

道樞卷之三十一

誠七

道樞卷之三十一

誠七

宋 至 游 子 曾 慥 集

七返篇

金感于火火去于金
得其成數存陽亡陰

衡嶽真人

陳少微

曰夫金感于火之謂丹火去

于金之謂汞故丹砂者太陽之至精金火之

至體

丹交火精而俛足
汞雜本質而能全

結成玄元正真之氣

者也七返九還者異名而同歸返者砂為金

也還者砂歸丹也或曰七返者丹砂屬火變

而成金者也火之成數七七變以應陽元之

極焉以丹砂鍊治而得伏火鼓成白銀是一

返也服之一兩萬病除矣以白銀化出砂使
之伏火鼓成黃花是二返也服之一兩體和
神清返老歸童矣以黃花銀化出砂伏火鼓
成青金是三返也服之一兩虛夷忘情心合
至精矣以青金化出砂伏火鼓成黃金是四

藏七

返也服之一兩身光瑩徹通于表內矣以黃
金花出砂伏火鼓成紅金是五返也服之一
兩造化不能移鬼神不能知矣以紅金花出
砂伏火鼓成赤金是六返也服之一兩水不
溺火不焦矣以赤金化出砂伏火鼓成紫金

於是陽精真元之氣既足更以紫金化為砂
運火煅之者再則通徹洞曜而為還丹是七
返也服之一兩形神俱合超然九天之上更
服九丹位登真人矣其法五日一候也三候
一氣也合用八節二十四氣是為一百二十

日斯飛伏之火候也凡一候則飛伏足矣五
日之內其四用坎其一用離用坎者用水煮
之用離者用炭七兩常在鼎之下常有熟炭
七兩而不
增減此陽火之飛者也故五日為一轉焉

八瓊篇

華光之鼎封以六一
九轉飛精八卦所出

太極真人曰太上有九轉飛精八瓊之方昔

者葛仙翁李八百龐氏而來皆修之焉至游

子曰或有得于玉局化在成之地中其法曰

二釜其容一斗七升半以土作之既成以六

一泥錮其外十日陰乾復用其泥如此者五

七焉

六一泥法曰牡蠣白石脂雲母粉磁石
赤石脂江灰各二斤為末苦酒和為泥

以紙二斤半入泥中搗勻用之初泥釜厚二
一二分復泥至五七度者厚一寸三分

釜相合內三分陰乾復以六一泥厚錮之是

為太一中宮華光之鼎者也再用六一泥法
日鉛丹粉飛過

天漿子各二斤半為末灰紙
一斤半水浸既苦酒和為泥於是卜名山絕

迹之地有東流之水者以施丹竈使水遶焉

丹竈之室其長四丈其廣三丈掘地四尺開

三門東南也竈之口面皆造券焉竈高九寸甲

子曰作之用甃及細土勿使有穿其高九寸

其上平其泥既乾乃安神釜于竈中其釜相

合正倒四面相去九寸法天象地又有十二

時焉四六者戌也三七者亥也二八者子也

正九者丑也十二者寅也十一者卯也其藥

何謂也曰汞三斤是為太陽流珠玄武之首

坎之精也曰雄黃二斤是為勾陳之粉巽宮

之精也曰朱砂五斤是為太陰神光朱雀之
髓離之精也曰硫黃六兩是為中宮騰蛇坤
之精也曰北亭八兩是為白虎索林之粉乾
之精也曰雌黃八兩是為庚辛之粉兌之精
也曰消石一斤八兩是為青龍甲乙震之精

誠七

三

也木律八兩是為太白之粉艮之精也既擣
焉復加研焉先布太白于釜次之青龍次之
庚辛次之白虎次之揚綠碧騰蛇次之朱雀
次之勾陳實之使平入汞于神釜之口合鉛
丹泥以錮釜之唇而復蓋之且密封之用六

