

行六法速要燒丹純陽之氣鍊氣成神速

要鍊氣之真靈鍊神合道此是金液還丹

太陽鍊形三田既濟不須行矣此三訣古

今上真往徃萬劫秘傳中成之法以還丹

鍊形既濟者蓋以留形住世非金丹不可

延年非鍊形不可換骨非既濟不可不死

又以無醜陋真人少衰弱神仙又易形而

留俗狀不既濟而留凡骨將來棄教自離

超神亦遲矣若還丹鍊形既濟之後一百

日靜中四象周匝內觀五氣紛紜二百日

目見金花體有圓光青氣出頂紫霧盈室

三百日神靈知前後事真氣可乾外永體

輕可履風煙骨堅可齊天地若見此境勿

疑是為小驗志誠行之神異不可具載矣

大丹直指卷上

大丹直指卷下

長春演道主教具人丘處機述

五氣朝元鍊神入頂圖

大成法棄殼升仙如與小人說者定有橫

災宜自謹言



此法曰鍊氣成神本法用子午卯酉時甲乙

日鍊肝丙丁日鍊心庚辛日鍊肺壬癸日鍊

腎脾不受鍊氣寄四臟戊己日不下功此為

鍊五臟日也甲乙日卯時下功丙丁日午時下

功庚辛日酉時下功壬癸日子時下功此為

鍊五臟時也

右件依前時用法幽室靜坐上香一炷叩

齒二十四通升身平坐內觀所鍊之臟鼻

息綿綿若存靜極氣生氣極神現如夢非

夢暗中神氣上升前件日辰不可有差蓋

稱七

以神隨日當具氣隨時運轉當審日察時鍊之百日氣足神現將欲升仙非止長生不死

口訣

應日隨時自不差 五神會處起河車

靜中真象朝元後 猶恐陰魔作外邪

五氣朝元鍊神入頂訣義

華陽真人曰以丹中純陽之氣隨日定時鍊

肝二十四日青氣現二十日陽神自出氣為

神體神為氣主是也鍊心腎肝肺皆如之其

脾神脾氣隨四時正氣亦以共升靜中內觀

壺中別有山川物象成形兩昧分胎防其陰

鬼外魔七魄三尸相隨雜天真以亂陽神不

能得上入天宮自有內觀起火之法推以鍊

氣氣聚為神不可差其時也自然氣現神出

五方真氣合出本色五氣陽神名出真形升

而上入天宮內院是為合神入道之時也若

人三百日行火候足不鍊還丹不鍊形不既

濟直行此法以丹中純陽之氣隨日應元氣

所得而鍊五臟亦是捷徑說曰奪功併法若

人欲住世間而願為長生不死當用金液還丹太陽鍊形三田既濟

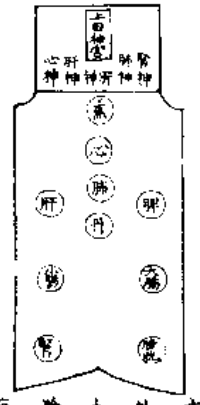
真人曰三鳥紫煙籠鳳彩九天紅日鍊龍精中黃經曰肝生東方其色青鍊之青氣出身騰腎水北方其色黑鍊之應時黑氣出身立

純陽氣滿五臟中神升本色入天宮

內觀起火鍊神合道圖

係大成法起凡入聖

丹中純陽氣舉之入四肢號曰焚身入五臟號曰鍊神出身號曰降魔入頂號曰素殼



七魂志形 外魔速走 九蟲下出 陰鬼速亡 三尸無迹

此訣號曰內觀起火本無時候每日有暇舉起為念略有行持終日靜坐神識內守一意不散常常升身正坐點觀五臟惟要分別真假勿令陰魔亂真矣 右件內觀之法止是靜坐升身舉起丹中

純陽之氣內鍊五臟氣附神像上入頂中外鍊四肢氣透金光外出神體非久神合為道 素殼昇仙防其陰鬼外魔三尸七魄假托形像以亂天真混雜陽神不能合道所以不計晝夜常隨氣轉卯時觀肝肝

氣現青年時觀心心氣現紅百時觀肺肺氣現白于時觀腎腎氣現黑五色氣出壺中真境不同塵世車馬威儀勝及王者不厭升身起火真自然兩向也

口訣

旌旆威儀處處同 內觀形像滿壺中 再三焚起焚身火 嘹唳笙簧入上宮 內觀起火鍊神合道訣義

真人曰鍊氣自易起火亦難點運丹中純陽之氣隨日隨時以鍊五臟氣真自現神真自出相照上升併入天宮防其陰鬼外魔以假亂真當此之時氣隨神升神附氣起以中田入上田陰鬼願人速老外魔不喜人安虛生隊任妄起浮華亦做陽神相雜而升誰為真像誰為假形混雜難別笙簧四圍車馬並起

