

忖度希冀之心只要抱住內呼吸做工夫

煉心之法自小及大如今三伏大炎一盞飯可也再求飽不可也一片涼可也再求大涼不可也數點蚊不足畏也必求無蚊不能也自微及鉅當前卽煉心之境從苦中求甘死裏求生此修道之格論也

金丹之道雖曰易知難行然不可不求其知以爲行之地也知苟不正行於何往知苟不精行安所入知且未熟奚云口訣學道之士須要清心清意方得真清之藥物也毋逞氣質之性毋通思慮之神毋使呼吸之氣毋用交感之精然真精動於何時真神生於何地真氣運於何方真性養於何所是不可不得

道藏輯要

三丰全集 道言類

三

續集八

明辨以哲者而細言之也

氣慧者神自清氣卽人身之時神表也有何難知特患心不靜定耳進氣是修道第一步要緊工夫若不靜心細參則不能知終知始如何便得下手懵懂下手知此不知彼心中忙了又忙遂時時有瑣碎之心而不團聚故本一心分作數心何能一心做工夫凡學道總要誠一一槍下馬免得另來打戰

凡下手打坐須要心神兩靜空空寂寂鬼神不得而知其功夫只宜自考自信以求自得所謂誠其意者毋自欺也誠於中自形於外是以君子必慎其獨

附 三丰先生輯說

先生曰空青洞天向多有仙真來游留下丹訣去者此亦度人覺世之心也山中人何必另尋瑤草別採仙花只此是救命符延年藥也今特節錄存之以公好道之士

白紫清調息訣云夫調息有法度有器用有火候三者有參伍錯綜之妙用須知之熟思之稔下手自若然而解調息火候有攝取之息心要能虛能謙精方入鼎所謂縮地法也有採取之息神要不動不搖藥自就範所謂挈雲手也有交媾之息須要六根大定片念不生有進火之息以意逼之所謂起巽風運坤火是也有退符之息以神斂之所謂歸其根復其命是也有卯酉沐浴之息乃柔字而已諸般調息與法度器用宜參看調之道藏輯要

三丰全集

道言類

三

續畢集八

者調度得其宜也

紫清翁玄關訣云玄關者求玄之關道玄妙之機關也有體有用何謂體寂然不動何謂用感而遂通不動有時候神氣交媾之初細細緼緼渾渾淪淪是爲一關所謂四大五行不着處是也神氣交媾之際昏昏默默杳杳冥冥是又一關所謂無聲無臭無內無外是也及至靜極生動而用乃出焉混混續續兀兀騰騰真氣從規中起是又一關所謂念頭起處爲玄牝是也念頭起處醉而復蘇有一個靈覺當下覺悟是又一關所謂時至神知是也此時以靈覺爲用如線抽傀儡機動氣流微微逼過尾閭是又一關所謂斡轉魁罡運斗杓正此時也沐浴卯門又

一關飛上泥丸又一關歸根復命沐浴百戶又一關大休歇大  
清靜空空忘忘還於至靜又一關玄關之體用如此千經萬論  
皆在是也

紫清翁爐鼎訣云四百字宜熟玩此竅非凡竅一首道盡鼎器  
之妙此竅二字分內外兩個看非凡者贊詞也乾坤合之爲外  
竅神氣藏於其中爲內竅神氣交而坎離生坎離交而元精產  
此精不是尋常精乃是白虎首經至寶也得之者立登仙界此  
就還丹言若小丹所用則試與人言曰此竅非凡竅陰陽共合  
成名爲二氣穴內有真陽生可曉然矣仙家有三秘火候藥物  
爐鼎此詩盡爐鼎之妙矣

道藏輯要

三丰全集

道言類

三

續畢集八

紫清翁動幾論云孔子曰幾者動之微又曰夫乾其動也直孟  
子以直養是以微動之直養而至大塞乎天地之間也直剛氣  
也卽乾爻之一也卽初九也卽顏子得一之一也直與一一也  
動在人之竅中十二時皆有總要靜以存之方能動以察之耳  
無味之中尋有味無事之中尋有事其在斯乎

陸潛虛者明嘉靖閒回翁度之其論息法云如何是勿忘曰  
守自然如何是勿助曰順自然如何是息曰依息如何順曰平息  
依息則息能通息矣平息則息能勻息矣問守與順是二乎是  
一乎曰知所以守則知順之矣知所以順則知守之矣是二是  
一原是不錯由博返約惟在凝神切勿用意如用意則非真意

