

前言

師示：可加『悟真』與『金丹四百字』，作『道德彙錄』之編後附篇。悟真雖見竄改，然尚存真本。

紫陽云：道非可言代，見代則為歪理也。唯『以道德彙錄』著手，此皆是 旻皇恩准之聖理。悟真乃外篇，何可與聖理相比。

紫陽鸞示：道法今夕且洩佈，靈台明珠望爾築，
劣著悟真詞賦繁，盼虔勤悟必得真，
有緣勤習得精進，無緣隨喜任飄流。

『悟真篇』傳世千年，版本存異，詞誤難免，請閱者自參。

《悟真篇》自序

嗟夫！人身難得，光景易遷，罔測短修，安逃業報。不自及早省悟，惟只甘分待終，若臨歧一念有差，墮三途惡趣，則動經塵劫，無有出期。當此之時，雖悔何及！故老釋以性命學開方便門，教人修種以逃生死；釋氏以空寂為宗，若頓悟圓通，則直超彼岸，如其習漏未盡，則尚徇於有生；老氏以煉養為真，若得其要樞，則立躋聖位，如其未明本性，則猶滯於幻形。其次『周易』有窮理盡性至命之辭，『魯語』有毋意必固我之說，此又仲尼極臻乎性命之奧也。然其言之常略而不至於詳者何也？蓋欲序正人倫，施仁義禮樂之教，故於無為之道未嘗顯言，但以命術寓諸易象，性法混諸微言耳。至於莊子推窮物累逍遙之性，孟子善養浩然之氣，皆切幾言之。迨夫漢魏伯陽引易道交媾之體，作『參同契』以明大丹之作用；唐忠國師於語錄首敘老莊言。以顯至道之本末。如此，豈非教雖分三，道乃歸一。

奈何後世黃緇之流各自專門，互相非是，致使三家宗要迷沒邪歧，不能混一而同歸矣！且今人以道門尚於修命，而不知修命之法理出兩端：有易遇而難成者，有難遇而易成者。如煉五芽之氣，服七曜之光，注想按摩，納清吐濁，念經持咒，喫水叱符，叩齒集神，休妻絕粒，存神閉息運眉間之思，補腦還精習房中之術，以至服煉金石草木之類，皆易遇而難成者。以上諸法，於修身之道率多滅裂，故施力雖多而求效莫驗。若勤心苦志，日夕修持，止可以辟病，免其非橫，一旦不行，則前功漸棄。此乃遷延歲月，事必難成，欲望一得永得，還嬰返老，變化飛升，不亦難乎！深可痛傷。蓋近世修行之徒，妄有執著，不悟妙法之真，卻怨神仙謾語。殊不知成道者皆因煉金丹而得，恐泄天機，遂托數事為名。其中惟閉息一法，如能忘機絕慮，即與二乘坐禪頗同。若勤而行之，可以入定出神。奈何精神屬陰，宅舍難固，不免長用遷徙之法，既未得金汞返還之道，又豈能回陽換骨，白日而升天哉！

夫煉金液還丹者，則難遇而易成，要須洞曉陰陽，深達造化，方能超二氣於黃道，會三性於元宮，攢簇五行，和合四象，龍吟虎嘯，夫倡婦隨，玉鼎湯煎，金爐火熾，始得玄珠有象，太乙歸真，都來片響工夫，永保無窮逸樂。至若防危慮險，慎於運用抽添，養正持盈，要在守雌抱一。自然復陽生之氣，剝陰殺之形，節氣既周，脫胎神化，名題仙籍，位號真人，此乃大丈夫功成名遂之時也。

今之學者，有取鉛汞為二氣，指臟腑為五行，分心腎為坎離，以肝肺為龍虎，用神氣為子母，執津液為鉛汞，不識浮沉，寧分主客？何異認他財為己物，呼別姓為親兒；又豈知金木相克之幽微，陰陽互用之奧妙。是皆日月失道鉛汞異爐，欲望結成還丹，不亦遠乎！

