

怕覺遲一念起如速覺寤即念隨覺 德念室  
慾銘諸肝脾修養所戒者慾慾二事損去真  
諸脾以脾主意也

詠道詩

九轉神精返上元河車般載運周天大道不  
離方寸地一條徑路過三田

修真十書雜著捷徑卷之二十五

修真十書悟真篇卷之二十六 丹序 李真  
嗟夫人身難得光景易遷測短脩安逃業  
報不自及早省悟惟尺甘分待終若臨岐一  
念有差墮三塗惡趣則動經塵劫無有出期  
當此之時雖悔何及故老釋以性命學開方  
便門教人修種以逃生死釋氏以空寂為宗  
若頓悟圓通則直超彼岸如其習漏未盡則  
尚拘於有生老氏以鍊養為真若得其要樞  
則立躋聖位如其未明本性則猶滯於幻形  
其次周易有窮理盡性至命之辭魯語有毋  
意必固我之說此又仲尼極臻乎性命之奧  
也然其言之常略而不至於詳者何也蓋欲  
序正人倫施仁義禮樂之教故於無為之道  
未嘗顯言但以命術寓諸易象性法混諸微  
言耳至於莊子推窮物累逍遙之性孟子善  
養浩然之氣皆切幾之迨夫漢魏伯陽引易  
道交媾之體作參同契以明大丹之作用唐  
忠國師於語錄首叙老莊言以顯至道之本  
末如此豈非教雖分三道乃歸一奈何後世  
黃緇之流各自專門互相非是致使三家宗

要速設邪岐不能混一而同歸矣且今人以  
道門尚於修命而不知修命之法理出兩端  
有易過而難成者有難過而易成者如鍊五  
芽之氣服七耀之光注想按摩納清吐濁念  
經持呪冥水叱符叩齒集神休妻絕粒存神  
閉息運眉間之思補腦還精習房中之術以  
至服鍊金石草木之類皆易過而難成已上  
諸法於修身之道率多滅裂故施力雖多而  
求效莫驗若勤心苦志日夕修持止可以辟  
病免其非橫一旦不行則前功漸棄此乃速  
延歲月事必難成欲望一得求得還嬰返老  
變化飛昇不亦難乎深可痛傷蓋近世修行  
之徒妄有執者不悟妙法之真却怨神仙謾  
語殊不知成道者皆因鍊金丹而得恐泄天  
機遂托數事為名其中惟閉息一法如能忘  
機絕慮即與二乘坐禪頗同若勤而行之可  
以出定出神奈何精神屬陰宅舍難固不免  
長用遷徙之法既未得金汞還返之道又豈  
能迴陽換骨白日而昇天哉夫鍊金液還丹  
者則難過而易成要須洞曉陰陽深達造化

方能超二氣於黃道會三性於元宮撥簇五行合和四象龍吟虎嘯夫倡婦隨玉鼎湯煎金爐火熾始得玄珠有象太乙歸真都來片餉工夫永保無窮逸樂至若防危慮險慎於運用抽添養正持盈要在守雌抱一自然復陽生之氣剝陰殺之形節氣既周脫胎神化名題仙籍位號其人此乃大丈夫功成名遂之時也今之學者有取鉛汞為二氣指藏府為五行分心腎為坎離以肝肺為龍虎用神氣為子母執津液為鉛汞不識浮沉寧分主客何異認他財為己物呼別姓為親兒又豈知金木相尅之幽微陰陽互用之奧妙是皆日月失道鉛汞異鑑欲望結成還丹不亦速乎僕初親善道涉獵三教經書以至刑法書算醫卜戰陣天文地理吉凶死生之術靡不留心詳究惟金丹一法閱盡羣經及諸家歌詩論契皆云日魂月魄庚虎甲龍水銀朱砂白金黑錫坎男離女能成金液還丹終不言真鉛真汞是何物色不說火候法度溫養指歸加以後世迷徒恣其臆說將先聖典教妄

