

猛獸不據攫鳥不搏老者反壯病者皆強惡矣必然

思詠玉書入上清

精研內景必獲仙道

常念章第二十二

常念三房相通達

三房謂明堂明房丹田之房也與流珠玉帝天庭極真玄丹泥丸太皇等諸宮左右上下皆相通達

洞得視見無內外

存思三丹田三三如九合九為一明玄洞微無有內外也

存漱五牙不饑渴

道藏輯要

雲笈七籤

三

三

參集二

靈寶有服御五牙者五行之生氣以配五藏元精經云常以立春之日雞鳴時入室東向禮九拜平坐叩齒九通思存東方安寶華林青靈始老帝君九千萬人下降室內鬱鬱如雲以覆已形從口中入直下肝府祝曰九氣青天元始上精皇老尊神衣服羽青役御天官煥明歲星散耀流芳陶漑我形上食明霞服飲木精固養青牙保鎮朽零肝府充盈玉芝自生延年駐壽色反童嬰五氣混合天地長并畢引青氣九咽止便服東方赤書玉文十二字也

神華執巾六丁調

神華者玉曆經云太陰玄光玉女道之母也衣五色朱衣在

脾府之上黃雲華蓋之下六丁者謂六丁陰神玉女也老君六甲符圖云丁卯神司馬卿玉女足曰之丁丑神趙子玉玉女順氣丁亥神張又通玉女曹漂之丁酉神臧文公玉女得喜丁未神石叔通玉女寄防丁巳神崔巨卿玉女開心之言服鍊飛根存漱五牙之道成則役使六丁之神也

急守精室勿妄泄

精室謂三丹田上下資運而不絕制之在心心即中丹田也緩急之所由真妄之根本也

閉而竇之可長活

積精之所致也

道藏輯要

雲笈七籤

卷

參集二

起自形中初不潤

調心使氣微妙無形

三官近在易隱括

謂三丹田真官近在人身隱括精氣常以心爲君主者也

虛無寂寂空中素

外指事也素有二說

使形如是不當污

使形輕淨如懸縑素於空中也又云身中虛空使如器之練素虛靜當然污謂有其事也

九室正虛神明舍



九室謂頭中九宮之室及人之九竅使上宮榮華九竅與正則眾神之所止舍也洞神經云天有九星兩星隱故稱九天地有九宮故稱九地人有九竅故稱九生言人所由而生也存思百念視節度

存念身中百神呼吸上下一如科法文云千千百百似重山皆神象

六府修治勿令故

按洞神經云六府者謂肺為玉堂宮尙書府心為絳宮元陽府肝為清冷宮蘭臺府膽為紫微宮無極府腎為幽宮宮太和府脾為中黃宮太素府異於常六府也

道藏輯要

雲笈七籤

墨

參集二

行自翱翔入天路

謂昇仙羽化也

治生章第二十二

治生之道了不煩

無為清簡約以守志

但修洞玄與玉篇

謂洞玄靈寶玉篇真文黃庭也

兼行形中八景神

玉緯經云五藏有八卦大神宿衛太一八使者主八節日八卦合太一為九宮八卦外有十二樓樓為喉嚨也廣中為太