

## 翠虚篇

[宋]陈楠

尝观张紫阳赠白鹿洞主之诗，有曰：

“闻君知药已多年，何不修心炼汞铅？莫教灯被风吹灭，六道轮回难怨天。”余读至此，掩卷拊膺，喟然叹曰：紫阳之语，是为已知药者发也。况懵然乎？故于昼三夜三，常以风灯为警。由是读金圈栗棘之书者十年，习金铅木汞之事者又十年，殆如嚼蜡。虽欲寻出生死一路，若蝇钻窗然，不觉忽及世矣。及敬览《翠虚》之篇，复聆方外高士之至论，始知采时唤为药也，炼时唤为火也，结时谓之丹，养时谓之胎，其实一也。所产之处曰川、源、山、海，所炼之器曰坛、炉、鼎、灶，所禀之性，故有汞、铅、水、火之名，所成之象，故有丹砂、玄珠之号。以今观之，惟一物也。良由古人剖析真元，分别气类，所以有采取、交会、锻炼、沐浴之说。如《易》卦象，无出乎乾，周天星禽，无出乎斗，以抽添运用之细微，遂有斤两之论。但观天之月晕黑白，察地之潮候消长，则可默会日中

取时之意。于毫发之际无差殊，何患乎金翁不骑龙，姹女不御虎也？结丹头于片饷之间，产婴儿于十月之内，神凝气聚，身外有身。此诚学仙之捷径，度世之妙道。其精微简要之语，尽在乎《翠虚》一篇。真息子王思诚，谨焚香稽首再拜序。

### 大道歌

真阴真阳是真道，只在眼前何远讨。凡流岁岁烧还丹，或见青黄白云好。志士应愿承法则，莫损心神须见道。但知求得真黄芽，人得食之寿无老。黄芽不与世铅同，徒以劳身不见功。虚度光阴空白首，何处悠悠访赤松？神水华池世所希，流传不与俗人知。还将世上凡铅汞，相似令人迷不知。青龙逐虎虎随龙，赤禽交会声雍雍。调气运火逐禽宫，丹砂入腹身冲冲。五行深妙义难知，龙虎隐藏在坎离。还丹之术过数百，最妙需得真华池。丹砂其位元非赤，四季排来在南宅。流珠本性无定居，若识其原如秋石。日魂月华二气真，含胎育子自堪神。变转欲终君自见，分明化作明窗尘。铅汞一门不可依，金丹秘

诀圣无知。莫将世人凡铅汞，论年运火共相持。天生二物应虚无，为妻为子复为夫。三五之门为日月，能分卯酉别终初。全养天然禀至神，冲和之气结成身。富贵只缘怀五彩，心知铅汞共成亲。乾坤不互相为避，采取元和在天地。十月养成子母分，贤者何曾更运气。玄黄溟溟不可辩，铅汞之门义难显。世人不晓定其源，细视五行定听见。婴儿漠漠不可悟，徒以劳神虚自苦。但知会得圣人言，即是分明天上路。三四同居共一室，一二夫妻为偶匹，要假良媒方得亲，遂使交游情意密。浮沉恍惚往难辩，悟取迷途年月远。欲知灵药何日成，阳数终须归九转。阴阳冥寞不可知，青龙白虎自相持。年终变转自相啖，白虎制龙龙渐稀。乾天为父坤为母，南方朱雀北玄武。年终岁久俱成土，时人何处寻龙虎？三人义合同为宗，常移日月照其中。已过三花金玉液，九转须终十月功。青龙本质在东宫，配合乾坤震位中；白虎自兹相见后，流珠哪肯不相从。龙虎修来五转强，炉中渐觉菊花香。如今修炼正当节，莫使悠悠岁月长。欲识丹砂是木精，移来西位与金并。凡

