

## 上品丹法节次

### 炼己存诚第一

尝观红尘之中，纷纷扰扰，大抵皆汨于利欲，非滞功名事业，即自玩忽年华，不知复还本性；间有夙生智慧希求大道者，而机缘不偶，却遇庸流指引，陷入曲径旁蹊，终身莫悟。——此至道之不明于世也久矣！予因夙世良缘，幸遇真师，得参《上品丹法功夫节次》。今已效验，不敢自私，务为剪荆除棘、辟门引路，直指坦平大道，使人按步循行。如有好道之士，立心诚笃，信受无疑，须即澹嗜好、寡言语、省思虑、薄滋味、慎寒暑、均劳逸，以期志气清明，乃可希登仙品。故必先存诚以炼己，炼净后起之习染，独露先天之真体，即孔子所谓克己复礼之意。学者果能炼去凡心、独存真性、无论行住坐卧、应事接物、立身行己之际，将平日七情六欲种种妄想念头刻刻扫除，当不见不闻之际，默默检摄己心，于忽起忽灭时提防，驯致乎不识不知之际，寻其趣味，则万般虚妄幻想更无从起，即是起首慎独功夫。直待俗缘顿息、神思渐清、收拾身心退藏于密、即归中宫祖窍，从此勿复外地，一味凝神定虑，养我本来一点灵光，常应常静如太虚之有容而无碍，乃可以深造无穷尽圣境也。此节功夫，或一二年、三年四年，积久益善，磨炼过一番，方可入圆修炼，行下节功夫矣！

[闵阳林曰：炼己存诚，核即克己复礼心传。原本说法浮游，未见功诀，且云与孔子克己复礼之意有别，定是讹舛，谨遵师命改订切实。至此节功法，专为养开玄窍而设。学有体质利钝之不齐，故有“一二年或三年四年，积久益善”之切训也。其下十一节，悉遵先师纂定，校订无讹。]

### 筑基培药第二

学者既有前功，方可择静地为圆室，远避尘氛、供设东华帝君、正阳帝君、纯阳帝君、海蟾帝君、重阳帝君、紫阳张祖、杏林石祖、道光薛祖、泥丸陈祖、玉蟾白祖，以及北派诸祖神位，本支经籍度师，长灯香火祀之，日渐收拾身心、敛藏神炁，同归中宫祖窍之中，存抱元守一之诀。

[闵小艮曰：谨按上品丹法，乃以身为坛炉鼎灶者。今谓入圆，又令设供列祖列宗，尚为中下学人说法，令从洋洋如在无形与声之静境直造无无亦无地位

，倘或中懈，藉以触目警心、不敢废撤、念复恒诚焉尔！上智之士，动与天俱，自强不息，斯所谓“上帝临汝，敢贰尔心”乎？]

夫人之元性，即是金丹，即是大道，即是无位真人。世人不明修炼金丹是修个甚么，所以到底无成。可怜无人指点，埋没了多少有志气的人。若知丹道之元神即是自己元性，是吾固有之物，借身中先天一气点化炼成纯阳之体，安有修炼而无成者乎？王祖师云“本来元性唤金丹，四假为炉炼作团”是也。中宫祖窍，即是太上所谓玄牝之门，修炼金丹，全在此窍。所谓“守一而万事毕者”此也。

[闵小艮曰：谨按中宫祖窍，洵是玄牝之门。但此中字，须要认得真，不要认做有形有所，乃是不偏不倚、无过无不及之中。故无方所，亦无内外。曰珠、曰黍米，又曰牟尼、舍利、金丹、太极，许多假名别号，皆在此中取得种得炼得圆得脱得化得也。但此中宫、此祖窍、开之入之，端在克己功纯，造至自然，以致虚极而静笃，则已深入彀中矣！一失虚静，便堕窍外。惟随机动静，不杂己念，则自头头合道。盖此一窍，道曰立和，核即儒之人禽，释之魔佛，都在几希之间。第此玄窍左阳而右阴，故曰玄牝，则与人禽魔佛究有异者，何以故？阳乃真阳，阴乃真阴，均属先天，故可统曰玄窍。

