

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

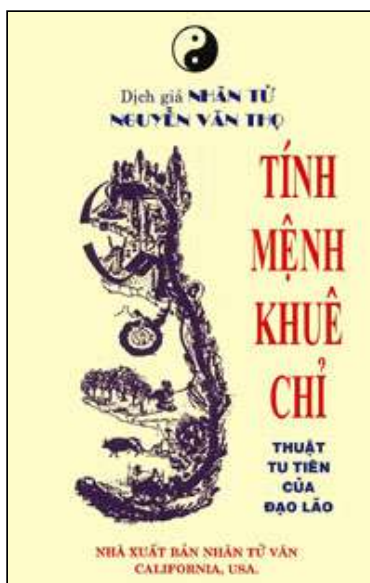
TÍNH MỆNH SONG TU VẠN THẦN KHUÊ CHỈ

性命雙修萬神圭旨

DOÃN CHÂN NHÂN truyền

尹真人傳

Nhân Tử Nguyễn Văn Thọ phiên dịch



## MỤC LỤC

### DẪN NHẬP

Lời tựa 1

Lời tựa 2

Khắc Tính Mệnh Khuê Chỉ duyên khởi

Đề Doãn Chân Nhân Tính Mệnh Khuê Chỉ toàn thư

### Nguyên tập

1. Tam Thánh đồ
2. Đại đạo thuyết
3. Tính Mệnh thuyết
4. Tử sinh thuyết
5. Tà Chính thuyết
6. Phổ chiếu đồ
7. Phản Chiếu đồ

8. Thời chiếu đồ
9. Nội chiếu đồ
10. Thái Cực đồ
11. Thái Cực đồ phát huy
12. Trung tâm đồ
13. Hoả Long Thuỷ Hổ đồ
14. Hoả Long Thuỷ Hổ thuyết
15. Nhật ô, Nguyệt thổ đồ
16. Nhật ô, Nguyệt thổ thuyết
17. Đại Tiểu Đỉnh Lô đồ
18. Đại Tiểu Đỉnh Lô thuyết
19. Nội Ngoại Nhị Dực đồ
20. Nội Ngoại Nhị Dực thuyết
21. Thuận Nghịch Tam Quan đồ
22. Thuận Nghịch Tam Quan thuyết
23. Tận Tính Chí Mệnh đồ
24. Tận Tính Chí Mệnh thuyết
25. Chân Thổ đồ
26. Chân Thổ Căn Tâm thuyết
27. Hồn Phách đồ
28. Hồn Phách thuyết
29. Thiêm quang đồ
30. Thiêm quang thuyết
31. Hàng Long đồ
32. Hàng long thuyết
33. Phục Hổ đồ
34. Phục Hổ thuyết
35. Tam gia tương kiến đồ
36. Tam gia tương kiến thuyết
37. Hoà hợp tứ tượng đồ
38. Hoà hợp tứ tượng thuyết
39. Thủ Khảm Điền Ly đồ
40. Thủ Khảm Điền Ly thuyết
41. Quan Âm Mật chú đồ
42. Quan Âm Mật chú thuyết

- 43. Cửu đỉnh luyện tâm đồ
- 44. Cửu đỉnh luyện tâm thuyết
- 45. Bát thức qui nguyên đồ
- 46. Bát thức qui nguyên thuyết
- 47. Ngũ khí triều nguyên đồ
- 48. Ngũ khí triều nguyên thuyết
- 49. Đãi chiếu đồ
- 50. Đãi chiếu thuyết
- 51. Phi thăng đồ
- 52. Phi thăng thuyết

### **Hanh tập**

Hàm Dưỡng Bản Nguyên đồ

KHẨU QUYẾT 1: HÀM DƯỠNG BẢN NGUYÊN, CỨU HỘ MỆNH BẢO

Tẩy Tâm Thoái Tàng đồ

Thoái Tàng Mộc Dục Công Phu

Ngọc Dịch Luyện Hình đồ

Ngọc Dịch Luyện Hình Pháp Tắc

An Thần Tổ Khiếu đồ

KHẨU QUYẾT 2: AN THẦN TỔ KHIẾU, HẠP TỰ TIÊN THIÊN

Pháp Luân Tự Chuyển đồ

Pháp Luân Tự Chuyển Công Phu

Long Hồ Giao Cầu đồ

Long Hồ Giao Cầu Pháp Tắc

Trập Tàng Khí Huyết đồ

KHẨU QUYẾT 3: TRẬP TÀNG KHÍ HUYỆT, CHÚNG DIỆU QUI CĂN

Thai Túc Quyết

Hành Lập Tọa Ngọa Tứ Thiên đồ

### **Lợi tập**

Thái Dược Qui Hồ đồ

KHẨU QUYẾT 4: THIÊN NHÂN HỢP PHÁP, THÁI DƯỢC QUI HỒ

Tự hoả tải Kim đồ

Tự hoả tải Kim quyết pháp

Kiểm khôn giao cầu đồ

KHẨU QUYẾT 5: CÀN KHÔN GIAO CẦU, KHỬ KHOÁNG LƯU KIM

Châu Thiên tuyền ky đồ

Mão Dậu Châu Thiên khẩu quyết

Linh Đơn nhập đỉnh đồ

KHẨU QUYẾT 6: LINH ĐƠN NHẬP ĐỈNH, TRƯỜNG DƯỠNG THÁNH THAI

Hỏa hầu sùng chính đồ

Hành hỏa hầu pháp

Trường dưỡng thánh thai đồ

### **Trình tập**

Anh nhi hiện hình đồ

KHẨU QUYẾT 7: ANH NHI HIỆN HÌNH, XUẤT LY KHỔ HẢI

Chân Không luyện hình

Thoát Ly khổ ải đồ

Đoan củng minh tâm đồ

KHẨU QUYẾT 8: DI THẦN NỘI VIỆN, ĐOAN CỬNG MINH TÂM

Hoá thân ngũ ngũ — Họa giang thành lộ

Khoá hạc lẳng tiêu

Dương Thần xuất hiện đồ

KHẨU QUYẾT 9: BẢN THỂ HƯ KHÔNG, SIÊU XUẤT TAM GIỚI

Siêu xuất Tam Giới đồ

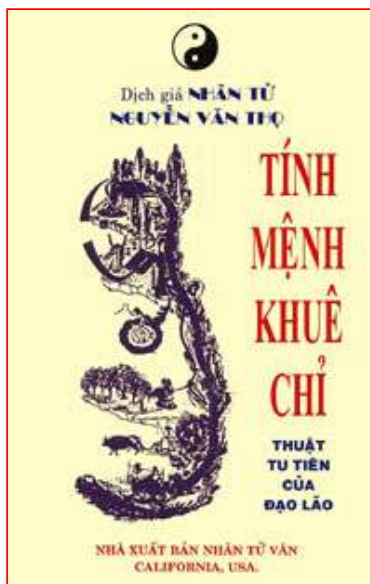
Tì Lô chứng quả đồ — Tĩnh thất phần hương đồ — Cấu diện bông đầu đồ



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH



## DẪN NHẬP

### Lời Tựa 1

### 性命圭旨序

Ta từ lúc trẻ đã mộ đạo, và đã biết rằng trong nước có bộ TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ. Nghe biết từ lâu, nhưng không biết nội dung sách đó ra sao.

Mãi đến cuối mùa Xuân năm Canh Tuất (1670), mới được hai anh Dư Nhân và Nhược Tế trao tặng cho quyển sách này. Lúc rảnh đem ra đọc mới nghi là các cao đệ của Doãn Chân Nhân đã viết. Nếu chẳng vậy làm sao biết được xuất xứ của sách.

Trước đây, người ta thường lấy hai tập Trung Hoà và Kim Đơn để luận về cách tu luyện của các bậc Chân Tiên. Còn các sách bàn về Huyền Tông thì tuy chất đầy nhà, nhưng chưa thấy có quyển nào hay bằng quyển Tính Mệnh Khuê Chỉ. Nó chỉ cho ta thứ tự của công phu tu luyện, cùng tinh nghĩa diệu lý, sáng tỏ như ánh mặt trời. Những gì tối tăm, khó hiểu của Đơn Đạo đều được giảng giải, phơi bày ra trước mắt. Sách này cùng với sách Long Hồ, Chu Dịch Tham Đồng Khế, Ngô Chân Thiên cũng giống nhau. Thật đáng quý.

Học giả nếu quán thông được Tính Mệnh Khuê Chỉ sẽ có thể Siêu Phàm Nhập Thánh, trở thành Thiên Nhân Sư, có thể từ Sắc Thân mà chứng Pháp Thân, từ Sanh Sanh mà đạt Vô Sanh.

Tuy nhiên, biết được mà tu thì là Thánh Nhân, biết mà không tu thì là Phàm Nhân. Đó là dụng ý của hai huynh Dư Nhân và Nhược Tế.

Hai huynh ngày đêm lo lắng, quyết đem áo diều, chân đế của sách, in ra cho thiên hạ biết. Sách này bao gồm hết yếu lý trong thiên hạ.

Mong sách này sẽ diệt trừ được bàng môn tả đạo. Hai huynh nhờ tôi đề tựa sách này. Nên tôi viết ít lời để đáp ứng lại.

Tháng 3, Khang Hi năm thứ 9 (1670), nơi am Thượng Chương, Tử Trung Lý đề tựa.

## Lời Tựa 2

### 性命圭旨序

Tính Mệnh Khuê Chỉ không có tác giả. Tương truyền là của Doãn Chân Nhân cao đệ. Xưa nay rất là hiếm thấy.

Ân Duy Nhất có được một bản giữ đã mấy năm. Tào Nhược Tế thấy sách này, yêu thích không lia tay, đem cho Châu Dư Nhân xem, thấy đều hân hoan, thường thức. Sách này được in khắc ra là do công lao của Tiền Vũ Chấn. Khi đã in xong, nhờ ta đề tựa. Với ta trình độ hiểu Đạo chưa đến nơi, đến chốn, làm sao dám đề lời. Tuy nhiên ta cũng có điều muốn nói.

Xưa nay, Nho Thích, Đạo ở thế chân vạc, đối lập lẫn nhau, công kích lẫn nhau, chỉ duy sách này là đề cao diệu Lý của Đạo gia, lại còn đem tinh ngôn, áo nghĩa của Nho, của Phật, nói rõ gót đầu, lấy Trung Hòa, Hồn Nhất mà đem dung thông, hòa hợp, chỉ rõ lý: Tận tính, chí mệnh. Chỉ rõ chỗ Đồng qui nhi thù đồ của Tam Giáo. Lấy 5000 chữ Đạo Đức Kinh giải Đại đạo, rất là tinh mật, lại lấy Chu Dịch (Nho), lấy Tứ Thập Nhị Chương Kinh (Phật) mà giải, tất cả đều quán thông diệu lý, như là xỏ chuỗi ngọc châu.

Xét về Đạo Giáo, nay có 96 thứ ngoại đạo, có 3600 bàng môn. Kẻ thích tiền thì bàn về thuật Luyện Kim, người ham sắc thì nói về bí quyết phòng the. Thật là tục tằn bỉ ổi, khó nói nên lời. Họ bàn về phép Đạo Dẫn (Dẫn Khí trong người) như: Hùng Kinh (gấu leo cây), Điều thân (Chim xoè cánh) để dẫn khí, điều tức, hoặc Rỗng ngâm, Cọp rống. Tất cả chỉ nói chuyện xác thân, hình tướng mà không biết gì về tu luyện bản thể.

Gần đây có vị phương sĩ dạy người Phục Khí, niệm quyết để khai thông Đốc Mạch trong khoảnh khắc, thoát cười, thoát khóc, tứ chi múa máy, dao động, trông rất dễ sợ, như kẻ điên cuồng, thế mà họ khoe khoang là Thần Thuật. Thật đáng thương thay.

Sách này muốn quét sạch mọi điều phiền tạp, chủ yếu là dạy: Chí Hư Thủ Tĩnh, Hấp Thụ Tiên Thiên. Chỗ cao nhất là bàn về Chân Ý.

Trong con người CHÂN Ý là CHÂN THỔ. Động cực thì Tĩnh. Ý mà Tĩnh thuộc Chân Âm. Gọi là KỶ THỔ.

Tĩnh cực thời động. Ý mà động thuộc Chân Dương. Gọi là MẬU THỔ.

Luyện KỶ THỔ (chỉ Nguyên Thần) thì sẽ được khí Hống trong quẻ LY. Luyện MẬU THỔ (chỉ Nguyên Khí) sẽ được khí Diên trong quẻ KHẮM.

Diên Hống qui tụ Đan Điền thì Kim Đơn kết. Khi đó con người sẽ được trường sinh.

MẬU KỶ như vậy gồm hai chữ Thổ. Do đó đặt tên sách là Khuê Chỉ. Chữ Khuê 圭 gồm hai chữ THỔ 土.

Sách này ý nghĩa thâm sâu. Sánh với Huỳnh Đình Kinh như là hai mặt trong ngoài.

Chu Tử đã tu sửa sách này và làm sáng tỏ nghĩa lý ra, công lao thật là lớn lao. Ân, Tào hai vị đều tinh thông y thuật dưỡng sinh. Còn ta chỉ là kẻ nhiều lời. Trang Tử nói: “Kẻ biết Đạo thì không nói, kẻ nói thì không biết Đạo.” (Tri đạo giả bất ngôn, ngôn giả bất tri Đạo).

Tháng Đầu mùa Hạ, Khang Hi bát niên, năm Kỷ Dậu (1669) nơi nhà họ Ngô, Vưu Đồng cẩn tự.

## **KHẮC TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ DUYÊN KHỞI**

### 刻性命圭旨緣起

Ngô Tư Minh, người đồng hương với tôi, được quan Đường Thái Sử ở Tân An, trao cho quyển Tính Mệnh Khuê Chỉ, do cao đệ của Doãn Chân Nhân trước thuật. Họ Ngô giữ sách nhiều năm, một hôm đưa cho Cư Sĩ Châu Nguyên Phiêu đọc. Cư sĩ quý nó không rời tay, và cho rằng thứ tự công phu của sách, thật là cao siêu huyền diệu, có thể nói là thượng thừa. Đến như hình vẽ và lập luận, thì có thể xưng là Huyền Môn Bí Điển. Nhân đó đem sách công bố cho thiên hạ và nhờ tôi đề tựa.

Tôi xưa nay tu theo Phật giáo, đã lâu không bàn về Đạo giáo, vì lẽ Đạo giáo toàn bàn về Sắc Thân.

Sắc thân thì có giới hạn, còn Phật Pháp thì vô biên. Người tu hành Phật môn, lấy Phật Pháp làm thân, làm sao có thể bàn về Tính Mệnh với các Đan sĩ được.

Bỏ Phật Pháp thời không có Tính Mệnh, cũng không có Thân Tâm nữa. Phật Pháp mà tu hành đến chỗ viên mãn, thời kế thừa được Pháp Thân.

Huyền Giáo gọi thân là Thất Xích, gọi Tâm là Không Xoang, như vậy vẫn là Thực Hữu chi vật, chứ chưa phải là cái Không Vô của Phật Giáo. Tu trì như thế bất quá là thoát vòng duyên nghiệp chứ không thể vào được Phật Gia cảnh giới.

Thầy tôi nói: Tu hành có hai cách:

Một là: Từ Pháp giới qui nhiếp Sắc Thân.

Hai là: Do Sắc thân siêu xuất Pháp Giới.

Hoa Nghiêm dạy dùng Pháp Giới thu nhiếp sắc thân. Lăng Già Kinh dạy cách cho Sắc Thân siêu xuất Pháp giới.

Tính Mệnh Khuê Chỉ cơ bản dạy người từ Sắc Thân siêu xuất Pháp giới. Nếu thực sự dạy được người Xuất Thoát được cõi hiện tượng này, lên được cõi Hư Đãng, Không Vô, thì cần gì mà bàn tới Thân Tâm nữa? Đó chính là dùng tay chỉ trăng, được Đạo quên lối.

Quan trọng là người tu phải biết Khế hợp với Diệu Đạo.

Châu Cư Sĩ theo Huyền Môn lại nhờ tôi đề tựa, chứng tỏ giao tình của Ông đối với tôi. Đến như Ông Ngô Tư Minh là người chân thành khẩn khẩn, từ bao nhiêu năm đã giữ gìn quyển sách, tôi cũng chẳng dám phụ lòng. Tôi kể đầu đuôi duyên khởi để trình bày cùng người hữu đạo.

Giữa mùa Hạ, năm Ất Mão, đời Vua Vạn Lịch nhà Minh (1615)

Tân An, Chấn sơ Tí, ta Vĩnh Ninh Thường Cát đề.

## **Đề Doãn Chân Nhân TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ toàn thư**

### 題尹真人性命圭旨全書

Sách này do cao đệ của Doãn Chân Nhân viết ra. Chép lại và quảng diễn ý thầy. Trong đó trong đó có nhiều hình vẽ dạy thứ tự công phu tu luyện, có thể nói là tường tận. Đơn Kinh của Huyền Gia ngày nay đầy rẫy, nhưng mà trực tiếp nói lên được vi diệu của Đạo thời duy có sách này. Người Tu Chân dùng sách này mà thông đạt được Đại Đạo, thì tốt biết bao.

Bạn tôi Dư Thường Cát, là một minh sư tông tôn. Đối với Huyền Giáo không mấy coi trọng. Vì cho rằng Huyền Giáo chỉ trọng Thân Mình, nghĩa là muốn trường sinh vẫn không lia được thân mình. Thế là



chưa lìa được Hình Tướng. Mà cảnh giới tối cao của Phật Giáo là siêu xuất Hình Tướng để đạt cảnh giới Hư Không. Ông đích xác nói thế. Đối với sách này Ông thành khẩn nói lên điều đó. Tuy nhiên Ông nhận rằng con người có thể vào được cõi Phật Gia Thánh Giới. Nếu không chẳng lẽ người xưa nói vô căn cứ hay sao.

Đạo giáo cho rằng: Có biết trường sinh mới hiểu được Luân Hồi, có biết Luân Hồi mới hiểu được Vô Sinh. (Đạo giáo gọi cách tu luyện và thứ tự tu luyện như vậy là Thuận Tu, nghĩa là từ Hữu nhập Vô, từ Thực tới Hư). Cách tu luyện như vậy có gì không đúng đâu? Thiên hạ vạn vật Thù đồ đồng qui, thiên hạ vạn sự Bách lộ nhất trí. Mục đích là một, nhưng thủ đoạn dùng có thể thiên sai vạn biệt. Đạo (tức chân lý) chỉ có thể có một.

Cao Hoàng luận về Tam Giáo, có viết: Thiên hạ vô nhị Đạo, Thánh Nhân vô nhị tâm 天下無二道聖人無二心. Thật là vĩ đại. Thế là toàn bộ Đạo Lý, tinh hoa vi diệu đã nói ra hết. Ai là con Trời thì phải nhất tâm, nhất ý thuận theo Thiên Đạo, không được bao giờ sai.

Than ôi, con người luân lạc trong vòng sinh tử, nên coi thường Thiên Mệnh Nguyên Tính. Đọc được sách này như tiếng chuông cảnh tỉnh rất ích lợi cho thân tâm.

Sách này lưu thông, Doãn Chân Nhân sư đệ ở dưới cửa tuyền có thể niệm tụng và tán thán.

Nhân Văn chủ nhân, Châu Nguyên Phiêu đề.

---

» [MỤC LỤC](#) | [NGUYỄN](#) | [HANH](#) | [LỢI](#) | [TRINH](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 1. TAM THÁNH ĐỒ 三聖圖

Đồ bản này có một đôi Liễn, và ba bài thơ ca tụng Thích Ca, Lão tử, Khổng tử.



Đôi Liễn viết:

Cụ đại Tổng trì môn, nhược Nho, Đạo, Thích chi độ ngã, độ tha giai tông giá lý.

具大總持門若儒道釋之度我度他皆從這裡

(Gồm Đại Tổng Trì Môn, nếu Nho Lão Thích muốn độ người độ ta, đều dùng cách này.)

Năng tri chân thật tế, nhi thiên địa nhân chi tự tạo, tự hoá, chỉ tại kỳ trung.

能知真實際而天地人之自造自化只在此中

(Có thể biết rõ thực tế và cách trời đất người tự tạo tự hoá, chỉ thấy trong đây.)

Ba bài thơ như sau:

Đà La Môn khải, Chân Như xuất,

陀羅門啟真如出

Viên giác hải trung, quang tuệ nhật.

圓覺海中光慧日

Linh Sơn hội thượng thuyết Chân Ngôn,

靈山會上說真言

Mãn thiệt Liên Hoa cổ văn Phật.

滿舌蓮花古文佛

Đà La Môn mở Chân Như hiện,

Tuệ Nhật toả ra trong Biển Giác

Trên núi Linh Sơn giảng Chân Ngôn,

Lời ngát hương sen, của cổ Phật.

\*

Kim Đài, Ngọc cục nhiều đồng vân,

金臺玉局繞彤雲

Thượng hữu Chân Nhân xưng Lão Quân.

上有真人稱老君

Bát Thập Nhất hoá Trường Sinh quyết,

八十一化長生訣

Ngũ thập dư ngôn bất hủ văn.

五十餘言不朽文

Hồng Vân quán quít lấy Kim Đài.

Chân Nhân trên đó chính Lão quân.

Sách 81 chương truyền bí quyết,

Năm chục nghìn lời chẳng uống phai.

\*

Lục Kinh san định cổ văn chương,

六經刪定古文章

Thù, Tứ nguyên thâm, giáo trạch trường.

洙泗源深教澤長

Kế vãng khai lai tham Tạo Hoá,

繼往開來參造化

Đại thành chí thánh Văn Tuyên Vương.

大成至聖文宣王

Lục Kinh san định cổ văn chương,  
Hai Sông Thù Tứ chảy miên trường.  
Tham đạt Hoá Công, soi vạn Thế,  
Đại thành chí thánh Văn Tuyên Vương.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 2. ĐẠI ĐẠO THUYẾT 大道說

Thượng Thánh Bao Hi (Phục Hi) lập Bát Quái dạy người đạo Dưỡng sinh.

Quảng Thành Tử nói với Hoàng Đế: «Chí Âm lạnh lẽo, Chí dương nóng nảy. Hàn Lãnh sinh từ đất. Nóng nảy phát tự Trời. Ta giúp Ngài đạt cảnh giới Thái Dương, đạt tới căn nguyên của Chí Dương; giúp Ngài vào nơi tâm tối u Minh, đạt tới Căn Nguyên của Chí Âm.» Hiên Viên (Hoàng Đế) tái bái và thưa: «Quảng Thành Tử thật thâm hiểu lẽ Tự Nhiên, thật là Trời vậy.»

Chu Công viết trong Hệ Từ: «Quân Tử chung nhật kiên kiên.» 君子終日乾乾.

Khổng tử viết trong Thập Dục: «Chung nhật Kiên kiên, phản phục Đạo dã.» 終日乾乾, 反復道也.

### ĐẠO LÀ GÌ?

Đạo là cái gì Lập Thiên Địa, làm cho Trời Đất được chính ngôi chính vị, làm cho muôn vật được dưỡng dục, cho mặt trời mặt trăng sáng láng, cho Ngũ Hành sinh hoá, đó là Đạo.

Nhiều thì vô số như cát sông Hằng, cô đơn thì không có ai làm bạn lữ. Đó là Đạo. Nhập vào Hồng Mông rồi lại trở về Minh Tế, đó là Đạo.

Làm mọi việc của Hoá Công nhưng cũng siêu phàm nhập thánh được Đó là Đạo.

Trước mắt tình hình chưa rõ, mà đột nhiên Linh thông được, đó là Đạo. Trước mắt thấy chết không sao thoát được, đó là Đạo.

Ở nơi thấp hèn, đê tiện nhưng vẫn đại tôn quý, đó là Đạo. Ở nơi u minh, vẫn cực cao minh, đó là Đạo. Nhỏ chui lòng bụi, lớn trùm trời đất, đó là Đạo. Từ Vô nhập Hữu là Đạo. Tác Phật, thành Tiên đó là Đạo.

### ĐẠO SINH RA VẠN VẬT CÓ THỨ TỰ, TUẦN TIẾT

A. Truy tới bản nguyên, do một khí ngưng tập, hỗn hỗn mang mang, thâm thúy khôn lường, tương hỗ tác dụng mà hoạt động, hoá sinh, bao hàm vạn Linh, tận kỳ thần diệu. Đó là NGUYÊN KHÍ, đó là trạng thái của một vật bắt đầu khởi thủy. Đó là Đạo. Thế gọi là NGUYÊN THỦY.

B. Khi trời đất bắt đầu, thì một khí động đặng, Hư Vô khai hợp, Sống Mái cảm chiêu, Hắc Bạch ngưng tụ, Hữu Vô hỗ tương tác dụng, hỗ tương chuyển hoá, đạm bạc hư tĩnh, chí thánh, chí thần, áo diệu, Linh thiêng, thần minh biến hoá. Giữa cái mơ màng hoảng hốt đó, sinh ra phép tắc tự nhiên cho vũ trụ. Đó gọi là THÁI DỊCH. Đó là CÁI BẮT ĐẦU. Thế gọi là Đạo sinh Nhất. Thế là NGUYÊN THỦY.

C. Bản Nguyên Trời Đất là THÁI CỰC. Một khí chia hai. Thế là thế giới tự nhiên tùy tiện phân hoá. Phân thành ÂM DƯƠNG. Thế là THÁI CỰC. Thế là Nhất sinh Nhị 一 生 二. Thế là HƯ HOÀNG 虛 皇.

D. Âm Dương đã tách biệt, thế là có Trời Đất, có Con Người. Thế là Nhị sinh Tam 二 生 三. Thế là HỖN NGUYÊN 混 元.

Khí Dương khinh thanh bay lên, sáng láng, rục rở, sinh ra Nhật, Nguyệt, Tinh, Thần. Cho nên Trời thì xoay trái, Nhật, Nguyệt, Tinh, Thần thì xoay phải.

Khí Dương trong sáng bay lên hợp với Trời. Cho nên có Phong, Vân, Lôi, Vũ.

Âm khí trọng trọc, ngưng trệ xuống đất, thành sông biển, thành núi non, thành ngũ cốc, thảo mộc tốt tươi.

Hang núi sinh mây, sơn trạch thông khí. Nếu Âm Dương bế kết không giao nhau, thì có sương tuyết, và lạnh đóng thành băng. Âm khí trọng trọc sẽ ngưng đọng và ngưng tụ xuống dưới, sẽ đóng vào hang động, và ta có Ngũ cốc, Bát thạch. (Bát thạch là những chất Liệu Đơn gia dùng luyện đơn. Đó là: Đơn Sa, Hùng Hoàng, Thu Hoàng, Không Thanh, Lưu Hoàng, Vân Mẫu, Nhung Diêm, Tiêu Thạch)

Trong cõi trời đất này, chính khí Âm Dương giao hoá sinh ra thánh, hiền, tiên, phật, thứ dân, hiền ngu, thọ yếu, các loài do Thai Noãn Thấp Hoá (như Người, Thú vật (thai), chim chóc, cá rùa (Noãn), các loài sâu bọ như trùng, yết (Thấp), hay tự nhiên xuất hiện, như Chư Thiên, Địa Ngục (Hoá). Thế là Tam sinh Vạn vật 三 生 萬 物.

### **SỐNG TRONG ĐỜI, BẢN TÍNH TRỜI CHO ĐÃ MẤT SỰ TINH TOÀN, HOÀN THIỆN. CON NGƯỜI PHẢI BIẾT CÁCH TU SỬA LẠI CHUYỆN ĐÓ, BẰNG PHƯƠNG PHÁP «THỦ KHẨM ĐIỀN LY»**

Con người nhờ Âm Dương nhị khí hun đúc mà sinh trưởng. Khi tròn 16 tuổi, thì Cửu Tam chi Dương đã thuần, nên cũng sánh được với người ĐẠI NHÂN, THƯỢNG ĐỨC. Nhưng một ngày kia, con người Càng ngày Càng đục đẽo Thiên Chân, Hồn Độn, nên quẻ Kiền không còn tinh thuần, mà biến thành Ly có hào Âm ở giữa, và quẻ Khôn cũng biến thành Khảm...

Chí thánh, Thần Nhân, hiểu biết lý do sa đoạ của con người: Sa đoạ vì Kiền đã mất một hào Dương và đã biến thành Ly, nên tìm ra cách Thủ Khảm Điền Ly, thay hào Âm quẻ Ly bằng hào Dương quẻ Khảm, cho Ly trở thành Thuần Kiền như cũ.

Thế là bổ túc được Kiền Nguyên, phục hoàn được Hồn Độn, làm toàn vẹn lại được bản tính phú bẩm của Trời, khiến con người trở nên hoàn toàn lại. Cứ thế mà tinh tiến, sẽ được Kim Đơn, thành Thánh Thai, và Chân Nhân sẽ hiện, biến hoá vô cùng, ẩn hiện khôn lường, sánh vai cùng Hán Chung Ly, Lữ Động Tân, Vương Trùng Dương, Mã Đơn Dương có khó chi đâu?

Bởi người ta không biết đạo ấy, nên lúc Dương khí còn thịnh tráng thì không biết bảo dưỡng, khi Dương khí đã suy thì không biết cách bổ cứu. Ngày qua tháng lại, Dương khí tận kiệt, âm khí thịnh mãn, chết đi thành quỷ. Cho nên Tử Dương Chân Nhân nói: «Thương thay! Thân người khó được, thời gian mau qua, không biết tu trì, làm sao thoát nghiệp báo. Nếu không sớm tỉnh ngộ, chỉ cam tâm chờ chết, lúc đó một niệm mà sai, thì sẽ nhập tam đồ, ác triệt (Tam Đồ là: Hoả đồ, Huyết đồ, Đao đồ, hay Địa Ngục đạo, Súc Sinh Đạo, Quỷ Đạo). Giả như có kinh qua vạn thế, cũng không thể siêu thoát. Có hối cũng muộn.»

### **CON ĐƯỜNG TU: TÌM HIỂU TÍNH MỆNH, TÌM HIỂU BẢN THỂ CON NGƯỜI, MÀ BẢN THỂ LÀ THÁI CỰC, LÀ TÂM TÍNH.**

Cho nên Tam Giáo thánh nhân lấy cái học Tính Mệnh dạy đời. Dạy người tu luyện đề siêu xuất sinh tử.

Đạo Nho dạy Thuận Tính Mệnh để trở về với Tào Hoá. Lý luận thế là đúng công đạo vậy.

Thiền tông dạy coi Tính Mệnh là hư ảo, để đạt Đại Giác, Đại Ngộ. Nghĩa Lý đó cũng cao diệu.

Lão tử dạy: Tu Dưỡng Tính Mệnh để đạt Trường Sinh. Những lời lẽ đó thật tha thiết và hợp Nhân ý. Giáo tuy chia Ba, nhưng Đạo Lý là một vậy.

Nho giáo thánh nhân dạy: An nhữ chí, Khâm quyết chí, Chí kỳ sở, Tập hi kính chí, Tại chí chí thiện; Hoàng Trung thông lý, chính vị cư thế; Tư bất xuất vị; Lập bất dịch phương; Cư Thiên Hạ chi quảng cư; Lập Thiên Hạ chi chính vị; Hồn nhiên tại Trung; Tuý nhiên chí thiện; Thành tận xứ xoang tử lý; Lạc xử phương thốn; Thần Minh chi xá; Đạo Nghĩa chi môn; Hoạt bát bát địa, lạc tại kỳ trung; Chuân chuân kỳ Nhân, Uyên uyên kỳ Uyên; Hạo hạo kỳ Thiên; Thiên bất qui nhân; Thoái tàng vu mật; Hà tư hà lự chi Thiên; Bất thức bất tri chi địa, ...

安汝止, 欽厥止, 艮其止, 止其所, 緝熙敬止, 在止至善. 黃中通理, 正位居體, 思不出位, 立不易方. 居天下之廣居, 立天下之正位, 行天下之大道; 渾然在中粹然之善. 誠盡處腔子里, 樂處方寸. 神明之舍, 道義之門; 活潑潑地樂在其中. 肫肫其仁, 淵淵其淵; 浩浩其天, 天不畀仁; 退藏于密, 何思何慮之天: 不識不知之地 ...

Không thể kể xiết, tóm lại chẳng qua là dạy về: Tính Mệnh chi đạo.[1]

Huyền giáo dạy: Huyền Tấn chi môn, Thiên Địa chi căn; Sinh Thân xứ; Phục Mệnh Quan, Kim Đơn chi mẫu, Huyền Quan chi Khiếu, Ngưng Kết chi sở, Hô Hấp chi Căn, Giáp Ất đàn, Mậu Kỷ Lô, Tâm Nguyên, Tính Hải, Linh Phủ, Linh Đài, Bồng Lai Đảo, Chu Sa đỉnh, Yển Nguyệt Lô, Thần Thất, Khí Huyết, Thổ Phủ, Cốc Thần, Linh Căn, Bá Bính, Khảm Ly giao cấu chi hương, Thiên Biến Vạn Hoá chi tổ, Sinh Tử bất tương quan chi địa, Quỷ Thần khuy bất phá chi cơ, không thể chép hết. Nói tóm lại, vẫn là bàn về Tính Mệnh chi đạo.[2]

玄牝之門, 天地之根, 生身處, 復命關, 金丹之母玄關之竅, 凝結之所, 呼吸之根. 甲乙壇, 戊己爐, 心源性海, 靈府靈台. 蓬萊島, 朱砂鼎, 偃月爐, 神室, 氣穴, 土釜, 谷神, 靈根, 把柄, 坎離交媾之鄉, 千變萬化之祖生死不相矚之地, 鬼神覷不破之機 ...

Thiền giáo nói: Bất Nhị Pháp Môn, Thâm Thâm Pháp Giới, Hư Không Tạng, Tịch Diệt Hải, Chân Thật Địa, Tổng Trì Môn, Bỉ Ngạn, Tịnh Thổ, Chân Cảnh Tâm Địa, Cực Lạc Quốc, Như Lai tạng, Xá Lợi Tử, Bồ Tát Địa, Quang Minh Tạng, Viên Giác Hải, Bát Nhã Ngạn, Pháp Vương Thành, Tây Phương Thiên Đường, Không Trung Chân Tế, Giá Cá Tam Ma Địa, Hoa Tạng Hải, Đà La Ni Môn, Bất Động Đạo Tràng, Ba La Mật Địa...

不二法門, 甚深法界, 虛空藏, 寂滅海, 真實地, 總持門, 彼岸, 淨土, 真境心地, 極樂國, 如萊藏, 舍利子, 菩薩地, 光明藏, 圓覺海, 般若岸, 法王城, 西方天堂, 空中真際, 這個三摩地, 華藏海, 陀羅尼門, 不動道場, 波羅蜜地 ...

Không thể kể hết. Tóm lại cũng là bàn về Tính Mệnh chi đạo.[3]

Nho nói: Tồn Tâm Dưỡng Tính, Đạo nói: Tu Tâm Luyện Tính, Thích nói: Minh Tâm kiến Tính. Tâm Tính chính là Bản Thể.

## TU LÀ THỰC HIỆN HAI CHỮ TRUNG, NHẤT

### \* THỦ TRUNG

Nho nói: Chấp trung 執中, là Chấp cái Trung của Bản Thể. Đạo Nói: thủ trung 守中, là Giữ cái Trung của Bản Thể. Thích nói Không trung 空中, nghĩa là trong Bản Thể vốn không có gì. Đạo nói Đắc Nhất 得一, là được cái Nhất của Bản Thể đó; Thích nói Qui Nhất 歸一, là quay về cái Nhất của Bản Thể đó; Nho nói Nhất Quán 一貫 là Quán Triệt cái Nhất của Bản Thể đó.

Chúng ta nhờ đó mà biết: Nếu chẳng Chấp Trung, chẳng Nhất Quán, thì làm sao nên thánh được như Khổng Tử; Nếu chẳng Thủ Trung, chẳng Đắc Nhất, thì làm sao mà Thông Huyền như Lão Tử; Nếu chẳng Không Trung, chẳng Qui Nhất, thì làm sao Thiên quán được để thành Như Lai?

Cũng là Một Bản Thể, nhưng thấy nó Hư Không Vô Trầm thì cưỡng gọi là Trung; Thấy nó hiện ra đầu mối thì cưỡng gọi là Nhất. Trung là kho chứa Nhất, Nhất là Dụng của Trung.

### \* ĐẮC NHẤT

Cho nên Thiên được Nhất mà càng thêm cao đại; Địa được Nhất mà càng thêm rộng dày; Người được Nhất mà càng thêm hoàn mỹ; Hoàng được Nhất mà thêm thịnh mỹ; Đế được Nhất mà càng nên thần thánh; Vương được Nhất mà càng nên hiền trí; Hoàng, Đế, Vương chi Đạo đều gốc ở đó. Nho Thánh được đạo đó càng trở nên Linh chí; Đạo Huyền được đạo đó càng trở nên huyền áo; Thiên được Đạo đó càng trở nên Tinh Tuệ. Thánh, Huyền, Thiên chi đạo cũng gốc ở đó.

### NHỮNG NGƯỜI ĐẮC ĐẠO XƯA NAY KHÔNG HIẾM

Làm Hoàng, làm Đế mà đắc đạo thì có Phục Hi, Thần Nông, Hoàng Đế. Ẩn cư mà đắc đạo thì có Lão Tử, Trang Tử, Quan Doãn; Làm Vương Hầu mà đắc đạo thì có Trương Lương, Hoài Nam; Ẩn cư sơn nham mà đắc đạo thì có Hán Chung Ly, Lữ Động Tân, Trần Đoàn.

Trong trời đất xưa nay, Tiên Phật nhiều vô số kể. Khảo sách vở thấy có hơn mười vạn người «bạch nhật thăng thiên». Những người thành tiên đem cả gia quyến lên Trời cũng có hơn 8 nghìn. Kỳ diệu hơn nữa: Tử Tấn cười chim loan mà bay; Cầm Cao cưỡi cá chép chơi nơi vực thẳm; có người sống lâu như Lý Thoát hơn 800 tuổi, như An Kỳ Sinh 3000 tuổi. Có người sống mãi trong dân gian; Có người lịch thể rồi thi giải; Có những người đạo thành, thân thoái; tự lực cánh sinh, không lưu danh tại thế. Làm sao nói cho hết. Có những người sống trong thâm sơn, hang động. Những người thế ấy, thế gian chẳng có thiếu chi. Họ ẩn hiện khôn lường không sao biết hết được.

### ĐỢI KIẾP NÀO MỚI TU?

Xưa nay vương công, đại phu biết khuất thân đãi sĩ. Làm được như vậy, chính vì họ thông hiểu lẽ đạo.

Chu tử nói: Trong trời đất, chí tôn là Đạo, chí quý là đức, nan đắc là người. Người sở dĩ khó được là vì phải gòm thân đạo đức trong mình.

Tiên triết nói:

Nhân thân nan đắc, kim dĩ đắc,

人身難得今已得，

Đại đạo nan minh kim dĩ minh.

大道難明今已明。

Thử thân bất hướng kim sanh độ,

此身不向今生度，

Cánh hướng hà sinh đô thử thân?

更向何生度此身？

Thân người khó được, nay đã được,

Đại Đạo khó hay, nay đã hay.

Thân này chẳng hướng kiếp này độ,



### Đợi đến kiếp nào, mới độ đây?

Người đời không hiểu rõ thân này là hư ảo, đó chỉ là Tứ Đại Giả hiệp mà thôi. Một kiếp người qua mau như bọt nước, như lửa xẹt trong đá, bùng lên rồi tắt ngay. Con người có thể sống tới trăm tuổi, nhưng sống tới 70 đã thấy hiếm.

Nay mọi người dùng cái thân dễ bị hư hoại của mình, để bôn ba tìm cầu những gì bất trắc. Một khi hết thờ là chết mất luôn. Mệnh chưa cáo chung, mà Chân Linh đã đầu thai vào xác khác.

Trong khi đó tuy vinh hoa cực phẩm, lộc hưởng nghìn chung, nhà cửa kang trang mỹ lệ, đầy châu báu, ngọc ngà, cũng đều phải bỏ lại, đâu phải của ta. Chỉ còn có một cái đem theo được là tội nghiệp của ta. Cho nên nói: Cái gì cũng không đem theo được, chỉ có Nghiệp theo mình.

Hồi Quang Tập có câu:

Thiên niên thiết thụ hoa khai dị,  
 千年鐵樹花開易,  
 Nhất thất nhân thân, tái phục nan.  
 一失人身再復難.  
 Ngàn năm cây sắt hoa nở dễ,  
 Một thân đã mất, khó mà tìm.

Ngộ Chân Thiên có câu:

Thí vấn đôi kim đẳng sơn nhạc,  
 試問堆金等山岳,  
 Vô Thường mãi đắc bất lai ma?  
 無常買得不來么?  
 Bạc vàng ví chất cao như núi,  
 Nhưng quỷ Vô Thường mua nổi không?

Lữ Thuần Dương viết:

Vạn kiếp thiên sinh đắc cá nhân,  
 萬劫天生得個人,  
 Tu tri tiên thể chủng lai nhân.  
 須知先世種來因.  
 Tức tốc giác ngộ, xuất mê tân,  
 即速覺悟出迷津,  
 Mạc sử luân hồi thọ khổ tân.  
 莫使輪回受苦辛.

Muôn kiếp, ngàn đời được cá nhân,  
 Mới hay kiếp trước đã gieo nhân.  
 Hãy thoát mê tân, mau giác ngộ,  
 Tránh khỏi luân hồi, khỏi khổ tân.

Trương Tử Dương nói:

Hữu giáo chúc bị phong xuy diệt,

休教燭被風吹滅,

Lục đạo luân hồi mạc oán thiên.

六道輪回莫怨天.

Đuốc kia sao gió đừng thổi tắt,

Sáu nẻo Luân Hồi chớ trách Trời!

Nói đi, nói lại một điều làm cho mọi người, hãi kinh, thất sắc. Người muốn thoát luân hồi, chẳng rơi vào lưới đời, không gì bằng tu luyện Kim Đơn, Đó là thang Linh bắc lên Trời; đó là đường tắt để thoát phàm. Đạo ấy rất là giản dị. Dẫu tiểu nhân ngu muội, biết được mà tu, cũng có thể thành chánh quả.

Nhiều bậc Chân tu, tuy để tâm tu đạo nhưng chẳng chuyên tinh, hay chuyên tinh mà không bền vững, cho nên người tu thì nhiều, mà người thành đạt thì ít.

Kinh Thư nói: «Biết không khó, mà hành mới khó.» 非知之難行之惟難.

Đạo Đức Kinh viết: Thượng đức văn Đạo, Cần nhi hành chi. 上德文道勤而行之.

Người Thượng đẳng khi nghe biết Đạo,

Liên ân cần tiết tháo khuôn theo. (ĐĐK. 41)

Chỉ nghe mà không hành, làm sao thành Đạo được.

Trần Nê Hoàn viết:

Ngã tích tu hành đắc chân quyết,

我昔修行得真訣,

Trú dạ công phu vô đoạn tuyệt.

晝夜功夫無斷絕.

Nhất chiêu hành mãn nhân bất tri,

一朝行滿人不知,

Tứ diện giai thành dạ quang quyết.

四面皆成夜光厥.

Ta xưa tu hành được chân quyết,

Đêm ngày công phu, không đoạn tuyệt.

Một hôm hành mãn, không ai biết.

Chỉ thấy hào quang sáng tứ vi.

Mã Đơn Dương viết:

Sư ân thâm trọng chung nan báo,

師恩深重終難報,

Thệ tử hoàn tường luyện Chí Chân.

誓死環牆煉至真.

Ơn Thầy sâu rộng sao đền đáp.

Nguyễn xin Diện Bích luyện Chí Chân.

Lữ Tổ nói:

Tân cần nhĩ tam niên, 辛勤二三年,  
Khoái hoạt thiên vạn kiếp. 快活千萬劫.

Khổ sở một vài năm,  
Sung sướng muôn vạn kiếp.

Trời có khi cũng bị nghiêng đổ; đất có khi cũng bị sụt tan; núi có khi cũng bị kiệt; biển có khi cũng bị cạn. Chỉ có tu thành đạo Đạo, mới có thể cưỡi gió, cưỡi rồng, cưỡi mây tím, ngao du ngoài trời, tiêu diêu nơi hư không. Vận số không hạn chế được ta; vận mệnh không câu thúc được ta. Chân thường bản thể ta sống lâu vô hạn; nhìn lại cái vui trần tục, thì có gì gọi là vui?

Đạo Đức Kinh viết: Cố lập thiên tử dĩ chí tam công, tuy hữu củng bích, dĩ tiên tứ mã, bất như tọa tiến thử Đạo 故立天子置三公, 雖有拱璧, 以先駟馬, 不如坐進此道. [4]

Cho nên đã tiếng vua quan,  
Phải đâu rờn ngọc, đùa vàng trêu người.  
Phải đâu tứ mã rong chơi.  
Vua quan cốt để Tiến Trời vào thân.

[1] Đại cương trong đoạn này, Nho Giáo dạy: Phải biết ngừng nơi Chí Thiện; Đừng lo gì không thuộc phạm vi bốn phận mình. (Xem Đại Học 1; Kinh Dịch quẻ Cấn; Trung Dung, chương 14. v.v...)

Kẻ Trượng phu ở trong đức Nhân là chỗ rộng rãi nhất trong thiên hạ, đứng trên đức Lễ là chỗ đứng chính đáng nhất trong thiên hạ; noi theo đức Nghĩa là là con đường to lớn nhất trong thiên hạ. (Mạnh Tử, Đằng Văn Công Chương cú hạ, Tiết 2)

Hiền nhân thông lý Trung Hoàng,  
Tìm nơi chính vị mà an thân mình,  
Đẹp từ tâm khảm xuất sinh  
Làm cho cơ thể xương vinh mỹ miều.  
Phát ra sự nghiệp cao siêu,  
Thế là đẹp để đến điều còn chi.

Dịch Kinh, Văn Ngôn, hào Lục Ngũ quẻ Khôn.

Như vậy nghĩa là ta chỉ việc nghĩ đến những gì đẹp để nhất trong con người, tìm cho ra Bản Thể con người, ngừng lại nơi Chí Thiện.

[2] Các Danh Từ trên đều là tên của Huyền Quan Nhất Khiếu hay Nê Hoàn Cung. Tức là chỉ đề cập đến Thái Cực hay Bản Thể trong con người.

[3] Các danh từ trên đều có nghĩa như là Cõi Phật hay Niết Bàn, hay Bản Thể.

[4] Đạo Đức Kinh, ch. 62.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 3. TÍNH MỆNH THUYẾT 性命說

Ở đời, không học gì hơn là học về Tính Mệnh. Nay người đời ít ai hiểu về Tính Mệnh.

Tính là gì? Tính là NGUYÊN THỦY CHÂN NHƯ. Một điểm minh Linh của Tiên Thiên.

Mệnh là gì? Mệnh là một Khí chí tinh, chí thuần của Tiên Thiên.

Nhưng có Tính là có Mệnh. Có mệnh là có Tính. Ở nơi Trời thì gọi là Mệnh; Ở nơi người thì gọi là Tính. Tính và Mệnh không phải là hai. Thực sự, Tính mà không có Mệnh, thì không thể thành lập. Mệnh mà không có Tính thì không thể tồn tại. Tính Mệnh hỗn nhiên hợp nhất, và quan hệ với nhau.

Kinh Dịch viết: Kiền Đạo biến hoá các chính Tính Mệnh. 乾道變化各正性命。

Cơ Trời biến hoá vắn xoay,

Làm cho vạn vật thêm hay, thêm tình,

Kiên toàn Tính Mệnh của mình

Giữ gìn toàn vẹn Tính lành Trời cho.

(Quẻ Kiền, Thoán truyện).

Trung Dung viết: Thiên Mệnh chi vị Tính. 天命之謂性 (Tính ấy chính là Thiên Mệnh.)

Cả hai có cùng một ý nghĩa.

Huyền Môn Đạo gia cho rằng Mệnh là Khí. Lấy Dưỡng Mệnh làm tông chỉ. Thông qua Luyện Dưỡng Đơn Điền để cầu huyền, lập giáo. Cho nên nói rõ về Mệnh, mà bàn sơ về Tính. Do đó mà chẳng biết Tính. Cuối cùng cũng không biết Mệnh.

Thiền gia cho rằng Thần là Tính. Lấy Dưỡng Tính làm Tông chỉ. Lấy Ly cung để tu luyện lập giáo (dạy dân bài trừ tạp niệm, và tu Định, nhập Tính), nên bàn nhiều về Tính mà nói sơ về Mệnh. Như vậy là không biết về Mệnh, cuối cùng cũng không biết gì về Tính. Có hay đâu Tính Mệnh không hề rời nhau. Thích, Đạo vốn không hai nẻo. Thần Khí tuy có hai công dụng, nhưng Tính Mệnh cần phải song tu, cần phải tu luyện đồng thời.

Cái học của hiền nhân là: Tồn Tâm để Dưỡng Tính, Tu Thân để lập Mệnh.

Cái học của Thánh Nhân là: Tận Tính để Chí Mệnh. Gọi Tính là khai thủy của Thần. Tính là Thần chưa bắt đầu, nên Thần nhờ đó mà Linh. Mệnh là khai thủy của Khí. Khí gốc ở Mệnh. Mệnh là Khí chưa sinh. Khí do đó mà sinh ra. Tinh trong thân người tịch nhiên bất động, vốn cương kiện trung chính, thuần túy. Tinh này là nơi nương tựa của Khí. Tính cũng nương nhờ vào đó, và là căn bản cho Mệnh.

Thần trong tâm người nhờ cảm ứng mà thông Linh. Ai cụ hỉ nộ ái ố dục là thất tình, Mệnh phải y cứ vào đó, và Tính phải lấy đó làm khu cơ.

Khi Tính chuyển hoá thành Tâm, thì Nguyên Thần từ trong tác dụng, khi Mệnh chuyển hoá thành Thân, thì Nguyên Khí từ trong vận động, cho nên Thân Tâm là sở cư của Tinh Thần mà Tinh Thần là căn bản của Tính Mệnh.

Tính mà hoá dục, biến thiên được là theo khẩu quyết của Tâm; Mệnh mà hoá dục biến thiên được là theo khẩu quyết của Thân.

Kiến giải, tri thức do Tâm mà ra. Tư lự niệm tưởng là do Tâm sai khiến Tính.

Cử động, ứng thù, xuất phát từ Thân. Ngũ mặc, thị thính, do Thân luy Mệnh.

Mệnh bị Thân khiên luy, nên có sinh tử; Tính bị Tâm sai sử, nên không Khử lai.

**Có sinh tử thì không Chí Mệnh được. Có Khử Lai thì không Tận Tính được**

Cho nên đầy dẫy trong Trời Đất đều là Sinh Khí. Tham gia phụ giúp hai bên, hoá dục vạn vật. Đó là Mệnh lưu hành không ngừng nghỉ.

Cho nên đầy dẫy trong Trời đất là Linh Giác. Hai vầng nhật nguyệt sáng soi, đều là cái Tính rực rỡ đó. Linh giác vốn gốc ở Tính. Khi chưa có Tính, thì Tính ta đã có. Đó là Tính bắt đầu.

Khi chưa có Mệnh, thì Mệnh ta đã có. Đó là Mệnh bắt đầu.

Thiên khiếu tròn mà tàng Tính. Địa khiếu vuông mà tàng Mệnh. Bẩm hư Linh mà thành Tính. Trung thiên địa mà lập Mệnh. Trong đó có Thần.

Thần tàng ở mũi, Mệnh có nơi Đan Điền. Thần tiềm phục ở Tâm, khí tụ kết ở Thân.

Mệnh gốc nơi NGUYÊN KHÍ. Tính gốc nơi NGUYÊN THẦN.

Tính có Khí Chất chi tính, (tính phàm phu) có Thiên Phú chi Tính (Tính Trời). (Khí chất chi tính là Hậu Thiên chi Tính. Thiên Phú chi Tính là Tiên Thiên chi Tính.)

Mệnh có Phân định chi Mệnh, Hình khí chi Mệnh.

Người quân tử tu Tính Thiên Phú, khắc chế Tính Khí Chất. Tu Mệnh Hình Khí mà khắc chế hậu thiên Phân Định Chi Mệnh. Phân ra mà nói thì là Hai, hợp lại mà nói thì là một. Nghĩa là Thần không lìa Khí., Khí không lìa Thần. Trong thân ta, nếu thần khí tương hợp, thì Tính Mệnh trong ta sẽ thấy được.

Tính không lìa Mệnh, Mệnh không lìa Tính: Tính Mệnh trong thân ta mà tương hợp, thì cái Tính Tiên Thiên của ta và cái Mệnh Tiên Thiên của ta sẽ thấy được.

**Tiên Thiên Tính và Tiên Thiên Mệnh, là Chân Tính Chân Mệnh của ta. Chân Tính Mệnh của ta là Chân Tính Mệnh của Trời Đất, là Chân Tính Mệnh của Hư Không.**

**Nên thánh nhân tu trì Giới, Định, Tuệ để Hư Tâm, luyện Tinh, Khí Thần để Bảo Thân. Thân bảo thì nền tảng của Mệnh sẽ vững vàng, Hư Tâm thì Tính Thể sẽ luôn sáng. Tính mà luôn sáng thì làm gì có Khử Lai, Mệnh mà vững vàng thì làm gì có Sinh Tử? Cho nên chết đi, là chết cái hình hài. Còn Chân Tính Mệnh của ta thì thông ngày đêm, phối Thiên Địa, triệt cổ kim, có bao giờ mất mát, tiêu diệt được?**

Kia xem cỏ cây, thấy chúng cũng Qui Căn Phục Mệnh: Tính là Thần, cho nên sinh hoa, kết quả, và Mệnh cũng ở trong đó. Thần trong Hình, nhập vào Thần trong Tính, nên gọi là Qui Căn Phản Bản.

Lại thường ví như nam nữ cấu tinh: Nhất điểm nam tinh, lọt vào tử cung, hợp với Khí mà thành Mệnh, mà Tính cũng ở trong đó. Thế là một Âm một Dương tương bác, mà một điểm rơi vào Huỳnh Trung (Đơn Điền) mà sinh ra Tính, bèn diệp hợp mà ngưng, đó là Bất Trắc chi vị Thần. Đó gọi là Tính Mệnh Diệp Hợp.

Bởi người không biết nhẽ Diệu Hợp, cho nên Tu Tính mà không Tu Mệnh. Cái phép Diệu Hợp tinh túy thần diệu ấy mà không biết, lại không biết thế nào là Suất Tính khiếu diệu, thì làm sao mà tu luyện? Nếu không trôi theo cuồng đãng, thì cũng mất vào không tịch. Không biết Mệnh, cuối cùng đi về đâu?

Tu Mệnh bỏ Tính, không biết Tạo Mệnh Công Phu là thế nào, thì làm sao mà trì thủ?

Nếu không chấp vào hữu tác, thì cũng mất trong Vô Vi. Không biết Tính, không tránh được Vận Số. Cuối cùng chẳng biết Tính Mệnh mình ra sao.

Ta nghe Đức Thích Ca sinh tại Tây Phương cũng biết Đạo Kim Đơn. Đó là Tính Mệnh Song Tu. Đó là phương pháp Tối Thượng Thừa. Đó là Kim Tiên.

Lữ Tổ cũng nói: «Chỉ tri Tính, bất tri Mệnh, Thử thị tu hành đệ nhất bệnh. Chỉ tu tổ Tính bất tu Đơn, Vạn kiếp âm Linh nan nhập thánh.» 只知性不知命此是修行第一病。只修祖性不修丹，萬劫陰靈難

入聖 (Chỉ biết Tính, không biết Mệnh, Đó là tu hành đệ nhất bệnh, Chỉ tu tổ Tính chẳng tu Đơn, Vạn kiếp âm hồn khó nhập Thánh.)

Đâu phải như bọn Đạo Dẫn chỉ biết vận động thân thể, nên lấy Hình Hải làm Tính Mệnh. Đâu phải như nay, có nhóm luyện thần, luyện khí, lấy Thần Khí làm Tính Mệnh, cũng có số người Tu Tính, Tu Mệnh, coi Hậu Thiên Tính Mệnh như Tiên Thiên Tính Mệnh. Những người làm vậy, chẳng những vô ích cho Tính Mệnh, mà còn làm hại Tính Mệnh. Không biết được Chân Tính Mệnh, thật đáng thương.

Có kẻ luận rằng: Thai nhi trong bụng mẹ, hô hấp phối hợp với mẹ, cho nên Tính Mệnh của mẹ là Tính Mệnh của mình; Khi ra khỏi bụng mẹ, khi đã cắt rốn mới có Tính Mệnh riêng. Nhưng đó cũng không phải Tính Mệnh Chân Thường của chúng ta. Chúng ta phải từ trong Tính Mệnh ấy luyện thành Kiền Nguyên Diện Mục của Minh, lộ xuất ra được điểm Chân Linh của mình. Nghĩa là Tâm ta phải biết dùng cái Tính Mệnh Vô Vi sẵn có trong mình, luyện dưỡng thành Kim Đơn, làm lộ xuất ra được điểm CHÂN LINH CHI KHÍ.

Hình y Thần, thì Hình không bị hoại, Thần y Tính thì Thần bất hoại. Thể ngộ được Tính, lại biết Tận Tính Chí Mệnh, thì sẽ đạt được Hư Không Bản Thể sẽ vĩnh cửu, trường sinh vô tận. Trời đất có hoại, nếu trùng lập được Tính Mệnh, sẽ tái tạo được Kiền Khôn. Đạo gia không biết cái đó là Bàng Môn. Thích gia không biết đạo Lý này thì là Ngoại Đạo, làm sao hợp được với Thiên Địa chi đức, đồng thể được với Thái Hư? Bàn về Tính Mệnh như vậy có thể gọi là đầy đủ.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 4. TỬ SINH THUYẾT 死生說

Đại chúng thích sống sợ chết, do đó nên không biết Lý do sinh tử. Không biết Sinh từ đâu lại, Chết đi về đâu. Trong hiện kiếp thì mãi mưu cầu danh lợi, làm suy vi Sinh Đạo, không được tiêu diêu. Khi chết rồi tâm hồn mang nhiên luân lạc, hoặc đoạ nhập Luân Hồi, không biết chết là thế nào. Cho nên bị luân chuyển.

Vì lẽ đó nên Tiên Phật ra đời, dạy người đại sự nhân duyên, dạy biết chỗ khứ lai, và từ từ dẫn họ ra ngoài Khổ Hải Tử Sinh. Dịch Hệ Từ viết: Nguyên Thủy, yếu Chung (Dò xem đâu là Đầu, đoán xem đâu là Cuối.)

Biết được Sinh Tử là: Đầu hết khi chưa có Trời Đất thì gượng kêu là Kiền Nguyên, đó là Bản Lai Diệu Giác. Đến lúc chung cuộc thì gượng kêu là Đạo Ngạn hay Vô Dư Niết Bàn.

Sinh là sinh ra và cái Lý phải sinh là do ở đó (Kiền Nguyên). Đến chết là chết, và cái Lý phải chết cũng là do ở đó (Đạo Ngạn, Vô Dư Niết Bàn).

Như không biết đạo Lý này, thì không thể đạt được vĩnh hằng (hằng cửu), mà chỉ có thể nhân sống mà còn, nhân chết mà mất, trầm溺 vào ác đạo, mất còn không hẹn.

Lúc sinh ra, thì Thức Thần thứ tám là A Lại Gia làm chủ. Khi chết Thức Thần này cũng làm chủ.<sup>[1]</sup> Cho nên nói: Khứ hậu lai tiên tác Chủ Công.

Kinh Phật cho rằng: Kẻ có Thiện Nghiệp thì khi chết sẽ lạnh từ dưới lên, Kẻ có ác nghiệp sẽ lạnh từ trên xuống. Bất kể lạnh từ đâu tới, cũng sẽ kết thúc nơi tim, và hình thể sẽ bị diệt.

Lúc bấy giờ như rùa sống cõi mai, như cua bị luộc nước sôi, cái đã sinh thành ra hình thể của ta, là Đất, Nước, Gió, Lửa sẽ phân tán, và Thần sẽ Ly Hình.

Và thế giới này cũng tương tự như là bức tranh thủy mặc, không biết đâu là Đông Tây, trên dưới. Hốt nhiên thấy chỗ hữu duyên, một điểm Sáng của Hư Vọng bất thực. Từ đó sắc dục sinh ra, sự giao cấu thành hình, tinh dịch trở thành chủng tử, biến ý tượng giao cấu thành thai noãn, mà nhập vào trong tử cung người mẹ. Ở đó hấp thụ được Tiên Thiên Khí Chất của mẹ. Khí đó sớm gồm tứ đại, rồi sinh ra chư căn (Nhãn, nhĩ, tị, Thiệt, Thân, Ý). Tâm ta cũng sớm gồm đủ Ngũ Uẩn (Sắc uẩn, thụ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn) và các loại cảm giác, tri giác, ý thức tư duy.

Mười tháng thai hoàn, đến ngày sinh dục, tựa như đất lật, trời nghiêng, người kinh sợ thì bào thai vỡ ra, như người leo núi, trượt chân, đầu xuôi xuống, chân treo lên mà ra đời.

La lên một tiếng, thì Thiên Mệnh Chân Nguyên nhập vào Tổ Khiếu. Ngày thì ở hai mắt và tàng ẩn ở



Nê Hoàn. Đem thì chìm giữa hai quả thận, và chứa ở Đơn Đĩnh. Bú sữa để nuôi ngũ tạng, còn khí thì xung khắp lục phủ. Da thịt mềm như lụa, trông mà mắt không nháy, khóc mà tiếng chẳng khan. Thế là hết sức Trung Hoà vậy. Đó là Xích Tử hỗn độn, thuần tĩnh vô tri. Thuộc quẻ Khôn thuần Âm.

Từ một tuổi tới Ba tuổi Nguyên Khí lớn lên 64 Thù (24 thù là 1 lượng), một Dương sinh nơi quẻ Phục.

Đến 5 tuổi, Nguyên Khí lại lớn thêm 64 thù, Hai Dương sinh nơi quẻ Lâm.

Đến 8 tuổi, Nguyên Khí lại lớn thêm 64 thù. Ba Dương sinh nơi quẻ Thái.

Đến 10 tuổi, Nguyên Khí lại lớn lên 64 thù. Bốn Dương sinh nơi quẻ Đại Tráng.

Đến 13 tuổi, Nguyên Khí lại lớn lên 64 thù. Năm Dương sinh nơi quẻ Quải.

Đến 16 tuổi, Nguyên Khí lại lớn lên 64 thù. 6 Dương sinh nơi quẻ Kiền.

Trộm Chính Khí của trời đất là 360 thù. Cùng với 24 thù nơi Tổ Khí của bố mẹ là 384 thù, để toàn vẹn Chu Thiên của Tạo Hoá, mà làm đúng một cân.

Đến đây, thì khí Thuần Dương đã đủ, khí Vi Âm chưa mạnh nha, tinh khí sung thực. Nếu như gặp Chân Sư về phương diện Tu Tính Luyện Mệnh thì chắc chắn sẽ thành công.

Từ đó về sau, dục tình nhất động, Nguyên Khí phát tán, không biết kiêng kị, tham luyến không ngừng. Cho nên từ 16 đến 24 tuổi, hao tổn Nguyên Khí 64 thù, ứng vào quẻ Cấu. Một Âm mới sinh, phẩm vật hàm chương, tính thuần hậu phát tán mất. Lúc ấy, lia gốc chưa xa, như vừa dẫm vào sương của hào sơ (Lý sương, Kiên băng chí, Khôn, hào Sơ lục), nếu siêng năng tu luyện có thể Bất viễn mà trở về. (Bất viễn Phục, vô kỳ hối. Phục, Sơ cửu).

Đến 32 tuổi, lại hao thêm Nguyên Khí mất 64 thù nữa, ứng vào quẻ Độn. Hai Âm dần lớn, Dương đức dần tiêu. Dục tình và tư lự như bầy ong vỡ tổ, Chân Nguyên bị lưu đãng. Nhưng lúc ấy khí huyết còn phương cương, chí lực còn quả cảm, nếu chuyên cần tu luyện, thì công phu kiến lập Đơn Cơ cũng dễ.

Đến 40 tuổi, Nguyên Khí lại hao thêm mất 64 thù, ứng vào quẻ Bĩ. Thiên Địa bất giao, Nhị Khí các phục kỳ sở. Âm dụng sự bên trong, Dương làm khách nên bị đẩy ra bên ngoài. Nếu chịu tu luyện, thì Nguy vẫn trở thành An, Vong cơ vẫn có thể bảo tồn.

Đến 48 tuổi, Nguyên Khí lại hao tổn thêm mất 64 thù, ứng vào quẻ Quán. Hai hào Âm ở bên ngoài cho nên Dương Đức yếu. Âm bay lên trên và Âm Khí thịnh. Nếu chịu tu luyện, cũng có thể ức chế được Khí Âm mới thịnh mà phò trợ được Dương Đức vừa suy vi.

Đến 56 tuổi, lại hao thêm 64 thù ứng vào quẻ Bác. 5 âm bay lên trên, Một Dương muốn trở xuống dưới. Âm khí mạnh như dê muốn vỡ tung. Lúc ấy muốn tu, như tiếp cho lửa sắp tắt, như mưa tưới cho lúa non mới héo.

Đến 64 tuổi, quải khí đã đi châu khắp mọi nơi. Nguyên Khí Trời Đất cho cha mẹ là 384 thù vừa đúng một cân, hao tán đã tận, ứng vào quẻ Khôn. Khôn là thuần Âm dụng sự, Dương Khí chưa mạnh nha. Nếu siêng tu luyện, thời thời tài bồi, tiếp ứng, thì Âm cực cũng có thể sinh Dương, lên đến cùng sẽ đi xuống dưới, biến nhu thành cương, biến già thành khoẻ trở lại. Lúc ấy mà không gặp bậc Chí Nhân, chăm chăm tu luyện, tuy có thể bảo vệ được cuộc đời tàn, nhưng chỉ có thể bồi bổ Tinh Khí Hậu Thiên, không phục hồi được Tinh Khí Tiên Thiên thì làm sao mà trường sinh bất tử được.

Đó chính là Hư hoá Thần, Thần hoá Khí, Khí hoá Huyết, Huyết hoá Hình, Hình hoá Anh Nhi, Anh Nhi hoá Đồng, Đồng hoá Thiếu, Thiếu hoá Tráng, Tráng hoá Lão, Lão hoá Tử, Tử lại hoá thành Hư, Hư lại hoá thành Thần, Thần lại hoá thành Khí, Khí lại hoá thành Vật, hoá hoá không ngừng, như cái vòng vô cùng.

Vạn vật không muốn sinh mà phải sinh, không muốn chết mà phải chết. Mãi bị sinh diệt, vạn tử vạn

sinh, không thoát Ly được khổ hải. Kiếp kiếp sinh sinh, luân hồi bất tuyệt, vô chung vô thủy, như bánh xe nước. Tam giới phàm phu, không ai thoát sự trầm nịch này.

Vì người đời không biết sinh từ đâu tới, như vậy, sao không tham khảo xem trước khi cha mẹ sinh ra ta, thì chết từ đâu tới. Biết TỬ là nơi ta sinh ra. Thế nhân cũng không biết chết đi về đâu. Sao không khảo sát xem khi hồn thăng phách giáng rồi thì Sinh đi đâu. Biết ĐI là biết nơi ta chết.

Mấu chốt của Tử là SINH. Mấu chốt của Sinh là TỬ. Cái CƠ sinh tử tương quan với nhau, vì thế mà thường nhân có sinh có tử. Cái CƠ sinh tử không tương quan với nhau, vì thế mà Thánh Nhân siêu sinh tử.

THÂN ta có SINH TỬ. TÂM ta vô SINH TỬ. Biết trở lại thì TÂM SINH. Không biết trở lại thì TÂM TỬ.<sup>[2]</sup>

Cho nên Tiên Phật thương con người và dạy rằng: Nhất thiết chúng sinh đều có một điểm BẢN LAI NHẤT LINH CHÂN GIÁC, chỉ vì hôn mê nên chẳng thấy, khiến cho Thiên Mệnh chi Tính trôi nổi theo dòng nước. Chuyển qua nhiều kiếp không giác ngộ, đời đời bị đọa lạc, làm mất thân mình trong loài khác, gửi hồn qua loài khác. Cho nên Chí Chân Tính Căn, không thể trở lại làm người.

Ta nay lấy Thánh Đạo, khiến chúng sinh vĩnh Ly vọng tưởng, để cho thân mình được Trường Sinh như Tiên gia, hay Bất Tử như Phật gia.

---

<sup>[1]</sup> A lại gia là Tinh thần Bản Nguyên và gồm chủng tử của các hiện tượng, khi đầu thai, thì A Lại Gia đến trước, khi chết thì A Lại Gia đi sau.

<sup>[2]</sup> Xem quẻ Phục, Thoán truyện và hào 5, hào 6 quẻ Phục.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) **5** [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 5. CHÍNH TÀ THUYẾT 邪正說

Đại Đạo sinh Thiên Địa. Thiên Địa sinh Nhân, sinh Vật. Thiên Địa Nhân Vật Nhất Tính Đồng Thể.

Trời có Âm Dương, đất có Cương Nhu, Vật có trống mái, Người có Nam nữ. Có Âm Dương mới có Nhật Nguyệt Tinh Thần. Có Cương Nhu mới có Sơn Xuyên Thảo Mộc. Có trống mái mới có Thai, Noãn, Thấp, Hoá. Có Nam nữ mới có phối ngẫu, sinh dục.

Chúng sinh nhân phối ngẫu nên có âm dục, nhân sinh dục mà có ân ái. Có sinh dục, ân ái, nên có ma chướng, phiền não, và vô số khổ ách. Có vô số khổ ách, nên có luân hồi, sinh tử.

Vì thế nên Đức Thái Thượng vì có đức hiếu sinh, nên đã mở cửa độ đời, viết kinh, lập phép, dạy dân phản phác hoàn thuần, vô dục thì quán ở Diệu, hữu dục thì quán ở Khiếu (ĐĐK, 1), chí hư thủ tĩnh (ĐĐK, 16), Qui Căn Phục Mệnh (ĐĐK, 16), tẩy phục trùng tích, thâm căn cố đế, đặc nhất thủ trung (ĐĐK, 5 và 39), hư tâm thực phúc (ĐĐK, 3), nhược chí cường cốt (ĐĐK, 3), toả nhuệ, giải phân (ĐĐK, 56), hoà quang đồng trần (ĐĐK, 4 và 56), chuyên khí trí nhu (ĐĐK, 10), bảo Nhất vô Ly (ĐĐK 10), tri hùng thủ thư (ĐĐK, 28) tri bạch thủ hắc (ĐĐK, 28), bế môn, tặc đoài (ĐĐK, 52 và 56), bị hạt hoài ngọc (ĐĐK, 70), yếu yếu minh minh. Tinh ngày một tăng, hoảng hoảng hốt hốt, Tinh không bị tiết. Tinh sinh thì càng ngày càng tăng trưởng, tinh không tiết thì không bao giờ kiệt. Tinh có thể hoá Khí, Khí có thể hoá Thần, Thần có thể hoàn Hư, Ngũ Hành không trộm mất được, Âm Dương không chế phục được. Cùng với Đạo hợp một thể, siêu xuất thiên địa. Đó là cái đạo Thanh Tĩnh Vô Vi của Lão Tử.

Đến đời Hán, có Ngụy Bá Dương phỏng theo Kim Bích Kinh để soạn bộ Tham Đồng Khế. Bấy giờ mới có những danh từ Long Hồ, Diên, Hống.

Đến đời Đường, nhiều Tiên ra đời, Đơn Kinh cũng được xuất bản, có những danh từ khác lạ ở nơi Đơn Kinh, nhiều không kể xiết. Nhưng xét cho cùng, thì những danh từ đó cũng chỉ một vật mà thôi.

Vì thánh Nhân phát triển giáo Lý, thập phần tế mật, tường tận, chỉ muốn mọi người đều lãnh ngộ, mà trở thành Chân. Ai ngờ tên càng nhiều, thì sự càng phiền, sách càng nhiều thì Đạo càng tối. Lại còn nhiều bí từ, ẩn ngữ, làm mất đường vào, khiến học giả cũng đành phải thờ dài.

May thay ta là Doãn Chân Nhân ra đời. tiếp nối hệ thống đại đạo, khôi phục lại Vô Danh chi cổ giáo. San định lại cho giản dị, toát lược lại những gì cần yếu, bỏ đi những ẩn dụ tối tăm, để lộ ra Chân Đế, xiển dương Chính Lý, án đồ lập tượng, những gì người xưa không nói ra được thì Thay nói ra, trực chỉ thể nào là Diên Hống (Nguyên Thần, Nguyên Khí), thể nào là Long Hồ (Cũng là Nguyên Thần, Nguyên Khí), thể nào là Đỉnh Lô (Đan Điền), thể nào là Dục Vật (dạy muốn luyện thành Nội Đơn, phải chuẩn bị mọi yếu tố như cho Nguyên Thần, Nguyên Khí tụ hội nơi Đơn Điền, rồi Tâm Tĩnh Nhập Định cho thai tức thành hình,

v.v.), thế nào là Thái Thủ (Đem Nguyên Thần, Nguyên Khí về kết luyện nội đan), thế nào là Sưu Thiêm (Thân bất động và Khí Định thì là Sưu, Tâm bất động mà Thần Định thì gọi là Thiêm), thế nào là Ôn Dưỡng (Điều Lý Trung Hoà), thế nào là Hoả Hầu (tức là phải để tâm vào quá trình luyện công, và phải biết Điều Tiết, Khống Chế), thế nào là Chân Chung Tử (Chỉ Nguyên Thần, Nguyên Khí kết ở Đơn Điền, chỉ cảm thấy mà không biết hình tượng), thế nào là Chân Tính Mệnh (Chỉ kết quả tu luyện khi thành công rồi, lúc ấy Nguyên Thần từ trong ngực có thể ra ngoài, thành Tiên), thế nào là Kết Thai (Chỉ khi kết thành Nội đan, người Tu Chân đạt được tối cao cảnh giới, có thể Trùng Sinh, Bất Tử. Lúc ấy; Khí Tức Định Tĩnh, bất xuất, bất nhập; Ý Định Thần Tĩnh, Tất Tâm Không Hư), thế nào là Liễu Đáng (Chỉ Tu Luyện Đơn Công tối chung hoàn tất). Thấy đều phát minh, mảy lông không dấu. Sau này những người có chí học Đạo sẽ không còn bị Đơn Kinh làm mê hoặc.

Lại nữa, Đơn Kinh, và sách của chư tử nay có đầy rẫy, giảng Lý thì nhiều, nhưng ít lưu khẩu quyết, mới đầu không biết đường vào, kể đến không biết thế nào là Thái Dực Kết Thai (Đem Nguyên Thần, Nguyên Khí về kết nội đan), cuối cùng không biết thế nào là Chung Qui Bản Nguyên, Người học sau này không biết thứ tự tu luyện, thì làm sao mà cuối cùng được Ngưng Kết, Đơn Thành. Cho nên không sao tránh khỏi đảo điên thứ tự, lấy trước làm sau, lấy sau làm trước được.

Học đạo suốt đời, rất nhiều người không biết đường vào cửa Đạo, ccũng có người vào được Đạo nhưng không biết đường tiến lên bệ, lên được bệ nhưng không biết vào nhà, vào được nhà nhưng không vào được buồng, Đó là thứ đệ của công phu, đó là việc đầu tiên của Tu Chân. Sao có thể thiếu được.

Tôi rất thích 4 câu kệ này của Tạng Kinh :

Chúng sinh vô tận thệ nguyện độ,  
 眾生無邊誓願度,  
 Phiền não vô tận, thệ nguyện đoạn,  
 煩惱無盡誓願斷,  
 Pháp môn vô lượng thệ nguyện học,  
 法門無量誓願學,  
 Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành.  
 佛道無上誓願成.  
 Vô tận chúng sinh, thề nguyện độ,  
 Vô tận phiền não, thề dẹp hết.  
 Vô lượng Pháp môn, thề nguyện học,  
 Vô thượng Phật đạo, thề nguyện thành.

Đức Thế Tôn có nói: Độ tận chúng sinh rồi mới thành Phật.

Ta vì thế mà phát một niệm từ bi, đem hết bí quyết của Thầy ta truyền dạy phô bày ra không dấu diếm, cho sau này những ai có duyên, sẽ trở lại Thiên Giới mà không sa vào khổ hải nữa. Đó là Tâm Nguyện của ta.

**Thứ nhất là: Hàm dưỡng Bản Nguyên, Cứu hộ Mệnh Bảo 涵養本原救護命寶**

(Hàm dưỡng chân vô, cứu hộ bản căn. 涵養真無救護本根)

**Thứ hai là: An Thần tổ khiếu, Hấp tụ Tiên Thiên 安神祖竅, 翕聚先天**

(Ý thủ Đơn Điền, ngưng thần tụ khí. 意守丹田, 凝神聚氣)

**Thứ Ba là: Chấp tàng khí huyết, Chúng diệu qui căn 蟄藏氣穴, 眾妙歸根**

(Khí tàng Đơn điền, Chúng diệu qui chi. 氣藏丹田, 眾妙歸之)

**Thứ tư là: Thiên Nhân hợp phát, Thái dược qui hồ 天人合發, 采藥歸壺**

(Thiên Nhân đồng phát động, Thái Khí qui Đơn Điền. 天人同發動, 采氣歸丹田)

**Thứ năm là: Kiền Khôn giao cấu, Khử khoáng lưu Kim 乾坤交媾去礦留金**

(Thượng hạ Đơn Điền giao hợp; Nguyên Thần, Nguyên Khí thành Đơn. 上下丹田交合, 元神元氣成丹)

**Thứ sáu là: Linh Đơn nhập đỉnh, trường dưỡng thánh thai 靈丹入鼎長養聖胎**

(Thần Khí ngưng kết Đơn Điền, Vĩnh viễn tư dưỡng Linh Tính. 神氣凝結丹田, 永遠滋養靈性)

**Thứ bảy là: Anh Nhi hiện hình, Xuất Ly Khổ Hải 嬰兒現形, 出離苦海**

(Nội đơn thành, Xuất Khổ Hải. 內丹成, 出苦海)

**Thứ Tám là: Di Thần Nội viện, Đoan cùng Minh Tâm 移神內院, 端拱冥心**

(Di Thần Thượng Đơn Điền, Đoan tọa tức kỳ Tâm. 移神上丹田, 端坐息其心)

**Thứ chín là: Bản Thể Hư Không, Siêu xuất Tam Giới 本體虛空, 超出三界**

(Chân Nguyên Hư Tĩnh, Siêu thoát Tam Giới. 真元虛靜, 超脫三界)

Trong đó lại có: Luyện Hình, Kết Thai (kết Đơn), Hoà hầu, để toàn công phu Cửu Chuyển Hoàn Đơn), Đại Đạo khẩu quyết đến đây đã trọn vẹn.

Ngày nay, những người học Đạo, đội mũ cao, mặc bào vuông, tự mãn, tự túc, không chịu hạ mình đến xin Thầy ta chỉ cho thứ tự, tu trì, như mù lại giắt mù, chạy vào đường ngang, ngõ tắt, há chẳng biết Đại Pháp có 3600 thứ, với 24 phẩm Đại Đơn, tất cả đều là Bàng Môn. Chỉ có Đạo Kim Đơn này mới là Tu Hành Chính Lộ. Trừ Đạo này ra, không có đường nào khác để thành tiên, thành Phật.

Cho nên trong Thượng Hội Pháp Hoa, đức Thế Tôn: Duy thử nhất thực sự, dư nhị tức phi chân.

Doãn Chân Nhân nói: 96 chủng Ngoại Đạo, 3600 Bàng Môn. Tất cả đều hư ảo. Chỉ những gì ta nói mới là Chân.

Chung Ly Quyền nói:

Đạo Pháp tam thiên, lục bách môn,

道法三千六百門,

Nhân nhân các chấp nhất miêu côn.

人人各執一苗根.

Thầy tri ta tử Huyền Quan Khiếu,

誰知些子玄關竅,

Bất tại Tam Thiên lục Bách Môn.

不在三千六百門.

Đạo Pháp ba nghìn sáu trăm môn.

Mỗi người nắm được một miêu côn

Hay đâu là Khiếu Huyền Quan đó,

Không thấy có trong 3600 môn.

Vì Đại Đạo Huyền Quan khó gặp dễ thành, nhưng kết quả chậm, bàng Môn tiểu thuật thì dễ học khó thành, lại kiến hiệu chậm. Cho nên những kẻ tham tài, hiểu sắc thường thường mê muội và chẳng giác ngộ.

Trong đó có số người thích Lô Hoả (tức luyện Ngoại đơn Hoàng bạch hay Kim Ngọc), có số người lại thích nữ sắc để Thái Âm Hộ Dương, có người chuyên ngó Đỉnh Môn (Thượng Đơn Điền), có người chuyên giữ gốc rốn, có người chuyển vận đôi mắt để luyện công, có số người chuyên trì thủ Ấn Đường (Huyệt giữa hai lông mày), có số người chuyên chà xát vành rốn (Hạ Đơn Điền), có người thích lắc Giáp Tích (xương sống lưng), có người thích xoa bóp ngoại thận (Dịch hoàn) để tồn thần dưỡng khí), có người thích vận chuyển chân khí, có người thích dùng gái trinh để Thái Âm, có người thích bú sữa tại phòng trung, có người thích Bế Tức Hành Khí. Có người ưa co duỗi để hành khí, có người thích vận động Tam Đơn Điền, có người thích hóp bụng co hậu môn để khôi mất tinh, có người thích hơ lưng nằm tuyết để tu luyện, có người thích ăn Linh Chi và Bạch Truật, có người thích Thôn Khí Yết Tân (nạp Khí, nuốt Tân Dịch), có người thích Nội Quan Tồn Tửng, có người thích Hưu Lương Tịch Cốc, có người chịu lạnh và ăn bần, có người thích ban tinh, vận khí, có người nhìn mũi, điều hoà hơi thở, có người bỏ vợ vào núi, có người định quan giám hình (nhập định thủ hình), có người hùng kinh, điều thân (bắt trước gấu trèo, chim xoè cánh để luyện phép đạo dẫn), có người nuốt sương và thực khí, có người chuyên ngồi không nằm, có người lo trừ thất tình, tẩy trừ tạp niệm, có người thiền định bất ngữ, có người trai giới, đoạn vị, có người thích mộng du tiên cảnh, có người yên lặng châu về Thượng đế, có người luyện mật chú trừ tà ma, có người luyện kiến văn, chuyển tụng, có người ăn tinh khí mình để hoàn nguyên, có người bế huyết Vĩ Lư để khép đóng Dương Quan, có người nấu luyện tiểu tiện gọi là Thu Thực, có người thu kinh nguyệt đàn bà mà họ gọi là Hồng Diên, có người luyện chế Nhau Người làm Tử Hà Xa để làm thuốc cường dương, có người dùng Chân Khí để thông kinh, hành khí, trợ giúp cho việc vợ chồng, có người nhắm mắt, minh tâm để luyện Bát Đoạn Cấm, có người thổ cổ, nạp tân, dùng Hư, Ha, Hô, Hi, Suy, Y (lục tự), có người chuyên Diện Bích có chí muốn Hàng Long, Phục Hồ (Đem Nguyên Thần xuống Hạ Đơn Điền để phát động Thận Khí), có người tập khinh công để đạp gió cưỡi rồng, có người muốn hấp thụ Tinh Hoa của Nhật Nguyệt, có người ưa đạp Cương, Lý Đẩu để xem sao, có người nương theo các quẻ Truân (Sáng), Mông (Chiều) để luyện Hoả Hầu, có người luyện thuật Kim Ngân Hoàng Bạch, thiêu mao lộng hoả, có người mong trường sinh bất tử, có người muốn bạch nhật siêu thăng lên trời, có người chấp sắc tướng không muốn hoá, có người Tu Trì Hư Tĩnh cho khí tán không trở lại, có người giữ Giới, Định, Tuệ để mong giải thoát, có người muốn trừ Sân Si để cầu Thanh Tĩnh, có người khi còn sống mà muốn siêu thăng Tây Vực Phật Giới, có người nguyện lên Thiên Đường khi chết... phân phân loạn loạn như vậy, không sao kể xiết.

Có nhiều người theo Đạo, theo Thích, chỉ theo một thật, một quyết như vậy, mà cho đó là Kim Đơn Đại Đạo, ô hô, họ như bọn Quản Trung Thiết Báo (dùng ống quản mà xem beo), đáy giếng nhìn trời. quấy dẫn trăm mối, chỉ Ly vạn trạng, đem Chí Đạo phá đoạn phân môn, lấy mê dốt mê, manh tu, hạt luyện, dẫn người vào đường tà.

Cho nên Vương Lương Khí làm bài «Phá Mê Ca», Trần Nê Hoàn làm bài «La Phù Ngâm», Chung Ly Quyền làm bài «Chính Đạo Ca», nêu lên những lỗi lầm của bàng môn, cốt để cứu người bước lầm vào đường tà. Nhưng trong đó cũng có một số điều có thể dùng trừ bệnh tật, cứu lão tàn, tăng tuổi thọ, sống đời an lạc. Nếu có ai siêu thoát thì bất quá chỉ làm được Bồng Đảo Tiên hay đắc quả La Hán mà thôi.

Cho nên Phó Đại Sĩ viết:

Nhiều kinh bát vạn kiếp, Chung thị lạc không vong. 饒經八萬劫終是落空亡 (Trải qua tám vạn kiếp, Cuối cùng cũng rơi vào Không Vong.)

Trương Bình Thúc cũng viết:

Học Tiên tu thị học Thiên Tiên,  
學仙須是學天仙,  
Duy hữu Kim Đơn tối đích đan.  
惟有金丹最的丹,  
Học Tiên là phải học Thiên Tiên,  
Phải học Kim Đơn mới chính truyền.

Vả Đạo Kim Đơn là đạo giản dị không phiền phức, lấy Hư Vô làm Thể, lấy Thanh Tĩnh làm dụng, Lấy hữu vi để thành công trong bước đầu, lấy Vô Vi để thành công khi tới cuối. Từ đầu đến cuối, không có gì là cao viển, nan hành. Tại sao thế nhân không biết rằng Đạo ở gần mà cứ cầu nơi xa, việc thì dễ mà cứ tìm chỗ khó. Bỏ sáng, theo tối, chẳng đáng thương sao?

KIM là cái gì kiên cố, ĐƠN là cái gì trọn vẹn, đó chính là Tì Lô Tính Hải (Thượng Đơn Điền) nơi người, Kiền Nguyên (Đầu) Diện Mục của con người. Đức Thế Tôn xưng là «Không bất Không, Như Lai, Tạng», Lão Tử gọi là «Huyền hựu Huyền», Nhập Diệu Môn» (Huyền chi hựu Huyền, Chúng Diệu chi môn).

Nếu gọi đó là Đạo, gọi đó là Vô Thượng Chí Tôn chi Đạo, nếu gọi đó là Pháp, thì đó là Phép tối thượng nhất thừa.

Hiền thánh Tam Giáo, đều theo đường chính này, còn gì là Chính hơn được đây?

Lòng ta thực muốn theo đời Hoàng Cực Chiêu Minh, với chúng sinh có cùng một nguyên nhân là Kiền Nguyên, cùng nhau kết bạn trong hội Long Hoa, cho nên làm ra thuyết này để đem người về đàng Chính. Cùng với đồ thuyết của Thầy ta, chỉ rõ từng đồ khiếu, khiến cho học giả ấn chứng Kim Đơn Kinh, khi đã xem qua sẽ không còn nghi hoặc nữa.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) **5** [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) **[6](#)** [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 6. PHỔ CHIẾU ĐỒ 普照圖



Tam Tạng chi khiếu, Khiếu trung hữu diệu, Diệu Khiếu tề quan, Thị vi Phổ Chiếu. Thiên Địa Linh căn, Nguyên Thủy Tổ Khí, Hắc Bạch tương phù, tạo hoá tuyền quật.

Bất động Đạo Tràng, Chí Thiện chi Địa, Tiên Thiên Địa Sinh, Vũ Trụ chủ tể.

Huyền tẩn chi môn, Hô Hấp chi căn, Huỳnh Trung Thông Lý, Ký Tế Đĩnh Khí.

Bất nhị Pháp Môn, Thâm thâm Pháp Giới, Hư Vô Chi Cốc, Ngưng kết chi sở.

Chân chủ nhân, Tự Nhiên Thể, Bồng Lai Đảo, Chúng diệu môn.

Hà tư hà lự chi Thiên, Bất thức, bất tri chi Địa, Hư Linh bất muội chi Thần, Sắc Không bất nhị chi Nhất.

Thần minh chi xá, Đạo Nghĩa chi môn, Linh Minh nhất khiếu, Hoạt bát bát Địa.



Chu Sa đĩnh, Xích long tinh, Quang Minh Tạng, Thiên Huyền Nữ.

Như Lai Tạng, Xoang tử Lý, Chỉ kỳ sở, Tự Tại Xứ.

Ngũ chi, Chân Hống, Nhật Hồn, Đơn Nguyên, Thần Thủy, Phương Thốn, Chủ Ông, Thiên Quân, Tâm Nguyên, Tính Hải, Linh Đài, Linh Quan, Xích Thủy, Thủ Linh, Xá Nữ, Chu Hống, Linh Phủ, Ngọc Dịch, Đơn Đài, Kiền Mã, Giao Lê, Kim Ô.

Tây Nam Hương, Tố Khí Huyết, Cực Lạc Quốc, Chân Nhất Khiếu, Xá Lợi Tử, Mậu Kỳ Môn, Pháp Vương thành, Huyền Quan, Không Trung, Chính Vị, Chân Thổ, Hoàng Trung, Bá Bính, Huỳnh Đình, Qui Trung, Tây Phương, Giá cá, Huỳnh Bà, Trung Hoàng, Tịnh Thổ, Hồn Khang, Đơn Kiên, Thủ Nhất Đàn, Như Ý Châu, Qui Căn Khiếu, Phục Mệnh Quan, Hư Không Tạng, Tịch Mịch Hải, Hoa Quang Tạng.

Kim Hoa, Nguyệt Phách, Linh Căn, Thác Thược, Khí Huyết, Bắc Hải, Anh Nhi, Huyền Minh, Quan Nguyên, Khí Hải, Thổ Phủ, Huyền Khiếu, Sinh Môn, Tử Hộ, Hoa Trì, Khúc Giang, Hà Xa, Bồng Hồ, Dục Anh, Ngốc Bào, Hoả Tài, Chân Diên.

Hồn Độn Khiếu, Tổng Trì Môn, Hi Di Phủ, Huyền Thai Đĩnh.

Đa Bảo tạng, Tạo Hoá Lô, Vô Tận Tạng, Yển Nguyệt Lô.

Khảm Ly Giao Cấu chi hương, Thiên Biến Vạn Hoá chi tổ, Tử Sinh Bất Tương Quan Chi Địa, Quỷ Thần khuy bất phá chi cơ, Hạo Khí Môn, Hạp Tịch Xứ, Trường Thai trụ Tức chi hương, An Thân Lập Mệnh chi gia, Sinh sát xá, Chân Kim Đĩnh.

#### Giải thích Phổ Chiếu Đờ:

Tầng thứ Nhất: Trực chỉ cái Khiếu: Tâm Nguyên, Tính Hải.

Tầng giữa: Trực Chỉ Khiếu: Hoàng Trung Chính Vị.

Tầng dưới: Trực Chỉ Khiếu: Nguyên Quan, Khí hải.

Gọi là Tiền Tam Quan.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) **6** [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

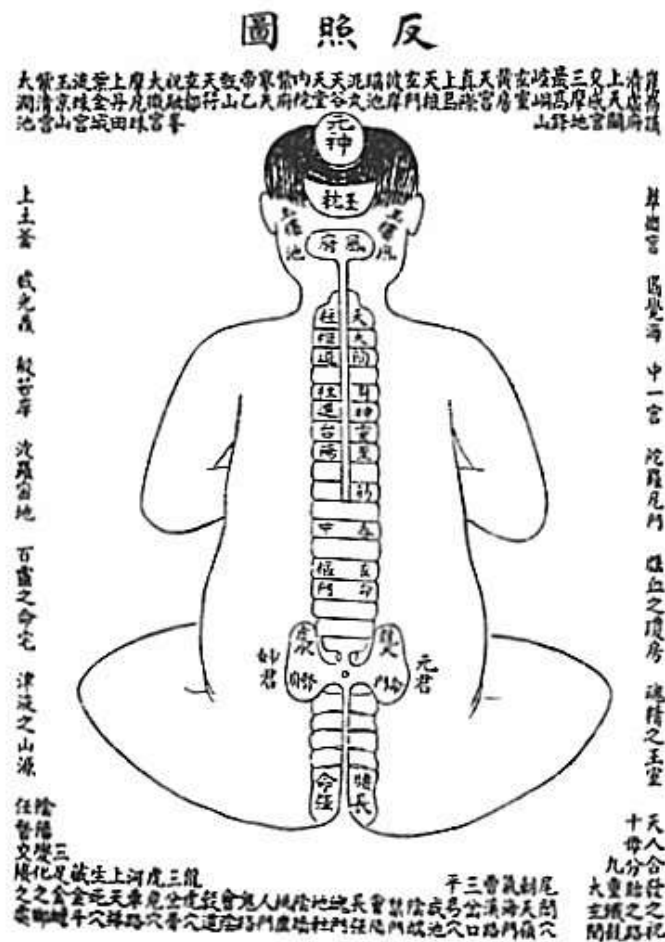
# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 7. PHẢN CHIẾU ĐỒ 反照圖



Côn Lôn Đỉnh, Thanh Hư Phủ, Thượng Thiên Quan, Giao Cảm Cung, Tam Ma Địa, TỐI Cao Phong, Không Động Sơn, Huyền Thất, Huỳnh Phòng, Thiên Cung, Chân Tế, Thượng đảo, Thiên Căn, Huyền Môn, Bĩ Ngạn, Dao Trì, Nê Hoàn, Thiên Cốc, Thiên Đường, Nội Viện, Tử Phủ, Liâu Thiên, Đế Ất, Tảng Sơn, Thiên phủ, Huyền Đô, Chúc Dung Phong, Thái Vi Cung, Ma Ni Châu, Thượng Đơn Điền, Tử Kim Thành, Lưu Châu Cung, Ngọc Kinh Sơn, Tử Thanh Cung, Thái Giả trì.

Tuý Vi Cung, Viên Giác Hải, Trung Nhất Cung, Não Huyết chi Quỳnh Phòng, Hồn Tinh Chi Vương Thất, Thiên Nhân Hợp Phát Chi Chúc, Đà La Ni Môn, Thượng Thổ Phủ, Uy Quang Đỉnh, Bát Nhã Ngạn, Ba La Mật Địa, Bách Linh Chi Mệnh Xá, Tân Dịch Chi Sơn Nguyên, Tử Mẫu Phân Thai Chi Lộ, Cửu Trùng

Thiết Cổ, Thái Huyền Quan, Vĩ Lư Huyệt, Triều Thiên Lãnh, Khí Hải Môn, Tào Khê Lộ, Tam Ban Khẩu, Bình Dị Huyệt, Hàm Trì, Âm Đoan, Cấm Môn, Hội Dương, Trường Cường, Phách Môn, Địa Trục, Âm Nghiêu, Đào Khang, Nhân Môn, Quỷ Lộ, Hội Âm, Cốc Đạo, Long Hồ Huyệt, Tam Ban Cốt, Hư Ngụy Huyệt, Hà Xa Lộ, Thượng Thiên Thê, Sinh Tử Huyệt, Tàng Kim Đẩu, Tam Túc Kim Thiên, Âm Dương Biến Hoá Chi Hương, Nhâm Đốc Giao Tiếp Chi Xứ.

Nguyên Thần, Ngọc Chấm, Ngọc Lâu, Phong trì, Phong Phủ, Thiên Trụ, Đào Đạo, Thân Trụ, Thần Đạo, Linh Đài, Chí Dương, Cân Tích Trung, Huyền Khu, Mệnh Môn, Nguyên Quân, Long Hoả, Hồ Thủy, Mệnh Môn, Đốc Phủ, Diệu Quân, Yêu du, Trường Cường.

#### Giải thích Phản Chiếu đồ:

Tầng dưới cùng: Trục Chỉ Huyệt Vĩ Lư Thái Huyền.

Tầng giữa là Khiếu Giáp Tích Song Quan.

Tầng trên cùng là Khiếu: Thiên Cốc Nê Hoàn.

Đó là Hậu Tam Quan.

Mã Đơn Dương nói: Tiền Tam Tam, Hậu Tam Tam, thu thập khởi, Nhất đảm đảm. 前三三後三三收拾起一擔擔 (Tiền Tam Tam, hậu tam tam, Thu thập thành một gánh.)

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) **8** [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 8. THỜI CHIẾU ĐỒ 時照圖



Nguyên Khí vận hành: Nguyên Khí con người theo thời gian phát sinh:

Giờ Tí Phục Khí đến Vĩ Lư'. (Lúc ấy Nhất Dương chi khí thượng Thăng, vào Huyệt Vĩ Lư, nơi chót cuối xương sống).

Giờ Sửu, là Quẻ Lâm, khí đáo Thận Đường.

Giờ Dần là quẻ Thái. Khí đến Huyền Khu.

Giờ Mão là quẻ Đại Tráng. Khí đến Giáp Tích.

Giờ Thìn là quẻ Quải. Khí tới Đào Đạo.

Giờ Tị, là Quẻ Kiền. Khí tới Ngọc Chấm.

Giờ Ngọ là quẻ Cấu. Khí đến Nê Hoàn.

Giờ Mùi là quẻ Độn. Khí đến Minh Đường (Dưới Họng).

Giờ Thân là quẻ Bĩ. Khí đến Đán Trung (Giữa 2 vú).

Giờ Dậu là quẻ Quán, Khí đến Trung quán.

Giờ Tuất là quẻ Bác. Khí đến Thần Quyết (Rốn).

Giờ Hợi là quẻ Khôn, Khí về Khí Hải (Dưới Rốn 1 tấc rưỡi.)

Thân người có hai mạch Nhâm Đốc, tổng quản Âm Mạch, Dương Mạch. Mạch Nhâm khởi từ Trung Cực, (Đan Điền hạ huyết), tuần hoàn trong ruột, tới Quan Nguyên (Dưới rốn 3 tấc), đến Yết Hầu, làm chủ Âm Mạch.

Đốc Mạch khởi từ Hội Âm, xuyên qua xương sống lên đến Phong Phủ, theo trán xuống mũi, làm chủ Dương Mạch Qui tức là thở bằng Nhâm Đốc không bằng mũi. Ai thông được 2 mạch Nhâm Đốc thì các mạch đều thông và không bị bệnh tật.

[Giải thích Thời Chiếu đồ:](#)

Phát huy cơ Dương Thăng, Âm Giáng, Tứ tượng hoàn trung chi diệu.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) **8** [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) **9** [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 9. NỘI CHIẾU ĐỒ 內照圖



- Tâm như Quân Chủ, Thần Minh do đó mà ra.
- Phế như là quan Phụ Tá. Nó đem lại sự tiết độ.
- Gan như Tướng Quân, chủ mưu lược.
- Đờm như là quan trung chính. Nó quyết đoán mọi sự.
- Đán Trung (giữa 2 vú) là quan đồng thần sứ. Nó sinh ra Hỉ Lạc.
- Tì như quan Thương Lãm. Nó sinh ra ngũ vị.
- Đại Trường như quan truyền đạo. Nó sinh Biến Hoá.
- Tiểu trường như là quan Thụ Thịnh. Nó hoá mọi vật.
- Thận như là quan tác cường. Kỹ xảo do đó mà sinh.

Não như Tuỷ Hải. Tuỷ trong người tụ nơi đó. Trên thì tới Nê Hoàn, dưới thì xuống Vĩ Lư, do mạch đốc làm chủ.

Đán Trung ở giữa 2 vú. Đó là nơi Khí tụ. phân bố Âm Dương, cội nguồn sinh hoá. Nên gọi là Bể.

Cách Mô ở dưới Phôi, cùng với xương sườn và bụng dính nhau. Tựa như tấm màn, khiến cho trọc khí không nung nấu được thượng tiêu.

U Môn ở giữa Tiểu Tràng Đại Tràng, làm cho Tân Dịch thấm nhập Bàn Quang, lọc uế trước cho vào Đại Tràng. Biến hoá phát xuất từ đấy.

#### Giải thích Nội Chiếu đồ:

Chỉ bày Ngũ tạng, lục phủ, 24 xương chủy, Nhâm Đốc nhị Mạch, để người tu trì biết đường hạ thủ công phu.

Nếu người không hiểu rành về Khiếu mà nói tu, khác gì chưa biết đứng mà đòi biết đi.

Xưa nay chư tiên chỉ khẩu khẩu tương truyền, tâm tâm tướng thu, không dám đem khiếu này chỉ vẽ cho đời, vì sợ tiết lậu Thiên cơ.

