

兌少女也三男三女夫婦配馬乾父坤母匹
 偶成馬東宮者肝也木也以甲為兄乙為妹
 己為甲之婦庚為乙之夫故肝得水而沉木
 帶金之氣者也西宮者肺也金也以庚為兄
 辛為妹乙為庚之婦丙為辛之夫故肺得水
 而浮金帶水之氣者也南宮者心也火也以
 丙為兄丁為妹辛為丙之婦壬為丁之夫故
 心能拒於火者也北宮者腎也水也以壬為
 兄癸為妹丁為壬之婦戊為癸之夫故腎者
 火之氣者也中宮者脾也土也以戊為兄己
 為妹癸為戊之婦甲為己之夫故脾能納穀
 土帶水之氣者也此所謂造化之鼎者歟真
 象者爐之中天地日月星辰河漢山嶽江海
 草木風雲也爐者吾之身也天者乾也金也
 華蓋者則其肺也玄象星斗天輪日月者則
 其上焦榮衛血氣流行之度也太清玄界之
 上下而分清濁者則吾之中焦羅隔也五藏
 羣山者則其首面也洞谷者則其口鼻也泉
 源者則其津液飲食也江河共奔大海者則
 其飲食聚於水穀之府也雲雨生於山谷者

呼吸之氣也吹以為風呵以為雲也草木者
 則其毛髮也天地長久者得正一真元之道
 也吾天地爐鼎之中陰陽交合不失元氣而
 得自然亦可以長久矣何以言之夫人稟天
 地而生其內亦有天地長久之道能於內境
 而識知天地交合陰陽抱養神氣精液日月
 既滿惡有不長久者耶其要在乎變煉五行
 而已五行者五藏也以戊己鼎鼎之器調和
 四象變轉五行焉水者液也液中有金謂之
 金液金克木木中生火火復煉金四象還返
 皆主于土者神也神得其道升為仙失其道
 沉為鬼矣修真者宜去繁華絕嗜慾屏腥膻
 清淨消選潔嚴齋戒登壇入室擇日俟時背
 陰向陽閉目而坐握固冥心開闢爐門以運
 火候修煉其五藏焉其功必經乎九轉四月
 者三轉也一周者九轉也三年丹成其大方
 寸其重一斤陰陽各半焉外應六十四卦之
 文一斤者三百八十四鍊也六十四卦者三百八十四爻也陰陽之大數
 也

道樞卷之二十七 宋至游子曾 集 誠三

金液龍虎篇 善為丹砂保命全家 育成姓女羅以黃芽 任子名過天真子 張中守常為金部郎致仕 任子於慶曆七年見之

籍三五一而成者也夫自五帝以後至于吾
 宋慶曆之元飛升者六萬餘人無有不煉神
 水華池者也其出自五行入于虛無是知神
 水者乃三才天地人之元氣五行之真精者也
 於三丹田上下循環是為還丹其藥有五味
 焉扁鵲曰酸醎辛甘若是河車等也用火候
 以煉之斯為大丹矣用鉛不用鉛須向鉛中
 作此神水為鉛汞者也大藥之名凡二十有
 四曰神水曰杳冥精曰還丹曰真一曰水中
 金曰黑鉛曰河車曰五彩曰五味曰坎男曰
 真汞曰白金曰白虎曰金精曰五常曰地藥
 曰地魄曰日魂曰月花曰鉛黃花曰玉華曰
 水虎曰玉蟾曰黃芽此二十四氣隱奧之玄
 關也歌曰孰為丹砂濟命濟家養成姪女嫁
 與黃芽此大藥也夫得天地之精在于元宮

者造化自然之道也是所謂三五也何也
三者三才之象神氣精也然華池者出自五
行焉外紅內白非世之朱砂也取於火中故
名朱雀出於青白之汞故名姪女黃婆為之
媒聘于北方之七此非世之所用朱砂內出
水銀為汞者也古先至人所論唯鉛汞神水
華池三五一而已大藥之名又有二十四馬
曰玉液瓊漿曰華池曰杳冥精曰恍惚曰五
行精曰坎男曰離女曰火龍曰水虎曰木精
曰青龍曰白虎曰猛三花曰日魂曰金烏曰
玉兔曰地馬曰離宮曰夫婦曰金液曰赤龍
曰白芽曰白雪曰月魄此所謂夫婦匹配赤
白相扶黃土為壇真正之道也夫華池煉藥
者蓋用火候為煙出既盡火飛如星五彩光
明而作聲煉成斯如霜雪如珠玉此秘在于
五行而已世之金石頑物也非能變轉而為
丹者也經曰青帝護魂白帝侍魄赤帝養氣
黑帝通血黃帝中主五行真精此所謂大藥
也於是大丹之名又有二十四馬曰大還曰
金丹曰玉液曰龍虎曰二氣曰四神曰五霞

