还源经

序

泰家慕真宗，遍游胜境，参悟正法，愿以济世为心，专一存三，尤以养生为重。盖谓学仙甚易，而人自难；脱尘不难，而人未易，深可哀哉。古云：述云锁慧月，业风吹定海。昔日在驿中，遇先师紫阳真人，以简易之语，不过半句，其证验之效，只在片时。知仙之可学，私自生喜。及其金液交结，圣胎圆成，泰故作还源篇八十一章五言绝句，以授晚学，早悟真诠。莫待老来铅虚汞少，急须猛省，寻师访道，修炼金丹，同证仙阶，变化飞升，实所愿望焉。杏林石泰得之序。

五言绝句

第一章
铅汞成真体，阴阳结太元，但知行二八，便可炼金丹。
第二章
汞是青龙髓，铅是白虎脂，掇来归鼎内，采取要知时。
第三章
姹女骑铅虎．金翁跨汞龙，甲庚明正令，炼取一炉红。
第四章
蛇魄擒龙髓，龟魂制虎精，华池神水内．一朵玉脂生。
第五章
白雪飞琼苑，黄芽发玉园，但能如偃月，何处炼红铅。
第六章
药材开混沌，火候炼鸿蒙，十月胎仙化，方知九转功。
第七章
龙正藏珠处，鸡方抱卵时，谁知铅汞合，正可饮刀圭。
第八章
沐浴资坤水，吹嘘赖巽风，婴儿无一事，独处太微宫。
第九章
紫府寻离女，朱陵配坎男，黄婆媒合处，太极自涵三。
第十章

【十万古书秘笈】www.fozhu920.com

乾马驭金户，坤牛入木官．阿谁将姹女，嫁去与金翁。
第十一章
姹女方二八，金筋正九三，洞房生瑞气，欢合产初男。
第十二章
昨夜西川岸，蟾光照碧海，采来归玉室，鼎内自煎熬。
第十三章
离坎非交媾，乾坤自化生，人能明比理，一点落黄庭。
第十四章
丹谷生神水，黄庭有太仓，更无饥渴想，一直抵仙乡。
第十五章
意马归神室，心猿守洞房，精神魂魄意，化作紫金霜。
第十六章
一孔三关窍，三关要路头，忽然轻运动，神水自周流。
第十七章
制魄非心制，拘魂岂意拘，惟留神与气，片响结玄珠。
第十八章
口诀无多子，修丹在片时，温温行火候，十月产婴儿。
第十九章
夫妇初欢合，年深意转沈，洞房生瑞气，无日不春风。
第二十章
骤雨纸蝴蝶，金炉玉牡丹，三更红日赫，六月素霜寒。
第二十一章
海底飞全火，山额动土泉，片时交媾就，正鼎起清烟。
第二十二章
凿破玄元窍，冲开混沌关，但知烹水火，一任龙虎蟠。
第二十三章
娑碣水中火，昆仑山上波，谁能知运用，大意要黄婆。
第二十四章
药取先天气，火寻太乙精，能知药取火．定里见丹成。
第二十五章
元气如何服．真精不用移，真精与元气．此是大丹基。
第二十六章
儒家明性理，释家打顽空，不识神仙术，金丹倾刻功。
第二十七章

【十万古书秘笈】www.fozhu920.com

偃月炉中汞，朱砂鼎内铅，龟蛇真一气，所产在先天。
第二十八章
朔望寻弦晦，抽添象缺圆，不知真造化，何物是真铅。
第二十九章
气是形中命，心为性内神，能知神气穴，即是得仙人。
第三十章
木髓烹金鼎，泉流注玉炉，谁将三百日，慢慢著功夫。
第三十一章
玉鼎烹铅液，金炉养汞精，九还为九转，温养象周星。
第三十二章
玉液滋神室，金胎结气枢，只寻自内药。不用检丹书。
第三十三章
火枣原元核，交梨岂有渣，终朝行火候，神水灌金花。
第三十四章
炼气徒施力，存神枉用功，岂知丹诀妙，镇日沅真空。
第三十五章
欲炼先天气，先干活水银，圣胎如结就，破顶见雷鸣。
第三十六章
气产非关肾，神居不在心，气神难捉摸，化作一团金。
第三十七章
一窍名玄牝，中藏气与神，有谁知此窍，更莫外寻真。
第三十八章
脾胃非神室，膀胱乃肾馀，劝君休执泥，此不是丹梯。
第三十九章
内景诗千首，中黄酒一尊，逍遥无物累，身外有乾坤。
第四十章
乌兔相煎煮，龟蛇自缠绕，化成丹一粒，温养作胎仙。
第四十一章
万物生皆死，元神死复生，以神归气穴，丹道自然成。
第四十二章
神气归根处，身心复命时，这般真孔窍，料得少人知。
第四十三章
身里有玄牝，心中无垢尘，不知谁解识，一窍内涵真。
第四十四章

