

日計四千三百二十時除卯酉二時金木沐浴不進陽火不運陰符其息出入故除此兩月六十日正得三百日受火符煉就金丹亦如常人十箇月胎圓其間用運須是細意調燮志誠運圖若纖介不正晦吝作咎丹之不能結則赤龍奔逸姤女逃亡率意輕舉不合天機又非符火之咎乃運火符之士過也經云知之修煉謂之聖人其可忽諸

脫胎

脫胎者乃前聖胎既就未可出室更於室中行脫胎工夫謹存聖胎於髓海中不過兩太陰甲子直待天門忽開如霹靂一聲則聖胎脫出兩箇一般無二樣未可便離體更有仙化之道在後雲房曰一聲霹靂震崑崙無限神明暗失驚兩箇一般無二樣始知功滿出埃塵

神化

神化者乃前聖胎出體未可遠離恐逢尸障初離一步十步一百里一千里千萬里然後巡行三界透石貫金俱無碍障去住在我不

在手天雲房曰孩兒幼小未成人須藉爺娘養育恩三載九年人事盡縱橫天下不由親此乃運運丹秘訣養赤子神方希夷妙道非旁門淺術此文得之者可寶而秘之若傳非人必遭天譴得人不傳亦受其殃師囑甚重可不戒焉

修真傳派

張天罡字子正蜀人

彭夢遠字伯玉蜀人

蕭應叟字潤清三山人

許子微字明道山西人

林元鼎字正夫三山人

還丹秘訣養赤子神方

還丹衆仙論

卷五

抱腹山人楊在集

粵邊丹者華池為初也華池之中能生神水上下清靈湛然明靜神水變化潔白如霜號曰白金黃芽次入三陽之精水煮火煉若經九轉變成紫粉號曰紫河車河車之中投汞又經九轉產出真金號曰金公將金公與汞相合金水相見再煉九轉名曰金丹丹者人餌長生老者反少有病自除變凡為仙自然不死夫金丹者須是親傳口訣方識鉛汞者真鉛汞者真汞鉛非黑錫汞非水銀鉛者鉛精汞者汞精交媾產出黃芽黃芽者還丹之祖大藥之基坎戊月鉛內藏真虎離已日汞內藏真龍龍虎會合自成戊己坎水生金離火生木自然四象俱備五行不虧還丹者金木水火土也金者虎也木者龍也火者朱雀也水者玄武也土者四象聚也非用世間金銀銅鐵鉛錫鹽鹵灰霜之類也還丹者鉛汞也鉛得水而無體汞得火而通靈從無生有真鉛因水化而有真汞自火化而成

若論真鉛真汞神水華池青龍白虎黃芽白雪河車神室自古以來非口訣不能得解余汾陽西河人也弱冠好道至三十餘年得遇明師親蒙口訣方曉丹經之理洞達幽微之文得見造化之真明了浮沈之妙泊宋皇祐四年十一月八日偶暇纂集諸家丹經節要集成一卷目曰還丹衆仙論以俟同志者云

還丹衆仙論

元始天尊曰杳杳冥冥清靜道昏昏默然太虛宗體性湛然無所住色身都寂一真空又曰混沌未分之時內含真一真一既分清炁為天濁炁為地真一之炁上下往來呼吸不住炁中生精天精氣者日月星也地精氣者鉛與汞也鉛是月魄汞是日魂道君曰日魂月魄還丹骨髓得陰炁而成白芽砂得陽炁而成金砂金砂入五內霧散如風雨通達於四肢

老君曰外丹生神水之間內丹生法水之際又曰紅鉛黑鉛大丹頭紅鉛入黑是真金紅鉛取精黑取髓解用赤黑藥無比用赤入黑保長年用黑入赤天仙矣赤黑兩般總稱還黑能變化赤能先幽谷關邊梁山側老君鑄石留此言神農曰丹砂水銀是日月之精氣若在日名曰光明砂即太陽之精也若在月為汞即太陰之精也黃帝九鼎經曰鉛不獨行行必無偶審而用之鉛與汞同一宗能生金華曰美金華也