行箋注乖訛萬狀不雅紊亂仙經抑亦感誤復學僕以至人未遇口訣難逢遂至寢食不安精神疲頓雖詢求遍于海嶽請益盡於賢愚皆莫能通曉真宗開照心腑後至熙寧己酉歲因隨龍圖陸公入成都以夙志不回初誠愈恪遂感真人授金丹藥物火候之訣其言甚簡其要不繁可謂指流知源語一悟百霧開日瑩塵盡鑑明校之仙經若合符契因念世之學仙者十有八九而達真要者未聞一二僕既遇真筌安敢隱默聲所得成律詩

九九八十一首號曰悟真篇內七言四韻一十六首以表二八之數絕句六十四首按周易諸卦五言一首以象太乙續添西江月一十二首以周歲律其如鼎器專卑藥物斤兩火候進退主客後先存亡有無吉凶悔吝悉備其中矣於本源真覺之性有所未盡又作為歌頌樂府及雜言等附之卷末庶幾達本明性之道盡於此矣所期同志者覽之則見末而悟本捨妄以從真時熙寧乙卯歲旦天台張伯端平叔敘

丹房寶鑑之圖

陽 三 三 門 精

精 二兩赤日火午  
表己土朱雀金鳥金龍  
日魂鳥肝朱砂碧英  
震龍木兩青東三甲  
曹青成數八雷電

真土

土無正形 若明憲塵  
挨排四象 若奉未  
生真土金 若玄珠  
液大還丹

陰 三 三 牝 戶 氣 血

允虎金風白西四庚  
白錫成數九山澤  
剛一北黑月水子  
震戌土盡武无无虎  
月魄兔純黑錫悅德  
曲以成數六

汞

參妻 臣 水銀 流珠 玉液 神水  
梵女 玄女 木液 白雪 碧霞明兒 青衣女子  
東海青龍 交梨 浮 陰火白霞客 民子  
天兔 丹基 黑龜精 陽中長陰 下陰銀片  
已上汞之異名



右二章其人以此感悟世人惟恐或後故列之於首

三

學仙須是學天仙

葉士表曰仙有千種天仙者形神俱妙與道合真聚則成形散則成氣學此道者當內外虛明表裏瑩徹如立一塵則成滲漏惟有金丹最的端

李筌曰還丹之術百數此謂金丹者金液大還丹也○參同契曰金來歸性初乃得稱還丹蓋金為藥母金吐其液復還丹田謂之金液還丹也○魏師呂先天大學書曰夫金丹者先天一氣之祖後天而生兩儀三才萬物之母易曰乾元者始而亨者也萬物資之以始能以美利利天下而不

謂也象易太極無上至真之妙包含性命之宗內易曰中爻之義是謂造化金碧經曰神室者丹之樞轄在坎離一二數○參同契曰金來歸性初乃得稱還丹謂之金液歸其形神俱妙之道至簡至易一得未

得所以萬論千經能變化自然生神得其口訣雖至愚小人立躋聖位是以天機祕惜不許授之非人輕泄妄傳殃及九祖是知金丹者無上至真之徑路也黃帝修之以登雲天後世成真合道頓超生死盡因金丹而成○真人曰屈指從今飛步者盡因金液出塵寰即此義也

二物會時情性合五行全處虎龍蟠真一子曰金者情也水者性也金生於水猶情生於性水隱於金猶情復於性或曰金為母何得謂之情邪而參同契曰金為水母母隱子者是也交會則金水混融全聚則虎龍蟠結故下章云既驅二物歸黃道爭得靈丹不解生○參同契曰坎為水為月在人為腎腎藏生精精中有正陽之

氣爻昇于上精陰氣陽故鉛柔而銀剛虎性屬金而金能生水顛倒取之母隱子胎故虎向水中生也虎乃配鉛陰中之陽也離為火為日在人為心心臟生血中有真一之液流降于下血陽液陰故砂陽而未

陰龍性屬木而木能生火顛倒取之故母隱子胎龍從火裏出也龍亦配汞陽中之陰也  
本因戊己為媒媾遂使夫妻鎮合歡  
葉士表曰坎離納戊己戊己坎離中氣言前二物因中氣升降生成配合也○無名子曰戊己屬土謂之黃婆龍虎金木間隔東西黃婆使之會合豈非媒媾乎  
只候功成朝北闕九霞光裏駕祥鸞

