

yx1751

## 目 录

序炼丹第一.....	( 1 )
正道浅说第二.....	( 7 )
炼己直论第三.....	( 14 )
小周天药物直论第四.....	( 20 )
小周天鼎器直论第五.....	( 24 )
风火经第六.....	( 27 )
效验说第七.....	( 53 )
总说第八.....	( 55 )
图第九.....	( 57 )
图说第十.....	( 58 )
顾命说第十一.....	( 60 )
风火炼精赋第十二.....	( 62 )
禅机赋第十三.....	( 64 )
妙诀歌第十四.....	( 66 )
论道德冲和第十五.....	( 68 )
火候次序第十六.....	( 70 )
任督二脉图第十七.....	( 72 )
决疑第十八.....	( 74 )
危险说第十九.....	( 78 )

## 序炼丹第一（尽言小周天）

华阳曰：欲修大道者，理无别诀，无非神炁而已。

神乃心中之元神，炁即肾中之元炁。炼精之时，则炁原在乎精中。精炁本是一物。所以，曹祖师云：大道简易，只神炁二者而已。凡学道之士，能识神炁之道，即是阴阳性命之道也。故曰，无别诀，神炁而已矣。

先须穷其造化、究其清浊，

造化者，乃吾身之生机。人由此机而生形，仙佛由此机而成道。学者能先穷此造化之机，则有下手处矣。清者，是无天地人我之象，浑浑沦沦，恍如太虚。斯时，一派先天机之未发，虚而待之，静极自动，是为清也。浊者，因有存想、思虑、见闻、知觉，而后机动，即为浊也，岂可不究哉。

则精生方可探摄。

精生者，元炁之动，是谓精生。探者，探其炁之妙处。必须以我之正念，敛收微细之神，诚志专意，探入其炁之动，所招摄已生之精，归于本穴，用火烹炼。

次，察其呼吸，明其节序。

呼吸者，巽风也。其用，则有次序转变之法，非可一概论也。如精生之时，则当用摄精之呼吸；如药生之时，则当

用采药之呼吸；药既归炉，则用封固之呼吸；如起火之时，则用起火之呼吸；沐浴之时，则用沐浴之呼吸。金丹始终全仗呼吸，故曰节序。

则神凝方自恋炁。

神既凝入炁穴，则神自然恋炁；神炁相合，则炁自然恋神矣。

然后，可施可受，而精可化。

施者，后天气也，而为母气；受者，先天炁也，而为子炁。子炁既受母气，则精自化炁矣。倘不明母气之真消息，则子炁散于外境，其精焉得化而为炁乎？

余见世人，亦知阳生，而炼精不住、金丹不成者，皆因不知其自然而然，以混采混炼之过也。

凡世之学道者，知阳生固多矣，而所以化精成金丹者何少也？由不知其风火之法、药产有时、封固有炉、周天有度，混采混炼耳。

且观古书之所作，喻名炉鼎、道路，则人被炉鼎、道路之所惑；

古书所喻炉鼎者，是炼精炼炁之所。方士借此为言，曰女鼎、曰烧炼。初学未得真传，信而惑矣。纵有真志，岂不误哉。而道路者，即采取升降任督之脉络也。俞玉吾云：任督二脉，呼吸往来之黄道也。任脉者，起于中极之下，以上至毛际，循还腹里，上关元，至咽喉也。督脉者，起于下极之腧，并绕脊里，上风府，入脑顶。二脉通，则百脉俱通矣。采取由此而运，周天由此而转。能识此炉鼎道路，则金丹无不成矣。

喻名铅汞、药物，则人又被铅汞药物之所误。

古人修丹，以神炁比喻铅汞，以真精比喻药物，使人易悟。愚夫闻之，言铅汞便以凡铅凡汞，烧炼为药物。妄图点化服食，求富贵长生，反到丧身破家，愚之甚也。

故假道愈显，而真道愈晦。世因喻而惑人，诳人者众也。

群书喻名虽多，究其根源之所在，无出乎心肾之神炁而已。妄人见喻，借喻为言而诳人曰：药之先天炁不在自身，在女鼎。初学浅见，不能分别真伪，信方士迷弄，不识金丹真诀，不明大道根源，岂不更惑乎？

由此观之，智者得师而明，愚者被师而误，皆因不悟群书简易之妙，而竟失于正理矣。

智人能识真假，除妄归正，参悟大道，访寻明师，以求印证秘密之真诀。愚夫不然，喜傍门之小法，暗图为人之师，纵有仙书真诀，而曰：吾不用看经，真诀在吾心内。惑众乱真。后学以为至言，皆因心地不明，少读群书，未有不失正理者也。

故予正欲详而直论，夫仙道者，原乎先天之神炁。

神乃元神，炁即元炁。何以谓之？先天当虚极，恍惚之时是也。既知恍惚，是谁恍惚，此即先天之神也。恍惚之时，不觉忽然真机自动，阳物勃然而举，此即先天之炁也。若此时即能下手修炼，何患不仙也？

炼精者，则炁在乎其中；

精由炁化，炁由精满，炼精者即是炼炁。故曰炁在其中矣。

炼形者，则神在乎其内。

炼神即是炼精。古云：形化而后炁生，神凝而后水融，

神炁合一，故神在其内矣。

炼时必须明其火，用火必兼其风。

火者，神也。精生之时，必以神而驭精，则精归源。既知归矣，又当久久以呼吸薰蒸，则精方能化为炁。

存乎其诚，入乎其窍，合乎自然。

凝神之时，外除耳目，内绝思虑，专志一心，凝入炁穴；又要合自然之动静，不可强制纵放。

若能如此依时而炼，则药物自然生矣。

依时者，是阳动之时。依时而炼，凡有动时，遂即炼之。既炼已，则药物自然生矣。

生竟游其熟路者，有之。若不起火归炉，难免走失之患也。

熟路者，即阳关也，乃昔曰精炁所游之路，古人有走泄者，皆由此也。起火者，是药物归炉之工法。药生，若不采归炉，则药物顺熟路而泄矣。

然药物既归炉，又当速起火，通行其周天。

古云火逼金行，颠倒转者，即此也。行，是阴符阳火之法，若不行周天之火，则炁不聚、丹不结矣。

倘不明其火候之精微，虽有药，而药亦不能成丹。

火候是一总名，其中有次第节序，而各有其候。如精生，有调药之候；药产，有采取之候；归炉，有封固之候；起火，有运行之候；沐浴，有停息之候；火足，有止火之候，此乃小周天之秘机。如若不尽精微，虽有药，不得火之法度，则焉能成丹也？可不历历以明之哉！

不知橐籥之消息，

橐籥者，即往来之呼吸，古人喻之曰：巽风升降，由

此风而运。不得此风，则辐轴不如法。凡小周天，始终全凭橐籥之风，以为金丹之权柄。

不明升降之法度，

升降，是运行周天之法。既行周天，则有度数。往往学道之人，不知升降度数，所以丹不结矣。

不识沐浴之候，

沐浴者，乃卯酉生杀之位也，故停息为沐浴之候也。

不晓归根之所，

归根者，乃还炁穴归其本位之所。

如此空炼，何得成其道也？

兀坐顽空，不明大道要诀，虽修无益矣。

大凡临机之时，必须畅明其神，勇猛其志，

此机时者，即采取、熏炼之时也，切忌昏迷散乱。欲修丹者，当自精进勇猛，非他人所能助者也。

立定天心之主宰，

天心，名曰中黄，居于天之正中。一名天罡，一名斗杓。在天，为天心，在人，为真意。中宫若失真意，犹如臣失君主矣。

徘徊辐辏之运转，

辐辏者，即徘徊往来之意，犹如车轴使木之运转一般。太上云：三十轴共一毂。

内鼓橐籥之消息，外依斗柄之循环，

橐籥，即呼吸也，周天火候凭橐籥之息，以定周天之度数。朝元子云：劝君穷取周天数，莫使蹉跎复卦催。斗柄循环，即活泼运转之机耳。

如此，神炁相依而行，相依而住，则周天之造化无不合

宜矣。

凡行火之时，炁依神而行，神依炁而住。火候当行，则神炁亦当行；火候当住，则神炁亦当住；火候当止，则神炁亦当止而止。如此而炼，则金丹无不成矣。

### 时

乾隆庚戌春传庐柳华阳序于皖城之洁王古庙中

江右株林桥传庐柳华阳撰并注

洪都后学无霞道人高双景参订

## 正道浅说第二（尽言小周天）

华阳曰：仙道炼元精为丹。

凡炼丹下手之仙机，即炼肾中之元精。精满，则炁自发生。复炼此发生之炁，收回补其真炁，补到炁足，生机不动，是谓丹也，则人之根窍无漏精之路，便成人仙矣。

服食，则出神显化，世闻无不喜而愿求者。

服食者，是得前小周天，如法修炼，以采大药，运过三关。故曰：服食，炼炁化神，出神显化，世间无不喜矣。

奈何天机秘密，学者未必穷其根源，故多在中途而废矣。

天机者，即吾身中之生机。古人云：阳炁生；今人曰：活子时。真仙上圣，秘之深密，不书于竹帛。学者无所觅处，空自磨炼，岂不在中途而废？

所以，予今浅说，使学者概而证之。夫精为万物之美，即养身立命之至宝。

万物最美曰精。人有其精，则生；人无其精，则死。所以，精者，即性命之根源。阴符经云：精是炁之母，神是炁之子。古云：留得阳精，神仙现成。岂不宝哉！

如精已败者，以精补精，保而还初，所谓得生之由。

中年、年迈之人，因精已耗散，故必用补精之法助之。钟离真人云：晚年修持，先论救护。



未败者即以此而超脱，养胎化神，则亦易为、易修、易成之果也。

未败者是童真，本有阳精足炁，免得补精筑基之工。从此下手，采大药不过七日；静工十月之期，即可以出神为神仙乐事。故此，易为、易修、易成是也。

若以神顺此精由自然之造化，则人道全；

世人每遇精生，不知修炼，顺此造化，男女交合，即为生入之道。由炁顺化。

若以神逆此精，修自然之造化，则仙道成。

真人知此精生之造化，以神留精，逆归炁穴，用火煅炼，精化为炁，脱胎神化，仙佛从此而得，由精逆化也。

故精者，乃是入死入生之关锁。

精乃凡圣根由，故名关锁。精耗必死，保而炼之即生，此理之至也。

其名虽然称之曰精，其里本自无形，因静中动，而言之曰元精矣。

此精当未动之先，里本虚无，有何精可名？因人静极，阳炁从静而发动，故名之曰元精矣。

当其未动之前，浑然空寂，视之不见，听之无声，亦非精也，亦非物也，无可名而名，故名之曰先天。易曰：无极时也。

此正鸿蒙未判之时。元门名曰先天，释氏名曰威音，易曰无极，总属虚无，是无炁之谓也。

斯时则神寂机息，万物归根，此正谓之虚极静笃。

此正上文鸿蒙是也。浑然一团，不见天地人我之相，如万物逢冬归根，阳炁潜藏，故曰机息。然则机虽息，而生炁

之机即在息机之中矣。

静中恍惚，偶有融会之妙意，

此言炁机将萌未动之时也。

便可名而有其名，故名之曰道。易曰：太极时也。

此正上文炁机将萌是也。

因此，机一萌曰元炁也。炁既以萌，而又旋动，曰元精矣。

元炁、元精分而言之，其机则是一也。

修仙作佛之造化，即从此而入手，若夫尘念兼起，必化淫精，顺阳关而出。

凡修丹者，即在此时用功，则神炁自然相投，合而为一。若炼已未熟，逢此炁机，淫念顿起，真炁必化后天有形之精，顺阳关而泄矣。

修士正当此时，正念为主，以神驭炁，起呼吸之气，留恋元精，可谓还原之道矣。

既以神驭炁，必加呼吸之气，收回元精，其精自然逆回于炁根矣。

真精既得还原，取其神炁混合，两不相离，使其二物熔化，合而为一也。

元精不能自熔，在元神熔之，绵绵若存，使性情相洽，神炁合而为一者也。

如易所谓，天地氤氲，万物化生。

天地之炁不交，万物无所生焉；金丹之道不交，真种何所觅乎？崇正篇云：两般灵物天然合，些子神机这里来。

然后，先天真一之炁仍旧从窍中发出，

窍即丹田，炁穴也。所以，混然子云：火从脐下发，即

此。

而为金丹之主宰。

主宰者，依此炁为主也。

所以，古云：未有不交媾而可能成造化者也。

此即尹真人之旨。造化者即采取运周天之造化。先若无交媾之法，何得有药产之机发现也。交媾即调药之法。檐滴真人云：人身中只是一个元炁，只要回光返照，将此炁收敛，沉到极处，久之，其中自有造化。

夫既知此炁之生机，即可以行火补炁而炼丹，

生机者，即药产之时也。古人云：药产神知。即此也。行火、行周天阴符阳火之法，即升降往来，复还丹田之所。真炁得此动炁之所补，故谓之炼丹也。

故有辨时采取周天之候。

辨时者，即言药之老嫩。古人常表，药老炁散，不能结丹；药嫩炁力微，亦不结丹。然则，何时不老不嫩？上阳子云：若人采先天炁之时，以暖炁为之信。又伍子云：如浴之方起，而暖炁融融。然此不辨，辨在其中矣。周天法者，是言子午卯酉之法。子午为进退，卯酉为沐浴。然，子午亦有沐浴。

古云：时至神知。正言此药产之先天炁者是也。

药产神有所知，即上文暖信之谓也，若不知采取，则当面错过矣。

修士，宜当此时，须用凝神合炁之法，

以敛聚微细之元神，入于炁中。

收付于本宫，则是为我所有之妙药矣。

本宫，即丹田也。

药炁既承受以归炉，

炉，即丹田也。

须当徘徊于子午，

午属于顶，子属于腹。

运动身中之璇玑，又必须假呼吸之炁而吹嘘之，方得乾坤于元关，合而为一，循环之沟管矣。

璇玑者，即黄赤之消息。天道日月之循环，由黄赤而行丹道；神炁之循环，依任督而运。七悟祖师云：采取，以升降从督脉上升泥丸、从任脉降下丹田者，盖真阳之炁不能自循环于乾坤。须假呼吸之气，吹动元关、橐籥之消息，逼逐真阳，通任督，达乾坤，合元关，而为天地吾身造化之一大总窍矣。紫阳云：“一孔元关窍，乾坤共合成”是也。

