

超脫凡俗  
仙術秘庫卷三日錄

●仙家煉丹術

●煉外丹仙術

- |   |        |       |   |
|---|--------|-------|---|
| 一 | 安爐立鼎仙術 | ..... | 一 |
| 二 | 金鼎玉爐仙術 | ..... | 二 |
| 三 | 煉偃月爐仙術 | ..... | 三 |
| 四 | 煉硃砂鼎仙術 | ..... | 四 |
| 五 | 配合乾坤仙術 | ..... | 五 |
| 六 | 調和陰陽仙術 | ..... | 六 |
| 七 | 吸收烏兔仙術 | ..... | 七 |
| 八 | 會合龍虎仙術 | ..... | 八 |
| 九 | 顛倒坎離仙術 | ..... | 九 |

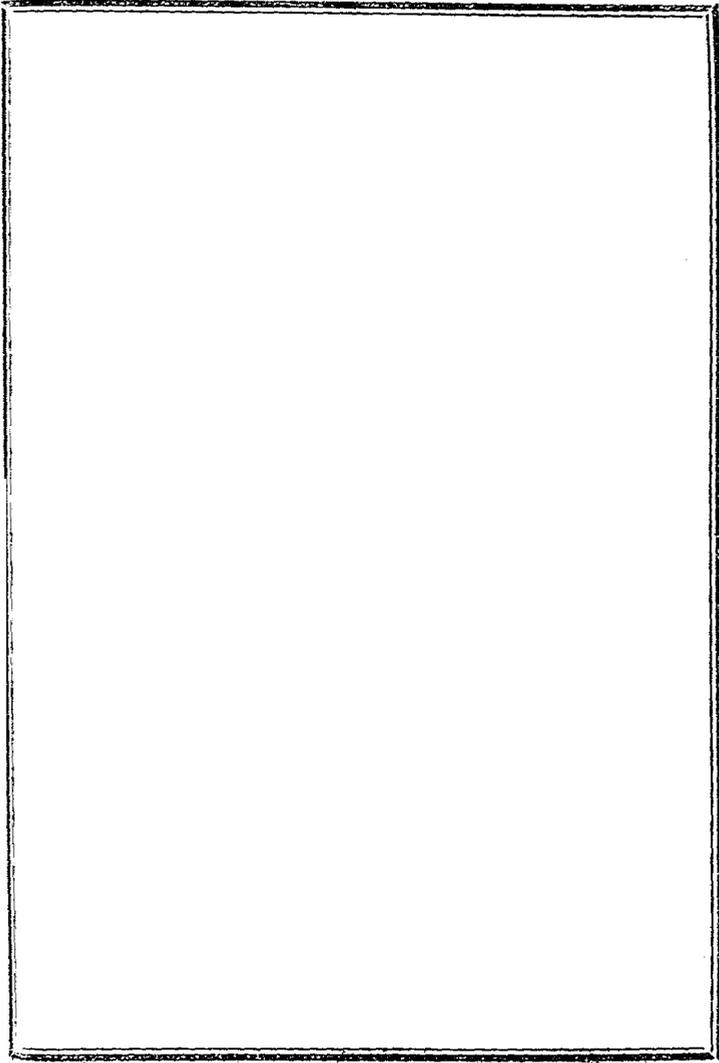
十	煨煉鉛汞仙術.....	九
十一	辨別藥材仙術.....	一〇
十二	運用火候仙術.....	一一
十三	採藥火候仙術.....	一二
十四	抽添火候仙術.....	一三
十五	溫養火候仙術.....	一四
十六	結丹火候仙術.....	一五
十七	藥歸土釜仙術.....	一六
十八	移換爐鼎仙術.....	一七
● 煉內丹仙術		
一	太極立則仙術.....	一八
二	天地為心仙術.....	一九
三	返還先天仙術.....	二〇

四	修養後天仙術	一八
五	煉己築基仙術	一八
六	增陽減陰仙術	一九
七	眞水眞火仙術	二〇
八	眞龍眞虎仙術	二一
九	眞鉛眞汞仙術	二一
十	抽鉛添汞仙術	二二
十一	河車作用仙術	二三
十二	肘飛金晶仙術	二四
十三	還丹合道仙術	二五
十四	大小還丹仙術	二五
十五	七返還丹仙術	二六
十六	九轉還丹仙術	二七

十七	玉液還丹仙術	二八
十八	金液還丹仙術	二八
十九	煉形成氣仙術	一九
二十	玉液煉形仙術	三〇
二一	金液煉形仙術	三一
二二	朝元煉氣仙術	三一
二三	內觀交換仙術	三三
二四	內觀存想仙術	三三
二五	內觀玄理仙術	三四
二六	十魔九難仙術	三五
二七	金丹內結仙術	三五
二八	陽精返本仙術	三六
二九	生死門戶仙術	三六

三十	有爲無爲仙術·····	二七
三一	混俗和光仙術·····	二八
三二	超脫分形仙術·····	二九

仙翁秘庫 目錄



超脫凡俗 仙術秘庫卷三

古杭玉樞真人肯堂氏者述  
淮陰後學真吾清嵐氏校閱

●仙家煉丹術

●煉外丹仙術

▲安爐立鼎仙術

外丹之術出自廣成子。普高上元君傳道於人間。指諭天地升降之理。日月往復之宜。於是丹經滿世。世人得聞大道。廣成子以教黃帝。黃帝於政治之暇。依法行持。久未見功。廣成子以心腎之間有真氣。真水氣水之間有真陰。真陽配合大藥。可比於金石之間。而隱至寶。乃於崆峒山中。以內事為法。而煉大丹。八石之中。惟用硃砂。砂中取汞。五金之中。惟用黑鉛。鉛中取銀。汞比陽。龍銀為陰。虎以心火。如砂之紅。腎水如鉛之黑。年火隨時不失。乾坤之象。月火抽添。自分文武之宜。築三層之爐。各高九寸。外方內圓。取八方之氣。應四時之運。立鼎取象。包藏鉛汞。無異於肺液。硫黃為藥。合和靈砂。可比於黃婆三年小成。服之可絕百病。六年中成。服之自可延年。九年大成。服之而得飛昇。是故燒煉之家。必先安爐立鼎。爐中有陽。升降以之。鼎中有陰。闔關成之一升。一降。一闔。一關。青龍白虎。金烏玉兔。天魂地魄。相

抱○留○戀○煉○成○至○寶○無○二○無○一○方○許○天○真○未○得○丹○時○須○藉○武○火○以○鎔○之○巽○風○以○吹○之○審○其○火○之○無○不○然○也○  
既○得○丹○時○須○藉○文○火○以○養○之○神○水○以○沃○之○有○所○過○則○損○之○有○所○不○及○則○益○之○決○其○火○之○無○不○然○也○審○決○  
既○當○而○後○爐○鼎○不○壞○大○丹○以○成○雖○然○歷○古○以○來○煉○丹○者○多○矣○而○見○功○者○少○此○何○故○歟○曰○其○故○有○三○煉○丹○  
非○有○爐○鼎○不○可○鼎○中○藥○材○不○辨○真○偽○爐○中○火○候○不○知○抽○添○反○將○至○寶○之○物○一○旦○消○散○於○煙○焰○之○中○而○成○  
爲○灰○塵○廢○時○亂○日○終○無○所○成○者○一○也○藥○材○雖○美○不○審○火○候○火○候○雖○審○藥○材○不○足○兩○不○相○契○終○無○所○成○者○  
二○也○藥○材○充○美○火○候○合○宜○年○中○不○差○月○日○中○不○差○日○加○減○有○數○進○退○有○時○氣○足○丹○成○然○而○外○行○不○備○化○  
玄○鶴○空○無○緣○得○餌○而○終○不○能○成○者○三○也○況○夫○藥○材○本○天○地○秀○氣○結○實○之○物○火○候○乃○神○仙○修○持○成○道○之○  
術○三○皇○之○時○黃○帝○煉○丹○九○轉○方○成○五○帝○之○後○混○元○煉○丹○三○年○纔○成○迨○及○戰○國○凶○氣○凝○空○流○尸○滿○野○萬○物○  
不○能○受○天○地○之○秀○氣○而○世○間○遂○乏○良○美○之○藥○材○其○時○得○法○之○人○逃○難○空○谷○老○死○窮○巖○丹○方○仙○法○或○有○竹○  
帛○可○紀○者○久○而○枯○壞○人○世○不○復○有○矣○若○塵○世○有○藥○材○則○秦○始○皇○不○求○於○海○島○人○間○有○丹○方○則○魏○伯○陽○不○  
參○於○周○易○或○者○多○聞○強○識○迷○惑○後○人○指○鹿○爲○馬○萬○無○一○成○然○則○爐○鼎○之○功○豈○易○言○哉○

