

呂祖全書

乙巳仲冬
萬德至善社重刊

呂祖全書卷三十

修真傳道論下

論抽添第十一

呂祖曰。採藥必賴氣中之水。進火須借鉛中之氣。到底抽鉛以成大藥。添汞以補丹田。所謂抽添之理何也。鍾祖曰。昔者上聖。傳道於人間。以太古之民。淳而復朴。杳然無知。不可得聞大道。指諭於天地升降之宜。交換在溫涼寒暑之氣。而節候有期。一年數定。周而復始。不失於道。天地所以長久。比說於日月精華往來之理。進退在旦望弦朔之時。而出沒無差。一月數足。運行不已。不失於道。日月所以長久。奈何寒往暑來。暑往寒來。世人不悟天地升降之宜。月圓復缺。月缺復圓。

世人不悟日月往來之理。恣縱無窮之慾。消磨有限之時。富貴奢華。算來粧點浮生之夢。恩愛愁煩。到底做下來生之債。歌聲未絕。而苦惱早來。名利正濃。而紅顏已去。貪財贖貨。將謂萬劫長存。愛子憐孫。指望來生同聚。貪癡不息。妄想長生。而耗散元陽。走失真氣。直待惡病纏身。方是歇心之日。大限臨頭。纔爲了手之時。真仙上聖。憫其如此輪迴。同歸墮落。深欲世人明悟大道。比於天地日月之長久。始也備說天地陰陽升降之理。次比諭日月精華往來之理。彼猶不達天機。罔測玄妙。因以內藥比外藥。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。太陰抽而爲厥陰。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。若月受日魂。日變月魄。前十五日。月抽其魄。而日添其魂。精華已竭。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。陰魄已足。不然。無月望而變下弦。下弦而變晦也。是以日月精華。往復而變九六。其抽添之驗

也。自昔真仙上聖。以人心所愛者。無病長生。將金石煉大丹。以人心所好者。黃金白銀。將鉛汞成至寶。本欲世人明悟其理。無情之金石。火候無差。抽添有數。尚可延年益壽。若以己身有情。正陽之氣。真一之水。知交合之時。明採取之法。積日累月。氣中有氣。煉氣成神。以得超脫。豈爲今古難得之事。自有外藥之說。今古聖賢。或陳說得聞於世。世人又且不悟。欺己罔人。將砂取汞。以汞點鉛。即鉛乾干音汞。用汞變銅。不顧身命。枉求財貨。互相推舉。好道爲名。其寔好利。而志在黃白。不知鉛汞之說。比喻內事。奉道之士。當深究之。勿執外丹。與丹竈之術。夫人之鉛。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。添汞須添鉛。所謂抽添。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。而長生不死。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。此以抽鉛添汞而養胎仙。是三田返復。五行不顛倒。龍虎不交媾。三田不返復。胎仙不氣足。抽鉛添汞。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。乃曰神仙。

呂祖曰。出於金石者。外鉛外汞。抽添可以爲寶。出於己身。腎中所藏父母之真氣爲鉛。真一正陽所合之藥爲

汞。抽添可以生神。所謂真鉛真汞。亦有抽添乎。鍾祖
曰。始也得汞須用鉛。用鉛終是錯。故抽之而入上宮。
元氣不傳。還精入腦。所得之汞。陰盡陽純。精變爲砂
。而砂變爲金。乃曰真鉛。真鉛者。自身之真氣。合而
得之也。真鉛生真氣之中。氣中真一之水。五氣朝元。
而三陽聚頂。昔者金精下入丹田。升之煉形。而體骨金
色。此者真鉛升之內府。而體出白光。自下而上。自上
而下。還丹煉形。皆金精往復之功也。自前而後。自後
而前。焚身合氣。皆真氣造化之功也。若不抽不添。止
於日用採藥進火。安有如此之功驗。
呂祖曰。凡抽之添之。如何得上下有度。前後無差。鍾
祖曰。可升之時不可降。可抽之時不可添。上下往來。

無差毫釐。河車之力也。

論河車第十二

呂祖曰。所謂河車者何也。鍾祖曰。昔有志智人。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。運轉而不已。退而作車。且車之爲物。蓋軫有天地之象。輪轂如日月之比。高道之士。取喻於車。夫車行於地而轉於陸。今日河車。蓋有說矣。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。驅馳於四海之中。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。運時止半日功夫。金液一壺。搬過則片時功迹。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。必假此車而搬之。方能有驗。養陽煉陰而立事。必假此車而搬之。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。其功不可以備紀。