故神炁承呼吸之能，才得相依同行，而不外游矣。

神行，则炁行；神住，则炁住，而为相依矣。且神炁又当承呼吸之能，方得随脉络而不外游矣。然呼吸皆神炁之权柄也。

且气之行住，又怕有太过不及之弊，故必依周天之限法。夫周天法者，

周天，三百六十五度有零，故以法数而限定之也。

言十二时如一日、一周也。故冲虚子云：子行三十六，积得阳爻一百八十数；午行二十四，合得阴爻一百二十数，

阳爻，自子至巳为阳；阴爻，自午至亥为阴。阳爻，用九积数，一百八十；阴爻，用六积数，一百二十，共成三百数。

外兼卯酉之法，中途行沐浴，完成周天。

卯在六阳之中，酉在六阴之中。凡行沐浴之法，必在中

途而薰蒸。周天原有三百六十有零，前行三百，未滿造化之积数，此行沐浴无数之火，合成全机。

所以，古云气有行、住、起、止、多、少之限法，

行、住、起、止四法即达摩云：四候有妙用。又云：一时用六候，则采封之法兼于其内。行者，行于黄赤，住于生杀，起于虚，止于危，是为一周天也。白玉蟾云：起于虚，危穴以虚，危穴宿在坎宫子位也。

学者不可不察也。夫既得周天之妙用，积累动炁，动炁即丹田之生机。

时来时炼，补完真炁，

凡丹田有动之炁，即要炼之，以完一周天。如若不炼一周天，则本根之炁不得满足，而亦不能成大药。冲虚子云：又不可一周完而不歇，虽无大害，亦迟其动机，为无益也。

则精窍不漏，便可谓之长生矣。

李真人云：阳关一闭，个个长生。

如有精窍漏者，则未及证不死之果，

有精漏，则是有死之凡夫；无精漏，则是不死之真人。世亦有一等不漏精之躯，未经火法，久之亦漏，非真人薰蒸不漏。又有老者、弱者，而阴缩者，自无精矣，是精已枯竭，休误认为修证。

必加精修，以元精尽返成真炁，

无精，则阳不举，内里有真实丹成也。

则亦无其窍，

无精，则阳关之窍自闭矣。

而外形亦无萌动之机，

窍闭，则阳不举，方是丹成。若有微萌之意，未证有成，必加火以薰炼。

则是名为大药成矣，便可作大周天之工法也。

以上尽言小周天。

### 炼己直论第三

华阳曰：昔日吕祖云，七返还丹，在人，先须炼己待时。

己，即我心中之念耳。若欲成还丹者，必须炼己为先。己若不纯，焉得精还为炁、炁还神也。盖七，乃火之成数。先以火入水中，谓之返也。后以炁升火位，谓之还也。待者，候也。若欲有心待之，则属于拘滞，而真阳反不生；若欲无心而待之，则落于顽空，错过真机，此则有无两失矣。然则，若何为哉？且有还于无，而无内灵似于有。故离骚远游篇云：毋滑而魂兮，彼将自然。一炁孔神兮，于中夜存。虚以待之兮，无为之先。

盖己者，即本来之虚灵。动者为意，静者为性，妙用则为神也。

四者未发之前，浑然如太虚，有何名目？因机萌而言，故有意性之喻。

金丹神，虽有归一，则有双发之旨。

凡炼丹时，先则无为，寂然不动，浑然空空荡荡，不见有无之念。待其机之动时，则发意采取。运周天时，又立念主斗杓，斡旋二炁橐籥之消息，而神又随真炁循环。

先若不炼己还虚，

还虚者，是纯乎以静，静乎以化，杳无征兆，还乎鸿

蒙，复乎无极，万象空空，此即本来之性体是也。

则临时熟境难忘，

时，即药产之时。先若已不纯，采药炼药之际，则有分花之念，神不能主张，炁则散也。

神驰气散，

神不宰炁，安有不散也。

安能夺得造化之机、

夺者，取也。造化者，阳生也。

还我神室、

此神室，即下丹田也。凡神室，却有三釜。炼精之造化，即以下丹田为主。故神炁起由此，归藏亦由此，是之谓神室，即神炁所居之室也。

而为金丹生发之本耶。

由前活子时，用之得法，然后方有炁发生，而为炼丹之本。

故古人炼己者，寂然直捷，纯一不二。

不存有无之念，故可以谓纯一。

以静而浑、

正是鸿蒙无极之时。

以虚而灵、

十二时中、不昧曰灵。

常飘飘乎。

不著一点形迹。

随处随缘而安止，

四相俱忘，安然独立自在。

不究其所在，



是过去心则无了。

不求其未至，

未来心不萌。

不喜其现在，

现在心不存。

醒醒寂寂，

照而寂。

寂寂醒醒，

寂而照。

形体者不拘不滞，

不被身之所劳。

虚灵者不有不无，

活活泼泼。

不生他疑，

明心见性。

了彻一心，

通天彻地，杲日当空。

直入于无为之化境，

威音之前，无极之先。

此乃智者上根之炼法也。

此以上皆言顿法还虚之炼法者也。

若夫中下之流则未然，

未修炼己之人曰中下，非世俗曰中下。盖修道本无中

下。

当未炼之先，

己未炼之先也。

每被识神所权，

凡思虑、有心，总是识神用事也。

不觉任造化之机而顺化，

世人每遇身中炁机之生时，不知修炼，而行世法，则生人矣。亦有不交媾者，此炁而亦耗散，何故？炁既发动，不得其法，留归本处，焉有不顺化者耶？

欲炼精者不得其精住，

炼精是坎离交媾，以前之法，名曰调药。若不知调法，精则不能住矣。

欲炼炁者不得其炁来。

炼炁者是小周天之法。不得炁来，是炼精不住，故此无炁之发生也。

古云：不合虚无不得仙。盖谓此也。

能到虚无，方可炼丹，如不到虚无，丹则不成也。

故用渐法而炼矣。

由浅而深。

且谓炼者：断欲离爱、不起邪见、逢大魔而不乱者曰炼，

欲爱是妻子、富贵、师弟等事，断而不留为炼己有力。邪见者，是眼偶见奇异，或见光、或见光中现神物、或平日所未见者今始见之，为外魔。于此信之，即为魔之所诱，曰天魔，曰邪魔，曰妖魔。眼不见或心见者为阴魔。见而喜悦为好贪，见则着魔矣。心不见或耳见，耳见者耳闻魔言，或言福，或言祸，喜闻则着魔矣。见而自不见、闻而自不闻、知而自不知，依于正念，魔与我不相干也。不乱者，水火、刀兵、劫杀、打骂，凡诸魔来，皆不可妄生惧乱之心

也。

未遇苦行、勤求勵志、久而不退者曰煉；

未得訣者，當立真志而求師天地之間。富貴以及妻子是有定分。若大道則不然，可以苦志而得。古云：有志者，事竟成。古來多少不該成道者而竟成之，非生來有分也。

虛心利人、不執文字、恭迎而哀懇者曰煉；

世之學道不得其真傳者，皆因己之假學問障於他人之真學問，故不得其道矣。若能虛心懇切、執弟子禮、行弟子之事，豈有不得者乎？

眼雖見色而內不受納者曰煉；耳雖聞聲而內不受音者曰煉；神雖感交而內不起思者曰煉；

此三者，真煉法。

見物內醒而不迷者曰煉。

即六祖所謂見物心速起。

日用平常如如，而先煉已純熟，

已純後，可煉丹。重陽云：洪然不動，昏昏默默，無絲毫念想，此由煉已純熟而得。康節云：思慮未起，鬼神莫知，不由乎我，更由乎誰？

則調藥而得其所調，

即前煉精之法。

辨真時即得其真時。

即藥產之時，用采藥之法。

運周天始終如法升降。

周天是往復之機，升降是進退之工，由已純則無昏沉散亂矣。

己有不得，其先煉者，則施法之際，被旧习所弄，錯亂

节序，故不得终其候也。

错乱节序者，因己未熟，或知采封不知运行、或知升不知降、或知升降不知沐浴、或知先天炁不知后天气、或炁行神不行、或知周天不知归根沐浴。

世之好金丹者云，有不炼己而能成道者谬矣。

西王母曰：声色不止神不清，思虑不止心不宁，心不宁兮神不灵，神不灵兮道不成。

炼己者在于勤，若不勤，则逍遥也。

己在时刻勤炼。如若放荡，丹则有走失之患矣。

昔日吕祖被正阳翁十试，正念而不疑，

吕祖任他魔来，不生疑心，独立正念。后六十四岁随正阳翁修道，卒能成道。

又邱祖受百难于重阳，苦志而不懈，

邱祖初至重阳会下，重阳谓邱饮稀粥。邱自知福力小，苦行七年，累遭魔难。当过二番死魔，二次飞石打折三根肋骨又险死，摸折三番臂膊，恁般魔难，苦志而不动身，自能决烈精修。

费长房静坐，偶视大石坠顶，不惊不动，此得炼己定心之显案也。

昔世尊坐于菩提树下，魔王波旬领百万魔众，以兵戈恐，佛而不动；以魔女淫事诱，佛而不动坐，坐至坚刚牢固。自言：我终不起离于此坐。

并书以告同志。

## 小周天药物直论第四

华阳曰：仙道，元精喻药物，药物喻金丹，金丹喻大道，何喻之多也？

神从炁化，炁从精生。欲望成其道者，先当保其精。精满，而后炁生。以此生炁，是名药物。药物炼之，不动，便名金丹。服此金丹，出神千百亿化身，天地坏时，这个不坏，故喻名大道矣。

道藏经曰：精者，妙物，真人长生根。

黄庭经云：留胎止精，可以长生。

圣圣真真，莫不由此元精，以阐明药物矣。

正阳真人云：除了铅汞两味药，都是哄弄愚夫。

夫药物，既根于元精，而又曰元炁者，何也？

静为元炁，动为元精。

且此炁从稟受隐藏于炁穴，

炁穴即丹田也。

及其年壮炁动，

人至十五、六，丹田气自动。

却有向外拱关变化之机者，

炁动，自有暖融之信至于阳关。不知修炼，因此之融信则神转变而为情，而亦至于阳关，此炁则化淫精而出。

即取此变化之机，回光返照，凝神入炁穴，则炁亦随神

还矣。

古云：回光返照，要知去处。七悟禅师云：凝神收入于此窍之中，则炁随神往，自然归于此窍矣。

故谓之：勒阳关，调外药，及至调到药产神知。

药产有二景，时至神知为内景，药炁外驰，外别有景。

斯谓之小药，又谓之真种子。

行大周天，初采药时，谓之大药；此处行小周天，初采药时，谓之小药，或谓之真种子。古人未言小药，及曹、伍二真人始发小药之名。后人即可以用药，不误药产之真时。因得此名，则易明矣。

因其有顺逆之变化，故曰元精、元炁也。

顺为元精，逆为元炁。

若不曰元精，则人不知调外药，

元精从外摄归炉内，谓之调外药。

以混采、混炼于周天，

无药先行火，水火煮空铛。

不知既无其药，且落于空亡，将以何者为小药哉？

不知前此调药之工，则无药产之景到。

然，古人但言调药，而不言调法、

法，即绵绵不断之旨。七悟云：一阳初动，凝神入炁穴，息息归根。

不言调所、

所即炁之融动处。

又不言调时。

时即外物动之时也。

一调药之虚名在于耳目之外，未得师者，茫然无所下

手。故我今直论之曰：既知调药矣，则元精不外耗，  
以前尽言调药化精之法，以下皆说小周天之事。  
而药炁自有来机焉。

古云：神明自来。

此古圣不肯轻言直论。予明而显之曰：未有知机而不采者，未有未调药而先采者，如此或缺焉，是不得药之真故也。

未得真传，则不能得此药。

且欲得药之真者，惟赖神之静虚，炁则生矣。

混然子云：时至炁化机动，籁鸣火从脐下而发。

冲虚谓之：动而觉，

动者，炁也；觉者，神也。

以此，不惧不惊。

或者乍见此景，而不禁惊讶，则心动而神散。欲望成丹，不亦远矣乎？

待而后起。

阳未融盛，不可急于采取。

冲虚谓之：复觉，

此即在后风火经见得明白。

此时，即药炁之辨机，不令其顺而逆之，

顺是出炉，逆是归炉。

斯谓之采药。

守阳真人谓之归炉。

鼎中既有药炁，

此鼎即丹田也。

则有周天之火候。

周天三百六十五度有零，炼金丹亦似此理。

起刻漏之息火以烹炼之，

刻漏，即是呼吸。炼金丹法全在呼吸之气，以定爻数。

古人谓之升降也。

升，谓之进，降，谓之退。

然采得此药来，

由周天之法，如意。

斯固，谓之金丹，

丹，是炁得火之炼法。如意，谓之丹矣。

即可以行大周天之法，

是采大药之秘机。

则小周天之造化从此毕矣。余愿同志者，休误入于邪  
师，以淫精之邪药认为真药，则非药也。



## 小周天鼎器直论第五

华阳曰：仙道以神炁二者，薰蒸封固，喻之曰炉鼎。如炼外丹者，以铅汞烧炼之炉鼎也。悟之，则在一身；迷之，堕入别途。故世因炉鼎之喻而惑者众矣。且有一等妄人，见炉鼎之喻，因诳人曰：以女人为鼎，以淫媚为药，取男淫精、女淫水败血为服食，补身接命。殊不知诳人自诳，反堕弃其万劫不可得之人身。

