

三宮明黃道章

三宮守一之道本自天真皇人傳之黃帝多秘真旨凡自下丹田起則升氣圍運之足心發火交臍下次動中丹田則守一定神修到上丹田則般下玉精以嚙華池真精入心如此行之則耳目萬倍光明下通腰腎神火上升故三宮有黃明之氣謂之黃道行之久久升雲天長年不老通神明惟黃帝先得之全焉

寶火入鼎章

修行者以氣爲金爲鼎鼎合在脾之下腰之上鼎中有丹丹乃二氣坎離相合於脾也鼎中有水水元氣也元氣非火不能升故火自下發者坎宮水中之火也寶火者陰中之陽日精太陽

道藏輯要

太玄寶典

天

上易集五
XIX

丹光上騰所行亦有法先嚙華池真津三百六十口每日日出存日精咽三百六十功至夜半可發以烹太陽丹焉

丹光應液章

丹鍊二神至陽之寶內榮百脈外通九竅則神光出其液流行內有神泉澆灌外有致和之氣爲液爲汗百病不生體輕久久生清光毛行步如飛登山涉險無所不至神明相祐矣

玉泉無漏章

玉泉者真精之生發也久修真者有之所得三者之備一泥丸到流二神府無想三真元固密其精生生不窮如水之源源不已出於山谷何爲乎搖動何爲乎禁止皆不知竭乃謂玉泉玉

者常潤也泉者不窮也其法蓋定神養氣上昇泥丸緊固氣不泄也

鍊凡出象門

補神生胎章

神自胎生胎從命分胎生則神生命分則神備神因氣活氣因神動神本務動氣本務圓蓋緣愛色相資漸失本源流蕩不已則神有所損也勞形損神三分勞氣損神五分勞心損神七分負載搖動者勞形也愛慾聲色者勞氣也思慮悲愁者勞心也神之所損各有淺深真人當先知補神之道則形全而能定神未能定徒爲寂默耳藥服人參氣鍊三官制之無事調飲食適道藏輯要

太玄寶典

弄 上品集五

補氣真源章

氣之所補以安體厚生養元保真少思慮絕愛慾虛弱者先以藥補如黃精之類是也次行運元保精保息養胎之法用之惟氣強盛則真源生矣真源者生氣之源生命之所也大道修真莫出乎此耳

飛躑登攀章

真仙羽化之道皆由鍊神所致能飛升躍躑登高攀危者莫出乎神體欲得筋脈強盛者氣力堅固身輕體快耳神體生光華