

五月午起至七日亥過 進五  
 七日子起至十日巳過 進四  
 十日午起至十二日亥過 進三  
 十二日子起至十五日巳過 進二  
 十五日午起至十七日亥過 進一

玉清內書

廿九 十八

神仙養生秘術

松十

太白山人傳  
 後趙黃門侍郎劉景先受  
 宋抱一子校正

其一靈砂

靈石七斤 水銀一斤 硫黃四兩  
 先將硫黃化開次下水銀炒成砂子住火  
 了或是湘陰瓶或是西蜀嘉定瓶或是沙  
 瓶老酒瓶甘泥固濟三寸厚陰乾裝入瓶  
 內用鐵燈蓋一箇坐其口蓋內水長要  
 乾用甘泥固濟口縫留哨眼一箇用鐵線  
 一條穿定燈蓋瓶耳入爐用炭一百二十  
 斤早晨下火至來日早晨佳火响午出爐  
 打破瓶取出要做心紅研為細末若做靈  
 砂再有別法

其二心紅

水銀一斤 硫黃四兩  
 先將硫黃化開次下水銀或是湘陰西蜀  
 嘉定瓶或是沙瓶老酒瓶甘泥固濟三寸  
 厚陰乾裝入瓶內用燈蓋一箇坐其口蓋

內水長要不乾甘泥固濟口縫留哨眼一  
 箇用鐵線一條穿定燈蓋瓶耳入爐用炭  
 一百二十斤早晨下火至來日早晨佳火  
 午時出爐冷定打破瓶取出揀了核子研  
 為細末用水五桶或是盆甕一處再研之  
 伏時或是盆甕內坐起水定上面是板紅  
 第二是二紅底坐是心紅用刀剝開用花  
 日頭曬用銀紙包裹隨更用紙包

其三死汞

水銀一斤 黑錫斤 山澤斤  
 黑錫打成盒子一箇山澤打成盒子一箇  
 山澤盒子先裝水銀封閉不透風錫盒子  
 盛銀盒子在內入鐵鼎內用赤石脂生窠  
 固濟鼎口牢固用鐵線上下縛定入丹房  
 靜室庚用炭二百五十斤戌時下火來日  
 卯時出打開鼎不見黑錫不見汞山澤二  
 斤任意使用此是秘術

其四點白

硃砂兩 膽礬兩 雄黃兩 雌黃兩 硝  
 石兩 枯礬兩 山澤兩 青鹽兩 白制炭



一兩姜黃半錢住火攪勻坐水盆內定任意用之

其三

金剛花 兔絲花 芙蓉花 夜合花 曼陀羅花 白芍藥花 木荆花 白樟柳根

右為細末用蜜一斤銅鍋內化開用隔年葱攪蜜死滴水不散住火攪勻下藥一兩再攪勻下姜黃末一錢坐水盆內定

其四

松花 曼陀羅花 蒼耳花 桑花 蜜蒙花 牡丹花 銀杏花 春花 杏花 右為細末蜜一斤銅鍋內化開用隔年葱白汁煎蜜死滴水不散下藥一兩姜黃末一錢住火攪勻水盆內坐

其五

金盞花 望江南花 摘金盞花 白葵花 皂角花 桑花 梔子花 右為細末蜜一斤銅鍋內化開用隔年葱汁煎蜜死滴水不散下藥一兩姜黃一錢

住火攪勻入水盆坐

其六

黃菊花 曼陀羅花 蒼耳花 望江南花 白鶴花 松花 皂角花 桑花 苦參花 黃芩花 天仙子花 白牽牛花 甘菊花 蜜蒙花 款冬花 黃淡梅花 梔子花 珍珠花 地棠花 牡丹花 春花 白芍藥花 金靈子花

