

道樞卷之五

篤四

道樞卷之五

篤四

至游子曾慥集

周天篇

周天之候通乎晝夜  
八卦居中不速而化

至游子曰二十四氣每氣差二分有半夏至  
極長冬至極短春秋二分晝夜平均矣冬至

之後則盈行夏至之後則縮行此乃陰陽升  
降之期也子者五癸者四此大雪冬至之刻  
也冬至者其日出于辰之二刻入于申之三  
刻晝三十有五夜六十有五坎卦之上元也  
大雪者其日出于辰之一刻入于申之三刻

晝三十有八夜六十有二乾卦之下元也丑  
者四巳者四此小寒大寒之刻也小寒者其  
日之出入晝夜與大雪之候同坎卦之中元  
也大寒者其日之出入晝夜與小雪之候同  
坎卦之下元也寅者四甲者四此立春雨水  
之刻也立春者其日出于乙之二刻入于庚  
之二刻晝四十有三夜五十有七艮卦之上  
元也雨水者其日出于乙之四刻入于庚之  
四刻晝四十有五夜五十有五艮卦之中元  
也卯者五乙者四此驚蟄春分之刻也驚蟄

者其日出于卯之二刻入于酉之二刻晝四十有八夜五十有二艮卦之下元也春分者其日出于卯之中入于酉之中晝夜俱均焉震卦之上元也辰者四巽者四此清明穀雨之刻也清明者其日出于卯之三刻入于酉之二刻晝五十有三夜四十有七震卦之中元也穀雨者其日出于甲之四刻入于辛之四刻晝五十有五夜四十有五震卦之下元也已者四丙者四此立夏小滿之刻也立夏者其日出于甲之三刻入于辛之三刻晝五

十有八夜四十有二巽卦之上元也小滿者  
其日出于甲之三刻入于辛之三刻晝六十  
夜四十巽卦之中元也午者五丁者四此芒  
種夏至之刻也芒種者其日出于寅之一刻  
入于戌之二刻晝六十有二夜三十有八巽  
卦之下元也夏至者其日出于寅之二刻入  
于戌之二刻晝六十有五夜三十有五離卦  
之上元也未者四坤者五此小暑大暑之刻  
也小暑者其日出入晝夜與芒種之候同離  
卦之中元也大暑者其日出入晝夜與小滿

之候同離卦之下元也申者四庚者四此立  
秋處暑之刻也立秋者其日出入晝夜與立  
夏之候同坤卦之上元也處暑者其日出入  
晝夜與穀雨之候同坤卦之中元也酉者五  
辛者四此白露秋分之刻也白露者其日出  
入晝夜與清明之候同坤卦之下元也秋分  
者其日出入晝夜與春分之候同兌卦之上  
元也戌者四乾者四寒露霜降之刻也寒露  
者其日出入晝夜與驚蟄之候同兌卦之中  
元也霜降者其日出入晝夜與雨水之候同

兌卦之下元也亥者四壬者四此立冬小雪  
之刻也立冬者其日出入晝夜與立春之候  
同乾卦之上元也小雪者其日出于乙之三  
刻入于庚之一刻晝四十夜六十乾卦之中  
元也

黃帝問篇

歸自崆峒復訪皇人  
究其三一知微知真

天真皇人隱于我眉之山黃帝既平蚩尤將  
求無為之道周遊天下而至于青城之野始  
見竊真人焉於是得九一之旨因聞皇人明  
于大道復從而問焉皇人曰子欲修其身先

淨其意而後可也故內安其神外去其慾衆  
患或起以氣治之黃帝曰修道者亦有患乎  
皇人曰聞道晚者則先已泄其真氣而虛敗  
惡得無患乎黃帝曰敢問以何氣治之而可  
皇人曰其小用水其大用火一切有患無有  
能拒水火者也夫深居而瞑目於鼻之上而  
望寸縷亦不得想離其本軀及起之則爲定  
矣諸境勿外逐焉次觀白毫光明出于眉之  
上極力移之入于頂門三昧定實則功斯勝  
矣中心無爲外想不入從九至九鍊七至七



