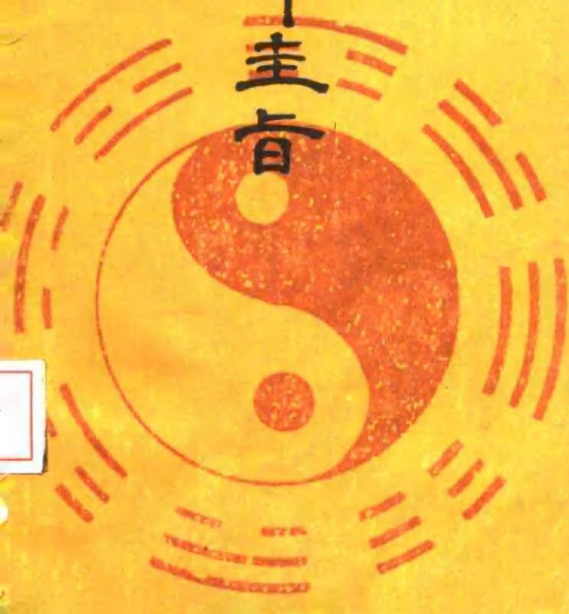


性命圭旨

吴门尤侗撰
屈丽萍点校



性命圭旨

吴门尤侗撰

屈丽萍点校

R247.4
328
7
2414

样 本 库



山西人民出版社

1184528

性命圭旨

屈丽萍 点校 插图

*

山西人民出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 山西人民印刷厂印刷

*

开本: 787×1092 1/32 印张: 9 字数: 185千字

1988年12月第1版 1988年12月太原第1次印刷

印数: 1—10000册

*

ISBN 7-203-00297-0

G·250 定价: 2.95元

yx175/14

出版说明

我国气功源远流长，气功养生健身、气功治病已是家喻户晓、众所周知的事实，深受广大群众喜爱。当前国内外掀起了学练气功的热潮，习练气功者及武术爱好者渴望得到古代佛、道、儒三家有关气功、养生方面的专著，为满足广大群众和气功爱好者的这一愿望，我们特选了部分佛、道气功专著，并进行了点校，用简体字排版，以方便读者。

在出版中，为保存该书的原貌，未做删改，望读者析而参之。

编者 1988. 6.

序

性命主旨，不著撰人，相传为尹真人高第之笔也，向来行本绝少。殷君唯一藏弄有年。曹子若济见而悦之，携示周子真闲，欣然其赏，重授剞劂，则钱子羽振董其成焉。书竣，而问序于予。予于斯道盖向往而未能至，何敢赞一辞？虽然，窃有述焉。

自三教鼎立，异说声牙，隐若敌国，日相撞也。是书独揭大道，而儒释妙义，发挥旁通，要之以中，合之以一，而尽性至命之理，殊途同归。唯独柱下五千，囊括靡遗，并六十四卦，四十二章，无不累若贯珠矣。

就道家论之，则有九十六种外道，三千六百旁门。好货之徒，喜谈炉火；渔色之子，艳语彼家，固猥鄙无足数也。即熊经、鸟申、龙吟、虎啸，总属形容，无关本体。近一方士，教人伏气捻诀，顷刻开关，忽笑忽啼，四肢摇战，见者矚其风狂，而彼方自诩为神术，良可哀矣。

是书一扫繁芜，务撮标本，致虚守静，翕聚先天。其于拨邪反正，诚中流一壺也。

至其真要，尤在真意一说。盖人身真意，是为真土。动极而静，此意属阴，是为己土；静极而动，此意属阳，是为

戊土。炼己土者，得离日之汞；炼戊土者，得坎月之铅。铅汞既归，金丹自结。戊己者，重土之象也。斯其有取于圭旨乎？作者深思，直与黄庭相表里。

周子修而广之，鼓聿发昧，功亦巨矣。殷、曹二子，俱善养生者。而予顾为丰于饶舌。其亦庄生所云，言者不知也夫。

时 康熙己酉孟夏吴门龙侗撰

性命圭旨序

余方早岁慕道，夫海内有性命圭旨，稔闻窃未见其书也。如何迨兹庚戌季春，获舆闲、若济二兄见示图册。颂读之暇，乃仪尹真人之高弟手笔。不然者，从何以识其书之所自哉？

故尝论道，每以中和、金丹二集物色真仙，谓其玄宗。书汗牛充栋，孽乳浸多，独未见图论，兼该功夫、次第，精义超格，曷若日星。蔑有如是书雋永直拟。夫龙虎、参同、悟真诸经，同途合辙，嗟嗟琅函秘帙。学者就是着鞭，何患非一超直入业？绍人天师种，由色身而证法身，从生生而达无生，则理之相契固如是与。畴克曰：小补之哉。

