

次於心也心受之口生靈液而液爲白雪次於脾也脾受之則肌若凝脂而癩痕盡除次於肺也肺受之則鼻聞天香而顏復少年次於腎也腎受之則丹還本府耳中常聞絃管之音鬢畔永絕斑白之色此玉液之鍊形也及夫金液鍊形不得比此始還丹而未還與君火相見而曰既濟既還丹而復起與真陰相敵而曰鍊質土本剋水若金液在土使黃帝回光以合於太陰火本剋金若金液在火使赤子同爐而自生紫氣於水中起火在陽裏消陰變金丹於黃庭之內鍊陽神在五氣之中於肝則青氣沖於肺則白色出於心則赤光現於腎則黑氣升於脾則黃色起五氣朝於中元從君火以超內院下元陰中之陽其陽無陰升而聚在神宮中元陽中之陽其陽無生升而聚在神宮黃庭大藥陰盡陽純升而聚在神宮五液朝於下元五氣朝於中元三陽朝於上元朝元既畢功滿三千或而鶴舞頂中或而龍飛身內但聞嘹唳樂聲又覩仙花亂墜紫庭盤桓真香馥郁三千功滿不爲塵世之人一炷香消已作蓬瀛之客乃曰超凡入聖而脫質升仙者也

論朝元第十五

呂曰鍊形之理既已知矣所謂朝元者可得聞乎

鍾曰大藥將就玉液還丹沐浴胎仙真氣既生以沖玉液上升而更改塵骨而曰玉液鍊形及夫肘後飛起金精河車以入內

院自上而中自中而下金液還丹以鍊金砂而五氣朝元三陽聚頂乃鍊氣成神非止於鍊形住世而已所謂朝元今古少知苟或知之聖賢不說蓋以真仙大成之法默藏天地不測之機誠爲三清隱秘之事忘言忘象之玄旨無問無應之妙理恐子之志不篤而學不專心不寧而問不切輕言易語反遺我以漏泄聖機之愆彼此各爲無益

呂曰始也悟真仙而識大道次以知時候而達天機辨水火真原知龍虎不生肝肺察抽添大理審鉛汞非是坎離五行顛倒之術已蒙指教三田反復之機又謝敷陳熟曉還丹鍊形之理深知長生不死之術然而脫凡入聖之原脫質升仙之道本於

道藏輯要

傳道集

卷三

危集二

鍊氣朝元所謂朝元敢望略爲指訣

鍾曰夫道本無形及乎大原示樸上清下濁合而爲一大樸既分渾沌初判而爲天地天地之內東西南北而列五方各有一帝每帝各有二子一爲陽而一爲陰乃曰二氣二氣相生相成而分五行五行相生相成而定六氣乃曰三陰三陽以此推之如人受胎之初精氣爲一及精氣既分而先生二腎一腎在左左爲玄玄以生氣而上傳於肝一腎在右右爲牝牝以納液而下傳膀胱玄牝本乎無中來以無爲有乃父母之真氣納於純陰之地故曰谷神不死是謂玄牝玄牝之門可比天地之根玄牝二腎也自腎而生五藏六府全焉其中肝爲木曰甲乙比東

方青帝心爲火曰丙丁比南方赤帝肺爲金曰庚辛比西方白  
帝脾爲土曰戊己比中央黃帝腎爲水曰壬癸比北方黑帝人  
之初生故無形象止於一陰一陽及其胎完而有腸胃乃分六  
氣三男三女而已一氣運五行五行運六氣先識者陰與陽陽  
有陰中陽陰有陽中陰次識者金木水火土而有水中火火中  
水水中金金中水木中火火中土在人者互相交合所以二氣  
分而爲六氣大道散而爲五行如冬至之後一陽生五方之地  
而陽皆生也一帝當其行令而四帝助之若以春令旣行黑帝  
不收其令則寒不能變溫赤帝不備其令則溫不能變熱及夫  
夏至之後一陰生五方之天而陰皆降也一帝當其行令而四

