

《悟真篇三注》

紫阳真人悟真篇三注 （元）陈致虚注

紫阳真人悟真篇三注卷之一

七言律诗八首

七言四韵十六首（象龙虎二八之数），五言四韵一首（象金丹一粒），

七言绝句六十四首（象六十四卦）

七言四韵十六首象龙虎二八之数

不求大道出迷途，纵负贤才岂丈夫。

百岁光阴石火烁，一生身世水泡浮。

只贪利禄求荣显，不觉形容暗瘁枯。试问堆金等山岳，无常买得不来无？

道光曰：难莫难于遇人，易莫易于成道。今也，现宰官长者之身，结大道修丹之身。炼一粒黍米于霎时之中，立地成道。此易莫易于成道也。然纡紫怀金，门深似海，有道之士，望望然而去。此难莫难于遇人。易莫易于遇人，难莫难于成道。今也，百钱挂杖，四海一身，夙植灵根，亲传大道。然龙虎之韁易解，刀圭之锁难开。得药忘年，炼铅无计。此又遇人之易，而成道之难也。安有二事俱全哉？正好密扣玄关，千载一时，十洲三岛者耶。仙翁游成都，遇青城丈人，得金液还丹之妙道。惊叹成药之不难，故作是诗，结缘丹友。其末章曰：试问堆金等山岳，无常买得不来无？辞意迫切，虽有拱壁以先驷马，不如坐进此道。仙翁远

矣，高山流水，落落知音。

子野曰：道不负人，人乃负道

上阳子曰：从古圣贤，尊道贵德。何谓道，先天一气之造化也。何谓德，积功累气以成圣也。古之上士必先积德，古之圣贤必先闻道。未有不闻道而称圣，未有不积德而曰贤，既曰贤矣，却不精修妙道者，则与凡流同归泯灭而已矣。是不得名，为大丈夫，百年荣显，光阴如电，金玉堆里，难免无常。且功如韩信，富过石崇，愈危身以弃生，但殉名而殉货，以自灭其躯。故经云：道之真可以治身，其绪余以为国家，其王且以治天下。是以积德曰贤，积财曰愚。愚而且富，故业重贤，而且贫必罪。轻信夫天道好还者也。仙翁悯世愚人贪财积业，故作是书，首以此诗讽劝世人崇修至道也。

人生虽有百年期，寿夭穷通莫预知。

昨日街头犹走马，今朝棺内已眠尸。

妻财抛下非君有，罪业将行难自欺。

大药不求争得遇，遇之不炼是愚痴。

道光曰：麟凤不世出，神仙不常见。有能空梦幻泡影之身，可脱生老病死之苦，为世间稀有之事。道上逢师，师边得旨。下手速修犹太迟也。仙翁作是诗，末章且曰：大药不求争得遇，遇之不炼是愚痴。其叮咛恳切如此。吾侪未闻道者，可即求师。已遇人者，岂容癡坐。宜结一时之黍米，守抱九载之空仙。心藏太虚，神游八极，露紫云之半面，应仙试

于玄都，毋使许君专美晋代。

子野曰：知之非难，行之惟难，妙矣哉。

上阳子曰：经云：夫人上寿百岁，中寿八十，下寿六十。除忧患死丧，一月之间不过四五日而已。一世之人尽贪名利，为可长享，岂顾死期至哉。仆每问，叹世之愚人，一身之外，急于妻子，百计富贵，一旦身没，妻适他人，并以富贵为后夫所有，谁肯思前夫方在地狱中受业报也。故仙翁云：妻财抛下非君有，罪业将行难自欺。惻隐之至矣。但欲世人修道以脱轮回。多少负志自高之士，已遇真师，直指大道。乃欲待其功名志满愿足，方炼金丹。忽忽天不与年，悔何能及，岂非愚痴乎？噫！未闻者急求师，已闻者即求药矣。人之寿夭不可预知也，顿除执着，更不愚痴，信受奉行，此可谓贤智者

学仙须是学天仙，唯有金丹最的端。二物会时情性合，五行全处虎龙蟠。

本因戊己为媒娉，遂使夫妻镇合欢。只候功成朝北阙，九霞光里驾翔鸾。

道光曰：仙有数等，阴神至灵而无形者，鬼仙也；处世无疾而寿永者，人仙也；飞空走雾，不饥不渴，寒暑不侵，遨游海岛，长生不死者，地仙也；形神俱妙，与道合真，步日月无影，入金石无碍，变化无穷，隐显莫测，或老或少，至圣至神。鬼神莫能知，蓍龟不能测者，天仙也。阴真君曰：若能绝嗜欲，修胎息，颐神入定，脱壳投胎，托阴化生而不坏者，可为下品鬼仙也；若受三甲符录、正一盟威、上清三洞妙法及剑

术尸解之法而得道者，皆为南宫列仙，在诸洞府，修真得道，乃中品仙也；若修金丹大药成道，或脱壳，或冲举，乃无上九极上品仙也。丹法七十二品，欲学天仙，唯金丹至道而已。此盖无中生有，天地未判之前，炼混元真一之气，非后天地生五金八石、朱砂、水银、黑铅、白锡、黄丹、雄黄、雌黄、硫黄、砒粉、秋石、草木、灰霜、雪冰滓质煮伏之类。及自身津精气血液，有中生有等物也。唯真一之气，圣人以法追摄，于一个时辰内，结成一粒如黍米，号曰金丹，又曰真铅，又曰阳丹，又曰真一之精，又曰真一之水，又曰水虎，又曰太乙含真气。人得饵之，立跻圣位。此乃无上九极上品天仙之妙道，世人罕得而遇也。吾侪今得大道，断念浮华，凝神碧落，无为中下之图。当证无上九极上品天仙之位。且真一之气生于天地之先，混于虚无之中，恍惚杳冥。视之不见，听之不闻，搏之不得。如之何而凝结，以成黍米之珠哉？圣人以实而形虚，以有而形无。实而有者，真阴真阳也，同类有情之物也；虚而无者，二八初弦之气也，有气而无质。两者相形，一物生焉。所谓一者，真一之气而凝为一黍之珠也。经曰：元始悬一宝珠，大如黍米，在空玄之中者。此其证也。圣人恐泄天机，以真阴真阳取喻青龙、白虎；以两弦之气，取喻真铅、真汞也。今仙翁诗曲中，复以龙之一物，名曰赤龙、曰震龙、曰天魂、曰乾家、曰乾炉、曰玉鼎、曰玉炉、曰扶桑、曰下弦、曰东阳、曰长男、曰赤汞、曰水银、曰朱砂、曰离日、曰赤凤，皆比喻青龙之一物也。又以虎之一物，名曰黑虎、曰兑虎、曰地魄、曰坤位、曰坤鼎、曰金炉、曰金鼎、曰华岳、曰前弦、曰西川、曰少女、曰黑铅、曰偃月炉、曰坎月、曰黑龟，皆比喻白虎之一物也。又以龙之弦气，曰真汞、

曰姹女、曰木液、曰青娥、曰朱里汞、曰性、曰白雪、曰流珠、曰青衣女子、曰金乌、曰离女、曰乾龙、曰真火、曰二八姹女、曰玉芝之类，一也。又以虎之弦气，曰真铅、曰金翁、曰金精、曰水中金、曰水中银、曰情、曰黄芽、曰金华、曰素练郎君、曰玉兔、曰坎男、曰雄虎、曰真水、曰九三郎君、曰刀圭之类，一也。二物会时情性合者，二物即龙虎也。青龙在东，属木，木能生火。**龙之弦气为火，曰性，属南**，谓之朱雀也。白虎在西，属金，金能生水。**虎之弦气为水，曰情，属北**，谓之玄武也。木、火、金、水，合龙虎情性，通四象会中央，功归戊己土。土者，丹也。此之谓真五行全。戊己为媒娉者，木在东，金在西，两情相隔，谁为媒娉？惟有黄婆能打合。牵龙就虎，作夫妻。戊己属土，谓之黄婆。龙虎虽处东西，黄婆能使之欢会，金木虽然间隔，黄婆能使之交并。两者异，真一之气潜；两者同，真一之气变，真人自出现。此外药法象也。丹熟人间，功成天上。九霞光里，两腋风生。非夙植灵根，广积阴鹭，其孰能语与于此哉！

子野曰：天仙，非金丹不能成道。且道，金丹是何物？分明元是我家物，寄在坤宫坤是人。所言二物者何物也？我与彼也。彼我会则情性和，而五行备。龙虎即情性而已，且道这个会字如何会，有用用中无功用，功功里施功。咦！竹密不妨流水过，山高岂碍白云飞。戊己乃中也，中者，得其正位。戊己者，意土也。彼我之意相合，则夫妻之情，欢悦而得矣。苟阴之意，虽欲求阳而阳之意未，欲求阴则阴阳抗冲，不相涉入，则物不生矣。所以戊己为生物之乡，生物系乎。意也，真土无位，其意无形，神哉神哉！

上阳子曰：道光谓仙有数等，有鬼仙，人仙，地仙，神仙，天仙。而阴真君

又分上，中，下三品仙者，皆欲明天仙为高上。盖天仙之道，除金丹之道，则余无他术矣。金丹乃阴阳之祖 气，即太极之先天地之根也。所谓二物者：一干一坤也；一有一无也；一情一性也；一离一坎也；一水一火也；一日一月也；一男一女也；一龙一虎也；一铅一汞也；一窍一妙也；一玄一牝也；一戊一己也；一乌一兔也；一精一气也；一龟一蛇也；一彼一我也；一已一身也；一金一木也；一主一宾也；一浮一沉也；一刚一柔也；一琴一剑也；一阴一阳也；皆云乾坤为二物之体；阴阳为二物之根，龙虎为二物之象，男女为二物之名，铅汞为二物之真，彼我为二物之分，精气为二物之用，玄牝为二物之门，惟先天混元真一之气，乃产于二物之内，故夫一阳者，本干也。因贪痴之后，干之一阳，乃寄于坤之中爻而成坎，故一阴者，乃坤也，因错乱之后，坤乃破干之全体，虚而成离。则离中之物唯汞而已，坎中之物却名曰铅。铅从白虎而生，故曰虎之弦气；汞从青龙而生，故曰：龙之弦气。龙乃属木，木能生火，故曰龙从火里出；虎乃属金，金能生水，故曰：虎向水中生。名之者，物之体也。用之者，物中所产之物也。故云二物会者，一情一性之交会也，一干一坤之欢会也，一阴一阳之还会也，因会方能有合。戊己为媒娉者，媒者，所以通两家之消息。娉者，所以传一时之过送。然有内亦有外，在外者，即泥丸翁云：言语不通非眷属之谓也；在内者，戊己为乾坤之门户，为阴阳之去来，为龙虎之起伏，为男女之媒娉。以其铅西汞东，间隔千里，若非戊己两相媒娉而会合之，则何由得产真一之气哉？夫妻者，却非世间之所谓夫妻也，世之夫妻以生男生女为喜，以损精神为乐，因之而有恩爱，因之而有生老病死，苦以缠绊。所以经云：父母取其恩，妻妾取其爱，儿女取其形者，皆因牵

制于爱欲之场，不能割断于富贵之域。惟圣人则能相时而用，不将不迎。年壮而育子者，续纲常也。及乎四十而不惑，不动心者，不为爱欲之所制也。金丹之言夫妻者，独妙矣哉！又有内外，亦有数说。以虎而嫁龙，外也；以坎而适离，外也；以震男而求兑女，外也；至于以铅合汞内也，以气合神，内也；以有入无，内也。皆为男女等相，又能以苦为乐，亦无恩爱留恋，且以割舍为先，交媾只半个时辰，即得黍米之珠。是以不为万物，不为人。乃逆修而成仙作佛者，此为金丹之夫妻也。虽然家家有之，而非自家所有者。盖其见之不可用也，欲若求之大要，法财必于神州赤县者为其用之不可见也。夫欲修此金丹，必先炼己以待阳生之时。若无炼己之功，则二物虽会，媒娉虽合，夫妻虽其将见，铅至而汞失应矣。盖古仙圣师，必炼此金液大还丹，而后白日腾空。如黄帝之鼎湖，张葛，许之飞升，此但世所知者，岂胜言哉。而其不知者，亦岂胜言哉。故传曰：略记飞升者，三万余人，拔宅者八百余家，此皆金丹之道，得仙而又能积功累行，岂有不翔鸾而朝北阙也。

此法真中妙更真，都缘我独异于人。自知颠倒由离坎，谁识浮沉定主宾。

金鼎欲留砂里汞，玉池先下水中银。神功运火非终旦，现出深潭日一轮。

道光曰：此道至灵至圣，至尊至贵，至简至易，玄之又玄，妙中之妙，举世罕闻。仙翁出乎其类，独得深旨。冲熙王真人曰：“金丹之道，举世道人无所许者，唯平叔一人而已。”泰山、丘垤、河海、行潦，何敢

望焉？离为阳而居南，所以返为女者，外阳而内阴，是谓之真汞；坎为阴而居北，所以返为男者，外阴而内阳也，是谓之真铅。后诗云：“日居离位翻为女，坎配蟾宫却是男。”此言坎是男，离是女。犹言父之精，母之血；日之乌，月之兔；砂之汞，铅之银；天之玄，地之黄也。此类者，皆指龙虎初弦之气也。颠倒主宾者，阳尊高而居左，曰主。阴卑低而居右，曰宾。离为火，火炎上，火与木之性俱浮，为阳，故云主也；坎为水，水流下，水与金之性俱沉，为阴，故云宾也。此常道也。今也，离反为女，坎反为男，是主反为宾，而宾反为主。又道中取二弦颠倒之意为主宾，非取常道之主宾也。金鼎者，金为阴物也。鼎中有至阳之气，是阴中有阳之象，白虎是也。玉池者，玉为阳物也，池中有至阴之气，是阳中有阴之象，青龙是也。砂中之汞，龙之弦气也；水中银，虎之弦气也。修丹之士，若欲以虎留龙，必先驱龙就虎，然后二气氤氲，两情交合，施功锻炼，自然凝结真一之精气也。运火者，火乃二弦之气。旦是一昼之首，为六阳之元，故曰旦。圣人运动丹火，有神妙之功。不半时之中，立得真一之精一粒。大如黍米，现在北海之中。光透帘帟，若深潭现出一轮之赫日也。非终旦者，明一时之中，金丹立成。此外药法象也。

子野曰：我本离而反阴，彼本坎而反阳，上下反常，故称颠倒。彼铅而沉，沉乃降；我汞而浮，浮乃升。以铅制汞，彼为主，我为宾。入药镜云：铅龙升，汞虎降。微哉，微哉。经云：口为玉池太和官。金鼎喻我，玉池喻彼，留我身中之汞住，得复玉池之银制之，则不致飞走。银即铅也，火者，阴阳之气。合而内行，内行则温而和。所以能融物之真，

使其交媾阴阳之气。不合，即非火矣。今之学者，以一息不间为行火，抑何谬哉？殊不知一息不间者，阴符也，何哉？二数属火，一数属水，合则为二，不合则一。其妙在乎积阴之下一阳来复之时也，所以火必以候，继之其理，明矣，学者知其奥而运用之，则阳气回于丹田之中，发生光华如深潭之有日也，其功岂不神哉？

上阳子曰：妙之一字，夫谁肯信。异于人者，世人迷于爱欲，我却于爱欲之中而有分别。何谓分别，圣人以离坎颠倒而用之，谓之水上火下。以乾坤颠倒用之，谓之地上于天。以夫妇颠倒而用之，谓之男下女上。浮沉者，火炎木浮而在上，为主。水降金沉而在下，为宾。此乃人之道也，此谓世间法也，此谓顺五行也。今焉，火木虽浮，使之就下，而反为宾。金水虽沉，使之逆上，而反为主。此谓之仙道也，是出世间法也，是谓水火既济也，是谓颠倒五行也。金鼎，玉池。道光所注不出颠倒之机，而又失“欲留”“先下”之义。子野以金鼎喻我，玉池喻彼，此却合紫阳翁之意。何哉，缘自己之精气血液者，朱里汞也，不可令其走逸，故云欲留。如彼之华池灵液，丹井甘泉者，水中银也，即先天一点真气。故云“先下”。又“欲留”者，但今其住而不令其去，要取于人而不失于己。又先下者，彼到而我待之。铅至以汞迎之，坎动而离受之。金丹之道，先要明此“欲留”“先下”四字之旨。运火非终旦者，火必得其温和而运之。故参同契云：发火初温微，亦如爻动时。纯阳翁云：中宵漏永，温温铅鼎，光透帘帟。盖万物化生之初，其受阴阳之气，只霎时中。况此上仙之道，其炼先天之气，又为迅速。故佛云：如露亦如电者，谓其至精至微，而功甚速，为不可久也，久则有损，而有亏。若得此先

