

卷之二

靈寶

靈寶畢法序

靈寶畢法序

靈寶畢法序

靈寶畢法序

靈寶畢法序

靈寶畢法序

道不可以言傳不可以名紀歷古以來昇仙達道者  
不為少矣僕志慕前賢心懷大道不意運起刀兵時  
危世亂始以逃生寄跡江湖巖谷退而識性留心清  
靜希夷歷看丹經累叅道友止言養命小術不說真  
僊大道因於終南山石壁間獲靈寶畢法上中下三  
卷上部金誥經元始所著中部玉籙書元皇所述下  
部真原義太上所傳共數千言乃悟陰中有陽陽中  
有陰一陰一陽本天地升降之理日月交合之宜炁  
中生水水中生炁亦心腎交合之理水火升降之宜

比物之象道不遠人配合甲庚方驗金丹之有準抽  
添卯酉自然火候之無差紅鉛黑鉛徹底不成大藥  
金液玉液到頭方是還丹從無入有常懷征戰之心  
自下升高漸入希夷之域抽鉛添汞致二八之陰消  
換骨煉形使九三之陽長水源清濁辨於既濟之時  
內景真虛識於坐忘之日玄機奧旨難以盡形方冊  
靈寶妙理可用入聖超凡總而為一乘之法名靈寶  
畢法大道聖言不敢私入一已用傳洞賓足下道成  
勿秘當詒後來之士正陽真人鍾離權雲房序

秘傳正陽真人靈寶畢法卷上

正陽真人鍾離權雲房著

純陽真人呂 崑洞賓傳

小乘安樂延年法四門

匹配陰陽第一

**玉書曰**大道無形視聽不可以見聞大道無名度數

不可以籌筭竒道生形因形立名名之大者天地也  
天得乾道而積氣以覆於下地得坤道而托質以載  
於上覆載之間上下相去八萬四千里氣質不能相  
交天以乾索於坤而還於地中其陽負陰而上升地

以坤索於乾而還於天中其陰抱陽而下降一升一降運於道所以天地長久

**真原曰**天地之間親乎上者為陽自上而下四萬二千里乃曰陽位親乎下者為陰自下而上四萬二千里乃曰陰位既有形名難逃度數且一歲者四時八節二十四氣七十二候三百六十日四千三百二十辰十二辰為一日五日為一候三候為一氣三氣為一節二節為一時四時為一歲一歲以冬至節為始是時也地中陽升九一氣十五日上升七千里三氣為一節一節四十五日陽升共二萬一千里二節為

一時一時九十日陽升共四萬二千里正到天地之中而陽合陰位陰中陽半其氣為溫而時當春分之節也過此陽升而入陽位方曰得氣而升亦如前四十五日立夏立夏之後四十五日夏至夏至之節陽升通前計八萬四千里以到天乃陽中有陽其氣熱積陽生陰一陰生於二陽之中自夏至之節為始是時天中陰降九一氣十五日下降七千里三氣為一節一節四十五日陰降共二萬一千里二節為一時一時九十日陰降共四萬二千里以到天地之中而陰交陽位是時陽中陰半其氣為涼而時當秋分之

節也過此陰降而入陰位方曰得氣而降亦如前四十五日立冬立冬之後四十五日冬至冬至之節陰降通前計八萬四千里以到地乃陰中有陰其氣寒積陰生陽一陽生於二陰之中自冬至之後一陽復升如前運行不已周而復始不失於道冬至陽生上升而還天夏至陰生下降而還地夏至陽升到天一陰來至冬至陰降到地而一陽來至故曰冬至陽升於上過春分而入陽位以離陰位陰降於下過秋分而入陰位以離陽位故曰春分秋分凡冬至陽升之後自上而下非無陰降也所降之陰乃陽中之餘

陰止於陽位中消散而已縱使下降得位與陽升相遇其氣絕矣凡夏至陰降之後自下而上非無陽升也所升之陽乃陰中之餘陽止於陰位中消散而已縱使上升得位與陰降相遇其氣絕矣陰陽升降上下不出於八萬四千里往來難遊於三百六十日即溫涼寒熱之四氣而識陰陽即陽升陰降之八節而知天地以天機測之庶達大道之緒餘若以口耳之學較量於天地之道安得籌筭而知之乎

**比喻曰**道生萬物天地乃物中之大者人為物中之靈者別求於道人同天地以心比天以腎比地肝為

陽位肺為陰位心腎相去八寸四分其天地覆載之間比也氣比陽而液比陰子午之時比夏至冬至之節卯酉之時比春分秋分之節以一日比一年以一日用八卦時比八節子時腎中氣生卯時氣到肝肝為陽其氣旺陽升以入陽位其春分之比也午時氣到心積氣生液夏至陽升到天而陰生之比也午時心中液生酉時液到肺肺為陰其液盛陰降以入陰位其秋分之比也子時液到腎積液生氣冬至陰降到地而陽生之比也周而復始日月循環無損無虧自可延年

**真訣曰**天地於道一得之惟人也受形於父母形中生形去道愈遠自胎完氣足之後六欲七情耗散元陽走失真氣雖有自然之氣液相生亦不得天地之升降且一呼元氣出一吸元氣入接天地之氣既入不能留之隨呼而復出本宮之氣反而為天地奪之是以氣散難生液液之少難生氣當其氣旺之時日用卯卦而於氣也多入少出強留在腹當時自下而升者不出自外而入者暫住二氣相合積而生五臟之液還元愈多積日累功見驗方止

**道要曰**

欲見陽公長子須是多入少出從他兒女相

爭過時求取真的乃積氣生液積液生氣匹配氣液  
相生之法也行持不過一年奪功以一並三百日為  
期旬日之見驗進得飲食而疾病消除頭目清利而  
心腹空快多力少倦腹中時聞風雷之聲餘驗不可  
勝紀

解曰

陽公長子者乾索須坤如氣升而上也見  
是氣自腎中升女是液自心中降相爭而  
上下之故閉氣而生液匹  
配兩停過時自得真水也

### 聚散水火第二

**金誥曰**所謂大道者高而無上引而仰觀其上無上  
莫見其首所謂大道者卑而無下俛而俯察其下無

下莫見其基始而無先莫見其前終而無盡莫見其  
後大道之中而生天地天地有高下之儀天地之中  
而有陰陽陰陽有始終之數一上一下仰觀俯察可  
以賸其機一始一終度數籌筭可以得其理以此推  
之大道可知矣

