



用九翻翻為道規矩陽數已訖訖則復起推二十五  
情合性轉而相與循據璇璣昇降上下周流  
六爻難以察觀故無常位為易宗祖

九陽數也易曰參天兩地而倚數蓋取五  
行之生數天一天三天五參天相倚而成  
九地二地四兩地相倚而成六此坤之所  
以用六而乾之所以用九也丹法之所謂  
用九乃刻中火候之九轉蓋法乾也用九  
翻翻為道規矩陽數已訖訖則復起者一  
爻纔過一爻又來而不敢毫髮差殊也復  
命篇云數中無走失火候莫教違蓋謂此  
也情金情也性木性也一物分二間隔東  
西若得斗柄之機幹運則木性愛金金情  
戀木不間隔矣故曰推情合性轉而相與  
循據璇璣昇降上下也周流六爻難以察

觀故無常位為易宗祖者周流一身潛天  
而天潛地而地如六爻之變動也六爻謂  
前乾卦之六爻也引而伸之觸類而長之  
為六卦為六十卦其義一也還金篇云九  
轉極玄機開爐進火飛蓋謂九轉功夫自  
寅而起至戌而止乃刻中火候之秘訣其  
間有抽添進退之妙沐浴交結之奧是故  
謂之極玄修鍊若不知此則雖得真藥安  
能成丹此魏公所以不敢輕泄而姑借乾  
元用九之說以露其機也自今觀之神仙  
之還丹乃身中之易也火候之九轉乃身  
中之乾也身中之乾無爻畫之可觀無象  
數之可求迎之不見其首隨之不見其後  
又安有方體而得以察觀也哉

周易參同契發揮卷之五

周易參同契發揮卷之六

林屋山人全陽子俞琰述

止六

中篇第二

朔旦為三三復陽氣始通出入無疾立表微  
剛黃鍾建子兆乃滋彰播施柔暖黎烝得常  
復一陽之卦也律應黃鍾以一日言之為  
夜半子以一月言之為初一至初三半以  
一歲言之則斗杓建子之月是也此時陽  
氣始通喻身中陽火發動之初火氣至微  
要在不縱不拘不疾不緩使溫溫柔柔播  
施於鼎器間也崇正篇云黃鍾為子一陽  
與受氣之初數未增用火溫溫無燥制每  
愁龍弱虎威凌蓋初爻之運一陽始通止  
可輕輕地默默舉未堪用力故曰出入無  
疾然又不可太柔要當撥動頂門關捩微  
微擊之故曰立表微剛須更火力熾盛逼  
出真鉛至于箕斗之鄉則河車不敢暫留  
停運入崑崙峯頂也金丹大成集云復卦  
起潛龍戊己微調未可攻九二見龍臨卦  
主神通從此爐中次第紅秦卦恰相逢猛

火燒乾藉巽風鍊就黃芽并白雪奇功還  
返歸坤道始窮火候之口訣盡於此矣  
三三臨爐施條開路生光光耀漸進日以益  
長丑之大呂結正低昂

臨二陽之卦也律應大呂以一日言之為

雞鳴丑以一月言之為初三半至初五以

一歲言之則斗杓建丑之月是也此時陽

氣漸進喻身中陽火漸漸條暢而黃道漸

漸開明故言光耀漸進日以益長也

仰以成三三泰剛柔並隆陰陽交接小往大

來輻輳於寅運而趨時

泰三陽之卦也律應太簇以一日言之為

平旦寅以一月言之為初六至初八半以

一歲言之則斗杓建寅之月是也此時陽

氣出地喻身中三陽上升漸漸起漸漸仰

當急駕河車搬歸鼎內故言運而趨時也

運而趨時者火候之運至此不可留停也

然有一日之寅有一刻之寅朗然子詩云

勤吞津液過千口長記存神聽五更此言

一日之寅也金丹大成集云交得三陽逢

泰卦便堪進火法神功此言一刻之寅也  
一日之寅固依天上之日辰以為期度世  
固有知之者矣若夫一刻之寅乃身中火  
候之秘古今丹書皆不敢明言真所謂千  
人萬人中一人兩人知者也玄哉玄哉