此言采战、女鼎、闺丹之邪术尽是。用女人为炉鼎，信者，必丧性命，堕于异类，万劫而不可复者矣。

又有愚夫，泥其迹象，专喜烧铅炼汞。世莫不由鼎器者误也。

福薄愚夫，不知身中本有真铅真汞，便以凡铅凡汞烧炼为服食，误信方士，反失其人身，皆由炉鼎误也。

夫欲明炉鼎者，在夫神炁之机变。

神炁升为鼎，起止为炉。古云鼎，鼎原无鼎。

当其始也，

元精初生。

精生外驰，以神入精中，则呼吸之气随神之号令摄回中宫，混合神炁，

中宫，即丹田。混合，即绵绵息息，归根之意。

神则为火，而炁为炉。

以神炁言者，神在炁中，炁则为炉，神则为火也。

欲令此炁而藏伏者，惟神之禁止，炁则为药，而神为炉，

以炁神言者，炁在神内，神禁止其炁。神在炁外，神则为炉，而炁则为药也。

即古人所谓炁穴为炉是也。

以形言者，指丹田为炉，神炁归藏于此，此即调药之炉也。

乃其采药运周天者，当从炁穴坤炉而起火，升乾首以为鼎，降坤腹以为炉，

乾在上为鼎，坤在下为炉。

即古人所谓乾坤为鼎器者是也。

以形言者，首腹为炉鼎，即周天之炉鼎也。

见神炁之起伏，

起是升，伏是降。

而鼎器在是矣。

有神炁，即有炉鼎；无神炁，即无炉鼎。

然，古人将神炁二者借喻鼎器，或以丹田为炉，而以炁穴为鼎者；

丹田，炁穴一也。

或以坤为炉，而以乾为鼎也。

坤即腹，乾即首。

一鼎器之名目，纷纷引喻，故后人无以认真。余若不推明直论，将何处炼精、

即调药也。

炼药、

即周天也。

为结金丹也。此古圣皆不轻露。

丹田，为调药之炉鼎，古来不肯明露。

今予阐明，正合吕祖所谓真炉鼎、真橐籥。知之真者而后用之真，用之真者而后证果得其真矣。冲虚子不云乎：鼎、鼎、鼎，原无鼎。若不明火、药次第之妙，用执著身体摸索而为鼎器者，则妄也，非仙道、金丹、神炁、自然之鼎器也。

## 风火经第六（尽言小周天）

华阳集说风火经

风者，乃炼丹之妙法，即升降之消息。古人喻曰巽风，或喻以橐籥，是即往来之呼吸也。火者，炼丹之主化精化炁之具。风火有同用之机，大丹有修炼之法。古圣不肯全露，或有同言之隐，而人不能彻悟，视之如故事，然言之详者，又违天诫。风火同用之机，乃上天之秘诀，金丹至要之法。凡人德薄，未遇真传，岂知有同用之机哉？前圣高真科禁秘之，不肯并论轻泄，愚亦不敢臆说。故集诸圣之隐语奥言，而为此说。每句之下，逐一解明，以招后学见之者详究此解，印证本文，即知风火同用、次第不离之机也矣。

曰：仙佛成道，是本性元神。不得元精漏尽，不能了道，还至虚无，而超劫运。

本性、元神，其名虽二，源流则一。佛谓之性，仙谓之神。元精漏尽，乃修命之别名，即先天一炁是也。仙修，谓之炼精化炁，又谓之炼形。佛修，谓之漏尽成，又谓之慧命。不得此道，则不能超劫运，纵然修得灰灰相，无非五通之灵鬼耳，焉能契如来之妙道乎？故如来大佛方等大集经云：修息五通，既修习已，垂得漏尽，而不取证，何以？故愍众生，故舍漏尽，通乃至行于凡夫地中。又楞严经，世尊谓阿难云：第一，漏尽难成，即此矣。

元精漏尽，不得风火，则不能变化而成道。

元精漏尽，虽有生机，不得风火，则不化为炁。混然子云：人呼吸之气为风，如炉鞴之抽动，风生于管，炉火自炎，久久，心息相依，丹田如常，温暖。今之禅僧，不知风火，漏尽无成，常自下流。余有俗堂弟，字道宽，法名源明，久住金山，曰：禅教原不问此事，似过浸灌，只悟自性，不必究他。余曰：既有走漏，则与凡夫淫媾似也。首楞严经云：淫身、淫心、淫根不断，如蒸砂石欲其成饭，经百千劫只名熟砂，必落魔道，轮转三途，终不能出。禅教何得不问也？但如来风火之法，佛佛相印，若能自用，则三种淫事，一炼自断。世尊云：火化以后，收取舍利。又云：微风吹动，则其中自有深旨。非亲传，焉得知之？

故曰，修炼全凭风火耳。

广成子云：息者，风也。白玉蟾云：火者，神也。

往古圣真禁而不露。

上天所禁，秘之不传于无德，实传于有德，超乎劫运，出乎大宝，岂传于无德者哉。

中古圣真，略言其始，而人不究其始，往往搜寻其中，徒劳精力。

始者，微阳初动，古圣隐而不露，乃金丹造化之根。人若能明乎其始，何事不成？故虽近代，亦有得道高真，惜学者不知下手。重言其始，人犹不究其始，每每妄自采取耳。不知搜寻既实，虽药有不采，而自采之景到矣。故学者不可徒劳无成焉。

不知中宫周天之说，或显于周天炼法，而隐于采取中宫。

中宫，即炼丹之所，天心居焉。人若晓中宫之消息，则丹自成矣。盖中者，非中外之中，即元关消息之中也。此中包罗乾坤、运行日月，真种由此而生、升降由此而运、炉鼎由此而立、橐籥由此而转、药物由此化、坎离由此而合、斗柄由此而建是也。世人或知中宫，不知周天，则炁亦暂聚暂散矣，安得成丹乎？冲虚云：药已归炉，未即行火，则真炁断而不续，亦不成大药。

或显于采取中宫而隐于周天练法，

周天，即升降也。时升于天。天者在人为首位，居上。阴符注云：上涌潮元，通灵阳宫；复降下，通于巽坤。坤者，在人为腹，位居下。混元子云：从子至巳流戊土，从督脉进阳火；自午至亥以己土，从任脉退阴符。世人或知周天，不知中宫，妄自行火，则与水火之煮空铛何以异乎？冲虚子云：药未归炉，而先行火，药竟外耗，而非为我有者，其斯之谓矣。

或显于火而秘于风，

炼丹全凭风以扇火。风者，息也。曰巽风，曰母气，曰橐籥，皆我之呼吸也。

或显于风而秘于火，

炼丹，全凭火以炼精。火者，神也。曰汞，曰日，曰乌，曰龙，皆我之真意也。

或有言之简而论之详者。皆宜一一体玩，不可浅视也。使徒执其偏见，取宗于妄人之口，何其诬耶！

简者，深言神炁之机。详者，细言神炁同用之理。初学未得真传，非由忽其简而即略其详，是终不得夫丹道之秘矣。况又宗于邪说，致生疑惑，其不至于暗昧者少矣。

余曰：觅法寻师问正传，若无真诀难成仙。

凡求师者，当察其真伪，若言不用风火，即是假道。虽欲成仙，何可得乎？

谷精火到风吹化，

精因火化，火因风灼。世人被此精损志天命，因无制伏之法，智者借此精养身助炁，是有风火之功耳。

髓窍融通气鼓煎。

窍者，即肾府也。肾属水，水无火，焉能融通。所以人之精华，多因肾而耗散。智者得风火之功，自能融通矣。鼓者，即所谓巽风也。

物举潮来神伏定，情强性烈意和牵。

物，即外阳。外因内动，故此举矣。始举，始伏，则易伏矣。倘未觉其伏，则阳壮性烈，必须回光返照，绵绵若存，使炁与意和合。虽一时修炼之功，而性情不觉，其浑合矣。

青阳洞里须调炼，炉内铅飞喜自然。

洞，即炁穴。凡调药时，务要绵绵，使精化为炁，则内之真铅自然潮于上元矣。

抑闻之，玉芝书曰：元黄若也无交姤，争得阳从坎下飞。

元者，天也。黄者，地也。即神炁也。神炁不交，安有药之可采？

冲虚子曰：有机先一着，而后生药以行火。

先一着者，乃微阳初动也。药生而行火。所行火者，即行周天大火。

朱元育曰：晦朔之交，即活子时。

活子时者，乃阳动之时也。

觅元子曰：外肾欲举之时，即是身中活子时

外肾举者，非有念而举，乃自无而生，生而或速或缓，皆由活动之机。然有念而举者，乃是邪法炼之，即成幻丹。浑然问曰：假若睡浓之时，不觉而自举，及偶然觉之，此时下手，亦成幻丹否？华阳云：正睡浓时，自己身心俱已不觉，从何有乎？尝闻纯阳祖师云：动则施功静则眠。又夏云峰云：自然时节，梦里也教知。以此句言之，可以印证矣。

俞玉吾曰：内炼之道至简至易，惟欲降心火入于丹田耳。

内炼之道乃上乘之法，简易之事。但人被邪说所惑，不能信受。故真人破之曰：惟欲降心火入于丹田也。

又曰：肾属水，心属火。火入水中，则水火交媾。

古人谓心肾非坎离，殊不知心肾乃坎离之体，神炁乃坎离之用，且肾非脊肾之肾，乃内肾也。古云：内肾者，即脐下是也。虽在脐下，犹未得其所以。然要必得其神炁相投者，盖其穴正在脐后肾前稍下、前七后三中间空悬一穴，此正是调药炼精之所，而学者不可不察矣。

六祖坛经曰：有情来下种。

有情者，非欲念之情，乃妙道中元机萌动之情。故龙牙禅师云：人情浓厚道情微，道用人情世岂知。空有人情无道用，人情能得几多时。

元育曰：要觅先天真种子，须从混沌立根基。

古人言：真种不一。或有言神是真种子，或有言炁是真种子，而不言真种子，其父母所由生之理。故人被此颠倒之言所惑。元学正宗云：始者，上下相交，混而为一。盖混沌



者，乃天地合璧之象，即神炁会合之时。若觅先天真种子，先须明种之父母。盖神炁比如天地，天地即种子之父母也。神入炁中，则是天入地中之象，即为混沌之时也。真种子原由神炁而生，神炁若不交，安得有真种子乎？此中之根基当明矣。

正阳祖师曰：南辰移入北辰位。

南者，离宫心，乃离也，神即藏其中。北者，坎也，炁即藏其中。移入位者，即以神入炁。杏林云：以神归炁内，丹道自然成是也。

纯阳祖师曰：我悟长生理，太阳伏太阴。

长生，乃我之元炁。悟之者，则生；迷之者，则死。欲学清静正道者，先明道之根源。道，无非我身内之阴阳，非是外来物件。许旌阳云：大丹，若不以日月交光、乾坤合体，更假何物为之乎？盖太阳乃喻心之神，太阴乃谓肾之炁。伏者，以神伏炁之法。能伏住者，即得长生。否则，不能得矣。

觅元子云：始，则汞投铅窟。

程先生云：铅得汞而相亲，无中入有，铅汞非他物，即我神炁。故吕祖云：不用铅，不用汞，还丹须得炉中种。投者，以神投炁，则精炁不下泄，似水银与铅相制不动，然后炉中炁自生矣。吕祖云：安炉置鼎尽周圆，须得汞去投铅。若不用汞投铅，炁无所生矣。俞玉吾云：铅得汞以生形。旌阳亦云：铅因汞伏。

海蟾翁曰：先肾明露丹台旨，几度灵乌宿桂柯。

灵乌，喻心中之神。桂柯，喻肾中之炁。元学正宗云：心乃神之宅，肾乃炁之府。岂无造化乎？古云：心以坎

为体，以离为用。故心欲还虚而澄。肾以离为体，以坎为用，故丹田欲实而温。离火上腾，故损。离火下驻，故益。几度者，凡阳生不拘时数，灵乌宿也不拘时数，时来时宿。紫虚云：夜半金乌入广寒。

旌阳祖师云：与君说破我家风，太阳移在月明中。

望江南云：日精若与月华合，自有真铅出世来。盖太阳喻神，月明喻炁。移在者，神炁相会也。古云：要知大道希夷理，太阳移在月明中。

李真人曰：金丹大要，不难知妙，在一阳下手。

世人学道，每被丹经之词文所惑，不知真诀简易之理。自己心内糊涂，反谓古人不明言。及见真师，强自争辨。殊不知炼丹者阳生之时即起手之时。能于此时下手，又何疑惑乎？真阳云：先天之炁藏炁穴，虽有动时犹是无。形依附有形而为，用时呈而即时觉。守阳云：凝神入此炁，而神返身中，炁自回矣。

重阳祖师曰：纯阴之下，须是用火锻炼，方得阳炁发生，神明自来。

阴，即是先天坤地变为后天之坎，而中年之人药少，故不能采取。真人言：须用火锻炼，然后有药可采。冲虚云：有机先一着，而后生药以行火。俞玉吾亦云：天入地中，以此而产药是也。

又闻之，龙眉子曰：风轮激动产真铅，都因静极还生动。

此以下皆言风之妙用。上文一节，专言火之用法，而呼吸之气未表其所用之理。故真人教人，只此用火，而不知用风，其精则不化矣。栖云先生云：火不得风不灼。抱一子

云：知摇空得风，则鼓吾之囊籥，可以生风知嘘物，得水则胎，吾之炁可以化精。产铅者，即药炁所生之时也。还生动者，即药产之时，即采药之候也。

入药镜曰：起巽风，运坤火。

巽风者，呼吸之喻也。火者，乃元炁也。元炁不得呼吸则不能成药，是阳不得阴则必不聚之故也。必须存心中之阴神，取肾中刚阳之火，绵绵息息。归根，则坤火自运矣。然又恐用火者失于太过与不及，须当文薰武炼。故萧紫虚云：炽则坤火略埋藏，冷则巽风为吹嘘。此言可玩矣。

黄庭经曰：呼吸元炁以求仙。

呼吸者，后天之气也。元炁者，先天之炁也。先后原有兼用之法。若不兼用，元炁顺流而出，不能成丹矣。必假呼吸之气留归以炼之。如冲虚子所谓以后天呼吸气留恋神炁是也。

李清庵曰：得遇真传，便知下手，成功不难，鼓动巽风，扇开炉焰。

此言果得真传，便知用巽风。风者，后天气也。冲虚云：无炁圃要逆修，而呼吸之气亦要逆转。盖人呼吸之气，出入本在丹田，何曾有隔碍？但人只知出而不知入耳。学者凝神之时，炁穴之神能觉进吸者，则气自鼓、自扇、自吹、自嘘、自逆转矣，不用而自用之，何劳之有乎？混然子云：神呼气炁归窍内，吹吾身中无孔笛。常觉在此，息不用归根而自归根矣。庄子云：其息深深。又云：真人之息以踵。即此矣。

李道纯曰：炼精，其先以气摄精。

精生之时，原是下流，若欲归源，必须用气摄之，则无

走失之患矣。然又当知精生之所。冲虚云：用后天之呼吸寻真人呼吸之处。即此之谓也夫。

无名子曰：精调炁候。

调者，是精生时以用调法，不然则易走泄矣。古人云：精炁之为物也，运行，则常；退守，则灾。四时不运，万物何以生？日月不映，万物何以明？流水不腐，户枢不蠹。人不测道之根本，乃云固精为长生，此言为大谬也。若闭精可以常存，则布囊可以贮水。盖气候者，是候炁之生时，即所为采取之谓也。