呂祖曰。河車如此妙用。敢問河車之理。畢竟人身之中。何物爲之。既得之。如何運用。鍾祖曰。河車者。起

於北方正水之中。腎藏真氣。真氣所生之正氣。乃曰河車。河車作用。今古罕聞。真仙祕而不說者也。如乾再索坤而生坎。坎本水也。水乃陰之精。陽既索於陰。陽乃負陰而還位。所過者。艮震巽。以陽索陰。因陰取陰。搬運入離。承陽而生。是此河車。搬陰入於陽宮。及夫坤再索乾而生離。離本火也。火乃陽之精。陰既索於陽。陰反抱陽而還位。所過者坤兌乾。以陰索陽。因陽取陽。搬運入坎。承陰而生。是此河車運陽入於陰宮。及夫採藥於九宮之上。得之而下入黃庭。抽鉛於曲江之下。搬之而上升內院。玉液金液本還丹。搬運可以煉形。而使水上行。君火民火本煉形。搬運可以燒丹。而使火下進。五氣朝元。搬運各有時。三花聚頂。搬運各有

日。神聚魔多。搬真火以焚身。則三尸絕逃。藥就海枯。運霞漿而沐浴。而入水無波。此河車之作用也。呂祖曰。河車本北方之正氣。運轉無窮。而負載陰陽各有成就。所用功不一也。尊師當爲細說。鍾祖曰。五行循環。周而復始。默契顛倒之術。龍虎相交而變黃芽者。小河車也。肘後飛金晶。還晶入泥丸。抽鉛添汞而成大藥者。大河車也。龍虎交而變黃芽。鉛汞交而成大藥。真氣生而五氣朝中元。陽神就而三神超內院。紫金丹成。常如玄鶴對飛。白玉汞就。鎮似火龍踴起。金光萬道。單俗骨以光輝。琪樹一株。現鮮葩而燦爛。或出或入。出入自如。或去或來。往來無礙。搬神入體。且混時流。化聖離俗。以爲羽客。乃曰紫河車也。此三車之

名。分上中下三成。三成者。言其功之驗證。非比夫釋教之三乘車。而曰羊車鹿車大牛車也。以道言之。河車之後。更有三車。凡聚火而心行意使。以攻疾病。曰使者車。凡既濟自上而下。陰陽正合。水火共處。靜中聞雷霆之聲。曰雷車。若心爲境役。性以情牽。感物而散真陽之氣。自內而外。不知休息。久而氣弱體虛。以成衰老。或者八邪五疫。返搬入真氣。元陽難爲抵當。既老且病而死者。曰破車。

呂祖曰。五行顛倒。而龍虎相交。則小河車已行矣。三田返復。而肘後復飛金晶。則大河車將行矣。紫河車何日得行。鍾祖曰。修真之士。既聞大道。得遇明師。曉達天地升降之理。日月往來之數。始也匹配陰陽。次則

聚散水火。然後採藥進火。添汞抽鉛。則小河車當行。及夫肘後金晶入頂。黃庭大藥漸成。一撞三關。直超內院。後起前收。上補下煉。則大河車當行。若夫金液玉液。還丹而後煉形。煉形而後煉氣。煉氣而後煉神。煉神合道。方曰道成。以出凡入仙。乃曰紫河車也。

論還丹第十三

呂祖曰。煉形成氣。煉氣成神。煉神合道。始於還丹。所謂還丹者何也。鍾祖曰。所謂丹者。非色也。紅黃不可以致之。所謂丹者。非味也。甘和不可以合之。丹乃丹田也。丹田有三。上田神舍。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。所謂精華不能返合。雖三丹終成無用。呂祖曰。玄中有玄。一切之人。莫不有命。命中無精。非我之氣也。乃父母之元陽。無精則無氣。非我之神也。乃父母之元神。所謂精氣神。乃三田之寶。如何可得。而常在於上中下三宮。鍾祖曰。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。

呂祖曰。丹田有上中下。還者。既往而有所歸。還丹之理。奧旨深微。敢請細說。鍾祖曰。有小還丹。有大還

丹。有七返還丹。有九轉還丹。有金液還丹。有玉液還丹。有以中丹還下丹。有以陽還陰丹。有以陰還陽丹。不止於名號不同。亦以時候差別。而下手處各異也。

呂祖曰。所謂小還丹者何也。鍾祖曰。小還丹者。本曰下元。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。以火剋金。金剋木。木剋土。土剋水。水剋火。既相剋也。不失分度。當剋而補未剋。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。而曰小還丹也。奉道之士。於

中採藥進火。以成下丹。良由此矣。

呂祖曰。小還丹既已知矣。所謂大還丹者何也。鍾祖曰。龍虎相交而變黃芽。抽添鉛汞而成大藥。玄武宮中。金晶纔起。玉京山下。真氣方升。走河車於嶺上。灌玉液於中衢。自下田入上田。自上田復下田。後起前來。循環已滿。曰大還丹也。奉道之士。於中起龍虎而飛金晶。養胎仙而生真氣。以成中丹。良由此矣。

呂祖曰。大還丹既已知矣。所謂七返還丹。九轉還丹者何也。鍾祖曰。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。陽也。共二十五。二四六八十。陰也。共三十。自腎爲始。水一。火二。木三。金四。土五。此則五行生之