四

此法真中妙更真都緣我獨異於人自知顛倒由離坎誰識浮沉定主賓  
葉士表曰五位相得而名有合乾納甲壬一九成十坤納乙癸四六成十艮丙震庚三七成十巽辛兌丁二八成十坎離戊己

共得十五顛倒上下不變所以顛倒升降皆由之也鉛沉汞浮沉者為主浮者為客○袁公輔曰惟其如此是以古之真仙上聖皆知陰陽顛倒在坎離兩卦但世罕有識得浮沉主賓者故高象先云舉世無人識河車是也

金鼎欲留朱裏汞玉池先下水中銀

葉士表曰此言浮沉主客也離火生汞坎水生金汞因鉛結鉛制汞伏乃子母相應也○參同契曰河上姤女靈而最神得火則飛不見埃塵鬼匿龍潛莫知所存將欲制之黃芽為銀真一子曰黃芽鉛也此兩句正應得上文顛倒坎離之說○大易誌圖曰陰中有陽者象鉛中有陰也黃芽產於河車之中歌曰黃芽鉛汞造陰穀含陽華篇意謂必先驅龍下就虎之氣然後方得二氣交合可以施功鍛鍊結成真一之精也

神功運火非終夕現出深潭日一輪

葉士表曰天地運神功以生萬物人能法

天地以運符火不待旦夕之間元海陽光生也真人謂一時辰內管丹成即此義也○無名子曰火即二弦之氣非終旦者明一時之中金丹之成也此法外藥法象也

五

虎躍龍騰風浪塵中央正位產玄珠果生枝上終期熟子在胞中宜有珠

葉士表曰坎離之氣如雲龍風虎奔騰飛躍至中宮產元珠也珠者金母所生真汞○參同契曰溫養子珠是也如果生枝上子在胎中待其數足也○袁公輔曰騰躍浪塵者言二物難調伏之狀若中宮能正其位故能吸引二物之精於中宮生長真汞如果生枝上子育胞中待其數足而成也○資生經曰臍下三寸為下丹田方圓四寸着脊梁兩腎中間左青右白上黃下黑中央赤名大海而貯其血氣亦名大中央言取人身上下四向最為中也中央正位即丹田金胎神室也

南北宗源翻卦象晨昏火候合天樞

葉士表曰坎離上下有既濟未濟之象朝也暮蒙一一合天之樞機也○象川翁曰子為六陽之首故為晨用也卦直事進火之候也午為六陰之首故為昏用蒙卦直事進水之候也一日之間用兩卦直事至

三十日終於既濟未濟二卦終而復始一月兩卦直事連北壯四卦一月計六十四卦一卦六爻六十四卦計三百八十四爻一年并閏餘之數皆依斗建而運之故曰合天樞也○無名子曰閏餘之數乾之初九起於坤之初六乾之策三十有六六爻計二百一十有六坤之初六起於乾之初九坤之策二十有四六爻計一百四十有四總而計之三百六十應周天之度日月行度交合升降不出卦爻之內月行連一月一周天日行連一歲一周天天樞者斗樞也一晝夜一周天而一月一移也如正月建寅二月建卯是也且如正月建寅立春戌時指辰雨水戌時指寅故曰日月常加戌時時見破軍上古至人知日月盈虧

明陰陽上下行子午符火日有晝夜數月  
應時加減然後暗合天度故曰合天樞也  
至道至妙妙在於斯坎離升降生靈藥  
結成黃芽○袁公輔曰子午為坎離之宗  
源循歷十二位翻諸卦爻朝屯暮蒙為六  
十卦符火之首要一一合天之樞機也  
須知大隱居鄧市何必深山守靜孤