**真原曰**

即天地上下之位而知天地之高卑即陰陽  
終始之期而知天道之前後天地不離於數數終於  
一歲陰陽不失其宜分於八節冬至一陽生春分陰  
中陽半過此純陽而陰盡夏至陽太極而一陰生升  
降如前上下終始雖不能全盡大道而不失大道之

體欲識大道當取法於天地而審於陰陽之宜也

**比喻曰**以心腎比天地以氣液比陰陽以一日比一

年日用艮卦比一年用立春之節乾卦比一年用立  
冬之節天地之中親乎下者為陰自下而上四萬二  
千里乃曰陰位冬至陽生而上升時當立春陽升於  
陰位中二萬一千里是陽難勝於陰也天地之中親  
乎上者為陽自上而下四萬二千里乃曰陽位夏至  
陰生而下降時當立冬陰降而下離天六萬三千里  
去地二萬一千里是陰得位而陽絕也一年之中立  
春比一日之時艮卦也腎氣下傳膀胱在液中微弱

難升也一年之中立冬比一日之時乾卦也乾卦心  
液下入將欲還元復入腎中乃陰盛陽絕之時也人  
之致病者陰陽不和陽微陰多故病多

**真訣曰**陽升立春自下而上不日而陰中陽半矣艮

氣微陰降立冬自上而下不日而陽中陰半矣乾卦

丑寅天地之道如是惟人也當艮卦氣微不知養氣之

端乾卦氣散不知聚氣之理日夕以六慾七情耗散

元陽使真氣不旺走失真氣使真液不生所以不得

如天地之長久者蓋以此矣故古人朝屯暮蒙日用

二卦乃得長生在世朝屯者蓋取一陽為屈而未伸

之義其在我者養而伸之勿以耗散暮蒙者蓋取  
童蒙求我以就明彙暗乃陰間求陽之義其在我者  
昧而明之勿以走失是以日出當用艮卦之時以養元  
氣勿以利名動其心勿以好惡介其意當披衣靜坐  
以養其氣絕念忘情微作導引手脚遞互伸縮三五  
下使四體之氣齊生內保元氣上升以朝於心府或  
咽津一兩口搓摩頭面三二十次呵出終夜壅聚惡  
濁之氣久而色澤充美肌膚光潤艮卦養元氣又於日入  
用乾卦之時以聚元氣當入室靜坐咽氣搐外腎咽  
氣者是納心火於下搐外腎者是收膀胱之氣於內

乾卦聚元氣上下相合腎氣之火三火聚而為一以補暖  
下田無液則聚氣生液有液則煉液生氣名曰聚火  
又曰太一含真氣也早朝咽津摩面手足遞互伸縮  
名曰散火又名曰小煉形也

**道要曰**花殘葉落深秋楊妃懶上危樓欲得君民和  
會當時宴罷頻收此納心氣而收膀胱氣不令耗散  
而相合腎氣以接坎卦氣海中新生之氣也必以交  
立冬為首見驗方止行持不過一年奪功以一並三  
百日為期旬日見驗容顏光澤而肌膚充悅下田溫  
暖小便減省四體輕健而精神清爽痼疾宿病盡皆

消除如惜歲月不倦行持只於匹配陰陽功內稍似見驗叙入此功用添入良卦畧行此法乾卦三元用事應驗方止三元乾也

解曰

花殘葉落深秋者如人氣弱日暮之時陽氣散而不升故曰懶上危樓樓者重樓也心為君火勝於民火咽氣攝外腎故心與外腎氣聚而為一故曰和會宴乃咽也收乃攝也早辰功不絕者此法為主本也

交媾龍虎第三

**金誥曰**

太元初判而有太始太始之中而有太無太無之中而有太虛太虛之中而有太空太空之中而有太質太質者天地也天地清濁其質如卵而玄黃

之色乃太空之中一物而已陽升到天太極而生陰以窈冥抱陽而下降陰降到地太極而生陽以恍惚負陰而上升一升一降陰降陽升與天地行道而萬物生成也

**真原曰**

天如覆盆陽到難升地如磐石陰到難入冬至而地中陽升夏至到天其陽太極而生陰所以陰生者以陽自陰中來而起於地恍恍惚惚氣中有水其水無形夏至到天成水是曰陽太極而陰生也夏至而天中陰降冬至到地其陰太極而陽生所以陽生者以陰自陽中來而出於天杳杳冥冥水中有氣其

氣無形冬至到地積水生氣是曰陰太極而陽生也  
**比喻曰** 以身外比太空以心腎比天地以氣液比陰  
陽以子午比冬夏子時乃曰坎卦腎中氣生午時乃  
曰離卦氣到心腎氣與心氣相合而太極生液所以  
生液者以氣自腎中來氣中有真水其水無形離卦  
到心接着心氣則太極而生液者如此離卦心中液  
生坎卦液到腎液與腎水相合而太極復生於氣所  
以生氣者以液自心中來液中有真氣其氣無形坎  
卦到腎接着腎水則太極而生氣者如此可以比陽  
升陰降至太極而相生所生之陰陽陽中藏水陰中

藏氣也

**真訣曰** 腎中生氣氣中有真水心中生液液中有真  
氣真水真氣乃真龍真虎也陽到天而難升太極生  
陰陰到地而難入太極生陽天地之理如此惟人也  
不得比天地者六慾七情感物喪志而耗散元陽走  
失真氣當離卦腎氣到心神識內定鼻息少入遲出  
綿綿若存而津滿口勿吐勿咽自然腎氣與心氣相  
合太極生液以液與真水相合真氣戀液真水戀氣  
本不相合蓋液中有真氣氣中有真水互相交合相  
戀而下名曰交姤龍虎若以火候無差而抽添合宜

