

真誥卷之九

安元

協昌期第一

金丹篇星運家言星圖為真誥卷之九

經曰行事時北向執隱書而為之者謂始學  
真妙未涉微遠不解星位之首向不識玄斗

之指建故當北向執書以漸求之耳若既解  
書意識星轉之隨時自宜隨斗所指按而存  
步如此則無有常向不為皆向北也夫一切  
北向自為始學者耳恐此將可以意通觸類  
不足復問邪此答長史謬飛步經  
中北向執書意也

太上真人步五星之道以致五星降室閉氣  
上綱當先呼五星星夫人名字畢乃越網踏  
星謂始上綱便頓住呼名字呼名字畢乃越  
網踏星耳若每至星上得復重心呼所至星  
處之名字益其佳也若其煩重難常但可案  
舊而行耳昔鬱沙公北里子長陵老人皆案  
此法而得升天不以煩難為辭也所謂治生  
者矣商販之汲汲豈憚險難哉所期唯錢貨  
而已耳若使求道者常如買販之用心亦有  
何不得仙耶但惜初學者皆言專心盡懃至

而後漸懈縱有亦似車之將故而百節綬落

又似負重之牛造遠足蹇夫學者之所患而

為得者之所笑皆如此輩事耳苟能心研內

鏡者是為感發乎神將有靈人發子之蒙攜

辰景之與矣此答謬步五星法也經圖唯言  
隨網往還又有一法云越網踏

太白位在西歲星位在東案而施之所以爾

者五星隱伏縱橫無常不如北斗列象恒在

故一以定位於五方不得隨星之所在也此  
答謬安五星圖也經  
中無旨故所以置問

念之亦可一時頓存三八亦可平旦存上景

日中存中景夜半存下景在人意為之也若

外身幽嚴屏絕人事內念神關攝真納氣將

可平旦頓存三八景二時又各重存一景益

當佳也但人間多事此煩難常行耳事不得

常為益自薄西城玉君桐栢上真皆案此道

也案苞玄玉籙白簡青經云不存二十四神

不知三八景名字者不得為太平民亦不得

為後聖之臣此答謬二十四神  
意亦是秘訣右此四訣事今有  
長史所寫本不知此因揚揚何  
真若非東脚則紫微兩真也

太上真人撰所施行秘要長史寫本有題如  
此經中所用運宜反白諸要也  
今長史所行之可非成事一舉經也

太素丹景經曰一面之上常欲得兩手摩拭

之使熱高下隨形皆使極匝令人面有光澤

皴斑不生行之五年色如少女所謂山川通

氣常盈不沒

先當摩切兩掌令熱然後以拭兩目畢又順

手摩髮如謂應作  
如字理櫛之狀兩臂亦更互以

手摩之使髮不白脉不浮外

右一條出丹景經中此經未出世  
是下真品目

大洞真經精景素摩篇曰卧起當平燕正坐

先叉兩手乃度以掩項後因仰面視上舉項

使項與兩手爭為之三四止使人精和血通

風氣不入能久行之不死不病畢又屈動身

體申手四極反張側掣宣搖百關為之各三

此當口訣此運動應有次第法用故項卧起  
口訣益亦難經為神之神也

先以手中若厚帛拭項中四面及耳後使圓

匝熱温温然也順髮摩項若理櫛之無數也

良久摩兩手以治面日久之使人目明而