虽然，知而修之，谓之圣人；知而不修，是谓愚夫。此舆闲、若济二兄之用心若此。而听斯夕斯，融通妙谛，亟商取以镂刊之。仅将尽大地人顶踵下针，扫除旁门，陋习撤退三舍矣。

囑余序，聊述数言，应之以此。

康熙上章阁茂病月谷旦紫中李朴书于守中堂

起缘主旨性命刻

里有吴思鸣氏，得性命主旨于新安唐太史家。盖尹真人高第弟子所述也。藏之有年。一日，出示丰于居士。居士见而悦之，谓其节次功夫，咸臻玄妙，而绘图立论，尤见精工，诚玄门之秘典也。因相与公诸同志，欲予一言为引。予既从事圣修，雅尚圆极一乘，不谈此道久矣。以其所操说者，无非为色身计也。色身有限，法性无边，夫安得大修行人以法界为身者，而与之谈性命哉？舍法界，无性命，亦无身心。如法圆修直，绍人天师种，彼以七尺为躯，一腔论心者，纵有修持，皆结业耳，于一超直入无当焉。闻之师云，修行法门有两种，一从法界归摄色身，一从色身透出法界。从法界摄色身，华严尚矣；从色身出法界，楞严诸经有焉。主旨所陈，大都从色身而出者。夫果出法界矣，方且粉碎虚空，有甚身心而论？因指见月，得道忘诠，是在善修者自契。居士流通之意，无亦见及此欤。予不负其流通善念，并思鸣氏宝藏初心，遂述缘起，质之有道。

万历乙卯夏仲新安震初子余永宁常吉书。

题尹真人性命圭旨全书

是书出尹真人高弟手笔，盖述其师之意而全演之。中间所载诸图说，及修行节次，功夫，可谓详且尽矣。玄家书汗牛充栋，而直指微妙，无逾此编。棲真者，倘能藉此而入道，不亦希有事哉。友人余常吉，为明德宗孙，而于玄教，不无少抑。谓其所重者，我身即长生，久视终不离寿者相也。其见确已。乃独于是书，而引之淳淳。然指人一超直入，以绍人天师种，岂其无故而漫云？然夫有所受之也，则由长生而达生生，以生生而证无生。奚不可者，殊途同归，百虑一致。道岂有二乎哉？高皇论三教云：天下无二道，圣人无两心。大哉皇言！斯其至矣！凡为皇之民者，一意宪章，莫敢倍上可也。嗟嗟世人，流浪生死，辄置性命于罔民。得此为之一警觉焉，其有造于身心者不小矣。书院流通，真人师弟定必加持赞叹。

仁文主人邹元标书

目 录

性命双修万神圭旨元集	(1)
三圣图.....	(3)
大道说.....	(5)
性命说.....	(11)
死生说.....	(15)
邪正说.....	(19)
普照图.....	(24)
反照图.....	(26)
时照图.....	(28)
内照图.....	(30)
太极图.....	(33)
太极发挥.....	(34)
中心图.....	(35)
火龙水虎图说.....	(39)
日乌月兔图说.....	(42)
大小鼎炉图说.....	(45)
内外二药图说.....	(48)
顺逆三关图说.....	(51)
尽性了命图说.....	(54)

真土图·····	(55)
真土根心图说·····	(57)
魂魄图说·····	(60)
蟾光图说·····	(63)
降龙图说·····	(66)
伏虎图说·····	(69)
三家相见图说·····	(72)
和合四象图说·····	(75)
取坎填离图说·····	(78)
观音密咒图·····	(79)
念观音咒图说·····	(81)
九鼎炼心图说·····	(84)
八识归元图说·····	(87)
五气朝元图说·····	(89)
待诏图说·····	(92)
飞升图说·····	(94)
性命双修万神圭旨亨集 ·····	(95)
涵养本原图·····	(97)
第一节口诀 涵养本原 救护命宝·····	(99)
洗心退藏图·····	(112)
退藏沐浴工夫·····	(114)
玉液炼形图·····	(118)
玉液炼形法则·····	(120)
安神祖窍图·····	(123)
第二节口诀 安神祖窍 翕聚先天·····	(126)

法轮自转图	(136)
法轮自转工夫	(138)
龙虎交媾图	(140)
龙虎交媾法则	(142)
蛰藏气穴图	(145)
第三节口诀 蛰藏气穴 众妙归根	(148)
胎息诀	(155)
行禅图	(159)
立禅图	(161)
坐禅图	(163)
卧禅图	(165)
紫中道人答问	(170)
性命双修万神圭旨利集	(173)
采药归壶图	(174)
第四节口诀 天人合发 采药归壶	(176)
聚火载金图	(191)
聚火载金诀法	(193)
乾坤交媾图	(196)
第五节口诀 乾坤交媾 去矿留金	(198)
周天璇玑图	(207)
卯酉周天口诀	(209)
灵丹入鼎图	(215)
第六节口诀 灵丹入鼎 长养圣胎	(217)
火候崇正图	(223)
火候	(225)

长养圣胎图.....	(229)
性命双修万神圭旨贞集.....	(231)
婴儿现形图.....	(233)
第七节口诀 婴儿现身 出离苦海.....	(235)
真空炼形图.....	(241)
炼形.....	(243)
出离苦海图.....	(248)
端拱冥心图.....	(249)
第八节口诀 移神内院 端拱冥心.....	(251)
化身五五图.....	(261)
跨风凌霄图.....	(262)
阳神出现图.....	(263)
第九节口诀 本体虚空 超出三界.....	(265)
超出三界图.....	(273)
毗卢证果图.....	(274)

性命双修万神圭旨元集



三 圣 图



三 圣 图 (文)

具大总持门，若儒道释之度我度他，皆从这里。
能知真实际，而天地人之自造自化，只在此中。

金台玉局绕彤云，上有真人称老君。
八十一化长生诀。五千余言不朽文。

陀罗门启真如出，圆觉海中光慧日。
灵山会上说真言，满舌莲花古文佛。

六经删定古文章，洙泗源深教泽长。
继往开来参造化，大成至圣文宣王。