三百日養就真胎而成大藥煉質焚身朝元起脫之本也

**道要曰**一氣初回元運真陽欲到离宮投取真龍真虎玉池春水溶溶此恐泄元氣而走真水於身外也氣散難生液液少而無真氣氣水不交安成大藥當此年中用月以冬至為始日中用時以離卦為期或以晚年奉道根源不固自度虛損而氣不足之後十年之損一年用功補之名曰採補還丹補之過數止行此法名曰水火既濟可以延年益壽乃曰人僊功驗不可備紀若補數足而口生甘津心境自除情慾

不動百骸無病而神光暗中自見雙目時若驚電以冬至日為始節用法三百日胎僊具

**解曰**在外午時為离宮太陽為真陽在人心中為真龍元陽為真龍也真用乃腎中之水也真龍心液中之氣口為玉池津為春水

### 燒煉丹藥第四

**金詩曰**天地者大道之形陰陽者天地之道寒熱温涼形中有氣也雲霧雨露氣中有象也地氣上升騰而為雲散而為雨天氣下降散而為霧凝而為露積陰過則露為霜而為雪積陽過則霧為煙為雲為霞陰中伏陽陽氣不降擊搏而生雷霆陽中伏陰陰氣

不凝堅固而生電霞陰陽不合相對而生閃電陰陽不匹配亂交而生虹蜺積真陽以成神而麗乎天者星辰積真陰以成形而壯乎地者土石星辰之大者日月土石之貴者金玉陰陽見於有形上之日月下之金玉也

**真原曰**

陰不得陽不生陽不得陰不成積陽而神麗

乎天而大者日月也日月乃真陽而得真陰相成也積陰而形壯於地而貴者金玉也金玉乃真陰而得

真陽以相生也

戊亥行持  
乾卦進火

離卦採藥

**比喻曰**

真陽比心液中真氣真陰比腎氣中真水真

水不得真氣不生真氣不得真水不成真水真氣既於離卦和合於心上肺下如子母之相應夫婦之相愛自離至兌兌卦陰旺陽弱之時比日月之下弦金玉之在晦至旦數足生明金玉以陽生陰氣足生寶金玉成寶者蓋以氣足而進之以陽日月生明者蓋以數足而受之以兔比於乾卦進火煉陽無衰火以加數而陽長生也

**真訣曰**

離卦龍虎交始名曰採藥時到乾卦氣液將

欲還元而生膀胱之上脾胃之下腎之前臍之後肝之左肺之右小腸之右大腸之左當時脾氣旺而肺

氣盛心氣絕而肝氣弱真氣本以陽氣相合而來既以陽氣弱而真氣無所戀徒勞用工而採合必於此時神識內守鼻息綿綿以肚腹微覺腎覺熱太甚微放輕勒腹臍未熱緊勒漸熱即守常任意放志以滿乾坤乃曰勒陽關而煉丹藥使氣不上行以同真水經脾宮隨呼吸而搬運於命府黃庭之中氣液造化時變而為精精變而為珠珠變而為汞汞變而為砂砂變而為金乃曰金丹其功不小矣

**道要曰**

採藥須憑玉兔採藥心氣成親必藉黃婆等

到雍州相見雍州乾卦奏傳一曲陽歌此乃與採藥日用

對行凡以晚年補完十損一補之此法名曰煉汞補丹田補之數足止於日用離卦採藥乾卦燒煉勒陽關春冬多採少煉乾一而離二倍用功也秋夏少採多煉離一而乾二倍用功也隨年月氣旺採煉之功驗在前可延年住世而為人仙若以補數既足見驗進功謹節用功採藥一百日藥力全二百日聖胎堅三百日真氣生而胎僊完凡藥力全而後進火加數乃曰火候凡聖胎堅後火候加至小周天數凡胎圓真氣生火候加至乃曰周天火候是採藥而交姤龍虎煉藥而進火方為入道當絕迹幽居心在內觀內

境不出而外境不入如婦養孕龍之養珠雖飲食寤寐之間語默如嬰兒舉止如室女猶恐有失有損心不可暫離於道也

解曰

藥是心中真氣兔是腎中真水黃婆是脾中液合和氣水而入黃庭雍州乾卦勒陽

脅腹也又曰勒陽關也

右小乘法四門係人僊

祕傳正陽真人靈寶畢法卷上

祕傳正陽真人靈寶畢法卷中

正陽真人鍾離權雲房著

純陽真人呂 崑洞賓傳

中乘長生不死法三門

肘後飛金晶第五

**金誥曰**

陰陽升降不出天地之內日月運轉而在天

地之外東西出沒以分晝夜南北往來以定寒暑晝

夜不息積日為月魄也歲之積月者以其律中起呂

呂中起律也日月運行以合天地之機不離乾坤之

數萬物生成雖在於陰陽而造化亦資於日月

**真原曰**天地之形其狀如卵六合於中其圓如球日月出沒運行一天之上一地之下土下東西周行如飛輪東生西沒日行陽道西生東沒月行陰道一日之間而分晝夜冬至之後日出自南而北夏至之後日出自北而南冬之夜乃夏之日夏之夜乃冬之日一年之間而定寒暑日月之狀方圓八百四十里四尺為一步三百六十步為一里凡八刻二十分為一時十二時為一日一月者三十日共三百六十時計三千刻一十八萬分也且以陽行乾其數用九陰行坤其數用六魄中魂生本自旦日蓋其九不對六故

三日後月魄生魂凡一晝夜一百刻六千分魂於魄中一進七十里六晝夜共進四百二十里魄中魂半乃曰上弦又六晝夜進四百二十里通前共八百四十里魄中魂全而陽滿陰位乃曰月望自十六日為始魂中生魄凡六晝夜共進四百二十里而魂中魄半乃曰下弦又六晝夜進四百二十里通前共進八百四十里而魄中魂全月中尚有餘光者蓋六不盡九故三日後月魄滿宮乃曰月晦月旦之後六中起元月晦之前九中起六數有未盡而生後有期積日為月積月為歲一歲以月言之六律六呂以六起數數

盡六位六六三十六陰之成數也以日言之五日一  
候七十二候八九之數至重九以九起數數盡六位  
六九五十四者陽之成數也一六一九合而十五十  
五氣之數二十四氣當八節之用而見陰陽升降之  
宜一六一九以四為用變為陽數二百一十六陰之  
數一百四十四計三百六十之數而足滿周天