右為細末用蜜五斤銅鍋內化開用隔年葱五斤取汁入蠟內煎藥一斤半攪成一塊丸如彈子大重二錢半蜜一斤銅銚子

其七

內化開下藥一丸藥化盡去了甜味滴水不散坐入水盆內如色淡加姜黃末一錢

其八

青蒙花 皂角花 銀杏花 桑花 狗兒花 臘梅花 西瓜花 右七味各一兩蜜一斤銅鍋內化開用隔年葱白攪蜜死滴水不散下藥一兩姜黃末一錢住火攪勻坐用

金錢玄胡 白玄胡 瓜萸根 甘草 桑黃 卜固因

右為細末蜜一斤銅鍋內化開用隔年葱白攪勻蜜死滴水不散下藥半兩姜黃半錢住火攪勻坐用歌曰

金錢玄胡瓜萸根 甘草桑黃卜固因 百花一斤藥半兩 此法益利勝燒金

其九聖蠟法

蒸豆粉十斤 梔子斤 因粉鵝黃色蠟斤 右置銅鍋內化開下粉一斤松花一兩有松花下一斤无松花下半斤住火攪勻乾盆內坐用

其十

寒水石五斤 姜黃二兩攪勻為末 右為細末如粉細蠟一斤下藥半斤住火攪勻乾盆坐用

其十一

白膠香斤 用加桿灰斤 右淋水一桶糞白膠香共升悉為度蠟一斤銅鍋化開下藥一斤姜黃二錢住火

攪勻乾坐用

其十二

陳養子一斗炒香熟去皮研為細末十斤  
姜黃末一兩一處攪勻蠟十斤銅鍋內化  
開二味和一處住火攪勻乾坐

其十三造白蠟法

烏相油斤五

右銅鍋內化開住火用綿濾過蠟十斤銅  
鍋化開下入烏相油一處住火攪勻分作  
三塊

其十四造黃蠟法

松花斤四

黃末粉斤二 梔子斤二  
右熬水同粉黃色曬乾蠟一斤銅鍋內化  
開共藥一處攪勻住火乾坐用

其十五

菜豆粉斤一 寒水石斤一 葵子末斤半 蛤粉斤一  
姜黃末斤半

右五味研為細末如粉蠟五斤銅鍋內化  
開共下藥一處住火攪勻乾坐分作三  
塊住香下共藥一處住火攪勻乾坐

其十六

松花斤四

白礬斤四 寒水石斤四 蛤粉斤四  
右為細末蠟三斤銅鍋內化開下共藥一  
處住火攪勻乾坐作二塊

其一秤輕粉訣

水銀斤一

硫黃斤四  
先將硫黃於鐵鉢內鎔開次下水銀於硫  
黃內一處炒成砂與用蜜陀僧四兩煅硝  
二兩作麩子春夏三日秋冬七日將前件  
砂子於麩子一處攪勻用鐵大鐵一箇攤  
砂子在上用瓦盆一箇蓋鐵用蜜調赤石  
脂固濟口縫底下用木炭火文武燒之早  
晨下火午時住火冷定揭起藥在盆上掃  
下用木匣子盛之四兩一匣任意使用盆  
底是粉霜上面是輕粉此是與妙秘術

其二十七寶溫涼硫黃蓋

用船上硫黃一斤分四兩 砂四兩 心紅 膽  
礬 輕粉 青黛 官粉 銅綠

右每味各一兩各自制度研如粉蓋一箇  
用藥三錢水盞內坐用處州磁蓋一箇用

生絹手帕一箇中心留眼用茶托子一箇  
或酒滿上蓋之日晚放上酒來日早晨空  
心服冬暖夏涼治一切下元虛冷

單硫黃蓋  
治下元虛冷同前七寶蓋一般用噶硫黃  
一箇不問大小同前蓋一般置造用度

其三擦指白如銀治銅法  
麝香 枯白礬 真燒銀 水銀 鹿角灰  
硫砂斤五

先將白礬於鍋內化開次下水銀就熱攪  
勻研為末次將銀子化開下研砂朋砂就  
熱研為細末枯白礬麝香鹿角灰研為細  
末總藥八味一處再研如粉如要使用先  
將皂角水洗銅器三遍然後用藥指之用  
紙封裹七日一過三遍為度此是妙秘或  
定也非人勿示