泥丸氏曰：“‘机动则入玄，机静则入牝’，此乃自然之至道。然而《修仙辩证论》乃有‘念头动处为玄牝’，斯议为何？盖自静中观动而言，是即儒释所谓人禽魔佛也欤！若夫《金丹四百字序》乃曰‘在人身中，莫向他求’，故其正文有云‘此窍非凡窍，乾坤共合成’也。”

泥丸氏又曰：“此是假法，然不于此处寻求，万无得入之理。何以故？此一窍也，其大无外，其小无内，故尔黍米能藏大千、能纳三才也。”

得体各训，紫阳所示，切且近矣！我祖泥丸慈示假法，旨哉旨哉！三才都在玄窍之中，我身岂在玄窍外哉？我身既在窍中，我身祖窍反在玄窍外乎？得故信：从祖窍直入，随而念绝情忘以事之，果头头自在矣！不敢自秘，谨以告诸同志，惟愿同志息心体之。]

在人身中，心下肾上，中余一寸二分之一中，此乃先天元始祖炁之窍。学者认清一条门路，方可修行进于大道，又须从形体上——收提，则元神方有正位可

居。古人云：“有一宝珠，闭在形山。”殊不知此一宝珠，即在六根门中，时时放大光明，人多不悟，所以虚生浪死，吾今指出路头，显然明白。人身虽有六根，总从一根所发，机要惟是：三元混一，四象合和，归于虚无；使身心意不动，收摄我后天之神，归于中官；时时觉照，刻刻规中，存抱元守一功夫；久久纯熟，精气神全，玄牝立基，能生真炁，化生真铅，再究以下功诀，其功方应。此是天仙修证之妙机，得之者立跻圣域，非具大智慧者，安得领悟此中玄奥哉！

[闵小艮曰：此节所述，虽属假法，若不假此作为，学无进路。立关玄奥，万难得开，而开法不在有为，乃在虚无不动四字。所谓门路，乃是一根；所谓作为，乃是混一合和，与夫归使收摄等字也。及既归宫，盖已透入玄窍，是为假法之初步。若夫时时觉照，乃是二步要诀；刻刻规中，乃是三步功法。学者遵此修持，而所持者抱元也，守一也。元者何？元始祖炁也；一者何？本来元性也。功夫久久，自造纯熟，既造纯熟，三宝乃全。而下不曰基立者，尚是玄牝初立之始基，气未化炁、元命未复也。追至气返化炁，真铅始至，到得真铅将至，即可从事下诀。学者务须体认，只此活子片响，顿然铅至汞应、遂尔凝结，全赖夫炼己筑基功足耳！太虚氏曰：“阳生则阴应，理有不期自至者也。”泥丸氏曰：“不愁真阴不我应，只恐阳生未必真”。学者可以悟矣！]

前功娴熟，然后体认存神入炁穴功夫。将眼耳鼻三者皆收拾向里，目不外视、耳不外听、鼻不外臭，俾元神都归于气穴之中，自然呼吸调匀，绵绵若存，是培药之真口诀。陈虚白云：“垂帘塞兑，窒欲调息，离形去智，几于坐忘。劝君终日默如愚，炼成一颗如意珠。”白玉蟾云：“吾曾遇师真口诀，只要存神入气穴。”皆言筑基口诀也。

昔者明庵刘祖师云：“下手立丹基，体将子午推，静中才一动，便是癸生时”。此种语意皆为初入圆者而言也。所谓“立丹基”者，止言培药时事，非谓采大药也。“体将于午推”者，恐人疑于身中升降之子午周天、或疑是子时午时下功之事，故以体将两字醒之，以别其用功之次第也。其所谓“时”者，即《入药镜》所云：“十二时意所到皆可为”之时也，何须拘走子午二时耶？“静中才一动”，所谓阴极阳生、虚极静笃之际也。故其动也，便是“癸生时”也。祖师指破迷津，教人一见阳生，即当采取，勿俟癸足机危空劳神用。若至癸足而采，止是顺时发生之阳气，非大药也。惟能于静处一动便采者，斯为万物未生时元阳，即生天生地生人物之神母，即先天一炁是也。