▲金鼎玉爐仙術

古○來○之○燒○煉○家○莫○不○以○鼎○爐○爲○先○務○非○鼎○則○無○以○藏○藥○非○爐○則○無○以○運○火○且○有○鼎○不○可○無○爐○有○爐○不○可○

無鼎。鼎爐俱備。方能從事於燒煉。夫鼎之爲物。所以藏藥也。其義則取乎剛。爐之爲物。所以運火也。其義則取乎柔。鼎不剛。則藥易失。爐不柔。則火亂。飛物之剛者。莫重夫金。故鼎以金名。物之柔者。莫潤夫玉。故爐以玉稱。以金鑄鼎。則堅重固強。陽中有陽。所以合乾卦之象也。故亦名乾鼎。以玉造爐。則溫潤平靜。陰中有陰。所以合坤卦之象也。故亦名坤爐。古仙云。乾剛作鼎。藥不飛。坤柔爲爐。火不躁。其斯之謂歟。夫因之而有所喻焉。修道者。煨煉身心。志念堅固。卽所謂鼎也。愈久愈力。百折不回。不動不搖。不屈不撓。卽所謂金鼎者也。隨時察覺。卽所謂爐也。漸次用功。循序而進。柔和爲懷。從容不迫。卽所謂玉爐者也。鼎爐穩當。煨去歷劫以來。所有僞物。燒盡有生而後一切滓質。草故更新。純一不雜。由此再換。爐鼎別置。鉛錘鎔化。黃金爲汁。爲霜銷燦。白玉爲雲。爲霜草石均勻。金玉同功。陰陽相合。剛柔相濟。則鼎藥爐火之功用。焉有不深造其極者乎。故習燒煉之術者。當以安爐立鼎爲先。着而論藥火之功者。必以金鼎玉爐爲至寶也。

### ▲煉偃月爐仙術

偃月者。形如蛾眉之月也。月至晦而光內藏。越數日夜而生明。每月初三現一鉤之光於坤方。其光偃仰。故謂偃月在人爲至靜之中。天根忽現有一點陽光。透露有象於偃丹在卦爲震。在方爲庚。所謂初

三。日。震。出。庚。曲。江。岸。上。月。華。瑩。者。是。也。原。此。一。點。陽。光。卽。由。天。根。而。來。亦。卽。爲。道。心。之。光。丹。道。之。所。最。難。得。者。道。心。也。道。心。一。現。天。理。昭。彰。剛。氣。漸。振。大。地。山。河。盡。是。靈。藥。信。手。拈。來。頭。頭。是。道。藥。卽。是。火。火。卽。是。藥。自。有。天。然。造。化。之。爐。真。正。之。火。奚。止。丹。竈。柴。炭。吹。噓。之。功。而。已。哉。夫。爐。爲。偃。月。靜。極。而。動。陰。中。生。陽。懸。胎。名。焉。元。牝。聚。焉。嬰。兒。結。焉。顆。珠。成。焉。黃。芽。茂。焉。匪。金。匪。鐵。匪。玉。匪。石。匪。砒。匪。砂。匪。泥。匪。木。或。以。丹。田。之。下。橫。骨。上。仰。爲。偃。月。爐。或。以。心。字。一。彎。上。仰。卽。以。肉。團。心。爲。偃。月。爐。此。皆。徒。求。迹。象。未。辨。真。濟。者。也。至。於。採。戰。家。之。邪。術。以。婦。女。產。門。爲。偃。月。爐。取。爲。接。補。斯。真。造。罪。作。孽。歷。萬。劫。而。不。復。人。身。者。也。殊。不。知。作。丹。造。爐。修。偃。月。之。形。生。偃。月。之。道。以。有。形。養。無。形。以。無。光。生。有。光。道。心。朗。照。諸。邪。俱。滅。可。以。作。聖。可。以。成。仙。紫。陽。仙。翁。云。休。泥。丹。竈。費。功。夫。煉。藥。須。尋。偃。月。爐。又。云。偃。月。爐。中。玉。蕊。生。硃。砂。鼎。裏。水。銀。平。只。因。火。力。調。和。後。種。得。黃。芽。漸。長。成。於。此。可。知。偃。月。之。真。義。矣。

▲煉硃砂鼎仙術

硃。砂。之。色。有。類。於。火。因。其。火。能。煖。煉。諸。物。去。舊。換。新。故。燒。煉。家。以。鼎。象。之。取。其。至。虛。至。靈。有。感。有。應。之。義。蓋。火。之。爲。物。最。靈。最。神。無。物。不。化。譬。諸。人。之。神。明。無。處。不。照。無。事。不。成。但。神。有。元。神。有。識。神。識。神。能。敗。丹。道。元。神。能。成。丹。道。蓋。識。神。帶。有。歷。劫。塵。根。借。元。神。之。因。而。成。種。種。妄。果。勢。不。至。鍋。破。鼎。壞。喪。失。性。

命。而。不。止。硃。砂。鼎。者。元。神。常。存。而。識。神。不。起。者。也。以。元。神。而。制。識。神。識。神。受。制。則。邪。火。滅。邪。火。滅。而。真。火。生。真。火。生。而。和。氣。細。綿。生。機。不。息。丹。道。安。有。不。成。乎。愚。人。不。知。誤。認。昭。昭。靈。靈。之。神。以。爲。元。神。者。非。也。夫。元。神。者。不。神。之。神。靈。而。最。真。真。而。最。靈。昭。昭。靈。靈。之。神。乃。神。而。神。者。雖。靈。有。假。假。中。之。靈。爲。輪。迴。之。種。子。古。仙。云。無。量。劫。來。生。死。本。痴。人。喚。作。本。來。人。諒。哉。言。也。彼。夫。探。戰。家。以。婦。女。爲。硃。砂。鼎。以。淫。妬。爲。丹。藥。採。取。男。精。女。水。服。食。敗。血。以。爲。偷。陰。補。陽。益。身。接。命。挾。閨。丹。之。邪。術。雖。喪。生。害。命。而。不。惜。噫。是。何。甘。墜。於。異。類。而。反。棄。其。萬。劫。不。可。得。之。人。身。也。耶。

### ▲配合乾坤仙術

紫陽真人云。先把乾坤爲鼎器。又云。安爐立鼎法。乾坤蓋乾者健也。取象爲天。坤者順也。取象爲地。金丹之道。傲乾之剛健。以爲鼎。猛烹急煉。法坤之柔順。以爲爐。循序漸進。能剛能柔。能健能順。志念堅固。愈久愈力。鼎爐穩定不動。不搖。可以採藥運火矣。淳于真人鼎器歌云。圓三五寸一分口。四八兩寸唇。蓋圓者不偏不倚。活活潑潑。允執厥中之謂。三爲木之生數。五爲土之生數。一爲水之生數。一三五皆陽數。陽爲乾卦。所以象天也。故謂之圓口象方者。變化裁制。隨時運用之謂。四爲金之生數。八爲木之成數。兩爲火之生數。二四八皆陰數。陰爲坤卦。所以象地也。故謂之口。口爲呼吸出入之道。一呼爲

陽為伸主生象八木一吸為陰為屈主收象四金唇者上下兩片主動唇動而氣嘘象二生火一三五陽數屬於天象圓以為乾鼎二四八陰數屬於地地形方以為坤爐圓主闔方主關以圓為體以方為用以金木水火土之五行攢簇乾坤之一氣為準則此鼎爐之所以成也

▲調和陰陽仙術

淳于真人鼎器云長尺二厚薄均蓋尺二者十二寸也在一歲為十二月在一月為十二候在一日為十二時厚者多也薄者寡也均者相停也以年月日時六陰六陽進退之節為陽火陰符調停之度數也又云陰在上陽下奔蓋陰者水也其象為神陽者火也其象為乾鼎中有水爐中有火水在上火在下水火烹煎火不燥水不寒水火相濟凡此皆言陰陽之道也夫金丹之道造化之道也造化之道陰陽之道也易曰一陰一陽之謂道又曰天地絪縕萬物化醇男女構精萬物化生是可知孤陰不生獨陽不長陰陽相合方能生育煉丹之道非採取陰陽別無他術故陰陽不可不辨男女之陰陽慶世之陰陽也心腎之陰陽幻身之陰陽也日月之陰陽天地之陰陽也冬至夏至一年之陰陽也朔旦望晦一月之陰陽也子時午時一日之陰陽也二候四候一時之陰陽也且陰陽有內外之別內之陰陽順行之陰陽也外之陰陽逆運之陰陽也既知陰陽尤須調和相當不多不少不偏不倚不急不緩不有

不無不即不離不躁不懦或陽動而陰隨或陰感而陽應或陰中用陽或陽中用陰或借陰以全陽或用陽以制陰或以內之陰陽而助外或以外之陰陽而濟內內外合道爐火功深金丹結成取而服之長生不死參同經云同類易施功非種難為巧悟真云內藥還同外藥內通外亦須通丹頭和合類相同溫養兩般作用三丰真人云世間陰陽男配女生子孫代代傳順為凡逆為仙只在中間顛倒顛則燒煉家調和陰陽之道盡於此矣

### ▲吸收烏兔仙術

烏者日之精也兔者月之華也悟真云先把乾坤為鼎器次搏烏兔藥來烹既驅二物歸黃道爭得金丹不解生是故燒煉之家口吸日精月華眼接日精月華收日月之精華以成丹爐中之精華精華既得大丹自結矣夫日中有金烏為陽中之陰月中有玉兔為陰中之陽日在卦為離外陽內陰喻其剛中有柔之義月在卦為坎外陰內陽喻其柔中有剛之義金丹之道惟取剛中之柔柔中之剛以此兩味陰陽大藥鎔化一氣而成丹丹非藥物不成藥物非烏兔不良烏兔之精華有真陰真陽可以返老還童延年益壽也至於龜蛇蟠結水火相濟其理亦莫不如是以天之日月人之日月人身中之陰陽即人身中之日月亦即人身中之烏兔也以人身之烏兔採引日月之烏兔收精吸華豈

