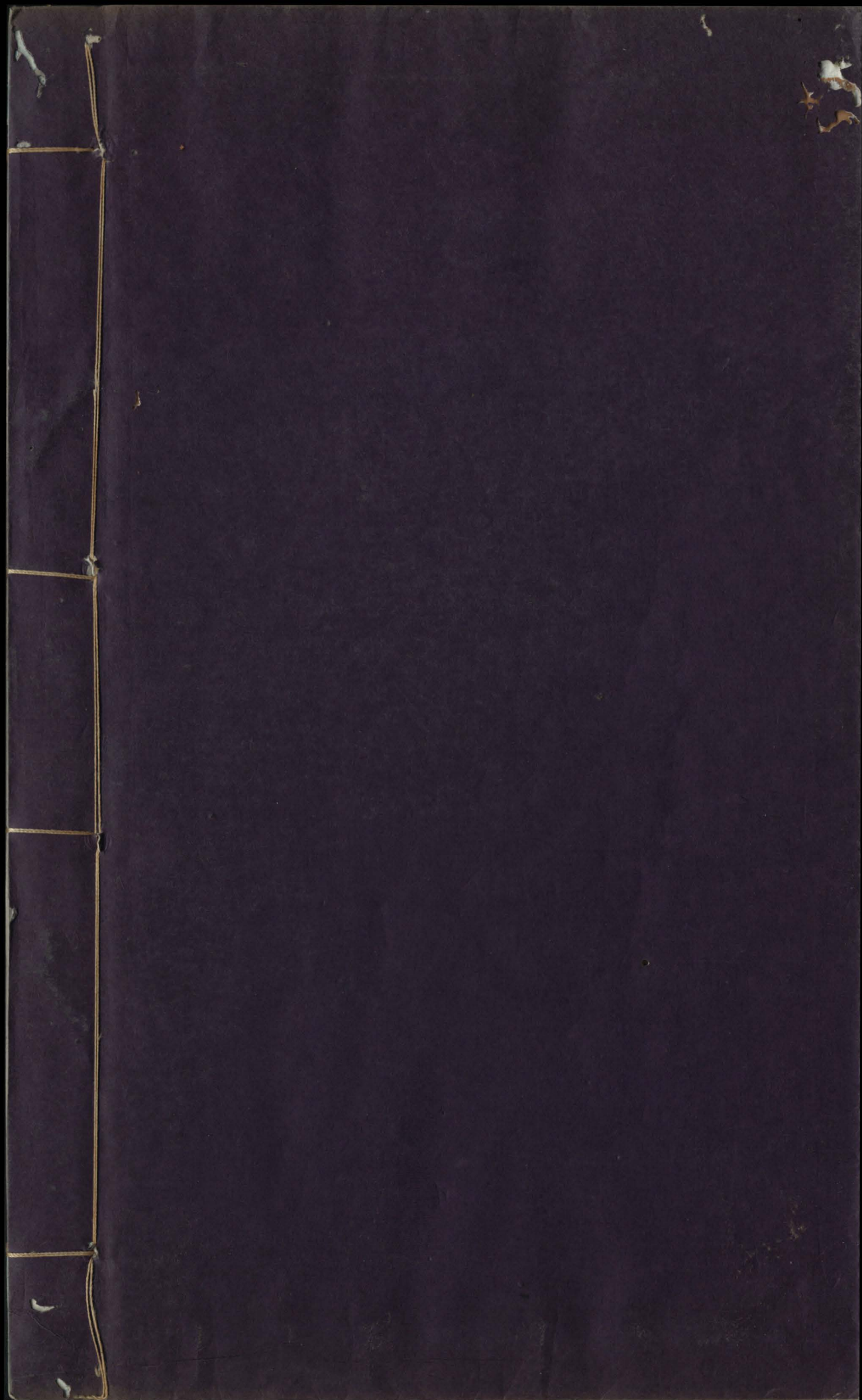
神○非○氣○聚○不○能○凝○

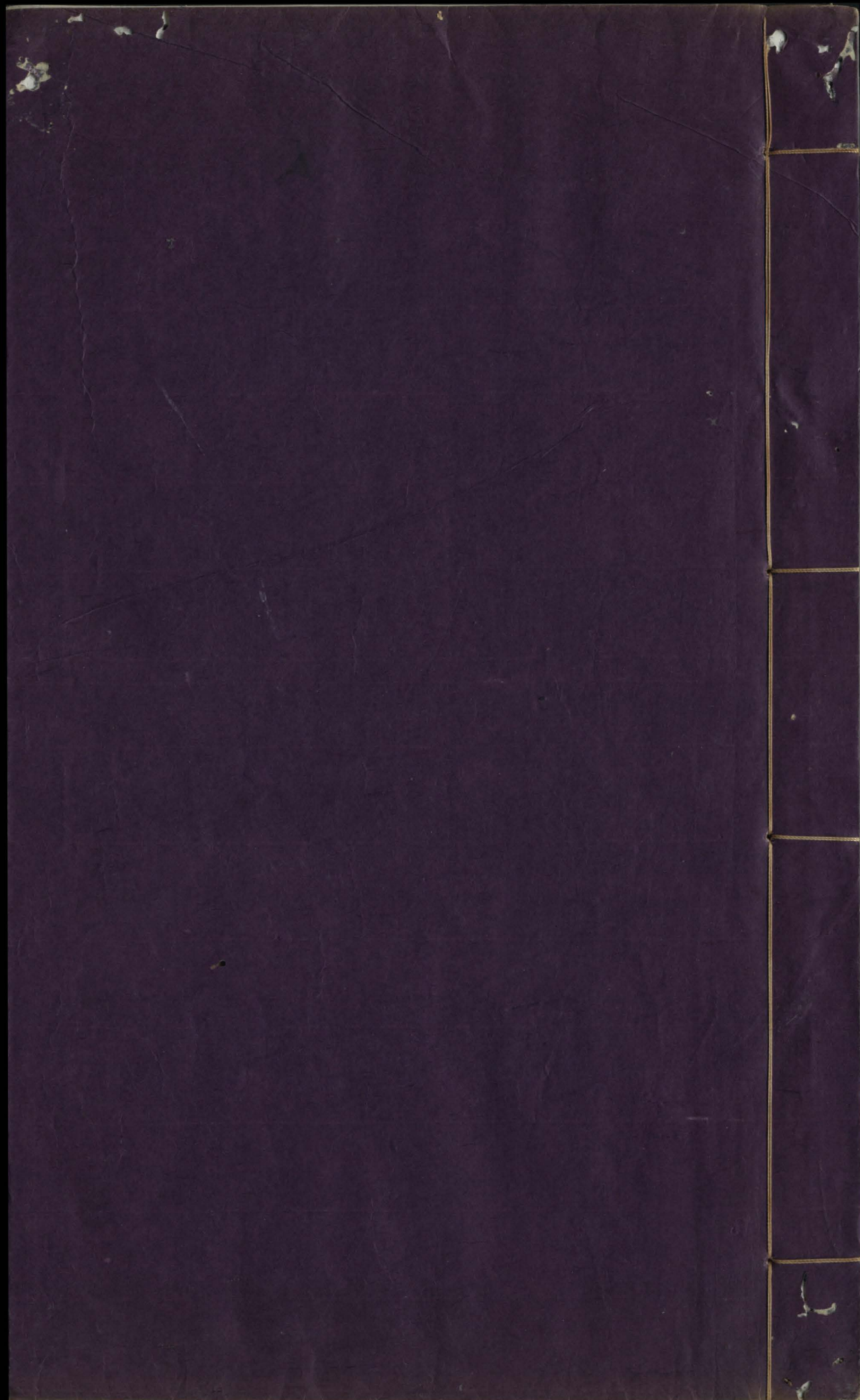
何可偏喻爲氣也。余師泥丸嘗留道偈有曰：楊柳也當明月舞，海棠亦爲好風嬌。又云：漫空雲散家家月，大地春來處處花。正是澹蕩天光無邊明鏡，互相容受莫可端倪。子但堅貞處，密定慧等觀。斯自誠而明，則明無或昧于以盡天命之性，而性命合元。尙何有虛空之可忘，而觀自然以合道。卽與道合真，永保真空無礙之休焉。遂稽首而稱頌

