

真人曰子欲不志審致天童童來下乘空
為馬護子身神是以成仙子不存神尸竟上
言其道有九為之者壽鍾山真人傳之於禹
與天相保上升玄府焉

夏禹授鍾山真人食日月星之法隱之於洞
庭之墟

食日之精子必長生緣以上天謁元先帝以
月一日三日五日七日九日十五日日出時
至日中食先念心中有日日中有玄蓋蓋下
有小童正赤赤氣徧身中身外九重思氣滿
頭從頂出上升天繞日九重呪曰

日君元陽還歸絳宮與我合德俱養小童因
思日精來下入鼻孔口中嚙之三九滿心中
心中有三人左即太一父也右即玄光母也
中央即赤子小童也坐金牀玉榻執玉梓玉
杯杯中玉英神酒并天芝草見在食飲之仍
不飢渴而長生矣

食月之精可以長生緣之以上天常以十五
日夜半時向月再拜呪曰
月君元陰還歸丹田與我合德俱養小童因

思月白氣黃精來下入鼻口中嚙之三七而
止月精託腎根長生矣

食星之精上升太清常以日出時時日中夜
半上念北極太皇星呪曰

皇天上帝太上通君曾孫小兆某甲好道願
得長生因念星精來下在兩眉之間流入鼻
口中嚙之三五思氣滿心膽脾中脾中有
道母主哺養赤子即不飢長生矣

太上靈寶五符序卷上

音釋
碩切 紅 蓬 加 山 落 菊 切 方 聲

老君曰松生千歲脂凝通神下入於地藏姓
易名棄本即大因根成形名曰威倍一字茯
苓辟兵陸沈出竊入冥不飢不渴日月合并
子能服之即得長生

老君曰苟蠶養體佳色還年一字胡麻本生
大宛生來萬歲來東度蘭留在中土斷絕胡
蠻含水之精却風除寒自名巨勝擯逐邪疢
服之不息與世長存巨勝或倍結觀山胡之
能潤和精神子能服之

老君曰椒生蜀漢含氣太陰天地俱生變化
陸沈故能却濕邪不敢侵噉鬼蠱毒靡有不
禁子能常服所欲恣心世之秘奧其遠甚深
堅藏勿泄不用萬金

老君曰薑生太陽與椒同鄉俱出善土竊窺
山間堅固不動以依水泉含氣英感守土本
根背陰向陽與世常存故能辟濕却寒執溫
除邪斬疾閉塞鬼門子能常服壽若乾坤
老君曰葛滿生澤附近深淵下濕之地補續

太上靈寶五符序卷中

靈寶服食五芝之精

老君曰松生千歲脂凝通神下入於地藏姓
易名棄本即大因根成形名曰威倍一字茯
苓辟兵陸沈出竊入冥不飢不渴日月合并
子能服之即得長生

老君曰苟蠶養體佳色還年一字胡麻本生
大宛生來萬歲來東度蘭留在中土斷絕胡
蠻含水之精却風除寒自名巨勝擯逐邪疢
服之不息與世長存巨勝或倍結觀山胡之
能潤和精神子能服之

老君曰椒生蜀漢含氣太陰天地俱生變化
陸沈故能却濕邪不敢侵噉鬼蠱毒靡有不
禁子能常服所欲恣心世之秘奧其遠甚深
堅藏勿泄不用萬金

老君曰薑生太陽與椒同鄉俱出善土竊窺
山間堅固不動以依水泉含氣英感守土本
根背陰向陽與世常存故能辟濕却寒執溫
除邪斬疾閉塞鬼門子能常服壽若乾坤
老君曰葛滿生澤附近深淵下濕之地補續

水濱有生高山石上結根一寸九節是謂靈
身固得之一合氣萬元故能生人保養精神
逐水辟濕厭鬼消患鬼魅魍魎遠避幽昏殭
殍之屬皆不敢前服之不休壽至千千
樂子長曰此五物皆可單服並益氣住年延