難事哉

會合龍虎仙術

龍陽物也。升飛在天。吟而雲起。得澤而利。濟萬物。其性柔。主生物。在象為青龍。在方為甲乙。在物為木。在時為春。在道為仁。在卦為震。在人身五臟之內。為肝。虎陰物也。奔走於地。嘯而風生。得山而威。制百獸。其性剛。主殺物。在象為白虎。在方為庚辛。在物為金。在時為秋。在道為義。在卦為兌。在人身五臟之內。為肺。夫肝屬陽。而在陰位之中。所以腎氣傳肝氣。氣行子母。以水生木。腎氣足。而肝氣生。肝氣既生。以絕腎之餘陰。而純陽之氣上升。肺屬陰。而在陽位之中。所以心液傳肺液。液行夫婦。以火剋金。心液到而肺液生。肺液既生。以絕心之餘陽。而純陰之液下降。肝主陽。以絕腎之餘陰。是可知氣過肝時。即為純陽。純陽氣中包藏真一之水。恍惚無形。名曰陽龍。肺主陰。以絕心之餘陽。是可知液到肺時。即為純陰。純陰液中負載正陽之氣。杳冥不見。名曰陰虎。氣升液降。則其會合也。奈何蓋氣中真一之水。見液自合。液中正陽之氣。見氣自聚。若復於傳行之時。以法制之。使腎氣不走失。氣中收取真一之水。心液不耗散。液中採取正陽之氣。子母相逢。兩相顧戀。日得黍米之六百日。無差藥力。全二百日。聖胞墜。三百日。仙胎完。形若彈丸。色同朱橘。名曰丹藥。古仙云。龍從東海來。虎向西山起。兩獸戰一場。化作天。

地。髓。其。卽。會。合。之。謂。歟。

▲顛倒坎離仙術

經云。別。有。些。兒。奇。又。奇。心。腎。原。來。非。坎。離。此。中。秘。密。可。為。知。者。道。難。與。俗。人。言。也。蓋。心。腎。者。乃。後。天。有。形。有。象。之。物。不。但。非。先。天。坎。離。而。且。非。後。天。坎。離。其。實。則。後。天。坎。離。之。滓。質。耳。所。謂。真。坎。離。者。以。水。火。言。之。坎。為。水。離。為。火。水。中。有。真。陽。火。中。有。真。陰。真。陽。乃。乾。坤。健。順。中。正。之。氣。故。曰。坎。離。者。乾。坤。之。繼。體。先。天。之。太。極。自。夫。乾。虛。而。為。離。坤。實。而。為。坎。於。是。先。天。乾。坤。變。為。後。天。坎。離。離。者。離。去。其。陽。也。坎。者。坎。陷。其。真。也。離。卦。外。陽。而。內。陰。陽。失。其。實。則。外。陽。必。假。坎。卦。外。陰。而。內。陽。陰。陷。其。真。則。外。陰。必。假。陽。既。不。純。陰。亦。不。真。此。後。天。坎。離。也。然。雖。外。陽。不。純。外。陰。不。真。而。陽。中。所。藏。之。陰。為。真。陰。陰。中。所。藏。之。陽。為。真。陽。真。陰。藏。於。假。陽。中。真。陽。藏。於。假。陰。中。此。後。天。中。所。藏。先。天。之。坎。離。也。古。來。燒。煉。家。以。爐。下。煨。火。鼎。上。貯。水。為。水。火。相。濟。以。黑。鉛。制。水。銀。為。坎。離。顛。倒。其。有。所。見。而。云。然。歟。雖。然。先。天。大。道。尤。有。借。陰。以。藏。陽。借。陽。以。退。陰。之。坎。離。別。有。秘。密。不。在。先。天。後。天。之。列。噫。神。而。明。之。存。乎。其。人。坎。離。豈。易。知。哉。

▲煨煉鉛汞仙術

燒。煉。之。術。在。五。金。之。中。鉛。之。取。銀。於。八。石。之。內。砂。中。出。汞。置。之。鼎。器。配。之。藥。餌。汞。自。為。砂。比。於。陽。龍。銀。

自爲寶。比於陰。虎龍交而變。黃芽黃芽就而分。鉛汞此。外藥之所以貴。取鉛汞也。夫抱天一之質。而爲五金之首者。黑鉛也。鉛以生銀。鉛乃銀之母。感太陽之氣。而爲衆石之首者。硃砂也。砂以生汞。汞乃砂之子。難取者。鉛中之銀。易散者。砂中之汞。汞汞若相合。煅煉自成。至寶此。鉛汞之理。見於外者如此。若以內事言之。古今議論各殊。取其玄妙之說。本自父母交媾之際。精血相合。包藏真氣。寄質於母腹。純陰之宮。藏神於陰陽未判之內。三百日胎完。五千日氣足。以五行言之。人身本是精與血。先有水也。以五臟言之。精血爲形像。先生腎也。腎水之中。伏藏於受胎之初。父母之真氣。真氣隱於人之內腎。所謂鉛者。此也。腎中主氣。氣中真一之水。名曰真虎。所謂鉛中銀者。此也。腎氣傳心。心氣太極而生。液中有正陽之氣。所謂硃砂者。心液也。所謂汞者。心液之中。正陽之氣。積氣液爲胎胞。傳送於黃庭之內。進火無差。胎仙自化。非猶之鉛銀合汞。煅煉以成。至寶也。歟。

▲辨別藥材仙術

燒煉之士。既立爐鼎。須知藥物。然產藥有川源。而藥即鉛汞之說也。鉛產西方。西方屬兌。金爲水。汞產東方。東方屬震。木爲火。母以金召水。以木召火。而生坎離。故太上曰。知其母。復知其子。既得其子。復守其母。此即知川源之說也。採藥者。莫妙於無探之探。無探之探者。以火爲探。丹經云。鉛遇癸生。

須急採金逢望遠不堪嘗入藥有造化煉藥有火候然火候不一有文武先後緩急次第用功之不同丹書云至人傳藥不傳火從來火候少人知非不知也以其一心運動於丙子午抽添火烈則抽火寒則添其添與抽隱而無形微而弗覩非如薪炭有形之物可以易知歷來仙真爲後學指點藥物雖有黃芽白雪龍虎種種異名不一汞鉛盡之卽汞鉛亦是異名只一水。火。盡之。水。火。之。象。取。諸。坎。離。蓋。心。居。南。方。爲。離。離。爲。火。而。元。神。居。北。方。爲。坎。坎。爲。水。而。元。氣。居。之。真。氣。爲。真。精。所。化。真。精。乃。真。氣。所。融。所。謂。真。氣。者。卽。真。正。之。藥。物。也。用。元。神。之。真。火。御。元。氣。之。藥。物。爐。火。之。功。由。此。而。成。矣。

### ▲運用火候仙術

古來之煉丹者藥物易知火候難準蓋藥物雖難覓若遇明師點破真知灼見現在就有無容他求所以爲易知也至於火候不一有文烹有武煉有下手有休歇有內外有先後有時刻有交鍊有急緩有止足一步有一步之火候步步有步步之火候變化多端隨時而行方能有準若差以毫髮卽失之千里所以爲最難也何謂火候煉之神功也何謂候運用之時刻也運用時刻在鴻濛將判陰陽未分之際煖煉則功在天人合發有無不立之內且火候有內外之分外火候者撥簇五行和合四象內火候者沐浴溫養防危慮險雖內外二藥相同而火候運用大異夫撥簇五行和合四象是盜天地之生機

竊陰陽之祖氣。回斗柄而轉天樞。開坤門而塞艮戶。其妙在乎積陰之下。一陽來復之時。此時與天地合其德。與日月合其明。與四時合其序。與鬼神合其吉凶。所謂一年只有一月。一月只有一日。一日只有一時者是也。惟此一時易失而難得。易錯而難逢。得之則入於生。道失之則入於死。道古代聖真於此一時。運動陰符。陽火拔天根而鑽月窟。破混沌而拈黍珠。回七十二候之要津。奪二十四節之正氣。水火相濟。在此金木交併。在此鉛汞相投。在此安身立命。在此出死入生。在此若過此時。陰陽分離。真者藏而假者用。事已落後。天不堪用。事矣。

▲探藥火候仙術

紫陽真人云。八月十五。齋蟾輝。正是金精壯盛時。若到一陽纔動處。便宜進火。莫延遲。此言探藥火候不可延悞也。蓋月到中秋之時。金精壯盛。道至剛健。中正本性。圓明圓明之功。全在道心耳。一動纔動處。卽道心一點真知之陽光。纔動而未大動。天根方露。端倪當此之時。急須下手。進火探入造化爐中。漸採漸煉。由微而著。自一陽而必至六陽。全亦如中秋之月。分外光輝。照徹寰宇。所云莫延遲三字。乃最爲緊要之語。蓋道心真知之光。難得而易失。若稍延遲。光氣又散。豈不大可惜乎。