僕幼親善道，涉獵三教經書，以至刑法、書算、醫卜、戰陣、天文、地理、吉凶死生之術，靡不留心詳究。唯金丹一法，閱盡群經及諸家歌詩論契，皆云日魂月魄，庚虎甲龍，水銀朱砂、白金黑錫，坎男離女，能成金液還丹，終不言真鉛真汞是何物色；不說火候法度，溫養指歸；加以後世迷徒恣其臆說，將先聖典教妄行箋注，乖訛萬狀，不惟紊亂仙經，抑亦惑誤後學。僕以至人未遇，口訣難逢，遂至寢食不安，精神疲悴，雖詢求遍於海嶽，請益盡於賢愚，皆莫能通曉真宗，開照心腑。後至熙寧二年己酉歲，因隨龍圖陸公入成都，以夙志不回，初誠愈格，遂感真人授金丹藥物、火候之訣，其言甚簡，其要不繁，可謂指流知源，語一悟百，霧開日瑩，塵盡鑒明，校之丹經，若合符契。因念世之學仙者十有八九，而達真要者未聞一二。僕既遇真詮，安敢隱默，罄所得成律詩九九八十一首，號曰『悟真篇』，內七言四韻一十六首，以表二八之數，絕句六十四首，按周諸卦；五言一首，以象太乙；續添『西江月』一十二首，以周歲律。其如鼎器尊卑、藥物斤兩，火候進退、主客後先，存亡有無、吉凶悔吝，悉備其中矣。於本源真覺之性有所未盡，又作為歌頌樂府及雜言等，附之卷末，庶幾達本明性之道，盡於此矣。所期同志者覽之，則見末而悟本，舍妄以從真。

