

太清修丹祕訣

經名：太清修丹祕訣。未署撰人。一卷。底本出處：《正統道藏》洞神部眾衍類。

太清修丹祕訣

採種靈砂修丹法

其法於十二月初一日，先以美酒珍味肉食藥物，補助令其氣實。然後於次年正月長齋，及止怒慾，長齋謂上慾也。二月種砂。兼行齋法。其種砂法，於子後午前，先作常行導引訖，次行噓字八數訖，即取津唾含漱令熟，候滿百口，由左咽之，細細而下，以意送入丹田。次下心火，左旋八十一數，其種藥含漱津唾，取七口已上。若有餘力，即不限口數，量力為之。七日之內，金砂乃下，即晝夕常用白細甕盆一十五隻，各用紙蓋子一箇蓋之，上題日數。至用盆盡日，即將首初一盆，淘取金砂。周而復始，其淘砂經隔日多，貴其澄結。每淘砂須換水四五遍。收在灰紙上，煙乾收採，半斤為足。二月採砂若未足。即採至三月，取足即上。以至六月初一日，依十二月一日法，復用美酒珍味肉食補助。一月至七月，一日長齋。謂止慾怒也至八月，亦如二月，行種砂法，准前收採砂半斤為足。如採砂未足，即採至九月，取足乃止。方將春秋採到金砂，共一斤相合，收貯淨潔器內封起。候至十月長齋，至十一月初一日下功，乃將前藥一斤，相拌令勻，分之為一十五分，每一分又分為三分。每日於子寅辰，三次服之。自初一日服，至望日服盡。每服藥時，先以津漱鍊藥一分在口，仍先空咽三咽，後咽藥，以意送歸丹田，火行乾坤策，每日三時，服藥三分。每時服藥，行若此火也。每度服藥畢，更以滑石末少許，烹津咽之。壓砂也。并時服乳香少許。使砂快利。服砂日，至午後閉息，只行水。時咽津也。并至望日後，每日子後午前，亦只閉息行氣。謂只咽氣三數。至十一月盡後，更不行持，每遇逐月晦朔，只閉息三十六數，每氣極即吐之。每日只食淡熟白鈣二餐，每不得過三兩，此亦名火也。直候砂不下，即是功成無漏。自十一月十五日後，金砂未熟，亦時有下者，須用意收之，不可因循遺棄。為其砂已有功法在內。直至金砂不下，即是無漏丹成。所下金砂，亦須旋服之。丹成之後，一任餐啜，日食數餐，飽即呵之，其食悉去，漸無滓穢，旋溺以至無漏，不食終年，亦不饑餒，永為地仙。大約功止在一年之內。行功之時，若頭目昏眩，齒牙動搖，並是陽盛之故。但濃煎甘草湯，時時飲之，即自解矣。茲乃是金砂祕方，修鍊內藥，易凡質入地仙之上法也。

