

重刊道藏輯要

道樞

宋至游子曾慥集

肘後三成篇

道遠如天疇克以登示之廉陞猶階而升

純陽子

呂洞賓也

曰吾修天爵而人爵可棄也悟真空而頑空可鄙

也蓋知陰陽升降法乎二儀性命根源歸乎一氣其來也有一夫一婦焉其去也有三男三女焉金男採黃芽於九宮之臺玉女收白雪於十二樓水中起火以分八卦陰內煉陽以別九州於是三田和會而火龍出於昏衢千日功成則游於蓬島矣其要蓋十有八焉小成之道七中成之道六大成之道五純陽子曰一嚙一呵一呵十搓久而行之皺少紅多此天童不老良之道藏輯要

道藏輯要

道樞

壹

紫集五
火八上

卦也何謂也人之六慾七情日交戰焉故喜怒哀樂鬱結於心以傷其神氣吾旦而起以舌攢其口惡濁之津盡嚙之而後呵之以左右手搓其面以散心之積氣使真氣上冲而入於臉斯返於童顏者也純陽子曰一搓一兜左右易手九九數終真陽不走此聚火煮海乾之卦也何謂也夫感物以喪其志則元陽耗而真氣失矣所以病且老且死豈不以下元虛損而氣微弱乎吾成亥之時於臍之下握之摩之八十有一而後復搓其手左右各八十有一九日而効八旬有一日而成功矣純陽子曰入九嚙一存三放七定息內觀事罔不畢此配合陰陽震之卦也何謂也夫飲食也或多焉或少焉時候有寒有熱忽有疾

生於五藏六府吾則以鼻引其氣其入至於九分以嚙斷氣勿使往來瞑目冥心存三放七始治其疾則想其疾之所在氣急則難止矣故當開口徐放焉而勿盡疾如未瘳也則再作之及於三五未有不瘳者也平居日用卯之時當夫心之陰下降腎之陽上升二氣相遇則依法行持焉使氣液各相配而相生見効則止純陽子曰閉門上嚙勒關下掐定意內觀元陽自足此聚火還元乾之卦也何謂也夫與事物交戰則耗其元陽失其真氣矣吾於戌亥之間閉口嚙氣下搐膀胱而上起焉微脇其腹意定而不亂於是內觀存想使心之火下降外腎之火入而相合於命府見効則止純陽子曰旦起疊盤呵雷嚙雨起身內

道藏輯要

道樞

二

黃集五

觀遞施弓弩此放火鍊形艮之卦也何謂也夫喜怒哀樂之氣經夕則積於四支其血滯矣經絡爲之不通吾旦起蟠膝正坐起身以左右手上摩其面嚙乎惡濁之津如其前焉於是呵其氣叩其齒以瀉心之積氣而集其神既已則俯身焉伸縮其手足如挽弓張弩於是經絡通矣氣至而血行矣久之其疾永除見効則止純陽子曰夫歸婦室月至陽宮桃花浪底龍虎相逢此交合龍虎離之卦也何謂也夫身之中易散者元氣也難生者真液也故液之少則不能生氣矣氣之散則不能生液矣必欲氣液交而爲精精永煉而爲砂吾其於午之時方腎之氣至於心勿使升於上而獨於其口出焉乃用乎既濟於是含津滿

口勿吐勿嘔神識內定鼻之息綿綿故腎之氣與心之氣自然相合是爲真氣真液者也陽龍陰虎由是交而變黃芽矣純陽子曰黃婆配合夫婦同域乾坤濟會陽關須勒此煉丹之法乾坤之卦也何謂也夫氣海之中有真陰真陽焉相戀於脾之中運肺之液而般運焉和合無數而入於黃庭吾於戊亥之間微脇其腹是爲勒陽關使氣不上升而下煉焉此特小成而已未及中成者也純陽子曰三男三女俯仰開關節次升存過關勿急此肘後之法也何謂也夫真氣真液其相交也下而入於丹田於是火之候無差以養乎真胎而變乎純陽焉始於子之時氣生之後用肘後之法運入於上宮是爲還精補腦之道可以

