

丹火之患運神水以制之更無丹火之候
蓋丹者心珠心象猴也以神水浴丹其神
丹浮沉於神水之內故曰浴猴猴也
神水赤龜吞

丹浮神水之中如龜之吞水取其狀也

口訣

丹成八轉地帶生於臍中若遇丹火內發五
藏燥熱即閉目宴坐以地帶接於華池之下
使息氣內通行周而運用之道自閉息之後
丹田真水日月漸長至第九日神水直至重
樓十二環丹珠浸於神水之中去盡火毒自
此之後更無發燥之候至第九夜子時閉息
吸神水入泥丸過夾脊復入丹田以畢其功
也

九轉歌

九轉道遙道果全

更無運用

三千功行作真仙

九轉丹成其內三千行積於外丹成功滿
方得上升故許旌陽除蛟龍之害乃得上

升孫思邈救萬病乃得飛舉皆三千功成
方上升也

金丹玉簡宣清詔

三千功成之後玉皇賜詔接以金丹以除
塵厭金丹入腹地帶自落上朝玉皇名在

仙籍也

鶴駕雲車赴洞天

望江南

丹九轉純一太初顏

丹成九轉與天地齊年純一太初大道之

元也丹成之後形與道合顏同太初

內外無為常抱朴縱橫海外與人間功行積

丘山青關詔玉簡賜金環

賜玉簡金環為符契以朝天帝也

飲罷刀圭乘羽駕

刀圭服金丹也金丹入腹地帶自落足下

雲生乘羽毛為騎以赴天關也

旌幢蕭鼓過天關朝帝列仙班

天樂來迎蕭韶合奏

陳先生內丹訣

洞元子內丹訣序

歸七

上古道士得道者百萬其人著書誘善者萬
一分矣然者辭多指示則弗露真源文旨大
綱悉感於衆或使人考厥外典用合玄元比
象既繁闡闕莫履非達道之士無能晚諸然
聖道不書於簡冊而修鍊自有於塗程或成
之於十月或就之於千日少有差誤終墜下
鬼故畫八卦者必列乎象辭吉凶者必重其
爻日月往還變在其中矣爻象成乎內則變
化見乎外生乎萬物天地之大德也聖人則
之必實乎位也實位者聖人之身匪名位歟
位存則仁者處之位喪則仁者去之仁者苟
性其能修鍊乎知之修鍊其匪聖人乎烏克
奔馳以成其明寒暑交代以成其歲龍蟄而
求化蠖屈而求進精想在神終獲其用寂然
能守天下之事殊塗而同歸也故仁者安其
身默居以俟其用崇乎德業以達其身近代
迷謬之徒纒達小乘便云得道惟求想脫稱
是神仙殊不知想脫之塗悉為神亂未若神
仙鍊神為仙也惟人有神常能自見雖日常

觀亦不自識故聖人謂日用而不知也設使有士臨鑑自顧鑑中之像其匪神乎容質美陋必形於照中照中之姿曷異於照照之士故照中之像其曰神乎人見其神不期修鍊其為鬼乎是以聖人謂人知其神而神不知不神而神此之謂也夫以修鍊以神為仙者必先鍊厥形厥形若全神自全也或曰何謂形全則神全對曰謂有士瞽其一目臨照自觀照中像亦如之未有瞽士臨照之中像弗瞽也全士臨照中之像瞽焉所以必先全形也又問曰神居於人身乎曰居之何以對照而出也答曰對照弗出者是人之盲神出而不見也且人身神其如宅乎神居人形又若人之舍於室爾苟出入無滯關鍵牢密亡差誤也故室壞則人去形敗則神逝此之謂要道也凡修鍊者必先寬仁厚德多義足信揚慈惠惠惡貪遠害嫉妬之行弗行焉可謂明也已矣矯佞之言弗出焉可謂直也已矣見弱必拯見焚必救見困必扶見幼必懷見者必安見危必濟見難必拔臨刑必減臨怒而

息臨事而思臨民而惠見惡如探湯見善如不及陰功久積陽德自繁無加嫉妬以自壞也無恃淫慾以自伐也精存則神固精竭則神去故聖人言先精而後神也先神而後仙也近代學徒不知聖道咸行戒潔戒行專一林泉攜食羸衣不親房室精無所漏神亦自全尚可延齡以居濁世及當數盡積薪焚燒所存無漏之精盡為戒珠之異烈火不能為燼水流不能為溺此徒尚可如斯至士豈不達矣故諸子謂精也者施之於人則生人存之於身則生身此誠至理也夫修道之士鍊神為仙陰籍削名鬼顧遐遊雖塵數及盡復能道諸是以老君曰我命在我不在於天也竊觀近代學道之士纔看諸子之說未明旨趣便曰窮通匪測淵深則云洞達或錄房中之妙或稱鉛汞之功言御女三千可冲霄漢餌丹一粒便可飛仙未能了達玄元惟務詐揚聖道致使人廣求鉛汞多蓄嬌燒畫八卦以為爐仍煩僻觸當一深而取用更役心神以秘精之有功御女之得事或有問之則曰