上皇曰素色人輕薄花粧世重多庚辛但等分銷燦共相和出彩雄雌藥修持在上窠剛柔同一體真比不如他

茅君謂曰陰中有陽陽中有陰寒暑相反虎嘯龍吟青黑赤白各居一方不得參差乃失紀綱陽却作臣陰乃為王消息在意天道自昌又曰還中亦無丹丹中復有還無鉛不成丹還丹生在鉛又曰白雪粉黃金芽不得妙莫護論時人不識真黃芽唯知盡認鉛黃花本死物焉得到仙家又神室謂曰天地玄黃鉛白為匡神室上下不離本章考和六一與上同行虛而為賊實乃自防三台五嶽隨錄最強悟之者得失之者狂龍樹謂曰黃龍黑精三十斤得火不飛名最神底小鑪形闊二分上開星路通天津是故白虎作腦黃芽為根經營一周得成黃銀陰真君曰金華三銷九鍊名曰老陰鑄之為鼎學人若修此鼎成丹霞碧霄不難到又曰若要黃芽先炬鉛陽壬不向火中走陰癸如何得作烟雞抱卵兮須日足蟬到成形殼自

分

馬明生金虎訣云黑鉛化黃芽其中數九九變化只三般修到紫陽宮黃金無處安

金碧折疑論云水銀得金華為形同類是龍虎相合故成還丹也金華得金銀為形可為

至寶此二者不可得聞也若說金華只黃芽是也

百問論云真人以藥成金銀豈須要母砂子必要成金寶有母又何妨况母是真銀未歸

母體豈非理也水銀除黃芽至藥外諸藥難制得也水銀無假阿魏無真諸物莫入黃芽

體是水銀感五行之精受正陽之氣年終丹足骨立神全水銀被此制之有何不死若有

雜類無此得成

還丹心鏡云鉛含五彩飛三花二物合體第五名曰河車世人迷之竭慮傾家至人得訣可

涉雲霞又曰未有墜腰之弊須得真鉛之精若不識真鉛之精歷劫修煉終無所成元陽子注云白金若要伏火感應只在咫尺之間須是口訣難以書傳

魏伯陽五相類云夫金丹切在理鉛為根成即芽生芽生即汞伏汞伏即丹成非外物也道人修丹切不得用世間金銀

金丹秘錄云但將九轉鉛精為神室內養金水暫借鉛氣之力也狐剛子云諸仙皆不說

此一味未得變化不為真成也如九轉鉛精伏火未得服食喫者當時便死

抱朴子云神仙作成金自欲餌之不緣要富貴也神仙銀亦可餌之即非詐偽也

參同論云金丹無衆藥相成萬鍊而終無伏火經曰丹砂可作金河車可作銀銀則立成

成則為真得其此道可以仙身金丹秘錄云夫鉛性白而內赤之丹砂性赤而內白之以為水雲而霜雪皆天地之氣而

以藥作之與真無異矣

太一三使訣云鉛中還有子不必要三黃火兼同如此兼更作黃芽芽中還有子不必母

攔遮子中還變母子母亦同然世號湧泉匱此法不虛傳三黃須記著一黑不留言日華子云黃鉛伏黑鉛白汞聖通玄西澤東

南偶東官蛇女賢成親隨日月化道證神仙九鍊丹光耀長生不記年又曰靈鉛水銀君靈汞火鉛巨鉛之與真汞黃白之要也

太一丹書云以真鉛八兩作合子謂之神室以鵬砂塗燒入汞一斤以水火尅之更不用

外匱又從水火相凌辱生玉笋子有五色謂之紫牙丹砂其形有二十四般唯象丘塚形不堪棄之於東流水中

狐剛子神汞論云煉鉛精作黃土將黃土作匱匱中養飛霜作丹土為河車任用覆藉諸

丹未成河車不得用之用之無功也陰真君五相類云鉛若採花即鉛無氣採精

即鉛無骨黃芽者三才全骨肉不相離歌曰水銀一味無他物先為肉子後為骨骨

肉相繼得長存從此河車無了畢如人生男女父母宛然在以表真金本初元存若不悟

此文理終無所得也華池經云配合金銀此定法也備通金石之變只以藥入華池制水銀應手而死在一日

之間何以難哉但詳十二華池飛伏去就只

將消肉一味尚制水銀何況金銀及十二時也金醞銀醞河車伏水銀也

陰符經注云真鉛中有汞名曰虎汞號曰死水銀古仙人云欲得水銀死先須死水銀故曰鉛中死水銀為地也殊砂內水銀是活水

銀也修丹須知三汞同興若不知三汞縱解萬般用計並無出世之路須要知三汞者汞汞是也

陰真君三丹釋理論云黃鍊不用數洗澤亦無門入鼎須知數真言得火門門用火候別混沌氣難分胎息華池管成人會火門門不失錯還成胎息身

參同論云珠一變成汞汞二變成靈三變成砂四變成土五變成鉛鉛者金也經云一物合五彩永作仙人祿

陰真君三丹釋論云殊砂有仙士會調亦暈今白以陰伏火不失本體其體亦白名曰白馬牙依此用入混沌四象得不二水也又曰混沌之氣都在紫宮中養成神化之丹爾亦如人從母胞胎中裏成胎不覺十月成人無