葉士表曰此言得法與不得法得法者雖  
居市朝可為也○袁公輔曰苟得其法雖  
不在深山窮谷可修持也

六

人人盡有長生藥自是愚迷枉擺拋  
葉士表曰人之初生均受一點元陽之氣  
為養命之本男子自二八而真精泄女子  
自二七而天癸降然後有夫妻之欲眾生  
迷蒙醉於情愛日夜漏泄不知其幾何也  
本去根枯之死必矣世人但知養生止於  
禁慾殊不知一念若動氣隨心散精逐氣  
亡為此道者當心體大虛內外如一然後  
可以論金液大還丹之道也

甘露降時天地合黃芽生處坎離交

葉士表曰天地相合以降甘露人身抱沖  
和之氣與天地等若能離形去智淡然無  
慾則真氣流行上徹天谷如甘露降矣坎  
離升降生靈靈未結成黃芽○袁公輔曰

天地相合以降甘露坎離相交以生黃芽  
真人以四者取譬盡乾坤坎離也  
井蛙應謂無龍窟羅鷗爭知有鳳巢

葉士表曰此喻無知小人所見卑淺不信  
大丹有換骨回陽超凡入聖之妙沉於嗜  
慾毀譽至真如井蛙樂於勺水籬鷗居於  
寸地不知大海有龍宮之富鄧林有鳳巢  
之廣也○袁公輔曰蓋世之愚迷之徒不  
知有大道日肆戕賊虧耗真源終至死壞  
而不悔如井蛙不知有大海籬鷗不知有  
鄧林也

丹熟自然金滿屋何須尋草學燒茅  
葉士表曰金丹大藥本天地虛無自然之  
氣從無質而生丹熟則體變金玉發現神  
光巍巍堂堂證真金相豈同世俗尋草採

藥易銅鐵之質哉○袁公輔曰藥成之後  
金光透體奚用尋草燒茅以事假偽邪

七

要知產藥川源處只在西南是本鄉

葉士表曰此言運符產藥也西南坤地乃  
太陰本鄉月三日生魄於西南故丹藥自  
坤而產也  
鉛遇癸生須急採金逢望遠不堪嘗

葉士表曰癸亦坤坤納癸言藥本太陰之  
氣隨月初生便當採也十五以後月虧氣  
減不宜採矣太陰即太陽也月本無光  
因日生明一陽為震月初生也二陽為兌  
月上弦也三陽為乾月盈滿也 袁公輔  
曰自月初生為一陽起震卦至十五為三  
陽屬乾卦陽極陰生故十五已後月虧氣  
減以應三陰秋冬肅殺之氣不宜採也苟  
於十五已後採之是為孤陰易傳云獨陰  
不生獨陽不成○象川翁曰鉛遇癸生須  
急採金逢望遠不堪嘗言鉛與金即金丹  
也以癸日子時用功急採不得逾時也葉