▲抽添火候仙術

紫陽仙翁云一陽纔動作丹時鉛鼎溫溫照幌幃受氣之初容易得抽添運用切防危此言一陽纔動收歸鼎內心平氣和虛室生白光輝內聚暗中生明如照幌幃可以運用抽添之法矣崔真人云受氣吉防成凶蓋一陽來復容易而純全最難必須防危慮險用抽添增減之功方能濟事抽者減去人心靈知之有餘添者增其道心眞知之不足抽之又抽添之又添直至無可抽添處人心不起道心常存眞知靈知相合內外光明方無半夜風雷之患特以道心初復陽氣微弱陰氣正盛若無抽添之功稍有懈怠未得者必難於得已得者必至復失故燒煉丹藥以抽添之功爲貴也抽添之功卽是防危之功非抽添之外又有一防危抽添不在防危之外防危卽在抽添之中兩者一事燒煉家須審察之

### ▲溫養火候仙術

紫陽仙翁云玄珠有象逐陽生陽極陰消漸剝形十月霜飛丹始熟此時神鬼也須驚蓋玄珠者至陽之珠爲圓明不昧之物乃金丹之別名卽人當初良知良能之本性人之本性寂然不動感而遂通有象乎玄珠是珠乃道心一點剛健眞知集義所生而成象生而又生浩氣充塞光輝圓滿陽之極矣陽極必須以陰接之陰消剝形借陰養陽化去陽剛之燥氣漸剝者必用十月之功也十月溫養鑄盡金純化爲靈霜眞空而含妙有妙有而藏眞空不識不知順帝之則如霜飛虛空不落有無之象而丹始

熟矣。丹既成。熬則造化不能拘。萬物不能移。功成人間名錄。天上神鬼惡得不駭然而驚乎。

### ▲結丹火候仙術

紫陽仙翁云。前弦之後。後弦前。藥味平平。氣象全採得歸來。爐裏煉成溫養。自烹煎。蓋前弦者。陰中之陽。真知歸於中正也。後弦者。陽中之陰。靈知歸於中正也。真知靈知俱歸中正。剛柔相當。其相當處。是謂前弦之後。後弦之前。當此之時。真知靈知大小無傷。兩者俱全。其間產生先天一點靈苗。藥味平平。陰陽混成。急當採取。收入造化爐中。煨煉成真。結為聖胎。功行至此。藥即是火。火即是藥。用十月溫養之功。自有天然真火。烹煎由微而著。無形而生。有形是之謂結丹火候。

### ▲藥歸土釜仙術

土性溫柔。能以養物。釜主烹煎。能以成物。釜以土名。為養物成物之器。非尋常之土。非尋常之釜。可比。藥歸其中。於是陰陽相合。聖胎凝結。溫養之功也。溫養聖胎。全在一意不散。允執厥中。陰陽相當。不偏不倚。故亦以土釜名之。而究原其實。惟一中字而已。守此中。則陰陽和五行。攢而聖胎以全。失此中。則陰陽偏五行。分而聖胎以傷。然則守中者。為溫養聖胎之妙訣也。是故燒煉之士。挖地爐。養砂。取砂。砂中水銀。以土釜為土釜。或泥爐作灰池。燒鉛入灰池。分銀以灰池為土釜。是殆知守中之道者歟。雖

然真土無位。真意無形。特以中之土釜。無形無象。無方無所。因其能成全聖胎。故以釜名之。由是言之。煉藥成丹。服丹成聖。夫豈僅泥土之釜之功哉。

### ▲移換爐鼎仙術

金丹功熟。大道圓成。身外有身。形神俱妙。是非已厠大聖人之地位。耶而爐鼎無所用。更何有移爐換鼎之事乎。然其所以移換爐鼎者。仍將此法身潛藏密養。變化神通耳。所移者何爐。所換者何鼎。以太虛爲鼎。無爲爲爐。則有無俱不立。天地悉歸空。而前之乾鼎坤爐。硃砂鼎。偃月爐。一概藥物俱棄。而不用矣。所用者惟法身耳。法身在虛無之中。自變自化。愈虛愈神。愈神愈妙。神妙不測。變化無窮。所謂子又化孫。孫又枝者是也。修持至此。休歇罷功。打破虛空。跳上天羅之境。方爲了當世之修煉者。未得真傳。或疑服丹之後。身外有身。已抵大道之盡頭。路者非也。敲爻歌云。一物無途顯道。五方透出真人貌。仙童仙女彩雲迎。五明宮裏傳真誥。觀此而知法身千變萬化。方爲大道之極功也。

### ●煉內丹仙術

#### ▲太極立則仙術

煉丹之術。有內外之分。然無論爲內爲外。莫不始於太極。太極者。丹道之所由生也。採內藥者。固溯源

夫太極採外藥者亦根揀於太極。夫外藥非不可用也。奉道之人。晚年覺悟。太極之根源。不甚堅固。腎者氣之根。根不深。則葉不茂矣。心者液之源。源不流。則流不長矣。必也假五金八石。積日累月。煉成三品。每品三等。乃曰九品龍虎大丹。助接真氣。煉形任世。經舉如飛。若復修持內事。識交合之時。知採取之法。胎仙既就以還。太極之本源。則脫凡超升。可指日而待也。若徒執外丹。進火加日服之。卽欲上升。天界未免空遺笑柄耳。至於內丹之藥材。出於心腎。是人所皆有也。內丹之藥材。本在天地。天地又在太極。天地當日得見。卽太極當日得見也。故火候則日月往復之數。修合則效夫婦交接之宜。聖胎就而真氣生。氣中有氣。如龍養珠。大藥成而陽神出身。外有身如蟬脫。蛻成此內藥。本於龍虎交而變。黃芽黃芽就而分鉛汞。是皆循太極之道。以復太極之初者也。且夫一陰一陽之謂道。陰陽自何生乎。生於一而一自何始乎。始於太極。太極未分之時。道包陰陽。太極既分以後。陰陽生道。若無陰陽道。氣不見。惟陰陽迭運其中。道氣長存。歷萬劫而不壞。在先。天則爲道。在後。天則爲陰陽道者。陰陽之根本。陰陽者。道之發揮。所謂太極分而爲陰陽。陰陽合而成太極者。其是之謂歟。雖然。道何所在。曰在於太極。

▲天地爲心仙術

修內丹第一要着必須認天地之心。易言乎天地之心。即所謂天良真心是也。此心恍惚杳冥不輕現。象因有虛室。生白暗中。忽明之時。方露端倪。天屬陽。地屬陰。天地之心。乃陰不離陽。陽不離陰。陰陽相合之心也。陰陽合有此心。陰陽分無此心。非色非空。即色即空。非有非無。即有即無。色空無碍。有無不立。乃真空中之妙有也。識得此心。守而不失。則大本已立。其餘易事耳。愚人不知。皆在肉團頑心上。揣摩或以動心爲天地之心。或以靜心爲天地之心。或心住中宮爲天地之心。者皆非也。夫頑心者。後天私欲之人心。動心則着於有。靜心則着於無。住心則着於象。此類之心。與天地之心。雲泥相隔。蓋以天地之心。陰陽相合。黑白相符。動靜如一。寂然不動。感而遂通。豈肉團頑心所得而比擬哉。

### ▲返還先天仙術

人當父母未生身以前。男女陰陽二氣交感之時。杳冥之中。有一點生機。自虛無中來。所謂先天真一祖氣者是也。此氣入於精血之內。陶鎔精血。混而爲一。無形而即生。形無質而即生。質內而五臟六腑外。而五官百骸變之。化之。皆自然而成。雖在懷胎之婦人。亦莫知其所以然也。蓋母胎之中。有先天之祖氣。渾渾淪淪。始而凝胎。既而養胎。終而全胎。始之終之。皆此祖氣成就之。別無加雜常斯時也。雖有人形而無人道。天地萬物水火刀兵。俱不能傷。七情六慾五賊四相。俱不能近。推究其實。惟一虛空。

而已。吾仙教人修道。煨煉內丹。以返於父母未生我身以前之面目者。即返於虛空之境。而歸之無聲無臭之中者也。無聲無臭。即無極之謂。故充無之所極。則惟一無而已矣。

### ▲修養後天仙術

陰陽判五行分後天。一交先天。退位於是。秉受氣質之性。發外來習染之塵。生六根。門頭門招。賊七情。孽種種。種生灾。純白之體。漸漸陰氣入內。陰氣漸長。陽氣漸消。長而又長。消而又消。順其所欲。無所不至矣。是故煉內丹者。必先養其後天。以還其先天。真性者。天命之性。屬於先天。有益於人氣質之性者。人生之性。出於後天。有損於人先天之有益者。固宜保守。後天之有損者。不可不養。若任其後天。用事陰進。陽退。日復一日。年復一年。內而萬念。作殃外而萬物。牽引。內外交攻。陽氣消盡。一身純陰。三寶耗盡。魂魄難存。雖欲不死。烏得而不死。夫人生所依賴者。陽氣耳。陽氣不盡。則不死。陰氣不純。亦不死。順其陰氣消滅。陽氣是自尋死路。與天何涉。然則內丹之道。亦惟順其天道而已。

### ▲煉已築基仙術

呂祖云。七返還丹。在人先須煉已。待時紫陽云。若要修成九轉。先須煉已。持心參同云。初正則終修。幹立未可持。然則欲修金丹大道。非煉已築基不能。獨是煉已築基。不是兩事。乃是一理。築基不在煉已。