天 真铅归于悬胎室内，岂非深潭之现红日也 。

虎跃龙腾风浪粗，中央正位产元珠。果生枝上终期熟，子在胞中岂有殊。

南北宗源翻卦象，晨昏火候合天枢。须知大隐居尘市，何必深山守静孤。

道光曰：此言内药法象也。夫真一之精造化在外，曰金丹，又曰真土。吞入腹中。即名真铅，又名阳丹。此言虎即金丹也；龙者，我之真气也。风浪者，我之真气自气海而出，其涌如浪，其动如风。中央正位者，即丹田中金胎神室也，乃结丹凝气之所。元珠者，婴儿也。又曰金液还丹。夫金丹者，先天之一气交结而成。为母，为君，为铅。故谓之虎也；己之真气，乃后天而生，为子，为臣，为汞。故谓之龙也。金丹自外来，吞入腹中，则己之真气自下元气海中涌起，似风浪，吸然凑之。如臣之于君，如子之于母，其相与之意可知也。龙虎交合神室之中，结成圣胎。若果之在枝必熟，若儿之在腹必生。十月功圆，自然脱胎，神化无方矣。南北者，子午也。宗源者，起首之初也。晨昏者，昼夜之首也。子时乃为六阳之首，故为晨；午时乃为六阴之首，故为昏。晨则屯卦直事，宜进火之候；昏则蒙卦直事，宜进水之候。一日两卦，始于屯卦蒙卦，终于既济未济。周而复始，循环不已。故曰翻卦象。《参同》云：“朔旦屯直事，至暮蒙当受。昼夜各一卦，用之依次序。既未至晦爽，终则复更始。”是也。一日两卦直事，一月计六十卦。一卦六爻，并牝牡四卦，计三百八十四爻。以计一年闰余之数。乾之初九，起于坤之初六。乾之

策三十有六爻，计二百一十有六；坤之初六，起于乾之初九，坤之策二十有四六爻，计一百四十有四，总三百六十。应周天之数。日月行度、交合升降，不出卦爻之外。月行速，一月一周天；日行迟，一年一周天。天枢者，斗极也。一昼夜一周天。而一月一移也。如正月建寅，二月建卯是也。故曰：“月月常加戌，时时见破军。”上士至人知日月之盈亏，明阴阳之上下，行子午之符火。日为昼，月为夜。应时加減，然后暗合天度。故曰合天枢也。至道至妙，妙在于斯；坎离升降，生产灵药，始结黄芽也。金丹大药，家家自有，不拘市朝。奈何见龙不识龙，见虎不识虎。逆而修之，几何人哉？片晌之间，结成一珠，大如黍米。将来掌上看得，吞入腹中莫语人。

子野曰：风浪粗者，二气交感之景象也，交感后风恬浪静。采得药归中宫，如黍米一粒，从微至著，即以成胎温之养之。终虽成熟如果生枝上，子在胞中，而无别也。中央正位，乃黄庭也，黄庭即下丹田。南北宗源者，南为离，是我；北为坎，是彼。取坎中之爻，复我离中而成干，故曰翻卦象。火见前注。候者，朝屯暮蒙之序，朝而屯，暮而蒙，则晨昏动静，自然符合天机。

上阳子曰：龙者，离中之阴；虎者，坎中之阳。降我家之龙，则汞不至于逃逸，伏彼中之虎，则能得彼中之铅华。风浪粗者，是内外火候之法象。切须慎之，在外，则临炉之时不愆不失；在内则丹之后，保养无亏。仙翁以一点真阳而比虎者，言虎之为物，最为难制。故易之履辞曰：履虎尾，咥人。言履之，不曰其道，则及咥人。亦如狂风巨浪之中，唯

恐倾丧。则于采药之时，牢把一念，犹内观其心，心无其心；外观其形，形无其形；远观其物，物无其物之义。却能迎之以意，则玄珠产于丹田中矣。翻卦象者，坎居上而离居下，是为水火既济。干在下而坤在上，是为地天泰。兑处上而震处下是为泽雷随。艮居下兑居上是为泽山咸也。天枢者，斗罡也。金丹之道，妙在天应，斗之枢在身，立人之极，寂然不动，感而遂通者，此也。释氏乃号金刚，至人体此而早求丹，此丹在人类中而有，在市廛中而求，所谓神州赤县者。乃大药所产之处，固非深山大泽所出，亦非名山洞府所有。何哉？山高则阳寡，泽穷则阴孤。有辈愚人，言及修行，便谓深山兀坐，穷谷独居，可也。噫！岂知达磨马祖之所谓哉，马祖未修大药而枯坐，求佛是有磨砖之讥；达磨已向长卢，而入室下功，是向少林。冷坐修之，与行各有时耳。故我师云：静坐一件是得丹之后事也。未能大隐市廛，何必深山守静孤乎？仆每兴言及此，未尝不为之长叹。大概此章道光为已得外丹，而但能内药法象。故云：金丹自身外来，吞入腹中。则己之真气自下元气海中，涌起似风浪，翕然而凑之等语。而子野则云：风恬浪静，又似相戾仙师之意。各出其说者，皆欲学人慎思而明辩之，精修而熟行之，临炉之际，景象自现，既得真一之铅，归入神室，惟当守纳。犹果在枝待时而熟，于孕胞中待气而全，时熟气全，自然神化。

人人自有长生药，自是愚迷枉摆抛。甘露降时天地合，黄芽生处坎离交。

井蛙应谓无龙窟，篱鷁争知有凤巢。丹熟自然金满屋，何须寻草学烧

茅。

道光曰：甘露、黄芽，皆金丹之异名。天地、坎离，乃龙虎法象。天地之气氤氲，甘露自降；坎离之气交会，黄芽自生；龙虎二弦之气交媾，金丹自结矣。此般至宝，家家自有。以其太近，故轻弃之。殊不知，此乃升天之云梯也。近世学者，多执傍门非类，孤阴寡阳，有中生有，易遇难成等法，而治诸身。不知斯道简而易成。有如井里之蛙，篱间之雀，莫知有凤巢龙窟也。黍粒之珠既悬，天地之金可掬。经曰：地藏发泄，金玉露形，此其证也。何寻草烧茅，终年毕岁，呜呼老矣。是谁之愆？

子野曰：且道长生是何物。咦！子子孙孙，因顺去逆来永寿叹，谁知黄芽，甘露俱是药名，天地，坎离其实人也。天地合，坎离交，则药生矣。凡夫愚子，不知此道，甘分待终，蛙鷖不知有凤巢龙窟也。

上阳子曰：只前三诗，已尽还丹之妙。此章又出甘露降之，旨太切也。金丹之道，人人有之，家家有之。愚者迷而不觉，中常之人，偶或闻之，而不信受，反为毁谤。易之泰卦曰：天地交泰；又曰：天地交而万物通，上下交其志同也。且一阳之气上升，而一阴之气下降，则降甘露，若真水润上。而真火炎下，则结黄芽。要知甘露，黄芽，即先天一气。此气才至，即结成丹。然上下不交，则其志不同；天地不合，则此气不降。阴阳非类，则黄芽不产。仙翁显言甘露降者，使人知乎天地交泰之理，而坎离交合，则使知水火既济之道。嗟夫！世人见闻不广若井蛙篱鷖安有远大之见也乌足得知 玄牝之门以降甘露而生黄芽又乌得龙窟凤巢为呈瑞 矣但以眼前非类如寻草烧茅等事大可笑也岂不闻纯 阳翁云九江张尚书服药失明神气枯不知还丹本无质 翻饵金石何太愚哉谛听此语可

不慎欵世人稟天地至清之气而生故皆可以明圣贤之道奈何贤愚贫贱之分又况逢盲师引入傍门乎

要知产药川源处，只在西南是本乡。铅遇癸生须急采，金逢望远不堪尝。送归土釜牢封固，次入流珠厮配当。药重一斤须二八，调停火候托阴阳。道光曰：药在西南，收居戊己。采取有时，下功有日。夫西南是坤方白虎之地也。又坤方是一月所生之处，故曰本乡。月是金水之精，上下两弦金水合气而生。是以金丹药物生产川源之处，实出坤地。铅见癸生者，时将丑也；金逢望远者，月将亏也。月之圆存乎口诀，时之子妙在心传。周天息数微微数，玉漏声寒刻刻符。此真人口口相传之密旨也。奈何傍门纷纷，以圭丹为铅金，用天癸时采取，有同儿戏。叶文叔又有坤纳癸之语，又可笑也。陆思诚作序云：“此诗传多，谬以铅为若字，以金为如字，甚失仙翁旨意。”岂知铅与金，即金丹也。此皆未遇真师，妄自穿凿。陆公发其端，救鱼鲁之失。秘其源，恐竹帛之传。吾侪亲受玄旨，当自知之。如或未然，空元之中，去地五丈，黍米之珠，殊不易得也。饵丹归黄庭土釜之中，宜固济，则胎不泄。运火飞流珠，汞以配之，灵胎乃结也。乌肝八两，兔髓半斤。两个八两，合成一斤。故曰：药重一斤须二八也。火实无火，托阴阳之气以调运之耳。

子野曰：药出西南是坤位，欲寻坤位岂离人。分明说破君须记，只恐相逢认不真。癸者，药也。迎其药之将生，则急取之方可用。苟迟则药已生质，若质一生，则为后天之物。所谓见之不可用也。此时水源至清，

有气无质，一日仅有一时。入药镜云：一日内，十二时，意所到，皆可为。正此时也。金逢望远者，喻采药失时，药气过矣，如望后之月，日亏一日，谓之不堪尝。鉴本自明，因尘蒙而遂晦，铅珠独露，缘癸积而渐藏尘。去则鉴体依然，癸尽则铅华仍见，铅当急采，恐癸水渐渐而后生，金亦如之。借鉴尘昏而为喻，采得癸生之药，入于丹田，则当牢固封闭。毋令渗漏，以走灵药。次运自己之阴汞，配合为一，结成圣胎。封闭之法，参同契云：离气纳荣卫，坎乃不用聪，兑合不以谈，希言顺洪蒙之谓也。又云：汞日为流珠。而阴阳相停，则圣胎结。若失于偏枯，所谓“毫发差殊不作丹”也。圣胎既结，非得火候调停，岂能冀甚成也。

上阳子曰：易云西南得朋，乃与类行。西南为坤，同类之地，铅所由产，药在彼，生兑，乃代坤抱阳成坎。兑之初癸，是为真阴，真阳。初动，乃曰癸生。天地以七日而来复。复，子也。太阴以三日而出庚，庚，金也。人身以三日而看经，经，铅也。癸动后而生铅，铅之初生，名曰先天真一之气，此气号曰金华。言铅，言癸，而不言水者，取其气也。铅生于癸后，阳产于铅中。采取真铅，借云炼丹，其功只半个时辰，此合大造化也。故一月止有一日，一日止有一时。夫此一时，最不易得。以其天地合德，日月合明，生生化化之真机，逆而修之，超凡入圣。故仙翁以癸生急采为最功，送归土釜，配以流珠，调其火候，以成圣胎。仆今泄天地之机者，欲明仙翁切切之意。上士于此有悟，则宜勤行而勿疑。其中调停细密之旨，在人尽心而力行，深究其妙化。老子曰：微妙玄通为上士也。

休炼三黄及四神，若寻众草便非真。阴阳得类俱交感，二八相当自合亲。

潭底日红阴怪尽，山头月白药苗新。时人要识真铅汞，不是凡砂及水银。

道光曰：三黄四神，金石草木，皆后天地生滓质之物，安能化有形而入于无形哉？经曰：外物不可以成胎，缀花安能结子？真一之气，生于天地之先，杳杳冥冥，不可测度。因二八相当之物，合而成亲，氤氲交感之中，激而有象。同类者，无情之情，不色之色。乌肝八两，兔髓半斤是也。

子野曰：金丹乃真阴真阳交姤而成，非外药之可为也。惟“类”字至紧要，阴阳之合在于得类，非其类物徒尔为也。所以参同契云：类同者相从，事乖不成实。燕雀不生凤，孤兔不乳马。二八相当者，在于得人。得人则药物无亏耗，鼎器无渗漏之患也。药在下丹田，为火煅炼，如日在潭，一身之中阴气，尽为销铄也。月白药苗新者，水中金初生之诗。山头月乃喻其坎当居上之意，所以成既济之道。参同云：关键有低昂兮，害气遂奔走。江淮之枯竭兮，水流注于海。鼎器歌云：阴在上，阳下奔。神哉，神哉。非真师的传者，何敢以私意猜度而至此耶。汞是我家元有物，铅是他家不死方。若以凡砂水银，是猜量，到底枉猜量

上阳子曰：三黄，四神，如雄黄，硫黄，雌黄，黄丹，黑铅，水银，凡砂，凡丹，金石，草木等，皆非真。直须要真阴真阳。故仙翁以得类指示后人，亦以深切类者，如天必以地为类，如日必以月为类，如女必以男为类，如汞必以铅为类，也二八为一斤之数。以十五者，月之圆也。

契则云：两七聚，辅翼人。皆直指同类之数相当者。不先，不后，不多，不少，不大，不小，不争，不怒，不隐，不瞒，不惊，不疑，皆要相当，方得交合结丹。潭底者，即伯阳翁云：“真人潜深渊”之意。一念坚凝，祛除万虑，则阴怪自灭。山头者，仙翁每喻玄门为昆仑山顶也。若水清月白，即时采得新生之灵药，非凡砂，水银，是真铅，真汞 即是灵父，圣母之气，彼凡父，凡母之气，顺故成人成物也， 此圣父，圣母之气，逆故生仙生佛也 。

紫阳真人悟真篇三注卷之二

七言律诗八首

阳里阴精质不刚，独修一物转羸尪。劳形按引皆非道，服气餐霞总是狂。

举世漫求铅汞伏，何时得见虎龙降。劝君穷取生身处，返本还元是药王。

道光曰：阳里阴精，己之真精是也。精能生气，气能生神，荣卫一身，莫大于此。油枯灯灭，髓竭人亡。此言精气实一身之根本也。奈何此物属阴，其质不刚。其性好飞日逐，前后便、溺、涕唾、汗、泪、易失难擒，不受制炼。若不得混元真一之丹以伏之，则无凝结以成变化。若或独修此物，转见尪羸。按引劳形，皆非正道，餐霞炼气，总是强徒。设若吞日月之精华，光生五内；运双关、摇夹脊、补脑还精，以至尸解投胎，出神入定，千门万法，不过独修阳里阴精之一物耳。孤阴无阳，如牝鸡自卵，欲抱成雏，不亦难乎？如钟离翁曰：“涕唾精津气血液，七

般物色总皆阴。若将此物为丹质，怎得飞神上玉京？”一身之中，非惟真精一物属阴，五脏六腑，俱阴无阳。分心肾于坎离，以肝肺为龙虎，用神气为子母，执津液为铅汞，得乎？此至愚之徒。执此等以治身，而求纯阳之证，深可悲哉。《参同契》曰：“去冷加冰，除热用汤。飞龟舞蛇，愈见乖张。假使二女同室，颜色甚殊。令苏秦通言，张仪结媒。发辩利舌，奋为美辞。推心调谐，合为夫妻。弊发腐齿，终不相知。”无过以女妻女，以阴炼阴，导引按摩，炼气餐霞，皆是小术，止可辟病。一旦不行，前功尽废。《参同契》云：“阴道厌九一，浊乱弄元胞。食气鸣肠胃，吐正吸外邪。昼夜不卧寐，晦朔未尝休。身体日疲倦，恍惚状若痴。”皆是强为，去道远矣。真龙真虎，二八是也；真铅真汞，二弦之气是也。此道至简不繁，至近匪远。但学者坚执后天傍门非类，以为龙虎铅汞，是致差殊。殊不思仙翁直指二物所产川源之源，身从何有？命从何有？返此之本，还此之源。颠倒修之，即得。真龙真虎自降，真铅真汞自伏。非药中王，其孰能与于此哉！或者，以混元圭丹，拟议圣道。比如接竹点月，不亦远乎？盖后天有形有质者，皆非至药也。

子野曰：易云：男女媾精，万物化生。始我之有，此身也亦由父母精媾而生，倘有父无母，有母无父，身从何有？作丹之要，与生意，但有逆顺之不同尔，顺则生人，逆则生丹，逆顺之间，天地悬隔也。

上阳子曰：契云：是非历藏法，内视有所思，阴道厌九一，浊乱弄元胞。诸术甚众多，千条有万余。彭真人云：世人不达大道之宗元，而无非傍门曲径。此属多般，皆为左道。乖讹天理，悖乱至真，明违黄帝之

言，全失老君之旨，本期永寿，及尔伤生。钟离翁云：“生我之门死我户”之意，大哉。上贤说到下稍无人承当，何哉？只为世人执己而修，则千条百径，无非傍门者矣。仙翁垂悯，直言穷取生身处，岂不忒露天机。缘为世人，因业识中来，却又因业识中，而去一阳奔失，形虽男子，而身中皆阴。若执一己而修，岂能还其元而其本哉。既不能還元，本又将何以回阳换骨也。是以大修行人，求先天真铅。必从一初受气生身之处，求之方可，得先天真一之气，以还其元，而其本也。此谓男女修行。如此，女人修仙，则以乳房为生气之所，其法尤简。是以男子修仙曰炼气，女人修仙曰炼形。女人修炼先积气于乳房，然后安鼎立炉，行太阴炼形之法，其道最易，成道也良，有妙旨。昔宣和中，洞宾游吴兴，见一娼妓，张珍奴，色华容美，性好淡素，虽落风尘，每夕沐浴，更衣炷香，告天求解脱，去甚切。洞宾作一士访之，珍奴见之风神异殊，心甚敬之。尽欢，士飘然而去。明日又至，亦如之，往往月余，终不及乱。张珍奴曰：荷君眷顾，甚久，独不留一宿，罄枕席之娱，岂妾猥漏不足奉君子耶？士曰：不然，人贵心相知。何必如此哉，且汝每夜告天，实何所求。珍奴曰：失身于此，又将何为。但自念奴入是门中，妄施粉黛，以假为真，歌讴艳曲，以悲为乐，本是一团臭脓皮袋。借伪饰以惑人，每每悔叹世之愚夫，不自尊贵，过我门者，睹我如花，情牵意惹，迷恋不舍。非但丧财，多致身殒，妾虽假容交欢，觉罪甚重，惟朝夕告天，早脱此门。士曰：志如何何不学道。珍奴曰：陷于此地，何从得师。士曰：吾为汝师乎。珍奴即拜扣。士曰：再来，乃可遂去。珍奴日夜望不至，深自懊恨。因书曰：逢师许多时不说，此儿