不誠不恒
豈能覺謬
學者勉之

曰我在太虛中空明無一物自在卽天真清風吹皓月如
是大乘正宗虛無妙道若非向日積持念誠恒之力會得
半句先機由我師虛空藏印證確實縱使走遍天涯阿誰
能知此意耶。易屯卦彖辭雷雨之動滿盈盈字漢儒註
本作形字蓋指屯卦二三四爻爲一坤象也全真先輩俱
從形字解今仍之。

右第七十二章此承上二章指示通玄之火候卽是合
元之先機合參泥丸翠虛吟呂秀才一訣更知妙體妙
用廣大精微見得太虛真境有如是之妙不可言者。





6638

人間無物累。天上有仙階。已解乘雲了。相將白鶴來。

言到此得訣。直撓了當。則已鑛盡金純。煙銷火滅。包含萬象。不掛一絲。人間物累。無干天上。仙階有分。然未敢乘雲。以自達。必謹俟鶴至。以冲霄。教人總不以出入隱顯爲能。自可造變化飛昇之道耳。

右第七十三章。此承上章火候已明。遂造丹成之境。

心田無草穢。性地絕塵飛。夜靜月明處。一聲春鳥啼。

夜靜月明處。指無極太極。互相隱現之象。以喻靜極初動。正陽神合元之時。一聲春鳥啼。指無極中有一點真機發。

動之象言既處密定慧等觀心性自然明淨但自和光同塵有道而不見其道有德而不見其德與世間愚夫愚婦一般面目一樣舉動隨緣度人多方利物卽或垂手入塵入淨出垢無所不可功圓行滿自得無極中發一真機卽我先天二五之精便是天一所自出之金先儒周子謂爲無極之真陳泥丸謂之一盞鴻濛酒是也餌之便可脫却陰陽不受五行之束縛矣

右第七十四章此言溫養元神之道

白金烹六卦黑錫過三關半夜三更裏金烏入廣寒

白金喻元神已純一不二正如金液乍還之象六卦震兌乾巽艮坤六氣循環周行不息爲一太極之象曰烹者至虛不宰之謂也黑錫卽鉛也喻陽神旣得元神內守體已至柔至順正如鉛錫待點之象三關謂混鍊元精元氣元神三品遞化還虛之道言到此三鉛俱就也半夜三更裏指無極元始真機將動之時卽上章之夜靜月明處也金烏亦取其三足之義在天爲日魂此以借喻元始真機卽上章之春鳥也上章但得聲聞此處乃是緣覺廣寒以象太極言到溫養時足元性已含六氣以周流至虛不宰元

命已歷三關而詣極無道可行爾時無極中自然發一真機卽我妙無元始一氣來復混合元神是爲金液大還遂爾真元迸出方爲妙道真人其實金烏卽指我元性靜極而復動也廣寒卽指我元命因性之動而順與合符一如日月之合璧斯爲性命合一卽吾師所謂時而合元之道並非另有一箇真機外至者也亦非心思計慮所能掇合者也真實虛無自然之妙道也故得之而成真稱爲妙道真人可以經世可以遊世如獅子之迷踪獅子不足以擬其跡如神龍之變化神龍亦不足以比其靈淵乎妙哉至

矣神矣文王所以繫乾之用九而見羣龍无首之吉也是謂鍊虛合道性命會元渾太極而常存然初得天地之元宗尙須與道合真方保永無墮落也

右第七十五章此言元神合道之時也

丹熟無龍虎火終休汞鉛脫胎已神化更作玉清仙

丹指真人之體火指真人心玉清乃元始妙無上帝之聖境此承上章言鍊虛合道尙未與道合真必也連此之真體不復存心身定慧之見并此真心不復有陰陽神氣之分惟盡至誠之道篤無息之恭無意以藏神更不必假

