

呂祖太乙金華宗旨



呂祖太乙金華宗旨

天心第一

呂祖曰自然曰道。道無名相。一性而已。元神而已。性命不可見。寄之天光。天光不可見。寄之兩目。古來仙真。口口相傳。傳一得。一自太上見化。東華遞傳某。以及南北兩宗全真。可爲極盛。盛者盛其徒眾。衰者衰於心傳。以至今日。濫泛極矣。凌替極矣。極則返。故蒙淨明許祖垂慈普度。特立教外別傳之旨。接引上根聞者。千劫難逢。受者一時法會。皆當仰體許祖苦心。必於人倫日用間立定腳根。方可修真悟性。我今

呂祖太乙金華宗旨

一

叨爲度師。先以太乙金華宗旨發明。然後細爲開說。太乙者。無上之謂。丹訣總假有爲而臻。無爲非一超直入之旨。所傳宗旨。直提性功。不落第二法門。所以爲妙。金華卽光也。光是何色。取象於金華。亦秘一光字在內。是先太乙之真炁。水鄉鉛只一味者。此也。回光之功。全用逆法。注想天心。天心居日月。中黃庭。經云。寸田尺宅。可治生。尺宅。面也。面上寸田。非天心。而何。方寸中。具有鬱羅蕭臺之勝。玉京丹闕之奇。乃至虛至靈之神所住。儒曰虛中。釋曰靈臺。道曰祖土。曰黃庭。曰玄關。曰先天竅。蓋天心猶宅舍一般。光乃

主人翁也。故一回光。周身之炁皆上朝。如聖王定都立極。執玉帛者萬國。又如主人精明。奴婢自然奉命。各司其事。諸子只去回光。便是無上妙諦。光易動而難定。回之既久。此光凝結。卽是自然法身。而凝神於九霄之上矣。心印經所謂默朝飛昇者此也。

宗旨行去。別無求進之法。只在純想於此。楞嚴經云。純想卽飛。必生天上。天非蒼蒼之天。卽生身於乾宮是也。久之自然身外有身。

金華卽金丹。神明變化。各師於心。此中妙訣。雖不差毫末。然而甚活。全要聰明。又須沉靜。非極聰明人行不得。非極沉靜人守不得。

呂祖太乙金華寶

二

元神識神第二

呂祖曰。天地視人如蜉蝣。大道視天地亦泡影。惟元神真性。則超元會而上之。其精氣則隨天地而敗壞矣。然有元神在。卽無極也。生天生地皆由此矣。學人但能守護元神。則超生在陰陽之外。不在三界之中。此惟見性方可。所謂本來面目也。凡人投胎時。元神居方寸。而識神則居下。心下面血肉心形如大桃。有肺以覆翼之。肝佐之。大小腸承之。假如一日不食。心上便大不自在。以至聞警而跳。聞怒而悶。見死亡則

悲見美色則眩頭上天心何嘗微微些動也問天心不能動乎方寸中之真意如何能動到動時便不妙然亦最妙凡人死時方動此爲不妙最妙者光已凝結爲法身漸漸靈通欲動矣此千古不傳之秘也下識心如強藩悍將欺天君闇弱便遙執紀綱久之太阿倒置矣今凝守元宮如英明之主在上二目回光如左右大臣盡心輔弼內政旣肅自然一切奸雄無不倒戈乞命矣

丹道以精水神火意土三者爲無上之訣精水云何乃先天眞一之炁神火卽光也意土卽中宮天心也

呂祖太乙金華宗旨

三

以神火爲用意土爲體精水爲基凡人以意生身身不止七尺者爲身也蓋身中有魄焉魄附識而用識依魄而生魄陰也識之體也識不斷則生生世世魄之變形易質無已也惟有魂神之所藏也魂晝寓於目夜舍於肝寓目而視舍肝而夢夢者神遊也九天九地剎那歷遍覺則冥冥焉淵淵焉拘於形也卽拘於魄也故回光所以鍊魂卽所以保神卽所以制魄卽所以斷識古人出世法鍊盡陰滓以返純乾不過消魄全魂耳回光者消陰制魄之訣也雖無返乾之功止有回光之訣光卽乾也回之卽返之也只守此