曰神砂曰光明曰流珠曰返魂曰奪命曰靈
芒曰養命曰延壽曰泔靈曰萬靈曰絳雪曰
伏火曰素流曰快活曰延齡曰返童曰壽仙
此並按於人之身者也彼世用五金八石以
火鍛之其亦謬矣蓋不知鉛汞之靈唯在杳
冥恍惚之間而已汞在于砂中而金在于鉛
者也汞在于鉛中而水在于金者也夫不得
其訣殆難求乎或不達金丹而為存想吐納
吞霞服氣餐松餌柏絕食此非吾所謂大道
也道有三其上曰抱一抱一者聚五行為一
天地至精陰陽匹配夫婦相乘煉精採氣其
採有日辰其取有時候用八卦以增減火候
焉用水火以既濟其用為煉之數足是為飛
仙之品矣其中曰富國安民富國安民者擒
龍於深潭伏虎於坎戶按八卦之藥聚于九
宮於是九還七返焉其下曰強兵戰勝強兵
戰勝者神交體不交關鎖其下永鎖丹田焉
夫能明三五一者修煉五行之精氣送在于
元宮用火候以鍛之功成九轉可以返本還
元矣大還丹者何也五穀之精氣也煉之可

以長生矣三五一者何也三者三才也神氣
精也五者五行也五行之中精血氣合和而
有五味五味之中取五穀之精者也陰符所
謂五味可以長生者手五穀能盜人而死而
人不能盜五穀之精為可歎也一者聚五行
于元宮用火候煉之而成真一者也

太白還丹篇混元之高元氣微舍
來如洪河自天而下

清虛子太白山人王元正
自漢唐貞元時人曰修丹之訣在乎

靜心於室內子之後午之前先調其氣氣和
為佳其名曰法澡浴以左右手搓其掌熱上摩其

面下合周身然後起天立地焉以左右手又

之盡力越于頂上托于天此所謂起天者也

以足盡力踏地聳其身此所謂立地者也其

起功不可犯弦望晦朔十八日上弦二
十三日下弦與夫卯

酉之月彭居彭僑彭質三尸俱守靈府
靈府也

知之必為魔焉於是先補其肝想肝之中有

青龍盤旋然後想青龍之目有光從吾之目

出乃出嗟之氣嚙嗟之氣皆九過次補其心

想心之中有朱雀如鳳有赤氣從其腹出至

于舌口遂呵之三過次補其脾想脾之中有

勾陳結身鳥背虎耳龍角獨角也口出黃氣至
 于吾口乃以舌柱其腭然後呼之十二過次
 補其肺想肺之中有白虎鼻出白氣至于吾
 口從鼻而出咽之七過終補其腎乎坐長展
 其足底以手拔其足底然後閉氣移時想腎
 之宮二脉黑氣自出目內灌于其口而為金
 玉之液是為華池神水凡補五藏者用七十
 二日謂之小還丹可以去疾而已於是扣齒
 集神者三十有六開闔其目以左右掌掩其
 耳用其指擊頂後左三右四是為擊天鼓已
 乃安坐左手之三右手之四又手腎堂是為
 想壺中天地焉壺中天地不離于身者也左
 目也右日月也泥丸天也泥丸何以為天
 手如天之不可升也聖人有法返本還元使
 元氣歸于泥丸則天門開而通去來如黃河
 自天漢而下流入于海者也髮星辰也耳幽
 谷也參羅為萬象也鼻玄牝也口天倉也舌
 赤龍也倉言受食物龍言耕也味樓閣也謂
 之十二樓環者也五藏五嶽也六府六曹也
 五藏六曹已見百問篇中三焦三台也上為太師中為太保
下為太保

