

## 重陽真人金關玉鎖訣

經名：重陽真人金關玉鎖訣。金王嘉撰。一卷。底本出處：《正統道藏》太平部。

### 重陽真人金關玉鎖訣

#### 終南山重陽子王壯喆撰

或問曰：如何是修真妙理？答曰：第一先除無名煩惱，第二休貪戀酒色財氣，此者便是修行之法。夫人之一身，皆具天地之理。天地所以含養萬物，萬物所以盈天地間，其天地之高明廣大，未嘗為萬物所蔽。修行之人，凡應萬事，亦當體之。

難曰：天有昏暗，地有動搖，山有崩摧，海有枯竭，日月有盈缺。且人有疾病、無常，如何治之？答曰：欲要治之，除是達太上煉五行之法。

問曰：如何是五行之法？訣曰：第一先須持戒，清靜忍辱，慈悲實善，斷除十惡，行方便，救度一切眾生，忠君王，孝敬父母師資，此是修行之法。然後習真功。訣曰：第一身中東西，要識庚甲卯酉。第二身中南北，要識坎離鉛汞。訣曰：庚甲卯酉者，為晝夜。甲卯者，是肝之氣。八節中立春、春分，口中為津也。庚酉者，是肺之氣。八節中立秋、秋分，口中為液也。坎離者，寒暑。離鉛者，是身中心氣，八節中立夏、夏至，身中為血也。坎汞者，是腎中氣。八節中立冬、冬至，身中為精也。精生魄，血生魂，精為性，血為命。人了達性命者，便是真修行之法也。訣曰：精血者，是肉身之根本。真氣者，是性命之根本。故曰：有血者，能生真氣也。真氣壯實者，自然長久，聚精血成形也。

問曰：既為人，因甚生死先後者，何也？答曰：先死者，為其人心著欲樂，貪戀境界。是男子者損精，婦人損血。白日不斷無名煩惱，夜中不斬三屍陰鬼，男子婦人已有無常也。

問曰：不死之人何也？答曰：不死者，為其人身清靜無垢，惜真炁在丹田，精血不衰，其人不死也。

難曰：多見今人清靜休妻，亦不能成道者何也？答曰：雖是此人清靜，卻不達真清靜之功，其人雖是一身清靜，卻不能定於精血養真氣，此人身清心不清，其身靜意不靜。豈不聞《清靜經》云：夫道者，有清有濁，有動有靜。清者濁之源，動者靜之基。經云：不垢不淨。若論真清靜者，眼內無淚，鼻內無膿，口內無唾，不鍊大小便，男子養精，女子定血，萬邪歸正，萬病不生，方可是丹田清靜。今人說清靜者，都是假名。夫修行若內外相應，未言大乘，先說小乘。《心經》云：能小能大，未言過去，先說見在。過去者是果，見在者是功。又云：功成果滿，未言真，是說假。惟一靈是真，肉身四大是假相，借

煉假成真，感合為一。訣曰：見在一身安樂，為小乘，都是大乘之根。初地法，心為小乘，結果為大乘。小乘為根，大乘為梢。訣曰：梢根相借，梢借根而生。訣曰：皆不離陰陽所生，須借父精母血二物者，為身之本也。今人修行，都不惜父精母血，耗散真氣，損卻元陽。故有老，老有病，病中有死。既有無常，何不治之。夫真道者，空中有實，實中有空。經云：大道無形，生育天地；大道無名，長養萬物。從真性所生為人者，亦復如是。昔日老君煉金、木、水、火、土，留下三乘妙言，行行滅罪，句句長生。第一上有神仙抱一，第二中有富國安民，第三下有強兵戰勝。

問曰：何者是神仙抱一？〔答曰〕：抱一者，天下人身之根本。一者，是萬物之根本。一者為道也。昔為初一者，真水也。水中生氣，氣中生水。萬物者，從一生萬物，是長養。一生二，二生三，三生萬物。三中四智功，五眼恁起，六根掃蕩，七魄運開，八卦說，九思真道。憑無漏果圓融，意想自神長在丹田，抱守元炁，莫教散失，此者是抱一之法。

