

也今之所行者有曰長生之火有曰周天之火是火者不知歛散之法則炎上而為孽矣古詩不云乎本因敲石光遂致烘天熱其是之謂歟大抵火不可以無也大能去三尸斯不死矣小能去九蟲斯不病矣要知以歸宿而後可也夫孰知水之功哉水之在人也為汗為洩為血為澁為矢為涎為沫此數者皆水之在人而外驚者也其在內也腦為髓海心為血海丹田為氣海脾胃為水穀之海百骸則百川也四海流通則百川灌盈矣莊子曰水之性不雜則清不動則平鬱閉而不流亦莫能清矣故曰戶樞不蠹流水不腐亦其理歟劉高尙所以作活法也蘇子瞻居乎白鶴之峯感乳泉而賦之其理深矣惜乎能言之而

道藏輯要

道樞

三

齋集三

不能行也學者於是當明水火既濟之法夫火在心為性者也水在腎為命者也二者實相須以濟焉腎之水非心之火養之則不能上升矣心之火非腎之水藏之則不能下降矣夫能長養成就上際下蟠旁通曲引於三元九宮五藏百節斯可以保固而長存者也是以崔子曰定中如得水火透便是長生不死人

坎離篇

厥陰生坎厥陽生離  
深明其用久視之基

至游子曰天地相去八萬四千里在人之身其心則天也其腎則地也相去八寸四分合乎天地之數者也故天氣下降則心氣下至於腎腎為坎者也地氣上升則腎氣上至於心心為離

者也天地交泰萬物生焉坎離既濟黃芽出焉以類推之離爲陽則坎爲陰也離爲日則坎爲月也離爲火則坎爲水也離爲性則坎爲命也離爲龍則坎爲虎也離爲奇則坎爲偶也離爲鉛則坎爲汞也離爲液則坎爲氣也昔海蟾子以謂五行四象者卽坎離之訣也吾觀日魂月魄晝夜相隨而不停性命關連人而不知若能明天地升降之運知日月交合之宜氣中生液液中生氣陰中有陽陽中有陰則坎離成矣惟茲要訣人罕知焉馬自然所閱方外士其數千百矣其說不過咽津行氣存想胎息周天火候而已功成矣心精專則其內不傾上合三焦而下玉漿取津於玄膺入於明堂漑於其喉神明通矣斯乃下有

道藏輯要

道樞

書

齋集三  
X文一

還丹則必上烹元液使陰盡而陽生火抽而水添循環而不止何以取津乎攪漱舌之下則波濤自滿嚙之則注於丹海矣大功欲成者其邪關外塞命門中關乎肺者主乎榮衛二氣其在於腎是爲金水相生父子之道也行三十六咽於玉池則百脈通而血液滋矣此七返者也何謂也騰腦則成雲降口則成水傳肺則成唾傳心則成血傳肝則成精傳脾則成液傳腎則成二脈而爲陰精陽粹者也金津玉液者陰陽之所生也夫能上經七返傳入於二腎下變九還傳至於腦上下往來而不息於是爲瓊膏玉霜者歟大功漸著則元氣充實八素之液流通其腎受精貫於五內更九九之眞火氣滿候足則金丹成矣