

金丹四百字解

張伯端 著

中華書局

天台四千字。字字慈航。金紫二十章。章章法寶。三觔黑內。內有無極真君。一點紅中。中藏元始祖氣。水一泓。三界完全。粟一粒。十方具足。玉鑪寶鼎。豈是空言。汞葉鉛枝。殊非浪說。我本南園。彼爲北地。微獨陽是坤生。陰亦地起。日魂原在人間。月魄豈離世上。玉兔脂。金烏髓。鉛汞之精華。東海龍。西山虎。陰陽之法象。真硃砂。不產辰洲。活水銀。豈生雲貴。心汞不純陽。不謂華池。氣血不潔白。不生神水。已汞實死。纔號金精。神火真亡。方名陽氣。夫婦非人世間。夫婦豈裏夫婦。雲雨非枕席。上雲雨。山頭雲雨。符火入中宮。隄防斷滅。汞鉛歸一竅。謹戒持盈。白雪原非質。黃芽豈有形。不於混沌中生擒。即在鴻濛前活捉。苟爲不然。則難免夜半風雷。不無穴中烟氣。人身中自有活子時。晷影上絕無真火候。前輩乃托象以爲言。後學既得理。宜捐象。總之不識本心。學法無益。不通外藥。打坐無功。苟非性命有修焉。得形神俱妙。形骸傳舍。本體真心。傳舍乃幻物。真心卽法身。莫認識神爲妙性。勿將幻體作真形。妙性本空。法身卽命。性以無爲。命須雙作。昔者伏羲因得此道。以製氣母。黃帝因得此道。以登雲天。求此道者。謂之哲人。聞此道者。謂之高人。得此道者。謂之聖人。渾此道者。謂之神人。吾固不敢以聖人神人自居焉。然亦自信非庸人俗人可比也。奈何天下具眼者少。知吾者希。

李文燭跋

# 金丹四百字解

天台張伯端平叔著 京口李文燭晦卿解

真土擒真鉛。真鉛制真汞。鉛汞歸真土。身心寂不動。

吾人一點不着色聲香味觸法的清靜心。即名真土。坎中一爻。無聲臭的先天真乙之氣。即名真鉛。離中一爻。無形象的後天真乙之精。即名真汞。夫擒與制者。非智力能擒與制也。全在陰陽五行生尅從化之間。些子玄微。且如真鉛真土。乃天然夫婦相見。則彼此氣味自然契合。此即前輩至妙之擒法。故曰真土擒真鉛。又如真鉛真汞。乃天然夫婦相見。則彼此氣機自然妙合。此即前輩絕巧之制法。故曰真鉛制真汞。汞歸鉛。夫既皆歸於真土。三家相見。仍復渾成一大太極。此時清靜心纔凝。纔謂之金丹。從此已後。動亦定。靜亦定。再不飛揚矣。故曰鉛汞歸真土。身心寂不動。不然。則此心雖清靜無欲。然尙未真死。觸景則依然飛去。止可名真土。不可謂寂不動。

虛無生白雪。寂靜長黃芽。玉醴火溫溫。鼎上飛紫霞。

乾象虛無。坤形寂靜。虛無寂靜。兩相摩盪。乾道即生白雪。白雪即前章之真汞也。坤道即長黃芽。黃芽即前章之真鉛也。故曰虛無生白雪。寂靜長黃芽。玉醴與鼎。皆指坤言。鼎之上。即指修真之士而言也。真汞真鉛。懷於醴鼎之內。遂實而爲坎。坎中既有一爻真陽在內。焉得不溫溫者乎。故曰玉醴火溫溫。修真者一得汞鉛到手。送入清靜心中。此時身中造化。千態萬狀。豈特飛紫霞而已哉。故曰鼎上飛紫

霞。

華池蓮花開。神水金波淨。夜深月正明。天地一輪鏡。

吾人一點清淨心。昔莊生曾以南華名之。又以天池喻之。大抵此心一經真鉛真汞鍛鍊。於是乎突然出於癸水之外。如芙蓉之乍放。菡萏之初開。故曰華池蓮花開。蓮花一開。周身癸陰。被逐殆盡。止存一味汞金。五彩盤旋。精光閃爍。到此纔可稱華池。纔能生神水。神水乃有象無形。有氣無質之物。焉得不淨。故曰神水金波淨。此時華池之在空中。象十五夜半之月光。瑩圓滿。清虛澄徹。此卽天地一輪大圓鏡智也。天地兩字。蓋指修真男女而言。故曰夜深月正明。天地一輪鏡。