人何处寻踪迹，恍惚中间互宵冥。悟者犹如返故武，迷途不易寻路苦。三人运合同一源，本性何曾离宗祖。一人本有一人无，金公为妇木为夫。玄冥深远不可度，志士何曾肯强图。立天汪汪配地黄，男精和合并同房。白液炉户随分化，时人服者莹心凉。金木伤相谁定原，五行相反自相连。世上黄龙阴火白，谁能识得黄芽铅。世上铅汞不相依，志士元知在坎离。贤者共藏人不见，淮南修秘在华池。九转丹成岁欲终，开炉欲见药花红。水火变来俱作土，时人何处觅金翁。铅汞相传世所希，丹砂为质雪为衣。朦胧只在君家舍，日日君看君不知。还丹入口身自轻，能消久病去妖精。贪爱自兹无所染，能改愚人世与情。谁悟灵丹出世尘，三花会合与龙亲。君看前后炼丹者，误杀千人与万人。

### 紫庭经

绛宫天子统乾乾，乾乾飞上九华天。天中妙有无极宫，宫中万卷指玄篇。篇中皆露金丹旨，千句万句曾一言。教人只有寻汞铅，二物采入鼎中煎。夜来火发昆仑山，山头火

冷月光寒。曲江之上金乌飞，嫦娥已与斗牛欢。采之炼之未片饷，一气渺渺通三关。三关来往气无穷，一道白脉朝泥丸。泥丸之上紫金鼎，鼎中一块紫金团。化为玉浆流入口，香甜清爽遍舌端。吞之服之入五内，脏腑畅甚身康安。赤蛇苍龙交合时，风恬浪静虎龙盘。神水湛湛华池净，白雪纷纷飞四山。七宝楼台十二时，楼前黄花深可观。即此可谓铅汞精，化作精髓盈关元，但去身中寻周天，前弦之后后弦前。药味平平气象足，天地日月交会间。虚空自然百杂碎，嚼破混沌软如绵。翻来复去成一钱，遍体玉润而金坚。赤血换兮白血流，金光满室森森然。一池秋水浸明月，一朵金花如红莲。此时身中神气全，不须求道复参禅。我今知君如此贤，知君有份为神仙。分明指示无多语，默默运用而抽添。年中取月不用年，月中取日月徙然。日中取时时易日，时中有刻而玄玄。玄之又玄不可言，元来朔望明晦弦，金翁姹女夺造化。神鬼哭泣惊相喧。云收雨散万籁静，一粒玄珠种玉田。十月火候圣胎园，九还七返相回旋。初时夹脊关脉开，其次膀胱如火燃，内

中两肾如汤煎，时乎挑动冲心源。心肾水火自交感，金木间隔谁使然。黄庭一气居中宫，宰制万象心掌权。水源清清如玉镜，孰使河车如行船。一霎火焰飞烧天，乌魂兔魄成微尘。如斯默默觅真诠，一路径直入灵真。分明精里以气存，渐渐气积以生神。此神乃是天地精，纯阳不死为真人，若知如此宜修仙，修人惟有金丹门。金丹亦无第二诀，身中一亩为家园。唾涕津精气血液，七件阴物何取焉。坎中非肾乃灵根，潭底日红北马奔。七返九还在片晌，一切万物皆生成。惟此乾坤真运用，不必兀兀徒无言。无心无念神已昏，安得凝聚成胎仙。胎仙只是交结成，交结惟在顷刻间。君还知有太阳回，正在冬至几日前。又言金精既降时，复以何物复金精。金精只在坤宫药，坤在西南为川源。蟾光终日照四川，只此便是药之根。以时易日刻易时，一滴甘露名灵泉。吞入心中冲肺膈，落在膀胱而成丹。丹头不在膀胱结，元在膀胱却在肝。肝为木液遇金精，逢土交结成大还。莫言此时有为功，又恐斯为着相言。始于着相至无相，炼精化气气归根。气之根本凝成神，