冲虚子曰：调定其机。

机者，是精生动机。若不调，则炁必泄，而药物不生矣。

又曰：药，若不先调，则老嫩无分别。

老嫩，是采取之时。若不先调者，则何时而能采取乎。能知调者，自有老嫩之景列。

李虚庵曰：忙里偷闲调外药。

药，即吾身元炁。炁虽藏炁穴，生则化元精，向外下流，若任外流，将何物而为药乎？故调此炁返还于炁穴，久则天机自活动矣。钟离云：勒阳关。即此也。

冲虚子曰：调到真觉，则得真炁。

觉者，乃是时至神知。故其本灵之心体不能时谓之觉。若能如法调药，则自有造化之机发见于外，可不劳而自知矣。

楞严经曰：愿立道场，先取雪山大力白牛。

道场者，修佛道之起手也。欲成佛道者，先当取雪山大力白牛。若无此牛，任汝修八万劫，终不能出楞严经之五

阴。盖雪山者，喻五阴俱空。既已空矣，则一阳生于五阴之下，元门谓之阳生，释家谓之情来，又谓之真如，又谓之那偏事，皆是喻事之生也。太初古佛云：一阳发现，只是明心，千百譬喻，只教人晓此一事耳。大力者，喻法象。释家谓之明心，又谓之有物，皆喻牛之征兆也。光明古佛云：日天开朗是为见性，千万种譬喻无非教人明此牛耳。若谓实有此牛者，即非我如来达摩六祖之嫡传、则是外道、非释家之子。岂不谬哉。

涅槃经曰：雪山有大力白牛，食肥腻草，粪皆醍醐。

雪山，喻炁之生处。白牛，即是喻炁。醍醐，喻炁之升降也。故六祖云：吾有一物，上举天，下举地。若独修心中之识性，不兼修性海之真性，饶你八万劫，终不能成六通契。如来之真性心经解云：谁知更有过于此者，宽则包藏法界；窄则不立纤毫；显则入荒九夷，无所不至；隐则纤芥微尘，无所不察。又云：乃人之本原。

栖云先生曰：人吃五谷，化为阴精，不曾锻炼，此物在里面作怪。只用丹田自然呼吸之气，吹动其中真火。水在上，火在下，水得火自然化而为炁。其炁上腾，薰蒸传透一身之关窍，流通百脉，烧得里头神嚎鬼哭，将阴精炼尽，阴魔消失矣。

又，觅元子曰：阴精者，五谷饮食之精。苟非巽风、坤火猛烹、极炼，此精必在身中，思想淫欲，搅乱君心。务要凝神调息，使橐籥鼓风，而风吹火烹，炼阴精化而为炁。其炁混入一身之炁，此炁再合先天之炁。然后，后天之炁再从窍内发出而为药。

此二真人之明言，不必赘解。

朱元育曰：晦朔中间，日月交会北方虚危之地。天入地中，月包日内。斯时日月停轮，复返混沌，自相交媾，久之，渐渐凝聚，震之，一阳乃出而受符矣。

晦，乃月尽无光，比人身中阴静之时。朔，乃次月初一，比人身中阳动之时。日月并会者，即神炁同宫之法。北方虚危者，炁穴也。天入地中者，比神入炁之义。月包日内，即是神摄炁也。一阳出者，乃药产之时，即是采取之候。受符者，是起周天之火符。符，又是运息数之别名耳。

以上数者，金仙证论之妙诀，风火化精之秘机俱在斯与，而其调药之法亦不外是矣。

此总结上文风火同用之旨。调药之法，古圣所言，不肯明露，故人难悟大道。余浅说解明，以晓后学，庶不入于傍门，而成正觉。世之好金丹者，果潜心此经，自修自证，即成大道，岂不乐哉。

予故曰：自始，还虚而待元精生，以神火而化，以息风而吹，以静而浑，以动而应，以虚而养，则调药之法得矣。

以上言调药之法。以下言真种所生之真时，即药生也。

不闻邵康节之言乎：恍惚阴阳初变化，氤氲天地乍回旋。

恍惚者，浑然一团，外不见其身，内不见其心，恍恍惚惚，初变化者，即此。恍惚之间，忽然不觉，融融和和，如沐如浴。回旋者，真气旋动，正是元关透露，而阴中阳生矣。

尹真人曰：俄顷，痒生毫窍，肢体如绵，心觉恍惚。

此乃药产之法象，不可惊怪。一起惊疑之念，则神驰炁散矣。务须思虑顿息，以虚待之，不可妄起刻漏之武火，亦不可迷失真候，静听炁之动静，则元窍之阳自旺生矣。

紫阳真人曰：药物，生元窍。

药物者，即真炁也，亦名真种子。元窍者，乃元妙之机关，即炁发之所，下通阳关，上通灵台，后通督脉，前通任脉。

六祖坛经曰：因地，果还生。

地者，道曰丹田，释名净土，又名优陀那，又名苦海，巧喻异名，无非果生之处。果还生者，因以前能明有情来下种之机，到此方有果。生果，即菩提子也，又曰舍利子。

太初古佛曰：分明动静应无相，不觉龙宫吼一声。

无相者，道曰虚无，释曰真空。此原无相，因静定而生。龙宫者，即上文因地是也。吼一声者，即上文果生也。故世尊谓，见明星而悟道，能知此一声之机，则涧水可流，西江可吸，海水可灌顶矣。

元学正宗曰：弹指巽豁开。

弹指者，顿然而觉，然不可起太明觉，须恍恍惚惚而待之。若起明觉之念，则后天之气随念而起，包裹先天之炁。先天既被后天所裹，则其所发之炁不得融盛，亦不能采取矣。

混然子曰：时至炁化机动，籁鸣火从脐下发。

时至者，乃药产之时也。籁鸣者，即元关之机动也。火者，炁也。脐下者，丹田也。古人云：时至神知者，此也。学者苟不知此时之机，则当面错过矣。

冲虚真人曰：觉而不觉，复觉真元。

觉者，知也。不觉者，浑也。阳炁才萌似有可知，故曰觉也。阳炁未旺，不宜急进火，故此言复觉真元。元者，即真炁也。

又曰：则用起火之候以采之。

此下言起火采药归炉也。起火者，后天呼吸之气。先天之炁生时，仍行熟路，故用起火之法采炁归炉。然呼吸之火，本自有形，而用之必无形。若着有形用之，则长邪火。果能有有而若无、无中得有之妙，二炁用之如法，则药自归炉矣。

又曰：采药归炉。

药者，真炁也。炁之生时，则往外顺出，故用神炁采之归炉。真炁既得神气之力，自然随神而归炉矣。

又曰：封固停息，以伏神炁。

此二句言入中宫之沐浴，即是运周天子时之头，故子时有沐浴之候，即此也。封固者，温养之义。停息者，亦非闭息，是不行其鼓嘘之法。将神炁俱伏于炁穴，随后火逼金行，有行动之机者，则周天武火自此而运起。浑然问曰：我闻直论言，药已归炉，未即行火，则真气断而不续，亦不成大药。此处既有沐浴，岂不断否？余曰：不行，非是闭塞呼吸之气全然不行，乃是不行橐籥鼓嘘之机。盖呼吸之气，原有温柔之息在此吹嘘，何得断火之机？虽暂伏微妙之理，而真机无有随后不动之情。岂不闻之，合宗乎？采封是子时前也。其即此矣。

玉鼎真人曰：入鼎，若无刻漏，灵芽不生。

此下皆言，子时起火炼药，行小周天之火。前论起火采药是子时之前也，此乃周天子时当令之事。故达摩云：二



候采牟尼，然则药生。即为药生之子时，而亦为活子时，行周天谓之行。周天子时不必认做一时。盖鼎者，炁穴也。真炁既归鼎内，必要刻漏之火以炼之，若无刻漏之火，则黄芽不生。

上阳子曰：外火虽动，而行内符。闭息不应，枉费神功。

外火，即元炁也。内符，乃呼吸之炁。元炁由呼吸而采归炉，亦由呼吸而炼之，则炉中之药方成变化。仙翁云：火销金而神炁不败。若药已归炉，呼吸之气半途而回，不应先天之炁，则药已耗散，及再行周天之火，与前不相续，亦不能成丹也。

守阳真人曰：起火炼药。

起火，是起周天之火行十二位也。非真有位，借火为位；又谓十二时，非真有时，借火为时。

混然子曰：火逼金行，当起火之初，受炁宜柔。

火者，呼吸之气也。金者，元炁也。盖金不能自升，必假火以逼之，使朝于乾宫。然炉中真气初起火之时，药物未旋，不可即行武火。须以柔温之火逼之。金有旋机则火当长矣。若药未甚动，炁伏而缓，先起武火，则内之炁亦不顺随大路，堕于蹊径，欲归正路，不亦难乎？故曰：宜柔也。

又曰：采时，须以徘徊之意，引火逼金。

徘徊，是往来活动之意。引火者，即神呼气之法。逼者，催也。上文只言呼吸以用元炁，尚未显明用元神。人知用二炁，不知神为二炁之主帅。盖采药、炼药全赖气穴之神权驭二炁徘徊，则金自行矣。前文云：神呼气炁归窍内，吹吾身

中无孔笛。是此也。

又曰：运动坤之火，沉潜于下。

坤者，炉也。火者，元炁也。运动坤火之时，往下而行，以通督脉而进。若别行异路，是不能上乾鼎，则药即耗散矣。浑然问曰：我闻玉蟾翁言，神即火，炁即药，以火炼药而成丹，今何又言炁是火，而前文又言化谷精以呼吸为火，三事俱言火，不明孰是？华阳云：此视学者得师不得师耳。真参实悟者，一见了然于心。若心下不实，焉得明乎？非是丹经惑尔，乃尔认错丹经。诵几句古言熟语，以为自己聪明，误也。凡云是起火、引火、火逼、行火、止火皆为呼吸气之火也。凡云凝火、入火、降火、以火、移火、离火、心火皆属神之火也。凡云运火、取火、提火、坎火、坤火、水中火、炉中火皆先天炁之火也。凡呼吸之火，能化饮食之谷精而助元精。凡神火，能化元精而助元炁。凡元炁之火，能化呼吸而助元神。元神之火，又能化形而还虚助道成。始成终皆承火之力，以登大罗之金仙。所条岂可执一哉？

混然子曰：鼓吾之橐籥采药之时，加武火之功，以性斡运于内，以命施化于外。

古人或以内呼吸为橐籥，或以外呼吸为橐籥，内外兼说，何是何非耶？余特指其是以示之。橐籥者，消息也。若无消息，安有橐籥？古云：一阖一辟谓之变，知变通无穷矣。橐籥者何？似牛车水运行一般，同消息而不同路，若同路，则不名橐籥矣。又如风箱一般，同箱而不同风。若同风，则不能运转矣。以风箱之内，暗藏子箱，向炉之风，是子箱之风，非风箱之风，实从无中生出。水车之水与子箱之风即喻先天之炁也。牛车与匠手抽动之风，即喻后天之气

也。子箱者，元关也。消息者，即两搭界之滚轴也，即喻先后二炁之机。子箱之风若无抽动之风，则不能自吹嘘矣。水车之车，若无牛车，则水车之水不能自运矣。至车与箱，若无牛与匠，则水与风又无从而吹运之也。盖武火者，是药物曾已行动，故必橐籥之息火，以应刻漏之度数。若徒用文火，则药物亦不行也，而真炁竟耗散矣。内者，中宫也。炼药行符务要性主立于中宫，而为斡运辐辏之主宰，则水火方能随外之道路而升降。又，外必借命之元炁施化，则脉络方能开舒畅快。内外融通，自然命听于性，性持于命矣。

邱祖师曰：采二炁升降之际，若不以意守中宫，药物如何运得转？

二炁者，先天、后天二炁也。先天之炁，不得后天之气，则不能摄转。运后天之气，不得先天之炁，则亦无处施功。冲虚云：炁则不能无先后之二用。中宫者，炁穴也。药物者，元炁也。升降之际，中宫若无主宰，则药物不转矣。然全在中宫之真意，使真炁之动运矣。故禅师云，北斗望南看是也。

混然子曰：内伏天罡斡运，外用斗柄推迁。

冲虚云：斗柄外移而天心不离常处。若以内伏天罡，而外不推斗柄，则真炁不升降；若外推斗柄，而内不伏天罡，则真种不结。后，禅机赋云：禅主斗柄见，明星而团旋。

许旌阳老祖曰：冲开斗牛要循环。

斗牛者，虚危穴也。斗牛既开，用升降之法以运之。冲虚子曰：行所当行。又白玉蟾云：起于虚危穴。以虚危宿在坎宫子位也。盖虚危者，即任督二脉之起止处，亦名河车

路。俞玉吾云：于此时，鼓之以橐籥，煅之以猛火，则真铅出坎而河车不敢停留，运入昆仑峰顶是也。

金丹赋曰：子时河车耸驾火，销金而神炁不败。

子时，是运周天之子时。驾动河车，采药上升。混然子云：铅遇癸生之时，便当鼓动巽风，扇开炉鞴，运动坤火，沉潜于下，抽出坎中之阳，去补离中之阴，成乾之像，复还坤位。

纯阳祖师曰：凭君子后午前看，一脉天津在脊端。

子后，是阴符。午前，是阳火。一脉者，即行周天之道。凡行火时，神炁必由此路而运。萧紫虚云：几回笑指昆山上，夹脊分明有路通。又俞玉吾云：元海阳和动寒泉。炁脉通此子午当行之道，若神炁泛然于道外，不成路矣。或神不知其炁，或炁不能随神，空空煅炼，则金丹不成矣。守阳云，有两相知之微意是也。

又曰：寒泉沥沥气绵绵，上透昆仑还紫府，浮沉升降入中宫。

圆通禅师云：群阴剥尽，一阳复生，欲见天地之心，须识承阴之法。寒者，坤也。泉者，坎水也，皆喻肾中之水。肾水果得以前所论之工法，到此自有沥沥波涛之象，乃真阳所产之时也。气绵绵者，续而不断之义。道光禅师云：一爻看过一爻生。昆仑，即乾也，乾为首。紫府，即丹田也，丹田为坤。升即上昆仑，降即下紫府。中宫，即丹田也。祖师教人，行火须上至乾鼎，下至坤炉。

