

精印道書十二種

江東書局印行



6145,

黃庭經解

棲雲山悟元子劉一明解

黃庭經者東華扶桑帝君之秘文也。一名大帝金書。以其刻於金簡。故名金書。一名東華玉篇。以其又刻於玉。亦名玉篇。其經有內外兩篇。內篇者太上玉晨道祖之所著。是謂正經。故名內篇。外篇者太上老君道祖之所解。是謂輔經。故名外篇。雖分內外兩篇。其言黃庭諸景之義一也。黃者中央之色。即中之象。庭者人居之處。即神室之象。以其中虛無色。不包無理。不具。故以庭喻之。以其中藏生機。萬物皆從此出。故以黃庭喻之。經者徑也。道也。黃庭經即演說中之道也。這箇中無形無象。視之不見。聽之不聞。搏之不得。恍惚杳冥。無方所。無定位。至無而含至有。至虛而含至實。其大無外。其小無內。包羅三千大千世界。內有四象五行。九宮八卦三元九氣。萬神所歸。千靈所聚。出聖出賢。成佛成仙。儒曰太極。又曰道義之門。釋曰真空。又曰不二法門。道曰虛無。又曰眾妙之門。又曰元牝之門。三教聖人。方便立名。無非形容。此中之真實象耳。在人身非四大一身上下之中。非腎前臍後之中。非心下腎上之中。亦非頭頂天谷之中。乃在四大不着之處。萬有皆空之境。後人不知。此中是何模樣。真以有形有象。有所度之。玉晨老君二道祖著為黃庭經。內外篇。即以形無即實。以形虛。大露天機。點化後學。慈悲之至。奈何後世學人多無真傳。因識二篇取義。見有內景外景之名。而遂認景為真。執於有象。或守竅。或思神。或搬運。千門萬戶。無怪乎修道者如牛。毛成道者如兔角也。夫景者可見。可聞。有形有象之謂。中本至虛。至無。不可見。不可聞。何得有景。若稍有景。便是幻象。非其道矣。况黃庭只一物。而景則有五臟六腑九竅百骸之多。般般可知。景是景。黃庭是黃庭。諸般之景。乃黃庭之外物耳。蓋景者黃庭之枝葉。黃庭者景之根本。根本不可見。枝葉乃可見。故書名曰黃庭內景經。黃庭外景經。道祖分明與人說了。特人未之深思也。試觀諸景。皆各有神。如上部則有髮神。腦神。眼神。鼻神。耳神。口神。舌神。齒神。中部則有喉神。心神。肝神。脾神。胃神。胆神。肺神。三部則有腹神。大腸神。小腸神。膀胱神。左陽神。右陰神。左腎神。右腎神。又有身中九宮真人。心為絳宮真人。

腎為丹元宮真人。肝為蘭臺宮真人。肺為尚書宮真人。脾為黃庭宮真人。胆為天靈宮真人。大腸為水靈宮真人。小腸為元靈宮真人。膀胱為身房宮真人。又有元首九宮真人。雙丹宮真人。明堂宮真人。丹田宮真人。泥丸宮真人。流珠宮真人。大帝宮真人。天庭宮真人。極真宮真人。又有重樓十二神。其神甚多。不可數計。易曰：陰陽不測之謂神。又曰：神也者，妙萬物而為言者也。曰不測，曰妙萬物，則是在恍惚杳冥之中。不色不空，不有無，不可見，不可聞，亦不可思議。僅可心知，不可口說。這箇不可見，不可聞，不可思議之神，即黃庭之神也。黃庭之神，不在心，下腎，上黃庭之處，不在泥丸，黃庭之處，不在脾部，黃庭之處。經中雖言三黃庭，皆言黃庭之境。非言黃庭之真也。黃庭之真，乃一大包羅。因其為一大包羅，其神無處不在。無時不有。因其有此黃庭大包羅之神，故五臟六腑九竅百骸，津液上下流通，血氣往來穿貫，皆自然。無不容納。強於其間。五臟六腑九竅百骸之神，皆本於絳宮真人。絳宮真人一名肉團神，即心王也。心為一身之主。一身之神，皆心王統之。然雖心王統之，其所以能神者，總是黃庭一神運動。心王若不借黃庭神之靈，亦不能神。是黃庭神又為心王之主。心王統諸神，實黃庭神統諸神也。一神分而為諸神，諸神歸而為一神。神為真景為假，真借假而施功，假依真而得靈。真中運假，假中藏真。假之有神，實黃庭之神。而神也。可知黃庭經說來，說去，祇是說一神字，無非說一中字。中即神也。神即中也。中字从口从一，口象大極。○即黃庭也。一象一氣。①即神也。口內有一而為神，即黃庭中有神也。所謂神室者是也。中而未有神，神而未有中，且中者不偏不倚，無過不及，混然圓成之義。混然圓成，活活潑潑，不識不知，順帝之則。自有箇神在，因其有神在，故五臟六腑九竅百骸，各形其形，各事其事，並行而不相悖也。內篇曰：虛無寂寂，空中素使，形如是不當污。又曰：元上一塊魄煉一之為物，臣卒見須得至真，乃顧時至，忌死氣諸穢。賤六神合集，虛中宴結，珠固精養神根。玉篋金籙常完，堅外篇曰：物有自然事不煩，垂拱無有身體安。虛無之居在幃間，寂寞曠然，口不言，恬淡無欲，遊德園，清淨香潔，玉女存修，德明達道之門。又曰：恬淡無欲，養華根，服食元氣，可遂生還。返七門，飲太淵，通我喉嚨，過清靈，問於仙道，與奇功，服食靈芝，與玉英，頭戴

白素之丹田。沐浴華池，灌靈根，虛無元德園。華池皆黃帝之別名也。上一至真神根，華根靈根靈之玉英，皆黃庭神之別名也。空中素，虛中宴，結珠固精，恬淡無欲，服食元氣，口養黃庭神，仙道奇功也。內外二篇皆先形容諸景，而後歸局於虛口元德園。華池結果於空虛恬淡。若以景為道，何言須得至真，乃顧時至。忌死氣諸穢，恬淡無欲，養華根，服食元氣，可遂生乎。陰符經曰：人知其神而神，不知不神而神。神而神者，諸景之神不神而神者，黃庭之神。因其有黃庭之神，而諸景亦各能神。其神若不修不神，而神之神，只修神而神之神，則五臟六腑九竅百骸，俱皆有神。將從何處下手，豈不至難至煩。非道祖至道不煩無旁午靈臺通天臨中野之義。靈臺即真靈所居之臺，亦即天心發現之處。中野即黃庭之中位。能守黃庭，則天心真靈之神，炯炯不昧。一真百真，而諸景之陰神亦皆化而為陽神。至簡至易，約而不煩。學者須要會的言外意。若不會言的外意，只於話頭上摸索，按圖造作，未免以石為玉，以銅為金。在皮囊上做功夫，馬能還元返本，結成至靈之丹，超出乎陰陽之外哉。正陽翁云：四大一身皆屬陰，不知何物是陽。口緣督子曰：一點陽精，秘在形山，不在心腎，而在手元關一竅。若執一身而修，無非修此五臟六腑九竅百骸。何能得陽精乎。不能得陽精，何能成陽丹乎。陽精不是別物，即是黃庭之神。又名谷神。黃庭即元關一竅。因其為天地之根，陰陽之門，性命之源，故謂元關。因其為谷神所居，統御萬法，主宰萬事，故謂黃庭。因其無形無象，無方無所，難種種邊，又謂虛無。落到實處，總是一中而已。識得此中，則知五臟六腑九竅百骸一動一靜一收一放，皆皆谷神默運之。毘陵翁云：有物先天地，無名本寂寥。能為萬象主，不逐四時凋。即此黃庭神之所以為神乎。道德經曰：多言數窮，不如守中。三丰翁云：守黃庭，養谷神。男子懷胎笑殺人，凡此皆言黃庭中一竅。有谷神居之，守之則昌，失之則亡。人能守此一中，須臾不離，則萬神來朝於一神。不特五臟六腑九竅百骸聽命於黃庭，即八萬四千毫毛亦皆化為護法神。內外光明，表裏瑩淨。一本散而為萬，殊萬殊歸而為一本。形神俱妙，與道合真。千變萬化，總是一中。總是一神。大丈夫之能事畢矣。噫，悟之者立躋聖位，迷之者萬劫沉淪。識得真正黃庭不神而神者，有幾人哉。後附二圖以參備考。

黃庭諸景圖

髮神 喉神 肺神 腹中神 左腎神
 腦神 心神 肝神 大腹神 右腎神



眼神 鼻神 耳神 齒神 舌神 口神 膽神 三焦神 膀胱神 右陰神
 身中九宮真人
 元首九宮真人
 重樓十二亭長

脾神 胃神 小腸神 左陽神

五臟六腑九竅百骸何見其有神哉如曰無神則五臟六腑九竅百骸俱是死物矣如曰有神神不可見誰其信之試言其神髮升血髮之神也腦藏精髓之神也眼能視眼之神也耳能聽耳之神也鼻能臭鼻之神也口能食口之神也舌能味舌之神也齒能嚼齒之神也喉嚨物喉之神也心靈明心之神也肺調氣肺之神也肝養血肝之神也脾消穀脾之神也胃藏穀胃之神也膽威明膽之神也三焦溫熱三焦之神也大腸出穢大腸之神也小腸受水小腸之神也膀胱出水膀胱之神也腹包物腹之神也左陽升陽氣左陽之神也右陰運陰氣右陰之神也左腎主受精左腎之神也右腎主出精右腎之神也身中九宮各司其事身中九宮之神也元首九宮皆含其靈元首九宮之神也重樓其二串送飲食重樓十二之神也其外四肢百脈十二經絡活動流通無一不有神內篇曰至道不煩決存真泥丸百節皆有神可知一身內外皆是神也雖一身內外其神多般皆心中一神統之然其所以能神其神者非心之神杳冥中還

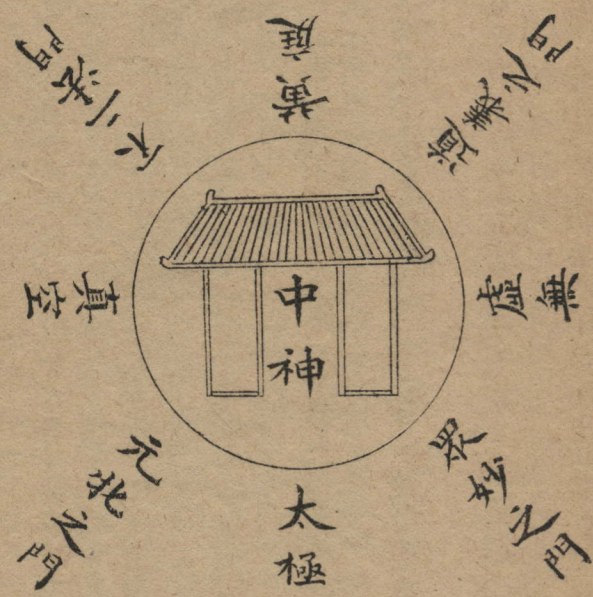
有箇難以擬議之神即黃庭之神也經內不明指出此神是何模樣居於何地惟內篇曰帶執性命守虛無名入上清死錄除外篇曰正室之中神所居洗心自理無敢汚曰虛無曰正室方是真正黃庭而非可與有量之黃庭同觀既是無量之黃庭則其中之神亦不與諸景之神相同人能守此虛無正室之黃庭則心神清淨心神清淨則五臟六腑九竅百骸之陰氣俱化諸神皆歸於黃庭之一神所謂殊塗而同歸百慮而一致也