方曰无为而通灵。譬如夫妇交媾时，一点精血结成婴。彼之以情而感情，尚且婴儿十月成。何况宇宙在乎手，身中虎啸龙吟声。虽然不见龙之吟，波浪高涌千万寻。虽然不见虎之啸，夜深风声吼万林。自乎丹道凝结后，以至火候烹炼深。及于十月霜飞时，神魂奔走安敢争。一年都计十二月，卯酉沐浴谁敢行。所以十月入神室，金鼎满满龙精盈。缚云捉月之机关，得诀修炼夫何难。果然缚得云在山，又解捉住月之魂。点头比语知古人，何虑不把身飞昇。身之壳兮心之肉，心中自有无价珍。可以生我复死我，既能饥人亦饱人。寻其毳路取其原，逍遥快乐无饥寒。似此景象与证验，总在一日工夫间。工夫如下譬如闲，药不远兮采不难。谁知火焰万丈红，烧杀三尸玉炉寒。丹田亦能生紫兰，黄庭又以生红粘。红粘一食永不饥，紫芝一服常童颜。满身混如白乳花，金筋玉骨老不皆。功成行满鹤来至，一举便要登云端。

### 罗浮翠虚吟

嘉定壬申八月秋，翠虚道人在罗浮。眼

前万事去如水，天地何异一浮沤。吾将脱形归玉阙，遂以金丹火候诀，说与琼山白玉蟾，使之深识造化骨。道光真人薛紫贤，付我归复根命篇。指示铅汞两个字，所谓真的玄又玄。辛苦都来只十月，渐渐采取渐凝结，而今通身是白血，已觉四肢无寒热。后来依旧去参人，勘破多少野狐精，个个不知真一处；都是旁门不是真。恐君虚度此青春，从头一一为君陈。若非金液还丹诀，不必空自劳精神。有如迷者学采战，心心只向房中恋。谓之阴丹御女方，手按尾闾吸气咽。夺人精血补吾身，执着三峰信邪见，产门唤作生身处，九浅一深行几遍。轩后彭祖老容成，黄谷寿光赵飞燕。他家别有通霄路，酒肆淫房戏历炼。莫言花里遇神仙，却把金篦换瓦片。树根已朽叶徒青，气海波翻死如箭。其他有若诸旁门，尚自可结安乐缘，有如服气为中黄；有如守顶为混元；有如运气为先天；有如咽液为灵泉；或者脾边认一穴，执定谓之呼吸根；或者口鼻为玄牝，纳清吐浊为返还；或者默朝高上帝，心目上视守泥丸；与彼存想气升降，以此谓之夹脊关；与彼闭息吞津唾，



谓之玉液金液丹；与彼存神守脐下；与被作念想眉间；又如运心思脊骨；又如合口拄舌端；耸肩缩颈偃脊背，唤作直入玉京山；口为华池舌为龙，唤作神水流潺潺，此皆旁门安乐法，拟作天仙岂不难。八十放九咽其一，聚气归脐为胎息；手持念珠数呼吸，水壶土圭测时刻；或依灵宝毕法行，直勒尾闾咽津液；或参西山会真记，终日无言面对壁；时人虽是学坐禅，何曾月照寒潭碧？时人虽是学抱元，何曾如玉之在石？或言大道本无为，枯木灰心孤默默；或言已是显现成，试问幻身何处得？更有劳形采日月，谓之天魂与地魄；更有终宵服七曜，谓之造化真血脉；更有肘后飞金精，气自腾腾水滴滴；更有太乙含真气，心自冥冥肾寂寂；有般循环运流珠，有般静定想朱橘。如斯皆是养命方，即非无质生灵质。道要无中养就儿，个中别有真端的。都缘简易妙天机，散在丹书不肯泄。可怜愚夫自执迷，迷迷相指尽无为，个般鬼怪颠狂辈，坐中摇动颤多时，屈伸偃仰千万状，啼哭叫唤如儿戏。盖缘方寸无主人，精虚气散神狂飞。一队妄人相唱哄，以此诳俗