法自然精水充足神火發生意土凝定而聖胎可結矣。蜚蜚轉丸而丸中生白神注之純功也。糞丸中尙可生胎離殼而吾天心休息處注神於此安得不生身乎。

一靈真性既落乾宮便分魂魄。魂在天心陽也。輕清之炁也。此自太虛得來與元始同形。魄陰也。沉濁之氣也。附於有形之凡心。魂好生魄望死。一切好色動氣皆魄之所爲。卽識神也。死後享血食活則大苦陰返陰也。物以類聚也。學人鍊盡陰魄卽爲純陽也。

回光守中第三

呂祖太乙金華宗旨

四

呂祖曰回光之名何昉乎昉之自文始真人也。

卽關尹子

回光則天地陰陽之氣無不凝。所謂精思者此也。純炁者此也。純想者此也。初行此訣乃有中似無久之功成身外有身乃無中似有百日專功光纔眞方爲神火。百日後光中自然一點眞陽忽生黍珠如夫婦交合有胎便當靜以待之光之回卽火候也。

夫元化之中有陽光爲主宰有形者爲日在人爲目走漏神識莫此甚順也。故金華之道全用逆法。回光者非回一身之精華直回造化之眞炁。非止一時之妄念直空千劫之輪迴。故一息當一年人間時刻也。

一息當百年九途長夜也凡人自因

尸卧切和音

的一聲

之後逐境順生至老未嘗逆視陽氣衰滅便是九幽之界故楞嚴經云純想卽飛純情卽墮學人想少情多沉淪下道惟諦觀息靜便成正覺用逆法也陰符經云機在目黃帝素問云人身精華皆上注於空竅是也得此一節長生者在茲超昇者亦在茲矣此是貫徹三教工夫

光不在身中亦不在身外山河大地日月照臨無非此光故不獨在身中聰明智慧一切運轉亦無非此光所以亦不在身外天地之光華布滿大千一身之

呂祖太乙金華宗旨

五

光華亦自漫天蓋地所以一回光天地山河一切皆回矣人之精華上注於目此人身之大關鍵也子輩思之一日不靜坐此光流轉何所底止若一刻能靜坐萬劫千生從此了徹萬法歸於靜真不可思議此妙諦也然工夫下手由淺入深由粗入細總以不間斷爲妙工夫始終則一但其間冷暖自知要歸於天空海闊萬法如如方爲得手

聖聖相傳不離反照孔云致知釋號觀心老云內觀皆此法也但反照二字人人能言不能得手未識二字之義耳反者自知覺之心反乎形神未兆之初卽

吾六尺之中反求個天地未生之體今人但一二時中間靜坐反顧已私便云反照安得到頭

佛道二祖教人看鼻尖者非謂着念於鼻端也亦非謂眼觀鼻端念又注中黃也眼之所至心亦至焉何能一上而一下也又何能忽上而忽下也此皆誤指而爲月畢竟如何曰鼻端二字最妙只是借鼻以爲眼之準耳初不在鼻上蓋以大開眼則視遠而不見鼻矣太閉眼則眼合亦不見鼻矣大開失之外走易於散亂太閉失之內馳易於昏沉惟垂簾得中恰好望見鼻端故取以爲準只是垂簾恰好任彼光自然透入不勞你注射與不注射

呂祖太乙金華宗旨

六

看鼻端只於最初入靜處舉眼一視定個準則便放下如泥水匠人用線一般彼自起手一掛便依了做上去不只管把線看也

止觀是佛法原不秘的以兩目諦觀鼻端正身安坐繫心緣中

道言中黃佛言緣中其實一也

不必言頭中但於兩中

間齊平處繫念便了光是活潑潑的東西繫念於兩

中間光自然透入不必着意於中宮也此數語已

括盡要旨其餘入靜出靜前後以下止觀書印證可也

緣中二字極妙中無不在遍大千皆在裏許聊指造化之機緣此入門耳緣者緣此爲端倪非有定著也此二字之義活甚妙甚

止觀二字原離不得卽定慧也以後凡念起時不要仍舊兀坐當究此念在何處從何起從何滅反覆推窮了不可得卽見此念起處也不要又討過起處覓心了不可得吾與汝安心竟此是正觀反此者名爲邪觀如是不可得已卽仍舊綿綿去止而繼之以觀觀而繼之以止是定慧雙修此爲回光回者止也光者觀也止而不觀名爲有回而無光觀而不止名爲