黃庭出於先天藏於後天本無形象亦無名字強而圖之這箇而已強而名之黃庭是也因其渾然生機故名黃庭因其變化不測故謂之神黃庭體也神其用也一物而二名儒修之為道義之門釋修之為不二法門道修之為眾妙之門又為伉牝之門因其無形無象故道祖以諸景之神形容其黃庭之神使人於諸景之神追究其黃庭無景之神耳人能於無景中追究出箇所以為神處則知黃庭上柱天下柱地無頭無尾無背無面大包宇宙小入毫端可以同虛空界行住坐卧不離這箇矣

黃

庭

圖



金丹四百字解序

金丹四百字乃宋紫陽真人成道以後遺與馬處厚之文其文初無定名後人因其無名以金丹四百字名之是文其言約而不繁其義顯而且明與悟真篇相為表裏悟真篇細分藥物火候四百字總撮始終大義兩者一而二二而一也但四百字自宋迄今註釋者甚多或以爐火解或以搬運解求其傳真寫神發其藏蘊者卒不可得予不忍祖師灑寶埋沒遂段細釋破其譬象明指何者是鼎何者是爐何者是藥何者是火何者是有作何者是無為字字分晰句句辨別剝核見仁碎骨露髓寶函珠玉明明朗朗庶乎閱者一目了然不為邪說淫辭所惑矣註既成猶恐學者躐等而求妄冀速驗因附以二十四要二十四訣使學

者循序而進自卑登高足踏實地而行自有深造自得之時亦可不枉
費功力矣

嘉慶十二年歲次丁卯冬至月朔三日棲雲山素樸散人自序

金丹四百字解

宋天臺張紫陽真人著
棲雲山悟元子劉一明解註

從學門人白玉峯刊梓
後學李雲峯重刊

真士擒真鉛。真鉛制真汞。鉛汞歸真土。身心寂不動。

土居中央為萬物之母能以和四象攢五行。生萬物。養萬物。所以成始而成終者。此云真土。非世間有方有所之濁土。乃人身無方無所之真意。真意主宰萬事。統攝精神。護持性命。鎮守中宮。與土同功。故以真土名之。因其誠一不二。又名真信。因其內藏生機。又名中黃。因其無物不包。又名黃庭。因其動靜如一。又名刀圭。因其能調陰陽。又名黃婆。因其總持理道。又名十字路。因其和合四象。又名四會。因其名多端。總以形容此真意之一物耳。鉛性沉重。其氣堅剛。經久不壞。此云真鉛。非世間有形有質之凡鉛。乃人身無形無質。真知之真情。真情外暗內明。剛強不屈。能禦外患。能制內邪。有象於鉛。故以真鉛名之。因其剛烈在內。又名黑虎。因其氣屬於金。又名白虎。因其不為物屈。又名金公。因其光照萬有。又名金華。因其轉運造化。又名天罡。因其暗中藏明。又名水中金。因其雌裏懷雄。又名月中兔。異名多端。總以形容此真情之一物耳。汞為活動之物。其性輕浮。其氣陰柔。易於走失。此云真汞。非世間有形有質之凡汞。乃人身無形無質。靈知之靈性。靈性外剛內柔。至虛至靈。變化不測。叩之則應。觸之則動。有象於汞。故以真汞名之。因其出入無時。又名為龍。因其氣應東方。又名青龍。因其經火煅成。又名赤龍。因其性柔愛物。又名木母。因其外陽內陰。又名姤女。因其雄內懷雌。又名日中鳥。因其真藏火中。又名朱裏汞。因其光無不通。又名流珠。異名多端。總以形容此靈性之一物耳。真意也。真情也。靈性也。即吾身中真士。真鉛。真汞。之三寶。此三寶有先天渾淪一氣。圓成無虧。不得云意。不得云情。不得云性。純是一真。及交後天。陽極生陰。一氣分而為三家。遂有意與情性之名。真者一分。假者斯出。輪迴種子當權。

根塵俱起。習氣日盛。真意中雜有假意。真情中雜有妄情。靈性中雜有氣性。邪正相混。假亂其真。性命搖動。日復一日。年復一年。真者全消。純是一假。陽盡陰純。不死豈能之乎。已往羣真。教人返本還元。以保性命者。無非教人返還此三者。皆歸於真耳。返還之道。莫先於知的。本來真意。果知真意。若下肯心。則信實在手。刹那之間。萬有皆空。俯視一切。外物難移。正氣漸生。道心常存。則妄情化而真性出。常應常靜。如真土擒真鉛。鉛不下沉矣。真情既現。不隱不瞞。元神常存。識神不起。則氣性化而靈性彰。如真鉛制真汞。汞不飛揚矣。擒制之法。非有心造作。乃自然之擒制。不擒而擒。不制而制。持以真信在中。真知之情。靈知之性。陰陽眷戀。二氣網緼。凝結不散。有不期然而然者也。丹道之所難得者。情性相合。情性相合。不偏不倚。之謂中。三家相會。仍是一氣。已去者而復返。已失者而又還。如鉛汞歸於土釜。穩穩當當。一切後天客氣。不能為害。幻身頑心。自然寂靜。不動矣。幻身頑心之妄動者。皆由三家不合之故。三家相合。真者復而假者自靜。身心何敢動之乎。

虛無生白雪。寂靜發黃芽。玉爐火溫。鼎上飛紫霞。

上言鉛汞歸真土。則身心不動。已入於虛寂之地矣。然虛須要虛。至於無可虛。方謂虛之至。寂要寂。至於靜之極。方謂寂之至。蓋虛無則先天真一之水。漸生寂靜。則先天真陽之氣。來復。故曰白雪生。黃芽發。白雪乃水氣化而上浮者。喻虛室生白之象。黃芽乃生機回而方萌者。喻靜中有動之象。虛室生白。靜極而動。黑中有白。陰內有陽。先天之氣。來復。金丹有象矣。金丹有象。急須勿忘勿助。用文火以溫養。而須臾不可稍懈者也。玉爐者。坤柔之爐。喻其功用從容而不急躁。鼎者。乾剛之鼎。喻其志念堅固而不變更。紫霞飛者。喻其功力到日。智慧頓開。當靈苗初生。不即不離。以文火溫養。防危慮險。由嫩而堅。由生而熟。火足丹成。慧光射外。如鼎中藥熟。紫霞飛於鼎上也。

華池蓮花開。神水金波靜。夜深月正明。天地一輪鏡。

華池者。喻靈竅也。神水者。喻真性也。蓮花者。喻慧光也。金波者。喻情緣也。當靈苗溫養氣足。心花開放。

慧光日生。故曰華池蓮花開。慧光既生。則內念不萌。而性定。性既定。則外物不納。而情忘。故曰神水金波靜。性定情忘。處於萬物之中。而不為萬物所瞞。圓陀陀。光灼灼。如一輪明月。照於深夜之中。上天下地無處不通。而金丹凝結於太虛空矣。

朱砂煉陽氣。水銀烹金精。金精與陽氣。朱砂而水銀。

上三段統言金丹始終之大畧。以下細分藥物火候之精微。朱砂屬火氣。濁象人之躁性。水銀屬水性。動象人之人心。陽氣生物象人之真性。金精光明象人之道心。呂祖云。七返還丹。在人先須煉已。待時悟真云。若要修成九轉。先須煉已。持心上陽子云。還丹最易煉已最難。此皆言欲修大道。先須煉已也。煉已之要。莫先於懲忿窒欲。忿氣者躁性之邪火。猛着撞着。即便發作。性命不顧。生死不計。如大火燒山。莫可遏止。若不用功懲治。煨煉為無烟無焰之物。最足陷真。朱砂煉陽氣者。是將躁性煉而為無性之真性也。欲念者。人心之識神。見景遇物。即便飛揚。六根俱發。七情並起。如羣寇盜竄。不能阻擋。若不猛力窒塞。烹煎成不動不搖之物。易足敗道。水銀烹金精者。是將人心烹化為無心之道心也。躁性滅。真性現。如朱砂化為陽氣。水為溫和之性矣。人心死。道心存。如水銀變為金精。水為光明之心矣。蓋真即在假之中。假不出真之外。是性也是心也。經火烹煉。即成真性道心。則朱砂化為陽氣。水銀變為金精矣。若不經火烹煉。永為躁性人心。雖陽氣亦化為朱砂。金精亦變為水銀矣。故曰金精與陽氣。朱砂而水銀。假可為真。真亦可為假。是在烹煉與不烹煉之間分別耳。修行者。可不先自懲忿窒欲。以煉已乎。噫。還丹在一時。煉已須十月。煉已之功。豈小焉哉。

日魂玉兔脂。月魄金烏髓。撥來歸鼎內。化作一泓水。

上言煉已之功。此言採藥之訣。日魂金烏。喻靈知之精華。玉兔月魄。喻真知之慧光。然靈知非真知之光。不能鑿之。遠真知非靈知之景。不能通其明。故曰日魂玉兔脂。月魄金烏髓。將此兩味真藥物。撥來歸於懸胎鼎內。用三昧真火。猛烹急煉。不交而必使之交。不合而必使之合。交之合之。必至鎔化如一。

泓之水絕無絲毫滓質方為極功。撥來者靈知易飛真知易藏當因其所發而即撥歸於鼎令其任而不令其去也。鼎非有形有象之鼎即前所解乾剛之鼎乃乾陽剛健之正氣正氣常存一念純真心堅志遠愈久愈力而真知靈知煅煉為混成之物矣。

藥物生玄竅。火候發陽爐。龍虎交會罷。金鼎產玄珠。

文會罷一作交會後

藥物者即真知靈知之藥物。玄竅者幽深隱微之竅。即陰陽分判之處。亦即性命寄居之處。所謂玄關竅者是也。此竅異名多端曰玄牝門曰生死戶曰生殺舍曰虛無竅曰眾妙門總而言之曰這個而已。這個竅非有非無非色非空無方所無形象在恍惚杳冥之中非外非內之際若以方所形象猜之差之多矣。火候者用功之候也。陽爐者猛烹急煉之功非實有爐因其用火功煅煉真靈大藥故謂之爐。龍屬木喻性靈知所出靈知之性變化不測故以龍象之。虎屬金喻情真知所出真知之情剛強不屈故以虎象之。但性有氣質之性有天賦之性情有愛欲之情有無妄之情。氣質之性者後天也。天賦之性者先天也。愛欲之情者後起也。無妄之情者固有也。金鼎者即乾剛之鼎玄珠者金丹之別名因其金丹圓明故喻以珠因其神妙難言故又喻以玄珠上文曰魄月魄化作一泓水金丹有象矣然丹道藥生有時運火有候若不知藥生之時運火之候金丹不結仙翁詩總識朱砂與黑鉛不知火候也如間大都全藉修持力毫髮差殊不結丹當真知靈知二藥生於玄竅即須乘時下手猛烹急煉煅去後天氣質之性愛欲之情降伏凡龍凡虎使先天真性情之真龍真虎交會於金鼎之中相吞相噉疑結不散自然產出一粒玄珠圓陀陀光灼灼通天徹地無遮碍矣。但此藥生玄竅之時與天地合其德與日月合其明與四時合其序與鬼神合其吉凶難得易失火候合宜則真者凝而假者消金丹立結火候稍差則真者去而假者來當面錯過入藥鏡云受氣吉防成凶可不慎乎。

