

下手速修猶太遲

千經萬論皆不言下手功夫惟傳之口訣夫下手之初也動乾坤之橐籥采坎離之刀圭攝一身之神歸於天谷穴中吞而養之則神炁歸根名曰回風混合密固根源此乃守真一之道也龍虎經曰神室上下釜變化在手中所以正一真人論青蛇之劍西蜀老翁得金鏈之妙呂公喻之為火杖青城空角謂之劍不是道此皆窮盡蹤跡擊劃元根若無下手徒論金丹萬無一成矣古歌云聖人識得造化意手搏日月安鐘裏陰符經云宇宙在手手萬化生手身夫學而不遇必遇至人遇而不勤終為下鬼老子曰上士聞道勤而行之仙道惟人可以修古云神仙只是凡人做當知輪迴事道業報難逃富貴榮華殆非久計下手速修猶恐太遲也

蓬萊路仗三千行滿獨步雲歸

蓬萊三島乃海上仙山也在人一身亦有蓬萊三島頂曰上島心中島腎曰下島

紫清先生詩曰人身自有一蓬萊是也三千功行乃九年抱一之數也九年功滿或分形散景或出有人無或輕舉遠遊隱顯莫測或換骨升仙遨遊蓬島或太一見召移居中丹各隨其功行之淺深也窞頭坏

曰九年功滿都經過留形住世不知春忽日天門頂中破真人出現大神通從此天仙可相賀參同契曰道成德就潛伏候時太乙乃召移居中丹功滿上昇膺圖受錄彭真人注曰太乙真君乃內鍊之主司也世人初得道鏤名金蘭於此丹膺圖受錄乃獲上昇也

修真十書金丹大成集卷之十三

修真十書卷之十四

李一

鍾呂傳道集

正陽真人鍾離權雲房述
純陽真人呂洞賓集
華陽真人施肩吾希聖傳

論真仙

呂曰人之生也安而不病壯而不老生而不死何道可致如此 鍾曰人之生自父母交會而二氣相合即精血為胎胞於太初之後而有太質陰承陽生氣隨胎化三百日形圓靈光入體與母分離自太素之後已有昇降而長黃芽五千日氣足其數自滿八十一丈方當十五乃曰童男是時陰中陽半可比東日之光過此以往走失元陽耗散真氣氣弱則病老死絕矣平生愚昧自損靈光一世究頑暗除壽數所以來生而身有等殊壽有長短既生復滅既滅復生轉轉不悟而世世墮落則失身於異類透靈於別殼至真之根性不復於人傍道輪迴永無解脫或遇真仙至人與消其罪報除皮脫殼再得人身方在癡

瘖愚昧之中積行百劫昇在福地猶不免飢寒殘患迺遷昇遷漸得完全形貌尚居奴婢卑賤之中苟或復作前尊如立板走丸再入傍道輪迴 呂曰生於中國幸遇太平衣食稍足而歲月未遲愛者安而嫌者病貪者生而怕者死今日得面尊師再拜再告念以生死事大敢望開陳不病不死之理指教於貧儒者手 鍾曰人生欲免輪迴不入於異類軀殼嘗使其身無病老死苦頂天立地負陰抱陽而為人也為人勿使為鬼人中修取仙仙○中升取天矣 呂曰人死為鬼道成為仙仙一等也何以仙中升取天乎 鍾曰仙非一也純陰而無陽者鬼也純陽而無陰者仙也陰陽相雜者人也惟人可以為鬼可以為仙少年不修恣情縱意病死而為鬼也知之修鍊超凡入聖而脫質為仙也仙有五等法有三成修持在人而功成隨分者也 呂曰法有三成而仙有五等者何也 鍾曰法有三成者小成中成大成之不同也仙有五等者鬼仙人仙地仙神仙天仙之不等皆是仙

也鬼仙不離於鬼人仙不離於人地仙不離於地神仙不離於神天仙不離於天 呂曰所謂鬼仙者何也 鍾曰鬼仙者五仙之下也陰中超脫神像不明鬼關無姓三山無名雖不入輪迴又難返蓬瀛終無所歸止於投胎就舍而已 呂曰此是鬼仙行何術用何功而致如此 鍾曰修持之人始也不悟大道而欲於速成形如槁木心若死灰神識內守一志不散定中以出陰神乃清靈之鬼非純陽之仙以其一志陰靈不散故曰鬼仙雖曰仙其實鬼也古今崇釋之徒用功到此乃曰得道誠可笑也 呂曰所謂人仙者何也 鍾曰人仙者五仙之下二也修真之士不悟大道道中得一法法中得一術信心若志終世不移五行之氣悞交悞合形質且固八邪之疫不能為害多安少病乃曰人仙 呂曰是人仙何術何功而致如此 鍾曰修持之人始也或聞大道業重福薄一切魔難而改初心止於小成法有功終身不能改移四時不能變換如絕五味者豈知有六氣

忘七情者豈知有十戒行激咽者哈吐納之為錯著採補者笑清淨以為愚好即物以奪天地之氣者不肯休糧好存想而採日月之精者不肯導引孤坐閉息安知有自然屈體勞形不識於無為採陰取婦人之氣與縮金龜者不同養陽食女子之乳與鍊丹者不同以類推究不可勝數然而皆是道也不能全於大道止於大道中一法一術功成安樂延年而已故曰人仙更有一等悅於須臾而厭於持久用功不謹錯時亂日反成疾病而不得延年者世亦多矣 呂曰所謂地仙者何也 鍾曰地仙者天地之半神仙之才不悟大道止於小成之法不可見功唯以長生住世而不死於人間者也 呂曰其地仙如何下手 鍾曰始也法天地升降之理取日月生成之數身中用年月日中用時刻先要識龍虎次要配坎離辨水源清濁分氣候早晚收具一察二儀列三才分四象別五運定六氣聚七寶序八卦行九州五行顛倒氣傳子母而液行夫婦也三田反復燒成丹藥求鎮

下田鍊形住世而得長生不死以作陸地神仙故曰地仙 呂曰所謂神仙者何也 鍾曰神仙者以地仙厭居塵世用功不已關節相連抽鉛添汞而金精鍊項玉液還丹鍊形成氣而五氣朝元三陽聚頂功滿忘形胎仙自化陰盡陽純身外有身脫質升仙超凡入聖謝絕塵俗以返三山乃曰神仙 呂曰所謂天仙者何也 鍾曰天仙厭居塵境用功不已而得超脫乃曰神仙神仙厭居三島而傳道人間道上有功而人間有行功行滿足受天書以返洞天是曰天仙既為天仙若以厭居洞天効職以為仙官下曰水官中曰地官上曰天官於天地有大功於今古有大行官官升遷歷任三十六洞天而返八十一陽天歷任八十一陽天而返三清虛無自然之界 呂曰鬼仙固不可求矣天仙亦未敢望矣所謂人地地仙神仙之法可得聞乎 鍾曰人仙不出小成法凡地仙不出中成法凡神仙不出大成法此是三成之數其實一也用法求道道固不難以道求仙仙亦甚易