硃砂鍊陽氣。水銀烹金精。金精與陽氣。硃砂而水銀。

硃裏有砂。名曰神火。汞中有水。名曰癸陰。神火不經壬水一鍊。決不能死於坎內。不死坎內。決不能成陽氣。故曰硃砂鍊陽氣。水銀不經陽氣一烹。決不能乾其癸陰。癸陰不乾。決不能成金精。故曰水銀烹金精。大抵砂是硃裏神。汞是硃裏精。神凝則爲陽氣。汞死則爲金精。分而言之。則有硃砂陽氣。水銀金精。許多名象。合而言之。不過一味硃砂。至矣盡矣。故曰金精與陽氣。硃砂而水銀。

日魂玉兔脂。月魄金烏髓。掇來歸鼎中。化作一泓水。

日魂玉兔脂。卽太陽髓中一點神火。月魄金烏髓。卽太陰鼎上一面陽金。陽金補滿鼎而。卽取神火歸鼎。故曰掇來歸鼎中。鼎中既被神火凝於其內。遂質而爲坎。坎爲水。豈非一泓之水乎。故曰化作一泓。

水。

藥物生玄竅。火候發陽爐。龍虎交會時。寶鼎產玄珠。

神火卽藥物。生在日中。日體雖明。體中烏黑。所以謂之玄竅。大抵月到上面三爻。金光圓滿。金向於天。此時正好進神火。所以謂之火候。因其上而一片陽光。所以謂之陽爐。因其此光一團金氣。所以謂之寶鼎。龍卽取象於日。虎卽取象於月。日月交會。得其時候。月纔肯受日中一點神火。而結命寶。命寶卽名玄珠。故曰龍虎交會時。寶鼎產玄珠。

此竅非凡竅。乾坤共合成。名爲神氣穴。內有坎離精。

吾人一點不着色聲香味觸法的清靜心。卽玄關一竅。此竅雖是至精無形之物。然而當時不能自有。必藉乾坤妙合而纔有。故曰此竅非凡竅。乾坤共合成。大抵此竅。乃人之命根。何以知其然哉。氣非此竅不生。神非此氣不住。且此竅靈而最神。凡有所感。無有不應者。觀其怒則成火而面赤。悲則鼻酸而淚下。噫妙矣哉。真個非凡竅也。神氣的總根。水火的源頭。確確乎是此竅。故曰名爲神氣穴。內有坎離精。

木汞一點紅。金鉛三觔黑。鉛汞結丹砂。耿耿紫金色。

木汞一點紅。卽吾人一點清靜心是也。因其此心出於火中。所以謂之一點紅。夫金卽陰。金鉛卽陽鉛。此兩者雖分陰陽。然同出於坎水之中。所以謂之黑也。大抵丹法。成始成終。皆以六候爲一周天。上三

候。每一候用陽鉛半觔。下三候。每一候用陰金半觔。以觔半之陰金。觔半之陽鉛。爲之大藥。烹鍊一點木汞。木汞不得不死。結成一顆丹砂。大如粟米。色如紫金。故曰鉛汞結丹砂。耿耿紫金色。

家園景物麗。風雨正春深。犁鋤不費力。大地皆黃金。

西南大地。卽我家園。生氣之來。卽我景物。我能乘此生氣。正如和風醒稿。甘雨甦枯。莫不勃然長耳。皆黃金者。正見景物富麗。無處不有。且此道易簡。不假犁鋤。不費人力。

真鉛生於坎。其用在離宮。以黑而變紅。一鼎雲氣濃。

坎中一爻真鉛。其修真家反用之。以爲火。故曰真鉛生於坎。其用在離宮。大抵真鉛寄體於坎。則權名爲黑。一歸清靜心。與癸陰一合。仍變而爲紅。如祥雲鶴霧。紫氣濃濃。細縑滿鼎。薰蒸一身。故曰以黑而變紅。一鼎雲氣濃。

真汞產於離。其用卻在坎。姤女過南園。手持玉橄欖。

離中一爻真汞。其修真家反用之。以爲水。故曰真汞產於離。其用卻在坎。大抵此汞入我清靜心中。卽是過南園。橄欖江浙謂之青果。借此以喻證仙果也。

震兌非東西。坎離不南北。斗柄運周天。要人會攢簇。

震兌卽真龍真虎。龍虎卽真鉛真汞。真鉛生於坎。真汞產於離。坎離者乾坤二用。二用無爻位。周流行六虛。往來既不定。上下亦無常。既無爻位。無定處。無常所。焉得有東西南北。故曰震兌非東西。坎離不

南北修真男女。入室下工。一點清靜心。端拱無爲。如如不動。至如丹房之內。揆排爐鼎斗柄。離去運五行。誰會攢簇。此所以要人。要人者。要同心之人。握定斗柄。斗柄卽造化之柄。刻刻察周天。時時定晦朔。造坎造離。釀鉛釀汞。這纔謂之會攢簇。故曰斗柄運周天。要人會攢簇。