此竅非凡竅乾坤共合成名為神氣穴內有坎離精

上言玄竅能生藥物持以此竅至玄至妙恍惚杳冥撮之則失議之則非非一身有形有象可見可指之凡竅乃無形無象不可見不可指之聖竅此竅在人身非黃庭非絳宮非丹田非氣海非尾閭非腎前膺後非兩腎中間非夾脊雙關非任督二脉非明堂非泥丸非天谷非玉枕非口鼻係乾坤陰陽二氣在虛空中合而成之者乾剛屬陽坤柔屬陰剛柔二氣相合有此竅剛柔二氣各別無此竅比之上天下地其中空虛即是玄竅人若有剛無柔或獨柔不剛孤陰寡陽其中雜氣塞滿焉有玄竅既無玄竅氣機已息焉能生藥故曰乾坤共合成因其乾坤合成又名神氣穴神者靈妙難測氣者冲和生機神為陽中之陰象離又象曰氣為陰中之陽象坎又象月乾坤陰陽相合中空一竅而日月來往於其中人之剛柔相合中空一竅而神氣凝結於其內同一理也故名為神氣穴內有坎離精人秉天地日月之精而生則身中之神氣即坎離之精也但此竅非可以有心求亦非可以無心取雖賴師傳還須自悟若悟此竅則坎離藥物現成不待外求當下順手可採奈何舉世學人在一身上下有形有象之穴竅用工夫豈能固神氣保性命哉

木汞一點紅金鉛三斤黑汞鉛結成砂取紫金色

上言玄竅有坎離精蓋以坎離精能以結丹也。離精為木汞木汞性浮靈性之象坎精為金鉛金鉛性沉真情之象靈性具有虛靈之火為靈知外陽內陰陰少陽多陰藏陽中其中之陰屬火故謂一點紅真情具有剛正之氣為真知外陰內陽陽少陰多陽藏陰內其外之陰屬水故謂三斤黑一點紅喻其少三斤黑喻其多非實有一點三斤之數也。丹道採靈知中一點虛靈之真火煉去妄情昏濁之雜氣採真知中清淨無欲之神水撲滅氣性無根之燥火真火神水兩而合一水火相濟真情靈性和合真知靈知相戀情即是性性即是情真而最靈靈而最真渾然一氣與天地同功運亦如鉛汞用火煅煉結成靈砂火足藥熟變為紫金之色永久而無更易矣。

家園景物麗風雨正春深耕鋤不費力大地皆黃金

上言鉛汞能以結丹。人或疑為世間凡鉛凡汞燒煉而成。殊不知非世間之凡物。乃我自己家園豔麗之景物。蓋以真知靈知即我之真鉛真汞家園自有不待外求。景物豔麗陰陽融和生機不息如風雨在於春深之時。藥苗由微而著。不用耕鋤之力。滿空飛白雪。徧處長黃芽。順手採來頭頭是道。隨足走去。步步有寶。如大地皆是黃金矣。

真鉛生於坎。其用在離宮。以黑而變紅。一鼎雲氣濃。

上言景物家園自有。然雖自有功夫不到不方圓。蓋以真知之鉛。陷於陰中。象坎卦。外陰內陽。陽在陰胞。客氣掩蔽正氣。正氣不能自出。若欲出之。其用卻在於離宮。靈知外實內虛。有象於離卦。具有虛靈之真火。以此真火煨去後起之客氣。則真知現而與靈知相合。以黑變紅。真知即是靈知。陽得陰而有養。陰陽眷戀。網緼和氣。如濃雲籠於鼎中而不散矣。

真汞出於離。其用在坎。姤女過南園。手執玉橄欖。

真汞之靈知藏有識神之雜氣。象離卦。外明內暗。識神借靈生妄。見火則飛。若無真知之鉛以制之。識神為禍不能返真。故其用在坎也。坎喻真知。真知具有真一之淨水。以此淨水撲滅識神之邪火。邪火滅而靈知返真矣。南園仍取離象。玉橄欖仍取坎象。姤女即靈知之別名。以其靈知為陽中之陰。故又以姤女名之。靈知得真知制伏。則陰來就陽。不為外物所移。靈知戀真知。真知戀靈知。即是姤女過南園。手執玉橄欖。而享用得濟矣。

震兌非東西坎離不南北。斗柄運周天。要人會攢簇。

上言木汞金鉛坎離相交。人多在一身有形有象有所處猜疑。或指火為離。為心屬南。指水為坎。為腎屬北。指木為震。為肝屬東。指金為兌。為肺屬西。是直以心腎肝肺為坎離震兌。實未得真傳者也。殊不知震者吾之真性。兌者吾之真情。坎者吾之真知。離者吾之靈知。四者即吾所具先天之真四象。因有後天雜氣相混。各居一方。而不能相會。今欲返還合為一氣。非攢簇之功不能。攢簇之功。乃扭轉

斗柄之天機。斗柄乃北斗第五第六第七三星。一名天罡。此星所生者凶。所指者吉。所以運周天列宿。行二十四氣。以成歲運。在吾身即一點真知之真情。真情一名金公。剛強不屈。有生有殺。亦如天上之斗柄。也有生以來。為客氣所染。外物所誘。斗柄指外。不指內。生氣在外。殺氣在內。順其造化。幼而壯。壯而老。老而死。萬劫輪迴。無有出頭之期。若知生殺之機。扭回斗柄。轉身之間。即到故鄉。可以奪周天造化。可以合四象五行。一時辰內。管丹成。絕不費力。但人多認不得真情之斗柄。僅在一身。東西南北。有形有象。錯認為震兌坎離。強作亂為。妄想結丹。無怪乎碌碌一生。到老無成。可不歎哉。火候不須時。冬至豈在子。及其沐浴法。卯酉亦虛也。

一本及其沐浴法。卯酉時空比身中一陽生為之。卯酉中

上言震兌坎離別有妙義。非東西南北不特此也。即丹經所云。子時進陽。午時退陰。符卯酉宜沐浴。亦皆虛比耳。非實指天邊之子午卯酉也。天地造化之道。以陽氣方生於地下。即為子。以陰氣方生於地下。即為午。以陽氣升於天地之中。為卯。以陰氣升於天地之中。為酉。子午陰陽方生之時。卯酉陰陽平和之時。此天地之子午卯酉也。丹道取子時。進陽火者。蓋以身中一點陽光發現。如冬至子月。一陽潛生。急須進火。採取扶此一點微陽。漸生漸長。不可稍有消耗。此即所謂子時進陽火也。取午時。退陰符者。蓋以身中一點陰氣暗生。如夏至午月。一陰來。始急須運符退去。抑此一點邪陰。漸生漸消。不可稍有姑息。此即所謂退陰符也。其實陽生陰生。時時刻刻。而有陽生。即是子。陰生。即是午。乃吾身中之活子午。非是天邊之死子午。故曰火候不須時。冬至豈在子。言子而不言午者。午即包於子中矣。古仙云。不必天邊尋子。身中自有一陽生。觀此可知。冬至不在子矣。丹道取卯酉宜沐浴者。蓋以身中一點陽光回復。漸生漸長。與陰氣相和。不多不少。歸於中道。亦如卯月。地下陽氣升於天地之中。而春分須當住火。停輪使其陰陽平和。不可過進其火。是以沐浴。非言卯月宜沐浴也。身中一點陰氣來。始漸生。漸退。與陽氣相合。不偏不倚。入於中道。亦如酉月。陰氣升於天地之中。而秋分須當休歇。罷功使其

剛柔相當。不可過退其陰。是以沐浴非言酉月宜沐浴也。故曰及其沐浴法。卯酉亦虛也。仙翁悟真云。兔難之月。及其時刑德臨門。藥象之特言。藥生進退。象卯酉之月。非言卯酉月宜沐浴可知矣。後人不知丹經比喻之言。或疑為子月子時進陽。午月午時退陰。卯月卯時酉月酉時沐浴。若以天邊子午卯酉為法。試思一年有一年之子午卯酉。一月有一月之子午卯酉。一日有一日之子午卯酉。一時有一時之子午卯酉。年月日時俱有子午卯酉。其將何者以為法乎。豈不大錯了也。仙翁以冬至不在子卯酉亦虛。比撥去一切旁門誤認之弊。教學者在實理上細心辨別。其慈悲為何如乎。

鳥肝與兔髓。擒來歸一處。一粒復一粒。從微而至著。上言火候沐浴不在子午卯酉。總是教人知其性情相和。陰陽同氣耳。鳥肝者日之精。肝色青。屬木。仍喻靈知之性。兔髓者月之華。髓色白。屬金。仍喻真知之情。靈知真知。真性真情。為修丹之大藥。將此四者。擒來歸於一處。運火烹煉。化為一氣。一氣渾然。生機常存。必自一陽而漸至六陽。純全從微而著。金丹成熟。自然而然。擒者非勉強作為。乃令其住而不令其去之謂。住則雜念不生。客氣不入。四者搏聚一處。而不相悖矣。一粒復一粒。即本立道生。陽氣漸長之義。非實有粒之形迹也。

混沌包虛空。虛空包三界。及尋其根源。一粒如黍大。如黍大一作黍米大上言鳥肝兔髓能以成丹。此丹非別物。即吾本來混沌之初。所具先天真一之氣也。此氣包羅虛空。虛空又包羅三界。能包虛空三界。其大無量矣。然雖其大無量。及尋其根源。不過如黍米之大。雖云如黍米。亦視之不見。聽之不聞。搏之不得。恍兮惚兮。其中有象。惚兮恍兮。其中有物。皆分冥兮。其中有精。其精甚真。其中有信。也是象是物是精是信。總名之曰先天真一之氣。此氣為天地之始。萬物之母。真空而含妙。有妙而有藏。真空大小不拘。有無不立。非色非空。即色即空。放之則彌六合。卷之則退藏於密。隱顯不測。變化無端。是豈有形有象之物可比哉。學者若知的混沌中之一氣。則知其一而萬事畢。

修道不難矣

天地交真液。日月含真精。會的坎離基。三界歸一身。

上言黍米一粒。能包虛空三界。然此一粒黍米之實。吾身本有。不待他求。但要會的調和。陰陽耳。陰陽不和。先天真一之氣不復。金丹不結。試觀天地交而真液降。以生萬物。日月交而真精運。以行四時。是陰不離陽。陽不離陰。陰陽相合。內含真液真精。方有造化。否則孤陰不生。獨陽不長。生機已息。造化何來。吾之靈知真知。即吾身所具之天地日月也。靈知具有天之陽氣。即天也。陽氣所舒之光輝。象離中之虛。虛即日也。真知具有地之陰氣。即地也。陰氣所藏之精華。象坎中之滿。滿即月也。天地日月。吾身俱備。但人不知調和。以故陰陽相隔。生機消滅。終歸大化矣。若會的真知。靈知坎離之根。基本屬一氣。逆而修之。顛倒坎離。以真知而制靈知。以靈知而養真知。水火相濟。動靜如一。則心即是道。道即是心。心為道。心身為道身。與天地合其德。與日月合其明。與四時合其序。與鬼神合其吉凶。三界即在吾一身之中矣。

龍從東海來。虎向西山起。兩獸戰一場。化作天地髓。

龍從東海來。虎向西山起。一作龍從火起上言會的坎離基。大道可成。特以坎離者。真知靈知水火之象。若欲水火相濟。必先金木交併。性屬木居東。我家之物。因其靈通變化。故喻之以龍。情屬金。居西他家之物。因其剛烈堅強。故喻之以虎。但性情有真假之別。先後之分。圓明之性。無色之情。為真先天也。氣質之性。塵緣之情。為假後天也。有生以來。假者雜於真者之中。龍性猛惡。虎性猖狂。各居一方。彼此不應。若非去假而救真。則大道難成。曰龍從東海來者。驅龍而就虎。以性而求情也。曰虎向西山起者。牽虎而駕龍。以情而歸性也。性情相會。以情制性。以性鈐情。性情搏結。以猛惡猖狂而為馴順和平。假者消而真者復。木性愛金。順義金情戀木。慈仁金木相併。仍是圓成。無虧本來面目。故曰兩獸戰一場。化作天地髓。戰之一字。大有深意。人自先