欲要辨別莫若頻起丹中真火一曰焚身二曰降魔三曰去三尸四曰逐七魄五曰集陽神靜中內觀自然明朗惟見炎炎火中人物交雜少聞歌樂上起者自己陽神哭泣去者身中陰鬼須更火息壺中清淨功不可再切防十魔續來蓋以陰鬼外魔多生巧作綠業來亂真神內觀當可分別

十魔君

- 或而滿耳笙簧觸目花芳古有甘味鼻聞異香情思舒暢意氣洋洋如見不得認是六欲魔一也
- 或而和風蕩漾暖日舒長迅雷大雨霹靂電光笙歌嘹唳哭泣悲傷如見不得認是七情魔二也
- 或而瓊樓玉閣蕙帳蘭房珠簾翠幕峻宇雕牆珠珍遍地金玉滿堂如見不得認是為富魔三也
- 或而出將入相威震八方車服顯赫使節旌幢滿門青紫靴笏盈床如見不得認是為貴魔四也

或而兒女疾病父母喪亡兄弟離散妻子分
張骨肉患難着族災殃如見不得認是恩愛
魔五也

或而失身火鏡墮落高嶺臨刑命喪遇毒身
亡兇惡難避猛獸逼傷如見不得認是災難
魔六也

或而雲屯士馬兵刃如霜戈矛間舉弓弩齊
張爭來殘害馳捷難當如見不得認是刀兵
魔七也

或而三清玉皇十地當陽四聖九曜五帝三
官威儀隊伍往復翔翔如見不得認是聖賢
魔八也

或而仙娥玉女羅列成行笙歌鼎沸對舞霓
裳雙雙紅袖爭獻金觴如見不得認是效樂
魔九也

或而幾多殊麗艷質濃粧蘭臺夜飲玉體輕
裳儂人嬌顫爭要成雙如見不得認是女色
魔十也

大抵清虛之士久樂寂淡乍見繁華往往認
為真境因循不出凡軀是為因在昏衢止為

陸地神仙不能起凡入聖者舉人目前見在
不認外境可以進道漸得成功學人內觀不
以丹中純陽氣鍊五臟五氣真神現五色十
中笙簧並奏隊仗齊升當時陰鬼外魔假心
形像相雜而入天宮速速升身起火火中山
軍自散哭聲四向而去歌樂轉成幽幽高二
須臾火過清涼靜中山川秀麗內觀天地有
明是為壺中真境不可便認無事少聞十魔
續來當此之時如夢非夢似醉非醉五神真
靈已入天宮中區四大主心平正恍惚之中
不可認賊為子以邪為正不止因而不凡
軀又而流入邪中或而風魔或而狂邪及成
神氣虛神慧之不足嗚呼可悲故魔境詳言
於此升身起火不厭數多常常內觀不拘晝
夜以至火起天地之間並無一物上觀惟天
下觀惟地四觀都無靜中時聞樂聲忽有異
香當時有驗不比已前肢體常似升龍是神
仙素殼之時也圍坐前有紅光狀同蓮花遍
身有真氣色若金无五行真氣合而為精氣
神三才異質合而為自然道也收神再入黃

庭承却長生不死所到處陰神來現乘風履
雲往復塵中更無飢渴寒暑若以升神復入
天宮調神出殼是曰真人素殼山中百目山
中生玉素殼水中百目水中生玉素殼了當
真身出外是曰神仙當返三島不在風塵之
內所謂素殼升仙而有五訣在左

素殼升仙起凡入聖訣圖

識無空法



此是無為妙道

此一法號曰鍊形合道素殼昇仙本法無時
明有五法海蟾子以鶴沖天門靜中以真性
如鶴沖天門出外自然身外有身西山十二
真人王祖師曰以花樹出靜中以花樹回望
不失本性既出自然身外分形黃帝以火龍
出靜中化火龍上躡自然身外有身號曰清
淨法身鍾呂二真人皆用紅樓出靜中以上
三級紅樓層層上畢便跳自然素殼
右件鍊神合道素殼昇仙功到自然此僧
人入定以來坐化道士入靜以出陰神皆

為清虛之鬼非為純陽之仙宵宵無像終無所歸學人何其誤耶殊不知鍊精為丹而後純陽氣生鍊氣成神而後真靈神仙超凡入聖棄殼昇仙而曰超脫萬萬世神仙不易之法也

口訣

功成須是出神京 內院繁華勿累身
會取五仙超脫訣 鍊成仙格出埃塵

棄殼昇仙超凡入聖訣義

真人曰修真之士功到鍊氣成形皆不願長生住世速要內觀而鍊神合道也降魔散鍊神神聚急忍無斷因循不棄凡殼是為困在昏衢止為陸地神仙大抵有身有慮無家無累古今共言辛勤功到無為爭忍戀軀不出故棄殼昇仙出頂鍊神超凡為仙世人不善修煉直要棄殼便成仙道何其誤形幽室靜坐絕慮忘思外境不入內境不出矣如稿木心若死灰神識內守一意不散定中以出陰靈之神冥冥無像非為純陽之仙縱得出殼何其艱難古今上真皆傳棄殼之法誠非