个安得仍前。相对坐懊恨韶光，空自过直到如今。闷损我笔，未竟。士忽来，见所书，续其韵。道无巧妙，与你方儿一个。子后午前定息坐，夹脊双关昆仑过。恁时得气力，思量我。珍奴大喜。士乃以太阴炼形之丹法与之。珍奴自是神气裕然，若大开悟。不知密有所传尤多。珍奴亦不告人，临别作步宫云：坎离坤兑分子午，须认自家宗祖，地雷震动山头雨，要俛濯黄芽出土，捉得金精牢闭固。辩甲庚 要生龙虎，待他问汝甚人传，但说先生姓吕。珍奴方悟是吕先生，即佯狂，丐于市，投荒地，密修其诀逾三年，尸解而去。修行一事，不问男女，若猛勇心坚，成道必矣

好把真铅著意寻，莫教容易度光阴。但将地魄擒朱汞，自有天魂制水金。

可谓道高龙虎伏，堪言德重鬼神钦。已知寿永齐天地，烦恼无由更上心。

道光曰：真铅，即金丹也。地魄，在外药，则白虎是也；在内药，即金丹是也。天魂，在乎外药，则青龙是也；在乎内药，则己之真精是也。朱汞，在外则龙之弦气是也，在内，则己之真气是也。水金，在外则虎之弦气是也；在内，则金丹是也。又谓之水中银。此皆喻内外二事之药也。但日已过，命则随减。吾侪着意寻师速修，以金丹而超生死。但将白虎擒龙，自有青龙制虎，二气相吞，而产金丹。复将此丹擒自己之真气，真气自恋金丹，而结圣胎也。外之真龙真虎既降，则内之龙虎自伏；内炼神魂鬼魄既圣，则外之神鬼自钦。非道隆德备之士，孰能与于此哉？

体化纯阳，寿同天地，逍遥物外，自在人间，万念俱空，何烦恼之有也？

子野曰：地魄乃铅也，天魂乃汞也，以铅制汞，在彼我尔。

上阳子曰：着意寻真铅，即纯阳翁云：下手速修犹太迟。从古圣师皆欲学者，早下工入室。真铅一物，最不易寻。贫者患无财，有财患无地，有地患无物，有物患无侣。侣者，外护也。着意寻者，先聚法财，而后择地。故仙翁曰“始之有作无人见”之句者，若不得其善地，则人见之而不可用也。仆向未入室之先，不甚注意于此。及至入室之际，竟竞着意寻择，方知多有艰能之事，甚费苦辛。因知着意寻之句，犹不易得。况惟世人得师一诀之后，又只憊（消磨一笔者）时光，岂知年迈日衰，容易老死而已。地魄，即所寻之物；天魂，即我家所积之汞也。东海之龙，能制西江之月魄；西江白虎，能炼我家之日魂。魂魄媾精，乾坤比寿，济人接物，德益鬼神，钦炼已虚心，道高龙虎伏，阎浮之诸尘，漏尽烦恼更无，仙家之真乐，常得大自在，惟方便第一之积功也。

黄芽白雪不难寻，达者须凭德行深。四象五行全借土，三元八卦岂离壬。

炼成灵质人难识，消尽群魔鬼莫侵。欲向人间留秘诀，未逢一个是知音。

道光曰：龙之弦气曰白雪，虎之弦气曰黄芽。大药根源实基于此。其道至简，其事匪遥。若非丰功伟行，莫能遭遇真师指授元奥也。道自虚无生一气，一气变阴阳，曰龙曰虎。龙木生火，虎金生水。木火金水合成四象。四象合而成大丹。大丹之成实于土，土无定形，分位四季。四时

不得四季真土，则四序不行，造花何生焉？是以四象五行全借土也。壬者，水也，即真一之气。生于天地之先。变而为阳龙阴虎，合而成丹。

丹，土也；龙，木也；虎，金也。谓之三性。三元不离真一之水变也。

八卦者，真一之气一变为天，曰乾，为父；二变为地，曰坤，为母；乾以阳气索坤之阴气，一索而生长男，曰震；再索而生中男，曰坎；三索而生少男，曰艮。此乾交坤而生三阳。坤以阴气索阳之乾气。一索而生长女，曰巽；再索而生中女，曰离；三索而生少女，曰兑。此坤交乾而生三阴，皆不离真一之水变也。故曰：三元八卦岂离壬。非唯三元八卦不离真一之精，自开辟以来，凡有形者，莫不由此而成变化。修真之士，得真一之水者，万事毕矣。真一之水，以法化之，为真一之黍米。吞归丹田，运火十月，炼尽群阴也。纯阳真一之仙，阴魔尸鬼逃遁无门。善根种而灵骨生，灵骨生而仙可冀。灵骨之生，善根之种也。不于一生二生，而千万亿无量生中积诸善根，安得才出头来，飘飘然有出尘气象。噫！走鬼行尸，一瓶一钵，本欲登仙？神仙不易得也。胡不扪己之心，与平凡之心有以异乎？我之仙事，亦有涯也。必也广大变通，以道为己任。独高一世，鹤立鸡群。人笑我为疏狂，我知我非凡辈。赤松黄精乃吾友，蓬莱方丈是吾家。自然遭遇至人，传授至道。结合心友，丁宁丹成。仙翁欲向人间留秘旨，奈何子期之不遇，怎生得个我般人。

子野曰：黄芽者，铅之精。白雪者，汞之气。欲求之者，非有德行不可。土者，戊巳。壬者，真一之水，生生物物之祖气也。

上阳子曰：，黄芽，白雪，皆混元窈冥之中，所产真一之气。前言真

铅要着意寻，此乃言黄芽白雪不难寻者，为凭德行，故也。愚徒见此二诗，似相矛盾，岂知此道无德行者，终不成丹。谚曰：言清行浊休谈道，若知道而未积德，即如鱼之无水，灯之无油。若何而成还丹哉？四象，五行，三元，八卦，多端名色，终不可无真一之壬水。我黄房公赞纯阳老仙云：鼎攒乎四象五行，药按乎三元八卦。赤凤吐南方之髓，乌龟含北海之精，亦指此也，皆祖于纯阳。诗曰：鼎随四季，中央合药，逐三元八卦行，同一意也。真仙圣师虽慈悲引导，实在乎人行尔。此丹一成，玉帝嘉赞，天地万灵莫不钦仰。故号无上至真灵宝神妙九还大丹。昔元始天尊度人经：玄座空浮，悬一宝珠，大如黍米者，是也。释名大乘般若九品莲台光明藏，大如意妙法灵感牟尼宝珠。昔灵山会上，龙女所献者，此也。其贵重无可称述，世人所能识哉。丹成则身圣，阳神出现号曰真人。阴魔鬼贼化为护法神，身中青龙，白虎，朱雀，玄武，三魂，七魄，三元，九宫，三部，八景，五脏，八识皆化为神，三万六千精光化为神兵矣。仙翁当时欲以口授秘诀与人，然一世鲜有信受奉行者，噫，拜师于缰锁之下，杏林之后来门人也。

草木阴阳亦两齐，若还缺一不芳菲。初开绿叶阳先倡，次发红花阴后随。常道即斯为日用，真源反复有谁知。报言学道诸君子，不识阴阳莫强嗤。道光曰：草木未生之初，含孕至朴。及其甲坼，禀一气以萌芽。故抽一叶以象一气。次分两叶，以象阴阳。次两叶中复抽一叶，以应三才。过此以往，渐渐长茂。春生绿叶，夏长红花，此阳气使然；秋肃而结实，冬杀而复本。此阴气使然。阴阳两齐，化生不已。若其缺一，则万物不

生也。真一子云：“孤阴不自产，寡阳不自成。”是以天地氤氲，万物化醇。男女媾精，万物化生。此常道只斯为日用也。真源反复者，有颠倒互用之玄机。学者苟不明此，何以超生死也。

子野曰：金丹之道，与草木阴阳亦同。譬如草木，方感阳气，即时发生芽蘖，后必以花卉，相继而花谢，则结实于中。犹人得此一点真阳之气，其真阴自然混合成胎。阴阳相胥之意，大率如此。这些阴阳日用之常道，但其真源反覆处，是则昧矣，此所谓百姓日用而不知也。

上阳子曰：天生二物，曰动植也，根为植，足为动，莫不皆禀乎阴阳二气。草木为植，乃无情之物也，亦趁阳春而生长结实也。人物为动，乃有情之形，若非阴阳二气，则何以为生育哉。夫人为物，最灵者。禀天地之正气而生，反不知阴阳盛衰逆顺之道也。仆今泄露到尽处也。盖顺则为凡父凡母，逆则为灵父圣母，凡父凡母之气，顺则成人，谓之常道也。灵父圣母之气，逆则成丹。是曰真源反覆者，男返是女，而女返是男也，不遇真师，说为何益

不识玄中颠倒颠，争知火里好栽莲。牵将白虎归家养，产个明珠似月圆。

谩守药炉看火候，但安神息任天然。群阴剥尽丹成熟，跳出樊笼寿万年。

道光曰：以人事推之，男儿固不能有孕，火里固不可栽莲。然神仙有颠倒之妙，辄使男儿有孕，亦由火里栽莲。夫日为离，是男反为女；月为坎，是女反为男。此颠倒也。二物颠倒而生丹。却将此丹点己之汞，而

结圣胎，即是男儿有孕。岂非颠倒颠乎？龙虎是真一之精变为二物，分位东西。实同出而异名也。真一之精属汞，为青龙，在东。白虎本是真一精之子，寄体在西，其家在东。仙翁曰：金公本是东家子，送在西邻寄体生。认得唤来归舍养，配将姹女作亲情。故此诗之意，牵将白虎归家，以青龙结为夫妇，以产明珠。其言似月圆者，修丹之法，先取上弦西畔半轮月，得阳金八两；次取下弦东畔半轮月，得阴水半斤。两个半轮月，合气而生丹。故得金丹一粒似月圆也。此外药法象也。及得此丹吞入己腹中，谓牵此白虎，归己腹中，配以我汞，然后运阴符阳火，锻炼而成金液还丹一粒。亦重一斤，此内药法象也。似月圆者，盖运火之卦，一卦六爻，六十四卦，计三百八十四爻，象一斤三百八十四铢也。又外药法象似月圆者，《参同契》云：“上弦兑数八，下弦艮亦八，两弦合其精，乾坤体乃成。二八应一斤，易道正不倾”是也。仙翁指示月圆之意，要使学道者洞晓造化之旨也。分内外二八之数，不可一概而论之也。火者，非世之凡火。乃元始之祖气也。亦无炉可守也。青霞子云：“鼎鼎非金鼎，炉炉非玉炉。火从离下发，水向坎中符。三性既会合，二物自然拘。固脐胎不泄，变化在须臾”。高象先云：“天地氤氲男女媾，四象五行随辐辏。昼夜屯蒙法自然，何必孜孜看火候”。此自然炉火也。但安神息，调文治武，策符漏刻，勿得分毫差忒。不半个时，立得丹饵。然后复依进退阴符阳火，运用抽添，防危虑险，十月功圆，剥尽群阴，体化纯阳，跳出凡笼寿万年也。此方为金液还丹。未能入妙，更须抱元九载，使气归神，方为九转金液大还丹也。

子野曰：阴阳颠倒者，阴中有阳，阳中有阴。火里栽莲，火中有水，

阴中有阳，杀中有生也。白虎，金精也，白喻其质，虎喻其难伏。金精元是我家之物，有生以来，走在彼处。今翻认着用力牵归，如月如珠，药之象也。得药而后，温养之法，安神定息任其自然而已矣，非所谓守定药炉，朝添八两，暮换半斤是也

上阳子曰：阴阳有颠倒之机，金丹有返还之术，火里栽莲，以坎而归离。白虎为难制之物，为太一所含之气。牵将归家者，已伏其气，明珠为丹，既已得丹，运己汞调神息以养之。庄子云：真人之息以踵。广成子云：丹灶河车休矻矻，鹤胎龟息自绵绵。以为神息也。待其阴尽阳纯，以成真人超凡入圣矣。

三五一都三个字，古今明者实然稀。东三南二同成五，北一西方四共之。

戊己自居生数五，三家相见结婴儿。婴儿是一含真气，十月胎圆入圣基。

道光曰：木数三，居东；火数二，居南。木能生火，二物同宫。故二与三合而成一五也；金数四，居西；水数一，属北。金能生水，二物同宫，故四与一合而成二五也；戊己本数五，是三五也。三五合而为一，故曰三五一也。自古迄今，能合三五一而成丹者，实稀也。一者，丹。即彼之真一之气，乃先天地之母也；我之真一之气，乃天地之子也。以母气伏子气。如猫捕鼠而不走失也。子母之气相恋于胞胎之中，以结婴儿也。所谓太一含真气者，含真一气也。如人怀胎，十月满足，自然降生。圣胎功圆，自然神圣。故曰：十月胎圆入圣基也。

子野曰：三五一者，金，木，水，火，土，五行之数，一者太极也，五行不合，则各其性，合则复为一太极。人能以五行合而为一，则复于混沌，婴儿有兆矣。所谓三家相见之义，其妙如此。十月数周，时至气化，自然符合先圣之机也

上阳子曰：天三生木，地二生火，火数二，木数三，三与二同性，统为一五。木象于东，法象为青龙，龙之气为汞。火居于南，法象为朱雀，木生火，是木为体，火为所生之气，是故木火为一家。然皆阳中之孤阴，所以异名，曰玄，曰无，曰妙者，其有木有火，而无金水，戊土也。天一生水，地四生金，金数四，水数一，一与四同情，结为一五。金居西，法象为虎，虎之气为铅，水居于北，法象为玄武，金生水，是金为体，水乃金所生之气。故金水为一家然，皆阴中之寡阳，所以异名，曰牝，曰有，曰微者，以其有金有水，而无木火，己土也。天五己土，地十戊土。戊土居坎，己土居离，戊己分则二土之数十，戊己合则二土成圭。而数五土居中央，是为一五，总而言三五，震木离火同性为一家。龙为震户，汞产于中。兑金坎水同情为一家。虎为兑门，铅生于内。离己坎戊同根为一家。朱雀玄武相合而生物，是云三家。龙与朱雀意主生人，虎与玄武意主杀人，此世间法。若欲出世间法，则必颠倒制之。功归戊己二土也，何哉，金本恋木慈仁，而内怀从事之情，无由自合。木虽爱金顺义，而内怀曲直之性，岂得自媒。欲使媒合，功在二土，以通其好。且戊土生金，则欲金气发旺而相胥。己为木克，则先炼己珍重以求丹。若不炼己待时，则不能常应常静。炼己既熟，却与戊合。戊己一合，则金木会。金木会，则龙虎交。龙虎交，则三五合一。三五合一，

则三家相见。三家相见，则铅汞结。铅汞结，则婴儿成。无非此之一气。佛祖云：乾坤之内，宇宙之间，中有一室，秘在形山。此即是太一含真气之妙，是以五行分而名真道，五行合而生一气，一气结而为婴儿，婴儿出而成真人矣。

不识真铅正祖宗，万般作用枉施功。休妻谩遣阴阳隔。绝粒徒教肠胃空。

草木金银皆滓质，云霞日月属朦胧。更饶吐纳并存想，总与金丹事不同。

道光曰：真铅之要，二八为宗。余皆非道，枉施功耳！破迷歌云：“休妻不是道，阴阳失宗位。休粮不是道，死去作饿鬼。”王真人曰：“学人刚强辞妻妾，不念无为无不为。”盖道体法自然，一切妄作，乌可与金丹同日语哉。

子野曰：休妻绝粒，干甚么事。草木金银，有质之物。云霞日月，外邪客气。吐纳存想，皆出妄为。俱非真铅制真汞之义，去金丹之道远矣。

上阳子曰：真铅乃灵父圣母之气，若非此气，将何入室而施功。夫人生天地间，禀凡父之精，凡母之血，而有其身故。修仙做佛之道，不外乎此。而所异者，须要灵父圣母方为。真铅何谓灵，常应常静之谓灵，逆施造化之谓灵。何谓圣，太极初分之谓圣，虎不伤人之谓圣。有此灵望，方知真铅之祖宗也。人之一身，止有许多精气泄漏至尽，身何能存，若宝爱之，则身健，而命延寿永。又得真铅而炼之，岂不仙乎。世人若无好师，诀破真铅一物，虽行尽三千六百，许多傍门，空自有损，若望其

成功，奚得哉

万卷仙经语总同，金丹只此是根宗。依他坤位生成体，种在乾家交感官。

莫怪天机多泄漏，只缘学者自愚蒙。若人了得诗中意，立见三清太上翁。

道光曰：万卷丹经，至当归一。皆依坤母生成之理。逆而修之，种在乾家交感之宫。仙翁于此，泄尽天机。学者酷自迷蒙，不肯近取诸身，以明至道，炼一黍米而宾于天也。

子野曰：他为坤位，我是干家。藉彼坤中生物之气，自种灵根于家园之下，以成圣胎耳。

上阳子曰：金丹之妙，不出铅汞二物为根宗也。世人为不知金丹之有根宗，则不知内外二丹之妙。夫安炉立鼎，外也。干家，坤位，外也。离己坎戊，外也。金精，木液，内也。红铅，黑汞，内也。先天一气，内也。唯此先天一气，虽曰在内，而从外来，故仙师有依他种而之密旨。参同契云：丹砂木精，得金乃并。又云：太阳流珠，常欲去人，卒得金华，转而相因。无非是此铅金一物，但依世间男女生成之法，而逆种于干宫。故真一子云：更为男女，近作夫妻者，此也。真仙圣师慈悲开谕，接引当来，用心至博。然不免泄尽天机，学者奚可怀愚蒙之浅见，超执迷之妄想，多生谤毁，惑乱仙经。岂知一失人身，万劫莫赎。切宜三思，谛观谛受，咦，世人若不迷蒙，个个可办此事，伏惟此书在，