精定鬼服之不休與世長存故孝經援神契
曰薑椒益氣葛蒲益聰巨勝延年威倍辟兵
此即孔丘之秘言上聖之明旨也
老君觀天合服五芝草丹留神住年度世長
存方

靈寶三天方樂子長書出文

巨勝五分 威倍四分 蜀椒一分 乾薑
三分 葛蒲三分皆取真新好者精潔治之凡五物以王
相日童男搗藥勿易人也各異治下細篋五
物各萬杵五物各異置赤杯中凡五杯羅列
赤案上露一宿明日早旦乃以神斗分之合
和如法和以白蜜若白飴後更搗三萬杵丸
如梧子半旦向日長跪吞三九訖言長生得
所願暮日入復跪西向復吞三九如旦法以
為常禁食生魚猪肉韭菜禁見喪尸犬猪產

濟慎之曰此是一劑也若服盡更合可計藥
乃佳至於神數可都共益一萬
杵耳合和更搗足為四萬杵也

甲子建天癸亥數路晨昏為期慎勿敢忘六
十一節天地之常服之如法甲子為明甲子
建日服至癸亥日為一節若甲子無建者滿

定開亦佳服藥皆先齋三日燒香存神然後
即事也滿六十日身輕能行復六十日四肢
通利復六十日顏色有光復六十日平調腹
腸五臟皆實凶邪不傷復六十日身體堅強

復六十日耳目聰明此是一歲驗也復六十
日骨體強健復六十日手爪有光復六十日
影響顯彰復六十日精氣益長復六十日白
髮還藏復六十日牙齒堅剛此是二歲驗也

復六十日道德達通復六十日六甲神從復
六十日神達身中復六十日志信神行復六
十日心開目明復六十日遠知四方此是三

歲驗也復六十日瞻視有光復六十日五神
不亡復六十日不知飢渴復六十日百神來
謁復六十日五藏不竭復六十日能寒能熱

此是四歲驗也復六十日能浮能沈復六十

日能淺能深復六十日能圓能方復六十日
能弱能強復六十日能縱能橫復六十日能
短能長此是五歲驗也復六十日能好能醜
復六十日能少能老復六十日能大能小復
六十日能輕能重復六十日出入無間復六

十日行廚在邊位為仙人此是六歲驗也長
服不休與天相傾變形千化上升太清
靈寶巨勝衆方在神仙授樂子
長隱於泰山之陰

巨勝一名胡麻一名苟蘇一名莫如一名三
光之道茶一名天地之更生一名流朱一名
九變一名幽昌一名含朕一名青裏青裏葉
名也

延年益壽神方

胡麻子好者擇治去否穢蒸之如炊須曝乾
復蒸九曝九蒸乃止治下細篋以白蜜丸服
如雞子一枚日三又一方云不能丸服成末
三升以為常服之一年而色美身體滑澤服
之二年白髮返黑服之三年落齒更生服之
四年入水不濡服之五年入火不焦服之六
年走及奔馬此藥甘香而美易持難厭方秘

不出百年一傳

餌胡麻法

取一斛淘洗去上黑皮令正白蒸之一日曝乾磨之搗之亦佳澆釜中石五斗水復蒸之令釜中有石許水因下饒瀉胡麻置木杵中悉以石湯沃之以麥藥一斗細搗納中釀之如作糖狀卒時搗去糟煎之三分餘一分更置銅器中浮湯上釜中猛火無令沸絕可九止當如雞子者三九服之百日充益肌肉鬢髮皆黑耳目聰明能長服之命無窮矣。

胡麻膏

胡麻膏一斗雞頭三斤微火上煎之令蘆焦黃絞去滓以酒服之日中一升百日以去服之肌膚充盛二百日老者更少三百日延年益壽久服神仙也。

真人絕穀方

取巨勝二斗大椒五升去黑皮訖合搗二物下筵初服五合日三漿水無在亦可蜜丸服如雞子一枚日四漸自不飢荒年亦可但服此藥使當絕穀矣渴但飲水勿食他物食他

物便飢也能令氣力百倍寒暑不侵百病悉愈神仙自致矣。

真人絕穀餌巨勝法

取巨勝一斛蒸令熟氣周達便曝之一日凡九蒸九曝合用九日訖搗下筵和以白蜜服如雞子一枚日三久久食數自少服之百日百病自愈洗水不著身服之一年玉女侍衛若急用者亦可一日三蒸三曝三日凡合九蒸九曝便可用矣天陰者皆須日出用一斛加茯苓三斤合搗蜜和服如上法得力益速能補精髓漸漸自不飢渴則飲水。

