

金丹直指

夫八

金丹直指序

夫八

余著金丹十六頌直言性命之奧故以直指言之且明心見性宗門事也歸根復命玄門事也宗玄異事若不可比而同之然玄謂之鍊丹宗謂之牧牛抑以大樸既散非鍊之則無以返漓還淳六牕既開非牧之則無以澡黑露白曰鍊曰牧殊途同歸曰玄曰宗一而二二而一者也余自幼學時與世異好慕道既切訪師益廣淳祐壬寅年遇赤城林君自然以丹法授余又拉余拜其師李真人片言

之間盡得金火返還之要且謂若悟性而後
爲之允當也余廼徧走叢林請益諸老繼聞
宗陽碧虛方先生得紫陽張真人之傳己酉
仲春挾直指訪之足始跨門心已相照是歲
季夏有僧圓燦自莆田過余舉狗子話相契
因覽寶臺和尚千歲碑至服鉛汞句執其義
曰鉛汞何物也曰情性也何也可服歟曰以
中道也中者何曰空不空動非動也圓燦笑
曰予聞有二事圓修者其謂是歟雖然成丹
之難非賴鉅有力者不能也次歲暮春吳長

者葦竹浦白雲菴爲余二人地行之半月工
夫顯發取紫陽張真人金丹序泥丸陳真人
翠虛吟印之節節符驗予益自信直指所言
不安或謂予曰道之不明久矣子自信可也
而以著書求信於人恐祇益其紛紛耳余應
之曰信者近於知不信者近於不知也古人
所謂道不屬知不屬不知知是妄覺不知是
無記明眼底人試一展卷淳祐庚戌六月中
澣日永嘉周無所住序

金丹直指

永嘉周無所住述

玄關一竅頌

一竅纔通萬竅通
絲毫不動露真空
箇中便是真宗祖
認著依前又不中

真土頌

夫八

二

真土從來名強立
學人不曉謾傍求
若知真土爲中道
何必騎牛更覓牛

陽晶頌

全清絕點號陽晶
纔有纖瑕便屬陰
多少神

仙皆不說誰人肯向此留心

玄牝頌

萬物芸芸各歸其根識得根源玄牝虛傳

龍虎頌

龍虎猖狂心念炎烈慧劍纔揮二獸俱滅

鉛汞頌

欲識鉛汞情性二物二物和合還丹了畢

真爐鼎頌

頭上頂天脚下踏地中有一物煅成寶器

真藥物頌

天地之先無根靈草一意制度產成至寶

斤兩頌

不圓不缺行中道著意忘懷便落偏更言二
八一斤數開眼明明被孰瞞

抽添頌

若問抽添法縱擒怕覺遲調停無損益方始

證無為

識得真心無不徧自己不明被物轉可憐無
限守株人退鉛進汞錯方便

真火本火候頌

真火本無候時人休強猜要知端的意無去亦無來

法度頌

清淨藥材密意為九十二時中無念火煎

口訣頌

意到心誠湛然若凝晝夜無間效驗自應

沐浴頌

沐浴無他術休尋卯酉中因眠饑喫飯無日

不春風

工夫頌

百刻工夫一刻推一刻還同十二時十二時
中歸一念念中無念始真奇

溫養頌

恬淡無思慮虛無任自然胎圓神自化我命
不由天

或問

或問金丹直指既明道要但十六頌皆言性
宗語於命學恐或不然答曰金丹諭本性長
存是名金剛不壞即悟真篇金丹妙色之身
證真金慈相昔龍女頓悟心珠延此法也學

者罕明本性向外馳來說龍話虎便為命學
無為之道便為談空噫何見之偏是未知盡
性以至於命也性即命命即性空劫之先性
命混然無名無字纔墮語言便分為兩但靜
極不能不動動則天命流行動極復靜天命

夫八

四

之性歸根依然空劫之體無所虧欠動靜循
環曷有止息是知出於命者謂之性歸於性
者謂之命性命同出而異名也安得性外求
命命外求性者乎若不明動靜之機便指性
命為二事一言之又是錯認紫陽張真人云

