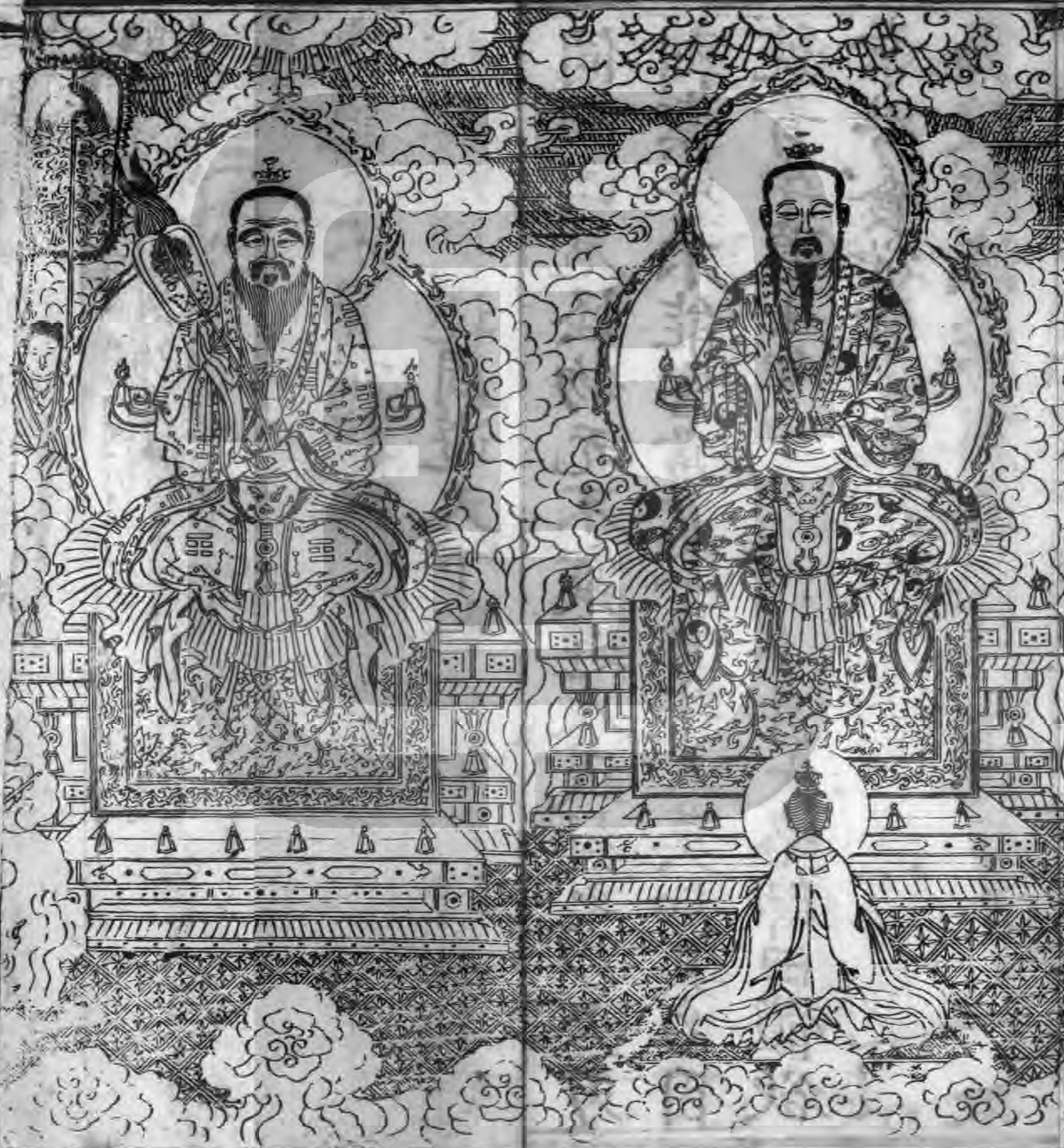


靈劔子

大

御製

天地定位 陰陽協和 星辰順度 日月昭明
 寒暑應候 雨暘以時 山嶽靖謐 河海澄清
 草木蕃庶 魚鼈咸若 家和戶寧 衣食充足
 禮讓興行 教化修明 風俗敦厚 刑罰不用
 華夏歸仁 四夷賓服 邦國鞏固 宗社尊安
 景運隆長 本支萬世 正統十年十月十一日