水四瀆也已見百問篇中汗雨也氣風也臍之下有
 精海如環焉左右各三十六轉想環之中而
 有玉女以揖之出入于右腎右腎者玉堂也
 左腎命門也二腎相去二寸五分其精本重
 一斤應于乾坤及施泄之後自十有六歲至
 于二十有四歲其少二兩應于遯卦三十二
 歲其少四兩應于遯卦行則氣喘足痿矣四
 十歲其少六兩應于否卦腰脊痛而四肢弱
 矣臍之下攪刺而目昏矣四十八歲其少八
 兩應于觀卦髮白而皮皺矣五十六歲其少
 十兩應于剝卦凡事不能為矣六十四歲其
 少十二兩應于坤卦元氣敗而惟恃穀氣矣
 七十二歲餘二兩而已應于師卦以地變水
 者也八十歲其氣盡矣應于明夷之卦水盡
 而屬火至此其亡矣故學道者先伏姤女焉
 想其玉女入于右腎而歸于閭闔而收之者
 焉然後想玄武龜蛇之形懼其傷于玉女使
 強避之是為伏姤女者此也於是收其三魂
 曰胎光曰爽靈曰幽精祝曰未知者使吾知
 焉命之居于坎戶在吾左右如是三呼之想

其魂神入于精海然後左三宮右七宮於是
 安坐行嚙龍虎之法滿口成氣嚙之為虎矣
 一龍一虎再嚙一送之自喉想如大江入于
 精海又嚙虎如前焉其行三過凡六嚙乃送
 之入于精海想如三江焉又嚙龍虎者三過
 三三九過復嚙一龍一虎如前焉龍虎各九
 過是為十有八方送之想如九河至于精海
 又行龍虎二七過計十有四過方送之想如
 大海至于精海前後龍虎共八十嚙復起再
 坐再行摩脉者三過復嚙龍虎如前焉滿八
 十之數又摩脉嚙龍虎如前於是蓋三過矣
 嚙之數是為二百四十應于二十四氣焉方
 其神精充則想如海濤涌於臍下更八十一
 日方行龍虎之丹童子未施泄者不必用嚙
 龍虎之法也於是坐定先容精海混涕已而
 澄靜湛然乃合滿口以赤龍耕之津液滿口
 分為三嚙是為龍焉其氣滿口分為三嚙是
 為虎焉送至于精海上在水面以意九之如
 彈三過斯為丹矣想心之火而從心出下至
 水面鍛之次想脾土蓋之火滅則開脾上復

鍛之如斯三過丹成則沉于水中矣於是復如前結之再造龍虎九過為丹九丸是為九轉者也古語曰龍隨虎去隨巖洞龍入水兮虎亦從雷火燒時鬚鬣焦雲來雨去山嶽動比之謂也譬如夫婦焉火女也水子也土媒也由是而成焉凡一過用三龍三虎十二火應一日十有二時焉九轉者應于九宮共為一百八之數然後用河車般載之法動關鎖舉金鐘舉天秤三舉穀神穀道促氣入于脊骨以氣縮而上之想丹砂與精同路而升至于頂則三點之使入于泥九昂首左轉是為回精補腦者也然後於日出之初西坐東向想其日如輪輻之車而吞之凡七十二燕亦用河車拗起入于頂後為之枕而枕焉至十三日於月出之時背日對月而坐想如前焉八十一燕至二十三日止後月八日想月抱之是為戴日挾月者也夫日陽也用七十二燕陰數也月陰也用八十一燕陽數也此陰陽顛倒之法乎然後安想腎之蛇女裸形而懷欲則想心火燒之古語曰用鉛不用鉛

須向鉛中作蓋謂此歟世不知其理乃為幃中陰丹以須其命焉仙者內丹就外丹方成矣故能用大藥化瓦礫以為金或者見之而不知其身有真鉛真汞乃以水銀為汞黑錫為鉛欲變銅為銀不亦誑哉於是一燕其津

下入于肝想肝之中青龍赴腎宮以迎姹女姹女見青龍而乘之所謂子母之氣何也青龍水也姹女水也迎之上入于頂門乃想三魂與眾神俱入焉頂門者泥丸也然後想心火下自各神關而起周于身上下俱然如肝

神之像乃點之初點二十有一想其彭居形如道士棄簪履而走再想火燒之如點首二十有四想彭僑牛首人足彭質如獸七魄者或鷄首狗足或形衣叉或形女子或形風伯或形獵犬或負弩或持魚於是皆目逃焉故焚