問曰：何者是富國安民？訣曰：男子、女人身中，各有九江四海龍宮，庫藏中有七珍八寶，莫教六賊偷了，此是富國安民。

問曰：何者是強兵戰勝？訣曰：夫戰勝者，天下少人知。夫戰勝是常之法。

難曰：既論清靜之法，何得說戰勝理。解曰：今人不達戰勝之法，又能治於病疾無常。戰勝者，第一先戰退無名煩惱；第二夜間境中，要戰退三尸陰鬼；第三戰退萬法。此者是戰勝之法。若人會得三乘一者，變殃惱為福也。夫修行者，常清靜為根本大乘之法。欲為大乘者，須索從小乘而起，清不離濁，動不離靜，靜中便生動，濁中便自有清。有天地，有日月，有水火，有陰陽，謂之真道。經云：純陽而不生，純陰而不長，陰陽和合者，能生萬物。今人修道者，卻不修真道。道者了達性命也，性命者是精血也。人有萬病，是病者皆傷人之命矣。有疾病者，盡不干五臟之事，都是損了精、氣、血三寶，欲要安樂長生者，除是持清靜之識。或有未出家之人，年少時不能持清靜之果，從小乘。入中乘、上乘。初地達法心為小乘，覺悟者為中乘，了達者為上乘。第一是化城，第二是銀城，第三是金城。似一根大樹，先有其根，後有其梢。如常時只宜清靜，大為正道也。

問曰：假令一身清靜，卻逢天魔之日，如何治之？又假令逢外道波巡，請曰如何治之？答曰：波巡者，界也。境界皆有，只要識進退三要，辨清濁。若逢陰陽者，加火入水卻濁，不相煎之法。訣曰：假令魔軍來時，急須準備，檢三千強兵。訣曰：三千疏真功。強兵者為其氣也。有來無去，千息數積，其氣在丹田不散，只教暖不教冷，自結胎仙，為妙法也。若人得如上妙者，永得如

上真功，功成果滿，永得安樂長生。一切修功之人，臨有難之日，小心準備。

問曰：如何治之？解曰：人臨有難之日，先見其死相。

問曰：如何是死相？訣曰：天柱動搖，樹倒山摧，六神俱亂，性命不能保，精神恍惚，天地闇，日月無光，便是無常之苗也。有漏之身為地獄，無漏之果為天堂。人有漏之身，須證無漏之果圓者，皆共成於道果。

問曰：假令白牛去時，如何擒捉？訣曰：白牛去時緊叩玄關，牢鎮四門，急用仙人釣魚之法，又用三島手印指黃河逆流，掩上金關，納合玉鎖。如大斬眼白牛，自然不走，名機出水登彼岸之法。有十般定性命之法。訣曰：一名金關玉鎖定；二名三島回生換死定；三名九曲黃河逆流定。是名無漏果圓者，皆共成於仙道。若定了寶時，休教滯了腰腳，昏了眼目，此是定三寶之法。

