

除其絕陰手足常汗顏色改易凡八者其行不廢至於百日少
通運焉則真汞真鉛於是乎生若犯乎房色則有澎腹之疾故
色心未除暮夜飲酒不可行也

泥金篇

坎離相交金水立同
黃芽曰虎九載成功

欲修身者先明四象五行焉次之究烹鍊之方下火三百八十
四銖也一斤九載成功此至道也黃芽者鉛之精華也白虎者汞
中交合而見其形歸於真一者也鉛得汞而親斯從無入有者
歟汞得鉛而入體斯從有入無者歟變轉四象不失五行內外
坎離金木相配數壓卦爻日月開時混沌交泰天地合而三才
足矣從子至午修水火之運伏想禁制六周六甲子七返之道

道藏輯要

道樞

覓

觜集三
X 111

畢矣經曰鉛爲君汞爲臣鉛藥不真其汞難親鉛藥是真不失
家臣青腰使者赤白將軍金合二姓異族同羣白虎爲元黃芽
作根變鉛爲粉化汞爲塵陰居陽內陽在陰巡日盈月昃寒暑
以分唯有我法與道長存故金丹十六兩可以變真矣收黃芽
篩之淘之澄取而養之其名曰金砂子所謂金精者也復以水
銀白砂子五兩華池結成排壘入於神爐而固濟之養火五日
其火常五兩其藥抽至一斤入於神室以養之九轉於三田斯
成丹矣修氣者從冬至子之時先之以沐浴入於靜室然香東
向平坐閉目冥心扣齒三十有六次鳴天鼓三十有六於是存
想焉左有青龍右有白虎前有朱雀後有玄武然後以舌漱玉

液相連曠之者三十有六相續不斷既以存心在於下丹田其神氣集於一其名曰水火相交曰子母相守必使其口鼻無出入之氣如入禪定始爲妙也平旦至於午而如斯焉凡子之後午之前行止寢興惟存心在於下田使其氣相守至四月六日陽生既足其神不散至十月六日陰生既足一年周匝其氣乃成結珠於下田大如雞子而常動轉焉九年氣足形圓其光滿室十有八年髮黑齒生寒暑不侵八十年藏府空曠其氣珠自下田而來脾之上如日月相薄吞而曠之自然飽滿於是其氣珠離於下田而上結黃芽一百八十年其氣珠上朝於泥丸時轉於頂其足常淨此上升之候也自然身出五色之氣化爲

道藏輯要

道樞

章

鶴集三
入文川

五色之雲浮於足下騰空而起入於崆峒之天坐於退骨之臺冥心閉目其玄珠從頂而出化成一身逍遙自在是爲真人子者黑龜也曰癸曰丑至艮者五月日所出也寅者四月六日日所出也甲者三月七月日所出也卯者二月八月日所出也乙者正月九月日所出也辰者十月十二月日所出也巽者十一月日所出也曰巳曰丙曰午午者赤鳳也曰丁曰未至坤者十一月日所沒也申者十月十二月日所沒也庚者正月九月日所沒也酉者二月八月日所沒也辛者三月七月日所沒也戌者四月六月日所沒也乾者五月日所沒也曰亥曰壬此法日月者不可不知乎此也凡欲修身者於丑之時東向平坐先扣

齒次鳴天鼓各三十有六乃用左右手擡臍之下者九過其名曰三爻用肩左右紐九過其名曰返山用左右手相抱左右舞者九過其名曰舞玉用其首左右視後精腠者九過其名曰虎視金精用其首前點者十八過其名曰六爻上朝丹闕用其首左右打肩者九過其名曰掣擺金精盤足而坐想足板內水漸入精腠穿於青宮上入於泥丸去前明堂下穿於肺肝心腎脾內而過如是者八十一過行之九載道斯成矣此神仙換骨之法上士延齡之方也甲乙之曰瞪曰行肝之氣九口而爲三十六嚙焉丙丁之曰左右手叉抱後頸行心之氣九口而爲八十一嚙焉庚辛之曰行肺之氣左右手上托二十七口而爲七十

