

伍义江 编著 谭苑点校

# 伍柳正宗

己酉書





● 伍柳正宗 ●

ISBN7-80523-646-1/Z·80

定价：

15.00 元

●伍义江 编著 ●谭芑 点校 ●

# 伍柳正宗

巴蜀書社

一九九四年·成都

川（新）登字第 008 号

|      |     |
|------|-----|
| 责任编辑 | 秦伏男 |
| 封面设计 | 李文金 |
| 技术设计 | 陈秀娟 |
| 封面题签 | 魏启鹏 |

伍柳正宗

伍义江编著

---

巴蜀书社出版发行      (成都盐道街三号)  
四川省新华书店经销    成都东方福利彩印厂印刷

---

开本 850×1168 毫米 1/32    印张 15.125    字数 400 千  
1994 年 10 月第一版      1994 年 10 月第一次印刷  
印数: 1—10000 册

---

ISBN7-80523-646-1/Z·80

定价: 15.00 元



# 前 言

千百年来，在我国浩瀚的文献中，记载着不少长寿养生的修持理论。无论儒、佛、道三家，都有比较系统的长生修持法。仅道家而言，就出现许多杰出的人物，如广成子、黄帝、老子等就是著名的丹道修持家。《道藏》中记载的历代祖师，如魏伯阳、吕洞宾、张紫阳、张三丰、王重阳、邱处机等，以及汉传佛教从达摩到慧能的禅宗六祖，儒家的孔孟和宋代理学大儒朱熹等，都对自身的修持有着高深的造诣和专门著述。这些理论家和实修者创立了一套完整的自身修持理论和修持方法。

儒、佛、道三家都以人自身的“精、炁、神”作为修炼的基础。在各家的理论著述中都以“神、炁”为中心，进行论述和修持。对于修持方法，三家所不同的，仅仅是说法和使用的名称不同，而实质都一样。流传最早的长生修持法，著名的老子《道德经》、《黄帝内经》，魏伯阳《周易参同契》，张紫阳《悟真篇》等，最短距今已有千年历史，而现在人们还不断地研究着这些著作，探讨其精妙的内涵。丹道理论，正是在这些理论的基础上，通过不断实践而创立的。这类著作和主张，经过后人实践，不断地得到验证。

伍柳派正是在这些经典理论的基础上创立的，它博采众家长，制定了一套完整的“炼精化炁，炼炁化神，炼神还虚，炼虚合道”的自身修持序节。历经四百多年，长盛不衰。伍柳丹道自冲虚子开宗立派以来，历经华阳禅师等众位仙师，发展至今，门人遍及海内外，道脉宏大。许多丹家学者撰述的有关著作，对伍

柳派的发展起了积极作用。但由于这些著作资料收集不全，不能全面反映伍柳派丹道。有些书籍删改太多，人们只能观其只言片语，不能通过其书了解伍柳派精髓。伍柳派力主仙佛合宗，南北合宗，三教合一。本书从不同角度阐述：对僧、道、俗，同修同证，互相尊重，互不歧视。仙即佛，佛即仙，仙圣贤哲同一也。并以较多篇幅，反复论述修道真谛，把各个修持关口，判别标准详加细述。

本着上述原因，本书为使修持者学有所成，读有所获，对古今丹书概念详加论述，深入浅出。只要学者细细阅读，定能体悟到以往无法读懂的丹经妙意。对于伪气功的识别，也能心明眼亮。

本书编写过程中，本门弟子千方百计收集资料，寻找善本，认真标点、编写。为了便于读者理解本书，在编排顺序上按先今后古进行编写，有不当之处，望读者指正。

编者

一九九三年十一月十二日

# 目 录

## 一、伍柳丹道，修持法要

一阳子伍义江撰

### 入门法要

|     |               |      |
|-----|---------------|------|
| 一问  | 修道·····       | (4)  |
| 二问  | 伍柳派源流·····    | (4)  |
| 三问  | 不结丹·····      | (5)  |
| 四问  | 结金丹·····      | (7)  |
| 五问  | 丹道的顺逆原理·····  | (7)  |
| 六问  | 再问顺逆·····     | (8)  |
| 七问  | 逆炼·····       | (10) |
| 八问  | 气功与丹道之区别····· | (10) |
| 九问  | 添油接命·····     | (12) |
| 十问  | 玄关与活子时·····   | (13) |
| 十一问 | 修道程序·····     | (15) |
| 十二问 | 天元丹道·····     | (17) |
| 十三问 | 丹法判别·····     | (18) |
| 十四问 | 玄牝之门·····     | (21) |
| 十五问 | 经脉·····       | (21) |
| 十六问 | 十魔九难·····     | (22) |
| 十七问 | 去魔难·····      | (23) |

|     |            |      |
|-----|------------|------|
| 十八问 | 阴魔阳魔 ..... | (25) |
| 十九问 | 假辟谷 .....  | (25) |

### 临门法要

|      |                 |      |
|------|-----------------|------|
| 二十问  | 修道人之食法 .....    | (26) |
| 二十一问 | 出世修炼，入世修炼 ..... | (27) |
| 二十二问 | 再问出世入世 .....    | (27) |
| 二十三问 | 静坐 .....        | (28) |
| 二十四问 | 肾与命 .....       | (29) |
| 二十五问 | 心 .....         | (30) |
| 二十六问 | 周天 .....        | (30) |
| 二十七问 | 遗漏 .....        | (31) |
| 二十八问 | 入魔走火 .....      | (31) |
| 二十九问 | 惊功 .....        | (32) |
| 三十问  | 防危险 .....       | (33) |
| 三十一问 | 修炼环境 .....      | (33) |
| 三十二问 | 关窍 .....        | (34) |

### 修持法要

|      |                |      |
|------|----------------|------|
| 三十三问 | 伍柳丹道初功 .....   | (35) |
| 三十四问 | 外功转学伍柳丹道 ..... | (36) |
| 三十五问 | 下手筑基 .....     | (37) |
| 三十六问 | 法天象地 .....     | (37) |
| 三十七问 | 玄窍之景 .....     | (38) |
| 三十八问 | 收心炼己 .....     | (38) |
| 三十九问 | 动静之法 .....     | (39) |
| 四十问  | 调药补精 .....     | (39) |
| 四十一问 | 安炉立鼎 .....     | (40) |
| 四十二问 | 封固之功 .....     | (40) |
| 四十三问 | 炼药天机 .....     | (41) |
| 四十四问 | 温养法门 .....     | (41) |

|      |               |      |
|------|---------------|------|
| 四十五问 | 武火火候 .....    | (41) |
| 四十六问 | 梦寐走丹 .....    | (42) |
| 四十七问 | 进火退符防危 .....  | (43) |
| 四十八问 | 产大药真景 .....   | (44) |
| 四十九问 | 采大药天机 .....   | (44) |
| 五十问  | 六根震动 .....    | (45) |
| 五十一问 | 六根不漏之法 .....  | (46) |
| 五十二问 | 五龙捧圣 .....    | (46) |
| 五十三问 | 大药过关 .....    | (47) |
| 五十四问 | 大药归泥丸防危 ..... | (47) |
| 五十五问 | 养胎之功 .....    | (48) |
| 五十六问 | 安神祖窍 .....    | (49) |
| 五十七问 | 七返九还 .....    | (49) |
| 五十八问 | 金液还丹 .....    | (50) |
| 五十九问 | 玉液还丹 .....    | (50) |
| 六十问  | 卯酉周天 .....    | (51) |
| 六十一问 | 日月合璧 .....    | (51) |
| 六十二问 | 真火炼形 .....    | (52) |
| 六十三问 | 珠落黄庭 .....    | (53) |
| 六十四问 | 魔境防危 .....    | (53) |

## 二、金仙证论

[清] 柳华阳撰

|                        |        |              |      |
|------------------------|--------|--------------|------|
| 序                      | 乾隆五十五年 | 高双景序 .....   | (57) |
| 序                      | 乾隆五十六年 | 僧 妙悟序 .....  | (58) |
| 《金仙证论》、《慧命经》合刻序 道光二十六年 |        |              |      |
| 梁靖阳序 .....             |        |              | (59) |
| 义例                     | 丁戌山人参订 | 正青山人又识 ..... | (60) |

|                 |       |
|-----------------|-------|
| 序炼丹第一 .....     | (63)  |
| 正道浅说第二 .....    | (67)  |
| 炼己直论第三 .....    | (72)  |
| 小周天药物直论第四 ..... | (77)  |
| 小周天鼎器直论第五 ..... | (80)  |
| 风火经第六 .....     | (82)  |
| 效验说第七 .....     | (102) |
| 总说第八 .....      | (103) |
| 图第九 .....       | (104) |
| 图说第十 .....      | (106) |
| 顾命说第十一 .....    | (106) |
| 风火炼精赋第十二 .....  | (107) |
| 禅机赋第十三 .....    | (108) |
| 妙诀歌第十四 .....    | (109) |
| 论道德冲和第十五 .....  | (109) |
| 火候次序第十六 .....   | (110) |
| 任督二脉图第十七 .....  | (111) |
| 决疑第十八 .....     | (113) |
| 危险说 .....       | (116) |
| 后危险说 .....      | (126) |
| 增註说 .....       | (128) |

### 三、慧命经

[清] 柳华阳撰

|                     |       |
|---------------------|-------|
| 叙 乾隆五十九年 孙廷璧叙 ..... | (131) |
| 自序 .....            | (131) |
| 漏尽图第一 .....         | (132) |
| 法轮六候图第二 .....       | (134) |

|                |       |
|----------------|-------|
| 任督二脉图第三.....   | (135) |
| 道胎图第四.....     | (135) |
| 出胎图第五.....     | (137) |
| 化身图第六.....     | (137) |
| 面壁图第七.....     | (140) |
| 虚空粉碎图第八.....   | (140) |
| 集说慧命经第九.....   | (141) |
| 正道修炼直论第十.....  | (173) |
| 正道工夫直论第十一..... | (178) |
| 禅机论第十二.....    | (185) |
| 杂类说第十三.....    | (190) |
| 决疑第十四.....     | (195) |
| 张紫阳八脉经.....    | (199) |
| 九层炼心.....      | (199) |
| 潜虚翁调息法.....    | (202) |
| 张三丰调息法.....    | (202) |
| 李涵虚真人后天串述..... | (202) |

#### 四、天仙正理直论增註

[明] 冲虚子伍守阳撰

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| 序 光绪二十二年 程德灿序.....        | (207) |
| 合刻伍柳真人书叙 光绪二十三年 邓徽绩序..... | (207) |
| 重刻天仙正理序 嘉庆七年 李纯一序.....    | (208) |
| 复刻天仙正理序 嘉庆九年 武定全序.....    | (209) |
| 本序并註.....                 | (210) |
| 道源浅说篇.....                | (217) |
| 先天后天二炁直论第一.....           | (247) |
| 药物直论第二.....               | (252) |

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| 鼎器直论第三.....               | (257) |
| 火候经第四.....                | (261) |
| 炼己直论第五.....               | (283) |
| 筑基直论第六.....               | (288) |
| 炼药直论第七.....               | (289) |
| 伏气直论第八.....               | (294) |
| 胎息直论第九.....               | (297) |
| 直论起由.....                 | (301) |
| 后跋.....                   | (304) |
| 增註说.....                  | (311) |
| 重修天仙正理书后 乾隆二十九年 申兆定书..... | (311) |
| 伍真人事实及授受源流略 申兆定书.....     | (312) |

## 五、仙佛合宗

[明] 冲虚子伍守阳撰

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 自序.....              | (317) |
| 叙 光绪二十三年 邓徽绩叙.....   | (317) |
| 伍真人丹道九篇缘起.....       | (318) |
| 最初还虚第一.....          | (318) |
| 真意第二.....            | (319) |
| 水源清浊，真丹，幻丹第三.....    | (320) |
| 火候足，止火景，采大药天机第四..... | (321) |
| 七日采大药天机第五.....       | (322) |
| 大药过关服食天机第六.....      | (324) |
| 守中第七.....            | (326) |
| 出神景，出神收神法第八.....     | (329) |
| 末后还虚第九.....          | (329) |
| 吉王朱太和十九问.....        | (330) |



|             |       |
|-------------|-------|
| 伍太初六问·····  | (358) |
| 伍太一十九问····· | (370) |
| 评古类·····    | (414) |

## 六、内炼金丹心法

[明] 冲虚子伍守阳撰

|                |       |
|----------------|-------|
| 生死说·····       | (421) |
| 白玉蟾水调歌头·····   | (423) |
| 第一章 先后二天论····· | (423) |
| 第二章 药物论·····   | (424) |
| 第三章 鼎器论·····   | (427) |
| 第四章 火候论·····   | (429) |
| 第五章 炼己论·····   | (444) |
| 第六章 筑基论·····   | (445) |
| 第七章 炼药论·····   | (447) |
| 第八章 伏气论·····   | (449) |
| 第九章 胎息论·····   | (451) |

## 七、金丹要诀

[明] 冲虚子伍守阳撰

|                |       |
|----------------|-------|
| 金丹大旨·····      | (457) |
| 言先天·····       | (459) |
| 言后天·····       | (459) |
| 先天契，后天说·····   | (459) |
| 制凡银凡铅真诀·····   | (460) |
| 制凡砂凡汞下手真诀····· | (461) |
| 筑基说·····       | (461) |

|              |       |
|--------------|-------|
| 死砂接生砂真诀····· | (462) |
| 补母说·····     | (463) |
| 强母足子法·····   | (463) |
| 过母说·····     | (463) |
| 庶母乳哺说·····   | (464) |
| 超神脱胎说·····   | (465) |
| 阳池诗·····     | (467) |
| 阴池诗·····     | (467) |
| 阳池·····      | (467) |
| 炼铅·····      | (467) |
| 采金·····      | (467) |
| 采金歌·····     | (468) |
| 金丹配合歌·····   | (469) |
| 火候词·····     | (470) |

## 八、伍冲虚律师传

## 九、柳华阳禅师传

## 十、谢凝素律师传

●  
—  
伍柳丹道，  
修持法要

●  
—  
一阳子伍义江撰



## 自序

吾先祖冲虚大师弘道度人，玉树盈阶；大师门下，得道证果者多，造诣高深者众；数百年来，其《天仙正理》、《仙佛合宗》及华阳禅师之《慧命经》、《金仙证论》被丹家奉为圭臬。后世之修习丹道者，多以伍柳派为归趋。

呜呼！然大道之不显于世久矣！今日神州，气功风行，江湖术士，僭称丹道，捏穴撮精，层出不穷，方丹圆丹，无奇不有，鱼目混珠，瞒天过海，愚弄学人，骗取钱财。本人有感于此，纡郁难释，今集门中问答六十四题与伍柳派经典六篇合册，成此《伍柳正宗》一书，庶几绳之祖武，昭兹来许，弘扬家风，彰明国粹，所谓“人能弘道则道不远人”，此言良不诬也。

## 入 门 法 要

一阳子曰：伍柳之丹法，集诸家之长，经数百年证果，久经不衰。如今之伍柳派，道脉宏大，被丹家视为正宗丹法。吾将本门要诀，对修道弟子详加说明，并为后世学人提供悟道真机，此乃吾之真意也。

### 一问修道

玄通子问：丹经云，修道者多如牛毛，成道者凤毛麟角，这是为什么？

一阳子曰：自古丹经多隐语，使修道者如坠五里烟雾之中。有的丹经颠倒排列修持程序，且藏头露尾，隐真诀于微言，学人难于证道。有的修道者，潜心修炼一生，企图悟出证道天机，也如大海捞针，未得其门而入。欲求长生者，世世代代，前赴后继，终因不能领悟其中奥秘，而宣告失败。

古往今来，欲求长生了道之士，比比皆是。他们到处寻师问道，历尽艰辛，或寻师无门，或遇盲师，邪师，学得左道旁门，无法证果。

当今社会，气功的影响很大，有些气功师根本不懂丹道，为了牟利，编造一些理论，瞎编一套动作，冒充金丹大道，把气功和丹道混为一谈，把市场上中药丹丸概念，搬迁过来，哄弄学人。求道者要加倍小心，谨防上当受骗，抱憾终身。

因此，求道者虽多，得遇真师者甚少，这就是修道者多如牛毛，成道者凤毛麟角的道理。

### 二问伍柳派源流

玄通子问：请问伍柳派与全真龙门派关系如何？为何说伍柳派丹法脱胎于全真龙门派丹法？

一阳子曰：吾祖冲虚大师曾拜师曹还阳大师和李泥丸大师，得其真传，成为全真龙门派第八代祖师。曹祖之师乃虎皮张真人也。张大师名静虚，号虎皮真人，修道于西蜀碧阳洞，曾受邱祖处机点化，得道证果。古之西蜀是藏龙卧虎之地，多异人出没，据传广成子、赤松子均曾隐于西蜀，王乔，彭祖，魏伯阳，钟离权，陈抟，张紫阳，张三丰，李涵虚等祖师都曾求道于西蜀。道家南宗，西派，隐仙派，剑仙派在西蜀常有出没，隐居的高人、异士很多，法脉传承源远流长。内丹术的发源地就在西蜀，每年农历二月十五日前后，七月十五日前后，很多隐士、仙客常聚会于西蜀，这里集中了道家的东、南、西、北、中各派精英。道家各派的修炼方法各有特色，但总免不了受西蜀丹道的影响。全真龙门派的修炼功夫是王重阳祖师传授邱祖处机大师的，邱祖于龙门山传教成派，龙门派之功夫与西蜀功夫有很深的渊源。如果我们了解上述背景，那么虎皮张真人所传之功法必然汇集道家各派之精萃，这一点就没有什么让我们惊奇的了。而吾祖冲虚大师之丹道功夫，源于虎皮张真人、李泥丸大师，其丹道决非只出身一派功夫。况且冲虚大师之徒华阳禅师，把道家的功夫同佛家的功夫，融为一体，写出了具有明显佛家特色的《慧命经》、《金仙证论》两部巨著。

综上所述，伍柳派的丹道功夫，不仅具有北派，而且具有南派，不仅有道家，而且有佛家，不仅有男丹法，而且有女丹法，不仅有天元、人元，而且知道地元，因此伍柳派主张“仙佛合宗”，“南北合宗”，儒、释、道三教归一。伍柳派丹道的特色是博采众家之长，为主性命双修，从道教法脉上说属全真龙门派，但丹法上远远超过了龙门派，因而说伍柳派丹道源于龙门派，而又脱胎于龙门派。

### 三问不结丹

玄成子问：我从十三岁起，拜师四川绵阳王老先生，他传我道家功法和神针等医术。我苦炼功夫五十余载，现年六十八岁。经

过几十年炼功，我只感到在炼功时，腹部以下至双腿发热，热气也不能聚合。丹书上常说玄关，我也不知道玄关在身体那个部位。我打算转修伍柳派丹法，请老师分析一下我以前炼功不结丹的原因。

一阳子曰：王老先生所传功法，属气功。气功与丹道不同，炼功过程中，身体的感受也不相同。

气功是由动作、意念、呼吸三要素组成，只要合乎三要素，就可以自由组合，千变万化，形成各种气功，产生各种气功流派。学习气功者，会感气动，也就是所谓气感。功较高者，还会产生特异功能，如透视，查病，治病，或其它功能。炼功之人，有病治病，无病健身。气功给炼功者带来很多好处，因而能在社会上流传。

我们把治病健身的气功叫“软功”，而那种打石破砖，过汽车，电气功等表演功夫叫“硬功”。无论“软功”，或“硬功”，都只能分成师传和自创两大类。一般来说，真气功都有师传，在有传授的基础上，气功师根据自身修炼的体会，加以整理，创造，发展成高一步的完善气功。这类气功往往稳扎稳打，不大会出偏差，学功者也受益不少。另外一类自创气功，气功师把意、气、动三要素加以编排，自封大师、宗师，就出山开宗立派了。这种无师自通的气功流派，必须经过时间的考验，效果好，具有科学性，才算真气功。但是，有些自创气功，前期会给炼功者带来一些好处，但经不起时间的考验，时间一久，炼功者就感疲倦，不安，烦躁。若还要给人治病，炼功者因不懂自身能量的补充，释放的自身潜能，往往造成炼功者会很不舒服，疲倦。有的加速衰老，更有甚者直至死亡。一般情况，这种伪气功编出各种道理迷人，把你引入“迷信”，若炼功者不醒悟，就有“入魔走火”的危险，伪气功师也没有解决“入魔走火”的办法，给炼功者带来很大危害。

人身体感到不适或生病，是人自身阴阳失调所致。通过呼吸、意念、动作可以升阳或升阴。所以有的气功升阳，有的气功降阴。



若人体阳重，往往火重，需抑阳升阴，达到阴阳平衡，该炼功者，功到病除。若人体阴重，往往阴虚，需抑阴升阳，达到阴阳平衡，炼功者也功到病除。若一个人只炼一种功，只能达到单独升阳或升阴。阴阳平衡是相对的，不平衡是绝对的，所以气功阶段的炼功者永远无法平衡自身阴阳，开始炼功时感觉较好，时间一长，自身之病就时好时坏，越炼问题越多。从理论上讲，要解决这个问题，就是多学几种气功，以不同功法来解决阴阳平衡，但事实证明，这种多种气功练习法也是行不通的，随时间增长，气功种类循环周期缩短。因而光靠气功来维持身体健康是不行的。

汝之师所传气功，乃真气功也。炼数十年不出问题就不错了。

丹经云：任凭万般差别法，总与金丹事不同。

道家功法门派很多，三千六百九十六种门派，派派都有很高功夫，但与金丹大道总不相同。万古金丹一条路，靠悟是悟不出来的。气功与金丹大道存在本质区别，气功阶段无论如何最终是结不了丹的。真正的丹功，一定会有真炁聚拢，丹田火炽，玄关一窍出现。

须知玄关一窍非在印堂，而实在下丹田也。

#### 四问结金丹

玄成子问：我已六十八岁，是否可以修炼丹道，能否结丹？

一阳子曰：张紫阳真人八十三岁得道，张三丰真人六十八岁得道，均能修成。你只要诚心修炼，多做善事，不做坏事，必然会得师真诀而结丹成道，前辈仙圣贤哲就是汝之榜样，不必多虑。

#### 五问丹道的顺逆原理

玄成子问：何谓顺生人，逆则仙？

一阳子曰：道生一，一生二，二生三，三生万物。鸿蒙未判之际，一片混沌状态，此为无极也。先天之精，元炁尚存。阴阳媾精，万物化生。男女交媾，受孕成胎，男女已判，这是鸿蒙已

判，由无极而太极，先天变成后天。随着时间推移，胎儿在母腹生长，十月怀胎，一朝分娩，胎儿从母体出来，开始自身活动，形成一个人物，这就是顺生人。这种人类从生到死的自然发展规律永恒地运转，无法改变。

道家的丹道修持，是用后天的方法，采回先天元精，弥补已走失元精、元炁、元神。丹经云：“篱破还需竹来补”。人之身体走失精、炁、神，犹如残破之躯，靠加紧修炼，采集先天元精、元炁，补残破之体，衰老之躯，返还童体，这就是逆则仙的道理。

## 六再问顺逆

玄成子问：顺逆问题，请老师再详细谈一下。

一阳子曰：道生一炁，一炁生形，形中又含始炁，是为真一之炁也，此炁顺成人，逆成仙。

前面讲到顺逆原理，我借八卦的卦象来分析：

婴儿与母体分离时，先天祖炁立刻切断，后天之气，由鼻孔吸入，而后双眼睁开，舌亦不接通任督二脉，性带炁上移于心，命带炁下移于肾，元神失位，识神用事；自少而壮，壮而老，老而死，性命不能合一。

婴儿出生时，身体如绵，其象属坤☷（全阴）。其后，每三十二个月，生六十四铢元炁。自一岁起，两岁零八个月，生乎一阳，长六十四铢元炁，卦象地雷复☳。五岁零四个月，生乎二阳，又长六十四铢元炁，卦象为地泽临☵。八岁，生乎三阳，又长六十四铢元炁，卦象为地天泰☶。十岁零八个月，生乎四阳，又长六十四铢元炁，卦象为雷天大壮☳。十三岁零四个月，生五阳，卦象为泽天夬☵。十六岁，生六阳，体变纯阳为乾卦☰。此时男子精通，为天癸满，（女子十四岁，第一次月经来潮为天癸满），身体最佳，一身天地正气。父母祖炁二十四铢，后天元炁三百六十铢，共计三百八十四铢，正合一斤之数，夺得三百八十四铢元炁则生。

十六岁起，知识渐长，识神主事，心火上炎，性为心使，内劳其心，外劳其力，七情六欲实伤天真，精耗元炁，其寿暗损。关窍已开，天真已凿，无有不泄之理。自此以后，阳炁渐消，阴炁渐长。

自十六岁起，每九十六个月，即生一阴。二十四岁，生一阴，不得葆真，损耗元炁六十四铢，卦象为天风姤䷫。三十二岁，生二阴，以妄为常，无所避忌，耗元炁六十四铢，卦象为天山遁䷠。四十岁，生三阴，全不省修，悠意而行，耗元炁六十四铢，卦象为天地否䷋。四十八岁，生四阴，仍然持强好胜，肾炁渐竭，须发苍白，耗元炁六十四铢，卦象为风地观䷓。五十六岁，生五阴，心迷色色之场，身堕名利之境，肝气渐衰，眼昏多忘，甚至筋痿疲倦，仍不醒悟，耗元炁十四铢，卦象为山地剥䷖。六十四岁，生六阴，斯时不悟其常，醉生梦死，发白气短，容槁形枯，耗元炁六十四铢，复为坤卦䷁。

不能保精养身，将三百八十四铢元炁耗尽，无常将至矣。八十岁以上老人尚多，此乃仰仗后天谷米之精，以培补后天精气。平时操炼得法，虽年已老，但精炁尚未完全耗尽，亦可不死，乐享天年。

若修持有方，有明师指点，行添油接命之法，采补元精，则衣破布补，桌破木补，篱破竹补，油尽添油，命损接命，人体精损，以精补之，则长生可冀。

采补百日，得元炁六十四铢，一阳返回身中，乾坤至复姤而来，阴极阳生，卦象由坤䷁变为地雷复䷗，一阳生矣。此即添油接命之法也。光明如来曰：老僧会接无根树，能续无油海底灯。

加功进步，一意前追，又采补百日，功进体壮，又添元炁六十四铢，由复䷗变为地泽临䷒，二阳生矣。身体健壮，百病全消。再进功百日，又添元炁六十四铢，由临变为地天泰䷊，三阳生矣。三阳开泰，万窍同春。功夫至此，步履轻快，目明耳聪。再进功百日，又添元炁六十四铢，由泰变为雷天大壮䷡，四阳生矣。此

时身体如巨富之家，无处不有金玉，肌肤光泽，白发转黑。再进功百日，又添元炁六十四铢，由大壮变为泽天夬䷪，五阳生矣。精神百倍，齿落重生。愈加精进，百日进功，又添元炁六十四铢，由夬变乾䷀，六阳生矣。夺得天地日月之精华，周身如童子，纯阳之体，复还太极，鸿蒙未判之时，真阳之炁与真性合而为一，性命合一，丹道成矣。

顺则为：道生一，一生二，二生三，三生万物。

逆则为：万物含三，三归二，二归一。

张三丰真人曰：顺为凡，逆为仙，只在中间颠倒颠。

## 七问逆炼

玄成子问：为什么十六岁以前不能炼丹？

一阳子曰：人在天癸未满之前，尚处在生长发育阶段，思想，身体均未成熟。此时心神不能主事，先天元精、元炁、元神尚在升华。没有任何精损。

人体一阳来复之时，即是阳举之时。童子的阳举同样表示活子时来临，因他们未成熟，没有性欲，更不可能有性冲动，更不可能用意使先天元精变成后天浊精而走失。这种不能用性（心）主使的童子，修炼不成性命归一。所以儿童不能炼丹功，也不需要炼什么功。

天癸满后，身体发育成熟，有性冲动，关窍已开，则无不走失之理。一阳来复，阳举或性冲动，只要不加意想，即可下手采药，以补失去之精。有意识的采补，就可逆修。

只要心神能够主事，用后天的方法，采先天元精、元炁，就可以逆炼，修炼心肾相交，性命归一。

## 八问气功与丹道之区别

玄真子问：我等初入玄门，对气功与丹道的区别还不太了解，请老师告诉我等弟子。

一阳子曰：丹道自古至今，均有师传，并口传心授，至关至密。在修炼过程中，有严格的修持节序，若按照真师口诀，逐步修持，则每学一步，都有真景出现。这些景象每一个炼丹者都能体验到。炼丹有药物，炉鼎，火候。有筑基炼己，采，封，烹炼，温养，沐浴，胎息，结丹，还丹，出婴儿，三年哺乳，九年面壁，羽化成仙等几个程序。

崔希范曰：“水真水，火真火，水火交，永不老。”

“水能流，火能焰，在身中，自可验。”

修炼之士产生丹母后（即真种子），身中自有真水流动，可验崔公之说。这种真水是沿督脉上升，过泥丸，上鹊桥，下重楼，沿任脉直下丹田，这种沿任督二脉的真水流动叫丹道小周天，对于每个修道炼丹者来说都是如此，具有科学的重复性。

而气功则无药物、炉鼎、火候可言，沿任督二脉的流动也只有气动、无真水、真种，更不要说结丹了。而每个炼功者只凭感受来体验小周天的气流，各自身体的反应不一，不具备重复性。

“釜中若无真种子，犹如水火煮空铛。”这就是对气功状态下的周天循环的最好警示。没有水流，没有真种，以气感运行小周天，等于用火烧空锅，未免烧烂。这种气功周天，是把人体自身潜能调动起来，加以无益损耗，譬如空载汽车在公路快速运行，越快损失越大，这种周天运转未必有好处。以上是周天的区别。

丹道与气功有很多区别，但最根本的区别是丹道是逆炼过程，而气功是顺炼过程。丹道的修炼是采先天元精，以补后天失去之精，修补破损的身体，添油接命。采元精以进行炼精化炁，以元炁进行炼炁化神，进而炼神还虚，炼虚成道。使修持者返老还童，逆修成圣。而气功则不能采集元精，因而无法逆修，只能使修持者少损，慢损后天之精，通过自身生理调节，达到祛病延年之功效。

总的来说，丹道使人体元精、元炁、元神有所增进，而气功只能按自然规律，使人体按生灭有序的永恒推演下去，任何气功

只能是丹道的筑基功以内的功法，没有、也不可能超越丹道的筑基功。

## 九问添油接命

真常子问：“添油接命”之法，是我伍柳派丹道的入门功夫，许多炼丹家和气功师修持数十年而摸索不到具体炼功方法，最后也因精力耗尽而遵循自然规律走向死亡。有的气功师曾言：谁传我“添油接命”之法，我愿为他马前执鞭，可见真诀之重要。前已提出“添油接命”，愿闻此法为何对炼功家如此重要。

一阳子曰：男子二八，女子二七，天癸满。男子开始精通，女子月经来潮。此时，男女身体刚好发育完全，达到成熟阶段，天地正气充满全身，身体素质达到顶峰。随着时间推移，人的消耗越来越多。人们的七情六欲，贪婪，烦恼，社会影响，自然环境因素等等，无不消耗人们的精、炁、神。人生的发展永恒地遵循着出生→成长→衰老→死亡这一万古不变的规律。人的衰老和死亡是一种不可抗拒的客观事实。人的生命好比一个油缸装满了油，油通过灯蕊燃烧，燃烧的过程要不停地消耗油，人体精、炁、神的耗损，就好比耗油的过程，有的油耗少点，有的多点，当油缸中的油燃烧已尽，油尽灯灭，相当于人体元精耗尽，人即死亡。

男子十六，女子十四，正是精满炁足之时，好比油缸中盛满了油，之后就不断耗损。我伍柳派丹法的“添油接命”之功，是利用丹道的特有功夫，进行逆修，夺回人体失去的先天元精，元炁，使人们返回天癸之年，达到油缸中油满之时。夺回一点先天元精，等于是给缸中添加一次油。油缸中油满之时，人体精满炁足，此时，即可行炼精化炁之功。

“添油接命”是逆修之法，故而可使人返老还童，延长寿命。是炼功家万古追寻的真谛。

## 十问玄关与活子时

玄成子问：丹经中常见“玄关”，“活子时”等术语，现在气功杂志也常有论述文章，请老师解释一下。

一阳子曰：玄关一窍，乃至要之机关，非印堂，非囟门，非肚脐，非膀胱，非两肾，非肾前脐后，非两肾中间，上自顶门，下至足跟，四大一身，才著一处，便不是了。

丹经云：“此窍非凡窍、乾坤共合成。”

炼丹修道之士，贵乎忘言守一；一非虚名，即太极，即玄关也。玄关一窍，抱一修行，黄庭在一之内，（人壮一灵，人衰一敝），铅汞皆从一生，守极静於虚无，则先天一炁自虚无中来，借一之形，炼一之炁，得其一，万事毕。此“一”之名甚多，“偃月炉”，“戊己门”，“西南乡”，统曰谷神，为天地根，乃呼吸往来之祖，阴阳阖辟之宗，修炼之大关窍。此窍炁发则成窍，机息则渺茫。〔药即火，火即药，药火即鼎器〕，一即鼎器，抱此一念，守聚成真，以火炼药而结丹，以神驭炁而成道。此窍阳生则开，阳散则斂，在脐下一寸二分之处。

炼丹修道，必须首先弄清玄关一窍，不修成玄关一窍，终身修炼也是盲修瞎炼。气功阶段的修炼终不能成窍。

一般丹经对活子时均有叙述，吾祖冲虚子在其著作中也详细地描述了活子时来临之景。

何谓子时，就是天地运转阴尽阳生之时，一阳来复之际。从时间上讲是当地时间十一时至一时，就成都而言，大致是北京时时间零时至次日二时。这时，天地交泰，阴尽阳生。这个子时由地球自转而来，是自然规律，无法更改，是死子时。在子时下功，正得采初阳的好机会，炼功者此时行功，好处甚大。

丹道功夫，炼丹士首先就是采阳，（即采药）。丹经云：全阳为仙，全阴为鬼。丹家多一点阳，距成道就近一步，增一分阴，靠鬼就进一分。

一阳来复，正好下手采药。人体是一个小宇宙，法天象地，自身不停运转。运转之中，人体也有一阳来复之机，此机与天地运转无关，随时都可能出现。所谓“活子时”，即人体内一阳来复之时，以区别于地球运转的死子时。吾祖冲虚子及华阳禅师在其著作中多次提到，凡是没有思虑，即未经大脑活动而出现的性冲动，表现为男子阳举、女子性动之时，就是人体的一阳来复，此时是人体的子时，因为他不受天地星辰的影响，而且又是随机的，故称“活子时”。当这种自然发生的性冲动，转而受到人们思想和意念的影响时，先天元精就变成后天浊精。活子时来临之时，正好下手采药归炉，而已变成后天浊精是不能采取的，只有作为废渣排泄掉。

先天元精是鸿蒙未判之精，看不见，摸不着，但存在于世间，能采取，是有机物质。而后天之精，可见，可闻，有色，有味，也是有机物质，谓之精液。丹道逆修只能用先天元精，而决不能用后天浊精。

伍柳派丹道的各种著作和炼功秘诀，从未以男子精虫和女子气血为丹药，只讲先天而不用后天，那种以精血为药物之法，实属左道旁门，与我伍柳派无关。

先天元精是人们不存在意念时出现的，如睡眠状态的阳举，无意之间的阳举，当人们感知阳举时，即动意念，先天变成后天，元精变成浊精，炼丹士虽知道自己的一阳来复，也无法下手采药。

丹家至关重要是修成玄关一窍，当修持者精满炁足，冲开玄关，自身中已现窍时，丹士采药才有了工具，修道者在行功过程中，玄关出现时，即活子时来临，正好下手采药归炉。

玄关一窍的出现是炼丹家在炼功过程中能感知的，它在一天中的十二个时辰都可能出现，这个窍现之时的“活子时”是炼丹家掌握的，这样，修道炼丹者在一阳来复之际采药才有了可能，玄关一窍的出现是判断“活子时”出现的标准，是采药归炉，进行烹炼的时候。所以玄关、活子时是丹道最重要的秘密，此地尽泄



天机。

冲虚子曰：“一阳初动即玄关，不必生疑不必难。正好临炉依口诀，自然有路透泥丸。”

## 十一问修道程序

玄成子问：请老师解释炼精化炁、炼炁化神、炼神还虚以及判别标准。

一阳子曰：小成筑基之功为炼精化炁，此时玄关一窍已现，修持者感到能明五事，辨六候。调元精以炼外药，采真种以炼小药，须凭文火武火，周天火符。火足药灵，龟头缩而丹放毫光，六根震动而五龙捧圣。透三关，过九窍成金刚不坏之体，升乾鼎，降坤炉，作长生不老之人。此时，已返乾体未破之时，（天癸满），乾坤交泰之际，定名为人仙也。

炼炁化神名中成养胎。欲知往测来，趋吉避凶，而行十月养胎之功。按七禅以返寂灭，随六机以证圆通。守中抱一，乃养胎之主。不分昼夜，动应静蓄，终始皆然。时时刻刻，勿忘勿助而养。绵绵密密，常定常照而温。将见真炁上运，甘露下降。行卯酉周天，以收内药，分左右之升降，以固胎元。或太阳当空，催逼久，而玄珠下降炉中。或丹光如莲，开放极，而金花上飘鼎外。或真火炼形，或赤蛇透关，或龙虎交战，或婴姤团圆，或龟蛇盘结，或仙佛来参，或中炁周匝而生芒，或电神施威而监坛，或现天堂美景以诱我，到处是琼宫阆苑，或现地狱恶形以惊人，随神头鬼脸，愈出愈奇，皆为金丹变幻，潜心修炼，不管自散。

二炁住，则璇玑停轮，阳长阴消。六脉回，日月合璧，自然饥渴永绝，而炁化纯阳。身能耐寒却暑，昏睡全无，而丹光常明，心必达圣通灵。由是灭尽定极，心空性现，神俱六通，气充两仪。金莲匝地涌，白云飞满天。聚三昧真火，功百会乾鼎。雷声震震，轰开紫腹内院；电光闪闪，调出入定阳神。产仙婴于凡躯之外，聚金光于法身之中。方谓渡过苦海，正是高登彼岸。此十月养胎之

功，已返到乾元面目。固有真我之位，定名曰地仙是也。

三为炼神还虚，超凡入圣，成佛成仙。虽行三年哺乳之功。依阳神之收放，调神之出入。

阳神之初，幼小，功力弱，出则应当近，返则应当速，久久

炼之，待阳神长大，功高力强，坚固笃实，不怕外魔侵扰，在收

放自如之时，即可放远一点。

如此反复收放，阳神愈灵，变化愈妙。直至三年功成，性体老练。觉得调神出壳之时，阳神直以太空为宅舍。极大地山河，尽是我家庭田园，游赏栖息之所。收回入定之时，阳神又以色身为寝，舍内院中宫，尽是我床枕几席，偃仰宴息之所。将见举足千里，遍游万国，真空妙有，隐现莫测，通天达地，步日玩月，入水不溺，入火不焚，入金石无碍，始无入而不自得。

阴阳不能陶铸，而反能陶铸阴阳。五行不能变迁，而反能变迁五行。阎罗不能制其死，帝释不能宰其生。纵横自在，出入自由。欲少留在世，则护国而佑民，建功而立业。欲超凡入圣，则凌霄而霞举，飞升而拔宅。无论在尘，出尘，皆能济世利物，辅正除邪，救旱救涝，消灾消劫。或说妙演经，日赋万言以阐道。或立法垂训，度尽众生而传灯。任其所为，无不神通灵应，变化而莫测。即十，百，千，万，亿，兆浩劫，永远住世，亦不能生灭；即分形散影，百，千，万，亿化身，遍满三千大千恒河沙界，亦无穷无极。

此三年哺乳之功，已返到性体坚刚，神化无方之位，名曰神仙。

炼虚合道之功，尚需九年面壁。神仙不愿住洞府，再得上天封诰，成天仙也。

至此，已将修持成道的全过程尽告汝等，汝等应勤修苦练，最终必证果位。

## 十二问天元丹道

玄静子问：丹经云，道本一理，法分三元。为什么说我派丹法属天元而非人元、地元？

一阳子曰：道本一理，法分三元，即天元、地元、人元。天元丹法所成之丹，曰大丹。人元丹法所成之丹曰金丹，地元丹法所成之丹曰神丹。伍柳丹道之丹乃大丹。

我派经典《天仙正理》，《仙佛合宗》，《慧命经》，《金仙证论》，力主性命双修，清静修为，没有涉及阴阳双修和外丹（铅砂）修炼，故而伍柳派丹道虽是三元皆懂，而主要是天元丹法。

三元丹法，只要真师传授，修士均能同登仙阶。除此三元之外，我道尚有九十六种外道，三千六百旁门。任它一切皆幻，法力种种，总与大道不通。

## 十三问丹法判别

玄成子问：我等修持尚浅，法力不深。前已讲到性命双修，阴阳双修，清修及砂铅等等，我等难明其中道理，不知这诸多修法同三元丹法有何关系，望老师指点。

一阳子曰：修性不修命，此是修行第一病。

有些功法，专讲修性。性功从意念入手，以意念了结，整个炼功过程中，贯穿了一个字，意。（有的气功甚至讲，全凭意念用功夫，放外气靠意念，治病靠意念，行功靠意念，大讲意念力）。此种性功，过多地使用意念，也能出现一些功能，还能给人治病，感知病者病变部位，或感知其它事物。这种性功是靠阴神用事，无论你给人发功也好，治病也好，必须靠意念，也即是意到气到，病人受益不少，殊不知发功者的阴神已出窍，把自己的元炁输给病人，自己已伤神伤炁。发功过多者，衰老明显，身体素质剧降，病魔入侵，疲倦不堪。这些发功者炼得好一点，用意过多，阴神出窍，其功能可达五通，即天眼通、天耳通、他心通、神境通、宿

命通等。以上功能，动功是很容易激发出来的，尤其敏感性的人，更容易激发。我认为炼功者主要是把身体炼好，有良好的基础才能让自己出功能，才可以去度人。自己身体基础不行、不能补充走失之精、炁、神，就妄然给人治病，更是用意念力去治，这种用性功，用一次，伤一次神，行功者均记。

性功最根本的问题是不能修到性命归一，不能以性了命，不能炼到漏尽通。性功的炼功者在行功过程中必然有元炁损耗，炼到后来，炼功者形容枯槁，面黄饥瘦，老态龙钟，不知者还以为炼炁化神，炼神还虚。此等错觉，是很常见的。（有些气功师查病治病，功力很强，但身体较差，形同枯木，就是用性过多，伤神过重造成的。）

性功虽然可以出功能，但用意过多，偏差也不少。有的炼功者过于执著，容易“走火入魔”，所以久炼性功的人，应改换功法，加强命功，才能转危为安。这些就是丹经所谓“修性不修命，此是修行第一病”的道理。

伍柳派丹道的修持程序从命功入手，尽性了命。

心主性，主神，主火，主离。

肾主命，主炁，主水，主坎。

命功入手即采先天元精以补肾，从补肾下手，我所说的性命双修是先保命，再修性。在逆修的过程中，将元精转变为元炁，把阴神点化为阳神。入手功夫先解决自己的衰老和健康问题，有病治病，无病健身，采元精到精满炁足，炼精化炁，炼炁化神，炼神还虚。性命双修是修到性命归一。我派丹道主个人清修，其丹法是取坎填离，水火相交，心肾相交，神炁合一，修成天元大丹，达到乾阳之体。

人元丹法在炼丹过程中，主张男、女同室修炼，阴阳双修，古往今来，丹经多有论述，兹撮其要法，以资参考。

《悟真篇》曰：“未炼还丹莫入山，山中内外尽非铅。此般至宝家家有，自是愚人识不全。”

《三注》陆子野曰：“保我之命，全我之形，无损于彼，有益于我。神哉！水中之金乎。”

《三注》上阳子曰：“世之愚人，不看丹经，乃谓修行者，必居深山，必远市朝，必出妻子，必合无为，必要打坐，方为修道。彼岂知真阴真阳之用哉？”

《三注》道光祖曰：“真阴真阳，同类有情之物也。此般至宝家家有，以其太近，故轻弃之，殊不知此乃升天之灵梯也。”

“彼之真一之炁，乃天地之母也。我之真一之炁，乃天地之子也。以母炁伏子炁，如猫捕鼠，而不走失也。”

《敲爻歌》曰：“一夫一妇合天地，一男一女合乾坤。”

《鼎器歌》曰：“鼎器本是男女身，大药原来精气神。”

《修真诗》曰：“男女房中藏道体，色身世界有铅基。”

《黄鹤赋》曰：“安炉立鼎，法内外两个乾坤。炼己筑基，固彼我一身邦国。”

又曰：“虽分彼我，实非闺丹御女之术。若执一己，岂达鹏鸟图南之机？”

《敲爻歌》曰：“守定烟花断淫欲。色是药，酒是禄，酒色之中无拘束。只因花酒悟长生，饮酒戴花鬼神哭。”

又曰：“不破戒，不犯淫。破戒真如性即沉，犯淫失却长生宝，得者须由道力人。”

又曰：“花街柳巷觅真人，真人只在花间玩。”

《破迷一笔勾》曰：“真修行，花街柳巷走。劝迷徒，你把这入山修行一笔勾。”

青羊宫题词：“必定是花街柳巷也，再休题清静无为枯坐间。”

张三丰曰：“须晓得内外阴阳，同类的是何物件，必须要依世法修出世间。顺生人，逆生丹。只一句儿，超了千千万。”

《无根树》曰：“花酒神仙古到今，打开门，说与君，无花无酒道不成。”

又曰：“产在坤方坤是人。”

又曰：“借他铅鼎先天药，点我残躯入圣基。”

《三注》陆子野曰：“天仙非金丹不能成，且道金丹是何物？噢，分明是我家物，寄在坤家，坤是人。二物者，何物也？我与彼也。彼我之意合，则夫妻之情，欢悦而得之矣。”

《三注》上阳子曰：“孤阴不产，独阳不生。阴阳若真，方得其种。噢！妙矣哉。”

“若非两家，各以彼此二土合之，则一炁何由而往来？金丹何由而返还也？”

上阳子曰：“若无真父母，所生都是假。”

以上只摘录阴阳双修，即人元丹道的只言片语，可以看出人元丹法把真阴，真阳，真一祖炁视为彼我之身中，借得彼方一点真阳，点我真阴以变纯阳，点化我之阴神以化阳神。男女各为彼家，以对方真一之炁点化彼我阴阳。（男女媾精，万物化生。）

人元丹法，筑基易，炼己难。男女同修，不犯淫戒，若犯淫戒，与三峰采战无异也。男女双方各借彼家真一之炁，点化纯阳，犹猫捕鼠，剥铅添汞，炼成阳神。

人元丹道炼己的基础是先炼剑，两柄慧剑埋真土，一柄己土剑，一柄戊土剑。饮刀圭以成圣。没有炼剑功夫，休题阴阳双修。

左道旁门之三峰采战术，纯系房中之术，以女之舌、乳、尻户为三峰，行九浅一深之采战术，与那些以女子为鼎器，精血为药物的妖法同为一门，而与阴阳双修之人元丹法有本质区别，但相隔距离亦甚微。人元丹道有真师，真诀。有各个修持程序，有炉鼎，药物，火候。而采战术，御女之法纯系养生房中之术，无药物，炉鼎，火候可言。人元丹法要炼己、炼剑，不犯淫戒，若炼丹士已犯淫戒，所修之丹术亦全废矣，切记！切记！

地元丹法主要炼服食金丹，以砂、汞为药物，借炉鼎冶炼。一般把此种丹法视为外丹术。与金属的冶炼术相近。这种丹术就是人们常说丹药（氧化物一类），没有相当功力的丹师，不能服食此种丹药，否则会致死。

以上所述为三种丹法的主要情况，无论清修或双修，都是内炼功夫，是炼丹士炼自己，以自己为炉鼎，修炼自身的精、炁、神。地元丹道是铅汞的氧化物，与天元、人元区别甚大。阴阳双修、易遭毁谤，真师难遇，真诀难寻，但简单易成。清修比双修难，若志在学道，一定可以超凡入圣。

## 十四问玄牝之门

玄成子问：请问老师“玄牝与玄窍”有何区别？

一阳子曰：玄牝乃人身之太极也。中有阴阳，故名玄牝。

神炁归于此根，日月合于此璧。人能凭此立根基，则谷神不死。然玄牝之门，是修丹根蒂，真精归复之舍，出入往来之所，阴阳交会之地，金丹生化之处，药物藏在其中。

玄牝与玄窍的区别在于玄窍是虚窍，无阴阳，而玄牝是实窍，有阴阳于其中。

玄窍乃炼丹家炼到精满炁足之时，先天一炁冲开玄关而成玄窍。此窍是虚窍，极不稳定，自下而上，自上而下，来回运动。待到炼丹者功成炁满，玄窍不再运行，在下丹田停止下来。若此时炼丹士得真师真诀，有甘露自上而下，过重楼落于玄窍之内，用文、武炼之，精化炁游于周身百脉，产生真种子（或称丹母），原来虚窍的玄关一窍变成实窍的玄牝，玄窍与玄牝之辨别，一虚一实也。

## 十五问经脉

玄真子问：气功师和中医讲任督二脉，十二经络，丹道讲奇经八脉，道家讲的经脉与气功师和中医讲的经脉有什么区别？

一阳子曰：气功师和医家讲任督二脉，十二经络，划有各经脉走向，确立了许多穴位。其名为手太阴肺经，手阳明大肠经，足阳明胃经，足太阴脾经，手少阴心经，手太阳小肠经，足太阳膀胱经，足少阴肾经，手厥阴心包经，手少阳三焦经，足少阳胆经，

足厥阴肝经，还有任督二脉。这些经脉是气功师治病之根本。所谓治病，就是将人体不通的经脉，用自身的生理调节机能和运气打通经脉，病人因经脉不通而生病，经脉一通，病人之病自消。所谓打通任督二脉，就是自会阴起，通过尾骨长强穴，行于脊髓内，上行腰俞，腰阳关，命门，至阳，身柱，陶道，大椎，哑门，风府，百会，神庭，印堂，素髻，人中的督脉和起源于小腹内胞，从会阴穴上循腹内，上关元穴，过脐中，至咽喉，绕唇口，循面上目的任脉接通，叫打通任督二脉。任督二脉本来不通，各行其路。炼功者按法修炼，舌抵天根，运意念之气，后升前降，自己感觉气在体内沿任督二脉运动，这就是气功师的打通任督二脉，打通小周天。

仙道的奇经八脉与医学家的十四经脉不同，只有修持丹道之人才可能领略其中的奥妙，仙道的奇经八脉是能感知的。

张紫阳真人的八脉经说：“冲脉在脑后，任脉在脐前，督脉在脐后，带脉在腹，阴跷在囊下，阳跷在尾闾（上三节），阴膪在顶前（一寸三分），阳膪在顶后（一寸三分）。人有八脉，俱属阴神，闭而不开。惟神仙以阳炁冲开，故能得道。采阳气惟在阴跷为先。阴跷一脉，散在丹经，其名颇多，曰牝门、死户，曰归根窍，复命关，曰丰都野、死生根，有神主之名。曰桃康，上通泥丸，下透涌泉，真炁聚散，皆从此关窍尻脉周流，一身贯通，和炁上朝，阳长阴消。水中火发，雪里花开。天根月窟闲来往，三十六宫都是春。得之者，身体康强，容颜反壮。在坤地尾闾之前，膀胱之后，小肠之下，灵龟之上，此乃天地逐日生炁之根，产铅之地也。医家不知有此。”

## 十六问十魔九难

玄成子问：世人修炼怎会遇到很多困难，都言要经过十魔九难，请解释一下十魔九难。

一阳子曰：十魔者：一，六贼魔。二，富魔。三，贵魔。四，



六情魔。五，恩爱魔。六，患难魔，七，贤圣魔。八，刀兵魔。九，女乐魔。十，女色魔。

九难者：一，衣食逼迫。二，尊长约束。三，恩爱牵连。四，名利紫绊。五，灾祸横生。六，盲师约束。七，议论差别。八，立志志不坚。九，岁月蹉跎。

## 十七问去魔难

玄成子问：修道过程中，如何去除魔难。

一阳子曰：凡有三等，一曰身外现在。二曰梦寐。三曰内观。

如满目花芳，满耳笙簧。舌好甘味，鼻好异香，情思舒畅，意气洋洋，此为六贼魔也。

如琼楼宝阁，画栋雕梁，珠帘绣幕，蕙帐兰房，珊瑚遍地，金玉满堂，此富魔也。

如金鞍宝马，重盖昂昂。侯封万户，使节旌幢，满门青紫，靴笏盈床，此贵魔也。

如清烟荡漾，暖日舒长，暴风疾雨，雷震电光，笙歌嘹亮，哭泣悲伤。此为六情魔也。

如亲戚患难，眷属灾伤，儿女疾病，父母丧亡，兄弟离散，妻子分张，此恩爱魔也。

如失身火镬，堕落高岗，恶虫为害，毒药所伤，路逢凶党、犯法身亡，此患难魔也。

如土地当阳，三清玉皇，四神七曜，五岳八王，威仪节制，往复翱翔，此贤圣魔也。

如云屯士马，兵刃如霜，干戈斗举，马箭齐张，争来杀害，骁捷难当，此刀兵魔也。

如仙娥玉女，罗列成行，笙歌嘹亮，齐举霓裳，双双红袖，争献金装，此乃女乐魔也。

如几多姝丽，艳质浓妆，兰台夜饮，玉体轻裳，滞人娇态，争要成双，此乃女色魔也。

修道之人，对此等现象，要不认不执，则心不退而志不移。梦寐之间，不认不著，则神不迷而魂不散。内观之时，若见如是，不可随波逐流，认贼为子。

总之一句话，若见以上现象，或恶鬼罗刹，骷髅精怪，均为外魔。修炼之中，不得认之，起三昧真火以焚其身，一挥而群魔自散矣。

所谓衣食逼迫，即大药未成，难当寒暑，四季要衣。真炁未生，尚有饥渴，三餐要食。

所谓尊长约束，即宿缘业重，流于今世填还。不忍背景尊亲，难得清闲暇日，忙里偷闲。

所谓恩爱牵连，即爱者妻儿，情者父母，恩枷情杻，每日增添，火院愁车，无时修歇。纵有清静之心，难敌愁烦之境。

所谓名利萦绊，即富兼万户，贵及三公，妄心不肯暂休，贪婪惟忧不足。

所谓灾祸横生，即少年不肯修持，以气弱成病。顽心绝无悟，以阴极成灾。现在一身受苦，而以后人为戒。

所谓盲师约束，即以生死大事，急于求师，不择真伪，或师于辩辞利口，或师于道貌古颜。始者自谓得遇神仙，终久方知奸利之辈。

所谓议论差别，即盲师狂友，妄指旁门，寻枝摘叶，而终无契合。小法异端，互相指诀。殊不知日月不出，出则大明，使有目者皆见。雷霆不震，震则大惊，使有耳者皆闻。彼以小成之术，井蛙之语，荧荧唧唧，岂有合同？

所谓立志志不坚，即朝为夕改，坐作立志。悦于须臾，厌于持久，始于忧勤，终于懈怠。

所谓岁月蹉跎，即少时名利不忘其心，老来儿孙常在于意。时光有限，今年已过，尚待明年。或今日已过，以待明日。年复一年，日复一日，老年何以争得少年，终无成就。

奉道之士，始立信心，恩爱名利，一切尘劳之事，不可变其

大志。次发苦心，勤劳寂莫，一切清虚之境，不可改其初心。苦志必欲了于大成，不欲了于中成，止于小成而已。世人不识大道，难晓天机，多好异端邪说，爱习小法，岁月蹉跎，不见其功，晚年衰病，复就老死。尔等切记！

## 十八问阴魔阳魔

玄成子问：在练功过程中，我睁眼、闭眼都能见到各种现象，是何道理？

一阳子曰：修持过程中，随着时间推移，你的功力渐增，魔景也就随之出现，此时所见各种现象，皆魔象也。睁眼能见者，是阳魔也。闭眼观之者，阴魔也。无论阴魔、阳魔，任它万千变幻，你都视而不见，听而不闻，一心炼功，一意静定，他自去矣。若过于执著，就会入魔走火。

## 十九问假辟谷

玄真子问：我听有些练功者，开口辟谷，闭口闭关。随时见到仙佛，功夫快速增长，他们是否真有如此神通？

一阳子曰：修丹道者，要到炼炁化神以后之功夫，才会饥渴全无，进入三年哺乳，九年面壁阶段，才有可能辟谷食气。若自身达不到阴尽阳纯，如何能谈辟谷。

气功阶段，连添油接命之法都不知道，如何能阴尽阳纯。本来血肉之躯，以五谷、肉食、或其它物品提供营养，维持生命。有些气功师根本不懂辟谷，欺骗气功学人，叫他们先饿叁日，饿出功能。殊不知人叁日内饿不死，元炁大伤，在饿得头昏眼花之时，出现幻景，以为见到真佛，功力大增，实乃笑话。闭关者饿上十日，这些练功者不死也会脱皮。在医学上，饥饿疗法有之，短时间不吃不喝，的确对治病有些好处，但以辟谷食气欺骗初学之人，这些气功师实为罪过。自以为是练功者，不懂辟谷而要去辟谷，饿死者有之，入魔走火大有人在。盲师误人，危险之极。

人吃五谷，生阴精。百病为五谷而生，只要人吃五谷，就不能达到阴尽阳纯。练功者要修成阴尽阳纯，必然要经过辟谷这个过程。丹道修持者采用丹道特殊的修持方法，用三昧真火焚烧体内阴精，以先天真一之炁，点化阴神。修持者使体内阴神变成阳神，达到阴尽阳纯，才可能辟谷食气。一般所谓辟谷，只不过自己饿上几天，这只好等于自己绝食几天，自找苦吃而已。这种辟谷饿不彻底，过几天还要吃饭，不吃东西只有死路一条。这种所谓辟谷，称之为假辟谷，他们所见仙佛，全是体内阴精作怪，转化为阴魔而已。抑或出点小功能，也是自身能量耗散，损命尚且不知，不是功夫增长。学道之人应当加倍注意。

## 临 门 法 要

### 廿问修道人之食法

玄成子问：弟子意诚志坚，一心悟道。吃饭改一日三餐为两餐，改吃荤为吃素。勤修苦练，为何进功缓慢？

一阳子曰：各种丹法，下手功夫各有不同，但都以命功入手。我伍柳派丹道，入手功夫是先修命，后修性，性命双修，达到性命归一。

修命则需先保身。先要修好身体，然后再修丹道。一般年老之人，要补元精而返先天，返老还童。有疾病者，先要调理身体，治愈疾病，然后强精壮骨，采集元精。

人无论老年、壮年、青年、儿童，无论健康人、病人都必须以各种营养品维持生命。人们以食物为天，用食物的化学分解，维持细胞和生命的正常活动，增加能量，补充热量。以及各种人体所需的维生素和微量元素。常言道：吃不得，该死。说不赢，该输。人是铁，饭是钢。能吃者，健康，长寿。可见食物之重要。

我派弟子在食物上一定不可少食，不可改一日三餐为两餐。要

多吃饭，感到饥饿则食，不宜过饱，食则自然为先，自我感觉良好就可以了。酒肉皆不可忌，须知肉食中营养很多，光靠素食弥补不了肉食中的营养和热量。酒少饮不过量、可舒筋活血，对人体有好处。炼丹者不拘形式，在食方面，以各种营养品，好吃的，都吃。

你的作法，实为下策，应立即纠正。你炼功进步慢，与你少食和身体虚弱有关。只要恢复多食和食肉，身体内能的消耗得到补充，再加上勤炼，你的身体一定会好起来，进功也就会加快了。

## 廿一问出世修炼，入世修炼

玄和子问：何为入世修炼，何为出世修炼，请师告知。

一阳子曰：自古修仙学道之人，不拘职业，皆处于尘世中，按自己的方式生活，工作。他们的饮、食、起、居皆同凡人一样，这种在家修持的炼功者，他们处于世俗的环境当中，不受清规戒律的约束，自己修炼。称为入世修炼。

入世修炼因不受环境的约束与影响，比较方便，容易修成，很多成仙了道者皆是入世修炼而成。

那种居於宫、观、寺、庙的出家人，他们大都为修道而来，他们的修炼是在特定的环境中进行，不同于一般的世俗，称之出世修炼。

还有一种区分方法，丹功到了高层阶段，需要专门潜修，要不受外界干扰，在特定的环境中修炼，这也叫出世修炼。不定指出家人和世俗人。

即使形式上出家，功夫达不到，你出世修炼也是不行的。

## 廿二问再问出世入世

玄和子问：请问老师，修道之人采用出世修炼或者入世修炼，那种方法易成？

一阳子曰：上面讲了入世，出世。

出家人出世修炼，一般可以潜心修志，专心一意去修炼。一般宫、观、寺、庙的环境较好，少干扰，这是住庙出家人较好的条件。但一般情况下，世俗的影响和社会的干扰不可避免地会直接干扰出家人，有的庙务繁忙，有的名利争夺，有的不得真传，还有清规戒律各种约束，使得出家人的修炼显得不那么理想。求道之人去深山，到寺庙，未必能寻大道。

处于入世修炼的炼功者，一般生活条件较好，有的环境也不错，可以比较自由的进行修炼，随遇而安，成功的希望反而较大。

但是到了高级阶段必然要出世，这种所谓出世并不指在寺庙进行修炼，而是指避开尘世间繁琐事务的干扰而潜心修炼。

只要志坚，入世和出世都可以成道，不必为形式所困扰，修丹道无捷径可走。

### 廿三问静坐

玄成子问：请问老师，正确的打坐姿式怎样？

一阳子曰：我伍柳派丹道的下手功夫有静功和动功。静功首先要消除玄妄，达到虚极静笃。

真正的虚极静笃，或称入定状态，并不是处于昏昏沉沉，似睡非睡，而是头脑非常清醒，处于高度的“空”的状态。这时炼丹士身中自然发生变化，一股热流从虚无中来，使炼丹士感到下丹田异常温暖，自下而上，自上而下，来回往复，其舒适程度，非同寻常。

那种勾着头，驼着背，飘飘然，迷迷糊糊处于睡眠或半睡眠状态的打坐姿式是不正确的，容易出问题，容易把打坐者的骨头摔断，或摔伤。

正确的打坐应当是正直而自然松弛，双腿单盘或双盘，或交叉，这种打坐姿式，炼丹士就不会处于昏睡状态，而达到不存想任何意念，真正空寂的状态了。

## 廿四问肾与命

玄和子问：我派丹道以命功入手。师言肾主命，当然从补肾入手，请问丹家的肾概念与医学的肾概念是否一致？

一阳子曰：炼丹都从命功入手，先修命而后修性，最后以性了命，超凡而入圣。

一个普通人身体的好坏，首先看他肾功能的好坏，若他的肾功能衰弱，直接影响心、肝、脾、肺以及内分泌系统。肾若坏死，其人必死。因此，人体健康的关键要有一个健康的肾系统。肾功能好，人的衰老过程会减慢。

医学所称的肾，在生理解剖学上为肾脏，俗称腰子。属泌尿排泄器官。而丹家所指的肾，不光指腰子，实为生殖系统与泌尿排泄系统之总称，广义来讲，是人之生命系统的总称。

丹家有时讲肾分外肾和内肾，外肾指性器官，内肾指附睾、性腺和下丹田。一般说某人肾衰，即指某人性功能衰退，或衰老。

排泄系统和生殖系统有着紧密的联系而又各有区别。外生殖系统既是泌尿系统的通道又是生殖系统的通道，它主掌着人的生命与繁衍。

丹道修命从采元精入手，首先恢复人的生机。性功能的好坏是判别人身体健康状态的标准，性功能好，人体壮，反之则人体衰。

真正的丹道使人返老还童，首先就表现在性功能上，使人肾气大增，精力充沛。避而不谈肾（或者称性功能）的丹道是假丹道，补肾就是补命。

男修道者会使自身从有漏达到无漏，出现漏尽通，称断白虎。女修道者会达到无月经→有月经→无月经，称为斩赤龙。

真正的丹道一定会使修道者断白虎，斩赤龙。

## 廿五问心

玄成子问：心与心脏的区别何在？

一阳子曰：道家之心，非指心脏。心脏是人体解剖学的概念，指心血管系统。

道家之心，实非心脏，乃指思维和精神。思维与大脑活动有关，但道家之心的概念，又非大脑，这里所指之心的概念，是一个既抽象而又实在的，它既与大脑有关，又与心脏有关，但又不是指两者。

丹家的心，即神，即性。又说是火，是离。俗话讲，某某人心神不定，实指思维不集中。丹家和气功所讲阴神，即与心有关。

丹家的心与医学的心脏区别就在于此也。

## 廿六问周天

玄成子问：有些练功者，自己感觉气在任督二脉循环，宣称自己打通了任督二脉。这种意念打通任督二脉，讲什么意念周天，经络周天，此等概念与丹道有何区别？

一阳子曰：前面已讲了“身中无有真种子，犹如水火煮空铛”的原理和对练功者的危害，这些练功者感觉气在任督二脉循环，什么意念周天，经络周天，是加快自身精力耗损，加速死亡的练功方法，有百害而无一利。实乃左道旁门之术耳。

我伍柳派丹道讲性命双修，所讲周天乃丹道周天，练功者在产生真种子后，随任督二脉循环非气而是真水循环，其感受的部位也有区别，气功的小周天是在脊髓外，而丹道是在脊髓内。丹道是凭借先天一炁打通任督二脉，在丹道周天运转过程中，有甘露从中下降、直落下丹田，是实不是虚。

经络周天、意念周天是气运转、在脊髓外运转，丹道周天是水运转，有甘露下降，在脊髓内运行，一是实，一是虚。一是使人增加元精、元炁，延年益寿，一是使人加快精力的损耗，加速



死亡。

练功者有了丹种后，经常法轮自转，以采小药、增加自己的元精、元炁，有百利而无一害也。

## 廿七问遗漏

玄和子问：我见许多练功者常有遗精现象，这种遗精非常人遗精、次数繁多，常引起练功者肾衰。我派丹道会不会出现此等偏差？

一阳子曰：练功者出现遗漏，乃练功者选择的功法不对，而练功者又过于执著，致使频繁遗漏，原来肾功能不太好者，越来越衰，练功者深陷泥潭，不能自拔。

除丹道外，很多功法无法补肾，无回天之力。练功者出现遗漏，非常危险。

丹道从命功入手，采元精以补漏体。已漏者，首先止漏。元气伤者，恢复元炁。肾炁衰者，补足肾炁。《慧命经》、《金仙证论》都强调本派丹法首先要练得漏尽通，无有漏尽通，纵有其它五通，也不能了命。其功法也应属左道之列。

虽然本派丹法不会出现遗漏，但学人不遵师嘱，任意加参其它功法，盲修瞎练，也可能有走失现象。只要遵照师嘱，必然身体强壮，铁树开花，枯木逢春。

## 廿八问入魔走火

玄成子问：伍柳派丹道在修持过程中，会不会入魔走火？

一阳子曰：我派丹法，先祖早已详加描述，以命功入手，不以命功为终结。在修持过程中，出现每一真景，表示功夫进展到哪一步，都有具体的处理方法和诀。无论功夫到了哪一阶段，都有明师指点，不会出现盲修瞎练。对于每一种景象，都要判别是真景还是魔象，练丹者对功夫的追求也不执著，如此进功当然不会入魔。

然而走火却常会出现，由于练功者每天要进火，难免有时退不好火，出现烦躁，或身上出现小红点。不必惊慌，稍加调整，阴符退重一点，即可调整过来。

我派学人决不要自创瞎编，按师传方法修炼，必会大大受益，非常稳当地证果。

## 廿九问惊功

玄成子问：我派丹道与气功不同，气功练习者，有时出现惊功现象，使练气功者入魔走火，以致成疯。本派丹法会不会出现惊功？

一阳子曰：有的气功练习者，在练功过程中，突遇外界某种干扰，如人在周围运动，或喊叫，或他人练功等，都会使练功者受到惊吓，以致突发病变，其表现形式使练功者精神失常，正常人变成疯子，此种状态叫“入魔走火”。一般出现此状态的原因有三：

一、练功者本来就患有潜藏性癥病，随时可能突发。

二、功法是性功，但表现方法是动功。在外动内静的情况下，练功者遇到干扰，不能克服而发生病变。

三、气功师在交待给练功者注意事项时，把该功法说得玄而又玄，并且不断灌输惊功概念，致使学者潜移默化接受了若遇干扰，就会惊功的暗示，收功时，收不了功。所以一遇外界干扰，立刻反应到大脑，自己收不了功，于是手舞足蹈，不亦乐乎，立刻进入疯颠状态。此等情况，屡见不鲜。

我派丹法与气功不同，不会出现上述现象。因为不是以性功入手，而是采先天元精。在行功过程中，若遇外界强烈干扰，最多不过使练功者收功过急，出现略感堵塞而已。即使在静定状态下受到外界干扰，也是只在收功时多加调整即可解决。那种堵塞现象即除，立刻使行功者气脉流畅。

因此入世修炼金丹大道是非常安全的。

## 卅问防危险

玄成子问：丹道也有防危险之说，是何原因？

一阳子曰：有些气功师不懂丹道，妄说修持丹道危险很大，一般人修不了丹道。

的确丹经所记载的，有防危险一说。那是指在丹道修持过程中，要按一定的修持程序，层层进功。而在这些修持程序上，每一步都有真口诀，真方法。按照不同景象的出现，适时地采用不同的口诀和方法进行修炼。一步一个足印，稳扎稳打，步步为营地前进。若在老师指导下，严格按照老师传授的去炼，绝对没有危险。虽然丹书讲有三十六种危险，但每种都有具体的处理办法，也是非常安全的。那种急于进功，不按老师要求，任意修炼，或自创自编，盲修瞎炼者，不在此列。丹道修持者因掌握不好火候，其危险也只不过是走丹或烧丹，减弱自己修成的功力或退功而已。

要使自己炼丹不发生危险，不走弯路，其方法只有一条，遵照师授口诀的方法去炼，那是绝对安全的。

## 卅一问修炼环境

玄成子问：炼丹修道应当如何选择外界环境？

一阳子曰：前面讲了炼丹有出世、入世两种方式，一般入世修炼者只要稍微清静，不受外界太大的干扰，场地清洁明朗，光线充足，在自己家里就可以了。只是练功时应注意避风。

在练功达到高层阶段，应选择仙山专门进行修炼。仙山的条件是半隐半明，阳气极盛。阳气盛，则可借以炼阳神。阳气盛表现在阳光充足、暖和，身感舒适。阳光晦暗，阴冷潮湿，倍感寒冷之地，如坟园等，皆属阴盛之地，不宜炼丹。半隐半明是指既在交通方便，又少受外界干扰的地方。这种距城镇较近的地带，交通方便，往来容易，生活条件好，水源充足，冬暖夏凉，依山傍水之地就是最佳选择的地方。如果面南背北，前面开阔，背面依

山，有龙虎二气（即阴阳太极之气）的地方，炼丹士在此炁场之中，自动配合环境，自动调节阴阳，进功必然很快。

一年四季，树木葱葱，气候温和，湿度适中，处于山水之间，温度在  $14^{\circ}\text{C}\sim 24^{\circ}\text{C}$ ，此种环境最佳，一年四季均可炼丹，进功神速。四川境内有此条件的地方甚多。

然而在哺乳、面壁阶段，应有专门的丹房为炼丹士使用，有专门护道之人护道，绝对禁止外界干扰，这样，炼丹士才有成道的可能。

然而在炼丹初期，一般的练功房就可以了。

千万记住，修丹道者，切不可在鲜花丛中，野外有风之地练功。丹家不存在采气问题，不必在野外练。

野外有风，炼丹者不易入静，行功过程有发生感冒的危险，此于炼丹不利。

## 卅二问关窍

玄和子问：请问人体各部的关窍如何？

一阳子曰：人身后有三关：尾闾，夹脊，玉枕。

尾闾在夹脊尽头，其关通内肾之窍。上行乃是一条髓路，名曰漕溪，又曰黄河，此阳炁上升之路。直上至第七节，与内肾两相对处，曰夹脊关。又上至脑后，曰玉枕关。此身后三关也。

人身前有三田，泥丸，土釜，华池是也。

泥丸为上丹田，方圆一寸二分。虚间一穴，乃藏神之所，其穴在眉心。入内一寸为明堂宫，再入内一寸为洞房宫，再入内一寸为泥丸宫，即为上丹田。

眉心之下，向口中有二窍，即口内上腭，曰上鹊桥。

舌下亦有两窍，下通气管喉咙。颌下硬骨为喉，乃内外气出入之所，其气管有十二节，名曰重楼。

直下接肺窍以至于心。心下有一窍，名曰绛宫，乃龙虎交会之所。

直下三寸六分，名曰土釜黄庭宫，为中丹田。左明堂，右洞房，亦是虚间一穴。方圆一寸二分，乃藏炁之所，炼丹之鼎。外与脐门相对，约有三寸六分，故曰天上三十六，地下三十六。自天至地，八万四千里。自心至肾，八寸四分。天心三寸六分，地肾三寸六分，中丹田一寸二分，总计八寸四分，合天地之全数。人身一天地也。

脐门内，号生门。中有七窍，下通外肾，外肾乃精炁走泄之处。脐之后，肾之前，中间一穴，名曰偃月炉，又曰炁海。稍下一寸二分，名曰华池。乃下丹田藏精之所，采药之处。左明堂，右洞房，亦是虚间一穴，方圆一寸二分。此处有二窍，向上一窍通内肾，直下一窍通尾闾。中间一窍名曰“玄关”，无中生有之处。炼精炼到精满炁足，自然产出真一之炁，玄关自开。

人身中有修炼金丹三窍，上窍离宫心位，外阳而内阴，中藏元神，为性、汞、龙、灵山是也。下窍是坎宫肾位，外阴而内阳，中藏元炁，为命、铅、虎、炁穴是也。命宫、坤户、生门、密户，皆此一处。

人能凭真意，元神下凝命宫，自然超生了死。此上下二窍中间，又有养胎一窍，是空洞之所，虚无之窟，乃人身中之正中，在心下脐上黄庭之处，中丹田是也。

## 修 持 法 要

### 卅三问伍柳丹道初功

玄成子问：请老师指点伍柳派初功。

一阳子曰：我派丹道之初功，有筑基初功和筑基功。有动功、静功和动静相兼之功。

先从有为下手，达到无为之境。

筑基初步功，以调配阴阳，调理气血，治病健身为主，兼激

发人体潜能。炼丹士有时出现透视、内视、遥视、开天眼、治病、查病、预测、遥感、遥查等功能。这些现象，不足为怪，是人体潜能激发所致。此种功能出现，对调配阴阳，调理气血，强身健体大有好处。但炼丹士不应停留在此阶段上，应向筑基功进修。

筑基初步功是动静相兼之功法，非常安全，能出功能，共十二节：

- 一、准备式。
- 二、调息进火。
- 三、一阳初采。
- 四、两仪化生。
- 五、三阳开泰。
- 六、四象合和。
- 七、五龙捧圣。
- 八、六根震动。
- 九、七返九还。
- 十、八卦归位。
- 十一、九转还丹。
- 十二、收功。

练以上功法，会有强大气感，产生自发动以打通任督，实现气感小周天，出现各种功能，治疗各种疾病，此时众窍已开。

练至六十四日，筑基初步功已成，应转向筑基功。

### 卅四问外功转学伍柳丹道

玄成子问：练功者已学其它功法能否转学伍柳丹法？

一阳子曰：气功爱好者有的窍已打开，修有小成，练有小法。窍开者，外炁不能内收，不断外放，损耗元炁。此等气功爱好者，转学伍柳丹道必须从筑基初步功开始，调整他们的气脉，使之符合我派丹法的要求，为筑基功作好准备。

入功后，他们气感更强，原有功力越来越高，还会出现新的

功能。纠正原来气脉走偏，外气内收，身体较好，百脉通畅。

转功后，进功月余，待初功成，进到筑基功。

### 卅五问下手筑基

玄成子问：筑基正功如何下手？

一阳子曰：人分五行，即金，木，水，火，土也。人的体质，属性各不相同，下手之功因人而异，辩证施教。

初功完成之后，转而练习筑基正功。筑基正功分动功、静功。

动功以打开阴跻脉为主旨，采先天元精，补回已失之精，以致肾炁充足，身体康健，此乃命功入手也。

静功修性，以入虚极静笃之境。

上六时进火，下六时退符，卯酉除外。

原有初功基础，则筑基功易成。随着炼丹士的功力日日加深，原来已开各窍，皆概封闭。此时元炁不再外泄。原有功能，暂时封闭，体魄日臻强壮。再行进功，精力充沛，性欲转旺，容光焕发，回春驻颜。继续深炼，功能丧失，元炁增加，阴茎缩小，睾丸内收，性欲减退，极少排放。此时倍感精力旺盛，下丹田发热，常有暖信到来，周身舒适。

以上进功之法为添油接命。

### 卅六问法天象地

玄成子问：我派功法为何下手之时，要考虑天地运转情况？

一阳子曰：伍柳派丹道与当前社会上流行的气功修持完全不同，气功修持不择日时，不择方向，无火候、药物、炉鼎可言。

我派功法下手之时，要根据地球运转之规律，廿四节气之变化，不停地调整方位，按春、夏、秋、冬四季选择不同的练功方位。

前六时进阳火，后六时退阴符。子、午、卯、酉四正是练功应考虑的重要时辰。各层功夫有各种火候，有一时六候，日火候，

月火候，年火候。

所以丹道功夫与自然规律密不可分。

### 卅七问玄窍之景

玄成子问：玄关一窍出现，其景如何？

一阳子曰：玄窍自虚无中来，平时人并无感知。

炼丹士在修持过程中，根据功力大小，有不同景到。在添补先天元精的过程中，炼丹士常感下丹田有暖信到来，身体舒适。随着功夫日深，暖信就不再是暖信，下丹田发烫，热潮上涌。再继续进功，下丹田出现收缩现象，一张一弛，收缩有度。炼丹士遵从师传口诀，继续进功，下丹田之热气直冲中丹田，再返下丹田，来回往复，不断运动。再努力精进炼功，炼丹士下丹田产出如鸡蛋大小一物，上下移动，稍久，即稳定于下丹田处，此物炼功即来，收功即去，形成快慢，无一定时。

此物出现之时，即精满炁足，玄关已开，玄窍成矣。

玄窍久开而采补继续，若久不采药归炉，则元炁直冲阴茎，出现阴茎勃起，性兴奋，以致精液溢出，元炁走失。

### 卅八问收心炼己

玄成子问：如何收心：如何炼己：请明示。

一阳子曰：正阳祖师曰：“入手修真，总以炼心为主”。

当杂念起时，坚持正觉，扫除杂念，而归于虚无。

主静立极，还虚入定。扫除三心，灭尽四相。直待心地静后，性天清凉，凝神入定于炁穴，一心默守阖辟之机，出入之数。

一呼气机辟开，一吸气机阖住。神存炁穴，存想呼吸之气，一轮红日由督脉上升乾顶，似皓月由任脉下降坤炉。开始数记，千万之数无差。摄心在数，务令念不散，意不乱。心息相依而同行。此时心猿牢系，意马高拴。古云：“真意往来无间断，知而不守是功夫。”“着意头头错，无为又落空。”



欲除妄念，先持正觉。有觉自然无念，无念积习纯熟，可致无梦。无梦则心死神活。

心不炼则神不定，性光必摇。意不炼则情不死，而命根不固。必须灭尽心头之火，消尽无穷之欲。时时一意内守，处处万象皆空。而性天清凉，方不为欣喜所迷，此炼己之功也。故曰：“未炼还丹先炼己”，炼己纯熟，而后还丹。收回来，须放下，久久行持，丹功成矣。

### 卅九问动静之法

玄成子问：请师明告动静之法理。

一阳子曰：赵蓬莱云：“清静无为之功，动静失宜，则有阴阳偏盛之患。”

动极当静，不静则阳盛又伤神。静极当动，不动则阴盛又伤气。总在戊己二土交合成圭，动静循环，而不临于一偏，则得之矣。

古云，世有性功足而命功亏，纵能养自丹田如朗月，必不能炼自龟缩不举。世有命功足而性功亏，纵能炼至龟缩不举，必不能炼自丹田朗月生辉。唯双修无偏，性命功均，功到时至，则无阴阳偏颇之患。自然马隐藏相，丹光生辉。

### 四十问调药补精

玄成子问：如何调药补精？

一阳子曰：重阳祖师云：入手调药补精，名勒阳关，有种、采、炼、养四字诀。

种者，凝神入炁穴，使心力目光，返观内照，凝聚丹田。静之又静，沉之又沉，直沉静到无有何之境。深入寂灭，入于混沌。忘人无我，谓之虚极静笃是也。

只待混沌初开，元炁发动，化为元精，冲动阳关，胀满难禁，令人恣情纵欲，此时坚持正觉，速行采炼之法。若有迟误，外药

走脱，精败炁耗，而静动难行。

## 四十一问安炉立鼎

玄成子问：请问老师，如何安炉立鼎，采药归炉？

一阳子曰：功至玄窍出现之时，即已安炉。当真种产出，炉中有水烹炼，炉则换鼎，玄窍变成玄牝。玄窍为炉，玄牝为鼎，有此功者，即安炉立鼎。

采药归炉需行吸、舐、撮、闭四字诀。

吸者，深呼吸，以接天地。

舐者，舌舐上腭，以接甘露。

撮者，紧提肛门，内中上提。

闭者，紧闭七窍，回光反照，紧闭穴门。

下不闭住，则火不聚，而金不生。上不闭住三关，则神外驰，而药不凝。

玄关窍开，真种产出。上则呼吸复起，下则冲动阳关。即用吸、舐、撮、闭四字诀，采小药以归炉。

今言先天真一之炁已动，切不可宁静。速凝神入于炁穴，月光照定，必力提足，一意不散。用吸字往内深吸气，用舐字舌舐上腭，用撮紧收肛门，用闭字闭住三关、耳、目、口。神返身中，目光窥定玄关一窍。此时阴茎内收，有一股真水沿督脉至乾顶，沿任脉而下降坤炉。须用真意严密封固，接行周天火符，进阳火，退阴符，以烹以炼，结成大药，服食过关，超凡而入圣。

## 四十二问封固之功

玄成子问：药已归炉，如何封固；

一阳子曰：药既归炉，须用真意封固，停息以伏神炁。

封固者，闭塞耳、目、口三关，有凝神、聚炁、温养之义也。

停息者，即闭息也。不行呼吸。

将神炁随吸入，俱伏于炁穴。略停一息之顷，盘旋于丹田之

上。待息起，随呼出。接收之际，以神驭炁，由督脉后升直上乾顶。则小周天进阳火为采取，沿督脉后升为进阳火。

用在六阳时。周天火符，自此而运起，以呼出为沐浴，文火者是也。六阳时数足，午时退阴符。由任脉下降坤炉为烹炼。用在六阴时，正是乾鼎之元炁，随真意由上腭下重楼，降于炁穴之内。吸入为沐浴，文火者是也。

### 四十三问炼药天机

玄成子问：请问老师，炼药天机如何？

一阳子曰：药既归炉，速行锻炼之法。炼药真诀是呼吸并用，神存炁穴。

吸谓采取，呼谓烹炼。

总要悠扬流畅，切忌猛烈短促。以三十六息为度，或七十二息亦可。将丹田炁机扇开，炼得丹田自吹自嘘为止。

从有心以至于无心，由有为之呼吸以至无为之吹嘘，元精尽化为元炁，归宿于命宫，谓之炼也。

### 四十四问温养法门

玄和子问：请问老师，温养方法如何？

一阳子曰：虚心安神于炁穴，时时以真意守之，缓缓以呼吸嘘之，似炉中火种，绵绵不绝，悠悠常存。心息相依，神炁相注。不存而自守，不息而自嘘，神炁皆皈静定，不知不觉，入于混沌杳冥之中，此谓之温养，又谓之沐浴，文火是也。

### 四十五问武火火候

玄成子问：请问老师，武火火候如何？

一阳子曰：广成子云，采药归炉，失于武火轻重不均，必倾危也。

武火太轻，则呼吸浮而不能归根，以致阴精积累于腹中，停

蓄不化，终有走失之患。

武火太重，则呼吸粗而不畅，以致外吸冷气入内，停蓄在腹中，难免肚腹疼痛，大便溏泻之患。

要知武火不是着意于口鼻，并不是呼吸猛烈。只是将心力提足，眸光窥定，一团真意，盘结凝聚，不受外界干扰。

存心结想丹田之内，如炉火一般。鼓动巽风，即是抽动风箱。扇开橐籥，不过借后天之炁机，使二炁鼓荡于丹田之内，盘结于炁穴之中，自然阖辟相应，悠然橐籥自鼓，如同冲开炉焰。以烹以炼，总要以神合炁，以炁会神。只觉丹田内，炼得如金针银浪，晃晃滚滚，阴精化为乌有。

#### 四十六问梦寐走丹

玄和子问：梦寐走丹非常危险，请问老师如何处理。

一阳子曰：‘有梦寐之时，外阳不举，竟自走泄。一、此炼精时，用风火不足，熏蒸不到之故。此乃火候有不到之处，是断而不续，而无绵密之功。

二、神昏贪睡，知采而不知炼。阳精收摄不尽，知炼而不知养。是阳精熔化不完，不能尽化成炁，则火寒丹冷，梦寐中多阴魔来扰，便有走失之患。

三、或巽风太过，而离火不足。

四、或意住口鼻，外吸冷气入门，以致肚腹疼痛，大便溏池，皆火候不精之故。

炼功之际，要神住于内，而真意总不离于丹田炁穴，劳心，则神驰而无主；劳力，则炁散而精耗。若心力劳碌，睡坐不安，则神气不交，而真精欲脱之患。心火既上炎，肾水必下流。总要先放下身心，大休息一回，定静一时。

欲静其心，先安其身，然后虚心凝神于下丹田，当速以武火锻炼。三十六息，然后凝神入于炁穴混沌杳冥之中。不然，真精必外泄而不固。

虚其心，使心不动，以养其神；惜其力，使力不疲，以养其炁。神得所养则凝，炁得所养则聚。既神炁不散，而大丹焉有不结。

#### 四十七问进火退符防危

玄成子问：进阳火，退阴符之时有甚危险？

一阳子曰：火符利弊、不可不知。

一在念不可起，念起则火炎。

一在意不可散，意散则火冷。

一在目不可外视，外视则神驰而伤魂。

一在耳不可外听，外听则散精而伤魄。

一在呼吸不可骤，骤则散漫无归。

一在呼吸不可停，停则继续无力。忽断忽续，或燥或寒，种种弊端为害。若不小心，谨防危险，万无一成。

进阳火时，稍有妄念起，便为念起。

在起火时，稍不经心，便为意散。

外视非邪视也，而时闭时静，便伤其魂。

外听非乱听也，而知风知雨，便伤其魄。

骤非暴躁之骤，心欲速成，便是拔苗助长。

停非留住之停，意欲坐获，便是守株待兔。

欲除此数弊，法在运周天之时，振其精神，奋其志气。一念不起，一意不散。内不知有我，外不知有物。主敬诚存，一志凝神。使一灵性光，率领元气，循行任督，无勤无惰，毋忘毋助。

进阳火，如赤日之后升。退阴符，似皓月之前降。随息上升下降，历历如见。不粘不脱，不即不离，不缓不急，不有不无，安闲闲，绵绵密密，空空洞洞，悠悠荡荡。刚柔得中，神炁合一，上下一贯，前后有序。

## 四十八问产大药真景

玄成子问：请问老师，大药将产之景如何？

一阳子曰：玄关窍开，真种产出。封固沐浴，进火退符。

修至马隐藏相，阳关一闭，火足药灵，即漏尽通成。龟头缩回，丹放毫光，小周天火足丹熟，当行止火之候。

火未足而止火，则大药不生；火已过而止火，则真炁不聚，必倾危也。

龟头缩入腹里，不得认为火足，纵有外光发现，必非大药之苗，多属妄想而发。火候未足，若真能马隐藏相，龟头缩回，丹放毫光，如云中掣电，虚室生白之状。初发现于眉前，久则自下丹田上达于目。光芒闪烁，即阳光一现之景到。

掣电于两眉之前，阳光一现。火候未足，淫根未缩。凡遇阳生，即当采炼一周，以至采炼多番，周而复周，静而复静，务期园满三百周天之限数而后已。

直炼至龟缩不举，阳光二现。静定之中，忽觉下丹田之内，丹光上涌，外达于目而生辉，直将二目催开，光耀闪烁，连二三次而后已。

或丹光涌出，明如金钱，赤如火珠，从大眼角流出，累累如珠，一连二三粒，滚滚下滴，落在身上，似觉有声。

到此阳光二现之时，只要龟缩不举，纵有生机，亦不外驰于外肾，而生机只内动于炁根。

故炁机在内萌动，或一动，二动。万万不可复行周天之火。速宜入定，含光静养。凝神默守，只等阳光三现。景到时至，接行七日采大药之功。

## 四十九问采大药天机

玄成子问：采大药天机口诀如何？

一阳子曰：崔希范云：“天应星，地应潮。”修至阳光三现，两

眉之间掣电闪闪，白光闪过，最后在两眉之间出现一碗豆大小的白光亮点，继续闪动白光亮点，变成光定点闪动，然后光分两路，左一路变成黄光、右一路变成白光，此乃左青龙，右白虎也。黄光，白光转动，生为两仪。紧接着虚空生白，在泥丸宫出现八个亮点，亮点闪动旋转，变成一旋转八卦。八卦出现后，白光下降至中丹田。此为阳光三现之景，即行采大药之功。

行采大药之功，初采以真意眸光凝聚丹田，玄关一窍之处。轻轻寂照，绵绵看守，过三日方可加意采取。

心力要提足，目光要寂定。其呼吸之气，任呼吸自运，不可着意于呼吸。单候呼吸一住，而大药即产。呼吸不住，则大药不生。一日，二日，三日，守之速而不能结丹。五、六日之间，守之迟，亦不能结丹。

前三日，不有不无，若存若离，轻轻寂照。后三四日，瞬息不离，如猫捕鼠，如鳖啖卵。一念不起，一意不散。则六根震动之景现。

六根，即耳、鼻、目、舌、身、意是也。必须先将六根斩断，然后方得震动之景。真意眸光，专视下丹田炁穴之上。

必须紧闭六根，使六根不漏，以聚大药之生机。

## 五十问六根震动

玄成子问：何谓六根震动？

一阳子曰：冲虚子云，六根不漏，自然有六根震动之景次第呈现。将现之时，以神主炁，以炁育神。直养至神炁直归大定，混为一体，结成金丹大药。自然丹田如火炽，两肾如汤煎，眼内吐金光，耳后若风生，脑中鹫鸣，以及身涌，肢战，鼻搐之类，皆是震动之景呈现。

以后真意已定，而真息即住，大药即产。

## 五十一问六根不漏之法

玄成子问：请问六根不漏之法？

一阳子曰：六根不漏之法，即紧闭六根。

下用木座抵住谷道，则身根不漏。

上用鼻夹牢封鼻窍，则鼻根不漏。

凝耳韵切莫外听，则耳根不漏。

唇齿相合，舌舐上腭，则舌根不漏。

塞兑垂帘，回光返照，寂然不动，目不外视，则眼根不漏。

一念不生，一意不散。六欲不起，六尘不染，则意根不漏。

## 五十二问五龙捧圣

玄成子问：请问老师，大药产生之时，有五龙捧圣之景，何谓五龙捧圣？

一阳子曰：大药产生之时，炁穴之内，有惊战旋动情况出现，或一日，二日不等，忽然，觉得丹田炁穴之内，有一动，二动之机，微带疼痛之意。直待动过数次之后，渐渐觉得丹田之中，现出一物，游行旋转于脐间，大如弹子，热如火珠。再寂再照，再静再定，直静至空静衡极，神炁蛰藏之余，自陡然呈现滚滚旋转。上冲心位，而心位不贮。下趋阳关，阳关闭而不开。滚转谷道，谷道有木座抵住，即隐藏炁穴，伏而不动。

若用意勾引，便入导引之旁门。若不用意勾引，又违相随之理，此而失之矣。

应不前不后，毋忘毋助，若存若忘，只等大药动而后引，不可引而后动。待动过三次，真意大药相依而同行，方能透三关，过九窍，入泥丸，落于黄庭。故曰：“服食”。

此五龙捧圣天机。



## 五十三问大药过关

玄成子问：大药如何才能过关？

一阳子曰：当大药过关之际，金丹在炁穴。复动三次，当用真意导引圣胎。自尾闾关上升，如蛆行，似火熏，又似热气盘旋。自腰而起，拥上夹脊。此时要想夹脊有红黑二气，分拥丹走。自然火龙护右，水龙护左，慎勿开关。

竖起脊骨，默守圣胎，直待热甚气壮，此时开夹脊，放气过关。一意想水龙护左，火龙护右，青龙，白虎，黄龙拥丹上行。以意引过直抵玉枕。仍仰面脑后，掩闭玉枕上关。默守玄珠，慎勿开关。待热极气壮，忽然开关，以意引入脑宫，以补泥丸，髓海，以意守之，此即所谓“三花聚顶”。

略停一息之顷，只觉口中甘霖下降，状如雀卵，颗颗降下，似糖蜜累累下滴。

鼻窍关须要谨慎，随觉随咽。过重楼，一意送入黄庭。待大药降完，即行卯酉周天一遍。然后七日蜃藏之功，死而复生。

自此以后，不行采炼小周天之法轮，亦不进阳火，退阴符，用七日采药之玄机。当行玉液，金液还丹，卯酉周天，左升右降，十月养胎之功。

## 五十四问大药归泥丸防危

真常子问：大药归泥丸，还有什么危险？如何处理？

一阳子曰：五龙捧圣，大药过关。若气壮之人，一撞三关即过，升至泥丸。气弱之人，必须三次，方到顶门。

三关已过，升至泥丸。而九阳之炁，到了九天之上。其头有颠鸾之状，其身似麻酥之样，如凭虚御风，快乐无边。满面如蛛走蚁行，痒痒欲搔，散之印堂，次到鼻柱眼眶，两颧两腮，牙关口中，津液充满，咽呐不尽。

此时口合懒开，身沉懒动，入于混沌，化为无有，并不知身

在何处，自然脉停息住，真炁充满，而不思食。

初一月，息脉停住，谷不绝，能减食。三月而谷自辟。四月以后，永绝烟火，乃真不食。故曰：“炁满不思食”。

至此，谷不绝，而阴气渐消。阴气不消，则阳不纯。而就思食，如常人无定力也，不得谓之炁满。

直至寂照功勤，自然到神满不思睡，炁足不思食。功夫至此，心无生灭。常寂常照，息无出入。不来不往，只觉有一团祥光，在不有不无之中。此乃凝胞之际，如在母腹，虽有鸣锣响鼓，并不知矣。

此时正要伴侣护持，过三七日，即须唤醒。若不唤醒，恐元神于静中出舍，坠入轮回。须从阴跷穴点之；阴跷穴，即炁穴。或轻轻拍背，呼唤其名，方能复生。

功夫到此，而印堂自有月光常明。只有死心守中抱一，此光自然常明两眉之间，似电光闪烁，此时身命自坚。从此，元炁不再走泄，而长生可冀。

百日筑基，周天玄妙，万古不泄之玄机，吾今演出，千佛秘藏口诀，尽皆泄矣。吾门中人，若得丹师心传口授，成功之日，了道之时，指日可待。

## 五十五问养胎之功

真常子问：如何养胎？

一阳子曰：炼炁化神功夫，名曰中成养胎。

养胎之功，当以元神为胎骨，以大药为胎肉。以元神为大药之主人，以大药为元神之宅舍。

若有元神主照，而无大药服食，纵能入定出神，也不能结胎。若得大药服食，而无元神主照，虽能通关过窍，势必旋得而旋失。

大药服食之后，总以元神为大药之主，总以大药为元神之依皈，相守不离。

必须先使耳、目、口、鼻、四肢、百骸尽归于虚，无有依凭。

一点虚灵性光，安居于丹田，中宫之内。以温以养，若存若亡，不有不无，常寂常照，炯炯不昧，巍然独存。

古云：“火候无为合自然，自然真火养胎仙。”心无妄念，久而守中抱一，自然阳炁日日发生，运行于正路，点化神中之阴，阴神自然渐渐消灭，使阳神愈旺而愈明，以至昏睡全无。

### 五十六问安神祖窍

玄真子问：养胎之秘在于安神祖窍之内，如何修炼，请老师告诉弟子。

一阳子曰：十月养胎之秘旨，总以安元神于祖窍之内，杳杳冥冥，还乎太虚，若存若亡，不有不无。

以文火养之，调和得中而无寒燥之患。若失之于燥，则有火焚禅座之危险，而阳神无依皈。全在有觉无念之间，有念则火燥，无觉则火寒。火寒则有鼻垂玉柱之危，而坐化尸解。

真意不散，含光默默，真息绵绵，寂寂惺惺，神光普照，此十月养胎之真火候也。

药物调停，悟之甚易。火候消息，行之最难。

古云：“真意往来无间断，知而不守是功夫”。要知结丹在炁穴，养胎在黄庭。黄庭居一身之正中，乃虚无灵窟。结丹在下田而不能移炉换鼎，迁居中田，将来必出阴神，而为鬼仙矣。

### 五十七问七返九还

玄真子问：何谓七返九还？

一阳子曰：五龙捧圣，大药过关，甘霖下降，服食之后，当行七日蛰藏之功。外想不入，内想不出，正念之中，只知有元神轻轻寂照，绝不知有呼吸绵绵往来，方合不有不无之文火温养。

养胎之机，非元神常常主照，则元炁不能日日发生。若真能神蛰炁藏，深入混沌，则大蛰七日，如气绝身死一般。

七日之外，方有来复之机，玉液依旧复生，名七返九还。

七日之外，仍然不醒，可以用钟磬在耳边击鸣，再用手掌，缓缓拍其背心，呼其名字。或从阴跻穴点之，自然还阳。此时不可出静，恐火冷丹力迟。阴跻穴，即命门炁穴也。

七日之外，若不唤醒，恐元神静中出舍，世人以为坐化尸解，岂不知非也，而前功尽弃之。

## 五十八问金液还丹

真常子问：什么叫做金液还丹？

一阳子曰：养胎以入定为主。若静定日久，自然觉得坎中一点热气，上冲心位。当用真意引过尾闾，由夹脊，透玉枕，入泥丸，如有物触脑，自上腭颗颗下降口中，状如雀卵，味似蜜糖；化为金液，沥沥如淋水之状；味似甘露。当速以意迎之，徐徐咽下重楼，以目送之炉鼎之内，畅于四肢。

一连九日，咽呐不绝。如此一回，即行卯酉周天以收之。收取净尽，速以凝神入定，静养寂灭，此即小坎离交媾之妙。

## 五十九问玉液还丹

真常子问：什么叫玉液还丹？

一阳子曰：自此以后，渐渐又入于大定。有如日月停轮，璇玑不行。

每达杳冥混沌之极，天机自动。坤宫突发如雷震之声，腹中顿起似裂帛之状。真炁上冲，飞上泥丸。月窟生风，眉涌圆光，化为玉液，降在口中。如冰片之香，似薄荷之凉。随觉随咽，沥沥降下重楼，当用真意送入中宫。如此七日，咽呐不尽，即行卯酉周天以收之。

待玉液降完，即凝神入定，守中抱一。金液玉露还丹之景，皆从静极，无心动而动，千万不可当面错过。此即大坎离交媾之妙。

## 六十问卯酉周天

真常子问：何为卯酉周天？

一阳子曰：一点金液玉露，自上丹田落于黄庭，急行卯酉周天以收之。须用真意眸光，从坤脐至乾顶。左升右降，四九三十六而定。右升左降，四六二十四而定。此卯酉周天之度数。日月之升降，收尽真阳，战退群阴，名曰收内药以固胎园。大周天火符数足，日月停轮，自然现出一粒玄珠。

又云，金液玉露，日日后升前降。每次降完，当行卯酉周天以收之。还丹已毕，自然脉住息停，而现出日月合璧之景。

此乃丹放毫光，化出真景之故。

## 六十一问日月合璧

真常子问：何谓日月合璧？

一阳子曰：还丹以后，皈入中宫，温养成胎，久久薰蒸。

若坐至静定之极，不醒人事，气息全无，六脉皆住。大定之中，只觉有风从天降下，灌入泥丸，两目之中。径透通身，百节齐开，骨节如断，心冷如冰，丹田似火。切勿恐怖，只用凝神入定。此是金木交合之际，三宫炁满，二炁俱足。神炁大定，恍如醉梦。

万火万水，千声雷鸣，万道霞光，只死心凝神入定。久之定极，真铅之炁，化为一轮明月之象，真汞之炁，化为一轮红日之形，是铅来投汞。

静定之中，忽见一轮明月，缭绕不定，现于目前，须用真意留而待之。

静定不久，不过三五息之间，又觉有日光发现，来与月光相合。日月交光之中，合发金花二朵，状如仙丹，金红赤色，五辨分明。此乃三花结成胎息，名曰玉蕊金花。

此日光与月光，伴归一处，悬于印堂之上。即当运动真意，凝

集收欽而蜚藏。以鼻吸入丹田虚危穴，自然后升前降，皈于中宫，与仙胎混而为一。急行卯酉周天，左升右降，用采取之功以收之。

此时仍须静定，深入寂灭，还于太虚。使丹光在印堂，昼夜常明。名曰“圣日圣月，照耀金庭”。

## 六十二问真火炼形

玄通子问：请问真火炼形天机？

一阳子曰：日月合璧之后，有一大难。大定之中，忽觉右足底下涌泉穴内，冰凉疼痛，上移穿腿过膝，疼至两肾中间。过三日而止，名曰“芦芽穿膝”。

直待疼极，透过玄窍，过夹脊至泥丸。即将印堂一轮红日，吸入中宫，降下丹田，以意送至疼痛之处。用目光一绕，则红光一结，似火珠之形，直至尾闾穴倒转上升。

再发三昧真火以攻之，此时浑身骨节如炒豆一般爆开，响炸不绝。骨肉火热，刀割相似。

再发再攻，三攻之后，三百六十骨节之神炁，一直冲上泥丸。头上霹雳一声，顶门开也。此时如鹰捉兔，如猫捕鼠。铅虎汞龙，死抱不放。头如石块之硬，腹似火炉之热，不可言状。浑身血气，都会说话，就在身中闹成一堆。忽然甘露下降，即运一点神火，攒簇于交感之中宫。此为金液玉液结成黍米玄珠，降下黄庭之时。

到此，内观五脏六腑，历历如烛照。只觉烧得通天彻地，都是红光。充塞流注，而变为纯阳之躯。

此时一身无主，切记不可心生恐怖。此阴神不肯受真阳降伏，化为诸色境界。若死心不动，深入大定，则万魔自退。

急在眉间存想黑球一团，其大如拳。觉得冷气逼人，即当以意吸入中宫，自然似甘露滴心，得其清凉自在。此正是十月结胎，得药之景。须要留心记着，某月某日，得玄珠大药，此即男子怀胎。

下大功，须是守中抱一，入定百日，处于静室。外无所着，内

无所思。虚空同体，守定一灵性光，凝聚中下二田，昼夜不离，化为一个虚空世界。行五、七日，自然心定炁和，大开关功夫到此。

### 六十三问珠落黄庭

玄通子问：什么叫珠落黄庭？

一阳子曰：金液玉露还丹以后，日月停轮。璇玑不行，铅尽汞干；而乾顶之中，金精贯顶，银浪冲天。聚火载金，猛烹急炼，霎时间龙虎交战，金炉火散，黄芽遍地，自然现出一粒黍米玄珠。存养久之，渐渐长大。色如丹桔，必须借内外真火，催落黄庭，降下土釜之中。动机由此而定，幻化由此而安。

龙吟虎啸，阴恋阳魂，合一于上丹田，铅精汞髓，凝结如丹桔。此时乾鼎之中，玄珠呈现。

外借太阳神火，内聚三昧真火。内外夹攻，而一点金液，复落黄庭。

见此实效，当行卯酉周天以收之。收毕，凝神入定，而为胎息凝胞之始也。

尔后渐渐长大，其色渐明渐赤。唯定之一机，机由我立，化由机生。一机万化，玄珠为变相之祖。

此玄珠似乎在外，闭目却分明；似乎在内，开目极清白，真有不内不外者存。通乎幽冥，贵乎阴阳，而为万化之祖。

### 六十四问魔境防危

玄通子问：功夫到了高层，自会出现魔境，请问老师，如何辨别魔境，有何危险，如何处理？

一阳子曰：入室下功之时，三魂七魄，三部八景，三尸九虫，五脏六腑，一切阴神，在人身中，皆不耐静。

每到定极之时，变化出幻景，或见红蛇，或见王母，凤辇龙车，朱雀玄武，仙佛神怪，恶鬼夜叉，诸般变化，景象不一。天师仙子，玉女真官，音乐嘹亮。奇禽怪兽，异形异状。仙女对对，

前来论道，白面书生，相为问答。长蟠宝盖，接引迎送。天书圣章，宜诏临宣。生死前后，父母妻子。美女诱惑，刑罚枷锁。变化万千，现试均可。认，即入魔窟，为魔所诱，而前功尽废。

须垂帘塞兑，死心不动，万魔自退。或时开两目，发出神光，闪烁照耀，用我之慧剑，斩妖除魔。加意一摄，收入炁穴。唯深唯寂，不视不听。任你妖魔，变化来扰，我只一概不理，坚持正觉，自然魔境消散。

倘或智慧踊跃，自歌自午，口发狂言，题诗作赋，说妙谈玄，自言已得妙道，诸多表现，此皆是识神伎俩，三尸鼓弄。若稍有喜、怒、忧、惧、悲伤情形，即是神已动摇。哭了又笑，喜尽复悲，悲从喜来，皆是元神已动，未能守住丹田，此为三尸之障，急宜禁止。

勉强入定，不得听其狂妄，时时警省，刻刻把握，庶免坠入魔窟，废弃前功。

或见白头老翁，乘龙乘鹿，呼我姓名，千万不可应声。或见三官来考功过，宗亲尽受刑逼，切记不可动忧惧悲悯之情，一意静定，其景自退矣。

寂灭定照，三年九载，出神入定，身外有身，此为真仙道也。

总而言之，炼精化炁，炼炁化神，炼神还虚，炼虚了道，为本派各阶段之功夫，而最后还虚，凝神入于炁穴，不过忘绝世情。至此还虚入定，不过忘却仙情而已。依灭尽定，而寂灭之。不出不入，忘人无我。三千大千世界，大地山河，尽归于虚。死心归于大定，或百日，十月，三年，九载，百年、千年、千劫、万劫直待四大崩散，虚空粉碎，无形无迹，修成带肉金仙，万劫不坏金刚之体。

后世学人，佛子仙种，而欲修仙成佛，不须登山涉水，寻师访道，只要俱备法、财、侣、地，真心潜修，即能超凡入圣。

古人云：任他三千六百傍门，九十六种外道，法力变幻，总于存理养炁、尽性了命之大道不同。

本修持法要，以性命双修，清静无为之修持法要陈述无余，供研习丹道者参考。



●  
—  
金  
仙  
证  
论

●  
—  
清·柳华阳撰



## 序

大道本来无言，以言詮者，易涉迹象，故冥悟甚希，而谬言日出。不得真传，岂不入于岐路哉！况古人之巧喻异名，每索解而不得。不特难窥大道之闢奥，且因喻而执名，反失其性命之真源。观于此而怀存经度人之念者，安得不浅说而直论之乎？惟华阳祥师幼而好学、夙稟灵根，积数十年心无他用，苦志不懈得合洪冲虚二真人之奥旨，著为是书。剥尽皮毛，独留骨髓，将古之异名扫除殆尽，直说小周天，重论下手功夫，发前圣之未发，启后人之未启，使苦志之好道者，且得升堂入室，而后超登彼岸，复还无极，岂不快哉。是书虽出自一人之著述，真乃后世师教之规则也。读之者无不谓之仙佛之舟梯，修真之简径，美乎幸矣。闻之者亦无不为了然彻悟，豁然贯通，信乎至矣。余自幼慕道，力搜群书而莫能入悟。时至庚戌春，幸遇祥师片言相授示此书与余，余开卷读之，心目通明，不觉手舞足蹈，涣然冰释。其中条理次序，犹如亲口相传，而论小周天之功法，不杂一字，意则实贯串诸经之骨髓。然老师犹不自以为是，恐后人疑惑，不能彻解，又广引先正之秘文以为凭证，由是独显一真之实，直辟傍门之非，谓之仙佛之功臣，谁曰不然。且也前五条慨然出自直说，后数条亦非出于荒诞。风火经原集诸圣，次第用功之正文，以为注足总说，直泄天机，使人下手调药采取，功夫不失迟早之误，则炉鼎火候一以发明。图论下手之窍妙，而采取薰炼即在其中。顾命之说示人性命不可须臾离也。赋歌论即显已所得之意，而大小周天即存乎其内，用尽婆心平空泄漏，惟欲志士同成道果。是书不独有益於当时，并大裨于后学，有缘遇之，犹如云开见日，潭月双辉，岂不欣然叹赏乎。余自愧管窥之才，喜悦同志，愿普证公用，因而为序。