難矣功到自然內丹成就純陽氣生而本靈神現內觀識認棄殼超脫次第相須自然化火龍而出頂中身外有身並無異相始乎一步兩步次以三里五里出入不差往來無懼然後寄殼於山川之中永作蓬萊之侶此是棄殼全在前功證驗節序不差自然神昇神出頂然而上真留此數法調出入者蓋以學人久受驅馳晝夜用功不已內觀神聚恐認魔境流入邪道徒勞心力廢墮前功故魔不厭詳言又慮學人功到內觀魔散神集併入天宮繁華萬倍猶恐認為仙境不免再陳棄殼之訣棄殼不難功成方合自然所以訣中有花樹皂蓋以記本體招神入殼有鶴沖龍躍以升陽神令神出身棄殼升仙古今上真有經傳而不祕者九祖永受地獄以修真之士功到自昇不可不行古今學人宜戒慎之

黃庭也庭常守乎項及臍是謂三疊黃庭曰琴心三疊舞胎仙是也琴取其和且人之生其胞胎結於我之臍繼接在母之心宮自臍剪落所謂之蒂也蒂者命蒂也根者性根也但恐泄漏是所千千萬萬狀多方此論頂中之性者鉛也虎也水也金也日也意也坎也坤也戊也姤女也王闢也臍中之命者汞也龍也火也根也月也魄也離也乾也已也嬰兒也金臺也頂為戊土臍為己土二土為主字所以呂仙翁號力圭也只是性命二物千經萬論只此是也

用法

但每日天明至黃昏為晝時自昏至五更然點時為夜時不拘行住坐卧但晝時則行命蒂臍中之道夜則行性根頂門之道無早無晚不飢不飽之時常行之一百日丹結三百日丹藥成三年胎仙就自然陽神從頂門出入去來無礙此謂真丹之妙也

行持

日行命蒂者只用兩手相摩令熱捧定臍輪

以意專之只守在臍輪無思無想只靜定之
 自覺神水下臍真水奮發從臍下丹田跳躍
 直透手頂門任其自然亦無過數只一意守
 於臍輪若欲休歇行住就便不拘久而丹田
 如火精神暢美神妙難述

夜行性根者只以舌挂上腭漸塞定喉嚨二
 竅以意專之只守在頂門無思無想只靜定
 自覺真火從下竅上踴躍直至頂門欲休歇
 行住任便不拘久而頂中漸如遠聞仙樂之
 音真香發于鼻之中神妙難述金丹秘訣盡
 於此矣

坐功訣
 一吸元精便上來 兩呼玄炁頂門開
 時人不識真龍虎 却向丹田裏面猜

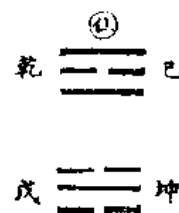
年中取月月中取日日中取時隄防危宿為
 晦起火斗宿為朔進火



一陽初動乃子時是也此時斗柄纔轉真子
 時又一法九月從子時上起例數過子者九
 月做子時乃正子時此時鼻竅雙孔皆有氣
 金公蛇女者乃坎離匡廓即九月中霜降為
 十一月冬至也



得中燕節過太陽月將是



氣不出喉

玄關乃在臍裏一寸三分父母元氣名為鼎
 器二臂為鼎足火候舉動心做事業便是起
 火虎龍交媾藥物乃是刀圭異風雲奮鼓動
 華房此是進火抽添防危慮險卯時百時先
 天乃丑時後天乃本生時長生時脫胎神化
 乃是用自身本命推算四時長生者此法一
 年一周天一日一周天一日乃晝夜用子午
 時生時曰長生時為防危共七箇時辰五百
 六十箇時辰為一候溫養沐浴生殺野戰脫

胎並在此其中謹秘勿妄泄之

西山十二真人曰

凡流開口論天機 只能狂說不能知
世上衆生無鑑識 及至達真說道非
大丹直指卷下

王豁子丹經指要

混元仙派之圖

西靈金真萬炁祖母元君

混元教主萬代宗師太上老君

東華木公上相青童帝君

釋八

華陽真人 正陽真人

主鼎真人 成都真人 純陽真人 王老真人 耳珠真人 陳朴真人

主鼎真人 皇甫真人

白真人 謝二郎

耳珠真人 萬真人

三朵花 仙井道人

陳朴真人 淮南叟

曹國舅

李練

陳七子

劉海蟾

景知常

姚道真

趙仙姑

張仲範

藍養素

馬自然

張平叔

張虛靖

麻衣道者

郭上竈

何昌乙

老木仙翁

李鐵拐

施肩吾

張侍郎

徐神翁

劉高上

浪然子

沈東老

張和高

王重陽

浴室和高

馬丹陽

陳希夷

譚景升

劉烈

寶呂

小鄰真人

川張迪功

桂頰

王豁子

通一字全