[闵小艮曰：谨按下手之阳生，虽出自然，尚属假法。故所生采乃属一身之阳，虽号先天，犹属后天。即如《入药镜》之阳生，虽非假法，而曰“意到”，尚属因意而发。其所感发，尚属先天之后天，曰“非大药”，辨析极精。泥丸有言曰：“十二时中，机发于勃然者，是先天之炁，不可小视。人能及时而采得者，乃即至宝。古哲得之，或形神未充者，用以修饰完鄞鄂，或修神室黄房等等。”——是说也，屡经门下阳林稟陈甚悉，凡我同志可与参之。若夫真正子阳生，得大药，亦非定论。太虚有言曰：“相值应感而体本虚极、时际静笃者，则其得也无量，而所生也莫测。苟或未虚而静、或仅虚未静者，断无得理。”（得）故每与人言观复之法，总不外乎“至虚极、守静笃”二句功诀，知此诀者有几人哉？（得）年已老，一旦归空，诀不传世，徒似无毛狮子，大吼无声，不无遗憾？爰将此节所论时字，详晰改明，并为注释于此，见者幸珍体之。]

丹经曰：“天得一以清，地得一以宁，人得一以长生。”盖此先天一炁从虚无中来，又非虚空全无。谓守静极于虚无。身居恍惚杳冥之中，混沌大定，神明自来，一灵常湛，是真先天空而不空者也。

[闵小艮曰：按此先天，非仅一身先天，直是太极之祖炁，并非两造虚实之炁，故能空而不空者也。愚按：“此先天”一句，乃指太极之炁；“又非”一句，乃指三才流行之炁。今述功法，乃云致静于虚，其旨甚玄，盖虚为体、静为功，非静不能得，非静于虚则不全也。余恐学人疑与前注功法相背，故特笔以释之。

至夫太极之祖炁得可为母，太极流行之炁得则乳哺，皆属大药而自有别者。盖太极为两造所自生，而此祖炁又太极所从出，得可结胎，故谓之母；流行之炁，乃太极内三才所发之炁也，在造物为先天，在道为后天，个中清浊不齐，只可收作培养，故曰可作乳哺。中下之士，得此成胎，乃是幻影，非圣婴，所以须行此后三篇功诀，爰为辨别而详述之，以明人品有不同、丹品有各别耳！]

盖任为阳水，是虚无清气，癸为阴水，是药老成质。丹家喜阳而不喜阴，癸水为丹道所忌。故真阳所生乃有气无质，纯阳之气也，稍迟则生质矣！生质，便为癸水——重浊之物岂能逆流而上升？此紫阳祖师有“铅遇癸生须急采，金逢望远不堪尝”之口诀也。凡言癸生者，恐其生也，非喜其生也，勿错认癸生为

阳生方妙。凡阳既生，便当以真意摄入中宫，与离中真阴会合，便龙虎交媾之初功也。

[闵小艮曰：论丹道喜阳而忌明，所述洵属不磨之定论。若为养生而事，即或过时亦可勿弃，第别有功法一俟透巅后，惟一任散布周身，遂自忘形以养气，则凉趣到心便化真阴，畅于四肢、放归百络、滋润筋节，亦属培补色身之妙诀，惟切戒留宫变饮云尔。太虚翁为老年学道者言有此一说，谓与石杏林真人所云归复法相似，少壮之士断勿安此可也。]

《丹经》云“龙从火里出”，谓龙生于离中也。又云“虎向水中生”，谓虎生于坎中也。作丹之法：其始也，以龙召于虎；其继也，以虎而应于龙。当虚极静笃之时，但将元神沉于炁穴，听其自呼自吸，着不得一些作为，及有意见功之心，务要悠扬自在，不可执着，反生不和，方合神用。日久之时，息不用调，自然充和。若要起身行动，必要闭目静坐，听其复归旧穴，直待至静而后起。切记切记！倘有不得已而起身，事过时仍补前功，亦是斡旋之法。