真人輕糧辟穀不食方

巨勝一斗二升取純黑者茯苓二十四兩澤瀉八兩治三物萬杵以水服如彈丸日三過食可食無食復取百物食之無所禁。

出外益體服食方

取麻子五升溫湯漬之令開口去皮羊脂二斤合麻子中仁微火煎熟食飽為度渴飲水欲飯自在更合如煎麻者五枚之長可以知萬物通神明七月七日取麻勃一升其上

黨人參半斤食搗并蒸使氣出徧服一刀圭無不驗矣。

辨菊憶法

菊華與憶華相似宜以甘苦別之菊甘而憶苦也今所在有菊但為少耳率多生於水側猷氏鄴縣最多耳真人曰日精更生周盈神精長生皆一菊也而根莖華實異名其說甚美而近者服之略無效正由不得真菊故也。延年益壽方。

春三月甲寅日月中時採更生葉也夏三月丙寅壬子日月中時採周盈一方云周成周盈者菊之莖也秋三月庚寅日脯時採日精日精者菊之華也常以冬十月戊寅日平旦時採神精神精者一曰神花一曰神英菊之實也無戊寅者壬子亦可用也冬十一月十二月壬寅日入時採長生者菊之根也一方云十一月無壬寅壬子亦可用也一方云都合五物皆令陰乾百日各令二分治合下筵此上諸月或無採之日則用戊寅戊子戊辰壬子日也春加神精一分更生二分。

110614 3/16/6

夏加周盈三分更生二分秋加神精一分日精二分冬加日精三分常以直成日合之無用破危日合之也一方云亦爾不用執日合藥神不行當於密室中搗丸用白松脂大如梧子服之日三服後飯服之一年百病皆去耳聽目明身軀益氣增壽二年服之二年顏色悅澤氣力百倍白髮復黑齒落更生增壽三年服之三年山行不避蛇龍鬼神不逢兵刃不當飛鳥不敵過其傍增壽十三年服之四年通知神明及與五行增壽四十年服之五年身生光明日照晝夜有光關梁交節輕身雖無羽翼意欲飛行服之六年增壽三百歲服之七年神道欲成增壽千年服之八年目視千里耳聞萬里增壽二千年服之九年神威能為金石死能復生增壽三千年左青龍右白虎黃金為車又一方云春加神精二分更生二分夏加神精一分周盈二分秋加日精二分立冬加神精二分冬至加神精一分長生二分日吞十九旦暮各五一方云秋加神精一分日精二分一方云春加周盈二

分

餌杏子法

取杏子三斗去其中兩仁者作湯燒沸三四沸納杏子湯中有頃半摩令皮去熟治之置瓮中待之清其汁計度得七八斗棄其滓取一石釜置糠火上以半脂四斤摩釜中令膏盡著釜執復摩之令盡四斤脂納汁釜中炊以糠火若蠶沙四五日藥成其色如金狀如小兒哺服如雞子黃日三服百日父母不能識令人顏色美好夏微舒母所服壽七百年乃仙去神方秘之

夏禹受真人方樂子長言出陸於勞山之陰
赤箭一名離母一名鬼督郵一名神草一名獨搖一名當苦一名勝子一名鬼箭生陳蒼生少室生上洛充流山太山之陽或諸名山之南生南陽諸溪澗或生谷中陰處一莖生有節葉其顛如竹葉有風不搖常以三月採取盡其根無所去搗絞取其汁停置器中曝乾其滓乾復納汁曝乾治服方寸匕後食令人不老十日知效三十日氣大至百日以上

身軀耳目聰明一年齒髮更生其莖赤如弓箭根似人足對有指處但無爪也其子似小羊兒一曰根如芋魁其子似芋子居其傍不與相連多者十餘枚朝居母西暮居母東日中居母下盡取之中央有王大如指小者如環之十二枚四邊各三是其衛也取之先齋戒百日以酒脯醢其母於日下乃取之裹以丹囊盛常置左腋下其王名六甲父母隱五百人衛子能隱一人衛此藥母至死喪生乳者家藥神即去矣一曰葉如母指大指有四赤羽上下竟冬夏生採無時主治惡鬼精物蠱毒惡氣中寒熱擁腫起陰益氣肥健輕身久服延年其味苦