夫欲隱處于世常想開頂門使黃雲滿于天  
地冥心細想其內有神用意行之去來自如  
欲離其軀黃雲重蓋或歸于其體或分其形  
或入于衆人之身或奪人而安己或使其人  
離其體方便相救廣施德焉則可也利己損  
人斯有罪也然分形之法須俟生陽數之一  
焉冥心靜室明鍊五行於頂之上藏太陽四  
十有五其數足焉眉之下五輪既全而於定  
之中起焉於是火中有木神水中有金氣水  
火五藏交相往來而不離于土然後想其真

精二腎合于一氣心血下凝而為嬰兒其象  
土之上有黃芽焉是乃吾之命也日出之初  
照水者百過又日踐其影於是二腎日月之  
光各出赤白之氣夜則七七出于頂門十月  
而與身等靈斯為地仙矣鍊腎之氣出入于

篇四

耳百日而注以江海內鍊其精華以為劍鍊  
五藏之精滿乎九九之數使金鼎收其氣身  
騰而升天於定之中復投於胎再修再結十  
有二年而變四身其應無盡黃帝曰善

軒轅問篇

天清地寧近取諸身  
用火守陰其陽乃純

子崔子曰學道者先澄心無爲內境外境是非俱忘焉然後息氣養形形神俱妙與道合真矣心爲天腎爲地天清則地寧矣軒轅問曰天何以清地何以寧子崔子曰一者天之清也軒轅曰時有十二十二之間子午變動陰雲霞霧不能常清何也子崔子曰日月常有有用者也陰陽轉動是之謂陽極而陰生也升降陰陽所以見天不能常清也變動其四時之季各以一季受氣焉故生死萬物非天不清所生萬物非地不寧軒轅曰寧者生萬

物何也子崔子曰地黃也中央土也其土受  
日月陰陽轉用各季受一氣焉凡季月旬有  
八日四季則七旬有二日土之盛者也所以  
成萬物焉軒轅曰人之生何如哉子崔子曰  
亦由陰陽合而受一氣乃成也陽之極也見

篤四

五

陰精而為寶陰之極也見陽精而為寶陰無  
陽則不能化矣男腎之左其先成也女腎之  
右其先成也然後立性為萬物靈軒轅曰何  
為而死歟子崔子曰男純乎陽者也女純乎  
陰者也十有二時之中性有變焉故氣隨性

散陽者爲陰克取其精陰者爲陽克取其血  
所以枯絕而死歟軒轅曰不死亦可致歟子  
崔子曰滅其三要通其九竅得其五行絕其  
外境外境不入內境不出氣定則可不死矣  
骨節通流九竅安靜五行相生五臟不滯六  
腑通明病何自來是謂水中得火火中生水  
也無心而入定則神清矣其氣轉動于四季  
化萬物焉於是陰消而純陽矣可以長生軒  
轅曰如之何可以入定無心水火相交純陽  
不死乎子崔子曰定中生氣氣中生神神定

者道氣也神能用法法能用火火中生水能  
變常用其水焉如懼夫心不能定乎水火也  
則用火守其陰久則純陽而陰柔不生矣斯  
道之全也軒轅曰善

百問篇

修真之方浩乎無涯  
止陽一言司洞之車

純陽子

呂洞賓也

讀丹經六書其旨淵深懼後世

莫測焉於是問于正陽子

鍾離雲房

曰清靜經

言有動有靜者何謂也正陽子曰動者汞也  
清而飛者也靜者鉛也濁而不起者也此無  
異故焉鉛之飛蓋得火者也汞之不起蓋遇

鉛者也動則有生滅靜則無所著焉純陽子  
曰洞庭紫府在于身為何所乎正陽子曰此  
精之海清靜之府在于肝之內其膽是也純  
陽子曰孰為泥丸其狀何如也正陽子曰此  
血之海也其別九房房之狀方圓彌寸其周  
九寸其色白其中一房有血焉其名曰血海  
純陽子曰丹有陰有陽何色耶何居耶正陽  
子曰丹之陰者居于血之海丹之陽者居于  
臍之下各有神氣交會焉此丹之元也陰丹  
之元者血也其主血內魂魄在于丹田鉛之