身百日尸盡盡矣然後用胎息之法靜意守志去其靈煩專一而不亂於是安坐如前吞日月之法然後想脾之上有地地有金鼎鼎有嬰兒如吾之形在鼎而跪以左右手附肩仰面開口乃明日華月華之精金液玉液之

體如前數吞之夜或無月華則以金液玉液三十六燕也日月俱得其時則以時用火焉每七日嬰兒一轉二十八日是為四轉於是一使火為火在鼎之下想土以覆其上火在地爐之內地爐基於鼎者也日行百八之數

火入下時從鼎竈之旁過焉如是四轉一動火如養火之法滿十過則胎息成矣大火一鍛先去玉蓋於是嬰兒者為長生之子如遭火必走其上故自然在于頂門而飛此大丹之成也女子修之想嬰兒在鼎常以玉蓋蓋之以益顯火養之然後未濟至

胎既出而日游行行不可遠焉鼎者何也不離乎肝心脾肺腎也鼎者金也其高四寸其趾二寸應于肺者也竈土也其積三層其高五寸應于脾者也炭木也為焚身既畢應于肝者也火心也腎烈女也而生嬰兒蓋精華之元氣也上以玉液為蓋故鼎之蓋覆於心

心者能攝萬象作聖胎不得心則無所成矣乾天門也坤地戶也艮鬼門也巽風門也腎水也王於冬之季者也是為烈女玄武之象五行顛倒之法則心以腎為夫交合精氣以

產聖胎馬脾土也王於四時之季者也是為男子之象能為寬以和合陰陽而成其道故曰黃婆為媒為肝木也王於春之季者也是為尚書青龍之象木本生火火生木反燒為炭故曰長生炭為內丹者三年而成三年之中卯酉不用二月所用者三十月而已先補五藏者七十有二次補精者八十有一日為龍虎者百日吞月者八十有一日以日計之此十月也吞月者月得十有四日八十有一日則為七月矣焚身者百日則為三月矣前後共二十有一月又以十月養之此三年所以成大丹也聖胎既就於是有躡步之法想其嬰兒既出以日計月其行步日倍之自十步二十步以至百步三日可行千里馬嬰兒百日狀如八歲之童一年則與其體同矣然一紀之內遇難則行事當有三馬曰投胎曰移舍曰拒殺鬼投胎者何也其要在乎識外境而已見大屋高堂者龍也茹舍者駱駝驢馬也趨車者龜鼈也舟車者蟲蛇也錦帳者狼虎也茹庵者牛也裘者象也櫻輿者

猪羊也寶相花者雞也白芙蓉者鵝也白蓮者鴨也黑漆闇者犬也黃衣者獐鹿也錦衣者雉也林中百花者百鳥也趨帳者獸也嬰甲者魚也入水者蟲蛆也眾陷陣者蜂也眾同名者蟻也甕蓋者螺也人行山中者蟲也執劍戟者蟹也入井者為女也墜山者為男也移舍者何也先相識者其已入冥是為空舍須其先不病風冷其精牢實乃可移之童男者上也故吾入其中而再修之如前馬拒殺鬼者何也修道者任胎未成出胎未速忽有大限何以制之夫五心有一痛者斯大限至也五心者兩手兩足心與其心也乃安坐靜室作朝真之想朝真者冥心內有其耳目鼻舌手足與夫壬癸之穴皆用鎖焉以齒為城以心為火以焚其身見鬼勿怖心者帝王也藏三千鼻足為三台以照萬臣者也肝之神統三萬六千精光神守其左肺之神統一萬二千形影神守其右脾之神統八萬四千毛孔神守其前腎之神統五萬精華元氣神守其背頂之神首之神統髮神守于上宮膽之神守于下部

六府者六丁也與其鬼戰鬼自退矣三五日之後或再至焉則棄其城直上天曹或為列仙或為地仙仙者必有劍其鑄之也以身為爐精氣為鐵日華月華為鋼肝為炭肺為鞴心為火脾為泥腎為模膽為礪石餘鐵為匕首其何以鑄之乎曰惟想而已於是又有金鏤每鑪龍虎不至于腎而並納于肺之上肺金也一鑄而成矣

道樞卷之二十七