道藏輯要

傳道集

器

危集二  
八上久

帝助之若以秋令旣行赤帝不收其令則熱不能變涼黑帝不  
備其令則涼不能變寒冬至陽生於地以朝氣於天也夏至陰  
生於天以朝氣於地也奉道之士當深究此理而日用之間一  
陽始生而五藏之氣朝於中元一陰始生而五藏之液朝於下  
元陰中之陽陽中之陽陰陽之中之陽三陽上朝內院心神以  
返天宮是皆朝元者也

呂曰陽生之時五氣朝於中元陰生之時而五液朝於下元使  
陽中之陽陰中之陽陰陽之中之陽以朝上元若此修持常常  
之士亦有知者如何得超脫以出塵俗  
鍾曰若元陽之氣以一陽始生之時上朝中元是人皆如此若

以積氣生液以一陰始生之時下朝下元是人皆如此若此行持故不能超脫然而欲超凡入聖脫質升仙當先龍虎交媾而成大藥大藥既成而生真氣真氣既生於年中用月月上定與衰月中用日日上數直事日中用時時上定息數以陽養陽陽中不得留陰以陽鍊陰陰中不得散陽凡以春則肝旺而脾弱夏則心旺而肺弱秋則肺旺而肝弱冬則腎旺而心弱人以腎為根本每時一季脾旺而腎弱獨腎於四時有損人之多疾病者此也凡以甲乙在肝直事防脾氣不行丙丁在心直事防肺氣不行戊己在脾直事防腎氣不行庚辛在肺直事防肝氣不行壬癸在腎直事防心氣不行一氣盛而一氣弱一藏旺而一藏衰人之多疾病者此也凡人心氣萌於亥而生於寅旺於巳而弱於申肝氣萌於申而生於亥旺於寅而弱於巳肺氣萌於寅而生於巳旺於申而弱於亥腎氣萌於巳而生於申旺於亥而弱於寅脾氣春隨肝而夏則隨心秋隨肺而冬則隨腎人之不知日用莫曉生旺強弱之時所以多疾病者此也若此日月時三陽既聚當鍊陽而使陰不生三陰既聚當養陽而使陽不散又況真氣既生以純陽之氣鍊五藏之氣無息而非本色一舉而到天池始以腎之無陰而九江無浪次以肝之無陰而八關永閉次以肺之無陰而金火同爐次以脾之無陰而玉戶不開次以真氣上升四氣聚而為一縱有金液下降杯水不能勝輿薪之火水火相包含而為一以入神宮定息內觀一意不散神識俱妙靜中常聞樂聲如夢非夢若在虛

道藏輯要

傳道集

聖

危集二  
八三

無之境風光景物不比塵俗繁華美麗勝於人世樓臺宮闕碧瓦凝烟珠翠綺羅馨香成陣當此之時乃曰超內院陽神方得聚會而還上丹鍊神成仙以合大道一撞天門金光影裏以現法身開花深處而坐凡體乘空如履平川萬里若同展臂若復能回入本軀神與形合天地齊其長久若厭居塵世寄下凡胎而返十洲於紫府太微真君處契勘鄉原對會名姓校量功行之高下得居於三島而遨遊永出風塵之外名曰超塵脫凡

呂曰鍊形止於住世鍊氣方可升仙世人不達玄機無藥而先行胎息強留在腹或積冷氣而成病或發虛陽而作疾修行本望長生似此執迷尙不免於疾病殊不知胎仙就而真氣生真

道藏輯要

傳道集

巽

危集二  
x118

氣生而自然胎息胎息以鍊氣鍊氣以成神然而鍊氣必審年中之月月中之日日中之時端居靜室忘機絕迹當此之時心境未除者悉以除之或妄想不已智識有漏志在升仙而心神不定爲之奈何

鍾曰交合各有時行持各有法依時行法卽法求道指日成功易如反掌古今達士閉目冥心以入希夷之域良以內觀而神識自在矣

論內觀第十六

呂曰所謂內觀之理可得聞乎

鍾曰內觀坐忘存想之法先賢後聖有取有不取者慮其心猿