

行恒

拘三魂法

其日夕卧去枕向上伸足交乎心上冥目閉氣三息叩齒三通存心有赤炁如雞子從內仰上從目中出外轉大覆身變成火燒身周

市內外洞徹如一覺靈中叩齒三通呼爽靈胎光幽精三種急住固微祝曰

太微玄宮中黃始青內鍊三魂胎光安寧神

寶玉室與我俱生不得妄動監者太靈若欲飛行唯得詣太極上清若欲飢渴唯得飲徊

水玉精

制七魄法

其日夕卧向上伸足兩手掌掩兩耳當使指

冥目閉氣七過叩齒七通存鼻中端有白

氣如小豆須臾漸大冠身九重忽又各變成

天獸兩青龍在兩目中兩白虎在鼻兩孔中

左足下靈蛇在右足下頭亦向上口舌處在

女著玄龍水兩手各把火炁當耳門如此良

久咽液七過叩齒七通時尸狗伏矢雀陰吞

賊非毒除穢臭肺又微祝曰

素氣九迴制魄却姦天獸守門嬌女執關鍊

魄和柔與我相安不得妄動看察形源若汝

飢渴聽飲月黃日丹

凡暮卧先存泥丸宮赤子字三元先一名帝

卿赤子絳宮真人字子南丹一名中光聖赤子丹

田宮嬰兒字元陽子一名谷下玄黃衣人頭

並如嬰兒有金光玉色又存臍中命門玄關

生宮大君著朱衣巾紫冠冠手執天皇象符

向外坐三魂神乃閉氣二十四息心呼桃孩

字合延三魂神咽液五十過叩齒三通微祝曰

胎靈大神皇綱天君手執胞符首中紫冠黃

迴赤轉上精命門化神反生六合相因形骸

光澤玉女奉身先存此乃拘魂制魂又以月

朔望日夜半來書天皇象符於青紙上北向

左手執符閉氣心祝曰

天帝玄書皇象靈符以合元氣運精反胎萬

年嬰孩飛仙天樞生宮大神披丹建末首戴

紫冠與我同謀服畢再拜但於所履上服

紫履行太玄

上清握中訣卷上

上清握中訣卷中

守玄丹法

成元

其月一日三日七日十一日十五日夜半所

存即與三一同法其常日夕當依今事其暮

夕靜寢去諸思念先存北極辰星出一紫氣

如弦來下入玄丹宮須臾滿宮溢出外市身

通洞與紫氣合體又存日忽飛來入宮在紫

氣中晃晃然乃存上清中黃太一真君從北

極紫氣中來入日中坐服色名字把執悉如

前因三呼位號名字忽存我在太一前再

拜稽首問道求仙因乃咽紫氣三十過咽液

三十過又存北斗魁中出一赤氣如弦直入

來玄丹宮於是真君與我共乘日入行赤氣

道中上詣魁中寢注想令分明於是仍以寢

即有真感其非夕時亦當恒存太一在玄丹

宮并出紫氣以繞身及咽之也若聞耳鳴錯

手掩耳祝曰

赤子在宮九真在房請聽神命亦察不祥太

一流火以威萬凶手指耳門七過覺面熱者

佳若項間色色寒者惡氣入當急卧臨目存

玄丹太一真君以火鈴煥而擲之令惡杰即出耳外火光亦隨之炯炯以照映一身良久平復  
凡諸聞見不吉並精存真君以求救護則萬凶不干

大靜法

守一之人每以甲午甲辰甲寅日夜半掃除靜寢之庭亦可作壇方一丈障四面布席燒香向北再拜平坐按手臨目存三宮三一如法又存三素雲氣各在宮中三人在氣中三素者紫青絳衣次重沓之因仰視北斗存紫氣從魁中出如弦直來入口分注三宮於是三一三卿及我乘三素雲忽出共乘紫氣上登斗魁因乘三素度入北極中見紫房玉階天官序列太一帝君巾紫晨冠錦鳳衣向南坐我等七八登階北向拜求乞飛真長生之道良久自忘如在天上久久乃密起還寢陰雨可於寢牀存之  
上建日平旦向玉平坐閉氣臨目內視三宮三一三卿如法乃存忽出在我前對坐我乃