章陸根味酸有毒主胃中邪氣塗腫殺精物練五藏散水氣根如人形者有神生故墟田間三月八月採章陸草一名夜呼一名蕩根一名當陸一名萇陸一名長根一名商陸草一名神陸一名白華一名逐邪一名天草一名逐陰之精此草神草也

去三蟲殺伏尸治面黥黑益智不忘

男女五勞七傷婦人乳產餘病帶下
去赤白皆愈方

麴十斤米三斗加天門冬成末一斗漬章陸
六日便齋服五日食減二十日殺絕腸肥財
容氣息諸蟲皆去耳目聰明癩瘰皆滅以月
宿與鬼日加丁時取商陸服如粟日三道士
恒種此藥草於靜室之園使人通神

能傷人方
令人不老長生去三蟲治百病毒不

取當陸根四十斤削去上皮細切之以水八
斗於東向竈煎之令減半去滓更煎之令可
丸服如梧子一丸大良作之勿令人見又一
方取章陸三十斤正月二月九月十月十一
月十二月採取過此不中用取章陸淨洗麤
切長二寸許勿令中風也絹囊盛懸屋北
六十日陰燥末治下篋方寸匕水服日一先
食十日見鬼六十日使鬼取金銀寶物作屋
舍隨意所欲八十日見千里百日身能飛行
登風履雲腸化為筋又服成仙人
真人長生去三尸延年反白之方

宜服丹光真華之母宜食浮水玄雲之髓此
自然能生千歲一變百歲一化先變後化天
不復害神鬼無奈何故可服也故得生也丹
光之母者松脂也浮水之髓者茯苓也能伏
鬼神却死更生松脂流入地中千年變為茯苓
茯苓千年化為琥珀琥珀千年變為丹光
丹光色紫而照人丹光千年變為黃芩黃芩
為芝千年變為浮水之髓浮水之髓千年化
為夜光夜光千年化為金精金精千年化為
流星流星千年化為石膽石膽千年化為金
剛金剛千年化為木末木末入火不耗
入水益生夫松脂之變蓋無常形故能沈淪
無方上升太清此飛仙之法勿傳非其人方
曰先取松脂茯苓各十二斤以水漬茯苓松
脂七日朝陽去水以醇酒二斗與茯苓合餅
之以曝令乾月食一斤欲不食因鍊松脂去
苦是以火溫之納茯苓中治合和以白蜜三
物合服之月各一斤百日身輕二百日寒熱
去三百日風頭胸目去四百日五勞七傷去
五百日腹中寒瘕飲瘕氣去六百日顏色住

七百日面黧去八百日黑髮生九百日冬癩
滅千日兩目明二千日顏色易三千日行無
跡四千日諸瘕滅五千日夜視光六千日肌
肉易七千日皮脈藏八千日精神強九千日
童子薄萬日形自康二萬日神明通三萬日
白日彰四萬日太一迎五萬日坐在立七日
三食慎勿忘但過萬日仍自縱橫變名易姓
升皇天古有黃初平者正服此藥方成真人
初平丹溪人也年十五家使牧羊有道士見
其良謹便將至金華山石室中四十餘年忽
然不復念家其兄初起行索初平歷年不得
後見市中有道士乃問之曰吾弟牧羊仍失
之四十餘年不知死生所在幸願道士為占
之道士曰金華山中有一牧羊兒姓黃字初
平是卿弟也初起聞之即隨道士去求得弟
相見悲喜語畢問初平曰昔羊皆何在初平
曰羊近在山東初起往視了不見羊但見白
石還謂初平曰山東無羊也初平曰羊在耳
但兄自不見之便起俱往初平言叱羊起
於是白石皆起成羊數千萬頭初起曰弟獨

得仙道如此吾可學否初平曰唯好道便得耳初起便復棄妻子留執初平共服松脂茯苓至五萬日坐在立亡行日中無影有童子之色乃俱還鄉里親戚死亡略盡乃復還去以方教南伯達易姓為赤初起改字為赤魯班初平改字為赤松子其後服此藥仙者數千人

