

上洞心丹經訣卷上

卷上

上洞心丹經訣上

之三

太極真人嗣孫手述

仙翁曰欲求神仙當得至要至要在寶精行氣服食大藥雖云行氣而行氣有數十法大要在還精補腦雖云服氣而服氣之法百餘事大要在胎息雖云服藥而服藥之方千餘條大要在金液還丹

訣曰寶精行氣數十法此不具載其大要在還精補腦者其法須於子後午前六陽之時為之或子後丑前或身中陽生之時

而為之善矣於此時入靖或不拘行住坐  
卧亦可須當內外貞白專氣致柔如嬰兒  
然後自玉堂尾閭起火行氣直過夾脊雙  
關上入三山直至玉京山久則自然腦滿  
三一九室之妙道實在於斯焉

之二

訣曰服氣之法百餘事如非烟碧靄中黃  
玄黃沆瀣淪漢紫霞青芽燿靈望舒靈華  
歛炎九罡五精皆服氣之法若此未易詳  
言而胎息一法實為服氣之大要其法始  
焉必用震卦時入靖或不拘行住坐卧必

要內外貞白專氣致柔如嬰兒然後如子  
居母腹呼吸在玄牝之根綿綿若存久久  
服之直使一萬三千五百息息入胎一  
日十二時百刻刻刻調和小則骨正筋柔  
膚若凝脂百病不侵延年不死大則入水  
不溺入火不焚脫胎換骨隱顯變化身外  
有身與道合真其道在人耳此二要訣者  
內丹之道要於斯畢矣

訣曰仙翁云服藥之方千條末學豈能周  
知其大要在金液還丹者今古登真達道

而成仙者未有不由金液還丹而能成者也其金液還丹者外丹也古聖鍊法有無中生有之金液還丹者上也此乃上古聖聖以心傳之不留文字而至祕者也要之非凡俗所可知非末學所能成其爐竈鼎

之二

二

器採藥進火之法實未可輕泄於言語文字之間斯丹一成拔宅飛去變化其可量乎其有九鼎飛伏金液還丹者次也此亦聖賢授受以口傳之豈文字能盡者中間取玄黃華造六一泥漆土釜固神爐作華

池生神水釀春醪醞左味採藥材進火候  
一切飛伏返還金液之法非至士真人不  
能鍊豈下愚凡俗之所能獲也今仙翁玉  
笈所珍心丹一方乃

太上上洞仙經之所載金液還丹之次方  
也藥材乃九鼎中之第一性味乃八石中  
之上等制鍊有方轉鍊無異不用雜類止  
用一珍九轉鍊之而成金液還丹自換骨  
而至飛昇井井有條接引真仙上入太清  
與無中生有之金液還丹殊途同歸功用

不異實爲至道不煩之妙也凡世希有之  
仙方也

仙翁曰傳受之法取旺相吉日先齋戒沐浴  
立壇設

太上一座於水上於無人之地燒香上白欲

以長生之道用傳之三某甲及丹經盟信之物著

案上置座在此今欲受道向北伏一時之中

若天晴無風可受之共飲白雞血爲盟乃投

信物於水中萬兆無仙骨者終不見此內外

金液還丹之道也故吾師云一代之中不過

二三人得之又云八極之內將詎幾人見知  
秘訣難聞得之者少必盟誓方事相傳長生  
神仙之藥神祕至重萬金不傳必授賢者若  
有傳者限百年內得傳一人軟血爲盟而後  
傳之若於至人違負漏泄天帝譴謫永謝玄  
路太玄仙都使盟者心迷意亂所傾敗死即  
仙君使精神昏濁所學不成大司錄三天司  
命減算伐年所作不成受罰於太玄都  
仙翁曰欲合神丹當於深山大澤或窮里曠  
野無人之處若於人中作之必於高墻厚壁