虛。以。含。實。無。必。以。養。心。更。不。必。烹。卦。以。息。機。無。固。以。安。身。
更。不。必。透。關。以。鍊。形。無。我。以。應。物。更。不。必。持。念。以。付。事。十。
方。三。界。不。出。一。堂。往。古。來。今。無。非。一。我。緣。覺。聲。聞。冰。銷。雪。
亮。潛。現。飛。躍。運。用。隨。機。以。清。靜。心。而。宏。大。願。休。鉛。汞。氣。而。
昇。洪。鈞。真。妄。悉。銷。有。無。不。設。方。是。與。道。合。真。可。以。脫。胎。神。
化。平。昇。玉。清。永。作。大。羅。仙。子。流。傳。後。世。稱。爲。一。代。聖。師。乃。
爲。金。液。大。還。丹。告。成。之。日。也。

右第七十六章此言丹成脫化與道合真。

塞斷黃泉路。衝開紫府門。如何海蟾子。化鶴出泥丸。

紫府乃東華青童木公道君。卽全真大教主東華紫府輔。
元立極少陽帝君選仙之所。言必須丹成脫化與道合真。
方是塞斷黃泉之路。永不復走。逕登道祖之門。聽候選仙。
上則榮膺天爵。下爲一代宗師。上文以寒蟾喻谷神之成。
以玉蟾喻陽神之壯。茲以海蟾喻元神已得無極中真機。
點化遂爾透出泥丸。如鶴冲舉。以鶴喻真人。言脩鍊之士。
如蟾化鶴。非指南宗啓教之海蟾劉公也。

右第七十七章此言脫胎神化上朝道祖乃證果成真也。

江海歸何處。山巖屬甚人。金丹成熟後。總是屋中珍。

金液大還丹之道。通篇已三復詳明。猶恐世人讀之。知而不好。好而不樂。推原其故。只是眷戀塵情。發不出一個正念。鍊已築基。故復特發此章。言到金丹成熟之後。卽與太虛同體。世間江海山巖。都未拋撇。總是家珍。言江山則凡細于江山者。概之矣。教人儘管放下。萬緣堅持。一念自然。脩真有路。進道無魔。必可成功。還將度世。否則無常。一到萬般將不去。惟有業隨身。那時雖悔何追乎。

右第七十八章。此爲激發人之正念。而作故言丹成之

後。與天爲體。山河大地。總是家珍。古人所謂皇皇八荒。皆在我閭。豈虛言哉。

呂承鍾口訣。葛授鄭心傳。總沒閒言語。都來只汞鉛。

呂卽道祖純陽帝君。鍾謂正陽帝君。鍾離翁也。葛指老葛仙翁。字孝仙。卽太極左公仙翁也。鄭謂思遠鄭真人。言古來脩仙得道高真。不可勝計。如呂葛兩仙翁。人莫不知。無不敬信。而其所傳口訣。皆無別說。都來只是汞鉛而已。教人不必旁信。他說身外求道也。

右第七十九章。言此還源丹法。確是古聖的傳。易簡至

道不似別品異術。其法煩難也。

汞鉛歸一。鼎日月要同。鑪進火。須防忌。教君結玉酥。

此言丹道總訣。汞鉛要歸于一。性情務使和同。其間烹鍊沐浴。進火退火之際。大要防忿忌欲。抽添適中。必須夙夜。宥密。則物我兩忘。六根清靜。方寸澄澈。自然凝結成丹。曰玉酥者。言能如是藏神養氣。自然于溫潤縝密之中。兼細膩融和之妙。始終三大交關。皆能如是溫養。自不費力。其成甚速也。

右第八章。此明丹道之總訣。

採藥并交結。進火與沐浴。及至脫胎時。九九陽數足。

此章總結全篇。點明鍊丹工夫。具有次序條目。教人循序進脩。及至數足純陽。自然脫胎神化。飛昇成道。讀者慎勿辜負此篇愷切教人。以返本還源之至意焉。

右第八十一章。點明丹訣次序。遂以總結通篇八十章之意。按此篇大段工訣。始于有爲。終于無爲。有爲之工。只是正位凝命。養我浩然無爲之訣。只是自強不息。養其無形。吾師嘗語人曰。人必端直其體。空洞其心。真一其念。則得訣鍊丹。自是容易。卽不脩鍊。亦足却病延。