呂曰古今養命之士非不求長生也非不求升仙也然而不得長生為升仙者何也 鍾曰法不合道以多聞強識自生小法傍門不免於疾病死亡猶稱尸解迷惑世人互相推舉致使不聞大道雖有信心苦志之人行持已久終不見功節序而入於泉下嗚呼

論大道

呂曰所謂大道者何也 鍾曰大道無形無名無問無應其大無外其小無內莫可得而知也莫可得而行也 呂曰古今達士始也學道次以有道次以得道次以道成而於塵世入蓬島升於洞天升於陽天而升三清是皆道成之士今日尊師獨言道不可得而知不可得而行然於道也獨得隱乎 鍾曰僕於道也固無隱爾蓋舉世奉道之士止有好道之名使聞大道而無信心雖有信心而無苦志朝為而夕改坐作而立忘始乎憂勤終則懈怠僕以是言大道難知難行也 呂曰大道難知難行之理如何 鍾曰以傍門小法易為見功而俗流多得互相傳授至死不

悟遂成風俗而敗壞大道有齋戒者有休糧者有採氣者有湫咽者有離妻者有斷味者有禪定者有不語者有存想者有採陰者有服氣者有持淨者有息心者有絕累者有開頂者有縮龜者有絕迹者有看讀者有燒鍊者有定息者有導引者有吐納者有採補者有布施者有供養者有救濟者有入山者有識性者有不動者有授持者傍門小法不可備陳至如採日月之華奪天地之氣心思意想望結丹砂屈體勞形欲求超脫多人少出攻病可也認為真胎息絕念忘言養性可也指作太一含真氣金鎗不倒黃河逆流養命之下法形如槁木心若死灰集神之小術奈何古今奉道之士苦苦留心往往掛意以咽津為藥如何得造化聚氣為丹如何得停留指肝為龍而肺為虎如何得交合認坎為鉛而離為汞如何得抽添四時澆灌望長黃芽一意不散欲求大藥差年錯月廢日亂時不識五行根蒂安知三才造化尋枝摘葉迷惑後人致使大道日遠日疎異端並起而成風

俗以失先師之本意者良由道聽塗說口耳之學而指訣於無知之徒迤相訓式節序而入於泉下令人寒心非不欲開陳大道蓋世人業重福薄不信天機重財輕命願為下鬼

呂曰小法傍門既已知矣其於大道可得

聞乎 鍾曰道本無問問本無應及乎真原一判大朴已散道生一一生二二生三一為體二為用三為造化體用不出於陰陽造化皆因於交媾上中下列為三才天地人共得於一道道生二氣二氣生三才三才生五行五行生萬物萬物之中最靈最貴者人也惟人也窮萬物之理盡一己之性窮理盡性以至於命全命保生以合於道當與天地齊其堅固而同得長久 呂曰天長地久亘千古以無窮人壽百歲至七十而尚稀何道之獨在於天地而遠於人手 鍾曰道不遠於人而人自遠於道矣所以遠於道者養命不知法所以不知法者下功不識時所以不識時者不達天地之機也

論天地

呂曰所謂天地之機可得聞乎 鍾曰天地之機乃天地運用大道而上下往來行持不倦以得長久堅固未嘗輕泄於人也 呂曰天地之於道也如何謂之運用之機如何謂之行持之機運用如何起首行持如何見功

鍾曰大道既判而有形因形而有數天得乾道以一為體輕清而在上所用者陽也地得坤道以二為體重濁而在下所用者陰也陽升陰降互相交合乾坤作用不失於道而起首有時見功有日 呂曰天得乾道所用者陽也陽主升何以交於地地得坤道所用者陰也陰主降何以交於天天地不交陰陽如何得合陰陽不合乾坤如何作用乾坤既無作用雖有起首之時見功之日大道如何可得也 鍾曰天道以乾為體陽為用積氣在上地道以坤為體陰為用積水在下天以行道以乾索於坤一索之而為長男長男曰震再索之而為中男中男曰坎三索之而為少男少男曰艮是此天交於地以地道索坤道而生三陽及乎地以行道以坤索於乾一

索之而為長女長女曰巽再索之而為中女中女曰離三索之而為少女少女曰兌是此地交於天以坤道索乾道而生三陰三陽交合於三陰而萬物生三陰交合於三陽而萬物成天地交合本以乾坤相索而運行於道乾坤相索而生六氣六氣交合而分五行五行交合而生成萬物方其乾道下行三索既終其陽復升陽中藏陰上還於天坤道上行三索既終其陰復降陰中藏陽下還於地陽中藏陰其陰不消乃曰真陰真陰到天因陽而生所以陰自天降陰中能無陽乎陰中藏陽其陽不滅乃曰真陽真陽到地因陰而發所以陽自地升陽中能無陰乎陽中藏陰其陰不消復到于地陰中藏陽其陽不滅復到于天周而復始運行不已交合不失於道所以長久堅固者如此 呂曰天地之機運行於道而得長久乃天地作用之功也惟人也雖有聰明之性留心於清靜欲以奉行大道小則安樂延年中則長生不死大則脫質升仙如何作用運行大道法動天機而亦得長

久堅固浩劫常存 鍾曰大道無形因彼之所得而為形大道無名因彼之所有而為名天地得之而曰乾道坤道日月得之而曰陰道陽道人若得之朝廷則曰君臣之道閭門則曰夫婦之道鄉黨則曰長幼之道庠序則曰朋友之道室家則曰父子之道是此見於外者莫不有道也至如父母交會其父則陽先進而陰後行以真氣投真水心火與腎水相交鍊為精華精華既出達母之陰先進以水滌蕩於無用之處達母之陽先進以血承受於子宮之前精血為胞胎胞含真氣而入母子官積日累月真氣造化成人如天地行道乾坤相索而生三陰三陽真氣為陽真水為陰陽藏水中陰藏氣中氣主於升氣中有真水水主於降水中有真氣真水乃真陰也真氣乃真陽也真陽隨水下行如乾索於坤上曰震中曰坎下曰艮以人比之以中為度自上而下震為肝坎為腎艮為膀胱真陰隨氣上行如坤索於乾下曰巽中曰離上曰兌以人比之以中為度自下而上巽為膽離為