[闵小艮曰：谨按“其始”云云，乃即《金丹四百字》之“以真土擒真铅”也；“其继”云云，乃即“真铅制真汞”也；“但将”云云，乃即“铅汞归真土”也；“听其”云云，乃即“身心寂不动”也。修丹功法，至要宗旨，已全备矣！学者未明龙虎，必须明师指点，方知是喻未炼时之心身也。此节口诀在二听字，一曰“着不得”，二曰“吸有意”，戒之至也。曰“务要”、曰“不可”、曰“反生”、曰“方合”，何等叮咛！又恐求效心切，故又有“日久”云云。我辈读书，志在明了，何可草草滑过，举世学人都犯此病，爰赘数言，谨以奉劝，愿同志有则改之，无则加勉焉。古云：读书具只眼，不过精体焉尔。]

自冬至前，先期下功四十九日，而一阳来复于五阴之下，以此先天一炁点化后天之神而成阳神，此世间稀有之法，其微妙岂易言哉！但筑基时培药与采取大药功夫各有分别，不可一概混行，方为明彻吾道者矣！

[闵小艮曰：按此先期下功，乃即行夫克己也。盖修至道，必自启窍，此窍不启，功难越入。然非运行能启，必藉克己。己净念自无杂而志始纯一，志念克一，玄窍必自洞敞矣。我师太虚翁言之详矣！然恐存有期效心者，兹故不得已述有四十九日之说。学直自问，苟心未净，何妨起自夏至乎？且何妨起自上一冬冬至前乎？此即第一篇“积久益善”之谈，并非刻期定程者也。

其培药与采大药功夫各别，前已注明，兹不复赘。第尚有一大疑窦，古今丹书罕述，是书亦不述及，不知误了多少志士。（得）知不敢不辨。即如白紫清祖师《修仙辩惑论》，凡吾门下已为家弦户诵之书，无如诵皆滑过者。疑窦惟何？一采字也。不知身体者，但如走马看花，字且不疑，更何必辨？若求体认者，谓有作为，盲参瞎访，因堕劳蹊，翻置此论于脑后，是可悲也。《论》不云乎：“以身为铅，以心为汞，以定为水，以慧为火”。又曰：“以精神魂魄意为药材，以行住坐卧为火候，以清静自然为运用。”及言炼法，则曰：“以身为坛炉鼎灶，以心为神室，以端坐习定为采取，以操持照顾为行火，以作止为进退，以断续不专为堤防，以运用为抽添，以真炁薰蒸为沐浴，以息念为养火，以制伏身心为野战，以凝神聚炁为守城，以忘机绝虑为生杀，以念头动处为玄牝，以打成一块为交结，以归根复命为丹成，以移神为换鼎，以身外有身为脱胎，以返本还原为真宗，以打破虚空为了当。”何等明显！是采取只在端坐习定，此疑不解，致有南辕北辙之误。毕世无成，委诸福薄而废，大可哀也。愿诸同志，先体培字。乘虽有三，采取功诀并无二说也。]

### 坎离交媾第三

修真之士，筑基有效，不可懈弛，仍照前调鼻息、缄舌气、凝耳韵、闭谷道，四象和合，归于虚无。务使身心不动，收后天之神归于真人呼吸之处，守之勿失，与炁交合，自然虚极静笃。忽觉海底蠕蠕而光透。浑似一钩新月挂于西南之乡，如初三日月出庚方，此金气初现也。坎中有一点热气上冲心主，以意顺下由黄道穿尾闾、经夹脊、透玉枕、入泥丸、游九宫，自上腾而下，温温然如滴水之状，香似醍醐，味如甘露，目送于虚，意迎于无，自归点内，此坎离交媾之妙也。

[闵小艮曰：此归复法，即胎息入手功法。言“到虚极静笃后，则有光透帘帟，似有一钩新月”云云，成说如此，未必尽然。盖有或现如粟如珠者，而现总在腹，曰坤位、曰庚方，不过发明金气初现耳！谓“有一点热气冲心”，亦非定说，第须以意顺下。至如原本“穿尾闾由黄道过玉枕”则大谬，定属错脱。（得）故改以“由黄道穿尾闾”，再加“经夹脊透玉枕入泥丸”字样。