問曰：若有人收定三寶，搬運歸寄何處？（訣曰）：先用蘆芽穿膝之法，烹氣衝寶爐，骨運氣直至湧泉，補於二足。然後七返還丹之法，如氣滯定腰腳時，便行鐵車黑牛功，然後開宰門。如得元炁實肚者，先行肘後飛金晶之法。如不用行此功者，不行穿膝之法，不行七返三島之法，便行肘後搬精補腦之法，望長生不老。今人行功，顧上不顧下，如小兒建塔，下不堅牢也。如何是中炁實要堅牢也，又於坎宮便用羊、鹿、大牛三車搬，從荊山運寶。訣曰：荊山卻近有一人，姓卞名和。有一日刻山打柴，卻見一鳳凰落於一塊石上，卞和便知石中有寶，將來獻帝，帝大怒，刖了卞和雙足。訣曰：卞和者，識也，意頑石也。鳳凰者，是真氣，成是身。玉者，是骨中精髓。刖者，是兩足不行穿膝之法。訣曰：善清靜，名曰下元寶成，如日月相似，便用三車搬運，上崑崙頂。嘆曰：今人能道不能造，能說不能訣。又曰：行功心行意不行，今人多迷，不修身體。第一神性是大牛之車，須索動青牛拽車，車中載寶，是鹿車。第二行白牛拽車，車中載寶。第三暖氣行火，是羊車，赤牛拽車，車中載寶。三車行時，初離荊山尾間，中入地軸，過天關，過下雙關腎俞二穴，是腰腿入曹溪地，夾脊上雙關，夾脊是也。雙射上苑巖、分水嶺二名，天臺嶺三名。女子運寶前安乳香，頻進真火，如行此功一年，令婦人如童男。意想鉛汞二珠射蓬萊腦後開，天門自開透紅霞，真炁入髓海自暖，令人頭白再黑，名曰肘後飛金晶之法。我師言曰：皆見提并人，不見用繩兒。無雖後生有神水還丹田。夫行功之時，子午起趺坐，搓手，如真氣煎體，過天橋，過額顛是也。只教上腮、下腮上，用意分真氣，兩下流轉，太陽元中落於腮，上流牙齒，從左口角右口角取液，又為玄珠甘露，用赤龍攪得勻停，漱為雪花白，有甘味也。口是八色琉璃渠，一中八味水，二水中能生八識。口含藏真氣，真氣中分八卦，艮為立春，震為春分，巽為立夏，離為夏至，坤為立秋，兌為秋分，乾為立冬，坎為冬至。八卦中各生陰陽，陰陽中各分寒暑。訣曰：咽津為陰，隨後行氣乃為

陽，須索陰陽水火停分，二清津分三兩咽，常留二停，恐樹枯竭。又云：惜水流不得江河斷絕。

又問七返，訣曰：咽神水到氣顛中，肺化為液，善治諸咳嗽，漸生於魄。又云：咽津到心上，令人心開悟解，又是洗心神水，洗心見性。頌曰：見花五葉開，步步入仙臺。神水化血，又咽神水到肝，肝為木，假名為青龍，龍得水時必旺，善治一切眼，氣化為津。又咽神水到脾，脾為土，土得水者能生黃芽。腹為大小腸九曲，至臍中一寸三分，方圓一寸，左青右白，前赤後黑，中黃戊己，名為丹田。田內一座宮，宮中名曰黃庭宮。中有一鑪，名為丹鑪。鑪上坐定一隻金鼎，下頻進真火，上頻添神水。水火者，坎離也。夫水火是君火，臣火，民火，三火者，為真味也，心性意是也。今人未了達三般者，第一味不明，第二味不悟，第三味智不成道矣。若人達三般者，三明六通也。進火時，上用水洗，下用火煅。經云：身下出火，身上出水，其上合下閉，乾坤相合，教龍盤金鼎，使虎遠丹田者為妙。名曰鑪刀圭也。若人行此功者，永得安樂長生也。

問曰：既刀圭，何者言為一粒刀圭，何者自飲刀圭，何者為鐵離刀圭？訣曰：三刀圭者，為寶也，是精、氣、血也。訣曰：一粒刀圭者，津液；自飲刀圭者，咽津服炁；鐵離刀圭者，是真炁行功，不退變，萬邪皈正。如行功時飢食金飯，渴飲玉漿，冷時進火，熱時進水。火者是真陽，水者是真陰。此功者，是抽添加減之法。訣曰：抽者從上收真炁，添者從下進暖炁入丹田，若人腎宮暖者，萬病消除。

問曰：男子女人忽時便有疾病無常，何如也？答曰：為一切男子女人，心著慾樂貪戀境界之事，白日不斷無名煩惱，夜間境中不能斷三尸陰鬼，男子損卻精，女人損卻血炁，三寶走卻元陽，故乃人有疾病無常也。不聞神仙之語，人似破漏房屋，主人不修補者，宮殿倒塌，壞其梁柱，是人有疾病也。