漸歷三三三三大壯俠列卯門榆莢墮落還歸本

根刑德相負晝夜始分

大壯四陽之卦也律應夾鍾以一日言之

為日出卯以一月言之為初八半至初十

以一歲言之則斗杓建卯之月是也此時

陰佐陽氣聚物而出喻身中陽火方半氣

候停勻故言刑德相負晝夜始分然萬物

莫不當春而發生而榆莢至是墮落何也

蓋陽中有陰也

三三三三夫陰以退陽升而前洗濯羽翮振索宿

塵

夫五陽之卦也律應姑洗以一日言之為

食時辰以一月言之為十一至十三半以

一歲言之則斗杓建辰之月是也此時陽

氣既盛逼近天際喻身中陽火上升故言

陽升而前而又言洗濯羽翮振索宿塵者  
蓋大鵬將徙天池則水擊而上其勢奮奮  
發也

三三三三乾健盛明廣被四鄰陽終於已中而相  
干

乾六陽之卦也律應中呂以一日言之為

禺中巳以一月言之為十三半至十五以

一歲言之則斗杓建巳之月是也此時陽

氣盛極周遍宇內喻身中陽火圓滿而丹

光發現山頭神漢分為四埒注於山下經

管一國無不周徧故言廣被四鄰而又言

陽終於已中而相干者陽火數終則陰符

用事也

三三三三姤始紀緒獲霜最先并底寒泉午為糴

賓賓服於陰陰為主人

姤一陰之卦也律應蕤賓以一日言之為

日中午以一月言之為十六至十八半以

一歲言之則斗杓建午之月是也此時陰

氣方生喻身中陰符起緒之地靈丹既入

口中回來却入寒泉當馴致其道送歸丹

田不可荒忙急遽故言復霜最先并底寒泉而又言賓服於陰陰爲主人者蓋一陰用事則衆陽爲賓也賓者敬也防危慮險之謂也

三三逝世去位收斂其精懷德俟時栖遲昧

冥

避二陰之卦也律應林鍾以一日言之爲日昧未以一月言之爲十八半至二十以一歲言之則斗杓建未之月是也此時陰氣漸長喻身中陰符離去午位收斂而降下如賢者退隱僻處巖谷故言懷德俟時栖遲昧冥也

三三否塞不通萌者不生陰信陽誦毀傷姓名

否三陰之卦也律應夷則以一日言之爲晴時申以一月言之爲二十一至二十三半以一歲言之則斗杓建申之月是也此時陽氣漸衰喻身中陰符愈降愈下猶三陰肅殺之時草木黃落故言陰神陽屈毀傷姓名也

三三觀其權量察仲秋情任蓄微雅老枯復榮蒼翠芽孽因冒以生

觀四陰之卦也律應南呂以一日言之爲日入酉以一月言之爲二十三半至二十五以一歲言之則斗杓建酉之月是也此時陰佐陽功物皆縮小而成喻身中陰符過半降而入於丹田如木之斂花就實故言任蓄微雅然萬物莫不逢秋而枯老而薺麥至此芽孽者何也蓋陰中有陽也

神

三三剝爛肢體消滅其形化氣既竭亡失至剝五陰之卦也律應亡射以一日言之爲黃昏戌以一月言之爲二十六至二十八半以一歲言之則斗杓建戌之月是也此時陽氣衰滅枝頭之果皆潰爛而墜於地喻身中陰符將盡而神功無所施故言化氣既竭亡失至神也夫火生於寅旺於午墓於戌戌者閉物之時也一刻之火候至此而畢事復命篇謂東西動靜合朝昏是也一日之火候亦至此而休功呂純陽詩

云日日隨他出又沉是也區區旁門小術但知其一不知其二又安能究竟於此道窮則反歸乎三三坤元恒順地理承天布宣玄幽遠眇隔闕相連應度育種陰陽之原家廓恍惚莫知其端先迷失軌後爲主君