文叔以為坤納於誤矣一本作癸日子時

者是矣蓋癸日遁得壬子時天壬地癸會

于北方故朱震易傳曰晦日朔旦坎月離

日會于壬癸坎月戊也離日己也又曰三

日暮震象月出庚八日兌象月見丁十五

日乾象月盈甲壬十六日且巽象月退辛

二十三日艮象月消丙三十日坤象月滅

乙藏癸晦日朔旦坎水流戊日中離火就

已無名子曰鉛過癸生癸生者時將丑

也金逢望遠望遠者月將虧也月之圓存

乎口訣時之子妙在心傳問天息數微微

數玉漏寒聲滴滴符此真人口口相傳之

密旨也

送歸土釜牢封閉

葉士表曰此言一日所得之藥土釜中宮

也封閉其然不泄耳○參同契曰三言

既闕鍵鑰處空房委志歸虛無無念以

為常○表公輔曰修神丹者能順則天地

神機妙用取而法之不差於時不失於偏

入能閉塞中宮不致洩漏始能與真汞相

匹偶也

次入流珠斡配當

葉士表曰此言次日再連流珠入鼎與昨

日所結之藥合和也○無名子曰既得黍

珠之後餌丹歸丹田土釜中固濟胞胎不

泄運火飛珠之汞以配之則靈胎始結矣

藥重一斤須二八調停火候托陰陽

葉士表曰此言一鼎之火凡一鼎火計三

十日三百六十時以應易數蓋易有六十

四卦計三百八十四爻乾坤坎離四卦為

鼎器藥物言之也若時日有虧爻符不足

則藥不成矣○參同契曰火記不虛作演

易以明之偃月法鑪鼎白虎為熬樞汞日

為流珠青龍與之俱舉東以合西魂魄自

相拘上弦炁數八下弦數亦八兩弦合正

精乾坤體乃成二八應一斤易道正不傾

鍊有三百八十四以應火炁之數○表

公輔曰藥須二八方成上下兩弦合一斤

之數故得金虎木龍之精化為真丹人非

陰陽兩備道不可成又非得火候調和烹

鍊終不成大丹也真人切於付囑云○象

川翁曰烏肝八兩兔髓半斤合成一斤故

曰須二八也○大易誌圖曰凡用火五日

一候一月六候十二月七十二候以終一

年之功一日有十二時三十日有三百六

十時每日合一月用火象一年小周天十

二月象十二年大周天而畢矣

休鍊三黃及四神若尋眾藥便非真

葉士表曰混沌未判中具兩儀兩儀則五

行生成之數也有性無形及乎太極既分

則甲己之炁化真土乙庚之炁化真金丙

辛之炁化真水丁壬之炁化真木戊癸之

炁化真火此五者散而為物類也大丹之

法無質生質亦若此矣為此道者知先天

一炁之祖體虛無自然之數則造化不難

真假眾藥○參同契曰近在我形不離已

身抱一母捨可以長存配以服食雌雄設

陳從除武都八石棄捐

陰陽得類歸交感二八相當自合親

參同契曰類同者相從事非不成實二八  
金木也金木相交則為夫妻所謂金伐木  
榮是也○袁公輔曰陰陽得其類蓋歸之  
交感而然正如金木二八相交而成上下  
兩弦自合觀者蓋不期然而然矣

潭底日紅陰怪滅山頭月白藥苗新時人要  
識真鉛汞不是凡砂及水銀

葉士表曰凡藥歸中宮凝結者為陽在外  
生產者為陰譬如月因日而有虧盈而日  
光元不動也○袁公輔曰潭底日紅陰怪

滅者謂太陰極於坤位再得太陽交合則  
山頭徒現黃芽也此真鉛真汞非凡砂水  
銀之比

莫把孤陰為有陽獨修一物轉羸危

葉士表曰此言習性帶於頑空不知造化  
者固多枯坐氣血修溢轉見羸危矣○鍾  
離先生曰無心兀兀坐多年將謂神仙已  
有緣不解龍吟弄虎嘯謂之枯坐又徒然  
又曰有無交入名丹本隱顯相符是水金

莫謂此身俱是道獨修一物是孤陰○象  
川翁曰陽裏陰精者己之真精是也精為  
生氣氣能生神榮衛一身莫大於此故古  
人戒之曰油枯燈滅斃竭人亡此言精氣  
實一身之根本也奈何此物屬陰其質不