乾隆庚戌春洪都后学无霞道人高双景序

## 序

盖道不得其真传由来久矣。自世尊开化愚智而同度性命而异，指性阐迷开而渐修命，附灵利而证果。至于西天二十八祖及东土六代慧灯，心口授受莫不以性道慧命之兼修。由六祖之后，性法单拍，慧命擅秘。悟之者，私附密语独修，超越祖位，故为教外别传。今之为学，不得慧命之嫡旨，阉拍性法，则性亦不得其真，是为识性之障雾，而差讹错认或以灵觉为真性，或以正念为真性，遂妄迷真，失却如来之旨；盲修瞎炼，身根不能坚固而成金刚之体，长自下漏，故有转劫迷失之误，何况念坐乎。惟华阳祥师慈悲，另通消息，得师所授之真旨，会同元释，吐露慧命之真传，泄漏明星之真性，拨救迷妄，开通智慧，使见之者，立今劫而成佛，免堕他生再修，何等切近，何等简易。愚迷不明双修之理，分别教相智慧参悟性命之原，融汇其法，不分彼此，在释有缘遇真道，得性命之真旨，修成性命，即道是佛也。在道有缘遇真僧，得性命之真旨，修成性命，即僧是仙也。释道原本一法，大则同，小则异，清静自然，觉王如来菩萨即玉帝所自称也。大仙七仙，众仙金仙亦是世尊所自称也。一道坦坦，有何此何彼之分别乎。余慕觉真宗，涉步山川，叩求丛林知识者，竟不少矣。究其所然，无非提公案，参话头，打七坐禅之谈，数十年来都成虚涉，并无慧命之师。忘食失寐，念念不休。感苍天，辛亥岁幸遇祥师，祥师见余志心苦切，便以开示心肝，决其疑妄，欲指而又未露。余虑为此道之尊重，诸佛之所禁秘，非师之不慈悲，诚心焚香立誓，恳求至切，方纔决破根由，一言之下，顿悟全旨。原来成佛作祖之道，即在动静顺逆之间，岂有难哉。盖祥师三十余年觅道之苦志，今舍慈悲备著此书，古佛不露的，今始露。祖师不传的，今始传。将慧命，寿命，佛性，真性和盘托出，愿人人成等正觉超越佛地，不仗后世烦劳他人之父母，现今成就其功岂小哉。

乾隆辛亥岁重阳月灵台庵僧妙悟序

## 金仙证论慧命经合刻序

仙佛之书，汗牛充栋，非初学骤能了彻。同志诸君悯世之学道，不得其门而入，既无明师，又鲜秘典，流为枯寂，误堕伪术者，比比皆然。因慨然有拯救之志，择近日最真切，最显著，不待口传面授而始明者，曰金仙证论，曰慧命经。梓之，以惠同侪。问序于余，并嘱条缕参议以发扬之，余学劣功浅，乌能詮赞仙佛要妙。第证论慧命二书，笃尚清真，深裨性命，进寸得寸，进尺得尺，身践力行，皆有实际。余甚乐怵涌，以成其美。夫华阳师去今未远，恒与及门弟子，豁然琼玉，诸人往来，名山间有缘者，尚可旦暮遇之，岂虚无高远可羨而不可学者哉。顾得证论而不得慧命，则大周之归旨，或差得慧命而不得证论，则小周之细微未罄。今二书合订，道释互详，可称全璧。细绎其言，无非以命为体，以性为用，以药为经，以火为纬，命在一时，性在平日，经在我身，纬在我心。经纬合，则身心泰，时日修，则性命全。即身而得，不假于人。尽人而具，各受于天。于是执天之行，以为符。以人之道治其身，本自生成，还其固有。未尝丝毫勉强，但世味浓者，自不觉耳。大抵命贵逆，性贵顺，药以守火以战，苟不知命无以得药，苟不知性无以得火，而篇中所谓元精气神，和合凝集，前后升降，收返薰蒸等说，反复详究，采药行火，工候关渡，阐发殆尽，更绘任督，六规二图，俾人依循作丹，真秘昭，如灯镜，不必智过颜闵，而皆可以心领神会俟。故论其奥则言，言皆金真七映之文，道其常，实节节尽天人一气之理。熟参此书，即是尽读瑯环福地。第一书能遵此道，即是遨游西天蓬岛之大道，八百地仙，三千活佛不难重见于今世。视人之工夫勤惰而已。诸君嘉惠同好之心，其利溥哉。勉从其嘱，附鄙论九则于左，识者勿如藏貂之谓为幸。

道光丙午孟冬望日闽中正青山人梁靖阳谨序

## 义例

丁戌山人参订

同人重刻证论或嘱修饰字句，以期垂远，然丹书非以文字见长，何必更加斧凿。且前贤每于吃紧处，篇中三致意焉。其重言复句，有未醇者，正以留待后人从此悟入，何可变易原文，徒求脍炙人口，致使读者囿囿过去。若以工雅为文，则当时琼玉诸门人名列通儒，不难润色也。今卷中悉照旧本抄刻，虽误犹仍，并不增改。

证论一书乃全真之秘要，平日既已炼心，入手即当调药，偶逢时至，未可遂行四字诀，只是凝神炁穴，息息归根，此时无鼎器，无火候，无药物也。而鼎器，火候，药物在此八字中矣。调之既久，神明清壮，可行吸抵撮闭四诀，渐运三百升降妙周，如得元关现相，鼎器自明。正子时来，内外符应，斯时，始可言药，言火，言鼎也。此虚耗者，筑基之初工。卷工悉已谆切细剖，第篇幅宏广，阅者易忽，故为拈出。凡作丹养舍利，最宜遵循次第，切忌莽裂，但古来经书理法兼诂，头绪繁复，又名目各异，正喻夹诂，难分次第，最能炫目。所以昔贤有无从下手之叹，或聪明锐急者，时越乎规矩绳墨之外，致有走失之虞，此皆不遵循次第之过。余曾串合群经，厘为十节，联成一片，揭其纲领，备录琐微，口诀逐节颺缕筌蹄，名曰入室谱，庶几行功之际，循序渐进，不致凌躐也。

慧命一书旧少传本，当时甫告杀青，即遭毁失。天津蔡严足微神，护此本得于云游僧悟明，僧于昔年来闽常端坐七日，夜不眠食，一日尽弃行囊而去，王子来和，乞而得之，自得释子并诸同人，喜其书之有裨于祥宗也。乃不避譴责以公世，其心亦良厚矣。夫世之释教不见如来菩提久矣。慧命之道妙悟者，希柳师拈此二字以立名正，所以提醒世人耳。如获读此，何啻暗室明灯耶，得者当知珍重。

古法原有清静裁接之不同派，虽有二，而道则一，宗南派者

每管清静为孤阴难恃，宗北派者，遂辟栽接为舍己求人。轩轻者，又有金液，玉液之分，然成佛成仙，有渐，有顿。莫不殊途同归，三教尚且同原，三元亦自一致，南北何嫌两岐，有缘者，各随所遇，而入大旨，均不离求此先天一点乾金，而扩充之性命双修，内外一贯，务造其极而已。慧命收光化气，非金液何能臻此证论，翠竹，黄花，即栽接，亦未尝摈斥也。清静栽接，何必互为抵牾。

凡学道要学真道，不可学假道。学真道不成，不失为好人，亦不失为长寿人。学假道不回头，直一匪徒耳。肯学真道，自然知命知性，得药得火，一遇机缘，即可结丹成舍利。若夫假道，纵知性命药火，亦不能用罔念克念，总在一心。儒之要功，可该二教，圣人临凡，不易吾言矣。故超凡入圣之学，第一要克己去私，纤毫务尽，所谓损之又损，一至于无，人未纯阳，心已纯阳，身真未返，天真已返，在欲无欲，居尘出尘，处处培土生金，时时添铅益汞，祖师自然暗中点头，而一旦豁然贯通焉。况此书指陈既明，下手甚易，纵无财侣，亦可独自修持，暂借后天以延岁月。留得舟在，终能渡海。得之者，极乐国在我枕中秘矣。所难在克私一事耳。道之所以尊贵者以此。

抱朴子谓学丹先学医，此诚善诱之法。盖丹道必先周知一身之关脉道路，以及阴阳气血与天地相通之妙，方能了当医道，亦然而言之特备是内经铜人图，诸书不可不读也。

作丹之法无他秘，只是药物，火候，鼎器三者而已。三者有真有假，有后有先，已破之身，莫不借假复真，求先于后，千经万论，只是剖明此三事。读者执此以求于三事之中，分别先天，后天，假借真元之义，则眉目纲领自清。

修炼之士，贵乎忘言守一，一非虚名也。即太极也，元关也。圣人隐言曰元关一窍，曰抱一。修行黄庭在一之内，人壮一灵，人衰一敝。铅汞皆从一生，守静极于虚无，则先天一点自虚无中来，借一之形，炼一之炁，得其一，万事毕，皆暗指一为元关，元关口诀尽此矣。莫不抱此一念，守聚成真，是即以火炼药而结丹，以

神驭气而成道，故风火经谓此道至简至易，只是降念头入于炁穴耳。神气交，久则超然出现。盖此一在内，阳生则开，阳散则敛，以外物候之，仍将此一气引还本所。其正开之时，即九二爻用功之时，即二候采牟尼之时。调药图锐云炁发则成窍。机息则渺茫，诚哉是言也。所以药即火，火即药，药火即鼎器，其流则三，其源则一，此一之窍，即偃月炉，戊巳门，西南乡，异名甚多，统曰谷神，为天地根，乃呼吸往来之祖，阴阳阖辟之宗，修炼之大关窍也。必习静，日久见此一关，药炉火候方为真的，盗天地，夺造化，化生诸天，开明三景，皆在此处，无限仙阶从此拾级而登，诸书说元关不下百余条，皆未肯直示原委。余得师说颇详，故直书之，以畅华阳师调药图之说，以参忘言守一之旨。

道所最宜先者，炼心也。证论炼己篇，已提其要，他则唱道真言为至详，所最宜急者，接命也。证论慧命开首即明言其术，他则金笈宝录，修身正印，亦直揭其真，接命须药，药忌老嫩，统以九二爻为的，即二候采牟尼也。有药则归鼎，鼎在脐下一寸二分，以铜人仰卧图测之，则与前七后三之说符，以本人中指中节量之，则其穴之上下大小恰与人相合。药入鼎宜封固，封者，封口，固者，固身。外丹封固用盐泥，有一毫渗漏，则铅走汞飞。内丹封固用真意，而无形之渗漏甚捷，尤宜谨防密封固济后，即当起火，有薰养之火，有升降之火。大概行火必先薰蒸，升降则先文后武，内外一律可以意消息之周天之火，尤当细分规则，以循进退，慧命六候图泄尽天机矣。他则伍守阳真人自注二书辨其精微，而尤郑重于沐浴，闰余之妙，用任督脉，乃水火之道路。惟华阳师独阐真图。他书从未有明剖者，然又不可以图害意，方为得诀。此皆起手之紧要关节也。至若过关一节，最为秘密，其法合宗颇详。然非平日操持纯熟，则临时鲜不愆事，盖此时一身百窍俱开，痛如刀刺，千邪备至，声震形清，心难主持，混沌欲死，元珠在内，焉得不顺溜而出。必须功德两全，明暗有助，方可举行七日之中，别有火候。前人多辨平日火候，而此时无火之火，无



候之候，鲜有言及者。切须认定吾身子午卯酉四正位，以沐浴洗滌为至要，以铅汞文武为秘机，过此七日，剿尽群阴，一战而天下平，证位人仙可谓得道者矣。正青山人又识。

## 序炼丹第一《尽言小周天》

华阳曰：欲修大道者，理无别诀，无非神炁而已。

神乃心中之元神，炁即肾中之元炁。炼精之时，则炁原在乎精中。精炁本是一物，所以曹祖师云，大道简易，只神炁二者而已。凡学道之士，能识神炁之道，即是阴阳，性命之道也。故曰，无别诀，神炁而已矣！

先须穷其造化，究其清浊。

造化者，乃吾身之生机，人由此机而生形，仙佛由此机而成道。学者能先穷此造化之机，则有下手处矣。清者是无天地人我之象，浑浑沦沦，恍如太虚。斯时一派先天机之未发，虚而待之，静极自动，是为清也。浊者因有存想思虑见闻，知觉而后机动，即为浊也，岂可不究哉。

则精生，方可探摄。

精生者，元炁之动是谓精生。探者，探其炁之妙处，必须以我之正念，敛收微细之神，诚志专意，探入其炁之动所，招摄已生之精，归于本穴，用火烹炼。

次察其呼吸，明其节序。

呼吸者，异风也。其用则有次序。转变之法，非可一概论也。如精生之时，则当用摄精之呼吸。如药生之时，则当用采药之呼吸。药既归炉，则当用封固之呼吸。如起火之时，则用起火呼吸。沐浴之时，则用沐浴之呼吸。金丹始终全仗呼吸，故曰节序。

则神凝，方自恋炁。

神既凝入炁穴，则神自恋炁。神炁相合，则炁自然恋神矣。

然后可施可受而精可化。

施者，后天气也，而为母气。受者，先天炁也，而为子炁。子

炁既受母炁，则精自化炁矣！倘不明母气之真消息，则子炁散于外境，其精焉得化而为炁乎。

余见世人亦知阳生而炼精不住，金丹不成者，皆因不知其自然而然以混采混炼之过也。

凡世之学道者，知阳生固多矣。而所以化精成金丹者，何少也。由不知其风火之法，药产有时，封固有炉，周天有度，混采混炼耳。

且观古书之所作喻，名炉鼎道路，则人被炉鼎道路之所惑。

古书所喻炉鼎者，是炼精炼炁之所。方士借此为言，曰女鼎，曰烧炼。初学未得真传，信而惑矣。纵有真志，岂不误哉！而道路者，即采取升降任督之脉络也。俞玉吾云：任督二脉呼吸往来之黄道也。任脉者，起于中极之下，以上至毛际，循环腹里，上关元至咽喉也。督脉者，起于下极之脑并通脊里上风府入脑顶。二脉通则百脉俱通矣，采取由此而运周天，由此而转，能识此炉鼎道路，则金丹无不成矣。

喻名铅汞药物，则人又被铅汞药物之所惑。

古人修丹，以神炁比喻铅汞，以真精比喻药物，使人易悟。愚夫闻之，言铅汞便以凡铅凡汞烧炼为药物，妄图点化服食，求富贵长生，反到丧身破家，愚之甚也。

故假道愈显，而真道愈晦。世因喻而惑人诳人者众也。

群书喻名虽多，究其根源之所在，无出乎心肾之神气而已。妄人见喻借喻为盲，而诳人曰：药之先天气不在自身，在女鼎。初学浅见不能分别真伪，信方士迷弄不识金丹，真诀不明，大道根源岂不更惑乎。

由此观之，智者得师而明，愚者被师而误。皆因不悟群书简易之妙而竟失于正理矣。

智人能识真假，除妄归正，参悟大道。访寻明师以求印证秘密之真诀。愚夫不然，喜傍门之小法，暗图为人之师，纵有仙书真诀，而曰吾不用看经，真诀在吾心内，惑众乱真。后学以为至

言，皆因心地不明，少读群书，未有不失正理者也。

故予正欲详而直论夫仙道者，原乎先天之神炁。

神乃元神，炁即元炁。何以谓之先天，当虚极恍惚之时是也。既知恍惚是谁，恍惚此即先天之神也。恍惚之时，不觉忽然真机自动，阳物勃然而举，此即先天之炁也。若此时即能下手修炼，何患不仙也。

炼精者，则炁在乎其中。

精由炁化，炁由精满炼精者，即是炼炁。故曰，炁在其中矣。

炼形者则神在乎其内。

炼神即是炼精，古云：形化而后炁生，神凝而后水融。神炁合一，故神在其内矣。

炼时必明其火，用火必兼其风。

火者神也。精生之时，必以神而取精则精归源，既知归矣又当久久以呼吸薰蒸，则精方能化为炁。

存乎其诚，入乎其窍，合乎自然。

凝神之时，外除耳目，内绝思虑，专志一心凝入炁穴。又要合自然之动静，不可强制放纵。

若能如此依时而炼，则药物自然生矣。

依时者是阳动之时。依时而炼，凡有动时遂即炼之，既炼已，则药物自然生矣。

生，竟游其熟路者有之，若不起火归炉，难免走失之患也。

熟路者，即阳关也。乃昔日精炁所游之路。古人有走泄者，皆由此也。起火者，是药物归炉之工法。药生若不采归炉，则药物顺熟路而泄矣。

然药物既归炉，又当速起火逼行其周天。

古云：火逼金行颠倒转者，即此也。行是阴符阳火之法，若不行周天之火，则炁不聚丹不结矣。

尚不明火候之精微，虽有药而药亦不能成丹。

火候是一总名，其中有次第节序。而各有其候，如精生有调

药之候，药产有采取之候，归炉有封固之候，起火有运行之候，沐浴有停息之候，火足有止火之候，此乃小周天之秘机。如若不尽精微，虽有药不得火之法度，则焉能成丹也，可不历历以明之哉！

不知橐籥之消息。

橐籥者即往来之呼吸，古人喻之曰巽风。升降由此风而运，不得此风则辐轴不如法，凡小周天，始终全凭橐籥之风以为金丹之权柄。

不明升降之法度。

升降是运行周天之法，既行周天则有度数，往往学道之人不知升降度数，所以丹不结矣。

不识沐浴之候。

沐浴者乃卯酉生杀之位也。故停息为沐浴之候也。

不晓归根之所。

归根者乃还气穴归其本位之所。

如此空炼，何得成其道也。

兀坐顽空，不明大道要诀，虽修无益矣！

大凡临机之时，必须畅明其神，勇猛其志。

此机时者，即采取薰炼之时也，切忌昏迷散乱。欲修丹者，当自精进勇猛，非他人所能助者也。

立定天心之主宰。

天心名曰中黄，居于天之正中，一名天罡，一名斗杓，在天为天心，在人为真意中宫，若失真意，犹如臣失君主矣。

徘徊辐辏之运转。

辐辏者，即徘徊往来之意。犹如车轴使爪之运转一般。太上云：三十轴共一毂。

内鼓橐籥之消息，外依斗柄之循环。

橐籥即呼吸也，周天火候凭橐籥之息以定周天之度数。朝元子云：劝君穷取周天数，莫使蹉跎复卦催。斗柄循环即活泼运转之机耳。

如此神炁相依而行，相依而住，则周天之造化，无不合宜矣。

凡行火之时，炁依神而行，神依炁而住。火候当行，则神炁亦当行。火候当住，则神炁亦当住。火候当止，则神炁亦当止。如此而炼，则金丹无不成矣。

时乾隆庚戌春传庐柳华阳序于皖城之洁王古庙中

金仙证论

江右株林桥传庐柳华阳撰并注

洪都后学无霞道人高双景参订

## 正道浅说第二《尽言小周天》

华阳曰：仙道炼元精为丹。

凡炼丹下手之仙机即炼肾中之元精，精满则炁自发生。复炼此发生之炁，收回补其真炁，补到炁足，生机不动是谓丹也。则人之根窍无漏精之路便成人仙矣。

服食则出神显化，世间无不喜而愿求者。

服食者是得前小周天如法修炼，以采大药运过三关，故曰服食炼炁化神，出神显化世间，无不喜矣。

奈何天机秘密，学者未必穷其根源，故多在中途而废矣。

天机者即吾身中之生机。古人云，阳炁生，今人曰活子时。真仙上圣秘之深密不书于竹帛，学者无所觅处，空自磨炼，岂不在中途而废。

所以予今浅说，使学者概而证之。夫精为万物之美即养身立命之至宝。

万物最美曰精，人有其精则生人，无其精则死。所以精者即性命之根源。阴符经云：精是炁之母，神是炁之子。古云，留得阳精，神仙现成，岂不宝哉！

如精已败者，以精补精保而还初，所谓得生之由。

中年，年迈之人，因精已耗散，故必用补精之法助之。钟离真人云，晚年修持先论救护。

未败者，即以此而超脱养胎化神，则亦易为易修易成之果也。

未败者是童贞，本存阳精足炁，免得补精筑基之功，从此下手采大药不过七日，静功十月之期即可以出神为神仙乐事，故此易为易修易成是也。

若以神顺此精由自然之造化则人道全。

世人每遇精生，不知修炼，顺此造化，男女交合，即为生人之道，由炁顺化。

若以神逆此精修自然之造化则仙道成。

真人知此精生之造化，以神留精逆归炁穴，用火煅炼精化为炁，脱胎神，化仙佛，从此而得由精逆化也。

故精者乃是入死入生之关锁。

精乃凡圣根由，故名关锁。精耗必死，保而炼之即生，此理之至也。

其名虽然称之曰精，其里本自无形，因静中动而言之曰元精矣。

此精当未动之先，里本虚无，有何精可名。因人静极，阳气从静而发动，故名之曰元精矣。

当其未动之前，浑然空寂，视之不见，听之无声，亦非精也，亦非物也。无可名而名，故名之曰先天易，曰无极时也。

此正鸿蒙未判之时，元门名曰先天，释氏名曰观音，易曰无极。总属虚无，是无气之谓也。

新时，则神寂机息，万物归根，此正谓之虚极静笃。

此正上文鸿蒙是也。浑然一团，不见天地人我之相，如万物逢冬归根，阳炁潜藏，故曰机息。然则机虽息，而生炁之机即在息机之中矣。

静中恍惚，偶有融会之妙意。

此言炁机将萌，未动之时也。

便可名而有其名，故名之曰道，易曰太极时也。

此正上文炁机将萌是也。

因此机一萌曰元炁也。炁既以萌而又旋动萌元精矣。

元炁元精分而言之，其机则是一也。

修仙作佛之造化，即从此而入手。若夫尘念兼起，必化淫精，顺阳关而出。

凡修丹者，即在此时用工，则神炁自然相投合而为一。若炼已未熟，逢此炁机，淫念顿起，真炁必化后天有形之精，顺阳关而泄矣。

修士正当此时正念为主，以神驭炁，起呼吸之气留恋元精，可谓还原之道矣。

既以神驭炁，必加呼吸之气收回元精，其精自然逆回于炁根矣。

真精既得还原，故其神气混合，两不相离，使二物熔化合而为一也。

元精不能自熔在元神，熔之绵绵若存，使性情相溶。神气合而为一者也。

如易所谓天地氤氲万物化生。

天地之气不交，万物无所生。焉金丹之道不交，真种何所觅乎。崇正篇云：两般灵物天然合，些子神机这里来。

然后先天真一之炁仍旧从窍中发出。

窍即丹田炁穴也。所以混然子云：炁从脐下发即此。

而为金丹之主宰。

主宰者依此炁为主也。

所以古云未有不交媾而可能成造化者也。

此即尹真人之旨。造化者，即采取运周天之造化。先若无交媾之法，何得有药产之机发现也。交媾即调药之法。擒擒真人云：人身中只有一个元炁，只要回光返照，将此炁收斂，沉到极处，久之，其中自有造化。

夫既知此炁之生机，即可行火补炁而炼丹。

生机者，即药产之时也。古人云：药产神知，即此也。行火，行周天阴符阳火之法，即升降往来，复还丹田之所。真炁得此动炁之所补，故谓之炼丹也。

故有辨时采取周天之候。

辨时者，即言药之老嫩。古人常表药老炁散，不能结丹。药嫩炁力微，亦不结丹。然则何时不老不嫩，上阳子云：若人采先天炁之时，以暖炁为之信。又伍子云：如浴之方起，而暖炁融融，然此不辨，辨在其中矣。

周天法者，是言子午卯酉之法。子午为进退，卯酉为沐浴，然子午亦有沐浴。

古云时至神知，正言此药产之先天炁者是也。

药产神有所知，即上文暖信之谓也。若不知采取，则当面错过矣。

修士宜当此时须用凝神合炁之法。

以欽聚微细之元神入于炁中。

收付于本宫，则是为我所有之妙药矣。

本宫即丹田也。

药炁既承受以归炉。

炉即丹田也。

须当徘徊于子午。

午属于顶，子属于腹。

运动身中之璇玑，又必须假呼吸之气而吹嘘之，方得乾坤于元关，合而为一，循环之沟管矣。

璇玑者，即黄赤之消息。天道日月之循环。由黄赤而行丹道，神炁之循环，依任督而运。七悟祖师云：采取以升降，从督脉上升泥丸，从任脉下降丹田者。盖真阳之炁，不能自循环于乾坤。须假呼吸之气，吹动元关橐籥之消息，逼逐真阳，通任督，达乾坤，合元关，而为天地。吾身造化之一大总窍矣。紫阳云：一孔元关窍，乾坤共合成是也。



故神炁承呼吸之能，才得相依同行，而不外游矣。

神行则炁行，神住则炁住，而为相依矣。且神炁又当承呼吸之能，方得随脉络而不外游矣。然呼吸皆神炁之权柄也。

且气之行住，又怕有太过不及之弊，故必依周天之限法，夫周天法者。

周天三百六十五度有零，故以法数而限定之也。

言十二时如一日一周也，故冲虚子云：子行三十六，积得阳爻一百八十数，午行二十四，合得阴爻一百二十数。

阳爻自子至巳为阳，阴爻自午至亥为阴。阳爻用九积数一百八十，阴爻用六积数一百二十，共成三百六十数。

外兼卯酉之法，中途行沐浴，完成周天。

卯在六阳之中，酉在六阴之中，凡行沐浴之法必在中途。而薰蒸周天原有三百六十有零。前行三百，未满足造化之积数，此行沐浴无数之火，合成全机。

所以古云：气有行住起止多少之限法。

行住起止四法即达摩云：四候有妙用。又云：一时用六候，则采封之法兼于其内，行者行于黄赤，住于生杀，起于虚，止于危，是为一周天也。

白玉蟾云：起于虚危穴，以虚危穴宿在坎宫子位也。

学者不可不察也，夫既得周天之妙用，积累动炁。

动炁即丹田之生机。

时来时炼，补完真炁。

凡丹田有动之炁，即要炼之，以完一周天。如若不炼一周天，则本根之炁不得满足而亦不能成大药。冲虚子云：又不可一周完而不歇，虽无大害，亦迟其动机，为无益也。

则精窍不漏，便可谓之长生矣。

李真人云：阳关一闭，个个长生。

如有精窍漏者，则未及证不死之果。

有精漏，则是有死之凡夫。无精漏，则是不死之真人。世亦

有一等不漏精之躯未经火法，久之亦漏非真人，薰蒸不漏。又有老者，弱者，而阴缩者，自无精矣，是精已枯竭，休误认为修证。

必加精修以无精尽返成真炁。

无精则阳不举，内里有真实，丹成矣。

则亦无其窍。

无精则阳关之窍自闭矣。

而外形亦无萌动之机。

窍闭则阳不举，方是丹成。若有微萌之意，未证有成，必加火以薰炼。

则是名为大药成矣，便可作大周天之工法也。

以上尽言小周天。

### 炼己直论第三

华阳曰：昔日吕祖云七返还丹，在人先须炼己待时。

己，即我心之念耳。若欲成还丹者，必须炼己为先。己若不纯，焉得精还为炁，炁还神也。盖七乃火之成数，先以火入水中，谓之返也。后以炁升火位，谓之还也，待者候也。若欲有心待之，则属于拘滞而真阳反不生。若欲无心而待之，则落于顽空，错过真机，此则有无两失矣。然则若何为哉，且有还于无，而无内灵似于有，故离骚远游篇云：毋滑而魂兮，彼将自然。一炁孔神兮，于中夜存。虚以待之兮，无为之先。

盖己者，即本来之虚灵，动者为意，静者为性，妙用则为神也。

四者未发之前，浑然如太虚，有何名目。因机萌而言，故有意性之喻。

金丹，神虽有归一，则有双发之旨。

凡炼丹时，先则无为，寂然不动，浑然空空荡荡，不见有无之念，待其机之动时则发意采取，运周天时又立念，主斗杓干旋二炁，橐籥之消息，而神又随真炁循环。

先若不炼已还虚。

还虚者，是纯乎以静，静乎以化，杳无朕兆。还乎鸿蒙，复乎无极，万象空空，此即本来之性体是也。

则临时熟境难忘。

时即药产之时，先若已不纯，采药炼药之际，则有分花之念，神不能主张，炁则散也。

神驰炁散。

神不宰气，安有不散也。

安能夺得造化之机。

夺者，取也。造化者，阳生也。

还我神室。

此神室，即下丹田也。凡神室，却有三釜炼精之造化，即以  
下丹田为主，故神气起，由此归藏，亦由此是之，谓神室，即神  
气所居之室也。

而为金丹生发之本耶！

由前活子时用之得法，然后方有气发生，而为炼丹之本。

故古人炼己者，寂淡直捷，纯一不二。

不存有无之念，故可以谓纯一。

以静而浑。

正是鸿蒙无极之时。

以虚而灵。

十二时中不昧曰灵。

常飘飘乎。

不著一点形迹。

随处随缘而安止。

四相俱忘，安然独立自在。

不究其所在。

是过去，心则无了。

不求其未至。

未来心不萌。

不喜其现在。

现在心不存。

醒醒寂寂。

照而寂。

寂寂醒醒。

寂而照。

形体者不拘不滞。

不被身之所劳。

虚灵者不有不无。

活活泼泼。

不生他疑。

明心见性。

了彻一心。

通天彻地杲日当空。

直入于无为之化境。

威音之前，无极之先。

此乃智者，上根之炼法也。

此以上皆言顿法，还虚之炼法者也。

若夫中下之流则未然。

未炼修己之人曰中下，非世曰中下，盖修道本无中下。

当未炼之先。

己未炼之先也。

每被识神所权。

凡思虑有心，总是识神用事也。

不觉任造化之机而顺化。

世人每遇身中炁机之生时，不知修炼而行世法则生人矣。亦有不交媾者，此炁而亦耗散。何故炁既发动，不得其法，留归本处，焉有不顺化者耶。

欲炼精者不得其精住。

炼精是坎离交媾以前之法，名曰调药。若不知调法，精则不能住矣。

欲炼炁者，不得其炁来。

炼炁者是小周天之法，不得炁来是炼精不住，故此无炁之发生也。

古云，不合虚无，不得仙，盖谓此也。

能到虚无，方可炼丹。如不到虚无，丹则不成也。

故用渐法而炼矣。

由浅而深。

且谓炼者断欲离爱，不起邪念，逢大魔而不乱者曰炼。

欲爱是妻子富贵师弟等事，断而不留为炼已。有力邪见者是眼偶见奇异，或见光，或见光中现神物，或平日所未见者，今始见之为外魔。于此信之，即为魔之所诱，曰天魔，曰邪魔，曰妖魔。眼不见或心见者为阴魔。见而喜悦为好，贪见则著魔矣。心不见或耳见者，耳闻魔言，或言福，或言祸，喜闻则著魔矣。见而自不见，闻而自不闻，知而自不知，依于正念，魔与我不相干也，不乱者，水火刀兵劫杀打骂，凡诸魔来，皆不可妄生惧乱之心也。

未遇苦行，勤求励志，久而不退者曰炼。

未得诀者，当立真志而求师。天地之间，富贵以及妻子是有定分。若大道则不然，可以苦志而得。古云，有志者，事竟成。古来多少不该成道者而竟成之，非生来有分也。

虚心利人，不执文字恭迎而哀恳者曰炼。

世之学道不得其真传者，皆因己之假学问障于他人之真学问，故不得其道矣。若能虚心恳切执弟子礼，行弟子之事，岂有不得者乎。

眼虽见色而内不受纳者曰炼，耳虽闻声而内不受音者曰炼，神虽感交而内不起思者曰炼。

此三者真炼法。

见物内醒而不迷者曰炼。

即六祖所谓见物心速起。

日用平常如而先炼已纯熟。

已纯后可炼丹。重阳云：湛然不动，昏昏默默，无丝毫念想，此由炼已纯熟而得。康节云：思虑未起，鬼神莫知，不由乎我，更由乎谁。

则调药而得其所调。

即前炼精之法。

辨真时即得其真时。

即药产之时，用采药之法。

运周天始终如法升降。

周天是往复之机，升降是进退之工，由已纯，则无昏沉散乱矣。

己有不得其先炼者，则施法之际，被旧习所弄错乱节序，故不得终其候也。

错乱节序者，因己未熟，或知采封，不知运行，或知升，不知降，或知升降，不知沐浴，或知先天气，不知后天气，或气行神不行，或知周天不知归根沐浴。

世之好金丹者，云有不炼己而能成道者，谬矣！

西王母云：声色不止神不清，思虑不止心不宁，心不宁兮神不灵，神不灵兮道不成。

炼己者在于勤，若不勤则道远也。

己在时刻勤炼，如若放荡，丹则有走失之患矣。

昔日吕祖被正阳翁十试正念而不疑。

吕祖任他魔来，不生疑心，独立正念后，六十四岁随正阳翁修道，卒能成道。

又邱祖受百难于重阳，苦志而不懈。

邱祖初至重阳会下，重阳谓邱饮稀粥，邱自知福力小，苦行

七年，累遭魔难，当过二番死魔，二次飞石打折三根助骨又险死挨折，三番臂膊恁般魔难，苦志而不动心，自能决烈精修。

费长房静坐偶视大石坠顶，不惊不动，此得炼已定心之显案也。

昔世尊坐于菩提树下，魔主波旬领百万魔众以兵戈恐怖而不动，以魔女淫事诱佛而不动坐。坐至坚刚牢固，自言我终不起离于此坐。

并书以告同志。

#### 小周天药物直论第四

华阳曰：仙道元精喻药物，药物喻金丹，金丹喻大道，何喻之多也。

神从炁化，炁从精生。欲望成其道者，先当保其精，精满然后气生，以此生气是名药物，药物炼之不动便名金丹，服此金丹出神千百亿化身天地坏时，这个不坏，故喻名大道矣。

道藏经曰：精者妙物，真人长生根。

黄庭经云：留胎止精，可以长生。

圣圣真真，莫不由此元精以闡名药物也。

正阳真人云：除了铅汞两味药，都是哄弄愚夫。

夫药物既根于元精，而又曰无炁者何也。

静为元炁，动为元精。

且此炁从禀受隐藏于炁穴。

炁穴即丹田也。

及其年壮炁动。

人至十五、六，丹田炁自动。

却有向外拱关变化之机者。

炁动自有暖融之信，至于阳关不知修炼，因此，之融信则神转变而为情，而亦至于阳关，此炁则化淫精而出。

即取此变化之机，回光返照，凝神入炁穴，则炁亦随神还矣。

古云：回光返照要知去处。

七悟禅师云：凝神收入于此窍之中，则气随神往，自然归于此窍矣。

故谓之勒阳关，调外药及至调到药产神知。

药产有二景，时至神知为内景，药炁外驰外别有景。

斯谓之小药，又谓之真种子。

行大周天初采药时谓之大药，此处行小周天初采药时，谓之小药或谓之真种子。古人未言小药，而曹伍二真人始发小药之名。后人即可以用药不误，药产之真时，因得此名则易明矣。

因其有顺逆之变化者，故曰元精无炁也。

顺为元精，逆为元炁。

若不曰元精，则人不知调外药。

元精从外摄归炉内，谓之调外药。

以混采混炼于周天。

无药先行火，水火煮空铛。

不知既无其药，且落于空亡，将以何者为小药哉。

不知前此调药之工，则无药产之景到。

然古人但言调药，而不言调法。

法即绵绵不断之旨。

七悟云：一阳初动，凝神入炁穴，息息归根。

不言调所。

所即炁之融动处。

又不言调时。

时即外物动之时也。

一调药之虚名，在于耳目之外，未得师者，茫然无所下手，故我今直论之，曰，既知调药矣，则元精不外耗。

以前尽言调药化精之法，以下皆说小周天之事。

而药炁自有来机焉。

古云：神明自来。



此古圣不肯轻言，直论予明而显之，曰，未有知机而不采者，未有未调药而先采者，如此或缺焉，是不得药之真故也。

未得真传，则不能得此药。

且欲得药之真者，惟赖神之静虚，炁则生矣。

混然子云：时至炁化，机动籁鸣，火从脐下而发。

冲虚谓之，动而觉。

动者炁也，觉者神也。

以此不惧不惊。

或者乍见此景而不禁惊讶，则心动而神散。欲望成丹，不亦远矣乎。

待而后起。

阳未融盛，不可急于采取。

冲虚谓之复觉。

此即在后风火经见得明白。

此时即药炁之辨机，不令其顺而逆之。

顺是出炉，逆是归炉。

斯谓之采药。

守阳真人谓之归炉。

鼎中既有药炁。

此鼎即丹田也。

则有周天之火候。

周天三百六十五度有零，薰炼金丹亦似此理。

起刻漏之患火以薰炼之。

刻漏即是呼吸，炼金丹法全在呼吸之气，以定爻数。

古人谓之升降也。

升谓之进，降谓之退。

然采得此药来。

由周天之法如意。

斯固谓之金丹。

丹，是汞得火之炼法如意，谓之丹矣。

即可以行太周天之法。

是采大药之秘机。

则小周天之造化从此毕矣，余愿同志者体误入于邪师，以淫精之邪药认为真药，则非药也。

### 小周天鼎器直论第五

华阳曰：仙道以神汞二者薰蒸，封固，喻之曰炉鼎。如炼外丹者，以铅汞烧炼之炉鼎也。悟之，则在一身迷之堕入别途，故世因炉鼎之喻而惑者，众矣。且有一等妄人，见炉鼎之喻，因诳人曰，以女人为鼎，以淫媾为药，取男淫精，女淫水败血为服食，补身接命，殊不知诳人自诳，返堕养其万劫不可得之人身。

此言采战，女鼎闺丹之邪术。尽是用女人为炉鼎，信者必丧性命，堕于异类，万劫而不可复者矣。

又有愚夫，泥其迹象，专喜烧铅炼汞。世莫不由鼎器者，误也。

福薄愚夫不知身中本有真铅真汞，便以凡铅凡汞烧炼为服食，误信方士，反失其人身，皆由炉鼎误也。

夫欲明炉鼎者，在夫神汞之机变。

神汞升为鼎，起止为炉。古云：鼎鼎原无鼎。

当其始也。

元精初生。

精生外驰，以神入精中，则呼吸之气随神之号令，摄回中宫混合神汞。

中宫即丹田，混合即绵绵息息归根之意。

神则为火，而汞为炉。

以神汞言者，神在汞中，汞则为炉，神则为火也。

欲令此汞而藏伏者，惟神之禁止。汞则为药，而神为炉。

以汞神言者，汞在神内，神禁止其汞。神在汞外，神则为炉，

而炁则为药也。

即古人所谓炁穴为炉是也。

以形言者指丹田为炉，神炁归藏于此，此即调药之炉也。

乃其采药运周天者，当从炁穴坤炉而起火，升乾首以为鼎，降坤腹以为炉。

乾在上为鼎，坤在下为炉。

即古人所谓乾坤为鼎器者是也。

以形言者，首腹为炉鼎，即周天之炉鼎也。

见神炁之起伏。

起是升，伏是降。

而鼎器在，是也。

有神炁即有炉鼎，无神气即无炉鼎。

然古人将神炁二者借喻鼎器，或以丹田为炉，而以气穴为鼎者。

丹田，气穴一也。

或以坤为炉而以乾为鼎也。

坤即腹，乾即首。

一鼎器之名目纷纷引喻，故后人无以认真。全若不推明直论，将何处炼精。

即调药也。

炼药。

即周天也。

为结金丹也，此古圣皆不轻露。

丹田为调药之炉鼎，古来不肯明露。

今予阐明，正合吕祖所谓真炉鼎，真橐籥，知之真者而后用之，真用之真者，而后证果，得真真矣。冲虚子不云乎，鼎鼎原无鼎，若不明火药次第之妙，用执著身体摸索而为鼎器者，则妄也。非仙道金丹神炁自然之鼎器也。

## 风火经第六

尽言小周天

华阳集说风火经。

风者，乃炼丹之妙法，即升降之消息。古人喻为巽风，或喻为橐籥。是即往来之呼吸也，火者，炼丹之主，化精化炁之具。风火有同用之机，大丹有修炼之法。古圣不肯全露或有同言之隐，而人不能彻悟，视之如故。事然言之详者，又违天诫。风火同用之机，乃上天之秘诀，金丹至要之法。凡人德薄，未遇真传，岂知有同用之机哉。前圣高真，科禁秘之，不肯并论轻泄，愚亦不敢臆说，故集诸圣之隐语奥言，而为此说，每句之下，逐一解明，以招后学，见之者，详究此解，印证本文，即知风火同用，次第不离之机也矣。

曰仙佛成道是本性元神，不得元精漏尽，不能了道还至虚无，而超劫运。

本性元神其名虽二，源流则一。佛谓之性，仙谓之神。元精漏尽乃修命之别名，即先天一炁是也。仙修谓之炼精化炁，又谓之炼形。佛修谓之漏尽成，又谓之慧命。不得此道，则不能超劫运。纵然修得灰灰相，无非五通之灵鬼耳，焉能契如来之妙道乎。故如来大佛方等大集经云：修习五通，既修习已垂得漏尽而不取证，何以故愍众生。故舍漏尽通乃至行于凡夫地中。又楞严经世尊谓阿难云：第一漏尽难成，即此也。

元精漏尽不得风火，则不能变化而成道。

元精漏尽虽有生机，不得风火则不化为炁。

混然子云：人呼吸之气为风，如炉鞴之抽动，风生于管炉，火自炎。久久心息相依，丹田如常温暖。今之禅僧不知风火，漏尽无成，常自下流。余有俗堂弟，字道宽，法名源明，久住金山，曰禅教。原不问此事，似过浸灌，只悟自性，不必究他。余曰，既有走漏，则与凡夫淫媾似也。首楞严经云：淫身，淫心，淫根不

断，如蒸砂石，欲成其饭，经百千万劫，只名熟砂，必落魔道，轮转三途，终不能出，禅教何得不问也。但如来风火之法，佛佛相印。若能自用，则三种淫事一炼自断。世尊云：火化以后，收取舍利。又云，微风吹动，则其中自有深旨，非亲传焉得知之。

故曰修炼金凭风火耳。

广成子云：息者，风也。

白玉蟾云：火者，神也。

往古圣真，禁而不露。

上天所禁，秘之不传于无德，实传于有德，超乎劫运，出乎大宝，岂传于无德者哉！

中古圣真，略言其始，而人不究其始，往往搜寻其中，徒劳精力。

始者，微阳初动，古圣隐而不露。乃金丹造化之根，人若能明乎其始，何事不成。故虽近代亦有得道高真，惜学者不知下手。重言其始，人犹不究其始，每每妄自采取耳。不知搜寻既实，虽药有不采，而自采之景到矣，故学者不可徒劳无成焉。

不知中宫周天之说，或显于周天炼法，而隐于采取中宫。

中宫即炼丹之所，天心居焉。人若晓中宫之消息，则丹自成矣。盖中者，非中外之中，即元关消息之中也。此中包罗乾坤运行，日月真种由此而升降，由此而运炉鼎，由此而立橐籥，由此而转药物，由此而化坎离，由此而合斗柄，由此而建是也。世人或知中宫，不知周天，则炁亦暂聚而暂散矣。安得成丹乎。

冲虚子云：药已归炉，未即行火，则真炁断而不续，亦不成大药。

或显于采取中宫，而隐于周天炼法。

周天即升降也。时至药产，阳炁从地升于天。天者，在人为首，位居上。阴符注云：上涌潮元，通灵阳宫，复降下，通于巽坤。坤者，在人为腹，位居下。混然子云：从子至己，流戊土。从督脉进阳火，自午至亥，以己土从任脉退阴符。世人或知周天，不

知中宫，妄自行火，则与水火煮空铛，何以异乎。

冲虚子云：药未归炉，而先行火，药竟外耗，而非为我有者！其斯之谓矣。

或显于火而秘于风。

炼丹全凭风，以扇火风者，息也。回巽风，曰母气，曰橐龠，皆我之呼吸也。

或显于风而秘于火。

炼丹全凭火，以炼精。火者，神也。曰汞，曰日，曰乌，曰龙，皆我之真意也。

或有言之简而论之详者，皆宜一一体玩，不可浅视也。使徒执其偏见，取宗于妄人之口，何其诬耶。

简者深言神气之机，详者细言神气同用之理。初学未得真传，非由忽其简而即略其详，是终不得夫丹道之秘矣。况又宗于邪说，致生疑惑，其不至于暗昧者，少矣。

余曰，觅法寻师问正传若无真诀难成仙。

凡求师者，当察其真伪。若言不用风火，即是假道。虽欲成仙，何可得乎。

谷精火到风吹化。

精因火化，火因风灼。世人被此精损志天命。因无制伏之法，智者借此精养身助炁，是有风火之功耳。

髓窍融通气鼓煎。

窍者，即肾府也。肾属水，水无火焉能融通，所以人之精华多因肾而耗散。智者得风火之功，自能融通矣。鼓者，即所谓巽风也。

物举潮来神伏定，情强性烈意和牵。

物即外阳，外因内动故此举矣。始举始伏则易伏矣。倘未觉其伏，则阳壮性烈必须迴光返照，绵绵若存，使炁与意和合。虽一时修炼之功，而性情不觉其浑合矣。

青阳洞里须调炼，炉内铅飞喜自然。

洞即炁穴，凡调药时，务要绵绵，使精化为炁，则内之真铅自然潮于上元矣。

抑闻之，玉芝书曰：元黄若也无交媾，争得阳从坎下飞。

元者，天也。黄者，地也。即神炁也。神炁不交，安有药之可采。

冲虚子曰：有机先一着，而后生药以行火。

先一着者，乃微阳初动也。药生而行火，所行火者，即行周天之火。

朱元育曰：晦朔之交即活子时。

活子时者，乃阳动之时也。

覓元子曰：外肾欲举之时，即是身中活子时。

外肾举者，非有念而举。乃自无而生，生而或速或缓，皆由活动之机。然有念而举者，乃是邪法。炼之即成幻丹。

浑然问曰：假若睡浓之时，不觉而自举及偶然觉之，此时下手亦成幻丹否？

华阳云：睡浓时，自己身心俱已不觉，念从何有乎，尝闻纯阳祖师云：动则施功，静则眠。又夏云峰云：自然时节梦里也教知。以此句言之，可以印证矣。

俞玉吾曰：内炼之道至简至易，惟欲降心火入于丹田耳。

内炼之道乃上乘之法，简易之事。但人被邪说所惑，不能信受。故真人破之曰：惟欲降心火入于丹田也。

又曰肾属水，心属火，火入水中则水火交媾。

古人谓心肾非坎离，殊不知心肾乃坎离之体，神气乃坎离之用。且肾非脊肾之肾，乃内肾也。古云：内肾者，即脐下是也。虽在脐下，犹未得之所以然。要必得其神气相投者，盖其穴，正在脐后，肾前稍下，前七后三中间空悬一穴，此正是调药炼精之所，而学者不可不察矣。

六祖坛经曰：有情来下种。

有情者，非欲念之情，乃妙道中元机萌动之情。故龙牙禅师

云：人情浓厚道情微。

道用人情，世岂知空有人情，无道用人情，能得几多时。

元育曰：要觅先天真种子，须从混沌立根基。

古人言真种不一，或有言神是真种子，或有言炁是真种子，而不言真种子其父母所由生之理。故人被此颠倒之言所惑。

元学正宗云：始者，上下相交，混而为一。

盖混沌者，乃天地合璧之象，即神炁会合之时。若觅先天真种子，先须明种之父母。盖神炁比如天地，天地即种子之父母也。神入炁中，则是天入地中之象，即为混沌之时也。真种子原由神炁而生。神炁若不交，安得有真种子乎，则此中之根基当明矣。

正阳祖师曰：南辰移入北辰位。

南者，离宫，心乃离也。神即藏其中。北者，坎也，炁即藏其中。移入位者，即以神入炁穴。

杏林云：以神归炁内，丹道自然成是也。

纯阳祖师曰：我悟长生理，太阳伏太阴。

长生，乃我之元炁。悟之者，则生。迷之者，则死。欲学清静正道者，先明道之根源。道无非我身内之阴阳，非是外来物件。许旌阳云：大丹若不以日月交光，乾坤合体，更假何物为之乎。

盖太阳乃喻心之神，太阴乃喻肾之炁。伏者，以神伏炁之法。能伏住者，即得长生。否则不能得矣。

觅元子曰：始则汞投铅窟。

程先生云：铅得汞而相亲。无中入有铅汞，非他物，即我神炁。故吕祖云：不用铅，不用汞，还丹须得炉中种。投者，以神投炁，即精炁不下泄，似水银与铅相制不动，然后炉中炁自生矣。吕祖云：安炉致鼎尽周圆，须得汞去投铅。若不用汞投铅，则铅炁无所生矣。俞玉吾云：铅得汞以生形。旌阳亦云：铅因汞伏。

海蟾翁曰：先贤明露丹台旨，几度灵鸟宿桂柯。

灵鸟，喻心中之神，桂柯，喻肾中之炁。

元学正宗云：心乃神之宅，肾乃炁之府，岂无造化乎。古云：



心以坎为体，以离为用。故心欲虚而澄。肾以离为体，以坎为用，故丹田欲实而温，离火上腾故损离，火下驻故益。几度者，凡阳生不拘时数，灵鸟宿亦不拘时数。时来时宿。紫虚云：夜半金鸟入广寒。

桂阳祖师云：与君说破我家风，太阳移在明月中。

望江南云：日精若与月华合，自有真铅出世来。

盖太阳喻神，月明喻炁。移在者，神炁相会也。古云：要知大道希夷理，太阳移在明月中。

李真人曰：金丹大要不难知，妙在一阳下手。

世人学道，每被丹经之词文所惑，不知真诀简易之理。自己心内糊涂，反谓古人不明言。及见真师，强自争辩。殊不知炼丹者，阳生之时，即起手之时，能于此时下手，又何疑惑乎。真阳云：先天之炁藏炁穴，虽有动时，犹是无形，依附有形而为用，始呈而即始觉。守阳云：凝神入此炁穴，而神返，身中炁自迴矣。

重阳祖师曰：纯阴之下须是用火煅炼，方得阳炁发生，神明自来。

阴即是先天坤地变为后天之坎，而中年之人药少，故不能采取，真人言须用火煅炼，然后有药可采。冲虚云：有机先一着，而后生药以行火。俞玉吾亦云：天入地中以此而产药是也。

又闻之龙眉子曰：风轮激动产真铅，都因静极还生动。

此以下皆言风之妙用。上文一节，专言火之用法，而呼吸之气未表其所用之理。故真人教人，只此用火而不知用风，其精则不化矣。棲云先生云：火不得风不灼。抱一子云：知摇空得风则鼓，吾之橐籥，可以生风知嘘。物得水则胎吾之炁，可以化精产铅者，即药炁所生之时也。还生动者，即药产之时，即采药之候也。

入药镜曰：起巽风，运坤火。

巽风者，呼吸之喻也。火者，乃元炁也。元炁不得呼吸则不能成药，是阳不得阴则必不聚之故也。必须存心中之阴神驭肾中

刚阳之火，绵绵息息归根，则坤火自运矣。然又恐用火者失于太过与不及，须当文薰武炼。故肖紫虚云：炽则坤火略埋藏，冷则巽风为吹嘘，此言可玩矣。

黄庭经曰：呼吸元炁以求仙。

呼吸者，后天之炁也。元炁者，先天之炁也。先后原有兼用之法，若不兼用，元气顺流而出，不能成丹矣。必假呼吸之气留归以炼之。如冲虚子所谓以后天呼吸气留恋神炁是也。

李清庵曰：得遇真传，便知下手，成功不难，鼓动巽风，扇开炉焰。

此言果得真传，便知用巽风。风者，后天气也。冲虚云：元炁固要逆修，而呼吸之气亦要逆转。盖人呼吸之气出入，本在丹田。何曾有隔碍，但人只知出而不知入耳。学者凝神之时，气穴之神能觉。进吸者，则气自鼓，自扇，自吹，自嘘，自逆转矣。不用而自用之，何劳之有乎。混然子云：神呼气，炁归窍内。吹吾身中，无孔笛，常觉在此，息不用归根而自归根矣。庄子云：其息深深。又云：真人之息以踵即此也。

李道纯曰：炼精其先，以气摄精。

精生之时，原是下流。若欲归源，必须用气摄之，则无走泄之患矣。然又当知精生之所。冲虚云：用后天之呼吸寻真人呼吸之处，即此之谓也夫。

无名子曰：精调炁候。

调者，是精生时，以用调法，不然，则易走泄矣。古人云：精气之为物也。运行则常退守，则灾。四时不运，万物何以生。日月不映，万物何以明。流水不腐，户枢不蠹。人不测道之根本，乃云固精，为长生，此言为大谬也。若闭精可以常存，则布囊可以贮水。盖炁候者是候炁之生时，即所为采取之谓也。

冲虚子曰：调定其机。

机者，是精生动机。若不调，则炁必泄。而药物不生矣。

又曰：药若不先调，则老嫩无分别。

老嫩是采取之时若不先调者，则何时而能采取乎。能知调者，自有老嫩之景到。

李虚庵曰：忙里偷闲调外药。

药即吾身之元炁。炁虽藏炁穴，生则化元精，向外下流，若任外流，将何物而为药乎。故调此气返还于气穴，久则天机自活动矣。

钟离云：勒阳关。即此也。

冲虚子曰：调到真觉，则得真炁。

觉者，乃是时至神知，故其本灵之心体不能昧，谓之觉。若能如法调药，则自有造化之机发见于外，可不劳而自知也。

楞严经曰：愿立道场，先取雪山大力白牛。

道场者，修佛道之起手也。欲成佛道者，先当取雪山大力白牛。若无此牛，任汝修八万劫，终不能出楞严之五阴。盖雪山者，喻五阴俱空，既已空矣，则一阳生于五阴之下，元门谓之阳生，释家谓之情来，又谓之真如，又谓之那偏事，皆是喻事之生也。太初古佛云：一阳发现，只是明心千百，譬喻只教人晓此一事耳。大力者，喻法象。释家谓之明心，又谓之有物，皆喻牛之徵也。光明古佛云：日天开朗是为见性千万种。譬喻无非教人明此牛耳。若谓实有此牛者，即非我如来达摩六祖之嫡传，则是外道，非释家之子也。岂不谬哉。

涅槃经曰：雪山有大力白牛，食肥膩草粪皆醍醐。

雪山喻炁之生处，白牛即是喻炁。醍醐喻炁之升降也。故六祖云：吾有一物，上举天，下举地，若独修心中之识性，不兼修性海之真性，饶你八万劫，终不能成六通，契如来之真性。心经解云：谁知更有过于此者，宽则包藏法界，窄则不应纤毫，显则八荒九夷，无所不至，隐则纤芥微尘，无所不察。又云：乃人之本源。

棲云先生曰：人吃五谷化为阴精，不曾锻炼此物，在里面作怪。只用丹田自然呼吸之气？吹动其中真火，水在上，火在下，水

得火自然化而为炁，其炁上腾，薰蒸传透一身之关窍，流通百脉，烧得里头神嚎鬼哭，将阴精炼尽，阴魔消散矣。又觅元子曰：阴精者，五谷饮食之精，苟非巽风坤火猛烹极炼，此精必在身中思想淫欲，搅乱君心，务要凝神调息，使橐籥鼓风，而风吹火烹，炼阴精而为炁，其气混入一身之炁，此炁再合先天之炁，然后先天之气再从窍内发出而为药。

此二真人之明言，不必赘解。

朱元育曰：晦朔中间，日月并会北方虚危之地，天入地中，月包日内，斯时，日月停轮，复返混沌，自相交媾，久之渐渐凝聚，震之一阳乃出而受符矣。

晦乃月尽无光，以比人身中阴静之时。朔乃次月初一，比人身中阳动之时，日月并会者，即神炁同宫之法。北方虚危者，炁穴也。天入地中者，比神入炁之义。月包日内即是神摄炁也。一阳出者，乃药产之时，即是采取之候。受符者，是起周天之火符，符又是运息数之别名耳。

此上数者，金仙证论之妙诀，风火化精之秘机，具在斯与。而其调药之法，亦不外是矣。

此总结上文，风火同用之旨，调药之法。古圣所言不肯明露，故人难悟大道。余浅说解明，以晓后学，庶不入于傍门而成正觉。世之好金丹者，果潜心此经，自修自证，即成大道，岂不乐哉。

予故曰：自始还虚而待元精生，以神火而化，以息风而吹，以静而浑，以动而应，以虚而养，则调药之法得矣。

以上言调药之法，以下言真种所生之真时，即药生也。

不闻邵康节之言乎，恍惚阴阳初变化，氤氲天地乍迴旋。

恍惚者，浑然一团，外不见其身，内不见其心，恍恍惚惚初变化者，即此恍惚之间，忽然不觉融融和和，如沐如浴，回旋者，真炁旋动，正是元关透露而阴中阳生矣。

尹真人曰：俄顷痒生毫窍，肢体如绵，心觉恍惚。

此乃药产之法象，不可惊怪。一起惊疑之念，则神驰炁散矣。

务须思虑顿息，以虚待之，不可妄起刻漏之武火，亦不可迷失真候，静听气之动静，则元窍之阳自旺生矣。

紫阳真人曰：药物生元窍。

药物者，即真炁也。亦名真种子。元窍者，乃元妙之机关，即炁发之所，下通阳关，上通灵台，后通督脉，前通任脉。

六祖坛经曰：因地果还生。

地者，道曰丹田。释名净土，又名优陀那，又名苦海。巧喻异名，无非果生之处。果还生者，因以前能明有情来下种之机。到此，方有果生，果即菩提子也，又曰舍利子。

太初古佛曰：分明动静应无相，不觉龙宫吼一声。

无相者，道曰虚无，释曰真空。此原无相，因静定而生龙宫者，即上文因地是也。吼一声者，即上文果生也。故世尊谓见明星而悟道，能知此一声之机，则涧水可流西江，可吸海水可灌顶矣。

元学正宗曰：弹指巽豁开。

弹指者，顿然而觉，然不可起太明，觉须恍惚而待之。若起明觉之念，则后天之气随念而起，包裹先天之炁，先天既被后天所裹，则其所发之炁不得融盛，亦不能采取矣。

混然子曰：时至炁化，机动籁鸣，火从脐下发。

时至者，乃药产之时也。籁鸣者，则元关之机动也。火者炁也。脐下者，丹田也。古人云：时至神知者，此也。学者苟不知此时之机，则当面错过矣。

冲虚真人曰：觉而不觉，复觉真元。

觉者，知也。不觉者，浑也。阳炁才萌，似有可知，故曰，觉也。阳炁未旺，不宜急进火，故此言复觉真元，元者，即真炁也。

又曰：则用起火之候以采之。

此下言起火采药归炉也。起火者，后天呼吸之气。先天之炁生时，仍行熟路。故用起火之法，采炁归炉，然呼吸之火，本自存形而用之、必如无形，若着有形用之，则长邪火。果能有有而

若无无中得有之妙，二炁用之如法，则药自归炉矣。

又曰：采药归炉。

药者，真炁也。炁之生时则往外顺出。故用神炁采之归炉。真炁既得神气之力，自然随神而归炉矣。

又曰：封固停息以伏神炁。

此二句言入中宫之沐浴，即是运周天子时之头。故子时有沐浴之候，即此也。封固者，温养之义。停息者，亦非闭息，是不行其鼓嘘之法，将神炁俱伏于炁穴，随后火逼金行，有行动之机者，则周天武火自此而运起。浑然问曰，我闻直论，言药已归炉，未即行火，则真炁断而不续，亦不成大药。此处既有沐浴，岂不断否？余曰，不行，非是闭塞呼吸之气，全然不行，乃是不行囊籥鼓嘘之机。盖呼吸之气，原有温柔之息，在此吹嘘，何得断行火之机，虽暂伏微妙之理，而真机无有随后不动之情，岂不闻之合宗乎。采封是子时前也，其即此矣。

五鼎真人曰：入鼎若无刻漏，灵芽不生。

此下皆言子时起火炼药。行小周天之火前，论起火采药是子时之前也。此乃周天子时，当令之事故。达摩云：二候采牟尼。然则药生，即为药生之子时，而亦为活子时，行周天谓之行周天子时，不必认做一时。盖鼎者，炁穴也。真炁既归鼎内，必要刻漏之火以炼之。若无刻漏之火，则黄芽不生。

上阳子曰：外火虽动而行内符，闭息不应枉费神功。

外火即元炁也。内符乃呼吸之炁。元炁由呼吸而采归炉，亦由呼吸而炼之，则炉中之药方成变化。仙翁云：火销金而神炁不败。若药已归炉，呼吸之气半途而迥，不应先天之炁，则药已耗散，及再行周天之火与前不相续，亦不能成丹也。

守阳真人曰：起火炼药。

起火是起周天之火，行十二位也。非真有位，借火为位，又谓十二时，非真有时，借火为时。

混然子曰：火逼金行，当起火之初受炁宜柔。

火者，呼吸之气也。金者，元炁也。盖金不能自升，必假火以逼之，使朝于乾宫。然炉中真炁初起火之时，药物未旋，不可即行武火，须以柔温之火逼之。金有旋机，则火当长矣。若药未甚动，炁伏而缓，先起武火，则内之炁亦不顺随大路，堕于蹊径，欲归正路，不亦难乎，故曰：宜柔也。

又曰：采时须以徘徊之意引火逼金。

徘徊，是往来活动之意。引火者，即神呼气之法。逼者，催也。上文只言呼吸以用元炁。尚未显明用元神。人知用二炁，不知神为二炁之主帅。盖采药炼药，全赖炁穴之神权驭，二炁徘徊，则金自行矣。前文云：神呼炁，气归窍内，吹吾身中无孔笛是此也。

又曰：运动坤之火，沉潜于下。

坤者，炉也。火者，元炁也。运动坤火之时，往下而行，以通督脉而进。若别行异路是不能上乾鼎，则药即耗散矣。浑然问曰：我闻玉蟾翁言，神即火，炁即药，以火炼药而成丹，今何又言炁是火，而前文又言，化谷精以呼吸为火，三事俱言火，不明孰是。

华阳云：此视学者得师不得师耳，真参实悟者，一见了然于心，若心下不实，焉得明乎。非是丹经惑耳，乃耳认错丹经。诵几句古言孰语，以为自己聪明，误也。凡云是起火，引火，火逼，行火，止火，皆为呼吸气之火也。凡云凝火，入火，降火，以火，移火，离火，心火皆属神之火也。凡云运火，取火，提火，坎火，坤火，水中火，炉中火皆先天炁之火也。凡呼吸之火能化饮食之谷精而助元精，凡神火能化元精而助元炁，凡元炁之火能化呼吸而助元神，元神之火又能化形而还虚助道成始成终，皆承火之力以登大罗之金仙。所谓火者，有逐节事条，岂可孰一哉。

混然子曰：鼓吾之橐籥，采药之时，加武火之功，以性粹运于内，以命施化于外。

古人或以内呼吸为橐籥，或以外呼吸为橐籥，内外兼说则何

是何非也。余特指其是以示之橐籥者，消息也。若无消息，安有橐籥。古云：一阖一辟谓之变，知变通无穹矣。橐籥者，何似牛车水运行一般，同消息而不同路，若同路，则不名橐籥矣。又如风箱一般，同箱而不同风，若同风，则不能运转矣。以风箱之内暗藏子箱，向炉之风是子箱之风，非风箱之风，实从无中生出。水车之水与子箱之风即喻先天之炁也。牛车与匠手抽动之风即喻后天之气也。子箱者，元关也。消息者，即两搭界之滚轴也。即喻先后二炁之机。子箱之风，若无抽动之风，则亦不能自吹嘘矣。水车之车，若无牛车，则水车之水不能自运矣。至车与箱若无牛与匠，则水与风又无从而吹运之矣。盖武火者是药物曾已行动，故必橐籥之息火以应刻漏之度数，若徒用文火，则药物亦不行也。而真炁竟耗散矣。内者，中宫也。炼药行符，务要性主立于中宫而为斡运辐辏之主宰，则水火方能随外之道路而升降，又外必借命之元炁施化，则脉络方能开舒畅快，内外融通，自然命听于性，性持于命矣。

邱祖师曰：采二炁升降之际，若不以意守中宫，药物如何运转得转。

二炁者，先天后天二炁也。先天之炁不得后天之炁，则不能招摄转运。后天之气不得先天之炁，则亦无处施功。冲虚云：炁则不能无先后之二用。中宫者，炁穴也。药物者，元炁也。升降之际，中宫若无主宰，则药物不转矣。然全在中宫之真意使真炁之运动矣。故禅师云：北斗望南看是也。

混然子曰：内伏天罡斡运，外用斗柄推迁。

冲虚云：斗柄外移而天心不离常处，若以内伏天罡而外不推斗柄，则真炁不升降。若外推斗柄而内不伏天罡，则真种不结。后禅机赋云：禅主斗柄，见明星而团旋。

许旌阳老祖曰：冲开斗牛要循环。

斗牛者，虚危穴也。斗牛既开，用升降之法以运之。冲虚子曰：行所当行。又白玉蟾云：起于虚危穴，以虚危宿在坎宫子位



也。盖虚危者，即任督二脉之起止处，亦名河车路。俞玉吾云：于此时，鼓之以橐籥，煅之以猛火，则真铅出坎，而河车不敢停留，运入昆仑峰顶是也。

金丹赋曰：子时河车竿，驾火销金而神炁不败。

子时是运周天之子时，驾动河车采药上升。混然子云：铅遇癸生之时，便当鼓动巽风扇开炉鞴，运动坤火沉潜于下，抽出坎中之阳去补离中之阴，成乾位之象，复还坤位。

纯阳祖师曰：凭君子后午前看，一脉天津在脊端。

子后是阴符，午前是阳火。一脉者，即行周天之道路。凡行火时，神炁必由此路而运。肖紫虚云：凡回笑指昆山上，夹脊分明有路通。俞玉吾云：元海阳和动，寒泉炁脉通。此子午当行之道。若神炁泛然于道外，不成路矣。或神不知其炁，或炁不能随神，空空煅炼，则金丹不成矣。守阳云：有两相知之，微意是也。

又曰：寒泉沥沥，气绵绵上透昆仑，还紫府浮沉升降入中宫。

园通禅师云：群阴剥尽，一阳复生。欲见天地之心，须识承阴之法。寒者，坤也。泉者，坎水也。皆喻肾中之水。肾水果得以前所论之工法，到此自有沥沥波涛之象，乃真阳所产之时也。气绵绵者，续而不断之义。道光禅师云：一爻看过一爻生。昆仑即乾也。乾为首，紫府即丹田也。丹田为坤，升即上昆仑，降即下紫府，中宫即丹田也。祖师教人行火须上至乾鼎，下至坤炉。

广成子曰：人之反复呼吸彻于蒂，一吸则天气下降，一呼则地气上升，我之真炁相接也。

吸降呼升者，即先天后天二炁之机也。然后天炁吸则先天炁升焉，升是升于乾而为采取也。后天气呼则先天炁降焉，降是降于坤而为烹炼也。若以口鼻一呼一吸为升降者，则去先天之炁远矣。

觅元子曰：乾坤阖辟，阴阳运行之机，一吸则自下而上子升，一呼则自上而下午降，此一息之升降也。

此皆言先天后天二炁消息之机也。乾者首也为天，故位居上。

坤者腹也为地，故位居下。阖辟者，乃内外呼吸之元机。盖外面之气降里面之炁则过我而升，外面之升里面之炁则过我而降，此乃周天之秘机，凡夫岂能知之。故仙翁云：若教愚辈皆成道，天下神仙似水流。浑然问曰：老师所言有两重之呼吸，但升者，其意要主宰中宫，以为斗柄转心之主。又见此处其神要随先天之气升降。又闻后天之气在息上升降。如老师言，三处都有动静知觉之意，不知其神其意重在何处，又不知其神其意如何分别用度。我闻之丹经曰：引则神炁同行，住则神炁同住，今此分别神意其不相合，何也？华阳云：子之不明者，非经之不明，是子之执着偏见。云何为机也，譬如，世人安消息以制物件之法，如若投机，一叩即应，无处而不动乎。但有先天之炁者，则我之经络自能通应。而又有后天之气鼓午，安有上下中间不应之理乎。可见先天，后天，上下，中间皆主乎其机也。若是无其机，焉得应之。故太初古佛云：一片东兮一片西，两头动处几人知，出有入无真造化，神气相交透祖机。云譬喻乡人织布，其意一发，手足头目俱已发动。发者，是谁动者，其神意在何处。若能明此理，则临时而不误造化之机缄矣。故俞玉吾解阴符经云：恒山之蛇，击其首则尾应，击其尾则首应，击其中，则首尾俱应。又云：其法潜神于内，驭呼吸之往来，上至泥丸，下至命门，使五行颠倒，运于其中，此即周天内外机动而已是也。又冲虚云：以意在中宫、以神驭炁，其炁自尾闾，夹脊上昆仑，腹下丹田，周流运转不绝，又何必有疑哉。因问曰：闻江西道人王山而亦能升降，因何以几十载不结丹成大药。答云：此人乃后天之意气，非先天之神炁也。

冲虚子曰，当吸机之阖，我则转而至乾，以升为进，当呼机之辟，我则转而至坤，以降为退。

吸机之阖固是下，然而内里之机要上，上者，自下而升至于乾，为进阳火，为采取。呼机之辟固是上，然而内里之机要下，下者，自下而降至于坤，为退阴符，为烹炼。此即内外阖辟之机也。

肖紫虚曰：乾坤橐籥鼓有数。

此以下皆言周天之息数。上文说升降法，而其中卦爻之数尚未表明。若不用其数，则丹道又不成矣。朝元子云：劝君穹取周天数，莫使蹉跎复卦催。盖乾坤者，乃天地之定位。橐籥者，即鼓风之消息。奈何真炁不能自返复于乾坤，微赖橐籥之法以吹运之。盖乾坤即橐籥之体，坎离乃橐籥之用，所以乾呼返吸至于坤，坤吸返呼至于乾。乾坤者，乃坎离之体内。呼吸者，即坎离之用。人若能明乎，内呼吸则橐籥自鼓而乾坤自运矣。数者，乃阴阳升降之度数，假呼吸之息数而定卦爻之揲数。

薛道光禅师曰：火候抽添思绝尘，一爻看过一爻生。

抽添即真炁上升下降之旨也。绝尘者，凡临机时，幻化顿息，则真我不离于炁。爻过爻生者，喻绵绵不断之意。守阳云：随机默运入元元，呼吸分明了却仙。

陈泥丸曰：天上分明十二辰，人间分作炼丹程，若言刻漏无凭信，不会元机药不成。

天上有十二支之辰位，炼丹亦有十二时之火候，故六阳用进，六阴用退。程者，每时有一定之度数。若言不用息数之刻漏，则是傍门外道矣。而非金丹也。纵能强制升降，亦不能结大药。既不用周天之度数，又将以何物而为周天乎。以明明之刻漏而不悟，则是愚之甚也。

钟离祖师曰：生成有数。

有数即乾用九而坤用六也。

金谷野人曰：周天息数微微数。

周天即往来反复之义。微微数者，不著于相，顺随而引火候之机，是周天程限之数无差也。

陈泥丸曰：乙阳复卦子时生，午前一阴生于媾，三十六又二十四。

冲虚子曰：子至巳六时为阳，阳合乾，故用乾爻，乾策。乾爻用九，而四揲之为三十六，故阳火亦用九，同于四揲。又注云：子丑寅以次皆用四揲之三十六。又云：午至亥六时为阴，阴合坤，

故用坤爻，坤策。坤爻用六，而四揲之为二十四，故阴火亦用六同于四揲。又注云：午未申以次皆用四揲之二十四。又云：阳时乾策二百一十六，除卯阳沐浴不用乾，用实一百八十也。阴时坤策一百四十四，除酉阴沐浴不用坤，用实一百二十也。合之得三百息周天之数也。闰余之数在外，盖三百数者。实非三百息，皆譬喻辞也。

守阳真人曰：子行三十六，积得阳爻一百八十数。午行二十四，合得阴爻一百二十数。

阳爻六时用九，除卯时不用，只得一百八十。阴爻六时用六，除酉时不用，只得一百二十。冲虚子曰：卯在六阳之中，酉在六阴之内。调息每至于六时之中可以沐浴，即此也。

悟真注疏曰：子进阳火，息火谓之沐浴。午退阴符，停符谓之沐浴。

息火停符者，停住有作，而行自然之妙运，非是停住先天而不行，是停住后天之武火。故履道云：十二时中毋令间断。俞玉吾云：天道无一息不运，丹道无一息间断。故卯酉时，不行之中而默运吹嘘。则子午亦然。又重阳云：子午冲和连卯酉，春夏秋冬夏相携。冲虚子云：世称沐浴不行火，且道吹嘘寄向谁，要将四正融抽补，纔得金丹一粒归。又陆子野注悟真篇云：卯酉不进火，但以真炁薰蒸也，而为沐浴，万古不移。

曹还阳真人曰：十二时中，时时皆有阳火阴符，凡进则曰进阳火，凡退则曰退阴符。亦以阳用者，曰火。以阴用者，曰符。

十二时者，即吾身中运周天之时也。子巳六阳时进阳火，午亥六阴时退阴符。进则为升也，退则为降也。故进则曰进阳火，退则曰退阴符。时时皆有阳火阴符者，不在沐浴时而亦有沐浴，故阳用者曰火，阴用者，曰符。浑然问曰：但闻六阳时中沐浴，六阴时中沐浴，此理可明，但不知六阳时中时时有阴符，六阴时中时时有阳火，此理深微，愿求教训。华阳曰：凡行周天之时，其后天之气有迴转之机，故在此迴转处，内藏阴符阳火之秘机，既

有六阳六阴之限数，焉得一息而运至于天哉，纵运，亦不成周天之度，不合刻漏之法则矣。浑然又问曰：弟子尚愚迷，不识阳火阴符之精微，敢再求指教。华阳云：凡运火之时，后天气进，则谓之阳火，后天气退，则谓之阴符。凡阳火阴符沐浴归根者，皆是借后天呼吸之气以为周天度数之法，则若无其呼吸，则不成阴符阳火沐浴归根矣。邱祖师云：运行周迴，自有经路，不得中气斡旋，则不转。又冲虚云：火候谁云不可传，随机默运入元元，达观往昔千千圣，呼吸分明了却仙。又问曰：昔日达摩言：二候采牟尼，何为二候。云：药生而往外，以用息采归炉为一候，药既归炉，封固又名一候。又问曰：何为四候。云：升降沐浴即为四候。又问曰：何为之闰余。云：即归根还于下丹田之处，故亦有温养沐浴之位也。

冲虚子曰：凡一动则一炼而周，使机之动而复动者，则炼而复炼，周而复周。

此即言凡有炁之动者，必须炼之，则小周天之火容易止。如若不炼，则火不能速止，而大药亦不能发生矣。古云：运罢河车君再睡，来朝依旧接天根。古皖山合封问曰：余自学道今已八旬，阳还自动，是何故也。答曰：阳既举是未得火炼之过耳。封曰：余得七悟师所传，运于周身四肢，运六回阳，六回阴，左运三百六十，右运二百四十，岂不是火工。华阳曰：既是火工，八十因何阳还举，此非金丹，乃小法。是七悟师当初止汝之念耳。如此空运有何益也。合封曰：金丹之道若何为哉。华阳曰：金丹之道从阳生时，凝神入炁穴，鼓起橐籥之巽风，息息向炉中吹嘘，犹如铁匠手中抽动一般，风生则火焰，火焰则精化，精化则炁自生矣。采此生炁，升降往返谓之周天也。

又曰：积之不过百日，则精不漏而返炁矣。

百日是炼精之名目，但凡有二候之机来者，则百日可期。少而勤者，成之速。若中年，年迈而又不勤者，未可定其日期。凡有精漏者，则未成漏尽通之道。如精不漏者，则精尽还成炁，不

死长生之果得矣。太邑海会寺方丈僧龙江问曰：以此自保守，可得楞严经漏尽通成否。华阳云：保守只名断淫心，淫身而已，知用火化则淫根方断，漏尽通自成，则不漏矣。然淫根者，即外肾也。若有举动，即有生死矣。

正阳祖师曰：果然百日防危险。

防危险者，防时至药生而神不及知觉，则错过矣，或不明起火之法，或昏睡而神不灵，此乃失于炁矣，或当进火而不进火，当退符而不退符，当沐浴而不沐浴，当止火而不止火，当归根而不归根，则失于造化之机，故曰防危险。

肖紫虚曰：防火候之差失，忌梦寐之昏迷。

差失者，皆因学人心不诚而意不专，若灵台洁净，火候明白，有何失乎。古人往往走丹者，皆因理未明而心不专，故有差失之患。梦寐昏迷者，凡学道之士，宜乎先养神，神纯自然灵觉。神若不纯，睡则生尘妄之心，故有梦寐走失之患矣。

石杏林曰：定里见丹成。

丹之所成者，是炁已曾圆满，外肾不举，丹光上涌，故有所见也。

正阳祖师曰：丹熟不须行火候，更行火候必伤丹。

丹熟是有止火之候到，故谓之熟。既知熟矣，当用采大药之法，则小周天之工法无所用矣。若再用小周天，丹不伤乎。

肖紫虚曰：切忌不须行火候，不知止足必倾危。

凡炼丹，若不知止足，必倾危之患也。昔日白玉蟾六十四岁下工，已到止火之候未及采药则已倾危矣。又邱真人到止火之候未防其险，则夜自走失。又曹还阳真人会亲，偶见此止火之景，未及采取，亦以走失元阳矣。故崔公云：受炁吉，防成凶，火候足，莫伤丹。所以紫阳云：未炼还丹须速炼，炼了还须知止足，若也持盈未已心，不免一朝遭殆辱。

此皆言小周天造化，火到丹熟止火之候也。

止者，不行升降也。然虽不行升降，时刻不可须臾离火，常

常温火薰蒸，离则亦自走矣。

冲虚真人曰：有止火之景。

此乃止火之时采大药之候也。须求真师口授方能出炉，若无真传，不知采取之法，不知采取之时，故景不得矣。得真传，知采法，景到又不可不知也。若傍门认取眼光静坐，慧光千百种光，则错之甚矣。若前此不知坎离交媾之法，丹田则无药，而外肾亦不能如马阴藏之形。纵有外光发现，此非丹田之苗也。盖属想妄而发矣。若真能成马阴藏形者，自有异常之景，故纯阳祖师云：曲江上，月华滢净。又翠虚篇云：西南路上月华明，大药还从此处生。俞玉吾云：西南属坤，坤为腹，药生于丹田之时，阳炁上达，雨于目而有光，故自目至脐一路皆虚白，晃耀如月华之明也。

守阳真人曰：且待其景到之多而止，大药必得矣。又曰：初炼精时得景而不知，猛吃一惊而已，乃再静而景再至，猛醒曰：师言当止火也。可惜当面错过。又静又至，则知止火用采而即得矣。是采在于三至也。今而后当如之。及后再炼不误景，初而止失之速。若待景至四而止失之迟。不速不迟之中而止，火得药冲关而点化阳神。凡有真修仙，真千辛万苦，万万般可怜炼成金丹，岂可轻忽，致令倾危哉。

自古圣真不泄止火之真候，亦不泄采大药之真景，真候真景独赖冲虚，守虚二真人泄万古不泄之天机，今则尽泄矣。但后学无有不沾二真人之恩，此乃明言直论，不必重加注足。后学因缘，若至财侣双备，速早下工求取大药，炼炁化神。参明三至则大药可得。神可化而仙成矣。如或不透，再觅冲虚真人之秘文，参合宗之九章，则大周天之造化，其情无不明白矣。此以上尽属调药炼精化炁成金丹之造化，而逐节工法之口诀尽备于此矣。但经中所言，后天呼吸之气者，必须师传，方敢自用。非是著于口鼻，亦非闭气于丹田。著此二者，俱属于傍门非金丹也。凡借后天之息以为吹嘘逼运者，是炁穴之内。有生机之动者，因此而调息，既调炁穴内之真息，而后天之息则自然而至，于炁穴相兼相连以同

动矣。然古人或以单言后天之息，则先天之息无。有不得其机而妄用后天或单言先天之息，则后天之息无。有不借其机而能用先天，故先后原有兼连之消息。凡调息之时，其神专重于先天之炁，内以炼化，行住起止不过借后天之息以为炼化。行住起止之权先天之炁。既有生机，若不得后天则先天亦不能自炼化行住起止矣。凡四方有学道之同志者，果知造化之机，不问先天与后天，若临时能用消息二字者，则先天后天有不待辨而能自明矣。

此以上皆言炼精化炁成金丹之元功，风火同用之妙旨，尽在斯欤。余不敢谓此集为自论之妙道，然皆会萃先圣之真传，即后来万劫高真用风用火之根本，使见之者，即了悟契，合仙佛之真旨，成已成人仙佛之果证矣。

## 效验说第七

### 尽言小药产景

华阳曰：以前六章药物，炉鼎，火候无不表明矣。但药产之景尚有未全，此篇重以发明，愿有志之士早成大道。是余夙所怀之志也。且药产之效验，非暂时可得。至真之道，在乎逐日凝神返照炁穴之工纯熟，而后有来之机缄夫，或一月元关显露，或数月丹田无音。迟早各殊而贵乎。微阳勤生不失调药之工夫，则药产自有验矣。且炁满药灵，一静则天机发动，自然而然周身融和，酥绵快乐，从十指渐渐至于身体，吾身自然耸直，如岩石之峙高山，吾心自然虚静，如秋月之澄碧水，痒生毫窍，身心快乐，阳物勃然而举，丹田暖融融，忽然一吼神炁如磁石之相翕，意息如蛰虫之相舍，其中景象难以形容，歌曰：奇哉！怪哉！元关顿变了，似妇人受胎呼吸，偶然断，身心乐容腮，神炁真浑合，万窍千脉开，盖此时不觉入于幻冥，浑浑沦沦天地人我，莫知所以而又非无为，幻冥之中，神自不肯舍其炁，炁自不肯离其神，自然而然纽结一团，其中造化似施似翕，而实未见其施翕，似走似泄，而实未至于走泄，融融洽洽，其妙不可胜比，所谓一阳初动有无



穷之消息。少焉恍恍惚惚，心已复灵，呼吸复起，元炁之炁自下往而后行肾管之根，毛际之间痒生快乐，实不能禁止，所谓气满任督自开。又云：运行自有径路，此之谓也。迅时速采，烹炼烹炼复静动而复炼，循环不已。少年不消月余，中年不过百日，结成金丹，岂不乐哉！

此一篇故不当安于此效验，原是调药后之事，理当安于调药之下。因句法多之，故耳读者当默会于调药之下。假若有些效验，不可认为怪事，即是药产之真景，当自保护真种矣。

### 总说第八

夫金丹之道，从静而入，至动而取。若不静则神不灵，而炁亦不真于此。妄炼，即属后天与先天虚无，金丹之道不相契也。盖静者，大道之体，造化之根。唯静则可以炼，不静则识性夹杂，终与道相违矣。故幻丹走泄，而道不成就者，皆由未静而夹于识之过也。夫静者，静其性也。性能虚静，尘念不生，则真机自动。动者，非心动，是炁之动也。炁机既发动，则当以静应之。一动一静，不失机缄，是谓调药，是谓交合，行乎造化，性命双熔，是谓真旨妙用矣。苟或专以静而不识动，或专以动而不复静，皆非正理也。次当明其药产老嫩，老则炁散不升，嫩则炁微不升，务在静候动旺始采，是谓当今，故曰，时至神知，以顺行之时候，即逆行之时候矣。故又曰，药炁驰外则外，则有景。前所谓调药，用之日久者，是为虚耗之躯言之耳，若壮旺之体，只于运周天之当时调之，不用日久。若调之日久，不运周天，则阳极而精满，满则又溢矣。不知法则活而诀则一，故童贞只用大周天，不必用小周天，壮旺之体，虽不可不用小周天亦不必调之。日久只候药产景到时，调其老嫩，凡元炁一动，伺阳之长旺，即当采封，运行周天，壮旺之体，虽不可不用小周天运而复静，动而复运，循环不已，是谓之进退行火，是谓之采取周天也。勤行不懈，道有何难哉，故曰：丹田直至泥丸顶，自在河车已百遭。又云：以虚危

穴起，以虚危穴止，盖虚危穴即任督二脉之交处，立斗柄，运河车，皆由此而起止。故冲虚曰：起于是，止亦于是，且运，必假呼吸而吹之，若不以呼吸吹嘘，则神炁不能如法。似有似无，合乎自然，相依之运行。盖行以神为之主宰，不见有炁之形迹。元炁乃无形之行，随元神之运行，听呼吸之催逼，故曰：夹脊尾间空寄信。而呼吸乃采运元炁之法，逆吹微缓谓之文火，紧重谓之武火。数息运元炁者为爻，为时，为度，为位。而周天之造化，以此为规模，非真有三百六十有余也。故曰，每时四揲所以然者，使其水火不致太过不及也。是范围元炁而成其度数，为造化之总序耳，故曰，以息数定时数也。或又问炉鼎，道路，药物，火候，曰：能此虚危，任督运用，即炉鼎，道路明。此阳动升降，即药物，火候，而道即在是也。除此皆非正理。尽属筌蹄惑人矣。借筌蹄获鱼兔，谓筌蹄为鱼兔，则误也。去筌蹄专鱼兔，朝采暮炼，自然精化炁足，丹成景至，再行向上工夫炼炁化神，超凡入圣，出定千百亿化身，皆可由此书而上达矣。

## 图第九 调药炼精成金丹图

調

若問金丹消息路

發火周天原此穴

藥

真妙訣

調藥法

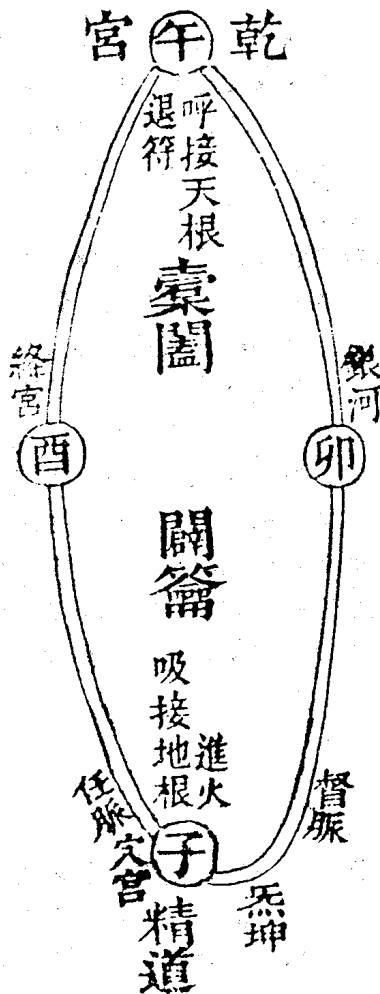
煉精成金丹圖

了然明

煉精所

教君這裏覓根由

運行沐浴又歸根



## 图说第十

金丹之道前八篇已尽之矣。尚恐学者不知窍妙，故备此图以补全书之要诀。愿有志者，一览无疑，不为旧图所惑。庶知阳生在此，调药在此，鼓巽风在此，药产在此，采取在此，归炉在此，驾河车在此，还本复位在此，金丹造化之元功莫不在此矣。然窍本无形，自无而生，有则谓之元关，中宫，天心，其称名固不一也。夫虚无之窟，内含天然真宰，则谓之君火，真火，真性元神亦是无形。静则集氤氲而栖真养息，宰生生化化之原。动则引精华而向外发散，每活子时二候之许其窍旋发旋无，故曰：元关难言，其炁之行，后通乎督脉，前通乎任脉，中通乎冲脉，横通乎带脉，上通乎心，下通乎阳关，上后通乎肾，上前通乎脐。散则透于周身，为百脉之总根，故谓之先天其穴，无形无影，炁发则成窍，机息则渺茫。以待成全八脉，则八脉凑成共拱一穴，为造化之枢纽，名曰：炁穴。譬如：北辰居所，众星旋绕护卫，即古人所谓窍中窍也。窍，即丹田。上乃金鼎鼎稍上即黄庭。窍下即关元，古谓上黄庭，下关元是也。关元下即阳关，亦名命门，乃男女泄精之处。肾管之根由此而生，但黄庭，金鼎，炁穴，关元四穴俱是无形，若执形求之，则谬矣。又谓夹脊两肾中藏元炁，则亦谬矣。此书图之所作，实发古人所不尽泄之旨，而又有以辟其诞妄也。

## 顾命说第十一

### 此炼己立基之首务

夫顾命者，乃是收视返听，凝神聚炁之法，岂有他术哉。古圣有言曰：命由性修，性由命立。命者，炁也。性者，神也。炁则本不离神，神则有时离炁。俞玉吾云：心虚则神凝，神凝则炁聚。欲其炁之常聚而不散者，总在炉火勿失，温养其元，使神炁如子母之相恋。左慈云：子午顾关元，元则命之蒂也。若不顾守，

则火冷炁散，久而命亡矣。黄帝云：存心于内，真炁自然冲和不死，故性命二者不可须臾相离也，离则属于孤偏矣。崔公云：十二时，意所到，皆可为。混然曰：无昼无夜，念兹在兹，常惺惺地动念以行火，息念以温养火。玉蟾云：神即火，炁即药，以神驭炁而成道。即以火炼药而成丹。有药无火则水冷，而炁不生。火养锅底则水暖，而炁自腾。古云：火烧苦海泄天机，红炉白雪满空飞。雪，即炁也。故炁因火而升，火因风而灼。十二时中迴光返照，刻刻以无烟之火薰蒸，使性命同宫，神炁同炉，绵绵息息，似有似无，内外混合，打成一片。黄帝曰：火者，神也。息者，风也。以风吹火久炼，形神俱妙，人能如此，何忧命之不固也。夫命之元炁，乃月魄。神之灵光，乃日魂。以魂伏魄，则先天之炁自然发生。人多不测造化，盲修瞎炼性命各宿。孤阴寡阳自谓长生得道，而不知其违道甚远也。夫修炼者，方入室之时，当外除耳目，内绝思虑，真念内守，使一点元神浑浑沦沦，随其形体荣枯，听其虚灵自然。融，然乎流通，湛，然乎空寂。于此常觉常悟，冥心内照，防其昏沉，昧乎正念。参同契云：真人潜深渊，浮游守规中。规中指玄关一窍也。然又不可执著，以致真阳不生，其妙总在不急不怠，勿助勿忘而已。清静经云：空无所空，寂无所寂，真常应物，果如此，则神炁浑然如一，恍恍惚惚若太虚。然古云：先天一炁从太虚而来者，即此也。夫机之未发，静以俟之，之既动，以神聚之，而顾命之旨尽在斯矣。

## 风火炼精赋第十二 总言大小周天

炼者，造化之工。精者，变化之源。火因风而焰灼，精得火以熔熔。勒阳关谓之调药，摄炁归即是還元。察其机燬谷精而调燮，辨其候运白脉以归源，会其源则神炁相依，鼓其风则真精朝元。夫精者，乃天地之源，造化之本，逢时节而旋机动，得火以磁恋达关窍，而流变泄吹风，则还壶。是故坎宫森布，元神摄而徘徊离中，橐籥真炁旋而运转炉内，火逼白虎朝于灵台，鼎中水

融，青龙游于深渊。阳关禁闭，元窍门开，果然风火既同炉。久而水暖自生霞，月华吐则汞引铅，而铅引汞日精射则蛇交龟，而龟交蛇造化之变迁兮，待静观动。药物之老嫩兮，伺机听命。杳冥中起恍惚，中迎自无炁而生炁，本无名而喻名，知其时者能夺天地之真炁，顺其机者即有升降之法程，薰之炼之则超凡而入圣品，食之饴之化枯骨以登太清。嗟呼！今之学者，奔山驾海，坦坦之大路偏过，劳形兀坐，赫赫之明珠抛播，利驰而名谩，德薄而垢重识性，以妄谈去正而归左，彼夫道本至近情隔逢，偏理自不远。性失，违天。殊不知精者，炁之融。风者，息之源。火者，神之灵。炼者，会之坛。以风而扇火，则老还少而形长存。以炁而留神，以神而运息则情复性而神自纯，自然可与赤松彭祖之优尊。

### 禅机赋第十三 恐后世学禅者，不明佛之正法，反谓吾非禅道，故留此以为佐证耳

道者，化育天地。法者，返本還元。柄动静而同用，随有无而自然体本来之真觉，咸音恍惚，持无生之妙用，极乐幽元，显优昙之家风。秋水皎月，隐惠能之法语。春雾藏烟，是故浮云散而天心现，濛雨开而壁峰存。潭水清兮澄月澈，黑漆熔兮物形明。情寒而禅心定，意灰而性朗清。若夫黄芽白雪，当求元关之妙义，地涌天花即凿混沌之面目。会则有散，则无出为尘，入为默，有情下种乃如来之妙用，无法枯禅即道人之顽空。水清月现达龙宫而演法，风传花信坐羯陀而受供。朗朗兮皆拱北，荡荡兮尽归东。降蛟龙于北海兮烈焰腾空，伏猛虎于南山兮洪雨普济。博虚空而作块兮刀兵奚伤，收毫芒而藏身兮鬼神莫测。展，则包罗天地。定，则入于微尘。悟之者，顿超上乘之法。迷之者，带了六道之根。禅固自参，无非一念之定静，机由师授能吸法水之鸿滋。正法眼藏尽隐祖师之秘旨，涅槃妙心微露如来之浅绎。由是能宣漏尽之法方称马阴之师，尔乃机来有时非顽空而长坐禅。主斗柄见明星而

团旋。灵台极乐，通行菩提之坡。净土家乡，秘锁慧命之奥。教外有因，不明元机苦劳累。世魔娑谩守三更，强留一宿。暗通密印关锁识重智少者，则曰：不然不然。突然朗见者，乃云：如是如是。慧性灵而道眼开，头头尽是。魔王迷而法窍闭，处处皆偏。人有迷悟，佛无先达。达之者，融会天机。迷之者，执定死禅。打七跑香即祥和夙业之责，黄花翠竹乃高人得意之时，千里因缘若至，方晓禅外之规。偶逢决破铁牛血，笑杀禅机有两期。

### 妙诀歌第十四 大小周天

大道渊微兮现在目前，自古上达兮莫非师传。渺漠多喻兮究竟都是偏，片言万卷兮下手在先天。有名无相兮元炁本虚然，阳来微微兮物举外形旋。恍惚梦觉兮神移入丹田，鼓动巽风兮调药未采先。无中生有兮天机现目前，虎吸龙魂兮时至本自然。身心恍惚兮四肢酥如绵，药产神知兮正是候清源。火逼金行兮橐籥悠巽旋，河车运转兮进火提真铅。周天息数兮四牖逢时迁，沐浴卯酉兮子午中潜。归根复命兮闰余周天，数足三百兮景兆眉前。止火机来兮光候三牵，双目秘密兮专视中田。大药难采兮七日绵绵，蹊路防危兮机关最元。深求哀哀兮早覓真传，择人而授兮海誓相言。过关服食兮全仗德先，寂照十月兮不昧觉禅。二炁休休兮性定胎园，阳纯阴尽兮雪花飘迁。超出三界兮乳哺在上田，无去无来兮坦荡逍遥仙。夙缘偶逢兮早修莫挨年，休待老来临头兮枯骨无资空熬煎。

### 论道德冲和第十五

道高龙虎伏，德重鬼神钦。斯言也，盖道以载德，德以植道也。夫道者，德之用。德者，道之体。人能明乎其德而天性自现体乎，其道而冲和自运是之谓寂然不动，感而遂通也。盖人禀虚灵，原本纯静至德，体纳太和浑然一团，天理一发皆能中节，何劳修乎。但人被情欲之私所隔，忘本逐末，竟昧其真。故元之和之

正炁纯静之天心失矣。所以圣人表虚极而养已，德论易理以明天道则尽性，致命之学可以穷神知化矣。然学者欲体乎道德，当寻来时之消息而穷本然之根苗。欲探造化之机缄，须察迟促之景象，则临时有把握而无危险之患。然后得入道德之门，可造冲和之境矣。盖至人能权动静之消息，须用智慧而深然无我，故能默运化育之道，长定中正之理，活活泼泼则随中极之冲和，而充塞乎两间，达逍遥之境，乐无何有之乡，大至默默，还乎无极，此乃至人之大德也。苟内怀私欲，外沽名誉，假善法以遮雨暗，取泥水之资，非为无德，实贼德也。唯天地滋万物而无心，圣人顺万物而无为，亦何期德之洋溢乎。古圣云：德者，性道中求之耳。夫德非道则无著，道非德则无主。道外觅德其德远矣。培德体道，其功切矣。故曰：天心居北极而众星拱东海，纳细流而百脉归，人若能静心养炁，何虑道德之不成哉。吾尝自内观而无心外觅而无体。飘飘乎，寻之不得。恍恍乎，觉而虚灵。似鱼之随水，如雾之笼烟，一派冲和，萦卫天地。但人不能深进，故本然之道昧却矣。纵元文奥辞，无非口头三昧，又乌能尽道德之本，然明体用之精，微解冲和之奥妙哉。

## 火候次序第十六 尽言小周天

夫道从炼已起手，次下手调药，既了手行周天，三事非一也。已熟或坐或卧，不觉忽然阳生，即迴光返照，凝神入炁穴，息息归根，此神炁欲交未交之时，存神用息，绵绵若存，念兹在兹，此即谓之武火矣。神炁既交，阳炁已定，又当忘息忘意，用文火养之。不息而嘘不存，而照，方得药产。但忘息即不能以火薰之，但用息即是不忘息，无不泯之，谓嘘欲嘘不觉之谓忘，但用意即是不忘，但忘即不能以意照之。古云：心无不存之谓照，欲无不泯之谓忘。忘与照一而二，二而一，当忘之时，其心湛然，未常不照。当照之时纤毫不立，未常不忘，是谓真忘，真照也。此即谓之文火矣。文火既足，夜半忽然药产神知，光透帘帷，阳物勃然



而举，即当采封运行，采运之时，存神用息，逆吹炁穴，谓之武火也。封沐归根即用上文文火之法，照顾温养，之谓之火矣。但不在交媾与周天之时，俱是用文火之法，以时刻温养之，而炼已之工，亦是用此法。不然不能还虚。然阳生谓之活子时，而药产亦谓之活子时，两段工夫当明次序。而运周天谓之周天子时，用火调药炼药谓之火之活子时也。然候者，亦非一说。不论阳生及药产，但有炁动者，即为一候，以神用炁又为一候，此乃神炁会合之二候也。又曰；阳生为一候，而药产又为一候，此乃药炁所生之时节之二候也。故曰：二候采牟尼者，即此也。药炁既产，往外采归炉为一候，而炉中封固又为一候，亦谓之二候采牟尼。升降沐浴谓之四候，总谓之六候。此乃周天一时工法所用之六候也，候虽复，亦不必执著。不过是阳生，调药，调到炁满药产时，采归运行子午卯酉，归根即是也。然其中候法亦要明白，当用呼吸变文武火之时候不明白，则文武不能如法。所谓火候不传者，非不传也，即此难言也。夫火是火，是候，岂混而一言之，其中文武火候，逐节工法，师所传之口诀尽备此书。余虽为僧，自幼觅此道，厉志江湖三十余年，方得全旨，后人有缘遇之，不要三日即明乎。斯道，则不为诬徒所惑矣。

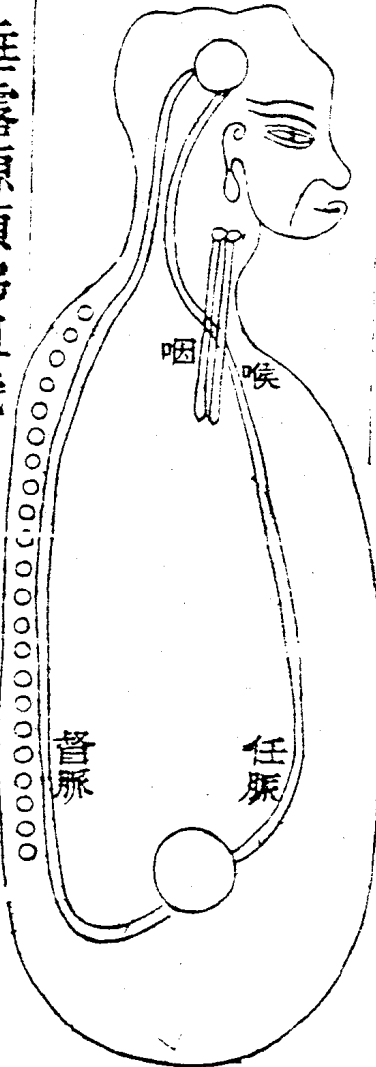
华阳云：此篇重所言候者，非余之好事也。因群书所言候者，前后混杂，则令人实难悟。余前文虽表六候者，尚不能决人之疑，故添此篇以决同志读群书候之疑病也。

## 任督二脉图第十七

任督二脈圖

折開隱閉天仙訣

得視嘔嘔笑



垂露源頭佛祖機

存行步步真

华阳曰：此图直泄玄机。实愿得药之士不失运行之路。丹道最秘，非余之敢妄泄也。古圣虽无图，却有言存留，奈何不全之过耳。又因旧说谓督脉在脊骨外，而任脉止于上下唇，此二说皆俗医之妄指，岂知仙家说任督，实亲自在脉中所行过，以为证验，非但行一回也。金丹神炁之元妙必要在脉中所行过数百回，方得成就。谬妄不但俗医乱指，今之修元者，亦此谬妄乱指，愈加纷纷。苟不亲自领会境遇，妄亿猜指，浅学信受，误丧厉志，岂不痛哉！故余将师所授之诀，以亲自领会之熟境尽画图以证其非，然而此图一出，游方之士与那假道学则无容身之地。

## 决疑第十八

僧豁然七问

问之一，曰：弟子愚暗，蒙老师传授火化断淫之法，行四个月得景。海中火发，对斗明星。又蒙传授法轮常转之密语，行持五十日，淫根自断，永无生机。反照北海，犹如化银之光，其光浩荡射目，自知成舍利子矣。弟子昔在打七一门，不见成道，反人人吐血，是何故也？

答曰：自如来开化西天，二十八祖，东土六代，并无此门，乃僧高峰门人诬捏坑害后人。况高峰所习是闲息之傍门，何见得也。高峰自曰：忍气急，即杀人。云吐血，因跑香。忍气伤其脏腑，坐打香板，伤其脊络。就是卢医扁鹊莫能救之。

问之二，曰：参禅问话头，不见成道，何也？

答曰：如来有所问试者，是看学人，性道明与未明，明则教外别传慧命，不得慧命，无所成也。

问之三，曰：专念经念佛，不见成道，何也？

答曰：经络径也，佛名字也。譬喻考试官欲取第一名，求圣人唱四书可进否？六祖云：东方人造孽，念佛求生西方，西方人造孽，念佛往生何方？

问之四，曰：我释教参禅人，灰心长坐，不起欲念，凡有走

漏，不能成坚固之体，是何故也？

答曰：为人至十六岁，关窍开。既开，无有不走漏之理。况且念经伤其中气，枯坐，心肾又不能交会，走漏格外多矣。所以近代出家人反得疟症，水枯，吐血，枯目皆谓此也。坚固，实有火化之法。譬喻，铛水在上，灶火在下，水得火自然变化为炁矣。如来云：火化以后，收取舍利，实有真传也。

问之五，曰：今之参禅人而不问走泄之事，自信修道可得成道否？

答曰：天上未有走泄身子之佛祖，走泄一回，与凡夫交媾一回其理一也。故无所成矣。

问之六，曰：佛是何法起手？

答曰：佛以对斗明星起手，对，即中华返观是也。斗，即北斗丹田是也。明星，即丹田元炁发冕是也。不对斗明星，万万不能成道。释教下手一著最秘，吾今全露，尔当默思默思。

问之七，曰：今之释教传法得者，以为出头。自称为大和尚，可是真法否？

答曰：得者，如梦得金。称者，如戏台上汉高祖、楚霸王，何曾有实也。自达摩六祖以口传心授，故五祖云：密附本音。今之所传纸上，传某僧某僧，之名为传法，志者观之，哑哑一笑而已。

## 王会然七问

问之一，曰：弟子蒙老师传授，下手工夫修炼两月，得药产之景。又蒙传授周天之口诀，行运三月，外肾不举，丹田常自温暖，自知丹成矣，不知别门亦有可成之理否？

答曰：不得神炁交合，产出真种，万物所成或有行之专者，无非却病。所谓万般差别法，总与金丹事不同。

问之二，曰：有一先生自言得药产之景，能以升降，又长坐数十年，凡有走漏不结丹，何也？

答曰：虽得药产，不知火候。虽是升降，不知阖辟度数强运，

故不结也。

问之三，曰：有一位言，教人凝神入炁穴，阳生之时，后升前降，不结何也？

答曰：不知起手之法，无药先行，升降水火煮空铛，故此不结也。

问之四，曰：有一位言，阳生之时，以舌抵住齿，往上提之，吞津降下，不结何也？

答曰：此阳乃微阳，非药产之阳，升降无用。况又不知道路，乱提，起邪火，必得吐血之症。吞，乃有形之物落于肠，出二便，有何益也。

问之五，曰：有一假道人，教人阳生时，用息采之，一息采，一息封，谓之二候，左边上，右边下，一息一转，谓之一周天，不结何也？

答曰：此一非傍门，乃未得诀者。自诬造作，此言诳哄愚夫耳。真人云：凡流不知道运行由五脏而循环，非周天也。故此不结矣。

问之六，曰：专凝神在炁穴，能出阴神，不结丹，何也？

答曰：不知阳生用呼吸之法，故不结也。

问之七，曰：不打七亦吐血，得疾病，何也？

答曰：误信盲师之过耳。冲虚祖师云：外道邪法，行气必至有病。何以为病，升提太迟，重则提为邪火，其病头晕，病目赤肿医障，病咳嗽，痰火吐血，病痈疮等症。若降下而迟，重则逼沉精气贯入肾子，为疼痛偏坠病，腹胀水蛊胀病等症，上下两病皆致人速死。

## 了然五问

问之一，曰：弟子傍门外道不必问矣，愿闻正道之火候。有钟离云：乾用九，坤用六，可是此理也？

答曰：而名是法不是。

问之二，曰：冲虚谓子行三十六，午行二十四，可是此理也？

答曰：而名是诀不是。

问之三，曰：真人谓阳爻一百八十，阴爻一百二十，可是此理也？

答曰：而名是事不是。

问之四，曰：许旌阳谓阳用二百一十六，阴用一百四十四，可是此理也？

答曰：而名是火不是。

问之五，曰：其四非也：

答曰：道，最重在口传，不得真传，四皆非矣。如果得真师，其四俱真，不但四真，千真万圣俱合此火之玄妙，而三教成道者，亦此火之玄妙。

## 危险说

此言下手调药及小周天事也

华阳曰：学道者，外道纷纷及其成功未有一人，何也？不得性命之真传，分门立户，俱是妄为。且今之悟性者，不识先天之性，落于后天之识性。今之修命者，不识先天之命，落于后天之渣滓，是故无所成也。

盖不知其中性命之修持。

离中之灵，曰性。坎中之炁，曰命。奈何灵之进出无时，炁之生而外耗，性命不能自合矣。故祖师教人，以离性去制坎命，当其际欽收微细之灵。念入于动炁之所，用巽风吹，发其中之火煅炼，此后天之性命合而为一，则先天之性命自然发现矣，故曰修持也。

危险之防患。

防之者，防其阳生。不自灵觉归炉之后，恐精之未化，阴气来后，不会煅炼，或神光失照，或呼吸失嘘，或药产不知，或升降昏沉散乱，或丹成而不知景，或温养失宜，或不探大药等法是

也。故古人谓：百日防危险诚哉是言也。

以错修错炼之妄为也。

盖不知金丹之诀，总是妄为。所以古人云：任他万般差别法，总与金丹事不同。

或者闻其性命之门户。

夫门户者，乾坤也。乃先天之源，内含乎四象，故参同契云：乾坤为门户，坎离为药物，即此意也。

正理不明，根源不透。

正理根源即性命也。愚昧夙根，于道无缘。或于邪师，向外求道，皆非己之根源也。

入于旁门。

无数门户总不知自己之性命，故皇经云：三万六千种道，以释来者之心之谓也。

执于一边。

且如今之修性者，不修己之命，则淫根不断，常自下漏，与凡夫一般，真可惜矣。又有学习吞津液以弄运后天者，不知玄关之消息，阖辟之机旋，虽若知修持，亦可惜矣。

虽曰归道，奈性命不合，神炁不交。

且性命神炁一也，不会交合，则无真种子矣。

纵自修为。

不识性命之交合，犹自以苦身心，如隔靴搔痒，有何益乎。

真元暗耗。

盖阳炁生时，不知采取归炉，炁焉有不耗于外乎。

终归于无所成也。

到头总是空劳矣。

或有夙缘相逢，言语相投，知乎调法。

夫调法者，是活子时所来之际，用风火之工也。其中有文武，不知逐节，亦无所用矣。

未能彻乎精微。

且精微者难言也。能自行持玄关之精炁神三者，以此不相离，不相执，知乎轻重，转弯抹角之用法者，则妙诀得矣。

炼己之生浮。

心不纯熟。

行动之沉睡。

不自灵觉。

及至阳生时。

活子时来。

迷而不自觉灵。

当面错过。

炁薰形起。

玄关炁之融暖，则外肾举矣。

昧却采工。

因睡之过耳。

炁之极动，变而外施。

元炁融极之时，不采则自欲出关，变为后天矣。

既无主则无所留。

主者，神也。留者，息也。采工全赖神与呼吸之能也。炁既无神息之工，安能自住哉。

拱关一旦泄去。

出阳关矣。

安有药之可调可炼乎。

心之不诚，意之不专返，谓炁之不住，乃愚夫矣。

且既知乎灵觉之调法。

灵者，神也。觉者，知也。法者，以神用呼吸摄元炁皈炉烹炼之工也。

而又无所成，何也。

夫丹法有文武，若以混用，则亦无所成。

盖不知其中丹法之逐节火候之次第。



逐节次第，必要得真传授，方敢无疑自用。如阳未生之时，存之以神，用之以息，长教绵绵不断，息息归根，乃文火之工。即古所谓炉中火种也。及其阳生，以武火采之，是用神用息而重之，即古曰勒之之谓也。且皈炉之法者，亦是神息之相守，相住，文火之谓也。若夫炉中之锻炼者，即动之以意，鼓之以风，乃武火之工也。即古所谓化精成炁矣。至炼后而温养者，文火也。不得真传，则不知此中之妙也。