心起各再拜令如見乃心祝曰

天尊三帝守其命門出游虛中六氣玄分養我五神正我三魂五藏自生長生飛仙又存從虛中忽還三宮如法而住乃咽液三十過久之當夢見金玉白鳥諸物見一之漸也

上除日夜半密起向北仰視北斗內像輔弼之形忽見三一三卿從輔星中出來下入三宮中仍還室更閉氣臨目內視精思如法良久微祝曰

太上天輔三帝所遊三卿從霄與真合俱下入我身安寂坐無吐精灌形魂魄和濡使我飛仙雲車行碎咽液二十七過

每閱日夜半起坐東向去巾亦可解髮更梳結之臨目內視微呼曰

上元三真真中嬰兒散髮開煙上通天台泥丸堅凝與天同時使我飛仙交行洞臺咽液十九過乃巾而卧更存三一宮中呼氣三十

過我亦自呼氣三十過當覺本身中薰薰熱則和魄凝魂之驗  
月初出向月再拜存月白光十芒來接我身

洞照三宮乃心祝曰

太陰玄精明月夫人初生流光照我三宮神仙上飛高遊八方所向所願皆與福中亦可再拜

臨食初就食皆先正心目想三一各於其宮遙共散饗畢乃食食畢心祝曰

百穀入胃與神合氣填補血液尸邪亡墜長生天地飛登玉闕役使六丁靈童奉衛巾斗却惡守一出入行住恒存北斗覆頭柄指前今天關去面七尺如此百邪凶氣不敢干犯也尋此要訣亦可兼作飛步祝曰

