

觀五味見滓敗示五香聞腥壞尋苗見根故有是聞自然如此爲天氣達也俱有此見

肌膚堅白筋骸清

胎息章中自有鍊骨法具載也

地府除籍天錄名坐察陰司役神明內合胎仙道自成

入胎息至五百息當入異境地籍除名三天錄仙至于息魂遊上境

胎息真仙章第十一

胎息真仙食氣得卻閉真氣成胎息

服氣二百日五藏虛疎方可學入胎息准九天生神經云先

道藏輯要

雲笈七籤

雷

參集三
川口文

須密室無風厚軟氈席枕高四指纔與身平求一志人同心爲道侶然後捐捨心識握固仰臥情無所得物無所牽靈氣漸開心識怡然初閉息經十息至五十息至百息只覺身從一處如在一房中只要心不動移凡一日一夜十二時都一萬三千五百息故太微昇玄經云氣絕曰死氣閉曰仙魄留守身魂遊上天至百息後魂神當見其魄緣是陰神常不欲人生其神七人衣黑衣戴異冠秉黑壘洞神經曰爲之玄母此神是陰屍之主若見此神子當謹心存念咒曰玄母玄母吾屍之主長骨養筋莫離屍戶吾與魂父同遊天去次當見魂父三人各長一尺五寸衣朱衣戴朱冠秉朱壘當引上元

宮諸腦神百餘人出子當身見三丹田中元氣如白雲光照洞達當呼三魂名一曰爽靈二曰胎光三曰幽精得此三魂陽神領腦宮神引子元神遊於上天初出之時只覺身從一黑房中出當見種種鬼神形容或偉大者數丈或微小者如燕雀或披髮如亂蓬或開眼如張電爲上界道路皆是鬼神之過路子但安心無生懼意亦須得良伴相助緣元氣上與魂神相應若有懼心元氣當自口鼻出卽子身不得去也但一夕之中令傍人自記喘息數至息已子當與三元神同遊上界也其道當成以後卽不得微有泄漏大慎大慎但不願於物鬼神伏德

道藏輯要

雲笈七籤

一

參集三

羽服彩霞何所得皆自五藏生雲翼

後鍊形上昇自成五色羽衣中天羽經曰輕輕狀蟬翼燦燦光何極蟬爲飲氣秉露故生羽翼人服元氣而天衣不礙於體卽可知也

五藏真氣章第十二

五藏真氣芝苗英

太華受經曰元氣含化布成六根吉凶受用應行相從內氣爲識胎氣爲神子能胎息復還童嬰反魂五藏之始先布於水內有六府外應六根

肝主東方其色青