一之泥錮其外者一寸有三分陰乾擇戍之

日遷神釜于竈中以重陽日酉之時

也黃昏

而

下火焉炭皆斷其拳燒于釜之下者六寸焚

之至于九伏時則加至于釜之腹者燒之亦

九伏時則加至于釜之頂者燒之亦九伏時

則進火至于合際十日則更以加火燒之三

十有六日於是通九十晝夜矣俟其火熄也

於七日卯之時出于其竈俟其冷也視之則

九色飛晶矣用雄雞之羽掃其釜出而研之

如粉焉一兩者一劑也盛以金瓶沉于寒泉

之下以出火之毒三七日而後出之盛以銀

函

銀函仍用皮裹之

置蒸甑之中

約炊五十餘日而

後出之陰以乾之以出水之毒二三日復研

焉是為太一八瓊者也凡欲餌之於上元日

沐浴以五香之水盛照東向扣齒九通跪而

祝曰返我常歸我神盡此生坐在立亡時乘

白雲八極翱翔西躋金闕東升扶桑日月之

精我得其嘗

仍云急急如律令

於是以酒調一銖餌

之

井花水亦可也

餌至三劑則老者返于嬰顏六府

瑩然三田永清水不能漂火不能焚可以騰

空而飛矣

九仙篇

皇人析微三士願隱
與者得穀裘者振領

光辯天師

葉法善也

曰修長生者勿散亂勿煩怒

勿起着勿妄想勿貪愛勿邪淫勿放逸而後

可成也永元真人

羅公遠也

曰學道者先叩齒以

誠七

四

集其神而後想其三魂作真仙之形此吾身

之福神也其神不安則患生其神散亂則死

矣光辯天師曰水火者古先聖人之大藥也

不在于外而在吾身焉心火也應于離腎水

也應于坎故造金丹者須憑龍虎水火者也

先之淨其坎戶如水而後下龍虎焉於是交
之有度用之有數下心之火焚之可以治衆
疾補虛損矣病之微者自頂至踵以腎之水
洗之可也病之大者自足至踵以心之火焚
之可也六通國師也一行曰患小用水者不欲

犯腎藏也當守一以謹之七日則諸疾除矣
患大用火者火從心發下入于左右足上至
于左右臂以及首目九九發之一息皆周焉
此所謂周天之火也夫火有四有曰焚身火
者想從心之下至于關鎖其光焰焰滿九九

之數可以去三蟲焉有曰敵陰火者想從陰
之下而起徧焚其身滿三三之數有曰靈龜
火者三火從其下至于坎戶分爲二路左右
從其足內至于足指五路盡出相合左旋三
匝漸大至于腰之下誠七於是敵陰之火引靈龜
之火合而右旋三匝漸大至于頂則九點其五
首舉前法者九過有曰降魔火者大病將死
則定息而坐如靈龜之法而左旋以焚諸魔
永元真人曰用火者心火也下至左右足上
至于手及其頂一息之中九過者也用水者

想二腎之黑氣如煙直上至于頂門滿于泥
丸化而爲水以洗之下至于腎入于五藏至
于其足既已則舉其足以意想復歸于腎癱
疽者則先入大腸自然轉動矣光辯天師曰
冥本意在鼻之上寸絲不掛于心玄牝之門
諸事俱捨離其本念定息不出不入焉永元
真人曰玄牝之門者其鼻與肺合其出入息
宜堅守以定者也自鼻至于眉自眉至于頂
復自頂至于眉自眉至于鼻自鼻至于眉自
眉至于頂皆三過每口爲之九過滿八十一

之數可也鍊七至七者何也四十有九日必

自定矣不出伏時六通國師曰既有定法則修

想其本靈冥在于金堂玉闕之中如吾之形

徧觀既已然後想開頂門有黃雲焉從脾之

上而起向于頂門撞開其額者凡一息之內

為之七過者三焉左邊開上右邊開下故曰

黃雲滿天地矣永元真人曰其黃雲之起而

撞也男子則撞左掩右焉女子則撞右掩左

焉高想聖身之出也用手壓其右使之下焉

女子則壓其左焉光辯天師曰一息三七撞

日爲之二十一過至二旬乃能出黃雲矣六
通國師曰吾想其靈冥乘其黃雲而起開其
頂門坐于雲內極力歸于頂門內閉其頂復
入于金堂玉闕想其出入如此者數過方離
其身則留黃雲覆其頂門乘其雲而出下視

誠七

六

其身修之不懈至四旬有九日當有形見

如形

水墨者

十旬有八日自然去住自如其既開也

開其頂門而入于身上下俱煖矣光辯天師
曰可以卧而爲之其名曰睡法其去如寐其
來如寤焉修道必待陽數之興而勿施泄令

陽氣作用焉故當一陽之生則修之於靜室
諸緣俱捨而存想其五藏諸神所謂青龍白
虎朱雀玄武也所謂恍惚杳冥之中者也天
真皇人言頂上藏太陽者四十五數是何謂
也此吞日月華之法歟平旦之初出東向
而坐想其日如車輪漸漸來至于口則吞之
凡七十有二嚥入于臍之下用河車轉之拗
起入于頂門如此七旬有二日之後可以採
月華矣每月八日上弦之後向月瞑坐想其
月華入口吞之凡八十有一嚥二旬有三日

下弦之後乃止俟其次月上下弦再為之八
旬有一日即止是為載日挾月者也吾又有
一法焉於卯之時東向想其日如明鏡漸漸
而至以鼻接之自玄牝而入至于其腹用河
車拗起焉至午之時西向想其日如懸鏡仰

減十

七

首以接鼻於玄牝之中復以河車拗起焉日
之西也西向想其日來至以鼻接之入于精
海復以河車拗起入于頂後二月八月至夜
則想其月如鏡焉下入于鼻至于精海焉或
於日之出東向存想以鼻接之而勿搐恐冷氣入

每月爲之四十九過此九五之數也以河車
拗起而爲枕焉用日不用月者不用陰也永
元真人曰日者魂也屬于陽故真仙無影純
陽也若夫鼻接而不搐者斯妙矣乎或不用
河車自入于玄牝直至頂門三點首仰之日
爲之四十五過至四旬有五自一陽生至
于立春此陽之數也光辯天師曰日陽也乃
用陰數八九七十二焉月陰也乃用陽數九
九八十一焉此法純陽故用四旬有五自一
不用河車者順天道左轉自玄牝之門至于

