

但朝不虛而暮不實上也素無味淡無筆次也何慮四體之不充悅乎及夫六字蒸有餘引子不足殺鬼者肝本吁也餘則用吁亦不能引肝蒸若引其子則用呵字瀉心之蒸心蒸既行肝蒸自傳也若肝蒸不足則殺其鬼肺也肺金尅木為妻而金為夫夫乃鬼也如肝蒸弱必是肺之有餘必殺其鬼用呵字瀉之聰明之士審達五行生尅調和其蒸無過不及而陰陽自正依時對節下手行功點契天機混合玄理安有長生之不得神仙之不成耶

西山群仙會真記卷之三

西山群仙會真記卷之四

夜四

清虛洞天華陽真人施有善者聖撰  
三仙阿弟子夫下初開李鍊金英編

真水火

中黃秘訣曰陰生水水性常冷而有華陽溫泉濡之不勝其暖也陽生火火性常熱而有蕭丘寒焰向之終不能暖也外之水尚尚有返復之性內之陰陽安無顛倒之宜如腎水也水中生蒸蒸為火矣心火也火中生液液為水矣水可以滋流百脉火可以薰蒸四大人之水火也如此

通玄論曰道原一判而分二儀天以乾道而輕清在上在上以陽為用暗抱一點真陰在其中也故冬至後地中陽生以夏到天積陽所以生陰其陰感陰而陰不得耗散散為霧凝為露霧露之蒸天之所出陰而真水也地以坤道而重濁在下在下以陰為用暗抱一點真陽在其中也故夏至後天中陰降冬至到地積陰所以生陽蓋其陽感陽而陽不散耗升為雲施為雨雲雨之蒸地之所出陽而

真火也人亦若是受胎之初父精母血二蒸相合陽蒸上升心為蒸館蒸中暗藏真水在也陰蒸下降腎為水府水中暗藏真蒸在腎也不然安得腎蒸到心積蒸生液一陰生於二陽之中心蒸到腎積液生蒸一陽生乎二陰之中也

西山記曰凡人有三火八水水者一蒸傳一蒸積蒸生液而五臟各有液名曰色水腎蒸之中暗藏真一之水而為陰虎者名曰真水時後飛金晶入上宮自上而下與真火相逢而既濟成然名曰神水凡有疾病閉口納蒸一口復一口定中送在病處皆可痊安名曰法水水之為用多矣其名不一丹就真蒸生澆灌而為沐浴之法鍊形真蒸升還返而為還丹之法割海蟾言兩曜注成七寶殿一渠流轉八瓊漿是玉液還丹也呂公言水火都來相作間卦候飛成地天泰一升一沉陽鍊陰陰盡方知此理深是上下水火既濟之候也道子曰法水能朝有秘關道選日夜遣循環是法水治病也此水之大藥矣三火者

勝膀胱火腎為巨火心為君火凡所無知為物所擾而怒且憂者則為無明之火若降而下燒丹田一意不散至誠守之而曰燒鍊丹藥火之升上起後過雙關而曰河車昇之前起上過重樓而曰鍊形前後俱起過滿四大

炎炎焚身此火之大緊矣

九仙經曰病小用水病大用火病大者無常之限也若人誤犯天神或身不寧急入靜室散髮披衣閉目冥心正坐握固叩齒集神升身起火微以留息少入遲出默想如臍下火

輪大如斗須臾熾起自身可比輪蓋罩定自身今陰鬼邪魔不敢近也釋教降魔火道家焚身火凡行此火須是久絕嗜慾丹元堅固不然以水火交媾龍虎成丹丹就而陰靈自散不敢近陽神自不肯去也神在形固陰退

悉全悉全形堅自可長年

真龍虎

龍虎真丹經曰真龍真虎所在所交之處古今秘而不說惟太一真書是太上親著又真一元解入神玄言二集稱龍虎真訣一在崑

崑崙五城之內一在北極大淵之內藏之玉函刻之金札封之以金泥印以玉章猛獸列衛神人在傍塵世無緣而知矣

太白真人曰五行顛倒術龍從火裏出五行不順行虎向水中生少則少矣妙則妙矣乃

所以泄天地之機

呂公曰因看崔公入藥鏡令人心地轉分明陽龍言向離中出陰虎還於坎上生二物會時為道本五方行盡得丹名修真上士如知此定跨赤龍歸玉京入藥鏡曰腎中生炁炁

中暗藏真一之水名曰陰虎心中生液液中暗藏正陽之炁名曰陽龍龍虎非肝肺也乃玄之又玄知之修鍊而為聖人傳道集曰腎炁傳心炁積炁生液液中有正陽之炁名曰陽龍是謂出於離宮心液傳腎液積液生氣

