

玉谿子丹經指要卷下

稱十

玉谿子丹經指要卷下

稱十

玉谿子李簡易纂集

張紫陽贈白龍洞劉道人歌

兔走烏飛兩曜忙始聞花發又秋霜徒誇籤
壽千餘歲也似雲中一電光一電光何太急

百年三萬六千日其間寒暑互煎熬不覺紅
顏暗中失縱有兒孫滿目前都成恩愛轉牽
纏及乎精絕身枯朽誰解教君暫駐延暫駐
延既無計不免將身隨逝水但看古往聖賢
人幾箇解留身住世身住世也有方祗為時

人誤度量競向山中尋草木伏鉛制汞點丹
陽點丹陽事迥別須向坎宮求赤血取歸離
位制陰精

坎坤體離乾體乾以陽交坤而成坎所謂
流戊也坤以陰交乾而生離所謂就已也

萬物姪娠於子乾坤壬癸會於北方故曰

坎宮坎宮即坤宮也西南是本鄉非未申

之位也元氣從此而生赤血者即是身中

一點陽精又曰陽鉛實先天一氣耳經曰

卓哉真鉛天地之先是為真鉛也離位者

即乾宮是也知時採取此陽鉛以制離位
之陰精陰精即陰汞也木液也二物交結
而成內丹即非世間朱砂水銀五金八石
草木有形之物

匹配調和有時節

藥味平平金水各半黃婆媒合婚冠相求
貴在知其時節也

時節正用媒人

參同契曰晦至朔旦震來受符是一陽初
動時也當斯之時牝龍吟雄虎嘯得媒人

即自交合媒人即黃婆也古歌曰三四同居共一室一二夫妻為偶匹要假良媒方得親遂使交遊情意密紫陽曰本因戊己為媒娉遂使夫妻鎮合歡又曰須假媒人勾引石真人云阿誰知運用大意妥黃婆

稱十

二

然則黃婆為真土真土即黃婆當雄雌交會之時剛柔相結而不可解非黃婆不能也實為還丹之樞紐金水之隄防黃中通理正位居體美在其中黃婆真土已見其大槩矣

金公姪女結親姻

金公姪女見下文釋結親姻即是投鉛合

汞

金公偏愛騎白虎

金公鉛也抱天一之質本從月生而寄位

於西方庚辛金而出於坎位故曰虎向水
中生即鉛中銀黑中白水中金也參同契
曰金為水母母隱子胎水者金子子藏母
胞又曰被褐懷玉外為狂夫乃真鉛也實
先天之一炁耳

姤女常駕赤龍身

姤女汞也汞負正陽之氣本從日生而寄
質於東方甲乙木而出於離宮故曰龍從
火裏出即砂中汞雄裏雌太陽流珠也參
同契曰汞日為流珠青龍與之俱又經曰
赤髓流為汞稱十姤女弄明璫乃真汞也木液
是矣三