銀也陽丹之元者精也其主精內心神在于  
丹田汞之龍也純陽子曰九鍊者何以至于  
九與正陽子曰九鍊者九機也一年益其氣  
二年益其血三年益其脈四年益其肉五年  
益其髓六年益其筋七年益其骨八年益其  
髮九年益其形純陽子曰還丹何也正陽子  
曰九年而成者也其目點漆其膚凝脂其骨  
化玉其腸化筋白毫生于眉金光周于身行  
軼六驥洞視百步之外口鼻常有清香之味  
純陽子曰何以謂之鉛與汞呼正陽子曰鉛



也者生于腎之左其外玄其內白木之正氣

也其居北方也子位陰中之陽也於是又有二

焉鉛精之得火者也腦中之精血者也汞也

者生于腎之右其外青其內赤金之正氣也

其居南方也午位陽中之陰也於是又有四焉

篇四

琉璃玉者也水至于中宮者也津結砂者也

膽之液氣者也純陽子曰何以造化而能成

丹乎正陽子曰必也取水于山之巔取火于

海之底板汞于重樓採鉛于九天汞入則鉛

住而歸凝于中宮其狀雞子其色朱橘其名

聖胎於是玄白判而為造化者也純陽子曰  
進火周天或抽或添其用之也有年有月有  
日有時何也正陽子曰年也月也日也時也  
其屬乎水則皆繫之陰者也能克火焉於是  
又有仲春仲秋之月七日八日二旬有二日  
有三日與夫既望既晦皆不可以行功矣三  
彭守乎靈府則其功難成須用法行持可也  
純陽子曰火在吾身何物為之乎正陽子曰  
愚者以心為火夫心之內有神焉謂之天地  
之鑪陰陽之鼎蓋在心之下者也夫以心為

火則火反居其上其何以烹歟非既濟之道也火當從下發如蒸釜焉故火者下元真一之氣既極而成火起于臍之下者也水者出于腦者也純陽子曰何謂之爐正陽子曰其在吾身者也夫大治之為治也外有爐以載

火然後爐之中可以置鎔矣鎔內有藥其上加覆焉吾之爐豈異是哉純陽子曰敢問冶之門與其狀可得聞乎正陽子曰紫煙非世之火也紫煙者氣也三素升降乎內外鼻之息綿綿不失而後鍊之成紫煙焉純陽子曰

蛇有鼠有二者何物歟正陽子曰四者四時也二者日月也妙哉其難言者乎純陽子曰洞房之宮居何所歟正陽子曰真在乎眉之間其入二寸屬乎泥丸之前狀如玉山內有白元之神居于紫極純陽子曰明堂則何如

篇四

正陽子曰其在洞房之前入于眉者彌寸內有中元之神居焉純陽子曰太上有存三守一之道何謂歟正陽子曰一物而三體者歟水也火也土也其聚也是為心為腎為脾其變也是為氣為血為精氣也血也精也其化

為神方其在身故乃赤黃玄之鼎也斯中宮  
者也純陽子曰人之生死何其循環之無端  
歟正陽子曰此無異故焉不見乎性者也故  
有委心以生貪貪生著著生煩惱以苦其心  
心亂則神煩神煩則欲盛欲盛則疾且死矣  
純陽子曰性何謂歟正陽子曰其在太虛耶  
是難言者也形氣之去來者其性也純陽子  
曰神何謂歟正陽子曰上玄之宮太一真氣  
者也其數三萬六千隨其所生而變焉故在  
氣變神在神變氣氣在則神存神去則氣散

其散也為雲為霧名之為形出之為仙入之  
為真上結乎三元下結乎萬物而有身以養之  
道焉是以不散者其真耶散者其死耶純陽  
子曰神氣盡而死氣何以絕乎正陽子曰形  
有六竅焉其血虧疎則神不精不正至八不精  
則津液滯矣不正則邪氣會矣於是乎生關  
壅而死路闢矣純陽子曰金液瓊漿何謂歟  
正陽子曰瓊漿者目之淚也其餘氣流于上  
腭之右是為金液也純陽子曰神水何謂也  
正陽子曰心中之血也其餘氣流于舌之左

者也純陽子曰然則華池何謂歟正陽子曰  
腎中之水也其餘氣流于舌之右者也純陽  
子曰黃芽何謂歟正陽子曰其生于腦之中  
其居于中宮是爲腦之涎脾之液液之餘氣  
流于上唇者也純陽子曰青龍何謂歟正陽  
子曰肝也木也中有神水出入在于脊腠之  
左而內出于目者也純陽子曰白虎何謂歟  
正陽子曰肺也金也中有神水出入在于脊  
腠之右而內出于鼻者也純陽子曰朱雀何  
謂歟正陽子曰心也火也其位南方其于丙