氣中有真一之水名曰陰虎是謂生于坎位二物會時在人生人在己生神龍虎古今有識者或以多知廣記知其龍不在肝而虎不在肺如何得達交會之時而悟採取之法故少有不長生與升仙者良以此也

西山記曰水火既濟龍虎相交所用不一如腎炁傳肝炁肝炁方生腎之餘陰入脾其炁過肝為純陽炁中有真一之水以到于心積炁生液類類如懸珠垂露而還下田更不隨溺水以傳膀胱若用火候無差鍊而為一炁

炁中生炁浩劫不死而為陸地神仙是虎交于龍以腎炁合心炁是也及夫下火加減有時抽添有數以心炁合腎炁是龍交于虎若以下關透而起自尾闕穴左昇者為龍右起者為虎炁從夾脊雙關而過至分道嶺而陽

龍之炁入內院陰虎之炁入天池左旋右盤三十六數而真水下降如甘露入心此是龍虎相交于上宮又不必於心腎而有上交上合之別也及夫胎完胎就而真炁既生防其大過必濟之以水而玉液金液還丹及夫還丹

日久行于經絡而變陽酥凝于中府而積白雪防其太過必舉以火而有鍊質焚身是知還丹之時乃陰虎單行而不必交于龍也焚質之時乃陽龍獨舉而不必交于虎也龍虎之功不為小矣所患乎不知龍虎之本也若

識龍虎之像又知交合之時且得採取之法  
三百日養成內丹而命中有晶乃得與天地  
齊其壽筭矣

真丹藥

洞天語錄曰高上元君始在塵世而流傳大  
道引喻天地升降之宜日月往來之數而曰  
內丹廣成子教黃帝依法行持久不見功蓋  
以日有萬機根元不甚堅固乃于崆峒山中  
凡以內事為法則以金石相配合而曰外丹  
內之丹藥乃為真藥外之丹藥止可療治病  
安樂而已內丹小則長生不老大則超凡入  
聖始乎二炁交而凝結在丹田變精為永慶  
汞為砂砂變為丹形若彈丸色同朱橘而真  
炁自生以炁鍊炁炁合神聚而入道道成而  
入聖聖則大而化之無所不通豈外丹之可  
比耶故知真藥真丹身外無求  
西山記曰以龍交虎媾結成玄珠火候無差  
燒成大藥真炁始生升之可以鍊形不避寒  
暑之患真炁既聚納之可以還丹永除飢渴  
之苦于已也豈非藥乎及夫真炁施于人也

亦有驗矣入水水沸吹木木榮變苦為甘改  
衰為壯即人以療疾苦無不痊差凝神以祛  
鬼魅無不靈應蓋內真而外應也豈非謂人  
之藥乎或以內事不修真元不識惟以外之  
無精金石加日添火餌之以求超昇誤矣然

而古今上士亦論外丹非外丹不可用如廣  
成子以朱砂為丹鍊之九轉而曰神丹陳七  
子七寶丹砂鍊之九轉而曰靈丹劉安王以  
童子小便鍊之七轉而曰還丹是知靈聚而  
為神神散而為虛以炁還元而曰還丹後人  
用之亦有見功昇仙者蓋始也鍊之而內事  
兼修內外俱成得通仙道若以外藥獨用氣  
弱神衰天地秀炁不能停留返為害不細矣

真鉛汞

玄洞玉詔曰昔廣成子教黃帝鍊外丹方有  
鉛汞之物凡以內事為法則也人之初生先  
生腎也腎為北方壬癸水在五金而為鉛次  
生心也心為南方丙丁火在八石而為砂鉛  
中取銀如腎氣之中暗藏真一之水砂中取  
汞如心炁之中暗藏正陽之炁蓋以外鉛中