虎來靜坐秋江裏龍向碧潭奮身起

秋江即是西江碧潭即是東海真龍見真

虎則一起一伏兩相飲食俱相貪便

兩獸相逢戰一場波浪奔騰如鼎沸

古歌曰青龍逐虎虎尋龍赤禽交會聲噫
噫是龍爭虎戰水激火發鼎沸暴湧顛倒

受制時有嬰兒之聲

黃婆丁老助威靈

石真人云黃婆雙乳美丁老片心慈龍虎
相交戰東君總不知黃婆見前釋丁老乃
文火也陰真君曰我爲世上道無窮不知
只伏嬰兒心真漏泄天機也

撼動乾坤走神鬼

蘇
古歌曰聖人奪得造化意手搏日月安爐
裏微微騰倒天地精攢簇陰陽走神鬼神
鬼即天魂地魄
須臾戰罷雲氣收

雲收雨散萬籟淨返掌中間災變福

種箇玄珠在泥底

復命篇曰夜來混沌擲落地萬象森羅總

不知乃一點落黃庭也黃庭即中宮黃房

也玄關也喻如泥底也紫陽曰一時辰內管

丹成爲一日之丹就也日添一黍米大漸

漸成玄珠也黃帝赤水求玄珠非罔象無
由得之是此珠也罔象無思無慮也
從此根芽漸長成時時灌溉抱真精
三谷子曰立基一百日溫養以周星但當
保精蓄神水自滋火自養待其氣足

補十

四

十月脫胎吞入腹忽覺凡軀已有靈

紫陽又曰一粒靈丹吞入腹又曰脫胎又
曰通神聖參同契曰金砂入五內霧散若
風雨既是內丹如何又曰入腹入口入五
內後人疑此便為外丹殊不知無質生質

乃謂還丹真一子所謂首採天地真一混
沌之氣而為根基繼取乾坤精粹潛運之
蹤而為法象循坎離否泰之數而為刑德
盜陰陽變化之機而成冬夏陰生午後陽
發子初故以乾坤為鼎器以坎離為藥物
餘六十卦為火候烹鍊溫養潛奪化工如
果生枝上子在胞中十月火候氣足則倏
爾而蛻神入真胎與天相畢矣故云入口
入腹入五內參同契曰類如雞子白黑相
符縱廣一寸以為始初四肢五臟筋骨乃

俱彌歷十月脫出其胞可謂無質生質身
外有身戀故軀則困在昏衢出泥丸則縱
橫天地名題仙籍位號真人乃大丈夫功
成名遂之時也

此箇事世間稀不是等閑人得知夙世若無

稱十

五

仙骨分容易如何得遇之得遇之宜速鍊都
緣光景急如箭愛取魚兒須結罾莫使臨淵
空歎羨聞君知藥已多年何不收心鍊汞鉛
莫教燭被風吹滅六道輪迴難怨天

此語警劉仙且教其收心鍊汞鉛以此見

內丹須自己內鍊非假外藥分曉
近來世人多詭詐競著布衣稱道者問他金
木是何般噤口無言似害啞
金木見指要中金木交併釋云修丹不知
此不可與語還丹矣

却云服氣與休糧別有門庭道理長君不見
破迷歌裏說太一含真法最強

與旁門小法千條萬緒於金液還返內丹之
道了無干涉所謂如何却是道太一含真
氣五星連珠日月合璧也內丹從此而結

法身從此而出別無第二門也

莫恠言辭甚乖劣只爲世人無鑒別惟君心
與我心同方敢傾懷爲君說

規中圖十二字訣序

三千六百法養命數十家率皆旁門無非曲

徑且如服氣鼓虛腹肘後飛金晶吸搐運河
車閉息爲火候納清吐濁接境泝流引龜轉
轆轤鑑形希超脫存頂顛守眉心盡是頭上
安頭無事起事顛倒失序乖於至真遂使百
脉沸騰三田潰亂本期永壽反爾傷生良由

逆天地之和不合自然之旨故簡易閱歷參
同僅三十載頗得其奧伸諸丹經以其緒餘
作規中圖十二字訣用傳學道君子以正心
誠意為主為中心柱子處中以制外以八字
為輔調御四時由外以應中上合天心中稽
人事默符造化順軌陰陽外法五行內理五
藏以為日用循環無端也不施為也不存想
也晏然大定以總元機但要絕嗜慾定心氣
省思慮節飲食調鼻息警昏睡慳視聽養天
和於四威儀中脗合自然別無繁難也已立

鄞鄂者以是契符火養聖胎未立鄞鄂者以
 是益元氣養精神為立鄞鄂之漸至於虛耗
 損失病疾交攻則以是驅疾固元為補益延
 年養命之術可謂簡易之門矣

規中圖



真人潛深淵

浮游守規中

規中者如居一規之中不在中間不在內外
也不泥象也不著物也在身中之中意中之
中如大圓鏡中之一我但正心誠意為中心
柱子當萬慮俱泯之時真人出現如魚居深
淵游泳自在而不離方寸即真人潛深淵浮
游守規中矣喜怒哀樂未發當此之時可以
居規中游泳而潛御四時以正造化四威儀
中不可失節焉物來則應過復居於中切不
可動著中心柱子於中常令空虛一塵不立
久之不縱不拘自得受用其要妙也六陰歸