難曰：因甚小兒清靜不損三寶，亦有疾病無常者何也？訣曰：小兒有病者，昔日在母腹中，因母血氣虧弱，受母十月胎氣不足，又或犯風淫暑濕、四集不忌，受胎小兒故有疾病無常也。

問曰：因甚有醜好之人，何謂也？訣曰：貌正者，是日父母二氣感應日月，午時已前，丑時已後，便得端正真實、長命有衣祿，貌正得父母喜悅之心。午時已後，丑時已前受胎，有一貌不正者，或病、聾、暗瘡，多性劣，不得人意，命窮無衣祿，壽命不長也。此是造化之根本也。

問曰：假令逢冤魔者，如何治之？訣曰：宜清靜。忙中偷閑，閑中取靜。若人有難之時，急須回避，心王須用灌想之法，急驅神意入上泥丸神宮，正坐意想，眼見前仙男仙女各動仙樂，叩齒定意，看崑崙山景，見上牛羊鹿馬玉兔



，意想上拿住繫定。功時忽思上有一寶樹，樹上有花，花開結子，意摘取吞之，是喫了此物者，永得安樂長生。此是修正法，一句了然，大牢鎮四門。訣曰：血海命門氣定，無開閉戶精定，不思外境神定。精血散者，性命也。一意者，為真主人也。齒是為玄關，閉丹田者為下玄關，提金精上玄者為金關，緊叩齒者為玉鎖，六根不動者是六度，號都關。下納上腮為頂陽關，鼻為天門，夾脊為雙關，行功之時，一齊開鎖。神不動者，意不亂也。意者恍惚也，此是清靜之法也。及春夏秋冬，但小兒小便黃色者，是丹田虛敗，失卻下元，存真炁，急用穿九曲之法，又名九轉穿小腸，九透真炁入腎堂，小便自然青白色也。一身便得安樂。

問曰：何者是三乘之法？訣曰：下乘者如新生孩兒，中乘者如小兒坐地，上乘者如小兒行走。若人通此三乘，便超三界，欲界、色界、無色界。是心性意顯具三身，清靜法身，圓滿報身，三昧化身。三者各有顯跡之神。第一會太上煉甲乙木，是虛坦，會老君著青衣，度三千青衣道士者，轉青神黃卷三十六部《靈寶尊經》，留下九轉丹黃芽穿膝之法絕國。第二會釋迦佛留下，煉南方丙丁火，身被烈火袈裟，三千赤子比丘僧人，留下十二部《大乘尊經》，射九重鐵鼓之法、蘆芽穿膝之法。龍華三會，夫子在魯國之習學堂，煉西方庚辛金，三千白衣居士，留下十卷《論語》，并穿九曲明珠蘆芽穿膝之法。三教者如鼎三足，身同歸一，無二無三，三教者不離真道也。喻曰：似一根樹生三枝也。

問曰：大道之中離幾等神仙？解曰：聞《傳道集》中有五等神仙。第一不持戒，不斷酒肉，不殺生，不思善，為鬼仙之類；第二養真氣長命者，為地仙；第三好戰爭，是劍仙；第四打坐修行者，為神仙；第五孝養師長父母、六度萬行方便，救一切眾生，斷除十惡，不殺生，不食酒肉，‘邪非偷盜出，意同天心，正直無私曲，名曰天仙。當日初發善心處，便是吉祥之地。為善法大修行人，後有禁忌之文。訣曰：男女五月、六月宜清靜大忌，十一月、十二月宜清靜。又男子五月、六月大殺之月，勿近婦人，為五勞七傷。男損性命，女人損性者，是精血氣也。損者令人左癱右瘓，赤白帶下。若損五行真氣為勞，損七寶為傷，萬病者各有來處。