是以盲修瞎炼。

且学道之粗心人，闻师一言，便以此为自得，不虚心求于精切，及至修时，工法已错乱。

不知调药者。

乃起手之法也。

武火采之。

武火者，用息摄炁之法也。且炁之生而下行，不自逆而上行，欲逆而归乎其源者，非息之招摄，无能还乎其炉矣。故曰：降中升，升中降，即谓之阖辟之机。又曰：往来不穷。所以五祖师云：阖辟不明，不能采药皈炉，即此之谓也。

武火炼之。

武火者，即上文阖辟之机也。紫霞问曰：炼法之中而又有阖辟，何谓也。曰：阖辟者，即采药，炼药及周天之秘机，乃仙佛之密言，不得此中之妙，则丹无能成矣，故古所云：大有大阖辟，小有小阖辟，即此谓也。阖辟者，乃鼓风化精之具，故曰：鼓巽风，运坤火。又太上云：天地之间，其犹橐籥乎，即此之谓也。

文火养之。

文火者，吹嘘之养也。紫霞问曰：吹嘘岂不是阖辟乎。曰：尔所见错矣。吹嘘乃后天之气也。阖辟即先后二炁之机也。又问曰：昔朱子谓一呼一吸谓之阖辟，乃后天之说也。非大道精微，至妙至妙之玄机也。请问曰：至妙可得闻乎？曰：阖辟者，乃大道二炁相动相应玄关中之消息也。有四个往来，故曰：往来不穷。若

以一呼一吸两个往来为阖辟者，则有穷焉，非真玄关也。又问曰：吹嘘与阖辟何所分别？法曰：吹嘘者，神炁不动之义也。阖辟者，神气俱动之意也。夫阖辟之神炁，又在乎动与不动之间耳，若出乎玄关之外动者，非炼药之阖辟，神炁亦不能相交相合，孕为真种。如凡夫欲生子，雌雄在外鼓舞，岂不愚乎。

忘火以待其自生之故耳。

夫文火温养之后，浑然静之，使阳之再生也。

且既明其逐节，晓其炼法，何以张脉偃兴。

此乃以前用风火不到处，阴气阴精发生，为走泄之坏景，速用武火锻炼，炼到无此景象，方保无事。

无意之欲起。

此亦是阴精在丹田内作怪，使心君妄动，搅乱主人之故耳。即当用阖辟之法，鼓动炉内真火化此阴精，是谓秘密天机，救命宝法也。故虚静天师入火镜云：欲心一起，速用武火锻炼是也。

种种阴魔阴怪来搅。

魔怪者，或现鬼神，龙虎等类是也。

或沉寐时外阳不举竟自泄之，又何故也。

此亦炼时，用风火少之故耳。若勇猛之士信得已及风火用之，已到工夫不息，则断无此事矣。

此乃火候用不到处，尽是阴气变幻，不识此时用武火，鼓翼风煅去阴气之法也。

如还遇有坏景之来，即再用武火炼一次，永保无事矣。

且夫真修之所为者，外若痴若愚，内安然逍遥。

故曰：大智默默，无何之乡。

最忌身之劳碌。

古人云：欲静其心，先静其身，诚然也。

心之外驰。

古人云：神一出便收回，谓炼也。

苟不勤慎则炉火断而不续，失其文火。

盖文火者，存之其神，用之其息，绵绵息息，皈根之法也。平常既失此法，焉能留其炁哉。

炁既无主而无所钩。

主者，神也。钩者，息也。

不落下而变为后天者，未之有也。

夫炁既无神息之工，则自然变而为有形精，故凡人无欲念而亦走泄者，无此火炼之故也。

此皆因当其际不知有武火为救护命宝之法也。

益当劳碌，外驰之时，凡有所劳，必当速以炼之，故曰：忙里偷闲调外药，即此谓也。

盖其精泄去，其炁亦泄之。

精炁本一也，故阴符经云：真炁即在阴精之内。

安得不谓危险哉。

一场空劳。

夫采取明乎二炁。

夫此采取者，即是调外药之采取外药也。二炁者，先后二炁也。先天之炁以得后天之气招摄，方能皈炉，故守虚真人云：先天气不能自皈炉，以后天之炁采之，即此谓也。

阴跻知乎道路。

阴跻者，乃摄精之路也。正在谷道前，膀胱后，上通乎丹田是采药，药之路，故张紫阳八脉经云：阴跻一脉，诸圣秘之，高人藏之，乃仙佛采药之所。又马天君解大洞经云：一阳初动之时，运一点真汞于脐下以迎之，即此泄尽矣。学者不可不察焉。

是为勒阳关之法也。

夫阳关者，即上文道路之口是也。

若夫皈炉之后，不知迴风混合。

盖迴风者，迴旋其呼吸之气，以逆吹之。

煅炼之法者。

煅炼者，即上文迴风之法也。能自迴风，则炉内神炁亦能自

混合为一者矣。故我冲虚祖师云：神虽宰炁，未知其炁可宰否，以迴风混合之。又心印经云：迴风混合，百日工灵。即此谓也。

其元精与阴精。

元精者，即元炁也。动为元精。阴精者，饮食之精也。此精最作怪，必般神炁二火合为一火在炉内鼓动巽风炼化此精。故数云先生云：用丹由自然之呼吸炼之，苟不得此诀，则精不化。

依旧藏而不化。

在丹田内。

阳之暂伏，顿然又生。名虽调药，实不知炉中调法。

法即前文炉内鼓巽风也。

然后阳之复生者。

外举肾。

竟将以前未化之精拱而射之。

泄矣。

则其药之无所产。

既无真种，则不能行周天之火也。

不思己之精不返，谓师之诀不真。

自生退。

何不悟之甚也。

此以上尽言调药之法也。

且药产薰炉之际。

真炁在丹田内自交欢融暖鼓动矣。

危险大矣哉。

此处不知正念相就相翕之法，必失其交合之机也。

彼愚昧。

因自昏沉不生正觉之故耳。

不早自提点。

夫既调药，早早提点药产之景来。

贪著其乐。

此乐者与凡乐火别。若不知此处交合之法，则失其炁之交机，空费炁之欢翕。譬如凡妇之活子时来者，其炁暖融，正在无止无底之际，欲想交合而失其丈夫，岂不成孤伶乎。此是失其生机故耳。

内失其照。

此即上文神不去交炁之意。

已交将别之时。

既知此处神炁之交合是谓真种，古仙谓之天然交。又当明此处采药之候，若不知此候者，是名有候无火，丧失止在半息之间，岂不危乎。

若不即生复觉者。

此教人即速用灵念采之。

则昧却采工矣。

上文言用灵念采之，此又言采工，实有异也，盖念止能宰其炁，不能摄其炁皈炉，故以神用呼吸采其炁也。

所产之真种。

即真炁也。

不能自皈炉。

炉即下丹田是也。

洋洋乎。

正在恍荡之际。

竟自泄去累积之工，空无所有，岂不悲乎。

一场空劳，皆因心之不专，用工时，意之不诚，此以上言药产之危险。

若乎升降之机，又在乎斗柄。

盖升降者，进退也。斗柄者，丹田之意也。

神息之力也。

夫神是挟炁同行同住之主，息是逼炁退炁之机，机不可少主，主不可少机，主机又不可少意，三物并用，方为真玄妙之修士，如

缺其一，则有危险。

炁之行而息不逼。

有炁无息，炁不随路而引。

乃导引旁门。

如今运气之外道。

非阖辟之道也。

盖阖辟者，乃大道最妙之天机，必得真师传之，方得其精微。

息之应而度不合。

有息无数息之混行，丹不结。

乃无之外道。

如今运后天气之旁门。

非周天之数也。

周天有三百六十五度四分度之一，苟不暗合此度，任你运行元炁，万万不能成丹。

不但炁之不结。

炁散于别络。

亦费药之空生。

可惜当面错过。

则周天之危险即藏其内矣。

此以上尽言周天之危险。

夫药之归炉。

盖炉者，下丹田，亦谓中宫。

若文火之失薰蒸。

时刻之吹嘘。

则阴气又存之。

阴气者，因丹田火不到之过耳。

诸般怪现，皆由此之故耳。

诸般怪现如阴人鬼神，即当用武风嘘之，以武火炼之，不然阴气胜阳炁，埋藏则有危险之病矣。

且平常无事，若失其薰蒸。

时刻用息嘘之。

误食香辣。

丹之成时，忌香辣，乃散炁之危险。

劳其身心。

身心有劳，则炉火不勤，有危险之病出。

昧其动静。

盖动静者，非心意之动也，乃丹田之炁动。若不知动而收，静而薰，则丹有危险矣。

丹则异生。

不知不觉。

或时迫炉而出。

盖炉者，丹田也。丹之已成，全在神光之护持，呼吸之薰蒸。若一时失检点，顷刻炁从丹田纷出，或走于身前，或走于身后，诸窍皆可藏之。不得其诀者，无能复归其炉，即谓之走丹。或问曰：以何诀收之。答曰：以静定而待之，且看丹之从何路出去，而藏于何所。已知其的处，再用微呼吸吹于丹田，用意从的处从原路引而皈炉，或一引，或数引，谓之收丹之法也。

或时火生。

火生者，因饮食有动火之物，或热水浴身，此二者，引动丹火不得其法，亦是走丹之危险。或问曰：何法能救之。答曰：存想一黑云悬于目前，以神引入于丹田，其火则自退矣。

或时见水生，或阴人现象。

夫水生阴人者，即阴气也。因呼吸之火断续，故有此景来。或问曰：用何法救之。答曰：急用呼吸之息以武而吹之，不见此坏景，丹复光明，方为美事。

若不得其法救之，丧失在顷刻之间，夫炁之满而丹成，其危险者，在当止不止，不当止而止之诀焉。

法在以前风火经中。

若夫火之園足又勤勤于薰蒸。

即呼吸之逆吹噓也。

相护于性命。

即以神返照也。

或有意放则汞散铅冷。

又是阴气来矣。

丹之怪异，不又重生乎。

如上阴气之变化一般。

非师之诀不真，乃己之失照，然丹已成者，急于超脱，若贪著尘俗，待以年月，一时不觉丹之迫炉汞飞铅走，哀哉！空空已乎。余愿同志者，将此危险审而查之，细而悟之，精而行之，则永保无失矣。

此以前有十五段，内有三十五条细数难以表明，看别经方知全旨，细看熟玩，然后用工时方免危险之病。

## 后危险说

自古丹书多引而不发，欲求其全诀，全火者，尤难之。学者虽从未由岂不可叹哉。故予前危险说补金仙证论及慧命书所不足之处，使苦志者得下手调药及小周天之工法也。夫篇中所谓凝神者，是凝于道心之所，道心而得人心之翕聚，则元炁聚而不散为孕药之工，即为双修性命之苗也。夫神既凝住炁穴，而炁穴之神不又有当知乎。盖觉其呼吸之往来是为炼精之风火也。且神又不可泛驰于外，息又不可断续无噓，神息之相炼，动静之相依，不出乎范围，不执乎有无是谓化精之诀也。且又当知乎神安于阳动之所，以协乎其机莫离乎其炁，炁化之所在，即神安之所在也。篇中又曰：武火者，是采药，炼药，炼阴精之妙诀，内外呼吸之秘机，故曰阖辟其妙，在乎二炁逆用之工，故谓之采外药矣。且炼之者，是化精也。即玄关之中，意鼓息吹之玄机，谓之阖辟，即所谓鼓巽风，运坤火。又云：风轮激动产真铅。因坎中之阴精难



以制伏，便使风火而化之，神炁相摩而激之。如二物之相摩而生火也。悟一子云：欲降而静之，必先激而动之，此诚言其妙诀，是指玄关中神、炁、气三物相动相激之机，且炉内神炁既以相炼不可息乎，其风不可出乎，其外不可离乎其炁，神炁之二意同此相翕，如雌雄交合，当其际，二物周身之意尽归于此处。如此得法调药，何患精之不化，欲之不死，而真种不产者哉。且又曰：炼阴精者，谓人食五谷百味所化之精华名曰津液，是滋养五脏之后天，皆属渣滓昼夜滋润乎周身，而至于丹田者，则为阴精也。此精时刻作怪，搅乱心君，引动元炁之散泄，所谓炼之者，因有先觉之坏景来前，即当以后天之神火注于炉中，是为火种火引也。便使橐籥之鼓风，以风扇火，以火鼓动先天元炁之真火，二火相摩相激，阳火胜乎。阴精融透周身，何患精之不化，怪之不灭，道之不成者哉。且又曰：文火者，乃神炁相定而不动之旨也。真人云：修之首务，潜之深渊，韬明养晦而后可以善其用也。夫既曰不动，而又曰文火者，何谓也。盖神炁虽曰不动而呼吸之气又在此吹嘘绵绵不断之旨也。古曰：吹嘘曰温养，是定而嘘之意也。且火得风之所嘘，火不息冷药则融而温暖，故文武火者，调药之的旨也。夫药既调而自产者，莫当去其武而用其文，欤不知药产时，呼吸之文武火俱无所用也。故曰：定息候真铅乎。既曰不用呼吸之火而药之产，岂不散。欤盖妙在乎神炁之相就相照相顾之旨也。且当此际，药之老嫩，铅之迟早，又必叩乎秘传相合相离之机采取，安敢妄泄哉。然采取之诀，非用武火，药焉能归炉哉。夫升降之火兼文武而用之，故曰：柔而变刚，刚而变柔，刚柔乃丹道之妙旨，及乎六阳吸机之入而升，是谓武。然呼机之回而定，即属文，且以六阴呼机之退而降是谓武，然吸机之进而定即属文，故曰：时时有沐浴者，此也。盖卯酉者，去武全文，不息息中而暗息息者谓养其生杀之机也。且子午妙在于升降。而又云：有沐浴者，是谓一时八刻而一曰有百刻，谓此四刻即属乎沐浴之法也。且归根之文火薰蒸补助乃养丹之的旨，为返照之工夫，而丹之成时，

去武火用文火是谓薰蒸养丹之法也。

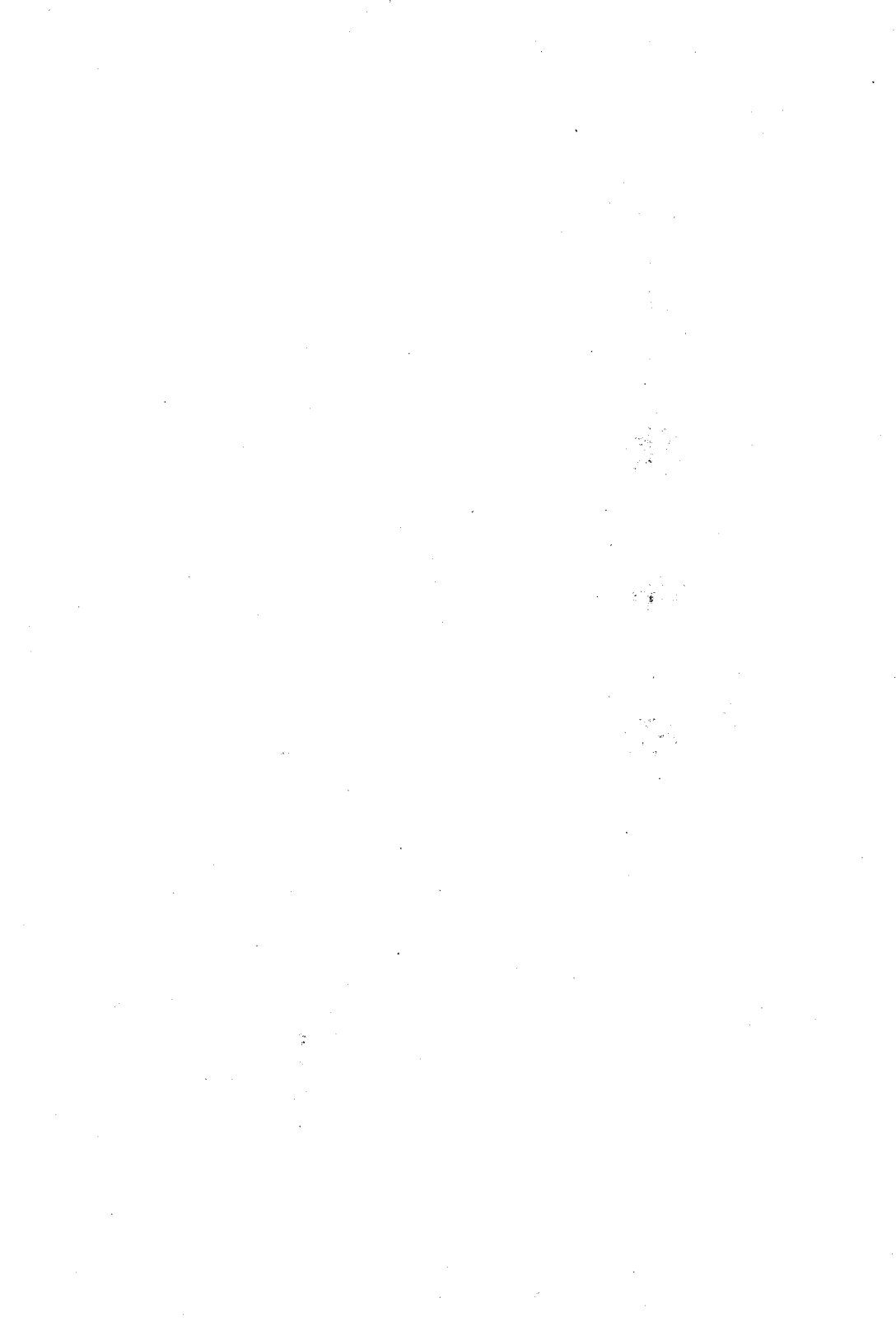
嘉庆四年端阳前五日华阳著于北京仁寿寺

### 增注说

书有可注者，谓本书藏密之未明也。而破章立说必先得其真师之授受，事理透彻已工有所成，然后发笔，显然明白与前书合一，则曰注矣。若事理不彻，而已工无所成，以时文套语，冒妄杜撰，经自为经，注自为注，何足为注哉。书有不必注者谓本书，显然已注明者，何烦画蛇添足而再注也。若强生妄说，以为己之聪明，不得真师而内丹无所成，傍解瞎摩，则反为坏书之药引，实乃害众之病根者，欤者金仙证论与慧命经之原体本已直切，又恐学者错认门户，重加亲注道合仙佛之真机，工用自己之效验，诚为二门登堂入室之良方者矣。非余之好事者，是违后人之妄注也。反复诀之明白，重叠显修之真工，仙佛微细之实事，无一字一事而不尽洩，与此二书之中矣。是书得保全两家悟彻根源，则不外乎大道而同归。究竟自己之性命者矣。名虽分仙佛，而用之真工，实则一也。尊师之所集原以愿宗，从之所好而不失性命，免落偏枯之见，立今劫以成大道。愿谢不烦，欠师诀工，妄注者之所增也。以此戒云，毋劳再注。

●  
—  
慧  
命  
经

●  
—  
清·柳华阳撰



## 叙

生可必乎？自古无不死之圣贤。生不可必乎？世尊何以云能不死阿罗汉。易曰，天地絪縕万物化醇，男女媾精万物化生。又曰，有男女，然后有夫妇，有夫妇然后有父子君臣上下。而礼义有所错，故古圣人於男女之际，谨夫妇戒容止之致意焉，所以尊生也。而况为佛氏之教者，既以清静慈悲为主，更当求不死之道如阿罗汉矣。但其道岂无所指授而能得哉？兹华阳和尚者，向有《金仙证论》一书。盐官吴君既悦其言而为之序，会予以署协篆至皖城，又以慧命经索弁言，阅其目，自漏尽图至决疑凡十有四。其言曰，不识性命，则大道无所成。从古佛祖，莫不由性命为修炼。修者，以破而补囟；炼者，以火而化物。火非风则不灼，物无所则失居。是故至人参乎大道，修乎性命。风火与物并而同用，心肾相合，即是性命合一。命者根于肾，肾动则水也；性者根于心，心动则火也。以火入于水中，则慧命不致外耗，以风吹火，变化而成真种。修真种而成舍利，此其大指也。其中真实次第之工夫，有下手时，转手时，了手时，撒手时等法。遵楞严之漏尽，表华严之奥旨，合诸经之散言，明此双修之天机，不堕旁门，一片婆心，尽在此书矣。今而后道成寿允，安知华阳之不如佛弟子迦叶，住世七百年而遇世尊，宝掌和尚住世一千七百十二年而遇达摩也。寂无禅师而后，非华阳其孰能以浅近喻至道，以显露洩秘理，而传后世於无穷哉？予故乐得而为之叙，且付诸梓云时。

乾隆甲寅冬初，庚辰科会元。钦赐探花及第 御前侍卫诰封通议大夫，原任浙江黄岩镇总兵官诰封武显将军，署理安庆协副将孙廷璧叙

## 慧命经自序

华阳洪都之乡人也，幼而好佛，因入梵宇有悟，常怀方外想，见僧辄喜。一旦闻长者曰，昔五祖三更时私授六祖道，侧听欢然，

憬如梦觉，始知修炼家必赖师传，乃寻求不已。足迹遍荆楚间，迄无所遇，后乃投皖水之双莲寺落发，愈加咨访。凡三教之师，靡不参究，竟无悉慧命之旨者。因自叹曰，人身难得，遂此虚度乎？忽发一念，于每夕二鼓，五体投地盟誓度叩上苍，务求必得。阅及半载，幸遇合伍冲虚师，传余秘旨，豁然通悟，乃知慧命之道，即我所本有之灵物。嗣至匡庐，又遇壶云老师，窃聆论绪，知为非常人。勤恳听受，继以哀吁，师乃大发鸿慈，开悟微密，中边奥窍，罔不周徇。及余临行师嘱曰，佛教双修，今已断灭，予当续其命脉，以度有缘。余隐迹江左，与二三道友，焚修切究，因碧塘了然琼玉真元苦修，已成舍利，默契师传，故纂集是书，命曰慧命经，画图立相，开古佛之秘密，泄师祖之元机，洵接引后学之梯筏也。余见世之求道者，多宗语录，而语录中有实语者，有妄语者，彼下学不知如来慧命之道，误入套语口禅，终为下愚，转受语录之害。余通阅诸经，与师传印证，有楞严华严坛经乃实语也。禅师语录，和尚语录，乃妄语也。夫修炼之道，非实语不足证真詮，非实语不足以辟虚妄。虚妄胜则魔障生，虽有智贤，无所从入。千百年来，慧命之道，深秘单传，率难窥觉，今以浅率之言，将佛宝流传，和盘托出，俾世之学者，睹此慧命经，即若亲口相传，只须励志精勤，不必他山求助，则佛果可以立证，此余若心求师悟道之本愿也。

乾隆甲寅夏，湖口传卢柳华阳，序於皖城忠洁庵中。

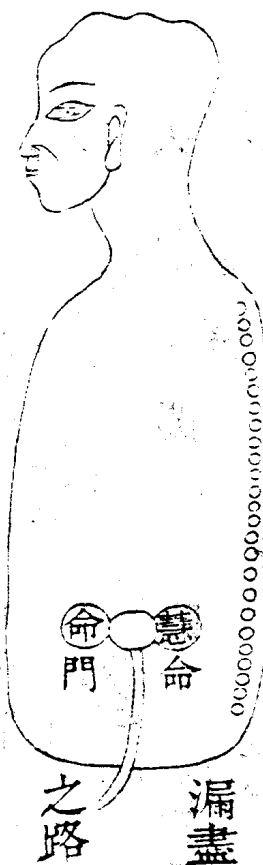
### 漏尽图第一

盖道之精微，莫如性命。性命之修炼，莫如归一。古圣高贤将性命归一之旨，巧喻外物，不肯明示直论。所以世之无双修者矣。余之所续图者，非敢妄泄也。是遵楞严之漏尽，表华严之奥旨，会诸经之散言，以归正图。方知慧命是不外乎窍矣。且此图之所立者，是愿同志之士，明此双修之天机，不堕傍门，方知真种由此而怀，漏尽由此而成，舍利由此而炼，大道由此而成。且

# 漏盡圖

勤造烹蒸慧命根

時將眞我隱藏居



欲成漏盡金剛體

定照莫離歡喜地

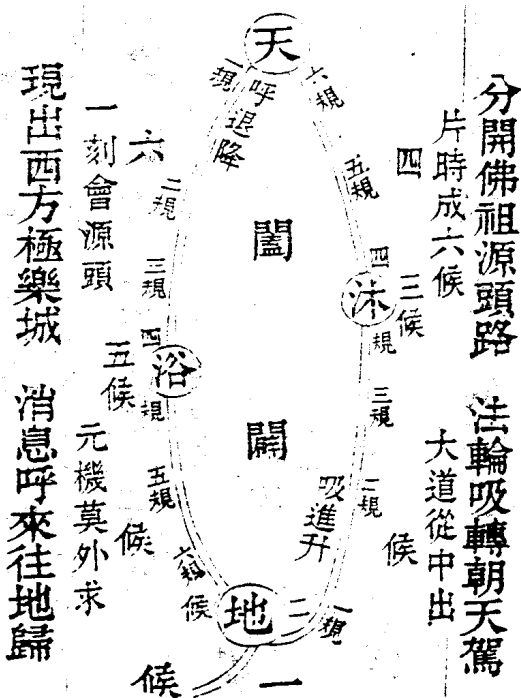
此竅也，乃是虛無之窟，无形无影，炁发则成竅，机息则渺茫，乃藏真之所。修慧命之坛，名之曰海底龙宫，曰雪山界地，曰西方，曰元关，曰极乐国，曰无极之乡，名虽众多，无非此一窍也。修士不明此窍，千生万劫。慧命则无所覓也。是窍也，大矣哉！父母未生此身，受孕之时，先生此窍，而性命实寓於其中。二物相融合而为一，融融郁郁，似炉中之火种，一团太和天理。故曰先天有无穷之消息，故曰父母未生前，炁足胎圆，形动包裂，犹如高山失足，因地一声，而性命到此则分为二矣，自此而往，性不能见命，命不能见性。少而壮，壮而老，老而嗚呼。故如来发大慈悲，泄漏修炼之法，教人再入胞胎，重造我之性命，将我之神炁入于此窍之内，合而为一，以成胎孕，其理一也。夫窍内有君

火，门首有相火，周身为民火。君火发而相火承之，相火动而民火从之，三火顺去，则成人，三火逆来则成道，故漏尽之窍，凡圣由此而起，不修此道，而另修别务，是无所益也。所以千门万户不知此窍内有慧命主宰，向外寻求，费尽心机，无所成矣。

## 六候图第二

且道之妙用，莫如法轮；运行不蹊，莫如道路；迟速不等，莫如规则；限数不差，莫如候法。是图也，大备法全，而西来真面目，无不在此矣。且其中之玄妙行持，莫如呼吸；消息往来，莫如阖辟；不外道路，莫如真意；有所起止，莫如界地。舍己从人，各著此图，全泄天机。愚夫俗人得之，亦无不成也。苟无其德，纵有所遇，天必不附其道何也？德之于道，如鸟之羽翰，缺一无所用也。必须忠孝仁义五戒全净，然后有所望焉。而其中精微奥妙，尽在慧命经中，两相参看，无不得其真矣。

## 法轮六候图





### 任督二脉图第三

盖此图于前二图是一也，所以重绘者何为？是恐修道之人不知自身有法轮之路道，故备此图，以晓同志耳。盖人能通此二脉，则百脉具通矣。所以鹿之睡时，鼻入肛门，通其肾脉，鹤龟通其任脉，三物俱有千岁之寿，何况人乎！修道之士，既转法轮，以运慧命，何患不长其寿，而成其道也。

### 任督二脉图

休忘白脉法轮行  
檢點明珠不死關



現出元關消息路  
常教火養長生窟

#### 道胎图第四

且此图楞严经原本有之妙旨，俗僧不知道胎者，因当初未续图之过耳。今以阐扬，修士方知如来有道胎真实之工夫在矣。盖胎者，非有形有像而别物可以成之，实即我之神炁也。先以神入乎其炁，后炁来包乎其神，神炁相结，而意则寂然不动所谓胎矣。且炁凝而后神灵，故经曰，亲奉觉应，二炁培养。故曰，日益增长，炁足胎圆，从顶而出，所谓形成出胎，亲为佛子者矣。

### 道胎图



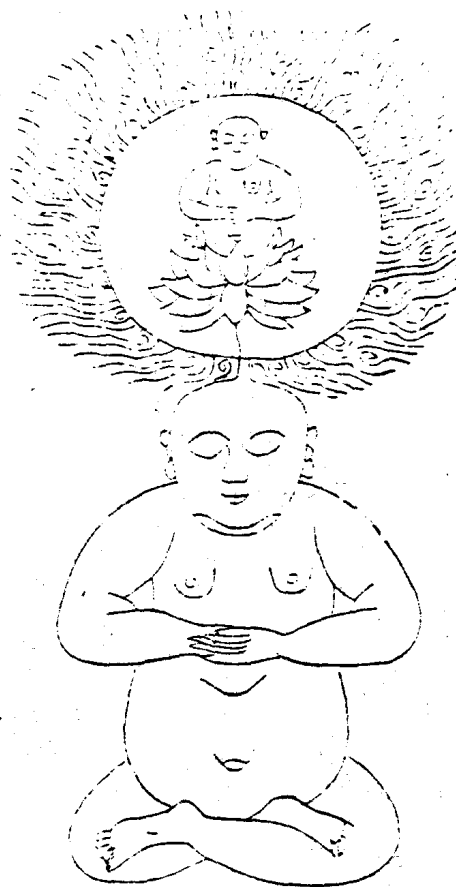
## 出胎图第五

楞严咒曰，尔时世尊从肉髻中，涌百宝光，光中涌出千叶宝莲，有化如来坐宝花中，顶放十道百宝光明；皆偏示现，大众仰观放光如来宣说，神咒者，即阳神之出现也。故曰，佛子。苟不得慧命之道，枯寂口禅，焉有自身，焉得谓世尊为小道乎？此即泄楞严之秘密，晓喻后学。得此道者，立超圣域不落凡尘矣。

### 出胎圖

念靈無念卽菩提

百光景耀假神凝

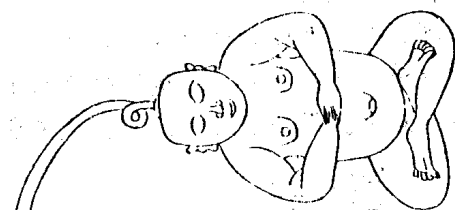


身外有身名佛相

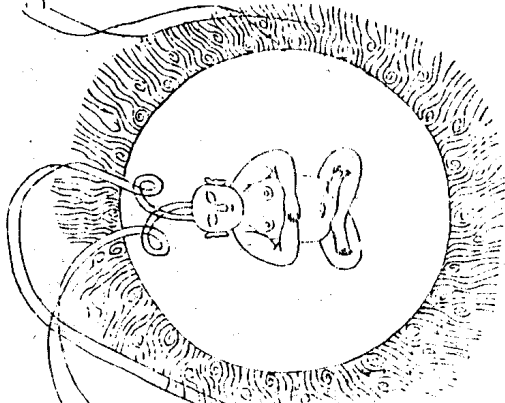
千葉蓮花由炁化

# 化身图第六

相習變形成念分

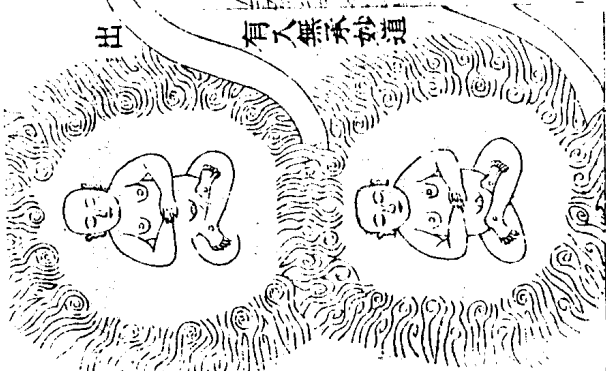


無虛化迹顯靈共



出

道妙本無入有



源真共體廣形分

面壁圖

面壁圖第七

神火化形空色相

心印懸空月影淨



性光返照復元真

筏舟到岸日光融

虛 空 粉 碎 圖

一片光輝周法界

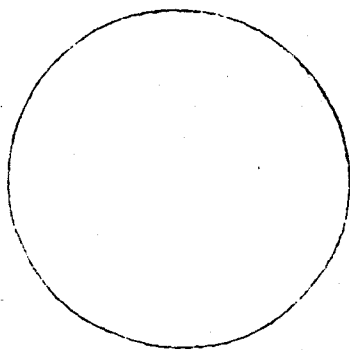
虛空朗徹天心耀

不生不滅

雲散碧空山色淨

無去無來

慧歸禪定月輪孤



雙忘寂淨最靈虛

海水澄清潭月溶

## 集说慧命经第九

华严曰，成佛作祖，是本性灵光，不得慧命漏尽，不能了道，直入于如来之太空。

盖本性灵光者，其名虽二，源头则一也。在定则谓之性，定中慧照，则谓之光矣。慧命者，乃如来当初所取以示人之名也。是西方之梵语，中华人之本源，儒谓之先天炁也。是修佛之舟梯，作祖之权柄，即孟子所谓善养浩然之炁者是也。漏尽者，即世尊以示阿难所修之名也，亦是西方之梵语。中华曰走漏儒谓之走精，医谓之泄元炁。而漏尽即慧命之所化，当其未动之先，本是命也，及其动，而不知其修炼，出关则化为有形之漏尽矣。故儒谓之炁化精也。当其童真之时，坚固之体，原无漏尽之名。圆陀陀，光灼灼，此时若遇真师，不用漏尽之法。只要将此圆陀陀光灼灼之慧命，收归中宫，时时醒悟，刻刻觉照，护持十月，道胎养成佛体，即楞严经所谓。既游道胎，亲奉觉应，功勳炁足，自然出胎。到此法身广大，即楞严经所谓，形成出胎，亲为佛子，此即谓之顿法矣。若夫十六岁以后，命宝满足，足而自漏矣，从此以往炼至无漏，故如来谓之曰漏尽矣。世之学佛者，若不虚心求师指点火化之真诀，任尔打七参禅，长坐行持之流，万无所保。既无所保，焉有道之可成哉！故华严云，不求此妙法，终不能成菩提。是以如来发大慈悲，示人下手接续添油之法，补足圆陀陀光灼灼之慧命，再皈中宫，此乃谓之渐法矣。故光明如来云，老僧会接无根树，能续无油海底灯。且又当勤勤修炼，非一朝一夕能成道也。故世尊谓阿难云第一漏尽难成，而漏尽又是佛所喻之别名。乃此篇修慧命之法也。若修性不修命，习气难消，纵然能到恢恢相，无非五通之鬼，不能契如来之六通。所以大佛方等大集经云，修习五通，既修习已垂得漏尽，而不取证，何以故？惑众生故舍漏尽通。乃至行于凡夫地中。太空者，法性圆之虚极也。故华严云，性如虚空，即邵子所谓道通天地有形外，思入风云变态中，是也。

而慧命漏尽不得风火炼法，不能和合凝集，而成大道。

风者，是助火之烈焰。火者，是化物之能功。故如来云，微风吹动。又云火化以后，收取舍利。风火漏尽并用，自然和合凝集，而成大道矣。

是以佛法次第用工之真传，岂无凭证。

且真实之道，则有真实次第之工夫，或如前后混杂，非如来之道也，乃旁门外道而已矣。且次第者，如下手时，有和合真种之功；如转手时，有修炼舍利之功；如了手时，有温养道胎之功；如撒手时，有出胎面壁之功等法是也。然而次第非敢妄论，是集佛祖第用功之秘文，攒凑逐节以为凭证，每句之下添一注脚，喻晓同志，概而证之则无所误也。

妄以一言半句而为道哉。

如今之禅门，自己尚未得真传，妄以化人。或曰父母未生前，或曰念佛是谁？这些婆婆妈妈之言语哄弄世界愚夫愚妇，东问西寻，谓之参求佛法，到头一场空老，何足为道哉。志者观之，真谓之老婆禅、口头禅，是非禅、皮壳子禅、衣食之禅耳。

且千古至今，莫不以盲引盲，坑陷无数之善信，深入九泉，竟不能出头见佛之光华矣。

盖佛法自汉明帝始入中华，前秦始皇却有佛僧来，始皇送还不用，由汉以来，谬妄莫知其数，幸遇达摩来此土，以证其非，单传六代，自六祖至今，非上又非，谬外更谬，所以有九十六种外道，二十四观之傍门，独有打七一门，是害人之毒药，埋人之火坑。释教西方二十八祖，东土六代原无此门，乃高峰门人诬捏，况高峰所习乃是闭息之傍门，非如来之正道。或问曰，何以见得也？答云，高峰自曰，忍饿寿昌金粟是也，但看打七门人，个个吐血，不但不成大道，返得劳症，苦恼而死，岂不痛哉？是人身气血脉络尚且不知，焉得知其道乎？夫人身日间劳倦，全靠夜静安神，以待后天心肾交和，为滋养此身之根本。苟教人七七昼夜劳倦不睡为之大道，安有不得其症者之害也。医曰，凡人七夜不睡，则心



肾不能交，必得劳症，何况七七乎？又加打其脊络，伤其脏腑，呜呼！此刑自唐帝解之后，至今不敢妄用矣。帝当初见受此刑者，十有九死，阅诸医书，谓人五脏俱有脉络，系于脊之总络，以通其气血，为运行养行之本。一打此处，即阻其气血，逆而上行，就是卢医、扁鹊，莫能救之。故解其刑，以杖臀为之责也。又或以黄绖之上，续某僧某僧之名字，谓之传法，以假传假迷惑世人，坑陷初学，又加口头禅之语录，遍满世界，纵有励志者，无所觅求。以为佛祖是皆天生，亦以虚劳空死，如此将佛之光华，竟变为黑暗矣。

盖大藏之法宝，本是全旨，奈因当初学者有浅深，根有利钝，遇此前后混杂，实不肯成其逐节之次第也。

且大藏之教，有权法，有实法，有无为法，有有为法，岂可一概论之，是在人之学与不学耳。所以然者，性命双修之道，即在其中矣。

而后来诸祖，所以成者，亦不肯并泄而同论。

且后来诸祖有所得授而成者，不肯公同大众，以权法制伏俗僧，谓其悟性，免其多事而生别念，实法有悟知者，私付密授，故为教外别传，只通消息。如世尊不传堂弟阿难，私付与迦叶为二祖，如五祖不传首座神秀，私付与待者卢能为六祖，是以成佛作祖之大宝，岂传无志之人。必要有超乎佛祖之志气，知晓那边道理，方可付之。故佛法之秘，宜世所难问也，是以不肯并世而同论。

或显于无为，而隐于有为。

无为者，是养道胎面壁后半之法，非今之俗僧，以枯坐之无为也。其有为者，即凝集和合，修慧命前半之法。有凭有据，乃先天意炁之妙用，非世间之有为也。故宝积经云，一切诸法，悉如幻化，是中却有一法，和合凝集，决定成就。又经颂云，大士修行解脱门，转益慈悲求佛法，知诸有为和合作，志乐决定勤行道。又经云，所谓二乘，堕于无为广大深坑，不能超脱证果。古

德云，有为虽伪，弃之则功行不成。无为虽真，趋之则圣果难证。今之禅门，闻之有为，谓之著相，弃而不取，殊不知此有为，乃定静之中妙道之有为也。譬如天地是个无为，而天地所以生万物者，是个有为矣。则最上一乘之佛法者，亦然。而人之心能到无为之时，则内里有一物，超然而出，若不以意取之，此物岂不散于外境，即非我所有矣。如此取皈之法，故名之曰有为法矣。即六祖所谓往北接度者，是也。

或显于无物，而隐于有物。

无物者，乃后半之性功也；有物者，即前半之命功也。今之假禅道，闻之有物，莫不厌之，殊不知此物者，道之根本，法之津梁，人人本有，即非思虑之物，乃元关内之物也。故六祖云，吾有一物，无头无尾，无名无字，无背无面。又付大师云，有物先天地，无名本寂寥，能为万物主，不逐四时凋，乃先天之物也。幸育后天，散则无形影，聚则成舍利。故圆悟云，何物高于天？生天者。是何物厚于地？育地者。是何物宽于虚空？包虚空者。是何物超佛越祖？植佛祖者，是乃化育之本，物我同途。故曰，物我同一大父母者，即此也。顺去生人生物，逆来成佛成祖。顺去则物我同知，逆来非师莫能晓用，故云峰禅师云，有物密救人，怎奈人不知，即先天纯阳至刚之炁也，散之乃在一身，促之即在玄关。故寒子云，可贵天然物，独一无二伴侣，觅他不可见，出入无门户，促之在方寸，延之一切处。你若不信受，相逢不相遇。大则包藏法界，细则粟米微尘。所以云峰禅师云，盖天地撮来如粟米粒大，虽然如是，先必须和合凝集，而后有物。世尊谓之菩提种子，法华会上龙女所献者，即此物也。

或显于无事，而隐于有事。

无事者，是祖师所制伏众之法耳，乃小乘法也。有事者，祖师隐藏密授，乃上乘法也。无根凡夫，不能信受，故世尊云，我于五浊恶世，行此难事，得阿耨多罗三藐三菩提，为一切世间说此难信之法，是为甚难。又云，世尊如此之事，世所难信，而祖

师若与下根之人说破，返生非言。故法华经云，尔时佛告舍利佛止，不须复说，若说是事一切世间诸天及人，皆当惊疑。又云，唯此一事实，余二则非真。且有事者，又非旁门之事也，慧命即元关机动物产之事矣。以我之意宰之，以呼吸收之，和合真种，转运法轮，采取薰炼，总是意同呼吸用慧命矣。故名之曰有事者也，慧命即元炁之别名。元炁生时，若不收取，岂不散耶！故兴阳禅师云，进一步则迷理，退一步则失事，即此也。

或显于小乘，而隐于大乘。

小乘之法，乃禅师所施之权法也。曰参禅打坐，曰念佛看经，种诸善根之因果。大乘之法，即祖师受记之密语也。曰慧命寿命，曰漏尽马阴，是超凡入圣之佛果，此以上言之大概而已。

或有言之易而喻之浅者，当逐节以熟玩，不可冒视也。参悟无疑，再求印证，使徒执其偏见，取宗于妄人之口，何其诬耶。

浅易之言，即性命之真方。未得诀者，难以晓悟，必须前后凑合，究竟层次，再求真师印证，免误此生之空修也。若今之丛林所传所证者，非如来之正法，乃黄缙上所传某僧某僧之名字，谓之佛法，若认则误也。此乃六祖之后未得真传者，妄人所捏争方丈之计耳。哄弄后学，误了多少善信，既非佛法，乃争讼之端也。

余故曰，脱俗离尘觅过知。

古云，欲往山下路，且问去来人。过知者，是得诀之人，或已成，或未下手，然而其诀则一也。

断淫悟道贵真师。

且断淫者，即楞严经之首戒，成佛之津梁，苟为释子，袈裟锡杖，不断淫机，谓之修道，岂不取笑儒道之高入乎！外面虽威仪，内里与物无殊，真可耻矣。且断淫一事，若不求真师，将何法断之？凡求师者，先问此法起首，余此俱是旁门也。

任他指说万般法，与我身心难自规。

今之释教，无非看经念佛，参禅打坐，打七问话头而已，除此之外，无所为也。此乃黄叶止小儿之啼，与我身心有何益乎！

格外高谈非至道。

今之学佛者，不得正传，开口便曰某菩萨某佛祖，自己无能，将此婆婆妈妈等话，哄弄愚人。又曰，某僧死已得道，某和尚死已得大道。若教死已得道，天下死尸尽是得道之汉。殊不知得道者，在生能为无所不有之变化方为至道矣。

片言暗点是良医。

片言乃老实之话，非文字之长篇，亦非花言巧语，故五祖所谓师师密付本音。暗点者，如五祖三更点与六祖，如世尊在舟点与迦叶，凡得真道者，疑病尽祛，藏教之经文，无不通达，故曰良医矣。

得来暂试从头看，一刻工夫果自喜。

既得真诀，且从下手修起，如果若是真道，淫根一萌，以心凝而宰之，以呼吸而吹之，不要一刻工夫，淫根自缩，意炁自合，心静身爽，果自暗笑矣。

抑闻之《心经》曰，观自在菩萨。

华阳曰，此乃如来天恩教人起手双修性命正法之切境，奈何凡夫不得真传，便谓以念观念，谓之观自在菩萨则错谬矣。殊不知此念，乃缘习所有识种所结，非道之本源，故程子所谓正道定理，果是心乎？抑非心乎？此所示人另悟消息之至矣。夫观与菩萨，乃如来妙喻二物，双修之嫡旨，何得一物也。若此念谓之道，则道遥矣。故圆觉经云，一切众生，妄认四大为自己身相，六尘缘影为自己心相。又元妙宗一云，灵台智性，这个是生死根本，妄想缘气，只因前尘而有分别。故传法如来曰，空王殿内无踪迹，若认为真实，则菩萨依旧埋藏九地，不得出头变化，成如来之妙相，空费此生一大因缘矣。且此乃心中之阴气识神之变化，万劫千生原是他，摄里菩萨，迷弄往投贪尘爱欲，不得解脱，所以不得证果。转劫迷失，皆因不知菩萨出处，妄认此识之悞也。故景禅师云，学道之人不识真，只为从前认识神，无始劫来生死本，痴人唤作本来身。又南泉禅师云，心不是佛，智不是道。马祖又云，即

心是佛，乃止儿啼也，岂不悞哉！且今之学佛者，闻之心不是佛，智不是道，岂不落空亡，茫然无主哉？问曰，何所修炼，答曰，观乃我正念中之灵光耳，未得真传者，谓之本性。且菩萨住居净土，二物所隔八寸四分，远非观莫能相会，即下文所谓和合凝集，决定成就是也。而菩萨既是慧命实谓之佛性，自离母腹，团地一声之时，观与菩萨，两目睽隔。且菩萨隐而深密，若不求师亲指，纵有聪慧灵悟，莫能见之。所谓道心樵微，自此而往，昼夜谋务，聪明智慧，无不是识神用事。故祖师云，汝无佛性，所以如来发慈悲，教大地众生，时时刻刻观照此菩萨。菩萨所得受此灵光之慧力，久则自然如梦觉，融融然似薰蒸，活活然如盆珠，豁然灵惺，放大光明，力足时至，忽然一涌潮上，与我识性合而为一，到此识性死，而佛性灵显，灵灵当当，依旧是个主人，光周沙界，六通俱全，任他尘尘垢垢，我独安然一性，圆融太空，所谓一切含灵，俱有佛性。虽然如是，顺去生人生物，逆来成佛成祖。凡圣之变化，总是这个所谓一物一太极，有此太极，知觉言语，无此太极，眼垂口闭，医谓之真火，实无形无影，而藏之脐后肾前，稍下空悬一穴。古谓之净土家乡，极乐国，妙有真空。有此真火蒸薰有形，无此真火息断形坏。六祖所谓，心是地，性是王，王居心地上，王在身心在，王去身心坏。然此心又非肉团之心，乃道心也。故曰，道心居于北极，是众星拱者，即此矣。天下学佛者，不修此菩萨，而另外别有道可修乎？若有所修，尽属傍门外道而已，即非观自在菩萨之道也。

《宝积经》云，和合凝集，决定成就。

此乃世尊之密语，大藏一教之秘文。即性命双修之宝。故曰决定成就，奈何此道自汉明帝至今，并无一人宣讲，独有达摩寂无二祖师密受，故肉身俱已变化，亲登太空，允证金身。达摩微露，而寂无著诸经典，阐扬此道，奈门人藏闭其书，余今解明备全，愿同志者，概而证之，免堕傍门，得疾病而夭死，早成乎大道矣。夫和者，乃心中之阴炁，去和肾中之阳炁，阴炁得此阳

炁，则有安心立命之所，故曰和矣。合者，是肾中之阳炁，承受心中之阴炁，阳炁受此阴炁，则成敛收坚固之体，故曰合矣。易经所谓一阴一阳之谓道，偏阴偏阳之谓疾。古往佛祖必须性命双修，不曾偏枯。且凝者，是凝神之法；集者，是集命之方。命不集聚，不成菩提。即孟子所谓集义而生也，此乃性命并修，养神养炁简而易成。但人不知双修，故如来曰，和合是也。且人自离母腹，神则不能顾其炁，炁不能顾其神，神藏于心，发于二目，而七窍共用，是逐日而上耗，炁藏于肾，发于淫根，夜静而下耗，禀受能有几何哉？耗尽呜呼！若不求师指点，凝集纵修，无非此心中一点阴神耳。殊不知此神乃纯阴不能独力成乎至道。故世尊教人二六时中，行止坐卧以念收敛微细之神凝入于命中，命得此神，犹如臣得君主，拱伏自定不敢私自偏枯外耗，如此用工，再加晓悟后面采收阳生之法。少年不过月期，中年不过三五月，则命窍之中，不觉无中生有，莫知所之。忽然真机发动，其快乐之妙，不可以言语形容，到此当自保守速转法轮，故如来还世人一个当头，汝等若依我此和合凝集之法修炼，决定成就矣。

《六祖坛经》曰，有情来下种。

盖情者，乃修慧命下手一著之天机。若无此情，万不能成佛果。譬如农家无种，欲望收成，岂不愚乎！今之禅僧，不得成佛者，实不知此情之过耳。昔日五祖先世为栽松道人，所求四祖之道，四祖视其形骸，老而无情，乃谓曰，汝转一转来，道人果自立亡，转而自投周氏，再得正道。且道人既可立亡，不用父以自投怀胎，足谓之道矣，而又求个甚么。马祖云，不是物。又六祖曰，淫性即是佛性。其二老泄尽天机矣。故龙牙禅师云，人情浓厚道情微，道用人情世岂知，空有人情无道用，人情能得几多时。且此一情字。自汉明帝到今，注者纷纷，苟不得慧命之法，便谓此情乃世情之情，学两句套语机锋话头，谓之得道，哄弄愚人。万世之下，明眼人见之，可取笑矣。既然是坏物，焉得五、六祖当时习而哄后人乎？盖五、六祖乃如来嫡传，慧命之道闭而不传与

无德者有之。或问曰，此情是个甚？华阳云，此情乃慧命之化育，即元关顿开之机缄，其慧命虽藏在元关，静则发生往外，附与外形而起，与我心中之意，偶有知觉焉，是以外形与动则谓之情也，故闭阳关法。如来曰，不识动静学道无益矣。又问曰，何谓之下种？答曰，此情乃生人成佛之顺逆，造道之端，非真意不能逆归，凡学佛之士，既晓形动之机，将我静中之真意凝入于命宫，时来时凝，久则天机发动，不觉命宫产出菩提。故曰下种矣。又问曰，何所修炼？答曰，既知凝法，当知炼法炼者，火也。火非风不能焰灼，亦不能化物。故世尊云，微风吹动。又云火化以后，收取舍利。凡学之士，必当使呼吸之风，逆吹命宫之真火，即将所发生往外之慧命，以息摄回本地，凝凝然似炉中之火种，绵绵然如风箱之往来，薰之炼之，使有形化而为无形。知而修炼，不但本宫慧命不外耗，返得此动机，补助我之慧命之不足处。即儒所谓造化，生生无穷，久则命基满足。又谓之寿命不死矣，故如来度迦叶，谓不死阿罗汉者，是也。

又，《摩诃般若波罗密多心经》曰，时。

盖诸经之句法，都有双意数字，独此曰时，岂不怪哉！此乃如来嘱咐后人，醒悟时之至切至切矣。且时者，又非时候之时也，即禅静中萌动之时矣。古德云，若言其时无定时，清风朗月自家知。儒云，月到天心处，风来水面时。诸翁虽然妙喻发其天机，卻总不肯说出是个甚么时来，且教人将何所用乎？余不惜罪过，与诸人通一线，免堕傍门，早证道果，岂不妙哉！夫时者，即吾身中慧命自动时也。古德谓之活子时，其生之机，形如烈火，壮似焰风，非师传授意，息莫能制伏。别名猛虎专吞人之性命，吸人之骨髓，任他三教英雄豪杰，不得真传者，无不被他所丧矣。古之志士高人，必先优此猛虎始得成其道果。然而其发动之形容，薰薰乎如浴之融暖，烈烈乎似火之将炽，一派壮旺强烈之性，薰蒸下行于淫根，威镇独立周身之精华，无不听令于他，医家谓之外肾。与成佛作祖之妙诀，即在此下手矣。若得真传何必又疑惑哉！

且时者，释教之秘也，至切矣。

世尊曰，于羯陀龙宫说法。

上文一节言时所用之实处，无不在其中矣。又恐世人落空，故此专言真实之所，使人下手则不落空矣。盖龙宫者，西天梵语之譬喻也。中华名曰丹田，又曰炁穴，医曰精窍，其名亦多。西天又曰净土，曰界地，曰苦海，曰海底，曰极乐国，曰优陀那，其名众多，总是和合真种之处也。所以天台止观云，梵语优陀那，此土丹田，是也。故近代得道者，恐人不悟，又曰炉矣。此乃祖师慈悲示人切近之妙喻，使人知有实所。譬如铁匠，欲成锋芒美器，非炉莫能成功，修炼亦复如是。盖炉何也？化形成物之所。其法易明。故心经解云，收来放在丹炉内，炼得金乌一样红。光明如来云，炉中火发。又云炉中发火泄天机，不悟西来即是迷，是也。

圆通禅师曰，北斗里藏身。

北斗即上文龙宫是也。藏身即前文凝集是也。祖师教人常将我之真念，藏于北斗则心自空，命自固矣，故付大士云，心空及第归，是也。

寂无禅师曰，凝神收入此窍之中，则炁随神往。自然归于此处。

且寂无得如来达摩之全旨，慧命之嫡传，故能隐显莫测变化无穷。雍正年间，屡在太邑，化阳身数十，家家有个寂无，谈笑饮食，隐则无踪，或与人金银美女，或显虎豹水火，从学之徒，凡心欲念，无不消焉。盖凝者，移也。窍者，即丹田也。亦曰炉矣。此表炁之所发，当用功之时也。盖炁之动附于外形而出，若任其出，将何为道本哉！所以祖师示人，此时速凝神入于丹田，炁得神之翕收，则炁亦归矣。且此炁者，又非呼吸之炁，乃先天之炁也。即盖子所谓浩然之炁者矣。此炁自我释教，诸得道之宗师，不肯泄漏，尽是譬喻外物，使人自悟。有明白者，然后密付，故曰教外别传，炁之别名。释教曰柱杖，曰锡杖，曰禅那，曰摘芦，曰白雪，曰金莲，曰散果，曰洞水，曰海水，曰明星，曰西江水，曰



曹溪水，曰水牯牛，曰海底灯，曰炉中火，曰牟尼珠，曰海底泥牛，曰海底明珠，曰海底开花，曰炉中香烟，曰事，曰物，众名纷纷不可胜计，究其实事，无非此一炁也。故黄叶禅师参求六祖，得修炼功圆之时，自叹惜曰，道无非炁也。此一言泄尽天机矣。

又曰，功夫不间断，息息归此，或一月二月便能自觉窍中融融，暖炁旋动。

息者，呼吸之气也，佛喻之风矣。亦名柱杖，犹如老年拐杖而行。修慧命者，若无此息吹嘘，漏尽不化，舍利不成。故禅师云，未到水穷山尽处，且将作伴过时光，是也。盖人呼吸之气，原根本在丹田，但人只知出，不知进耳。得真传者，丹田之神，能以接息。故禅师云，无孔笛，颠倒两头吹，才得神炁相合，入则自暖。法轮自转一月二月者，年老年少之分别耳。少年月内，炉中自有效验之机发，年老或数月有方有浑合之信至，暖炁才有动机。

净光如来曰，金童一惺弃皇宫，不觉犀牛法海中，欲要觅他归故里，灵山塔下始知踪。

太子即世尊也，世尊思修，有天神变白马，乘太子出皇宫，腾空而至雪山，自金刀落发，先未得真传，以修傍门，所以漏尽无成。形骸胚嬴，后得阿私陀以传慧命之正道，始成佛位。故法华经云，仙人授佛妙法，如来因之遂致成佛。又释家谱云，私陀见太子形骸胚嬴，谓太子曰，可食牛乳，复其本元。太子果食其乳，依然复其三十二相，道果圆满，以求燃灯佛证之。世尊初下功夫修炼至道，不待以数月期，忽见明星，自叹曰，一切众生皆有佛性，奈何不得斯道之过耳。世尊言佛性即慧命也。牛者，炁也，海者，即丹田也，欲觅此牛，其藏处在法海，他所则无矣。故曰，北斗里藏身。灵山，心也；塔下，即丹田也。如来教人修道，先修塔下，而后有牛来归故里之效验矣。故藏经曰，人人有个灵山塔，好向灵山塔下修。知踪也者，丹田之内，忽然无中生有也。不待他论，自意念中觉知融融和畅，一派春景。其乐无穷，即马祖所

谓达于皮毛，畅于四肢矣。归者，还也。故里者，心田也。始由下中归上，化识性为佛性，煨习念成正念，识死性现，朗朗一个主人，故曰，归故里者也。

圆通禅师曰，群阴剥尽，一阳复生欲见天地之心，须识乘阴之法。

群阴剥尽者，在年十一月，在人身为北海。一阳生者，在年为冬至，在人身为阳生，天心即阳生之所。邵子所谓冬至之半，天心无改移是也。欲见此心须求炼法，而后有可见之验见，乃真种所产之法，即世尊见明星之见也。

《楞严经》云，愿立道场，先取雪山大力白牛，可取其粪以泥其地。

且喻道场者，乃修佛道之起手也。阐牛粪者，即是炼慧命之根本矣。世尊教人修道，先修慧命，若不修慧命之纯阳，起手单修心中阴神，安有不遭楞严经阴魔之类乎！如今禅门修性而不修命，往往颠倒返得疾病死。虽然口称顿悟十地三乘，往往到头虚老，不知雪山白牛粪之美处，空以磨砖作镜，妄以集雪为粮，悞了多少年，既无立命之基，安有性道可成之理乎？是以戏台上优人，自称汉高祖楚霸王矣。盖雪乃白也，白为西方之正色，是喻人命窍之炁也。故如来教人修西方极乐也，即此矣。而良医又明指之曰，两肾之前，空悬一白圈，先天性命水火即在其中，无形无相，空空荡荡，慧命即在其中矣。若不速自修炼，焉得久居，奔名利而耗散，逐性欲而丧真。出家之人，念诵枯坐，则离气耗神，是油干灯灭，不到半百而亡。故曰雪山矣。且命即无炁也，炁之刚而无比，色之白而无瑕，故曰大力白牛矣。炁之隐显，包乎天地，载乎万物，广而无际，细而无核，觅而无影，修而现前，超佛越祖，无不是此炁也。即孟子所谓至大至刚，岂谬言哉！然而炁之变化，年壮而自拱，静极而自生，不知保守，则以耗散。故曰粪矣，耗散朝朝如是，不早筑固命根，能有几何哉！即儒所谓用之则成路，不用则茅塞也。盖粪乃劈魔之至宝，成佛之阶级，不

取粪而修，则十炼九空。譬如世人欲起美屋，非其基地，安能居哉？且古之志人，知此粪之出处，静时而养，动时而取，收摄还我本地，用火薰炼，筑固自己基址，则谓之泥道场矣。既有场基，又不可少善知识，时时刻刻，将我之真意坐居其中，一念不起，八风安能摇动。即康节所谓，一念不起，鬼神莫知不由乎？我更由乎？谁独独惺惺，任他千魔百怪，我在这里隐身，安然自在。故曰和尚坐道场，则不遭魔类矣！即阿难所谓，坐于流水面趺跏，入灭是也。此篇注者作者同一鼻孔出气者矣。

《楞严经》又曰，必使淫机身心俱断，断性亦无，于佛菩提斯可希冀。

且自古得道者，莫不先断淫机，而后能超佛越祖，世之为释子者，身心断淫之说，无不知之矣。独有淫机一字，举世罕知，不但不知修炼之法而所以然者，身心亦不能实使其不淫也。何以故淫机一发，形如烈火速似焰风，苟不得其法，安有不牵连身心之忧患也！且若无其机，身心安然无所忧患矣。故世尊知其机之利害，难以自了，是教人以使之。且使之者，非空使也，而必有使之法焉在矣！故蔡禅师云，祖意如空不是空，灵机争夺有为功，且此法至简至易，非夙有善根者，立难闻，既无所闻，淫机焉有自断者哉？若不迅早虚心求师，任尔千修万炼，难免其患。所以近来丛林多有业障，善知识者，不得其法，多有私下身前后行淫，故毕书二大人将此等僧充军问徒，是天遭其罪矣。问淫根何物也？答云，淫机即世尊所谓淫根也。根之形在外，而机在内，不知修炼，焉有不牵连身心乎！即孟子所谓系亦能动志之说。问曰，有何法制伏？答曰，得诀者，其机之将发，以神主使，其机自息。即孟子所谓志者，帅也。以呼吸摄之，使其系之自归。即达摩所谓采取也。神即为火，息即为风，机发虽是系，而内实有漏尽之资，若不在此锻炼，则又牵连身心矣。以丹田为炉，以阖辟为箱，以火而炼，以风而吹，以暖信为效验，以畅快为无事，久久锻炼则机自死，淫性自断，断性亦无身心太平。三种淫事，无所集有，于

佛菩提何难冀也。此乃万圣千祖不传之秘法，余今尽泄矣。为释之子不修三种淫事，自谓善知识者，即《楞严经》五十三种之魔矣。又或谓余之错矣，后学者且当本文证之，世尊岂有错乎！

寂无祥师曰，其机既发，凝神入于丹田，当用武火收摄而归，以薰以炼，机之未发，以神照之丹田。当用文火，不离而守，以烹以蒸，似此悟入，才得真种发生。

且机之发者，乃丹田之炁动也，既然凝神则此机动，受神制伏，自然两不相离，如磁石之吸铁，隔碍潜通，和合为一矣。祖师又恐临时炁之生旺，猛虎难伏，故曰，用武火，此真乃泄尽天机，慈悲至已尽矣。万世之下，学佛之士，无不沾恩矣。盖用武火者，乃修道之密法，成佛之秘机，佛佛心受，祖祖口传，悟且甚难。故五祖云，师师密咐本音。世尊达摩虽有火化风吹候之言，而文武之用度，未行竹帛，故世之无双修，而亦不能信，自达摩寂无后，无有神形俱妙之高僧矣。问曰，何谓武火摄归？答曰，武火摄归者，乃呼吸之气，摄真炁归源，而又离不得真意之为主宰矣。故曰，一意驰二炁，鼓舞摄归，总在乎意之能耳。盖炁生易下流顺出，故以呼吸摄之。若不借呼吸消息之鼓舞，则一神而难摄，炁亦难归。二炁原有兼用，故禅师云，你有个柱杖子，我与你一个柱杖子，即喻此二炁同用之机也。当呼吸之机，我则从阴跻迎归炉。即达摩所谓采取也。或十迎，或数十迎，外形倒则止矣。合明此二炁阖辟之消息，则元炁自归炉矣。用二炁之时，炉中之意，不著于呼吸，依于元炁采取，不过借呼吸之机，以为采取之具。即六祖所谓往北接度是也。且元炁既归炉，又当薰炼，以意定而为火，以息嘘而为风，熔灼一时漏尽之资，则尽化而为炁，放心安容，此乃武火之功也。问曰，文火何也？答云，文火者，不存而守，不息而嘘，时时刻刻不昧，惺惺绵绵不断，息息归炉。即古德云，杖往杖来无间断，舍利成全合本初，切忌昏迷散乱，一念不起，一意不散，犹如炉中火种，如此修炼，何患真种不生，舍利不产，大道不成哉！

释家谱世尊曰，对斗明星而悟道。

对，即中华，名曰返观是也。斗即北斗，喻丹田是也。明星者，乃丹田之炁发晃是也。正是真种所产之景，所以兴阳禅师云，匝地红轮透，海底不开花，即此矣。

圆通祥师曰，北斗藏身虽有悟，出尘消息少人知。

北斗藏身者，是藏种在此，而起手若不在此而修，则不能出尘矣。凡出尘者，即转法轮之消息，当转而不转，则种子产而无归，又废前功，即兴阳所谓，退一步则失事。故曰出尘消息少人知，此以上尽是言和合真种之法。

此上数者，慧命经之妙法，和合真种之天机，具在斯与，而其风火之功，亦不外是矣。

此总结上文和合真种风火之法。古圣不肯全露，故人难悟大道，尽入歧路，余浅直解明以晓同志，庶不误入外道，早成正觉，有好佛者，果潜心此经自修自证，以成大道，岂不乐哉！

予故曰，自始凝神返照龙宫，浑然而定静，以双忘而待动，以意炁而同用，以神火而化，以息风而吹，以武而炼，以文而守，久久薰蒸，刻刻无间，意炁两不相离，则和合凝集之法得矣。

此总序和合所生真种之法，盖龙宫者，遵如来之梵音，此土名曰丹田。丹田之内有水故曰龙宫，水性沉重，朝朝下流。神即是火。火性轻浮，刻刻上焰。世人沉下浮上，两离分散，故不能成其道。佛祖以火凝在水中，则心自空火不焰上，水得火煎，水不下流，化而为炁，炁则自然上升。当凝神之时，内念不出，外念不入，空空荡荡，不著不滞，回光返照，既照则忘形忘意，但用意即是不忘，但忘即不能以意照之，心无不存之谓照，欲无不泯之谓忘，忘与照，一而二，二而一，当忘之时，其心湛然，未常不照，当照之时，丝毫不立。未常不忘，忘照纯一，浑然定静，天地人我，莫知所之。且待而候动，不觉融融和和，外形勃起，以意迎炁而归。既归本地以神注定其中，当以呼吸吹嘘，久则文火，勿忘勿助，行住坐卧，不离这里，何患真种不产哉！

不闻得道古儒之言乎？恍惚阴阳初变化，氤氲天地乍回旋。

此以下言真种所产之时，古儒即邵康节是也。子之释教，竟有无知无识者，谓儒不知大道，自打七参禅，口头三昧，谓之得道，诚可笑矣。不但儒闻而不视，高僧亦自夹鼻恐臭矣。盖恍惚者，静定之中，浑然一团，外不见其身，内不见其心，恍恍惚惚。初变化者，即此恍惚之间，忽然不觉融融和和，如沐如浴，故寂无禅师云，六合同春。乍者，即兴阳禅师云，匝地红轮透。回旋者，真炁旋动，正是元关透露，而真种产矣，有无穷之妙乐也。

《六祖坛经》曰，因地果还生。

地者，名净土，又名苦海，又名优陀那，巧喻异名，无非果生之处也。盖果还生者，因以前能明有情来下种，和合之机，到此方有果也，即菩提子也，又曰舍利子。

无量光明如来曰，分明动静应无相，不觉龙宫吼一声。

无相者，释曰观音，儒曰无极。盖此物本来无相，因静定而生。龙宫者，即上文因地是也。吼一声者，即上文果生也。儒曰，杜宇一声春晓，乃阳炁之所生也。能知此一声之机，则洞水可流，西江可吸，海水可灌顶也。古德云，地雷震动巽门开。又云，雷从地响矣。

紫摩金光如来曰，海底泥牛露半形。

海底即我之丹田。北海也，世尊名之曰龙宫，又曰恒河。兴阳禅师亦曰海底，是藏慧命之源窟，故曰海也。泥牛者，即慧命也，世尊名之曰摩尼，即我身中神炁和合所炼成之真种也。露半形者，乃真种将产之法象也。此时必须以静而待之，不可急于收取，任牛之自露全形者，方可兴功，不然念动牛惊，依然隐而无踪。圆通禅师云，必须元窍生物，斯可以阳炉发火，固莫为之先，亦莫为之后，谓太早生。故寂无禅师云，若夫机未至，而先助长，则外火虽行，内符未应，适自取焚驱之凶矣，奚可哉！

圆通禅师曰，梅花未发太早生，梅花已发太迟生。

梅花者，乃阳之道，而为报春之信也。即喻我身中阳炁所发

之景矣。未发者，是喻阳，将动未动也，此时如或妄采，而炁嫩则不升，故曰太早生矣。已发动者，是喻阳炁已动也，此时即当收归源。若不归源炁则散而无依，故曰太迟生。圆悟禅师云，进一步则迷理，退一步则失事，诚所谓也。

又曰，恁麼则风霜都契尽，独占普天春。

恁麼者，即喻时当今也。风霜契尽者，是喻无阴气之谓也。春者，阳也，是喻丹田一片纯阳之炁。其中景象如沐如浴，周身融和、畅快不可胜比。内外尽是阳春，乃真种所产之真景也。

又曰，切须盗著。

此乃祖师嘱咐后人，如或见此景至，即当兴功收取，如或不收，则是当面错过，此物又行熟路。故兴阳云，退后则失事，诚有言也，岂不悟哉！故曰盗著，盗者，强夺也。当此之时，切须勇猛，以我之意宰之，用我之息摄之，将此真种，归于丹炉，而后再用法轮之功。

寂无禅师云，至于六合同春，物物得所。

同且六合者，周身也；春者，喻周身之暖信也；物者，乃释教之别名，即儒所谓元炁也。功到时至，此物当产之时，不知不觉，忽然丹田融融洽洽，周身苏绵快乐，养生毫窍，身心无主，丹田暖融，渐渐而升，阳物勃然而举，忽然一吼，呼吸顿断，心物如磁石之相翕，意息如蛰虫之相含，不觉入于恍惚，天地人我，莫知所之，浑浑沦沦，又非今之禅家枯寂无为，恍惚之中，心自不肯舍其物，物自不肯离其心，相亲相恋，纽结一团，其中景象，似施似翕，而实未见其施翕，似泄似漏，而实未至于泄漏，其妙不可以言语形容。故心经解云，一阳初动有无穷之消息。少焉恍恍惚惚，心以复灵，呼吸复起，丹田之炁，自下往而后行，肾管之根，毛际之间，养生快乐，实不能禁止，所谓炁满任督自开，此之谓也。迅时速采归源，转大法轮，不然此物满而又溢，则前功废却矣。盖此篇全泄天机，余三十余年，方得妙道，后之修士，行功到此，切记切记。毋忽却其中景象，但得二三，即是真种所产

矣。固不必规规如此，而又禀受形体有同异之别也。

达摩祖师曰，二候采牟尼。

此言采物归炉之候也。盖二候者，前活阳生时谓之一候，累积阳满，真种产时又谓之一候，故曰二候。采者，此物产时，仍行熟路，顺下而漏，故用呼吸采之以归炉。牟尼者，物之别名，儒谓之元气也。

又曰，二候采牟尼，四候有妙用，六候别神功。

前所谓二候，是生与产之候也。此所谓二候者，兼于采封之二候也。学佛之士，须当著眼，不可一概而论之。观其法轮六候图，则明白矣，盖此二候者，真种产时，以采归炉谓之一候，而炉中封固，又谓之一候，故曰二候矣。既归炉矣，即当速升牟尼，以转法轮，成其舍利，升为一候，降为一候，沐浴为二候，共之四候，故曰四候有妙用，采封升降沐浴总共之六候。归根温养舍利，无所事也，故曰六候别神功也。

六祖曰，往北接度。

往者以心去也，北者丹田也，接者以心接物也，度者即升降往来也。

寂无禅师曰，采取以升降，从督脉上升泥丸，从任脉降下丹田。

任督二脉者，即法轮往来之道路也。任脉者，起于丹田前弦，循环腹里，穿二喉之中，上顶也。督脉者，起于丹田后弦，并绕脊柱里上风府，入脑顶，与任脉会合。二脉通时，则百脉俱通矣。采取由此而行，法轮由此而转，能识此道路者，则舍利子亦由此而成矣。

易经曰，阖户谓之坤，辟户谓之乾，一阖一辟谓之变，往来不穷谓之通。

此用二炁法轮之消息也。且释藏修道之经文，前辈所称者，楞严华严谓之首也。儒所修道之经文莫不以易谓之首也。太邑海会寺方丈龙江问曰，西方梵语未见有易之说，今载此不合释教之道



也？答曰，苟执其一，不明其二，尔所修者，傍门而已。老聃之道，未曾望见千百世以上，千百世以下，此人此心，三教岂有二道者哉！殊不知易之源头，乃道之祖也。问曰，既为道书，今时儒士以易为时文卜筮之书，未闻其修道何也？答曰，时文卜筮，乃在尘之儒耳，非出尘之儒也。且古之至儒，究先天之理，参阖辟之机，格物穷源，性命在我，不由乎造物，浑然天理，出乎众外，故曰儒矣。问曰修道何也？答曰，道用先天，借后天之爪板，转法轮也。阖户即是吸机，吸机者，往下也，故曰坤矣。辟户即呼机，呼机者，往上也。故曰乾矣。此乃后天一边之理也。变者，乾坤两卦之消息也，犹如御车，然乾坤为轂，变为轴，车本不能自运，惟赖两头之轴，两头之轴又赖两头之轂，两头之轂又赖盖辟之吹嘘，车待轴而转动，又待轂而运旋，轂又待盖辟之催逼，其用方全。如或不透，再参六候图中，无不尽其妙也。往来不穷者，即先天后天二炁，转运之消息也。通者，通达元关，乾坤共运之机也。若以口鼻一呼一吸谓之往来不穷者，则去先天大道远矣。问曰，若何为哉？答曰，以后天之息，用先天之息也。呼机为辟为乾，吸机为盖为坤。乾坤者，天地之定位，在人首即为乾，腹即为坤。变乃乾坤中之主宰，即我之真意，使二炁转运机耳。犹如南北斗星焉，往来不穷者，即二炁之转运。尔来我往，犹如乡人织布之梭也。尔上我下，我下尔上，故往来不穷。虽然如是，而先后又不可并主重用，升降之际，意虽主斗杓，其神重在先天同行，不过借后天盖辟之机，以运先天耳。又问曰，弟子愚蒙，恳求关理，方敢自用，但只是泄漏有过。于言者曰，世尊云，度尽众生，方自度，焉得有过乎！况且释教今时，又无此双修？答曰，此乃转法轮之秘机也。千圣不肯明言，万祖不肯指破，妙中更妙，微中又微，凡夫俗子可闻，非夙有善根者不能见之。又曰，弟子恳求和尚垂恩。答曰，盖吸虽是下坤，而坤腹之元炁过我升之。升之者，升于乾。辟呼虽是上乾，而乾首之元炁过我降之。降之者，降于坤。总是先后二个升降，面、背、中三条道路，共乾坤之轂

轴，通元关之消息，而主宰在乎意，运行总在乎神。一吸一升，一呼一降，不可差之毫发，循规行途数之限步，不可不及而太过，乾九坤六，四揲成章。合乎造化，同乎轮转，不偏不倚，正正相当，任尔之教是是非非，成乎其道者，不离此方。

又曰，乾爻用九，坤爻用六。

此言转法轮爪之规则限数也。乾用九者，四九三十六，一二三规次皆用四揲之，坤用六者，四六二十四，一二三规次皆用四揲之。且古以后一规至六规为升，升合乾，故用乾爻乾策，乾爻用九而四揲之，为三十六。故法轮升亦用九，同于四揲。乾策总六爻之四揲，二百一十有六，故升总六规，亦二百一十有六称为升也。以前一规至六规为降，降合坤，故用坤爻坤策，坤爻用六，而四揲之，为二十四，故法轮降亦用六，同于四揲。坤策总六爻之四揲，一百四十有四，故降总六规，亦一百四十有四称为降也。合之得三百六十，而完一转法轮度数之义。但其中犹有沐浴二规，不用九六四揲，则不满三百六十之义。只有三百，前言三百六十者，而沐浴不行盖辟，无数六十在其中矣。

《华严经》曰，诸佛定能应时，转妙法轮。

此乃沐浴二规之法喻也。定能应时者，即沐浴二界地也。儒谓之卯酉二时，释亦谓之时也。若不日时，因何有应时也。定者，谓此二时不行呼吸，神炁相抱相守，定而再转。儒谓此二时乃生杀之方，刑德相反，不宜有事，定守无所事也。且行法轮之时，而规则有沐浴法。问曰，只闻东西为沐浴，未闻规则有沐浴，请开示。华阳云，转法轮时呼吸之气，如车水板一般，一板一板而运上，一板一板而退下。既有规则，焉得一息而运至于天耶！纵运亦不合法轮之辐爪，不成规则之步位，若此混运则道不成矣。问曰，弟子愚蒙，难以悟入，再求开示。答曰，行法轮之时，呼吸之气，有回转之机，就在此回转处，而有沐浴也。问曰，何为沐浴，答曰，呼吸退为沐浴，呼吸进亦为沐浴，在前后之分耳，此古不泄之机。

释家谱世尊曰，入池沐浴。

泄者，乃东西地也。世尊昔见明星之后，入此二池、而沐浴，此时薰蒸乐者，即喻此二方也。此法自汉至今，得者藏秘，惟有寂无，始露其法也。

《华严经》曰，为践如来所行之道，不迟不速察谛经行。

道者；路也。即任督二脉也。不迟不速者，以呼吸定其法则。察谛经行者，凡行法轮，神炁必须同行同住，若泛然于道外而行，渺渺茫茫，不由道而循行此不得成舍利。

如来曰，不得勤，不得怠。

凡行法轮合乎自然，同乎大道。若勤，则太过而风大，法轮不能转运，而焰无所制。若怠，则不及而风小，不能成长旺之功，而变化也。

燃灯佛曰，常转法轮。

法轮者，西方之梵语，此土日升降，日进退，即真种运归源也。常者，凡真种产之时，必当运行一转。如若不运，则漏尽不能止，而舍利亦不成。又不可一转而不歇，虽无大害，亦迟其产机矣。

世尊曰，当转如是妙法轮。

且妙者，不可以言语形容，故曰妙矣。若夫无言，后学又从何所悟入，此两者在得师与不得师耳。大道最秘，谁敢全泄。余见世无双修之客，特指其是以示之，使学者尽其精微。夫妙者，消息也。知之者，最简最易，不晓者，实艰实难。譬如自鸣钟，即法轮也。天地之造化，尽归于此。乡人不得见钟，但见水碓水磨，其理一也。问曰，钟于碓磨何比道也？答曰，钟之锤即喻呼吸，钟内轮子即元炁，水冲者，喻呼吸也，转之者，喻元炁也。但碓磨消息似同其法，又未甚全，而自鸣钟以全大道之功何谓也？碓磨只见其进，不见其退，钟内轮子顺转则为进，顺极则逆，而逆转者，则为退也。

六祖曰，吾有一物，上柱天，下柱地。

物者，儒曰元炁也。柱天者，即上升于顶也。下柱地即下降于腹也。

《释家谱》曰，海水灌太子顶。

海者，丹田也。水者，元炁也。释教喻名曰曹溪水，曰洞水逆流，曰一口吸尽西江水。灌顶者，即上升也。太子即如来也。

世尊曰，火化以后，收取舍利。

此言舍利将成之时也。火即神也。舍利全得火以成功。然而成者，必有所成之效验，非空虚而无知也。其舍利成之时，虚室生白，而丹田如汤煎，龟缩不举，即用收取之法，运过脊后三关，还之中宫，以养道胎，故曰收取也。

《华严经》曰，具丈夫形，成就如来马阴藏相。

马阴藏者，龟如线也。缩而不举，方为舍利有成。如或微动，不可认成。必须法轮炼之。若不锻炼，则炁嫩而力微，难以冲关，须待有冲关景，而后可移。既然有景，法轮当止，若再妄行，舍利已成，而被火逼漏，依然是个凡夫。或老者病者，外肾不举，认为舍利有成，则悞也，乃无漏尽之资，必加功修，有所举动，而后有可望矣。

世尊曰，能不死阿罗汉。

不死者，言其长寿也。如果外肾不举，舍利成就，故此不死。如佛弟子迦叶住世七百年，后遇世尊传过关之法，而成二祖。如宝掌和尚住世一千七百十二年，后遇达摩传过关之法，而后超脱，此是得舍利，未明道胎，故住于世矣。

此以上皆言转法轮成舍利之功，而慧命之道，尽在此矣！

此总结上文成舍利之法。

予曰，成舍利之道，功法甚多，曰真神，曰真炁，曰真意，曰呼吸，曰主宰，曰运行，难以备记。凡临机转法轮之际，一意取二炁，而运行之法，又在乎神之协真炁而同途，不可起于他见，于十二规，全仗呼吸催运，以息数定其法则。自采以至于归根，不可须臾离也。离则断而不续，不成舍利矣。

且成舍利之道，功法虽多，乃至简至易之法。初行似难，熟则容易。譬如乡人织布临机之时，手足头目上下左右照顾接送，初学其法最难，然而熟者临机之时，不知不觉手足头目，上下左右照顾接送，亦不知从何而主持，乃自然而然之消息。若有所执，则不能成乎物矣。而大道亦然，凡转法轮之际，意主丹田，而为轮，心神运炁，而为轮爪，呼吸催逼，而为轮毂，亦出乎自然而然之消息，有何难哉？不起于他见者，转法轮之际，外除耳目，内绝思虑，一点真神领炁循环，稍有他念则散于别络，空转无益。且数者，每步四揲，升为阳，阳为乾，乾用九，四九三十六，乾策总六爻之四揲，二百一十有六。降为阴，阴为坤，坤用六，四六二十四，坤策总六爻之四揲，一百四十有四，合成三百六十数，成其法轮一转之途步，限度不差丝毫之规则，妙矣哉，至矣哉，是道也。苟不用此万无所成此法。自汉至今秘而不泄，佛佛密受，祖祖口传，余备全而泄尽，愿有志者早成大道。夫三百六十数者，实非三百六十数，乃譬喻耳。且轮之爪二十四根，而以前后转一回，即成四十八，谓之一回法轮，而轮之外幡盘即成三百六十数，实无差也，故曰三百六十数矣。

不闻世尊与迦叶之言乎？曰正法眼藏。

此乃探舍利秘法天机，故曰正法矣。眼者，神之所栖，眼之所至，神亦至焉。

又与阿难曰，若不知心目所在，则不能得降伏尘劳。

此乃楞严之妙旨，取舍利之密机。若不以心目取之，舍利不能出炉，故上文所谓正法眼藏，能探之者，实有异焉。至於三五日间，丹田渐次温暖，团成牟尼，形如火珠，效验渐次而至，妙境不可胜比矣。盖采之时专视，不可须臾离也。离则火冷炁散，不成牟尼，故曰七日思惟，岂可轻易哉！夫若不用此法而用别法，舍利万物所得。无非长生而已。

《法华经》曰，我今为汝保任此事，终不虚也。汝当勤心精进，行此三昧于七日中，思惟如是事。

事者；释教别名，即儒所谓真炁也。炁得以前风火之法，炼成舍利，故曰不虚也。尺须昼夜无歇，念兹在兹，故曰勤心精进，万虑尽空。一点灵光，专眸舍利，故曰思惟如事。七日者，乃采舍利之总诀，即儒所谓七日复见天地之心，又云，七日一阳来复。而物之采，或五日而得，或六日而得，岂有定哉！

世尊曰，六种震动。

此言舍利所产之景也。六种者，即身中六处也，非世界六处矣。眼有金光，耳有风声，鼻有气搐，脑后有鹫鸣，身有踊动，丹田有火珠驰，为六种动矣。

又曰，眉间常放白毫光。

此乃舍利已成之时，常于暗实之中，或见白光，一二四五俱无所得。不多不少之间，采而即得矣。佛道妙用是其时也。且舍利将出炉，自丹田至目，一路皆虚白晃耀，如月华之明，若未明前之功法，外肾不缩，如马阴藏之形，或有光者，乃属想妄而生，非舍利之光也。

世尊曰，芦芽穿膝。

芦芽者，过关之巧喻，即丹田所炼成之炁。名曰舍利，或名菩提，或名明珠，其名甚多，无非此炁也。穿者，穿过后三关也。若用意穿属于导引傍门，而不用意失于相随之机，此两俱不能过，不引不失之间，内有天机，必待师传，谁敢妄泄此乃千佛万祖至秘至要之诀，自当恳切求师而后有所望焉。

达摩祖师曰，折芦渡江。

此以过关之妙喻，奈何凡僧未得真传，便谓祖师折芦渡江，以至熊耳山下，岂不谬乎？海不能渡，焉能渡江乎！然祖师生于南天竺国，得法欲东游，是国王以巨舟实以重宝与之，渡海凡三周寒暑，至广州登岸。先结梁，不契。后结魏，了其大事。盖折者，探也，芦者，舍利也，渡者，运行也，江者，即通行之道路也。

世尊曰，一箭射透九重铁鼓。

箭者，真炁也。射者，神炁同行之法也。九重者，人身背骨

有三关，尾闾、夹脊、玉枕。三关左右皆有窍，故曰九重。当过关之妙法，必由中窍而运行，若驰别路，不能得道矣。

又曰，祥悦为食。

且禅悦者，快乐之境也。食者，食舍利之妙喻，非饮食也。即真炁以上顶入喉，还于中宫，故曰食也。且当未食之先有蹊路之危险，须当防患舍利漏泄，是以下喉窍实，蹊路鼻窍虚，实而不行，虚则泄矣。若不求师亲指所成舍利，无得通挟鼻牵牛之法，妄驰虚窍，费尽千辛万苦才得舍利，成就以此尽费，岂不痛哉！

又曰，法喜充满。

法喜者，即真炁也。真炁既归中宫，渐渐不食矣，故曰充满。其间有三月不食，有四月不食，定力专者，得断食速。定力散者，得断食迟，且断者，非勉强也，炁满神定，自然而然不食矣。

世尊《本行》经曰，若至恒河水南岸，安稳住定如须弥。

水者，乃梵音之巧喻是所炼成之舍利也。南岸者，即中宫也。舍利既归中宫，神炁犹如磁石吸铁，两不相离，一得永得，无所妄驰，安稳自在，即儒所谓允执厥中，而识性渐渐消磨，真性渐渐灵觉，妄念无，正念自存。即《华严经》所谓晏坐静室，恒作是念者是也。

《楞严经》曰，行与佛同，受佛炁分。如中阴身，自求父母，阴信冥通，人如来种，名生贵住。

且行者，非行路也，亦非行事也，乃修道胎内功之行矣。舍利既归中宫，而神受此佛。炁制伏不驰，神得炁定，炁得神住，相亲相恋，鎔化合而为一，所谓行与佛同受，受佛炁分。性即属阴，所谓阴身。佛炁即为父，呼吸即为母，到此节，又不可枯寂无为。佛炁有生活之理，呼吸有资养之机，必当以性求二炁之备补，佛炁生时，使而归源，助我胎之圆满。呼吸绵绵，使而朝此助我胎之化育，所谓自求父母，又不可执其一而迷其二，到此太空有一炁，自明堂而来，归于中宫，我则鼓动盖辟，使之入周身，逐其周身阴气，变成纯阳之体。三百六十骨节，八万四千毛窍，无不

通达。所谓阴信冥通，凡躯自忘，道胎以存，一派天真佛体，所谓如来种，虽居道胎，无形无象，定慧圆明，所谓生贵住矣。

世尊曰，于欲、色天二界中间，化七宝坊，如三千大千世界，说甚深佛法，令法久住。

欲、色者，乃西方之梵语，中华名曰下中二丹田也。故《止观》云，西梵优陀那，此土曰丹田。化者，神之妙用，养道胎之法，虽在中田，必兼下田合化成一虚境，若神之执住中田，则道胎有所滞碍，而非七宝坊矣。三千即上、中、下三田也，俗僧谓过去一千，现在一千，未来一千，名之曰三千，岂不谬乎。盖炼舍利时，住于下田用功，谓之一千说法矣。然必由上中二田之循环，养道胎时，住于中田，有十月之功，故曰令法久住，亦谓之一千说法矣。然必由上下二田路过，而后出定之时，上田亦谓之一千说法矣。故曰三千也。

《华严经》曰，以定伏心，究竟无余者。

且定者，非兀坐枯禅，顽空强制而能定也。是有自然之定静。夫舍利归于中宫，识死性活，法喜禅悦，真安妙乐，无内无外，浑然一团，禅定非凡僧之可比，朗朗兮性和秋月，融融兮命似醉薰，心目内观，舍利薰蒸，其骨肉如沐浴，而心性似太空，了达无为兮，安寂六根，静照八识兮，空其五蕴。虽有循环之机，而真性安然无余矣。

世尊曰，如理而来，如理而去。

上文谓得舍利之证验，此明初入道胎之修法，且来去者，即喻呼吸之气也。示人修道胎时，必依于息，而后能离尘离境，至于寂灭，故曰如理而来，如理而去。所以禅师云，未到水穷山尽处，且将作伴过时光。盖为人离自母腹，呼吸之气及元炁，皆发散于外，日用长行，丹田本无，了胎中之息，因得神凝炁住，炼成舍利归复于此，又必以呼吸气亦归于此。元炁为结胎之本，呼吸为养胎之源，又当知以心主宰而定息。息未定时以心调之。息不调则不定，不能证道。初入胎时，调息之法，岂可少哉！如理



而来，如理而去，即调息之义，此所付大士云，六年雪岭为何因？志定调和气与神，一百刻中都一息，方知大道显三乘，是也。

如来曰，有余涅槃。

有者，有息也。凡初入道胎之时，心依于息，息随于心，不急不缓，听其自然，又不可随其荒荡泛烂，无知真息在内。本有息之胎，而若空空无息，非果无息，而实有也。故《金刚经》解云，不知谁解强安排，捏聚依然又放开，莫谓如来成断灭，一声还续一声来，即此心息相依之义也。

《梵经戒经》曰，如如一谛而行于无生空，一切佛贤圣，皆同无生空。

如如一谛而行者，即先天炁及后天之气，相兼相连，氤氲滋补胎源之机，不急不缓，如如而行也。今之打七参禅，谓谛行，不亦谬乎！故《华严经》云，如来大仙道，微妙难可知，当其氤氲之时，神炁浑合，如沐似醉，骨肉融和，欲色二界中间，不执不滞，空空洞洞，故曰无生空也。

世尊曰之，空不空如来藏。

上文谓无生空，又恐人随断见矣。故此曰，空不空，所以空而不空，正是寂而常照也。不空者，又恐人随长见矣，不空而若空，正是照而常寂也。

燃灯佛曰，生灭灭已。

生灭灭已者，胎中之息未甚至于静定，而屈伸之理尚有，故曰生灭，必守致于无，无其屈伸之迹。故曰灭已。只知有神，不知其有胎中之炁，谓之万法归一矣。了心之法，必依于胎而住。所谓归于法者，归此也。若无道胎舍利，真元之炁，强住心谓之灭已。证道者则妄也。

《金刚经》曰，菩萨但应如所教住。

且菩萨修佛，心必须应如所教住，而后证佛。故经云，菩萨欲要修佛，应当如佛所垂教而住。教者即道胎也，且欲得道胎之住定满足，先住其心，住心之要，又必须真息三昧而住，定则不

墮于六尘，而逐迷惑如是正定，而成正觉也。即《华严经》所谓初禅念住，二禅息住者，是也。

《楞严经》曰，既游道胎亲奉觉应。

此言神入乎其炁，炁包乎其神，浑浑默默，昏昏沦沦，如母胎一般之景象，故曰道胎，又曰父母未生前自造自化，具大总持，故曰亲奉觉应者矣。

《金刚经》曰，菩萨于法应无所住行于布施。

前文谓了心，必先依于胎息而住也。心既住已，不可贪着于息；若念念不舍，住于有息；则息又缚心，同于六根之缚心，是为不了之心；故此曰于法应无所住行于布施，法即息也。心既住已，当以施舍其息，古德云，过河须用筏，到岸不须舟，是也。

《华严经》曰，安住寂静诸禅定，智入不死道。

安住寂静诸禅定者，鼻无出气，两手六脉俱住，浑然大定，绝无生灭，即华严经所谓三禅脉住，诸根既住，则常乐我。静智者，禅定中之真觉也。安住寂静，定成正等正觉，真入不死之道，如来实自取证者矣。

世尊曰，无余涅槃。

无余者，无出入之息也。涅槃者，非死之谓涅槃。是禅定三昧之乐也。六根灭尽，诸缘无住，一性圆融，慧光朗彻，法界是无，余涅槃之妙境矣，即如来所谓分明不受燃灯记，自有灵光耀古今者，是也。

《华严经》曰，恒以净念，住无上觉。

净念者，不住尘妄，亦不住于法缚，乃不生不灭，禅定中之正念也，即华严经所谓四禅灭尽定是也。无上觉者，佛道圆满之正觉，慧光明朗，无昼无夜，得大自在，俱足六通，实谓之无上觉也。且念住之时，则慧自发明，切须慧而不可用，若不守定，贪其胜心，用则着于魔境，被识神所害，废损前功矣。

燃灯佛曰，寂灭为乐。

寂灭者，非死亡之谓也，乃胎园性彻之实证矣。故楞严经曰，

觉道圆满，佛性景象，寂寂兮，慧智朗彻；耀耀兮，定觉无为，心无虚妄，性无生灭，即六祖所谓禅心无想，禅性无生，六脉全无，鼻息灭尽，故曰寂灭。道胎佛性融融然如日，故曰为乐。又曰真空无为，且到此时节，雪花飘空，出定景象到，移念于须弥外，未到大定，无出定之景象到，妄出则入魔道，有景到而不出谓之守尸鬼，亦无神通之智慧，又是一愚夫耳。故弥勒佛云，饶君八万劫，终始落空亡者，是也。

予故曰，舍利过关之妙法，以静而照，以柔而用。蹊路险危防上下之驰散，待动而引柔护而行，以文火而薰，以二炁而养，以寂照而并修，以双忘而定静，则道胎之法得矣。

此重复明得舍利养道之法也。且静照者，即取舍利之正功，不静则不生发，不照则不出炉，取舍利静照之法，岂可少哉。故世尊曰，心目所在蹊路者。阳关、大便、鼻窍，即漏尽之所也。必先以法器制之保护危险之患，此之三窍，若无真师授受，必在此妄驰丧失矣。非引而通，动而并行，令赖念头护持，故曰善护宝珠，当此之时，如过小桥。故曰待动而行，柔护而行，胎因舍利之炁，有若非呼吸之化育焉。有出定之佛子，如昔在母胎时得二炁而成形，又假呼吸化育，母呼一呼，则胎亦呼一呼，母吸一吸，则胎吸一吸，而道胎亦然矣。初结道胎之时，假呼吸之火薰养，及至五六月，二炁渐微，而至八九月间，二炁全定，只知有神，不知有炁。当空之时，而顽然乎空者，则堕于断见，故空而又若不空，此正是寂而常照也。当不空之时，而只知乎不空者，此坠于长见矣，故不空而又若空，此正是照而常寂也。一到大定浑然合一，则出定之景至矣。此以上之真诀，千古不肯明言，颠倒比喻，使人难悟，余凑合逐节以成全旨，真乃万世学佛之舟梯矣。

不闻华严经五十卷之言乎？世尊从白毫相中，放大光明，名如出现。

此以下言出定之景也。上文只言养胎，而出定之时又未显然，如来恐后世不知此理，舍大慈悲，故曰从白毫光出万世之下，方

知有此为凭据矣。盖出定天机，非俗僧可得也。自汉至今，能几人知哉！此乃如来当时自所取证出定之验矣。出之时，或放白光，或放金光，本性有所见，即当求师用收光之法。如若不收其光，则驰散矣。有形不能化至无形，性虽妙而形不妙，是未得世尊达摩寂无之全法，学者当急寻师，不然错过其机，再无有也。

寂无禅师曰，胎圆节至雪花飞，念动飘空上顶机，莫谓如来枯寂道，法身出寂又归依。

此乃出定之时，当出而不出，则滞于法身，为定之所缚，不能神通，千百亿化身，胎圆节至者，道胎圆之极也。见雪花离凡体，而念动向太空，不知此机，是未得师矣。如今丛林枯坐，摄心为道，自高自大，哄弄檀越后学，自误又误人，不知如来白光，祖师雪花，空自为僧，赖佛藏身，食檀越之信资，忘父母之大恩，为男子身，顶天立地，不悟此道，岂不愧哉！且法身出定，离凡躯时，即速依然归于泥丸，养纯一七再出。初出之时，或见佛祖菩萨美异之景，切不可认他，此乃魔之变化，若认即著于为魔所诱，迷失自躯，无归宿矣。既此归寂佛果未圆，难自立脚，岂不生于后世，必须修持九地，至于十地，更加持上至十一地等觉，以超出无色界上者也。盖初出之时，离身三五尺，慎勿警恐，一切莫认，直等一金光如车轮大，以念入于光中，收摄性中，是为化形之妙本也。

《楞严经》曰，形成出胎，亲为佛子。

十月道胎，得二炁滋养，胎圆性定，谓之成形出定，智慧广大，无所不见，无所不知，出有入无，聚则成形，散则无宗，光周法界，神鬼侍护，故曰称为佛子。

《法华经》曰，世尊放白毫光，照得东方万八千世界，靡不周遍。下至阿鼻地狱，上至阿迦尼吒天，南西北方皆如是照见周遍。

且法身出定，久则无所不见，犹如掌心。阿迦尼吒天者，色界天顶之名，即色究竟天是也。道胎十月得定，功行已至此天，故出定所以至此天也。四方上下无所不见，非要见也乃自然而然耳。

大觉金仙如来曰，从肉髻中涌百宝光，光中涌出千叶宝莲，有化如来坐宝花中。

此即《楞严》示人朝暮念诵之文也。而凡僧不知其所由来，空此念诵矣。盖金仙者，即《华严经》世尊之所自称也，或名大仙，或名七仙，或名众仙，岂有定哉！了然问曰，佛教今时之僧谓仙为小道，如来又何自名此四仙也？答曰，佛原无彼此之分，所分之者，乃凡僧耳。如来自曰四仙者，正是使天下修道者不执门户，以总归于世尊慧命之道也。又问曰，《楞严经》谓十种仙报尽还坠，何也？答曰，十种仙还坠者，而起手修之时，原非慧命之道，乃傍门小法耳。所以成者亦小果耳，故有所坠也。若得慧命起手，则不名十种仙而名金仙矣。且金为西方，实即炁也。炁属阳，神属阴，阴得此阳，故成阳神，阳神者，众人有所见也，亦得取物。阴神者，众人无所见也，无能取物矣。

世尊曰，初成正觉，乃入龙宫，入定七日。观菩萨树下，入定七日，至二七三七，于乳汁林，入定七七四十九日，不食。

初出定时，养至一七再出，又至二七再出，至三七再出，至七七一出。乳汁者，西方之梵语也。此土谓之乳养，譬喻儿出母胎，虽具人形，不能远行言语，全得母恩朝夕乳养，而后自行言语，智通广大。而佛子出定之后亦然。朝夕之乳养，在泥垣，到此不饮不食，养培智广变化，一而化二，二而化三，化化无穷。故曰千百亿化身也。或问曰，五灯会源谓入定为外道，今此所言入定，岂不是外道么？答云，会源言入定为外道者，是言未得慧命舍利之道空此摄心入定，乃阴神之计耳，非阳灵也，故曰外道。此世尊言入定者，是得慧命成舍利之道胎，出胎后之入定也。《会源》不分其法，则混此一言，迷误后人。况且六祖慧命之道，奥秘而未传。所传者，无非孤性而已，故不知世尊七七四十九日一定之道也。苟不明世尊慧命道胎，谓入定为外道，焉得世尊当初修外道乎！后世又敢称为至尊也！世尊又曰，八万劫中一定，岂又是外道乎？此文七七四十九日不食乃世尊自所取证也。苟三日

不食则呜呼，何足道哉！学佛之士，速早求师指点慧命舍利道胎，而后有所望焉，不然十炼九空，甘自枯死，纵妙无非识性孤魂而已。

世尊曰，护念法，令久住。

此即言归于泥丸，乳养之功也，上文言乳汁，即护念之法矣。久住者，真念当住于泥丸，故曰大定者矣。

《华严经》曰，虽证寂灭，勤修习，能超如空不动地，佛劝令从寂灭起，广修种种诸智业。

上文言久住，得生灭已，而寂灭之，虽然寂灭，必加修而久远寂灭，如加虚空等，全然不动之地。佛嘱人曰，必要从此初得寂灭，勤加修习，智慧进进不已。空而又空，虚而又虚，故曰虚空界尽，我此修行，终无有尽。

《华严经》又曰，恒住涅槃，如虚空。

性如虚空，不著虚空相，故曰虚空。若著虚空相，即有个虚空在，而为虚空所碍，则不为虚空矣。而虚空者，乃自然而然，非有然而然者，故曰如虚空者，是也。

又曰，心常正定，灭除觉观，而以一切智觉观，从此不动，入无色定。

此即复言还虚空之性也。能到虚空境界，真心常定，一切智观灭除，浑然无极，或一定三载，或一定九年，一点金光真火收藏于内，日久月深，则凡躯亦化而为炁，神既妙而形亦妙矣。如世尊既灭度，母来悲啼，涌至虚空，又与母说法。如达摩在少林灭度，又只履西归，在路亲与宰相言语辞别，寄信与少林。宰相回寺开棺视之，并无形骸，一空棺而已。如寂无在太邑，凡身变化百千，隐则无踪，或与人金银，或与人美女，或显虎龙，或一时回转万里，禅师隐于庐山还虚，此常定之心，岂可少哉！故世尊云，八万劫一定，是也。

《圆觉经》曰，如来圆觉。

圆觉者，真性还虚，虚之极至矣。无凡无圣，无昼无夜，一

性太虚，即邵子所谓，道通天地有形外，思入风云变态中，天地劫坏，这个不坏。故《弥陀经》所谓成佛以来，至今十劫者也。

《华严经》曰，法性如虚空，诸佛于中住。

且性既如虚空则无所事也。而又曰，于中住者，实有一还道理。人多不悟，殊不如此乃炼虚之妙法，真性复归中宫之秘诀。且中宫者，如来谓之毗庐性海，将此真性住于性海，如养龙珠，一切不染，依灭尽定而寂灭之，纵有光现，敛而藏之，定而又定，久而性光化为舍利，光从性海中冲出，化万万道毫光，贯于太空，与古佛如来相会。所以大觉禅师云，一颗舍利光华华，照尽亿万无穷劫，大千世界总归依。又，荷泽禅师云，本来面目是真如，舍利光中认得渠，万劫迷头今始悟，方知自性是文殊，是也。

此以上皆言舍利之过关，养道胎出定还虚之妙法，而慧命之道尽在斯欤！余不敢谓此集为自论之妙道，是皆苍革先圣之真传，即后来万劫励志者，悟佛道修慧命之根本。使见之者即自了悟，契合佛祖之真旨，而成己又成人，则佛道之果证矣。

## 正道修炼直论第十

华阳曰，修者，以破而补固。

盖人生也，原禀性命完全之体，及其年壮炁满而自漏。当未破时，若遇明师指点，不用补法，就此顿超直入于如来之地矣。已破之者，必当补之完全体。且补之者，必借动机，以发往外之炁收回，补不足之炁，补到无足，生机不动，便成马阴之相，谓之不死阿罗汉矣。

炼者，以火而化物。

且物非他物，即我之元炁也。元炁虽藏炁穴，动时向外，变为漏尽之资，今既归源，则用火转化而为炁矣。

火非风则不灼。

上文既言火以化物，恐人不知用风，则物难化，故此必要呼吸吹嘘，火才得灼，而物才得化而为炁。

物无所则无居。

居即炁穴也。物之生时，原从炁穴而出，今乃归炁穴，而用火风，亦在此矣。

是故至人参乎大道，修乎性命，风火物所，并而同用。

以意入于炁穴，以呼吸逆吹之，岂不是同用者哉！

上下万古，成乎其道者，莫不以此而为要也。

盖千百世以上，千百世以下，此人此心，欲成乎其道者，无非性命，而性命合一者，无非风火，所谓天下无二道，圣人无二心也。

奈何知之者，稀焉，昧之者，众焉。

且世之学佛者，日念经拜佛，日受戒方丈最高者，日参禅打坐，说到性命二字，举世罕知矣。

执性之命，不识动静，往往到头虚老。

盖今之学佛者，谓佛修性而不修命，殊不知如来大藏之教，性命双修，有无原是并用，以执死禅，不识动机。初习者如佛无二，久则无所效验，自生退悔，一场空死，有何益哉。

命动而外耗，耗尽呜呼，性何居哉！道何存哉！

今之为佛门者，不得如来之真传，执性不知命宝，慧命发动，不得知其法收住，虽不变为漏尽，亦自耗散，耗尽焉有不死？既死又将何物为道哉？

是以至人察乎动静之消息，合乎并修。

且世之凡夫，才欲修炼，便已离别父母妻子，孤自深山穷谷，或高庵大寺，谓静可以修道，诚可笑也。苟未得真传，如此枯静，不识动机，如痴猫守空窟，有何益也。故紫摩光如来云，不识动静，学道无益。至人静其心以候肾之动机，移入动处，合并而炼，心肾相合，即是性命合一。所以古云，一合相者，即此矣。

命根于肾，肾动则水也。

命者，即元炁也，炁动即变为水矣。

性根于心，心动则火也。



性者，乃真意也，意动即变为火矣。

以火入于水中。

以心中之意入于肾中之炁。

则慧命而不外耗。

炁得意协住，则不外驰矣。

以风吹火化，而成真种。

盖风者，呼吸之息也。火者，意也。上文言炁得意协住，故不外驰，其中尚有漏尽之霞影未化，故此必要呼吸之息，逆吹炉中之火，化此霞影漏尽，变而为炁，不然此物作怪，搅乱君心，思想欲情，即孟子所谓炁亦能动志也。《楞严经》亦谓之阴魔，务要绵绵久久锻炼，将此阴魔化为阳光，则身心自然安乐，情欲自然不能搅动。即世尊所谓入三昧火中。而降火龙者，即此矣。此道释门之秘也。有志之士，得者如法锻炼，用之得力，欲不用除而自除，心不用静自静，所谓以道制心，而心自道，是道也。能用之久者，天机忽然发动，无中生有，即名真种也。

其法简易。

难修难成者，尽是外道，如果有缘得此道者，至简至易，所谓八十遇正道即成道矣。

悟之者，修真种而成舍利。

悟者，非无诀无传，如今之禅门，空空教人悟想，则谬矣。此即实有真功真传，教人转手采取真种，煅成舍利矣。

静时而候。

机之未动仍以静而待之。

动时而取。

机之既动，以意取之。

同炉而炼。

意炁合会一处。

故曰火化。

世尊谓之火化。

行乎如来之道路。

路者，即任督之脉络也，亦谓之法轮路矣。

宿乎世尊之树下。

盖树下者，即丹田净土也。昔日世尊修炼在于菩提树下入定，即此处矣。

斯谓之行住矣。

道一禅师云，未有行而不住，未有住而不行，即此也。

且火之行住，实随物之变化。

且物之行，则意亦当行，物之住，则意亦当住矣。

阴魔现时，即当以武火锻炼，免其奔驰漏尽之危险。

盖阴魔者，即身中之阴气也。阴气之变现，或梦寐所见阴人，或是身体发障，或是静坐偶见阴人，或梦寐见虎怪，俱是阴气所变化，走漏舍利之坏病，必当风火猛烹极炼，烧得里头鬼哭神嚎，将阴魔炼尽，而后则无危险之患矣。

净静太平，常自柔和而温养，以为护持宝珠之坚固。

身体无所怪见，以意照顾温养。

且如转法轮之际，文武兼而并用，其中精微奥妙，又在师传而自悟也。

盖行法轮之功，升降为武，沐浴为文，而升降之中，亦有文亦有武，总在师之传受，而精微之处，又在自悟矣。

舍利成之时，止武带文之薰聚。

且舍利成时，即用文火团聚，若不知止，再用武火，所成之舍利，又被武火逼散，此处当知危险，至要至要者也。

斯谓之温养，实喻为保守也。

舍利成时，止其呼吸之武火，用神光返照之文火，且真意又当时刻照顾，保之防危。

当其时也。

时者，舍利将生之时也。

明珠现而为百怪灭。

明珠者，舍利也。舍利已成，则显然而露象，百怪者，身中阴气夙病也。明珠一现，阴气夙病顿除，故曰灭矣。

柔运漕溪之大道。

漕溪者，背骨之髓路也，采舍利时，必由此路柔缓而行，若驰别路，是舍利即不能得矣。

道胎立而千智生。

且舍利归中宫，发白再黑，齿落复生，智慧广大，过去未来，无所而不知。切忌慧而不可用也。

温养允证如来定慧。

且到此地位，俱是文火薰蒸，再无所失。

所谓一证永证，常自定觉于中央，慧照于性海矣。

夫慧而不用，勤修禅那。

盖禅者，静也。那者，性也。到此只修自己之定性，以调自己之息火，一切知觉，先后祸福，知而不可用也。

愈加灵智之光辉。

且慧而不用，道胎之性，愈加灵通矣。

寂照常自觉悟，休随昏沉散乱之悔空。

此言寂而常照也。觉者知也。言禅定之中，必要有正觉知见，而后复见性体。《华严经》所谓恒以净念，住无上觉，若随其昏沉，则胎无息，坠于无知，属于枯寂顽空之外道。若随其散乱，则胎无主，火冷气竭，无所成也。