邪氣不干形體不垢此真作  
賦字生穢也都畢

乃咽液二十過以導內液

右一條出大洞精景經上卷亦未出世非三品目

消魔上靈經曰若體中不寧當反舌塞喉漱

漏咽液亦無數須臾不寧之病自即除也當

時亦當覺體中寬軟也

右一條出消魔上靈經中亦未出世非三品目

右前三條不顯誰之所授

消魔經上篇曰耳欲得數按抑其左右亦令

無數令人聽徹所謂管治城郭名書皇籍又

曰鼻亦欲得按其左右唯令數令人炁平所

謂灌漑中嶽名書帝錄

右此二條法方丈臺昭靈李夫人出用此云此

消魔上篇亦應同是前限

太上錄淨發華經上案摩法常以生氣時咽

液二十七過畢按體所痛處向玉而祝曰左玄

右玄三神合真左黃右黃六華相當風氣惡

疲伏匿四方玉液流澤上下宣通內遣水火

外辟不祥長生飛仙身常休強畢又咽液二

七過常如此則無疾又當急按所痛處二十

乃咽液二十過以導內液

一過

右一條滄浪雲林宮右英王夫人所出錄亦未出世非三品目

丹字紫書三五順行經曰坐常欲閉目內視

存見五臟腸胃久行之自得分明了了也此

中真石景亦字經曰常能以手掩口鼻臨目

微悉久許時手中生液迫以摩面自常行之

使人體香此經非三品目

紫度炎光內視中方曰常欲閉目而卧安身

微氣使如卧狀令傍人不覺也乃內視遠聽

四方今我耳目注萬里之外久行之亦自見

萬里之外事精心為之乃見百萬里之外事

也又耳中亦恒聞金玉之音絲竹之聲此妙

法也四方者總其言耳當先起一方而內注

視聽初為之實無彷彿久久誠自入妙此經下真

目品太上天關三經曰常欲以手按目近鼻之兩

背閉悉為之悉通輒止吐而復始恒行之眼

能洞觀此經下真目品云天

右四條玄師所教用玄師即南真夫人此四經並未出世

清靈真人說寶神經長史寫本亦題如此此後並與真神說攝題有前後之異則是真神

之例今人皆謂寶神經實神經豈得下教

耶此唯是

夫注心道真玄想靈人冥冥者亦具監其意

也若外難未披假詠蕪存實復未能迴西榆

之年還發玄童矣苟航玄篤也志之慙也縱

令牙彫面皺頂生素華者我道能變之為嬰

在須臾之間耳但問志之何如爾老少之學

無所在也吾往即其人也此謂事皆長是

求道要先令目清耳聰為事主也且耳目是

尋真之梯級綜靈之門戶得失繫之而立存

亡須之而辨也今鈔徑相示可施用也此謂

道曰常以手按兩眉後小穴中三九過又以

手心及指摩兩目權上以手旋耳行三十過

摩唯令數無時節也畢輒以手逆乘額上三

九過從眉中始上行入髮際中口傍咽液多

少無數也如此常行自自清明一年可夜書

亦可於人中密為之勿語其狀

眉後小穴中為上元六合之府主化生眼暉

和瑩精光長珠微童保鍊目神是真人坐起之上道一名曰真人常居內經真諺曰子欲夜書當修常居矣真人所以能旁觀四達使八霞照朗者寔常居之數明也

目下權上是決明保室歸嬰至道以手旋耳

行者抹明映之術也旋於是理開血散敏兆不生目華玄照和精神盈矣夫人之將老鮮