剛其性好飛不受制鍊若不得混元真一  
之陽以制之則無由凝結以成變化○鍾  
離先生曰涕唾精津氣血液七般物事總

為陰若將此物為丹質怎得飛神貫石金  
勞形按引皆非道鍊氣喰霞總是狂畢世護  
求鉛汞伏何時得見虎龍降

大易誌圖曰夫修金丹言刑殺者是也更  
相制伏也若無制伏則神氣不交故李筌  
云金丹之術百數其要在神水華池是陰  
一而制陽一之道華池之義也○參同契

曰白者金精是陽一黑者水基是陰一水

者道樞其數名一是為三一金丹是也○  
無名子曰但將白虎擒龍自有青龍制虎  
二炁相吞而產金丹既得此丹復將此丹  
擒自己之真炁戀金丹而結聖胎也內之

真龍真虎既降則世外龍虎自伏內鍊神  
魂鬼魄既聖則世外鬼神自歛非道隆德  
功孰能與於此哉

勸君窮取生身處返本還元是藥王  
葉士表曰人受生之初在胞胎之內隨母

呼吸受氣而成及乎有生剪去臍帶一點  
元靈之氣聚於臍下日復一日神出氣離

離其本源驅馳外務不知返本還元之道  
聖人指性命之根令人收神聚氣還返往  
來歸根復命也○袁公輔曰世人妄認父

母精血為本來面目生身之處非也殊不知  
人稟先天一炁而生須認母之母識真  
鉛之祖宗可矣且如稍過六月至午時開  
花其中有精如一點水便是戊己一感真  
陽之炁隨即結秀百日成熟所以世人日

食無厭者蓋稼穡作甘洪範為土能資培

一身不酸不辛不苦不鹹甜淡其味加之  
日喰茗飲菓菜之類皆一炁也既集欲散  
故男子自二八而真精泄女子自二七而  
天癸降然後有夫妻之慾一有感合則結

( 00 ) A 1 30 - 2



成胎孕子在胞中隨母呼吸受氣而成十月數周胎完氣足靈光入體脫出其胞及手剪去臍帶一點元靈之氣聚於臍下日復一日神出氣移虧散真源離其本根終致死壞耳真人愍夫世人流浪生死沉溺

愛河作為歌詩直指性命之根以勉世人其意若曰始因父母二氣無質生質既長養成太聰慧明辨豈不能自有為而之無為乎今也既解生身之處矣欲要返本還元超凡入聖非得真汞真鉛不可○象川翁曰真龍真虎者二八是也真鉛真汞者二弦氣是也但學者多以旁門小徑非類之物為鉛汞故仙翁直指所產之處返此之本還此之元為藥王也

十

好把真鉛著意尋其教容易度光陰

葉士表曰鉛者北方正炁一點初生之真陽為藥母也太上曰以鉛為君以汞為臣鉛若不真汞亦難親故鉛為造化之主但將地魄擒汞自有天魂制水金

袁公輔曰欲得真鉛但將地魄擒汞求陰也便見天魂制水金也乃陽求陰也可謂道高龍虎伏堪言德重鬼神欽已知永壽齊天地煩惱無由更上心

葉士表曰龍虎即鉛汞也鬼神魂魄也

十一

黃芽白雪不難尋達者須憑德行深四象五行全藉土三元八卦豈離土

葉士表曰四象青龍白虎朱雀玄武五行金木水火土也因坎離戊己而造化三元支干納音也八卦乾坤坎離艮震巽兌也皆不離混沌之中壬者姓也天壬地癸會于北方故萬物姓娠於子○袁公輔曰四象龍虎雀武也五行金木水火土也皆非戊己真土不能攢簇而成丹基三元天地人也八卦乾坤坎離艮震巽兌也皆自水數一中生出故不離於混沌之中壬者姓也天壬地癸會于北方萬物姓娠於子故金丹亦自混沌中生也○無名子曰壬者水也真一之水即真一之精炁天地之

母陰陽之根水火之本日月之宗萬物之祖也

鍊成靈質人難識消盡陰魔鬼莫侵欲向人間留秘訣未聞一箇是知音

葉士表曰非立談之事

十二

草木陰陽亦兩齊若還缺一不芳菲初開綠葉陽先唱次發紅花陰後隨

葉士表曰萬物負陰而抱陽缺一不可陽先陰後如鉛生汞也○袁公輔曰萬物負陰而抱陽雖草木亦然缺一不可初開綠葉乃陰也却是陽先唱次發紅花乃陽也却是陰後隨常道只斯為日用真源返覆有誰知報言學道諸君子不識陰陽莫強嗤

袁公輔曰道之常每在日用之間而真源返覆之理孰有知之者真人謂學道之人不識陰陽相互代謝徒嗤鄙也

十三

不識玄中顛倒顛爭知火裏好栽蓮

參同契曰金入猛火色不奪光日受月化體不相傷此言火裏栽蓮乃陰歸陽室也。無名子曰日離屬陽反是女月坎屬陰反是男此顛倒也此二物顛倒而生却以此丹點已之汞而結聖胎是謂男兒有孕猶火中栽蓮也故仙翁讀參同契曰五行逆令丹體常靈常存言水逆而土土逆而木木逆而金金逆而火火逆而水此顛倒顛之義也