诱愚痴。不知与道合其真，与鬼合邪徒妄为。一才心动气随动，跳跃颤掉运神机。或曰此是阳气来，或曰龙虎争战时，或曰河车千万匝，或曰水火相奔驰。看看摇摆五脏气，一旦脑泻精神羸。当初圣祖留丹诀，无中生有作丹基。何曾有此鬼怪状，尽是下士徒阐提。我闻前代诸圣师，无为之中无不为。尽于无相生实相，不假作想并行持。别有些儿奇又奇，心肾元来非坎离。肝心脾肺肾肠胆，只是空屋旧藩篱；涕唾津精气血液，只可接助为阶梯；精神魂魄心意气，观之似是而实非。何须内观及鉴形，或听灵响视泓池。吞霞饮露服元气，功效不验心神疲。演说清虚弄炉火，索人投状赍金货。敢将井蛙藐沧溟，元始天尊即是我。虚收衔号伪神通，指划鬼神说因果。今朝明朝又奏名，内丹外丹无不可。欺贤罔圣昧三光，自视祸福皆么罗。招邀徒弟走市廛，醉饱酒肉或群夥。大道元来绝名相，真仙本是无花草。教他戒誓立辛勤，争如汝自辛勤好？一人迷昧犹自可，迷以传迷迷至老。此辈一盲引众盲，共入迷途受烦恼。忽朝福尽业报来，获罪于天无所祷。三元九

府录其愆，追魂系魄受冥考。举世人人喜学仙，几人日日去参玄？各自妄诞自相尚，不务真实为真诠。古人好语切须记，工夫纯熟语通仙。言语不通非眷属，工夫不到不方圆，我昔工夫行一年，六脉已息气归根。有一婴儿在丹田，与我形貌亦如然。翻思尘世学道者，三年九载空迁延。依前云水游四海，冷眼看有谁堪传。炷香问道仍下风，勘辨邪正知愚贤。归来作此翠虚吟，犹如杲日丽青天。扫除末学小技术，分别火候采药物。只取一味水中金，收拾虚无造化窟。促将百脉尽归源，脉住气停丹始结。初如枯木倚寒岩，二兽相逢如电掣。中央正位产玄珠，浪静风平云雨歇。片时之间见丹头。软似绵团硬如铁。此是南方赤风血，采之须要知时节。一般才得万般全，复命归根真孔穴。内中自有真壶天，风物光明月皎洁。龙吟虎啸铅汞交，灼见黄芽并白雪。每常天地交合时，夺取阴阳造化机，卯酉甲庚须沐浴，弦望晦朔要防危。随日随时则斤两，抽添运用在怡怡。十二时中只一时，九还七返这些儿。温养切须当固济，巽风常向坎中吹。行坐寝食总如如，惟

恐火冷丹力迟。一年周天除卯酉，九转功夫月和九。至于十月玉霜飞，圣胎园就风雷吼。一载胎生一个儿，子生孙兮孙又枝。千百亿化真妙处，岂可容易教人知？忘形死心绝尔汝，存亡动静分宾主。朝昏药物有浮沉，水火爻等宜检举。真气熏蒸无寒暑，纯阳流溢无生死。有一子母分胎路，妙在尾其斗牛女。若欲延年救老残，断除淫欲行旁门；果欲留形永住世，除非运火炼神丹。神丹之功三百日，七解七蜕成大还。聚则成形散则气，天上人间总一般。宁可求师安乐法，不可邪淫采精血。古云天地悉皆归，须学无为清静诀。缚住青山万顷云，捞取碧潭一轮月。玄关一穴无人知，此是刀圭甚奇绝。夜来撞见吕秀才，有一丹诀犹奇哉。却把太虚为炉鼎，活捉乌兔为药材。山河大地发猛火，于中万象生云雷。昔时混沌今品物，一时交结成圣胎。也无金木相间隔，也无龙虎分南北，不问子母及雌雄，不问夫妻及黑白。何人名曰大还丹，太上老君吞不得。老君留与清闲客，服了飞仙登太极，更有一盏鸿濛酒。饵此刀圭壮颜色，任从沧海变桑田，我道壶中未一年。