盖按人身有三道：曰黑、曰赤、曰黄。黄道循肾前脐后中缝直升，是由脊前心后中缝直透泥丸者；赤道则由绿逆循、会黑附黄顺升抵顶，复又会黑附黄

而归绛；黑道由海会赤附黄逆循，穿闾而透枕，复由镇位会赤附黄循额抵池，顺下绛宫复归于海。三道蹊径如此，而其得名这之由世鲜知之，其实身心意三宝是也。心属乾，乾之本位在离，其色赤，故名赤道，实即我身任脉也。任性炎上，学必使之下降。身属坤，坤之本位在坎，其色黑，故曰黑道，实即我身督脉也。督性润下，学必使之上升——此之谓颠倒阴阳，盖以督阳而任阴也。曰督曰任者，义取乾健坤顺焉尔。意属土，其色黄，故曰黄道。

成说如此，个中玄义亦难尽说，即如《经》以赤黑曰人道，而以黄曰仙道，其旨所在何可勿悉？（得）门下阳林体释《金丹四百字》甚为详晰，其释曰：“坎者身也，离者心也，坎离基者意也。坎在先天居西为魄，至后天居北，是魄已流而为精——今统先后天、混精魄为一家者，身也。离在先天居东为魂，至后天居南，是魂已显而为神——今统先后天、浑神魂为一家者，心也。惟土居中央、会合四象，实为先后天坎离之基——未尝因先后天而变其所者，意也。上土举以宅身、以收心，使身心意三者浑归一处，不贰不息，鞠养成真，以致盛大而能生物，岂非万物已备于我、三界归于一身耶！”其释如此，举以会体三道，了如指掌。

吕祖曰：“欲修仙道，先尽人道；人道不修，仙道远矣！”泥丸氏曰：“仙道人道，不外一身。”世人误会，身外寻绛，无从着手。盖昧赤黑为人，人净返白乃可归黄之义。太虚氏曰：“丹道圣功，不外还返。”（得）体赤黑发乎离坎，学事还返必自离坎淘洗，务要后尽返先，凡自化圣也。而世学通病在于欲速，每每躐等取进，致有闹黄惊疑之失。余于《天仙心传》注中详述矣！同志取以参之，知余非得已而故创此说也。

此本颇有精义，信为丹道家难得之作。无如辗转传录，致有字错句脱之讹。（得）不改正必有闹黄等弊，关系非细。兹虽订正，不为详述精义，后学尚难循行，或因此阻功，不可不虑。并将过玉枕“过”字改作“透”字，以此玉枕一关窍小而骨坚，一名铁壁，学者后凡未化，若任逾越而降，必致闹黄之害——小则脑胀，大则伤脑——其祸犹烈，不可不知。其下文“目送意迎”云者，乃收拾心目同归虚无也。其下篇“鼎”字，乃指正位凝命，勿速误会头脑为乾鼎可也。此为胎息入手功法，然已不可轻视，苟不虚极静笃，胎息断不能得也。长春邱祖之小周天正是此节所述，只是真常不贰、心息相依焉尔。]

既得坎离交媾，已自身心混合，恃未妙合而凝。此时目送意迎之际，仍以致虚为体、守静为功、不计时刻，造至虚极静笃，渐归杳冥混沌、自然渊默之际，顿起雷声，中似裂帛，即是天根机动。登时丹田火热、两肾汤煎，得此证候，即自全身顿于海底，目送转闾，意迎上透，三关轰轰，龙雷如火，直上云衢，旋觉翁然，翕聚泥丸，即是月窟风生。随觉眉间内涌圆光，不知不觉，经由鹊桥而下重楼，第觉味如冰片之美、薄荷之凉，沁入心脾，即是绛宫月明。旋即送归土釜，是为采药归还。曰鼎者，易象之卦名也，即先哲丹诀内所谓“一时辰内，二候得药”。还复默运周天火候，是谓四候封固。然所得者谓之玉液还丹，无形而尚有形可象者。紫阳真人所谓“取将坎位中心实，点破离中腹内阴”，又曰“一粒复一粒，从微而至著”，即此购料贮材之法诀也。

[闵小艮曰：此炼取谷神之法，即是取坎填离，谓取后天之坎填满后天之离、以复完先天乾坤本位是也。]

## 周天火候第五

薛祖师曰：“月之圆存乎口诀，时之子妙在心传。”又曰：“周天息数微微数，玉漏声寒滴滴符。”此即口口相传之周天火候也。是以翠虚真人云：“万赖风初起，千山月正圆，急须行正令，便可运周天。”此述石祖师之句，以征薛祖师之口诀，教人行功于自然符合之密旨也。