呂祖太乙金華宗旨

七

有光而無回誌之

回光調息第四

呂祖曰宗旨只要純心行去不求驗而驗自至大約初機病痛昏沉散亂二種盡之卻此有機竅無過寄心於息息者自心也自心爲息心一動而卽有氣氣本心之化也吾人念至速霎頃一妄念卽一呼吸應之故內呼吸與外呼吸如聲響之相隨一日有幾萬息卽有幾萬妄念神明漏盡如木槁灰死矣然則欲無念乎不能無念也欲無息乎不能無息也莫若卽其病而爲藥則心息相依是已故回光兼之以調息

此法全用耳光一是目光一是耳光目光者外日月
交光也耳光者內日月交精也然精卽光之凝定處
同出而異名也故聰明總一靈光而已坐時用目垂
簾後定個準則便放下然竟放下又恐不能卽存心
於聽息息之出入不可使耳聞聽惟聽其無聲也一
有聲便粗浮而不入細卽耐心輕輕微微些愈放愈
微愈微愈靜久之忽然微者遽斷此則眞息現前而
心體可識矣蓋心細則息細心一則動炁也息細則
心細炁一則動心也定心必先之以養炁者亦以心
無處入手故緣炁爲之端倪所謂純炁之守也

子輩不明動字動者以線索牽動言卽制字之別名
也卽可以奔趨使之動獨不可以純靜使之寧乎此
大聖人視心炁之交而善立方便以惠後人也丹書
云雞能抱卵心常聽此要訣也蓋雞之所以能生卵
者以暖氣也暖氣止能溫其殼不能入其中則以心
引炁入其聽也一心注焉心入則氣入得暖氣而生
矣故母雞雖有時出外而常作側耳勢其神之所注
未常少間也神之所注未嘗少間卽暖氣亦晝夜無
間而神活矣神活者由其心之先死也人能死心元
神活矣死心非枯槁之謂乃專一不分之謂也佛云

置心一處無事不辦心易走卽以絜純之絜易粗卽以心細之如此而焉有不定者乎

大約昏沉散亂二病只要靜功日日無間自有大休息處若不靜坐時雖有散亂亦不自知旣知散亂卽是却散亂之機也昏沉而不知與昏沉而知相去奚啻千里不知之昏沉眞昏沉也知之昏沉非全昏沉也清明在是矣

散亂者神馳也昏沉者神未清也散亂易治而昏沉難醫辟之病焉有痛有癢者藥之可也昏沉則麻木不仁之症也散者可以收之亂者可以整之若昏沉

呂祖太乙金華宗旨

九

則蠢蠢焉冥冥焉散亂尙有方所至昏沉全是魄用事也散亂尙有魂在至昏沉則純陰爲主矣靜坐時欲睡去便是昏沉却昏沉只在調息息卽口鼻出入之息雖非眞息而眞息之出入亦於此寄焉凡坐須要靜心純絜心何以靜用在息上息之出入惟心自知不可使耳聞不聞則細細則清聞則氣粗粗則濁濁則昏沉而欲睡自然之理也雖然心用在息上又善要會用亦是不用之用只要微微照聽可耳此句有微義何謂照卽眼光自照每惟內視而不外視不外視而惺然者卽內視也非實有內視何謂聽卽耳

光自聽耳惟內聽而不外聽不外聽而惺然者卽內聽也非實有內聽聽者聽其無聲視者視其無形目不外視耳不外聽則閉而欲內馳惟內視內聽則既不外走又不內馳而中不昏沉矣此卽日月交精交光也