缘知汝心如铁坚，所以口口密相传。妙处都无半句子，神仙法度真自然，速须下手结仙胎，朗吟归去蓬莱天。

### 金丹诗诀一百首

半斤真汞半斤铅，隐在灵源太极先。须趁子时当采取，炼成金液入丹田。

神符白雪结玄珠，此是金丹第一炉。十二时中须认子，莫教金鼎汞花枯。

水火相交虎遇龙，金翁姹女两争雄，青去白来然后黑，到红方且入黄宫。

玉炉三转见黄芽，火里栽蓬解发花。人在绛宫探夜月，一杯美酒饮丹砂。

四转红炉转四神，添符进火养胎精。龙虎绕炉争造化，巽风吹起水中灯。

五转方成白马芽，却教六贼运河车。五行俱备雷声震，正好登楼看汞花。

炼成金液玉神丹，擒制龟蛇顷刻间。已是中成消息处，玉炉养火莫教寒。

天上七星地七宝，人有七窍权归脑。七返灵砂阴气消，铅炉只是温温火。

八转神锦玉清砂，卯酉抽添火不差。渴

饮华池饥嚼气，黄婆终日看金花。

九转紫金成至宝，天门地户自关锁。三百八十有四珠，敢为三万六千颗。

青童把镜照泥丸，五脏祥云彻上关。子午卯申和巳亥，胎园数足出昆仑。

移将北斗向南辰，穿过黄庭入紫庭。攒簇一年真造化，太阳正照月三更。

上应星辰下应铅，太阳三十六爻躔，不因法象无由采，谁悟生于太极先。

黄芽胡粉密陀僧，此是嘉州造化能。若不见阳真一法，世间还有几人曾。

红铅之髓名真汞，黑汞之精是正铅，莫向肾中求造化，却须心里觅先天。

灵汞元非是水银，丹砂不赤大迷人。此般真物谁能识，识者骖鸾出世尘。

三种真形一种稀，结成灵异少人知。莫言龙虎同源出，便是神仙立兆基。

镇星合得配中央，堰水能教色变黄。不比凡金银与铁，成时全是赖阴阳。

莫近丘坟秽污田，亦嫌战地产人眠。重来灵气方为福，便是求仙小洞天。

山林静处最宜良，或在城中或在乡。土

得厚时丹得厚，妄为立见受违殃。

室宜向木对朝阳，兑有明窗对日光。照顾有名人莫识，暮阴不得闭金墙。

八门运化应时开，进退随金定往来。莫息明灯并北户，安然二鼎位三台。

六百篇中起伏明，三光须顺日虚盈。推移八卦明斤两，刻漏相参莫住程。

阴火息时阳火消，理分卦立顺羲爻。更随黑白天边月，六候方终晦朔交。

四时推运逐星杓，昼夜停分百刻昭。郑重元君重定式，细详时候已明标。

天上分明十二辰，人间分作炼丹程。若言刻漏无凭信，不会玄机药未成。

心地虚闲绝万缘，且宜清静返身观。要知铁脊梁之汉，何虑修丹上手难。

言者不知知不言，高谈阔论万千般。虽然服下无人辨，恐汝终身被自瞒。

人如得道似婴儿，不辨闲言是与非。君若不能心眼具，它时追悔问他谁。

执着之人得不真，朝行暮拙又非诚，诚心修炼见功验，方是人中识的人。

父精母血结胎成，尚是他形似我形。身

内认吾真父母，方才捉得五行精。

子时气到尾闾关，夹脊河车透顶门。一颗水晶入炉内，赤龙含汞上泥丸。

气入丹田养白鸦，斯时方曰结黄芽。华池神水含明月，取得刀圭火似麻。

须知药得火成丹，又要丹逢火则仙。片饷工夫修便现，老成须是过三年。

大道分明在眼前，时人不会误归泉。黄芽本是乾坤气，神水根基与汞连。