道藏輯要

道樞

三

紫集五
X文

長生久視者也三男者何也震也坎也艮也三女者何也巽也離也兌也吾俯其身則腎自相合而氣聚矣其仰也則腎自相離而氣散矣透過乎尾閭自其背而飛以入於腦是不可一日而至也其必節次而升以存想乎龍虎河車使上起焉然腎之虛陽入於頂則上壅而生熱故曰過關勿急也純陽子曰少男長女爭馳龍虎飛入天池化爲甘雨此肘後之飛金晶也何謂也既吾用夫肘後之法次第升存及腎之氣入於腦則行飛金晶焉故於子之時腎之氣生與肺之氣合於是腎之氣欲與肝之氣交焉其肺之氣存於腎之中是爲金晶者也於其時下功如前俯仰一撞三關直入於上宮合和於體海時飲乎天漿是

爲真陰神水者也如是以待乎既濟用艮之時其名曰少男用巽之時其名曰長女肘後之左曰龍右曰虎其頂曰天池其神水曰甘雨自艮至於巽凡一撞而入於頂於是煉頂之髓以爲水如腦中之神昏而瀝卽暫存於下身少焉復升而入於頂以煉之純陽子曰殺夫救婦當隨其母隨母澆灌五行有主此玉液之還丹也何謂也吾觀五行之理生我者斯謂之母矣我生者斯謂之子矣克我者斯謂之夫矣我克者斯謂之婦矣若夫春之月肝盛而脾衰是爲木強而土弱者也吾則損肝而益脾脾母也故於其盛之處而嚙氣還元焉脾母者心也是火生土者也火之盛者其在離之卦也五行有生克五藏有盛衰是以

道藏輯要

道樞

四

黃集五
又文

水也木也火也土也金也相生而爲子母者也火也金也土也木也水也相克而爲夫婦者也若夫用嚙之法則須五行之相克者焉此道也既飛金晶之後吾並行焉其要在乎識五行之理而已純陽子曰火寄冥宮水濟丹臺午前頻升瓊花自開此玉液之煉形也何謂也夫採藥以爲丹非純陽之氣不能煉之矣故肘後飛金晶以入於腦煉之既久或慮夫太過而陰不及則吐玉液煉其形焉蓋於午之前始於艮之時升身而起以起火煉其形焉火寄冥宮者煉之以純陽之氣者也水濟丹臺者灌之以玉液之水者也午之前何以頻升乎煉之以氣上升而滿體矣於是其血變而爲白膏爲瓊瑩然潔白煉形之効也純

陽子曰一陽初起輕仰後存龍蟠虎透水滿高原此金液之還丹也何謂也夫以玉液還丹其數不踰乎一百有八焉隨卽嚙之嚙也煉也其數有多寡而管在四時焉可以灌乎內丹而焚乎四肢也是爲金液還丹焉方腎之氣肺之精以入於腦而變爲神水故三純陰之氣與純陽上下相見是爲旣濟焉自子之時腎之氣生可以輕偃其脊微存其身聚其腎之氣一撞三關直入於泥丸與真髓相合而變爲神水則下降焉其猶甘露之灌於心也純陽子曰子後點舉勿厭頻升金光滿體陰盡陽純此金液之鍊形也何謂也夫以金精入於腦變而爲金液金液還元變而爲丹三就可以長生矣吾欲脫其殼則方金液自上

道藏輯要

道樞

五

精集五

入文

丹田之將降也乃升其身前起焉使真火一舉逢金水於玉池之側其名爲旣濟於是一次一圓金粟其大如米焉還丹一顆一道金光自起環周於身其名曰金液鍊形鍊形氣足乃始鍊氣成神而脫其殼矣故於子之後腎肺之精一撞入於泥丸點首而嚙則金液自來矣金液旣濟以前起火鍊之是爲還丹凡一嚙數鍊宜頻升者也純陽子曰觀夫中成然後知大成之道其至矣乎日月正旺夫婦俱仙對時起火氣自朝元此集神而朝元也何謂也前所云玉液還丹者殺夫救婦而求其母吾知之矣肝盛則脾必弱何也木者夫也土者婦也火者子也水者母也肝盛而殺夫不可下功也脾弱而殺婦火盛而求母用離

之時權之所以救脾者也故朝元者雖不離乎五行生克之理而隨時起火以鍊其真氣使陰全盡焉若夫春之月肝盛之時也起火以鍊肝而救脾於辰戌丑未之時起火以鍊脾則夫婦其俱仙矣然肝之盛也於其月其日其辰是爲三合之辰其名曰三花三花者三陽也雖起火矣猶懼乎肺之盛而傷其肝當於兌之時庚辛之日不可毫釐失功也以斯推之其餘豈異此哉吾依此行之則真氣合於元氣矣元氣合於真氣矣三氣合而變三花矣於是三花聚頂五氣朝元合就陽神而爲純陽之體斯乃身外有身棄殼而升仙也純陽子曰以胎止息因氣生神留息煉氣色應天真又曰養陽煉陰前仰後欽定息內觀數足自真此煉氣之成神

