

草中有精靈之物能令人長生生精益髓精竭再生髓竭再行  
草精甘菊是也得四兩爲菊花四兩清酒煮一沸出之暴乾爲  
末每服方寸匕以清水下七日外精生不窮矣

### 草氣生氣章

天地之氣由陰陽而分陰陽之氣則爲萬物其草中有最得其  
氣者地黃是也服之榮血脈堅牙齒烏髭髮光澤四肢體人服  
之各有異術地黃收之得多則蒸之極爛研出滓取膏汁雜以  
海鹽十分之一勿與婦人服血妄行也而成疾男子生虛弱服  
之七丸如麻子大清水下七日氣盛如嬰童大有益耳

### 草丹度世章

道藏輯要

太玄寶典

卷

上篇集五

太上有七十二種丹惟九華草靈丹能度人出世真仙之階不  
出於法乎天之精天門冬是也地之精地黃是也日之精枸杞  
是也月之精松黃是也陰之精遠志是也陽之精人參是也山  
之精巨勝是也水之精藕節是也人之精菊花是也九藥各等  
分採擇精淨杵爛以百草和露包裹用葛藤緊扎以米五斗同  
蒸之米熟出之夜攤布於月明中五更水露陰乾爲末蜜爲丸  
日服一棗大旦用水下不出七日可以度世心自通神明不飢  
不渴骨堅輕體可以居山矣

### 靈草換肌章

凡人之肌肉有久病者或氣血骨已死者皆令活惟真人以靈

草換肌靈草者東方甲乙日採防風庚辛日暴乾丙丁日採芝  
壬癸日暴乾西方庚辛日採菖蒲甲乙日暴乾北方壬癸日採  
菊花丙丁日暴乾四藥用戊己日入臼杵之三千六百下爲末  
用藕節汁爲丸如豆大日三服七日外肌肉無病百邪乃退風  
氣不干以凡成真以老成童非遇有道不可教服之

### 草通九竅章

人有九竅相通則爲真人室塞則爲下鬼九竅不通無以知好  
惡是非邪正故真人之道先度人通九竅其藥乃神妙神功之  
草也藥用菖蒲一寸九節者末之和以楮汁爲丸每服酒下七  
九菘豆許百日外立知有應夜不寐不知倦色流香味皆易辨  
道藏輯要

太玄寶典

三

上鼎集五  
X。三

之人所不達已先達焉

### 草五行丹章

草中有五行真人採之成丹服之可以內五行自聚精氣神者  
皆正其藥東方之靈人參也南方之靈菖蒲也中央之靈地黃  
也西方之靈巨勝也北方之靈黃精也以五丹添水同蒸三日  
三夜取出暴乾爲末鍊松脂爲丸桐子大日七服溫水下七丸  
七日成真氣夢想通靈氣血滋榮身體筋骨精固神定耳

### 服水章

真人服水所以益真氣元也凡有停厨法有治病法有驅邪法  
有益氣法有靜體法各各有通神之妙應也