心兌為肺形像既備數足離母既生之後元陽在腎因元陽而生真氣真氣朝心因真氣而生真液真液還元上下往復若無虧損自可延年如知時候無差抽添有度自可長生若以造作無倦修持不已陰盡陽純自可超凡入聖此乃天機深造之理古今不傳之事公若信心而無猶豫以名利若枷杻恩愛如寇讎避疾病若怕死亡之難防失身於別殼慮透靈於異類委有清靜之志當且壯其根源無使走失元陽耗散真氣氣盛而魂中無陰陽壯而魄中有氣一升一降取法無出天地一盛一衰其來亦似日月

論日月
呂曰天地之理亦粗知矣其日月之躔度交合於人可得比乎願聞其說 鍾曰大道無形生育天地大道無名運行日月日月者太陽太陽之精默紀天地交合之度助行生成萬物之功東西出沒以分晝夜南北往來以定寒暑晝夜不息寒暑相催而魄中生魂魂中生魄進退有時不失乾坤之數往來有度

無差天地之期 呂曰東西出沒以分晝夜何也 鍾曰混沌初分玄黃定位天地之狀其形如卵六合於中其圓如毬日月出沒運行於一天之上地之上下東西周行如輪凡日之東出而西未沒為晝西沒而東未出為夜是此日之出沒以分晝夜也若月之出沒不同於日載魄於西受魂於東光照於夜而魂藏於晝積日累時或出或沒自西而東其始也魄中生魂狀若彎弓初夜而光照於西其次也魄中魂半時應上弦初夜而光照於南其次魄中魂滿與日相望初夜而光照於東其次也魂中生魄狀如缺鏡初晝而魂藏於西其次也魂中魄半時應下弦初晝而魂藏於南其次也魂中魄滿與日相背初晝而魂藏於東是此月之出沒以分晝夜也

呂曰南北往來以定寒暑者何也 鍾曰冬至之後日出辰初五十分日沒申末五十分過此以往出沒自南而北以夏至為期夏至之後日出寅末五十分日沒戌初五十分過此以往出沒自北而南以冬至為期自南

而此以冬至夏乃寒為暑也自此而南以夏至冬乃暑為寒也夏之日乃冬之夜也冬之日乃夏之夜也冬至之後月出自北而南此於夏之日也夏至之後月出自南而北此於冬之日也是此日月之往來以定寒暑者也

呂曰天地之機陰陽升降正與人之行持無二等若此日月之出沒往來交合躔度於人可得比乎 鍾曰天地之機在於陰陽之升降一升一降太極相生相成周而復始不失於道而得長久修持之士若以取法於天地自可長生而不死若此日月之躔度往來交合止於月受日魂以陽變陰陰盡陽純月華瑩淨消除暗魄如日之光輝照耀於下土當此時如人之修鍊以氣成神脫質升仙鍊就純陽之體也 呂曰修真奉道之士其於天地陰陽升降之理日月精華交合之度下手用功而於二者何先 鍾曰始也法効天機明陰陽升降之理使真水真火合而為一鍊成大藥永鎮丹田浩劫不死而壽齊天地如厭居塵世用功不已當取日月之交

會以陽鍊陰使陰不生以氣養神使神不散五氣朝元三花聚頂謝絕俗流以歸三島

呂曰若此之功驗深達旨趣所患不知時節矣 鍾曰天地之陰陽升降一年一交合日月之精華往來一月一交合人之氣液一晝

一夜一交合矣

論四時

呂曰天地日月之交合年月日時可得聞乎

鍾曰凡時有四等人壽百歲一歲至三十乃少壯之時三十至六十乃長大之時六十至九十乃老耄之時九十至百歲或百二十歲乃衰敗之時也是此則曰身中之時一等也若以十二辰為一日五日為一候三候為一氣三氣為一節二節為一時時有春夏秋冬冬時當春也陰中陽半其氣變寒為溫乃春之時也時當夏也陽中有陽其氣變溫為熱乃夏之時也時當秋也陽中陰半其氣變熱為涼乃秋之時也時當冬也陰中有陰其氣變涼為寒乃冬之時也是此則曰年中之時二等也若以律中起呂呂中起律凡一月三

十日三百六十辰三千刻一十八萬分月旦至上弦陰中陽半自上弦至月望陽中陽自月望至下弦陽中陰半自下弦至晦朔陰中陰是此日月中之時三等也若以六十分為一刻八刻二十分為一時一時半為一卦言其卦定八方論其正分四位自子至卯陰中陽半以太陰中起少陽自卯至午陽中有陽純少陽而起太陽自午至酉陽中陰半以太陽中起少陰自酉至子陰中有陰純少陰而起太陰是此則曰日中之時四等也迅難得而易失者身中之時也去速而未遲者年中之月也急若電光速如石火者日中之辰也積日為月積月為歲歲月蹉跎年光迅速貪名求利而安心未除愛子憐孫而恩情又起縱得回心向道爭奈年老氣衰如春雪花止有時間之景夕陽晚月應無久遠之光奉道之士難得者身中之時矣艷陽媚景百卉芬芳水榭危樓清風快意月夜閑談雪天對飲恣縱無窮之樂消磨有限之時縱得回心向道須是疾病纏身如破舟未濟誰無求救

之心漏屋重完忍絕再修之意奉道之士虛過少年中之時也鄰雞未唱而出戶嫌遲街鼓徧聞而歸家恨早貪癡爭肯暫休妄想惟憂不足滿堂金玉病來著甚抵當一眼兒孫氣斷誰能替換晚夜不停世人莫悟奉道之

士可惜者日中時也 呂曰身中之時年中之時月中之時日中之時皆是時也尊師獨於身中之時為難得又於日中之時為可惜者何也 鍾曰奉道者難得少年少年修持根元完固凡事易為見功止於千日而可大成也奉道者又難得中年中年修持先補之完備次下手進功始也返老還童後即入聖超凡也奉道者少年不悟中年不省或因災難而留心清靜或因疾病而志在希夷晚年修持先論救護次說補益然後自小成法積功以至中成中成法積功止於返老還童鍊形住世而五氣不能朝元三陽難為聚頂脫質升仙無緣而得成是難得者身中之時也 呂曰身中之時固知難得矣而日中之時可惜者何也 鍾曰人之一日如日月之一

月如天地之一年大道生育天地天地分位上下相去八萬四千里冬至之後地中陽升凡一氣十五日上進七千里計一百八十日陽升到天太極生陰夏至之後天中陰降凡一氣十五日下進七千里計一百八十日陰降到地太極復生陽周而復始運行不已而不失於道所以長久運行日月日月成形周圍各得八百四十里月旦之後六中起九凡一日計十二時魄中魂進七十里凡十五日計一百八十時魄中魂進八百四十里月望之後九中起六凡一日計十二時魄中魂進七十里凡十五日計一百八十時魄中魂進八百四十里周而復始運行不已而不失於道所以堅固大道長養萬物萬物之中最靈最貴者人也人之心腎上下相遠八寸四分陰陽升降與天地無二等氣中生液液中生氣氣液相生與日月可同途天地以乾坤相索而陰陽升降一年一交合不失於道一年之後有一年日月以魂魄相生而精華往來一月一交合交合不失於道一月之後有一