在处处有百万神兵拥护，岂可忽之。一切学仙道伴，因缘遭逢，得遇此书时加敬仰，信受奉行，勿生惊疑，勤而行之，立跻天仙之位也

紫阳真人悟真篇三注卷之三

七言绝句三十二首

先把乾坤为鼎器，次搏乌兔药来烹。

既驱二物归黄道，争得金丹不解生。

道光曰：经云，日月本是乾坤精。圣人以乾坤喻鼎器，日月喻药物。**乾坤即真龙真虎，日月即龙虎之弦气也。**圣人假名托象，立喻其要，妙在真一之精归于黄道也。

子野曰：我为干鼎，彼为坤器。乾坤覆合，则驱二气会于中宫，那以进火养符，毫发无差，金丹乌得不生焉。

上阳子曰：**鼎器者，何也。灵父，圣母也。乾男，坤女也。**药物者，何也。灵父，圣母之气。乾男，坤女之精。驱此二家之物，归炼于神室中，以成灵丹。黄房公曰：手握乾坤，口吞日月者，是也。

安炉立鼎法乾坤，锻炼精华制魄魂。

聚散氤氲成变化，敢将玄妙等闲论。

道光曰：积诸阳气为天，上不润下；积诸阴气为地，下不炎上。此天地不交也。不交焉能造化生万物哉？盖天虽至阳，而中有一阴之气，故能降地；地虽至阴，而中有一阳之气，故能升天。二气氤氲，万物化醇。

金丹之道，安炉立鼎，锻炼精华以制魂魄。莫不取法于天地。以类交结而成造化，始自无中生有，复自有中生无。无形而能变化，是名变化无穷。此乃天机也！

子野曰：安炉立鼎，法效天地。地天则泰，天地则否。至于氤氲变化之妙，其旨微矣。

上阳子曰：炉鼎是彼我，乾坤即男女。灵父，圣母所媾之气，曰精华，又曰华池神水，以此变炼于凡父母躯壳之中以成丹，皆仿天地之造耳。

休泥丹灶费工夫，炼药须寻偃月炉。

自有天然真火候，何须柴炭及吹嘘。

道光曰：偃月炉之形，仰开如偃月样，阴海是也。元始祖气存焉。何用柴炭吹嘘之有？

子野曰：叶文叔指两肾为偃月炉，是不知也，谬注于世，误人甚矣。

上阳子曰：纯阳翁云，曲江上，见月华莹净，此即偃月炉也，佛祖之西江，皆此一窍而矣。

偃月炉中玉蕊生，朱砂鼎内水银平。

只因火力调和后，种得黄芽渐长成。

道光曰：偃月炉，阴炉也，中有玉蕊之阳气。即虎初弦之气；朱砂鼎，阳鼎也，中有水银之阴气，即龙初弦之气。金丹以此二弦之气调停和合之功，种得一粒黄芽，结成黍米之珠也。

上阳子曰：偃月炉中玉蕊，即阴中之阳，坎中之物也。朱砂鼎内水银，

即阳中之阴，离中之火也。阴阳二气相生黄芽，方结丹成。

咽津纳气是人行，有物方能万物生。

鼎内若无真种子，犹将水火煮空铛。

道光曰：咽津纳气，世人多行之。殊不知皆后天地生，至阴之物。非先天之气。夫先天真一之气，混于恍惚杳冥之间，难求难见。圣人以法伏之，变炼成丹。此气是真种子。经曰：“伏气不服气，服气须伏气。服气不长生，长生须伏气。”

子野曰：真种子即真铅也，契云：植禾当以黍，覆鸡用其卵。

上阳子曰：物无阴阳，安能生产。人无真种，岂有妊孕。咽津纳气，一己之阴。孤阴不产，独阳不生。阴阳若真，方得真种， 咦，妙矣哉！

调和铅汞要成丹，大小无伤两国全。

若问真铅是何物，蟾光终日照西川。

道光曰：驱龙则汞火飞扬，驾虎则铅光闪烁，氤氲造化，一粒先天之气结成丹。龙大虎小，阳尊阴卑之义。何伤之有？蟾光者，金水之精。圣人以八月十五夜，合金木之气，结真一之精。故云：蟾光终日照西川也。子野曰：求铅伏汞之法，要在调和。使无太过不及之患，大过则恐伤彼，不及恐不结丹。大小者，言阴阳也。易曰：大往小来。蟾光照西川，水中有金也

上阳子曰：干之长男曰震，言大也，主产汞。坤之少女曰兑，言小也，

主产铅。震兑调和，何伤之有。两国全者，彼既无亏，我亦济事。真铅生于兑，兑位乎西也。

未炼还丹莫入山，山中内外尽非铅。

此般至宝家家有，自是愚人识不全。

道光曰：“龙不在东溟，虎不在西川。”家家自有，逆而修之，还丹可翼。

子野曰：已失而后得者，谓之还。已去而后来者，谓之返。作丹之要，非铅不可，此铅家家有之，惜人不识之也。

上阳子曰：世人但见一段奇山秀水，则众皆言此地好修行。古今多少人误了也，岂知大川幽谷所有者，木石麋鹿而已，是皆非类，不可煅炼大还丹也。若炼还丹，必求同类，若求同类，大隐市廛。仙翁前诗已云“何必深山守静孤”之句，至此在题此意，可谓深切，此般真铅，家家有之，人人有之。只为梦生醉死之场，依稀过了，不遇真师，谁人识得

竹破须将竹补宜，覆鸡当用卵为之。

万般非类徒劳力，争得真铅合圣机。

道光曰：竹器破矣，用金木之类补之，可乎？若欲器完，必竹补之；鸡将覆矣，以土木之类抱之，可乎？若欲翼生，必以卵覆之。陶真人云：“竹破须竹续，木破须木补。屋漏以瓦盖，人衰以类立。”欲修天仙，必求同类，方合圣机。

子野曰：紫阳真人说到这里，可谓步步向前。

上阳子曰：从来“神仙不肯分明说，说得分明笑杀人”，崔公入药镜，也只三字义

用铅不得用凡铅，用了真铅也弃捐。

此是用铅真妙诀，用铅不用是诚言。

道光曰：凡铅者，即后天生滓之物。真铅者，即真一之气。人之精气，日逐飞散，无由凝聚以结圣胎。圣人炼真铅，取而伏之，凝结成砂。日逐运火，渐渐添汞，汞气渐多，铅气渐散。添汞减铅，真妙如此。十月火足，六百卦终，铅气飞浮，只留得一味乾水银。铅尽汞乾，化为金液大丹。体变纯阳，与天齐寿。学者问道至此，则知师恩难报。当盟心于天日之下，誓当成道以答师恩，若负师恩，如负天日也。

子野曰：用铅之法，如捕鱼兔之筌蹄，鱼兔赖筌蹄而得之，既得则筌蹄无用矣。亦如铅池煎银，银出不用铅矣。知此义者，则如用铅矣。

上阳子曰：老子经云，天地无全功，圣人无全能，万物无全用，深明斯旨。则知用了真铅即弃之义。

虚心实腹义俱深，只为虚心要识心。

不若炼铅先实腹，且教守取满堂金。

道光曰：守精以实腹，腹实则金玉满堂。抱一以虚心，心空则一尘不立。方其虚也，则炼铅以制之。及其实也，则抱一以守之。形神俱妙，与道合真。修丹之士，若炼铅金，毋摇汝精，精少则还丹不成。

子野曰：心虚则念净，一尘不立。腹实则丹成，四大牢固念净。丹成，形神俱妙

上阳子曰：非炼己功勤，则欲心虚而不能。非全精绝欲，炼铅功熟，则欲腹实，而不能全神。虚心常应，实腹常静，常应常静，常清静矣。今人以精气断丧殆尽，为不识心。仙翁教守取满堂金玉，方为返本還元也。

梦谒西华到九天，真人授我指玄篇。

其中简易无多语，只是教人炼汞铅。

道光曰：我如来云：“惟此一事实，余二即皆非。”金丹之道，除汞铅之外，别无妙法。

子野曰：高象先日夕思真，不觉魂升玉京。上帝遂命西华太乙夫人指示金丹诀，其篇有曰：乾坤，阴阳之门户。乾道男，坤道女，时人不识真阴阳，茫茫天地寻龙虎。又云：叔通从事魏伯阳，相将笑入无何乡。维连山作参同契，留为万古丹经王。真人言甚多，只是炼铅制汞耳。

上阳子曰：志于道者，神仙中人也。虽一寝一息之间，未尝暂忘，故梦中常与真仙上圣往来，何也，天无私亲，辅于有德

道自虚无生一气，便从一气产阴阳。

阴阳再合成三体，三体重生万物昌。

道光曰：道本虚而乃有形之气，气本实而乃无形之形。有无相制，则一生焉。夫一生二，二生三，三生万物。万物莫不负阴而抱阳，冲气以为和。方其未形，冲和之气不可见也；及其既形，清气为阳，浊气为阴。

二气氤氲，两情交媾。曰天、曰地、曰人，三物生焉。《易》曰：“天地氤氲，万物化醇。男女媾精，万物化生。”是以至人探斯之蹟而知源，穷斯之神而知化。故能返本还源，颠倒陶熔，逆施造化。贼天地之母气以为丹，盗阴阳之精气以为火。炼形返归于一气，炼气复入于虚无。故得身与道合，微妙圆通。变化无穷，隐显莫测，号曰真人。

子野曰：一生二，二生三，三生万物，即圣胎之真，身虽千百亿，化而无穷。故金丹四百字云：一载生个儿，个个会骑鹤。泥丸翁云：一载胎生一个儿，子生孙兮孙又枝。皆发明三生万物之义。

上阳子曰：道生一气，一气生形，形中又含始气，是为先天真一之气也。此先天气，顺则为人，逆则为丹。逆则男子怀胎，顺则女人有孕。此重生专谓修行，丹成，阳神出胎，再造阴阳复为已，上章云三体重生也，

坎电烹轰金水方，火发昆仑阴与阳。

二物若还和合了，自然丹熟遍身香。

道光曰：坎电者，虎之弦气。虎以阴中之火照烁乾龙，龙即发昆仑之火应之。二物之火相并和合，真一之精自然凝结，即时采饵，百骸俱理，香且美矣。

子野曰：坎电者，水火也。金水为坤方，水火交击于坤方，采丹归己。自然一道，真一气直透顶门，与身中阴气混合，遍体生香，香生乃丹熟之验

上阳子曰：坎电者，乃彼铅气。发旺之时，我即乘其时至，发昆仑之火应之，所谓一月止有一日，一日止有一时者，此也。香透丹田，一身

调畅，目明体健，得丹之效也

离坎若还无戊己，虽含四象不成丹。

只缘彼此怀真土，遂使金丹有返还。

道光曰：契云：“坎戊月精，离己日光。”离己象龙之弦气，坎戊象虎之弦气。戊己真土，分居二位。龙虎若无二土之气，安能合并，而使四象会于中央以成丹哉？

子野曰：乾坤坎离四象虽具，若非戊己配合，则欲返者不得返，还者不得还

上阳子曰：四象即乾坤，日月，乾坤乃坎离之体，日月乃坎离之象，戊己乃坎离之门。妙在彼此怀真土，何用意太切。若非两家各以彼此二土合之，则一气何由而往来，金丹何由而还返也。老子云：玄牝之门，是为天地根者，即彼此二土也

日居离位翻为女，坎配蟾宫却是男。

不会个中颠倒意，休将管见事高谈。

道光曰：日中乌属阴，故为离女；月中兔属阳，故为坎男。谈不到此，以管窥天。

子野曰：离坎颠倒，见律诗注。

上阳子曰：离外阳而内阴，是有外无内。坎外雌而内雄，是有内而无外。皆不得纯阳，以坎配离是云颠倒。今时学人不肯苦志求师，唯记前人几件公案，入广众中喃喃不住，恃其机锋敏捷，以逞干慧。不思讹了舌

头，把做何用。饶他悬河之辩，反为入道之魔。愈见学识卑污，又安能具大方之眼，而拜师于缰锁之下哉。太上曰：知者不言，言者不知。我太虚李真人得丹之后闻寺讲经，潜众听之，出而叹曰：他门说得是行不得，我们行得说不得。仙翁怜悯此徒利口误身，故云“休将管见事空谈”也

取将坎位中心实，点化离宫腹里阴。

从此变成乾健体，潜藏飞跃尽由心。

道光曰：离外阳而内阴，坎外阴而内阳。以内阳点内阴，即成纯乾。金丹在外来，是至阳之气，号曰丹，而结在北海之中。以法取来，点已阴汞，化为纯阳。然后运水火抽添，总由我也。

子野曰：坎中之阳，干也。干动，而陷于坤，以成坎，干却为离。修炼之法，当于坎中取其一阳，归还于离，而复纯阳，则修丹之法能事毕矣。

上阳子曰：漆园庄老仙云：鸿蒙云将谋报浑沌之德，日凿一窍，七日而浑沌，死一世之人，假父母一点真阴真阳，而有此身，浑浑全全，无一亏欠，及乎二八之年，方得养就纯阳之体。已而鸿蒙云将者皆至，六贼日藏于外，七情夜残于内，岂知纯阳交阴，则亏全体而成离，纯阴负阳则夺一气而成坎，一切常人殆尽而已，大修行人取坎还离，是为金丹之道也。

震龙汞自出离乡，兑虎铅生在坎方。二物总因儿产母，五行全要入中央。道光曰：汞为震龙，属木。木生火，木为火母，火为木子。此常道之顺

五行。如朱砂属火，为离，汞自砂中生。却是火反生木。故曰儿产母也；铅为兑，属金。金生水。金为水母，水为金子。此常道之顺五行。如黑铅属水，为坎，银自铅中生，却是水反生金。故曰儿产母也。太白真人曰：“五行颠倒术，龙从火里出。五行不顺行，虎向水中生。”二物互相生产，而成四象。会中宫合五行，而结丹也。

子野曰：大概明儿产母之道。

上阳子曰：震为干之长男，遵父之志而行遁。兑为坤之少女，代母之位而行道。震兑合而虎龙降，离坎交而铅汞产， 饵丹，归于中央神室也。

月才天际半轮明，早有龙吟虎啸声。

便好用功修二八，一时辰内管丹成。

道光曰：仙翁所以指示月半轮者，但发明二八两半轮之数。取喻于龙虎。此道妙用，却在一时辰中，分作六候。只于两候中，金丹立成。尚余四候，别有妙用。此皆天机，难书竹帛，口传心授是也。愚者不得真师，却言药成于一时。非止用一时辰者。盖匹夫茫然不知所归，私意揣度，亦何谬甚。若云非止用一时辰，是将欲以日辰矣，为至简至易之妙也。此道非人间世上可得闻也。要须大善，方许参求。谨按大丹火记曰：“圣人下工之际，造铅之初，盗混元一周天之气，夺三千零七十三万年正数。聚于乾坤之鼎，会于生杀之舍。天地之数夺尽，日月之数夺尽，龙虎之数夺尽，阴阳五行之数夺尽，生成之数夺尽。”擒在一时辰中，制造圣丹一粒，大如黍米，其重一斤。至灵至圣，至尊至贵。为天地之元精，作一身之主宰。可谓贼天地，盗阴阳。宇宙在乎手，万化生乎身。得成

至真仙子，宾于上帝。则一时丹成，即其验也。

子野曰：药生之时，如月出庚，而至丁，乃上弦，金半斤之气候。斯时阴阳相逢，易于交媾。至于十五，三阳圆，至东方甲，则月已一轮升天，千金二八之气候，学者知其时而修炼，则此一时之中金丹可成。

上阳子曰：月才天际，月初受日之微阳，虎啸癸生，虎旺先天之始气时，来勿失炉损难全。紫阳老仙说到这里，一步紧一步，唯恐后人之不仙也。愚夫浊子终日谈道，以盲引盲，既不知龙吟虎啸为何物，又不知用工在一时懵无所知，却谤老仙之语，三峰采战之术，可怜此徒只管罪深与夫，且道，这一时是甚么时，咦，莫向天边寻子午，早从身上数坤申。

华岳山头雄虎啸，扶桑海底牝龙吟。

黄婆自解相媒合，遣作夫妻共一心。

道光曰：华岳乃西山月出之地，以象虎。雄虎，乃虎初弦之气，阴中之阳，故云雄虎；扶桑乃日出之所，以象龙。牝龙，乃龙初弦之气，阳中之阴，故云牝龙。二物间隔东西，黄婆能使之交合，结为夫妻，以产黄芽。

子野曰：坎上离下，调以中和之意，则虎龙相爱，如夫妇。黄者，中也，婆者，女之终称。故无妒忌，而能媒合，黄婆之义，中和尽焉。

上阳子曰：山头雄虎，危而难伏。海底牝龙，险而难降。非有大力量，大勇猛之士，安能驾驭哉。即如金丹，是一个至阳之气。居于恍惚不测之内，危而难得，险而难收，自非积德重厚，炼已纯熟，安能施功而得。

