

而求諸難何哉真如妙性箇箇圓成因貪因  
著了無是處大丈夫決烈慷慨直下承當領  
斯之言向此用功與道合真矣

抽添詩

意到玄關抽百脉真鉛海底放金光神歸混

沈添真水靈采山頭化玉漿

金液大丹口訣

抱一子三峰老人丹訣

芥十

嗣全真正宗金月集編  
嗣全真大藥黃公望傳

劉先生長生不死金蟬賦敷天仙圖口訣真性命假性命口訣尾闾穴七言絕句詩一十

六首應乾坤一斤之數并前自叙自從盤古  
分天地直至今日這人生輪迴無有休期傷  
嗟人身難得光景疾如閃電年小不肯省悟  
老時甘分候死若臨行一念纒差打在六道  
中生真性入於別殼鏡經萬劫難以出離當  
此之時悔何及也多奈古今慕道者不遇明  
師親傳口訣自生短見亂起愚迷有貪松咬  
栢者有飲水吞符者有嗽嚙津唾者有吐故  
納新者有吸日精月華者有按摩導引者有  
齋戒休糧者有盲修瞎鍊者有舌柱心灰者  
窮此數般皆是傍門小法並不閉修性命之  
事爭知性命二字尚有真假真性命者出陽  
神也陽神者此是天仙大成之法也假性命  
者出陰神也陰神者此是鬼仙小成之法也  
可笑此等出陰神之人奈何少學無知之徒

不達抽鉛添汞鍊金丹大藥之術又豈知伏  
龍降虎之法也却妄內觀存想下丹田安心  
定意固養神炁言我功成意內成金丹想  
中取大藥此等有如小兒戲耍也不識真鉛  
真汞指神炁便為性命却如見他財為己財

呼別姓作親兒乃曰夢裏得財焉能濟事盡  
地為餅豈能充飢空中又空如鏡花水月終  
難成事若不識金丹大藥之法執著內觀存  
想者連士奇人一向毀之長生真人詩曰胎  
仙若是想得成女子無夫也懷孕張平叔曰  
更饒吐納并存想總與金丹事不同又鍾離  
真人曰還丹不得真鉛汞萬劫沉淪入死鄉  
是也初進道之人心猿意馬奔走如飛無所  
停留恐遊外景而喪志使耳不聽目不視心  
不狂意不亂內觀存想下丹田安心定意固  
養神炁行持不可缺乏不可執著勿得輕示  
小用矣鉛汞二字非干是神炁鉛汞有分兩  
神炁如何有分兩鉛汞有抽添神炁如何言  
抽添更有一等修行之人於神炁也不會養  
小成法高自不知却一向執著他包天裏地

鑿達頑空言我無做無作大道無形無象本來無少無多修箇甚底飢時喫飯飽時打睡此等修行之人到頭如枯樹發狂花何異於迷人行夜路深可痛哉若夫大道無言無相王祖師甘河鎮上遇呂真人却是箇甚麼修行學道之人金丹大藥成時光照十方明徹四海聚則成形散則無窮十變萬化者也此乃是大道也男子有內腎內腎者對臍貼著脊骨兩箇腰子是也人之元陽金精從內腎而生內腎者又名偃月壺玉蓋心為金鼎內腎與外腎坎☵家一卦切勿不得淨身去其外腎損其造化難成道也腎者此是五臟之主也人有三宮三田頂門為泥丸名曰上丹田心為絳宮名曰中丹田臍下一寸三分為黃庭官名曰下丹田此是養聖胎之房鍊金丹大藥之爐竈也人有五臟各有一精五精皆聚在下丹田下丹田左青右白上赤下黑中央黃下丹田者一名五明宮一名寶觀宮一名水精宮一名五行壺一名龍池一名鳳池一名瑤池一名丹池一名華池一名七寶

池一名阿耨池一名金利園一名氣海人心是南方丙丁火腎是北方壬癸水心腎者是假水火也人心腎中鉛汞是真坎☵離☲也夫修仙學道之士先要識性命窟主性家窟主者縱放心猿迷失在外為窟省後還家不昏不昧不搖不動為主此是性家窟主也夫命家窟主者汞象木火龍者浮在離☲為窟鉛象金水虎者沉在坎☵為主張平叔曰自知顛倒猶離坎誰識浮沉定窟主是也太上曰以鉛為君以汞為臣鉛若不真汞難以固鉛為造化之主此是命家之窟主也且鉛汞有真有假亦此人身中鍊金丹大藥內鉛汞玄妙之中真鉛汞生在天地之先假鉛汞生在天地之後真鉛汞此是無形造化假鉛汞此是有形造化夫真鉛汞者未有天地虛空先生者此是西方無象庚辛真金也金者是鉛鉛能生汞鉛汞者此是北方無象壬癸真水也鉛得汞而生形次以漸生天地生日月生山海生人倫生一切萬物也金為水之母母隱子胎水者金之子子藏母胞金體剛固

