

道樞卷之六



道樞卷之六

篤五

至游子曾造集

虛白問篇

驥山之姥始釋陰符載為發明山澤之儒

純粹子

揚谷字虛白號純粹子

見奇士于蜀都方瞳湛

然月角有光純粹子異之從而問道焉奇士

曰唯純粹子因曰陰符不云乎上有神仙抱

一之道中有富國安民之法下有強兵戰勝

之方何謂也奇士曰抱一者鍊神也老子曰

道生一一生二二生三三生萬物一者水也

天生神水妙化之基易所謂天一者也真一

子曰此真鉛之精天地之根陰陽之祖也萬  
類賴之生成焉千靈乘之舒慘焉夫能抱一  
守中則神氣不散名真人矣昔者黃帝得天  
皇真一之經而不達其旨乃見皇人于峨眉  
之山而問焉皇人曰真一者在北極太淵之

第五

中其前有明堂其下有絳宮於是華蓋金樓  
左杓右魁龍虎分衛焉不奪不與一安其所  
不遲不疾一入其室能暇能豫一乃不去守  
一居真乃得通神節飲約食一乃留息故知  
一者非難也守之而勿失者爲難也純粹子

曰世之學者以道爲強名者也號之虛無以爲自然無爲更不修鍊斯何如耶竒士曰斯言過矣不知天地要用之機陰陽變化之道夫無爲者非不修鍊者也不因修鍊其何以離于生死乎所謂無爲者無所不爲也身外之物謂之有爲可也悟道修真非有爲也夫道者性之本也性者心之源也心性同體應化無邊是乃所謂自然者也知乎此而能虛心實腹抱一而遷則可以仙矣純粹子曰富國安民者奈何竒士曰鍊氣之法也老子內

丹經曰一身之設一國之象也聖人以身爲國以心爲君以精氣爲民民安則國斯泰矣民散則國斯虛矣夫能惜精愛氣則所以長生者也夫人之形稟父母精血而爲元氣所化者也中黃真人曰骨肉者以精血爲根焉

篇五

二

靈識者以元氣爲本焉性者命之本也神者氣之子也氣者神之母也子母者不可斯須而離也如是則氣乃湛然住于丹田而成變化矣老子曰緜緜深根固蒂此長生久視之道也內

觀經曰氣來入身謂之生神去于形謂之死  
所以通生謂之道於是氣旺則人旺矣氣衰  
則人衰矣故曰氣能富形神能御氣而飛形  
者也其訣在乎天門開地戶閉永永繇繇而  
勿廢其吸也至于根其呼也徹于蒂如雞抱  
卵如魚生水聖胎成而斯蛻矣純粹子曰強  
兵戰勝奈何竒士曰金液鍊形者也積魂以  
消陰魄陽兵以禦陰寇蓋用五行相尅八卦  
相盪歸根復命而成丹者也黃帝曰還丹百  
數其要在乎神水華池易真子曰還丹者反

覆陰陽之氣者也聖人設其法象誘太陽之  
氣先為神丹以駐形神然後能成其道焉如  
國之有寇須兵以制之既制之矣乃可行皇  
王之道焉坎戊者月精也離巳者日光也坎  
離者水火也子午者卯酉也龍虎者烏兔也

篇五

三

震兌者房參也菟兔者陰陽也雄雌者父母  
也夫婦者男女也鉛汞者金木也甲巳者乙  
庚也乙庚者丙辛也丙辛者丁壬也丁壬者  
戊癸也金華秋石者嬰兒姹女也黃芽白雪  
者丹砂也交黎火棗者玉醴金漿也河車者

黃婆也神水者華池也此殊名而同歸者也  
其要不出乎陰陽而已太一志曰聖人括易  
象以鍊鉛焉固身保神非外物也曹真人曰  
以元氣補元氣豈必丹砂石哉陶真人曰綴  
花不可以結實內肉不可以成胎立乾坤運  
水火合三才應天符然後可以爲丹矣劉真  
人曰乾坤者鼎也天地之道也坎離者藥也  
南北之位也龍虎者東西也真一子曰自復  
也乾也姤也坤也十有二辰之中觀其氣候  
分震巽之門子而往午而來陰符陽火合于

天符三百有六十度此晦朔陰陽刑德交會  
天地變化萬物生成之數也依乎刻漏而運  
行焉奪取氣候入于神室之中可使真鉛天  
地之母受此運用而產精神者也龍虎經曰  
道猶馭也銜轡準繩隨軌轍之處中以制乎

外者也蓋有偃月之鼎其要在乎三日庚生  
以開兌之戶黑金胚出而白銀來矣九六者  
春夏也其施三五焉七八者秋冬也其復來  
往焉是知大丹者元氣之所造化故曰華池  
神水玉汞金鉛乾坤運用日月烹煎屯蒙發