不先始於耳目也又老形之兆亦發始於目

際之左右也以手乘額上內存赤子日月雙

明上元歡喜三九始眉數畢乃止此謂手朝

三。元固腦堅髮之道也頭四面以兩手乘之

順髮就結唯今多也於是頭血流散風濕不

凝

鄰畢以手按目四皆二九過覺令見光分明

是捨眼神之道久為之得見百靈凡修行此道及卷中

諸神事並甚有節度悉以別撰在

登真隱訣中今不可備皆注釋

懇而行之使手不離面乃佳以成真人猶不

廢也欲行此道皆盟金為誓金之多少在人

盡誠而設耳不徒爾苟行而已真官曰欲聞

起居金為盟書謂非其人而不傳授也此道

出太上寶神經中此經初不下傳於世也當

來為真人者時有得者反白之要事盡於此

盟信既定無科謂受此宜用金銀二雙

紫微夫人喻書如左紫微是承裝若說寶神事如此則裝所說亦同此夕

夜卧覺常更叩齒九通咽液九過畢以手按

鼻之邊左右上下數十過微呪曰太上四明

九門發精耳目玄徹通真達靈天中玄臺流

炁調平驕女雲儀眼童英明華聰晃朗百度

眇清保和上元徘徊九城五藏植根耳目自

生天臺鬱素柱梁不傾七魄澡鍊三魂安寧

赤子携景輒與我并有敢掩我耳目太上當

推以流鈴萬凶消滅所願必成日月守門心

藏五星真皇所祝羣響敬聽

卧覺輒按祝如此勿失一卧也真道雖成如

我輩故常行之也但不復卧自坐為之耳此

太上寶神經中祝辭上道也令人耳目聰明

強識豁明鼻中調平不垂津淡四響八徹面

有童顏制魂錄魄却辟千魔七孔分流色如

素華真人起居之妙道也所以名起居者常

行之故也畢又咽液九過摩拭面目令少熱

以為常每欲數也興寧三年歲在乙丑六月

二十三日夜喻書此其夕先共道諸人多有

耳目不聰明者欲啓乞此法即夜有降者即

仍見喻也此楊君自記也長史年出六十耳

人云諸又告云道士耳重者行黃赤炁失節度也不

可不慎此蓋指歲

右一條清靈言

擗頭理髮欲得多過通流血氣散風濕也數

易擗更香用之也亦可不須解髮也

右一條紫微夫人言

太極綠經曰理髮欲向王地既擗髮之始而

微祝曰

泥丸玄華保精長存左為隱月右為日根六

合清鍊百神受恩祝畢咽液三過能常行之

髮不落而日生

常數易擗擗之取多而不使痛亦可令侍者

擗取多也於是血液不滯髮根常堅

右一條安凡華所告令施用此二條皆發

白止落之事



亦是今答  
亦長史也

紫微夫人喻曰披華蓋之側延和天真入山  
澗之谷填天山之源則虛靈可見萬鬼滅身  
所謂仰和天真俯按山源也華蓋一名  
華蓋也  
天真是一眉之間眉之角也山源是鼻下人

中之本側在鼻下小入谷中也華庭在兩眉  
之下是徹視之津梁天真是引靈之上房且  
中暮恒咽液三九過急以手三九陰按之以

為常令致靈徹視杜遏萬邪之道也一日三  
過行耳紫微夫人言人有卒病垂危者世中  
凡醫唯知針人中不知針山源谷中  
此太深也本注從此法  
起是楊按長史書也按而祝曰開通天庭