令中外不見亦可也結伴不過二三人耳先  
齋七日沐浴五香置加精潔勿經穢汙喪死  
嫁娶之家相往來

仙翁曰欲市其神藥必先齋七日以子丑日  
沐浴以執日市之當於月德地坐勿與人爭

貴賤玄女曰作藥以五月五日大良以用七  
月七日始以甲子丁巳開除之日爲善甲申  
乙巳乙卯次之作藥忌日春戊辰巳巳夏丁  
巳戊申壬辰巳未秋戊戌辛亥庚子冬戊寅  
己未癸卯癸酉及月殺及支天季四孟仲季

月收壬午丙戌癸亥辛巳月建諸朔望皆凶  
不可用以起火合神藥慎不得與俗間愚人  
交通勿令嫉妬多口舌人不信道者聞知之  
也神藥不成神藥成便為真人上天入淵變  
化恍惚可以舉家皆仙何但一身俗人惜財  
之三  
不合丹藥及信草木之藥且草木藥埋之即  
朽煮之即爛燒之即焦不能自生焉能生人  
可以療病益氣又不免死也還丹至道之要  
非凡所聞

夫肖形天壤人最為貴限以速老則死善

養則生生可惜也死可畏也是以道家至  
祕而重者莫過此長生之方也若長生之  
藥方法莫過此神丹之道也若此道不長  
生則古無長生矣夫生之在己其利實大  
論至貴賤雖爵爲公侯不足以論比其輕  
重雖賞有封畿不足以百年之壽三萬餘  
日幼弱則未有所知衰邁則歡樂無味童  
蒙昏耄除數十年平和喜笑八九千日歲  
飛電激顧盼以盡今百年者萬中一焉假  
或終之哀憂迫擾所以上士之務先營長

生事定可以任意不期羽化取樂人間同  
彭祖之享年比少君之遐壽可以畜妻子  
可以居官秩無虧上下之節不失人理之  
歡實盛事矣人之爲體易傷難養攻毀之  
者非一條過於剋剥劇乎搖拔精靈固於

之二

五

焦擾榮衛消於數用煎熬形器剋削平和  
飲食失宜榮衛過度當風卧濕變起膏肓  
方托命於草木之醫或投誠於祭祀之助  
猶渴穿井於高阜若飢起畊於石田草木  
之藥何所補之神鬼之力曷能濟之若命

可以草木延病可以祭祀除則醫人悉長  
生巫師永不病故經云不在祭祀事鬼神  
不在誓願多言語養生之道唯在神丹知  
之不易行之實難而學道之人少進多退  
競知者衆克終者鮮如井不達泉終爲棄

井故非長生難聞若聞道行之爲難非行  
之難終之難也非至明不能察也非至勤  
不能學也若易得則漢武遇少君已得之  
矣易明則劉向案枕中已明之矣故黃帝  
登崆峒而訪道夏禹封金簡於玉函或功

就而上昇或道成而仙去事昭故實法茂  
前修者長生之法若不精加功勤徒學一  
切旁門無益要當時不可失不俟終日生  
前一切之有爲唯有長生之可重神丹一  
成與天地相畢

仙翁曰世之鍊靈砂者乃用抽出砂中汞配  
硫黃二八而成靈砂但至一轉者至士服之  
可以通靈故號靈砂愚人服之百病皆愈若  
至九轉號稱還丹依法鍊服亦能變化飛昇  
其硫黃乃火輪與日輪之氣相交而生此丹

砂者具南方正色稟太陽真精含天地之至  
神列仙藥之上品蓋其內具硫體而含汞若  
依仙方鍊之九轉乃真靈砂也修煉之士服  
之指日昇仙飛昇太清其功莫可言也  
上洞太一心丹秘方

之二

六

按本草丹砂味甘微寒無毒主療身體五  
藏百病養精神安魂魄益氣明目通血脉  
止煩滿消渴益精悅澤人面殺精邪惡鬼  
除中惡腸痛毒氣疥癩諸瘡久服通神明  
不老輕身神仙