认得根源不用忙，三三合九有纯阳，潜通变化神光现，从此朝天近玉皇。

合得天地合其元，子母相逢不敢言。先汞后铅为大药，莫教失伴鹤归天。

此宝从来二八传，吉年吉月入炉安。千朝火候知时节，必定芽成汞自完。

志默忘言理最端，更无一物可相关。回眸慢着些儿力，一得分明万事闲。

红铅黑汞大丹基，红黑相投世罕知。两物若还成戊己，仙家故曰一刀圭。

日乌月兔两轮圆，根在先天核取难，月夜望中能采取，天魂地魄结灵丹。

莫谓金丹事等闲，切须勤苦力钻研，殷



勤好向师资学，不在它边在目前。

未炼还丹先养铅，龟蛇一气产先天。虚心实腹方和合，结就灵砂一粒圆。

同行同坐又同眠，终日相随在目前。认得这些须急采，见之便是水乡铅。

不是灯光日月星，药灵自有异常明。重帘久视光明处，一颗堂堂现本真。

终日如愚岂有无，漫将闲里着工夫。初时玉液飞空雪，渐见流金满故炉。

灵汞通真变化多，只宜存守不宜过。神符默运三关彻，铅趁黄河入大罗。

甲龙庚虎镇相随，铅汞同炉始可为。曾取地天交泰事，自然交媾坎和离。

周天火候至幽微，运动抽添尽有时，气候何须分八节，只防片饷失毫厘。

五行四象坎并离，诗诀分明说与伊。只有工夫下手处，几人会得几人知。

若未逢师且看诗，诗中藏诀好修持。虽然不到蓬莱路，也说人间死较迟。

昼运灵旗夜火芝，抽添运用且防危。若无同志相规觉，时恐炉中火候非。

震卦行归西兑乡，三阳姤女弄明珰。巽

风吹动珊瑚树，入艮归坤又一场。

握拳闭目守流珠，这个原来是入途。不见悟真篇内说，真金起居几时枯。

谁知前短后长机，十二时中只一时，晦朔望弦明进退，炼成九转结婴儿。

昆仑山上火星飞，金木相逢坎电时，药到月园须满杵，急救进火莫蹉迟。

大药须凭神气精，采来一处结交成。丹头只是先天气，炼作黄芽发玉英。

分明只在片言间，老少殊途有易难。先是刀圭言下悟，渐收九转大还丹。

两处擒来共一炉，一泓真水结真酥。刀圭滋味吞归腹，浇灌黄芽产玉符。

捉将百脉倒归源，自会天然汞见铅。大地山河皆至宝，谁知身里觅先天。

宫中眼底火星飞，雷电掀翻白雪垂。身里漏声闻滴滴，三关精血可充饥。

五行四象外边寻，只在当人一寸心，运用阴阳成妙道，直教瓦砾尽成金。

偃月炉中煅坎离，片时自有一刀圭。寄言师祖张平叔，万圣千贤总在西。

醉倒酣眠梦熟时，满船载宝过曹溪。一

才识破丹基处，放去收来总在伊。

西南路上月华明，大药还从此处生，记得古人诗一句，曲江之上鹊桥横。

一月三旬一日同，修丹法象夺天工。交加二八为丹母，望远徒劳觅虎龙。

尾闾白气贯丹田，一颗真珠软似绵，满地冷光生玉笋，两池秋水漾红莲。

鼎炉火候密推排，炼得纯阳气上来，地户闭时骨体实，天关渐积自然开。

水为灵府中和液，火是丹枢混沌精，会在宫中凝结处，自然结蕊复生英。

男儿怀孕是胎仙，只为蟾光夜夜园。夺得天机真造化，身中自有玉清天。

鼎中朱桔互天红，此是时时养火功。元气归炉神不散，春山春水自春风。