**比喻曰**陰陽升降在天地之內比心腎氣液交合之  
法日月運轉在天地之外比肘後飛金精之事也日  
月交合比進火之法加減陽升陰降無異於日月之  
晷晷日往月來無異於心腎之氣液冬至之後日出

乙位日沒庚位晝四十刻自南而北冬至之後九九  
日東生西沒共進六十分至春分晝夜停停而夏至  
為期晝六十刻日出甲位日沒辛位夏至之後九九  
日自北而南東生西沒共退六十分至秋分晝夜停  
停而冬至為期晝四十刻準前後進自南而北其數  
用九也月旦之後三日魂生魄生於晷六日兩停又  
六日魄全其數用六也歲之夏至月之十六日乃日  
用離卦之法乃人之午時也歲之冬至月之旦乃日  
用坎卦之法乃人之子時也天地陰陽升降之宜日  
月晷晷往來之理尚以數推之交合有序運轉無差

人之心腎氣液肝肺魂魄日用雖有節次年月豈無  
加減乎

**真訣曰**坎卦陽生當正子時非始非終艮卦腎氣交  
肝氣未交之前靜室中披衣握固正坐盤膝蹲下腹  
肚須臾升身前出育而微偃頭於後後閉夾脊雙關  
肘後微扇一二伸腰自尾閭穴如火相似自腰而起  
擁在夾脊慎勿開關即時甚熱氣壯漸次開夾脊關  
而放氣過關仍仰面腦後緊偃以閉上關慎勿開之  
即覺熱極氣壯漸次入頂以補泥丸髓海須身耐寒  
暑方為長生之基次用還丹之法如是前件出育伸

腰閉夾脊蹲而升之腰間火不起當靜坐內觀如法  
再作以至火起為度自丑行之至寅終而可止乃曰  
肘後飛金晶又曰抽鉛使腎氣生肝氣也且人身脊  
骨二十四節自下而上三節為內腎相對自上而下  
三節名曰天柱天柱之上名曰玉京玉京之下內腎  
相對尾閭穴之上共十八節其中曰雙關上九下九  
當定一百日遍通十八節而入泥丸必於正一陽時  
坎卦行持乃曰肘後飛金晶離卦採藥乾卦進火燒  
藥勒陽關始一百日飛金晶入腦一百日三關一撞  
直入上宮泥丸自坎卦為始至艮卦方止自離卦採

藥更無腎氣相合而肝氣自生心氣二氣純陽二八  
陰消薰蒸於肺而得肺液下降包含真氣日得黍米  
之大而入黃庭方曰內丹之材百日無差藥力全允  
離卦採藥用法依時內觀轉加精細若乾卦進火勒  
陽關自兌卦為始終在乾卦如此又一百日之後肘  
後飛金晶自坎坐至震卦方止離卦採藥之時法如  
舊以配自坤至乾卦行持即是三百日無差聖胎自  
堅胎三百日聖勒陽關法自坤卦為始而坐至乾卦方  
止如此又一百日足泥丸充實返老還童不類常人  
採藥就胎僊完而真氣生形若彈圓色同朱橘永鎮

丹田而作陸地神仙三百日後行持至離卦嚴採藥  
坤卦嚴勒陽關即行玉液還丹之道故自冬至後方  
曰行功三百日胎完氣足而內丹就真氣生凡行此  
法方為五行顛倒三田返覆未行功以前先要匹配  
陰陽使氣液相生見驗方止次要聚散水火使根源  
牢固而氣行液注見驗方止次交姤龍虎燒煉丹藥  
使採補還丹而煅煉鉛汞見驗方止十損一補之數  
足而氣液相生見驗方止上項行持乃小乘之法自  
可延年益壽若以補完堅固見驗方止方可年中擇月  
冬至之節月中擇日甲子之日日中擇時坎離乾卦

三時為始一百日自坎至艮自兌至乾

坎至震自坤至乾凡此下功必於幽靜室之中以

遠婦人女子使鷄犬不聞聲臭穢不入鼻五味不入

口以絕七情六慾飲食多少寒熱有度雖寤寐之間

而意思恐損失行功不勤難成於道如是三百日看應

驗如何

**道要曰** 日月並行復卦時蹲升數日開關貪向揚州

聚會交高卦六宮火滿金田宮乾

解曰 日月並行冬至也所謂擇月擇日時也蹲升

已在年為冬至也所謂擇月擇日時也蹲升已在年為冬至也所謂擇月擇日時也蹲升

已在年為冬至也所謂擇月擇日時也蹲升已在年為冬至也所謂擇月擇日時也蹲升

已在年為冬至也所謂擇月擇日時也蹲升已在年為冬至也所謂擇月擇日時也蹲升

已在年為冬至也所謂擇月擇日時也蹲升已在年為冬至也所謂擇月擇日時也蹲升

終南路上逢山升身頻過三關貪向揚州聚會爭如

少女燒天

解曰 終南者聖人隱意在中男也中男即坎卦

艮為山山是艮卦飛金晶至巽卦方入第

二百日下功之時升身頻過二關貪向揚

兖州行到徐州起來走損車牛為戀九州歡會西南

火入雍州

解曰

兖州艮卦徐州巽卦自艮卦飛金晶至巽卦方止也起來走攬車牛車為陽牛為陰

是夾脊一氣飛入泥丸也九州在人為心在日為午時與前採藥同也西南坤卦也雍州乾卦也動陽自坤至乾方止第三百日下功之時也

此是日用事乃曰三元用法飛金晶入腦下田返上

田採藥下田返中田燒藥進火中田返下田乃曰三

元用事中乘之法已是地仙見驗方止始覺夢寐多

有驚悸四肢六腑有疾不療自愈閉目暗室中圓光

如蓋周匝圍身金闕玉鎖封固堅牢絕夢泄遺漏雷

鳴一聲關節氣通夢寐若抱嬰兒歸或若飛騰自在

八邪之氣不能入心境自除以絕慾內觀則朗而不

昧晝則神采清秀夜則丹田自暖上件皆是得藥之

驗驗既正當謹節用功以前法加添三百日胎仙圓

胎圓之後方用後功

### 玉液還丹第六

**玉書曰**真陰真陽相生相成見於上者積陽成神神

中有形而麗乎天者日月也見於下者積陰成形形

中有神而麗乎地者金玉也金玉之質隱於山川秀

媚之氣浮於上而日月交光草木受之以為禎祥鳥

獸得之以為異類耳

**真原曰**陽升到天太極生陰陰不足而陽有餘所以

積陽生神陰降到地太極生陽陽不足而陰有餘所以積陰生形上之日月下之金玉真陽有神真陰有形其氣相交而上下相射光盈天地則金玉可貴者良以此也是知金玉之氣凝於空則為瑞氣祥煙入於地則變醴泉芝草人民受之而為英傑鳥獸得之而生奇異蓋金玉之質雖產於積陰之形而中抱真陽之氣又感積陽成神之日月真陰真陽之下射而寶凝矣