昏沉欲睡卽起散步神清再坐清晨有暇坐一炷香爲妙過午人事多擾易落昏沉然亦不必限定一炷香只要諸緣放下靜坐片時久久便有入頭不落昏沉睡者

回光差謬第五

呂祖太乙金華宗旨

十

呂祖曰諸子工夫漸漸純熟然枯木巖前錯落多正要細細開示此中消息身到方知吾今則可以言矣吾宗與禪宗不同有一步一步徵驗請先言其差別處然後再言徵驗宗旨將行之際預作方便勿多用心放教活潑潑地令氣和心適然後入靜靜時正要得機得竅不可坐在無事甲裏所謂無記空也萬緣放下之中惺惺自若也又不可以意興承當凡太認真卽易有此非言不宜認真但真消息在若存若亡之間以有意無意得之可也惺惺不昧之中放下自若也又不可墮於蘊界所謂蘊界者乃五陰魔用事

如一般入定而稿木死灰之意多大地陽春之意少此則落於陰界其烝冷其息沉且有許多寒衰景象久之便墮木石又不可隨於萬緣如一入靜而無端眾緒忽至欲卻之不能隨之反覺順適此名主爲奴役久之落於色欲界上者生天下者生狸奴中若狐仙是也彼在名山中亦自受用風月花菓琪樹瑤草三五百年受用去多至數千歲然報盡還生諸趣中此數者皆差路也差路旣知然後可求徵驗

回光徵驗第六

呂祖曰徵驗亦多不可以小根小器承當必思度盡

呂祖太乙金華宗旨

十一

眾生不可以輕心慢心承當必須請事斯語靜中綿無間神情悅豫如醉如浴此爲遍體陽和金華乍吐也旣而萬籟俱寂皓月中天覺大地俱是光明境界此爲心體開明金華正放也旣而遍體充實不畏風霜人當之興味索然者我遇之精神更旺黃金起屋白玉爲臺世間腐朽之物我以眞烝呵之立生紅血爲乳七尺肉團無非金寶此則金華大凝也第一段是應觀經云日落大水行樹法象日落者從混沌立基無極也上善若水清而無瑕此卽太極主宰出震之帝也震爲木故以行樹象焉七重行樹七竅光

明也西北乾方移一位爲坎日落大水乾坎之象坎爲子方冬至雷在地中隱隱隆隆至震而陽方出地上矣行樹之象也餘可類推矣第二段卽肇基於此大地爲冰琉璃寶地光明漸漸凝矣所以有蓬臺而繼之有佛也金性卽現非佛而何佛者大覺金仙也此大段徵驗耳

現在徵驗可考有三一則坐去神入谷中聞人說話如隔里許一一明了而聲入皆如谷中答嚮未嘗不聞我未嘗一聞此爲神在谷中隨時可以自驗一則靜中目光騰騰滿前皆白如在雲中開眼覓身無從

呂祖太乙金華宗旨

十三

覓視此爲虛室生白內外通明吉祥止止也一則靜中肉身細縕如綿如玉坐中若留不住而騰騰上浮此爲神歸頂天久之上昇可以立待此三者皆現在可驗者也然亦是說不盡的隨人根器各現殊勝如止觀中所云善根發相是也此事如人飲水冷暖自知須自己信得過方真

先天一炁卽在現前證驗中自討一炁若得丹亦立成此一粒眞黍珠也一粒復一粒從微而至著有時時之先天一粒是也有統體之先天一粒乃至無量是也一粒有一粒力量此要自己胆大爲第一義

回光活法第七

呂祖曰回光循循然行去不要廢棄正業古人云事來要應過物來要識破子以正念治事卽光不爲物轉光卽自回此時時無相之回光也尙可行之而況有真正著相回光乎

日用間能刻刻隨事返照不着一毫人我相便是隨地回光此第一妙用清晨能遣盡諸緣靜坐一二時最妙凡應事接物只用返照法便無一刻間斷如此行之三月兩月天上諸眞必來印證矣

逍遙訣第八

呂祖太乙金華宗旨

三

呂祖曰玉清留下逍遙訣四字凝神入炁穴六月俄看白雪飛三更又見日輪赫水中吹起藉巽風天上遊歸食坤德更有一句玄中玄無何有鄉是眞宅律詩一首玄奧已盡大道之要不外無爲而爲四字惟無爲故不滯方所形象惟無爲而爲故不墮頑空死虛作用不外一中而樞機全在二目二目者斗柄也幹旋造化轉運陰陽其大藥則始終一水中金卽水鄉鉛而已前言回光乃指點初機從外以制內卽輔以得主此爲中下之士修下二關以透上一關者也今頭緒漸明機括漸熟天不愛道直泄無上宗旨諸