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。而心得二與七矣。木爲肝。而肝得三與八矣。金爲肺。而肺得四與九矣。土爲脾。而脾得五與十矣。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。而採心之正陽之氣。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。乃曰七返還丹也。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。既二八陰消。而三九陽可長矣。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。九轉還丹也。呂祖曰。七返者。以其心之陽。復還於心。而在中丹。九轉者。以其肺之陽。本自心生。轉而復還於心。亦在中丹。七返九轉。既已知矣。所謂金液玉液。上中下相交。陰與陽往復。而還丹者何也。鍾祖曰。前賢往聖。多以肺液入下田。曰金液還丹。心液入下田。曰玉液還丹。此論非不妙矣。然而未盡玄機。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。金液乃肺液也。肺液爲胎胞。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。玉液乃腎液也。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。自中田而入四支。煉形則更遷塵骨。不升不納。周而復始。故曰玉液還丹也。陰極陽生。陽中有真一之水。其水隨陽上升。是陰還陽丹也。陽極陰生。陰中有正陽之氣。其氣隨陰下降。是陽還陰丹也。補腦煉頂。以下還上。既濟澆灌。以上還中。燒丹進火。以中還下。煉質焚身。以下還中。五行顛倒。三田返復。互相交換。以至煉形化氣。煉氣成神。自下田遷而至中田。自中田遷而至 upper 田。自上田遷而出天門。棄下凡軀。以入

聖流仙品。方爲三遷功成。自下而上。不復更有還矣。

論煉形第十四

呂祖曰。還丹既已知矣。所謂煉形之理。可得聞乎。鍾祖曰。人之生也。形與神爲表裏。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。水化爲液。液化爲血。血化爲津。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。以陽得陰而成也。若陰陽失宜。則病老死苦。而陽不得成矣。陰不得陽不生。陽不得陰不成。奉道之士。修陽而不

修陰。煉己而不煉物。以己身受氣之初。乃父母真氣兩停。而即精血爲胞胎。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。所有者一點元陽而已。必欲長生不死。以煉形住世。而劫劫長存。必欲超凡入聖。以煉形化氣。而身外有身。呂祖曰。形。象陰也。陰則有體。以有爲無。使形化氣。而超凡軀。以入聖品。乃煉之上法也。因形留氣。以氣養形。小則安樂延年。大則留形住世。既老者返老還童。未老者定顏長壽。以三百六十年爲一歲。三萬六千年爲一劫。三萬六千劫爲一浩劫。浩浩之劫。不知歲月之幾何。而與天地長久。乃煉形驗證也。煉形之理。造化之機。有如此之驗。可得聞乎。鍾祖曰。人之成形。

三百日胎完。既生之後。五千日氣足。五尺五寸爲本軀。以應五行生成之數。或有大小之形。不齊者。以寸定尺。長短合宜。心之上爲九天。腎之下爲九地。腎到心八寸四分。心到重樓第一環。八寸四分重樓第一環到頂。八寸四分。自腎到頂。凡二尺五寸二分。而元氣一日一夜盈滿者。三百二十度。每度二尺五寸二分。計八十一丈元氣。以應九九純陽之數。心腎相去。以合天地懸格之宜。自腎到頂。共二尺五寸。又按五行。五五純陽之數。故元氣隨呼而出。既出也。榮衛皆通。天地之正氣。應時順節。或交或離。丈尺無窮。隨吸而入。既入也。經絡皆闢。一呼一吸。天地人三才之真氣。往來於十二樓前。一往一來。是曰一息。晝夜之間。人有一萬

三千五百息。分而言之。一萬三千五百呼。所呼者。自
己之元氣。從中而出。一萬三千五百吸。所吸者。天地
之正氣。自外而入。根源牢固。元氣不損。呼吸之間。
可以奪天地之正氣。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。勞苦不能爲虞。體輕骨健。氣爽神清。永
保無疆之壽。長爲不老之人。苟或根源不固。精竭氣弱
。上則元氣已泄。下則本宮無補。所吸天地之氣。浩浩
而出。八十一丈元氣。九九而損。不爲己之所有。反爲
天地所取。何能奪天地之正氣。積而陰盛陽衰。氣弱而
病。氣盡而死。墮入輪迴。
呂祖曰。元氣如何不走失。以煉形質。可奪天地之正氣

。而浩劫長存。鍾祖曰。欲戰勝者在兵強。欲民安者在國富。所謂兵者元氣也。其兵在內。消形質之陰。其兵在外。奪天地之氣。所謂國者。本身也。其身之有象者。豐足而常有餘。其身之無形者。堅固而無不足。萬戶常開。而無一失之虞。一馬誤行。而有多失之慮。或前或後。乃所以煉質焚身。或上或下。乃所以養陽消陰。燒乾坤自有時辰。假氣液能無日候。以玉液煉形。仗甲龍以升飛。則白雪滿於塵肌。以金液煉形。逐雷車而下降。則金光盈於臥室。