之。外。煉。已。卽。在。築。基。之。中。非。煉。已。之。後。再。築。基。亦。非。築。基。已。畢。又。煉。已。所。謂。煉。已。者。以。用。功。言。所。謂。築。基。者。以。固。氣。言。煉。已。純。熟。則。還。丹。可。望。築。基。堅。固。則。神。室。穩。當。煉。已。築。基。豈。小。事。哉。呂。祖。三。次。還。丹。煉。已。不。熟。也。紫。清。半。夜。風。雷。築。基。不。固。也。夫。二。公。爲。神。仙。中。之。領。袖。教。門。中。之。祖。師。然。其。功。夫。未。熟。猶。不。方。圓。而。況。他。人。乎。何。謂。已。己。者。私。欲。也。有。我。也。有。己。也。何。謂。基。基。者。實。地。也。根。本。也。人。之。所。以。不。得。成。道。者。因。其。有。我。有。己。也。一。有。己。我。私。心。滿。懷。不。能。脚。踏。實。地。千。魔。百。障。蔽。塞。靈。窟。步。步。阻。滯。事。舉。糊。塗。六。賊。叢。生。七。情。朋。黨。失。其。良。心。傷。其。真。性。搖。動。本。命。神。昏。氣。濁。無。往。而。非。妄。念。邪。心。尙。欲。進。德。修。業。以。成。大。道。能。耶。否。耶。夫。所。謂。煉。已。築。基。者。卽。返。還。先。天。之。道。也。是。故。懲。忿。窒。欲。者。煉。已。也。心。灰。意。冷。者。煉。已。也。忘。情。絕。念。者。煉。已。也。富。貴。不。淫。貧。賤。不。移。者。煉。已。也。不。貪。名。利。不。戀。聲。色。者。煉。已。也。損。己。利。人。虛。心。請。益。者。煉。已。也。衆。善。奉。行。諸。惡。不。作。者。煉。已。也。志。念。不。退。勇。猛。精。進。者。煉。已。也。主。心。一。定。至。死。無。二。者。煉。已。也。牢。固。陰。精。不。傷。神。氣。者。築。基。也。全。身。放。下。物。我。皆。空。者。築。基。也。以。天。地。爲。懷。以。萬。物。爲。體。者。築。基。也。幽。隱。不。欺。暗。室。無。虧。者。築。基。也。虎。兕。不。怕。威。武。不。屈。者。築。基。也。生。死。不。顧。疾。病。不。憂。者。築。基。也。煉。已。築。基。兩。不。能。離。能。煉。已。卽。可。築。基。能。築。基。卽。是。煉。已。歸。到。實。處。煉。已。築。基。一。而。二。二。而。一。者。也。

▲增陽減陰仙術

人身自太極而生陰陽先天者人身之純陽也後天者人身之純陰也後天用事則一身純陰先天陽氣消化殆盡不有增減之功何能使失者復得無者仍有耶減陰增陽必須攢簇五行攢簇之功是在後天五行中返出先天五行也後天五行彼此相尅先天五行彼此相生返者於相尅之中而致相生也五行相生渾然先天之陽是以五行攢簇合而為一即是陰陽陰陽混合金丹有象仍是嬰兒面目但不過後天之陰氣猶未滅盡耳然陰氣雖未滅盡而能返還先天則後天亦不能為禍從此再一重功夫金丹可成矣夫成丹者陰中復陽也世有以靜坐無為寂滅頑空而求其復陽者是陽豈能自增陰豈能自滅耶悟真云總識朱砂與黑鉛不知火候也如閑大都全藉修持力毫髮差殊不結丹於此可知進陽退陰之道矣

▲真水真火仙術

水火生於心腎人之心腎相去八寸四分乃天地定位之比也氣液太極相生乃陰陽交合之比也一日十二時乃一年十二月之比也心生液非自生也因肺氣降而心液行液行夫婦自上而下以還下田乃曰婦返夫官腎生氣亦非自生也因膀胱氣升而腎氣行氣行子母自上而下以朝中元乃曰夫返婦室肝氣導引腎氣自下而上以至於心心火也肝氣與腎氣相交上蒸於肺肺液下降自心而來

由心。生。液。液。生。於。心。而。不。耗。散。是。之。謂。真。水。肺。液。傳。送。心。液。自。上。而。下。以。至。於。腎。腎。水。也。肺。液。與。心。液。相。交。下。潤。於。膀。胱。膀。胱。氣。上。升。自。腎。而。起。由。腎。生。氣。氣。生。於。腎。而。不。消。磨。是。之。謂。真。火。

### ▲真龍真虎仙術

腎。水。生。氣。氣。中。有。真。水。主。陰。心。火。生。液。液。中。有。真。火。主。陽。真。水。真。火。乃。真。龍。真。虎。也。龍。陽。物。也。陽。到。天。而。難。升。太。極。生。陰。虎。陰。物。也。陰。到。地。而。難。入。太。極。生。陽。天。地。之。理。如。比。夫。人。之。所。以。不。得。比。於。天。地。者。因。六。慾。七。情。感。物。喪。志。而。耗。散。元。陽。消。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。液。滿。口。嚙。下。自。然。腎。氣。與。心。氣。相。合。太。極。生。液。及。坎。卦。心。液。到。腎。接。着。腎。水。自。然。心。液。與。腎。氣。相。合。太。極。生。氣。以。真。氣。戀。液。真。水。戀。氣。液。與。真。水。本。自。相。合。故。液。中。有。真。氣。氣。中。有。真。水。互。相。交。合。相。依。而。下。是。之。謂。真。龍。真。虎。之。交。媾。

### ▲真鉛真汞仙術

鉛。本。父。母。之。真。氣。合。而。為。一。純。雜。而。不。離。既。成。形。之。後。藏。在。腎。中。二。腎。相。對。同。升。於。氣。乃。曰。元。陽。之。氣。即。真。鉛。也。氣。中。有。水。乃。曰。真。一。之。水。即。真。汞。也。水。隨。氣。升。氣。住。水。住。氣。散。水。散。水。與。氣。於。子。母。之。不。相。離。善。視。者。祇。見。氣。不。見。水。若。以。此。真。一。之。水。合。於。心。之。正。陽。之。氣。如。昔。日。父。母。之。真。氣。即。精。血。以。為。胞。

胎者也。所謂血者。本生於心。而無元陽之氣。所謂精者。本生於腎。而有元陽之氣。乃汞之本也。卽真一之水。和合而入黃庭之中。用鉛湯煮。以汞水煎。鉛不得汞。不能發舉。真一之水。汞不得鉛。不能變化。元陽之氣。鉛汞既得造化。三百日胎完。氣足形備。神來與母分離。形神既合。合則以形生形矣。煉丹之士。腎氣交。心氣中。藏真一之水。負戴元陽之氣。以氣交真水。爲胞胎。同黍米溫養。無虧始也。卽陰留陽。次以用陽煉陰。氣變爲精。精變爲汞。汞變爲砂。砂變爲金丹。金丹既就。真氣自生。煉氣成神。而得超脫。於是化火龍而去昏衢。驂玄鶴而入蓬萊。而爲大羅之神仙矣。

### ▲抽鉛添汞仙術

煉丹之術。採藥必賴氣中之水。進火須借鉛中之氣。而抽鉛以成大藥。添汞以補丹田。所謂抽添之道。以內藥比外藥。以無情說有情。無情者金石。金石者外藥也。有情者氣液。氣液者內藥也。大之天地。明之日月。外之金石。內之氣液。既採須添。既添須抽。抽添之理。乃造化之本也。且冬至之後。陽升於地。地抽其陰。太陽抽而爲厥陰。少陽添而爲陽明。厥陰抽而爲少陰。陽明添而爲太陽。不然。無寒而變溫。溫而變熱也。夏至之後。陰降於天。天抽其陽。太陽抽而爲陽明。少陰添而爲厥陰。陽明抽而爲少陽。厥陰添而爲太陰。不然。無熱而變涼。涼而變寒也。是以天地陰陽升降。而變六氣。其抽添之驗也。若夫月受

日魂日變。月魄前十五日。月抽其魄。而日添其魂。精華大聚。光照下土。不然。無初生。而變上弦。上弦而變月望也。月收陰魄。日收陽精。後十五日。日抽其魂。而月添其魄。光照已謝。陰魂已足。不然。無月望。而變下弦。下弦而變晦也。是以日月精華。而變九六。其抽添之驗也。至於人之鉛。乃天地之始。因太始而有太質。爲萬物之母。因太質而有太素。其體爲水中之金。其用爲火中之水。五行之祖。而大道之本也。既以採藥爲添。汞添須抽。鉛所抽。添非在外也。自下田入上田。名曰肘後飛金晶。又曰起河車。而走龍虎。又曰還精補腦。鉛既後抽。汞自中降。以中田還下田。始以龍虎交媾。而變黃芽。是五行顛倒。此以抽添而養胎仙。一百日藥力全。二百日聖胎堅。三百日胎仙完。而真氣生。真氣既生。煉氣成神。功滿忘形。而胎仙自化。乃成神仙。