天陽極交於後天。應劫根塵俱發。六賊作亂。七情為殃。加之現世積習客氣。內外皆陰。非可容易而剿。除若不狠力抉挖。馬能消滅。戰之正所以猛烹急煉。不到陰盡陽純之時。而功不容稍緩也。化作天地髓。是性情淳質俱化。精一不二。方是功力已到之時。仙翁悟真詩云。西山白虎甚猖狂。東海青龍不可當。兩手捉來令死鬥。化作一塊紫金霜。正此段之妙義。感性情豈易調和哉。苟非下數年死功夫。而未許返真也。

金花開承葉。玉蒂長鉛枝。坎離不曾開。乾坤幾幾時。上文金木交併。性情一家矣。此段緊接上文。申明金木交併之效。金花鉛枝。屬陽為剛。真情也。承葉玉蒂。屬陰為柔。真性也。離體中虛。虛屬陰。靈知也。坎體中實。實屬陽。真知也。金花開承葉者。剛中有柔情。即是性玉蒂長鉛枝者。柔中有剛性。即是情坎離不曾開者。實而藏虛。虛而含實。真知即是靈知。靈知是即真知。能剛能柔。能虛能實。剛柔相應。虛實兼該。寂然不動。感而遂通。感而遂通。寂然不動。與乾坤同消息。即與乾坤並長。久經幾時。而有傷損哉。

沐浴防危險。抽添自謹持。都來三萬刻。差失恐毫釐。上言性情混合。真知靈知凝結。金丹成就矣。然藥物易知。火候最難。不知運火詳細。差之毫釐。失之千里。金丹難成。蓋以丹還之後。有沐浴之時。有抽添之候。當藥未得須煉。已以採藥及丹已得。須沐浴以溫養。沐浴者防危險之功也。古仙云。還丹在一時。溫養須十月。十月共三萬刻。刻刻留心。防危險。如雞抱卵。如蚌含珠。一意規中。更加抽鉛添汞之功。謹守護持。毫釐不得差失。稍有差失。真中生假。客氣乘間而入。金丹得而復失。成而又壞。烹鼎之患。所不能免。故修丹之道。防危險之功。始終不可缺。防危者防其客氣潛生。慮險者慮其丹元有傷。言防危險。抽添之功。即在其中。抽者抽其鉛。添者添其汞。當丹未結。須借真鉛以制真汞。及汞已死。丹已結。須要將此鉛氣仍復抽去。真汞方成靈寶。蓋以真知之真鉛。雖是先天之物。從後天中產出。帶有後天之氣。初而以真知制靈知。不使靈知飛揚於外。

及其靈知已凝。又要將此真知所帶後天濁氣。漸漸抽去。毫無些子存留。金丹方能成熟。若稍有些子。抽不盡。則靈知不能成圓明之寶。抽一分真知。濁氣添一分靈知。清氣。濁氣盡而清氣凝。火到氣足。圓陀陀。光灼灼。僅有真靈圓明一寶。別無他物。亦如鉛池煎銀。抽盡鉛氣。祇留得一味乾水銀而已。仙翁悟真詩云。用鉛不得用凡鉛。用了真鉛也棄捐。此是用鉛真口訣。用鉛不用是誠言。此即抽鉛添汞之義。要之抽添之功。即防危險之用。抽添正所以去其危險耳。防之慮。之抽之添之。十月謹持。毫釐不差。金丹焉有不成者哉。三萬刻非實有十月之期。不過譬喻。還丹以至丹熟。聖胎完成之義。學者須要究竟。其勿以辭害意也。

夫婦交會時。洞房雲雨作一載。生箇兒。箇箇會騎鶴。以上言藥物火候修持功力。皆以丹道譬喻。仙翁恐學者不曉其中奧妙。誤入旁門曲徑。故又設此段。以世間男女夫婦之道。顯而易見者。譬喻示人耳。修真之道。千經萬典。說來說去。祇是教人調和陰陽。使陰陽交合。歸於一氣耳。試觀世間夫婦相會。及時相交。便能生兒。修道陰陽相會。及時相交。亦能生仙。吾之真知為陰中之陽。為夫。吾之靈知為陽中之陰。為婦。人自先天陽極。後天用事。真者迷失於外。如寄居他家。不屬於我矣。我家雖有靈知。婦不見夫。陰無陽制。靈亦有假。即參同所謂河上姤女靈而最神。見火則飛。不見塵埃也。若認得真知。夫喚回家。與靈知之婦相會。收於洞房。有密之中。夫戀婦而婦戀夫。夫婦交合。性情相投。則先天之氣。自虛無中來。凝結聖胎。更加溫養十月之功。氣足神全。脫出胞胎。身外有身。超出陰陽之外。不為天地造化所拘矣。更加向上功夫。重安爐。復立鼎。以行無為之妙道。子生孫。今孫又枝。千變萬化。箇箇騎鶴騰空。為大羅天仙矣。是道也。總一陰陽之道也。生人生仙。皆不離乎陰陽。但有仙凡之異耳。三丰云。順為凡。逆為仙。只在中間顛倒顛顛倒之法。非師罔知。若前解逐段分晰。已無剩義。今又體貼祖師四百字之句。仍以四百字分段註疏。為歌言簡意該。比象俱

破。使好學者一目了然。不犯思索。更能會通正解。則修真秘訣。可得其大半矣。
註疏四百字真義歌

- 第一段 真意發真知。靈知亦自應。三家合一。家修爾身心。定。
- 第二段 虛室卻生光。靜中又復陽。採求勤煅煉。化就紫金霜。
- 第三段 靈慧慧光生。性現塵情滅。朗朗夜明珠。無處不皎潔。
- 第四段 燥性化真性。人心變道心。若非神火煅。鍊裏怎分金。
- 第五段 真知與靈知。兩者本同氣。經火烹煉成。渾淪沒點弊。
- 第六段 元氣真靈露。趁時下手裁。性情相眷戀。長出大丹材。
- 第七段 有箇虛靈數。號為玄牝門。中藏神與氣。原是魄魂根。
- 第八段 靈知火裏精。真知水中寶。水火陰氣消。光鮮着實好。
- 第九段 靈藥自家有。何須在外尋。護持常照應。左右盡珠林。
- 第十段 真知總是真。卻要靈知配。煉去後天陰。兩家成一塊。
- 第十一段 靈知好外遊。須借真知制。以婦去從夫。坎離即既濟。
- 第十二段 震兌和坎離。精神性象。若知攢簇方。獨步崑崙上。
- 第十三段 火候不拘時。何勞尋子午。沐浴洗塵心。卯酉豈能主。
- 第十四段 金情與木性。不得有偏差。兩者如同氣。靈根自發花。
- 第十五段 大則包虛空。小還如黍米。若問這根源。一真而已矣。
- 第十六段 天地日月精。吾身本自有。真靈若不迷。造化常在手。
- 第十七段 性起情來制。情生性去牽。相爭相鬪罷。仍舊是先天。
- 第十八段 木性金情交。真知靈知合。武煉與文烹。現出玲瓏塔。

十九段 持心名沐浴。溫養有抽添。刻刻防危險。功深自入玄。
二十段 會的陰陽理。聖胎不難結。生子又生孫。長生永不滅。

讚曰

寶錄靈文四百。大義包括三鉛。統悟真之妙旨。洩海蟾之心傳。言簡約而深奧。理詳細而備全。處厚得之。了事杏林。借此成仙。可為修道雲路。正是渡人法船。學者能嘗滋味。靈時火裡生蓮。金丹四百字。段段着實。句句亦真。修持之爐鼎。藥物火候次序。有為無為。自始至終。無一不備。雖字四百。而悟真全部大意。悉包藏無遺。其中寓言譬象。余已解釋破核。見仁碎骨。露髓為初學者。助一炬之明。引入正道。但恐學者不知腳踏實地。苦力用功。未盡學人之事。即便妄想大道。躐等而求。自誤前程。爰於正註之後。外著學人二十四要。丹法二十四訣。其言最簡。其事易知。以發祖師不言之秘。若有志士。以此要訣。參會正經。循序而進。學道者久。必明道行道者終。必成道。庶不至虛度歲月。走入歧路矣。

學人二十四要

- 第一要 看破世事。世事若還看不破。身沉苦海怎能出。
- 第二要 斬斷牽纏。牽纏設若不能斷。六道輪迴在眼前。
- 第三要 窮究理義。不知辨別身心理。邪正難分誤路程。
- 第四要 尋師訪友。虛心即便能實腹。自滿到老無一長。
- 第五要 立志長久。要成經久不易事。必須經久不已功。
- 第六要 除去嗔恨。嗔恨若還不掃淨。滿腔濁氣掩真宗。
- 第七要 捨的色身。看得色身如假物。自然有路覓真身。
- 第八要 不怕勞苦。心強必上高山頂。怕苦終久不入真。
- 第九要 忍辱受垢。忍辱卑而不可踰。受垢柔而即能強。

第十要 饒人讓人 平心下氣是良方。
 第十一要 輕財重命 無常買的不來無。
 第十二要 物我同觀 若分彼此起塵氛。
 第十三要 酒色不迷 絕色必定命堅牢。
 第十四要 飢寒順受 若怕飢寒志不堅。
 第十五要 生死任命 訪道一心常在我。
 第十六要 廣行方便 見危盡力以扶人。
 第十七要 不愛熱鬧 聲色場中能亂性。
 第十八要 不傲不盈 盈滿必非載道林。
 第十九要 不貪美味 小人養口不養心。
 第二十要 不言是非 各人自掃門前雪。
 第二十一要 聰明不用 莫管他人屋上霜。
 第二十二要 睡少功多 有才不使常如拙。
 第二十三要 不受好物 有智深藏卻似愚。
 第二十四要 始終如一 朝乾夕惕功無歇。
 以上二十四要乃學人緊要之關口必須真履實踐條條打通行的過去方能遇得真師聞得大道若有一條不能行過即遇真師問道猶在兩可蓋以聞師教人千磨百錯明察暗試以驗真假果是真識之士如真金不怕火煉愈煉愈明自為高人鑒賞決定提接若非志士始勤終怠或陽奉陰違自己身邊事未能行的過去而欲妄想他人寶物所謂噴不除態不改隨入生死輪迴海堆金積玉滿山川神仙冷笑應不采道且不得聞而况成道乎夫問道者小聖人成道者大聖人聖人之事豈是玄虛不實