時熙寧乙卯歲旦天臺張伯端平叔敘。

上卷

七言四韻十六首

第一

不求大道出迷途，縱負賢才豈丈夫。百歲光陰石火爍，一生身世水泡浮。只貪利祿求榮顯，不覺形容暗瘁枯。試問堆金等山嶽，無常買得不來無？

第二

人生雖有百年期，壽夭窮通莫預知：昨日街頭猶走馬，今朝棺內已眠屍！妻財拋下非君有，罪業將行難自欺。大藥不求爭得遇，遇之不煉是愚痴。

第三

學仙須是學天仙，惟有金丹最的端。二物會時情性合，五行全處虎龍蟠。本因戊己為媒娉，遂使夫妻鎮合歡。只候功成朝北闕，九霞光里駕翔鸞。

第四

此法真中妙更真，都緣我獨異於人：自知顛倒由離坎，誰識浮沉定主賓？金鼎欲留朱裏汞，玉池先下水中銀。神功運火非終旦，現出深潭日一輪。

第五

虎躍龍騰風浪粗，中央正位產玄珠。果生枝上終期熟，子在胞中豈有殊？南北宗源翻卦象，晨昏火候合天樞。須知大隱居塵市，何必深山守靜孤？

第六

人人本有長生藥，自是迷徒枉擺拋。甘露降時天地合，黃芽生處坎離交。井蛙應謂無龍窟，籊鷄爭知有鳳巢。丹熟自然金滿屋，何須尋草學燒茅。

第七

要知產藥川源處，只在西南是本鄉。鉛遇癸生須急采，金逢望後不堪嘗。送歸土釜牢封固，次入流珠廝配當。藥重一斤須二八，調停火候托陰陽。

第八

休煉三黃及四神，若尋眾草更非真。陰陽得類方交感，二八相當自合親。潭底日紅陰怪滅，山頭月白藥苗新。時人要識真鉛汞，不是凡砂及水銀。

第九

陽里陰精質不剛，獨修一物轉羸尪。勞形按影皆非道，服氣餐霞總是狂；舉世漫求鉛汞伏，何時得見虎龍降？勸君窮取生身處，返本還元是藥王。（註：羸尪一音雷汪；瘦弱）

第十

好把真鉛著意尋，莫教容易度光陰。但將地魄擒朱汞，自有天魂制水金。可謂道高龍虎伏，堪言德重鬼神欽；已知壽永齊天地，煩惱無由更上心。

第十一

黃芽白雪不難尋，達者須憑德行深。四象五行全藉土，三元八卦豈離壬；煉成靈質人難識，銷盡陰魔鬼莫侵。欲向人間留秘訣，未逢一個是知音。

第十二

草木陰陽亦兩齊，若還缺一不芳菲：初開綠葉陽先倡，次發紅花陰後隨。常道即斯為日用，真源反此有誰知？報言學道諸君子，不識陰陽莫亂為。

第十三

不識玄中顛倒顛，爭知火裏好栽蓮，牽將白虎歸家養，產個明珠是月圓。謾守藥爐看火候，但安神息任天然；群陰剝盡丹成熟，跳出樊籠壽萬年。

第十四

三五一都三個字，古今明者實然稀。東三南二同成五，北一西方四共之。戊己自居生數五，三家相見結嬰兒。嬰兒是一含真氣，十月胎圓入聖基。

第十五

不識真鉛正祖宗，萬般作用枉施功；休妻謾遣陰陽隔，絕粒徒教腸胃空；草木金銀皆滓質，云霞日月屬朦朧；更饒吐納並存想，總與金丹事不同。

第十六

萬卷仙經語總同，金丹只此是根宗：依他坤位生成體，種在乾家交感宮。莫怪天機俱漏洩，都緣學者自迷蒙。若人了得詩中意，立見三清太上翁。

中卷

七言絕句六十四首

第一

先把乾坤為鼎器，次將烏兔藥來烹。
既驅二物歸黃道，爭得金丹不解生。

第二

安爐立鼎法乾坤，鍛鍊精華制魄魂。
聚散氤氳成變化，即將元妙等閑論。

第三

休泥丹灶費工夫，煉藥須尋偃月爐。
自有天然真火育，何須柴炭及吹噓。

第四

偃月爐中玉蕊生，朱砂鼎內水銀平。
只因火力調和後，種得黃芽漸長成。

第五

咽津納氣是人行，有藥方能造化生。
鼎內若無真種子，猶將水火煮空鐺。

第六

調和鉛汞要成丹，大小無傷兩國全。
若問真鉛何處是，蟾光終日照西川。

第七

未煉還丹莫入山，山中內外盡非鉛。
此般至寶家家有，自是愚人識不全。

第八

竹破須將竹補宜，抱雞當用卵為之。
萬般非類徒勞力，爭似真鉛合聖機。

第九

用鉛不得用凡鉛，用了真鉛亦棄捐。
此是用鉛真妙訣，用鉛不用是誠言。

第十

虛心實腹義俱深，只為虛心要識心。
不若煉鉛先實腹，且教守取滿堂金。

第十一

夢謁西華到九天，真人授我指元篇。
其中簡易無多語，只是教人煉汞鉛。

第十二

道自虛無生一氣，便從一氣產陰陽。
陰陽再合成三體，三體重生萬物昌。

第十三

坎電烹轟金水方，火發昆侖陰與陽。
二物若還和合了，自然丹熟遍身香。

第十四