衡阳子以谓“凡炼丹，随正子时阳气起火则火力全，他时不然。盖夜半正子时，太阳在北方，正人身气到尾闾关节，此时起火又正值身中阴极阳生之候，以天地间之正子时值人身之活子时一齐发动，则内外相合，方是天人合发妙机，得以全盗天地之造化而成丹。”其说甚明，颇为的确，虽得者不必尽然，尚堪以疏薛祖师心传妙诀。第其所论周天之数，谓在自子至巳阳时六位，应乾之策共得二百一十六数，内除卯阳三十六数应沐浴息火不用，实行一百八十数；其在自午至亥阴时六位，应坤之策共得一百四十四数，内除酉阴二十四数应沐浴停符不用，实行一百二十数；合成三百息，连沐浴总计之，合成三百六十息，闰余尚有二十四数，即为三百八十四息。以释“周天息数微微数”之句，固为亲切详明，但将此息数，教人于行功之际留心数计，则进火已嫌太旺而烦杂，其退符必至紊扰而失调，何异治丝而焚之？不与白紫清行火进退抽添沐浴之说异耶？

要知薛祖师说了“周天息数微微数”一句，随说“玉漏声寒滴滴符”一句，以醒学人下手功诀，原教人喻息数于平时准周天而神运。白紫清谓以清静自然为运用者是也。张紫阳所谓“火候不用时、冬至不在子。及其沐浴法，卯酉时虚比”是也。（得）故将原本图说以及鼻吸吞咽陷掌轮位种种琐碎字句，全行删弃，免得障人心目。只期学者功夫到此，但将“微微滴滴”字样默会循行，自然意无渗漏，只觉心息相依，息调心静，即是玉液还丹告成之候矣！

薛祖师又曰：“圣人传药不传火，从来火候少人知。莫将火候为儿戏，须共神仙仔细推。”是可知不传火者，正恐学人习用其说，而有碍于火候，故曰：“莫为儿戏，须共细推。”学人要知药即是火，火即是药；自身心既交而采取，则谓之药；身心既妙合以凝而刻意保合太和，则谓之火。岂可以吸天风、吞地液、掐掌轮位、逐宫运行以为运周天之火候？几同于唱筹量沙、挠乱真意，竟犯火候为儿戏之戒耶？吾宗学士须明辨之。

[闵小艮曰：世至中古，已鲜真阳不破之身，是以立有坎离交媾、采药归鼎、周天火候三篇功诀，是为玉液还丹，只是补还后天破漏之阳精阳气阳神，复与童身一般而已。若有妙龄闻道，即肯下手，但先炼己筑基，即可乾坤交媾，自是最上一乘，实为上品直截丹法。世无其人，不得不于上品丹法之中，插此中品丹诀三篇，以补后天之亏缺，方与童真一体，乃可从事下文乾坤交媾功法也。若原本所载，显是下品丹法，必非衡阳原笔，兹故删去不存。]

## 乾坤交媾第六

自上三篇功法言坎离既交而成药、采药归鼎以行火，行到周天满足，则先天乾坤之位已定。从此绝不可从形相推求，仍自虚其心以致虚之极，实其腹以守静之笃，诚于中以自观其复，自得凝然大定。纯粹以精，勃然机发，顿失我与天地现存形相，第觉虚灵朗耀，无际无边。一觉急收，登时冥息，即自入于窍中，混混冥冥、不识不知、无声无臭，斯为大开玄关、深入一窍。顷久一点自落黄庭，才是先天气复，自然周流六虚，方知此身原是坛炉鼎灶、心为神室，我处其中只是一个真意。觉得气爽神清、身和心畅，天地日月仍软如绵，是谓金液还丹。只觉圆陀光烁，浑如元珠之在晶盘，其实无形无象，圣人所云“虚灵独露”是也，先师所谓“乾坤混合完我太极者”是也。

学士此际更宜慎守精微，以此洗心退藏于密，无思无为，自然虚而不屈——法为十月养胎。白紫清曰：“片晌凝结，十月胎圆，既无卦爻、亦无斤两。”其法简易，惟上士可以学之，甚易成者此也。

