

太極篇

身有橫津太極之根
葆其中黃形可長存

東陽子曰人受中氣以生與天地同於一稟者也易曰易有太極是生兩儀太極者大中之謂也春秋傳曰人受天地之中以生所謂命也人之就胎其腎先受形焉次之以生五藏故腎爲命門者也其左爲少陽爲天爲日其右爲太陰爲地爲月是一身之太極判而始生者也天地所以能長且久者以太極常若也人之所以長生久視者以中氣不失也故古先至人言養生者以身之中謂之黃庭焉黃者中之色也庭者中之所生也正當二腎之間者也其上至於魂庭魂庭者脾也其下至於關元關元者氣海也上下在臍各三寸前對生門後至密戶生門者

道藏輯要

道樞

卷

卷三

臍也密戶者精室也其中氣液流通上極於泥丸下至於衡端三元九宮八真二十四景悉以黃庭爲之主焉人之有黃庭卽天地之有太極老氏之謂谷神也谷神者何謂歟谷言其虛而受神之所藏也玄牝者二腎也其左爲玄玄者天之色也其右爲牝牝者地之類也天地呼吸之氣出入於此故曰天地之根綿綿若存用之不勤此所謂胎息者也審能修之常存而勿失雖與天地並焉可也然修之豈易也耶其必有道焉要之運用不過乎心保藏不過乎腎涵養和會不過乎脾致一守靜真積力久則必有得矣故修之之道以祕蓄真氣爲本洩泄者其大忌也經曰閉絕命門保玉都百年方酢壽有餘可不戒哉吾觀

臍之下三寸是為橫津化為精水流溢於外焉閉之唯在乎重密重密則精氣固矣此吾之真氣者也不兢兢謹謹以保持也哉

火候篇 內丹之基資火乃成 周天之度勿失常經

至游子曰閉氣二十有四其數足矣出則復行年六十有四遇海蟾子於是灑然而悟平日所聞皆非也然則其要何哉有二八兩之藥傳送於爐鼎使龍虎交加千萬遍而不止則大丹於是就矣呂公詩云有人問我長生法遙指天邊日月輪真知言哉

甲庚篇 東西定位金木既彰 于寅于申鍊之有方

道藏輯要 道樞 美 黃集三 又川上

至游子曰論子午者多矣子者北坎太元之水也吾觀乎天文上屬玄枵之躔當女虛危之舍下應乎齊之野在於人其配腎焉推於卦氣為復之卦一陽始生之卦也午者南離陽明之火也吾觀乎天文上屬鶉火之躔當柳星張之舍下應乎周之野在於人其配心焉推之卦氣為姤之卦一陰始生之時也子雖為陰一陽生於其中謂之陰中有陽焉午雖為陽一陰生於其中謂之陽中有陰焉此學者所共知也夫學者以一陽之初動元氣上升皆知握固盤膝升身進火運金精於髓海滿神水於高源鼻氣綿綿內安神識至丑而止俟元氣傳至於亭午之時而合於心火此水火之交感者也以一陰之初動液血迎合皆