之輩所能得者哉

丹訣二十四訣

第一訣 修補丹房

培養後天第一端精神氣旺耐飢寒色身修的堅強了避雨遮風好煉丹

第二訣 煉己築基

煉已持心是築基塵情妄念盡拋離果然煉到已無處不動不搖物怎迷

第三訣 立鼎安爐

志念堅牢為立鼎工夫漸進是安爐剛柔兩用無偏勝準備隨時運火符

第四訣 採取藥物

大藥三般精氣神項先辨別假和真是非只隔一些子莫把魁罡認非辰

第五訣 以鉛制汞

金情別號是真鉛木性輕浮以汞傳曉得情來鈐性法人心不起道心圓

第六訣 黃婆調和

可知真意是黃婆一信能調四象和攢簇五行皆借力全形造命不離心

第七訣 鉛汞相投

以鉛投汞情歸性以汞投鉛性戀情情性相交無隔碍何愁大道不能成

第八訣 運火煅煉

文烹武煉是仙方火發神爐陰與陽煅盡千般波洋物自然大藥起霞光

第九訣 還丹凝結

性情如一號還丹朗朗真靈結就團已得當初無價寶小心護守運神觀

培養後天

堅強色身

懲忿窒欲

克己復禮

剛以固其志

柔以用其功

假中尋真

沙裡淘金

真知不昧

靈知不飛

真意不散

陰陽自和

性去求情

情來歸性

振發正氣

掃除邪氣

剛柔相當

性情如一

第十訣沐浴溫養

念莫教起

意不使散

將垢洗塵沐浴方。勿忘勿助合陰陽。諸緣不起丹元固。養的靈根花蕊芳。

十一訣丹元成熟

黑中有白

靜極而動

黑中有白長生藥。暗裡藏明續命湯。煉就玲瓏明淨物。通天徹地放毫光。

十二訣吞服金丹

收神入室

點化羣陰

服丹不是外來丹。煉就真靈在內安。五府生光陰氣化。不迷不昧破關關。

十三訣移爐換鼎

本原到手

隨時種栽

金丹到手有真傳。換鼎移爐玄又玄。從此度心烹大藥。先天竅理煉先天。

十四訣凝結聖胎

百神俱集

五行混成

五氣朝元聚靈臺。先天種子已牢栽。如痴如醉如昏睡。恍惚杳冥結聖胎。

十五訣朝屯暮蒙

知雄守雌

天然火煉

知雄更要守其雌。水火熏蒸不問時。自有樞機翻卦象。何須着意強施為。

十六訣溫養胎胎

如雞抱卵

似蚌含珠

專一猶如雞抱卵。至誠恰似蚌含珠。時時靜守虛靈竅。免得爐中水火孤。

十七訣防危慮險

外無其身

內無其心

陽氣未純猶有險。餘陰不盡要防危。後天滓質如消化。可保胎元莫損虧。

十八訣十月胎圓

先天氣純

後天氣化

十月工夫胎始圓。後天化盡先天全。清清淨淨別無物。非色非空一自然。

十九訣待時脫化

無思無為

不即不離

脫化原來有日期。錯前錯後俱非宜。誠中達外無容強。瓜熟自然蒂落離。

二十訣嬰兒出現

打破混沌

跳入虛無

守定黃庭養谷神。形全氣足火停輪。乍雷一響天門破。跳出金剛不死人。

二十一訣乳哺三年

光而不耀

明而不用

真靈煉就一金身。萬古千秋不落塵。乳哺三年光不耀。知前曉後聖而神。

二十二訣出入自便

形神俱妙

與道合真

形神俱妙等虛空。與道合真萬法通。顯晦逆從人莫測。聚而有象散而風。

二十三訣面壁九年

有無俱不立

天地悉歸空

九年面壁有誰知。入室工夫不待思。天地歸空凡聖去。寂寥境內結仙居。

二十四訣子又生孫

變化無窮

神妙不測

子又生孫凡聖同。只分順去逆來中。古仙留下大丹訣。變化無窮到處通。

二十四訣步步火候須要審明。若有一毫之差。便有千里之失。古來仙真。多不明指次序。皆秘母言。子。只以象示人。恐其為匪人所竊也。余既得師口訣。不避怨尤。願公諸有志之士。縱無力行持。得聞大道。亦是無量之福。但此等大事。須要有大力者行之。更要有大德者方能行。若有大力無大德。動有魔障。鬼神不喜。大道不成。是以欲行其道。須先積德。德重能服鬼神。蓋以中下之人。德重於道。若德不大。雖能聞道。而成道猶未可必也。學道者須要先將這個題目認清。本末急緩。方有定見。而不至於枉費工夫矣。學者勉之。

悟元老人著

悟真直指

上海江東書局印行

悟真篇原序

嗟夫。人身難得。光景易遷。周測備短。安逃業報。不自及早省悟。惟只甘分待終。若臨歧一
念有差。墮於三塗。災劫。則動經塵劫。無有出期。故擇老以性命學。開方便門。教人修煉
以逃生。死擇氏以空寂為宗。若頓悟圓通。則直超彼岸。以修習漏未老。則尚循於有生。老氏
以煉養為真。若得其要樞。則立竊聖位。如其未明本性。則程滯於幻境。其次周易有窮理盡
性致命之詞。魯語有毋意必固我之說。此又孔子極臻於性命之奧也。然其言之常略而不
至於詳者何也。蓋欲序正人倫。施仁義禮樂之教。故於無為之道。未嘗顯言。但以術術寓諸
易象。性法混諸微言耳。至于莊子推窮物類。適遠之性。孟子善養浩然之氣。皆切幾之造。
夫漢魏伯陽引易道交媾之體。作泰同契。以明大丹之作用。唐忠國師於語錄首取老莊言。
以顯至道之孝。未如此豈非教難分。三造乃歸一。奈何世世繼黃之流。各有專門。互於非
是。致使三家宗旨。要迭沒邪。不得混而同時。且今人以道門為於性命。而不知性命
之法。理出兩端。有易道而難成者。有難道而易成者。如煉五芽之氣。服七雜之先。注於
按摩納清吐濁。念持咒。唾水吐符。叩齒集神。休妻絕糧。存神閉息。置眉間之累。補
腦益精。習房中之術。以至服煉金石草木之類。皆易過而難成。以上諸法。於修身之
道。率多減裂。故施力難多。而求效莫驗。若勤心苦志。未日夕備持。止可以避病。免其非橫。
一旦不行。則前功盡棄。以乃遷延歲月。事必難成。故望一得永得。還嬰返老。而度

化飛昇。不亦難乎。其中惟閉息一法。以功忘機。絕慮。即與二乘坐禪頓同。若勤而行之。
可以入定出神。奈何精神屬陰。不免常用遷徙之法。既未得金汞返還之道。又豈能回
陽換骨。白日而昇天哉。夫煉金液還丹者。則難過而易成。要須洞曉陰陽。深達造化。
方能追二氣於黃道。會三性於元宮。攢簇五行。和合四象。龍吟虎嘯。夫侶掃隨。玉鼎
陽煎。金爐火熾。始得元珠有象。太乙歸真。都來片晌工夫。永保無窮逸樂。至於防危
靈強。慎於運用。抽添。養正持盈。要在守雌抱。自然復陽生之氣。剝陰殺之形。命氣既
交。脫胎神化。名題仙籍。位歸真人。此乃大丈夫功成名遂之時也。近世修行之徒。妄
有執着。不悟妙法之真。却認神仙謾語。殊不知成道者。皆因煉金丹而得。凡人只泄
天機。遂託教事為名。今之學者。有取鉛汞為二氣。指臟腑為五行。分心腎為坎離。以肝肺為
龍虎。以神氣為子母。執津液為鉛汞。不識浮沉。空守玄竅。何異認他財為己物。呼別姓
為親兒。又豈知金木相尅之幽微。陰陽互用之奧妙。是皆日月之道。鉛汞異爐。坎望
結成還丹。不亦遠乎。僕幼親善道。涉獵三教經書。以至刑法書算。墜卜戟陣。天文地理。
者凶死生之術。靡不留心詳究。惟金丹一法。閱考群經。及諸家歌詩。漏契。皆云日月魂
庚甲龍水銀硃砂。白金黑錫。坎男離女。能成金液。還丹。終不言其真。真汞。是何物。色
不說火候。溫度。溫表。指歸。加以世迷。遂其腹。說將先聖典。妄行變法。乘此萬
狀。不惟牽亂仙經。抑亦惑誤後學。僕以至人未過。口訣難逢。遂至寢食不安。精神

疲勞雖詢求遍於海岳。清益全于賢愚。皆莫能通曉真宗。開照心腑。後至熙寧己酉。安
 因隨龍圖陸公入成。以夙志不回。初誠愈悟。遂感真人。授金丹藥物火候之訣。
 其言甚簡。其要不繁。可謂指法知源。一性百務。開日營。塵盡鑑明。校之仙徒。若
 合符契。因念世之學仙者。十有八九。而達真要素者。未聞一二。僕既遇真詮。安敢隱
 聲。其所得成詩九九八十一首。雜曰悟真第。內有七言四韻一十六首。以表二八三
 數。位向六十四首。按周易卦。五言一首。以象太乙。續添西江月一十二首。以周
 歲律。其九鼎器尊卑。藥物斤兩。火候進退。至玄後。先存亡有。吉凶悔吝。悉
 備其中矣。於本源真覺之性。有所未盡。又作為歌頌樂府。及雜言等。附之
 卷末。庶幾達本明性之道。全於此矣。兩期同志者。覽之。則兄未而悟。幸捨妄
 以從真。

時

熙寧己卯歲旦天台張伯端平叔序

悟真篇後序

竊以人之生也。皆係妄情。而有其身。有其身。則有患。若無其身。患從何有。友
 欲免夫患者。莫若體夫至道。欲體夫至道。莫若以夫本心。故以本心之傳也。道心
 之用也。人能察心。觀性。則圓以之。俾自現。無為之用自成。不假施功。欲超彼岸。此心
 心境。初發神珠。廓然。則何以攸。諸於。振離。微塵不染。以源自在。決定無生。此
 生明心體道之士。身不能累其性。境不能亂其真。則刀兵鳥槍。虎兇鳥能害。巨
 焚大浸。烏豎為害。達人。心若明鏡。鑑而不納。隨撥。在物。和而不唱。故於諸物。而皆
 也。此段。語多。上。至真之妙。道也。原其。道。本。名。聖人。強名。道。本。無言。聖人。強言。耳。
 然則。客言。若。寐。則。時。既。早。以。謂。其。傳。而。歸。於。真。是以。聖人。設。教。立。言。以。顯。其。道。故。道。因
 言。而。後。顯。言。因。道。而。反。忘。奈何。此。道。至。妙。至。微。世人。根。性。迷。鈍。執。其。有。身。而。更。死。悅
 生。故。平。難。了。悟。黃。老。忠。信。貪。其。乃。以。彼。生。之。術。吸。其。所。收。漸。次。等。之。以。備。生。之。要
 至。金丹。至。丹。之。要在。神。水。華。池。故。道。法。陰。符。之。旨。得。以。存。行。于。世。矣。蓋。人。悅。其
 生。也。故。其。言。隱。而。理。奧。學。身。難。誦。其。文。故。其。義。莫。曉。其。義。若。不。自。玉。人。接。之。口。決。
 縱。揣。量。百。種。終。莫。能。助。其。功。而。成。其。道。豈。然。學。此。於。外。半。毛。而。道。此。乃。如。麟。角。神。
 伯。端。向。已。酉。歲。於。成都。遇。師。授。丹。法。自。後。三。傳。與。人。三。遭。禍。患。皆。不。愈。兩。句。道。法。
 師。之。所。戒。云。異。日。有。以。汝。解。難。脫。鎖。此。當。宜。接。之。故。不。許。求。汝。汝。解。若。藉。而

患此道人不知信。遂撰此情真幕。假丹法方術。求學士。湊然而來。執其衰勤。心不忍拒。乃擇而授之。然此授也。非有巨勢。力能持極。而慷慨特達。能仁明道之士。初再罹禍。患心未竟。至於三。乃省前過。故知大丹之法。至簡至易。雖愚昧小人。得而行之。則立超地。是以天貴秘惜。不許於俗。而伯端不遂。所語。虛世天機。以有其身。以每膺遺棄。此天之降戒。以此之神且速。敢不深懼。勉責。自今以往。當甜口信。吾雖是。履前刀劍。加以。心善復敢言矣。此情真幕中。少歌詠。大丹藥物。俱細微之旨。多不備矣。好于此。須有仙骨。視之則智。實自。可以尋文解義。豈須伯端區區之口授。如此。乃天之所賜。亦伯端之執持也。如其篇末歌頌。談見性之事。如上所謂。無上妙覺之旨也。然無為之道。齊物為先。雖顯秘要。終是過客。奉伊凡玄。豫業有厚。性根有利。鈍。俱同一音。紛成異見。故釋迦文。殊所演法。實。喜此一乘。而談學。此。隨量會解。自然成三乘之義。此。或有性根。猛利之士。允聞此。則知伯端。以達摩。六祖。最上一乘之妙旨。可因一言。而性萬法也。如生百氣。為。則歸中下之。見亦伯端之答矣。