赤松子方

七月十六日去手足爪除腹中三尸蟲矣

入山終身不食方

用大豆十分葳蕤三分澤瀉一分飛英一分。素本葉半分凡五物治下疳和以棗脂丸如李子日吞三食棗二十一枚可終身無食若無棗常飲玉漿泉

黃帝受黃輿四物仙方

一曰鴻光二曰千秋三曰萬歲四曰慈墨實合作四物丸用白松脂大如雞子服之七年身壽四萬三千歲不死長服之可與天地相守黃帝曰此四物形狀何似可得聞乎黃輿曰鴻光者雲母也千秋者卷栢也生於山石

之間萬歲者澤瀉也慈墨者菟實也丸以松脂如雞子旦暮服一丸令人長存不飢渴

真人四物却穀散

用茯苓屑三分乾地黄一分胡麻屑一分天門冬屑一分胡麻火熬之凡四物治合搜以食蜜日服方寸匕美漿水酒為服之三十日氣力有異百日倍一年後氣色如雲霧與神遊三年骨騰肉飛

槐木者虛星之精長服之年老更壯腦不損耗好顏色以十月上巳日取槐子盛新瓦甕

中覆一瓦盆蓋之泥封之三十七日發洗之其外皮皆去中子如大豆狀服之從月

一日始一日服一枚二日服二枚三日服三枚從此至十日日加一枚計十日服五十五

實大月服一百六十五小月則不能以大月計計一年服一千九百八十實一年有六小

月即減六十實

又服食治病方

以十月上巳日取槐子陰乾百日擣去皮取子著瓦器中盛之欲從一日始日服一枚十

日服十枚復從一始滿十日更之如前法欲治諸卒病留飲宿食不消胃中氣滿轉下下利一服一合二合愈多服無毒若病人食少勿多服令人大便剛難

又去三蟲法

取槐子不須上巳也得取取之并上皮膚擣令可丸丸如杏核一服三九日二服多作長服亦善亦可以蜜丸之

延年益壽方

槐子熟者置牛腸中陰乾百日於後飯旦夕吞一枚十日輕身三十日髮白更黑百日面

有光二百日奔馬不及其行

又却老方

十月上巳服槐子一枚日轉增一至十日更復從一始正當上巳日造服之也

真人住年月別一物竊散

凡一物七月七日採竊華七分八月八日採竊根八分九月九日採竊實九分治合藥畢

丸服方寸匕按南陽劉長生居清淵澤中北界長生服藥七十餘年不壯不老欲知

其驗取雞雛如鷓鴣大者與共服藥三年故為雞子矣長服仙也編實一名水芝丹一名茹實一名芡實一名蓮花一名芙蓉其葉名荷其小根名芋大根名藕其初根名芡與雞頭為陰陽以八月上戌取蓮裏實九月上戌

取雞頭實九月上旬取藕各分等陰乾百日治之正月上卯平旦并華水服一方寸七日四五後飯服之百日止主補中益氣力養神不飢除百病久服輕身延年不老神仙雞頭實一名鴈實一名天門精一名天禹一名曜味甘治濕痺腰脊痛補益氣強志耳目聰明久服輕身不飢神仙也

住年方

以八月直成日取蓮實九月直成日取雞頭實陰乾百日搗分等直成日以并華水服方寸七滿百日壯者不復老老者復壯若為不然以藥別食雞雛百日即知驗矣久服之神仙

方 服食藥角延年多服耳目聰明黑髮

取新角以刀削去黑皮取中白熬令色黃熟治服方寸七日再服三十日通知神明六十日力百倍百日通神常服壽無極延年明子高容成服之以致仙范蠡服之遊在民間黃精之草太陽之精也結氣九天浮遊八朗

逐風流化散精六合依山寄名因雲雨之潤附景託形而為草物其生太行之坂立根著石之側含精三陽隨氣敷榮育養淳和溫調甘露上承太火於少陽吐葩於盛夏積精成真充根累節色黃味甘朝出向陽雲葉理通與藥草不羣萬物不變此所謂中黃之所處