呂祖曰。煉形之理。亦粗知矣。金液玉液者何也。鍾祖曰。金液煉形。則骨朝金色。而體出金光。金花片片。空中自現。乃五氣朝元。三陽聚頂。欲超凡體之時。金

丹大就之日。若玉液煉形。則肌泛陽酥。而形如琪樹。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。雖知還丹之法。而煉形之功。亦不爲小矣。當玉液還丹。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。耳中常聞弦管之音。鬢畔永絕斑白之色。此玉液之煉形也。若夫金液煉形。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。土本剋水。若金液在土。使黃帝回光。以合於太陰。火本剋金。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。於心則赤光現。於腎則黑氣升。於脾則黃色聚。五氣朝於中元。從君火以超內院。下元陰中之陽。其陽無陰。升而聚在神宮。中元陽中之陽。其陽無生。升而聚在神宮。黃庭大藥。陰盡純陽。升而聚在神宮。五液朝於下元。五氣朝於中元。三陽朝於上元。朝元既畢。功滿三千。或鶴舞頂中。或龍飛身內。但聞嘹唳樂聲。又覩仙花亂墜。紫庭盤桓。真香馥郁。三千功滿。不爲塵世之人。一炷香消。已作蓬瀛之客。乃超凡入聖。而脫質升仙也。

論朝元第十五

呂祖曰。煉形之理。既已知矣。所謂朝元者。可得聞乎。
。鍾祖曰。大藥將就。玉液還丹。而沐浴胎仙。真氣既
生。以冲玉液上升。而更改塵骨。曰玉液煉形。及夫肘
後飛起金晶。河車以入內院。自上而中。自中而下。金
液還丹。以煉金砂。而五氣朝元。三陽聚頂。乃煉氣成
神。非止於煉形住世而已。所謂朝元今古少知。苟或知
之。聖賢不說。蓋以是乃真仙大成之法。默藏天地不測
之機。誠爲三清隱祕之事。忘言忘象之玄旨。無問無應
之妙理。恐子志不篤。而學不專。心不寧而問不切。輕
言易語。反增我漏泄聖機之愆。彼此各爲無益。
呂祖曰。始也悟真仙而識大道。次以知時候而達天機。
辨水火真原。知龍虎不生肝肺。察抽添大理。審鉛汞非

是坎離。五行顛倒之術。已蒙指教。三田返復之機。又謝敷陳。熟曉還丹煉形之理。深知長生不死之術。然而超凡入聖之原。脫質升仙之道。本於煉氣而朝元。所謂朝元。敢告畧爲指訣。鍾祖曰。道本無形。太原示朴。上清下濁。合而爲一。太朴既分。混沌初判而爲天地。天地之內。東西南北中而列五方。每方各有一帝。每帝各有二子。一爲陽。而一爲陰。二氣相生相成而分五行。五行相生相成而定六氣。乃有三陰三陽。以此推之。於人受胎之初。精氣爲一。及精氣既分。先生二腎。一腎在左。左爲弦。弦以升氣而上傳於肝。一腎在右。右爲牝。牝以納液而下傳膀胱。弦牝本乎無中來。以無爲有。乃父母之真氣。納於純陰之地。故曰谷神不死。是

謂佺牝。佺牝之門。可比天地之根。佺牝二腎也。自腎而生。五臟六腑全焉。其中肝爲木。曰甲乙。可比於東方青帝。心爲火。曰丙丁。可比於南方赤帝。肺爲金。曰庚辛。可比於西方白帝。脾爲土。曰戊己。可比於中央黃帝。腎爲水。曰壬癸。可比於北方黑帝。人之初生。故無形象。止於一陰一陽。及胎完而有腸胃。乃分六氣。三男三女而已。一氣運五行。五行運六氣。先識者。陰與陽。陽有陰中陽。陰有陽中陰。次識者。金木水火土。而有水中火。火中水。水中金。金中木。木中火。火中土。五者互相交合。所以二氣分而爲六氣。大道散而爲五行。如冬至之後。一陽生五方之地。陽皆生也。一帝當其行令。而四帝助之。若以春令既行。黑帝不

收其令。則寒不能變溫。赤帝不備其令。則溫不能變熱。及夫夏至之後。一陰生五方之天。陰皆降也。一帝當其行令。而四帝助之。若以秋令既行。赤帝不收其令。則熱不能變涼。黑帝不備其令。則涼不能變寒。冬至陽生於地。以朝氣於天也。夏至陰生於天。以朝氣於地也。奉道之士。當深究此理。日月之間。一陽始生。而五臟之氣。朝於中元。一陰始生。而五臟之液。朝於下元。陰中之陽。陽中之陽。陰陽之中之陽。三陽上朝內院心神。以返天宮。是皆朝元者也。

