

金丹四百字序

七返九還金液大丹者七乃火數九乃金數以火鍊金返本還元謂之金丹以身心分上下兩竅以神氣別冬夏二至以形神契坎離二卦以東魂之木西魄之金南神之火北精之水中意之土是爲攢簇五行以含眼光凝耳韻調鼻息緘舌氣是爲和合四象以眼不視而魂在肝耳不聞而精在腎舌不聲而神在心鼻不香而魄在肺四肢不動而意在脾故名曰五氣朝元以精化爲氣以氣化爲神以神化爲虛故名曰三花聚頂以魂在肝而不從眼漏魄在肺而不從鼻漏神在心而不從口漏精在腎而不從耳漏意在脾而不從四肢孔竅漏故曰無漏精神魂

道藏輯要

金丹四百字下

辛

三奎集二

魄意相與混融化爲一氣不可見聞亦無名狀故曰虛無煉精者煉元精非淫佚所感之精煉氣者煉元氣非口鼻呼吸之氣煉神者煉元神非心意念慮之神故此神氣精者與天地同其根與萬物同其體得之則生失之則死以陽火鍊之則化成陽氣以陰符養之則化成陰精故曰見之不可用用之不可見身者心之宅心者身之主心之猖狂如龍身之獯惡如虎身中有一點真陽之氣心中有一點真陰之精故曰二物心屬乾身屬坤故曰乾坤鼎器陽氣屬離陰精屬坎故曰烏兔藥物抱一守中煉元養素故曰採先天混元之炁朝屯暮蒙晝午夜子故曰行周天之火候木液旺在卯金精旺在酉故當沐浴震男飲西

酒兌女攀北花巽風吹起六陽坤土藏蓄七數故當抽添夫採藥之初動乾坤之橐籥取離坎之刀圭初時如雲滿千山次則如月涵萬水自然如龜蛇之交合馬牛之步驟龍爭魂虎爭魄烏戰精兔戰神恍惚之中見真鉛杳冥之內有真汞以黃婆媒合守在中宮鉛見火則飛汞見火則走遂以無爲油和之復以無名璞鎮之鉛歸坤宮汞歸乾位真土混合含光默默火數盛則燥水銖多則濫火之燥水之濫不可以不調勻故有斤兩法度修煉至此泥丸風生絳宮月明丹田火熾谷海波澄夾脊如車輪四肢如山石毛竅如浴之方起骨脈如睡之正酣精神如夫婦之歡合魂魄如子母之留戀此乃真境界也非譬喻也以

道藏輯要

金丹四百字下
序

卷

三奎集二

六文三

法度煉之則聚而不散以斤兩煉之則結而愈堅魂藏魄滅精結神凝一意冲和肌膚爽透隨口隨時漸凝漸聚無質生質結成聖胎夫一年十有二月一月三十日一日百刻一月總計三千刻十月總計三萬刻行住坐臥綿綿若存胎氣既凝嬰兒顯相玄珠成象太乙含真三萬刻之中可以奪天上三萬年之數何也一刻之功夫自有一年之節候所以三萬刻可以奪三萬年之數也故一年十二月總有三萬六千之數雖愚昧小人行之立躋聖地奈何百姓日用而不知元精喪也元氣竭也元神離也是以三萬刻刻刻要調和如有一刻差違則藥材消耗火候虧缺故曰毫髮差殊不作丹是宜刻刻用事用之不勞真氣

凝結元神廣大內則一年煉三萬刻之丹外則一身奪三萬年
之數大則一日結一萬三千五百息之胎小則十二時行八萬
四千里之氣故曰奪天地一點之陽採日月二輪之氣行真水
於鉛爐運真火於汞鼎以鉛見汞名曰華池以汞入鉛名曰神
水不可執於無爲不可形於有作不可泥於存想不可著於持
守不可粘坐灰心不可盲修瞎煉惟恐不識藥材出處又恐不
知火候法度要須知夫身中一竅名曰玄牝此竅者非心非腎
非口鼻非脾胃非穀道非膀胱非丹田非泥丸能知此之一竅
則冬至在此矣藥物在此矣火候亦在此矣沐浴亦在此矣結
胎亦在此矣脫體亦在此矣夫此一竅亦無邊旁更無內外乃
神氣之根虛無之谷在身中求之不可求於他也此之一竅不
可以私意揣度是必心傳口授苟或不爾皆妄爲矣今作此金
丹四百字包含造化之根基貫穿陰陽之骨髓使煉丹之士尋
流而知源舍妄以從真不至乎忘本逐末也夫金丹於無中生
有養就嬰兒豈可泥象執文而溺於旁蹊曲徑然金丹之生於
無又不可爲頑空當知此空乃是真空無中不無乃真虛無今
因馬自然去講此數語改其味之紫陽張伯端序

道藏輯要

金華四百字下
序

垂

三奎集二