無敗朽金為之根固濟為大丹之根基也明矣真金是萬物之母道德經曰無名天地之始有名萬物之母是也天真人註陰符經曰一者天地之根陰陽之母萬物類之以生成千靈感之以舒慘生於高天厚地洞府仙山玄象靈宮神仙聖眾未有一物不因鉛氣生者也子能鍊鉛成汞而萬神自生故不死耳夫鍛鍊鉛汞者此是黑錫水銀也黑錫是鉛水銀是汞黑錫是五金之母也水銀是五金之賊也黑鉛造化黃丹此是陰返陽也黃丹復造化黑錫此是陽返陰也水銀造化新紅此是陰返陽也新紅復造化水銀此是陽返陰也黑錫造化瑩粉水銀造化輕粉水銀黑錫二物各藏金木水火土五行造化五般顏色青紅黃白黑黑錫水銀雖是假鉛汞與天地人造化相類也天地抽鉛添汞而生萬物得其長生冬至一日地中陽炁上昇直至於天此是天地飛金精又是抽鉛也夏至一日天中陰炁下降直至於地此是天地抽汞也天地翻一炁而為春

夏秋冬水火土金水四時俱備惟戊己無形  
隨四季而運轉

呂真人曰五行精髓一胞中是也陰符經曰  
觀天之道執天之行盡矣鉛汞二字不只一  
說變化多般不可只定砂中生水銀相日中

雞雞者陰也陰者是汞也黑鉛相月中兔鬼  
者陽也陽者是鉛也仙有五等天仙地仙鬼  
仙人仙神仙惟有天仙者形神俱妙與道合  
真聚則成形散則無窮呂真人詩曰金丹一  
粒定長生須得真鉛鍊甲庚是也三峰老人  
號抱一子劉恭遊遍天下四海參問亂言者  
如牛毛同道者千萬中無一二凡學道之人  
性命二字皆要雙全也

謹按古今得道諸仙直捷簡要經書作此  
天仙之圖今將長生不死清靜天機顯揚  
洩漏於人間矣幸聰明君子用心用意子  
細參詳究問詳見後傳

假性命出陰神是鬼仙小成之法  
口訣曰不在言多凡修仙學道之士先要識  
性命根源根源者此是人之心腎也腎是為

命之根心是性之源男子婦人以內腎是命  
之根以心是性之源也夫人性命者此是人  
心腎中神氣也心是神之宅腎是氣之舍神  
者元本在心心屬陰氣者係根在腎腎屬陽  
神是氣之子氣是神之母神氣者此是假子  
母也神是性氣是命神氣者此是假性命也

又神者在目為視在耳為聽在舌為言在鼻  
為嗅在手為把握在足為行走晝則為想夜  
則為夢散則是意聚則是氣聚散無蹤跡入  
為一身之主宰出為靈空無邊大包天地小

入芥子意在心中守定神在下丹田安靜口  
訣曰精不散則神不離也心不可用意不可  
動用心則意動意動則神移神移則氣散氣  
散則神亡周易云陰陽不測之謂神是也劉  
真人詩云心靜天堂路意亂地獄門是也性

命二字如玉隱在頑石中遇良匠鑿鑿分別  
出來方可下工若要下工十二時中須是志  
誠堅守久久自然純熟矣夫日用間飲食則  
定萬事俱忘深居靜室厚鋪坐褥寬繫衣帶  
疊掌盤膝正身端坐莫起一念晝夜休睡神

性長明眼不視物耳不聽聲緊閉其口鼻中  
出入氣息似有似無莫教間斷一心存神存  
想視聽只在臍下一寸三分下丹田安心  
定意莫教散亂抱守元陽真氣即是長生養  
命真道亦是出死入生妙法又是仙籙也這

回下丹田內安心定意昏昏默默綿綿不斷  
日積累功久而見驗學道之士古往今來多  
不過明師安心定意鎖繫心猿意馬乃是學  
道之大病苦中苦也如遇明師傳其口  
訣便會日用於下丹田內安心定意鎖繫心

猿意馬此法又如人家養豬羊牛馬有欄圈  
相似不得身外存想不得身外觀想不得想  
包天裏地虛空一意既出真性不知所往只  
拋下一間空舍且下丹田者此是自己產出  
仙聖洞天福地也下丹田內有真陰真陽金

