

陰真君還丹歌注

希夷陳搏注

北方正氣爲河車

北方黑帝極尊也人之下元陰也正氣者屬水人之血也河車者北方氣流歸南方

以火煉水成塵得變爲河車下元精也北方黑屬水人之腎也腎爲人生根本分作

日月之精虛無之氣腎王即化爲赤子也東方甲乙名金砂

東方爲青帝主肝甲乙者以北方水南方

火火生於木以水養之鬱鬱生於青草故曰甲乙也屬木主人丹田也生金砂者今

天下水有恒河沙數只如漢江之水嘉陵之江中自生金砂工人淘取煉成黃金也

故又法以採於人身者居上丹田有屋完號爲玉泉洞洞中有玉泉水名爲清淨源

採之功志名號大功德神水不知涯岸納至下丹田日久自結爲砂

兩情含養歸一體

兩者陰陽也天爲陽地爲陰左爲陽右爲

陰陰陽者夫妻也在身上丹田爲陽下屬陰含養四時運動五行天地交感百物自

生日含月自然光明月含日自然生星宿夫順妻和遂生男女今以法採上丹田大功德神水修煉納至下元玉室含運

朱雀調養生金華

朱雀者火也在地者南方丙丁火在天者熒惑星也在地爲火在人爲心其火生滅

由人大包天地知入毫釐制之則止故之則狂經中時爲明火調運者修煉爲泥以

火燒作麤瓦千萬年不朽木以燒作炭在土中以得千萬年其炭還在人以調伏採

上丹田玉泉中水以心火修煉之入下丹田鍊之玉牢之關玉牢之關別有陰丹之法自然別生其現日月久深自然色煥以

結成號曰金池也大丹訣云金父木母真鉛汞也鉛含五彩屬北方水水中有金金作提防故號金華

金華生出天地實金華者似漢江之水中金砂自然生其中

也採丹於水中居人下部精室之中日久水中精成金塵自然爲珠以號水中火出又一法留下部之精以心火運轉居上元自然結爲珠居泥丸宮以號火中出水故黃庭經云玉清池水灌靈根審能修之可長存也

人會此言真正道

會者非凡人人不信道道號虛無故經曰大道非常道道如虛空無所依訣云如魚

在水不見其水人處道中不見其道龍不見其山石鬼不見其土此言者豈妄說也

真正道者人之精華也多失泄於婦女即生男女更面貌形神真似父母根性若也

結留住任在身又採上元之水用合下田爲丹名曰珍寶故陰符經云陰陽相推自

然調和人會此言真正道畢矣

子稱虎卯爲龍龍虎相生自合同

此二語兩支事子虎者屬陰陰者屬女女之水性故號北方壬癸此是水之位黃帝

訣云呼之爲黑鉛能伏汞爲砂若人得真

金華者似漢江之水中金砂自然生其中

金華生出天地實

金華者似漢江之水中金砂自然生其中

金華者似漢江之水中金砂自然生其中

金華者似漢江之水中金砂自然生其中

金華者似漢江之水中金砂自然生其中

金華者似漢江之水中金砂自然生其中

金華者似漢江之水中金砂自然生其中

金華者似漢江之水中金砂自然生其中

道入陽丹田以用之子後午前是也龍屬木木者東方木訣云永也永者屬火又呼為水銀是也一云綠水銀若有藥制伏得伏火即成世寶若人身中即精華是也訣云以陰煉陽其真可長其法須在一支屬陰也丹論云陽動不能伏陰殺不可伏也若養之令伏陰死陽生生者如水銀伏火以成世寶陽永伏於陰不動定為身寶故經云就養靈柯不復枯閉塞命門保玉都古上採結行之子後午前採上玉泉中水十二亦曰陽永將合陰時採者鉛水十二虎故天豐上經云始青之下月與日兩物相和合成一出彼玉池入金室人各有之慎勿失子若得之萬事畢豈在於外乎龍居震位當其八虎數元生在一宮此是朔至望行之採上法行道增魂從望至晦減之益魄也男八歲齒生十六為之中十歲已下得法修真為上餘並得尸解者也