坤六陰之卦也律應應鍾以一日言之爲人定亥以一月言之爲二十八半至三十以一歲言之則斗杓建亥之月是也此時純陰用事萬物至此皆歸根而復命喻身中陰符窮極則寂然不動反本復靜故言道窮則反歸乎坤元也恒順地理承天布宣與上篇金本從日生朔旦受日符義同蓋天地日月一也月受日光而日不爲之虧然月之光乃日之光也天氣降而至於地地中生物者皆天氣也人身法天象地其間陰陽感合與天地無以異也還元篇云以神歸氣內丹道自然成人能返觀內照凝神入於氣穴則神存生氣凝成液迨夫天機一動則紅蓮含蕊露珠凝碧飛落華池滴滴而丹田結聚作丹樞也玄幽遠

眇隔間相連謂亥子之間乃陰陽交界之時當其六陰窮極一陽未生寂兮寥兮猶如天地未判之初神仙作丹於此時塞兌垂簾以神光下照於坎宮始者幽冥冥儼如寒潭之浸月次則神與氣合隔閡潛通猶如磁石之吸鐵也應度有種陰陽之原謂作丹之際正如亥月純坤用事之時其時萬物歸根閉塞成冬冬雖主藏然一歲發育之功實胚胎於此特閉藏無迹人不得而見爾而古人以此純陰之月名為陽月者蓋小雪之日陽氣已生於六陰之下積而至於冬至遂滿一晝之陽變為復卦也丹道亦然當夜氣之未央但疑神聚氣端坐片時少焉神氣歸根自然無中生有漸凝漸聚積成一點金精翠虛篇云金精即是坤宮藥坤在西南為川源蟾光終日照西川即此便是藥之根蓋一陽不生於復而生於坤坤雖至陰然陰裏生陽實為產藥之川源也寥廓恍惚莫知其端者身心復命之時神入寥廓與太虛一體靜

定之久候至心花發現則三宮氣滿但覺恍惚惚惚莫知所以然也蓋恍惚惚惚其中有物窈窈冥冥其中有精乃修鍊之要樞也玉芝書云此四句古今口誦者億兆明義理者能有幾人蓋非親造實詣無由知也是故狀其窈冥則如臨深俯幽論其恍惚則如畫夢初覺此乃真景象非譬喻也學者未曾經歷不知窈冥恍惚乃吾身之真景象往往槩以虛文視之惜哉當知窈冥者寂然不動吾身天地未判之時也恍惚者感而遂通吾身天地將判之時也作丹之妙莫妙乎此豈可以虛文視之哉赤龍大丹訣云無人明恍惚惟我識朦朧信乎明此者鮮有其人也先迷失軌後為主君者其先昏昏默默深入乎窈冥之中俄頃陰極而陽生靜極而機發則面門豁開虛空迸裂一段風光破寂寥而化權歸手內也魏公此章願言產藥之川源又極論存亡有無主客先後之秘如此詳盡無以加矣還金篇云渺邈但撈水裏月分

明只採鏡中花蓋非深於道者不能識也無平不陂道之自然變易更盛消息相因終坤始復如循環帝王乘御千秋常存無平不陂無往不復此乃道之自然也丹法靜極而動動極而靜一動一靜互為其根亦出於自然如日月運行一寒一暑暑往則寒來寒往則暑來無非自然也夫金丹者身中之易也易窮則變變則通盛衰相禪消息相因蓋未有窮而不變變而不通者也陽始於復陰終於坤終始相接首尾相銜故曰終坤始復如循環魏公以十二辟卦論火候又以律名辰名鋪叙而言皆譬喻也蓋輻輳即太簇俠列即夾鍾洗濯即姑洗中即中呂栖即林鍾任即南呂傷即夷則亡即亡射應即應鍾振即辰昧即未伸即申蓄即酉滅即戌闌即亥大率皆是假借蓋不必執文泥象而強生枝節也帝王乘御千秋常存謂君子終日乾乾與時偕行則真可以歷千秋而常存也矣