Nay Thày ta, công khai Chính tri của Phật, coi chúng sinh như con, lại vẽ bốn đồ hình này để tiếp dẫn người sau chưa biết. Đó là ý muốn phổ độ những người có duyên để cùng ra khỏi khổ hải sinh tử.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) **9** [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

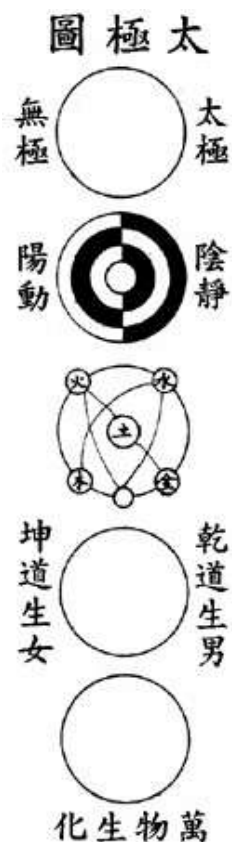
# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) **10** [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 10. THÁI CỰC ĐỒ 太極圖



Vòng tròn này, Phật gia gọi là Giác, Đạo Gia gọi là Kim Đơn, Nho Gia gọi là Thái Cực. Gọi Vô Cực (Nguyên Thủy vô vật) mà Thái Cực (Phái sinh vạn vật chi Bản Nguyên) nghĩa là không thể truy cứu được sự bắt đầu của nó. Khi con người sơ sinh, có một điểm Linh Quang, đó là Nguyên Nhân sinh ra hình tướng, đó là Thái Cực thuyết. Khi cha mẹ chưa sinh, thì có một khối Thái Hư. Đó là chủ trương: hình tướng ta sinh ra có nơi có chốn. Đó là thuyết Vô Cực.

Độ sư nói: Dục nhận Bản Lai chân diện mục. Vị sinh thân xử thị Thái Hư.

Đạo Chân Nhân thuyết: Thái Cực có một Liù, tự vận hành gọi là Thời Hầu. Trời đất tuy lớn nhưng cũng không ngoài một hơi thở. Khi ngưng kết bất động thì gọi là Chân Chủng. Chân Chủng ấy tuy nhỏ như hạt thóc, nhưng tranh thắng được với trời đất, lúc an phục qui căn, tĩnh tức tra minh thì là Thời Hầu Thái Cực (Khi tĩnh), Dựng dựng kết thực, giao cấu kết thai thì là Chân Chủng Thái Cực (khi hoạt động). Nếu ta bảo tồn được hai cực đó mà không mất mát, thì sẽ trường sinh bất hoá, há đâu chỉ trọn một kiếp mà thôi.



» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) **10** [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) **11** [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 11. THÁI CỰC ĐỒ PHÁT HUY 太極圖發揮

Lớn thay là Thái Cực trong ta. Nó sinh sinh hoá hoá. Cùng đất trời chung thủy. Nếu được trường sinh, bất hoá nó sẽ siêu xuất thiên địa. Không làm hại sự sống, không chết oan uổng, sẽ sống trọn tuổi đời. Nếu đoạn tuyệt được sinh tử, sẽ trường sinh. bất hoá. Sống trọn tuổi đời cũng khác phạm phu. Nếu trường sinh, bất hoá, có thể đồng Tiên Phật. Hai lẽ đó đều từ Thái Cực phát xuất ra, nhưng tác dụng không giống nhau.

Người người đều biết rằng Thái Cực có từ trước trời đất, vạn vật, nhưng không biết rằng sau khi đã có trời đất vạn vật, thì vạn loài vẫn có đủ Thái Cực. Thái Cực có Thời Hầu, có Chân Chủng.

Khi chưa có trời đất vạn vật, thì Thái cực ở hai hội Tuất, Hợi. Có hai hội này, Thái cực mới có được Nhất Nguyên Tạo Hoá (Một Nguyên là 129600 năm, một hội là 10800 năm).

Mỗi năm Thái Cực ở hai tháng: tháng 9 và tháng 10. Có được hai tháng ấy, Thái Cực mới có một năm Tạo Hoá.

Mỗi tháng có 5 ngày Thái Cực, từ 26 tới ngày 30. Nhờ có 5 ngày này, Thái Cực mới có 1 tháng Tạo Hoá.

Mỗi ngày có hai giờ Thái Cực là giờ Tuất và giờ Hợi. Nhờ có hai giờ này, Thái Cực mới có 1 ngày Tạo Hoá.

Mỗi giờ Thái Cực tại yếu yếu, minh minh hai Hầu. Nhờ có hai hầu này, Thái Cực mới có 1 giờ Tạo Hoá.

Ở động vật, thì Thái Cực an phục, sinh nở vào ban đêm. Ở thực vật, thì Thái Cực qui căn, kết trái. Ở nơi người, thì Thái cực, yển tức, ảo minh, giao cấu, kết thai.

Giao cấu đúng thời, điều dưỡng đúng phép, sẽ không làm thương tổn Thái Cực, thì sẽ sống được một đời bình thường.

Nếu đoạn tuyệt được dâm dục, vào được ảo minh, bảo toàn được Thái Cực, thì có thể trường sinh bất tử. Sống hết một đời (như phạm nhân) rồi cũng bị huỷ hoại, còn thành tiên, tác Phật sẽ trường sinh bất tử, không bao giờ bị huỷ hoại.

Như vậy có khác với phạm phu, với cầm thú, cỏ cây không?

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) **11** [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYỄN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYỄN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) **12** [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 12. TRUNG TÂM ĐỒ 中心圖



Kiên Tiên Thiên: Trong Dương có Âm. Ly Hậu Thiên, Trong Hoả có Thủy. Tính Tiên Thiên là Vô Cực, là Nhân, Thổ.

Từ chỗ cao nhất của Trời đến chỗ thấp nhất của đất là 84.000 dặm.

Từ chỗ cao nhất của Trời đến chỗ cao của đất là 42000 dặm.

Từ chỗ cao của Đất đến chỗ thấp nhất của Đất cũng là 42000 dặm.

Thân con người cũng vậy. cho nên giữa Trời và Đất gọi là Huỳnh Trung. Huỳnh là màu chính của Đất, và đức Nhân ở trong đó. Cho nên nói An Thổ đôn Nhân.<sup>[1]</sup> Cho đến Lễ, Nghĩa và Trí cũng gốc tại đó. Cho nên nói: Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí đều gốc ở Tâm, hồn nhiên tại Trung, và Thuần Tuý chí Thiệu. Cho nên nói: Tại chỉ ư chí Thiệu. Tri chỉ nhi hậu định.<sup>[2]</sup> Dịch nói Cấn kỳ chỉ.<sup>[3]</sup> Kinh Thư nói: An nhữ chỉ.<sup>[4]</sup> Các nghĩa của chữ Chỉ đều giống nhau. Chỉ còn gọi là Mật. Cho nên Thánh Nhân dĩ thử tẩy tâm, thoái tàng ư mật.<sup>[5]</sup> Cái Trung này, vốn hư trống, nên cùng với Thái Hư hồn nhiên là Một. Cho nên nói: Thánh Nhân với Thái

Hư đồng nhất thể.

Chu Dịch viết: Thiên hạ hà tư hà lự.<sup>[6]</sup>

Luận ngữ viết: Thiên hạ qui Nhân.<sup>[7]</sup>

Gọi là Thiên hạ, hay Thiên Địa chi gian, hay Thiên Địa chi Tâm cũng cùng một nghĩa. Tất cả còn gọi là Trung (Trung là Thái Hư là Thiên Địa chi Tính.)

Gọi là Tâm hay là Trung cũng vậy. Đó chính là chỗ vui của Khổng Tử và của Nhan Hồi.

Tính Tình của Kiền ở Khôn. Tính Tình của Khôn ở Kiền. Do đó mà Khâm Ly mới giao nhau, và Trời đất mới được Thái Khang. (Thiên Địa giao Thái)

Nếu như Thủy nhuận hạ và Hoả viêm thượng, thì đó cũng là Tính Tình tự nhiên của chúng. Nếu chúng không được Tính Tình của Kiền Khôn, để «phục kỳ sơ» thì Thủy là Thủy mà ỏHoả là Hoả. Hai bên không thẳng, không giáng, không thể làm cái dụng cho nhau.

Tiên Thiên khí tuy chẳng thuộc về Khí, nhưng Thái Hoà Nguyên Khí, và Hạo Nhiên chi khí cũng từ trong khí Tiên Thiên đó phát sinh. Cho nên nói: Vô Khí nhi sinh Khí.

Giống nào có khí cũng phải nhờ Khí này mà sinh mà trưởng, phối hợp, với Thiên Địa.

Nghiêu Thuấn nói: Doãn chấp quyết Trung.<sup>[8]</sup> Đó chính là cái Trung Tâm chi Tâm của Khổng Tử. Khổng tử ở giữa Tâm này. Nếu Trung Tâm này là thật, thì trung tâm ngũ hành sẽ là Hư. Cho nên nói: Thánh Nhân vô tâm mà hữu tâm.

Đồ hình này trực chỉ vào «Nhân Tâm hư Linh bất muội». Khiếu này khuếch nhiên vô tế, thần diệu mạc trắc. Nguyên thủy Hồn Nhiên Chính Trung. Bất thiên, bất ỷ, thuần túy chí thiện, thuần nhất bất tạp. nó vốn viên minh, động triết và vô ngại. nói rằng có, thì nghe nhìn chẳng thấy, sao gọi là có. Nói rằng Không, thì nó Chí Linh, Chí Thần, chưa hề là Không. Nó vốn không nơi, không chốn, không có thủy chung.

Khi chưa có Đất Trời, thì nó đã như vậy. Khi đã có trời đất muôn vật, thì nó cũng vẫn như vậy.

Nó thật là «Chí Vô, Chí Hữu, Chí Hữu, chí Vô». Nó là Linh Thể của trời đất, là Huyền Khu của mọi biến hoá, là Bản Nguyên Tính Mệnh mỗi người, là đại bản của thiên hạ vạn vật.

Thái Dịch cho rằng: Thái Cực, Tứ Tượng, Bát quái đều do đó phát sinh. Vua Thuấn gọi đó là Trung, Khổng tử gọi đó là Nhất. Vạn Đại đế vương xưa nay đều truyền cho nhau, Thánh hiền xưa nay cũng đều truyền cho nhau. Hiểu được như vậy là «Khắc minh tuấn đức». Hiểu lẽ này là hiểu Kinh Dịch, thấy được lẽ này là thấy được ĐẠO

Kiến lập được Tâm này, tức là kiến lập được đại bản cho thiên hạ.

Thông suốt được Tính này là do ta. Lập được Mệnh này cũng do ta, Công trình Tạo hoá đều do ta.

<sup>[1]</sup> Dịch, Hệ Từ Thượng, IV, 3.

<sup>[2]</sup> Đại Học, I.

<sup>[3]</sup> Dịch, Thoán quẻ Cấn.

<sup>[4]</sup> IV, 2. (Legge, The Shoo King, p. 78.)

<sup>[5]</sup> Dịch, Hệ Từ Thượng, XI, 2.

[6] Dịch Hệ Từ hạ, V, 1.

[7] Luận Ngữ. XII, 1.

[8] Kinh Thư, Đại Vũ Mô, 15. (Legge, The Shoo King, 60.)

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) **12** [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) **13** [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 13. HOẢ LONG THỦY HỔ ĐỒ 火龍水虎圖

#### 圖虎水龍火



» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) **13** [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

## 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

### NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) **14** [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 14. HOẢ LONG THỦY HỔ THUYẾT 火龍水虎說

Hắc diên là Thủy Hổ. Đó là gốc sinh vạn vật. (Âm Khí) Vừa có Chất vừa có Khí.

Hồng diên là Hoả Long. Đó là căn cội vạn vật. (Dương Khí) Có Khí mà không có Chất.

Hữu Chất là Chân Diên, là Thái Âm, là Tinh Hoa mặt trăng, là Nguyên Thần, đó là Mẹ sinh muôn vật.

Vô Chất là Chân Hống, là Thái Dương, là Tinh Hoa mặt trời, là Nguyên Khí. Đó là Cha sinh muôn vật.

Cái thể của Diên Hống (Nguyên Thần, Nguyên Khí) hổ tương sinh hoá, tuần hoàn bất tuyệt. Có thể nói đó là tổ tông sinh ra Trời đất vạn vật.

Xưa các bậc Chí Nhân biết có Thần Vật ẩn ở đó, nên mới Pháp Tượng (Bất chước tượng quái), để thái thủ tinh hoa Thái Âm, lập Đỉnh Khí (Đan Điền) để hội tụ khí Thái Dương, khiến chúng qui về Thần Thất và tương giao với nhau. Giao hợp mãi mãi, sinh hoá vô cùng, và trong Mộc (Gan) sẽ sinh hồn (Nguyên Thần), trong Kim (Phổi) sẽ sinh Phách (Nguyên Khí). Hồn Phách ngưng kết tụ hợp, hoá thành Nội Đơn (Ngân Ngọc), giao kết trăm báu, tên gọi là Kim Dịch Hoàn Đơn.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) **14** [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) **15** [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 15. NHẬT Ô NGUYỆT THỔ ĐỒ 日鳥月兔圖



Xá Nữ tróc Ô, dĩ thôn Ngọc Thổ.

姪女捉鳥以吞玉兔.

Anh Nhi khu thổ dĩ hấp Kim Ô.

嬰兒驅兔以吸金鳥.

Trong Nhật là Ô, Ô là Thần, Thần là Hoả, Hoả thuộc Tâm, Tâm là Hống, Hống là Li.

Trong Nguyệt là Thổ, Thổ là Khí, Khí là Dược, Dược thuộc Thân, Thân là Diên, Diên là Khâm.

Hai chữ Tâm Thân, là Dược, là Hoả, lúc Thái Thủ thì gọi là Dược, trong Dược có Hoả, lúc luyện thì là Hoả, trong Hoả có Dược. Dùng Hoả luyện Dược để thành Đơn, dĩ Thần ngự Khí sẽ thành Đạo.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) **15** [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) **16** [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 16. NHẬT Ô, NGUYỆT THỔ THUYẾT 日鳥月兔說

Nhật là Dương. Trong Dương hàm chứa Âm, tượng trong Cát có Hống. Dương không có Âm, không làm cho Hồn được sáng. Nên gọi là “Thư Hoả” đó là Dương Trung hàm Âm vậy.

Trong Nhật có Ô, quẻ thuộc Nam Phương, gọi là Ly Nữ. Cho nên nói: Nhật cư Ly vị, phản vi nữ.

Nguyệt là Âm. Trong Âm có hàm chứa Dương, tượng trong Diên có Ngân. Âm không có Dương, không làm cho Phách được sáng, cho nên gọi là “Hùng Kim”. Đó là Âm trung hàm Dương vậy.

Trong Nguyệt có Thổ, quẻ thuộc Bắc Phương, gọi là Khảm Nam. Cho nên nói: Khảm phối Thiềm cung, khước thị Nam 坎配蟾宮卻是男.

Sách Vô Lậu<sup>[1]</sup> nói:

Diên cầu Ngọc Thổ não trung tinh,

鉛求玉兔腦中精,

Hống thủ Kim Ô tâm nội huyết.

汞取金鳥心內血.

Chỉ khu nhị vật kết thành Đơn,

只驅二物結成丹,

Chỉ Đạo bất phiền vô nữu niết.

至道不繁無扭捏.

Bài thơ trên có thể viết giản dị lại như sau:

Thần tụ Ngọc Thổ não trung tinh,

神聚玉兔腦中精,

Khí hợp Kim Ô tâm nội huyết.

氣合金鳥心內血.

Tinh Thần Khí Huyết hợp thành đan,

精神氣血合成丹,

Đại đạo giản dị hựu trực tiếp.

大道簡易又直接.

Thần là Ngọc Thổ, Tinh trong Não,  
 Khí hợp Kim Ô, máu trong Tâm.  
 Tinh thần khí huyết thành Đan hợp,  
 Chí Đạo rõ ràng chẳng khó đâu.

Ngộ Chân Thiên viết:

Tiên bả Kiền Khôn vi Đỉnh Khí,  
 先把乾坤為鼎器,  
 Thứ đoàn ô Thổ dược lai phan.  
 次搏烏兔藥來烹.  
 Ký khu nhị vật<sup>[2]</sup> qui Hoàng Đạo,  
 既驅二物歸黃道,  
 Tranh đắc kim đơn bất giải sinh.  
 爭得金丹不解生.

Bài thơ trên giản dị hoá như sau:

Tiên bả Kiền Khôn tố luyện lô,  
 先把乾坤做煉爐,  
 Thứ thủ Thần Khí dược lai phan.  
 次取神氣藥來烹.  
 Hợp vi nhất thể chu kỳ đáo,  
 合為一體周期到,  
 Tiện hữu Kim Đơn dĩ luyện thành.  
 便有金丹以煉成.  
 Trước lấy Kiền Khôn làm Lô Đỉnh,  
 Sau đem Thần Khí thuốc về đun.  
 Hai bên hợp lại thành Nhất Thể,  
 Như vậy Kim Đan đã luyện thành.

<sup>[1]</sup> Vô Lậu là giữ cho Nguyên Tinh, Nguyên Khí, Nguyên Thần không xuất ra ngoài.

<sup>[2]</sup> Nhị vật là một thể.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) **17** [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 17. ĐẠI TIỂU ĐÌNH LÔ ĐỒ 大小鼎爐圖



Tiểu nữ an danh Yển Nguyệt Lô (chỉ Đan điền),

笑汝安名偃月爐,

Thánh Nhân tư nghị phí công phu.

聖人思議費工夫.

Kỳ trung nhất vị Trường sinh dược (chỉ Nội đan),

其中一味長生藥,

Bất dữ phàm nhân thoại hữu vô.

不與凡人話有無.

Cười người tưởng biết Yển Nguyệt Lô,

Lời lẽ Thánh Nhân, nghĩ hiểu ra.

Khó thể biết tường Trường sinh dược,

Chuyện ấy phàm phu khó mà dò.

\*

Tiểu nữ an danh Yển Nguyệt Lô,  
 笑汝安名偃月爐,  
 Kim đơn chỉ thử mạc tha đồ.  
 金丹只此莫他圖.  
 Ái hà phong tĩnh ngoại biên khán,  
 愛河風靜外邊看,  
 Phương kiến Ma Ni nhất khoảnh châu.  
 方見摩尼一顆珠.  
 Cười người tưởng hiểu Yển Nguyệt Lô,  
 Kim đan tại đó, chẳng có xa.  
 Nếu thấy đục tình không khởi động,  
 Châu ngọc Kim đan sẽ sáng loà.

\*

Nữ hà hình tượng hiệu Huyền Thai,  
 汝何形象號懸胎,  
 Nhất đoá Chân Diên hoa chính Khai,  
 一朵真鉛花正開.  
 Chỉ vì Kim Đơn hảo tiêu tức,  
 只為金丹好消息,  
 Thủ qui đỉnh nội kết Anh Hải.  
 取歸鼎內結嬰孩.  
 Thánh thai hình tượng đó ra sao,  
 Một đoá Chân Diên hoa vừa nở  
 Kim Đơn như vậy, chính tin vui,  
 Hãy hái đem về kết Anh Hải.

\*

Nữ hà hình tượng hiệu Huyền Thai,  
 汝何形象號懸胎,  
 Khước bả thanh danh biến cửu cai.  
 卻把聲名遍九垓.  
 Khởi dẫn sinh nhân, sinh vạn vật,  
 豈但生人生萬物,  
 Tổ Tiên tổ Phật yếu tha lai.  
 做仙做佛要他來.

Thánh thai hình tượng đó ra sao?  
 Tên nó vang danh truyền thiên hạ,  
 Sinh trời, sinh đất, tạo vạn loài,  
 Tạo Tiên, Tạo Phật cũng không ngoài.

\*

Yến Nguyệt Lô trung ngọc nhụy sinh,  
 偃月爐中玉蕊生,  
 Chu Sa đỉnh nội thủy ngân bình.  
 硃砂鼎內水銀平,  
 Chỉ nhân hoả lực điều hoà hậu,  
 只因火力調和後,  
 Chủng đắc Hoàng Nha tiệm trưởng thành.  
 種得黃芽漸長成,

Yến Nguyệt lô trung, Ngọc Nhụy sinh,  
 Trong đỉnh Chu Sa, Thủy ngân bình.  
 Điều hoà Hoả lực cho đúng cách,  
 Như vậy Hoàng Nha sẽ trưởng thành.

\*

An lô lập đỉnh pháp Kiền Khôn,  
 安爐立鼎法乾坤,  
 Luyện đoạn tinh thần chế phách hồn,  
 煉煅精神制魄魂,  
 Đỉnh nội nhược vô chân chủng tử,  
 鼎內若無真種子,  
 Do tương Thủy Hoả chữ không đang.<sup>[1]</sup>  
 猶將水火煮空鑪,  
 An Lô, Lập Đỉnh bắt chước Trời,  
 Đoàn luyện Tinh Thần, chế phách hồn,  
 Nếu trong đỉnh nội, không Nguyên Khí,  
 Lò không như vậy, đúc hun gì?

<sup>[1]</sup> Yến nguyệt lô = Đan điền; Trường sinh dược = Nội đan; Huyền thai đỉnh = Đan điền; Chân chủng tử = Nguyên Khí; Chu sa đỉnh = Thượng đơn điền; Thủy Ngân = Âm khí hoặc Nguyên Thần; Hoàng Nha = Đan điền.

[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) **18** [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 18. ĐẠI TIỂU ĐỈNH LÔ THUYẾT 大小鼎爐說

Phàm tu Kim Dịch Đại Đơn, trước phải an lô, lập đỉnh.

Đỉnh đây là khí vật, không bằng vàng, không bằng sắt. Lô là dụng cụ không bằng ngọc hay bằng đá.

Huỳnh Đỉnh là Đỉnh, Khí huyết là Lô.

Huỳnh Đỉnh ở trên Khí Huyết. Kinh lạc tương Liên với nhau, là chỗ giao hội của trăm mạch trong người.

Quẻ Đỉnh viết: Chính vị ngưng mệnh 正位凝命 (Ngôi vị quân tử có chính đáng, thì dân mới nghe lời). Thế gọi là Tiểu đỉnh lô.

Ngôi vị của Kiền là Đỉnh, ngôi vị của Khôn là Lô.

Trong Đỉnh có Âm khí của Thuỷ Ngân, hay Hoả Long Tính Căn 火龍性根 (Nguyên Thần chi bản 元神之本).

Trong Lư có Dương Khí của Ngọc Nhũ, hay Thuỷ Hổ Mệnh Đế 水虎命帝 (Nguyên Khí chi bản 元氣之本). Hổ ở dưới là động cơ phát hoả. Long ở trên gây sóng gió đặng vân.

Nếu trong lò, Dương thăng âm giáng không sai, thì trong Đỉnh, Thiên Hồn Địa Phách lưu luyến, Thanh Long Bạch Hổ tương câu, Ngọc Thổ Kim Ô tương bảo, Hoả Hầu điều đình, luyện thành chí bảo.

Nên Thanh Hà Tử nói: Đỉnh Đỉnh phi Kim Đỉnh, Lô Lô phi Ngọc Lô, Hoả tòng Tế hạ phát, Thuỷ hướng đỉnh trung phù 鼎鼎非金鼎, 爐爐非玉爐. 火從臍下發, 水向頂中符. Tam Tính<sup>[1]</sup> ký hội hợp, Nhị vật<sup>[2]</sup> tự tương câu, Cố tế (Tồn Tâm Định ý) thai bất tiết, Biến hoá (Đại Đạo thành) tại tu du. Thế gọi là Đại đỉnh lô.

<sup>[1]</sup> Tinh, Khí, Thần.

<sup>[2]</sup> Nguyên Thần, Nguyên Khí.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) **18** [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) **19** [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 19. NỘI NGOẠI NHỊ DƯỢC ĐỒ 內外二藥圖



Thượng dược Tam Phẩm là Thần, Khí, Tinh. Bản thể tuy là Ba nhưng công dụng thì chỉ có hai: Sao gọi là Thể. Tam bảo tuy ba, nhưng chỉ có một Thể. Còn Công Dụng thì có trong ngoài. Cho nên Ngô Chân Thiên viết:

Nội dược<sup>[1]</sup> hoàn đồng ngoại dược,<sup>[2]</sup>

內藥還同外藥,

Nội dược thông, Ngoại dược tu thông.

內藥通外藥須通.

Đan đầu hoá thực tự nhiên hồng,

丹頭火熟自然紅,

Ôn dưỡng lưỡng tác dụng.

溫養兩作用.

Đó là Tiệm Giáo, là Quyền Giáo, giúp người Trung Căn, và Hạ Căn.

Đại dược tuy phân Thần, Khí, Tinh,

大藥雖神氣精，

Tam ban nguyên thị nhất căn sinh.

三般原是一根生。

Phàm phu sinh tử như luân chuyển,

凡夫生死如輪轉，

Chỉ nhân mê khước bản lai tâm.

只因迷卻本來心。

Đại được tuy phân Thần, Khí, Tinh

Tam ban kỳ thực một gốc sinh.

Con người sở dĩ bị luân chuyển,

Chính vì không biết Bản Lai Tâm.

Tâm tức là Tính. Cho nên, Tức Nhiên Tử nói:

Bản Lai Chân Tính hiệu Kim Đơn,

Tứ đại vi lô, luyện tác đoàn.

本來真性號金丹，四大為爐煉作團。

Bản Lai Chân Tính ấy Kim Đan,

Tứ đại làm lò, luyện thành đoàn.

Đó là Đốn Giáo, đó là Thật Pháp. Giúp người Thượng căn và Thượng Thượng căn.

---

[1] Nguyên Thần.

[2] Nguyên Khí.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) **19** [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) **20** [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 20. NỘI NGOẠI NHỊ DƯỢC THUYẾT 內外二藥說

Phàm tu luyện trước phải tu ngoại dược (Nguyên Khí), sau tu nội dược (Nguyên Thần), Nhưng người cao nhân, thượng sĩ, vì có Linh căn, nên không luyện ngoại dược mà chỉ luyện nội dược.

Nội dược vô vi vô bất vi, Ngoại dược hữu vi hữu dĩ vi. Nội dược vô hình vô chất nhưng thực hữu. Ngoại dược có thể có dụng nhưng thực vô.

Ngoại dược khả trị bệnh, khả dĩ Trường Sinh Cứu thị. Nội dược khả dĩ siêu việt, khả dĩ xuất Hữu, nhập Vô.

Ngoại dược: Ngoại Âm Dương vãng lai. Nội dược: Nội Khảm Ly Bức Thấu (Hội hợp).

Ngoại dược (Nguyên Khí) là Giao cảm chi tinh, trước hết không được tiết lậu; là Hô hấp chi khí, cần thở nhẹ nhàng; là Tư lự chi thần, cần được an tĩnh.

Nội dược là Nguyên Thần. Luyện Tinh là luyện Nguyên Tinh, trừu Nguyên Dương của quẻ KHẨM. Nguyên Tinh mà bền, thì Tinh Khí giao cảm sẽ không tiết; Luyện Khí là luyện Nguyên Khí, Bổ Nguyên Âm của quẻ LY; Nguyên khí mà lưu trú, thì Hô Hấp chi khí tự nhiên sẽ không ra vào. Luyện Thần tức là hội tụ Khảm Ly thuỷ hoả để khôi phục Kiền Nguyên (Dĩ Khảm điền Ly biến Ly thành Kiền). Nguyên Thần ngưng tụ, thì tư lự chi thần sẽ thái nhiên an định.

Ngoại dược, nội dược (Nguyên Thần, Nguyên Khí) kiêm tu, chắc sẽ thành tiên.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) **20** [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) **21** [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 21. THUẬN NGHỊCH TAM QUAN ĐỒ 順逆三關圖

### 圖 關 三 逆 順



Ngã pháp thậm thâm,  
 我法甚深深,  
 Diệu dụng nhân nan thức,  
 妙用人難識,  
 Thuận Nghịch lưỡng câu vong,  
 順逆兩俱忘,  
 Không Hư trấn trường tịch.  
 空虛鎮長寂,  
 Phép ta thật thâm trầm,  
 Rất hay, khôn kẻ biết,  
 Thuận, Nghịch mà quên hết,  
 Còn lại độc Hư Không.

**Thuận:**

Tâm sinh ư Tính (Tiên Thiên Nguyên Thần). Ý sinh ư Tâm. Ý chuyển vi tình. Tình sinh thành Vọng.  
心生於性意生於心意轉為情情生成妄。

Cho nên Linh Nhuận Thiên Sư nói:

Chỉ nhân nhất niệm vọng,  
只因一念妄,  
Hiện xuất vạn ban hình.  
現出萬般形.  
Chỉ tại một niệm lầm,  
Nên sinh muôn hiện tượng.

**Nghịch:**

Kiểm vọng hồi tình. Tình phản vi ý. Nhiếp ý an tâm. Tâm qui Tính địa.  
檢妄回情情返為意攝意安心心歸性地。

Cho nên Ngụy Bá Dương Chân Nhân viết:

Kim lai qui Tính sơ,  
金來歸性初,  
Nãi đắc xưng hoàn đơn.  
乃得稱還丹.  
Kim như quay về Tính,  
Sẽ được gọi Hoàn Đơn.

(Thu Tình qui Tính, Thần Khí giao, Đại đạo nội đơn tài thành Liễu.)

收情歸性神氣交,大道內丹才成了。

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) **21** [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) **22** [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 22. THUẬN NGHỊCH TAM QUAN THUYẾT 順逆三關說

Đạo sinh Nhất, Nhất sinh Nhị, Nhị sinh Tam, Tam sinh vạn vật. Đó gọi là THUẬN KHỬ, để sinh Nhân, sinh Vật. Còn Hình hoá Khí, Khí hoá Thần, Thần hoá Hư thì gọi là NGHỊCH LAI, để thành Phật, thành Tiên.

Bước thứ Nhất là luyện Tinh hoá Khí, phải biết giờ Thiên Quý (Hoạt Tí, hay hoạt Tí thời, là lúc Nhất Dương sơ sinh). Khi Thái thủ, thì Ý phải bồi hồi. Lấy Ý dẫn Khí. Cho nên nói:

Hoả bức Kim hành điên đảo chuyển,<sup>[1]</sup>

火逼金行顛倒轉，

Tự nhiên đỉnh nội đại đan ngưng.

自然鼎內大丹凝。

Bước thứ hai là Luyện Khí hoá Thần. Thừa lúc Hoả lực ngùn ngụt, giá vận Hà Xa (Chân Khí). Từ Thái Huyền Quan (Vĩ Lữ) lên tới huyệt Thiên Cốc (Nê Hoàn). Khí hợp với Thần, sau đó xuống tới Huỳnh phòng (Đan Điền), gọi là Kiềm khôn giao cấu, buông một điểm xuống Huỳnh Phòng.

Bước thứ ba là Luyện Thần hoàn hư: Thủ Nhất bảo nguyên (Tu Trì định tĩnh, chấp thủ bảo nguyên), khiến Thần qui nhập Tì Lô Tính Hải (Đan Điền).

Tam quan tự Hữu vi (Hậu Thiên, từ Hình tới Hư) nhập Vô vi (Tiên Thiên, Tiên Thiên chi Hư) là tiệt pháp. Tu bước thứ ba gồm cả 2 bước trước là Đốn Pháp.

Nếu Luyện Thần Hoàn Hư là khi đạt tới: Chí Hư Cực, thủ Tinh Đốc, thì Tinh tự hoá khí, Khí tự hoá Thần. Quan Doãn Tử gọi thế là: Quên tinh thần mà siêu sinh (Vong Tinh Thần nhi siêu sinh.)

[1] Dĩ Ý dẫn Khí.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) **22** [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) **23** [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 23. TẬN TÍNH LIỄU MỆNH ĐỒ 盡性了命圖



Tính người vốn lành, đó là nói Thiên mệnh chi Tính (Tính Trời). Tính tương cận là Khí Chất chi Tính (Tính Người). Thiên Mệnh chi tính, là luận về Bản Thể. Khí chất chi tính, là luận về Bẩm Thụ. Thiên mệnh chi Tính bao giờ cũng tốt. Khí chất chi Tính có tốt, có xấu.

Trình tử nói: Ở Trời là Mệnh, ở người là Tính. Cho nên, biết được Tính rồi sau mới Tận Tính, và mới hoàn thành Tu Mệnh. Tính Mệnh không hai, gọi là Song Tu.

Tính Mệnh song tu thị đích truyền,  
 性命雙修是的傳,  
 Yếu yếu, minh minh, hựu huyền huyền.  
 杳杳冥冥又玄玄.  
 Thủy tri bản thể vô sinh tử,  
 誰知本體無生死,  
 Tử tử, sinh sinh thực sử nhiên.  
 死死生生孰使然.

Chân truyền Tính Mệnh song tu,  
Mơ hồ, huyền ảo màng mơ gót đầu.  
Bản nguyên sinh tử chi đâu?  
Ai kia bày vẽ cơ màu tử sinh.

Vạn vật thế gian là một Thần. Thần vốn chí Hư, Đạo vốn chí Vô. Dịch (Biến Hoá) ở trong đó.

Trời ở trên, Đất ở dưới, người ở giữa tự biến thiên, biến hóa. Khí ở trong đó.

Trung Hoà Thiên Địa để lập Mệnh, nắm thụ hư Linh để thành Tính. Lập Tính, lập Mệnh, Thần tại trong đó.

Mệnh y phụ vào Khí, Tính y phụ vào Thần. Tiềm Thần nơi Tâm, tụ Khí nơi thân. Đạo ở trong đó. Đạo là chủ của Thần, Thần là Chủ của Khí, Khí là Chủ của Hình hài, Hình là chủ của sinh. Vô sinh thì hình trú, hình trú thì khí trú, Khí trú thì Thần trú, Thần Trú thì Ngọc Châu Tính sẽ sáng ngời, và Mệnh sẽ ngưng kết. Nguyên Thần sẽ Linh Minh. Thế là Kim đơn thành. Tính Mệnh song tu đến đây là hết.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) **23** [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) **24** [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 24. TẬN TÍNH LIỄU MỆNH THUYẾT 盡性了命說

Đan điền ví dụ là Mặt Trời. Nguyên Tính ở Tâm ví dụ là Mặt Trăng. Nhật quang tự phản chiếu vào Nguyệt. vì sau khi giao hội, thì Bửu Thể sinh Kim.

Nguyệt thụ Nhật khí, cho nên Mồng Ba, sinh một Dương. Nhất Chân Linh Khí ở tại Đan Điền, thấy một điểm Linh Quang tự Tâm thường chiếu ra, mà không có ngày đêm.

Đến Mồng Tám, thì hai Dương sinh Chỉ mới có hai Dương, thì Đan chi Kim Khí hãy còn yếu, nên Nguyên Tinh cũng chưa mạnh.

Khi đến ngày Vọng (15), thì Tam Dương đã đủ.

Tam Dương đủ, thì Nguyên Tính tận hiện, như Trăng tròn vậy.

Trăng đã tròn thì 16, một Âm Sinh.

Một Âm Sinh, thì Tính qui về lúc đầu của Mệnh.

Từ một Âm sinh cho đến ngày 23, thì Nhị Dương sinh.

Hai Âm là Tính qui về Mệnh được 2/3.

Đến ngày 30 thì Tam Dương đầy đủ.

Tam Dương đầy đủ là Tính qui về Mệnh.

Lúc bắt đầu, thì lấy Mệnh thủ Tính. Sau thì lấy Tính an Mệnh. Đó là đại cơ khái quát về Tính Mệnh song tu.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) **24** [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) **25** [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 25. CHÂN THỔ ĐỒ 真土圖



Tâm an Chân Thổ dĩ thành, dĩ mặc, dĩ nhu.

心安真土以誠以默以柔.

Khí dưỡng hạo nhiên, vật chính, vật vong, vật trợ.

氣養浩然勿正勿忘勿助.

(Tâm tồn chính niệm, cần tinh thành, tĩnh mặc, nhu hoà. Luyện dưỡng chính Khí, thì nội tức không chính sẽ trở lại chính, như có như không, vô sinh vô diệt.)

Tấn Mẫu Mạc Da ý Thái Không,

牝牡鏤鐳倚太空,

Oai phong lẫm lẫm thắc anh hùng.

威風凜凜忒英雄.

Thánh phàm bất cảm đài đầu khán,

聖凡不敢抬頭看，  
Lưỡng đạo Thần quang xạ Đấu trung.  
兩道神光射斗中。

Thanh Kiếm Mạc Gia giữa Không Trung,  
Thư Hùng kiếm ấy rất oai phong,  
Thế gian ít kẻ dám quay ngoá,  
Lưỡng đạo Thần Quang chiếu tận Trời.

(Âm Dương tương hợp, thì hiệu dụng hiển minh, Thánh phàm đều được ích lợi, Thật là áo bí, thần diệu vô cùng.)

Lấy vật làm thuốc, để trị Liệu cho Thân. Lấy Pháp làm thuốc để trị Liệu Tâm bệnh. Tức là lấy Tâm người bệnh để chữa trị Tâm người Bệnh.

Bảo kiếm thư hòa hùng, song song sáp chân thổ,  
寶劍雌和雄雙雙插真土，  
Hùng giáng tranh nanh long, thư phục xương cuồng hổ.  
雄降猙獰龍雌伏猖狂虎。  
Thư hùng đôi kiếm cắm xuống đất,  
Hổ long tuy dữ cũng đầu hàng.

(Khi hai khí Âm Dương đều ở tại Đan Điền, Dương khí trừ mọi hư giao, Âm khí chế ngự mọi niệm dục.)

Lưỡng chi tuệ kiếm sáp Chân Thổ,  
兩枝慧劍插真土，  
Vạn bệnh tiềm tiêu xuất ảo khu.  
萬病潛消出幻軀。

Hai kưỡi kiếm thần cắm xuống đất,  
Con người hết bệnh, khỏi âu lo.

(Khi 2 khí Âm Dương tụ tại Đan Điền, thì vạn bệnh tiêu trừ và người sẽ khoẻ mạnh)

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) **25** [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) **26** [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 26. CHÂN THỔ CĂN TÂM THUYẾT 真土根心說

Con người chịu lấy khí trời đất để sinh, khí này vốn chứa trong Thổ của Trời đất, không bao giờ cùng. Còn Khí để con người được sống cũng tàng chứa trong Thổ nơi Thân con người. Nó cũng vô cùng tận. Cho nên, Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí gốc nơi Tâm, như thảo mộc gốc nơi Đất. Rễ thảo mộc bắt xuống đất, nên cây cối rườm ra, xanh tươi. Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí sinh nơi Tâm, cũng làm cho ta nên đẹp đẽ như trẻ con. Mạnh Tử nói: Cư di Khí, dưỡng di Thể 居移氣養移體 (Nhà cửa biến đổi khí chất con người. Uống ăn biến đổi hình thể con người.)<sup>[1]</sup>

(Lòng mà khinh khoáng thành thơi,

Rồi ra sẽ thấy tốt tươi hình hài.)

Đại Học nói: Tâm quảng thể bàn 心廣體胖. Tâm đã rộng, người đã mập, mà lại nói rằng bệnh không lìa xác, thì nhầm vậy.

Cây cối mà tiêu tụy, khô héo, thì phải làm sao? Đương nhiên là phải lo trị gốc. Phải thêm đất, phải tưới bón cho nó. Tự nhiên sinh cơ sẽ phục hồi.

Tâm con người cũng như là rễ cây cỏ. Tâm mà bệnh, thì thân sẽ bệnh, Tâm không bệnh, thì thân không bệnh.

Cho nên thân bệnh là do Tâm bệnh. Giữ cho tâm không bệnh, thì thân sẽ được mập mập. Ấy là thánh được trừ bệnh.

<sup>[1]</sup> Mạnh Tử, Tận Tâm Thượng, tiết 36, câu 1) Đại học viết: Tâm quảng, thể bàn. (Chap. 6, 4)

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) **26** [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) **27**  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 27. HỒN PHÁCH ĐỒ 魂魄圖



Hồn là Thần của Khí. Có thanh có trọc. Mũi mềm hô hấp được là nhờ nó. Hô là Khí Dương Thân, Hấp là khí Âm Khuất. Phách là Thần của Tinh. Có hư có thực. Tai mắt nghe, thấy được là nhờ nó. Thấy được là Dương minh. Nghe được là Âm Linh. Dương Thần là Hồn. Âm Thần là Phách. Hồn Phách hỗ tương làm nhà cửa cho nhau nương náu. Sống là Tinh Khí. Chết là Hồn Phách. Quỷ Thần là cái gì công cộng của Trời Đất.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) **27**  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 28. HỒN PHÁCH THUYẾT 魂魄說

Quĩ Vân là Hồn. Quĩ Bạch là Phách. Vân là Phong. Phong là Mộc. Bạch là Khí. Khí là Kim. Gió tán phát nên nhẹ nhàng. Khinh Thanh là Phách theo Hồn mà Thăng.

Kim là kiên cố, trọng trọc. Trọng trọc là Hồn theo Phách giáng. Cho nên thánh nhân lấy Hồn vận Phách. Chúng nhân thì lấy Phách nhiếp Hồn.

Hồn ban ngày ở nơi mắt. Phách ban đêm ở nơi Gan. Ban ngày Hồn thấy vật. Phách ở Gan nên nằm mộng. Mộng nhiều thì Phách chế Hồn. Biết nhiều thì Hồn thắng Phách.

Cho nên, nhân có Phách mới có Tinh, nhân có Tinh mới có Hồn, Nhân có Hồn mới có Thần, nhân có Thần mới có Ý, nhân có Ý mới có Phách.

Nằm thành phần ấy vận hành không ngừng. Cho nên Tâm tà nguy của ta bị lưu chuyển mấy ức vạn năm vô cùng cực.

Mầm hạt tương sinh, không biết mấy vạn châu thiên. Trời đất tuy lớn, nhưng nếu quả mà không hạt, cũng không sinh được cây con.

Con mái và trứng tương sinh. Không biết bao là muông thú. Âm Dương tuy diệu, cũng không làm được trứng mà không có trống mái.

Cho nên Thánh Nhân thấy vạn vật sinh xuất, lấy Tính mà đối với chúng chứ không lấy Tâm. Tính là Tâm khi chưa manh nha. Không Tâm thời không Ý. Vô Ý sẽ không có Phách. Không có Phách sẽ hết thụ sinh, và luân hồi sẽ mãi dứt.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) **29** [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 29. THIỀM QUANG ĐỒ 蟾光圖



Thái Cực từ đó sinh trời đất. người. Cha mẹ từ đó sinh thân ta. Ta phải dùng nó luyện Kim Đơn. Nó thoát thai từ Hỗn Động nhất Khí, sinh ra từ quẻ Khôn (Đan Điền). Tròn trĩnh, rục rờ, gọi là Thiềm Quang. Ngọc Khê Tử nói:

Phẫu khai Thái Cực bao,	剖開太極包，
Lộ xuất Thiên Địa tâm.	露出天地心。
Hư Không khoáng vô nhai,	虛空闊無涯，
Vi mục hiện cô sơn (Đan điền).	微目現孤山。

Mở được bao Thái Cực,  
 Sẽ thấy THIÊN ĐỊA TÂM.  
 Hư Không rộng man mác,  
 Nhíu mắt thấy cô sầm. (Đan Điền)

Tây Xuyên<sup>[1]</sup> ngạn thượng đài đầu vọng,

西川岸上抬頭望，

Nhất phái Thiềm quang<sup>[2]</sup> trảm bích ba.

一派蟾光蘸碧波。

Tiện hảo hạ công tu nhị bát,<sup>[3]</sup>

便好下功修二八，

Ân cần tử tế thác Hoàng Bà.<sup>[4]</sup>

殷勤仔細托黃婆。

<sup>[1]</sup> Đan điền.

<sup>[2]</sup> Thận gian vận khí.

<sup>[3]</sup> Nguyên Thần, Nguyên Khí.

<sup>[4]</sup> Đan điền.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) **29** [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) **30** [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 30. THIỀM QUANG THUYẾT 蟾光說

Thái Hư trống rỗng, hạo nguyệt sáng soi, sóng tuyết phi đằng Kim Mô nhả sáng. Con người thấy trăng sáng, nên cho rằng Kim Tinh thịnh nên mặt trăng sáng vậy. Có biết đâu rằng Kim sinh ra là do nơi mặt trăng.

Người thấy Kim sinh từ nguyệt, nhưng không biết rằng trăng sáng là do Mặt Trời.

Nguyệt là Nguyên Tính, Thủy là Khảm cung, Kim Mô là Nhất Điểm Chân Dương. Kim Mô (Kim mô cũng là kim Thiềm) là Chân Dương chi Khiếu.

Nguyên Tính ví dụ là Nguyệt. Là Dụng của Tính. Tính vừa phát hiện, thì tròn trịa, trong sáng, như ngôi sao chổi.

Khí Chất chi tính vừa đình chỉ, thì Nguyên Dương Chân Tính Liên hiện ra. Như mây tan thì trăng hiện, móc tan thì nhìn thấy ánh Dương Quang.

Thấy được vật này là Nguyên Khí đã sinh ra, phải Thái Thủ nó ngay. Y như thấy cướp là bắt ngay, đừng để chạy thoát. Thu lấy đem về Đan Điền, thì Nhất Điểm Nguyên Khí Thiềm Quang, không thể tẩu tiết ra ngoài.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) **30** [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) **31** [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 31. HÀNG LONG ĐỒ 降龍圖



Đầu giác chanh vanh thế mạc đương (Chỉ Long),

頭角掙嶸勢莫當,

Vân thu, vũ tể ám tiềm tàng (Chỉ Hàng Long),

雲收雨霽暗潛藏.

Tòng kim bất hứa phiên đàm động,

從今不許翻潭洞,

Dưỡng khoả Ly Châu (Đan Điền), dạ dạ quang.

養顛驪珠夜夜光.

Đầu sừng dữ tợn khó ai đương,

Trời quang, mây tạnh, bắt lai hàng.

Không cần bay nhảy trong hồ động,

Chỉ muốn đơn thành, phát dạ quang,

Hàng Long<sup>[1]</sup> vị đắc, khởi thành tiên?

降龍未得豈成仙？

Hàng đắc Chân Long, đan khả viên.

降得真龍丹可圓。

Tu tín Thần Tiên hoạt thủ đoạn,

修信神仙活手段，

Nhất hào đầu thượng kiến Long Thiên.

一毫頭上見龍天。

Hàng long không nổi khó thành tiên,

Hàng được Chân Long, đan sẽ viên,

Nên biết thần tiên rất thủ đoạn,

Ngược mắt nhìn lên thấy Long Thiên.

---

<sup>[1]</sup> Nguyên Thần hạ tấu Đan Điền.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) **31** [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) **32** [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 32. HÀNG LONG THUYẾT 降龍說

Ly Nhật (Tâm và Lửa) là Hống, là Nguyên Thần. Trong đó có Mậu Thổ (Chính niệm), tạm gọi là Long. Hình tướng nó dữ tợn, có thể sinh nhân, có thể sát nhân, lại chuyên giúp người thành Phật, thành Tiên. có sức biến hoá, cảm mà thông suốt, vân hành, vũ thí, phẩm vật lưu hình. Quê Kiền nơi hào Cửu Nhị viết: Hiệ Long tại điền. Lợi kiến Đại Nhân. 現龍在田利見大人.

Đức Khổng nói: Long đức nhi chính trung dã. 龍德而正中 也. Người đời không hiểu được công trạng sinh sinh của Long này, cho nên bị nó làm hại.

Nếu hiểu được và biết sợ nó, biết chế ngự được nó, thì có thể hàng phục được tính dữ tợn của con Long này, và tích được hết tinh hoa của Hống.

Hàng Long là chế ngự được Chân Hoả trong Tâm. Hoả tính không còn bay, tức là Long đã bị chế ngự, và cũng là lúc thủ đắc được Diên (Nguyên Khí).

Cho nên nói: Bất tích Hống, hà dĩ thủ kỳ Diên. 不積汞何以取其鉛 (Không tụ Nguyên Thần, thì không sao có được Nguyên Khí).

Không hàng Long, thì không sao mà Phục Hổ. (Không hàng phục được Thần, thì không sao chế ngự được Tính Mệnh).

Vả lại Chân Nguyên Thần (Long), Chân Nguyên Khí (Hổ) không dễ hoà hợp, và Chân Long, Chân Hổ cũng rất khó hàng phục.

Học giả mà hiểu được điều này, thì những chuyện khác là ngọn ngành vậy.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) **32** [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) **33** [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 33. PHỤC HỔ ĐỒ 伏虎圖



Thái dược<sup>[1]</sup> tìm chân đáo hổ<sup>[2]</sup> Khê,

採藥尋真到虎溪，

Khê trung, hổ chính tác hùng uy.

溪中虎正作雄威。

Bị ngô chế phục khiên qui xá,<sup>[3]</sup>

被吾制伏牽歸舍，

Xuất nhập tương lai đương mã ki.

出入將來當馬騎。

Hái thuốc tìm chân tới Hồ Khê,

Trong Khê, chính lúc hổ ra uy.

Chế ngự bắt về nơi hàn xá,

Dùng làm ngựa cưới lúc vô ra.

Hàng Long, phục Hổ dã vô nan,

降龍伏虎也無難，

Hàng phục qui lai, toả ngọc quan.<sup>[4]</sup>

降伏歸來鎖玉關，

Nhật nguyệt phân minh, phanht đỉnh<sup>[5]</sup> nội,

日月分明烹鼎內，

Hà ưu bất tác Đại Hoàn Đan.

何憂不作大還丹。

Hàng Long, phục Hổ chẳng khó khăn,

Bắt được đem về khoá ngọc ban.

Thần Khí phân minh đun trong vạc,

Lo chi không luyện được kim đan?

Nhập hổ huyết<sup>[6]</sup> tìm hổ lạc hoà,<sup>[7]</sup>

入虎穴尋虎酪酥，

Kỳ trung tư vị thắng đề hồ.

其中滋味勝醍醐。

Tự nhân tố đáo giá ta xứ,

自人做到這些處，

Phương thị Kiền Khôn đại trượng phu.

方是乾坤大丈夫。

Vào tới hang hùm tìm sữa Hổ,

Mới hay mùi vị chẳng kém bơ.

Con người mà dám vào nơi đó,

Mới thực Kiền Khôn đại trượng phu!

<sup>[1]</sup> Nguyên Thần, Nguyên Khí.

<sup>[2]</sup> Nguyên Khí.

<sup>[3]</sup> Đan Điền.

<sup>[4]</sup> Long Hổ là Nguyên Thần, Nguyên Khí, Ngọc quan là Đan Điền.

[\[5\]](#) Đan điền.

[\[6\]](#) Đan Điền.

[\[7\]](#) Nguyên Khí.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) **33** [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) **34** [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 34. PHỤC HỔ THUYẾT 伏虎說

Khảm Nguyệt là Diên. Trong có Mậu Thổ. Gượng gọi là Hổ. Hình tướng dữ tợn, Có thể thương nhân, có thể sát nhân. Lại ẩn dấu Khí tượng Đại Thừa. Khi nó cử động thì oai phong lẫm lẫm, kêu nó Liền ứng, hàm hoàng quang đại, phẩm vật tư sinh (Kinh Dịch, Quẻ Khôn, Thoán Truyện).

Văn Vương viết trong kinh Dịch: Lý Hồ vĩ. Bất khiết nhân hanh. 履虎尾不啞人亨 .

Lý dẫm đuôi hùm. hùm chẳng cắn,

Hùm chẳng cắn người, mới hanh thông.

Lại nói: Lý đạo thân thân, u nhân trinh cát. (Lý, Cửu Nhi). 履道坦坦幽人貞吉 .

Cửu nhi, thênh thang trên đường đạo,

Âm thầm vui sống thế mà hay.

Khổng tử viết: Tố Lý chi vãng, độc hành nguyện dã. (Lý, sơ cửu, Tượng) 素履之往獨行愿也 .

Tượng rằng: Vui sống đơn sơ,

Đó là thực hiện ước mơ của mình.

Nếu người hiểu được và biết sợ sệt, biết điều chế nó, thì có thể hàng phục được con hổ dữ này, để sinh ra Tiên Thiên chi Diên.

Hàng phục được cái này, là hàng phục được Chân Thủy trong thân. Nước vốn rất trong, nên Hổ có thể hàng phục được và không cắn người.

Cho nên thánh hiền xưa nay gọi Hàng long là Luyện Kỹ (Chế phục Nguyên Thần, luyện dưỡng chính niệm), phục hổ là Trì Tâm (Tu Trì bản tâm).

Cho nên Thuần Dương chân nhân nói:

Thất phản hoàn đơn tại nhân, tiên tu luyện kỹ đãi thời.

七返還丹在人, 先須煉己待時 .

Tử Dương Ông cũng nói:

Nhược yếu tu thành cửu chuyển, Tiên tu luyện kỹ, trì Tâm.

若要修成九轉, 先須煉己持心 .

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) **34** [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)





# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) **35** [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 35. TAM GIA TƯƠNG KIẾN ĐỒ 三家相見圖



Thân Tâm Ý thị thủy phân tác tam gia.

身心意是誰分作三家。

Tinh khí Thần do Ngã (tôi) hợp thành nhất cá.

精氣神由我合成一箇。

Thân, Tâm, Ý ai phân thành ba chốn.

Tinh Khí Thần ta đem hiệp một nhà.

Đại đạo huyền vi kiến thử đồ,

大道玄微見此圖，

Phân minh hữu tượng bất mô hồ.

分明有象不模糊。

Tiên tương nhất nhị vi chi dụng (Âm Dương),

先將一二為之用，

Tam tứ (Nguyên Thần, Nguyên Khí) trung đương cộng nhất đồ.

三四中當共一都。

Xem hình sẽ thấy Đạo huyền vi,  
 Có Tượng phân minh, chẳng mơ hồ.  
 Trước đem hai, một làm công dụng,  
 Sau lấy Khí Thần hiệp nhất đô.

Gan xanh làm cha, Phổi trắng làm mẹ. Tim đỏ làm con. Tì vàng làm Tổ. Thận đen làm con. Suy từ ngũ hành. Mối hay: Thân, Tâm, Ý đều một nhà. Đều qui Tỉ Mậu Kỷ.

Bất dụng ngũ kim tính Bát thạch,  
 不用五金併八石,  
 Chỉ cầu Tam Phẩm cộng nhất thất.  
 只求三品共一室.  
 Luyện thành nhất khoả Như Ý Châu,  
 煉成一顆如意珠,  
 Nhuyễn tự đầu la, hồng tự nhật.  
 軟似兜羅紅似日.

Chẳng dụng Ngũ Kim hay bát thạch,  
 Chỉ mong Tam Phẩm (Thân, Tâm Ý) hợp một nhà.  
 Luyện thành một hạt Như Ý Châu,  
 Mềm tựa lụa là, hồng như Nhật.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) **35** [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) **36** [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 36. TAM GIA TƯƠNG KIẾN THUYẾT 三家相見說

Thân, Tâm, Ý gọi là Tam Gia. Gọi là Tam Gia Tương Kiến, là muốn Tam Gia dung hợp thành nhất Thể thì Thai kết.

Tinh, Khí, Thần thì gọi là Tam Nguyên. Tam nguyên hợp nhất thì Đan Thành. Muốn Tinh, Khí, Thần hợp nhất, cốt phải Hư Tĩnh. Hư kỳ Tâm thì Thần hợp với Tính. Tĩnh kỳ Thân, thì Tinh và Tình sẽ tịch định.

Ý đại định, thì Tam Nguyên (Tinh, Khí, Thần) sẽ hợp nhất. Tinh hợp Tính, thì Kim Mộc giao. Tinh hợp Thần thì Thủy Hoả giao. Ý mà đại định thì Ngũ hành sẽ toàn vẹn. Tinh muốn hoá khí, thì Thân không được vọng động. Khí muốn hoá Thần thì Tâm không được vọng động. Thần muốn hoá Hư thì Ý không được vọng động.

Tâm mà bất động, thì:

Đông Tam, Nam Nhị đồng thành Ngũ,

東三南二同成五

Thân mà bất động thì:

Bắc Nhất, Tây Phương tứ cộng chi.

北一西方四共之

Ý mà bất động thì :

Mậu kỷ hoàn tòng sinh số Ngũ,

戊己還從生數五

Thân, Tâm, Ý mà hợp thì :

Tam gia tương kiến kết anh nhi.

三家相見結嬰兒

(Bài thơ trên rút trong Ngô Chân Thiên).

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) **36** [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) **37** [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 37. HOÀ HỢP TỬ TƯỢNG ĐỒ 和合四象圖



Kim Thủy hợp xứ,	金水合處
Mộc Hoả vi lữ.	木火為侶
Tứ giả hỗn độn,	四者混沌
Liệt vi Long Hổ.	列為龍虎

Thiên tam sinh Mộc, Vị cư Đông. Kỳ tượng vi Thanh Long.

天三生木位居東, 其象為青龍.

Thiên Nhất sinh Thủy, Vị cư Bắc. Kỳ Tượng vi Huyền Vũ.

天一生水位居北, 其象為玄武.

Địa nhị sinh Hoả, Vị cư Nam. Kỳ tượng vi Chu Tước.

地二生火, 位居南. 其象為朱雀.

Địa tứ sinh Kim, Vị cư Tây. Kỳ tượng vi Bạch Hổ.

地四生金, 位居西. 其象為白虎.

Thanh Long, Huyền Vũ giáng phương bàn.

青龍玄武降方蟠。

Bạch Hổ, Châu Tước hạ phương viên.

白虎朱雀下方援。

Tứ Tượng hoà hợp nhập Trung Cung,

四象和合入中宮，

Hoá tác nhất Linh qui Tử Phủ (Đan Điền).

化作一靈歸紫府。

Thanh Long, Huyền vũ hợp hoà

Bạch Hổ, Châu Tước một nhà đoàn viên.

Trung Cung hoà hợp mọi miền,

Kim Đan thấy tại Đan điền chẳng sai.

Mắt chẳng xem, thì Hồn tại Can,

Tai chẳng nghe, thì Tinh tại Thận.

Lưỡi bất động thì Thần tại Tâm,

Mũi chẳng ngửi, thì Phách tại Phế,

Bốn cơ quan đó vô lậu, thì Tinh Thủy, Thần Hoả, Hồn Mộc, Phách Kim đều tụ ở trong Ý Thổ, như thế gọi là Hoà hợp Tứ Tượng.

Hợp nhãn quang, ngưng nhĩ vận, điều tị tức, giam thiết khí, Tứ Đại sẽ bất động, để Kim, Mộc, Thủy, Hoả, Thổ đều hội ở Trung Cung, gọi là toàn thốc Ngũ hành vận.

Nên nói:

Tinh Thần Hồn Phách Ý,           精神魂魄意

Toàn thốc qui Khôn vị.           攢簇歸坤位

Tĩnh cực kiến Thiên Tâm,       靜極見天心

Tự hữu Thần Minh chí.           自有神明至

Tinh thần Hồn Phách Ý,

Hoà hợp tại Trung Cung,

Tĩnh cực Thiên Tâm hiện

Thần minh tự nhiên đến.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) **37** [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) **38** [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 38. HOÀ HỢP TỨ TƯỢNG THUYẾT 和合四象說

Tứ Tượng là: Thanh Long, Bạch Hổ, Chu Tước, Huyền Vũ.

Ngũ Hành là: Kim, Mộc, Thủy, Hoả, Thổ.

Long Mộc sinh Hoả, đều thuộc về Tâm.

Tâm là tượng Đế chi tiên (Tâm là gốc Ngũ Hành)

Tâm là Chân Vô, Linh diệu.

Nếu Tâm mà bất động thì Long ngâm, mây khởi, Chu Tước xếp cánh (Nguyên Thần qui phụ), và Nguyên Khí ngưng kết.

Hổ Kim sinh Thủy, đều thuộc về Thân.

Thân này, từ muôn kiếp vốn thanh tịnh, nên là Diệu Hữu của Chân Vô.

Thân mà bất động, thì Nguyên Khí sẽ y phụ và Nguyên Tinh sẽ kết thành. Tinh ngưng, Khí tụ, thì Kim, Mộc, Thủy Hoả, sẽ hòa dung nơi Chân Thổ. Tinh Thân, Hồn, Phách sẽ hòa hợp tại Chân Ý.

Chân Ý là Kiền Nguyên, là Vạn vật chi thủy, thiên địa chi mẫu, âm dương chi căn, thủy hoả chi bản, nhật nguyệt chi tông, tam tài chi nguyên, ngũ hành chi tổ.

Vạn vật nương vào đó để sinh thành, thiên Linh nhờ đó mà thư thái. Ý mà bất động, thì Nguyên Thần, Nguyên Khí tương giao, tinh khí thần tương hội, Tinh thủy, Thần Hoả, Hồn mộc, Phách Kim (Tứ Tượng) sẽ hòa hợp, Ngũ hành sẽ toàn thốc nơi Đan Điền. Tất cả đều hội tụ về Trung cung và đại Đan thành vậy.

Tử Dương chân nhân nói: Ngũ hành toàn yếu nhập Trung Ương. 五行全要入中央.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) **38** [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) **39** [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 39. THỦ KHẨM ĐIỀN LY ĐỒ 取坎填離圖



Khảm tượng lai điền Ly quái, thành Kiền.

坎象來填離卦成乾.

Thiên địa định vị, phản bản hoàn nguyên.

天地定位返本還原.

Thủ xuất Khảm trung hoạch,

取出坎中畫,

Bổ Ly hoàn phục Kiền.

補離還復乾.

Thuần Dương mệnh bản cố,

純陽命本固,

Linh sa châu tính viên.

靈砂珠性圓.

Lấy một hào Dương trong quẻ Khảm,



Thay chỗ Âm Hào giữa quẻ Li.  
 Thế là Ly lại biến thành Kiền,  
 Đất Trời định vị, tái hoàn nguyên.

Khắc niệm toàn Thiên Lý,

克念全天理，

Ly trần hợp thượng thiên.

離塵合上禪。

Thái Diên tri hạ thủ,

採鉛知下手，

Tam điệp vũ thai tiên.

三疊舞胎仙。

Muôn niệm phát ra hợp Lẽ Trời,

Nay Ly biến dạng hoá Kiền rời.

Tu trì như vậy là biết cách,

Phật Tiên âu cũng chỉ thế thôi.

Dương đan kết tại Âm hải trung,

陽丹結在陰海中，

Do như Khảm Lý nhất viêm đôi.

猶如坎裏一炎堆。

Cầm lai Ly nội ôn ôn dưỡng,

擒來離內溫溫養，

Thử tức Thần Tiên điên đảo công.

此即神仙顛倒功。

Lấy một hào Dương từ lòng biển,

Thay chỗ hào Âm giữa quẻ Li.

Nếu như làm được công chuyện đó,

Điên đảo Thần tiên, ta hãy suy.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) **39** [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) **40** [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 40. THỦ KHẨM ĐIỀN LY THUYẾT 取坎填離說

Diên Hống là Thái Cực sơ phân, là Tiên Thiên chi Khí. Khí Tiên Thiên là Khí Sơ Huyền của Long Hồ vậy. Như vậy Diên Hống là Nguyên Thần Nguyên Khí lúc sơ sinh.

Hồ ở phương Bắc trong Khảm Thuỷ. Hào Dương trong quẻ Khảm vốn thuộc Kiền. Trước khi có sinh diệt, Quẻ Kiền bị điên đảo, lọt vào trong quẻ Khôn. Thế là Khôn biến thành Khảm, Kiền biến thành Ly. Vì thế nên nói:

Khảm nội Hoàng Nam danh Hống tổ.

坎內黃男名汞祖。

Ly trung huyền nữ thị Diên gia.

離中玄女是鉛家。

Khảm có hào Dương nên kêu Hống tổ,

Ly có Hào Âm nên gọi Diên gia.

Nếu Nam nữ biệt cư, Diên Hống không chung một lò, thì Âm Dương sẽ không gặp gỡ, nên gọi là Thiên Địa Bĩ 天地否。

Thánh Nhân gọi Chân Ý là Huỳnh Bà, làm mối manh cho Huỳnh Nam của Khảm gặp Huyền Nữ của Ly. Phu thê giao cấu, Ly sẽ biến thành Thuần Kiền. Khảm sẽ biến thành Thuần Khôn. Thế là Thủ Khảm Điền Ly, cho con người chúng ta phục hồi Tiên Thiên Bản Thể: BIỂN NGƯỜI TRỞ LẠI THÀNH TRỜI.

Ngộ Chân Thiên viết:

Thủ tương Khảm nội trung Tâm thật,

取將坎內中心實，

Điểm hoá Ly cung phúc nội Âm.

點化離宮腹內陰。

Quyết mang Khảm quái trung hào thực,

Điểm hoá cho Ly hết nội Âm.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) **40** [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) **41** [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 41. QUAN ÂM MẬT CHÚ ĐỒ 觀音密咒圖



Chú thích của Dịch giả:

Chú này còn được gọi là: Lục Tự Đại Minh Chân Ngôn, Lục tự Đại Minh Chú, hay lục tự Đại Minh Đarani. [\[1\]](#)

Có nhiều cách đọc:

1. Án Ma Ni Bát Di Hồng.
2. Aum Mani Padme Hum
3. Ốm Ma Ni Bát Mê Hồng. [\[2\]](#)
4. Án Ma Ni Bát Minh Hồng. [\[3\]](#)
5. Om Mani Padme Hum.
6. Om Mani Pê Mê Hung. [\[4\]](#)

Giải Thích lời Chú:

1. Đoàn Trung Còn dịch là: Aum, Le Joyau dans le Lotus. Hay cái quý báu trong Hoa Sen.
2. Tôi dựa vào Hình vẽ và lời chú nơi trang 200, 201 của sách: Les Fondements de La Mystique Tibétaine (Foundation of the Tibetan Mysticism) của Anagarita Govinda và Les Spiritualités vivantes của

Jean Herbert, mà dịch là Aum, Ngọc Châu Viên Giác chiếu diệu trong Liên Hoa Tâm, hay Tuyệt Đối Thể chiếu diệu trong Trung Tâm não bộ, và đã sánh đồ hình này với Nê Hoàn cung của Đạo Lão.<sup>[5]</sup>

3. Phương Dung, Những điều huyền diệu của Kim Cang thừa, tr. 107, cũng giải thích từng chữ rất hay. Mối đầu từ trên xuống dưới chỗ Rốn. Chữ AUM phải đọc nơi Rốn (Đan Điền). Sau đi từ dưới lên trên cho tới cổ họng. Chữ Di (Mê) phải đọc từ dưới Rốn (Đan Điền).

---

[1] Phương Dung, Những điều huyền diệu của Kim Cương Thừa, tr. 102-107.

[2] Đoàn Trung Còn, Phật Học Từ Điển, tr. 170-171.

[3] Trần Giác, Hiển Mật Viên Thông, tr. 50-51.

[4] Phương Dung, sđd, tr. 107.

[5] Nguyễn Văn Thọ, Trung Dung Tân Khảo, tr. 87 và 557.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) **41** [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) **42** [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 42. QUAN ÂM MẬT CHÚ THUYẾT 觀音密咒說

Chú này là Tâm ấn rất vi diệu của Đức Quan Âm. Ai mà viết chú này thì cũng như viết Tam Tạng Pháp bửu. Ai mà đọc Chú này thì cũng như đọc tất cả Kinh Phật, lại mở mang được đầu óc, cứu được mọi tai ách. Mọi oan nghiệp đều được giải trừ, thoát Ly sinh tử, đạt tới Pháp Thân an lạc.

Nhưng niệm chú có Mật quyết, nên:

Tiếng thứ Nhất là **Án 唵** niệm từ Chính Rốn (Đan Điền). Đó là niệm Tì Lô Giá Na Phật trong ta.

Tiếng thứ hai là **Ma 嘛** ở phía Đông. Đó là kêu Bất Động Tôn Phật trong ta.

Tiếng thứ ba là **Ni 呢** ở phía Nam. Đó là niệm Phật hộ thân bảo sinh trong ta,

Tiếng thứ tư là **Bát 叭** ở phía Tây. Đó là niệm Vô Lượng Phật trong thân ta.

Tiếng thứ năm là **Di 唎** ở phía Bắc, tức là niệm Bất Không Thành Tựu Phật trong ta.

Tiếng thứ sáu là **Hồng 吽** tại yết hầu. Đó là niệm Đại Thế Chí Kim Cương.

Niệm lâu ngày Ngũ Khí sẽ triều Nguyên, tức thành tựu được công đức khôn cùng và chứng đắc được viên thông.

Lời bàn của Dịch giả:

Biết rằng trong mình có đủ chư Thần, chư Phật hiện thân thì dĩ nhiên là Đắc Đạo rồi vậy.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) **42** [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) **43** [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 43. CỬU ĐÌNH LUYỆN TÂM ĐỒ 九鼎煉心圖

圖心煉鼎九

第九轉  
真我本來真面目未生身處一輪明

第八轉  
陽極陰消丹已成神光赫赫耀金庭  
脫胎苦海分胎出自在巽客頂上行

第七轉  
十月胎靈已躍然嬰兒法乳養三年  
聲儀佳息溫溫養胎胎底抱珠眠

第六轉  
金鳥飛入廣寒宮白虎休成神赤龍  
赤龍奮力歸金鼎掌後神珠照眼紅

第五轉  
時後金晶處上未夜光燦爛顯門開  
三花聚頂克龍虎珠落寶鏡結聖胎

第四轉  
陽鳥海底金神威正是金丹四轉時  
奪得先天真種子河車氣運過霄漢

第三轉  
外直中通世掌關樞求徒若不承根  
由從此處後後進一點靈光新漸明

第二轉  
天禁真火知時鍊煉出此日月年辰  
注我開時人會冥坎離鉛汞白氤氳

第一轉  
襟摩心地煉金丹止念當為第一關  
念斷自然情識斷須知水靜波流潮

九鼎煉心說

日也者天之丹也黑而澁之則日  
不丹心也者人之丹也物而覆之  
則心不丹故煉丹也者煉去陰霾  
之物以復其心之本體天命之性  
之自然也天命之性吾之真金也  
人人之所必有者氣質之性金濁  
滓也上智之所不無者若以人倫  
日用之火而日煉之則氣質之性  
日除氣質之性日除則天命之性  
自見矣故五帝三王君也而以君  
道而日煉其心伊傅周公相也而  
以相道而日煉其心孔曾思孟師  
也而以師道而日煉其心無時而  
不心在於道無時而不以道而煉  
其心此乃古先大聖天賢為學之  
要法百煉煉心煉性之明訓也

#### \* Đệ Nhất Chuyển 第一轉

Thố ma tâm địa luyện Kim Đan,

措磨心地煉金丹,

CHỈ NIỆM đương vi đệ nhất quan.

止念當為第一關.

Niệm đoạn tự nhiên tình thức đoạn,

念斷自然情識斷,

Tu tri thuỷ tĩnh một ba lan.

須知水靜沒波瀾。

Những ai quyết chí luyện Kim Đan,

Đẹp trừ niệm lự mới là ngoan.

Tuyệt niệm, tự nhiên Tình Thức tuyệt,

Như mặt nước yên chẳng sóng cồn.

\* Đệ Nhị Chuyển      第二轉

Tổ Khiếu [1] khai thời, nhập yếu minh,

祖竅開時入杳冥，

Khảm Ly [2] Diên Hống [3] tự nhân uân.

坎離鉛汞自氤氳。

Thiên Nhiên Chân Hoả tri thời luyện,

天然真火知時煉，

Luyện xuất Tây Kiền nguyệt bán ngân. [4]

煉出西乾月半痕。

Thấy được Thiên Tâm lúc màng mơ,

Nguyên Thần, Nguyên Khí tự nhiên hoà.

Chân hoả nếu như mà biết luyện.

Thuần Kiền vẹn sáng sẽ hiện ra.

\* Đệ Tam Chuyển      第三轉

Ngoại trực, trung thông, thế hãn vãn,

外直中通世罕聞，

Suy cầu chi diệp, bất cầu căn,

推求枝葉不求根。

Do tông thử xứ, từ từ tiến,

由從此處徐徐進，

Nhất điểm Linh Quang [5] tiệm tiệm minh.

一點靈光漸漸明。

Trong thông, ngoài thẳng ít ai nghe,

Chỉ kiếm ngọn ngành, không kiếm gốc.

Tìm ra được gốc mới khỏi chê,

Thái Cực trong người sẽ phát huy.



## \* Đệ Tứ Chuyển 第四轉

Dương ô [6] hải để phấn thần uy,

陽烏海底奮神威，

Chính thị Kim Đan tứ chuyển thì,

正是金丹四轉時，

Đoạt đắc Tiên Thiên Chân Chủng tử, [7]

奪得先天真種子，

Hà Xa ban vận quá Tào Khê.

河車搬運過曹溪。

Luyện đan chính thị luyện Kim Đan,

Nguyên Thần, Nguyên Khí hợp lưỡng ban.

Vận chuyển phải qua NHÂM ĐỐC mạch,

Nhâm Đốc đả thông sẽ chu toàn.

## \* Đệ Ngũ Chuyển 第五轉

Thời hậu Kim Tinh phi thượng lai,

時後金晶飛上來，

Hà quang xán lạn, tín môn khai.

霞光燦爛凶門開。

Tam hoa tụ đỉnh, phanh Long Hồ,

三花聚鼎烹龍虎，

Châu lạc Huỳnh Đình kết thánh thai.

珠落黃庭結聖胎。

Chu Thiên Dương Hoả vận lên đầu,

Xán lạn hào quang Huyệt Đạo khai.

Tam hoa tụ đỉnh điều Thần Khí,

Huỳnh đình châu lạc kết Thánh Thai.

## \* Đệ Lục Chuyển 第六轉

Kim Ô phi nhập quảng hàn cung, [8]

金烏飛入廣寒宮，

Bạch hổ [9] trương uy đãi Xích Long. [10]

白虎張威待赤龍。

Xích Long phấn lực qui Kim Đỉnh, [11]

赤龍奮力歸金鼎，

Chưởng ốc Thần Châu [12] chiếu nhãn hồng,

掌握神珠照眼紅。

Kim Ô bay thẳng nhập nguyệt cung,

Bạch Hổ dương uy đợi Xích Long.

Xích Long ra sức về Kim Đỉnh.

Nắm chắc Thần Châu chiếu tinh không.

\* Đệ Thất Chuyển 第七轉

Thập nguyệt Thai Linh [13] dĩ dực nhiên,

十月胎靈已躍然，

Anh Nhi pháp nhũ yếu tam niên,

嬰兒法乳要三年，

Trập tàng [14] trụ tức ôn ôn dưỡng,

蟄藏住息溫溫養，

Do Long đàm để bảo châu miên.

猶龍潭底抱珠眠。

Mười tháng hoài thai đã vẹn toàn,

Ba năm trẻ nít cần bú mớm.

Tự khí Tiên Thiên tại đan điền,

Như Rồng ôm ngọc, ngủ Long đàm.

\* Đệ Bát Chuyển 第八轉

Dương cực Âm tiêu, đan dĩ thành,

陽極陰消丹已成，

Thần quang hách hách diệu Kim Đỉnh. [15]

神光赫赫耀金庭。

Thoát Ly khổ hải phân thai xuất, [16]

脫離苦海分胎出，

Tự tại Côn Lôn đỉnh [17] thượng hành.

自在崑崙頂上行。

Dương cực Âm tiêu đã thành đơn,

Thần quang rực rỡ rạng Đan Điền.

Thoát Ly khổ hải thần tiên hiện,  
Trên đỉnh Côn Lôn thấy nhãn tiền.

\* **Đệ Cửu Chuyển**      **第九轉**

Vô đan, vô hoả diệc vô Kim,  
無丹無火亦無金,  
Phàm khước kiếm tiền một xứ tâm.  
凡卻鉗錢沒處尋。  
Chân Ngã Bản Lai Chân Diện Mục,  
真我本來真面目,  
Vị sinh thân xứ nhất luân minh.  
未生身處一輪明。  
Chẳng Đan, chẳng Hoả cũng chẳng Kim,  
Những chuyện Linh tinh, khó kiếm tìm.  
Chân Ngã, Bản Lai Chân Diện Mục,  
Một vùng trắng sáng trước khi sinh.

- 
- [1] Thiên Tâm, đan điền.  
[2] Thủy, Hoả.  
[3] Nguyên Khí, Nguyên Thần.  
[4] Đan Điền.  
[5] Chân Nguyên.  
[6] Nguyên Thần.  
[7] Nguyên Khí.  
[8] Kim Ô Nhập nguyệt, chỉ Âm Dương giao hợp, Nguyên Thần, Nguyên Khí hỗn thông.  
[9] Thận gian động khí.  
[10] Nguyên Thần.  
[11] Đan Điền.  
[12] Kim Đan.  
[13] Nội đan.  
[14] Hàm tàng Tiên Thiên khí ở Đan Điền.  
[15] Đan điền.

[\[16\]](#) Nội đan.

[\[17\]](#) Thượng Đan Điền.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) **43** [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) **44** [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 44. CỬU ĐỈNH LUYỆN TÂM THUYẾT 九鼎煉心說

Nhật là Đơn của Trời. Nếu đen và động thì Nhật không còn phải là Đơn.

Tâm là Đơn của Người. Nếu bị vật đóng bụi, thì Tâm không phải là Đơn nữa.

Cho nên luyện đan là loại trừ bụi bặm, để cho Tâm phục hồi Bản Thể, phục hồi Thiên Mệnh Chi Tính tự nhiên của mình.

Thiên Mệnh chi Tính là Chân Kim của ta, ai ai cũng có. Khí chất chi tính là cặn bã của Kim. Bậc thượng trí cũng có Tính này.

Nếu biết lấy lửa Nhân luân thường dùng, mà tôi luyện nó, thì Khí Chất chi Tính ngày một tiêu trừ. Khí chất chi tính đạ trừ, thì Thiên Mệnh chi tính tự hiện.

Ngũ Đế, [\[1\]](#) Tam Vương [\[2\]](#) đều là Vua, nhưng đã biết dùng Quân đạo (đạo làm vua) để hằng ngày tu luyện Tâm mình. Y Doãn, Phó Duyệt, Chu Công, Thiệu Công đều là Tế Tướng. Các ngài đã dùng Tướng đạo (đạo làm tướng) để hằng ngày tu luyện Tâm mình.

Khổng Tử, Tăng Tử, Tử Tư, Mạnh Tử đều là thầy dạy học. Các Ngài đã dùng Sư đạo (đạo làm thầy) để hằng ngày tu luyện Tâm mình

Không lúc nào mà các Ngài không để tâm vào Đạo, Không lúc nào mà các Ngài không lấy Đạo luyện Tâm.

Đó là khuôn phép xưa của các bậc đại thánh, đại hiền. Lời minh huấn của các Ngài là chuyên lo luyện Tâm, luyện Tính.

### Lời bình của Dịch giả:

Bài Cửu Đỉnh luyện đan đồ không có gì đặc sắc. Đại ý thì Luyện Tâm là chùi rửa cho Tâm trở nên trong sáng dần. Cuối cùng là Vòng tròn trắng tinh, nhưng lại không có chữ Tâm. Thứ tự của 9 bài thơ không ra đầu đuôi.

Nhưng bài Cửu Chuyển luyện đan thuyết, thì rất hay. Gọi Luyện Tâm là Luyện Đan.

Thuyết này phân biệt con người có hai Tính: Thiên Địa chi tính (Tính Trời), Khí Chất chi tính (Tính Người).

Trừ khử Tính Người là Luyện Đan.

Trừ được Tính Người, thì Tính Trời sẽ hiện, và Đan sẽ thành.

Cách bàn về Luyện Đan ở đây thật độc đáo. Không bàn đến Diên Hống (Dương Âm) hay Long Hổ mà

chỉ bàn về Tính Trời, Tính Người. Rất đáng cho ta chú ý.

---

[1] Phục Hi, Thần Nông, Hoàng Đế, Nghiêu, Thuấn.

[2] Hạ Vũ, Thương Thang, Chu Văn vương.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) **44** [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

- » [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)
- [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) **45** [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 45. BÁT THỨC QUI NGUYÊN ĐỒ 八識歸元圖

圖元歸識八

第八箇一人痴獨有一箇最伶俐五箇門前做買賣一箇家  
中依主依伶俐者即第六意識也此識為五賊之主司乃輪迴  
之種子三界凡夫無一人不遭此沉溺故國學真經云先斷與  
始輪迴根本者斷此意識也知者指第七傳送識而言主依者  
即第八阿賴耶識是他此識謂之總報主投胎時是也先來捨  
身時是他後去故曰去後來先作主公  
軒轅稱九鼎如來標八識  
神妖 妄 魄妖  
太極歸無極

境屬風即五識 六識屬波 七識屬浪 八識屬心海  
九識屬湛性  
八識者蓋屬無明色身已土事外起九識名曰白淨識不屬無  
名不緣因果不做修証不受一塵故家門謂之曰定際理地難  
一切相建化門中不捨一法具足一切定而言之以上八箇識  
屬新第九識屬頤何則然色身幻化不做修証法身無相猶虛  
空故不做修為今以圖象會慧練妄明真勿令認賊為子

釋氏謂人之受生必從父精母血  
前生之識神三件相合而後成胎  
精氣受之父母識神不受之父母  
也蓋從無始劫流來亦謂之生滅  
性故曰生滅與不生滅相合而成  
八識也蓋造化間有箇萬古不移  
之真宰又有箇與時推移之氣運  
真宰與氣運合是謂天命之性天  
命之性者元神也氣質之性者識  
神也故儒家有變化氣質之言禪  
宗有返識為智之法令人妄認方  
寸中有個昭昭靈靈之物渾然與  
物同体便以為元神在是殊不知  
此即死死生之本非不生不滅  
之元神也噫識識易去識難若不  
以天命元神而戰退無明業識終  
在生滅場中未見有出頭之日也

Đệ huynh bát cá nhất nhân si,  
 弟兄八箇一人痴，  
 Độc hữu nhất cá tối Linh Li.  
 獨有一箇最伶俐。  
 Ngũ cá môn tiền tố mại mại,  
 五箇門前做買賣，  
 Nhất cá gia trung y chủ y.

## 一箇家中依主依 .

Anh em tám kẻ một người si (Mạt Na = Ngã si),  
 Duy có một chàng rất Linh Li (Đệ Lục Thức = Ý thức).  
 Năm người buôn bán ngoài cửa ngõ (Ngũ quan)  
 Một vị trong nhà đứng chỉ huy (Alaya).

Tối Linh Li là Đệ Lục Thức, tức ý thức. Thức này làm chủ Ngũ tặc, là chủng tử luân hồi. Tam giới phàm phu ai cũng bị thức này làm đắm chìm. Nên Kinh Viên Giác nói: **Tiên đoạn vô thủy luân hồi căn bản.** Tức là chặt bỏ thức này.

Si là đệ Thất Thức tức Truyền Tống Thức.

Y giả là Đệ bát Thức (Alaya thức). Khi đầu thai thì nó đến trước tiên, khi xả thân thì nó đi đoạn hậu. Cho nên nói: **Khứ hậu, lai tiên tác Chủ công.**

Bát thức đều thuộc Vô Minh, Sắc Thân là do Kỳ Thổ dấy lên.

Còn đệ Cửu Thức thì được gọi là Bạch Tịnh Thức, Thức này vượt ngoài Vô Minh, không ở trong vòng Nhân Quả, không cần tu chứng, không nhiễm trần ai, cho nên Thiền Môn gọi là «**Thực Tế Lý Địa**» 寔際理地 (Thế giới Bản Thể), Ly nhất thiết thực tướng, ở trong Hư Hoá, Pháp nào cũng có, đầy đủ tất cả Bát cá thức thuộc Tiệm, còn đệ Cửu Thức thì thuộc Đốn. Tại sao vậy? Sắc thân là ảo hoá cần tu chứng, còn Pháp Thân thì vô tướng y như Hư Không, cho nên không cần tập luyện tu chứng.

Nay vẽ ra đồ hình này để biểu đạt ý kiến trên, bỏ vọng cầu chân, khiến người không nhận giặc làm con. Hiền Viên Hoàng Đế gọi Tâm là Cửu Đỉnh, Như Lai gọi là Bát Thức, Thái cực qui thuộc vu Vô Cực. Ngũ Thức hay Cảnh thuộc Phong, Lục Thức thuộc Ba, Đệ Thất Thức là Lãng, Đệ Bát Thức là Tâm Hải, đệ Cửu thức là Tính Lắng Trong (Thanh tĩnh minh triệt, tự nhiên Nguyên Tính).

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) **45** [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) **46** [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 46. BÁT THỨC QUI NGUYÊN THUYẾT 八識歸元說

Thích gia cho rằng: Con người thụ sinh là do tinh cha, huyết mẹ (Tinh, Khí), và Thức Thần kiếp trước mà thành. Ba yếu tố đó hợp lại thành thai. Tinh, Khí là do cha mẹ mà có, thức thần thì không do cha mẹ, nhưng từ vô thủy kiếp mà lưu lại, cho nên nó là Sinh Diệt tính. Cho nên nói: **Bát thức là do sinh diệt (Thức Thần), và Bất sinh diệt (Tinh Huyết) mà thành.** Cho nên, trong Tạo Hoá, có cái **Chân Tế** muôn đời không đổi dời, cũng có cái theo thời gian mà suy di, biến hoá, cái đó là: **Khí Vận**. (Khí Vận là Âm Dương khí hoá, vận động, suy di).

Chân Tế là Khí Vận hợp lại gọi là Thiên Mệnh Chi Tính (Thiên Phú chi Tính, Bản Nhiên chi Tính).

Thiên Mệnh Chi Tính gọi là Nguyên Thần. Khí Chất chi Tính gọi là Thức Thần.

Cho nên Nho gia gọi Thức Thần là **Biến Hoá Khí Chất** (Có thể dùng tu luyện mà cải biến nó), **Thiên Tông có phép: Chuyển Thức thành Trí** (chuyển Thức Thần thành Không Tính Tuệ Trí). Làm cho con người nhận lầm rằng trong mình có cái gì **Chiêu Minh Linh Hiển**, hỗn nhiên dữ vật đồng Thể, rồi tưởng đó là Nguyên Thần. Có biết đâu rằng đó chỉ là gốc của Tử Tử, Sinh Sinh, chứ không phải là Nguyên Thần Bất Sinh bất diệt.

Ôi, biết được Thức thời dễ, trừ được thức thời khó.

Nếu chẳng biết lấy Thiên Mạng Nguyên Thần để tiêu trừ Nghiệp Thức (Thức Thần), thì cuối cùng cũng không thoát vòng Sinh diệt, không biết ngày ra khỏi.

**Lời bàn của Dịch Giả:**

Ta thấy mục đích đạo Lão khá rõ ràng:

**Biến con người Phàm phu thành con người Siêu Việt, biến Người thành Trời.**

Đạo Lão đưa ra nhiều cách:

1. Hợp nhất các yếu tố về Nhất Thể, khiến Âm Dương hợp Nhất thành Thái Cực. Họ gọi Âm là: Hổ, là Diên, là Xá nữ, là Nguyệt; gọi Dương là Long, là Hống, là Anh Nhi, là Nhật, v.v. Và gọi đó là Phép Luyện Đơn. mà luyện đơn là vận chân khí qua xương sống, qua hai mạch Nhâm Đốc, và đem Chân Khí đó về Tích Tụ tại Nê Hoàn Cung, hay Thượng Đơn Điền. Khoa học Vận khí qua hai Mạch Nhâm Đốc chính là Khoa Khí Công của Trung Hoa. Tôi không muốn nói nhiều hơn, chỉ xin giới thiệu bộ sách: Trung Quốc khí Công đại thành 中國氣功大成, do Phương Xuân Dương 方春陽 chủ biên, 868 trang, Cát Lâm Khoa Học kỹ thuật xuất bản xã, 1999.

2. Chẳng những hợp Âm Dương, mà còn Hoà Hợp Tinh Khí Thần qui tụ về nơi đầu mà họ gọi là Tam

Hoa qui đỉnh.

3. Cũng có thể Hoà Hợp Ngũ Hành Mà Họ gọi là Ngũ Khí Triều Nguyên.

4. Họ coi con người sau khi đã sinh, thì không còn Thuần Thể, Toàn Thể như Trời. Trời khi ấy đã mất về Thuần Khiết và đã biến thành Ly. Cho nên phải biết lấy Hào Dương ở giữa quẻ Khảm thay cho Hào Âm ở giữa quẻ Ly, cho Ly biến trở lại thành Kiền. Đó là **Thủ Khảm Điền Ly**. Đó là biến Phàm Tâm con người trở thành Thiên Tâm.

5. Họ gọi con người là Khí Chất chi Tính, coi Trời là Thiên Mệnh chi Tính. **Diệt Khí chất chi tính, để thay thế bằng Thiên Mệnh Chi Tính**.

Khí Chất chi tính là Nhân Dục, Thiên Mệnh chi tính là Thiên Lý. Cho nên hễ Nhân dục thắng thì Thiên Lý uổng, Nhân dục tận thì Thiên Lý hiện. Hai đấng không thể Lưỡng lập, mà phải một chết một còn. **Đó cũng là Biến Người thành Trời**.

6. Họ muốn biến Tinh Khí Thần, và Nói: Luyện Tinh hoá Khí, luyện Khí hoá Thần, Luyện thần hoàn Hư, phục qui Vi Cực. **Đó cũng là Biến Người thành Trời**.

7. Họ chủ trương người có Bát Thức. Ngoài Bát thức ra, còn có Cửu Thức, hay Bạch Tịnh Thức. **Bát thức phải qui về Bạch Tịnh Thức thì con người mới trở nên Bất Tử**. Đó cũng là cách **Biến Người thành Trời theo Phật Giáo**. (Phật giáo xưa nay chỉ biết Bát Thức, khi giác ngộ, thì Thức sẽ biến thành Trí, ví dụ Alaya sẽ biến thành Đại Viên Cảnh Trí. Chỉ có Doãn Chân Nhân mới nói con người có Cửu Thức).

8. Họ còn chủ trương **Tâm Tử, Thần Hoạt**. Tâm con người có chết đi thì Thần Trời Đất mới hiện ra.

9. Cho nên có thể nói Đấng sau mỗi con người sinh tử chúng ta, còn có một Chân Nhân bất sinh bất tử. Phải tìm cho ra được Chân Thần bất sinh bất tử ấy, phải hoàn toàn vất bỏ con người cũ của chúng ta, và thay thế chúng ta hoàn toàn bằng con người mới. Như vậy mới là Giác Ngộ hoàn toàn. Tâm ta phải như mặt trời trong sáng. **Như vậy giữa Con Người Phàm Phu chúng ta và con người Thiên Chân chúng ta, như có một bức màn, Tu là xé bỏ bức màn đó**.

10. Như vậy, chúng ta đáng lý là Trong sáng, nhưng ta lại nghĩ ta là Đen tối.

Chúng ta là Bất tử nhưng chúng ta chỉ nhìn thấy Sinh Tử, Biến Thiên.

Chúng ta là Chân Như, nhưng vì mang hồn phách, hình hài nên tưởng mình là cái gì GIẢ HỢP.

Bà La Môn giáo cầu xin:

Xin đưa tôi từ GIẢ trở về CHÂN.

Xin đưa tôi từ TỐI TẮM trở về ÁNH SÁNG.

Xin đưa tôi từ TỬ VONG trở về BẤT TỬ. (Brih. Upanishad, 1.3.28)

Đó chính là Họ nhìn ta từ Khía Cạnh Thần Tiên, chứ không nhìn ta bằng đôi mắt phàm tục.

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#) [28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) **46** [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) **47** [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

### 47. NGŨ KHÍ TRIỀU NGUYÊN ĐỒ 五氣朝元圖



» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) **47** [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) **48** [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

## 48. NGŨ KHÍ TRIỀU NGUYÊN THUYẾT 五氣朝元說

Một Khí phân ra thành Lưỡng Nghi, Lưỡng Nghi định vị phân thành Ngũ Thường. Ngũ Thường mỗi kẻ giữ một phương. Mỗi phương đều khác khí lại có một người con giữ.

Tên con Thanh Đế là Long Yên, được Giáp Ất Mộc đức tam khí.

Tên con Xích Đế là Đơn Nguyên, được Bính Đinh Hoả đức nhị khí.

Con Bạch Đế là Hạo Hoa, được Canh Tân Kim Đức tứ khí.

Con Hắc Đế là Huyền Minh, được Nhâm Quý Thuỷ Đức Nhất khí.

Con Hoàng đế là Thường Tồn, được Mậu Kỷ Thổ Đức là Ngũ Khí,

Cho nên Kim được Thổ thí Sinh, Mộc được Thổ thì Vượng.

Hoả được Thổ thì ngừng. Thuỷ được Thổ thì dứt.

Chỉ Thánh Nhân mới biết đạo lý Hồi Kỳ, Hoàn Nguyên,

Đó là Tụm Năm, Tụm Bốn, hội Ba, Hiệp Hai, và qui Nhất.

Nếu Thân bất động thì Tinh bền, mà Thuỷ triều Nguyên.

Tâm bất động, thì Khí bền, mà Hoả triều Nguyên.

Chân Tĩnh mà tĩnh tịch, thì Hồn tàng mà Mộc triều Nguyên.

Vọng tinh mà trừ được thì phách sẽ ẩn phục, mà Kim sẽ triều Nguyên.

Tứ đại an hoà thì Ý định mà Thổ sẽ triều Nguyên.

Đó là Ngũ Khí Triều Nguyên, đều qui tụ tại đỉnh đầu.

**Lời bàn của Dịch giả:**

Con người muốn qui nguyên phản bản, thì tất cả phải qui hướng về Trời, về lẽ Một.

Ngũ Khí là: Tinh, Thần, Hồn, Phách, Ý. Tất cả phải hợp lại thành một.

Cho nên mới có những chữ:

- Ngũ Khí Triều Nguyên, Toàn Thốc Ngũ hành
- Tứ Tổ qui gia,
- Tam gia tương kiến. Tam hoa tụ đỉnh. Tam vật qui Thổ.
- Lưỡng nghi hợp nhất.

Ta nên nhớ lại bài thơ của sách Ngộ Chân Thiên:

Đông (Giáp Ất Mộc) tam, Nam (Bính Đinh Hoả) Nhị đồng thành Ngũ,  
Bắc (Nhâm Quý Thủy) Nhất, Tây (Canh Tân Kim) Phương tứ cộng chi.  
Mậu kỷ (Trung ương Thổ) tự cư sinh số Ngũ.  
Tam gia tương kiến kết anh nhi.

Hiểu bài thơ trên thì bài viết về Ngũ Khí Triều Nguyên trên đây, tự nhiên sẽ sáng ra.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) **48** [49](#) [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) **49** [50](#) [51](#) [52](#)

### 49. ĐÃI CHIẾU ĐỒ 待詔圖



Hình thần câu diệu, Đạo vi đồ,  
 形神俱妙道為徒,  
 Tính Mệnh tương viên hợp Thái Hư.  
 性命相圓合太虛.  
 Bảo chiếu giáng thời đằng hạc ngự,  
 寶詔降時騰鶴馭,  
 Ngọc thư bái hậu giá Long Xa.  
 玉書拜後駕龍車.  
 Long Xa nhiễm nhiễm thừa vân khí,  
 龍車冉冉乘雲氣,  
 Biến mãn Lục Hư quảng vô tế,  
 遍滿六虛廣無際,

Cửu Thiên tiên tử tiếu tương nghinh,  
九天仙子笑相迎,  
Đồng nghê Huyền đô triều Thượng đế.  
同詣玄都朝上帝.  
Thần hình đẹp đẽ, bạn Trời ư?  
Tính Mệnh song tu, hợp Thái Hư.  
Bảo chiếu giáng thời, lên lưng hạc,  
Phụng lĩnh Ngọc Thư, ngồi Long Xa.  
Long xa, ngồi rồi, thừa vân khí,  
Rảo khắp Lục Hư rộng vô bờ.  
Tiên tử từ trời vui vẻ đón,  
Về châu Thượng Đế tại Huyền Đô.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) **49** [50](#) [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) **50** [51](#) [52](#)

### 50. ĐÃI CHIẾU THUYẾT 待詔說

Sau chín năm diện bích, Linh Đài rực rỡ, giác hải viên minh, tính mệnh hợp hoà, hình thần câu diệu, hợp đức cùng trời đất, đồng thể với Thái Hư.

Lúc đó Đan đạo đã thành, công hạnh tích lũy đã đầy đủ. Vì Đạo Đức như Âm với Dương, Hạnh và Công nhu mắt với chân.

Chung Ly Quyền nói:

Hữu công vô hạnh như vô túc,

有功無行如無足，

Hữu hạnh vô công mục bất toàn.

有行無功目不全。

Công hạnh lưỡng viên túc mục bị,

功行兩圓足目備，

Thùy vân vô phận tác Thần Tiên.

誰云無份作神仙。

Có Công, không Hạnh, như thiếu chân,

Có Hạnh không Công tựa mắt mù.

Công Hạnh vẹn toàn, chân mắt đủ,

Phải có nhân duyên mới nên Tiên.

Cho nên cổ tiên, thượng thánh xưa sau khi đã luyện thành Kim Đơn, khi đã ôn dưỡng hoàn tất, thì đi chơi khắp thế gian, che dấu thân phận, hoà mình với người, tùy sức kiến công, tùy phương cời trôi, phò nguy, giải ách, cứu kiếp, khuông thời, phổ độ quần mê, tiếp dẫn hậu học. Đối với Đạo có Công, đối với nhân gian có Hạnh.

Khi Công Hạnh mãn túc, thì yên lặng chờ thời, đợi Thiên Thư giáng triệu. Ngọc Nữ tới đón, cười hạc, đăng vân, bay thẳng về Tam Thanh thánh cảnh.

Trương Tử Dương viết trong Ngô Chân Thiên:

Đức hạnh tu du bát bách,

德行修逾八百，



Âm công tích măn tam thiên.

陰功積滿三千。

Bảo phù giáng chiếu khứ triều thiên,

寶符降詔去朝天，

Ân giá quỳnh dư, phụng Liễn.

穩駕瓊輿鳳輦。

Đức hạnh đủ tám trăm,

Âm công đủ ba nghìn.

Bảo phong giáng chiếu mời lên Trời,

Cưỡi xe loan phụng về nơi Cửu Trùng.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) **50** [51](#) [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) **51** [52](#)

### 51. PHI THĂNG ĐỒ 飛升圖



» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) **51** [52](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## NGUYÊN TẬP

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) **52**

## 52. PHI THĂNG THUYẾT 飛升說

Tiên có Ngũ Đẳng, Phật có Tam Thừa.

Tu trì, công hạnh khác nhau, nên cách siêu thoát cũng khác nhau.

«Phi thăng xung cử» 飛升沖舉 (Lên Trời toàn gia) là cao nhất. «Toạ hoá thi giải» 坐化尸解 (Ngồi yên mà chết) là thứ nhì, «Đầu thai đoạt xá» 投胎奪舍 (nhập vào xác người khác mà hoàn hồn) đó là kém nhất.

Có người cưỡi rồng lên Trời như Hoàng Đế, Mao Mông, Vương Huyền Phủ, Vi Thiện Tuấn.

Có người cưỡi mây lên Trời như Dương Hi, Lý Cấp, Lam Thái Hoà, Tôn Bất Nhị.

Có người cưỡi cá lên Trời như Tử Anh, Cầm Cao.

Có người cưỡi chim loan lên Trời như: Tử Tấn, Đặng Úc.

Có người cưỡi hạc bay lên như: Hoàn Khải, Khuất Xử Tĩnh.

Có người cưỡi gió lên trời như Cát Do, Vũ Di Quân.

Có người «Bạt trạch phi thăng» 拔宅飛升 (lên trời với cả nhà cửa, với toàn gia) như Hà Hầu, Doãn Hỉ, Hoài Nam Vương, Hứa Sinh Dương.

Có người «Bạch Nhật thăng thiên» 白日升天 (lên trời ban ngày) như Thái Quỳnh, Phùng Trường, Mã Thành Tử, Phù Khư Bá.

Khảo Liệt Tiên Phổ Truyện mới biết từ xưa đến nay thành Tiên có hơn vạn người, lên tiên cả gia đình có trên 8000 người.

Cho nên Thuần Dương Tử Sư có viết một câu Liễn trên vách tường chùa Cảnh Phúc như sau:

Mạc đạo Thần Tiên vô học xứ,

莫道神仙學無處,

Cổ kim đa thiếu thượng thăng nhân.

古今多少上升人。

Đừng nói Thần Tiên không chỗ học,

Xưa nay đã có kẻ lên Trời.

Lời bàn của Dịch giả:

Vấn đề Thăng Thiên này của Doãn Chân Nhân không thể nào tin nổi. Xưa nay không ai chứng kiến

những cảnh quái dị như vậy. Ta chỉ nên coi đoạn này cho vui mà thôi.

---

» [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#) [23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#)  
[28](#) [29](#) [30](#) [31](#) [32](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [39](#) [40](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [45](#) [46](#) [47](#) [48](#) [49](#) [50](#) [51](#) **52**

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

### HÀM DƯỠNG BẢN NGUYÊN ĐỒ

涵 養 本 原 圖

止其所 自在處 光明藏 天玄女 靈明竅 活潑潑地 虛靈不昧之神 色空不二之物  
 可名物母明說兩類明珠三盤 致致無言微觀更無言之內有真機 自家竅妙自家會為理齊天一稿飛  
 泉妙應須無以觀更將有向竅門看  
 眼無色界幾千塵  
 百千法門 同歸方寸 河沙妙德 盡在 心源  
 作如是觀清神搜  
 三點如星布 橫鉤似月鈞 心源 性海 故毛從此出 作佛也由他  
 秋 碧巖 腔子裏 硃砂鼎 赤龍 神明之舍 道義之門 真汞 何思何慮之天 不識不知之地  
 菩提本性本如如萬法通今透太古 自有靈明開般若機 誠恐處處現真如 真心一點原於此無生無滅無終始 精神合道自長生通 泉精神真不死  
 金丹元 坤水 日魂 主翁 天君 靈臺 靈關 丹臺 乾馬 靈山 赤水 守靈 姪女 朱汞 靈  
 靈臺 靈關 丹臺 乾馬 靈山 赤水 守靈 姪女 朱汞 靈

Bí mật tạng, Xoang tử lý, Chu Sa đỉnh, Xích Long tinh, Thần Minh chi xá, Đạo Nghĩa chi môn, Hà tư hà lự chi thiên, Bất thức bất tri chi địa.