離坎若還無戊己，雖含四象不成丹。
只緣彼此懷真土，遂使金丹有返還。

第十五

日居離位反為女，坎配蟾宮卻是男。
不會個中顛倒意，徒將管見事高談。

第十六

取將坎位中心實，點化離宮腹內陰。
從此變成乾健體，潛藏飛躍總由心。

第十七

震龍汞出是離鄉，兌虎鉛生在坎方。
二物總因兒產母，五行全要入中央。

第十八

月纔天際半輪明，早有龍吟虎嘯聲。
便好用功修二八，一時辰內管丹成。

第十九

華嶽山頭雄虎嘯，扶桑海底牝龍吟。
黃婆自解相媒合，遣作夫妻共一心。

第二十

西山白虎正猖狂，東海青龍不可當。
兩手捉來令死鬪，化成一塊紫金霜。

第二十一

赤龍黑虎各西東，四象交加戊己中。
復姤自茲能運用，金丹誰道不成功？

第二十二

先且觀天明五賊，次須察地以安民。
民安國富當求戰，戰罷方能見聖人。

第二十三

用將須分左右軍，饒他為主我為賓。
勸君臨陣休輕敵，恐喪吾家無價珍。

第二十四

火生於木本藏鋒，不會鑽研莫強攻。
禍發總因斯害己，要須制伏覓金公。

第二十五

金公本是東家子，送在西鄰寄體生。
認得喚來歸舍養，配將姹女結親情。

第二十六

姹女游從自有方，前行須短後須長。
歸來卻入黃婆舍，嫁個金翁作老郎。

第二十七

縱識朱砂與黑鉛，不知火候亦如閑。
大都全藉修持力，毫發差殊不作丹。

第二十八

契論經歌講至真，不將火候著於文。
要知口訣通元處，須共神仙仔細論。

第二十九

八月十五玩蟾輝，正是金精壯盛時。
若到一陽來起復，便宜進火莫延遲。

第三十

一陽才動作丹時，鉛升溫溫照幌帷。
受氣之初容易得，抽添運用卻防危。

第三十一

元珠有象逐陽生，陽極陰消漸剝形。
十月霜飛丹始熟，此時神鬼亦須驚。

第三十二

前弦之後後弦前，藥味平平氣象全。
采得歸來爐里煅，煉成溫養自烹煎。

第三十三

長男乍飲西方酒，少女初開北地花。
若使青娥相見後，一時關鎖在黃家。

第三十四

兔雞之月及其時，刑德臨門藥象之。
到此金砂宜沐浴，若還加火必傾危。

第三十五

日月三旬一遇逢，以時易日法神功。
守城野戰知凶吉，增得靈砂滿鼎紅。

第三十六

否泰才交萬物盈，屯蒙二卦稟生成。
此中得意休求象，若究群爻漫役情。

第三十七

卦中設象本儀形，得象忘言意自明。
舉世迷人惟泥象，卻行卦象望飛升。

第三十八

天地盈虛自有時，審能消息始知機。
由來庚甲申明令，殺盡三屍道可期。

第三十九

要得谷神長不死，須憑元牝立根基。
真精既返黃金室，一顆明珠永不離。

第四十

元牝之門世罕知，休將口鼻妄施為。
饒君吐納經千載，爭得金烏搦兔兒。

第四十一

異名同出少人知，兩者玄玄是要機。
保命全形明損益，紫金丹藥最靈奇。

第四十二

始於有作人難見，及至無為眾始知。
但見無為為要妙，豈知有作是根基。

第四十三

黑中有白為丹母，雄裏懷雌是聖胎。
太一在爐宜慎守，三田聚寶應三臺。

第四十四

恍惚之中尋有象，杳冥之內覓真精。
有無從此自相入，未見如何想得成。

第四十五

四象會時元體就，五行全處紫光明。
脫胎入口功通聖，無限龍神盡失驚。

第四十六

華池宴罷月澄輝，跨個金龍訪紫微。
從此眾仙相見後，海田陵谷任遷移。

第四十七

要知煉養還丹法，須向家園下種栽。
不假吹噓並著力，自然丹熟脫靈胎。

第四十八

休施巧偽為功力，認取他家不死方。
壺內旋添延命酒，鼎中收取返魂漿。

第四十九

雪山一味好醍醐，傾入東陽造化爐。
若過昆侖西北去，張騫始得見麻姑。

第五十

不識陽精及主賓，知他那個是疏親。
房中空閉尾閭穴，誤殺閻浮多少人。

第五十一

萬物芸芸各返根，返根復命即常存。
知常反本人難會，妄作招兇往往聞。

第五十二

歐冶親傳鑄劍方，莫邪金水配柔剛。
煉成便會知人意，萬里誅妖一電光。

第五十三

敲竹喚龜吞玉芝，鼓琴招鳳飲刀圭。
近來透體金光現，不與凡人話此規。

第五十四

藥逢氣類方成象，道在希夷合自然。
一粒靈丹吞入腹，始知我命不由天。

第五十五

赫赫金丹一日成，古仙垂語實堪聽。
若言九載三年者，總是推延款日程。

第五十六