將欲養性延命却期審思後末當慮其先人所稟軀體本一無元精流布因氣託初人無愚智同此性也亦同此命也君子知性之不可戕賊也於是存而養之知命之不可斷喪也於是保而延之雖不假修鍊未有不妥恬令終者況得修鍊之法盜天地奪造化鍊魂魄而為一合性命而雙修豈不能長生歟夫欲求長生須求吾未生以前此身緣何而得然後可以論養性延命之道故曰審思後末當慮其先蓋人之生也以父母之氣交結而成形形乃受氣之本氣乃有形之根若氣不得形則無因而立形不得氣則無由而成故曰人所稟軀體本一無元精流布因氣託初今夫神仙之修丹以陰陽內感神氣交結於無中

生有與男女胎孕之理實同其十月溫養功夫真息綿綿晝夜如一亦與嬰兒未生以前無異靈源大道歌云但看嬰兒胎處時豈解將心潛算計專氣致柔神久留往來真息自休休蓋嬰兒之在母胎也母呼亦呼母吸亦吸口鼻皆閉而以臍連故臍者生之根氣之蒂也呂純陽玄札歌云窮取生身受氣初莫怪天機都泄盡人能窮取一念生身之處返本還源回光內照採藥於西南坤腹根蒂之地而與當來受氣之初相似何用他求奈何學者往往執文泥象各以己見為是其好高者則認金丹為禪宗遂以宗性為玄札以念頭動處為一陽生以掃除妄念為進火而竊笑延命之說為彌髓下光景其卑下者則認金丹為御女術遂以婦人為鼎器以產門為生身處以穢物為刀圭而反譏養性之說為蒲團上枯坐功夫一則淪於空寂一則陷於邪僻終身執而不悟深可為之浩歎也類如雞子黑白相扶縱廣一寸以為始初四

肢五臟筋骨乃具彌歷十月脫出其胞骨弱可卷肉滑若鉛

黑白者陰陽二氣也凡人結胎之初由父精母血陰陽二氣假合而成渾渾沌沌沈沈類如雞子百日而男女分形然後四肢五臟筋骨乃具及期而育脫出其胞骨弱筋柔肌軟肉滑名曰嬰兒鍊金丹者修吾身之嬰兒亦當彌歷十月翠虛篇云我昔功夫行一年六脉已息氣歸根有箇嬰兒在丹田與我形貌亦如然蓋修鍊聖胎未有不

用十月功夫而可以速成者也

陰陽為度魂魄所居  
天有黃道為度三百六十五其運轉也一日一周日月行手其間往來上下迭為出入此所以分晝夜而定寒暑也然天道密旋本無度數以日月經歷諸辰而為行度日月往來本無定居以朝暮出入之地而為所居明乎此然後知魏公所謂陰陽為度魂魄所居矣夫人身中黃道即陰符陽火所行之處也即日魂月魄所居之方也

有能觀天之道執天之行識陰陽之行度知魂魄之所居則周天三百六十五度循環乎一息之頃而日月出入乎呼吸之微呼為陽吸為陰與天道同一妙用不必求之他也

陽神日魂陰神月魄魂之與魄互為室宅

古歌云日魂月魄若箇識識者便是真仙子此所謂日魂月魄非天地有形有象顯然之日魂月魄乃吾身無形無象隱然之日魂月魄也不過真人指授焉能識之哉夫日為太陽晝以舒光故稱魂月為太陰夜以含景故稱魄然日魂屬陽謂之陽神固宜而月魄屬陰謂之陰精可也豈可以神言今皆謂之神者以其變動不居周流六虛往來既定上下亦無常也魂東方

木也魄西方金也金木本來無二體東鄰即便是西家往來東西迭為出入故曰互為室宅也

性主處內立置郵郭情主管外恒為城郭城郭完全人物乃安于斯之時情合乾坤

性之為言靜也性主處內者端坐虛心向內觀也立置郵郭者得金精作命基也情之為言動也情主管外者先是樞機晝夜行也恒為城郭者八方周匝龍行火也城郭完全人物乃安者常使氣衝關節透

自然精滿谷神存也于斯之時情合乾坤者晝夜河車不暫停默契大造同運行也乾動而直氣布精流坤靜而翕為道舍廬

乾天也主乎動暢萬物而達於宇內故云直惟其動而直也故使精氣流動布滿三宮而無所不至坤地也主乎靜斂萬物而藏於土中故云翕惟其靜而翕也故使精氣歸於元海而為道舍廬大抵守於乾則動動則氣布精流守於坤則靜靜則氣聚精凝也