採有日取有時

上法行之取進晦望朔起下法者候天上月圓人神徧體採之日月順則有時子後午前卯是也採陰氣歸上泥丸宮故經云就養靈柯不復枯也雖不施精亦還美日於珠常為大空室無可望可為室中有物元其室是陰氣轉上歸泥丸宮却取玉池中水灌入下丹田金室之中其元頭來人亦不知從何處來去歸何處方位安排那里各有神化日久自然變為寶珠所以人皆不死是也故經云大道無形也十二世人用之而不知收取氣候若差錯萬般工力徒勞施或遇天地禁忌安排不知去處或值陰尸不開取意行為害令人速衰老也故云得一之時晷晷後雖當裁古不忽道妄言傳於世人必定流血身先夭法文若常人則不可受也其大傳在太一宮經云太一有君皆云在心景中不愚議誰能得見不可度量也居人頭為崑崙上宮室神明居伯各有室宅自項上至頭自占九宮其神各

有名字在太一上索靈中別有要大至下騰室別有三宮此係前十二宮各有樓臺故內景經云內有重樓十二級此是也又丹田有十二樓應十二時用轉法也至神至聖極容易

智者其採二件藥在身雖不知經岸身有神明知也但人只以導花皆不知變化故云知長生道敵隔萬山是知凡間世人不可知也求官中者向身上十二宮求覓方知大道之鼎器者神聖也

先向宮中求鼎器

其法不傳不可露天文故道經云金玉滿堂莫之能守富貴而驕自遺其咎是為人生下緣天地人須皆近驕奢富貴不尋於大道也

溫養火候審陰陽

溫養者令人無喜怒也火候者以心火四季之月加減行之兩數其法在口傳養陰陽者別識真陰真陽居人二命採合為命級從誦云二物同一體

或四

十四

安排鑪室須擇地

安排者揀上真氣水安於下元揀下陰氣水運於上元安排各着鑪室自神化之功若安排不着去處於身有攝鑪室者妙法在女別在陰丹一訣丹上法鑪室者以身口為鑪也竈者以官室為竈是也破不堪使用者是人用過者弊物不堪使用是已不中也房中至甚五級者大肥不堪用大瘦不堪用道三合五級者是十五已上二十已下是中道人氣二十已上並是不堪使用可用須借其氣合求者方位以無制之被鬼神偷他也上擇地者是知官室時候

不得地莫妄為

凡欲煉其陰者若不依前說年紀人及鼎器之物不可成實不及年借氣用之即得暫住有卻患除魔之功又不得上救助之力也若非法度須不失度數行之少年成實也若只欲取意行之萬無一成也切須隱密審護持