元豐改元戊午歲仲夏月戊寅日張伯端辛未再叙

悟真直指卷一

宋紫陽張真人著

七言律詩十六首以表二八之數

二八者十六之數。按一月上弦。水中之金八兩。下弦金中之水八兩。二八合為一斤。金水勻和。光輝不偏不倚。至中至正。丹法取此兩弦之象。修持大道者。蓋以陰中之陽為真陽。即上弦也。陽中之陰為真陰。即下弦也。陰中之陽。陽與陰和。陽中之陰。陰與陽和。真陰真陽相和。合而為一。是謂二八一斤。金丹成。象律詩十六首。表二八者。即表此也。

不求大道出迷途。縱負賢才豈丈夫。百歲光陰石火燦。一生身世水泡浮。只貪利祿求榮顯。不顧形容暗悴枯。試問堆金如岱嶽。無常買得不來無。

不顧一本不覺一本不覺如岱嶽一本等山嶽

塵寰盡是聲色之界。名利之鄉。以苦為樂。以假為真。損精耗氣。擊喪性命。有死而已。悟之而能超出者。至人也不知而陷於內者。迷人也。故古來成道仙真。幼而家庭孝友。所以全人倫。至四十而行不動心之道。所以保性命。蓋百年歲月。倏忽間耳。一生榮辱。轉眼時也。若不知返本還元。歸根復命。一時大限到來。縱有黃金堆積。只落的空手而去。仙翁曰。試問堆金如岱嶽。無常買得不來無。真是金鐘法鼓。驚醒一切矣。

其二

人生雖有百年期。天壽窮通莫預知。昨日街頭猶走馬。今朝棺內已眠屍。妻財拋下非君有。罪業將行難自欺。大藥不求真得遇。遇之不煉是愚痴。

街頭猶走馬一本庭前方宴樂棺內已眠屍一本室內已隱悲非君有一本非身有遇之不煉一本遇而不煉

後學李紫垣重刊

門人冲和張陽全長閱

世人爭名奪利日夜不休自謂壽數無終可以長享安樂怎曉天壽長短窮通得失非人所能預知勿謂世希百歲之人即壽至百歲終久難免荒郊一葬常見世人忽在忽亡竟至行路之間說笑之際狂然暴死者不可勝數噫時財妻屬我貪戀不休閉眼時諸物一空帶不去些子只落的萬般罪孽滿載而歸何若早看破世事急訪明師以求大藥倘機緣相逢大藥得遇便是大福分大根基直下猛力修煉即可出生以了無常若既遇而不下肯心修煉者便是自暴自棄癡愚之人亦與看不破世事者相等終亦必亡而已何貴於知哉

其三

學仙須是學天仙惟有金丹最的端二物會時情性合五行全處虎龍蟠本因戊己為媒婢遂使夫妻鎮合權只候功成朝北闕九霞光裏駕翔鸞

上二詩是教人看破世事急求大藥以脫生死矣夫脫生死之道學仙之道也但仙有數等了性而出陰神者鬼仙也了命而留形住世者地仙也性命俱了身外有身形神俱妙與道合真者天仙也鬼神雖是陰神出入自便然而宅室不固猶有拋身入身之患地仙雖能留形住世然而法身難脫猶有幻身委物之累二者一落於有死一落於有生均未能了脫其生死惟天仙脫幻身而成法身超出造化之外無生無死能脫生死與天齊壽永久不壞也學者欲脫生死須學天仙欲學天仙非金丹大道不能金者堅剛不壞之物丹者混成無碍之象堅剛不壞混成無碍渾然一氣如天之虛圓不測無物不包無物能傷故道成之後號曰天仙因其永久不壞又曰金丹因其隱顯不測又曰神仙其實金丹神仙總是天仙欲修天仙舍金丹之道餘無他術矣這箇金丹即人秉受於天至善無惡良知良能圓成無虧之靈根乃先天至陽之氣凝結而成者其中含陰陽藏五行有其氣而無其質非一身後天有形有象洋濁之物可比若經陰符陽火煅煉成熟永遠不壞名曰七返九還金液大還丹金丹者混成本性之別名非本性之外又有一金丹這箇丹人人具足箇箇圓成處聖不增處凡不減乃仙佛之種子

聖賢之根本但未經火煅煉則陽極必陰圓極必虧落於後天知識開而私欲雜氣質發而天良昧良知良能俱變不良無復純白之體故古聖人設金丹返還之道使人人歸家認祖復我本來原有之物事耳如何謂之返還返者我已去而復來之說還者我已失而又得之謂夫本性靈根有昧者皆因陰陽不和五行相傷之故若果陰陽合一五行攢簇仍是當年圓圖圓成故物矣二物者一剛一柔一健一順一真知一靈知一真情一靈性真知具於道心主剛健發而為真情靈知藏於人心主柔順含而為靈性真知靈知分離則健非所健順非所順剛柔失節真情靈性變而為假情假性矣真知靈知相合則健所當健順所當順剛柔隨時假情假性變而為真情靈性矣仙翁曰二物會時情性合豈不太然分明乎五行者金木水火土之五氣此五氣在先天則為元性元情元神元氣之五元在後天則為游魂鬼魄陰精識神妄意之五物五元具有仁義禮智信之五德五物具有喜怒哀樂慾之五賊五行全者先天後天混合攢簇以五元而統五物也龍為陽主生機屬東方木在人為性虎為陰主殺機屬西方金在人為情五行不和則各一其性五元變為五物五德化為五賊龍東虎西性亂情迷則為氣性妄情殺氣而削生氣矣五行若全則同歸一性五物變為五元五賊化為五德龍蟠虎踞性定情忘則為真情真性殺氣亦成生氣矣修丹之道不過調和剛柔使其健順相當性情相合而已性情相合陰陽會五行全仍是渾然天理至善無惡良知良能原本之物事而金丹復還矣但先天原本失散以後性東情西剛柔不應若無調和之物來往通信彼此隔絕終不相知調和之物即戊己二土也戊土主動屬陽己土主靜屬陰寂然不動者己土也感而遂通者戊土也戊己二土在五德為真信真信在中而性定真定用外而情和性定情和性情歸根如夫妻合懽仁義禮智歸於一信性情精神會於一氣三家相見五氣朝元還元返本金丹凝結一名聖胎再加向上工夫從有為而入無為十月溫養固濟牢封抽其健情之太過添其順性之不及用天然真火朝屯暮蒙煅盡後天陰氣無質生質從微而顯氣足神全霹靂一聲金蟬脫殼身外有身功成名遂朝北闕而駕翔鸞白日飛昇為純陽

不死之天仙。豈不快哉。噫。本來真性號金丹。四大為爐煉作團。悟之者立躋聖位。迷之者萬劫沉淪。有志者可不勉諸。

其四

此法真中妙更真。都緣我獨異於人。自知顛倒由離坎。誰識浮沉定主賓。金鼎欲留珠裏汞。玉池先下水中銀。神功運火非終且。現出深潭日一輪。

上詩言修煉金丹。須要性情相合。五行皆全。方能成功。然藥物易知。火候最難。火候者。修煉之法程也。呂祖云。上德者。以道全其形。是其純陽之未破。下德者。以術延其命。乃因坎離之已成。蓋以下德者。必須假法。以追攝之法者。術也。若無法無術。不能返本還元。命基不固。大道難成。故仙翁曰。此法真中妙更真。都緣我獨異於人。法而曰真。曰妙。則為至真。至妙之法。法至於真。則能竊陰陽。奪造化。轉生殺。逆氣機。法至於妙。神鬼不能測。著龜不能卜。先天而天弗違。後天而奉天時。乃為聖為賢之道。非一切旁門小法。所能窺其涯涘也。修煉真法之妙。妙在何處。妙在乎顛倒耳。顛倒者。顛倒陰陽。逆施造化也。離坎者。離為火。外雄而內雌。其內之雌為真陰。在人為靈。知藏於人心。人心動而靈知飛。如火之上炎也。離坎為水。外暗而內明。其內之明為真陽。在人為真。知具於道心。道心昧而真知藏。如水之下流也。用顛倒者。生道心。定人心也。道心生。則真知剛健。而精一之水上升。人心定。則靈知柔順。而亢燥之火下降。水上火下。而水火相濟矣。靈知為性。性屬木。木性柔。易浮。真知為情。情屬金。金情剛。易沉。靈知浮。而用事為主。真中有假。真知沉。而不彰為賓。假陷其真。此順行也。定主賓者。以真知之情為主。使沉下者而浮。上以靈知之性為賓。使浮上者而沉下。主賓反覆。而金木相併矣。水火交。金木併。道心健。人心順。真知靈知兩而合一。性情相投。金丹焉得不結。但此等真着妙法。非色非空。要在人所不知。而已獨知之。處做出。故曰自知。又曰誰識。人不識而自知之。其盜機也。天下莫能見。莫能知矣。是道也。有先後。有急緩。若不知先後急緩之妙。用縱能識得藥物。則顛倒難施。主賓不定。故緊接曰。金鼎欲留珠裏汞。玉池

先下水中銀。金者堅剛之物。玉者溫柔之物。鼎者煉藥之物。池者養火之物。金鼎玉池。喻修真之道。以剛柔為體也。人心屬離。離本乾體。即金鼎也。具地二之火為靈知。乃坤家柔順中正之物。即本來之良能也。人心本來空空洞洞。虛靈不昧。因交後天。識神借靈生妄。見景起塵。隨風揚波。無有一時停息。如朱裡之乘。遇火則飛。最難存留。參同所謂太陽流珠。常欲去人者是也。道心屬坎。坎本坤體。即玉池也。內藏天一之水為真知。乃乾宮剛健中正之物。即本來之良知也。因落後天。客氣用事。正氣退位。陽陷陰中。真為假蔽。沉溺慾海。良知有昧。如水中之銀。絕無而僅有矣。銀為金類。水中銀。即水中所藏之金。此金在先天為本性之良知。在後天為道心之真知。因其真知。至剛至健。喻之曰真鉛。因其真知。成仙成道。又喻之曰真種。古來聖賢。皆採此一味大藥。而了性命。人心靈知。雖是易動。若得道心之真知。制之。則靈歸於真。自不飛走。參同所謂卒得金華轉。而相因者是也。黃鶴賦云。離內七般硃砂。無真種。則時刻難留。七般硃砂。乃涕唾精津氣血液。七般硃砂不定。皆因人心之靈不定。然人心之靈不定。皆因道心有失。而不定之。若欲留人心之靈。知須先下此道心之真知。真知真種之下。內有主宰。不為雜氣所惑。人心之靈。知自然凝結不散。借道心制人心。以人心順道心。以真知統靈知。以靈知養真知。剛柔相當。健順如一。性情和合。不出半箇時辰。結為一粒圓明寶珠。靈光朗照。一切陰邪之氣。不得而傷。故曰神功運火。非終且。現出深潭日一輪。神功者。即神明默運。慎獨之功。火者。即真知靈知。剛柔合一之。和氣運火者。戒慎乎其所不睹。恐懼乎其所不聞。運此真知靈知。剛柔合一。不使有一點滓質。留於方寸之間耳。這箇神功之火。如立竿見影。呼谷傳聲。若下肯心。不待終日。即能陰中返陽。如深潭日出。陰氣自退也。詩中。最要處。是欲留先下四字。其中有先發制人。義不及賓之旨。識得此旨。則顛倒陰陽。和合四象。反掌之易。此外丹法象也。外丹。即還丹之別名。因其已去而復來。已失而仍歸。從外而還於內。故謂外丹。又謂還丹。若已還後。即是內丹。此內外之分別也。