年。老。而。強。健。是。真。入。手。之。總。持。正。訣。也。門。下。頗。有。遵。行。者。果。然。耄。耄。矍。矍。勝。于。壯。年。蓋。能。端。直。其。體。則。身。無。跛。倚。之。容。其。五。官。四。肢。百。骸。悉。歸。整。飭。而。外。物。難。干。也。空。洞。其。心。則。氣。機。充。暢。其。通。體。脉。絡。筋。骨。皆。無。積。滯。而。氣。得。返。乎。虛。也。真。一。其。念。則。遇。事。率。真。中。無。猶。豫。而。心。中。陰。精。隨。時。兼。凝。于。正。氣。結。而。成。神。神。遂。得。還。其。實。也。是。身。心。意。三。家。常。會。于。一。谷。神。長。養。于。不。知。不。覺。之。中。身。其。康。強。乃。自。然。之。功。效。何。必。另。求。小。法。以。爲。養。命。之。方。哉。予。故。謂。還。源。之。法。必。先。堅。持。正。念。正。念。誠。則。體。自。端。

直。而。心。自。空。洞。心。既。空。洞。則。藥。生。而。火。必。正。斷。無。金。木。間。隔。之。患。亦。無。水。火。不。濟。之。虞。惟。神。與。氣。妙。合。而。凝。此。中。卽。有。根。蒂。然。後。養。其。無。形。馴。致。乎。無。象。無。體。而。金。液。大。還。矣。金。爲。天。一。所。自。出。之。金。液。乃。天。一。將。生。水。之。液。然。則。所。謂。金。液。者。卽。先。天。無。極。之。真。無。極。而。太。極。也。大。還。者。卽。以。此。二。五。之。精。妙。合。而。凝。爲。太。極。以。還。我。無。極。之。先。天。也。金。液。既。凝。加。以。沐。浴。溫。養。之。功。日。積。月。累。從。微。至。著。以。成。可。大。可。久。之。德。業。此。身。有。不。成。金。剛。不。壞。之。法。身。者。乎。源。本。如。是。也。還。源。固。如。是。還。也。言。下。可。以。

恍然于凝精成神之道也。夫所謂丹者，丹字正與身字相似。只要將身字脩削三筆，使其上不飛下不漏，中不二腔裏只藏一，卽丹字也。此卽吾之正令也。正令存于心而未發，謂之正念及發其心之音，將以爲言而後，謂之意也。誠其意者，卽實此一點于未發之先而藏之于密也。發爲正令爲正念爲真意，皆用之端也。其未發則性也。卽神是也。神無方體，無限量，是以成谷神成陽神成元神皆本此一點丹心之充實。發爲光輝大而化之而已。人更可恍然于丹之爲道矣。是編之名闡微。

者。又竊取中庸莫顯乎微之義。能知微之顯。可與入德矣。爰復剖名義以爲同學取證焉。

翠虛吟

南宗四祖陳泥丸真人著



此篇凡一百三十六韻。乃四祖傳授五祖白紫清真人者。其中歷指旁門異術之不可行。小法閒言之不濟事。闡明金液大還丹訣。語精法備。善讀者與還源篇註合參之。學之甚易。鍊必可成。足以醒世破迷。茲并蒙師逐節推詳。指示利弊。附列於後。北宗龍門第十二代閔陽林謹識。