吾是天目與天相連精若電雷明曜八域徹視表裏無物不伏

吸火鍊形夜臨日向火口吸取火光咽之無數存覺身市體洞然如火良久乃止三年行之能入火生此素將子鍊形法

朝太素

正月九日二月八日三月七日四月六日五月五日六月四日七月三日八月二日九月一日十月十日十一月十一日十二月十二

日夜於寢靜室北向再拜稽首跪曰謹啓

太上大道高虛玉晨太素紫宮八靈三元君

中央黃老无英白元太帝五老高真上仙太

極黃精三皇玉君大洞三景弟子某甲謹以

吉日之夜天關九開之間上聞太上玉皇真

君乞得長生世上壽無億年時乘黃晨綠蓋

龍轅上詣紫庭役使萬神侍衛四明畢勿令

人知云施行太丹隱書存三元洞房者此謂

修先進之法非關三一乃諸訣法若未行此

道謂亦不得用此拜請而此日是月中吉辰

宜為諸善事

朝玉晨

正月四日二月八日三月十五日四月八日

五月九日六月六日七月七日八月八日九

月九日十月五日十一月三日十二月十二

日平日日出時北向再拜自陳本懷所願畢

咽液三十六過云此日太上大道玉晨君登

玉霄琳房四眇天下有志節遠遊之心者是

故令拜請先應呼位號如朝法云冀土小死

某甲乞願云云也若雨雪可於靜室中啓請

畢更再拜仍長跪咽液止

朝青君

丁卯日日出日向再拜請乞九月後正月前

日出岡其方可因此以服日精此日東海青

童登方諸東華臺四望按方諸在會稽東小

近南著則應對乙地若夏月日出東北便不

得正向日存拜東華所在啓請若請乞畢又

再拜乃修日事受者但吸服霞精而九咽之

精思

常以二月二日三月三日八月八日九月九

日十月十日夜於寢室存思洞中訣事燒香

念真精苦勿眠如有祈待兼慎於其日益善

云修洞訣者其日衛經玉童玉女將太極典

禁真人來於空中觀察善惡故令謹慎勿為

他事唯管道務修諸善法也

惡夢

若遇惡夢覺以左手捨人中二七過喉齒二

七通微祝曰

大洞真玄張鍊三魂第一魂速守魄第二魂

速守泥九第三魂受心節度速啓太上三元

君向遇不祥之夢是七魄遊尸來使邪源急

召批康護命消滅惡津反凶成吉生死無緣

畢又卧必獲善應云數過惡夢者一日眠伏

厥清則受附三關

之下反凶為吉也

善夢

若遇善夢卧覺當摩目二七過叩齒二七通

微祝曰

太上高精三帝丹靈絳官明徹吉感告情三

元柔魄天皇授經所向諧合飛仙上清常與

玉真俱會紫庭此善惡二夢祝法出太丹洞

所求而行此二夫夢惡者明且當啓太上以

正魂魄折除不祥當朝拜仍答乞首謝除之

枕麝香一具於頸間辟水注之氣絕惡夢也

若每夢塚墓及亡者卧覺正向上三咏齒而

祝之曰

太上玄九都紫天理魂護命高素真人我

受上法受教太玄長生久視神飛體仙塚墓

永安鬼訟塞姦魂魄和悅惡氣不煙遊鬼

切同象敢干我神北帝呵制收氣入淵得錄

上皇謹奏玉晨如此者再祝祝又三叩齒此云

此章秘授凡得諸惡夢不祥者夜卧覺常更  
可皆按此法有心者並可行之  
急閉目叩齒九通咽液九過畢以手按鼻之  
邊左右上下數十過微祝曰

太上四明九門發精耳目玄徹通真達靈天  
中之臺流氣調平嬌女雲儀眼童英明華聰

吳明百度眇清保和上元徘徊九城五藏植  
根耳目自生天臺鬱素柱保不傾七魄深鍊

三魂安寧赤子攜景輒與我并有敢掩我耳  
目太上當推以流鈴萬凶消滅所願必成日

月守門心藏五星真皇所祝群響敬聽畢又  
咽液九過摩拭面目令小熱以為常卧覺輒

按祝如此勿失一卧也云此是真入起居會  
今年日聰明而有重頓行之道恒也卧為之  
制過秘經中碎千靈也夜卧覺存日象在疾

手中握之使日光赤芒從臂中逆至肘腋間  
良久日芒忽變成火以燒臂使內外通市洞

徹良久乃陰祝曰

四明上元日月氣分流光煥曜灌液凝魂神

火散景盈織鍊煙洞徹風氣百邪燔然使得

長生四支完全注害考鬼收付此辰畢存思

良久放身自忘

云患手願者如此若頭面餘  
處風聲亦各隨其處依此法

之祝常以生氣時咽液二七過按體所痛處  
向玉而祝曰

左玄右玄三神合真左黃右黃六華相當風  
氣鬼疾伏匿四方玉液流澤上下宣通內遺  
水火外辟不祥長生飛仙身常休強畢又咽

液二十七過常如此則无疾云又當善按所  
知此則病疾悉除而祝畢又作數手臂不  
動乃止此病疾亦當无怖約所在也手臂不

擾者先以一手徐徐按摩臂良久畢乃臨  
目內視叩齒咽液三過正心微祝曰

太上四玄五華六庭三魂七魄天關地精神  
府營衛天台上明四支百神九節萬靈靈籙

玉晨判書玉城玉女侍身玉童護命永齊二  
景飛仙上清長與日月年俱後傾超騰昇仙

得整太平流風結疔注鬼五飛魁魁塚氣陰  
氣相凌徇我四支于我感衰太上丁龍虎

曜威斬鬼不祥風邪即推考注匿訟百毒隱

非使我復常日月同輝考注見犯北辰收摧

知于明威云此是北帝由折祝諸有由折者  
而已篇內祝咽液法也夜卧先急閉目東

向以手大指復掌各左右按拭目就耳門使

兩掌俱交會於項中三九過存目中各有紫  
青絳三色氣出目前乃陰祝曰

眼童三雲兩目真君英明注精開通清神太  
玄雲儀靈嬌翩翩保利雙關啓徹九門百節

應響朝液泥九身昇玉官列為上真畢咽液  
五十過乃閉目以為常坐起可行之不必夜

要當以生氣時云行此一年耳目便清明又  
此則非必夜卧從子時後五日且中暮咽液

三九過以手急陰按天真在兩眉山源人中  
小入華旋下中陰數三九過按而祝曰

開通天庭使我長生徹視萬里魂魄反嬰滅  
鬼却魔來致千靈上昇太上與日合并得補

真人列像玄名云令人致靈徹視杜過萬邪  
中行祝之恒以手按兩肩後小穴中三九

過又以手心及指摩兩目下顙上又以手旋

耳行三十過畢輒以手逆乘額三九過從眉  
上行入口傍咽液多少無數頭四面亦以兩

手乘之順髮就結唯令多都畢乃以指按目

四指二九覺令見光分明勤而行之唯令數

無時節也行之一年可夜書火為之得見百  
靈此道出太上寶神經中已成真



人猶不察之如此無面上常欲兩手摩拭使  
約時節有暇便行  
熱謂先摩如兩掌令熱乃以拭面  
又項後兩手更互摩之  
手巾帛拭項中四面及耳後皆使溫溫然又  
順髮摩頭又摩掌以治面目都畢咽液三十  
過