銀而合砂中汞自然成砂火候合宜煅成大  
寶取類于人則腎炁之中取真一之水心液  
之上取正陽之炁二物合而為丹乃如外物  
見寶之比也傳道集曰抱天一之質而為五  
金之首者黑鉛也鉛以生銀鉛乃銀之母感

太陽之炁而為衆石之主者朱砂也砂以生  
汞汞乃砂之子難取者鉛中之銀易失者砂  
中之汞鉛汞若相合煅鍊自成寶此鉛汞之  
理見于外也若以內言之父母真炁合而為  
一即精血為胞胎凝結為內腎內腎者鉛也  
及夫腎中生炁炁中生水以腎水合心液之  
上正陽之炁凝結于黃庭而為丹則曰真鉛  
也以腎炁合心炁積炁生液結為玄珠方還  
下丹田而曰汞也及夫丹就真炁升腎炁入  
頂而真水降一升一沉于十二樓前而為既  
濟既濟一次而還下丹田故曰真汞也元皇  
君訣曰鉛汞鼎中居燒成無價珠都來兩箇  
字了得萬家書正一真人曰鉛汞傳來幾萬  
秋幾人悟得幾人修若教此理常人會塵世  
神仙似水流呂公曰金丹一粒定長生須得

真鉛鍊甲庚火取南方赤鳳髓水求北海黑龜精古令上聖稱說鉛汞之理不同其來止於鉛爲腎而真鉛爲丹汞爲心液而真汞爲藥真鉛真汞爲既濟若憑外說不可中理矣

### 真陰陽

九天秘籙曰一陰一陽之謂道陰陽不測之謂神物中神而大者天得一陽以守乾道地得一陰以守坤道物中神而明者日得一陽魂以道應月得一陰魄以道致故夏至一陰自天來若無真陽萬物死也不能焦枯冬至一陽自地升若無真陰萬物生也不能滋潤也日有真陽陽燄感而火出月無真陰故方諸取而水絕此天地日月至大至明真陰真陽豈人之不若是乎

西山記曰腎水也水中生炁名曰真火氣中暗藏真一之水是陰中有陽陽中有陰也心火也火中生液名曰真水液中暗藏正陽之炁是陽中有陰陰中有陽也三華者三陽腎氣乃陰中之陽丹中真炁則真陽中之陽也心液之炁乃陽中之陽不說三陰也所貴陰

### 盡陽純矣

玉皇聖胎訣言人常降心火于下田外境不入泯絕狂慮一炁不散委于炁海腎炁不能上升其息漸少縱出之悠悠然滅省也故後聖有自然胎息矣及達磨胎息至理言人之炁升自有走失莫若內觀諸世界遊說自己天宮超清虛妙境其法貴乎無漏一念不生一意不動無漏則善果成不動而真聖見而面壁九年氣無毫髮走失陰靈自外而身有身東人不悟乃擲鉢西歸故聖人曰真胎息也及扁鵲解靈樞以冬至之後真鉛積之一分狀如戲藥而鎮丹田今人鼻引清炁閉口不出以定息二十四數爲火一兩四十五日火進一十六兩而鍊就陽胎又以夏至之後乘積之三分狀如抱卵而鎮絳宮亦以鼻引清炁閉口不出以定息二十四數爲火一兩四十五日火進一十六兩而鍊陰息以陰息投陽胎而生真炁真炁生元神神形合爲一與天地齊年離而爲二身外有身而爲羽客仙子不在塵世以返三島十洲者也及葛洪

註胎息論曰凡胎息之要如在母腹中母呼即呼母吸即吸今人不達妙理縱能閉之少時隨手出之喘息不已非止不能留所閉之息而又元炁損虛返爲外來陽炁所奪若炁急未急之前外身自可停留少時勿使大急未炁急之際先鼻引清炁一口續後便以新取之炁換出舊閉急者之餘炁也故得奪住其炁積而神形清爽可以除癆百病曲留強住亦非自然所以爲下等胎息真仙上聖而有三品之論也鼻引口吐可以去浮寒逐客熱衝結滯行經絡若定息炁血不交陰陽自媾若定萬息炁住神藏大乘之功不可言也補炁之道此爲上矣或咽炁救飢渴行炁以壯肌膚收炁補下田養炁以返童顏運炁以益血脉雖見小功終不及胎息之補炁得力功速且火也

### 西山群仙會真記卷之四