

刻或刻刻行火候或時時行火候或日日行火候或時中不拘於刻或日中不拘於時但用便用但不知法度則亂升亂降則不能上矣口訣存焉

中宮

土生萬物心主萬事心卽土也土卽心也故曰中央戊己土中央卽玄關一竅也了得土萬物死了得心萬事息今知學道人茫茫只向外邊尋覓卻不去中心求其道也

抱一

脫胎吞入腹在於人間九載積行滿八百而證於仙乾坤往來遊遍名山洞府行滿八百之日奉金書玉詔而列仙班矣

道藏輯要

悟玄篇

卷

上歸集五
川 8 上

出神名曰解胎

學道底人總不知火候沐浴造化之備其脫胎之時莫非口傳心授爾

玄關一竅

玄關一竅者乃一身總要之關也此竅者卽心中之心是也其心非肉心乃心中之主宰一身萬事之神也其神者無形無相非有非無也人能無私之時便是玄關一竅纔有一毫私欲不是也程子曰不偏不倚之謂中纔有偏倚便不中也杏林石真人曰身裏有玄機心中無垢塵斯言盡矣

玄關一竅萬事之宗動交於物靜養在中不無不有非色非空

凝然湛定氣息流通左升白虎右發青龍齊停夾脊鼓起巽風
搦開爐竈透上崑峯乾坤交姤化作一泓降至舌端嚙入黃宮
一日之內三四遍功初關百日沐浴一月中關百日沐浴前同
上關百日火候數窮脫胎神化抱一養童九年行滿白日上升
大道無言非有問忘形忘象求鉛汞守中一物莫存些專意身
心要守定呼吸一應便神清六脈自然朝性命精神魂魄各歸
元至此身心寂不動一陽生至二陽遷只待溫溫行火令須臾
直舉至銀河玉枕泥丸如火烘乾坤交媾降明堂頂上圓光懸
寶鏡如如下降至舌端滿口馨香甘液噴徐徐嚙納下黃庭遍
體金光隨罩定三家相見結嬰兒一卦三三兩卦定晨昏握運
道藏輯要

悟玄篇

妾

上易集五

仗天罡四三皆拱璇璣柄一年迸破頂顛門是能超凡而入聖
九年抱一行圓滿獨步翔鸞歸大洞吾今泄破聖賢機洗耳膜
心存一定莫待鉛虛汞散飛他時赴死甘心盡玄機備細剖心
傳學道人人早精進

藥物

夫採藥者血中採取真氣氣中採取真精血氣者到頂交合化而
爲液真精真氣者氣至頂交合化而爲金液者流於經脈而爲
白血其金者入於中宮結而成丹工夫到日一身血氣化爲白
血真精真氣盡結以成丹體既成出神入神皆不被幻軀之累
也向上一著超出陰陽之外尤存口訣是爲身外有身尤未奇