精重一斤此是神仙之母學道之士若不在  
下丹田內安心定意者如嬰兒無母自荒也  
似迷人失路自迷也生天經云法想身田五  
臟六腑心目內觀真氣所有清靜光明虛白  
晃耀是也劉真人頌曰心無雜念意莫外遊

依此修行更去何求長也若能忘機絕念動而行之如雞抱卵似蟻轉丸丸成精思之思無絕斷常以神守氣氣守神神氣相守聚於下丹田結成胎仙一志不散可以入定定中以出陰神千里萬里如同履臂陰神出處他見別人人不見他此無名鬼關修無可歸止能投胎奪舍就入軀殼乃得清虛之鬼非純陽之仙也名曰出陰神是名小成之法也

真性命出陽神是天仙大成之法

口訣曰不在多言凡修養生不死鍊龍虎金丹大藥之士先要識性命根源根源者在離三坎三二卦也言坎離者是心腎也人以此為難卦以腎為坎卦坎三離二二卦此是性命之根源也夫人之真性命是三坎三離中鉛汞也鉛汞者乃龍虎也離卦生八兩汞汞者龍也坎卦生八兩鉛鉛者虎也離卦藏龍坎卦藏虎呂真人曰陽龍元向離宮出陰虎還從坎內生離卦屬南方內丁火坎卦屬北方壬癸水鍾離真人曰水藏白虎火藏龍自古神仙向此中是也太白真人曰五行顛

倒術龍從火裏出五行不順行虎向水中生是也真性命二字多包籠說或言水火金木夫婦日月異名千變萬化不可勝言口訣曰只是心腎中精血二字心是血海腎是精海心是血之源腎是精之根精者是鉛也血者是汞也汞生在南方內丁火屬陽鉛生在此方壬癸水屬陰真性命只是陰陽二理陽者是性陰者是命若直說陰陽者陽只作陽說陰又作陰說離中汞者是性坎中鉛者是命若顛倒說陰陽者陽者却作陰說陰者却作陽說坎中鉛者在下却是性離中汞者在上却是命顛倒說陰陽者此是合天地日月造化之理也鉛是汞之母汞是鉛之子鉛汞者乃是真子母也鉛者是性汞者是命鉛汞者乃是真性命也天地無心腎以日月為心腎人無日月以心腎為日月日中有離卦屬南方離女陽中藏陰也月中有兌卦屬北方坎男陰中藏陽也三離藏八兩汞象日中離三坎藏八兩鉛象月中兌心象日腎象月心腎中陰陽象日月中之造化也呂真人曰有人

問我修行法遙指天邊日月輪是也月上弦下弦每月初一日月生一兩金初二初三到初八日月生八兩金月直如弦弓不高不低半斤月名曰上弦此後七日并前八日總得十五日陽生俱圓數滿是矣十六日陽數漸減數當生陰陰退八日至二十三日月直如有弦弓不高不低半斤月名曰下弦上弦是八兩下弦是八兩上弦又是金又是火下弦又是銀又是水上弦下弦又是陰陽又龍虎變化多端不可盡言王祖師曰上弦金下弦銀上下金銀各半斤彼我合為十六兩內中星分怎生均是也劉海蟾曰為君試說大運丹五色形圓似彈丸二味合和十六兩周天火候四邊攢長也鍾離真人曰二象包舍共一斤陰陽相制化為真是也凡學道之人得遇明師志友切勿虛負師友親授之道急急下手修鍊和合四象攢簇五行匹配鉛汞二八相合運周天火候煅鍊成就一十六兩赫赤龍虎金丹大藥形如彈丸色同朱橘以應乾坤一斤數每兩二十四銖按周天三百八

十四爻也。脩鍊之士先要固養神氣神氣者乃是真戊己土也。戊己為媒人又是黃婆戊土者乃是坎中氣也。己土者乃是離中神也。神氣不散鉛汞自然匹配鳥兔自不相離鍊成一粒龍虎金丹大藥。鍾離真人曰鉛汞兩般為藥本若無戊己不成。丹三炁合一為真。始見金丹有返還。是也。世人指脾為戊己為黃婆為媒人者。此是假戊己也。修鍊之士先要識鍊丹之火有三等。分於內外。兩火外火者有形有象。可鍊五金造化五穀滋養人。物此火非能鍊丹鍊丹之火。其在內。內火者無形無象。發之有焰。藉五穀之氣。即生真火。以精為民。火氣為臣。火心為君。火君火者神火也。神火者性火也。惟性火不可發。亦不可用。性火若發如火生於木。自燒其身。惟火不可用。不可動動亦是神動。神動則氣動。氣動則精動。性火不動者則神定。神定則氣定。氣定則精定。三火既定併會於下丹田。聚燒金丹。銀鍊玉鑪。薰蒸關竅。使一身陰消陽長。太真陽氣上下顛倒。循環自然。鐵鍊成一粒赫