按仙方鍊爲還丹金液服之者腹中三尸  
九蟲死身中一切諸病盡皆除愈髮白更  
黑齒落更生返老還童延年不死神仙蛻  
殼換骨日中影不見始服之壽百歲三轉  
服之壽三百歲五轉服之壽五百歲七轉  
服之壽千歲九轉丹成功行圓滿服之飛  
昇昔李少君數百歲在人間陰長生四百  
歲挈妻子遨遊州郡古之如何候拔宅飛  
昇者八十餘家白日飛昇者不可勝紀是  
有徵驗久矣

仙翁曰凡造藥起火皆爐邊施祭以好白酒  
五升牛羊脯各三斤黃粱米飯三升大棗三  
升梨一斗熟雞子三十枚鯉魚三頭各重三  
斤凡用三案案皆二碗再拜祝曰小兆臣某  
恭誠惟

大道君老君太和君哀小兆臣某貪生樂道  
轉鍊神丹願祈使其令藥不飛不亡皆使伏  
火藥已好善隨手變化黃白悉伏服藥飛仙  
朝於紫宮命長無極得至真人行酒起再拜  
畢諸赤色果木橘柚皆上之訖然後造藥行

火如法

心丹

丹砂

上等紅明如菘豆大者不拘多少一云約斤半分兩可矣

用無根草煮之即紫背浮萍也其草多寡對丹砂分兩同濃煎水約可浸二七日之多藥水浸丹砂二七日每日早溫熱草木浸之二七日皆溫之止用元煎草水不用續添至日數滿擗去水晒乾裝入神室

作神室法

用好雞彈八箇醋浸略去蜚皮頂上微開

一小竅約小指拇大慢慢傾去黃白洗淨  
控乾然後磨上等京墨濃磨墨汁傾入雞  
彈中搖轉令上下皆遍微於火上炙乾令  
遍黑如不黑再用墨汁如前三上之尤妙  
此即崑崙紙法也選四箇好者作裝藥者  
余作蓋廼用鞋底針於四箇雞彈周圍勻  
針七箇針孔以象心之七竅也四箇殼蓋  
亦如前墨汁塗之凡雞彈色白神不可居  
墨色染黑故神可安藏故號神室也

右將神室於香上用名香真香薰之亦行禱

願感天動地祈祝焚香再拜如前香烟滿神  
室中然後將丹砂裝入直要裝滿稍若不滿  
則虧火力裝訖用雞子清搽在神室口外蓋  
口內亦搽之蓋定後用後藥固之四箇神室  
裝藥蓋合皆如上法

之三

八

### 固神室玉牀藥法

訣云丹砂之生下有白白牀上有白玉龕  
此丹固神室藥種地價藥皆白者象丹砂  
之玉牀玉龕也猶人之心包絡也  
石灰搗羅為細末用極酸漿水浸七日了

去水晒乾復搗爲細末取淨灰半斤  
生砒石半斤搗羅爲細末

右二味用白礬煎水調固之固訖然後裝入  
五行玉匱

五行玉匱法 此玉匱象玉龕也

砒石五斤打作小塊用紙裹絹帛包住復  
用死硝半斤 鹽蜚小 朴硝壹兩三  
件和在醱醋內乃以上件帛包砒石於醋  
內懸胎煮之須煮七日其醋約五六瓶方  
可煮七日煮了取出砒石晒乾

死硝二兩死硝用皂角伏之每斤硝石須用皂角二斤烈火上伏之

釀二兩 硃砂二兩

右件玉匱藥通計五斤六兩搗爲麤砂末用砂碓一箇大小約可裝藥者此名土釜下安

玄精石一抄於釜底後裝四玉匱藥薦藉勻安四神室於中又用玉匱藥覆蓋訖後用玄精石湊滿泥封釜口瓷碟子緊蓋毋令不滿有妨火候用鐵線八道扎縛鐵線餘者組成疣痕約二指高復用薄泥約一分厚護蓋鐵