異也如會得紫宮已有仙人之號矣紫宮有三或一月成或一日成或一年成用水銀硫黃今伏火是也二名金鼎是一年鉛粉伏火也元氣去處從木而生火亦歸木乃象其青青為水水得火火得於其青木炁炁結精曾青相似初調曾青一象春三月採陽和炁運移律呂可得萬物發生至丹若調得曾青亦如陰陽之律呂是元神三丹之大造化也

訣曰混沌五行之祖甲日曾青曾青是木之精精為使使為氣氣為筋亦曰陰中陽陽為日之魂魂為日之精精為陽陽為父父胞衣變白液化白堅冰是陰中之陽也陽為骨因氣生白液白液為自然名有四世人不悟曾青是火錯用曾青也一曰水水銀為肉之氣氣為血血化毛髮髮為皮膚匡郭之成質三月乃知成形十月而生餘兩箇月沐浴三宮參鉛訣云烹鉛為餅作金花收餅歸鑪九轉砂金水左調平蚌粉汞液黃漿路不賒元只水銀天上水金生麗水是河車若弄凡

鉛多誤世水土相扶是一家又黃芽歌曰求仙覓黃芽須識真鉛花真正自成者乃可作金砂重飛服一丸騰身入雲霞悠悠天地外處處是仙家又曰自然黃芽吐紅花茂已變化成金砂生在玄黃秋石裏時人不悟覓金花又曰欲得水銀死先須死水銀水銀不先死如何死水銀水銀自相制相制自通靈若用諸雜類終始不成真青龍對白虎朱雀連玄武四物各一方要且相合護終始自相親無時不相顧爾得紫河車白日昇天去又曰天生自然物通靈誰能測解住三丹田瑩徹五般色見火即鬼隱逢土便能逆真火未必赤真鉛何處黑金銀世雖重至理難調伏四黃及八石究竟氣不足蛇女雖柔弱萬人無一得我有五神時威光甚奇特水欲正東流提劍北偃塞青龍欲逃走黃犬當頭撲飲氣成一家吞聲不敢哭漸漸成灰土雄雌通降伏結作紫河車抽却黃金毒能救死病苦返老顏如玉抱一正恬和冥心絕嗜欲只服一刀圭絳雲捧兩足又曰用鉛須得汞相和二

姓為親女唱歌煉到紫河車動地白雲相伴
鶴來過又曰青龍白虎合為胎十月懷胎滿
始開此是鉛芽真口訣世人何處覓三才又
曰滿市黃芽無所歸世人輕賤作塵泥公卿
總是識靈藥只被貪婪渾却伊

元陽子云五行深妙義難知龍藏虎隱在坎
離還丹之術數過百最妙須得金華池又曰
鉛汞一門不可依金丹秘訣聖無知若將世
上凡鉛汞終年運火競相持又曰真陰真陽
是正道只在目前何遠討凡流歲歲煉神丹
或見青黃自云好又曰九轉丹砂是欲終開
鑪方見藥花紅水火變來俱作土時人何處
覓金公

彭君謬曰黑鉛入偃月子時自消散上帶青
溪砂下有金花見舉東復起西往來取方便
良久不停手黑鉛散青砂猛火炒不歇邊巡
變黃花青砂碎胡粉黃花為黃丹世人盡知
見不悟將為難萬煉本不易所服宜長安
尹先生受得青丹謬曰女媧煉石成五彩飛
上大羅為華蓋碧落空中陰輪生硫黃木精

能相配人皇煉銀得長生將離入震就五行
十二月遊行九轉金丹本是木中精金翁兩
字坎之水飛入艮宮永不起陰陽成質自東
方周市事須歸戊己天地至道莫相傳金銀
是吾青丹子審知太上不思議尹喜受得女