月人之交合雖在一晝一夜不知交合之時又無採取之法損時又不解補益時又不解收陰交時不解養陽交時不解鍊陰月中不知損益日中又無行持過了一年無一年過了一日無一日當風卧濕冒暑涉寒不肯修持而甘心受病虛過時光而端坐候死

呂曰奉道之人非不知年光虛度歲月蹉跎而疾病纏身死限將至蓋以修鍊不知法行持不知時是致陰陽交合有差時月行持無唯 鍾曰身中用年年中用月月中用日日中用時蓋以五藏之氣月上有盛衰日上有進退時上有交合運行五度而氣傳六候金木水火土分列無差東西南北中生成有數鍊精生真氣鍊氣合陽神鍊神合大道

論五行

呂曰所謂五藏之氣而曰金木水火土所謂五行之位而曰東西南北中若此如何得相生相成而交合有時乎採取有時乎願聞其說 鍾曰大道既判而生天地天地既分而列五帝東曰青帝而行春令於陰中起陽使

萬物生南曰赤帝而行夏令於陽中升陽使
萬物長西曰白帝而行秋令於陽中起陰使
萬物成北曰黑帝而行冬令於陰中進陰使
萬物死四時各九十日每時下十八日黃帝
主之若於春時助成青帝而發生若於夏時
接序赤帝而長育若於秋時資益白帝而結
立若於冬時制攝黑帝而嚴凜五帝分治各
主七十二日合而三百六十日而為一歲輔
弼天地以行於道青帝生子而曰甲乙甲乙
東方木赤帝生子而曰丙丁丙丁南方火黃
帝生子而曰戊己戊己中央土白帝生子而
曰庚辛庚辛西方金黑帝生子而曰壬癸壬
癸北方水見於時而為象者木為青龍火為
朱雀土為勾陳金為白虎水為玄武見於時
而生物者乙與庚合春則有榆青而白不失
金木之色辛與丙合秋則有棗白而赤不失
金火之色己與庚合夏末秋初有瓜青而黃
不失土木之色丁與壬合夏則有樞赤而黑
不失水火之色癸與戊合冬則有橘黑而黃
不失水土之色以類推求五帝相交而見於

時者生在物者不可勝數 呂曰五行在時
若此五行在人如何 鍾曰惟人也頭圓足
方有天地之象陰降陽升又有天地之機而
腎為水心為火肝為木肺為金脾為土若以
五行相生則水生木木生火火生土土生金
金生水者為母愛生者為子若以五行相
剋則水剋火火剋金金剋木木剋土土剋水
剋者為夫受剋者為妻以子母言之腎氣生
肝氣肝氣生心氣心氣生脾氣脾氣生肺氣
肺氣生腎氣以夫妻言之腎氣剋心氣心氣
剋肺氣肺氣剋肝氣肝氣剋脾氣脾氣剋腎
氣腎者心之夫肝之母脾之妻肺之子肝者
脾之夫心之母肺之妻腎之子心者肺之夫
脾之母腎之妻肝之子肺者肝之夫腎之母
心之妻脾之子脾者腎之夫肺之母肝之妻
心之子心之見於內者為脉見於外者為色
以寄舌為門戶受腎之制伏而驅用於肺蓋
以夫婦之理如此得肝則盛見脾則減蓋以
子母之理如此腎之見於內者為骨見於外
者為髮以兩耳為門戶受脾之制伏而驅用

於心蓋以夫婦之理如此得肺則盛見肝則
減蓋以子母之理如此肝之見於內者為筋
見於外者為爪以眼目為門戶受肺之制伏
而驅用於脾蓋以夫婦之理如此見腎則盛
見心則減蓋以子母之理如此肺之見於內
者為膚見於外者為毛以鼻為門戶受心
之制伏而驅用於肝蓋以夫婦之理如此得
脾則盛見腎則減蓋以子母之理如此脾之
見於內者為藏均養心腎肝肺見於外者為
肉以唇口為門戶呼吸定往來受肝之制伏
而驅用於腎蓋以夫婦之理如此得心則盛
見肺則減蓋以子母之理如此此是人之五
行相生相剋而為夫婦子母傳氣衰旺見於
此矣 呂曰心火也如何得火下行腎水也
如何得水上升脾土也土在中而承火則盛
莫不下剋於水乎肺金也金在上而下接火
則損安得有生於水乎相生者遞相間隔相
剋者親近難移是此五行自相損剋為之奈
何 鍾曰五行歸原一氣接引元陽升舉而
生真水真水造化而生真氣真氣造化而生

陽神始以五行定位而有一夫一婦腎水也
 水中有金金本生水下手時要識水中金水
 本嫌上採藥後須得土歸水龍乃肝之象虎
 本肺之神陽龍出於離宮陰虎生於坎位五
 行逆行氣傳子母自子至午乃曰陽時生陽
 五行顛倒流行夫婦自午至子乃曰陰中鍊
 陽陽不得陰不成到底無陰而不死陰不得
 陽不生到底陰絕而壽長 呂曰五行本於
 陰陽一氣所謂一氣者何也 鍾曰一氣者
 昔父與母交即以精血造化成形腎生脾脾
 生肝肝生肺肺生心心生小腸小腸生大腸
 大腸生膽膽生胃胃生膀胱是此陰以精血
 造化成形其陽止在起首始生之處一點元
 陽而在二腎且腎水也水中有火升之為氣
 因氣上升以朝於心心陽也以陽合陽太極
 生陰乃積氣生液液自心降因液下降以還
 於腎肝本心之母腎之子傳導其腎氣以至
 於心矣肺本心之妻腎之母傳導其心液以
 至於腎矣氣液升降如天地之陰陽肝肺傳
 導若日月之往復五行名之數也論其交合

生成乃元陽一氣為本氣中生液液中生氣
 腎為氣之根心為液之源靈根堅固恍惚
 惚氣中自生真水心源清潔香杳冥冥液
 中自有真火火中識取真龍水中認取真虎
 龍相交而變為黃芽合就黃芽而結成大藥
 乃曰金丹金丹既就乃曰神仙 呂曰金丹
 就而脫質升仙以返十洲回可知矣如何謂
 之黃芽 鍾曰真龍真虎者是也 呂曰龍
 虎者何也 鍾曰龍非肝也乃陽龍陽龍出
 在離宮真水之中虎非肺也乃陰虎陰虎出
 在坎位真火之中