線瓷碟訖裝入灰爐養火

五五周天火候法

訣曰仍以十箇月為節以象胞胎也後五

箇月土數也故五五二十五足土氣也

一十箇月火候一兩四錢次十箇月火候一兩

六錢後五箇月火候二兩一錢

周天火足次行補火止補月小日數蓋此乃

月之周天數也

行補火法

法用平底灰爐中乃換鐵架閣丹釜架脚可

高四寸

早火每絡七錢三絡計二兩一錢脚高三寸下火晚火每絡八錢三絡計二兩四錢飛火平於頂上鐵線上

火絡法

其法用鐵線造絡六箇分作早晚用絡形濶一寸長一寸半有蓋下新絡起舊絡宿火不可留宿火

其行補月小日數火足然後開爐取出丹釜剪斷鐵線去瓷碟取出四箇神室鋁開其神

室必體硬如瓷瓦難鋸當於木上先開一彈窩可容神室一半然後放上神室輕手按住緩慢鋸齒來往鋸開取出丹砂用藥水沐浴甦醒丹火補其元氣

浴丹補氣藥水法

之二

十

用山葡萄子乾者一兩煎水濕者用四兩紐汁用加入石腦油樟腦油各四兩重三件和勻約水大半碗開彈傾入水內必滾儘其滾聲佳候冷取出試丹

試丹法

試丹用赤銅一兩鞴鎔成汁以丹半錢中點  
化然後將生硝一塊如青梅大放入其丹硫  
內有硫黃其氣能令點化銅色黑須再用壁  
土一塊入甘礪收硫氣必用鉗攪令如水光  
淨然後傾出如不淨再加入生硝壁土如上  
法直候如水光淨傾出八箇正色之寶不須  
加母若似此點化出其丹靈矣此爲九轉丹  
母也丹體雖靈猶未可服止可作匱昇入九  
轉丹法亦不可以多用點物虛費丹母有妨

九轉

論試丹說

按方書銅之爲物能補人骨損折處凡服銅藥直至損折骨上如鋪筋漆堅固其損骨硬如金石令試丹以銅化成至寶其仙方換骨之道歟若節節昇轉九轉而服之當知骨化寒瓊必矣

之三

十一

太極真人說

玉石三百六十種丹砂爲上品第一古以爲養性命成神仙長生之大藥也仙方鍊服之方非一法製之或以酒或以醋或以漆或以

蜜然得法皆可養性命致長生不死神仙要  
之伏火而為金液九轉而為還丹比諸方為  
上法此丹欲為地仙壽千萬歲欲為神仙便  
可朝金母拜木公膺圖錄登靈臺換骨而飛  
仙欲為天仙便可逍遙乎鬱羅蕭臺臣事乎  
三清之境也有仙骨者方遇此法有道德者  
方遇至人如遇者勿以輕易而侮慢或不盡  
其口訣虛費爐竈或招譴謫而身謝玄路此  
乃自貽殃咎又何咎焉  
草木三百六十種而黃精為上品第一此亦

養性命致長生不死神仙之靈草也詳世之  
草木金石萬物之性類凡稟陰氣者皆含毒  
而能令人死凡稟陽氣者皆能令人生黃精  
生於山之南稟太陽之精勾吻生於山之陰  
稟太陰之精氣而生故令人速死毒能致腸

胃寸斷陰毒可畏之甚也丹砂稟太陽之真  
精火輪之正氣與太陽同色與黃精同功用  
爲陽之精又何疑日中有烏內舍陰也砂中  
有汞內舍陰也鍊之九轉而成金液還丹者  
統陽也其丹砂之生上有玉龕下有玉牀其

為造化之貴重可知矣

上洞心丹經訣卷上



