

畢五日一行之口中舌上爲神庭存日月既畢因動舌覺有黃泉如紫金色從舌上出上流卻入明堂爲黃英之體也存思之時常閉目施念

### 太一遊日服日月法

太一常以甲午丙午戊午日日出時下遊絳宮合形真人及兆身絳宮真人者處心中之丹田中元真人居其心中也先存思真人忽然與太一合形又存我入絳宮中忽然復與太一合形於是絳宮之中惟覺有太一之身身形象服如兆體也但令形細眇然似初生孩子之狀又存兩鼻孔下左有日右有月日中有黃精赤氣月中有赤精黃氣精者二明之質色氣者日月之

### 道藏輯要

雲笈七籤  
五

早

參集五  
XII

烟也二氣鬱鬱來入絳宮絳宮溢滿二氣復上入洞房中洞房中鬱滿又下至黃庭中黃庭中者臍下三寸下丹田宮中也二氣既滿又入填溢太倉中二氣洞徹鬱鬱積胃管中存太一上行正當胃管中南向呼召下元丹田黃庭真人衣黃衣巾黃巾與太一共坐飲食精氣二十七咽良久畢存黃庭真人咒曰日月之華黃赤二精圓光合氣上發大明三元飲食太一受靈又存太一與中元真人還入絳宮黃庭真人還下丹田大一與我合形還六合宮

### 求月中丹光夫人法

求仙之道當以夏至之日夜半入室南向眠坐任意閉眼內思