丁中有神水由腹之右通于舌之下者也純  
陽子曰玄武何謂歟正陽子曰腎也水也其  
位北方其干壬癸中有神氣由腹之左而通  
于耳者也純陽子曰勾陳何謂歟正陽子曰  
脾也土也其干戊己中有神氣由腎之中夾  
脊之上通于腠理而入于腦者也純陽子曰  
黃婆何謂歟正陽子曰脾土也故稱黃婆蓋  
脾之氣也純陽子曰金翁何謂歟正陽子曰  
肺金也故稱金烏蓋肺之氣也純陽子曰姤  
女嬰兒何謂歟正陽子曰姤女者心之涎也



嬰兒者腎之水也純陽子曰噓也呵也吸也  
呼也嘻也呬也吹也叫也其氣之出屬何藏  
乎正陽子曰鼻之氣屬乎肺者也故曰吸口  
之氣屬乎肝者也故曰吹至夫呬者屬乎肺  
吹者屬乎腎呼者屬乎脾呵者屬乎心嘻者  
屬乎三焦叫者噓者屬乎膀胱純陽子曰內  
外八卦何謂歟正陽子曰肝震也心離也肺  
兌也腎坎也大腹乾也膽巽也小腹坤也膀  
胱艮也此其內者也目離也舌震也口兌也  
耳坎也頸乾也趾坤也腹巽也手艮也此其

外者也純陽子曰天倉何謂歟正陽子曰其名有三曰食堂曰咽門曰地戶吾之口也純陽子曰鐵牛何謂也正陽子曰青龍者也純陽子曰重樓何謂歟正陽子曰玉樓者也是人之食噪也歟純陽子曰恍惚之中有物杳冥之中有精何謂歟正陽子曰夫所謂物者氣中之水也其水無形蓋自冬至則陰至于天積氣而生者也是乃太極而生陰其名有三曰真水曰鉛曰虎之魄其形白而性金故曰日之金烏石之玉水之金腦之血總曰血海

居于腦者也夫所謂精者水中之氣也其氣無形蓋自夏至則陰至于地積陰而生者也是乃太極而生陽其名有三曰真火曰汞曰龍之魂其形赤其性火故曰月中之玉兔水之砂在人爲筋爲骨爲物之剛者也純陽子

篇四

十一

曰烏兔何也正陽子曰金烏者心中之水水中之真氣也玉兔者腎中之氣氣中之真水也純陽子曰五嶽六曹四瀆五湖九江三台風雨何以辨乎正陽子曰左臉者岱山也額者衡山也右臉者華山也頰者常山也鼻者

嵩山也五藏五湖也六府六曹也三焦者三  
台也大腸九曲者九江也精者江也溲者河  
也血者淮也津者濟也亦曰四海也汗者雨  
也氣者風也純陽子曰一身猶一國也孰爲  
君臣歟正陽子曰心者王也氣者相也脾者  
大夫也肺者尚書也腎者烈女也肝者戶部  
也膽者禮部也胃者兵部也膀胱者刑部也  
精海者工部也純陽子曰龍何物也正陽子  
曰元氣生于二腎之左右杳冥之府也元海  
也大小如環其氣出入如紅縷神之父也陽

之根蒂也陰陽之源也純陽子曰虎何物也  
正陽子曰陰之血也液也變而為之者也其  
生于離竊五穀之真氣至于心而化焉流于  
腎之宮而精氣成矣是謂朱汞也火龍在坎  
也命之根也神之母也純陽子曰鉛者靜也

性也性果何所生乎正陽子曰五穀之真氣  
為心所竊化而為血於是血復化為液液復  
化為真氣凝而為神此性也純陽子曰汞者  
動也命也何謂也正陽子曰命者居于二腎  
之中元海之內所出真元之氣於是其中有

真水焉本生于心流于腎化而為精精者莫  
親於斯二者也故靈源流之元氣不止則神  
不寧矣純陽子曰本立而道生何謂本歟正  
陽子曰神也氣也精也髓也涕也唾也津也  
血也汗也淚也斯其為本歟本之不立如木