使我長生徹視萬里魂魄返嬰滅鬼却魔來  
致千靈上升太上與日合并得補真人列象  
玄名楚莊公時此即春秋時  
楚莊王也市長宋來子恒

洒掃一市久時有一乞食公入市經日乞恒  
歌曰天庭發雙華山源影陰邪清晨按天馬  
來詣太真家具人無那隱又以滅百魔恒歌

此乞食  
一市人無解歌者獨來子忽悟疑是仙人然  
故未解其歌耳乃遂師此乞食公葉官追遂

積十三年此公遂授以中仙之道來子今在  
中微

乞食公者西嶽真人馮延壽也周宣王時史  
官也手為天馬鼻下為山源  
六月二十七日夜喻書此楊按書  
此

雲林王夫人曰仙真之道以耳目為主淫色  
則目闇廣憂則耳閉此二病從中來而外奔  
也非復有他矣今令人聰明益易耳但不為

之者行之難欲得上通徹映旁觀鬼神當洗  
心絕念放棄流淫所謂嚴其始矣夜卧先急  
閉日東向以手大指後掌各左右按拭目就

耳門使兩掌俱交會於項中三九過存目中  
當有紫青絳三色氣出目前此是內按三素  
雲以灌合童子也陰祝曰眼重三雲兩目具

君英明注精開通清神太玄雲儀靈驕翩翩  
保利雙關啓微九門百節應響朝液泥丸身  
升玉宮列為上真凡四十八字祝畢咽液五

十過畢乃開目以為常坐起可行之不必夜  
也要以生炁時一年許耳目便精明久為之  
徹視千里羅映神靈聽於絕響者也此亦真

仙之高道不但明目開耳而已

夫欲學道者皆當不欲令人知見所聞每事  
盡爾太上官中歌曰手把八雲氣英明守二  
童太真握明鏡鑒合日月鋒雲儀拂高闕開  
括泥丸官萬響入百關驕女坐玄房愈行愈

鮮盛英靈自爾通

此歌正言耳目之經也我滄浪方丈仙人常  
寶而為也此道出太上四明玉經中傳行以  
青金為誓然後乃施行耳右此並是右英夫  
又用盟信兼有青帝令亦宜依准立格乃得  
受傳耳謂青可二十尺全錄二雙此四明玉  
經三品謂久行之耳  
元目也問蒸拜靜百鬼畏憚功曹可見與語

七月二日南嶽夫人喻

燒香時勿反顧伴真炁致邪應也  
入靜戶先前使人道達上聞

臨食上勿道死事洗澡時常存六丁令人所  
向如願理髮欲向玉地既櫛髮之初而微呪  
曰泥丸玄華保精長存右為隱月左為日根

六合清鍊百神受恩祝畢咽液三過此一係  
祀所說無異但不知何者前後  
耳按以日月推此則是後也

右四條南嶽夫人喻

正一平經曰閉氣拜靜使百鬼畏憚功曹使者龍虎君可見與語謂能精心久行之耳家有正一平經今此悉載拜靜衆事必應是泰清經恐脫字也

又曰燒香時勿反頤反頤則忤真炁使致邪應也

又曰入靜戶先前右足著前後進左足今與右足齊畢乃趨行如故使人陳啓通達上聞又曰臨食上勿道死事勿露食物來衆邪炁又曰數澡洗每至甲子當沐不爾當以幾月

且使人通靈浴不患數患人不能耳蕩鍊尸臭而真炁來入

右玄師所教使施用右六條與前所說大略記今更詳記寫此并益後二條以示長文也

右十條並長史寫  
服仙藥常向本命服畢勿道死喪凶事犯胎傷神徒服無益

東卿司命君此一係本在受明堂玄真法後

右一條楊書  
太上九變十化易新經曰若履淹穢及諸不

靜處當洗滌浴與解形以除之

其法用竹葉十兩桃皮削取白四兩以清水一斛二斛於釜中煮之令一沸出道寒溫以浴形即葛淹消除也既以除淹又辟濕痺瘡癢之疾且竹虛素而內白桃即却邪而折穢

故用此二物以消形中之滓濁也天人下遊既反未嘗不用此水以自蕩也至於世間符水祝漱外舍之近術皆莫比於此方也若浴者益佳但不用此水以沐耳鍊尸之素殺正宜以浴耳真奇秘也下真品自有九化十變疑此日是例言也

紫微王夫人所教用  
右一條長史寫

受洞訣施行太丹隱書存三元洞房者常月月朝太素三元君以正月九日二月八日三月七日四月六日五月五日六月四日七月三日八月二日九月一日十月十日十一月十一日十二月十二日夜於寢靜之室北向六拜拜訖稽首跪曰謹啓太上大道高虛玉晨太素紫官八靈三元君中央黃老無英白元太帝五老高真上仙太極皇精三皇君大

洞三景弟子其謹以吉日之夜天闕九開之間上聞太上玉皇真君乞得長生世上壽無億年時兼黃晨綠蓋龍轅上詣紫庭役使萬神侍衛四明畢勿令人知也此一係錄寫

右四朝太素三元君法以吉日夜半時  
太上大道玉晨君常以正月四日二月八日三月十五日四月八日五月九日六月六日七月七日八月八日九月九日十月五日十一月三日十二月十二日登玉霄琳房四時天下有志節遠遊之心者于至其日平旦日出時北向再拜亦可於靜中也自陳本懷所願畢因咽液三十六過長史