坤萬物還元復卦始萌長子繼父體一陽潛
動處萬物未生時皆從這裏起便是作用處
當斯時也跏趺大坐凝神內照調息綿綿默
而守之則一炁從虛無中來杳杳冥冥無色
無形兆於玄冥坤癸之地生于腎中以育元
精補續元炁續續不耗日益日強始之去痾
次以返嬰積爲內丹之基本矣袁真人云所
謂是元炁補元炁豈是凡砂此補益之上法
也朝屯者體君子經綸之始是萬物萌芽之
初仁之端也子時其始生之炁在腎是不召

而自來宜寶而養之調息無令耳聞但聽其
悠悠綿綿合乎自然與天地橐籥相應久之
則腎炁合心炁二炁交感以降甘露而產玄
珠焉暮蒙者蒙以養正聖功也不失赤子之
心也午時其始生之炁在心無思無慮寂然

不動真心內照以合之是宜靜坐以斂之久
之則心炁自合腎炁而成既濟之功焉人居
三才之一一身與天地等故與天地之炁相
應真一之精相符人之元炁八百一十丈橐
籥相似所以元炁大運隨天小運隨日但人

不能體法天地以致斲喪傷敗精神迷亂自
與之違豈天地違之也哉若能順其理控其
機則可以符化工而為修丹內鍊長生久視
之道也除人之外總皆稟濁混淆而在元炁
中均為化物耳又安能御元炁者哉參同契

卷十

云春夏據內體從子到辰巳秋冬當外用自
午訖戌亥又云賞罰應春秋昏明順寒暑爻
辭有仁義隨時發喜怒如是應四時五行得
其理故以子丑寅為春卯辰巳為夏午未申
為秋酉戌亥為冬子丑寅應春木用事木主

仁萬物發生之時故熙和二字養之熙熙然
如春登臺和者美也黃中通理正位居體暢
於四肢發於事業美之至也如嬰兒之未孩
號而不嗷和之至也未知牝牡之合而麤作
精之至也卯辰巳應夏火用事火主禮萬物
茂齊之時故以中和二字養之既和矣無大
過無不及是謂之中始得情性優游而無蕩
泆也午未申應秋金用事金主義草木黃落
萬物收成故以斂靜二字畜之以遂萬物之
情酉戌亥應冬水用事水主智萬物歸根元

氣始肅故以歛肅二字以藏之以應天地之
氣參同契云真人潛深淵浮游守規中真人
者即我之一真凝則為神用則為心靜則為
性非動非靜虛則靈通亦名真心游泳於規
中在方圓規矩之中為造化之主運移不失
中應四時有信育之而為真土發號施令亭
育元氣制養元精化生純粹綜五行而不忒
以通天地之和故正心誠意乃能無私始得
乾坤泰而坎離交陰陽和而萬物得三光合
度以致太平然後國富民安而百骸俱理矣

解純陽真人沁園春并序

純陽妙道真人沁園春一詞談盡還丹至理
天下播傳註釋雖多不免迂闊豈知此子神
仙法不在三千六百門如是則當以心會心
以意會意倘到箇中之趣方信出於自然可

解十

九

謂要道不繁工夫容易離諸疑網入眾妙門
某輒成七言四句通竈真人詩一絕共一十
六首按二十斤之數直下註脚用發玄機覽
者幸詳味之舉一隅則頭頭俱是咸淳丙寅
脩楔宜春晚學玉谿子序