積陽之所宗其神化者也蛇食之化為龍鳥食之化為鳳凰人食之為仙王大哉此草獲天地之淳精也而天下人莫知其真也知之莫之能食也故九天大仙經曰天地神靈三萬六千人入身中人莫能使服食仙藥三萬六千種而人莫能用也長生久視人莫之能為也神聖可致壽命可延人莫之而通也神雖明服食易見應時有效而人莫常為也人自守貧賤養身長生久視者未見之也運勢

趨利者今人為之若使人求長生如求利者無不皆得也人能棄去榮華修守清靜以常無為求諸玄妙服食此草四時不廢可致延年若能棄世俗幽居名山服食此草可與天地相望眾神集會太一候迎上升天府下遊

崑崙可與天地終始者也此草與鈎魁相對黃精太陽之精入口使人長生鈎魁者太陰之精入口使人即死不知其相對也人但信鈎魁之殺人而不信黃精之生人不能服之也鈎魁者野葛也日南諸夷山藥中名野葛為鈎魁食之入口使人共壽頌究氣鈎

名之曰鈎魁也 是謂世人忽於長生貪慕時榮也唯黃精之為草木長生三陽之氣上入太清之宮鍊精玄妙隨化淳和光流九野布六合之內依雲藏山隨氣而化植根立莖隨葉通精結味甘香其葉青黃通神超合萬根下生希風承露結根數節斜生旁起受氣厚精匿化吐氣育真華有九德益壽進賢莖有靈實服之成仙人根為天寶和光御神取為散餌可致飛仙李春採其根其根名山精洗以清水盛以大盥好以治瘻可餌可乾乾

之者散餌之者凡多服絕穀少服神安服之
 三等根華皆然積年累月坐致靈神華為飛
 英根為流精和補內神化人神靈通光洞達
 千里益明拘魂固魄五臟內平三蟲奔走伏
 尸振驚能常服食天地合并根黃不白葉柔
 而澤受氣清淨不比常日百草靡靡應秋而
 索黃精靈氣含道藏德靈草習華葉光先
 仲春採華盛以絹囊陰乾六丁玉女在傍服
 食十日坐在立亡春秋葉根調和陰陽丸及
 餅餌顯味甘香食在多少在意無量葉葉嚮
 淳汁可為漿寬中益氣五臟調良肌肉充盛
 骨體堅強力倍少年身體康壯神仙服食唯
 此為昌

靈寶黃精方

以春取根淨洗薄切熟蒸之曝可令燥搗服
 方寸七當露搗之一名馬箭一名菟竹一名
 歲雞一名可咀一名羊括一名仙人餘糧一
 名芍格一名垂珠其葉名雞格根一名黃精
 一名白芨三月採根可餌也主輕身益氣明
 目餌服令人耐飢其味甘無毒陰乾五十日

咸取實一斗漬以甘水二斗為漿若酒服之
 為常可不死也服黃精根多益善洗刮令土
 盡一斛根以水二斛煮之令盡味出之益清
 復煮再過味足以盡也合煎汁湯上竭令去
 火止內熱大豆末餅之如大錢服多少自在
 味甘香亦可取根蒸若煮食無多少始生時
 亦可取莖葉為菜茹齋食之此一日重樓也
 若煮食之汁可飲勿棄去也汁甚香美欲餌
 之法以二月八月取根刮去毛熟洗細切一
 斛煮以水六斗炊火令和旦至夕藥熟出使
 寒手按之使碎酒釀得汁還竭令可丸取
 滓乾末納釜中令和藥成服如雞子者日三
 可絕穀不食不寒不暑行及奔馬百病自愈
 人能絕房內則不老壽無期至仙人不絕房
 內止可壽二百歲耳服此藥不避虎狼不畏
 兵華行山中生食之忘口渴飲水生食又善
 通神明亦可散服未必餌也服黃精不知老
 令人有好顏色白髮黑落齒生服食黃精三
 十日通知神明百日欲騰躍走及奔馬不知
 倦極二百日之後乍見乍亡十年仙道成數