大藥修之有易難，亦知由我亦由天。
若非積行施陰德，動有群魔作障緣。

第五十七

三才相盜食其時，此是神仙道德機。
萬化既安諸慮息，百骸俱理證無為。

第五十八

陰符寶字逾三百，道德靈文止五千。
今古上仙無限數，盡從此處達真詮。

第五十九

饒君聰慧過顏閔，不遇真師莫強猜。
只為丹經無口訣，教君何處結靈胎。

第六十

了了心猿方寸機，三千功行與天齊。
自然有鼎烹龍虎，爭奈擔家戀子妻。

第六十一

未煉還丹須速煉，煉了還須知止足。
若亦持盈未已心，不免一朝遭殆辱。

第六十二

順將死戶為生戶，莫執生門號死門。
若會殺機明反覆，始知害里卻生恩。

第六十三

禍福由來互倚伏，還如影響相隨逐。
若能轉此生殺機，反掌之間災變福。

第六十四

修行混俗且和光，圓即圓兮方即方。
顯晦逆從人莫測，教人爭得見行藏。

下卷

五言四韻一首

女子著青衣，郎君披素練。見之不可用，用之不可見。恍惚裏相逢，杳冥中有變。一霎火焰飛，真人自出現。

西江月十二首

第一

內藥還同外藥，內通外亦須通。丹頭和合類相同，溫養兩般作用。內有天然真火，爐中赫赫長紅。外爐增減要勤功，妙絕無過真種。

第二

此藥至神至聖，憂君份薄難消，調和鉛汞不終朝，早睹元珠形兆。志士若能修練，何妨在市居朝，工夫容易藥非遙，說破人須失笑。

第三

白虎首經至寶，華池神水真金。故知上善利源深。不比尋常藥品。若要修成九轉，先須練已持心。依時采取定浮沉。進火須防危甚。

第四

若要真鉛留汞，親中不離家臣，木金間隔會無因，須仗媒人勾引。木性愛金順義，金情戀木慈仁。相吞相啖卻相親，始覺男兒有孕。

第五

二八誰家姹女，九三何處郎君。自稱木液與金精，遇土卻成三性。更假丁公鍛煉，夫妻始結歡情。河車不敢暫留停，運入昆侖峰頂。

第六

七返朱砂返本，九還金液還真。休將寅子數坤申，但要五行成準。本是水銀一味，周流歷遍諸辰，陰陽數足自通神，出入不離玄牝。

第七

雄里內含雌質，真陰卻抱陽精。兩般和合藥方成，點化魂靈魄聖。信道金丹一粒，蛇吞立變龍形，雞餐乃亦化鸞鵬，飛入真陽清境。

第八

天地纔經否泰，朝昏好識屯蒙。輻來輳轂水朝宗，妙在抽添運用。得一萬般皆畢，休分南北西東，損之又損慎前功，命寶不宜輕弄。

第九

冬至一陽來復，三旬增一陽爻。月中復卦朔晨朝，望罷乾終姤兆。日又別為寒暑，陽生復起中宵，午時姤卦一陰朝，練藥須知昏曉。

第十

不辨五行四象，那分朱汞鉛銀。修丹火候未曾聞，早便稱呼居隱。不肯自思己錯，更將錯路教人。誤他永劫在迷津，似恁欺心安忍！

第十一

德行修逾八百，陰功積滿三千。均齊物我與親冤，始合神仙本願。虎兇刀兵不害，無常火宅難牽，寶符降後去朝天，穩駕鸞車鳳輦。

第十二

牛女情緣道合，龜蛇類稟天然。蟾烏遇朔合嬋娟，二氣相資運轉。總是乾坤妙用，誰人達此真詮。陰陽否隔即成愆，怎得天長地遠。

西江月又一首

丹是色身至寶，煉成變化無窮。更能性上究真宗，決了無生妙用。不待他身後世，現成獲佛神通。自從龍女著斯功，爾後誰能繼踵。

絕句五首

第一

饒君了悟真如性，未免拋身卻入身。
若解更能修大藥，頓超無漏作真人。

第二

投胎奪舍及移居，舊住名為四果徒。
若會降龍並伏虎，真金起屋幾時枯。

第三

鑑形閉息思神法，初學艱難後坦途。
倏忽縱能游萬國，奈何屋破卻移居。

第四

釋氏教人修極樂，只緣極樂是金方。
大都色相惟茲實，餘二非真漫度量。

第五

俗語常言合至道，宜向其中細尋討，
能於日用顛倒求，大地塵沙盡成寶。

後序

竊以人之生也，皆緣妄情而有其身。有其身則有患；若無其身，患從何有！夫欲免乎患者，莫若體夫至道；欲體夫至道，莫若明夫本心。故心者道之體也，道者心之用也。人能察心觀性，則圓明之體自現，無為之用自成。不假施功，頓超彼岸。此非心鏡朗然，神珠廓明，則何以使諸相頓離，纖塵不染，心源自在，決定無生者哉！然其明心體道之士，身不能累其性，境不能亂其真，則刀兵烏能傷，虎兇烏能害，巨焚大浸烏足為虞。達人心若明鏡，鑒而不納，隨機應物，和而不唱，故能勝物而無傷也。此所謂無上至真之妙道也。