○牽將白虎歸家養產箇明珠似月圓

葉士表曰白虎金精也採歸鎮鼎之中溫養成丹陰化純陽也。無名子曰修丹之法先取上弦西畔半輪月得陽金八兩次取下弦東畔半輪月得陰水半斤以此兩箇半輪月合氣而生丹故得金丹一粒似月圓也兩箇八兩合成一斤此仙翁言月圓之意比喻外丹法象也及得此丹吞入已腹中則金丹却為白虎矣又牽此白虎歸已腹中養配戊己土然後運陰符陽火循歷六十四卦鍊成金液還丹一粒

亦重一斤似月圓矣此比喻內藥法象也內藥所以似月圓者蓋運火之卦一卦有六爻六十四卦計三百八十四爻象一斤重三百八十四銖也故真一子曰上下兩弦一斤之數分三百八十四銖以應火候爻之計也仙翁指似月圓之意但欲學者同明造化之旨分內外二八之數不可一揆而論也

○護守藥爐看火候

葉士表曰世人三年九載鍛鍊金石觀欲

點化此護守也

○但看神息任天然

葉士表曰天地有自然之炁炁有自然之數人稟天地而生氣數與天地等修真之士窮造化之原知升降之路但安神定息一念不生湛然無欲則神炁周流自然造化老子曰綿綿若存用之不動。羣陰剝盡丹成熟跳出凡籠壽萬年。葉士表曰真一之炁陽之邪也人食五穀室塞之不能周流造化所以一身俱屬陰

也聖人能忘形養炁忘炁養神忘神養虛使坎離消長於一身風雲發泄於七竅真炁流行生產丹藥換骨回陽與天地同久也

十四

三五一般都三箇字古今明者實然稀

葉士表曰三五十五也一者言三五歸於一處也。袁公輔曰三者木也為離女汞一者水也為坎男白金五者土也為中宮戊己之位易曰三五與一天地精參同契曰本之二物兮末之為三五三五并為一兮都集應二所是也關子明易傳曰陰陽三五者陽三陰二相參成五皆始生於先天一炁之中也。東三南二同成五比一西方四共之戊己自居生數五三家相見結嬰兒。葉士表曰木數三火數二一五也金數四水數一二五也土數五三五也三五歸一則結而成丹嬰兒言純陽也。無名子曰龍屬木木數三居東木能生火故龍之弦

氣屬火火數二居南二物同元故三與二合而成一五虎屬金金數四居西金能生水故虎之弦氣屬水水數一居北二物同宮故四與一合而成二五二五交於戊己中宮屬土土數五是成三五也三五合而成丹丹者一也此三者結成嬰兒實希有也

嬰兒是一含真炁十月胎圓入聖基

葉士表曰五行聚於此處成丹如子在胞胎數足成形也超凡入聖此為基本

十五

不識真鉛正祖宗萬般作用枉施功休妻設遣陰陽陽絕粒徒教腸胃空

葉士表曰休妻絕粒學道人本分事也真人之意恐人不識真鉛止以休妻絕粒為盡於道故有陽陰陽空腸胃之說如有妻亦不必休若淡然無欲則與無妻者同矣有食亦不必絕若真氣滿足自然不思飲食矣今人動而三上則止於尅化而已一氣何自而生成耶其間亦有謂之夫婦雙

