

以諸物禽諸氣其動也剛其靜也柔止觀其

二篇同卷

婦九

形容俟其進退則吉凶之道斷矣故知之修
錄謂之聖人其是之謂歟

內丹還元訣

心屬南方丙丁火心者是太藏心中有炁名
曰朱雀其炁屬前三道寶塔從前中心脉路
上來入舌下化津却咽入心中化究一名

洞元子內丹訣卷下

長生指要篇

真火血餘炁流入上齶右邊流者名曰神水
腎屬北方壬癸水腎名水藏腎中有炁名曰
玄武其炁從肚右邊脉路上來入耳巡還天
界却下入於腎腎中餘炁流入舌下右邊流
者名曰華池內丹經說云中有神水華池是

內丹還元訣

夫修道者先明五行次曉四象辨陰陽顛倒
之術識七寶運用之法九仙真炁須憑臟腑
之中八卦內屬要知出處之因彼中細瑣一

一具陳鉛永黃芽列篇於後

夫五行者肝肺心腎脾

肝屬東方甲乙木肝者是木藏肝中有炁名
曰青龍其炁從後夾脊腰道左邊脉路上來

流入眼中化淚名真水肝之餘炁流入上

第十九

齶左邊流者名曰金液

肺屬西方庚辛金肺者是金藏肺中有炁名
曰白虎其炁從後夾脊腰道右邊脉路上來
流入鼻中化涕名真金肺之餘炁流入上
齶右邊流者名曰還丹內丹經說云上有金
液還丹是也

脾屬中央戊己土脾者是土藏脾中有炁名
曰螣蛇其炁從後夾脊腰道上來入於肺肺
中化涎名真土涎之餘炁流入腎內名曰黃
芽

夫四象者一金翁二婉女三嬰兒四黃婆

第二十
一金翁者肺中之唾問曰唾屬陰因何名金
翁答曰爲上有還丹金液神水華池黃芽和

合爲陽爲上陽下陰故名金翁即知天上有
日日是純陽日中有烏鳥有三足屬西方庚
辛金內陰外陽即名金翁
二婉女者是心中之穴問曰穴屬南方丙丁

大屬陽中亢亦屬陽何名姹女答曰爲上唾

屬陰下血屬陽爲陰中有陽故名姹女即知天上有月月是純陰月中又有兔兔屬東方甲乙木爲上陽下陰即名姹女

三嬰兒者是腎中之精問曰腎中之精純陰內名嬰兒只如男子身純陽內中有精屬陰爲陽中有陰即名嬰兒故曰坎男離女

四黃婆者是脾中之涎涎者名真土問曰土脾屬陰涎亦屬陰因何無陰陽匹配答曰脾爲上陰涎爲下陰是爲孤陰故名黃婆內七寶者津水唾血神炁精九仙真炁出在人身。

鼻中入者炁屬心喜者炁屬脾家長出用炁屬小腸炁見人先怒者屬膀胱炁見人喜者屬三焦家炁殺炁者通下泄之炁

三肝卦震爲雷

三膽卦巽爲風

三心卦離爲火

三小腸卦坤爲地

三肺卦兌爲澤

三大腸卦乾爲天



內丹還元訣

長生指要篇序
僕癸亥年歲筆硯罄頓且於世味澹然忽讀清靜經而發深省由是剛腸辭家蓬頭赤脚遊歷參訪幾半天下至如想腎存心漱津納氣之術靡不嘗試惟歎然于懷者金丹一事未究根宗天聞其運西蜀陸公真人一見于長汀煙霞道院欣相付授藥物火候運用抽添如指諸掌服膺師訓于茲有年矣因見世人旁門曲徑去道愈遠不忍盡秘遂以微言弘道著為七篇之書目之曰長生指要庶幾

有心之子由是悟入焉耳時淳祐庚戌中秋日三山回陽子林自然序