問曰：病從何生？訣曰：萬病皆從八節不正之氣而生。

問曰：何者八邪？訣曰：八卦中陰陽不順，是八節中氣。令人入邪者，是飢飽勞役風寒暑濕。飢來痛飽，寒極憂心，遠行困倦，及玲熱身醉，亦不可行功，變成大病也，宜清靜行之。行時舌上收玉液，丹鼻中收元陽，丹腎堂中收金液，丹如精髓滿骨實者，死經百年筋骨不解，名為連子環鎖骨。訣曰：二十四忌大丹者，是一年二十四炁，上令告我師，願求妙訣，須索意自息，肯捨重

金淨財。第一捨身布施，第二將花獻師，第三令膳而供養。解曰：捨身布施者，若見師長父母危時，捨命求命。將花獻師者，若師長須打罵，須將喜笑迎之，面上無嗔怨。令繕而供養者，食有好味，先奉其師。此名三布施也。仙人言曰：堅者為道，歡喜者為緣。若求師不勤，豈至於道。呂翁曰：不因師指，此事難知。又云：學而不知者，不學而悟之，學而不從師，名為盜學也，是法中賊。若掩祖上師得，促自己壽，與常人同例。自揚己得，是斷行做作，此人可以成道乎？其人謂：輕師慢法，不堪為師。未學修行，先持救濟他人者，為救自己者，憑功德行人，各認祖宗科牌。太上為祖，釋迦為宗，夫子為科牌。自從三教既寂已後，一切男女在愛河內煎煮，苦海漂沉，受其煩惱，六道沉淪，不生不落去住。三教聖主，三界聖母，卻來救度兒女，名號記顯現分明，壽印信為其勘同。解曰：一身為全，受戒者為記，心悟了達者為火。《隨求經》云：如意寶印，從心顯名為號，有十號者為十善，十號者為能人。一號元修，二號轉分明，三號通三界，四號長生，五號光明現，六號意通，七號全身主，八號福祿增，九號天元修，十號者為能人。一加性十號，無漏功德自然成。三教者，是隨意演化眾生，皆不離於道也。古人言曰：世間性命事大。修行者生、老、病、死、苦，令人各不曉真道，往往著空盡落空，現在亦不能了，何言過去之事。又聞《達磨經》云：過去非言實，未來不為真。太上煉九轉還丹，令人去病疾，了生死。夫子教仁、義、禮、智、信，恐人招業在身，令人修此亦能治其疾病。

問曰：如何治於病疾？訣曰：除眼大良藥。解曰：長大歡，為良藥。訣曰：歡喜者，是藥之根本。常煩惱者，是萬病之根本。或常清靜者，是大道之苗。但見今人修行，或僧道五戒，男子婦人，卻因甚病疾無常。或男子女人，有夫無婦者，丹田走卻靈龜，耗散真炁，下元虛冷，漸生萬病。男子清靜六十四日精炁滿，女子清靜四十九日血炁滿。物極者則返，清為濁返，靜為動返。心意散失，九竅走卻真氣。炁濁令女子月水多，男子夜夢陰境，盜了七珍八寶，故人有疾病也。

問曰：陰鬼如何治之？答曰：用刀圭之法。曰：何者為刀圭？訣曰：刀圭者，一也。有水有氣能生萬物也。炁為圭，為雲水，為雨。又曰：出炁為刀，入炁為圭，行功為萬有，驗者為刀圭，是返老還童也。經云：身下出火，身上出水，水火為藥。訣曰：蘆芽穿膝上下河車，安爐竈是紫河車，搬精補腦之上車，進火時水暖，進水時火涼，水火雙行者，是溫溫鉛鼎，鼎中入氣起休，交上隨車火時，散入百脉，皮膚滋潤，身體光澤，此是修養之法。

難曰：因何人肥者先衰？訣曰：肥人者，修外不修裏，骨中無髓，丹田走卻真炁，故衰病也。修內道者，安樂長生之苗。訣曰：長教龍盤金鼎，虎達丹

田，震卦起雷，巽卦起風，行功時漱津一大口，分三度咽，按氣下行三遍，自然有龍吟虎嘯之聲。亦能除腹中萬病，耳聽之如雷槌畫鼓。上者為昇，下者為降，頌曰：真空妙理無人知，曲江端坐看鳥飛。震地雷聲驚鬼魅，正是陰陽造化時。子後午前，加減用水火烹煎，龍虎隨金公帶酒，黃婆醉拽定王公問是誰。