道藏輯要

道樞

六

紫集五
×文×

也何謂也胎息之道不在乎其出少其入多唯龍虎交而結神丹神丹就而息自止矣彼閉氣煉息止息煉神非大道也吾未見其能成功者也當以其旺之月之日之時起身起火降君火於所王之處於是其息悠然自上其氣不升其神不散矣不過十千氣吾以煉肝則青色出焉煉心則赤色出焉煉肺則白色出焉煉腎則黑色出焉煉脾則黃色出焉徧煉其五藏各七旬有二日於是爲三百有六十日而成功矣次之一歲則日煉其五藏日一朝焉若夫於定之中見車騎女樂之紛華宜慮夫陰鬼外魔與陽神雜焉必作內觀以起三昧之真火而焚其身可以交換仙凡矣純陽子曰內外俱定澄心自觀炎炎火裏歌樂

喧天此交換者所謂內觀者歟吾於年之中畢煉其五藏則五氣朝元矣月以紫河車運而入於天宮於是或有陰邪之魔詭爲車騎出其笙管與陽神雜焉學道者謬以爲實安其凡軀則不能棄質而仙矣莫若內外俱定不出入澄心靜慮觀乎壺天則五方之雲起於上女樂車騎陳於下矣彼陰邪者僞也其孰謂之真乎吾純陽之神其名曰天真元皇天君焉於斯之時從其本體真神扶衛以返於天宮內院則可以棄殼而去塵巢焉夫不辨乎真僞以傷陽神則狂易而邪蕩不免於死矣雖其形不壞而何有於道哉故內觀之時不憚起身以起火則僞者散而真者升矣火之名有三曰焚身曰降魔曰升天一日夫既朝元

道藏輯要

道樞

七

黃集五
X文川

至於天宮則貴乎調神有法焉純陽子曰七層寶塔三級紅樓至時勿懼出後難收此還神出入所謂調神者也夫調神以出與殼當在天宮之日而內觀焉紅樓者三田也寶塔者七氣也自下而上既至其上而不可有懼也陽神不純則陰鬼雜之矣故火之數不患其多也真氣不堅及出其軀則易驚以散其收以返其軀其亦難矣乎是以古先至人有披襟散髮之像焉夫欲至而不懼出而易收者莫若三百日採藥進火抽添有時焉五百日煉形合氣升降有數焉於水之中起其火有丹之後亦不患其多也於是魔散神聚不必乎紅樓寶塔矣惟內觀乎黃庭使五雲合而火龍踊起於紅光紫氣之中直出於昏衢其出

也自不懼矣其過也白不散矣吾之身外有身其如嬰兒焉始
可以論分形之道矣故未終乎前功則又惡能分形而出哉是
道也艱難萬緒若夫陰靈不散於定之中誤出於天門則不得
為純陽之仙也純陽子曰火龍既出須識金光往來無闕速至
仙鄉此分形之超脫也丹既就而真氣自生矣真氣生而陽神
自聚矣神何以聚乎戀其氣也氣何以聚乎戀其丹也神出則
以氣為形矣神入則以形止氣矣其出也如蟬之蛻焉故其殼
也寄於大川則生珠藏於名山則生玉若處於世則優游自如
矣或厭世而去則號召陰神跨鳳乘龍以朝於太微太微之君
考其功則自下島遷於中島自中島遷於上島行滿則返於洞

道藏輯要

道樞

八

黃集五

天

准易繫辭篇

乾轄其始坤括其終
最爾之形易行於中

抱黃子

道士張抱黃祥符中年已七十餘至岳麓訪
隱者周成不遇見橋人秀水黎白授以此書曰首有七

竅體有四肢乾坤定矣乾轄其始坤括其終貴賤位矣陰下而
六陽上而九剛柔斷矣覺以陽開暝以陰闔吉凶生矣純陰索
男純陽索女變化見矣九竅相盪五藏相通六府相須三宮相
統八卦相扶五行相照權之以長男運之以少女狀之以老翁
名之以姤女弱之以嬰兒和之以乳母耳目樞要口鼻輔助津
液調和骨髓堅固藏府光明神魂擁護陽老成父陰老成母地
出醴泉天降甘露火生於木金生於水得生於神失生於鬼神