广成子曰：人之反复呼吸，彻于蒂。一吸则天气下降，一呼则地气上升，我之真炁相接也。

吸降呼升者，即先天后天二炁之机也。然后天气吸则

先天炁升焉，升是升于乾，而为采取也。后天气呼则先天炁降焉，降是降于坤，而为烹炼也。若以口鼻一呼一吸为升降者，则去先天之炁远矣。

觅元子曰：乾坤阖辟、阴阳运行之机，一吸则自下而上，子升；一呼则自上而下，午降。此一息之升降也。

此皆言先天、后天二炁消息之机也。乾者，首也，为天，故位居上。坤者，腹也，为地，故位居下。阖辟者，乃内外呼吸之元机。盖外面之气降里面之炁，则过我而升；外面之气升里面之炁，则过我而降。此乃周天之秘机，凡夫岂能知之？故仙翁云：若教愚辈皆成道，天下神仙似水流。浑然问曰：老师所言有两重之呼吸，但升者其意要主宰中宫，以为斗柄转心之主，又见此处其神要随后天之炁升降，又闻后天之炁在息上升降。如老师言，三处都有动静知觉之意，不知其神其意重在何处，又不知其神其意如何分别用度。我闻之丹经曰，行则神炁同行，住则神炁同住，今此分别神意，其不相合，何也？华隅云：子之不明者，非经之不明，是子之执着偏见云。何为机也？譬如世人安消息以制物件之法，如若投机，一叩即应，无处而不动。夫但有先天之炁者，则我之经络自能通应，而又有后天之气鼓舞，安有上下中间不应之理乎？可见先天、后天、上、下、中间皆主乎其机也。若是无其机，焉得应之？故太初古佛云：一片东兮一片西，两头动处几人知。出有入无真造化，神炁相交透祖机。云：比喻乡人织布，其意一发，手、足、头、目俱以发动。发者是谁？动者，其神意在何处？若能明此理，则临时而不误造化之机缄矣。故俞玉吾解阴符经云：恆山之蛇，击其首则尾应，击其尾则首应，击其中则首尾俱应。又云：其

法潜神于内，馭呼吸之往来，上至泥丸，下至命门，使五行颠倒运于其中，此即周天内外机动而已是也。又冲虚云：以意在中宫，以神馭炁，其炁自尾闾、夹脊上昆仑，复下丹田，周流运转不绝，又何必有疑哉？因问曰：闻江西道人王山而亦能升降，因何以几十载不结丹、成大药？答云：此人乃后天之意气，非先天之神炁也。

冲虚子曰：当吸机之阖，我则转而至乾，以升为进。当呼机之辟，我则转而至坤，以降为退。

吸机之阖，固是下，然而内里之机要上。上者，自下而升，至于乾，为进阳火，为采取。呼机之辟，固是上，然而内里之机要下。下者，自上而降，至于坤，为退阴符，为烹炼。此即内外阖辟之机也。

萧紫虚曰：乾坤、橐籥，鼓有数。

此以下皆言周天之息数。上文说升降法，而其中卦爻之数尚未表明。若不用其数，则丹道又不成矣。朝元子云：劝君穷取周天数，莫使蹉跎复卦催。盖乾坤者，乃天地之定位。橐籥者，即鼓风之消息。奈何真炁不能自返复于乾坤，惟赖橐籥之法以吹运之。盖乾坤，即橐籥之体；坎离，乃橐籥之用。所以，乾呼返吸至于坤，坤吸返呼至于乾。乾坤者，乃坎离之体；内呼吸者，即坎离之用。人若能明乎内呼吸，则橐籥自鼓，而乾坤自运矣。数者，乃阴阳升降之度数，假呼吸之息数而定卦爻之揲数。

薛道光禅师曰：火候抽添思绝尘，一爻看过一爻生。

抽添，即真炁上升下降之旨也。绝尘者，凡临机时，幻化顿息，则真我不离于炁。爻过爻生者，喻绵绵不断之意。守阳云：随机默运入元元，呼吸分明了却仙。

陈泥丸曰：天上分明十二辰，人间分作炼丹程。若言刻漏无凭信，不会元机药不成。

天上有十二支之辰位，炼丹亦有十二时之火候。故六阳用进，六阴用退。程者，每时有一定之度数。若言不用息数之漏刻，则是旁门外道矣，而非金丹也。纵能强制升降，亦不能结大药。既不用周天之度数，又将以何物为周天乎？以明明之刻漏而不悟，则是愚之甚也。

钟离祖师曰：生成有数。

有数，即乾用九，而坤用六也。

金谷野人曰：周天息数微微数。

周天，即往来反复之义。微微数者，不著于相顺随而行火候、元机，是周天程限之数无差也。

陈泥丸曰：乙阳复卦子时生，午后一阴生于姤，三十六又二十四。

冲虚子曰：子至巳六时为阳，阳合乾，故用乾爻、乾策。乾爻用九而四揲之为三十六，故阳火亦用九同于四揲。又注云：子、丑、寅以次皆用四揲之三十六。又云：午至亥六时为阴，阴合坤，故用坤爻、坤策。坤爻用六而四揲之为二十四，故阴火亦用六同于四揲。又注云：午、未、申以次皆用四揲之二十四。又云：阳时，乾策二百一十六，除卯阳沐浴不用乾，用实一百八十也。阳时坤策一百四十四，除酉阴沐浴不用坤，用实一百二十也。合之，得三百息周天之数也，闰余之数在外。盖三百数者，实非三百息，皆比喻辞也。

守阳真人曰：子行三十六，积得阳爻一百八十数；午行二十四，合得阴爻一百二十数。

阳爻六时用九，除卯时不用，只得一百八十。阴爻六时用六，除酉时不用，只得一百二十。冲虚子曰，卯在六阳之中，酉在六阴之内，调息，每至于六时之中可以沐浴，即此也。

悟真注疏曰：子进阳火，息火，谓之沐浴；午退阴符，停符，谓之沐浴。

息火、停符者，停住有作而行自然之妙运，非是停住先天而不行，是停住后天之武火。故履道云：十二时中毋令间断。俞玉吾云：天道，无一息不运。丹道，无一息间断。故卯酉时不行之中而默运吹嘘，则子午亦然。又重阳云：子午冲和连卯酉，春夏秋冬相携。冲虚子云：世称沐浴不行火，且道吹嘘寄向谁。要将四正融抽补，才得金丹一粒归。又陆子野悟真篇云：卯酉不进火，但以真炁薰蒸也，而为沐浴，万古不移。

曹还阳真人曰：十二时中，时时皆有阳火阴符。凡进则曰进阳火，凡退则曰退阴符，亦以阳用者曰火，以阴用者曰符。

十二时者，即吾身中运周天之时也。子巳六阳时进阳火，午亥六阴时退阴符。进则为升也，退则为降也。故进则曰进阳火，退则曰退阴符。时时皆有阳火阴符者，不在沐浴时，而亦有沐浴。故阳用者曰火，阴用者曰符。浑然问曰：但闻六阳时中沐浴，六阴符中沐浴，此理可明。但不知六阳时中时时有阴符，六阴时中时时有阳火，此理深微，愿求教训。华阳曰：凡行周天之时，其后天之气有回转之机，故在此回转处内藏阴符阳火之秘机。既有六阳六阴之限数，焉得一息而运至于天哉？纵运，亦不成周天之度，不合刻漏之法



则矣。浑然又问：弟子尚愚迷，不识阳火阴符之精微，敢再求指教。华阳云：凡运火之时，后天气进则谓之阳火，后天气退则谓之阴符。凡运火阴符沐浴归根者，皆是借后天呼吸之气以为周天度数之法。若无其呼吸则不成阴符阳火沐浴归根矣。邱祖师云：运行周回，自有径路，不得中气斡旋则不转。又冲虚云：火候谁云不可传，随机默运入元元。达观往昔千千圣，呼吸分明了却仙。又问曰：昔日达摩言，二候采牟尼，何为二候？云：药生而往外，以用息采归炉为一候；药既归炉，封固又名一候。又问曰：何为四候？云：升降沐浴即为四候。又问曰：何为之闰余？云：即归根还于下丹田之处。故亦有温养沐浴之位也。

冲虚子曰：凡一动则一炼而周使机之动 而复动者则炼而复炼、周而复周。

此即言凡有炁之动者，必须炼之，则小周天之火容易止。如若不炼，则火不能速止，而大药亦不能发生矣。古云：运罢河车君再睡，来朝依旧接天根。古皖山合封问曰：余自学道今已八旬，阳还自动，是何故也？答曰：阳既举是未得火炼之过也。封曰：余得七悟师所传，运于周身四肢。运六回阳、六回阴。左运三百六十，右运二百四十，岂不是火工？华阳云：既是火工，八十因何阳还举？此非金丹，乃小法，是七悟师当初止泄之念耳。如此空运，有何益也。封曰：金丹之道，若何为哉？华阳曰：金丹之道，从阳生时，凝神入炁穴，鼓起橐籥之巽风，息息向炉中吹嘘，犹如铁匠手中抽动一般，风生则火焰，火焰则精化，精化则炁自生矣。采此生炁，升降往还，谓之周天也。

又曰：积之不够百日，则精不漏而返炁矣。

百日，是炼精之名目。但凡有二候之机来者，则百日可期。少而勤者成之速，若中年、年迈而又不勤者，未可定其日期。凡有精漏者，则未成漏尽通之道。如精不漏者，则精尽还成炁，不死长生之果得矣。太邑海会寺方丈僧龙江问曰：以此自保守，可得楞严经漏尽通成否？华阳云：保守只名断淫心、淫身而已。知用火化，则淫根方断。漏尽通自成，则不漏矣。然淫根者，即外肾也。若有举动，即有生死矣。

正阳祖师曰：果然，百日防危险。

防危险者，防时，至药生而神不及知觉，则错过矣。或不明起火之法，或昏睡而神不灵，此乃失于炁矣。或当进火而不进火，当退符而不退符，当沐浴而不沐浴，当止火失于造化之机。故曰防危险。

萧紫虚曰：防火候之差失，忌梦寐之昏迷。

差失者，皆因学者心不诚而意不专。若灵台洁净，火候明白，有何失乎。古人往往走丹者，皆因理未明而心不专，故有差失之患。梦寐昏迷者，凡学道之士，宜乎先养神，神纯则自然灵觉。神若不纯，睡则生尘妄之心，故有梦寐走失之患矣。

石杏林曰：定里见丹成。

丹之所成者，是炁已曾圆满，外肾不举，丹光上涌，故有所见也。

正阳祖师曰：丹熟，不须行火候，更行火候必伤丹。

丹熟，是有止火之候列，故谓之熟。既知熟矣，当用采大药之法，则小周天之工法无所用矣。若再用小周天，丹不伤乎？

萧紫虚曰：切忌不须行火候，不知止足必倾危。

凡炼丹，若不知止足，必倾危之患也。昔日白玉蟾六十四岁下工，已到止火之候，未及采药，则已倾危矣。又邱真人，到止火之候，未防其险，则夜自走失。又曹还阳真人会亲，偶见此止火之景，未及采取，亦以走失元阳矣。故崔公云：受炁吉，防成凶。火候足，莫伤丹。所以紫阳云：未炼还丹须速炼，炼了还须知止足，若也持盈未已心，不免一朝遭殆辱。

此皆言小周天造化，火到丹熟止火之候也。

止者，不行升降也。然虽不行升降，时刻不可须臾离火，常常温火薰蒸。离，则亦自走矣。

冲虚真人曰：有止火之景。

此乃止火之时，采大药之候也。须求真师口授，方能出炉。若无真传，不知采取之法，不知采取之时，故景不得矣。得真传，知采法，景到又不可不知也。若傍门认取眼光，静坐慧光，千百种光，则错之甚矣。若前此不知坎离交媾之法，丹田则无药，而外肾亦不能如马阴藏之形，纵有外光发现，此非丹田之苗也，盖属想妄而发矣。若真能成马阴藏形者，自有异常之景。故纯阳祖师云：曲江上，月华莹净。又翠虚篇云：西南路上月华明，大药还从此处生。俞玉吾云：西南属坤，坤为腹，药生于丹田之时，阳炁上达，丽于目而有光。故自目至脐，一路皆虚白晃耀，如月华之明也。

守阳真人曰：且待其景到之多而止，大药必得矣。

又曰：初炼精时得景而不知，猛吃一惊而已。乃再静而景再至，猛醒曰师言当止火也，可惜当面错过。又静又至，

则知止火，用采而即得矣，是采在于三至也。今而后当如之，及后再炼，不误景初而止之速。若待景至四而止，失之迟。不速、不迟之中而止火，得药冲关而点化阳神。凡有真修仙真，千辛万苦，万万般可怜炼成金丹，岂可轻忽，致令倾危哉。

自古圣真不泄止火之真候，亦不泄采大药之真景。真候、真景，独赖冲虚、守虚二真人泄。万古不泄之天机，今则尽泄矣。但后学无有不沾二真人之恩，此乃明言直论，不必重加注脚。后学因缘，若至财侣双备，速早下工，求取大药，炼炁化神，参明三至，则大药可得、神可化而仙成矣。如或不透，再觅冲虚真人之秘文参合宗之九章，则大周天之造化之情无不明白矣。此以上尽属调药、炼精、化炁、成金丹之造化，而逐节工法之口诀尽备于此矣。但经中所言后天呼吸之气者，必待师传方敢自用。非是着于口鼻，亦非闭气于丹田，著此二者，俱属于旁门，非金丹也。凡借后天之息以为吹嘘逼运者，是炁穴之内有生机之动者。因此而调息，既调炁穴内之真息，而后天之息则自然而至于炁穴，相兼相连以同动矣。然古人或以单言后天之息，则先天之息无有，不得其机而妄用后天或单言先天之息，则后天之息无有。不借其机而能用先天，故先后原有兼连之消息。凡调息之时，其神专重于先天之炁内，以炼化行住起止，不过借后天之息以为炼化行住起止之权。先天之炁既有生机，若不得后天则先天亦不能自炼化行住起止矣。凡四方有学道之同志者，果知造化之机，不问先天与后天，若临时能用消息二字者，则先天后天有不待辨而能自明矣。