原其道本無名，聖人強名；道本無言，聖人強言耳。然則名言若寂，則時流無以識其體而歸其真。是以聖人設教立言以顯其道，故道因言而後顯，言因道而返忘。奈何此道至妙至微，世人根性迷鈍，執其有身而惡死悅生，故卒難了悟。黃老悲其貪著，乃以修生之術順其所欲，漸次導之，以修生之要在金丹，金丹之要在乎神水，華池，故『道德』、『陰符』之教得以盛行於世矣，蓋人悅其生也。然其言隱而理奧，學者雖諷誦其文，皆莫曉其意，若不遇至人授之口訣，縱揣量百種，終莫能著其功而成其事。豈非學者紛如牛毛，而達者乃如麟角也。

伯端向己酉歲，於成都遇師傅授丹法，自後三傳非人，三遭禍患，皆不逾兩旬。當年疽生於項背。近方追憶先師之所戒云：異日有與汝解韁脫鎖者，當宜授之，餘皆不許。爾後欲解名籍，而患此道人不之信，遂撰此『悟真篇』，敘丹藥本末。既成，而求學者湊然而來，觀其意勤渠，心不忍吝，乃擇而授之。然而所授者皆非有巨勢強力能持危拯溺，慷慨特達、能仁明道之士。初再罹禍患，心猶未知，竟至於三，乃省前過。故知大丹之法至簡至易，雖愚昧小人得而行之，則立超聖地，是以天意秘惜，不許輕傳於非其人也。緣伯端不遵師語，屢泄天機，以其有身，故每膺譴患，此天之深戒如此之神且速，敢不恐懼剋責。自今以往，當鉗口結舌，雖鼎鑊居前，刀劍加項，亦無復敢言矣。此『悟真篇』中所歌詠大丹、藥物、火候細微之旨，無不備悉。倘好事者夙有仙骨，觀之則智慮自明，可以尋文解義，豈須伯端區區之口授耶。如此，乃天之所賜，非伯端之輒傳也。其如篇末歌頌，談見性之法，即上之所謂無為妙覺之道也。然無為之道，齊物為心，雖顯秘要，終無過咎。奈何凡夫緣業有厚薄，性根有利鈍，縱聞

一音，紛成異見。故釋迦、文殊所演法寶，無非一乘，而聽學者隨量會解，自然成三乘之差。此後若有根性猛利之士見聞此篇，則知伯端得聞達摩、六祖最上一乘之妙旨，可因一言而悟萬法也；如其習氣尚餘，則歸中小之見，亦非伯端咎矣。

時元豐改元戊午歲仲夏戊寅日張伯端平叔再序。

金丹四百字

序

七返九還金液大丹者，七乃火數，九乃金數。以火煉金，返本還元，謂之金丹。

以身心分上下兩弦，以神氣別冬夏二至，以形神契坎離二卦；以東魂之木、西魄之金、南神之火、北精之水、中意之土，是為攢簇五行；以含眼光、凝耳韻、調鼻息、緘舌氣，是為和合四象；以眼不視而魂在肝，耳不聞而精在腎，舌不聲而神在心，鼻不香而魄在肺，四肢不動而意在脾，故名曰五氣朝元；以精化為氣，以氣化為神，以神化為虛，故名曰三花聚頂。以魂在肝而不從眼漏，魄在肺而不從鼻漏，神在心而不從口漏，精在腎而不從耳漏，意在脾而不從四肢、孔竅漏，故曰無漏。精、神、魂、魄、意相與混融化為一氣，不可見聞，亦無名狀，故曰虛無。煉精者煉元精，非淫洪洑所感之精；煉氣者煉元氣，非口鼻呼吸之氣；煉神者煉元神，非心意念慮之神。故此神、氣、精者與天地同其根，與萬物同其體，得之則生，失之則死；以陽火煉之則化成陽氣，以陰符養之則化成陰精；故曰：“見之不可用，用之不可見。”