式四

十五

凡欲行道靜隱閑居導引叩齒集神握固平生密而行之護持者減食少語莫喜怒保守莫泄天地機

保守者盡一身之行用若行年十歲頭尾至心行用久即慢易有頭無尾定虛費工夫也千萬不成矣

此藥變化不思議

其服藥之功九年不失候增減十六兩數足功滿三十行有八百藥方成易矣天不能殺地不能埋其功不可思議注天地有變化其身堅固其功有三上者得上仙中下者只得尸解也

陽真砂

下元陰精法結為砂上元陰時採者沉以為砂屬陽氣

陰真汞

上元氣結成實下元氣入崑崙泥丸注為珠可照三千大千世界矣時人求之莫妄動世人多取五金八石諸般草木燒之要覓

大還丹豈不妄也

無質生質是還丹

從無入有從有入無將無質氣結為陰氣交感是也大丹無藥五行真氣是矣凡汞凡砂不勞弄

世人取砂銀為汞取朱銅鐵為砂是也若將此求道不成也

達此訣會此言煉之餌之成真仙

若達此歌免妄為諸事遂默心修煉靜意保持不退初心勤進前志方乃煉之餌之成真仙耳

陰真君還丹歌注終

崔公入藥鏡註解序

成五

神仙之學豈凡夫俗子之可聞必是大根大器決烈丈夫明眼高士之可爲也且夫學者爲者何事外則窮天地施化之理內則明身心運用之機然雖如是宣尼若不過老子親授故無猶龍之歎瞿曇不是古聖再來豈有出世之見所以學者如牛毛達者如麟角此無他在乎得傳與不得傳耳神仙之學不過修鍊性命返本還源而已採先天一炁以爲丹母運後天之氣以行火候以火鍊性則金丹不壞以火鍊其命則道氣長存換盡陰濁之軀變成純陽之體神化自在應運無窮豈不奇哉余見其今之學仙者紛紛之多及至與其辯論真訣人各偏執一見不合先師正傳之道觀其崔公入藥鏡八十二句言簡而意盡貫穿諸丹經之骨髓予不愧管窺之見遂將吾師所授口訣每四句下添一註脚剖露玄機作人天眼目後之來者與我同志試留心玩誦斷斷有神告心悟之效無疑也或者有云吾註不足爲信而崔公之言當以爲

實依而行之信而從之運鍊一身則學仙之能事畢矣脩江混然子序

崔公入藥鏡註解

混然子

注

先天炁後天炁得之者常似醉

先天炁者乃元始祖炁也此祖炁在人身天地之正中生門密戶懸中高處天心是也神仙修鍊止是採取先天一炁以爲丹母後天炁者乃一呼一吸一往一來內運之炁也呼則接天根吸則接地根呼則龍吟而雲起吸則虎嘯而風生綿綿若存歸于祖炁內外混合結成還丹自覺丹田火熾暢於四肢如癡如醉美在其中此所以得之者常似醉也道德經云谷神不死是謂玄牝玄牝之門是爲天地根綿綿若存用之不勤易坤卦云黃中通理正位居體美在其中而暢於四肢如斯之謂也

日有合月有合窮戊己定庚甲

日月者太陽太陰也天有黃道爲度三百六十五度四之一其運轉也一日一周日月行乎其間往來上下迭爲出入此所以分晝夜而定寒暑也當冬至之節一陽生

于復日從北行月從南行夏至之第一陰
生于朔日從南行月從北行日行一日一
度至三十度與太陰會月本無光借日之
光月行一日十二度有零至三十日行滿
周天之度每月晦朔與太陽同會所行之
官日月合璧晦象年終朔象歲首會而復
離離而復遠月因日以受其明陽魂漸長
陰魄漸消至初八日夜陽半陰半為上弦
至十五日夜與日對照為望故圓圓滿之
極其理當虧于是陰魄漸長陽魂漸消至
二十三日夜陰半陽半為下弦至三十日
夜為晦又復與日同會此天之日有合月
有合也及求於身吾身一天地亦有日月
也以身為乾坤以坎離為藥物以日月運
行為大候百姓日用而不知豈知行之吾
身與天地日月無不同也當作丹之時運
日月之雙輪旋陰陽於一息日月歸陰
陽構精烹之煉之結成聖胎此吾身日有
合月有合也了真子曰玉池常滴陰陽髓
金鼎時烹日月精是也既明日月之合必

窮戊己之源戊己者中央土也水火分為
上下木金列於東西木為大母金為水母
若非戊己之功水火不能既濟金木不得
歸併富施化之際是用戊土從坎起進之
以陽火已土從離降退之以陰符攝回四
象而同爐此戊己之功也既窮戊己之理
必定庚甲之方庚西方金也情也虎也甲
東方木也性也龍也言人之情好於馳騁
見物即逐如虎易狂故每傷於性性被情
迷不能為主如龍奔騰故二物間隔大修
行人制之不難過此時正好下手施功須
仗黃婆媒合旋斗柄之機一息之間即得
金木歸併情性合一龍虎入鼎心虛湛然
此所以定庚甲也丹家妙用宜乎生甲生
庚學者不可不知也

上鵲橋下鵲橋天應星地應潮

人身夾脊比天之銀河也銀河阻隔而有
靈鵲作橋故有鵲橋之說人之舌亦言鵲
橋也凡作丹之時以黃婆引嬰兒上昇泥
九與姤女交會名曰上鵲橋也黃婆復排

細咲引嬰兒姤女同歸洞房必從泥丸而
降故曰下鵲橋也黃婆嬰兒姤女非真有
也乃譬喻之說無出乎身心意三者而已
默運之功內仗天罡幹運外用斗柄推遷
起火之時覺真氣騰騰上昇如潮水之初
起直上逆流故曰天應星地應潮也丹經
云工夫容易藥非遙撥動天輪地應潮是
也