媧記金丹歌曰龍虎雖然有二名根元總向
一中生時人若覓還丹法只把金精養木精
又曰真空妙義理分明隱在鉛中不顯名辨
得黃芽應出世了知白虎定長生又曰銀為
匡郭含三物金作堤防受五行好是華池神
水訣時人不曉萬无成
張天師云山石金銀性堅而熱毒作金液而
難成亦如麪糊亦不堪服食消人骨髓若是
藥金作液其道必隆黃赤如水服之沖天
陶埴三篇云白金從北方水中變轉成形質
至於鍛煉修營成大丹水體不絕故曰壞解
為水也

金函玉書云若遇神水黑白相雜
金碧入藥火鏡云子明結入金神匱能變形
骸色青紫二十八宿合天心此是真鉛能化

水

鄭真人傳葛稚川云有物有物可大可久採
乎盤食之前用乎火化之後承湯自上以淋
下沃釜虛中而見受日月周旋五伏伺候素
風疾鼓金汁不走水以沃之從有而入無火
以燒之自无而生有素粉委而雪漸黃酥凝
而金配提挈意烝反覆衰朽金歟石歟天年
地壽展轉不已神趨鬼驟無著於文訣之心
口

大道密旨太白金星者金之精也受月之魄
合土星之氣而內色黃為金華月氣之感為
魄魄屬水遂得金水之氣應北方辰星而生
鉛也

歲星者木也日之魂水之精烝也其魂赤火
也火生木應笑惑之烝而生朱砂朱砂內含
木之陰氣故有水銀水銀號曰青龍青龍者
屬木也

辰星者水也水之精傳太白金之氣流精應
土又受月之魄而生鉛故鉛產金華金華有
五色名曰黃芽水宿之氣降於木而生曾青

也
榮感星者火也火之精得木星之炁又傳日之魂流精入土而生朱砂魂屬火生自於木內有陰而生汞火生土土含正陽生雄黃其味甘也

鎮星者土也受火土宿之氣合正陽而有雄黃故五星傳受日月之精華輪轉相生自合其道日之正名道父月之正名道母金星號白虎土宿為勾陳水星名玄武木宿應青龍火星為朱雀流炁轉五星詩曰大藥切須是黃芽鉛汞相傳出一家修煉分明知次第自然方得號金華金華良鼎專依法好好為我伏黃芽此者太玄深秘訣得之修煉御雲霞明道先生論華池曰陰一陽一生南北鉛汞汞水出鉛中會得四般玄妙理始見華池赤

黑通

金制求訣曰鉛向鉛中出不虛將來東面拌流朱金華制汞鷄伏雀變作還丹事甚殊金丹水火圖云欲識丹砂火試看無煙深紫是還丹世人不識真龍虎將謂黃芽有兩般孟

參云留心除是究玄元既悟深機似等閑未說丹靈歸洞府且論神變濟塵寰浮生乍棄榮兼貴處世須知造化間擬把虎龍休制伏奈何寒暑老人顏又曰且將鉛汞結成砂長養無非在一家不向灰池為白液豈教巖赤

變黃芽金光熠熠中堪惜玉藥顯顯更可誇固濟直須重入鼎莫令陰炁損精華
元君肘後訣云還丹有內外各有三一法內三一者是丹藥外三一者為助佐
長白山人云淮南鍊秋石黃帝美金華秋石元非石金華不是花華從秋裏鍊石向春中飽又訣曰秋石是真鉛金華是黃芽黃芽不離鉛因鉛取精華子母同一處如若在仙家正隱甲經云此二物用器不用器用質不用質方始是汞中汞鉛中鉛知此者更無惑也
孫真人石壁記曰千經萬論不虛言只說烏金在目前採者不依方位採却道神仙不肯傳採取鉛精煉取砂不過旬日見河車河車只是烏金造水銀便是還丹道不用烏金與水銀徒費心神空到老

華山石壁記三陽聖石各爭功唯有玄精是大道煉得太陽筋力敗自然蛇女不西東陰真君三丹釋理論云學仙道士幸逢聖教若自天與即莫忘天之恩若得不幸天天必不長其惡若神人與之即不得辜其神人以敬祭而事之若江河淮濟得之即須不得忘其龍池水胎濕化生魚鱉之類若山林石室得之即須不得忘山林石室土地之恩亦須敬祭之若以人師處得之即須不得辜人師敬如父母之恩恭敬而奉之但求道之人心不脫其道即感人天一切鬼神變化遂為善路終不在惡道之中求道之人心如初矣授道之人第一奉天恩第二誑神理第三負師言信行操不至若得服食必當至死何也無德行而食金丹五藏壞爛傳之不得其人殃及子孫又云皇天無親以匡化人人本無根以法身四氣為根根從心也心本無根取我九轉神丹為根可知萬法皆從藥中而為根本也