此以上皆言炼精化炁成金丹之元功。风火同用之妙旨

尽在斯坎。余不敢谓此集为自论之妙道，然皆荟萃先圣之真传，即后来万劫高真用风用火之根本。使见之者即自了悟契合仙佛之真旨，成己、成人、仙佛之果证矣。

## 效验说第七（尽言小药产景）

华阳曰：以前六章，药物、炉鼎、火候无不表明矣，但药产之景尚有未全。此篇重以发明，愿有志之士早成大道，是余夙所怀之志也。

且药产之效验，非暂时可得。至真之道，在乎逐日凝神返照炁穴之工纯熟，而后有来之机缄。夫或一月元关显露，或数月丹田无音。迟早各殊，而贵乎微阳勤生，不失调药之工夫，则药产自有验矣。

且炁满药灵，一静则天机发动，自然而然周身融和，酥绵快乐，从十指渐渐至于身体。吾身自然耸直，如岩石之峙高山；吾心自然虚静，如秋月之澄碧水。洋生滔窍，身心快乐，阳物勃然而举，丹田暖融融，忽然一吼，神炁如磁石之相翕，意息如蚕虫之相舍，其中景象，难以形容。

歌曰：奇哉，怪哉，元关顿变了，似妇人受胎。呼吸偶然断，身心乐容腮。神炁真浑合，万窍千脉开。

盖此时不觉入于窈冥，浑浑沦沦，天地人我，莫所知之。而又非无为，窈冥之中，神自不肯舍其炁，炁自不肯离其神，自然而然，扭结一团。其中造化，似施似翕，而实未见其施翕；似走似泄，而实未至于走泄。融融洽洽，其妙不可胜比。所谓一阳初动，有无穷之消息。少焉，恍恍惚惚，心已复灵，呼吸复起，元窍之炁，自下往后而行。肾管之

根，毛际之间，痒生快乐，实不能禁止。

所谓添满任督自开，又云运行自有径路，此之谓也。迅时速采烹炼，烹炼复静，动而复炼，循环不已。少年不消月余，中年不过百日，结成金丹，岂不乐哉。

此一篇故不当安于此。效验原是调药后之事，理当安于调药之下，因句法多之故耳。读者当默会于调药之下，假若有此效验，不可认为怪事，即是药产之真景，当自保护真种矣。

## 总 说 第 八

夫金丹之道，从静而入，至动而取。若不静则神不灵，而炁亦不真。于此妄炼，即属后天，与先天虚无金丹之道不相契也。

盖静者，大道之体，造化之根。唯静则可以炼，不静则识性夹杂，终与道相违矣。故幻丹走泄而道不成就者，皆由未静而夹于识之过也。夫静者，静其性也。性能虚静，尘念不生，则真机自动。动者，非心动，是炁之动也。炁机自然发动，则当以静应之。一动一静，不失机缄，是谓调药，是谓交合。行乎造化，性命双溶，是谓真旨妙用矣。苟或专以静而不识动，或专以动而不复静，皆非正理也。

次，当明其药产老嫩。老则炁散不升，嫩则炁微不升。务在静候，动旺始采，是谓当令。故曰：时至神知。以顺行之时候，即逆行之时候矣。故又曰：药炁驰外，则外别有景。前所谓调药用之日久者，是为虚耗之躯言之耳。若壮旺之体，只于运周天当时调之，不用日久。若调之日久，不运周天，则阳极而精满，则又溢矣。不知法则活而诀则一。故童真只用大周天，不必用小周天。壮旺之体，虽不可不用小周天，亦不必调之日久，只候药产景到时，调其老嫩。

凡元炁一动，伺阳之长旺，即当采封，运行周天，是谓采取周天也。勤行不惰，道有何难哉？



故曰：丹田直至泥丸顶，自在河车已百遭。又云：以虚危穴起，以虚危穴止。盖虚危穴，即任督二脉之交处。立斗柄，运河车，皆由此而起止。故冲虚曰：起于是，止亦于是。

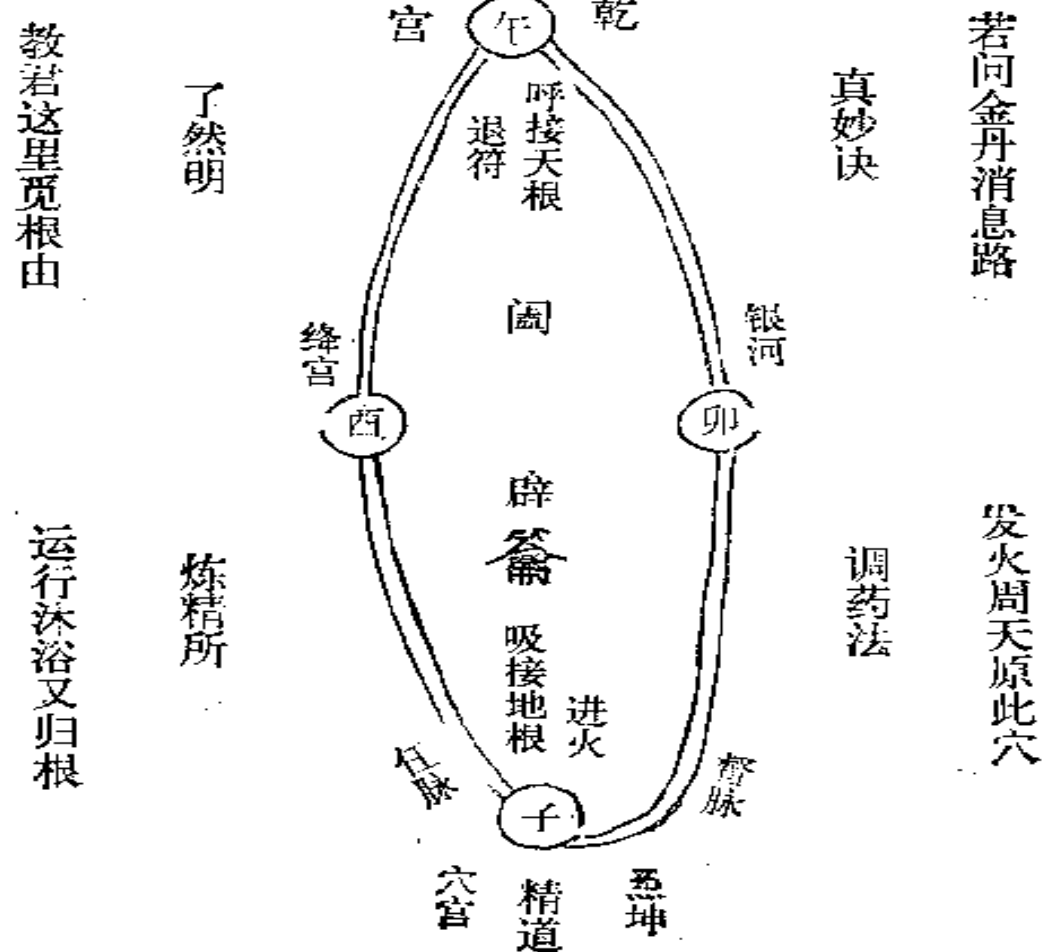
且运必假呼吸而次之。若不以呼吸吹嘘，则神炁不能如法。似有似无，合乎自然相依之运行。盖行以神为之主宰，不见有炁之形迹。元炁乃无形之行，随元神之运行，听呼吸之催逼。故曰：夹脊、尾闾空寄信。而呼吸乃采运元炁之法。逆吹微缓，谓之文火；紧重谓之武火。

数息运元炁者，为爻、为时、为度、为位，而周天之造化以此为规模，非真有三百六十有余也。故曰：每时四爻。所以然者，使其水火不致太过不及也。是范围元炁而成其度数，为造化之总序耳。故曰：以息数定时数也。

或又问炉鼎、道路、药物、火候。曰：能此虚危、任督运用，即炉鼎道路。明此阳动升降，即药物、火候，而道即在是也。除此皆非正理，尽属筌蹄惑人矣。借筌蹄获鱼兔，谓筌蹄为鱼兔则误也。去筌蹄专鱼兔，朝采暮炼，自然精化炁足，丹成景至。再行向上功夫，炼炁化神，超凡入圣。出定千百亿化身，皆由此书而上达矣。

# 图 第 九

图丹金成精炼药调



## 图说第十

金丹之道，前八篇已尽之矣。尚恐学者不知窍妙，故备此图，以补全书之要诀，愿有志者，一览无疑，不为旧图所惑。

庶知阳生在此，调药在此，鼓巽风在此，药产在此，采取在此，归炉在此，驾河车在此，还本复位在此，金丹造化之元功，莫不在此矣。

然窍本无形，自无而生有，则谓之元关、中宫、天心，其称名固不一也。夫虚无之窟内，含天然真宰，则谓之君火真火、真性，元神亦是无形，静则集氤氲而栖真养息，宰生生化化之原；动则引精华而向外发散，每活子时二候之许，其窍旋发旋无。故曰：元关难言。

其炁之行，后通乎督脉，前通乎任脉，中通乎冲脉，横通乎带脉，上通乎心，下通乎阳关，上后通乎肾，上前通乎脐，散则集于周身，为百脉之总根，故谓之先天。其穴无形无影，炁发则成窍，机息则渺茫。以待成全八脉，则八脉凑成共拱一穴，为造化之枢纽，名曰炁穴。比如北辰居所，众星环绕护卫，即古人所谓窍中窍也。窍即丹田，上乃金鼎，鼎稍上即黄庭，窍下即关元，古谓上黄庭，下关元是也。关元下即阳关，亦名命门，乃男女泄精之处。肾管之根，由此而生。但黄庭、金鼎、炁穴、关元四穴，俱是无形，若执形

求之则谬矣。又谓夹脊两肾，中藏元炁，则亦谬矣。

此书图之所作，实发古人所不尽泄之旨，而又有以辟其诞妄也。

## 顾命说第十一（此炼己立基之首务）

夫顾命者，乃是收视返听，凝神聚炁之法。岂有他术哉？

古圣有言曰：命由性修，性由命立。命者炁也，性者神也。炁则本不离神，神则有时离炁。

俞玉吾曰：心虚则神凝，神凝则炁聚。欲其炁之常聚而不散者，总在炉火勿失，温养其元，使神炁如子母之相恋。

左慈云：子午顾关元。元即命之蒂也。若不顾守，则火冷炁散，久而命亡矣。

黄帝云：存心于内，真炁自然冲和不死。故性命二者，不可须臾相离也。离则属于孤偏矣。

崔公曰：十二时意所到皆可为。

混然曰：无昼无夜，念兹在兹，常惺惺地动念以行火，息念以温养火。

玉蟾云：神即火，炁即药，以神驭炁而成道。即以火炼药而成丹，有药无火，则水冷而炁不生；火养锅底，则水暖而炁自腾。

古云：火烧苦海泄天机，红炉白雪满空飞。雪即炁也。故炁因火而升，火因风而灼。十二时中，回光返照，刻刻以无烟之火薰蒸，使性命同宫，神炁同炉，绵绵息息，似有似无，内外混合，打成一片。

黄帝曰：火者神也，息者风也。以风吹火，久炼形神俱妙。人之如此，何忧命之不固也。

夫命之元炁，乃月魄；神之灵光，乃日魂。以魂伏魄，则先天之炁自然发生。人多不测造化，盲修瞎炼，性命各宿，孤阴寡阳，自谓长生得道，而不知其违道甚远矣。

夫修炼者，方入室之时，当外除耳目，内绝思虑，真念内守，使一点元神，浑浑沦沦，随其形体荣枯，听其虚灵，自然融然乎，流通湛然乎。空寂于此，常觉常悟，冥心内照，防其昏沉，昧乎正念。

参同契云：真人潜深渊，浮游守规中。规中，指元关一窍也。然又不可执著，以至真阳不生。其妙总在不急不急，勿助勿忘而已。

清静经云：空无所空，寂无所寂，真常应物。果如此，则神炁浑然如一，恍恍惚惚，若太虚然。

古云：先天一炁，从太虚而来者。即此也。

夫机之未发，静以俟之；炁之既动，以神聚之。而顾命之旨，尽在斯矣。

## 风火炼精赋第十二（总言大小周天）

炼者造化之工，精者变化之源。火因风而焰灼，精得火以熔铅。

勒阳关谓之调药，摄炁归即是還元。

察其机、煅谷精而调燮，辨其候、运百脉以归源。

会其源则神炁相依，鼓其风则真精朝元。

夫精者，乃天地之源，造化之本。

逢时节而旋机动，得火以磁恋；达关窍而流变泄，吹风则还壺。

是坎坎官森布，元神摄而徘徊。

离中棗箭，真炁旋而运转；炉内火逼，白虎朝于灵台；鼎中水融，青龙游于深渊；阳关禁闭，元窍门开。

果然风火既同炉，久而水暖自生霞；月华吐则汞引铅而铅引汞。

曰：精射，则蛇交龟而龟交蛇。

造化之变迁兮，待静观动；药物之老嫩兮，伺机听命。

杳冥中起，恍惚中迎。

自无炁而生炁，本无名而喻名。

知其时者，能夺天地之真炁；顺其机者，即有升降之法程。

薰之炼之，则超凡而入圣品；食之饴之，化枯骨以登太

清。

嗟乎，今之学者。奔山驾海，坦坦之大路偏过；劳形兀坐，赫赫之明珠抛播。

利驰而名漫，德薄而垢重。识性以妄谈，去正而归左。

彼夫，道本至近，情隔遥偏。理自不远，性失违天。

殊不知，清者炁之融，风者息之源。火者神之灵，炼者会之坛。

以风而扇火，则老还少而形长存；以炁而留神。

以神而运息，则情复性而神自纯。自然可与赤松、彭祖之优尊。



## 禅机赋第十三

(恐后世学禅者不明佛之正法，反谓吾非禅道，故留此以为凭证耳)