沁園春

拈起話頭便是道心事

嘆

好天良夜清明候

赤子嬰兒混沌時

自得無弦琴裏趣

宮商不許外人知

七返還丹

金歸性初便是七返得土成功號曰九還

情歸性海稱交併

爐冶金華號返還

混養全資真土力

鍊成靈質出塵寰

在人

大道只在己身內丹須是百鍊

太一分三人得一

大藥只於身內覓

可憐萬萬與千千

盡把將來為樂逸

先須鍊已待時

鍊已先要降心採藥自有時節

撥轉機關與俗乖

怡心寂澹似嬰孩

細看造物本無物

春到江南花自開

正一陽初動

坤變成復復其心乎

靜坐蒲團絕所思

神廬出入漸遲遲

氤氳暖氣回天谷

知是一陽來復時

中宵漏水

中宵便是午夜漏裏始覺更長

灑氣騰騰萬籟清

身中冬至恰三更

可人風味孰能會

時聽銅壺滴漏聲

温温鉛鼎

鼎鼎非金鼎爐爐非月爐離從坎下起兌在鼎中居

玉兔湯煎滴沸馳

金爐火熾轉光熹

杳冥誰識無中有
內蘊金華是聖基

光透簾幃
元神陽生神光閃爍
真心內照一歸沖漠

始青一炁色非色
出彼龍樓歸鳳闕

瑠璃箔下燭交輝
蟬蛻江頭雨初歇

造化爭馳
夫婦歸室月到陽宮
桃花浪裏龍虎相逢

紅黑相投世莫猜
全憑戊己作良媒

溶溶一掬乾坤髓
著意求他啜取來

進火工夫猶斗危
水中火發雷裏花開
一意提防穩著方便

鴻濛宮裏氣氤氲
紅杏枝頭二月春

但把金關牢鎖閉
轉機總是屋中珍

曲江上看月華然寧靜有箇鳥飛

牛女緣情道本龜蛇類稟天然陽鳥遇朔

合嬋娟二氣相資運轉此是鉛汞相投莫

認是小腸九曲甯真人詩云曲江之上鵲

橋橫牛女情緣道本是也大藥金丹自此生不信但

編十

敲甲乙戶雙童自解教君行甲乙戶即此

內理至深遠筆舌難宣但只是一身中事

咦 要知山下路但問去來人

當時自飲刀圭二土便是戊己金刀即是鉛汞

龍盤虎踞鎮中央 離坎交併日月光

飲罷醍醐歸洞府
華池郁郁藕花香

又誰信無中養就兒
身裏陰陽壺中日月切仙聖元來無別不

箇中人教我如何說

精養靈根氣養神
化滋鉛汞孕真身

恍然透出泥丸頂
始信神仙不誤人

辨水源清濁木金間隔不因師指此事難知

金沉銀浮清在上濁在下清為金華濁為鉛質以金華合木液用鉛之妙訣也二物會則情性混融黍珠成則金木間隔不因師指此事難知

清濁沉浮共一源
取清捨濁更玄玄

混融間隔須分判
妙在師真一語傳

道要玄微天機深遠下手速修猶太遲

學到知羞處方知藝不精白雲先生所謂
毀之者如持巨帚以掃崑崙味之者類鴻
鵠之飲滄海并蛙籬鷄之見豈知海闊天
高耶勤而不遇終須遇遇之不鍊更愚癡

當惜分陰莫教虛度直須猛省急急修持

寶珠入手幾時明菴子壞了如何造

黍米珠中世界寬 仙真勃勃入其間

幾多未遇徒瞻仰 空嘆天高不可攀

長春真人詩云日月忽忽頂上飛光陰忽

忽眼前移回頭返顧即成老下手速修猶
太遲紹興間宜春城南魏安撫家多陰隲
一日有異人直入書齋中呼安撫可來就
語時魏晝寢左右不敢以白乃題一詞於
壁而去名蘇幕遮魏起見而悔甚使人尋

詞一

十三

覓竟不可得詞曰水中金衝牛斗玉鎖金
關護法靈童守赤水丹臺龍虎走萬象森
羅勃勃投珠口 飲靈源明火候太一爐
開丹熟神光透浮名浮利終不久下手速
修窮取無中有

蓬萊路仗三千行滿獨步雲歸

虛皇經云凡欲修道建功爲先是以諸天
上帝天帝高尊諸天真人諸天神仙咸以
功勤超聖真位諸天記功世間學人脩真
志恪功滿德就凡蛻爲仙仙化爲真真人
無礙洞合自然消則爲氣息則爲人神通
自在變化無形飛行三界出幽入冥脩鍊
之士始則惜精愛氣栖心凝神自立基溫
養後乃入室三千內功不可少虧以至分
胎純熟超脫朝元尤資外行以符天道是