真意從靜中生鴻濛初判無有染着乃克用之故要死過來乃知生不知生亦不知死生死是動靜深機

潛虛翁又論調息法云凡調息以引息者只要凝神入氣穴神在氣穴中默注陰蹻不交而自交不接而自接所謂隔體神交理最詳古仙已言之確矣所謂離形交氣別有口傳也所謂男不寬衣女不解帶敬如神明愛如父母皆此凝神聚氣而已故曰道歸自然參同曰自然之所爲兮非有邪僞道此之謂也

潛虛翁三論調息法云今夫水與水合火與火合風與風合雲與雲合常理也調息者以氣合氣何待強爲只要凝神入氣穴神光下照陰蹻脈不期而會者一氣之感通自然而然也屯卦

道藏輯要

三丰全集 道言類

三

續畢集八

曰以貴下賤大得民也咸卦曰止而悅男下女是以亨易於交接之道蓋已言之的矣但調息之法有法功有器用丹道始終不離

先生曰吾與涵虛子談七返七還金液大丹之道涵虛曰據先生言是皆刀圭妙用耳他日見涵虛作戊己二土篇深合元意爰錄而傳之學人欲了長生舍此不能通神也涵虛曰悟真篇云離坎若還無戊己雖含四象不成丹只緣彼此懷真土遂使金丹有返還此四句詩極盡和合丹頭之妙蓋以火中生木汞水裏產金鉛木火金水含四象於坎離之間此時離中有己坎中有戊二土爲媒四象可合也或謂真意屬土土有戊己得非

有二意乎曰似也然非也名爲意則一號爲土則二以一意分作兩意乃有二土之可名始有內外之可別然必知動知靜焉原夫戊土者外藥也陰裏真陽也以動爲主故取坎之期惟偵其動知動者意也卽以知動之時爲一土已土者內藥也陽裏真陰也以靜爲主故填離之後致養於靜知靜者意也卽以知靜之時爲一土此一意分爲兩意而可名爲二土者也又以兩意合爲一意斯無二土之可拘並無內外之可執然必能動能靜焉原夫已土者內丹也亦可變爲戊土以離日而映坎月種鉛得鉛只見戊而不見已靜能入乎動也戊土者外丹也亦可化爲已土以坎陽而補離陰種汞得汞只見已而不見戊動能

道藏輯要

三丰全集 道言類

三

續畢集八

并乎靜也此兩意合爲一意而不拘爲二土者也然則彼此懷真土亦各懷其一土乎亦共懷其一土乎聰明活潑人自了然也金丹返還之道非此真意不行匪惟和合四象並能驅使四象何也蓋以木中藏火投之水鄉而火發木載金升汞去復來火得金而爲返也水裏生金烹以火功而水沸金隨木上鉛去復回金得火而爲還也金火返還之術卽是七返九還金液大丹人欲大丹成就舍此真意奚由哉紫陽曰赤龍黑虎各西東四象交加戊己中陶仙謂龍從火出青龍變爲赤龍虎向水生白虎更名黑虎只這龍虎赤黑四字已具四象交加者攢簇也愚按作丹之士欲使四象攢簇必令五行相轉其所謂戊己中

者不是離中坎中乃是中宮中央也東西間隔刀圭合之二物  
變爲四象四象團入一村一村聚會五行五行聚而丹乃結故  
下二句曰復姤自茲能應用金丹誰道不成功復姤應用十月  
火符也進火於復退符於姤運用抽添自然中度金丹乃可成  
矣丹家以戊己爲刀二土爲圭者結字肖形正示人以打合之  
意但二土爲圭人所共知戊己爲刀人所鮮知者潛虛云有一  
士人會意而解丁音捏己字人音撇戊字前無所本似爲得之涵虛  
云非無本也琴譜以數字攢一字一字取一畫合左右投彈之  
法備見於一字之中此卽以琴譜爲本者也丁者己之頭人者  
戊之旁戊己二土以刀圭兩字合之蓋望人將離己坎戊之二

道藏輯要

三丰全集

道言類

四

續畢集八

土合爲一處也仙家隱語往往如是