

口大和其津神想安居心如明月照身外氣氣無運火力上行泥丸積精不泄隨氣上昇久久長生則九竅通明四肢強健耳韜形晦迹章

天地賦其形氣生則居世絕俗愛死則脫殼斷塵緣生則滅形藏於影死則集神構於真皆有法焉形滅後者冬至日日初出向日行登東方山大松下手提赤芝必有鬼物相迎呼天狼七徧其鬼必自身後收黑氣走向覆身此則陰消而無影神鬼不可犯之死則集神神不散構精不移也

驅神靈章

神靈者因人得之或公正則爲神邪注則爲鬼而修真之士欲

道藏輯要

太玄寶典

三

上鼎集五
川上川

驅之當正已神出神光於身外自然有異人驅前或送或禁皆從已命也

齊老幼章

老者衰少者強常理也老者反壯少者已衰一氣稟二消耗真人以法齊之老者反壯少者益強人之氣衰欲強盛者當服九仙太液法其道鍊氣定神體安內八十一真液其液如不甘久乃得甘味少者自甘以手引氣自心下腎不出七日老者如嬰兒矣

長生不死章

有生不死謂之長生有死不死長生者生而鍊之也不死者返

生也人欲長生藥欲長青松栢子葉是也丹鍊太虛心定神是也欲不死藥服三黃地黃黃精甘菊是也丹鍊太一守腎鍊氣是也

鍊凡全真門

輕骨章

骨者天地陰陽之氣凝結生化自胎中而成由氣衝在長養而少變壯壯變老其骨之中有髓流化成精以爲一身之根元筋脈交貫而一身之動靜皆由一氣以滋榮氣血強盛則骨輕以其血滋榮提領衝動故也氣血既衰則骨重髓枯謂骨枯精竭而死也夫眞人之修行當先鍊血隨氣化以周營次鍊骨化久成白玉長生之道本乎此焉

鍊氣圓定章

氣之所生有應有度有象有理故半夜自元氣生時兩耳如風雨聲盛者如鍾磬聲其應乃子時之半爲度也久久修行修者閉目上視見星斗光各象運其氣自下而轉不惟自尾闕行夾脊上泥丸而下降其中又復通九竅行四肢皮膚下皆循而徧周則氣圓也久運動而反上則爲眞寂乃氣眞定氣之動靜是謂要妙氣之一動則長安氣之一靜則神應眞氣行處皮膚光澤九竅通達四肢輕便久久皮膚下無血但白膏耳