修真十書卷之十四

修真十書卷之十五

鍾呂傳道集

正陽真人鍾離權雲房述
 純陽真人呂岩洞賓集
 華陽真人施有吾希聖傳

論水火

呂曰人之長生者鍊就金丹欲鍊金丹先採
 黃芽欲得黃芽須得龍虎所謂真龍出於離
 宮真虎生於坎位離坎之中而有水火水火
 者何也 鍾曰凡身中以水言者四海五湖
 九江三島華池瑤池鳳池天池玉池崑池元
 潭閻苑神水金波瓊液玉泉陽酥白雪若此
 名號不可備陳凡身中以火言者君火臣火
 民火而已三火以元陽為本而生真氣真氣
 聚而得安真氣弱而成病若以耗散真氣而
 走失元陽元陽盡純陰成元神離體乃曰死
 矣 呂曰人身之中以一點元陽而興舉三
 火三火起於群水眾陰之中易為耗散而難
 炎熾若此陽弱陰盛火少水多令人速於衰
 敗而不得長生為之奈何也 鍾曰心為血

海腎為氣海腦為髓海脾胃乃水穀之海是此四海者如此五藏各有液所主之位東西南北中是此五湖者如此小腸二丈四尺而上下九曲乃曰九江小腸之下元潭之說如此項曰上島心曰中島腎曰下島三島之內根源闕苑之說如此華池在黃庭之下瑤池出丹闕之前崑池上接玉京天池正衝內院鳳池乃心肺之間玉池在唇齒之內神水生於氣中金波降於天上赤龍住處自有瓊液玉泉凡胎換後方見白雪陽酥澆灌有時以沃炎盛先曰玉液次曰金液皆可以還丹抽添有度以應沐浴先曰中田次曰下田皆可以鍊形玉葉金花變就黃白之體醍醐甘露鍊成奇異之香若此水之功效及夫民火上昇助腎氣以生真水腎火上昇交心液而生真氣小則降魔除病大則鍊質燒丹用周天則火起焚身勒陽關則還元鍊藥別九州之勢以養陽神燒三尸之累以除陰鬼上行則一撞三關下運則消磨七魄鍊形成氣而輕舉如飛鍊氣成神而脫胎如蛻若此皆火之

功效也 呂曰始也聞命所患者火少水多而易衰敗次聽高論水火有如此之功驗畢竟如何造化使少者可以勝多弱者可以致強 鍾曰二八陰銷九三陽長精赤金丹指日可成七返九還而胎仙自化者也真氣在心心是液之源元陽在腎腎是氣之海膀胱為民火不止於民火不能為用而膀胱又為津液之府若以不達天機罔測玄理奉道之士難為造化不免於疾病死亡者矣 呂曰所謂造化使陽長陰消金丹可成而胎仙自化者何也 鍾曰人之心腎相去八寸四分乃天地定位之比也氣液太極相生乃陰陽交合之比也一日十二時乃一年十二月之比也心生液非自生也因肺液降於心液行液行夫婦自上而下以還下田乃曰婦還夫官腎生氣非自生也因膀胱氣升而腎氣行氣行子母自上而下以朝中元乃曰夫返婦室肝氣導引腎氣自下而上以至於心心火也二氣相交薰蒸於肺肺液下降自心而來皆曰心生液以液生於心而不耗散故曰真

水也肺液傳送心液自上而下以至於腎腎水也二水相交浸潤於膀胱膀胱氣上升自腎而起皆曰腎生氣以氣生於腎而不消磨故曰真火也真火出於水中恍惚惚惚其中有物視之不可見取之不可得也真水出於火中杳杳冥冥其中有精見之不能留留之不能住也 呂曰腎水也水中生氣名曰真火火中何者為物心火也火中生液名曰真水水中何者為精火中之物水中之精既無形狀可求繼求之而又難得縱得之而又何用 鍾曰前古上聖道成不離於此二物交媾而變黃芽數足胎完以成大藥乃真龍真虎者也

論龍虎

呂曰龍本肝之象虎乃肺之神是此心火之中而生液液為真水水之中杳杳冥冥而隱真龍龍不在肝而出自離宮者何也是此腎水之中而生氣氣為真火火之中恍惚惚惚而藏真虎虎不在肺而生於坎位者何也

鍾曰龍陽物也升飛在天吟而雲起得澤而

濟萬物在象為青龍在方為甲乙在物為木
 在時為春在道為仁在卦為震在人身中五
 藏之內為肝虎陰物也奔走於地而風生
 得山而威制百蟲在象為白虎在方為庚辛
 在物為金在時為秋在道為義在卦為兌在
 人身中五藏之內為肺且肝陽也而在陰位
 之中所以腎氣傳肝氣氣行子母以水生木
 腎氣足而肝氣生肝氣既生以絕腎之餘陰
 而純陽之氣上昇者也且肺陰也而在陽位
 之中所以心液傳肺液液行夫婦以火剋金
 心液到而肺液生肺液既生以絕心之餘陽
 而純陰之液下降者也以其肝屬陽以絕腎
 之餘陰是以知氣過肝時即為純陽純陽氣
 中包藏真一之水恍惚無形名曰陽龍以其
 肺屬陰以絕心之餘陽是知液到肺時即為
 純陰純陰液中負載正陽之炁杳冥不見名
 曰陰虎也氣升液降本不能相交奈何氣中
 真一之水見液相合液中正陽之氣見氣自
 聚若也傳行之時以法制之使腎氣不走失
 氣中收取真一之水心液不耗散液中採取

正陽之炁子母相連互相顧戀日得黍米之
 大百日無差藥力全二百日聖胞堅三百日
 胎仙完形若彈丸色同朱橘名曰丹藥永鎮
 下田留形住世浩劫長生以作陸地神仙
 呂曰腎水生氣氣中有真一之水名曰陰虎
 虎見液相合也心火生液液中有正陽之氣
 名曰陽龍龍見氣相合也方以類聚物以羣
 分理當然也氣生時液亦降氣中真一之水
 莫不隨液而下傳於五藏乎液生時氣亦升
 液中正陽之氣莫不隨氣而出於重樓手真
 水隨液下行虎不能交龍真陽隨氣上昇龍
 不能交虎龍虎不交安得黃芽黃芽既無安
 得大藥 鍾曰腎氣既生如太陽之出海霧
 露不能蔽其光液下如疎簾安足以勝其氣
 氣壯則真一之水自盛矣心液既生如嚴天
 之殺物呼呵不能敵其寒氣升如翠幕安足
 以勝其液液盛則正陽之氣或強或弱未可
 必也 呂曰氣生液生各有時時生氣也氣
 盛則真一之水亦盛時生液也液盛則正陽
 之氣亦盛盛衰未保何也 鍾曰腎氣易為