## 十月养胎第七

前者灵丹既归神室，古人所谓“丹灶河车休砣砣，鹤胎龟息自绵绵”之候。王重阳曰：“圣胎既凝，养以文火，安神定息，任其自然。”正阳老祖云：“不须行火候，炉里自温温。”杏林祖师曰：“炼气徒施力，存神枉用功。岂知丹诀妙，镇日玩真空。”以上皆是养胎真口诀。盖以前虽得大药，五彩并现，时人便谓之结胎，然未经变化也。是以仙师曰：“丹田有宝非真宝，重结灵胎是圣胎。”

得丹之后，为十月养胎之始。此后当刻刻操持、时时照顾，如龙养珠、如鸡抱卵，暖气不绝，始得灵胎日渐坚固。一意温和为主，念不可起，念起则火炎；意不可散，意散则火冷。第令无过不及，惟以炉里温温为是，别无他法也。若有作为，危险立至，慎之哉，慎之哉！十个月功夫，自始至终须得犹如一日，时时全此七情未发之中、刻刻保此八识未染之体，方谓修之炼之而得以神全胎化也。如遇丹火发热，存两眉间有一黑球如碗大，收摄入于神室，其热自退，不可不知。

## 移神换鼎第八

十月养胎之功既毕，则气足神全、婴儿现相，既出其胞，便可移神而换鼎。长春邱祖以为即由中宫直升上黄——上黄曰泥丸，又曰天谷，人身至清之境也。按此婴儿，全是先天凝结，并非凡精凡气凡神，隐现随心，金铁能透，毫无踪迹。得体曰胎曰婴，喻义而已。薛祖故云：“《太上心传》存若婴儿者，言须养若婴儿，乃是假实证虚之慈旨。然而端阳有言：‘法身已凝，神更宜定。’故有天谷之移居，非第取其清，乃法自然。世味其旨，故有出入隐现。学者仍自寂定，正位居体，不为魂魄眩惑，而中外清明。”萧紫虚云：“移神天谷，正以炼性。方其三华聚顶、五气会无、直有一刻万几之扰，而能端供无为者，慧以镇之，乃有机到自寂之验。然而学鲜保安者，每为丹家述有阳神现形之神说以扰之尔。”薛祖故曰：“大道无形，有何形相？大道无名，有何灵圣？种种名号，无上神说，无非即此明彼，是即假幻成真妙用。而其致极之神功，全在移神天谷时炼之。无如此种交旨，世失其传久矣！后学得之，慎毋视性学理论与命

无干。不知紫磨金身，即是虚无一炁之所凝现尔，故能欲隐而立释、欲现而立彰。”薛祖又曰：“个中玄义，有能体会于大动大静间者，乃可心领，莫杂拟议，凛之慎之。”

## 泥丸养慧第九

泥丸为一身之天谷，犹斗之有北极、世之有天镇，天之有玉清天也。学既神移天谷，别无功法，一杂作为，立坠幻妄，先哲言之详矣！法惟冥心而寂定者。盖以人尚寓形在世，真我未化、真神未全，未能如星斗之归其有极，更未能如诸天之三境同清，且犹与天镇未能合一也。天镇无我，我尚有我。天上镇星为大块真金所结，块而非块，故能一顺天心、随生随化。我人学炼金丹，全凭我之真我法身、真神凝结。既得大造精一点化，上栖天谷，决应法镇以顺天也。镇能普照三才，我亦普照三才。第我只照一身之三才，苟不内外消忘、自在无我，何能贯彻三界、随地顺天、动静如一、聚散不贰？此固非无神慧者所可冀及，亦断非专恃神慧者所能永保也。薛祖故曰：“纯阳有云‘法天象地’，谈何容易？不假虚极静笃，万难居尘出尘。然而得致之者，端在入尘磨炼，所谓静以养慧、动以炼慧也。”杏林注曰：“但恐识不破、撇不下，故须加炼。”愚按炼法，止不外一诚字。诚者非自成己而已也，所以成物也。是故诚于静者神自明，诚于动者性自澈。性澈而神自大定，天下无撇不下之心情；神明而性自圆通，天下允识不破之物理。此真物恪知致而意以诚，其心之正、身之修，有不期然而然如响斯应者，乃为养慧、炼慧之真秘诀。其中不可以知知，不可以识识，并不可以神神，惟安定我不神之所以神，即造自诚而明之本性也。有命也，君子不徒为性也，是即炼神之功用。进造还虚，基在是矣！

