

氣合通也此道以攝運三精理魂神六丁奉侍天兵衛護此上  
真道也大都口訣正如此

### 服日子三五七九玄根氣法

食玄根之氣法使人體中清朗神明八聰身有日映面有玉澤  
眼生光明齒含紫氣堅腸華藏長生久視服吸朝液懸糧絕粒  
道要於金液事妙於水玉所謂吐納自然之太和御九精之靈  
氣者也夫道之爲用貴自然也德之爲靜尊恬愉也攝自然以  
表真抱冲漠以不邪者則橫犯不生非害自滅此乃三五七九  
之氣可謂要道之旨也

此卧未起之時存口中有一白氣大如雞子黃雞黃之外又有

道藏輯要

雲笈七籤  
五

天

參集五  
六

五色氣五色氣宛轉自生結溢黃外須臾乃滿心口中名曰三  
五七九日子玄根之氣也又存心胃口之中有一女人如嬰兒  
之狀無衣服也正立胃管門口號曰九天玄女承注魂液仰噲  
口中雞子黃之五色氣也常漱滿口中內外上下以舌迴吸日  
氣五色津液滿口吞之存使津液下入玄女之口如此三過畢  
又叩齒三通微祝曰

玉清高上九天九靈治在玄府下入胃清金和玉映先自虛生  
名曰滄鑲字曰豔精鍊魂抱魄心開神明服食日子金華充盈  
良久都畢以手拭兩目二七又以兩手相拭極力摩面眉目之  
間鬢膚之際小熱使薰薰然也此太上服三五七九日子玄根

之道也

服日月氣法

服日氣之法以平旦採日華以夜半存之去面前九寸令方景照我泥丸下及五藏洞徹一形引氣入口光色鮮明良久乃畢則常得長生矣

又法

夜半生氣時若雞鳴時正卧閉目存左目中出日右目中出月並徑九寸在兩耳之上兩耳之上名爲六合高窗也令日月使照一身內徹泥丸下照五藏腸胃之中皆覺見了了洞徹內外令一身與日月光合良久畢叩齒九通咽液九過乃微祝曰

道藏輯要

雲笈七籤

卷

參集五

太上玄一九皇吐精三五七變洞觀幽冥日月垂光下徹神庭使照六合太一黃甯帝君命簡金書不傾五老奉符天地同誠使我不死以致真靈卻遏萬邪禍害滅平上朝天皇還老返嬰太帝有制百神敬聽畢乃開目名爲日月鍊根三元校魂以制御形神辟諸鬼氣之來侵使兆長生不死多存之矣

又法

又存左目爲日右目爲月共合神庭之中卻上入於明堂化生黃英之體下流口中九咽之以哺太一常以生氣時存之畢微

祝曰

日月上精黃水月華太一來飲神光高羅使我長生天地同柯