

通者到此時正要加志鍊磨睡眠忽然心神閉塞坐卧不知混混沈沈不辯東西若到此時休得心忙慧心覺之混混之間忽然心地大開地理山河猶如掌內觀之心神踊躍氣極無極乃是天眼通到此加志勤行休執偏了坐間忽然聽天人之語撥去休着恐是邪境乃是天耳通或晝或夜入放大定觀透三界之因果到此地面乃是宿信忽通若心常懸燭光明水夜清宵無思無墨寂然常信不離本室顯身外之身他方都見神聖之通也。乃是心通後有鍊形鍊氣之法若鍊氣則在希言若鍊形則無私無慾此二事謹謹護持休得中路而廢地久天長功大數足自然改換形軀或是內瀉或是外表則滿身磨出臭穢不內瀉則大小腸中自出五般顏色若到此時休恐怖換盡陰滓水穀自得身體安樂如能換骨如蛇退皮如蟬脫殼乃信形神俱妙與道合真方見出世之功恁時撒手而行飢來飯困來眠未升之時隨緣住世數足則獨步登雲自在逍遙任從天斷學道之人

可詳察矣

諸真內丹集要卷下



三篇同卷

龍虎精微論

三要達道篇

六根歸道篇

茲九

龍虎精微論

身若太易未分莫之名狀太極既始遂有混成中含真一之精實為天地之母四象因之而建立萬物由之以生成炎烈火中出飛龍之矯矯泓澄水底躍走虎以耽耽陰陽莫能測其情鬼神無以窺其跡聖人有作潛開造化之源學者精心遂啓希微之旨則金丹之道可得而言且夫眇觀幽深秘在鉛火膏宮有氣向甲乙以生華坎位騰精入庚辛而結粹金胎神室肇建丹臺聖母華池爰開藥祖所以陽鑪陰鼎法天地之元規剛火柔符燧寒暄之大柄回旋八表依約五行取三百八十之卦爻循環火內盜四千三百之正氣來入鼎中春夏秋冬頃刻而更相代謝子午卯酉逡巡而不越準繩任二十四氣以推遷俾

七十二候之羅絡促歲功於月內寒暑無差  
陷月候於日中弦望有則從子至巳純陽用  
事而進陽符乃內陰而求外陽也自午至亥  
純陰方興而退陽火乃外陽而附內陰焉周  
流六虛往來上下水火運轉動靜無常故得  
龍虎相交向鴻濛而有象夫妻合體從恍惚  
以成形是以坎作陽男而居陰位陰中陽附  
故金虎見於水間遂為月魄旁者陰女而處  
陽方陽中陰生乃汞龍出於火內故曰日魂  
至于神室範圍象如鷄子兩弦相合一體混  
同爻從否泰之中承茲交感之氣養鄧鄂樹  
立根基以至凝然遂成神物其或抽添過度  
進退失期符火有差寒暑不應則陰陽乖殊  
四方成水旱之災天地分崩萬物有流離之  
變和氣由茲而不降真精自此而莫留蓋運  
火之失宜匪用藥之有異也必若辨鉛認汞  
識水知金躬受秘聞親傳大訣取黃芽於鉛  
內化出金田散白雲於砂間構成神室中央  
作鼎法象乾坤四面行符循環日月陽升陰  
退陰進陽銷燄光盛而金水成形鬼影滅而

龍虎伏體歲月既滿功用方神浸以澄波浴  
之寒夜半圭入口向五內以雲蒸一劑繞終  
已金身而霞舉此得之者也夫鉛火之始終  
雖得其鉛復難其火每精思於至理固難測  
於玄機苟不從師終無自悟微矣妙矣神哉  
聖哉若自得其真則不言而可信或終迷其  
趣必忠告而見疑遂有妄出留襟恣為穿鑿  
依約經旨飾說虛談雖強名略同而至道殊  
邈竊呼二氣詭號靈砂以確黃為陽鉛用水  
銀作陰汞亦運水火還設鼎鑪徒成殷鮮之  
形可供藻繪之用而又乘霜雪水各見煎熬  
草汁木灰竟聞收採或以便液而鍊或以糞  
穢而燒或將古井之汙泉認為神水或取草  
頭之露顆喚作河車鍊鹹為鉛抽砂作汞或  
以金銀之合雜或將砂汞之調和五金平用  
於鑪中八石同烹於鼎內如此則虛勞歲月  
枉費資財遂使白首成空死心神之不實丹  
臺莫到向淪謝以何逃此失之者也殊不知  
至藥者乃天地之極靈為出世之要道採陰  
陽五行之氣取日月四象之精自無形而入

有形從有物而至無物死生永度變化無窮  
向雲漢以高躋與穹昊而齊久豈將凡朽之  
用可並神靈者哉愚竊慕長生深探至理雖  
莫窺其堂奧亦粗曉其津涯終冀獲遇高真  
恭聞寶訓證成妙道以披塵籠常默然以為  
懷每兢兢而在念藏於絳府莫漏微言今乃  
覩縷弄三敷舒不已者豈敢評量於天道固  
非泄慢於天機其如著懷亦有所自蓋欲招  
同志養素之士結絕俗深識之流共棄浮榮  
相期巖谷耳復以詩一十首系之於末