還精補腦可得不老矣又曰一陰一陽之謂道一動一靜交相養矣此蓋愚輩不達真旨妄引聖言據證淫書以迷下鬼豈不聞昔人謂服藥百裹不如獨卧又曰鍊鉛汞者即云大藥御少女者即曰內丹達士側聆豈已歎息或曰上古神仙所著經論修養之道冥繫厥陰或以玉津灌漱靈根或以鼓咽納彼炁海大數有八十一小數有三十六或運炁以入腦即曰朝元或斷穀以不食則曰大道或臨房而閉泄或端坐而閉息此能在意根尋按本修鍊其可飛仙乎答曰子言愚矣竊觀近世學者只憑鼓咽馳運泥丸斷穀不食安禪入定顛倒五藏恃賴淫慾斷穀者便曰神仙入定者便曰菩薩殊不知佛謂禪定為大乘小乘老君謂靜定為大靜小靜變化之道同歸一塗斯斷安定閉精存神皆上古賢聖擒心之術也至道示人之門也若人之入國未有不因門闕而至者苟得其門而入者國家之事可以目覽斯皆學道者以鼓咽朝元存神入定擒其心者存神之門戶也未有不

因斯而至者夫修仙之道始於十月畢於三年解脫穢軀如蟬蛻殼夫天生萬物唯人最靈故蟬之解也以穢而刻之是以速成於人也子不見蛇乎功積千年方蛻為龍既蛻為龍後安大靜又歷千年存解其屍其骨色玄為第一蛻也復安大靜又歷千年屍解其軀骨唯色青為第二蛻也次安大靜復歷千年又解其形其骨色赤為第三蛻也又鍊其炁再度千年復解其屍骨唯色白為第四蛻也復安大靜又歷千年更解其屍骨唯色黃為第五蛻也又安大靜復滿千年再解其形是為神龍蛇一蛻而為黑龍二蛻而為青龍三蛻而為赤龍四蛻而為白龍五蛻為黃龍六蛻為神龍七蛻為應龍故世有五色龍骨者此之謂也其俗夫下士皆曰龍蛻骨也蓋不知之所蛻者皆龍之屍解乎故人之十日蛇之十年蟬連成形者以食穢而刻之所以別貴賤耳一蛻而黑者為坎卦之謂也兩蛻而青者震卦之謂也三蛻而赤者離卦之謂也四蛻而白者兌卦之謂也五蛻而黃者坤卦之

謂也六蛻而神龍者乾卦之謂也七蛻而應龍者八卦備之謂也燒大丹者爐畫八卦進以方位燒以四時皆其象也夫聖人畫八卦蓋飛仙修鍊之功也聖人以之命決吉凶人執之者愚矣運諸其象差其支者凶故吉凶悔吝生也故經謂執著之者不明道德此之謂矣今之人纔及斷穀安定之門自階神仙感執著之吁誠實可哀哉夫鍊炁不由八卦者悉虛疲役耳今備述神仙修養之叙咸為篇次欲諸學者不枉其志即不必以周易參同契太易至圖而合之理實煥然細述厥旨凡諸道士審而味之矣

洞元子內丹訣卷上

玄元篇第一

夫鍊丹之士非鍊凡鉛汞也所鍊者真鉛真汞也蓋聖人取象而比之以式於衆云執鉛投汞火候以時採諸花耳人鑒慎也北方正炁曰水南方正炁曰火水火二炁採必有時用必有日苟採取失候雖鍊百載亦徒為也若使日月歸元水火得濟功成至速故丹者丹田之謂也其炁有鉛汞能成乎且上丹田曰泥丸中丹田曰絳宮下丹田曰炁海亦曰鼎取水火之炁歸之於鼎故曰爐竈淫慾惜精液實筋骨榮泥丸者故鍊上丹田也多忠孝惻隱之心負拯救扶危之道履仁終日猶恐不及博施濟衆嫉妬弗恃抱元守一精無搖蕩者鍊中丹田也納水火之炁歸爐鼎之中弗蕩厥精終固其根者鍊下丹田也三丹若就焉能死及夫天地之形久長者也寒暑往來日月迭運大嶽有雲巨海有潮斯皆炁候往還也人亦如之故以眼目比之為日月腸胃比之為江海肝比東方木心比南方火肺