持守定力，在乎空性一念之诚也。

盖胎中定力在乎一念之诚，十月之胎，必要念念在胎，念住息定而后胎圆。《华严经》所谓安住寂静，诸禅定智，入不死道者，是也。

法性定时，雪花乱飞。

静室之中，偶见雪花飞放，此乃胎圆之时也。

斯谓之出定矣。

见出定之景至，即当出矣。不出则滞于胎，无神通智慧之变

化，虽成胎圆，又是一愚夫矣。

盖大道静极之中，而又生动机，所谓璇玑复建于子，真物再动于静极。

盖物者，至阳之物也。此物静极复自动矣。所谓阳无剥尽之理，若夫至人造乎日月，推情合性，转而相与。

所谓重造乎妙道，再立乎戒定慧。

且此一段功夫，古人隐而不露，或是怕泄漏天机，或是未得者有之。凡修炼之士，既得此物来收聚于内，将所出定之法身，亦归于内，合而为一，长入乎大定矣。

定定不已，至于无极而至极者也。

### 正道工夫直论第十一

华阳曰，下功之时，处于静室。

静室者，不近闲人之所。恐来搅我之静也。

身如槁木，

坐则忘形。

心似寒灰，

静则忘心。

以灵光为用，

回光返照。

并性命而同宫，

以性入于命宫。

是谓道之首也。

此言修性，而命即在其中，故曰首也。

且静极而动者，

且人能到真静之时，内有一机顿发，即非凡心也，亦非意也，乃丹田之炁动也。五祖曰情来，六祖曰淫心，即道心。学佛之士，若不知此动机，乃无下手之处，虽修无益也。

大道之根苗，

佛祖知此机来，用法收回丹田，炼成舍利牟尼，超凡入圣，由此而起，故曰修大道之根苗也。

造物之主宰。

且凡夫不知修炼，因此机动无法制之，则心亦动焉。即孟子所谓烝亦能动志者也。

如此男女交合则生人道矣。而万物亦因此机动，雌雄自合，亦生万物。世人因自好色，谓之修道者，亦是好色，实不知其法也。佛祖专候此机之才动，不等心之转念以火炼之，以风吹之，外肾自缩，心如凉水，何好色之有乎！且焦螟、虱子，岂有色心乎！此乃道之化育，天地之真机，自然而然，非有心也。圣之变化，总在此顺逆之间耳。

烝旋窍开。

且烝者，古人曰物，曰水，曰闺阁事，其名甚众。窍即丹田，烝穴也。开即命门，医书谓两肾中间为命门，误也。此门即在脐下，女人谓之子宫门，正此也。男女泄精，正在此处也。

慧命之情，喜向乎其外，

盖慧命乃世尊巧喻之别名，中华所谓元烝者也。人自受胎稟造物主宰之烝，而在其内，佛性亦在焉。所谓天命之谓性也，通八脉与母呼吸相连，口鼻绝无气也。及其团地之时，口鼻一通，八脉不通，元烝内藏。及其年壮，元烝拱关而出。《楞严经》谓之漏尽通矣。窍既开矣，自后其机一发，无路可行，顺此熟路而出。余有俗堂弟，字道宽，法名原明，久住金山，以得金山之法，后住杯邑勇水庵，为方丈，禅教原不问此事，似过涵灌，只悟自性，不必究他。余曰，既有走漏，则与凡夫淫媾似也。《楞严经》云，淫身淫心淫根不断，如蒸砂石欲成其饭，经百千劫只名熟砂，必入魔道，轮转三途，终不能出，禅教何得不问也。世尊慧命之道，佛佛相应，祖祖相传，若能自用，则三种淫事，一炼自断，其中有深旨。

摄乎其内，

摄乎以吸吸摄之，呼吸非意则无主矣，内者，丹田也。

绵绵若存，念兹在兹，和合熔化，而为真种之胎源，实为正道之真传矣。

上文所言摄归之法，此则表时刻温养之功。且命既归源，又当时呼吸嘘之，刻刻意守之，似炉中之火种，意炁双熔，变为真种，实为性命双修，久则无中生有，除此之外，尽属傍门，终无所成也。

古之曰火化，

火者，真意也。

曰和合，

性命合一。

曰对斗，

对者，返观也。斗者，丹田也。

曰跏趺，

跏趺者，以真意坐于吾身北方水面入灭，为初关下手之法也。昔商那和修尊者，见阿难坐于中流水面，跏趺入灭，三至参求，后阿难付以正法眼藏，而为三祖者，是也。

是阐明此道之用也。

千万般之巧喻，无非性命二物而已矣。

功到时至。

且非一朝一夕，日集月累，而后方可望也。又在乎老少勤怠之分耳！时者，非天时之时，即吾身物产之时也。

无物之中，而物产焉。

物产心有所知，若兀坐顽空，则当面错过矣。

斯时不令其顺而逆之。

物产原是下流顺当，故用意息采之。

达摩谓之采取。

顺出谓之漏尽通，逆回谓之采取也。

物既归乎其源。

源即丹田也。

则有法轮之妙运。

后升前降，谓之法轮。

起盖辟之消息，

盖辟者，内外呼吸也。外面之呼吸降，则里面之呼吸升之，外面之呼吸升，则里面之呼吸降之。

徘徊上下，

徘徊者，活动之意，上即顶也，下即腹也，六祖云，吾有一物，上柱天，下柱地者，即此矣。

立乎天心，

天心名曰中黄，居于天之正中，一名天罡，一名斗柄，在天为天心，在人为真意。中宫若失真意，犹如臣失君主矣。凡转法轮之时，必以真意坐于中宫，而为车轴之心，使爪之运转矣。

依乎任督，

凡转法轮之时，意命必须依乎任督而运行，或意行而命不行，或命行而意不行，则不成舍利矣。

归根复命。

还于本地也。

故谓之四候六候者也。

采封升降沐浴也。

数足物灵，则有采取过关之诀在焉。

夫既明前所用功之法，久久行持，窍内满足，一静则天机发动，周身融和快乐，阳物全然不举，故曰数足物灵也。且物既灵，即当采运过后三关，归于中宫，其诀最有秘密之妙，不敢言者，而放言之矣。

夫或采而不生者，

不当采而采者，其物嫩之矣。

或生而不取者，

生而不知，则当面错过矣。

是不得诀之真故也。

此皆未得师传之过矣。

且欲得诀之真者，又当虚心求师，久久护持，

盖世之学佛，不得其全诀者，皆因已有所知所能，轻师慢法，故不得其全诀矣。若能虚心恳切，执弟子之礼，行弟子之事，久久真心护师成道，岂不有不得全道者乎！

培德舍力，

盖德者，道之体性之用，欲觅师道，而不修德，焉得遇之，德和道者，如鸟之羽翰焉，缺一无所用也。力者，财也。古云，法财两施，彼此同成正觉，苟曰称修道，分文不舍，沽名钓誉，假佛遮身，就有佛道高人泛而不视矣。

然后大道有所得也。

世之学佛者，谓坐而有所得，岂不谬也。如刘志略乃坐怀而得，因结交有力，与六祖同借其力也。

盖出炉之消息，

炉即丹田也。

又赖意之静观，物则生焉。

盖意观者，如来云，若不知心目所在，则不能降伏尘劳，物之出炉于不出炉，总在乎意之力也。且物又是元炁之喻名耳。

如来谓之炉中火发，

此即紫摩光如来之言也。火者，暖也，发者，动也，此是舍利产之景也。

斯时牟尼露象。

上文言暖者，乃内景也，象者，外景也。

不惧不惊，

或者乍见此景，未得真传，认为外物，而不禁惊讶，则心动神驰，舍利亦散，欲望成道，不亦远乎。

动而并行，

命行则意行，命住则意住，故为并行者矣。



切防蹊路危险之患。

蹊路者，前注于集说矣。

渡过恒河之渡口，

恒河者，背骨之髓路也，上下有不通之处，必要真意度过此处，故曰渡口矣。

由漕溪而上鹫岭，

漕溪者，即上文髓路也，鹫岭，在头之后也。

达须弥而下重楼，

须弥，头之顶也。重楼，气喉也，气喉有十二节，故曰重楼也。

往南华花世界，

且往者，慧命之来也，昔日法华会上，龙女献珠，往南方女转男身，成证佛位，即此喻也。盖南者，心窍也。心之喜动而不喜静，喜新而不喜旧，时刻迁移，进出无时，莫知其乡，自无始而至今，四生六道，无有休息，所谓人死不知心。今幸得慧命来相制伏，变种性为真性，炼识神为元神，犹如铅之制水银一般，则水银死，而无驰弄之性矣。若不得此慧命来入心窍，而亦不能自定，纵有所修，无非后天之识性，非先天之性也。先天之性，因地之时，落于命中，故曰天命之谓性。学佛者，自当醒悟先后之性，若不自悟，终无所成矣。

坐登佛光宝殿。

宝殿者，心下之一窍也，乃养道胎长定之处也。

忽然溶溶如谷云，霏霏似春雨，盘旋敛聚于中宫，斯谓之结道胎。

盖舍利登中宫之时，周身如云之腾，似雨之施，百脉冲和，畅于四肢，急将心目左旋右转四九而定，右旋左转四六而定，性命盘聚于中宫，结成道胎矣。

安乐太平之祥定，

到此无损无失，一得永证。何得不安乐，自然禅定寂静矣。

勿助勿忘而养，勿寂勿照而温。

且初结道胎时，后天之息，本似于有，而不著于有，故曰勿忘。道胎既结，则意在乎其中，寂然不动，又不可随其昏昧，必须常觉常悟，故曰勿照。

静定之中，忽觉一轮皓月悬于当空，

且此月从丹田升于目前。

留而待之，

以真意留之。

一轮红日升于月中，

日月合并，

收而藏之。

用法收于中藏。

定静之中，习乎寂灭。

一念不生。

有无之场，还乎浑然。

真性虚无。

故曰无为者矣。

空虚至极矣。

且大道无穷焉，静极而生乎动，一物上合于道胎。

盖万物极则还原，而大道亦然矣。静极生乎动机，有一点纯阳之物，从涌泉自升于中宫，与道胎相亲相恋和合，合而为一者矣。

而法轮之又重转矣。

此物既归道胎，则自往下，由尾闾上顶，降于中宫，是谓助胎源之至宝矣。

静而又静，灭而又灭。

鼻无出气，手无六脉，则大定矣。

胎圆炁足，天花乱坠。

有天花坠则知胎足，无天花坠则胎不足矣。

则佛子之定念，当移而超出三界。

见此景至即当移念出定。三界者，下丹田，中宫，顶门谓之三界也。

是谓如来之出现矣。

《华严经》云，世尊从白毫相中，放大光明，名如来出现者矣。

且出定之初，防被外魔之侵扰，

盖初出定时，恐有诸佛菩萨来言语，切不可答谈，只提正念，遂出遂入，不可远游矣。

一轮金光，本是我所有之灵物，取而归之，为化形之妙药。

且出定之初，万物不可着，只候自身中一轮金光，现于空中，将法身近于光前，以法聚光，取于法身内，遂即法身入于凡身，久久乳汁，则凡身立可化为炁矣。恐不得此金光者，则凡身不能化为炁，故有留身之说者，谓此也。又在德行之故耳。此即万古不泄之天机，今则泄矣。

收而养之，子又生乎其孙。

且初出定时，原是一身，定久则百千亿化身矣。

愿各行满之时，隐于深谷，绝迹还虚，合乎妙道。

功满隐入深山古洞，无人来往之所，兀然端坐，炼形化乎炁，神亦还虚，形亦虚矣。

是谓如来末后之事也。余愿同志者，休误入口头禅、三昧之外道，认为正道，则非正道也。

## 禅机论第十二

华阳曰，佛道性命喻龙虎，龙虎喻动静，动静喻禅机，何喻之杂也？

且人从禀受，无非性命而已，另外又有何物哉！人若成乎道者，先将保守性命。性命之藏处，别名曰龙虎。龙虎之行住，又曰动静。动则为机；静则为禅。千名万喻，不出性命。除此性命两物，都是诤哄愚夫之进门耳。

古佛曰，不识性命，则大道无所成。

千门万户，费尽心机，实不知性命，或修性，或修命，亦无所成。

佛佛祖祖，莫不由此性命而为之修炼也。

且自古成道者，未有不修性命而得证果矣。

夫既曰性命，而又曰禅机者，何也？

心静者，为禅也；肾动者，为机也。

且人从禀受性命，原是一团。

盖人受胎之时，父母二炁合成一炁，一点灵光之性，即在其中。古人所谓三家和合有其身，真不谬也。

及其生也，分而为二者矣。

且人生之时，团地一声，性分于心，命分于肾，二物所隔八寸四分，至老莫能相会矣。

当其节至休旺之时，

人到十五六岁，丹田之炁自动。

而慧命元宝，

元者，即所受先天之炁也。

即有变化，拱关向外之机者在焉。

盖先天之炁之隐于丹田，后天足时，则先天炁自动，动而不修，拱开阳关，则变为后天有形之漏尽精矣。

不令其顺出，趁此之机，

机者，在内有景，在外者，外肾动也。

迴光返照，凝意入于北海，则元宝亦随意之还于北海矣。

寂无老师云，凝神收入此窍之中，则炁随神往，自然归于此窍矣。又世尊云，心目所在。

故谓之合凝聚。

以心合肾谓之凝也。

因其有变化之顺逆者，

顺者，元精，亦为漏尽；逆者，元炁，亦为物也。

故曰机也。

机者，动也。

若不曰机，则人不知慧命所动之至宝。

夫命者，元炁也。炁动虽不泄漏，则亦外耗，耗尽呜呼。修炼者，不令其外耗收藏于内，则成其道也。生人亦是此炁。故曰至宝矣。

以元坐顽空，

如今之禅门不知慧命，摄心死坐谓道，谬矣。

迷却性命配合之真机。

不知性命凝合，空自磨砖作镜，有何益矣。

且落于枯寂，将以何者为真种哉！

不知和合凝集之法，则无真种产之景矣。

及其机之息也，默照浑然，故曰禅矣。

且机息者，命不动，阳不起，故曰机息。机既息矣，迴光静照，无事无为，故曰禅也。

时至忽然而动，又曰机矣。

盖时者，非天时之时，乃真种产之时也。能知前所用之法，自有真种产之时也。

急当采取。

收回于本宫，不收则错过矣。

圆通谓之盗着，

盗者，取也。

起阖闾之消息。

阖辟者，内外之呼吸也。消息者，元关之机耳。

运法轮之元机，

此即真种通任督之道路，呼吸催逼，故曰法轮元机也。

真种灵宝，当归根深藏。

藏于下丹田之所矣。

古人谓之返本复命也。

运行又归于命之原窟矣。

然取得此种来，

由法轮之机如意。

斯谓之舍利。

舍利，是命得性炼成，谓之舍利矣。

去其有为之功，

去其风吹运行之法。

用其无为之法。

以迴光返照。

静默而寂照之，又曰禅矣。

此乃采舍利之功，有七日之照也。

斯谓之心目所在。

在者，心目在于舍利之处。

且牟尼之珠成。

团成一个。

形如珠砂，光似雪。

里面红，放光则白矣。

融似汤煎，味如蜜。

丹田融暖，口中如蜜。

活活泼泼流通出焉，又曰机矣。

出者，出炉也。

不惊不疑，

以意定静，

待而动取，

伺候动而同行，

实谓之妙法善取之方也。

除此之法，再无别法，可取所谓柔能制刚。

迅此动机，

动者，珠动也。

徐徐穿过三三之铁关，

盖徐徐者，不前不后，前则谓之导引傍门，后则谓之存想外道，故必相依而同行。三三者，背骨之窍，左右有孔从中而直上矣。

斯谓之超凡入圣。

炼舍利在脐下，既成舍利，必要超脱离出幻境，不超终有所患也。

牟尼之宝珠既归中央，

心下肾上，

柔守而定照之，又曰禅矣。

常以温养，

禅定之中，融融无为之乐也。

一团太和之天理，似醉如熏，佛曰禅定之中三昧也。

且无为之中忽有为焉，又曰机矣。

太空中一点甘露。

夫既曰无为，而又曰机何也？若不曰机，则人不知有此妙物，孤守胎囊。

不知大道，天人有相助之机也。

顺此机之妙物，收附于胎中。

以意逆至于中宫。

寂照而长定之，又曰禅矣。

依然温养。

斯谓之生灭灭已。

二炁永定矣。

夫寂定之中，一物超然而出，又曰机矣。

从丹田而来，有华而无形，悬于太空。

稍稍而待之，又曰禅机矣。

二三息之间。

随而又出焉，又曰机矣。

亦从丹田而来，有华而无形与前物相合。

收而藏之。

用秘密天机法，收于胎中。

寂照柔而默守，又曰禅矣。

无事于无为，常寂而常觉。

寂照柔默之中，二物从涌泉而出，又曰机矣。

有二道纯阳之物，从涌泉直升于顶，降于中宫矣。

取而静定，又曰禅矣。

鼻无出气，六脉俱宁。

斯谓之寂灭也。

从无出入之迹。

且寂灭之定久。纷纷白雪满空，又曰机矣。斯时出定之辨机。

乃是真景。

不令其迟阻，

速以出之。

若夫滞于胎中，缺少神通之变化，

又是一愚夫矣。

即当而出之。

从顶而出。

斯谓之超出三界，宁而待之。

离凡身一二尺候之。

又曰禅矣。一片金光悬于当空，又曰机矣。收而入之，定而又定，又曰禅矣。久久长定，形神俱化，而禅机之说，从此毕矣。

上下万古，禅机从此，今则尽漏泄矣。

余愿学佛者，休误入于邪师外道，口头之禅机，认为真机，则非禅机矣。

### 杂类说第十三

华阳曰，成乎其大道者，莫不因夙缘而得。



大道者，乃性命之双修，龙虎降伏之法。若孤修枯性，则非大道矣。夙缘者，累劫所修之，因今世幸遇双修，如朱涂乃童真，坐于高房内室，富贵之家，不能访道。偶尔幸遇串通消息，已得余之所指，成其道果，是其前因也。晋时有祖师留记曰，一千四百有余之年，涂子童真扫径迎，岂不是前所修定者，即当过出定，恐有退堕之念，会然曰，他家只有他一人，岂有不生子以接传后代？答曰，太上、如来、鸠罗摩亦有子。问曰，道既已成再生子，岂不走漏？答曰上等仙佛以神交，或以炁交，凡夫则不能矣，欲生子必以形交，故有走泄，伤其元本。昔日如来往山之时，夫人曰，你去，我日后何靠？如来回头指之日曰，日后你生一子。后果生子。又鸠罗摩，乃西天十九祖，中华国王请至此土说法之后，对王曰，臣僧欲生其子。王果与他宫女。众僧此时皆不悦。罗摩知其情，谓化王以针供众僧。众不敢食，罗摩独食一钵，此时说法上，食得针、娶得亲，食不得针，娶不得亲。次日其针从诸毛孔出，后果生子。此乃性命双修，神通之变化，既成道矣，何忧子乎！

或见或闻而入，及其成功，一也。

上文言累世修为有根基，此言今生初修，或见人所修而自修之，或闻人所修而自修之，一到功成行满之时，与前人所修一也。所谓悟即众生成佛，迷则佛是众生者也。

又必在灵心决断之力也。

凡学道者，必要一点灵悟，不可听他人之言，总在自己之见识。

不被傍门所惑，不好小法所能。

志者，见傍门小法，自然不惑不喜矣。

善自虚心恭迎，

高人志士，善自求人。

不执门户，

三教俱有隐师，遇者即当求道，休执迹矣。

搜寻古之遗言，求师悟道，以此印证真伪，授受之际，必须  
审察逐节可合不可合之功法。

且未得诀者，先当广看三教经文，搜寻真要，遇师之时，且  
看与此性命双修合于不合，若前后颠倒，则非正道，纵修无所益  
矣。

如果诀真，然后行之可成也。

诀真者，何以见得？盖真道者，下手必是双修，行一步，自  
有一步之效验矣。

不被旧习所弄，

旧习者，昔日所作所为，今日不起不现，为炼心有为矣。

不被魔障所侵，

且学道之人，有一段功夫，则有一段魔障，或内魔，或外魔，  
一点真念，藏于命中，寂然不动，为炼心之纯熟矣。

疑心顿脱，真心长存。

夫既得真师口诀，往前勇猛而进，念念存真，为道之主持矣。

未来过去现在浑然，

未来不思，过去不存，现在不喜，三心俱忘，浑然天理。

见物内醒而不迷，

即六祖所谓见物心速起。

闻声内定而不入。

《心经》解云，任他世事纷纷乱，堂上家尊镇日安。

坦坦果日当空，

十二时，一点灵光常不昧。

寂寂返照朗然。

定静之中，回光返照北海。

八风无所摇动，

眼耳鼻舌意不动，故曰八风矣。

则大道有所望矣。

如此炼心，然后下手行功，有所效验，则道必有可成。心若

不熟，功无效验，道亦无成也。

夫至道不孤行，

且此道必要侣伴之护持。

力微无弱，无所成焉。

盖力者，财也。有法无财，功难成就。六祖借神会禅师之给付，二十七祖因香至国王之财，二施等无差别，同成其道。且以积金盈匱，聚钱如山，而不信成佛之道，甘自为鬼，何足为贵哉！

须仗有德，同归知觉。

且德者，最难得矣。必要有佛祖之心怀，方为道中之德。如六祖将抵韶州，路逢刘志略，遂结为友，此乃同知觉，这道之德也。

访侣护之真伪，须当久深彼之怀因，

盖人之善恶，事久不察，而自现矣。

或好胜心，或图有为福德，

且胜心者，谓我好则喜之，谓我丑则不悦之，此人不可学道矣。有为者，看经拜佛，修桥补路，修庙受戒，俱是图有为福德，于道无干。六祖所谓有福孽还在，岂可图之哉！

或执己能，

世之无志者，总谓己能。

或谓佛祖天生，

凡夫不得真传，便谓得道者天之所生。殊不知大道人人有分矣。

这等切莫露机。

遇此上四等之人，一言不可发。

或重财轻义，

重财之人即无仁德，不足以载道也。

或有始而无终，

先甜而后苦。

或言善而心恶，

沽名钓誉。

或殷勤而诱哄，

小人谦柔而进。

或祖宗无德，

祖上无德，子孙修炼，天必不付其道。

观此深秘藏真。

遇此上五等之人，如痴似愚。

若得其丈夫之真传者，彼自究竟根源。

常自悟性命。

累搜佛祖之秘密，

且秘密者，即性命也。自搜性命，足见受道矣。

生怀忠孝仁义，

生来天性，前劫即有修之根矣。

慈善济物，

广施仁德之心。

五戒全真，尊师重法，誓立愿深斯谓之道侣护法矣。

遇此等之人，方为学道侣伴矣。

而后露如来之秘密，泄祖师之元机。

到此方传大道。

所谓施者受者，同成正觉。

施者，师也。受者，弟子也。弟子能护师成道，而后可传道矣。

又云，财法两施，同登彼岸。

彼施我财以济其事，我施彼法以成其道，故如来云，财法二施，等无差别者矣。

夫下大功之际，

且大功者，即过关十月之功也。

择于静地名山，

静地者，不近人之往来，亦不近坟垆，坟垆阴气侵害，山要

古人成道之所，则无外魔，即有正神护佑矣。

房屋不宜高大，

高大招是非，

墙壁坚厚，

以避恶虫，

明暗得宜，

明则伤魄，暗则伤魂。

饮食最当净洁，

专食素饭素菜，戒诸香五辛，香则散炁，五辛生淫精。

备购诸般法器，

且入室之时，床下安雄黄一斤，以辟邪气，悬古镜一面，魔来时镜中即现原形，桃剑一把，以辟外魔，坐下必要和厚，不生烦心矣。

入室之时，师徒誓立同心，

修此大功，必要同心合意，方敢入室。入室稍有不真，下功之人，岂不损坏矣！

功成道备，当以游戏人间，接引群迷，

功成出头，阐扬妙法，接引后学，如六祖道成，遇风缙而出，接引后人，说法度脱，且今之林下，未成道者，先以说法，则谬妄矣。

广施慈悲之法雨，普济登岸之妙药，物我同途，是古佛圣贤之愿也。

## 决疑第十四

了然六问

问之一曰，拜佛不见成道何也？答曰，佛在太空，何须拜也。《金刚经》云，若以色见我，世人行邪道，即不能见如来，又问曰，拜无用也？答曰，拜诚意耳，与道无干。

问之二曰，念经何不见成道何也？答曰，经是佛所造，若是

念着佛听，何须听他，若是念着自己听，亦不必如此而念。《金刚经》云，若以声音求我，世人行邪道，即不能见如来。佛乃西方人之名字，孔子乃中华人之姓氏，佛何罪于尔，要尔念也！譬如考试官欲取第一名，唱圣人姓氏可通否？六祖云，东方人造孽念佛，求生西方，西方造孽念佛，往生何方？故念与道有何益耶！

问之三曰，受戒不见成道何也？答曰，戒者犯也。戒乃昔日如来，当成道之后，以相随者众，故文殊请如来设此戒，以制伏下等人之法，免其多事之故耳。六祖云，心平何劳持戒，大道在性命之内，此戒在皮毛之外，两相不平，故无成也。

问之四曰，打七一门，释教今时称为最上，不见成道。习者反人人吐血，是何也？答曰，自如来开化，西天二十八祖，东土六代并无此门，乃僧高峰门人诬设，坑害后人。高峰乃文字之学，非如来之道，况所习者，是闭息之傍门。吐血者，因跪香忍气，伤其脏腑，坐打香板，伤其脊络，就是卢医、扁鹊，莫能救之。此门日后自有至人灭之，以救无尽性命矣。

问之五曰，有打七之人，自称顿悟佛性，现在吐血，反教他人习之，果是悟得佛性否？华阳嘎嘎大笑曰，凡得道者百脉流通，一团太和之阳气，全无阴气之阻塞。吐血者，乃阴阳不和，火气盛，阴气阻塞之过耳。命且不保焉，能悟得佛性，不待计较而自明也。

问之六曰，六祖闻经，既以顿悟，应无所住，而生其心，又何必求五祖？答曰，六祖所悟者，乃是性道，他自知有慧命之道，故数千里叩求师恩，以传慧命。盖慧命必要师传，空悟者不能得矣。

介邑秀才李思白，名埴，道号琼玉、六问

问之一曰，弟子昔日最不信释道，闻朱子之言，谓释道虚寂之说，故此去之不取。前蒙翟友所送老师之书，初不欲观，后强视之，乃知有真实功夫在，信心无疑，行持半月，幸得真种产之景到，觉身内八脉齐开，夙有病疾，一夕而愈，今成舍利，真乃

有幸矣。弟子闻今时出家人，开口便言他自悟得性，不用修炼，言修炼有成即有坏，此言是否？答曰，此图衣食之计耳。又怕别人言他无道行，以夺却主顾，故用钩连之法，何曾有实也。若不用修炼，世尊何必在雪山六年，达摩何必在少林九载，六祖又何必隐修十五年，俱是有凭据。彼言顿悟者，哄弄世人之方耳！一朝气断呜呼矣！

问之二曰，成道是一法修炼，还是二法修炼？答曰，千万佛总是一法。未得慧命者，则有门户之说，得着慧命总归一也，世尊所谓除二即非真者，是也。

问之三曰，今日禅门传法，可是真法否？又曰，出家人做到方丈，则不用求人，自就是大和尚，登佛位，代佛说法，不知是何法？答曰，自西天至东土，达摩六祖，以口传心授，故五祖云，师师密附本音，今时失却真传，乃将纸上传，某僧某僧之名为传法者，如优人自称汉高祖楚霸王，说者如放牛小儿唱山歌，哄弄愚夫愚妇。智者观之，真可笑矣。

问之四曰，看话头参禅，可是真道否？答曰，若释教之傍门。故曰看话头参禅，以争己胜。若释教之正道，先须双修，行实在功夫，不问话头。

问之五曰，打坐人，凡有走漏，是何故也。答曰，人至十五六岁，炁满自然而走泄，不得真传，则不知用火功，既不会火功，焉有自住之理乎！若要不走泄者，时刻在走泄之处，用火锻炼，使精化而成炁往上升，不致走泄矣。

问之六曰，今禅门人，称修道走漏不碍，此言是否？答曰，此是第一外道。《楞严经》云，淫身淫心淫根不断，必落魔道，经百千万劫，永不能出。况走漏一回，与凡夫淫媾一回，其理一也。天上未有走漏身体之佛祖，其舍利子又从何来？此乃释教下等之徒，不必论他。

僧真元十三问

问之一曰，正道从何而起手？答曰，心目所在，又云凝集和

合，当知必有所在之妙处。古云，反观凝合，要知去处，即在命之所也。

问之二曰，何时下手？答曰，有物则下手。祖师云，可贵天然物，独一无二侣伴。又非心非意，物之藏于海中，动时即有知觉，就在此时下手。

问之三曰，古人谓降龙伏虎，何为龙虎？答曰，龙即心中之灵念也；虎即系海中之暖信也？若要龙虎降伏，先以龙宿虎窟，后以虎归龙穴，乃自然之降伏矣。

问之四曰，何为猛虎出林？答曰，即阳物动也。又问曰，何以伏之？答曰，即以龙驭之，以风吹之。

问之五曰，何为真种？答曰，即龙虎合炼成一物，然后有机动者，故名曰真种矣。

问之六曰，何为舍利子？答曰，即真种所产以得法轮之炼法，数足外肾不举，故名之舍利子。

问之七曰，何为牟尼珠？答曰，即舍利子所产，以得运过后三关之法，归于中宫，故名曰牟尼珠矣。古人云，前三三，后三三，即此也。

问之八曰，何为道胎？答曰，即牟尼珠归于中宫，与意两相合一。意在珠中，犹如磁石吸铁一般，故名曰道胎矣。

问之九曰，何为六通？答曰，先有漏尽通成，然后有五通。若独修性，不知慧命，只有五通，漏尽不得成矣。少此一通，不能成佛，只为灵鬼转劫而已。

问之十曰，何为出定？答曰，即道胎中之珠，炼成一个，数足从顶门而出。

问之十一曰，何为化身？答曰，即出定之身所化也。又问，何等化法？答曰，犹如手之十指动也。要一指动，或要十指动，总在念头也。

问之十二曰，傍门与正道成时，有何效验？答曰，傍门言成者，由他口内胡谈，无凭无据。正道成舍利时，则外肾绝无举动。



成道胎时，手无六脉，发白重黑，齿落重生，出定之时，身外有身，求师当自察之。

问之十三曰，不得正道，日后若何？答曰，种瓜得瓜，种豆得豆。

太邑海会寺，方丈龙江。

问曰，自己以此静修，不起杂念，可得不漏而成漏尽通否？答曰，静修只断淫身淫心而已，淫根则不能断，既不能断，则漏尽不能成。欲要漏尽成者，须用火风之功，如来曰火化，曰风吹。实有真传矣。

洪都药师院方丈石藏和尚

问曰，忽然顿悟无凡无圣，一念圆融似太空，静久下身融融和和而动，以至于外肾，何故也？答曰，此是禅机之妙处，修慧命之下手时，能用法收回本处，故谓之双修矣。

### 张紫阳《八脉经》

冲脉在脑后，任脉在脐前，督脉在脐后，带脉在腹，阴跷在囊下，阳跷在尾闾（上三节）。阴膻在顶前（一寸三分），阳膻在顶后（一寸三分）。人有八脉，俱属阴神，闭而不开。惟神仙以阳气冲开，故能得道。采阳气，惟在阴跷为先。阴跷一脉，散在丹经，其名颇多，曰牝门、死户，曰归根窍、复命关，曰丰都野，死生根。有神主之名曰桃康，上通泥丸，下透涌泉，真气聚散，皆从此关窍。尻脉周流，一身贯通，和炁上朝，阳长阴消，水中火发，雪里花开，天根月窟，闲来往三十六宫，都是春得之者，身体康强，容颜返壮。在坤地尾闾之前，膀胱之后，小肠之下，灵龟之上，此乃天地逐日生炁之根，产铅之地也。医家不知有此。

### 九层炼心

初层炼心者，是炼未纯之心也。未纯之心，多妄想，多游思。妄想生于贪欲，游思起于不觉。学人打坐之际，非不欲屏去尘情，

无如妄想方除，游思忽起。法在止观，乃可渐渐消溶。止则止于脐堂之后，命门之前。其中稍下，有个虚无圈子，吾心止于是，而内观之，心照空中，与炁相守，维系乎规矩之间，来住乎方圆之内，息息归根，合自然之造化，巍巍不动，立清净之玄机。从此一线心光，与一缕真气相接，浑浑灏灏，安安闲闲，此层炼心养炁之初功也。

二层炼心者，是炼入定之心也。前此一线心光与一缕真炁相接。若能直造杳冥，自当透出玄窍。奈何定心不固，每为识神所迁，心与炁离，仍不能见本来面目。法在心息相依之时，即把知觉泯去，心在炁中而不知，炁包心外而不晓，氤氲氤氲，打成一片。此炼心合炁之功也。

三层炼心者，是炼未复之心也。前此氤氲氤氲打成一片，重阴之下，一阳复来，是名天地之心，即是玄关一窍。此刻精、气、神都在先天鸿濛初判，并不分真精、真气、真神，即此是真精、真气、真神。若能一心不动，便可当下采取运行。无奈见所未见，闻所未闻，美景现前，忙无措手，心一动而落在后天，遂分为精、气、神矣。法在玄关初现之时，即刻踏住火云，走到尾闾，坚其心，柔其息，敲铁鼓而过三关，休息于昆仑焉。此炼心追炁之功也。

四层炼心者，是炼退藏之心也。前此踏火云，过三关，心与气相随，固已入于泥丸矣。然在泥丸宫内，或有神识引动，则炁寒而凝，必不能化为真水，洒灌三宫，前功尽去矣。法在昆仑顶上，息心主静，与炁交融，炁乃化为美液，从上腭落下，捲舌承露，吞而送之，注心于绛宫，注心于黄庭，注心于元海。一路响声，直送到底，又待玄关之现焉，此炼心得炁之功也。

五层炼心者，是炼筑基之心也。前此入泥丸而归炁穴，已有河车路径，从此一心做去，日夜不休，基成何待百日乎！然或有懈心，有欲心，作辍相，仍丹基难固夫筑基，所以聚精合神也。功夫不勤，精神仍然散乱，何以延年奉道？法在行凭子午，逐日抽添，取坎填离，积精实腹。此炼心累气之功也。

六层炼心者，是炼了性之心也。前此河车转动，聚精会神，则灵根充实矣。从此心液下降，肾气上升，是为坎离交。杳冥中有信，浩浩如潮，一半水气，濛濛如雾，一半云气，是名金水初动。方修玉液还丹，倘用心不专，则尽性之事难了。法在金水初生日，由丹田分下涌泉，霎时而合到尾闾。调停真息，鼓之舞之，乃能滔滔逆上，至于天谷，涓涓咽下，落于黄庭，如此则朝朝灌溉，心地清凉，血化为膏，意凝为土，土中生汞，汞性圆明，遇物下迁，灵剑在手。孟子所谓尽其心者，知其性也。仙家名为阴丹、内丹。此炼心明性之功也。

七层炼心者，是炼已明之性也。前此金水河车，仙师名为内炼。到此还有外炼功夫，以外合内，真心乃聚而不散。盖内体虽明，好飞者汞性，内修虽具，易坏者阴丹。设或保养不纯，则心性复灭矣。法在以虚明之心，妙有之理，和砂拌土，种在彼家，彼家虚而由我实之，彼家无而自我有之。以有投无，以实入虚，死心不动，霎时间，先天一炁自虚无中来。一候为一阳，二候为二阳，有如兑。时值候，正宜和丹，那边吐出一弦真炁，其喻为虎，向水中生；这边落下一点玄光，其喻为龙，从火里出。两支龙虎会合；性情交感，一场大战，名为天地晦冥，身心两静矣。俄而三阳发动，有如乾卦，如潮如火，如雾如烟，如云如霜，如雪如花，身中阳铅晃耀，我即持剑掌印，踏星步斗，鼓动元和，猛烹极炼，透三关而上泥丸，一身毛窍皆开，比前玉液河车更不同也。吞而服之，以先天制后天，性命合而为一，即大还丹也。性属火，其数七，命属金，其数九，返本还原，故名七返九还，金液大丹，从此铅来制汞，其心常明，永不动摇矣。此炼心成神之功也。

八层炼心者，是炼已伏之心而使之通神也。前此七返九还，以铅制汞，心已定矣。但要温之养之，要使身中之炁尽化为神，身中之神能游于外。于是服一年十二月气候，除卯酉二月为沐浴，余十月为进退，故名十月温养。非言要十个月功夫也。否则心虽定而不灵，炼之锻之，灵心日见，灵则动，动则变，变则化，故有

出神之事，而不为物情所迷。此炼心成神之功也。

九层炼心者，是炼已灵之心而使之归空也。前此温养，胎之神已出，而不感，随心所欲，无往不宜，高踏云霞，遍游行，至灵足乐矣。但灵心不虚，则不能包含万有，此所以有炼虚之着也。炼虚者，心胸浩荡，象有皆无，清空一静，悟得天地间，是我非我，是空不空，世界有坏，惟空不坏，乾坤有碍，惟空无碍，此所以神满虚空，法周沙界也。为此炼之始末，绝无加矣。

### 潜虚翁调息法

潜虚翁又论调息法云：“凡调息以引息者，只要凝神入气穴，神在气穴中，默住阴跷，不交而自交，不接而自接，所谓‘隔体神交理最详’，古仙已言之确矣。”

潜虚翁三论调息法云：“今夫水与水合，火与火合，风与风合，云与云合，常理也。调息者，以气合气，何待强为？只要凝神入气穴，神光下照阴跷脉，不期而会者。一气之感通，自然而然也。”

### 张三丰调息法

张三丰真人云：“调息不难，心神一静，随息自然。我只守其自然，加以神光下照，即调息也。调息者，调度阴跷之息，与吾心中之气相会于神凝气穴之中也。”

### 李涵虚真人《后天串述》

予著《道德》、《黄庭》、《无根》诸注，皆言先天之用，而非初学法门也。夫行远自迩，登高自卑。若不明后天次序，譬诸世上功名，未举茂才、孝廉、空想进士、翰林也。因作《后天串述》一篇，为入德之门也。

一、收心 二、寻气 三、凝神 四、展窍 五、开关 六、筑基 七、得药 八、结丹 九、炼己

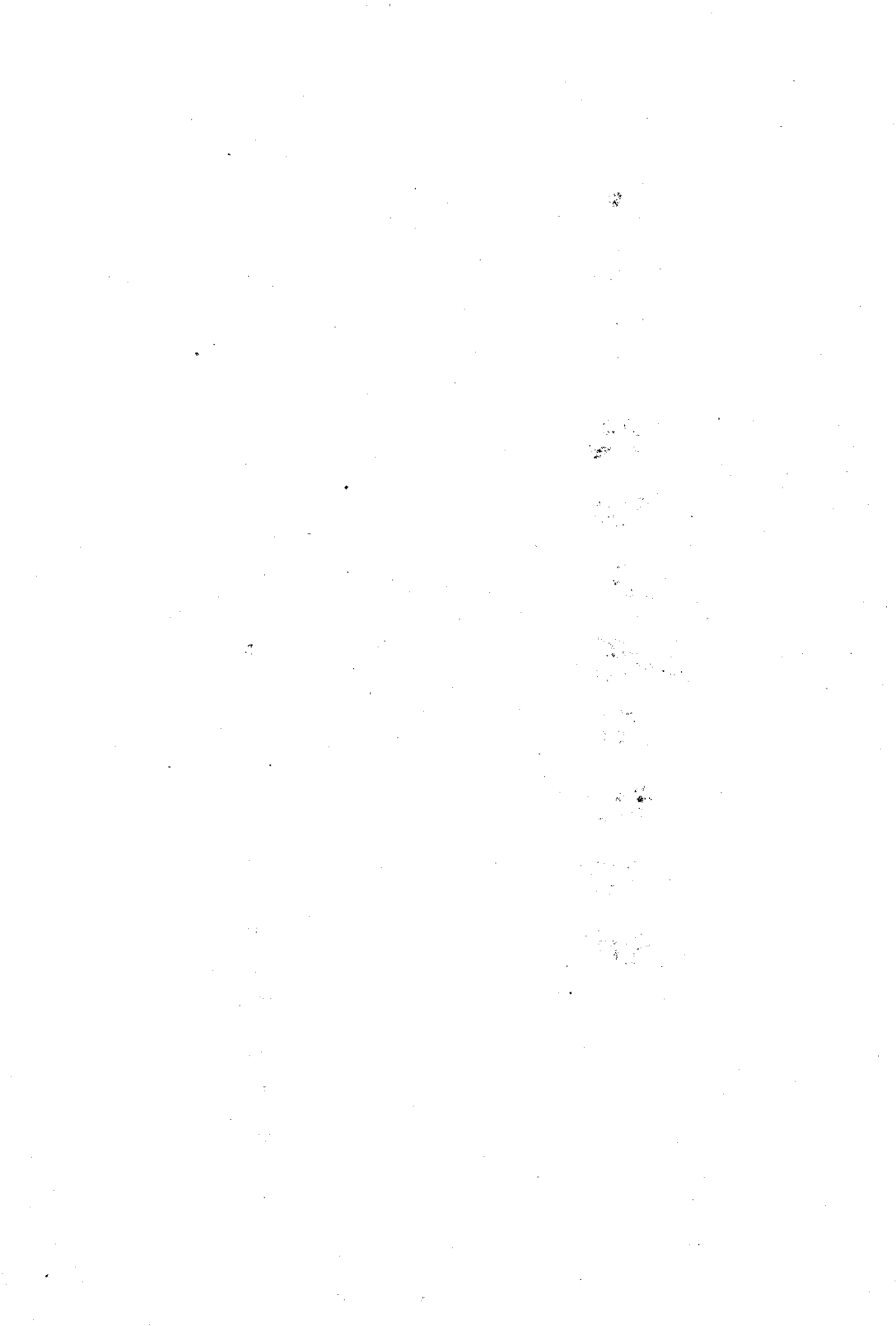
太上有言，贵以贱为本，高以下为基。后天滋补，贱下之道

也。贱也者，师所谓说着丑也。下也者，《经》所谓下而取也。培养丹基，纯以精气为宝。其行功法也，先要收心入内，以中为极，以和为则，以神为体，以意为用，寻气以阴跻为先，中是活活泼泼，不见不闻之处。和是专气致柔，抱神以静之功。定中生慧，坐照如如，媾元神而生元炁，展窍、开关不难也。元精者，阴跻一脉逐日生人之元炁也。学人采取元精，必寻炁之活动处，而以静合之，此谓之神气交，则男女媾精，真种化生。真种者，后天鼎之真气。后天鼎者，即元神元炁交合之所也，一名灵父灵母。此气从鼎中炼出，即宜凝其神，柔其意，以柔制刚，自然入我内鼎。和之、调之、锻之、炼之，潜伏于丹田之中，呼吸乎虚无之内，是名命蒂，又号胎息。忽然而内鼎之间冲出一物，跳跳跃跃，噓噓喷喷，直由冲脉上至心府，即展窍时。俟其冲突有力时，乃变神为意也。引出尾闾，一撞三关，飞上泥丸，即开关也。关窍既开，乃行养已之功，而谈筑基之道。筑基者，采彼炁血，补我精神，精神虽壮，又恐动摇，于是以壬铅制之。壬铅者，二炁媾而生者也。原夫坎宫之气，地气也。离宫之气，天气也。天地交合之时，混沌沌、细细缁缁，结为虚无窟子。虚无窟子旋产一气，即以此炁为壬铅，此得药时也。铅之体，有炁无质，以故清而上浮。至昆仑时，要以目光上视，神炁相息于顶中。凝住一时，阳极阴生，始以舌倒抵上腭，鼻息要匀抵腭久之，乃有美津降下，寒泉滴滴。虽不甚多，然一点下重楼，以意送回黄庭。却又奇怪发声，如澎湃一般，始知大士甘露，原不可多得也。降入黄庭，结为内丹。以后则在欲绝欲，在尘出尘，对境忘情，炼铅伏汞，赶退三尸五贼，销磨六欲七情。骨气俱是金精，肌肤皆成玉质。盖又是炼已功纯，方有此效，未可越等而至也。



●  
——  
天仙正理直论增注

●  
——  
明·冲虚子伍守阳撰





## 序

自后世黄白之说兴，妖僧盲道往往挟其术以幻弄愚人。大者倾家资、蹙寿算；小者惑于采阴补阳，美妾、艳姬，淫媾狎褻，几等神仙于邪慝。即使太上、如来现身说法，皆沉迷而不知返，非茫茫众生一浩劫哉？

近得读伍冲虚《天仙正理》、《仙佛合宗》，柳华阳《慧命经》、《金仙正论》二氏书，左道旁门扫除尽净。乃知神即性，气即命。尽性致命为圣贤之真传，炼气归神乃仙佛之真谛。无所谓铅汞，心肾即铅汞也；无所谓药物，任督即药物也；无所谓橐籥，呼吸即橐籥也；无所谓火候，胎息即火候也。其炭则阴阳，其炉则天地，其鼎则黄庭、丹田。炼后天之气以还先天不敝之神。神完气足，命合性存。泔泔然如婴儿之甫试笑啼，绵绵然如姹女之不假铅饰。不着色相，不堕爱嗔，弃筌蹄而成正果，乃不负两真人著书立说之苦衷矣。

吾友邓君云笠深得力于此书，故年逾五十无老态、无悴容，接人温温，无喜愠色。殆曾向桃花源问津者乎？今合梓之，以公同好，俾有志斯道者皆知所取法焉。

光绪二十二年丙申岁十月十九日江津春台程德灿序于东山精舍。

## 合刻伍柳真人书叙

夫道者，上天之所秘密者也。古圣真不忍斯道之无传，而又惧违天诫以直泄其秘，爰借鼎炉、丹砂，铅汞以为喻。诂意喻益纷，道愈晦。愚者因喻以失真，而奸邪又借喻以市其惑世，诬民之术。正道沉沦，致使大千世众咸奔逐于荆棘丛莽，无由识康庄之途。滔滔者历数千百年矣，迨明季，伍子为直浅之说以开其先，国朝柳子为证论以衍其绪。或合妙谛于仙宗，或证慧命于佛果。去肤廓，存质腴，条分缕析，不厌求详。不唯读者易解，且可使修

炼家不误歧途，诚至道之津梁也。

无如书各为部，求全非易，而坊本复谬误不堪。久有校订付梓之愿，而力不逮。丙申夏，二三友人晤谈及此，皆欣然乐从，遂募资襄厥成功，合二子之书为一帙，题曰《伍柳仙宗》。

不期年，灿然明备。友乃执书顾予曰：“天下人皆得读二子之全书矣，即可见仙佛之全体，不障于伪，不迷于邪，非大快欤？子之愿不克偿欤？”

予慨然叹曰：“吁！信云然矣，然予愿未已也。古云‘性由自悟，命必师传’。予冥心此道廿余年，望道茫茫，渺不知诞登之岸，敢信云书在是，道即在是耶？窃维宇宙之大，岂必无具大志、大慧，立愿普度者悯其拙，鉴其诚，或不我遐弃？是则大愿也已。”

友乃矍然曰：“愿诚大矣，然必证二子之道，始云能读二子之书。道不绝于天壤，不可为有志者期其成耶？则凡读是书者，咸遂斯愿，是诚吾与子之所共愿也夫！”

光绪二十三年丁酉八月中秋日，古云安云笠邓徽绩谨叙于自然自在之轩。

### 重刻《天仙正理》序

余慕玄学，历久而不得其旨圭者，盖为婴蛇龙虎之法象，火药男女之譬言；兼遇黄冠者指炉火为服食、贪彼家作真铅，或执于有为，或偏于枯寂，茫然多歧，罔有适从，以致眩目惑心有年矣。继因虔诚感格，得获《天仙正理》。潜心细阅，其尽性至命之学、先天后天之分、何者为药、何者为火，讲解详明，俾数载疑团一旦冰释。虽未敢曰见是书便见是道，然参此可以证吾学之邪正，执此可以辨遇师之圣凡，实能不为玄学津梁者哉？

但惜原板藏于楚北长春观中，购求甚难。而浅见之夫虽有秘藏，或藉此以射利欲。宁不负真人染笔时一字一泣之慈心者耶？由是与冉君性山互相推美，付之剞劂，公诸同志。使好学者见之，豁然心目，庶不被邪说之惑矣。余本无学识，岂敢言明此理？只以

深体真人救迷之心，急欲相传。故序明篇首，愿我同人宝之勿秘是幸。

时嘉庆七年壬戌之夏，后学弟子李纯一敬书于古渝之静观斋中。

### 复刻《天仙正理》序

盖闻皇天无二道。道释之所谓仙佛即儒之所谓圣贤，教虽分三，理则一也，故儒无不克己复礼之圣贤，道释亦无不欲净理纯之仙佛。然而丹经众矣，门户多矣。在祖师要皆度世婆心，无奈后之人言高远者每忽近以求，守卑近者恒执迷不悟，是以学者众而成者难。

真人伍冲虚公悯念后学，不惜苦口著为是书。自下学以至了却，直指详言，尽泄天机。虽时子月圆，不无口诀，然未有不身心清静而能窥其藩篱者。冲虚公由儒悟道，因道证果。而其始不外扫净灵台，独露真詮，所谓明善复初而后可语超凡入圣，仙则天仙，理则正理也。

独惜是书虽有藏板，尚未及广行宇内，遍播寰中。冉子清真久思重刊，恨力不及，谋诸李子文粹纯一者。庚申冬方欲付梓，而仆有嘉陵之游。癸亥返渝，板成。冉子清真命仆为之序，仆何知，安敢应命？却之至再。第思君子不没人之善，李之文粹誓龄好道，参学有年，即与清真诸子朝夕讲贯，已非一日。晚年有悟，奉是书为珍璧，一片婆心，独力刊行。是伍真人以度世为念，而能体真人之志者唯李子，则李子亦真人高弟也。读是书者倘能悟彻本来，直达彼岸，真人之赐也，而李子亦与有微劳焉。是以不揣固陋，而为之序。

时皇清嘉庆九年甲子春，虔撰于渝郡巴子园寻源旅邸，茅山二十二代弟子武定全薰沐稽首。

## 《天仙正理直论增注》本序（并注）

伍冲虚于自序曰：昔曹老师语我云：“仙道简易，只神炁二者而已。”

修仙者必用精、炁、神三宝，此言只神炁二者，以精在炁中，精炁本是一故也。一神、一炁即是一阴、一阳。

予于是知所以长生者以炁，

炁者，先天炁，即肾中真阳之精也。人从此炁以得生，亦修此炁而长生，唯用修而得长其生，故称修命。陈希夷所以云“留得阳精，决定长生”是也。

所以神通者以神。

神者，元神，即元性，为炼金丹之主人。修行人能以神驭炁，及以神入炁穴，神炁不相隔碍，则谓之内神通。能以神大定、纯阳而出定，变化无穷，谓之外神通。皆神之能事，故神通即驭炁之神所显。

此语人人易晓，第先圣惓惓托喻显道。

托喻者，以神喻姤女、喻离女，喻妇、喻妻、喻我、喻汞、喻砂也。以元炁喻婴儿、喻坎男、喻夫、喻彼、喻金、喻铅也。喻虽多，不过心肾中之二物。

而世多援喻诳人。

借古者以人喻为言者，便假说以女人为彼家，以阴户为鼎器，以行淫为配合，以淫媾久战而诳人日采取，取男媾之秽精，女媾之浊涕而吞之曰服食。此广胎息之异说也，岂可以犬马媾后而吮遗精之事而教人乎？有借古者以外丹药喻为言者，便用砒、硫、胆、硃、盐、矾、硝、皂、杂物烧炼炉火以诳人，而阴为提手行其拐骗之诈谋。

致道愈晦，

世人贪女鼎之乐，以淫媾而失精，反称曰采补。本催死之事，反称不死之道。宁贪数年之淫乐，无证果而速死，不学百日筑基

成而得长生。愈行假路，愈不识性命之真宗。又有世人贪求横财，烧炼炉火，只学点茅假银，反称为点化金丹。意图赚钱而得大利，反遭折本而倾家，愈信方士愚矣，愈不识真金丹之妙药。此所以道之不明，而日愈晦。

故先圣又转机而直言神气矣。

喻本为明道而设，言其近似。邪人执喻为道，而道反受害于喻矣。故自我邱真人以来诸祖，不得不直言神炁二者以决言道之真。

群书之作，或有详言神，则未有不略于炁者。或有详言炁，亦未有不略于神者。是亦天机之不得不秘也者。奈后世又不能究竟无全悟何？无完修何？

仙道以元神、元炁二者双修而成，故说性命双修为宜。古圣详神略气，及后世愚人不明乎炁，只妄言后天呼吸之事，所以不能全悟完修而成道。古圣详气略神，后世愚人不知所主者在神，只妄猜修命不修性，犯吕真人所言，如何能入圣？所以亦不能全悟完修而成道。流祸至于人人易仙道而轻谈，僧人小视仙道为不足证。

予亦正欲均详而直论之。夫既谓炁为长生之本，  
有命之蒂也。

宁不以神受长生之果者乎？

有性之根。

将谓神为修长生为主，宁不以炁定长生之基者乎？

一日，户部郎四愚张公名学懋来冲虚子道隐斋中问曰：“此四句是如何说？”伍子答曰：“此性命双修之说也。炁为长生本者，言先天炁即真阳之精，世人耗尽此精炁，则能丧命；返还得此精炁，则能长生。所以古云“气是添年药”，又云“留得阳精，决定长生”是也。我言学者要知长生之本为先天精炁，当知非容易可得者。必由神而驭之，而得长住长生，则此长生之果唯是神长住之所受用者，故说受长生之果是神。神为修长生主者，言若不以元

神主乎炁，便不得真长生之元炁。《经》云：“神行即炁行，神往即炁往。”我故说修长生之主是神。然神非得炁定基，而长凝神入于炁穴，则神随空亡，而无所长住，而不能长生。必得真炁为不死，而后神随之以不死。双修之理，少一不得。少神则炁无主宰不定，少炁则神堕顽空不灵。

是炁也，神也，仙道之所以为双修性命者也。

《西山记》云：“虽知养性之理，不悟修行之法，则生亦不长。虽知修炼之方，不得长生之道，则修亦无验。”

且谓今也以二炁为论，所以明生人、生仙佛之理也。

炁曰二者，以其先天炁及后天气分二体而二其用也。先天必因后天而采取、而烹炼、而入穴凝神，方能神炁合一。后天必因先天而有归依，有证果还伏而寂定。唯二者当并用，故并论之。然欲明生人之理，其先，后天之炁曰生身，曰成身，皆以顺行，及住世间，亦皆顺，欲明生仙佛之理，其二炁随神而返身中，皆逆用而还伏，为静定寂灭而真空。若二炁不顺行，则人不能生；二炁不逆行，则仙佛亦不生。

药物为论，所以明脱死超生之功也。

人生有必老病死之理，唯真精元炁为救老病死之药物。修炼之而服食之，除其老病苦，得不死而长生者。

而火候集古为经，所以合群圣仙机列为次第之宜也。

世人皆知圣人传药不传火，为见薛道光之言故也。及我博观，则见圣圣皆有传火之言。但不全言而皆略，即我所说略于气者。我欲全言之，又不敢下口。便下口言之。而人未必信征，未必能用，与不言等耳。故集众圣之略言者，而成我欲全言之志。即过去世高真上圣度世之言，留为未来世圣真为常行不易之经，故独以经名，永灭却未来世言有候、言无候者之偏疑耳。且知众圣皆已言之，精明慎密如此，非我臆说杜撰之言也，真有切于度世矣。

喻筑基，论二炁渐证于不漏。

定息还精炁，谓之筑基。息定精还，谓之基成不漏。若有漏，

则不能为胎神之基。无漏，则身可久生而为伏炁胎神之法界也。

借炼药，论二炁成一而不离。

药不炼，则金木间隔，炼之者，金木合一。火药适均，即所谓相见结婴儿者。

阐伏炁，论藏之内而不驰诸外。

阐者，前人皆秘而不言，此独阐扬直论之也。外驰者，炁散而神无所归依。伏者，即所谓若欲长生，神炁相住之谓。

虽反复言炁，而不见其繁，立一名彰一义也。

言后圣见名，当思所以用实义，勿作世间时文、套语忽过。

论炼己者，论其成始成终之在真我。

真我者，是言己之本来面目，即元神本性之别号也。凡所为采药、炼药，基之筑成于始者，皆由炼己，证本来面目之成于始者，即所以修性于始也。所为伏炁、胎息，为脱胎、出神、成还虚于终者，皆由炼己，证本来面目之成于终，即所以修性于终也。始终皆是本性而成仙，能复真性者，即仙也。非真性者，即非仙也。世世之愚人，不知仙即是性，与佛即是性同，所以举世谈仙，而莫知所学，而亦莫有所成。但仙圣始言炼己者，以其有诸相对者，是性之用于世法，世念中，而逆回者言之也。终言炼神还虚者，是性之无相对者，独还于虚无寂灭而言之也。其实只是一个性真而已。世之愚人堕于邪说、外道者，妄执邪见，偏于谈仙、谈佛。谓仙不是性而佛是性，谓佛毕竟与仙不同。不信《法华经》所谓“仙人授佛妙法，如来因之成佛。”不信《华严经》所谓“如来大仙道，微妙难可知。”即不信佛言，何必强谈佛？予谓不但不如仙，不知佛，并亦不知自己性，而徒妄言诳语，以惑世自堕。可惜于仙佛法海中，不能见一浮沤，真可怜也！

专言神，而不见其简，操一机，贯一义也。

元神本性，主宰乎性命而双修。始也欲了命为长生超劫之基，则以性而配命为修，固双修之一机。终也欲了性为长生超劫运之性，则以长生之命配性而为修，亦此双修之一机也。此正显名直

捷全机，简而不简者也。

鼎器之论，见神炁之互相依。

此即命依性而了命，性依命而了性。炁依神则能化炁，神依炁则能化神。

胎息之论，密指胎其神而息其炁。此又合神炁而归其妙化于神而虚者也。

胎息之初，炼炁以化成神，即《经》所谓不出不入，自然常住者。如佛之龙宫一定七日，菩提树下一定七日。仙曰胎圆，佛曰灭尽定。及阳神出现，仙曰出神，佛曰始成正觉，如来出现，从此皆名顿法。仙曰炼神还虚，佛曰虚空界尽，我此修行，终无有尽，此皆神而虚无之极境也，所以能超过天地劫运者，仙佛皆要如此而后可。

如此语成九章，道明无极。复以曹老师昔为我浅说道原者发明之，亦成一篇，冠之《直论》之首，先揭其大纲。

曹老师昔云，古圣所言修行之事，及我素所言者，皆节目，即儒家所谓人道之当然者。我今再为尔浅说其道之原，即儒家所谓天道之所以然者。若知人而不知天也，不可。何也？凡曰大修行，非止于此一生之事而已，必要证无上之上。先要知大道所以然之真，而后修得证所以然之妙，始可信心直行到极处。不然何所往而何所证？岂不误大圣大真之大志哉？我今亦揭道之原，发明于篇首，以示修行之总纲。

而道体之全，已尽精微于《直论》，又致广大于《浅说》。且广大之不废详，精微之不废捷，

凡广大之言，皆止于大略，唯《浅说》之广大而兼详明无疏略处。凡精微之言，皆近于隐秘或烦琐，唯《直论》之精微而更捷要无隐烦处。

二者全备出世，而世始全仙道矣。

予论说全备成书，真足为世之鉴观者。虽有奸邪棍党，欺诳世之初学浅见，谓妙诀不载书，必要我口授，方知秘法，斯言固



足取信于人，以施邪计。若有志学者，必要得是书而先观之，则求道有指亦而人不可欺以邪。已得真传仙道者，而后观之则有印证而可知玄妙之所以然而当然。已行真仙正道而后观者，则所行与道合不合，其功成不成，有所考据。若所闻所行合是书，即可信可成；若不合是书，即必不可信，必无可成。所以孔子云：“夏殷之礼吾能言，杞宋不足徵，文不足也。”子思云：“上焉无征不信，下焉不尊不信。”而谓《直论》全书可少乎哉？故陈泥丸亦云：“若未逢师且看诗，诗中藏诀好修持。虽然未到蓬莱路，也得人间死较迟”是也。

倘有不彻诸书之简语，

语简而少，必不能发明至玄、至妙之大道，学者何以得彻悟？抱朴子亦云：五千言虽出于老子，其中不肯全举其事，诵而不得要道，直为徒劳耳。文子、庄子、尹喜之文章，永无至言。或齐生死为无异，或以存活为劳役，殂歿为休息，其去神仙已千万亿里远矣。

必当从此证会其全。

古仙佛诸书，皆详一而略一。如仙书只详言炼精化炁以出欲界，曰采取、曰烹炼、曰成丹、曰服食。至于十月之炼炁，但曰守中，不尽其化神之说。此皆书之所简也，如佛书只详言禅定，色界四禅之理，用之以出色界，即仙之炼炁转神入定也。至于欲界离欲除淫，如仙之炼精化炁者，但曰不除淫，修禅定，如蒸砂石，终不成饭。如来涅槃，何路修证？明明言淫之当戒，而不言淫机，身心所以得所？淫根何以得断？而成漏尽通、不死之阿罗汉亦是语之所以简也。我故曰，佛言详于终而略于始，所以无始者必无终。仙言详于始而略于终，所以有安于成始，而忽于成终者有之，亦即此序所谓详炁略神、详神略炁者。我见诸书，俱是如此，故以炼精、炼炁、化炁、化神而全言之。又，炼神还虚为超出无色界之所必由，皆为从前仙圣之所略言者，但曰九年面壁，我乃以大定、常定之至玄，至妙者而历历全言，全之又全，愿后之人人

得与仙佛齐肩，皆从此《直论》一书悟入。

有不悟诸书之隐言，

言隐则拟议者难以知隐即喻也，如《参同契》之喻乾坤、喻坎离，如喻日月、喻水火，如喻彼我，喻男女、喻夫妇，如喻龙虎、喻乌兔、喻龟蛇，如喻药物、喻铅汞、喻金木，如喻甲庚乙辛，喻丙丁壬癸、喻戊己、喻火候、喻鼎器，如此多喻，即令人能以喻悟正。犹且难知，无奈妖人又且借喻叛正以惑学者，人将何以参悟哉？故抱朴子云：“考览奇书，既不少矣。率多隐语，难以卒解。而意之所疑，又无可咨问”是也。

必当从此证钻其显。

人身中只有精、炁、神三宝为得生之本，此论所说神与精只用先天，忌至后天，而炁不能无先后天之分用。此语说得何等显明！《心印经》曰：“上药三品，神与炁精。”已直言之矣。百日内之理，我显言精、炁、神者，亦遵之也。养胎定神，只有神炁二者。《胎息经》曰：“若欲长生，神炁相住。”已直言之矣。为十个月内之理，我于此显言神、炁者，亦祖述之也。固不敢巧立约言以为显，又不敢重立喻言而终成不显。熟计古昔诸书，近于有道之世，可易明易悟，虽借喻言亦无害。今之世，傍门邪说横行，遍满天下。各立门户，借喻逛人，令学者无所从由。于此不可复用喻言之世，不得不显言直论，以开正门，辟正路，接引后圣，而易悟入。我之愿也，敢不勉焉而直论之哉？

读此者了然解悟，

后圣得《直论》而读者，必得顿然解悟。我以四十余年究竟之力而悟，后圣不终三日，彻见而彻知，并解悟二经之法旨，不大便益耶？

则其超凡入圣，端在兹乎？

古人有一字之师，有一句之师，曾谓此论注已六万言矣，不可师教未来际圣真哉？即其解悟能由于此，修证亦必由于此矣，其因果必不昧。

时大明崇禎十二年己卯秋，邱真人门下第八派，分符领节弟子冲虚伍守阳序于南都灯市道隐斋中。

## 道原浅说篇

[本曹怀老师平常言教之目，门下伍子发明为总纲]

伍子道原浅说发明曰：仙家修道为仙，初证则长生不死。

伍真阳注云：人人同此生，有长其生而不死者，乃仙宗有修，有证之圣人也，与无修证、有生死之凡夫不同。所以，欲高出于人之上者，不可无修证也。修之初，炼身中之元精不离无炁，而复还化元炁，古圣之炼精化炁。炼到炁足，即为初修之证。气果足而无漏窍，便长生不死，成漏尽神通，出欲界矣。此由筑基之果成。钟离真人《传道集》谓是初学之小成是也。昔吉王太和问曰：“人言长生不死最难得者、最大之事，老师今浅明言之，但曰初证者，请再详之。”冲虚子曰：初修，炼肾中真阳之元精，谓之筑基。

阳精炼得不漏而返成炁，渐修渐补，得元炁足，如童子之完体，方是筑基成者。基成则永无漏之果从此始，故曰初证，由此百日之得果也。后面有十月化神，九年还虚，正是大事，与天地同久，正得大果，谓之大成是也。世人不知后证之大，只止于此，便以此为大，故吕祖云：“修命不修性，如何能入圣？”以其神不通灵，故又言：“寿同天地一愚夫”是也。太和曰：“今闻教，始知天仙之道为至大。”

极证，则统理乾坤。

真阳曰：由色界之修证而上，历无色界之修证而超出，永与虚空同体，证天仙矣，钟离真人谓之中成，大成是也。得到天仙，即理天上之事，与天地同长久。邱真人云：“寸地尺天，皆有所辖，无空隙处”是也。昔吉王殿下问曰：“天仙，虚无之极，如何统理乾坤？”冲虚子曰：“初修时，主颠倒乾坤，主天地交泰，亦是统理之始。道成时，如太上三大天尊之主玉清、上清、太清者，玄

帝为万天之主者，玄帝之北极镇天者。东华之帝、东方者，世尊在西方救世度人者，天官管天，地官管地，水官管水者，三清有九霄三十六洞之理者，有二十四治之理者，如张天师管阳平治之类。尘世之下，有八十一洞天之理者，有五岳之主者。唐李靖主中岳者，汉张子房主三屋山者，许旌阳为丹台宫主者，王喜先生为蓬莱下岛主者，涓子为中岛主者，陈抟为蓬莱上岛主者，钟离真人为南洲讲法师者，邵坚为匡庐山主。杨太君为天台山主，三茅真君主三元罪福事。此皆出于太清玉华仙书之说及世人传诵者。以此观之，邱真人之言亦先发明之者矣。王曰：“是。”

古今人人羡慕而愿学者。

世闻仙能不死，又有神通，谁不羡慕？又见紫阳云：“学仙须是学天仙，唯有金丹最的端。”谁不愿学？又《因果经》云：“佛启父王曰：‘我欲出家，为有四愿。愿不老，愿恒少壮，愿无病，愿不死。’”此见仙佛同愿。

但道理精深，人人未必能晓。

古圣高真，借法象为喻。而法象实非真我性命，权指身心粗迹之近于己者以示人，而实悟入于未有身、未有心元上，斯所谓精深也。后世人遂以法象而执之，如铜人身上有针灸，何以愈人身之病，所隔者远也。遂冒认身心而揣摩，如将甘蔗囫圇一吞，亦何得有真滋味，此由未能晓之故也。

予欲为众浅说之，以发明前圣之所未发者。

前所未发者亦多，如炼神还虚之理，如炼精止火之机，如辨采药之何为真精，如剖周天之何为大，何为小，如超脱如以五龙之捧，如常定喻乳哺之养儿，……皆是。今皆有发明精切语。

夫所谓道者。

道字，即人所以生死、所以修证，必然由之而不可无者不可不知者。

是人所以得生之理，

道之用于化生，谓之精、炁、神。化生而为人之身，故精、炁、

神之化生人，即是道之化生人。

而所以养生致死之由。

既生有其身，由精炁神盛旺则生得所养而全天年，由道也；精炁衰竭则形枯而致死，亦由道之所致。

修道者，是即此得生之理，保而还初，使之长其生而不死之法。

真阳曰：按昔《太上养生胎息气经》云：“精全炁全，精泄炁泄。唯精与炁，顺保全真。”是此义也。故此书亦直说修精、炁、神，保守真元，补还具足如初。即所谓三真三全，必定神仙是也。

得生之理者，一阴一阳为一性一命，二者全而为人也。

真阳曰：既性命双全，方成得一个人。亦必性命双修，方成得个仙佛。未有二者不全而能成人成仙佛。必以顺之成人者，以逆成仙佛。所以知为仙佛由于为人。

何以谓之阴阳性命？当未有天地，未有人身之先，总属虚无。如《易》所谓无极而太极时也。

真阳曰：太极是一炁之极至处，无极是一炁之极无处。无极在太极之先。太极虽有一炁，无阴阳动静，所谓鸿蒙未判之时也。

无中恍惚，若有一炁。

正言鸿蒙未判而将判者。判，言分也。未分阴阳动静也。

是名道炁，亦名先天炁。

以恍惚将判，言先天炁必如此时此景象之炁，方是虚之极，静之笃者，为至清可炼金丹之药物。不如是，炁非先天。

此炁久静而一，渐动而分。阳而浮为天，比如人之有性也；阴而沉为地，比如人之有命也。

冲云：此言阴阳性命皆在动分后说的，不兼静一说。

吉王问曰：“动分已与静为二矣。动后，又可于动言分阴阳为二乎？”

冲云：古云一生二、二生三，见得是如此，便说如此。

阳动极而静，阴静极而动。

动静原是循环不已的。

阴阳相交之气而遂生人。

阴阳不交，则天地不能生。无炁之人必不能修无元气之仙佛。必阴阳二炁交而后生人、生仙佛也。

则人之所得为生者，有阴阳二气之全，有立性命之理，故曰：“人生一小天地”者也。

此结上阴阳性命之说。以下正说修行之事。

禀此阴阳二炁顺行，随其自然之变化则生人，逆而返还修自然之理则成仙成佛。是以有三次变化而人道全。

人道者，生身成人之道也。一次变化是父母初交，二炁合为一炁而成胎也。二次变化是胎完十月，有炁为命，有神为性而将产也。三次变化者是产后长大成人。精炁盛极，十六岁时也。谓之三变者。

亦有三关修炼而仙道得。

初关炼精化炁，中关炼炁化神，上关炼神化虚，谓之三关修炼而所以成仙者。

顺行人道之三变者，言一变之关，自无炁而合为一炁也。父母二炁初合一于胞中，只是先天一炁，不名神炁。

此时母胞胎中无呼吸元神。

及长似形。

胎之长似有人形。

微有气似呼吸而未成呼吸，正神气将判、未判之时。及已成呼吸而随母呼吸，则神炁已判而未圆满之时。

胎之十月未滿。

但已判为二，即属后天，

此之二，非离一而为二，是一之显然似有二之理。二尚精微而未成粗迹。从此以渐长胎之时。

斯时也，始欲立心，立肾，

胎中渐生五脏，渐分立心肾之形。

而欲立性立命矣。

有心，即其有性之元；有肾，即其有命之元。

神已固藏之于心，炁已固藏之于脐。

神即性，是心中所有，固不离于心；炁即命，是肾中本有，固不离于肾。

及至手足举动翻身，而口亦有啼声者，十月足矣。则神气在胎中已全，此二变之关，言一分为二也。出胎时，先天之炁仍在脐，后天之气在口鼻，而口鼻呼吸亦与脐相连贯。先天之神仍在心，发而驰逐为情欲。由是炁神虽二，总同心之动静为循环。

此言性有动静，命亦有动静，即前所谓一分二，二亦有动静之说，如人之睡时，炁也静，性也静。及其觉时，本炁之觉，炁也动，性也动，即后所谓神炁同动者。儒亦言气一则动志者，似此。

年至十六岁，神识全矣。精炁盛矣，到此则三变之关在焉。或有时而炁透阳关。

命根元炁之动于中，未有不发散驰于外者，故到阳关亦见常行之处，谓之熟境。

则情欲之神亦到阳关。

神有通天彻底之能，亦有知内知外之能。内外总摄于一神。内有动，神也知；外有动，神也知。驰于知外，世人多堕于世事。

神炁相合，则顺行为生人之本。

此炁化精时也，谓之三变者如此。修炼三关者，使精返为炁。即百日关中筑基之功也。《法华经》中，佛亦说百日之期。

炁炼为神。

即十月关中转神入定之功也。

神还为虚。

九年面壁之大定也。

即是从三变返到二变，从二变返到一变，从一变转到虚无之位，是为天仙矣。

由此虚之而又虚，虚到无极，便是天仙升迁到极尊处。

此处合用修炼之功。

三变者以前，是说人所以得生之理，自然须行者。自修炼三关以后，俱说使之长生不死者。说到此，是说人真修实悟之时至，必当用修炼之功，不可不知。

正宜浅说之者。

此下皆浅说性命之道，浅说修炼之功。

夫炁与神皆有动静。

自此至而已耗精者之修也。止一大段，详言成仙佛之真宗，大修行之全旨。直论中之总要，合宗语录之秘机提纲，于此尽之矣。

而静极之际正有动机。

动之机，顿然之觉，不着世事，故言机。

炁动即有神功，

时至神知也，不知，便教当面错过。

即此动机便可修仙。

炁动而化精，行世法而耗尽以死者之必致。真人即于动而还静之为修以不死。机者，虽若动而不为动用，方可逆修而为仙。

缘此机为生人、生仙佛之分路，

分路者，分顺逆之行也。机动时，顺此机而行，即以生人；逆转动而静，即成仙佛。故道经云：“动者静之基。”佛祖云：“若要真不动，动上有不动。”

入死，入生之要关。

动机，及人之可生，可死者，盖人之求长生者紧要的。

炁机既以属动，将欲出阳关而为后天之精者。

陈泥丸曰：“子时炁到尾闾关。”

道藏经云：“精者妙物，真人长生根。”

此《太上胎息气经》语也。《黄庭经》亦云：“留胎止精可长生。”

正言此未成后天精质之先天炁，名元精者是也。



先天炁，即元精。

夫此炁虽动，不得神宰之，而顺亦不成精。

如童子辈。有真阳之炁，亦不无动静，但神无妄觉，不能宰之，何曾成精？

不得神宰之，而逆亦不返炁。

吕祖真人云：“龙虎不交，安得黄芽！黄芽既无，安得大药。”

修仙者于此逆修，不令其出阳关。

钟离真人云：“勒阳关则還元炼药。”

即因身中之炁机合以神机，

元炁，发动之机，元神妙觉之机。

收藏于内，

返归于元炁之根。

而行身中之妙运，

采取、烹炼皆此时至妙之运用。

以呼吸之气而留恋神炁，

《黄庭经》云：“呼吸元炁以求仙。”

方得神炁不离，则有小周天之气候。夫小周天云者。

天之周围三百六十五度有零，只是一个天，无二天，何有小大之异名？以用者小其机，故名曰小。

言取象于子、丑、寅十二时，如周一日之天也。

一日天之行，周十二时之名。神炁配合时，气之行住亦若周十二时之候也。

然炁有行住，必有起止。

气之为物，不能偏于行，不免于住；不能偏于住，不免于行。故道一禅师亦云：“未有行而不住，未有住而不行。”白玉蟾云：“起于虚危穴，”以虚危宿在坎宫子位也，起于是亦，止于是亦，为一周天也。如是，则行所当行，住所当住，起所当起，止所当止也。

气行有数，忌其太多。

数者，同于周天者。周于天，则动者亦复静矣。再多，则着于拘滞，徒为废时失事，于理无益。

气行有时，忌其太久。

时，即数之义。周天十二时，候非有时，亦不拘着于时，但取象于时以为节制程限耳。又，陈朝元曰：“凡炼丹，随于时阳气生而起火，则火力方全，余时起火不得。或太久，或不及，皆火力不全。”

不使之似于单播弄后天者，恐以滞其先天炁之生机无故也。生机滞，则后天呼吸无所施。

后天炁用之不己，而先天炁不生。古云：“鼎内若无真种子，犹将水火煮空铛”是也。

此修仙之至紧至秘之功，故以周天三百六十限之。

虽曰周天，实非天也，心中妙用，略有似于天之周数。为妙用之程限者。

子行三十六，积得阳爻一百八十数。午行二十四，合得阴爻一百二十数。

五位阳爻，用九也，故共一百八十者，除卯时不同爻用。五位阴爻，用六也，故共一百二十者，除酉时不同爻用。

以卯酉行沐浴以养之，

古圣不轻传火，故云：沐浴不行火。今此说云行沐浴，非异也？不行者不行其所有事，行者行其所无事。学者当知其有妙用。若还迟疑不决。请看钟离真人所云“一年沐浴防危险”者，已言矣。

运此周天，积累动炁，以完先天纯阳真炁。

一次火候运一次周天之数，已完足一周，则真精真炁归复于命根，而愈旺其发动，生长之机，此只是真炁在根本处，自纯阳不失，非从外得有所增补积累。

故凡一动，而一炼而周。使机之动而复动者，则炼而复炼，周而复周。

此言凡遇有一动之炁，即要炼之以完一周天。若有一天不炼，则真炁不长旺而速于神化。又不可一周完而不歇。虽无大害，亦迟其动机，为无益也。

积之不过百日，则精不漏而返炁矣。

古云，百日筑基。炼精化炁，是大概之言也，或七、八十日得炁足，或五、六十日得炁足，功勤不差者易得，年少者易得。

此三关返二之理。已返到扑地声离胎，七窍未开，神识未动，真炁在脐之境也。

此四句言人初出母胎是如此，及今逆修时用完百日小周天之功，方得真炁足，似如此。

所以，庐江李虚庵真人曰：“阳关一闭，个个长生。”言得长生之基也。

真阳曰：阳精、元炁，总为一身发生之根，皆有耗折之理，独淫欲枉折之多，而致死之迷，由败于阳关。阳关者，阳精出入之关也。出之则耗而死，入之则精自满而得长其生。始也，我主宰闭之不令出。及满足，则关自闭矣。凡有精，则求出路。无精以通，路固自闭。如儒家所谓“用之而成路，不用则茅塞之矣”之说似。故吾师祖李真人云：“修到一闭，即得长生；人人得闭，人人长生，无有异者”。吾兄冲虚云：“从此得长其生为始，使永得长生与天地齐其寿量之基也。”李师祖及我弟兄三人皆浅直切言之，凡长生必由于一闭，得一闭如此便得真长生，不能闭便不得真长生，求长生者当以此勉之，求之。昔石杏林真人求师后云：得师诀来，便知此身可不死，知此丹必可成。

精既返而成炁，则无复有精矣。

无精是炁。因静定之久，不复动而化精。淫根缩如小童子，所谓返老还为童体者是如此。故佛家《华严经》亦云“成就如来马阴藏相”是也。

如有精，则未及证于尽返炁也。

真阳曰：有精即是有漏之躯，全无一点精方是无漏之躯。世

有一等人，虽未行淫事而不泄精，只名节欲，不名无漏，今之出家僻处，持五戒以禁淫者是也。犹有可漏精者在如玉通禅师，住虎丘四十年，持戒禁淫，竟败精于红莲妓女者之千拜。此正无案果之案也。观其死即随之，又不能了生死之案也。吉王问曰：“真无漏者，如何验之？”冲虚云：真无漏，则阴缩如小童子，绝无举动，绝无生精之理，焉有漏？始得成有修有证之漏尽通也。若人老而阴缩者，是阳炁残而萎矣。无精者是精已枯竭矣，从生身来禀赋得阳炁微弱所致。不可误以为修证。若人到衰老时求修证，必要补精到能泄精地位，而后始有长生之机。切不可误至于老来铅汞少者也。

则亦无复有此一窍矣，如有窍，则未及证于真无漏也。

此一窍是精所出之处也，精尽化炁，不须用此路，故无窍。若有一窍在，犹可漏精，则炁未得足者可知矣。昔长沙王星垣殿下问曰：“何以知精满尽化成炁而不漏？”冲虚云：真实修炼之人，精已炼成炁者，便有止火之候自到，此是无精之灵应也，则无窍矣。此无窍，无漏方真。

真炁亦不得死守于脐矣，若只守于脐而不得超脱过关。

此时始有真炁过三关，得真炁者名得“金丹大药”，过三关者名曰“服食”，逆上三关名曰：“飞升”。

不过暂有少得长生之初基而入仙也，未能永劫长生。

吉王太和殿下曾问曰：“得长生者皆曰一得永得，何故今言暂得、永得之不同？”冲虚子曰：一得而能决烈向上，则有上之所证而永劫长生，形神俱妙，顿超劫运矣。若言我已得到此果，更又何为？止于此，不过少得初基而已，又必烦于守护，方是人仙不死，若更行淫欲，漏却一点阳精，犹是有漏凡夫，生死不能逃者，可不勉而究之哉？

故有迁移之法，古人所谓移炉换鼎之喻者是也。施祖，  
施肩吾真人，亦吕祖之师。

钟离，

正阳真人，吕纯阳真人之度师。

吕祖

纯阳真人。

三仙《传道集》所谓三迁者，此当用其一迁矣。

吉王太和殿下问三迁之说，冲虚子云：按钟离答纯阳论还丹云：还者，往而有所归。丹者，丹田也。丹田有三：炁在中丹，神在上丹，精在下丹。自下田迁至中田，中田迁至上田，上田迁上天门，是为三迁功成。既自下而上，不复更有还矣。吾见钟离此语矣，闻吾师之说同。

既以七日，口授天机，采其大药。

七日者，是采大药七日之功也。吉王太和殿下曰：“初关百日，采、取、烹、炼，于今日即以七日采，又曰采大药，从古至今，不见于书，全未闻此语。请问何以药称大？采之日数久暂何以异？”冲虚云：此万古不泄之仙机也。百日之初，虽曰采真阳之精，精绝无形。又名真阳之炁，炁本无相。古圣只云虚无之炁，其所发生，生则无形之形附于有形，遍内外皆此炁之流行。所曰采，采则无采之采。借火为采，不见有药形迹，唯知有火而已。昔还阳老师引古语为我云：“夹脊尾闾空寄信”，诚然是也。此言前之采也。精炁生动，也是杳冥；还返于静，也是杳冥。火气熏蒸，百日之久，故真炁园之，忽然似有可见。故止后天炁之火，唯单采先天炁之药，故另用七日之功，采于七日之内，火异于周天，故曰七日诀，何故用火之异？采之异？因此时真炁尽归于命根矣。虽有功，犹不离于动处；只在内，而不驰于外，用则无火之火，无候之候也。此为异也。其所用于化神还虚之大事始此，所证以长超劫神通无极之大果始此，故名大药，即前所采虚无之炁，所得证之实相也。

取得下田先天真炁，名曰金丹。

邱长春道人云：“炼精为丹，而后纯阳炁足。炼炁成神，而后真灵神化，超凡入圣。弃壳升仙，而曰超脱万世，神仙不易之法

也。”此曰金丹，即所谓大药。

用以服食、飞升，拔宅者，皆此耳。

吉王太和殿下问曰：“我闻砂铅炉火中所成者曰金丹，世人共知，皆贪学而求服食者。今仙道修炼身中自有炁神亦曰金丹、曰服食，由何故？”冲虚曰：坎肾属水，精出于肾，亦属水也。水由炁化，精亦由炁化。金能生水，故生精之炁喻金炁，化精时则有炁在精中，故曰：母藏子腹。如精在水中，精复于炁，故曰：水中金。当修炼之初。如从根发出苗。生而为药，乃虚无之炁耳，实无形相虚无，恍然采取，不见有所采取者，故不曰服食。采取之久，火候之足，精还补炁之盛，谓之外丹成。其炁之发生，始有法成之妙相，而纯阳之炁根始动，以其是金炁也。故曰：金丹即是外丹。初时，阳炁发生，出于身外为精。即返精于炁，不生于外而唯实生于内。得此炁生，转而逆上三关，度鹊桥而下重楼，经喉吻中如食，故曰服食。然服食二字，《本草》言药之可食，如心服之服义同。世人因此曰金丹、外丹，遂冒称砂铅之丹为即此之外丹。因此曰服食，遂冒称砂铅之丹可服食。所以自求者皆误认，为人谋者皆诳语。后学宜辨之。吉王曰：“今而后始知世炼砂铅求服食者为至愚，贪求不已者犹为下愚不移者。可不明辨而改图哉？”

待到尾闾界地，

真阳曰：尾闾者，二十四椎脊骨下尽处。界地者，三岔之路，上通丹田，下之前通外肾窍，下之后通尾闾。昔曹老师先上蒲团，先得大药，用七日之功。到五日之间，忽丹田如火珠直驰上心，即回下驰向外肾边，无窍可出，即转驰向尾闾冲关。此皆真炁自家妙用，非由人力所致。但到关边，必用口授天机，方才过得关去。

乘其真炁自然冲关向上之机，

太和曰：“何以得自然冲关向上？”冲曰：平日指引之力多故也。

加以五龙捧圣之秘。

按玄帝修于武当山，于舍身崖下舍其凡身，以玉龙捧其圣体

升于万仞崖上。当知此为超凡入圣一大妙喻也。盖玄言北方之色言坎肾也，借帝喻我之婴儿，言水中之灵宝也。五龙者，功法中之秘机。五龙捧玄帝上升，即是以秘法捧真阳大药上三关转顶之喻。

转尾闾、夹脊、玉枕三关，

吉王太和问曰：“前云三关是初、中、上，此云是尾、脊、枕为三，请示曰转者以何为？”冲虚曰：前云三关，虚拟其出三界之次第。此云三关，实指所必由之路。《华严经》云：“践如来所行之道，不迟不速，审谛经行”者，即此也。其道在背脊二十四椎间之两头及中也。关者，紧要当行之路，而又为难行之喻，故名之。尾闾者，闾即关之义，尾为脊骨下尽处。脊有中、左、右三窍，髓实不通呼吸之行，乃尽于尾，尾之下则窍虚而气液皆通。虚实原以不相同，故名：下鹊桥。以秘法天机以通之，今炁得转运。夹脊者，腰与脊之异名处。玉枕者，椎骨之上尽处也。转之者，古云：“一孔玄关窍，三关要路头。忽然轻运动，神水自然流。”萧紫虚真人云：“河车搬运上昆山，不动纤毫到玉关。妙在入门牢闭锁，阴阳一炁自循环。”此即转义也。

已通九窍，

真阳曰：每一关有中左右三窍。左右者，古云两条白脉，又云黄赤二道，为日日并行之道也，三关则有九窍，故邱祖门下徐复阳真人云：“铁鼓三三，全凭一箭机。”佛宗人亦云：“九重铁鼓，”又云九曲黄河，曹溪、西江、洞水者皆是。

直灌顶门。

按：诸佛、诸菩萨初修皆有水灌顶，即此妙喻。

夹鼻牵牛过鹊桥，

牛性主于鼻，防牛之妄走，故牵鼻使由于当行之道。鹊桥者，鼻上路不相通之处，即崔公《入药镜》所谓上鹊桥也。何为不相同！盖鼻上之路实，炁不常行者，鼻下之路虚，乃炁所常行者。虚实不相通，故有妙法秘机以通，喻曰：鹊桥。亦有大危险在也，详

在后语录中矣。

下重楼，

喉之十二重楼也。

而入中丹田神室之中，而亦通彻于下田，若合中、下为一者。

堂侄太一问：“入中田宜如何用功？”冲虚曰：“昔曹老师云，下重楼而服食之，是得坎实点化离阴，名乾坤交媾也，正是中丹田事，所行大周天之火候。火，原是在下之物，却合下丹田。而行者虽合下而用，时时充满虚空，此便见合中，下成一个虚空大境界。即有升降时，而真我不动之元性犹在于合下之内。故世尊坐于菩提树下，而上升须弥顶、升兜利天，升兜率陀天说法而亦不离于菩提本座者，与此同，此《华严经》之说也。又《大集经》云：“佛成正觉，于欲色天二界中间化七宝坊如大千世界十方佛刹，为诸菩萨显说甚深佛法，令法久住”者，皆回此意。世有人因古言心下肾上处，肝西肺左中；遂拟以着在脐之上有一穴，如此则无根可归，殆非也。

以行大周天之气候。

此以后火候名大周天，与百日小周天者不同，故古人云：“自后仍吹无孔笛，从今别鼓没弦琴。”

大周天者，如一日实周一天也。一符如是，十百千万符皆如是；一时如是，三千六百时亦皆如是，以周十月之天也。

吉王殿下太和问曰：“何为有大、小周天之异名？”冲虚曰：天固一也，而所用功有大小之异也。小者有数，大周则无数矣。何为有间、有时、有数、无时、无间、无数？答曰：古云“运罢河车君再睡，来朝依旧接天机，”言有间也。古云“子午功，是火候，卯时沐浴酉时同”，言有时也。古云“二百一十六用在阳时，一百四十四行入阴候”，言有数也。古云“功夫常不间，定息号灵胎”，言无间也。古云“昼夜晨昏看火候”，言无时也。古云“不在吹嘘并数息，天然”，言无数也。此炼炁化神必然候，为大周天之妙用也。初时一瞬一息为周一天，至一刻为一瞬息周一天，至一时为



一瞬息周一天，至一日，十日、一月、十月为一瞬息周一天。元炁随呼吸气而俱往，俱无，不似小周天之一时三十六，二十四周于天者之可易行也。非大而何？

怀胎炼炁化神入定者之候如此，其中有三月定力而能不食世味者，有四、五月而或更多月始能不食者。

三月之久，即能不食，是入定之功勤者。四、五月、多月久始能不食，功夫少者得证果迟。

唯绝食之证速，则得定出定亦速。

食为阴，有一分阳在，则用一分食。分阴未尽则不仙，分食未绝亦不成仙。

绝食迟者，则得定出定亦迟。所以然者，由定而太和元炁充于中，则不见有饥，何用食？又必定心坚确，故得定易。而有七月者，有八、九月、十月而得定者，若定心散乱，故得定难。而有十月之外者及不可计数之月而始得定者，即歇气多时，火冷丹力迟之说也。今以十月得大定者言之，其中又有神胎将完，第八，九个月、十月之时，外景颇多。

外景者乘阴为魔也，此时或有一、二分阴未消尽。若有一分阴在，即有一分魔来。

或见奇异，

世俗中平日所无者，而今始有一见之，谓之奇异，乃见之魔。眼可见而见者，曰外魔，曰邪魔，曰天魔。眼不可见而心见者，曰阴魔。见而喜悦贪见则着魔矣。见而不见，则不着魔矣。

或闻奇异，

此闻魔也，不见不闻为定。闻为魔，则乱定者。喜其异闻而贪闻之，则着魔，闻而不闻，则不着魔。

或有可喜事物，

世法中平日所有者，或已遇过之熟境已扫去而复偶有，故曰可喜、可惧、可信，如此下三者可喜者，声色、富贵，玩好受用皆是，皆勿贪喜。

或有可惧事物，

可惧者非一，水火、刀兵、劫杀、打骂，一切惊恐皆是，皆不可妄生惧心。

或有可信事物，

平常或有愿望而欲求者，或欲求而得者，今若遂愿，若应求为理之可信。如山东张先生在环中见天魔，而误信为身外有身之类者。余仿此。

或有心生妄念，

上五者是外来之魔，此一句言心之妄，无故而妄想所生。佛宗人谓之阴魔，又谓之阴盖。

或有奉上帝、高真、众圣法旨而来试道行，

《四十九章经》云：“诸天仙人来试。或试以所欲，或试以所不欲，或试以所难，或试以所畏。试之过者，诸天保举，是谓得道。”

或张妖邪魔力而来盗真炁，

如狐精化美女，淫浸夺炁等事皆是。

凡此一切。不论心妄见魔，

若心中生一妄，则急提正念而妄自无。若眼前见一魔，亦急提正念，不应魔而魔自退去矣。

果邪果试，一切不着，俱以正念扫去。

《四十九章经》云：“不与群魔竞，来者自返戈。”丁灵阳云：“静中抑按功深，或见有仙佛，鬼神，楼台、光彩，一切境界，见前不得起心憎爱。”俞玉吾云：“任他千变万化，一心不动，万邪自退。”如钟离真人试吕纯阳以十魔，吕真人皆无着。又如壶公以朽索悬大石于费长房座上之梁，有大蛇啮索将断，令石压费，不为之惧，而正念长存，此真降魔之明案也。

只用正念以炼炁化神，自然得至呼吸绝而无魔矣。

真阳曰：有呼吸未尽之定，即是阴未绝尽而阳未纯，故魔可来。到呼吸绝而阴尽阳纯，则神全大定，不用见闻知觉于外，则

魔不能干犯。我不用见魔，亦不见于我，我不用闻魔，魔亦不闻于我。故呼吸绝者，自无魔矣。

昔邱长春祖师扫魔后曾云：“魔过一次，长福力一次；魔过十分，长福力十分。每当过一番魔，心中愈明一番，性愈灵一遍。”

此七句是我本宗祖师邱真人之言也，冲虚子引证降魔之案。

按，邱祖每只为福小不能心定，当过二番死魔，二次飞石打折三根肋骨，又险死，扑折三番臂膊。凭般魔障，皆不动心，越生苦志。

冲虚子昔于谢家住七十八日，被火灾所魔，以所卖家产千余金并九转之力备以入山住静供护众居食之资者，尽为所毁。当此急用之需，慨然尽弃而不救，亦为当过此魔而已。有友云：“何不救？虽少得亦可。”答曰：有邱祖案在，修行岸头，原不动心与魔应。弃物同于弃家，千余金何足重？

此修士所以不可不知者。

既得呼吸无气，则气不漏而回炁返纯神，则无复有炁与气矣。如有炁，则呼吸虽暂似无漏，未为真绝也。

呼吸少定而未绝，则神随之亦只少定而未大定。此时正宜绵密功夫，直入大定而纯神。若有出入间断，即同走丹。

必至无炁而后已。

真炁大药服食已尽，是炁已大定矣，则神全而亦大全，炼炁化神之事始毕矣。

此第二关返一之理如此，正已返到父母初交入胞之境矣。但父母初交时，只虚无之炁，神未分于炁中也。此则返合于神，只存一虚无之神在焉。

此直说分别人胎、神胎之所以然。

神已纯全、胎已满足，必不可久留于胎。

昔蓝养素于南岳山养胎既成而不能出，刘海蟾以李玉谿《十詠》寄之，指示脱胎出神，养素抚掌大笑而出。此见胎之必不可留，亦见暗中有圣贤提揭者。

冲曰：胎者，形也。久留在胎，局于形中而不超脱者，其炁之灭尽定者，犹可离定而动，动则同于尸解之果而已，神之定者亦离定而动，胎脱则神离形，在虚空之境矣。神还虚空而极虚空，则虚空安有坏耶？夫自其脱精成炁为人胎之始，脱炁而成神为成胎之终。炁不入于胎，犹可复为精也，以未脱其精之境也。神不出于虚空，犹可动其定而驰逐其气也，以未脱其精之境也。神不出于虚空，犹可动其定而驰逐其气也，以未超脱其炁气之境也。故李、曹二真人曰：“不超不脱不神来”，言必出神而后得神仙以向天仙也。

如子胎十月，形全则生。神胎十月，神全则出理势之必至也。此则再用迁法，以神之长着于中、下而离着，自中下而迁于上丹田。

前之初关，中关皆是三田反复，化炁于下，亦由上而中而下，及化神，转上而居中。中原是虚境，无所拘着，而若不远于炁根，故云合中，下皆在虚境之内，即世尊宝塔从地涌出在虚空中之说也。上丹田者，顶门边之泥丸宫也。既成纯神，则谓之见性。神之静体谓之性，性之大用及通而无障碍处谓之神。古云：“性在泥丸，命在脐也。”

以加三年乳哺，九年大定，炼神而还虚也。

乳哺者，养出胎之子也，为养神之喻也。仙以得定成神，虽得定，乃初有所得，未能久定，乳哺以加养，使神能大定而久也。还虚者，炁久定而绝无，神不必用乳哺之时。盖由炼炁之初，神为主令而定其炁，知有神也，故曰：化神。炁大定，神亦大定，神不用使令而若无神，故曰虚，正无法无佛者之谓也。

当此迁上之时，非只拘神在躯壳上，犹似寿同天地之愚夫者，在躯壳则非虚。还虚者，不着于躯壳，古云“入金石无碍”者，有躯壳则有碍。出躯壳之神至虚，故无碍。愚夫者，性不灵而无神通之谓也。

须用出神之理，调神出壳，而为身外之身。

调神出壳是一至要之机，有大危险之际。初调其出而即入，不令出久，亦不令见闻于远境。调之久，其出可渐久而后入，亦可渐见闻乎远境而后入。不调者，恐骤出外驰而迷失本性。凡初出者，必调。

依师度法出神。

有当出之景及所出之理。

自上田出念于身外，自身外收念于上田，一出一收，渐出渐收，渐哺渐足，如是，谓之乳哺。三年而神圆，所以千变万化，可以达地通天，可以超海移山，可以救水救旱，济世安民，诛邪除害。任其所为，皆一神所运，神变神化，所以谓之神仙。

抱朴子云：欲少留，则且上而佐时；欲上腾，则凌霄而轻举。

昔曹老师云：“修仙至于出神，永无生死矣，灾与魔皆不相干。”初出神，若一步而即入，若二步而即入。古亦云：十步百步，切宜照顾”是也，如此而后，乳哺养神至于老成，必三年而后可。此时若欲在世，护国安民也可；救水救旱也可；举念者，无不是神通灵应，有十百千万亿年劫，如是也可。若不欲在世如此，即用面壁之理，九年大定，而后可与最上上乘仙佛齐肩矣。

从仙而还虚，则又三迁至于天仙之虚境矣。

此无正极之至极处。

此皆十六岁以后至八八六十四岁，已化精而已耗精者之修也。

精即耗，则消折多，必用功补满而后能生真炁，转运河车，点化至神，住胎入定，如上所说。

又有童男未化精之修焉，

从来未行淫事，精窍未通、精未泄，炁未耗者。如《集仙传》所云：“周从者，泗州人也，幼得道。徐神翁曰：‘我少而婚，彼幼而得道，其神全，吾不及也。’又，世尊为太子在宫中，娶三妃十年，不行一淫媾，昼夜只修禅观者。此皆谓之谓真。又，韦驮天尊，《经》称为十九世童真。”此三者皆同。

皆世所不知，而亦欲浅说之者。

夫人自未生之前谓之胎，即生之后谓之童。

胎出即为童，顺而行之易。童返修即是胎，逆反修亦易。仙道中最难得者是童体，童体精炁完全，不唯修之易，其法力甚大，有非修补精炁者之所能及。

历年至于十六岁，炁足极矣。炁已纯阳，精犹未漏，是为全体之童。

及其本体之自全，而非用力修补凑合之所为。

古人云返老还童者，还成如此不漏全体而已。

修仙者，多是已漏之精，若以此为修，必不成仙，必有死，有生而轮回者。故用初关筑基功夫。基成，始与此童身相等，而法力犹有所不及。

且童必至十六岁阳炁极而精将通。末劫之世，人人习为淫欲之风，未至十四、五、六、则有交媾之败，炁不旺而精不壮，夭而不寿者多矣。

此是世间愚人俗子辈不知所以为修行者。

若举斯世，没有一人，

举一世或有一人者，极言无仙材之人也。

逾十六而未漏者，必为愚痴。不行淫欲之事，不足以行道者也。

淫欲之事，丧精耗炁而害道，皆仙佛之所禁戒，以修行大道，不行淫欲之乐者，必不行淫欲之害。世间亦未有不知淫事者，况十六岁之成人而犹不知乎？此时而不行淫，真为愚痴之甚而不知。

又或有一人，能至十六，炁极足而未漏，此最易化神而成仙者也。

阳精之炁自足者，免得用筑基、补精、补炁之功。以固有之炁炼之以化神，即成神仙而了道。故曰易。

若有能得成仙者，名曰童真。

以童真之全体而成真。

若缘分浅薄，不遇圣师点化，

昔抱朴子曰：“按仙经云，宝秘仙术虽有已在弟子中者，尤择其至精弥久，而后告之以要诀，况世人何能强以语之耶？”

又不知自参究，采此真炁而炼为神，亦不足以行道者也。

前生无积修功行，故此生不遇圣师。今生无修仙，修佛之志，何能参究天机！为凡俗混世虫耳，故不足以行道。

百千万年，或有一人，既足十六阳极之炁，又有仙师密旨，

昔抱朴子曰：“按仙经云，诸得道者，在胎中已念信道之性，及尘而有识，心好其事，必遭明师而得法。”

因其未漏之炁，不用炼精之功，遂以七日天机秘法，

七日者，炼精化炁筑基成功之后采大药之法，童子从此起以后，皆同于大人之法。

采得真炁，

百日之功曰采真，乃微阳耳。此无百日之功而炁自满足，于此采实足之真炁，即所生之大药。采此真炁而得，即得长生，采不得此真，则不过长生。

捧过三关九窍，以行炼炁化神之功。所以无炼精之功者。正以炁未化精，而采之即得。

炁未化精而泄漏，则精炁本满足，不待炼而可采，采而必得。所以世尊自修之功，不用炼精，只用色界四禅定为始，由本自满足之炁独盛旺胜于诸佛诸仙者，皆以此。

故炁未化精者，修之有四易；易于时，易于功，易于财，易于侣也。易于时者，不用百日之功，

百日工者，炼精化炁之功也，炁既生化精而顺行泄漏者，必用炼精还而为炁。既未化精，则无用还炁之百日。

从七日而十月，三年，

七日者，采大药真炁之期也。十月者，行大周天火之期也。三年者，出神而后乳哺阳神之期也。此止言成神仙之期，未说天仙也。

可计之程也。易于功者，不用小周天采补熏蒸，

此即说不用百日之功。

从采大药服食，

即七日之功。

而胎神、

即十月之功。

乳哺，

即三年之功。

可必之果也。

程可计，果可必者，言此逐节功夫，自粗而精，自渐而顿，可必其必至者，如所谓果生枝上，终期熟之说也。

易于财者，自七日而十月；三年，可数之费也。

养胎者一人，护法者二人或三人，计每人一日费银二分，三人则六分，四人则八，最易数。

易于侣者，

护法之伴侣也，即二人、三人辈。

因童真之神清而明，

清明者，情欲之妄未开，声乐佚之念未启。

炁完而足，

筋骨坚强不衰败，无昏惰之气。

用其护力而扶持颠危昏眊者少也。

纯阳真人曰：“免颠危，要人叫。”

斯谓之四易，其炁已败于化精者，

此又详言十六岁以后壮年，老年败精者之修。

则必用炼精之功。故有四难，难亦时、功、财、侣也。难于时者，精已虚耗，无大药之生，必采炼精以补精，返炁而补炁，则真炁大药始有所生多。百日之关，如有年之愈。老则不能以百日而返足炁，亦不能以百日而止功也。

或二百日，或三百日，未可知。

难于功者，功日百日，有期内，期外之不同。



期内者，五六十日而得气足者，如曹老师五十日得是也。有七八十日得气足者，如我以两月半而足炁，然其初，尚有一月调习。期外者，过百日之外，炁始足。

是以年以渐老，则用功渐多。如神已昏眊，必先养其清明。精炁以耗竭，必先养其充实。岂朝夕之力而能然哉？

昔钟离真人《道要》云：“晚年奉道，根源不固，自觉虚损而炁不足。十年之损，止用一年功补之，名曰采补还丹。补之数足，日渐以增，名曰水火既济。曰人仙是也。”

古之教人得之者早修，莫待老来铅汞少者，

铅少者，元阳真精真炁之耗竭，遂致有精干者，有阳萎者，有气喘者，有腰脊痛折者，有筋拘而膝不屈坐者，或坐不能久耸直立者，皆是。汞少者，元神本性之昏沉，

或采取不能张主而精专，或烹炼不能进退而终始。皆迷惑错误者多，而成真火全候者少。如此何以能百日而止功。

皆为此也。

铅汞既少之时，而奋志清修，犹可望成丹而证道有准。《经》云：“八十尚还丹。”又曰：“百二十岁犹可还。”若不决烈精进，则堕有死之类而已。故戒之曰：莫待老。昔马自然曰：“此身不向今生度，更向何生度此身？”

难于财者，以行道之期久。

或百日，或二百、二百日。

日费之积多，

百日用百日之费，或至二百日则多矣。

不可以数限也。

不可以限以百日之数，而为二百日，三百日之给。

难于侣者，用功日多则给使令之久，扶颠危之专，遂至护道未终。或以日久功迟，而疑生灰心。

有疑其功不知成否，有疑不知何日成功。

或以身魔家难，

身魔者，护法之身有病魔或有灾异。家难者，护法人之父母，妻子有大变故等事。

而变轻道念，

因有魔难，遂变易护道之念。

此往往有之者矣。

抱朴子昔云：“为道者，病于方成而志不遂。”

又观古人所谓：“同志三人护相守。”又曰：“择侣，择财，求福地。”

老君言，诸小小山者，皆不可于其中作金液神丹，皆无正神为主，多是木石之精，千岁老物，通食之鬼，此皆邪气，不令人作福，但能作祸。

福地者，抱朴子曰：“按仙经云，可修行居者有华山、泰山、霍山、恒山、嵩山、少室山、长山、太白山、终南山、女儿山、地肺山、王屋山、抱犊山、安互山、潜山、青城山、峨嵋山、绥山、云台山、罗浮山、阳驾山、黄金山、龟祖山、大、小天台山、四望山、盖竹山、栢苍山，皆正神在其中。若有道者登居之，则山神助福。”

而福地者，不过不逢兵戈之乱，不为豪强之侵，不近往来之冲，

昔抱朴子曰：“按仙经云，得道者与世人异路而行，异处而止。言不与交，身不与杂。”《太上胎息气经》云：“凡修行，切勿令人知。人知名至，则祸来不安。”

不致盗贼之扰。

房舍华丽、衣服鲜美、饮食丰盛、财物盈余、库藏充满、家俱器用奇巧，皆招盗贼之由。

略近城市，易为饮食之需，

城市太远，买办奔走烦难，恐护法人要多方有待者。

必远树林，绝其鸟风之聒。

昔许由以瓢挂于树，风击之鸣，由则弃瓢，亦其一验案也。

屋不愈丈，

丈室不容众，仅足三五人居为修行所。若大，恐盗贼可据为穴，故曰仅取蔽隔风雨为止。

墙必重垣，

内外完固，遮护恶虫，恶兽之患，为得其宜也。

明暗适宜，

可令人护关者得以舒畅，不生疾病。

床坐厚褥，

褥厚者，和软而坐不厌。

加以洁精芽茶，淡饭，

禁戒甘脂荤腥，专持素食。宜遵《四十九章经》元始天尊法旨所云，斋戒者，道之根本，法之津梁。子欲学道，清斋奉戒。众生舍清静，耽荤羶而以触法，譬之饿鬼啗食死尸。

五味随时，

五味者，咸酸甘淡，油盐酱醋之属。随时者，安其所遇，随有随无，不烦于搜索。

调养口腹，

饮食不宜过中，有过则有伤害。

安静气体，

安居丈室，而行住坐卧不为世务尘劳。凡真实修行者，静定其心，先静定其身。

亦易易事耳。然亦古人之长虑也。

古人每有入室之事遗嘱，我今亦详说入室事宜，修士当预为计划，免有违缺。

又有极口称为财不难兮，侣却难者，是何也？

求财助道者，或以自己家资变易而得，或以外护出财助道而得，何难？

盖为学道，本皆智士，而每人品不同。或以德胜而行道之心不专；或以志欲为仙而德不足；或以始虽勤而终则怠；

《玉皇经》忏文云：“求道未勤，岂能成道？”

或喜于谈笑而问道若勤，其力行实悟全无有；

天尊言：“知吾道者复不能行，行吾道者复不能久，难至于道。”

或初一遇，待师家以杯茶，便问如何成黄芽，

黄芽若教如此易闻易得，遍大地田土中尽长黄芽，胜于稻芽、麦芽。

饮师家以杯酒，便问如何到了手，

若教了手以杯酒可换而得知了，各酒店中人人皆是了手神仙。故抱朴子云：“世间浅近之事，犹不可坐待而知，况神仙大事乎？”

轻视如俚言之笑谈，即持谈笑之间认为得理，

钟离真人度纯阳时，纯阳正为九江府德化县令，弃官而随钟离，尚有一词云：“上告师尊，弟子相随七八年，肩头压得皮开绽。足下生疮五七番，并未蒙师一句言。”此词在物外清音书中久矣。即能弃官，便知有盖世至行，犹执弟子之礼多年，而后得闻道，成道。未有初遇便传、便闻之理，如父教之栽稻锄麦者乎。刘海蟾为燕国宰相时，钟、吕二真人造府而度，刘弃相而随，六十四岁也，至六十九岁而闻道，而后得成，抑岂有轻易得传者乎？世有光棍一见便传者，别有一故，为方士者诈设之假言及治一病之小功而欲谋一日之饮食者，欲缠绵取年月间之供给者，欲逛取长久之衣食者。非若此易言以速其所好，遂其遇见，何以得心腹相投哉？而谓天仙，神仙大道亦可如是闻问为哉？