祕密藏, 腔子里硃砂鼎, 赤龍精, 神明之舍, 道義之門, 何思何慮之天不識不知之地.

Chỉ kỳ sở, Tự tại xứ, quang minh tạng, Thiên Huyền Nữ, Linh Minh Khiếu, Hoạt bát bát địa, Hư Linh bất muội chi thần, Sắc không bất nhị chi vật.

止其所, 自在處, 光明藏, 天玄女, 靈明竅, 活潑潑地, 虛靈不昧之神, 色空不二之物.

Chân hống, Đơn nguyên, Khôn thủy, Nhật hồn, Chủ Ông, Thiên quân, Linh Đài, Linh Quan, Đơn đài, Kiền Mã, Linh Sơn, Xích Thủy, Thủ Linh, Xá Nữ, Chu Hống, Linh Phủ, Ngọc Dịch, Kim Ô.

真汞, 丹元, 坤水, 日魂, 主翁, 天君, 靈臺, 靈關, 丹臺, 乾馬, 靈山, 赤水, 守靈, 姪女, 朱汞, 靈

府, 玉液, 金烏 .

(Lời bàn của Dịch giả: Các danh từ trên đều có nghĩa là Linh Đài, là Chân Tâm, là Bản Nguyên con người)

Bá thiên Pháp môn,	百千法門
Đồng qui Phương Thốn.	同歸方寸
Hà sa diệu đức,	河沙妙德
Tận tại Tâm Nguyên.	盡在心源

Trăm vạn Pháp Môn,  
 Đều qui Tâm khảm.  
 Diệu Đức hằng hà,  
 Đều tại nơi Tâm.

Bồ Đề Bản Tính bản như như,  
 菩提本性本如如,  
 Vạn Pháp thông hề thấu Thái Hư.  
 萬法通兮透太虛 .

Tự hữu Linh Minh khai Bát Nhã,  
 自有靈明開般若,  
 Cơ giam lộ xứ hiện Chân Như.  
 機緘露處現真如 .

Bồ Đề bản tính vốn như như,  
 Suốt thông Vạn Pháp thấu Thái Hư,  
 Vốn sẵn Linh Minh, khai Bát Nhã,  
 Bật bùng phá sạch lộ Chân Như.

Chân Như nhất điểm, nguyên ư tử.  
 真如一點原於此,  
 Vô sinh, vô diệt, vô chung thủy.  
 無生無滅無終始 .

Tinh Thần hợp đạo tự Trường sinh,  
 精神合道自長生,  
 Đạo ngự Tinh Thần, chân bất tử.  
 道馭精神真不死 .

Một điểm Chân Như vốn sẵn đây,  
 Vô tử, vô sinh, vô chung thủy.

Tinh Thần hợp đạo sẽ trường sinh,

## Đạo chế Tinh Thần âu bất tử.

Chúng diệu ứng tu Vô dĩ quan, [\[1\]](#)

眾妙應須無以觀,

Cánh tương Hữu hướng Khiếu môn khan.

更將有向竅門看 .

Khả danh vật mẫu minh minh thuyết,

可名物母明明說,

Lưỡng khỏa minh châu, chuyển tam ban.

兩顆明珠轉三盤 .

Chúng Diệu muốn hay, khởi tự Vô,

Đã vào trong Hữu, thấy cõi bờ.

Đạo trời bàn luận đâu có dễ.

Diệu Khiếu đôi dòng, luận khó ghê!

Mặc mặc vô ngôn, vi cánh vi,

默默無言微更微,

Vô Ngôn chi nội hữu Chân Ki.

無言之內有真機 .

Tự gia khiếu diệu tự gia hội,

自家竅妙自家會,

Vạn Lý thanh thiên nhất hạc phi,

萬里青天一鶴飛 .

Yên lặng, không lời, mới khó sao,

Giữa cái không lời, có nẻo vào.

Khiếu Diệu của ai người ấy biết,

Đường trời muôn dặm cánh hạc lao!

Tam điểm như tinh bố,

三點如星布,

Hoành Câu tự Nguyệt tà.

橫鉤似月斜,

Phi mao tòng thử xuất,

披毛從此出,

Tác Phật dã do tha.

作佛也由他 .

Ba chấm tựa ba sao,

Móc ngang tựa Nguyệt tà.

Cầm thú do đó sinh,

Thần tiên do đó phát.

TÂM NGUYÊN 心源 = Căn Tâm

TÍNH HẢI 性海 = Bể Tính

Tác như thị quán, thanh tịnh chủng,

作如是觀清靜種,

Chiếu vô sắc giới, kỳ thiên trần.

照無色界幾千塵 .

Trùng tâm tịnh lự chiếu muôn nơi,

Thấu soi vạn vật ngàn muôn kiếp.

Thiên thánh nhất Tâm, vạn cổ nhất Đạo.

千聖一心萬古一道 .

Thiên thánh một lòng, muôn đời một đạo.

Thiên quân thái nhiên, bách hài tòng lệnh.

天君泰然百骸從令 .

Óc mà minh tĩnh, Nguyên Thần mà an thái, thì tứ chi bá hài tuân theo mệnh lệnh, và cũng được thái khang.

[1] Xem Đạo Đức Kinh, ch. I.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

## ĐỆ NHẤT TIẾT KHẨU QUYẾT

### HÀM DƯỠNG BẢN NGUYÊN, CỨU HỘ MỆNH BẢO

第一節口訣：涵養本原救護命寶

#### Muốn trường sinh, phải tìm cho được Chân Tâm

Muốn tu Trường sinh, phải biết gốc của sở sinh. Muốn cầu bất tử, phải biết thế nào là con người bất tử. Cho nên nói: Có biết được Bất tử nhân, mới có thể trở nên Bất tử.

Con người bất tử ấy, Đạo gia kêu là «Thiết Hán», Phật Gia gọi là «Kim Cương». Tức là Chân Tâm, bản lai diệu giác của con người. Tâm này vốn Linh minh bất muội, Thường tri, thường minh, về Thể, vốn dĩ không sinh, không diệt, về Tướng, vốn vô khứ, vô lai. Không biết có tự bao giờ, trước đất trời nó đã có. Không biết nó kết cuộc ra sao, sau đất trời nó vẫn còn. Cao thì vô thượng, rộng thì vô cùng, thăm sâu vô đáy. Trời đất chở che là nhờ nó, nhật nguyệt sáng soi là do nó, hư không nhờ nó mà rộng rãi, bao la, vạn loài nhờ nó mà biến hoá. Tam giáo Thánh Nhân tu Đạo là tu cái đó, thành Tiên, thành Phật là do đó, mang lông, đội sừng cũng do đó.

Thánh phàm hai nẻo, do nó (Tâm đó) phân ra. Xuất sinh tử cũng do nó, lên Niết Bàn cũng chỉ có Phép này (phép tu tâm này). Vạn vật trong thế gian đều bị vô thường thôn tính. Duy có cái đó không sinh, không diệt, duy cái tâm đó không có gì trói buộc nổi, nó vô hình tướng, nên không gì thấy được. Nó đoan đoan, chính chính, đĩnh đĩnh, đáng đáng, rất đầu ra đấy, nhưng con người không hiểu được Bản Lai của nó.

#### Chân tâm và Vọng Tâm

Tại sao không giác ngộ? Tại vì có vọng tâm. Vọng tâm là gì? Chúng sinh từ vô thủy dĩ lai, không biết Chân Tâm, chẳng tự hiểu biết, nên bị luân chuyển, uổng nhập các nẻo luân hồi

Đầu hết Chân Tâm thời vô vọng, tính trí bản minh. Nguyên tinh thời thanh tịnh thâm diệu, nhưng vì vọng tâm đột khởi, nên Chân Tâm bị mờ tối, Nguyên tinh cũng mất bản chất, bị trần ai làm dơ nhớp, và cái Biết phát sinh. Cho nên chuyển Tri Giác thành Thức. Vọng tâm trong ta chính là Thức vậy. Tâm vốn vô tri, nhờ Thức mới biết, Tính vốn vô sinh, nhờ Thức mới sinh. Chúng tử sinh thân này, do đó phát sinh. Nhân đó sinh ra các loại hoa ô nhiễm, và tất nhiên sẽ sinh ra các quả luân hồi sinh tử.

#### Thức Thần là Vọng Tâm, là Căn Nguyên sinh tử

Ngày nay, người ta nhận lầm rằng trong tâm ta có một vật chiêu chiêu Linh Linh, hồn nhiên cùng vật đồng thể, nên gọi nó là Nguyên Thần. Có biết đâu đó chỉ là Thức Thần sinh sinh tử tử, chỉ là chúng tử kiếp

kiếp luân hồi.

Cho nên Cảnh Sầm nói:

Học Đạo chi nhân bất ngộ chân,

學道之人不悟真,

Chỉ vị từng tiền nhận Thức Thần.

只為從前認識神。

Vô lượng kiếp lai sinh tử bản,

無量劫來生死本,

Si nhân hoán tác bản lai nhân.

痴人喚作本來人。

Người nay, học Đạo chẳng biết Chân,

Chỉ vị xưa nay nhận Thức Thần.

Thức thần vốn dĩ sinh tử bản,

Người khờ tưởng ấy Bản Lai Nhân.

Than ôi! người đời nhận tớ làm chủ, nhận giặc làm con (nhận ngọn làm gốc) mà chẳng hay. Cho nên đức Thế Tôn mới dạy: **Tiên đoạn vô thủy luân hồi căn bản 先斷無始輪回根本** (Trước hết phải chặt đứt căn bản Luân Hồi). Căn này đã chặt, thì các Thức lấy đâu mà nương. Và ta sẽ phục hồi được Bản Thể nguyên sơ thường minh của chúng ta.

Nhưng Đại Đạo mệnh mang, mù mịt, biết làm sao mà đi vào? Muốn cho áo xông tề chỉnh, phải xốc lại cổ áo, muốn cho lưới cá tề chỉnh, phải xem lại giường mối lưới.

Xưa Doãn Chân Nhân dạy ta con đường tu đạo chân chính, đó là phải bắt đầu cho hay, cho đẹp. Nếu đầu mà tinh khiết, thì Thiên Lý sẽ hiện tiền, Thức niệm không thể ô nhiễm được. Ví như, khi mặt trời sáng láng từng không, thì quỷ ma đều tuyệt tích.

**Muốn tu, phải biết đâu là Linh Đài**

Cái «Tâm địa pháp môn» này, đó là đạo bất biến của muôn thần, vạn thánh xưa nay. Cho nên Lão tử nói: «Muốn tu đạo, phải nhìn vào Tâm (nội quan). Muốn nhìn vào tâm, cái hay là phải biết Linh Quan Nhất Khiếu (Nê Hoàn Cung, Linh Đài). Con người từ khi thụ sinh, đã bẩm thụ được «một điểm Nguyên Dương», nên sinh ra Khiếu này, để tàng trữ «Nguyên Thần».

Khiếu này rỗng không, chí hư, chí linh, là chủ tể con người chúng ta. Cho nên có nó thì sống, không có nó thì chết. Sinh tử thịnh suy đều do nó định đoạt.

Nho gọi «Linh Đài», Đạo gọi «Linh Quan», Phật gọi «Linh Sơn». Tam giáo đều có cùng một pháp môn, đó là cái «Khiếu Linh minh» này vậy.

Phật giáo nói:

Phật tại Linh Sơn mạc viễn cầu,

佛在靈山莫遠求,

Linh Sơn chỉ tại nhữ tâm đầu.

靈山只在汝心頭。

Nhân nhân hữu cá Linh Sơn tháp,

人人有個靈山塔,

Hảo hướng Linh Sơn tháp hạ tu.

好向靈山塔下修。

Phật tại Linh Sơn, khởi tìm đâu,

Linh Sơn ở tại nhữ Tâm Đầu,

Ai ai cũng có Linh Sơn tháp,

Hãy hướng Linh Sơn tháp mà tu.

Đó là luận cho biết Linh Sơn Tháp ở đâu.

Lão Giáo dạy:

Đại Đạo căn kinh, thức giả hi,

大道根莖識者稀,

Thường nhân nhật dụng thực năng tri.

常人日用孰能知。

Vi quân chỉ xuất thần tiên quật,

為君指出神仙窟,

Nhất khiếu loan loan tựa nguyệt mi.

一竅彎彎似月眉。

Đại đạo căn cơ ít kẻ hay,

Hằng ngày dùng nó vẫn không hay,

Vì người, chỉ rõ «Thần Tiên Quật»,

Cong cong một khiếu tựa lông mày.

Đó là mô tả về hình dáng Huyệt đó.

Khiếu này là Đài của Thần Linh, là phủ bí mật. Nó rất thanh tịnh, minh diệu, hư triệt, Linh thông, một mình đứng vững. Nó là Căn bản chúng sinh, nên gọi là Tâm Địa, là Sở đắc của chư Phật cho nên gọi Bồ Đề.

Giao triệt dung dung, nên gọi là Pháp Giới (tức vũ trụ hiện tượng giới).

Tịch tĩnh, thường lạc nên gọi Niết Bàn.

Không ô trọc, không tẩu lậu nên gọi Thanh Tịnh.

Chân thật bất biến nên gọi là Chân Như.

Không lỗi lầm, không sai quấy nên gọi Phật Tính Giúp lành, lánh dữ nên gọi Tổng Trì.

Ẩn phú, hàm nhiếp (thu tàng mọi sự) nên gọi Như Lai Tạng.

Siêu việt, huyền bí nên gọi Mật Nghiêm Quốc (Tịnh Thổ của Đức Đại Nhật Như Lai), Gồm thân mọi đức, chỉ điểm quần mê, một mình chiếu sáng, nên gọi Viên giác. Kỳ thật, chỉ là một khiếu. Đi ngược nó sẽ là phàm phu, thuận theo nó là Tiên Thánh. Không biết nó sẽ bị Sinh Tử, Luân Hồi; hiểu biết nó, Luân Hồi sẽ dứt.

## Muốn Thể hợp Chí đạo phải biết quán chiếu Bản Tâm

Muốn dứt Luân Hồi, không gì bằng thể hợp Chí Đạo. Muốn thể hợp Chí Đạo, không gì bằng Quán Chiếu Bản Tâm. Muốn quán chiếu Bản Tâm, phải biết hư tâm quảng thị, nội quan quán chiếu, lúc nào cũng như vàng nguyệt giữa trời, lúc nào cũng phải định tĩnh tuệ chiếu, lúc nào cũng giữ không để thất tình manh nha (ai, cụ, hỉ, nộ, ái, ố, dục),<sup>[1]</sup> lúc nào cũng giữ cho Bát thức không hoen ố. Ngoài tuyệt chư duyên, trong tuyệt chư vọng. Phải biết phản quan, nội tỉnh, điều hoà hơi thở, ngậm miệng không nói, tứ chi bất động, để cho Ngũ Thức đều phản kỳ căn, cho Ngũ Linh phản an kỳ vị.

Suốt 24 giờ, mắt luôn nhìn vào khiếu đó, tai thường «ngịch thính» khiếu đó, lưỡi thường qui hướng về khiếu đó, vận, dụng, thi, vi, niệm niệm không ngoài khiếu đó, Đi, đứng, nằm, ngồi, tâm thường không rời khiếu đó. Không lúc nào được quên «quan chiếu khiếu đó». Nếu làm sai nguyên tắc này, thì làm sao thần quang xuất ra lại tự phản hồi được, luôn luôn không lìa xa khiếu này, như Tử Tư nói: **Bất khả tu du ly 不可須臾離** vậy.<sup>[2]</sup>

Trước thời tồn dưỡng để hư cái Tâm, sau phải quên đi để mở lượng cái Tâm. Tuỳ xứ, tuỳ thời, luôn luôn tự tại, vô ngại. Đúng như Hồ Long Kinh đã nói: «Chí diệu chi yếu, tiên tồn, hậu vong.» 至妙之要, 先存後忘 (Cái cốt yếu của điều huyền diệu này là Tiên Tồn, Hậu vong). Đó là khẩu quyết rất ráo vậy.

### Phải biết giữ đôi mắt

Muốn trừ Lục Thức, cần biết trước sau: Tuy ý là chủ soái Lục Thức, nhưng thật ra đôi mắt là Tiên Phong của Ngũ Tặc. Cho nên Cổ Đức nói: «Tâm thị khu cơ, mục vi đạo tặc, dục phục kỳ Tâm, tiên nhiếp kỳ mục.» 心是樞機, 目為盜賊, 欲伏其心先攝其目 (Tâm là then chốt, mắt là giặc trộm, muốn hàng phục Tâm, trước phải nhắm mắt). Cho nên cung muốn bắn, phải động nỏ. Nỏ không động thì cung không bắn, mắt không động, thì Tâm đứng yên.

Âm Phù Kinh viết: «Cơ tại mục.» 機在目 (Nỏ ở mắt). Đạo Đức kinh viết: «Bất kiến khả dục, nhi Tâm bất loạn.»<sup>[3]</sup> 不見可欲, 而心不亂.

Mọi vẻ đẹp bên ngoài chẳng thiết,

Cho lòng dân cao khiết trong veo.

Luận Ngữ viết: «Phi Lễ vật thị.» 非禮勿視 (Không nhìn điều phi lễ.)<sup>[4]</sup>

Chu Tử nói: «Chế vu ngoại, sở dĩ dưỡng kỳ trung dã.» 制于外, 所以養其中也 (Không nhìn cái đáng mê bên ngoài, để dưỡng cái Tâm.)

Sách Kim Tư Bửu Lục nói: «Nhân nãi thần du Huyền Tẫn môn, ức chi lệnh nhãn sử qui tâm.» 眼乃神游玄牝門, 抑之令眼使歸心 (Mắt nhìn là Thần đi chơi nơi Huyền Tẫn Môn, hạn chế để cho Mắt quay về Tâm.)

Mắt thủ khiếu này không rời, tức là Như Lai Tạng Pháp Nhãn, đúng bí chỉ của Kinh Niết Bàn. Cho nên Lăng Già Kinh viết: «Tác thị quán giả, danh vi Chính quán; Nhược tha quán giả, danh vi tà quán.» 作是觀者, 名為正觀. 若他觀者, 名為邪觀 (Có cái nhìn này là cái nhìn đúng, nếu có cái nhìn khác, là cái nhìn sai.)

Sách Quán Kinh, phẩm Quán Tâm viết: «Tam giới chi trung, dĩ Tâm vi chủ. Năng quán Tâm giả, cứu cánh giải thoát, bất năng quán giả, tất cảnh trầm luân.» 三界之中, 以心為主. 能觀心者, 究竟解脫, 不能觀者, 畢竟沉淪 (Tâm là chủ Tam Giới, biết quán Tâm [nội quan] sẽ được giải thoát. Không biết quán tâm, cuối cùng sẽ bị trầm luân.)

Chương đầu Đạo Đức Kinh viết: **Thường hữu dục dĩ quan kỳ kiếu 常有欲以觀其徼** (từ Hữu sẽ thấy đầu đuôi vạn vật), là thấy được khiếu này. **Thường vô dục dĩ quan kỳ diệu 常有欲以觀其妙** (từ Vô, sẽ thấy được điều áo diệu của Đạo) là thấy được vi diệu của khiếu này. Xưa kia Hoàng Đế đã nội quán 3 tháng, là quán chiếu cái khiếu này.

### Phải biết Quán Tâm, Chỉ Niệm

Đức Thái Thượng Lão Quân cũng nói: **«Ngô tòng vô lượng kiếp lai, nội quan đắc đạo, nãi chí hư vô.» 吾從無量劫來, 內觀得道, 乃至虛無** (Ta từ vô lượng kiếp tới nay, dùng nội quan mà đắc đạo, mà tới được Hư Vô.)

Quán Tâm không dễ, chỉ niệm khó hơn. Cho nên chỗ niệm khởi đầu, là căn cơ sinh tử.

Cổ Tiên viết:

Đại Đạo giáo nhân tiên chỉ niệm,

大道教人先止念,

Niệm đầu bất trú, diệc đồ nhiên.

念頭不住亦徒然.

Đại đạo dạy người tiên chỉ niệm,

Niệm đầu chẳng trụ mới là hay.

Kinh Viên Giác nói: Tất cả thời gian rảnh rỗi, không khởi Vọng Niệm, nếu còn Vọng Tâm, Vọng niệm sẽ không diệt. Sống trong cảnh Vọng tưởng, đừng có tìm hiểu. Nếu cứ tìm hiểu, sẽ không biết đâu là chân thật.

Khởi Tín Luận viết: Nếu Tâm tán loạn, lập tức thu nhiếp lại, khiến cho Tâm được Chính Niệm. Niệm khởi, biết ngay, biết tức là vô (niệm). Tu hành diệu môn, chính tại nơi đây.

Hư Tịnh Thiên sư viết: Không sợ niệm khởi, chỉ lo biết muộn. Niệm khởi là bệnh, dứt niệm là thuốc.

### Niệm là Vọng Niệm

Nên biết Vọng Niệm khởi lên từ Thức Căn. Đấu tranh thị phi biến thành hư vọng, chứ không có Thực Thể.

Ở nơi chúng sinh, thì Trí Liệt, Thức cường. Cho nên gọi là Thức.

Ở nơi chư Phật, thì Trí cường thức Liệt, cho nên gọi là Trí.

Chỉ đổi tên, không đổi Bản Thể.

Lúc ban sơ, Tâm Nguyên khuếch nhiên, vi diệu, trừng triệt, nhưng vì tri kiến sinh, vọng trần khởi, nên có Vọng Niệm. Nếu không có Tri Kiến, thì Trí Tính chân tịnh, phục hồi diệu trạm, động triệt tinh vi, và ý niệm sẽ tự tiêu.

Ý niệm đã tiêu, thì Lục Thức cũng sẽ tiêu ma. Cho nên Văn Thù Bồ Tát nói: **Nhất căn (Tâm) ký qui nguyên, Lục căn (nhãn, nhĩ, tị, thiệt, thân, ý) thành giải thoát.**

Không có Lục căn, thì không có Lục Trần (Sắc, thanh, Hương, Vị, Xúc, Pháp). Không có Lục Trần thì không có Lục Thức (Nhãn thức, Nhĩ thức, Tị thức, Thiệt thức, Thân thức, Ý thức). Không có Lục Thức sẽ không có luân hồi chủng tử. Thì nhất điểm Chân Tâm của ta sẽ độc lập, không y cứ vào đâu, và sẽ Không, Không, Đẳng, Đẳng, Quang, Quang, Tịnh, Tịnh, **VẠN THỂ THƯỜNG TỒN, KHÔNG CÒN SINH DIỆT NỮA.**

## Tu là Tu Tâm, là Bồi dưỡng Bản Nguyên

Phép này trực chỉ Nhân Tâm, Tâm mà tu thì vạn sự thành, thật là giản dị, thẳng suốt: Chỉ cần Bồi dưỡng Bản Nguyên, quán chiếu Bản Khiếu (Bản Tâm). Lâu ngày Tâm sẽ như đổi mới, khí Hạo Nhiên (Chân Khí) sẽ thông sướng, ngưng nhiên bất động, sẽ tịch nhiên vô tư, biết rõ Cái Không, hiểu được Tính mình. Cho nên nói: «**Bì phu bóc lột tận, Nhất Chân tương thứ hiện.**» 皮膚剝落盡, 一真將次現 (Bì phu khi lột hết, Chân Linh sẽ hiện ra.)

Công phu được như vậy, tự nhiên tinh thần sẽ rạng rỡ, trí tuệ ngày một sinh, Tâm Tính Linh thông, cái gì ẩn hiện cũng rõ hết, tùy ý biết được cơ đóng mở của trời đất, tha hồ bay nhảy. Tự nhiên Nguyên Dương Chân Khí từ trong phát ra, từ đầu đi xuống Huỳnh Đình (Trung Đan Điền), xuyên thấu Vĩ Lư, lên tới huyết Giáp Tích. Trên thì lên tới Thiên Cốc (Nê Hoàn), dưới xuống tới Khúc Giang (Hạ đơn điền). Làm cho bách mạch lưu thông, Tam điền khái quán, xua đuổi âm tà ra khỏi trăm khiếu trong thân, rửa sạch uế tạp trong Ngũ Tạng, y như được uống thuốc của Thiện Kiến Vương (của Đế Thích là vua của thành Thiện Kiến Vương, trên đỉnh núi Tu Di), các bệnh đều tiêu. Như tấu khúc đàn Sư Tử (Sư Tử là vua Bách Lỗ, Phật Giáo kêu Như Lai là Sư Tử), mọi thanh âm khác đều đình chỉ. Nên nói:

Nhất Tâm Liệu vạn bệnh, 一心療萬病

Bất giả dược phương đa. 不假藥方多

Một Tâm chữa muôn bệnh,

Đơn thuốc chẳng cần nhiều.

Mới biết xưa nay, chư thánh đều lấy Tâm này làm phương tiện mà vào cửa, cuối cùng tu thành Tiên, Phật, Thánh, Tổ, thành Thầy dạy đời.

Phàm phu không thành chứng quả, là vì chẳng biết Tâm này. Cho nên có lời nói: «**Hải khô chung kiến đế, Nhân tử bất tri tâm.**» 海枯終見底, 人死不知心 (Biển khô còn thấy đáy, Người chết chưa biết Tâm.)

Lục Đạo<sup>[5]</sup> quần mông (mê muội) đều do cửa này mà sinh ra (không biết Tu Tâm).

Băng qua nghìn đời vẫn không biết đàng trở lại. Thật đáng buồn thay!

Cho nên chư Phật mới vào nhà lửa cứu người, Tổ Sư mới dạy Tây lai. Sở dĩ chư thánh phải buồn than, chỉ là vì người không đạt được Cái Duy Tâm Yếu Đạo ấy,

Như sách Bửu Tạng nói: Trong trời đất, vũ trụ này, có một báu vật (Tâm Chân Như, Linh Tri), dấu tại con người (hình sơn = hình dạng con người), gặp vật thì chói sáng, trong, ngoài trống rỗng, tịch tịch khó thấy, gọi là Huyền Huyền. Nó hiện ra phía ngoài cung Tử Vi (Thượng đan điền). Diệu dụng nó là tại nội Hư Vô, đoạn hoá bất động, độc nhất, vô song, thanh có âm hưởng nhiệm màu, sắc nở hoa dung, không thấy sở cư, như là Không Không. Chỉ để lại âm thanh, không thấy hình tượng. Chỉ để lại công phu, không thấy được dung mạo. Nó chói rọi u minh, quán thông mọi sự lý. Nó là Chủ thể muôn loài, là Chân Tông vạn sự. Nó thi công nơi người thì như có hình, lúc nó tĩnh định thì minh minh, hư vô. Bản tính nó vốn tĩnh minh, bắt chước theo nó thì công đức sẽ viên thành. Nó sáng soi nhật nguyệt, đức nó vượt Thiên Không. Vạn vật bất động, nhất thiết vô danh. Chuyển hoá Thiên Địa, tự tại tung hoành. Tinh vi diệu dụng, hỗn độn nhi thành. Có ai thấy mà không mừng, có ai nghe mà không sợ. Sao lại để cho hòn ngọc vô giá đó, lọt vào Âm Nhập chi khanh? Thật là đáng buồn. Chỉ vì con không biết Tự Trọng. Buồn thay! Buồn thay! Như vậy tối sao thành sáng?

Báu vật đó, sáng láng rực rỡ, rạng chiếu mười phương. Tịch nhiên như không có gì, nhưng công dụng vô biên.

Ứng thành thanh sắc, thành Âm Dương. Nó không có căn, nhưng diệu dụng thì vô cùng. Mắt nhìn không thấy, tai nghe không ra, Bản Nguyên nó thì mù mịt, biến hoá thành vật, thành thánh thần, công dụng nó thật Linh diệu. Nó là Chân Tinh của Đại Đạo, Chân Tinh này rất Linh diệu, sinh ra vạn vật, ngưng nhiên thường trụ, trường tồn, đồng thể với Đạo.

Vạn sự trong thiên hạ, Tâm là quan trọng nhất. Bách tính dùng nó hằng ngày, mà không biết nó, Như cá trong biển, mà không biết nước. Cho nên kinh Phật nói: Nhất thiết chúng sinh, từ vạn kiếp lai, không biết bản tâm, không tự giác ngộ, nhận lầm tứ đại<sup>[6]</sup> là thân, duyên lự là Tâm. Ví như trăm nghìn biển cả thì không nhận, chỉ nhận một cái bè, cái bọt. Cứ thế, đã mê, càng mê, đã lầm càng lầm, tâm tùy cảnh đổi, mắt tùy vật sinh tình, thủ xả trăm mối, không lúc nào rảnh, cho nên lầm lạc, tạo nghiệp. Tuần hoàn trong lục đạo, như lưới dày bao vây khắp mình, không sao thoát ra được. Suy cho cùng chỉ tại lúc đầu đã bị vọng niệm làm mê hoặc bản tâm mà thôi.

Cho nên Linh Nhuận thiền sư nói:

Vọng tình khiến dẫn hà thời liễu,  
妄情牽引何時了,  
Cô phụ Linh Đài nhất điểm quang.  
辜負靈臺一點光。  
Vọng tình dẫn dắt khi nào hết,  
Uổng thay ánh sáng của Linh Đài.

Linh đài nhất điểm quang chính là Chân Như Linh Tri Tâm vậy. Nó tối huyền, tối diệu, thông thánh, thông Linh, cực cao minh, cực quảng đại, nó sinh ra mọi biến hoá, là bản thể quần sinh, vạn hữu, hoành quán vạn phương. Từ khi chưa có trời đất tới nay, nó vốn hằng hữu. Khi trời đất đã huỷ hoại, nó vẫn còn đó. Nhất thiết cảnh giới, đều là tâm quang. Nếu người ta biết được Tâm, thì Đại Địa không còn một tấc đất. Nên nói: Tam giới duy Tâm.

Người mê cầu Pháp ngoài Tâm, bậc Chí Nhân, thấy Cảnh là Tâm. Cảnh là Cảnh của Tâm, Tâm là Tâm của Cảnh. Đối cảnh không mê, gặp duyên không động. Hổ thành một Thể không khác. Nếu biết cảnh tượng bên ngoài đều do Tâm biến hiện, thì sẽ Ngộ Tâm, thành Đạo.

Thấy được Vọng Niệm từ vô thủy, sẽ thu nhiếp được Cảnh về Tâm, thoát trần phược, đạt tới Chân Như, lìa trần cấu, mà đạt giải thoát, vĩnh viễn hoà hiệp với Thanh Tinh, Tự Nhiên, sẽ không còn thấy các tướng hữu vi của trần cảnh. Như vàng lìa khoáng, không còn bao giờ bị nhiễm bùn nhơ, như cây đã thành than, không còn bao giờ sinh cành lá. Đã được là được luôn, cùng tận cõi bờ của vị lai, siêu thoát hết mọi gông cùm, sống mãi cùng thần thánh.

Tuy nhiên, cái Đại Đạo tối thượng nhất thừa này, nếu ai có căn cơ linh lợi, thì vào ngay được cõi Như Lai, ai mà có căn cơ cùn nhụt, thì sẽ phải làm sao? Thừa phải đi từ thấp tới cao, dần dần đi vào: Một bước tiến là một bước hiệu nghiệm; lên một cấp là có qui mô của một cấp. Lại nữa muốn đi xa la phải tự cố gắng, muốn lên cao phải từ chỗ thấp.<sup>[7]</sup> Nếu chẳng biết nhập môn hạ thủ, thì làm sao lên được cảnh giới tối cao? Nếu không tận tâm, làm sao biết tính. Nếu không Minh Tâm, làm sao Kiến Tính? Cái yếu quyết để Minh Tâm, Tu Tâm, là phải lấy Thiện Đạo, phù trợ bản tâm, phải luôn luôn lấy máu nhuận trạch kỳ tâm, luôn luôn phải tĩnh trị cõi lòng, luôn luôn phải tinh tiến kiên cố bản tâm, luôn luôn phải lấy nhẫn nhục làm cho tâm thần đặng, luôn luôn phải lấy Linh giác minh chiếu khiết tịnh tự tâm, luôn luôn phải lấy trí tuệ mở mang cõi lòng, luôn luôn phải lấy Phật tri kiến khai phát tự tâm, lấy Phật pháp bình đẳng mở rộng Tâm

Hồn.

Cho nên, Minh Tâm là cái bơi chèo trí huệ đẩy đưa ta trong biển sinh tử của ta, Tận Tâm là lương y chữa mọi bệnh phiền não. Nếu không biết Tâm này, sẽ vĩnh kiếp luân hồi, đánh mất Chân Tính. Nếu biết rõ Tâm này, thì sẽ thoát vòng sinh tử, chứng đắc Niết Bàn. Sau trước không bao giờ ra khỏi Tâm này. Là khỏi Tâm này không còn diệu pháp nào khác, chẳng qua chỉ là thành tựu cái Tâm này mà thôi.

Ôi! Chẳng nên coi thường. Thánh nhân khó gặp. Cho nên Trương Bình Thúc nói:

Chỉ vì Đan Kinh vô khẩu quyết,

只為丹經無口訣,

Giáo quân hà xứ kết Linh Thai.

教君何處結靈胎。

Chỉ vì Đan Kinh không khẩu quyết,

Khiến ông không cách kết Linh Thai.

Có biết đâu rằng:

Các khẩu quyết Đan Kinh, rất là ẩn áo, rất là khó hiểu. Khiến người không hiểu nổi. Toàn là ẩn ngữ, bí từ, khiến người hoa mắt, loạn tâm, đến nỗi giữa đường phải rút lui.

Ta rất thương họ. Nay đem Đơn Kinh, Phạn điển, khẩu quyết nhất nhất nêu ra, cho đời sau biết. Nó sẽ như ngọn đèn phá tan âm tối chỉ rõ con đường, cho mọi người biết được giả chân, phân rành vàng đá.

### Khẩu quyết

Thái Huyền Chân Nhân nói:

Phụ mẫu sinh tiền nhất điểm Linh,

父母生前一點靈,

Bất Linh chỉ vì kết thành hình.

不靈只為結成形。

Thành hình tráo khước quang minh chủng,

成形罩卻光明種,

Phóng hạ y nhiên triệt để thanh.

放下依然徹底清。

Phụ mẫu sinh tiền một điểm Linh,

Không Linh chỉ tại kết thành hình.

Thành hình, khuất lấp quang minh chủng,

Nếu thoát hình hài, triệt để thanh.

Không Chiếu Thiền Sư nói:

Giá cá phân minh, cá cá đồng,

這個分明個個同,

Năng bao thiên địa, vận hư không.

能包天地運虛空。



Ngã kim chỉ xuất Chân Tâm địa,  
 我今指出真心地,  
 Không tịch Linh Tri thị Bản Tông.  
 空寂靈知是本宗。  
 Chân Như tính ấy thể nhân đồng,  
 Bao trùm trời đất, chuyển Hư Không.  
 Nay ta chỉ thẳng Chân Tâm địa,  
 Vắng lặng Linh Tri, ấy Bản Tông.

Tự Nhiên Cư Sĩ nói:

Tâm như minh kính Liên thiên tịnh,  
 心如明鏡連天淨,  
 Tính tự hàn đàm chỉ thủy đồng.  
 性似寒潭止水同。  
 Nhị thập thời trung thường giác chiếu,  
 二十時中常覺照,  
 Hữu giáo muội Liễu Chủ Nhân Ông.  
 休教昧了主人翁。  
 Tâm sáng như gương, trong tựa trời,  
 Tính như Hồ lắng, nước lặng ngôi,  
 Ngày đêm tĩnh tịch, thượng Giác Chiếu.  
 Chiếu soi tỏ rõ Chủ Nhân soi.

Trí Giác Thiền Sư vân:

Bồ tát tòng lai bất Ly Chân,  
 菩薩從來不離真,  
 Tự gia muội Liễu, bất tương thân.  
 自家昧了不相親。  
 Nhược năng tĩnh tọa hồi quang chiếu,  
 若能靜坐回光照,  
 Tiện kiến sinh tiền cựu chủ nhân.  
 便見生前舊主人。  
 Bồ tát từ xưa chẳng lìa Chân,  
 Tại mình mê muội chẳng thân gần,  
 Nếu hay tĩnh tọa, hồi quang chiếu  
 Liền thấy sinh tiền Cựu Chủ Nhân.

Tam Mao Chân Quân viết:

Linh Đài trạm trạm tựa Băng hồ,

靈臺湛湛似冰壺,

Chỉ hứa Nguyên Thần tại lý cư.

只許元神在里居。

Nhược hướng thử trung lưu nhất vật,

若向此中留一物,

Khởi năng chứng Đạo hợp Thanh Hư?

豈能証道合清虛?

Linh Đài trong vắt tựa Băng hồ,

Chỉ có Nguyên Thần được Trung Cư.

Nếu để vật chi vào trong đó,

Sẽ không chứng đạo, hợp Thanh Hư.

Thiên Nhiên Thiên Sư nói:

Tâm bản tuyệt trần hà dụng tẩy,

心本絕塵何用洗,

Thân Trung vô bệnh khởi cầu y?

身中無病豈求醫。

Dục tri thị Phật, phi thân xứ,

欲知是佛非身處,

Minh giám cao huyền, vị chiếu thời.

明鑒高玄未照時。

Tâm vốn không dơ, cần gì tắm,

Trong mình không bệnh, khởi cầu Thầy.

Mới biết thân ta chính là Phật,

Như Đài gương sáng chiếu đó đây.

Chủ Kính Đạo Nhân nói:

Vị phát chi tiền, Tâm thị Tính,

未發之前心是性,

Đĩ phát chi hậu, Tính thị Tâm.

已發之後性是心,

Tâm, Tính nguyên đầu, tham bất thấu,

心性源頭參不透,

Không tòng vãng tích, phí sưu tầm.[\[8\]](#)

空從往跡費搜尋。

Tâm khi chưa phát, Tâm là Tính,

Khi đã phát rồi, Tính là Tâm.  
 Chỗ Tâm Tính khởi, suy chẳng thấu,  
 Dấu vết tìm chi, uổng sưa tầm.

Vô Tâm chân nhân nói:

Vọng niệm tài hưng, Thần tức thiên,  
 妄念才興神即遷,  
 Thần thiên, lục tặc loạn tâm điền.  
 神遷六賊亂心田.  
 Tâm điền ký loạn, thân vô chủ,  
 心田既亂身無主,  
 Lục đạo luân hồi tại mục tiền.  
 六道輪回在目前.

Vọng niệm dấy lên, Thần tự thiên,  
 Thần thiên, lục tặc loạn tâm điền.  
 Tâm Điền đã loạn, Thân vô chủ,  
 Sáu nẻo luân hồi thấy nhãn tiền.

Cao tăng Diệu Hư vân:

Tinh tinh nhất cá Chủ Nhân Ông,  
 惺惺一個主人翁,  
 Tịch nhiên bất động tại Linh Cung.  
 寂然不動在靈宮.  
 Đãn đắc thử trung vô quái ngại,  
 但得此中無挂礙,  
 Thiên Nhiên Bản Thể tự Hư Không.  
 天然本體自虛空.  
 Tinh tao một vị Chủ Nhân Ông,  
 Tịch Nhiên bất động tại Linh Cung.  
 Chỉ cốt Linh Cung không vướng mắc,  
 Thiên Nhiên Bản Thể hiện Hư Không.

Thái Ất Chân Nhân nói:

Nhất điểm viên minh đẳng Thái Hư,  
 一點圓明等太虛,  
 Chỉ nhân niệm khởi kết thành khu.  
 只因念起結成軀.  
 Nhược năng phóng hạ hồi quang chiếu,

若能放下回光照,

Y cứu thanh hư, nhất vật vô.

依舊清虛一物無.

Một điểm viên minh tựa Thái Hư,

Chỉ vì niệm khởi, kết thành khu.

Nếu biết bỏ Thân, hồi quang chiếu,

Sẽ thấy bên trong vẫn thanh hư.

Hoa Nghiêm kinh vân:

Hữu số, vô số nhất thiết kiếp,

有數無數一切劫,

Bồ tát liễu tri tức nhất niệm.

菩薩了知即一念.

Vu thử thiện nhân bồ đề hạnh,

于此善人菩提行,

Thường cần tu tập bất thoái chuyển.

常勤修習不退轉.

Nhất thiết kiếp nạn con người,

Đều do tạp niệm trong đời nầy sinh.

Bồ tát thấy được rõ ràng,

Cho nên tu luyện Liên canh chẳng rời.

Hải Nguyệt Thiền Sư nói:

Lục cá (lục thức) môn đầu nhất cá quan,[\[9\]](#)

六個門頭一個關,

Ngũ môn bất tất tiện già lan.

五門不必便遮攔.

Tòng tha thế sự phân phân loạn,

從他世事紛紛亂,

Đường thượng gia tôn (tâm) trấn nhật an.

堂上家尊鎮日安.

Lục thức môn đầu phong toả một,

Ngũ quan bất tất phải cài then.

Chỉ do lục thức, nên đời loạn,

Trong nhà gia chủ vẫn bình an.

(Tu là già toả, là phong bế ý thức).

Thủy Am Thiền sư vân:

Bất khởi nhất niệm, Tu Di Sơn,[\[10\]](#)

不起一念須彌山,

Đãi lập đương đầu, trước nhỡn khan.

待立當頭著眼看.

Niêm nhất lữ ti, kinh bán đảo,

拈一縷絲輕絆倒,

Gia gia môn để thấu Trường An (Thánh giới).

家家門底透長安.

Nê Hoàn vắng lặng, không một niệm,

Để ngay trước mặt, mắt ngó xem.

Lòng vốn khinh thanh, không ô nhiễm,

Lòng không vọng niệm, đạt tiên ban.

Đại Vi Trí Tụng vân:

Chân Phật vô vi tại ngã thân,

真佛無為在我身,

Tam hô, tam ứng, thái tinh tinh.

三呼三應太惺惺.

Nhược nhân bất ngộ nguyên do giả,

若人不悟原由者,

Trần kiếp mang mang, nhận Thức Thần.

塵劫茫茫認識神.

Chân Phật vô vi, tại ngã thân.

Hễ gọi là thừa, rất ân cần.

Nếu người không biết sao như vậy,

Chỉ tại xưa nay, nhận Thức Thần.

Vô Cấu tử kệ vân:

Ngũ Uẩn[\[11\]](#) sơn đầu nhất đoạn không,

五蘊山頭一斷空,

Đồng môn xuất nhập bất tương phùng.

同門出入不相逢.

Vô lượng kiếp lai, nhắm ốc trú,

無量劫來賃屋住,

Đáo đầu bất thức Chủ Nhân Ông (Bản Tâm).

到頭不識主人翁.

Đầu non Ngũ Uẩn một vừng không,

Vào ra cùng cửa, chẳng tương phùng,  
 Từ bao nhiêu kiếp, thuê nhà ở,  
 Tới nay, nào biết Chủ Nhân Ông.

Duy Khoan thiền sư vân:

Khuyến quân học Đạo mạc tham cầu,  
 勸君學道莫貪求,  
 Vạn sự vô tâm Đạo hợp đầu.  
 萬事無心道合頭。  
 Vô Tâm thủy thể Vô Tâm Đạo,  
 無心始體無心道,  
 Thể đắc vô tâm, Đạo dã hưu.  
 體得無心道也休。  
 Khuyên ai học Đạo chớ tham cầu,  
 Đem tâm vô sự hợp Đạo màu.  
 Vô tâm hợp với Vô Tâm Đạo,  
 Hợp Đạo vô tâm, Đạo mới sâu.

Chí Công Hoà Thượng vân:

Đốn ngộ Tâm nguyên khai bảo tạng,  
 頓悟心原開寶藏,  
 Ẩn hiện Linh Tông, hiện Chân Tượng.  
 隱現靈蹤現真象。  
 Độc hành, độc tọa, thường nguy nguy,  
 獨行獨坐常巍巍,  
 Bách ức hoá thân, vô số lượng.  
 百億化身無數量。  
 Tâm nguyên đốn ngộ, bảo tạng khai,  
 Linh Tông ẩn hiện xuất sinh ra.  
 Một mình đi đứng oai phong quá,  
 Bách ức hoá thân, vô số mà.[\[12\]](#)

Ngốc Đường Thiền Sư vân:

Ứng vô sở trụ sinh kỳ Tâm,  
 應無所住生其心,  
 Khuếch triệt, viên minh xứ xứ chân.  
 廓徹圓明處處真。  
 Trục hạ đỉnh môn, khai Chính Nhãn,

直下頂門開正眼,  
 Đại thiên sa giới hiện toàn thân.  
 大千沙界現全身 .  
 Ứng vô sở trụ, sinh kỳ tâm,  
 Tâm sẽ viên minh, xứ xứ chân.  
 Ngay dưới Nê Hoàn khai Chính Nhãn,  
 Hằng hà sa số hiện toàn thân.[13]

Sách Chỉ Huyền Thiên viết:

Nhược đắc Tâm không, khổ tiện vô,  
 若得心空苦便無,  
 Hữu hà Sinh Tử, hữu hà câu.  
 有何生死有何拘 .  
 Nhất chiêu thoát hạ thai châu áo,  
 一朝脫下胎州襖 ,  
 Tác cá tiêu diêu đại trượng phu.  
 作個逍遙大丈夫 .  
 Tâm mà không tịch, khổ còn đâu,  
 Không còn sinh tử, không vương mắc.  
 Một ngày nào đó, buông áo xác,  
 Sẽ sống tiêu diêu đời trượng phu.

Đoàn Chân Nhân vân:

Tâm nội quan tâm, mịch bản Tâm,  
 心內觀心覓本心,  
 Tâm Tâm câu tuyệt, kiến Chân Tâm.  
 心心俱絕見真心 .  
 Chân Tâm minh triệt thông tam giới,  
 真心明徹通三界,  
 Ngoại đạo, thiên ma bất cảm xâm.  
 外道天魔不敢侵 .  
 Quán chiếu nội tâm, tìm Bản Tâm,  
 Vọng Tâm mà biến, hiện Chân Tâm.  
 Chân Tâm rạng rỡ, thông Tam Giới,  
 Thiên ma ngoại đạo chẳng dám xâm.

Trương Viễn Tiêu nói:

Bất sinh, bất diệt bản lai chân,

不生不滅本來真,  
 Vô giá dạ quang nhân bất thức.  
 無價夜光人不識.  
 Phàm phu hư độ kỷ thiên sinh,  
 凡夫虛度幾千生,  
 Tọa tại khoáng trung bất năng xuất.  
 雜在礦中不能出.  
 Chân Tâm nguyên thị vốn là Chân,  
 Như ngọc dạ quang, người không biết,  
 Phàm phu uổng sống qua nhiều kiếp,  
 Ngọc nằm trong khoáng, chẳng sao ra.

Tiết đạo Quang nói:

Diệu quyết ngũ thiên xưng Đạo Đức,  
 妙訣千稱道德,  
 Chân thiên tam bách tụng Âm Phù.  
 真詮三百頌陰符.  
 Dẫn dắt Tâm trung vô nhất tự,  
 但得心中無一字,  
 Bất tham thiền diệc thị công phu.  
 不參禪亦是工夫.  
 Đạo Đức năm nghìn xưng Diệu Quyết,  
 Âm Phù tam bách ấy Chân Thiên.  
 Chỉ cần Tâm Lý không một chữ,  
 Chẳng cứ tham thiền, vẫn công phu.

Vô Cấu Tử nói:

Học Đạo tiên tu thức tự Tâm,  
 學道先須識自心,  
 Tự Tâm thâm xứ, tối nan tầm.  
 自心深處最難尋.  
 Nhược hoàn tầm đáo vô tầm xứ,  
 若還尋到無尋處,  
 Phương ngộ Phàm Tâm tức Phật Tâm.  
 方悟凡心即佛心.  
 Học đạo trước tiên phải biết tâm,  
 Tự Tâm thâm kín khó mà tầm.



Nếu mà tìm tới Vô tâm xứ,  
Sẽ thấy Phàm Tâm giống Phật Tâm.

Tiêu Diêu Ông nói:

Tảo trừ Lục tặc tịnh tâm cơ,  
掃除六賊淨心基,  
Vinh nhục, bi hoan sự vật truy.  
榮辱悲歡事勿追。  
Chuyên khí trí nhu khuy Nội Cảnh,  
專氣至柔窺內景  
Tự nhiên thần thất sản Ma Ni.  
自然神室產摩尼。  
Trừ xong Lục tặc, thấy Tâm Cơ,  
Vinh nhục, bi hoan dạ chẳng lo.  
Dùng Thần ngự Khí qui Nội Cảnh,  
Tự nhiên tâm địa có Ma Ni.

Lộng Phàm Tập nói:

Thiên cơ áo diệu nan khinh thổ,  
天機奧妙難輕吐,  
Nhan Thị như ngu, Tăng Thị lỗ,  
顏氏如愚曾氏魯。  
Vấn cừ hà xứ dụng công phu,  
問渠何處用工夫,  
Chỉ tại bất văn, dữ bất đồ.  
只在不聞與不睹。  
Thiên cơ yếu diệu khó nên lời,  
Nhan Hồi, Tăng Tử như si ngốc.  
Công phu, hỏi họ dùng sao vậy?  
Không nghe, không thấy, có thể thôi.

Trương Tam Phong nói:

Chân Tâm hạo hạo vô cùng cực,  
真心浩浩無窮極,  
Vô hạn Thần Tiên tòng lý xuất.  
無限神仙從里出。  
Thế nhân đam chước tiểu hình骸,  
世人耽著小形骸,

Nhất khoả huyền châu, mê bất thức.

一顆玄珠迷不識。

Vô Cực Chân Tâm chẳng bến bờ,  
Muôn vàn Thần Tháng phát sinh ra,  
Thế nhân mê mẩn hình hài tạm,  
Chân Thể ngọc châu lại bỏ lơ.

Giải Mê Ca nói:

Nhược yếu Chân Tinh vô lậu tiết,

若要真精無漏泄,

Tu tịnh Linh Đài như lãng nguyệt.

須淨靈臺如朗月。

Linh Đài bất tịnh Thần bất thanh,

靈臺不淨神不清,

Trú dạ công phu hưu đoạn tuyệt.

晝夜功夫休斷絕。

Nếu muốn Chân Tinh không lậu Tiết,

Hãy giữ Linh Đài như minh nguyệt.

Linh Đài không sạch, Thần bất thanh,

Công phu Liên tục, đừng đoạn tuyệt.

Bắc Tháp Tộ nói:

Thiết kỵ tùy tha bất hội tha,

切忌隨他不合他,

Đại tùy thử ngữ, bá thiên nhai.

大隨此語播天涯。

Chân tịnh Tính trung tài nhất niệm,

真淨性中才一念,

Tảo thị thiên sai dữ vạn sai.

早是千差與萬差。

Tối kỵ tùy Tâm chẳng biết Tâm,

Chỉ một chữ Tùy, bao thế giới.

Chân tâm thanh tịnh mà khởi niệm,

Sẽ thấy nghìn sai với vạn lầm.

Hoành Xuyên Cùng vân:

Duyên thủy vô duyên hội nghịch lưu,

沿水無緣會逆流,

Kiến tha khổ thiết cố tương thù.

見他苦切故相酬。

Tây lai tổ ý, thực vô ý,

西來祖意實無意,

Vọng niệm cuồng tâm, hiết tiện hưu.

妄想狂心歇便休。

Dòng nước nương theo, bị ngược dòng

Thấy người khổ cực cũng thương tâm,

Đạt Ma, Trung thổ vô ý tới,

Vọng niệm, cuồng tâm hãy bỏ dần.

Thảo Đường Thiên Sư vân:

Đoạn tí mịch Tâm, Tâm bất đắc,

斷臂覓心心不得,

Mịch Tâm vô đắc, thủy an tâm,

覓心無得始安心,

An tâm hậu dạ, tuyết đình tế,

安心後夜雪庭際,

Mãn mục diêu hoa, vô xứ tìm.

滿目瑤花無處尋。

Tuệ Khả cắt tay để tìm Tâm,

Tim Tâm không được mới an tâm.

An tâm, trong một sân đầy tuyết,

Vọng niệm triệt tiêu khỏi phải tìm.

Phật Quốc Thiên Sư vân:

Tâm Tâm tức Phật, Phật Tâm Tâm,

心心即佛佛心心,

Phật Phật Tâm Tâm, tức Phật Tâm.

佛佛心心即佛心。

Tâm Phật ngộ lai, vô nhất vật,

心佛悟來無一物,

Tướng quân chỉ khát vọng mai lâm.

將軍止渴望梅林。

Tâm Tâm là Phật, Phật là Tâm,

Phật Phật, Tâm Tâm tức Phật Tâm,

Tâm Phật hiểu rồi không gì cả,

Tướng quân đang khát chỉ mai lâm.

Hoa Nghiêm kinh kệ vân:

Nhược nhân dục thức Phật cảnh giới,

若人欲識佛境界,

Đương tịnh kỳ ý như hư không.

當淨其意如虛空。

Viễn ly vọng tưởng cập chư vật,

遠離妄想及諸物,

Lệnh tâm sở hướng giai vô ngại.

令心所向皆無礙。

Con người như muốn tìm cảnh Phật,

Phải tĩnh kỳ ý, như hư không.

Viễn Ly vọng tưởng, cùng vạn sự,

Cho tâm sở hướng được thông dong,

Bảo Tích Kinh kệ vân:

Chư Phật tòng tâm đắc giải thoát,

諸佛從心得解脫,

Tâm giả thanh tịnh danh vô cấu,

心者清淨名無垢。

Ngũ Đạo [14] tiên khiết bất thụ nhiễm,

五道鮮潔不受染,

Hữu giải thử giả thành Đại Đạo.

有解此者成大道。

Chư Phật Tâm không, nên giải thoát,

Tâm mà thanh tịnh, là Vô Cấu.

Ngũ Đạo tịnh khiết không ô nhiễm,

Người hiểu biết ra thành Đại Đạo.[15]

Viên Ngộ Thiền Sư vân:

Phật Phật Đạo đồng, đồng chí đạo,

佛佛道同同至道,

Tâm tâm chân khế, khế Chân Tâm.

心心真契契真心。

Khuếch nhiên thấu xuất Uy Âm ngoại,

廓然透出威音外,

Địa cửu thiên trường hải cánh thâm.

地久天長海更深 .

Phật Phật Đạo đồng, đồng chí đạo,  
 Tâm Tâm chân khế, khế Chân Tâm.  
 Chân tâm siêu xuất Uy Âm ngoại,  
 Địa cửu, Thiên trường biển càng thâm.

Thế Kỳ Thủ Toạ nói:

Chư Pháp không, cố ngã tâm không,

諸法空故我心空,

Ngã Tâm không, cố chư pháp đồng.

我心空故諸法同 .

Chư Pháp, ngã Tâm vô biệt thể,

諸法我心無別體,

Chỉ tại nhi kim, nhất niệm trung.

只在而今一念中 .

Chư Pháp không, nên tâm ta không,

Tâm ta không, nên với Chư Pháp đồng.

Chư pháp, Ngã Tâm, cùng một thể,

Một Thể vì đều: Chính Niệm chung.

Trương Chuyết Tú tài nói:

Quang minh tịch chiếu biến hà sa,

光明寂照遍河沙,

Phàm thánh nguyên lai cộng nhất gia.

凡聖元來共一家 .

Nhất niệm bất sinh, toàn thể hiện,

一念不生全體現,

Lục căn tài động, bị vân già.

六根才動被雲遮 .

Phật quang lặng chiếu khắp trần ai,

Phàm Thánh xưa nay, vốn không hai.

Một niệm chẳng sinh, toàn thể hiện,

Lục căn vừa động bị vân già.

Trung Phong Thiền Sư nói:

Tòng lai chí Đạo dữ Tâm thân,

從來至道與心親,

Học đạo vô tâm Đạo tức chân.

學到無心道即真。

Tâm đạo hữu vô câu dẫn tuyệt,

心道有無俱泯絕,

Đại thiên thế giới nhất nhàn thân.

大千世界一閑身。

Xưa nay Chí Đạo với Tâm gần,

Học tới vô tâm Đạo mới chân.

Tâm Đạo hữu vô đều mất hết,

Đại Thiên thế giới một thân nhàn.

Trương Vô Mộng nói:

Tâm tại Linh Quan thân hữu chủ,

心在靈關身有主,

Khí qui Nguyên Hải thọ vô cùng.

氣歸元海壽無窮。

Tâm ở Linh Quan thân có chủ,

Khí về Nguyên Hải thọ vô cùng.

Bạch Sa tiên sinh thuyết:

Thiên hưu thiên xứ đắc,

千休千處得,

Nhất niệm nhất sinh trì.

一念一生持。

Vọng niệm không sinh, thiên xứ đắc,

Suốt đời Chính Niệm phải tu trì.

Bành Hạc Lâm nói:

Thần Thất tức thị thủ Linh Đài,

神室即是此靈臺,

Trung hữu trường sinh bất tử thai.

中有長生不死胎。

Linh Đài, Thần Thất vốn in nhau,

Trong có Kim Đơn, bất tử thai.

Vĩnh Minh Diên Thọ vân:

Hữu niệm tức Sinh Tử,

有念即生死,

Vô niệm tức Niết Bàn.

無念即泥洹。

Có niệm là Sinh Tử,  
Không niệm là Niết Bàn.

Hồ Kính Trai vân:

Vô sự thời bất giáo Tâm không,  
無事時不教心空,  
Hữu sự thời bất giáo Tâm loạn.  
有事時不教心亂.  
Khi vô sự đừng để Tâm không,  
Khi hữu sự đừng khiến tâm loạn.

Đạo Huyền Cư Sĩ vân:

Nhất xuất tiện thu lai, Tức qui tu phóng hạ.  
一出便收來, 即歸須放下.  
Nguyên Thần vừa xuất khiếu,  
Lập tức phải thu hồi.  
Đã về, phải phóng hạ,  
Cho nó tĩnh định thôi.

La Niệm Am nói:

Vô dĩ vọng niệm tưởng kỳ Tâm,  
毋以妄念戕其心,  
Vô dĩ khách khí thương Nguyên Khí.  
毋以客氣傷元氣.  
Đừng cho Vọng Niệm diệt Chân Tâm,  
Đừng cho Khách Khí thương Nguyên Khí.

Sa Y Đạo Nhân nói:

Tâm nhược tại xoang tử lý.  
心若在腔子里,  
Niệm bất xuất Tổng trì môn.  
念不出總持門  
Tâm chớ ra ngoài Xoang Tử Lý (Đan Điền),  
Niệm không nên xuất Tổng Trì Môn (Đan Điền).

Bạch Lạc Thiên nói:

Tự tòng khổ học Không Môn pháp,  
自從苦學空門法,  
Tiêu tận bình sinh chủng chủng Tâm.  
消盡平生種子心.

Vất vả học theo Phật Pháp Môn,  
Lục thức trong người tiêu tận hết.

Tịnh Nghiệp Thiền Sư nói:

Động bất vong vu quan chiếu,

動不忘于觀照,

Tĩnh bất vong vu chỉ tức.

靜不忘于止息 .

Hành động không quên quán chiếu Tâm,  
Nhàn tĩnh không quên ngưng chỉ tức (Ngừng thở) .

Thao Quang tập vân:

Tâm tại thị, niệm diệc tại thị,

心在是念亦在是,

Động như tư, tĩnh diệc như tư.

動如斯靜亦如斯 .

Tâm ở đó, niệm cũng ở đó,

Động như đây, tĩnh cũng như đây

(Chỉ Không tịnh Bản Tâm).

Xung Diệu nói:

Thân bất động, nhi tâm tự an,

身不動而心自安,

Tâm bất động, nhi thần tự thủ.

心不動而神自守 .

Thân bất động, Tâm sẽ tự an,

Tâm bất động, Thần sẽ tự thủ.

Từ Vô Cực nói:

Tính tùng thiên xứ khắc tương khứ,

性從偏處克將去,

Tâm tự phóng thời thu thập lai.

心自方時收拾來 .

Tính từ Thiên vọng, thẳng Bản Chân,

Tâm do tính định, thu thập lại.

Phật Ấn vân:

Nhất niệm động thời giai thị hoả,

一念動時皆是火,

Vạn duyên tịch xứ, tức sinh Xuân.



萬緣寂處即生春。

Một niệm vừa sinh như lửa cháy. [\[16\]](#)

Vạn duyên khi lặng, sẽ sinh Xuân (Bản Tâm).

Đào Hoàng Cảnh nói:

Tu tâm yêu tác trường sinh khách,

修心要作長生客,

Luyện Tính đương như Hoạt tử Nhân.

煉性當如活死人。

Tu Tâm cốt làm Khách Sống Lâu,

Luyện Tính phải như Kẻ Chết Rồi.

Vô Chức thiền sư nói:

Minh tức Minh Tâm không tịch,

明即明心空寂,

Kiến tức Kiến Tính vô sinh.

見即見性無生。

Minh là Giữ được Tâm không tịch,

Kiến là thấy Tính tựa Hư Vô.

Hoa Nghiêm kinh vân:

Nhược năng để quan tâm bất nhị,

若能諦觀心不二,

Phương Kiến Tì Lô thanh tĩnh tâm.

方見毗盧清靜心。

Nếu nhìn rõ được Tâm Bất Nhị,

Sẽ thấy Tì Lô thanh Tĩnh Tâm.

Hoa Nghiêm kinh tụng vân:

Thủy tông nhất niệm, chung thành kiếp,

始從一念終成劫,

Tất y chúng sinh tâm tưởng sinh.

悉依眾生心想生。

Đầu là một niệm sau thành kiếp,

Luân hồi bất quá hư tưởng sinh.

Mã Đơn Dương nói:

Nhược năng thường thủ loan loan khiếu,

若能常守彎彎竅,

Thận tự Linh minh, Khí tự sung.

神自靈明氣自充。

Nếu ai luôn giữ Linh Đài Huyết,  
Thần sẽ Linh minh, Khí sẽ đầy.

Khưu Trường Xuân nói:

Đương thời nhất cú sư biên đắc,

當時一句師邊得,

Mặc mặc thùy Liêm tử tế khan.

默默垂帘仔細看。

Câu xưa nghe được bên thày,

Nay ngồi hư tĩnh suy ngay tận tường.

Tuệ Nhật Thiền Sư nói:

Nhất niệm chiếu Liễu, nhất niệm chi Bồ Đề dã,

一念照了一念之菩提也,

Nhất niệm yển tức, nhất niệm chi Niết Bàn dã.

一念宴息一念之涅槃也。

Một niệm chiếu minh, là một niệm Bồ Đề giác ngộ,

Một niệm ngưng hựu, là một niệm Niết Bàn.

Những lời nói trên, đều dạy người thành Tiên, tác thánh, vào cửa Đạo Đức.

Xưa A Nan chỉ nghe lời Phật mà nhiều năm cũng không thành chính quả, sau biết tức tâm nội quan quán chiếu, mới hay vạn vật vẫn vô sinh, vô diệt, vô hữu, vô vô, mà đắc thành chính quả.

Cái Tâm của kẻ phàm phu, suốt ngày phóng ngoại, càng xa càng xoay lưng lại với Thiên Chân. Chỉ có kẻ biết hồi quan quán chiếu, mới biết kiểm tinh, nhiếp niệm.

Thu nhiếp được niệm mới an Tâm. An tâm, thần mới dưỡng. Thần dưỡng, Tính mới qui.

Nên Ngụy Bá Dương nói: Kim lai qui Tính sơ, Nãi đắc xưng hoàn đôn.<sup>[17]</sup>

Ôi:

Luyện khoáng thành kim đắc bảo trân,

煉礦成金得寶珍,

Luyện Tình qui Tính hợp Thiên Chân.

煉情歸性合天真。

Tương phùng thử lý giao đàm giả,

相逢此理交談者,

Thiên vạn nhân trung vô nhất nhân.

千萬人中無一人。

Luyện khoáng thành kim được bửu chân,

Luyện Tình qui Tính hợp Thiên Chân.

Gặp người đồng điệu mà bàn bạc,  
Trăm vạn con người cũng khó tìm.

---

[1] Xem Trung Dung, chương I.

[2] Xem Trung Dung, Chương I.

[3] Đạo Đức Kinh, chương 3.

[4] Luận Ngữ, XII, 1.

[5] Thiên Đạo, Nhân Đạo, A Tu La đạo (Thần), Địa Ngục Đạo, Ngạ Quỷ Đạo, Súc Sinh Đạo.

[6] Đất, nước, gió, lửa.

[7] Đạo Đức Kinh, ch. 63, 64. Kinh Thư, Thái Giáp hạ.

[8] Trung Dung chương I.

[9] Quan bế đệ lục thức tức ý thức, vì ý thức là đầu đẳng ngũ tạng, là chủ soái của lục thức.

[10] Diệu Quang, Diệu Cao, Nê Hoàn Cung.

[11] Sắc, Thụ, Tưởng, Hành, Thức.

[12] Nhận thức được rằng trong ta có Phật tính, rồi lo tiêu trừ vọng niệm, sẽ đạt Phật quả.

[13] Bất kỳ lúc nào cũng lo tu dưỡng bản thân, sẽ hợp cùng Đại Thể vũ trụ, thấy mình là Tất Cả.

[14] Địa Ngục đạo, Ngạ quỷ đạo, Súc sinh đạo, Nhân đạo, Thiên Đạo.

[15] Chư Phật nhờ Tâm Không nên giải thoát, Tâm mà thanh tịnh là Vô Cấu, Ngũ Đạo nhờ Ngũ Quan [Nhãn, Thính, Xú, Vị, Xúc] thanh tịnh nên được giải thoát. Hiểu được sẽ thành Đại Đạo.

[16] Thiêu huỷ bản thân.

[17] Khi đã nhiếp tình, qui Tính được rồi, khi Thần Khí đã dung hợp rồi, sẽ sinh hoàn đơn, hay Kim Đơn, Nội đơn.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

### TẨY TÂM THOÁI TÀNG ĐỒ

圖 藏 退 心 洗



Cẩn kỳ bối bất hoạch kỳ thân,<sup>[1]</sup>

良其背不獲其身

Thánh nhân dĩ thử tẩy Tâm thoái tàng ư mật.<sup>[2]</sup>

聖人以此洗心退藏於密。

Cẩn là dừng lại sau lưng,

(Dừng nơi chí Thiện, quên thân, quên người).

Thánh Nhân cố giữ lòng thanh,

Lui về ẩn đáy lòng mình mới thôi.

Hành kỳ đình bất kiến kỳ nhân,<sup>[3]</sup>

行其庭不見其人

Thánh nhân dĩ thử trai giới, thần minh kỳ đức.<sup>[4]</sup>

聖人以此齋戒神明其德。

Bản thân mà đã quên rồi,

Trong sân đi lại, quên người, lỗi chi.

Thánh nhân, trai giới thành thoi,

Cho lòng chiếu diệu, sáng ngời Thần Minh.

Hồng hồng bạch bạch, thủy trung liên,

紅紅白白水中蓮,

Xuất ô nê trung, sắc chuyển tiên.

出污泥中色轉鮮。

Hành trực, ngẫu không, bông hựu thiệt,

莖直藕空蓬又實,

Tu hành diệu lý hấp như nhiên.

修行妙理恰如然。

Hồng hồng, bạch bạch, sen trong nước,

Mọc tự bùn nhơ, sắc chuyển tươi.

Thân thẳng, ngó không, hạt lại chắc,

Tu hành diệu lý cũng thể thôi.

Nhất điều trực lộ, thiếu nhân tầm,

一條直路少人尋,

Tầm đáo sơn căn thủy nhập môn.

尋到山根始入門。

Toạ định cánh tri hành khí sinh,

坐定更知行氣生,

Chân nhân chi tức tự thâm thâm.

真人之息自深深。

Một con đường nhỏ ít người tìm,

Tìm tới sơn căn mới nhập môn.

Toạ định, lại hay hành Khí nữa.

Hơi thở thánh nhân rất nhẹ nhàng.

Đạo nãi Thiên Địa tâm,            道乃天地心,  
 Ngu si bất giải tầm.            愚痴不解尋.  
 Phá yêu yêu phùng bổ,            破腰要縫補,  
 Tu dụng thủy ma châm.            須用水磨針.

Đạo ấy Thiên Địa tâm,  
 Người ngu không biết tầm.  
 Áo rách cần vá lại,  
 Vá dùng Chính Niệm châm.

Thời thời khái quán (tu luyện), thường giao ngọc thụ (thân), Khí hồi căn (qui đan điền).

時時溉灌常教玉樹氣回根.

Nhật nhật tài bồi (tu luyện), bắt sử Kim Hoa (nguyên thần) tinh thoát đế (chạy ra khỏi Đan điền).

日日栽培不使金華精脫蒂.

Thường xuyên tu luyện, khiến cho Nguyên khí qui căn.

Ngày ngày tu luyện, khiến cho Nguyên Thần không lìa cội.

Bất thị Huyền Môn[5] tiêu tức thâm,

不是玄門消息深,

Cao sơn, lưu thủy thiếu tri âm.

高山流水少知音.

Nhược năng tầm trước lai thời lộ,[6]

若能尋著來時路,

Xích tử [7] y nhiên hỗn độn tâm.[8]

赤子依然混沌心.

Không phải đường tu khó tìm vào,

Cao sơn, lưu thủy vắng tri giao.

Nếu biết Khí Thần khi sơ phát,

Bản Tâm sẽ thấy khó chi nao?

Các chữ ghi trong hình vẽ: Tề 臍 (Rốn), Sinh môn 生門 (đan điền), Mệnh môn 命門 (ngay dưới rốn), Ngọc đường quan 玉堂關 (phế), Mật hộ 密戶 (Thận), U môn 幽門 (lưỡng thận chi gian tức Đan điền).

Phép Tẩy tâm thoái ràng ư mật Liên quan nhiều với các huyết, các cơ quan trên.

[1] Dịch kinh, Quẻ Cấn, Thoán từ.

[2] Hệ Từ Thượng Chương XI, Tiết 2.

- [3] Dịch Kinh, Quẻ Cấn, Thoán Từ.
- [4] Hệ Từ Thượng, Chương XI, tiết 3.
- [5] Tu đạo chi môn.
- [6] Chỉ Khí Thần bản sơ trạng thái.
- [7] Tâm Thần.
- [8] Tức nguyên sơ đích bản tâm.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

## THOÁI TÀNG MỘC DỤC CÔNG PHU

Dịch kinh có câu: Tẩy tâm thoái tàng ư mật.<sup>[1]</sup> Các vị Thần Tiên đời Đường, đời Tống gọi là Phép Mộc Dục (tắm rửa). Trong thời Cận Đại gọi là Phép Cấn Bối. Tất cả đều là Đạo lý này, là diệu Khiếu này.

Nguyên là vì: Tâm thuộc Hoả mà ẩn tàng trong Thuỷ của Lưng (Đốc Mạch). Đó là ý nghĩa của Tẩy (rửa). Tâm ở phía trước mà ẩn tàng nơi sau lưng đó là nghĩa của Thoái (lui).

Cho nên kẻ sĩ sơ cơ, phải hàng phục cái Tâm, và câu thúc nó hết sức cẩn thận, để tránh cái nạn Hoả viêm phiền táo. Cho nên tạm thời đem Tâm Hoả từ phương Nam mà tàng trữ ở Bối Thuỷ phương Bắc.

Thuỷ Hoả hổ tương giao dưỡng, tự nhiên niệm lự bất sinh. Tức như Bạch Ngọc Thiềm nói: Tẩy Tâm địch lự vi mộc dục 洗心滌慮為沐浴 (Mộc dục là Tẩy Tâm, là rửa sạch niệm lự).

Nhưng Mộc Dục tuy là phép tẩy Tâm, Cấn Bối tuy là công phu Chỉ Niệm, hai lý đó đều là đúng, nhưng chưa đạt đến thực tế.

Công phu hướng thượng đó, ngàn thánh cho là bí mật, nên chẳng truyền. Do đó hậu thế ít người gặp, ít kẻ nghe. Ai hiểu được khiếu này, có thể đoạt Thần công, cải Thiên mệnh.

Cổ tiên nói:

Giáp Tích song quan, thấu Đỉnh môn,<sup>[2]</sup>

夾脊雙關透頂門,

Tu hành kính lộ, thử vi tôn.

修行徑路此為尊。

Xương sống hai đường tới Vĩ Lự,

Tu Hành đường tắt ấy nên ghi.

Đường đó trên thông Thiên Cốc (Nê Hoàn cung), dưới đạt Vĩ Lự, giữa thông Tâm Thận. Nó thu nhiếp Linh Dương, cứu hộ Mệnh Bảo, đó chẳng phải là đường tắt để tu hành hay sao?

Con người ta khi chưa có Thân, đã có Hơi Thở. Thân này chưa diệt, thì Hơi Thở đã bị diệt rồi. Đó chẳng phải là Tu Hành Chính Lộ sao?

Nguyên lúc ban đầu, con người ở trong bào thai, theo sự hô hấp của mẹ, rồi thụ khí mà thành. Sự hô hấp đó liên quan đến cơ thể người mẹ, lần lần thối, lần lần mở. Trong rỗng như ống quản, thông khí qua lại. Trục thông với rốn, sau thông với Thận. Trên thông với Giáp tích đến Nê Hoàn. Đến Sơn Căn thì sinh ra hai khiếu. Từ hai khiếu đó đến Chuẩn Đầu (cuối mũi) thì sinh ra hai lỗ mũi, gọi là Tị Tổ.



Lúc này khí của con thông với Khí của mẹ. Khí của mẹ thông với Khí của Trời Đất. Khí Trời Đất thông với khí Thái Hư. Khiếu khiếu thông nhau, mà không cách ngại.

Cho đến khi Khí Số mãn túc, xé bào thai mà ra, cắt đứt cuống rốn, la lên một tiếng, một điểm nguyên dương rơi xuống nơi lập Mệnh. Từ đó là Hậu Thiên dụng sự, tuy vẫn hô hấp vắng lai, nhưng vẫn tương thông với Nguyên Thủy Tổ Khí. Con người từ trẻ đến già, không một hơi thở nào ngừng trong đó. Tam giới phàm phu, đều bị trần sinh, trần diệt, vạn tử vạn sinh, chỉ vì không tìm ra được con đường trở về mà thôi.

Đức Thái Thượng lập phép, dạy người tu luyện trường sinh, tức là dạy cách đoạt Thiên Địa chi Chính Khí. Con người sở dĩ đoạt được Thiên Địa chính khí, chính là nhờ có hai lỗ mũi để hô hấp. Hô là Nguyên Khí trong người thở ra, hấp là Chính Khí thiên địa từ ngoài mà vào. Con người nếu có căn nguyên kiên cố, trong khi hô hấp, có thể đoạt được Thiên Địa Chính Khí để mà Trường thọ. Nếu mà con người có căn nguyên không vững chắc, thì khi Hô, Chính khí của Trời Đất đã hít vào, sẽ theo Hô mà ra. Nguyên khí trong thân ta, chẳng phải là của ta, mà ngược lại sẽ bị trời đất cướp đi.

Tại sao vậy? Vì hô hấp không có cửa mà vào.

Đã là thường nhân, thì hô hấp đều từ Yết Hầu xuống đến huyết Trung quản rồi lại quay lại, không liên lạc được với Tổ khí. Y như con cá khi uống nước, thì phùng mang, há miệng. Tức như Trang tử nói: Chúng nhân chi tức dĩ hầu 眾人 之 息 以 喉 (Chúng nhân thở bằng yết hầu).

Còn thánh nhân, chí nhân hô hấp thì thông Minh đường (giữa Trán), dưới thông Giáp Tích, vào tới Mệnh Môn, thông với Tổ Khí, như Nam Châm hút sắt, đồng loại tương thân, tức như Trang Tử nói: Chân nhân chi tức dĩ chủng 真 人 之 息 以 踵 . Chủng đây nghĩa là hơi thở thâm thâm. Khi hơi thở đã thâm thâm, thì Mệnh là ở ta, không bị lò Trời nung nấu.

Con người ngày nay, có phép Điều Tức, Sở Tức, Ưc Tức, Bế Tức, toàn là chuyện gãi ngứa ngoài giày, không vào được Huyền Khiếu. Khi Khiếu này ngưng hoạt động, thì sinh ra lưỡng thận, rồi sinh ra Tim. Thận như Ngẫu Sen, Tâm như Hương Sen. Cành sen thì rỗng giữa, bên ngoài thì Trụ Địa, Chưởng Thiên.

Tâm thận cách nhau 8 tấc bốn phân, ở giữa thừa 1 tấc 2 phân, gọi là Xoang Tử Lýù. Đó là đường Vãng Lai của Tâm Thận, là làng của Thủy Hoả ký tế.<sup>[3]</sup>

Muốn thông Khiếu này, phải chú ý vào Sơn Căn (chỗ mũi giữa hai lông mày), thì khí Hô Hấp sẽ thổi qua Giáp Tích, thấu đến Hồn Nguyên, và vào thẳng Mệnh Phủ, lúc ấy mẹ con mới sum họp lại, gương vỡ lại lành, lần lần khuếch sung, và căn bản sẽ được kiên cố, lúc ấy mới nói chuyện tu luyện được,

Bàn: Liễu Chân Tử nói: Dục điểm thường minh đăng (trường sinh bất lão), Đương dụng Thiêm Du Pháp (phép Mộc Dục) 欲 點 常 明 燈 當 用 添 油 法 (Muốn đốt sáng đèn trường thọ, phải dùng phép Tẩy Tâm.)

Doãn Chân Nhân nói: Hàm dưỡng bản nguyên vi tiên, cứu hộ Mệnh Bảo vi cấp. 涵 養 本 原 為 先 救 護 命 寶 為 急 (Trước hết, phải lo hàm dưỡng bản nguyên, phải cấp bách lo cứu hộ Mệnh Bảo.)

Lại nói: Nhất tức thượng tồn, giai khả phục Mệnh. 一 息 尚 存 皆 可 復 命 (Còn một hơi thở vẫn phục mệnh được.)

Nếu người biết phép Thiêm Du, để tiếp nối cho đèn gần hết dầu được sáng lại, tức là làm cho hồn sống lại, ví như làm cho cây khô trở nên thịnh茂. Cho nên nói: Du can đăng diệt, khí tuyệt thân vong 油 乾 燈 滅 氣 絕 身 亡 (Dầu khan thì lửa tắt, khí tuyệt thì người chết).

Nếu không có Khiếu này, thì không thể Thiêm Du, nếu không Thiêm Du, thì lấy gì tiếp Mệnh. Mệnh chẳng tiếp, thì Tính không trụ, Tính không trụ, mà hốt nhiên Qui Vô Thường đến, thì Hồn riu riu đi theo

cho nên Lữ Công nói: Sắc tinh nghi cập tảo, Tiếp Mệnh mạc giáo trì 齋精宜及早接命莫教遲 (Phải luyện tức Tinh Khí từ sớm; công phu tiếp Mệnh, không nên trễ).

Quả nhiên, tiếp được mạng thì trường sinh, không tiếp được mạng thì yếu tử. Vì con người bẩm thụ khí số có hạn, nếu không biết bảo dưỡng, tức là tự bạo, tự khí. Bạch Ngọc Thiềm nói:

Chiêu thương mộ tổn, mê bất tri,  
朝傷暮損迷不知,  
Táng loạn tinh thần vô sở cứ.  
喪亂精神無所據。  
Tế tế tiêu ma, tiệm tiệm suy,  
細細消磨漸漸衰,  
Hao kiệt Nguyên Hoà, thần nãi khứ.  
耗竭元和神乃去。  
Hao tổn Nguyên Tinh mê không biết,  
Tinh thần tán loạn, mà chẳng hay.  
Tiêu ma, suy kiệt dần dần mãi,  
Nguyên hoà hao kiệt, thần sẽ đi.

Cơ mở đóng mà đình, thì khí hô hấp cũng đoạn. Ô hô! Sinh tử mau như vậy, sao người không sớm hồi tâm, hồi đạo?

Huống chi, công phu này rất giản dị: Bất kỳ là Đi, Đứng, Nằm, Ngồi, lúc nào cũng có thể tu luyện. Nếu lúc nào cũng tu luyện bản tâm, đem nó về giấu ở xương sống (Giáp tích), thì Thiên Địa Chính Khí có thể tiến lên, cùng với Hỗn Nguyên Chân Tinh con người hoà hợp, ngưng kết tại Đan Điền, để siêu sinh. Và chẳng, Thiên Địa Nguyên khí thì vô nhai, để nối tiếp cho cái hình hài hữu hạn của con người. Như vậy chẳng phải dễ sao?

Học giả chỉ cần nhận định khiếu đó, giữ kỹ không lìa, lâu dần sẽ thuần thực, thì bên trong sẽ rực rỡ sáng láng, như trăng dưới nước, tự nhiên tà hoả sẽ tiêu tan, tạp lự cũng biến mất. Tâm động sẽ bị hàng phục, vọng niệm sẽ dứt. Vọng niệm đã dứt, thì Chân tức tự hiện. Chân niệm vốn Vô niệm. Tức vô, thời Mệnh căn vững chắc, Niệm vô thời Tính thể hằng tồn. Tính tồn, Mệnh cố thời Tức, Mệnh đều tiêu. Đó là bước đầu của Tính Mệnh song tu vậy.

Ôi! Con người như cây không rễ, toàn nương khí tức làm gốc rễ. Một hơi thở không trở lại, thì Mạng chẳng còn phải của ta. Cho nên muốn tu trường sinh, phải biết cố khí. Khí mà bền thì Nguyên Khí trong con người không tùy Hô mà ra, Thiên địa chân khí luôn tùy Hấp mà vào. Lâu ngày Thai tức sẽ định, Ngân Ngọc thành, thế là Trường Sinh có lối vậy.

(Đoạn này với Tiết ba: Trập tàng khí huyết phải xem chung với nhau.)

#### Lời bàn của Dịch giả:

Chương này bàn về cách Hô Hấp. Doãn Chân nhân phân biệt hai thứ hô hấp thánh phàm. Thường nhân thở thì gọi là Phàm tức, Thánh Nhân thở thì gọi là Chân Tức. Doãn Chân nhân nhắc lại sự phân biệt của Trang Tử: Chân nhân chi tức dĩ chủng, chúng nhân chi tức dĩ hầu.<sup>[4]</sup> Chúng nhân thở nông cạn; thánh nhân thở thâm sâu. Chúng nhân thở nặng nề. Thánh nhân thở nhẹ nhàng.

Chương này thật là khó hiểu, ta phải bỏ ra một đời mới hiểu được cách thở của Thánh Nhân.<sup>[5]</sup> Có thể nói Thánh Nhân thở qua Nhâm đốc, Âm Kiêu, Nê Hoàn, thường nhân thở qua phổi. Đạo Lão xưa có nói: Phàm tức đình, nhi Chân tức hiện.

Tác giả Tính Mệnh Khuê Chỉ, người dịch sách này ra Bạch Thoại tỏ ra cũng rành về Phép Hít Thở xưa,<sup>[6]</sup> và câu: Hậu Thiên đích khẩu tị chi hô hấp dĩ đình chỉ.<sup>[7]</sup> Nó cũng giống câu của Huỳnh Nguyên Cát: Phàm tức đình nhi chân tức hiện.<sup>[8]</sup> Tôi không bàn thêm.

Chủng tức: Hô hấp đặc thần vi chủ tế thời, kỳ tức vị chi chủng tức (Chủng tức là hô hấp có thần). Hàm hư tử nói: Chủng dã giả, tương tiếp bất đoạn, miên miên nhược tồn dã (Chủng tức là thở đều đặn, Liên tục).<sup>[9]</sup>

Tính Mệnh Khuê Chỉ giải Chủng tức là: Hô hấp cực thâm. (Xem tr. 167)

<sup>[1]</sup> Hệ từ thượng, chương XI, tiết 2.

<sup>[2]</sup> Thượng đan điền.

<sup>[3]</sup> Tâm thận vắng lai chi lộ, thủy hỏa ký tế chi hương.

<sup>[4]</sup> Nam Hoa Kinh, chương VI, Đại tông Sư.

<sup>[5]</sup> Theo tôi đoạn này dạy về Hô Hấp cũng chưa rõ ràng. Tôi xin giới thiệu mấy tài liệu nên đọc:

- Trung Quốc khí công đại thành, Phương Xuân Dương, Cát Lâm khoa học xuất bản xã, 1999.

- Lạc Dục Đường ngữ lục, Huỳnh Nguyên Cát, Chân Thiện Mỹ xuất bản, Trung Hoa Dân Quốc năm 25.

- [Huỳnh Đình Kinh, Nguyễn Văn Thọ, chương 20](#), luận về Hô Hấp Chân Khí.

Bản thân tôi về Khí Công không có giỏi, nên không dám bàn thêm nhiều. Quý vị học giả sau này nên bỏ ra chừng ít năm để học về khoa này. Có thể Khí Công hay Luyện Đan ngày nay đã thất truyền. Tôi chưa thấy ai trình bày cho rõ ràng mạch lạc. Bài tôi đóng góp trong Huỳnh Đình kể là khá rõ, nhưng chưa đầy đủ. Mong sau này có ai sẽ đóng góp vấn đề khó khăn này cho nhân loại.

<sup>[6]</sup> Xem trang 153, khi bàn về Công Phu: Lục Diệu Môn của Phật giáo.

<sup>[7]</sup> Tính Mệnh Khuê Chỉ, tr. 171.

<sup>[8]</sup> Xem: Lạc dục Đường ngữ lục, tr. 84.

<sup>[9]</sup> Tiên Học từ điển, tr. 160.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

**HANH TẬP**

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) **5** [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

## NGỌC DỊCH LUYỆN HÌNH ĐỒ

### 圖形煉液玉

煉液如泉曾有訣  
安心是藥更無方  
積氣開關通大道  
一渠流轉入瓊漿

妙用如江河  
周流無窮已  
長養之谷芝  
灌溉淫池水

小小壺中別有天  
鐵牛耕地種金蓮  
這般寶物家家有  
因甚時人不學仙



Tiểu Tiểu hồ trung [\[1\]](#) biệt hữu Thiên,

小小壺中別有天,

Thiết ngưu canh địa chủng kim liên. [\[2\]](#)

鐵牛耕地種金蓮.

Giá ban bảo vật gia gia hữu,

這般寶物家家有,

Nhân thậm thời nhân bất học Tiên.

因甚時人不學仙.

Tại Tiểu Hồ trung, có trời riêng,

Ruộng dùng trâu sắt, trồng Kim Liên.

Kim Liên giống ấy, nhà nhà có,  
Con người sao chẳng học làm tiên?

\*

Diệu dụng như giang hà,  
妙用如江河,  
Chu lưu vô cùng dĩ,  
周流無窮已。

Trường dưỡng Huyền Cốc<sup>[3]</sup> chi,  
長養玄谷芝,

Quán khái Dao Trì<sup>[4]</sup> thủy.  
灌溉瑤池水。

Diệu dụng như giang hà,  
Chảy trôi vô cùng dĩ.  
Dưỡng nuôi Huyền Cốc Chi,  
Tưới tắm nước Giao Trì。

\*

Luyện dịch<sup>[5]</sup> như tuyền, tăng hữu quyết,  
煉液如泉曾有訣,

An tâm, thị dược cánh vô phương.  
安心是藥更無方。

Tích khí khai quan<sup>[6]</sup> thông Đại Đạo,  
積氣開關通大道,

Nhất cử lưu chuyển, nhập Quỳnh Tương.<sup>[7]</sup>  
一渠流轉入瓊漿。

Nước bọt tuôn trào, vốn đã nghe,  
An tâm là thuốc, không chi khác.

Tích khí sẽ thông tống Mạch Đốc,  
Ngòi lạch thông rồi nhập Quỳnh Tương.

---

[1] Nê Hoàn cung, đan điền.

[2] Nguyên Khí.

[3] Đan Điền.

[4] Nê Hoàn Cung.

[\[5\]](#) Giảo thiết, yết tân.

[\[6\]](#) Khí thông Đốc mạch.

[\[7\]](#) Tân Dịch trong miệng.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) **5** [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

## NGỌC DỊCH LUYỆN HÌNH PHÁP TẮC

Người sơ học làm việc vất vả, bỗng nhiên vào được nơi Tĩnh Định Hư Không, tự nhiên cơ thể được nghỉ ngơi, cho nên tứ chi không vận động. Không vận động nên cốt tiết không được thông sướng, đến điều mạch lạc bị úng tắc, khí huyết bị ngưng trệ. Vì thế cần phải đề cập đến phép Thông Quan, Lọc Uế.

Phép này sử dụng đến Hành Khí Chủ Tế, là khiếu Huyền Ưng,<sup>[1]</sup> khiếu này thông khí quản. Vì thế Huỳnh Đình Kinh nói: Huyền ứng khí quản thụ tinh phù 玄膺氣管受精符. Giây phút thì tinh dịch ra đầy miệng, như nước giếng. Nhẹ nhàng súc miệng vài lần, rồi từ từ dùng Chân Khí dẫn xuống Trùng Lâu (cổ họng), rồi tới Đán Trung (Giữa hai vú), Cưu vĩ, Trung Quản, Thần khuyết (rốn), đến huyết Khí hải thời ngừng.

Rồi từ Khí Hải chia làm hai đường, đi xuống hai vế đùi. Rồi từ đầu gối xuống huyết Túc Tam Lýù, xuống phía sau bắp chân, tới ngón chân cái. Rồi chuyển nhập vào huyết Dũng Tuyền, theo gót chân trở lên đùi rồi tới huyết Vĩ Lư, hợp làm một chỗ. Qua Thận đường, Giáp Tích, phân tống ra hai vai, hai cánh tay, đến lưng bàn tay. Rồi từ ngón tay giữa chuyển vào lòng bàn tay, và cùng một lượt triển hồi qua cùi tay, rồi từ bên trong cách tay dẫn lên đỉnh đầu. Rồi lần xuống Minh Đường, xuống cửa, lấy lưỡi mà đón, đến khiếu Huyền Ưng thì ngừng. Đó là đủ một vòng.

Dừng nơi đó một chút, rồi lại làm như cũ. Như vậy sẽ thông suốt kinh mạch, và các khiếu cũng sẽ thông. Tâm Ấn Kinh có nói: Thất khiếu<sup>[2]</sup> tương thông, khiếu khiếu quang minh 七竅相通竅竅光明 (Thất khiếu tương thông, khiếu khiếu sáng láng).

Trong thân người có một khiếu Linh minh (Tâm, đan điền), trong trời đất, hay ngoài trời đất trước sau vẫn là một, luôn luôn sáng soi. Sáng soi không được là vì có hình hài. Nếu tu luyện mà Hình Thần câu diệu, thì sẽ trở lại Dữ Đạo hợp chân.

Hành Khí phải dùng mắt. Tại sao? Vì Thi Kiên Ngô nói:

Khí thị thêm niên dược,	氣是添年藥
Tâm vi sử Khí Thần,	心為使氣神
Nhược tri hành khí chủ,	若知行氣主
Tiên thị đắc tiên nhân.	便是得仙人

Khí là thuốc tăng thọ,  
Tâm điều khiển Khí Thần.  
Nếu ai biết Hành Khí,

## Người đó chính Tiên Nhân.

Người xưa nói: Mục chi sở chí, tâm diệc chí yên, Tâm chi sở chí, khí diệc chí yên 目之所至心亦至焉 心之所至氣亦至焉 (Mắt đến đâu, thì Tâm đến đó. Tâm đến đâu thì Khí đến đó).

Luyện hình phải dùng tân dịch. Tại sao? Đạo gia gọi là: Đãng uế. Ngọc dịch là Tân; Ngọc trì là Khẩu. Huỳnh Đình nội cảnh viết:

Khẩu vi Ngọc Trì, Thái Hoà quan,  
口為玉池太和官,  
Thấu yết linh dịch, tai bất can,  
漱咽靈液災不干,  
Thể sinh quang hoa, khí hương lan.  
體生光華氣香蘭.  
Kiếp diệt bách tà, ngọc dịch nhan,  
劫滅百邪玉液顏,  
Thẩm năng tu chi đăng Quảng Hàn.  
審能修之登廣寒.  
Miệng là Ngọc trì, Thái hoà Quan,  
Biết nuốt Linh dịch, bệnh tai an,  
Thân thể quang hoa, hơi thơm phức,  
Trừ diệt bách tà, diệt dung nhan,  
Biết tu phép này, lên Quảng Hàn.

Bởi vì trong Dịch (nước bọt) có Khí; trong Khí có Dịch. Dịch Khí sinh ra lẫn nhau, càng ngày càng thịnh.

Cơ sở Tân Dịch là thuốc báu cho thân thể. Hướng chi Tân Dịch, có thể Xuyên Quan, Thấu Tiết, không nơi nào mà không đến.

Xưa có bài ca:

Hoa trì thần thủy, tần thôn yết,  
華池神水頻吞吐,  
Tử Phủ[3] Nguyên Quân[4] trực thượng ôn.  
紫府元君直上奔.  
Thường sử khí thông quan tiết thấu,  
常使氣通關節透,  
Tự nhiên tinh mãn Cốc Thần[5] tồn.  
自然精滿谷神存.  
Nếu mà nước bọt thường hay nuốt,  
Tử Phủ Nguyên Quân sẽ đi lên.  
Sao cho cốt tiết được thông thấu,



Tự nhiên tinh mãn, Cốc Thần tồn.

Vả Huyền Quan nhất khiếu, là biển Tinh Dịch, là nguồn sinh hoá, tắm rưới khắp thân, đều gốc ở đó.

Cho nên đức Thái Thượng nói:

Thiệt hạ Huyền Ưng sinh tử ngạn,

舌下玄膺生死岸,

Tử nhược ngộ chi thăng thiên hán.

子若悟之升天漢.

Huyền Ưng dưới lưỡi, sinh tử ngạn,

Nếu hiểu biết ra, thăng Thiên Hán.

Pháp Hoa Kinh luận vân:

Bạch Ngọc xỉ biên lưu Xá Lợi (Tân Dịch).

白玉齒邊流舍利,

Hồng Liên thiệt thượng phóng hào quang.

紅蓮舌上放毫光.

Hầu trung Cam Lộ quyên quyên nhuận,

喉中甘露涓涓潤,

Tâm nội đề hồ (nước bọt) trích trích lương.

心內醍醐滴滴涼.

Bên răng Bạch Ngọc, lưu tân dịch,

Trên lưỡi, sen hồng phóng hào quang,

Trong hầu, Cam Lộ từng giọt nhỏ,

Tâm nội Đề Hồ trích trích lương.

Đó là Phép Tiểu Ngọc Dịch luyện hình.

Khổng khiếu trong người là cốt để thông Hư Không, làm cho Khí thông sướng, chu lưu trong thân thể. Nếu bị bế tắc, sẽ bị ứ đờm, bị úng huyết, làm cho kinh mạch trong người chẳng lưu thông, sinh ra bệnh tật. Nếu dùng phép này, ngày bốn năm lần, thì khí huyết sẽ lưu thông, bách mạch sẽ hoà sướng, và bệnh sẽ hết. Nó cùng với: phép Thoái tàng cứu hoá, là hai mặt trong ngoài, không tương phản lẫn nhau.

Hàm Dưỡng Bản Nguyên tuy là khử Tĩnh Thức, nhưng thật ra là trừ Sinh Diệt Tâm. Tâm mà không sinh diệt, thì Thân cũng không sinh diệt, chắc là như vậy.

Muốn trừ Sinh Diệt Tâm, phải bắt đầu bằng Vô Niệm. Khi đã tập được Vô Niệm cho thuần thực, tức sẽ không còn Mộng.

Khi đã Tĩnh Định, đã Vô Niệm, thì sẽ đạt tới Vô Sinh. Vô Mộng là đại sự bây giờ, Vô Niệm là đại sự về sau. Vô Sinh sẽ Vô Tạo, Vô Mộng sẽ Bất Hoá. Bất Tạo, Bất Hoá, tức Bất Sinh, Bất Diệt.

Người học Đạo, không sợ không thành, mà sợ không chuyên cần. Nếu đã chuyên tinh, cần mẫn. Nếu lập chí không kiên, tin đạo không vững, sáng làm, chiều đổi. Mới thì chuyên cần mà cuối cùng lại chệnh mảng, mới đầu thì thích, nhưng lâu sau lại chán nản. Thế mà muốn thọ cùng trời đất, thì chẳng khó hay sao?

Sách Nội Quan viết: Biết Đạo thì dễ, tin Đạo thì khó. Tin Đạo dễ nhưng hành đạo khó.

Hành Đạo dễ, đắc Đạo khó. Đắc Đạo dễ, trì thủ được Đạo khó. Nếu không khó, thì Thần Tiên đầy chợ. Có gì là lạ đâu?

Bởi vì tu Đạo, y như nông phu diệt cỏ. Phải diệt tận gốc, thì Thiên Chân chủng tử trong ta tự nhiên phát sinh vậy. Hướng chỉ một chữ Pháp Môn này, từ đầu đến cuối, thật dễ làm, thật dễ nghiệm. Dùng nó sơ sơ, có thể tăng tuổi, trừ bệnh, dùng nó đến nơi, đến chốn, sẽ Siêu Phàm, Nhập Thánh. Tuy ở chỗ người tu sĩ dụng công nhiều ít mà thôi.

---

[1] Khiếu Huyền Ứng ở dưới lưới, và ở giữa yết hầu, nó thông tân dịch.

[2] Nhân, nhĩ, tị, khẩu là Thất Khiếu.

[3] Thượng Đan điền.

[4] Nguyên Thần.

[5] Nguyên Thần, Nguyên Tính.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) **6** [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

### AN THẦN TỔ KHIẾU ĐỒ

安神祖圖



Nho nhi Thánh, Đạo nhi Huyền, Thích nhi Thiên, nhi Diệu Dụng tổng trì đô qui Nhất quán.

儒而聖道而玄釋而禪而妙用總持都歸一貫。

Nho mà thánh, Đạo mà huyền, Thích mà Thiên, cái diệu dụng ấy chung qui đều là Nhất Trí.

Thượng nhi Thiên, Trung nhi Nhân, hạ nhi Địa, nhi hoá cơ tham lưỡng, khởi ngoại Trung Hư.

上而天中而人下而地而化機參兩豈外中虛。

Trên mà Trời, giữa mà người, dưới mà đất, cái hoá cơ đại trí ấy, không ngoài hai chữ Trung Hư.

Như như [1] bất động [2] không trung trụ,

如如不動空中住,  
 Vô sinh, vô diệt, vô lai khứ,  
 無生無滅無來去,  
 Thánh sư tăng hướng ngã khả ninh,  
 聖師曾向我可寧,  
 Thử thị Khổng, Nhan chân lạc xứ.<sup>[3]</sup>  
 此是孔顏真樂處.

Một điểm Như Như, giữa Không Trung,  
 Không sinh, không diệt, không lai khứ,  
 Tiên thánh dạy ta, rất rõ ràng,  
 Ấy nơi an lạc của Khổng Nhan.

\*

Tính tế uyên nguyên học thất chân,  
 性蔽淵源學失真,  
 Dị đoan đầu khích, hại di thâm.  
 異端投隙害彌深.  
 Suy nguyên khí bĩm do Vô Cực,  
 推原氣稟由無極,  
 Chỉ thử nhất đồ truyền Thánh Tâm.  
 只此一圖傳聖心.  
 Tính bị dấu che, học thất truyền,  
 Dị đoan vào lọt, hại càng thâm.  
 Suy ra Khí bĩm từ Vô Cực,  
 Lấy hoạ bản này, truyền Thánh Tâm.

\*

Nhất Linh<sup>[4]</sup> diệu hữu, Pháp Giới<sup>[5]</sup> viên thông,  
 一靈妙有法界圓通,  
 Ly chủng chủng biên, doãn chấp quyết Trung.  
 離種種邊允執厥中  
 Tàng Tâm ư uyên, mỹ quyết Linh Căn,  
 藏心於淵美厥靈根,  
 Trung lý ngũ khí, hỗn hợp bách thần.  
 中理五氣混合百神.  
 Biết được Nguyên Thần sẽ thông Phật pháp,  
 Chớ ở biên khu, hãy trở về Trung.

Tâm trở về Nguồn, Căn Cơ đẹp đẽ,  
 Trung điều Ngũ Khí, Hỗn hợp Bách Thần.

\*

Giá cá Khiếu, [6] Tuyệt Trung Biên,

這個竅絕中邊,

Vô nội ngoại, thượng hạ viên,

無內外上下圓,

Đông Tây hợp, Nam Bắc toàn,

東西合南北全,

Hội thử ý, Tiệt thành tiên.

會此意便成仙 .

Cái khiếu ấy, không Trung Biên,

Không trong ngoài, trên dưới tròn.

Hợp Đông Tây, kiêm Nam Bắc,

Hiểu ý đó, sẽ thành Tiên.