### ▲河車作用仙術

河車者。起於北方正水之中。腎藏真氣。真氣所生之正氣也。古人觀浮雲蔽日。可以取陰。而作蓋。觀落葉浮波。可以載物。而作舟。觀飄蓬隨風往來。運轉不已。退而作車。車之爲物。蓋軫有天地之象。輪轂如日月形。是以修煉之士。取喻於車。人身之中。陽少陰多。言水之處。甚衆。車則取意於搬運。河乃主象於多陰。故此河車不行於地。而行於水。自上而下。或後或前。駕載於八瓊之內。馳驅於四海之中。升天則

上入崑崙既濟則下奔鳳闕運載元陽直入於離宮搬負真氣曲歸於壽府往來九州無時暫停巡歷三田何時休息龍虎既交令黃婆駕入黃庭鉛汞纔分委金男搬入金闕玉泉千派運時僅半日功夫金液一壺搬過點片時功迹五行非此車搬運難得生成一氣非此車搬運豈能交會應節順時而下功必假此車以搬之方能。有驗。養陽煉陰而立事必假此車以搬之始得無差乾坤未純其或陰陽往來之是此車之功也。宇宙未周其或血氣交通之是此車之功也。自外而內運天地純粹之氣而接引本宮之元陽自凡而聖運陰陽真正之氣而補煉本體之元神凡此皆河車之作用而爲古人所深秘而不傳者也。

▲肘飛金晶仙術

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與前身前出胸而微偃頭於後後閉夾脊雙關肘後微扇一二伸腰自尾闕穴如火相似自腰而起攤在夾脊慎勿開關即時甚熱氣壯漸次開夾脊關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開關入項以補泥丸髓海須身耐寒暑方爲長生之基。次用還丹之法如前出胸伸腰閉夾脊蹲而伸之腰間火不起當靜坐內觀如法再作以火起爲度自丑行之至寅終而可止。乃曰

肘後飛金晶。又曰抽鉛使腎中氣生。肝氣也。且人身脊骨二十四節。自下而上三節。與內腎相對。自上而下三節。名曰天柱。天柱之上。名曰玉京。天柱之下。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。是則肘後飛金晶之法也。

### ▲還丹合道仙術

煉形成氣。煉氣成神。煉神合道。始於還丹。夫所謂丹者。非色。非味。紅黃不可以致之。甘味不可以合之。蓋丹乃丹田之謂也。丹田有三。上田神。中田氣。府下田精。區精中生氣。氣在中。丹氣中生神。神在上。丹真水真氣合而成精。精在下。丹奉道之士。莫不有三丹。然而氣主於腎。未朝於中。元神藏於心。未超於上。院所謂精華不能返舍。雖有三丹。亦終成無用也。夫所謂還者。於後天中返其先天。以鉛制汞。以水濟火。以金公配姪女。以黑虎駕赤龍。以烏龜吞朱雀。以他家制我家。返其我家之故物。復其我家之本真。乃還元之道也。還丹者。腎中生氣。氣中有真一之水。使水復還於下。丹則精養靈。根氣自生矣。心中生液。液中有正陽之氣。使氣復還於中。丹則氣養靈。源神自生矣。集靈爲神。合神入道。以還上丹。而後超脫悟真云。赫赫金丹一日成。又古經云。還丹在一時。溫養須十月。噫。還丹之道。豈易知哉。

### ▲大小還丹仙術

小還丹者本曰下元者五臟之主三田之本以水生木木生火火生土土生金金生水既相生也不差時候當生而引未生如子母之相愛也以火尅金金尅木木尅土土尅水水尅火既相尅也不失分度當尅而補未尅如夫婦之相合也氣液轉行周而復始自子至午陰陽當生自卯至酉陰陽當停凡一晝一夜復還下丹循環一次此之謂小還奉道之士於中採藥進火以成下丹良由於此大還丹者龍虎相交而變黃芽抽添鉛汞而成大藥玄武宮中水晶纔起玉京山下真氣上升走河車於嶺上灌玉液於中衝自下田入上田自上田復下田後起前來循環已滿此之謂大還奉道之士於中起龍虎而飛金晶養聖胎而生真氣以成中丹亦良由於此至於別造乾坤再安爐鼎子生孫兮孫又枝爲十極大羅真人則不在大小還丹之數也

▲七返還丹仙術

五行生成之數五十有五天一地二天三地四天五地六天七地八天九地十一三五七九陽數也共二十五二四六八十陰數也共三十自腎爲始水一火二木三金四土五此則五行相生之數也三陽而二陰自腎爲始水六火七木八金九土十此則五行相成之數也三陰而二陽人身之中共有五行生成之道水爲腎而腎得一與六也火爲心而心得二與七也木爲肝而肝得三與八也金爲肺而肺

得四與九也。土爲脾而脾得五與十也。每臟各有陰陽。陰以八極而二盛。所以氣到肝而腎之餘陰絕矣。氣到心太極而生陰以二在心而八在肝也。陽以九盡而一盛。所以液到肺而心之餘陽絕矣。液到腎太極而生陽以一在腎而九在肺也。奉道之士始也交媾龍虎而探心之正陽之氣。正陽之氣乃心之七也。七返中元而入下田。養就胎仙。復還於心。故曰七返。蓋七者爲火之陽數。靈知之性柔內藏。邪火邪火消而真火生如靈汞結成硃砂。永爲不飛不揚之物。則火返於本矣。火返於本則七返還丹之功焉。有不成者乎。

### ▲九轉還丹仙術

九轉者以其肺之陽本自心生。轉而復還於心。在於中丹。蓋九爲金之陽數。真知之情剛。內有燥。金燥金化而真金純。如濁金化爲液。汁永爲至淨至明之金。則金還其真矣。是故九轉還丹之道。本於五行生成之數。及其生尅之理。三九爲陽。三屬肝。九屬肺。二八爲陰。二屬心。八屬肝。二八陰消。真氣生而心無陰以絕。二也大藥就而肝無陰以絕。八也。二八之陰既消。而三九之陽可長矣。肝以絕陽助於心。則三之肝氣盛矣。七既還心以絕肺液。而肺之九轉而助心。則三九之陽長。故曰九轉還丹。彼世之學道者。以子時至申時。其數爲九。卽以爲九還。不知五行成準之理。又惡能知九轉還丹之真義耶。

▲玉液還丹仙術

玉液者腎液也。腎液隨元氣以上升而朝於心。積之而爲金。水舉之而滿玉池。散而爲瓊花。煉而爲白雪。若納之自中田而入下田。有藥則沐浴胎仙。若升之自中田而入四肢。煉形更遷塵骨。不升不納。周而復始。故曰玉液還丹。至於玉液咽法。以舌攪上齶兩頰之間。先煉去惡濁之津。次退舌尖以滿玉池。津生不嗽而咽。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。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。凡四季之月脾氣旺而腎氣弱。人以腎氣爲根源。四時皆有衰弱。每四時季月之後十八日。咽法日用兌卦。仍與前咽法并用之。獨於秋季止用兌卦。咽法而罷。艮卦之功。以上咽法。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。玉池收兩頰以虛而爲法。止於咽氣。氣中自有真水也。咽氣如一年以三十六次。至四十九次爲數。又次一年以八十一次。又次一年以一百八十一次。方能有驗。行持不過三年。灌漱丹田沐浴胎仙而真氣愈盛。此卽玉液還丹之法也。

▲金液還丹仙術

前賢往聖多以肺液入下田。謂爲金液。還丹其論非不妙。然猶未盡玄機也。蓋肺生腎以金生水。金入

水○中○何○得○謂○之○還○丹○腎○剋○心○以○水○剋○火○水○入○火○中○何○得○謂○之○還○丹○金○液○者○肺○液○也○肺○液○為○胞○胎○含○龍○虎○  
 保○送○在○黃○庭○之○中○大○藥○將○成○抽○之○肘○後○飛○起○肺○液○以○入○上○宮○而○下○還○中○丹○自○中○丹○而○還○下○田○故○曰○金○液○  
 還○丹○也○奉○道○之○士○自○行○玉○液○還○丹○法○之○後○至○三○百○日○養○就○內○丹○真○氣○纔○生○良○卦○飛○金○晶○一○撞○三○關○上○至○  
 泥○丸○嘗○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○者○當○於○  
 深○密○幽○房○風○日○與○人○躡○不○到○之○處○燒○香○閉○戶○疊○掌○盤○膝○而○坐○以○體○蹲○而○後○升○纔○覺○火○起○正○坐○絕○念○忘○情○  
 內○觀○的○確○良○卦○飛○金○晶○入○頂○但○略○昂○頭○偃○項○放○令○頸○下○加○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○脈○鼻○中○自○聞○一○種○真○香○舌○上○亦○有○奇○味○不○嗽○而○咽○下○  
 還○黃○庭○無○論○春○夏○秋○冬○不○拘○時○候○但○於○飛○金○晶○入○腦○之○後○節○次○行○此○法○自○良○至○巽○而○已○晚○間○勒○陽○關○法○  
 自○免○至○乾○而○已○凡○行○此○法○須○謹○節○勝○前○方○可○得○成○