子秘之秘之勉之勉之

夫回光其總名耳工夫進一層則光華盛一番回法更妙一番前者由外制內今則居中御外前者卽輔相主今則奉主宣猷面目一大顛倒矣法子欲入靜先調攝身心自在安和放下萬緣一絲不掛天心正位乎中然後兩目垂簾如奉聖旨以召大臣孰敢不遵次以二目內照坎宮光華所到眞陽卽出一應之離外陽而內陰乾體也一陰入內而爲主隨物生心順出流轉今回光內照不隨物生陰氣卽住而光華注照則純陽也同類必親故坎陽上騰非坎陽也仍

呂祖太乙金華宗旨

十四

是乾陽應乾陽耳二物一遇便紐結不散網縕活動倏來倏去倏浮倏沉自己元宮中恍若太虛無量徧身輕妙欲騰所謂雲滿千山也次則來往無踪浮沉無辨脈住烝停此則眞交媾矣所謂月涵萬水也俟其冥冥中忽然天心一動此則一陽來復活子時也然而此中消息要細說凡人一視一聽耳目逐物而動物去則已此之動靜全是民庶而天君反隨之役是嘗與鬼居矣今則一動一靜皆與人居天君乃眞人也彼動卽與之俱動動則天根靜則與之俱靜靜則月窟靜動無端亦與之爲靜動無端休息上下亦

與之爲休息上下所謂天根月窟閒來往也天心鎮靜動違其時則失之嫩天心已動而後動以應之則失之老天心一動卽以真意上昇乾宮而神光視頂爲導引焉此動而應時者也天心旣昇乾頂游揚自得忽而欲寂急以真意引入黃庭而目光視中黃神室焉旣而欲寂者一念不生矣視內者忽忘其視矣爾時身心便當一場大放萬緣泯迹卽我之神室爐鼎亦不知在何所欲覓已身了不可得此爲天入地中眾妙歸根之時也卽此便是凝神入炁穴

夫一回光也始而散者欲斂六用不行此爲涵養本

呂祖太乙金華宗旨

五

原添油接命也旣而斂者自然優游不費纖毫之力此爲安神祖竅翕聚先天也旣而影響俱滅寂然大定此爲蟄臧炁穴眾妙歸根也一節中具有三節一節中具有九節具是後日發揮今以一節中具三節言之當其涵養而初靜也翕聚亦爲涵養蟄臧亦爲涵養至後而涵養皆蟄臧矣中一層可類推不易處而處分矣此爲無形之竅千處萬處一處也不易時而時分焉此爲無候之時元會運世一刻也

凡心非靜極則不能動動忘動非本體之動也故曰感於物而動性之欲也若不感於物而動卽天之

動也是知以物而動性之欲也若不以物而自動卽天之動也不以天之動對天之性句落下說個欲字欲在有物也此爲出位之思動而有動矣一念不起則正念乃生此爲真意寂然大定中而天機忽動非無意之動乎無爲而爲卽此意也詩首二句全括金華作用次二句是日月互體意六月卽離火也白雪飛卽離中真陰將返乎坤也三更卽坎水也日輪卽坎中一陽將赫然而返乎乾也取坎填離卽在其中次二句說斗柄作用升降全機水中非坎乎目爲巽風目光照入坎宮攝召太陽之精是也天上卽乾宮遊歸食坤德卽神入炁中天入地中養火也末二句是指出訣中之訣訣中之訣始終離不得所謂洗心滌慮爲沐浴也聖學以知止始以止至善終始乎無極歸乎無極佛以無住而生心爲一大藏教旨吾道以致虛二字完性命全功總之三教不過一句爲出死人生之神丹神丹爲何曰一切處無心而已吾道最秘者沐浴如此一部全功不過心空二字足以了之今一言指破省卻數十年參訪矣