靈劍子

大一

旌 陽 許 真 君 述

序第一

夫欲學道長生服氣為先處俗求利名名彰則利盈名成則利生氣成則延齡是君子之抱命豈小人之矜智及文武俱備可為佐國之忠臣精氣雙全乃是真仙之子夫子稱予不知道本根由乃問老子方知道之是氣形神不足虛受辛勤心願若偏終無所得心正則神調神調則道氣足矣

學問第二

凡守妙道皆異形儀非可造次求之無不夙
緣積德盡有出世之相或學問而舉動輕狂
或堅貞而一志溥直不以眉出長毫照瞳倒
側耳目赤白異於面顏齒三十六至四十二
六一
當腹黑子舌里通長手垂過膝耳與項齊脚
掌文通至根手文川字相離或額有乾坤之
文或曾文吉字容儀豐麗或毀汗身衣或在
衆人之內蘊潔固之心跡渾塵泥垢感不洗
日月燈前而無影常行德惠於人似速冀遲

屎珠毛孔口方而項峰如角日月之狀或如
麒麟龍虎之角玉枕通犀而稜利如此之人
亦易成道志士貞信不退盡獲超升皆出世
之真人亦乃功成而拔宅冲天智量高深輕
財重法不爾官班仙府雖無神通變異終懷
德而崇深只候陰德功成盡皆得道之儔矣
如無此相虛役迷心縱能飲冰食栢之勤終
沉下鬼余又尋諸子實痛於心若伸之悟人
不退志行有此相者則易成仙道亦數世於
道中有大利益方志心慕道深有希生之意

急於玄牝當修者皆於道門廣行施惠有此
異相功成者皆積世勤心至此生而得度矣
今生樂道修生切
者是積修之慶也

服氣第三

形之所依者氣也氣之所因者形也形氣因

大

二

依而成身體魂魄踰而往來降注為神而生

五歲為氣之為母血之為子血之為母精之

為子精之為母神之為子神之為母形之為

子未有無氣而自成形者也氣因形有乃魂

魄借之神者氣之母也胎息者想嬰兒而成

焉而號冲和冲和則元和矣出入呼吸之間
三元之內毛髮之中無不通透皆了心君意
臣調制節之無爲事心主安之有慮有思便
失自然之理心者猛獍之猿火巳午屬之腎
者陰女之容儀亥子窈窕之元根故青龍白
虎一飛一伏之能氣日心之火爲雲津月濕
之水爲雲雨相隨北坎而行歸子亥腎海氣
宮向巳心之氣上通泥丸宮下補八屍百關
毛髮悉能應徹故無礙元和理療千瘵萬病
心君發火亘天地無有不焚明然百穀五味

久行自漸稀之初可三十六嚙一乾一濕存
心中之氣以意送之歸臍下氣海之中夾之
日月左腎為日右腎為月此乃兩畔同昇合
為一即先存思右腎為月白氣入氣海中從
脊右邊上至頂泥丸宮眉間入三寸是也却
存歷洞房宮又歷明堂宮守寸雙田下歷十
二重樓歷絳宮入氣海金室日月照兩畔又
存左腎為日黃氣從脊左邊骨縫上直入泥
丸宮存出歷洞房宮明堂宮守寸雙田下歷
十二重樓歷絳宮入氣海中心日月左右照

又存白氣為裏黃氣為表團圓為珠爾外黃
內白懸在氣海之中黃光燦爛圓如彈丸黃
如橘久久行之光闔日月此為玄珠爾玄牝
子腎宮爾珠則珠爾亦曰兩物合成一體一
陰一陽而成俱黃者為表黃表却白裏爾赤
水則血爾玄珠若成津血自盈若欲知驗苦
酒和精露一宿却還血爾九年行之筋骨變
換輕舉通神為地仙未可修大藥先須氣成
憑氣補形精大藥方始靈初服氣之士未可
便思玄珠但且三年淡食未可便絕糧色慾