赤龍虎金丹大藥也。性命二者如玉。隱在石中。遇良工妙手。鑿鑿分解。剖破出來。方可下工。不悞人之性命也。如要下工。須索依前出陰神小成。法行之為初。從小至大也。天地有自然之氣。氣有自然之數。人稟天地之氣而生。氣數與天地等。修道之士窮造化之根源。知陰陽升降之路。徑能於下丹田內安心定意。一念不生。湛然無欲。從半夜子時一陽生時。自然下丹田內元陽金精。變成五彩之氣。行如烈火。狀如炎風。穿過尾闕穴一撞三關。直至頂門泥丸宮。下降復至下丹田。白下丹田。復還過尾闕穴。沖和氣。透醍醐。灌頂黃河。倒捲神氣。精血四物。混成一氣。上下顛倒。循環週而復始。自然暗合周天火候。鐵鍊成一粒赫赤龍虎金丹大藥。金丹成而陽神出現。陽神者。此是聖胎也。言聖胎者。即是金丹。金丹者。即是聖胎。聖胎者。與凡胎造化無別。凡胎者。只是父母鉛汞。造化成人。鉛者是父之精。汞者是母之血。相合造化成人。將凡比聖以外。見內聖胎者。全在抽鉛添汞也。所以

抽鉛者。自下丹田真氣。直入上丹田。又名河車。運轉又名肘。後飛金精上補腦。中名曰抽鉛。所以添汞者。金精飛從肘後。上補腦中。補之如足。金水注從頂門中。降落口內。味甘氣香。熱過重樓十二環。撞見肺肺屬西方庚辛。金其色。白水返為唾。肺有兩道。炁脈氣流入心。心屬南方丙丁火。其色赤。唾返為血。血者是汞。名曰鉛。添汞也。又是鉛生汞也。心有兩道。氣脈注入腎。腎屬北方壬癸水。其色黑。血返為精。精者是鉛。名曰是汞。生鉛也。修學之士。晝夜行持。時無間斷。抽鉛添汞。十月為足。決定聖胎。圍成張。平叔真人詩曰。嬰兒是一。含真氣。十月胎圓。入聖基。是也。又西江月半篇詞曰。本性愛金。順義金。情戀木。慈仁相吞。相啗。却相親。始覺男兒有孕。是也。五行不顛倒。龍虎不相交。三田不返。復聖胎不圓。成是也。抽鉛添汞。一百日。藥力完全。抽鉛添汞。二百日。聖胎堅固。抽鉛添汞。三百日。聖胎完備。四肢五臟筋骨俱全。焉然間時動。騰下丹田。亦動如婦人懷孕之動。溫養十月。胎出其胎。

有如金蟬脫殼身外有身陽神出現如嬰兒肌體鮮潔神彩瑩然體同虛空聚則成形散則無窮次要會調神出殼神出數步回觀故軀亦不見有如見之者如見其堆情醜萬端神頃刻速遊物且莫遠去初時一步二步次

後二里三里積日而出入純熟千里萬里如同展臂乃日出陽神此是天仙大成之法長生不死之術盡矣

金蟬脫殼  
天仙之圖  
三三三三三

口訣曰凡修長生不死鍊龍虎金丹大藥之士先須知陰陽升降之路徑然後可以下手抽鉛添汞飛騰日月返復陰陽真氣上下顛倒循環週而復始自然鍛鍊成一粒龍虎金丹大藥人身脊骨有二十四節從下數起第一節下名尾閭穴又名龍虎穴又名曹溪路又名九重鐵鼓又名三叉骨又名河車骨又名河車路又名氣海門又名朝天鑽又名上天梯尾閭穴骨樣如金鼎上有九竅內外相通脊骨中間脊骨兩傍共有三條徑路衝

直至頂門泥丸宮從泥丸宮降下復至下丹田下丹田復運過尾閭穴此是從後上升之路徑泥丸宮此是從前下降之路徑泥丸宮尾閭穴二處是陰陽升降之路徑也人脊骨上下有三關尾閭穴名曰下關有三節從下