呂祖曰。陽生之時。而五氣朝於中元。陰生之時。而五液朝於下元。使陽中之陽。陰中之陽。陰陽之中之陽。以朝上元。若此修持。亦有知者。如何得超脫以出塵俗。

。鍾祖曰。若元陽之氣。以一陽始生之時。上朝中元。是人皆如此。若積氣生液。以一陰始生之時。下朝下元。人皆如此。若此行持。鮮上聲能超脫。若欲超凡入聖。脫質升仙。當先龍虎交媾。而成大藥。大藥既成。而生真氣。真氣既生。於年中用月。月上定興衰。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。獨腎於四時有損。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。而夏則隨心。秋隨肺。而冬則隨腎。人不知日用。莫曉生旺強弱之時。所以多疾病者此也。若日月時。三陽既聚。當煉陽而使陰不生。若日月時。三陰既聚。當養陽而使陽不散。又况真氣既生。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。而八闕永閉。次以肺之無陰。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。杯水不能勝與薪之火。水火相
包。合而爲一。以入神宮。定息內觀。一意不散。神識
俱妙。靜中常聞樂聲。如夢非夢。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
瓦凝煙。珠翠綺羅。馨香成陣。當此之時。乃超內院。
陽神方得聚會而還上丹。煉神成仙。以合大道。一撞天
門。金光影裏以現法身。鬧花深處。而坐凡體。乘空如
履平川。萬里若同展臂。若也復回。再入本軀。神與形
合。天地齊其長久。若也厭居塵世。寄下凡胎。而返十
洲。於紫府太微真君處。契勘鄉原。對會名姓。校量功
行之高下。得居三島而遨遊。永在於風塵之外。乃曰超
塵脫凡。

呂祖曰。煉形止於住世。煉氣方可升仙。世人不達玄機。無藥而先行胎息。強留在腹。或積冷氣而成病。或發虛陽而作疾。修行本望長生。似此執迷。尚不免於疾病。殊不知胎仙就。而真氣生。真氣生而自然胎息。胎息以煉氣。煉氣成神。然而煉氣。必審年中之月。月中之日。日中之時。端居靜室。忘機絕迹。當此之時。心境未除者悉除之。或妄想不已。智識有漏。志在升仙。而心神不定。爲之奈何。鍾祖曰。交合各有時。行持各有法。依時行法。即法求道。指日成功。易如反掌。古今達士。閉目冥心。以入希夷之域。良由內觀。神識自住。

論內觀第十六

呂祖曰。所謂內觀之理。可得聞乎。鍾祖曰。內觀坐忘。存想之法。先賢後聖。有取者。有不取者。慮心猿意馬。無所停留。恐因物喪志。而無中立象。使耳不聞而目不見。心不狂而意不亂。存想事物而內觀坐忘。不可無矣。奈何少學無知之徒。不知交合之時。又不曉行持之法。但望存想成功。意內成丹。想中取藥。鼻搐音觸口咽音嚥。望有形之日月。無爲之天地。留止腹口。可謂兒戲。所以達士奇人。於坐忘存想。一旦毀之。乃曰。夢裏得財。安能濟用。畫地爲餅。豈可充饑。空中又空。如鏡花水月。終難成事。然而有可取者。蓋易動者心。難伏者意。好日良時。可採可取也。雖知清靜之地。心爲事役。志以情移。毫未有差。天地懸隔。積年累月。

而不見功。其失在心亂而意狂。善視者。志在丹青之美。而不見泰華。善聽者。志在絲竹之音。而不聞雷霆。耳目之用小矣。尚且如此。况一心縱橫六合。無所不該。得時用法之際。能不以存想內觀。而致之乎。

呂祖曰。所謂存想內觀。大畧如何。鍾祖曰。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。爲駕。爲花。爲氣。若此之類。皆內觀存想如是。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。爲月。爲牛。爲泉。爲泥。爲鉛。爲葉。若此之類。皆內觀存想如是。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。則筌不可失矣。未獲兔。則蹄不可無矣。後車持動。必履前車之迹。大器已成。必爲後器之模。則內觀之法。行持不可缺矣。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。開基創始。指日進功。則存想可用。况當爲道日損。以入希夷之域。法自減省。全在內觀。

呂祖曰。若龍交虎媾。而匹配陰陽。其想也何似。鍾祖曰。初以交合。配陰陽而定坎離。其想也。九皇真人。引一朱衣小兒上升。九皇真母。引一皂衣小女下降。相見於黃屋之前。有一黃衣老嫗聲於去接引。如人間夫婦之