須頓絕不爾反夭身命五更三十六嚥津氣
相連漸漸少食所食淡食去鹽醋冷熱之物
日中飽餐旦暮少食三年旦暮行之漸覺淡
食有味不可便頓絕糧極有所損爾如覺有
味不思俗味則五藏堅實如若五藏衰弱以
藥補充盛壯也故淡食諸物有味也如此後
可日漸減五味五穀三日淡食粥菜汁胡麻
葉莖枸杞黃精棗之類將助之方可絕粒亦
當自飽無飢渴忽聞穀氣蒸煑之氣觸修服
食之氣久久亦自知自不欲食經三日或七

日飢困更以淡麩菓子餽飢放冷食之如遇
飢渴想心中內氣不以早晚但依前法服之
當能代食能飽一如食物了來如要食物亦
得則可芋頭薯藥何首烏之類茶少食若入
鹽立便飢矣五味為五賊又為五毒鹽醋水
鼓辛物是時以好酒及椒黃丸糯米生椒食
之糯能吁榮胃氣椒能引氣歸下元淡煮糟
芋冬瓜薯藥薤羹亦得切須放冷食之酒能
助氣酒糟作羹盡能引元氣易成酒後氣當
易通美酒不須多及醉吐則有所損矣時復

一盃止飢代食酒能濤蕩陰津得道之人無
不好於酒也酒能鍊真養氣不須服人參湯
人參湯能開胃故易飢也茯苓棗子甚益瓜
桃助氣橘亦得不須喫皮便飢也大栗桃子
雞頭蓮藕亦得菱少食冷能動氣若經時當
精神聿壯夜自不困眼中神光時出如電漸
夜黑見物如此之兆急守閉精髓道欲成也
而有此矣乃天發地應爾不能急守亂起
姪死之致也神光魂神彰出時則神欲離散
於身形神光去也亦乃出之故急守精閉室

制伏則是神光見陽魂盛陰滓欲盡之狀如
不能急守徒忍飢絕味非入神仙之格爾如
未能便斷嗜慾則須房中將息節服之則施
而不泄不瀉精髓一出永為涕瀉如此則非
上真之士渾濁精漏之夫房中之事稍難擒

大

五

制皆返神退智須假俗味方度朝昏肉麩助
之不爾立沈下鬼如房中得擒制之理深達
洞微乃知究竟及遇少女採翫精氣嚙而服
之可謂如虎戴角文武全備此皆福德之人
所行而非常流之見矣夫精失位似海竭山

崩百瀆失緒千域傾敗莫能救治百病俱臻
業鬼相親再修難成千中無一如修前氣灰
心絕想百病不侵瘟瘴疫毒莫能爲患若腦
中髓耗瘟疫從頂而入若腦實精充鬼神莫
能爲害凡有諸疾早起但調氣辟之以氣通
之逼逐五藏六府百關毛髮中出覺熱汗如
膠則是效矣未退依前調氣存身上內外百
神嚙閉或於帳中衣被裏伏遂爲之服氣應
有是風是氣是瘴是勞是毒諸疾皆用前法
驅逐之從筋骨髓中而出矣千萬藥功皆不

及矣二百二病是熱爲風二百二病是冷爲
氣悉能療之故曰四百四病也黃庭經云仙
人道士非有神積精累氣結成真非大藥能
先成也自古得道之人竺乾風后七元三老
皆從氣中而全真非先大藥之能諸得道神
仙聖賢上士初成道皆從氣也別無徑路可
超出三界之外飛雲走霧神變通靈遨遊日
月之上陽界之中觀行三島十洲水府陰山
之境洞跨鶴乘龍上魚皆浮龜行蜂飯擲杯
透壁種花飛符入柱皆是氣之因依而一日

一夜一萬三千五百通息出入氣腕二萬七
千氣一神一氣皆能指用是故氣成之後變
寒暄於呼吸之間視六合於毫芒之內海水
用氣吹之可以逆流千里皆從凡入神也初
服氣之士靜去於鼻中毫鼻中能通徹五藏
六腑出入氣息之溝也微微鼻吸清氣燕之
口吐濁氣微微出之凡諸熱疾大開口呵之
為瀉不必六氣也有疾冷即吹以補之則調
理上焦之疾往來微自求安之道也二段者
上元一段從心中元并下元為一段號曰二