或以好胜务奇，而欲闻独异于己，称独胜于人，徒务知道，而不行道，

此一等人，欲自夸得秘闻秘法胜于人者。

或有徒务博闻，而唯自夸为能士；如遇一宾友曰能这件，则亦曰这我也能；遇一宾友曰能那件，则亦曰我也能。不论邪正是非，一概俱闻，实无学道、行道之志；

此一等人，浮慕称博，绝非专学。任旁门邪说，不黜之为非，虽正理真言，亦不求彻悟，所以不能学道者。高明真师当慎言于

此人。

又，或有诈言医士学谈道，而涉猎却病旁小坐功。遇富贵者用药无功，又恐他人夺其主顾，故传以坐功而却病，为钩连擒拿之法耳，何有于学道之心？

此一等人，我遇之甚多，所见皆是如此。

或本志不真学道，但借学道为芳名，而阴行不道之事；

不道者，悖道之事也。凡有口称学仙道，求长生不死，遂遍言人曰：我能仙道，长生不死。愚人遂信之。及谈之，乃说用女人做彼家。不知其心实为欺骗人家女子，行奸淫之计耳。又有口称能炼丹服食不死，能点金银如山岳之多，哄骗愚人出本烧炼，遂拐其本银而逃者。皆不道也。

或以口称学道、知道、行道者，而心实不学，不知，不行者；

此不见张紫阳真人所谓“今生若不学修真，未必来生甚胎里。”马自然真人云：“此身不向今生度，更向何生度此身？”此等人当以二真人之言自醒。

或以父母妻子恩爱太重，而道念亦重，欲割然修仙，则恩爱不能尽舍。

《玉皇经》忏文云：“求度虽专，尚多宿累。”

《息经集注》云：“根念未固，不能进修。”

《太上灵宝大乘妙法莲华真经》云：“今迷诸世纲，虽有真心，固不为笃。抱道不行，而自望其头不白者，亦稀闻也。”

欲系恋恩爱，又恐无常速到，失却千万亿劫难逢之道。此谓之两持之心，而出两失之心也。

心两持则惑而无决，必无成功，而至于两俱失，必然之理。

无常速到，道果得乎？恩爱在乎？所以行道、护道三人，须要决地立志，修德、修道。

修道者，即戒律中不杀、不盗、不淫、不酒、不妄语、不绮语等皆是；凡匡君护国、救世安人、救水救火、救灾救旱，及以慈悲心救人患难、疾苦、贫穷、饥寒等皆是。

于此前列假心学道数事辨得分明，全天所犯，不妨道行，而后可称同志。

自“学道本皆智士”句以来至后“一晤一言知择耶”止一大段，皆言有道之士访外护同志之难及正道明师访同志弟子之难者。同志者，能苦心修德、诚心同道者方为真同志。

但侶之难于同志者，

于前十一款之外更有甚不可知处。

又有难于择者也。

以同志者未必出于一家一乡，而为两相素知，

若师先已得道出神者，则眼见耳闻，上可过色欲二十四天之上，同佛见闻色欲二界者，普天之下以及诸地狱中皆可见闻。凡有学道而愿为门下者，皆不越所见闻之中。若师家只得于遇仙传道，犹为访友，访弟子于护道之谋者，则难择人也。

出于一家者，如曹还阳度亲兄曹复阳，如冲虚于传堂弟太初，常侄太一是也。出于一乡者，如还阳真人度三里许之冲虚、真阳二人。如真阳度一里许之徒太和是也。其根基性德、素有相闻。

如一身之德行不藏者，暂遇之，不识也。

不藏者，即儒家所言不善也。人之善恶，必久相处而后知。焉可用诈？多闻其言，善恶自露。德可虚称，久稽所行之迹，则善恶难掩。

如一心之邪愿深邃者，面交之难察也。

此辈人心中全是邪恶之念，所行全是邪恶之事，意图神通及点化服食，欲得势力强大胜人。假作尊师敬友，殷勤问题，此面交假局，明师亦当明此。

如祖父辈之基恶种祸者，远见之不及也。

祖与父以大恶为基，则孙与子未必肯为善。且前人为恶，报身不尽，必报及孙与子。唯居近者而后知世积，若生各异方，长各异地，斯亦不能远见也。

此皆上苍之必不付道者也。

天将恶报，而师家传以大道，是谓妄传非人。

如何而能以一晤一言知择耶？

以前十四等人皆选择贤弟子外护之难知者。一晤者，两人对面一会也。一言者，一相会之谈也。总言相交之浅。

假令即有圣德坚志之士，

假令，是今无之中而或有，不可必有之言也。全德者，在世法中能全五伦之德，于道法中又能全五戒。此是君子圣贤人品，便是修仙修佛之根器。坚志者，非上所说十四等不同品之假志。真实有心亲师同学，具弟子之威仪，执弟子之职事，不违师言，不犯道律，不犯王法，时时切问近思，一有所闻，便求实悟，不肯虚度光阴，不敢虚负圣教，此便是真实坚志者。

必于学道修仙，于师家之逢，邂逅难于相信。

邂逅者，偶然之相遇也。师固不能辨弟子之善恶诚伪如上十四等者，学道弟子亦不能辨师家之邪正圣狂。不能辨即不能信，虽有相遇耳，为徒遇耳。

所以难于相信者，又系认道不真，

平素操慕道之心，每被方士哄曰，用女人交媾为采补接命，可得长生不死。见其说有一端道理，遂不识此事是假。及见真正仙道清静，亦有一端道理，却不与淫污者同快活，心中冷落，持疑不信。何者为是？不能认正为真，即不能学道，虽有坚志，亦不成其为坚矣。

不素识其道德有无，

不素识者，不曾平日相交接也，故不见不闻师家之有道德，无道德。所暂时一遇，相谈妙理，而学者乃犹疑为口头言。回想前所闻者之无所证，疑此亦未必有证。不知邪说假设诳人者必无证，不知仙道实悟真修者必有所证。皆由未亲近师家，未见实历有证也。

果邪果正，而不敢轻于信也。

可惜虽遇正道，亦不得实闻之道。缘师家知其不能破疑而改

邪归正，便是非才无用之人。譬如无目之人，粪秽臭处也将鼻一闻，沉香脑麝香处也将鼻一闻，终不能弃臭而久留于香故也。

此尤见侣之所以难也。

此前“假令”起至此一段皆言学者遇师之难也。

昔吕真人云：“弟子寻师易，师寻弟子难者”，是慨叹学者未有知识时，略起一念，云仙有神通变化，无所不能，无所不知，我当学之。起初遇一人，不问其知道否，便拜之，即是一师也。遇三人、五人、十人，俱拜之，即是三师、五师，十师。闻一句鄙陋非道之言，也为一言之师；闻十句粗浅之说，也为十句之师。何其易遇、易得？随其真伪邪正，总是无选择故也。若有道之师寻弟子，要弟子及祖宗历代积德循道，谓之有根基。灭却恶念，绝无恶事、远邪归正，精勤实悟，谓之同志，此等人最难得者。若祖宗及身无德而轻道者，不传。有恶念、恶事者，不传。口空谈而心不实悟者，不传。执却病坐功而欲学之以求成仙者，不传；视仙道同于房术，以女人为鼎，取淫媾为可成仙者，不传。始勤而终怠者，不传。此皆选弟子之必当如是也。故曰：“师寻弟子难。”古人云：“可喜唐朝吕洞宾，至今犹在寻人度。”萧真人亦云：“朝朝海上寻同志，寻遍东吴不见人”是也。

彼世人遇区区奔走者于一倾盖间，而曰得遇仙，曰得遇侣，果何所得哉？

胶住于一方者，与奔走游历于四方者，相去甚远，不得常相问学。倾盖者，收来伞盖之说也。张雨伞而行，半途相逢立谈则收伞，故曰倾盖。古之子华、子程，本有道之士，孔夫子相遇于途，倾盖而语，夫子曰：“目击而道存。”此唯圣能知圣也。今言倾盖，极言偶然一见，相谈不久，何能得仙传道？何能得侣护道？以不得而曰得，果何所信心而为所得哉？”

觅师侣者尤当以此为鉴戒。

古仙从来无一相遇之初而即传于后学者，亦无一遇之初而即得护道于贤侣者，凡后学觅师及有道者觅侣，皆当以此说轻遇之



不得人为鉴，亦以轻信于一遇为戒。

但后来修士，必于人道中先修纯德，

人道中者，即五伦之事也。君当忠而忠，亲当孝而孝，兄长当顺而顺，朋友当信而信，谓之纯德、高真上圣皆言传得其人身有功者，当传于有德之人也。传失其人，九祖受冥拷。又云，妄传，九祖受冥拷。皆言妄传于无德恶人也。有仙道者，安敢妄传非人哉？凡轻易传人者，邪说诬语耳，意图诱哄人财物，故意易其言，以为相投遇合之机者，抑可轻信者耶？

又能信奉真师，

昔葛稚川《神仙传》云：“刘政求长生之术，不远千里，苟有胜己，虽奴客，必师事之。”今人若能如此，自有真仙踵门。

慎择贤友，

即以前所谓择侣之说。

精心修炼。于此浅说中语，

即修德之款，修道之款。

一一勤得透彻，则长生不死、神仙、天仙、佛世尊可计日而皆得矣。

于又愿同志者共勉之！

## 先天后天二炁直论第一

冲虚子曰：昔读《玉皇心印经》，云：“上药三品，神与炁、精，”固然矣。

本注云：人以精、炁、神三者以生此身，亦以精、炁、神而养此身于世间，凡从人胎生者皆如此。仙与佛同是人胎中有此身心而来者，故亦同修此三者而成果。学仙佛者当知。

然其间有秘密而当直论者，正有说焉。

秘密者，先天，后天之说也。上古未说之秘，中古圣真亦说之，特未详，故后世人有遇传者，有不遇传者，有知者少，不知者甚多。

唯是神与精也，只有先天，忌至后天。

先天，是元神、元精，是有变化，有神通之物也。后天者，思虑之神、交感之精，无神通变化之物也。

而炁则不能无先、后天之二用，以为长生超劫运之本者。

真阳曰：二炁者，先天是元炁，后天是呼吸之炁，亦谓之母气与子气也。超劫之本乃元炁，不自能超，必用呼吸以成其道能。故曰：有元炁，不得呼吸，无以采取、烹炼而为本。有呼吸，不得元炁，无以成实地长生转神入定之功。必兼二炁，方是生长超劫运之本也。

所以，吕祖得先天炁，后天气之旨而成天仙也。

纯阳真人初闻道，而未甚精明，乃见《入药镜》云：“先天炁，后天气，得之者，常似醉”之说而后深悟成道，故真人自诗云：“因看崔公入药镜，令人心地转分明”是也。

然所谓先天炁者，谓先于天而有无形之炁，能生有形之天，是天地之先天。即是能生有形之我者，生我之先天也。

天从元炁所生，我亦从元炁所生。

故亦曰先天。修士用此先天始炁以为金丹之祖，未漏者，即采之以安神入定。

未漏童真之体，即用童真修法。

已漏者，采之以补足如有生之初，完此先天者也。

凡在欲界，精已漏者，遇此先天炁将动而欲趋欲界，则采取烹炼，还补为离坎之炁，而先天依旧完足，即是金丹，服此金丹，则超出欲界之上，而成神仙，天仙矣。

夫用此炁者，由何以知先天之真也？当静虚至极时，即致虚极，守静笃之说。

无一毫念虑。

念虑原是妄想心。

亦未涉一念觉知，

此是不判不动之时，尚在将判之先者。

此正真先天之真境界也。

佛宗所谓“不思善，不思恶，正凭么时”与此同。

如遇混沌初分，

即鸿蒙一判。

即有真性始觉，真炁始呈，是谓真先天之炁也。

真阳曰：先天之炁藏炁穴，虽能动时，犹是无形依附有形，而为用者始呈而即始觉，尚未堕于形体之用，故曰炁之真。若依形体而用，则旁门邪说之所谓气者。

修士于此下手，须要知采取真时，

真阳曰：真时者，药生之时易知，而辨所以可用，不可用之真时，则难知，非由真仙真传者不可得。非此邪说之所谓时者。

知配合真法，

即以神驭气之说。

知修炼真机，而后可称真仙道。

真机者，总上二者皆是，鼎器要真，不真，则真炁堕于空亡；火候要真，不真，则明明进退之阳火而不阳火，暗合进退之阴符而不阴符者，不可。故修炼之机要知之真，而后可行，可成。知不真，则不可行，不可成。

所谓后天气者，后天于天而有，言有天形以后之物，

若风气之类，曰巽风者。

即同我有身以后有形者也。

若呼吸气之类，亦喻巽风者。

当阴阳分而动静相乘之时，

此言阴阳，是言太极一中分阴阳为二，神、炁是也。阴阳俱有动静，故相乘，如二分四之说，今人若不信阴阳同有动静者，如睡浓时，炁固静，神亦静；睡醒时，炁亦属动，静亦属动。即如世法俗语，便见道理，自然循环是如此者。

有往来不穷者，为呼吸之气，

何故说往来不穷？以呼吸在睡时也有，在梦时也有，在觉时

也有，在饮食时、未饮食时皆有，故曰：不穷。若神炁归于元位，似不见有，则曰：元神、元炁，不与睡中呼吸显然同相。及其神炁同动、判然灵觉，有照有应，显然不无。唯圣真有修者而后有证。以凡夫之呼吸者运至真人呼吸处，以凡夫之呼吸穷而死者，修成真人之呼吸穷而长生不死，以超劫也。

有生生不已者，为交感之精，故曰后天。自呼吸之息而论，此言凡夫呼吸自然之理。

人之呼出，则气枢外转而辟；吸入，则炁枢内转而阖，是炁之常度也。自交感之精而论，由先天之炁动而为先天无形之精，

真阳曰：先天炁精俱是无形之称。在虚极静笃时则曰先天元炁，及鸿蒙将判而已有判机，即名曰先天元精，其实本一也。

触色流形，变而为后天有形之精，

若人不遇色欲邪淫，必不成后天有形之精。此及人生日用而不知者。

是精之常理也，皆人道，若此而已。

人道者，言顺则为人时之道也。此书篇篇皆先言顺，而后言逆修。见其即自家所有，以修自家，如释伽所谓众生即佛之意。

后天而奉天者也。修士于此须不令先天元精变为后天，又必令先天之精仍返还为始炁，

即是归于原根，复还命蒂之所。始炁者，即虚之极，静之笃也。

是以后天气之吸呼得真机而致者。故于动静先后之际，

即所谓如亥时之未、如子时之初便是。

则后天之真呼吸寻真人呼吸处，

李云：“只就直入呼吸处，故教姤女往来飞。”又即张紫阳真人所谓“一孔玄关窍，乾坤共合成。”文云：“橐天籥地徐停息”者，皆是。

一意归中，

即以神驭炁，凝神入炁穴之理。

随后天气轴而逆转阖辟。

元炁固要逆修，而呼吸之炁亦要逆转。不逆转，则与凡夫口鼻咽喉浩浩者何异？所以言真呼吸者以此。

当吸机之阖，我则转而至乾，以升为进也。当呼机之辟，我则转而至坤，以降为退也。

乾天在上，自下而上，机似于吸入，故曰阖，曰升，亦似古之言进升于乾，本为采取之旨。坤地在下，自上而下，机似于呼出，故曰辟，曰降，亦似古之言退降于坤。本为烹炼之旨，然现在之烹炼又为未来采取之先机。此道隐斋特言之密旨也。

周南余庠友初至道隐斋问曰：“何为进退？”冲虚子言：进退者，亦虚喻耳，其实不见有似进退，何也？古云：子巳六阳时，进阳火三十六。午亥六阴时，退阴符二十四。此言阳时所行则曰阳火，阴时所行则曰阴符，皆言火也。以九阳六阴多少之数言进退，亦一定之数也。故不似进退，非渐加渐减之为进退，而亦非外进内多退少为进退。我故曰，不似进退而虚喻进退也。又，按古云阴符者，暗合也。其周天中暗合者，亦有只沐浴之不行火候，而暗合于有火候者，但不在六阴时而俱可言暗合。后人执进退二字，要说进，妄以自外而进于内，自少而进于多，又要退，妄以有而退于无，如王道德所谓戊灭亥休之说，吾故曰皆说得似不似。此说只以升为进，降为退，谓候中只有升降，必要似子进阳火，午退阴符，从此喻说而已。

修炼先天之精，合为一炁，以复先天者也。

真阳曰：此一段即言小周天所当用之机，火候所不传之秘在是。修炼金丹之士，只要阖辟明得透彻，则金液可还而为丹，若阖辟不明，则药不能生，而亦不能采取，烹炼，大药无成，枉费言修。

世人乃不知先天为至清至静之称，所以变而为后天有形之呼吸者，此先天也。动而为先天无形之精者，亦此先天也。化而为后天有形之精者，亦此先天也。此顺行之理也。

元炁为生身之本，凡一身之所有者，皆由元炁所生化。

至于逆修，不使化而为后天有行之精者，固此先天也。不使动为先天无形之精者，定此先天也。不使判为后天有形之呼吸者，伏此先天也。证到先天，始名一炁，是一而为三，三而复一。有数种之名。

即一生二，二生三，三生万物之说。

即有数种之用。

故不知先后清浊之辨，不可以采取真炁。

真炁者，即先天元精，清者也。后天交感之精，浊者也，则不真。

不知真动、真静之机，亦不可以得真炁。

虚之极、静之笃，则曰真静。未到极笃、无知觉时，不为真静，从无知觉时而恍惚有妙觉，是为真静。未到无知觉时，而于妄想中强生妄觉，则非真动，动即不真，则无真炁者。

不知次第之用，

次第者，次药生之真时，采药、归鼎，封固，进阳火，退阴符、周天毕，有分余象闰等用。

采取之功，

由升降之机得理，则能采取真炁。不然不得真炁，纵用火符，亦似水火煮空铛而已。

又何以言伏炁也哉？古人有言药物者，单以先天炁而言者。也有言为火候者，单以后天气而言者也，不全露之意也。有言药即是火，火即是药。虽兼先后二炁而言，盖言其有同用之机。药生则火亦生，用药则亦用火。故曰即是亦不显露之意也。后来者何由得以明悟耶？修天仙者，不可以不明二炁之真。

## 药物直论第二

前先天，后天已兼火药论矣，此单论药之先天。

冲虚子曰：天仙大道喻金丹，金丹根本喻药物，果以何物喻

药也？

炼外丹者，以黑铅中所取真铅白金炼成金丹，故内以肾水中所取真汞同于金，炼成内丹，亦名曰金丹。外以白金为药，以丹砂为主；内以真汞同于金者为药，以元神本性为主。故同名金丹。同喻药物。

太上云：“恍恍惚惚，其中有物”；

恍惚者，是本性元神，不著于知觉思虑，似知觉之妙处，其中便有物。

即吾身中一点真阳之精炁，号曰先天祖炁者是也。即名曰祖炁，则必在内为生炁之根者。而又曰外药者何也？盖古云：金丹内药自外来，以祖炁从生身时虽隐藏于丹田，却有向外发生之时。

如生视、生听、生言、生动、生淫欲，皆此一炁化生。如思外之色、声、香、味、触、法皆由炁载思以致。

即取此发生于外者复还于内，是以虽从内生，却从外来，谓之外药。炼成还丹，斯谓之内药，又谓大药。

古云：铅汞相交而产黄芽，即此大药便是黄芽。

圣真学者究此一段，则邪说淫风一笔扫尽矣。

实止此二炁而已。今且详言外药内药之理而所以名外药内药之由。

既曰药本一炁生，非有外内之异，而何有外内之名者？以初之发生总出于身外，而遂曰外药。若不曰外，则人不知采之于外而还于内，将何以还丹？及精补精全，炁补炁足，神炁俱得定机。

真阳曰：定机者，将用大周天之先机也，若小周天，则不定之候，故小周天有止火之候者，以其不定能伤将定之药。张真人所言“若持盈未已，不免遭危殆”之说便是。

于此时发生大药者，

真阳曰：大药不自发生，必采之而后发生。不似微阳初动，为自发生也。然必求何以知采大药之时？知前止火之候，则知即采此大药之时。

全不著于外，只动于发生之地，因其不离于内，故曰内药。

昔人每注只说炁是外药，神是内药，不是。

若不曰内，则人一概混求于外，则外无药，无所得，而阻于小果空亡，

此言只可长寿，而非不死可超劫运者。

将何以化神？所以先圣不得已而详言内外也。

张真人云：“内药须同外药”，俱与此同。

既有内外之生，所以采之者亦异。盖外药生而后采者也。

纯阳真人云：“一阳初动，中宵漏永。”紫阳真人云：“牵将白虎归家养”者是也。

内药则采而后生者也。

自邱真人传于张、李、曹三真人，以及伍冲虚子所谓七日口授天机以采大药者是也。张紫阳亦谓：“不定而阳不生。”

此亦往圣之不轻言直论者。我今再详言之，以继世尊所为。重宣偈者云：“此炁在人，未有此身，即此炁以生其身。”

此炁不足者，则不能生子之身，少者，老者皆具此形。少者炁足，能生子；老者炁不足，故不生子。观此，明知形不能变化生生，而炁能生。

既有此身，则乘此炁运行以自生。故曰：修士亦惟聚炼此炁而求长生也。

惟能炼，则能聚。炼聚久之而生大药，为能起死回生之真仙药也。

但其变化虽在逆转一炁，而其为逆转主宰则在神。

即“神返身中炁自回”之说。

若念动神驰，引此炁驰于欲界，则元神散，元炁耗，变为后天有形之精，此精必倾，

有形者终有坏也。

不可复留，亦不可复返，终于世道中之物而已，乃无益于丹道之物也。若人认此交媾之精为药，即为邪见。



丹道以无形元炁为药，即已有形，则不能复为无形之药。即已淫媾，则炁已耗尽。且千人千败，万人万败，何曾见有一人不败淫精，而能采来补精，得长生不死者乎？是以修金丹者不用淫媾之精者，以其炁不足，不能长生故也。

如遇至静至虚，不属思索，不属见闻觉知，

总是虚之极静之笃者。

而真阳之炁自动，

虚静之极自动，方是循环自然妙处。

非觉而动，实动而觉，觉而不觉，复觉真玄，

觉而动者，先觉后动也，动而觉者，先动后觉也。

即是先天宜用之药物，此时即有生化之机。

可以凡，可以圣。

而将发生于外者，在如天地之炁，过冬至而阳动，必及春而生物者然也。

冬至，阳初动，谓之微阳。孔子于复卦之大象云：“至曰闭关安静，以养微阳。”阳微故不能生物，亦不能为药。

故顺而去之，即能生人；逆而返之，则能生仙，生佛。修士最宜辨此一着。以先天无念元神为主，返照内观，凝神入于炁穴，则先天真药亦自虚无中返归于鼎内之炁根，

即炁之穴也。

为炼丹之本。古云自外来者如此。此外药之论也。将此药之在鼎者，以行小周天之火而烹炼之。

俞玉吾云：“若知有药，而不得火候之秘以炼之，唯能暖其下元，非还丹也。”

谓之炼外丹。

此正三家相见之谓，亦回风混合，百日功灵之说。

外丹火足药成，方是至足纯阳之炁，

炁不化阴精，便是纯阳之真炁也。

方可谓之坎中满者。曾还阳真人授以采大药之景及采大药

之法，正为此用也。

还阳真人云：“有可采大药之景到，便知药成而有可采大药可采。景不先到、药未成也。”

夫采之而大药生而来，斯固谓之得内药矣。或有采之而大药不生者，有三故焉。一者，或外丹已成，

从初阳之微而修补至于真炁纯阳，谓之外丹成。

而采此药之真工不明，而不知所以采药之，故不得。

此由学者志不大，心不坚，前修功行少，今修福力薄。仙师只传以补精筑基之功，特小成其长生之果者。

二者，或小周天之火传之真而行之不真，而外丹不成。虽知采之，而无药可采，故不得。

此即马真人门下弟子问：“我行道三年，尚道眼不明，是何故？”真人曰：“行之不精。”

三者，火传之真，行之真，而候不足，

老师昔云：“火有止候到，方是火足药成。候不足止，景不到，必不可止火。”

而药炁不至于纯阳，虽知采之而药不为之采，故亦不得。药之不可得，则不可得曰内药也。

此三者总言采药之不得，即是道之不成。示此以为学者自勉，可不知所惧哉？

采得此药以服食而点化元神。张紫阳谓之“取坎填离”正阳真人谓之“抽铅添汞”，只皆言得此内药也。欲将此炁炼而化神，必将此炁合炼为炼。

古云炼炁化神，后人不知如何言化。神、炁、人所自有者，炁因淫媾而消耗，神因淫欲而迷乱，故皆不足，而渐趋于死。真人修炼，先以神助炁，炼得炁纯阳而可定，后以可定之炁而助神。神俱定，炁至无而神至纯阳。独定独觉，即谓炁之化神也。

炼作纯阳之神，则有大周天火候在焉。

仙家称为怀胎，为胎息，言如在胎时，自有息而至无息，佛

谓之四禅定。《华严经》云：“初禅念住，二禅息住，三禅脉住，四禅灭尽定”是也。

当是时也，火自有火而至于无火，药自有药而至于无药，自纯阳炁之无漏以成纯阳神之无漏。而一神寂照，则仙道从此实得矣。皆药之二生之真、两采之真，两炼之真以所证者。辨药者为仙家之至要秘密天机、学者可不知辨哉！然古人但言药物而不言辨法，不言用法、又不言采时、采法，一药之虚名在于耳目之外，故后人无以认真。我且喻言之：如一草一木之为药，

佛有药草之喻者。

有生苗之时，有华实之时，自一根而渐至成用者如此。真阳之药自微至著，采而用为修炼者亦如此。

即初九潜龙勿用及九二见龙利用之说。

我所以直言此论者，正以申明古人所谓药生有时，令人人知辨而知用也。世人见此论而信不及者，则将何处得真阳？将指何者为真药哉？吾愿直与同志者共究之，慎毋信邪说淫精不真之药物为误也。

### 鼎器直论第三

冲虚子曰：修仙与炼金丹之理同，圣圣真真无不借金丹以喻明夫仙道。仙道以神炁二者而归复于丹田之中以成真金丹，以铅汞二者而烹炼于炉鼎之内以成宝。故神炁有铅汞之喻，而丹田有鼎器之喻也。是鼎器也，古圣真本为炼精、炼炁、炼神所归附本根之地而言也。世之愚人遂专于炼铅、炼汞，而堕弃其万劫不可得之人身。

愚人不知身中先炼者为外丹服食，执鼎器之说，只信炼铅汞、金石外药为服食不死，至失人身而不能救。此鼎器之说误人亦甚矣。

妖人淫贼遂妄指女人为鼎，指淫媾为炼药，取男淫精、女淫水败血为服食，诳人自诳，补身接命。

游方之士及一切居家愚人，以女人为鼎器，以淫媾为炼接命之药。取男泄之淫精、阴户出之淫水、经后之败血，从广胎息书之说，皆服食之，为接命不死。夫世法中，犹慎于淫媾。淫媾伤多者，有房劳之病，而死随之矣。正损身丧命之事，反诬曰补身接命。且食有形之物，同饮食入脾肚、出二便。即令淫精、淫水食之，亦入脾肚、出二便。饮食不能无死；精与水亦不能无死。假使食精与水可无死，食尿屎为自己所出者，亦可无死乎？故钟离云：“若教异物堪轻举，细酒羊羔亦上升”也。此皆由鼎器之说不悟者。

而误弃其性命本自有之真宗，

性即元神，命即元炁，是我生身本来之所自有者。神外驰为淫想，炁外驰行淫事，皆所以速死者。真人以神驭炁，同归于炁穴根本处，禁止令久住于中而不可出。以此禁固之义，亦曰鼎器。

尽由鼎器之说误之也。一鼎器之名而迷者与悟判途。敢不明辨而救之哉？夫是鼎器也，为仙机首尾归复变化之至要者也。

首尾者，炼精化炁，炼炁化神也。既用火候为烹炼、必有鼎器为封固。既以神炁归于丹田之根，则丹田便是鼎器，方有妙用。

若无此为归复之所，而持疑无定向，则神何以凝神精炁归穴耶？然鼎器犹是古来一名目也。

凡有一虚名者，必有一实义。故世尊所说，欲行佛法，每借权显实。仙家每有言，皆欲显实。故真仙真喻者固多，而邪说混入邪喻者更甚。

不知身中所本有者，有乾坤、炉鼎之喻也，

乾为上田，亦天在上；坤为下田，亦地在下。故《中和集》所说，亦有天地为炉鼎者。曰鼎，鼎原无鼎者。

亦有内鼎，外鼎之称者。

有称金鼎、银鼎者，有称铅鼎，汞鼎者、水火鼎、硃砂鼎者。

言外鼎者，指丹田之形言也。

佛喻曰法界，修行佛法之界也。

言内鼎者，指丹田中之炁言也。

佛喻曰华藏，曰寂光国土。

以形言者，言炼形为炼精化炁之用。

故古云：“前对脐轮后对肾，中间有个真金鼎”者是也。

仙道神驭炁之必归于此，安止于此，禁之不令外动，故鼎器关炼铅汞者似之。

以炁言者，言炼炁为炼炁化神之用。故古云：“先取白金为鼎器。”

此旌阳真君之说也。古以黑铅喻肾，肾中发生真炁，取之而喻曰取白金。有此百金之元炁，是得长生超劫运之本，方安得元神住，亦以长生超劫运，故曰先取为鼎器以还神也。

又曰：“分明内鼎是黄金。”

白金内有戊土之黄色，故亦称曰黄金。以上喻同。

言白、言黄，皆言所还之炁是也。兹再扩而论之，无不可喻鼎器者。当其始也，

即初关炼精化炁时。

欲还先天真炁，唯神可得。则以元神领炁并归向于下丹田，而后天呼吸皆随神以复真炁即借言神名内鼎者也可。若无是神，则不能摄是炁。而所止之下田为外鼎者，又炁所藏之本位，即所谓有个真金鼎之处。

此言丹田既为外鼎，则神亦可为内鼎也。

必凝神入此炁穴，而神返身中炁自回。

真炁阳精发生时，必驰于外者，故欲其返回。神知炁之在外，则神亦驰在外，亦欲返回者。当其炁之在外，则神亦随之在外，及神返身中，炁亦随之返于身中。故曰：神返身中炁自回也。

所以归根者，由此也。及其既也，欲养胎而伏至灵元神，即中关炼炁化神时。

唯炁斯可。

人生在世间，唯是炁载神。修仙出世间，亦用炁载神。

则以先天元炁相定于中田。

《参同契》云：“太阳流珠，常欲去人。忽得金华，转而互相因。”又，佛家六祖慧能云：“心是地，性是王。王居心地上。性在，王在；性去，王无”之说皆是。

似为关锁，而神即能久伏，久定于中。

太上云：“转神入定。”

即如前言炁名内鼎者也可。若无是炁，”

即堕孤阴之说。

则不能留是神。

神无所依着，则出入无时，驰为视听、言动之妄。若依炁为念，则无向外妄念矣。

而所守之中田为外鼎者，又神所居之本位。故神即静定而寂照者，如此也。

初炼精化炁固以神为炁之归依，及炼炁化神又以炁为神之归依。神炁互相依而互相守，紧紧不得相离，真可喻鼎器之严密一般。

尽皆颠倒立名以阐明此道耳，故吕仙翁又曰：“真炉鼎、真橐籥，知之真者而后用之真，用之真者而后证果得其真。”岂有还丹鼎器之所当明者而可不实究之耶？

此又结言自身有还丹鼎器之当究。

又岂有取诸身外而可别求为鼎器者耶？

此又结言泥土、金铁、鼎器及女人假称为鼎器者，俱不可信，信之则必误丧性命。

昔有言总在炁圣性灵而得者，斯言亦得之矣。

白玉蟾云：“只将戊己作丹炉，炼得红丸化玉酥。”盖戊为肾中气，名白金者曰戊，己即心中之本性曰己。戊己原属土，故曰土釜，即鼎器之别喻也。张紫阳曰“送归土釜牢封固”是也。

夫还神摄炁，妙在虚无，

虚无者，乃真先天神炁之相也。神无思虚，炁无淫媾。

必先有归依，

神依炁，炁依神，神炁相依，而又依中下之外鼎。

方成胜定。

胜定者，最上乘至虚、至无之大定也。古云：“心息相依，久成胜定。”

此鼎器之辨，不可忽也。

## 火候经第四

冲虚子《集说火候经》

诸篇皆论，此独名曰“经”者，皆古高真上圣传于永劫，真常不易之经语也。

曰：天仙是本性元神。

仙由修命而证性，故初关是修命，中关是证性。

不得金丹，不能复至性地而为证。金丹是真阳元炁，不得火候，不能采取烹炼而为丹。故曰：全凭火候成功。

吉王太和重问火候，冲虚子集圣真诸言而为此《经》。意曰：古仙圣真皆不传火。虽有《火记》六百篇，篇篇相似采真铅。《玉皇心印经》曰：“三品一理，妙不可听。”观此言，虽曰不传，似亦传之矣；虽曰传之，又似不传矣。我每亦遵之，不敢传火。及见见在世，人人惑于妖妄邪淫，个个不知仙道正门，乃惧未来圣真无所趋向，故又不敢不言。言之简，而人亦不彻悟，犹之夫旧事也。言之详，又嫌于违天诫。因世人于古云：“火有候，有作为”。此言若先入心，便责彼言无候，无作为者为非。于古云：“火无候，无作为。”此言若先入心，便责言有候，有为者为非。竟不知当有候、有为，我亦当有。当无候，无为，我亦当无。所以紫阳真人叹云：“始于有作无人见，乃至无为众始知。但信无为为要妙，孰知有作是根基？”昔禅宗人亦云：“你有一个拄杖子，我与你一个拄杖子，你无一个拄杖子，我夺却你一个拄杖子。”即此说也。我故全集众仙真秘诀而次第之，说破逐节当有当无，直指

世之愚迷，遇师时当以此为参究。

昔我李祖虚庵真人云：“饶得真阳决志行，若无真火道难成。周天炼法须仙授，世人说者有谁真？”

此言仙道必要仙传，而后可修成仙。俗谚云：“要知山下路，须问去来人。”若世人所传者，只是世法，甚非仙道。古仙云：“若教愚辈皆知道，天下神仙似水流。”彼自己尚无学处，将何以教人？前七句是必用真火候之断，此四句是必用真火候引证之案，以断案破其题。

且谓上古圣真，不立文字，恐人徒见而信受不及。

今世人亦不信书，以书正不作巧言，故不足取信于人。唯邪人能造巧言，故能取信于人。

中古圣人借名火候而略言之，而世又不解知。及见薛道光言：“圣人不传火。”遂委与不参究。虽有略言者，亦不用，竟取信于妖人之口而已。我故曰：火候谁云不可传？

既不可传，何故有《火记》六百篇？

随机默运入玄玄。达观往昔千千圣，呼吸分明了却仙。

此直言说出火候只是呼吸二字。

岂不见陈虚白曰：“火候口诀之要，当于真息中求之。”

《灵源大道歌》云：“千经万论讲玄微，命蒂由来在真息。”

此又直说出火候只是真息。真息者，乃真人之呼吸，而非口鼻之呼吸。

陈致虚曰：“火候最秘，其妙非可一概而论，中有逐节事条。”

即我张、李、曹三真人相传以来所云采药之候，封固之候，起小周天之候，进退颠倒之候，沐浴之候，火足、止火之候，采大药之候，得大药服食之候，大周天之候，神全之候，出神之候等皆是。

可不明辨之乎？

张紫阳曰：“始于有作无人见，及至无为众始知。但信无为为要妙，孰知有作是根基？”



有作者，小周天也。无为者，大周天也。盖火候行于真人呼吸处，此处本无呼吸，自无呼吸而权用为有呼吸，以交合神炁。久炼而成大药者，必用有为也。不若是，则道不真。无人见者，秘传之天机而秘行之。古先圣真人诫人曰“知之不用向人夸”是也。所谓圣人不传火者，不轻传此也。世人邪法，皆用有为，仙家之有为则不同。邪说之有为，皆著相；仙家之有为，不着相。此尤为无人见者。此以前皆从无人有也，以后皆从有入无也。然呼吸本一身之所有也，先自外而归于内，则内为有，故大周天必欲至于无。然无者。非不用火而言无，乃是火候行之妙于无者。此火危险甚大，因有为之火易行，无为之火难行也。不能无之是危险；能无之而或少有一毫杂于有，亦是危险；无之而或间断不行，亦是危险。故紫阳亦嘱之，世之愚人俗子，但见无为，便猜为不用火，遂其所好，安心放旷者有之；或猜为始终只用一无为而已，不求所以当有有为于始者有之。故曰：但信无为，孰知有作。此紫阳甚言当有无双用之旨也。

纯阳真人曰：“一阳初动，中宵漏永。”

此下一段皆言活子时之火候。

魏伯阳真人曰：“晦至朔旦，震来受符。”

此以一月为喻也。晦者，月终之夜无光，喻身中阴静之时。晦而至于次月朔旦者，初一也。震来者，震一阳动于下爻，以喻身中真阳精炁之生。盖药生即火当生，震阳既动而来，则当受火符以采取烹炼之也。上节纯阳之说，以一日为喻者，中宵为夜之半，即子时之义。漏永者，火符之刻漏筹数也。古人或以日喻，或以月喻，或以一年喻，无所不喻，不过借易见者以发明火之不可言者，学者皆不可以喻认真，但恍惚似身中之理，而犹非实似也。

陈朝元曰：

即《玉芝书》。

“凡炼丹，随子时阳炁生而起火，则火力方全。余时起火不得，无药故也。”

有药方能造化生，故起火炼药。无药时不必用火，故起火不得。若强用火，便是水火煮空铛。铛是炊饭器。

陈泥丸曰：“十二时辰须认子。”

丹道一周天之用，须用真活子时而起火。天道一日十二时本有子，夜半之时也。丹道虽喻子，而非可执按其子者，于此十二时中皆可有阳生、火生之子，故称曰真活子时。为其还拘夜半之死子也。修丹者当于天时中认取丹道当生火之活子时，若不知活，则谓之当面错过。

白玉蟾曰：“月圆口诀明明语，时子心传果不讹。”

月圆则阳光盛满，喻阳炁发生之盛，可采取炼之而可成金丹，仙机采有时者即此。若不及圆，则阳不旺，采之亦不成丹，亦不能长生不死，故千叮万嘱要知时。时子者，身中阳生之子时，必得仙师心传口授，而后得其时之真。

彭鹤林曰：“火药原来一处居，看时似有觅时无。”

药是先天元炁，本无形。若以无形而致疑，曰：不知有所得无所得，是终于不得成。我则信其无之至真，亦以无之妙用而采取烹炼，便是真虚无之仙道也。火本呼吸之有形，若即以有形用之，则长邪火。以有而用之似无，火药一处居，俱于无中得有之妙，所以谓之似有似无。

予祖师李虚庵真人曰：“一阳动处初行火，卯酉封炉一样温。”

一阳动，同纯阳之说，但曰采取，封固，曰淋浴，温养，总要无有双忘，同于太虚。

此皆言药生即是火生，以明采药起火之候也。

此是冲虚子总结上一大段之说者。采药者，子时火之前也。起火者，子时火之事也。二者必要分明。所以达摩云：“二候采牟尼，四候别神功”是也。

正阳真人曰：“结丹火候有时刻。”

此下皆言从起火于子，行十二时小周天火候，正烹炼金丹之

候，故曰结丹有时刻。

萧紫虚曰：“乾坤橐籥鼓有数，

橐籥者，鼓风吹火之具，喻往来呼吸之息，即乾呼而坤，坤吸而乾之义，有数者，即乾用九、坤用六之数也。

离坎刀圭采有时。”

离，心中之神，曰己土。坎，肾中之炁，曰戊土。上下二土成圭字，戊己合一者称刀圭，以喻神炁合一者亦称刀圭，由得二土合炼而成。又必先知采取二土之时，方能成二土之圭。不知采时，必不成二土之圭也。

玉鼎真人曰：“入鼎若无刻漏，灵芽不生。时候不正，有何定其斤两升降哉？”

真阳曰：入鼎者，真阳之精炁既还于炁穴，必要刻漏之火候炼之，则黄芽大药方生。有刻漏，则知之时已完，当用二时。六阳用进、六阴用退，方合正理。又能合神炁二者，皆半斤八两。又如用一时之刻漏当升、当降者，不当升、降者方有定理。

《玄学正宗》曰：“刻漏者，出入息也。”

此直言刻漏是出入息之别号。刻漏者，是昼夜十二时各有刻度，每有几点漏滴之声以应一刻，再至多漏以应一时，今言此以喻呼吸之息也。以漏数定刻度，即如丹道中以真息数定时数也。

广成子曰：“人之反复呼吸彻于蒂，一吸则天气下降，一呼则地气上升，我之真气相接也。”

黄帝于崆峒山石中得《阴符经》，请问文义于天真皇人及广成子，记其言曰《三皇玉诀》云反复者，上、中、下三田旋转之义。呼吸者，真人之呼吸，非凡夫之呼吸。彻于蒂者，通于气穴之处。吸降呼升者，似于反说。大抵丹书反说者甚多，我以理及事详究之，皆吸升呼降，合于自然，方得可有、可无之妙。

予师曹还阳真人曰：“子卯午酉定真机，颠倒阴阳三百息。”

子卯午酉者，《入药镜》所谓“看四正”者，即此四时也。《入药镜》所言在脱胎，大周天之后也，此言乃小周天也。小大事

不同，而用同，何也？《心印经》云：“三品一理”是也。我北真孙不二所言“无内藏真有，有里却如无，”即此真机也。颠倒阴阳者，六阳时用乾之用而进，至六阴时则用坤之用颠倒之而退。阳时乾策二百一十六，除卯阳沐浴不用乾，用实一百八十也。阴时坤策一百四十四，除酉阴沐浴不用坤，用实一百二十也。合之得三百息，周天之数也。闰余之数在外。

张紫阳曰：“刻刻调和，真炁凝结。”

刻刻，言三百六十息皆要调和合自然，一刻不调，则不能入定凝炁而成胎基。

薛道光曰：“火候抽添思绝尘，一支看过一支生。”

看，音刊。抽添，即进退。绝尘者，念不着于尘妄幻魔。交过爻生者，即绵绵无间也。

陈泥丸曰：“天上分明十二辰，人间分作炼丹程。若言刻漏无凭信，不会玄机药不成。”

天上明明有十二支之辰位，真人效此为十二时之火候。程者，一周天节制之限数也。若愚人不知，始用有作，言刻漏不必用，便是不会悟玄妙天机之人。既不用火炼药，则药不成，无以证道升仙也。

又曰：“百刻之中，切忌昏迷。”

一日十二时中有百刻以足周天者。昏迷者或昏睡、或散乱，皆错失真候，故曰切忌。

陈希夷曰：“子午功，是火候，两时活取无昏昼。

子午皆活用比喻的，非若天时之昼午夜子。

一阳复卦子时生，午后一阴生于姤，三十六

乾用九，故四九三十六也。

又二十四，

坤用六，故四六二十四也。

周天度数同相似。

天上度数之周天与炼丹火候之周天皆相似，同此九六之数。

卯时沐浴酉时同，

二时同用沐浴。

火候足时休恣意。”

崔公云：“火候足，莫伤丹。”言不宜恣意行火而不知止也。

许旌阳曰：“二百一十六

即乾用九之积数，

用在阳时，

从子至巳，六阳之时也。六阳时，虚似之曰二百一十六，此大约言者，有卯沐浴无数之候在中。本无此数。

一百四十四行于阴候。”

即坤用六之积数。用于阴者，从午至亥六阴之时也，每四六计之，总六阴而虚似一百四十四也，非真实用此数，但言有如此之理。学者当因此粗迹而求悟精义之妙。

金谷野人曰：“周天息数微微数，玉漏寒声滴滴符。”

微微数者，精妙不着于相，非强制也。滴滴符者，周天之数无差。

真詮曰：“火候本只寓一气进退之节，非有他也。真火之妙在人，若用意紧则火燥，用意缓则火寒，勿忘勿助，非有定则，尤最怕意散。不升不降，不结大丹。”

此是明时初学者之说，虽未明大道之人，其言亦可示学者为告诫者。

王果斋曰：“口不呼、鼻不吸，橐天籥地徐停息。巽风离火鼎中烹，直使身安命方立。”

口鼻不呼吸，则循真人呼吸之法而呼吸之。橐籥者，即往来呼吸之义。橐天籥地，即广成子“呼地升，吸天降”之说。停息者，不呼吸之义也。邪正皆言停息。采战者曰：切须先学停其息。胎息广义妖书亦论停息，实无所用处，特借此以擒拿愚人，令尊己：归依己耳。况停又为强闭强忍之邪法，实非停也。仙家之停息乃自然静定而寂灭也，唯仙佛同。鼎中烹，呼吸在真金鼎之处，

不出入于口鼻，则内有真宝丹成于此，本性元神安立于此，谓之筑基成者。

陈泥丸曰：“行坐寝食总如如，唯恐火冷丹力迟。”

行坐者，坐而行功也，非行路。有寝有食尚未脱凡夫，只是百日内事。若十月胎神之功，则不寝不食矣。如如者，入定之妙。似有而不着相，不空而空；似无而不著空，空而不空，谓之真如。真如如则火合玄妙，火不冷，丹力不迟矣。

纯阳老祖曰：“安排鼎灶炼玄根，进退须明卯酉门。”

鼎灶者，即炁穴。玄根者，即元阳精炁归于根而炼之。鼎灶、玄根皆言用火候之处，须明者。叮咛之意，言人不可只用进阳火、阴退符，而不用卯酉之沐浴，则亦堕空亡而不得药，不能成药。盖沐浴是成仙成佛最紧要，最玄妙之功，故世尊有入池沐浴之喻。沐浴乃是炼丹之正工，而进火、退符不过只是调和助沐浴之功而已。调和进退而不沐浴，则进退成虚幻。沐浴而不进退，则沐浴不得冲和。故曰：“须明。”禅家马祖曰：“未有常行而不住，未有常住而不行，”亦喻此也。

正阳祖师曰：“且暮寅申知火候。”

本卯酉二时以行沐浴，纯阳翁已直言之矣。其师正阳翁曰寅申者，寅之下即卯，申之下即酉，戒修士至寅申之候不可忘失卯酉之沐浴也。

又曰：“沐浴脱胎分卯酉。”

沐浴之工固行于卯酉之候，及脱胎亦同于卯酉。《入药镜》谓“终脱胎，看四正”，即此语。脱胎之沐浴曰分者，前似有而后似无也。人人不泄炼炁化神之功，唯正阳翁于此泄万古之秘。

又曰：“沐浴潜藏总是空。”

沐浴而成空，名曰仙机。不能真空，则堕旁门强制外道，而亦成大病。

《悟真篇》注疏曰：“子进阳火，息火谓之沐浴；午退阴符，停符亦谓之沐浴。”

停符二字，亦可发明。

正阳老祖曰：“果然百日防危险。”

小周天有进退之火，有不进不退之火。若进退不合进退之数，不合进退之机，不由进退所当行之道，不合进退之所当起止，已合已由，不知火足之当止，皆危险所当防者。

萧紫虚曰：“防火候之差失，忌梦寐之昏迷。”

火候差失，则真炁不能补足，而大药不能成。梦寐昏迷者，或睡中迷于梦，则尘妄心生而不能生正觉；或行火迷于昏睡，无周天之际，皆所当防当忌者。

《天尊得道了身经》曰：“调息绵绵，似有如无，莫教间断。”

息不绵绵则不谓之调，无不似有、有不如无则亦不谓之调，有间断则亦不谓之调。

张紫阳曰：“谨守药炉看火候，但安神息任天然。”

神息任天然，似大周天之火，其实上句药炉，则是言小周天矣。但炼药炉中之火，虽属有为，毕竟要合天然自在为妙，不如是则非仙家真火真候，乃外道邪说之火矣。

石杏林曰：“定里见丹成。”

石之师紫阳云：“唯定可以炼丹，不定而丹不结。此甚要之语，因是总言，故不入此正文大字。”

紫阳曰：“火候不用时，冬至不在子。乃其沐浴时，卯酉时虚比。”

虚比二字，总贯穿四句，不用时者，不用历书一日十二之时，而用心中默运十二时而虚比也。冬至者，是人自身中阳生时候，虚比曰冬至。故身中阳生时必要起子时之火，称生之时为子，不在天时仲冬子月之子也。于一日十二时中，遇生皆可言子。在沐浴当行之时，虚比于卯酉。卯在六阳时之中，酉在六阴时之中。调息每至于六时之中，可以沐浴矣，故古圣遂称之曰卯酉，岂可误执天时之卯酉哉。

又曰：“不刻时中分子午，无爻卦内定乾坤。”

一日每时有八刻，不刻之时是心中默运火符之时。虚分子午，不用有刻之时也。每卦有六爻，《易》也，身中借乾坤虚比鼎炉，故言无爻。

此皆言炼药行火小周天之候也。

此一句是冲虚子之言，总结上文众圣真所言百日所用之火也。

吉王太和问曰：“古来言火候者多，何以分别此名小周天为百日炼精化炁之用？”伍子答曰：“小周天者，有进退、有沐浴、有颠倒，有周天度数。凡言炼药、炼丹、守炉、看鼎、药熟、丹成、皆百日小周天之事。故据此法而分别言小。后之圣真善学者凡见大藏中所未见者，皆当以此法分辨。要知前圣必不以无用之言而徒言之。

《心印经》曰：“回风混合，百日工灵。”

回风者，回旋其呼吸气之喻也。混合者，因元神在心，元炁在肾，本相隔远。及炁生而驰外，神虽有知而不能用者，无混合之法也。故此经示人用呼吸之气而回旋之，方得神炁归根复命而混合之，方得神宰于炁而合一，倘无回风之妙用，则神虽在宰炁，亦未知炁曾受宰否。此为炼金丹至秘之至要者，若用至于百日之工，则灵验已显。炁已足而可定，神已习定，久而可定，故小周天火回风法之所当止也。自此以下皆言小周天火足当止。

正阳老祖云：“丹熟不须行火候，更行火候必伤丹。”

火足而丹熟，不用火矣。故有止火之候，遇止火之候一到，即不须行火矣。若再行火，亦无益。伤丹者，丹熟则必可出鼎而换入别鼎，若不取入别鼎，则出无所归，不伤丹乎”。精化气于炁穴，炁化神于神室，故曰别鼎。

崔公曰：“受炁足，防危凶；火候足，莫伤丹。”

炁足，受补法而炁足，亦宜防满而溢之危险。防者，见止火之候而即止之，则不伤丹而得防之功。何为满而溢？我亦不至有此，老师曾嘱曰：当不用火切勿用。你若用火不已，丹之成者更无所加，疑而怠慢，但已满之元精，防其易溢，而非真有满也。以



其尚未超脱离此可溢之界耳。此正可凡可圣之分路头也。

紫阳曰：“未炼还丹须速炼，炼了还须知止足。若也持盈未已心，不免一朝受殆辱。”

未炼还丹之时，一遇丹药，即当速炼。用一周天之火，药生即采炼，勿虚负药生，日速炼。采得药归而炼，火候明白不差，诚心勇心行之，亦曰速炼。如此药也真、火也真、速炼必速成。丹成火足，必要知止而止。若任丹成至足之气，持此盈满，未知止火而止，终限于小成，尚未脱生死轮回之欲界。知止火，采得大药金丹而超脱之，则行向上转神入定，斯免生死之殆。

萧了真曰：“切忌不须行火候，不知止足必倾危。”

真阳曰：老师曹还阳真人自云曾亲见此事来，故深为我弟兄二人详嘱之。同问师：前炼丹时，也知止火采得大药冲关，特未过耳。今复为之，熟路旧事不异，何得有此倾危？老师曰：当初李真人传我时，言药火最秘、最要者，尽与你明之矣。即可修而成矣。但关之前有五龙捧圣之法，是至秘天机，非天仙不能传，非天仙不得知，非天下之可有，非凡夫之敢闻。待你百日工成，止火采大药时，方与你言之。及师回师家，我居我室，相去日远，我猛心奋勇，决烈为之，哪怕仙不能成，天不能上？行之五十日而丹成止火，采大药而得，药自知转上冲关而不透，乃思采战房术。我所知甚多，皆言过关，若得一法试而透过，也省得待师来。遂将前邪门旁法所闻一一试用，绝无可透，始知邪门之法尽是欺人妄语而无实用者。及年终师来，我详细诉于师。师曰：真好决烈仙佛种子，真到此地，你今所说见的，内有此一景，我未曾与你说得，同于李老师所言，你今真到，即能言也，可近来听受捧圣之法。我闻已，亦即行之。行不数日，止火景到，恨不即得之为快，即采之，大药不来，火尚未甚足也。如邱真人所谓金精不飞者是也。再采再炼，而止火之景又到，疑之曰：初得景到而止火，采之而不得大药，且待其景到之多再止，大药必得矣。至四，而遇倾危之患，我想，尹清和真人云，老师邱真人当止火时，而长

安都统设斋。受食已，而未及止火，至晚走失三番，谓之走丹，前功废矣，须重新再炼。乃泣曰：我自福小，敢不勉哉？奋勇为之，后即成天仙。念我即在其辙，敢不继芳踪乎？亦奋勇为之。又思，我初炼精时得景而不知，猛吃一惊而已。及再静而景再至，猛醒曰师言当止火也，可惜当面错过。又静又至，则知止火用采而即得矣，是采在于三至也，今而后当如之。及后再炼不误，景初而止，失之速；不待景至四而止，失之迟。不速不迟之中而止火得药，冲关而点化阳神。凡真修圣真，千辛万苦，万万般可怜，炼成金丹，岂可轻忽令至倾危哉？凡圣关头第一大事，吾弟兄垂泪而详述邱、曹二真人之案。为七真派下后来圣真劝诫，即此便是止火之候，大有危险之所当知者。学者不可以为闭言而忽之，是你自己福力。

此皆言丹成止火之候也，

这一句是冲虚子之言，总结上文此一段止火之说也。后来世人学道者并不知有止火之候，虽有前圣多言，皆忽之而不究，今列类而详言之。

故陈致虚亦有云：“火候者，候其时之来，候其火之至，看其火之可发，此火候也；慎其火之时到，此火候也；察其火之无过不及，此火候也；明其火之老嫩温微，此火候也；若丹已成，急去其火，此亦候也。

陈致虚已言其妙，非可一概而论，中有逐节事条，可不明辩之乎？此又详列其条，以明申前旨，学者最当参究。

天仙九还丹火之秘候宜此，若此数者，炼精化炁之候备矣。

此又是冲虚子总结前采取、烹炼、止火等旨。百日关内事止此，令学者知参究前圣之说。此以下“予故曰”起，“之舍也”句止，又冲虚子自言百日关内之火候等秘机而总言之者。

予故曰：自知药生，而采取、封固、运火周天，其中进退、颠倒、沐浴、呼嘘、行住、起止，法法虽殊，

此节同致虚逐节事件之说。

真机至妙，在乎一气贯真炁而不失于二绪；一神驭二炁而不少离于他见。三百周天数，犹有分余象闰数，一候玄妙机，同于三百候，方得炁归一炁，神定一神，精住气凝，候足火止，以为入药之基，存神之舍也。

此一段又冲虚子列言百日炼精用火细微条目，而精言实悟之旨也。益小周天是炼精时火候之一总名也。其中事理固多，前圣固有各言其采药是一候，而封固又一候。达摩亦只言二候采药者，并采封二者而混言也。又言四候别有妙用者，乃小周天三百六十内之候也，我今遵仙翁而二言之。及周天时说进退候者，若不似进退，而亦虚拟之为进退。铅汞丹法言进退者，进则用火入炉，退则不用火而离炉，此实可据言易言。或以加多加进，减少为退，亦可据而易言，炼精者则不似此说，我今亦只勉强而虚比，不似以为似。意谓六阳时以乾用九，数之多为进；六阴时以坤用六，数减少为退，既在周天之内进阳火、退阴符，非多少为言则不可。若以用不用为言，则远甚矣。颠倒者，除药物配合颠倒不必言，但言火候中之颠倒。吕仙翁云：“大关节，在颠倒。”初，老师言：“六阳火专于进升，而退后随之而已；六阴符专于退降，而进又后随之而已。”曰专者，专以进升，主于采取，专以退降，主于烹炼也。已后随者，顺带之义。以其往来之不可无，亦不可与专主并重用也。此圣真秘机之颠倒也。沐浴者，子丑十二支次第之位。凡世法有五行，故内丹有五行之喻。五行各有长生之位，寅、申、巳、亥是也。火生于寅，水生于申，金生于巳，木生于亥。卯、酉、子、午之位是沐浴之位。故丹法活子时之火历丑、寅至卯所当行之火，借沐浴之位而移火功曰沐浴、酉亦如之。举世愚人，邪棍尚不知沐浴何以得名？何由以知沐浴之义、之用哉？今此只略言捷要耳，更详于《仙佛合宗语录》中。观此者，可自查语录以考其全机。行、住、起、止者，行则仙佛二宗之喻也，住则仙佛二宗之前喻也，起则采封二候之后小周天候之所起也，止则小周候足而止火也。一气者，呼吸之气贯串真炁，自采至止不相离。离则间断复贯，则

二头绪矣，此由昏沉散乱之心所致。甚则二、三、四绪，皆无成之火矣，戒之、戒之。固然以息气串真炁，必主宰用一神驭之而不离。若内起一他见则离，若外着一他见则离，离则无候，无火矣，焉能炁足炁生？三百六十度，故曰一周天，犹曰五度四分度之一。所谓天度之分余为闰位者非耶？知有闰，则知天之实周矣。能实周则炁易足，丹易成，而初生之药亦易生矣。玄机者，不传之秘机也。火候一一皆要用此，若不用此，则火必不能如法，呼吸则滞于真息而近凡夫之口鼻，重浊而为病。不用此，则神亦不能驭二炁，而使之行住得其自然。一息如是，三百息亦皆如是，方可得天然真火候之玄功。此古圣真皆隐然微露而不敢明言者，亦不敢全言者。不如是，虽曰已周天，近于邪说之周天，亦无用矣。所以“玄妙机”三字，又百日关炼精火候之枢纽也，采封炼止等候俱不可少者。于一炁之外弛欲界，为淫媾之精，为视听言动成淫媾之助，皆能复归于一炁，能真不动，同于无情不动。一神之动，为淫媾之神，着视听言动为淫媾之助者，不弛外而复归一神，能真入大定，所得候足火止而基成。如此永为入药之基址，为存神入定之宅舍，此正所谓失取白金为鼎器者是也。

而道光薛真人乃有定息采真铅之旨。既得真铅大药服食，正阳谓之抽铅。

大药者，即阳精化炁之金丹也。果从何求而得？亦从丹田炁穴中生出，当未化炁之先所生也，出丹田，但无形之炁微附外体为形，曹老师因后有大药之名，便称此为小药之名，以其炁小故也。及炼成金丹，即化炁之后所生也，出丹田，曰大药，实有形之真气，如火珠，亦是从无而入有也。黄帝曰：赤水玄珠。一曰真一之水，曰真一之精、曰真一之炁，曰华池莲华、曰地涌金莲、曰天女献花、曰龙女献珠、曰地涌宝塔、又曰刀圭，曰黄芽，曰真铅，如是等仙佛所说异名，不过只一丹田中所生之真炁。既成自有之形，所以不附外形，而唯生于内，用于内，亦我神觉之可知可见者。及渡二桥、过三关皆可知可见，此所以为脱生死之果，

从此便得其有真验矣。

即行火候炼神，谓之添汞。

此火候是大周天也。添汞者，心中之元神，名曰汞。凡人之神，半动于昼而阳明，半静于夜而阴昏昧。阳如生，阴如死。修士必以昏昧而阴者，渐消去之。故消一分阴，令阳添一分，去二分、三分、四分、五分阴，则添二分、三分、四分、五分阳，渐渐逐分挣到消尽十分阴，添足十分阳，谓之纯阳，纯阳则无阴睡，谓之胎全。神全。所以古人云：“分阳未尽则不死，分阴未尽则不仙，”此皆添汞之说也。然所谓添者必由于行大周天之火。有火，则能使元炁培养元神，元神便不能离二气而皆空皆定，真至神阳果满。

若不添汞行火，

以神驭火，神不阳明如何行得火？添得神三分、五分阳阴，方得三分，五分火。故曰：添汞行火唯神明。则得二炁而培养元神，助成长觉。

则真炁断而不生。

正是不定而药不生之说。此时乃实证长生不死之初果矣。

若不炼神，则阳神不就，终于尸解而已。

炼神者，炼去神之阴而至纯阳，全无阴睡，火定炁定，而神俱定俱空，方是阳神成就。炼神之法，全由二炁静定，同之入灭。但二炁少有些儿不如法，则神不炼、阳不纯，不成就，不能出神。但在十月之内，不曾出定者，俱是尸解之果，何故？但有凡夫之呼吸，即有凡夫之生死。人之生，只有口鼻之气以为生，最怕水火、刀兵。水入鼻而至内则无呼吸之窍，身虽坏而神或不坏，亦分解形神为二。火烧身则神无依住亦分解形神为二。刀兵截其颈，呼吸断，神乃去形而分解为二。形既无，则神不独立，亦不能久立，再去投胎转劫。所谓尸解者，有死生之道也，不行大周天之过也，二炁及神皆不入定之故也。丹既成，生既长，安肯不入一大定哉？后学圣真勉之。

故《九转琼丹论》云：“又恐歇气多时，即滞神丹变化。”

此三句是冲虚子引上五句之意，自“而道光”至“变化”止，十三句。又，冲虚子于此承上启下，分判圣凡至要天机。

歇气者，歇周天火候之气。或得坎实来而点离中之阴，勤勤点化离阴为纯阳，若既得坎实来而点离阴矣。不即行大周天，则坎实亦不勤生以点离。或行大周天而不合其中之玄妙天机，犹之不行也，亦不能勤生坎实以点离阴，便迟滞离阴之神为纯阳之变化。神丹者，即坎实，曰金丹。既点离，则二炁渐化神。二炁尽无，独有神之灵觉在，故亦曰炼炁化神。

纯阳真人云：“从今别鼓没弦琴。”

别鼓者，另行大周天也，明说与前小周天不同，没弦琴者，无形声之义。然大小固不同，行火者必先晓得清白，而后可以言行火。

紫阳曰：“大凡火候只此大周天一场大有危险者，切不可平日火候例视之也。”

上世只说周天，未分大小，紫阳言此大周天。不可以平日者一例看，则平日的便隐然言是小的。平日者，平常已行过的。口气不可一例看，便是候不同，言平日即是言百日事。故仙翁又言，始有作，小周也；后无为，大周也。

广成子曰：“丹灶河车休矻矻，

矻，音恰。

鹤胎龟息自绵绵。”

言不必用河车者，是百日之事已过，故不必用。今当十月之工，只用鹤胎龟息绵绵然之火也。《上清玉真胎息诀》云：“吾以神为车，以气为马，终日御之而不倦。”前百日以阳精转运称河车，此胎息时则转神入定，以神为车，以气为马，以御神车，是喻炼气以化神。后圣亦须分辨着。

白玉蟾曰：“心入虚无行火候。”

入虚无是神气入定而不著相。邱真人所说真空是也。虽行大

周天，不见有大周天之相，便得虚无之妙。

范德昭曰：“内气不出，外气不入，非闭气也。”

世人言闭气者，强制也。强忍之不令出入，邪法旁术皆是如此。故仙道别有天机，不与世同。虽内不出、外不入，非强忍也，有真息合自然之妙，运者所以入定。

白玉蟾又曰：“上品丹法无卦爻。”

世人见此说上品丹无卦爻，便一概贬有卦爻者为非，不想自己不遇圣真传道，不知有爻无爻，将何所用。盖小周天者化炁，是有卦爻小成之火；大周天者化神，是无卦爻大成之火，以其化神，故曰上品。

彭鹤林曰：“若到丹成须沐浴。”

丹成，是前金丹之成。沐浴，是大周天之喻言。丹成，不必用小，既入十月之首，必须用大周。

正阳老祖真人曰：“一年沐浴防危险。”

伍真阳曰：沐浴在小周天故为喻，今言于大周天亦为喻。在小周曰二时、二月之喻，此大周言一年之喻。在小周可以小喻，在大周可以大喻也。防危险者。防一定必有之危险也。若仙机有出入，则不定其沐浴，若佛法不久住，亦不定其沐浴。沐浴最贵有定心，防危险正防其心不定，防其沐浴不如法。

又曰：“不须行火候，炉里自温温。”

此言十月不必用有候之火，当有温温然无候之火，不寒不燥，不有不无，方是温温的真景象。

王重阳真人老祖曰：“圣胎既凝，养以文火，安神定息，任其自然。”

圣胎成于真精阳炁。起初炼精、采取、烹炼非武不能。及圣胎既凝，金精而成，武则无用矣。只用文火养之，神息定而任自然，正是养文火之功用。

道光曰“一年沐浴更防危，十月调和须谨节。”

沐浴者，无候之火，即大周天也。一年者，大概而言之辞，即

十月之说。凡说十月、一年者，入定到此时亦可得大定而出定，故言之。谨节者，谨守沐浴之理也。防危者，防其离沐浴而外驰不定也，若一年而得定之后，必时时在定，年年劫劫俱在定，又非止一年、十月之说而已。

陈虚白曰：“火须候不须时，些子机关我自知。”

有候者，大周天之火无候之候也，乃似有似无之妙。不须时者，不用十二时为候，故可入无为。些子机关，是似沐浴而非沐浴，常定而神常觉，故曰：我自知。若不知，则昏沉火冷而丹力迟矣。

紫虚曰：“定意如如行火候。”

如如者，如有不有，如无不无，定意于如有如无之候中，方得大周天之真候，方是真行。

又曰：“看时似有觅时无。”

大周入定，本入于虚无，若徒然著无，则落空矣，故曰似有，有而非有；不空，而空却似无，方是真空真定。

又曰：“不在呼嘘并数息，天然。”

有呼嘘、数息，是言有为者之事。今既入定，故曰不在有为，专任天然，以证无为。

又曰：“守真一，则息不往来。”

真一者，在前炼精时，炼而所得真精曰真一。此炼气时乃真精之炁得真神用真息之炁守之，三者合，还神曰真一。俱定不动，则是息已无息，焉有往来？

古云：“《火记》六百篇，篇篇相似采真铅。”

昔《参同契》亦云《火记》六百篇，篇篇相似。却未说出采真铅之妙旨。此言似采真铅，则玄中又玄者尽于是矣。采真铅者，薛道光所谓“定息采真铅”是也。篇篇相似，总归一大定。

马丹阳曰：“功夫常不间，定息号灵胎。”

定息于室，神即守息而为胎神，定无间断，神亦常觉，无间断，而胎神始灵。



石杏林曰：“不须行火候，又恐损婴儿。”

初入十月之关，必用火候炼炁成胎而化婴儿之神。婴儿，喻神之微也。及胎成，婴儿亦成，将出现于外之时，则无用火矣。若再用火，是婴儿未完成之事，岂不有损于婴儿乎？

《中和集》曰：“守之即妄，纵又成非，非守非忘，不收不纵，勘这存存存的谁？”

大周入定化神，似有似无。似有，即神炁之定。似无，是神炁在定而不见在定之相。若曰守，便著于有。着有，即起有之妄念。纵之而不照，则神炁离而非定之理。但微有似存，若二炁存，则神亦存，神存而二炁亦存，俱存在定，便俱虚无。无上之妙境在是矣。

鹤林曰：“及至打熬成一块，试问时人会不会？不增不减何抽添？无去无来何进退？”

神炁合一，俱定入一块，则无火矣。不似百日火之有增减。不增不减，安有抽添？息无去来。何用进退？此归一而渐归无之说也。

我祖师张静虚真人曰：“真候全非九六爻也，非颠倒、非进退，机同沐浴又还非，定空久定神通慧。”

真候者，火候定而空矣。不用小周之九六，不同其颠倒、进退、沐浴等，而唯定空。久定久空，神通慧照，朗然独耀，同于世尊之入涅槃而灭尽定矣。

邱长春真人曰：“息有一毫之不定，命非已有。”

有息则有生死，无息则生死尽矣，必定息至无，则命方为我所自有。自主张，天地、阴阳、阎君则不能使我生死，由我得无死之道也。若一些息不尽定，则命在息而不为我有，由我自己不能主张，犹有可死之道也。

此皆言炼炁化神，十月养胎，大周天之火候也。

此又冲虚子总结上文众圣真所言大周天火候一段而言之也。

予亦曰：大周天之火，不计爻象，固非有作，温温相续，又

非顽无，初似不著有无，终则全归大定。切勿执火为无，以为自无，则落小解之果。又不可住火于有，以为常行，则失大定之归。将有还无，一到真定，则超脱出神，飞升冲举之道尽之矣。

此“予亦曰”起，“尽之矣”止，又冲虚子自言大周天之旨，又兼叮咛劝诫者。不算计爻象乃无为之异于小周。有温温，非全有，是大周初之似有，似无之实理也。大周之初，正是一、二、三、月之时，日似有者，尚有有；曰似无者，未真无，所以犹有些子凡火食性在，由有些子息故也。及至全归大定，息无而食性亦无。所以《金碧龙虎上经》云：“自然之要，先存后亡。”俞玉吾又注之曰：“先存神于炁穴，而后与之相亡，神自凝息自定”是也。然又当知火本欲归于无，若不知先似有之妙，而遽执曰本无，何必用似于有，则必堕在全有，而不能至真无，落于尸解之小果矣。又当知此火起于似有，而求必归于无。若不知有非了手，而遽住于有，常行于有而不无，则亦堕在全有，何以得大定之归？饶经万劫而不死，终止于守尸鬼子，亦为尸解之类，归生死之途。想当初炼精补气费多少万苦千辛，始得修证千万劫不传之秘而得传，以至于小成，于此又安可情忽其大成而不求必成哉？我又囑之曰：将有还无，一到真大定而能常定于虚无之妙境，则超脱出神，飞升冲举之道尽之矣。此大周天之火所以为成仙、成佛了道之总要也。我又以化炁化神而总言之，前百日炼精化炁必用有为之工，是从无而入有，即佛法中之所言万法归一之义也。后十月炼炁化神必从有息至无息，是从有而入无，即佛入四禅灭尽定也，一归于无之说也。此仙佛二宗不易之秘法，不可少之要机也。冲虚子今为后来圣真重宣明之，以接引后圣印证仙传，并免后学执有候，执无候之争立门户而妄疑之者。

若此天机

自此句直至结尾句了，又皆冲虚子总结火候全经之言，再指炼神以后向上之秘机，以为后圣证。

群仙直语，

以前群仙皆有真言在世間；而人不能悟。

固非全露，

人从古今言火候者甚众，并未全言，或一句二句而止。既不全，后人如何用？如何拟议？所以世之凡夫妄猜。唯有仙分者，自有仙人来度耳。一旦，曾见古人言：『群书散见，或略言采取烹炼之名，而不言其理；或略言采而不言封固；或略言小周天而不言大；或略言大周天而不言小；或略言火候之名、之理；而不分言小大所当用之时；其意若曰火候原属不轻言之秘，且说一件，令参得此一件，任他自觅成全去。』噫！曾见几人能凑合得成全耶？而前劫、后劫或圣、或凡种子，或真或伪，学认忌难致，拟议于世逮于予。籍父清廉盛德之所庇，田园房店之可卖，受尽万苦千辛，逐日奔走师家，昼夜护师行道，历十九年而得全旨。追思前劫，或无所庇，或无可卖，未遇真师，受万苦，故不免又生于今劫。又怜后圣或有出于贫穷，无父庇，无产卖，不能受万苦，焉能苦心奋志而求生？有奋志于窘迫中者，而志亦不能锐。所以予不可少此一集，详而次序之，留俟奋志后圣而助其锐志耳。亦诉予苦志勤求者，以励后圣，当苦志勤求，后圣其自勉诸。

完全火候不必尽出于予之齿颊，

出于我口齿者，固是我之言。我既集而序之，即固是我言之出口者。

而此集出世，则为来劫万真光经根本，后来见者自能从斯了悟，不致疑堕旁门。

旁门者，有相之火。忍气著相，称为行火。知此仙火自然之定，则不复为强制之邪火。

而胎神自就，阳神自出，劫运自超矣。

习性、入定、定成皆为胎神出神超劫之所必用而必证果者，故于此历言所证。

但于出神之后炼神还虚九年之妙，虽非敢言，而《中和集》曰：“九载三年常一定，”便是神仙亦且言之矣。

出阳神，是初成神仙时，即母腹中初出的孩子一般，虽具人形，尚未至具足之人形，故喻神曰“婴儿幼小未成人，须藉爷娘养育恩。”乃喻为乳哺三年。古人所言成就，只一二年是也。乳哺者，神炁已定，而又加定之意。加至于常常在定而不必于出，便似乳而又乳，至于成大人一般。神既老成，若即行炼神还虚九年之工，则此即为九年内之炼数。若有救世之愿未完，且不炼九年而权住世以救世。及欲超世而上升虚无，则必须从九年炼神而还虚矣。

实非世学所能轻悟轻用者，必俟了道之士以虚无实相而用之。了道之士是出定之神仙。唯得定，是得虚无之初基，而后可至虚无之极致处，方能悟此、用此。

第一不可以一乘即得，遂妄称了当，不行末后还虚，此言或有小根小器之人，自以少得为足，不求还虚，而终不能还于虚矣。

则于神道境界毕竟住脚不得。神通，在化神时，神也通灵而无碍。在还虚时，神更通灵而无碍。此言神通，是言初得之神通，尚未老成。故曰“住脚不得。”若住脚，则止于神仙，犹有还虚而至天仙者。

后来者共勉之。

豫章三教逸民邱长春真人门下第八派，邱真人门下宗派曰道德通玄静，真常守太清，一阳来复本，合教永圆明。此二十字为派者，乃真人在燕京东龙门口掌教时所立之派，后人称为龙门派便是。

分符领节，遵上帝法旨所受之符节，同佛祖之衣钵、宗主之帕。

受道弟子冲虚子伍守阳书于旌阳藏记千二百四十二年之明时历乙卯春日云。

集此答吉王太和之问，最初发笔作此起。

## 炼己直论第五

冲虚子曰：诸圣真皆言最要先炼己，谓炼者即古所谓苦行，其当行之事曰炼，

凡证道所当行之事，或曰事易而生轻忽心，或曰事难而生厌畏心，如是不决烈，则不能成金丹、神丹。必当勤苦心力，密密行之，方曰苦炼。

熟行其当行之事曰炼，

当行之事，如采取、烹炼、周天等，炼精、炼炁等。或行一时而歇一时、二时，或炼一日而间一日、二日，功夫间断，则生疏错乱，如何得熟？功夫必纯熟，愈觉易行而无错，必时时日日皆如初起一时，密密行之方为熟炼。

绝禁其不当为之事亦曰炼，

不当为者，即非道法而深有害于道法者。如炼精时失于不当为之思虑，道以思虑为之障而不可望成。炼炁时息神不定，而驰外向熟境，亦障道而忘进悟深入。当禁绝之，而纯心以为炼。

精进励志而求其必成亦曰炼，

道成于志坚而进修不已。不精进则怠惰，不励志则虚谈。然志者是人自己心所之向处，必欲长生，则必炼精向长生之路而行，求必至长生而后已。必欲成神通，则必炼炁化神向神通路上而行，求必得神通而后已。此正所以为炼也。

割绝贪爱而不留余爱亦曰炼，

凡一切贪爱、富贵、名利、妻子、珍贵异物、田宅，割舍尽绝，不留丝毫，方名万缘不佳。若有一件挂心，便入此一件，不入于道。故必割而又割，绝而又绝，事与念割绝尽，而后可称真炼。

禁止旧习而全不染习亦曰炼。

凡世间一切事之已学者，已知者、已能者、已行者、皆旧习。

唯此习气在心，故能阻塞道气。必须顿然禁止，不许丝毫染污道心。所以古人云：把旧习般般打破。如此而后可称真炼。

己者，即我静中之真性，动中之真意，为元神之别名也。

己与性、意、元神，名虽四者，实只心中之一灵性也。其灵无极，而机用亦无极，出入无时，生灭不歇。或有时出，令眼、耳、鼻、舌、身、意耽入于色、声、香味、触法之场而不知返；或有时出而自起一色、声、香、味、触法之境，牵连眼、耳、鼻、舌、身、意而苦劳其形。邱真人西游雪山而作《西游记》，以明心曰心猿，按其最有神通，禅宗言猕猴跳六窗，状其轮转不住。其劣性难纯，惟炼可制。而后来圣真当以上文六种炼法总要，先致诚意而炼之。

然必先炼己者。

李清庵云：“于平常一一境界打得破，不为物炫，不被缘牵，则末后境诱不得，情缘牵他不得。”《元始得道了身经》云：“声色不绝，精炁不全；万缘不绝，神不安宁。”

以吾心之真性，本以主宰乎精气者，宰之顺以生人，由此性；宰之逆以成圣，亦由此性。若不先为勤炼，熟境难忘。

昔钟离云：“易动者片心，难伏者一意。”熟境者，心意所常行之事也。如淫事、淫色、淫声、淫念等，正与炼精者相反、相害。一旦顿然要除，未必即能净尽，或可暂忘而不能久，或可少忘而不能全，焉能炼得精、炼得炁？必在先炼己者，为此故也。

焉有超脱习染而复炁胎神哉？

习染之念未除，则习染之事必不能顿无。必要以习染念与事俱脱净尽，而后遇境不生烟火，己方纯，炁可复归，神可静定而成胎矣。

当未炼之先，

未炼己之先也。

每出万般变幻而为日用之神，

平日淫、杀、盗、妄心、贪心、善心、恶心、欺心等，皆是

变幻。

犹且任精任炁外驰不住。

任炁动而化精，任精动而淫媾，而不摄之令归根复命。由己不炼而不摄也。

古云：“未炼还丹先炼性，未修大药先修心。”盖为此而言也。

昔马自然真人云：“炼药先须学炼心，对境无心是大还。”《中和集》云：“念虑绝则阴消，幻缘空则魔灭。”张虚靖真人云：“欲得身中神不出，莫向灵台留一物。”皆同此。

能炼之者，因耳逐声而用听，则炼之于不闻。目逐色而用观。则炼之于不见。神逐感而用交，则炼之于不思。

此三者皆真实炼法，正释上文割绝其所爱之说。

平常日用必须如是先炼，则己念伏降，而性真纯静。

谭长真《水云集》云：“丝头莫向灵台挂，内结灵丹管得仙。”  
重阳真人《全真集》云：“湛然不动，昏昏默默，无丝毫念想。”此定心由降而得。

及至炼炁、炼神，则不被境物颠倒所诱，

已有定力，不从外境所诱。

采药而药即得，筑基而基即成，结胎而胎心脱，方名复性之初，而炼己之功得矣。有不得其先炼者，当药生之时，不辨其为时；

百日之初炼精时，贵有药生。药生者，元精之生也。辨元精生时而用采法。若淫精犯于淫念，则邪法，不可采者。淫念未炼净者，何以能辨元精？

炼药之候，不终其为候。

炼药有周天之候。或惊恐、或闻、或思、或昏沉，以至火候不终者有之。

药将得，或以己念而复失。

元精还补。元精将满，亦或有淫念未炼净，乃复失为淫精者有之。故古人有走丹之喻者即此。

神将出，或以己念而复堕。

心逐见、闻、觉、知于外驰，则是尚未得大定而有出入。背却《胎息经》所谓“不出不入，自然常住”之旨，出驰着境。同儒之物交物，亦同禅人之说猕猴跳六窗，内猴与外猴相见者。如是，如何能入定以完胎？

欲其炁之清真，己不纯，必不得其清真。

采取先天炁之时，唯炼己纯者能辨清真，则不失其清真，若炼己不纯，一著思虑习气，则失清真矣。

欲其神之静定，己未炼，必不得其静定。

神能入定则得静，入得三分、五分定，便得三分、五分静，十分定则得十分静，常定则常静。神静定则炁亦皆静定，炁归神为一矣，即是炁化神而成胎仙矣。不炼己者，必不能到此。

或遇可喜而即喜，或遇可惧而即惧，或遇可疑而即疑，或遇可信而即信，皆未炼己之纯也。

此四者皆外来之天魔也。遇而信之，则著其听魔矣。虽由此前未预为炼己之过，倘于此遇时即炼己，遇如不有所遇，魔即不如我何。邱真人所以当过一番魔，长福力一番是也。倘于初一遇便不当过，乃道愈高魔念愈多，如何当得过？”吉王太和曾问：“魔有种种之多，却如何知得当过？”冲虚子曰：最易。不怕他有万样奇怪，我将神炁俱入定中。任他多种魔来，绝不能与我相遇矣。

又有内本无而妄起一想念，谓之内魔障。或有生此而不知灭，不能即灭者，或有灭其所生而复生复灭者，皆障道。耽迟大周天之候也。

必炼己者而后能生灭，灭己。

生而即灭，灭而至于无可灭。

又有外本无，而偶有一见一闻，谓之不宜有之外魔障。

上文喜、惧、疑、信四种俱属此见闻之响。

或用见，用闻与之应对，而不即远离者亦障道。



一有应对则着魔，为魔所转矣，故障道。必先炼己者，而后能不见无闻。能炼己者，即具不睹，不闻之本体，即有不睹、不闻之实效。此己之所以不可不先炼也。昔有一人，即山东姓张者，坐中见承尘板上千人跳下，下立于前没入于地。坐中者，在圈中坐时也。见者，心不定，于神室而外驰，偶有此一见也。若心在定，则亦何以见此。

复从地涌出，立于前。见其神通变化，而认为身外身，误信常人之言曰：神仙出了阳神，便身外有身。然本性与虚空同体，本无形身。若起一念，要显有身，便能有身。不可以见外为我身。不识为身外之天魔，反谓为真。即此见者，

吉王太和问：“彼既不识，今老师及昔二真人是何法识得？”冲虚子曰：“我本性在定，得到定力足而后有可出定之景象。到由我本性升迁于天门，愈起而出，犹是虚空无体，乃大通为用，无所障碍。若非我念所出而有见者，便是外来之天魔、邪魔。若出神之景象未到，则神通未足，不能变化。虽欲显身而不能有身。岂可以无我念之身而认为我哉？神通足者，世尊谓之四神足。

即为魔所诱动出圈而远叩邱祖。祖曰：“见者不可认。”不宜出而妄出。虽有妄见，辄退犹恐不速，何敢而认为我？不宜出者，未成定之先，求其入定而不可得，又何敢妄出终不入，不成耶？此所以不可认也。

乃不知信。由于无仙师真传，故不能以信法语。又谒郝祖，其言与邱祖同。郝与邱本同师度，则同道同知识矣。即不信邱，何必见郝？祖曰：“邱哥说者便是”。惜乎犹不知信，不更更居园中，而废前功矣。此亦己未炼纯之证也。昔邱祖坐于崖下，崖石坠，压

折肋。知是天魔，祖丕为之动。如是当过五番，不动一念。直证阳神出现，山河大地，如在掌中。

昔世尊坐于菩提树下，魔王波旬领百万魔众以兵戈恐佛而不动；以魔女淫事诱佛而不动。坐至金刚牢固，自言：我终不起离于此座。昔费长房师事壶公，随壶公入山修道。壶公以朽索悬大石于座之上，又令巨蛇啗索将断，而费全不惊不动者。皆是。

此得炼己性定之显案也，并书以励同志。

## 筑基直论第六

冲虚子曰：修仙而始曰筑基。筑者，渐渐积累增益之义。基者，修炼阳神之根基，安神定息之处所也。基必先筑者。盖谓阳神，即元神之所成就纯全而显灵者，常依精炁而为用。

神原属阳，精炁原属阳。依真阳精炁，则为阳神，成就纯阳。不依精炁，则不能成阳神，止为阴神而已。

精炁旺则神亦旺而法功大。精炁耗，则神亦耗而弱。此理之所以如是也。欲得元神长住而长灵觉，亦必精炁长住而长为有基也。自基泰筑之完，元神 transcends 外驰，虽行而无所外驰。如见色境在外，则必起淫念，

则元炁散耗无精败。基愈坏矣。所以不足为基。且精之遗于交感，年深岁久，恋恋爱根，一旦欲全不漏而且还炁，得乎？此无基也。炁之散于呼吸，息出息入，勤勤无已。一旦欲全不息而且化神，得乎？此为基也。神之扰于思虑，时逐刻迁，茫茫接物，一旦欲令长定而且还虚，得乎？此无基也。

此三段是申明上文基已坏者，而不足以为基之说。

古人皆言以精炼精、以炁炼炁，以神炼神者，正欲为此用也。是以必用精、炁、神三宝合炼，精补其精，炁补其炁，神补其神，筑而成基。唯能合一则成基，不能合一则精、炁、神不能长旺，而基即不可成。及基筑成，精则固矣、炁则还矣，永为坚固不坏之基。而长生不死。

《玄纲论》云：“道能自无而生有，岂不能使有同于无乎？有同于无，则有不灭矣。”

证人仙之果矣。

为出欲界升色界之基者以此，为十月神定之基者以此，为九月十月不昏睡者，有此基也。十月不饮食、不寒暑者，有此基也。十月神不外驰而得入大定者，有此基也。

所以炼炁而炁即定，历百千万亿劫而绝无呼吸一息。炼神而神即虚，历百千万亿劫而不昏迷一睡、亦不散乱一驰。与天地同其寿量者基此。与圣真齐其神通灵应者，基此。

此所谓阳神之有基者。基成，由于阳精无漏而名漏尽通。不然，无基者即无漏尽通矣。虽证入神通，不过阴灵之性、五通之果。

五通者，是阴神之神通也。若阳神，则有六通，多漏尽通也。六通者，天眼通、天耳通、神境通、宿命通、他心通、漏尽通。此一通为阳神之所多，余五通，阴神同。

宅舍难固，

阳精无漏，则身长生不死，为金刚坚固宅舍，可永劫不坏。若有漏之躯，有必死之道，身不坚固也。

不免于死此而生于彼。若有秘授躲横生而择坚形者，犹且易姓改名，虚负今生矣。阴神何益哉？阳神之基可不亟筑之哉？可不急究之哉？

世有以淫媾败基者，反诮人曰采补筑基。欺骗愚夫，共为淫乐。一遇淫媾，而精无不损者，炁无不耗者，神无不荡者，基愈灭矣，直误至于死而后知彼淫邪术，假之悖正道，可不戒之哉？

此篇正文重重，自相申解已详，不必再生注意。

## 炼药直论第七

冲虚子曰：仙道以精、炁、神三元为正药。

元精、元炁、元神曰三元，皆先天也。

以炼三合一，喻名炼药。

昔谷神子云：道以至神为本，以至精为药，以冲和为用，以无为为治，长生久视之道成矣。若不如此，非金液大还丹之法。

其理最精微，其法最秘密。昔钟离曾十试于吕祖，邱祖受百难于重阳，我伍子协问二十载于曹还阳，

逢师于万历癸巳年三月，受全道于壬子年三月间。以癸壬计之，二十年也。我当初每自恨福力之薄，不蒙师一速度。今而后始知侍教久者入道精，不然何以能高出万世耶？予又按白玉蟾云：“十年侍真驭。”白又云：“说刀圭于癸酉七月之夕，尽吐露于乙亥春雨之天。”又当知天机非邂逅可谈。

方才有得。是以世之茫然学道者及偶然漫谈者，皆不知何者是真药何法为真炼。徒然空说向自己身心中而求，实不知有至静之真时、真机也。夫至静之真时者，是此身心静极，即所喻亥之末、子之初也。阴静极必有阳动，

静属阴，动属阳。阳极则阴静，阴极则阳动。

则炁固有循环真机自然复动，此正先天无形元炁将动，而为先天无形之元精时也。即此先天无形之精，便名药物。即有药炁生机，必有先天得药之觉。

即时至神知之说，亦即我神炁同动之说也。

即以觉灵为炼药之主，以冲和为炼药之用。

觉灵者，妙觉灵心也。冲和者，烹炼薰蒸之和气也。此正三家之初相见也，亦三华之所聚者。

则周起火之候以采之。

因有药生而起火，即活子时起火，曰活子时，药生与火生同时，故以火之活子时而称药亦曰活子时。达摩云：“二候采牟尼，”言采药用二候也。“四候别神功，”言沐浴用四候也，同此。

须辨药之老嫩。采之嫩则炁微而不灵，不结丹也。

人人都说药生要辨老嫩。若嫩则炁微，配合之则无半斤八两之气，何以成一斤，故不灵。

采之老则炁散而不灵，亦不结丹也。又言炼炁要得真，老者只是过于当采之时。当采而采，采则炁以久而虚散，皆由心生怠惰而至。此炁即散，则力亦微，配合不均，不能成丹，故亦曰不灵。

得药之真，

不老不嫩，如九二利见者曰药真，非初九之勿用，亦非上九之有悔。

既采归炉，则用符咒之候以炼之。行小周天之火也。药未归炉，而先行火，则火一烧外，炁散，药亦耗散。昔吕真人戒之云：“无药而先行胎息，强留在腹或积冷气而成病。”顾与我庠友问：“既知采药，何故又不归炉？”冲曰：传正道，知真采，故可必得归炉，又要行火合于候之妙，方得药归炉。若火生早了，是名火小不及，不名冲和。冲和者，和而冲也。古人有喻者曰：如浴之芳起，而暖气融融然，火既小而不及，邱真人已言曰：则金精不飞是也。焉能得药归炉？悟道真修者，必先从此答精思之，则知直至末后皆是如此。药未归炉，而先行火，则药竟外耗而非为我有，即所谓鼎内若无真种子，犹将水火煮空铛之说。

不成大药。药已归炉，而未即行火，则真炁断而不续，亦不成大药。

药在外，田火以采之而归炉，亦由火烹炼之，方在炉中成变化。已得药归炉，火断而不行，则真炁亦断而不续。及再行火，虽周一天，终与前不续，药亦不续如何能成大药？即《参同契》注所云：“外火虽动而行，内符不应，则天魂地魄不相交接，是也。

若肫肫然加意于火，则偏着执于火而药消耗。

执着用心于火，则着有相而急躁，近于外道之存想有为，非自然之天机妙用。

若悠悠然不知有火，则迷散。行火之时，若心不诚则不灵。或昏迷十二之时，或迷失刻漏之数，或忘沐浴之候，或不知以何数周于天，或周已而犹不止，皆是。

失于火而药亦消。

火不能留药，焉得不消？即神不留炁之喻。皆不成大药。

以上皆言孤阴寡阳，偏有偏无之危险也。

若火间断，而功不常，虽药将成而复坏。

火所以炼药，古云：火药一处居，行火之法，愈久而愈密，愈密而愈精，斯则必成大药，必得服食。或有时神逐见闻淫念，驰于外而着魔，则神离火，火离药，功不常矣，药如何得成？虽将成，犹有退散之危险。若久执行火而不知止足，虽药已成而亦坏。火足矣，即成大药。因药成而言足也。药既成，则不必用火，安得不止？药已成者，成之而生为服食之太药。于此即采，而药不复坏为后天有形之精。不止火不采，则大药必随生机而将妄行，欲归之圣路，无奈不止火不采，而无出以受。欲归之凡路，竟趋为后天有形之精不难矣。后圣当知此为至要、至秘，所当防之危险也。

皆不得服食。

必火足而药始成。药已成而必知止候，方有大药可采、可服食。不然，必不得药成服食。

后世圣真修此，必使神炁相均相合，火药适宜，以呼吸之气，即火也。乘真炁为动静，即药也。

以真炁之动静，定真息之根基，

真气归静于根，则真息亦定于根。二气合一于根，以为胎神

之基也。

则火药即不着于一偏，又无强执纵失之患。如此而炼，方得小周天之妙理，方成长生之大药，始名外金丹成也。

马丹阳云：“因烧丹药火炎下，故使黄河水逆流。”《玉芝书》云：“玄黄若也无交媾，怎得阳从坎下飞”是也。

祖祖真真，服食飞升之至宝，乃最上上之玄机，最宜参悟而精修者也。

此论备陈炼药时之危险，令后圣知防患于此，不至当面错过而不知也。神仙所言金丹服食者，是肾中所得金液之气配元神合炼所成。服食之，则能神通变化。若方外之士言服食者，不过妄以金石、草木、诳人曰炼服食。断不可为，以误大志。纵服食之，或有疾宜于金石药者而偶致愈，或无疾而中毒成大患，必不能超出三界而显神通也。

得此真药服食，自可进修，行大周天之火候。以炼炁化神，炼炁而息定、化神而胎圆，阳神升迁于天门而出现，神仙之事得矣，中关十月之事完矣。其后而壁还虚，九年一定，以神仙而顿悟性于无极，形神俱妙，总炼成一个不坏清虚圣身。皆由炼药合仙机而得成丹、成神者之所至也。故凡大修行上关大成事，必如此则毕矣。于此毕法中；始于百日炼药而成服食者，无量寿之地仙也。

地仙者，地上所行之仙。身体重浊未离，故不能离于地而升虚无之天也。人仙虽长生，亦同于地仙，重形尚在，故亦不能离人与地也。

中而十月，炼成脱胎出阳神之果者，超出阴阳之神仙也。

神仙者，离重浊之形，以无形之神变化，或有或无，皆由一神之妙用，故曰神仙。

终而九年面壁，炼成还虚之果者，超出尽天地劫运之天仙也。

初得神仙，乃得大定而出定者。但得定由于守中，而出定则居泥丸，故世尊已入灭而亦入于泥洹是也。至此后还虚，则又入定于泥丸。古人云“性在泥丸命在脐，”盖言了修命之事在脐，了

修性之事在泥丸也，泥丸之定，则非从前者比，九年一定者，特以始入之时而略之，或百年、千年、万年、一劫、百千万劫皆可入为一定。此正天仙佛之超劫运者。有仙缘者，遇此《天仙正理直论》，其亦斋心以识之。

### 伏气直论第八

冲虚子曰：人之生死大关，只一气也。

有气则生，无气则死。此首以人之所共知者言，令人易明生死。

圣凡之分，只一伏气也。气能伏定则圣，不能伏定则凡。此首以人之皆能者言，令人易学于入圣超凡也。

而是伏义，

而者转文助语。

乃为藏伏，而亦为降伏。藏伏者，深藏归伏于无炁之根。降伏者，管摄严密，不许驰于外。此二者，亦有防危虑险之意。唯能伏气，则精可返而复还为先天之炁，神可凝而复还为先天之神。所以炼精者欲以调此气而伏也。

炼精小周天，调其息而伏。为其不能顿伏，故用渐法调而伏。达摩祖师显宗论亦言似此意。

所以炼神者欲以息此气而伏也。

炼神大周天，胎息其息而伏。为其不能顿息于无，故亦用渐法，胎息其息，似有而无，乃至无有而无，而伏于寂静。

始终向上之工，只为伏此一口气耳。所以必伏而始终皆伏者，是何故？盖当未生此身之时，就二炁初结之基在丹田，隐然藏伏为气根。久伏于静，则动而生呼吸，是知由静伏而后生呼吸之气以成人道者，曰顺生也。而是逆修，曰成仙者，当必由呼吸之气以成人道者，曰顺生也。而是逆修，曰成仙者，当必由呼吸之气



而返还藏伏为静。此气伏、伏气之逆顺，理也。及呼吸出于口鼻，而专为口鼻之用。

呼吸至于口鼻，则落生死之途矣。离口鼻，则离生死。

真炁发散于外，遂至滞损此气，则为病。耗竭此气，则为死。盖不知伏为所以复之故。

伏者，欲将呼吸还复归于炁穴，而为不呼不吸之故也。必此气伏于炁穴，而后元炁能归，元神能凝，三者皆伏于炁穴也。

而亦不知行其所以伏，

行所以伏者，言有至妙至秘之天机。呼吸合于天然者为真，元炁得合当生、当采之时者为真，元神合虚极静笃者为真。三者皆真，而后得所伏之理，行之而必成。不然，则亦世之外道而已。

安保其能久生而超生死于浩浩劫之外耶？

三者不真，则非所以伏之理，故不能超过浩浩劫之运。

有等妄言伏气者，而不知伏气真机。

真机者，有元炁，元神而呼吸正合天然自在方为真。

终日把息调，而口鼻之呼吸尤甚。

调息者，调其内用之玄机，如橐天籥地徐停息之说。世之愚人，不闻天机，只把口鼻数调，如隔靴搔痒，焉能调得到无息？

痴心执闭息，而腹中之逼塞难容。

闭息者，《灵宝毕法》书亦言之，是言不通其息出入之门也。虽无门，却有安顿自然之妙理，非强制之为闭也。强制则不真，故无成。真禅家与真仙道略同，若痴禅人之假禅，亦与痴道人之假道同，学者不可不察。禅宗人有一等假禅者，曰吞声忍气，曰气急杀人，皆言忍住气而不出入，此是病，非禅也。强制则念是动的，不是静，何以为禅？禅字解作静字，若是自然真静，方为真禅。

哀哉！此妄人之为也。安见其气之伏而静定也？昔邱祖云：“息有一毫之不定，命非己有。”

息得呼吸绝，则生死之路绝。息有呼吸不定，故不免生死。

而伏气之要，正修士实用所以证道之工也。但此天机之妙，绝与世法不同。古人托名调息者，

世人之息，一呼一吸均平，无用调矣。仙道托名调息者，非世法之用。乃调其有而至无，无而至有。为其以神驭气，行之必住，住之必行，在乎行住之间而调之也。随顺往来之理，而不执滞往来之形，欲合乎似无之呼吸也。

当有往来，不强使之无，而唯随顺之，似心意相依之说。亦不强执，害其自然而为勉强。

托名闭息者，世之言闭，是勉强，不舍自然。仙家言闭，只托言闭之名，而非用彼强闭之实。故范德昭曰：“内不出，外不入，非闭气也。”我故曰：托名者，略似闭气而实非闭气也。

而内则空空，如太虚无物。想其内如虚空，真不似

空如太虚，是真虚无，则真息便可归于真无。真禅理亦似之，若上文所言，内不空而逼塞者，是强闭者，外道邪法旁门之类皆然。

欲合乎无极中之静伏也。

无极者，无一炁之始。乃后太极，则有三炁之始，一判则为天地。今言无极，乃言天地及三炁俱未有之先，即为父母尚未有之先，正是虚极静笃景象，妙语必至如此，为真静伏。

总之，为化炁化神之秘机。古人云：“长生须伏气”，故自周天而历时日、年、劫，唯伏此气。言有一小周天之所伏，有一大周天之所伏，一日之所伏，一年、一劫之所伏。或暂或久，而能成其一伏者，真有道之士也。

此气伏定，则不见其从何而伏始，亦不见其从何而伏终。无始无终，亘万古而无一息，与神俱虚、俱静，斯谓之形神俱妙之静也。

世尊能以一法说八千劫而后已，能以一定坐八万四千劫而后出定，是其形神俱妙与仙同者。

唯闻天仙至道者，方能识得此理，我唯有至宝全功，

三宝者，元神、元炁、元精。若一宝非元，则不为宝。属后天者无用，亦不得为全功。

此功者，即上内如太虚证入无极静定者，言三宝会合，炼成化炁，而后可行大定、常定工夫。若未化炁，则亦无用此为。有大志圣真，请宽之而冥悟之。

### 胎息直论第九

冲虚子曰：古《胎息经》云：“胎从伏气中结，炁从有胎中息。”斯言为过去、未来诸神仙、天仙之要法也。

男子身中本无胎，而欲结一胎，必要有因。则因伏气于丹田炁穴中而结胎，是胎从伏气中而结也。元炁静而必动，欲得元炁不动，必要有藏伏。因有胎，即藏伏之所，乃息而不动，是炁从有胎中而息也。胎因愈伏气而愈长，气因愈长胎而愈伏，共修成一个圆满胎神，斯所以为神仙、天仙之要法，非此抑将何以成之？然胎息与伏气本是一事，何分两论，只为怀胎养神必用胎息而后成胎，而神住胎。古人皆以胎息言之，今亦详言于炼炁化神时也。伏气之说，为伏气而得精还化炁，炼药以得大药。古人只言伏气，今亦从之言伏气。虽两言之，中则互明其理，令人知两言之妙，而不妄疑、妄执其为两事。

予愿再详译而直论之。夫人身初时，只二炁合一炁为虚空中之炁而已，无胎也，亦无息也。

此言无胎无息起，下文返还成仙之所证。

因母呼吸而长为胎，因胎而长为息。修仙者，亦必因呼吸而长为胎，因胎而长为胎息。及至胎全，妙在随母呼吸而为呼吸。所以终日呼吸而不逼闷，此缘不由只鼻呼吸，只脐相通，故能似无气息一般。此正真胎息景也。

古人谓，内气不出，外气不入，非闭气也之说，正言由脐相通者。

离胎而息即断，

在胎中，则我之息由母脐中所生，故我息亦在脐，而口鼻不可呼吸。离胎则口鼻开窍，可以呼吸，顺而易矣。当此时且不知胎息，安得复能胎息？

无母脐与子脐相通，不得不向自身口鼻起呼吸，即与胎中呼吸同，而暂异其窍耳。逆修返还之理，安得不以我今呼吸之息而返还为胎中息耶？凡返还呼吸时，以口鼻呼吸之气而复归于胎息之所，

即丹田之所。许旌阳云：“脐间元炁结成丹，谷神不死因胎息，长生门户要绵绵。”《无始得道了身经》云：“中宫胎息为黄婆，”抱朴子曰：“得胎息者，能不以鼻口呼吸，如在胞胎之中，则道成矣。以鸿毛着鼻口上而毛不动为候也。”

如处胎息之时，渐渐炼至胎息亦真无。真无者，灭息尽之义也。

谓胎中之息亦真无之，此正禅宗人所谓“万法归一——归无”之说。

方是未生时而返还于未有息，未有胎已前之境界，不落生死之途者矣。

凡人有呼吸，则有生死；无了呼吸，即无生死。

所以得如此者，亦非蓦然无所凭依配合，便以呼吸归中而可胎息者。

呼吸之炁最难制伏，必有元炁相依，方可相定而成胎息，然胎息何以知其成也？以呼吸归于胎息，则口鼻无呼吸而成胎息，是其真成也，终不复至口鼻为呼吸。真禅定者，亦似此。若凡夫外道，不知元炁者为何，单以呼吸归于中，而妄曰入定胎息，其息不能定住于胎所。虽忍气，而气无所客，乃曰气急杀人，

而终不能强忍，口鼻之气更呼吸浩浩。皆由悖却，世尊所谓

“无生法忍者”之所为也，世之假道人、假禅人皆如此，此亦后学圣真之所当辨而自防危险者也。

所谓孤阴不成者，此亦其一也。

呼吸之气乃后天有形之阴物，故亦如此言之。

必要有先天炁机发动之时，又有元灵独觉及呼吸相依、三宝会合，已先炼成大药者，而转归黄庭结胎之所于此之时。

此时者，是当此结胎之时。因文上句皆言先所化炁，而至此始言胎息之意也。此正申明必要炼精化炁，以气助胎，以神主胎，以呼吸结胎，方成真胎息。

而后以胎息养胎神，得神炁乘胎息之炁在中一定，

神炁与胎息相相乘，方是有配合的修真胎息之工，所以能成真胎息得真定。若无真气，便不是金刚不坏之身，坐中只是昏沉瞌睡，如何能长觉长明以长取气入大定成胎乎？有间断，即非胎息。

即是结胎之始。正《入药镜》所谓“初结胎，看本命”而得者。

本命者，二炁也。元炁为生身命之本，呼吸气为生身命之具。而结胎之初，必要本命二炁随神之号令，同凝于中而为真胎者也。

虽似有微微呼吸若在脐轮，而若不在脐轮在虚空，正《度人经》所谓“元始悬一粒宝珠，去地五丈；如世尊之前，地涌之宝塔在虚空中”等语皆是也。皆用运旋真息，以渐至成胎，顿然脱离口鼻，不存呼吸，灭却有作，恬然建胎相似，而胎中之息始虽似有，而终绝无，即是真胎息所以成胎神者。

若无大药真炁服食，若非三家相见，必不能胎真息而神真纯阳者也。

如是而久久无间断，绵绵密密，无时无刻，而不是在胎中无息之景，直证阳神大定，绝无动静起灭，即是胎圆，乃返还到胎母胎初结一炁未成我，而未分精炁与神之时。正《入药镜》所谓“终脱胎，看四证”而得者。

着四证者，验四正功夫之有无也。有，则胎尚未圆。以其有，乃养胎之工也。无，则曰灭尽定，而阳神成就矣。

胎息还神，固曰毕矣。

胎事毕，灭尽定，佛亦灭尽定，入涅槃。故其《经》云：“若于佛事不周，不入涅槃。佛事周讫，方入涅槃。”

毕其十月中关之事，神仙之证也。犹有向上田炼神还虚而证天仙者。在所必当知。故迁神于上田而出天门，以阳神之显见者，修出修入，何也？当前十月之内，而或有出者，是不宜出之出也。由六根之为魔而妄出。

阳纯则无魔，阴尽则无魔。阴将尽而未尽，甚为魔者，要除阴尽，是要除魔尽也。

妄出则神走而着魔境，而息亦走，着于口鼻。必急入，则依赖于息而归胎。

此一段又再详指示人以十月内之所当防此危险者。

此时之出是当出而出也。

昔蓝养素胎成，当出而不知出，故刘海蟾寄书与之，指示所出之法。

故起一出念，而出阳神于天门。

天门者，《传道集》所言，指顶门也。古人于此赞之曰：“身外有身”是也。

若出之久，恐神迷失而错念。

古云：十步百步，切宜照顾。

故即入上田，而依于虚无之定所，以神既出胎喻同人生之幼小。须三年哺乳者，以定为乳哺也。又言九载三年一定者，言出定之初时而入定，以完成还虚之天仙也。证到至虚至无，即证天仙矣。然是定也。入定时多而出定时少，又宜出之勤而入之速也。我故曰：出定之初即为入定之始也。虽天仙已证，亦无不定之时也。故世尊亦曰：“虚空界尽，我此修行，终无有尽。”正如此也。至于终天地之后，超过劫运，亦无不定之时也。此犹仙佛以上无

仙无佛之妙境，而天仙佛之至者也。后来圣真共知之，共证之。

此书稿成于天启壬戌岁，实欲藏之为门下学者便心目，不意被人盗去。但儒者窃取仙书。爱慕之心胜可怪又可惜也。由骆友而失骆，故想象而梓，不无疏略。今崇禎己卯秋，查旧稿，加注，贤道友复梓之，以广度人，流行于天地之终，皆所愿也。故附识之直论毕。

### 直论起由

予作《天仙正理直论》，仅仅九章，完全画出一个天仙样子，令有缘有志者见为顿悟。

有志者不遇此书亦是无缘于道，遇此而不参悟亦是无缘于道。又或有遇之而无真学之心，唯图诈伪欺世者，亦当改恶从善而归正道。

非敢曰轻泄天机，妄拟无罪，只为度尽众生为自度计者，于是冒千天谴而直论。亦缘我祖师张静虚真人得道后曰：“今日四大部洲，全无半个人儿知道，今当广开教门。”奉此仙旨故也。

张真人法派名静虚，常携虎皮为座，故当时皆称虎皮张。初与三友寻访仙道，夜半见白毫光于西而冲天。次日西行，夜宿又见，曰又趋之。三友去而独行，独见得光处，在蜀之碧阳洞也。入见仙师，而求度甚切，师遂授之道，命之修。数年成有始命出，曰：“今日四大部洲。绝无半个人儿知道，你与我广开教门。”张翁遂行。按四大部洲者，东胜神洲、西牛贺洲、南赡部洲、北徯庐洲，佛经所说者是也。张仙翁遂出西域，转北夷，还中国，见二大洲已无人矣。实起度人之念，止度得李虚庵一人而已。

历十五年间，再传而递言于予。

十五年间者，张真人于万历己卯年度李虚庵，至壬午年复至李家，助李银为行道之资。李真人于万历丁亥受曹还阳请，至其家。曹与三友各具贄六金助道、不足。戊子，曹三友又助师三十金而修成果矣。曹真人于万历癸巳与伍子遇。甲午年夏五月度伍

子。计之己卯至癸巳，十五年也。至壬子又十九年，曹复度伍子仙佛合宗全旨，以出三界之上者，并传以助道之方，嘱之曰：此《元史》所载邱真人助国之方也。唯默记之，倘护道要用则用之，否则闲置之可也。勿为世间作孽，取大罪也。予之十九年中，苦志苦行，或亦少仿佛于长春祖之苦志者，得全大道，敢不如命戒之哉？

予初若为骇闻，

骇世之学道者多，岂真无半个人儿知道？

而久之真见同世斯人，不同闻斯道。

得师度之后，遍考仙圣之书，圣圣同此一道也。同此修成正果也。差毫发尚曰不成，岂可有不同者乎？每考问于金真侣，不过只知御女采战，及却世病小工，为诡求衣食之计者，与仙道之保精、保气、胎神之理者不同闻。考问于禅宗人，不过曰当下便空，以降魔转劫，仅为死后入道之说，与佛法空而不空之真空超劫之妙法不同闻。又考在家俗士之学道者，求假做黄白成富贵，求房术久战遂淫乐，并无学道之实而志不同。又考在家俗士之学佛者，妄自尊而诋人曰曾参学，手抱非利利其身触忤天王，口称者当下就了，只就了得一席淫媾，何曾闻佛法可了？而闻实不同。世界劫坏如此，安容得不直论而一救之耶？又安容不直论留为后世圣真作正知见耶？