卧起當平氣正坐先叉兩手乃度以掩項後  
因仰面使項與手爭三四過仍屈動身體伸  
手四極反張側掣宣搖百關為之各三指此  
按摩法使精和血通氣  
不入又行之不元不效

常欲以手按目近鼻之兩背閉氣為之氣通  
輒止吐而復始恒行之眼能洞觀耳欲數按  
抑其左右令無數鼻亦欲爾又常以手掩口  
鼻臨自微氣久時手中生液追以摩面目使  
人體香

坐常欲閉目內視存見五藏腸胃又行之自  
得分明常欲閉目而卧安身微氣乃內視遠  
聽四方令我耳目在萬里之外精心為之乃  
見百里外事亦恒聞金石絲竹之聲初雖無  
髣髴久又誠自入妙謂初起一方從遠而  
今通无隔礙也

掃頭理髮當向王地掃髮之始微祝曰  
泥丸玄華保精長存右為隱月左為日根六  
合精鍊萬神受恩畢咽液三過  
條洗時常存六丁今人所向如願六丁各隨  
其當數沐浴浴不患數患人不能耳鑿鍊

尸臭而真炁來入每至甲子當沐不爾當以  
幾月旦使人通靈若履穢穢及諸不淨處當  
洗澡浴盟解形以除之其法用竹葉十兩桃  
皮削取白四兩以清水一斛二斗者令一沸  
過寒溫以浴形即萬穢消除也謂若浴者益

水以沐浴鍊形之東藥正宜以浴耳如使不  
得以此外沐浴頭更別像常沐浴也又云世間  
此亦許有符水別法正一道士乃自有常用  
而八更六甲別有一符水於解穢為勝今  
附錄於此書可兼用之朱書白紙如此已著  
清水中向王左手執水器右手  
執一柳印函三過並水祝曰

百境之鬼速去萬里不去斬死西方白童子  
輒以劍三叩器邊又祝又叩齒凡三過止因  
取水漱口自身他身及穢處所瘴便解不必  
須浴  
服仙藥常向本命服畢勿道死喪凶事犯傷  
胎神徒服無益

臨食上勿道死事勿露食物來眾邪氣命及  
王道  
上道法布衣不假人車服牀寢不共之也坐  
卧室宇當令潔淨則受靈氣不淨則受故氣  
故氣之亂室宇者所為不成所作不立一身  
亦當數洗浴澡潔不爾仙道無翼沐浴不數  
魄之性也違魄反真是鍊其濁穢魄日亡矣  
數沐浴常存六丁今人所向如願慎勿道學  
道學鬼犯人亦不懼立使人病是體未真故  
也凡寫經書當恒燒香左右

凡精思皆燒香於左右性躁暴者一身之賊  
病每事皆當柔遲而盡精潔之理  
夫欲學道者皆當勿令人知見所聞每事盡  
爾

存日在心法  
以月五日十五日二十九日夜半存日從口  
入在心中照一心之內與日共光相合會良  
久當覺心暖乃祝曰  
大明育精內鍊丹心光輝合映神真來專咽  
液九過又云行之善藥不必拘此數日  
可夕夕為之云是木虛赤若內法

上清握中訣 卷中

服日月象法

男服日象女服月象日一勿廢云書作日月  
男服日象女服月象日一勿廢云書作日月  
說早晚今可併來書青紙作日字方九分前  
為數千每平旦東向左手執存為日形光芒  
如法乃入今世心中因叩齒明流各九過  
女應以黃書月象右手執服之云是東華真  
法入

服日芒法日月華到服真

平坐臨目直存心中有日象大如錢赤色紫  
光九芒從心上出喉至齒間未出齒而迴還  
胃中良久存見心胃中分明乃吐氣漱液服  
液三十九過止一日三為之此當以平旦東  
向時西

服月芒法

夜存月在泥丸中黃色有白光十芒亦未出  
齒而迴入胃按此亦應一當以亥子丑時月  
徑一寸在丹田宮其十白芒流下口中咽入  
喉到胃令白光照徹亦應吐氣服液三十九  
過貯存之亦可此西域玉君說東華中法今  
行此不止  
保見太平