**比喻曰**積陰成形而內抱真陽以為金玉比於積藥而抱真氣以為胎仙也金玉之氣入於地而為醴泉

芝草者比於玉液還丹田也金玉之氣凝於空而為瑞氣祥煙者比於氣煉形也凡金玉之氣冲於天隨陽升而起凡金玉之氣入於地隨陰降而還既隨陰陽升降自有四時可以液還丹田氣煉形質而於四時加減一日改移也

**真訣曰**採補見驗年中擇月月中擇日日中擇時三時用事一百日藥力全二百日聖胎堅三百日真氣生胎仙圓謹節用功加添依時三百日數足之後方行還丹煉形之法凡用艮卦飛金晶入腦止於巽卦而已此言畢金晶三百日後也採高罷離卦罷採藥坤卦罷勒陽關

只此兌卦下手勒陽關至乾方止既罷離卦添入咽法  
煉形咽法者以舌攪上齶兩頰之間先咽了惡濁之津  
次退舌尖以滿玉池津生不漱而咽凡春三月肝氣旺  
而脾氣弱咽法日用離卦凡夏三月心氣旺而肺氣弱咽  
法日用巽卦以舌滿上下而玉池雙收兩頰虛咽為法  
凡秋三月肺氣旺而肝氣弱咽法日用艮卦凡冬三月  
腎氣旺而心氣弱咽法日用震卦飛金晶法咽亦不妨凡四季之  
月脾氣旺而腎氣弱入以腎氣為根源四時皆有衰弱  
每四時季月之後十八日咽法日用兌卦仍與前咽法  
者並用之獨於秋季止用兌卦咽法而罷艮卦之功凡

以咽法先依前法而咽之如牙齒玉池之間而津不生  
但以舌滿上下而閉玉池收兩頰以虛咽而為法止咽  
氣氣中自有水也咽氣如一年三十六次至為數又次

一年八十一一次又一為見驗乃玉液還丹之法行持不

過三年灌溉丹田沐浴胎仙而真氣愈盛若不行此玉  
液還丹之法而於三百日養就內丹真氣纏生艮卦飛  
金晶一撞三閉上至泥丸當行金液還丹之法自頂中  
前下金水一注下還黃庭變金成丹名曰金丹行金液  
還丹當於深密幽房風日凡人不到之處燒香疊掌  
盤膝坐以體蹲而後升絕覺人起正坐絕念忘情內觀

的確艮卦飛金晶入頂但畧昂頭偃項放令頸下如火  
方點頭向前低頭曲項退舌尖進後以抵上齶上有清  
冷之水味若甘香上徹頂門下通百脉鼻中自聞一種  
真香舌上亦有奇味不漱而咽下還黃庭名曰金液還  
丹春夏秋冬不拘時候但於肘後飛金晶入腦之後即  
次行此法自艮至巽而已晚間勒陽閉法自兌至乾而  
已凡行此法謹節勝及前方可得成志意止於煉形住  
世長生不死而已不能超脫也

**道要曰**識取五行根蒂方知春夏秋冬時飲瓊漿數  
盃醉歸月殿遨遊

解曰識取五行根蒂者為到五行相生相剋而用卦時不同以行咽法方知春夏秋冬改

移有時候也變漿玉液也月殿是丹田醉則咽多也

東望扶桑未曉後升前偃無休驟馬數遊宇宙長男

只到揚州

解曰東望扶桑未曉者日未出艮卦之時移升飛金晶也前偃玉液還丹驟馬起火玉液

煉形也遨遊宇宙遍滿四肢也長男震卦始

只到揚州高卦也玉液煉形自震卦為始

此採藥三百日數足胎圓而飛金晶減一卦勒陽關

如舊罷採藥添入咽法咽法隨四時而已此係煉形

法用卦候添入煉形自震卦為始離卦為期不限年

月日見驗方止身體光澤神氣秀媚漸長腥穢以衝  
口腹凡情凡愛心境自除真氣將足而以常飽所食  
不多而飲酒無量塵骨已更而變神識步趨走馬而  
行如飛目如點漆體若凝脂紺髮再生皺臉重舒老  
去永駐童顏仰視百步而見秋毫身體之間舊痕殘  
靨自然消除涕淚涎汗亦不見有也聖丹生味靈液  
透香口鼻之間常有真香奇味漱成凝酥可以療人  
疾病遍體皆成白膏上件皆玉液還丹煉形之驗也  
驗既止當謹節用功依法隨時而行後事

金液還丹第七

**金誥曰**積陽成神神中有形一生於日日生於月積  
陰成形形中有神一生於金金生於玉隨陰陽而生  
沒者日月之光也因數生光數本於乾坤隨陰陽而  
升降者金玉之氣也因時起氣時本於天地

**真原曰**數行日月數用六九乾坤之數金玉之氣春  
夏上升秋冬下降升降天地之時金生於土土生於  
石石生於玉見於成形而在下者如此日中金烏月  
中玉兔日待月魄而光見於成神而在上者如此

**比喻曰**日月比氣也腎氣比月而心氣比日金玉比  
液也腎液比金而心液比玉所謂玉液者本自腎氣

上升而到於心以合心氣二氣相交而過重樓閉口  
不出而津滿玉池咽之而曰玉液還丹升之而曰玉  
液煉形是液本自腎中來而生於心亦比土中生石  
石中生玉之說也所謂金液者腎氣合心氣而不上  
升薰蒸於肺肺為華蓋下罩二氣即日而取肺液在  
下田自尾間穴升之乃曰飛金晶入腦中以補泥丸  
補足自上復下降而入下田乃曰金液還丹既還下  
田復升遍滿四體前後上升乃曰金液煉形是亦金  
生於土之說也凡欲煉形飛金晶者當在淨室中切  
禁風日遙焚香密啓