篇四

十二

之靈條幹槁矣故吾身流轉則體潤矣是謂  
神水者也純陽子曰三池何謂歟正陽子曰  
口者玉池也泥丸者天池也胃者中池也純  
陽子曰九宮何謂歟正陽子曰腦之中有九  
房其骨八片九房之中又有四雌五雄守焉

純陽子曰三關何謂歟正陽子曰口者天之  
關也手者人之關也足者地之關也泥丸者  
上關也絳宮者中關也下元者下關也以此  
爲關何以閉塞乎非知道者之言也吾今告  
汝以上關者目也中關者鼻也下關者口也  
其徑通乎九竅邪之所害也故欲加鍵焉純  
陽子曰人有天地陰陽何謂歟正陽子曰首  
天也足地也其外者也心圓而腎方其內者  
也日陽也月陰也其外者也氣升而液降其  
內者也故天至于地八萬四千里心至于腎

亦八寸四分焉此心腎比天地者也純陽子  
曰二至也二分也於吾何所法歟正陽子曰時  
加乎子加乎午二至也時加乎卯加乎酉二  
分也此日之比於二至二分者焉晦也望也  
二至也二分也此月之比於二至二分者焉

篤四

十三

夫日北至而陽升自下而上以還于天於是  
一陰至焉自日南至而陰降從上而下以還  
于地於是一陽至焉春之分也陽升于上也  
遇春分而入于陽而離乎陰者也秋之分也  
陰升于上也遇秋分而入于陰而離乎陽者



也純陽子曰五賊者何居乎正陽子曰人者  
得五穀而養得五行而生生則有敗者也故  
五行者可以生可以死五行者所以爲寇歟  
純陽子曰月候氣節時歲何謂也正陽子曰  
十二時者一日也五日者一候也三候者一  
氣也二氣者一節也二節者一時也四時者  
一歲也純陽子曰勒陽關有道乎正陽子曰  
入室斂身端坐神識內守微脇其腹焉純陽  
子曰丹有採者何謂也正陽子曰滿口嚥其  
津液而般歸于命府運氣于黃庭之中於是

氣液造化而成精津積而為血血積為珠珠  
為汞汞為砂砂為丹此其採之者歟純陽子  
曰黃庭何謂歟正陽子曰其在膀胱之上脾  
胃腎之前臍之後肝之右肺之左如雞子如  
權石純陽子曰脾者謂之黃婆而不謂之黃  
庭何也正陽子曰脾能接心之液腎之氣和  
合而成丹非黃庭也純陽子曰進火者於何  
所乎正陽子曰火者生于臍之下觀之無形  
遠不可取也近不可捨也狀如青冥焉不可  
名也純陽子曰金液鍊形形神妙而合道真

何謂也正陽子曰鍊汞成神鍊氣成形於是  
後昇前嚙二物合而成胎是爲與道合真斯  
金液鍊形者也純陽子曰日用八卦何謂也  
正陽子曰時加乎亥者乾也加乎子者坎也  
加乎寅者艮也加乎巳者巽也加乎酉者兌  
也加乎申者坤也加乎午者離也加乎卯者  
震也此猶外者也純陽子曰夾脊亦有三關  
可得聞乎正陽子曰夾脊之節二十有四凡  
一關直三節焉腦之下名曰玉關其夾脊相  
對名曰中關內腎相對名曰下關純陽子曰

聞大道之名未聞其狀也正陽子曰道者無形也言之非道也道者虛也以實言之非道也道以虛爲體者也其如呼于山者其谷應之歟故養于肺之中者神氣也真性也純陽子曰修真者有魔撓焉其何以哉正陽子曰念不歸一而外馳則魔斯至矣於是心動則神迷神迷則昏昏則魔盛而功難成也純陽子曰禦之有道乎正陽子曰難乎其言哉純陽子曰風也雲也雨也霧也霜也雪也霞也如之何其變也正陽子曰真元之氣也其氣

不定呼而為霞吸而為霧吹而為風呵而為  
雲零而為霜雪凝則為雨露升則騰于天降  
則墜于地清則浮濁則沉斯隨所變者歟純  
陽子曰人之身有天地之數上位下弦具焉  
其金八兩是為一百九十有二銖其銀亦然