\*

Thiên địa Linh Căn	天地靈根
Nguyên Thủy Tổ Khí	元始祖氣
Bất động Đạo tràng	不動道場
Chí Thiện chi địa	至善之地
Huyền Tẫn chi môn	玄牝之門
Hô Hấp chi căn	呼吸之根
Bất Nhị Pháp Môn	不二法門
Thâm thâm Pháp Giới	甚深法界
Chân Chủ Nhân	真主人
Tự Nhiên Thể	自然體
Xá Lợi Tử	舍利子
Cực Lạc Quốc	極樂國
Chân Nhất xứ	真一處
Mậu Kỷ môn	戊己門
Tổ Khí huyệt	祖氣穴
Tây Nam Hương	西南鄉
Hỗn Độn Khiếu	混沌竅
Tổng Trì Môn	總持門
Hắc Bạch tương phù	黑白相符

Tạo Hoá tuyền quật	造化泉窟
Tiên Thiên Địa sinh	先天地生
Vũ trụ chủ tể	宇宙主宰
Hoàng Trung thông lý	黃中通理
Ký Tế đỉnh khí	既濟鼎器
Hư Vô chi cốc	虛無之谷
Ngưng kết chi sở	凝結之所
Bồng Lai Đảo	蓬萊島
Chúng diệu môn	眾妙門
Qui Căn Khiếu	歸根竅
Phục Mệnh Quan	復命關
Thủ Nhất đàn	守一壇
Hi Di Phủ	希夷府
Như ý châu	如意珠
Huyền Thai Đỉnh	懸胎鼎
Hư Không Tạng	虛空藏
Tịch diệt hải	寂滅海
Pháp Vương thành	法王城
Huyền quan	玄關
Không trung,	空中
Chân Thổ	真土
Bá Bính	杷柄
Huyền Đình	黃庭
Tây phương	西方
Giá Cá	這個
Hoàng Bà	黃婆
Trung Hoàng	中黃
Tịnh Thổ	淨土
Hoa quang tạng	華光藏
Khảm Ly giao cấu chi hương	坎離交媾之鄉
Thiên biến vạn hoá chi tổ	千變萬化之祖
Sinh tử bất tương quan chi địa	生死不相關之地
Quỷ Thần khuy bất phá chi cơ	鬼神窺不破之機
Qui Trung	規中
Hoàng trung	黃中

Vô Cực

無極

Đơn quynh (Cục)

丹局 (局)

Chính vị

正位

**Chú:** Đồ Bản này có các danh xưng khác nhau để gọi Huyệt Đan Điền, hay Nê Hoàn Cung. Rất quan trọng, ta nên đọc cho kỹ.

---

[1] Chân Như thường tại.

[2] Viên dung không ngưng trệ.

[3] Luận Ngữ, VI, 9.

[4] Nguyên Thần.

[5] Phật pháp.

[6] Tổ Khiếu, Nê Hoàn Cung.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) **8** [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

## ĐỆ NHỊ TIẾT KHẨU QUYẾT

### AN THẦN TỔ KHIẾU, HẤP TỰ TIÊN THIÊN

第二節口訣：安神祖竅，翕聚先天

Nội phụ Pháp Luân tự chuyển, Long Hồ giao cấu nhị pháp

內附法輪自轉，龍虎交媾二法

Tổ khiếu xưa nay ít ai biết được. Không được Thầy truyền, thí như bán bia ban đêm.

Tổ Khiếu, đức Lão Tử gọi là Huyền Tẩn chi môn.<sup>[1]</sup>

Ngộ Chân Thiên nói:

Yêu đắc Cốc Thần trường bất tử,

要得谷神長不死，

Tu bằng Huyền Tẩn lập căn cơ.

須憑玄牝立根基。

Nếu muốn Cốc Thần trường bất tử,

Phải lập căn cơ trên Huyền Tẩn.

Chính vì vậy mà Tử Dương Chân Nhân nói: Tu luyện Kim Đơn toàn tại Huyền Tẩn.

Trong bài tựa sách Tứ Bách Tự có viết: Huyền Tẩn Nhất Khiếu, thái thủ<sup>[2]</sup> tại đó, giao cấu<sup>[3]</sup> tại đó, phanh luyện<sup>[4]</sup> tại đó, mộc đục<sup>[5]</sup> tại đó, ôn dưỡng<sup>[6]</sup> tại đó, kết thai<sup>[7]</sup> tại đó, ngay cả đến chuyện Thoát Thai, Thần Hoá,<sup>[8]</sup> cũng không ngoài khiếu đó.

Người tu sĩ muốn tu luyện, phải biết khiếu này. Đạo Kim Đơn chỉ có vậy thôi. Cho nên mới nói: Đắc Nhất, vạn sự tất 得 一 萬 事 畢.<sup>[9]</sup>

Nhưng Đan Kinh thường nói bằng ví dụ, làm cho học giả không biết đường vào. Tiền bối chỉ là: Tiên Thiên chủ nhân, Vạn tượng chủ tể, Thái Cực chi đế, Hồn Độn chi căn, Chí Thiện chi địa, Ngưng Kết chi sở, Hư Vô chi cốc, Tạo Hoá chi Nguyên, Bất Nhị Pháp Môn, Thâm Tâm Pháp Giới, Qui Căn Khiếu, Phục Mệnh Quan, Trung Hoàng Cung, Hi Di Phủ, Tổng Trì Môn, Cực Lạc Quốc, Hư Không Tạng, Tây Nam Hương, Mậu Kỷ Môn, Chân Nhất Xứ, Huỳnh Bà Xá, Thủ Nhất Đàn, Tịnh Thổ, Tây Phương, Hoàng Trung, Chính Vị, Giá Cá, Thần Thất, Chân Thổ, Huỳnh Đình, trăm nghìn tên khác nhau, khó mà ghi ra hết được.

Cái Khiếu này, phải cầu nơi thân: Không phải mồm, Không phải mũi, không phải Tâm, không phải



thận, không phải gan, không phải phổi, không phải Tì Vị, không phải Rốn, không phải Vĩ Lự, không phải bàng quang, không phải Cốc đạo, không phải huyết giữa hai Thận, không phải Huyết dưới rốn một tắc ba phân, không phải Minh Đường, Nê Hoàn, không phải Quan Nguyên, Khí Hải. Như vậy nó thực sự nằm ở đâu?

Thuần Dương Tổ Sư (Lữ Động Tân) nói:

Huyền Tẩn, Huyền Tẩn, Chân Huyền Tẩn,

玄牝玄牝真玄牝,

Bất tại Tâm hê, bất tại thận.

不在心兮不在腎.

Cùng thủ sinh thân thụ khí sơ,

窮取生身受氣初

Mạc quái Thiên Cơ đô tiết tận.

莫怪天機都泄盡.

Huyền Tẩn, Huyền Tẩn, Chân Huyền Tẩn,

Không phải ở Tâm, không ở Thận,

Ở tại chỗ người vừa thụ khí,

Không sợ Thiên Cơ đã tiết lộ.

Và lấy cái lý sinh thân mà nói, khi cha mẹ vừa có một niệm giao cấu, có một vật tròn tròn, sáng rờ rờ, là Tiên Thiên một điểm Linh Quang, gieo vào bào thai của mẹ.

Nó như một vòng tròn. Nho gia gọi là Nhân, là Vô Cực; Phật gia gọi là Châu, là Viên Minh; Đạo gia gọi là Đan, là Quang Minh. Tất cả đều chỉ cái Tiên Thiên Nhất Khí đó, cái Hồn Nguyên Chí Tinh đó. Nó thật là Căn Nguyên sinh ra thân người, là chỗ Bắt Đầu Thụ Khí của con người, là Căn Bản Tính Mệnh, là Ông Tổ sinh ra mọi biến hoá.

Khi cha mẹ giao cấu xong, tinh huyết bao bọc nó bên ngoài, nó vẫn là cái vòng tròn ấy. Nho gia gọi đó là Thái Cực. Do đó mà ngũ tạng, lục phủ sinh, do đó mà có Tứ Chi, Bá Hải, do đó mà có thể Thấy, Nghe, Cầm, Đi. Do đó mà có Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí. Do đó mà có thể thành Thánh, Thần, Văn, Võ. Tất cả đều do từ Một Điểm trong Thái Cực phát xuất ra.

Chu Dịch Tham Đồng Kế nói: Con người được phú bẩm là do Bản Thể Nhất Vô. Nguyên Tinh phân bá, bắt đầu thụ khí, khí đã ngưng định, thì Huyền Tẩn lập thành. Trên kết Linh Quan, dưới kết Khí Hải. Linh Quan tàng giác Linh Tính; Khí Hải tàng sinh Khí Mệnh. Tính Mệnh tuy phân Long Hổ nhị huyền, nhưng căn cốt vẫn do Tổ Khiếu tổng trì. Cho nên Lão Tử nói: Huyền tẩn chi môn, thị vị Thiên Địa Căn.<sup>[10]</sup> Sao lại gọi Huyền Tẩn chi môn là Thiên Địa Căn? Đó há chẳng phải nói về Trời Đất trong ta hay sao? Há chẳng phải nói về Huyền Tẩn trong ta hay sao? Con người ta là gốc đất trời, là gốc sinh Huyền Tẩn hay sao? Nơi mà cửa Trời Đất sinh ra, chẳng phải là Cái sinh trước đất trời, và là Gốc của Đất Trời hay sao? Cho nên nói Thiên Địa chi căn, chính là chỗ sinh ra Đất, ra Trời, và cửa Huyền Tẩn cũng do đó mà sinh ra. Há chẳng phải cái gì sinh ra trước Huyền Tẩn là cái sinh ra gốc Huyền Tẩn hay sao? Cho nên gốc sinh Huyền Tẩn chính là nơi sinh ra Huyền Tẩn và chia nó thành Huyền, thành Tẩn.<sup>[11]</sup>

Tại sao lại gọi là Huyền? Đó là Cái sinh ra từ cái Hữu Danh trong lòng mẹ. Thế nào là Huyền chi hựu Huyền? Đó là cái sinh ra từ Vô Danh vậy.

Cái Vô Danh ấy, Thích gọi là Bất Nhị pháp môn. Tử Tư gọi là: Kỳ vi vật bất nhị, tắc kỳ sinh vật bất trắc 其為物不二, 則其生物不測.<sup>[12]</sup>

Đạo Trời Đất một câu tóm hết,  
Làm muôn loài không biết hai khuôn.  
Nhưng mà sinh hóa khôn lường

Trang Tử nói: Chiêu chiêu sinh vu minh minh, Hữu luân sinh vu Vô Hình 昭昭生于冥冥, 有倫生于無形 (Cái sáng sinh ra từ Cái tối, cái Hữu Hình sinh ra từ Cái Vô Hình).

Nay muốn kiến tính, muốn giác ngộ, thì phải cầu Cái Chiêu Chiêu và Hữu Luân, hay cầu Cái Minh Minh và Vô Hình? Minh Minh Vô Hình, không nhìn thấy đầu đuôi, không biết hình dung, Nho Gia gọi là Vô Thanh, Vô Xú,<sup>[13]</sup> Thích Gia gọi là Uy Âm Vương. Tại sao gọi là Vương? Vì Uy Âm chính ra cũng là Thái Cực, cho nên gọi là Vương.<sup>[14]</sup>

Do đó ta biết rằng muốn học Tiên, học Phật, thì phải tìm xem Vua mình ở đâu, mà tôn sùng, đó là Tôn Vương vậy. Tôn vương như vậy là đi ngược dòng mà tìm ra Thái Cực, và Vô Cực vậy.

Vô Cực là CHÂN TRUNG vậy.

Cho nên Thánh Thánh tương truyền cho nhau cái Trung này. Nghiêu Thuấn gọi thể là: Doãn chấp quyết Trung 允執厥中. Khổng Tử gọi thể là Thời Trung 時中. Tử Tư gọi thể là: Vị phát chi trung 未發之中.<sup>[15]</sup> Dịch kinh gọi thể là: Hoàng trung thông lý 黃中通理.<sup>[16]</sup> Độ Nhân Kinh gọi là: Trung Lý Ngũ Khí 中理五氣. Thích Gia gọi là: Không trung 空中. Lão tử gọi là: Thủ Trung 守中.<sup>[17]</sup>

Chữ Trung có hai nghĩa: Nếu nói Trung là một vị trí cố định, thì là Trung này.

Nếu nói Trung là một vị trí vô định, thì đó là CHÂN TRUNG của Kiền Khôn, nơi Kiền Khôn hợp nhất. Nói rằng có thể Cầm Giữ (Doãn Chấp) được, là nói về Cái Tâm có vị trí cố định.

Nhưng cái Trung này đâu phải chỉ trong thân ta mới có. Nó cũng ở ngoài thân ta, ở cùng khắp trời đất. Đâu đâu cũng là trung tâm con người ta.

Cái Trung Tâm này vừa ở trong trời đất, vừa ở ngoài trời đất. Nó tràn đầy khắp vũ trụ, Hư Không, đâu đâu cũng là Trung Tâm con người.

Dịch Kinh viết: Chu lưu lục Hư 周流六虛<sup>[18]</sup> (Ruổi rong khắp sáu phương trời). Nhưng chu lưu ngoài lục Hư cũng chưa vừa, còn phải tàng ẩn nơi khiếu (Tâm) trong người mà vẫn đủ. Cho nên Khiếu đó tàng nấp Hư Vô không trung.

Đạo Kinh nói: Chỗ Trời cao nhất, cách chỗ đất thấp nhất, là 8400 dặm. Cho nên Thiên Địa chính trung là 4200 dặm.

Nếu con người là Tiểu Thiên Địa thì từ Tim đến Rốn đúng là 8 tấc 4 phân, thì Trung tâm con người phải ở chỗ 4 tấc 2.

Khiếu này ở dưới Kiền, trên Khôn, ở phía Tây quẻ Chấn, phía Đông quẻ Đoài, bát mạch,<sup>[19]</sup> cửu khiếu,<sup>[20]</sup> kinh mạch liên lạc với nhau. Nơi đây chính là Đan Điền (Hư nhàn nhất huyết, Không Huyền thủ châu). Đó chính là Tâm Điểm Trời Đất, là Nguyên Thủy Tổ Khiếu (tiên Thiên khí) vậy.

Nếu biết Khiếu này mà không biết cái diệu dụng của nó, thì cũng như biết Trung, mà chưa biết Nhất. Người xưa nói: Tâm là Đất mà Tính là Vương. Khiếu là Trung, mà Diệu là Nhất.

Nhất có nhiều loại: Có Nhất của Đạo, có Nhất của Thần, có Nhất của Khí, có Nhất của Nước, có Nhất của Sốt, có Nhất của Nhất Quán, có Nhất của Hiệp Nhất, có Nhất của Tinh Nhất, có Nhất của Duy Nhất, có Nhất của Thủ Nhất, có Nhất của Qui Nhất.

Qui Nhất là từ Nhất về Trung; Thủ Nhất là từ Nhất mà nắm giữ cái Trung. Có Trung là có Nhất.

Nhất mà không phải Trung thì không phải là cái Nhất của Thánh Hiền. Có Nhất thời có Trung. Trung mà không phải Nhất thì không phải là Trung của thánh hiền.

Cho nên cái Nhất của Khổng Tử, là từ cái Trung mà tìm ra lẽ Nhất quán vậy, còn cái Trung của Nghiêu Thuấn, là từ cái Nhất mà tìm ra lẽ Chấp Trung vậy.

Phục Hi vẽ Hà Đồ để trống giữa, đó là Tiên Thiên vậy. Đó là Tổ Khiếu trong thân ta vậy.

Khổng Tử nói: Tiên Thiên nhi Thiên phát vi [21] 先天而天弗違. Lão Tử nói: Vô danh, vạn vật chi thủy 無名, 萬物之始. [22] Thích Ca nói: Mang hồ vô trẫm, nhất phiến Thái Hư 茫乎無朕, 一片太虛 (Mang mang không dấu vết, đó là Thái Hư). [23]

Lạc Thư của Đại Võ thì trong đặc. Đó là Hậu Thiên. Đó cũng là một Tổ Khiếu vậy.

Khổng Tử nói: Hậu Thiên, nhi phụng Thiên Thời 後天, 而奉天時. [24] Lão Tử nói: Hữu danh, vạn vật chi mẫu 有名, 萬物之母. [25]

Đạo gia gọi thế là: Lộ xuất đoan nghê, nhất điểm Linh Quang 露出端倪, 一點靈光 (Lộ ra đầu mối, đó là Nhất điểm Linh Quang vậy). [26]

Nhưng Trung trong Hà Đồ trước tiên vẫn là Nhất. Nhất trong Lạc Thư trước tiên vẫn là Trung. Trung Ôm lấy Nhất, Nhất làm chủ cái Trung. Há chẳng phải là cái Tinh Vi của Diệu Lý, cái Thần Cơ của Vô Vi hay sao?

Đạo Đức Kinh viết: Đa ngôn số cùng, Bất như thủ Trung 多言數窮, 不如守中. [27]

Đổng Huyền Kinh viết: Đan thư vạn quyển, bất như thủ Nhất. Nhất giả sinh sinh bất tức chi Nhân dã 丹書萬卷, 不如守一. 一者生生不息之仁也 (Kinh thư vạn quyển, không bằng thủ Nhất. Nhất là đức Nhân của Trời sinh hoá khôn lường).

Trung Dung nói: Tu Đạo dĩ Nhân 修道以仁. [28] Luận Ngữ viết: Thiên Hạ qui Nhân 天下歸仁. Lễ Ký viết: Trung Tâm an nhân 中心安仁. Chu Dịch viết: An thổ đôn Nhân 安土敦仁. [29]

Ta thường ví Nhân là hạt trái cây. Trong có một điểm là Thái Cực. Có Hai cái ôm bên ngoài là Lưỡng Nghi.

Dịch viết: Dịch hữu Thái Cực, thị sinh Lưỡng Nghi 易有太極是生兩儀. Cho nên Dịch là hai, mà luôn biến hoá. Thái Cực là Một, là Thần. Lấy một điểm Thần này đem hàm dưỡng trong Tổ Khiếu, không siêng, không lười, thế chẳng phải là An thần tổ khiếu, hồi phục lại vị trí của quẻ Kiền thì là gì.

Đem một điểm Nhân ấy, đôn dưỡng trong giữa quẻ Khôn, không quên, không giúp, thì gọi là An Thổ đôn Nhân, thế chẳng phải là trở về với Thái Cực trong ta hay sao?

Lại ví như hạt sen, trong đó có một mầm nhỏ, lại có hai mảng bao, Thế chẳng phải là Nhất dĩ quán chi hay sao?

Một sinh Hai, hai sinh Ba, Ba sinh vạn vật. Cho nên Trương Tử Dương nói:

Đạo thị Hư Vô sinh nhất khí,

道是虛無生一氣,  
 Tiện tông Nhất Khí sản Âm Dương.  
 便從一氣產陰陽.  
 Âm Dương giả hợp thành tam thể,  
 陰陽者合成三體,  
 Tam Thể trùng sinh vạn vật xương.  
 三體重生萬物昌.  
 Đạo tự Hư Vô sinh một khí,  
 Một Khí sinh ra được Âm Dương.  
 Âm Dương hợp lại thành Tam Thể,  
 Tam Thể trùng sinh vạn vật xương.

Xưa Văn Thủy tiên sinh hỏi Lão Tử: «Bí quyết Tu Thân, nằm tại chương nào?»

Lão Tử nói: «Tại giữ cho gốc rễ bền chặt, tại thủ Trung bảo nhất mà thôi.» [\[30\]](#)

Thế nào là Thủ Trung? Đó là: Cần thủ Trung, mạc phóng dật, ngoại bất nhập, nội bất xuất. Hoàn Bản Nguyên, Vạn sự tất 勤守中, 莫放逸, 外不入, 內不出, 還本源, 萬事畢 (Giữ cái Trung, không trễ nải, ngoài không vào, trong không ra, trở về Bản Nguyên, thế là xong.)

Lão Tử gọi là Thủ Trung, là giữ cái Trung của Bản Thể. Khổng Tử gọi là Chấp Trung, là giữ lấy cái Trung của Bản Thể. Nhà Phật gọi là Không Trung là giữ cho cái Bản Thể ấy được trống rỗng vậy.

Lão Tử gọi là Bảo Nhất, là giữ lấy cái Nhất của Bản Thể. Nhà Phật gọi là Qui Nhất, là trở về với Cái Một của Bản Thể. Khổng Tử gọi là Nhất quán, là quán xuyên lấy cái Nhất Quán của Bản Thể.

Duy Tinh duy Nhất 唯精唯一 chính là Tinh Nghĩa nhập thần 精義入神 vậy. [\[31\]](#) Doãn chấp quyết Trung 允執厥中 là Vương trung tâm Vô Vi 王中心無為. Đó là Mềm trong Tâm, đó là Thiên Quân (Thái Cực) trong ta vậy.

Thế nghĩa là gì? Ta chỉ cần giữ cho ta được Chí Chính thì Mệnh sẽ lập, thì Tính sẽ nguyên vẹn. Tính Mệnh tuy là hai tên, nhưng cùng một gốc. Trang Tử gọi là Thúc và Hốt. Thúc ở Bể Nam, Hốt ở Bể Bắc. Hai bên gặp nhau tại đất Hỗn Độn.

Tu Sĩ luyện đơn nếu chẳng biết Tổ Khiếu này, thì Chân tức không có chỗ trú, Thần hoá sẽ không có cơ sở, dược vật không đủ và đơn không kết thành.

Khiếu này gọi là Tổng Trì Môn, là kinh đô Vạn Pháp. Nó không có biên cương, không trong ngoài. Không dùng Hữu Tâm mà giữ được, không dùng Vô Tâm mà cầu được.

Lấy Hữu Tâm mà cầu, sẽ sa vào hình tướng, lấy Vô Tâm mà cầu sẽ lạc không vong. Như vậy phải làm sao? Thầy có khẩu quyết là:

Không Động vô nhai thị Huyền Khiếu,  
 空洞無涯是玄竅,  
 Tri nhi bất thủ thị công phu.  
 知而不守是功夫.  
 Khiếu này trống rỗng không bờ bến,

Biết mà không giữ ấy công phu.

Nếu đem Chân Ngã an chỉ vào giữa, như như bất động, tịch tịch tĩnh tĩnh, trong ngoài đều quên, hồn nhiên vô sự, thời thần sẽ luyến khí mà ngưng, mệnh sẽ luyến tính mà trú. Không Qui Nhất mà Nhất sẽ tự qui, không thủ trung, mà Trung tự thủ. Trung tâm mà thực, trung tâm ngũ hàng sẽ hư. Đó chính là Thủ Trung, Bảo Nhất của Lão tử, đó chính là Bản Chỉ của Hư Tâm, Thực Phúc vậy. Trương Tử Dương nói:

Hư tâm, thực phúc nghĩa câu thâm,

虛心實腹義俱深,

Chỉ vị Hư Tâm yếu thức Tâm.

只為虛心要識心.

Hư Tâm Thực Phúc nghĩa đều thâm,

Muốn nhận ra Tâm, phải Hư Tâm.

Bạch Ngọc Thiềm nói:

Trung Ương Thần Thất bản hư nhàn,

中央神室本虛閑,

Tự hữu tiên thiên Chân Khí đáo.

自有先天真氣到.

Trung Ương Thần Thất vốn hư vô,

Tiên Thiên Chân Khí tự nhiên đến.

Lữ Thuần Dương nói:

Thủ Trung, Tuyệt Học phương tri áo,

守中絕學方知奧,

Bảo Nhất, Vô Ngôn thủy kiến giai.

抱一無言始見佳.

Thủ Trung, Tuyệt học mới thấy kỳ,

Bảo Nhất, Vô Ngôn, mới thấy hay.

Trần tử Khanh nói:

Thúc Hốt ngao du qui Hỗn Độn,[\[32\]](#)

倏忽遨遊歸混沌,

Hổ Long bàn cứ nhập trung hoàng.[\[33\]](#)

虎龍蟠踞入中黃.

Thúc Nam, Hốt Bắc qui Hỗn Độn,

Hổ Tây, Long Đông nhập Trung Hoàng.[\[34\]](#)

Chính Dương Ông viết:

Yêu thức Kim Đan đoan đích xứ,

要識金丹端的處,

Vị sinh thân xứ hạ công phu.

未生身處下功夫.

Kim Đan phải biết nơi sinh xứ,

Trước lúc ta sinh hạ công phu.

Như Như Cư Sĩ vân:

Khôn chi thượng, Kiền chi hạ,

坤之上乾之下,

Trung gian nhất bảo, nan thù giá.

中間一寶難酬價.

Khôn trên, Kiền dưới: Huyệt trung cung.

Đấy có bảo châu quý vô giá.

Lý Thanh Am (Trung Hòa Tập) nói:

Lưỡng Nghi triệu phán phân tam cực,

兩儀肇判分三極,

Kiền dĩ trực chuyên, Khôn tịch hấp.

乾以直專坤辟翕

Thiên Địa trung gian Huyền Tẫn môn,

天地中間玄牝門,

Kỳ động dĩ xuất, tĩnh dĩ nhập.

其動愈出靜愈入.

Lưỡng Nghi phân cực hóa ra Ba,

Kiền để sinh sôi, Khôn mở đóng,

Trung Ương chính thị Huyền Tẫn môn,

càng động càng ra, Tĩnh càng vào.

Vương Ngọc Dương (Vân Quang Tập) nói:

Cốc Thần tòng thử lập Thiên căn,

谷神從此立天根,

Thượng thánh cường danh Huyền Tẫn Môn,

上聖強名玄牝門,

Điểm phá thế nhân «Sinh Tử huyệt»,

點破世人生死穴,

Chân tiên vu thử định Kiền Khôn.

真仙于此定乾坤.

Cốc Thần do đó lập Thiên Môn,

Thượng Thánh gượng kêu Huyền Tẫn Môn.

Chỉ cho nhân thể Sinh Tử huyết,  
Chân tiên do đó định Kiền Khôn.

Đàm Xứ Đoan (Thủy Vân Tập) nói:

Âm cư ư thượng, Dương cư hạ,  
陰居於上陽居下,  
Dương khí tiên thăng, Âm khí tùy.  
陽氣先升陰氣隨.  
Phối hợp Hồ Long, giao cấu xứ,  
配合虎龍交媾處,  
Thử thì như quá tiểu kiều thì.  
此時如過小橋時.  
Âm ở bên trên Dương ở dưới,  
Dương khí sinh thăng, Âm khí tùy.  
Biết chỗ Hồ Long giao hợp xứ,  
Lúc này như lúc vượt cầu đi.

Hà Thượng Công (Quá Minh tập) nói:

Yếu yếu, minh minh khai chúng diệu,  
杳杳冥冥開眾妙,  
Hoảng hoảng, hốt hốt bao Chân Khiếu.  
恍恍惚惚葆真竅.  
Liễm chi tiềm tàng nhất lạp trung,  
斂之潛藏一粒中,  
Phóng chi di man Lục Hợp biểu.  
放之彌漫六合表.  
Chúng diệu sinh ra từ một điểm,  
Chân Khiếu trong ta nhớ kiếm ra,  
Thu nhỏ lọt vừa trong hạt thóc,  
Tung ra trùm khắp sáu phương trời.

Trương Tử Dương (Ngộ Chân Thiên) nói:

Chấn Long Mộc tự xuất Ly hương,  
震龍木自出離鄉,  
Đoài Hồ Kim sinh tại Khâm phương,  
兌虎金生在坎方.  
Nhị vật tổng nhân nhi sản Mẫu,  
二物總因儿產母,

Ngũ hành toàn yếu nhập Trung Ương.

五行全要入中央.

Chấn Long sinh xuất tự Ly Hương,

Đoài Hồ thì sinh tại Khảm phương.

Hai vật đều do con sinh mẹ,

Ngũ Hành vốn phải nhập Trung Ương.

Trương Cảnh Hòa (Chẩm Trung Ký) nói:

Hỗn Độn nhất khiếu thị Tiên Thiên,

混沌一竅是先天,

Nôi diện Hư Vô lý tự nhiên.

內面虛無理自然.

Nhược hương vị sinh tiền kiến đắc,

若向未生前見得,

Minh tri tất thị Đại La Tiên.

明知必是大羅仙.

Hỗn Độn khiếu kia gọi Tiên Thiên,

Trong thấy Hư Vô hợp tự nhiên.

Từø trước khi sinh, tìm ra được,

Biết ra chắc phải Đại La Tiên.

Cát Tiên Ông (Huyền Huyền Ca) nói:

Kiên Khôn hợp xứ nãi Chân Trung,

乾坤合處乃真中,

Trung tại Hư Vô thậm không khoáng,

中在虛無甚空闊.

Thốc tương Long Hồ Khiếu trung tàng,

簇將龍虎竅中藏,

Tạo Hóa khu cơ qui chưởng ốc.

造化樞機歸掌握.

Kiên Khôn hợp xứ gọi Chân Trung,

Ở giữa Hư Vô, rộng mênh mông.

Rồng Cọp bắt về tàng trong đó,

Chốt then Tạo Hóa nắm như không.

La Công Viễn (Mộng Cửu tập) nói:

Nhất khiếu Hư Vô thiên địa trung,

一竅虛無天地中,



Triền miên bí mật bất thông phong.

纏綿秘密不通風.

Hoảng hốt yếu minh vô sắc tượng,

恍惚杳冥無色象,

Chân Nhân hiện tại bảo châu trung.

真人現在寶珠中.

Một Khiếu Hư Vô giữa đất trời,

Triền miên bí mật, gió không chui.

Khiếu đó sắc trần không có bợn,

Chân Nhân coi nó, ngọc châu thôi.

Thiên Lai Tử (Bạch Hổ ca) nói:

Huyền Tẫn chi môn trấn nhật khai,

玄牝之門鎮日開,

Trung Gian nhất khiếu hỗn Linh Đài.

中間一竅混靈臺.

Vô quan vô tỏa, vô nhân thủ,

無關無鎖無人守,

Nhật Nguyệt đông tây tự vãng lai.

日月東西自往來.

Huyền tẫn chi môn một khiếu khai,

Khiếu này có thể gọi Linh Đài.

Khoá then hồ hững không ai giữ,

Nhật Nguyệt Đông Tây mặc tới lui.

Trương Hồng Mông (Hoàn Nguyên Thiên) nói:

Thiên Địa chi căn thủy Huyền Tẫn,

天地之根始玄牝,

Hô Nhật hấp Nguyệt,[\[35\]](#) trì bả bính,

呼日吸月持把柄,

Ẩn hiện câu không, không bất không,

隱現俱空空不空.

Tầm chi bất kiến, hô chi ứng.

尋之不見呼之應.

Thiên Địa căn cơ là Huyền Tẫn,

Hô hấp trời trăng, cầm cân mực.

Ẩn hiện vào ra, chẳng có gì,

Tìm chẳng thấy tông, hô thời ứng.

Cao tượng Tiên (Kim đơn ca) nói:

Chân Nhất chi Đạo hà sở vân?

真一之道何所云,

Mạc nhược tiên sao Mậu Kỷ môn,

莫若先敲戊己門.

Mậu kỷ môn trung hữu Chân Thủy,

戊己門中有真水,

Chân Thủy tiện thị Hoàng Nha [\[36\]](#) côn.

真水便是黃芽根.

Đạo Trời, Chân Nhất đâu xa,

Cánh cửa Hoàng Trung cố mở ra.

Chân Thủy, Hoàng Nha đều ở đó,

Lòng Trời, lòng đất, cũng lòng ta!

Đình Dã Hạc (Tiêu Diêu Du) viết:

Tam giáo nhất nguyên giá cá viên,

三教一元這個圓,

Sinh tại Vô Vi, tượng đế tiên.

生在無為象帝先.

Ngộ đắc thử Trung Chân Diệu Lý,

悟得此中真妙理,

Thủy tri Đại Đạo tổ căn nguyên.

始知大道祖根源.

Tam giáo Hư Vô vẽ một vòng,

Sinh tại Vô Vi, vạn tượng tông.

Có hiểu Trung Hoàng chân diệu lý,

Rời ra nguồn đạo sẽ khai thông.

Tiêu Tổ Hư (Đại Đơn quyết) viết:

Học nhân nhược yếu mịch Hoàng Nha. [\[37\]](#)

學人若要覓黃芽,

Lưỡng xứ [\[38\]](#) căn nguyên, cộng nhất gia,

兩處根源共一家.

Thất phản, cửu hoàn [\[39\]](#) tu thức chủ,

七返九還須識主,

Công phu hào phát bất dung sai.

功夫毫髮不容差。

Người đời nếu muốn kiếm Hoàng Nha,  
Hai ngả Âm Dương hợp một nhà.  
Thần Khí hiệp hoà, cần biết chủ,  
Công phu hào phát chẳng sai ngoa.

Lý Linh Dương (Tổ Khiếu Ca) viết:

Cá cá vô sinh, vô tận tạng,  
個個無生無盡藏,  
Nhân nhân bản thể, bản hư không.  
人人本體本虛空.  
Mạc đạo Cù Đàm danh Cực Lạc,  
莫道瞿曇名極樂,  
Khổng Nhan lạc diệc tại kỳ Trung.  
孔顏樂亦在其中.  
Nguồn sinh vô tận tòa đôi nơi,  
Vô Cực, Hư Không, Bản Thể người.  
Chớ nói Cù Đàm kêu Cực Lạc,  
Khổng Nhan vui cũng ở trong thôi.

Trần Trí Hư (Chuyển Ngữ kệ) viết:

NHẤT giả danh vi Bất Nhị Môn,  
一者名為不二門,  
Đắc môn nhập khứ tiện an thân.  
得門入去便安身.  
Đương niên Tăng Tử nhất thanh duy,  
當年曾子一聲唯,  
Ngộ liễu Diêm Phù (thế gian) đa thiếu nhân.  
誤了閻浮多少人.  
Nhất còn được gọi Bất Nhị Môn,  
Vào được cửa này, thân sẽ an.  
Tăng Tử xưa kia kêu tiếng Dạ,  
Thế gian vài kẻ hiểu nguồn cơn.

Tiết Tử Hiền (Hư Trung Thi) viết:

Thiên Địa chi gian do thác thược,  
天地之間猶橐籥,  
Thác thược tu tri cổ giả thù.

橐籥須知鼓者誰.

Động tĩnh căn tông do thủ đắc,

動靜根宗由此得,

Quân khan phóng thủ đắc phong vô.

君看放手得風無.

Thiên địa không trung như lò bễ,

Thổi được bễ này sẽ là ai?

Căn nguyên động tĩnh là do đó,

Bạn muốn thử xem hãy giơ tay.

Lữ Tổ (Thuần Dương văn tập) viết:

Âm Dương nhị vật ẩn trung vi,

陰陽二物隱中微,

Chỉ vì ngu nhân tự bất tri.

只為愚人自不知.

Thật thật nhận vi nam nữ thị,

實實認為男女是,

Chân chân thuyết tố Khảm Ly phi.

真真說做坎離非.

Âm dương hai vật ẩn bên trong,

Chỉ vì người ngu nên không biết.

Nam nữ bên trong là có thật,

Nói đúng mà nghe, chính Khảm Ly.

Lý Đạo Thuần (Vô nhất ca) viết:

Đạo bản hư vô sinh Thái Cực,

道本虛無生太極,

Thái Cực biến nhi tiên hữu Nhất,

太極變而先有一.

Nhất phân vi Nhị, Nhị sinh Tam,

一分為二二生三,

Tứ Tượng, Ngũ Hành tông thủ xuất.

四象五行從此出.

Đạo vốn hư vô, sinh Thái Cực,

Thái Cực biến rồi, trước sinh Nhất,

Nhất chia ra Nhị, Nhị sinh tam,

Tứ tượng, Ngũ hành do đó xuất.

Thọ Nhai thiền sư ngữ lục viết:

Đà La Môn [40] khái, diệu nan cùng,  
 陀羅門啟 妙難窮,  
 Phật Phật tương truyền chỉ thử trung,  
 佛佛相傳只此中.  
 Bất thức Tây Lai chân thật nghĩa,  
 不識西來真實義,  
 Không xuyên thiết tử tẩu Tây Đông.  
 空穿鐵屨走西東.  
 Đà La rộng mở lạ vô cùng,  
 Phật Phật tương truyền một chữ Trung.  
 Áo ngữ, chân thuyền bằng chẳng hiểu,  
 Như mang giày sắt ruổi tây đông.

Mã đơn Dương (Túy Trung Ngâm) viết:

Lão Tử Kim Đan, Thích thị Châu,  
 老子金丹釋氏珠,  
 Viên minh vô khiếm, diệc vô dư.  
 無明無欠亦無餘.  
 Tử Hộ, Sinh Môn tông thử khiếu,  
 死戶生門宗此竅,  
 Thử Khiếu do năng đoạt Thái Hư.  
 此竅猶能納太虛.  
 Lão gọi Kim Đơn, Thích gọi Châu,  
 Dáng tròn vành vạnh, chẳng thiếu thừa.  
 Tử Hộ, Sinh Môn cùng Khiếu ấy,  
 Nó cũng đủ to, nạp Thái Hư.

Tào Văn Dật (Đại Đạo ca) viết:

Tá vấn Chân Nhân hà xứ lai,  
 借問真人何處來,  
 Tông tiền nguyên chỉ tại Linh Đài,  
 從前原只在靈臺.  
 Tích niên vân vụ thâm giã tế,  
 昔年雲霧深遮蔽,  
 Kim nhật tương phùng, đạo nhãn khai.  
 今日相逢道眼開.

Chân Nhân ướm hỏi tới từ đâu?  
 Tâm khảm tiềm tàng sẵn đáy sâu,  
 Thửa trước Linh Đài vân vụ phủ,  
 Ngày nay gặp gỡ hết xa nhau.

Lưu Trường Sinh (Tiên Dược Tập) viết:

Nhất khiếu Hư Không, Huyền Tẩn Môn,  
 一竅虛空玄牝門,  
 Điều đình tiết hậu yếu thường ôn.  
 調停節候要常溫.  
 Tiên Nhân đỉnh nội vô tha dược,  
 仙人鼎內無他藥,  
 Tạp khoáng tiêu thành, bách luyện côn (Kim).  
 雜礦銷成百煉金.  
 Nhất khiếu Hư Không, Huyền Tẩn Môn,  
 Giữ sao chốn ấy được thường ôn.  
 Tiên Nhân trong đỉnh không thuốc khác,  
 Tạp khoáng tiêu rồi, độc Hoàng Côn (Kim).

Lý Đạo Thuần (Trung Hòa Tập) có bài:

Kiên Khôn hạp tịch vô hưu tức, [\[41\]](#)  
 乾坤闔辟無休息,  
 Ly Khảm [\[42\]](#) thăng trầm hữu hợp Li.  
 離坎升沉有合離.  
 Ngã vị chư quân minh chỉ xuất,  
 我為諸君明指出,  
 Niệm đầu phục xứ lập Đan Ki. [\[43\]](#)  
 念頭復處立丹機.  
 Kiên Khôn mở đóng chẳng suy vi,  
 Ly Khảm xuống lên có hợp Li.  
 Ta vì chư vị nên chỉ rõ,  
 Nơi ấy là nơi lập Đan Ki.

Lưu Hải Thiềm (Kiến Đạo ca) viết:

Hàm Cốc Quan đương thiên địa trung,  
 函谷關當天地中,  
 Vãng lai nhật nguyệt tự Tây Đông.  
 往來日月自西東.

Thí tương thốn quản khuy Huyền Khiếu.

試將寸管窺玄竅,

Hổ cứ, Long bàn khí tượng hùng.

虎踞龍蟠氣象雄.

Hàm Cốc vương cao ngắt trời mây,

Nhật Nguyệt lại qua tự Đông Tây.

Nếu có ống nhòm nhòm Tổ Khiếu.

Sẽ thấy Hồ Long núp nơi đây.

Vô Tâm Xương Lão bí quyết viết:

Tự hiểu Cốc Thần thông thử Đạo,

自曉谷神通此道,

Thùy năng lý tính dục tu chân.

誰能理性欲修真.

Minh Minh thuyết hướng Trung Hoàng lộ,

明明說向中黃路,

Tích Lịch thanh trung tự đắc Thần.

霹靂聲中自得神.

Cốc Thần khuấy nẻo mấy ai hay,

Tính Lý tu chân nhẽ khó bày.

Ta cố chỉ bày Trung Hoàng lộ,

Ầm ầm sấm chớp thấy Thần ngay.

Ngọc Thiềm Bạch Chân Nhân viết:

Tính chi căn, Mệnh chi đế,

性之根命之蒂,

Đồng xứ, dị danh, phân lưỡng loại,

同處異名分兩類.

Hợp qui Nhất xứ kết thành đơn.

合歸一處結成丹,

Hoàn vi Nguyên Thủy, Tiên Thiên Khí.

還為元始先天氣.

Tính Căn, Mệnh đế, vốn chung nơi,

Khác tên nên mới biến thành hai.

Nếu mà xum hợp thành một lại,

Tiên Thiên Nhất khí đã đành rồi.

Lục Đốc Triệu Chân Nhân viết:

Hư Vô nhất khiếu chính đương trung,

虛無一氣正當中,

Vô sinh, vô diệt, tự vô cùng.

無生無滅自無窮.

Chiêu chiêu, Linh Linh, tướng phi tướng,

昭昭靈靈相非相,

Yếu yếu, minh minh, không bất không.

杳杳冥冥空不空.

Hư Vô Nhất Khiếu, giữa không trung,

Vô sinh, vô diệt, vốn vô cùng.

Chiêu chiêu, Linh Linh, vốn không tướng,

Yếu yếu, minh minh, Không chẳng Không

Tử Dương Trương Chân Nhân ( Kim Đơn) viết:

Thử Khiếu phi phàm Khiếu,

此竅非凡竅,

Kiên Khôn cộng hợp thành.

乾坤共合成 .

Danh vi Thần Khí Huyệt,

名為神氣穴,

Nội hữu Khảm Ly tinh.

內有坎離精 .

Khiếu này chẳng phải khiếu phàm,

Kiên Khôn cộng lại, mới toan hợp thành.

Thần Khí Huyệt, bảng đề danh,

Bên trong chứa đựng tinh huỳnh Khảm Ly.

Huỳnh Thiềm Lý Chân Nhân (Đạo đức tụng) nói:

Hạp tịch ứng Kiên Khôn,

闔辟應乾坤,

Tư vi Huyền Tẩn Môn.

斯為玄牝門 .

Tự tông vô xuất nhập,[\[44\]](#)

自從無出入,

Tam giới [\[45\]](#) diệc xưng tôn.

三界亦稱尊 .

Mở đóng tựa Kiên Khôn,



Tên gọi Huyền Tấn Môn.  
 Trong ngoài không chi lọt,  
 Tam giới đều sùng tôn.

Tư Mã Tử Vi nói:

Hư Vô nhất khiếu hiệu Huyền Quan  
 虛無一竅號玄關,  
 Chính tại Nhân Thân Thiên Địa gian,  
 正在人身天地間.  
 Bát vạn tứ thiên phân thượng hạ,  
 八萬四千分上下,  
 Cửu, tam, ngũ, lục[46] liệt tuần hoàn.  
 九三五六列循環.  
 Đại bao Pháp giới hồn vô tích,  
 大包法界渾無跡,  
 Tế nhập trần ai, bất kiến nhan,  
 細入塵埃不見顏.  
 Giá cá danh vi Tổ Khiếu Huyệt,  
 這個名為祖氣穴,  
 Thử châu nhất lạp Chính Trung huyền.  
 此珠一粒正中玄.  
 Hư Vô một khiếu gọi Huyền Quan,  
 Giữa lòng Trời đất với nhân gian  
 Tám vạn bốn nghìn phân thượng hạ,  
 9, 3, 5, 6 Liệt tuần hoàn.  
 Lớn trùm Pháp Giới không lưu vết,  
 Nhỏ nhập trần ai, chẳng thấy nhan.  
 Cái Đó gọi là Chân Tổ khiếu,  
 Trường sinh, Linh Bảo vốn hàm tàng.

Những khẩu quyết trên đều xiển minh cái áo diệu của Tổ Khiếu. Lão Tử nói: Thiên địa chi gian, kỳ do Thác Thước hồ? 天地之間其猶橐籥乎 [47] Trang Tử nói: Khu đắc nhược hoàn trung dĩ ứng vô cùng 樞得若環中以應無窮. Quẻ Khôn nói: Chính vị cư thế. [48]

Quẻ Đỉnh viết: Chính vị, ngưng Mệnh 正位凝命. [49] Quẻ Cấn nói: Quân tử tư bất xuất kỳ vị 君子不出其位. [50] Mạnh Tử cũng nói: Lập thiên hạ chi chính vị 立天下之正位. [51]

Cũng chỉ là cái Chính vị này mà thôi. Nói lớn ra, thì nó bao trùm thiên hạ, cho nên nói: Ở vào chỗ rộng

rãi thiên hạ, và Đại Đạo do đó phát sinh.

Kinh Thi viết: Bình tâm tắc uyên 秉心塞淵.<sup>[52]</sup>

Thái Huyền Kinh viết: Tàng tâm vu uyên, mỹ quyết Linh Căn 藏心于淵美厥靈根. Tham Đồng Khế viết: Chân Nhân tiềm thâm uyên, Phù du thủ qui trung 真人潛深淵浮游守規中 (Chân nhân sống rất thâm trầm, nhõn nhõ, khinh khoáng, ôm cầm khuôn thiêng).

Nói Tắc, nói Tàng là Tiềm nhi thủ chi. Còn hai chữ phù du không thể không biết. Phù Du là ưu du, là thung dung, như Mạnh Tử nói: Vật vong, vật trợ 勿忘勿助 (Chớ quên, chớ giúp), Phật gia nói: Ứng như thị trụ, như thị hàng phục kỳ tâm 應如是住, 如是降伏其心 cũng là nghĩa này.

[1] Đạo Đức Kinh, Chương 6.

[2] Thái thủ Nguyên Thần.

[3] Nguyên Thần, Nguyên Khí hoà hợp tại Đan Điền.

[4] Chỉ Ý dẫn Khí; thủ Khí.

[5] Tẩy Tâm, dịch lự.

[6] Điều Lý trung hoà.

[7] Tức Đan thành.

[8] Trở thành tiên.

[9] Nam Hoa Kinh, chương XII, Thiên Địa, A.

[10] Đạo Đức Kinh, VI.

[11] Tức là Thái Cực, vì Huyền là Dương, Tấn là Âm.

[12] Trung Dung. ch. 26.

[13] Trung Dung, ch. 32.

[14] Như vậy, Huyền chi hựu Huyền chính là Vô Cực.

[15] Trung Dung, ch. I.

[16] Xem Văn Ngôn, Hào Cửu Ngũ quẻ Khôn.

[17] Đạo Đức Kinh, ch. 5.

[18] Hệ Từ Hạ, chương VIII, Tiết 1.

[19] Bát mạch là: Dương Duy, Âm Duy, Âm Kiều, Dương Kiều, Xung, Đới, Nhâm, Đốc.

[20] Là 7 khiếu Dương, 2 khiếu Âm. Đó là: Nhãn, Nhĩ, Tị, Khẩu, và Đại, Tiểu tiện 2 khiếu.

[21] Văn Ngôn, hào Cửu Ngũ quẻ Kiền. (Đó là Thiên dữ Nhân hợp)

[22] Đạo Đức Kinh, ch. I.

- [23] Tức là Bàn về Vô Cực vậy.
- [24] Văn Ngôn, hào Cửu Ngũ quẻ Kiền. (Đó là Nhân dữ Thiên hợp).
- [25] Đạo Đức Kinh, ch. I.
- [26] Tức là Bàn về Thái Cực vậy.
- [27] Đạo Đức Kinh, ch. 5.
- [28] Trung Dung, ch. 20.
- [29] Chu Dịch, Hệ Từ Thượng, chương IV, tiết 3.
- [30] Đạo Đức Kinh, ch. 5.
- [31] Hệ Từ Hạ, chương V, tiết 1.
- [32] Thúc, Hốt là Hậu Thiên, Hỗn Độn là Tiên Thiên, là Vô Vi, là Tĩnh Định.
- [33] Hồ Long là Nguyên Thần, Nguyên Khí; Hoàng Trung là Đan Điền.
- [34] Thúc là vua Nam Hải, Hốt là vua Bắc Hải, Hỗn Độn là vua ở Trung Ương. Xem: Nam Hoa Kinh, Ứng Đế Vương.
- [35] Nguyên Thần, Nguyên Khí.
- [36] Đại dược.
- [37] Kim Đan.
- [38] Âm Dương, Nguyên Thần, Nguyên Khí.
- [39] Thần, Khí tương giao.
- [40] Thượng Đan Điền.
- [41] Thượng Đan Điền hạ đan điền khai hợp.
- [42] Nguyên Thần, Nguyên Khí.
- [43] Căn ki tức Đan Điền.
- [44] Ngoại khí bất nhập, nội khí bất xuất, đạt cảnh giới Thai Tức.
- [45] Dục giới, sắc giới, vô sắc giới.
- [46] Kim, Mộc, Thủy, Hoả, Thổ ngũ hành.
- [47] Đạo Đức Kinh, ch. 5.
- [48] Văn Ngôn, Quẻ Khôn, Hào Lục ngũ.
- [49] Đại tượng quẻ Đỉnh.
- [50] Đại tượng quẻ Cấn.

[\[51\]](#) Mạnh Tử, Đằng Văn Công chương cú hạ, 2.

[\[52\]](#) The She King, James Legge, p. 44.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) **8** [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

### PHÁP LUÂN TỰ CHUYỂN ĐỒ

水涵太乙之中精故能潤澤百物而行乎地中風涵太乙之中精故能動化百物而行乎天上赤  
之象其宮成離下黑之象其宮成坎夫兩端之所以乎者以中存乎其間故也

#### 法 輪 自 轉 圖

撥動法輪旋日月頂尖海湧起雲雷  
風濤洶湧澄澄後散作甘泉潤九垓  
旋斗應真  
迴度五常  
法天之樞  
仙壽萬億  
法水能朝有秋開道送日夜道輪環  
於中盤滯生諸病變安道流便駐顏



接三陰之正氣於風輪其專精之名曰太玄接三陰之正氣於水樞其專精之名曰太乙太乙正陽  
陽也太玄正陰也陽之正氣其色赤陰之正氣其色黑水陽也而其伏為陰風陰也而其發為陽上  
赤下黑左青右白黃潛於中宮而五運流轉故有輪樞之象焉

Tiếp Tam Âm chi chính khí ư Phong Luân, Kỳ chuyên tinh chi danh viết Thái Huyền.

接三陰之正氣於風輪其專精之名曰太玄。

Thê Tam Dương chi chính khí ư Thủy Khu, kỳ chuyên tinh chi danh viết Thái Ất.

棲三陽之正氣於水樞其專精之名曰太乙。

Thái Ất Chính Dương dã. 太乙正陽也. Thái Huyền Chính Âm dã. 太玄正陰也.

Dương chi chính khí kỳ sắc xích. Âm chi chính khí kỳ sắc hắc. 陽之正其色赤陰之正其色黑.

Thủy Dương dã, nhi kỳ phục vi Âm. 水陽也而其伏為陰.

Phong Âm dã, nhi kỳ phát vi Dương. 風陰也而其發為陽。

Thượng Xích, hạ Hắc, tả Thanh, hữu Bạch, Hoàng tiềm ư Trung Cung, nhi ngũ vận lưu chuyển, cố hữu Luân Khu chi tượng yên. 上赤下黑左青右白黃潛於中宮而五運流轉故有輪樞之象焉。

Tiếp chính khí của Tam Âm ở Phong Luân. Danh của chuyên tinh là Thái Huyền.

Nương chính khí của Tam Dương ở Thủy Khu. Danh của chuyên tinh là Thái Ất.

Thái Ất là Chính Dương. Thái Huyền là Chính Âm.

Dương của Chính Khí thì màu đỏ.

Âm của Chính Khí thì màu đen.

Thủy là Dương, khi Ẩn phục thì là Âm.

Phong là Âm, khi phát động thì là Dương.

Trên Đỏ, dưới Đen, tả Xanh, hữu Bạch, trung ương thì Vàng, ngũ vận lưu chuyển, nên mới có tượng Luân Khu vậy.

Thủy hàm Thái Ất chi trung tinh, cố năng nhuận trạch bách vật, nhi hành hồ địa trung.

水涵太乙之中精故能潤澤百物而行乎地中。

Phong hàm Thái Cổ chi trung tinh, cố năng động hóa vạn vật, nhi hành hồ Thiên thượng.

風涵太古之中精故能動化百物而行乎天上。

Thượng Xích chi tượng, kỳ cung thành Ly. 上赤之象其宮成離。

Hạ Hắc chi tượng, kỳ cung thành Khảm. 下黑之象其宮成坎。

Phù lưỡng đoan chi sở dĩ bình giả, dĩ Trung tồn hồ kỳ gian cố dã.

夫兩端之所以平者以中存乎其間故也。

Nước hàm chứa tinh hoa của Thái Ất, nên có sức nhuận trạch vạn vật, và lưu hành trên mặt đất.

Phong hàm chứa tinh hoa của Thái Cổ, nên có sức động hóa vạn vật, và lưu hành trên trời.

Trên có tượng màu đỏ, nên Cung nó là Li.

Dưới có tượng màu đen, nên Cung nó là Khảm.

Vả hai bên mà được quân bình là nhờ có Trung Cung ở giữa vậy.

Bát động Pháp Luân tuyền Nhật Nguyệt,

撥動法輪旋日月,

Tu du hải kiệu, khởi vân lôi.

須與海嶠起雲雷。

Phong đào hung dũng ba trùng hậu,

風濤洶涌波澄後,

Tán tác Cam Tuyền nhuận cửu cai. [\[1\]](#)

散作甘泉潤九垓。

Chu Thiên chuyển vận, xoay nhật nguyệt,

Phút chốc thần sơn khởi vân lôi,

Gió làm sóng cuộn ùng ùng nổi,  
 Sau hoá Cam Tuyền khắp chốn nơi.  
 Pháp thuỷ năng triều hữu bí quan,  
 法水能朝有秘關,  
 Tiêu dao nhật dạ chuyển luân hoàn,  
 逍遙日夜轉輪環.  
 Ở trung úng trệ sinh chư bệnh,  
 於中壅滯生諸病,  
 Tài quyết thông lưu tiện trụ nhan.  
 纔決通流便駐顏.  
 Chân khí muốn dùng, có quyết chiêu,  
 Tổ Khiếu là nơi nó vãng lai.  
 Nếu nó úng trệ: Sinh mọi bệnh,  
 Nếu giữ nó thông, sẽ trẻ hoài.  
 Tuyền Đẩu, lịch Ky, 旋斗歷箕  
 Hồi độ ngũ thường. 迴度五常  
 Pháp Thiên chi khu, 法天之樞  
 Tiên thọ vạn ức. 仙壽萬億  
 Chuyển vắn Tinh Đẩu,  
 Xoay chuyển Ngũ Hành.  
 Pháp Thiên chuyển vận,  
 Thọ sẽ vô cùng.

Nơi bụng của hình người có viết chữ: Cực 極 ở chính giữa.

Trên viết: Bạch Hổ ẩn ở Đông Phương. 白虎隱於東方.

Dưới viết: Thanh Long tàng ở Tây vị. 青龍藏於西位.

---

[1] Pháp Luân là chu thiên. Tinh tú quay một ngày, một đêm là Chu Thiên, luyện đơn một ngày, một đêm là Chu Thiên. Hải Kịu là bờ biển nhiều núi. Khởi vân lô tượng trưng Nguyên Thần, Nguyên Khí tương giao. Cam Tuyền chỉ Chân Khí. Cửu cai là Cửu Châu, tức chu thân con người.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) **10** [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

## PHÁP LUÂN TỰ CHUYỂN CÔNG PHU

Pháp môn của Tam Giáo tuy cùng đường nhưng khác vết, tuy chia ba, nhưng Lý là Một. Công phu này, nhà Phật gọi là Pháp Luân 法輪, Đạo gia gọi là Chu Thiên 周天, Đạo Nho gọi là Hành Đình 行庭.

Dịch Kinh viết: Cẩn kỳ bối, bất hoạch kỳ thân, hành kỳ đình, bất kiến kỳ nhân. Vô cữu.

艮其背, 不獲其身, 行其庭, 不見其人. 無咎.

Cẩn là ngừng lại sau lưng,

Dừng nơi chí thiện, quên thân, quên người.

Bản thân mà đã quên rồi,

Trong sân đi lại, quên người, lỗi chi.

Đi trong sân là Thiên hành kiện vậy. Trời đi mỗi ngày một vòng trời. Còn gì mạnh hơn? Thân ta cũng là một tiểu thiên địa, đi được một vòng chu thiên cũng là hành kiện vậy. Dịch kinh viết: Thiên hành kiện, quân tử dĩ tự cường bất tức 天行健, 君子以自強不息.

Tượng rằng:

Trời cao mạnh mẽ xoay vần,

Nên người quân tử quyết tâm tự cường.

Trong Thân ta, thì trung tâm là Huỳnh Đình, là Thái Cực, còn trời đất thì vận chuyển bên ngoài, và qua lại vô cùng.

Quẻ Cẩn viết: Thời chỉ tắc chỉ 時止則止, là Thái Cực định vị; Thời hành tắc hành 時行則行 là chu thiên vận chuyển, Sao chẳng xem nơi Hệ Từ? Hệ từ viết: Nhật Nguyệt tương thôi, nhi minh sinh yên 日月相推而明生焉. [\[1\]](#)

Mặt Trời cùng với mặt trăng,

Luân phiên đắp đổi, nên hằng sáng soi.

Lại viết: Hàn thử tương thôi nhi tuế thành yên. 寒暑相推而歲成焉.

Hàn ôn đắp đổi thường xuyên,

Cho nên năm tháng miên triền sinh ra.

Lại viết: Khuất thân tương cảm nhi lợi sinh yên. 屈伸相感而利生焉.

Khuất thân, lai vãng thời thường,



Đôi bên cảm ứng mở đường lợi sinh.

Đó là Tâm Pháp của hành đình 行庭 vậy.

Thế nào là Lập Cực 立極 ?

Như trên đã nói: Lập Cực là đem chữ Nhân 仁 để vào chính giữa, chỗ đó gọi là Trung Thổ, để mà Đôn Dưỡng nó, và sẽ thấy Chân Cơ Tiêu tức của nó là Tính Mệnh hồn dung ở trong.

Một co, một duỗi, một đi, một lại, giống như mặt Trời, mặt Trăng sáng soi; như Nóng Lạnh vận hành, theo đúng sự vận hành tự nhiên của trời đất. Thế là trong ta cũng có một Đất Trời vậy.

Lúc mới đầu thì Có Ý, sau sẽ Vô Ý.

Thoạt đầu dùng Ý dẫn Khí, từ nhỏ đến lớn, miệng niệm khẩu quyết 12 chữ: Bạch Hổ ẩn vu Đông Phương, Thanh Long tiềm vu Tây Phương 白虎隱于東方, 青龍潛于西方. Mỗi câu như vậy là dẫn Khí đi một vòng Chu Thiên, đến 36 lần sẽ nghỉ.

Rồi đến thâm hồi, từ ngoài quay vào trong, từ lớn đến nhỏ, cũng dùng khẩu quyết: Thanh Long tiềm vu Tây Phương, Bạch hổ ẩn vu Đông Phương 青龍潛于西方, 白虎隱于東方. Cũng tính đủ 36 lần, trở về tới Thái Cực thì ngừng. Như vậy là đủ một chu thiên vậy. Lâu ngày sẽ không phải chú ý tới nữa. Tự nhiên Tuyên Ky sẽ không ngừng, và Pháp Luân sẽ tự chuyển.

Toàn Dương Tử nói: Dữ nhật nguyệt nhi chu hồi, Đòng Thiên Hà chi luân chuyển, Luân Chuyển vô cùng, Thọ Mệnh vô cùng. 與日月而周回, 同天河而輪轉, 輪轉無窮, 壽命無窮.

Vãng lai cùng Nhật Nguyệt,

Xoay chuyển với Thiên Hà.

Luân chuyển vô cùng,

Thọ mệnh vô cùng.

Minh Đạo Tập nói:

An nhàn tự đắc Trường sinh đạo,

安閑自得長生道,

Trú dạ vô thanh chuyển Pháp Luân.

晝夜無聲轉法輪.

An nhàn sẽ được Trường sinh Đạo,

Ngày đêm chuyển Pháp chẳng tầm hơi.

Hàn Tiêu Diêu nói:

Pháp Luân yếu chuyển thường tu chuyển,

法輪要轉常須轉,

Chỉ tại thân trung nhân bất kiến.

只在身中仁不見.

Giá động chi thời tự Nhật luân,

駕動之時似日輪.

Nhật luân hướng ngã thân trung chuyển.

日輪向我身中轉.

Pháp Luân cần chuyển thường đã chuyển,  
 Chuyển vận trong thân, người chẳng thấy,  
 Khi nó chuyển vùn tựa mặt Trời,  
 Mặt Trời chuyển vận cũng trong ta.

Lại nói:

Pháp luân chuyển đắc mạc đình lưu,  
 法輪轉得莫停留,  
 Niệm niệm bất ly, luân tự chuyển.  
 念念不離輪自轉.

Pháp luân chuyển vận chẳng lưu đình,  
 Chẳng lia thân ý, nó xoay quanh.

Trong lúc vận chuyển phơi phơi như vùn vụt phủ trùm bốn bên, tấp nhiên như gió mưa cùng đến, hoảng nhiên như vừa tỉnh mộng lúc ban ngày, thư thái như bệnh lâu ngày vừa mới thoát. Tinh thần mờ hiệp, như nam nữ lúc giao hoan, thịt xương gắn bó, y như vừa tắm rửa xong.

Dịch Kinh viết: Hoàng trung thông lý, Chính vị cư thể, Mỹ tại kỳ trung nhi sướng ư tứ chi. 黃中通理, 正位居體, 美在其中而暢於四肢.

Hiền nhân thông Lý Trung Hoàng,  
 Tìm nơi Chính Vị mà an thân mình.  
 Đẹp từ tâm khảm xuất sinh,  
 Làm cho cơ thể xương vinh mỹ miều,  
 Phát ra sự nghiệp cao siêu,  
 Thế là đẹp để đến điều còn chi.<sup>[2]</sup>

Lời đó thật đáng tin.

[Lời bàn của Dịch giả:](#)

Chương này là một chương khó hiểu. Chúng ta nắm được ý chính là phải giữ cho huyết mạch lưu thông thì mới tránh được bệnh tật. Còn như vận chuyển thế nào, thì lời dạy thật mơ hồ. Có lẽ phải vận chuyển theo hình vẽ.

---

<sup>[1]</sup> Hệ Từ hạ, ch. V, B.

<sup>[2]</sup> Văn Ngôn hào Lục Ngũ quẻ Khôn.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

### LONG HỔ GIAO CẦU ĐỒ

龍虎交媾圖

男女相須含吐以滋  
雌雄錯雜以類相水

嬰兒抱女齋齋出却被黃婆引入室  
雲騰雨施片時間不覺東方紅日出



白面郎君騎白虎  
青衣女子跨青龍  
鉛汞鼎邊相見後  
一時關鎖在其中

龍呼於虎虎吸龍精  
兩相飲食俱相貪併

虎在西兮龍在東  
龍西虎各爭雄  
若解相吞歸一處  
神仙頃刻不勞功

Long hô ư hổ, hổ hấp long tinh,

龍呼於虎虎吸龍精,

Lưỡng tương ẩm thực, câu tương tham tính.

兩相飲食俱相貪併.

Nguyên Thần (Long), Nguyên Khí giáng thẳng.

Đôi bên tương thực, cầm bằng xe tơ.

\*

Nam nữ tương tu, hàm thổ dĩ tư,

男女相修含吐以滋,

Thư hùng thác tạp, dĩ loại tương cầu.

雌雄錯雜以類相求.

Âm Dương, Nam Nữ tương cầu,  
Thư hùng hòa hợp gót đầu chẳng phân.

\*

Hổ tại Tây hồ, Long tại Đông,  
虎在西兮龍在東,  
Đông Long, Tây Hổ các tranh hùng.  
東龍西虎各爭雄.  
Nhược giải tương thôn, qui nhất xứ,  
若解相吞歸一處,  
Thần tiên đỉnh khắc bất lao công.  
神仙頂刻不勞功.  
Hổ, Long phân biệt Tây Đông,  
Hai bên hùng cứ muốn trang hùng.  
Nếu như Long Hổ qui nhất lại,  
Lập tức thành tiên chẳng phí công.

\*

Anh Nhi, Xá Nữ tề tề xuất,  
嬰兒姪女齊齊出,  
Khước bị Hoàng Bà dẫn nhập thất,  
卻被黃婆引入室,  
Vân đằng, vũ thí phiến thời gian,  
雲騰雨施片時間,  
Bất giác Đông phương hồng nhật xuất.  
不覺東方紅日出.  
Nguyên Thần, Nguyên Khí đòi bên,  
Huỳnh Bà mai mối đưa liền vào cung.  
Mây mưa một trận trập chùng,  
Trông ra đã thấy vừng Đông sáng lò.

\*

Bạch diện lang quân kỵ Bạch Hổ,  
白面郎君騎白虎,  
Thanh y nữ tử khoá Thanh Long,  
青衣女子跨青龍.  
Diên Hống đỉnh biên tương kiến hậu,  
鉛汞鼎邊相見後,

Nhất thời quan tỏa tại kỳ trung.

一時關鎖在其中。

Bạch diện Lang quân cưới Bạch Hổ,

Thanh y Xá nữ cưới Thanh Long.

Nam Nữ gặp nhau bên lò thuốc,

Chỉ cần ít phút tiến vào trong.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) **11** [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) **12** [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

## HỔ LONG GIAO CẤU PHÁP TẮC

Con người do Khảm Ly giao mà sinh ra, Khảm Ly mà phân chia thời chết, Lý này là tất nhiên, ai cũng biết điều này.

Ly ở về hướng Nam, ngoài Dương trong Âm, nên là Chân Hống.

Khảm ở về hướng Bắc, trong Âm ngoài Dương, nên là Chân Diên. Cho nên Tử Dương Chân Nhân nói: Nhật cư Ly vị phản vi nữ, Khảm phối thiềm cung khước thị Nam 日居離位反為女, 坎配蟾宮卻是男 (Ly cư Nhật mà lại thành Nữ, Khảm ở thiềm cung, biến thành Nam).

Nói thế nghĩa là Khảm là Nam, Ly là Nữ. Nói Khảm Ly cũng như là nói tinh cha, huyết mẹ; nói Nhật Ô, Nguyệt Thổ; nói Hống, nói Diên; nói Thiên Huyền, Địa Hoàng; nói Long Hồ vậy. Tham Đổng Kế nói: Ly Kỷ Nhật quang, Khảm Mậu Nguyệt tinh 離己日光坎戊月精.

Cho nên Ly Kỷ tượng trưng cho Huyền Khí của Long, Khảm Mậu tượng trưng cho huyền khí của Hồ. Mà Mậu với Kỷ là bản thể của Huỳnh Đình Chân Thổ. Khi Thái Cực đã chia, thì ở sang hai bên Long Hồ.

Người tu học luyện Đan, nếu biết phản bản, phục sơ, biết đem Long Hồ trở về Đình hợp nhất với nhau, đem Tinh Tinh hợp nơi Tổ Khiếu, thì phải dùng hai khẩu quyết: Long tòng Hỏa (Ly) lý xuất, Hồ hướng Thủy (Khảm) trung sinh 龍從火里出虎向水中生 (Long từ trong Lửa ra, Hồ từ trong Nước sinh). Như vậy lửa sẽ phừng phục bốc lên, rồng sẽ bay vút lên cao; và từ đáy nước trong veo, hổ sẽ nhảy lên đăm đăm nhìn.

Long Hồ sẽ tương giao và sẽ trở về Hồng Mông, Hồn Độn. Vợ chồng sẽ hợp thể, và sẽ nhập vào Hư Vô, sẽ cùng vào Huỳnh Phòng (Đan Điền), cùng nhau âu yếm. Nhị Khí (Âm Dương) tương giao, như Thiên Địa cấu tinh, Nhật Nguyệt giao quang, nhập vào tổ khiếu, trở lại cái Nguyên Khí chưa chia lúc ban đầu, thành ra Cái Hồn Nguyên Chân Nhất chi tinh. Thành ra căn nguyên của Đại Dược, thành ra cơ bản của Hoàn Đơn vậy.

Vả tinh tính của Long thường ở Mậu, tinh tính của Hồ thường ở Kỷ. Chỉ tại hai bên đều có Thổ Khí, hai Thổ hợp lại sẽ thành Dao Khuê.

Chỉ vì Khảm Ly giao mà thành Địa Thiên Thái, Long Hồ giao mà thành Mậu Kỷ Thổ. Mậu Kỷ hợp thành nhất thể, thể là Tứ Tượng hợp hội mà thành Đại Đơn vậy. Dịch viết: Thiên Địa nhân ôn, vạn vật hóa thuần; Nam nữ cấu tinh, vạn vật hoá sinh. [\[1\]](#) 天地氤氲, 萬物化醇; 男女媾精, 萬物化生.

Đất Trời quấn quít hợp đôi,

Rời ra vạn vật sinh sôi, thành hình.

Những từ trai gái cầu tinh,

Rồi ra vạn vật hoá sinh dưới trời.

Đất Trời dùng Âm Dương giao cấu mà sinh vật, Đơn gia dùng Âm Dương giao cấu mà sinh được, vì không bao giờ không có giao cấu mà sinh ra được cái gì.

Sách Ngọc Chi viết:

Huyền hoàng nhược dã vô giao cấu,

玄黃若也無交媾,

Tranh đắc Dương tòng Khảm hạ phi.

爭得陽從坎下飛.

Đất Trời nếu chẳng giao nhau,

Thế thì Dương Khảm biết đâu mà về.

Đó chính là đầu mối của đơn đạo, là ý nghĩa thứ nhất của việc tu tiên. Nếu đất Trời không hoà hài, thì sương trên Trời không rơi xuống; Nếu Khảm Ly không phối hợp thì Huỳnh Nha không sinh; Long Hồ nếu không phối ngẫu thì Chân Nhất Chủng Tử không sinh. Chân Nhất Chủng Tử không sinh, thì lấy đâu ra then chốt để ngưng kết thành đại đơn ?

Nhưng cái Lý Giao Cấu có hai: Nội giao và Ngoại giao. Khảm Ly, Long Hồ là Nội Giao là Sản Được. Kiền Khôn, Tí Ngọ là Ngoại giao, là Kết Đơn. Hai bên cách nhau trời vực, học giả nên phân biệt cho kỹ.

Trương Tử Dương nói:

Ký khu nhị vật qui Hoàng Đạo,

既驅二物歸黃道,

Tranh đắc Kim Đơn bất giải sinh?

爭得金丹不解生?

Đã đem Thần Khí về Hoàng Đạo,

Kim Đơn như vậy ắt sẽ sinh.

Lã Thuần Dương nói:

Nhị vật hội thời vi Đạo Bản,

二物會時為道本,

Ngũ Hành toàn thể đắc Đơn danh.

五行全體得丹名.

Thần Khí hoà hài là gốc Đạo,

Ngũ Hành toàn thể gọi là Đơn.

Ý nghĩa là như vậy. Trần Bảo Nhất nói:

Mậu Kỷ sạ giao, Tình Tính hợp,

戊己乍交情性合,

Khảm Ly tài cấu Hồ Long hàng.

坎離才媾虎龍降.

Mậu kỷ hoà hài, Tình Tính hợp,  
Khảm Ly vừa kết: Hồ Long hàng.

Ý nghĩa là như vậy. Trương Dụng Thành nói:

Hồ dục, Long đằng phong lãng thô,  
虎躍龍騰風浪粗,  
Trung ương chính vị sản Huyền Châu.  
中央正位產玄珠.  
Hồ nhảy, Rồng bay gây sóng gió,  
Trung ương Chính Vị sản Huyền Châu.

Ý nghĩa cũng là vậy. Trương Bình Thúc (Kim Đơn tứ bách tự) nói:

Long tòng Đông Hải lai, 龍從東海來,  
Hổ hướng Tây Sơn khởi. 虎向西山起.  
Lưỡng thú chiến nhất tràng, 兩獸戰一場,  
Hoá tác nhất hoàng thủy. 化作一泓水.  
Rồng từ Đông Hải tới,  
Hổ tự Tây Sơn lai.  
Hai bên đánh một trận,  
Biến thành dòng nước trôi.

Long Hồ giao cấu là Tam Nguyên hợp nhất, cốt là hợp Kiền Khôn, giao Khảm Ly, thốc Âm Dương, hợp Tính Mệnh, để cái gì là Hai thì hợp lại thành Một. Cả đến Cửu Cung, Bát Quái, Thất Chính, [2] Lục Vị (lục hào), ngũ hành, Tứ Tượng, Tam Tài, những cái đó đều sinh ra từ Hai, tất cả đều phải qui về Một vậy.

Nhất là: Hữu vật hỗn thành, tiên thiên địa sinh. [3] 有物混成先天地生.

Có một đấng an nhiên tự hữu,  
Trước đất Trời vĩnh cửu tự thành.

Lớn thay là Ngôi Nhất. Khi nó lưu hành, nên gọi là Khí. Khi nó ngưng tụ, thì gọi là Tinh. Khi nó tác dụng thì gọi là Thần. Thoạt đầu là Thái Cực vừa phân, sau phân hai thành Lưỡng Nghi, rồi ngày lại một ngày càng lúc càng suy thoái. Cho nên Thánh Nhân hiểu điều cốt yếu của Trời Đất, hiểu nguồn mạch biến hóa, nên mới thu Tinh từ Thủy Phủ (Hạ Đơn Điền), chiêu Thần từ Linh Quan, đem về Khiếu Huyền Tẩn (Nê Hoàn Cung), để cùng Tổ Khí hội hợp, Tam Gia (Nguyên Thần, Nguyên Tinh, Nguyên Khí) tương kiến, hợp thành nhất thể.

Trước là ngưng thần vu hỗn Độn, sau là Tịch Chiếu hàm Hư Không, bảo nhất vô ly, thế gọi là cái Diệu Đạo hoàn nguyên phản bản vậy.

Kinh Thư nói:

Nhân tâm duy nguy, 人心唯危  
Đạo tâm duy vi, 道心唯微  
Duy Tinh Duy Nhất, 唯精惟一



Doãn chấp quyết Trung. 允執厥中  
Lòng của Trời siêu vi, huyền ảo,  
Lòng con người điên đảo ngả nghiêng,  
Tinh ròng chuyên nhất ngày đêm,  
Ta công ra sức giữ nguyên lòng Trời.

Thế là nói Thần và Tinh hợp nhất lại, ở nơi Huỳnh Trung, và giữ chắc lấy nó. Cái đó chính là đạo thống chân truyền của Thuấn, Nghiêu, cái học vấn tông chỉ của vạn thánh xưa nay.

---

[1] Hệ Từ Hạ, ch. V, tiết 10.

[2] Nhật, Nguyệt, Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ.

[3] Đạo Đức Kinh, ch. 25.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) **12** [13](#) [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

### TRẬP TÀNG KHÍ HUYỆT ĐỒ

圖 穴 氣 藏 藝

窅冥府 地黃男 無盡藏 偃月爐 生殺舍 真金藏

水鄉鉛 黑虎髓 多寶藏 造化爐 灑氣門 關闔處

得灑氣之門 所以收其根 知元神之靈 所以藉其光 若螺內守若 石中藏所以 為珠玉之房

混沌生前混沌前中消息不容傳 勞關竅穴中寂路破天中天外天 斗柄逆旋方有象台光返照始成仙 一朝撈得遠心月鏡破胡僧面壁禪

靜虛非枯 寂中有未 發中有無 亦何有無 之即頑空

至心無念 至誠無息 至善無 息念雙清 至金 性命合一 則見

當寂而常 照不起寂 照起當明 而當覺不 起明覺想

長胎住息之脚 不可須臾離也

心依慧想歸心 室容靈聚聚散 安身立命之寶

金華 月魄 靈樞 氣穴 北海 玄冥 曲江 真胎 育嬰 蓮池 玉華 生死 玄門 真胎 育嬰 蓮池 玉華 生死 玄門

- |                 |       |
|-----------------|-------|
| Thủy hương Diên | 水 鄉 鉛 |
| Hắc hổ tủy      | 黑 虎 髓 |
| Đa bảo tạng     | 多 寶 藏 |
| Tạo hoá lô      | 造 化 爐 |
| Hạo Khí môn     | 灑 氣 門 |
| Tịch hạp xứ     | 關 闔 處 |
| Yếu minh phủ    | 窅 冥 府 |
| Địa Hoàng Nam   | 地 黃 男 |

Vô tận tạng            無盡藏  
 Yển Nguyệt Lô        偃月爐  
 Sinh sát xá            生殺舍  
 Chân kim đỉnh        真金鼎

Hỗn Độn sinh tiền hỗn độn viên,  
 混沌生前混沌圓,

Cá trung tiêu tức bất dung truyền,  
 個中消息不容傳.

Phách khai khiếu huyết, khiếu trung khiếu,  
 劈開竅穴竅中竅,

Lộ phá thiên trung, thiên ngoại thiên.  
 路破天中天外天.

Khiếu này vốn có tự xa xưa,  
 Tin tức bên trong chẳng lộ ra.  
 Mở rộng khiếu này vào trong tận,  
 Bên trong sẽ thấy đất trời xa.

Đẩu bính nghịch tuyền phương hữu tượng,  
 斗柄逆旋方有象,

Đài quang phản chiếu thủy thành tiên.  
 臺光返照始成仙.

Nhất chiêu lao đắc đàm tâm nguyệt,  
 一朝撈得潭心月,

Thứ phá Hồ Tăng diện bích thiên.  
 覷破胡僧面壁禪.

Đẩu Bính ngược xoay, có bốn mùa.  
 Linh Đài phản chiếu sẽ thành tiên.

Ngày nào mò được trăng trong nước,  
 Sẽ thấy Đạt Ma diện bích thiên.

Bất tư thiện hề, bất tư ác,  
 不思善兮不思惡,

Cá lý chí nhân hoạt bát bát,  
 個里至人活潑潑,

Sát na liệt phá hồng môn xác,  
 剎那裂破鴻濛殼.

Tiến xuất nhất linh chân đại được.

## 進出一靈真大藥.

Không nghĩ thiện hê, không nghĩ ác,  
 Chí nhân do đó sống phây phây.  
 Đan điền nếu đã vào trong đượ,  
 Sẽ có Đại Đơn lấy đem ra.

Đại dượ xuất hê quang thước thước,  
 大藥出兮光爍爍.

Đốn ngộ, đốn tu thành diệu giác.  
 頓悟頓修成妙覺.

Giác diệu huyền thông khóa hạc qui,  
 覺妙玄通跨鶴歸.

Thắng Liên Hoa Giới tiêu diêu lạc.  
 勝蓮花界逍遙樂.

Đại dượ sinh rồi sáng sáng ghê,  
 Đốn Ngộ, Đốn Tu thành Diệu Giác,  
 Biết lẽ diệu huyền, cưỡi hạc qui,  
 Niết Bàn hạnh phúc, tiêu diêu hưởng.

Đắc hạo khí chi môn, 得灑氣之門

Sở dĩ thu kỳ căn,<sup>[1]</sup> 所以收其根

Tri Nguyên Thần chi nang, 知元神之囊

Sở dĩ thao kỳ quang, 所以韜其光

Nhược loa nội thủ, 若螺內守

Nhược thạch trung tàng, 若石中藏

Sở dĩ vi châu ngọc chi phòng. 所以為珠玉之房

Biết cửa vào Hạo Khí,

Cho nên biết thu căn.

Biết túi Nguyên Thần đựng,

Cho nên biết Thao Quang.

Như ốc biết nội thủ,

Như đá có Ngọc tàng,

Thế là biết phòng Châu Ngọc.

Hư tĩnh phi khô tịch, 虛靜非枯寂

Trung hữu vị phát trung.<sup>[2]</sup> 中有未發中

Trung hữu diệc hà hữu, 中有亦何有

Vô chi tức ngoan không. 無之即頑空

Hư tĩnh không phải ngồi khô héo.

Nói Trung là Vị phát chi trung.

Trong Trung nếu có, hỏi có gì?

Trung mà không có, sẽ Ngoan Không.

Thường tịch nhi thường chiếu, 常寂而常照

Bất khởi tịch chiếu tưởng. 不起寂照想

Đương minh nhi đương giác, 當明而當覺

Bất khởi minh giác tưởng. 不起明覺想

Biết ngồi tĩnh định tâm thường chiếu.

Thường chiếu nhưng mà chẳng để tâm.

Đương thời Minh Giác biết mọi lẽ,

Nhưng đừng vì thế, tưởng sai lầm.

Chí Tâm vô niệm, 至心無念

Chí thành vô tức. 至誠無息

Tức niệm khước tiêu, 息念卻消

Tính Mệnh hợp nhất. 性命合一

Người toàn thiện không còn niệm lự,

Bậc chí nhân, hô hấp cũng quên.

Không hít thở, chẳng tàn phiền,

Rồi ra Tính Mệnh tự nhiên hiệp hoà.

Khí hải 氣海, Thổ phủ 土府, Quan Nguyên 關元. Kim Hoa 金華, Nguyệt phách 月魄, Linh Căn 靈根, Thác Thược 橐籥, Khí huyết 氣穴, Bắc Hải 北海, Anh Nhi 嬰兒, Huyền Minh 玄冥, Khúc Giang 曲江. Huyền Khiếu 玄竅, Sinh Môn 生門, Tử Hộ 死戶, Hoa Trì 華池, Ngọc Thố 玉兔, Bồng Hồ 蓬壺, Dục Anh 育嬰, Ngốc bào 呆胞, Chân Diên 真鉛.

Thần ngự Khí, Khí lưu Thần, 神御氣氣留神

Bất khả tu du ly dã. 不可須臾離也

Tâm y tức, tức qui tâm, 心依息息歸心

Khởi dung hào phát thù tai. 豈容毫髮殊哉

Thần đưa Khí, Khí lại ngưng Thần,

Thần Khí đôi bên, phải tương thân

Tâm y tức, Tức lại qui Tâm,

Tâm Tức đôi bên phải thân gần.

Trường thai trụ tức chi hương, 長胎住息之鄉,

An thân lập mệnh chi khiếu. 安身立命之竅.

[1] Lục căn là Nhãn, Nhĩ, Tị, Thiệt, Thân, Ý.

[2] Trung Dung, ch. I.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) **13** [14](#) [15](#) [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

### ĐỆ TAM TIẾT KHẨU QUYẾT

### TRẬP TÀNG KHÍ HUYỆT, CHÚNG DIỆU QUI CĂN

#### 第三節口訣：蟄藏氣穴，眾妙歸根

Tiết trước nói về Hấp Tụ, nói về công phu Thủ Trung Bảo Nhất, tiết này nói về Trập tàng, tức là nói về khẩu quyết Thâm Căn Cố Đế.

Hấp Tụ, Trập Tàng là hai phương diện Trong Ngoài. Không có Hấp tụ, thì không thể phát tán, Không Trập tàng cũng không thể phát sinh, hai tiết này nhất quán làm một, không thể chia lìa nhau.

Khẩu quyết chỉ là đem một điểm Dương Thần nơi Tổ Khiếu xuống tàng nạp vào Khí Huyệt, gọi là Tống qui Thổ Phủ lao phong cố 送歸土釜牢封固 (đem về Tổ Phủ giam cho kỹ), hay còn gọi là Ngưng Thần nhập Khí Huyệt 凝神入氣穴.

Huyệt này trong ngoài có hai khiếu. Ngoài khiếu như là quả đào, quả hạnh. Nội Khiếu như là Nhân trong quả. Cổ Nhân có nói:

Hỗn độn sinh tiền, hỗn độn viên,  
混沌生前混沌圓,  
Cá trung tiêu tức, bất dung truyền.  
個中消息不容傳.  
Phách khai khiếu nội, khiếu trung khiếu,  
劈開竅內竅中竅,  
Đạp phá Thiên Trung, Thiên ngoại Thiên.  
踏破天中天外天.  
Khiếu này vốn có tự xa xưa,  
Tin tức bên trong chẳng lộ ra.  
Mở rộng khiếu này vào trong tận,  
Bên trong sẽ thấy đất trời xa.

Cái khiếu trong đây, Phật tôn xưng là Không bất Không, là Như Lai Tạng, Lão xưng là Huyền hựu Huyền, Chúng Diệu Môn. Bạch Hải Thiềm cũng nói:

Vô để viết Thác, 無底曰囊

Hữu khổng viết Thược. 有孔曰龠  
 Trung gian nhất khiếu, 中間一竅  
 Vô nhân mô trườc. 無人摸著

Không đáy là Thác,  
 Có lỗ là Thược.  
 Trong có một khiếu,  
 Không ai mò được.

Tất cả nói về cái Khiếu trong Khiếu này.

Khiếu này là nguồn Âm Dương, là nhà của Thần Khí, là căn của Thai Túc, là Tổ của Hô Hấp.

Thai là phủ để tàng Thần, Túc là nguồn của Hoá Thai, Thai sinh Túc (hơi thở), Túc nương Thai mà trụ.

Cái khiếu này chính là cơ sở của Thần tiên dùng làm nơi Trùng Thai, Trụ Túc.

Trời Đất tuy lớn cũng chỉ như một cái thai. Nhật Nguyệt vắng lai, Đẩu Bính tuyền chuyển, chính là Chân Túc vậy. Sao chẳng xem kinh sách của Tam Giáo?

Dịch kinh viết: Thành Tính tồn tồn, đạo nghĩa chi môn 成性存存道義之門.<sup>[1]</sup>

Tính Trời cố giữ chính trung,  
 Mở đường Đạo Nghĩa, dậm chùng vân du.

Đạo Đức Kinh viết: Huyền chi hựu huyền, Chúng diệu chi môn 玄之又玄眾妙之門.<sup>[2]</sup>

Huyền Linh khôn xiết, huyền vi khôn lường,  
 Ấy là Chúng Diệu chi môn,  
 Cửa Thiêng phát xuất mọi nguồn huyền vi.

Di Giáo Kinh nhà Phật viết: Chế chi nhất xứ, vô sự bất biện 制之一處無事不辦 (Tâm chế biện mọi sự, Mọi sự sẽ nên công).

Tất cả đều chỉ về cái cơ hô hấp của các bậc Chân Nhân. Nhưng cơ hô hấp của Chân Nhân là ở chỗ nào?

Xưa ta nghe Thầy nói: Dấu Chân Tinh trong Phủ yếu minh. Kết Thai Túc trong Đơn Nguyên Cung. Trên Đỏ, dưới Đen. Tả Xanh, Hữu Bạch. Trung ương là Huỳnh Đình. Đó chính là Chân Nhân Hô Hấp chi xứ.<sup>[3]</sup> Nó nằm sau Rốn, trước Thận, dưới Huỳnh Đình, trên Quan Nguyên.

Tức như Huỳnh Đình Kinh viết:

Thượng hữu Huỳnh Đình, hạ Quan Nguyên,  
 Hậu hữu U Khuyết, tiền Mệnh Môn.<sup>[4]</sup>  
 上有黃庭下關元, 後有幽闕前命門.

Đó là như vậy.<sup>[5]</sup>

Liêu Thiềm Huy viết:

Tiền đối tế môn, hậu đối thận,



前對臍輪後對腎，

Trung gian hữu cá chân Kim Đỉnh.

中間有個真金鼎。

Phía trước là Rốn, phía sau Thận,

Trung gian sẽ có Chân Kim Đỉnh.

Khi đã biết được nơi đó, sẽ an Thần nơi Khiếu đó. Như rùa ẩn mình, như rắn đi núp, như trai ngậm ngọc, như cóc nhịn thờ, miên miên, liên tục, hết sức tự nhiên, như không xen vào, tưởng có mà không có, tưởng không mà không không. Thu dẫn đến làng Vô hà Hữu, vận tàng đến chốn Hạp Tịch xứ.

Sau đó ít lâu, hô hấp sẽ hòa hài, Thần Khí sẽ ôm nhau, kết thành Đơn Mẫu, ở tại Đơn Điền. Ngoài sẽ cảm chiêu được Thiên Địa Linh Dương chính khí, trong sẽ cảm chế được anh hoa của Diên Hống trong người.

Nếu Bắc thần đã cư kỳ sở, thì chúng tinh sẽ châu về.<sup>[6]</sup> Lâu dần, Thần Khí sẽ qui căn, Tính Mệnh sẽ hợp nhất, và đại dược đã thai dựng bên trong.

Nhưng ngưng Thần, điều Tức đều có khẩu quyết, nếu không, sợ Tư Lự chi Thần sẽ giao nhằm với Khí Hô hấp, mà kết thành Ảo Đơn, phản hại Dược Vật. Cho nên Tiên Ông nói:

Điều tức yêu điều Chân Tức Tức,

調息要調真息息，

Luyện Thần tu luyện bất Thần Thần.

煉神須煉不神神。

Điều tức phải điều Chân Tức Tức,

Luyện Thần phải luyện Bất Thần Thần.

Hoàng Đế Âm Phù Kinh viết:

Nhân tri kỳ Thần chi Thần,

人知其神之神，

Bất tri Bất Thần chi sở dĩ Thần.

不知不神之所以神。

Bất Thần là Tính. Vì Tính là Căn của Thần. Thần gốc nơi Tính, Tính là Thần chưa sinh. Thần mà trong sáng, hư Linh bất muội là Chân Tính vậy

Tiên Cô (Đại Đạo ca) viết:

Ngã vị chư quân thuyết đoan đích,

我為諸君說端的，

Mệnh Đế tông lai tại Chân Tức.

命蒂從來在真息。

Ta vì chư quân nói đầu đuôi,

Gốc gác Mệnh kia là Chân Tức.

Chân Tức là Mệnh. Vì Mệnh là gốc của Khí, Khí gốc nơi Mệnh. Mệnh là Khí chưa sinh. Nhân uân

trong Khí, không hề ngừng nghỉ, là Chân Mệnh vậy.<sup>[7]</sup>

Cái Thần không phải Thần ấy, với cái Chân Tức chi Tức, hai cái đó chính là Chân Phu Thê, Chân Âm Dương, Chân Long Hồ, Chân Tính Mệnh, nữ kết thành một vật, dung hợp ở một nơi, đã thành nhất phiến, đem về đoàn luyện tại một lò, hay gọi là Ngưu Nữ tương phùng, Huyền Tần tương hợp, Ô Thổ đồng huyết, Nhật Nguyệt đồng cung, Hồn Phách tương đầu, Kim Hỏa Hồn Dung. Tóm lại, chỉ là phép Ngưng Thần hợp Khí mà thôi.

Chỉ vì Thần không ly Khí, Khí không ly Thần, Thần Khí trong thân ta kết hợp, thì Tính Mệnh trong ta sẽ thấy vậy. Tính không ly Mệnh, Mệnh không ly Tính. Tính Mệnh trong thân ta mà hợp, thì cái Vị Thủy Tính chi Thính và cái Vị Thủy Mệnh chi Mệnh đã hiện ra.

Thôi Công (Nhập Dược Kính) viết: Thị Tính Mệnh, phi Thần Khí. Quyền nhi ngôn chi tắc nhị, Thạt nhi ngôn chi tắc nhất 是性命非神氣權而言之 則二實而言之則一 (Tính Mệnh hay Thần Khí tưởng là hai, nhưng kỳ thật là một).

Thần Khí đã không phải nhị vật, thì Tính Mệnh cũng phải song tu. Nhưng tôn chỉ của phép Song Tu, từ lâu đã thất truyền. Hai phái Huyền (Đạo gia), Thiên (Phật gia) lại còn tranh nhau cao thấp.

Lưu Hải Thiềm nói:

Chân cá Phật pháp tiện thị Đạo,

真個佛法便是道,

Nhất cá hài nhi, lưỡng cá bão.

一個孩兒兩個抱.

Phật pháp chân truyền chính là Đạo,

Y như một trẻ có hai áo.

Thanh Hoà Ông viết:

Tính Mệnh song tu giáo ngoại truyền,

性命雙修教外傳,

Kỳ trung huyền diệu, diệu nhi huyền.

其中玄妙妙兒玄.

Thốc tương Nguyên Thủy qui Vô Thủy,

簇將元始歸無始,

Nghịch chuyển Tiên Thiên tác Hậu Thiên.

逆轉先天作後天.

Tính Mệnh Song Tu khó mà truyền,

Thật là huyền diệu, lại diệu huyền.

Quyết đem Nguyên Thủy về Vô Thủy,

Nghịch chuyển Tiên Thiên hoá Hậu Thiên.

Đầu mỗi này áo diệu, không Thầy không hiểu, Khẩu quyết lại huyền vi, xin trình bày ra sau đây. Và đem lời chư tiên ẩn chứng để nói ra, để những người sơ cơ hiểu được mà vào Đạo.

Chú: Bạch Ngọc Thiềm nói:

Tích nhật ngộ sư thân khẩu quyết,

昔日遇師親口訣,

Chỉ yếu ngưng Thần nhập khí huyết.

只要凝神入氣穴.

Ngày trước gặp Thầy truyền Khẩu Quyết,

Muốn nhập Khí Huyết phải ngưng Thần.

Khí huyết là Nội Khiếu. Đem Thần Khí giấu vào nơi đó. Dùng Tâm không không của Như Lai, hợp với hơi thở sâu sâu của Chân Nhân, thì Tâm Túc sẽ tương y, tức đều và Tâm tịnh, đem một điểm Chân Tâm giấu vào trong Khí, như vậy là phép Ngưng Thần nhập khí huyết vậy.

Thần đã ngưng định nơi Khí Huyết, thì phải thường Hồi Quang Nội Chiếu, chiếu cố không rời, thì Chân Khí tự nhiên sẽ vờn xoay, Chân túc sẽ lên lên, xuống xuống, Thủy, Hỏa, Mộc, Kim sẽ tự nhiên tiến thoái vậy.

Lời ngàn ngữ của Tiên xưa nói: Dục đắc trường sinh, tiên tu cửu thị 欲得長生先須久視 (Muốn được trường sinh, trước phải cửu thị).

Nếu nhìn lâu vào Thượng Đan Điền, thì Thần sẽ trường sinh, nếu nhìn lâu vào Trung Đan Điền thì Khí sẽ trường sinh; Nếu nhìn lâu vào Hạ Đan Điền thì Hình sẽ trường sinh.

Kìa nhật Nguyệt chiếu soi giữa khung trời, trai ốc hấp thụ mà có châu, ngoạn thạch tàng chi mà có ngọc; hướng chi Con Người, trong thân sẵn có nhật nguyệt, sao không biết hồi quang nội chiếu, để kết thành trân châu, mỹ ngọc hay sao?

Vả Thần là lửa, Khí là nước; nước nhiều thì lửa tắt, lửa nhiều thì nước cạn. Một người trung niên, đa số là Nước không thắng Lửa, chính vì vậy mà Mệnh phải sớm tiếp, đầu phải sớm thêm.

Phép Thiêm Du đã chép nơi cuối bài: Cứu Hộ Mệnh Bảo trên đây, nay lại chép lại, để làm tỏ rõ ra cái phép Thiên Nhân Nhất Khí.

Trong khoảng Trời Người, chỉ có một khí đóng, mở, quan thuộc với nhau, chứ không phải có hai, Khi ta hít vào, thì thiên địa chi khí từ đó phát tán, khi ta thở ra, thì thiên địa chi khí từ đó thu tụ. Cái vi diệu của trời đất chính là cái cảm thông của một khí vậy.

Trời đất có thể trường cửu, chính vì trong có Hô Hấp, con người mà bắt chước được trời đất mà có hô hấp bên trong, thì sẽ có thể trường cửu như Trời Đất vậy.

Tào Tiên Cô nói:

Nguyên Hòa nội vận, tức thành chân,[\[8\]](#)

元和內運即成真,

Hô hấp ngoại thi, chung vị liễu.

呼吸外施終未了.

Biết Thở bên trong sẽ thành tiên,

Hô hấp bên ngoài chẳng đến đâu

Cái đó là Nội Hô Hấp.[\[9\]](#)

Tiêu Liễu Chân viết:

Lão Tử minh khai Chúng Diệu Môn,

老子明開眾妙門,

Nhất khai, nhất hạp ứng Kiền Khôn.

一開一闔應乾坤.

Quả vu vông tượng vô hình trú,

果無罔象無形住

Hữu cá trường sinh bất tử côn.

有個長生不死根.

Lão Tử chỉ bày Chúng Diệu Môn,

Mở ra, đóng lại, ứng Kiền khôn

Quả thật từ trong Vô Hình Xứ,

Đã có Trường Sinh Bất Tử Côn.

Cái đó chỉ Nội Hô Hấp vậy.

Trương Bình Thúc viết:

Huyền Tẩn chi môn thế hãn tri,

玄牝之門世罕知,

Hữu tương khẩu tị vọng thi vi.

休將口鼻妄施為.

Nhiều quân thổ nạp kinh thiên tải,

饒君吐納經千載,

Tranh đắc Kim Ô, nạch Thổ Nhi.

爭得金烏搦兔兒

Đan điền Huyền Tẩn ít ai hay,

Đừng đem mồm mũi để phô bày.

Dấu Anh hít thở ngàn muôn kiếp,

Kim Ô, Ngọc Thổ chẳng cùng quay.

Đó là chỉ nội Hô Hấp vậy.

Ngoại Hô Hấp là chuyện của Sắc Thân, tiếp tế Hậu Thiên để Dưỡng Hình; Nội Hô Hấp là chuyện của Pháp Thân, nó tài bồi Tiên Thiên để Dưỡng Cốc Thần.

Hơi thở Nội Hô Hấp là do Thiên Mệnh (Tiên Thiên) mà tới, không là đồng loại không thể tương thân. Cho nên thánh Nhân dùng phép Phục Khí (Phục Khí là Tụ Khí tại Đan Điền), đoạt khí Trung Hoà của trời đất, nghịch thượng Song Quan, trước đổi thành sau, đạt tới Bản Căn (Đan Điền) khiến Mẫu Khí (Tiên Thiên Khí, Thổ Khí) hợp hội Tử Khí (Hậu Thiên Khí), hai khí Tử Mẫu quyển luyến nhau, và Tức Túc để qui căn, để thành mẹ Kim Đơn.

Người xưa nói:

Phục Khí bất phục Khí, 伏氣不服氣

Phục khí tu phục khí. 服氣須伏氣

Phục Khí bất Trường Sinh, 服氣不長生

Trường sinh tu phục khí. 長生須服氣

Tự Khí không thực khí,

Thực Khí phải Tự Khí.

Thực khí không trường sinh,

Trường sinh cần Tự Khí,

Khí tích tụ ở dưới, không có lối để thoát, tự nhiên sẽ đi lên tới Tủy Hải (Ốc); Khí tích tụ ở trên không biết đi đến đâu, tự nhiên sẽ đi xuống Khí Hải (Hạ Đan Điền). Nhị khí tiếp nhau, tuần hoàn vô đoan. Tiên thánh xưa nay sở dĩ được trường sinh, chính là nhờ vào phép Nghịch Dụng này.

Phép này từ đầu đến cuối đều không thể bỏ.

Trước hết là có công dụng Cứu Hộ Bồ Ích.

Thứ hai là công phu đưa Mậu tới Kỷ.<sup>[10]</sup>

Thứ ba là công phu Thiêm Du tiếp Mệnh.<sup>[11]</sup>

Thứ bốn là công phu Trợ Hỏa tải Kim.<sup>[12]</sup>

Thứ năm là tuy lửa cháy rực nhưng có công phu: Thủy Hỏa Ký Tế.<sup>[13]</sup>

Thứ sáu là Thai Thành và có công phu Mộc Dục.<sup>[14]</sup>

Thứ bảy là Ôn Dưỡng và công phu Nhũ bộ. (Ôn Dưỡng là Ôn Dưỡng Nội Đơn. Nhũ bộ là Dương Thần vừa ra khỏi thóp, hãy còn yếu ớt, phải vào ra nhiều lần mới được thuần thực.

Thế là cứu anh nhi ra khỏi khổ hải. Lúc này là lúc đã đến bờ chẳng còn cần thuyền. Lúc ấy không còn cần Phục Khí nữa (Tự Khí nữa).

Vả khi con người mới sinh, ít ai có được Tính Mệnh (Nguyên Thần, Nguyên Khí) trụ ngay vào Nê Hoàn Tổ Khiếu, nhưng lại trụ vào trong trời đất, trong tâm huyết nhục, rồi tán ra ngũ quan, tứ chi bá hải. Rồi Thần Khí càng ngày càng hao tán, và con người sẽ chết.

Cho nên Thần Tiên đem phép Qui Phục dạy người Phản Bản. Thế nào là Phản Bản?

Phản Bản là đem cái gì đã phát tán ra ngũ quan, tứ chi, bá hải, thu nhiếp về Tim.<sup>[15]</sup> Cái đó gọi là Hàm Dưỡng Bản Nguyên,

Sau lại đem chúng thu nạp về giữa Đất Trời. Cái đó gọi là An Thần Tổ Khiếu

Sau lại đem những gì đã hấp tụ được từ giữa Trời Đất đem Chân Nhân Hô Hấp Xứ. Cái đó gọi là Trập Tàng Khí Huyết.

Ngày lại một ngày, Thần Ngưng Khí Tụ. Và con người sẽ sống. Cổ Tiên viết:

Ốc phá tu dung dị,<sup>[16]</sup> 屋破修容易

Được <sup>[17]</sup> khô sinh bất nan. 藥枯生不難

Đã tri Qui Phục Pháp. 但知歸伏法

Kim Bảo tích như sơn. 金寶積如山

Nhà nát dễ dàng sửa,  
Thuốc hết, có lại thường.  
Cần biết Qui Phục Pháp,  
Châu báu tựa núi non.

Lúc ấy, Kiền Thể sẽ bổ hoàn, Khí Số sẽ tiếp tục, sẽ chu toàn được cái gì cha mẹ đã cho, cái gì Trời Đất đã phú, và Chân Hống sẽ được tằm lạng, Chân Diên sẽ vừa nửa cân, Khí như trẻ nít, Tâm như trẻ con, Âm Dương sẽ hợp nhất, bất tương phân.