關第三節數至第十八節處名曰中關又從中關第十八節處數至玉枕關及上大椎三節直至泥丸宮名曰上關此是三關之名也

拔雲真人詩曰撞透三關神泰定衝開九竅氣沖和周天火候無凝滯半夜顛狂獨自歌是也修學君子於墳墓內枯骨中看尾閭穴骨孔穴樣樣如此無別也洞賓真人詩曰尾閭九竅為鐵鼓周天火候作弓箭鐵鼓撞透功非小一泓黃河上下轉是也

尾閭骨圖



鍊就金丹藥  
推翻造化爐  
一輪無影月  
天地不能拘  
七言絕句  
一十六首  
應龍  
中一斤之數

青龍白虎各西東兩獸擒來烹鼎中鍊就九轉成大藥一粒金丹頂上紅  
嬰兒在坎水中生姤女在離火內居匹配姤嬰作夫婦十月產箇定頑珠  
誰信男兒却有胎分明臍下產嬰孩四肢五臟筋骨就金胎脫殼赴蓬萊

長生不在說多言便向坎離採汞鉛鍊就金丹十六兩天仙決受玉皇宣  
龍虎修成九轉功能驅日月走西東若知火候抽添法金液還丹滿頂紅

火取南方赤龍血水求北海黑虎精和合二物居一處嬰兒養就定長生  
水雲遊曉到西方認得真金堅又剛鍊就金丹吞入腹五明宮裏且徜徉

心如朗月連天淨性似寒潭止水同十二時  
中長覺照休教昧了主人翁  
萬景縱橫世事纏虛空應物樂清便鍊磨心地無纖翳正似汚泥出水蓮

行持心月澄萬幻住處神珠照十方坐靜常觀真自在卧時休滅眼前光

性命兩般各自別兩般不是一枝葉性宗到  
了陰鬼仙修命陽神超生滅

日月分明說與賢馬律字鎖在丹田真空覺  
性常無昧九轉功成夬作仙

撞透三關奪聖機衝開九竅上天梯黃河倒  
捲無凝滯一對金蟬上下飛

瓊花頂戴最為奇奪得天然造化機最上山  
頭飛日月算來塵世沒人知

河車滾滾過三關搬運瓊花不敢開補滿泥  
九宮裏去逍遙歸上玉京山

註解戴花劉道士騎龍跨虎打金樁被吾搬  
在天宮裏贏得三千八百壽

抱一子三峰老人丹訣終

黃帝宅經卷上

一

夫宅者乃是陰陽之樞紐人倫之軌模非夫  
博物明賢無能悟斯道也就此五種其最要  
者唯有宅法而真秘術凡人所居無不在宅  
雖只大小不等陰陽有殊縱然客居一室之  
中亦有善惡大者大說小者小論犯者有災  
鎮而禍止猶藥病之效也

改宅者人之本人以宅為家居者安即家代  
昌吉若不安即門族衰微墳墓川岡並同茲  
說上之軍國次及州郡縣邑下之村坊署柵  
乃至山居但人所處皆其例焉目見耳聞古  
制非一

黃帝二宅經地典宅經三元宅經文王宅經  
孔子宅經宅錦宅統宅鏡天老宅經則  
根宅經玄女宅經司馬天師宅經淮南子宅  
經王微宅經司最宅經劉晉平宅經張子毫  
宅經八卦宅經五兆宅經玄悟宅經六十四  
卦宅經右盤龍宅經李淳風宅經五姓宅經  
呂才宅經飛陰亂伏宅經子夏金門宅經刀  
星宅經

已上諸經其皆大同小異亦皆自言秘妙互  
推短長若不遍求即用之不足近來學者多  
攻五姓八宅黃道白方例皆違犯大經未免  
災咎所以人犯修動致令造者不居却毀陰  
陽而無據效豈不痛哉況先賢垂籍誠為昭  
彰人自冥蒙日用而不識其象者日月乾坤  
寒暑雄雌晝夜陰陽等所以包羅萬象舉一  
十從運變無形而能化物大矣哉陰陽之理  
也經之陰者生化物情之母也陽者主化物  
情之父也作天地之祖為孕育之尊順之則  
亨通之則否何異公忠受爵違命變殃者乎  
今採諸秘驗分為二十四路八卦九宮配女  
男之位宅陰陽之界考壽休咎並無出前二  
宅此實養生靈之聖法也  
二十四路者隨宅大小中院分四面作二十  
四路十千十二支乾艮坤巽共為二十四路  
是也

乾將三男震坎艮悉屬於陽位即從西北乾  
位之震為陽  
明坤將三女巽離兌悉屬於陰之位即從東南  
巽離兌之  
成為陰是以陽不獨王以陰為得陽宅為宜  
陰宅為宜