

反生誹謗是以祕而不傳予自得遇至人以來述此修身祕要  
以警覺後學同志者各加勉共陟仙都

此篇窮性命之真發聖賢仙佛之理本本原原如疏如註有  
為無為之序內藥外藥之分養胎脫胎之妙盡著簡編觀止  
已茂以加矣

玄機直講

此祖師刪改前人之作  
以示人者故附入全集

### 煉丹火候說二篇

夫功夫下手不可執於有為有為都是後天今之道門多流此  
弊故世罕全真亦不可着於無為無為便落頑空今之釋門多  
中此弊故天下少佛子此道之不行由於道之不明也初功在

### 道藏輯要

三丰全集

玄機直講

十一

續畢集八

八十一

寂滅情緣掃除雜念除雜念是第一着築基煉己之功也人心  
既除則天心來復人欲既淨則天理常存每日先靜一時待身  
心都安定了氣息都和平了始將雙目微閉垂簾觀照心下腎  
上一寸三分之間不即不離勿忘勿助萬念俱泯一靈獨存謂  
之正念斯時也於此念中活活潑潑於彼氣中悠悠揚揚呼之  
至上上不衝心吸之至下下不衝腎一闔一闢一來一往行之  
一七二七自然漸漸兩腎火蒸丹田氣煖息不用調而自調氣  
不用煉而自煉氣息既和自然於上中下不入無來無去  
是為胎息是為神息是為真橐籥真鼎爐是為歸根復命是為  
玄牝之門天地之根氣到此時如花方蕊如胎方胞自然真氣

必尋有清  
動氣處相  
依方不落  
空方不執  
滯

薰蒸營衛由尾閭穿夾脊升上泥丸下鵲橋過重樓至絳宮而落於中丹田是爲河車初動但氣至而神未全非真動也不可理他我只微微凝照守於中宮自有無盡生機所謂養鄴鄂者此也行之一月二月我神益靜靜久則氣益生此爲神生氣氣生神之功也或百日或百餘日精神益長真氣漸充温温火候血水有餘自然坎離交媾乾坤會合神融氣暢一霎時間真氣混合自有一陣回風上衝百脈是爲河車真動中間若有一點靈光覺在丹田是爲水底玄珠土內黃芽爾時一陽來復恍如紅日初升照於滄海之內如霧如烟若隱若見則鉛火生焉方其乾坤坎離未交虛無寂滅神凝於中功無間斷打成一團是

道藏輯要

三丰全集

玄機直講

三

續畢集八

又上上

又

爲五行配合至若水火相交二候採取河車逆轉四候得藥神居於內丹光不離謂之大周天謂之行九轉大還也此時一點至陽之精凝結於中隱藏於欲淨情寂之時而有家有形到此地位息住於胎內外温養頃刻無差又謂之十月功夫也

夫靜功在一刻一刻之中亦有煉精化氣煉氣化神煉神還虛之功夫在內不獨十月然也卽一時一日一月一年皆然坐下閉目存神使心靜息調卽是煉精化氣之功也迴光返照凝神丹穴使真息往來內中靜極而動動極而靜無限天機卽是煉氣化神之功也如此真氣朝元陰陽反覆交媾一番自然風恬



浪靜我於此時將正念止於丹田卽是封固火候年月日時久  
久行此三部功夫不但入園十月也故曰運之一刻有一刻之  
周天運之一時一日一月一年卽有一時一日一月一年之周  
天也然一刻中上半刻爲溫爲進火爲望爲上弦爲朝屯爲春  
夏下半刻爲涼爲退符爲晦爲下弦爲暮蒙爲秋冬一時則有  
上四刻下四刻之分卽一日一月一年皆同此之謂攢簇陰陽  
五行一刻之功夫奪一年之氣候也到此乃是真空眞靜或一  
二年至十年百年打破虛空與太虛同體此爲煉神還虛之功  
也前功十月旣滿須時時照顧嬰兒十步百步千里萬里以漸  
而出倘或放縱不禁必致迷而不返仙經曰神入氣成胎氣歸  
道藏輯要

三丰全集 玄機直講

三 續畢集八  
又二又

神結丹所謂一點落黃庭是也但人雜念少者得丹早雜念多  
者得丹遲此法簡易奈人不肯勇猛耳若能恆久行持必然透  
金貫石入水蹈火通天達地再行積功累行服煉神丹大藥必  
然形神俱妙白晝飛昇全家拔宅此又在功德之淺深何如耳  
設或不服神丹只顧陽神冲舉回視舊骸一堆塵土夫亦白日  
羽翰萬劫長存可與宇宙同春者矣

### 返還證驗說

七返九還之法下手興功先將上竅陽裏眞陰入內金鼎氣海  
之中與下竅眞陽配合陽裏眞陰卽是自家元神屬三魂下竅  
眞陽卽是身中元氣屬七魄其先後二氣一合則坎離自交魂