耗散難得者真虎心液難為積聚易失者真
 龍丹經萬卷議論不出陰陽陰陽兩事精粹
 無非龍虎奉道之士萬中識者一二或以多
 聞廣記雖知龍虎之理不識交合之時不知
 採取之法所以今古達士皓首修持止於小
 成累代延年不聞超脫蓋以不能交媾於龍
 虎採黃芽而成丹藥

論丹藥

呂曰龍虎之理既已知矣所謂金丹大藥可
 得聞乎 鍾曰所謂藥者可以療病凡病有
 三等當風卧濕冒暑涉寒勞逸過度飢飽失
 時非次不安則曰患矣患為時病及夫不肯
 修持恣情縱意散失元陽耗損真炁年高焦
 悴則曰老矣老為年病及夫氣盡體空魂消
 神散長吁一聲四大無主體卧荒郊則曰死
 矣死為身病且以時之有病以春夏秋冬運
 行於寒暑溫涼陽大過而陰不足當以涼治
 之也陰大過而陽不足當以溫治之也老者
 多冷而幼者多熱肥者足涎而羸者多積男
 子病生於氣婦人患本於血補其虛而取其

實保其弱而損其餘小則針灸甚則藥餌雖有非次不安而時之有患委於明士良醫對病服食悉得保愈然而老病如何醫死病如何治洗腸補肉古之善醫者也面皺髮白以返童顏無人得會換項續支古之善醫者也留形住世以得長生無人得會 呂曰非次不安因時成病良醫名藥固可治矣虛敗年老之病氣盡命終之苦如何治之莫有藥乎 鍾曰凡病有三等時病以草木之藥療之自愈身病年病所治之藥而有二等一曰內丹次曰外丹 呂曰外丹者何也 鍾曰昔高上元君傳道於人間指論天地升降之理日月往復之宜自爾丹經滿世世人得聞大道廣成子以教黃帝黃帝政治之暇依法行持久而不見功廣成子以心腎之間而有真氣真水氣水之間而有真陰真陽配合為大藥可比於金石之中而隱至寶乃於崆峒山中以內事為法而鍊大丹八石之中惟用硃砂砂中取汞五金之中惟用黑鉛鉛中取銀汞比陽龍銀為陰虎以心火如砂之紅腎水

李

二十六

如鉛之黑年火隨時不失乾坤之策月火抽添自分文武之宜卓三層之鑪各高九寸外方內圓取八方之氣應四時之候金鼎之象包藏鉛汞無異於肺液疏黃為藥合和靈砂可比於黃婆三年小成服之可絕百病六年中成服之自可延年九年大成服之而升舉自如壯士展臂可千里萬里雖不能返於蓬萊亦於人世浩劫不死 呂曰歷古已來鍊丹者多矣而見功者少何也 鍾曰鍊丹不成者有三也不辨藥材真偽不知火候抽添將至寶之物一旦消散於煙焰之中而為灰塵廢時亂日終無所成者一也藥材雖美不知火候雖知而乏藥材兩不契合終無所成者二也藥材可美火候合宜年中不差月月中不錯日加減有數進退有時氣足丹成而外行不備化玄鶴而凌空無緣而得餌此不成者三也又況藥材本天地秀氣結實之物火候乃神仙修持得道之術三皇之時黃帝鍊丹九轉方成五帝之後混元鍊丹三年纔就迨夫戰國凶氣凝空流尸滿野物不

李

二十七

能受天地之秀氣而世乏藥材當得法之人而逃難老死巖谷丹方仙法或有竹帛可紀者久而朽壞人世不復有矣若以塵世有藥材秦始皇不求於海島若以塵世有丹方魏伯陽不參於周易或而多聞強識迷惑後人萬萬破家並無一成以外求之亦為誤矣 呂曰外丹之理出自廣成子以內事為法則縱有成就九年方畢又況藥材難求丹方難得到底止能昇騰不見超凡入聖而返十洲者矣敢告內藥者可得聞乎 鍾曰外藥非不可用也奉道之人晚年覺悟根源不甚堅固腎者氣之根根不深則葉不茂矣心者液之源源不清則流不長矣必也假其五金八石積日累月鍊成三品每品三等乃曰九品龍虎大丹助接其真氣鍊形住世輕舉如飛若以修持內事識交合之時知採取之法胎仙既就指日而得超脫彼人不悟執在外丹進火如日服之欲得上昇天界誠可笑也彼既不究外藥之源當以詳陳內丹之理內丹之藥材出於心腎是人皆有也內丹之藥材

本在天地天地常日得見也火候取日月往復之數修合効夫婦交接之宜聖胎就而真氣生氣中有氣如龍養珠大藥成而陽神出身外有身似蟬脫蛻是此藥內本於龍虎交而變黃芽黃芽就而分鉛汞

論鉛汞

呂曰內藥不出龍虎也虎出於坎宮氣中之水是也龍出於離宮水中之氣是也外藥取砂中之汞比於陽龍用鉛中之銀比於陰虎而鉛汞外藥也何以龍虎交而變黃芽黃芽就而分鉛汞所謂內藥之中鉛汞者何也鍾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氣而為眾石之首者硃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銀汞若相合煅鍊自成至寶此鉛汞之理見於外者如此若以內事言之見於人者今古議論差別有殊取其玄妙之說本自父母交通之際精血相合包藏真氣寄質於母之純陰之宮藏神在陰陽未判之內三百日胎完五千日氣

足以五行言之人身本是精與血先有水也以五藏言之精血為形像先生腎也腎水之中伏藏於受胎之初父母之真氣真氣隱於人之內腎所謂鉛者此也腎中正氣氣中真一之水名曰真虎所謂鉛中銀者此也腎氣

傳肝氣肝氣傳心氣心氣太極而生液液中有正陽之氣所謂硃砂者心液也所謂汞者心液之中正陽之氣是也以氣中真一之水顧戀和合於液中正陽之氣積氣液為胎胞傳送在黃庭之內進火無差胎仙自化乃比鉛銀合汞煅鍊成寶者也 呂曰在五金之中鉛中取銀於八石之內砂中出汞置之鼎器配之藥餌汞自為砂而銀自為寶然而在人之鉛如何取銀在人之砂如何取汞汞如何作砂銀如何作寶也 鍾曰鉛本父母之真氣合而為一純粹而不雜既成形之後而藏於腎中二腎相對同升於氣乃曰元陽之氣氣中有水乃曰真一之水水隨氣升氣住水住氣散水散其水與氣如子母之不相離善視者止見於氣不見於水若以此真一之