▲煉形成氣仙術

人○之○生○也○形○與○神○為○表○裏○神○者○形○之○主○形○者○神○之○舍○形○中○之○精○以○生○氣○氣○以○生○神○液○中○生○氣○氣○中○生○液○  
 乃○形○中○之○子○母○也○水○以○生○木○木○以○生○火○火○以○生○土○土○以○生○金○金○以○生○水○氣○傳○子○母○而○液○行○夫○婦○乃○形○中○  
 之○陰○陽○也○水○化○為○液○液○化○為○血○血○化○為○津○以○陰○得○陽○而○生○也○若○陰○陽○失○宜○則○涕○淚○涎○汗○橫○出○而○陰○失○其○

生○矣○氣○化○爲○精○精○化○爲○珠○珠○化○爲○汞○汞○化○爲○砂○以○陽○得○陰○而○生○也○若○陰○陽○失○宜○則○病○老○死○苦○而○陽○不○得○成○矣○陰○不○得○陽○則○不○生○陽○不○得○陰○則○不○成○奉○道○之○士○修○陽○而○不○修○陰○煉○已○而○不○煉○物○以○己○身○受○氣○之○初○乃○父○母○真○氣○兩○停○而○卽○精○血○爲○胞○胎○寄○質○在○母○純○陰○之○中○陰○中○生○陰○因○形○造○形○胎○完○氣○足○堂○堂○六○尺○之○軀○皆○屬○陰○也○所○有○元○陽○僅○一○點○而○已○是○故○欲○長○生○不○死○必○以○煉○形○住○世○而○後○却○長○存○欲○超○凡○入○聖○必○以○煉○形○化○氣○而○後○身○外○有○身○夫○形○象○陰○也○陰○則○有○體○以○有○爲○無○使○形○化○氣○而○脫○凡○軀○以○入○聖○品○是○煉○之○上○法○也○因○形○留○氣○以○氣○養○形○小○則○安○樂○延○年○大○則○留○形○住○世○既○老○者○返○老○爲○童○未○老○者○定○顏○長○壽○以○三○百○六○十○年○爲○一○歲○三○萬○六○千○年○爲○一○劫○三○万○六○千○劫○爲○一○浩○劫○浩○浩○之○劫○不○知○歲○月○之○幾○何○而○同○天○地○長○久○是○煉○形○之○奇○驗○也○且○煉○形○尤○貴○呼○吸○所○呼○者○自○己○之○元○氣○從○中○而○出○所○吸○者○天○地○之○正○氣○自○外○而○入○根○源○牢○固○元○氣○不○損○以○氣○煉○氣○散○滿○四○大○清○者○榮○而○濁○者○衛○悉○皆○流○通○縱○者○經○而○橫○者○絡○盡○得○舒○暢○寒○暑○不○能○爲○害○勞○苦○不○足○爲○虞○此○其○一○呼○一○吸○之○間○已○能○奪○天○地○之○正○氣○能○奪○天○地○之○正○氣○可○以○永○保○無○疆○之○壽○矣

▲玉液煉形仙術

玉○液○煉○形○者○肌○泛○陽○酥○形○如○琪○樹○瓊○花○玉○蕊○更○改○凡○體○光○彩○射○人○乘○風○而○飛○騰○自○如○形○將○爲○氣○者○也○奉

道之士既知還丹之法而煉形之功猶不可緩也。當玉液煉形以胎仙升之上行以河車搬於四大始於肝也。肝受之則光盈於目而目如點漆。次心受之口生靈液而液爲白雪。次脾受之則肌若凝脂而癍痕盡除。次肺受之則鼻聞天香而顏復少年。次腎受之則再還本府耳中常聞絃管之音。覺醉永絕斑白之色。此玉液之煉形也。

### ▲金液煉形仙術

金液者肺液也。腎氣合心氣而不上升。薰蒸於肺。肺爲華蓋。下罩二氣。卽日而肺液在下田。自尾闕穴升上。乃曰飛金晶入腦中以補泥丸之宮。自上復下降而入下田。乃曰金液還丹。既還丹矣。又復前升。遍滿四體。自下而上。乃曰金液煉形。是亦金生於土之說也。蓋其始還丹而未還。與君火相見。而曰既濟。既還丹而復起。與真陰相敵。而曰煉質。土本尅水。若金液在土。使黃帝回光以合於太陽。火本尅金。若金液在火。使赤子同爐。自生於紫氣於水中。起火在陽裏。消陰變金丹於黃庭之內。煉陽神在五氣之中。於肝則青氣沖於肺則白色出於心則赤。現於腎則黑氣升於脾則黃氣聚。五氣網縕聚在神宮。此金液煉形之法也。

### ▲朝元煉氣仙術

元陽之氣以一陽始生之時上朝中元積氣生液以一陰始生之時下朝下元使陽中之陽陰中之陽合三陽以朝上元是朝元之說也然朝元之法當先龍虎交媾而成大藥大藥既成真氣自生真氣既生於年中用月月上定與衰月中用日日上數直事日中用時時上定息數以陽養陽陽中不得留陰以陽煉陰陰中不得散陽凡以春則肝旺而脾弱夏則心旺而肺弱秋則肺旺而肝弱冬則腎旺而心弱人以腎爲根本每時一季脾旺而腎弱人之多疾病者此也凡以甲乙在肝直事防脾氣不行丙丁在心直事防肺氣不行戊己在脾直事防腎氣不行庚辛在肺直事防肝氣不行壬癸在腎直事防心氣不行一氣盛而一氣弱一臟旺而一臟衰人之多疾病者此也凡以心氣萌於亥而生於寅旺於巳而弱於申肝氣萌於申而生於亥旺於寅而弱於巳肺氣萌於寅而生於巳旺於申而弱於亥腎氣萌於巳而生於申旺於亥而弱於寅脾氣春隨肝夏隨心秋隨肺冬隨腎人不知日用莫辨生旺強弱之時所以多疾病者此也若日月時合度三陽既聚當煉陽而使陰不生三陰既聚當養陽而使陽不散又復真氣既生以純陽之氣煉五臟之氣不息而出本色一舉而到天池始以腎之無陰而九江無浪次以肝之無陰而八關永閉次以脾之無陰而金火同爐次以脾之無陰而玉戶不開次以真氣上升四氣聚而爲一縱有金液下降杯水不能勝車薪之火水火相包合而爲一以入神宮定

息。內。觀。一。意。不。散。神。識。俱。妙。靜。中。常。聞。樂。音。似。夢。非。夢。若。在。虛。無。之。境。風。光。景。物。不。比。塵。俗。繁。華。美。麗。勝。於。人。世。樓。臺。宮。闕。碧。瓦。凝。輝。珠。翠。綺。羅。馨。香。成。陣。當。此。之。時。乃。超。內。院。陽。神。方。得。聚。會。煉。神。成。仙。可。以。合。於。大。道。矣。

### ▲內觀交換仙術

內。觀。坐。忘。交。換。之。法。如。陽。升。也。多。想。爲。男。爲。龍。爲。火。爲。天。爲。雲。爲。鶴。爲。日。爲。馬。爲。煙。爲。霞。爲。車。爲。鶴。爲。花。爲。氣。皆。所。以。應。陽。升。之。象。也。如。陰。降。也。多。想。爲。女。爲。虎。爲。水。爲。地。爲。雨。爲。龜。爲。日。爲。牛。爲。泉。爲。泥。爲。鉛。爲。葉。皆。所。以。應。陰。降。之。象。也。青。龍。白。虎。朱。雀。玄。武。既。有。此。名。須。有。此。象。五。岳。九。洲。四。海。三。島。金。男。玉。女。河。車。重。樓。呼。名。比。類。不。可。具。述。皆。以。無。中。立。象。以。定。神。識。未。得。魚。則。筌。不。可。失。也。未。獲。兔。則。犬。不。可。棄。也。後。車。持。重。必。履。前。車。之。跡。大。器。既。成。必。爲。後。器。之。範。則。內。觀。交。換。之。法。行。持。不。可。或。缺。矣。不。可。執。之。於。悠。久。不。可。絕。之。於。斯。須。若。絕。念。無。想。是。爲。真。念。真。念。是。爲。真。空。真。空。一。境。乃。朝。真。遷。化。而。出。昏。衢。超。脫。之。漸。也。故。開。基。創。始。指。日。進。功。則。在。內。觀。之。存。想。而。爲。道。日。損。以。入。希。夷。之。域。法。自。減。省。則。在。內。觀。之。交。換。

### ▲內觀存想仙術

雲雷下降煙焰上騰或天雨奇花祥風瑞氣起於殿庭之下或仙娥玉女乘彩鳳捧金盤自青霄而來奉玉露霰漿而下獻者此金液還丹既濟之想也若龍虎與車於火中上衝三關三關各有兵吏不計幾何器仗戈甲恐懼於人先以龍虎撞之不開次以大火燒之方啟雖至崑崙不住及到天池方止或三鶴沖三天或雙蝶入三宮或五彩雲中捧朱衣小兒而過天門或金車玉輅載王者而超三界此肘後飛金晶大河車之想也又若朱衣使者乘車循行自冀州入兗州自兗州入青州自青州入徐州自徐州入揚州自揚州入荊州自荊州入梁州自梁州入雍州復還冀州東西南北畢於豫州停留而後循行一吏傳命而九州通和周而復始運行不已或游五岳自恒山為始或泛五湖自北湖為始或天符勅五帝或王命詔五侯此還丹之想也迨夫珠玉散擲於地或雨露濟澤於物或海潮而滿百川或陽生而發萬彙或火發而遍天地或煙露以充宇宙此煉形之想也至於或如鶴之辭巢或如龍之出穴或如五帝朝天或如五色雲起或跨丹鳳沖碧霄或夢寐中上天衢或天花亂墜仙樂嘈雜金光繚繞入宮殿繁華之處此朝元之想也朝元之後不復存想方稱內觀