沖虛子大藥真鉛訣

丹砂為體，本因日月流精，結而成物。其丹砂既堪抽汞，汞即日之華。故丹砂復可採鉛，鉛即月之氣。若能採得丹砂中鉛，即可配丹砂中汞，合而修至

藥，乃陰陽備矣。即是真汞真鉛，修之則萬無一失。故申屠先生三字訣：本一物，分兩體，一象鉛，一象汞。

又古訝云：一母生兩子，一男復一女。此二物，一鉛一汞也。若採得真鉛，欲修至藥，其爐鼎火候，合造服餌之式，則諸丹經中悉有之，惟此真鉛不能知識耳。

訣曰：

流轉金精養萬神，自然不死得長生。靈藥不干諸外藥，陰陽相制自然成。

肝

四位權衡總屬君，獨居甲乙自稱尊。到頭復讓離中火，突入南宮第二門。

心

形方一寸號靈臺，火德相生大矣哉。直候六陽歸正數，真鉛流過向西來。

肺

外應西方白虎兒，便凝秋氣入霜肌。如今已得靈和味，漸覺元君道便肥。

腎

一海瓊波在北方，何人如此到金鄉。看看便見還丹就，上火功夫不可量。

脾

光輝五色動金精，滋味甜和藥已成。好是百神皆稽首，中原天子賀昇平。

又訣曰：

天地元爐藥在身，陰陽不測謂之神。元氣飛霜飛九轉，還丹本是太和精。

煙霞欲去如何去，先須肘後飛金精。金精若到上宮裏，中宮下宮都來迎。

自然玉汞涓涓生，奔歸元海作雷聲。從此夫妻相契會，歡生踴躍情無外。

水火相交兩半問，末後翻成地天泰。夾脊雙關至頂門，修行道路此為根。

華池玉液宜頻咽，紫府元君直上奔。常使氣衝關節透，自然精實谷神存。

一朝引到長生地，須報當來指教恩。

夫津液真陽，清明甘潔，先自丹元，及五藏之真氣，復能生丹元，及五藏之真氣，入肝成氣，入心生血，入脾生黃芽，入肺生液，入腎生精，補腦實體，強筋骨悅，顏色潤，肌膚實，布不漏化，即為氣住，即為丹，以致元神。《混元經》云：天地造化成人，然父者木也，精者火也，二象元是一氣。木者主也，火即為用。母者金也，精者水也。金即為主，水即為用。父與母，精與氣，此四象遇土即相生，不遇土即相剋。母之宮者，真土也。四象氣至此宮，自然相順，共聚為寶。神氣精用，為一身之主也。神者，脾氣也。氣者，金水之氣也。精者，火木之氣也。為人身之三奇。《肘後訣》云：陰陽運轉，氣化為精，精化為朱，朱化為汞，汞化為金，金化為藥，號為金砂，鍊為還丹，元海氣之所結為黑鉛，左腎氣之所結為紅鉛。

坎離二用法

訣曰：欲得長生，當修所生之本，始於精氣。精氣結而成形，則知形為受氣之本，氣是有形之本也。然氣不得形，氣無因而成。元氣所稟之時，伏母臍下，混沌三月，玄牝具焉。玄牝口鼻也。玄牝既立，如瓜之有蒂，陰注母氣，始於此也。母呼子亦呼，母吸子亦吸，綿綿十月，氣足神備，解胎離母，貪悅於子，當不知形耗外也。變嬰而為孩，指頤能笑。先真議云：以為失道而喪之本也。何況十五成童，二十弱冠，目眩五色，耳聽五音，設智運神，問不容息，如此純朴之根蕩然而盡。是故聖人知外用無益，所以還元返本，握固胎息，得長生不死之訣，其理明矣。《中胎經》云：形中子母，何不守之。且形氣為母，神氣為子。形氣先立，而後有神。神與氣而合行，循環於藏府之間，御呼吸以上下，久久修習。神自明，氣自和。若神自明，照徹五藏。氣自和，則通使於四肢。故黃帝內示一神光，內生綿綿五藏，斯言可推而得也。《黃庭經》云：仙人道士非有神，積精累氣乃成真。皆其妙也。今之世人，神之與氣各行，子母不相守，氣雖呼吸於內，神常運於外，如此使氣逐穢濁而不明，則元氣漸散矣。故神為主形，而宅舍主人不營於內，日用於外也，自然宅舍空虛，漸見危壞矣。而瓦非道之人，勞神役氣，無一息而住於形中，於道遠矣。若神氣之所至，子母之運行，則修生之門，不日可至矣。

坎離二用，故云從陽爻起既濟，從陰爻起未濟。兩卦併行，周而復始，奪天地造化之全功，迺神仙命機之要術。故曰：白虎生從坎。青龍伏在離。《易》曰：大哉乾乎，剛健中正，純粹精也。謂乾體純陽，其性至剛，其行至健中正，謂二與五也，故云剛健中正。凡修氣者，變既濟、未濟水火之象，使六爻俱陽，以成乾體，則純粹矣。純而不雜，則精明矣，故云純粹精也。且三五一是陽位發生之象，二四六是陰位收殺之義，陽起火，陰起水，在人之身水火，若交是名既濟。若行此卦，與六十四卦功力同矣。所為陽火昇上，極則生陰，陰水下降，自然生陽。火龍汞清氣左旋，水虎鉛濁氣右走，同行於身矣。陽七返燒金丹至寅，陰九還鍊玉液至子，二物自然，一逆一順，入人五藏，徧人身體，日夜不絕，故得長生，法則天地，是以天不言而四時行，地不言而萬物生，人不言之至道成。其在口訣，不傳文字。幸遇同志，聊述其概云爾。

太清修丹祕訣竟