修者如劉安王許旌陽張司空劉綱者殊不知此輩聞道在有妻之後正愚所謂不必休也若果在於有妻真人安得有自然有鼎烹龍虎何必擔家戀子妻之句○袁公輔曰天地未分形若雞子中混沌真一

之炁即黑鉛也故真鉛為天地萬彙之先天地既分則一數生水二數生火三數生木四數生金五數生土土復生黑鉛也金丹之道始以水母為丹基即汞母也水母復生真水銀故謂之歸一還源也真一子

曰金本生水故謂水之母謂金常藏形於水乃隱子胎也水為金之子謂黑鉛變質之後寄位西方為白虎金胎水復藏母胎中為水銀真汞也○參同契曰金來歸性初乃得稱還丹是知真鉛者即汞之祖宗也人能識真鉛之旨而修之即與天地齊年其他休妻絕粒嚙納存想之術皆在用工夫與丹道殊異矣  
草木金銀皆澤質雲霞日月屬朦朧  
葉士表曰草木金銀皆有質之物雲霞日

月乃客外之氣豈能回陽換骨耶○鍾離先生曰訪山結友學燒丹精選珠珀作大還將謂外丹化內藥元來金石不相干又曰日魂月魄天地精煉之得法尚非真蓋緣不是自家物所以教君謾苦辛

更饒吐納并存想總與金丹事不同

十六

萬卷仙經話總同金丹只此是根宗依他坤位生成體種向乾家交感宮

葉士表曰日出於西南坤位言藥隨太陰而生真人曰月者藥之丹是也乾陽也種於乾家以汞投鉛陰歸陽室也○袁公輔曰西南坤位乃太陰所生之方太陰一月一周天太陽一歲一周天每遇朔前半夜子時運行陽火之初日月合璧於畢昴之上故一歲十二次交合生育萬物也一歲十二月分大小盡者蓋奇耦數也奇為陽耦為陰又謂消長盈虛之理日月皆循黃道而行一升一降一浮一沉日受月化體不虧傷也至三日則月感日之魂而織魄

生馬龍虎上經曰神功變成震三日月出  
 庚則乾交坤之下爻而為震卦故至三日  
 現於庚方此易所謂西南得朋之時也卯  
 酉為日月出入之方金木之正位自六日  
 至八日而成上弦龍虎上經曰坤再變成  
 兌八日月出丁故上弦金半斤也乾交坤  
 之中爻而為兌卦則月光得半弦平如繩  
 而月現於丁方喻鼎中金火各半也自十  
 一日至十五日三陽備矣圓照東方甲位  
 謂之月望是月魄全得日魂而滿也至金  
 水壯盛之時為乾健之體至此太陽之精  
 盛滿神室之內金火之炁化而為汞汞與  
 其母兩相留戀以變金體蟾蜍兔魄互相  
 包裹光耀鼎中金氣漸榮而變成丹也陽  
 極陰將生矣龍虎上經曰十六轉相減乾  
 初缺成巽則坤交乾之下爻而為巽卦陽  
 火初退陰符始生平明則現於辛方亦如  
 陽火初進之時月生三日同也又曰乾再  
 損成艮二十三下弦故下弦水半斤也自  
 二十一日陰符再退至二十三日坤交乾

之中爻而為艮卦則月現於丙方復與上  
 弦同義蓋鼎中金水各半也上下兩弦相  
 合共得一斤之數○參同契曰兩弦合其  
 精乾坤體乃成是也又自二十六日至二  
 十八日坤交乾之上爻而為坤卦月光將  
 盡則月現於乙方至于東北此易所謂東  
 北喪朋之時也二十八日至三十日陰符  
 到此消盡陰陽之氣各停土與木金和而  
 為液太陽之炁不合於月則太陰之體全  
 黑自此又復循環不窮矣夫月純陰也不  
 感日之純陽烏能滅而復生人亦純陰也  
 要得歸復復命長生久視須是依他坤體  
 種向乾宮以汞投鉛陰歸陽室也豈非金  
 丹根宗之旨乎○無名子曰至常歸一莫  
 不以龍虎二八初弦之炁以為丹之質但  
 依坤母生成之理逆而修之得丹之後種  
 在乾父交感之宮以運符火蓋修真之要  
 妙不出鉛火二字至哉平叔翁泄盡天機  
 於此  
 莫怪天機俱漏盡都緣學者盡迷蒙若人了

得詩中意立見三清太上翁

修真十書悟真篇卷之二十六