之哉，且道如之何得，他共一心。咦，若求天上宝，须用世间财

西山白虎性猖狂，东海青龙不可当。

两手捉来令死斗，化成一块紫金霜。

道光曰：海蟾云：“左手捉住青龙头，右手扯住白虎尾，一时将来入口吞，思量此物甚甘美。”此言外象。愚者未闻至道，将两手捉两兽，又非也。

子野曰：西山白虎，坎中金精。东海青龙，离中木性。二物狞恶猖狂，不易擒捉。若得法制之，则彼此和合而化成丹。这个死字极有深理，谚云：欲求生富贵，须下死工夫。

上阳子曰：虎有伤人之理，要思所以伏之。龙有奔逸之患，要思所以降之。且道，云何降伏，云何死斗，咄，耳口目三宝，闭塞勿发通，真人潜深渊，浮游守规中

先且观天明五贼，次须察地以安民。

民安国富方求战，战罢方能见圣人。

道光曰：天有五贼，见之者昌。人能见此，而逆修之，则宇宙在乎手，万化生乎身。察地之理，先须安民。民为邦本，本固邦宁。圣人以身为国，以精为民，以火为臣，以丹为主。吾侪以心观天，擒五贼而逆修之，盗阴阳而运化之。时真一之精可夺，而乾己之阴汞。精固气全，求战必胜。而见圣人矣。

子野曰：天者，心也。五贼者，心中具五行之性。五行各具一性。则至

相戕贼之元气皆为贼矣。金主怒，木主喜，水主凉，火主炎，土主静，此五行之性。能见此贼者，则心无杂念，体若太虚。地者一身之谓，身中精气神，人民也。精全气壮谓之民安，四大康健为之国富，国富而战为克捷矣。倘此心妄想不降，此身之根本不固，盗贼蜂起，精耗气散，以此而战，则必殒身而已，何可得见圣人乎，此章正是修心炼己筑基事业

上阳子曰：金丹之道，先须炼己。使神全气盛，七情不动，五贼不乱，六根净尽，精难摇动。此谓贼不打贫家。丹道之言五贼，即眼耳鼻舌意，为天之内五贼，色声香味触为世之外五贼，爱欲贪嗔痴为内之五贼。天之内五贼不谨于内，则内之五贼蜂起。世之外五贼不除，于外则天之五贼豺生。是以眼见色则爱起而贼精，耳听声则欲起而摇精，鼻闻香则贪起而耗精，口尝味则嗔起而走精，身意遇触则痴起而损精。五者曰夜戕贼于身，其精能有几何，精一去则神气随之丧矣。修行之人以身为国，以精气为民，精不动摇谓之民安，神气充裕谓之国富。以求丹为战敌，以先天一气为圣人，炼己者，去五贼之害，而先守精养气，然后可以战胜。而得先天真一之气。仙师以战为喻者，使人恐惧修省，愚者不明炼己，去贼之害，观此求战，用将，轻敌等语，指为三峰采战之说，至于结不可解。咦，愚者愚，贤者贤

赤龙黑虎各西东，四象交加戊己中。

复姤自兹能运用，金丹谁道不成功。

道光曰：赤龙黑虎交于戊己，产丹一粒。归纳中宫，进阳火于复卦，退

阴水于姤爻，运用抽添，金丹成矣。

子野曰：龙西虎东，所以间隔。欲使相逢，须凭戊己。既得交媾，产成紫金之丹，养火于复姤之功矣。

上阳子曰：我赵老师因见一人尽日谈道，每谓曾遇高人。发明师，即前拜而问曰：道不敢问，且道龙虎为何物。人曰：龙虎在汝身。师曰：作何状。人曰：肝肺是也。师曰：汝当入拔舌地狱。受报去矣，更不向世间误赚人。今紫阳翁指示龙虎，二物忒杀切了，夫我之物为龙，彼之物为虎，有彼我之分，是云各东西，龙之头为己，虎之门为戊，龙虎因之而交会，复姤由兹而运用，金丹得之而功成，咦，知之非难，行之惟难

用将须分左右军，饶他为主我为宾。

劝君临阵休轻敌，恐丧吾家无价珍。

道光曰：将者，火也。左为文火，右为武火。饶他为主者，主为阳，雄而好争；宾为阴，雌而好静。我为宾者，是守雌而不雄，持静而不争。虑险防危，敬畏之意。兵法曰：“以逸待劳，以静制动”是也。道之用在火，火之用在人。先定刻漏以分子午，次接阴阳以为化基。搬六十四卦之阴符，鼓二十四气之阳火。天关在手，地轴由心，迴七十二候之要津，攒归鼎内，夺三百六十之正气，辐辏胎中。运用有方，抽添有序。动则防危虑险，靡敢分毫差忒。外接阴阳之符，内生真一之体。苟或运心不谨，节候差殊，致使姹女逃亡，灵胎不结，还丹无价之宝失矣。亦如临阵不守雌而轻敌也。

子野曰：以军将为喻者，盖兵者乃器，善用之可全性命。若轻战易敌必致败亡，采药之际，当以彼我，分左右军伍。我为左军，彼为右军，动容周旋，端谨诚肃，无令一毫犯其严令，庶可保全无失丧也。

上阳子曰：左为我，右为彼。“饶他为主我为宾”者，彼居上而我在下，彼欲动而我欲静也。仙师言求丹，乃以军敌为喻者，盖霎时间，稍有不谨即所败矣。可轻易乎，金丹九还，唯只半个时中，造化争驰，虎龙交战。夺天地主宰之造化，夺太极未分之造化，夺乾坤交媾之造化，夺阴阳不测之造化，夺水火既济之造化，夺五行战克之造化，夺万物生成之造化，聚于顷刻，而求一点先天真气以炼成丹。其可不谨慎惧哉，故此章专喻外丹法象，若得外丹，神仙之能事已毕。是戒临阵休轻敌也。修行之士，做得这一著出来，方云：难事还丹，只此实为最难。故如来云，世尊说，此难事，是为甚难也。若稍轻敌，七情六贼，有一不防，则吾家至辉至精之宝，丧矣，安可轻敌乎。

火生于木本藏烽，不会钻研莫强攻。

祸发只因斯害己，要须制伏觅金公。

道光曰：火生于木，祸发必克；精生于身，动之必溃。不会钻研，祸斯害己。吕真人曰：“火发七户密牢关，莫教烧破河车路。”此要制伏觅金公也。

子野曰：木中有火，乃本来已抱此杀气矣。倘其一发，则木必焚。盖此生杀之机隔一线，百姓昧此，皆流于淫荡邪僻之归己。圣人察其火之将发，以水制之，则火不能为害也。

上阳子曰：木喻此身，此身日夜长大，而精气复至乎我之身矣。至于年壮，我之精气且盛，而爱欲之祸至矣，不可得而制伏。若欲制伏，必得先天真铅方可。然不得真师指示 真铅端的次第，切莫强为也 。

金公本是东家子，送在西邻寄体生。

认得唤来归舍养，配将姹女作亲情。

道光曰：金丹作用法象，有阳中之阴，复阳而又阴者；有阴中之阳，复阴而又阳者；又有内药阴阳，外药阴阳；内三性，外三性；内五行四象，外五行四象。又有内外阴阳互用法象。反反复复，不可名状。吾侪亲承玄旨，不可蹉跎。

子野曰：此章与前“取将坎位中心实”义同

上阳子曰：震是东家西是兑，若求兑位莫离壬。如此方是认归，且不可作。容易唤来，既能唤来，最紧关是归舍一节。噫，件件是难底勾当，奚敢妄为。又安敢妄说世有一等地狱种子，开口便云，说禅，说道，赚到老死，犹不知悔，又岂能解圆悟禅师之语哉。圆悟云：脚根不廓尔，无禅之禅，谓之真禅。似兔怀胎，顶门上五耀，无道之道，谓之真道。蚌含明月，此岂不是认得唤来归舍之妙乎 ？

姹女游行自有方，前行须短后须长。

归来却入黄婆舍，嫁个金翁作老郎。

道光曰：姹女，汞也。游行有方，是外药作用。炼丹之初，运汞火不半个时，即得真精饵之。此为前行须短；服丹之后，运己汞火，却有十月

之功。此为复须长。黄婆为内象，即土釜；金翁，即真铅；老郎，即纯阳也。

子野曰：姤女，己之阴汞。前顺去，后逆归。顺去则片晌之间，陷溺于彼，逆归，则自下即上，周流一身，落中宫，为铅合而结圣胎

上阳子曰：姤女是己之精，游行有方者，精有所行之熟路，常人精每少，但凡交感，激挠一身之骨脉，搅动一身之精髓。情欲方动，心君亦淫。三尸搬于上，七魄摧于下。方得精，自两胫而上，由五脏升泥丸，与髓同下，自夹脊双关，至外肾交媾，此为五浊世间法，此谓游行自有方，此谓常道之顺也。金丹则不然，行颠倒之法，持逆修之道，大修行人，炼己纯熟，身心不动，魂魄受制，情欲不干，精气满盈，如骤富之家，何处不有金玉。待彼一阳初动之时，先天真铅将至，则我一身之精气不动，只于内肾之下，就近便处，运一点真铅（疑为真汞一笔者注）以迎之，此谓前行短也。真铅既渡鹊桥（之家与混合却随）真铅升辘轳，三车由双关夹脊，上入泥丸，遍九宫，注双目，降金桥，下重楼，入绛宫冶炼，此为游行自有方，此谓后须长也。然后还归黄庭神室，交结成丹，此谓“归来却入黄婆舍”而嫁金翁也，此为颠倒五行而逆修也。及温养十月，以成真人，与天齐寿，是谓老郎。仙师说得次第明白，如此诸家所注皆略而不详者，莫敢洩漏，故也。仆愿天下人，愿后世万万人，皆以此而成仙作佛。仆亦甘受漏泄之咎，真仙圣师在上，天地神明鉴之。

纵识朱砂及黑铅，不知火候也如闲。

大都全借修持力，毫发差殊不作丹。

道光曰：金丹造化，毫发差殊，失之千里。圣人传药不传火，从来火候少人知。

子野曰：虽识得真铅，真汞，不知火候，圣胎不结。何哉？盖火性暖而能融物之真，使其交媾，若无火，则铅自铅，汞自汞，各不交矣。

上阳子曰：鼎器，药物，仙师诗中发泄到尽。唯火候不留于文者，盖必要师传。若不得师口传，虽知药物，丹亦无成，且火候次第，自有数节，岂愚人妄猜者所能知。

契论经歌讲至真，不将火候著于文。

要知口诀玄通处，须共神仙仔细论。

道光曰：火记六百篇，篇篇相似。与天合度，天之所秘，圣莫传之，获遇真师，仔细究竟。

子野曰：火候丹中要，非师勿妄猜

上阳子曰：外火候，有内火候，古仙上圣，丹经万卷，不指火候者，莫敢泄天宝也。仆今指出内外火候，愿后来学人个个成仙也。伯阳翁云：三日月出庚，外火候也。崔公曰：天应星，地应潮，外火候也。纯阳翁曰：一阳初动，中宵漏永，温温铅鼎，光透帘帏，外火候也。这般题出，大似分明。广成子曰：丹灶河车休矻矻，鹤胎龟息自绵绵，内火候也。仙师诗曰：谩守药炉看火候，但看神息任天然，内火候也。未炼丹时，最难得者是外火候，此有为作立基之事。内火候则已得丹，但任天自然，

乃大休歇，大自在，无为之功也。

八月十五玩蟾辉，正是金精壮盛时。

若到一阳才起处，便宜进火莫延迟。

道光曰：八月十五，是金水气旺，一阳来起复，乃上天之子时。内外二火功夫宜疾进也。

子野曰：金精壮盛，如八月十五夜月，月为金，金旺酉，八月建酉，故以此喻，此时进火，炼之无待莫旺，过而衰也

上阳子曰：水清金旺，天上之蟾月星辉。铅遇癸生，人间之药物可炼。正是一阳初动，便莫迟延，毋令铅鼎渐空劳神用仙师此诗持言外火候也如此

一阳才动作丹时，铅鼎温温照幌帟。

受气之初容易得，抽添运用却防危。

道光曰：一阳子时，造丹鼎内，真铅得火，光透帘帟。丹既在内，十月运用，抽添有防危之功也。

子野曰：学者趁一阳动时作丹，铅鼎光生，真气易得。及退藏于密，尤当谨慎抽添。

上阳子曰：崔公之入药镜云：受气吉，防成凶，意同。

元珠有象逐阳生，阳极阴消渐剥形。

十月霜飞丹始熟，此时神鬼也须惊。

道光曰：有象者，冬至则逐阳生而进阳火。夏至退以阴符，剥至十月，还丹始熟。

子野曰：玄珠者，药之象。药不能自生，须感阳气而生。自微至著，阳极阴消，十月数周，大丹成就。

上阳子曰：此言内丹法象，抽添温养之事。《金丹大要》书所言抽添温养工夫甚详。

前弦之后后弦前，药味平平气象全。

采得归来炉里煅，炼成温养自烹煎。

道光曰：月至三十，阳魂之金散尽，阴魄之水盈轮，故纯阴，阴而无光。法象坤卦，故曰晦。晦、朔两日，日月交合。同出同没。同行同没。至于初二，月感阳光而孕。初三，即现一阳于坤方庚上。即魄中生魂，法象震卦。此时人身金气初生，药苗新也。初八日，二阳生，法象兑卦。

此时魄中魂半，其平如绳，故曰上弦。弦前属阳，弦后属阴，阴中阳半，

得水中之金八两，其味平平，其气象全。十五日，三阳备，法象乾卦。

此时阴魄之水消尽，阳魂之金盈轮。是以团圆。纯阳而无阴。故云望。

阳极则生阴，十六日，轮生一阴，魂中魄生，象巽卦。二十三日，二阴生，象艮卦。此时魂中魄半，亦平如绳。故曰下弦也。弦前属阴，弦后

属阳。阳中阴半，得金中之水半斤。其味平平，其气象全。圣人采此二

八，擒居造化炉中，烹炼温养，以成还丹。仙翁此章，叮咛反复。使自己一意也。烹煎者，良有妙哉意也。

子野曰：前弦后，后弦前，乃日月合璧之后，太阴将复生之时，此时药材正新，得其平平之味，急采已与身中阴汞凝结，始于温养，终于烹煎，此丹熟自能清。

上阳子曰：仙师诗意唯欲指示三日药生一时，便修炼者亦如太阴，领览初生之气，以成金丹。薛陆所注，意同。或者以前弦为上弦，以后弦为下弦者，非也。

紫阳真人悟真篇三注卷之四

七言绝句三十二首

长男乍饮西方酒，少女初开北地花。

若使青娥相见后，一时关锁在黄家。

道光曰：震为长男，即龙也；兑为少女，即虎也。北地，即阴物；花既阴气，谓之阴火；青娥既姘女，**龙之弦气。谓之汞火。**修丹之士，驱龙乍来就虎。虎开地户之花以就龙。龙即动汞火与白虎交。见之后，一时封锁会于黄家，以产金丹而成真人。

子野曰：三日生魄，如震阳生坤丁，金火本坤之阴气，震为来复，食其坤之阴气，故喻“长男乍饮西方酒”。震来之地，乃兑之位，此地得其阳生，消其阴气，故喻“少女初开北地花”。开即发之意，花乃阴气，前有“次发红花阴后随”之句同。青娥即木汞，只此一时，坎离交媾，采药归已，封锁中宫也。

上阳子曰：酒饮西方，男女有东西之位。花开北地，人身辩南北之称。道光已露出于前，陆公复泄漏于后，闻者受者，信之慎之。

兔鸡之月及其时，刑德临门药象之。

到此金砂宜沐浴，若还加火必倾危。

道光曰：二为德，八为刑，时当沐浴，不宜加火。

子野曰：炼丹之法，阳则进阳火，阴则养阴符。火符随其消长，不可易之法也。兔鸡之月，卯酉春秋平分之时，阴中有阳，阳中有阴。故于此时，不敢进火，但以真气薰蒸而为沐浴，保其危险。契云：八月麦生，阴中有生气；二月榆死，阳中有杀气也。

上阳子曰：刑为杀，德为功。刑为危险，德为保养。既自金砂在鼎，须要温养保扶。紫真人尚有“烟气满寥冗”之叹，可不慎乎？

日月三旬一遇逢，以时易日法神功。

守城野战知凶吉，增得灵砂满鼎红。

道光曰：太阳太阴一月一合，圣人则之。缩一日为一时。以月易日，以日易时。守城则沐浴罢功，野战则龙虎交媾。神功者，进火之度。苟或阴阳错乱，日月乖戾。外火虽动，内符不应。必要进火退水，知吉知凶，旋斗历箕、暗合天度。自然灵胎密就，神鼎增辉也。

子野曰：太阴，太阳，一月一度合璧。修炼之法，以时易日，而交离坎时，乃晦尽朔来，药生之时，即非寻常时也。

上阳子曰：一年十二度月圆，明明有阳生之日；一月昼夜三千刻，刻刻寻癸生之时。野战则采铅，守城唯温养，要知凶吉，方保成功。

否泰才交万物盈，屯蒙受卦稟生成。

此中得意休求象，若究群爻谩役情。

道光曰：冬夏二至为一阴一阳之首，子午二时为一日一夜之元。圣人运动阴符阳火，协天地升降之道，日月往来之理，攒簇四时、八节、二十四气、七十二候，环列鼎中，而生真一之体。故托诸卦象，分璧于一月三旬之中，以阐玄机，以明火候。若执而用爻象者，非也。但屯、蒙为众卦之首，以象作用生成之始，造化稟受之原。故朝以屯，暮以蒙也。