金鼎先乾活水银，水银乾了大丹成。分明有个长生药，点铁成金不误人。

涕唾精津气血液，真伪混淆须辨别。从无生有是药材，不可滞它虚伪物。

经云变化在须臾，迷者何求日月悚，但守火爻三百刻，产成一颗夜明珠。

天源一派接昆仑，最隐无过九曲湾。百

万玉龙嘶不断，一江春月趁渔船。

精神冥合气归时，骨肉融和都不知。关节自开通畅也，形容光泽似婴儿。

分两须当应两弦，此般法象合天渊。回头问取黄婆看，何必区区待口传。

铅汞之宗龙虎根，玄牝之户戊己门，只向玉壶春色里，摘枝花去问羲轩。

近则三朝远九旬，须知变化有时辰。不知造化长生药，点汞成金也动人。

鼎鼎原无药里寻，寻来出去一般金。铸成大小都随意，便是冰壶妙理深。

入鼎须凭重一斤，秤来却是十六星，一星水里真金妙，合作流珠二八停。

坎府坳塘石脚泉，斗星相对射高天。潺潺阳脉通青白，沐浴须教金体坚。

尽道真人总默然，如何也不示言诠。若非骄傲时无语，只是胸中欠汞铅。

天地初分日月高，状如鸡子复如桃，阴阳真气知时节，直待三年脱战袍。

龙虎丹砂义最幽，五神金内汞铅流，千朝变紫飞云去，直至大罗天上头。

用铅须得汞相合，二姓为亲女唱歌，炼

此紫河车地动，白云相伴鹤来过。

红黑相将妇嫁夫，一年一度入丹枢。洞房深处真云雨，产个婴儿一似渠。

坎男离女住乾天，买药烧丹不用钱，偃月炉中烹造化，一些妙药要真铅。

怪事教人笑几回，男儿今也会怀胎。自家精血自交结，身里夫妻是妙哉。

三姓包含二物交，赤龙飞上碧云霄。夜来甘露空中过，片月横空对鹤桥。

复姤修持水火宗，兔鸡沐浴内丹红。周天六六寒炉后，十月胎园显圣功。

水火同精间木金，火木知它甚处寻。脱黄看紫因何事，只为河车数转深。

玉符金液炼天仙，月照昆仑一沼莲。诚指北方玄武事，龟蛇因甚两相缠。

雨洗新篁双凤飞，玉芝花下一灵龟，抱琴弹尽无生曲，却访嫦娥宴小池。

透体金光骨髓香，金筋玉骨尽纯阳。炼教赤血流为白，阴气消磨身自康。

一旦工夫尽至诚，凝神聚气固真精，容颜如玉无饥渴，方显金丹片饷成。

翠娥独立水晶宫，体态娆娆有意浓，半

夜黄婆来叩户，作媒嫁去与金公。

太乙玄珠金液丹，還元返本驻童颜。要  
须新听明师语，方可教君见一班。

夜来一朵碧芙蕖，内有红丸滴滴珠，滴  
下华池是神水，丹田结聚作丹枢。

离坎名为水火精，本是乾坤两卦成，但  
取坎精点离穴，纯乾便可摄飞琼。

### 丹基归一论

古人有言：得其一，万事毕。噫！诚哉是言也。此吾所以刻丹经之繁芜，标紫书之枢要，盖为是也。一也者，金丹之基也。实千经万论之原，千变万化之祖也。以要言之，天魂地魄即日精月华也，经铅黑汞即金精木液也，乌兔即龟蛇也，马牛即龙虎也，朱砂水银乃黄芽白雪之骨也，丹砂秋石乃白金黑锡之由也。别之为男女夫妇，体之为金木水火，类之为青幽徐扬，象之为乾坤坎离。或曰河车者，或黄舆者，或有言交梨火枣者，或有言金砂玉汞者；又如丁翁黄婆之名，婴儿姹女之号，拆为黑白，分为青黄；有如许之纷纷，其实阴阳二字也，是皆一物。谓如