聖蠟燭法  
白膠香斤四 硫黃斤四 槐角子斤四

八月收先將槐角子搗爛將白膠香硫黃  
一同鎔開用竹筒長七寸將藥灌之一條

可燃一月神妙

省油方

浮萍草六月 无松六月 遠志 黃丹

蛤粉各一

右為細末每油一兩用藥一錢可煎一月

聖蠟燭法

槐角子二斤 白膠香斤 硫黃四兩

先將槐角子搗爛用沙鍋化開白膠香次

入槐角一處熬爛次下硫黃一處用槐條

攪勻用竹筒長七寸蠟如大指灌入筒內

陰乾去其筒子不用每一條可點六十日

妙

治墨法

松煙十兩 阿膠四兩 藿香 甘松 姜汁

猪牙皂角

四味用水熬少時去滓沾清十兩中化阿

膠四兩膠用金箔三箇銀箔二箇和煙一

處攪勻用杵搗一萬下取出過成錠子次

入灰池內春五日夏三日秋七日冬十日

取出任意用

死蜜法

先用白沙蜜一斤用无油鐵鍋一箇次下

蜜在鍋內隔年葱十根攪葱熟取出再將

新葱十根攪勻文武火煨之次用水一梳

將蜜滴水中不散不沾牙不沾手此即成

寶脫胎換骨也悟修合秘之後同細藥取

顏色如黃金

馬皮包去皮取裏面 桑花 皂角花 槐

花 白天門冬 蔥花 兔絲子 臘梅花

蜜蒙花 甘菊花 各一

右為細末和勻一處每一斤蜜用藥一兩

半攪勻取出傾在冷水成塊此即是死蜜

秘法任意用之仙方

百花膏

蜜蒙甘草瓜蒌根 玄胡黍黃白芩

百花一斤藥二兩 勝如燒金共燒銀

右為細末用為一處銅鍋內化開百花將

前藥倒在一處攪勻用生綿濾入水中待

成塊任意用

妙靈丹

食栢葉百草常飽不飢避難絕食

杜仲一斤去藤皮醋洗一宿 荆芥穗一斤

白茯苓一斤 甘草一斤 薄荷斤

右為細末煉蜜為丸小指大將栢葉水洗

淨和藥同入口內細嚼食為妙

知命丹避難絕食濟饑

木香 白茯苓 赤石脂 乳香 水銀

黑錫與水銀同結子砂器另研細珠砂

雄黃 蜜陀僧已上各 黃蠟六錢 松脂錢

右九味都為細末將松脂黃蠟鎔開為丸

可重一錢如服藥時飽喫糯米粥一頓後

用乳香湯下一丸至五七日又服一丸服

至二丸盡用棗七箇初一日都服七枚每

日或盡棗永不饑已發渴飲水

呪水法

喀霹霍火公奉勅攝

存太陽取炁一口吹在水中飲水時呪之

絕食後心清意淨內想不出外想不入昔

日有傳方太醫嚴仲山自癸巳年七月初

三日避唐州危難无食至死驗矣服藥

全家絕食四十九日得保身安康復舊如初

仙酒方

糯米用一二升 好麴四 大麥蘖一兩  
酵子二

右為細末用水五升煮粥取出次入藥一處攪勻復明酒香其効如神不悞脩合

乾酒方

肉桂一兩 黑附子一兩 好蜜一兩 川椒一兩  
生薑二兩 杏仁二兩 神麴一

右為細末用粟米二升淘淨蒸熟將藥末和飯一處攪勻入瓶瓶內三宿取出搗爛

九如雞頭大入瓶內盛了用紙封口勿令透風至七日取出見風時一箇時辰再入瓶內依前封不計年分若要喫酒時將熟

水五升藥一丸放在水內濕紙封口不多時聞酒香蓋用獻聖飲

神仙餌生地黃延年法

生地黃不以多少肥者陰乾為細末煉蜜為丸如梧桐子大每服如湯酒下三十九

日進三服百日顏如桃花至三年令人長生矣

神仙餌茯苓方

茯苓一石常以七八月熟收之採來曝乾先入臼春去刺然後為細末每服二匙新

水調下日進三服勿令斷絕服之長生服一年後冬不寒夏不熱服之二年老返少頭白再黑齒落重生服至三年身輕延年