起巽風運坤火入黃房成至寶

作丹之法乃鍊吾身中真鉛真汞也鉛過
癸生之時便當鼓動巽風搖開爐竈運動
坤宮之火沉潛于下抽出坎中之陽去補
離中之陰成乾之象復歸坤位而止片晌
之間發火煅鍊鉛清汞潔結成空炁金胎
歷劫不壞此所以入黃房成至寶也度人
經云中理五炁混合百神十轉迴靈萬炁
齊仙蕭廷芝云大藥三般精氣神天然子
母互相親四風混合歸真體煅鍊工夫日
日新是也

水怕乾火怕寒差毫髮不成丹

修真內鍊之要鼎中之水不可乾爐內之火不可寒丹經所謂金鼎常留湯火煖五爐不要火教寒是也以外丹言之凡作丹之時行武鍊文烹之功大要調和火力若用之太過則火燥水溫不及則水乾火寒務在行之停勻一刻周天水火既濟鼎內丹結自然而成也若差之毫髮不成丹矣仙師云藥有老嫩火有斤兩學者不可不知了真子有云乎七返九還須識主工夫毫髮不容差悟真篇云大都全藉修持力毫髮差殊不作丹是也

鉛龍昇汞虎降驅二物勿縱放

鉛者坎中一點真陽謂之龍也汞者離中一點真陰謂之虎也凡作丹之時飛戍土抽坎中之鉛木生火而汞上昇泥丸龍從大裏出故曰鉛龍昇也用已土攝離中之汞金生水而流下降丹田虎向水中生故曰汞虎降也擒捉之功非加武火之力則鉛龍不昇非用文火之力則汞虎不降一息周流妙在堅剛著力擒龍虎入鼎烹鍊

化為王漿故曰驅二物勿縱放也張紫陽云西山白虎性猖狂東海青龍不可當兩手捉來令死關鍊成一塊紫金霜是也產在坤種在乾但至誠法自然

張紫陽云要知產藥川源處只在西南是本鄉此所以言吾身西南方乃坤位也人腹為坤人首為乾坤居下為爐乾居上為鼎金丹大藥產在坤種在乾凡作丹採藥之時必從坤位發端沉潛尾穴溫養見龍當加武火逼逐真陽之氣逆上乾宮交垢復還坤位而止猛烹極煖結成至寶故曰產在坤種在乾其中復有先天產藥之時觀心吸神握定不泄皆助大候之力古仙往往秘而不言此最上機關人誰知之行持之間唯在存誠野戰防危法天象地應化自然故曰但至誠法自然也

監天地奪造化攢五行會八卦

授挈天地權定陰陽攢簇五行合會八卦此神仙之學也天地者即乾坤也造化者即陰陽也五行者金木水火土也八卦者

乾坤坎離震巽艮兌是也且夫天地之大造化之深五行分布八卦環列以何術能盜之奪之攢之會之盜者竊也奪者取也攢者簇也會者合也此言丹家之法妙在口傳凡作丹真訣只在此見消息待時至

氣化藥產神知便當閉風闔塞艮戶斡天罡旋斗柄運符火之一息簇三千六百之正炁四七十二候之要律顛倒五行會合八卦總歸土釜牢固封閉須臾調燮火發武鍊猛烹結成聖胎所以一刻工夫奪一年之節候丹經云人心若與天心合顛倒陰陽只片時此即一呼一吸能奪造化人一日有一萬三千五百呼一萬三千五百吸一呼一吸為一息則一息之間潛奪天運一萬三千五百年之數一年三百六十日四百六十八萬息潛奪天運四百八十六萬年之數於是換盡陰濁之軀變成純陽之體神化自在聚則成形散則成風出有入無隱顯莫測豈不奇哉水真火真水火交永不老