道者化育天地，法者返本还原。

柄动静而同用，随有无而自然。

体本来之真觉，威音恍惚；待无生之妙用，极乐幽元。

显优昙之家风，秋水皎月；隐惠能之法语，春雾藏烟。

是故，浮云散而天心现，濛雨开而壁峰存。

潭水清兮澄月澈，黑漆溶兮物形明。

情寒而禅心定，意灰而性朗清。

若夫，黄芽白雪，当求元关之妙义；地涌天花，即啻混沌之面目。

会则有，散则无；出为尘，入为默。

有情下种，乃如来之妙用；无法枯禅，即道人之顽空。

水清月现，达龙宫而演法；风传花信，坐竭陀而受供。

朗朗兮皆拱北，荡荡兮尽归东。

降蛟龙于北海兮，烈焰腾腾；伏猛虎于南山兮，洪雨普济。

搏虚空而作块兮，刀兵奚伤；收毫芒而藏身兮，鬼神莫测。

展则包罗天地，定则入于微尘。

悟之者顿超上乘之法，迷之者带了六道之根。

禅固自参，无非一念之定静；机由师授，能吸法水之鸿滋。

正法眼藏，尽隐祖师之秘旨；涅槃妙心，微露如来之浅辞。

由是，能宣漏尽之法，方称马阴之师。

尔乃，机来有时，非顽空而长坐；禅主斗柄，见明星而团旋。

灵台极乐，通行菩提之坡；净土家乡，秘锁慧命之奥。

教外有因，不明元机，苦劳累世魔婆；谩守三更，强留一宿，暗通密印关锁。

识重智少者，则曰不然、不然；忽然朗见者，乃云如是、如是。

慧性灵而道眼开，头头尽是；魔王迷而法窍闭，处处皆偏。

人有迷悟，佛无后先。

达之者，融会天机；迷之者，执定死禅。打七跑香，即禅和夙业之责；黄花翠竹，乃高人得意之时。

千里因缘若至，方晓禅外之规。

偶逢决破铁牛血，笑杀禅机有两期。

## 妙诀歌第十四（大小周天）

大道渊微兮，现在目前。  
自古上达兮，莫非师传。  
沙漠多喻兮，究竟都是偏。  
片言万卷兮，下手在先天。  
有名无相兮，元炁本虚然。  
阳来微微兮，物举外形旋。  
恍惚梦觉兮，神移入丹田。  
鼓动巽风兮，调药未采先。  
无中生有兮，天机现目前。  
虎吸龙魂兮，时至本自然。  
身心恍惚兮，四肢酥如绵。  
药产神知兮，正是候清源。  
火逼金行兮，橐籥凭巽旋。  
河车运转兮，进火提真铅。  
周天息数兮，四牒逢时迁。  
沐浴卯酉兮，子午中潜。  
归根复命兮，闰余周天。  
数足三百兮，景兆眉前。  
止火机来兮，光候三牵。  
双眸秘密兮，专视中田。

大药难采兮，七日绵绵。  
蹊路防危兮，机关最元。  
深求哀哀兮，早觅真传。  
择人而授兮，海誓相言。  
过关服食兮，全仗德先。  
寂照十月兮，不昧觉禅。  
二炁休休兮，性定胎圆。  
阳纯阴尽兮，雪花飘迁。  
超出三界兮，乳哺在上田。  
无去无来兮，坦荡逍遥仙。  
夙缘偶逢兮，早修莫挨年。  
休待老来临头兮，枯骨无资空熬煎。

## 论道德冲和第十五

道高龙虎伏，德重鬼神钦。斯言也，盖道以载德，德以植道也。道者，德之用；德者，道之体。人能明乎其德，而天性自现；体乎其道，而冲和自运。是之谓，寂然不动，感而遂通也。

盖人禀虚灵，原本纯静至德，体纳太和，浑然一团，天理一发，皆能中节，何劳修乎？但人被情欲之私所隔，忘本逐末，竟昧其真，故元和之正炁，纯静之天心失矣。

所以，圣人表虚极而养己德，论易理以明天道，则尽性致命之学，可以穷神知化矣。

然学者欲体乎道德，当寻来时之消息，而穷本然之根苗。欲探造化之机缄，须察迟促之景象，则临时有把柄，而无危险之患，然后得入道德之门，可造冲和之境矣。

盖至人能观动静之消息，须用智慧而浑然无我。故能默运化育之道，长定中正之理。活活泼泼，则随中极之冲和，而充塞乎两间，达逍遥之境，乐无何有之乡。大至默默，还乎无极，此乃至人之大德也。

苟内怀私欲，外沽名誉，假善法以遮雨，暗取泥水之资，非为无德，实贼德也。

唯天地滋万物而无心，圣人顺万物而无为，亦何期德之洋溢乎？古圣云：德者，性道中求之耳。夫德非道则无

著，道非德则无主。道外觅德，其德远矣。培德体道，其功切矣。故曰：天心居北极而众星拱，东海纳细流而百派归。人若能静心养炁，何虑道德之不成哉？

吾尝自内观而无心，外觅而无体。飘飘乎寻之不得，恍恍乎觉而虚灵。似鱼之随水，如雾之笼烟，一派冲和，荣卫天地，但人不能深进，故本然之道昧却矣。纵厚文奥辞，无非口头三昧，又乌能尽道德之本然、明体用之精微、解冲和之奥秘哉？

## 火候次序第十六（尽言小周天）

夫道从炼己入手，次下手调药。既了手，行周天，三事非一也。已熟，或坐或卧，不觉忽然阳生，即回光返照。凝神入炁穴，息息归根，以神炁欲交未交之时。存神用息，绵绵若存，念兹在兹，此即谓武火矣。神炁既交，阳炁已定，又当忘息忘意，用文火养之。不息而嘘，不存而照，方得药产。但忘息，即不能以火薰之。但用息，即是不忘。息无不泯之谓嘘，欲嘘不觉之谓忘。但用意，即是不忘；但忘，即不能以意照之。古云：心无不存之谓照，欲无不泯之谓忘。忘与照，一而二，二而一。当忘之时，其心湛然，未尝不照；当照之时，纤毫不立，未尝不忘，是谓真忘真照也。此即谓之文火矣。文火既足，夜半忽然药产神知，光透帘帷，阳物勃然而举，即当采封运行。采运之时，存神用息，逆吹炁穴，谓之武火也。封沐归根，即用上文，文火之法，照顾温养之，谓之文火矣。但不在交媾与周天之时，俱是用文火之法，以时刻温养之。而炼己之工，亦是用此法，不然不能还虚。

然阳生谓之活子时，而药产亦谓之活子时，两段工夫，当明次序。而运周天谓之周天之子时，用火调药谓之火之活子时也。

然候者亦非一说。不论阳生及药产，但有炁动，即为一

候。以神用炁，又为一候。此乃神炁会合之二候也。又曰：阳生为一候，而药产又为一候。此乃药炁所生之时节之二候也。故曰，二候采牟尼者即此也。药炁既产，往外采归炉为一候，而炉中封固又为一候，亦谓之二候采牟尼。升降沐浴谓之四候，总谓之六候，此乃周天一时二法所用之六候也。候虽多，亦不必执著，不过是阳生调药，调到炁满药产时，采归运行，子卯午酉，归根即是也。然其中候，法亦要明白。当用呼吸变文武火之时候不明白，则文武不能如法。所谓火候不传者，非不传也，即此难言也。夫火是火，候是候，岂混而一言之。其中文武火候、逐节功法，师所传之口诀，尽备此书。

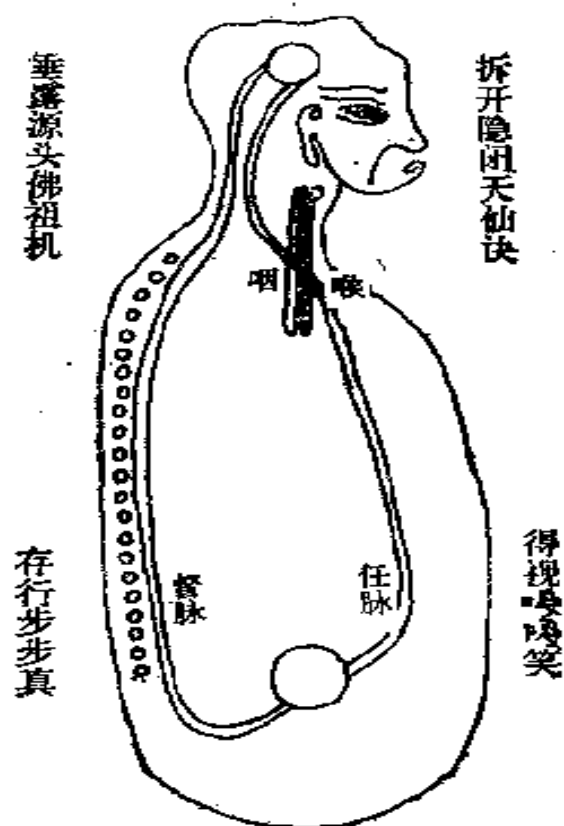
余虽为僧，自幼觅此道，励志江湖三十余年，方得全旨。后人有缘遇之，不要三日，即明乎斯道，则不为诬徒所惑矣。

华阳云：此篇重所言候者，非余之好事也。因群书所言候者，前后混杂，则令人实难悟。余前文虽表六候者，尚不能决人之疑，故添此篇，以决同志谈群书候之疑病也。



# 任督二脉图第十七

任督二脉图



华阳曰：此图直泄元机。愿得药之士，不失运行之路。丹道最秘，非余之敢妄泄矣。古圣虽无图，却有言存留，奈何不全之过耳。又因旧说谓督脉在脊骨外，而任脉止于上下

唇，此二说皆俗医之妄指。岂知仙家说任督实亲自在脉中所行过，以为证验，非但行一回也。金丹神炁之元妙，必要在脉中所行过数百回，方得成就。谬妄不但俗医乱指，今之修元者亦此谬妄乱指，愈加纷纷。苟不亲自领会境遇，妄意猜指，浅学信受，误丧励志，岂不痛哉。故余将师所授之诀，以亲自领会之熟境，画图以证其非。然而此图一说，游方之士与那假道学则无容身之地。

## 决疑第十八

僧豁然七问

问之一曰：弟子愚暗，蒙老师传授火化断淫之法。行四个月，得景，海中火发、对斗明星。又蒙传授法轮常转之密语，行持五十日，淫根自断，永无生机，反照北海，犹如化银之光，浩荡射目，自知成舍利子矣。弟子昔在打七一门，不见成道，反人人吐血，是何故也？

答曰：自如来开化西天，二十八祖，东土六代，并无此门，乃僧高峰门人诬捏，坑害后人。况高峰所習是闭息之旁门。何见得也？高峰自云：忍气急，即杀人。云：吐血，因跑香，忍气伤其脏腑，坐打香板，伤其脊络，就是卢医、扁鹊，莫能救之。

问之二曰：参禅问，话头不见成道，何也？

答曰：如来有所问，试者，是看学人性道明与未明。明，则教；外，别传。慧命不得，慧命无所成也。

问之三曰：专念经、念佛，不见成道，何也？

答曰：经路、径也；佛名，字也。譬喻考试官欲取第一名，求圣人唱四书可进否。六祖云：东方人造孽，念佛求生西方；西方人造孽，念佛往生何方？

问之四曰：我释教参禅人，灰心长坐，不起欲念，凡有走漏，不能成坚固之体，是何故也？

答曰：为人至十六岁，关窍既开，无有不走泄之理。况且念经伤其中气，枯坐心肾又不能交会，走漏格外多矣。所以近代出家人反得疟证，水枯、吐血、枯目皆谓此也。坚固，实有火化之法。譬喻，铛水在上，灶火在下，水得火自然变化为炁矣。如来云：火化以后，收取舍利，实有真传也。

问之五曰：今之参禅人而不问走漏之事，自言修道，可得成道否？

答曰：天上未有走泄身子之佛祖。走泄一回，与凡夫交媾一回，其理一也，故无所成矣。

问之六曰：佛是何法起手？

答曰：佛以对斗明星起手。对，即中华返观是也。斗，即北斗，丹田是也。明星，即丹田之炁发晃是也。不对斗明星，万万不能成道。释教下手一著最秘，吾今全露，尔当默思默思。

问之七曰：今之释教传法，得法以为出头，自称为大和尚，可是真法否？

答曰：得者如梦，得金称者，如戏台上汉高祖、楚霸王，何曾有实也？自达摩六祖以口传心授，故五祖云：密附本音。今之所传纸上，传某僧、某僧之名为传法，志者观之，嘎嘎一笑而已。

#### 王会然七问

问之一曰：弟子蒙老师传授，下手工夫，修炼两月，得药产之景。又蒙传授周天之口诀，行运三月，外肾不举，丹田常自温暖，自知丹成矣。不知别门亦有可成之理否？

答曰：不得神炁交合，产出真种万物，所成或有，行之

专者，无非却病。所谓万般差别法，总与金丹事不同。

问之二曰：有一先生，自言得药产之景，能以升降。又长坐数十年，凡有走漏，不结丹何也？

答曰：虽得药产，不知火候；虽是升降，不知阖辟度数，强运，故不结也。

问之三曰：有一位言教人凝神入炁穴，阳生之时，后升前降，不结何也？

答曰：不知起手之法，无药先行升降，水火煮空档，故此不结也。

问之四曰：有一位言，阳生之时，以舌抵住齿，往上提之，吞津降下，不结何也？

答曰：此阳乃微阳，非药产之阳，升降无用，况又不知道路，乱提起邪火，必得吐血之症。吞，乃有形之物，落于肠，出二便，有何益也？

问之五曰：有一假道人，教人阳生时用息采之，一息采，一息封，谓之二候，左边上，右边下，一息一转，谓之一周天，不结何也？

答曰：此一非傍门，乃未得真诀者自诬造作此言诳哄愚夫耳。真人云：凡流不知道云行，由五脏而循环，非周天也。故此不结矣。

问之六曰：专凝神在炁穴，能出阴神，不结丹，何也？

答曰：不知阳生用呼吸之法，故不结也。

问之七曰：不打七，亦吐血得疾病，何也？

答曰：误信盲师之过耳。冲虚祖师云：外道邪法行气必至有病。何以为病？升提太迟重则提为邪火，其病头晕、病目赤肿翳障、病咳嗽痰火吐血、病痈肿等症。若降下而迟重

则逼沉精气，贯入肾子，为疼痛、偏坠病，腹胀、水蛊胀病等症，上、下两病皆致人速死。

了然五问

问之一曰：弟子傍门外道，不必问矣，愿闻正道之火候。有钟离云：乾用九，坤用六。可是此理也？

答曰：而名是，法不是。

问之二曰：冲虚谓，子行三十六，午行二十四，可是此理也？

答曰：而名是，诀不是。

问之三曰：真人谓，阳爻一百八十，阴爻一百二十，可是此理也？

答曰：而名是，事不是。

问之四曰：许旌阳谓，阳用二百一十六，阴用一百四十四，可是此理也？

答曰：而名是，火不是。

问之五曰：其四非也？

答曰：道最重在口传。不得真传，四皆非矣，如果得真师，其四俱真。不但四真，千真万圣俱合此火之元妙，而三教成道者，亦此火之元妙。

## 危险说第十九

此言下手调药及小周天事也

华阳曰：学道者，外道纷纷，及其成功未有一人，何也？不得性命之真传，分门立户，俱是妄为。且今之悟性者，不识先天之性，落于后天之识性；今之修命者，不识先天之命，落于后天之渣滓，是故无所成也。