絕糧方

黑豆四升炒去皮火麻子四升煮搗為末每服一合水調下日進三服十日可斷穀

冬夏不令寒熱也  
神仙服視子延年不老方

常以十月上巳日取在新甕器內盛之以盆合其上密泥勿令走氣三七日開取去

皮從月初日服一粒以水下日加一粒直至月半却減一粒為度終而復始令人可依夜看書久服此氣力百倍

辟穀住食方

凡欲住食必先住心  
秫米一斗 小油  
鹽末 川姜 小椒各十等

蔓菁子三升 乾大棗五升  
右六味為細末每服一大匙新水調下日進三服如饑渴漸有力如喫諸般果木茶湯自意不可食肉大忌也

走死的馬 飲殺的驢 脹死的牛  
紅眼的羊 自死的猪 有彈的鰲

懷胎的兔 無鱗的魚  
自古有書云皆不可食之若食之者生百疾也

辟穀方

永寧二年二月十七日黃門侍郎劉景先表言臣遇太白山隱士得此方臣聞京師

未糧大貴宜以此濟之令人不饑耳目聰明顏色光澤如有誑妄臣一家甘受刑戮

四季用黑豆五升淨洗後蒸三遍曬乾去皮又用大火麻子三升湯浸一宿漉出曬

乾膠水拌曬去皮淘淨蒸三遍確搗次下豆黃共為細末用糯米粥合和成團如拳

大入甕蒸從夜至于住火至寅取出於磁器內盛蓋不令風乾每服三塊但飽為度

不得食一切物第一頓七日不饑第二頓  
 七七日不饑第三頓三百日不饑容貌佳  
 勝更不憔悴渴即研火麻子漿飲更滋潤  
 臟腑若要重要物用葵子三合杵碎煎湯  
 飲開導胃脫以待沖和無損此方勒石漢  
 陽軍別山太平興國寺

神仙養生秘術

太古土兌經卷上中下 之二

土兌者天地之精山川之靈此二體者或陰  
 氣所養陽氣所生或陰氣所生陽氣所養研  
 精覃思乃變化之由且金生水土之中銀產  
 銅石之內據其質體道頗同其錫與鉛本性  
 各異施於銅鐵行止道殊事在人情察其去  
 就學道之士先變銅石次審爐火三明藥性  
 四達制伏不曉四事徒勞神思金銀銅鐵錫  
 謂之五金雌雄硫砒名曰四黃朱汞鵬硝  
 鹽礬膽命云八石或陽藥陰伏或陰藥陽制  
 明達氣候如人呼吸皆有節度學道之人先  
 調氣次論藥物二者相扶是曰道真常習積  
 慶方遇神文保秘勿泄深藏金匱云耳  
 黃芽術

- 雄黃 雌黃 砒黃 赤石脂 代赭石
- 丹砂 曾青 黃蓮 黃蘗 牛糞汁
- 染藥術
- 砒砂 石膽已上皆俱融氣 麒麟竭
- 光明砂色相 硫黃去毒 麻灰汁 戎鹽
- 梔子煎汁 黍米酒 紫蘇油煎 淳海

末去諸惡已上是入黃若用為丹添減在人

- 白藥術
- 蔚金 胡桐律潤色 梔子潤色 石膽去毒
  - 鹽鹵 膠清 石灰 硃砂已上融氣亦去毒

銅藥

- 雄黃 雌黃 砒黃 朴硝 戎鹽
- 丹砂 硃砂 白石脂 牡蠣 石灰
- 五礬 銅黃 凝水石 曾青 鐵精末
- 童子糞 老牛尿已上入銅外及白並用之

右如此藥法足作白中用藥

夫水銀之體能入五金以伏煉成金粉故孤  
 剛子曰金粉相投黃白可求銀得伏汞所作  
 無受銅得伏汞不過一周錫得伏汞其性和  
 稠鐵得伏汞五金可修

金得伏雄萬事流通銀得伏雄必有始終銅  
 得伏雄異性和同錫得伏雄畢了其功鐵得  
 伏雄能去危凶

金得伏雌制之一時銀得伏雌變轉無疑銅  
 得伏雌成真是非錫得伏雌自合堅持鐵得  
 伏雌自合無離