否泰运用，阳升阴降。春分，阳气升到天地之中，阴阳相半，为泰卦。

亦如月之上弦气候，此时阴阳自然相交。不进火候，谓之沐浴；秋分，

阴气降到天地之中，阴阳相半，为否卦。亦如月之下弦气候，此时阴阳

自然交结，不进火候，谓之沐浴。斯亦法象如此，何劳执诸卦爻哉？

子野曰：阴阳一交，则万物生，生而无穷。使其交者，火候也。朝屯暮蒙，乃行火之纲领。学者知之，则其余卦象，皆自然而然

上阳子曰：天地未通为否，阴阳已交为泰。屯稟生成之如，蒙受育养之功，此言内丹之道。

卦中设象本仪形，得象忘言意自明。

举世迷人唯泥象，却行卦象望飞升。

道光曰：卦者，火之筌蹄。伯阳作《参同契》，演易象以明丹道。喻乾坤为鼎器，坎离为药物。故以四卦居中宫，不系运轂之数。其六十卦，分在一月之中。搬运符火，始在屯蒙，终于既未。周而复始，如车之轮，运转不已。一日两卦直事，三十日六十卦也。并乾坤坎离四卦，共六十

四，总三百八十四爻。以象一年及闰月。余三百八十四日，象金丹二八一斤之数。一斤计三百八十四铢。此皆比喻设象如此。苟明火候，则卦爻为无用。学者反泥此而行卦气，劳形苦思而望飞升者，不亦悲乎？

子野曰：先师借易卦阴阳为喻，不过行自己造化。若泥象执文，按图索骏者，去道远矣。

上阳子曰：丹道喻乾坤为鼎器者，使知男女；龙虎喻坎离为药物者，则知铅汞。是虎龙所产之物。世人执于易之辞，不明卦之用，苟明卦之用，不知易之道，欲明易之道在身中，不属卦气

天地盈虚自有时，审能消息始知机。

由来庚甲申明令，杀尽三尸道可期。

道光曰：天地相去八万四千里，冬至，地中阳气上升。一日之中升四百六十里，二百四十步。五日为一候，三候为一气，三气为一节，三节为一时，即春分日。计九十日，阳气共升到天四万二千里，正到天地之中。此时阴中阳半，为泰卦。其气变寒为温，万物发生之时。自此而后，阳气升入阳位。升到夏至，并前共计一百八十四日，共计到天八万四千里。此时阳中之阳，为乾卦，号纯阳。变温为热，曰夏。万物茂盛盈满之时，故曰盈满。阳极则阴生，自夏至后，阴气自天而降，一日降四百六十里，二百四十步。降至秋分，计九十日。阴气共降四万二千里，正在天地之中，此时阳中阴半，为否卦。其气变热为凉，万物结实之时。自此而后，阴气降入阴位，到冬至，并前计一百八十日，共降到地八万四千里。此时阴中之阴，为坤卦，乃纯阴，变凉为寒。万物敛肃收藏之时，故曰天

地盈虚。因月而见，月从日生。初三日，震庚生形；初八日，兑丁成弦；十五日，乾甲周满，故曰盈；十六日，巽辛受统；二十三日，艮丙成弦；三十日，坤乙消灭，故曰虚。圣人消息天地盈虚之机，移一年气候在一月之中，以知一日一阳生，为冬至。两日半，当一月气候。至上弦时，阴中阳半，即春分也。至十五日，得四月节气，月圆满，为纯阳。阳气盈轮，故曰盈。十六日，一阴生，为夏至。至下弦时，阳中阴半，即秋分也。三十日，得十月节气。月尽黑，为终阴。阴气消轮，故曰虚。终而复始，循环不已。圣人运动阴符阳火，一依天地盈虚升降，循环六十四卦，法庚甲圆缺之理，亦犹人君申明号令，杀尽阴尸道可期也。

子野曰：学者见之天地盈虚之消息道理，则而行之于己。趁其申明生庚满甲之令，朔后望前，采取天地盈时之气，归于身中，炼而成丹，则尸鬼乌得不灭。

上阳子曰：潮来则盈，潮去则虚，此天地之盈虚。月满则盈，月缺则虚，此日月之盈虚。春生，夏长，秋敛，冬肃，此四时之盈虚。气旺则盈，气散则虚，此人身之盈虚。癸生则盈，望远则虚，此金丹之盈虚。长春真人云：犹气鞠之气，气实则壮，气馁则虚，此气之盈虚。最要，人能消息用之。学者下工之初，先去三尸六贼，炼得心如太虚，六根净尽，方可入室而炼大丹。

要得谷神长不死，须凭元牝立根基。

真精既返黄金室，一颗灵光永不离。

道光曰：阴阳不测之谓神。感而遂通，若谷应声，故曰谷神。夫神因气

立，气因精生。精能生气，气能生神。故神气为一身主宰，一身为神气之府。形不得神气不得生，神气不得形则不立。二物相须，始有生也。若学长生，根基全凭玄牝。玄牝既立，然后长生可致。万物莫不因此而生，因此二物而死。实为天地之根，五行之祖，阴阳之元，万化之基。圣人凭此以成外丹，借此以就内药。故得真精返为黄金之室，变为一颗灵光。化身为气，化气为神。形神俱妙，与道合真，隐显莫测。

子野曰：谷者，养也。玄牝者，阴阳也。人欲养神长生，必须阴阳既济，而后则金精复归我之中宫，如一颗明珠长存也。

上阳子曰：谷神不死，是为玄牝，玄牝之门，是为天地根。此老子之言，仙师再为后人明之。立根基者，盖玄牝乃人身出入之门户，金丹由此而修合，大修行人先要洞明玄牝之旨，是阴阳媾精之处，方得一颗灵光之珠也。

元牝之门世罕知，指将口鼻妄施为。

饶君吐纳经千载，争得金乌搦兔儿。

道光曰：玄牝之门，是谓天地根。举世学人莫能知此，非遇真师指示，孰能晓哉！自开辟以来，非此玄牝二物，安能有万物哉？夫内外二丹，从此而立，圣人秘之，曰偃月炉、悬胎鼎也。金乌，即金丹也；以此金丹乃能制己之阴汞，似猫捕鼠，如鹰擒兔。或曰以两肾中间，混元一穴为玄牝，非也。盖玄牝乃二物，若无此二物，何以造化万物？岂可指凡体一穴而通论之。又以口鼻为玄牝者，大可笑也。

子野曰：前章只说得玄牝二字，再于此章发明一门字，其理深妙。门者，

出入往来之所，阴阳交会之地。不得心传口授之真，何可强猜而知之乎？上阳子曰：“玄牝之门”四字，自老子指出之后，后来真师仙圣，得以下手而炼大丹。愚人以口鼻为玄牝，以吐纳为是道，如斯谬戾，何由得乌兔之交合哉。

异名同出少人知，两者玄玄是要机。

保命全形明损益，紫金丹药最灵奇。

道光曰：经云：“无名，天地之始；有名，万物之母。”又曰：“两者同出而异名。”方其无，真一之气不可见。故为天地之始；及其有，真一之珠现空玄。故为万物之母。在天曰离、为汞；在地曰坎、为铅。其本则一，其用则异。同谓之玄，玄之又玄。上士至人，执此两者之玄机，以明损益，以治诸身。则形可全，而命可保。所谓损者，五行顺，而常道有生有灭；所谓益者，五行逆，而丹体常灵常存。吁，纯阳紫金，立乎天地之始，出为万物之母。此非金丹之最灵乎。

子野曰：一气分为阴阳，故有异名。然皆从太极而生，故曰同此。阴阳修炼之要机，保我之命，全我之形，无损于彼，有益于我，神哉，水中之金乎。

上阳子曰：异名者，有无也。微，妙也。始与母也，玄与牝也，此者。阴阳交合之所，金丹化生之处。上根之士，必先悟此两者，然后可炼紫金丹也。

始于有作无人见，及至无为众始知。

但见无为为要妙，岂知有作是根基。

道光曰：筌蹄方在手，莫我知也。夫到岸不须船，十目俄瞠视。凡圣杂市朝，鱼龙混通街。懊恨世间人，对面不相识。

子野曰：采药行火，得无为乎，但知无为，不知有作，何以结丹。

上阳子曰：到老无为，如何得药，入室采铅，是云有作。大隐市朝，又谁知觉。欲成匡廓，先立鄞腠。得一黍珠，云是不错。九载坐忘，无为功博，行满三千，与众共乐，若只无为，不先有作，此乃愚夫，自根执著，殷勤数语，以诏后学。

黑中有白为丹母，雄里藏雌是圣胎。

太一在炉宜慎守，三田聚宝应三台。

道光曰：铅中取银即为丹母，汞里出汞即是圣胎。二物感化，结在炉中。精明气候，恪守规模，分毫无差。故得三性聚会，结成丹宝，上应三台也。

子野曰：黑中白，是水中之金，即坎中阳气。人能采此真阳之气，结而成胎。所谓雄里怀雌，采药之际，当以太乙主人为念。倘不慎守，人欲横流，则丧吾珍，主人得不为之异乎

上阳子曰：黑中有白，乃阴中之阳，外丹法象。雄里怀雌，乃阳中得阴，内丹法象。太乙在炉，尤宜慎守，则三田之宝聚矣。

恍惚之中寻有象，杳冥之内觅真精。

有无从此自相入，未见如何想得成。

道光曰：真一子云：无者，龙也；有者，虎也。无者，汞也；有者，铅也。无因有激之而成象，有因无感之而有灵。故得黍米空玄，霞光耀日也。

子野曰：炼金丹者，须于杳冥恍惚之内，得其真精真象，始为了事，若未得师传，不可以智识猜度。

上阳子曰：经云：“恍兮惚兮，其中有物，惚兮恍兮，其中有象，杳兮冥兮，其中有精，其精甚真，其中有信”。金丹之道斯言尽矣。仙师再题出，可谓甚亲甚切。倘非言传心授之真，何必枯坐存想。

四象会时玄体就，五行全处紫金明。

脱胎入口通身圣，无限龙神尽失惊。

道光曰：四象五行会之时，真一之精结成黍米，紫色光明。密运于内，将来脱胎入口通神，天地龙神尽失惊也。

子野曰：十月数周，圣胎完具，遍身通圣，通于神明，得不惊也。

上阳子曰：一得永得，自然身轻，到此功满，丹灵方是大丈夫也。

华池宴罢月澄辉，跨个金龙访紫微。

从此众仙相见后，海潮陵谷任迁移。

道光曰：华池宴罢，得丹成功，脱胎神化。肌肤若冰雪绰约，若列子御气乘云，遨游八极，饱观尘世海变桑田也。

子野曰：华池乃产药之地，宴罢则采药已足。圣胎完备，身外有身。朝元谒帝，蓬莱仙岛，无所往而不可。

上阳子曰：华池即曲江，即坎宫之户，金丹由是而成。功圆到此，天仙之位也。此章亦紫阳仙师自颂，以诏后世，盖仙师乃紫微天宫之一星也。

要知金液还丹法，须向家园下栽种。

不假吹嘘并著力，自然果熟脱真胎。

道光曰：此道甚近，家园自有。宜急下功。若非其类，愈远；若得同类，何著力之有。

子野曰：药采他家，而归自己家园下栽培，以至成熟，自然之妙，非用人力也。

上阳子曰：还丹之法，盖家园自有金花种子，自可栽培，不须炉炭吹嘘。功成果熟脱胎，方外道人员顶禅衲要，知家园之妙在朝市间，维摩傅大士辈皆得此园而下种，故如来号之曰给孤独园也。

休施巧伪为功力，认取他家不死方。

壶内旋添留命酒，鼎中收取返魂浆。

道光曰：修真之士，多执非类巧伪之法，施功于己，安有成就？若悟他家有不死之药，腹内添返命之火。是为真宝也。

子野曰：此道乃真阳逆合，盗其杀机中之生气耳，即非三峰采战，其他巧伪漂荡之术，酒与浆皆神水

上阳子曰：前云家园下种，此云他家不死，岂非两物乎。延命酒，返魂浆二者，即真精真气。经云“仙人道士能有神，积精累气以为真”，是也

雪山一味好醍醐，倾入东阳造化炉。

若遇昆仑西北去，张骞方得见麻姑。

道光曰：雪山，喻白色；西山，金之象也，比金丹一粒味醍醐，饵归丹田造化炉中。昆仑在海水中。我身之昆仑，本在下元海水中生出，状若昆仑，实发火之处。昆仑顶有门，曰玄门，又云天门，在西北乾位；张骞象乾卦爻象，真汞为阴火；麻姑象坤卦爻象，真铅为阳火。言发火自昆仑玄门而入，则鼎内真铅始见而有变化。方其真胎内融，真火外接，坤策变乾策，阴水返阳符。南火交通，铅汞结合。神仙之道，根本于斯。张骞乘槎至月宫遇女宿，喻其阴阳相会遇之意。

子野曰：醍醐乃坎中金液，取归离中，离即我也，然后运之，由尾闾，经泥丸，自腹中至丹田，与身中阴汞，混合为一矣。

上阳子曰：雪山乃至阴之地，阴中有阳，故云好。醍醐灌顶者，此也。倾入者，他反居上也。我属东，故云东阳，我之玄门。曰造化炉，昆仑，张骞，道光已解。昔佛在雪山修行者，即此是也。古人因有其地，而名之，故多假名，以像物尔。

不识阳精及主宾，知他那个是疏亲。

房中空闭尾闾穴，误杀阎浮多少人。

道光曰：钟离公云：“四大一身皆属阴，不知何物是阳精。”盖真一之精乃至阳之气，号曰阳丹。而自外来，制己阴汞，故为主也；二物相恋，结成金砂，自然不走，遂成还丹。迷徒不达此理，却行房中御女之术，

强闭尾闾，名为炼阴。以此延年，实抱薪救火耳。《阴符经》曰：“火生于木，祸发必克。”可不慎乎？

子野曰：阳精实坎中之金，虽从外来，本一身内之物，唯有同出异名之一间耳。

上阳子曰：阳精虽是房中得之，而非御女之术，若行此术，是邪道也。岂能久长。故佛云：是人行邪道，不能见如来。倘非真师指示阳精之路，则诸傍门，皆为邪道。世之盲师，以采阴三峰御女之怪术转相授受，所谓以盲引盲，及腊月三十夜到来，反怨丹经虚诞，终不回思自己错谬，故仙翁直露此诗。

万物芸芸各返根，返根复命即长存。

知常返本人难会，妄作招凶众所闻。

道光曰：万物芸芸，各归其根。归根曰静，静曰复命。复命曰常，知常曰明。夫人未生之前，冥然无知，混乎至朴。及其生也，禀以阴阳之父母。圣人逆而修之，夺先天之气，以为丹母；贼阴阳始气，以为化基。炼形返入于无形，炼气复归于至朴。能知常道而返其本者，圣人也，是以长生。不知常道而妄作者，群迷也，是以招凶。

子野曰：万物如草木之类，犹能归根返本，以历岁月。人为万物之灵，动至死地，反不能如草木也。此道乃归根返本之道，却非寻常妄为而也。上阳子曰：万物有归根之时，至人明长生之理。草木遇阴之极，则归其根，待春而复茂。世人气血将衰，须求归根之道，可以回老，可以返婴，可以长生。噫，归根即还丹也，常者，乃常俗之世法。备诸常俗世法，

深深密密，方能返本还元，是为知常。所以大隐市廛者，要人不能识也。倘凡事不密而为之，妄作而招谤。故达磨远来东土，求成佛者，欲避而远谤也。六禅禅师隐于四会猎人中者，亦避而求成佛。后道光禅师既得石真人传，无奈之何，只得复俗，依有力以了兹事。我重阳帝君居活死人墓以成道，太虚真人往武夷七月，长生真君往洛阳三年。古人波波吒吒，只为此事。今时学者，偶记前贤一言两语，以为是道，终日谈论。又有一辈小愚之人，不参仙圣，所为乃谤修行之事。曰：世有生必有死，安有久视之道。此乃地狱种子，甘分轮回。次有执著之辈，因人略指傍门小径，便云能行。既不遇真仙至人，又不知归根复命，又不知出世间法，亦不知同类是何物。倘或知之，且能韬晦于常俗中，了其有为之大事，却无忘讳而妄为者，岂不招乎？故经云：知常曰明，不知常妄作，知常容容乃公是也。

欧冶亲传铸剑方，模铍金水配柔刚。

炼成便会知人意，万里追凶一电光。

道光曰：欧冶铸剑，天帝遣神女为之侍炉，制以金水，配以柔刚，剑成诛妖，如一电光，灵异若此。圣人铸剑，功亦如之。以天地为炉冶，以阴阳为水火，配以五行，制以神气。炼成宝剑，能曲能直，能柔能刚，能善能恶，能圆能方。心有所思，意有所适，飞扬诛斩，一电光耳。此乃神剑。修丹若无此剑，犹取鱼兔而乏筌蹄也。

子野曰：炼丹采药，全凭慧剑。降魔诛妖，倏忽变化，瞬息万里，慧剑若无锋利，妖魔岂不为害乎。

上阳子曰：要铸此剑，非用凡金凡铁。盖此神剑，内斩三尸，外诛邪恶。愚者以此剑杀其身，圣人以此剑飞其神。旌阳使五仙童女戏剑诛斩妖蛟，洞宾以三清宝剑精灵灭迹。在佛亦云金刚宝剑，实成仙佛之器耳。