段上段理上焦諸疾用之下段服氣心中之
內氣凡服氣調嚙用內氣號曰內丹心中意
氣存之綿綿不得用上段外氣引外風損人
五藏故曰兩段分理之者不能分之兩段玄
珠赤水莫能知之凡服氣曾服者有師則氣
熟易行不曾服者無師則炁生難服之久久
能行之犯了自訣之亦乃自知矣

道海喻第四

道海者如大海茫洋之闊深溺不異風濤如
不曾自往經遊涉歷嶮阻憂危之內豈得知

之但聞衆庶惑之而莫能採摘求竒無過自
涉鯨波盡知爾喻曾游幽青滑魏之州後而
更游則關津渡鎮鄉坊觀院道舍靈壇神廟
洞府名山皆能知之直徑而行必無阻滯意
往便往得達彼中謂曾游諳知熟爾故曰易

大

七

也服內氣之人亦乃如然不曾自涉經游者
意欲往之豈得直到彼中又無人指引終乃
辛勤能究問而求之心堅不退亦達彼處則
辛勤而遲矣仙洞幽深或退堅心宜之信智
迷而不曾游爾不行徑路故修奉之難矣氣

委若熟放任撝謙賜福或連年休絕或一日
三餐或食或不食或三日一餐或時一日一
粥如斯飢渴得之擒制五藏安和則是氣成
熟爾草石等藥及符水紫芝南燭黃精白朮
松脂及栢茯苓蒼朮白朮枸杞何首烏金櫻
雞頭蠟膩粉朱砂乳香皂角子黑豆白膠香
並宜服之道氣雖然服藥不服冲和之氣開
食休絕腹腸枯竭血脉乾焦比望於長生自
由不如獨服元氣開絕自在見食而食要休
即休可謂氣之成焉氣若功成筋骨和柔百

關調暢胎津日盛血脉壯強手脚盤頂上成
物丸隨意努氣出如毬子或純筋而無骨
實血充故如之爾髮毛俱換豈不聞道德經
云天下莫能知莫能行至於夫子伯夷叔齊
比干屈原之士尚不能知之若為庶俗縈迫
實難知之爾痛哉但縱貪奢色慾及至衰敗
齒焦髮白自相承老耄甘散形魂而埋荒陔
土又作嬰兒牛馬猪羊之屬雞犬魚蟲之類
自苦形魂其業力大者身漂流浪愛河之業
力小者身作蚊蛆之屬大道之力而不能及

也不知此理多也豈知其道若大海接應力
成山川魚龍虬蜃皆能興雲布雨猛勇驚人
故大道抱微貫細若海幽深莫能採覓故陰
符經謂之天發殺機萬物果草蟲魚蚊蛆螻
蟻之屬皆含道氣道在其中如魚在水魚不
知水之養其形道在人中如風之莫能見其
形也故黃庭經云象龜引氣到靈根此謂龜
之得氣長年不死矣蛇冬藏含石而不食乃
石化為蛇黃得氣之效鳳鶴得氣之妙游飛
仙洞三島十洲大仙乘跨此乃鳳鶴得氣之

妙蚌含秋月光而成珠獼猴學禪入定白鹿
善能伸舒關節永壽九千年唯人不知道引
成仙矣鼈冬服氣沙中鱣魚跼於乾土之中
鱧魚食其水沫鯉魚能化龍興雲布雨人之
處世不修道法於身外求生豈得再獲人身
痛哉悲哉故經曰若存若亡道存則成之亡
則失之故知人失道者亡魚失水者死嗟吁
世人入山求道如上樹求魚遠涉而尋師如
旱天求雨故陰符經云三返晝夜用師萬倍
矣萬物能盜人人能盜萬物但虛心實腹道

炁自來布德施功甘澤時降矣道之賊也凡
食五穀地之所生者精氣是土終久害人
遭土埋有食太和陰陽氣之士不食有限之
物永既在天厨故天不能殺地不能埋我命
在我不在天地爾故金母言三關已定生死

大
一

九

何來道氣喻於蟾影家家光彩潔明至於拔
宅冲天人人盡懷道氣津生滿口嚙而服是
為之瓊液此乃仙人之糧矣一年修之藏腑
全二年修之病身痊三年修之血脉堅四年
修之筋骨遷五年修之眼目皎然六年修之