道藏輯要

道樞

重

黃集三
又文川

二嚙焉壬癸之曰左右手叉抱其膝行腎之氣三十六口而爲一百八嚙焉戊己之曰行脾之氣撮口嚙之十五口而爲二十三嚙焉肝者東方甲乙木也故肝之氣名曰青龍其氣從後脊腠左脈而上來入於神門神門者目也目中化淚是爲真木淚之餘氣流入於左腠之上其大如一黍是爲還丹焉肺者西方庚辛金也故肺之氣名曰白虎其氣從後脊腠右脈而上來入於玄門玄門者鼻也鼻中化涕是爲真金涕之餘氣入於右腠之上其大如一黍是爲金液焉心者南方丙丁火也故心之氣名曰朱雀其氣從前腹左脈而上來至於鐵牛鐵牛者舌也舌下至於心中化血是爲眞火血之餘氣流入於舌下之左是爲

神水焉腎者北方壬癸水也故腎之氣名曰玄武其氣從前腹右脈而上來至於般若船般若船者耳也耳下至於腎中化精是爲眞水精之餘氣流入於舌下之右是爲華池焉脾者中央戊巳土也故脾之氣名曰騰蛇其氣從後脊腠左右而上來至於泥丸泥丸者腦也腦化涎是爲眞土涎之餘氣流之於上下唇是爲黃芽焉四象者何謂也金翁者唾也黃婆者涎也嬰兒者精也姤女者血也夫人一日一夜十二時或夜長日短或日長夜短其十二時時有八刻刻有六十分於是十二時者共九十有六刻內有乾坤艮巽共四刻餘二十分四六二十四則爲二百四十有八分此通乎百刻者也凡一口氣出入其長三寸

道藏輯要

道樞

重

齋集三
又文川

故一口氣爲一息一息爲火一銖二十四息爲火一兩三百八十四息則爲火一斤一萬三千五百息則爲眞火三十有五斤二兩十有二銖一時之氣其長六千七百五寸十二時則爲長八萬一千寸矣晝夜百刻之中於是定二八之門烹鍊大丹假七物以成七寶斯有八陰八陽之圖焉子者八刻陽也黑龜也丑者八刻陰也艮者一刻陽也寅者八刻陽也卯者八刻陰也青龍也辰者八刻陽也巽者一刻陰也巳者八刻陰也午者八刻陽也赤鳳也未者八刻陰也坤者一刻陰也申者八刻陽也酉者八刻陰也白鶴也戌者八刻陽也乾者一刻陽也亥者八刻陰也老子曰修身者先養神養神者先養氣養氣者先養腦

養腦者先養肥養肥者先養精養精者先養唾養唾者先養水
水者華池之津液元氣之精者也水在於肺化爲唾其色白象
金也常爲心脈所灼故其唾流於心化爲血其色赤象火也常
爲腎脈所克故其血流於腎化爲精其色黑象水也常爲脾脈
所侵故其精流於脾化爲涎其色黃象土也常爲肝脈所克故
其涎流於目化爲淚其色青象木也腦有二脈下連於脊腠降
至於臍之下一寸有三分其名曰氣海海者神氣精所盛者也
故曰水能養萬物水竭萬物枯矣若夫元氣未通則難窮妙用
焉元氣者人之性命也其性屬脾脾出於意意發而心難留者
也夫能適正則識性矣真五行烹鍊者何也地三也白虎也天
道藏輯要

道樞

重

荷集二
火六川

三也赤鳳也黃婆也黑龜也風三也青龍也山三也真五行入
卦者何也地三也白元也天三也赤龍也中宮也玄龜入海也
巽三也青蛇也山三也內八卦真五行入鼎者何也坤小腸肺
大腸也乾心也艮腎也巽肝膽膀胱也夫身者神氣之虛宅也
氣者神之父也神者氣之母也神氣存則長久矣運至於元根
則成聖矣修身者必明五行曉八卦吾用火三百八十四銖內
以應乎卦爻之數也然八卦者從肝起焉肝震爲雷膽巽爲風
心離爲火小腸坤爲地肺兌爲澤大腸乾爲天腎坎爲水膀胱
艮爲山於是肝生七子卯震青龍之位焉是爲膽恒心豐小腸
豫肺歸妹大腸大壯腎解膀胱小過於是膽生七子巳巽風之

