

采取本來殊無象鼎中居乾坤在吾手出入儘由渠

胎息

無為無作謂之胎不出不入謂之息

鶴胎常寂寂龜息自懸懸凝神歸妙道抱一守天源

橐籥

鴻蒙闔闢謂之橐真息出入謂之籥

呼則以為橐吸則以為籥陰陽升降時口鼻皆是錯

抽添

忘形絕念謂之抽含情養性謂之添

養性須添未忘情不減鉛凝神入道妙非減亦非添

道藏輯要

三寶心鏡

早

壁集四

圓明

全歸太極謂之圓燦破虛空謂之明

功到丹成寶光寒月滿天竺蟾常不死照破未生前

交合

二氣渾融謂之交三元輻輳謂之合

姤女來東室金公住在西黃婆一作合配作好夫妻

火候

靜中陽動謂之火地下雷轟謂之候

火本木中生候乃陽來復地震躡天根巽風觀月窟

沐浴

揩磨心地謂之沐浴滌塵勞謂之浴

欲得狂猿伏先將劣馬擒洗來無一物處處得長生

復姤

陰極陽生謂之復陽盡陰生謂之姤

陰極陽來復陽終姤又生學人明此理掘地見天真

溫養

真息繇繇謂之溫含光默默謂之養

胎內嬰兒就還加溫養功時時常照顧方得顯神通

收放

入希夷門謂之收出塵妄境謂之放

道藏輯要

三寶心鑑

聖

壁集四

亘古靈童子神通大莫量放則周天地收時黍米藏

覺照

掀翻萬幻謂之覺獨露真常謂之照

二悉通太始元神入太初萬緣掀倒地獨透一真如

虛徹

有無不立謂之虛內外俱空謂之徹

著有都成幻云無又不中有無俱不立天地悉皆通

全真

純一不雜謂之全身入太虛謂之真

一本而萬具殊途而同歸達得全真體身心合太虛