剛施而退柔化以滋乾陽下濟於坤坤柔順而翕受之遂生藥既經起火烹鍊則剛施而退陰乘上行而化作甘泉潤九垓矣九運七返八歸六居

六七八九即水火木金也以卦言為坎離震兌以方言為東西南北以宿言為虛房星昂以象言為龜蛇龍虎以時言為春夏秋冬以辰言為子午卯酉皆是物也夫九日還七日返八日歸同一旨意而六獨曰

居者北方坎位乃真鉛所居之本鄉也真鉛居於此則九金八木七火三方之正氣如輻之轉轂如水之朝宗皆聚於此也王保義註疏金碧龍虎經云日有三照月有三移日月出於東而光耀於西則西方白

虎金德之正氣入於玄冥之內化而為六戊日月入於西而光耀於東則東方青龍木德之正氣入於玄冥之內化而為六己日月居於午而光耀於北則南方朱雀火德之正氣入於玄冥之內就土成形化而為黑鉛常居窈冥之內為天地萬彙之根本王君此說與魏公之言可謂異世而同符矣



男白女赤金火相拘則水定水五行初

翠虛篇云陰事教人笑幾回男兒今也會  
懷胎自家精血自交結身裏夫妻是妙哉  
蓋金丹聖胎以陰陽內感神氣交結而成  
曰男女曰赤白皆身中夫婦之異名也當

其陰陽內感之時神與氣交猶金火之相  
拘金火相拘而止於北方坎水之中則神  
凝氣聚其水自定水定則藥物結矣還金  
篇云水澄凝琥珀是也水也者大丹之根  
源也天一生水其位在北其卦為坎居五  
行之首乃吾身藥物所產之鄉也人能回  
光返照於此出息微微入息綿綿勿令間  
斷則神氣歸根漸漸入而漸漸柔漸漸和  
而漸漸定定之之久則呼吸俱無藥物當  
自結也

上善若水清而無瑕

上善若水行其所無事金丹大道清靜無  
為亦行其所無事馬丹陽語錄云學道人  
行住坐臥不得少須心不在道行則措足  
於坦途住則凝神於太虛坐則勻鼻端之

息臥則抱臍下之珠久而調息無有間斷

而終日如愚方是端的功夫非干造作行  
持也丹陽此說豈非行其所無事耶悟真  
篇云護守藥爐看火候但安神息任天然  
上清集云神仙伎倆無多子只是人間一

味豈可謂行其所無事矣夫水之為性靜  
定而石之則清動亂而洎之則濁金丹之  
妙全在靜定中來還源篇云能知藥與火  
定裏見丹成蓋未有不定而得之者也

道無形象真一難圖變而分布各自獨居  
有物混成先天地生吾不知其名故彊字  
之曰道無形可求無象可觀矧可得而畫  
圖哉昔廣成子之告黃帝曰至道之精窈  
窈冥冥至道之極昏昏默默夫當其窈冥  
昏默之際一念不生萬慮俱泯渾渾淪淪

如太極之未分溟溟淙淙如兩儀之未兆  
惟此一物湛兮獨存如清淵之印月寂然  
不動如止水之無波不知孰為鉛孰為汞  
夫是謂之真一迨夫時至氣化變而分布  
則輕清者騰而在上重濁者沉而在下於

是坎宮有鉛離宮有汞而向之所謂渾渾

淪淪溟溟淙淙者至此分而為二而各自  
獨居矣復命篇云一物分為二能知二者  
名鼎爐藏日月滴漏已三更蓋謂此也夫  
金丹大藥孕於先天產於後天其妙在乎

太極將判未判之間靜已極而未至於動  
陽將復而未離乎陰於此合天地之機識  
結丹之處知下手之訣則恍惚之中尋有  
物窈冥之內吸真精方知大道於無中生  
有而真一之妙果不可以畫圖也然則真