水合於心之正陽之氣乃曰龍虎交媾而變黃芽以黃芽而為大藥大藥之材本以真一之水為胎內包正陽之氣如昔日父母之真氣即精血為胞胎造化三百日胎完氣足而形備神來與母分離形外既合合則形生形矣奉道之人腎氣交心氣氣中藏真一之水負載正陽之氣以氣交氣水為胞胎狀同黍米溫養無虧始也即陰留陽次以用陽鍊陰氣變為精精變為汞汞變為珠珠變為砂砂變為金丹金丹既就真氣自生鍊氣成神而得超脫化火龍而出昏衢駭玄鶴而入蓬島 呂曰以形交形形合生形以氣合氣氣合生氣數不出三百日分形之後男女形狀之不同自己丹砂色澤之何似也 鍾曰父母之形交父精先進而母血後行血包於精而為女女者內陽而外陰以象母蓋以血在外也若以母血先進而父精後行精包於血而為男男者內陰而外陽以象父蓋以精在外也所謂血者本生於心而無正陽之氣所謂精者本生於腎而有正陽之氣正陽之氣乃

李

李

汞之本也即真一之水和合而入黃庭之中
承用鉛湯煮鉛以汞火煎鉛不得汞不能發
舉真一之水汞不得鉛不能變化純陽之氣
呂曰鉛在腎中而生元陽之氣氣中有真
一之水視之不可見也鉛以得汞汞在正陽
之氣以正陽之氣燒鍊於鉛鉛生氣盛而發
舉於真一之水可以上升然而汞本正陽之
氣即真一之水而為胎胞保送黃庭之中已
是龍虎交媾陰陽兩停亦以鉛湯煮之莫不
陰太過耗散真陽安得成大藥而氣中生氣
也。鍾曰腎氣投心氣氣極生液液中有正
陽之氣配合真一之水名曰龍虎交媾日得
之黍米之大名曰金丹大藥保送黃庭之中
且黃庭者脾胃之下膀胱之上心之北而腎
之南肝之西而肺之東上清下濁外應四色
量容二升路通八水所得之藥晝夜在其中
若以採藥不進火藥必耗散而不能住若以
進火不採藥陰中陽不能住止於發舉腎氣
而壯暖下元而已若以採藥有時而進火有
數必先於鉛中作借氣進火使大藥堅固汞

鎮下田名曰採補之法而鍊汞補丹田延年
而益壽可為地仙若以採藥而以元鉛抽之
於財後飛金精既抽鉛須添汞不添汞徒以
還精補腦而真氣如何得生真氣不生陽神
如何得就也既添汞須抽鉛不抽鉛徒以鍊
汞補丹田如何變砂砂既不變而金丹如何
得就

論抽添

呂曰採藥必賴氣中之水進火須借鉛中之
氣到底抽鉛成大藥若以添汞上可以補丹
田所謂抽添之理何也。鍾曰昔者上聖傳
道於人間以太古之民淳而後朴冥然無知
不可得聞大道天地指諭陰陽升降之宜交
換於溫涼寒暑之氣而節候有期一年數足
周而復始不失於道天地所以長久不慮人
之不知而闡於大理蔽在一隅比說於日月
精華往來之理進退在旦望弦朔之時而出
沒無差一月數足運行不已不失於道日月
所以長久奈何寒來暑往暑往寒來世人不
悟天地升降之宜月圓復缺月缺復圓世人

不悟日月往來之理恣縱無窮之慾消磨有
限之時富貴奢華算來只中裝點浮生之夢
思愛愁煩到底做下來生之債歌聲未絕而
苦惱早來名利正濃而紅顏已去貪財貪貨
將謂萬劫長存愛子憐孫願望永生同聚貪
癡不息妄想長生而耗散元陽走失真氣直
待惡病纏身方是歇心之日大限臨頭繞為
了首之時真仙上聖憫其如此輪回已而歸
墮落深欲世人明悟大道比於天地日月之
長久始也備說天地陰陽升降之理次以比
喻日月精華往來之理彼以不達天機因測
玄妙以內藥比外藥以無情說有情無情者
金石金石者外藥也有情者氣液氣液者內
藥也大之天地明之日月外之金石內之氣
液既採須添既添須抽抽添之理乃造化之
本也且冬至之後陽升於地地抽其陰太陰
抽而為厥陰少陽係而為陽明厥陰抽而為
少陰陽明添而為太陽不然無寒而變溫溫
而變熱者也夏至之後陰降於天天抽其陽
太陽抽而為陽明少陰添而為厥陰陽明抽

而為少陽厥陰添而為太陰不然無熱而為涼涼而變寒也是以天地陰陽昇降而變六氣其抽添之驗也若以月受日魂日變月魄前十五日月抽其魄而日添其魂精華已滿光照下土不然無初生而變上弦上弦而變

月望者也若以月還陰魄日收陽精後十五日抽其魂而月添其魄光照已謝陰魄已足不然無月望而變下弦下弦而變晦朔者也是此日月往復而變九六其抽添之驗也世人不達天機同測玄理真仙上聖以人心所愛者無病長生將金石鍊金丹以人心所好者黃金白銀將鉛汞成至寶本意欲世人悟其大理無情之金石火候無差抽添有數尚可延年益壽若以己身有情之正陽之氣真一之水知交合之時明採取之法積日累

月氣中有氣鍊氣成神以得超脫莫不為今古難得之事人間天上少得解悟當以志心行持而棄絕外事効天地日月長久訪勸迷徒留心於道故有外藥之說今古聖賢或而陳說得聞於世世人又且不悟欺已罔人以

夫先師之本意將砂取汞以汞點鉛即鉛乾汞用汞變銅不顧身命狂求財物互相推舉以好道為名其實好利而志在黃白之術先聖上仙不得已而隨緣設化對物教人而有鉛汞之說比喻於內事且鉛汞自出金石金

石無情之物尚有造化而成實若以有情自己所出之物如鉛汞之作用莫不亦有造化既有造化莫不勝彼黃白之物也奉道之士當以深究之而勿執在外丹與丹竈之術且夫人之鉛也乃天地之始因太始而有太質為萬物之母因太質而有太素其體也為水中之金其用也為火中之水五行之祖而大道之本也既以採藥為添汞添汞須抽鉛所以抽鉛非在外也自下田入上田名曰肘後飛金晶又曰起河車而走龍虎又曰還精補

腦而長生不死鉛既後抽汞自中降以中田還下田始以龍虎交媾而變黃芽是五行顛倒此以抽鉛添汞而養胎仙是三田返覆五行不顛倒龍虎不交媾三田不返覆胎仙不氣足抽鉛添汞一百日藥力全二百日聖胎

李 三十四

堅三百日胎仙完而真氣生真氣既生鍊氣成神功滿忘形而胎仙自化乃曰神仙 呂曰出於金石者外鉛外汞抽添可以為寶出於己身腎中所藏父母之真氣而為鉛真一正陽所合之藥變而為汞抽添可以生神所