火進退精研抽添沐浴九轉一年坎離貫通  
功行三千持之勿怠化形爲仙純粹子於是  
始明三清之要復問曰止行鍊神可乎竒士  
曰斯神仙矣爲其形沉而神超也純粹子曰  
止行鍊氣可乎竒士曰斯胎仙矣爲其神氣

篤五

四

交感結胎育嬰如蟬蛻也純粹子曰止行鍊  
形可乎竒士曰斯佳世矣爲其返老而爲少  
也純粹子曰三法俱行則何如竒士曰斯升  
天官矣純粹子曰三法之外亦有道乎竒士  
曰於是有存神入定尸解活脫投胎移形躡

斗步罡五符三氣五牙六字抱月採日服氣  
絕粒吐納屈伸導引存想其條千數皆傍門  
之淺方初學之漸階不足進也純粹子遂從  
授鍊神鍊氣鍊形之訣焉

真誥篇

列仙之靈吐辭為經  
撮其玄機可以順生

杜廣平

杜契字也  
後漢末人

授玄白之道于介先生常

旦旦坐卧任意存于泥丸其中有黑氣焉次  
存于心其中有白氣焉膈之中有黃氣焉其  
初存也氣出如豆既而其大衝天於是三氣  
如雲纏咽繞身而覆身之上變而為火在三

咽之內復合景以鍊一身一身之內五藏照  
徹如是旦而行之至日中而止於是服氣百  
有二十過所謂知白守黑可以不死者也太  
素丹經景曰一面之上常得左右手摩拭之  
使熱高下隨形皆使極而焉可使皴斑不生

馬五

五

而光澤如少女矣所謂山川通氣者也精景  
按摩經曰卧起當平氣正坐先以左右手乃  
度以掩其頸後因仰面視上而舉其頸使頸  
與左右手爭爲之三四止使人精和血通風  
氣不入已復屈動其身體伸手四極反張側

掣宣搖百關爲之各三焉卧起以悅

或厚

拭

頸中及耳之後使周帛俱熱溫溫然也順髮  
摩頸若理櫛之無數焉良久摩左右手以治  
面目已乃咽液二十過以導內液常行之則  
其目明其體不垢邪氣不干矣於生氣之時  
咽液二七過按體之所痛向其王方而祝曰  
左玄右玄三神合真左黃右黃六華相當風  
氣惡疫伏匿四方玉液流澤上下宣通內遣  
水火外辟不祥長生飛仙身常休強祝已復  
咽液二七過按所痛者二十有一過常行之

則無疾矣耳目者尋真之梯級總靈之門戶也常以手按其眉後之穴三九過以手心及指摩其目權上以手旋其耳行三十過其摩惟數數然無時也既已則以手逆乘額上三九過從眉中而復上行入髮際其咽液無數焉常行之目清明矣眉之後有小穴是爲上元六合之府也其生生日之輝焉目之下權之上是決明之津也以手旋其耳者採明暎之道也夫人之老鮮不始于耳目者也以手乘其額之上而内存赤子則日月雙明上

元喜矣於是終三九之數是爲手朝三元固  
腦堅髮者也首之四面以左右手乘之順髮  
就結惟令多焉於是首血流散風濕不凝矣  
既已則以手按其目二九過是爲檢目神者  
也司命東卿曰清齋辟穀則晝存日夜存月  
在于口中使其大如環其日赤色有紫光九  
芒焉其月黃色有白光十芒焉於是咽其光  
芒之液常密行之無數焉或使日月居于面  
左日右月於是二景與其瞳合氣相通是爲  
攝運生精理和魂神之道也太虛真人曰月

之五日子之時内存日象從口而入在于心  
之中使照一心之內與日合光覺其心暖焉  
即咽液九過至于十有五廿二有五日二  
十有九日復爲之則耳目聰察百關鮮徹面  
有玉光體有金澤十有五年太上遣仙車至  
矣大智慧經曰内存心中有日大如錢焉赤  
色而有九芒從心而上出喉至齒回還胃中  
如是良久自見其心胃已乃吐氣咽漱三十  
九過一日三行之行之一年疾除五年身有  
光彩十八年可以得道日行無影矣夜服月

華如服日焉惟從腦中而下其入于喉茫亦  
不出于齒而還入于胃張微子曰平旦先閉  
目內視如見五藏因口呼出氣二十四過使  
目見五色之氣相纏于面因入于口納此五  
色之氣五十過咽液六十過扣齒七通咽液

篤五

七

七過乃開目久行之常乘雲霧而行此服霧  
之方也九華真妃曰日者霞之實霞者日之  
精唯聞服日之法未見餐霞之經餐霞之經  
甚祕焉致霞之道甚易焉目者身之鏡也耳  
者體之牖也視多則鏡昏聽衆則牖閉矣吾