命永延七年修之骨髓如綿八年修之作地
仙九年修之髮黑玄九年修之後時輕舉百
十丈高時往游諸名山洞府無滯無礙兵馬
不能害水火不能災鬼神不能撓龍自降虎
自伏神通自在號曰真人更修上昇之法詠
洞講玄高奔陽界偃息優游日月之上號曰
天仙或管主仙洞或掌領仙籍或主張修道
之士名歷以次推遷還如人間官職各有主
執如不修上昇之法術遁隱洞府長作地仙
矣修習功果成焉凡修學之人須假陰騭功

之三千善功修滿玉帝自然詔上玄都受職
爾若不修陰功名不得上昇玄都雖錄修學
道之名且無陰騭之簿上命無功而不召遷
故修上法陰騭爲先方度他人而自身功全
自古得道皆復如然道以信爲合德以智爲
先吾道若海謂之道海不信不修吾亦盡言
智淺德薄勿輕泄傳然及先祖譴累連延入
格之侶肘步師前授以金寶質盟十天清齋
沐浴叩頭拜受方始授焉愚者萃財千萬收
禦百般草石之藥少有治病之能且無延命

之效若學神仙須憑氣術存左牙為金鐘右
牙為玉磬上下當門齒為玉版又為天鼓聚
神啓奏逕御表章乞除災厄禍崇當動天鼓
三十六通飛符誅魅返禍除災皆動金鐘二
十四通施藥服食動於玉磬十二通矣

暗銘註第五

大

十

學道養聖胎

長生久視之道人人盡有希生
之心亦少學者也聖胎者胎息

也想嬰兒赤子即存亡不存來者不惜身命
長生不死之道也

始堅學道之心深采玄微方知究竟則存亡
而不存來學之道氣通流以得玄趣為期不

成之也而泥丸通百節中有路入通頂後背脊
中泥丸眉間入三寸是也

兼通達脚骨中入氣海大丹闕脉三才中丹闕

小利門出似醍醐之效也為絳宮心君治之管百

心所治丹者赤色也為絳宮心君治之管百

城千國皆心君血脉通焉脉者調攝和淨也

三才者三焦上焦象天中焦象人去作三周計

人下焦象地法取元和之氣也

不知玄道是氣罔測遠近寬迤程途亦還時

七日迴不在他人故不用多時迴也玄珠求

海闊玄珠前章已解如海內求珠向來曾求

即如海赤水路無媒赤水者血也玄珠未得

善惡懷中秀長生之術善修之則易到惡者

彩一如尿阿兩畔催唯思蕙白之氣於背脊

秀影也成玄珠前其中無一物道氣已成用心已到

成玄珠前其中無一物道氣已成用心已到

章釋也

無心之境行住合無搔首坐瑶臺首者頭也
為之理自然之鄉也搔者動也
去之貌也瑶臺瓊室則日月之宮也此為
陽界三魂受事之府人神所居之宮也

松沙記第六

余自修道方明氣術為先陰功為首頃獲靈
劍掃蕩妖精蛇蜃之毒傷害於民滋潭之上

十一

十二

鑄鐵纂以封蜃穴夜使鬼神鑄二鐵柱暗鎖
豫章一柱在于南又於西嶺恐蜃奔衝陷溺
庶民立一柱在西山東面雙嶺之前斬大蛇
於西平建昌之界有子從腹而出走投入海
遂飛神劍逐之緣此蛇子無過致神劍不誅

上足吳猛云蛇子五百年後當准前害於人
民但當以松壇爲記松枝低覆於壇拂地合
當五百年矣吾當自下觀之若不傷害於民
吾之靈劍亦不能誅之今來豫章之境五陵
之內相次已去前後有八百人皆於此得道
而獲地仙當此之時自有後賢而降伏之吳
君云將何物爲記答曰豫章大江中心忽生
沙洲漸長延下掩過沙市口與龍沙相對遮
掩是也其得道漸修之各自成功相次超昇
金闕及爲洞府名山主者道首人師當出豫

章之地大揚吾道吾著氣法醫言郡五十卷
流傳於世子請不憂爾上足迴劍斬南湖石
獸飛劍入獸眼中其獸雖吐氣如雲祇引出
其面受誅獸不動眼如此獸無過劍不誅之
收劍而迴以此之功故號靈劍子而傳授後