東海青童君常以丁卯日登方諸東華臺四望于此日常可向日再拜日出行之可因此以服日精又錄

右紫虛元君所出右此三事並上學隱朝南真出之亦足今長文連用也  
右三條有長史據共書同在一紙上

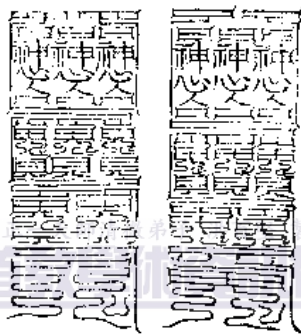
常以二月二日三月三日八月八日九月九日十月十日夜於寢室存思洞中訣事而獨

處不眠者吉也其夕術經玉童玉女將太極典禁真人來於空中而察子也是其夜常燒香精苦有知所待者也坐卧存思或讀書念真在意為之唯不可以其夕施他事非求道之方耳若兼慎於其日益善匪唯守夜矣受洞訣之始常當修此好以為意也

數遇惡夢者一曰魄妖二曰心試三曰尸賊厭消之方也若夢覺以左手躡人中二七過琢齒二七過微視曰大洞真玄張鍊三魂第一魂速守七魄第二魂速守泥丸第三魂受心節度速啓太上三元君向遇不祥之夢是七魄遊尸來協萬邪之源急召桃康護命上告帝君五老九真皆守體門黃閣神師紫戶將軍把鉞搖鈴消滅惡津反凶成吉生死無緣畢若又卧必獲吉應而造為惡夢之氣則受閉於三關之下也三年之後唯神感旨應乃有夢也夢皆如見將來之明審也略無復惡占不祥之想矣長史作惡字皆下心其義與西下心亦同但謂西心則惡也

吉感也卧覺當摩目二七叩齒二七遍而微呪曰太上高精三帝丹靈絳宮明徹吉感告情三元柔魄天皇授經所向諧合飛仙上清常與玉真俱會紫庭畢此太洞秘訣以傳於始涉津流者矣右此三事亦是洞房太丹家事其經亦未顯世今世中經乃和有其事皆增損不同

右三條有長史寫



此符長史書

此符長史書

已上符本朱書

明堂內經開心辟妄符王君撰用開日旦向玉朱書再拜服之祝曰  
 五神開心徹聽絕音三魂攝精盡守丹心使我勿妄五藏速尋拜畢祝祝畢乃服服畢咽液五過叩齒五通勿令人見兩妄字謂若不皆應作忘  
 用開日以月旦月十五日二十七日一月三

服一年便驗秘術也右符及此三條有長史撰寫兩本據朱書  
 東卿司命曰先師王君昔見授太上明堂玄真上經清齋體糧存日月在口中畫存日夜存月令大如環日赤色有紫光九芒月黃色有白光十芒存咽服光芒之液常密行之無數若不修存之時今日月還住面明堂中日居左月居右令二景與目童合蒸相通也此道以攝運生精理和魂神六丁奉侍天兵衛護此上真道也太上玄真經先盟而後行行之然後可開玉佩金璫之道耳李偉昔長齋三年始誠竭單思乃能得之於是神光映身然後受書耳此玄真之道要而不煩吾常實秘藏之囊肘故以相示有慎密者也明堂玄真自有經經亦少耳大都口訣正如此而行之偉者亦不得經但按此而行始乃得經耳爾欲得可就偉取玉佩隱書非偉所見耳  
 夜行及冥卧心中恐者存日月還入明堂中須臾百邪自滅山居恒爾此為佳右此是祝之法其大經在茅傳中