敲竹唤龟吞玉芝，鼓琴招凤饮刀圭。

近来透体金光现，不与常人话此规。

道光曰：竹乃虚心之物，无情之意也；琴乃乐之正音，和谐之义也；龟即黑虎，凤即赤龙。龙之弦气曰玉芝，虎之弦气曰刀圭。言龙虎是无情之物，而能交媾。故曰敲，犹两物相敲击之意；龙虎相交为夫妇，是以和谐。故曰鼓琴。龙虎交则二弦之气相吞相啖，炼就还丹，透体金光，玄黄灿烂，风生两腋出人间。

子野曰：玉芝，刀圭，药之异名。药生坎中，坎有干阳，干为金，为玉，故喻为玉芝，刀圭。敲竹，鼓琴，乃阴阳相求之和声。竹则虚心，应而先欲琴。则正音和而不乱，。此声之感非寻常 邪僻情伪，郑卫之音，唤龟招凤，所谓本乎天者亲上；本乎地者亲下。入药镜谓之“上鹊桥，下鹊桥”之义。又离为禽，为南方朱凤，喻坎招离，翕受其药，离即我也。

上阳子曰：竹是中通外直之物，为其不直，则敲之，要其能应于物。琴乃徽弦相和之意，为其不和则调之，庶能克济所事。玉芝即乾龙，刀圭为坤物。唤龟属我，招凤要他。若非大和则他安能招凤乎。修行之人，卦气已过，竹不应物，可不击乎。击即敲也。琴若不和，可不调乎，调即鼓也。是以七十，八十，至百二十岁皆可还丹，是此道也。中人常士，

乌可语此。邪师妄人，乌能知此。此非真仙圣师盟天口授，孰得而知之乎。昔我紫琼公常侍太虚真人，偶一辩士求见，曰：敲竹唤龟吞玉芝。问我师如何是唤龟，太虚曰：唤龟，我当语汝，我且问你，如何是敲竹。辩士曰：上上关捩。太虚曰：我不问上上关捩，且说如何是敲竹。辩士曰：密密深机。太虚曰：你这言句是长连床上学来底，你将去与天下人论辩去。我这里不是你唤龟处。其人不悟。今紫琼拖出后却问，紫琼曰：汝知敲竹否？曰：寂然不动，感而遂通。曰：汝知唤龟否？曰：礼下于人必有所得。曰：适来辩士，何以不言。紫琼曰：彼未得师，强猜不得。太虚复诫曰：知之非难，行之唯难。

药逢气类方成象，道在希夷合自然。

一粒灵丹吞入腹，始知我命不由天。

道光曰：有物混成，先天地生，圣人强名之曰混元真一之气。视之不见，感而遂通，降成灵丹，象空元之中一粒宝珠，取而饵之，立乾己汞。化为纯阳之躯，与天齐年。朝元子曰：“死生尽道由天地，性命元来属汞铅”。岂非我命在我所为乎？

子野曰：道自是道，清净为要。药自是药，得类乃成。若求非类，徒劳心力。

上阳子曰：易云：西南得朋，乃与类行。若二阳同类，则成亢旱，岂有性情相感。二阴同室，则必争，安得阴阳相类哉。盖阴从阳方为类，铅投汞方成药。药化为丹，丹化为神，形神俱妙，命在我也。

赫赫金丹一日成，古仙垂语实堪听。

若还九载三年者，尽是推延款日程。

道光曰：金丹大药，下功不逾半个时，立得服饵。此言一日者，只于一日之中取此半个时也。金丹入口，立跻圣地。如此之妙，奚可以九载三年而迁延？

子野曰：作丹之法，大要铅与汞合，则片晌之间，丹头即结。但究铅生之时，斯时也，万物萌芽，有气无质，水源至清，妙矣哉。且道这时是甚么时，咦，今年初尽处，明日未来时。

上阳子曰：炼丹之法，要知他家活子时也。非天下之至妙，孰能与于此哉。

大药修之有易难，也知由我亦由天。

若非积行修阴德，动有群魔作障缘。

道光曰：魔障在彼，修持在我；阴德既宏，灵丹可冀。

子野曰：金丹大道，古人以万劫一传，非等闲之细事。道既高，魔必盛。非以阴德相扶，恐有剋志之患。

上阳子曰：前云我命不由天，是造化之妙在乎我。此章言由我亦由天，盖还丹先须积阴德。夫施与不求报，阴德也。积善无人知，阴德也。不陷人于险，阴德也。暗中作方便，阴德也。大修行人自己积德未充，鲜不为外魔所攻。若能回思内省，发大忍辱精进，则魔障化为阴德。经云：彼以祸来，我以福往。彼以怨来，我以德报。皆阴德之盛，祛魔之功也。

三才相盗及其时，道德神仙隐此机。

万化既安诸虑息，百骸俱理证无为。

道光曰：天地以四时盗万物，故有荣枯而不能常荣。万物以五味盗人，故有生死而不能长生。人以五行盗万物。故有存毁而不能长存。三盗既宜，三才既安。是以有生有死，有荣有枯，有存有毁，有物有我。纷纷而起，循环无端。此乃自然之道。若能混此三盗为一，返其机而动之，逆其时而食之，则百骸俱理，而万化自安，诸虑自息。诸虑既息，是为之道证矣。

子野曰：盗者，使人不知不觉而窃。其所谓之事，修炼之法，窃天地之机，盗杀中之生气尔，得其理则百骸安。

上阳子曰：盗者，非世俗之所谓盗也。是金丹之法。盗其先天先地一点真阳之气，以炼还。凡此乃道高德重，神仙中人。方能隐用此机，而非谗德殄行庸常之人所可知之。 偶或知之，非疑，则惑，何哉，无德，故也。此云：道德神仙隐此机

阴符宝字逾三百，道德灵文满五千。

今古上仙无限数，尽于此处达真诠。

道光曰：二经为群经之枢辖，诸子之机纽也。

上阳子曰：阴符道德，丹之祖书。上仙皆毒之为筌蹄，修之成道。然其旨意玄远，世薄人浇不能达此。故仙师作此《悟真篇》，使后学者一见了然，易于领悟而行之尔，是知阴符，道德，悟真篇三书，同一事也

未炼还丹须急速，炼了还须知止足。

若也持盈未已心，不免一朝遭殆辱。

道光曰：若未炼丹，急须下手，时不待人。既炼丹毕，抱一守成，面壁九年，斯道弘矣。

上阳子曰：未炼还丹，急须炼之。若已炼丹，急须去之。佛云：道成之后，丹房器皿，委之而去。若不去之，则心境见前，恐有殆辱之患。紫清白真人“半夜忽风雷”，此其证也。是以达磨去长芦而入少林冷坐者，无一朝之患也

饶君聪慧过颜闵，不遇真师莫强猜。

只为金丹无口诀，教君何处结灵胎。

道光曰：千经万论，惟布枝条。至道不繁，独传心印。未遇真师，强猜不得。

子野曰：非师口诀真要，则从何处而下手

上阳子曰：九流百家，一应艺术，皆可留之纸上。或可以智慧猜晓而知，唯独金丹一事，非得真师逐节指示，不可强以意会，或者得师，略言鼎器，而不知药生之时，亦不成丹。既知药物，不知火候，亦不成丹。既知火候，而不颠倒，亦不成丹。既知颠倒，而不知炼已细微，亦不成丹。既知炼已，而不知法财两用，亦不成丹。崔公入药镜：差毫发，不成丹。噫，世之愚人，恃其机锋，欲以言语会，恃其聪慧，欲以心领意会。或因邪僻，而行采战。或只枯坐，自为仙师慈悲，诗句迫切，后来者多矣。

了了心猿方寸机，三千功行与天齐。

自然有鼎烹龙虎，何必担家恋子妻。

道光曰：此言甚切，何故不知返也。

上阳子曰：天地之功，春生，夏长，秋收，冬闭，万物荣枯。星宿迁斡，造化运转，只三百六十日为一始终之成功也。修行之人，制御心猿，涤洗方寸，收宝珠于爱河之内，只半个时辰，还丹于神室之中，三千日功备，造化德伏鬼神，岂非功行与天齐乎。

须将死户为生户，莫执生门号死门。

若会杀机明反覆，始知害里却生恩。

道光曰：阴阳五行，顺之则生，逆之则死，此常道也。不生之生则长生，不顺之顺为至顺。此丹道也！若能明此，则害里生恩，男儿有孕矣。

上阳子曰：诗云：明门户急重修，今人若达此理，明生死之机，识颠倒之用，知返还之妙，转生杀之户，以苦为乐，以忍收恩，何忧不仙乎

祸福由来互倚伏，还如影响相随逐。

会能转此生杀机，反掌之间灾变福。

道光曰：阳主生，曰福；阴主杀，曰祸。阴消则阳长，阳极则阴生，互相倚伏，此常道也。若以生杀之机，逆而修之，反掌之间，灾中变福，害里生恩，男儿有孕，为丹道也。

子野曰：所谓五行顺行，法界火坑。五行颠倒，大地七宝。

上阳子曰：造化在吾掌握，祸福由我而修。顺则生人，逆则生丹。世人

为不知转生杀之机，是以轮回而无了期，又乌知成佛作仙之道，止一反掌间耳

修行混俗且和光，圆即圆兮方即方。

显晦逆从人莫测，教人争得见行藏。

道光曰：老子云：“和其光，同其尘。”和同天人之际，实修行之秘要。

子野曰：外圆内方，是有为也，道之所谓，奚可令人见之乎。

上阳子曰：仙师广大慈悲，非特以金丹之秘开悟后人，并以世间法，始终叮咛，何其切也。夫大丹之最难者，混俗也。要深不可识者。和光也，虽有妙用，而不露锋芒者。方圆，应世潜造化而不显，至此者，孰知行藏。凡此数者，实为大修行之上事。道光得杏林之语，即弃僧复俗，以了大事，岂非混俗乎？六祖得五祖之言，入于猎入之中，无人知觉，岂非混俗乎？我大虚真人得黄房公妙旨，去隐武夷七个月方成道，岂非和光乎？今者黄缙之流圆其顶而衲其衣，髻其髻而方其袍，此岂知吾有大患，为吾有身之圣训乎？又安知此身相反为入室之大患乎？所以大隐市廛者，使人不可得而测度。修出世间法者，要人不得而知行藏。故老子曰：迎之不见其首，随之不见其后。又曰：惟不可识，故强为之。容明达到此，回视愚夫俗子，欲以机锋巧诈，剽识淫荡而求道者，远之又远矣。大修行人工夫至此，可不三复，是诗以求成道勋业乎

五言一首以象太一含真气之妙

五言一首（以象太乙含真气之妙）

女子着青衣，郎君披素练。见之不可用，用之不可见。恍惚里相逢，杳冥中有变。一霎火焰飞，真人自出现。

道光曰：女子乃龙之弦气。号曰木姬。生于青龙，故云着青衣也；郎君乃虎之弦气。号曰金郎，生于白虎，故云披素练也。有质可见者，乃后天生滓之类也，故不可用。唯混元真一之气，生于天地之先，居于恍惚之中，出于杳冥之内。氤氲磅礴，通灵变化，无中生有也。火功一正，真人出现。此道妙矣！非遇真师亲授口诀，其孰能与于此哉！

子野曰：女子着青衣，木汞也。郎君披素练，水金也。阴阳相合，彼此以形质未露之气，交于杳冥恍惚中，庶乎可用，倘形质既兆，则为后天不可用矣

上阳子曰：此诗八句，括尽一部丹经之妙用。首句是震家事，为木汞。属我二句是兑官事，谓铅。属他三句，则生人物矣，四句乃以炼丹，五句为入室下工，六句乃防危杜险，七句即丹成九转，八句谓行满三千，仙师布流此诗者，唯欲指出先天混元真一之气，即大一所含之初气，学者可不求师乎。

西江月十二首（以象十二月）

仙师曰：西者，金之方。江者，水之体。月者，丹之用。

内药还同外药，内通外亦须通。丹头和合类相同，温养两般作用。

内有天然真火，炉中赫赫长红。外炉增减要勤功，妙绝无过真种。道光曰：《夷门破迷歌》云：道在内来，安炉立鼎却在外；道在外来，坎离铅汞却在内。此明内外二药也。外药者，金丹是也。造化在二八炉中，不出半个时，立得成熟；内药者，金液还丹是也。造化在自己身中，须待十个月足，方能脱胎成圣。二药作用虽略相同，用功火候实相远矣。吾侪下工，外丹和合丹头之际，分毫差忒，大药不就。内药和合丹头之际，最慎防危虑险。内药虽有天然真火在土釜之中，赫赫长红，亦须外炉勤功加減。然内外真火变化无穷者，实借真铅之妙。此物偏能擒汞，不使飞走。近叶文叔不达此理，却言内药以真火烹炼，外药须假凡火增减。呵呵！盖未得师指，以管窥天。殊不知，二药内外虽异，其用实一道也。所以有内外者，人之一身，禀天地秀气而有生，托阴阳铸成于幻相。故一形之中，以精气神为主。神生于气，气生于精。修丹之士，若执此身内而修，无过炼精气神三物而已。然此三者，皆后天地所生，纯阴无阳。以此修持，安能出乎天地之外耶？钟离翁云：“涕唾精津气血液，七般物色总皆阴。”又曰：“独修一物是孤阴”。圣人知己之真精后天地生，而属阴，难擒易失。是以采先天之一气，以真阴真阳二八同类之物，擒在一时，炼成一粒，名曰至阳之丹。号曰：真铅。此造化却在外，故曰外药也。却以此阳丹，擒自己阴汞，犹猫捕鼠耳。阳丹是天地之母气，己汞乃天地之子气。以母气伏子气，岂非同类乎？其造化在内，故曰内药。便假阴阳符火，运用抽添。十月功足，形化为气，气化

为神，神与道合，升入无形，变化不测。故能出乎天地之外，立乎造化之表。提挈天地而陶铸阴阳，却不为阴阳陶铸者，是先天一气使之然也。真妙如此之绝。故谓：妙绝无过真种。安可用后天地生、凡铅凡汞、凡砂凡火，非类滓质之物而为外药耶？学道之士，研穷本始，精究邪正，勿惑诬邪，诈装高道，以误后来。有如此者，永堕三涂。

子野曰：内丹之道，与外药炉火之事颇同，大概汞非铅则不能伏。知外事者内亦易知

上阳子曰：修行之人，先须洞晓内外两个阴阳作用之真，则入室下工成功易矣。内药是一己自有，外药则一身所出；内药则自己身中，外药则一身所出；内药不离自己身中，外药不离己相之中；内药只了性，外药兼了命；内药是精，外药是气，精气不离，故云真种，性命双修，方证天仙。

此药至神至圣，忧君分薄难消，调和铅汞不终朝，早睹元珠形兆。

志士若能修炼，何妨在市居朝。工夫容易药非遥，说破人须失笑。道光曰：金丹入口，立跻圣地。岂非至神至圣乎？锻炼只半个时，岂非至简至易乎？家家自有，不拘市朝，岂非至近乎？以其至近，是故说破令人失笑也。得之者，只恐无功无德，忘师背道，不足以胜其妙。

子野曰：金丹之事，为其至灵，故称神圣。其所以为灵者，如立竿见影，呼谷传声之谓。非其他虚幻渺茫之术，是此金丹，唯铅与汞，铅从他出，

汞向已生（才办肯心一注可能错误）玄珠有象，工夫容易，何必名山大泽以煅炼哉！

上阳子曰：还丹之道功，在降龙伏虎，盗夺天地造化，是为神妙哉！寂然不动，感而遂通，是为灵圣。闻而信受勤行者，大根上器也。闻而失笑，诽谤者，无分薄福也。铅汞交而玄珠兆，是名金丹。此丹朝市家居，日用夜作，本自具足，无所拘执。世之愚人，乃谓修行者必居深山，必远市朝，必出妻弃子，必孤坐无为，方为修道。彼岂知真阴真阳之用哉？

白虎首经至宝，华池神水真金。故知上善利源深，不比寻常药品。

若要修成九转，先须炼己持心。依时采取定浮沉，进火须防危甚。道光曰：首者，初也。首经即白虎初弦之气。却非采战闺丹之术。若说三峰二十四品采阴之法，是即谤毁大道，九祖永沉下鬼，自身见世恶报者。道不可毁，犹天之不可阶而升也。且夫真一之气，在天曰真一之水，在虎曰初弦之气，若炼在华池，名曰神水。此乃真金之至宝。皆不离真一之精，流历诸处，故曰种种之异名，以其能成就造化。经曰：“上善若水。”盖真一之水，生于天地之先。故曰：上善。源流甚深，却不比寻常后天地生滓质之物。九转为九年，在十月胎圆之后作用，即达磨面壁九年之功。若欲修九转之妙者，先须炼己以定浮沉，以分宾主。依时采取，守雌而不雄，方免危殆。运火十月，自然形化为气，气化为神。抱元守一，九载功成，形神俱妙，与道合真。圣人强名曰九转金液大还丹也。

子野曰：男子二八而真精通，女子二七而天癸降，当其初降之时，是首经耶？不是首经耶？咦！路逢侠士须呈剑，琴遇知音始可弹。神水即首经也。老子曰：上善若水，善利万物。真人以首经神水为喻，言其利生之功，非其他圆散之外药，九转乃火数周之，丹熟之时。欲得九转丹成，持心炼己为要。

上阳子曰：白虎为难制之物，倘用之，而得其道，可无伤人之理，为难得之物；倘求之不失其时，必有天仙之分。只此白虎首经，强名先天一气，仙师太忒漏尽，薛陆注之太详。世之愚人，若指为采战之说，或谓闺丹之术者，则祸及于身。学者若知三日月出庚之旨，方许求华池神水之用。还丹之道，修之则易，炼己最难。故仙师戒人先炼己，即纯阳云：还丹在人，先须炼己待时，何也？盖火为最灵之物，人所不能测度者，火却先知犹灯蕊焉，凡火尚灵，况真火即己汞。必先炼此真火，降此真龙，使无奔走，从我驱用，然后可以制伏白虎，而得至宝之真金。圣师用心至此，唯恐后人不能炼己，则时至临炉，顷刻之工，不得一粒至宝，反至危困。修行之人，先当究竟炼己之功也。