頂後矣六通國師曰眉之下五輪者目也其名則有血輪氣輪水輪金輪瞳輪之別焉還在定中而起者謂息入定中而作也永元真人曰定中運水火於目也六通國師曰龍虎太丹有三焉其一則以其津液一燕而為虎

氣一燕而為龍氣入于精海上于泥丸下心之火以燒之拽脾之土以蓋之是為四神之

丹

又名二氣龍虎丹
小還丹白金丹

可以補下元壯氣海矣

其二燕之送至于臍之下精海水面之上丸如彈子者三過縱心火燒之用脾土蓋之凡

一九用三龍三虎三火三土其十二過應于
十二時九九應于九州是為一百八十之數
也其三如前定息目內一閃自有津出如冰
雪然入于其口初從口之角而下者想之為
虎焉復于定中閃其目則火星撒下想之為
龍焉故龍從火出虎從水生矣五藏交者先
令虎在于口而後發火龍何謂也下火吞從
其左而下至于脾化而為龍從肝之右出入
其左而下至于脾右遶三匝是為耕其脾也
下水從其右吞之至于肺化而為虎從脾之

戰七

八

左出入其右而下至于脾之右一匝種在脾
土是為往來不離土者也永元真人曰目之
五輪有王火王水焉惟水難得故先閃其水
下入于口然後閃下其火而入于肝肝木也
其色青故曰青龍焉水入于肺肺金也其色
白故曰白虎焉龍從左而下至于肝穿肝而
右出復來入于左虎從右而下至于肺穿肺
左而出復來入于右此所謂五臟氣交者也
光辯天師曰青龍者晝先下焉白虎者夜後
行焉青龍屬于陽晝有二十四度白虎屬于

陰夜有三十六度於是晝行四十六夜行四
十九耕種于脾之上而生黃芽黃芽者命之
根也永元真人曰吾之身象鼎焉以左足壓
其右足以左右手按其身復虛如鼎三足焉
凝結其心血以蓋之於是想之而成嬰兒如
誠七
吾之形其初若雀之卵首目手足皆具漸漸
九
長大跪坐于精海之內左右手交差背肩仰
面大用口二時取脾之上所生黃芽以為聖
胎之食焉光辯天師曰聖胎者不自外求想
其腎出精氣入于血海凝結而成者也六通

國師曰鍊聖者有法焉想其左腎以爲日而
出白氣右腎以爲月而出赤氣於是白氣入
于精海復變爲赤火之象焉赤氣入于精海
復變爲白水之象焉日月之氣以成聖身至
于海中彼日之赤氣如火而上至于脾照其
身既已乃翻身入于精海而坐復想自月中
起而如前焉又乘聖身而起發光以照之復
翻身入于精海如此自卯至午足踐日影者
百過凡一息一爲之是爲胎息之氣者也永
元真人曰所謂左右日月之氣漸漸舉起至

于金堂玉闕乃被于頂以前四旬有五日所
採太陽以照之聖胎爲日所照當投水中其
光入于五藏皆一息之內爲之每時三十有
六過焉六通國師曰晝鍊神夜則出之永元
真人曰此聖身既就也則夜自精海乘紫雲

而起至于金堂玉闕一一徧觀從頂至踵備
認之然後想出頂門乘其紫雲定息息極方
下入于金堂玉闕乃開息焉復住其息如前
而出者四十九過十月之後當有二身其狀
惟肖能離身隨意所之矣光辯天師曰其出

也自一步至十步以至二十步四十步百日
可行萬里是為地仙者也六通國師曰定息
鍊腎之氣百日於卯之後午之前法如前為之
百過夜則想腎左右有黑氣二道入于精海
化為黑雲嬰兒乘之上至于左耳出于右耳
凡一息則一出入焉夜則三十六過百日斯
為水仙矣光辯天師曰神仙之劍何謂也先
收日月之精華後起心火鍛之日月者腎也
於是肺為風韞肝為爐炭脾為土模膽為礪
石一息氣中為法自成矣六通國師曰夫鍊

誠七

十

五藏之精者先自腎宮想其有黑氣鬱然而
起從耳而出其大如蓋息極復歸于腎宮晝
夜爲之十一過於是八旬有一日而後鍊肝
肝有青氣想之出于頂門亦如蓋焉其色碧
息極復歸其藏者八十一過於是八旬有一
日而後鍊心心有赤氣其數如前而後鍊脾
脾有黃氣其數如前而後鍊肺肺有白氣其
數如前於是五藏俱足則五氣俱興齊出于
頂其氣五色光照一室可以升騰于天矣永
元真人曰鍊之者在夫七月水生可以鍊腎

十月木生可以鍊肝正月火生可以鍊心四
月金生可以鍊肺土王於四時之季月隨四
時可以鍊脾每一氣蓋八旬有一日焉

道樞卷之三十一