Hơi thở ra sẽ nhẹ nhẹ, hơi thở vào sẽ dài dài, càng ngày càng sâu, càng ngày càng đều, càng ngày càng định. Lâu sau, hơi thở tự nhiên sẽ ngừng. Nội khí không ra, ngoại khí phản tiến. Thế là Thai tức qui nguyên, thế là Chúng Diệu Qui Căn vậy.

Lã Tri Thiên nói: Nhất Tức tạm đình, phương khả đoạt Thiên Địa tạo hóa 一息暫停方可奪天地造化 (Hơi thở mà ngưng, mới có thể đoạt Thiên Địa Tạo Hóa).

Trình Y Xuyên nói: Nhược phi khuy Tạo hóa chi cơ, an năng trường sinh? 若非窺造化之機安能長生 (Nếu không thấy được cơ vi áo diệu của Hoá Công, thì làm sao mà trường Sinh?).

Ông Bảo Quang nói: Nhất khắc chi Công Phu, khả đoạt Thiên Địa nhất niên chi Khí Số 一刻之功夫可奪天地一年之氣數 (Biết công phu một khắc, là lấy được khí số một năm của Trời Đất).

Lời ba lão trượng trên chẳng lẽ sai sao?

Vì lúc Chân Tức vừa ngưng, thở vào không Tích Tụ, thở ra không Phân Tán, thể như Hư Không, tự nhiên nhập định. Khi đã nhập định, trong ngoài sẽ hợp nhất, động tĩnh sẽ không còn, tuyền ky dừng bánh, nhật nguyệt hợp bích.

Vạn Lý âm trầm xuân khí hợp,  
萬里陰沉春氣合,  
Cửu tiêu thanh triệt lộ hoa ngưng.  
九霄清徹露華凝.

Thật là vi diệu thay! Đó là Chân Cảnh của Âm Dương Giao Cảm. Lúc ấy Nguyên Tinh sẽ trở hoa, Kiền Kim sẽ lia tạt khoáng vậy.

Lúc ấy Hỗn Độn sẽ trùng tân khai mở, nhập lại vào bào thai, sẽ nở ra hoa Vô Lậu, sẽ sinh ra quả Bồ Đề, Nếu không phải là những người vốn có Tiên Cốt, thì sẽ không hiểu được vi diệu của Đạo Lý này.

Lão Tử có khẩu quyết:

Hậu hữu mật hộ, tiền hữu môn,  
後有密戶前有門,  
Xuất nhật nhập nguyệt hô hấp tồn.[\[18\]](#)  
出日入月呼吸存.

Đó cũng là khẩu quyết trong Huỳnh Đình Nội Cảnh.

Khẩu tựu Chân Nhân hô hấp xứ,  
口就真人呼吸處,

Phóng giáo Xá Nữ vãng lai phi.

放教姪女往來飛.

Chỉ tại Chân Nhân hô hấp xứ,

Mới để Chân Thần được vãng lai.

Đó là khẩu quyết của Lý Trường Nguyên (Hỗn Nguyên Bảo Chương)

Nội giao Chân Khí tồn hô hấp,

內交真氣存呼吸,

Tự nhiên Tạo Hóa phản đồng nhan.

自然造化返童顏.

Thần Khí nội giao, ngừng hô hấp,

Tự nhiên trẻ lại tựa trẻ con.

Đó là khẩu quyết của Hứa Tinh Nhật (Túy Tư Tiên ca).

Tây phương Kim Mẫu tối kiên cương,

西方金母最堅剛,

Tẩu nhập Nhâm gia Thủy Lý tàng.

走入壬家水里藏.

Phế Khí nhập Đan Điền, Cùng với Tổ Khí giao.

Đó là khẩu quyết của Thạch Hạnh Lâm (Hoàn Nguyên Thiên).

Yếu tri Đại Đạo Hi Di lý,

要知大道希夷理,

Thái Dương di tại Nguyệt minh trung.

太陽移在月明中.

Nên biết Huyền Vi của Đại Đạo,

Nhật Nguyệt kề vai tại Trung Cung.

Đó là khẩu quyết của Tiết Tử Hiền (Phục Mệnh Thiên).

Tiên hiền minh lộ Đan Điền chỉ,

先賢明露丹田旨,

Kỷ độ Linh Ô túc Quế Kha.

幾度靈烏宿桂柯.

Hiền Thánh chỉ bày đan điền rõ,

Mấy độ Nguyên Thần trọ Quế Gia.

Đó là khẩu quyết của Lưu Hải Thiềm (Hoàn Kim Thiên).

Lưỡng ban Linh vật Thiên Nhiên hợp,

兩般靈物天然合,

Ta tử thần cơ giá lý cầu.

些子神機這里求。

Nguyên Thần, Tổ Khí thiên nhiên hợp,

Thiên cơ diệu lý chính là đây.

Đó là khẩu quyết của Trần Mặc Nhiên (Sùng Chính thiên).

Cổ Phật chi âm siêu động tĩnh,

古佛之音超動靜,

Chân Nhân chi tức tự du ti.

真人之息似游絲。

Cổ Phật âm thanh siêu động tĩnh,

Chân nhân thai tức nhẹ như không.

Đó là khẩu quyết của Thích Giác Nhiên (Thanh Liên Kinh).

Nhất tức tiệm tùy vô niệm yểu,

一息漸隨無念窅,

Bán tỉnh vi giác hữu thân phù.

半醒微覺有身浮。

Niệm lực không còn, thở cũng không,

Chập chờn, thân xác nhẹ như bông.

Đó là khẩu quyết của La Niệm Am (Thai tức thiên).

Xuất tức bất tùy vạn duyên,

出息不隨萬緣,

Nhập tức bất cư uẩn giới.

入息不居蘊界。

Xuất tức bất tùy thân ngoại sự,

Nhập tức không nương Ngũ Uẩn trung.

Đó là khẩu quyết của Bát Nhã tôn giả để đáp Đông Ấn Độ Quốc Vương.

Thủy Ngân thật mãn hồ lô lý,

水銀實滿葫蘆里,

Phong cố kỳ khẩu trí thâm thủy.

封固其口置深水。

Nguyên Thần, Tổ Khí tụ Đan Điền.

Cẩn thận ngậm miệng để gây rượu.

Đó là khẩu quyết của Ngạc Duyên Hoa (Khí huyết đồ).

Vạn vật sinh giai tử, 萬物皆生死

Nguyên Thần tử phục sinh. 元神死復生

Dĩ Thần qui Khí huyết, 以神歸氣穴



Đơn Đạo tự nhiên thành. 丹道自然成

Vạn vật sinh đều chết,

Nguyên Thần chết lại sống.

Để Thần về Khí huyết,

Đơn Đạo tự nhiên thành.

Đó là khẩu quyết của Thạch Hạnh Lâm.

Qui căn tự hữu Qui Căn Khiếu,

歸根自有歸根竅,

Phục Mệnh ninh vô Phục Mệnh Quan,

復命寧無復命關.

Đạp phá lưỡng trùng tiêu tức tử,

踏破兩重消息子,

Siêu phàm nhập thánh thí như nhàn.

超凡入聖譬如閑.

Qui Căn đã có Qui Căn Khiếu,

Phục Mệnh sao không Phục Mệnh Quan.

Nếu ai nhận rõ hai lẽ ấy,

Siêu phàm nhập thánh chẳng khó khăn.

Đó là khẩu quyết của Lý thanh Am.

Tâm tư diệu, ý tư huyền,

心思妙意思玄,

Tề gian Nguyên Khí kết thành Đan.

臍間元氣結成丹.

Cốc Thần bất tử nhân thai tức,

谷神不死因胎息,

Trường sinh môn hộ yếu miên miên.

長生門戶要綿綿.

Tâm ý suy tư lẽ diệu huyền,

Nơi Rốn Nguyên Thần kết thành Đan.

Cốc Thần bất tử nhờ thai tức,

Cánh cửa Trường Sinh mở rộng luôn.

Đó là khẩu quyết trong Quần Tiên Châu Ngọc.

Chuyên Khí chí nhu thần cửu lưu,

專氣致柔神久留,

Vãng lai chân tức tự du du.

往來真息自悠悠.

Miên miên di lị qui nguyên mệnh,

綿綿迺遷歸元命,

Bất cấp Linh Tuyền thường tự lưu.

不汲靈泉常自流.

Dùng Thần ngự Khí, Thần cứu lưu,

Chân tức lại qua nhẹ như tơ.

Quanh co lui tới qui Tổ Khiếu,

Kết thành Thai Tức thường tự lưu.

Đó là khẩu quyết của Lưu Hải Thiềm.

Nhất Thân thượng hạ định Trung Ương,

一身上下定中央,

Thận tiền tề hậu hiệu Huỳnh Phòng,

腎前臍後號黃房.

Lưu Mậu tác môi tương tựu Kỷ,

流戊作媒將就己,

Kim lai qui Tính hạ Tân Lang.

金來歸性賀新郎.

Con người trên dưới định Trung Ương,

Rốn sau, Thận trước ấy Đan Điền.

Nguyên Thần, Nguyên Khí Đơn Điền tụ,

Thần Khí giao bôi, nhạc êm êm.

Đó là khẩu quyết của Thượng Dương tử.

Nhất điều trực lộ thiếu nhân tìm,

一條直路少人尋,

Phong Hồ, Vân Long tự khiếu ngâm.

風虎雲龍自嘯吟.

Tọa định cánh tri hành khí chủ,

坐定更知行氣主,

Chân Nhân chi tức hựu thâm thâm.

真人之息又深深.

Một con đường thẳng ít người tìm,

Nguyên Thần, Nguyên Khí giao phối thân.

Tu thiền nhập định cần Chính niệm.

Thai tức miên miên lại thâm thâm.

Đó là khẩu quyết của Trần Chí Hư.

Viên bất viên lai, phương bất phương,

圓不圓來方不方,

Sâm la thiên địa ám bao tàng.

森羅天地暗包藏.

Như kim nội ngoại lưỡng tầng bạch,

如今內外兩層白,

Thể tại Trung Ương nhất điểm hoàng.

體在中央一點黃.

Tròn chẳng ra tròn, vuông chẳng vuông,

Trời đất bao la vốn thấu gồm.

Nội ngoại đôi bên hai tầng trắng,

Thể tại Trung Ương một điểm vàng.

Đó là khẩu quyết của Đại Thành Tập.

Tức điều tâm tịnh thủ Huỳnh Đình,

息調心淨守黃庭,

Nhất bộ hồn toàn Viên Giác Kinh.

一部渾全圓覺經,

Ngộ khước thử thân do thị ảo,

悟卻此身猶夢幻,

Bồ đoàn tọa thượng yếu tinh tinh.

蒲團坐上要惺惺.

Điều tức, tịnh tâm giữ Huỳnh Đình,

Khiến cho Linh Giác được mãn viên.

Biết được thân này là ảo ảnh,

Bồ đoàn ngồi vững ấy tu thiền.

Đó là khẩu quyết của Bảo Phác Tử.

Kinh doanh Ngân Ngạc ngộ Hư Vô,

經營鄞鄂體虛無,

Tiện bả Nguyên Thần Lý diện cư,

便把元神里面居.

Tức vắng, tức lai vô gián đoạn,

息往息來無間斷.

Thánh thai thành tựu hợp Nguyên Sơ.[\[19\]](#)

聖胎成就合元初.

Luyện chế Nội đơn, hiểu Hư Vô,  
 Nguyên Thần tự tại Đan Điền cư.  
 Tức vắng, Tức lai vô gián đoạn,  
 Kim đơn thành tựu hợp Nguyên Sơ.

Đó là khẩu quyết của Lý Hư Bạch.

Để quan Tam Giáo thánh nhân thư,

諦觀三教聖人書,

Tức chi nhất tự tối giản trực.

息之一家最簡直.

Nhược vu Tức thượng tổ công phu,

若于息上做功夫,

Vi Phật vi Tiên bất lao lực,

為佛為仙不勞力.

Tức duyên đạt bản THIỀN chi cơ.

息緣達本禪之機.

Tức Tâm minh lý, NHO chi cực,

息心明理儒之極,

Tức Khí ngưng Thần ĐẠO chi huyền.

息氣凝神道之玄,

Tam Tức tương tu vô bất khắc.

三息相須無不克.

Đọc kỹ tam giáo thánh nhân sách,

Chỉ một chữ Tức rất giản trực.

Nếu trên chữ Tức biết công phu,

Thành Phật, thành Tiên không phí sức.

Tức Duyên Đạt Bản là THIỀN cơ,

Tức Tâm Minh lý, là NHO tột.

Tức Khí Ngưng Thần là ĐẠO huyền.

Biết hợp Tam Gia chuyện sẽ thành.

Đó là khẩu quyết của Lý Đạo Thành (Trung Hòa Tập).

[1] Hệ Từ Thượng, ch.VII, Tiết 2.

[2] Đạo Đức Kinh, ch. 1.

[3] Như vậy đó chính là Thái Cực.

- [4] Huỳnh Đình Ngoại Cảnh, ch. 1.
- [5] Trong Quyển Huỳnh Đình Nội Cảnh của tôi, nơi chương 2, 3, 4, 6, của phần Tham Luận, và nơi chương 2 của Chính Kinh, tôi đã dùng Huỳnh Đình Kinh của nhiều tác giả xưa để chứng minh Huỳnh Đình, hay Thái Cực phải ở trên đầu nơi Nê Hoàn Cung hay Nã Thất Ba. (Nguyễn Văn Thọ chú)
- [6] Luận Ngữ. Vi chính, chương 2, tiết 1.
- [7] Như vậy, Tính là Thần, Mệnh là Khí.
- [8] Nguyên Hòa = Nguyên Khí, Nguyên Thần hòa hợp.
- [9] Xem Tiên Học Từ Điển, tr. 49. Thở bằng Mũi, mồm cho khí tuần hoàn vận chuyển, là Ngoại Hô Hấp, Dùng Đan Điền cho khí khai hợp lưu chuyển, đó là Kiền Khôn hợp Tịch, đó là nội Hô Hấp. Xem Tính Mệnh Khuê Chỉ, tr. 233.
- [10] Giúp Nguyên Thần, Nguyên Khí hoà hợp.
- [11] Thiêm Du tiếp Mệnh là đem Ngoại Khí và Tổ Khí cho tụ hợp sinh thành, bồi bổ Tiên Thiên Nhất Khí, cũng còn gọi là Thiêm Du Tục Mệnh.
- [12] Dĩ Ý dẫn Khí.
- [13] Nguyên Thần, Nguyên Khí tương dung, hòa hợp.
- [14] Thai thành là Nguyên Thần, Nguyên Khí tự nhiên giao hợp. Mộc Dục là công trình Tẩy Tâm, Dịch Lự.
- [15] Thế là bỏ Ngũ Thức.
- [16] Hình thể.
- [17] Nguyên Thần, Nguyên Khí.
- [18] Huỳnh Đình Ngoại cảnh Kinh.
- [19] Khuê Chỉ viết: Mộc trung sinh Hồn, Kim trung sinh Phách, hồn phách ngưng nhiên, vị chi Ngân Ngạc.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) **15** [16](#)

## THAI TỨC QUYẾT

### Viên Thiên Cương thai tức quyết

NGUYÊN KHÍ là căn cơ Đại Đạo, là phụ mẫu của Thiên Địa. Một Âm, một Dương sinh dưỡng vạn vật. Nơi con người là KHÍ HỒ HẤP. Trên trời là Khí Hàn Thử, Đó là Khí thay đổi được bốn mùa. Mùa Xuân ở quẻ Tốn (Đông Nam), có thể sinh vạn vật; mùa Hạ ở quẻ Khôn (Tây Nam) có thể trường dưỡng vạn vật; mùa Thu tại Kiền (Tây Bắc), làm cho vạn vật chín mùi, thành tựu; mùa Đông tại Cấn (Đông Bắc) có thể hàm dưỡng vạn vật.

Cho nên học giả cần nắm được Chính Khí bốn mùa, nạp vào thai trung, Đó là Chân Chủng. Tích tụ Khí đó lâu ngày, thì Tâm sẽ định, Thần sẽ định, Tức sẽ định, Long Hồ tương hội, kết thành Thánh Thai, gọi là Chân Nhân Thai Tức.

### Thái Thủy thị Thai Tức quyết

Đạo là Thái Hư. Thiên địa nhật nguyệt đều sinh từ Thái Hư. Cho nên Thiên Địa là Chân Thai, Nhật Nguyệt là Chân Tức vậy.

Con người có thể cùng Thái Hư đồng thể, thì Thiên Địa là Thai ta, Nhật Nguyệt là Hơi Thở ta. Thái Hư bao la, thì ta cũng bao la. Như vậy con người có thể siêu xuất Thiên Địa, Nhật Nguyệt, mà hòa hợp với Thái Hư, trở thành con người có Hồn Độn Nhất Khí vậy.

### Đạt Ma Tổ Sư Thai Tức Kinh

Thai vì Phục Khí (Tụ Khí) mà kết. Khí là do hơi thở của Thai. Khí nhập vào thân thì Sinh, Thần mà ly Hình thì gọi là Tử. Biết nhờ Thần Khí nên mới trường sinh, thì phải lấy Hư Vô mà dưỡng Thần Khí. Thần hành thì Khí hành, Thần trụ thì Khí trụ. Muốn được trường sinh, Thần Khí phải quán trú, tâm bất động niệm, vô lai, vô khứ, bất xuất, bất nhập, tự nhiên thường trụ, cứ siêng năng thực hành, thì đó là Chân đạo lộ.

### Trương Cảnh Hòa thai tức quyết

Chân Huyền, Chân Tẩn, tự hô, tự hấp, như cá trong hồ xuân, như trăm loại trùng núp trong đất (cá trong hồ, trùng trong đất phải nhờ ngoại khí mới sống), hạo khí dung dung, Linh phong tập tập,<sup>[1]</sup> không đục không trong,<sup>[2]</sup> không phải mềm, không phải mũi,<sup>[3]</sup> không lại, không đi, phản bản, hoàn nguyên, ấy là Chân Thai Tức.<sup>[4]</sup>

### Vương Tử Kiêu thai tức quyết

Người tu sĩ phải hiểu 4 thời Tí, Ngọ, Mão, Dậu vì đó là cửa ra vào của Âm Dương.<sup>[5]</sup>

Nhập định, ngừng tạp niệm đó gọi là Thiền.

Nguyên Thần thông hòa, biến hóa mọi sự, đó gọi là Linh.

Trí biết phán đoán vạn vật, đó gọi là Tuệ.

Đạo và Khí hòa hài, tương hợp, đó gọi là Tu.

Chân Khí qui nhập Đan Điền đó gọi là Luyện.

Nguyên Thần, Nguyên Khí hòa hài, đó gọi là Đơn thành.

Liên lạc, dung thông được Tam Đan Điền thì gọi là Liễu (Thành Công).

Cứ theo phép này mà tinh tiến tu luyện dần dần, thì sẽ đạt Trường Sinh bất lão vậy.

### **Hứa Thê Nham thai tức quyết**

Phàm người tu đạo phải biết Nội Quan, để diệt Tam Thi<sup>[6]</sup> và khu trừ Lục Tặc.<sup>[7]</sup>

Phải biết tụ khí về Đan Điền, định Tâm ở Giác Hải. Tâm Định, Thần sẽ an, Thần an khí sẽ trụ; khí trụ, Thai sẽ trưởng. Thai trưởng là do khí trụ. Không biết thờ không thành được Thai, không thai sẽ không thờ. Biết thờ sẽ trưởng dưỡng được thai. Trụ tức trường thai là Thánh Mẫu, Thần Hải. Cho nên nói:

Thai tức định, nhi Kim Mộc giao, Tâm ý ninh, nhi Long Hồ hội (Thai tức định, thì Kim, Mộc hợp,<sup>[8]</sup> Tâm Ý có ninh tĩnh, thì Thần, Khí mới hòa hài).

### **Vương Phương Bình thai tức quyết**

Phàm muốn tu hành, trước hết phải định Tâm Khí. Tâm Khí mà định thì Thần sẽ ngưng. Thần ngưng Tâm sẽ an. Tâm an Khí sẽ thăng. Khí thăng sẽ quên cảnh. Quên cảnh sẽ Thanh Tĩnh. Thanh Tĩnh sẽ Vô Vật. Vô Vật thời Mệnh toàn. Mệnh toàn thời Đạo sẽ sinh. Đạo sinh Tướng sẽ tuyệt; Tướng tuyệt sẽ Giác Minh. Giác Minh sẽ Thần thông.

Kinh viết: Tâm thông, vạn pháp thông. Tâm tĩnh vạn pháp diệt (Tâm thông vạn pháp thông, Tâm tĩnh vạn pháp diệt).

### **Xích Đổ Tử thai tức quyết**

Khí Huyết, người xưa còn gọi là Sinh Môn, Tử Hộ, hoặc là Thiên Địa chi căn. Nếu ngưng Thần ở đó, lâu ngày, Thần Khí sẽ sung vượng. Thần sung vượng, Khí sẽ thư sướng. Khí thư sướng, Huyết Khí sẽ sung mãn. Khí huyết sung mãn, gân cốt sẽ mạnh mẽ. Gân cốt mạnh mẽ, xương tủy sẽ thịnh mãn. Xương tủy thịnh mãn, ruột gan sẽ no đầy. Ruột gan no đầy, hạ thể sẽ khinh kiện, đi đứng sẽ nhẹ nhàng. Hoạt động không mệt, tứ chi sẽ khang kiện, mặt mũi sẽ trẻ đẹp, con người sẽ sống gần thần tiên.

### **Tính Không Tử thai tức quyết**

Bản thể của ta vốn tự viên minh. Viên Minh là Chân Thai của trời đất trong thân ta.

Bản thể của ta vốn không tịch. Không Tịch là Chân Tức của Nhật Nguyệt trong thân ta. Chỉ có Trời Đất trong ta mới có Chân Thai (Kim Đơn) mà thôi. Vì Kim Đơn trong trời đất và Kim Đơn trong ta có thể hỗn hợp mà thành Kim Đơn trong ta. Nhân vì Nhật Nguyệt trong ta có Thai Tức, cho nên Thai Tức của Nhật Nguyệt và Thai Tức trong ta có thể hỗn hợp mà thành Thai Tức trong ta. Vì Bản Thể của ta vốn là Hư Vô, cho nên cái Hư Không của Thái Hư với cái Hư Không của Bản thể ta có thể dung hợp để thành cái Hư không trong ta vậy.

### **Ảo Chân tiên sinh Thai Tức quyết**

36 lần nuốt. Trước mỗi lần nuốt phải nhả. Nhả phải nhẹ nhẹ, Nạp phải miên miên. Nằm ngồi cũng vậy,

đi đứng cũng thế. Không được thâu hút tạp khí, ky hôi tanh. Tạm gọi là Thai Túc, thực ra là Nội Đơn. Có thể trị bệnh, có thể diên niên; lâu ngày tên sẽ nêu trên bảng Thượng Tiên.

Các khẩu quyết trên về Thai Túc, chỉ là nói Đại Lược, tất cả đều ghi trong đan kinh không thể kể hết.

Trập tàng công phu (Đem Thần Khí phục ẩn, hàm tàng tại Đan Điền Khí Huyệt), cũng như vạn vật tàng ẩn trong lòng đất. Thần nhập vào lòng đất, cũng như thiên Khí giáng xuống đất. Thần Khí giao hợp, cũng như Địa Đạo thuận thừa Thiên Đạo.

Tham Đồng Khế nói: Hằng thuận địa lý; thừa Thiên bố tuyên (Luôn theo địa lý, hưởng sương móc của Trời). Dịch Kinh viết: Chí tai Khôn Nguyên, Vạn vật tư sinh.<sup>[9]</sup>

Khôn Nguyên cao trọng xiết bao,  
Muôn loài đều phải nương vào cầu sinh.

Vào tháng 10 thuần Khôn, thì vạn vật sẽ qui căn, Côn trùng sẽ chui vào hang ổ, thu hình nép bóng, vạn vật sẽ bế tắc thành Đông. Mùa Đông tuy chủ Bế Tàng, nhưng đến năm sau, thì công trình phát dục lại từ đó nảy sinh, thế chính là vạn vật đã phôi thai lại từ đó.

Thực ra Nhất Dương không phải sinh từ quả Phục mà sinh từ quả Khôn. Khôn tuy là Âm nhưng trong Âm có Dương, và Đại Dương cũng sinh từ đấy. Lúc Đại Dương sinh, cũng giống đàn bà khi mới hoài thai, phải bảo toàn Chân Chủng, không được phóng dật. Đi đứng phải hẩn hoi, ẩm thực phải tiết dục, tránh phiền não, giận hờn, ngoài không được làm lụng vất vả, trong không được lao tâm khổ tứ. Đi đứng nằm ngồi nhất nhất phải có qui củ. Đi phải đi trên đường bằng phẳng, đứng phải ngưng thần vào Thái Hư, ngồi phải thờ cho hẩn hoi, nằm phải chắt chiu viên ngọc nơi hạ đơn điền. Hành, Trú, Tọa, Ngọa lúc nào cũng để ý đến nó.

Lời Bàn của Dịch giả

## I. BÀN VỀ THAI TỨC

Chương này nói nhiều về Thai Túc, nhưng không định nghĩa Thai Túc là gì?

Tôi tìm hiểu và định nghĩa Thai Túc.

1. Thai Túc còn được gọi là «Tề Hô Hấp», «Đan điền hô hấp», nghĩa là không không dùng mũi mồm để thở, nhưng lại hô hấp tựa như bằng rốn, như kiểu thai nhi. Vì thế gọi là Thai Túc. Bào Phác Tử nói: «Được Thai Túc là không hô hấp bằng mũi mồm, mà như là Bào Thai.» (Đắc Thai Túc giả, năng bất dĩ khẩu tị hư hấp, như tại bào thai chi trung.)

«Hô Hấp Chân Khí, không dùng cách Hô Hấp bằng mũi mồm. Mũi mồm chỉ là môn hộ để hô hấp; Còn Đan Điền mới là bản Nguyên của Khí, là nơi thánh nhân hạ thủ, để thu tàng Chân Nhất.» Đó là cách thở bằng bụng rất khó.

Thai Túc Kinh gọi thai tức cũng là phép luyện Nội Đơn (Giả danh Thai Túc, thật viết Nội Đơn).<sup>[10]</sup>

1. Thai tức lấy Điều Tức làm chủ, khiến sao cho Hô Hấp Thở Nạp miên miên, không dùng Khẩu Tị, thủ Thần bên trong, như Anh Nhi tại mấu phúc trung, cho nên gọi là Thai Túc.<sup>[11]</sup>

2. Người tu đạo thường phục khí ở dưới rốn, giữ Thần ở trong thân, Thần Khí Tương Hợp mới sinh Huyền Thai, [...] thế là nội đơn bất tử chi đạo vậy.<sup>[12]</sup>

3. Thai tức chi Pháp là Thần Khí Tương Hội.<sup>[13]</sup>

4. Người xưa còn cho rằng Thai Túc là Điều Khí, yết tân.<sup>[14]</sup>



Ngoài những khẩu quyết về Thai Túc trên, sách Trung Quốc Khí Công Đại thành còn có một chương ghi lại nhiều khẩu quyết khác về Thai Túc. [\[15\]](#)

## II. BÀN VỀ TAM ĐẠN ĐIỀN

Tính Mệnh Khuê Chi thường xuyên nói về Thượng, Trung, Hạ Đan điền nhưng vị trí của chúng hết sức là mơ hồ. Sách thường xuyên bàn về Hạ Đan Điền, nhất là khi bàn về Thai Túc, và cho rằng Thai Túc là tụ Thần Khí vào Hạ Đan Điền.

Tôi xin dùng tài Liệu rút từ Trung Hoa Đạo Giáo Đại Từ Điển và Trung Quốc Khí Công Đại Thành để trình bày về Tam Đan Điền.

1. Trước hết, Trung Quốc Khí Công Đại Thành, tr. 190, xác định như sau:

Tam Đan Điền là nơi cư ngụ của Tinh Khí Thần.

Hạ Đan Điền hay Quan Nguyên là nơi cư ngụ của Tinh. Trung Đan Điền hay Giáng Cung là nơi cư ngụ của Khí. Thượng Đan Điền hay Nê Hoàn là nơi cư ngụ của Thần.

Sách lại nói Khí Hải có hai: một là Khí Hải ở dưới rốn, Hai là Khí Hải, theo sách Tố Vấn, thì lại là huyết Đán Trung, ở giữa hai vú.

Sách cho rằng nói Khí Hải ở dưới rốn mà lại là nơi cư ngụ của Khí thì là sai, nó phải là nơi cư ngụ của Tinh, mà Khí Hải thật sự phải ở Trung Đan Điền, và nơi cư ngụ của Thần thì phải là Thượng Đan Điền. Đó là ý kiến của Lý Dã (1192-1279), tự Nhân Khanh, hiệu Kính Trai, đời Nhà Nguyên.

2. Bây giờ bàn về Tam Đan Điền theo Trung Hoa Đạo Giáo Đại Từ Điển.

### THƯỢNG ĐẠN ĐIỀN

Có nhiều tên: Tố Khiếu, Nê Hoàn Cung, Kiền Cung, Kiền Gia, Côn Lôn Sơn, Thanh Hư Phủ, Thượng Thiên Quan, Giao Cảm Cung, Tam Ma Địa, Tối Cao Phong, Không Động Sơn, Huyền Thất, Huỳnh Phòng, Thiên Cung, Chân Tế, Thiên Căn, Huyền Môn, Bĩ Ngạn, Dao Trì, Thiên Cốc, Nội Viện, Tử Phủ, Liêu Thiên, Đế Ất, Tảng Sơn, Thiên Phù, Huyền Đô, Chúc Dung Phong, Thái Vi cung, Ma Ni Châu, Tủy Hải, Tử Kim Thành, Lưu Châu Cung, Ngọc Kinh Sơn, Tử Tĩnh Cung, Thái Hản Trì, v.v.

Thượng Đan Điền ở trên đầu, là nơi các Dương Mạch châu về, nó có địa vị cao hơn cả trong Tam Đan Điền, vì thế gọi là Thượng Đan Điền. Nó là nơi Tàng Thần. Ngô Chân Thiên viết:

Vạn quyển tiên kinh ngữ tổng đồng,  
Kim Đơn chỉ tại thủ căn tông.  
Y tha Khôn vị sinh thành thể,  
Chủng hương Kiền Gia Giao Cảm cung.  
Vạn quyển tiên kinh nói giống nhau,  
Kim Đơn căn để vốn nơi đây.  
Lấy Khôn chính vị Sinh Thành Thể,  
Đem về giao kết với Kiền Gia.

Về vị trí của Thượng Đan Điền, Bão Phác Tử viết: Hoặc tại nhân lương mi gian, khước hành nhất thốn vi Minh Đường, nhị thốn vi Động Phòng, tam thốn vi Thượng Đan Điền (Từ giữa 2 làn mi, đi vào 1 thốn là Minh Đường, 2 thốn là Động Phòng, ba thốn là Thượng Đan Điền).

### TRUNG ĐẠN ĐIỀN

Còn được gọi là Huỳnh Đình, Qui Trung, Huyền Quan, Đơn Quỳnh, Chân Thổ, Mậu Kỷ Môn, Tây Nam Hương, Tổ Khí Huyết, Nguyên Cung, v.v.

Vị trí:

1. Ở giữa hai Vú, nơi huyết Đán Trung, gọi là Giáng Cung. Tiên Kinh viết: Giáng Cung vi trung đán điền, tàng Khí chi chủ dã.

3. Giữa Tim và Rốn. Tính Mệnh Khuê Chỉ, Phổ Chiếu đồ nói Trung Đán Điền ở dưới Tâm Nguyên, Tính Hải khiếu, và ở trên Quan Nguyên, Khí Hải, Thổ Phủ khiếu huyết.

Trung Đơn Điền là nơi Luyện Khí hoá Thần, kết Thai, Luyện Thai, Dưỡng Thai. Trương Bá Đoan viết:

Thử Khiếu phi phạm khiếu,

Kiền Khôn cộng hiệp thành.

Danh vi Thần Khí huyết,

Nội hữu Khảm Ly tinh.

### HẠ ĐÁN ĐIỀN

Còn gọi là CHÍNH ĐÁN ĐIỀN, Nguyên Quan, Khí Hải, Khí huyết, Kim Lô, Tính Mệnh Chi Tổ, Sinh Khí chi nguyên, Âm Dương chi hội, Hô Hấp chi môn, Ngũ tạng Lục Phủ chi bản, v.v.

Hạ đán điền là Bách Mạch chi khu nữ, Tính Mệnh chi căn nguyên, đó cũng là chỗ kết Đán. Thường nói dưới rốn là Hạ đán điền.

Vị trí không đồng nhất.

Bảo Phác Tử nói: Hai Tấc dưới rốn là Hạ Đán Điền. Tiên Kinh nhận rằng: Ba tấc dưới Rốn là Hạ Đơn Điền mà Hạ Đán Điền là Tàng Tinh Chi Phủ.

Sách Kim Đan Đại Yếu Đỉnh Lô diệu dụng nói: Hạ đán điền tại tề chi trung, tề hậu thận tiền, hữu đạo chi sĩ, chỉ yêu nhận thủ Hạ Đán Điền Hư Cực chi chuẩn (Hạ đán điền ở ngang rốn, sau Rốn, trước thận. Người tu đạo chỉ cần nhận Hạ Đán Điền là nơi Hư Cực).

Tưởng Duy Kiều gọi Hạ Đán Điền là Trùng Tâm. Nhu gia Thủ Tĩnh, Lão gia Bảo Nhất, Phật gia Thiền Quan, đều tìm TRÙNG TÂM để mà an định. Vị trí là sau rốn, trước thận ở một điểm khoảng 3/7.

[1] Chân tức hợp dung, như gió xuân hây hẩy.

[2] Vì Chân Tức không phải là ngoại khí, nên trong có trong đục.

[3] Vì Chân Tức không phải là thở bằng mũi, mồm nên không gọi là có đi, lại, hay ra vào.

[4] Khí này như vậy đã phản bản, hoàn nguyên, nên gọi là Chân Thai Tức.

[5] Xuân Hạ là Dương, Thu Đông là Âm; cuối Đông là lúc Âm suy, Dương sinh; Cuối Hạ là lúc Dương suy Âm sinh; Xuân Hạ chi giao là lúc Dương thịnh, Thu Đông chi giao là lúc Âm thịnh; người tu đạo phải biết lẽ Âm Dương thăng giáng tiêu trưởng, để mà luyện Nguyên Thần, Nguyên Khí.

[6] Tam Thi là 3 Du Thần trong người; Thần Bành Cự ở Não Hải; Thần Bành Chất ở Minh Đường; Thần Bành Kiếu ở bụng.

[7] Lục Tặc là Lục Thức: Nhãn, Nhĩ, Tị, Thiệt, Thân, Ý.

[8] Nguyên Thần, Nguyên Khí tương hợp.

[9] Thoán Truyện, quẻ Khôn.

[10] Mã Tế Nhân, Trung Hoa Đạo giáo Đại từ điển, tr. 979.

[11] Vương Tạp, Cao Thượng Ngọc Hoàng Thai Tức Kinh, Trung Hoa Đạo Giáo Đại Từ Điển, tr. 346.

[12] Thai Tức Kinh Chú. Vương Tạp, sđd., tr. 346.

[13] Thai tức bảo nhất ca. Xem: Trương Dự, sđd., tr. 346.

[14] Xem Ảo Chân thai tức minh.

[15] Xem Sđd., tr. 335-340.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) **15** [16](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## HANH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

### HÀNH LẬP TỌA NGỌ TỬ THIÊN ĐỒ

#### HÀNH THIÊN ĐỒ



Hành diệc năng thiền, tọa diệc thiền,

行亦能禪坐亦禪,

Thánh khả như tư, phàm bất nhiên.

聖可如斯凡不然,

Hành cũng là Thiền, tọa cũng Thiền.

Thánh nhân như vậy, phàm chẳng vậy.

Bước đi của người hành thiền, không nên vội vã. Vội vã sẽ Động Túc, Thương Thai, phải đi chậm. Nếu đi chậm chạp, sẽ tâm bình, khí hòa, lúc đi, lúc lại, lúc đứng, lúc đi, mắt nhìn xuống dưới, tâm tàng nơi vực.

Vương Trùng Dương nói:

Lưỡng cước nhiệm tông hành xứ khứ,

兩腳任從行處去,

Nhất Linh thường dĩ khí tương tùy.

一靈常與氣相隨,

Hữu thời tứ đại hân hân túy,

有時四大醺醺醉,

Tá vấn Thanh Thiên Ngã thị thùy?

借問青天我是誰?

Đi đâu, hai chân cứ việc tiến,

Còn Thần với Khí sẽ tương tùy,

Con người ngậy ngất như say rượu,

Dám hỏi Trời cao: Ta ấy ai?

Vạn pháp qui Nhất, 萬法歸一

Nhất qui hà xứ? 一歸何處

Hữu giả cá tại, 有者個在

Hựu nhẫm ma khứ. 又恁麼去

Vạn Pháp qui Nhất,

Nhất qui về đâu?

Có Đan Điền đây,

Há phải đi đâu?

Bạch Lạc Thiên (Bạch Cư Dị) vân:

Tâm bất trạch thời thích, 心不擇時適

Túc bất trạch địa an. 足不擇地安

Cùng thông dữ viễn cận, 窮通與遠近

Nhất quán vô lưỡng đoan. 一貫無兩端

Tâm ý tùy thời đều an thích,

Hai chân, tùy xứ rất an nhiên,

Chẳng ngại cùng thông hay viễn cận,

Chỉ việc trũng tâm, trú đan điền.

Bảo Chí Công nói:

Nhược năng phóng hạ không vô vật,

若能放下空無物,

Tiền thị Như Lai tạng Lý hành.

便是如來藏裡行.

Trần ai nếu biết không vật nhiễm,

Thế là Đơn Đạo ắt đã thành.

Duy Ma Cật kinh thuyết: Cử túc hạ túc, giai tòng đạo trường lai 舉足下足皆從道場來 (Bước xuống, bước lên đều do kim đơn chỉ đạo).

Pháp Tạng Tập vân: Trú tâm, dạ tâm thường du pháp uyển khứ 晝心夜心常遊法苑去 (Tâm địa

ngày đêm, chỉ lo Tu Thiền, nhập tĩnh).

### TOA THIỀN ĐỒ

#### 坐禪圖

坐久忘所知  
忽覺月在地  
冷冷天風來  
募然列肝肺  
俯視一泓水  
澄湛無物蔽  
中有織鱗遊  
默默自相契

帝堯之妾女  
文王之淑報  
孔子之中中  
莊周之止止

無事此靜坐一日如兩日  
若活七十年便是百四十  
靜坐少思睿欲冥心養氣存神  
此是修真要訣學者可以青紳



坐不必跏趺當如常坐夫坐雖與常人同而能持孔門心法則與常人異矣所謂孔門心法者只要存心在真居處是也蓋耳目之竅吾身之門也方寸之地吾身之堂也立命之竅吾身之室也故眾人心處於方寸之地猶人之處於室也則聲色得以從門而搖其中至人心藏於立命之竅猶人之處於室也則聲色無所從入而窺其隙故善事心者潛室以頤晦而耳目為虛矣御室以聽政而耳目為用矣若坐時不持孔門心法便是坐馳便是放心墮經曰心念不起名為坐自性不動名為禪坐禪妙義端不外此

Tọa cửu vong sở tri,	坐久忘所知
Hốt giác nguyệt tại địa.	忽覺月在地
Lãnh lãnh thiên phong lai,	冷冷天風來
Mạch nhiên liệt can phế.	募然列肝肺
Phủ thị nhất hoàng thủy,	俯視一泓水
Trùng trạm vô vật tế.	澄湛無物蔽
Trung hữu tiêm lân du,	中有織鱗遊
Mặc mặc tự tương khế.	默默自相契

Ngồi lâu, biết quên hết,  
 Bỗng thấy trăng trên đất.  
 Lành lạnh gió trời thổi,  
 Lạnh buốt thấu gan phổi,  
 Cúi xuống, nước minh mang,  
 Trong vắt không vật che.

Trong có cá tung tăng,

Cùng ta tâm đầu khế.

Đế Nghiêu chi an an,	帝堯之安安
Văn Vương chi ung ung.	文王之雝雝
Khổng Tử chi thân thân,	孔子之申申
Trang Châu chi chỉ chỉ.	莊周之止止

Đế Nghiêu dạy ôn hoà,

Văn Vương chủ hòa hài.

Khổng Tử xưng thư sướng.

Trang Châu muốn tĩnh chỉ.

Vô sự thử tĩnh tọa,	無事此靜坐
Nhất nhật như lưỡng nhật,	一日如兩日
Nhược hoạt thất thập niên,	若活七十年
Cánh thị bách tứ thập.	更視百四十

Tĩnh tọa là vô sự,

Một ngày tưởng chừng hai,

Nếu sống bảy mươi tuổi,

Sẽ như trăm bốn mươi.

Tĩnh tọa thiếu tư, quả dục,	靜坐少思寡欲
Minh tâm dưỡng khí, tồn Thần.	明心養氣存神
Thử thị tu chân yếu quyết,	此是修真要訣
Học giả khả dĩ thư thân.	學者可以書紳

Tĩnh tọa: thiếu tư, quả dục,

Minh tâm, dưỡng khí, tồn Thần.

Đó là Tu Chân yếu quyết,

Mong học giả sẽ ghi lòng.

Tọa thiền không cần phải ngồi kiết già. Cứ ngồi như thường. Tuy ngồi như thường, nhưng giữ Khổng Môn Tâm Pháp, là vẫn khác người thường vậy.

Khổng Môn Tâm Pháp là chỉ cần giữ cho tâm thần ở vị trí chân chính nhất. Khiếu của tai mắt là cửa ngõ thân ta, Tâm Linh phương thốn là nhà của ta. Lập Mạng chi khiếu là buồng của ta.

Vì tâm con người là ở nơi phương thốn, cũng như người ở trong nhà, cho nên thanh sắc có cửa mà vào quấy động bên trong.

Còn bậc Chí Nhân thì tâm tàng ư lập Mệnh chi khiếu, cũng như con người ở tận trong buồng. Cho nên thanh sắc không biết nẻo vào, để mà dòm ngó trong đó.

Cho nên người khéo giữ Tâm, sẽ ở trong mật thất nên tai mắt như không nghe thấy gì.

Bao giờ ra ngoài nhà để xử sự thì tai mắt sẽ như là công cụ vậy. Nếu mà lúc ngồi không theo Khổng

môn Tâm Pháp thì sẽ gọi là “Toạ trì”, là “Phóng Tâm”. Đản Kinh nói: Không khởi niệm là Toạ, Tự tính bất động gọi là Thiền.

## LẬP THIỀN ĐỒ



Tùy thời, tùy xứ, thung dung, tự tại, tiêu diêu nơi lành Vô Hà Hữu (Đem khí nạp Đản Điền).

Không quan tâm gì đến ngoại cảnh, luôn sống trong Đại Tịch Diệt cảnh giới của Như Lai (Đem khí nạp Đản Điền).

Nếu gặp lúc trời quang mây tạnh, sẽ dùng phép Lập Thiền nạp khí, để tăng tuổi thọ. Phép đó là:

Cước cân trước địa, tị liêu thiên,

腳跟著地鼻遼天,

Lưỡng thủ tương huyền, tại huyết biên.

兩手相懸在穴邊.

Nhất khí dẫn tòng thiên thượng giáng,

一氣引從天上降,

Thôn thời mịch mịch, đản Đản Điền.

吞時汨汨到丹田.

Hai chân đứng vững, mũi hướng Trời,

Hai tay buông thõng xuống bên người.

Một Khí dẫn từ tinh không tới,

Từ từ nuốt xuống thẩu Đản Điền.

Tâm vô sở trụ,

心無所住

Trạm nhiên Kiến Tính.

湛然見性

Thể dụng như như,

體用如如

Khuếch nhiên vô thánh.

廓然無聖

Tâm không vương mắc,



Tự nhiên Kiến Tính.

Thần Khí tương giao,

Chẳng cầu trí huệ

Lập Thiền chủ yếu là mắt phải trịnh, Tâm phải trong, biết quán thúc tỉnh tự và ý niệm, đình chỉ ngôn ngữ, tư tưởng, hành động để dưỡng Thần.

Việc dĩ vãng chẳng nhớ đến, việc tương lai chẳng tưởng trông, việc hiện tại không để ý. Muốn có Bảo Thân Đạo Quyết, thì phải quả dục, an tĩnh, Liêm khiết. Muốn có Xuất Thế Thiền Công phải biết thu thần, ngưng thần.

Xưa Quảng Thành Tử nói với Hoàng Đế: Mắt không thấy gì, tai không nghe gì, tâm không nghĩ gì, dùng Nguyên Thần bảo hộ hình thể, sẽ được trường sinh. Ý cũng như vậy, và thật là thắm thiết vậy.

## NGOẠ THIỀN ĐỒ



Giác ngộ thời, thiết bất khả vọng tưởng, tắc Tâm tiện hư minh.

覺悟時切不可妄想則心便虛明.

Khi giác ngộ, thời không thể vọng tưởng, như vậy Tâm sẽ hư minh.

Phấn nhiễu thời diệc chỉ như thử, thường tắc sự tự thuận toại.

紛擾時亦只如此常則事自順遂.

Khi gặp rắc rối, thì cứ làm việc như thường, chắc mọi sự sẽ thuận lợi.

Tảo thạch, phàn hương, tại ý miên,

掃石焚香在意念,

Tĩnh lai thời, hữu khách đàm huyền.

醒來時有客談玄.

Tùng phong, bất dụng bồ quì phiến,

松風不用蒲葵扇，

Toạ đối thanh nhai, bách trượng tuyền.

坐對青崖百丈泉。

Quét đá, đốt hương ngủ giấc say,

Tĩnh thời khách lại, nói chuyện huyền.

Gió từng, không dụng Bồ Quì Phiến,

Ngồi trông vách đá, suối cao tuôn.

\*

Cổ động u thâm tuyệt thế nhân,

古洞幽深絕世人，

Thạch sàng, phong tế, bất sinh trần.

石床風細不生塵。

Nhật trường nhất giác, Hi Hoàng thụ,

日長一覺羲皇睡，

Hựu kiến phong đầu, thượng nguyệt luân.

又見風頭上月輪。

Động vắng thâm u, chẳng tiếp ai,

Gió vờn giường đá, bụi chẳng lai.

Ngày dài, chợt tỉnh Hi Hoàng giấc,

Lại thấy đầu non, bóng nguyệt cài.

\*

Khai tâm tông chi Tính,                   開心宗之性

Thị bất động chi thể.                   示不動之體

Ngộ mộng giác chi chân,               悟夢覺之真

Nhập văn tư chi tịch.                   入聞思之寂

Khai Thiên tông bản tính,

Thấy bản thể an nhiên.

Hiểu hai bề Mộng Tĩnh,

Vào cảnh giới Không Huyền.

\*

Nhân gian bạch nhật, tỉnh do thụ,

人間白日醒猶睡，

Lão Tử sơn trung thụ khước tỉnh.

老子山中睡卻醒。

Tĩnh thụ lưỡng phi, toại lưỡng thị,

醒睡兩非遂兩是,

Khê vân mịch mịch, thủy Linh Linh.

溪雲漠漠水泠泠.

Với người Mộng Tỉnh cũng một vành,

Lão Tử trong rừng, ngủ vẫn tỉnh.

Mộng Tỉnh không này, không thể nọ,

Mờ mịt mây khe, nước long lanh.

\*

Nguyên Thần dạ dạ túc Đan Điền,

元神夜夜宿丹田,

Vân mãn Huỳnh Đình, Nguyệt mãn Thiên.

雲滿黃庭月滿天.

Lưỡng cá uyên ương phù lục thủy,

兩個鴛鴦浮綠水,

Thủy tâm nhất đoá Tử Kim Liên.

水心一朵紫金蓮.

Nguyên Thần đêm tới, trú Đan Điền,

Huỳnh Đình mây tỏa, Nguyệt đầy trời.

Uyên ương một cặp, trôi nước biếc,

Trong lòng nước hiện Tử Kim Liên.

Người xưa có nói: Tu Đạo dễ, luyện Ma khó. Lời đó thật chí lý. Nhưng ma sắc dục, ma ăn uống thì dễ trị, còn ma ngủ thì khó luyện, nên Thiền gia có phép Trường Toạ Bất Ngọa.

Vì Chân Nguyên con người thường tẩu thất ban đêm, nên nếu ngủ nghỉ không cẩn thận, thì Tinh xuất phía dưới, Khí mất bên trên. Nguyên Thần không nơi nương tựa, cũng sẽ bỏ thân mà ra. Tam bảo trì tán, con người làm sao trường tồn.

Bậc chí nhân lúc ngủ sẽ thu thần về Đan Điền, hoà hợp với Khí. Thủy hỏa (Thần Khí) sẽ kiềm chế nhau, nên Thần sẽ không ra ngoài, và Khí sẽ an định.

Nay nói theo người thường, thì ban ngày thần gửi tại đôi mắt. Ban đêm khi đã ngủ say, thì Thần tàng tại Thận. Sáng ra, mà Thần nơi mắt không được sáng khoái là tại sao? Thừa vì ban đêm không an định, nên Thần đã không thanh sáng.

Nói theo Thiên Đạo, thì ban ngày, mặt trời nương vào Trời; Đến đêm thì như lặn xuống biển. Sáng ra, mà thiên khí không thanh sáng là tại làm sao? Thừa là vì ban đêm không an định, nên hải Khí đã không thanh sáng.

Chính vì vậy mà Thôi Công (Nhập Dực Kính) nói: Thủy hỏa giao, vĩnh bất lão 水火交永不老 (Thần khí giao, mãi không già).

Ngày nay, người ta buồn ngủ thì ngủ, tự nhiên lại tỉnh dậy, thì cái gì làm chủ khiến người ta tỉnh dậy?

Vả Thần, Hồn mà hợp thì tỉnh; phách với thi thể mà hợp sẽ hôn mê. Hôn mê là gốc của sự chết. Tỉnh

giác là triệu chứng sống. Hồn thuộc Dương, nên thích Thanh Hư, Phách thuộc Âm nên thích ruổi rong. Phách là Quỷ, Hồn là Thần.

Thần thì ngày tiếp vật, đêm thì dật mộng, một giấc Huỳnh Lương chưa chín, một giấc Nam Kha chưa tỉnh, một đời phú quý, vinh nhục, trăm năm buồn vui, thích, sướng, chẳng qua chỉ như một giấc mộng, khiến người trong mộng đi chẳng biết về. Đi sai một bước, là sẽ đi vào con đường u ám vậy.

Do đó mà xem, con người không thể tự mình sống, mà sống như là ở trong mộng. Con người không thể tự mình chết, mà chết như là ở trong mộng. Đã không biết tại sao mình mộng, thì cũng không biết tại sao mình chết. Đã không biết tại sao mình tỉnh, thì cũng không biết tại sao mình sống. Trong mộng mà có tỉnh, thế là Chân Giác, trong chết mà có sống, đó là trong chết vẫn có Trường sinh. Thế là biết rằng Tỉnh là Sống, Mộng là Chết. Hiểu được hai điều đó là có thể Nhập Đạo vậy.

Con người lúc tỉnh, tai há chẳng nghe thấy sao? Mắt há chẳng nhìn thấy sao? Tay há chẳng cầm được sao? Chân há chẳng đi được sao? Tâm há chẳng biết hỉ nộ sao?

Còn khi con người ngủ, thì tai vẫn còn đó, sao không nghe được? Mắt vẫn còn đó, sao không thấy được? Tay vẫn còn đó, sao không cầm được? Chân vẫn còn đó, sao không đi được? Tim vẫn còn đó, sao không còn biết hỉ nộ?

Do đó suy ra, thì đây cũng là một thứ chết, tuy vẫn còn hữu tri, hữu giác vậy.

Vả sống chết liên quan đến ngày và đêm, đến Mộng và Tỉnh. Các bậc Chân Nhân lúc tỉnh không lo, lúc ngủ không mộng. Ngủ mà không mộng, thì phải thành đạo rồi mới được như vậy.

Sơ cơ chi sĩ, luyện tâm chưa thuần, nên mê nhiều, tỉnh ít. Mắt vừa nhắm, thì nguyên thần đã lìa xác, và Ma Ngủ đã nhập vào, làm cho hồn mộng phân phân, đâu cũng đến được. Chẳng những thần xuất, khí lìa, mà đỉnh lô cũng còn bị nghiêng ngả.

Nếu muốn chống lại Ma Ngủ, phải dùng phép Ngũ Long Bàn Thể. Khẩu quyết là:

Đông thủ nhi tẩm,	東首而寢
Trắc thân nhi ngoạ.	側身而臥
Như Long chi bàn,	如龍之蟠
Như khuyển chi khúc.	如犬之曲
Nhất thủ trực ma tề phúc,	一手直摩臍腹
Nhất thủ khúc quăng chẩm đầu.	一手曲肱枕頭
Nhất chỉ cước thân,	一只腳伸
Nhất chỉ cước súc.	一只腳縮

Ngủ đầu hướng Đông,  
Người phải nằm nghiêng.

Như rồng cuộn khúc,  
Như chó thu hình.

Một tay xoa rốn bụng,  
Một tay co gối đầu.

Một chân duỗi ra,

Một chân co lại (Xem hình vẽ).

Tâm không ngủ trước, mắt phải ngủ trước.

Phải: Trí hư cực, Thủ tĩnh đốc 致虛極守靜篤.

Thần Khí tự nhiên qui căn, hô hấp tự nhiên sẽ hàm dưỡng. Không điều tức mà tức tự điều, không phục khí mà khí tự phục. Y như thế mà tu hành, thì thất tổ cũng được phúc.

Trần Hi Di đã lưu hình tại núi Hoa Sơn, Tửng Thanh Hà đã thoát xác nơi vương thất. Đó là cách chỉ dẫn về phép ngoại thiên. Nó khác với phương pháp đạo dẫn. Công phu mà thành tựu, thì tự nhiên Thần thức ngủ sẽ quấn quít nhau, lúc tỉnh sẽ biết giữ được tồn vong, sẽ thoát được điên đảo mộng tưởng. Như Tất Viên Công đã nói: Cổ chi chân nhân, kỳ giác dã vô ưu, kỳ tầm dã vô mộng 古之真人, 其覺也無憂, 其寢也無夢 (Chân nhân xưa, lúc tỉnh không lo, lúc ngủ không mộng) chính là vì vậy.

Nhưng tuy ngủ say, mà vẫn tỉnh táo (sáng suốt). Đến khi tỉnh lại, sẽ từ từ trở mình, tâm địa lặng không, lương tri tự tại, như cảnh giới Phật. Bạch Cư Dị (Bạch Lạc Thiên) đã nói: Tiền hậu tế đoạn xứ, nhất niệm vị sinh thời 前後際斷處一念未生時 (đó là chính lúc một niệm chưa sinh). Trong lúc đó, mà giữ được cho lòng Đại Tĩnh, thì công hiệu sẽ vô tả.

Xưa Doãn sư có một đôi liễn:

Giác ngủ thời, thiết bất khả vọng tưởng, tắc tâm tiện hư minh

覺寤時切不可妄想則心便虛明 (Khi tỉnh thức, không được cho tâm nghĩ nhảm, tâm sẽ hư minh).

Phân nhiễu trung, diệc chỉ như xử thường, tắc sự tự thuận toại

紛擾中亦只如處常則事自順遂 (Lúc bị phiền, phải xử sự như thường, mọi sự sẽ đâu ra đấy).

Lý Chân Nhân (Mãn Giang Hồng) có bài từ:

Hảo thụ gia phong,

好睡家風,

Biệt hữu cá thụ miên tam mị,

別有個睡眠三寐.

Đã thụ lý tâm thành,

但睡里心誠,

Thụ trung trường ý,

睡中澄意,

Thụ pháp ký năng tri chỉ thú,

睡法既能知旨趣

Tiện vu thụ lý điều Thần Khí,

便于睡里調神氣,

Giá thụ công tiêu tức,

這睡功消息,

Thụ an thiền, thiếu nhân tri.

睡安禪少人知.

Gia phong có dạy về cách ngủ,

Ngủ nghỉ có khẩu quyết:  
 Ngủ sao cho tâm thành,  
 Ý sao cho trong sáng,  
 Ngủ nghỉ đã có chỉ thú,  
 Thì lúc ngủ phải biết điều thần khí.  
 Công phu khi ngủ này,  
 Ngủ mà vẫn thiên định,  
 Điều đó ít người hay.  
 Dịch Ma Thi có thơ:  
 Tọa trung hôn thụy chẩm cấm đà,  
 坐中昏睡怎禁它,  
 Quỷ diện, thần đầu, kiến dã ma.  
 鬼面神頭見也魔.  
 Hôn tán giai nhân do khí trọc,  
 昏散皆因由氣濁,  
 Niệm duyên vị đoạn, thuộc âm đa.  
 念緣未斷屬陰多.  
 Triều lai thủy diện xâm đề ngạn,  
 潮來水面侵堤岸,  
 Phong định giang tâm tuyệt lãng ba.  
 風定江心絕浪波.  
 Tính tịch, tình không, tâm bất động,  
 性寂情空心不動,  
 Tọa vô hôn tán, thụy vô ma.  
 坐無昏散睡無魔.  
 Làm sao tĩnh tọa, không ngủ mê,  
 Lúc mộng quỷ ma hay xuất hiện,  
 Ngủ mê khí tán, do khí trọc,  
 Niệm không đoạn, tại âm khí đa  
 Suy tư thủy triều sâm nhập bờ,  
 Gió ngưng, lòng sẽ hết sóng gió.  
 Tính tịch, tình không, tâm bất động,  
 Tọa không tán loạn, ngủ không ma.

Người thời thượng cổ, chỉ nghỉ ngơi nhưng không ngủ. Cho nên nói Hưởng hối nhập yển tức 向晦入  
 宴息 (tối đến nghỉ ngơi). Nếu ngủ say, thời Dương Quang tận, và Âm trọc vây hãm, cũng như chết vậy.

Nếu biết phép Yến Tức, khi đã tối, thì tai không nghe, mắt không thấy, miệng không nói, tâm không giao động, mũi thở nhẹ nhàng, tứ chi bất động. Lúc ấy, Chân Thần, Chân Khí sẽ quấn quít nhau. Ngày càng thuần thực, tự nhiên Thần đầy sẽ không ngủ, Khí đầy sẽ không ăn, tinh đầy sẽ hết dục. Nguyên Khí tự nhiên tụ lại, Chân tinh cũng tự ngưng, nội đan sẽ kết, tam thi<sup>[1]</sup> sẽ tự diệt, cữu trùng (tà khí) sẽ tự xuất.

Cái gọi là Ma Ngủ sẽ không còn biết đi đâu. Thân thể tự nhiên sẽ thấy nhẹ nhàng, tâm trí sẽ được hư Linh. Khí trong người sẽ điều hoà, thanh tĩnh. Như vậy sẽ được trường sinh, không cần biết đạo thành hay không thành.

## TỬ TRUNG ĐẠO NHÂN VẤN ĐÁP

Khách hỏi: Tọa thiền là thế nào? Ta đáp:

Yết tân nạp khí thị nhân hành,  
 咽津納氣是人行,  
 Hữu dược phương năng tọa hóa sinh.  
 有藥方能坐化生.  
 Đỉnh nội nhược vô Chân Chủng Tử,  
 鼎內若無真種子,  
 Do tương nhiệt hỏa chử không đang.  
 猶將熱火煮空鑪.  
 Yết tân nạp khí, chuyện người làm,  
 Tĩnh tọa thuốc không, sao hoá được?  
 Như nếu trong nồi không có thuốc,  
 Thì như nhóm lửa đốt nồi không.

Thích Gia gọi thế là Thủ Thi Quỷ, mài gạch mà mong thành gương soi (tu luyện như vậy mà đòi vào cảnh giới Vô Vi hay sao?) Lời nói đó như đúng, như sai.

Cơ áo bí ấy từ Bá Dương đời Tấn, đến Tử Dương đời Tống, khởi xướng ra đạo này. Kế sau, tiếp mỗi có Hải Quỳnh, Tử Quỳnh, Huỳnh Phòng, Duyên Đốc, Thượng Dương chư vị Chân Nhân. Các vị đó sáng lập ra phương pháp Kim Đan. Hệ thống tương thừa cho đến nay. Đờn nào cũng có người nắm giữ được đạo thống đó của Tam Giáo. Còn như nói: Thủ Tĩnh, Đột Tọa, đó là phương pháp của kẻ tối hạ thừa, là lối ngoại đạo dụ người, là con đường sai lạc.<sup>[2]</sup>

Khách hỏi: Vậy cuối cùng là thế nào.

Ta nói: Người có chịu đại thí Pháp tài, thề cùng Trời Đất, thì ta sẽ nói cùng người.

Khách Liền quì mà xin: Đệ tử suốt đời không gặp thầy. Nay may được gặp, xin Thầy từ bi, ân Thầy thật lớn.

Ta nói: Lại đây, Con. Ta dạy người. Người nay đã lập thệ cùng Trời Đất, Ta nói có chi sai, người chớ nghe lời nói nhảm. Ta nói lời thật, người chớ tin nhảm.

Nay ta dạy người: Tinh, Khí, Thần là Tam Bảo, là rường cột vũ trụ, là tổng quát Âm Dương. Trời Đất được chúng nên bao dung, phúc cái Kiền Khôn. Con người được chúng, nên thành Tiên, thành Phật.

Nó có trong, ngoài. Người biết sẽ tu cả hai bên. Người không biết chỉ tu một phía. Người tu một phía,

là người ngoan cố, ngu xuẩn. Người tu hai chiều sẽ chứng Tiên, Phật quả.

Người không đi theo chính thống, nói tới đây thì như người chưa nhìn thấy Đại Dương đã lui gót. Nếu người không nghi ngờ, thì ta sẽ bảo cho.

Nói Nội Ngoại Kiêm Tu, là nói cái Tinh còn ở trong trạng thái yếu minh hoảng hốt. Tinh này họ Kim, gọi là Cửu Tam Lang, húy là Nguyên Xương, hiệu là Kim Hoa Thương Phu Quân, ở phía tây ao Ngọc Trì, ra vào đều cưỡi hổ, nữ danh là Anh Nhi, sau gọi là Kim Công. Khi đến hàng xóm (Đan Điền) thì xưng chủ nhân. Nó thích ăn trái giao lê (Nguyên Thần). Nó là Tiên Thiên Địa chi Tinh, cũng là vật chí bảo của con người.

Còn Khí là từ Hư Vô trung lại. Khí đó họ Bạch. Gọi là Đại Ất Lang (Thái Nhất Nguyên Khí), tên là Nguyên Khí, hiệu là Vũ trụ Chủ Tế Tố Luyện Lang Quân. Ở Tây Xuyên. Ra vào cưỡi Bạch Hổ, nữ danh là Chân Chung Tử, sau gọi là Bạch Đầu Lão Tử. Tới hàng xóm (Đan Điền) thì gọi là Phụ Mẫu. Thích ăn rùa đen, và đa tình. Đó chính là Tiên Thiên Địa chi chính khí, tức cũng là vật chí bảo nơi con người.

Cho nên Thượng Dương Tử viết: Nếu đã là từ hư không tới, thì không phải từ Trời xuống, không phải từ đất ra, không phải cái mà thân ta có, không phải là Tinh, không phải là Huyết, không phải cỏ cây, không phải kim thạch, tất cả đều không phải. Ai là người đã được nó và biết nó?.

Nói đến Thần, là Tiên Thiên Địa chi thần, là nói tới cái Thần tên là Vô Vị Chân Nhân. Phật gọi là Ngật Lợi Đà Gia Phật. Nhận biết Thần này, sẽ biết cái diệu dụng của nó. Thần này có thể giết người, có thể sinh người. Muốn thành Tiên, thành Phật, thì phải để nó chủ trì mới được. Nên Nội Kinh có nói: Thân người có hai loại tinh, là Hồn và Phách. Phàm tùy tinh vắng lại là Thần vậy.

Bạch Tố nói: Chỉ nơi con người, thì đầu mới có Cửu Cung. Cung chính giữa trong đó gọi là Cốc Thần. Thần thường cư trong Cốc. Ngày tiếp muôn vật, đêm tiếp với Mộng. Như thế là Thần không ở yên trong Cốc. Sau một giấc Nam Kha chưa hết, một giấc Hoàng Lương chưa vẹn, thì một đời vinh nhục, trăm năm ưu bi, duyệt lạc cũng nằm trọn trong một giấc mộng. Khiến mình đi chơi mà không biết trở về. Như vậy là sống trong u minh xa cách người phàm, và con Đường sinh tử cũng đã tuyệt vậy.

Do đó mới hay: Con người không tự sống, mà Thần cho sống. Con người không tự chết mà Thần cho chết. Nếu Thần ở yên trong Cốc thì con người làm sao chết được?

Tử Dương nói: Luyện Thần tu luyện bất Thần Thần 煉神須煉不神神.<sup>[3]</sup> Chính là muốn nói thế vậy.

Thiên Dĩnh Tử<sup>[4]</sup> nói: Tuy tu hành đã lâu, nhưng không biết thế nào là Ngũ Thời 五時, Thất Hầu 七候<sup>[5]</sup>

đến nỗi tuổi thọ bị giảm, cơ thể bị tì vết, dung nhan tiêu tụy rồi chết, thế mà dám cho mình là thông minh, giác ngộ, cho mình là thành đạo, thì thật là quá nhầm vậy.

Còn như nói đến tọa thiền, ta cũng đã chán không muốn nghe. Dẫu là thượng phẩm thánh tiên tôn quý, thì cũng do người biết tu luyện mà nên. Nếu không đạt được như vậy, thì xin đừng nói, vì người chưa tỉnh ngộ vậy.

<sup>[1]</sup> Tam Bành: Bành Cự, Bành Chất, Bành Kiếu.

<sup>[2]</sup> Tức là Ngồi kiệt già, thẳng người không chưa đủ, còn phải biết cách vận thần, khí bên trong nữa.

<sup>[3]</sup> Bất thần thần chính là Thức Thần trong con người. Nó thường nhiễu loạn Nguyên Thần.



[4] Có lẽ là Thiên Ân Tử tức Tư Mã Thừa Trinh.

[5] Ngũ Thời là: Đệ nhất thời: Tâm động đa, tĩnh thiếu.- Đệ nhị thời: Tâm tĩnh thiếu, động đa. Đệ tam thời: Động tĩnh tương bán. - Đệ tứ thời: Tĩnh đa, động thiếu. - Đệ ngũ thời: Tâm nhất hướng thuần tĩnh. Thất hầu là: Đệ nhất hầu: Túc bệnh tính tiêu (Bệnh cũ lành hết = Giai đoạn đắc đạo). - Đệ nhị hầu: Siêu quá thường hạn, sắc phản đồng nhan (= Con người trẻ lại). - Đệ tam hầu: Diên niên thiên tải (Sống lâu = Giai đoạn Tiên Nhân). - Đệ tứ hầu: Luyện thân thành khí (= Giai đoạn Chân Nhân). - Đệ ngũ hầu: Luyện khí thành Thần (= Giai đoạn Thần Nhân). - Đệ lục hầu: Luyện Thần hợp sắc (= Giai đoạn Chí Nhân). - Đệ thất hầu: Cao siêu vật ngoại (= Giai đoạn Cứu cánh). Xem Trung Hoa Đạo giáo đại từ điển, tr. 1194. Xem thêm tr. 968: nơi chữ Ngũ thời.

Tiên học từ điển gọi Thất hầu trên đây là Thất hiệu (7 hiệu quả).

Tiên học từ điển giải Thất hầu như sau:

Nhất hầu: Tâm Định, dị giác. (Tâm định, dễ giác ngộ).- Nhị hầu: Túc tật phổ tiêu (Bệnh Cũ lành hết). - Tam hầu: Điền bổ, phá tổn (Sửa sang chếch mác trong con người). - Tứ hầu: Khí túc, thần sung (Tinh thần sung mãn).- Ngũ hầu: Hoá hình vi khí.- Lục hầu: Hoá khí vi thần. - Thất hầu: Hoá thần vi hư.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#) [14](#) [15](#) **16**

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

### THÁI DƯỢC QUI HỒ ĐỒ

#### 圖壺歸藥採



- |   |         |
|---|---------|
| Thiên Nhân hợp phát chi cơ.                 | 天人合發之機  |
| Tử mẫu phân thai chi lộ.                    | 子母分胎之路  |
| Cửu Linh thiết cổ. <sup>[1]</sup>           | 九靈鐵鼓    |
| Thái Huyền Quan. <sup>[2]</sup>             | 太玄關     |
| Vĩ lư huyết.                                | 尾闔穴     |
| Nhâm đốc tiếp giao chi xứ. <sup>[3]</sup>   | 任督接交之處, |
| Âm Dương biến hóa chi hương. <sup>[4]</sup> | 陰陽變化之鄉, |
| Tam túc Kim Thiềm. <sup>[5]</sup>           | 三足金蟾,   |

Tàng Kim Đầu.<sup>[6]</sup> 藏金斗

Sinh tử huyết.<sup>[7]</sup> 生死穴

Dục đạt vị đạt ý phương khai,

欲達未達意方開,

Tự ngộ vị ngộ cơ chính mật,

似悟未悟機正密,

Tồn tồn phi giải dưỡng Linh căn,

存存匪懈養靈根.

Nhất cục viên minh tự gia mịch.

一朶圓明自家覓.

Chân diên xuất mộc thiếu nhân tri,

真鉛出木少人知,

Bán thị vô vi, bán hữu vi.

半是無為半有為.

Sạ kiến Tây phương nhất điểm nguyệt,

乍見西方一點穴.

Thuần dương tạt tẩu báo Chung Ly.

純陽疾走報鍾離.

Đạt điều chưa đạt, ý mới mở

Hiểu điều chưa ngộ, mới là hay.

Luôn giữ Linh Căn, cho chuyên nhất,

Nội đan tròn trặn, mình tự kiểm,

Nguyên khí trong người, ít ai biết,

Nguyên khí nửa Vô nửa Hữu Vi.

Hốt thấy nội đan tại Tây Phương.

Thuần Dương<sup>[8]</sup> vội chạy báo Chung Ly.<sup>[9]</sup>

Văn ư bất văn hảo ôn tồn,

聞於不聞好溫存,

Kiến ư bất kiến hữu kinh phạ.

見於不見休驚怕.

Chỉ tại vật vong, vật trợ gian,

只在勿忘勿助間,

Ưu nhi du chi sử tự hoá.

優而游之使自化.

Nhất vẫn động xứ chúng Dương lai.

一 勞 動 處 眾 陽 來.

Huyền khiếu khai thời khiếu khiếu khai,

玄 竅 開 時 竅 竅 開,

Thu thập thiềm quang, qui Nguyệt Quật,

收 拾 蟾 光 歸 月 窟,

Tòng tư hữu lộ đáo bông lai.

從 茲 有 路 到 蓬 萊.

Nghe cái chưa nghe mới là hay,

Thấy điều chẳng thấy, sợ chi đây.

Cứ để tự nhiên, đừng vọng động,

Cứ sống an nhiên, biến hóa lai.

Nhất Dương vừa động, chúng Dương tụ (quẻ Phục)

Huyền Khiếu khai thời, khiếu khiếu khai,

Thu thập ánh trăng về Nguyệt Quật,

Từ đó có đường đến Bồng Lai.

Hữu tượng chi hậu, Dương phân Âm dã,

有 象 之 後 陽 分 陰 也,

Vô tượng chi tiền, Âm hợp Dương dã.

無 象 之 前 陰 合 陽 也.

Triều Thiên Lĩnh 朝天嶺,[\[10\]](#) Khí hải môn 氣海門,[\[11\]](#) Tào Khê lộ 曹溪路,[\[12\]](#) Tam xóa khẩu 三岔口,[\[13\]](#) Bình, Dị huyết 平易穴,[\[14\]](#) Hàm Trì 咸池,[\[15\]](#) Âm Đoan 陰端,[\[16\]](#), Cẩm môn 禁門,[\[17\]](#) Hội Dương 會陽, Trường Cường 長強, Phách Môn 魄門.[\[18\]](#), PHỤC TÍ 復子. KHÔN NỮ 坤女. Địa trục 地軸, Âm Khiêu 陰躄, Đào Khang 桃康,[\[19\]](#) Nhân môn 人門,[\[20\]](#) Qui lộ 鬼路, Hội Âm 會陰,[\[21\]](#) Cốc Đạo 谷道, Long Hồ huyết 龍虎穴,[\[22\]](#) Tam xóa cốt 三岔骨,[\[23\]](#) Hư Nguy huyết 虛危穴, Hà Xa lộ 河車路, Hà Xa cốt 河車骨,[\[24\]](#) Thượng Thiên Thê 上天梯.[\[25\]](#)

[\[1\]](#) Có lẽ là Cửu Trùng Thiết Cổ thì đúng hơn. Vĩ Lư huyết.

[\[2\]](#) Âm Kiều huyết hay Vĩ Lư Huyết.

[\[3\]](#) Chỉ Đan Điền.

[\[4\]](#) Chỉ Đan Điền.

[\[5\]](#) Đan Điền.

[\[6\]](#) Đan Điền, Vĩ Lư Huyết.

[\[7\]](#) Đan Điền, Âm Kiều huyết.

- [8] Lữ Động Tân.
- [9] Chung Ly Quyền.
- [10] Vĩ Lữ.
- [11] Vĩ Lữ.
- [12] Vĩ Lữ.
- [13] Sinh Tử Huyệt, hay Hội Âm huyết.
- [14] Bình dị huyết hay Vĩ Lữ.
- [15] Vĩ Lữ.
- [16] Vĩ Lữ.
- [17] Vĩ Lữ.
- [18] Vĩ Lữ.
- [19] Hạ đan điền chi thần.
- [20] Vĩ Lữ.
- [21] Vĩ Lữ hay Âm Kiêu.
- [22] Vĩ Lữ.
- [23] Vĩ Lữ.
- [24] Vĩ Lữ.
- [25] Xem Trung Hoa Đạo Giáo Đại Từ Điển, nơi chữ Vĩ Lữ, Vĩ Lữ Huyệt, Vĩ Lữ giới địa, tr. 1176.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)

## ĐỆ TỬ TIẾT KHẨU QUYẾT

### THIÊN NHÂN HỢP PHÁT, THÁI DƯỢC QUI HỒ

第四節口訣：天人合發，采藥歸壺

Nội phụ Bế Nhâm, Khai Đốc, Tụ Hòa Tả Kim nhị quyết

Có nghe Thầy nói: Con người nhận được Trung Khí của Trời Đất mới sinh, nên vốn có Chân Chủng (chỉ Dược Vật). Chân Chủng ấy, có thể sinh sôi vô cùng, có thể bất sinh, bất diệt. Nhưng nếu con người không biết bảo thủ nó, thì nó sẽ ngày một tiêu hao, cuối cùng sẽ chết. Biết bảo thủ mà không biết đoàn luyện, cuối cùng sẽ không kiên cố, dễ bị Tọa Hóa đoạt mất.

Nhưng nếu biết gìn giữ hần hoi, lại biết đoàn luyện, thì nó sẽ ngưng kết thành đơn, giống như Kim Ngọc, có thể Trường sinh, có thể bất hóa.

Như muốn luyện Đan này, tuy là phải lấy dược vật làm chủ nhưng muốn hái thuốc này, thì phải dùng công phu tại căn bản. Thế nào là căn bản?

Thưa đó là Thái Cực trong ta. Trời đất lấy hỗn hỗn, độn độn làm Thái Cực. Thân ta lấy yếu yếu, minh minh làm Thái Cực. Thiên địa do Âm Dương giao cấu cho nên sinh Vạn Vật. Thân ta nhờ Âm Dương giao cấu nên sinh Đại Dược. Đại Dược sinh trong thân ta, với Thiên Địa sinh vật không khác. Cũng chỉ là Âm Dương nhị khí, cái thi, cái hóa mà Huyền Hoàng tương giao, nhất bầm, nhất thụ, mà dưới trên tương tiếp, hỗn hóa thành một. Cho nên nói Hỗn Độn. Hỗn độn là phu quách (cảnh giới) của Trời Đất. Yếu minh là bào thai của Đại Dược (Nội Đơn).

Nam Hoa Kinh nói: Chí Đạo chi tinh. Yếu yếu minh minh 至道之精. 窈窈冥冥 (Tinh hoa của Chí Đạo là Yếu Yếu, Minh Minh).

Đạo Đức Kinh nói: Yếu hê, Minh hê, kỳ trung hữu tinh, kỳ tinh thậm chân 窈兮, 冥兮, 其中有精, 其精甚真.<sup>[1]</sup>

Tưởng muôn loài tối tăm u uẩn,

Tinh quang Trời vẫn lẩn bên trong.

Tinh quang ấy thực Thiên Chân.

Chân Tinh đó, chính là Chân Chủng Tử tống thân ta. Vì nó nhập vào Hỗn Độn nên gọi là Thái Cực, vì nó là Nguồn Gốc sinh hóa, nên gọi là Tiên Thiên; vì nó là Âm Dương chưa phân, nên gọi là Nhất Khí, cũng còn gọi là Hoàng Nha, là Huyền Châu, là Chân Diên, là Dương Tinh. Cái Tinh Hoa đó nếu ngưng kết bên ngoài vũ trụ, thì là Kim, Thạch, qua vạn năm không hư.

Nếu con người biết Phản Thân (biết Hồi Quang, Quán Chiếu) là tìm ra được Dương Tinh ấy trong mình, mà ngưng kết lạt thành châu bửu, thì cũng sẽ vô cùng như trời đất, Kim, Thạch làm sao mà sánh được?

Nhưng Dương Tinh này không dễ có được. Vì trong thân ta, từ trên xuống dưới, cái gì là hữu hình thì cũng đều thuộc âm. Cho nên Vân Phòng Chân Nhân nói: Cái thân tứ đại của ta, tất cả đều thuộc Âm, không biết cái gì là Dương Tinh.

Duyên Đốc Tử nói: Cái nhất điểm Dương Tinh trong người ta, không ở Tâm, Thận mà ở Huyền Quan Nhất Khiếu.<sup>[2]</sup> Nhận đắc Huyền Quan tiện thị Tiên. Có biết Huyền Quan, thì các chữ Đỉnh Lô, Dược Vật, Hỏa Hầu mới hiểu được hần hoi. Huyền Quan là từ bỏ Thức Thần, là phát huy NGUYÊN THẦN. Lưu Nhất Minh gọi Huyền Quan là Huyền Tẩn hay Huyền Tẩn Môn.

Liễu Hoa Dương gọi Huyền Quan là Trung Cung, là Thiên Tâm.

Có người còn gọi đó là Quân Hỏa, Chân Hỏa, Chân Tính, Nguyên Thần.

Nó thông qua Đốc Mạch, Nhâm Mạch, Xung Mạch, Đới Mạch, trên thông với Tâm, dưới thông với Quan Nguyên, đằng sau thông với Thận, đằng trước thông với Rốn, tán ra châu thân, là Tổng Căn của Bách Mạch, nên gọi là Tiên Thiên. Cổ nhân gọi khiếu này là Khiếu trung Khiếu. Mà Khiếu là Đan Điền. Trên thì gọi là Kim Đỉnh, trên chút nữa thì gọi là Huỳnh Đỉnh, phía dưới Khiếu gọi là Quan Nguyên. Gọi là Huỳnh Đỉnh, là Kim Đỉnh, là Khí Hải, là Quan Nguyên tất cả đều Vô Hình. Ta không nên chấp nhất, câu nệ. Thánh Nhân còn gọi Quan Nguyên là Trung. Cái Trung này Tịch nhiên bất động, cảm nhi toại thông gồm đủ cả hai bề Thể Dụng, v.v.<sup>[3]</sup>

Triệu Trung Nhất nói: Nhất thân nội ngoại tận giai Âm, Mạc bả Dương tinh lý diện tâm 一身內外盡皆陰, 莫把陽精里面尋 (Thân ta nội ngoại thủy là Âm, Đừng tìm Dương Tinh ấy trong ta).

Khửu Trường Xuân nói: Dương Tinh tuy thị có được trong khi giao hợp, nhưng không phải là Ngự Nữ chi thuật, trong không phải là thân xác do cha mẹ sinh ra, ngoài không phải là Châu Báu của núi rừng. Tìm tòi Dương Tinh trong ta, chắc là sai, nhưng tìm cầu nó bên ngoài cũng chẳng đúng.

Những lời như vậy có khác gì mò trăng đáy nước, hái hoa trong gương đầu? Những người thiệt thông minh như Nhan Hồi, Mẫn Tử cũng khó mà hiểu nổi.

Chính vì Thầy ta ít nói tới nên thế nhân cũng ít người biết. Không phải người bây giờ mới thấy thế mà cổ nhân trước cũng không hiểu nổi.

Ngọc Đỉnh Chân Nhân viết:

Ngũ Hành, Tứ Tượng Khảm hòa Ly,

五行四象坎和離,

Thi quyết phân minh thuyết dữ y.

詩訣分明說與伊.

Dược sinh, hạ thủ công phu xử,

藥生下手工夫處,

Kỷ nhân hội đắc, kỷ nhân tri.

幾人會得幾人知.

Ngũ Hành, Tứ Tượng, Khảm với Li,

Khẩu quyết phân minh nói cho nghe,  
Thuốc sinh, và cách ra tay xử,  
Ít người hiểu nổi, ít người hay.

Tử Dương Chân Nhân nói: Thử cá sự, thế gian hi, Khởi thị đẳng nhân nhân đắc tri 此 這 事 世 間 稀,  
豈 是 等 閑 人 得 知 (Cái chuyện này, thế gian hiếm. Thường nhân làm sao mà biết).

Hạnh Lâm Chân Nhân nói:

Thần khí qui căn xứ, 神氣歸根處,  
Thân Tâm phục Mệnh thì. 身心復命時.  
Già ta Chân Khổng Khiếu, 這些真孔竅,  
Liệu đắc thiếu nhân tri. 料得少人知

Thần Khí qui Căn xứ,  
Thân Tâm Phục Mệnh Thì,  
Chính Chân Khổng Khiếu ấy,  
Mấy ai hiểu được đây?

Bá Dương Chân Nhân nói:

Nhất giả dĩ yểm tế, Thế nhân mạc tri chi.  
一者以掩蔽, 世人莫知之  
Chữ Nhất sâu kín vậy, Thế nhân ít kẻ hay.

Nhất là gì? Nó là Cái Trung chưa phát,<sup>[4]</sup> là Bất Nhị chi Nhất, mà trước đây gọi là Tiên Thiên Nhất Khí vậy.

Thúy Hư Thiên viết:

Đại dược tu bằng Thần Khí Tinh,  
大藥須憑神氣精,  
Thái lai nhất xứ kết giao thành.  
采來一處結交成.  
Đơn đầu chỉ thị Tiên Thiên Khí,  
丹頭只是先天氣,  
Luyện tác Hoàng Nha, phát Ngọc Anh.  
煉作黃芽發玉英.  
Đại Dược chẳng qua Thần, Khí, Tinh,  
Hái cất đem về giao kết thành.  
Đan dược chính là Tiên Thiên Khí,  
Cũng gọi Hoàng Nha hay Ngọc Anh.

Phục Mệnh Thiên viết:

Thái nhị nghi vị phán chi khí,



采二儀未判之氣,  
 Đoạt Long Hồ thủy cấu chi tinh,  
 奪龍虎始媾之精,  
 Thiểm nhập Huỳnh Phòng,  
 閃入黃房,  
 Đoạn thành chí bửu.  
 鍛成至寶.  
 Lấy hỗn độn vị phân chi Khí,  
 Lấy Nguyên Thần, Nguyên Khí, Nguyên Tinh.  
 Dem về Huỳnh Phòng,  
 Luyện thành chí bửu.

Sùng Chính Thiên có bài:

Hàn nguyên vạn trượng thụ ly long,  
 寒源萬丈睡驪龍,  
 Hàm hạ tàng châu quýnh quýnh hồng.  
 頷下藏珠炯炯紅.  
 Cẩn mật bất kinh, phương thái đắc,  
 謹密不驚方采得,  
 Tiện y thời nhật pháp thần công.  
 便依時日法神功.  
 Hàn Tuyền muôn trượng ngũ rờng đen,  
 Trong mồm có ngọc đỏ hây hây,  
 Cẩn thận, chẳng kinh sẽ lấy được,  
 Dem về tu luyện đúng tháng ngày.

Muốn Thái Dược, phải không hái mới hái được.

Muốn thủ Dược phải không thủ mới thủ được. [\[5\]](#)

Phải tĩnh định, không dùng động tác mới được.

Xưa Hoàng Đế mất Huyền Châu mới bảo Tri, Ly Chu và Khiết Cấu đi tìm, nhưng không tìm được. Liên sai Vồng Tượng. Vồng Tượng tìm được. Vồng Tượng chính là quên hình hài. Phải Vong Hình, Vồng Tượng, thì mới tìm ra được Tiên Thiên Nhất Khí.

Hệ Hoại Tập (Tiên Thiên ngâm) viết:

Nhất phiến Tiên Thiên hiệu Thái Hư,  
 一片先天號太虛,  
 Đương kỳ vô sự kiến Chân Du.  
 當其無事見真腴.

Nhất phiến Tiên Thiên gọi Thái Hư,  
Chính trong vô sự thấy Thái Du. [6]

Lại nói:

Nhược vấn Tiên Thiên nhất tự Vô,  
若問先天一字無,  
Hậu Thiên phương yếu khán công phu.  
後天方要看功夫.  
Muốn hỏi Tiên Thiên nhất tự Vô.  
Hậu Thiên cần phải rõ công phu

Tiên Thiên là gì? là Tịch nhiên bất động. Là yếu yếu, minh minh, là Thái Cực khi chưa phân chia.  
Hậu Thiên là gì? là Cảm nhi toại thông. Là hoảng hoảng, hốt hốt, là khi Thái Cực đã phân chia vậy.  
Hỗn Nguyên Bửu Chương có câu:

Tịch nhiên bất động cảm nhi thông,  
寂然不動感而通,  
Khuy kiến Âm Dương tạo hóa công. [7]  
窺見陰陽造化功.

Tịch nhiên bất động (Tiên Thiên), Cảm nhi thông (Hậu Thiên),  
Nhìn thấy Âm Dương Tạo Hóa công.

Tin ở Tịch Nhiên Bất động, là tâm con người thông được với Trời, và có thể đoạt cơ Tạo Hoá.

Túy Hư Thiên vân:

Mạc hướng Thận trung cầu Tạo Hóa,  
莫向腎中求造化,  
Khước tu Tâm lý mịch Tiên Thiên.  
卻須心里覓先天.  
Đừng tìm Tạo Hoá nơi quả Thận,  
Muốn thấy Tiên Thiên phải do Tâm.

Trong khi Hỉ Nộ còn chưa phát, nghe nhìn tất cả còn chưa tới, lúc sông núi còn yên tĩnh, núi non còn chưa bốc khói, Nhật Nguyệt còn chưa vận hành, Tuyền Ki còn chưa chuyển động, bát mạch còn qui nguyên, hô hấp còn chưa có, hãy còn thâm nhập vào trong yếu minh, còn chưa biết có trời che và đất chở, chưa biết rằng thế giới còn có người, mình còn có thân. Phút chốc Tam Cung (Tam Đan Điền) sung mãn Nguyên Khí.

Cơ Tạo hóa máy động, âm thanh bắt đầu có, nên:

Nhất kiếm tạc khai Hỗn Độn,  
一劍鑿開混沌,  
Lưỡng thủ phách Liệt Hồng Mông.  
兩手劈裂鴻蒙.

Một kiếm tạc khai Hổn Độn,  
Hai tay banh bữa Hồng Mông.  
Thế là từ Vô sinh ra Hữu.

Ninh Huyền Tử có thơ:

Bất tại trần lao bất tại sơn,  
不在塵勞不在山,  
Trực tu cầu đảo yếu minh đoan.  
直須求到窈冥端.

Chẳng ở trần ai, chẳng núi non,

Vào sâu Thiên Lý, mới thấy chàng (Dương Tinh).

Yếu minh là gì? Đó là lúc Hư Cực Tĩnh Đốc.

Trong tâm rảnh rang vô vật là Hư. Niệm đầu chưa khởi là Tĩnh. Chí Hư cho đến cùng cực, Thủ Tĩnh cho đến thuần nhất, thì Âm Dương tự nhiên sẽ kết hợp. Âm dương kết hợp thì Dương Tinh sẽ sinh ra. [8]

Cho nên Trần Nê Hoàn nói: Lưu đắc Dương Tinh, Thần Tiên hiện thành. 留得陽精, 神仙現成 (Lưu được Dương Tinh, Thần Tiên hiện thành).

Vả Dương Tinh là do nhật nguyệt phát sinh, nhưng thế nhân không biết cách hấp thụ, cho nên nó tán ra thành khí chu lưu trong thân.

Chí Nhân biết phép truy nhiếp nó lại, tụ nó lại thành Nhất Thủ Chi Châu (hạt Châu to bằng hạt gạo). Thích Gia gọi là Bồ Đề, Tiên Gia gọi là Chân Chủng.

Người Tu Tĩnh mà không biết Bồ Đề tử ấy, thì kinh Viên Giác gọi họ là «Chủng Tính ngoại đạo». Người Tu Mệnh mà không biết Chân Chủng tử ấy thì kinh Ngọc Hoa gọi họ là «Khô tọa bàng môn» vậy.

Trương Tử Dương nói:

Đại Đạo tu chi hữu dị nan,  
大道修之有易難,  
Dã tri do ngã, dã do thiên.  
也知由我我由天.

Tu Đại Đạo vừa khó, vừa dễ,

Chuyện đó do ta cũng do Trời.

Nếu con người không biết Dực sinh ra sao, Thái Thủ thế nào, Phanh Luyện thế nào, thì không thấy chỗ dễ của nó.

Nếu biết rõ giờ Thuốc sinh, biết khẩu quyết để Thái Thủ, biết công phu phanl luyện, thì không thấy chỗ khó của nó. Tùy như gặp hay không gặp được Thầy vậy.

Cho nên nói:

Nguyệt chi viên, tồn hồ khẩu quyết,  
月之圓存乎口訣,  
Thời chi Tí, diệp tại tâm truyền.

時之子妙在心傳.

Trăng mà tròn được, nhờ khẩu quyết,  
Giờ Tí hay ho, tại tâm truyền.

### Lời bàn của Dịch Giả:

#### 1. Được Vật là Thần, Khí, Tinh.

Bạch Ngọc Thiềm nói: Tinh này không phải là Tinh Khí khi giao cảm. (Theo tôi: Trong tủy xương sống vốn có Nước. Nước này trong vắt. Trong tủy sống cũng có Khí. Mỗi khi lấy nước trong tủy sống ra mấy phân khối, thì y sĩ thường bơm vào một số phân khối khí trời tương đương, để phòng cho bệnh nhân khỏi chóng mặt. Và trong tủy sống chắc có Thần, vì Thần là Khí tinh luyện.)

Khí này không phải là Khí Hô hấp. Thần đây không phải là Thần Tư Lự mà là Nguyên Thần. Đó chính là Nguyên Tinh, Nguyên Khí, Nguyên Thần.

Tinh là cơ sở, Khí là Động lực, Thần là Chủ Tế.

Du Diễm nói: Tâm hư thì Thần ngưng, Thần ngưng thì Khí tụ, Khí tụ thì Tinh sinh.

Cho nên thái được cốt là Tâm không có tạp niệm và Hư Tĩnh, như vậy mới có thể ngưng thần nhập Khí huyết.

Đan gia cho rằng: Luyện Tinh hoá Khí là Ngoại Được. Luyện Khí hoàn thành (hoá Thần) là Nội Được.

Lục Tây Tinh gọi: Dương Tinh là Được Vương, là Chân Diên.

Được chính là Nhân Đơn, làm tăng khí lực, làm cho thân thể khinh khoáng, kiên cường, khiến tà khí không thể xâm nhập. Nó làm cho con người trở thành Thần Tiên vậy. [\[9\]](#)

Được vật cũng còn gọi là Đại Được, Thượng Được.

Tính Mệnh Khuê Chỉ, tập 1 có nói:

Đại được tuy phân Thần, Khí, Tinh,

Tam ban nguyên thị nhất căn sinh.

Phàm phu sinh tử như luân chuyển,

Chỉ nhân mê khước Bản Lai Tâm.

Đại được tuy phân Thần, Khí, Tinh,

Tam Ban cũng vẫn một gốc sinh,

Phàm nhân luân chuyển trong sinh tử,

Chẳng qua không biết Bản Lai Tâm.

Đại được cũng còn gọi là Đơn Mẫu, hay Chân Diên, hay Kim Dịch Hoàn Đơn, hay Kim Đơn Đại Được. Nó cũng gắn liền với Chữ Thất Nhậ Lai Phục của Kinh Dịch.

#### 2. Thái Được hay Thái Thủ.

Thái Được là lúc tĩnh tọa sẽ thấy Nguyên Tinh phát sinh, vừa thấy cảm giác, liền tức tốc phải Thượng Vận. Và phải dùng Chính Niệm thu nhiếp Nguyên Tinh về Đan Điền. Thái Được có hai thứ: Thái Tiểu Được và Thái Đại Được.

Thái Tiểu Được là Luyện Tinh hóa Khí.

Thái Đại được là Luyện Khí hóa Thần. Nguyên Khí, Nguyên Tinh là Được. Dùng Vi Ý đem Nguyên

## Tinh về Đan Điền là Tiểu Thái Dược.

Dùng bốn chữ Hấp=Hít vào, Đễ=Đưa lưỡi lên cửa để khóa mồm, Toát=Khép kín Hậu Môn, Beá=Nhắm mắt, ngậm miệng, để luyện Nguyên Khí cho thành Đại Dược (Đan mẫu).[\[10\]](#)

Muốn thái dược phải có thời. Phải Thái Thủ vào lúc giờ Tí, hay Hoạt Tí (Tí là từ 11 giờ đến 1 giờ đêm. Hoạt Tí là giờ Tí Linh động. Lấy kiến nghiệm làm chuẩn. Hoạt Tí là Lúc Nhất Dương lai phục, đó là giờ Tí trong Thân ta. Đạo Quang nói: Tu luyện bất dụng tầm Đông Chí, Thân trung tự hữu nhất Dương sinh.[\[11\]](#)

Trần Trí Hư nói: Phù Thái thủ giả, thái Tiên Thiên chi khí, thủ Chân Nhất chi diên.[\[12\]](#)

\*\*\*

Xưa nghe Doãn Sư nói:

Dục cầu Đại Dược vi đơn bản,  
欲求大藥為丹本,  
Tu nhận thân trung Hoạt Tí Thời.  
須認身中活子時.  
Muốn dùng Đại Dược làm Đơn Bản,  
Phải biết thân trung Hoạt Tí Thời.

Lại có kệ:

Nhân đọc «Kim Đơn tự»,	因讀金丹序
Phương tri Huyền Tẩn Khiếu.	方知玄牝竅
Nhân đọc Nhập Dược Kính,	因讀入藥鏡
Hựu tri ý sở đáo.	又知意所到
Đại Đạo hữu Âm Dương,	大道有陰陽
A Âm Dương tùy động tĩnh.	陰陽隨動靜
Tĩnh tắc nhập yếu minh,	靜則入窈冥
Động tắc hoảng hốt ứng.	動則恍惚應
Chân Thổ phân Mậu Kỷ,	真土分戊己
Mậu Kỷ bất đồng thời.	戊己不同時
Kỷ đáo đản tự nhiên,	己到但自然
Mậu đáo hữu tác vi.	戊到有作為
Phanh luyện Khảm trung Diên,	烹煉坎中鉛
Phối hợp Ly trung Hống.	配合離中汞
Diên Hống kết Đơn Sa,	鉛汞結丹砂
Thân Tâm phương nhập định.	身心方入定

Nhân đọc tựa Kim Đơn,  
Mới hay Huyền Tẩn Khiếu.  
Nhân đọc Nhập Dược Kính,

Mới biết nơi Ý đến.

Đại Đạo có Âm Dương,

Âm Dương là Động Tĩnh.

Tĩnh thời nhập yếu minh,

Động thời hoảng hốt ứng.

Mậu Kỷ khác giờ nhau.

Kỷ đến do Tự Nhiên,

Mậu lai có tác vi.

Phanh luyện Khảm trung Diên,

Phối hợp Ly trung Hống.

Diên Hống kết Đơn Sa,

Thân Tâm mới nhập định.

Nói Động Tĩnh, nói Yếu Minh, nói Chân Thổ đều nói về khẩu quyết của Hoạt Tí Thời.

Thế nào là Động Tĩnh?

Thưa: Tịch nhiên bất động, phản bản, phục tĩnh, đó là giờ của Khôn. Ta lấy Tĩnh mà đợi nó. Tĩnh cực rồi động, Dương khí mạnh nha, đó là giờ của Phục. Ta lấy động mà ứng với nó.

Đáng Động mà pha Tĩnh vào, đáng Tĩnh mà pha Động vào. Hoặc khi chưa lớn mà lại nâng cho lớn lên, hoặc khi đã hết mà còn thêm, đều không phải là lẽ thường tình của Động Tĩnh.

Bậc Chí Nhân xưa nói: Động là Thiên Hành, Tĩnh là Uyên Mặc (lặng như vực sâu). Đáng động thì động, đáng tĩnh thì tĩnh, đó là lẽ thường.

Học giả ngày nay, không biết rằng Động Tĩnh trong Đơn pháp có qui luật, nên người chuyên về Đông, nườì lại chuyên về Tĩnh. Đối với họ, Động là Hành Khí, Tĩnh là Thiên Định. Như vậy là sai.

Chỉ Huyền Thiên há chẳng nói:

Nhân nhân khí huyết bản thông lưu,

人人氣血本通流,

Doanh vệ Âm Dương bách khắc chu.

營衛陰陽百刻周.

Khởi tại bế môn, học hành Khí,

豈在閉門學行氣,

Chính như đầu thượng hựu an đầu.

正如頭上又安頭.

Ai ai khí huyết cũng lưu thông,

Chảy quanh Doanh Vệ, suốt ngày rờng.

Đâu tại bế môn học hành khí,

Như đã có đầu rồi lấp thêm luôn.

Đâu phải Hành Khí là động?

Túy Hư Thiên cũng nói:

Duy thử Kiền Khôn chân vận dụng,

惟此乾坤真運用,

Bất tất ngọt ngọt, đồ vô ngôn.

不必兀兀徒無言.

Vô Tâm, vô niệm, Thần dĩ hôn,

無心無念神已昏,

An đắc ngưng tụ thành thai tiên.

安得凝聚成胎仙.

Đất trời vận dụng có qui mô,

Đâu phải ngồi ngây, miệng lặng tờ.

Tâm không, không niệm, Thần hôn mất,

Sao mà ngưng tụ kết Thai Tiên?

Đâu phải Thần Định là Tĩnh.

Con người Động cực thì Tĩnh, tự nhiên sẽ nhập vào yếu minh, yếu minh là khi ngủ. Tuy nhập vào cảnh giới không trời, không đất, không người, nhưng chưa đi vào mộng cảnh.

Nhưng khi đã vào mộng cảnh, thì sẽ có Vui, Giận, Kinh, Khủng, Phiền, Nỗi, Bi, Hoan, Ái, Dục đủ mọi tình huống, không khác lúc ban ngày.

Nhưng lại khác với cảnh giới yếu minh không Trời, không Đất, không người.

Yếu yếu, Minh Minh chỉ thấy ban ngày lúc Động Cực mong tĩnh, mới có cảnh tượng đó. Còn như đêm khi ngủ say, tắt lại có mộng, thì làm sao mà có cảnh tượng Yếu Minh này được?

Lúc ban ngày, mỗi khi có lúc Yếu Minh, thì con người lại suy nghĩ tứ tung làm mất giây phút ấy. Còn như cầu để mà vào tình trạng yếu minh, thì thật là hiếm vậy.

Thôi Công (Nhập Dược Kính) nói: Nhất nhật nội, Ý sở đáo, Giai khả vi 一 日 內, 意 所 到, 皆 可 為 (Trong mỗi ngày, Ý mà đến, Đều làm được).

Trong một ngày, ý đến không phải một lần, nên Thái Thủ cũng không phải chỉ có một lần.

Trương bình Thúc gọi thế là: Một hột rồi lại một hột, từ ít tời nhiều vậy.

Tóm lại Đại Dược cần lấy Chân Ý mà cầu. Cho nên nói: Hảo bả Chân Diên, chước ý tầm 好 把 真 鉛, 著 意 尋 (Phải chú ý mới tìm được Chân Diên).

Lại còn nói: Hằng hướng Hoa Trì chước ý tầm 恆 向 華 池 著 意 尋 (Luôn phải hướng về Đôn Điền chú ý tìm cầu).<sup>[13]</sup>

Cho nên, Chân Ý trong con người, chính là Chân Thổ. Chân Thổ sinh ra có khi không phải do cảm xúc mà cũng do tự nhiên. Dù khi ngồi xe hay cưỡi ngựa, dù là trong khi huyền não nó cũng phát sinh được. Không gì cấm chỉ được nó. Cho nên gọi là Chân Thổ.