呂先生正陽篇云姹女住南方身邊產六陽

蟾宮烹玉液坎戶煉瓊漿過去神仙餌今來到我嘗一盃延萬紀物外意翱翔又曰頓了黃芽理陰陽稟自然乾坤鑪裏煉日月鼎中煎木產長生汞金烹續命鉛如人明此道立便反童顏

易玄子云真鉛與世鉛清濁地論天若共灰砂雜難教禮義全速應為下鬼得者是高仙儻問其形質玄中又更玄又曰姹女號明璫潛身住洞房水中聽虎嘯火裏見龍光得者身應貴聞之道亦昌祖師曾有語此是樂中王。

海蟾子云海風飄浪颭金船只向其中悟却玄子母乍逢堪春戀君臣纔會喜團圓八方周市龍行火四位推排虎降泉為報後來修道者煉丹須用水鄉鉛又曰一片澄清一朵花白芙蓉裏紫丹砂裏中物外應無敵天上人間事莫加金虎乍降潛黑彩火龍初伏變黃芽神明洞徹歸真景不過奇人不得誇

辨井訣

煉丹井淘成後切不得攪動穢污待水脉定

後更須取換滌去滯泉然後任露天通氣星月照之水性既定土炁已收方乃取水煉丹若得石脚青白者是陽脉之水也運丹最急也若值青泥黑壤黃泉赤脉鐵腥味澁有此之象並是水脉交雜陰陽積滯不任煉丹也宜別擇地造之

仙經錄居山法

夫欲登山修真及在世安居須審地宅吉凶當以戊己之日黃書九地三十六音文於白紙上置所居中央以淨盆覆之三宿開而視之青色潤紙則下有死靈之尸白色潤紙大凶赤色則主有驚恐黑色潤紙則下有財寶黃色潤紙則大吉紫色潤紙必獲神仙若都不異正止可三年互安過此必折傷矣

造鑪法

於甲子旬中取戊申日於西南中地取淨土先壘築土為壇壇高三層鑪分八面而有八門門上有隔隔上安鼎水鼎在上藥鼎在下水鼎露口以進其水用蓋蓋之鑪身長二尺一寸闊一尺六十中心明闊一尺三寸厚三

寸前開火門高五寸闊四寸後留一竅以泄火炁如竈有突

火候訣一月六候五日為一候日數法如後

初候第一日直符一兩二日半三十時加至二兩六十時

第二候三兩二日半三十時加至四兩六十時

第三候五兩二日半三十時加至六兩六十時

第四候不加不減只用六兩二日半三十時

却退至五兩六十時

第五候用四兩二日半三十時退至三兩六十時

第六候用二兩二日半三十時退至一兩六十時

六候直符進退一月法列之如後周而復始至第二月初起火加至二兩三十時加至三兩六十時每到逐月至九箇月須各加一兩至九月加至九兩為定故云陽九陰九更不加也直至三年九年更不加也只依此法