故作此以指引后来。凡我邱祖门下符节正传弟子，得师口诀，凡药生内景，

时至则神知为内景，药炁驰外别有景。采药真工，

即达摩祖师所谓二候得牟尼者。

行火工，

小周天之候，即达摩祖所谓四候别神功。止火景，

详后《仙佛合宗语录》中



采大药工，

自古圣真所不轻传，此以前，得百日炼精化炁之真法，行得全功，只成精满炁足之凡夫。知此而用得大药，方得长生。此先圣所以必俟百日功成者而后言之。

得大药景，

有六种震动之景也：丹田火炽、两肾汤煎、眼吐金光、耳后风生、胸后鹭鸣、身涌鼻搐。大根因其灭识、皆有白景验。

三关工。

即名五龙捧圣者，从此超凡以入圣，乃圣圣不转传之秘法天机，世间之所不知不闻者，必俟百日功成者而后言之。

服食工，

度过鹊桥而下重楼，喻曰服食，非如饮食样之食。

守中理，

即大周天之初。古云：守似有，却如无，不有不无。故喻之曰守中，又闻胎息本在脐，而若不著于脐。养神本养中田之神，又若不离于下田，总若合二田成一虚空境界，故亦喻之曰守中。正秘密天机，有不得显言者。

出神景，出神收神法，炼神还虚理，此守出收还等五者，皆详后《仙佛合宗语录》中。历历秘授。

历历授者，次第尽传。上文十二句之秘法乃正传之所必有，而后圣真修之所当必受者。

闻人世所不知。世者，人世间也。闻者，言后圣得遇圣师而有所闻者。人世者，彼后圣同世之人也。彼人所知皆世法中旁邻小术，唯圣所闻，皆彼不知，正与《直论》中十二句秘法同。

见凡书所不载。

见凡世前书已载者，皆古圣大略之言世。不载者，精切秘密天机，旧不载于书，而今得闻于圣师，正与《直论》十二句皆同。

则师言可笃信奉行，《直论》可凭稽考。要知非遇仙者，无真闻见；非遇仙者，不能措一言为直论。

当下工修炼时，要以《直论》相印师言。

古圣之书，每言一句，又秘却二句、三句，何以得全印证？欲求全证，又要搜索多书，此贫者之愈难。唯此《直论》兼注，又后有《仙佛合宗语录》及门仁贤问答之要，以详《直论》注脚。尽露全旨。则后圣得此一书，足以全印，可无余恨矣。

得了然无疑无碍，直证天仙，唯史作书助道之一愿也。后来圣真未及得正传者，尤当从斯入悟，究其逐节功景违合，

凡有所闻，即征诸此书，合则正，违则邪。作人天眼目者，唯此书耳。

心则不为妖人邪说所惑矣。

凡一切邪说旁门皆与此书相违悖。

如有真志精修，不参此论，是自绝于仙佛正道者也。窃谓此论而行邪行以诳世者，

如昔有一光棍，专以房术欺骗人者，乃借言曰：“铅汞不在身中取”。已明明说破。愚按贼此言，谓铅汞不在自身，是女人身上取的。铅汞者，喻阴阳。岂有阴阳二者俱在女人身上取之言？而可惑人取信乎？犹且言之，噫！

天律王章共诛之，

此书本代天仙救世，代佛破邪，尽是表明天上梵德至道之言，有天目共视，天耳共听，天律共护。若有邪人假借正言，行彼邪说，天有霹雳伐其性命，王有典刑灭其身形。

并揭禁警书末，以为诵书者知诫。

## 后跋

冲虚子跋云：道为天仙之秘机，

天仙之道，唯天仙知之行之，凡夫去天之远，何以得遇？唯不可遇，虽曰不秘而亦是秘。若有得遇知其道者，必要体天仙之

心，行天仙之德，而后可成天仙之道。

凡夫之罕见。

为今之凡夫者，前虽有善而或有小功，不足以得道，故难遇。若能从今起念学道时，全具善心，力行善事，绝其从前间有不善者，则道之罕见者犹可望见也。

或百劫百年一传于世，

如唐开元时之纯阳翁，始度王重阳于宋徽钦时，如六祖惠能止衣钵不传，而后竟无传法之七祖者。

或片言数语密度于人，

如钟吕二仙度燕国宰相刘海蟾，以卵垒为山而不崩堕，刘曰：“危哉”！钟吕曰：“汝宰相之位更危于此。”刘弃相从之而仙去。如虎皮座张真人以嘉靖帝强请之不起罪，邳州守请，曼及三年而后至京，延及徂落而不复命。远至六安州，召卢江县李虚庵而度之。命三诵三背其言，三日而别，李竟成真。县及邻封，皆称肉身菩萨。然张祖不肯见帝而度，乃召李而度之，此亦张祖密度之案也。如佛欲度迦叶，分恒河水为两断，而佛行其中之无水处。叶以舟救佛，佛从舟底穿入而舟底无孔。叶犹曰幻也。佛曰。汝未成不生死阿罗汉。何能如此贡高我慢？叶惊服，自不知所以不死，而归依之是也。

三口不谈，六耳不闻，

三人则三口六耳也，其中或愿学小成于人仙者，或愿学中成于神仙者，或愿学大成于天仙者。所愿者则重之而喜闻，所不愿者则轻之而厌听。或德止足以授小，而分不宜闻中、大二成，故不同谈，不同闻也。如许旌阳、吴猛二人，许为旌阳县令，吴为分宁县令也，同谒丹阳三湛母元君。母独传许以道法，谓吴德行尚未充；后当拜于许授。如世尊单传迦叶为初祖，而以堂弟阿难未能离欲，令转拜叶传为二祖。俱是旧案也。

不经纸笔。

仙道乃天上人之所有，亦天上人之所用。正上仙口不谈之秘，

鬼神觀不破之机。所以不載筆于紙。

何敢淺其說，直其論而諄諄然數萬言為鐫哉？此大罪也。

大道本不敢輕一言于非人之前，何敢淺說其精深，直論其秘密，令善惡賢否、正人非人一概混見之耶？但視世間无不可救化之人，倘有不从正而改邪者，是必从地獄、餓鬼、畜生三惡道出而初世為人，而惡心猶在故也。虽直論之，彼只見如不見而已矣。何嫌其混見？

曾見一人截然向道，而竟无覓處。

截然者，截斷世法尘勞，決志學道。满目是万法千門，竟不見何者為仙道，不知向何处覓仙道？此甚可怜。

举世多人談道，而悉墮旁門。

過世界談道，所聞所知，全在淫邪窠臼中，初學不能辨邪正。遇之焉不墮入？此又甚可耻。

謂道不在世，而人必誤陷于邪者也有。

仙道原只蘊藏于仙胸中，世何得有？一切諸人，不遇仙度，皆只在世而學，焉能外世見而求世外之見？畢竟誤陷于邪矣。

謂人心自邪，不求聞道，而規正者也有。

心邪之人，唯邪法是喜。口稱是學仙之黨者，只愿學房術御女，謂淫媾有如是快樂，是我所學之有証。而仙道高遠，或者即此所致我何必舍此快樂而別求仙樂為哉？故不求聞也。自称是學佛之黨者，造斷見之邪說而惑人，不知已為佛之所斥。自謂有了此一口高談捷語，足取衣食名譽，何必效佛所修而六年禪坐以自苦？故不求聞也。予在金陵，所以绝不屑與人談仙佛，見彼諸俗人談仙者，皆志于房術御女，及却病小功，而即指為仙道。不務修德修道，故不必與為謀也。見彼眾生談佛法者，皆妄將佛說為行教无用之虛言。將已談斷見作佛法，不求如何如佛八千劫說一会《法華經》方已，不求如何得如佛八万四千劫坐一定方起。必執斷常邪見，直趨死亡。为了生死，或學躲一轮回為自足，而且不能得，又不能承當正法。竟如石馬，虽打不走，全似木牛，拽

鼻不回，谓之下愚不移。何足教化？何足与言？所以只遵仙佛正法，为我自悟师而已矣。我又为有相知者恻，而浅说劝之。佛昔云：“人相竖，畜相横。”世之俗夫，每以横相妄谈佛法。语人曰：“我知佛，我是佛。”此亦妄人也已矣。甘为横相，又何难焉？今而后谈佛者，请先改汝横相为竖相，且遵佛说，别作商量。庶免空劳妄谈，虚度一世。

借今百劫、百年，生一圣真，将何入悟？

言此论若不出世，倘有真修者不知如何修仙，不知如何修佛，故无趋向处。亦不知学何者为学，行何者为行。

所以得圣真于学者，必由此论。

及有此《直论》并《仙佛合宗语录》出世，若有一人精究此论及录，便见得此人是有志于此者。与论合志，即为学此道之圣真，不究者，则其志不学此，终于凡夫轮转而已。

得圣真于师者，亦必由此论。大旨既真，便是得真。其不诵诗读书而尚论古人者，固有人；诵此论而寻觅论此之人者，亦有人。未诵此论而寻觅已诵此论者，亦必有人。能觅此人，岂不得遇此人而得遇此道？故曰求师必由于明此论，所以张紫阳真人作《悟真篇》以访友，果得石杏林为之徒。其胜于奔走四大洲访师友者，不万万分便益哉？

故钟离云：“吾之求人，甚至人之求我。”古云：“弟子寻师易，师寻弟子难。”盖弟子以初学之无知，故不知所遇之人有道无道，而拜之故易。师之有道者，上奉天诫，必选择同德同志，祖父善门。一不全，不足为弟子，故寻之难。昔钟离往九江府德化县度县宰吕纯阳，又钟吕往甘河镇度宋徽钦时领兵校尉王重阳，又钟吕往燕国度丞相刘海蟾，又虎皮座张真人行至太安州马神庙，召卢江县之李虚庵而度之，又昔世尊往偷罗厥叉国度迦叶者，皆是师急于求人。我不及于求人，故人不及于求我。

世界如许大，学者相隔如许远，谁知我而求？由我非方外之

士游遍四方者，亦非如所谓唐朝吕洞宾至今犹在寻人度者，亦非如世尊自谓行化时至，乃行而化之，至度一万八千九十四国人者，不过隐处一小小道隐齐而已。不及求人，所以亦不得为圣真学者之所遇。

乃以一笔救天下后世迷。

唯成书可以代面命，虽遍天下，尽后世世凡有见者皆可救其迷惑，

然而迷自轩辕氏御女保生之术一倡，

轩辕者，君天下者，忌嗣子之少，故用后宫之多，姪媾之多，必不可不节欲。后世学者，岂可以节欲之人事，而遂误指为长生不死神通之仙道乎？

而真伪争途四千余年矣。

仙道是出世间法，真也。御女术是在世间法而非仙，伪也。本不同者。凡学仙圣真，既有大志，有圣德，必不可学御女以招天诛。凡学御女者，轻纵淫乐，坏女子之身，丧女子之耻，志极卑污，败仙佛根基种子。天律严密，又岂容于谈道？真者幸有天降异传而作仙佛，汉之张道陵、葛玄仙翁、寇谦之、于吉，皆太上降下而传。北汉时之钟离正阳，乃东华帝君之降传。唐之纯阳吕翁，乃钟离之降传。宋之王重阳、燕之刘海蟾，乃钟吕二真人之降传。世尊佛，乃阿私陀仙之降传。故《法华经》佛云：“昔者仙人授佛妙法，如来因之遂致成佛”是也。所以伍子言，“非仙不能度仙，非佛不能度佛。”此亦破迷之一说也。

伪者自愈炽说，遍天下而迷人。

炽说者建立各种门户，曰三峰采战者、曰小采补者、大采补者、曰童男童女开补气者、曰对炉者、曰入炉者、不入炉者，千种淫秽无耻。此之为世事用，尚甚可耻，又安可妄诳人曰道乎？所以道隐评之曰：“尝见犬猿与阴者聚，则抚弄其二物，岂可以衣冠人物、有礼义廉耻者而如之乎？”又评之曰：“蠢动如蚊蛾虱类，人

共见其不学而能相媾。岂有不蠢如人，反不如之而学人为媾乎？以速死丧命之事，而愚弄人曰接命不死，其迷于自愚，又迷于邪说之诬如此。予请诸人破迷改过，且自安生保见在之福。”

以此大迷之世，而论说之宜直、宜浅，其可少乎哉？泄论说之功，岂不大哉？

泄万古 圣真密旨天机，书之遍与凡夫言，固有罪矣。但后来圣真，得明道于论说之所，岂不是此莫大之功乎？

然泄道未必无干于天罪，敢望曰天不之罪而故竟冒干之耶？即此一点破家学道、慈心救世之为功抑可赎罪哉？得悟于天下后世劫，独超出大迷而为圣、为真者，又可无此泄道功之报哉？

后来圣真得明正道于论说，不被邪说坑陷而竟成圣、成真，亦当报今泄道之功。

见此者幸毋谓我一见是书，已尽见其道。见之固易，而生易见之心，靡不亦自轻易视其性命。

书成道之粗迹耳，道之精真者曰理，道之实行者曰事。理可以书求，事未可尽以书行。必要真诚参师学道。凡未得师者，以此书考寻正门为引进，即此以为引进师也。已得师传者，以此书印证是否，而为信受奉行。此即是印证师也。若不求真师救度，专向书本上诵章句，偶见一斑，妄称全豹，愚谓只可言悟书，不可言悟性、悟道。由怀易见之心，不识为难遇难闻之天宝，则其轻易视性命而丧失者，将必不免矣。

毋谓我一见书，便见此道实可易行，正遂我畏难之心。即此易行而易行之，自执善悟不求师，而按图索骏，焉能了悟到至玄至妙之真实处而修证性命？

书固载道，正欲使人明道而浅直之。古云：“得诀归来好看书。”若先得真师真诀，则见书真可尽见道，真知易行。若谓不必求师，道已了然，尽见易行，古云：“差毫发，不成丹。”恐难悟透，亦不免依然失性命也。古云：“性由自悟，或可由书。命要师传，必经口耳。”则信之真而行之勇，此我今所望于后圣后真也。故又诚

之曰：毋轻忽为易。

尤毋谓盗此为说，言可应世，理可惊人，足以师任之于己，以徒视乎其人。有此诳人之心为障、为碍，耻于低头实学，竟不自悟、自修、自证，而亦不免于失性命。

有等人，不真实参师学道，唯见此书一遍，念几句，诳人曰：“我尽得传某人道矣，我今足为诸人之师，诸人只可为我之徒。言至于此。即《楞严经》所云未得谓得，是为入魔。故必害己德而堕为魔民。昨有一人，即如此诚之说，见此未注旧稿，遍语人曰，我全得某人所传仙道之妙。斯言也，非赞扬，实贬词也。一则以忽仙道之为易，一则以增己学之为博。不谓染指吞海，曰海尽吞矣，而可乎？以芥壳量海，曰海尽量矣，而可乎？作是言者，可谓无正心，无大志。又一人在金陵淫恶无度，冒称为我虎皮张真人门下人。不知张门先戒绝淫事淫念为初功，彼何必自投清净门，讨个摈斥为哉？

于是三者能不肯犯，

即上三条诫词也。

诚心参悟，即《直论》以究仙理，征《直论》以印师传，真修实悟。证圣证真，斯不负我染笔时一字一注，

当论时，欲不直，奈何今世正道已尽绝，恐无益于救正，不得不为仙佛宣明正法。欲直论，天则有谴而不敢言。终必直之而冒谴，故一泣。我自癸巳至壬子，二十年参师护师，卖田舍，破家计，苦心苦行而得悟。后之参师者未必能得年之久，未必有可卖可破之家而可得，故一泣。人以一见论而即知，我以多年苦而轻泄。我以自苦代人之苦，我以所卖所破代人之以卖以破，故一泣。又或有人或有可费之资，而不学真仙道者，徒费耳。虽费而不求明如何修命得命之证，如何修性得性之证，茫然无着着，徒费耳。虽费而不苦心志、苦功行，以求必悟必成者，徒费耳，故一泣。我又为众言此以劝诫之。

为终天地劫运之圣真直而论，



泣而论者，既为参难泄易而割舍天机，又为世界既绝仙佛正道，愈传愈假，我独得悟。又焉敢不为仙佛正道留一线之真耶？令世世圣真。得所考据而为师资矣。

将流行于天地之终而度尽仙佛种子为圣为真成仙成佛之心也欤？

今世皆好房术淫欲，而仙佛正道则绝尽淫欲，心返正直。虽见之亦不能救正，间或有从救而不足。必成书流行以终天地，则尽未来之仙佛皆得普度，是我继诸仙翁救世度人，立三千功行为自修而已矣。即纯阳翁所谓度尽众生，世尊佛及地藏菩萨亦谓度尽众生，言自利利人之果。唯如是、而后圆满。

### 增注说

书有不必注者，谓已显明直捷，反复辩论之，若有注也。书有可以注者，谓宜发明书言，以己意逆合而注之也。必后之闻见与前之闻见同，前书得后注，理愈明而犹合辙若一，斯可不诬惑于世矣。若观者不知作者意，如注《参同契》为纳甲，注《悟真篇》为房术，注《穆严》、《楞伽》、《金刚》、《法华》以时文、训诂、套语，不能剖真修实义，各成门户，致有经自为经，注自为注之斥。出乖露丑则，亦何用注为？所以《天仙正理直论》既有《仙佛合宗》为之注，犹惧后人妄注错误，害超世之圣真，吾堂弟真阳子又加注之，予又辅之，同一师之学，并四瞳之见而为之者。其《合宗》二注，又皆出于录者之手，无非杜绝众口之妄，保全度世之真，则后世不必画足于蛇，倒屣于首，令未来无极劫中皆不失性命根宗、不迷超劫慧命，诚不谬注者之所赐也。故亦诫之，曰：毋烦后注！

### 附 一、重修《天仙正理》书后

伍冲虚真人《天仙正理》书成于前明天启壬戌，至崇祯十二年己卯鹊桥成渡日增注。姑苏弟子吴澄川命梓，金陵齐惠吉及南

昌旧及门涂之芬辅成之，板藏南都灯市西廊之道隐齐。

历年既久，原板世罕睹。国朝康熙八年己酉冬，新建涂叔朴诸君再刻以广其传。序之者，邑进士黎博庵名元宽学使也；真人堂侄达行复叙事略于篇者。康熙五十八年己亥，谢君嗣芳等再刊于姑苏老君堂，汲引后学。既迁阊门外之崇寿道观，而人间遂鲜有知之者。

予生三十年矣，每以迷昧本明，悲深涕下。而丹经万卷，读之又无异荆棘中行。久之，恍然曰：言也、象也，道之筌蹄也。以筌蹄获鱼兔则可，谓筌蹄为鱼兔则不可也。况大事因缘又天实定之者耶？今年夏，闻北平王买痴先生韬光吴门，往谒之，告以度世本志。先生慨然良久，手一编曰：“此伍祖《天仙正理》也，天不爱道，此书传世久矣。子尚未之见耶？”急敬读一过，觉荆棘顿扫，心目豁然。呜呼！筌蹄诚非鱼兔也，乃竟具鱼兔于筌蹄之中，即谓筌蹄为鱼兔也，呜乎不可？爰偕弟玉井、友杨砥堂遍访之。既得一本，全缺《道源浅说篇》。复请先生西江原本正之，而是书始为全璧矣。

夫伍祖作书，距今百四十三年。其间授受非易，在伍祖当时，亦且弃田园、历艰险，从师十九年而始得全旨。而如予者，长于世胄，德薄深只以一念坚持，仅五阅寒暄而已得探心源于百年之上，亦何幸也！因所得系老君堂原板，复踪迹之始，知迁于崇寿道院，而浅说篇第三、第四两页已朽蠹久矣。旋请工镌补，又增注说一篇，亦系真人自定目录中未曾载入，并更定之。从同志邹君之请，仍归板于老君堂，垂示久远。而自书其得书重修之由于后。

乾隆二十有九年岁次甲申金鼎满日

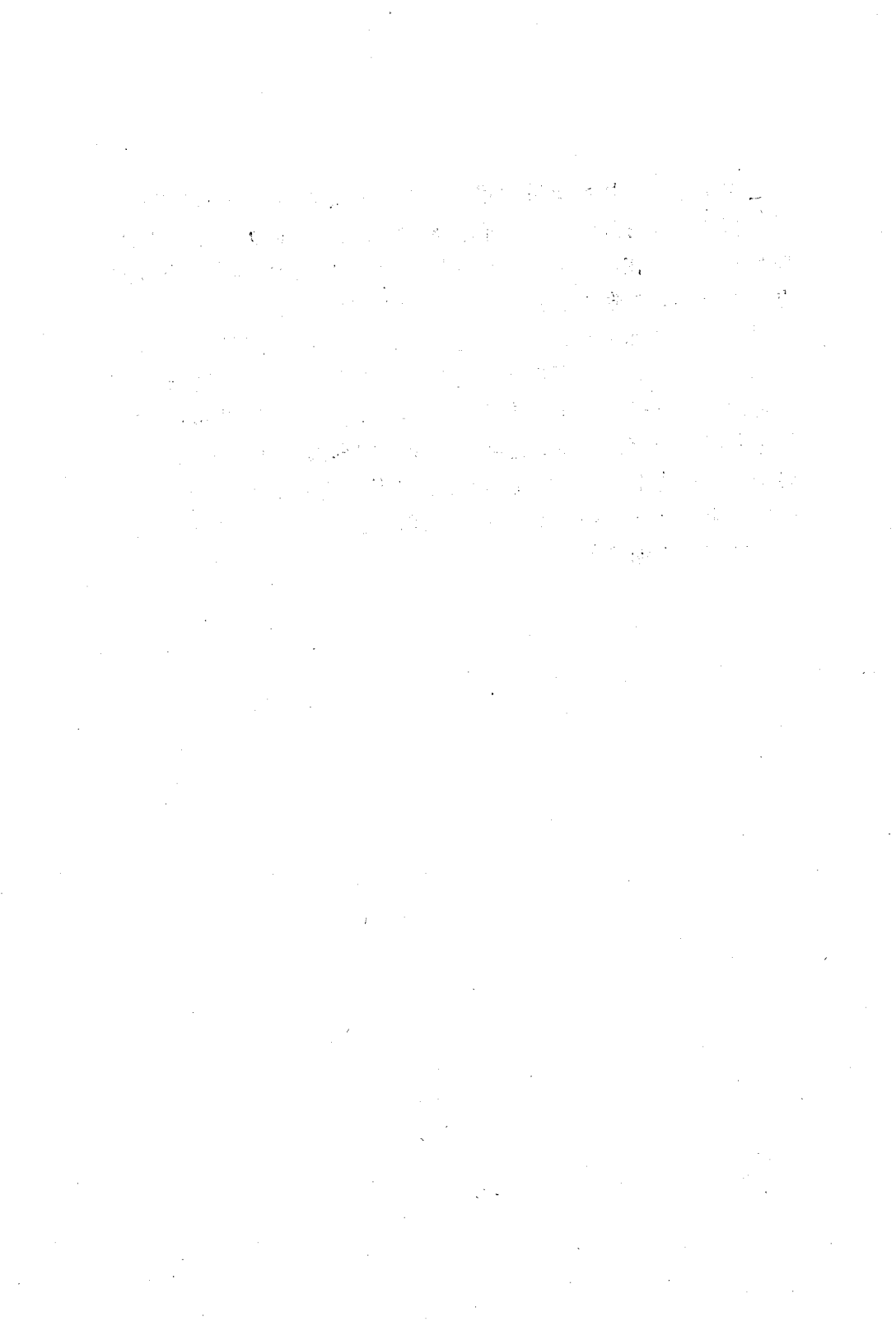
晋阳私淑弟子铁蟾申兆定敬书

## 二、伍真人事实及授受源流

谨按：真人故明嘉靖乙卯孝廉、维摩州刺史讳希德号健齐先

生之季子也。世居南昌辟邪里，幼孤，家贫力学，持身高洁，一斤不苟取。长而薄荣利，笃好道德，性命之言，造次颠沛弗离也。性至孝，以母在，故岁授生徒博馆谷。母九十余而卒，而先生世寿亦七十矣，遂隐迹仙去。所著《天仙正理》、《仙佛合宗》二书，扫尽房门，独标精义，诚无生之宝筏也。真人为龙门嫡嗣，原序谓龙门授之张静虚，即俗所谓虎皮张真人者。李虚庵师静虚，曹还阳师虚，而真人为远阳弟子。据此，则真人为龙门四传弟子矣。间考龙门二十字派，真人适当第八字，即真人亦自书龙门第八派弟子。然则博庵之序，果无据耶？因重修《天仙正理》，复以得之买痴先生，及西江板原叙诸说。缉而忘之，以存什一于千百云。

越曰，铁蟾又书。



●  
—  
仙  
佛  
合  
宗

●  
—  
明·冲虚子伍守阳撰



## 序

冲虚子自序曰：仙宗果位，了证长生。佛宗果位，了证无生。然而了证无生尤以了证长生为实诣，了证长生尤以了证无生为始终，所谓性命双修者也。今我述斯宗，厥意在仙宗，其佛宗不过带言而已。名曰合宗者，欲使天下后世同志，圣真知性命双修为要也。向作《天仙正理直论》九章敷陈仙理，次第详明。兹复述《仙佛合宗语录》九章，一以阐明《直论》未泄之秘法，一以罄口传未悉之天机。有是录，而玄中之玄，妙中之妙炳若日星矣。得斯录者，精进修持，成仙，成佛，庶不负我度人之苦心也欤！

大明万历中濬帝阁下吉王国师维摩大夫三教逸民南昌县僻邪里冲虚子伍守阳述。

## 叙

冲虚真人著《天仙正理》，谓尽精微于直论致广大于浅说。广大之不废详，精微之不废捷，道之全体，已无不著明矣。而真人启迪后来之心，有加无已。复以门人平日讲习语录集而成帙，名曰《仙佛合宗》，欲后之读《正理》未贯通者，参之《合宗》而益备。且以仙佛之各虽殊，而功法纤细，无不相合，正以见只此一事实，余二即非真。庶后世知仙佛无二致，而一切旁门异术无惑其意见，舍正道不由而自趋于邪匿焉。夫儒者存心养性以合天，佛氏明心见性以大觉，仙家清心炼性以了道。三教之所以为教，无非此身心性命而已。仙佛之道，即圣贤之道也。虽修炼精微，古圣真惧违天诫，借炉鼎铅汞以罕譬而喻名固纷歧，其实不外命与性。而别有所谓炉鼎道路铅汞药物也？仙可合于佛，不即合于儒耶？宗二氏者，岂容分道扬镳，矜尚新奇以惑世而诬民？是真人《合宗》一书，不特阐发渊微，而其维持斯道者，益深切著明矣。读真人之书，其抑识真人之意也夫！

光绪二十三年丁酉中秋日古云安云笠邓徽绩谨叙于自然自在

之轩。

## 伍真人丹道九篇缘起

冲虚子于万历乙卯，初传吉王太和殿下百日炼精口诀。越七载，至天启壬戌，再传以采大药口诀。又六年，至崇禎戊辰，三传之以五龙捧圣口诀。复求传仙佛合宗全旨，未允。越四载，至壬申，始允度之，遂将仙佛合宗玄妙全旨尽泄于示谕之间，更将邱祖门下正传符节亦传付之。因其问之审而答之详，集成九章，乃嘱之曰：此实宣扬皇天之至宝，必遇同德，同志及祖父仁贤之辈，方可度之，慎勿妄传非人也。

时大明崇禎十三年庚辰暮，邱祖门下第八派分符领节弟子冲虚伍守阳识。

### 最初还虚第一

太和问云：“《直论》中言：‘炼己先务，有当禁止杜绝之端。’又言：‘不炼己，有难成玄功之弊。’可谓详言炼己之要矣。昨又言：‘最初炼己，不过导其入门，仍要还虚，方入阃奥。’敢请还虚之理何谓也？”

曰：“儒家有执中之心法，仙家有还虚之修持。盖中即虚空之性体，执中即还虚之功用也。惟仙佛种子，始能还虚尽性，以纯于精一之诣。若夫人心，则戾其虚空之性体，冲冲不安，流浪生死，无有出期。故欲修仙体者，先须成载道之器。欲成载道之器，必须尽还虚之功。虚也者，鸿蒙未判以前，无极之初也。斯时也。无天也，无地也，无山也，无川也，亦无人我与昆虫草木也。万象空空，杳无朕兆，此即本来之性体也。还虚也者，复归无极之初，以完夫本来之性体也。”

曰：“然则何所修持，始尽还虚之功也？”

曰：“还虚之功，唯在对境无心而已。于是见天地，无天地之形也。见山川，无山川之迹也。见人我，无人我之相也。见昆虫



草木，无昆虫草木之影也。万象空空，一念不起。六根大定，不染一尘。此即本来之性体完全处也。如是还虚，则过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。顿证最上一乘，又何必修炼己之渐法也哉？佛宗云：‘无相光中常自在。’又云：‘一念不生全体现，六根才动被云遮，合此宗也。’

## 真意第二

问云：“《直论》中所谓‘返观内照，凝神入于炁穴。’敢求详示返观内照之旨。”

曰：“返观内照，即真意之妙用也。盖元神不动为体，真意感通为用。元神，真意，本一物也。言神，可也。言真意，亦可也。真意即虚中之正觉，所谓相知之微意是也。返观内照者，返回其驰外之真意，以观照于内也。炼精之时，真意观照于炼精之百日。炼炁之时，真意观照于炼炁之十月。炼神之时，真意观照于炼神之三年。此返观内照之大旨也。”

曰：“凝神入炁穴之大旨又何谓也？”

曰：“炼精之时，有行住起止之工。行则采取如是○，即运息以合神炁之真意也。住则封沐如是○，即停息以伏神炁之真意也。起则采封之后，真意运息，合神气于十二时中，自子时而起火也。止则象闰之后，真意停息！合神炁于本根还虚而止火也。可见行住起止，悉皆元神凝合于炁中。不谓之凝神入炁穴，不可也。犹未已也。当大药服食之后，务宜定觉于庭穴之虚境。虽周三千六百时之天，未当一瞬息离于结胎之所。不谓之凝神入炁穴，不可也。然真意有动静兼用之工，有专静不动之功，尤不可不知也。何为动静兼用之功？初关炼精，真意采炼属动，封沐属静。三年哺乳，真意出收属动，归宫还虚属静。此动静兼用之功也。何为专静不动之功？中关炼炁，唯神意定觉于庭穴之虚境，为结胎之主。但任督二炁自然之有无，而不着意于二炁之有无。可见十月常静，未尝移易毫发许也。此专静不动之功也。更进而论之：三年乳哺，

已造还虚之极。虽真意一出一收，而实不着于出收。则是出亦静，收亦静，谓之专静不动，亦可也。”

曰：“动静适宜，自合妙机。倘失真意，其弊云何？”

曰：“炼精之时，若失真意，则无以招摄二炁合神归定于玄根，以妙积阳之用。炼炁之时，若失真意，则无以保护二炁归定于胎中，以证纯阳之果。炼神之时，若失真意，则无以迁神归定于泥丸。复戒慎出入于天门，以施乳哺之功。予向有一颂云：‘阳气生来尘梦醒，摄情合性归金鼎。运筹三百足周天，伏气四时归静定。七日天心阳来复，五龙捧上昆仑顶。黄庭十月足灵童，顶门出入三年整。屈指从前那六工，般般真意为纲领。九年打破太虚空，跨鹤乘鸾任游骋。’此予总颂阳光三叠，咸不离夫真意，真意之用大矣哉！然须知真意不涉较量，一涉较量，即非真意矣。佛宗云：‘拟议即乖，较量即错。’合此宗也。”

### 水源清浊真丹幻丹第三

问云：“《直论》中有‘不知先后清浊之辨，不可以采取真炁。’何谓也？”

曰：“先后清浊，即水源之辨。真丹，幻丹之所由别也。”

曰：“既云丹，均是阳精所成，何有真幻之别也？”

曰：“水源既有清浊之殊，则成丹不无真幻之别？若筑基昧此，则违真从幻，往往有之矣。今为尔详辨之：凡有念虑存想，知见睹闻，皆属后天，所谓浊源也。阳精从此浊源中生，因而采封炼止，纵合玄妙天机，终成幻丹，以其水源不清也。若夫无念无虑，不识不知，虚极静笃时，即属先天，所谓清源也。阳精从此清源中生，于焉采封炼止，兼合玄妙天机，遂成真丹，以其水源不浊也。凡阳精从清源中生，即须采而炼之。倘阳精从浊源中生，弃之不采可也。诚能最初还虚，则采炼阳精，悉就真丹，自无幻丹之谬矣。古云：‘炼药先须学炼心’，诚有鉴于水源之宜清也。佛宗云：‘心浊不清，障菩提种。’合此宗也。”

## 火足候止火景采大药候天机第四

问云：“《直论》中所谓‘三百周天，犹有分余象闰数。一候玄妙机，同于三百候。’义旨云何”？

曰：“此言火足之候也。所谓三百周天者，三百妙周之限数也。欲人知火足之候，在得玄妙机之周天满三百候之限数也。凡行小周天之火，有善于行火者焉，有不善于行火者焉。善于行火者，水源清真，采封如法，炼止合度，心不散乱，意不昏沉，以至三百息数，混合神炁，贯串始终。此一周天，乃得玄妙机之周天也。不善于行火者，或水源凡浊，或采封违法，炼止失度，因昏沉散乱，以至三百息数，断而复连，神炁不均，时离时合。此一周天，乃失玄妙机之周天也。除失玄妙机之周天不计外，独计得玄妙机之周天，要满三百候之限数，方为火足之候，止火之候。此积于内者也。犹有缩龟不举，并阳光二现之景，皆为火足之候，止火之候。此形于外者也。故佛有‘倒却门前刹竿著’之句，又有‘成就如来马阴藏相’之句，皆为缩龟不举之明证也。’又有“宝胜如来放光动地’之句，亦为阳光发现之明证也。’

曰：“阳光发现之时，从何处而现？”

曰：“两眉间号曰明堂，阳光发现之处也。阳光发现之时，恍如掣电，虚室生白是也。当炼精之时，即有阳光一现之景。斯时也，火候未全，淫根未缩。一遇阳生，即当采炼，运一周天。以至采炼多番，周而复周，静而复静，务期圆满三百妙周之限数而后已。限数既满，惟宜入定以培养其真阳，听阳光之二现可也。由是于静定之中，忽见眉间又掣电光，虚室生白。此阳光二现也。正是止火之景，止火之候也。是时三百妙周天之限数，恰恰圆满。龟缩不举之外景、次第呈验矣。此内外三事，次第而到者也。”

曰：“三事既次第而到，彼又谬自行火，何也？”

曰：“此时动炁虽不妄驰于肾窍，而生机却内动于炁根。故炁机发动，或一动二动，亦所有事。彼昏不知，觉其二动，以为可

采，辄行采炼者有之，是以有倾危之害也。”

曰：“欲免倾危，须究其显验所以然之理。祈老师历历言之。”

曰：“筑基已成，精尽成炁，恰好限数圆满。限数既满，则火之已足，足征矣。摄此动炁，凝成丹药，方得淫根如龟之缩。既已龟缩，则药之已成，又足征矣。阳关已闭，无窍可通，方得淫根绝无举动。既绝不动，无精可炼，则火之当止，又足征矣。所积阳炁尽伏炁根，方得阳光二现。光既二现，则阳炁之可定于炁根，又足征矣。故阳光二现，纵有动机，亦去其火，更宜入定以培养其真阳，静听阳光之三现可也。由是于静定之中，忽见眉间又掣电光，虚室生白。此阳光三现也。真阳团聚，大药纯乾，方得阳光三现。光既三现，则炁根之内有大药可采，又足征矣。要之止火，当自阳光二现为始，至三现为终。故二现，三现，皆名止火之景，止火之候。独是阳光三现，方兼名采大药之景，采大药之候也。”

曰：“行火至于阳光四现，遂至倾危，何也？”

曰：“此由不依止法，妄自行火过也。不知阳光三现，大药可采。若行火至于四现，则大药之可定者必随火之不定者而溢出于外，化为后天有形之精矣。可不戒哉？佛宗云：‘如来善护宝珠，自然放光有节。’合此宗也。”

## 七日采大药天机第五

问曰：“《直论》中所谓‘七日口授天机，采其大药。’未审大药何以必须采于七日也？”

曰：“阳光三现之时，纯阳真炁已凝聚于鼎中，但隐而不出耳。必用七日采工，始见鼎中火珠成象。只内动内生，不复外驰，故名真铅内药，又名金液还丹，又名金丹大药。异名虽多，只一真阳，即七日来复之义也。”

曰：“采大药天机，求老师详训。”

曰：“以初采言之，其呼吸之火，自能内运。任火自运，绝不

着意于火，亦不驰意于火，方合玄妙机之火也。此时用火，尤当入定、而专用眸光之功。时以日间用双眸之光，专视中田。夜间用双眸之光，守留不怠。如是以采之，大药自生。《阴符经》所谓‘机在目’者，此也。”

曰：“天机已明，但采之而所以得生之理，尚求教益。”

曰：“采之而所以得生之理，有四说焉。盖以交媾而后生，勾引而后生，静定而后生，息定而后生也。”

曰：“何为交媾而后生？”

曰：“心中元神，属无形之火。肾中元炁，属无形之水。心中无形之火神因眸光专视而得凝于上，则肾中无形之水炁自然薰蒸上腾，与元神交媾而无上下之间隔矣。无形之水火既以交媾于上，则久积纯阳之炁自然团成大药，如火珠之形发露于下矣。如天地氤氲，万物化生者然。盖无形能生有形，自然之理也。古云：‘玄黄若也无交媾，怎得阳从坎下飞？’即此义也。”

曰：“何为勾引而后生？”

曰：“双眸之光，乃神中真意之所寄。眸光之所至，真意至焉。真意属土，土乃中宫之黄婆，黄婆即勾引之媒妁也。黄婆勾引于上，则大药自相随而出现于下矣。古云：‘中宫胎息号黄婆’，即此义也。”

曰：“何为静定而后生？”

曰：“元神因眸光专视归凝上之本位而得定机，则元炁亦归凝于下之本位而得定机。神炁俱得定机，由是元炁成形，因定而生动。只动于内，生于内矣。古云：‘采真铅于不动之中’，又云‘不定而阳不生’，即此义也。”

曰：“何为息定而后生？”

曰：“此后天自运之火，亦得定机也。先天元神，元炁因眸光专视而得定机于上下之本位，则后天自运之火亦因神炁之定机而有所归依，自然伏定于炁根，而无止下之运行矣。真息一定，大药自生。真息不定，大药必不生也。古云：‘定息采真铅’，即此

义也。此四说皆以眸光为招摄，故其生意乃尔也。昔邱祖相传一偈云：“金丹大药不难求，日现中田夜守留。水火自交无上下，一团生意在双眸。”旨哉！此偈也。须知大药生时，六根先自震动。丹田火炽，两肾汤煎，眼吐金光，耳后风生，脑后鹞鸣，身涌鼻搐之类，皆得药之景也。大率采药至于三四日间，则真定将定未定之时，得药六景，即次第而现。若采药至于五六日间，则真意一定，而大药已生矣。故七日之期，亦大概之言耳。佛宗云：‘天女献花。’又云：‘龙女献珠。’合此宗也。”

## 大药过关服食天机第六

问曰：“《直论》中所谓‘大药过关，有五龙捧圣之秘机。’未审是何取义？个中玄妙，恭望详剖。”

曰：“前辈先师欲明过关秘旨，故借玄帝舍身得道之事以喻言之。所以喻言者，以五乃土数，真息属土，龙乃元神。元神为真意之体，真意为元神之体。体用原不相离，故云五龙捧圣即大药之喻。用意引大药过关，故云五龙捧圣也。其间有过关服食之助工，向已群言于三次口传之内矣，兹不复赘。盖以童真与夫漏精一度之人，则过关服食之助工，自当应用。若漏精多度，则此助功不复可用。即当行过关服食之正工矣。天机示汝，汝当珍重。今且以大药初生言之：因其多经积累，始得形如火珠，此先天纯阳之炁能生后天真息之火。火药同根而生，故言药之言火，而火即在其中矣。大药发生，不附外体，只内动于炁穴。须知炁穴之下尾闾界地有四道歧路：上通心位，前通阳关，后通尾闾，下通谷道。尾闾三窍髓实，呼吸不通。谷道一窍，虚而且通，乃气液皆通之熟路。又，气液皆通乃平日所有之旧事，故《直论》注中有‘熟路旧事’四字，即指此言也。尾闾，谷道一实，一虚，故名下鹊桥。尾闾关上夹脊三窍至玉枕三窍与夫鼻上印堂皆髓实填塞，呼吸不通。鼻下二窍虚而且通乃呼吸往来之径路。印堂、鼻窍，一实一虚，故名上鹊桥。关窍既明，则防危虑险之功尤不可不知也。”

盖大药将生之时，先有六根震动之景。六根既已震动，即当六根不漏以遂生机。大药既生之后，六根即宜迁入中田以化阴神。务先逆运河车而超脱之，尤当六根不漏以襄其转轴，故下用木座抵住谷道，所以使身根不漏也。上用木夹牢封鼻窍，所以使鼻根不漏也。含两眼之光，勿令外视，所以使眼根不漏也。凝两耳之韵，勿令外听，所以使耳根不漏也。唇齿相含，舌抵上腭，所以使舌根不漏也。一念不生，六尘不染，所以使意根不漏也。既能六根不漏，可谓防闲之至密矣。犹未也，方大药之生于炁穴也，流动活泼，自能飞升而上腾于心位。心位不贮，自转向下，由界地而前触夫阳关。阳关已闭，自转动由界地而冲夫尾闾。尾闾不通，自必转动，由尾闾而下奔谷道。谷道易开，大药泄出，前功废矣。此下鹊桥之危险也，即邱曾二真人走丹之处。预用木座，状如偃首，覆棉取软，坐抵谷道，其势上耸，不使大药下奔。既为外固之有具矣，又有内固之法焉。大药冲尾闾，不透自转动，而有下奔谷道之势。才见其下奔，即微微轻撮谷道以禁之，斯为内固之至严矣。内外如此固严，自能保全大药，不至下奔于谷道，只附尾闾，遇阻而不动矣。斯时也，若用真意导引，则失唱随之机。纵导引频频，终难过关，故有善引之正功焉。才见其遇阻不动，即一意不生，凝神不动。动而后引，不可引而使动也。忽又自动冲关，即随其动机，而有两相知之微意轻轻引上，自然度过尾闾而至夹脊关矣。关前三窍，髓阻不通，大药遇阻不动。惟是一念不生，凝神不动，以待其动。忽又自动冲关，即随其动机而有两相知之微意，轻轻引上，自然度过夹脊而至玉枕关矣。关前三窍，髓阻不通，大药遇阻不动。惟是一意不生，凝神不动，以待其动。忽又自动冲关，即随其动机，而有两相知之微意，轻轻引，自然度过玉枕，直贯顶门。向前引下，至于印堂。印堂髓阻不通，自转动而妄行于鼻下便道之虚窍矣。若非木夹为之关锁，几何而不沦于泄也？泄则前功废矣，此上鹊桥之大危险也。故木夹之用，不可不预为防也。预防有具，则大药不致下驰于鼻窍，只附于印堂，遇

阻而不动矣。唯是一意不生，凝神不动，以待其动。忽又自动冲关，即随其动机，而有两相知之微意，轻轻引下，自然度过印堂，降下十二重楼，犹如服食而入于中丹田神室之中，点化阴神，为乾坤交媾。盖通中、下二田，合而为一者也。此过关服食之正工也。昔邱祖偈云‘金丹冲上斡天罡，何患阻鹊桥又阻关？一意不生神不动，六根不漏引循环。’旨哉！此偈也。盖天罡居天之正中，一名天心。在天为天心，在人为真意。大药凭真意之转旋而升降，犹天轮藉天心之斡运而循环，皆一理也。须知用木座抵住谷道，其势已上耸，不使大药下奔。故亦有不下奔谷道者，即不必行轻握谷道之事，惟用过关之工而已。然过关正工，其行住之机，惟在顺其自然为要也。佛宗云：“未有常行而不住，亦未有常住而不行。”合此宗也。”

### 守中第七

问云：“《直论》中谓‘欲将此炁炼而化神，必将此炁合神为炼。’何谓必将此炁合神为炼也？”

曰：“既采得金丹大药，逆运河车入于神室之中矣。倘其神光失照，则大药失其配偶而旋倾，故必以元神为大药之归依，以大药为元神之点化，相与寂照不离，则阳炁自能勤勤发生，与真息相运于神室，而元神得其培养以相炼。”也

曰：“何谓将此炁炼而化神也？”

曰：“大药得火炁相运于神室，既能点化神中之阴，阴神赖以降伏，而念虑不起。又能培补神中之阳，阳神愈益阳明，而昏睡全无。不谓之炼炁化神，不可也。”

曰：“《直论》注中既言‘伏炁于丹田炁穴中而结胎’，其后正文又言‘大药转归黄庭结胎之所。’盖炁穴属下田，黄庭属中田，何以言结胎之所有二田之别也？”

曰：“初行大周天之火，元神虽居于中田，却连合下田。二炁以为妙用，必元神寂照于中下二田，相与浑融，化成一虚空之大



境，使二炁助神结胎，故二田皆是落处。若拘守于一田，则神有滞碍，而失大圆镜之智用矣，乌乎可？”

曰：“《直论》中所谓守中之理，敢请详训。”

曰：“中也者，非中间之中，乃虚空之谓中也。守也者，非拘守之谓守，乃致虚之谓守也。守中也者，不著意于二田，亦不纵意于二田。即所谓元神寂照二田，成一虚境是也。故能葆中之体者，‘一念不生，寂然不动。直守到食脉两绝，昏睡全无，亦须臾不离于寂也。能尽中之用者，灵光不昧，迥脱尘根。直守到二炁俱无，念无生灭，亦须臾不离于照也。从来体用不分，寂照同用。所以全十月养胎之要务者，盖如此。”

曰：“《直论》中言胎，又言胎息，又言真胎息，请一一言之。”

曰：“十月之关，有元神之寂照，以为二炁之主持，故云胎。有二炁之运行，以为元神之助养，故云胎息。忘二炁运行，助养之迹，而胎神终归大定，故云真胎息也。”

曰：“大周天火候请详言之。”

曰：“自服食大药之后，三关九窍阻塞之处尽已开通。须知此后二炁勤生自能运转于已通之正路，服食于二田之虚境，以培养夫元神。故其一升一降，循环不已，亦自然而然者也。可见此时之火，自不用意引之火。火既不用意引，又岂可着意于火而凝滞夫元神之大定也哉？惟是不见有火相，方合不有不无之文火，为大周天之火候也。然非元神寂照于二田之虚境，又宁得二炁之勤勤发生，运养不绝有如斯也？”

曰：“十月关中，历月自有景验，愿闻其详。”

曰：“初入定时，守定三月，则二炁之动机甚微。但微动于脐轮之虚境而已。若守至四、五月间，则二气因元神之寂照，以至服食已尽，而皆归定灭。元神因元炁培育，以致阳明不寐而得证真空。二炁俱停、食性已绝、独存一寂照之元神，以为胎仙之主矣。更守至六，七月间，不但心不生灭，亦且昏睡全无。更守至八，九月间，则寂照已久，百脉俱住。更守至十月，则候足纯阳，

神归大定。于是定能生慧，自有六通之验。六通者，漏尽通，天眼通，天耳通，宿命通，他心通，神境通也。前炼精时已有漏尽一通，至此方有后五通之验。盖天眼通，则能见天上之事。天耳通，则能闻天上之言。宿命通，则能晓前世之因。他心通，则能知未来之事。唯神境一通，乃识神用事。若不能保扶心君，即为识神所转，却自喜其能修，能证，而欢喜魔已入于心矣。由是喜言人间之祸福，喜言未来之事机，祸不旋踵而至矣。惟是慧而不用，则能转识成智，始得证胎圆之果也。古云：‘三万刻中无间断，行行坐坐转分明。’正所以发明十月养胎，只在绵寂照之功而已全也。

曰：“《直论》注中谓卯酉子午是沐浴之位，故初关活子时有沐浴之用。何以中关十月亦有沐浴之用，并防危虑险之机？乞师详示。”

曰：“五行各有长生之位，如长生，沐浴，冠带，临官，帝旺，衰病，墓绝，胎养也。寅申巳亥为长生之位。火长生在寅，沐浴在卯，死在酉。水土长生在中，沐浴在酉，死在卯。金长生在巳，沐浴在午，死在子。木长生在亥，沐浴在子，死在午。故卯酉子午之位是沐浴之位，亦是死而不动之位也。当知洗心涤虑为沐浴之首务，二炁不动为沐浴之正工；又当知真炁薰蒸，亦是沐浴之义也。防危虑险者，防其不洗心涤虑也。不洗心涤虑，则难得真炁薰蒸以臻二炁不动之效。故沐浴之义之用亦只在绵密寂照之功而已。全《直论》注中有欲知沐浴之义，可自查语录以考其全机者此也。所谓一年沐浴防危险者，亦此也。”曰：“慧而不用，始证胎圆。胎圆确证，尚冀详明。”

曰：“数月以前，二炁俱无，食脉两绝，已有明征矣。是以无论论在十月关内，十月关外，但有一毫昏沉之意，余阴尚在。有一毫散乱之念，神未纯阳。必须守到昏沉尽绝，散乱俱无之诣，方为纯阳果满之胎神，而已入于神仙之域矣。佛宗云：‘初禅念住，二禅息住，三禅脉住，四禅灭尽定。’合此宗也。”

## 出神景出神收神法第八

问曰：“《直论》中所谓‘神已纯全，胎已满足，必不可久留于胎。再用迁法，自中下而迁于上丹田，以加三年乳哺之法。’伏望指示。”

曰：“上丹田名泥丸宫，阳神归伏之本宫也。归伏本宫，神未状健，如婴儿幼小，必凭乳哺，故有乳哺之名。倘拘神于上丹田之小境，则失还丹之义旨，大悖乳哺之法矣。其法兼存养之全体，出收之大用而言者也。盖存养之功，不着意于上田，亦不纵意于上田。惟一阳神寂照于上田，相与浑融，化成一虚空之大境，斯为存养之全体，乃为乳哺之首务也。存养功纯，自有出神之景焉。出神景现，神可出矣。当出而不出，则不超不脱，难入圣阶。故出神之景，在所当知也。当其存养功纯，忽于定中见空中六出纷纷，即出神之景也。斯时也，即当调神出壳，一出天门而旋收焉。出则以太虚为超脱之境，收则以上田为存养之所。须知出收之时少，而存养之时居多。又出宜暂而不宜久，宜近而不宜远。始则出一步而旋收焉，或出多步而旋收焉。久之或出一里而旋收焉，或出多里而旋收焉。乃至百千里皆以渐次而至，不可躐等而至也。所以然者，以婴儿幼小，迷失难归。或有天魔来试乱我心君，故须出入谨慎，方能全虚空之全体于往来之中，以完夫乳哺之大用矣。故云：‘道高一尺，魔高一丈。’不但天魔来试，抑且识神变现使然，总要保护心君为上也。若乃最初还虚功纯，则灵台湛寂，不染一尘。本无一物，魔自何来？此又度越等夷者矣，故修士当以最初还虚为急务也。若夫乳哺敬谨，能还虚于三年，则阳神始得老成，自可达地通天，入金石而无碍矣。佛宗云：‘始成正觉，如来出现。’又云：‘神成出胎，亲为佛子。’合此宗也。”

## 末后还虚第九

曰云：“《直论》中有‘上关炼神，九年面壁’之名，末后还

虚，未审炼神义旨。求师详示。”

曰：“炼神也者，无神可凝之谓也。缘守中乳哺时，尚有寂照之神。此后神不自神，复归无极，体证虚空。虽历亿劫，只以完其恒性，岂特九年而已哉？九年云者，不过欲使初证神仙者，知还虚为证天仙之先务也，故于九年之中，不见有大道之可修也，亦不见有仙佛之可证也。于焉心与俱化，法与俱忘，寂之无所寂也，照之无所照也，又何神之可云乎？故强名以立法，为末后还虚云耳。佛宗云：‘欲证虚空体，示等虚空法。证得虚空时，无是无非法。’合此宗也。”

### 吉王朱太和十九问

法名太和，号云水。在宗人府，玉牒名派常，淳睿皇帝重孙一问曰：蒙指我以真药物，犹未明辨。所以为药物之真，尝闻上古圣真及师仙所言，只是口说真药物，犹不知自身中辨何为真，何为不真，故不免疑而再问之。

伍冲虚答曰：真药物，即真精也。

精何故言真，以修仙道可用者，名曰真。不可用者，不名真。彼后天交媾之精，即不真。

交媾淫精已有重浊，形质不能变化。复返为无形质之元炁而化神炁，既不能化炁，化神，便是不可用者，故不真。庄子南华经云：“既以为物矣，欲复归其根，不亦难乎。陈真人云：“贪嗔爱欲不能离，安得此身延寿考。抱朴子云：“有一等专守交媾之术，以规神仙而不作金丹大药，亦愚之甚也。

先天元精乃谓之真精。

未有天形之先，只是元炁。如未有人形之先，亦是此元炁，然生天、生人、生仙、生佛，皆是此炁。故云：“至静未动，曰元炁。静而时动，曰元精。元精实即元炁，非二也。而强名为精，乃修仙成道之根基，始是修仙可用之真精。

第世人，人人能说真精。

世人见仙，只言真精。遂亦籍口乱说，知真精，以诳人。况彼不遇真仙亲传，何由知得精之真者。

不过执后天交媾之精，冒认指为真精者也。

凡斥称世人以其迷恋世法之人，非真苦修志学者，仙何肯传大道。假令闻道，亦无用处。及至诳人，皆指媾精为真精也。

或有暗与道合，偶似一遇其真者，有之。终不知其所以然之妙理也。

顾与弢庵友在道隐斋中问曰：所以然之理，愿得再详之。冲虚子答曰：静动生灭之有循环，人人之必然者，且循环不穷焉。不一遇由学不得真传，虽遇先天发见，而竟失却，亦不知辨真与不真而用，皆由不知所以然也。何为所以然，盖人自有淫媾之后已来精耗，而因以耗元炁，炁曰，元是元头始初之炁无形者，耗而少矣。必补而足，方可长生不死。必用无形一样元炁补之，方才相受。若有形之淫精，则自炁变，落下一层，故不相受，不相补。既身形与精形相隔，有形与无形不相受，此理之所以也。不知者，盖精生有真时，要知而不知，则精中真炁不足，即补气亦不得足，不能成仙。当采取配合，亦有真时。当知若不知，则精炁不能真足者，即补精亦不得足，而化炁亦不成仙。能知此，所以足者以补，则身中元炁自能长旺圆满，可伏胎，入定，出神，入仙。故古圣云：杳杳冥冥，其中有精。其精甚真，得所以然之真，方能成仙而了道。此正所谓道之原也。必先知此所以然者，而后能求，求而能得。若世人浮慕而闻，其粗浅套语安能知。

彼人有从有念而为精者，即交媾精之类也。

与弢问：此有念。

答曰：有念者，有淫媾之妄念也。因淫念而生之精，即同交媾精。因淫事而生之精，亦即交媾之败精。精已败者，炁已耗矣。更何以得长生，故华严经中佛言：初禅念住。楞严经中佛言：汝以淫身求佛妙果，轮转三涂，必不能出。如来涅槃，何路修证。陈虚白云：大道教人先止念，念头不住亦徒然，是仙佛，皆同除此

一念也。

有从无念而为精者，即先天元精也。

与弢问：无念。

答曰：无念者，无淫媾之忘念，虚极静笃，乃未有一天之先，未有念之先，在杳冥中之精，为先天元精。世人每有无念而遇，未得师度仙机，竟弃而不用，或知元精之虚名，而不知当用之真时实用，故不免当面错过。

于斯二者，亦有炼之，而亦竟无成功，是何故？

二者是言，有念无念之淫精真精也，淫精炼之无成，固宜矣。而有略知真精，炼之亦无成功，不知此是何故？

盖由不知辨所以妙理，则亦不能辨所以妙用。

真精则鸿蒙杳冥判来，其妙有可长旺，得身中之精炁者，犹有不能长旺中之精炁者，若人不知当采时之妙理，即不知用当采时之妙工也。

不过只是遇得世间凡夫，传得世间凡夫法耳。

凡夫法，皆是邪淫事。或有被人讥贬耻笑，不敢说邪，转为口说清静。而身心所行，实不清净。口说真精，竟是杜撰空亡幻说，皆为欺人之谋诡。取衣食学者，遂执而信行，希望成仙，亦大误矣。与弢曰“或亦有执实行清静者，否。”答曰：“虽有实行清静，终不得遇仙传药生之真时，采取烹炼之真时。不能得丹成仙证道，修至炁尽老死，依旧是一凡夫，死亡而已。绝无不死而长生者，总因与仙家辨真时不同，我故曰，凡夫法。”

子已从凡夫学炼药矣，按其不成，便见其药之犹不真也，当知有异于彼而为真药者，在世也。

子者，对吉王殿下言也。不成者，是由不知药生之真时，不知采药之真时，故不得真药。不能补足身中未发动之元炁，炁补足，即是丹成。炁补之不能足，则是丹不成，仙不成。止是凡火之妄为，非仙传之真药也。既见不成，怎不求真传，寻真药之妙理用者乎。

夫无念而得为真精者，固是矣。

人而无念，则心真虚静矣。至于静笃鸿濛，时似有动而忽有动机，正是真元精之先天也。此人人之本有，可遇而可得者。

虽有知真精，而不得元神灵觉如是，如是精虽真，而亦不得为真精用。

或有闻师言真精，而知真精之名，但因初学浅见，时至而犹不知，不能以元神配合，幸运采取，烹炼，亦至当面错过，如何能得真精用。如此亦是知之不真，信受奉行之不笃耳。《玉清上妙功德经》云：“不善修持而失法，本不能长生。”《天来子白虎歌》云：“月无庚气金无水，纵有真铅枉用心。”

此上天所秘之妙，实在如是。

天所秘，是秘之不传无德，以传有德也。人与天相隔甚远，人德合天，则与天为一矣。故传与以如是德之不修以合天，则不能得传也。如是者，是以元神辨药生之时。为配合得知此，则得长生不死，入定出定，神通无极。此上天之所以当秘也。

《灵宝度人经》云：“水火二用，非圣不传。”

举世间人所不得知之妙，实在如是。

天仙以如是秘法得证。仙于天，惟天仙之所知，所行者。而世间人何以知？人能修德合天，即是天人，则可得知如是。不修德以求合天，即是凡夫下鬼，终于不得知如是者，而已欲学道修仙者，先当自勉，修合天德。

海誓山盟而不敢轻洩者，实在如是。

世有善根，圣真专心修德，精进学道，上仙高真固肯传以道矣。犹且令设盟誓，如海洋之深，如山样之大，忏悔其已前之或有错者，禁戒其日后之不为，非不缓怠于自修，不妄传于无德，其不轻洩药生，采药、生真时者，如是。《度人经》云：“长生久视之法，上天其禁至重。”

得此真，即天仙矣，即同世尊佛矣。

得此元精真，则精炁转化炁而成漏尽通，出阳神而超浩浩劫

运。惟此真者，方是天仙之道，同佛道。

不得此真，则谈禅说道，皆为幻妄虚言矣。

若不得知此药生，采药之真时，则不成漏尽通，不出阳神。超劫运只成一个空谈妄语而已。

子今得此于明言，精始真矣，药始真矣。

言吉王如今得明白说此药生真时，始知仙道所用之真精，真药，始可成漏尽通，出阳神等事。始知不同于昔所学之世法，所言世法中之浊精而已者。

一试修之起首便能合道。

古云：“起头不遇作家，到底翻成骨董。”若传得真，便行得合。起头修也，合道到证果极处也。合道古云：“九转工夫，总一般是也。”

悟一步则行一步，行一步则入一步，入一步则得一步。则知不传之妙，得果之灵，证道之速。

既悟药生及采药之真时，则时真即是药真，精真便行此采真精。药之工，既行采工。令精随神凝入炁穴，周天烹炼薰蒸。久而炼精之工足矣。化炁足而得大药，成漏尽通长生不死之初果。始知天仙所不轻传，有如是之妙，得长生之果。有如此灵验，总之百日而得长生，十月而入定，胎成出阳神，而神通无极。证道如此速，所以古云，成就只一二年，不似淫邪旁门，穷年采战至于老，病、苦、死，而追悔不及者。

此非彼世人所得知所及证也，而世人之误信邪师诳惑者，可胜惜哉。

世人不修仙德而妄求仙道，又不知果有真仙道之正理在，而求之，安得知而安及证。更被邪师以仙书真道之言巧释，彼邪说诈以欺之世，世人人尽信其诳而不能疑，绝无能改过者。可惜被害而迷失仙道，且丧失本自有之现在性命也已。

二问曰，古云：“水源清浊，要分别敢求。”指示如何分别。答曰：水喻真精，清即先天，浊属后天。源者，精炁之所，由以生



者也。此仙圣示人分别至切要之语，奈何世人妄解圣言，罔诬后学。

仙圣之言垂世，世人得受仙度者，而后悟解始真。若凡夫但闻凡夫之教，甚至不受凡教，而徒然看妄人之妄註，而亦为妄精。妄解圣言，自称能悟得悟，不顾欺诳害人，而以迷指迷，偏古今也。

若不向源字上用辨，只于清浊字劳心，谓后天中以无形之精为清，以有形之精为浊。

元精只是无形之炁，不可以形辨。可形辨者，后天。既为后天，又为后天之神所宰，虽未见形，亦已耗散，不得复元。若精不合淫念淫事，必不至于有形，及至有形，则中之真炁已为淫事耗尽矣。是邪门外道所言，而仙道必不以如此为辨。

呜呼！此地狱中种子之说也。

凡言有形无形者，必是以淫媚为辨，淫败炁耗。古圣言：炁尽则死。故为地狱中种子也。仙圣因元炁之生人，故教人炼住元炁，令人长生不死。

殊不知先天元精由静极而自动，炁自足而源至清。即谓真药物矣。

静而动是天地循环自然之机，仙道亦如之。不是人心念妄所动者，故曰自动。

元始天尊说：得道。《了身经》云：“不识动静真机，不达真常之全真妙理，如何得道成真。”

此问水源清浊辨法与上章问中事同理，同而问异，故两答之各有详略，亦互为发明。

而元神灵觉即能含和，是谓以觉合觉。随而采取，随而烹炼，不作世缘念想，用工一刻，即长一刻之黄芽，而金丹可就，仙道可冀。

元精元炁有觉，而元神亦有同觉，即得时至神知之妙。以两所觉而配合，故云：觉合觉如。一夫一妇，始终不相离也。

许旌阳云：“丙交真炁存呼吸。”

俞玉吾云：“真机妙处在杳冥之内，冬至之时，必先闭塞其兑，澄心守默，使金与汞同归于炉中，如日月合璧，则神凝炁聚，金液乃结。倘忘其缄默，任重楼浩浩而出，则自取伤败也。”

本註云：用工者，即采取配合烹炼之工也。一刻者，即一小周天火候也。黄芽者，即神炁内炼所成之真炁。

纯阳仙翁问曰：“何为黄芽？”

钟离真人云：“真龙真虎是也。龙乃阳龙，出在离宫，真水之内。虎乃阴虎，出在坎宫阴火之中。”

本註云：金丹者，金液还丹也。即元神炼元精所成之灵炁，又曰黄芽，曰大药。所以服食者，服之而结胎养神。神定而全，即是仙成。金丹成时，是命住神得定，是性住。故曰，金丹就仙可冀，言必成仙也。

若念想尘缘，拟议习染而后精，因之以生，则纯是后天思虑之神所致。此源浊者之不可用，以其真炁不足不产黄芽，而有生必有死之决然者也。

世人口称学道，而妄想凡情爱欲者，多矣。情欲有动则精必生，此精之生，不以静而内生，唯于身外偶生。故静笃之真炁不足，而源浊不可用以内修者。故广成子云：“毋摇汝精精摇，则少而渐竭，无以还丹。”故陈真人云：“精少则还丹不成是也。”若此者皆因尘缘习染，淫欲未断，皆凡夫事。犹在欲界最下处，与有生死凡夫同类，故与凡夫同，必死者。

或有水，虽自静而动，而源亦清矣。其元神灵觉，虽觉而不能真觉，依然堕于尘缘习染，转为后天思虑之神所摄，则不复为清真，而妄用其采取烹炼，亦无成圣果之理。

南岳魏夫人云：“若抱淫欲之心，行上真之道者，清宫落名生籍，被考于三宫也。宗道者，贵无邪栖真者，贵恬愉。”

白玉蟾曰：“学仙非为难，出尘离欲为甚难。”

王玉阳真人云：“随情流转，定落空亡。更道难成功，难就业

难富。”

于此辨得源字真药斯真矣。

水源即是药源。清真是药清真。源浊不清真是药浊不清真。长生仙道，必分别源字为要。

又问水之清浊，何关神之清浊？答曰：静定之中，神炁如一皆静也。如是静亦神炁一，动亦神炁一。古云：时至神知。即神炁同动是也。

学者不知神清是不著妄念，随水源皆清是圣种。神浊是水源著妄而浊，即皆浊，是凡夫轮回种。故仙圣教人辨此为至急。

《灵宝大乘妙法莲华经》云：“性者，静也。炁者，动也。动静一，如非至人，安能措心于此。”

广成子云：“静则静于神，意动则动于神机。”

动而外驰逐妄，则为二动。而不妄驰，犹然合一，非真清之同而何。元神一驰炁亦驰，元神一染精炁亦耗，非浊之同而何。

动而为二者，神固有不知。摄炁归根者，为二也。或有不遇本根之对境散漫，驰于六根之别境，亦为二也。

俞玉吾云：“金火要同炉，在人一念返还耳。”

此清同合一者，皆如是。仙道之当然反是则根尘。相触而不能返，还此浊同。合一者，亦如是。

即元始天尊得道了身经云：意定神全水源清，意动神行水源浊之说。

陈虚白云：“心动则神不入，炁身动则炁不入神。故我邱祖真人亦有心地下工全抛世事之旨在也。”

《楞严经》亦云：“尘既不缘，根无所偶，反流全一，六用不行是也。”

此四条皆结证上文神炁静动合一，不合一之旨。仙佛同然者，而禅宗人又言动念，即垂者，亦是此意。按邱祖教人心地上用工，即照而寂，寂而照之。意明心见性也。禅心无想，禅性无生。正与世事大相反者，法尚应舍、而世事必抛也。抛至无生便是性地。

按楞严经所言，尘者，是外来六尘之事。与物也，缘者。相依著之意根者，眼、耳、鼻、舌、身、意六根也。偶者，根与尘相对也。言心不著于外，尘则不使眼根用见，与外色尘对偶，不使耳根用闻，与外声尘对偶之类。反流者，逆流之水，故洞山和尚言；洞水逆流，即仙家返还真一之水。意真一之流得反，则命根断，性独明灵。六根之用皆不用，则心地之工成而得证此。

又问曰：辨清何为？

答曰：“清炁者，天之本体，欲为天仙，必以清炁同于天之本体，而后能与天合德，所以纯阳仙翁云：“炼药方可升仙。”谭长真仙翁《水云集》云：今生若要登云路，不合虚无不能仙。”

此言得同天之清炁，即可必证天仙。

若有一毫形不能妙，则同于重浊之地体，而止合于地德，止证得地仙而已矣。

地仙不能离于地，故名地仙。

所以纯阳仙翁云：炼形止于住世。

可得百千万亿岁寿，不能升于天者。

有志于修天仙者，不得不辨之，寻向上去。

三问曰，古云：炼精者，炼元精，非交感之精。未审元精，未及炼者亦成形，似交感之精否？抑止于元精，而不至似交感之精否？请详之。

答曰：精一也，有元精，淫精之异名者，是由主宰之者而致有异也。岂自异哉！然元精在身中静笃时，无形之精也，即元炁，即先天。

广成子答黄帝云：至道之精，杳杳冥冥是也。

虽能生诸后天有形，不得神宰，亦止于先天无形，而不自为后天。生有形虽久而不采不炼，亦只成先天之散炁而已。

世人皆言，成有形之精，谓采之迟者，及不采者，皆老而成形。此言大非也。彼是妄谈房术淫媾之精，必至如是而不可以语，仙道元精也，毕竟仙道不同于世说。

有神宰为交感之用，而后变化成后天，非自成后天也。当其隐于寂静之中，静极而自动，曰生精，是天地人自然循环之生理，当如是也。故修丹者，由静极而生之精，名曰精而实非精，故曰元精未妄动，而炁本自足，炁足则能成丹，转运而胎神，出神也。

所谓以精补精，因精以淫耗，而气为之不足。仙圣教人以身中发出之元精，不令再耗，返还而补未发动之炁，令足。所以补者，补之令足也。精炁足，如十六岁童子，即是长生不死根本，若不能补足炁，而气不得补足，终非长生不死之仙道。

《玉清上妙功德经》云：“不善修持而失法，本不能长生。”

《大还心鉴》云：“至阳生不修行益生，何得长生乎。”

然炼丹必不用交感之精者，是何故？以其或偶触目触耳而生，或念妄而生。

触目者，是眼根偶见淫色。触耳者，是耳根偶闻淫声。念妄者，是心中偶起淫念。皆所以生淫精者。

生不由静而炁不足，炁抖不足者，原非丹本，即不能成丹以长生不死。彼又以将见精为幸，不知及将见精，其势即为后天之败精而已。

昔广成子答黄帝曰：“毋摇尔精乃可长生。”

陈泥丸云：“树根已朽叶徒青，气海波翻死如箭。”

焉得有已败之形，枯炁尽者，而能复返为先天，入于无形之炁乎？故仙道与邪门之所以异，必不用淫精也。

王重阳真人云：“回首处便要识希夷，锻炼须将情灭尽，修行紧与世相违。”

故紫阳真人云：“幻丹者，由未静心田遽采一阳，阳非真阳，神非元神，以欲念而交会阳，生此幻丹。所以有直采之升至脐，又无安顿处。后天的一败精，荡然而去。先天又无主，此非长生之丹，乃促命之法。此源示人，以后天有形者，必有坏也。

《黄庭经》註云：‘学仙之人一交接，则倾一年之药势。二交接，则倾二年之药势。已往之药，都亡于身。所以真仙常慎于此。’

伍子又申明，前註既学仙，则精炁常聚而多，倘一交姤，把所聚精炁亦倾，多说倾一年之药势，大约言也。我谓更多倾者，也有精炁甚难成药。万幸得成药，岂忍姤倾，最宜慎保精也。张翁所言先天主者，是先天所由生之根本意也。后天精不耗散，则先天精亦不耗散。后天盛，则所生先天亦盛。淫姤用精竭者，则先天之精炁无由所生，而有阳绝之病。故云：“先天无所主。”

张紫阳自家又云：“火药不离精炁神，要识药材，又精炁神之所产也，非使用精气神也。”

总之，知炼元精必先要知个精生有时，知其真生时，及当采之。真时者，则得元精而炼。若不知真生时，采时者，而元精犹不能得。何以虚浮用炼，予有一诗，予其悟之，诗曰：“元精何故号先天，非象非形未判乾。”

乾者，天也。言未分判天地之时，无形无象，惟虚无之炁耳。判为天时，则有形有象。元精是未有天，以先之名号，故云：“未有象未有形。”

太极静纯如有动，仙机灵窍在无前。

太极者，虚极静笃之极至，总包含阴阳静动。每静笃时而自动。故曰：“静纯有动。如者，动无拘定之时，如或速或缓，活动而生之意。然曰，如有动者，初动之机未判。天之时，喻天之生，先天精似有不有，即当用似有不有之妙用。若动而成动，则判天动极，则所生皆后天矣。非仙佛之所用，必其仙机有动之灵窍，虽然如动，犹是在天无形之前，必不可至天有形象之后取元炁也。

梦回妙觉还须觉，识到真玄便是玄。

妙觉者，知如动之妙也。觉在外境，世人每妄猜而言之。觉在内境，惟天仙知之，行之。唯由天仙传之。故也。世人不知而由，无传此仙道，所以与世之凡夫异也。修仙者，必要知内之妙，觉始得。故我显言之曰：还须觉真玄者，再申前言，妙觉如动也。

说与后来修道者，斯言不悟枉谈仙。

此诗将仙机洩尽，指示后学圣真，仙佛，天人，必当于此参

悟而真修。不然无下手处，虽欲空谈无下口处。

四问曰：如何是药生采取？如何是运火炼丹？如何是得丹服食？如何是成仙了道？

答曰：阳炁生来尘梦醒。

阳炁生，是真阳之精炁生，而为药物也。吕仙翁所谓一阳初动便是。尘梦者，是百日关中，欲界凡夫初修时未绝尘，未绝睡魔而有尘有梦者也。尘即六尘中之色尘，声尘是也。大修行，凡有尘，即当如佛言，背尘。有梦，即当醒觉。梦与醒原来循环无端者也。梦亦静里将动之一机，所以夏云峰亦云：自然时节梦里也教知。梦醒者，喻有妙觉在。此句答药生之说者。

摄情合性归金鼎。

以神驭炁，凝神归入于气穴也。

白玉蟾云：“以端坐习定为采取。”

此句答采取之问者。

运符三百足周天，伏四时归静定。

符者，周天之火符也。周天本三百六十五度四分度之一，此言三百则足者，内有卯酉二时沐浴，用无数之候也。陈泥丸亦云：“但守火爻三百刻，产成一颗夜明珠。”是也。伏炁者，如古人所言，长生须伏炁也。四时者，四正之时，又顺四季之时，故《参同契》云：“顺时须谨节。”是也。静定者，是火候至微妙处。此一句答运火炼丹之问。

七日天心阳复来。

百日关初下工时，只有微小阳炁来复。及百日之工用足，则筑基已成，金丹乃采之，于七日之间，则阳炁满足之，大药随采而至，此正阳炁来复也。若于此阳不来复，即是药不真，不合当采之时。火不真，不合周天之当行当住。此句答运火之问。

五龙捧上昆仑顶。

既炼成丹得大药，则用五龙之仙机捧过三关上顶，转降而服食之也。此答得丹服食也。

黄庭十月产灵童，驾鹤凌霄任游聘。

服丹后而服二炁于黄庭，养胎十月而成神，神全而产阳神之灵童出壳，超凡驾鹤上升玉京金阙，无不可游之处，正是通天彻地，知古今，知来者之能事成矣。

五问曰：世人学道各立一门户，有言必调息者，执呼吸而不知障于道而无所成。

此是不知从有入无者。

有言不必调息者，纵呼吸而不顾，背于道而无所事。

此是不知从无入有者，一无所修，则与凡夫原来不别。上文执者，与佛说事。障与法缚者，同下文纵者，与佛祖所说无记空同。

我屡习为，不唯无功，而且有大害。始知彼凡夫外道，偏执断见，常见拟议作知见者，耳未审必当，如何是天仙大道之调息。答曰：调息之义难言也。

难言者，难以一言而尽彻始彻终也。凡对初机之言，必由于粗而浅，以渐进悟。既悟粗浅明了，而后可言精深。真修实悟。学者未有不悟浅入深，悟粗入妙者。

汝自悟来，而后可言曰，参悟到不知旨处，故详问之。答曰：调息者，初机小周天火候之用，本具有进火退符，沐浴温养之义也，一呼一吸故为息。

仙家谓之太极之○也，佛并诸祖谓之圆相之○也。

不呼不吸亦为息。

仙真谓之太极中无极之也。佛并诸祖禅谓之圆相中之也，所以有水牯牛之喻。

当呼吸之息，心与息不相依，则不调。

是神不能驭炁也，神炁不曾配合而相离矣。间隔不调，唯交并则调。《黄庭经》註云：“出为呼气，入为吸气，呼吸之间，心当存之。”又佛言：随顺是随息，而顺其自然之妙也。皆言心息要相依，若相依而强制执著，呼吸而不随顺自然，则亦不调。



心息依矣，荡然漫行而不由真息之道，则不调。

心息相依时，行则同行，住则同住。行所当行之路，住所当住之处。无不是相依，方可曰，调真息。道者，即黄赤二道也。神炁同行必由之道。若能由此道采取，而能得炁烹炼，而能成丹胎息，而能冲和大定，不能由此，则不能得炁成丹而定神也。

古仙所谓行之不精是也。

门人问丹阳真人，弟子行道数年，道眼不明是何故？真人曰：行之不精。

能由真息之道矣，行之太速则近，荡而不调。

行贵速，而忌太速。恐太速之，似浮而不就息道，若浮而不就路者，则神炁皆似散漫而不凝聚，心息虽依而不成相依之功。

行之缓则滞，有相之呼吸而必成大病。

缓则神气滞而不行，或欲行而不见有神气之行，或欲行必资于呼吸有相之气，然呼吸全不宜执著者，呼吸之气一著，便起邪火而为疾病。

古所谓非炼呼吸之气是也，亦不调。《华严经》云：“为践如来所行之道，不迟不速，审谛经行是也。”又问曰：必如何而后可言调？答曰：速而不荡，缓而不滞。

纯阳真人云：“绕电奔云飞日月，驱龙走虎出乾坤。”

自然能由真息之道者是。

俞玉吾云：“火候之进退，不可毫发差殊，然后九转之间，可保无咎。”

不见其有，谓之勿助。

真息似有而不有，若见为有，息则助长邪见。

不见其无，谓之勿忘。

真息本无而似不无，若起见无，息则不成真息。

非有非无，非见非不见。

见有无无，皆是偏见。即是断见常见，皆有害于真息，故皆非。

合乎自然同乎大道。

见有见无，固是邪见。执著偏著，不见有无，亦是用意。执著而不免有偏执之为害，何以成丹而得大药，必合乎自然者而后可同大道。

此有一呼一吸者，不得不如是也。

若不如是，则火候差失不合天机，必不成丹而证道。

又问曰：不呼不吸之息如何？答曰：更有自然之妙在焉。

马丹阳真人曰：“调息者，不得著于口鼻，调是作用息，是自然定息。”

非强闭气也。

刘海蟾云：“莫将闭气为真炁，数息按图俱未是。”是也。

闭极则失于急而不调。

闭气是外道邪术，之强制闭必至于极也。

而非自然真息之能无极，故不调。

禅家云：“转得身，吐得气，亦似此意而后可称为禅那拄杖子。

禅者，静也。那者，息也。言静定之息也。拄杖子，亦言息也。人手执拄杖，相依而行路，喻人修佛，心必依息，而后能离尘离境，解脱而见性。欲大修行，心不依息，而禅定则止于外道，凡夫口头禅而已。

非纵气也。

刘云：“专气致柔神久留，往来真息自悠悠。言不可纵放如凡夫，上句强闭即前所问执呼吸者。此句纵气即前所问纵呼吸者。

纵则失于无，知而不调。

既纵放不照管，则念不在息。便以不知有息，而息何得调。

禅家故云：“未到水穷山尽处，且将作伴过时光。”亦似此意。而后可能摄心寂灭。又问曰：如何是此大用？答曰：古云：“自有天然真火候，不须柴炭及吹嘘。”

《生天得道经》云：“心目内观真炁，所以清静光明，杳杳冥冥，昏昏默默，正达无为。安静六根，净照八识，空其五蕴，证

妙三元。得道成真，自然修度。佛经所言佛理，皆与此同。

如此便是自然定静，定静不已，百尺竿头，犹进一步。至于久而安。

佛言轻安是也。

安者和也。

佛曰，法喜。曰，禅悦。

和而能冲，冲而无极，冲和之理得矣。

冲和理者，即《入药镜》所云：“先天炁，后天炁，得之者，常似醉。”也。

《灵光集》云：“颠倒循环似醉人。”

《翠虚篇》云：“骨肉融和都不知。”

王重阳真人云：“寻自在，觅逍遥，渐渐归禅定。”皆同此义者。

即《华严经》所云：“以定伏心，究竟无余者。”《梵网戒经》亦云：“如如一谛，而行于无生空。一切佛圣贤，皆同无生空。”

无生至空是寂灭至极处，正所谓穷空又能穷尽，空理即无余，涅槃亦同于仙之和而冲，冲而无极者。

然真息在内本有息之实相，而若空空，无息非果，无息而实有也。

既曰真息，则与凡息不同。言真息在内，则有真息之实相。实相者，似空空而无息。始可入定到真无息真空地位。若不能空空而逼塞，不似无息而浩浩然，乃是凡息，而非真息也。故《中和集》云：“守似有却如无。”深言真息在内之妙用也！盖真息者，是入涅槃寂灭必由之路也。凡息者，是堕凡夫不脱生死轮回之事也。学者当知之此节之文义皆言初习入定时之旨。

不息则无相，无相则实不见有也，而亦若不见无也。

上文言初习定，虽欲无息，乃习为无而未得无，故曰：实有。及今不息之久而得定于无，全无凡息之相，既无息相，则直入无息为大定，而证圣，证性地。若起一，见有见无之见，则不可起

见，则非定旨。故总不见有无，如此方为得真定，而后可以还虚。

所以空而不空，不空而空而犹不见空，不见不空方是空，而真空。即王重阳真人所云，虚空返照虚空景，照出真空空不空。即世尊之空，不空如来藏者皆是。

当不空之时，而只知乎不空者，此堕常见矣，故不空。而又若空，正是照而常寂也。当空之时，而顽然乎空者，此堕断见矣，故空。而又若不空，正是寂而常照也。佛宗乃有分明不受燃灯记，自有灵光耀古今之说，故云：空不空是真如来藏。予云：毕竟在寂照双修，寂照双亡而已矣。凡仙佛二宗言空，言寂，言有，言无，皆言心息相依之定者。言心性，则有息在其中。言息，则心在其中。若非心，非性，则不能定息。非息，则不得性定，心定。学者不可执文偏悟，便堕空亡，而无证果。能悟之者，仙佛合宗之旨见矣。

悟得真空实性者，方能调此真息，息不能调，终难大定。

本是以心主宰而定息，息不调不定，即是心性不定，何以至于合道。

付大士云：“六年雪岭为何因，大定调和气与神，一百刻中都一息，方知大道显三乘。”

人能即此息而离此息，斯可入灭尽定矣。

即息而离息是万法归一，一无归之说同旨。灭尽定者，心无生灭息无出入，得真大定也。

噫；

警醒后学仙佛圣真之辞也。

灭尽定而后能出定。

未入到灭尽定而妄出，仙宗谓之走丹，佛宗谓之入魔，皆非所谓出定，而亦无神通可显，正有退堕之危险，宜防患者。

神通境界向上，正有还虚合道之旨在。

灭尽生灭，出入之定是所当出，出而神能通达无障碍，不为六尘所障碍而不通，此真神通。方能上天入地，六通十通，百千

万亿，无所不通，此证还虚合道之至极处。

六问曰：药火之说，纷纷不知，所以信受，一云，神是火，炁是药，以神取炁，即以火炼药，此言神炁二也。一云，火即是药，药即是火，此言火药不分，神炁一也。一云，采时谓之药，炼时谓之火，意若神炁，皆可言药，皆可言火。三说何不同耶？答曰：同。又问：言句似异，而理旨何同？答曰：皆以神取炁也，采时炁回神中，神炁合一，而同升同降得药矣。则谓之药也。可即得汞之物，而名真铅者是也。

凡言真铅，言真汞，言真息，皆仙道中合二者之全而言，真是二者不合一，不可言真。只是凡息，凡铅，凡汞而已。

炼时神归炁穴，神炁混融而同行同住，有火矣，则谓之火也。可即得铅之物，而名真汞者是也。

真铅者，即身中所采取归根之精炁也。真汞者，即心中配合精炁而为采取烹炼主之神也。盖言汞中有铅，则曰真铅。铅中有汞，则曰真汞。如是妙义，世所不知。故丘真人云：“白日同行，晚来同眠同卧。”正言神炁不相离之说。

总是二物交并归一矣。

李玉溪云：“以神取炁为采药，以炁合符为行火。”皆言神炁合一，同行同住之说。

谓药谓火，为一为二，何所不可。

《灵宝度人经》元始天尊云：“令此神炁妙合太空空体，自然不属阴阳，自无生死，升入无形，克证道位，方名得道。”

我有一诗，予其悟之。诗曰：汞言火药总皆非。

非火药而强喻名火药者，乃圣真示人神气之妙用而发明之者也，二者本宜合一，故圣真每并一而言之。

日月齐轮御炁飞。

凡日喻神，月喻炁。日月有同度而行之时，神炁有相随而行，相依而住之理。然神本无，在有知时而似有。炁本有，在无相时即似无。有无不同者，不相合，必因呼吸之炁而合之，故仙圣皆

喻以火炼药。非此必不能使神炁合，亦不能行能住如法也。邱真人云：“运行周回，自有径路，不得中气斡旋则不转。”故我曰：御炁飞。

子并后升天上去，午同前降地中回。

纯阳真君曰：“子后午前定息坐，夹脊双轮昆仑过。”即此所言子时神炁相并，从后升上，午时神炁同于前降下而循环。

历辰十二皆留伏。

十二者，身中之时也。皆者，言神炁。当火候之时，行则皆行，当火候留伏而住之时，住则同住。

灌顶三双默转移。

灌顶者，取元精真一之水，逆回升上而灌注于顶也，此即采药之说。佛宗诸菩萨修行每一处说法谈经，必先以水灌顶，皆同此妙喻。奈何僧总不知不究，使佛教为虚设矣。盖由不除淫，扫去欲界，离欲梵行，虽见其说，竟置之无用之地故也。三双者，尾间，玉枕，夹脊三关及脊骨两傍皆一窍，谓之黄赤二道，三关皆有双窍，故曰：三双默转移者，神炁从三关双窍中默转循环也。

古圣强名为火药，不离神炁自相随。

即是凝神入炁穴一句，了却仙佛大修行事。

七问曰：请问古喻如猫捕鼠之义？答曰：以性摄情，以神召炁之喻为然也。彼猫捕鼠时，四足据地，寂然存不动之势。

此心专意诚。即吕仙翁所谓“斋戒等候一阳生”之旨。

两眼熟视，凝然俟擒鼠之专。

谨防当面错过之义。

故《阴符经》云：“机在目。”

即《楞严经》云：“佛阿难所云，若不知心目所在，则不能降伏尘劳。”

又云，长生久视，佛所云正法眼藏皆此义也。

皆言机在目之义，此文正合仙佛之所同者。

究此所云，寂然不动者，以待通可不似知，白守黑知雄守雌，

于百日关中者乎。

此仙家之语，谓知，金之白者出于水，之黑者之中，则待黑中发生白时而采白也。雄是阳，即肾水中之元精炁。雌是阴，喻肾水也，下句重言上句之义。

可不似昼夜静思以除六贼者乎。

此佛世尊自修之案，在雪山六年，昼夜静思以除六贼。六贼者，是眼耳鼻舌身意六根中，所妄起色声香味触法之六贼也。静思者，寂静而守正定正念，于二六时不间断，若生一欲念，则大为心害，堕欲界下矣；急持正念除之。

究此之熟视无二，则知用志不分，凝神于十月关于者乎。

此仙家之语，谓炼炁化神之中关者。

亦可知佛说，偃坐室恒作是念者乎。

此佛家园觉经语也，可知仙佛二家之说，皆与猫捕鼠同喻。

故以猫喻主人，以鼠喻真阳药物。但捕鼠喻采药，乃初关有为之事耳，过此则必忘猫忘鼠，非采非捕，而后可称了道。我今又为子原其始，当知鼠来有候，即药生有机。若不能辨真阳生机，将何能当其真机，则谓之如猫守空窟。若有知阳生真机而不知当采时，真机不能得归根复命，徒然枯坐顽空，则亦谓之如猫守空窟。

虽有身心自然生机，总成一个当面错过。

此所以又当防为痴猫也。

八问曰：何谓冲和？答曰：冲和者，言不息之息中妙义也。

《咏去集》云：“冲和者，乃其二炁混同，最玄之理也。”

充塞天地，薰蒸一身。

天地并一身之间，全是氤氲充满无空隙处，若有空隙不足，不名冲和。钟离真人云：“运周天，则火起焚身。”焚身之义即充塞薰蒸义。

不为呼吸之所障，亦不为升降之所囿。

有呼吸则无冲和，若吸升呼降之不已，不能与冲和迭为循环，

亦囿于升降障，冲和必离囿，离障，方行得宜冲和之妙处。

沐浴固曰当然，守中亦称密法。

当百日关中小周天之用者，曰沐浴。当十月关中大周天之用者，曰守中。守中者，不偏著有堕常法，不徒然著空堕断法，以有入无，合乎中道之必然者而自然，故曰守中。正言所以冲和之妙用。后来圣真仙佛，得师降授之后，方能印证解悟于此。刘长生真人云：“冲和添养神。”

世人不知调息之谓何。我则曰，调其息之和而可冲也。

王重阳真人云：“能全呼吸定喘息，实非难，会养气神调冲和，应甚易。”又云：“神气冲和成大药。”

世人不知于此，当防危虑险之谓何。我则曰，防其不和而不可冲之危险也。

不和则堕于强制之旁门邪法，非不空而空之旨，焉能得冲。

唯和故可冲，不和故不能冲。

此二句重申明，总上文四句之义。

采药以是，炼药以是，野战以是。

此即仙机佛法之行所当行者。

守城以是。

此即仙机佛法之住所当住者。

结胎以是，养胎亦以是也。

此言百日而十月，小大周天火候之中，当不外于冲和也。昔刘长生真人云：“冲和结坎离。”言百日关也。云：“冲和气养神”，言十月关也。

又问曰：是何景象为冲和？答曰：“不偏不倚”。

偏倚是拘执著，有相而非中。

无过不及。

勿用意太急而过，勿用意太缓而不及。

不疾不徐。

不疾速而忽为浮荡，不徐缓而失为停滞。



非无非有。

不纵放为无，而实似有。不强执住有，而实似无。即是空而不空，不空而空。除此八病，方和而可冲，有此则不能冲。

又问曰：是何作用以冲和？答曰：夫妻并肩。

心息相依也。

阴阳合一。

二立之精妙，合而凝也。

昼则同行，不前不后。

心随意动也，前则堕于旁门之导引，后则不足为幸运。皆非合和之实义。此处最有危险之，必当防患者。故佛亦言，随顺。

夜则同住，不逼不离。

息随心止也。逼则太过，于冲而不和。离则不及，于冲而不和。不和即是此之危险。

如斯了悟，便是冲和作用真三昧。

若著前后逼离，皆差于冲和。冲和者，禅定之妙义。三昧者《华严经》云：“正定中真受用。”

九问曰：何处当防危险？答曰：自始至终，事事皆有危险，且略言之。

除不敢轻洩者，遵天律重禁而不言。但以粗迹之可言者而略言之。

如药生有时，不知其生之真时，而当面错过，此危险也。采药有候，失其当采之候，而不得其真精，真炁，此危险也。

仙道之药生有真时，与世俗人造言逛人者不同，时若不真，虽曰采药而无药可得，所自虚称为得者，非真药不能成丹，空劳而无益，生之真时，即当采之。真候于此急采，而后可得真精真炁。

火候之行周天，泛然于黄赤二道之外，茫然不见其循由，此危险也。

火之行于子后午前，有黄赤二道，乃周天火，子后逆运之。所必由者，若泛然于道外，而行渺渺茫茫不见遁道，而由行此火，不

就炉鼎而炼丹者，甚是危险之，当防处。

进火不至于进之当止之地，亦不至进之所当添者之分数，退火不知退所当抽减者之程限，不合于多寡之仙机，此危险也。

当止者，《黄庭经》注云：“出入呼吸，俱入丹田。”程限者，非不及而火小，不能成长旺之功而变化，非太过而火大，火轮不能转运而烈，焰无所制。

陈泥丸云：“采取有法，运用有度。斤两有则水火有，等与夫抽添进退之妙，沐浴交结之奥，无不防危虑险。”

白真人云：“温养之时，用心不谨，不防其危，不觉汞走铅飞。”

火足而不知止火者，有伤丹之危险。

崔真人《入药镜》云：“火候足、莫伤丹。”钟离云：“丹熟不须行火候，更行火候必伤丹。”张紫阳云：“炼了还须知止足，若也持行未已心；不免一朝遭殆辱。”

得药冲关，而窍不能真通，有药败之危险。

此正由前知药生而不合当采之真候，虽似丹而药力微弱，不能长生者，亦不能冲关，故药必复败而同凡夫。

关窍初通而不能升三关聚者，而或倏退散，是危险。

聚，由神以主之，或不精诚勇猛，以一箭透三关，一息缓，则火即退散，正当行而不能同行者。

三关过矣而危险在鹊桥。

鹊桥本无路可通，借桥以通行。鹊者似喻南离心神之朱雀义也。全凭心神领炁渡过此处，故喻鹊桥，渡之少有，不合仙机，则有危险矣。

鹊桥渡矣而危险在服食归黄庭，步步在竿头，进一步无著脚处，虚空著一足，大有危险者。

重阳真人云：“当竿尖上细搜寻。”

炼阳神而微阴未绝，神胎就而魔障百出。大有危险者，神无出景而妄出，固为危险。有出景至而不能出，其当出亦不能无危险，及乎出定而入定，危险之最甚者，岂能尽言矣。如是诸多危

险，俱能究竟，勘尽无余，过得去了，仅仅超脱得一个生死轮回，实证长生不死，方为有分，与道相应，向后证到虚空，始无危险，所谓万般有坏，虚空不坏是也。

十问曰：何为沐浴？何名沐浴？答曰：沐浴者，炼精炼炁之要法，火候之秘机。机之秘法之要，故不能直言，以轻洩。而托喻为沐浴也。

沐浴者，本卯酉二位所寓生死之说也。时当卯酉，乃借以喻之。而详于下文，世尊行神说法之时，亦以沐浴为喻，可见仙佛宜有相同之要法也。在小周天时，又名曰阴符，乃不行有数之火，而用无数以合于有数者，所以《玉皇玉诀》云：“阴者，暗也。符者，合也。”究合天地之机，操运长生之体，故曰，阴符。在大周天者，又曰焚身三昧火。

喻意云，何夫五行？在世道中，别有所论生死之理，即长生，一沐浴，二冠带，三临官，四帝旺，五衰，六病，七死，八墓，九绝，十胎，十一养，十二者之十二位是也。

此属子丑寅等十二支辰位者，其说曰，火生在寅，金生在巳。水土二者，生在申，木生在亥。五行干支之阳者，即生于此四位。阳之死位即五行阴干支之生位，阴之死位即阳之生位，亦似喻彼处死而我此处生，死于此而即生于彼处之义，圣真以人生死大事之机在沐浴法，故借以为喻也。

生必有死，死处则生。

言天地阴阳之与人同，未有生而不死，未有死而不生者也。仙家以炼丹之法比之，谓其所云，火之长生在寅，第二之沐浴在卯位，故借卯位沐浴之名而称卯时所当用之机，以阴符，其火候者也。又云水之长生在申，第二之沐浴在酉位，故借酉位沐浴之名而喻酉时所当用之机，亦阴符，其火候者也。

此正见阴符即是沐浴。而黄帝骊山老姥李筌等阴符之说皆大明矣。

卯酉在四正之位内。

卯在正东，酉在正西，子在正北，午在正南。《入药镜》亦云四正。

而金木二行，宁无长生沐浴之理，在子午乎。

如金之长生在巳，则沐浴在午位。木之长生在亥，则沐浴在子位也。

故崔真人《入药镜》云：看四正是也。

崔真人洩万古不洩之机于三字。

王重阳真人云：子午冲和连卯酉，春夏秋冬相携。

达摩所云：一时用六候，二候采牟尼。四候别有妙用，即此之言是也。

又问曰：人皆言卯酉沐浴不行火候，今乃谓之要法，谓之秘机，得无有火候而与众言相违乎？

世人皆执言不行火，是全无火候。由不遇仙传，故不知。古云：不行火候，所以然之理，俱是初学凡夫者之知见所闻者，曰不行。所见者，曰不行及已之，对人言亦曰不行。流结妄局，绝无一人直信有法有机，唯伍子独言法言机，于是彼皆学世法口谈者，竟不知众言或是或非，伍子抑非抑是，莫不以相违而相疑。殊不知真仙之言，已有可考证处。

答曰：圣真言此四时之火，以不行有数之候者，为候也，此隐言也。

《参同契》魏伯阳真人曰：“耳目口三宝闭塞，勿令通离，气内营卫，坎乃不用，聪兑合，不以谈希，言顺鸿濛。”

陈泥丸真人云：“沐浴交结之奥。”

陆子野註《悟真篇》云：“卯酉不进火，但以真炁薰蒸而为沐浴者，此俱发明，隐言而已。”为真洩之说者矣。

非全无火候为不外也，我得闻于圣师而知真。

圣师者，虎皮坐张真人，李虚庵真人，曹还阳真人，三圣自证之真而传真。

印之仙书而同是。

即魏陈陆等诸书。

实不违于众也。而众自违之，彼众依傍仙圣之隐言，而呕吐其愚迷之臆见，遂言卯酉二时之沐浴，为全然不行火候，而妄夸为已之知，见谬造假书，妖言惑世，而世皆后学浅见，安敢置一辨言，以为自信而救世哉。我则咏之曰：世称沐浴不行火，且道吹嘘寄向谁，要将四正融抽补，才得金丹一粒归。亦以此语为未来际劫，贤真辨明之也。更精言不行有数之候为沐浴要法秘机也。后圣能真修实悟者，必当取证于此。孰有谓二八卯酉之月不行火候，而为沐浴者，可显知其非也。且论知非之法，安在以其有。重阳真人云：“子午俱无，何须卯酉”。白玉蟾真人云：“无去无来无进退，不增不减不抽添”。钟离真人之言曰：“一年沐浴防危险”。薛紫贤真人亦云：“一年沐浴更防危”。俱可证也。以此证知十月怀胎皆沐浴为真传，非止执于二八两月为沐浴而妄言之者非也。

既说一年皆沐浴，则知二八月在年内者，皆然有真元通仙，道经云，得之大者，冲和而久视。此亦言非比二时之沐浴，要久视也。既皆诫人防危，则必有沐浴之候而防其不能沐浴，若彼谓不行火者，更有何危可防。我今又诫后圣，甚宜体究仙言。

又问曰：“古人何故言二八月，而岂无因者乎？”答曰：“古言二八月，因属卯酉矣。火之沐浴工卯酉时，虚比借谓大周天，欲似其名。”

理勿执其幻称，误人千万纪。

借言发明沐浴之机，如佛所谓善巧，方便而说，岂可强执为实，不行火而败坏将成之大丹哉！更误害千万世信心学者哉！

又观紫阳真人云：“火候不用时”。

火候之用小周天，有十二时，时完则有间断，行大周天之火，不用时，则无间断。时且不用，不间，又岂可以二八两月为间断。

又云，及其沐浴法，卯酉时虚比。石杵林亦云：冬至不在子时，沐浴亦非卯酉。皆言小周天且不用时而虚此沐浴。而谓大周天可实用月为沐浴乎。我说，既云莫向天边寻子午，又岂于历数

中寻卯酉耶，若使养胎而废二八两月之工，则神炁散而背道矣。

十月关中乃大周天养胎息之工，为转神入定也。若不行火，即是不转神。不入定则炁不化神，何以得成阳神而出身外。

抑可使妇人怀孕而二八两月不怀乎。

即妇人无两月不养胎之理，断言修仙养胎亦无两月不善胎之说，断然无惑。

今此破万古之疑，洩万古之秘。同我天仙正理直论之所时书者，而发明大用。后之圣真仙佛，遇天人神师授道，嗣我丘祖长春真人嫡派者，必当从斯印证过，而后可谓之真知仙道沐浴。

张紫阳云：地狱不囚传道者，教存经籍度三师。

附录和吉王朱太和诗二首。

道凭一字作根基。

道在无极且无形无数，乃生有形有数之一，太极也。一而生二，阴阳也。二而生三，精炁神也。三而生万，变化无穷。

运化从心妙转移。

炼精化炁以心主宰乎其化，炼炁化神亦心证成其化，此有心之运化转移，固不外于心，及炼神还虚，得虚灵独耀，非执着幻妄为虚空者，实无心之妙用也。亦不外于心正三界为心之说也。

金自水乡还白液。

白金生于黑铅水中，亦喻肾水中生真阳之气。白乾金，兑金者是也。

木由丙穴返青璚。

丙穴，南方火地也。言汞木之青者，由丙丁火生出，乃回返于丙内，是汞出砂，砂内之义，亦喻外驰之神复凝返于内也。

丹凝神气栖玄谷。

玄谷者，即气穴。神驭气凝于玄谷，气凝神亦凝，二者凝而成丹，故曰丹凝。即凝神归气穴之说。

星拱罡台照碧溪。

碧溪者，即神水华池也。罡者，北斗第七破军星之称。遁法

中所谓指者，吉台星者，罡前之三台星也。同罡旋十二位，即斗柄运周天之说。拱罡台是神行即气行也。照碧溪是神住即气住也。

待到无垠垓北境。

垓音寅，言无涯无际也。垓音秧，北音扎，言鸿濛混沌也。即澄虚无境界时，同佛生灭，灭已也。

黄庭烛座伴夷希。

夷希者，不见不闻也。黄庭者，中宫也。独坐者，绝对待也。伴夷希者，即佛寂灭为宗也。

其二

旌阳曾为斩蛟来。

晋时许旌阳真君斩蛟精至长沙府。

一剑功神迳自回。

斩蛟已回于南昌。

千二百年吾复至。

旌阳回后于今又千二百余年矣，吾复至此，虽非为江上蛟精，却为斩肾水中蛟精而来也。

几微一窍气重开。

一窍者，玄关一窍也。气重开者，先天一气生生不已，开而复开也。采药有时，时至神知，亦予所谓觉而不觉，复觉真玄之说也。

丹凝玉鼎风生耳。

三宝合炼于鼎中，真阳与真性凝结而成丹。玉鼎者，古人金炉玉鼎者，喻气穴丹既凝，谓之大药玄珠，采之将至。先有风生于耳后，风声至，则大药亦至。

火伏金炉息注胎。

下三字申明上四字。息注胎者，安神定息，谓之怀胎还神，时息定则成胎，胎成则息自住。不出不入，神息常住而顿至灭尽定矣。

此道久将无用处。

总言十月还神定性，从有入无而实证无，生以无为寂灭，为大用者。

求生舍我更寻谁。

此句有二说双关，一说是汝今求长生之道于我，既得问正法仙道，更不舍我所说而别寻邪说，乃由汝之真性笃，故能如是也。一说是求道悟道而求生，证道必由我自己所为，笃信坚心，凡精密工夫，他人一毫力着不得。

### 伍太初六问

法名太初，号见初，第四叔父之子，真阳之亲弟也。

一问曰：真修工夫如何起首？答曰：仙道不过炼阳精以化炁为首者也。

仙家必先以元精返还于身中，而复归于元炁。佛家则泛言戒淫欲以出欲界，俱是除淫之义。起首若不如是，则为落空亡。若有一死，便是万生万死，轮回不断，六道难，难矣。若人能修如是，离欲之行谓之清静梵行，成得离欲之果，谓之清静梵德，为转神入定之真基也。究之佛门，惟浙僧间有谈及除淫离欲者，由天台智凯和尚之遗教，智者之兄名陈鍼，出于张果真人之门，故也。

第少壮之人神炁盛，动静循环之机速。

言铅汞不少，故药生亦速。

阳炁生而后采取烹炼，所谓一阳生是兴工日，又谓一阳初动，中宵漏永是也。乃有药而后行火也。

钟离真人云：“难得者，是少年。”少年修时，根元完固，易为见功，止于千日，而可大成。又难得中年，中年者，先补之完备，次下手进工，始也返老还童，后乃超凡入圣。

老迈之人神炁衰，谓之老来铅汞少者。

纯阳六十四岁遇钟离，白玉蟾六十四岁遇陈泥丸，马自然六十四岁遇刘海蟾，刘朗然子亦六十四岁遇师者，刘宽于汉灵帝时，



弃司徒太尉而学道，年已七十三岁，受青谷先生传道而道成。《翠虚篇》云：“老少殊途有易难。”马丹阳云：“有心入道当回首，况流年、六九性命宜乎早救，莫直待身枯朽。”

动静循环之机迟，则敲竹鼓琴为唤龟招凤之权法，而后阴极阳回而为应采之珍。

此《悟真篇》之旨也。

又云，不定而药不生。

此《玉清金笈秘文》之旨也。

重阳真人曰：“纯阴之下须是用火锻炼，方得阳气发生，神明自来是也。”

神明者，即真精元阳之妙觉。

龙眉子亦谓风轮激动产真铅，都因静极还生动者之说皆是也。乃有机先一着，而后生药，以行火也。

《灵宝毕法》钟离云：“晚年修持，先论救护，次论补益，自小成积，功至中成，中成积至返老还童，炼形住世是也。”

此起首玄妙天机，而世人不得知者，有如此。今举世但言衰老者，不可修，盖不闻此理也。

重阳真人云：“若还悟此，目下便回头。蓬莱路，彩云端，有分相随入。”

我则曰：有此一口气在，皆可为之。

凡有一口呼吸之气，皆由元炁之所化生。一口气在，即元炁之犹有，在，是长生之根本在也。故可为修仙之事。马丹阳云：“气不断，神可固，先把马猿用工擒住，自然得性命停住。”

盖亦观之《黄庭经》云：“百二十岁犹可还。”我祖师重阳真人云：“便如百岁未为迟，只在心中换过时。”

陈泥丸云：“若欲延年救老残，断除淫欲之旁门。”

一云：古人八十尚还丹。

泥丸云：“果欲留形永住世，除非运火炼神丹。”

老子自言头尚白。

老子者，李老君也。即太清太赤天太上老君分神化现下降于世。盖由元始天尊初开辟为成劫而至劫坏，次开为成劫分神化生大道君及劫坏，已历四劫，次开为第五成劫，而初又分神化生。老君以主太清，因其已历至五劫而称老故也。头亦示以白故也。及老君分神降于李下，亦示人以头白，其曰头尚白，自言修之迟者，指人虽老者，犹可修成，惟要精进，以求成也。马丹阳赞勉人云：六旬有九才方修补，众人言晚了，时光马风道未暮。”又答人云：八旬有四，因甚发心修，勿言老，休寿相，气不断，亦可修持，速澄心为尚。

白玉蟾云：“今已九旬来地，尚且是童颜。”此皆言虽老，犹可修也。葛仙翁云：“吾今六十，忧赴三涂。”王重阳真人自叙云：“五十二年光阴急，活到七十有几日，前头路险是轮回，一失人身万劫休，如何能得此中修。”

刘朗然曰：“莫待老之将至，宁知身后如何。”丹阳云：“寻思最紧是修持，急急修持尚嫌迟。这性命，于身紧，一息不来，身为土粪。愿省悟，疾速修持。固气粗，神仙准。”

衰老者，又安可以老，自诿而不决志速修之哉。少壮者，见斯毋谓老，既可修，而纵心自怠，以至于老。钟离云：“过了一年无一年，过了一日少一日。”丹阳云：“七十光阴能几日，大都二万五千日。过了一日无一日，看看身似西山日。”又云：“寿数休言百岁，从今古人生，七十难得。”

张紫阳云：“莫教烛被风吹灭，六道轮回难怨天。”

有缘遇此，当知为万古仙真催人早修之特旨也。

二问曰：甚时候是初用工之时？答曰：凡人之炁与神，皆日主动而夜主静。由天道，以日而生动，生阳于静，后至夜，则环为静也。人受天生亦顺，受其日动夜静者。

动作休息是人所以顺天者。

求修行之静，莫不以唯夜为然也。

俞玉吾云：“修炼力久，更无梦觉之异。虽当寝寐，神亦不昧，

精生之时，不待唤醒，亦自觉悟。”夏云峰云：“自然时节，梦里也教知。”

静而复动，则用二也。此纯阳祖所谓动则施工，静则眠之训也。

我于万历壬寅春，初试百日关，于家而炼精化炁，首一月调习，次一月精进，时至神知，运一周天转旋斗柄，默悟世尊所谓见明星而悟道之说，契我妙用。

古仙所谓北斗望南看禅师，所谓北斗里藏身之说皆同。

自是以来，一夕行过三五周天，至七八周天，又至十余周天，则工将彻夜而无间断矣，精尽化炁矣，火候斯足矣。遂得止火之景而止之。

法，丹阳云：“所谓当下手暗修完功，行不许人知。”

约两月之余，总三月之季，而成大药。古言百日筑基者，信哉！

重阳真人云：“睡则擒猿捉马，醒来复采琼芝。”每依时，这工夫百日只许心知。

昔曹还阳老师下工时，年方三十，神清气盈，夜静工勤。

无世缘之累。

不五十日，而火足采其大药，五日而得。

此行工之精，而得大药之易者。

眼有金光，鼻有气搐，耳后有风生，脑后有鹭鸣。

鹭为水鸟，即白鹭也。脑后虚空中若有鹭鸟之声乱噪不住，则大药将至之先兆也。故世尊示人曰：鹭岭。又曰：鹊巢灌顶是也。

身有踊动，丹田有火珠驰聚，上冲下突，如是六种见验矣。

六种者，六根有所证果之验也。俞玉吾作参同契註，亦有六种应验之说同此。《华严经》世尊亦有六种震动之说同义。

则火珠有自然投关之妙。

火珠者，元精元炁炼成金丹大药如火珠也。投关者，欲自冲过三关。顾与弢问：如何得自欲冲关？答曰：昔曹老师云：“马行

熟路。”陈泥丸云：“其次膀胱如火燃，内中两肾如汤煎时，乎挑动冲心源。”皆言得金丹大药之景也。

始知天仙金丹大道独异于世，而同于佛。吾师独早成之于身，是为知修能修仙道之伟丈夫者。于是亦起首得真时，还阳精，阳炁，化阳神而出者。欤若所证不得阳精，阳炁，阳神，便堕在外道阴神之类者，是不知起首之真时者，后来吾门学者，可不以起首时，而切切早究之哉。