Chân Thổ có hai loại: Mậu và Kỷ. Thổ đã có hai, thì Ý cũng có hai. Gọi là hai vì có đủ Âm Dương. Gọi là Chân, vì không chút cưỡng cầu, tà ngụy. Nếu đã cưỡng cầu, tà ngụy, thì đã có mưu lự. Mưu lự là thuộc hư giả, Không phải là Chân Ý vậy,

Có Chân Ý này rồi, thì Chân Diên mới sinh. Sao lại nói rằng: Có Chân Ý rồi, Chân Diên mới sinh?

Vì Động cực rồi Tĩnh. Chân Ý vừa đến sẽ nhập yếu minh. Ý này thuộc Âm, gọi là Kỳ Thổ. Âm Dương giao cấu, chính đáng là khi Dương Hào vừa động, tự cảm thấy như hoa lòng vừa nở ra, khí ấm đầy mình, Âm Dương giao nhau nên Chân Tinh tự sinh. Mà Chân Tinh tức là Chân Hống. Cho nên nói: Thủy Hương Diên, chỉ nhất vị 水鄉鉛, 只一味 (Thủy Hương Diên chỉ có một mùi vị) chính là vì vậy.<sup>[14]</sup>

Âm Dương giao cấu. Giữa lúc Âm Dương chưa chia và sẽ chia, còn hoảng hoảng, hốt hốt, đó chính là lúc Âm cực sẽ Động. Cái Ý này thuộc Dương, đó là Mậu Thổ. Lúc ấy Chân Diên vừa lộ, được vật hầy còn non yếu. Lúc ấy đã có hình có tượng, chẳng khác gì lúc mới bình minh, vừa thấy phát động quan kiện, tức tốc phải thái thủ lấy ngay, thì Chân Tinh vừa sinh ấy mới không bị mất mát.

Gọi là Thái Thủ Công Phu, chính là Hình giải quyết 形解訣 của Đạt Ma, chính là Sơ Thừa Quyết 初乘訣 của Bạch Hải Thiềm.

Cả hai khẩu quyết đại khái giống nhau, và không ngoài bốn chữ: Hấp 吸, Thiếm 舔, Toát 撮, Bế 閉.

Thuần Dương Tổ Sư nói:

Yếu yếu, minh minh sinh Hoảng Hốt,  
窈窈冥冥生恍惚,  
Hoảng Hoảng, Hốt Hốt kết thành Đoàn,  
恍恍惚惚結成團.

Đó chính là khẩu quyết này.

Tuy hầy còn là Phép Hữu Vi, chưa phải là Chân Thổ, nếu vậy làm sao thi triển công phu?

Cho nên nói: Chân Thổ cầm Chân Diên 真土擒真鉛 (Dùng Chân Ý thái thủ Chân Khí).

Chân Diên (Chân Khí) thượng thăng sẽ phối hợp với Chân Hống (Nguyên Thần). Nguyên Thần gặp Chân Khí sẽ không bay đi mất. Vì thế nói: Chân Diên chế Chân Hống 真鉛制真汞 (Chân Khí Khống chế Nguyên Thần).

Chân Khí, Nguyên Thần đã qui về Chân Thổ (Đan Điền), thì thân tâm sẽ tự nhiên bất động và Kim Đơn Đại Dược sẽ thành vậy.

Trong một giờ, cũng có cơ vi Nhất Dương lai phục, cái cơ vi này không ở ngày Đông Chí, không ở ngày mồng một, không ở tại giờ Tí (nửa đêm). Nếu không thâm đạt Âm Dương, không thấu hiểu được Tạo Hóa trong ta, thì không sao hiểu được HOẠT TÍ THỜI. Đó là điều bí ẩn vậy.

Trong 12 giờ một ngày, lúc nào Âm Dương cũng giao cấu được, mà sao thánh nhân lại chọn giờ Tí, nhất Dương sơ động, là tại sao?

Thưa lúc ấy Thái Dương ở chính Bắc, mà trong con người là ở Huyệt Vĩ Lư, thế là tương ứng với trời đất.

Cho nên lúc ấy có thể ăn trộm cơ vi của Trời Đất, đoạt được chỗ huyền diệu của Âm Dương, luyện được hồn phách làm một, hợp được Tính Mệnh song tu.

Lúc ấy là giữa quẻ Khôn và quẻ Phục, lúc ấy là lúc Trời Đất đóng mở, là lúc Nhật Nguyệt hợp bích, là lúc thảo mộc manh nha, là lúc Âm Dương giao hội trong thân, Thần Tiên thái dược vào lúc ấy, lúc ấy là lúc Nội Chân, Ngoại Ứng, tương phù, tương hợp như hai miếng ấn tín chẻ đôi. Đó chính là lẽ THIÊN NHÂN HỢP PHÁT CHI CƠ. THẬT LÀ CHÍ DIỆU, CHÍ DIỆU VẬY.



Trần Nê Hoàn nói:

Mỗi đương Thiên Địa giao hợp thời,

每當天地交合時.

Đạo thủ Âm Dương tạo hóa cơ.

盜取陰陽造化機.

Mỗi khi Thiên Địa giao hội thời,

Trộm lấy Âm Dương Tạo Hóa cơ.

Âm Phù Kinh viết: Thực kỳ thời, Bách hải lý; Đạo kỳ cơ, Vạn hóa an 食其時百骸理盜其機萬化安 (Mỗi khi ta uống ăn, cơ thể được điều lý, Ăn trộm được Huyền cơ, Vạn biến sẽ an toàn).

Thế nào là Huyền Cơ?

Thiên căn Lý cực vi, 天根理極微

Kim niên sơ tận xứ, 今年初盡處

Thời nhật khởi đầu thì, 時日起頭時

Thử tế dị đắc ý, 此際易得意

Kỳ gian nan hạ từ. 其間難下詞

Nhân năng tri thử ý, 人能知此意

Hà sự bất năng tri? 何事不能知

Thiên căn Lý rất sâu,

Năm nay vừa sơ động,[\[15\]](#)

Năm tới đã bắt đầu,

Biên tế ấy rất dễ hiểu,

Nhưng khó nói nên lời

Nếu ai hiểu ý đó,

Thì gì mà không hiểu?

Biên tế ấy chính là Chân Cơ, diệu xứ vậy.

Kinh Chu Dịch đã hiểu rõ Chân Cơ vi diệu ấy, mà hiểu rõ Chân cơ vi diệu của Chu Dịch là quẻ PHỤC. Hiểu rõ Vi Diệu quẻ PHỤC chính là Hào Sơ.

Cho nên mới nói: Phục kỳ kiến Thiên Địa chi tâm hồ? 復其見天地之心乎?

Phục rồi, được thấy Thiên Tâm,

(Vi lòng Trời Đất cũng trong lòng Trời.)

Vì trong giờ phút ấy, một Dương trở lại trong Trời Đất, mà Trời Đất trong ta cũng như vậy, trong thì ta sẽ Thái Thủ được Dương Khí trong thân ta, thế là ăn trộm được Dương khí Trời Đất, thì Dương khí đó há chẳng hoàn nạp vào trong thân ta, để trở thành Dục Vật hay sao?

Thiên Địa tuy lớn, tạo hóa tuy thần diệu, nhưng cũng không vượt ra ngoài cái Phát Cơ này, Đó là lẽ tự nhiên vậy.

Nếu con người biết lẽ Thiên Nhân Hợp Phát này, mà nửa đêm tĩnh tọa, ngưng thần tụ khí,[\[16\]](#) thu thị,

phản thính (tức là biết Nội Quan), ngậm miệng không nói, trúc cổ Đơn Điền, một niệm không sinh, vạn duyên đốn tức. Hỗn hỗn, độn độn, như Thái Cực chưa phân, minh minh, chỉ chỉ như Lưỡng Nghi chưa manh nha, lặng lẽ riêng còn, như vực sâu lồng bóng nguyệt. Tịch nhiên bất động, như nước trong không sóng. Trong chẳng biết có thân, ngoài không biết có vũ trụ. Đợi cuối giờ Hợi, đầu giờ Tí, Dương khí Trời Đất sẽ đến, thì phải cấp tốc thái thủ. Nếu nó chưa đến thì cứ Hư Tâm mà chờ, không được ra tay trước.

Khuất Nguyên (Viễn Du Thiên) nói:

Đạo khả thụ hề, bất khả truyền,  
 道可受兮不可傳,  
 Kỳ tiểu vô nội hề, kỳ đại vô ngân,  
 其小無內兮其大無垠,  
 Vô hoạt nhi hồn hề, bỉ tương tự nhiên,  
 毋滑而魂兮彼將自然,  
 Nhất khí khổng thần hề, vu trung dạ tồn.  
 一氣孔神兮于中夜存,  
 Hư dĩ đãi chi hề, vô vi chi tiên.  
 虛以待之兮無為之先.  
 Đạo chỉ cảm thấy, không thể truyền,  
 Nhỏ thì nhỏ xíu, lớn vô biên.  
 Nó không phải hồn Linh, tự nhiên tới.  
 Nó là Khí thần kỳ, sinh lúc nửa đêm  
 Phải hư tâm chờ, không được tranh tiên,

Hứa Sinh Dương (Tam Dực Ca) nói: Tồn Tâm, tuyệt lự, hầu tinh ngưng 存心絕慮候晶凝 (Chính niệm, tuyệt lự, chờ Dương Tinh ngưng).

Chỉ Huyền Thiên viết: Tắc Đoài, thù Liêm, mặc mặc khuy 塞兌垂帘默默窺 (Ngậm miệng, buông rèm, lặng lẽ trông).

Ô Hô!

Thời thìn nhược chí bất lao tâm,  
 時辰若至不勞心,  
 Nội tự tương giao, tự kết ngưng.  
 內自相交自結凝.  
 Nhập thất án thời, tu đẳng chước,  
 入室按時須等著,  
 Nhất luân Hi Ngự tự đẳng thăng.  
 一輪曦馭自騰升.  
 Thời thìn, khi tới khỏi lao tâm,  
 Trong tự tương giao, tự kết ngưng.

Nhập thất án thời, nên biết đợi,  
Tự nhiên vừng Nhật sẽ đặng thẳng!

Há dám tranh tiên sao?

Kim Đơn Đại Dược kết thai ở tiên thiên, sinh ra ở hậu thiên. Cái vi diệu là lúc Thái Cực sắp phân hay chưa phân. Tĩnh đã cực nhưng chưa tới động. Dương sắp về nhưng chưa rời Âm. Lúc ấy, như có làn khói nhạt che mờ núi non, như có làn sương nhẹ che mờ sông nước, lả tả như tuyết mùa đông lúc ngưng, lúc tụ, trầm trầm như nước đang lắng lại.

Trong khoảnh khắc ấy, một khiếu nhỏ phát sinh, cơ thể mềm như tơ, tim thấy hoảng hốt, dương vật tự nhiên cử phát. Lúc ấy Dương Khí lưu thông tới Thượng Đan Điền, thời cơ đã tới. Đó chính là Hoạt Tí Thời, hai lỗ mũi sẽ trương nở. Đó là lúc Thời Chí Thần Hóa, lúc Đại Dược sản sinh. Trong bụng sôi như sấm, và Đơn Điền cũng trương khai, Nguyên Khí hung dũng xung tiến vào Đan Điền. Lúc ấy là lúc Huyền Quan lộ xuất và là lúc Nội Đan xuất Khoáng.

Thiệu Khang Tiết viết:

Hoảng hốt Âm Dương sơ biến hóa,  
恍惚陰陽初變化,  
Nhân uân Thiên Địa sạ hồi tuyền,  
氤氳天地乍回旋,  
Trung gian ta tử hảo quang cảnh,  
中間些子好光景,  
An đắc công phu nhập ngữ ngôn.  
安得工夫入語言.

Hoảng hốt Âm Dương vừa biến hóa,  
Thiên địa chuyển vần mới phân khai.  
Thời gian mỹ hảo, cảm được đó,  
Làm sao mô tả được nên lời.

Bạch Ngọc Thiềm viết:

Nhân khan Đẩu Bính vận Chu Thiên,  
因看斗柄運周天,  
Đốn ngộ Thần Tiên chân Diệu Quyết.  
頓悟神仙真妙訣.  
Nhất điểm Chân Dương sinh Khảm vị,  
一點真陽生坎位.  
Bổ khước Ly cung chi sở khuyết.  
補卻離宮之所缺.

Nhân trông Bắc Đẩu vận chu thiên  
Liên hiểu Thần Tiên Chân Diệu Quyết.

## Một Điểm Chân Dương sinh Khảm Vị

Xung vào chỗ khuyết của Ly Cung.

Trời Đất xưa nay, với Khảm Ly, Nhật Nguyệt vận chuyển không ngừng nghỉ. Đông chí năm nay, mai hoa vẫn ngưng tuyết như cũ (Thế là Tuyết Lý Hoa Khai). Ngày đó, tiên thánh đóng cửa quan không cho ai lai vãng. Cốt là phục vụ chúng sinh.<sup>[17]</sup> Vạn vật đều hàm dưỡng ý nghĩa sinh dục. Đó chính là lúc Tí Sơ, Hối Mạt. Tạo vật im lìm, hoả sinh từ nước. Ảo diệu sinh từ Hư Ngụy Huyệt. Nay đã hiểu, thì Kim Ô (Nguyên Thần) sẽ nhập Thiềm Huyệt (Đan Điền).

Nói Hư Ngụy huyệt, cũng chính là Địa Hộ, Cấm Môn vậy.<sup>[18]</sup> Huyệt này nằm giữa hai mạch Nhâm Đốc. Trên thông Thiên Cốc (Nê Hoàn), dưới đạt Dũng Tuyền. Cho nên thánh xưa nói: Thiên môn thường khai, Địa hộ vĩnh bế 天門常開地戶永閉.

Và Âm Dương tụ tán vốn tại đó, Thủy hỏa phát sinh vốn tại đó, Âm Dương biến hóa vốn tại đó, Hữu Vô xuất nhập vốn tại đó, Tử mẫu phân Thai vốn tại đó.

Túy Hư Thiên viết:

Hữu nhất tử mẫu phân thai lộ,

有一子母分胎路,

Diệu tại Vĩ, Cơ, Đẩu, Ngưu, Nữ.

妙在尾箕斗牛女.

Con đường Tử Mẫu phân Thai Lộ,

Diệu tại Vĩ, Cơ, Đẩu, Ngưu, Nữ,

Huyệt này hết sức quan trọng, Nó chính là đầu bờ Sinh Tử của con người, nên Tiên Gia gọi là Sinh Tử Quật.

Tham Đồng Khế viết: Trúc cố Linh Chu<sup>[19]</sup> 筑固靈株 (Xây chắc Khí căn), chính là thế. Hay Câu Thúc Cấm Môn 拘束禁門 cũng chính là Thế.

Huỳnh Đình Kinh viết: Bế tắc Mệnh Môn bảo Ngọc Đô<sup>[20]</sup> 閉塞命門保玉都 (Bế tắc Mệnh Môn để bảo tinh),<sup>[21]</sup> cũng là vậy, hay: Bế Tử Tinh Lộ Khả Trường Hoạt 閉子精路可長活 (Bế tắc Tinh Lộ sẽ sống lâu) cũng là như vậy.

Cho nên lúc Âm Dương sơ sinh, hình như Liệt Hoả, như Viêm Phong, thấu lộ cửa quan mà ra, chắc phải qua huyệt này, vì trong đã đóng kỹ, nên nó không công kích để mở ra được, nên phải trở về huyệt Vĩ Lư, xung lên Thiên Cù (Đốc Mạch), cứ thế tiến lên, vượt Tam Quan (Vĩ Lư, Giáp Tích, Ngọc Chẩm), lên đến đỉnh đầu, phối hợp với Chân Hống (Nguyên Thần), kết thành Đan Sa, nếu không phải do công phu Câu Thúc Cấm Môn (khẩn bế Hậu môn), thì là do cái gì?

Vô trung xuất hữu hoàn đơn tượng,

無中出有還丹象,

Âm Lý sinh Dương, Đại Đạo cơ.

陰里生陽大道基.

Từ Vô sinh Hữu, tượng hoàn đơn,

Trong Âm sinh Dương, nền Đại Đạo

Đó là khẩu quyết của Lã Đồng Tân (Thuần Dương Văn Tập).

Chí cực thanh hư thủ tĩnh đốc,

致極清虛守靜篤,

Tĩnh trung nhất động Dương lai phục.

靜中一動陽來復.

Chí cực thanh hư, thủ tĩnh đốc,

Tĩnh đốc động thời, Dương lai phục.

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am (Hỏa Hầu Ca)

Nhất điểm tối sơ Chân Chủng Tử,

一點最初真種子,

Nhập đắc Đơn Điền vạn cổ xuân,

入得丹田萬古春.

Một điểm tối sơ Chân Chủng Tử,

Vào được Đơn Điền, vạn cổ Xuân.

Đó là khẩu quyết của Hán Chung Ly trong Phá Mê Chính Đạo Ca.

Nhất Dương tài động Đại Đơn thành,

一陽才動大丹成,

Phiến hướng công phu, Tạo Hóa Linh.

片餉工夫造化靈.

Nhất Dương vừa động, Đại Đơn thành,

Phút giây, thấy công phu Tạo Hóa.

Đó là khẩu quyết của Bạch Ngọc Thiềm (Vạn Pháp Qui Nhất Ca).

Hư cực hựu hư, nguyên khí ngưng,

虛極又虛元氣凝,

Tĩnh chi hựu tĩnh, Dương lai phục.

靜之又靜陽來復.

Hư cực tĩnh đốc, Nguyên Khí ngưng,

Tĩnh tới cùng cực, Dương lai phục.

Đó là khẩu quyết Huỳnh Thiềm Tử (Luyện Hư Ca).

Miêu mạc dẫn lao Thủy lý nguyệt,

渺邈但撈水里月,

Phân minh chỉ thái Kính trung hoa.

分明只采鏡中花.

Xa xôi, muốn mò trăng đáy nước,

Phân minh cũng chỉ hái hoa gương.

Đó là khẩu quyết của Bạch Ngọc Thiềm (Hoàn Kim Thiên).

Hoảng Hốt yếu minh nhị khí tinh,

恍惚窈冥二氣精,

Năng sinh vạn vật hợp Kiền Khôn.

能生萬物合乾坤.

Tinh hoa của Âm Dương nhị Khí,

Đã sinh thành vạn vật Kiến Khôn.

Đó là khẩu quyết của Hứa Tinh Dương (Thạch Hàm Ký).

Hoảng hốt chi trung tìm Hữu Tượng,

恍惚之中尋有象,

Yếu minh chi nội, mịch Chân Tinh.

窈冥之內覓真精.

Từ trong hoảng hốt tìm Chân Tượng,

Từ chốn Yếu Minh thấy Chân Tinh.

Đó là khẩu quyết của Trương Tử Dương (Ngộ Chân Thiên).

Nhật Tinh nhược dữ Nguyệt hoa hợp,

日精若與月華合,

Tự hữu Chân Diên xuất thế lai.

自有真鉛出世來.

Nhật tinh mà hợp với Nguyệt hoa,

Sẽ có Chân Diên sinh tại thế.

Đó là khẩu quyết của Hoàn Dương Tử (Kiến Tíh Thiên).

Nhược vấn Chân Diên hà vật thị,

若問真鉛何物是,

Thiềm Quang chung nhật chiếu Tây Xuyên,

蟾光終日照西川.

Nếu hỏi Chân Diên ấy vật chi?

Suốt buổi trăng soi, chiếu Tây Xuyên,

Đó là khẩu quyết của Trương Dụng Thành (Ngộ Thiên Chân).

Chân Diên bất sản Ngũ Kim nội,

真鉛不產五金內,

Sinh tại yếu minh Thiên Địa gian.

生在窈冥天地間.

Chân Diên không thấy trong Kim Loại,

Nó vốn sinh từ Thiên Địa Gian,

Đó là khẩu quyết của sách Chư Chân Huyền Áo quảng Tập.

Khảm thủy trung gian nhất điểm Chân,

坎水中間一點真,

Cấp tu thủ hướng Ly trung thấu.

急須取向離中轉.

Một điểm Chân Dương Khảm thủy gian,

Mau lấy đem về Ly trung thấu.

Đó là khẩu quyết của Lý Đạo Thuần (Nguyên Đạo Ca).

Tam vật hỗn dung, tam tính hiệp,

三物混融三性合,

Nhất Dương lai phục, nhất Âm tiêu.

一陽來復一陰消.

Tinh, Khí, Thần tự nhiên hợp nhất,

Chính là lúc Nhất Dương lai phục.

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am (Trung Hòa Tập).

Ta nhi dục vấn Thiên Căn xứ,

些兒欲問天根處,

Hợi Tí trung gian đắc Tới Chân.

亥子中間得最真.

Muốn tường Thiên Căn xứ ở đâu?

Phải biết trung gian giữa Hợi Tí.

Đó là khẩu quyết của Lưu Phụng Chân (trong Bạch Long Động).

Âm Kiêu, Nê Hoàn nhất Khí tuần hoàn,

陰躋泥丸一氣循環,

Hạ xuyên Địa Hộ, thượng bạt Thiên Quan.

下穿地戶上拔天關.

Một khí tuần hoàn từ Âm Kiêu đến Nê Hoàn,

Dưới xuyên Địa Hộ, thượng thấu Thiên Quan.

Đó là khẩu quyết của Mai Chí Tiên (Thái dục ca).

Vạn lại phong suy khởi, 萬籟風吹起

Thiên san nguyệt sạ viên. 千山月乍圓

Cấp tu hành chính lệnh, 急須行政令

Tiện khả vận Chu Thiên. 便可運周天

Gió vừa loạn khởi lai,

Âm thanh muôn vạn phát,

Đỉnh núi trắng vừa tròn,[\[22\]](#)

Lập tức hành chính lệnh,

Mới vận được Chu Thiên.[\[23\]](#)

Đó là khẩu quyết của Thạch Hạnh Lâm.

Khả đạo phi thường Đạo, 可道非常道

Hành Công thị Ngoại Công. 行功是外功

Ta nhi Chân Tạo Hóa, 些兒真造化

Hoảng hốt yếu minh trung. 恍惚窈冥中

Chân Đạo đâu nói được,

Hành Công ấy Ngoại Công.

Bí quyết Chân Tạo hóa,

Ở tại Yếu Minh trung.

Đó là khẩu quyết của Huỳnh Thiềm Tử.

Dược thủ Tiên Thiên Khí, 藥取先天氣

Hỏa tầm Thái Dương tinh. 火尋太陽精

Năng tri dược thủ hỏa, 能知藥取火

Định Lý kiến Đơn thành. 定里見丹成

Tiên thiên khí là Dược,

Còn Hoả ấy Nguyên Thần.

Biết dược và biết Hỏa.

Trong định Đơn sẽ thành.

Đó là khẩu quyết của Thạch Đắc Chi.

Yêu mịch Trường Sinh lộ, 要覓長生路

Trừ phi nhận Bản Nguyên. 除非認本元

Đô lai nhất vị dược, 都來一味藥

Cương đạo số thiên ban. 剛道數千般

Muốn tìm nẻo Trường Sinh,

Phải biết Bản Nguyên mình.

Dược vị vốn chỉ một,

Người nói thành trăm nghìn.

Đó là khẩu quyết của Lữ Thuần Dương (Lữ Động Tân).

Nguyên Quân thủy luyện Hống, 元君水煉汞

Thần Thất hàm Động Hư. 神室含洞虛

Huyền Bạch sinh Kim Công, 玄白生金公

Nguy nguy kiến Thủy Sơ. 巍巍見水初



Nguyên Thần thoát luyện Hống,  
 Đơn Điền đầy hư không.  
 Nguyên Khí sinh Kim Công,  
 Sùng cao khai Nguyên Thủy.

Đó là khẩu quyết Kim Bích Kinh.

Đắc quyết qui lai thí luyện đan,  
 得訣歸來試煉丹,  
 Long tranh, hổ chiến phiến thời gian,  
 龍爭虎戰片時間.  
 Cửu hoa thiên thượng nhân tri đắc,  
 九華天上人知得,  
 Nhất dạ phong lôi hám vạn san.  
 一夜風雷撼萬山.  
 Biết khẩu quyết rồi thử luyện đan,  
 Long[24] tranh, Hổ[25] một thời gian.  
 Một trời bừng sáng, người đều biết,  
 Một đêm sấm chớp chuyển vạn san.[26]

Đó là khẩu quyết của Bành Hạc Lâm.

Hổ chi vi vật tối nan ngôn,  
 虎之為物最難言,  
 Tầm đắc qui lai huyền hựu huyền.  
 尋得歸來玄又玄.  
 Nhất Dương sơ động Quí sinh xứ,  
 一陽初動癸生處,  
 Thử tế nhân danh Đại Dịch tiên.  
 此際因名大易先.  
 Hổ (Chân Khí) là con vật khó tả sao,  
 Bắt được đem về lạ biết bao!  
 Nhất Dương vừa động, thời gian ấy,  
 Là lúc Dịch Kinh gọi là Vô.

Đó là khẩu quyết của Thượng Dương Tử.

Bán cân Chân Hống, bán cân Diên,  
 半斤真汞半斤鉛,  
 Ẩn tại Linh Nguyên Thái Cực tiên,  
 隱在靈源太極先,

Tu sấn Tí thời đương thái thủ,

須趁子時當採取,

Luyện thành Kim Dịch nhập Đan Điền.

煉成金液入丹田.

Nửa cân Chân Hống, nửa cân Diên,

Ấn tại Linh Nguyên, Thái Cực tiền.

Phải nhân giờ Tí mà thái thủ,

Luyện thành Kim Dịch nhập đan điền.

Đó là khẩu quyết của Trần Nê Hoàn.

Tróc đắc Kim Tinh cố mệnh cơ,

捉得金精固命基,

Nhật hồn đông bạn, nguyệt hoa Tây.

日魂東畔月華西,

Vu trung luyện tựu Trường Sinh dược,

于中煉就長生藥,

Phục Liễu hoàn đồng thiên địa tề.

服了還同天地齊.

Biết dùng Nguyên Khí cố Mệnh cơ,

Nguyên Thần, Nguyên Khí hai bề đủ.

Đem về tu luyện thuốc Trường Sinh,

Sẽ được sống lâu cùng Trời Đất.

Đó là khẩu quyết của Lữ Thuần Dương.

Xán xán Kim hoa nhật nguyệt tinh,

燦燦金華日月精,

Dung dung ngọc dịch Kiền Khôn tủy.

溶溶玉液乾坤髓.

Dạ thâm thiên vũ hồi vô trần,

夜深天宇回無塵,

Duy hữu Thiềm Quang chiếu Thần Thủy.

唯有蟾光照神水.

Xán lạn Kim Hoa nhật nguyệt tinh,

Ngọc Dịch tinh hoa, Kiền Khôn tủy.

Thâm dạ Thiên Không quýnh vô trần,

Chỉ có Nguyên Thần chiếu Nguyên Khí.

Đó là khẩu quyết của Từ Thần Ông.

Đoài Kim vạn bửu chính Tây Thành,

兌金萬寶正西成,

Quế phách Trung Thu, bội dạng minh.

桂魄中秋倍樣明.

Tiện hảo dụng công thi thái thủ,

便好用功施采取,

Hư trung dĩ đãi Nhất Dương sinh.

虛中以待一陽生.

Đoài Kim chính thực ở Tây Phương,

Nguyệt chiếu Trung Thu, rực rỡ thêm,

Lúc đó là khi cần Thái Thủ,

Hư trung chỉ đợi Nhất Dương sinh.

Đó là khẩu quyết của Trần Mặc Mặc.

Nhất hoàng Thần Thủy mãn Hoa Trì,

一泓神水滿華池,

Dạ dạ trì biên bạch tuyết phi.

夜夜池邊白雪飛.

Tuyết lý hữu nhân cầm Ngọc Thổ,

雪里有人擒玉兔,

Cản giáo minh nguyệt thượng hàn chi.

趕教明月上寒枝.

Nguyên Thần, Nguyên Khí mãn Hoa Trì,

Bên nước đêm đêm tuyết phân phi.

Trong tuyết có người bắt Ngọc Thổ,

Giúp cho trắng sáng nhập Đan Điền.

Đó là khẩu quyết của Huyền Áo Tập.

Yếu minh tài lộ nhất đoan nghê,

窈冥才露一端倪,

Hoảng hốt vị tăng phân bỉ thử,

恍惚未曾分彼此.

Trung gian chủ tể giá ta nhi,

中間主宰這些兒,

Tiện thị thế nhân Chân Chủng tử.

便是世人真種子.

Yếu minh vừa lộ nhất đoan nghê (Đầu mối),

Hoảng hốt không ngoài Âm lẫn Dương.

Trung gian chủ thể là Thái Cực,

Cái đó chính là Chân Chủng Tử.

Đó là khẩu quyết của Trần Đồ Nam.

Chỉ thủ nhất vị Thủy trung Kim,

只取一味水中金,

Thu thập Hư Vô Tạo Hóa Quật.

收拾虛無造化窟.

Tróc tương bách mạch tận qui căn,

捉將百脈盡歸根,

Mạch trụ, Khí đình Đơn thủy kết.

脈住氣停丹始結.

Chỉ đem Chân Khí Thủy trung Kim,

Thu thập đem về Tạo Hóa Quật.

Lại đem bách mạch tận qui căn,

Mạch trụ, Khí đình Đơn sẽ kết.

Đó là khẩu quyết của Trần Thúy Hư.

Tiên Thiên Nhất Khí hiệu Chân Diên,

先天一氣號真鉛,

Mạc tín mê đồ vọng chỉ truyền.

莫信迷途妄指傳.

Vạn hóa tư trường, duyên trẫm triệu,

萬化滋張緣朕兆,

Nhất linh phi tẩu lại câu kiềm.

一靈飛走賴拘鈐.

Tiên Thiên nhất khí ấy Chân Diên,

Chớ tin bọn dốt chỉ huyền thuyên.

Vạn hoá chỉ sinh từ một gốc,

Nhất linh bay nhảy, phải giữ gìn.

Đó là khẩu quyết của Long Mi Tử.

Tác Đoài thùy liêm tịch mặc khuy,

塞兌垂帘寂默窺,

Mãn không bạch tuyết loạn sâm si.

滿空白雪亂參差

Aân cần thu thập vô lệnh thất,

殷勤收拾無令失,

Trữ khán cô luân Nguyệt thượng thời.

貯看孤輪月上時.

Ngậm miệng, Lim dim cố ngắm xem,

Đầy trời mưa tuyết, trắng Đan Điền,

Ăn cần đem Nguyên Khí về Đan Điền,

Đội Nguyên Thần xuất hiện (nữa) là xong.

Đó là khẩu quyết của Chung Ly Quyên.

Vô bất vi chi, hữu dĩ vi,

無不為之有以為,

Khảm trung hữu bạch yếu qui Ly.

坎中有白要歸離.

Thủy nguyên sơ đáo cực thanh xứ,

水源初到極清處,

Nhất điểm Linh Quang nhân bất tri.

一點靈光人不知.

Nhân chẳng làm chi, có làm chi,

Khảm trung Dương điểm phải qui li.

Ý niệm phải sao thanh hư cực,

Linh Quang mới hiện, ít người tri.

Đó là khẩu quyết của Tiết Đạo Quang.

Mạc quái Dao Trì tiêu tức hi,

莫怪瑤池消息稀,

Chỉ duyên nhân sự cách Thiên Ki.

只緣人事隔天機.

Nhược nhân tầm đắc Thủy trung Hỏa,

若人尋得水中火,

Hữu nhất Huỳnh Đồng thượng Thái Vi.

有一黃童上太微.

Dao trì tin tức ít kẻ hay,

Chỉ tại con người quá cách Trời.

Khảm trung Chân Hỏa mà tìm được,

Sẽ có Tiểu Tiên nhập Thái Vi.

Đó là khẩu quyết của Lữ Động Tân.

Huyền Quan đục thấu tổ công phu,

玄關欲透做工夫,

Diệu tại Nhất Dương lai phục sơ.

妙在一陽來復初.

Thiên Quý tài sinh, mang hạ thủ,

天癸才生忙下手,

Thái xứ thiết tu kien đoc đờ.

采處切須虔篤圖.

Muốn vào công tác tại Huyền Quan,

Nhất Dương lai phục, mới dễ bàn.

Thiên Quý vừa sinh, mau bắt lấy,

Hái thuốc dĩ nhiên phải bền gan.

Đó là khẩu quyết của Huỳnh Thiềm Tử, Lý Ông.

Hốt nhiên dạ bán nhất thanh lôi,

忽然夜半一聲雷,

Vạn hộ thiên môn thứ đệ khai.

萬戶千門次第開.

Nhược thức vô trung hàm hữu tượng,

若識無中含有象,

Hứa quân thân kiến Phục Hi lai.

許君親見伏羲來.

Nửa đêm bỗng thấy sấm rền trời,

Cửa rá muôn nghìn lớp lớp khai.

Hiểu được trong không dày dầy có,

Khác nào thấy được Phục Hi lai.

Đó là khẩu quyết của Thiệu Khang Tiết. [\[27\]](#)

Nguyên lai nhất vị Khảm Trung Kim,

元來一味坎中金,

Vị đắc sư truyền uống dụng tâm.

未得師傳枉用心.

Hốt nhĩ đả khai đa bảo tạng,

忽爾打開多寶藏,

Mộc phi thổ dã bất thành lâm.

木非土也不成林.

Dương trung nhất vĩ Khảm trung Kim

Không được sư truyền, phí sức tìm.

Tìm ra mở được nhiều kho báu,  
Không nó cây sao mọc thành non?

Đó là khẩu quyết của Thượng Dương Tử.

Phụ tinh mẫu huyết, kết thai thành,

父精母血結胎成,

Thượng tự tha hình, tự ngã hình.

尚自他形似我形.

Thân nội nhận ngô Chân phụ mẫu,

身內認吾真父母,

Phương tài tróc đắc Ngũ Hành tinh.

方才捉得五行精.

Phụ tinh mẫu huyết kết thành thai,

Trông tưởng khác mình, lại giống mình.

Trong thân nhận được Chân Phụ Mẫu.[\[28\]](#)

Rồi ra bắt được Ngũ hành Tinh (Nội Đơn).

Đó là khẩu quyết của Trần Thúy Hư.

Tây Nam lộ thượng nguyệt hoa minh,

西南路上月華明,

Đại Dược hoàn tông thử xứ sinh,

大藥還從此處生,

Nhận đắc cổ nhân thi nhất cú,

認得古人詩一句,

Khúc Giang chi thượng Thước Kiều hoành.

曲江之上鵲橋橫.

Đường tới Tây Nam trăng sáng quắc,

Đại Dược cũng do thử xứ sinh.

Thi phú người xưa được nhất cú,

Khúc Giang[\[29\]](#) sông ấy, Thước kiều ngang.[\[30\]](#)

Đó là khẩu quyết của Trần Nê Hoàn.

Luyện đơn tử tế biện công phu,

煉丹仔細辨工夫,

Trú dạ ân cần thủ dược lô.

晝夜殷勤守藥爐.

Nhược ngộ nhất dương tài khởi phục,

若遇一陽才起復,

Nộn thời tu thái, lão thời khô.

嫩時須采老時枯.

Luyện đơn khéo khéo biện công phu,

Đem ngày cần mẫn thủ Dược Lô.

Nếu thấy Nhất Dương vừa sinh lại,

Non thời mới hái, kéo già khô.

Đó là khẩu quyết của Huyền Áo Tập.

Phật ấn chỉ xuất hư nhi giác,

佛印指出虛而覺,

Đơn Dương quyết phá Vô trung Hữu.

丹陽訣破無中有.

Tróc trụ Nguyên Sơ na điểm Chân,

捉住元初那點真,

Vạn cổ thiên thu thân bất hủ.

萬古千秋身不朽.

Phật ấn chỉ xuất Hư nhi Giác,

Đơn Dương quyết phá Hữu trong Vô.

Nhất Dương lai phục tìm ra được,

Sẽ có Thiên Thu bất hủ thân.

Đó là khẩu quyết của Trương Tam Phong.

Thủy hương Diên trung chỉ nhất vị,

水鄉鉛中只一味,

Bất thị Tinh Thần, bất thị Khí.

不是精神不是氣.

Nguyên Thần tức thị Tính Mệnh Căn,

元神即是性命根,

AẨn tại Tiên Thiên Chân Khảm Nội.

隱在先天真坎內.

Thủy trung Kim kia chỉ một vị,

Không phải Tinh, Thần, không phải Khí.

Nguyên Thần ấy chính Tính Mệnh Căn,

AẨn tại Tiên Thiên Chân Khảm Nội.

Đó là khẩu quyết của Châu Ngọc Tập.

Kháp khắp tương đương tuyệt diệu kỳ,

恰恰相當絕妙奇,



Trung Thu thiên thượng nguyệt viên thì.

中秋天上月圓時.

Dương sinh cấp thái vô lệnh hoãn,

陽生急采無令緩,

Tiến Hỏa công phu yếu lự nguy.

進火工夫要慮危.

Hỏa hậu luyện đơn thật diệu kỳ,

Trung thu tháng tám trăng tròn trặn.

Nhất Dương mà tới chớ diên trì,

Tiến Hỏa công phu phải phòng nguy.

Đó là khẩu quyết của Thượng Dương Tử.

Ly Khảm danh vi Thủy Hỏa tinh,

離坎名為水火精,

Bản thị Kiền Khôn nhị quái thành.

本是乾坤二卦成,

Đãn thủ Khảm Tinh điểm Ly huyết,

但取坎精點離穴,

Thuần Kiền tiện khả nhiếp phi quỳnh.

純乾便可攝飛瓊.

Ly Khảm có tên Thủy Hỏa Tinh,

Chúng chính Kiền Khôn biến hóa thành.

Đem được Khảm Dương về Ly vị,

Thuần Kiền âu sẽ phục hồi Linh.

Đó là khẩu quyết của Trần Nê Hoàn.

Hoảng hốt chi trung hữu chí Tinh,

恍惚之中有至精,

Long ngâm hổ khiếu tối kham thính,

龍吟虎嘯最堪聽,

Huyền Châu phi sấn Côn Lôn khứ,

玄珠飛趁崑崙去,

Trú dạ Hà Xa bất tạm đình.

晝夜河車不暫停.

Hoảng hốt chi trung hữu chí tinh,

Nguyên Thần, Nguyên khí hiệp hòa thanh.

Huyền Châu bay thẳng Côn Lôn đỉnh,

Vận Khí Hà Xa chẳng được đình.

Đó là khẩu quyết của Huyền Áo Tập.

Yết yết tương tòng hưởng phát thì,

軋軋相從響發時,

Bất tòng tha đắc khoát nhiên tri.

不從他得豁然知.

Kết cao [\[31\]](#) thuyết tận vô sinh khúc,

桔槔說盡無生曲,

Tình để Nê Xà vũ chá chi.[\[32\]](#)

井底泥蛇舞柘枝.

Yết yết vừa nghe trực nước quay,

Hốt nhiên minh giác chẳng nhờ ai,

Tiếng gàu vận nước nêu ý tứ,

Cho thấy giếng sâu khúc Chá Chi.[\[33\]](#)

Đó là khẩu quyết của Tiết Tử Hiền.

Phản bản hoàn nguyên dĩ đáo Kiền,

返本還原已到乾,

Năng thăng, năng giáng hiệu phi tiên.

能升能降號飛仙.

Nhất Dương sinh thị hưng công nhật,

一陽生是興功日,

Cửu chuyển chu vi đắc đạo niên.

九轉周為得道年.

Khảm dạy hồi nguyên tới quả Kiền.

Biết hô biết hấp sẽ thành tiên.

Nhất Dương lai phục, công thành khắc,

Cửu chuyển đơn thành, đắc đạo niên.

Đó là khẩu quyết của Hứa Tuyên Bình.

Nhật ô, nguyệt thổ lưỡng luân viên,

日烏月兔兩輪圓,

Căn tại Tiên Thiên thái thủ nan,

根在先天采取難,

Nhật dạ vọng trung năng thái thủ,

日夜望中能采取,

Thiên Hồn địa phách kết Linh Đan.

天魂地魄結靈丹.

Nguyên Thần, Nguyên Khí lưỡng luân viên,

Gốc tại Tiên Thiên, thái thủ nan.

Chỉ lúc trăng tròn, mới hái được,

Tinh Hoa Trời Đất kết Linh Đan.

Đó là khẩu quyết của Trần Thúc Hư.

Nhất khí đoàn thành ngũ vật chân,

一氣團成五物真,

Ngũ vật đoàn thành nhất vật linh.

五物團成一物靈.

Đoạt đắc Kiền Khôn Chân Chủng Tử,

奪得乾坤真種子.

Tử sinh tôn hề hựu sinh tôn.

子生孫兮又生孫.

Nhất Khí xuất sinh ra vũ trụ,

Ngũ hành lại tạo được Đan Linh.

Biết được Kiền Khôn Chân Chủng Tử,

Con con cháu cháu sẽ trường tồn.

Đó là khẩu quyết của Kim Đơn toát yếu.

Tinh thần khí huyết qui tam yếu,

精神氣血歸三要,

Nam Bắc Đông Tây cộng nhất gia,

南北東西共一家.

Thiên Địa biến thông phi bạch tuyết,

天地變通飛白雪,

Âm Dương hoà hợp sản Kim Hoa.

陰陽和合產金華.

Tinh Thần Khí Huyết qui Tam Yếu,

Nam Bắc Đông Tây cộng một nhà,

Trời Đất biến thông, phi bạch tuyết,

Âm Dương hoà hợp sản Kim Hoa.

Đó là khẩu quyết của Hồi Cốc Tử.

Tinh Thần Khí thị dược tối thân,

精神氣是藥最親,

Dĩ thử tu đơn thượng vị chân.

以此修丹尚未真。

Tu Đơn chỉ yếu Kiền Khôn tủy,

修丹只要乾坤髓,

Kiền Khôn tủy tức Khảm Ly nhân.

乾坤髓即坎離仁。

Tinh Khí Thần ba vật tương thân,

Luyện đơn dùng nó, chữa chắc Chân.

Tu Đơn cần nhất Kiền Khôn Tủy,

Mà Tủy Kiền Khôn: Khảm Ly nhân.

Đó là khẩu quyết của Vương Quả Trai.

Diên Hống tương truyền thế sở hi,

鉛汞相傳世所稀,

Chu Sa vi chất, tuyết vi y,

朱砂為質雪為衣。

Mung lung chỉ tại quân gia xá,

矇朧只在君家舍,

Nhật nhật quân khan, quân bất tri.

日日君看君不知。

Diên Hống tương truyền rất hiếm thay,

Trong gọi Kim Đơn, ngoài như tuyết.

Nó vốn trong Ông, Ông không biết,

Biết ra thời thấy thật liền tay.

Đó là khẩu quyết của Trần Nê Hoàn.

Tiên Thiên chí lý diệu nan cùng,

先天至理妙難窮,

Diên sản Tây Phương Hống sản Đông.

鉛產西方汞產東。

Thủy hỏa nhị đồ phân thượng hạ,

水火二途分上下,

Huyền Quan Nhất Khiếu tại đương trung.

玄關一竅在當中。

Tiên Thiên chí lý diệu nan cùng,

Diên sản Tây Phương, Hống sản Đông.

Thủy hỏa đôi đường phân trên dưới,

Huyền quan nhất khiếu ở giữa lòng.

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am.

Nhàn quan vật năng giai sinh ý,  
 閑觀物能皆生意,  
 Tĩnh ngộ Thiên Cơ nhập yếu minh.  
 靜悟天機入窈冥.  
 Đạo tại hiểm di, tùy địa lạc,  
 道在險夷隨地樂,  
 Tâm vong ngư điểu tự lưu hành.  
 心忘魚鳥自流行.  
 Nhìn xem muôn vật đều sống động,  
 Như vậy là sẽ biết Thiên Cơ.  
 Đường đời dễ khó, ta vui bước,  
 Tâm mà quên cảnh, sẽ thành công.

Đó là khẩu quyết của Vương Dương Minh.

Thiên Tâm phục xứ thị vô tâm,  
 天心復處是無心,  
 Tâm đáo vô thời, vô xứ tầm.  
 心到無時無處尋.  
 Nhược vị vô tâm tiện vô sự,  
 若是無心便無事,  
 Thủy trung hà cố khước sinh kim?  
 水中何故卻生金.  
 Nhất Dương lai phục lẽ tự nhiên,  
 Tâm mà vô niệm khó mà tầm,  
 Nếu bảo vô tâm là vô sự,  
 Tại sao trong nước xuất hoàng cầm (kim)?

Đó là khẩu quyết của Thiệu Khang Tiết.

Luyện Hống, phanh Diên bản một thời,  
 煉汞烹鉛本沒時,  
 Học nhân đương hướng định trung thôi.  
 學人當向定中推.  
 Khách trần dục nhiễm tâm vô trước,  
 客塵欲染心無著,  
 Thiên Quý tài sinh thần tự tri.  
 天癸才生神自知.

Tính tịch Kim lai qui tính bản,

性寂金來歸性本,

Tinh ngưng Khảm khứ bổ Nam Ly.

精凝坎去補南離.

Lưỡng ban Linh Vật giao tịnh hậu,

兩般靈物交并後,

Âm tận, Dương thuần, đạo khả kỳ.

陰盡陽純道可期.

Luyện Hống phanh Diên vốn không thời,

Người tu, định tĩnh, mới đáng tài.

Khách trần phải học Vô Tâm trước,

Thiên quý (Dương Tinh) sinh ra là thần biết.

Tính muốn qui căn, phải tĩnh lặng,

Khảm Dương phải biết lấy điền Ly.

Khảm Ly hòa hợp mà biết được,

Âm tận, Dương thuần, Đạo khả kỳ.

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am (Trung Hòa Tập).

Hoả phù dung dị, dược phi dao,

火符容易藥非遙,

Thiên Quý sinh như đại hải trào.

天癸生如大海潮.

Lưỡng chủng Hống Diên tri thái thủ,

兩種汞鉛知採取,

Nhất tề vật dục tận quyên tiêu.

一齊物欲盡捐消.

Hân phiên vạn hữu tam nguyên hợp.

掀翻萬有三元合.

Luyện tận chư Âm ngũ khí triều.

煉盡諸陰五氣朝.

Thập nguyệt thoát thai đan đạo tất,

十月脫胎丹道畢,

Anh Nhi hình triệu yết Thần Tiêu.

嬰兒形兆謁神霄.

Hoả phù không khó, Dược không xa,

Thiên quý sinh như Đại Hải Trào.

Hống Diên hai vật mà hái được,  
 Vật Dục nhất tề sẽ hao tiêu.  
 Vạn hữu cố đem hoà hợp lại,  
 Luyện tận chư Âm, Ngũ Khí triều.  
 Mười tháng thoát thai, Đan Đạo tất,  
 Anh Nhi hình hiện yết Thần Tiêu.

Đó là khẩu quyết của Lý Đạo Thuần (Trung Hòa Tập).

Đoạt thủ Thiên Cơ diệu,  
 奪取天機妙,  
 Dạ bán khan Thần Tiêu.  
 夜半看神霄.  
 Nhất ta châu lộ,  
 一些珠露,  
 A thùy vận đao đao hoa đầu.  
 阿誰運到稻花頭.  
 Tiện hướng Bắc trung thái thủ,  
 便向北中采取,  
 Uyển như bích liên hàm nhị,  
 宛如碧蓮含蕊,  
 Trích phá Ngọc Trì thu,  
 滴破玉池秋,  
 Vạn lại phong sơ khởi,  
 萬籟風初起,  
 Minh nguyệt nhất sa âu.  
 明月一沙鷗.  
 Bí quyết Thiên Cơ đoạt,  
 Nửa đêm nhìn Chuôi Đầu.  
 Như thấy Thần Châu lộ,  
 Ai đem nước đó rải trên hoa?  
 Thủ Khảm điền Ly cần phải biết.  
 Liên hoa sẽ nở ao Ngọc Trì,  
 Nhạc Trời trong gió vang lừng trời,  
 Chỉ thấy bóng trăng chiếu sa âu.

Đó là khẩu quyết của Trần Nam.

- [1] Đạo Đức Kinh, ch. 21.
- [2] Huyền Quan Khiếu là Hư Vô Quật Tử, là bí quyết của Đạo gia.
- [3] Xem Trung Quốc Đạo Giáo Đại Từ Điển, tr. 1168-1169.
- [4] Xem Trung Dung, ch. 1.
- [5] Nghĩa là Cần phải tự nhiên.
- [6] Cái đẹp đẽ của trời đất.
- [7] Tịch nhiên bất động, Trung chi thể dã. Cảm nhi toại thông, Trung chi dụng dã. Trung Hoa Đạo Giáo đại từ điển, tr. 1169.
- [8] Dương Tinh là Khảm trung Nguyên Khí, là Chân Nhất chi Tinh là Chí Dương chi khí. Cũng gọi là Dương Điền, là Chủ Nhân Ông. Nó nuôi Bách Thể.- Trung Hoa Đạo giáo Đại Từ Điển, tr. 1214.
- [9] Xem Trung Hoa Đạo giáo đại từ điển, tr. 1202.
- [10] Trung Hoa Đạo Giáo Đại Từ Điển, tr. 1229.
- [11] Trung Hoa Đạo Giáo Đại Từ Điển, tr. 1193.
- [12] Trung Hoa Đạo Giáo Đại Từ Điển, nơi chữ Thái Thủ, tr. 1228.
- [13] Hoa trì có nhiều nghĩa:1. Cuống lưỡi. 2. Tâm. 3. Hạ Đan Điền. -Trung Hoa Đạo Giáo Đại Từ Điển, tr. 1172.
- [14] Thủy Hương Diên chỉ quẻ Khảm. Dương bên trong là Diên, là Kim, Âm bên ngoài là Thủy, vì thế gọi là Thủy trung Diên hay Thủy Hương Diên.
- [15] Trừ tịch năm nay là mừng một năm sau.
- [16] Ngưng kết Nguyên Thần, tập kết Nguyên Khí.
- [17] Vì vạn vật lúc sơ sinh, còn yếu ớt, cần phải được tĩnh dưỡng. Xem Tượng truyện, quẻ Phục.
- [18] Đó chính là huyết Vĩ Lự.
- [19] Linh Chu là Khí căn, Khí xá hay Giáng Cung, Trung đan điền.
- [20] Ngọc Đô là Thân con người.
- [21] Lương Khưu Tử, Trung Hoa Đạo Giáo Đại từ Điển, tr. 1171.
- [22] Chỉ Nội Đơn kết thành.
- [23] Khiến Khí thông Nhâm Đốc 2 mạch.
- [24] Nguyên Thần.
- [25] Nguyên Khí.
- [26] Không rõ ý tác giả muốn nói gì.
- [27] Bài thơ trên là của Chi Hi. Bài thơ của Thiệu Khang Tiết là:  
 Đông chí Tí chi bán, 東至子之半



Thiên Tâm vô cải di,	天 心 無 改 移
Nhất Dương sơ động xứ,	一 陽 初 動 處
Vạn vật vị sinh thì.	萬 物 未 生 時
Huyền tửu vị phương đạm,	玄 酒 味 方 淡
Thái Âm thanh chính hi,	太 陰 聲 正 稀
Thử ngôn như bất tín,	此 言 如 不 信
Cánh thỉnh vấn Bao Hi.	更 請 問 庖 羲

Đông chí hàn băng khí phục qui,  
 Cơ trời vốn dĩ chẳng sai di.  
 Nhất Dương vừa thoát mạnh nha động,  
 Vạn vật còn trong bảo dựng thì.  
 Tiên tửu nếm qua thường nhạt nhẽo,  
 Thái Âm nghe thoát tưởng li ti.  
 Ví thử lời ấy chưa tin đủ,  
 Xin hãy tiềm tâm hỏi Phục Hi.  
 (Xem Chu Dịch Bản Nghĩa, Nguyễn Duy Tinh, tr. 209)

[28] Nguyên Thần, Nguyên Khí.

[29] Đan Điền.

[30] Vĩ Lự, Cốc Đạo.

[31] Kết cao= Con quay đặt trên mặt giếng để kéo nước cho dễ.

[32] Chỉ Nguyên Thần, Nguyên Khí kết hợp.

[33] Tên một khúc hát múa.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

### TỤ HỎA TẢI KIM ĐỒ



Dương xa, lộc xa, ngưu xa, bạch ngưu xa giai tải Kim Hoa nhi cao thăng Bĩ Ngạn.

羊車鹿車牛車白牛車皆載金華而高升彼岸。

Xe dê (Vận Khí), xe hươu (Vận Tinh), xe bò (Vận Thần), xe bò trắng (Chở Thượng Thừa Công Pháp) đều tải Đan Kinh sang Bĩ Ngạn.

Hạ thừa, Trung Thừa, Thượng Thừa, Tối Thượng Thừa hàm độ Pháp Bảo nhi trực nhập Niết Bàn.

下乘中乘上乘最上乘咸度法寶而直入涅槃。

Hạ Thừa, Trung Thừa, Thượng Thừa, Tối Thượng Thừa đều mang Pháp Bảo (Nội Đan) tới Niết Bàn.

\*

Kim mãn tam xa đoạt Thánh Ki

金滿三車奪聖機，

Xung khai cửu khiếu quá Tào Khê.

衝開九竅過曹溪.

Điều điều vận nhập Côn Lôn Đỉnh,

迢迢運入崑崙頂,

Vạn đạo hà quang xạ Tử Vi.

萬道霞光射紫微.

Ba xe đầy ắp chở Thánh Ki.

Mở toang chín khiếu, vượt Tào Khê (Đốc Mạch).

Xa xăm vận tới Côn Lôn Đỉnh,

Hào quang rực rỡ chiếu Tử Vi.

\*

Tam xa tải bảo thượng Côn Lôn,

三車載寶上崑崙,

Vô lậu tu thuyền tế phiệt môn.

無漏須拴濟筏門.

Điện xiết lôi oanh Long Hồ đấu,

電掣雷轟龍虎鬥,

Cấp thu cam vũ nhuận Kiền Khôn.

急收甘雨潤乾坤.

Ba xe chở báu đến Côn Lôn,

Muốn không lậu tiết bể Đan Điền.

Nguyên Thần Nguyên Khí mau hòa hợp.

Cam lộ rồi ra nhuận Kiền Khôn.

\*

Bắc phương chính khí,            北方正氣

Hiệu viết Hà Xa.                號曰河車

Tải Kim thượng thăng,        載金上升

Độ Ngã hoàn gia.              度我還家

Bắc phương Chính Khí,

Tên gọi Hà Xa.

Tải Dương Quang lên đầu,

Đưa ta về Tiên Cảnh.

\*

Âm Dương chi thủy,            陰陽之水

Huyền xá Hoàng Nha,        玄舍黃芽

Ngũ Kim chi chủ,                   五金之主

Bắc Phương Hà Xa.               北方河車

Âm Dương khởi thủy,

Nhất điểm Hoàng Nha,

Chủ Tề Ngũ Kim,

Bắc phương Hà Xa.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)

## TỤ HÒA TÀI KIM QUYẾT PHÁP

Trước hết đem lửa của Nam Phương Ly Cung để luyện nước của Bắc phương Khâm Cung, Đem Hồng gieo vào trong Hắc. Rồi ngưng thần nhập Rốn (Khôn Cung) mà sinh Dược. Rồi nay lại Dùng nước của Bắc Phương Kim mà chế lửa của Nam Phương Mộc. Thế là cho Hắc gặp Hồng. Thế là ngưng Thần nhập Đỉnh Đầu (Kiền Đỉnh) để thành Đan.

Nên Tử Dương (Ngộ Chân Thiên) nói:

Y tha Khôn vị sinh thành thể,

依他坤位生成體,

Chủng tại Kiền Gia giao cảm cung.

種在乾家交感宮.

Dựa vào Khôn Vị, sinh thành thể,

Trồng tại Kiền gia, Giao Cảm Cung.

Thôi Công (Nhập Dược Kính) viết: Sản tại Khôn, chủng tại Kiền. 產在坤種在乾 (Sinh ở Khôn, trồng ở Kiền).

Kiền ở trên gọi là Đỉnh, Khôn ở dưới là Lô.

Nếu không nấu nung mãnh Liệt, thì Thuốc không thể ra lò. Nếu không Đảo hành, nghịch triền, thì thuốc không thể lên Đỉnh. Diên là cái gì trầm trọng; nếu Diên không gặp Lửa, thì làm sao mà bay được? Hống là cái gì nhẹ bay, nếu không gặp Diên thì làm sao mà ngưng kết? Vì thế nên Phương Pháp Tụ Hỏa là rất cần yếu vậy.

Phương Pháp Tụ Hỏa như thế nào?

Phép này do nhị vị Tổ Sư là Đạt Ma và Bạch Hải Thiềm lập ra, lấy bốn chữ Hấp, Để, Toát, Bế làm khẩu quyết.

Hấp 吸 laø hít khí vào để tiếp dẫn Tiên Thiên Khí; Để 舐 là đưa lưỡi lên cuá để hứng nước Cam Lò. Toát

撮 là khép kín Hậu Môn, đem Thần Khí lên đỉnh đầu; Bế 閉 là ngậm miệng, Lim dim đôi mắt, nghe ngược bên trong. Lâu ngày Thần Thủy sẽ rơi xuống Huỳnh Đỉnh.

Chính vì thế mà Thúy Hồ nói: Dưới mà không Bế, thì Hỏa không tụ, mà Kim không thăng. Trên mà không Bế thì Dương sẽ không thăng mà đan cũng không kết. Cho nên phép Tụ Hỏa, là công việc trước tiên của công phu Thái Thủ và Phanh Luyện.

Hoảng hoảng, hốt hốt là lúc phải Thái Thủ; Mãnh phanh, cực luyện là công phu Thái Thủ; Hấp, Để, Toát, Bể là yếu chỉ phanh luyện.

Vả phép Thái Thủ hay nhất là phải biết Thời Cơ. Không được quá sớm. Quá sớm thuốc sẽ non và dễ bay mất; quá muộn, thuốc sẽ già và thành chất. Tất phải chờ khi nào Chân Diên hoa nhả bạch, Huyền Châu thành Tượng, khi ấy mới là lúc Thái Thủ.

Trương Tử Dương nói:

Diên ngộ Quý sinh, tu cấp thái,  
鉛遇癸生須急采,  
Kim phùng Vọng viễn bất kham đang.  
金逢望遠不堪當.

Diên cần Thái Thủ giờ Hoạt Tí,  
Kim gặp hôm rằm ắt chẳng nên.

Trương Tam Phong viết:  
Điện quang thước xứ tầm Chân chủng,  
電光爍處尋真種,

Phong tín lai thời mịch bản tông.  
風信來時覓本宗.

Điện quang rực sáng tìm Chân Chủng,  
Gió động là khi kiếm Bản Tông.

Chỗ Điện quang rực sáng là sau thời kỳ Yếu Yếu, Minh Minh. Hoảng Hốt là lúc Một Dương Hào phát động, là lúc châu rơi xuống Hoa Trì.

Lúc này nên dùng khẩu quyết: Câu Thúc Cấm Môn của Tham Đồng Khế. Khàn bế Thái Huyền (Chính Âm), Bế Nhâm, Khai Đốc. Tức phải dùng cơ Thác Thược để cổ vũ suy vận. Dùng mãnh Hỏa mà đốt, thì nước sẽ bốc thành hơi. Nước bốc thành hơi, sẽ giá động Hà Xa, sẽ chờ Kim lên Nê Hoàn, cùng Chân Diên phối hợp. Hống gặp Diên thì sẽ giáng xuống, sẽ không còn thượng đẳng. Cứ vậy mà sưu thêm (thêm bớt), cứ thế mà ngưng kết, tự nhiên Diên (Hồn, Âm) sẽ dần tiêu, Hống (Thần, Dương) sẽ dần tăng.

Lâu ngày, Diên sẽ tận mà Hống sẽ khô. Thế là Kim Đơn Đại Dược thành vậy.

Luyện Đại Dược, vốn không thuật khác, chỉ lấy một điểm Tiên Thiên Tổ Khí, làm mẹ Kim Đan. Thầy tôi dạy rằng:

Luyện Đại Phạn chi Tổ Khí,  
煉大梵之祖氣,  
Phi trừu hậu chi Kim Tinh,  
飛肘後之金晶.

Tồn Đế Nhất chi diệu tướng,  
存帝一之妙相,  
Phản Tam Tố vu Huỳnh Đình.  
返三素于黃庭.

Luyện Thiên Thần tổ khí,  
Phi trừu hậu chi Kim Tinh.<sup>[1]</sup>  
Tồn Đế Nhất chi điều tương.<sup>[2]</sup>

Phản Tam Tố (Tinh, Khí, Thần) về Huỳnh Đình.

Học giả chỉ biết là Diên Hống kết thành Đan, mà không biết rằng Thái Thủ, Sưu Thiêm, Phanh Luyện, Hỏa Hầu đều có thứ tự, pháp độ. Thái thủ là động tác đầu tiên, Sưu Thiêm là công trình về sau, ở giữa là công phu điều đình, hỏa hầu. Cho nên Tử Dương nói:

Túng nhận Chu Sa cặp Hắc Duyên,  
縱認朱砂及黑鉛,  
Bất tri Hỏa Hậu dã như nhàn.  
不知火候也如閑.  
Chỉ biết Chu Sa với Hắc Diên,  
Hoả hầu không biết cũng vô duyên.

Chu Hối Ông nói:

Thần Tiên bất tác Tham Đồng Khế,  
神仙不作參同契,  
Hỏa hậu công phu, na đắc tri?  
火候工夫那得知.  
Thần tiên không soạn Tham Đồng Khế?  
Ai làm sao biết Hỏa Hầu Công?

Tiết Đạo Quang viết:

Thánh Nhân truyền Dược bất truyền Hỏa,  
聖人傳藥不傳火,  
Tòng lai Hoả Hậu thiếu nhân tri.  
從來火候少人知.  
Mạc tương Đại Đạo vi nhi hí,  
莫將大道為兒戲,  
Tu cộng Thần Tiên tử tế suy.  
須共神仙仔細推.  
Thánh Nhân truyền Dược, không truyền Hỏa,  
Vi thể Hoả Hầu ít ai hay.  
Đừng đem Đại Đạo làm trò trẻ,  
Phải với Thần Tiên tử tế suy.

Hỏa Hầu có Văn, có Võ, không thể Nhất Tề Đồng Nhau.

Tĩnh trung Dương Động, Kim Ly khoáng,

靜中陽動金離礦,

Địa hạ Lô oanh, Hỏa bức Kim.

地下雷轟火逼金.

Trong Tĩnh Động Dương, Kim lìa khoáng,

Đất vang sấm chớp, Hỏa bức kim

Đó là tiết thứ tư của hỏa hầu.

Mạn thủ dược lô khan hỏa hậu,

謾守藥爐看火候,

Đãn an thần tức nhiệm thiên nhiên.

但安神息任天然.

Hãy giữ Đan Điền xem Hỏa Hậu,

Hô hấp điều hòa, pháp Tự Nhiên,

Đó là tiết thứ sáu của Hỏa Hầu.

Dương văn, Âm vũ, vô lệnh thất,

陽文陰武無令失,

Tiến Thoái, sưu thêm, hữu ngự thời.

進退抽添有馭時.

Dương văn, Âm vũ không sai thác,

Tiến thoái, sưu thêm phải có thời.

Đó là tiết thứ năm của Hỏa Hầu.

Thành tính tồn tồn 成性存存.

Tính Trời cố giữ Chính Trung.

Mở đường Đạo Nghĩa, dậm chừng vân du. [3]

Đó là Hoả Hầu của Nho Gia.

Miên miên nhược tồn 綿綿若存. [4]

Miên man muôn kiếp vẫn còn,

Muôn nghìn biến ảo, mà tường trơ trơ.

Đó là Hoả hầu của Đạo Gia.

Bất đắc cần, bất đắc đãi 不得勤不得怠 (Không quá siêng, không quá lười). Đó là Hỏa Hầu của Thích Gia.

Tam nguyệt bất vi Nhân 三月不違仁 (Trong ba tháng lòng chẳng lìa điều Nhân.) [5] Đó là khẩu quyết của Nhan Uyên.

Ngô nhật tam tỉnh 吾日三省 [6] (Ta một ngày xét mình 3 lần) Đó là Hỏa Hầu của Tăng Tử

Nhật tri kỳ sở vong; Nguyệt vô vong kỳ sở năng 日知其所亡, 月無忘其所能 [7] (Mỗi ngày biết đã làm gì sai sót; mỗi tháng không quên đã làm được những gì). Đó là khẩu quyết của Tử Hạ.



Giới thận hồ kỳ sở bất đồ. Khủng cụ hồ kỳ sở bất văn.<sup>[8]</sup> 戒慎乎其所不睹. 恐懼乎其所不聞.

E dè cái mắt không nhìn,

Tai nghe không nổi cho nên hãi hùng.

Đó là Hòa Hầu của Tử Tư.

Tất hữu sự yên nhi vật chính, tâm vật vong vật trợ trường.<sup>[9]</sup> 必有事焉而勿正心勿忘勿助長 (Muốn bồi dưỡng khí hạo nhiên, đối với việc phải, mình đừng hốt tốp mà cầu cho mau xong; đừng có xao lãng, và đừng có nong sức trường thành của công việc).<sup>[10]</sup> Đó là khẩu quyết của Mạnh Tử.

Phát phẫn vong thực<sup>[11]</sup> 發憤忘食 (thích học đến quên ăn). Đó là Võ hỏa khẩu quyết của Khổng Tử.

Lạc dĩ vong ưu<sup>[12]</sup> 樂以忘憂 (Khi biết thêm được điều gì hay, thì vui đến quên lo). Đó là Văn Hỏa khẩu quyết của Khổng Tử.

Bất tri lão chi tương chí<sup>[13]</sup> 不知老之將至 (Không biết tuổi già đã đến). Đó là Chí Thành, không ngừng nghỉ, và Hòa Hầu thuần vậy.

Hòa Hầu thuần, là Đan thành vậy. Thế là Công phu làm thánh hoàn tất vậy.

<sup>[1]</sup> Đem Thận gian động Khí.

<sup>[2]</sup> Về cất giữ tại Đan Điền.

<sup>[3]</sup> Hệ Tử thượng, chương VII, tiết 2.

<sup>[4]</sup> Đạo Đức Kinh, ch. 6.

<sup>[5]</sup> Luận Ngữ, Ung Dã, 5.

<sup>[6]</sup> Luận Ngữ, I, 4.

<sup>[7]</sup> Luận Ngữ, XIX, 5.

<sup>[8]</sup> Trung Dung, ch. I.

<sup>[9]</sup> Mạnh Tử, Công Tôn Sửu thượng câu 2. Xem James Legge, The Four Book, p. 190.

<sup>[10]</sup> Mạnh Tử, Đoàn trung Còn dịch, tr. 90.

<sup>[11]</sup> Luận Ngữ, Thuật Nhi, câu 18.

<sup>[12]</sup> Luận Ngữ, Thuật Nhi câu 18.

<sup>[13]</sup> Luận Ngữ, Thuật Nhi câu 18.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

### KIỀM KHÔN GIAO CẦU ĐỒ

#### 圖媾交坤乾

大紫玉清宮上學太祝立天靈帝翠紫內天天沈球彼立天玉真天黃立燈義三交上清  
湖清京珠金丹尼微趾却群山乙天府院堂谷丸池庫門根島際宮房室烟島摩啟天虛  
池宮山宮城回珠宮等

過鉛水坎  
生乘火離  
根入既相  
蒂鼎濟交

上登玉 月光鼎 殺若岸 波羅蜜地 百靈之命宅 津液之山源  
地魄天魂日月精華乘鼎內及時兼  
行龜門蛇爭法早是龍吟虎嘯聲  
神水華池初區配黃芽白雪便分明  
這些是飲刀圭處漸漸抽添漸成

翠微宮圓覺海 中一宮 陀羅尼門 腦血之涼房 魂精之玉堂  
片餉工夫煉汞鉛一爐猛火夜燒天  
忽然神水落金丹打合靈砂月樣圓



- |                    |     |
|--------------------|-----|
| Côn lôn đĩnh,      | 崑崙頂 |
| Thanh Hư phủ,      | 清虛府 |
| Thượng Thiên quan, | 上天關 |
| Giao cảm cung,     | 交感宮 |
| Tam Ma Địa,        | 三摩地 |
| Tối cao phong,     | 最高峰 |
| Không Động Sơn,    | 空洞山 |
| Huyền Thất,        | 玄室  |
| Huỳnh Phòng,       | 黃房  |

Thiên Cung,	天宮
Chân Tế,	真濟
Thổ Đảo,	土島
Thiên Căn,	天根
Huyền Môn,	玄門
Bỉ Ngạn,	彼岸
Dao Trì,	瑤池
Nê Hoàn,	泥丸
Thiên Cốc,	天谷
Thiên Đường,	天堂
Nội viện,	內院
Tử Phủ,	紫府
Liêu Thiên,	寥天
Đế Ất,	帝乙
Tảng Sơn,	甌山
Thiên Phù,	天符
Huyền Đô,	玄都
Chúc Dung Phong,	祝融峰
Thái Vi Cung,	太微宮
Ma Ni Châu,	摩尼珠
Thượng Đan Điền,	上丹田
Tử Kim Thành,	紫金城
Lưu Châu Cung,	流珠宮
Ngọc Kinh Sơn,	玉京山
Tử Thanh Cung,	紫清宮
Thái Uyên Trì,	太淵池
Thúy Vi cung,	翠微宮
Viên giác hải,	圓覺海
Trung Nhất Cung,	中一宮
Đà La Ni Môn,	陀羅尼門
Não Huyết chi Quỳnh Phòng,	腦血之瓊房
Hồn Tinh chi Ngọc Đường.	魂精之玉堂
Thượng phủ Thổ,	上釜土
Nguyệt quang Đỉnh,	月光鼎
Bát Nhã Ngạn,	般若岸

Ba La Mật địa, 波羅蜜地  
 Bách Linh chi Mệnh Trạch, 百靈之命宅  
 Tân Dịch chi Sơn Nguyên, 津液之山源

\*

Phiến hướng công phu luyện Hồng Diên,  
 片餉工夫煉汞鉛,  
 Nhất lô mãnh hỏa dạ thiêu thiên.  
 一爐猛火夜燒天.  
 Hốt nhiên Thần Thủy lạc Kim Tĩnh,  
 忽然神水落金井,  
 Đả hợp Linh Sa, nguyệt dạng viên.  
 打合靈砂月樣圓.  
 Để tâm đoàn luyện Hồng với Diên,  
 Lò đốt thâu đêm luyện Kim Đan,  
 Tự nhiên Chân Khí rơi Kim Đỉnh,  
 Hợp luyện Linh Sa, tựa Nguyệt viên.

Khảm Ly tương giao, 坎離相交  
 Thủy Hỏa Ký Tế, 水火既濟  
 Diên Hồng nhập đỉnh, 鉛汞入鼎  
 Nãi sinh căn đế. 迺生根蒂

Khảm Ly tương giao,  
 Thủy Hỏa Ký Tế,  
 Diên Hồng vào lò,  
 Sẽ sinh căn đế.

\*

Địa Phách, Thiên Hồn nhật nguyệt tinh,  
 地魄天魂日月精,  
 Đoạt lai đỉnh nội cập thời phanh.  
 奪來鼎內及時烹.  
 Chi hành qui đấu xà tranh pháp,  
 祇行龜鬥蛇爭法,  
 Tảo thị Long ngâm, Hổ khiếu thanh.  
 早是龍吟虎嘯聲.  
 Thần Thủy, Hoa Trì sơ thất phối,

神水華池初匹配,

Hoàng Nha, Bạch Tuyết tiện phân minh.

黃芽白雪便分明.

Giá ta thị ẩm Đao Khuê xứ,

這些是飲刀圭處,

Tiệm tiệm sưu thêm, tiệm tiệm thành.

漸漸抽添漸漸成.

Thiên hồn, địa phách lấy Tinh Hoa,

Lấy được đem về cấp luyện phan,

Nguyên Thần, Nguyên Khí mong hòa hợp,

Như Rỗng, như Hồ góp âm thanh.

Nội Đan vừa kết, màu vàng trắng,

Thần Thủy, Hoa Trì rất phân minh.

Uống được Đao Khuê là thành Đạo,

Thêm bớt từ từ, Thuốc sẽ sinh.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)

## ĐỆ NGŨ TIẾT KHẨU QUYẾT

### KHIÊN KHÔN GIAO CẤU, KHỬ KHOÁNG LƯU KIM

第五節口訣：乾坤交媾，去礦留金

Nội phụ Mão Dậu chu thiên khẩu quyết

內附卯酉周天口訣

Ta trước đây, đã hệ thống hai chữ Tính Mệnh bằng chữ Nhất, để giảng luận. Đó là phương pháp Thượng Thừa.

Nay lại đem hai chữ Tính Mệnh qui căn lại, bằng chữ Trung Nhi phi Nhất 中而非一, để lập luận. Đó là phương pháp Tối Thượng Thừa.

Giảng Tính Mệnh bằng chữ Nhất, cái đạo này tịch Liêu, từ Chung Ly tới nay, ít người biết. Đừng nói chi là qui căn hai chữ lại mà nói. Như vậy người biết lại càng ít vậy. Cái kỳ bí của khiếu diệu này, cái vi diệu của Tính Mệnh, nếu không nói đi, nói lại, thì học giả không giác ngộ được.

Con người trước khi cha mẹ sinh ra, thì Bản Thể chính là Thái Hư; đó chẳng phải là Vô Cực sao? Con người sau khi đã được cha mẹ cấu tinh, thì là Nhất Điểm Linh Quang, đó chẳng phải là Thái Cực sao?

Một điểm Linh Quang, vốn từ Thái Hư lại, là Nguyên Thần của ta. Từ đó sinh ra Khí, rồi Khí lại thành Hình. Con người chỉ biết có Hình, Khí. Chỉ biết ăn ngon, mặc đẹp nuôi dưỡng cái thân này. Chỉ biết đem vinh hoa, phú quý tô điểm cho thân này. Cứ thế rồi sinh tử, cho thế là được vậy. Và cái điều mà Tử Tư gọi là Thiên Mệnh chi vị Tính, thì không biết hay không muốn biết. Mà kẻ đã không muốn biết thì Mạnh Tử há chẳng đã nói: Không nên vì Minh mà quên mất Bản Tâm hay sao?

Còn như nếu biết ra, thì sẽ quay về mình mà tìm kiếm, ắt sẽ hồi phục lại được, cái Nhất Khí Thái Hư lúc bản sơ, cái trạng thái cũ của Nhất Điểm Linh Quang. Những chuyện đó nếu không nhờ Kim Đan Đại Đạo thì không thể được.

Cái bí ẩn của Kim Đan Đại Đạo, là ở nơi hai chữ Tính Mệnh. Tính là Trời, thường ẩn nơi đỉnh đầu. Cho nên đỉnh đầu là Căn Nguyên của Tính.

Mệnh là Bể, thường Ẩn nơi Rốn. Cho nên Rốn là gốc gác của Mệnh. Cho nên Kinh nói: Tính tại thiên biên, Mệnh trầm hải để 性在天邊, 命沉海底 (Tính ở ven Trời, Mệnh chìm đáy Bể) chính là vì vậy.

Vả cái Khiếu Trời thì tròn và tàng Tính. Nó thông với khiếu Đất, và quán thông từ trên xuống dưới, trực tiếp dưỡng dục và không làm hại. Còn cái Khiếu Đất thì vong và tàng Mệnh. Nó thông với Khiếu Trời và quán thông từ dưới lên trên, trực tiếp dưỡng dục và không làm hại.

Khổng Tử nói: Trí giả động, Thiên viên chi tượng dã; Nhân giả tĩnh, địa phương chi tượng dã 智者動, 天圓之象也; 仁者靜, 地方之象也 (Người trí thời ưa hoạt động, đó là tròn tượng Trời. Người Nhân thời ưa an tĩnh. Đó là Vuông tượng đất).

Thế nào là Trời tròn? Tròn là tròn trĩnh. Đó là nơi tính dựa nương, đó là gốc Mệnh vậy. Thế nào là Đất vuông? Phương là Phương Thốn (Tắc vuông), là nơi Mệnh hệ thuộc, là khu nữ của Tính.

Tính Mệnh hợp nhất, thì không còn là hai. Tiềm tàng nơi Trời là Trời. Tiềm tàng dưới Đất là đất.

Ưu ưu, dương dương, không hình thể, không phương sở. Hiện nơi mắt thì thấy, hiện nơi tai thì nghe, hiện nơi mũi thì ngửi, hiện nơi lưỡi thì biết đàm luận, hiện nơi tay, thì cầm nắm, hiện nơi chân thì chạy nhảy. Người ngộ thì biết đó là Phật Tính; người mê thì cho đó là Tinh Hồn.

Mà Phật tính là Bản Tính con người. Gọi là Bản Tính, vì há chẳng phải là ta vốn có Chân Tính đó hay sao? Chân tính đó, chính là Thiên Mệnh chi vị Tính.

Vì nó không thiên lệch, nên gọi là TRUNG; vì nó là Nhất Chân vô vọng, nên gọi là THÀNH; vì nó cùng Vạn Vật đồng thể nên gọi là Nhân; vì nó Chí Tôn vô đối nên gọi là Độc. Hồn luân một khối, không thiếu, không thừa.

Khi Thái Cực đã chia, khi đã có Lưỡng Nghi, thì khinh thanh bay lên trên; trọng trọc đi xuống dưới. Vì thế mà Khảm Cung có Diên, Ly cung có Hống. Thế là trước kia chỉ có một vật, đến nay đã chia thành hai.

Cho nên Tiết Tử Hiền (Phục Mệnh Thiên) nói: Nhất vật phân vi nhị, Năng tri Nhị giả danh 一 勿 分 為 二, 能 知 二 者 名 (Một vật chia thành hai, mới biết tên Hai đó).

Tên của Hai, Đan kinh không dám nói hết, ví dụ có nhiều, vạn tự thiên danh, không sao kể xiết.

Như luận về Tính trên đầu, thì ví dụ rằng: Hống (Dương), Long, Hỏa, Cấn, Nhật, Hồn, Ly, Kiền, Kỷ, Thiên, Quân, Hư, Thổ, Vô, Chủ, Phù, Chu Sa, Phù Tang, Xá Nữ, Côn Lôn.

Như luận về Mệnh, nơi Rốn, thì ví dụ rằng: Diên (Âm), Hổ, Thủy, Đế, Nguyệt, Phách, Khảm, Khôn, Mậu, Địa, Thần, Thập, Ô, Hữu, Tân, Trâm, Thủy Ngân, Hoa Nhạ, Anh Nhi, Khúc giang.

Đến như trong Âm có Dương, trong Dương tàng Âm, thiên ngôn vạn luận, bất quá là nói về hai tên này mà thôi. Cho nên Nguyên Hoàng quyết có câu:

Diên, Hống đỉnh trung cư,	鉛 汞 鼎 中 居
Luyện thành vô giá châu.	煉 成 無 價 珠
Đô lai lưỡng cá tự,	都 來 兩 個 字
Liễu tận vạn gia thư.	了 盡 萬 家 書

Diên, Hống ở trong Đỉnh,

Luyện thành vô giá châu.

Chỉ có hai chữ đó,

Đã đủ vạn gia thư

Chung Ly Ông nói:

Trừ khước Hống Diên lưỡng vị dược,

除 卻 汞 鉛 兩 味 藥,

Kỳ tha đô thị cưỡng ngu mê.

其 他 都 是 誑 愚 迷.

Ngoại trừ Hồng Diên hai vị được,  
Còn toàn bịp bợm kẻ ngu mê.

Cao Tượng Tiên viết:

Mộng yết Tây Hoa đáo cửu thiên.

夢謁西華到九天,

Chân nhân thụ ngã «Chỉ Huyền Thiên».

真人授我指玄篇.

Kỳ trung giản dị vô đa tự,

其中簡易無多字,

Chỉ yếu giáo nhân luyện Hồng Diên.

只要教人煉汞鉛.

Mộng tới Tây Hoa đến cửu thiên,

Chân nhân truyền thụ Chỉ Huyền Thiên.

Sách thời giản dị không nhiều chữ,

Chỉ cốt dạy người luyện Hồng Diên.

Mã Đơn Dương viết:

Diên Hồng thị Thủy Hỏa, 鉛汞是水火

Thủy Hỏa thị Long Hổ. 水火是龍虎

Long Hổ thị Thần Khí, 龍虎是神氣

Thần Khí thị Tính Mệnh. 神氣是性命

Diên Hồng là Thủy Hỏa,

Thủy Hỏa là Long Hổ,

Long Hổ là Thần Khí,

Thần Khí là Tính Mệnh.

Rút cuộc chỉ có Hai Chữ; Hai chữ chỉ có một lý. Tu mù thì mới chia hai; Tu Chân hợp hai thành một. Người biết hợp Nhất, sẽ Luyện Khí ngưng Thần, Tận Tính Chí Mệnh; nấu Diên làm khô Hống; Thủ Khảm Điền Ly.

Vì trong quẻ Ly có Linh Vật gọi là Lưu Châu. Ngự nơi Thần thì sinh Tư Lự; Ngự nơi Tinh cũng khó bảo toàn. Nên Cát Tiên Ông (Lưu Châu Ca) nói: Thán kỳ nan ngự nhi dị thất 嘆其難馭而易失也 (Tiếc rằng nó khó giữ và dễ mất).

Ngự Bá Dương cũng nói:

Thái Dương Lưu Châu, 太陽流珠

Thường dục khứ nhân. 常欲去人

Tốt đắc Kim Hoa, 卒得金華

Chuyển vi tương nhân. 轉而相因

Thái Dương Lưu Châu,



Rất là dễ mất.

Biết luyện thành Đan,

Mới mong giữ được.

Lại nói:

Hà thượng Xá Nữ,	河上 姮女
Linh nhi tối Thần.	靈而 最神
Tương dục chế chi,	將欲 制之
Hoàng Nha vi căn.	黃芽 為根

Xá Nữ trên sông,

Rất Linh, rất Thần.

Muốn giữ được nó,

Phải luyện thành Đan.

Nói Kim Hoa, nói Hoàng Nha là nói Chân Diên. Chân Diên là Thái Âm chi tinh. Nói Lưu Châu, nói Xá Nữ là nói Linh Hống. Linh Hống là Thái Dương chi khí.

Nhưng Linh Hống, Tinh vốn mãnh liệt, gặp Lửa sẽ bay mất tích, phải gặp Chân Diên, mới bị chế phục. Cho nên Tử Dương nói: Yêu tu chế phục mịch Kim Công 要須制伏覓金公 (Muốn chế phục Hống, phải tìm Diên).

Kim Công là tên tự của Diên. Diên từ Khúc Giang (Ruột non) tới. Xuyên qua Giáp Tích, tới Ngọc Kinh, oát toàn nghịch lưu, vào thẳng Nê Hoàn.

Tuy gọi là Sưu Diên, Thiêm Hống nhưng thực ra là HOÀN TINH, BỔ NÃO. Kim Đan viết: Cố dục bất lão, hoàn tinh bổ não 故欲不老, 還精補腦 (Nếu không muốn già, phải hoàn tinh bổ não).

Thúy Hư Thiên viết:

Thiên hữu thất Tinh, địa thất Bảo,

天有七星地七寶,

Nhân hữu thất Khiếu, quyền quy Não.

人有七竅權歸腦.

Trời có thất Tinh, đất Thất Bảo,

Người có Thất Khiếu, cực là Não.

Thái Cổ tập viết:

Kim Đan vận đáo Nê Hoàn Huyệt,

金丹運到泥丸穴,

Danh Tính tiên tương ký Ngọc Đô.

名性先將記玉都.

Kim Đơn vận đến Nê Hoàn Huyệt,

Danh tính đà ghi tại số trời.

Pháp Bảo Di Châu viết:

Nhận đắc Bản Lai Chân Diện mục,

認得本來真面目。

Thủy tri sinh tử tại Nê Hoàn.

始知生死在泥丸。

Biết được Bản Lai Chân Diện Mục,

Mới hay sinh tử tại Nê Hoàn.

Huỳnh Đình Kinh viết: Nê Hoàn bách tiết giai hữu Thần<sup>[1]</sup> 泥丸百節皆有神 (Nê Hoàn bách tiết đều có Thần). Lại nói: Não trung tinh căn tự Nê Hoàn<sup>[2]</sup> 腦中精根自泥丸 (Não Thần tinh căn tự Nê Hoàn).

Lại nói:

Nhất diện chi thần thông Nê Hoàn,

一面之神通泥丸,

Nê Hoàn Cửu Chân giai hữu phòng.

泥丸九真皆有房。

Phương viên nhất thốn xứ thử trung,

方圓一寸處此中,

Đãn tư nhất bộ thọ vô cùng.<sup>[3]</sup>

但思一部壽無窮。

Chư Thần nơi mặt thuộc Nê Hoàn,

Nê Hoàn Cửu Chân đều có phòng.

Vuông tròn một tấc tại não trung,

Tồn tư Cửu Chân thọ vô cương.

Phương Viên Nhất Thốn là nơi đức Thích Ca xoa đầu để thụ ký. Đó là Huyền Trung chi huyền, là Thiên Trung chi Thiên, là Uất La Tú Đài, Ngọc Sơn, Thổ Kinh, Não huyết chi Quỳnh Phòng, Hồn Tinh chi Ngọc Thất, Bách Linh chi Mệnh Xá, Tân Dịch chi Sơn Nguyên, đó là huyết giao thông ở giữa hai tai, trước là Minh Đường, sau là Ngọc Chẩm, trên là Hoa Cái, dưới là Giáng Cung, ở giữa Thái Uyên Bắc Cực, là chỗ Nguyên Thần sở cư.

Xưa vua Hoàng Đế lên núi Nga Mi, yết kiến Thiên Chân Hoàng Nhân, để hỏi về đạo Chân Nhất.

Hoàng Nhân nói: Đó là điều quý trọng của Đạo gia. Kinh này Thượng Đế dấu trong năm thành của núi Côn

Lôn, để trong hòm ngọc, chữ khắc vào thẻ Kim Trát, bôi bằng bùn tía, đóng ấn Trung Chương.<sup>[4]</sup>

Ta nghe Kinh sách nói: Chân Nhất ở tại Bắc Cực Thái Uyên, trước có Minh Đường, sau có Ngọc Trẩm, trên có Hoa Cái, dưới có Giáng Cung. Ngụy nga Hoa Cái, lâu vàng, mái cong (chỉ Não môn).

Tả Cang, hữu Khôi (chỉ 2 mắt), Sóng vỗ ngang trời (Sóng mắt); cỏ tử chi mọc quanh bờ, cỏ chu thảo mung lung(chỉ lông mi); ngọc trắng tha nga (chỉ lòng trắng mắt), nhật nguyệt rải sáng (chỉ 2 mắt), băng qua Hoả Thủy (Khảm Ly), thấu suốt Huyền Hoàng (Trời Đất, Âm Dương). Thành quyết tương giao, màn che, trưởng rử, châu cài, ngọc dất, Long Hồ bảo vệ, thần nhân đứng bên, không cho không lấy, ở yên tại chỗ. Không chậm, không nhanh, ở yên trong buồng. Được rảnh, được vui, NHẤT ở không đi; THỦ NHẤT TỒN CHÂN, Nhất sẽ thông Thần. Bớt muốn, bớt ăn, Nhất sẽ Lưu Túc. Khi dao kè cổ, nghĩ đến Nhất sẽ

được sống. Biết Nhất không khó, khó là lúc chung cuộc. Giữ Nhất không rời, sẽ được vô cùng. Đó là đại lược về bí quyết Chân Nhất.

Cho nên Đạo Đức Kinh viết:

Thiên đắc Nhất dĩ thanh,

天得一以清,

Địa đắc Nhất dĩ ninh.

地得一以寧.

Thần đắc Nhất dĩ Linh.

神得一以靈.

Cốc đắc Nhất dĩ doanh,

谷得一以盈,

Vạn vật đắc Nhất dĩ sinh,

萬物得一以生,

Vương hầu đắc Nhất dĩ vi thiên hạ trinh. [\[5\]](#)

王侯得一以為天下貞.

Trời có Ngài nên hóa trong xanh,

Nhờ Ngài nên đất an ninh,

Chư Thần nhờ thế uy linh, nhiệm màu,

Có Hóa Công hang sâu hóa đặc,

Nhờ có Ngài muôn vật tốt tươi,

Vương hầu cũng dựa đức Người,

Trị vì thiên hạ thanh thoi an bình.

Còn nói rằng: Thần dĩ tri lai, Tri dĩ tàng vãng. [\[6\]](#) (Dùng Thần trông tỏ tương lai, tìm tàng trong trí muôn đời xa xưa).

Còn nói rằng: Lớn mà cảm hoá thì gọi là Thánh. Thánh mà không hiểu nổi thì là Thần. Chia ra làm Hai thì gọi là Âm Dương. Chia ra làm năm thì là Ngũ Hành. Lại chia làm tám. Tám tám sáu mươi tư là số của Hà Đồ. Lại chia làm chín. Chín Chín tám mươi một, là số của Lạc Thư. Rồi chia thành Vạn vật. Sinh Sinh Hóa Hóa là Cương duy của Vạn Vật.

Phục Hi Văn Vương được chữ Nhất mà Chu Dịch hưng khởi. Đại Võ, Cơ Tử được chữ Nhất, mà Hồng Phạm Cửu Trù sinh; Chu Mậu Thúc (Chu Liêm Khê) được chữ Nhất mà có Thái Cực Đồ; Thiệu Nghiêu Phu (Thiệu Khang Tiết) đắc Nhất mà viết Hoàng Cực Kinh Thế; Lão Tử được chữ Nhất, mà vạn sự tất; Thích Ca được chữ Nhất mà Vạn Pháp qui. Qui Căn là Qui Nhất, Phục Mệnh là Phục Nhất vậy.

Tây Thăng Kinh viết:

Nhân năng thủ Nhất,

人能守一

Nhất diệc thủ Nhân.

一亦守人

Tư Nhất chí cơ,

思一至飢

Nhất dữ chi lương,	一 與 之 糧
Tư Nhất chí khát.	思 一 至 渴
Nhất dữ chi tương.	一 與 之 漿

Người giữ được Nhất,  
 Nhất sẽ giữ người.  
 Nghĩ Nhất mà đói,  
 Nhất sẽ cho ăn,  
 Nghĩ Nhất mà khát,  
 Nhất sẽ cho uống.

Linh Khu Kinh viết: Thiên Cốc, Nguyên Thần, Thủ chi tự chân 天谷, 元神守之自真 (Giữ được Nguyên Thần trong Thiên Cốc, Sẽ đạt cảnh giới Thiên Chân).

Lại viết: Tử dục trường sinh, Bảo Nhất đương minh 子欲長生抱當明 (Người muốn trường sinh, Ôm Nhất sẽ rõ).

Lại viết: Bảo Nhất thủ Chân, Thần tự thông Linh 抱一守真, 神自通靈 (Ôm Nhất thủ Chân, Thần sẽ thông Linh).

Nếu con người Ác thần<sup>[7]</sup> thủ Nhất 握神守一 được ở nơi Bản Cung (Nê Hoàn Cung), thì Chân Khí tự nhiên sẽ bay lên, Chân tức sẽ tự định, Chân Tinh sẽ tự triều; Linh Miêu sẽ lớn; Thiên Môn sẽ mở; Nguyên Thần sẽ tự hiện; Khiếu trên đỉnh đầu sẽ mở và các khiếu khác cũng sẽ mở. Nguyên Thần cư tại vị, và các Thần khác đều nghe lệnh. Thần đã ở trong Khiếu và đã không phát tán; thì con người làm sao chết được? Cho nên Huỳnh Đình Kinh nói: Tử dục bất tử, tu Côn Lôn<sup>[8]</sup> (Bạn muốn trường sinh tu Côn Lôn. (Côn lôn là đầu con người), chính là vậy).

Cho nên Khâu Xử Cơ nói:

Cửu thị Côn Lôn thủ Chân Nhất,

久視崑崙守真一,

Thủ đắc Ma Ni viên hựu xích.

守得摩尼圓又赤.

Thanh Hư hạo khoáng Đà La Môn,

清虛浩曠陀羅門,

Vạn Phật thiên Tiên tòng thử xuất.

萬佛千仙從此出.

Nhìn lâu Đan điền, giữ Chân Nhất,

Được Ngọc Ma Ni, tròn lại đỏ,

Đà La Môn (Nê Hoàn Cung) ấy thực thanh hư,

Vạn Phật, Thiên Tiên do đó xuất.

Hoàn Nguyên Thiên viết:

Ngộ Đạo hiển nhiên minh lang lạc,

悟道顯然明廊落,

Nhàn nhàn đoan tọa vận Thiên Quan.

閑閑端坐運天關.

Biết Đạo âu rành Thanh Tĩnh Lý,

Ngồi thẳng yên người giữ Nê Hoàn.

Đó là căn bản công phu, đó là học vấn đầu não, đó là thủ đoạn mở cửa Trời, đó là Linh Chương để thoát Tử Tịch, Đạo Lý này là bí mật của thượng Thiên, xưa nay Tiên Phật không dám nói rõ. Cho nên trong ngàn vạn người may mới được một hai người biết. Thật là huyền diệu. Lại có những khẩu quyết nói không hết lời.

Người xưa đỉnh ninh dặn dò rằng: Khi Chân Diên nhập đỉnh, phải khu trừ tạp niệm, đem hết Tinh Thần, Mắt hướng đỉnh đầu, dụng hết tâm chí, trong chớp nhoáng đó, Nguyên Thần, Nguyên Khí sẽ giao hợp, tạo hóa sẽ vận chuyển, sấm vang, điện giạt, cảm động Kiền Khôn, bách mạch khai thông, cửu cung thấu triệt, kim tinh quán đỉnh, chân khí bốc lên trời.

Tử Dương gọi thế là: Dĩ Hắc nhi biến hồng, Nhất đỉnh vân khí nùng 以黑而變紅, 一鼎氣雲濃 (Lấy đen biến thành Hồng, Chính khí sẽ đầy Nê Hoàn).

Trong khoảnh khắc, nhiệt độ nơi Thượng Hạ Đan Điền sẽ giảm, đó là triệu chứng Đan thành. Hoàng Nha, Bạch Tuyết sẽ xuất hiện. Nguyên Thần, Nguyên Khí, Âm Dương, Hồn Phách, như đôi vợ chồng hòa hợp với nhau, phát ra tiếng Long Ngâm, Cọp Hú. Dương Tinh Hống Tủy ngưng kết như châu. Bạch Ngọc Thiềm viết: Phu phụ lão tương phùng, Ân tình tự lưu luyến 夫婦老相逢, 恩情自留戀 (Vợ chồng già gặp nhau, ân tình tự lưu luyến). Lúc đó, Huyền Châu thành tượng, quặng mất, vàng còn, và một điểm Kim Dịch sẽ rơi xuống chốn cũ Huỳnh Đình vậy.

Lúc đó, mây núi an nhiên bay lên Thái Hư, mưa xuân lã tã rơi xuống thấm nhuần đất đai, tràn ngập giang trạch, băng hà bắt đầu tan chảy, bách mạch không hư, hoà hoạt, làm tứ chi thư sướng, như mùa Xuân đến muôn nơi.

Thấy hiệu nghiệm đó, lập tức hành Mão Dậu chu thiên (vận nội khí chu lưu khắp người) tòng tả thượng, tòng hữu hạ là Tiến Dương Hỏa, tòng hữu thượng, tòng tả hạ, là Thoái Âm Phù; khiến cho nội khí thượng hạ, tả hữu toàn thân được hội hợp hỗn dung, cho ngũ hành hợp nhất trong một Đỉnh, dung hợp Ngũ Linh nơi Thiên Cốc, Lý Ngũ Khí về Nê Hoàn vậy.

Cao Tượng Tiên nói:

Huyền Châu phi đáo Côn Lô thượng,

玄珠飛到崑崙上,

Tử nhược cầu chi bằng Vọng Tượng.

子若求之憑罔象.

Huyền Châu bay tới đỉnh Côn Lô,

Muốn được Huyền Châu phải Vọng Tượng.

Hà Xa Ca viết:

Lưỡng vật cầm lai cộng nhất lô,

兩物擒來共一爐,

Nhất hoằng Thần Thủy kết Chân Tô.

一泓神水結真酥.

Nguyên Thần Nguyên Khí bỏ một lò,

Thần Thủy đem về kết Chân Tô,

Chỉ Huyền Thiên viết:

Tất tri hội hợp Đông Tây lộ,

必知會合東西路,

Thiết tại xung hoà thượng Đan Điền.

切在沖和上下田.

Đông Tây, Tả Hữu đôi đường cách,

Phải biết đem về Thượng Đan Điền.

Trần Nê Hoàn nói:

Bạch Hổ tự tư tương kiến hậu,

白虎自茲相見後,

Lưu Châu na khảng bất tương tông?

流珠那肯不相從.

Bạch hổ (Nguyên Khí) từ khi mà gặp được.

Nguyên Thần hồ dễ chẳng nghe theo?

Doãn Chân Nhân nói:

Tứ Tượng, Ngũ Hành toàn thốc xứ,

四象五行攢簇處,

Kiên Khôn, nhất nguyệt tự nhiên qui.

乾坤一月自然歸.

Tứ Tượng Ngũ hành mà hoà hợp,

Kiên Khôn, Nhật Nguyệt cũng về theo.

Tiệm Ngô Tập viết:

Nhân thiêu đan dược hỏa viêm hạ,

因燒丹藥火炎下,

Cố sử Hoàng Hà thủy nghịch lưu.

故使黃河水逆流.

Đã biết tiến Dương Hỏa,

Phải biết thoái Âm Phù.

Thuần Túy Ngâm viết:

Tí Ngọ lô tiền phân tiến thoái,

子午爐前分進退,

Kiên Khôn đỉnh nội liệt phù trầm.

乾坤鼎內列浮沉.

Luyện thuốc phải rành đường Tiến Thoái,

Biết lẽ Thăng Trầm nữa mới hay.

Huyền Áo Tập viết:

Kim Tình Mộc Tính tương giao hội,

金情木性相交會,

Hắc Diên, Hồng Hồng tự cảm thông.

黑鉛紅汞自感通.

Nguyên Thần (Mộc), Nguyên Khí (Kim) đã giao hợp,

Hắc Diên, Hồng Hồng tự cảm thông.

Vân Phòng chân nhân nói:

Khu hồi đấu bính Huyền Quan Lý,

驅回斗柄玄關理,

Oát chuyển Thiên Quan vạn tượng thông,

斡轉天關萬象通.

Phiến hướng Hồ Long tần đấu bãi,

片餉虎龍頻斗罷.

Nhị vật tương giao khoảnh khắc trung.

二物相交頃刻中.

Nhìn chuôi Bắc Đẩu vận Huyền Quan,

Thiên Quan xoay chuyển vạn tượng thông,

Hồ Long vừa thấy so hơn kém,

Đã Thầy hòa hài, khoảnh khắc trung.

Chỉ Huyền Thiên viết:

Bôn qui Khí Hải danh Châu Ký,

奔歸氣海名朱驥,

Phi nhập Nê Hoàn thị Bạch Nha.

飛入泥丸是白鴉.

Tạc dạ Hồ Long tranh đấu bãi,

昨夜虎龍爭鬥罷,

Tuyết trung vi hiện nguyệt câu tà.

雪中微現月鉤斜.

Nguyên Thần (Châu Ký) băng Khí Hải,

Bạch Nha đã thấy nhập Nê Hoàn.

Đêm qua Long Hồ vừa tranh đấu,  
Trong tuyết hiện ra mảnh trăng tà.<sup>[9]</sup>

Tĩnh Nhân Thi rằng:

Mộc Kim gián cách các Tây Đông,  
木金間隔各西東,  
Vân khởi, Long ngâm, Hồ khiếu phong.  
雲起龍吟虎嘯風.  
Nhị vật liêu liêu Thiên địa hồi,  
二物寥寥天地回,  
Hạnh nhân Mậu Kỷ hội thư hùng.  
幸因戊己會雌雄.

Mộc<sup>[10]</sup> Kim<sup>[11]</sup> cách trở tại Đông Tây,  
Gió thổi, mây tuôn, Rồng Cọp hú,  
Thần khí xa nhau cả đất Trời,  
May nhờ Mậu Kỷ thành Trống Mái.

Trần Nê Hoàn viết:

Tí thời khí đáo Vĩ Lư Quan,  
子時氣到尾閩關,  
Giáp Tích, Hà Xa vận Tảng san.  
夾脊河車運甑山.  
Nhất loã Thủy Tinh nhập lô nội,  
一顆水晶入爐內,  
Xích Long hàm Hống thượng Nê Hoàn.  
赤龍含汞上泥丸.  
Khí vào giờ Tí tới Vĩ Lư,  
Theo đường Giáp Tích truyền lên đỉnh,  
Nhất loã Kim Đan nhập Đan Điền,  
Nguyên Thần Nguyên Khí thượng Nê Hoàn.

Túy Hư Thiên viết:

Túy đảo hàm miên mộng thực thời,  
醉倒酣眠夢熟時,  
Mãn thuyền tải bảo quá Tào Khê.  
滿船載寶過曹溪.  
Nhất tài thức phá đan cơ hậu,  
一才識破丹基後,



Phóng khứ thu lai tổng thị y.

放去收來總是伊。

Quá chén, ngủ say, dẹt mộng thời,  
Một thuyền châu báu qua Đốc mạch.  
Từ khi biết được phép luyện Đơn,  
Phóng khứ, thu lai thật dễ dàng.

Cổ Tiên Ca vãn:

Thủy Ngân nhất vị thị Tiên Dược,

水銀一味是仙藥,

Tòng thượng truyền lưu phục hỏa nan.