位焉是爲心家人小腸觀肺中乎大腸小畜腎渙膀胱漸肝益
於是心生七子午離朱雀姤女之位也是爲小腸晉肺睽大腸
大有腎未濟膀胱旅肝噬嗑膽鼎於是小腸生七子坤之位焉
是爲肺臨大腸泰腎師膀胱謙肝復膽升心明夷於是肺生七
子酉兌白虎之位焉是爲大腸夫腎困膀胱咸肝隨膽大過心
革小腸萃於是大腸生七子乾之位焉是爲腎訟膀胱遯肝無
妄膽姤心同人小腸否肺履於是腎生七子坎真武之位焉是
爲膀胱蹇肝屯膽井心既濟小腸比肺節大腸需於是膀胱生
七子艮之位焉是爲肝頤膽蠱心賁小腸剝肺損大腸大畜腎
蒙此內八卦各七子六十四卦亦各七子而成七夫七婦斯乃

道藏輯要

道樞

萬

稽集三
又文川

七返者也其名曰七寶七寶者氣也血也精也津也液也涕也
唾也用真火三百八十四銖鍊之九載而成功矣吾有真五行
入鼎之圖焉乾坤艮巽者四隅也北者坎也黑龜也亥子丑屬
焉亥之卦曰坎曰震曰坤曰兌子之卦曰節曰賁曰小畜曰復
丑之卦曰大畜曰解曰鼎曰臨東者震也青龍也寅卯辰屬焉
寅之卦曰大有曰既濟曰恒曰蠱曰同人曰咸曰漸曰泰卯之
卦曰晉曰革曰睽曰大過曰无妄曰訟曰大壯曰小過右水而
左風蓋艮巽居其隅者也南者離也赤鳳也已午未屬焉己之
卦曰乾曰艮曰巽曰離午之卦曰姤曰豫曰旅曰困未之卦曰
遯曰屯曰家人曰革西者兌也白虎也申酉戌屬焉申之卦曰

否曰師曰損曰隨曰益曰未濟曰歸妹西之卦曰明夷曰需曰
頤曰蒙曰蹇曰升戊之卦曰觀曰中孚曰剝曰豐曰噬嗑曰謙
右地而左天蓋乾坤居其隅者也處於靜室握固扣齒三十六
望日初出大步者九飲其日華者十八十八從天門而入焉月
出亦如之可奪天地造化之機助於金丹資於神氣

金碧篇

道之要妙莫大元一
能鍵其關生死之宅

扶桑紫陽君曰元氣者包十三徒者也口者藏之門戶也舌者
藏之關鍵也三關出入之城六府去來之戶者乎五味甚則齒
勞而口爽磨喉而消胃腸淡而心煩是以塞兌閉關而守其中
者爲可也鼻者膈膈也膈膈靖則神思安神思安則清靜矣百

道藏輯要

道樞

重

黃集三

關調則長生矣心有九用以驅九竅聖人獲壽而安志者保其
心也大腸一丈有二尺中元氣之府也食滿則立食空則傾厚
則無疾薄則消形是以聖人欲厚其腹腹厚無滓則不死者也
厚腹者何也棄味者也小腸八尺津液之源也中連百關故大
腸者洞也小腸者穴也塞洞閉穴則獲長生矣心之氣至於腎
而合於耳故多聽則勞心塞聰則志靖也肺者津液之府也五
藏者順之則康逆之則病乾之則熱濕之則冷夫飲食在脾消
鎔在胃是以脾受陽息而左搖胃受陰息而右動胃閉則人死
脾搖極則魂喪矣嗚呼五藏由脾者也生死由胃者也胃安者
在胃息味而已五藏者安之從神也搖之從氣也氣滿則神安