子輩不明一節中具三節我以佛家空假中三觀爲喻三觀先空看一切物皆空次假雖知其空然不毀

萬物仍於空中建立一切事既不毀萬物而又不著萬物此爲中觀當其修空觀時亦知萬物不可毀而又不著此兼三觀也然畢竟以看得空爲得力故修空觀則空固空假亦空中亦空修假觀是用上得力居多則假固假空亦假中亦假中道時亦作空想然不名爲空而名爲中矣亦作假觀然不名爲假而名爲中矣至於中則不必言矣吾雖有時單言離有時兼說坎究竟不會移動一句開口提云樞機全在二目所謂樞機者用也用卽幹旋造化非言造化止此也六根七竅悉是光明藏豈取二目而他概不問乎

呂祖太乙金華宗旨

七

用坎陽仍用離光照攝卽此便明朱子雲陽師諱元育北宋法派嘗云瞎子不好修道聾子不妨與吾言暗合特表其主輔輕重耳日月原是一物其日中之暗處是真月之精月窟不在月而在日所謂月之窟也不然自言月足矣月中之白處是真日之光日光反在月中之所謂天之根也不然自言天足矣一日一月分開止是半個合來方成一個全體如一夫一婦獨居不成室家有夫有婦方算得一家完全然而物難喻道夫婦分開不失爲兩人日月分開不成全體矣知此則耳目猶是也吾謂瞎子已無耳聾子已無

目如此看來說甚一物說甚兩目說甚六根六根一根也說甚七竅七竅一竅也吾言只透露其相通處所以不見有兩子輩專執其隔處所以隨處換卻眼睛

百日立基第九

呂祖曰心印經云迴風混合百日功靈總之立基百日方有真光如子輩尙是目光非神火也非性光也非慧智炬燭也回之百日則精炁自足真陽自生水中自有真火以此持行自然交媾自然結胎吾方在不識不知之天而嬰兒自成矣若略作意見便是外

呂祖太乙金華宗旨

六

道百日立基非百日也一日立基非一日也一息立基非呼吸之謂也息者自心也自心爲息元神也元炁也元精也升降離合悉從心起有無虛實咸在念中一息一生持何止百日然百日亦一息也

百日只在得力晝間得力夜中受用夜中得力晝間受用百日立基玉旨耳上真言語無不與人身應真師言語無不與學人應此是玄中之玄不可解者也見性乃知所以學人必求真師授記任性發出一一皆驗

性光識光第十

呂祖曰回光之法原通行住坐卧只要自得機竅吾前開示云虛室生白光非白耶但有一說初未見光時此爲效驗若見爲光而有意著之卽落意識非性光也子不管他有光無光只要無念生念何爲無念千休千處得何爲生念一念一生持此念乃正念與平日念不同今心爲念念者現在心也此心卽光卽藥凡人視物任眼一照去不及分別此爲性光如鏡之無心而照也如水之無心而鑑也少刻卽爲識光以其分別也鏡有影已無鏡矣水有象已無水矣光有識尙何光哉

呂祖太乙金華宗旨

九

子輩初則性光轉念則識識起而光杳不可覓非無光也光已爲識矣黃帝曰聲動不生聲而生響卽此義也楞嚴推勘入門曰不在塵不在識惟選根此則何意塵是外物所謂器界也與吾了不相涉逐之則認物爲已物必有還通還戶牖明還日月借他爲自終非吾有至於不汝還者非汝而誰明還日月見日月之明無還也天有無日月之時人無有無見日月之性若然則分別日月者還可與爲吾有耶不知因明暗而分別者當明暗兩忘之時分別何在故亦有還此爲內塵也惟見性無還見見之時見非是見則