牛女情缘道合，龟蛇类禀天然。蟾乌遇朔合蝉娟，二气相资运转。

本是乾坤妙用，谁能达此渊源。阴阳否隔却成愆，怎得天长地远。

道光曰：牛郎织女，一岁一交。太阳太阴，一月一合。龟蛇以类，蟠虬相扶，皆阴阳二气使之然也，实为大道之根本。金丹大药作用，一一如之。盖真一之气，杳然无形，不得二八阴阳之气相交，焉降格兆形于黍

米哉。既得丹餌之后，不得阴阳符火氤氲，焉能变化金液还丹哉？《参

同契》曰：“关关雎鸠，在河之洲，窈窕淑女，君子好逑。雄不独处，雌不孤居”玄哉！“元武龟蛇，蟠虬相扶。以明牝牡，竟当相须”。理之所在，夫复何疑？仙翁于此章，再三致意，深于道者，以意会之。

子野曰：牛女，天之二星，每遇七夕，假鹊桥会合。龟蛇，地下之物，亦能交媾。日月，遇朔合璧，是皆一阴一阳，相求之道。作丹之妙，若以孤阴寡阳而无配，得不求乎

上阳子曰：牛女为星宿，蟾乌为日月，龟蛇甲（疑为”同”）类，亦必阴阳二气。而后资之运转，今人乃孤阴寡阳，深山兀坐，以为修道，而欲长生，何其大谬。岂知阴阳否隔，则不成造化，而况修金丹之道乎？

若要真铅留汞，亲中不离家臣。木金间隔会无因，须仗媒人勾引。

木性爱金顺义，金情恋木慈仁，相吞相啖却相亲，始觉男儿有孕。道光曰：铅为金在外，汞为木在内。二物间隔，须仗黄婆制造成丹。吞入腹中，与己汞合。而其金情正刚烈，木性柔顺慈悲。情性自爱自恋，相吞相啖，结为夫妇，以产婴儿，在我腹中。故云有孕。此道妙！偿非慈悲及物，济人阴德之士，则万生难遇也。

子野曰：汞出自家，非铅不伏。铅生坤宫，所以间隔。欲其铅汞相会，非媒不可。媒者，合阴阳之用，物之生乎一气者，家亲虽彼此间隔，而互相慕恋，不可废弃。所以木之性不得不爱金，金之情不得不恋木。何哉？为其同出乎一气，故也。非洞晓阴阳，深达造化，其孰能与于此哉？

上阳子曰：真铅在造化窟中，而生真铅，居造化身中而住。不能持心炼己，则汞走。不能依时临炉，则铅飞。家臣者即己汞，若炼之熟，则能随我之意而役用之。木虽爱金顺义，非财则不得其欢心；金虽恋木而多情，非媒则不能以自达；媒既通好，财已结欢，自相吞啖，而男子怀胎也。若不怀之以德，惠人以仁，则临事焉，能随我之用哉。

二八谁家姹女，九三何处郎君。自称木液与金精，遇土却成三性。更假丁公锻炼，夫妻始结欢情，河车不敢暂留停，运入昆仑峰顶。道光曰：姹女木液，曰汞；郎君即金精曰铅。此言铅汞二物在土釜中，须凭火功内炼外煅，始结欢情。是以阴符阳火，不得暂停。诸般气候，妙在一心。运自昆仑顶，注入温养，以成还丹。

子野曰：汞属阴，故云二八姹女；铅属阳，故云九三郎君。汞乃木之液，铅乃金之精，得土为媒，三姓交媾，加以丁火炼之，则铅汞融结，夫欢妇合，火性炎上，丹为火气下蒸，则河车自然有路，飞上泥丸也。

上阳子曰：姹女即离宫之汞，郎君乃坎中之铅，土乃合二为一之物。金木得土方能媾结，河车运入于昆仑顶矣。

七返朱砂返本，九还金液还真。休将寅子数坤申，但看五行成准。

本是水银一味，周流历遍诸辰，阴阳数足自通神，出入不离玄牝。道光曰：九还七返者，不离天地五行生成之数。世人以寅子数至坤申，为九还七返者，谬也！返者，返本。还者，還元。水银为汞，汞即真一之精。一变为水，在北；二变为砂，在南；三变为汞，在东；四变为金，

在西；五变为丹，在中。此丹非天地不生，非日月不产，非四时不全。非五行不就，非总数不成。是以遍历诸辰，阴阳数足，自然变化通神也。子野曰：火乃七数，金乃九数，金火相胥，作丹之要，金非火不还，火非金不返。龙虎上经云：丹术著明，莫大乎金火，此之谓也。水中金故称水银，内丹之成，不出此一味尔。得其妙，则自然经历诸辰，时至气化，要知欲得之妙，非藉玄牝不可得也。

上阳子曰：朱砂为汞，金液为铅。金来归性，是曰还丹。本来只是先天一气，生于造化泉窟，故号水银。非此一味至宝之物，何以结丹。又非玄牝为之根本，何由出入而变化哉。

雄里内含雌质，负阴却抱阳精，两般和合药方成，点化魄灵魂圣。

信道金丹一粒，蛇吞立变龙形，鸡餐亦乃化鸾鹏，飞入真阳清境。

道光曰：雄里雌，是龙之弦气；阴抱阳，乃虎之弦气。二物交合，灵丹自结。吞入腹中，点化阳魂以消阴魄。一粒如黍，鸡食蛇吸，亦化龙鹏，药之神圣如此。

子野曰：阳中有阴，阴中有阳，阴阳相交，魂灵胎圣。

上阳子曰：我虽外雄，其中唯雌；我虽外白，其内唯黑；彼之阴中反抱阳精，以阳点阴，大药方成，万物得此灵药，皆能变化，而况于至人乎

天地才经否泰，朝昏好识屯蒙。辐来辘轳水朝宗，妙在抽添运用。

得一万般皆毕，休分南北西东。损之又损慎前功，命宝不宜轻弄。

道光曰：进火之始，用功于屯蒙，休功于既未。日夕搬运符火，入于鼎中。如车之轮，辐辏于毂；若百川水，朝宗于海。运用抽添如此者，真一之精也。一气生阴阳，阴阳生四象，四象生五行，五行生万物。俱是真一之气变也。故真一之精为天地父母，阴阳之宗祖，四象之元，五行之根，万物之基。得此之一，则万事毕矣。损之又损，方能尽得一之妙。盖一之有象，运阴阳之火以形之也。既得，吞归五内，如前运阴符阳火，以慎前功。虑险防危，不可轻动，恐失命宝玄珠。

子野曰：阴阳既合，乃行火之候。辐辏毂者，乃得药之功。斯时混沌，复为一太极。不必分南北西东之限，但当照顾关防，念头差动，慎其前功。倘怀一时之兴浓，则忘平日之辛苦，而废大事，所以道不宜轻弄。

上阳子曰：大修行之人，当思学道炼丹之难，只此一粒之丹，甚不易得，费尽万苦千辛，方能得之。既得之后，侥幸令此命宝，更宜深居闲处，温养调损之又损者，念欲灰而忘欲奋，功欲勤而景欲忘，其未得丹之时，行员个神仙之行。若已得丹之后，怀全无所得之心，则一切事物不关心。君而不无险危，直至功成火足而怠也。

冬至一阳来复，三旬增一阳爻。月中复卦朔晨朝，望罢乾终姤兆。

日又别为寒暑，阳生复起中宵。午时姤象一阴朝，炼药须知昏晓。

道光曰：冬至一阳生，为复卦。三十日又增一阳，为临卦、为泰、为大壮、为夬。至四月六阳为纯乾，乃阳火之候。阳极则阴生，夏至一阴生，为姤卦。三十日增一阴，为遁卦、为否、为观、为剥。至十月六阴为纯坤，乃阴符之候。阴极则阳生，周而复始。此一年之火候也。圣人移一

年火候在一月之中，朔旦复卦，两日半增一阳。至十五日为纯乾。十六日一阴生，为姤。又将一年之候移于一日之中，分为寒暑、阴阳、温凉、四时之气。故以中夜子时一阳生为复卦；午时一阴生为姤卦。阳火阴符，一依天地阴阳升降之道。

子野曰：冬至初阳来复，喻身中药生之时。此时于一月终见此气候。所以云：三旬增一阳爻者。月中之复卦也，自复至干，干满而姤，姤即药过之时，金逢望远之候。日又别为寒暑言一日之内炼药气候，半夜子时为复，日中午时为姤，学者炼药，须要明其心中一阳之时，天地一阳之时，毫发无差，金丹可望。

上阳子曰：冬至潮候，乃天地之造化。铅见癸生，乃人身之造化。天地一阳复而万物兆，人身一阳生而真铅现。此时不采不炼，则过时溷浊，药物不真。既得一粒之丹，与自己真汞既济而成干。乃行阳火，姤巽承领阴符，日运巳汞，已固阳精。故曰姤象一阴朝，这里又须口授也

不辨五行四象，那分朱汞铅银。修丹火候未曾闻，早便称呼居隐。

不肯自思已错，更将错路教人，误他永劫在迷津，似恁欺心安忍。

道光曰：丹经万卷，妙在参同契。又鼎器歌，金丹之就，举世学人莫能晓解。偶或愚师指示傍门非类，便有脱漏之想。未得吐故纳新之方，便有飞云走雾之心。自高自是，模范于人。己既不知，悔悟误他，亦溺迷津。亏心失行，多招恶报。况又谤毁前文，诈生议论，安忍此哉！

子野曰：语云：中人以上，可以语上也。中人以下，不可以语上也

上阳子曰：铅，汞，砂，银，土为还丹之五行，乾坤，坎离为造化之四

象，火之为物最异最灵。炊薪笑而占客来，宵灯蕊而卜财喜。凡火尚犹如些真火，尤为灵通，故有生物生仙，功夺造化，却缘遇子，未遇真师，不知世有还丹之道，但以空无狂荡，锋辩矫诈，瞽诱时人，错到了处，不肯回思失行，不以罪福关心。仆自闻师训后，凡见此辈，即欲提省，使归正道。焉知浅识之徒，僻而难诲。噫，庄仙云：其人天耳，劓者，真言也

德行修逾八百，阴功积满三千。均齐物我与亲冤，始合神仙本愿。

虎兕刀兵不害，无常火宅难牵，宝符降后去朝天，稳驾琼舆凤辇。
道光曰：九载抱一，行满功成，物我俱忘，何畏乎刀兵虎兕？天降宝符，身飞玉阙。此大丈夫功成名遂之时也。

子野曰：始因有作，今入无为，无为境界，真仙所居。

上阳子曰：修行之人，勤修德行，广积阴功。任他魔障百端，惟以功行为务，存心如此，虽有宿冤，自然消散，岂有刀兵虎兕之害哉。功成之日，伺诏飞升，若张天师，许旌阳，葛仙翁，皆道成之后，白日升天。今人乃谓神仙，因宿世布种积劫修来，非人可学，又苦之甚。彼岂知葛仙翁六十岁后方得闻道，其勤谨有不可述者，而后道成。噫，老子云：古之善为士者，微妙玄通，深不可识。妙矣哉，深不可识者，炼大丹之时，行有为之道。唯其深不可识，故得行逾八百，功满三千也。

又西江月一首（以象闰月）

丹是色身至宝，炼成变化无穷。更于性上究其宗，决了无生妙用。

不待他身后世，现前获佛神通。自从龙女著斯功，尔后谁能继踵？

道光曰：此道正是我达磨祖师西来底意，祖祖相传，皆此道也。故六祖出曹溪一派，马祖指为西江水，无非此意。但后之人，无心行道，唯以口谈佛祖。无可奈何，拄杖棒喝，百般比喻，使上根者行其道，中器者悟其性，下根者记其言。道人所适，盖欲世人先存其性，然后修命。存性即玉液炼己之功。修命既金液还丹之道。愚者却谓我教禅宗，一言之下，顿悟成佛。此乃诳惑迷愚，安有是理哉？要知金丹即我教中最上一乘之妙。

子野曰：丹是色身至宝，只斯一语，已尽大丹之旨，何用多为。

上阳子曰：如来妙色身，从凡世色身中来。是以金丹至宝，不在深山穷谷，当于世间法中求之。此丹一成，变化无穷。先要自性究达，方可为佛子已上事。故道光云修性即炼己，修命即还丹。此非时人修来生福，直要今生即成佛果。昔世尊灵山说法，五千人退席，唯一龙女于世尊前献一宝珠，证佛成道也。

绝句五首（以象铅汞砂银土之五行也）

续绝句五首以象铅汞砂银土之五行也

饶君了悟真如性，未免抛身却入身。

何事更兼修大药，顿超无漏作真人。

道光曰：我如来法门，悟性为先，然非上乘之妙义。金丹之道，得药为上。然必炼性为先。若以悟性为偏，万无是理。若不炼性而求药，恐致险危。

子野曰：阳云：穷理尽性以致于命，是谓性命同修，是谓一阴一阳之道。

若止悟性，未能了命，是谓偏阴偏阳之疾，而有抛身入身之患矣。

上阳子曰：世人不知仙师末后多举释氏之说者，要人必须性命兼修。后人反谤其成道之后，终须参佛，何其诬哉？彼了真如性体而不修丹者，不能成佛也。故首序云闭息一法与坐禅颇同。若勤而行之可以入定出神，奈何精神属阴，宅舍难固，不免长用迁徙之法。既未得金汞返还之道，又岂能回阳换骨，白日而升天哉。故抛身入身者，难免无漏修命之道，直入无形，大药者，修命也，性命双修，形神俱妙。

投胎夺舍及移居，旧住名为四果徒。

若会降龙并伏虎，真金起屋几时枯。

道光曰：投胎夺舍，是执空之徒。降龙伏虎，是还丹之妙。

子野曰：金丹之道，一得永得。身外有身，隐显莫测，与投胎，夺舍，顽空之辈不同。

上阳子曰：四果，如须陀洹。斯陀含阿罗汉，阿那含是也。投胎，夺舍，如五祖之投周氏胎者，犹可望再世而修，缘有道信，为能不昧，故也。若则一失人身，则万劫轮回矣。

鉴形闭气思神法，初出艰难后坦途。

倏忽纵能游万国，奈何屋旧却移居。

道光曰：凡此数事，皆道教之旁门耳。依此修行，不能见如来。

子野曰：此言出阴神之法，有屋旧移居之苦，与阳神金丹之道不同。

上阳子曰：闭气养息，一阴而已。饶经万劫，终落空亡，此非道也。

《洞宾传》载：一日洞宾化作一道人，游庐山开先寺，见僧法坐禅二七年，颇有戒行。道人问：曰坐可了道乎？曰：然。道人曰：佛戒贪，嗔，痴为甚，方其坐时，谓无心。及其遇物，不能暂忘。偶着于爱，则四心纷然莫御。若欲端坐，先炼其心。既能炼心，须伏其气。既能伏气，虽终日睡眠，而道在其中，岂专在坐乎？尚未悟，道人乃与历云堂。见一僧方酣寝。道人谓曰：此僧平日何所为？曰：打坐积功，以圆成佛。道人曰：吾偕子少坐，于此试观此僧坐功。良久，见睡僧顶门出一小赤蛇，长三寸余，缘床自左足至地遍游。遇涕唾食之后，循上尿器中饮而去。乃出轩，外度小沟，绕花若驻玩状，复欲度一小沟，以水溢而返。道人当其来处，以小刀插地，迎之，蛇见畏缩，寻别径至床右足，循僧顶门而入。睡僧遽惊觉，问讯道人，曰：吾适一梦，与二子言之，初梦，从左门出，逢斋供甚精食之。又逢美酒，饮之。因褰裳度门外小江，逢美女数十，欲度小江，水骤涨不能往遂，回逢一贼，欲见杀。走从捷径，至右门而入，遂觉道人与？大笑而去，谓曰：以床足为门，以涕唾为供，以溺为酤，以沟为江，以花木为美女，以刃为贼人之梦，幻妄。如此人以坐而求道成佛，可乎？曰：为蛇者何。道人曰：此僧性每多嗔熏染变化，已成蛇相也。日瞑目即受生于蛇矣，可不惧哉？吾吕公也见子精诚，故来教子。遂随往，不知所终。世之兀坐，修佛者视此，岂不愧乎

释氏教人修极乐，只缘极乐是金方。

大都色相惟兹实，余二非真谩度量。

道光曰：道无彼我，唯一而已。

子野曰：金者，万物之宝。煅炼愈刚，旷劫不坏。释称大觉金仙者，即金丹之道也

上阳子曰：极乐者，无去无来，不生不灭，直须搅长河为酥酪，倾醍醐以灌顶。即释氏之金丹也，经云：唯有一乘法，余二即非真。仙师指色相中修行者，唯此金液还丹之道，余 则无他可成佛也

俗语常言合圣道，宜向其中细寻讨。

若将日用颠倒求，大地尘砂尽成宝。

道光曰：真铅、真汞，不离日用之间。颠倒修之，大地俱成至宝也。

子野曰：颠倒之机，前卷悉以露尽，石中岂无玉，还他识宝人

上阳子曰：日用常行是道，先哲云：日用与夜作一般，大修行人须向其中细细寻思讨论。实得真师指其造化，方知尘沙可以成宝也