水居北方在卦為坎在身為腎火居南方在卦為離在身為心水中藏火火中藏水人心中心一點真液乃真水也腎中一點真陽乃真火也水火分於上下何由而交之必假戊己真土擒制運送得其真火上升真水下降同歸土釜水火既濟結成金丹一炁純陽與天齊壽故曰水火交永不老也

水能流火能燄在身中自可驗

水在上故能流潤於下火在下故能炎燄於上此天地水火升降自然之理人身作丹運用之時亦復如是故曰在身中自可驗也

是性命非神氣水鄉鉛只一味

注即神也命即氣也性命混合乃先天之體也神氣運化乃後天之用也故曰是性命非神氣也修鍊之士欲得其性靈命固從下手之初必是採水鄉之鉛水鄉鉛者坤因乾破而為坎坎水中而有乾金全為水母母隱子胎一點真陽居於此處過身

或五

中子時陽動之際急急採之紫陽所謂鉛過於生須急採採時須以徘徊之意引火逼金正所謂火逼金行顛倒轉自然鼎內大丹凝只此一味為大道之根雲房云生我之門死我戶幾箇惺惺幾箇悟衣來鐵漢細尋思長生不死由人做指此一味直欲世人於此尋之方是鍊丹之本丹經云好把真鉛著意尋華池一味水中金是也歸根復命關貫尾闕通泥丸

作丹妙用要明玄關一竅一性正位萬化歸根復命之道必由三關而轉故曰歸根復命關也當復命之時飛神海底存火煉蒸精化為氣撥動頂門關後從尾闕徐徐提起直上泥丸交結鍊氣化為神神居泥丸為本官則有萬神朝會故曰貫尾闕通泥丸也大師汪真君真旨云夾脊三關透頂門衝花騎鹿走如雲捉花騎鹿踏雲去雲地牛車前面迎黃庭經云于欲不死修崑崙還元篇云悟道顯明廟落閑閑端坐運天關道德經云歸根曰靜靜曰復

或五

九

命其說是已

真藥為真鼎爐無中有有中無

索者虛器也竊也竊者其管也竊也言人晝夜一呼一吸之氣氣為之風如爐竊之抽動風生子管爐火自炎久久心息相依丹田如常溫暖此吾身有真藥竊也道德經云天地之間其猶橐籥乎虛而不屈動而愈出是也鼎者乾也性也爐者坤也命也既鼓動吾身之橐籥必採藥物以入鼎採藥之時加武火之功以性輪運於內以命施化於外片鉤之間乾坤合一神炁交會結成還丹以為聖胎故曰真鼎爐也既得還丹成象以文火溫養虛心以守其性實腹以養其命恍惚杳冥之中無中生有有中生無此即靜極復動動極復靜故曰無中有有中無也

托黃婆媒姤女輕輕地默默舉

黃婆姤女皆強名也黃婆者坤土也即戊己土也又言意也姤女兌金也兌為少女金隱水中凡作丹必托黃婆為媒通姤女

之情以戊土藏火火通金行當起火之初受炁且柔要當撥轉頂門開接從尾穴輕輕地點點而舉須更火力熾盛河車不可暫停運入南宮復還元位嫁與金公而作老郎崔公苦口丁寧以謂世人不達還丹之旨故喻托以黃婆媒於姤女直欲世人曉此理也悟真篇云姤女遊行自有方前行須短後須長歸來却入黃婆舍嫁箇金公作老郎是也

一日內十二時意所到皆可為

意者性之用即真土也一日之內十二時辰有一年之節候自子時至辰巳六時屬陽自午時至戌亥六時屬陰一陽來復身中子時也一陰生始身中午時也且大水大間于南北木金隔於東西此四象何由而合必假意以通消息是以天地造化一刻可奪一日之內十二時中無晝無夜念茲在茲常惺惺地動念以行火息念以溫養火此所以意所到皆可為也