禮。盡時歡悅。女子下降。兒子上升。如人間分離之事。
。既畢。黃姬抱一物。形若朱橘。下拋入黃屋。以金器
盛平留。然此兒者。是乾索於坤。其陽復還本位。以陽
負陰而會本鄉。此女者。是坤索於乾。其陰復還本位。
以陰抱陽而會本鄉。是坎離相交。而匹配陰陽也。若炎
炎火中。見一黑虎上升。滔滔浪裏。見一赤龍下降。二
獸相逢。交戰在樓閣之前。朱門大啓。淳淳烟焰之中。
有王者指顧於大火焚天。而上有萬丈波濤。火起復落。
烟焰滿於天地。龍虎一盤一遶。而入一金器之中。下入
黃屋之間。似置在籠櫃之中。若此龍虎交媾。而變黃芽
之想也。

呂祖曰。匹配陰陽而龍虎交媾。內觀存想。既已知之矣。

。所謂進火燒丹煉藥者。所想如何。鍾祖曰。其想也一器如鼎。如釜或黃。或黑形如車輪。左青龍而右白虎。前朱雀而後玄武。傍有二臣。衣紫袍。躬身執圭而立。次有僕吏之類。執薪然火於器。次有一朱衣王者。乘赤馬。駕火雲。自空而來。舉鞭指呼。唯恐火小焰微。炎炎亘空。撞天欲出。天關不開。煙焰復下。周圍四匝。人物器釜。王者大臣。盡在紅焰之中。互相指呼。爭要進火。器中之水。無氣而似凝結。水中之珠。無明而似光彩。若此進火燒丹藥之想也。

呂祖曰。內觀存想。止於採藥進火而有邪。抑逐法逐事而有也。鍾祖曰。雲雷下降。煙焰上起。或天雨奇花。祥風瑞氣。起於殿庭之下。或仙娥玉女。乘彩鳳祥鸞。

自青霄而來。金盤中。捧玉露霞漿。而下獻於王者。若此乃金液還丹既濟之想也。若龍虎曳車於火中。上衝三闕。三闕各有兵吏。不計幾何。器伏戈甲。恐懼於人。先以龍虎撞之不開。次以大火燒之方啓。以至崑崙不住。及到天池方止。或三鶴冲三天。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。若此肘後飛金晶。大河車之想也。及夫朱衣使者。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。自雍州復還冀州。東西南北。畢於豫州停留。而後循行。所得之物金玉。所幹之事凝滯。一吏傳命。而九州通和。周而復始。運行不已。或遊五岳

。自恒山爲始。或泛五湖。自北湖爲始。或天符勅五帝
。或王命詔五侯。若此還丹之想也。及夫珠玉散擲於地
。或雨露濟澤於物。或海潮而滿百川。或陽生而發萬彙
。或火發以遍天地。或煙露而充宇宙。若此煉形之想也
。及夫或如鶴之辭巢。或如龍之出穴。或如五帝朝天。
或五色雲起。或跨丹鳳冲碧落。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。若此
皆朝元之想也。朝元之後。不復存想。方號內觀。
呂祖曰。內觀玄理。不比前法。可得聞乎。鍾祖曰。古
今修道之士。不達天機。始也不解依法行持。欲速求超
脫。多入少出。而爲胎息。冥心閉目。以行內觀。止於
定中出陰神。乃作清靈之鬼。非爲純陽之仙。真仙上聖

。於採藥進火。抽鉛添汞。還丹煉形。朝元合氣。苦語
詳言。惟恐世人不悟。而於內觀。未甚留意。殊不知內
觀之法。乃陰陽變換之法。仙凡改易之時。奉道之士。
勿得輕視而小用。且前項之事。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。識認陽神。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。悉皆有之。奉道之士
。平日清靜而守瀟灑。寂寞既已久矣。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。彼人不悟。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。未到天宮。方在內觀。陰鬼外魔。因意生像。因像生境。以爲魔軍。奉道之人。因而狂蕩。入於邪中。或失身外道。終不能成仙。蓋以三尸七魄願人死。而自身快樂。九蟲六賊苦人安。則存留無處。

論魔難第十七

呂祖曰。內觀以聚陽神。煉神以超內院。上躋以出天門。直超而入聖品。既出既入。而來往無差。或來或往。而遠近不錯。欲住世。則神與形合。欲升仙。則遠游蓬島。皆自內觀。以得超脫。不知陰鬼邪魔如何制。使奉

道之人得以升仙。鍾祖曰。奉道之士。始立信心。恩愛利名。一切塵勞之事。不可變其大志。次發苦志。勤勞寂寞。一切清虛之境。不可改其初心。必欲了於大成。止於中成而已。必欲了於中成。止於小成而已。又況不識大道。難曉天機。所習小法。多好異端。歲月蹉跎。不見其功。晚年衰老。復入輪迴。致使後來好道之士。以長生爲妄說。超脫爲虛言。往往聞道而不悟。對境生心。以物喪志。終不能出十魔九難之中。