火候不用時。冬至不在子。及其沐浴法。卯酉時虛比。

舉世道人。火且不能曉。安能知其候。陰陽且不能識。安能知其子午。中且不能守。金木且不能辨。安能知其卯酉。大率丹法中之子午卯酉。不過取其象而已。若泥象執文。在晷影上求火候。求冬至。求沐浴。正如接竹點月。

烏肝與兔髓。擒來歸一處。一粒復一粒。從微而至著。

烏肝兔髓。卽真鉛真汞。真鉛真汞。擒歸一處。纔成一粒。然則以何法擒之。惟有一點不着色聲香味觸法的清靜心。獨立虛空。巍巍不動。纔能擒此兩者。故曰烏肝與兔髓。擒來歸一處。今日服一粒。明日食一粒。積少成多。累微至著。故曰一粒復一粒。從微而至著。

混沌包虛空。虛空括三界。及尋其根源。一粒黍來大。

坎中所懷者。一爻真鉛。卽鴻濛已前之天。離中所懷者。一爻真汞。卽鴻濛已前之地。此時天地與虛空。三界始有朕兆。不識不知。無聲無臭。俱在混沌之中。故曰混沌包虛空。虛空括三界。及至究竟其始而初兆之光景。鉛汞兩者合而言之。不過一粒黍米之大。故曰及尋其根源。一粒黍來大。

天地交真液。日月合真精。會得坎離基。三界歸一身。

天地交會。天上一點真液。自然降入地中。故曰天地交真液。日月合璧。日中一點真精。自然射入月內。故曰日月合真精。造坎造離之法。全藉這點真液真精。以立根本。所以坎中那爻。鴻濛以前之天。離中那爻。鴻濛已前之地。正是真液真精所化。坎離之基。就是此物。人若會得取而服餌。則三界自然歸於清淨法身。故曰會得坎離基。三界歸一身。

龍從東海來。虎向西山起。兩獸戰一場。化作天地髓。

東海之龍。卽真汞也。西山之虎。卽真鉛也。汞鉛兩獸。分在兩路。入我清靜心中。與我癸陰大戰一場。於是乎清靜心纔死。化成一片紫金霜。此卽天地髓也。

金花開汞葉。玉蒂長鉛枝。坎離不曾閑。乾坤經幾時。

坎中一爻。先天真乙之氣。卽金花也。卽鉛枝也。離中一爻。後天真乙之精。卽玉蒂也。卽汞葉也。鍊丹工夫。自首至尾。不離坎離。朝金花而暮玉蒂。夜汞葉而晝鉛枝。今日如是。明日又如。是日日如是。三萬刻中。坎離何曾有一息之閑。夫惟坎離不曾有一息之閑。修真男女。卽乾坤也。心中缺陷。不經幾時。修補圓滿。光明如舊。故曰坎離不曾閑。乾坤經幾時。

沐浴防危險。抽添謹戒持。都來三萬刻。差失恐毫釐。

凡論沐浴及抽添。內而先要定其中極。外而須要分其陰陽。吾人一點不着色聲香味觸法的清靜心。

即人身之中極也。且如十二地支。到冬至子之半。一點陽火。絕處逢生。胎元於此。大抵陽火。即丙火也。抽將出來。運到中極。即名春分。春分則丙火不得不沐浴。夏至午之半。一點陰符。絕處逢生。胎元於此。大抵陰符。即壬水也。抽將出來。運到中極。即名秋分。秋分則壬水不得不沐浴。這兩種胎元。不到我之中極。則已到我中極。果然可以添我汞氣。益我壽年。但所可慮者。人到不着色聲香味觸法之時。容易入於斷滅。一落斷滅。異常危險。不可不防。故曰沐浴防危險。又如抽添之際。未免小有所得。誠恐根器淺薄之人。見此光景。便生歡喜。因而持盈。殊不知一有持盈之心。乘走鉛飛。可惜前功。化為灰已。不可不謹戒。故曰抽添謹戒。持總之三萬刻中。刻刻要提防。周天息內。息息要謹戒。

夫婦交會時。洞房雲雨作。一載一個兒。個個會騎鶴。

吾人一點不着色聲香味觸法的清靜心。未凝已前。雖清靜無欲。然尚活。止可名真土。不可名金丹。止可名黃庭土釜。不可名金胎神室。止可名陰池。不可名華池。一凝之後。纔可名金丹。纔可名金胎神室。纔可名華池。於是乎神水纔能生乎一身。此即謂之金液。此液一與神火交會於金胎神室之中。則夫婦婦。雨雨雲雲。此自然之道也。大抵神水屬陽。神火屬陰。陽爲夫。而陰爲婦。水爲男。而火爲女。況以金胎神室而爲洞房。夫婦交會於此。安得不雲且雨乎。故曰夫婦交會時。洞房雲雨作。交會之後。雲收雨散。結成聖胎。溫養一載。調理出殼。如此生來。焉得不個個皆會騎鶴。故曰一載一個兒。個個會騎鶴。