其五

虎躍龍騰風浪麤。中央正位產玄珠。果生枝上終期熟。子在腹中豈有殊。南北宗源翻卦象。晨昏火候合天樞。須知大隱居塵市。何必深山守靜孤。

腹中一本胞中

上詩言還丹之事。此詩言大丹之道。大丹之道。乃一時之功。此一時與天地合其德。與日月合其明。與四時合其序。與鬼神合其吉凶。難遇易錯。稍有不謹。先天真一之氣。得而復失。先天真一之氣。即還丹也。因其還丹。乃剛柔二氣。交合而成。故謂真一之氣。非還丹之外。別有真一之氣也。當還丹到手。道心剛健。人心柔順。真知靈知。混而成一。圓陀陀。光灼灼。乃是有生之初。良知良能。寂然不動。感而遂通。本來面目之。物事。此箇物事。因其性剛。號曰真鉛。因其氣壯。又曰雄虎。真鉛雄虎。總是一箇浩然正氣。至善無惡。秉彝良知。良能之天真耳。既得復此天真。須要將此天真。復於父母未生以前。五行不到之處。方能成得一箇永久不壞之天真。故當天真復還。溫之養之。謹封牢藏。虛極靜篤。陽氣充足。靜極又動。靈苗發現。呂祖所謂中宵漏永。溫溫鉛鼎。光透籬幃之時。當此之時。陽光出窟。如虎雄壯。其勢不可遏止。急用真性中一點虛靈之火。迎之。虛靈之火。謂之牝龍。虎躍龍騰者。陰陽搏聚之象。風浪麤者。虎出窟而風生。龍出潭而浪起。陰陽相爭之義。龍虎交會。性情相投。合而為一。入於中央。先天之氣。自虛無中來。凝而為一粒黍珠。聖胎有象。聖胎者。谷神也。谷神者。即玄牝交而合一之神。陽玄即虎情。陰牝即龍性。性情合而聖胎結。伋牝立而谷神生。到此地位。有為事畢。無為事彰。不必再為造作。聽其自然。如果生枝上。終有成熟之日。子在腹中。終有產生之時。但聖胎凝結。雖要無為。還有防危慮險之功。不可不知。南北宗源。翻卦象者。南為火。北為水。聖胎凝結。和氣重。水火歸於宗源。自相烹煎。任其天然。勿忘勿助之功也。晨昏火候。合天樞者。晨為一日之首。陽氣用事。昏為一夜之首。陰氣用事。天樞者。陰陽之氣。機當陽而用陽。當陰而用陰。火候進退。暗合晨昏之機。日乾夕惕之功也。勿忘勿助。日乾日惕。溫養十月。換去後天文卦。脫去先天法身。我命由我。不由天矣。是道也。在人類中而修。在市塵中而作。大

機大用。真着實行之功。非空空無為寂滅之學。故曰須知大隱居塵市。何必深山守靜孤。

其六

人人本有長生樂。自是迷徒枉擺拋。甘露降時天地合。黃芽生處坎離交。井蛙應謂無龍窟。雞鷄安知有鳳巢。丹熟自然金滿屋。何須尋草學燒茅。

安知一本單知

上三詩還丹大丹藥物火候。詳明且備矣。但恐學人。誤認金丹為燒煉凡物而成。故此詩緊接上詩。以提醒之。金丹者。即人秉受良知良能之本性。此性人人具足。箇箇圓成。處聖不增。處凡不減。不待他求。自己本有。若下肯心。直登聖域。性定命凝。永久不壞。是良知良能之本性。即長生之大藥也。一切迷徒。不究聖賢實理。不推性命根源。舍近求遠。棄真認假。空空一世。到老無成。枉自擺拋。豈不可歎可悲哉。人生本來良知之健德。秉之於天。即天也。本來良能之順德。受之於地。即地也。本來虛靈不昧之神。為靈性。乃地二之氣所化。即火也。本來純粹不雜之精。為真情。乃天一之氣所化。即水也。人能健順如一。則身中天地相合。如甘露洒心。而煩惱頓脫。人能精神不耗。則身中坎離相交。如黃芽自生。而元氣乃復。甘露降者。心清也。黃芽生者。意靜也。心清意靜。良知良能。一靈真性。懸於虛空之中。寂然不動。感而遂通。常應常靜。造化難移。萬物難屈。我命由我。不由天。長生之道。在是。彼井中之蛙。怎知有此龍窟。籬內之鷄。安知有此鳳巢。聞藥物火候之說。疑為茅法燒煉之術。奇奇怪怪。無所不為。殊不知修煉大丹。成熟之日。金玉滿堂。保命全形。富貴無比。一切世間滓質之物。何足戀乎。

其七

要知產藥川源處。只在西南是本鄉。鉛遇癸生須急採。金逢望後不堪嘗。送歸土釜牢封固。次入流珠斯配當。藥重一斤須二八。調停火候託陰陽。

望後一本望還

上詩言人人有長生之藥而未言藥生之處藥生之時。故此詩發明藥生端的。使學者隨時用功。謹慎火候耳。西南者坤方。為月晦極復蘇。陰極生陽之地。在人為靜極初動之時。這箇靜極之動。即是大藥發現之時。但動非外來客氣情慾之動。亦非內裏心意念頭之動。乃天心良知之動。道心真知之動。這箇天心良知。知道心真知。因其能超凡入聖。起死回生。故取象為藥物。因其靜極之時。萬緣俱息。天心良知。知道心真知。有一點光輝。露其端倪。故取象為產藥之處。因其天心良知。知道心真知。為黑中之白。虛無中來動。從靜生。如川之有源。故取象為藥生川源之處。這箇藥在先天為天心之良知。在後天為道心之真知。知道心者。即天心之影子。真知者。即良知之影子。因其天心陷於後天。不能常存。有時發現。別名為道心。因其良知。沉於慾海。光氣暗晦。亦間或不昧。別名為真知。若到返還以後。道心仍是天心。真知仍是良知。有時發現。間或不昧。即是道心。真知之本鄉。蓋有時發現。間或不昧。處有一點先天真之一生機存焉。借此一點生機。逆而修之。何難由道心真知。而復還於天心良知。但復還不難。總要知的靜極而動。川源之處。老子云。致虛極。守靜篤。萬物並作。吾以觀其復。易曰。反復其道。七日來復。皆指此道心真知所生之川源耳。既知藥生川源。須明下手時候。修丹妙用。只是取道心一味。為丹母。因其道心剛健。具有真知之情。取象為真鉛。鉛中有銀。外黑內白。道心中有真知。外暗而內明。故仙真皆以道心真知。比丹鉛。不肯直指。說破者。鄭之重之。恐為匪人所竊盜也。這箇道心真知。為情慾掩埋。陷溺已深。不能自出。既知川源。可以漸採復還之法。仍要在情慾中尋求。真知乃天一所生。為純粹至清之陽水。壬水也。情慾乃地六所生。為渾質至濁之陰水。癸水也。壬水藏於癸水之中。非癸水生。而壬水不現。真鉛不見。鉛遇癸生者。正陰陽二氣交接。癸方生。而猶未用事。壬水未散。真知未昧。急須採取。歸於懸胎鼎內。則情慾無施。亦自消滅。張三丰所謂。要採他出牆花兒。朵朵鮮者是也。金蓬望後者。既得真知來復。借此一點真知之真情。增而又增。進於剛健中正。純粹之精。如鉛中煉出白金。色足明亮。到此地位。良知良能。炯炯不昧。曲直而能應物。潛躍無不隨心。信步走去。頭頭是道。猶如一輪明月。當空

照見三千大千世界。通幽達冥。可以不用增添之功。棄有為而入無為矣。若不知火候。持盈未已。圓極必虧。明極反暗。如望後之月。陽中生陰。真知有傷。真者昧。而假者來。所有者後天之渾質。何堪嘗之乎。故當真知復圓之時。急送中央土釜。封鎖堅牢。不使些子滲漏。復以本性中一點虛靈。流珠配合。借陰濟陽。以虛養實。防危慮險。期必至於剛柔如一。陰陽相當。二八數足。不多不少。進於鑪盡金純。無一點氣質。而後已。然欲二八數足。全憑調停火候。明老嫩。知止足。辨吉凶。識緩急。時當進陽。即進陽時。當運陰。即運陰。大小無傷。兩國俱全。自然先天真一之氣。從虛無中來。凝結不散。聖胎成象矣。調停火候。正以剛柔不停。而調之藥重一斤。剛柔俱歸中正。二八相當。陰中有陽。陽中有陰。陰陽混成。剛柔悉化。寂然不動。感而遂通。感而遂通。寂然不動。永為不壞之物矣。噫。月至圓存乎口訣。時至子妙在心傳。藥物本自難知。火候亦不易曉。學者可不急求真師乎。此詩藥物火候。還丹大丹妙用。無不包括在內。為十六詩中着緊之處。讀者須要細心窮究。不可輕放一字過去。果有所悟。就証真師。可因一言而知萬法矣。其八

修煉三黃及四神。若尋眾草更非真。陰陽得類歸交感。二八相當自合親。潭底日紅陰怪滅。山頭月白藥苗新。時人要識真鉛汞。不是凡砂及水銀。

自合親一本是合親

上詩言真鉛真汞。二藥配合。方能成就金丹。然或人疑金丹是世間有形之物。燒煉而成。故此詩緊接曰。休煉三黃及四神。若尋眾草更非真。三黃者。硫黃雄黃雌黃也。四神者。硃砂水銀鉛硝也。三黃四神。眾草與我非類。焉能接命。焉能了性。不能接命了性。盡是空事。非真道也。三相類曰。同類易施功。分非種難為功。人秉天地陰陽二氣而生。身中即具陰陽之氣。陰陽之德。陽者剛也。陰者柔也。剛之德主命。柔之德主性。是陽剛陰柔者。即性命之源也。同類者。陽以陰為類。陰以陽為類。陰陽得類。則剛柔相應。如夫妻久別。忽然相會。未有不交感者也。二八者。陰中之陽。為真陽。剛健中正也。陽中之陰。為真陰。

柔順中正也。剛柔俱歸中正。陰陽相當。不偏不倚。自然相合相親。渾然一氣。凝結而不散矣。陰陽得類。二八相當。後天中返出先天。道心剛健。人心柔順。真知靈知。兩而相合。本來一點。良知良能之靈根。從虛無中露出。如潭底紅日。上升陰怪自滅。似山頭偃月。高掛藥苗新鮮。蓋以正氣生而邪氣自退。真者復而假者即消矣。潭底日紅。山頭月白。皆狀真陽發現。天心復見之象。天心復見。知能俱良。是謂金丹。這箇金丹。是我本來所具。真陰真陽。剛柔配合而成。乃盡性至命之真寶。豈是凡砂水銀燒煉而成乎。