篇四

十五

陽也陰也亦然故六十有四卦其爻三百八  
十有四一分四銖以應陰陽之火數有日月  
時候焉其在人也謂之何哉正陽子曰天地  
之數吾已言之矣八萬四千里天地也故奪  
得天地之數者如運諸掌數二五為十也純

陽子曰白馬之牙其狀如何正陽子曰五行  
備矣五藏之正氣其津其精凝焉其氣其液  
合諸於鼎於是白氣出矣其狀如縱火如白  
馬之牙純陽子曰心有異名乎正陽子曰心  
者司南其干丙丁其德在火其卦曰離其名  
曰朱承曰赤龍之趾曰姤女曰離女曰瑤臺  
心有血焉謂之赤鳳之髓其流入于腦謂之  
海其流入于華池謂之神水純陽子曰腎有  
異名乎正陽子曰腎者司北其干壬癸其德  
在水其卦曰坎其名曰嬰兒曰異鉛曰金光

曰金精曰靈根曰玉壺曰玉爐曰北海之龜  
純陽子曰九還七返何謂也正陽子曰時自  
子而至申九轉者也故鍊者九年爲一轉三  
轉而爲一周焉天有七曜人有七竅夜行五  
轉者七曜也內行五藏者七竅也吾之真氣  
上下周流自申至于寅一陰一陽一升一降  
一浮一沉精也髓也涕也唾也氣也液也汗  
也晝夜存之而不走失者七返也純陽子曰  
金鼎金華何物也正陽子曰金鼎者華蓋下  
覆焉其位西方其干庚辛其德金焉金華者

肺也其位西方其氣白自肺而出其凝如花  
純陽子曰神光何如哉正陽子曰修之九年  
其光見矣純陽子曰意者猶馬歟猶猿歟不  
知乾之馬驛之馬狀如何也正陽子曰乾馬  
者心之液也驛馬者其氣也猿者心之意也

篤四

十六

純陽子曰乾之牛何也正陽子曰腎之氣北  
方壬癸之水也所謂鐵牛也純陽子曰六賊  
何謂歟正陽子曰目也耳也鼻也舌也心也  
意也夫萬事之根孰不由是者乎純陽子曰  
三車何謂歟正陽子曰前後微脇者大牛車



也羊鹿車也胃脘者河車也天河也水府真  
一之氣從天內來通于口鼻故曰河車者也  
膻之下者火車也純陽子曰孰為蓬萊之洞  
歟正陽子曰腹之中其上下者也純陽子曰  
孰為曹溪歟正陽子曰唇之內牙之外者也  
純陽子曰孰為三尸歟正陽子曰心腎之氣  
也一曰三毒二曰三尸三尸滅則成真矣純  
陽子曰二泉孰生歟正陽子曰其出於口之  
中舌之下左右有二穴焉其大如鍼鋒通于  
心肺時有精液生於咽此潤萬物而濡五藏

者也純陽子曰人何以肖天地歟正陽子曰  
吾之目其日月也吾之腸胃其湖海也吾之  
喜怒其陰霽也吾之鼻顙其五嶽也吾之呼  
吸其雷霆也吾之五藏其五行也吾之氣其  
風雲也吾之毛髮其草木也吾之汗淚其雨  
露也吾之血脉其江河也吾之涕唾其霜雪  
也吾之穢其糞土也吾之男女其陰陽也吾  
之形其棟宇也吾之九竅其九曜也吾之四  
支其四方也吾之毛孔其四象也吾之五行  
其五星也吾之津液其泉水也吾之四象其

四時也吾之八卦其八節也

地有八節

吾之興寐

其晝夜也吾之蟣蝨其螻蟻也吾之老雜其

寒暑也吾之否泰其日月盈虧也吾之生死

其天地之返覆也夫能測天地之機吾可以

等其久矣純陽子曰既聞要道於是發玄鍵

而知八漏之禁焉目之淚走者肝漏也鼻之

涕走者肺漏也口之唾走者腎漏也外腎之

汗者心漏也夜而盜汗者小腸漏也寢而有

涎者腦漏也夢與鬼淫者神漏也淫欲者乃

身漏也夫八者能固而不漏使入于金鼎玉

池聚之以為鉛汞者其可度哉

道樞卷之五終

共