## 炼神还虚第十

前乃定能生慧，核即静极而动，有虚而不屈、动而愈出之妙——得大智慧、具大神通。但使常动而不还，则慧何能保而神何能不疲？祖师故又有炼神还虚之诀。其诀即于群动之中，独抱静观自得之趣。存此身世，至广至大，个中气机，隐现无常，皆我一体。观彼凡夫，身处其中，渺如一粟，与世浮沉。我则独体真常，物来顺应，既不忤物，亦不废物。凡夫七情八识之隐隐现现，无非梵炁之弥罗。我独擅我浩浩元精，融化得虚空粉碎。第觉物我一贯，咸乘六气而周流；凡圣同天，更无形神之分别。寄平地成天之符命于帝主，而我不宰其权；任存神过化之应感于气机，而我不期其效。一如日月之容光必照，而日月

无容心，斯能亘古今而常明，历万劫而不敝。曰炼曰还，如是而已。谓曰炼还，仍假法也。善还虚者，一如得鱼而忘筌焉可也。

## 炼虚合道第十一

前曰还虚，已到物我无间地位，尚有物我之见存焉。此见不除，克己未尽，必须百尽竿头，更进一步。祖师尚有炼虚合道一诀，得之方能与道合真。盖以此世此身终属幻影，可见可闻，若不破此虚空，仍存此实彼虚、此虚彼实之邪见。此见不除，终难保无薄蚀之患，一遇世缘忤犯，复堕扰攘尘寰。“憧憧往来，朋从尔思”，何能绝念忘情哉？法惟真幻两忘，一任自然，乃自合道。谓曰炼者，只有“打破虚空”一句，登时道合自然。

夫此道也，譬如阎浮之通衢大路，万物并由之，所谓“周道如砥，其直如矢。”只患目不明、足不健、志不专，何患造诣之不抵其极哉？无如世失其道而中无只眼，兼被邪师盲贩妄指蹊径、妄予柱仗，甚有南辕而北辙者。太上悯之，复生衡阳李公述此金丹节次功夫，而又为道贩窃真杂伪、欺世营私。殊不知此道之在人心，不分三教，不问何宗，大家有不可磨灭之良知良能，直贯乎太上之心传。

衡阳县出南宗，（得）叨嗣北宗，同属吕祖门下，师本一家，言岂有异？遭覩此书，惜其真贗错杂，为之补缀成编，宛如一室寤言，同声相应；即拟惠诸后学，以副同气之相求。惟愿后之学者得此心传，毫无假名托喻之疑，又无劳神苦形之迹。一心静定，直见本来；一念不生，轮回便息；尘沙恶业，随念消除；等与群生，同清静果，何等直捷、何等快活，更何所惮而不肯直下承当耶？功造其极，自能全受全归，黄帝失珠得珠，曾子启手启足，皆了此炼虚一着完成之候也。三教门人，当共可以恍然喻矣！

## 与道合真第十二

功至炼虚合道，更无功力可施，衡其学力，以际圣人知命耳！从容中道，自世人观之，但见语即成爻、默则成象，动与天俱、静与天游。自然八百功圆、三千行满，如仲尼之从心所欲、尧舜之从欲以治、孟子所谓天民、释氏所谓大乘金仙、吾宗所谓上品天仙。用行于世，而国治天下平——动而世为天下道，行而世为天下法，言而世为天下则；远之则有望，近之则不厌。神证太虚

，则无不持载、无不覆帔——并育万物而不害，周流六虚而不宰；与天地同其阖辟循环，不与天地同其缺隐休戚。吾师所谓“羲皇齐驱、元始比肩。”其实与羲皇元始浑化于无垠矣！

原本此篇题名《待诏飞升》，云“于此际必须积功累行以待天诏下降、鸾鹤来迎、飞升冲举”等语，是渺小见解，仍为中下二品丹成之效，未足以证上品丹法，故并改之，学者幸毋疑焉可也。