嘉定壬申八月秋。翠虛道人在羅浮。眼前萬事去如水。天地

何異一浮漚。吾將脫影歸玉闕。遂以金丹火候訣。說與瓊山白玉蟾。使伊深識造化骨。

此言已將脫化飛昇。必須傳道。既得傳人。乃有此吟也。

道光禪師薛紫賢。付我歸根復命篇。指示鉛汞兩箇字。所謂真的。云中云。辛苦都來只十月。漸漸採取漸凝結。而今通身是白血。已覺四肢無寒熱。

此述從前自己。參訪多人。幸遇真師指示鉛汞。下手用工。今已得效。遂不現身說法也。

後來依舊去參人。勘破多少野狐精。個個不知真一處。都是

旁門。不是真。恐君虛度此青春。從頭一一爲君陳。若非金液還丹訣。不必空自勞精神。

言得道之後。復去參人。廣見世間多少旁門。因教學者必先審知真一之處。自能闢除一切邪徑。下文遂將各種空勞精神之術。逐一指明。

有如迷者學採戰。心心只向房中戀。謂之陰丹御女方。手按尾間吸氣嚙。奪人真氣補我身。執着三峯信邪見。產門喚作生身處。九淺一深行幾遍。軒后彭祖老容成。黃谷壽光趙飛燕。他家別有通霄路。酒肆淫房戲歷練。莫言花裡遇神仙。卻

把金篦換瓦片。樹根已朽葉徒青。氣海波翻死如箭。此爲採生速死之邪術。明有王法。幽有鬼神。行之無不遭殛斷不可爲者。

其他有若諸旁門。尙自可結安樂緣。有如服氣爲中黃。有如守頂爲混元。有如運氣爲先天。有如咽液爲靈泉。或者脾邊認一穴。執定謂之呼吸根。或者口鼻爲玄牝。納清吐濁爲返還。或者默朝高上帝。心目上視守泥丸。與彼存思氣升降。以此謂之夾脊關。與彼閉息吞津唾。謂之玉液金液丹。與彼存神守臍下。與彼作念想眉間。又如運心思夾脊。又如合口拄

舌端。聳肩縮頭偃脊背。喚作直入玉京山。口爲華地舌爲龍。喚作神水流潺湲。此皆旁門安樂法。擬作天仙豈不難。

以上諸法。俱未審知真一正訣。故皆謂之旁門。無益身心性命。但自悞弄其形神。不致遭殛。故曰尙自可結安樂緣。然已空勞精神。決非仙道。行之積久。或且致病。是亦不可爲也。

八十放九嚙其一。聚氣歸臍謂胎息。手持念珠數呼吸。冰壺土圭測時刻。或依靈寶畢法行。直勒尾間嚙精液。或參西山會真記。終日無言面對壁。時人雖是學坐禪。何曾月照寒潭

碧時人雖是學抱元。何曾如玉之在石。或言大道本無爲。枯木灰心孤默默。或言已自顯現成。試問幻身何處得。更有勞形採日月。謂之天魂與地魄。更有終宵服七曜。謂之造化真血脉。更有肘後飛金精。氣自騰騰水滴滴。更有太乙含真氣。心自冥冥腎寂寂。有般循環運流珠。有般靜定想朱橘。如斯皆是養命方。卽非無質生靈質。

此等小法。豈能養得命住。謂之養命方者。時人之說也。間或行之得訣。謹守軀殼而已。或屬搬精弄氣。或是勞形馳神。或爲枯木死灰。皆于真一訣竅不通。執而不化。徒然廢

事失業。行之一不得當。亦復致病。是亦不可爲也。

道要無中養就兒。個中自有真端的。都緣簡易妙天機。散在丹書不肯洩。

言須得妙悟之人。及時而授。苟非其人。道不虛行也。

可憐愚夫自執迷。迷迷相指盡胡爲。個般詭怪顛狂輩。坐中搖動顛多時。屈伸偃仰千萬狀。啼哭叫喚如兒嬉。蓋緣方寸失主人。精虛氣散神狂飛。一隊妄人相唱鬪。以此誑俗誘愚痴。不知與道合其真。與鬼合邪徒妄爲。一纔心動意隨動。跳躍顛掉運神機。或曰此是神氣來。或曰龍虎爭戰時。或曰河