飲刀圭窺天巧辨朔望和昏曉

飲者宴也刀者水中金也主者戊己真土也言作丹採藥之時必採水中之金金不得自昇必假戊土化火逼逐金行度上泥丸金至此化為真液如瓊漿甘露一滴落于黃庭宴之味之津液甘美故曰飲刀圭也窺者觀也言能觀天道運化之功遂執天而行旋吾身斗柄之機一刻之間能奪天地造化故曰窺天巧也陰符經所謂觀天之道執天之行盡矣純陽詩曰縱橫北斗心機巧顛倒南辰膽氣雄是也辨朔望者以一歲言之冬至為朔夏至為望以一月言之初一為朔十五日為望以一日言之子時為朔午時為望以一時言之初一刻為朔正四刻為望以六十四卦言之復卦為朔姤卦為望以一身言之尾穴為朔泥丸為望子宮進火為朔午位退符為望既明此理又要知其曉昏昏者暮也曉者朝也於卦有朝運暮家之理一卦六爻顛倒用之遂為兩卦朝運一陽生于下暮家一陰生于上一陽一陰一進一退人身運

化與天地同也達此理者可以長生久視與鍾呂並駕同日而語矣有何疑哉

識浮沉明主客要聚會莫間隔

浮者永也沉者鉛也離永居上曰浮坎鉛居下曰沉修丹之訣沉者必使其昇浮者可使其降故曰識浮沉也既識浮沉須明主客主者命也客者性也有身則有命有命則有性性依命立命從性修是以命為性之母故為主性為命之子故為客日逐之間借身為用仙師所謂讓他為上我為賓是也既明主客以鉛永而同爐主客而同室綿綿若存於二六時中迴光返照打成一片道滿太虛若夫時至氣化機動巖鳴火從臍下而發水向頂中而生其妙自有不期然而然者孔子所謂道也者不可須臾離也可離非道也程子亦云常心要在腔子裏虛靖天師曰神一出便收束神返身中炁自回如此朝朝與暮暮自然赤子虛靈胎此所以要聚會莫間隔也

採藥時調火功受氣吉防成凶

採藥時者乃身中一陽來復之時也於斯時則當閉關行火之功妙在調羹停勻從三關運轉一舉三時周流復位萬氣凝真當此之時獨受於我神之暢快喜慶難言故曰受炁吉也行火進符之間務在存誠一念不可間斷設或纖毫差失遂成凶矣密意防護不可不謹是用野戰防危故曰防成凶也丹經云配合虎龍交始處此時如過小橋時是也或曰性靜無為要坐便坐要眠便眠何必辨採藥調火蓋不知有造化者耳未足與議也

火候足莫傷丹天地靈造化慳

鍊得黃芽滿鼎白雪漫天嬰兒成象放火候足也火候既足只宜沐浴溫養若不知止足妄意行火反傷丹矣丹成之後天地混合神炁自靈仙師所謂虛室生白神明自來故曰天地靈也當此之時宜加寶愛調息務存微細於靜定之中內不出外不入形忘物忘心同太虛一炁純陽故造化慳也

三五

十三

初結胎看本命終脫胎看四正

祖初天根居混沌之中乃為結胎之所下手之初鍊精化為炁鍊氣化為神鍊神化為虛鍊虛合道結為聖胎初結胎之時常於命蒂守之故曰初結胎看本命也十月胎圓移神上居泥丸調神出殼直待功成行滿上帝詔臨打破虛空真人上舉駕紅雲跨白鶴東南西北無所往而不可故曰終脫胎看四正靜中吟云一朝功滿人不

密行句句應

此二句總結前八十句言大道金丹進火退符尊造化之妙訣行之一身如空谷之應聲陽燄之取火方諸之取水神通氣感何其速之如是故曰密密行句句應丹經云視之不見聽不聞及至時時又却應是也掛金索 一更端坐下手調元炁混沌無言絕念存真意時吸綿綿配合居中位撥轉些兒黍米藏天地 二更清淨心要常

崔公入藥鏡註解

虛守默默回光照見無中有超退群魔振地金獅吼頃刻功成便與天齊壽 三更鷄叫冬至陽初動取坎填離直向泥丸送大運周天爐內鉛投汞九轉丹成白雪飛仙洞 四更安樂萬事都無想水滿華池澆灌靈根長靜裏乾坤仙樂頻頻響道大冲虛名掛黃金榜 五更月落漸覺東方曉谷裏真人已見分明了玉戶鸞駢金頂龍蟠繞打破虛空萬道金光皎

三五

十四