服三氣法

常以平旦向日臨目存青氣白氣赤氣各如

錄從日下來直入口中抱之九十過自飽便

止此當一吸氣一咽今三不入藏府分說首  
事解而易法

服霧法

當以平旦於靜寂之中坐卧任意先閉目內

視髮髻如見五藏因臨目口呼出五色炁二

十四過使目見五色氣相纏遠在面上鬱然

乃又口內此五色氣五十過單咽液六十過

微祝曰

太霧發矇靈霧四連結悉宛屈五色洞天神

煙合啓金石華真鶴鶴紫雲鍊形保全出景

藏幽五靈化分合明扇虛時乘六雲和攝我

身上昇九天畢又叩齒七通咽液七過乃開

目此合真臺主女真強微子所受東華法按  
二十四炁是藏炁氣因與外天地  
霧和合來入故噴納五十過也

守玄白法

守玄白法

常平旦坐卧任意存泥丸中有黑氣心中有

白氣臍中有黃氣三氣俱出如小豆漸大纏

繞合共成一以覆身固變成火火又燒身使

內外洞徹如一旦行至日中乃止於是眼氣

一百二十過都畢云此壯歲平所受介建胎  
當長生不死先蘇身宜及一切內五中  
未行之三十年速形隱身日行五百里



服開心符法

每開日及月旦十五日二十七日旦向王朱

書拜祝曰

五神開心徹聽絕音三魂攝精盡守丹心使

我勿忘五藏遠尋畢乃服符服單咽液五過

叩齒五通勿令人見此王君所說明堂內  
書白紙預畫十符乃各以  
其日左手執符拜服之

過邪大祝

每經危險之路鬼廟之間諸有疑難之處當

先反舌內向咽液三過以左手第二第三指

捻鼻孔下中高內際三十六過於按中陰款  
叩齒七通進手心以掩鼻臨目微祝曰

朱鳥凌天神威內張山源四鎮鬼精逃亡神

池吐赤邪根伏藏魂臺四明瓊房零琅玉真

巍我坐鎮明堂手暉紫霞頭建晨光執詠洞

洞

經三十九章中有辟邪龍虎截嶽斬崗猛獸  
弄牛衝刀吞鑲揭山饒天神毒龍六領吐  
火咬鬼之王電猪雷父掣星流橫梟磁駝灼

逆風橫行天禽雁陳皆在我傍吐火萬丈以  
除不祥群精落道封落山鄉千神百靈併手  
叩頰澤射捧燈為我燒香所在所經萬神奉  
迎畢叩齒三通乃關目去手云此出大洞高  
上大祝法使天

設求衛千  
精實伏  
先臨目存見五藏令具叩齒三十六下乃祝

鄧都大祝

曰四言一  
水五為節  
天蓬天蓬九元殺童五丁都司高刁北公七  
政八靈太上浩凶長顧巨獸手把帝鐘素集  
三神嚴駕龍威劍神王斬邪滅蹤紫炁乘  
天丹霞赫衝吞魔食鬼橫身飲風蒼舌綠莖

四目老翁天丁力士威南禦凶天騶激厲威  
北衝鋒三十萬兵衛我九重辟尸千里去却  
不祥敢有小鬼欲來見狀饒天大斧斬鬼五  
形炎帝裂血北斗然骨四明破骸天猷滅類  
神刀一下萬鬼自潰畢若白日冥夜及困病