【十万古书秘笈】www.fozhu920.com

离坎真龙虎，乾坤正马牛，人人皆具足，因其不知修。
第四十五章
魂魄为心主，精神以意包，如如行火候，默默运初爻。
第四十六章
心下肾上处，肝西肺左中，非肠非肺腑，一气自流通。
第四十七章
妙用非关意，真机不用时，谁能知此窍，且莫任无为。
第四十八章
有物非无物，无为合有为，化权归手内，乌兔结金脂。
第四十九章
虎啸四山上，龙吟北海东，捉来须野战，寄在艮坤宫。
第五十章
复垢司明晦，屯蒙真晓昏，丹沪凝白雪，无处觅猿心。
第五十一章
黑汞牛黄叶，红铅绽紫花，更须行火候，鼎里结丹砂。
第五十二章
木液须防兔，金精更忌鸡，抽添当沐浴，正是月圆时。
第五十三章
万籁风初起，千山月正圆，急须行正令，便可运周天。
第五十四章
药材分老嫩，火候用抽添，一粒丹光起，寒蟾照玉檐。
第五十五章
蚌腹珠曾剖，鸡巢卵易寻，无中生有物，神气自相侵。
第五十六章
神气非子母，身心岂夫妇，但要合天机，谁识结丹处。
第五十七章
丹头初结处．药物巳凝时，龙虎交相战，东君总不知。
第五十八章
旁门并小法，异术及闲言，金液还丹诀，浑无第二门。
第五十九章
贵贱并高下，夫妻与兄弟，修仙如有分，皆可看丹经。
第六十章
屋破修容易，药枯生不难，但知归复法，金宝积如山。
第六十一章

【十万古书秘笈】www.fozhu920.com

魂魄成三性，精神会五行，就中分四象，攒簇结胎精。
第六十二章
定志求铅汞，灰心觅土金，方知真一窍，谁识此幽深。
第六十三章
造化无根蒂，阴阳有本源，这些真妙处，父子不相传。
第六十四章
留汞居金鼎，将铅入玉池，主宾无左右，只要识婴儿。
第六十五章
黄婆双乳美，丁老片心慈，温养无他术，无中养就儿。
第六十六章
绛阙翔青凤，丹田养玉蟾，壶中天不夜，白雪落纤纤。
第六十七章
琴瑟合谐后，箕裘了当时，不须行火候，又恐损婴儿。
第六个八章
长男才入兑，少女便归乾，巽宫并土位，关锁自周天。
第六十九章
弦后弦前处，月圆月缺时，抽添象刑德，沐浴按盈亏。
第七十章
老汞三斤白，真铅一点红，夺他天地髓，交遘片时中。
第七十一章
火候通玄处，古今谁肯传，未曾知采取，且莫问周天。
第七个二章
云散海棠月，春深杨柳风，阿谁知此意，举目问虚空。
第七十三章
人间无物累，天上有仙阶，已解乘云去，相将白鹤来。
第七十四章
心田无草秽，性地绝尘飞，夜静月明处，一声春鸟啼。
第七十五章
白金烹六卦，黑锡过三关，半夜三更里，金乌入广寒。
第七十六章
丹熟无龙虎，火终休汞铅，脱胎已神化，更作玉清仙。
第七十七章
塞断黄泉路，冲开紫府东，如何海蟾子，化鹤出泥丸。
第七十八章

【十万古书秘笈】www.fozhu920.com

江海归何处，山岩属甚人，金丹成熟后，总是屋中珍。

第七十九章

吕承钟口诀，葛授关心传，总没闲言语．都来只汞铅。

第八十章

汞铅归一鼎，日月要同炉，进火须防忌，教君结玉酥。

第八十一章

采取并交结，进火与沐浴，及至脱胎时，九九阳数足。

还源篇后序

夫炼金丹之士，须知冬至不在子时，沐浴亦非卯酉，汞铅二物，皆非涕唾精津气血液也。七返者返本，九还者还源。金精木液．遇土则交；龙虎马牛，总皆无相。先师《悟真篇》所谓“金丹之要．在乎神水华他”者，即铅汞也。人能知铅之出处，则知汞之所产；既知铅与汞，则知神水华他．既知神水华池，则可以炼金丹。金丹之功，成于片时．不竭执九载三年之日程，小可泥年月日时而运用。钟离所谓“四大一身，皆属阴也”。如是，则不可就身中而求，特而寻身中一点阳精可也。然此阳精，在乎一窍，常人不可得而测度。只此一窍，则是玄牝之门，正所谓神水华池也。知此，则可以采取，然后交结，其次烹炼，至于沐浴，以及分胎，更须温养丹成。可不辨川源、知斤两、识时日者耶!泰自得师以来，知此身不可死，知此丹必可成。今既大事入手，以此记诸未来学仙者云。杏林石泰得之又序。

【十万古书秘笈】www.fozhu920.com