一之妙終無可以示人歟曰有

陽燧以取火非日不生先方諸非星月安能  
德水漿二氣至懸遠感化尚相通何況近存  
身切在於心胃陰陽配日月水火為效徵

周禮秋官司烜氏掌以木燧取明火於日  
以鑿取明水於月淮南子云方諸見月則  
津而為水高誘注云方諸陰燧大蛤也熟  
摩拭令熱向月則有水生且地之去天不

知幾千萬里日月懸於空中去地亦不知幾千萬里而陽燧見日則得火方諸見月則得水蓋為感化相通如此其速哉何況近存身切在於心胷身中自有水火心中自有藥材得不回光返照以求其感化之妙乎乃若八月十五月明之夜深山之兔結胎滄海之蚌結珠抑何為感化相通如此其妙哉人生天地間為萬物之靈及不能盜天地奪造化曾兔蚌之不若學仙者亦嘗於此致意否乎大抵陰陽得類自然感化今魏公以陽燧取火方諸取水為證。欲使學者潛心內觀於無中生有其感化亦如是也還丹篇云二氣纔交甘雨降兩神相會玉漿流信有之矣夫鑑之與珠皆光明瑩潔之物表裏透徹無纖毫痕瑕故能拘日月之光聚為一粟之明雖寥廓至遠隨即感應然而定則聚聚則有動則散散則無人能虛心凝神泰然內定無一毫之雜想以吾自己日月聚光不散久之氣定時正自有奇效要之至道不遠恒在自

前亦猶磁石吸鐵隔礙潛通極為切近但世人迷而忘返不能求之於內爾竊玄子詩云懇懇好與師資論不在他途在目前又云當時一旬師邊得密密垂簾子細看可謂切近之甚矣

耳目口三寶固塞勿發揚

陰符經云九竅之邪在手三要何謂三要耳目口是也今魏公以三要為三寶而曰固塞勿發揚者欲修鍊之士斂耳目之聰明緘舌之真氣蓋收歸裏不放出外如寶貝之珍藏也豈不見釜飢炊未關蓋密於上新火然於下外無纖毫之罅隙內有熱氣之盤鬱俄頃之間米皆蒸熟為飯今夫入室修鍊須是收視返聽閉口含津勿使纖毫真氣漏泄然後至藥滋生大丹成熟若使耳為聲引目為色牽重樓活活而出三者皆發揚而無餘何還丹之可求哉真人潛深淵浮游守規中

紫清宮翠微宮太微宮太一宮太玄關玄門玄宮玄室玄谷玄田砂田第一關都關天關天門天谷天田天心天輪天軸天源天池天根天堂天宮乾宮乾家文感宮離宮神宮神室神關神京神都玄都故都故鄉故丘故林故宮紫府紫庭紫金城紫金鼎朱砂鼎汞鼎玉鼎玉室玉京玉宇瑤峯第一峯最高峯祝融峯崑崙頂崆峒山蓬萊上島上京上宮上玄上上上土上金丹上丹田其名雖眾其實則一也翠虛篇云天有七星地七實人有七竅權歸腦太古集云金丹運至泥丸穴名姓先將記玉都是故帝一回元之道泝流百脉上補泥丸腦實則神全神全則形全也今魏公謂真人潛深淵浮游守規中者隨真息之往來任真氣之升降自朝至暮元神常棲於泥丸也黃庭經云子欲不死修崑崙靜中吟云我修崑崙得真訣復命篇云會向我家家裏栽培一畝天田還元篇云悟道顯然明廓落開開端坐運天關此乃至簡至易



之道但撥動頂門關棧而勻地默默舉  
三宮自然升降百骸萬竅自然通達有如  
萬斛之舟而惟用一尋之木發千鈞之弩  
而惟用一寸之機且是不費絲毫力但昧  
者自不信爾或存老君在泥丸宮中而默  
朝之又畫蛇添足矣

旋曲以視覽開闔皆合同為己之軸轄動靜  
不竭窮

皇極經世書云天之神栖於日人之神發  
於目大矣哉人之神發於目也生身處此  
物先天地生沒身處此物先天地沒水火  
木金土之五行攢簇於此肝心脾肺腎之  
五者鍾靈於此唾涕精津氣血液之七物  
結秀於此其大也天地可容其小也纖塵  
不納茲非吾一身中之大寶也歟內指通  
玄秘訣云含光便是長生藥變骨成金上  
品仙又云撮聚雙睛在眼前燒成便可點  
金仙如此直指示人而學者猶或未悟何  
其昧之甚耶蓋三宮升降上下往來無窮  
無已猶車之有輪也其運用在心猶輪之