性命之道未備則運心不普紫清白真人云
若曉金剛圓覺二經則金丹之義自明何必
分別老釋之異同也

或問老釋之教既同而儒教同否答曰教雖
分三道則一也學者根器不等聞見淺深各

宗其宗互相是非皆失其本殊不知一身本
具三教儒指兩教爲異端則自昧本真豈知
無始以來含一統而無遺哉故三教皆可入
道特患不得其門而入有能透徹釋老豈謂
孔聖異哉且以儒教言之自堯傳之舜舜傳

之禹禹傳之湯文武周公湯文武周公傳之
孔孟皆心傳之妙釋教自世尊傳之迦葉迦
葉傳之阿難亦以心印心道教自東華帝君
傳之金闕帝君金闕帝君傳之西王母西王
母皆以口口相傳若明眼者未舉先知已落
夫八
第二義更從事於頰舌轉沒交涉矣心傳之
學不外乎中之一字書曰允執厥中合論曰
令衆生住於中道道德經云不如守中可謂
天下無二道莊子曰通於一萬事畢紫陽張
真人云得一萬事畢是也

或問三教而一矣吾聞道教有形神俱妙或
身外有身儒釋有否答曰釋教亦有之且如
達磨隻履西歸布袋和尚身外有身普化振
錫飛空智者空榻赴供仰山見異僧騰空而
去豈非同一脉耶儒教則不然蓋爲人道之
主扶三綱正五常廼有爲之教實無爲之道
道同而教不同也

或問儒與釋老道同而教不同釋參禪道修
養又安得釋與道同敢再請其說答曰天下
無二道聖人無兩心子未明心地故發此問

參禪則制心一處始掃至於無掃禪是佛心
心為萬法之宗修養為抱元守一初修至於
無修道為養神神為萬物之主神即心心即
道道即禪也蓋無為大道者離名相無生死
常處虛空無有纖碍事來則應事去則寂如

鑑照相不留形迹強名曰道學者至此疑為
談空寂遂望風而退殊不知談空者非空非
空即真空真空故名曰一一廼大道之祖金
丹之母生靈之本老子云抱一為天下式然
無為之法不可便執為實故金剛經云一切

賢聖皆以無為法而有差殊非具眼者孰可語也

或問釋老儒道同之說已備得其旨矣但玄關一竅玄牝之門或以心腎為竅口鼻為門或曰非心非腎非口非鼻不知何者為是答

夫八

六

曰心腎口鼻之說先輩誘人入道又恐不明斯義妄認肉塊孔竅昧本來真空命脉故曰非心腎口鼻以掃執泥其實玄關一竅玄牝之門皆謂人念頭起滅處老子云玄牝之門是謂天地根紫清白真人云念頭動處是玄

牝倘能親識得起滅處即知虛無之谷造化
之母非惟金丹藥物火候等類皆從此出至
於諸子百家一大藏經教工巧伎藝盡在其
中矣紫陽張真人云此一竅亦無邊傍更無
內外紫清白真人云玄關一竅其大無外其
小無內杏林石真人云一竅名玄牝中藏氣
與神是也

或問玄關玄牝已知端的真土陽晶其義何
也答曰土者迺中之異名也得其中者性命
混一湛然圓明是謂陽晶紫陽張真人云中

央正位產玄珠古云產箇明珠是真土

或問真土陽晶已知其意龍虎鉛汞可得聞
歟答曰龍虎鉛汞者謂人心念念不停如龍
虎之猖狂若鉛汞之難制海蟾劉真人云能
乘乾馬奔龍去解使坤牛駕虎歸紫陽張真
人云鉛見火即飛汞見火即走苟得制伏之
道自然心中無心中無念所謂降龍伏虎
擒鉛制汞也

或問龍虎鉛汞備知其義爐鼎藥物其義云
何答曰爐鼎以身譬之藥物以心中之寶喻

之身外無心心外無寶豈離此心而求藥物
捨此身而覓鼎爐所以道不遠人而人自遠
耳桓真人云心天本是六虛乾身是坤兮兩
廝牽紫清白真人云心中自有無限藥材身
中自有無限火符紫陽張真人云心屬乾身
屬坤故曰乾坤鼎器然則然矣此亦是誘學
者反身克己達本歸元之說苟能一念未萌
包含造化豈非真爐鼎耶外應諸緣內心無
惴豈非真藥材也

