

譬如穿履去泥傘蓋去雨未可得也亦何怪哉公子既聞此言已童子冷然乘風而去莫知所之也

化身坐忘法

每夜人定後偃臥閉目然後安神定魄忘想長出氣三兩度仍須左右振之便起拗腰如前法攝心入臍下作影人長三四寸然後遣影人分身百億聳頭而出屋鑽房而上上至天滿法界皆是我身便想中明即自見之既見之便令影人入臍下便大飽其化身到來亦戰身動大况似行氣法仍須正念凝情於身但用心無不動也故老君曰道以心得之

胎息法

道藏輯要

雲笈七籤

星

丹集一

老君曰人之不死在於胎息矣夜半時口中前目舒展脚手拗脚咳嗽長出氣三兩度即坐握固攝心臍下作影人長三三寸以鼻長吸引來入口中即閉定勿咽之亦勿令出口即於臍下合氣作小點子下之米大如下數已盡却還吸飲如前初可數得三十二十點子漸可數百及二百後五百若能至數放千點子此小胎息長生却老之術

影人

分身作影人長三四寸許立影人鼻止令影人取天邊元空太和之氣從天而下穿屋及頭直入四肢百脈無處不徹其氣到來覺身戰動每一度爲一通須臾即數十通便大飽矣人有天

病作之十日萬病俱差當下氣之時作念之我身本空我神本
通心既無礙萬物以無障礙何以故得神通故凡一切作法一
種卽須下之吐氣法皆須作蛇喙真動上領其吸氣之時微叩
齒令熱

服紫霄法

坐忘握固遊神聳頭而出鑽屋直上到彼天邊引紫霄而來直
下穿屋而從頭上入內於腹中常含紫氣隨神而來向作解心
我本未悟之時不知道體今既覺悟法本由來不從他得我知
今來得自在者更無別法直作定心心決定故卽得作意見此
氣眾多而來併聚稠密如赤雲聚神上天但作解脫直以心往
道藏輯要 雲笈七籤 入 井集一 入
天上取亦得卽下方萬物皆空屋亦空人性與道同神通通久
視也

至言總養生篇

老君西昇經曰偽道養形真道養神道者能亡能存神能
飛形并能移山形爲灰土其何謂焉又曰凡人之衰人不如衰
身衰身不如愛神愛神不如含神含神不如守身守身長久長
存也故神生於形形成於神形不得神不能自生神不得形不
能自成形神合同更相生更相成神當愛人人不愛神故絕聖
棄智歸無爲也雒書寶子命曰古人治病之方和以醴泉潤以
氣藥不辛不苦甘甜多味常能服之津流五藏藥在心肺終身