見性亦還矣還者還其識念流轉之見性卽阿難使汝流轉心目爲咎也初入還辨見時上七者皆明其

一一有還故留見性以爲阿難拄杖究竟見性旣帶

八識

眼識耳識鼻識舌識身識意識傳送識阿賴耶識

非真不還也最後併

此亦破則方爲真見性真不還矣子輩回光正回其

最初不還之光故一毫識念用不著使汝流轉者惟

此六根使汝成菩提者亦惟此六根而塵與識皆不

用非用根也用其根中之性耳今不墮識回光則用

根中之元性落識而回光則用根中之識性毫釐之

辨在此也用心卽爲識光放下乃爲性光毫釐千里

呂祖太乙金華宗旨

三

不可不辨識不斷則神不生心不空則丹不結心淨

則丹心空卽藥不著一物是名心淨不留一物是名

心空空見爲空空猶未空空忘其空斯名眞空

坎離交媾第十一

呂祖曰凡漏泄精神動而交物者皆離也凡收轉神

識靜而中涵者皆坎也七竅之外走者爲離七竅之

內返者爲坎一陰主於逐色隨聲一陽主於返聞收

見坎離卽陰陽陰陽卽性命性命卽身心身心卽神

炁一自歛息精神不爲境緣流轉卽是眞交而沉默

趺坐時又無論矣

周天第十二

呂祖曰周天非以氣作主以心到爲妙訣若畢竟如何周天是助長也無心而守無意而行仰觀乎天三百六十五度刻刻變遷而斗柄終古不動吾心亦猶是也心卽璇璣烝卽眾星吾身之烝四肢百體原是貫通不要十分着力於此鍛鍊識神斷除妄見然後藥生藥非有形之物此性光也而卽先天之眞烝然必於大定後方見並無採法言採者大謬矣見之既久心地光明自然心空漏盡解脫塵海若今日龍虎明日水火終成妄想昔吾受火龍眞人口訣如是不知丹書所說更何如也

呂祖太乙金華宗旨

三

一日有一周天一刻有一周天坎離交處便是一周我之交卽天之回轉也未能當下休歇所以有交之時卽有不交之時然天之廻旋也未嘗少息果能陰陽交泰大地陽和我之中宮正位萬物一時暢遂卽丹經沐浴法也非大周天而何此中火候實實有大小不同究竟無大小可別到得工夫自然不知坎離爲何物天地爲何等孰爲交孰爲一周兩周何處覓大小之別耶總之一身旋運雖見得極大亦小若一廻旋天地萬物悉與之廻旋卽在方寸處亦爲極大

金丹火候要歸自然不自然天地自還天地萬物各歸萬物欲強之使合終不能合卽如天時亢旱陰陽不和乾坤未嘗一日不周然終見得有多少不自然處我能轉運陰陽調適自然一時雲蒸雨降艸木酣適山河流暢縱有乖戾亦覺頓釋此卽大周天也問活子時甚妙必認定正子時似着相不着相不指明正子時從何識活子時卽識得活子時確然又有正子時是二是一非正非活總要人看得真一真則無不正無不活矣見得不真何者爲正何者爲活耶卽如活子時是人所時時見得的畢竟到正子時志氣清明活子時愈覺發現人未識得活的明了只向正的時候驗取則正者現前活者無不神妙也

勸世歌第十三

呂祖曰吾因度世丹中熱不惜婆心并饒舌世尊亦爲大因緣直指生死真可惜老君也患有吾身傳示谷神人不識吾今略說尋真路黃中通理載大易正位居體是玄關子午中間堪定息光回祖竅萬神安藥產川原一炁出透幙變化有金光一輪紅日嘗赫赫世人錯認坎離精搬運心腎成間隔如何人道合天心天若符兮道自合放下萬緣毫不起此是先

眞無極太虛穆穆朕兆捐性命關頭忘意識意識忘
後見本眞水清珠現玄難測無始煩障一旦空玉京
降下九龍冊步雲漢兮登天關掌雷霆兮驅霹靂凝
神定息是初機退藏密地爲常寂

吾昔度張珍奴二詞皆有大道子後午前非時也坎
離耳定息者息息歸根中黃也坐者心不動也夾脊
者非背上輪子乃直透玉京大路也雙關者此處有
難言者地雷震動山頭雨者眞氣生也黃芽出土者
藥生也小小二段已盡修行大路明此可不惑人言
昔夫子與顏子登太山頂望吳門白馬顏子見爲正
練夫子急掩其目恐其太用眼力神光走落回光可
不勉哉

呂祖太乙金華宗旨

三

回光在純心行去只將眞息凝照於中宮久之自然
通靈達變也總是心靜炁定爲基心忘炁凝爲效炁
息心空爲丹成心炁渾一爲溫養明心見性爲了道
子輩各宜勉力行去錯過光陰可惜也一日不行一
日卽鬼也一息行此一息眞仙也勉之勉之

呂祖太乙金華宗旨終