從上傳流伏火難。

Nhược ngộ Hà Xa thành tử phấn,

若遇河車成紫粉,

Phấn sương nhất thổ hóa Kim Đơn.

粉霜一吐化金華。

Nguyên Thần nhất vị là Tiên Dược,

Xưa nay kết tụ rất khó khăn.

May ra gặp được Chân Nguyên Khí,

Phấn sương lan tỏa hiện Kim Đan.

Huyền Áo Tập nói:

Di tương Bắc Đẩu quá Nam Thần,

移將北斗過南辰,

Lưỡng thủ song kinh Nhật Nguyệt luân.

兩手雙擎日月輪。

Phi sấn Côn Lôn sơn thượng xuất,

飛趁崑崙山上出,

Tu du hoá tác nhất thiên vân.

須臾化作一天雲。

Đem sao Bắc Đẩu (Khảm) xuống Nam Thần (Ly).

Nhật Nguyệt hai vàng nắm trong tay.

Bay tới Côn Lôn Liên xuất hiện,

Tự nhiên hoá tác đám tường vân.

Âm Trường Sinh nói:

Thâm dạ Long ngâm Hồ khiếu thì,

深夜龍吟虎嘯時,

Cấp giá Hà Xa vô tạm hiết.

急駕河車無暫歇.

Phi tinh vận thượng Côn Lôn đỉnh,

飛精運上崑崙頂,

Tiến hỏa Ngọc Lô phanht tự tuyết.

進火玉爐烹似雪.

Long ngâm, Hồ khiếu trong đêm vắng,

Hãy chuyển Hà Xa chớ có lời.

Phi tinh hãy vận Côn Lôn đỉnh,

Đem lửa đốt lò trắng như tuyết.

Trương Nguyên Hoá viết:

Nghi lưu nhất trực thượng Bồng Lai,

宜流一直上蓬萊,

Tán tại Cam Tuyền nhuận cửu hài.

散在甘泉潤九骸.

Tòng thử Đan Điền triêm nhuận trạch,

從此丹田沾潤澤,

Hoàng Nha biến địa nhất tề khai.

黃芽變地一齊開.

Sông Nghi chảy thẳng tới Bồng Lai,

Tán thành Tân Dịch nhuận cửu hài.

Đơn Điền nhờ vậy nên nhuận trạch,

Hoàng Nha khắp đất nở tung khai.

Nguyễn Đạo Ca vân:

Diệu vận Đan Điền tu thượng hạ,

妙運丹田須上下,

Tu tri nhất thể hợp Tây Đông.

須知一體合西東.

Kỷ hồi tiếu chỉ Côn Lôn thượng,

幾回笑指崑崙上,

Giáp tích phân minh hữu lộ thông.

夾脊分明有路通.

Phải vận khí qua Thượng Hạ Đan Điền,

Biết phải trái Tây Đông trong người.

Mới hay từ Giáp Tích lên Côn Lôn,

Phân minh vốn đã có đường lối.

Áo Bí Tập viết:

Độc bộ Côn Lôn vọng yếu minh,  
獨步崑崙望窈冥,  
Long ngâm hổ khiêu thậm phân minh.  
龍吟虎嘯甚分明.  
Ngọc trì thường trích Âm Dương tử,  
玉池常滴陰陽髓,  
Kim đỉnh thời phanh nhật nguyệt tinh.  
金頂時烹日月精.  
Bước tới Côn Lôn học huyền vi,  
Long ngâm Hổ khiêu rõ ràng nghe.  
Trong miệng Cam Lồ thường nhỏ xuống,  
Đơn Điền thường luyện Nhật Nguyệt tinh.

Quần Tiên Châu Ngọc viết:

Nhất điểm Đan Dương sự quýnh biệt,  
一點丹陽事迥別,  
Tu hướng Khảm trung cầu xích huyết.  
須向坎中求赤血.  
Tróc lai Ly vị chế Âm Tinh,  
捉來離位制陰精,  
Phối hợp điều hòa hữu thời tiết.  
配合調和有時節.  
Muốn luyện Nội Đơn phải hiểu rành.  
Phải từ quẻ Khảm lấy Dương Tinh,  
Thay thế quẻ Ly hào chính giữa,  
Phối hợp, điều hòa có thời tiết.

Kim Đan Tập viết:

Hà xa ban vận thượng Côn sơn,  
河車搬運上崑山,  
Bất động khiên hào đảo Ngọc Quan.  
不動緯毫到玉關.  
Diệu tại nhập môn lao bế tỏa, [\[12\]](#)  
妙在入門牢閉鎖,  
Âm Dương nhất khí tư ithubàn hoàn.

陰陽一氣自循環。

Hà xa vận chuyển tới Côn Lôn,  
Không cần vất vả thấu Ngọc Quan. [\[13\]](#)

Hay là biết giữ đầu óc sáng  
Âm Dương nhất khí tự tuần hoàn.

Nguyễn Nhất Ca viết:

Đáo thử đắc Nhất phục vong Nhất,  
到此得一復忘一,  
Khả dĩ Nguyên Hóa đồng xuất một.  
可與元化同出沒.  
Thiết nhược chấp nhất bất năng vong,  
設若執一不能忘,  
Đại tự si miêu thủ không quật.  
大似痴貓守空窟.

Đạt được Nhất rồi lại quên Nhất, [\[14\]](#)  
Sẽ cùng Tạo Hóa đồng xuất một.  
Nếu như chấp nhất không quên được,  
Sẽ giống mèo ngu, giữ hang không.

Bạch Ngọc Thiềm viết:

Hống Tâm luyện Thần Xích Long Tính,  
汞心煉神赤龍性,  
Diên thân ngưng Khí Bạch Hổ Mệnh.  
鉛身凝氣白虎命.  
Nội ngoại hỗn vô nhất điểm âm,  
內外混無一點陰,  
Vạn tượng quang trung ngọc kính thanh.  
萬象光中玉鏡清.  
Trong Hống luyện phan Xích Long, Tính,  
Diên thời ngưng khí Bạch Hổ, Mệnh.  
Thần Khí trong ngoài sạch hết Âm,  
Đại đan trong sáng ắt mau thành.

Thuần Dương Tập viết:

Đạo đắc Kiên Khôn tổ, 盜得乾坤祖  
Âm Dương thị bản tông. 陰陽是本宗  
Thiên Hồn sinh Bạch Hổ, 天魂生白虎

Địa phách sản thanh long. 地魄產青龍  
 Vận bửu Nê Hoàn trụ, 運寶泥丸住  
 Ban Tinh nhập Thổ cung. 搬精入土宮  
 Hữu nhân minh thử pháp, 有人明此法  
 Vạn tải mạo như đồng. 萬載貌如童

Trộm được Kiền Khôn tổ,  
 Thấy căn bản Âm Dương.  
 Thiên Hồn sinh Nguyên Khí,  
 Địa Phách hóa Nguyên Thần.  
 Nê Hoàn đem báu lại,  
 Tinh Hoa tới Thổ Cung.  
 Ai mà biết phép đó.  
 Muôn năm trẻ như đồng.

Bảo Nhất Tử (Hiển Đạo đồ) viết:

Tạo đạo nguyên lai vốn bất nan,  
 造道原來本不難,  
 Công phu chỉ tại định trung gian,  
 工夫只在定中間.  
 Âm Dương thượng hạ thường thăng giáng,  
 陰陽上下常升降,  
 Kim Thủy chu lưu tự phản hoàn.  
 金水周流自返還.  
 Tử phủ, Thanh Long giao Bạch Hổ,  
 紫府青龍交白虎,  
 Huyền cung địa trục hợp Thiên Quan,  
 玄宮地軸合天關.  
 Vân thu vũ tán Thần thai tựu,  
 雲收雨散神胎就,  
 Nam tử sinh nhi bất đẳng nhàn.  
 男子生兒不等閑.  
 Nguồn đạo tìm ra chẳng khó khăn,  
 Công phu chỉ tại Định trung gian.  
 Âm Dương thượng hạ thường thăng giáng,  
 Nguyên Khí trong ta mặc phản hoàn,  
 Tử phủ, Thanh Long giao Bạch Hổ,

Huyền cung Địa Trục hợp Thiên Quan.  
Kim Đan ngưng kết Thánh Thai hiện,  
Nam tử sinh con chuyện phi thường.

Huyền Áo Tập vân:

Yếu thức Huyền Quan đoan đích xứ,  
要識玄關端的處,  
Nhi nữ tiếu chỉ Tối Cao Phong.  
兒女笑指最高峰.  
Thượng tối Cao Phong tú thả kỳ,  
上最高峰秀且奇,  
Bỉ ngạn mông mông sinh tử chi.  
彼岸蒙蒙生紫芝.  
Chỉ thử tiện thị Trường Sinh dược,  
只此便是長生藥,  
Vô hạn tu hành nhân bất tri.  
無限修行人不知.  
Muốn biết Huyền Quan ở chốn nao.  
Người chỉ vẽ cho tại đỉnh đầu.  
Đỉnh đầu chốn ấy, ôi sao đẹp,  
Bên bờ còn có cỏ Linh Chi.  
Linh Chi là chính Trường Sinh dược,  
Chuyện ấy xưa nay ít ai tri.

Hứa Tuyên Bình (Huyền Châu Ca) viết:

Thiên thượng Nhật đầu địa hạ chuyển,  
天上日頭地下轉,  
Hải đế thuyền quyên Thiên thượng phi.  
海底嬋娟天上飛.  
Kiền Khôn, Nhật Nguyệt bản bất vận,  
乾坤日月本不運.  
Giai nhân đấu bính chuyển kỳ ki.  
皆因斗柄轉其機.  
Nhân Tâm nhược dĩ Thiên Tâm hợp,  
人心若與天心合,  
Điên đảo Âm Dương chỉ phiến thì.  
顛倒陰陽止片時.

Hổ Long chiến bãi Tam Điền tĩnh,

虎龍戰罷三田靜。

Thập thủ Đan Kinh chủng tại Nê.

拾取丹經種在泥。

Vùng Nhật trên Trời, dưới đất quay,

Vùng Trăng đáy biển thượng thiên phi.

Kiên Khôn, Nhật Nguyệt vốn không chuyển.

Chuyển vận là do Đẩu Bính xoay.

Nhân Tâm nếu với Thiên Tâm hợp,

Âm Dương diên đảo chỉ phút giây.

Nguyên Thần Nguyên Khí đà kết hợp,

Đem đến Đan Kinh, chủng tại nê. (Nê Hoàn)

Quần Tiên Châu Ngọc Ca viết:

Diên tư Hống, Hống tư Diên.

鉛思汞汞思鉛,

Đoạt đắc Kiên Khôn Tạo Hóa quyền,

奪得乾坤造化權。

Tính Mệnh đô lai lưỡng cá tự,

性命都來兩個字,

Ẩn tại Đan Kinh thiên vạn thiên.

隱在丹經千萬篇。

Diên mơ Hống, Hống mơ Diên.

Đoạt được Kiên Khôn, Tạo Hoá quyền.

Tính Mệnh xưa nay chỉ hai chữ,

Ẩn tại Đan Kinh thiên vạn thiên.

[1] Huỳnh Đình Kinh, Nội Cảnh, ch. VII.

[2] Huỳnh Đình Kinh, Nội Cảnh, ch. VII.

[3] Huỳnh Đình Kinh, Nội Cảnh, ch. VII.

[4] Như vậy Chân Nhất chi đạo đã dấu tại Nê Hoàn Cung, trong đầu não con người.

[5] Đạo Đức Kinh, ch. 39.

[6] Hệ Từ Thượng, ch. XI.

[7] Cầm giữ được Thần. Ác = cầm, nắm lấy.

[8] Huỳnh Đình Ngoại Cảnh, ch. VI.

[\[9\]](#) Đơn Đạo thành.

[\[10\]](#) Nguyên Thần.

[\[11\]](#) Nguyên Khí.

[\[12\]](#) Bát môn chỉ bộ xương sọ.

[\[13\]](#) Thượng Đan Điền.

[\[14\]](#) Tức là vào được cảnh giới Vô.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) **6** [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

### CHÂU THIÊN TUYÊN KI ĐỒ

#### 圖 璇 璣 天 周

始遁否觀剝坤兮六陰往右而迴旋

河魁臨卯天罡據酉  
子南午北互為綱紀

大道分明見此圖  
璇璣卯酉法天然  
由中道外中全外  
自後推前復即前  
陽火進來從左轉  
陰符退去往西旋  
雲時火候周天畢  
煉穎明珠似月圓

刑德並會相見懼喜  
虎西龍東建緯卯酉

復臨泰壯夬乾兮六陽從左而上下

北斗南辰下  
眉毛眼底穿  
灰心行水火  
定意採真竅

陰向真端滅  
陽從眼裡生  
這般平易法  
因甚沒人行

Phục, Lâm, Thái, Tráng, Quải, Kiền hề,

復 臨 泰 壯 夬 乾 兮,

Lục Dương tòng tả nhi thượng hạ.

六 陽 從 左 而 上 下.

Cấu, Độn, Bĩ, Quan, Bác, Khôn hề,

姤 遁 否 觀 剝 坤 兮,

Lục Âm vãng hữu nhi hồi tuyền.

六 陰 往 有 而 回 旋.

Phục, Lâm, Thái, Tráng, Quả, Kiền hề,  
 Sáu Dương lên xuống bên phía tả.  
 Cấu, Độn, Bĩ, Quan, Bác, Khôn hề,  
 Sáu Âm tuần hoàn bên phía hữu.

\*

Hổ Tây, Long Đông, kiến vĩ Mão Dậu,  
 虎西龍東見卯酉,  
 Hình, Đức tịnh hợp tương kiến hoan hỉ.  
 刑德並會相見歡喜.  
 Hà Khôi lâm Mão, Thiên Cang cứ Dậu,  
 河魁臨卯天罡據酉,  
 Tí Nam, Ngọ Bắc hỗ vi cương kỉ.  
 子南午北互為綱紀.

Hổ Tây, Long đông, hình thành Mão Dậu kinh tuyến.<sup>[1]</sup>

Âm Hình, Dương Đức tính dụng, mọi người hoan hỉ.<sup>[2]</sup>

Hà Khôi Tinh tại Đông, Mão, Thiên Cang Tinh tại Tây Dậu.

Nam bắc Tí Ngọ tuyến thị cương yếu.<sup>[3]</sup>

\*

Bắc Đẩu Nam Thần hạ,	北斗南辰下
Mi Mao nhỡn để xuyên.	眉毛眼底穿
Khôi tâm hành Thủy Hỏa,	灰心行水火
Định Ý thái Chân Diên.	定意採真鉛
Âm hướng Tị Đoan diệt,	陰向鼻端合
Dương tòng nhãn lý sinh.	陽從眼里生
Giá ban bình dị pháp,	這般平易法
Nhân thậm một nhân hành.	因甚沒人行

Bắc Đẩu (Khảm), Nam Thần (Ly) hợp,  
 Nơi lông mi và mắt (Thượng Đan Điền)

Tâm yên hành Thủy Hoả.<sup>[4]</sup>

Ý định, Đơn sẽ viên.

Âm tối đầu mũi diệt,

Dương từ trong mắt sinh.

Phép tu dễ như thế,

Sao chẳng mấy người hành?

## Lời bàn của Dịch giả về Tuyền Ki:

Hình vẽ trên đây không phải là Tuyền Ki, mà là Huyền Nghi (Armillaires).

1. Tuyền Ki (Tablette de constellation curcum-polaire; Circumpolar Constellation template) là một Ống Đồng cổ kính nhất để quan sát sao Bắc Thần và định vị trí Bắc Cực.

Michel giải Tuyền Ki là một miếng ngọc đẹt chung quanh có một số khía. Miếng ngọc này có thể xoay quanh một cái ống để nhòm. Nếu quay đúng vị trí, các sao Bắc Đẩu và hàng sao Tả Khu, Thượng Tể, Thượng Phụ, Thượng Thừa v.v. sẽ lọt đúng vào chỗ khía đã làm sẵn của Tuyền Ki, còn sao Bắc Thần sẽ hiện ra nơi Tâm Điểm của Tuyền Ki, Như vậy Tuyền Ki sẽ định được chính Bắc Cực.

2. Hồn Nghi là một dụng cụ để xem xét sự vận hành của mặt trời, mặt trăng và sự mọc lặn của các vì sao. Hồn Nghi do Trương Hành (78-149 cn) chế ra.

Hồn Nghi có nhiều loại tùy theo có nhiều hay ít vòng. Nó thường có vòng Hoàng Đạo, vòng Xích Đạo, vòng Kinh Tuyến và vòng Nhấn Giới. Nó cũng còn có nhiều bộ phận hay máy móc khác mà ta không cần biết.

Dịch giả Tham Đồng Khế, nơi tr. 381, mô tả đại khái Hồn Nghi như sau: «Đó là một Nghi Khi cho ta biết về Đại Đạo. Nó cho ta biết về kinh tuyến Mão Dậu hoàn toàn lấy tự nhiên làm chuẩn đích. Nó quay từ trong ra ngoài. Khi đã biết tâm điểm của nó, thì sẽ quay nó từ sau ra trước. Nội khí trong người cũng vận chuyển như vậy. Dương Hòa chuyển phía trái; Âm Phù chuyển phía phải; trong khoảnh khắc, nội khí sẽ vận chuyển toàn thân; Hòa Hầu đã tới và đan đạo cũng đã thành.»

[1] Nguyên Thần = Thanh Long = Tả Thận chi khí = Mão = Đông. Nguyên Khí = Bạch Hổ = Hữu Thận chi Khí = Dậu = Tây.

[2] Âm Dương hòa hợp.

[3] Đông Tây, Nam Bắc chính là Thượng, Hạ, Tả, Hữu, bốn phương trong người cho nội khí tuần hoàn.

[4] Nguyên khí, Nguyên Thần.

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) **8** [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) [13](#)

## MÃO DẬU CHU THIÊN KHẨU QUYẾT

Đoạn trước nói về Kiền Khôn giao cấu, là nói về Ngoại Dực. Đoạn này nói về Mão Dậu chu thiên. Nói về Nội Dực.

Ngoại Giao Cấu là Sau lên Trước xuống. Một Thăng Một Giáng Nội Giao Cấu là Tả Tuyền, Hữu Chuyển, nhất Khởi, nhất Phục. Đồi đằng vận chuyển, giống như Tuyền Ki, cho nên Ngụy Bá Dương nói: Tuần Hoàn tuyền ki, thăng giáng thượng hạ, chu lưu lục hào, Nan dĩ sát đồ 循環旋璣, 升降上下, 周流六爻, 難以察睹 (Tuyền Ki tuần hoàn, lên xuống, dưới trên, chu lưu sáu hào, khó mà lường được). Người đời chỉ biết Kiền Khôn giao cấu, mà không biết Mão Dậu Chu Thiên, như có xe không bánh, như thuyền không lái. Nếu muốn chở xa, làm sao mà được?

Cho nên Chỉ Huyền Thiên viết:

Luân Hồi, Ngọc Thổ dữ Kim Kê,

輪回玉兔與金雞,

Đạo tại nhân thân nhân tự mê.

道在人身人自迷.

Mãn mục tận tri điều Thủy Hỏa,

滿目盡知調水火,

Đáo đầu kỷ cá thức Đông Tây?

到頭幾個識東西.

Nhật nguyệt hai vàng luôn thăng giáng,

Đạo tại nơi người, người chẳng biết,

Suốt ngày chỉ học điều Thủy Hỏa,

Đông Tây tuần hoàn lại chẳng hay.

Đông là Mộc (Tính), Tây là Kim (Tinh). Một vật phân đôi, nên mới Đông Tây gián cách.

Nay nhờ Đẩu Bính Tuyền Ki oát chuyển, nên Mộc Tính ái Kim, Kim Tinh luyến Mộc, hai bên giao kết, nên Kim Mộc tương giao, Thủy Hỏa tương tế, nên Đan Kinh gọi là Hòa hợp Tứ Tượng.<sup>[1]</sup>

Cho nên Trương toàn Nhất (Diên Hỏa bí quyết) nói:

Đại dực chi sinh hữu thời tiết,

大藥芝生有時節，  
 Hối mạt, Tí sơ, chính bán dạ.  
 亥末子初正半夜。  
 Tinh thần tương cấu hợp quang hoa,  
 精神相媾合光華，  
 Hoảng hoảng hốt hốt sinh minh nguyệt,  
 恍恍惚惚生明月，  
 Cấu bãi lưu hạ phún bào nhiên,  
 媾罷流下噴泡然，  
 Nhất Dương lai phục hữu khinh tiết,  
 一陽來復休輕泄，  
 Cấp tu bế tại Thái Huyền Quan,  
 急須閉在太玄關，  
 Thủy bức Dược quá Vĩ Lư Huyệt,  
 水逼藥過尾闕穴。  
 Thái thời dụng mục thủ Nê Hoàn,  
 采時用目守泥丸，  
 Thùy hạ tả thượng tả ngưng yết.  
 垂下左上且凝歇。  
 Vị chi chiêm lý não thăng huyền.  
 謂之瞻理腦升玄。  
 Hữu biên phóng hạ phục khởi triết,  
 右邊放下復起折。  
 Lục lục số hoa dược thăng Kiền.  
 六六數華藥升乾。  
 Dương cực Âm sinh vãng hữu thiên.  
 陽極陰生往右遷。  
 Tu khai quan môn dĩ thoái Hỏa,  
 須開關門以退火，  
 Mục quang hạ chúc thủ Khôn điền.  
 目光下矚守坤田。  
 Hữu thượng tả hạ phương ngưng trụ,  
 右上左下方凝住，  
 Tam bát số Liễu nhất chu thiên.  
 三八數了一周天。

Thử thị thiên nhiên chân hỏa hậu,  
 此是天然真火候,  
 Tự nhiên thăng giáng, tự sưu thêm.  
 自然升降自抽添.  
 Đã vô Huyền Vọng dữ Hối Sóc.  
 也無弦望與晦朔.  
 Đã vô Mộc Dục cộng Trường Thiên.  
 也無沐浴共長篇.  
 Dị danh tiền trừ thí dụ tảo,  
 異名剪除譬喻掃,  
 Chỉ tư lưỡng cú thị Chân Thuyên.  
 只斯兩句是真詮.  
 Đại dực sinh ra có thời tiết,  
 Cuối Hợi, đầu Tí lúc nửa đêm.  
 Nguyên Tinh, Nguyên Thần đồng kết hợp,  
 Quang hoa rực rỡ như Minh Nguyệt.  
 Kết hợp xong rồi lưu Phún Bào.  
 Nhất Dương lai phục không khinh tiết,  
 Mau đem về dấu tại Huyền Quan.  
 Nước bức Dực qua Vĩ Lư Huyệ,  
 Hái thuốc, mắt hướng về Nê Hoàn,  
 Lim dim tả vãng, thượng ngưng kết.  
 Dùng công lực mắt vận chuyển óc,  
 Đem thẳng Nội Đan về Nê Hoàn.  
 Hữu biên phóng hạ, phục khởi triết,  
 Lên xuống tuần hoàn 36 sáu lần.  
 Dương cực Âm sinh rồi Hữu chuyển,  
 Rồi phải mở cửa để Thoái Hỏa,  
 Mắt đưa xuống dưới giữ Khôn Điền.  
 Tòng Hữu biên thượng, Tả biên hạ,  
 Ba tám: hăm bốn một Chu Thiên.  
 Lúc ấy Tự Nhiên Chân Hỏa Hậu,  
 Tự nhiên thăng giáng, tự sưu thêm,  
 Hết còn Huyền Vọng, còn Hối Sóc,  
 Hết còn Mộc Dục hết Trường Thiên.

Dị danh tiểu trừ, thí dụ bỏ,  
Chỉ còn Hai Chữ ấy Chân Thuyên.

Phép này dùng sau phép Kiềm Khôn Giao Cấu, thì Kim Đơn sẽ không hao tán. Trước hết, đem Pháp Khí trụ Thái Huyền Quan (Vĩ Lư), rồi hành khí tới Khôn Tề (Rốn). Lâu sau, sẽ từ phía tả đưa lên Kiềm Đỉnh (Đỉnh Đầu). Ngưng một chút, rồi từ phía Hữu giáng xuống Đan Điền (Rốn). Thế là một độ. Rồi lại từ Rốn lên đỉnh đầu, rồi lại từ Đỉnh Đầu xuống Rốn. Làm như vậy 36 lần, thế là tiến Dương Hỏa. Sau 36 lần đó sẽ khai quan để Thoái Âm Hỏa. Lại khởi từ Rốn, tòng Hữu mà đi lên đỉnh Đầu. Rồi lại theo tả biên mà về Rốn. Xoay vòng như vậy 24 lần. Đó là thoái Âm Phù. 24 vòng là xong.

Trương Tử Dương nói:

Đẩu cực kiến tứ thời,	斗極建四時
Bát tiết vô bất thuận.	八節無不順
Đẩu cực thiệt ngọt nhiên,	斗極實兀熱
Khôi Tiêu tự di động.	魁杓自移動
Chỉ yếu lưỡng nhãn kiếu.	只要兩眼皎
Thượng hạ giao tương tống.	上下交相送
Tu hướng tĩnh trung hành,	須向靜中行
Mạc hướng mang lý tống.	莫向忙里送

Bắc đẩu định tứ thời,  
Bát tiết không sai thác.  
Bắc Đẩu vốn không động,  
Đuôi sao Khuê xoay vắn.  
Chỉ cần tinh đôi mắt,  
Trên dưới trông cho rành.  
Xem sao cần tĩnh lắng,  
Lòng phải thật quang minh.

Tại sao phải dùng mắt sáng suốt? Thưa vì mắt là Dương Khiếu. Toàn thân con người là Âm, chỉ có một điểm Dương ấy mà thôi. Ta dùng một điểm Dương ấy, từ dưới lên trên, từ trái sang phải, chuyển vận vô cùng, để chiến thoái quần Âm. Như vậy Dương Đạo ngày một trường, Âm đạo ngày một tiêu. Cho nên Dịch Kinh nói: Long chiến vu dã, kỳ huyết huyền hoàng 龍戰于野其血玄黃 (Ngoài đồng Rồng đánh lộn nhau, Máu phun chan chứa pha màu vàng đen).<sup>[2]</sup> Lại có thể khiến cho một khí lưu hành, tuần hoàn trên dưới, nên công năng của mắt thì thật là lớn vậy.

Vả khi con người vừa mới kết thai, Thiên Nhất sinh Thủy, thì Tròng Đen sinh trước, Đồng Tử sinh sau, thuộc Thận; Địa Nhị sinh Hỏa, mà có hai vành mắt; thuộc Tâm. Thiên tam sinh Mộc, mà có tròng đen, thuộc gan; Địa tứ sinh Kim, mà có tròng trắng, thuộc phổi; Thiên Ngũ sinh Thổ, mà có da trên dưới mắt, thuộc Tì.

Cứ xem như thế, thì tinh hoa ngũ tạng đều phát nơi mắt. Sau khi Thầy ta chỉ Khiếu cho ta, ta quan sát thai những người bị tiểu sản, hay thai trâu bò, hay xem trứng khi chưa thành con, thì bao giờ cũng thấy đôi mắt sinh trước khi tạng phủ thành hình, cho nên tôi biết đôi mắt là «Tiên Thiên Chi Linh», quán xá của

Nguyên Thần đến đó du chơi.

Hoàng Cực Kinh Thế viết:

Thiên chi Thần, Thê vu mục,

天之神棲于目,

Nhân chi Thần, Phát vu mục.

人之神發于目.

Thần của Trời, Ngự đôi mắt.

Thần con người, Phát tại mắt.

Lớn thay là câu nói: Nhân chi Thần phát vu mục. 人之神發于目.

Khi sinh thân, thì vật đó sinh ra trước; khi thân diệt, thì vật đó mất đi trước. Ngũ hành: Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ kết hợp tại đây, Linh khí của Tâm, Can, Tì, Phế, Thận tập trung tại đó. Nước rãi, nước mắt, Tinh, Tân, Khí, Huyết, Dịch bảy thứ đó đều kết tụ tại đó. Nó lớn thì thiên địa không chỗ chứa, nó nhỏ thì hào mao cũng không nạp. Đó há chẳng phải là báu vật trong thân ta hay sao?

Nội chỉ Thông Huyền Quyết viết:

Hàm quang tiện thị Trường sinh dược,

含光便是長生藥,

Biến cốt thành Kim Thượng Phẩm Tiên.

變骨成金上品仙.

Nhân Tình chính thật Trường Sinh Dược,

Biến Cốt thành Kim, Thượng Phẩm Tiên.

Thượng Dương Tử viết:

Huyền vi diệu quyết vô đa ngôn,

玄微妙訣無多言,

Chỉ tại Nhãn tiền nhân bất cố.

只在眼前人不顧.

Huyền vi diệu quyết chẳng nhiều lời,

Rành rành trước mắt người chẳng nói.

Sùng Chính Thiên vân:

Ban vận hữu công liên trú dạ,

搬運有功連晝夜,

Oát tuyền chí diệu thể Tuyền Ki.

斡旋至妙體璇璣.

Nội khí vận hành Liên trú dạ,

Mắt xoay kỳ diệu giống Tuyền Ki.

Hoả Hầu Ca vân:

Dục thấu Huyền Huyền tu cần độc,



欲透玄玄須謹獨,

Cẩn độc công phu cơ tại mục.

謹獨工夫機在目.

Chuyên Tâm cẩn thận thấu Huyền Cơ,

Cẩn Thận công phu do mắt đó!

Trần Nê Hoàn nói:

Chân Âm Chân Dương thị Chân Đạo,

真陰真陽是真道,

Chỉ tại nhỡn tiền hà viễn thảo.

只在雅前何遠討.

Chân Âm Chân Dương là Chân Đạo,

Nó ngay trước mắt, chớ tìm xa!

Tiết Đạo Quang nói:

Phân minh chỉ tại nhỡn tình tiền,

分明只在眼睛前,

Tự thị thời nhân bất kiến Thiên.

自是時人不見天.

Phân minh trước mắt chẳng xa vời,

Chỉ tại con người chẳng thấy Trời.

Lưu Hải Thiềm viết:

Hạ giáng thượng thăng tuần cốc trục,

下降上升循轂軸,

Tả toàn hữu phúc hợp khu cơ.

左旋右覆合樞機.

Hạ giáng, thượng thăng theo cột sống,

Tả toàn, hữu chuyển hợp Khu Cơ.

Vương Tử Chân nói:

Tạc tiêu Xá Nữ khải Linh phi,

昨宵姮女啟靈扉,

Khuy kiến thần tiên hội Tử Vi.

窺見神仙會紫薇.

Bắc Đẩu, Nam Thần tiền hậu bố,

北斗南神前後布

Lưỡng luân Nhật Nguyệt vãng lai phi.

兩輪日月往來飛.

Đêm qua Xá Nữ (Nguyên Thần) mở cửa ra.

Nhìn thấy Thần Tiên họp đỉnh đầu.

Nam Tào, Bắc Đẩu sau trước bố,

Nhật Nguyệt hai vàng bay lại qua.

Tiêu Tử Hư nói:

Như Long dưỡng châu thường tự cố,

如龍養珠常自顧,

Như Kê phục noãn thường tự bảo,

如雞伏卵常自抱,

Kim Dịch Hoàn Đơn tại nhãn tiền,

金液還丹在眼前,

Mê giả đa nhi ngộ giả thiếu.

迷者多而悟者少.

Như Rồng có ngọc thường lưu ý,

Như Gà ấp trứng cũng như y.

Kim Dịch Hoàn Đơn, trước mắt có,

Biết ra thì ít, mê lại nhiều.

Trần Túy Hư nói:

Bất thị đặng quang Nhật Nguyệt tinh,

不是燈光日月星,

Dược Linh tự hữu dị thường minh.

藥靈自有異常明.

Thùy Liêm cửu thị quang minh xứ,

垂帘久視光明處,

Nhất lỏa đường đường hiện Bản Chân.

一顆堂堂現本真.

Không đèn, mà độ ánh sáng sao,

Nội dược trong người sáng biết bao.

Chỉ cần nhắm mắt, nhìn trong dạ,

Đan điền sẽ rạng ánh Bản Chân.

Thúy Hư Thiên viết:

Mạc vị Kim Đơn sự đẳng nhàn,

莫謂金丹事等閑,

Thiết tu cần khổ lực toàn nghiên,

切須勤苦力鑽研.

A Ân cần hảo dữ sư tư luận,  
 殷勤好與師資論,  
 Bất tại tha đồ tại mục tiền.  
 不在他途在目前.

Đừng nói luyện Đơn là chuyện dễ,  
 Ất phải khổ công phải điều nghiên.  
 Cần Thầy chỉ dẫn, cần tha thiết,  
 Đạo Trời trước mắt chớ nhọc tìm.

Huyền Áo Tập viết:

Thanh Ngưu nhân khứ kỷ đa niên,  
 青牛人去幾多年,  
 Thử Đạo phân minh tại mục tiền.  
 此道分明在目前.  
 Dục thức mục tiền Chân Đích xứ,  
 欲識目前真的處,  
 Nhất đường phong lãnh, nguyệt Thuyền quyên.  
 一堂風冷月嬋娟.

Thanh ngưu (Nguyên Thần) tìm kiếm mất nhiều năm,  
 Kỳ thật Nguyên Thần tại mục tiền,  
 Hiểu được Đôi Ngươi (2 tròng mắt) chân tác dụng,  
 Nhất Dương lai phục, nội đan thành.

Trần Nê Hoàn nói:

Đại Đạo phân minh tại nhãn tiền,  
 大道分明在眼前,  
 Thời nhân bất hội ngộ qui tuyền.  
 時人會誤歸泉,  
 Hoàng Nha bản thị Kiền Khôn khí,  
 黃芽本是乾坤氣,  
 Thần Thủy căn cơ dữ Hống liên.  
 神水根機與汞連.

Đại Đạo (Chân Lý) phân minh tại mục tiền,  
 Thế nhân không biết tưởng Qui Tuyền.  
 Nội Đan chính thực Kiền Khôn Khí,  
 Thần Thủy với Hống vốn tương Liên.

Huyền Học Thống Tông viết:

Kỷ hồi đầu sưu thượng Côn Lôn,

幾回抖搜上崑崙,

Vận động Tuyền Ki tạo hóa phân.

運動璇璣造化分,

Trú Dạ chu nhi hoàn phục thủy,

晝夜周而還復始,

Anh Nhi tông thử trường tồn.

嬰兒從此長存.

Mấy lần vận dụng thấu Nê Hoàn,

Bất chước Tuyền Ki chuyển Tuần Hoàn,

Ngày đêm phản phục xoay vần chuyển,

Nội đơn nhờ thế sẽ trường tồn.

Quan Ngô (Phản Hoặc Ca) viết:

Giá cốt đồng, đại áo diệu,

這骨董大奧妙,

Diệu tại thường hữu quan kỳ khiếu.

妙在常有觀其竅,

Thử khiếu phân minh tại mục tiền,

此竅光明在目前.

Hạ sĩ văn chi tắc đại tiếu.

下士聞之則大笑.

Điều tạp nhạp này thật áo diệu,

Áo diệu tại chỗ quan kỳ khiếu.

Khiếu này thật sự trước mắt thôi,

Hạ sĩ nghe qua tức phá cười.

Kim Đơn phú viết:

Long hô, hổ hấp,

龍呼虎吸,

Hồn thôn Phách thổ.

魂吞魄吐.

Nam Bắc giao cấu vu Thủy Hỏa,

南北交媾于水火,

Mão Dậu luân hoàn vu Tí Ngọ.

卯酉輪還于子午.

Tổng quát Kiền Khôn chi sách,

總括乾坤之策，

Ưu du biến hóa chi chủ,

優游變化之主。

Tử Mẫu bao la vu không quách.

子母包羅匡廓。

Dục dưỡng nhân y vu đỉnh phủ.

育養因依于鼎釜。

Nguyên Thần, Nguyên Khí tương hô hấp,

Hồn Phách thôn thổ tương y

Nam Bắc giao cầu vu Thủy Hỏa,

Mão Dậu xoay vần qua Tí Ngọ,

Tóm lại luyện đan chi kế sách,

Đều lấy an nhàn làm pháp thuật.

Đôi mắt hàm tàng đủ Thần Khí,

Dưỡng dục chung qui tại Đan Điền.

Quần Tiên Châu Ngọc vân:

Giác trung giác Liễu, ngộ trung ngộ,

覺中覺了悟中悟，

Nhất điểm Linh Quang vô già hộ.

一點靈光無遮護。

Phóng khai Liệt diệm chiếu Ta Bà,

放開烈焰照娑婆，

Pháp giới tung hoành độc hiển lộ.

法界縱橫獨顯露。

Giá ta tiêu tức thậm u vi,

這些消息甚幽微，

Mộc nhân diêu chỉ bạch vân qui,

木人遙指白雲歸，

Thử cá Huyền Quan khẩu nan thuyết,

此個玄關口難說，

Mục tiền kiến đắc tiện vong ki.

目前見得便忘機。

Giác ngộ chung qui giác ngộ rồi,

Ánh sáng Đan Điền chẳng dấu ai,

Phóng khai lửa rực chiếu Ta Bà,

Pháp giới tung hoành độc hiển lộ,  
 Tin tức này xem thật u vi.  
 Mộc nhân chỉ nẻo bạch vân qui,  
 Điều huyền diệu ấy khó nói rõ,  
 Mắt thấy qua rồi sẽ quên Ki (Cơ sảo)

Nam Cốc Tử nói:

Chí đạo bất viễn hề,      至道不遠兮  
 Hằng tại mục tiền.      恆在目前  
 Thiết thiên địa chi cơ hề,      竊天地之機兮  
 Tu thành thai tiên.      修成胎仙  
 Chí Đạo chẳng có xa,  
 Luôn ở trước mắt ta.  
 Trộm được bí quyết Trời,  
 Tu sẽ thành Đại Tiên.

Thuần Dương Tử vân:

Hữu nhân vấn ngã tu hành pháp,  
 有人問我修行法,  
 Dao chỉ thiên biên nhật nguyệt luân.  
 遙指天邊日月輪.  
 Có kẻ hỏi ta phép tu hành,  
 Ta chỉ trời cao Nhật Nguyệt luân.<sup>[3]</sup>

Các lời trên là của chư tiên. Tất cả đều luận về phép Hành Khí. Tiết bản về Công Phu này với tiết bốn là cùng một Lý. Trên dưới tương ứng nhau, như một chuỗi ngọc. Thái thủ được vật thì từ Khúc Giang (Hạ Đan Điền). Tụ Hỏa mà đem nó về Đỉnh Đầu. Nguyên Thần Nguyên Khí kết hợp với nhau ở Thượng Đan Điền. Tuần hoàn vận chuyển lên kết hợp tại Thượng Đan Điền.

Trương Tử Dương nói:

Đô lai phiến hưởng Công Phu,      都來片餉工夫  
 Vĩnh bảo vô cùng dật lạc.      永保無窮逸樂  
 Chỉ mất chút công phu,  
 Có vô cùng an lạc.

Khinh thanh thời ngưng tụ Nê Hoàn, trọng trọc thời xuống Khí Hải. Ngày đêm cứ thế mà thêm bớt, cứ thế mà hoà hợp. Hồng ngày một nhiều Diên ngày một ít. Lâu ngày Diên sẽ cạn, Hồng sẽ khô. Kết thành một viên ngọc Ma Ni. Đó là Kim Dịch đại hoàn đơn vậy.

Cho nên Mã Nghi Thủ viết:

Thu đắc thủy trung Kim,      收得水中金  
 Thái đắc Bồ Đề Tử,      采得菩提子

Vận đắc Côn Lôn phong, 運得崑崙風  
 Trường thọ vô sinh tử. 長壽無生死  
 Thu được Chân Nguyên Khi,  
 Hái được hạt Bồ Đề,  
 Đem lên được Nê Hoàn,  
 Là được Trường Sinh mãi.

Cho nên Diên ở trong Khảm, vốn là Chân Tinh của cha, Hống ở trong Ly vốn là Chân Huyết của Mẹ, Khi Kiền Thể bị phá, thì hai vật chia thành hai. Cho nên thường nhân thì ngày một đi vào con đường ly cách, ly cách mãi cho đến chết. Còn các bậc chí nhân, thì phòng theo cái thể của hai quẻ Kiền Khôn, và cái dụng của quẻ Khảm, Ly; đoạt thần công; cải thiên mệnh; đem Diên của quẻ Khảm, chế Hống của quẻ Ly; đem hào dương của quẻ Khảm, thay hào Âm của quẻ Ly. Như vậy Âm sẽ tận, Dương sẽ thuần, trở lại Thuần Kiền.

Cho nên Trương Tử Dương nói:

Thủ tương Khảm vị tâm trung thật,  
 取將坎位心中實,  
 Điểm hóa Ly cung phúc nội Âm.  
 點化離宮腹內陰.  
 Tự thử biến thành Kiền kiện thể,  
 自此變成乾健體,  
 Tiềm tàng phi dực tận do Tâm.  
 潛藏飛躍盡由心.  
 Hãy lấy Hào Dương nơi quẻ Khảm,  
 Điểm hóa quẻ Ly hào giữa Âm.  
 Do đó biến thành Kiền kiện thể.  
 Tiềm tàng thẳng giáng sẽ do tâm.

**Lời bình của Dịch giả:**

Như vậy bí quyết luyện đơn chỉ là: Thủ Khảm điền Ly, biến Ly thành Kiền. Nghĩa là làm sao vứt bỏ hết những gì nhớ nhớt xấu xa trong con người, chỉ còn lại những gì trong sáng, tinh hoa nhất của con người. Y thức như Nho gia nói: Khử nhân dục, tồn Thiên Lý, hay nhân dục tận, Thiên Lý hiện.

[1] Tứ tượng là Nhân Nhĩ Tị Thiệt, tương ứng với Can Thận Tâm Phế, cho thấy sự thể hiện của Thủy Hỏa Kim Mộc, đó là điều xưa nay không tiết lộ.

[2] Hào Thượng Lục, Quẻ Khôn.

[3] Tức chỉ Nguyên Khí, Nguyên Thần.





# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

### LINH ĐƠN NHẬP ĐỈNH ĐỒ

#### 圖鼎入丹靈



Du du giác vạn hữu chi không, tự Thiên vân biến diệt,

悠悠覺萬有之空似天雲變滅

Liǎo Liǎo kiến nhất Chân chi thể, như chửơng thượng viên châu.

了了見一真之體如掌上圓珠

Nhìn ra vạn hữu chính là không, y như mây Trời tùy sinh diệt,

Thấy được Chân Nhất chi thể, khác nào Hạt Châu nằm trong tay.

\*

Toàn thốc Kiền Khôn tạo hoá lai,

攢簇乾坤造化來,

Thủ bác Nhật Nguyệt luyện thành khôì.

手搏日月煉成灰.

Kim Công vô ngôn, Xá Nữ tử,

金公無言妊女子,

Huỳnh bà bất lão do hoài thai.

黃婆不老猶懷胎.

Hoà hợp Kiền Khôn Tạo Hóa lai,

Nguyên Thần, Nguyên Khí luyện thành tro,

Nguyên Khí chẳng còn, Nguyên Thần chết,

Đan điền bất lão kết Thánh Thai.

\*

Nhất loã Kim Đơn hà hích xích,

一顆金丹何赫赤,

Đại tự Đàn hoàn, hoàng tự quất,

大似彈丸黃似橘,

Nhân nhân phân thượng bản viên minh,

人人分上本圓明,

Dạ dạ linh quang chiếu Thần Thất.

夜夜靈光照神室.

Một hạt Kim Đơn sắc đỏ hồng,

To như viên đạn, vàng như quít.

Những kẻ có duyên thấy nó sáng,

Đêm đêm chiếu rạng Thượng Đan Điền.

\*

Lưu Châu thước thước chiếu Côn Đên,

流珠爍爍照崑巔,

Cửu chuyển Đan thành chỉ tự nhiên,

九轉丹成只自然.

Nhất lạp tự tòng thôn nhập khẩu,

一粒自從吞入口,

Thủy tri thế hữu hoạt Thần Tiên,

始知世有活神仙.

Nguyên Thần rãi sáng Thượng Đan Điền,

Cửu chuyển Đan thành thuận tự nhiên;

Từ lúc nếm qua mùi vị Thuốc,

Mới hay trần thế có Thần Tiên.



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) **10** [11](#) [12](#) [13](#)

## ĐỆ LỤC TIẾT KHẨU QUYẾT

### LINH ĐƠN NHẬP ĐỈNH, TRƯỜNG DƯỠNG THÁNH THAI

第六節口訣：靈丹入鼎，長養聖胎

Nội phụ hỏa hầu 內附火候

Nguyên sơ có một điểm Tinh Kim còn nằm trong khoáng, vì bị lửa bức bách, nên bay lên cung Kiền. Dần dần thái thủ, dần dần tích tụ, để nấu, để nung, luyện rồi lại luyện.

Cho đến khi khói tan, lửa tắt, khoáng tận, kim thuần. Bấy giờ mới được một hạt Long Hồ Kim Đơn, tròn tròn, sáng rõ rõ, như sương, như điện, không phải sương mù, không phải khói, huy hoàng rực rỡ, chói lọi Côn Lôn. Phóng ra thì khai thông Thiên Địa huyết, thu lại thì ẩn tại Thúi Vi Cung (Thượng Đan Điền).

Lúc này Dược không sinh, cũng chẳng chuyển, tân dịch không đi xuống, lửa chẳng bốc lên. Ngũ khí đều châu về Thượng Dương, Tam Hoa đều qui tụ về đỉnh đầu. Lúc ấy Âm tận, Dương thuần, Đơn thực, Châu Linh. Tử Dương Ông viết:

Quần Âm bác tận, Đan thành thực,

群陰剝盡丹成熟,

Khiêu xuất phàn lung, thọ vạn niên.

跳出樊籠壽萬年.

Quần Âm tiêu tận, Đan thành thực,

Chuồng lồng thoát khỏi, thọ muôn năm.

Cho nên Đường Tống chư tiên, chủ trương thoát xác (Nguyên Thần xuất khiếu, bỏ lại nhục thể) có đường lối hẳn hoi, có thể tùy ý hóa thân, tự do xuất hiện tiêu thất, không cần phải «Bách xích can đầu tái tiến nhất bộ». Nhưng bị chê cười là là «lạc không», là hoang tưởng, vì họ không hiểu rằng ta phải tự tạo Tính Mệnh cho ta, tạo lại Kiền Khôn cho ta, biến hóa cái Tính chúng sinh của chúng ta thành Phật tính, biến hóa Thức Thần chúng ta thành Nguyên Thần, biết cái nhiệm màu, cái cơ vi áo diệu Tự Tạo Tự Hóa chúng ta.

Những người theo Mệnh Tông không biết cách trở thành Tạo hóa của chính mình, thì chỉ là những kẻ bàng môn, ngồi trơ như khúc gỗ, còn những người theo Tính Tông mà không biết trở thành Tạo Hóa của chính mình, thì chỉ là những kẻ Ngoan Không, ngoại Đạo, Thích mà chẳng phải là Thích (Phật).

Phép này, là phép bí truyền của Tiên, Phật, từ đời Kim, Nguyên đến nay ít người hay biết, chỉ có Thầy ta là Doãn Chân Nhân mới nói:

Đỉnh trung hữu bảo phi chân bảo,

鼎中有寶非真寶,

Trùng kết Linh thai thị Thánh Thai.

重結靈胎是聖胎.

Đỉnh trung bảo bối, không là Chân Bảo,

Luyện lại Linh Thai, ấy Thánh Thai.

Nhưng Châu ở Côn Lôn (đỉnh đầu), làm sao xuống dưới được để kết thành Thánh Thai? Nhất định phải nhờ mũi, rồi trộm Linh Dương Chân Khí để đẩy nó xuống, dùng Thái Dương Chân Hỏa để ép nó xuống. Thúc ép lâu dần, Linh đan sẽ chịu rơi xuống, sẽ chui xuống miệng, hóa thành Kim Dịch, trực xạ xuống Đan Điền. Khoảnh khắc mây tuôn mưa rải, sấm chớp rền vang, đánh tan hết Âm Khí, và Bách Linh sẽ qui tụ cả về, y thức như các tai hoa xe đều gom về trục xe, và thất bửu trong con người (Tinh, huyết, khí, tủy, não, thận, tâm) cũng đều qui tụ nơi đó vậy.

Xưa kia đức Vô Thượng Nguyên Quân dạy Lão Tử: Thần đan nhập khẩu, thọ vô cùng dã 神丹入口壽無窮野 (Thần Đan lọt khẩu sẽ thọ vô cùng). Lão tử tu luyện theo đó mà thành Đạo tổ.

Hứa Tuyên Bình nói:

Thần cư khiếu nhi thiên trí sinh,

神居竅而千智生,

Đan nhập đỉnh nhi vạn chủng hoá.

丹入鼎而萬種化.

Thần cư khiếu, nên vạn trí sinh,

Đan nhập đỉnh, nên muôn biến hóa.

Trần Hư Bạch nói:

Ngã sơ ngưng kết thánh thai thời,

我初凝結聖胎時,

Bách mạch câu đình, khí bất trì.

百脈俱停氣不馳.

Khi xưa ta thành được Thánh Thai,

Bách mạch đều ngưng, khí chẳng đi.

Thi Kiên Ngô nói:

Thiên Nhân đồng nhất khí, 天人同一氣

Bỉ thử cảm nhi thông. 彼此感而通

Dương tự không trung lai, 陽自空中來

Bảo ngã chủ nhân Ông. 抱我主人翁

Trời Người chung một khí,

Hai bên Cảm sẽ Thông.

Khí Dương từ Trời xuống,

Với Nguyên Khí ta đồng.

Khi Linh Đơn trong ta đã nhập đỉnh, nếu ta biết nội ngoại giao tu, luyện đi luyện lại, thì sẽ Thiên Địa hợp đức, và từ Thái Hư sẽ thấy một điểm Chân Dương xuống hợp nhất với Linh Đơn trong ta. Bởi vì cái Linh trong ta cảm với cái Linh trong trời đất, trong ngoài sẽ ứng hợp với nhau và trở nên một.

Kim Bích Kinh viết: Từ thạch hấp thiết, cách ngại tiềm thông 磁石吸鐵隔礙潛通 (Từ thạch hút sắt, thì không còn trở ngại gì).

Đoạn công phu này đều lấy Chí Tĩnh làm chủ. Lão Tử nói: Nhân năng thường thanh tĩnh, thiên hạ tất giai qui 人能常清靜天下悉皆歸 (Nếu con người luôn luôn thanh tĩnh, thì thiên hạ sẽ qui về). Khi mà hai Dương trong ngoài kết hợp, khi Thánh Thai vừa kết, thì phải thường thường quan tâm, cẩn cẩn hộ trì, như rồng con dưỡng ngọc, như thiếu nữ mới có thai, phải đóng chặt Đan Điền, không được cho nó thấm lậu ra ngoài, cho nên Thái Bạch Chân Nhân nói: Cố tế thai bất tiết, Biến hóa tại tu du 固濟胎不泄變化在須臾 (Giữ gìn cho cẩn trọng, Thánh Thai không khinh tiết. Biến hóa xảy ra ngay).

Lại trong mọi thời khắc, phải cẩn thận đi, đứng, nằm, ngồi, lúc nào cũng lưu tâm chú ý như vậy, như tại mẫu thai, phải như si ngọc không biến cải, không được gián đoạn khi nào.

Cát Tiên Ông nói:

Tức tức qui trung vô gián đoạn,

息息歸中無間斷,

Thiên Chân thai lý tự ngưng kiên.

天真胎里自凝堅.

Hít thở từng giây không gián đoạn,

Tiên Thiên Thai Lý sẽ chắc bền.

Trương Dụng Thành nói:

Nhất lạp Linh Đơn thôn nhập phúc,

一粒靈丹吞入腹,

Thủy tri Ngã mệnh bất do Thiên.

始知我命不由天.

Nuốt được Linh Đơn vào trong dạ,

Mới hay Ngã Mệnh chẳng tại Trời.

Thạch Đắc Chi nói:

Tương lai chưởng thượng hà quang xán,

將來掌上霞光燦,

Thôn nhập phúc trung cung điện tân.

吞入腹中宮殿新.

Kim đơn xán lạn trong tay có,

Nuốt vào trong dạ, ngũ tạng thay.

Triệu Duyệt Đốc nói:

Thần đan phi lạc Huỳnh Kim Thất,  
 神丹飛落黃金室,  
 Anh Nhi giáng sinh Cực Lạc Quốc.  
 嬰兒降生極樂國.  
 Nội đan phi giáng thượng Đan Điền,  
 Anh Nhi sinh tại hạ Đan Điền.

Lữ Thuần Dương nói:

Đao khuê nhĩ liễu Đan Thư giáng,  
 刀圭餌了丹書降,  
 Khiêu xuất trần lung thượng Cửu Thiên.  
 跳出塵籠上九天.  
 Đao khuê bụng đã nuốt vào,  
 Bấy trần đà thoát, bay vào Cửu Thiên,

Chu Văn Công viết:

Đao khuê nhất nhập khẩu,  
 刀圭一入口,  
 Bạch nhật sinh vũ hàn.  
 白日生羽翰.  
 Đao khuê miệng đã nuốt vào,  
 Người như mọc cánh bay cao lên Trời.

Lý Thanh Am nói:

Nhất lỏa bảo châu thôn nhập phúc,  
 一顆寶珠吞入腹,  
 Tác cá toàn chân tiên quyến thuộc.  
 作個全真仙眷屬  
 Một hạt minh châu đã nuốt vào,  
 Quyến thuộc với tiên tự thừa nào.

Trần Hi Di nói:

Mạc vô tông tích qui đan quýnh,  
 邈無蹤跡歸丹局,  
 Tiềm hữu cơ quan kết thánh thai.  
 潛有機關結聖胎.  
 Tung tích Kim đan lọt quýnh phòng,

Ắt có cơ quan giúp thành Đan.

Tiết Tử Hiền nói:

Tứ Tượng bao hàm qui Mậu Kỷ,

四象包含歸戊己,

Tân cần thập nguyệt sản Anh Nhi.

辛勤十月產嬰兒.

Tứ tượng bao hàm qui Mậu Kỷ,

Mười tháng cưu mang sinh Thánh Thai.

Ngộ Chân Thiên viết:

Quả sinh chi thượng chung kỳ thực,

果生枝上終期熟,

Tử tại bào trung khởi hữu thù?

子在胞中豈有殊.

Quả ở trên cành rồi cũng chín,

Thai nhi trong bụng có khác chi?

Túy Trung Ngâm viết:

Bảo châu tiểu vũ từ Thiên Cốc,

寶珠笑舞辭天谷,

Tài thoát Bào Thai hựu nhập Thai.

才脫胞胎又入胎.

Bảo Châu múa nhảy từ Thiên Cốc,

Vừa thoát Bào Thai lại nhập thai.

Trương Tử Dương nói:

Anh Nhi thị Nhất hàm chân khí,

嬰兒是一含真氣,

Thập nguyệt thai viên nhập thánh ki.

十月胎圓入聖基.

Anh Nhi là Nhất hàm Chân Khí,

Kinh qua mười tháng thành Thánh Thai.

Lữ Thuần Dương nói:

Thiên sinh Nhất Vật biến Tam Tài,

天生一物變三才.

Giao cảm Âm Dương kết Thánh Thai.

交感陰陽結聖胎.



Trời sinh một vật biến Tam Tài (Tinh, Khí, Thần),

Giao cảm Âm Dương kết Thánh Thai.

Bạch Ngọc Thiềm nói:

Kê năng bão noãn tâm thường thính,

雞能抱卵心常聽,

Thiên đáo thành hình, xác thủy phân.

蟬到成形殼始分.

Gà kia ấp trứng tâm thường thính.<sup>[1]</sup>

Ve lúc thành hình, thoát xác ve.

Du thạch Giản nói:

Hổ khiêu nhất thanh Long xuất quật,

虎嘯一聲龍出窟,

Loan phi, Phượng vũ nhập Kim Thành.

鸞飛鳳舞入金城.

Hổ gầm một tiếng, Rồng rời ổ,

Loan phi, Phượng vũ nhập Đan Điền.

Quần Tiên Châu Ngọc viết:

Nhất lạp xan hề Thiên Địa thọ

一粒餐兮天地壽,

Tử sinh, sinh tử bất tương can.

死生生死不相干.

Nuốt hạt Kim Đơn thọ vô cùng,

Từ nay sinh tử đã thoát vòng.

Trương tử Dương nói:

Tương thôn, tương tước khước tương thân,

相吞相嚼卻相親,

Thủy giác nam nhi hữu dụng.

始覺男兒有孕.

Thần Thủy nuốt vào, Thần Khí hợp,

Mới hay Nam Tử cũng hoài thai.

Chung Ly Ông nói:

Thai nội Anh Nhi tựu,

胎內嬰兒就

Cần gia ôn dưỡng công.

勤加溫養功

Thời thời chiếu Đan Quýnh,

時時照丹肩

Khắc khắc thủ Hoàng Trung. 刻刻守黃中

Thai nội Anh Nhi đà lớn mạnh,  
 Công phu ôn dưỡng phải gia tăng.  
 Thời thời soi rọi vào Đan Quýnh,  
 Khắc khắc lưu ý tới Hoàng Trung,

Trần Nê Hoàn nói:

Nam nhi hoài dưỡng thị thai tiên,  
 男兒懷孕是胎仙,  
 Chỉ vị Thiềm Quang dạ dạ viên.  
 只為蟾光夜夜圓.  
 Đoạt đắc Thiên Cơ chân tạo hóa,  
 奪得天機真造化,  
 Thân trung tự hữu Ngọc Thanh Thiên.  
 身中自有玉清天.  
 Nam giới hoài thai chính thai tiên,  
 Như ánh trăng tròn chiếu ban đêm.  
 Đoạt được Thiên Cơ chân Tạo Hóa,  
 Trong người sẽ có Ngọc Thanh Thiên.

Trần Bảo Nhất nói:

Đại Đạo vô tư cảm tức lai,  
 大道無私感即來,  
 Thần tiên thử ngữ khởi hư tai?  
 神仙此語豈虛哉.  
 Cầu phi trước ý cầu diên hống,  
 苟非著意求鉛汞,  
 Tranh ngộ Thiên Cơ kết thánh thai?  
 爭悟天機結聖胎.  
 Đại Đạo vô tư cảm tức lai,  
 Thần tiên nói thế há sai lời?  
 Nếu không nhất ý cầu Diên Hống,  
 Sao đoạt Thiên Cơ kết Thánh Thai.

Huyền Áo Tập nói:

Lăng Uyển, Bàn Đào tự thực thời,  
 閬苑蟠桃自熟時,

Trích lai phục nhĩ mạc giao trì.

摘來服餌莫教遲.

Kỷ hồi hạ thủ tiềm thâm xứ,

幾回下手潛偷處,

Vô hạn thần tiên tổng bất tri.

無限神仙總不知.

Bàn đào thượng uyển đã chín rồi,

Vội vàng hái xuống, hãy ăn ngay.

Thiếu gì kẻ trộm ra tay hái,

Cả đến thượng tiên chẳng biết gì.

Long Mi Tử nói:

Hình như tước noãn đoàn đoàn đại,

形如雀卵團團大,

Gian tựa Ly châu, lỏa loã viên.

間似驪珠顆顆圓.

Long tử thoát thai thôn nhập khẩu,

龍子脫胎吞入口,

Thử thân dĩ chứng Lục Hành Tiên.

此身以證陸行仙.

Tròn tròn to tựa trái trứng chim,

Ấy chính Ly Châu cũng tròn xem.

Long nhi vừa nở, nuốt vào bụng,

Sẽ nhận ra mình chính Đại Tiên,

Tử Hư Chân Nhân nói:

Sơ luyện hoàn đơn tu nhập thất,

初煉還丹須入室,

Phụ nhân hoài dục cánh vô châu.

婦人懷孕更無珠.

Thánh thai ngưng kết viên thành hậu,

聖胎凝結圓成後,

Xuất nhập hành tàng khởi hữu câu?

出入行藏豈有拘.

Mới luyện hoàn đơn cần nhập thất,

Phụ Nhân thai nghén khác chi đâu?

Thánh thai khi đã viên thành thực,  
Xuất xử hành tàng ai cản đâu?

Bạch Tử Thanh viết:

Hoà tương Mậu Kỷ tác đan lô,  
和將戊己作丹爐,  
Luyện đắc hồng hoàn hoá ngọc tô,  
煉得紅丸化玉酥,  
Mạn thủ hỏa phù tam bách nhật,  
慢守火符三百日,  
Sản thành nhất lỏa dạ minh châu.  
產成一顆夜明珠.  
Mậu Kỷ hoà hài tác Đan Lô,  
Hồng Hoàn luyện được hóa Ngọc Tô,  
Ba trăm ngày giữ được hỏa phù,  
Sinh ra một hạt dạ minh châu.

Trương Chân Nhân (Tặng Bạch Long Duyên Chủ ca) nói:

Tùng thử căn miêu tiêm trường thành,  
從此根苗漸長成,  
Tùy thời quán khái bảo Chân Tinh.  
隨時灌溉抱真精.  
Thập nguyệt thoát thai thôn nhập khẩu,  
十月脫胎吞入口,  
Bất giác phàm thân dĩ hữu linh.  
不覺凡身已有靈.  
Từ đấy căn miêu cứ lớn dần,  
Tùy thời tưới tắm giữ chân tinh.  
Mười tháng Linh đơn cho vào bụng,  
Tự thấy toàn thân hoá thành Linh.

Bạch Ngọc Thiềm nói:

Quái sự khiếu nhân tiếu kỷ hồi,  
怪事叫人笑幾回,  
Nam nhi kim đã hội hoài thai.  
男兒今也會懷胎.  
Tự gia tinh huyết tự giao cấu,

自家精血自交媾,

Thân lý phu thê hảo tai.

身里夫妻是好哉.

Sự lạ khiến người cười mấy trận,

Nam nhi nay cũng đã mang thai.

Tinh huyết, hợp hoan trong mình sẵn,

Lại sẵn phu thê chuyện mới kỳ.

Huỳnh Nguyên Kiết nói:

Đỉnh nội Kim Đơn xán lạn quang,

鼎內金丹燦爛光,

Vô do trích nhĩ đáo huỳnh phòng.

無由摘爾到黃房.

Hốt nhiên dạ bán thiên phong tiện,

忽然夜半天風便,

Xuy tống Linh Nhi qui cố hương.

吹送靈兒歸故鄉.

Đỉnh nội Kim Đơn phóng thần quang,

Không người đưa nó tới Huỳnh Phòng.

Gió đâu một trận giữa đêm thổi,

Đem được Linh Nhi tới cố hương.

Trần Tuý Hư nói:

Đạo yếu vô trung dưỡng tựu nhi,

道要無中也就兒,

Cá trung biệt hữu Chân Đoan Đích.

個中別有真端的.

Đô duyên giản dị diệu Thiên Cơ,

都緣簡易妙天機.

Tán tại Đan Thư bất khảng tiết.

散在丹書不肯泄.

Đạo tự Vô trung dưỡng thánh thai,

Kỳ trung đã hẳn có đầu đuôi.

Lẽ Trời giản dị nào ai biết,

Chính tại Đan Thư chẳng lộ lời.

Vương Trùng Dương nói:

Nhàn trung ngẫu nhĩ đảo Thiên Thai,

閑中偶爾到天台,

Hốt kiến hà quang ngũ sắc khai.

忽見霞光五色開.

Tưởng thị Kim Đơn sơ biến hoá,

想是金丹初變化,

Thủ qui đỉnh nội kết anh nhi.

取歸鼎內結嬰兒.

Thư nhàn bất chợt tới Thiên Thai,

Bỗng thấy mây trời năm sắc hiện.

Tưởng rằng Kim Dịch vừa biến hoá,

Thu về Kim Đỉnh kết thánh thai.

Thượng Dương Tử nói:

Ngọc Hoàng nhược dã vấn đơn tài,

玉皇若也問丹材,

Yến Nguyệt lô trung, thủ hạ lai.

偃月爐中取下來.

Trì sinh anh hùng thôn nhất lạp,

馳騁英雄吞一粒.

Nam nhi hoài liễu nhất niên thai.

男兒懷了一年胎.

Trời rằng Dực vật lấy từ đâu?

Thưa rằng đã lấy tự Linh Đài (Đan Điền).

Anh hùng rong ruổi nuốt một hạt,

Nam tử nay đà một năm thai.

Trần Chí Hư nói:

Cơ san, khát ẩm, khốn lai miên,

飢餐渴飲困來眠,

Đại đạo phân minh thể tự nhiên.

大道分明體自然.

Thập nguyệt Thánh Thai hoàn tựu liễu,

十月聖胎完就了,

Nhất thanh tích lịch xuất đan điền.

一聲霹靂出丹田.

Đói ăn, khát uống, mệt ngủ quên,  
 Đại Đạo chẳng qua giống tự nhiên  
 Mười tháng thánh thai đà thành tựu,  
 Một tiếng sấm vang, xuất Đan Điền,

Ngay Đạo Phật dạy người cũng không ngoài Pháp nay. Như Kinh Lăng Nghiêm viết: «Hành động giống như Phật, lại tiếp thụ được khí chất của Phật, ví như thai nhi, tự nhiên sinh ra do phụ mẫu, sinh mệnh tương thông với cha mẹ, và trở nên con cái Phật, nên gọi là Sinh Quí. Thai Nhi vào được Phật Đạo, nghĩa là khi con người đã giác ngộ, thì cũng như thai nhi đã trưởng thành, đã đủ hết tướng người, nên gọi là Phương Tiện Cụ Túc. Dung mạo y như Phật, cả tâm tướng cũng vậy, nên gọi là Chính Tâm. Khi Thân và Tâm đều đã trưởng thành, một ngày một lớn thì gọi là Bất Thoái, có đủ Thập Thân, Linh Tướng. Khi mọi sự đã đầy đủ thì gọi là Chủng Chân. Hình Thể đã trưởng thành, mà ra khỏi bào thai, thì gọi là Phật Tử, hay Pháp Vương Tử. Hình mạo, cử động đều đã như người. Y như một vị quốc vương, lo mọi chuyện quốc gia đại sự, rồi truyền cho Thái Tử. Thế tử của Sát Lợi Vương ấy nay đã trưởng thành, cùng với các bạn đồng môn, làm lễ Quán Đỉnh, nhập vào Phật Môn, gọi là Quán Đỉnh.

Gọi là có giống Như Lai, nghĩa là biết biến đổi cái Tiên Thiên chủng Tánh của mình thành Như Lai chủng tử, biến hoá cái Tự Kỳ sáng tạo của mình thành Phật Tử, nên gọi là Đạo Thai, là Giác Dận, như vậy cũng giống như người đàn bà mang thai. Đạo gia gọi là Thai Tiên có gì khác đâu? Đợi cho đến khi hình thể trưởng thành, ra khỏi bào thai gọi là Phật Tử. Cái đó có khác gì: Chân nhân xuất hiện đại Thần Thông, tông thờ Thiên Tiên khả tương hạ 真人出現大神通,從此天仙可相賀 (Chân Tiên hiển lộ đại thần thông, từ đó có thể cùng chư tiên chúc tụng lẫn nhau) đâu?

Sách đơn thư hay Phật điển, đều có thứ tự khẩu quyết, nhưng con người nào có hay, như vừa nhìn đã bỏ qua, y như gặp châu ngọc bên đường mà người không lượm, thật đáng tiếc. Ta nay lược dẫn ít đoạn kinh sách, nói lại cho rõ ràng, đem chân Lý của người xưa để chỉ chỗ lầm lẫn của người nay.

---

[1] Thủ trung bảo nhất.

[2] Truân Mông là hai quẻ chỉ sự bắt đầu.

[3] Đạo Đức Kinh, ch. VIII.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) **10** [11](#) [12](#) [13](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **11** 12 13

### HOẢ HẦU SÙNG CHÍNH ĐỒ

#### 圖正崇候火

契論經教講至真  
不將火候著於文  
要知口訣通玄處  
須與神仙仔細論

玉爐露窩騰雲氣  
金鼎深潭長紫芝  
神水時時勤澆灌  
留連母使火龍飛

從來真火本天然  
何事迷途妄指傳  
若將方木投圓竅  
醜姥爭教得少年



火候足  
莫傷丹  
天地靈  
造化慳

真金丹  
真真爐  
無中有  
有中無

金丹燒成不死丹  
有藥有艾不是妄  
無盈無仄亦成空  
試且為君通一線  
看看日出嶺東紅

神仙不作參同契  
火候工夫那得知  
千載碑前拈一語  
可憐無及魏君時  
玉爐煉就長生藥

Tòng lai Chân Hoả bản Thiên Nhiên,

從來真火本天然,

Hà sự mê đồ vọng chỉ truyền.

何事迷途妄指傳.

Nhược tương phương mộc đầu viên khiếu,

若將方木投圓竅,

Xú lão tranh giáo đắc thiếu niên.

醜姥爭教得少年.

Chân Hoả xưa nay vốn tự nhiên,



Bị bọn ngu si loạn chỉ truyền.  
 Đem đợc Chân Dưng về Đan Đĩnh,  
 Rồi ra bà lão biến thiếu niên.

\*

Ngọc lô yết yết đằng vân khí,  
 玉爐靄靄騰雲氣,  
 Kim Đĩnh mông mông trường Tử Chi.  
 金鼎濛濛長紫芝.

Thần thuỷ thời thời cần khái quán,  
 神水時時勤溉灌,  
 Lưu Liên mẫu sử Hoả Long phi.  
 留連母使火龍飛.

Ngọc lô (Đan Điền), mây khói toả mù khơi,  
 Kim đỉnh mơ màng mọc Tử Chi (Nội Đơn).  
 Thần thuỷ nếu hay năng tưới tắm,  
 Nguyên Thần sớm muộn cũng cũng cao phi.

\*

Khế luận, kinh ca giảng Chí Chân,  
 契論經歌講至真,  
 Bất tương Hoả Hậu trước ư văn.  
 不將火候著於文.  
 Yếu tri khẩu quyết thông huyền xứ,  
 要知口訣通玄處,  
 Tu cộng Thần Tiên tử tế luận.  
 須共神仙仔細論.

Kinh sách xưa nay giảng Lý Chân,  
 Không đem Hoả Hậu viết thành văn,  
 Nhưng mà khẩu quyết bàn chuyện đó,  
 Hãy gặp Chân Tiên để luận bàn.

\*

Chân thác thược,	真橐籥
Chân đỉnh lô.	真鼎爐
Vô trung Hữu,	無中有
Hữu trung Vô,	有中無

Nguyên Thuỷ Thiên Tôn sớng. 元始天尊霜

Thái Thượng Lão Quân anh.	太上老君櫻
Hoả hầu túc.	火候足
Mạc thương đơn.	莫傷丹
Thiên Địa Linh,	天地靈
Tạo hoá kiên.	造化慳

Chân thác thược,

Chân đỉnh Lô.

Vô trung Hữu

Hữu trung Vô.

Sương của Nguyên Thủy Thiên Tôn (Nội đan).

Anh Đào của Thái Thượng Lão Quân

Hoả hầu không được thiếu,

Nhưng không được hại Đan,

Điều Linh diệu Tạo hoá.

Trời ban rất sên so.

\*

Thần tiên bất tác Tham Đồng Khế,

神仙不作參同契,

Hoả hậu công phu na đắc tri?

火候功夫那得知.

Thiên tải Hối Ông niêm nhất ngữ,

千載晦翁拈一語.

Khả lân vô cập Nguy Quân thì.

可憐無及魏君時.

Ngọc Lô luyện tựu Trường Sinh Dược,

玉爐煉就長生藥,

Kim Đỉnh thiêu thành bất tử đan.

金鼎燒成不死丹.

Hữu tượng, hữu hào bất thị vọng,

有象有爻不是妄,

Vô doanh vô trắc diệc thành không.

無盈無昃亦成空.

Thí thả vi quân thông nhất tuyến,

試且為君通一線,

Khan khan nhật xuất lĩnh đông hồng.

看看日出嶺東紅.

Thần tiên không soạn Tham Đồng Khế,  
Nhân loại làm sao biết Hoả Hầu?  
Nghìn năm sau, Hối Ông cũng bàn chuyện đó,  
Nhưng tiếc không bằng Nguy Bá Dương.  
Đan điền chế được Trường Sinh Dược,  
Nê Hoàn thiêu xuất Bất Tử Đan.  
Có đủ Tượng Hào không giả dối,  
Không khuyết, không tròn ắt là Không.  
Đạo Lý Hoả Hầu xin chỉ lối,  
Hãy nhìn đỉnh núi một vùng Hồng.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) **11** [12](#) [13](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) **12** [13](#)

## HÀNH HOẢ HẦU PHÁP

Hoả hầu là điều bí mật, thánh nhân không truyền. Nay xin nói lộ ra.

Thuốc không có lửa không sinh. Thuốc chín, lửa sẽ hết. Lửa không thuốc sẽ không sinh. Lửa mà đủ, đan sẽ thành. Vả cái kỳ bí của lửa, không thể nhất khái nói xong.

Khi chưa được đơn, thì phải dùng Vũ Hoả mà ngưng kết. Khi đã được đơn, thì phải dùng Văn Hoả mà nuôi dưỡng. Văn Hoả là lửa Kết Bửu (Kết Bửu: kết đan). Cách dưỡng nó thì phải biết tiết chế nó bằng Hàn Ôn, Tiêu Tức vậy.

Tham Đồng Kế nói: Hầu thị gia cẩn thận, thẩm sát biện hàn ôn 候視加謹慎審察辨寒溫.

Thấy lửa chưa cháy, phải dùng gió Tốn (Tốn=gió) thổi vào. Thấy lửa đã cháy, phải dùng Thần Hoả làm cho nó đượm. Lửa quá mạnh, sẽ giảm đi; lửa không đủ, sẽ tăng lên. Làm sao cho trung hoà, không bị Hoả Táo hay Hoả Hàn vậy.

Vả lửa mạnh hay yếu là do Ý Niệm mà ra. Cho nên Trần Hư Bạch nói:

Niệm bất khả khởi, niệm khởi tắc hoả táo.

念不可起念起則火燥,

YÙ bất khả tán, ý tán tắc hoả lãnh.

意不可散意散則火冷.

Vọng niệm không nên khởi,

Niệm khởi, lửa bốc to.

Ý không nên phân tán,

Ý tán lửa sẽ yếu.

Chỉ cần một niệm không sinh, một ý không tán, thu liễm mục quang, trầm tĩnh tự nhiên, chân tức đều hoà liên tục, lúc nào cũng tỉnh thức, đó là Chân Hoả hầu để trường dưỡng thánh thai.

Cho nên Bạch Ngọc Thiềm nói:

Thái Dược Vật vu bất động chi trung,

采藥物于不動之中,

Hành Hoả Hầu vu Vô Vi chi nội.

行火候于無為之內.

Hái thuốc là khi an tĩnh nhất,  
Hành Hoả Hầu chỉ cốt thật tự nhiên,  
Trương Tam Phong nói:

Dĩ mặc, dĩ nhu tồn Hoả Tính,  
以默以柔存火性,

Vật vong vật trợ dưỡng Linh Thai.  
勿忘勿助養靈胎.

Yên lặng, nhu hoà gìn giữ lửa,  
Vật vong vật trợ dưỡng Linh Thai.

Lưu Hải Thiềm nói:  
Ngọt ngọt Vô Vi dung chí bảo,  
兀兀無為融至寶,

Vi vi Văn Hoả dưỡng Tiềm Long.  
微為文火養潛龍.

Tĩnh tĩnh Vô Vi dung dưỡng Nội Đan,  
Lửa Văn nè nhẹ nuôi Rồng Nhỏ.

Trương Tử Dương nói:  
Tự hữu Thiên Nhiên chân hoả dục,  
自有天然真火育,

Bất tu sài thán cập suy hư.  
不須柴炭及吹嘘.

Đã sẵn Thiên Nhiên Chân Hoả ấy,  
Khởi cần than củi khởi cần thổi gió.

Lại thêm:  
Mạn thủ dược lô, khán hoả hầu,  
漫守藥爐看火候,

Đãn an Thần Tức nhiệm thiên nhiên.  
但安神息任天然.

Khởi cần Dược Đỉnh với Hoả Hầu.  
Chỉ cần Thần Tức hợp Thiên Nhiên.

Bốn vị Cao Tiên trên đây đều dùng cái diệu dụng của Thiên Nhiên Chân Hoa mà thành Đạo Vô Thượng Chí Tôn, chứ đâu phải dùng quái hào, cân, lượng, năm tháng, ngày, giờ đâu?

Người bây giờ, hiểu sai Chân Ý của Tiên Sư, nên nệ tượng, chấp văn, nhận ngón tay làm mặt trăng, chỉ muốn suy toán hào quái bằng cỏ thi, chỉ muốn tính âm dương cho phù hợp với nét quẻ, ta chỉ sợ những người như vậy, sẽ chung thân vất vả mà chẳng nên công trạng gì, đến chết mà cũng chẳng biết đâu là Chân Lý. Chính vì thế mà Trương Bình Thúc mới nói:

Thử trung đắc ý tu vong tượng,

此中得意須忘象,

Nhược cứu quần hào, mạn dịch tình.

若究群爻漫役情.

Ý khi đã hiểu, cần quên tượng,

Muốn khảo quái hào, chớ bận tâm.

Cao Thượng Tiên nói:

Trú dạ truân môn pháp tự nhiên,

晝夜屯蒙法自然,

Yên dụng tư tư khan hoả hậu.

焉用孜孜看火候.

Sáng tối Truân Môn, pháp tự nhiên,[\[1\]](#)

Cần chi vất vả ngó hoả hầu.

Trần Trọng Tố nói:

Hoả tuy hữu hậu, hữu tu thời,

火雖有候有須時,

Ta tử cơ quan ngã tự tri.

些子機關我自知.

Lửa tuy hơn kém có khác nhau,

Về vấn đề này, ta tự biết.

Bàng Chân Nhất nói:

Tòng lai Chân Hoả vô hình tượng,

從來真火無形象,

Bất đắc sư truyền, dã đại nan.

不得師傳也大難.

Xưa nay, Chân hoả vô hình tượng,

Không có Thầy truyền, thật khó khăn.

Tiêu tử Hư nói:

Dược vật điều hoà, 藥物調和

Ngộ giả thậm dị. 悟者甚易

Hoả Hầu tiêu tức, 火候消息

Hành chi khủng nan. 行之恐難

Dược vật điều hoà,

Biết ra cũng đều.

Hoả hậu mỗi manh,

Thực hành rất khó.

Thập nguyệt công phu, bí quyết là do biết thờ hẩn hoi; vận niên khí số, bí quyết là sự vắng lai (ý nói Nội Khí tuần hoàn là do Nội Đơn lên xuống).

Muốn dưỡng Bửu Châu của Đan Điền, thì Bửu Châu đó thường tại. Muốn đoạt Bửu Châu của Thượng Đan điền, thì Bửu Châu đó lại hoàn phục. Vận chuyển Hà Xa, từ Vĩ Lự, lên tới Thiên Cốc, lên đến Côn Lôn, Bồng Đảo.

Mấy câu đầu là nói chuyện lúc luyện đan, lúc đan thoát thai nhập khẩu. Những câu sau nói về Luyện Đơn khi đã thành, thoát thai, xuất xác. Những câu giữa bàn về ôn dưỡng Bửu Châu, trường dưỡng thánh thai,

Trương Tam Phong nói:

Niên, nguyệt, nhật, thời không hữu chước,

年月日時空有著,

Quái, Hào, Cân, Lượng diệc chi li.

卦爻斤兩亦支離.

Nhược tồn hội đắc miên miên ý,

若存會得綿綿意,

Chính thị vật vong vật trợ thì,

正是勿忘勿助時.

Niên, Nguyệt, Nhật, Thời xá kể chi,

Quái, hào, Phân, Lượng cũng bỏ đi,

Chỉ cần biết thờ cho đứng đắn,

Lại biết Không Quên, Không Giúp chi.

Bạch Tử Thanh nói: Lưu tục, thiên thức, chưa học luyện Đơn thì làm sao biết được rằng Nguyên Thủy Thiên Tôn và các vị Thiên Tiên, Địa tiên tháng ngày đều hái thuốc không ngừng; Thuốc càng hái càng trở nên vô cùng; Lại há không biết rằng núi non, đất nước, người vật cũng luôn luôn hành hoả hầu, không bao giờ ngừng, mà Hoả càng vận, thì càng không ngừng nghỉ. Thần mà ngưng, thì Tinh Khí sẽ kết tụ, và châu bửu cũng ngưng kết. Chân Tức vắng lai không hề gián đoạn thì đó là Hoả Hầu để ôn dưỡng vậy.

Trần Hư Bạch nói: Hoả hầu chi yếu, Vuơ đương vu Chân Tức cầu chi 火候之要, 尤當于真息求之 (Yếu quyết Hoả Hầu, Phải kiếm tìm nơi Chân Tức).

Khưu Trường Xuân nói: «Nhất niệm bất ly phương thốn thị Chân Không. Thử dưỡng thai chi Chân Hoả dã. Phù Chân Hoả giả, ngã chi Thần dã, nhi dữ Thiên Địa chi Thần, Hư Không chi Thần, đồng kỳ Thần dã.

Chân Hậu giả, ngã chi Tức dã. Nhi dĩ Thiên Địa chi Tức, Không Hư chi tức đồng kỳ Tức dã.» 一念不離方寸是真空。此養胎之真火也。夫真火者，我之神也。而與天地之神，虛空之神，同其神也。真候者，我之息也。而與天地之息，空虛之息同其息也。

Một niệm không lìa khỏi Đan Điền, thì là Chân Không (Đại Định). Đó là Chân Hoả để dưỡng Thai. Mà Chân Hoả là Thần của ta, nó cùng với Thần Trời Đất và Thần hư không là một. Còn Chân Hậu là hơi thở của ta. Nó và Hơi Thở của Trời Đất và của Hư Không là một hơi thở vậy.

Tả Nguyên Phóng nói:

Hoả hậu vô vi hợp tự nhiên,

火候無為合自然,

Tự nhiên Chân Hoả dưỡng Thai Tiên.

自然真火養胎仙。

Đãn tồn Thần Tức cư đan quỳnh,

但存神息居丹扃,

Điều tiếp Tiên Thiên tiếp Hậu Thiên.

調變先天接後天。

Hoả Hậu vô vi hợp tự nhiên,

Tự nhiên Chân Hoả dưỡng Thai Tiên,

Thần Tức chỉ cần cư đan quỳnh.

Là khiến Tiên Thiên hợp Hậu Thiên.

Vương Trùng Dương nói:

Thánh Thai ký ngưng, 聖胎既凝

Dưỡng dĩ Văn Hoả. 養以文火

An Thần định tức, 安神定息

Nhiệm kỳ tự như, 任其自如

Thử dĩ Thần cảm, 此以神感

Bỉ dĩ Thần ứng. 彼以神應

Thiên cơ diệu dụng, 天機妙用

Cố tự nhiên nhi nhiên. 故自然而然

Thánh Thai đã thành,

Dưỡng bằng Văn Hoả.

An Thần định tức,

Hết sức tự nhiên.

Thần cảm bên này,

Thần ứng phía kia.



Thiên cơ diệu dụng,

Nên rất tự nhiên.

Ta nhờ đó mà biết Thần Túc, Hoả Hầu. Mạnh tử nói: Vật vong, vật trợ 勿忘勿助 (không quên, không giúp, cứ để tự nhiên). Lão Tử nói: Miên miên nhược tồn [2] 綿綿若存 (Miên man muôn kiếp vẫn còn), Thích thị nói: Bất đắc cần bất đắc dĩ 不得勤不得怠 (không chăm, không lười). Tất cả đều muốn nói về vi chỉ của Hoả Hầu, của Thần Túc. Cho nên nói:

Thần minh bất khả phân minh thuyết.

神仙不肯分明說,

Thuyết đắc phân minh, tiểu sát nhân.

說到分明笑殺人

Thần minh không đực nói rõ ràng,

Nói là rõ ràng, người cười chết.

---

[1] Truân Mông là hai quẻ chỉ sự bắt đầu.

[2] Đạo Đức Kinh, ch. VIII.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## LỢI TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

### TRƯỜNG DƯỠNG THÁNH THAI ĐỒ

#### 長養聖胎圖

圓覺經曰金剛藏當知如來寂滅性未嘗有終始若以輪迴心思雜  
 即發復但至輪迴際不能入佛海譬如銷金鍊金非銷故有雜復本來  
 金終以銷成就一成真金體不復重為鍊蓋銷盡非金也銷之而復成  
 金者以有金之性也種性非佛也煉之而復成佛者以有佛之性也

小小房兒  
 藏舍利些  
 些芥子納  
 須彌過來  
 煉個無生  
 體後去知  
 渠有所歸



若覺修性命者必須重開混沌再立胞胎而自造化此性命也夫  
 性命既造化矣則於父母性命而自然養出一點性命如在母  
 腹而為我之性命也夫既為我之性命矣則又自然於我之性命  
 中而送我於無而為我之太虛也夫既為我之太虛矣則又自然  
 於我之虛空中再連乾坤而為我之真性命也夫既為我之真性  
 命矣則又自然於我真性命中空出端倪而為我本來之元神也

Người muốn tu Tính Mệnh, phải hiểu thế nào là Hồn Độn. Phải tái lập bào thai, mà tự tạo, tự hoá Tính Mệnh mình. Tính Mệnh được Tạo Hoá, nghĩa là từ bào thai của cha mẹ, tự nhiên dưỡng xuất ra được một điểm Tính Mệnh, như ở trong bụng mẹ, và chính là Tính Mệnh của ta vậy.

Nếu đã là Tính Mệnh của ta, thì tự nhiên ta sẽ trở về Vô, và trở thành Thái Hư vậy. Nếu đã là Thái Hư, thì tự nhiên trong cái Hư Không ấy của ta, ta sẽ tái tạo được Kiền Khôn, đó là Chân Tính Mệnh của ta vậy. Nếu đã là Chân Tính Mệnh của ta, thì tự nhiên từ trong Chân Tính Mệnh ấy, sẽ lộ xuất đoạn nghệ, và đó chính là Bản Lai Nguyên Thần của ta vậy.

Tiểu tiểu phòng nhi tàng Xá Lợi,

小小房兒藏舍利,

Ta ta giới tử nạp Tu Di.

些些芥子納須彌

Nhĩ lai luyện cá Vô Sinh Thể,

邇來煉個無生體

Hậu khứ tri cừ hữu sở qui.

後去知渠有所歸.

Phòng nhỏ xinh xinh tàng Xá Lợi,

Trong lòng hạt cải chứa Tu Di.

Ta nay đang luyện Vô Sinh Thể,

Sau đó mới hay có chốn về.

Kinh Viên Giác có kệ: Kim Cương tàng chứa Như Lai Tịch Diệt tính, tính này không có đầu đuôi.

Nếu lấy tâm luân hồi mà suy luận, thì sẽ quanh quẩn mãi trong vòng Luân Hồi, không vào được Biển Phật, cũng y như vàng nằm trong quặng. Vàng không phải quặng, nhưng quặng thiêu lên sẽ biến thành vàng. Khi ấy vàng không còn là khoáng nữa. Cũng vậy khoáng không phải là vàng, nhưng thiêu đúc xong, sẽ thành vàng, vì khoáng vốn có Tính vàng.

Tính con người tuy không phải là Phật, nhưng tu luyện rồi sẽ thành Phật, vì tính con người vốn có Tính Phật.

#### Lời bàn của Dịch giả:

Tôi nghĩ rằng những lời văn gọn trên đây thật là sâu sắc. Đại khái rằng:

Khi ta sinh ra làm người thì chưa biết mình có Tính Trời, Tính Phật. Nhưng trong bào thai mẹ chúng ta đã tiềm ẩn sẵn cái Tính Trời Tính Phật ấy rồi. Chúng ta chịu suy sẽ nhận ra điều này. Là trong ta đã sẵn có Tính Trời, Tính Phật mà chúng ta chẳng biết chẳng hay. Nếu biết ra, thì ta sẽ thấy ta cũng là vị Hoá Công, có thể tái tạo lại cho mình Tính Trời, tính Phật ấy, tạo lại cho mình một bầu trời mới.

Chúng ta là khoáng có vàng bên trong mà ta không biết. Biết ra sẽ hun đúc cho khoáng nơi mình chảy ra thì sẽ thành vàng.

Chúng ta vốn là Phật, là Trời nhưng chúng ta phải tốn công tu luyện mới được.

Như vậy ta phải hiểu Thánh Thai là Con Người Phàm nay đã sinh lại thành Tiên Phật.

Chúa Giêsu cũng đã nói: Nếu con người không sinh lại, sẽ không thấy được Nước Trời. (John 3, 3; 3, 5-7).

Kinh Dịch gọi Sinh lại là quẻ Phục. Phục là Nhất Dương sinh, nên Dịch dạy: Tiềm long vật dụng (Rồng còn tiềm ẩn chờ dùng).

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#) **13**

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

**TRINH TẬP**

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

## ANH NHI HIỆN HÌNH ĐỒ



Thử thời đan thực, cánh tu từ mẫu tích Anh Nhi

此時丹熟更須慈母惜嬰兒，

(Bấy giờ Đan thành, phải như mẹ hiền thương con nhỏ).

Tha nhật vân phi, phương kiến chân nhân triều Thượng Đế

他日雲飛方見真人朝上帝。

(Ngày kia cưỡi mây, mới thấy chân nhân châu Thượng Đế).

\*

Khí huyết pháp danh Vô Tận Tạng,

氣穴法名無盡藏，

Tạng bao ư khiếu, khiếu bao Không.

藏包於竅竅包空.

Ngã vấn Không Trung thụ thị tử?

我問空中誰是子,

Tha vân thị nhĩ Chủ Nhân Ông.

他云是你主人翁.

Khí huyết pháp danh Vô Tận Tạng,  
Tạng bao ngoài Khiếu, Khiếu bao không.

Ta hỏi trong Không là ai đó ?

Của Anh, chính thực Chủ Nhân Ông.

\*

Phù Vị Ông chi trùng,

夫蝟螭之蟲,

Dựng Minh Linh chi tử.

孕螟蛉之子.

Truyền kỳ Tinh, giao kỳ Tinh,

傳其情交其精,

Hỗn kỳ Khí, hoà kỳ Thần,

混其氣和其神,

Tuỳ vật đại tiểu, Câu đắc kỳ chân.

隨物大小俱得其真.

Con trùng của Vị Ông,

Sinh ra con tò vò.

Truyền Tinh, giao Tinh,

Trộn lộn Khí Thần.

Tuỳ vật to nhỏ,

Đều hợp kỳ Chân.

\*

Tiềm long kim dĩ hoá phi long,

潛龍今已化飛龍,

Biến hiện thần thông bất khả cùng.

變現神通不可窮.

Nhất triều khiêu xuất Châu Quang ngoại,

一朝跳出珠光外,

Dũng thân trực đáo Tử Vi Cung.

涌身直到紫薇宮.

Rồng ẩn nay đà hoá Rồng bay,  
 Biến hiện thần thông khó nói lời.  
 Một sớm tung mình qua Trần Cấu,  
 Ngang nhiên tới thẳng Tử Vi Cung.

\*

Hành, trụ, toạ, ngoạ,	行住坐臥
Bảo hùng, thủ thư.	抱雄守雌
Miên miên nhược tồn,	綿綿若存
Niệm tư tại tư.	念茲在茲

Đi đứng nằm ngồi,  
 Nhu hoà như con mái,  
 Hơi thở đều hoà,  
 Nhẹ nhàng bình ổn.

\*

Thần thủy dung dịch,	神水溶液
Khái quán căn châu.	溉灌根珠
Nội ngoại vô trần,	內外無塵
Trường dưỡng thánh khu.	長養聖軀

Ý thủ đan điền,  
 Dùng thần thủy tưới bón nội đan.  
 Trong ngoài thanh tịnh,  
 Trường dưỡng Thánh Khu (Thánh Thể).

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## TRINH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

## ĐỆ THẤT TIẾT KHẨU QUYẾT

### ANH NHI HIỆN HÌNH, XUẤT LY KHỔ ẢI

#### 第七節口訣：嬰兒現形，出離苦海

Trước đây, hoả hầu đã đủ, Thánh Thai đã tròn. Nếu trái chưa chín, anh nhi mới sinh, phải trái mười tháng, mới xuất bào thai. Thích thị gọi là Pháp Thân, hay thực tướng; đạo Lão gọi là Xích Tử hay Anh Nhi.

Anh Nhi thoát bào thai, liền nhảy ra ngoài. Ẩn thân tại Khí Huyết, và tạo lại một Hỗn Độn mới. Huyệt này chính chính là nơi Thần Tiên trường thai, trú tức, là nơi Xích Tử an thân, lập mệnh. Vì thế rành đường lối, biết thuận chiều trở về.

Anh Nhi đã ở yên trong tĩnh thất, trong đạo trường, thì phải bảo tàng nó cho kỹ lưỡng, phải yên lặng gìn giữ nó. Trước hết phải dùng Khôn Mẫu Huỳnh Nha mà nuôi nó (tức là dùng Nguyên Khí, Nguyên Thần), sau đó phải tích tụ sinh khí của trời đất mà bú mớm nó. Cái này cảm, thì cái kia ứng, khi phát xuất thì gần, mà khi trông thấy thì xa. Trong đó, tự hô, tự hấp, tự hợp, tự khai, tự động, tự tĩnh, tự do, tự tại, như tần tiên tiêu giao nơi Vô Hà Hữu chi hương, y như Như Lai thiền định nơi bể tịch diệt.

Khi đã đạt được đại an lạc rồi, thì cần bảo hộ Đan Điền (Quan Nguyên), không cho Lục Trần xâm nhập, không để phiền não nhiễu loạn. Hoặc ngồi, hoặc nằm, phải luôn luôn thanh tĩnh. Hoặc đứng, hoặc đi, lúc nào cũng gia công tu trì, sao cho sáu cửa (lục căn, lục trần) kín đáo vô lậu, con đường vận chuyển, tuần hoàn luôn thông suốt. Chân thể mà được vậy, thể là đan cơ bền vững vậy. Sáng chiều hộ trì, bảo thủ như vậy, như Rồng dưỡng châu, như mẹ nuôi con, không giây phút nào được lãng quên, không một sát na nào quên chiếu rọi.

Chung Ly Ông viết:

Hài nhi ấu tiểu, vị thành nhân,

孩兒幼小未成人,

Tu tạ Khôn nương dưỡng dục ân.

須藉坤娘養育恩.

Anh nhi còn bé chưa thành người,

Phải biết ơn nhờ mẹ đất nuôi.

Lại viết:

Dĩ chứng Vô Vi, Tự Tại tâm,

已證無為自在心,

Cánh tu ôn dưỡng bảo toàn chân.

更須溫養保全真。

Đã chứng Vô Vi, Tự Tại tâm,

Phải tu ôn dưỡng, bảo toàn thân.

Lý Thanh Am viết:

Đan tòng bất luyện, luyện trung luyện,

丹從不煉煉中煉,

Đạo hướng Vô Vi vi xử vi.

道向無為為處為。

Tức niệm, tức duyên điều tổ khí,

息念息緣調祖氣,

Vong vãn, vong kiến dưỡng Anh Nhi.

忘聞忘見養嬰兒。

Đan luyện tự nhiên, không gắng sức,

Đạo cũng Vô Vi chẳng thiên vi.

Xả niệm, xả duyên điều hô hấp,

Chẳng nghe, chẳng thấy dưỡng Anh Nhi.

Lữ thuần Dương viết:

Phúc nội Anh Nhi dưỡng dĩ thành,

腹內嬰兒養已成,

Thả cư triền thị tạm ngu tình.

且居塵市暫娛情。

Vô đoan thố đại cương nhiều thiệt,

無端措大剛饒舌,

Khước nhập bạch vân thâm xứ hành.

卻入白雲深處行。

Anh nhi trong dạ đã dưỡng thành,

Tạm thời vui sống chốn thị thành.

Tự nhiên có kẻ mong cãi lộn,

Ta đập cười mây viễn xứ hành.

Ôn dưỡng Anh Nhi lạc đại sự của thần tiên, nếu dưỡng dục không đúng cách, Anh nhi có thể chết, vì thế phải đề phòng, không được khinh suất làm bậy, vì một khi đã đi vào mê đồ, thì không biết đàng trở lại. Vì thế Bạch Ngọc Thiềm than: Trùng chỉnh钓鱼竿, 再斫秋筠節 (làm lại cần câu, chặt lại cánh trúc mùa thu).<sup>[1]</sup>

Thượng Dương Tử viết:



Ký đạt phản hoàn cửu dữ thất,

既達返還九與七,

Thử tức Mộc Kim tam ngũ nhất.

此即木金三五—.

Khí toàn thần tráng hoán thai thời,

氣全神壯換胎時,

Chiếu hoạch Anh Nhi hưu viễn xuất.

照獲嬰兒休遠出.

Nguyên thần, Nguyên khí đã phản hoàn,

Thế là Thần Khí đã hợp nhất.

Anh Nhi khi mới định thoát thai,

Phải lo bảo hộ đừng để mất.

Khẩu quyết phòng ngừa: Mật cố tam yếu vi căn 密固三要為謹.

Tham đồng Khế viết:

Nhĩ, mục, khẩu tam bảo, 耳目口三寶.

Bế tắc vật phát thông, 閉塞勿發通

Chân nhân tiềm thâm uyên, 真人潛深淵

Phù du thủ qui trung. 浮游守規中

Tai, miệng, mắt là tam bảo,

Giữ kín chẳng phát thông,

Thánh Nhân ẩn đáy vực,

Bơi lội trong Đan Điền.

Phép đó chỉ là: Lấy mắt nhìn mắt, lấy tai nghe tai, lấy mũi điều mũi, lấy mồm khoá mồm, tiềm tàng, phi được tại Chính Nhất Tâm. Ngoài thì không để cho Thanh, Sắc, Xú, Vị đẩy đưa, trong thì phải vô ý, vô tất, vô cố, vô Ngã. Có vậy lòng ta mới hư minh, vạn duyên mới trừng triệt, và Xích Tử trong ta mới được an nhiên tự tại.

Tuy nhiên, ngoài việc giữ gìn tai, mắt miệng (tam yếu), còn phải trừ Tam Hại bên trong. Tam Hại là: Tà niệm, phiền não, và sân nhuế vậy. Vì thế, Đạo Giác thiên sư nói: Tu thử giới, định, tuệ, Đoạn bỉ Sân, Tham Si 修此戒, 定, 慧, 斷彼嗔, 貪痴 (Tu Giới, Định, Tuệ, trừ diệt Sân, Tham Si).

Tham Si còn dễ trị, Tức Giận khó phục hàng.

Thánh Thai Quyết nói:

Sân khuể chi hoả nhất nhiên,

嗔恚之火—燃,

Thai chân khứ như bôn mã.

胎真去如奔馬.

Trực đái hoả diệt, yên tiêu,

直待火滅煙消,

Phương tài qui vu lô xá.

方才歸于廬舍.

Sân khuể chi hoả vừa cháy,

Chân Thai như ngựa bôn phi.

Đợi cho lửa tắt, khói tiêu,

Đơn sẽ qui về Lô Xá.

Tống Nho cũng nói:

Dục hoả bất trừng,

欲火不澄

Tất hữu Liêu nguyên chi hoạ.

必有燎原之患

Dục thủy bất trất,

欲水不窒

Khởi vô hội xuyên chi tai.

豈無潰川之災

Lửa giận không trừ,

Chắc sẽ có nạn cháy rừng.

Nước tham không khống chế,

Sẽ có chuyện vỡ đê điều.

Viên Giác Đạo Tràng Tu Chứng Nghi có nói:

Nhất niệm sân khởi,

一念嗔起

Cụ bát vạn chướng môn.

具八萬障門

Kim dục khứ sân chi pháp,

今欲去嗔之法

Duy tông Lão Tử chi nhật tổn,

惟宗老子之日損

Chu Dịch chi trừng phẫn,

周易之懲忿

Thế tôn chi giác chiếu.

世尊之覺照

Cơn giận vừa nổi,

Trăm vạn chướng ngại sinh.

Muốn trừ được lửa giận,  
Phải Giảm hoài theo Lão Tử,  
Phải Trừng Phẫn theo Chu Dịch,  
Phải Giác Chiếu theo Thế Tôn.

Cao Tăng Diệu Phổ viết:

Sân Hoả chính nhiên thời,  
嗔火正燃時  
Ngã dĩ Giác chiếu chi.  
我以覺照之  
Do như thang tiêu băng,  
猶如湯消冰  
Liễu Liễu vô phân biệt.  
了了無分別  
Lửa giận khi vừa cháy,  
Ta dùng Tuệ Giác soi.  
Như nước sôi tan băng tuyết,  
Chắc chắn không hề sai.

Sân hoả không có thực thể, đều sinh ra từ Vô Danh. Bảo Tích Kinh có kệ: «Như dùi gỗ lấy lửa, đều phải nhờ vào nhân duyên. Nếu nhân duyên mà không hoà hợp, thì lửa sẽ không sinh. Như vậy sẽ không vừa ý. Thực tế thì tất cả đều không có y cứ. Nên biết Thanh, Tính đều là Không. Nên cơn giận không còn sinh. Giận không do nơi Thanh, cũng không có chỗ trú trong người. Có đủ duyên thời sinh, không đủ duyên thời không sinh. Như sữa mà đủ nhân duyên, sẽ sinh ra tô lạc (kem). Giận là vì mất bản tính, hay là vì làm những chuyện xấu xa, người ngu không biết đạo lý, nên lửa phiền não bốc cháy. Nếu biết được như vậy, thì mọi sự đều không có gì. Và sân hận sẽ thành tịch tĩnh (không còn). Nó chỉ còn cái tên xuông. Sân hận thực tế chỉ là Chân Như. Nếu hiểu được như vậy, thì là giác ngộ vậy.»