▲內觀玄理仙術

內觀之法陰陽變換之法也奉道之士勿得輕視而小用交會有時日行持有法則凡能謹節信心依

時。行。法。不。差。毫。末。指。日。見。功。若。此。內。觀。一。無。時。日。二。無。法。則。所。居。深。靜。之。室。晝。夜。端。拱。拱。認。陽。神。趕。逐。陰。鬼。達。摩。面。壁。九。年。方。超。內。院。世。尊。冥。心。六。載。始。出。凡。籠。故。內。觀。誠。爲。難。事。始。也。自。上。而。下。紫。河。車。搬。入。天。宮。天。宮。富。貴。孰。不。欽。羨。或。往。或。來。繁。華。奢。侈。人。所。不。得。見。者。悉。皆。見。之。蓋。其。平。日。清。靜。而。守。瀟。灑。寂。寞。既。久。功。到。數。足。輒。受。快。樂。樓。臺。珠。翠。女。樂。笙。簧。珍。羞。美。饌。異。草。奇。花。景。物。風。光。觸。目。如。畫。此。內。觀。之。玄。理。也。後。人。不。悟。將。謂。實。到。天。宮。不。知。自。身。內。院。認。作。真。境。因。循。而。不。出。入。乃。困。在。昏。衢。留。形。住。世。不。得。脫。質。以。爲。神。仙。殊。可。惜。也。

### ▲十魔九難仙術

十。魔。者。何。一。六。賊。魔。二。富。魔。三。貴。魔。四。六。情。魔。五。恩。愛。魔。六。患。難。魔。七。聖。賢。魔。八。刀。兵。魔。九。女。樂。魔。十。女。色。魔。是。謂。十。魔。九。難。者。何。衣。食。逼。迫。一。難。也。尊。長。邀。攔。二。難。也。妻。女。牽。纏。三。難。也。名。利。繫。絆。四。難。也。殃。禍。橫。生。五。難。也。盲。師。約。束。六。難。也。議。論。差。錯。七。難。也。志。意。懈。怠。八。難。也。歲。月。蹉。跎。九。難。也。是。謂。九。難。奉。道。之。士。當。審。其。虛。實。辨。其。真。僞。不。可。隨。波。逐。浪。認。賊。爲。子。反。起。三。昧。真。火。以。焚。身。一。揮。之。間。衆。難。自。除。羣。魔。自。散。用。紫。河。車。搬。運。自。己。之。陽。神。超。內。院。而。上。天。宮。然。後。可。求。超。脫。矣。

### ▲金丹內結仙術

還丹之法大藥至近不遙功夫約而不繁家園自有藥物可以隨時栽種不須外邊爐鼎吹噓運火之力而自然成熟脫化夫金丹者先天虛無真一之氣爲混沌初分之靈根爲生物之祖氣含而爲真空發而爲妙有用而爲道心養而爲谷神至無而含至有至虛而含至實內有五行之氣而無五行之質藏於五行之中而不落於五行爲聖爲賢作仙作佛皆由於此彼夫旁門外道向身外搜求者其亦可以知所悟矣

### ▲陽精返本仙術

緣督子曰一點陽精秘在形山不在心腎而在乎元關一竅蓋所謂陽精者以其至陽至精而無一毫陰濁之氣卽本來剛健中正純粹之精也藏之則爲真空發之則爲妙有是謂秉彝之良心又謂道心非後天至陰至濁之精可比夫陽精在人身中主宰造化卻除諸邪古人名之曰真一之精又曰真一之水又曰真一之氣其實則道心陽精之一物耳陽精者先天地所生爲主陰精者後天地所生爲賓主者與我相親賓者與我相疏若錯認陰精爲陽精行房中御女之術閉尾閭勒陰精妄想結丹其何能成故學道者欲識陽精須覓元關既知元關則陽精在是矣

### ▲生死門戶仙術

生門死戶即元關一竅之門戶也。其內藏五行之氣。順之則五行相傷各自一家。五德變為五賊。生戶即是死戶。生門即是死門。逆之則五行相生同歸一氣。五賊化為五德。死戶即是生戶。死門即是生門。生死之機祇在順逆之間耳。若能於死機中求生機。反復用之。則害裏生恩。死門死戶一變而為生門。生戶即可以長生不死矣。戶數奇門數偶。死戶變生戶。假陽去而真陽生。死門變生門。假陰退而真陰生。真陰真陽合而為一。即為當年至善無惡之本面。至善無惡。渾然天理。流行不息。生機常存。則安有不延年者哉。

### ▲有為無為仙術

古真云。性命必須雙修。功夫還要兩段。蓋金丹之道。一修命。修性之道也。修命之道。有為之道也。修性之道。無為之道也。有為之道。以術延命也。無為之道。以道全形也。始於有為。用有為之道。以造命也。造命之學。全以法運盜濛濛未判之始氣。抂天地造化之樞機。返二十四氣之節口。回七十二候之要道。天地不能知。鬼神不能測。著龜不能占。古夫以天地神鬼著龜所不能知者。則人惡得而知之耶。終於無為者。用無為之道。以全性也。全性之道。抱元守一。萬物皆空。如雞抱卵。如蚌含珠。功夫到日至誠。前知慧心大開。聲入心通。吉凶先知。禍福預曉。萬事萬物莫不知之。但世人只知無為之道。為要妙。不知

有爲之道是根基不學有爲而只求無爲不惟不能修命抑亦不能修性縱有所修亦不過修後天氣質之性豈能修先天根本之性乎根本之性天命之性也性命本是一家並非兩事因交後天陰陽分離分而成兩則性命各別矣性命各別於是性不能願命命不能願性命爲物奪不能自主性亦由是而亂性亂命搖邪正相混理欲交雜假者用事真者退位日復一日年復一年陰氣剝陽殆盡其性命未有不傾喪者故金丹之道必先有爲於後天中返先天還我原有命寶命寶到手主宰由我不爲造化所移於是抱元守一行無爲之道以了真空本性豈非直超最上一乘之妙道哉

### △混俗和光仙術

混俗者混於俗中使人不識也和光者和而不同在塵出塵也能混俗和光則外圓而能應物內方而有主宰依世法而修道法無阻無礙行道至易況夫金丹大道光明正大在塵世中即修在朝市中而作非孤寂守靜避世離俗之小道故必須方圓應世顯晦遊願行藏虛實使人莫測是爲大作爲是爲大機關彼夫索隱行怪之輩或禪堂打坐或觀空定心或撥精弄髓與夫爐火闔丹一切旁門安敢在光天化日之下萬衆觸目之地而修之作之哉是故若輩之所修作必是喪行不是修行何能了其性命也昔達摩祖師見東土神州有大乘氣象遂入中土以了大事慧能禪師既得五祖之傳隱於四會

獵人之中以成正果紫賢真人既得杏林之傳往通邑大都依有力者以了性命如三聖者皆混俗和光依世法而修道法者也若舍世法便無道法既無道法將何所修而返本還元保命全形乎悟真云修行混俗且和光圓卽圓今方卽方顯晦從逆人莫測教人怎得見行藏由是觀之則混俗和光之天機儘可與知者言而難與不知者道也

### ▲超脫分形仙術

超者超出凡軀而入聖品之謂脫者脫去俗胎而爲仙子之謂是神入氣胎氣全真性居清靜之室以入希夷之境內觀認陽神起火降魔焚身聚氣真氣升在天宮殼中清淨了無一物靜極朝元之後身軀如在空中神氣飄然難爲制御默然內觀明朗不昧山川秀麗樓閣依稀紫氣紅光紛紜爲陣祥鸞彩鳳音語如簧異景繁華可謂壺中真趣而洞天別景逍遙自在冥然不知有塵世之累於是真空之際五氣結聚而爲綵雲樂音嘈雜喜氣照和金童玉女擁扶己身或跨火龍或乘玄鶴或跨綵鸞或騎猛虎升於空中所過之處樓臺觀宇不能盡述是調神出殼之法也積日純熟一升而到天宫一降而還舊處上下絕無滯礙乃自下而上或如登七級寶塔或如上三層瓊樓其始也一級而復一級七級上盡以至頂中輒不得下視恐神驚而戀不出既至七級之上則閉目跳躍如寐如寤身外有身形似

嬰○兒○肌○膚○鮮○潔○神○采○瑩○然○回○視○故○軀○亦○不○見○有○所○見○之○者○乃○如○糞○堆○又○如○枯○木○憎○愧○萬○端○輒○不○可○顧○棄○而○遠○游○蓋○其○神○出○未○熟○聖○氣○凝○結○而○成○須○是○再○入○本○軀○往○來○出○入○一○任○遨○遊○始○則○一○步○二○步○次○則○一○里○二○里○功○行○純○熟○乃○如○壯○士○展○臂○可○千○里○萬○里○而○形○神○壯○大○勇○氣○堅○固○然○後○寄○凡○骸○於○名○山○大○川○之○中○從○往○來○應○世○之○外○而○不○與○俗○類○等○倫○矣○