三清上聖臣所願長生在世傳行大道演化告人當  
先自行煉形之法欲得不畏寒暑絕啗穀食遊於陰  
陽之外呪畢乃咽之

**真訣曰**背後尾間穴曰下關夾脊曰中關腦下曰上  
關始飛金晶以通三關腎比地心比天上到頂以比  
九天玉液煉形自心至頂以通九天三百日咽大藥  
就胎僊圓而真氣生前起則行玉液煉形之舊道後  
起則行飛金晶之舊道金晶玉液行功見驗自坎卦  
為始後起一升入頂以雙手微閉雙耳內觀如法微  
咽於津乃以舌抵定牙關下閉玉池以待上齶之津

下而方咽咽畢復起至艮卦為期春冬兩起一咽秋  
夏五起一咽凡一咽數秋夏不過五十數春冬不過  
百數自後咽罷升身前起以滿頭面四肢手拍氣盛  
方止再起再升至離卦為期凡此後起咽津乃曰金  
液還丹還丹之後而復前起乃曰金液煉形自艮卦  
之後煉形至離卦方止兌卦勒陽關至乾卦方止以  
後起到頂自上而下號曰金液還丹金丹之氣前起  
自下而上曰金液煉形形顯琪樹金花若以金液還  
丹未到下元而前後俱起乃曰火起焚身此是金液  
還丹煉形既前後俱起兼了焚身凡行此等切須謹

節苦志而無懈怠以見驗為度也

**道要曰**起後終宵閉耳隨時對飲金波宴到青州方

住日西又聽陽歌

解曰起後終宵閉耳者為行金液還丹須是肘  
後飛金晶一撞三關其氣終起急須双手

閉耳耳是腎波之門恐泄腎氣於外而不  
入腦中也隨時對飲金波者既覺氣入腦  
中即便依前法點頭曲項退舌尖近柱上  
齧清甘之水有奇異是驗甘若蜜也當良  
卦飛金晶一咽至震卦方止青州乃震卦  
也日西兌卦也又聽陽歌者自兌卦勒陽  
關直至乾卦日用  
高卦不必揀藥也

飲罷終宵火起前升後舉焚身雖是不拘年月日中  
自有乾坤

解曰

此一訣是金液煉形之法也飲罷終宵火起者是依前法金液還丹而艮卦煉形是起火也前升後舉飛金晶起火也凡玉液煉形之時先後起金晶入頂次還丹而復前升之以煉形是金液煉形之法不同也當其飛金晶而起火入頂便前起而煉形前後俱起名曰焚身火而行還丹須依四時加減之數所行此法不拘年月日時但以謹節專一幽居絕迹可也日中自有乾坤蓋午前燒乾午後燒坤人以前後言之肚腹為坤而背後為乾午前燒乾者為肘後飛金晶前起煉形也午後燒坤者自兌卦勒陽關至乾卦方止故也

此須於玉液還丹煉形見驗正當方以謹節幽居焚香而行此法金液還丹而相次煉形勒陽關如是一年外方得焚身焚身即是坎卦前煉形以人身前後

言之肚腹為坤背後為乾焚身午前燒乾午後燒坤勒陽關凡燒乾自下而上前後俱起冬夏三日成五日而行既濟之法以防太過而使金丹之有潤乃焚身火起中咽也見驗方止內志清高以合太虛魂神不遊以絕夢寐陽精成體神府堅固四時不畏寒暑神來自可變移容儀常人對面雖彼富貴之後亦聞腥穢蓋其凡骨俗體也功行滿足是密授三清真籙陰陽變化人事灾福神靈而皆能預知觸目塵冗心絕萬境真氣充滿以絕飲食異氣透出金色僊肌可比玉蕊榮去留之處當所神祇自來相見驅

用如意真氣純陽可乾外汞此皆還丹之後金液煉形之驗也

右中乘法三門係地僊



秘傳正陽真人靈寶畢法卷中

秘傳正陽真人靈寶畢法卷下

正陽真人鍾離權雲房著

純陽真人呂 嵩洞賓傳

大乘超凡入聖法三門

朝元第八

**金誥曰**一氣初判大道有形而列二儀二儀定位大道有名而分五帝五帝異地而各守一方五方異氣而各守一子青帝之子甲乙受之天真木德之九氣赤帝之子丙丁受之天真火德之三氣白帝之子庚辛受之天真金德之七氣黑帝之子壬癸受之天真

不德之五氣黃帝之子戊己受之天真土德之一氣  
自一生真一真一因土出故萬物生成在土五行生  
成在一真元之道皆一氣生也

**玉書錄曰**

一三五七九道之分而有數金木水火土

道之變而有象東西南北中道之列而有位青白赤  
黃黑道之散而有質數歸於無數象反於無象位至  
於無位質還於無質欲道之無數不分之則無數矣  
欲道之無象不變之則無象矣欲道之無位不列之  
則無位矣欲道之無質不能之則無質矣無數則道  
之源也無象則道之本也無位則道之真也無質則  
道之妙也

**真原曰**

道原既判降本流末悟其真者因真修真內

真而外真自應矣識其妙者因妙得妙內妙而外妙  
自應矣天地得道之真其真未應故未免乎有位天  
地得道之妙其妙未應故未免乎有質有質則有象  
可求有位則有數可推天地之間萬物之內最貴惟  
人即天地之有象可求故知其質氣與水也即天地  
之有數可推故知其位遠與近也審乎如是而道亦  
不遠於人也

**比喻曰**

天地有五帝而比人之有五臟也青帝甲乙

小甲為陽乙為陰比肝之氣與液也黑帝壬癸水壬  
為陽癸為陰比腎之氣與液也黃帝戊己土戊為陽  
己為陰比脾之氣與液也赤帝丙丁火丙為陽丁為  
陰比心之氣與液也凡春夏秋冬之時不同而心肺  
肝腎之旺有月