Ngọc Tích Kinh còn nói: «Biết được lẽ tự nhiên này, sẽ phá được cái xác Vô Danh đó. Và Vô Danh sẽ biến thành ngọn đuốc trí huệ, và lửa giận sẽ biến thành chiếc Đèn Lồng. Sân hận đã trừ, thì 84.000 phiền não cũng tiêu.

Phật Kinh cũng nói: Chư ma bình đẳng, phiền não vi tiên 諸魔平等,煩惱為先

(Tất cả yêu ma quỷ quái, thì phiền não đứng đầu).

Lại nói: Hiện trú Bồ Tát ma, phiền não diệt vô hữu 現住菩薩魔,煩惱亦無有

(Trong các ma quỷ Bồ Tát, không có phiền não trong đó).

Lại nói: Trí giả vu khổ lạc, bất động như hư không. Thiện quan sát phiền não, ngã ngã sở câu ly

智者于苦樂,不動如虛空.善觀察煩惱,我我所俱離.

(Người khôn ngoan coi sướng khổ đều như là hư không. Quan sát kỹ phiền não, thấy ta không dính bén).

Lại nói: «Bồ tát đại bi, không nhiễm phiền não, nhân thấy rằng phiền não của chúng sinh, đều là hư

giả, đều do vọng tưởng sinh ra. Nếu biết rằng tất cả phiền não, đều lìa xa bản tính. Hiểu được như vậy, thế là bồ đề. Tính của phiền não, là tính bồ đề, đều là Đạo Tính, là Giác Ngộ tính.»

Lại nói: «Phiền não cảnh là cảnh Phật, thấy tính của Phiền Não là Không, đó là Tu Hành đúng đường lối.

Lại nói: Dục trừ Phiền Não, đương hành Chánh Niệm 欲除煩惱, 當行正念 (Muốn diệt trừ phiền não, phải hành Chánh Niệm).<sup>[2]</sup>

Tứ Tổ cũng nói: Nhất thiết phiền não nghiệp chướng, bản lai không tịch 一切煩惱業障, 本來空寂 (Nhất thiết phiền não, nghiệp chướng, thật ra là không).

Xét kỹ kinh sách Phật, đều nói là Phiền Não tính vốn không, không gây trở ngại, y như mộng ảo, không đáng để tâm. Nếu nó xúc phạm ngoại cảnh, thì chẳng qua như tiếng vang, sinh ra sau tiếng nói, xong rồi liền hết. Nếu vậy, phiền não, trần lao không đợi cho đến khi ta chết đã tự tiêu trước rồi. Thai Chân Xích Tử không nhờ vào chuyện tu luyện giả tạo mà vẫn Linh hoạt được,

Kinh còn nói:

Dĩ Trí Tuệ Kiếm, phá phiền não tặc,

以智慧劍破煩惱賊,

Dĩ Trí Tuệ Dao Liệt phiền não cương,

以智慧刀裂煩惱綱,

Dĩ Trí Tuệ Hoả thiêu phiền não tân.

以智慧火燒煩惱薪.

Dùng Gươm Trí Tuệ phá phiền não tặc,

Dùng Dao Trí Tuệ cắt lưới phiền não.

Dùng Lửa Trí Tuệ đốt củi phiền não.

Tăng Viên Chiếu nói:

Đối trị phiền não ma,

對治煩惱魔

Thanh tĩnh thường hoan hỉ.

清靜常歡喜

Muốn trừ ma Phiền Não,

Thanh tĩnh thường hoan hỉ,

Bàng Cư Sĩ viết:

Để quan Tứ Đại bản không,

諦觀四大本空

Phiền não hà xứ an cước?

煩惱何處安腳

Nhìn xem Tứ Đại vốn không,

Phiền não đặt chân chỗ nào?

Triều Văn Nguyên nói:

Thân đồng mộng ảo phi chân hữu,  
 身同夢幻非真有,  
 Sự tỉ phong vân bất cửu lưu.  
 事比風雲不久留.  
 Kỳ năng động đạt tu cương đoạn,  
 既能洞達須剛斷,  
 Phiền não ma không quá tức hưu.  
 煩惱魔空過即休.  
 Thân như mộng ảo không có thật,  
 Sự như phong vân không bền lâu.  
 Hiểu được điều này, phải cắt đứt mọi sự,  
 Phiền não ma vốn là không, thế là xong.

Trương Tử Dương nói:

Khả vị Đạo cao Long Hồ phục,  
 可謂道高龍虎伏,  
 Kham ngôn đức trọng quỷ thần khâm,  
 堪言德重鬼神欽.  
 Dĩ tri thọ vĩnh tề Thiên Địa,  
 已知壽永齊天地,  
 Phiền não vô do cánh thượng tâm.  
 煩惱無由更上心.  
 Nếu Đạo cao, khiến Rồng, Hồ phục,  
 Nếu Đức trọng khiến Quỷ Thần nể.  
 Nếu biết mình thọ cùng Trời Đất,  
 Thì đâu còn để tâm đến phiền não?

Lục Tổ Đàn Kinh viết:

Phàm phu tức Phật,  
 凡夫即佛,  
 Phiền não tức Bồ Đề.  
 煩惱即菩提.  
 Tiền niệm mê tức phàm phu,  
 前念迷即凡夫,  
 Hậu niệm ngộ tức Phật.  
 後念悟即佛.

Tiền niệm trước cảnh tức Phiền Nã,

前念著境即煩惱,

Hậu niệm ly cảnh tức Bồ Đề.

後念離境即菩提.

Phàm phu tức là Phật,

Phiền não tức Bồ Đề.

Niệm trước còn mê là phàm phu,

Niệm sau đà ngộ tức Phật,

Niệm trước còn vướng cảnh là Phàm Phu,

Niệm sau thoát cảnh là Bồ đề (Đắc Đạo).

Sách Anh Lạc Kinh nói: «Phật nói: Ta từ trước đến nay, không được phép nào, chỉ cần Định Ý. Bắt đầu biết thế nào là Vô Niệm. Người biết Vô Niệm, sẽ thấy tất cả là vô hình. Do đó ta thành Chánh Chân chi Đạo.»

Lại nói: «Thế gian không thể thành đạo, không thể thoát sinh tử, chính là vì có vọng niệm, nên suy bậy, nghĩ bậy, thành ra bị Luân Hồi.»

Khi vọng niệm khởi, thì đó là Sinh Diệt, khi vọng niệm ngừng, thì đó là Chân Nguyên. Cho nên đạo Lão lấy Chỉ Niệm làm căn bản, đạo Phật lấy Vô Niệm làm tông chỉ. Vô Niệm là không có Tà Niệm, chứ không phải là không có Chính Niệm. Niệm có hữu vô, thì là Tà Niệm. Không nghĩ tới hữu vô là Chính Niệm. Niệm mà có Thiện Ác thì là Tà Niệm, không nghĩ đến Thiện Ác thì là Chính Niệm.

Đến như khổ lạc, sinh diệt, thủ thập, oan nghiệp, tăng ái, v.v. tất cả là Tà Niệm. Không nghĩ đến Khổ Lạc, thì gọi là Chính Niệm. Việc đến mà không đón chờ, tất cả đều Vô Tâm, thì là Vô Niệm. Niệm mà Vô Niệm thì là Chính Niệm.

Phật Kinh nói: «Thiện nam tử, khi các bạn ở trong cảnh giới Vô Niệm. Được như vậy, thì 32 tướng Kim sắc, sẽ phóng đại quang minh, chiếu trong Vô Dư Thế giới.»

Cao Phong Thiền Sư nói:

Tư thị thụ nhất sinh thành Phật chi công,

茲氏受一生成佛之功,

Bất xuất nhất niệm vô sinh tính hải.

不出一念無生性海.

Thọ nhận một kiếp người là công của Phật,

Không siêu xuất Nhất niệm Bất sinh của Tính Hải.

Trí Thường Thiền Sư nói:

Chân Như vô niệm,

真如無念

Phi niệm Pháp năng giai.

非念法能階

Thật tướng vô sinh,

實相無生

Khởi sinh tâm năng chí.

豈生心能至

Vô niệm niệm giả,

無念念者

Tức niệm Chân Như.

即念真如

Vô sinh sinh giả,

無生生者

Sinh hồ thực tướng.

生乎實相

Chân như là Vô Niệm.

Niệm Pháp không giới hạn được nó.

Thật Tướng không sinh

Tâm sinh sao đạt tới.

Vô niệm là Chân Như,

Vô Sinh là Thực Tướng.

Lý Chi Tài nói:

Niệm chi Thiên Lý tắc minh nguyệt chi đương không,

念之天理則明月之當空

Niệm chi Nhân dục tắc phù vân chi tế nhật.

念之人欲則浮雲之蔽日.

Niệm về Thiên Lý, thì như trăng sáng giữa trời,

Niệm về Nhân Dục, thì như mây che mặt trời.

Hàn Sơn Tử nói:

Tuyền Kiền, đảo Nhạc, trấn thường tĩnh,

旋乾倒岳鎮常靜,

Nhất niệm vạn niên vĩnh bất di.

一念萬年永不移.

Xoay Trời, chuyển Núi, ngăn tà niệm,

Giữ lòng tĩnh lặng, muôn năm chẳng thay.

Thiên Ấn Tử nói:

Bất đồ, bất văn tồn giác tính,

不睹不聞存覺性,

Vô tư, vô niệm, dưỡng thai tiên.

無思無念養胎仙。

Chẳng nhìn, chẳng nghe, giữ nguyên Giác Tính,

Không nghĩ, không suy, dưỡng thai tiên.

Bảo Tích kinh viết: Bồ tát an trụ trong niệm Vô Sở Trụ, Chẳng nghĩ, chẳng quên, thế là Niệm An Trụ. Đó là Pháp Giới.

Cái biết đó, là do Phật, Tổ, Thánh Tiên biết Tức Tâm, Chỉ Niệm mà được diệu Đạo.

Cho nên sách Thượng Thư nói: Duy cường khắc niệm tác thánh 惟狂克念作聖 (Chỉ có khắc chế được tạp niệm là thành Thánh Hiền).

Vả khắc chế tạp niệm là một công trình hết sức thực tiễn, chính bản thân mình phải ra công đóng góp, mới có tiến bộ. Nếu không thì Vòng thái Hư kia, con đường tới nó rất xa, thiếu một bước là không thể tới được. Người xưa nói: Công phu như vậy, là chưa đến nơi đến chốn. Công phu mà đạt tới cực điểm, thì sẽ nhập vào Vô Niệm. Khi vào được Chân Thường Vô Niệm, thì Huyền Khung Anh Nhi sẽ tịch nhiên không còn sợ bị nhiễu loạn nữa.

Lưu Hư Cốc nói:

Đại công nhược tựu tam thiên nhật,

大功若就三千日,

Diệu dụng vô khuy thập nhị thời.

妙用無虧十二時.

Công phu tuy là 3000 ngày,

Nhưng diệu dụng không qua 12 giờ.

Trần Triều Nguyên nói:

Hàm dưỡng bào thai tu thập nguyệt,

含養胞胎須十月,

Dục anh nhũ bộ yếu thiên triều.

育嬰乳哺要千朝.

Nuôi nấng anh nhi cần mười tháng,

Anh nhi bú mớm mất nghìn ngày.

Nê Hoàn Ông nói:

Phiến hưởng công phu tu tiện hiện,

片響工夫須便現,

Lão thành tu thị quá tam niên.

老成須是過三年.

Muốn cho công phu được thực hiện,

Lão thành cũng mất quá ba năm.

Ba năm công phu đã hoàn thành, ôn dưỡng cũng đã xong, chính vì thế sách Ngô Chân nói:

Nhất sát hoả diệm phi,



— 霎 火 焰 飛

Chân Nhân tự xuất hiện.

真人自出現

Phút chốc lửa phừng bay,

Chân Nhân Liền xuất hiện.

Chân Nhân đã hiện, do tự Thái Huyền (Đơn Điền) lên tới Thiên Cốc (Thượng Đơn Điền), thế là công phu Minh Tâm Hoả Diệt, thế là sẽ thông Linh biến hoá. Lưu Hải Thiên nói:

Quái hành, Hoả hậu Chu thiên tất,

卦行火候周天畢,

Dựng cá anh nhi trấn Hạ điền,

孕個嬰兒鎮下田,

Tích lịch nhất thanh tòng Địa khởi,

霹靂一聲從地起,

Kiên hộ phách khai quang vạn liù,

乾戶擘開光萬里,

Phiên thân tràng xuất Thái Huyền quang,

翻身撞出太玄光,

Giá hồi phương thị Chân Tiên tử.

這回方是真仙子.

Dùng quẻ để vận chuyển tuần hoàn chân khí,

Nuôi nấng anh nhi dưới Đơn điền,

Một tiếng nổ vang từ đất phát,

Cửa Trời rộng mở phóng hào quang,

Chuyển mình thấy được huyền quang hiện,

Như vậy là nhìn thấy Chân Tiên.

[1] Nghĩa là phải bắt đầu tu lại.

[2] Như vậy, những người đã giác ngộ, tự nhiên sẽ đẹp được Tham Sân Si.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## TRINH TẬP

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

### CHÂN KHÔNG LUYỆN HÌNH ĐỒ



Tiểu Nhân nhất khí tương hô hấp,

笑人一氣相呼吸,

Dĩ pháp truy lai luyện hình chất.

以法追來煉形質.

Khiếu khiếu linh lung ngũ uẩn không,

竅竅玲瓏五蘊空,

Hà quang vạn Đạo liên Thiên bích.

霞光萬道連天碧.

Trời người hô hấp giống in nhau,

Chỉ dùng một phép dùng hình chất,

Suy ra ngũ uẩn vốn là không,

Ánh sáng muôn trùng soi Trời Đất.

\*

Chân không luyện hình pháp,

真空煉形法,

Ngũ uẩn không phi không,

五蘊空非空.

Phi dĩ không ngũ uẩn,

非以空五蘊,

Ngũ uẩn tất giai không.

五蘊悉皆空.

Chân không phép luyện hình,

Ngũ uẩn vốn chẳng không,

Tu cho ngũ uẩn không còn vết,

Ngũ uẩn rồi ra cũng là không.

\*

## LUYỆN HÌNH

Sách Phổ Chiếu Phật tâm nói:

Tị đoan hữu bạch ngã kì quan,

鼻端有白我其觀,

Khước thán nhân tùng ung lý bàn.

卻嘆人從瓮里盤.

Tối thượng nhất thừa hàm súc viễn,

最上一乘含蓄遠,

Hảo tông huyền khiếu mịch thiên khoan.

好從玄覷覓天寬.

Ta quan sát điểm trắng nơi đầu mũi,

Khen kẻ trong lu khiến lu quay,

Tối thượng nhất thừa cao siêu thế,

Nên theo Huyền Khiếu kiếm trời cao.

Cho nên phép luyện hình theo Chân Không cũng giống như người vắn lu nước. Nếu vắn từ bên trong thì làm sao lu chuyển được cho nên phải vắn từ bên ngoài. Cho nên vắn lu từ bên ngoài thì nhà Phật gọi là Hư Không ngoài thân ta vậy. Lão tử thì gọi là:

Ngoại kỳ thân nhi thân tu,

外其身而身修,

Vong kỳ hình như hình tồn.

忘其形而形存.

Ở ngoài thân nên thân tu,

Quên mất hình nên hình còn.

Tiết Đạo Quang nói:

Nhược nhân không thử ảo hoá thân,

若人空此幻化身,

Thân thụ thánh sư chân quỹ tắc.

身授聖師真軌則.

Nếu người coi được cái thân ảo hoá mình là Không,

Thì đã biết được đường lối chính xác của thánh nhân.

Trương Toàn Nhất nói: Thái hư thị ngã, Tiên không kỳ thân, kỳ thân ký không, Thiên địa diệc không. Thiên địa ký không, Thái Không diệc không, Không vô sở không, nãi thị chân không.

太虛是我, 先空其身, 其身既空, 天地亦空. 天地既空, 太空亦空, 空無所空, 乃是真空.

Thái hư là ta, Cần coi mình là không. Thân này đã không, thì thiên địa cũng không. Thiên địa đã không, thì Thái không cũng là không, không vô sở không, đó là Chân Không.

Thanh Tĩnh Kinh viết:

Nội quan kỳ tâm,	內觀其心
Tâm vô kỳ tâm,	心無其心
Ngoại quan kỳ hình,	外觀其形
Hình vô kỳ hình.	形無其形

Nhìn vào trong tâm,

Tâm không có tâm,

Nhìn ra ngoài hình,

Hình không có hình.

Hình không có hình là Thân Không vậy. Tâm Không có tâm là tâm không vậy. Tâm Không vô ngại thì thần càng luyện càng linh. Thân Không vô ngại thì hình càng luyện càng thanh. Luyện cho tới hình và thần dung hợp với nhau, thân và tâm hợp nhất, thì mới gọi là Hình Thần Câu Diệu, và Dĩ Đạo Hợp Chân vậy.

Cổ tiên nói: Hình dĩ Đạo toàn, Mệnh dĩ thuật diên 形以道全命以術延 (Hình nhờ Đạo mới nên toàn vẹn, Mệnh nhờ Thuật mới sống lâu).

Thuật đó là ăn trộm Nguyên Khí vô cùng, để bổ sung cho cái thân hình hữu hạn.

Vô Nhai chi Nguyên Khí, đó là Âm Dương trường sinh Chân Tinh của trời đất. Là Khí của Linh Phụ, Thánh Mẫu.

Hữu hạn chi hình khu, đó là Âm Dương đoản súc trọc loạn của Cha mẹ phàm phu.

Cho nên dùng khí của Linh Phụ Linh Mẫu để biến cái phàm thân của cha mẹ phàm tục, thành cái thân Thuần Dương Chân Tinh, thế là Thọ cùng Trời Đất vậy.

Tôn Đà La tôn giả nói: «Đức Thế Tôn dạy ta phải nhìn thấy đầu mũi trắng, ta bắt đầu nhìn, qua 21 ngày, Thấy khí trong mũi, vào ra như khói. Trong lòng trong sáng, hết sức Hư Tĩnh, y như lưu ly. Khói dần dần tiêu, hơi thở thành trắng, tâm được mở ra, hết còn phiền não. Hơi thở vào ra, trở nên sáng láng, chiếu soi mười phương, thành A La Hán.»

Chu Nguyên Hối nói: «Mũi thở hơi trắng, ta đã nhìn thấy.»

Mạc Nhận Chân Nhân nói:

Bình sinh tư vận, ái phong lưu,  
 平生姿韻愛風流,  
 Kỳ tiểu thời nhân hướng ngoại cầu.  
 幾笑時人向外求.  
 Vạn biệt Thiên sai, vô mịch xứ,  
 萬別千差無覓處,  
 Đắc lai nguyên tại tỵ Đoan đầu.  
 得來原在鼻端頭.

Phong thái bình sinh thích phong lưu,  
 Cười người chỉ biếu Hướng Ngoại cầu.  
 Thiên sai vạn biệt cầu đâu thấy.  
 Muốn thấy chung qui tại tỵ đầu.

Phàm con người trước khi sinh, thở ra, thở vào, thông khí với mẹ. Con người khi đã sinh ra, thở ra, thở vào, thông khí với trời. Trời, Người cùng một khí, lưu thông với nhau, tương thôn, tương thổ, như thể kéo cưa. Trời cho, ta lấy. Được khí, làm cho khí thịnh là sống. Trời cho rồi lại lấy lại. Mất khí rồi tuyệt khí là chết. Cho nên thánh nhân, xem xét Đạo Trời, xem Trời vận hành. Khi mặt Trời chưa lên khỏi Dương Cốc, thì ngưng thần, tọa tĩnh, hư tâm mà chờ. Trong buồng mọi niệm, ngoài xả vạn duyên, quên Trời, quên đất, nghiền nát hình hài. Tự nhiên từ trong Thái Hư có một điểm Chân Dương, như móc, như điện, ùn ùn nhập vào Huyền Môn, xuống Trường Cốc rồi lên thẳng Nê Hoàn, hoá thành Cam Lộ nhập vào Ngũ tạng. Ta phải dùng Tố Phong (Vũ Hoả) mà tiếp ứng nó, để nó trừ diệt tà khí nơi Tam Quan,<sup>[1]</sup> Cửu Khiếu, quét sạch trần cấu nơi ngũ tạng, luyện khí chất, đốt sạch trước thể, đuổi sạch uế khí trong thân, biến hoá thân mình thành Thuần Dương chi thể. Luỹ tích trường cửu sẽ hoá hình thành Tiên.

Trần Tuý Hư nói:

Thấu thể Kim Quang, tuý cốt hương,  
 透體金光髓骨香,  
 Kim cân, ngọc cốt tận thuần dương.  
 金筋玉骨盡純陽.  
 Luyện giao xích huyết lưu vi bạch,  
 煉教赤血流為白,  
 Âm khí tiêu ma thân tự khang.  
 陰氣消磨身自康.  
 Toàn thân rục rở, cốt tuý thơm,  
 Cốt ngọc, gân vàng, biến thuần dương,  
 Luyện cho máu đỏ nên màu trắng,  
 Âm khí tiêu trừ, thân an khang.

Khửu trường Xuân nói:

Đăn năng tức tức thường tương cố,

但能息息常相顧，  
 Hoán tận hình hài, ngọc dịch lưu.  
 換盡形骸玉液流。  
 Chỉ cần đề ý từng hơi thở,  
 Thay đổi hình hài, ngọc dịch lưu.

Trương Tử Dương nói:

Thiên Nhân nhất khí bản tương đồng,  
 天人一氣本相同，  
 Vi hữu hình hài ngại bất thông。  
 為有形骸礙不通。  
 Luyện đạo thần hình minh hợp xứ,  
 煉到神形冥合處，  
 Phương tri sắc căn tức Chân Không。  
 方知色根即真空。  
 Thiên Nhân nhất khí vốn tương đồng,  
 Chỉ vị hình hài, ngăn chướng thông。  
 Luyện tới Thần Hình hoà hợp lại,  
 Mới hay Căn Sắc tức Chân Không。

Tiết Hạ Mệnh nói:

Bất tri tương vị khí, 不知將謂氣  
 Đắc hậu tự nhiên Chân, 得後自然真  
 Không hiểu Khí ra sao,  
 Sau biết tự nhiên Chân。

Đổng Hán Thuần nói:

Kim dụng khoáng tiêu, 金用礦消  
 Hình do khí luyện. 形由氣煉  
 Kim thuần khoáng hết  
 Hình đổi do Khí luyện。

Luyện Hình có 6 môn:

1. Ngọc Dịch luyện hình. 玉液煉形
2. Kim Dịch luyện hình. 金液煉形
3. Thái Dương luyện hình. 太陽煉形
4. Thái Âm luyện hình. 太陰煉形
5. Nội quan luyện hình. 內觀煉形

Năm môn trên chưa phải là Hư Vô đại đạo, không thể giúp ta Dữ Thái Hư Đồng Thể. Chỉ có khẩu

quyết sau đây gọi là :

## 6. Chân không luyện hình. 真空煉形

Tuy là Hữu tác, nhưng chính thật Vô Vi, tuy là Luyện Hình, nhưng chính là Luyện Thần. Thế là vừa Tu ngoại vừa kiêm Tu nội vậy.

Theo thế mà tu luyện, sau 100 ngày thì Thất Phách sẽ vong hình, Tam Thi sẽ tuyệt tích, lục tặc (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) sẽ tiềm tàng, thập ma (như phiền não ma, tâm ma, tử ma, v.v. Đạo gia gọi thế là ảo giác như Mỹ cảnh, phú quý, Ân ái, v.v.) sẽ ẩn trốn xa.

Tu 1000 ngày, thân tứ đại sẽ sáng như thủy tinh, trong ngoài sẽ Linh lung, nội ngoại sẽ động triệt, tâm hoa xán lạn, Linh Quang hiển hiện.

Linh Quang là Tuệ quang vậy. Nên nói: Tuệ quang sinh xứ, giác hoa khai 慧光生處覺花開 (Nơi Tuệ Quang sinh, giác hoa sẽ nở ra). Có Tuệ Quang Giác Hoa, nếu không nhờ Luyện Hình nhập vi, dữ Đạo minh Nhất, thì không được như vậy.

Cho nên Sinh Thần Kinh viết: «Thân hình hợp nhất, thì gọi là Chân Thân. Thân cùng Thần hợp, hình sẽ tùy Đạo thông. Lúc ẩn thì hình vững cùng Thần, lúc hiển thì Thần hợp với khí. Cho nên vào nước lửa như không, ra mặt trời mặt trăng không thấy bóng. Quên được mình, nên ra vào không chi ngăn trở. Hoặc sống tại thế, hoặc thoát chất thành tiên. Có người ban ngày bỏ xác, như Hoàng đế, có người trú thân nơi trần thế như Bành Tổ. Có người thụ được Mệnh Trời, sống tại thế gian với một Thiên Chức, như Trương Thiên Sư, có người lên trời với nhà cửa, như Hứa Tinh Dương; có người không bệnh mà chết, như Vương Trùng Dương; có người làm quan như Đông Phương Sóc. Đến như Lão Tử làm quan Trụ Sử, Tân Biên làm Đại Phu, Doãn Hỉ làm Quan Lệnh, Bá Cơ làm Khanh Sĩ. Đường Diển ẩn cư trên núi Tỉ, Tử Hưu quản Lý Tất Viên, Trương Lương giúp Hán Cao Tổ, Tử Hạo giúp Huệ Đế, Cừu Sinh phò nhà Ân, Phụ Quang giúp nhà Hán, Mã Đơn giúp nhà Tấn, Hải Thiềm giúp Yến, Chính Dương từ quan, Thuần Dương ứng cử, Thường Hữu cầm roi, Cầm Cao cầm hốt, thật là nhiều vô số kể.

Ồi! Các vị Thần Tiên trên ẩn hiện, khứ lưu, phàm phu sao mà đoán định được? Như Liệt Tử cười gió, như Đạt Ma vượt sông trên ngọn vi lô, nếu thân xác không luyện đến mức tinh vi, thì làm sao người nhẹ được như vậy?

Cái thuật Hình Thần câu diệu như vậy, nếu không biết phép Toạ Thoát Lập Vong, Trạ Trước Tử Vong (Thi Giải, Nguyên Thần thoát xác), thì con người không hiểu nổi, và sẽ đi vào lỗi lầm Phao Thân Nhập Thân mà thôi.

Cho nên học Tiên Phật không phải chuyên lo luyện Thần không, mà còn phải luyện hình, nếu không sẽ trở thành một loại ma qui biết Thanh Linh Thiện Hoá mà thôi, không thể sánh được với các vị Cao Tiên vậy.

Đại để phép Luyện Hình là không phân bỉ thử, tuy nhiên tại hai nơi phát minh, nhưng đạo Lý chỉ có một: Nội ngoại kiêm tu, Bất tương vi bối 內外兼修不相違背 (Nội Ngoại song tu, không trái ngược nhau).

Công phu mười tháng, sẽ ly khai được Nhân Thế, tự nhiên Ngôn Ngữ, và Tâm Tư mình sẽ khác với người, Năng Sở sẽ cùng quên, Sắc Không sẽ cùng mất, sẽ hết chướng ngại, hết bợn nhơ. Thân sẽ như chim Hồng, bay bổng lên không còn bị giam giữ. Lòng sẽ như bông sen, không nhuốm nước, rạn rạn, rờ rờ, tiêu tiêu, sái sái, thành một con người Vô Sự, VôVi, tiêu dao tự tại,

Lúc này Anh Nhi đã lộ nguyên hình, với người không khác. Càng ngày Càng phải Hàm Hoa Ẩn Dược, Trấn Tĩnh Tâm Điền, Nếu thấy vui mừng đó là Ma Cảnh.

Như Trần Nê Hoàn nói:

Ngã tích công phu, hành nhất niên,  
 我昔工夫行一年,  
 Lục mạch dĩ tức khí qui nguyên.  
 六脈已息氣歸源.  
 Hữu cá Anh Nhi tại đan điền,  
 有個嬰兒在丹田,  
 Dữ Ngã hình mạo diệc như nhiên.  
 與我形貌亦如然.  
 Ta luyện công phu đã một năm,  
 Lục mạch đều hoà Khí qui nguyên,  
 Có một Anh Nhi tại Đan Điền,  
 Hình dạng như ta cũng y nhiên.

Anh Nhi đã lớn, không ở trong Huyệt nữa, tự nhiên sẽ bay lên đầu, phá huyết mà ra. Thế gọi là Thoát Ly Khổ hải mà vào Bể Ngạn vậy.

Vĩnh Minh Thọ Thiên Sư nói:

Thân tại khổ Hải trung,	身在苦海中
Lại thử Thiết La Hán,	賴此鐵羅漢
Khổ Hải ký thoát ly,	苦海既脫離
Xả phiệt đăng bỉ ngạn.	舍筏登彼岸

Thân còn trong Khổ Hải,  
 Phải nương cái Thân này.  
 Khổ Hải đã thoát ly,  
 Bỏ bè sang Bể Ngạn.

Ngô Trần Chân Nhân nói:

Thử ngạn Ba Đào dĩ thoát ly,  
 此岸波濤已脫離,  
 Đáo Bỉ phương tri thọ khả tê.  
 到彼方知壽可躋.  
 Nhất đắc qui lai, nghi vĩnh đắc,  
 一得歸來宜永得,  
 Độ hà phiệt tử thượng Thiên thê.  
 渡河筏子上天棲.  
 Bờ nọ ba đào đã thoát ly,  
 Bờ kia đã tới, thọ khả qui.



Một khi đã được là được mãi,  
Cưỡi bè ấy chính lên Trời vậy.

[\[1\]](#) Tam quan là Vĩ Lư, Giáp tích, Ngọc Chẩm.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## TRINH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

### XUẤT LY KHỔ HẢI ĐỒ



Khổ Hải trung nghiệp thân tế mang,

苦海中業身濟茫,

Ái hà gian hắc mang mang dạng,

愛河間黑忙忙漾.

Thùy thi na từ bi Tuệ Quang,

誰施那慈悲慧光,

Tế trầm luân vô biên, vô lượng.

濟沉淪無邊無量.

Hiển từ hàng chiếu linh hưởng hiện.

顯慈航昭靈貺現.

Tân cừ tất thoát chúng sinh chư nghiệp chướng,

津渠悉脫眾生諸業障,

Tâm dương dương, ý hoảng hoảng,

心颺颺意恍恍,

Nhiếp nhập Như Lai tạng.

攝入如來藏.

Trong biển khổ, thủy nghiệp mang mang,

Sông Ái Hà nước cũng đen đen,

Ai đem từ bi Tuệ Quang,

Cứu độ trầm luân vô biên, vô lượng.

Thuyền Từ chiếu ánh sáng thần linh khắp mọi nơi.

Bến đò cứu thoát chúng sinh chư nghiệp chướng.

Lòng khinh phiêu. Ý đãng đãng,

Bị hút vào Như Lai tạng.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

**TRINH TẬP**

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) **[5](#)** [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

## ĐOAN CÙNG MINH TÂM ĐỒ

### 圖心冥拱端



Vị đáo bỉ ngạn bất năng vô pháp.

未到彼岸不能無法.

Ký chí bỉ ngạn hựu yên dụng pháp.

既至彼岸又焉用法.

Đỉnh trung thường phóng bạch hào quang,

頂中常放白毫光.

Si nhân do đãi vấn Bồ Tát.

痴人猶待問菩薩.

Chưa sang Bỉ Ngạn cần thủ thuật,

Tới Bỉ Ngạn rồi, pháp cần chi

Trên đầu thường phóng bạch Hào Quang,

Người ngu còn đợi hỏi Bồ Tát.

Nguyên quân đoan cùng toạ huyền đô,

元君端拱坐玄都,

Tam điệp thai tiên vũ bát ngưng.

三疊胎仙舞八隅.

Biến Hoá thuần dương thiên địa hợp,

變化純陽天地合,

Trường sinh nhân thử diệu công phu.

長生因此妙工夫.

Nguyên Thần ngay ngắn ngự Cốc Thần,

Chư tiên múa hát dừng châu quanh.

Chân Thể thuần dương thiên địa hợp,

Trường sinh nhờ thể trọn công phu.

Di chiếu ư ngoại, 遺照於外

Trạch thần ư nội, 宅神於內

Minh Tâm chí thú, 冥心至趣

Nhi dữ cát hội. 而與吉會

Quên hình bên ngoài,

Thần cư Tâm nội,

Tiềm Tâm diệu cảnh,

Hợp với Cát tường.

Vô tâm ư sự, 無心於事

Vô sự ư tâm. 無事於心

Siêu xuất vạn ảo, 超出萬幻

Xác nhiên nhất linh. 確然一靈

Tâm không vương sự,

Sự chẳng bận tâm,

Siêu xuất vọng tưởng,

Ấy thật Thần Linh.



# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## TRINH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

## ĐỆ BÁT TIẾT KHẨU QUYẾT

### DI THẦN NỘI VIỆN ĐOAN CÙNG MINH TÂM

第八節口訣：移神內院，端拱冥心

Mới đầu thì dùng hữu vi, hữu tác, thái được kết đơn để Liễu Mệnh. Sau thì dùng Vô tác, Vô vi, bảo nhất minh tâm để Liễu Tính.

Ngộ Chân Thiên nói:

Thủy vu hữu tác, nhân chẩm giác,

始于有作人怎覺,

Cập chí Vô Vi chúng thủy tri.

及至無眾始知.

Đãn kiến Vô Vi vi diệu Đạo,

但見無為為妙道,

Bất tri hữu tác thị căn ki.

不知有作是根基.

Thoạt đầu hữu tác người không biết,

Khi tới Vô Vi chúng mới hay.

Chỉ biết Vô Vi là diệu đạo,

Nào hay Hữu tác ấy căn ki.

Chứng Đạo Ca viết:

Đáo Vô Vi xứ, bất Vô Vi,

到無為處不無為,

Phương tri ngộ đạo thị Hi Di.

方知吾道是希夷.

Đến được Vô Vi, chẳng Vô Vi,

Mới hiểu Đạo Ta thật Diệu Vi.

Nay kẻ phàm phu tu tại gia, hay kẻ ngoại đạo xuất gia, chỉ biết đạo lý phía này, mà không biết cảnh giới bên kia, chỉ biết cái hay phía này, mà không biết điều huyền diệu của bờ kia, chỉ biết Vô sự mà không





## 方超內院

Thế Tôn minh tâm lục tải,

世尊冥心六載

Thủy thoát phàn lung.

始脫樊籠

Đạt Ma nhìn vách chín năm,

Anh nhi mới lên được Nê Hoàn.

Phật Tổ tĩnh định sáu năm,

Một thoát vòng kiềm toả vật chất.

Minh Tâm là: Thâm cư tĩnh thất, đoan củng mặc nhiên. Không bợn trần ai, không còn lo lắng, vi tư vô vi, nhiệm vận tự như, không thấy, không nghe, bảo thần dĩ tĩnh, không trong, không ngoài, ly tướng, ly không, ly mê. Ly vọng, thể hàm hư tịch, thường giác, thường minh.

Chỉ cần minh tâm, vạn pháp sẽ qui nhất. Anh nhi sẽ an cư trong cảnh Thanh Linh, đậu nơi Bất động chi trường. Sắc không là nó trở ngại, Không không trói buộc được nó. Nó trở thành Không Hư an nhiên tự tại. Cho nên Đạt Quan Đại Sư nói:

Sắc bất phược hề, không bất ngại,

色不縛兮空不礙,

Yến tức minh tâm quan tự tại.

宴息冥心觀自在.

Đại thiên, vạn hữu tổng qui vô,

大天萬有總歸無,

Thế giới hoại thời, cừ bất hoại.

世界壞時渠不壞.

Sắc không làm vướng, Không không trở ngại,

Lặng lẽ tâm yên quan tự tại.

Vạn Hữu trăm nghìn, đều qui Vô,

Thế giới tan đi, nó chẳng tan.

Đàm Trường Chân Nhân nói:

Anh Nhi di tại Thượng Đan Điền,

嬰兒移在上丹田,

Đoan củng minh tâm hợp tự nhiên,

端拱冥心合自然,

Tu đáo tam thiên công hành mãn,

修到三千功行滿,

Bằng tha tác Phật dữ thăng tiên.

憑他作佛與升仙.

Anh Nhi lên ở Thượng Đan Điền,  
Sẽ ngồi ngay ngắn hợp tự nhiên,  
Tu tới 3000 công hành mãn,  
Tuỳ nghi làm Phật hoặc làm Tiên.

Khi công phu đã đạt đến chỗ Thuần Nhất Bất Nhiễm, sẽ không được vương chút tí hào tạp niệm. Ví như chỉ muốn thành tiên, thành Phật, thì sẽ sa vào vòng sinh tử, không ra khỏi nổi.

Quan Doãn Tử nói:

Nhược hữu yếm sinh tử tâm,  
若有厭生死心  
Siêu sinh tử tâm,  
超生死心  
Chỉ danh vi yêu,  
止名為妖  
Bất danh vi Đạo.  
不名為道

Nếu sinh Tâm chán sinh tử,  
Muốn thoát sinh tử,  
Thế gọi là Yêu (Yêu ma),  
Không gọi là Đạo.

Vốn trong thể Thanh Tịnh, thời Không, Không, Đãng, Đãng, rục rở, chói chang, không có cái gì, không trụ vào đâu. Cho nên sách Tâm Yếu Quyết nói:

Minh Tâm bản hồ Vô Trụ,  
冥心本乎無住  
Vô Trụ Tâm Thể,  
無住心體  
Viên Dung bất trắc,  
圓融不測

Minh Tâm vốn không dựa vào đâu,  
Tâm không dựa vào đâu,  
Sẽ viên dung khôn lường.

Kinh Kim Cương cũng nói: Bất ưng trụ sắc sinh tâm. Bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sinh tâm. Ứng sinh Vô Sở Trụ tâm 不應住色生心. 不應住聲, 香, 味, 觸, 法生心. 應生無所住心 (Không nên trụ vào sắc mà sinh tâm. Không nên trụ vào thanh, hương, vị, xúc, pháp mà sinh tâm. Phải sinh Tâm không dựa vào đâu).

Kim Cang Tề Bồ Tát nói:

Ngã bất y hữu trụ nhi trụ,

我不依有住而住

Bất y vô trụ nhi trụ,

不依無住而住

Như thị nhi trụ.

如是而住

Ta không tìm nơi có chỗ dựa nương mà dựa,

Không tìm nơi không chỗ dựa nương mà dựa.

Cứ thế mà Trụ.

Tăng Triệu nói:

Thánh Nhân chi tâm trụ,

聖人之心住

Vô sở trụ kỳ trụ.

無所住其住

Tâm của Thánh Nhân Trụ,

Là không trụ vào đâu.

Sinh Vong Luận viết: Bất y nhất pháp, nhi tâm thường trụ 不依一法, 而心常住 (Không dựa vào pháp nào, nên Tâm mới thường trụ).

Liễu Tâm kinh nói:

Tâm vô sở trụ,

心無所住

Trụ vô sở tâm,

住無所心

Liễu vô chấp trước,

了無執著

Vô trụ chuyển Chân.

無住轉真

Tâm không chỗ dựa,

Dựa chẳng có Tâm.

Không còn chấp trước,

Vô trụ chuyển thành Chân.

Tịnh Danh Kinh nói:

Nhất thiết pháp dĩ vô trụ vi bản,

一切法以無住為本,

An trụ Vô Vi,

安住無為

Danh chi vi trụ,

名之為住

Trụ vô phương sở,

住無方所

Cố danh vô trụ,

故名無住

Vô trụ tâm giả,

無住心者

Thị vi Chân Tâm.

是為真心

Nhất thiết pháp lấy Vô Trụ làm gốc,

An trụ trong Vô Vi.

Thế gọi là Trụ,

Chẳng dựa vào đâu,

Nên gọi là Vô Trụ.

Tâm mà Vô Trụ,

Thì gọi Chân Tâm.

Thiền Nguyên Tập viết:

Phù Ngôn giả, Thị Tâm chi danh,

夫言者是心之名,

Ngôn Tri giả, Thị tâm chi thể.

言知者是心之體.

Lời là tên của tâm. Biết là bản thể của Tâm.

Hà trạch nói:

Tâm thể năng tri,

心體能知

Tri tức thị Tâm.

知即是心

Tâm không bản tịch,

心空本寂

Chí Hư chí Linh,

至虛至靈

Do không tịch hư linh nhi tri giả,

由空寂虛靈而知者

Tiên tri dã,

先知也

Do không tịch hư linh nhi giác dã,

由空寂虛靈而覺者

Tiên giác dã,

先覺也

Bất lự nhi giác giả,

不慮而覺者

Vị chi chính giác,

謂之正覺

Bất tư nhi tri giả,

不知而思者

Vị chi Chân Tri.

謂之真知

Tâm thể có thể biết,

Biết chính là Tâm.

Tâm không bản tịch,

Chí Hư, chí Linh,

Từ Không Tịch, Chí Linh mà biết,

Thì là Tiên Tri.

Từ Không Tịch, Chí Linh mà Giác,

Thì là Tiên Giác.

Không suy mà Giác,

Thì là Chính Giác.

Không nghĩ mà biết,

Gọi là Chân Tri.

Cho nên tổ sư nói:

Không tịch thể thượng,

空寂體上,

Tự hữu bản trí năng tri.

自有本智能知.

Tiền thị Đạt Ma sở truyền Thanh Tịnh tâm dã.

便是達摩所傳清淨心也.

Tâm thường tịch thị danh tính thể,

心常寂是名性體,

Tâm thường tri thị danh tính dụng.

心常知是名性用。

Không tịch thể thượng,

Đã sẵn có Trí năng tri.

Đó là Thanh Tịnh tâm mà Đạt Ma truyền chúng ta.

Tâm thường tịch, gọi là tính thể,

Tâm thường tri, gọi là tính dụng.

Cho nên Lục Tổ nói:

Nhất thiết vạn pháp, bất ly tự tính,

一切萬法不離自性,

Tự Tính tự tri, tự Tính tự kiến,

自性自知自性自見。

Tự Tính tự ngộ, tự Tính tự độ,

自性自悟自性自度。

Ngộ Tính hoàn dị, liễu Tâm thậm nan,

悟性還易了心甚難。

Cố Liễu Tâm dã giả, liễu thử Tâm dã,

故了心也者了此心也。

Liễu Tâm tắc tâm vô kỳ tâm hĩ.

了心則心無其心矣。

Vô tâm chi tâm, thị vị Chân Tâm.

無心之心是謂真心。

Chân Tâm thị Tính, Chân Tính thị Tâm.

真心是性真性是心。

Tất cả Vạn Pháp, không lìa tự tính,

Tự Tính tự tri, Tự Tính tự thấy,

Tự Tính tự ngộ, tự tính tự độ,

Ngộ tính còn dễ, liễu tâm thật khó,

Liễu Tâm là liễu cái Tâm này,

Liễu Tâm là Tâm không còn Tâm vậy.

Tâm mà Vô Tâm, thì là Chân Tâm,

Chân Tâm là Tính,

Chân Tính là Tâm.

Thái Thượng nói:

Liễu Tâm chân Tính,

了心真性

Liễu Tính Chân Tâm,

了性真心

Không vô không hư,

空無空虛

Vô xứ Liễu Chân.

無處了真

Thị vị Chân Không bất không,

是謂真空不空

Không vô sở Không,

空無所空

Tức thị liễu kiến Bản Tâm dã.

即是了見本心也

Liễu tâm là thấy Chân Tính,

Liễu Tính là thấy Chân Tâm.

Không không phải Không Hư,

Vô xứ là Liễu Chân.

Nên nói chân không không phải là không.

Không không là Không,

Là thấy Bản Tâm vậy.

Bàng Cư Sĩ nói:

Thập phương đồng tụ hội,

十方同聚會

Cá Cá học Vô Vi,

個個學無為

Thử thị tuyển Phật tràng,

此是選佛場

Tâm Không cập đệ qui.

心空及第歸

Muôn nơi tụ họp về,

Ai ai cũng học Vô Vi,

Đây là trường thi tuyển Phật,

Tâm Không đỗ đầu về.

Khi đã giác ngộ được chữ Không hoàn toàn, thì sẽ thấy được Bản Tính.

Hoa Nghiêm Kinh viết:

Pháp tính bản không tịch,

法性本空寂

Vô thủ diệc vô kiến,

無取亦無見

Tính Không tức thị Phật,

性空即是佛

Bất khả đắc tư lường.

不可得思量

Pháp tính vốn không tịch,

Bất thấy đều không được.

Tính Không chính là Phật.

Suy nghĩ không sao cùng.

Nguyên là Tính Thể bản Không, Tâm Thể bản định. Vô không, vô vô không là tất cánh không. Vô định, Vô vô định thì gọi là Chân Như định. Tuy tu không, nhưng không phải để chứng Không. Tuy đắc định, nhưng không phải để chứng định. Không có định tưởng, thì là Chân Định. Không Định triệt cực, thì sẽ thông đạt Vô Ngại. Một khi Thiên Cơ đã lộ xuất, Tuệ Tính sẽ thông Linh, y như bông sen bỗng nở, y như bưng tỉnh mộng. Bỗng chốc cảnh giới Kiền Nguyên hiện ra, Sung mãn đất trời, và thấy Vô Tận Tạng. Như vậy Tâm Tính luôn sáng ngời, rực rỡ không tối. Sáng soi vũ trụ, soi thấu cổ kim. Biến hoá vô phương, thần diệu mạc trắc. Lúc ấy Tuệ Nhãn sẽ khai, phàm tâm với Phật Tâm tri kiến giống nhau, thế là Kiến Tính tới triệt để, tu hành tới chỗ rốt ráo. Cho nên Nhất Tính sẽ Viên Minh, và lục thông sẽ đầy đủ.

Lục Thông là gì? Ngọc Dương Đại Sư nói: «Toạ Thiền đến lúc cực tĩnh, thì Tâm quang sẽ phát hiện. Trong sẽ thấy phế phủ, ngoài sẽ thấy lông mày. Thần Trí sẽ dững mãnh, ngày ban vạn lời, thuyết diệu đàm huyền, vô cùng vô cực. Thế là Cảnh Thông 境通.

Chẳng ra khỏi lều tranh, mà biết chuyện tương lai. Minh ngồi trong nhà, cách tường nhìn thấy vật, thế là Thần Cảnh Thông 神境通.

Đang lúc ngồi ngay ngắn, tự nhiên mê bế, không biết gì. Sau đó Tâm Địa khuếch nhiên đại khai, địa lý sơn hà, thấy như nét chỉ tay trong bàn tay, Thế là Thiên Nhãn Thông 天眼通.

Nghe tiếng thập phương, như ở bên tai. Nhớ việc kiếp trước như việc nhãn tiền, thế là Thiên Nhĩ Thông 天耳通.

Hoặc ngày hoặc đêm, nhập vào Đại Định, trên thấy Thiên Đường, dưới thấy Địa Ngục, nhìn thấy vô số kiếp trước, túc mạng hiển bày, thế là Túc Tín Thông 宿命通.

Thần thông biến hoá, xuất nhập tự tại, nhìn thấy tâm mọi chúng sinh, biết chúng suy nghĩ gì. Tuy chúng chưa phát hiện, mà đã biết rành, tuy ý niệm chúng chưa manh nha, mà đã biết trước hết, thế là Tha Tâm Thông 他心通.»

Tử Tư nói:

Tâm chi tinh thần chi vị Thánh,

心之精神之謂聖,

Cố Tâm Định nhi năng tuệ.



故心定而能慧.

Tâm tịch nhi năng cảm,

心寂而能感,

Tâm tĩnh nhi năng tri,

心靜而能知,

Tâm không nhi năng linh,

心空而能靈,

Tâm thành nhi năng minh,

心誠而能明

Tâm hư nhi năng giác.

心虛而能覺

Tinh thần của Tâm thì gọi là Thánh,

Cho nên Tâm định thì phát huệ,

Tâm yên thì năng cảm.

Tâm tĩnh thì sẽ biết.

Tâm không sẽ linh giác.

Tâm thành sẽ sáng suốt,

Tâm hư sẽ giác ngộ.

Tứ Tổ Đạo Tín nói:

Nhất thiết thần thông tác dụng,

一切神通作用,

Giai thị tự tâm cảm hiện.

皆是自心感現.

Thấy có Thần Thông tác dụng,

Đều do tự tâm cảm hiện.

Anh Lạc Kinh nói:

Thần danh Thiên Tâm,

神名天心

Thông danh Tuệ Tính,

通名慧性

Thiên Nhiên chi Tuệ,

天然之慧

Triệt chiếu vô ngại,

徹照無礙

Cố danh Thần Thông.

故名神通

Thần Thông cụ túc,

神通具足

Dũ gia mặc diệu thao quang,

愈加默耀韜光

Tuệ nhi bất dụng,

慧而不用

Nhược lộ khuê giác,

若露圭角

Khủng nhiễm tà ma.

恐染邪魔

Thần tên Thiên Tâm,

Thông tên Tuệ Tính,

Thiên Nhiên Tuệ Giác,

Chiếu soi vô ngại.

Nên gọi Thần Thông,

Có đủ Thần Thông.

Không lộ Phong mang,

Không khoe Tuệ Giác,

Nếu lộ Khuê Giác,

E bị tà ma.

Người xưa nói:

Đạo cao nhất xích,

道高一尺

Ma cao nhất trượng.

魔高一丈

Chính định chi thời,

正定之時

Hoặc văn chủng chủng thiện ác chi thanh,

或聞種種善惡之聲,

Hoặc hiện chủng chủng vi thuận chi cảnh.

或現種種違順之境.

Tổng thị ma chướng,

總是魔障

Bất khả trước tha,

不可著他

Hựu tu Phản Quan,

又修反觀

Nhất thân tứ đại,

一身四大

Câu thị giả hợp.

俱是假合

Như mộng như huyễn,

如夢如幻

Toàn thể phi chân,

全體非真

Đãn chính thử Tâm,

但正此心

Ma tự tiêu tự diệt.

魔自消自滅

Đạo cao nhất xích,

Ma cao nhất trượng.

Khi ngòi chính định,

Có thể nghe thấy nhiều loài thanh âm thiện ác,

Hay thấy hiện ra vô số cảnh thuận nghịch.

Tất cả đều là ma chướng.

Không thể tin được.

Phải biết Phản Quan,

Thấy thân Tứ Đại,

Đều là giả hợp,

Như mộng, như huyễn,

Toàn thể là sai.

Cứ chính Tâm lại,

Ma sẽ tự tiêu tự diệt.

Cổ Thư nói:

Kiến quái bất quái quái tự vong,

見怪不怪怪自亡,

Kiến ma phi ma ma tự diệt.

見魔非魔魔自滅.

Kiến quái không cho là quái, quái sẽ tự vong,

Thấy ma không cho là ma, ma sẽ tự diệt.

Hoặc nghe tiếng sấm sét trong đầu, hoặc thấy trong mắt có Kim Tinh sáng láng, hoặc trên đầu có rắng hồng cuộn quanh, hoặc dưới chân mây vụt xuất hào quang, tất cả đều là ảo cảnh, không nên bận tâm tới chúng. Chỉ việc hành công phu, đừng mong chứng nghiệm thấy gì.

Cho nên cổ tiên nói:

Đỉnh thượng hữu quang do thị ảo,

頂上有光猶是幻,

Vân sinh túc hạ vị vi Tiên,

雲生足下未為仙.

Đỉnh đầu phát sáng còn là ảo,

Mây sinh dưới gót chửa là Tiên.

Lại trong khi Thiên Định bỗng thấy Lô Đài châu tụy, nữ nhạc sinh huỳnh, kỳ hoa dị thảo, như là tranh vẽ. Kẻ kia không hiểu, tưởng đã lên trời, biết đâu rằng cái đó là do chính nơi Đan Điền mình, cho ảo cảnh là chân cảnh. Cứ thế đi lên mà không biết đường ra. Lúc này nên dùng hư không mà khuếch sung thêm, thì Thần của ta nơi Thiên Cốc có lẽ đã thăng nhập Thái Hư, hợp nhất với Thái Hư.

Quán xét hư không là quán xét tự tâm. Tâm vốn chẳng sinh ảo giác, mà ảo giác là do tự tính sinh. Bản lai vốn không tịch, nên mới sáng soi muôn nơi. Y như hư không, quỳnh triệt hư tĩnh, biên chiếu khắp nơi, viên minh hạo khiết, như trăng tròn lớn, to như chân không,

Sáng chói không bờ. Trở về quan sát tự thân, thì tâm và thân đều hư không như nhau, Thân hư không thông với Hư không trời đất, hư không của trời đất thông với hư không của Thái Hư. Hư không tương thông, thành một miếng. Thế chẳng phải là hợp nhất với Thái Hư sao?

Trước hết là hư kỳ tâm, sau đó là hư kỳ thân, rồi Hư cả trời đất. Hư chẳng phải là Hư, Hư mà Vô Hư, Hư mà không biết, Vô hư mà cũng không biết, nên dương thần của ta xung hư mà ra vào không bị chướng ngại vậy. Sau đó có thể cùng Thiên Địa hợp kỳ đức, đồng thể với Thái Hư. Thế là người đã Hồn Đồng (Đồng hoá) với Thái Hư vậy. Thế là mới nói tới giai đoạn lên cùng Thái Hư, chửa chưa vào được Thực Tế của Thái Hư, mới chỉ là Luyện Thần chửa chưa phải là xuất Thần.

Nếu muốn cao bôn Đế Cảnh, thì phải luyện dưỡng Cốc Thần, lấy Linh Tri Tịch Chiếu làm tâm, Hư không bất trụ làm quan điểm, phải Bảo bản hoàn Nguyên, phục qui Thái Cực.

Cứ thế tiến lên mãi mãi, cho tới chỗ Vô Thượng khả thượng, huyền chi hựu huyền, vô tượng khả tượng, bất nhiên nhi nhiên. Thế là đạt tới chỗ Linh Chi Diệu hữu, quán thông khắp Pháp giới, vượt lên trên cõi Vân Hán, hoà hợp với Khung Hạo. Thế là Thiên Cốc Nguyên Thần của ta luyện được tới chỗ chí cực, chí diệu. Cho nên Chương Tư Khiêm nói:

Đắc Thái Cực toàn thể,

得太極全體

Kiến Bản Lai diện mục,

見本來面目

Tiên Thiên nhất điểm chân,

先天一點真

Hậu thiên tức thị ốc.

後天即是屋

Được Thái Cực toàn thể,

Thấy Bản Lai diện Mục,

Tiên Thiên Nhất điểm chân,

Hậu thiên là Nhà vậy.

Huỳnh Thiềm Tử nói: «Luyện Dương Thần Liễu xuất Dương Thần, từ Sắc Giới siêu lên Vô Sắc Giới. Thế là Chứng Thành Diệu Đạo. Cần phải hoà quang vào với Hỗn Độn. Tuy ở Hồng Trần, nhưng không chung ô nhiễm với thế nhân. Tuy sống trong thế giới ô trọc, nhưng hành tàng mạc trắc. Tuy mỗi ngày đều muốn mai danh ẩn tích, ám trung tích đức, khai thành tâm, giảng Phật pháp như cho người uống sữa, hướng dẫn kẻ hậu học, phổ độ chúng sinh, trên báo phật ân, dưới giúp mọi người.»

Kinh Kim Cương nói: «Nay có các hạng chúng sinh, như noãn sinh, thai sinh, thấp sinh, hoá sinh, như hữu sắc, như vô sắc, như hữu tưởng, như vô tưởng, như phi hữu tưởng, như phi vô tưởng, nay ta sẽ giúp cho họ được giải thoát tất cả, giúp họ nhập Vô Dư Niết Bàn. Như vậy sẽ diệt độ Vô số Lượng, Vô Biên chúng sinh. Thật có nhiều chúng sinh đã được diệt độ. Cho nên sáng ngày đức Thế Tôn thành Đạo, Ngài thương chúng sinh và nói: Tiên độ chúng sinh, nhiên hậu tác Phật 先度眾生然後作佛 (Trước độ chúng sinh, sau mới thành Phật).»

Triệu Pháp Sư nói: Tính bản vô sinh, Cổ diệt vô diệt, Thử thật thiên thánh đồng nhiên nhi Chân Tâm. Chúng sinh độ tận, Phương nhập Niết bàn. Thử diệt Thiên Thánh đồng qui nhi thực tế.

性本無生故亦無滅, 此實千聖同然之真心.

耜生度盡方入涅槃, 此亦千聖同歸之實際.

Tính vốn Vô sinh, Nên cũng Vô Diệt.

Đó là thiên thánh đồng nhiên nhi Chân Tâm.

Chúng sinh độ tận, Mới Nhập Niết Bàn.

Đó là chỗ Thiên thánh thực tế đồng qui vậy,

Vương phương Bình nói:

Loan hạc lai thời, thừa tử vụ,

鸞鶴來時乘紫霧,

Ngọc Hoàng hữu sắc đăng tiên lộ.

玉皇有敕登仙路.

Cửu huyền thất tổ tận thăng thiên,

九玄七祖盡升天,

Độ liễu quần sinh phương tự độ.

度了群生方自度.

Loan Hạc tới rồi, nương mây tía,

Ngọc Hoàng có chỉ gọi ta lên Tiên Lộ.

Cửu Huyền Thất Tổ lên tiên cả rồi.

Ta độ chúng sinh trước rồi tự độ.

Ôi! Xưa cổ Phật, Cao Tiên có một tấm lòng quảng đại, vô tư! Còn như nay có một hạng người chỉ biết một phép, một khẩu quyết, mà muốn giữ hết sức bí mật. Họ sánh với cổ nhân thì thật xấu hổ chết.

Ta đã Vô Niệm từ lâu. Chỉ vì trước muốn độ người, sau mới độ mình. Tâm còn một niệm, chưa thể nói ra. Nay nếu ta làm sẽ tận tiết lộ Thiên cơ. Tuy còn một điều, chưa thể nói ra, nay xin nói nốt.

Đạo thư nói: Âm thần thấy được người, Dương thần người nhìn thấy. Nếu tu một vật, thì Âm Thần sẽ hiện ra, Âm thần sẽ hữu ảnh, vô hình, đó là Quỷ Tiên vậy. Còn nếu tu Tính Mệnh cả hai bên, thì Dương thần sẽ hiện ra. Dương thần thì Hữu ảnh, hữu hình, đó là Thiên Tiên vậy. Cho nên nói: «Đạo bản vô tướng, tiên quý hữu hình.» Nhưng nếu xuất thần quá sớm, thì Đạo Kinh thường quở trách. Khi đã có Mẹ, thời phải trở về đầu. Thường lưu thần nơi Thiên Cốc, phục qui như Anh Nhi, bất thức bất tri, duy thâm, duy tịch. Dương quang vô lậu, nên càng rộng, càng lớn, càng xa càng sáng. Tự nhiên biến hoá sẽ sinh thần, sinh rồi lại sinh, sinh sinh vô tận, hoá rồi lại hoá, hoá hoá vô cùng. Con lại sinh cháu, bách thiên, vạn ức.

Trương tử Dương viết:

Nhất tải sinh cá nhi,

一載生個兒

Cá cá hội kỵ hạc.

個個會騎鶴

Một đời sinh vài trẻ,

Ai ai cũng cưỡi hạc thành tiên.

Trần Nê Hoàn nói:

Nhất tải thai sinh nhất cá nhi,

一載胎生一個兒,

Tử hựu tôn hề, tôn hựu chi.

子又孫兮孫又枝.

Một đời thai sinh được một con,

Con rồi lại cháu, cháu lại chi.

Bạch Ngọc Thiềm nói:

Nhất thể biến đa,

一體遍多,

Do lãng nguyệt nhi ảnh phân thiên thủy,

猶朗月而影分千水.

Đa thân nhập nhất,

多身入一,

Nhược minh kính nhi quang ngụ vạn hình.

若明鏡而光寓萬形.

Một thân hoá nhiều,

Như trắng sáng phân thành nghìn ảnh

Nhiều thân nhập một,

Như gương sáng có thể soi vạn hình.

Tiên gia gọi là Phân Thân, Phật gia gọi là Hoá Thân, như đức Thế Tôn không lia cây Bồ Đề, mà vẫn lên Thiên Cung thuyết pháp, lại như Thiện Tài không là rừng Sa La, mà vẫn gặp các bạn ở 110 thành khác.

Đông Hoa Đế Quân nói:

Pháp thân cương đại thông thiên địa,

法身剛大通天地,

Chân Tính viên minh quán cổ kim.

真性圓明貫古今.

Nhược vị đỉnh môn khai kỳ nhãn,

若未頂門開其眼,

Hưu giao tán ảnh dữ phân hình.

休教散影與分形.

Pháp thân cương đại thông Thiên Địa,

Chân Tính viên minh quán cổ kim.

Nếu trên đầu chưa khai được mắt thú ba,

Thì đừng truyền cho phép Phân thân, tán ảnh.

Phân thân tán ảnh không phải là kỳ diệu, vì vẫn còn lệ thuộc vào ảo thân, chưa phải là giải thoát. Nếu muốn thiên biến vạn hoá, há không sợ hại Bản Thể mình sao?

Khi đã được chín năm công phu toàn vẹn, hết sức là thuần túy rồi, sẽ thoát ra ngoài vòng cương toả của ngũ hành, trở về được với Vô Cực thừa ban đầu, chính thực được Diệu Tướng cánh Diệu, được Chân Công, toàn vẹn chí cực, có được thân Kim Cương bất hoại, sẽ sống vạn năm, tự giác, giác tha, tiếp nối được quang đại chủng tử của Phật Tổ. Sẽ được Tam Thiên Đại Công cáo thành, sẽ có Bạch Hạc đến đón. Sẽ được Ngọc Đế đơn thư tuyên triệu, thân bay lên Kim Khuyết, phản qui Đế Hương, như Chung Ly Ông nói:

Cửu tải công thành nhân sự tận,

九載功成人事盡,

Khiên hoành Thiên Địa bất do thân.

纏橫天地不由親.

Chín năm công thành nhân sự tận.

Dọc ngang trời đất chẳng do ta.

Tiêu tử Hư nói:

Công thành tu thị xuất thần kinh,

功成須是出神經,

Nội viện phồn hoa vật luy thân.

內院繁華勿累身。

Hội thủ Thần Tiên thoát siêu pháp,

會取神仙脫超法,

Siêu nhiên khoá hạc cận Tam Thanh.

飄然跨鶴觀三清。

Công thành âu phải xuất Kinh Đô,

Đơn Điền tuy đẹp chớ luy thân,

Hãy học Tiên xưa phép siêu thoát,

Hãy cười hạc bay viếng Tam Thanh.<sup>[1]</sup>

Chư tiên thoát xác, không giống nhau. Có người phi thăng tự Bảo Tháp, có người phi thăng từ Hồng Lô. Có người nhìn trăng mà đi, có người soi gương mà phi thăng, có người thoát ra tự đỉnh đầu, cho nên sách Huyền Áo Tập nói:

Tắc đoạn Hoàng Tuyền lộ,

塞斷黃泉路

Xung khai Tử Phủ môn.

沖開紫府門

Như hà Hải Thiềm Tử,

如何海蟾子

Hoá hạc xuất Nê Hoàn.

化鶴出泥丸

Bế tắc Sinh tử lộ,

Mở được cửa Đỉnh Đầu,

Làm sao Hải Thiềm Tử,

Hoá Hạc xuất Nê Hoàn?

Trung Hoà Tập viết:

Thành Trụ Đỉnh Môn khai nhất khiếu,

成就頂門開一竅,

Cá trung biệt thị nhất Kiền Khôn.

個中別是一乾坤。

Công thành, đầu đỉnh khai nhất khiếu,

Trong đó rành rành đủ Kiền Khôn.

Và mở được Đỉnh Môn đâu có dễ? Trước hết phải dùng Tam Muội Hoả, thông qua không được. Sau đó dùng Thái Dương Hoả, nó mới mở ra. Hai thứ hoả đó xung kích luôn luôn. Thoát chốc, một luồng hồng quang tràn thế giới, lửa tím ngang trời, rồi có một tiếng sét lớn, đỉnh môn mở ra. Cho nên Lữ Thuần Dương nói:

Cửu niên hoả hậu trực kinh quá,



九年火候直經過,

Hốt nhĩ Thiên Môn đỉnh trung phá.

忽爾天門頂中破.

Chân Nhân xuất hiện đại thần thông,

真人出現大神通,

Tòng thử Thiên Tiên khả tương hạ.

從此天仙可相賀.

Chín năm hoả hậu vừa mới xong,

Bỗng thấy đỉnh đầu như muốn vỡ,

Chân Nhân Xuất hiện Đại Thần Thông,

Từ đó Thiên Tiên có thể đến mừng.

Chân Nhân xuất hiện, thừa vân khí, cưỡi phi long, thăng Ngọc Kinh, Du Đế Khuyết, phiêu phiêu vân tế, bay lượn trên trời. Có phượng triệu, kim thư, mời đến điện Cửu Dương triều kiến Ngọc Hoàng, dự hội Bàn Đào, yến diên cùng vạn thánh. Dùng xe loan tùy ý rong chơi, lên mây thì có xe rồng chờ đón, có Tử Phủ Ngao Cung. Có hạc múa trên đầu, có đơn đài quỳnh viện. Muốn đi đâu thì mây đã sẵn dưới chân. Con người bị lửa cháy, còn ta đã ưu du vào Chân Như chi cảnh. Tang điền biến hiện, nhưng ta đã tiêu diêu nơi Cực Lạc chi thiên.

Ta tự thời thành hình, tán thời thành khí, ẩn hiển khôn lường, biến hoá vô cùng. Nước lửa không làm được cho ta chết đuối hay cháy tan. Ta sáng như nhật nguyệt, không bóng, không hình; Đao binh không hại được ta, hổ lang không làm ta tổn thương, Âm Dương không làm ta thiên biến, ngũ hành không nung nấu được ta. Diêm La không bắt được ta chết. Đế Thích không điều khiển được sự sống của ta. Ta ngang dọc tự do, xuất nhập tự tại. Tin chăng? Tử Dương nói:

Nhất lạp linh đan thôn nhập phúc,

一粒靈丹吞入腹.

Thủy tri ngã mệnh bất do thiên.

始知我命不由天.

Một hạt Kim Đơn nuốt xuống bụng

Mới hay Ngã Mệnh bất do Thiên.

Đó là lúc Đại Trượng Phu sống đắc ý, đó là ngày công thành danh toại. Con người được như vậy, không phải sướng lắm thay.

Thượng Dương Tử nói:

Tổng giai phàm thế bá anh hùng.

總皆凡世播英雄,

Tổ tận công danh, đáo để không.

做盡功名到底空.

Duy hữu Kim Đơn tối Linh diệu,

唯有難丹最靈妙,

Đại la thiên thượng hiển Thần Thông,

大羅天上顯神通.

Nhìn xem trần thế chúng anh hùng,

Công danh dấu mấy cũng là không.

Duy có Kim Đơn là Linh diệu,

Trở thành Thượng Tiên, hiển thần thông.

[\[1\]](#) Ngọc Thanh, Thượng Thanh, Thái Thanh = Tiên cảnh.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

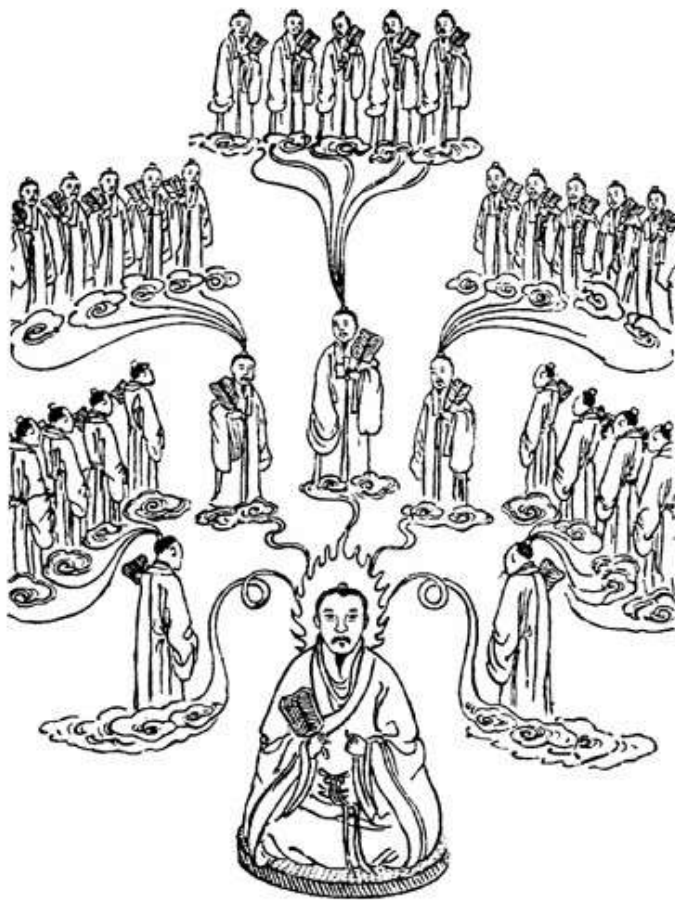
# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

**TRINH TẬP**

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

## HOÁ THÂN NGŨ NGŨ ĐỒ



## HOẠ GIANG THÀNH LỘ



### Họa giang thành lộ

畫江成路

Dục độ vô chu tiếp.

欲渡無舟楫

Ba quang vạn lý thu.

波光萬里秋

Khinh huy tu vũ phiển,

輕揮修羽扇

Ngư đoạn đại giang lưu.

魚斷大江流

Ta muốn sang sông, chẳng thuyền bè,

Nước sáng muôn tầm, chẳng chi che,

Quạt lông sẽ vẫy, phân sóng nước,

Làm cá đang bơi, mất lối về.

Ngang trì Ngư phụ tả ư Hải thượng nhất túc phù gia.

昂池漁父寫於海上一粟浮家

(Ngư phủ Ngang Trì viết tại cái nhà nhỏ như hạt thóc trôi nổi trên biển cả.)

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

**TRINH TẬP**

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) **8** [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

**KHOÁ HẠC LĂNG TIÊU**



第九成傳迦尊者  
 誦經齋戒總皆空  
 何必參禪枉費工  
 堪笑名山奔走客  
 不知佛在己心中

馬語題



Đệ cửu thành truyền Ca tôn giả.

第九成傳迦尊者.

Tụng kinh trai giới tổng giai không,

誦經齋戒總皆空,

Hà tất tham thiền uổng phí công.

何必參禪枉費工.

Kham tiếu danh sơn bôn tẩu khách,

堪笑名山奔走客,

Bất tri Phật tại kỷ tâm trung.

不知佛在己心中.

Tụng kinh, trai giới thầy đều không,

Hà tất tham thiền uổng phí công.

Nực cười thiên hạ tìm trong núi,

Chẳng hay rằng Phật tại tâm trung.

Mã Ngữ đề 馬語題.

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) **8** [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

**TRINH TẬP**

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) **9** [10](#) [11](#) [12](#)

## DƯƠNG THẦN XUẤT HIỆN ĐỒ



Thiểm thiểm bạch hào đoan lý, dũng xuất Vô Tướng Thực Tướng chi kim thân.

閃閃白毫端裏湧出無相寔相之金身.

Viêm viêm xá lợi quang trung, phổ hiện tam thiên đại thiên chi thế giới.

炎炎舍利光中普現三千大千之世界.

Trong ánh sáng rực rỡ của hào quang, thấy hiện ra Kim Thân Vô Tướng Thực Tướng  
Hùng hùng trong hào quang Xá Lợi, thấy hiện ra Tam Thiên Đại Thiên chi thế giới.

\*

Tì Lư đỉnh thượng hành

毗盧頂上行

Tịch diệt hải trung hý.

寂滅海中戲

Kỳ tai thử diệu môn,

奇哉此妙門

Phật tổ tăng thụ ký.<sup>[1]</sup>

佛祖曾授記

Tì Lư từ đỉnh đầu đi lên,

Ngao du trong biển tịch diệt.

Kỳ thay cánh cửa đó,

Phật tổ cũng thụ ký qua.

\*

Dương thần xuất hiện,

陽神出現

Thước thước kim quang,

爍爍金光

Thừa bî bạch vân,

乘彼白雲

Tiêu diêu Đế hương.

逍遙帝鄉

Dương Thần xuất hiện,

Kim quang rực rỡ.

Cưỡi làn mây trắng,

Bay lên quê Trời.

\*

Phật nhân bán kệ xả toàn thân,

佛因半偈捨全身,

Cao chứng nguy nguy vạn đức tôn.

高證巍巍萬德尊.

Liễu đắc Niết Bàn, Chính Pháp Nhãn,

了得涅槃正法眼,

Kim cương bất hoại, thể trường tồn.

金剛不壞體長存.

Phật nghe bán kệ, xả toàn thân,

Cao chứng nguy nguy vạn đức tôn,



Biết được Niết Bàn chánh Pháp nhãn,  
 Thể hiện được Thân Kim Cương Bất Hoại.

\*

Kiến thân vô Phật, thị Phật Thân,  
 見身無佛是佛身,  
 Liễu tâm như ảo thị Phật ảo.  
 了心如幻是佛幻.  
 Liễu đắc Thân Tâm bản tính không,  
 了得身心本性空,  
 Tư nhân dữ Phật hà thù biệt?  
 斯人與佛何殊別.  
 Thấy thân không Phật, ấy Phật thân,  
 Coi thân như ảo là quan niệm của Phật.  
 Thấy được Tâm Thân Bản Tính vốn không tịch,  
 Người như vậy có gì khác Phật?

\*

Tâm đồng hư không giới,  
 心同虛空界  
 Thị đẳng hư không pháp,  
 示等虛空法  
 Chứng đắc hư không thân,  
 證得虛空身  
 Vô thị vô phi pháp.  
 無是無非法

Tâm đồng hư không giới,  
 Hiểu được đạo Lý hư không.  
 Chứng được thân hư không,  
 Biết được đạo vô thị vô phi.

\*

Hư không vô nội ngoại,  
 虛空無內外  
 Tâm pháp diệc như thử.  
 心法亦如此  
 Nhược Liễu Không Hư cố,  
 若了空虛做

Thị đạt Chân Như lý.

是達真如理

Hư không chẳng trong ngoài,

Tâm pháp cũng y vậy.

Hiểu được lẽ Hư Không,

Là hiểu được Chân Như.

[1] Thọ ký = Trao cho ký chứng thành Phật: Đó là Ma đĩnh thọ ký = Xoa đầu thọ ký.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) [12](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

## TRINH TẬP

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) **10** [11](#) [12](#)

## ĐỆ CỬU TIẾT KHẨU QUYẾT

### BẢN THỂ HƯ KHÔNG, SIÊU XUẤT TAM GIỚI

#### 第九節口訣：本體虛空，超出三界

Sách Tử Đồng Hoá Thư viết: Khi ta làm quan trong triều, vì nghe bàn về Phật Pháp, nên ta từ quan tu đạo. Gặp một ẩn sĩ dạy ta Tâm Ấn, dạy ta Khẩu Quyết Chính Đáng rằng: Đó là phương pháp qui tịch của một Đại Thánh Nhân Tây Phương, nếu Ông niệm tập theo đó, thì có thể thoát vòng sinh tử, sẽ chết mà chẳng bị quên, chung thân sẽ chính giác. Nếu giữa đường mà bỏ, thì cũng như được đất mà bỏ, cũng giúp mình thành thần tiên. Cho nên ta đã xem thần tiên đời Hán, Đường, đều cũng do nơi này mà siêu thoát, như vậy có phải đã Trung Đờ nhi phế theo như Hoá Thư đã nói hay sao?

Ta đọc Long Nha Tụng thấy nói:

Học Đạo như toàn hoá,

學道如鑽火

Phùng yên vị khả hưu.

逢煙未可休

Học Đạo như khoan lửa,

Thấy khói chưa được ngừng.

Ta lại khảo sát chư tiên đời Tống, Nguyên, thường thấy họ thi giải 尸解 (thoát xác) mà đi, há chẳng phải như Long Nha nói: Mới thấy khói đã ngừng sao?

Ngày nay, các vị đã thành tiên mà đi, nhưng còn một đoạn công phu cuối cùng, còn có cái gì bất ổn mà các ngài chưa nói ra, như Phó Đại Sĩ nói: Dù trải 8 vạn kiếp, cuối cùng vẫn lạc không vong. Lại không biết rằng thọ mệnh hữu hạn, mà không chịu tu hay sao? Hay không biết rằng: Không biết phép này, thì cũng không tu được.

Người theo mệnh tông chỉ biết Luyện Tinh hoá khí, Luyện Khí hoá Thần, Luyện Thần hoàn hư mà thôi, mà quên mất một đoạn là Luyện Hư Hợp Đạo. Cho nên Vô Thượng Sư nói:

Dưỡng đắc Kim Đơn viên tự Nguyệt,

養得金丹圓自月,

Vị miễn hữu viên hoàn hữu khuyết.

未免有圓還有缺.

Hà như luyện cá Thái Dương hồng,

何如煉個太陽紅,

Tam giới thập phương câu động triệt.

三界十方俱洞徹.

Dưỡng được Kim Đơn tròn như Nguyệt,

Tuy tròn mà vẫn có khi bị khuyết.

Sao không bắt chước vàng Dương hồng.

Tam giới thập phương đều động triệt.

Tu theo đường Thánh thiếu điều đó không được, cũng tại Đơn Kinh, Tử thư không nói tới đoạn này, chỉ có Lý Thanh Am đã nói tới mà thôi.

Như có môn nhân hỏi: Sau khi thoát thai còn có Tạo Hoá Không?

Thanh Am nói: «Còn có Tạo Hoá. Thánh Nhân nói: Thân ngoại hữu thân, không có gì là kỳ dị. Hư Không phần toái, mới lộ ra Chân tướng. Cho nên sau khi thoát thai, chân mới đạp thực địa, bấy giờ mới đồng thể với Hư Không. Kết thúc như vậy mới thoả đáng.» Còn nói: Cảnh hữu luyện hư nhất trước, đương vu ngôn ngoại cầu chi 更有煉虛一著, 當于言外求之 (Còn phải luyện hư nữa, phải cầu nơi Ngôn Ngoại.)

Kiến thức trên đây, thú vị siêu việt trên cả chư tiên. Nhưng không nói ra được phương pháp cụ thể. Thế nào là Luyện Hư, qui kết sẽ đi về đâu? Chỉ thấy nói mơ mơ, hồ hồ. Lại cũng không biết rõ ý tổ sư, nên không nói được. Ta há chẳng biết vì không dám tiết lộ thiên cơ, nên không dám nói. Cho nên Thủy Khưu tử than:

Đả phá Hư Không, tiêu ức kiếp,

打破虛空消億劫,

Ký đăng bỉ ngạn xả chu tiếp.

既登彼岸舍舟楫.

Duyệt tận Đơn kinh vạn vạn thiên,

閱盡丹經萬萬篇,

Mạt hậu nhất đoạn vô nhân thuyết.

末後一段無人說.

Đả phá Hư Không tiêu ức kiếp,

Đã sang Bỉ Ngạn bỏ thuyền chèo.

Đọc hết đơn kinh vạn vạn quyển,

Duy còn đoạn chót chẳng ai bàn.

Cái tâm ấn bí tàng này, chư Phật truyền cho nhau, Tổ Tổ tương thừa, mãi đến Lục Tổ, y bát không còn truyền nữa mới thôi. Từ đấy, chư Phật bí tàng như tắc lối vậy. Từ đấy về sau, ít người biết đến. Cho nên mới nói: Thất tổ như kim vị hữu nhân 七祖如今未有人 (Cho tới nay, Thất tổ không còn ai !)

Mãi cho đến khi Doãn Chân Nhân xuất hiện, trước là vì Ngài có Linh Căn thông tuệ, lại được Giáo Ngoại biệt truyền, có một ngày bỗng chốc Thiên quan khai thấu, ngài khuếch nhiên quán thông và điều bí

mật của chư Phật ngày nay lại được phục khai. Cho nên Ngô Đạo Kệ mới viết:

Bả cá nghi đoàn đả phá thời,  
把個疑團打破時,  
Thiên Phật tâm hoa kim tại tứ,  
千佛心華今在茲,  
Bách xích can đầu thủ tiến bộ,  
百尺竿頭取進步,  
Hư không Chân Tổ thiên nhân sư.  
虛空真宰天人師.  
Bao cái nghi ngờ nay phá sạch,  
 Vạn Phật tâm hoa nay tại đây,  
 Cây cao trăm trượng ta tiến mãi,  
 Vào tới Hư Không, dạy trời người.

Ta nay vâng lời Thầy dạy, và được phép này, như có được vô giá bảo châu, tức như Kiếm Nam Hoà Thượng nói:

Tự tông thuyết đắc thử bảo châu,  
自從說得此寶珠,  
Thích, Phạn, Chuyển vương câu bất yếu.  
釋梵轉王俱不要.  
Từ khi nghe giảng được Bảo Châu,  
Thích, Phạn, Chuyển Vương đều không muốn.[\[1\]](#)

Nhưng cảnh giới Phật thật là cao. Phải vào tới hư không bản thể. Bản Thể hư không mới lên tới Vô Thượng chính đẳng, chính giác và nhập Niết Bàn. Thiệu Khang Tiết nói:

Thánh Nhân dữ Thái Hư đồng thể,  
聖人與太虛同體,  
Dữ thiên địa đồng dụng.  
與天地同用.  
Thánh Nhân đồng thể với Thái Hư  
Đồng dụng với Thiên địa.

Ngày nay, người ta không hiểu câu đó ra sao, nên than rằng:

Thể Thái Hư chi thể dĩ vi thể,  
體太虛之體以為體,  
Dụng Thiên Địa chi Dụng dĩ vi dụng.  
用天地之用以為用.

Lấy Bản Thể Thái Hư làm bản Thể mình,

Lấy cái dùng của Trời Đất làm cái dùng của mình.

Câu này cũng như Cách song khuy nhật 隔窗窺日 (nhìn mặt trời qua cửa sổ), bắt quá là nhìn thấy quang ảnh mà thôi.

Nếu nói: Lấy Bản Thể Thái Hư làm bản thể mình, thì y như có vừng Thái Hư riêng rẽ cho ta lấy làm Bản Thể. Cái gì có thể là Thái Hư?

Nếu nói: Lấy cái dùng của Trời Đất làm cái dùng của mình, thì y như có một Thiên Địa riêng biệt và ta lấy đó mà dùng. Cái gì có thể là Thiên Địa?

Cho nên Thái Hư có biết mình có Bản Thể không? Hay là không biết mình có Bản Thể?

Trời Đất có biết mình có cái dụng không? Hay không biết mình có cái dụng?

Thái Hư không biết mình có Bản Thể mà cái Dụng của Trời Đất lại chính là Bản Thể của Thái Hư, Trời Đất không biết mình hữu dụng, mà Thái Hư chi thể chính là ở tại cái Dụng của Trời Đất. Thể kỳ sở Thể, mà Thể kỳ sở Dụng; dụng kỳ sở Dụng mà dụng kỳ sở Thể vậy.

Đến Như Phấn Toái Hư Không mới thật là chính đáng. Tại sao vậy? Vì Bản Thể vốn là Hư Không. Nếu nhìn tướng của Hư Không, thì không có Bản Thể.

Hư Không vốn nát vụn. Nếu ta có tâm phấn toái, thì không có Hư Không.

Cho nên không biết có Hư Không, thì sau đó mới nói được Thái Hư là Bản Thể của Trời Đất. Không biết có phấn toái, nên mới nói: Thái Hư Thiên Địa là Hư Không. Tới được như vậy, thì mới khuy phá được Bản Thể của Hư Không, nhưng cũng chưa an vị được Bản Thể và trong Hư Không.

Kinh Hoa Nghiêm nói:

Pháp Tính như Hư Không,

法性如虛空

Chư Phật vu trung trú.

諸佛于中住

Pháp Tính như Hư Không.

Chư Phật ở trong đó.

Khi biết Hư Không là Bản thể, Bản Thể là Hư Không, phải tu cho tới mức thượng thừa, tiến mãi không ngừng, tiến tới sơn cùng thủy tận, lên cho tới đầu sào trăm trượng, phải tới được chỗ căn nguyên bất sinh bất diệt, cuối cùng lên tới bến bờ bất sinh, bất diệt, lên cho trung điểm mới là cực xứ. Cực xứ chính là Hoàn Ngã vu Hư, phục Ngã vu Vô vậy.

Phản phục là Hồi Cơ vậy. Cho nên: Nhất niệm đồng cơ, rất là phù hợp với căn nguyên. Rốt cuộc con người từ Bản Sơ vốn từ Hư Vô trung lai, Hư hoá vi Thần, Thần hoá vi khí, khí hoá vi hình, thể là THUẬN thời sinh nhân vậy. Nay thì Hình lại hoá thành Khí, Khí lại hoá thành Thần, Thần lại trở về Hư, thể là NGHỊCH thành Tiên vậy.

Cổ Đức nói: «Vật gì cao như Trời, cái đó sinh ra Trời vậy. Cái gì to như Thái Hư? Chính cái đó vận Hư Không vậy. Đại Đạo là mẹ của Hư Không. Hư Không là Cha Mẹ của trời đất.»

Trời đất to lớn nên có thể sinh vạn vật. Hư Không vô biên tế nên sinh ra được Trời Đất. Cái không của Không Trung có thể sinh ra hư không. Nên nói: Sinh thiên địa, sinh vạn vật, là đều do cái Không Trung chi Trung đó làm chủ vậy. Vì cái Không trung không phải là Không, cho nên có thể thâm nhập vào vạn vật chi tính, và làm chủ thể vạn vật và biến hoá vạn vật. Lại cũng thâm nhập vào Thiên Địa chi tính, để làm chủ thể

vạn vật và biến hoá vạn vật. Bạn chớ nói Cái Không Trung là không, nó có thể thâm nhập vào Thiên Địa chi Tính để làm chủ tế và biến hoá trời đất, nên chẳng lẽ nó chẳng nhập được vào Hư Không chi tính để làm chủ tế và biến hoá nó hay sao?

Vả Không Trung không phải là không, nó là Chân Không vậy. Chân không là Đại Đạo. Nay người mới Luyện Thần hoàn hư, thì mới là và Nghĩa Thứ Hai, chưa vào được chỗ Vô Thượng chí Chân của Đức Lão Tử. Luyện Hư hợp Đạo mới là Nghĩa Thứ Nhất, tức như Phật dạy, đó mới là Tối Thượng Thừa vậy. Hoa Nghiêm Kinh nói:

Tuy tận vị lai tế,

雖盡未來際

Biến du chư Phật sát,

遍游諸佛刹

Bất cầu thử diệu Pháp,

不求此妙法

Chung bất thành Bồ tát.

終不成菩薩

Tuy đi cùng khắp nơi,

Tuy vắng du được các chùa.

Nếu không được diệu pháp này,

Ắt không thành Bồ Tát.

Phép này chỉ là Phục Luyện Dương Thần, tức là trở về với Tì Lô Tính Hải của chúng ta. Trước đây ta có nói về thần Phân hình tán ảnh nhiếp qui về Bản Thể. Rồi lại nói về Thần Bản Thể tiêu qui Thiên Cốc, rồi lại nói về Thần Thiên Cốc thoái tàng về tổ khiếu. Như rồng mang châu dưới cằm, như hạc ấp trứng, hết sức cẩn thận. Không thể cho lọt ra ngoài. Bao nhiêu công trình tu luyện trước đây, bao nhiêu chứng nghiệm trước đây, nhất tề tịch diệt, để có thể vào Niết Bàn, tựa như Thích Ca ở yên tại Ma Kiệt, như Tịnh Danh lặng yên tại Tì Gia, đó là theo lẽ Trời phục phản Tính Mệnh, phục Hư Không. Đến đây là 5 lần biến hoá, biến hoá vô tận. Nếu không thông linh biến hoá thì không thể đạt tới chỗ biến hoá như vậy.

Cho nên Thần càng luyện càng linh, vàng càng luyện càng tinh, luyện đi rồi luyện lại, thì một lò lửa luyện Hư Không sẽ trở thành vi trần. Vạn khoáng thủ bình chiếu thế giới lớn như hạt gạo. Thoát chốc thần quang sẽ mãn huyết, Liệt diễm sẽ đảnh không. Từ nội khiếu ra đến ngoại khiếu, Đại khiếu bên ngoài có chín, khiếu khiếu đều có Thần Quang. Tiểu Khiếu có 8400, mà trong 8400 khiếu đó, khiếu nào cũng có Thần quang. Nội ngoại đều đỉnh để thấu triệt. Chỗ nào cũng có Thần Quang. Như trăm nghìn ngọn đèn chiếu soi một nhà. Các đèn phản chiếu lẫn nhau. Áng sáng rạng ngời. Mà người vật nhất nhất đều chiếu diệu trong thần quang đó. Thật là thật rồi, không sao hơn được vậy.

Nếu không tắc được cả đất trời, thì làm sao Khổng tử nói được: Kiền Nguyên thống thiên 乾元統天? Rồi lại liễm thần thao quang, tiêu qui về Tổ Khiếu. Không vương vấn cái gì, y tịch diệt định mà tịch diệt nó. Tịch diệt lâu lai, thì thần quang như mây sinh điện, từ Trung Khiếu lên Thượng Khiếu; khiếu lớn khiếu nhỏ, khiếu nào cũng có Thần Quang, quang minh động được, thấu triệt vạn phương, thượng triệt Thiên Giới, hạ tắc Địa Giới, trung triệt Nhân giới. Trong suốt ba giới đều có Thần Quang, như gương soi của họ Tần, như Đế Châu soi rọi, trùng trùng giao quang, lịch lịch tề hiện. Dù thần, dù quỷ đều chiếu diệu bên trong. Thật là kỳ diệu vậy, nhưng cũng chưa phải đã là kỳ diệu nhất.

Tuy nhiên, nếu không biến nhập được vào trần sa pháp giới, thì chưa đạt được tầm mức Tì Lư Giá Na của đức Phật. Lại liễm thần thao quang, tiêu qui vào trong Tổ Khiếu. Không nhiễm chút chi, y phép Tịch Diệt mà tiêu diệt nó, tịch diệt lâu lai, thì sự biến hóa của sáu rồng đã thành toàn, thần quang sẽ biến thành phật quang, như mặt trời đỏ rực, từ tổ khiếu nhảy ra bên ngoài, hóa thành vạn vạn hào quang, trực quán cả 9 tầng trời, như trăm nghìn ngày sáng quắc, phóng đại quang minh, tính chiếu cả 3 nghìn đại thiên thể giới. Cả thánh lẫn thần, và muôn nghìn hiện tượng, tất cả đều hiện ra trong ánh sáng Phật ấy. Cho nên Đại Giác Thiên Sư nói:

Nhất cá xá lợi quang tập tập,  
 一個舍利光熠熠,  
 Chiếu tận ức vạn vô cùng kiếp.  
 照盡億萬無窮劫。  
 Tam thiên Thế giới tổng qui y,  
 三千世界總皈依,  
 Tam thập tam thiên hàm thống nhiếp.  
 三十三天含統攝。  
 Ánh sáng Phật quang trông rực rỡ,  
 Chiếu soi ức vạn vô cùng kiếp,  
 Tam thiên thế giới tổng qui y,  
 Tam thiên đại thiên qui về một.

Ánh sáng Phật soi cùng khắp 3000 đại thiên thế giới, mà vẫn chưa đủ phân lượng, lại từ trong tam thiên đại thiên thế giới đó phóng phát ra vô lượng bửu quang, sung tấp cả cực lạc thế giới, rồi lại thăng lên Cà Sa Tràng giới, rồi lại lên Âm Thanh Chuyển giới, rồi lên thẳng Thắng Liên Hoa thế giới, có thể hợp dùng hiền, thánh, Như lai vậy,

Tự tòng vô thủy phân ly cho tới nay, nay mới hợp mặt lại. Bì thử giao quang, vẫn hợp làm một, như như tự nhiên, rộng vô cùng tận.

Cho nên kinh tụng nói:

Chư Phật tự nhất đại viên kính,  
 諸佛似一大圓鏡,  
 Ngã thân do nhược Ma Ni Châu,  
 我身猶若摩尼珠。  
 Chư Phật pháp thân nhập ngã thể,  
 諸佛法身入我體,  
 Ngã thân thường nhập chư Phật Khu.  
 我身常入諸佛軀。  
 Chư Phật tự hồ tấm gương lớn,  
 Thân ta giống như Ma Ni Châu,  
 Chư Phật Pháp Thân nhập vào ta,



Thân ta thường nhập Thân chư Phật.

Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn nói:

Nhất Phật, Nhị Phật thiên vạn Phật,

一佛二佛千萬佛,

Tổng thị tự Tâm vô biệt vật.

總是自心無別物.

Tích niên thân chủng thiện căn cơ,

昔年親種善根基,

Kim nhật y nhiên đắc cử lực.

今日依然得渠力.

Một Phật, hai Phật, Thiên Vạn Phật,

Đều do tự tâm, không biệt vật,

Năm trước mình gieo Thiện căn cơ,

Ngày nay tự nhiên được sức đó.

Hà Trạch Thiên sư viết:

Bản lai diện mục thị Chân Như,

本來面目是真如,

Xá lợi quang trung nhận đắc cử,

舍利光中認得渠.

Vạn kiếp mê đầu kim thủy ngộ,

萬劫迷頭今始悟,

Phương tri Tự Tính thị Văn Thù.

方知自性是文殊.

Bản lai Diện Mục ấy Chân Như,

Tại Phật quang trung nhận ra mi,

Vạn kiếp mê lầm, nay mới ngộ,

Mới hay Tự tính chính Văn Thù.

Tự Tính mà thanh tịnh, thì là Vô Cấu Phật. Tự tính mà như như, thì là Tự Tại Phật. Tự Tính mà không lầm, thì là Quang Minh Phật. Tự Tính mà Kiên Cố thì là Bất Hoại Phật. Tất cả Chư Phật, thân ta có đủ, nói không hết lời. Chỉ là một tính. Tính chính là Tâm, Tâm chính là Phật, Phật mới Phật cũ, vốn không có hai. Từ Pháp Thân sinh ra Báo Thân, như tượng từ khuôn sinh. Tượng đã sẵn có, chỉ có một hình không khác nhau. Phật mới Phật cũ, không có hai hình. Từ Pháp Thân đến Báo Thân, như vàng thành tượng. Chưa thành tượng thì là vàng. Nay đã thành tượng, thì chư Phật như tượng Kim Tiên đã thành, còn chúng sinh như là Kim Khoáng chưa thành tượng. Thành và chưa thành, tự phân trước sau, nhưng vàng thì trước sau không hề sai biệt.

Cho nên Kinh Viên Giác nói: Khi vàng đã thành, thì không còn là Khoáng nữa. Qua vô cùng thời vàng vẫn Bất Hoại. Mọi người ai cũng có Tính Vàng đó.

Đến như Vạn Phương hoá sinh, đều là Kim Cương Phật Tính của ta. Và trời đất vạn vật, đều có Như Lai Pháp Thân của ta. Như vậy, mới thấy được rằng: Thiên Địa dữ Ngã đồng căn, vạn vật dữ Ngã nhất thể 天地與我同根萬物與我一體. Cùng khắp thế giới này Cũng đều là Như Lai Tạng, tận đại địa cũng là Pháp Vương Thân. Thực tế vô sai biệt, cùng với Tam Thế chư Phật đã thành đạo rồi, đều là Chân Không Bình Đẳng với ta, cùng với Thập loại chúng sinh chỉ có một Niết Bàn. Pháp Thân to lớn như vậy, nên Hư Không không thể đón rào vây ngăn được nó. Chân tâm kỳ diệu như vậy, nên quỷ thần không biết đường lối của nó. Cùng tương lai như là một đêm ngày, tận vi trần hải như trong một sát na, cổ kim đều do nó tổng trì.

Trên là trời, dưới là đất, đều do nó sung tác.<sup>[2]</sup>

Nhị Tổ Huệ Khả nói:

Hốt hốt, luân luân thành giá cá,  
 匆匆圓圓成這個,  
 Thế thể sinh sinh bất biến thiên.  
 世世生生不變遷.  
 Cái đó xưa nay vốn nguyên lành.  
 Hóa hoá sinh sinh chẳng đổi thay.

Cho nên Thái Thượng nói:

Thiên địa hữu hoại,  
 天地有壞  
 Giá cá bất hoại,  
 這個不壞  
 Trời đất có hư,  
 Cái đó không hư.

<sup>[1]</sup> Thích = Hoà Thượng; Phạn = Phạn Vương; Chuyển = Chuyển vương.

<sup>[2]</sup> Nó tức là Pháp Thân và Chân Tâm.

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HANH | LỢI | TRINH

**TRINH TẬP**

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) **11** [12](#)

## SIÊU XUẤT TAM GIỚI ĐỒ



壞這個不壞這個纔是真我這個纔是真如這個才是真性命這個才是真本體這個纔是真虛空  
 這箇纔是真定相這箇纔是真覺智這箇纔是真妙用快樂無量這箇纔是真體這箇纔是真常住真心隨  
 空這箇才是自覺聖智這箇纔是無上法輪這箇纔是本性虛無無定無淨這箇纔是常住真心隨  
 心自在這箇纔是佛之妙用快樂無量這箇纔是煩惱業淨本來空寂這箇纔是一切因果皆如夢  
 幻這箇纔是生滅滅已寂滅為樂這箇纔是金剛不變不壞之真體這箇纔是無始不生不滅之元  
 神這箇纔是不可量不可稱不可思議無邊功德這箇纔是清淨法身圓滿報身千百億化身毘盧  
 遮那佛 偈曰 天上天下無如佛十方世界亦無比世界所有我盡見一切無有如佛者

Cái đó là Chân Ngã, cái đó là Chân Như. Cái đó là Chân Tính Mệnh; Cái đó là Chân bản Thể; Cái đó là Chân Hư Không; Cái đó là Chân Thật Tướng; Cái đó là Bồ Đề Đạo Tràng; Cái đó là Niết Bàn Thực Địa; Cái đó là Bất Cấu bất tịnh; Cái đó là Phi Sắc, phi Không; Cái đó là Tự giác Thánh Trí; Cái đó là Vô Thượng Pháp Luân; Cái đó là Bản Tính Hư Vô; cái đó là Hư Vô Thực Thể; Cái đó là Thường Trụ Chân Tâm; Cái đó là Tùy Tâm Tự Tại; Cái đó là Phật chi Diệu Dụng; Cái đó là Khoái Lạc Vô Thượng; Cái đó là Thiền Nã Nghiệp Tịnh; là Bản Lai Không Tịch; Cái đó là Nhất Thiết Nhân Quả, đều như Áo Mộng; Cái đó là Sinh Diệt, Diệt Dĩ; Tịch Diệt Vi Lạc; Cái đó là Kim Cương bất biến, bất hoại chi chân thể; Cái đó là Vô Thủy Bất Sinh, bất diệt chi Nguyên Thần; Cái đó là Bất khả Lượng, bất khả xưng, Vô giá Công Đức; Cái đó là Thanh Tịnh Pháp Thân, Viên Mãn báo thân, Thiên bách ức hóa Thân, Tì Lô Giá Na Phật,

Kệ rằng:

Thiên thượng, thiên hạ vô như Phật,

天上天下無如佛,

Thập phương thế giới diệc vô hoá.

十方世界亦無化.

Thế giới sở hữu ngã tận kiến,

世界所有我盡見,

Nhất thiết vô hữu như Phật giả.

一切無有如佛者.

Thiên thượng, thiên hạ không gì bằng Phật,

Thập phương thế giới không biến hoá,

Thế giới sở hữu Ngã tận kiến,

Không thể có gì giống như Phật.

---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) **11** [12](#)

# TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

# 性命圭旨全書

» MỤC LỤC | NGUYÊN | HẠNH | LỢI | TRINH

**TRINH TẬP**

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 **12**

## TÌ LƯ CHỨNG QUẢ ĐỒ



## TỈNH THẤT PHẦN HƯƠNG ĐỒ



Tĩnh Thất phần hương tọa Bồ Đoàn,

靜室焚香坐蒲團,

Độc đạo kinh huân tu khứ ế,

讀道經薰脩祛翳,

Chướng lưu lã tận Châm Minh.

障流覽盡箴銘

Phòng lặng đốt hương, ngồi Bồ đoàn,

Đọc Đạo kinh, đốt hương trừ uế tạp,

Chướng tan, ngồi đọc hết Châm Minh.

Hoàn Trung Tử, Mã Sí Chu tả.

環中子馬企周寫

**CẦU DIỆN BỒ ĐÀU ĐỒ**



Cấu diện Bồng đầu bả nhất cước,  
 垢面蓬頭跛一腳,  
 Biến hành Thiên hạ chân khoái lạc,  
 遍行天下真快樂,  
 Thần tiên bản hữu Trường Sinh Thuật,  
 神仙本有長生術,  
 Khởi thức Hồ Lô tàng thậm dược?  
 豈識葫蘆藏甚藥?  
 Mã Đài tịnh đề.

馬駘并題

Mặt nhem, đầu rối, một chân què,  
 Rảo cùng thiên hạ, thật sướng ghê!  
 Thần tiên sẵn có Trường Sinh Thuật,  
 Ướm hỏi Hồ Lô giấu thuốc chi?



---

[1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#) **12**