身者心之宅，心者身之主。心之猖狂如龍，身之獯惡如虎。身中有一點真陽之氣，心中有一點真陰之精，故曰二物。心屬乾，身屬坤，故曰乾坤鼎器。陽氣屬離，陰精屬坎，故曰烏兔藥物。抱一守中，煉元養素，故曰采先天混元之氣。朝屯暮蒙，晝午夜子，故曰行周天之火候。木液旺在卯，金精旺在酉，故當沐浴。震男飲西酒，兌女攀北方，巽風吹起六陽，坤土藏蓄七數，故當抽添。

夫采藥之初，動乾坤之橐籥，取離坎之刀圭；初時如雲滿千山，次則如月涵萬水；自然如龜蛇之交合，馬牛之步驟。龍爭魂，虎爭魄；烏戰精，兔戰神。恍惚之中見真鉛，杳冥之內有真汞。以黃婆媒合，守在中宮。

鉛見火則飛，汞見火則走，遂以無為油和之，復以無名璞鎮之。鉛歸坤宮，汞歸乾位，真土混合，含光默默。火數盛則燥，水銖多則濫。火之燥、水之濫不可以不調勻，故有斤兩法度。修煉至此，泥丸風生，絳宮月明，丹田火熾，谷海波澄，夾脊如車輪，四肢如山石，毛竅如浴之方起，骨脈如睡之正酣，精神如夫婦之歡合，魂魄如子母之留戀，此乃真境界也，非譬喻也。

以法度煉之，則聚而不散；以斤兩煉之，則結而愈堅。魂藏魄滅，精結神凝，一意沖和，肌膚爽透，隨日隨時，漸凝漸聚，無質生質，結成聖胎。夫一年十有二月，一月三十日，一日百刻，一月總計三千刻，十月總計三萬刻。行住坐臥，綿綿若存。胎氣既凝，嬰兒顯相，玄珠成象，太乙含真。故此三萬刻之中可以奪天上三萬年之數。何也？一刻之功夫，自有一年之節候，所以三萬刻可以奪三萬年之數也。故一年十二月，總有三萬六千之數。雖愚昧小人，行之立躋聖地。奈何百姓日用而不知，元精喪也，元氣竭也，元神離也。是以三萬刻，刻刻要調和。如一刻差違，則藥材消耗，火候虧缺，故曰：毫發差殊不作丹。是宜刻刻用事，用之不勞，真氣凝結，元神廣大，內則一年煉三萬刻之丹，外則一身奪三萬年之數，大則一日結一萬三千五百息之胎，小則十二時行八萬四千里之氣。故曰奪天地一點之陽，采日月二輪之氣，行真水於鉛爐，運真火於汞鼎。以鉛見汞，名曰華池；以汞入鉛，名曰神水。不可執於無為，不可形於有作，不可泥於存想，不可著於持守，不可枯坐灰心，不可盲修瞎煉。唯恐不識藥材出處，又恐不知火候法度。要須知夫身中一竅，名曰玄牝。此竅者非心、非腎、非口鼻、非脾胃、非谷道、非膀胱、非丹田、非泥丸。能知此之一竅，則冬至在此矣，藥物在此矣，火候亦在此矣，沐浴亦在此矣，結胎亦在此矣，脫體亦在此矣。夫此一竅，亦無邊旁，更無內外，乃神氣之根，虛無之谷，則在身中求之，不可求於他也。此之一竅，不可以私意揣度，是必心傳口授，苟或不爾，皆妄為矣。

今作此『金丹四百字』，包含造化之根基，貫穿陰陽之骨髓，使煉丹之士尋流而知源，舍妄以從真，不至乎忘本逐末也。夫金丹於無中生有，養就嬰兒，豈可泥象執文，而溺於旁蹊曲徑。然金丹之生於無，又不可為頑空。當知此空乃是真空，無中不無，乃真虛無，今因馬自然去，講此數語，汝細味之。