或問鼎爐藥物已知其詳火候法度斤兩抽

添不知何義。答曰：火候法度等說，皆爲偏於動靜，不得其中。故有此喻。若能動靜相忘，不靜中靜，不動中動，所謂陰陽處中，直土會合。神仙之道，畢矣。紫陽張真人云：火之燥，水之濫，不可不調和。故有斤兩法度。先輩云：不增

不減，不抽不添，是也。

又問：火候法度已無可疑，工夫口訣其義何也？答曰：工夫之說，譬如琴瑟笙篴，雖有妙音，不得妙指，終莫能發。況金丹者乎？若得正傳，片言之下，便可用功，隨有應驗，不用年中取。

月月中取日日中取時時中取刻亦不用子
午卯酉支干屯蒙卦氣等說但於行住坐卧
清淨鈴鍵陽氣自生紫陽張真人云修鍊至
此泥丸風生絳宮月明丹田火熾泥丸陳真
人云初時夾脊關脉開其次膀胱如火然內
中兩腎如湯煎時乎跳動冲心源又有一簇
百脉之語所謂工夫效驗然清淨鈴鍵之要
即杏林石真人云豈知丹妙訣終日翫真空
泥丸陳真人云當初聖祖留丹訣無中生有
作丹基心印經云存無守有老子云守靜篤

所謂口訣真趣先聖後聖同一舌頭共一鼻
孔然則然矣猶涉異路更須不墮語言千聖
不同途太上老君未著經群仙未形口訣以
前昆蟲草木果熟脫體尚能示變化之妙抑
亦口授況人爲物靈者乎學者當具是眼

又問工夫口訣固已曉矣未知沐浴溫養何
義答曰沐浴廼清淨之義溫養謂中之義捨
之益濫操之益燥出操捨之外者曰溫養心
清淨則塵不染致諸中則道無爲無爲而無
不爲矣杏林石真人云溫養無他術無中養

就兒

或問十六頌已得其要所謂結胎脫體之說
不知果有否答曰結胎脫體譬超凡入聖之
意但能心不附物神歸氣復所謂換結聖胎
也抱養月深神全氣化所謂脫體也古云順

夫

九

之則凡逆之則聖虛靖天師云神若出便收
來神返身中氣自回如此朝朝與暮暮自然
赤子產真胎本來子云神在身則生神去身
則死紫清白真人云身外有身為脫體楞嚴
經云形神出胎親為佛子其心離身去住自

由是也紫陽張真人云丹是色身妙寶法身
即是真心從來無色亦無音一體不須兩認
或問結胎脫體之說固已曉矣不知幾日可
成沉諸書所說或一日或三日或百日或一
年九載或片餉或不在三年九載此心尚疑
答曰年月之說先輩與後學分量有利鈍工
夫有淺深故有久近之分實不過發明攢簇
之機天之一寒一暑人之一晝一夜息之一
出一入也一刻之工夫自有一年之節候一
年三萬六千之刻可奪三萬六千之數是謂

握陰陽之樞機盜天地之造化只在當人一
念中耳心志堅確工夫純一時節若至其理
自彰靈源曹真人云堅心一志向前修成與
不成無必取又豈專於限量耶但能清靜無
為湛然若存何慮不形神俱妙與道合真哉
與道合真則金丹假名耳玄關玄牝真土陽
晶龍虎鉛汞爐鼎藥物斤兩火候抽添法度
工夫口訣沐浴溫養衆妙之說不可有心求
不可無心得不着有不著無孔子借世尊口
說共老子耳聞聞非聞說非說一顆金丹色

非色當場拈出與君看通身是口吞不得
或問金丹之說深而不可求求而不可得如
群仙歌詩契論皆隱秘幽微不可直指其義
今先生所指過直無乃大淺乎予曰不然昔
神仙欲人自求其道故寓淺於深而人不知
夫八
今予欲人皆知其道故寓深於淺而人易求
如孔子性與天道雖高弟不可得聞至於孟
子語告子則明白洞達老子謂之微妙玄通
似難求也然又曰吾道甚易知甚易行亦未
嘗大深也世尊謂幽固深遠無人能到亦似

乎深也然直指人心見性成佛又何深哉子
所謂指過直無繩大淺豈其然乎

金丹直指