以功不厭多行不厭廣是以功滿三千大
羅為仙行滿三千大羅為客鍾離祖師云
有功無行如無足有行無功足不前功行
兩全足自備誰云無分作神仙且修真得
道先居蓬萊方丈瀛洲得為散仙太一元

補十

十三

君乃召受圖名題仙籍以次階陞之躋聖
位上朝玉帝位號真人更須接引後來溥
行開化至無修證處乃曰自然高真詩云
十月分胎火候指內功時計已三千更資
外行符天道超脫朝元證上仙全真瓦張

真人道成之日作解佩令詞曰脩行之士
功勤不小識五行逆順顛倒妙理玄玄玉
爐中龍蟠虎踞金鼎內鍊成至寶 陽神
離體杳杳冥冥剎那間遊遍三島出入純
熟按捺住別尋玄妙合真空太虛是了

密語詩五首

噓呵三尺覓無蹤 放去收來疾似風
十萬人中提一二 的將此道付於公

其二

伸如驚電圓如月 不是男兒莫近前

證佛成真須用此

這些微妙要師傳

其三

斬釘截鐵剖昏迷

妙用縱橫得自師

適意歸來盈袖裏

摩娑恩養作孫兒

其四

光芒燄燄逼人身

骨悚毛寒作麼生

果是男兒應不怕

一揮當下見真情

其五

十萬人中一二人

一揮要合聖賢心

赤童顯出英靈瑞

枯木開花鐵變金

讚純陽仙像

至德難名元功不宰偈誦何勞稱讚皇天無
私惟德是輔聖師因不遠焉仙姿鳳質命世
之真儒月相虬髯大唐之宦裔祗因驚覺黃
糧夢截斷輪迴生死關丹成只要度人位重

補十

十四

每來援溺下南州則金鉛木汞游汴京則玉
液蘇迦流一派為全真則億兆蒼生賴其休
垂三劍為箴規則百千弟子蒙其愛有時白
蘋紅蓼有時紫府清都放下般般見太虛依
舊立侍通明殿率土想其丰度寰區昭著靈

蹤郭上竈久欲歸來先生自謂也彭道人尚希點

化即彭沖陽也

老謬累劫習氣纏綿有識以來殊不量力
無所不好獨於仙佛之道未暇問津前輩
長沙宦裔岳君素蟾與吾同好遂為忘年

交素知其與彭沖陽胡古蟾三人法友同
受玉谿先生金丹口訣一日因話邊扣及
即慨然立談平日訪友尋師不惜身命後
遇玉谿老師吾與子平日無非淡好雜術
學道自有時節因緣子既及此則唯其時

矣少俟言日傳授遂於甲子夜中密指數
語謾試爲之未及一月丹道即驗所謂金
光遍體瓊樓絳闕龍虎嬰姹須臾恍惚分
明呈現岳君聞之因捫淚嘆曰吾聞道以
來身品肉病不能收足故於進火工夫尚

捐十

十五

未下手予夙有仙骨非細事也吾不敢爲
汝師且指彼中一人絕肖玉谿先生者曰
但加衣冠以寫先生小像師事之而盡以
先生手澤及今十書嚴加付囑旣而又聞
薄識東總管云先生曩嘗栖迹吾家吾父

安撫任滿同載歸淮先生宿食於厨船中
而以鐵索帶於坐船之後將及真州忽焉
風濤大作鐵索截斷人船什物盡入洪波
而沒越二日則先生手挾小衣包詣揚子
橋艤舟之次與吾父面別而去始知先生
得入水不溺之道舉家嘆息不已吾自受
授迄今五十五載今及九旬勉貌仙像於
十書序尾併壽諸梓用廣其傳至正十四
年月日中陽王珪君璋焚香敬書

玉谿子丹經指要卷下



Large, faint, stylized characters, possibly a watermark or bleed-through from the reverse side of the page. The characters are arranged in a vertical column and appear to be in a traditional Chinese script, though they are too light to read clearly.