來得仙之士豫章河西城尋獲魏夫人洪傳
先生舊跡入府內得金錢丹藥亦重宣氣術
陰功學道之士初廣布陰隲先行氣攻持內
丹長生久視之法前章語畢不勞重說氣成
之後方修大藥矣自十得道超昇之士尸解

之徒皆以陰隲為先或濟貧拔難或暗行施
惠將救飢寒種種方便以添三千功滿自然
矣司命司錄言奏於
上玄大藥可修矣

道誠第七

道以清淨為本德以陰隲為先切斷嗜慾于

十一

十二

足而成焉絕穀味以為實腹腹實無滯而易
行則腹實矣清虛心腹是道之常初修之人
目不視色慾耳不聽哀聲口不納珍味鼻不
取異香身不染穢濁是上真俱惡此也謂之
六根不漏矣能如此依誠斷絕則為大仙矣

凡初學之士勿便頓絕但將淡食為之俗食
俗務兼廢人事亦漸希之恐人覺悟之人乃
動衆驚恐常流禍來逼身致太陰之下白骨
作堆此則學道禍刑滅身也佯顛佯狂毀改
衣裝外從垢膩此並渾世清蕩陰滓保惜於
命深了玄趣洞達幽微道氣成矣欲傳後學
依格付之出度一人立減氣功一年授一人
更度一久減氣功二年二人不行此法得此
法不信不修疑惑師減氣功三年三人得趣
道氣成功傳此文理增得靜紀汎欲傳度先

觀前人行行心有慈悲口常談道德孝敬中
外信義忠良仁和禮善卑遜德行聰明英秀
異智高見有此之功方可傳授本訣與之爲
弟子如不入此格付之減壽奪功矣更有慈
悲愍念敬道之心真人可同共之此道授之

六一

十三

或未能修奉但業俗務縈牽時將此文於日
月之下星斗分明之時香燈鮮果好花好酒
供養心祝曰某自傳妙法未能修奉乞不減
折本師氣功皆託玄穹鑒察則師不減氣功
也如不依此法告祝星辰則當有不測之疾

刑害身命覺有此疾藥力治療不退還告上
穹了以道氣依前調習驅逐當見神功不得
用藥攻之立沉幽府唯道氣可憑信至於鬼
神豈可憑焉其如飢飽勞逸寒暑濕風吐酒
及醉房室久行久立久坐久卧久聲久笑久
悲久樂久喜久哭並減氣功諸子書並載余
不錄之此書久隨仙駕已在天宮未傳於下
世因吳猛女彩鸞執吾沉海溺之籍因中秋
遊吾仙府舊宅之所覩求恩十方男女相把
手唱詞詞場調美便入詞場爾唱仙凡之語

聆聆又樂忽觀文簫詞華無滯出語捷機二
人各有心相慕詞中相接有似宿緣哥罷秉
燭引到仙居之地夜之琴瑟和鳴晨有仙童
來呈文簿而文簫問之爲泄天機上帝罰爲
民妻一紀恐文簫不修道氣取此教之簫修
行一紀道氣成而昇上玄都矣

導引勢第八

凡欲胎息服氣導引爲先開舒筋骨調理血
脉引氣臻圓使氣存至極力後見焉摩拭手
脚偃亞毬拳伸展擎搦任氣出旋諸疾退散

是病能痊五藏六腑神氣通玄來往自熟道
氣成焉或存至泥丸頂髮或下至脚板湧泉
久久修之後知自然魂魄聿盛精髓充堅行
此法者皆作神仙五藏有勢逐時補元春夏
秋冬以意通宣老子學道亦乃如然豈悟衆

大一

十四

聖造次流傳子書之內盡著佳篇今引諸勢

一十六端

補肝藏三勢春用之

一勢以兩手掩口取熱汗及津液摩面上下
三五十遍食後爲之令人華潤又以兩手摩

拭面使極熱令人光澤不皺行之三年色如
少女兼明目散諸故疾從肝藏中出肩背然
引元和補肝藏入下元行導引之法皆閉氣
爲之先使血脉通流從徧身中出百病皆痊
慎勿開口舒氣爲之用力之際勿以外邪氣
所入於藏腑中返招禍害慎護之
二勢平身正坐兩手相叉爭力爲之治肝中
風掩項後使面仰視之使項與手爭力去熱
毒肩疼痛目視不明積聚風氣不散元和心
氣焚之令出散然調冲和之氣補肝下氣海