問曰：金公是神，黃婆是炁，陽炁是嬰兒，陰炁是姹女。青龍者是肝之炁也，白虎者是肺之炁也，坎離者是精血。訣曰：行功時坐如泰山，立如寶塔，牢鎮四門，緊叩玄關，漱津一口，為猛三咽下，接炁過離隔，活作三度，自然龍虎之炁復如行住坐臥禁口閉目、耳不聽聲、眼視內景，一日正觀丹田，意中想見，隨呼炁下降，隨吸炁上昇，不過離隔，不教注面目上，六炁各到，中元相見。清炁右行，濁氣左行。各轉九遭，炁上下不能出，左右結成鑪竈，號龍盤虎遠，氣自然和會。又嬰兒姹女為夫婦之法，炁聚於脾上安鑪，號黃婆匹配之法。又名天地交泰之法。又名坎離交媾，是體交神不交之法。神不交者，是清靜之法，千徧不搖不動之法。今人者多修外道，不修內道，見在道過去法。夫修行者，外有條大道教，內有正路，無人知處。大眾前行三里，見三條大澗亦無底，怎生過去？訣曰：三條大澗者，是三教三乘，起三屍，定三寶，超三界。向前又行三里見六條深溝，不能前進，是何門？訣曰：是六度萬行，六根清靜，斬六賊，戒六欲，樹六梯。向前又行三里，見三產枋，是寶淨枋，七林屍多便是臨作用。行三里，又見一座園，名為舍果園。一翁看定園門，有緣者空手得過。向前園又行三里，見一根大樹上擊定金牛，河邊上有座臺，男子黃金臺，女子鳳凰臺，神仙釣魚臺，安樂千花臺，若無常望鄉臺。河口有三箇女子，渡口便是魔女。眾滿舟船，過此河。又行三里，見一座大山，名是須彌山，山東坡有一隻青羊，是老君之炁，西坡見一隻白羊，是夫子之炁，正南見一隻黃羊，是大覺金仙之炁。三箇羊兒引接大眾入山，名三陽聚鼎山。山中有一座城，名為北城，有四門，門上有牌，牌上有字。東是開光門，西是長生門，南是金光門，北是大淪門。此是眼、耳、鼻、口。入得四門，見四洞府，天樂洞、白雲洞、竹國洞，長生洞。入得四洞，見四寺，無淨寺，玄空寺，竹林寺。（入四寺），有四果，安禪羅漢，斯陀，含須陀，洹阿那含阿羅漢，為四寺主，此是四果仙人也。向前又見五觀，第一功名觀，第二醫藥觀，第三安陽觀，第四真如觀，第五兜率觀。五觀中有五宮，雙女宮是眼，大龍宮是口，上白宮是鼻，水晶宮是耳，天秤宮是心。內坐大樓閣，上下十二呼吸，名曰十二重樓也。有中宮樓、月宮樓、天仙樓、取寶樓、聖井樓、法炁妙音樓、識道樓、禪頂樓、景陽樓、鍾鼓樓、二聖樓。每年十二月一日十二時，人身中有十二月樓，樓者按經十二經十二支干。四面又見九宮，是人九竅也。