**真訣曰**凡春三月肝氣旺肝旺者父母真氣隨天度  
運而在肝若遇木日甲乙救土於辰戌丑未之時依  
時起火煉脾氣餘日兌卦時損金以耗肺氣是時不  
可下功也坎卦時依法起火煉腎氣震卦時入室多  
入少出息住為上久閉次之數至一千息為度當時

內觀如法一意冥心閉目青色自見漸漸起身以入

泥丸自寅至辰以滿震卦

一千息以上尤佳如息急漸  
微出息而息住不須連成

凡夏三月心氣旺心旺者以父母之真氣隨天度運  
而在心若遇火日丙丁救金於兌卦時依法起火煉  
肺氣餘日坎卦時損水以耗腎氣是時不可下功也  
震卦時依法起火煉肝氣離卦時入室依前行持定  
息赤色自見漸漸起身以入泥丸自巳至未以滿離

卦

一千息以上尤  
佳其說如前

凡秋二月肺氣旺肺旺者以父母真氣隨天度運而  
在肺若遇金日庚辛救木於震卦時依法起火煉肝

氣餘日離卦損火以耗心氣是時不可下功也巽卦時依法起火煉脾氣兌卦時入室依前行持白色自見漸漸升身以入泥丸自申至戌以滿兌卦

凡冬三月腎氣旺腎旺者父母之真氣隨天度運而在腎若遇水日壬癸救火於離卦時依法起火煉心氣餘日辰戌丑未時損土以耗脾氣是時不可下功也兌卦時依法起火煉肺氣坎卦時入室依前行持黑色自見漸漸升身以入泥丸自亥至丑以滿坎卦

解曰

春煉肝千息青氣出春末十八日不須依前行持止於定息為法而終日靜坐以養脾而煉己之真氣乃可坎卦起火煉腎恐耗其真也

夏煉心千息赤氣出夏末十八日不須依前行持止於定息為法而終日靜坐養煉

如前乃可坎卦

秋煉肺千息白氣出秋末十八日不須依前行持止於定息為法而終日靜坐養煉

如前乃可坎卦

冬煉腎千息黑氣出冬末十八日不須依前行持止於定息為法而終日靜坐養煉

如前乃可坎卦

以至黃氣成光默觀萬道周匝圍身允定息之法不在強留而緊閉使綿綿若存用之不勤從無入有使之自住採藥法含津握固以壓心之真氣不散也允入室須閉戶孤幽靜館以遠鷄犬女子一切厭觸之

物微開小竅使明辨物勿令風日透氣左右有聲當  
潛心息慮事累俱遣內外癡寐不以一物介其意蓋  
以陽神初聚真氣方疑看待如嬰兒尚未及半日夕  
焚香默祝天隱於山林功行將半者地仙跪拜稽首  
默祝天寄於海隅洞府與天下立大功與黎首除大  
害潛迹者天仙跪拜稽首三禮既畢靜坐忘機以行  
此法仍須前法節節見驗若以便為此道但恐徒勞  
終不見成止於陰魄出殼而為鬼僊

**道要曰**凡行此法不限年月日隨月一依前法以至  
見驗方止其氣自見須是謹節不倦棄絕外事止於

室中用志測其時候用二箇純陽小子或結交門生  
交翻反覆供過千日可了一氣一以奪十一百日可  
見功五百日氣全可行內觀然後聚陽神以入天神  
煉之而合道入聖超凡煉氣之驗但覺身體極暢常  
仰升騰丹光透骨異香滿室次以靜中外觀紫霞滿  
目頂中下視金光罩體之可怖證驗不可備紀

內觀第九

**金誥曰**大道本乎無體寓於氣也其大無外無物可  
容大道本乎無用運於物也其深莫測無理可究以  
體言道道之始有內外之辨以用言道道之始有觀

見之基觀乎內而不觀乎外外無不究而內得明觀  
乎神而不覩乎形形無不備而神得見矣

**真原曰**以一心觀萬物萬物不謂之有餘以萬物撓  
一氣一氣不謂之不足一氣歸諸心心不可為物之  
所奪一心運一氣氣不可為法之所役心源清徹一  
照萬破亦不知有物也氣戰剛強萬感一息亦不知  
有法也物物無物以還本來之象法法無法乃全自  
得之真矣

**比喻曰**以象生形以形立名有名則推其數有數則  
得其理以者之論蓋高上虛無無物可喻所可比者  
如人之修煉節序無差成就有次冲和之氣凝而不  
散至虛真性恬淡無為神合乎道歸於自然當此之  
際以無心為心如何謂之應物以無物為物如何為  
之用法真樂熙熙不知己之有身漸入無為之道以  
入希夷之域斯為入聖超凡之客

**真訣曰**此法合道有如常說存想之理又如禪僧入  
定之時當擇福地置室跪禮焚香正坐盤膝散髮披  
衣握固存神冥心閉目午時前微以起身起火煉氣  
午後微以斂身聚火燒丹不拘晝夜神清氣和自然  
喜樂之中或聞真聽見境勿認物景自散若認物

景魔軍轉加不退急急前以身微歛

後以背微偃伸腰少待前後火起高升其身勿動名曰焚身火起魔軍自散於軀外陰邪不入於殼中如此三兩次已當想遍天地之間皆是炎炎之火畢境清涼了無一物但見車馬歌舞軒蓋綺羅富貴繁華人物懽娛成隊成行五色雲升如登天界及到彼處又見樓臺聳翠院宇徘徊珠玑金玉滿地不收花果池亭莫知其數須臾異香四起妓樂之音嘈嘈雜雜賓朋滿座水陸俱陳且笑且語共賀升平珍玩之物互相獻受當此之際雖不是陰魔亦不可認為好事蓋

脩真之士棄絕外事甘受寂寞或潛跡江湖或隱身僻地絕念忘情動止自戒久受劬勞遍歷瀟灑一旦功成法身便見如此繁華又不知是陰魔相賊將以實為天宮殊不知脫凡胎在頂中自己天宮之內因而貪慾認為實境實境自己之形色恬淡雅素為正驗有華麗即非也不用超脫之法止於身中陽神不出胎仙不化不得成就止是出昏衢之上為陸地神僊長生不死而已不能脫質升僊而歸三島以作神僊也當此可惜光明學人自當慮之超脫之功雖難不可不到此田地宜擇名山福地抱元守一神中有