右三條揚書



太虛真人南嶽赤君內法曰以月五日夜半時存日象在中心日從口入也使照一心之內與日共光相合會畢當覺心暖霞暉映驗良久乃祝曰

大明育精內鍊丹心光暉合映神真來尋畢

咽液九過到十五日二十五日二十九日復作如上使人開明聰察百關鮮徹面有玉光體有金澤行之十五年太一遺寶車來迎上登太霄行之務欲數不必此數日作也

右一條出太上消魔經中此經亦未出世右一條長史寫

東華真人服日月之象上法

男服日象女服月象日一不廢使人聰明朗徹五藏生華魂魄制鍊六府安和長生不死之道前此兩字是兼算本末書

右書日月象法亦可圖書日也右一條楊書

右此二法不審是何真所受

漢孝明皇帝夢見神人身長丈六項生圓光飛在殿前欣然悅之過問朝廷通人傳毅對曰臣聞天竺國有得道者號曰佛傳聞能飛行身有白光殆其神乎帝乃悟即遣使者張

騫羽林郎秦景博士王遵等十四人之大月氏國採寫佛經四十二章秘蘭臺石室第十

四即時起洛陽城西門外道北立佛寺又於南宮清涼臺作佛像及鬼子母圖帝感非

常先造壽陵亦於殿上作佛象是時國豐民

安遠夷慕化願為臣妾佛像來中國始自明

帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已

帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已

帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已

帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已

帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已

帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已

帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已

帝時耳此說粗與外書同而長安中似久已

三千里小方諸亦方面各三百里周迴一千

二百里亦各別有青君宮室又特多中仙人

及靈鳥靈獸輩大方諸對會稽之東南小看

去會稽岸七萬里東北看則有湯谷建木鄉

又去方諸六萬里方諸是乙地湯谷是甲地

上多有奉佛道者有浮圖以金玉鑲之或有高百丈者數十謂應作樓也其上人盡孝

順而不死是食不死草所致也皆服五星精

讀夏歸藏經用之以飛行按夏口連山故曰

小方諸上多奇靈寶物有白玉酒金漿沂青君畜積天寶之器物盡在於此亦多有仙人

食不死草飲此酒漿身作金玉色澤常多吹

九靈簫以自娛樂能吹簫者聞四十里簫有

三十孔竹長二三尺九簫同唱百獸拊儂風

風數十來至和簫聲

大方諸官青君常治處也其上人皆天真高仙太極公卿諸司命所在也有服日月法雖已得道為真猶故服之靈山赤城亦為司命之府唯太元真

人南岳夫人... 方除三十一... 統統也... 如錢在心中赤色又存日有九芒從心中上出候至齒間而... 久臨目... 非此字... 見心胃中分明乃吐氣數

液三十九過止一日三為之行之一年疾病除五年身有光彩十八年必得道行日中無影辟百鬼千惡災氣恒存日在泥丸中夜服月華如服日法存月十芒白色從腦中下入喉芒亦不出齒間而迴入胃

右此方諸真人法出大智慧經上中篇常能用之保見太平... 右南極夫人所告

行此日在日月在泥丸之道謂省易可得旨行無中廢絕者也除身三尸百疾千惡鍊魂制魄之道也日月常照形中則鬼無藏形青君令故行之吾則其人也今以告子子脫可密示有心者耳行此道亦不妨行寶書所服日月法也兼行益善善也仙人一日一夕行千事初不覺勞明總道之至生不可失矣讀

日月神譜... 右西城王君告... 為道當如射箭箭直往不願乃能得造期的操志入山唯往勿疑乃獲至真... 玄清告... 是時

右八條並揚書... 行此四道按王玄上法一年便驚視聽自可... 太極真人云讀道德經五千文萬遍則雲駕... 來迎萬遍畢未去者一月二讀之耳須雲駕至而去

右二條某書... 山世遠受孟先生法暮卧先讀黃庭內景經... 一過乃眠使人魂魄自制鍊恒行此二十一... 年亦仙矣是為合萬過夕得三四過乃往北... 嶽蔣夫人云讀此經亦使人無病是不死之... 道也... 存五星當謹按八素以王星為始存以生氣... 時若不王星先出者故宜不先存王也至於