車千萬匹。或曰水火相奔馳。看看搖擺五臟氣。一旦腦瀉精神羸。當年聖祖留丹訣。無中生有作丹基。何曾有此鬼怪狀。盡是下士徒闡提。

此乃妄人所傳。斷不可聽也。

我聞前代諸聖師。無爲之中無不爲。盡于無相生實相。不假作想并行持。

個中真一爲真端的。如月照潭。如玉在石。無質生質。無爲之爲。是以十二活時辰中。只須半個活子。乃無爲中之有爲。爲丹道採取交結烹鍊。都在其中。餘只靜虛動直。顯密相。

因沐浴如是。溫養亦如是。無爲而無不爲。仍向倫常日用。以靜虛動直爲火候。敬以直內。義以方外。活活潑潑。養其無形。自然於無相中生就實相。是爲完髀。獨露真常。有何作想并行持耶。下文遂實指其弊。

別有些兒奇又奇。心腎原來非坎離。肝心脾肺腎腸膽。只是空屋舊籬籬。涕唾精津氣血液。只可接助爲階梯。精神魂魄心意氣。觀之似是而實非。何須內觀及鑑形。或聽靈响視泓池。吞霞飲露服元氣。功效不驗精神疲。

此言作想行持之悞。并以掃清上文所說各種法弊。

演說清虛弄鑪火。索人投狀賣金寶。敢將蛙井藐滄溟。元始天尊卽是我。虛收銜號僞神通。指劃鬼神說因果。今朝明朝又奏名。內丹外丹無不可。欺賢罔聖昧三光。自視福德皆懺懺。招搖徒弟步市廛。醉酒飽肉成羣夥。大道原來絕名相。真仙本自無花草。教他戒誓立辛勤。爭如汝自辛勤好。一人迷昧猶自可。迷以傳迷迷到老。此輩一盲引衆盲。共入迷途受憂惱。忽朝福盡業報來。獲罪於天無所禱。三元九府錄其愆。追魂繫魄受冥拷。

此言托名丹客法家者。終必自殃也。

舉世人人喜學仙。幾人日日去參玄。各自妄誕自相尙。不務真實爲真詮。

此指托名講道。以爲世俗道販者。自己已不務真實。其說都無實據也。

古入好話切須記。功夫純熟語通仙。言語不通非眷屬。工夫不到不方圓。

此言求道之士。必先堅持正念。滌慮忘情。工夫純熟。方能聽受師言。登時領悟。藏之於中。頭頭是道。若粗心負氣之徒。雖遇真師口訣。亦復聽而不聞。卽或聞之。亦如方鑿圓。

柄。格格不相入也。

我昔工夫行一年。六脈已息氣歸根。有一嬰兒在丹田。與我形貌亦如然。翻思塵世學道者。三年九載空遷延。依前雲水遊四海。冷眼看有誰堪傳。炷香問道仍下風。勘辦邪正知愚賢。歸來作此翠虛吟。猶如杲日麗青天。

此就現身說法。直指金丹大道。並無年月遷延。故特勘明邪正。以告後人。下文即將真訣明傳。

掃除末學小伎術。分別火候採藥物。只取一味水中金。收拾虛無造化窟。提將百脉盡歸源。脉住氣停丹始結。初時枯木

依寒巖。二獸相逢如電掣。中央正位產玄珠。浪靜風平雷雨歇。片時之間見丹頭。軟似酥團硬如鐵。此是南方赤鳳血。採之須要知時節。一般纔得萬般全。復命歸根真孔穴。內中自有真壺天。風物光明月皎潔。龍吟虎嘯鉛汞交。灼見黃芽并白雪。每當天地交合時。奪取陰陽造化機。卯酉甲庚須沐浴。弦望晦朔要防危。隨日隨時則斤兩。抽添運用在怡怡。十二時中只一時。九還七返這些兒。溫養切須當固濟。巽風常向坎中吹。行坐寢食總如如。惟恐火冷丹力遲。一年周天除卯酉。九轉工夫月用九。至於十月玉霜飛。聖胎圓就風雷吼。一