起大須用甲子日起日火順行時火運行子後午前分炁到月終每一月加一兩火每年加火一兩水星直日加火火星直日減水

辨真鉛汞訣

夫鉛者取上銀初煉去鉛者一斤臨爐克用汞者取芙蓉箭鏃大塊砂半斤臨爐克用鉛謂之白虎汞謂之青龍此辨鉛汞之理也

辨華池匹配訣

華池匹配會合一元其鉛汞丹砂得火則化得酢則姪真人之制以酢合之以火化之是以造十日米酢澄清用煮合其鉛汞丹砂其制則姪

辨伏鉛汞訣

鉛能伏丹砂非姪不就丹砂能伏銀非銀不化汞能姪鉛非火不合火能化物非酢不姪

辨入爐訣

以鉛為地地須得三以汞為澤一可兼三以丹砂為種種二為式以酢為耕耕十是并以火為受半之為精以器為倉固濟乃成砂成鉛契入與砂并返還于元傾汞不停本法自

然何術而與百日之中連神仙之情

砂中抽汞訣

光明砂一斤末之取筋竹筒節密處留三節上一節開孔子如彈子大中一節開孔子如筋頭大容汞流下之處於中節孔子上先布蠟紙兩重蠟紙上放朱砂末入了筒上以麻皮緊縛訖將其竹筒入甑蒸一日然後以六一泥包裹可厚三分埋入地中令竹筒與地面平筒周圍緊築勿令漏泄其氣便積薪燒其筒口上一伏時使火力透其筒上節汞即流下入下節中分毫不折如忽火小汞出未盡灰尚重猶有黑紫依前更燒之令其汞合本數及十四兩足即止紅馬茅砂白馬茅砂紫靈光砂等抽汞一准此訣餘法非也

出丹火毒訣

入丹藥在薄磁瓶中黃蠟固口了上更用油丹絢裏却牢繫定下冷泉中二七日取出坐瓶入重湯中煮一日出却冷氣後取出殺研如麪用楷汁為丸棗肉亦得丸棗豆大小每服一九并華水下半年後加至二九到三十

日後加至三九更不得加之先將藥七粒祭天七粒祭地七粒祭星辰然後沐浴齋戒潔淨絕嗜欲乃可得餌丹每服早旦面東或立或坐服之

服食金丹應驗候

初服丹砂令人四肢無力腰膝沉重臍下結痛口中常有臭炁牙齒動搖腥血滿口夜間焦渴或吐或逆日有微利飲食無味漸漸羸瘦眼目勞悶精神恍惚身上瘡腫遍身疼痛身上長似蟲行口中生瘡此者並是驅逐諸病或咽喉澀痛背膈蒸悶下利青黃惡水如蝦蟇衣及似葵菜汁或似紫草汁腰間停滯或下聚蟲或皮膚腫筋脉跳掣或緩或急旬日之間風毒漸出或腹內鳴吼下利肉塊此是藥攻擊宿疾直候苦飢即喫淡麪湯餅一兩頓或喫解丹藥毒馭丹散

- 麥門冬 天門冬 各四兩 乾地黄 五兩
 - 甘草 一人參 三兩 茯苓 二兩 紫苑 二兩 半去
 - 地榆 三兩 大楮 海藻 各一兩 梔子 四兩
- 右伴藥為散每服二錢米飲調隨丹喫下

三尸欲退候

三尸欲退之時令人煩躁欲似發狂精神恍惚或驚或悸或夢毒蛇虎狼吞咬或墜山巖或逢冤讎或與親愛別離如此是兆也其三尸鬼離人覺有此候即須寬忍自適意節志怒但濃煎甘草湯喫一兩椀微汗出即無諸動也

三尸鬼去身候

若三尸鬼去後自覺少人我無念無慮頓減嗜欲心神喜悅即是藥神應候扶助之象也

換骨皮膚候

服藥後若有故疾之處盡皆發動或生瘡腫微有腥血癩痕分明如此並是久積毒蒸散出皮膚受藥薰蒸之證驗也

變顏貌藥生齒候

服丹千日顏貌漸嫩牙齒動搖牙關急悶即是換殺齒而生藥齒或然頭面痒徹心髓耳眉盡生毛此是毛根得藥力也服丹三年宿疾皆除骨肉膩滑鬚髮變黑血脉大通顏色改易齒落重生耳目分明筋脉益強服丹三

年日滿骨髓蒸血充盛顏貌如童南宮度名北斗落籍萬神敬仰龍虎來欽賜化為金體如寒玉身變仙材通神達聖自然輕舉寒暑不侵與天地齊昇

又出火毒法

五加皮 地榆 餘甘子十九 硝石各一斤

甘草各四兩

右件藥共搗羅為末和丹以水同煮旋旋

添水煮七日七夜取出入寒泉中一月日

即入牛乳中煮一日後又入氣以重湯煮

一七日取出候乾細研極細以棗肉丸之

又法

以火炙甘草合化嚙津液漸漸解之更煎甘草湯放冷喫亦得解之

又法

立春前於天庭中用瓦器物收雪為水煮之屋上者不堪

又法

入藥於竹筒中筒須刮去青皮用生絹布重重裹筒頭坐於鍋中須滿著黑豆不得令豆

沒了筒口旋旋添水煮之三伏時其筒中又以湯化蜜著入重湯煮之耗即添勿令筒側如此日足即出以水飛過棗肉丸麻子大空心津下二丸

還丹衆仙論