視星入室任意耳唯以懃感為上耳亦不必須都見星然後速通也視之亦審耳清靈若告存思要法當覺目觀五星於方面並乘芒而下行我然後依王星下而存王星但吞咽一芒畢又當鎮星下又存鎮星良久總五星各一芒使俱入口而咽之如鎮星星過數也... 若頓存五星自當依常法不心存對星下也... 六月一日夜青靈真人言... 日中五帝字曰日魂珠景昭翰綠映迴霞赤童玄炎颺象凡十六字此是全闕聖君採服飛根之道昔受之於太微天帝君一名赤丹金精石景水母玉胞之經... 右英云珠圓會暉翰綠凝日霞煥明赤童... 秉靈玄炎散光颺象鬱清此日之勢也神之威也... 右二條某書... 扶晨始暉生紫雲映玄阿煥洞圓光蔚是朗濯耀羅眇眇靈景元森灑空清華九天錦玉

5-557 ... 190011



宿金房煙膏歌

右大洞真經中篇今鈔數行本洞經亦有此四句

外國呼日為濯濯羅方諸真人呼日為圓羅  
曜夢見此濯濯羅者日之應也紫雲中人者  
胎宮神也玄真之道矣日德廣澤長生之象

紫雲同晨魂魄安也身康神寧從此始矣

辭四通已呈意氣安和此揚君自與長文書語耳

右英顯大洞真經言以釋夢濯濯羅之義

也如別此亦自註也長史夢事不顯

右四條揚書

真誥卷之九

真誥卷之十

真誥卷之十

協昌期第二

微誠因理感積精洞幽具斐斐乘雲練靈像  
憑紫煙眇眇濯圓羅佛駕飛輪玄輪啓矇

昧願景恩自新長文既開告賦詩一萬本

守此則是凡具書及古書作紫字皆仿研

范幼冲遼西人也受胎化易形今來在此恒

服三氣三氣之法存青黑白氣赤氣各如絃

從東方日下來直入口中托之九十過自飽

便止為之十年身中自有三色氣遂得神仙

此高元君太素內景法且且為之臨目施行

視日益佳其法鮮而其事甚驗許侯可為之

矣范即是華陽中並也事在第四卷

右一條揚書

東海東華玉妃停文期授合真臺文具張微

于服霧之法常以平旦於寢靜之中坐卧任

已先閉目內視仿佛使如見五藏畢因口呼

出氣二十四過臨目為之使目見五色之氣

相纏繞在面上鬱然因入口內此五色氣五

安十

十過畢咽液六十過畢乃微呪曰太霞發輝  
靈霧四遷結氣琬屈五色洞天神煙含啓全  
石華真鶴鬱紫空鍊形保全出景藏幽五靈

化分合明扇虛時兼六雲和攝我身上升九  
天畢又叩齒七通咽液七過乃閉目事訖此

道神妙又神州玄都多有得此術者久行之  
常乘雲霧而遊也

右一條揚書又掾寫

守玄白之道常旦旦坐卧任意存泥丸中有

黑氣存心中有白氣存臍中有黃氣三氣俱

生如雲氣覆身因變成火火又繞身身通洞

微內外如一旦行至向中乃止於是服氣一

百二十都畢道正如此使人長生不死辟却

萬害尤禁六畜肉五辛之味當別寢處靜思

尤忌房室房室即死

初存出氣如小豆漸大衝天三炁纏繞繞身

共同成一混忽生火在三煙之內又合景以

煉一身一身之裏五藏照徹此亦要道也

右二條有採寫并右三事在論華陽第四

卷中今又重鈔可修事出此耳其本文猶