呂祖曰。所謂九難者何也。鍾祖曰。大藥未成。難當寒暑。一年之中。四季要衣。真氣未生。尚有饑渴。一日之間。三餐要食。奉道之士。所患者衣食逼迫。一難也。及夫業緣夙重。應當今世填還。浮世偷閒。猶恐高堂

約束。於尊親不忍拋離。欲清修難得閒暇夏音。奉道之士
。所患者尊長邀攔。二難也。及夫愛者父母。惜者妻兒
。恩枷情杻。每日增添。火院愁車。無時休歇。縱有清
淨之心。難敵囂煩之境。奉道之士。所患者恩愛牽纏。
三難也。及夫富兼萬戶。貴極三公。妄心不肯暫休。貪
念唯憂不足。奉道之士。所患者名利縈絆。四難也。及
夫少年不肯修持。老大徒傷落魄托音。氣弱成病。頑心尚
不省悟。命薄招災。見世已經受苦。奉道之士。所患者
殃禍橫生。五難也。及夫急於求師。不擇真偽。或辯辭
利口。或道貌古顏。始自謂遇得道仙流。久後方知好利
時輩。奉道之士。所患者。盲師約束。六難也。及夫盲
師狂友。妄指旁門。尋枝摘葉。終無契合。小法異端。

互相指訣。不知日月不出。出則大明。使有目者皆見。雷霆不震。震則大驚。使有耳者皆聞。彼以燭火之光。井蛙之語。熒熒唧唧。豈有合同。奉道之士。所患者議論差別。七難也。及夫朝爲而夕改。坐作而立忘。悅須臾而厭持久。始憂勤而終怠惰。奉道之士。所患者。志意懈怠。八難也。及夫身中失年。年中失月。月中失日。日中失時。少則名利不忘於心。老則兒孫常在於意。年光有限。勿謂今年已過。而待明年。人事無涯。勿謂今日已過。而待明日。今日尚不保明日。老年爭再得少年。奉道之士。所患者歲月蹉跎。九難也。免此九難。方可奉道。九難之中。或有一二。但徒勞而不能成功也。

呂祖曰。九難既已知矣。所謂十魔者。可得聞乎。鍾祖
曰。所謂十魔者。凡有三等。一曰身外見在。二曰夢寐
。三曰內觀。如滿目花芳。滿耳笙簧。舌嗜甘味。鼻好
異香。情思舒暢。意氣洋洋。如見不得認。是六賊魔也
。如瓊樓寶閣。畫棟雕梁。珠簾綉幕。蕙帳蘭房。珊瑚
遍地。金玉滿堂。如見不得認。是富魔也。如金鞍寶馬
。重蓋昂昂。侯封萬戶。使節旌幢音牀。滿門青紫。靴笏
盈牀。如見不得認。是貴魔也。如輕煙蕩漾。暖日舒長
。暴風大雨。雷震電光。笙簧嘹唳。哭泣悲傷。如見不
得認。是六情魔也。如親戚患難。眷屬災傷。兒女疾病
。父母喪亡。兄弟離散。妻妾分張。如見不得認。是恩
愛魔也。如失身火鑊。墮落高岡。惡蟲爲害。毒藥所傷

。路逢難當。於法身亡。如見不得認。是患難魔也。如
十地當陽。三清玉皇。四神七曜。五嶽八王。威儀節制
。往復翱翔。如見不得認。是聖賢魔也。如雲屯士馬。
。兵刃如霜。戈矛闕舉。弓箭齊張。爭來殺害。驍捷難當
。如見不得認。是刀兵魔也。如仙娥玉女。羅列成行。
。笙簧嘹唳。齊舉霓裳。雙雙紅袖。爭獻金觥。光叶。如見不
得認。是女樂魔也。如幾多姝麗。艷質濃妝。蘭臺夜飲
。玉體輕裳。替音。人驕態。爭要成雙。如見不得認。是
女色魔也。此十魔雖有。不認者是也。既認則著。既著
則執。所以不成道者。良以此也。若奉道之人。身外見
在。而不認不執。則心不退。而志不移。夢寐之間。不
認不著。則神不迷而魂不散。內觀之時。若見如是。當

審其虛實。辨其真偽。不可隨波逐浪。認賊爲子。及起三昧真火以焚身。一揮羣魔自散。用紫河車。搬運自己之陽神。超內院而上天宮。然後可求超脫。今古好道之流。有清淨之心。對境改志。往往難逃十魔九難。空有好道之虛名。終不見得道之實迹。或出離塵勞。幽居絕迹。志在玄門。於九難不能盡除。在十魔或者一二。非不得道也。於道中或得中成。或得小成。於仙中或爲人仙。或爲地仙。若盡除魔難。序證驗而節節升遷。以內觀合陽神。指日而歸三島。