謂真鉛真汞亦有抽添乎 鍾曰始也得汞須用鉛用鉛終是錯故以抽之而入上宮元氣不傳還精入腦日得之汞陰盡陽純精變為砂而砂變為金乃曰真鉛真鉛者自身之真氣合而得之也真鉛生真氣之中炁中真一之水五氣朝元而三陽聚頂昔者金精下入丹田升之鍊形而體骨金色此者真鉛升之內府而體出白光自下而上自上而下還丹鍊形皆金精往復之功也自前而後自後而前焚身合氣皆真氣造化之功也若以不

抽不添止於日用採藥進火安有如此之功 驗 呂曰凡抽之添之如何得上下有度前後無差 鍾曰可昇之時不可降可抽之時不可添上下往來無差毫釐河車之力也

論河車

李 三十五

呂曰所謂河車者何也 鍾曰昔有志智人觀浮雲蔽日可以取陰而作蓋觀落葉浮波可以載物而作舟觀飄蓬隨風往來運轉而不已退而作車且車之為物蓋軫有天地之象輪轂如日月之比高道之士取喻於車且車行於地而轉於陸今以河車者亦有說矣蓋人身之中陽少陰多言水之處甚眾車則取意於般運河乃主象於多陰故此河車不行於地而行於水自上而下或後或前駕在於八瓊之內驅馳於四海之中昇天則上入崑崙既濟則下奔鳳閣運載元陽直入於離宮般負真氣曲歸於壽府往來九州而無暫停巡歷三田何時休息龍虎既交今黃婆駕入黃庭鉛汞繞分委金男般入金闕玉泉千派運時止半日工夫金液一壺般過只時間功迹五行非此車般運也難得生成二氣非此車般運也豈能交會應節順時而下功必假此車而般之方能有驗養陽鍊陰而立事必假此車而般之始得無差乾坤未純其或陰陽而往來之是此車之功也宇宙未周其

或氣血而交通之是此車之功也自外而內運天地純粹之氣而接引本宮之元陽自凡而聖運陰陽真正之氣而補鍊本體之元神其功不可以備紀 呂曰河車如此妙用敢問河車之理必竟人身之中何物而為之既得之而如何運用 鍾曰河車者起於北方正水之中腎藏真氣真氣之所生之正氣乃曰河車河車作用今古罕聞真仙秘而不說者也如乾再索坤而生坎坎本水也水乃陰之精陽既索於陰陽返負陰而還位所過者良震巽以陽索陰因陰取陰般運入離承陽而生是此河車般陰入於陽宮及夫坤再索於乾而生離離本火也火乃陽之精陰既索於陽陰返抱陽而還位所過者坤兌乾以陰索陽因陽取陽般運入坎承陰而生是此河車運陽於陰宮及夫揀藥於九宮之上得之而下入黃庭抽鉛於曲江之下般之而上昇內院玉液金液本還丹般運可以鍊形而使水上行君火民火本鍊形般運可以燒丹而使火下進五氣朝元般運各有時三花聚頂

般運各有日神聚多魔般真火以焚身則三尸絕迹藥就海枯運霞漿而沐浴而入水無波若此河車之作用也 呂曰河車本北方之正氣運轉無窮而負載陰陽各有成就所用工不一也尊師當為細說 鍾曰五行巡還周而復始默契顛倒之術以龍虎相交而變黃芽者小河車也肘後飛金精選精入泥丸抽鉛添汞而成大藥者大河車也若以龍虎交而變黃芽鉛汞交而成大藥真氣生而五氣朝中元陽神就而三神超內院紫金丹成常如玄鶴對飛白玉汞就鎮似火龍踴起金光萬道置俗骨以光輝琪樹一株現鮮葩而燦爛或出或入出入自如或去或來往來無礙般神入體且混時流化聖離俗以為羽客乃曰紫河車也是此三車之名而分上中下三成故曰三成者言其功之驗證非比夫釋教之三乘車而曰羊車鹿車大牛車也以道言之河車之後更有三車凡聚火而心行意使以攻疾病而曰使者車凡既濟自上而下陰陽正合水火共處靜中聞雷霆之聲而

曰雷車若以心為境役性以情牽感物而散於真陽之氣自內而外不知休息久而氣弱體虛以成衰老或而八邪五疫返以般入真氣元陽難為抵當既老且病而死者曰破車

呂曰五行顛倒而龍虎相交則小河車已

行矣三田返復而肘後飛金精則大河車將行矣然而紫河車何日得行焉 鍾曰修真之士既聞大道得遇明師曉達天地升降之理日月往來之數始也匹配陰陽次則聚散水火然後採藥進火添汞抽鉛則小河車固當行矣及夫肘後金精入頂黃庭大藥漸成一撞三關直超內院後起前收上補下鍊則大河車固當行矣及夫金液玉液還丹而後鍊形鍊形而後鍊氣鍊氣而後鍊神鍊神合道方曰道成以出凡類入仙品當時乃曰紫河車也

修真十書卷之十五

修真十書卷之十六

李三

鍾呂傳道集

正陽真人鍾離權雲房述

純陽真人呂常洞賓集

華陽真人施肩吾希聖傳

論還丹

呂曰鍊形成氣鍊氣成神鍊神合道未敢聞命所謂還丹者何也 鍾曰所謂丹者非色也紅黃不可以致之所謂丹者非味也甘和不可以合之丹乃丹田也丹田有三上田神舍中田氣府下田精區精中生氣氣在中丹氣中生神神在上丹真水真氣合而成精精在下丹奉道之士莫不有三丹然而氣生於腎未朝於中元神藏於心未超於上院所謂精華不能返合雖三丹終成無用 呂曰玄中有玄一切之人莫不有命命中無精非我之氣也乃父母之元陽無精則無氣非我之神也乃父母之元神所謂精氣神乃三田之寶如何可得而常在於上中下三宮也 鍾曰腎中生氣氣中有真一之水使水復還於

下丹則精養靈根氣自生矣心中生液液中有正陽之氣使氣復還於中丹則氣養靈源神自生矣集靈為神合神入道以還上丹而後超脫 呂曰丹田有上中下還者既往而有所歸曰還丹還丹之理奧旨淵微敢告細說 鍾曰有小還丹有大還丹有七返還丹有九轉還丹有金液還丹有玉液還丹有以還丹還上丹有以中丹還中丹有以中丹還下丹有以陽還陰丹有以陰還陽丹不止於名號不同亦以時候差別而下手處各異也 呂曰小還丹者何也 鍾曰小還丹者本自下元下元者五藏之主三田之本以水生木木生火火生土土生金金生水既相生也不差時候當生而引未生如子母之相愛也以火剋金金剋木木剋土土剋水水剋火既相剋也不失分度當剋而補未剋如夫婦之相合也氣液轉行周而復始自子至午陰陽當生自卯至酉陰陽當停凡一晝一夜復還下丹巡還一次而曰小還丹也奉道之士於中採藥進火以成下丹良由此矣 呂曰小