得祝為恒祝之鬼有三被此祝眼睛爛而死  
云此鄧都北帝秘祝中雷斬鬼之司名秘器  
則為用世人得此祝能行便不死之道

六宮名祝

暮欲即時先向北微祝曰

吾是太上弟子下統六天之宮是吾所部不

但所部乃太上之所主吾知六天門名是故

長生敢有犯者太上斬汝第一官名為紂絕

陰天宮以次東行第二官名為大殺諒事宗

六宮第三官名為明晨耐犯武城天宮第四

官名為恬照罪炁天宮第五官名為宗靈七

非天宮第六官名為敢司連宛屢天宮畢眾茲

六下又祝凡三過止乃叩辟諸鬼邪之氣云  
定錄所告世人有如鄧都六  
天宮門者則百鬼不敢為害

鄧都頌

頃梁城作鄧宮頌曰

紂絕標帝晨 諒事遶重阿 炎如霄中煙

勃若景耀華 武城帶神鋒 恬照吞青河

閻闔臨丹井 雲門鬱美哉 七非通奇蓋

連宛亦敷魔 六天橫北道 此是鬼神家

夜中微頌之能 神星此皆六宮門名故思亦  
長之武陽共成 為兵今但各隨所用而吟

之

又夜行當啾啾啾亦無止限數殺鬼邪鬼

常畏寒齒聲若兼之以漱液祝說益佳仙方

云常吞液叩齒使人反少世間下土惡體之

鬼多作婦女以惑試人若遇此者便閉氣思

天關之規衡輔之星具身神正顏色定志意

熱視其眼中童子閻濁不明者則鬼試也急

存七星在面前亦可在頭上以却之星天日  
一真若亦可用天蓬來為諸官也若眼中明

徹及方者仙道人也便拜請之不悟真為試

不過若遇邪而謂真人亦試不過深宜慎之

服神藥勿向北亥子日勿唾出沈義  
口訣

道士結頭理髮及飲食施為履屐枕褥皆勿

令非道者見而干犯之出陳世  
口訣

服食藥物尤不欲食蒜及石榴子猪犬肉出  
口訣

服食勿食含血物一切肉敗人功耳出唐傳  
口訣

求仙不欲見死屍唯父母師主不得不親臨

致哀耳出唐少  
口訣

求仙者勿以三月九日六月二日九月六日

十二月三日與女子相見此日男女三尸出於目中更相招引禍害往來入室斷隔為善

求仙勿與女子交接一交輒傾一年之藥勢出東海小童口訣

道士有疾當閉目內視心使生火以燒身令盡是痛處皆存火燒之出鳳細口訣

學道勿言有道夜閉目存眼童子存泥丸中今內視身神出東使聖口訣

暮卧存日在額上月在臍上辟萬邪千鬼出道士口訣

入山未至山百步先却百步反足乃登山山精不敢犯出呂奉口訣

行經靈廟間存口中有真人字赤靈丈人侍以玉女二人一人名花正一女名精乃叱

咤曰廟中鬼神速來使百邪詣赤靈丈人受斬死眾邪却千里此三天前驅捕鬼之法已

如此後應入三皇青胎卷中所用符事又禁山符中事並未撰

上清握中訣卷中

上清握中訣卷下

蘇君傳行事訣

人頭有九宮兩眉間上却入三分為守寸青房紫戶二寸為明堂官神君明女真官三寸為洞房官有無英黃先白三寸為

丹田泥丸官有上元赤子帝神居之四寸為流珠官神居之五寸為玉帝宮神居之明堂上一寸

為天庭宮神居之洞房上一寸為極真宮神居之丹田上一寸為玄丹官神居之凡一頭中有九宮並

一寸為太皇宮神居之凡一頭中有九宮並各方一寸其玉帝天苑極真太皇四官皆神

坐閉氣臨目握固兩膝上先存守寸中左有絳臺臺中有青房房中有神著青衣字名

右有黃閣中有紫戶紫戶中有神著紫衣字名靜字手並執流金鈴仍三呼其名微祝曰

紫戶青房有两大神手把流鈴身坐風雲俠衛真道不聽外前使我思感通利靈關出入

貞利上登九門即見九真太上之尊

次存明堂中左有明童真官字名中央有

明鏡神君名服精右有明女真官形並如嬰兒著綠錦衣腰帶四赤玉鈴口銜

赤玉鏡長跪坐向外口並吐赤炁貫我身令

幣及閉目微咽之又使鳴玉鈴聲聞吐鏡赤光如

難亦存三次存洞房中左有無英君著美華冠御紫冠

蓋佩流金鈴向外坐乃微祝曰

三元英杰太玄紫晨黃闕金室中有大神華

有真名曰無英扶我生我與我長存

又存右有白元君著黃辰華冠龍文衣佩神

虎符向外坐乃微祝曰

太上神精正當神門龍衣虎帶黃辰華冠把

籍持書是為白元與我俱遊上到陽關周遊

九清還安黃房此洞房法又常以夜半後生

悉時按手兩膝閉冥目內視咽液百二十

編存無英君服色祝說如法又以日出東向