論證驗第十八

呂祖曰。嫌者病。而好道之人。求無病而長安。怕者死。而好道之人。若不死而長生。舉世人在世中。好道之

人。欲升仙而遊物外。舉世人在地上。好道之人。欲超丹而入洞天。所以甘勞苦。守貧賤。遊心在清淡瀟洒之中。潛跡於曠野荒僻之地。一向行持。不知功之深淺。法之交換。難測改易之早晚。所謂下功之後。證驗次序如何。鍾祖曰。苦志行持。終不見功者。非道負人。蓋奉道之人。不從明師。所受非法。依法行持。終不見功者。非道負人。蓋奉道之人。不知時候。所以不成。若遇明師而得法。行大法以依時。何患驗證不有乎。呂祖曰。所謂法者有數乎。所謂時者有數乎。鍾祖曰。法有十二科。匹配陰陽第一。聚散水火第二。交媾龍虎第三。燒煉丹藥第四。肘後飛金晶第五。玉液還丹第六。玉液煉形第七。金液還丹第八。金液煉形第九。朝元

煉炁第十。內觀交換第十一。超脫分形第十二。其時則
年中法天地陰陽升降之宜。月中法日月往來之數。日中
有四正八卦。十千十二支。一百刻。六千分。依法區分
。自一日之後。證驗次序。以致脫質升仙。無差毫末。
始也。淫邪盡罷。外行兼修。凡採藥之次。金精充滿。
心境自除。以煞陰鬼。次心經上湧。口有甘液。次陰陽
擊搏。時時腹中聞風雷之聲。次魂魄不定。夢寐多有恐
悸之境。次六腑四肢。或生微疾小病。不療自愈。次丹
田自煖。形容清秀。次居暗室。目有神光。次夢中雄勇
。物不能害。人不能欺。或如抱得嬰兒歸。次金闕玉瑣
封固。絕夢泄遺漏。次鳴雷一聲。關節通連。驚汗四溢
。次玉液烹漱。以成凝酥蘇音。次靈液成膏。漸畏腥羶。

以充口腹。次塵骨將輕。而變神室。出趁奔馬。行止如
飛。次對境無心。而絕嗜慾。次真氣入物。可以療人疾
病。次內觀明朗。而不暗昧。次雙目童人如點漆。皺臉
重紆。紺音幹髮再生。已老者永駐童顏。次真氣漸足。而
似常飽。所食不多。飲酒無量。終不見醉。次身體光澤
。神氣秀媚。聖丹生味。靈液透香。真香異味。常在口
鼻之間。人或知而聞之。次日覩百步而見秋毫。次身體
之間。舊痕殘靨音葉。自然消除。涕淚涎汗。亦不見有。
次胎完氣足。以絕飲食。次內志清高。合乎太虛。凡情
凡愛。心境自絕。下盡九蟲。上死三尸。次魂魄不遊。
以絕夢寐。神彩精爽。更無晝夜。次陽精成體。神府堅
固。四體不畏寒暑。次生死不能相干。而坐忘內觀。以

游華胥神仙之國。女樂樓臺。繁華美麗。殆非人世所有也。次功滿行足。陰功報應。密授三清真籙。陰陽變化。預知人事。先見災福。次觸目塵冗。厭與往還。潔身靜處。胎仙可現。身外有身。是爲神聖。次真氣純陽。吁呵可乾外汞。次胎仙常欲騰飛。祥光生於卧室。次靜中時聞樂聲。次常人對面。雖彼富貴之徒。亦聞腥穢。蓋凡骨俗體也。次神彩自可變移。容儀成而仙姿可比玉樹。異香透出金色。次行止去處。常有神祇。自來朝現。驅用指呼。一如己意。次靜中外觀。紫霞滿目。金光罩體。次身中忽火龍飛。或玄鶴起。便是神靈。脫凡骨而超俗流。乃曰超脫。次超脫之後。彩雲繚繞。瑞氣紛紜。天雨奇花。玄鶴對飛。異香散而玉女下降。授天書

紫詔。既畢。仙冠仙衣之屬具備。節制威儀。前後左右。不可勝紀。相迎相引。以返蓬萊。於紫府朝見太微真君。契勘鄉原名姓。校量功行等殊。而於三島安居。乃曰真人仙子。

呂祖曰。今日特蒙尊師。開說希夷大理。天地玄機。不止於耳目清明。精神秀媚。殘軀有托。終不與冀壤同類。然知之者未必能行。行之者未必能得。念生死事大。時光迅速。雖知妙理。未得行持。終不成功。與不知無異。敢請指教交會之時。行持之法。如何下手。如何用功。鍾祖曰。僕有靈寶畢法。凡十卷。一十二科。中有六義。一曰金誥。二曰玉書。三曰真元。四曰比喻。五曰真訣。六曰道要。包羅大道。引喻三清。指天地陰陽

之升降爲模範。將日月精華之往來爲法則。寔五仙之旨趣。乃三成之規式。當擇日而授於足下。