盖不知其中性命之修持。

离中之灵曰性，坎中之炁曰命。奈何灵之进出无时，炁之生而外耗，性命不能自合矣。故祖师教人以离性去制坎命。当其际，敛收微细之灵念入于动炁之所，用巽风吹发其中之火，锻炼此后天之性命合而为一，则先天之性命自然发现矣。故曰修持也。

危险之防患，

防之者，防其阳生不自灵觉、归炉之后恐精之未化、阴气来役不会锻炼、或神光失照、或呼吸失嘘、或药产不知、或升降昏沉散乱、或丹成而不知景、或温养失宜、或不采大药等法是也。故古人谓百日防危险。诚哉，是言也。

以错修、错炼之妄为也。

盖不知金丹之诀，总是妄为。所以古人云：任他万般差别法，总与金丹事不同。

或者闻其性命之门户。

夫门户者，乾坤也，乃先天之源，内含乎四象。故参同契云：乾坤为门户，坎离为药物。即此意也。

正理不明、根源不透，

正理根源，即性命也。愚昧夙根，于道无缘。惑之邪师向外求道，皆非己之根源也。

入于傍门，

无数门户，总不知自己之性命。故皇经云，三万六千种道，以释来者之心，之谓也。

执于一边，

且如今之修性者，不修己之命，则淫根不断，常自下漏，与凡夫一般，真可惜矣。又有学习吞津液以弄运后天者。不知玄关之消息，阖辟之机旋，虽若知修持，亦可惜矣。

虽曰归道，奈性命不合，神炁不交，

且性命、神炁一也。不会交合，则无真种子。

纵自修为，

不识性命之交合，犹自以苦身心，如隔靴搔痒，有何益乎？

真元暗耗，

盖阳炁生时，不知采取归炉，炁焉有不耗于外乎？

终归于无所成也。

到头总是空劳矣。

或有夙缘相逢，言语相投，知乎调法。

夫调法者，是活子时所来之际，用风火之工也。其中有文武，不知逐节，亦无所用矣。

未能彻乎精微，



且精微者，难言也。能自行持玄关之精炁神三者，以此不相离、不相执，知乎轻重转弯抹角之用者，则妙诀得矣。

炼己之生浮，

心不纯熟。

行功之沉睡，

不自灵觉。

及至阳生时，

活子时来。

迷而不自灵觉，

当面错过。

炁熏形起，

玄关炁之融暖，则外肾举矣。

昧却采工，

因睡之过耳。

炁之极动变而外施，

元炁融极之时，不采，则欲自出关，变为后天矣。

既无主则无所留，

主者，神也。留者，息也。采工全赖神与呼吸之能也。

炁既无神息之工，安能自住哉？

拱关一旦泄去，

出阳关矣。

安有药之可调可炼乎？

心之不诚，意之不专，反谓炁之不住，乃愚夫矣。

且既知乎灵觉之调法，

灵者，神也。觉者，知也。法者，以神用呼吸摄元炁皈

炉烹炼之工也。

而又无所成，何也？

夫丹法，有文武。若以混用，则亦无所成。

盖不知其中丹法之逐节、火候之次第，

逐节、次第，必要得真传授方敢无疑自用。如阳未生之时，存之以神，用之以息，长教绵绵不断，息息归根，乃文火之工，即古之所谓炉中火种也。及其阳生，以武火采之，是用息、用神而重之，即古曰勒之之谓也。且皈炉之法者，亦是神息之相守相住，文火之谓也。若夫炉中之锻炼者，即动之以意，鼓之以风，乃武火之功也，即古所谓化精成炁矣。至炼后而温养者，文火也。不得真传，则不知此中之妙也。

是以盲修瞎炼，

且学道之粗心人，闻师一言，便以此为自得，不虚心求于精切。及至修时，工法已错乱。

不知调药者，

乃起手之法也。

武火采之，

武火者，用息调炁之法也。且炁之生而下行，不自逆而上行。欲逆而归乎，其源者，非息之招摄无能还乎其炉矣。故曰，降中升，升中降，即谓之阖辟之机。又曰：往来不穷。所以五祖师云，阖辟不明，不能采药皈炉，即此之谓也。

武火炼之，

武火者，即上文阖辟之机也。紫霞问曰：炼法之中，而又有阖辟，何谓也？曰：阖辟者，即采药、炼药及周天之

秘机，乃仙佛之密言。不得此中之妙，则丹无能成矣。故古所云：大有大阖辟，小有小阖辟。即此谓也。阖辟者，乃鼓风化精之具。故曰：鼓巽风，运坤火。又太上云：天地之间，其犹橐籥乎？即此之谓也。

文火养之，

文火者，吹嘘之养也。紫霞问曰：吹嘘岂不是阖辟乎？曰：尔所见错矣，吹嘘乃后天之气也，阖辟即先后二炁之机也。又问曰：昔朱子谓一呼一吸谓之阖辟乃后天之说也，非大道精微至妙之玄机也。请问曰：至妙可得闻乎？曰：阖辟者，乃大道。二炁相动相应玄关中之消息也。有四个往来，故曰往来不穷。若以一呼一吸两个往来为阖辟者，则有穷焉，非真玄关也。又问曰：吹嘘与阖辟，何所分别？用法曰：吹嘘者，神炁不动之义也，阖辟者，神炁俱动之意也。夫阖辟之神炁，又在乎动与不动之间耳。若出乎玄关之外动者，非炼药之阖辟，神炁亦不能相交相合孕为真种。如凡夫欲生子，雌雄在外鼓舞，岂不愚乎？

忘火以待其自生之故耳。

夫文火温养之后，浑然静之，使阳之再生也。

且既明其逐节，晓其炼法，何以张脉偃兴？

此乃以前用风火不到处，阴气阴精发生，为走泄之坏景。速用武火锻炼，到无此景象方保无事。

无意之欲起。

此亦是阴精在丹田内作怪，使心君妄动，扰乱主人之故耳。即当用阖辟之法，鼓动炉内真火，化此阴精，是谓秘密天机、救命宝法也。故虚静天师入火镜云：欲心一起，速用武火锻炼是也。

种种阴魔、阴怪来扰。

魔怪者，或现鬼神、龙虎等类是也。

或沉寐时，外阳不举，竟自泄之，又何故也？

此亦炼时用风火少之故耳。若勇猛之士信得，以及风火用之已到工夫不息，则断无此事矣。

此乃火候用不到处，尽是阴气变幻，不识此时，用武火，鼓巽风，煅去阴气之法也。

如还遇有坏景之来，即再用武火炼一次，永保无事矣。

且夫真修之所为者，外若痴者愚，内安然逍遥。

故曰：大智默默，无何之乡。

最忌身之劳碌，

古人云：欲静其心，先静其身，诚然也。

心之外驰，

古人云：神一出，便收回谓炼也。

苟不勤慎，则炉火断而不续，失其文火。

盖文火者，存之其神，用之其意，绵绵息息，皈根之法也。平常既失此法，焉能留其汞哉？

汞既无主，而无所钩，

主者，神也。钩者，息也。

不落而变，为后天者未知有也。

夫汞既无神息之工，则自然变而为有形精。故凡人无欲念而亦走泄者，无此火炼之故也。

此皆因当其际，而不知有武火为救护命宝之法也。

盖当劳碌外驰之时，凡有所劳，必当速以炼之。故曰：忙里偷闲调外药。即此谓也。

盖其精泄去，其炁亦泄之，

精炁本一也。故阴符经云：真炁即在阴精之内。

安得不谓危险哉？

一场空劳。

夫采取明乎二炁，

夫此采取者，即是调外药之采取外药也。二炁者，先后二炁也。先天之炁以得后天之气抬摄方能归炉。故守虚真人云：先天炁不能自皈炉，以后天之气采之。即此谓也。

阴跻知乎道路，

阴跻者，乃摄精之路也。正在谷道前，膀胱后，上通乎丹田，是采药、炼药之路。故张紫阳八脉经云：阴跻一脉，诸圣秘之，高人藏之，乃仙佛采药之所。又马天君解大洞经云：一阳初动之时，运一点真汞于脐下。以迎之，即此泄尽矣。学者不可不察焉。

是为勒阳关之法也。

夫阳关者，即上文道路之口是也。

若夫皈炉之后，不知回风混合，

盖回风者，回旋其呼吸之气，以逆吹之。

锻炼之法者，

锻炼者，即上文回风之法也。能自回风，则炉内之神炁亦能自混合为一者矣。故我冲虚祖师云：神虽宰炁，未知其炁可宰否，以回风混合之。又心印经云：回风混合，百日工灵。即此谓也。

其元精与阴精，

元精者，即元炁也，动为元精。阴精者，饮食之精也。此精最作怪，必假神炁二火合为一火，在炉内鼓动巽风

炼化此精。故数云先生云：用丹田自然之呼吸炼之。苟不得此诀，则精不化。

依旧藏而不化。

在丹田内。

阳之暂伏，顿然又生，名虽调药，实不知炉中调法。

法即前文炉内鼓巽风也。

然后阳之复生者，

外举肾。

竟将以前未化之精拱而射之。

泄矣。

则其药之无所产，

既无真种，则不能行周天之火也。

何不悟之甚也。

此以上尽言调药之法也。

且药产薰炉之际，

真炁在丹田内自交欢，融暖鼓动矣。

危险大矣哉。

此处不知正念相就相翕合之法，必失其交合之机也。

彼愚昧，

因自昏沉不生正觉之故耳。

不早自提点。

夫既调药，早早提点，药产之景来。

贪著其乐，

此乐者与凡乐大别，若不知此处交合之法，则失其炁之交机，空费炁之欢翕。譬如凡妇之活子时来者，其炁暖

融，正在无止无底之际，欲想交合，而失其丈夫，岂不叹孤伶乎？此是失其生机之故耳。

内失其照，

此即上文神不去交炁之意。

已交将别之时，

既知此处神炁之交合，是谓真种。古仙谓之，天然交又当明此处采药之候。若不知此候者，是名有候无火，丧失止在半息之间，岂不危乎？

若不即生复觉者，

此教人即速用灵念采之。

则昧却采工矣。

上文言用灵念采之，此又言采工，实有异也。盖念止能宰其炁，不能摄其炁皈炉。故以神用呼吸采其炁也。

所产之真种，

即真炁也。

不能自皈炉，

炉即下丹田是也。

洋洋乎，

正在恍惚之际。

竟自泄云累积之工，空无所有，岂不悲哉。

一场空劳，皆因心之不专，用工时意之不诚。此以上言药产之危险。

若夫升降之机，又在乎斗柄，

盖升降者，进退也。斗柄者，丹田之意也。

神息之力也。

夫神是挟炁同行、同住之主。息是逼炁退炁之机。机不

可少主，主不可少机，主机又不可少意。三物并用，方为真玄妙之修士。如缺其一，则有危险。

炁之行而息不通，  
有炁无息，炁不随路而行。

乃导引旁门。  
如今运气之外道。

非阖辟之道也。

盖阖辟者，乃大道最妙之天机，必得真师传之，方得其精微。

息之应而度不合，  
有息，无数息之混行，丹不结。

乃无知外道，  
如今运后天气之傍门。

非周天之数也。

周天有三百六十五度四分度之一，苟不暗合此度，任你运行无炁，万万不能成丹。

不但炁之不结，  
炁散于别络。  
亦费药之空生，  
可惜当面错过。  
则周天之危险即藏于内矣。

此以上尽言周天之危险。

夫药之归炉，  
盖炉者，下丹田，亦谓中宫。

若文火之失薰蒸，  
时刻之吹嘘。



则阴气又存之，

阴气者，因丹田火不到之过耳。

诸般怪现，皆由此之故也。

诸般怪现，如阴人鬼神，即当用武风吹之，以武火炼之。不然阴气胜，阳炁埋藏，则有危险之病矣。

且平常无事，若失其熏蒸。

时刻用息嘘之。

误食香辣，

丹之成时忌香辣，乃散炁之危险。

劳其身心，

身心有劳，则炉火不勤，有危险之病出。

昧其动静，

盖动静者，非心意之动也，乃丹田之炁动。若不知动而收、静而薰，则丹有危险矣。

丹则异生。

不知不觉。

或时迫炉而出，

盖炉者，丹田也。丹之已成，全在神光之护持，呼吸之熏蒸。若一时失检点，顷刻炁从丹田纷出，或走于身前，或走于身后，诸窍皆可藏之。不得其诀者，无能复返其炉，即谓之走丹。或问曰：以何诀收之？答曰：以静定而待之，且看丹从何路出去，而藏于何所。已知其的处，再用微呼吸吹于丹田，用意从的处，从原路引而皈炉，或一引或数引，谓之收丹之法也。

或时火生，

火生者，因饮食有动火之物，或热水浴身，此二者引

动丹火。不得其法，亦是走丹之危险。或问曰：何法能救之？答曰：存想一黑云悬于目前，以神引入于丹田，其火则自退矣。

或时见水生或阴人现象，

夫水生、阴人者，即阴气也。因呼吸之火断续，故有此景来。或问曰：用何法救之？答曰：急用呼吸之息，以武而吹之，不见此坏景，丹复光明，方为美事。

若不得其法救之，丧失在顷刻之间。夫炁之满而丹成，其危险在当止不止，不当止而止之诀焉。

法在以前风火经中。

若夫火之圆足，又勤勤于薰蒸，

即呼吸之逆吹嘘也。

相护于性命，

即以神返照也。

或有意放，则汞散铅冷，

又是阴气来矣。

丹之怪异不又重生乎？

如上阴气之变化一般。

非师之诀不真，乃己之失照。然丹已成者，急于超脱。若贪著尘俗，待以年月，一时不觉，丹之迫炉，汞飞铅走，哀哉，空空已乎。余愿同志者将此危险，审而察之，细而悟之，精而行之，则永保无失矣。

此以前，有十五段内有三十五条，细数难以表明，看别经方知全旨，细看熟玩，然后用工时方免危险之病。