有軸也其鈴鍵在目猶軸之有轄也金華  
詩云仙童唯守洞門立三島真人長往還  
其說是也

離氣內榮衛者不用聽兌合不以談希言  
順鴻濛三者既闢捷體處空房

離氣內榮衛者收目內視而光不露也坎  
乃不用聽者返耳內聽而聰不泄也兌合  
不以談希言順鴻濛者安閑心曲鈴如友  
默默無言護聖胎也三者既如此關捷又  
當緩體處於空房斯可以為修鍊也緩體  
者舒徐容與無勞爾形也處空房者入靜  
室也其中不著他物惟設一香一燈一几  
一榻而已坐處不欲太明太明則傷魂不  
欲太暗太暗則傷魄蓋魂好明魄好暗明  
屬陽暗屬陰是故翠虛篇謂室宜向木對  
朝陽兌有明總對夕光而又謂莫息明燈  
并百和也且夫入靜室修鍊乃一至大因  
緣誠非細事豈不見悟真篇云此道至神  
至聖憂君分薄難消是豈無德行者所能  
妄觀也哉然靜室亦不必拘以山林或在

屋中或居道鄉但得所託無往不可或疑  
悟真篇記有通邑大都依賴有力者之語  
蓋以大藥未成難當寒暑於一年之內四  
季要衣真氣未完而尚有飢渴於一日之  
內三餐要食如伍達靈之得張程二友張

紫陽之得馬陸二公王冲熙之得富韓公  
李長源之得筠陽親善於是咸感厥成實  
為周天火候須用一片功夫不可間斷必  
得同志有力者為之保護供給服事俾免  
飢寒困苦之竊其氣乃可以專志修鍊也

陰真君金液還丹歌云不得地莫妄為悟  
真篇云命寶不宜輕弄得斯道之正傳者  
當自知之  
委志歸虛无念念以為常

日既真空也念念以為常者念念相續勿  
令間斷而長將氣度隨天道也或疑此法  
與禪學稍同殊不知金丹於無中生有養  
就嬰兒蓋非塊然面壁槁木死灰之謂也  
白紫清語錄云修丹口訣第一是聚氣凝

神常常握固即聚氣念守默即凝神學者若徒知無心無念而不知聚氣凝神則墮於頑空又安得胎仙之成也

證驗自推移心專不縱橫

修鍊有三分功夫則有三分證驗有十分

功夫則有十分證驗若能勤而行之夙夜不休以至百日功靈則兩腎如湯煎膀胱如火然目有神光耳有靈響鼻有異香口有甘津此身融融液液證驗逐日推移所貴乎心專而不可縱橫者實恐燭理未透

而於靜定中似夢非夢之際或為魔境之所攝也指玄三十九章云不可著他境物去一心專守虎龍蟠其說是已丁靈陽心性訣云若靜中抑按功深或是忽見仙佛鬼神樓臺光彩一切境界見於目前大不得起心生於憎愛師父云自己性中空廓任他千變萬化大抵一心無動萬邪自退但心火不生則神氣相聚子母相守自然水火既濟水見火而自然化為氣上騰薰蒸關竅無所不至自然百脉調攝四大冲

和謹慎守之道自相契王栖霞盤山語錄云修行之人靜中境界甚有多般皆由自己識神所化因靜而現誘引心君豈不聞古人云凡所有相皆是虛妄心欲遣識識神尚在便化形像神頭鬼面惑亂心主若

主不動見如不見體同虛空無處捉摸自然消散關尹子云人之平日目忽見非常之物者皆精有所結而使之然人之病日目忽見非常之物者皆心有所歎而使之然苟知吾心能於無中示有則知吾心能

於有中示無但不信之自然不神或曰厭識既昏孰能不信我應之曰如捕蛇師心不怖蛇彼雖夢蛇而無畏怖故黃帝曰道無鬼神獨往獨來即此諸說觀之則知魏公所謂心專不縱橫誠為修鍊者之要端也