守一坛、戊己户、玄关一窍、玄牝之门、神水、华池、铅炉、土釜、朱砂鼎、偃月炉、中黄宫、丹元府、神室、气府、关元、丹田、呼吸之根，凝结之所，此又皆一处也。复如冬夏二至、春秋两分、卯酉甲庚、弦望晦朔、子午巳亥、寅子坤申、二十四炁、七十二候，一年交合，一月周回，离坎之时，兔鸡之月，乾巽之穴，二八之门，朝屯暮蒙，昼姤夜复，人不知以为果须依时按节，推气测候，分拆数法，准则铢爻，故曰“视土圭夜瞻刻漏”，谬之甚矣！又岂知周年造化乃周身之精气，日夜时刻乃精气之变态也。其中有衰有旺，有升降，有浮沉，有清有浊，是以圣人以外象证之，殊不知天地气数在乎一时之功夫也。所以中间有阴阳寒暑之证，有生杀盈亏之状；小则按百刻，大则如一年，只在一时而然也。然一时即一处也，一处即一物地。人知此之所以为一，则采取有法，运用有度，斤两有则，水火有等，与夫抽添进退之妙，沐浴交结之奥，不无防危虑险也。若毫厘之失，则日月失道，金汞异炉。非知造化之深者，莫克知阴阳之义，如是其秘也。一阴一

阳之谓道，道即金丹也，金丹即是也。古仙上灵，诏人炼七返九还金液大丹者，故乃入道之捷径耳。故有“片晌功夫，自然交媾，回风混合，百日功灵”之语。行之九月谓之九转，炼之一年谓之圣胎。此其所以隐而不露者，以上天秘惜，不欲轻泄此道耳。岂得无祸福于传授贤否之间乎？

既以唾、涕、精、津、气、血、液为阴物也，又以泥丸、丹田、心、肾、脾、肺、尾闾、夹脊、口鼻，非真一处也，何从而知金木之所以间隔，水火之所以未济者？能以一之一字订诸群经，参诸往哲；勿以神气为自然归复，勿以禅定为自然交合。审能如是，或恐暗合孙吴，而终非促百脉以归源，穷九关而彻底，三火所聚，八水同归者也。至于神入气为胎，火炼药成丹，岂容易明？有曰神卫气者，有曰神凝气聚者，有曰神气自然归复者，皓首茫然，反起虚无之叹。夫岂知丹基之真一为妙哉？若将游浮灵揖华佗于空蒙盲瞶之上者，得一可以毕万，故作丹经归一论以付学者白玉蟾。颍川陈泥丸太乙刀圭之说传诸后。



水调歌头——赠九霞子鞠九思

夺取天机妙，夜半看辰杓。一些珠露，阿运到稻花头。便向此时采取，宛如碧莲含蕊，滴破玉池秋。万籁风吹起，明月一沙鸥。紫河车，乘赤凤，入琼楼，谓之玉汞，与铅与土正相投。五气三花聚顶，自然真火，炼得似红榴。十月胎仙出，雷霆送金虬。

鹊桥仙——赠蛰虚子沙道昭

红莲含蕊，露珠凝碧，飞落华池滴滴，运转金鼎，唤丁公，炼得似一枝朱桔。三花喷火，五云拥月，上有金胎神室，洞房云雨正春风，十个月胎仙了毕。

真珠簾——赠海南子白玉蟾

金丹大药人人有，要须是心传口授，一片白龙肝，一盏醍醐酒，只向离无寻坎有。移却南辰回北斗。好笑，见金公姪女，两个厮斗，些儿铅汞调匀。观汉月海潮，抽添火候。一箭透三关。方表神仙手。兔子方来乌

处住，龟儿便把蛇吞了。知否，那两个钟吕，  
是吾师友。