丹到阳纯阴尽之际．自有阳光发现于眉端．已到阳光三现．速当止火．倘不知止足．必倾危矣（小周天毕，丹熟）

前文言小药先生而后采．此却言大药先采而后生．须用七日采工．其采法．以双眸之光．返视于鼎中．以两耳之聪．返听于鼎中．以心中之灵．注定于鼎中．一昼夜或两三次．或四五次．余时浑浑沦沦．如此行持．到七日之间． 悬胎鼎中． 则大药始萌矣．