夫九竅宮者，東有風雷宮，雙林宮，南有紫微宮、牟尼宮，西有聖母宮、惠羅宮，北有梵宮、水晶宮，中央號安宮。此名為九宮，猶地列九州也。又微府元共計十州也，是十國，焦祖國、牟尼國、開花國、鹿巖國、金色國、琉璃國、舍衛國、南禪國、天竺國、重陽國。十國者便是十地，每一地中一坐泰山。身是甚物，是治種大病，皆傷人命。身有四大海，津為東海，血為南海，髓為西海，氣為北海。更有九洲，小腸是也。更有五湖，身是洞庭湖。精是玉湖，甘露是醍醐，心為玄湖，小腸為江湖。日月星辰三消，血、氣、精衰也。三消是山崩海竭地裂，一日十二時辰中，得坐莫越其人，功成果滿，男子鍊形如童男，女子鍊形如童女。經云：形神俱妙，與道合真，此是抽胎換骨之法，陰陽顛倒五行真訣。五行含金、木、水、火、土。春木旺，內木不旺，人多病眼疾。夏火旺，內火不旺，人多瀉痢。秋金旺，內金不旺，人多咳嗽。冬水旺、內水不旺，人多疝氣。脾為土，四季分了，脾氣陰陽顛倒返復也。五行各有相尅，金尅木、木尅土、土尅水、水尅火、火尅金。水火者，是陰陽也。一陰一陽真道也，精血也。人有萬病，盡不干五臟之事，都是損了父母精血，丹田弱便生病疾也，急收神定性。《九仙經》云：道者，一也。人得一者，萬事必成。行功時神氣轉，炁逐意行，運時前趕前衝，為陰左將陰神，六甲驅轉，六相八識，匡一真靈內，遊九宮，看翫十國，長生降臺，使嬰兒姪女丹田安爐竈，進火燒藥，意想見爐紅竈熱，丹藥方成。意想青龍在左，白虎在右，朱雀在前，玄武在後，四坐大神各手執長鎗闊劍，看定藥爐，自服妙藥，若人累行此功，永得長生，令邪氣自散，真氣自生，口若飲荆山玉泉，口中自然香甜也。二下穴通達腎堂，隨呼氣取之寶，氣入口嗽三十六遍為雪花，咽入丹田為雪也。隨後便上合下閉，乾坤相合，真氣滿足。脾暖者，萬病消除。似竈中燒瓦，時到自然成。如雞抱卵，婦人懷胎，不計時候，但覺身中疼痛者便是鐵黑牛搬車也，是真一氣、真一性。黑者是下氣也，痛氣大便出，腫氣小便出。又有降天關地軸法，望項陽關泥丸宮，鼻中長引真氣入口，大呼作六遍，天關地軸如死不動，每日行宮者，常調和陰陽。冬至日一陽生，夏至日一陰生。冬至者是子時已後，望東方日出為陽；夏至者午時已後，日沒是陰也。陰陽返復之理也。地氣上騰，天雨下降，三日一風，十朝二雨，風雨順時，人民便快樂，便是一身快樂無病，長久也。人有萬病者，每一病各一般真功治其病，自應也。第一大煉九轉還丹之法，有黃芽穿膝之法，射九重鐵鼓之法，太子遊四門之法，有金鞭指輪之法，有蘆芽穿膝之法，有軒轅跨火之法，有玉女摸身之法，有鍾離背劍之法，有呂翁釣魚之法，有陳希夷大睡之法，三教內行法門者，盡各治於疾病也。更有能超生者，人行轉此功，丹田養熱真氣，夜間多夢見山上放牛。其牛者，是赤牛，或青牛，或仙人、道士，宮觀、寺院，大道、好房、高車、



好樹，夜見小兒女并大官人者，並是丹田氣壯。若夢見小道荒棘，惡人趁破房屋，塔墓樹倒河渡。恐怕並是丹田氣衰弱，宜用補之。訣曰：封三人休言說，六耳恐漏神仙之機。訣曰：此三人者，第一對夫不孝之人，第二對夫不敬信之人，第三對夫不傳戒不善之人。莫說此訣，除此等人外，不分男子、女人、僧道、官人，皆得傳法受戒。此修真成訣者，價直須彌金。取諸經為祖，對安樂者，是小乘之法。雖是小乘卻是大乘根本。因果經中俱言修行有八般福田，救苦看病福田者，是第一救生性，強如南寺燒香，北院送供。救一人之命、如造七級寶塔，若男子女人收得此訣，勿可亂傳，如有亂傳者，輕泄仙人妙機，九祖盡墮於沉淪，永鎮酆都不得人身，慎之，戒之，信受奉行。

重陽真人金關玉鎖訣竟