添內珠爾

三勢以兩手相重按腔拔去左右極力去腰間風毒之氣及曾膈補肝兼能明目

補脾藏一勢季春用之

四勢左右射鵬去曾脇及曾膈結聚風氣脾

六一

十五

藏諸疾來去用力為之閉口使內氣趁散之爾

補心臟三勢夏用之

五勢大坐斜身用力偏敵如排山勢極力去腰脊風冷宣通五藏六腑散脚氣左右同補

心益智

六勢以一手按脛一手向上極力如托石去

兩脇間風毒治心藏通和血脉左右同閉氣

為之十二月俱依此爾

第一勢後
便行此法

七勢常以兩手合掌向前築去臂腕淘心藏

風勞宣散關節左右同皆須依春法爾

補脾藏一勢季夏用之

八勢端身正坐舒手指直上反拘三舉前屈

去腰脊脚膝痺風散膀胱氣前後同至六月

十四日已後用之

補肺藏三勢秋用之

九勢以兩手抱頭項宛轉迴旋俯仰去脇脅筋背間風氣肺藏諸疾宣通項脉左右同依

正月法

十勢以兩手相叉頭上過去左右伸曳之十

徧去關節中風氣治肺藏諸疾

十一勢以兩手拳脚脛十餘徧此是開胃膊

膈去脇中氣治肺藏諸疾並依正月閉氣爲

之

仍叩齒三十
六通應之

補脾藏一勢季秋用之

十二勢九月十二日巳後用補脾以兩手相
叉於頭上與手爭力左右同治脾藏四肢去
脇下積滯風氣膈氣使人能食閉氣為之

補腎藏三勢冬用之

十三勢以兩手相叉一脚踏之去腰脚拘急

大一

十六

腎氣諸疾冷痺脚手風毒氣膝中疼痛之疾
十四勢大坐伸手指緩拘脚指治脚痺諸風
注氣腎藏諸毒氣遠行脚痛不安並可常為
最妙矣

十五勢以一手托膝反折一手抱頭前後左

右爲之去骨節間風宣通血脉膀胱腎氣腎
藏諸疾

補脾藏一勢季冬用之

十六勢以兩手聳上極力三徧去脾臟諸疾
不安依春法用之

右已前一十六勢並閉氣爲之則妙也此導
引後一千年中有道首大揚道氣於宮商角
徵羽唱闋後多士矣共八百衆於二鍊後四
元內相次飛昇矣一鍊五百年二鍊一千年
俗以十二年爲一周道以十二年爲一紀一

徧去關節中風氣治肺藏諸疾

十一勢以兩手奉脚脛十餘徧此是開胃脾
膈去脇中氣治肺藏諸疾並依正月閉氣為

之仍叩齒三十
六通應之

補脾藏一勢季秋用之

十二勢九月十二日已後用補脾以兩手相
叉於頭上與手爭力左右同治脾藏四肢去
脇下積滯風氣膈氣使人能食閉氣為之

補腎藏三勢冬用之

十三勢以兩手相叉一脚踏之去腰脚拘急

腎氣諸疾冷痺脚手風毒氣膝中疼痛之疾
十四勢大坐伸手指緩拘脚指治脚痺諸風
注氣腎藏諸毒氣遠行脚痛不安並可常爲
最妙矣

十五勢以一手托膝反折一手抱頭前後左
右爲之去骨節間風宣通血脉膀胱腎氣腎
藏諸疾

補脾藏一勢季冬用之

十六勢以兩手聳上極力三徧去脾臟諸疾
不安依春法用之

右已前一十六勢並閉氣爲之則妙也此導
引後一千年中有道首大揚道氣於宮商角
徵羽唱閱後多士矣共八百衆於二鍊後四
元內相次飛昇矣一鍊五百年二鍊一千年
俗以十二年爲一周道以十二年爲一紀一

元六十年四元二百四十年道爲世矣

靈劍子

大

六