其一

識汞知鉛辨火金還丹深旨杳難尋若將世  
上凡常物白首虛勞枉用心

其二

泓澄水底深藏虎烈火光中密有龍調燮陰  
陽無舛錯自然蟾彩入烏中

其三

五行妙用循環轉相賊相生變化成若遣世  
人皆會得便應傾國彩雲迎

其四

震龍張翼欲騰方兇虎神威又捉將二氣混成歸一體可知金鼎道非常

其五

化女成男事可論轉南成北道彌尊人間無限神仙藥指與翻疑是誑言

其六

四千三百真精炁上帝潛移頃刻中火記盈編藏秘旨誰知年月日時同

其七

星堂獨照滿皇都萬里天河注玉湖碧浪騰波歸大海黑雲變化玄珠

其八

朝元羽液頻將鍊莫把靈鳥暗處舒往往求生多此用迷徒失路怨清虛

其九

癸水連天瀉海涯庚辛產鍊木精華坎離二女調和聚同化相生共一家

其十

志操與功修寶殿碧霄池畔長鉛花復來再會成烟春日日常般漸漸加

莊老火候

凡人欲行此周天大火候先須絕嗜欲減食味若常潔食方為合宜也不可貪財逐利凡欲行持之時先行導引凡事略略為之要開關脉能引多般尤更良矣又勿使疲困致損精神殊不妙也導引大綱略云下項

擺掣四肢

以手大擺以足大踏步行又以一脚踏地一脚懸空向前踏空令響

手托山勢

以手交攸指掌仰上放腕手直上托以兩脚用力踏地少時

拽弓勢

以兩手左右挽如拽弓之勢又側身如射鵰之勢左右為之

又以兩手交抱項後搖上截身連頭動也脚膝亦要摩擺赤澤并乾浴更以手相摩熱熨氣海穴之上下亦攢固兩手指歷歷令響然後叩齒集神

又振天鼓三十六下以左右手按鼻左右

是制七魄也

又呼三魂名爽靈胎光幽精數遍或只一遍先閉定氣久然後呵遂出敗宿食穢氣又直舒展手足令氣出指梢

又想青龍白虎朱雀玄武於前後左右黃

氣罩身此即五臟真形然後息定意款乃作用打叉

作用打叉

陽叉每一叉以息定來去勻俟出息時留一半便閉息以意助取自己元氣元亦上至層環已上乃鼓往咽下咽時取左邊

下轉面向右咽入取三十六足如初行三兩歇了三十六亦可仍須想咽下田層環穿胃神口過入丹田却放氣出入再調息候又打一叉

每三十六咽去下想時依上法過神口直入丹田中每咽下時令氣嗚嗚汨汨歷歷而作聲如此打盡六叉計合二百一十六

數然後想一齊聚於丹田中將身左右搖動五七遍更以手摩氣海上下助之於十二時中陽時打陽叉陰時打陰叉打時須

閉目萬慮俱絕不得纖毫掛心卯酉二時屬沐浴不行若或以午後盡為陰子後盡為陽之時只是背着陰陽五行真的矣今須且依他此本午後五時行陰卦子後五時行陽卦所以此本中言午後行坤每一時一卦除數目在前本自共一百四十四是外其餘次第皆一般每一季一次起火燒之發火行徑一如君侯所燒法一般略而不書所行炁已是火候所燒滯濁也行一年小成二年中成三年變質六年六陰退六陽備名係仙籍九年可以超昇初時須服餌以助之陰德以扶之澹默以養之同道一二以借之復不拘山林與城市而皆可居也不可借自己所着者鞋履衣冠與人恐損功力或依水靠林得為中若城樊廛市即其上耳夫莊老之本道德之源銘之佩之珍之守之自然成功也

龍虎精微論

三要達道篇

夫炁受於沖和形成於天地妙用藏於不測真元散乎有作是以茫茫之說若嘉苗而不秀蕞蕞之論若顛木之不育其大道當病乎不知以為知不損以為損而人視之常若千里之遠矣今修行人當去慮忘思絕塵拂受試聽吾一說焉吾嘗讀陰符經云九竅之邪在手三要吾謂知其本矣且誘人之真亂人之神使內觀不明慧照不清者五色也而目光常與之爭焉去人之靈遺人之清而使天鼓不鳴希音不亮者五聲也而耳力常與之較焉一失為榮辱之機一出為善惡之原而是非之由發乎此者言也而口常與之辯焉目焉而與五色爭耳焉而與五聲較口焉而與一切言辯目由是而實耳由是而聾口由是而訥則真元不存而九邪自此而起焉欲養道者欲去九邪先正三要莫若非禮勿視非禮勿聽非禮勿言顏淵為仁尚慎乎此况養道乎常蔽其目而無色靈其耳而無聲絨其口而無言無色非直無色也無其色色而

已若視之以禮何必蔽焉無聲非直無聲也無其聲聲而已若聽之以道何必塞焉無言非直無言也無其言言而已若語之以典何必絨焉視之以禮則五色不為其亂而無眼罪矣聽之以道則五聲不為其淫而無耳罪矣語之以典則一切言不為其愆而無口過矣如是則法眼無不見法聽無不聞法言無不辯而大道常在乎已而物不能漬之今人學道未絕三要以求超真必未之知也吾因議道將此一說幸為眾審以為遵用期出世之妙果爾

三要達道篇