其九

陽裏陰精質不剛。獨修一物轉羸。形按影皆非道。服食殮靈總是狂。舉世漫求鉛汞伏。何時得見龍虎降。勸君窮取生身處。返本還元是藥生。

舉世一本畢世

上詩言金丹藥物。不是外之三黃四神。眾草凡物。則修道者必於一身而修矣。殊不知人自先天真陽。失陷之後。一身所有者。乃陽裏之陰精耳。陰精不僅是交感之精。凡涕唾津液血氣。皆是陰精。其質不剛。身存則存。身亡則亡。隨幻身而有無之。若修此陽裏陰精之一物。而欲保命全形。轉覺羸。事終難成。彼世之勞形披影。服氣殮靈。與夫千門萬戶。不是煉陰精。便是補陰精。與道相隔。愈修愈遠。安能伏真鉛真汞。而歸於一氣。驅真龍真虎。而合為一家耶。夫金丹之道。生身之道也。生身之道。陰陽兩而合一之道。陰陽合一。其中有生機存焉。生人之道。借凡父凡母而生。幻身。生仙之道。借靈父聖母而成。真身。靈父即剛健之真知。聖母即柔順之靈知。生人。生仙。俱不外乎陰陽。但不過有聖凡之分。逆順之別耳。若人窮究生身之理。大悟大徹。知的父母如何能會。如何能交。如何受胎。如何保胎。如何胎全。如何生。產。如何乳哺。如何能行。如何能長。則修道始終。明明朗朗。可以一往直前。返本還元。起死回生。保命全形。而為大藥王矣。蓋修真大道。只是一箇生身之理。更無別法。彼一切旁門。孤陰寡陽。着空執相。獨修一物之徒。豈知有此乎。

其十

好把真鉛着意尋。莫教容易度光陰。但將地魄擒朱汞。自有天魂制水金。可謂道高龍虎伏。堪言德重鬼神欽。已知壽永齊天地。煩惱無由更上心。

上詩教人窮取生身之處。返本還元。然返本還元。須要識得真鉛一味大藥。識得真鉛。則識得一萬事。畢其他皆易事耳。真鉛不是別物。即前所云道心之真知是也。真知又名真種。識不得真種。修道無本。萬般作用。徒勞功力。故曰好把真鉛着意尋。着意尋三字。有格物致知窮理工夫。在內。學人欲修大道。莫若先窮實理。實理通徹。下手修為。立罕見影。若不窮通。妄冀天寶。便是懸虛不實。空度光陰矣。地魄。水金。陰中之陽。皆真知之法象。天魂。朱汞。陽中之陰。皆靈知之法象。但將地魄擒朱汞者。借真知而制靈知也。自有天魂制水金者。以靈知而養真知也。真知剛屬陽。為夫。靈知柔屬陰。為妻。以夫制妻。妻自順夫。妻順夫。而夫亦繼妻。夫妻相得。生機常存。參同契所謂太陽流珠。常欲去人。幸得金華。轉而相因者。是也。真知靈知。兩而合一。剛柔歸中。變為良知良能。寂然不動。感而遂通。聖胎有象。到此地位。道高而龍虎伏。德重而鬼神欽。方且壽永齊於天地。更何有煩惱上心乎。

十一

黃芽白雪不難尋。達者須憑德行深。四象五行全藉土。三元八卦豈離壬。煉成靈質人難識。消盡陰魔鬼莫侵。欲向人間留秘訣。未逢一箇是知音。

上詩言道高德重。龍虎鬼神。俱皆馴順。則是有道不可無德。有德不可無道也。夫至道不繁。火藥不遠。白雲近在眼前。黃芽卻生家內。若有肯心。順手可得。故曰不難尋。但此道為超凡入聖。起死回生。天下希有之事。雖不難尋。非大德大行者不能知。故又曰達者須憑德行深。果是德行之君子。丈夫。自不難尋也。四象者。金木水火之四氣。並土而為五行。三元者。天元地元人元。又上元中元下元。亦為三元。八卦者。即四象五行之陰陽。乾陽金。兌陰金。坎陽水。艮陰水。震陽木。巽陰木。離陽火。坤陰火。八卦雖配四

象陰陽而坤艮又具戊己二土坤為陰土艮為陽土五行之氣亦在其中五行在人為性情精神氣之五元發而為仁義禮智信之五德三元在人為元精元氣元神八卦在人即五元五德剛柔之性總之四象三元八卦皆是五行所變非五行之外別有四象三元八卦也四象五行全藉土者即仁義禮智全藉信成也三元八卦豈離土者即性情神氣不離精一也黃芽者土之生機信在於中也白雪者水之輕清精至於一也仁義禮智歸於信允執厥中而黃芽漸長性情神氣歸於一惟精惟一而白雪飛空精一執中修之煉之愈久愈力道心常振人心常靜真知靈知兩而合一一粒圓明寶珠懸於虛空之中常應常靜色空不拘顯晦隨時先天而天弗違後天而奉天時天且弗違而況於人乎況於鬼神乎人難識鬼莫侵豈虛語哉此道也至簡至易約而不繁知之者立躋聖位不待三年九載但世間少德行丈夫無真正男子多執柯伐柯猶以為遠仙翁云欲向人間留秘訣未達一箇是知音豈不可悲哉

十二

草木陰陽亦兩齊若還缺一不芳菲初開綠葉陽先倡次發紅花陰後隨常道即斯為日用真源反此有誰知報言學道諸君子不識陰陽莫亂為

上詩言德之不可不修此詩言道之不可不明易曰一陰一陽之謂道又曰天地絪縕萬物化醇男女構精萬物化生金丹之道全以陽健陰順為運用陰陽合一則生丹而延命陰陽相違則乖戾而喪命試觀草木無情之物始而綠葉陽先倡次而紅花陰後隨陰陽兩不相離類而推之一切有情常道未有外乎陰陽而成者不過常道順而仙道逆順者順行陰陽也逆者逆運陰陽也世人只知順行之道不知逆運之道所以逐於假境迷其真源陽極而陰陰極而死矣學者第一着先要識得陰陽二物識得陰陽即知的真源真源者即玄牝之門生陰在此生陽在此順亦在此逆亦在此知常返本立登聖域但陰陽不一有先天陰陽有後天陰陽有命陰陽有性陰陽有真陰陽有假陰陽有外陰陽有內陰陽這些陰陽俱要追究箇了然方敢下手若不識真陰真陽亂作亂為棄真入假自送性命耳

十三

不識玄中顛倒顛爭知火裏好栽蓮牽將白虎歸家養產箇明珠似月圓護守藥爐看火候但安神息任天然群陰剝盡丹成熟跳出凡籠壽萬年

凡籠一本堪籠

上詩教人認識陰陽此詩教人究明功用功用者顛倒陰陽之法也不識陰陽顛倒之法怎知火裏栽蓮之妙顛者何顛倒者何倒白虎屬金即乾宮一點剛健中正之氣名曰道心發而為真知之情因交後天人心用事道心不彰真情昧而妄情生如白虎自我家出外走於他家而傷人矣顛倒者仍於妄情中返回真情與真性配合如牽白虎由他家而復歸我家養矣真情既返真性即現性情相戀先天真一之氣自虛無中來結成一粒寶珠如圓滿之月光輝照耀山河大地如在掌上金丹有象參同契所謂金來歸性初乃得稱還丹者是也還丹既結良知良能靜則無為動則自然從容中道藥即是火火即是藥採取之功無用但安神息任其天然以造化爐中陰陽和氣真火煅盡後天羣陰化為純陽是謂丹熟吞而服之脫胎換骨跳出凡籠與天齊壽長生不死矣

十四

三五一都三箇字古今明者實然稀東三南二同成五北一西方四共之戊己自居生數五三家相覓結嬰兒嬰兒是一含真氣十月胎圓入聖基

上詩言顛倒陰陽之理此詩言措筭五行之功人生之初所具五行之性本是一氣渾然因交後天各一其性金木不併水火不交真上埋藏假土張狂性亂命搖陽氣盡而陰氣純不死豈能乎仙翁提出三五一三字教人措筭五行歸於一家還我本來良知良能渾然天理之面目耳但三五一三字古今來不知迷了多少英雄其間明得者可數而知夫所謂三五者即河圖五行之生數東三木南二火火生於木木火為一家一五也西四金北一水水生於金金水為一家一五也中央土自成一家一五也

修道者能明三五逆而修之合和四象攢簇五行則性情精氣神凝結仁義禮智信同氣是云三家相見在儒名曰太極又曰天理又曰至善又曰至誠在道名曰嬰兒又曰先天一氣又曰聖胎又曰金丹在釋名曰圓覺又曰真空又曰法身又曰舍利又曰摩尼珠等等名字總而言之曰天良本性道復本性良知良能還元返本溫養十月氣足神全脫離苦海身外有身入於不生不滅之聖基矣

十五

不識真鉛正祖宗萬般作用枉施功休妻謾遣陰陽隔絕粒徒教腸胃空草木金銀皆滓質雲霞日月屬朦朧更饒吐納並存想總與金丹事不同

上詩言攢簇五行歸於一氣方入聖基但攢簇五行須要識得先天真一之氣方可下手坎中一陽乃乾家剛健中正之氣為道心真知取象為真鉛乃天一所生具有先天真一之氣為生物之祖氣成聖成賢在他作佛作仙在他乃聖賢之根本仙佛之種子為金丹之正祖宗所謂知其一萬事畢者即此若不識真鉛是無祖宗則修丹無本一切休妻絕糧燒煉草木金銀吞殮雲霞日月吐納濁氣存想景象萬般作用不是着空便是執相皆是枉施功力與金丹之事有何干涉乎

十六

萬卷仙經語總同金丹只是根宗依他坤位生成體種向乾家交感宮莫怪天機俱露泄都緣學者自迷蒙若人了得詩中意立見三清太上氣

露泄 一本漏泄

以上十五詩或言順或言逆或分說或合說或指藥物或示火候辨別真假是非條陳細微層次散而未整恐人疑惑其事繁多難以進步故此詩總結十五詩之意示人以至簡至易之道耳古來仙真丹經道書千譬百喻設象立言極力形容發明道體雖立言有異而其理總同凡皆明金丹之根宗也無如後世書愈多而人愈惑各執己見趨入旁門彼豈知金丹根宗是取坎填離依坤歸乾之一着乎坤

位生成體者即坎中一陽也乾家交感宮者即離中一陰也坎本坤體故曰坤位離本乾體故曰乾位乾以易知坤以簡能乾剛健也坤柔順也因其剛健故易知而不犯難因其柔順故簡能而無勉强易知簡能在人即本來良知良能之本性也人生之初健順如一剛柔混成不識不知順帝之則圓陀陀光灼灼淨裸裸赤洒洒只有一箇良知良能之本性並無些子滓質及其二八之年陽極生陰交於後天陰氣用事理欲交雜健順不當剛柔失節於是陽為陰陷天真有昧如乾交坤乾中一陽入於坤宮坤卦實而成坎矣陰竊陽位知識漸開如坤交乾坤中一陰入於乾宮乾卦虛而成離矣天真昧則道心藏而惟微知識開則人心生而惟危微者絕無而僅有陽不勝陰也危者見景而生情陰勝於陽也然雖道心惟微人心惟危道心猶未全滅人心猶未全盛道心未全滅者以其有時而或冥中生白是謂真知但不過發有旋失耳人心未全盛者以其遇事而能隨機應變是謂靈知但不過借靈生妄耳修丹之道陰中返陽取出道心之真知點化人心之靈知靈知歸真真知至靈道心剛健人心柔順陰陽交感剛柔相應健順相當真靈不散仍還當年良知良能乾元面目是謂取坎填離又謂依坤種乾其實依他坤位生成體種向乾家交感宮即是取坎填離之義取坎則坎中所陷之陽出坎仍成坤填離則離中所雜之陰化離仍成乾乾坤體成伉牝立而谷神存金丹凝結性命到手不為後天造化所拘矣此乃萬劫一傳之天機上古仙真不肯分明說破仙翁大慈大悲十六詩中發古人所未發可謂拔天根而整理窟結尾又直指出金丹根宗天機露泄太盡若人了悟的詩中妙意真登聖域立見三清太上豈虛語哉