末句勉之戒之也。

三问曰：止火之候何为至要？答曰：药熟丹成则必止火。

顾与弢问曰：止火者，是止而不行乎？是止而复行，行而复止乎？伍子答曰：炼丹之法，以火炼药用小周天火也。药已熟，丹已成，则不用火，而止是止小周天之火，却却有为为之工，行采大药之工，则药渐见不生向外，既不生向外驰，何必强用火，故必止火。若得大药，则将大周天无候无为之火，以炼炁化神。盖小与大，有与无，不同工者，故必要先止此火，而全然不用。

丹药未成熟，则火无止景。

有火足之候见，即丹成之候见也。于是当止而止之，得其宜矣。丹未成无止景，不当止火，又宜精进火，必炼至于成丹而后止。

若已熟而不知景，止火纵经多劫，而温火养丹守住阳精阳炁于丹田，能暂得长生不死。

葛仙翁云：“固形保神莫大于精。”

毕竟未脱凡胎凡质，犹有死生在，非证圣也。

药物真火候，真炼法，真而成大药者，固是出世之圣真也，何又不知止火。盖由学者前生之积修功行浅，今生之志愿止于求生不死，欲长于短寿，长享富贵安乐而已。故仙师亦止以长生与之遂其志耳。故精气住于丹田者，必不死。即阵希夷所谓“留得阳精，决定长生”之说也。凡夫精之洩者，皆由丹田中元炁所发而化，即此仙凡而观，则丹田乃可守可洩之地，亦可生可死之基。

若留精守于此，久之而复洩之，同于凡夫之常见，犹不脱凡夫之死生，故暂守之者，必求化神。

所有超脱服食，转神入定，出神之事，皆在止火之候是止火，为超凡入圣关头第一玄机也，安得不为至要夫火，即止当采金丹大药于混沌七日。

前百日关中，因言采药乃初阳之微气。采之易者，只用片晌之候，一瞬息之工而可得药。故达摩云：“二候采牟尼。”言此也。及烹炼薰蒸，补得元炁已足，则阳盛而可见形，然炁何以有形，非形质也。乃有似火热之形也，故古云：丹田火炽，由两肾汤煎，曰火珠是也。唯有此形，而后能出神变化有形，为身外身，此是无中生有，采之而后生者，故采之难，必采工于七日方有，得不如是，则不得。

除一日，二日，三日之前日，少而不能得丹之外，于四日，五日，六日，七日之间，其中或有一日见丹田火炽，两肾汤煎。

火炽者，内景也。汤煎者，外景也。

风呼耳后。

呼者，似风之声也。

鹭噪京山。

玉枕关上名玉京山，即脑后之处。仙家有雀声啧啧之喻，言其似有也。佛家有鹭岭之喻，亦言其似有鹭鸣，非实有鹭鸟所鸣之岭。

斯时也眼底金光。

眼光圆满如金光，阳气复还圆满之徵也。仙家有金光咒，佛家有金光明经皆此。

田中大药一粒至矣。

丹田中有火珠之说，即所谓一粒刀圭，即所谓一粒复一粒，从微而至著者。

正世尊所谓火化以后，收取舍利者，此也。

火化后，同仙家小周天之候也。收舍利者，同仙家采大药得

玄珠之喻。

有名曰水里玄珠。

黄帝以罔象得玄珠。罔象如言无象，即是以无为之工，无象之火，以求玄珠意。

有因以青龙姹女采取而来，故略言之曰：龙女献珠。得此者，获无漏果，证无量寿。

初证长生后，超劫运皆由得此而成证果。

岂可忽之而不知究之哉，所以直论直示人曰，止火景。

四问曰：世人不知止火法者，最多其后所证如何？

仙圣不言止火者，亦多虽见仙书遗言，亦不知此为要，间或见有言者，亦不知其洩秘之要，既不知仙机，不能证仙果；我不知彼、还可证甚果。

答曰：只可长生不死，为欲界初成之果，人仙是也。能守一日，则为一日不死之人仙。

阳精盛满是长生之本根，由其归于丹田，而后可得满，满而守于此中，则不亏而得长生，暂守暂得，久守久得。故纯阳祖师云：“世间甲子管不得，壶里乾坤只自由。”

百千万亿岁劫不死之人仙，即百千万亿岁劫久守之功也。

王果斋云：“一日十二时，时时不绝。一年十二月，月月长存。《海客论》云：“汝能远离房室，元炁不散，可以长生。”

又问曰：用如何法守。答曰：“阳精凝聚已结丹者，谓之不死之基，守在下田，当不离小周天薰蒸之候而温养之。”

《胎息经》云：“知神炁可以长生，固守虚无以养神炁。”又云：“若欲长生，神炁相住。”太上久要心印经云：存其神而守其炁，又象伏龟。故名神龟龟含水中有炁。曰，神炁，人之根蒂俱在此处。

不复泄漏，则真炁常住，所以不死，有真炁足，则无可死之理。

钟离祖云：“真水真火合一，炼成大药，永镇丹田，浩劫不死，寿齐天地。《胎息经》云：“炁入身来谓之生。”天真皇人云：“炁

不散，则命不亡，命不亡，则形不灭。”也！仙经云：“还精胎息，延寿无极。”重阳祖云：惜真炁在丹田，其人不死。

若不久守，以镇下田，其真炁犹可散，于欲境而基亦可坏。

肖紫虚云：“为报近来修道者，炼精不住亦徒然。”

是必要知火所当止，而止之。止了之后，方可采大药而超脱向上，斯时即得六通之一，为漏尽通也。

漏尽通者，阳精无漏，成神通也，为六通之根本。

男根如童子矣。即《华严经》可谓：具丈夫形，成就如来马阴藏相是也。

即老者返为童子说。精有洩窍者，修成无洩窍。精已枯者，修成满足大人之身根如童子之小根。昔世尊修如来时，成三十二相，其一曰，阴藏如马蝗，马蝗能缩短，肾茎缩短似之。故以为喻，即此说也。此与真仙修证同。若假称佛宗而为外道者，不能有此。

不知止火者，则不能别用采工以求大药而超脱，何以得成真了道哉！知止者，采而得药力足以通关，实由得清源之水炼到火足而知止候，不差之力也。

此五句是言修之真，证之实者，成仙必矣。

若药不应采而不来。即丘真人所云：火少则金精不飞。之故也。

修士不知火有止候之景，亦不知无景之不当止，乃妄止之，而致火少。则真炁未满足，大药未成。虽采而无药，可来此正。教诫学者，要知当止之景也。

或得药来而力不足以通关，是知水源之初未知调药，不及于当采之时而炁微之病，虽得药来犹是气微力弱，不能冲关而成大道。

药生时采之太早，则不真而生炁微。正谓初九勿用。若误用微炁，决无大成之功。

以此久守于丹田，亦可为长生人仙。如炁足者，亦如留得阳精，决定长生者之小效。

此即次于炁足者，愈于凡夫之不妄洩者。

所有八百岁如钱铿者。

此疑何举钱铿为证。由其从来，只见称其寿，不见称其神通者，盖以采补小术小效而已。不知先天自然之足炁，乃不得先天足炁之功。可以延年止于八百，不可逃生死以超劫运，即此之类，故足以证此。

有七百年老古锥，如佛弟子迦叶者。

老古锥是言其端坐卓然如宝塔。昔世尊言其不能不生死，如阿罗汉。若如阿罗汉无生死，则向上可超劫运不能无生死，终有生死不能免，故只见当时称其七百年。

有一千七十二岁，如宝台和尚者。

一云宝台和尚，亦西土人来东者，遇达摩于东度之。

皆是此类，但不能至年劫，多求其寿齐天地，而更能超劫运。唯知止火得药而通关，服食入定出神者能之。故《灵宝度人经》道言：“道寿无极，天寿有穷，人寿无定。真与道通，寿则无数。”所谓长生久视，寿历无极。

吕祖真人云：“一点元阳，以炼形化炁，使形化炁，超凡躯入圣品，以三万六千年为一岁，三万六千岁为一劫，三万六千劫为一浩劫，浩浩之劫不知岁月之几何，而与天地长久。”仙经云：“服丹守一，与天相毕。”

所以知止，后有大异者，如此。昔钟离祖仙翁云：“丹熟不须行火候，更行火候必伤丹。”张紫阳亦云：“未炼还丹须速炼，炼了还须知止足。”若也持盈未已心，不免一朝遭殆辱。”又弥勒云：“绕经八万劫，终是落空亡。”后圣可不知急于止火之候与。

五问曰：何为周天火候？答曰：“周天者，如日月行天，一昼一夜行天一周是也”。又问：日月火候，以何相如，应喻一周？答曰：“天体周围三百六十度有余者，而火候亦三百六十余者，以此为相如也。借以太阳日理言之。初自地下而上升，转逆上于天之上，复下于地之下，所行完过三百六十度矣，谓之一周。



许旌阳云：“神运炁化，上则经天，下则纬地。”

一日一周，而明日又一周，积三百六十周而为一年，故炼丹时之火候，实似之当神炁并行之初，亦从地之下，逆升于天之上。

天上乾之首也，地下坤之腹也。古谓之黄河水逆流，一谓之曹溪水逆流，一谓之涧水逆流者。

亦复降于地之下如一周，于天之理，故以喻一周于身者。又三百六十周为一年之日，喻三百六十周亦为一炼之火候也。

此发明了周天，又收结了前句。

俞玉吾云：“若能回天关，转地轴，上下相应，则一息一周天也。”又云：“上升下降，一起一伏，徘徊于子午。”韩逍遥云：“法轮要转常须转，只在身中人不见。”又云：“法轮转得莫停留，念念不离轮自转。”此言详于内，指通玄秘诀者。

然言三百六十周之度，兼言三百六十日之一年，即此身中有一年之象，便能还复身中一年所损之炁，故古来圣真皆以之取喻也。又问：身中造化如何有三百六十，去合天上之周数三百六十？答曰：许旌阳真君云：二百一十六用在阳时者，言阳时依阳之策数用九。

易爻辞云：乾之策二百一十有六，坤之策百十有四。

子至巳为六阳时，若四九三十六为度也。云一百四十四行于阴候者，言阴时依阴之策数用六。午至亥为六阴时，各四六二十四为度也。合之得三百六十，正同天度之周数。故取喻亦宜也。又问：古仙皆分小周天，大周天之说，果何所用而分别大小意，或非以三百六十周数而可分别异名？答曰：旌阳之说即小周天之所用。

有三百六十数者。

钟离仙祖之云：“一年沐浴防危险”者，即大周天之所用也。

无三百六十数者。

张紫阳又云：“只此大周天一场，大有危险”者，不可以平日火候例视之。其言平日火候者，即从前百日关中所用之小周天也。

言不可例视者，正分别小周天之有象数，大周天不限度数之各异用也。小周天用于化炁时。

百日关中炼精化炁也。

其中玄妙有子午十二时之阳火阴符。

古云，子巳六阳时，进阳火。午亥六阴时，退阴符。及伍子受曹真人密旨，又若十二时中，时时皆有阴火阴符。凡进则曰进阳火，凡退则曰退阴符。亦以阳用者，曰火。阴用者，曰符。重承真人嘱又加嘱而不替。伍子意欲疑问真人，咄曰，信受著天命不可违。

卯酉二时之沐浴也。故《华严经》亦云：“诸物定能应时转妙法轮”是也。

皇甫履道云：“十二时中无令间断。”俞玉吾云：“天道无一息不运，丹道无一息间断”。

大周天用于化神时。

十月关中炼炁化神也。

其中玄妙有不息，即有无，息从不息而无息者也。

许旌阳云：“有火随爻变，无火遂无生。”

如是而言火候之周天，少仿佛其大略者。

再合并以直论中之火候经，与语录中之众问答，而后始得全火候之粗迹。

而玄妙之妙，合于天机者，犹在真参实悟。坐据蒲团较勘处，自有真知。而口头语言，终不能以一涂而尽。

参悟，则实有心得。若徒求知于口耳间闻，恐后用心悟时，又生大疑病。

六问曰：蒙喻精虽真，而不得为真精用，是何故？

此疑既知精之真，或必能用其精之真，若反不得用者，无乃犹有天机未得真而使然矣。

答曰：未调药之故也。

药必先调，调其生之时，合于当生之时。调定其机，而后用

当采之工。调者，当未采未炼先之工，非若火，为行火时用调者。

又问曰：从古以来，但言调息为火候，未言调药，而今又何始有此言？答曰：此万圣万真至秘之天机也。只为前圣高真，奉持天尊科禁，秘之不敢轻言者。后之圣真成道者，皆必由于得此。世欲之小根，不得此者，即不能成道也。我辈金莲法眷也，从旷劫修来，必因未得此句，则不得真可长生不死之元炁，不能成仙了道。直至今生有幸，得闻老师曹还阳真人云：“忙里偷闲调外药，无中生有采先天”之句。是李虚庵真人人口授来，天仙金丹之秘诀也。正不敢独善一身，又恐后来人不知有此一机，所必当知者，而为请求，乃至不得所以，证了只得吐露一句消息与后来圣真，好向此句寻个真实人头，方有得金丹成道分。若不向此句请求，正无缘于丹道。正所谓“说尽万般差别法，总与金丹事不同。”陈泥丸云：“若非金液还丹诀，不必空自劳精神。”调药者，正所以调金液也。又问：如何用调法？答曰：药生时用调，调其合于当采之时。然邪正两门，皆言药生有时，今世人所已知之时，乃邪说旁门之所谓时，非天仙圣道之所谓时。

好淫邪之人，不信修仙。另有真道，迷执淫事为道，故不用调药之时及法。若天仙圣道，必调药之真时，而后合同于天上之事，故最辟邪淫之说，只恐门下法眷误犯，丧失见在性命，怨悔不及。

人若不信，便将他自己身所已知，已行者，勘过不合于仙道。百日，十月有成之期，空劳岁月，为何无成。再将他前代师家，曾已行过者，皆无成而必死，即见邪说虚假，便当知天仙之道言药有不同，调药更甚异。唯天仙知之，调之。应得成天仙者，得闻知，调之。凡世人不得知，不能调也。不能调，则精生时，之老嫩不齐，则其补精之用，有所不同。

白玉蟾云：“药物不精，神丹不灵。”

必单先如法用工调药，调其药生炁足，而可采炼补精，能至满足者为是。

药不知调，则不得真足之元气炁。不唯药有不生之时，或生有迟促之异，是其采取之假而无验，不证长生不死，便当知非改过，若不改过，便是自投地狱。

若药不调其机而乱采，失于迟早之候而徒采不足之炁，欲补精而不得其补，欲满足而不得满足，便成盲修瞎炼。得其调者，凡药之生，皆如是时，皆可采补，方名真阳，方成真药。生生如是不差别，而后可谓之调，不然炁不足，用精不能补，则大药不能生也。不可谓之天仙大道。

调得真觉则得真炁，不得真觉则不得真炁。炁嫩微而急采之，故不足以成丹。必要得旺炁之精，方可用以补精，精到满足，即是气到满足，精炁到满足，即是大药有炁之发生，则谓之大药生。能冲三关而成神仙，天仙。不满足者，不发生大药，不能冲过三关，此见调药为至秘要机关。

又问：若以辨时而调药，世人皆言有老嫩之分别，或是彼已知者，今何言其俱不知不能？答曰：天仙于药生之时候辨老嫩，为调。凡世邪道，以药生之形质辨老嫩，而不用调。由此不同，所以不知不能。又问：何为药生之时用调？何为药生之形质？答曰：辨时候者，辨之合于清真，先之先天。辨形质者，辨于重浊，后之后天。又问：何为清真？先重浊后？答曰：觉觉是真觉，调之皆得真觉，全无妄觉，即是清真之先。若以妄念贪淫事，而求至于浊质微露，即是重浊之后。信奉如是辨者，未有不得真精为用者也。

按佛与祖言，淫事即尘境，魔境。淫念即妄识觉而依尘，则入魔而为六道种。觉不依尘，背尘合觉，此六门先入一妙，亦佛法初机，时同于仙道初机者。

### 伍太一十九问

法名太一，官名达行，字际可。子之堂姪。

一问道曰：仙道至要，闻有三，药物，火候与鼎器。世有药物，鼎器失真者，妄用女人为鼎，交媾取精为药。已蒙指为妖人淫心邪说，惑世诬人不足论矣。

陈泥丸云：“身内夫妻实妙哉。”

白玉蟾云：“薄福痴人不断淫，尾闾闭却采他阴，元阳摇撼无墙壁，错认黄泥唤作金。”

或问房术可致神仙，抑可信乎？抱朴子曰：此妖妄之言，由好事者，增加润色，致令失真。亦奸人造以欺世隐藏端绪，以求奉养，以窥世利耳。大抵彼言御女，而不知道而用之，虽一二女亦足以速死。”又云：“欲守交接之术，以窥神仙，愚之甚也。”

谷神篇曰：“旁门多技巧，俱不免无常。”

玉皇本行集经云：“杂法开化有三万六千种道，杂气普消，吾真道乃行。”

今言精虽真而不得为真精用者，愿闻何旨？答曰：不得为真精用之，违于妙者，是言欲学清净仙道者，亦有已知未知两端之不能用之故也。一是未闻生有真时及其精真时至，毕竟失于灵觉，而神不配合，为之主而不能留。

精虽真者，是人无淫念，淫事，而身心亦有虚极静笃景象。此是静极而动之精甚真，所谓人人本有者。学者不得仙传，真中辨真之机，乃不知我身中已有精生之真时，是神无觉知也。神既失于灵觉，则不能主宰乎，采取配合之工，以留此真而还于静，为长旺后动，渐采，渐补之机。所以云，不得为真精用志有此。

一是闻知生精真时亦不实，求身中生精真时。

此即儒书所谓“思而不学则殆者。”

是故不得以神配合采取所宜之时，所以不能得其精之真。于当用不当用，则或过早炁嫩，过迟炁散，而不能结金丹成大药也。

精生时，人人皆有自然之真可辨而用。若世俗愚人学旁门小术，妄认为仙道者，其痴。痴志得意，满不用此真，则真固不得用为真矣。也有谈清净大仙道者，亦信奉经书，以清为真，取真

有信之言，但不得仙传，辨至真于清真之法，不能实求身中之清真。是何时为非嫩，非老而用其不嫩不老之真以行采炼，则真精已错过，而不得用。及至所用者，又非真必不能补精化炁，而成金丹大药。所以不得为真精用者，又有此。予谓无怪乎，世人不知，不能得用也。盖仙道乃天上所有，而世间绝无。唯仙真所知，所用，而世人无由得知，用之天机也。纵有虚闻而不能实用。设或有一人知用，是必前生有苦修之根，今生自少至壮，皆苦志精修不怠，得天仙下降独传，且嘱之恳切者，而后能用。故我今嘱，后圣所以亦由是恳切也，后圣亦宜体究斯言。

故彼盲修者，俱已无成。

此句总结上言二者。

又问：古人只言，时至神知。然神知之果又有知真时之妙乎？答曰：然。

真精生时，神固有知其机真，于可用不可用之妙，尤所当知。

又问：真中辨真之秘妙，固不敢轻闻，我今愿闻抑可得乎？答曰：道以勤求而闻，以苦修而得，当知此精生真时之道，非世法中人所可知，可有之道，乃遗世苦志，所有进修天仙圣真之道也。实在大罗天三清，四种民天，三界外内，三十六天尊，帝圣真之所共秘，皆不轻洩者。

按道藏度人上品妙经云：四种民天以上之三清大罗，在三界之外。自二十八天以下之无色界，色界，欲界谓之三界内也。最下之界，六欲之六天，一曰皇曾天，二曰玉完天，三曰何重天，四曰平有夭，五曰文举天，六曰魔夷天，此欲界之六天也。中之色界有十八天，第七曰越衡天，八曰濛眇天，九曰和阳天，十曰恭华天，十一曰宗飘天，十二曰皇笏天，十三曰堂曜天，十四曰端靖天，十五曰恭庆天，十六曰极瑶天，十七曰孔升天，十八曰皇崖天，十九曰极风天，二十曰孝芒天，二十一曰浮容天，二十二曰江由天，二十三曰阮乐天，二十四曰昙誓天，此色界之十八天也。并六欲界，共二十四天也。此以上之界无色界，有四天，故

第二十五曰霄度天，二十六曰元洞天，二十七曰妙成天，二十八曰禁上天，此无色界之四天也，合三界共二十有八天也。三界之上，则有四种民天，第二十九曰常融天，三十曰腾胜天，三十一曰梵度天，三十二曰贾奕天，此四种民天之四天也。此以上则有三清，起下之太清大赤天也，即洞神。此上名曰上清禹余天也，即洞元。此上曰玉清清微天也，即洞真。故三清又名三洞洞者，通也。通达无穷也。此以上则有大罗天，言极高至大，包罗众天，共三十六天也。各有一帝，又诸天灵书度命妙经云：“大罗天是五亿五万五千五百五十五天之上天也。又按佛经言，三十三天，皆在三界之内，而以外则无天之名。但佛经由阿难所集记，是凡夫学者之言，道藏则天尊上帝所说者耳。

所以天上天下，万古不轻洩之旨，正在于斯，绝与世间凡夫所谈者不同，故不有谁敢轻洩，不有谁敢轻问闻。

玄科天律禁诫甚重，犯者有风刀之考，三涂之苦。天仙有六通，固自知人善恶而不轻洩。即有仙缘、先得仙传者，亦不敢洩。无真心坚志学道者，固不敢容易轻闻、每有灾祸切身，功德浅小者，亦不能轻闻，何以验知。昔有勤苦人，幸得轻闻师道，而即易与人以轻闻，遂至有得轻闻者，叶莫徐三人皆即以痢速死，而轻洩者，亦厕血三年。以是而知有前修今修者，福缘所系最深重。

所以世无金丹之道。生不能长劫，不能超者，皆为无此清真之中，又有辨其至清至真，易修易成之仙机也。

陈泥丸云：“修仙唯有金丹门，金丹亦无第二诀，所以为第一难遇者。”

顾与弢问曰：至清至真何以为易修易成之仙机？伍子答曰：若不得至清至真，即是元炁不足，无金丹之本，任人费多岁月采炼炁，皆不足。所谓犹将水火煮空铛。原无饭本之米，如何煮得有饭出来，故为难修难成。若知得至清至真，则可采得元炁之足者，一采炼即一得，何其易修，每采炼皆得炁，精渐满而化炁足，百日之内得至。精无可采，炁无可化，何其易成。我固叮嘱学者，必

要辨至清真。

唯是至清真，真阳之精生于虚极静笃之时，固曰，清矣。唯清固真，既已清真，便是可用之机。若有仙传，能觉知者，当其觉初，觉其炁之未甚足，则不可必其急于用。必要真觉其炁之真，有足则真足之炁，方可补精化炁。而还足本根之炁，然气精在禀赋。原本至足，只缘爱欲淫妄而耗亏，则有不足。故欲补足，所以必取此根本足处发生者，可为补足之用。以凑补为禀赋，静体之至足，非至清至真之有足，何以补得至足？是以不得不觉，求炁足者，此足炁人人本有，欲取为用，人皆自有，不待外求。唯知足者，而后知得足，则以觉神便主之。为配合采归根，而留转得足，而成金丹大药。所以于清真，必要辨至清至真之足也。得足炁，则得长生不死而仙矣。知足炁，亦知可必得仙矣。必长生不死，而不复投生矣。世人只浮慕仙名，虚称学道，亦终不知此理。唯自家此精补精，此炁补炁，不必别行异术，何其易修。不过百日之工，采取烹炼，筑基成丹，何其易成。此所以为真仙机也。若传不得于真仙知，不明于正理，行不合于仙机，焉能得真精为用，故我冒犯天谴，而轻语轻录于世，为现在，未来圣真说之能因名言，以求法必得易修易成之实果。尅日上升朝谒三清大罗矣。我又嘱诸后圣，得句之后，必当慎言密悟。我虽出此多言，不过摹写其粗迹，指人以寻究之门，令人人咸入正道，易于修证，不致误归老死，效力于吕祖所谓度尽众生之意耳。每遇后学入道之浅，信道不笃，学道不专之人，虽能问为所以辨，我则犹是遵天科诫，而应之曰，别有辨法。非敢戏论，更不敢因其懵然泛问而遂轻言。

此所言者，是修仙一定之理。不敢言者，是真修实悟之机，必后圣能勤苦参究，奉持禁戒，体天行道，有功行不退怠者，奏告上界，而奉天传道可也。故马丹阳云：“天机未敢轻分付，细细看眼悟不悟，遇有艰难不忆家，恁时指汝长生路。”薛道光云：“休将大道付人情。”又云：“堪怜自古神仙辈，时故如愚不作言。”禅



宗和尚亦云：宁可将身堕地狱，不将佛法做人情。钟离真人云：“三清秘密之事，忘言忘象，无问无应，恐子之志不笃而学不专，心不宁而问不切，彼此各为无益。”

此而若有轻言，言者闻者皆有天责。

言者，犯漏泄天机之罪。闻者，犯无德无志，不足以载道。凡欲学道，必先持斋戒，精勤参悟，奏告上帝，帝命仙度而亦有成。如有不奏告，而敢私相授受者，则泄道及窃道之罪尤速矣。

《三元品诫经》云：“或得仙经妙法妄传非人之罪。传授经法，不为宿奏诸天，盟告五帝三官，不合仪典之罪。或妄解经义，不合圣心，并属天官三十六度风刀之考。”又云：“洩漏神仙秘术，宝藏灵书之罪。或妄造经论，毁谤玄元圣道之罪，并属三元灵曹考之。”

前圣有犯已获禁诫之报者，详传记中久矣。

茅君曰：“华侨漏泄天文，妄说虚无，乃今父子被考于水官。张紫阳真人三传非人，三遭天谴。李虚庵真人轻言于叶莫二人之非者，遂有大便腐血三年之责，而叶莫皆以痢死。”

而可不知天律禁重哉。然而后世真心悟道者，出吾又不知，恐其无以为辨。有慈悲救世者，出吾又恐其无微不能见信，故必留此一语，以为纲目，以待后来圣真之愤排者。

二问云：古云，圣人传药不传火，从来火候少人知。

此二句薛道光诗也。又方便真人云：“圣人传药不传火，神仙秘易不秘难。”

今更闻药有不传之秘，而闻之果，不闻其世人之有。此闻是闻之信，有前因主之也。

此言药之不传者，今得闻之果，与世人之所说，所闻者不同。而我独得闻，亦是从前累劫，积修有功之因而得闻也。不然世之愿学者，亦多而亦皆不闻。

而火之不传，又何以言之。

此正详问火候不传之秘。

答曰：火候最要自悟。

自悟者，即不敢轻言之意，亦不徒口说耳。闻而已是必专心，勤苦实实用功，求必知其候之精妙处，必行之合于精妙之机，必得其精妙真火候之所证果。若不合于如是，则堕落在外道邪法，行炁之类矣。所以马自然遇张紫阳之后，有自悔辟邪之言，曰：道人拜了千千万，尽是行气并咽唾，摇筋摆骨至三更，使得浑身汗如水。有生也，有死也，有世人皆如此。有文学齐长周南余，武学秀才胡茂元同在道隐斋中问之曰：行火候亦若行炁，降重楼亦若咽唾，于此二者，计如何辨仙道与邪门之所以异？答曰：仙道借呼吸有形者为火候，以行先天元炁之无形者。而有形之火，亦同归于无形，方是精妙。自然若邪门单行呼吸，以有形为事，故必致有病。何以为病？升提太迟重，则提为邪火，其病头晕。病目赤肿，医障病。咳嗽痰火病、癰肿等症。若降下而迟重，则逼沉粗，气贯入肾子为疼病、偏坠病，腹胀等病症。上下两病，皆致人速死，故大异于仙道也。仙道降重楼者，是元炁返还而降归根，非咽唾也。唾者，口之精，有形之物，亦非无形元炁者比。然元炁降旧炁穴，则有补炁养神之果。唾津咽至脾肚而归于浊溺，无证果看，此亦正邪之大异者。

悟其顺时合则。

时者，子午卯酉之四时，春夏秋冬之四时。日中之四时，有沐浴冲和之候，此则之宜顺而合者。年中之四时，有木火金水之和法，以和而为冲，此亦则之宜顺而合者。故参同契云：四时顺宜与炁相得则者，是法则。

非言之所可罄也。

言语出于口舌，必不能尽说心之妙悟，以口心本是二故也。

亦非言之所能肖也。

肖者，相似之文，虽明言之。犹是属于口，而浮于外，终不似心悟，即是实得。

夫火何以不可罄，不可肖也。且言火所当起之候、随药生之

候，故然矣。

火起之候名曰子，是合我身中之生机。当活用以虚比为子者，以周十二时也。若天时夜半之子，非仙家金丹之用，乃旁门邪法所用者。然火子固活用，亦不能自起，必因药生了，则起火采而炼，故云：随药生为起候，亦所谓有药方能造化生也。故火必因有药而后起，余无药时起火不得，又必以起时称活子时，故药生亦因火生之子，而皆称为活子时，以药生而即火生之故也。

于其火药同用之机，有两情相知之微意因用不同用，欤果相知不相知，欤未可言其似也。

同用者，即以神驭炁也。神行则炁行，神住则炁住，神炁合一，而不相离也。于此，必要相知，方是真得不离。若神为徒用，不知有气，是不能驭炁。若炁为徒用，不知有神为主，是不能随神。如是皆不相知，则悖同用之机不同用，则金木间隔矣。如炁同神用，炁即可证长生不死之本。神同炁用、神即为神通，超劫之主果。同用则必长生果，不同用则不脱凡夫死亡轮转果。用而相知是真同用，不相知是不真同。相知者，神知炁合一，而随之即凝神归入气穴。不相知者，神行而不知炁随行，而神住不知气随住否，或气行而神反，止之为不知，或气住而神反驰之，为不知。如是则神气二者依旧为二，不成采取烹炼，筑基养胎，化神之理。

文柔之候用进而升，刚武之候用退而降。

俞玉吾云：“丹法先以文升、后以武降。”

文不过柔，武不过刚。

文武法必当适中，合乎自然。过柔则似不及，过刚则似太过。

刚而变柔，柔而变刚。

文完则必用武，武完则必用文。当柔不变柔，则伤过矣。当刚不变刚，伤不及矣。皆属勉强，必不可差毫发循环变化，以完周天。

升而不离二炁，降而能顺四时。

神当升时则先天元炁及后天呼吸炁相随，以升而不离为采取也，即心息相依。神当降时则二炁随时之凝而归于二沐之妙于烹炼。

前此圣真之所已言者，抑曾以是为言乎。而谓胎息，又岂可易言乎。

古圣皆巧喻，并不如上文之真语。神气炁用，唯此语中一字一句皆发前圣之未言，不似已言者，之为喻上加喻，使后学于小周天且不能明其大周天。为科禁律戒之尤重者，上界仙真不肯易言。在世圣师，又岂敢轻忽而易言之乎。后学又岂得易闻乎。

此固小周天之妙理也。中亦有合大周胎息理者。何为胎息，其肇（音赵始也）也，结胎之息，从无入有而实，若无于不息中而或暂有，有无兼用之际也。

结胎者，成化神入胎之初也。神驭元炁及呼吸气归于气穴之根而为胎，得此住定，谓之胎结。然炁穴中自从元气及呼吸炁皆发散于外，而为人生日用，直至于今，则此中本无了胎中之息，于此时而归复幻化，作有息以凝神住炁，故曰从无入有。若执为实，有息而强制为息相，则坠外道邪说，旁门之妄，舞弄后天者矣。真仙道则入有不见有息，故曰，若无即所谓有，不著有，不空而空也。不息者，入于有息而为胎，虽入有，犹妙似于不息，故曰，不息。此上上天仙圣真，真胎息之妙相也。不同外道旁门之不息。由强制为不息者，比然极致时亦暂有息少循，其屈伸之理不至如旁门。强制不息者，之散漫，故此曰，真胎息。即道一禅师所谓“未有住而不行者，然有而必无，无而必有。”故曰：有无兼用。

其既也。

末后之时。

脱胎之息从有入无矣。而实无，无息中而静定寂灭，此正所谓无余涅槃者也。

从有者，即从入为有息之胎，乃不息之定。息为有息是有定息也。非曰，有呼吸之息，如凡夫浩浩然者，比即我上文所说，实

若无也。由若无而至实无，故曰：入无而实无，则灭尽息而得大定，谓之灭尽定矣。然无息而或不能尽无息，犹是有余涅槃，言尚有余息未灭尽，及息无而至寂灭，灭已至大定，而常在大定，方可阳神出见而出定，为无余涅槃之实证也。必至如是，为真成阳神，真出定。即《华严经》云：“谓如来出现者”是也。

夫以不息之功为胎，谓之万法归一矣。有一在，则为目。之所易见心，之所易知，亦犹可易言，易传者也。即《金刚经》所谓云：何应住，佛言，应如是住，菩萨但应如所教住者，是也。

不息为胎者，是以胎中之息为法，而求证无息也。昔人问胎息，肖紫虚真人答曰：“能守真一，则息不往来，谓心归一息而住定。既定于一，往来自无。若有往来，是二非一，谓常见也。唯有一胎息在也，而目必见此心，必知此所谓万法归一者，归此也。”所谓归依法者，归此也，是为真胎息。故《楞严经》佛云：“若不识知，心目所在，则不能得降伏尘劳。”故《金刚经》言“应住，即言住、心住，息为道胎，觉膺也。”即言悟佛知见，入佛知见，习学禅定者；之必然者，故如是直言，心必依真息，三昧而定住，则不住于六尘，而生迷惑，其六根应当住，如是正定而成正觉也。由是佛得住定法而成佛，亦即以住定法垂教于世。菩萨修佛时，《华严经》已云：“菩萨住佛所住。”故于《金刚经》又言：“菩萨欲要修佛，应当如佛所垂教而住，即能住佛所住，亦能成佛所证。

以无息大定而圆胎，则一又归于无矣。

此言灭尽定所证。陈泥丸云：“虚心凝神得神炁，俱定息不往来，谓之大定。”赵真人法语云：“真火本无候，时人休强猜，要知端的意，无去亦无来。”

无者，无其先天后天之二炁也。

元炁及呼吸炁二者俱得到，既无是炁炁，证大定矣。

无其心之生灭动静之环也。

凡夫之心有生，后有灭，动而有静，相为循环不已。修行人既已得大定，全无生灭，动静循环，即性证寂灭矣。

无其六脉而性真寂灭尽定也。

陈泥丸云：“我昔工夫，行一年六脉，已息炁归根，正言十月关中之实证也。”六脉者，两手寸关尺，共六部脉也。脉住，由于息能先住，息虽住，必至灭尽而后脉住。故《华严经》云：“二禅息住，三禅脉住，四禅灭尽定者。”言息与脉俱灭尽定也。

故重阳真人云：“也无减，也无增，不生不灭没升腾。”

没升腾者，住而不行。灭静尽后景象，即世尊不起于座之义。

《金刚经》亦云：“菩萨于法，应无所住，行于布施。”

了心必先依法而住，心既住矣。若不舍法而久住法，则法又缚心，同于六尘之缚心，俱为不了之心，如何得常乐我净，故云：必勿住法而施舍其法。

《如藏经》亦云：“恒以净念，住无上觉。”

净念者，不生不灭之念，既不住尘妄所，不注法之念也。无上觉者，佛觉极上，圆满之觉，再无可上得住于此，则证最上乘矣。即灵光耀古今之极证也。

又云：“安住寂静诸禅定智入不死道者”是也。

安住寂静者，佛言，大定而常定，于无余涅槃，自然且常乐也。禅定智者，即定中之真觉也。安定禅定正觉入于不死之道，故能不死。此世尊当时所实证者，是如此。后世僧人竟不知佛证不死。不信佛证不死，扫去禅定而不修，皆甘心死亡成空亡断见。

无之见目有所妙，其见无之知心有所妙其知。

此证入佛知见，为心目所在之极证。妙见者，不见色，不见空，离所见而若见。妙知者，无思议之所知，离所知而若知，证到于此无知，见无佛之地，是为真归于无者矣。

而谓无之无知见也，不可何也，嫌于晦昧，非妙觉也。

无者，是无有为之法，无有见执之相。即真空也。知见者，是正觉之正知见，非世法及凡夫执相之知见，非外道断空之知见也。当入无之时，用佛法正觉之正知见以入定，而后始能无。若无正知见，则无入者之主宰，则是神不能凝炁穴，不能入，不有圆满

胎神而出定。堕在晦昧无知之空亡，不成正觉。晦昧者，黑暗不明之义，喻人之无知。妙觉者，即正觉之精妙处，证入洞虚玄妙之境，于无天地时，觉犹独在觉道圆满而超劫者是也。觉既圆满，即是妙觉。由始觉，本觉而至非别有所至，所以觉道。必由仙佛正知见，以入以成。故曰：无知见也不可故。陈泥丸云：“无心无念神已昏，安能凝聚成胎仙。”

而谓无之不可知见也。不可何也。嫌子不知所以复性真之体也。

无者，心之无生灭，以定息至无出入而俱无也。无生灭则无妄觉，而有正觉之所至。无出入则无妄动而有禅定之真寂静，方是真元。无出入故有寂定。无生灭则有觉照。如是者，唯有佛知见者能之。故云，不可说，不知见。若世之邪人逛语，自称知仙佛，妄言不可知见，只因不知寂而常照之义，是不住正觉。将何者名为仙，名为佛。盖正觉原是我性真之体，人人心中本所自有，人必由正觉知见而复见性体。性体即是仙佛，彼皆不知仙佛正理，反要无了正觉知见，便是堕顽空矣。何以复性真之体而成仙佛，所以彼皆不成超劫正果，为大错矣。《内秘真藏经》云：“大乘之道，离一切相，离一切行，觉法空寂，觉无所觉，寂无所寂，无觉而觉，无寂而寂，名无上道。”

若此者。

总上文以知觉，知见，成正果义。

皆妙悟深入密修密证，而可致言者乎。

密修证者，至精妙之大用，悟到至精妙之地，故曰，妙悟道藏内。《妙法莲华真经》云：“不滞有无，永绝生灭，是名真人。”

予斯多言犹是摹写粗迹之教言也。犹非心悟所到之万一也。

言语只能少，言其似。心悟则能妙合其宜。

予勿执此火传，便自以闻，为得以知为得也。

传火则言之必浅，必悟则入之必深。闻言若止，徒知不若心悟之深入。

唯决烈精勤，以实悟修之，万幸，万幸。

三问曰：“直论中所云，当吸机之阖，我则转而至乾，以六升不降。当呼机之辟，我则转而至坤，以六降不升，此旨玄深，实不能测，愿再详之。

言行火之机，当在吸之时，顺吸机而至乾，乾为天，为首位，在上。故曰，升不降，非全然不降，以灭阖辟，乃不重于降，而重于升，只见升不见降也。当机在呼，则顺呼机而至坤，坤为地，为腹位，在下。故云，降不升，非全不升，但轻其升，若无而专重于降，只见有降，不见有升也。

答曰：昔钟离仙翁度纯阳翁时，已言可升之时不可降。

此即吸机之妙用也。

我言可降之时亦不可升。

此即呼机之妙用也。

谓若一阳初动。

阳精生而喻活子时者是也。

元精流布而欲下。

元精之根在丹田，若将生精，则必欲下行于淫根，我不令往下而返归于根，非升不可，故必升之曰采取。

故六阳时，从子而后升。

六阳者，子丑至巳，六时为阳也。子后者，纯阳祖曰，子后午前定息坐，夹脊双关昆仑过者是也。

皆升，以升之升之，即采取也。

阳生随用火，之子。亦曰，子此而采取，即子后升。六阳时，皆以升。故能令药气归于乾，即所谓还精补脑是也。

即机中之○也。○之即无可降之理，则不降也。升而转归于本根之穴矣。

归于根，即凝神入气穴。

故六阴时，从午前当降而降。

凡采取烹炼，过身中午位而降，此旨由张紫阳金丹四百字序



已露其机，故午当尊其言而降。

皆降以降之。

六阴时皆重于用降。

降之即烹炼也。

烹炼必用鼎器，即丹田之炁穴也。

即、也、之时，无可升之理，则不升也。

不升者，虽有升降转运，如北斗天罡，犹若不升，取功在降炼故也。

门人胡太真问曰：如何六阳皆用升，六阴皆用降？答曰：凡用火必从子起，子及六阳在先行，因真精要往下，必令还于上，必升方还。得皆升者，取其上转也。至午以后，阳炁已全还矣。只要薰蒸长旺，因在炁根穴内用工，所以既要补填炁穴满足，焉得不归下炁穴，此必然之理也。

所以妙于升降者，由颠倒用之。始得其妙。

升时有降而若无降，降时有升而实若无升。此其所以为妙也。颠倒者，即用升降之颠倒也。

此万古万真不洩之天机在是也。修士可不识之哉。又重阳真人云：“子后看时知日短，午前坐处觉宵长。”此可证也。学者当以此印证之。

四问曰，直论中，论鼎器以为下丹田，中丹田也，今日教言，又闻有乾坤为鼎器之说，虽皆出于古言，不知是一说，是二说？答曰，非有二说也，用之时异也。

时异者，有用百日工之时，炼精化气而筑基是也。有用十月工之时，炼气化神入定胎成，而出阴神也。

今言鼎器是也，坤是百日炼精化气时之用，凡采下之炁，必向上至于天顶之上。

下之炁者，即肾中真精阳炁也。又为地之炁，本不自升上，故采而升上。邱长春真人云：“地气本不升，因天气降下混合至极，复升或引带而上至于天顶极高之上是也。

取上之炁必向下至于地腹之中。

上之炁者，即言天之炁。喻心中之神也。肖紫虚真人云：“天上日月地下转，海底婣娟天上飞，乾坤日月本不运，皆由斗极转其机。”是也。

斯有归著于用乾坤也。

白玉蟾云：“上至天谷，下至阴端，二景相逢，打成一块。”与此义同。

故云：归根自有归根窍，复命焉无复命关，是此云乾坤，即所谓关窍。虽云舍乾坤而别指鼎器不能也。又问曰：何故有向上向下之理？答曰，纯阳仙翁云：“坎离颠倒，金木浮沉。”是也。

此节详言鼎器所用之颠倒，兼发明药物所用之颠倒。

盖由在肾之元精属水。

肾有坎水之象，元精虽是炁，亦名曰，真一之水。

本往下流，易用于淫根。

精之本体曰元精，著于用则曰淫精。每依附淫根为用者，故静则藏于炁穴，动则依于淫根。

而五脏皆有精炁，皆由系管而行于脊后二十四椎之间。

五脏有管，皆系连于脊椎间之窍，以通行五脏之气。凡淫媾时，一身内外唯脊腰独用气力。故五脏之气随，通身之气皆聚于此，皆化成精之形，由此过而洩。故人劳气力于淫事者，皆腰疼是，故仙机要旨，皆必由此逆行上以返还。

欲逆之而回，故必由之以向上，能向上则离习炁，而得真炁矣。

习炁者，言淫媾之事也。

佛经云：“以海水灌太子顶”是也。

仙机以元精之炁升至上田，谓之还精补脑，又谓之醍醐灌顶。诸菩萨佛法亦谓之醍醐灌顶。仙佛起首，同此妙喻。

在上之元神发动，皆依念虑为用。本似火而炎上，易出入于眼耳鼻舌，欲逆之而返还，故向下依于精气而同返还入于气穴，既

向下，气穴则离外境而尽脱四生矣。

念虑者，如眼之念虑为用视，耳之念虑用听之类。脱四生者，是眼不住色而不生色心之魔，耳不住声而不生声心之魔，鼻不住香而心不生香魔，舌不住味而心不生味魔，此言离了外境之色声香味而心脱四者之识，皆得向下之所证也。

即世尊于娑竭陀龙宫说法。

此即下丹田之说。

又于迦罗龙宫入定。

此即仙家中丹田入定之说。

经七日不起是也。又问曰，中下二田为鼎器之理如何？答曰：下田即炼精化炁时之说已详矣。

三十六部尊经云：“真精在肾，余精自还下丹田。真炁在心，余炁自朝中元。”

而《华严经》亦云：“一切诸佛脐中皆放光明，名菩萨受生自在灯。”

张紫阳云：“黄庭为鼎，气穴为炉。黄庭正在气穴之上。”王重阳真人云：“脐中丹田内有黄庭宫。”古云：一点落黄庭，即此处方真。

此上文一节，皆言下田之理毕矣。下文一节，皆言中田之用。

而中田则炼炁化神也。重阳真人《全真集》云：“蛇娘嬉耍，子卧搬上，中田总向明堂过。”又云：“拾得真金坚又刚，放在绛宫封闭了，满宫明耀现霞光。”谭长生真人云：“欲觅真空，只在南山尽静中。”《谷神篇》云：“百朝沐浴忙移鼎。”纯阳翁云：“一从提上中宫帐，万千群魔不敢当。”亦有《本行经》世尊云：“若至恒河水南岸，安稳住定如须弥。”又达摩祖《胎息论》云：“炼胎息者，炼炁定心是也。常息炁于心轮，则不著万物气，若不定，祥亦空也。”

此一段明中丹田之说犹详，在李生三迁之问，彼此相为互明者，真修实悟之人，必要先知，用中丹田之真处，而后可成阳神。

前之炼精以化炁，用上田之乾，下田之坤。

即紫阳真人所言，乾坤为鼎器。如《易》所言，乾为首，坤为腹是也。

极至其上下二者而虚其中田，故天皇真人云：以形为炉，首为鼎也。精满于脑，火炼成丹。白玉蟾亦云：“鼎用乾坤，药须乌兔”是也。化神时，用在中田。马丹阳真人云：‘保养下田无漏洩，方迁绛阙炼中丹。’

绛阙者，心属火赤也。

常若旷中，下而为一。如世尊于欲色天，二界中间，化七宝坊。如三千大千世界，说甚深佛法，令法久住，即此时义。而上则其所经行之虚道耳。

言上田，亦我神炁所经行过之路。道盖三乘之工，皆有三田。反复之理以为行，所当行者。若用初成时，住于下田。用中成时，住于中田。用大成时，住于上田。此我所谓住所当住者，是也。

炼神还虚时，唯虚寂于上田。

上丹田者，仙云：泥丸。佛云：泥洹。又云：佛事不周，终不取于泥洹。

不用中下二田者，炁已无而神已虚也。

到此地位，已无返还，化神化炁之工则不用返还化炁神之地。

是由三田，各有当用之时，故亦各为之说。有缘高士，见闻此说，当识之为定论。

五问曰：法中有五龙捧圣，前此未闻果。凡耳之不得闻，抑前此圣真无此法名之可闻乎？愿一明示。答曰：有而且多，皆设为工法之喻名耳。

古圣仙佛，借喻言以说法者，心切于度人也。法不说则人不知，求不知。用未来者，何以得超凡入圣，欲直说之，天律明科，禁重天机，又不敢轻洩以犯冥考。故以意义近似于道法者而为喻。以言使后人因名以求实用，即所用而求证圣果。故皆立一喻名也，又或有名，虽不同而工则一。

昔世尊佛喻之曰，芦芽穿膝。

王重阳真人亦云：“若人收定三宝，搬运寄归何处，先用芦芽穿膝之法，运炁然后七返还丹。”又云：“芦芽穿膝，上下河车，搬精补脑，水火双行，此见我此仙宗，即同佛法。”

而后世凡愚，不知为喻，而疑为实有穿膝。岂有所坐磐石之上，真能长芦芽以穿膝乎？达祖喻之曰：折芦渡江。

梁武帝建都于金陵，八年十一月，朔祖渡江往少林，其时江边已无芦可折矣。不知佛与祖皆以芦为喻者，海与江喻人之爱河欲海，流浪之苦，西江水，黄河水逆流，亦是此意。

岂有航海之胡僧，悔不能以芦渡，而江能以芦渡乎！

初达摩在南天竺国，欲东游震旦，谓此东土有大乘气。由是国王以巨舟，实以重宝与之渡海。凡三周寒暑，而至广州登岸，事详在传灯录及五灯会元。

皆有此妙喻而浊恶。愚夫执谓世境之言，妄以诳世，似亦可羞也夫。又问曰：“此五龙捧圣之喻，亦喻出于古人乎？抑今日之新为喻乎？答曰：前于佛，而有《玄帝经》云：“劫初太古，修来证道于轩辕黄帝五十七年之甲子岁，当其超凡质以养神胎之际，用此法矣。后留法象于武当山，曰舍身崖，脱凡胎也。曰五龙捧圣，入圣位也。喻此以示后人度人之心，何殷殷也。故修仙之士得遇真仙传道者，得闻而浊恶，世皆凡夫无闻也。

元始天尊说真武妙经云：净乐国王与善胜夫人梦吞日光而有娠，怀胎十四个月，于第五劫名开皇劫，初元年甲辰三月初三日午时，一云甲寅日也。生于王宫，神灵勇猛，不统王位，唯务修引。摄坎离，真精归根复位，得玉清圣祖，紫虚元君之传道成，后于黄帝五十七年，甲子九月初九，白日升天。又按净乐国在奎娄宿之下海，外国也。武当山炼真之所在异轸宿之下，又启圣录云，前历八十二化而后成道。乃太上之第八十二化也。浊恶世无闻者，盖浊恶世人皆行浊恶之事，无志修真，何以有闻。无缘遇仙，仙不屑与之。愚何以有闻。故终于无闻也。捧圣者，非别有所为，乃

仙佛超凡入圣所同用，而必用者，即冲透三关之秘法，非凡世所言之比，及世人遇有此言出，后闻此皆茫然，不知何用。殊不知即三关秘法。故陈泥丸真人云：“最隐无过九曲湾”是也。

昔我祖师虎皮座张真人。

真人张其姓，静虚其法名。宣德壬子年生于邳州，为邱真人北宗龙门静字仙派也。得道于蜀之碧阳洞。受师仙旨，以广教门。周行四部州，历西番，转北番，还中华。虽有大明嘉靖皇帝遍求，请而不肯出以复命。常以虎皮为座具，故当时十方皆称曰虎皮张。

常幽栖于武当山。

坐于武当山之虎耳崖石窍中，不与世人相接，唯显示学人知当避世。

深得此名理，以吐露秘机，其后口授卢江县之李虚庵。

姓李号虚庵，法派名真元也。嘉靖乙酉年生于卢江县城西。初以医济世，乃结菴于城外，延访仙师，自十九岁至五十五，万历己卯也。始得张真人尽传内外金丹，天仙大道，捧圣超凡，功成显圣。

虚庵真人人口授于南昌县南武阳里之曹还阳。

还阳为号，常化为法名，曹为姓。嘉靖壬戌年元旦前三日二十八为生辰，废尽千金家而学道，甘贫清苦，为精修得五龙捧圣，转神入定为怀胎。至天启壬戌六月十二为出阳神，入新建县西之西山面壁还虚，为大隐。

还阳真人来口授于我及汝父真阳，登仙派名守虚也，皆得闻此者。

凡修仙道者，知此而行，得此而证，则得长生不死，而永无生死。神通无极是为证圣矣。若不如此，不得此，则必不能脱了生死，不免六道轮回，此圣凡分路至秘天机。

得与闻者，有熊秀菴，亦名守虚，邓绍元名守空，二者新建县之西山仙种也。并曹老师之子号希还，命名守玄者数人。虚庵得闻此以证道，大显神通，济世救民。

一日大旱，无以治农事。诸祈祷者，皆无应。众官民哀求李真人祷，以救民。真人乃以墨涂掌心，向日默言数句，即有黑云蔽日，遂致弥天，不数刻，而大雨如倾，及邻封六邑皆得有秋。一手举五六千斤之石如弄丸之轻，竟不知其力之能举多少，其神通最多，此不遐数。

仙隐于万历乙卯岁。

时县宰贪酷无度，求见真人欲求服食点化。真人不屑与之见。遂以违命，怀仇连及姻家被禁。誓必追捕辱之，以洩忿。此亦可笑，可鄙也。视黄帝肘膝下风者之必得，视刘海蟾即弃宰相者之必得，视吕纯阳即弃德化县令者之必得，如彼挟势位捕师者之必不得。为熟愈载。与退步而求至行前者何异，有冠冕者求道之禁戒也。真人由是托尸解之状以避之。宰以为真死，遂解其忿。而真人似死入棺者，七日棺即空矣。其形神俱妙，仍居于姻家。其子名李能培，充生员竟不丁忧。后继宰者，深羨其内身菩萨，名遂播于十方，神遂炼其还虚，此亦有神通，不必显之一案也。所以大修行者，安肯令世人知之。

还阳得闻此以成仙，含光太虚妙觉无极。

出阳神，入常定，寂灭于无极。

亦仙隐于天启壬戌夏，当此欲藏迹西山之时，已形其五龙之名于笔矣。

曹老师将仙去之时，谓其子索纸笔留记于伍子云：“五龙捧圣万金机，斋戒焚盟已受之，初愿临期能妙用，真真皆此上天梯。”从此始有五龙捧圣之名在纸笔矣。

我亦因之以笔永其形。

我因师之笔形而再言之，以寿诸梓，则流行于永久矣。吾弟真阳初见直论有五龙之名，责我曰：古谓仙机必不书于纸笔，五龙秘机，秘而又秘，安敢书于纸笔乎？予曰：师已肯形于笔，我何必不肯其所笔乎。虽有五龙虚名，似亦不妨。

代为口授，普开来学。而凡大仙行仙佛最上上乘妙道者，只

此是圣凡分路。他如纵说能修有证，非此一法无以透关而脱凡证圣也。唯其为至要至秘之机，不得不露一句，今后学圣真，有仙道福分者，知所参求，知所信奉。凡有志于仙佛者，俱不得轻忽此言。背此不求者，虽修万劫，终难逃其六道，可不思之为急务耶？问曰：玄帝之喻五龙有法象，可证者人，可易信？

法象者，即武当之舍身崖及五龙捧圣等之说，便是有据。

今以芦芽穿膝为佛说五龙之喻，以折芦渡江为达摩说五龙之喻。但我尚似凡夫之见，同于信心，不及不知，何所证据而可令人必信不疑乎。答曰：昔王重阳真人云：“芦芽穿膝，上下河车，搬精补脑，水火双行”等语，已先指示在世流通，已详道藏中久矣。又西竺经目有所谓五龙经，其曰无字经，三十二卷。有字经二十卷。岂虚名哉。即三藏来东五千四十八卷内三十五部大经之一，观其各则有义在。若无据而说则为幻说。无授而言则为妄言，既非幻妄，后学宁可疑，而不知参究之哉。

六问曰：如何是养胎，如何是胎成？答曰：养胎者，炼炁化神之喻，非实有胎也。

《太上灵宝大乘妙法莲花真经》云：“清静之义，天尊言，专养精神，不为物杂谓之清，反神伏炁，安而不动谓之静”即此也。

又问：既无胎，何云养？又答：似胎之理，故借喻以言其似也。以炼炁之初，本要似胎中之无呼吸者，而又不能无呼吸。

习入定而求至无，不能顿然全定全无，此仙佛圣真初习禅定，自然必由渐法也。

若胎孕之将产时也。

人胎十月满足将生之时，呼吸全有，故初习定似之。

生灭之相尚在。

心起一妄念，思想平日旧习，便是有了一生相。又起一念灭妄，便是有一灭相。如安国师读《楞严经》四句偈云：知见立之说，即所以为生灭。凡习定之初，求无相而不能顿无。云：尚在者，生灭不能灭已尽之说也。



出入之迹犹存。

生灭者，心也。出入者，息也。心有生灭则无以摄息，其息焉能不浩浩然为出入。怀胎者，必存神以摄气，存气以留神，乃可得神在胎中。

名二乘，亦名曰如来以有来，故名如来。又谓之如理而来如理而去。

来去，即是出入之义，习定之理。

故《华严经》云：如来大仙道微妙难。可知燃灯佛又言，诸行无常是生灭法。皆谓此也。入涅槃而未实证。世尊谓之有余涅槃，由此而渐趋者也。犹称为渐法，即此法此理。而仙圣喻之曰，养胎也。

《胎息法》云：“心定则神凝炁住，而胎长矣。胎之长，由于息之住，无息则不胎，无胎则不息，即此是也。”

其终成也。

胎息论云：“念念则泄真炁。”故胎息不成，如何得道。

无呼吸而灭尽定矣。若人世男女媾媾之时，只二气合一而未成胎，浑然无物也。生灭之相灭已。

真实用四禅，许多定力而后得生灭，灭已。即六祖慧能所谓禅心无想，禅性无生是也。

出入之迹寂灭。

鼻息无出入之迹，得证灭尽定矣。

心为不生不灭之心，身为不生不死之身。

此时神形已俱入妙。六祖卢能亦谓心是地，性是王，王居心地上，性在身心，存性去身心坏是也。

从此一得顿，然直与虚空同。

张紫阳云：“觉此身如在虚空，常至如此则禅定也。”

故仙圣喻之曰：胎成也。世尊佛谓之：无余涅槃。

无余者，无有不入寂灭之心与息也。

而后脱胎出神。

出神是定性成而出定。世尊谓之如来出现。

所以《楞严经》云：“既游道胎。”

同仙家怀胎之喻。

亲奉觉胤，如胎已成，人相不缺。

喻定成神全而性妙灵觉。

身心合成日益增长，又曰，形成出胎，亲为佛子是也。

胎息养得神全而纯阳，仙家出阳神称曰神仙。佛言得大定而出定，称之曰，佛。即此说之同者。

燃灯佛所谓生灭灭已，寂灭为乐，正谓此也。过此向上则为真园顿门矣，不随天地同坏者。

史太素，胡太真问曰：仙家人修到出阳神，佛家人修到出定，似亦园成了矣。今乃曰，过此向上为真园顿门，我不知出神出定后，更有向上，我亦不知仙佛为如何园顿。我闻自佛法入中国，至于今，上下千古，人人皆说，凡夫发心修行时，便顿然事了了为顿门。今言出神出定过了后，方名顿，然则众言皆非与？答曰：果非也。尤可笑，彼凡愚渐且不知诳言，知顿竟不知如何为顿，冒认为知顿能顿，以自妄为尊大，实窃据衣食财利之实，而亦更不肯悟。《华严经》所谓如来始成正觉在寂灭场，现卢舍那身，说圆满修多罗，名为顿教之说。今之一切凡夫俗子，皆未到寂灭场，安可妄称我自顿教顿门。此是未得为得，入魔道而不省悟者。又何不解，《圆觉经》所云：如来境界渐进至于佛地，名顿教。大乘顿机从此开悟之说，所以不知七地菩萨，上至八地成佛，尚要加持。修上至九地，十地，十一地等，觉而后，竟道始圆满，正为真顿教也。盖初修行时，用功行以至七地，而功行止了矣。八地以上则无功行，乃不可言修，言证。此时若强加功，则是同于退席者之知见。若未到七地而误不用功行，则是断见空亡，外道之知见。后学皆如此，即堕入此魔坑矣。汝当自详之能。如是说，则同佛说。不如是说，则同魔说，不可顿为仙佛，但可顿入魔界狱矣。

夫既喻之曰：胎宜。若有似于胎矣。虽曰似胎而实非胎也，何

也？生人之理，胎嬰在腹。修仙之理，胎神在心。世人但聞胎之名，而遂謂腹中實有一嬰兒出，而為身外身者。此又可嘆其愚痴之甚也。有志修仙佛者，不可不以此破疑，而自啟其迷。又問古人皆言身外有身，伯師今日獨言非身外有身，何也？答曰：人性至虛至靈，無形無體，無論動出靜入，本然皆無形體，我今不過以得定之性，出定而為神通，亦只虛空無形體。

《洞玄靈寶諸天世界造化經》云：“得道者，與虛空合體，無盡者也。”

非拘拘于身外有身形也。若欲顯身，令人見之身外，便能了身。一身多身，百身千身，萬億身，皆能變化無窮。

初出定之神，現身亦少。乳哺神旺，方可變化百千萬億多身。如此者，是因陽精陽氣歸元還虛所能也。古仙遂即所能。然者，為鼓午人趨向決烈之志。如佛之善，巧方便化人，豈拘拘以身外身為言哉。昔《洞靈神鑒書》云：“念動意動處處出神，念停意停處處歸真，先我言之者，亦如是。”

七問曰：如何得成陽神”抑何以出？答曰：先天元精，謂之真陽，得此真陽，而煉性通神，入定而出定，謂之陽神。不得真陽之精，配合性真以入定得定者，只名陽神。

陽神者，顯然出現變化莫測，世人所不能見知者，而能見知之，世人所不能為者。而能為之，世所無者。而能有之，有者，而能無之，人人共見。此神通之能，顯于陽世者，曰陽神。若不能以身形顯現于陽世，則人不能為者，亦不能為世所無者，不能使之有，有者，不能使之無，無陽剛之炁，故也。僅僅能先知先見，勝于人而已，亦只能陰陰暗現于世，故曰陰神。全與陽神相反，故不及其神通。所以得成陽神者，由元精真陽也。蓋元精是無形質之陽炁，能化補其炁，能助胎養其神，乃成金丹，成仙道，顯神通變化之真物，故曰，真陽，曰，陽神。若炁非真無形，便是陽不真，為陰濁，無虛靈之變化，縱陽神到空，只是陰神。既無陽炁之因，故不成陽神之果。

所以王重阳真人门下孙不二元君云：偏执性为宗，如何出阳神，十个九个坠顽空。若得命基带了性。

命基者，即真阳元精也。

白面做烧饼有准。又长春仙祖门下徐复阳真人云：“未炼还丹，切莫内观照。恐出阴神，投舍迷真道”是也。

还丹者，机有将动之元精，用返还之法，化炁成丹。丹成，则以之养神，入定内观照之化阳神。内观照者，观照此炁还之丹也。若未得还丹，内无所观照，强欲观照，乃无着落，必随空亡死境。故曰，恐出阴神。阴神者，死而性灵之鬼也。投舍者，此身形炁已死，不能存住此性。故又投胎生身为居舍。迷真道者，迷失长生不死之阳神道。

若止习枯禅，当下了得。

即行内观照之法，而万缘不挂。

息无出入。

息禅定而灭尽定也。

心不生灭。

心禅定而灭尽定也。故《皇经集》註云：心生则地狱生，心灭则地狱灭。

到真空境界，方能出得个阴神。

必要心息俱到真空，方出得阴神。故长春真人云：“未到真空，虽阴神亦出不得。”可见阴神亦非容易出的。

犹是有生死在，不免轮回者之小果耳。

有死则有生。不能长生则有死。有死生即是轮回。入地狱饿鬼畜生三恶道同是轮回。虽生于人，生于天，亦是轮回。故曰不免。

所以四果之徒有生，天生人之阶者，以此天福尽而还堕。

《皇经集》註云：“岂知积福生，天福尽，犹不免复堕。”

故我祖先虎皮坐张真人谓之，谎花儿不结果者，言不及阳神之实证果也。

初李虚庵真人得山东刘宝珠内观照之法，遂内观照至七七日，即有慧光发现，隔城墙能见人，所为城墙如琉璃透彻明亮，自谓一心息相依而得此妙证。此果及出静室，依旧是凡夫无能见。故张真人云，谎花儿不结果。

夫阴神出而亦有慧光发现，洞见百千万里如在掌中。

此亦有天眼通之微意。

房舍墙壁不足为隔碍，山河城郭不足为阻拦。我形在此，而慧光亦在此。惺惺灵照而洞见远视之为妙也。非离此而逐诸境也。不如是，即昏梦中之魔境而诳语人为阴神者也。于此著之即入魔道矣。

《楞严经》云：若大妄语，即三摩地，不得清净成爱，见魔失如来种。所谓未得谓得，未证谓证，如穷人妄号帝王。

岂知真阴神者耶！又有一等人，似戏似诳，言曰，我能出阴神，明明出于街市而往返焉，而人遂敬信之。

阴神之慧光，亦能普照，无所不见，无障不彻。岂但只见街市而往返，行之街市两旁之房舍便隔碍，不能彻见耶。若果如此是春梦，非阴神也。若再强夸得此阴神，便是诳语。有心以欺世者，非正人君子之言也。洞玄灵宝之所禁，楞严四律仪之深戒，学者自慎之。如在洞玄，则得女青律风刀之考。如在梵纲，则招酆都山拨舌之愆。若不慎，则此罪有准。

彼见人敬信而益夸其能出阴神，此又可耻，其无耻之甚也。若真阴神者，有神通矣，亦止有神境通。

神通变化无穷也。

宿命通。

知自身前世人，后世事及见他人过去未来事。

他心通。

知他人心上阴谋之事。

天耳通。

遍天之下人与物之声音言语俱可远听而知。

天眼通。

见遍天下人与物有形无形可尽一见而知，绝无有障隔者。

能六通之五耳。

仙佛阳神皆有六通，此偏于一性灵者，只有五通。

世称五通为鬼者正此类也。

世间每有五通鬼侵淫女人者，盖由少此一通，不能除阳漏之漏，不得漏尽通也。阳漏至枯竭则死，而至于为阴鬼，必然之理也。故生死者，皆非仙非佛。《太霄琅》书云，太极大法师曰，五通尚在三界，未为仙也。夫仙道无不无有，不有能觉，有无之间，于其际而无际，乃能超三界。

今时自称诳人曰，能出阳神者，果能五通与不知所少于阳神者，乃漏尽通不与也。

阳精无漏则成漏尽通。此通一成，即得长生不死，为天仙，诸真佛世尊之基。若精漏不住，不得此通，则不长生而不死。凡有死，则有生。死不断，有轮回六道相续。世之愚人不知有死者，必有轮回。尽信谎言欺哄，反求死者，正投入轮回的门路，不得脱离，妄夸如是证佛，当其现在生有人身时，愚不知惧，尚不知求不死，不轮回，乃至横生异类，性愈迷惑，愈不知求不死，不轮回。不知释迦真佛，皆能漏尽通，而后能长生不死，不轮回者。虽曰愚不足教，我愿后来人见此一辨，少有所悟，而知求学不死，不轮回。唯人自信自勉之可也。无上内秘真藏经云，法无二念，当知三界之中有漏，众生无方便慧，终无悟解。

佛教中言阿私陀山迦旃延等，得四禅五神通所少于佛者，即漏尽通。正是淫欲未净，而阳精之漏未除，只成阴神。

阴神者，无阳精之所证也。阳精无漏则无死，有漏则有死。死则为阴鬼，故儒者亦云，鬼者，阴之灵。《元始九老真经》云：“人不保生，神炁不全，流为下鬼”是也。

其天眼天耳二通，能见能闻天之下，不能见闻色界以上天者，即是无真精之阳炁，不合纯阳之天体，阴性不能达天之阳中故也。

三皇玉诀云：阳者天道，故神炁合道乃神仙。

若天仙之道，炼精得阳精。

阳精无得则不长生。因长生无根，即天仙无基，故经中已说精为长生根。真得者，是知药生之时，真知药生之地，亦真知采药之时，炼药之时，皆真唯知如是皆真，故能得真阳精，有一不真则不得。况邪淫门之全不真者，与阴神门不求知真者，何亦痴望修成仙佛耶。

炼炁，阳炁化。

二炁炼到真寂定则真化，无了生死。若炁不到化尽，犹是色界之众生。

顿悟直证阳神。

精尽化炁，炁尽化神，则炁极定神。极通皆决烈，精进炼精炼炁，方能修到得此证者。

乃阴阳二者合一之道者也。

阴阳合一者，乃神炁合一以为工，炁寂灭而神静定亦合一之为证果。

入而静则神同太虚而为性体。

入者，入而住于常定也。神已同于太虚，即常静定于太虚，此正性体圆明之实相，无法界可拘，无世界可染，唯得成阳神已出阳神之后者，能如此非。若未成阳神者，之必依胎息法而后能趋太虚。

出而显则通天彻地而为神通。

出者，出神于身外而显神通。凡阳神出壳则无重浊者，无窒碍者，已定色界。禅定之功超出色界之上矣。此以前有功，用行而有为之功，已归于无矣。此以后是已成仙佛之正果。天功用行时，无为而至于无。无者，也通天者，上通欲色二界，二十四天之上，即世尊佛出白毫光，上照阿迦尼吒天是也。此即天眼通之所见。其天耳之通，亦能听至于此。天彻地者，可见二十四地狱及所谓十八地狱，八大地狱等处，皆能见之，而亦能闻彼之所语，

即世尊佛出白毫光下照十八地狱是也。通与彻言神能至能见能闻无隔碍也。

千变万化，眼见宇宙。

上下四方曰宇，即前所言欲色二界天及地狱等处，神境通之所能见也。古往今来曰宙，即过去未来之事，此宿命通之所能见者也。

手转乾坤。

斡者，移转之义。天地之形有不便于人者，能损益之。天地之化有不利于人者，能转移之。如汉栾巴在朝嚼酒一口，化大雨而远救成都之火灾。如唐一行禅师以袋囊七豕，而在天之北斗藏形，盖由斗姥者是豕形身也。如丘长春真人，在燕京住天长观，值荧惑火星犯尾箕，宿属燕京之分野，将灾全城，百官请真人祷之，本夜星退数舍。如大明初，铁冠道人张景和助太祖皇帝平陈友谅，南风之天舟，后仗北风送舟而逆上蕲黄也。如虎皮座张真人谓李虚庵曰，汝传道及于非人，汝大数及尽，但北斗中有本命星君注生死，我为汝指而勅之添寿一纪十二年，以便精修。见其星虽形如小豆，能化大如五尺围，涌如浪沸，白毫光灿烂，既而渐复小形，此仙家之演斗法也。如李虚庵真人在卢江县家中，时苦旱，农不下种，应众请祷，涂墨于掌以蔽日，黑云随手掩日而澍雨，救本县及邻封六邑之灾，此皆斡乾坤之显案也。

是为真阳神也，真阳神即真空性体也。

王玉阳真人云：“一悟真空总了仙。”

故王重阳真人云：“灵性分明作大仙”是也。不能见性则不得真空。

见性者，性中原是寂静，绝无生灭的人能修心到大定，而常在定，便见性体，此正到仙佛地位者。于清风真人云：“不到真空，阳神难出。”谭真人《水云集》云：“今生若要登云路，不合虚无不得仙。”

不成阳神。



见性真空，即六祖所谓若修不动时，同无情不动，方是成阳神。

不到见性真空实地，必不能出阳神也。

修到见性，此性出定，即为阳神显神通。若未修见性成佛，即是未成阳神，故不能出阳神。若性有妄出，乃是外驰之病，无定力也。

又问曰：若何知是真空实地，出阳神之时？答曰：性合虚空而不神用。

元始先天道德经云：妙法无因，妙境无缘。又禅宗六祖云：禅心无想，禅性无生。

一缘不染，一尘不动，绝无出入生灭。

先天道德经云：唯无生然后为长生。

正是真空实地。

心性中有念生，染缘与尘者，则不住胎息，故息有出入。凡息有出入者，则是性不住之凡夫外道而已。若灭却缘与尘，及灭却出入息，复还于胎息而常住定，方是无出入生灭。如此者，是仙佛，禅定必由之理也。真空者，性地无妄，可生其心真。息定得，绝无出入。故空为真。若心未全定而少有生灭，息未全灭而少有出入，则空不真，而生死亦未了。实地者，非似空而不能空者，此亦非暂能空而不能顿然全空者；此乃顿空而直至无量劫。常空始是真空实地。故重阳真人云：要见真空元始虚无是祖宗。

一见天花乱坠，神念涌出顶门，阳神超矣。脱矣。向上炼神还虚而合道，超劫运矣。

《无上内秘真藏经》云：“道行绝空，无心无意，无觉无观是为真道”。又云：“真道寂灭，灭无所灭。”

又问曰：古往圣真皆未言及天花乱坠，何也？答曰：上天所禁秘机，不肯轻言洩道者，有之。

仙佛正道真机，本上天科律重禁，不肯轻洩于狂者，愚者之共闻。及悯世人时，未有不奉天命略露一句。智贤者，则能悟而

成道。下愚迷惑不悟者，及造一句假言煽惑。善信上天圣真，又为善信悯，又多语二三句，四五句以救世。而狂愚不悟，不弃邪归正，又造二三句，四五句假言误人。由是真言愈多，而假言亦愈多，即世谚所谓一法立，一弊生之意，同也。今悯世人被误害者众，又露出此一法及五龙法，焉知后之棍恶又不造一假言以欺人乎。故以不肯轻洩者，而亦洩之。于世尊达摩，神光及重阳真人，邱真人金口之先宣洩重详揭示于我之言也。后之学者，宁信此书之语，明者自明，显者自显，若有不能悟明显者，犹待仙授，慎毋听棍恶之谎言可也。

不知而后知之不暇言者，亦有之根基。浅薄之愚夫，不遇仙传者，亦有之。昔兰养素养胎于南岳，十月功成而不知此，久定不能出。刘海蟾以李玉谿十咏寄之，遂大咲而出。世尊说法至天花乱坠，而亦此指示人者，二祖神光说法亦至天花乱坠，犹惧未脱阎君之手。

天花乱坠乃圣凡生死之分路，见天花而出定，离了生死，超出凡胎之圣也。见天花而不出定，犹是有生死之凡夫。圣由自手握住生死，凡由阎君手握生死。

断臂达摩前求于此向上事，钟离正阳真人云：“雷震天关鬼神惊。”

天门开始雷震，言出阳神者。

掀翻宇宙飞白雪。

将出阳神而未出，先之景。见此而后出，不见此，则不出。

吕纯阳真人云：“寒云散后留残月。”

言胎息灭尽定也。

腊尽来时向太虚。

言见雪来则离实有之幻体，而向太虚无。

王重阳真人云：“忽然间振动，天花偏坠前面劫。”有个真人又云：“空中早，仙乐来迎，感天花偏坠。”邱长春真人云：“若到天庭，忽有天花飞，方出阳神得初地果也。”

初得圣果，初证仙佛者皆如此。

学者当知仙佛同一工夫，同一景象，同一阳神证果。

史太素，胡太真问曰：何谓同一工夫？古言佛教离宫修定，仙教水府求玄，何彼言之不同也？答曰：彼言不同者，由于凡夫俗子之口，非圣真得道者言也。我今再详言，其所同者，盖仙言炼精化气，又言留得阳精，决定长生。即同佛言戒淫修梵行，以出欲界者也。仙言转神入定，伏气，胎神，即佛言四禅定息，定心，定而灭尽，以出色界者也。仙言炼神还虚，即佛言土地菩萨修上八地如来出现，已成佛时，加持至九地，十地，更加持上至十一地等觉，以超出无色界之上者也。工夫之同也，如是亦有如是证果，同入仙门学仙者，同此即成仙。同入佛门学佛者，同此即成佛。若一切学人能见闻此，能信受此，能知悟此，犹可望成仙佛。若不闻此，不信此，不悟此，则是既不知修仙修佛，何以妄想成仙成佛耶。世之言当下就了者，是言临死时逢恶道魔境，离之而能就了，实于大道仙佛不能就了也。有言当下回机者，是言死于此而生于彼，时用躲轮回之机，虽入恶道，能速回其机，而不堕入也。此皆凡夫之所修，亦仙佛初修之前劫七生，天上七生。人间者一生，天上一生。人间者之初果根基也。仙佛二宗，人亦当知。

彼瞞瞞（音交）然强谈为二者，真下愚不移者。欤又问曰：世之从事仙佛者，皆分为二宗，各立门户以争高，今独言工夫一，景象一，证果一，然观仙佛之言若不一。

如世人浅见寡闻，只知仙言虚无，佛言寂灭，不知仙家先天道德经已先言寂灭矣。世人只知仙言性命双修，佛则单言见性，不知不见性者不成仙，惟其不知是以讹传讹，而若不一。

我亦未识其为一，不能不同世人之分。

自六祖不传衣钵之后，则性学不真。皆言和尚操转劫之性，全不究竟。如来佛超劫之性，以是而分仙佛为二矣。虽佛教五祖之下，犹分神秀为北，渐法之教。以卢能为南，顿法之宗。一佛氏

学而同居中国，且分渐顿二途，况东土西方，仙佛而不至于分乎。世世人人，浮慕修行，妄称得悟者，而强为妄语，以分之不分之，则不得，以己胜于人也。人人得不自夸，而愈分乎。绝不闻合一之言，何以识为一，且人全不见仙藏内典，或有略见佛藏，又无一言能解悟领受，所以终于不识一。虽智者，无不在分不分之疑似间也。

即不能不疑今一之说。

太一自言曰；我之疑，非疑仙佛不可一，而当分亦非疑可一，而亦可分。只见古仙以来，皆言一以救世迷，而僧流皆分以惑众信。古来人何不救正，妄分误人者而直切指其一于仙佛诸经之。自言者又何不具一慈悲救世心，直言其若一者而示即一。如今之所说，乃直待今说，即一是以未有不疑。今古两说。

请再详之。答曰：道修于有为，以至于无为。

仙宗张真人《悟真篇》曰：“始于有作无人见，及至无为众始知。但言无为为要妙，孰知有作是根基。”佛宗中，四来僧肇曰：“有为虽伪，弃之则佛道难成。无为虽真，执之则慧性不朗。”东土宗镜禅师云：“有为虽伪，弃之则功行不成，无为虽真，拟之则圣果难证。”此皆仙佛二宗若一之说，人人共见，奈彼欺瞞而不令人共知何。

道成于有证，以至于无所证。

仙之养胎成神而犹炼神还虚，虽已得道，不以为得实，若无所得，是为真得。若己为有，所得则心被有相有妄系缚，不能解脱得道。故《无上内秘真藏经》云：“真道寂灭，灭无所灭”。佛教《圆觉经》云：“若得如来寂灭，随顺实无寂灭。”及寂灭者，此亦仙佛若一之说也。

仙佛皆然者也。

不但仙佛同然，虽沙门之四果所言，万法归于一，而一归于无，亦有似于如此。

故吕纯阳仙翁云：“不问神仙与佛，共同觉照。”

觉者，是佛是仙。当禅定时，则觉照在禅定。当虚无时，寂灭时，则觉照在虚无，在寂灭。所以仙佛自始至终，皆由觉照。觉照者，心中之实悟也。若不觉照，乃是假说修行，而全无实悟，只为口头三昧是也。仙家人见吕翁言仙佛同一觉照，遂诬言曾参黄龙禅师，然我昔常究此，而见为谤仙之恶口，自知仙佛决可两从，亦欲与众谪之，令知为可两从，故按吕翁以唐德宗贞元十二年四月十四日生，于唐文宗开成二年丁巳举进士时，四十二岁也。为德化县令，出城游庐山遇异人，自言是钟离权，其话有契，吕遂弃职随之七八年而闻道，后修成道于六十四岁。五月二十日，黄鹤楼前飞升虚境，超出天地五行之外，世人皆知，不可昧者。若黄龙者，在豫章南昌府宁州东乡黄龙山，寺僧晦堂和尚一语言僧俗耳，与黄庭坚居邻，为言语文字友，并其徒号。死心者，皆宋季人也。岂有已大定之出阳神，而神通能历过五百余年不死者之，吕反问五百余年后之不能大定出神通而有死者之僧，以学死耶。况吕翁至今屡屡显圣度人，由已得定出定，不落生死轮回者而后能之。若黄龙则死后至于今，独不能显一圣。如世尊之度人，如吕翁之度人。反言能显圣之仙而参，不能显圣之凡僧虽则毁谤仙真，黄何足荣，吕何足辱。细观黄在未死时，不能神通。如吕已死后，又不能复出现于世，如吕此乃死后入轮回胎去久矣。故也！弥勒佛所谓终是落空亡是也。我今既得：二宗合一之妙，见彼二宗学者，皆趋小路，妄分仙佛而争高，自误致死。我示知一，便可不堕死，入轮回之涂。纵惹僧狂日后毁我，亦惟尽我度尽后际仙佛圣真之念耳。我又按自太上传钟离，钟离传之纯阳、海蟾二人，遂分为南北二宗之首。盖吕传之王重阳，王传之邱、刘、谭、马、郝、王，孙为北宗，七真以下而王棲云，尹清和，宋披云，徐复阳等法眷诸仙。又刘海蟾传之张紫阳，张传石，石传薛，薛传陈，陈而白为南宗之五祖，及下而彭鹤林，彭而肖紫虚等法眷诸仙，皆传仙佛合一之道，所修者，合一所度人者，皆同一法，其言之现在诸集，诸语录者，有徵后之真修实悟者，后要依样自悟自修，方

有实得而后可以不失人身。

第仙宗详言其始，所以必详始者是何故，盖以其炼真精之难得也。

凡遇真仙传辨药之真时，则炼之可得。不然世法中所传之炼，终不传得。

凡出言为丹经者，莫不章章句句，反复宣明，不过明小成初果之要法。

初关百日，用炼精化炁之法化炁，而炁足如全体童子，便是得长生不死初成之小果，钟离三成之说，谓之小成。

不如是则不得真精，不能成其大道。

成大道者，即养胎化神于十月出阳神，为得中成神仙，九年面壁还虚成天仙上真大成之大道。

人遂疑其止能乎此耳，故一以小成视之，而不知其后之大，而不可复有加者也。释氏子乃借仙言为小者而小之以为贬，并不自知其佛法亦如是也。佛但略言其始其为，言曰：若不除淫，修禅定者如蒸砂石欲其成饭，经百年劫，只名熟砂，何以故此非饭本。

此楞严经文也。饭以米为本，炊之成饭。喻修行必除淫离欲，成金刚宝座，此即仙家之炼精化成乾元白金之炁，同以此为神之所依。佛故以此为座，坐此以修禅定，证涅槃成佛而得如来出现。即仙之十月凝神入炁，禅定寂灭成仙而出阳神，是如以米炊饭，为仙佛二宗之所同也。若不除淫离欲，妄称修佛，必不成佛。盖淫欲失生身之根本。身心连坏而性无定位，故无以证涅槃，入泥洹者，是即砂石蒸饭必不成饭，此我佛示人以决然不可易之词也。然佛言离欲者，小乘也。禅定者，中乘而大乘也。后人扫去离欲禅定，自称当下即佛，愈于往昔佛修，直似谤法谤佛，不但如蒸砂作饭，犹甚似无水无火无米而曰作饭，子诚智者，当思此义。

汝以淫身求佛妙果，纵得妙悟，皆是淫根，轮转三途，必不能出如来涅槃，何路修证。

除淫者，是如来初修行之路，淫身是凡夫，行淫事之身、身

既有淫漏，则漏尽通不能成，漏尽通成则真无漏。精全炁全而长生。漏尽通不成，漏之不止，则精枯炁竭而必死。死必沉溺三恶道中，轮转之苦只因不行如来除淫之路，所以不能成如来涅槃之果。淫性之根不除，渐长淫事，虽有偶知佛性当悟，毕竟淫性多而间杂，妙悟亦无成也。当知六祖所说，淫性即是净性，因除淫即是净性身，后人岂可不除淫。而诳人曰，参禅悟道哉。

必使淫机身心俱断，断性亦无。

淫机而曰身心者，言淫机于身断淫事而不交姤。淫机于心断灭而不妄生淫念。故曰身心俱断。初由勉强断，而后得实证断。勉强断者是欲界六天。有妻妾可淫事者而执身不行淫事，戒淫而修梵行，清净成身之机断矣。身根于是亦断，成自然永不可行淫事，如世尊佛之三十二相之马阴藏相。又云，阴藏如马蝗，即仙真返老还童子之阴是为实证。身断证到此，不可复行淫事，始可言断超欲界之顶，而出欲界矣。由此上升入色界，初入时，淫念未灭尽，然大修行人有大志以超世，何故有念未灭尽。盖日间惺然有真觉时，本是无念及至昏沉时，有睡魔，未必无女色魔。定心力微者，或有随此念而妨害道力，正是念未灭尽之过。能心有定力胜者，执心念归正觉，斩绝魔事魔念。此亦初入定时，勉强断念之说也。念念皆断，至于无念可断，此谓之自然。真实断者皆由禅定到念住，而得初禅，如六祖所谓禅心无想，实证淫机心断也，方是自性戒定慧也。从此而大定，而常定，灭尽，方是断性亦无也。

于佛菩提，斯可希冀。

将身心求断淫机是修仙佛初发心地之正，因身断念住是证入仙佛地之正果。若能以此修，便可希望成佛，不如是修而痴痴地言成佛，何异向大海水求火炽洪炉里求坚冰。不过只为外道邪说之人依傍佛名，假借门户以诳世耳。恨不向楞严看此一句，以醒心回头。

明淫欲之非佛本，必除淫宝精为清净梵行之佛本也。又曰，修

禅定者，不除淫根必入魔道。

禅定者，安定其心于禅静。世尊在雪山六年，行四禅九定以入佛道是也。此言魔道即淫事也。魔王以魔女惑世尊而未为所惑，淫根已除，故不入魔。世人若为淫色所惑，所以随入魔道，便不是佛道，要知魔与佛相反者。

又曰，其心不淫则不随其生死相续。

修行人或色界未证初禅，念犹不住定，心中忽起一淫念，着贪爱即堕入胎中矣。古人参禅入在定而投胎去者，皆因此也。或欲界人命终而死，此生而有死续者，生气绝而淫念未绝。故见人行淫而亦生心欲，与之行淫即随此淫念，淫事而入其胎矣。此死而有生续者，及转生而淫念又不绝，又至有死相续，当知如是生死相续不了，由于心淫心断淫能见色不淫，以及有色不见，虽死亦不受生，于后胎已证天人矣。生亦不死者，已证不死生，阿罗汉果矣。以证佛之八千劫说一，会法八万四千劫入一定而长生不死也。昔世尊云，最不欲母，人入我教中虽不淫，坏人道行亦有坏道之，具正防人之淫心，因彼而生也。亦即生死轮回之机也。故云动念时即受生时是也。又说沙门戒律皆禁沙弥待者绝其淫具也。亦防后人生恶行之。因后人可不亦遵戒之哉。又马丹阳真人戒门人云，真实修行，不许用少年童稚，只老成四五十岁者一二人足矣。方是清净境界。

又云：淫心不除，尘不可出。

淫心者，即六根之意。识心之淫，即根识中之内尘。根中有尘而著之，不知舍去，即是合尘而背觉。故云不可出。

而谓作佛氏子，学佛宗者，可不信受佛言，除淫根以脱魔道乎。

史太素问曰：我亦尝闻，佛教人说法，虽闻巧喻，似亦妙高，但不闻如何除淫脱魔道者？答曰：此言人当遵奉佛法戒，除淫以脱魔道。为凡夫及伪学者，言非既言，及圣智者有悟，而圣者自戒，必严净修真，梵行为佛种子。若吾人自愿志心修佛所修，行



佛所行，岂可违佛至要之戒哉。

昔迦旃延先学四禅，已得五通矣。

迦旃延在雪山修行禅，现得四禅五神通，为八百飞仙之首。五通者，天耳通，天眼通，神境通，他心通，宿命通也。

后又必学于佛而修梵行，得漏尽通为六通，此是知除淫以脱魔道，出欲界、断生死者也。

梵行清静则得戒力，便生定力、慧力。故五戒先于除淫。无淫则无尘，无魔，无欲界，无生死，故万法必以除淫为首。

彼世之滥名修佛而不求知佛道，因其略于言始。

略言者，非佛不言，但言之而简略耳。

而遂谤佛，始之不以此为要也。

因佛止言除淫之名，未闻除淫之法。故皆谤佛不以除淫为要。

若可不以为要，佛何故屡嘱重宣为至要。

即上文《楞严经》反复重言除淫之义，但不及仙宗炼精化炁之明言。

而反扫尽之者，竟不用其为要。

众僧流不说，自不知究，自不能用，反言佛不用其法。

呜呼！可惜佛道由此一根灭绝，而无果证矣。

修六通之行，则得六通，得证佛果。不信受除淫，则无六通之行，无佛果证。故云，如未涅槃，何路修证。

然仙宗又略言其终，所以可略终者。

非仙不言，乃有一言而总彻矣。故云，一言半句便通玄。

以其炼神还虚而合道，斯时也。绝无所为至虚至无。

至虚则无相，至无则无法可说，何以多言。

无极至极。

至无之极也。

不可以言言者也。

无言之可言。

亦不必以言言者也。不得已于救度。后圣第曰：“唯见于空所

空，既无，无无亦无，湛然常寂。”

此四句是太上清净经中语。

后世愚夫不识此一言已彻矣。与寂灭何异。

此皆即同冷灰无火者，亦有《无上内秘真藏经》元始天尊云：“真实寂灭，灭无所灭。”

只因其略，而遂谤为不如佛之涅槃寂灭。

《内秘真藏经》元始天尊云：“心性寂灭谓之妙，因意根不动，故名妙果。”

并亦不识佛之详言涅槃，寂灭，只是息无出入，心无生灭。

《内秘真藏经》元始天尊云：“无生无灭，无因无果，而为真果。”

定而已矣，即同仙经既无亦无常寂之说也，千言万语，明性见心之旨，总不出仙家炼已，炼神，还虚后际半句之义。

此实二氏之同言，若异而理不异，佛门末法人强争为异，正所谓矮人担板，只见得一边。

奈何事佛氏者，竞争为自大，不知佛之何以成其大，而仙本同其大。

皆超劫运而至未有天地之先，此灵光独耀，不随天地而成坏，同有此为大。

事仙家者，贬佛为幻空。不知仙何以异于佛幻而为真空，而佛本同其真空。

空心何义为真空，即佛所说空而不空，不空而空是也。盖心性静寂而有正觉，是为空中而不空。寂而无正觉则堕幻空而顽矣。不可也，心性住于定，似乎不空之定相，妙于不拘定相，洞虚太空不着一所，是为不空中而空也。若托相为定而为法，所系缚不解脱，堕在二乘知见矣。非真空佛果也。故亦不可也。

茫茫二宗学者，徒曰学仙而仙且不知，知佛枉称学佛，而佛法不信，又焉能识仙道乎。妄相讥议，不当皆末法学者之愚也。

若不高夸自己，贬别他人，如何能争夺得衣食。

终于不知二宗之道，皆以如是而了也。乃同理而异词者耳。

如是而了者，皆除淫欲以出欲界，皆禅定以出色界，皆证上四空定天以出无色界，此所同之理也。异词者，即上文两样之说是也。

然而从此究其言之详，亦不为胜。愈于略言之略，亦不为负。堕于详者也。

负堕二字，出传灯录，乃西土佛说不胜之义。

今而后，吾又为佛宗惜，而为仙宗幸，何也？事佛道者，迷其始，而执其终。

始者，离欲梵行也。徒只口说梵纲经，而身行世法，事不以为始，当精进之法，迷而不悟，一并扫去不用。执终者，似终之四空定而实无因，得空定，扫却世尊习四禅而入定者，上五不还天。四空天定而九界定者，不遵世尊得如来出现时而为顿，自以凡夫之流无修无证而为顿了，任其堕空而不肯悟，是为执妄惑迷者，也能从此理而回心实悟。于举步起而行以到家，彻上彻下至大休歇而顿了斯足，为我佛门龙象矣。若只瞋我云，代佛宣言，别其真伪，反诬曰，我请则佛法终于不得明，害却未来无量，数诸佛世尊，则四禅九定正法终无有一人肯修，取证而已矣。

弃其命而猖狂谈性，虽曰兼教普度众生，而实普陷众生者也。为其无，可以入首则无前修之根基，不知耕田博饭吃，终归于死亡之祥。

若不耕田以博饭吃，则如彼之画饼必不充饥。又且有不画饼充饥者，有堕口头禅。外道者，以人之必有死为开示，以一口气不来为实悟，当机处安然待其死，是空亡也。此悖佛了生死之说矣。或有肯实悟禅定者，只知四禅五神通，而不能成漏尽六通，以免死亡。皆悖佛之四愿，曰不老，曰不死，曰恒少壮，曰恒无病者。

按其滚芥难于投针。

此亦禅宗人之所说者曰，昔佛说须弥顶山上，以芥菜子一粒

报之，滚以下山，其山下以一针竖立，使光向上，芥子投遇针尖。焉能有遇此事。甚难者，喻人生于世，得人身甚难。得回心修行甚难，遇仙佛正法亦甚难。偈曰：万幸遇沙门四果之初，自求生死之法，以滚芥投针之难。甚言知死此生彼之难遇，则其死，此生于彼，到轮回不能逃者，亦多。若能于今除却外来六尘轮回，除劫内起六尘轮回，于修佛仙正法相应，则于针芥相投处，方可望一遇。

而轮回有能逃，不能逃者矣。

能逃者，能知达摩归空十信，又知世尊自择父母之法，则能逃三恶道，而生于人中洪福。不能逃者，不知十信择法，不知一线之下有投奔、必不能逃三恶道，而堕入矣。故肖真人云：“今生若不悟修真，未必来生得怎地。”

所以弥勒佛谓饶经八万劫，终是落空亡者，正为此辈醒也。

地不涌金莲，法华不能转，不坐金刚座，不能超劫，所以空亡。

事仙道者，泥其始而以少得为足，未能究其终者有之。

或有初学，少得长生，仙人小果，便自志得意，满而不进悟，入定神通反出定神通者，则不成神仙。《内秘真藏经》云“学小乘行，终无得道。”又《玉清道德经》云：“或有不明正性，未全六乘，不发智慧，亦能堕落”是也。

究而未能了其终者，亦有之。

此二节言始终者，是言修神仙之始终，非言天仙之更在后者。其或有在十月入定养胎神之时，频有出入而不灭尽定，惟修内神通而不能成神炁不空，则不发智慧，不超生死也。未能成大定时，而频出入不绝。只成妄走。虽欲外显神通而亦不能，此即所谓不能了其终者。

或有未到最上上乘。

上上乘，即炼神还虚，与道合真。

能住持于此终处，不退念，亦不失此形躯，暂可长生不死，而

可久。为参请之具，为其人首，少得实地。

实地者，言既得长生不死，则非落空亡之类。

得实地，便可进修，了末后句子，以证最上上乘。则善于佛氏子实者矣。求其混处，世法中能以戒行为宝者，则佛氏子实有胜者焉。

僧流虽庸下之流，每有道高明受戒者，道流每有高明之辈，同于庸下无戒，此便是道者，不及僧者处，是何故？盖僧有戒经颁行于遍世界，专习戒经者，名曰律师。以讲明律义，大众便于闻戒，易于习学及披戒衣求乞者，俗人不择真伪，曰戒僧也。慨施之以是。借戒者，多至于仙戒，天律明科甚多，有全说之戒经，有诸经之内，皆有戒条，戒语，俱在道藏内尽用。住持者，秘藏不令世界中学道者得知得见，又无律师传戒，遂使遍世界人疑为仙真无戒，彼何由以发心受戒，抑从何处得以闻戒，及至求乞者无戒衣可披。俗人亦不以如有戒之僧一样视之而施。故出家者，以易化缘之故。入佛教者，多矣。故浙杭有一谚云：和尚化缘，如猫捕鼠，一开口便咬一个。尼姑化缘，如狗捕鼠，或偶有咬得一个者。道士化缘，如马捕鼠，举一世亦不能咬得一个。以此谚观之，则浙地不学仙，间有出谈仙道者，终不知谈真正仙道也。

后之高贤，当知人一类也。

其性命，精炁神等，仙佛二宗之人皆同。

身一生也。

皆由父母二炁所生，不如此者，便是卵生，湿生，化生之众生。

心一性也。

皆具纯真不昧之体，有至静不动之理。

入佛宗者，幸毋废起首脚跟下所行，以自绝于佛道者也。

凡言脚下所行，起初必有所行之工也。从一步行起，直行到极处。不可少者，诸佛、诸菩萨未有不依法修行者，古人所谓若少一法，不成佛法是也。

亦毋二视其性，而并自绝于仙道者也。人一而性岂二耶。

人生来所具同一性，所修亦同一性。所以超劫运而不随劫坏者，亦同一性。故我有幸得深明此一性也。昔《华严经》云：“护持诸佛法，摄取大仙道。”此世尊且取仙道而修，众凡岂可不取乎。又云：“大仙所有施戒法，忍辱精进禅智慧。”及以方便慈悲道佛清净行愿，皆说此亦不二视仙佛性之道也。

遇有仙可学，则学仙，即佛也。遇有佛可入，则入佛，即仙也。

言仙佛本皆难遇，遇而不闻其言，不见其神通，亦不知其为仙佛。言而不言，及超世大道，则仙佛之道，尤为难遇。世人有何德何功之大，何修何福之力，而可轻易能得遇仙佛，遇仙佛之道耶！我故重示之曰，在佛宗之人，倘偶遇仙，则学仙，即是学佛，何碍于秃头，秃嘴。在仙宗之人，倘偶遇佛，则学佛，即是学仙，亦何嫌其留发留鬓。本来了一性，何必差别分于外相为哉。后学其能听之否也。

唯真修正觉以顿了，而各自努力精进可矣。

言仙佛性固同，道固同，则所修者，当有同证。唯精勤修者，则证同有。不同者，是各人勤惰之不同，真修伪说之不同，故所证亦不同。而又分别门户为不同，今重示正觉者为禅定中寂而常觉，二宗之小乘，趋大乘，上乘，必须皆努力而后能得。

不然必为无知顽空者之所害二宗，俱不得所利益，予故说不可以有为，单说仙亦不可以无为，单说佛以其皆有有为，皆有无为，不能分而不分也。

仙家言有为者，即炼精用小周天，炼炁用大周天是也。言无为者，即炁定，神定，还虚合道是也。佛言有为者，即燃灯说法，常转法轮。言无为者，即龙宫，天宫，入定静室中，入八万四千劫定是也。又沙门禅师言有为者，即万法归一，言无为者，即一归无。又西来肇师云，弃有为，则佛道难成，执无为，则慧性不朗。当知皆由戒而得定慧，皆以有为而精进无为也。若不始是，堕

空亡矣。

昔见佛藏有正法念处经，亡先世三十三天帝释。

佛藏中言三十三天者，即指欲界六天之第二天，忉利天也。又名净居天。言有三十三人同为此帝释。故云，如此华严经云，如来十四天下中，或名释迦牟尼，或名第七仙，或名帝迦，此世尊之自名，仙自名为帝释也。非可指为仙家之人而妄贬之也。

以天福尽，故退，生下世佛释迦出世，为其说法，得不退失。既云帝释是仙宗，天帝因佛说法而得道，仙道即佛法也。有可稽也。又何分仙佛为二，即又何诳言修仙者不用禅耶。惟大圣智而后知同悟于极也。亦唯后圣心自信之，以困自究自悟，慎勿向浊恶愚夫言。徒然致其一叹，所谓不叹，不足为道也。彼叹而争人，我者何人。从地狱畜生二道来者，原无自修自证，而又无见无闻，又且不信见，不信闻，必不足以知此，虽然予为忧世有余说焉，即此仙佛正宗修证而观之。试审二教，未学果有谁知一悟于此乎，抑亦有闻而信受于此乎。皆为根浅福薄，见邪所障也。是以仙教未学，不学仙道，以接导却病为多，能以房术采战为乐，计以烹铅炼汞为服食，猖狂行教于世，索谢礼于却病之涂，纵淫媾于采战之局，挟骗机于烹炼之场。

《元始报恩成道经》元始天尊言，世人生入邪道颠狂，惑乱自制一法，败黷道要，以求利用，脏满罪积，生身被考，种种若恼，死入地狱，遍遭汤炭、永无出期，正同此类。

举世皆然可有一人不知是乎，不如是者，则真志于真仙者也。

有学真仙之志，乃前劫有真修正道之根，不入旁门，不学邪法，不行骗局，务修德恐不及，岂肯丧德。

奈何浊世凡夫中，绝无真仙真道，而世何由以学。

世间因无仙道，只有采战淫术，故学者只学此而闻此，被其迷惑，虽至于耗精神，丧性命，不知改过。

只闻仙自天降而度人者。

邱长春人真云：“了悟仙地，出神登仙者，悉是虚空点化，非

凡师所度。”

内而神炁成真，外而炼汞点化，心口密授而已。不意凡夫棍党，诸能内外，而遂诳人，则世世被其害者，几多人耶。又见佛教未学，不学佛法。予以佛经诸法所开示者，而宣示之。彼若视为刀加彼颈，忿若仇讎。

《无上内秘真藏经》云：“闻大乘而生不信此，人从无量劫来受六畜身，故生我慢，不信三宝。”

徒以劝修功德而自窃庇为遇缘，以化人布施而自享利为护法，以打人一棒而得胜机为超宗。

陈真人云：“饶他倾河之辨，反为入道之魔。”《内秘真藏经》云：“系业不住，业业相牵，云何解脱。”

皆凡夫外道空亡事耳。全与佛法不生不灭而涅槃者不相干。涉而公然骇俗惊僧，不求真佛法为志愿，不以不求诣佛法为愧耻，为释迦三十三祖之罪人，为哄诱善信堕轮回之魔鬼。

《楞严经》佛言：“如不断淫，必落魔道。”彼等魔众自谓成无上道，我灭后，多此魔民，广行贪淫为善知识，令诸众生堕爱见，坑失菩萨路。

害人宁有已哉。以若所为，争相冒认曰，会佛法。何异说，真方卖假药者乎。其不如劝人行善，之有补于世道也，远矣。噫！有志仙佛者，幸毋陷入此二种外道局中，斯有可向上之望，不然这般种子幡结心田，何生识得灭却，而真修实性，阳神出而还于虚耶！

## 评古类

一问曰：“张紫阳，白玉蟾皆言凝神入炁穴。葆真子《直议》曰：‘神至灵妙，如何凝聚得他？’盖息念而返神于身（息念一句，是紫阳真自释凝神二字之语），则炁亦返于身，渐渐沉于炁穴矣。其说不同，如何是？”伍子曰：“彼曰神返于心，则凝归本位矣。炁亦返于身，只归得本位。不似张、白二真人所说‘神入炁穴’，是



神炁有交媾。在此正有修为处，非神返炁返而不合一，便谓可证者。不必从《直议》。况二真人之言，出于钟离祖化神后之言，安可妄议之欤？”

二问曰：“葆真子又议无炁穴，谓元阳真炁散于四肢百骸，又为视听言动，岂区区藏一穴之理？此议如何？”伍子曰：“人当生时，自具一性命。则元神本体，原自有着落处。故虽发明曰炁穴，其在四肢百骸，视听言动时，炁绪余为用也，犹有本体在。不为身外之用，亦有本体在。且人之元炁炁者，元炁即自有所在。人不能见，元炁亦不能见，内有穴，无穴，不能辨。何必议有穴无穴哉？不过炼精化炁时，以下回为主。炼炁化神时，以中田为主。皆由三田反复，有行所当行，住所当住。化炁时固在下丹田，而炁穴又岂在下丹田之外而别议之耶？元精藏于肾，元精不发动时，即是元炁。而可谓炁穴远于下丹田乎？强议无炁穴，自己落空亡。后学无所惑也。”

三问曰：“元太虚议云：‘凝神入炁穴，只是收视反观，回光内照而已。’葆真子议云：‘非是执着所在，而用意观照不返，是虚静以返神于内。’其师徒二说是否？”伍子曰：“仙真所谓回光内照者异于是。当炼精化炁时，即回照精炁。当炼炁化神时，即回照神气。当炼神还虚时，即回照还虚。固不可着相于处用照，亦不可着内用照。皆落空之境耳！去仙机颇远。独喻吾所云：‘回光内照，呼吸太和’，是炼精化炁时之内照，以其有‘呼吸太和’，四字而知之。至炼炁化神，非呼吸可言。元，葆二说，不足以语此。”

四问曰：“昔李虚庵云，毕竟如何是道？须向二六时中校堪。不与诸像作对的是个什么？”伍子曰：“此禅家套语耳。不知仙真上圣之所谓道者无形，无情，无名，至虚，至极之妙。其所谓道生一，一生二，今言缘言对，当知缘一也。对缘者我，又一也，则二矣。不与诸像对者，去缘而尚有我在，我为道中之一物。一为道中之一数，一在，故未至虚极之妙，安可指一便谓之道？一在即神在也。化神时，此心着不得缘境，一着缘境，即堕六道。虽

化炁时，对缘而着之则不化炁，何莫非不对缘，而遂称为道哉？殊不知炼神还虚，还之无极而至极，方为‘与道合真’，齐眉于仙佛也。古今尚无，又岂于二六时为言也”

五问曰：“《坐忘论》云：‘勿定于急急，求慧，急则伤定，伤定则无慧矣。’此说是否？”伍子曰：“此言非也。盖人之性体，灵照是慧。动而发用，从耳曰聪，从目曰明。不用聪明于耳目，而回光复其本体，则名慧，名定。是名慧于定，不名慧于不定。定此慧，则名定。不定此慧，则不名定。彼云定中求慧，定是何物？又以何物求得何慧？此所以非我天仙顿法，道理一性而称者同语也。

六问曰：“金丹必言鼎炉，如何即是？”

伍子曰：“先把乾坤为鼎器，此天仙家之定论。”

问曰：“李虚庵乃云：‘身心为鼎器’。又曰‘乾，心也。坤，身也。’是否？”答曰：“乾非心也，乃《易》所谓‘乾为首，坤为腹者是也。行得三田反复之功者，方能真知炉鼎之妙。”

七问曰：“昔紫阳真人云：‘元性非他物者，亦炁凝而得灵耳。’请详其旨？”伍子曰：“但看天地亦炁凝而矣，而人之小天地者，即是此。张真人发万古之未发，令人一贯性命之旨矣。”

八问曰：“昔有一人，究玄关一窍。李虚庵云‘二六时中，行住坐卧，着功夫向内求之，语默视听是什么？此言是否？”伍子曰：“大修行人顿修于语默视听，一无所着。着了即为有相，虚灵岂可生心？求甚么？堕于外道耶。”

问曰：“除却语默视听是旁门外道，如何则是？”答曰：“玄关者，古人言，至玄至妙之机关是也。一窍者，非是以一窍着形相而言。如云一些儿幻妙机关也。事事法法，皆有一些儿玄妙在。且云药生，古今人人能谈，所谓有时，有处，是一些儿幻妙。火候，调息，呼吸，人人尽谈，所谓进时不退，退时不进，可升之时不可降，可降之时不可升。行有当行之道，住有当住之处。亦是一些幻关。如炼炁化神，十月养胎，人人尽谈，不知前有炼炁之有

为沐浴，后之纯阳无为沐浴，亦是一些幻妙。神有将出之景，亦有所出之法。如何是炼神？如何是还虚？超过虚无寂灭，于无极至极，皆一些玄妙。今略举以宣示，未可疑于一窍，而小视先圣之教言也。若必求一窍以实之，药生之地，何以当言？”

九问曰：“古云知心息相依，久成胜定。神炁相合，久致长生。二者可能得否？”伍子曰：“胜定长生，皆先天之炁为心之依，为神炁之合，非止言出入息之炁也。以出入息是后天幻化之物，有成坏故。”

问曰：“随息之法，与息俱出，与息俱入，随之不已，一息自住。此言亦是心息相依，久成胜定之说。岂可非与？”答曰：“仙家真息之妙，只有升降，而至于无升降，不可以出入言。有出入者，即凡夫，非仙圣上上顿法也。所以庄祖云：‘凡夫之息以噉，真人之息以踵。’即此也。”

十问曰：“息息归根，金丹之母。陈虚白曰，此言如何？”伍子曰：“息息归根，还于静矣，则能生先天真炁。所谓系眼真人云：‘敲竹唤龟，鼓琴招凤。’世人不知招唤？故亦不知金之由生也。”

十一问曰：“何谓真人呼吸处？”伍子曰：“人之呼吸是天地，故呼亦出天根。乾辟是吸，亦出于地根。坤合是旋乾转坤，是真人呼吸至妙之机。非脐肾中央口鼻之处。范德昭云：‘内炁不出，外炁不入，非闭炁也’。似知呼吸之妙。若不知呼吸之处，则不能炼鼎中之丹，去仙道斯远矣。最宜究竟。”

十二问曰：“有云修炼必至于胎息，而后气归元海，方是纯阳十月之功。此言是否？”伍子曰：“非也。凡十月之功，息不归于下田者，炼炁与息，皆至于无，而为神矣。不可以炁归元海言。”