寢寐神相抱覺悟候存亡

精生有時時至神知百刻之中切忌昏迷須是行住坐臥綿綿若存如雞抱卵煖氣不絕方可謂之修鍊至於真積力久功夫

純熟晝夜如一更無夢覺之異雖當寢寐之間神亦不昧而精生之時神與天通雖不待喚醒亦不覺悟夏雲峯云自然時節夢裏也教知是也今魏公謂寢寐神相抱覺悟候存亡欲修鍊之士常惺惺也蓋金

丹大藥由神氣交結而成乃是無質生質結成聖胎辛勤保護十月如幼女之初懷孕似小龍之乍養珠蓋神氣始凝結極易踈失寢寐之際須當與神相抱切不可昏迷而沉於夢境覺悟之後惟恐火冷而丹

力或遙故必候其存亡要在一日十二時中無晝無夜念茲在茲然後功夫純粹而藥材不至消耗火候不至虧闕焉可須臾離哉

顏容深以潤骨節益堅強

顏容深以潤骨節益堅強者至寶蘊於中自然精華發於外亦猶玉在山而木潤淵生珠而崖不枯也

辟却眾陰邪然後立正陽

悟真篇云群陰剝盡丹成熟跳出樊籠壽

萬年夫人之一身微上徹下凡屬有形者無非陰邪滓濁之物神仙修鍊之法蓋是無中生有奪天地一點真陽結成丹頭於是晝夜運火鍊去陰氣鍊之十月而胎圓三年而功成然後體變純陽化形而仙也修之不輟休庶氣雲雨行淫淫若春澤液液象解水從頭流達足究竟復上升往來洞無極怫怫被谷中

內指通玄秘訣云晝夜無休作大丹精華透頂百神攢蓋一年處室夜以繼日功夫不輟自然效驗顯發其和氣周匝於一身溶溶然如山雲之騰太虛霏霏然似膏雨之過原野淫淫然若春水之滿四澤液液然象河水之將欲釋往來上下百脉沖融被於谷中暢於四肢拍拍滿懷都是春而其狀如微醉也入藥鏡云先天氣後天氣得之者常似醉靈光集云顛倒循環似醉人不憂不喜內全真是皆丹功之靈驗也丁靈陽回光集云若一念無生則自然丹田氣海之內太陰之精度過尾閭穴把夾

春雙關風府泥丸返下明堂鼻柱入於華池化為甘津嚙下重樓繞灌五臟六腑至丹田上下流轉充盈四大周而復始無不通矣如其朝行暮輟用志弗專又安能進於是哉

反者道之驗弱者德之柄

反者反復也道德經云致虛極守靖篤萬物並作吾以觀其復蓋修丹效驗出乎虛之極靖之篤與天地冥合然後元氣從一陽而來復若使虛不極靖不篤則為山九仞功虧一簣從何而得效驗哉弱者柔弱也道德經云專氣致柔能如嬰兒乎蓋修丹本柄在手持其志無養其氣如嬰兒之柔弱方可若使志無所守氣無所養則所得未鎔鍊所喪已山崖將何以為本柄哉

芸鋤宿汗穢細微得調暢

諸慮既息則百骸俱理凶氣消散則道氣常存譬如農夫之務去草焉艾夷蘊崇之絕其本根勿使能殖則善者伸矣今夫神仙之修丹芸鋤宿穢驅遣鬼尸安靜六根

空其五蘊於正念中清靜光明虛白晃耀乃得五臟清涼六腑調泰三百六十骨節無有滯礙八萬四千毫髮皆通暢也

濁者清之路昏久則昭明

翠虛篇云精神冥合氣歸時骨肉融和都不知當斯之時三田氣滿恍然如在醉夢中得不謂之昏濁乎學者到此境界切不可放倒當知昏久則必明濁久則必清迨夫時至氣化而九天音信散胚腫則神水湛湛華池靜白雲紛紛飛四山七寶樓臺十二層樓前黃花深可觀分朗朗盡見於恍惚之間豈終於昏濁而已哉

周易參同契發揮卷之六