紫陽張伯端序

金丹四百字

真土擒真鉛，真鉛制真汞。鉛汞歸真土，身心寂不動。○
虛無生白花，雪白開氣神，寂靜發黃芽。汞爐火溫溫，鼎上飛紫霞。○
華池煉玉兔，陽氣脂，水魄金烹金烏髓。金精。夜深月正明，天地一輪鏡。○
朱砂魂生玄竅，凡竅紅麗，風雨用在卻不南。北。及一粒復一粒，從微而黍大。○
藥物竅非一點，坎離西時，擒虛空，日月向長自雲。雨。○
此木汞園鉛，真汞兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
木家真鉛，真汞兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
家真鉛，真汞兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
真鉛，真汞兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
鉛，真汞兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
，真汞兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
真汞兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
汞兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
兌候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
候，烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
烏肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
肝包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
包交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
交，東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
東海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
海來，玉抽添，洞房雲。雨。○
來，玉抽添，洞房雲。雨。○
玉抽添，洞房雲。雨。○
抽添，洞房雲。雨。○
添，洞房雲。雨。○
洞房雲。雨。○
房雲。雨。○
雲。雨。○
雨。○
○

編後語

玄旻高上帝玉皇大天尊，為挽救塵土末劫發大悲心。於神界創德德社，聚諸佛仙尊，降鸞人間，揚大教化。於人間創德教會（道德教育會所），傳達神道之教誨，發揚普化於世間，為完成“渡一切苦厄，救一切蒼生，同登極樂土，共躋天堂歡”之宗旨而盡力。

秉 旻皇旨意，馬來西亞檳城德教會紫雲閣，於一九九九年三月廿八日（天運己卯年二月十一日）復鸞以來，先後一百一十位仙佛師聖臨壇降鸞授課，歷時五年另五個月，共五百鸞，累計聖鸞中文五千五百篇，英文一千三百篇，篇篇皆修真真理。

旻皇聖旨，（二零零四年七月十二日，天運甲申年五月二十五日）以聖鸞精要編著成書，為有緣後來者共沾師恩，書名『道德彙錄』。師聖為書親頒開卷語、序文及卷尾語，詳細製定彙編原則，內容編排，選材方法。『彙錄』一書全部由聖鸞組成，純為神意，無任何人意參雜。秉師示，師聖無名無相，唯公無私，故書內聖名、掌名、鸞期一律皆免。

聖喻曰：道修古來唯一法，即自然無為法。歷代師聖皆依循此正道法門修行成證果。先聖之道著，歷時久遠，多有為後人竄以私意。世間所謂之道法五花八門，歧支勝似繁星，各執一法，陷人於迷宮。今師聖秉 旻皇聖約，鼎力合作，於紫雲閣神道壇鸞授完整之正道道法，引眾正覺開智，超凡化真，不僅是紫雲眾生之福緣，亦是一切有緣得閱此書者之福緣。真心修行者，明師難覓之困得解。唯遵師意，虔心誠真循書恆耐修行，以報 皇恩、師恩之萬一。

『道德彙錄』詳述道德全修之過程。一為德修，二為靜修，三為道修，另附『悟真篇』，『金丹四百字』。一層一層，深入淺出，由淺入深，針對時代特徵，引眾入道，乃現代正道修行之聖典。全書以德為主線，貫徹始終，明確唯德是藥，賴以消除人性慣陋惡習，修德入靜，修德入道。故曰：塵修以德為首，德潔魂靈；道修以德為本，去陋平陰。

『彙錄』強調性命雙修，修性求魂淨，修命求軀淨。軀魂雙淨，則陰陽平衡。平陰長陽現真陽，由軀魂雙修入軀魂分離，達證果回歸大道，般般層次，一一交待。

『彙錄』將流傳人間，智者見智，仁者見仁，各有因緣，有緣無緣，開卷便見分曉。緣厚者將視為至寶，無緣者視作糟粕，此皆緣定。師勸以書為主，習修從頭，受者自得益，逆者自招虧。師不為受疑而弗喜，亦不為眾行而有所虧。望有緣得閱者自審之。

蒙 旻皇恩寵，師聖錯愛，授命全權主編『道德彙錄』，並視情節之需作適當註釋，此乃師聖特賜我等行修、磨煉、考驗之良機。感恩之餘，深覺責任重大，誠惶誠恐，我等凡人，道行淺薄，資質遲鈍，透徹神意，談何容易。雖極盡綿力，疏漏在所難免。幸有師示，此書初版可格，待二版時再作修訂，尚有補過之機會，幸甚！

二零零四年九月一日
天運甲申年七月十七日