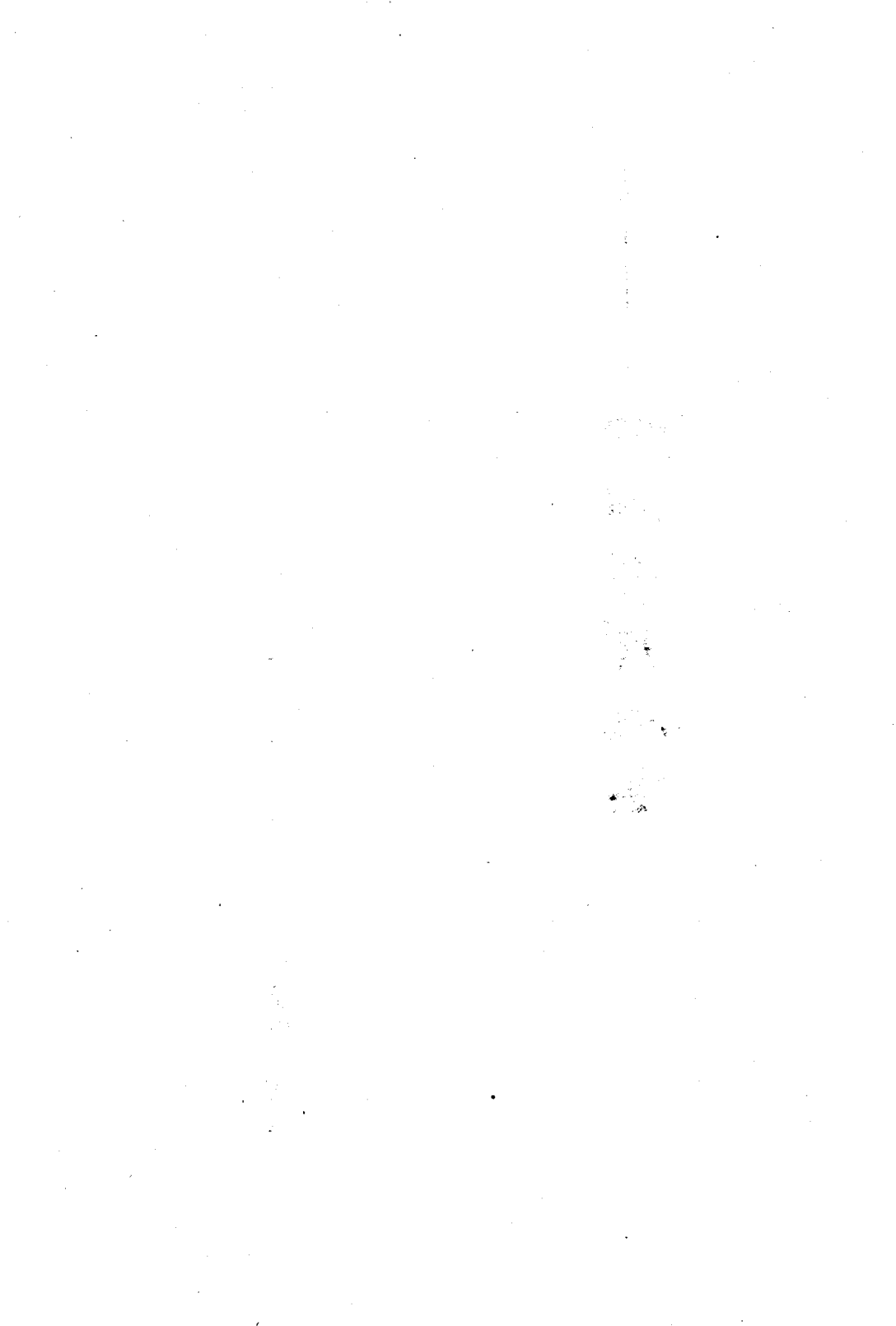
问曰：“如何是炁归元海？”答曰：“元精，元炁，生于元海。每将顺去，而为后天交感之精。真人依法采取，归于元海。烹而炼之，渐长渐盛，成服食金丹，故先圣之‘气炁元海寿无穷’者是也。此百日炼精化炁时事，非十月炼炁化神时事，故曰非也。”

十三问：“葆真子《直议》曰：‘三官升降，乃其自升降，非

人升降。周天运用，乃其自运用，非人运用’。此议是否？”伍子曰“全是邪说，误人太甚！岂不闻古圣云：‘神运河车无了期乎？古人教人升降，要在自然，运用要在自然。非言不用人力，而自升降运用也。凡人不行道者，升降由经络管系，非三田也，非周天也。唯能三田反复，首尾循环，方能三宫升降。得仙师之火候者，方能周天运用也。

●  
—  
内炼金丹心法

●  
—  
明·冲虚子伍守阳撰



## 生死说

夫生死大矣，故有生必有死，则亦有学。而三圣人，实与天地相终始，逐逐者无论矣。间亦有飘声袭响者，则曰生者死之常矣，死者生之常矣，奚以之容心而学焉？而未识生死之常犹之乎不生，犹之乎其不死也。何者？“气聚而生，气散而死”，吾儒之谈也。人聚之为气而生也，甫十五龄而日剥，日斫以至于死。是散气也，非气散也。故曰，世之人无不死者，无一善死者，即无一善生者。

呜呼！天之生人何如哉？而人自不善其生，不善其死，不人也。不人则草木矣，禽兽矣，草木禽兽蠢于人，禽兽之死也，上者羽化，下者火化，乘乎气者也。草木之死也，枯而荣，荣而枯，逮造而逮化，窃乎气者也。人得其秀而最灵，而气之聚者，我自散之。且不能乘气之有以入无，亦不能窃气之无以入有，无乃禽兽草木不若乎？

三圣人者非贪生也，非逃死也，盖生而生，死而死者也。故谓三圣人存乎，余不能也；谓三圣人亡乎，余不敢也。而三圣人所谓存存而亡亡者，胡可一日不讲哉？

孔氏倡素王之业，为入世法。而言性言命，其词微。释氏出称为梵王，而言性不言命，其词密。今之五经，孔氏之大藏也。今之大藏，释氏之五经也。五经首《易》，而《易》曰：“穷理尽性，以至于命。”至论大人与天地合德，日月合明，四时合序，鬼神合其吉凶，是性命之局键也，一时弟子颜氏而下无能窥其奥者。再传子思子，始揭天命之谓性。于中庸之首章而赞之曰：“上律下袭，如四时之错行。日月代明，孔氏之家藏。”泄于此矣。乃及门之士，以为罕言命，以为性与天道不可得而闻也。夫当其时，且不得其微，又何惟乎万世而下者之支离于训诂也。大藏为卷五千四十有八，无非以性为宗。

夫性，孔子罕言，而释氏言之密矣。乃密之中，又有密者，惟

于诸咒语中戴之。说咒者佛，讽咒之义者亦佛。菩萨而下，无能得其解者。故凡诵准提咒者，惟曰：“吾遵密教耳。”必不得其解也。

夫密者，咒之教也，非其所以教也。因其教，求其所以教意者，其性中之命乎？身非世尊，焉谈师谛？故释氏之徒俭曰，见性成佛，而命学为绝传。

老氏之教，则异是矣。《阴符》、《道德》而下，娓娓言命，娓娓言性，而又娓娓言性必言命，言命必言性。

余常评之：孔氏之言性命，言其影，不言其形者也。释氏之言性命，以性为形，以命为影者也。老氏之言性命，言其影，并言其形者也。

老氏而下，则多岐矣。余不敢索之于多岐也，而直溯其源，以自为好。暇日抱丹书读之，则见其说以得一为主。一即丹也，丹即先天乾金也。而乾金藏于后天坎水之中，取坎之一，补离之二，是谓修性，是谓修命，是谓性命双修。而又惧人之不知所修也，则有筑基，炼己之法，则有抽铅，添汞之法，则有移炉，换鼎之法。总之，所谓以神驭气也，所谓炼精合气，炼气合神，炼神合虚也。而修无可修，直以还其生生死死之真，而不诡於正。夫虚无之学，虚化神，神化气，气化精，一了万了，何事于修？而上根利器，世不易逢。惟以精留气，以气留神。神存则生，不存则死。存不存由我，而不由天，生与死还乎天，而不撓以人。人人皆有，人人可为，而非若孔，释之有言有不言矣。余诵旌阳《识记》，而知八百之当期也。夫八百自有主者，而祛蒙开蔽，必自圣贤之言始，顾其言汗漫不易读，方余尽读诸家经书，无可入，又读诸家注，则见自经而外，诸家书时有出入，无所统一。又见诸家注各执曲学，以饰其陋。而圣贤之意，反晦而不明。安知八百出不以余之苦为苦也？是知难逢之事，岂轻易成？欲为跨鹤之游，必假腰钱之助。下士闻而大笑，上圣所以不言。谬之毫厘，失之千里。若天机之轻泄，祖则罪延而至道之不传，已则谴大，将言复辍，欲罢不能。



谓其隐秘于玄微，孰若铺陈其概。因述师指，绘作丹书，所以尽造丹之精微，所以条养丹之详细。悟无上之一提，圆真元之正觉。动为游戏，静为涅槃。造无拘碍之象，永返元来之本。通前警悟，及后還元，集为真论，所以贯穿首尾，分别真伪，览者详焉。非敢为达者之规模，姑留与学者之印证耳。

壬戌仲夏 冲虚子书

## 白玉蟾水调歌头

未遇明师指，日夜苦忧惊。及乎遇了，得些口诀又忘情。可惜蹉跎过了，不念精衰气竭，碌碌度平生。何不回头看，下手采来烹。

天下人，知得者，不能行，可怜埋没，如何凭地不惺惺。只见口头说着，方寸都无些子，只管看丹经。地狱门开了，急急辨前程。

## 第一章 先后二天论

夫神与精也，只用先天，忌用后天。

先天是元神元精，是有神通，有变化之物也。后天者，是思虑神，交感精，无神通，无变化之物也。

而气则不能无先后天之二用，以为长生超劫运之本。

气曰二者，先天炁及后天气，分二体，而二其用也。先天是元炁，后天是呼吸之气。亦谓之母气与子气也，超劫运之本，乃元炁不能自超，必用呼吸以成其能，故曰有先天不得后天，无以采取烹炼而为本；有后天不得先天，无以证实地长生，转神入定之功。必兼用二气，方为长生超劫运之本。

修真之士，采取先天始炁，以为金丹之祖。如不采取，必至旦昼枯亡而已。息息归根，金丹之母。未漏者，采之以安神入定。未漏童贞之体，即用童贞修法。已漏者，采之以补足，如有生之初，完此先天者也，后天而奉天时者也。

修士须不令先天变为后天，又必令先天之精，仍返还为始炁，即是归于性根，复还于命蒂之所。始炁者，即虚极静笃也。是以后天之呼吸，得真机而至，故于先后之际，即所谓亥之末，子之初，便是用后天之呼吸，寻真人之呼吸。先天故要逆转，而后天之呼吸亦要逆转。不逆转，则与凡夫浩浩者何异？

修真之士。采此日用之精，合为一炁，以补完先天者也。当吸机之阖，我则转而至乾（泥丸），以升为进也。当呼机之辟，我则转而至坤（黄房），以降为退也。升于乾，本为采取之机；降于坤，本为烹炼之机。然现在之烹炼，又为未来采取之先机。此祖祖真真口口相传之秘法也。

修炼之士，只要阖辟明得透彻，则金液可返而为丹也。若阖辟不明，而亦不能采取真炁，大药无成，枉费苦修。最要得真动真静之机，不然亦不能采取。真炁未到虚极静笃，无知觉时，见为真静。从无知觉时，而恍惚中有妙觉，是为真动。未到无知觉时，而于妄想中强生妄觉，则非真动。动既不真，则无真气者。不知次第者，亦不成丹。次第者，知药生之真时，采取，烹炼，封固，进阳火，退阴符，周天毕，有分馀象润等用。采取之功。由升降之机，得理则能采取真气。不然，不得真炁。纵用火符，亦是水火煮空铛而已，又何言伏气也哉？

袁天罡《胎息诀》云：夫元炁者，大道之根，天地之母，一阴一阳，生育万物。在人为呼吸之气，在为寒暑之气。能改移四时之气者，戊己也。春在巽，能发生万物。夏在坤，能长养万物。秋在乾，能成熟万物。冬在艮，能含育万物。故学者当取四时正气，纳入胎中，是为真种。积久自得，心定，息定，神定。龙亲虎会，结就圣胎，谓之真人胎息也。

## 第二章 药物论

冲虚子曰：“天仙大道喻金丹，金丹本根喻药物。”果以何物而喻药物也？炼外丹者，以黑铅中所取真铅白金炼成金丹，故内

以肾水中所取真炁同于金，炼成内丹，亦名金丹。外以白金为药，以丹砂为主，内以真炁同于金者为药，以本性元神为主。

太上云：“恍恍惚惚，其中有物。”恍惚者，是本性元神不着于思虑知觉，似知觉之妙处，其中必有物。物者，即吾身中一点真阴之精，号曰：“先天祖炁”者是也。

天即名之曰祖炁，则必在内，为生气之根。而又曰外药者，何也？盖古云：“金丹内药自外来”，以祖炁从生身时，虽隐藏于丹田，却有向外发生之时。如视听言动淫欲皆从此炁化生，如思外之色声香味触法，皆由气载思以致之。修炼者即取此发生于外者，复返还于内。是以虽从内生，却从外来，故谓之外药。炼成还丹，斯为内药，又谓之大药，实只此一炁，而巳于此时发生大药者。

真阳曰：“大药不自发生，必得采而后发生，不似微阳初动，为自发生也。”全不着于外，只动于发生之动地。因其不离于内，故名内药。既有内外之分，所以采之者亦异。盖外药生而后采也，内药则采而后生也。自历代圣师，祖祖相传以来，所谓七日口授天机，以采大药者是也。紫阳真人曰：“不定而阳不生，阳生之后，不定而丹不结。”正谓此而言之也。

但初关变化，虽在逆转一炁，而其为逆转主宰则在神，即“神返身中气自回”之说也。若念动神驰，引此炁驰于欲界，则此元神，元气变为后天有形之精，乃无益于丹道之物也。必也以先天无念元神为主，返观内照，凝神入于炁穴，则先天真药，亦自虚无中而返归于鼎内之气根，为炼丹之本。古云：“自外来者”如此，此外药之论也。将此药之在鼎中以行小周天之火而烹炼之。

俞琰曰：“若知有药，而不知火候之秘以炼之，唯能暖其下元，非还丹也。”谓之炼外丹。此即《心印经》云“回风混合，百日功灵”之说者是也。

外丹火足药成，方是至足阳神之真炁，炁不化阴精，便是纯阴之真炁，方可谓之坎中满者。昔还阳真人口授天机，以采大药之景及采大药之法者，正为此用也。夫采之而大药生而来，斯固

谓之得内药也，采得此炁以服食，而点化元神。紫阳真人谓之“取坎填离”。正阳老祖谓之“抽铅添汞”，皆言得此内药也。欲得此炁，炼而化神，必将此炁，合神为炼。古云“炼气化神”者，此也。今人不知如何炼化神气，是人所自有之炁，因淫媾而消耗，神因淫欲而迷乱，故皆不足，而渐趋于死。

真人修炼，先以神助气，炼得气足纯阳而可定，后以可定之炁而助神，神炁俱定，炁自无而神自纯阳。独定独觉，斯谓之炁化神也。炼作纯阳之神，则有大周天之火候在焉。仙家称为怀胎。为胎息，言如在胎时。自有息而至无息，佛门谓之四禅定。《华严经》云：“初禅念住，二禅息住，三禅脉住，四禅灭尽定”是也。当是时也，火自有火而至无火。药自有药而至无药，自纯阳之炁无漏，以成纯阳之神。无漏而一神寂照，则仙道从实得矣。此皆药之二生之真，两炼之真。以所证者辩药者，为仙家之至要秘密天机，学者可不知辨哉？但古人只言药物，而不言辨法，不言用法，不言采时，采法。一药之虚名，在于耳目之外，故后人无以认真。

施肩吾老祖云：气是添年药。

药本先天炁而无形，我则信其无形之至真。恍恍惚惚，亦以无中之妙运。杳杳冥冥而采取烹炼，便是真正虚无之道也。心为使气神。

火本呼吸之有形，我以有形而用之，则长邪火。不以有形而用之，却似无火。妙在一阳来复之时，以神馭炁，返还归于中宫，便是无中得有之妙。所以谓之似有似无。

能知行气主，

若不知似有似无之妙，则神堕顽空，孤阴之说也。夫天地之生物，必有氤氲之气，万物化生，岂无乐育之呼？至经行一度，必有一日氤氲之候。逆而取之，则成丹。顺则施之，则成胎。便是得仙人。

既成自有之形，所以不附外形，而唯生于内，用于内。亦我

神觉之，由尾闾过三关，上泥丸，下重楼，入黄房。亦觉之，可知可见者，此所谓号生死之果，从此便得真念矣。

### 第三章 鼎器论

是鼎器也，古圣仙师本为炼精，炼炁，炼神所归依本根之地而言之也。故神炁有铅汞之喻，而丹田有鼎器之喻也。俱在人身之中，愚人不知身中先炼者，为外丹服食，执鼎器之说，只信烧炼铅汞金石外药为外丹服食，饵之不死，至失人身而不能救，哀哉！

吕祖云：“可笑九江张尚书，服药失明神气枯。不知还丹本无质，翻饵金石何太愚。”

此鼎器之说，误人甚矣。

妖人邪说妄指女人为鼎，淫媾为采取药物，取男媾精，女媾水，取败血为服食，诬人自诬，补身接命。故钟离祖云：“若教异物堪轻用，细洒羊羔亦上升”是也。金谷野人云：“铅汞从轻几百秋，几人会得几人修？若教愚钝皆知道，天下神仙似水流。”此皆由鼎器之说不悟。

且鼎有内鼎外鼎之喻者：言外鼎者，指丹田之形言也。言内鼎者，指丹田之气言也。以形言者言炼形为炼精化气之用。古云：“前对脐轮后对肾，中间有个真金鼎”是也。以气言者，言炼气为炼炁化神之用，古云“先取白金为鼎器”，此旌阳真君之说也。古以黑铅喻肾，肾中所发真气，取之而喻曰取白金，方安得元神住。故曰先取白金为鼎器，以还神也。

又曰“分明内鼎是黄金”，言白言黄者，皆言所还之气是也。

兹再扩而论之，无不可喻鼎器者。当其始也，即初关炼精化气时，欲还先天真炁，唯神可得。则以元神领炁，并归向于下丹田。而后天呼吸，皆随神以复真炁，即借元神名内鼎者也可。若无是神，则不能摄是炁，而所止之下丹田为外鼎者。又炁所藏之本位，即所谓有个真金鼎之处，此言丹田既为外鼎，然则神亦可

以为内鼎也。必凝神入此气穴，而神返身中，气自回也。

真炁阳精发生时，必驰于外者，故欲其返回。神知气之在外，则神亦驰在外，亦欲返回者，必由神而馭之，从太玄关，过尾闾，夹脊，上泥丸，过重楼，送归土釜，故曰“神返身中炁自回。”炁所以归根者，由此也。

及其既也，欲养胎仙，而伏至灵元神，即中关炼气炁神也，唯炁斯可。用炁载神，则以先天之气相定于中田，以为关锁。而神能久伏久定于中，转神入定，即如前言炁名内鼎也可。若无是炁，即堕孤阴之说，则不能留是神。神无依着，则出入无时，而妄念动也。而所守之中，下田，为外鼎者，又神所居之本位，故神即静定而寂照者如此也。

初炼精化炁，固以神为炁之归依。及炼炁化神，又以炁为神之归依，神气互相依，而互相守，紧紧不得相离，真可谓鼎器之严密一般。尽颠倒立名，以阐明此道者。故吕祖云，真炉鼎，直橐籥，知之真者，而后用之真。用之真者，而后证果得其真。岂有还丹之鼎器？所当深明者，而可不贯究之耶？又岂有取诸身外，而别求为鼎器者耶？此又言泥土，金钱，鼎器及女人，假称为鼎器者，俱不可信，信之必误丧性命者也。昔有言“神总在气圣，性灵而得”者，斯言亦得之矣。

白玉蟾云：“只将戊己作丹炉，炼得红丸作玉酥。”盖戊为肾中气，名曰金，曰戊己，即身中之本性，戊己原属土，古曰土釜，即鼎器之别名也，紫阳真人云“送归土釜牢封固”者是也。夫还神摄气，妙在虚无。虚无者，乃先天神气之相也。神无思虑，气无淫媾，必先有归依。神依炁，炁依神，神炁互相依，而又依中下之外鼎，方成胜定。胜定者，最上乘，至虚至无之大定也。古云“心息相依，久成胜定。”此鼎器之说，不可忽也。

《华严经》云：“世尊坐于菩提树下，而上升须弥顶，升叨利天，升兜率天说法，而亦不离于菩提本座”。《大集经》云：“佛成正觉于欲色天二界中间，化七宝坊，如大千世界十方佛刹，为诸

菩萨显说甚深佛法，令法久住。”

《华严经合论》云：“知佛法即世间法，世间法即佛法，不于世情中分别世情。”又云：“一切世法，纯是佛法。何曾离世法别有佛法？”

莹蟾子《百字令》云：“金丹大药不难知，妙在阳生时下手。日用平常须谨独，莫教龙虎奔走。心要安闭，身须正定，意在常存守，始终不息，自然通透玄牝。其间些子有讹，为君直指地下，听雷吼。立鼎安炉非小可，叠运斡旋凭斗。性本圆明，命基牢固，勘破无中有。老蟾成象，直与天地齐寿。”

#### 第四章 火候论

冲虚子曰：“天仙是修命元神，仙由性命而证性。故初关是修命，中关是修性。不得金丹，不能复至性也。而为证金丹是真阳精炁，不得火候，不能采取烹炼而为丹。”故曰：“全凭火候成功。”

昔虚庵真人云：“饶得真阳决志行，若无火候志难成。周天炼法须仙授，世人说者有谁真？”

古云：“若教愚辈都知道，天下神仙似水流。”

及见薛道光云：“圣人传药不传火”，我故曰：“火候谁云不可传？（即不可传，何故有《火记》六百篇之说？）随机默运入玄玄，达观往昔千千圣，呼吸分明了却仙。”

岂不见陈虚白云：“要知火候口诀之妙，尤当于真息中求之。”

曹仙姑《灵源大道歌》云：“我为诸君说端的，命蒂从来在真息。”此又明明指出火候只是真息，真息者，乃真人之呼吸，非口鼻之呼吸。

陈致虚云：“火候口诀最秘，非可一概而论，中有逐节事条。”

自祖祖相传以来，所云采药之候，封固之候，起小周天之候，进退颠倒之候，沐浴之候，火足止火之候，采大药之候，得大药服食之候，大周天之候，神全之候，出神之候等，可不明辨之乎？

紫阳真人云：“始于有作人难见，乃至无为众始知。但信无为

为要妙，孰知有作是根基。”有作者，小周天也。无为者，大周天也。盖火候行于真人呼吸处，此处本无呼吸。自无呼吸以交合神气，久炼而成大药者，必用有为也。不如是，则道不真。无人见者，秘传之天机，而密行之也。古仙圣真诚人曰：“知之不要向人夸”是也。所谓传药不传火者，不轻传此也。此以前，皆从无入有也。此以后，皆从有归无也。然火候呼吸，本一身之所有也。先自外而归于内，则内为有，故大周天之火，必欲至于无。然无者，非不用火而至于无，乃是火候行之妙于无者。此火危险甚大，因有为之火易行，无为之火难行也。不能无火，是危险。而或少有一毫杂于有，亦是危险。无之而或间断不行，亦是危险。故紫阳真人亦嘱之曰：“世之愚人俗子，但闻无为，便猜为不用火。遂其所好，安心放旷者有之。或猜无为，始终只用一无为而已，不求所以当有为之始者有之。”故曰：“但信无为，孰之有作？”紫阳真人直言“有无双修”之旨也。

纯阳老祖云：“一阳初动，中霄漏永。”（此一段以下，皆直言活子时之火候。）

魏伯阳真人云：“晦至朔旦，震来受符。”此以一月为喻也。晦者，喻身中阴极之时。晦而至于次月朔旦者，故初一也。震，一阳初动于下爻，以喻身中真气之生。盖药生，即火当生。震阳既动而来，即当受火符，以采取烹炼之也。

上节纯阳之说，以一日为喻者。中霄为夜半之时，即子时之义。漏永者，火符之刻漏等数也。古云：“或以日喻，或以月喻，或以年喻，无所不喻。”借易见者，以发明火之不可言者。学者但不可以喻者认真，皆恍惚喻身中之理，而犹非实似也。

陈朝元曰：“凡炼丹，随子时阳气生而起火，则火力全。余时起火不得，无药故也。”无药便是“水火煮空铛”是也。

莹蟾子云：“常将半夜子时起，天道人心周复始。炼性修真要此时，自强不息真君子。劳我生，逸我死，面壁经行为何事？”

陈泥丸云：“十二时中须认子。”



丹道一周天之用，须用真活子时而起火。天道十二时，本有半夜子时之时也。丹道虽喻子而未可执按其子者，于十二时中，皆可有阳生火发之子时，故称曰“活子时”，为其不拘于午夜之死子时也。修丹者当于天中，认取当生火之活子时也。所谓当生当照，本命元神星君者是也。若不知活，则谓之当面错过。白玉蟾云：“月圆月缺明明语，时子心传果不讹。”

彭鹤林云：“火药原来一处居，看时似有觅时无。”药本先天元炁，本无形，我则信其无之至真，亦以无之妙用，而采取烹炼，便是真正虚无之仙道也。火本呼吸之有形，若即以有形用之，则长邪火。不以有形，而用之似无。火药一处居，但于无中得有之妙，所以谓之似有似无。

予老师云：“一阳动处初行火，卯酉封炉一样红。”一阳动同纯阳之说，但曰采取封固，曰沐浴温养，无有双忘，同于太虚。此皆言药生即是火生，以明采药起火之候也。

此是冲虚子总结上一大段之说者。采药者，子时火之前也。起火者，子时火之事也。二者必要分明。所以达摩云：“二候采牟尼，四候别神功”是也。正阳翁云：“结丹火候有时刻。”（此下皆言起火于子也。）行十二时小周天火候，正是烹炼金丹之时。故曰：“结丹有时刻。”

萧紫虚云：“乾坤橐籥鼓有数。”橐籥者，鼓风吹火之县，喻呼吸往来之炁，即乾呼而坤，坤吸而乾之义。有数者，即乾用九，坤用六之数也。“离坎刀圭采有时。”离是心中之神，曰己土。坎是肾中之气，曰戊土。上下二土成圭字。戊己二土合一者称刀圭，以喻神炁合一者。刀圭由得二土合炼而成，亦必先知采取二土之时，方能成二圭。如若不知，必不能成二土之圭也。

玉鼎真人云：“入鼎若无刻漏，则灵芽不生。”

真阳曰：“入鼎者，真阳之精炁既还炁穴，必要刻漏之火以烹炼之，则黄芽方生。有刻漏者，则如一时已完，当用二时。六阳（子，丑，寅，卯，辰，巳）用升，六阴（午，未，申，酉，戌，亥）用降。”

亥)用降,方合正理。又能合神炁二者,皆半斤八两,又如用一时之刻漏,当升当降,不当升降者,方有定理。”

《玄学正宗》云:“刻漏者,出入息也。”(此直言刻漏是出入息之别号也。)刻漏者,是昼夜十二时各有刻数,每有几点漏滴之声,以应一刻。再至多漏,以应一时。古云:“周天息数微微数,玉露寒声滴滴符。”今言此,以喻呼吸之息也。以漏数定刻者,即于丹道中,以真息数字时数也。

广成子曰:“人之反复,乃呼吸彻于蒂耳。一吸则天炁下降,一呼则地气上升,我之真炁相接也。”反复者,上中下三田旋转之义。呼吸者,真人之呼吸(非口鼻之呼吸)。彻于蒂者,通于炁穴之处。呼吸升降者,似于反说。(上田返中田,中田返下田,下田复返上田,上田返入炁海,接着真炁。三事共济,谓之周天火候。)大抵丹书反说者甚多,我以理及事详究之,皆呼降吸升,合于自然,方得可有可无之妙。

予师还阳真人云:“子卯午酉定真机,颠倒阴阳三百息。”子,卯,午,酉者,《入药镜》所言在脱胎,大周天之火候也。《入药镜》所谓“终脱胎,看四正”,即此四时也。《入药镜》所言大周天之候,此言小周天之候也。大小事不同而用同,何也?《心印经》云:“三品一理”是也。

紫阳真人云:“刻刻调和,真炁凝结。”刻刻者,言三百六十息皆要调和合自然,一刻不调,则不能入定而成胎基。

白玉蟾云:“火本南方离卦。”离属心,心者神也。炁则药也,神不乱,炁归神。以火炼药而成丹者,即是以神馭炁而成道也。

陈虚白云:“火候口诀之要。犹当于真息中求之。”盖息从心起,心静息调,息息归根,金丹之母。《心印经》所云“回风混合,百日功灵”之语者是也。

薛道光云:“火候抽添思绝尘,一爻过看一爻生。”抽添即进退。绝尘者,念不着于思虑,尘幻,妄魔。爻遇爻生者,即绵绵无间断也。

陈泥丸云：“百刻之中切忌昏迷。”或昏睡，或散乱，皆错失真候。故曰切记。

陈希夷云：“子午工是火候，两时活取无昏昼。一阳复卦子时生，午时一阴生于姤。三十六又二十四（乾用九，四九三十六。坤用六，四六二十四）周天度数同相似，卯时沐浴酉时同，火候足时休恣意。”崔公《入药镜》云：“火候足，莫伤丹。”言不宜恣意行火而不知止也。

金谷野人云：“周天息数微微数，玉露寒声滴滴符。”

真诠曰：“火候本只寓一气，进退之节，非有他也。火候之妙，在人若用意紧，则火燥；用意缓，则火寒。勿忘勿助。非有定则。最怕意散，不升不降，不结大丹。”此是开明初学之说，虽未明大道之人，其言亦可示学者入道之门也。

王果齐云：“口不呼，鼻不吸，（口鼻不呼吸，则循真人呼吸之法而呼吸之。）橐天龠地徐停息。巽风离火鼎中烹，直使身安命乃立。

陈泥丸云：“行坐寝食总如如，唯恐火冷丹力迟。”行坐者，坐而行工也，非行路。有寝，有食，尚未脱凡夫，只是炼精化炁，筑基内事。若十月胎神之工，则忘寝忘食矣。如如者，入定之妙。总如如者，则火合玄妙。火不冷，丹力不迟也。

纯阳老祖云：“安排鼎炉炼玄根，进退须明卯酉门。”鼎炉者，炁穴也。玄根者，即元阳精炁归于根而烹之。鼎炉，玄根皆言用火之处。言人不可只用进阳火，退阴符。调和进退而不沐浴，则进退成虚幻。沐浴而不进退，则沐浴不得冲和。故曰须明。禅家马祖云：“未有常行而不住，未有常住而不行。”

正阳老祖云：“且暮寅申知火候”，本卯酉二时以行沐浴，纯阳翁已直言之矣。其师正阳翁曰：“寅申者，寅之下即卯，申之下即酉。或修之至寅申之候，不可忘失卯酉之沐浴也。”又曰：“沐浴脱胎分卯酉。”脱胎之沐浴曰分者，前似有而后似无也。人人不泄炼炁化神之功，惟正阳翁于此泄万古之秘。又云：“沐浴潜藏总

是空。”沐浴而成真空，曰仙机。不能真空，则堕旁门外道。强制而亦成大病。《悟真篇注疏》云：“子进阳火，息火谓之沐浴。午退阴符，亦谓之沐浴也。”又云：“果然百日防危险。”小周天有进退之火，有不进不退之火。若进退不合进退之数。不合进退之机，不由进退所当行之道，不合进退之所当起止已合，已由不知火足之所当止者，皆危险之所当防者也。

萧紫虚云：“防火候之差失，忌梦寐之昏迷。”

《天尊得道了身经》云：“调息绵绵，似有似无。”紫阳翁云：“谨守药炉看火候，但安神息任天然。”神息任天然，似大周天之火。其实上句守药炉，则是言小周天之火。但炼药炉中之火虽属有为，必竟要合天然自在为妙。不如是，则非真火，真候，乃外道邪说之火也。

杏林真人云：“寂心行火候，定息觅真铅。”杏林之师紫阳翁云：“惟定可以炼丹，不定而丹不结。”此真正至妙，至要之语。

紫阳翁云：“火候不用时，冬至不在子。及其沐浴时，卯酉时虚比。”虚比二字，总贯串四句。不用时者，不用历书十二时，是用心中默运十二时而虚比也。冬至者，是人身中阳生时候，必要起子时之火，即称阳生之时为子，不用仲冬子月之子也。凡一日十二时，阳生皆可言了。在沐浴时，虚比于卯酉。卯在六阳时之中，酉在六阴时之中，调息每至于六时之中，可以沐浴矣。

又曰：“不刻时中分子午，无爻卦内别乾坤。”一日每时有八刻，不刻之时，是心中默运之时，虚分子午，不用有刻之时也。每卦有六爻，《易》也，身中借乾坤虚比鼎器，故言无爻。

此皆言炼药行火，小周天之候也。此一句，是冲虚子总结上文众圣真所言百日所用之火也。

门人问曰：“古来众圣真言火多，何以分别此名小周天为百日炼精化炁之用？”

答曰：“小周天有进有退，有沐浴，有颠倒，有周天度数。凡言炼药，炼丹，守炉，看鼎，药熟，丹成，皆百日小周天之事。故

据此法而分别言后之圣真，善学者，凡是《大藏经》中所未见者一一集之，以为后人之证验者。

《心印经》云：“回风混合，百日功灵。”回风者，回旋其呼吸，气之喻也。混合者，因元神在心，元炁在肾，本相隔远。及炁生而向外驰，神虽有知，而不能用，无混合之法也。故此经云人用呼吸之气而回旋也，方得神炁归根，（上至泥丸）复命（下至命蒂），而混合之，方得神宰于气而合一。倘无回风之妙用，则神虽宰炁，亦不知炁会受宰否。此为炼金丹至秘之至要。用之至于百日功夫，则灵验已显。（童体百日，破体者十年，不足一年补之，以完此先天之炁也。）炁以足而可定，神以习久而可定，故小周天回风法之当所止也。自此而下，皆言小周天火足当止之景。

正阳翁云：“丹熟不须行火候，若行火候必伤丹。”火足而药熟不用火矣，故有正火之景。遇止火之候一到，即不须行火矣。若用行火，亦无益。伤丹者，丹熟则必可出鼎，而换入别鼎。若不取入别鼎，则出无所归，岂不伤丹乎？精化炁于炁穴，炁化神于神室，故曰别鼎。

崔公《入药镜》云：“受炁足，防成凶。火候足，莫伤丹。”炼得黄芽漏鼎，白雪漫天，婴儿成象，故火候足矣。火候既足，只宜沐浴漫养，若不知止足，妄意行火，反伤丹矣。丹成之后，天地混合、神炁自灵，仙师所谓“虚空生白、神明自来”，故曰，天地灵也。

紫阳翁云：“未炼还丹须急炼，炼了还须知止。足若也持盈未已心，不免一朝遭殆辱。”

了真子云：“切忌不须行火候，不知止足必倾危。”

此处注疏，载有邱、曹功按二条。昔邱真人曰：“因长安都统斋，未及止火，至晚走失三番，谓之走丹，前功废矣。须重新再炼，后成天仙。”曹真人初炼精时，得景而不知，猛吃一惊而已。及再静，而景再至。猛醒曰“师言当止火也。可惜，可惜，当面错过。”及后再炼，不误景初。而止火之速，不待景至四而止火。

不速不迟之中，而止火，得药，征关，而点化阳神。凡真修圣真，千辛万苦。万般可怜，炼成金丹，岂可轻忽，令至倾危哉？况凡圣关头第一大事。此皆言丹成，止火之景，天仙九还丹火宜此，宜此。炼精化炁之候备矣。冲虚子总结前采取，烹炼，止火等百日关内事，至此，令学者知参究前圣之说，此已下予故曰，起之舍也，句止。

又冲虚子自言百日关内之火候等秘机，而总言之者，予故曰：“自知药生而采取，封固，运火，周天，其中进退、颠倒、沐浴、呼嘘，行住，起止工法虽殊，真机至妙，在乎一气贯真炁而不失于二绪，一神馭二气而不少离于他见。三百周天犹有分馀象润等，一候玄妙机同于三百候，方得炁归一炁，神定一神，精住炁凝，候足止火，以为入药之基址，存神之宅舍也。

此一段是冲虚子列言百日炼精，用火细微条目，而精言实悟之旨也。盖小周天是炼精时火候之一总名也，其中事理固多，前圣固有各言。其采药是一候，而封固又一候。达摩亦只言二候。采药者，并采封二候而混言之也。又有四候，别有妙用者，此乃小周天三百内之候也，我今遵仙翁而二言之。及周天时言进退候者，若不似进退而亦虚拟之为进退。铅汞丹法言进退者，进则用火入炉，退则不用火而离炉，此实可据而易言。我以多为进，以减为退，亦可据而易言。炼精者则不似此说，我今亦只强勉而虚比，不似以为似。意谓六阳时，以乾用九，数之增多为进。六阴时，以坤用六，数之减少为退。既在周天之内进阳火，退阴符，非多少为言则不可。若以用为言，则甚远矣。

颠倒者，除药物配合颠倒则不必言，但言火候中之颠倒。吕仙翁云：“大关键，在颠倒。”初，老师言六阳时，火专主进升，而退后随之而已。六阴时，符专于退降，而进又随之而已。曰专者，专以进升，主于采取。专于退降，主于烹炼而已。曰随后者，顺带之义，以其往来之不可无，亦不可与专主并重用也。此前圣秘机之颠倒也。

沐浴者，子，丑，寅，卯……十二支次第之位，凡世法有五行，故内丹有五行之喻，各有长生之位，寅申巳亥是也。火生于寅，水生于申，金生于巳，木生于亥。卯，酉，子，午之位，是沐浴之位，故丹道活子时之火，历丑寅至卯，借沐浴之位而称火工，曰沐浴。酉亦如之。举世愚人邪说，尚不知沐浴何以得名，何以知沐浴之义之用哉？今此只略言捷要耳。便详于《仙佛合宗》语录中观此者，可自查语录中，以考其全机。

行住起止者，行则仙佛二宗之喻也。住则仙佛二宗之喻也。起则采封二候之后，小周于之所起也。止则小周天候足而止火也。

一气者，呼吸之气贯串真炁，自采至止不相离，离则间断复贯，则二头绪矣。此由昏沉散乱之心所致，甚则二三四绪，皆无成之火矣。戒之，戒之。然以息气贯串真炁，必主宰于一神而不离，若内起一他见，则离。若外着一他见，则离。离则无候，无火矣，焉能气足生气？

三百六十度？故曰周一天，犹曰五度四分度之一。所谓天度之分余为闰位者，非耶？知有闰，则知天之实周矣。能实周，则炁易定，丹易成，而初生之药亦易生矣。

玄妙机者，不传之秘也。火候一一皆要如此，若不用此，则火必不能如法呼吸，则滞于真息而近凡夫之口鼻重浊而为病。不用此，则神亦不能驭二炁，而使之行住得其自然，一息如是，三百息亦皆如是。此古先圣真皆隐然微露而不敢明言者，亦不敢全言者。不如是，虽曰已周天，近于邪说之周天矣，亦无用也。所以玄妙机三字，又百日炼精化炁之枢纽耳。采封，炼，止等候，俱不可少者。于一炁之外驰欲界，为淫媾之精。着视听盲动，为淫媾之助者。不外驰而复归一，神能直入大定，所谓候足火止而基成。如此，永为入药之基址，为存神入定之宅舍。此所谓“先取白金为鼎器”者是也。

而道光薛真人乃有定息觅真铅之旨，既得真铅，大药服食。正阳翁谓之抽铅。

大药者，即阳精化炁之金丹也。果从何而得？亦从丹田炁穴出中。当未化炁之先所生也，出丹田，但无形之气微，附外体为形。昔曹老师因后有大有药之名，便称此为小药之名，以其气小故也。及炼成金丹，即化炁之后所生也，所出也，亦在丹田中出，曰大药，实有形之真气，如火珠，亦是从无而入有也。黄帝曰“赤水玄珠”，一曰真一之水，一曰真一之精，曰真一之炁，曰华池，曰莲池，曰地涌金莲，曰天女献花，曰龙女献珠，曰地涌宝塔，曰刀圭，曰黄芽，曰真铅，如是等仙佛所说异名，不过只丹田所生之真炁。既成自有之形，所以不附外形，而惟生于内，用于内，亦我神觉之，可知，可见者。及渡二桥，过三关，皆可知，可见，此所谓脱生死之果，从此便得真验矣。

即行火候炼神，谓之添汞。此火候，是大周天也。添汞者，心中之元神曰汞，凡人之神，半动于昼而阳明，半静于夜而阴昏。阳如生，阴如死。修炼之士，必以昏昧而阴者，渐消去之。故消一分阴，添得一分阳。去三分，三分，四分，五分阴，则添足二分，三分，四分，五分阳。渐渐逐分挣到消尽十分阴，添足十分阳，谓之纯阳。纯阳到无阴睡，谓之胎全神全。所以古人云：“分阴未尽则不仙”，此皆添汞之说也。然所谓添者，必由于行大周天之火，有火则能使元炁培养元神，元神便不离二炁，而皆空皆定，直至阳神果满。

若不添汞行火，以神驭火，则神不阳明，如何行得火？添得三分，五分阳明，方行得三分，五分火。惟阳明则得二炁，而培养元神，助成长觉。

若真炁断而不生正是不定而药不生之说，此时乃证长生不死之果也。

若不炼神，则阳明不就，终于尸解而已。

炼神者，炼去神之阴而至纯阳，全无阴睡，火足炁定而神俱定，方是阳神成就。炼神之法，全由二炁静定，同之入灭。但二气少有些儿不如法，则神不炼，阳不纯，不能出神。但于十月之



内，不曾出定者，俱是尸解之果。何故？但有凡夫之呼吸，即有凡夫之生死。最怕水火刀兵，分解形神为二。

所谓尸解者，有生死之道也，不行大周天之过也，二炁及神皆不入定之故也。丹既成，生既长，安可不入一大定哉？后学圣真勉之。

故《九转琼丹论》云：“又恐歇气多时，即滞神丹变化。”

此三句是冲虚子引上五句之意，自而道至，变化止十三句，又冲虚子于此承上起下分别圣凡至要天机。

歇气者，歇周天火候之气，或得坎中实来而点离中之阴，勤勤点化离阴为纯阳，既得坎实，而点离阴矣。不即行大周天之火候，则坎实亦不勤生以点离。或行大周天火候，而不合玄妙天机，犹之乎不行也，亦不能勤生坎实，以点离阴，便迟滞离阴之神，为纯阳之变化。

神丹者，即坎实，曰金丹。即点离，则二炁渐化神。二炁渐无，独有神之灵觉在，故亦曰炼炁化神。

纯阳祖师云：“从今别鼓没弦琴。”

别鼓者，另行大周天也（明说与小周天不同）。没弦琴者，无形声之义。然大小固不同行火者，必先晓得清白，而后可以言行火。

紫阳真人云：“大凡火候只此大周天一场，大有危险，切不可以平坦火候例视之也。”

广成子曰：“丹灶河车休矻矻，鹤胎龟息自绵绵。”

言不用河车者，是百日小周天之事已过，故不必用。今当十月大周天之功，只用鹤胎龟息绵绵然之火也。《上清玉真胎息诀》云：“吾以神为车，气为马，终曰御之而不倦”。前百日，以阳精转河运车，此胎息则以转神入定，以神为车，以气为马，以御神车。是喻炼炁化神，后学亦须分辨着。

白玉蟾云：“心入虚无行火候。”

入虚无者，是神炁入定而不着相，邱真人所说真空是也。虽

行大周天，不见有大周天之相，便是虚无之妙。

范德昭曰：“内炁不出，外气不入，非闭气也。”

世人言闭气者，强制也。仙道别有天机，不与旁门强制同。虽内不出，外不入，非强忍也，有真息合自然之妙运者，所以入定。白玉蟾云：“上品丹法无卦爻。”盖小周天化炁，是有卦爻，小成之火。大周天者，是无卦爻，大成之火。以其化神，故曰上品。

彭鹤林曰：“若到丹成须沐浴。”

丹成是前金丹之成，沐浴者是大周天之喻。言丹成不必用小周，既入十月之首，必须用大周。

正阳老祖云：“一年沐浴防危险。”

伍真阳曰：“沐浴在小周天固为喻，今言于大周天亦为喻。在小周天，曰二时二月之喻，此言大周天，言一年之喻。在小周天，可以小喻。在大周天，可以大喻。防危险者，防一定必有之危险也。若仙机有出入，则不定其沐浴。若佛法不久住，亦不定其沐浴。沐浴最贵有定心，防危险者，正防其心不定，防其沐浴不如法。”

又云：“不须行火候。炉里自温温。”

此言十月不必用有候之火。当用温温然无候之火，不寒不燥，不有不无，方是温温的真景象。

王重阳老祖云：“圣胎既凝，养以文火。安神定息，任其自然。”

道光曰：“一年沐浴防危险，十月调和须谨节。”

沐浴者，无候之火，即太周天也。谨节者，谨守沐浴之理也。防危者，防其沐浴而外驰不定也。若一年而得定之后，必时时在定，年年劫劫俱在定，又非止一年十月之说而已。

陈虚白云：“火须有候不必时，些子机关我自知。”

有候者，大周天之火，无候之候也，乃似有似无之妙。不须时者，不用十二时为候，故可入无为。些子机关，是似沐浴而非沐浴，常定而神常觉，故曰我自知。若不知，则昏沉火冷而丹力迟也。

紫虚云：“定意如如行火候。”

如如者，是如有不有，如无不无，定意如有如无之候中，方得大周天之真候，方是真行。

又云：“看时似有觅时无。”

大周天入定，本入于虚无，若陡然着无，则落空矣。故曰似有似无，不空而空，却是无方 是真空真定。

又曰：“不在呼吸并数息，天然子母自相亲。”

有呼吸，数息，是言有为者之事。今既入定，不在有为，走任天然，以证无为。

又云：“守真一，则不往来。”

真一者，在前炼精时，炼而所得真精，曰真一。此炼炁时，乃真精之炁得真神，用真息之炁守之，三者合还神，曰真一。俱定不动，是息已无息矣。焉有往来？

古云：“火记六百篇，篇篇相似采真铅。”

昔《参同契》亦云：“火记六百篇，篇篇相似。”却未说出采真铅之妙旨。此言似采真铅，则玄中又玄者尽于是矣。采真铅者，薛道光所谓定息采真者是也。篇篇相似，总归大定。

马丹阳云：“工夫常不间，定息号灵胎。”

定息于空，神自守息，而为胎息。定无间断，神亦常觉，而无间断，而胎神始灵。

杏林云：“不须行火候，又恐损婴儿。”

初入十月之关，必用火候炼炁化神，而成婴儿之胎，婴儿喻神之微也。及胎成，婴儿亦成，将出现于外之时，则无用火矣。若再用火，是婴儿未完成之事，岂不有损于婴儿乎？

《中和集》云：“守之即妄，纵之又非。非守非忘，不收不纵，勘这存存的谁。”

大周天入定，似有似无。似有即神炁之定，似无是神炁在定，而不见在定之相。若曰守，便着于有。着有，即起有之忘念。纵之而不照，则神炁离，而非定之理。但微有似存，若二炁存，则

神亦存。神存则二气存，俱存在定，便俱虚无，无上之妙境在是矣。

鹤林子云：“及至打熬成一块，试问时人会不会？不增不减何抽添？无去无来何进退？”

神炁合一，俱定入一块，则无火矣。不似小周天之有增减，不增不减，不有抽添，息无往来，有何进退？此归一而渐归于无之说也。

张静虚云：“真候全非九六爻也，非颠倒，非进退，机同沐浴又还非，定空久定神通慧。”

真候者，火候定而空矣，不用小周天之九六，不同其颠倒沐浴等，而惟定空。久定久空，神通慧照，朗然独耀，同于世尊之涅槃，而灭尽定矣。

丘长春云：“息有一毫之不安，命非已有。”

有息则有生死，无息则生死尽矣。心定息自无，则命为我所自有，由我得无死之道也。若有一些息不尽定，则命在息，而不为我有矣，由天地阴阳阎君所主张矣。此皆言炼炁化神，十月养胎，大周天之火候也。此又冲虚子总上文众圣真所言大周天火候一段而言之也。

予亦曰：“大周天不计爻，固非有作，温温相续，又非顽无。初似不着有无，终则全归大定。切不可为无，以为有了，则落小解之果。又不可住火，以为常行，则失大定之归。将有还无，一到真定，则超脱出神，飞升冲举之道尽之矣。”

又，冲虚子自言大周天之旨，又兼叮咛劝诫，不计爻象者，乃无为之，异于小周天，有温温，非全无，是周天初之似有似无之实理也。大周天之初，正是一二三月之时，曰似存者，尚有有。曰似无者，未真无。所以犹有些子凡夫食性在，犹有些子息故也。乃至全归大定，息无食性无，所以《金碧龙虎上经》云：“自然之要，先存后亡。”俞琰又注之曰：“先存神于气穴，而后与之相亡。神自凝，息自定”是也。

然又当知火本欲归于无，若不知先似有之妙，而据执曰：“本无何必用似于有？”则必堕在全无而不能至真无，落于尸解之小解也。又当知火起于似有，而求必归于无，若不知有非了手而据住于有，常行于有而不无则亦堕在全有，何以得大定之归，经万劫而不死？终止于守尸鬼子，亦为尸解之类，终归生死之途。想当初，炼精补炁，受多少万苦千辛，始得证千万劫不传之秘而得传以至于小成，又安可惰忽其大成而不求必成哉？

我又嘱之曰：“将有还无，一到真定，而能长定于虚无之境，则超脱出神，飞升冲举之道尽之矣。此大周天之火所以为成仙，成佛，了道之总要也。”

我又以化炁化神而总言之，“前百日炼精化炁，必用有为之工，是从无而入有，即佛法中万法归一之义也。后十月炼炁化神，必从有自至无息，是从有而入无，即佛入四禅灭尽定也，是一归于无之说也。此仙佛二宗之秘法，不可少之要机也。冲虚子今为后来圣真重宣明之，以接引后圣师，印证仙传，并免后学执有为，执无为，执有候，执无候之争立门户而妄拟之者。

若此天机。

自此句至结尾句了又皆冲虚子总结火候全经之言，再指炼神还虚向上之秘机，以为后圣证。

群仙直语，以前群仙，皆有直言在世，而人不能悟。

固非全露。

从古至今，言火候者甚众，并未全言，或一句，二句而已。既不全，后人如何作用？如何拟议？所以世之凡夫妄猜，唯有仙份者，自有仙人来度耳。

然散之则各言其略，集之则序言其详。

完全火候不必尽出于予之齿颊，而此书出世，则为来劫万真火经根本，从来见者，自能从斯了悟，不复疑堕旁门。

旁门者，有相之火，忍气着相称为行火，知此仙火自然之定，则不复为强制之邪火。

而阳神自就，劫运自超矣。

习定，入定，成定，皆为出神，超神之所必用，而必证果者，故于此历年所证。

但于出神之后，炼神还虚，九年之妙，虽非敢言，而《中和集》云：“九年三载常一定。”便是神仙，亦直言之矣。

出阳神是初成神仙时，即母腹中初生的孩子一般，虽具人形，尚未具足之人形，故喻曰婴儿。故古言曰：“孩儿幼小未成人，须籍坤娘养育恩。”乃喻为乳哺三年，前圣所言成就只一二年是也。

乳哺者，神炁已定，而又加定之意，加至于常常在定而不必于出，便似乳而又乳，至于成大人一般。神既老成，若即行炼神还虚，九年之工，则此即为九年内之炼数。若有救世之愿未完，且不必炼九年，而权住世以救世。及欲超世，而上升虚无，则必从九年而还虚矣。

实非世学所能轻悟。轻用者，必俟了道之士以虚无实相而用之。

了道之士，是出定之神仙，惟得定，是得虚无之初基，而后可致虚无之极致处，方能悟此，用此。

第不可一乘既得，便称了当，不行末后还虚，则于神通境界必竟住脚不得。

神通境在化神时，神也通灵而无碍。在还虚时，神也更加通灵而无碍。此言神通，是言初得之神通，尚未大成，故曰住脚不得，若住脚，则止于神仙。犹有还虚，而至于天仙者。

后来者，共勉之。

## 第五章 炼己论

己者即我静中之真性，动中之真意，为元神之别名也。以吾心之真性，本以主宰乎精炁者，宰之顺，以生人，由此性。宰之逆，以成圣，亦由此性。有不得其先炼者哉？当药生之时，不辨其为时，炼药之后，不辨其为候。药将成，或以己念而复失。神

将出，或以己念而复堕。欲其气之清真，己未纯，必不得其清真。欲其神之静定，己未纯，必不得其静定。安能超脱习染而复炁胎神哉？

古云：“未练还丹先炼性，未修大药先修心。”盖为此而言之也。

昔马自然云：“炼药先须学炼心，对景无心是大还。”

张静虚云：“欲得身中神不出，莫向灵台留一物。”

能炼之者，因眼逐于色而用观，则炼之于不睹。耳逐于声而用听，则炼之于不闻。平常日用，必当如是先炼，则己念降伏，而性真纯静。所以《元始天尊得道了身经》云：“声色不绝，情炁不全。万缘不绝，神不安宁。”必先炼之，炼炁炼神，方不为境物颠倒矣。采药而药即得，筑基而基即成，结胎必就方名复性之初而炼己之功得矣。

盖先圣始言炼己者，谓其有诸相对者，是性之用于世法，世念中，而逆旋言之也。终言炼己者，以其无相对者，是独还于虚而寂灭尽定而言之也。始终皆炼本性而成真，能全真性者，即仙也。非真性者，即非仙也。

世之愚人不知仙即是佛，谓仙必竟与佛不同，不信请《法华经》云：“仙人授佛妙法，如来因之成佛。”又不信，请《华严经》云“如来天仙道，微妙难思议。”既不信佛言，又何必强谈佛，不但谓不知仙，不知佛，而亦不知自己真性，徒狂言妄语以惑世，自堕于仙佛法海之中，不能见一浮沤，真可怜也。

## 第六章 筑基论

冲虚子曰：“修仙而始筑基”。筑者，渐渐积累，增盖之义。基者，修炼阳神之本根也，安神，定息之处所也。基必先筑者，盖谓阳神之所成就纯全而显灵者，常依精炁而为用。

神原属阴，精炁属阳。依阳精真炁，则能成阳神。不依阳精真炁，则不能成阳神，止为阴神而已。精炁旺，则神亦旺，而法

力大。

精炁耗，则神亦耗，而灵光弱。此理之所以如是也。欲得元神常住而常灵觉，亦必精炁常住而长有基地也。自基未筑之先，元神逐境外驰，则元炁散，元精败，基愈坏矣。

且精之逐于交感，年深日久，恋恋爱根，一旦欲令不漏而且还气，得乎？气之散于呼吸，息出息入，勤勤不已，一旦欲令不息，而且化神，得乎？神之摄于思虑，时递刻迁，茫茫不已，一旦欲令长定，而且还虚，得乎？此皆无基也，是以必用精炁神三宝合炼，精补其精，炁补其炁，神补其神，筑而基成。唯能合一，则成基。不能合一，则不成基。所谓打成一片，正为此而言之也。

及筑基成，精则固矣，炁自还矣，证人仙之果矣。为出欲界，升色界之基者，以此。为十月神定者之基，以此。而九十月不昏睡者，有此基也。十月神不外驰，而得入大定者，有此基也，所以炼炁而炁即定，绝无呼吸一息。炼神而神即虚，而不昏迷一睡。此所谓阳神之有基也。基成由于阳精无漏，而名漏尽通。无基者，即无漏尽通也。一阴灵之性，五通之果，五通者，阴神之神通也，若阳神，则有六通，多漏尽通也。

六通者；天眼通，天耳通，神境通，宿命通，他心通，漏尽通。此一通，为阳神之所多。余五通，阴神同。

不免死于此，而生于彼。宅舍难固，阴神可益哉？阳神之基，可不亟筑哉？不可亟究哉！彼淫妒败精者，反诳人曰：“采补筑基”，欺骗愚夫，大悖正道，可不戒之哉？世人乃不知先天为至清至静之称，所以变而为后天有形之精者。此先天也。动而为先天无形之精者，亦此先天也，判而为后天有形之呼吸者，亦此先天也，此顺行之理也。

元炁为生身之本，凡一身之所有者，皆由元炁之所化生。至于逆修，不使化为后天有形之精者，固此先天也。不使动为先天无形之精者，定此先天也。不使判为后天有形之呼吸者，伏此先天也。证到先天，始名一炁，是一而为三，三而复一，有数种之



名，即有数种之用。故不知先后清浊之辨，亦不可以采取真炁。

## 第七章 炼药论

冲虚子曰：“仙道以精、炁、神三元为正药，（元精，元炁，元神曰三元，昔先天也。）以炼三合一，喻为炼药。”鬼谷子云：“道以至神为本，以至精为药，以冲和为用，以无为为治，长生久视之道成矣。”若不如此，即非金液大还丹之法。

其理最精微，其法最秘密。昔钟离祖曾十试吕祖。丘祖受百难于重阳。我伍子切问道二十载于曹还阳。

逢师于万历癸巳冬三月，受全道于壬子年三月。以壬癸计之，二十年也。

方才有得，是以世之茫然学道者，及偶然漫谈者，皆不知何者为真药？何法为真炼？徒然空说向自己身心而求，实不知有至静之真时真机也。

夫至静之真时，真机者，以是此身心静极，即喻亥之末，子之初也，阴静极必有阳动，则炁固有循环，真机自然复动，此正先天无形，元炁将动而为先天无形之元精也，即此先天无形之精，便为药。物既有药炁生机，必有先天得药之觉。即以觉灵为炼药之主，以冲和为炼药之用，则用起火之候以采之。须辨药之老嫩，采之嫩，则炁微而不灵，不结丹也。采之老，则炁散而不灵，亦不结丹也。得药之真，既采归炉，则用行火之候以炼之，行小周天之火也，药未归炉而先行火。

纯阳吕祖曾诫之曰：“无药而先行胎息，强留在腹，或积冷气而成病。”

药竟外耗而非为我有。

药尚未入鼎中，而妄行火，即所谓“鼎内若无真种子，犹将水火煮空铛。”

不成大药，药已归炉，而未及行火，则真炁断而不续，亦不成大药。

药在外，由火以采之而归炉，亦由火烹炼之，方在炉中成变化。已得药归炉，火断而不行，则真炁亦断而不住。及再行火，虽周一天，终与前不续，如何成大病？所谓外火虽动而行，而内符不应，则天魂，地魄不相交接是也。

若纯纯然加意于火，则偏执着于火，而药亦消耗。（执着用心于火，则着有相而急燥，近于外道之存想，非自然之天机妙用。）

若悠悠然不知有火，则昏迷散乱。

行火之时，若心不诚则不灵，或昏迷。十二时之行，或迷失刻漏之数，或忘沐浴之候，或不知以何数周于天，或已周而犹不止。

皆是失火，而药亦消。

火不能留药，焉得不消？即神不留炁之意。

皆不成大病。

已上皆言孤阴寡阳，偏有偏无之危险也。

若火间断，而工不常，药虽炼成，而复坏。

火所以炼药，古云：“火药一处居。”行火之法，愈久而愈密，愈密而愈精，斯则必成火药，必成服食。或有时神逐见闻，淫念驰外而着魔，则离火。火离药，工不常矣，如何成大病？虽将成，犹有退散之危险。

若久行火，而不知止足，药虽已成，而复坏。

火足矣，即成大病，安得不止火？于此而采，而药则不复为后天有形之精，若不止火不采，而不能生服食之大药，则大病必随生机，而将妄行矣。

皆不成服食。修真必使神，炁相均，相合，火药适宜，以呼吸之气（即火也）。乘炁气为动静（即药也），以真炁之动静，定真息之根基。

真炁归根，则真息亦定于根。二炁合一于根，以为胎神之基也。

则火药即不着于一偏，又无强制纵失之患。如此而采，方得

小周天之妙理，方成长生之大药，始名外金丹成也。马丹阳云：“因烧丹药火炎下，故使黄河水逆流。”《玉芝书》云：“玄黄若也无交姤，争得阳从坎下飞？”此祖祖真真服食飞升之至宝，乃上上之玄机，学者最宜参悟而精修者也。得此真药服食，自可进修行大周天之火，以炼炁化神。炼炁而息定，炼神而神圆。阳神升迁于天门而出现，神仙之事得矣，中关十月之事毕矣。其后面壁，炼神还虚，九年一定，以神仙而顿悟性于无极（形神俱妙），总炼成一个不坏，清虚圣身，皆由炼药合仙机，而得成丹，成神之所至也。

故凡大修行，上关大成事，必如此则毕矣。于此法中，始于百日采药，而成服食者，无量寿之地仙也。中而十月胎成，脱出阳神之果者，超出阴阳之神仙也。终而九年面壁，炼出还虚之果者，超出尽劫运之天仙也。

初得神仙，乃得大定而出定。但得定由于守中，而出定则居泥丸，故世尊已入灭，而亦入于泥洹是也。至此还虚，而又入定于泥丸。古云：“性在泥丸命在脐”，盖言了修命之事在脐，了修性之事，在泥丸也。泥丸之定，则非从前者比九年一定者，特以始入之时而略言之，或百年，千年，万年，一劫，百劫，千劫，万劫，皆可入为一定，此正天仙佛之超劫运者。

有缘得遇者，见此天仙直论，其亦斋心以识之。

## 第八章 伏气论

冲虚子曰：“人之生死大关，只一炁也。圣凡之分，只一伏气也。而是伏羲，乃为藏伏，而亦为降伏。”

藏伏者，深藏归伏于元气之根。降伏者，受摄严密不许驰于外。此二者，亦有防危虑险之意。

唯能伏气，则精可返，而复还为先天之气。神可凝，而复为先天之神。所以炼精者，欲以调此气而伏也。

炼精小周天，调其息而伏，为其不能顿伏，故用渐法调而伏。

所以炼神者，欲以息此气，而伏也。

炼神大周天，胎息其息而伏，为其不能顿息于无，故亦用渐法。胎息者，其息似有似无，乃至无有无无，而伏于寂静。

始终向上之工，只为伏此一口气耳。所以必伏而始终皆伏者，是何故？盖当未生此身之时，就二炁初结之基，在丹田隐然藏伏为气根。

久伏于静，则动而生呼吸。是知静伏而后，生呼吸之气，以成人道者，曰顺生也。而是逆修，曰仙者。必当由呼吸之气，而返还复为静，此气伏伏气之顺逆理也。及呼吸出于口鼻，而专为口鼻之用。

呼吸出于口鼻，则生死之途矣。离口鼻，则离生死。

真炁发散于外，逐至滞损此炁，则为病耗散此炁，则为死。盖不知伏为所以复之故。

伏者，欲将呼吸复还于炁穴，而后元炁能归，元神能凝，三者皆能伏于气穴也。

而亦不知行其所以伏。

行其所以伏者，言有至妙，至秘之天机。呼吸合于天然者，为真，元炁得合当生当采者之时为真，元神合虚极静笃者为真。三者皆真，而后，得所伏之理，行之而必成。不然，则是外道也。

安保其久生，而超生死于浩浩劫之外耶？有等妄言伏气者，而不知伏气真机。终日把息调，而口鼻之呼吸尤甚。痴心执闭息，而腹中闭塞难容。

哀哉！此妄人之为也，安能见其炁之伏而静定耶？邱真人曰：“息有一毫之不定，命非已有。”

息得呼吸绝，则生死之路绝，息有呼吸不定，故不免于生死。

古人托名调息者，世人之息一呼，一吸均平，无用调矣。仙家托名调息者，非世法之用，乃调其无气，而至有为。其以神驭气，行之必住，住之必行。在乎停、住之间而调之也。随往来之理，而不执滞往来之形。欲合乎似无之呼吸也。似心息相依之说。

古人托名闭息者，而内则空空，如大虚应物，欲合乎无极中之静伏也。此伏气之要，正修士实用，所以证道之工也。但此天机妙绝，不易闻知。

无极者，无，一气之始，一判则为天地。今言无极者，乃言天地及一气俱未有之先，即如父母尚未有之先，正是言虚极静笃景象。妙悟必至，如此为真静伏。

总之，为化炁，化神之秘机，古人云：“长生须伏气。”自周天而历时，日，年，劫，惟伏此气。

言有一小周天之所伏，有一大周天之所伏，一日之所伏，一年，一劫之所伏。或暂，或久，而能成其一伏者，真有道之士也。

此气大定，则不见其从何而伏始，亦不见其从何而伏终。无终无始，亘万古而无一息，与神俱空俱静，所谓之形神俱妙之境也。唯闻天仙正道者，方能识得此理。唯有三宝全得者，方能顿悟此工。

三宝者，元神，元炁，元精，若一宝非元，则不为宝，属于后天者，无用亦不得为全功。此功者，即上内如太虚，证入无极静定者。言若三宝会合，炼精化炁，而后可行常定，大定工夫。若未化炁，则亦无用。

此为有大志之圣真，请究之而实悟之。

## 第九章 胎息论

冲虚子曰：“古《胎息经》云：“胎从伏气中结，炁从有胎中息。斯言为过去，未来诸佛，神仙，天仙之要法也。”男子身中本无胎。而欲结一胎，必要有因，则因伏炁于丹田炁穴中。而结胎，是胎从伏气中而结也。元炁静而必动，欲得元炁不动，必要有藏伏，因有胎，即藏伏之所，乃息而不动，是炁从有胎中而息也。胎因愈伏气而愈长，气因愈长胎而愈伏，共修成一个园满胎神，斯所以为神仙，天仙之要法，非此抑将何以成之？然胎息与伏气本是一事，何分两论？只因怀胎必用胎息，而后成胎，而神住胎，古

人皆以胎息言之，今亦详言于炼炁化神时也。伏气而得精还化炁，炼药以得大药。古人只言伏气，今亦因之言伏气，虽两言之，则互明其理，令人知两言之妙，而不妄疑妄执其为两。

予愿再详译而直论之。夫人身初时，只二气合一，为虚空中之一气也，无胎亦无息也。因母呼吸而长为胎，因胎而长为胎息，及至胎全，妙在随母呼吸而为呼吸，所以终日呼吸，而不逼闷。此言不由口鼻，只脐相连，故能似无气息一般。此真正胎息景也。

古人谓内气不出，外气不入，非闭息之说。正言由脐相连者，离胎而息即断，无母脐与子脐相连，不得不向自身口鼻起呼吸，即与胎中呼吸同，而暂异其窍耳。逆修返还之理。安得不以我今呼吸之息而返还为胎中之息耶？凡返还呼吸时，以口鼻呼吸之气而复归于胎息之所。抱朴子曰：“得胎息者，能不以口鼻呼吸，如在胞胎之中，则道成矣。”（脐间元炁结成丹）如处胎息之时，渐渐炼至胎息，亦真无。

真无者，灭息静定之义也。谓胎中之息亦真无之，此正禅家万法归一，一归于无之说也。

方是未生时，而返还于未有息，未有胎之境界，不落生死之途者矣。所以得如此者，亦非蓦然无所凭依，配合，便以呼吸归中，可为胎息者。

但呼吸之气，最难制伏，必有元炁相依，方可相定，而成胎息。然胎息何以知其成也？以呼吸归于胎息，则口鼻无呼吸而成胎息，是其真成也，终不复至口鼻为呼吸。真神定者，亦似此。

若凡夫外道，不知元炁者为何，而妄曰入定心息，其息不能久住于胎所，虽忍气，而气无所容，及气急杀人，而终不能强忍。口鼻之气，更呼吸浩浩，皆由悖却世尊所谓无生法忍者之所为也。世之假道人，假禅人，皆如此，亦后学圣真之所当辨而自防危险者也。

所谓孤阴不成者，亦此其一也。呼吸之气，乃后天有形之阴物，故亦如此言之。

必要有先天气机发动之时，又有元灵独觉，及呼吸相依，三宝会合，已先炼成大药者，即转归黄庭结胎之所于此之时。

此时者，是当此结胎之时，皆言先时所化炁，而至此始言结之意也。此正申明必要炼精化炁，以炁助神，以神主胎以呼吸结胎，方成真胎息。

而后以胎息养胎神，得神炁乘胎息之炁，在中一定。

神与胎息相乘，方是有配合的修真胎息之功。所以能成真胎，得真定。若无是炁，便不是金刚不坏之身。生中只有昏沉，瞌睡，如何能长觉，长明以长驭炁，入大定成胎乎？（有间断，即无胎息也。）

炁入大定，即是结胎之始，正《入药镜》云“初结胎，看本命”。

本命者，二炁也。元炁为生身之本，呼吸炁为生身之具，而结胎之初必要本命二炁，随神之号令，同凝于中，而为真胎息者也。

如是久之，无一息之间断。绵绵蜜蜜，无时无刻，而不是在胎中。无息之景，真正阳神大定，绝无动静生灭，即是圆园，乃进还到如母胎初结一炁，未成我而未分精气与神之时，正《入药镜》云“终脱胎，看四正”而得者。

看四正者，验四正工夫之有无也。有，则胎尚未圆，以其有，乃养胎之工也。无，则曰灭静定，而阳神成就矣。

胎息还神，固曰毕矣。毕其十月中关之事，神仙之证也。又后工夫犹有向上田炼神还虚，而证天仙者，在所必当知，故迁神于上田而出天门，以阳神之所显见者倏出而倏入。何也？当前十月之内，而或有出者，是不宜出之出也，由六根之为魔而妄出。

魔者，阴魔，阴气未尽也。

妄出，则神走而着魔境，而息亦走于口鼻。必急入，则依于息，而归胎。

此一段，再详指示人，以十月内之所当防此危险者。

此时之出，是当出而出也。

昔蓝养素胎成当出而不知出者，故刘海蟾寄书与之，指示出神之诀。

故起一出念，而出阳神于天门。

天门者，即《传道集》所言顶门是也。（古人于此赞之曰：“身外有身”者是也。）

若出之久，恐神迷而错念。

古言“十步，百步，切宜照顾”者，此也。

故即入上田，而依于虚无之定所，以神既出胎，喻同人生之幼小，须三年哺乳。乳哺者，以定为乳哺也。又言九载，三年一定者，言出定之初时而入定，以完成还虚之天仙也。证到至虚至无，即证天仙矣。然是时也，入定时多，出定时少。又宜出之勤，而入之速也。我故曰“出定之初，即为入定之始也，虽天仙已证，亦无不定之时也。此犹仙佛以上，无仙无佛之妙境，而天仙佛之至者也。后来圣真，共知之，共证之。”

此书稿成于天启壬戌岁，实欲藏之为门下学者，又非普度众生之心专于己，而不兼乎众，并非善与人同之意。故此集注，以传后来。使世之留心性命，专心道德者，有缘遇师，传之口诀，得此书印证，自有悟入。如云开月皎，尘静鉴明，包诸幻以归真，总万法而归一。三元循于内，神自朝元。依此而行，精思不怠。乘白云而归故里，端从此始矣。



●  
—  
**金丹要诀**

●  
—  
《明》冲虚子伍守阳撰



## 金丹大旨

夫金丹之术，乃修真之要路，成仙之梯航。然有至理存乎其间。苟不先明斯理。往往误入迷途，多至白首无成。反怨仙经荒谬。所以丹道不明于世久矣。予得祖师指授，幸成正果。岂敢矜为独得，不思济度后人。况坛中二三子皆夙有仙缘，诚心求道。故特剖尽疑团，直陈丹术之详。俾心目了然，知所遵循。请言夫道。道即一世。一即先天也。先天即太极也。儒者谓之太极，释家谓之圆觉，道家谓之金丹，皆此一也。故未有天地，先有太极。太极乃天地之祖气，万物之母气。自太极而生天地，清气为天，浊形为地。气，阳也。不得谓之纯阳焉，而阳中有阴矣。形，阴也。不得谓之纯阴焉，而阴中有阳矣。何也。盖太极，纯体也。而天地，破体也。由纯体而生破体。今欲反本還元，必借破体而返纯体。陈希夷云，破体炼之，纯体乃成。此正炼后天而还先天旨也。内外二端之理，不出乎此矣。试以天道言之，天阳也，而倾于西北。西北金水之乡，是天有木火而少金水矣。地，阴也。而缺于东南。东南木火之位，是地有金水而少木火矣。若孤阳寡阴，不成会合，何能生万物哉。必也乾坤交媾。四象具而五行全。天地降而地气升。方能育万物。易曰，天地氤氲，万物化醇。氤氲之气，即先天也，又以人道言之。当父母交媾之初，即犹天地氤氲之气也。倘男精先至，而女血后包，则成女。女血先至，而男精后包，则成男。故男则外阳内阴，有似离卦。外阳为木，内阴为火，是木火同宫而无金水矣。女则外阴内阳，有似坎卦。外阴为水，内阳为金，是金水同宫而无木火矣。苟鰥夫寡妇，不成配偶，安能生育哉。必也艮兑相合，坎离相交，震巽相符。使四象具而五行全。男化精而女孕育。互相施化，复还太极之体，方能生人形。易曰，男女媾精，万物化生。媾精之气，即先天之气也。此皆以后天而远先天之义。乃顺则成人之道，而逆则成仙之旨，即于兹可悟。奈世人见不及此，以讹传讹。但以一身之阴阳，乱配

乱合。妄将后天渣滓之物，百般搬弄。谓可成仙作圣，致成千古梦话。呜呼，何不思之甚耶。正阳子云，涕唾精津气血液。七般灵物总皆阴。又云，一身四大皆属阴。不知何物是阳精。盖一有我身，便属后天。况身中之物乎。又或者认此识神为先天，谓其灵明活动无形之气。殊不知父母未生以前，何当有此识神。识神乃形中之气，非先天之气也。必先有命，而识神生焉。倘男女不媾精，则识神从何而生。苟此身不坚牢，则识神依何而立。而世人但存心想肾，从事于水火抽添，出神入定，辄望拔宅飞升。故吾师有出神入定虚花语。徒费工夫万万年之语。紫阳翁有存心想肾总徒劳之句，此皆指误认先天之谬。夫既曰先天，则天地尚且未有，而我身中何得有先天哉。虽然无先天不成后天。故曰人人各有一太极。苟无后天，何以返先天。故曰返本還元是药王。然则金丹下手功夫，终奈何。紫阳翁曰，劝君穷取生身处。返本還元是药王。又云穷取生身受气初。莫怪天机俱洩尽。至哉言乎。其真洩尽天机者乎。明乎此，而内外二丹之理，一以贯之矣。请更以外丹之道言之。昔玄元圣祖，万化由心，以内事为法。而炼金液神丹，识得天地间有朱砂焉。外砂赤，象火。内汞青，为木。外阳内阴，故象离卦，木火同宫，亦犹天之倾西北。且木火之性，易于动摇，百炼不沉，象天地之清轻也。有矿石焉。外铅黑，象水。内银白，象金。外阴内阳，象坎卦。金水同宫，亦犹地之缺东南。且金水之性，至静至澄，百煎不浮，象地形之重浊也。是铅也，有金水而无木火矣。汞也，有木火而无金水矣。倘孤铅寡汞，不相配合，何以成丹哉。必也铅汞合体，水火相济，金木交并。使四象具而五行全。铅施精而汞受胎。互相既济，复还太极之体，方得丹成。经云，二五之精，妙合而凝。妙合之气，即先天也。此亦是后天而返先天，逆则成丹之旨也。夫此金液神丹，小则成宝济世，大则服食飞升。石函记云，中有灵砂鼎，乾成水银粉。点汞作黄金。何啻千万铤。济世不为多。未足为神圣。服食作金仙。白日升青天。超出三界外。不被五行牵。岂诬妄哉。呜呼，内丹

者，守雌抱一，以有为无，凝成一点纯阳之体。外丹者，七返九还，自无而有，结成一点纯阳之气，二丹合，而为神仙，为天仙，为大罗金仙，夫复何疑。然经又云，外丹不成，内丹不结。故嗣是先以外丹详切言之，俾知实际工夫。篇中或有疑义，不必妄参，味后言自明。莫谓余言鹘突，仍一未剖疑团也。

## 言先天

真铅黑，真银白，真汞青，真土黄，此无形之金木水火土也。真铅先天水。真银水中银。真砂玄之火。真汞水中金。真土名黄婆，即金母也。盖先天无形之气也。张虚靖云，先天气也。又云：以先天言，五者皆虚，先天妙于无象故也。

## 言后天

凡铅水，凡银金，凡砂火，凡汞木，凡土土，此有形之金木水火土也。凡铅即黑锡也。凡银即世宝也。凡砂即朱砂也。凡汞即水银也。凡土即畷土也。实死砂也。盖后天有形之物也。张虚靖云，后天形也。又云；以后天言，五者皆实。后天滞于有形故也。

## 先天契后天说

凡银，凡铅，凡汞，凡砂，互相制炼而成土畷，是有形者终归于有形。本乎地者，亲乎下也。真铅真汞，真银真砂，混融煅炼而成真土。是无形者还归于无形。本乎天者，亲乎上也。盖无形者，神气也。有形者，渣滓也。形必藉气而生。气必依形而立。即晦庵所谓天依形，地依气，阴阳互为其根者是也。夫丹道妙在用气不用形。砂汞虽有形，入火则飞，形无其形。银铅亦有气，用之未免气耗而形存，故知气化之妙，非深达造化，不可以语此。然气者，非邈然无象。说无象何以知其有气。言形者，非蠢然顽质。此形质乃渣滓之物，岂能生化万物。必也铅汞合体，神形俱妙，方

能变化。何谓神形。比喻人身为形，而非神安能活动，运用应酬。运用者为神，而非形何以特立负载。金丹之理，亦同乎是。盖神为先天，形为后天。故必以先天而生后天。亦必以后天而取先天也。渔庄录云，先天有气原无质。故向后天质内寻。两般交媾为夫妇。炼出真金始有形。又云，砂铅二气既相合。便是先天契后天。其词明而意显矣。所以诸祖丹经，只言气化之妙，而不言形。故秋日中天云，阴阳二气交媾成。不是凡砂及水银。而石函记云，水银便是长生药。不是凡间水银作。皆言气而不言形也，独张虚靖云，非干砂汞炼成。岂是银铅锻就。说无砂汞，舍砂汞难立根基，欲弃银铅，弃银铅怎求神室，是以凡中取圣，浊裹求清，以四浊而涤三清，将九还而归七返，则形气并用之旨，惟张翁独自发露。夫此先天后天，是丹道第一要著。若二者不合，必不成丹，故特揭出以告学者。

### 制凡银凡铅真诀

用黑铅十数斤，以银矿山出者为妙。置大铁锅中，放八股炉上，大发炭火镕化。看浮面有渣垢灰石，旋拨去之。随以铁铲大炒一日或半日。若现青灰色，是阴癸未尽，还当炒之。务必炒成老黄色细粉，然后将铅粉乘热入阳城罐内，放八股炉中，三足钉架稳，再发大火镕化，倾于锅内，俟冷定敲出，其铅遂如淡金色，研筛极细，收贮听用。又以灰池煎洗过足色纹银一二十两，入阳城罐内，化清入水，急投铅粉比银减半，用大火炼之。每炼一次，以柱香为度。不拘遍数，务以铅去尽癸水为度。盖铅最难枯，必须将母久炼也。其炼过之银，又必须次次独炼一回，待金花至方歇，以退出银中所吞之癸铅。不则银中含有癸铅，不能抽铅中之癸矣。玄灵备要云，以铅炼银，则银得铅之气足而阳华自现。以银炼铅，则铅得银之气足而阴癸潜消。阳华现，盖为煎多。阴癸消，只缘炼久。如此则铅枯乃灵，银刚而不弱。此银铅相制之理也。后炼圣铅，义亦如此。

## 制凡砂凡汞下手真诀

先以砂研细，用纸包压成饼样，然后将枯铅镕化。乘铅化时，即忙退去火，急以砂饼栽上，以盖盖之。冷定取出，再熔再栽。如此九次，方将母银与砂同养。至七日后，以枯礬砂盖面，同入阳城罐，放八股炉中，三足钉上，打微火二香，大火二香。俟冷定，敲碎罐，其母在下，其砂在中，其礬在上，各自分胎。再将枯铅母银，与砂交炼九次，方成养生砂之工药。大抵死砂之法多端，而人在玄门者，或有能之。但理路未清，不能进步耳。若识得铅枯母刚，不犯杂类，必能制得砂死。砂死则自能乾汞。然必须砂至老死，尽抽去砂中之汞，方可再养生砂。老死之法，不离乎母也。金火歌云，未得水银死。先将水银死。自家无气力，却去扶人口。金谷歌云，若要水银死。先须死水银。皆言砂要转转老死之谓也。今炼家亦有不犯杂类，将硫交母一二遍，便去养砂。或母弱砂生，不肯分胎。或硫与银混，欲去养砂。皆无益也。

## 筑基说

构屋者以治地为筑基。炼丹者以死砂为筑基。地基不坚而构造，必有倾颓之患。丹基未固而求成，必至前功尽弃。世人亦有知其说者，但略才下手，便误认清真，妄论虚无，徒纷然搬弄孤铅寡汞。不知大道全在和合四象，攒簇五行，追二气于黄道，构三姓于元宫，以炼成一粒黍米之珠。倘基地尚虚，则诸般不全。一粒之珠，何自而生。悟真篇云，不辨五行四象，那分殊汞铅银。烧丹火候未曾闻，早便夸张神品。不肯自思己错，更将错路教人。误他永劫在迷津，似恁欺心安忍。噫，说到此，真可恨可悲。夫初下手，制银铅砂汞，乃头截工夫。清真虚无等字，乃后截炼精化气，炼气化神，炼神还虚之旨，不可误认在先。所谓差之毫厘，失之千里者也。且阴汞易于飞腾，苟不坚凝，何以造丹乎。犹人之性命不牢，死期殊促，何以修仙。故外丹筑基死汞，与内丹筑基

接命，原无差别。伯阳子云，清真二字，含蓄无限妙义，非俗子之所云云也。盖丹接至三转，才望清真。接至九转，才见清真。然则丹道岂止于九转而已哉。石函记云，白雪九年重入转。其妙义可知。今用死砂以作丹基，乃到头之法。渔庄录云，因初起难得真铅，故用银铅之气以死朱砂，朱砂既死，亦名真铅。是谓弄假成真，亦是真也。又云，砂汞成银丹立基，生生化化任栽接，接至清真不受煎，自然点化无休歇。法藏云，大丹只是头难倒，倒得头来是水流。黄白鉴形云，但倒得头儿，明得超脱，何愁不臻圣域。观诸经言，瞭如指掌。又须知砂汞见宝，一毫不可转费。盖大丹起手，既著许多工夫。砂汞成宝，又将煎宝费之。犹农家指望秋成，先自食其种子可乎。故以砂死汞，汞死，然后以砂煎宝，以汞死砂。砂死，然后以汞作道粮，救贫厄。待接至二三楼后，自然点点化化，成宝愈易。俗论谓砂盗母而不效，子死砂而不灵。不知砂盗进母气，则砂内之阴汞方出外面。又将阳母伏砂外之天晷，砂方实死。此内外用母之要诀，一并拈出。先师混其义曰脱天晷，厥旨奥哉。呜呼，人能细心体此行之，丹基坚固不难矣。夫丹基一固，万化在手，丹果难成乎哉。

### 死砂接生砂真诀

先以凡银与枯铅煎炼去铅，然后将九煎十煎的天晷死砂与银多多煎炼，方为纯粹。然后去银，将死砂放入铁臼，用力捣细，以绢罗筛过，研成粉面，用白芨糊丸如黄豆大，使生熟易于分别，子母庶不混乱，以便拣出再制。凡砂须要响焙极乾，方入罐。每死砂四两，配生砂一两为准。生熟同拌匀，入铁鼎内封密，或阳城罐内封固。罐内火候，难以捉摸，不如铁鼎之为优也。养火一七，取出烧试。有十分烧，方好。如无九分十分，再养之，务必得十分烧，方住。大抵火候从微而至著。配砂只以多接少为妙。无论斤两养砂，只要实死为度，莫计日期。先师曰，计日乃入门之诀，良工岂屈指而谈。青城丈人云，只要药灵，多期何害。黄白破愚



云，砂为真母，节节次次，务令归祖。祖非祖气之谓，即母砂工也。渔庄录云，死八石，还以八石为母。洞天秘典云，砂若不先从真土养过，径去见母，则有飞走之患。故苟以凡银养砂，必不能死。以其非真母也。

### 补母说

死砂真母，既抱子出，其体必弱。若不补益母气，则败矣。安能连生数子乎。即勉举数子，其子亦必弱，又难以转制矣。此时若无汞银母，即用凡银母。以枯铅久炼，待金花大到，取出去铅，将银母入罐内化清，候金花到，即投养遇过子的母砂入内镕化清，他日飞去青烟尽，再以极老枯铅盖面，炼一日，候冷定敲出，取母砂如前捣细备用。养子后，苟知此补法，则一母可生百子矣。玄灵备要云，生母体羸令子瘦，婴儿气壮赖娘肥。青城大人云，母气弱，子先受损。子体亏，孙更难求。洞天秘典云，母弱岂能生圣嗣，疏灵方可作丹畦。以上语意，皆补母之说，但隐而不露耳。

### 强母足子法

其所养缶之砂，取出烧试。若无足烧，未可便住火。犹之六七月堕落之胎，性命岂能坚固。始苟用原母养之，则母气先弱，必不能孕壮子。须用补过气之母，重复再养，不拘日期，不论遍数，然后坚老足烧，而胎人方得形骸完全，斯时才可以离母。玄灵备要云，弱母岂能孕壮子，米入土内不生苗。黄白直指云，幼儿离母重添母，弱母抱儿可换娘。承志录云，欲脱先将土缶开，开取一粒火中栽。频频烧试无烟色，铁鼎中分一子胎。洞天秘典云，朱砂出土绝纤尘，气结银胎尚嫩新。又要将砂烧试看，无烟方可见慈亲。以上语意，皆要强母足子。

### 过母说

将母砂亡仍前同庶母交炼数次，补足其气。从此撇去凡母不

用，但以枯铅煎之成宝，待金花到，住。如此连煎数次，则母刚健不亏，任从生子，名为过母。此处丹经概不说明，但云过渡，或云过度，后人不得其旨，胡猜乱做，致成梦境。盖砂本属火，砂死成铅，名曰神水。是火入水乡，故谓过渡，渡者，水路也。水银治者为木汞，木为青龙。化为白金，金为白虎。青龙在东方房六度，白虎在西方昴七度，是木入金乡，故名过度。古云，水银不过度，神仙迷了路。此乃步步向前之路。若不知此法，但用世上凡银乳哺，是不分圣凡，何能得造化之柄。夫用凡银，乃仙翁起手不得已之计耳。既得汞银，便当以各转之汞银为母。庶使祖孙父子，九代之宗派，秩然有序。古又云，生而不灵死而灵，初而不灵久而灵。是以愈炼愈灵，得臻神化之域。皆此母超脱之功也。葛仙翁云，你死我死，先天在此。你灵我灵，乘化入神。沔阳子云，超上一胎，脱下一程。石函记云，白金原是水银胎，返本还原水银制。又云，洁白见宝，可造黄举。金火歌云，四斤黑铅髓，八两汞银配。以上诸经，皆言砂汞成银作母之旨。如母尚且无，子安得有。学者于此，可恍然矣。

### 庶母乳哺说

婴儿初离母腹，形骸略备，必须乳母乳哺三年，方得神全气足，长大生子。乳母者，庶母也。非生身之母也。盖银铅为五金，砂汞属八石，五金不可为八石之父母。死八石，还须以八石为母。汞死为银，乃化形于别类，故名庶母。此庶母当先用枯铅煎炼数次，每次要金花到，方得体刚。然后投以死砂，久久交炼，砂方实死。将砂煎试，有十分足，方好。若少一分，未足为妙。必须一钱煎十分，方合养砂节制。秋日中天云，节节不离乎阴阳，务气清而老死。代代必求乎毫厘，须气足而神全。渔庄录云，生母羸瘦少精神，却寻乳母投西邻。又云，养砂乾汞任施为，再寻乳母归西宅。黄白鉴形云，炼汞硬又硬，养砂青更青。砂青与汞硬，配母便成银。又云，死砂死汞，元无优劣，配母便可成宝。又云，

已土乾汞，不必强求成宝。汞死便是真银，若要见宝济贫，必须乳母乳而复乳，成色自足。又云，砂为真母，银为庶母。庶母者，五金之类，与砂汞不相入。若认此谓真母，竟以之死砂死汞，则惑矣。先死汞，必求真母。待汞死后，籍以伏气可也。不得其旨者，或谓必用凡母，或谓不用凡母。不用凡母者，不用以死砂。必用凡母者，必用以乳哺。均乖谬矣。以上诸经，皆谓先以真母死砂，后用庶母，足其神气，方能成宝。词甚明显。世之丹客，每以生砂生汞与凡银养炼，何能超脱而成圣胎也乎。

以上自养砂至庶母乳哺，虽分五节，其实一串。工夫成实后，造作阴阳两池，将宝独炼九九转。每日一转。每九转后，养火九日，至一百八十二日便成黄白丹头，可以点化五金。养火时，一转归阴池。第二转便归阳池。阴居其五，阳居其四便了。与三元大丹作用相似。但黄白丹兼用形，三元丹全用气。黄白丹锻炼之功居多，三元丹薰蒸之法为主，是则稍异耳。述洞天秘典诗，以释前五节之义。一娘生九子，此理实还虚。养过砂应弱，还逢母有余。涸河群水注，孤干众花舒。九转工夫毕，黄金粪土如。砂汞阴霾重，休教见母银。自须先制伏，始觉倍精神。得诀调金鼎，移时握大钩。独窥浑沌窍，千载有何人。铅汞贵吞吐，不吐丹不成。朱砂饱母德，艮体夺兄精。岂有侵袭意，无非眷恋情。凡银若相混，入火即同倾。丹炉谁作主，金丹是根宗。能补婴儿气，兼华赤子容。多来休浪费，留取要缄封。莫作飞尘看，凭将御六龙。金铅妙枯朽，活宝宜静观。气味滋银液，精光灿金阑。善调震龙伏，更使离汞乾。生象犹未灭，澈底难成丹。

### 超神脱胎说

二十斤黑铅既已炼枯，未可便以之配砂打晷，恐癸水未尽。必要炼至四斤金铅，方可转致。若就将来养砂乾汞，是犹源头未清，其流必致混淆。宜脱其形骸，超其神气，方显通灵入圣之用。苟不明此，是谓有形无气，有魄无魂，纯阴无阳，终是死物。夫所

谓超者，言超出其阳神而升于九天之上。脱者，言脱去其阴魄而入于九地之中。即形神俱妙之旨也。形神二字，丹经有金鼎土池，乾炉坤鼎，真金真火，神火神水，黄金白金，华池神水，黄芽白雪，天魂地魄，金乌玉兔，圣父圣母，月精月华，南铅北铅，铅精汞髓，金荷紫粉，圣灰圣胎，勾庚缩货，六神伏尸，五金八石，灵英三华，真一之气，真一之精，戊巳之门，玄牝门，玄关窍，刀圭所，神炁穴，黄庭神室，种种异名，不过只此铅汞二物，观炉中造化景而言之耳。脱乌衣，脱绯衣，脱皂袍，退砂皮，剥龙，退笋箨，脱壳解甲，又皆超脱中之谜语也。若出池而言，亦曰己土，天畹，衣衫，砂皮，伏尸，八石，器尘，石骷髅，皆此实死真铅之壳而别为号耳。能知此超脱一著，药物之真假，火候之深浅，配合之窍妙，尽在其中，二十四品神丹，七十二家炉火，头头是道矣。法用三斤真枯黑丹，捣细如粉，以纸摊几上，粘于丹罩钟口，将黑铅七八钱，匀铺罩内纸上，再将紫土坚池，如饭碗大底平者，看池大小，置洗过凡银一二十两于内，以枯铅盖银面，以龟盖盖池上，上下大火，炼一二炷香，拨出枯铅，加大火炼出金花，急将丹罩扣上，随即取去丹罩。又以枯铅细末，盖于黑铅上，小火温煮半日，至午又拨出枯铅盖，银面有小赤金花。又如前栽黑铅一两，又盖枯铅汞，温煮半日，至晚又拨出枯铅。又栽黑铅一两，盖枯铅末，小火温煮，更加细炭，随炉中宿火，养至次早，如池好，即发火如前再炼，连炼三日，至第四日，不加黑铅，只以枯铅盖面，自早炼至午后，拨去枯铅，上风箱大火，炼半日，务要红光闪烁，金花堆锦，即栽黑铅如前再炼三日。至第四日，又大火退阴气半日。如此接去，若池小，须分池炼之。若池坏，即便换池。务炼至黑铅内阴气尽绝方好。不则恐为后患。慎之慎之。大抵池内金铅多，栽黑铅亦可多些，不论分量数目也。将此铅配养生砂，以接黑铅之气，是不离乎母也。将此铅接黑铅，又养炼至金铅方住，是不离乎金也。古人所谓铅枯汞自乾者也。火候药物配合，尽在于是。临炉作用，巧妙在人。祖师云，金丹说破罪非

常，殃及九祖非一身。予既不避风刀，直陈本末。仍指出此段要妙工夫。更载诗歌于后为证。要令同志得意忘象，得一毕万，不至临时更问津耳。

### 阳池诗

开看阳池见至精，绛霞笼月宝珠明。秋深蟹味金樱沫，方是中央真土生。

### 阴池诗

开看阴池别有由，琼林玉树结狮头。如斯造化阴符退，方入阳池炼赤虬。

### 阳池

阳池只在片时间，入了阴池不等闲。三十六宫翻赴象，千金莫与俗人谈。

### 炼铅

炼铅容易用铅难，不会用铅总是闲。要识用铅真妙诀，用铅只在片时间。

### 采金

采得水中金半斤，阴阳池内两翻腾。明炉锻炼须牢固，阴气全消阳气纯。一昼夜，十二辰，运火周天不暂停。太上老君分明说，炼铅如粉又如尘。

煎住胎银晬已灵，又同金母入池烹。炉中半月文和武，一块纯阳紫土成。

仙银出鼎十分奇，更要同铅入土池。炼出真铅产真土，化为金液大丹基。

金花易得见，土气实难收。若要元神住，忙将外药搜。这些

消息子，须向个中求。

、铅炼凡银作药王，池中气候细推详。红云缥缈笼秋月，锦浪翻腾浴太阳。银裹阴魔须战退，铅中黑魄会潜藏。若无采药临炉诀，百炼千炼母不黄。

初产婴儿气未纯，还归母鼎养元真。徐看三五熏蒸后，送入离宫为炼神。

朱砂伏火始为真，秋月光辉绝点尘。好把鼎炉收拾起，何愁铜铁不成金。

脱下乌衣著练袍。碧天云敛月轮高。昨宵同赴瑶池会，阿母乘鸾下九霄。

日魂月魄最分明，多少迷人苦不醒。魄属后天应有质，魂从无始更何形。魂如无魄魂何立，魄若无魂魄不灵。有魄无魂丹始就，炼无入有合丹致。

日魂月魄不难知，魂魄分明在坎离。魂是坤宫金虎液，魄为乾舍木龙脂。魂须借魄擒朱雀，魄要资魂制黑龟。魂魄包藏天地髓，就中炼出大丹基。

### 采金歌

世人争谈水中金，谁识先天真水银。无形无影不可见，深藏北海离红尘。千年万年空想像，却有同类情相亲。木火二物至其乡，两手相携出画堂。口吐金浆成玉果，金浆灌顶玉果长。玉果不用银，用银药不灵。用银假妙非真妙，木火之气能赋形。道人依法做，莫便轻说破。一池两池样，一炉两炉火。黄白文武分其中，就中火化金渐融。光陀陀，池池同，急将木火为祖宗。一次花生药一进，四斤黑铅俱炼尽。金花浮沉从此定，清浮为真浊者去。请君再炼休疑猜，休疑猜，用何物，全仗金铅尅制来。金铅又入此池煎，此际才分先后天。池中景象虽巧妙，识破不值半文钱。在意会，发付癸水何处去。此义便是炼丹诀，更要与君说详细。说详细，君细听，金铅又入此池煎。此际又有追金药，不离

前翻那一著。那一著，用心投，先投庚方第一筹。认着池中金花蕊，捉住金蟾在此举。投药采取有分两，自少渐多不用讲。金蟾宛似月，庚方初上光犹缺。池中景象亦同然，投药若多阴气缠。到上弦，丁方消息妙难言。池中亦是半轮月，红云半捧天边悬。认明池中真景象，那时追蹶君莫放。君莫放，细细数，甲方采取时，圆月照秋波，黄金渐产中央土。开出金莲花朵朵，又见朱雀北海飞，啣出西方金佛祖。金佛祖，有神通，坐处炎炎万火红，煅成一块黄金色。四象五行合为一，青汞朝朝为尔乾。一养一炼经七七，煅作一块真水银。请君转手铸神室。铸神室，养珠晷变化无穷也不休。玉笋金蚕从此现，得些便是大丹头。大丹头，且收住，转制抽添分嫡庶。配养须依宗派行，莫令中间差节候。神仙妙用真水银，大要使金反生土。土产金苗与玉芝，分明指出异天路。

此歌予祖师所传，后人讹传为范文正，范不能辨也。字句更多差谬，宜解者绝少。

以上诗歌文词，别论义实，探玄，明眼人自能领会。备录于此，以见余师承之有自，前言之不谬也。拙作有二章，并书末简，用助解颐。

### 金丹配合歌

玉炉锻炼真金水，玄白生神从此始。银铅法象两弦平，二十四气分宾主。青天声落五彩霞，华池逐旋生黄芽。须知无质渐有质，有无变化成丹砂。池池作用归一辙，水火防闲无走失。丹砂脱胎现黄金，产非凡土真难得。三关过度清浊分，却教根本如行云。七十二候徐调运，年终月满犹殷勤。刚逢四九三十六，采得半斤真气足。都来一味乾水银，先作肉兮后作骨。至道分明须再传，抽添沐浴元中元。生熟转制要细辨，九还七返当求全。得了仙家真妙诀，山翁夜夜弄明月。厘毫可化千黄金，补却人间无限缺。

## 火候词

戊土金精号月华，采之无法口休夸。鼓动乾坤真橐龠，掀翻离坎走雷车。五星旗下蟾生电，开合红光满面砂。天魂投入庚方月，覆雨翻云烟雾遮。声似蝉鸣寻不见，丁方采取半轮霞。层层楼阁中秋节，忙把金乌浪裏爬。水火熏蒸腾紫雾，就中涵养萌黄芽。落霞映水笼秋月，滴露浮烟浥翠花。急退丁公张地纲，灰头上面莫教差。



## 伍冲虚律师传

师姓伍，名守阳，字端阳。原名阳，江西吉安人。宗师守虚之兄也。（铎鉴续载有此句，未详其出谁人门下。想亦系龙门八代宗师。）幼精性理，明佛三昧。年二十举明经，志在成仙，不入仕籍。朝士屡推之，遁入庐山，师事曹老师，（名常化，号还阳。）李泥丸。曹师授以大丹秘，未就。（即天仙正理所称曹老师者，盖本此。）李师曰，希仙者须立三千功，八百行，乃可。遂授以东老遗书。师遂竭情烹炼。丹垂成而飞者，五十有七次。乃出访泥丸于何山（即金盖之北麓，）南麓，得五雷法而返，丹乃成。将试取吞，泥丸突至。曰，毋洞汝五脏。五脏未坚，（古今来受外丹之祸者往往在此）。服恐不利。不如以点石，得则普济。乃点所坐大磐石，轰然若雷声，云霞为之色变。金成而泥丸杳矣。师嗣是济人作福，（三千功，八百行，其在此乎。）无虚日。吉王闻之，罗致而师事之。师恐有祸及，遁至天台之琼台。（以上按铎鉴所未载。考谢太易撰师大傅，暨铎鉴续均详言之。今本于铎鉴续其文字，大同小异。）赵复阳知而俯就曰，汝乃律门真种子，盍至王屋山清虚洞天，与我常月子，（即王昆阳律师）。徜徉时日乎。并授以内丹口诀。曰，是尔所曹某所事之书也。师乃拜辞，踵至王屋。昆阳律师已预俟于洞门外。师时亦大悟，洞澈金液微妙，一见契合。遂皈依，叠受三大戒。得名守阳，字端阳，以时值重午节也。（以上铎鉴，铎鉴续两书均载，）相处有年，返服还丹，（工夫至此，始受外丹之益。）始得质凡咸化。自号冲虚子。手著仙佛合宗，天仙正理。（按师门下有姚耕烟，谢凝素两律师，实为传道受戒弟子。）至岁

甲申正月朔日，忽沐浴辞众而逝。地曰武陵。

懒云子曰，经有之，炉火非至道，惟至人得不假以自误。若冲虚子者，非我律宗之至人与。体其金液洞澈，大戒叠承。又曰，返服还丹，始得质凡咸化。然则炉火之学，亦未可尽扫。第学者当自问其五内何如耳，（只此数语，便是点化天下多少学仙人。）经言岂欺我哉。

此系兼事内外丹诀而登真者，律宗惟此一人。然其传世两书，绝无一语涉及炉火。撰者并不删其庐山事实。而篇末论以数语，极徵理趣。倘非过来人不能道者。

### 柳华阳禅师传

柳华阳，洪都（南昌）之乡人。幼而好学聪慧颖悟，受三教风气熏陶，很早就表现对佛教的强烈兴趣。在游览寺庙时，若有所悟，遂怀方外之想。当他了解到宗教内部设有种种戒律，许多修道秘诀只在教派之内秘密流传时，便发誓寻访真师，足迹遍及荆楚，后终于在皖水双莲寺出家为僧。半年后，遇伍冲虚真人，即拜其为师，得受密旨。又至匡庐，遇师壶云讲授修炼过程中的奥窍。因有憾于千百年慧命之道秘密传授，佛教双修之法流传不广，遂将自身修炼与佛教，道教经典相互印证，撰写出了《慧命经》，《金仙证论》二部宏篇巨著，二书绘图立相，浅言真指，集说详注，透露玄机。

二书在社会上流传后，影响极大。最后确立了柳华阳在伍柳派修道领域中的学术地位。华阳禅师成了伍柳派另一位开宗大师。

### 谢凝素律师传

师姓谢，名太易，自号凝素子，江苏武进人。性爱洁，生不茹荤，为林处士遁后身。（以上十四字出钵鉴续）当徙寓昆陵红梅阁，（逸林载师尝居昆陵红梅阁，阁为张紫阳，薛道光，陈上阳辈手注悟真篇处，红梅百本，紫阳所手植者，师于月夜常闻环佩声，

一夕偶坐，恍惚间见羽士数辈，最前长者约四十许，末一少年，约十四五，笑语而至，长辈顾少者曰，汝注道德经，深入显出，而无铅汞气，然正是悟真心法也。中一人曰，盍往孤山，长者忽指师曰，此老何来，师遽起，忽不见，恍若梦遇，师自是有出尘志。）每彻夜倚梅，静领逸趣。相传月夜闻环佩声，精格致也。岁癸未（明崇祯十六年，逸林作岁壬午，兹从钵鉴续。）至孤山，有终焉志旋得白注道德，伏揣之，（逸林载壬午至孤山，得白注道德经，始悟昆陵所遇长者张，少者白也。第未解其悟真心法，后往就正于姚耕烟云云。）闻耕烟名，竭诚持谒，耕烟感之，起而告曰，道无尔我，缘有浅深，我师隐庐山，与子有缘，即往访，犹得闻道。遂起，就道，耕烟为具书，且留饭，辞，持书出，送之江干，舟发十余里，犹见耕烟鹄立也。（益此时耕烟已逝，凝素于十余里外但见鹄立而已）抵西江不遇，遍历山曲无踪。至武昌上龟山，见一羽衣，携藜杖，翩翩而下，手招而呼曰，客，爱梅。客，师游广信，腊朔返庐山，瞥视之（大奇）乃耕烟也。急前趋，（大奇）忽不见。至期果遇，遂呈书，并述囑，冲虚子默然久之，曰，是矣，遂为解释章注，（实处虚写，烦处简写，不作声色而声色自跃矣。）纵谈元奥，一动一静咸囑体认，随游至武陵，授以宗旨大戒凡诸法秘，咸备闻之，转瞬元旦，冲虚子逝，师为卜葬于武陵之平山，遂庐墓。干戈扰攘，无能惊及。（此得备闻诸法秘之力）师盖有以作用也。（以上事实，参订于逸林钵鉴续二书）世既泰，返江南之金盖访梅华岛，寄迹何山赵庄，复植梅于左右，当时称胜境。（逸林所载如是。愚按何山赵庄即元赵仲穆金粟圆，文衡山尝居之，有金粟圆唱和一集行世。钵鉴续谓赵庄有二，一在何山，其一即今梅华巢，净明真铨所称龙樵道院，是其旧址也，究无确据。）稽之山前，父老谓为隐于金盖东偏，即今梅华巢。未知孰是（按金盖云笈载，师于顺治十四年丁酉来山，居梅华巢，手著丹经，复广植梅，至康熙癸亥出山，不知所之。）康熙甲辰，出谒昆阳王祖于宗阳宫，又多受授，靖菴先生比师曰白鹤，赤阳子称师曰梅仙，

亦可想见其丰神矣。著作颇多，传世不少（有白注道德经疏，参同契注疏及金仙正论，慧命篇，金丹火候，又梅鸣清赏集，植梅谱，日用编等凡十余种书云）其最元者金仙正论，慧命篇，金丹火候。癸亥出游不复返（以上本于金盖云笈）嘉庆四年，有僧称柳华阳者，寓京师之天坛东侧，年约四五十许，有谓安庆人，有谓武进人，余慕而造访，出示著书，目同而文小异，今且付梓。（亦甚难得我谓柳华阳者，凝素子之轂中人耳）柳华阳诂即凝素子欤，抑其元裔欤，总之仙佛一家，今古一时，万灵一性，何谢，何柳，书传则幸云：

此脚踏实地以登真者，即圣人所谓践迹而入于室也，岂以清逸神仙而遂谓不可企及耶，文亦清新俊逸，其末一节更得涵咏之妙。

封面  
书名  
版权  
前言  
目录  
一问 修道  
二问 伍柳派源流  
三问 不结丹  
四问 结金丹  
五问 丹道的顺逆原理  
六问 再问顺逆  
七问 逆炼  
八问 气功与丹道之区别  
九问 添油接命  
十问 玄关与活子时  
十一问 修道程序  
十二问 天元丹道  
十三问 丹法判别  
十四问 玄牝之门  
十五问 经脉  
十六问 十魔九难  
十七问 去魔难  
十八问 阴魔阳魔  
十九问 假辟谷  
二十问 修道人之食法  
二十一问 出世修炼，入世修炼  
二十二问 再问出世入世  
二十三问 静坐  
二十四问 肾与命  
二十五问 心  
二十六问 周天  
二十七问 遗漏  
二十八问 入魔走火

- 二十九问 惊功  
三十问 防危险  
三十一问 修炼环境  
三十二问 关窍  
三十三问 伍柳丹道初功  
三十四问 外功转学伍柳丹道  
三十五问 下手筑基  
三十六问 法天象地  
三十七问 玄窍之景  
三十八问 收心炼己  
三十九问 动静之法  
四十问 调药补精  
四十一问 安炉立鼎  
四十二问 封固之功  
四十三问 炼药天机  
四十四问 温养法门  
四十五问 武火火候  
四十六问 梦寐走丹  
四十七问 进火退符防危  
四十八问 产大药真景  
四十九问 采大药天机  
五十问 六根震动  
五十一问 六根不漏之法  
五十二问 五龙捧圣  
五十三问 大药过关  
五十四问 大药归泥丸防危  
五十五问 养胎之功  
五十六问 安神祖窍  
五十七问 七返九还  
五十八问 金液还丹  
五十九问 玉液还丹  
六十问 卯酉周天  
六十一问 日月合璧

六十二问 真火炼形  
六十三问 珠落黄庭  
六十四问 魔境防危  
序 乾隆五十五年 高双景序  
序乾隆五十六年 僧妙悟序  
《金仙证论》、《慧命经》合刻序 道光二十六年梁靖阳序  
义例丁戊山人参订 正青山人又识  
序炼丹第一  
正道浅说第二  
炼己直论第三  
小周天药物直论第四  
小周天鼎器直论第五  
风火经第六  
效验说第七  
总说第八  
图第九  
图说第十  
顾命说第十一  
风火炼精赋第十二  
禅机赋第十三  
妙诀歌第十四  
论道德冲和第十五  
火候次序第十六  
任督二脉图第十七  
决疑第十八  
危险说  
后危险说  
增註说  
叙 乾隆五十九年孙廷璧叙  
自序  
漏尽图第一  
法轮六候图第二  
任督二脉图第三

道胎图第四  
出胎图第五  
化身图第六  
面壁图第七  
虚空粉碎图第八  
集说慧命经第九  
正道修炼直论第十  
正道工夫直论第十一  
禅机论第十二  
杂类说第十三  
决疑第十四  
张紫阳八脉经  
九层炼心  
潜虚翁调息法  
张三丰调息法  
李涵虚真人后天串述  
序光绪二十二年程德灿序  
合刻伍柳真人书叙 光绪二十三年邓徽绩序  
重刻天仙正理序 嘉庆七年李纯一序  
复刻天仙正理序 嘉庆九年武定全序  
本序并註  
道源浅说篇  
先天后天二炁直论第一  
药物直论第二  
鼎器直论第三  
火候经第四  
炼己直论第五  
筑基直论第六  
炼药直论第七  
伏气直论第八  
胎息直论第九  
直论起由  
后跋



增註说

重修天仙正理书后 乾隆二十九年申兆定书

伍真人事实及授受源流略申兆定书

自序

叙 光绪二十三年 邓徽绩叙

伍真人丹道九篇缘起

最初还虚第一

真意第二

水源清浊，真丹，幻丹第三

火候足，止火景，采大药天机第四

七日采大药天机第五

大药过关服食天机第六

守中第七

出神景，出神收神法第八

末后还虚第九

吉王朱太和十九问

伍太初六问

伍太一十九问

评古类

生死说

白玉蟾水调歌头

第一章 先后二天论

第二章 药物论

第三章 鼎器论

第四章 火候论

第五章 炼己论

第六章 筑基论

第七章 炼药论

第八章 伏气论

第九章 胎息论

金丹大旨

言先天

言后天

先天契，后天说  
制凡银凡铅真诀  
制凡砂凡汞下手真诀  
筑基说  
死砂接生砂真诀  
补母说  
强母足子法  
过母说  
庶母乳哺说  
超神脱胎说  
阳池诗  
阴池诗  
阳池  
炼铅  
采金  
采金歌  
金丹配合歌  
火候词