有磨鏡浹牖之術焉面者神之庭也髮者腦之華也心悲則面焦矣腦減則髮素矣精元內喪則丹津損竭矣吾有童面還白之法焉精者體之神也明者身之寶也勞多則精散矣營鏡則明消矣吾有益精延明之經焉守真一篤者一年則首不白禿髮更生矣內有家業子孫之羈外有王事朋友之交耳目廣聞聲氣雜役則道不專行事無益矣真才多隱乎林嶺之中遠世而抱淡則嬰顏而玄鬢矣於是吾將致乎玉醴金漿交梨火棗騰飛

之藥若體未真正邪念盈懷則不能致矣火  
棗交梨者非外物也其生于心其中有荆棘  
則梨棗不見矣青童大君曰欲殖滅度根當  
拔生死栽沉吟墮九泉但坐惜形骸西城真  
人曰神為度形舟薄岸當別去徘徊生死輪  
但苦心猶豫夫學道者可不自力乎哉夫人  
之死也其形如生者尸解也足不青皮不皺  
目光不毀髮不脫而堅形骨者尸解也尸解  
之仙方得御華蓋乘飛龍登太極游九宮而  
已得道之士暫游太陰者太一守其尸三魂

營其骨七鬼衛其肉胎靈保其氣矣為道者  
當令三關常調焉口者心之關也足者地之  
關也手者人之關也三關調則五藏安矣姜  
伯真遇仙仙使乎倚日中其影偏焉仙曰子  
篤志學仙而心不正何也吾誨汝日出三丈

篤五

八

措手二肩之上以日當其心心暖則心正矣  
從之遂得道焉以夜半去枕平卧握固放其  
體若氣調而微者身神具者也學道有九患  
焉有志無時一也有時無友二也有友無志  
三也有志不遇師四也遇師不覺五也覺而

不勤六也勤不守道七也志不固八也固而不久九也喜怒損其志者也哀樂損其性者也榮華惑其德者也陰陽竭其精者也道之忌也爲道者口常吐死氣而取生氣焉慎笑節言而思其形焉式規之法能使目明何也吾以甲子旬取東流清水合真丹以洗其目斯則明矣太上曰人命在幾日間或曰數日間或曰終食間太上曰未也或曰在呼吸間太上曰善哉可謂知道矣紫微夫人曰爲道者譬持火入冥室其冥即滅而明獨存矣財

色者其如刀刃之蜜歟孺子知其甘於口而不知有截舌之患焉南極老人曰愛而生憂憂生則有畏故無愛則無憂矣無憂則無畏矣太上真人曰彈琴絃緩如之何或曰不鳴不悲曰絃急如之何曰聲絕而傷悲曰緩急得中如之何曰衆音和合八音妙奏矣太上真人曰學道執心其如琴乎學道之人如思朝食未有不得者也惜氣如惜面目未有不全者也下士競於求名其如香以自燔燔則氣滅徒欲衆聞之不亦惑歟太素經曰左右

手常摩拭其面使熱焉則皴斑不生而光澤  
矣摩左右掌至其熱以拭其目順手以摩其  
髮如櫛焉左右肱更相以手摩之則髮不白  
脉不浮矣消魔經曰若體中不寧當反舌塞  
喉漱津咽液而無數斯體中自寧矣耳數按  
抑則聰徹矣其名曰營治城郭名書皇籍者  
也鼻數按其左右則氣平矣其名曰灌溉中  
嶽名書帝籙者也目欲瞑而坐內視以見其  
五藏則腸胃斯明徹矣吾櫛髮則向王地而  
祝曰泥丸玄華保精常存左爲隱月右爲日

根六合清鍊百神受恩既已咽液者三則髮  
不自而日生矣正一經曰閉氣定靜可使百  
鬼畏憚功曹使者龍虎君至矣夢之惡者何  
也一則鬼妖二則心試三則尸賊也既寤以  
左手捻人中者十有四扣齒者十有四則反  
凶生吉矣善夢則摩其目十有四叩其齒十  
有四焉寢之牀欲高高則地氣不及鬼氣不  
干矣夫鬼氣侵人者常依地而為祟焉夜行  
叩齒鬼斯畏矣不敢近也甲寅庚申是鬼競  
亂精神躁穢之日黃牛道士曰夕寢存日在

額之上月在臍之上則萬邪遠矣中山劉偉  
道學仙十有二年仙師試之以十萬斤之石  
懸以一髮使偉道寢其下偉道心安體胖仙  
師曰可教也餌之神丹白日升天焉昔者有  
人好道不知其方夙夜向柏木拜之求長生

篇五

+

焉逾二十有八年於是木生紫華其甘如飴  
食之而仙或有拜太華者致西嶽丈人授以  
道或有拜河水者十年致河伯授以水行不  
溺之方此無他焉精誠之至也王仲甫吸引  
二景餐霞四十有餘年而無成焉其子服之

十有八年而仙去南嶽真人謂仲甫曰爾腦  
宮虧減筋液不注安得有成哉仲甫治其疾  
而後修其真亦仙去故學道者必先養其身  
而後可與議矣

道樞卷之六