載胎生一箇兒。子生孫兮孫又枝。千百億化最妙處。豈可容易教人知。忘形死心。絕爾汝。存亡動靜分賓主。朝昏藥物有浮沉。水火爻符宜檢舉。真氣薰蒸無寒暑。純陽流溢無生死。有一子母分胎處。妙在尾箕斗牛女。

此指還丹。自採取交結烹鍊沐浴。以至分胎之道。曰掃除。曰只取。曰收拾。曰捉將。曰奪取。一步緊一步。真正口訣。上極好替身字義。然不可拘文牽義。合參還源篇。自知其法不二也。

若欲延年救老殘。斷除淫慾行旁門。果欲留形永住世。除非

運火鍊神丹。神丹之功三百日。七解七蛻成大還。聚則成形散則氣。天上人間總一般。寧可求師安樂法。不可邪淫採精血。古云天地悉皆歸。須學無爲清靜訣。縛住青山萬頃雲。撈取碧潭一輪月。玄關竅少人知。此是刀圭甚奇絕。

此承上節而言分胎之際。卽是復命開闢。已得陽神根基。若遂住手。但冀老而康健。則行上文第五節中諸旁門安樂之法。亦可却病。若欲留形住世。必須混鍊金液還丹。溫養三百日工夫。可以迸出陽神。故稱爲神丹。七爲少陽之數。曰解曰蛻者。言當陽神解蛻。方是合取元神。乃爲金液。

大還。下文遂言混鍊神丹之道。

夜來撞見呂秀才。有一丹訣尤奇哉。却把太虛爲鑪鼎。括捉鳥兔爲藥材。山河大地發猛火。于中萬象生雲雷。昔時混沌今品物。一時交結成聖胎。也無金木相間隔。也無龍虎分南北。不問子母及雌雄。不問夫妻并黑白。何人名曰大還丹。太上老君吞不得。老君留與清閒客。服了飛昇登太極。更將一盞洪濛酒。餌此刀圭壯顏色。

此言開關已後。混鍊陽神。合就元神。只要把捉得定。片晌金液大還。自有猛火烹鍊成丹。法訣顯露。與還源篇合參。

自知其妙

任從滄海變桑田。我道壺中未一年。懸知汝心如鐵堅。所以口口密相傳。妙處都無半句子。神仙法度真自然。速須下手結胎仙。朗吟歸去蓬萊天。

此篇吟成一百三十餘韻。猶云口口密相傳。妙處無半句。以明真傳正訣。不消半句。却非語言文字所能傳授。人能堅持正念。鍊得心堅如鐵。以自然爲法度。下手結成胎仙。便可開關。混鍊成真。全要自體自悟。得而行之。方知其法簡易。並非高遠難行之事也。

又按此篇一十八節首三節開明道脈正傳須辨邪正四五六三節。歷指邪術旁門之不可行。第七節指出真機簡易散在丹書。第八至十二五節復言小法閒言之不足信。受其第十三節教人先自磨洗工夫純熟方能心受心傳。第十四節指明丹道甚易不必畏難。其第十五節將知藥採取以後至玄關將開以前所鍊玉液還丹之法切實言之。尚是色身上工夫。所謂外藥了命是也。其第十七節乃言開關以後鍊取金液還丹之道須兼法色混鍊成功。所謂內藥了性是也。中間第十六節故將開關作一頓筆以

明分胎以後正當上下无常進退无恒之際聽人志向之所在以定色法生死之交關。至第十八節乃將的傳口訣不到半句特筆透露令人先將身心克治明淨果然心堅如鐵到得功難措手一遇師傅卽合神仙法度矣。總之學人欲看丹經須明丹品。凡其書以精血髓氣液爲藥材用開燕搖磨存思升降爲火候運用者下品也。以肝心脾肺腎爲藥材按年月日時抱元守一爲火候運用者中品也。如石子還源篇取精神魂魄意爲藥材以行止坐臥清靜自然爲火候運用者上品也。上品簡易而易成中品要妙

而可成下品煩難而難成五祖白真人具述師言詳著修
仙辨惑論一篇仰見四祖度人心切夙抱點化天下神仙
之宏願早發露于此篇矣有志希仙者當不厭百回讀也