神變之地也

**道要曰**不無盡法以減省故也

超脫第十

**金誥曰**道本無也言有者非也道本虛也言實者非也既為無體則問應俱不能矣既為無象則視聽俱不能矣以玄微為道玄微亦不離問答之累以希夷為道希夷亦未免視聽之累玄微尚未為道而道亦不知所以然也所以者指太極然者指造化也

**玉書曰**其來有始而不知大道之始何也其去有盡而不知大道之終何也高高之上上而又上而不知

大道之上無有窮也深深之下下而復下而不知大道之下無有極也杳冥莫測名曰道隨物所得列等差殊無為之道莫能窮究幽微之奧也

**真訣曰**超者跳出凡軀而入聖品脫者離去塵俗而到僊階是以神入氣胎氣全真性氣聖體也性真神也即太極也須是前功節節見驗斯可居清淨之室入希夷之境內觀如法認取陽神起火降魔焚身聚氣使真氣上升天宮殼中清淨了無一物當擇幽居一依前法三禮既畢正身端坐不須高升不須歛脚止閉目冥心靜極朝元之後身軀如在空中神氣飄

然難為制御默然內觀明朗不昧山川秀媚樓閣依  
稀紫氣光芒紛紜如陣祥鸞彩鳳音語如篁異景繁  
華可謂壺中真趣洞天別境逍遙自在絕無塵世之  
累實乃真空之境其氣自轉不須用法依時若見青  
氣出東方笙歌嘹亮旌節車馬左右前後不知多少  
須臾南方赤氣出西方白氣出北方黑氣出中央黃  
氣出五色結聚而成采雲樂聲嘈雜喜氣氤氳金童  
玉女簇擁扶身或跨火龍或乘玄鶴或坐綵輦或騎  
猛虎升騰空中自下而上所居之處樓閣殿宇不能  
盡述神祇官吏不可盡言又到一處女樂隊行官僚

班列如人間帝王之儀聖賢畢至此時見之傍若無  
人乘駕上升又到一門兵衛森嚴整肅而不可犯左  
右前後官寮女樂留戀不已終是過門不入軒蓋覆  
面自上而下不厭其數是調神出殼之法也積日純  
熟一升而入天宮一降而還舊處直上直下並無窒  
礙自下而上如登七級寶塔或上三層瓊樓始也一  
級而又一級上進而入於頂意輒不得下視唯恐神  
驚變軀不出既至七級之末則閉目便好如寐如寤  
身外有身形如嬰兒肌膚鮮潔神采瑩然嬰兒本像  
回視故軀亦不見有所見故軀猶如糞堆又類枯木

不勝憎嫌當此不可頓去而遠遊蓋神未熟聖胎雖成未堅須是再入本軀調陽老成出入純熟一任遠遊始於一步二步次則二里積日屢甚乃如壯士展臂可千里萬里形神壯大氣勇堅固然後寄形骸於名山大川之中任從往來塵世之外蓋是功成行滿而受

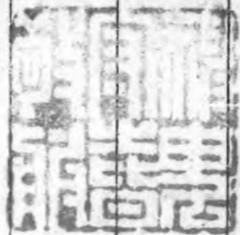
天書御召驂鸞乘鳳跨虎騎龍自西自東以入紫府先見太微真君次居下島欲升洞天以為天仙凡行此法古今少有成者蓋其功行備或法不全銳進而欲速故耳其或功驗未証是靜坐鹵莽自是欲求超

脫僥倖而得成止是陰靈不散出為鬼僊矣鬼僊之形自無主宰人亦不見往來去住終無所歸甚則止於投胎奪舍復得為人又復求道方得人僊至地僊地僊至天僊不亦難乎又或出入不熟往來無法無由再入本軀神魂不知所在乃釋氏之坐化道流之尸解故行功要在前逐節見驗親切明白仍當擇地去處方向星辰年月並皆要合入室靜坐抱元守一絕去腥穢之物臭惡之氣淫邪之聲婦女之色凡此不止觸其真氣且神靈亦厭之既出而復入既入而復出則形神俱妙如蟬脫殼登僊入聖超凡脫俗乃

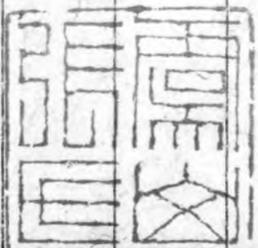
為真人仙子而在風塵之外寄居三島十洲者也

右大乘法三門係天僊

士禮居藏書



三陽真子藏書



秘傳正陽真人靈寶畢法卷下



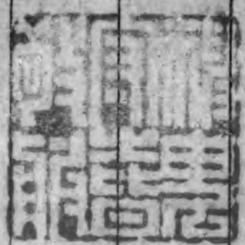
靈寶畢法之名見絳雲樓書目神僊  
家余偶從坊間獲此不特珍其罕見  
且裝潢古雅補綴渾純非舊家而  
好古者不辨出三番餅易之存古書  
也脩鍊之術固所未喻然精理名言  
實足發龍耳振曠養生者可輕棄哉  
戊辰八月八日 復翁



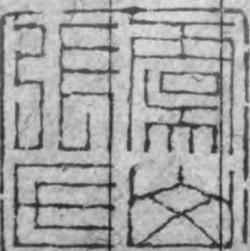
為真人仙子而在風塵之外寄居三島十洲者也

右大乘法三門係天僊

士禮居藏



三陽真子藏書



秘傳正陽真人靈寶畢法卷下



靈寶畢法之名見絳雲樓書目神僊  
家余偶從坊間獲此不特珍其罕見  
且裝潢古雅補綴渾純非舊家而  
好古者不辨出三番餅易之存古書  
也脩鍊之術固所未喻然精理名言  
實足發龍耳振聵養生者可輕棄哉  
戊辰八月八日 復翁



呂祖聖師慈心濟世為仙佛合宗此  
書真無口訣能潛脩加工何患不成然須  
刻之以濟世度人為心則所願大而自合

天心其自勵毋忽至書之古本罕觀藏書家

尤稱僅見之珍後有讀者半一愛護如  
眼自度不負聖師之苦心矣

順治庚寅二月初九日古長安叟鑄印道人  
借讀三復并識不計初之不文也