有效驗前世多服此方今者有但服華者黃
 精之精一名黃華其味皆甘香也取其母煮
 之以為飲寬中益氣常以為飲甘香辟惡氣
 令人有色澤耐寒暑一名救窮之根凶年可
 與老小休糧而食之服其華勝其實實勝其
 根也天官名此草為戊己芝昔人有至霍山
 赤城內者見其中有數千家並耕田墾陸盡
 以種此草多者數十頃少處數十畝而其根
 莖殊大當是鋤護之至不如於山中稽出而
 生矣草澤中皆有之也昔人即問赤城人種
 此草何為人對之云此仙草此中人由來並
 食之耳使人長生矣吳王孫權時聞其說所
 言之審即使人於江東山中種而食之但權
 不絕房內為諸不靜遂不能得其益也爾時
 皆使監司領兵人專守之吳敗而此里名故
 存江東或名之為菟竹里或名之為黃里是
 權時種植之故處也弟子葛洪曾聞之於鄭
 君言識其始云子服戊己壽不已子服長生
 之精與天相傾又聞葛仙公所傳云諸修長
 生之道當先去三蟲下伏尸乃可將服食休

糧絕穀耳不去三蟲伏尸而絕穀者多所思
 念於身不善又復喜遇好食令人意亂不覺
 感而犯之也若能修無為食氣自然漱醴泉
 者上也人多不能則可以藥助之先下伏尸
 然後服食則有效此道之次也合藥當以破
 除日辰王相天清無雲乃丸藥於靜處勿說
 服藥也三蟲無耳有聞無目有見先沐浴蘭
 香齋戒三日避婦人斷食豬犬肉食此物肉
 令人死不得上天但止泰山入三官地獄為
 守檻鬼吏此科施於道士矣又忌食豬犬肉
 者食之令人老則忘誤面目厭瘦齒敗聲壞
 夫食清真者長生食穢濁者命斷也駕不殺
 於蠢動故有千年之壽鶴不履於黑水故有
 十百之齡性潔者受真氣清者壽考自然數
 也

仙人下三蟲伏尸方 本二 十六

用茯苓十斤葦陸根削去上皮但取下白者
 五斤清酒麥麴各五斗并炊釀之置瓮中
 封之二十日藥成劑之但取純大豆蒸作末
 如飴狀合丸如大彈丸日服三九十日以去

稍益如雞子黃上尸百日中尸六十日下尸
 三十日爛出上尸如手中尸如足下尸如雞
 子上尸黑中尸青下尸白此三尸與人俱生
 常欲令人死至晦朔日上天白人罪過晦至
 其日當拘克制鬼及守庚申夕於是三尸不
 能得動矣是其夕人夢與他人爭鬪者是鬼
 與尸鬪也夫鬼常欲害身故不欲伏尸鬼常
 欲害神故欲恍惚三尸常欲人死故欲攻奪
 此之謂也凡道士醫師但知按方治身而不
 知伏尸在人腹中固人藥力令藥不效皆三
 蟲所為上尸好實貨千億中尸好五味下尸
 好五色若不下之但自欺耳去之即不復飢
 心靜無念可得遂生真人貴其方道士尊其
 藥賢者樂其用愚俗笑其事所以言人死為
 尸骸者坐是三蟲之位號也但作服章陸散
 者乃自除去三尸不必須釀而服之也槐子
 亦善能服氣者不用此術又真氣是青牙五
 方之精道士服之二十一日三蟲走出矣

樂子長鍊胡麻膏方

以二斗膏一斗水合二升薰陸香二升沈香

屑二兩合煮令水盡唯餘膏在剗其屑日以
 酒釀五合百日玉女侍之神效五百日神仙
 至迎人去道家秘此方初不輕傳

樂子長服胡麻法

熬胡麻一斗令香梅為屑令如粉囊盛納五
 斗酒中封泥二十日以酒服胡麻膏也屑亦
 可服

靈寶太玄陰生之符 夏為大命庚七 於鍾山真人



解下仙之遺其壽亦與天地相畢可以地
 仙遊名山服尸解藥日數足即作此符丹書
 白素以置復前以戊己日酉酉卧思念自作
 死人良久解衣留所卧處徑去入山若之速
 方易姓名勿還故鄉其初去時人見其卧處
 有死人尸久乃忽然不知尸所在也

尸解藥

以三月中殺牛煎取脂一斤半水銀一斤半

錫一斤半於山中密地齋一月乃於銅器中煎錫錫消納水銀及脂都合同丸之服如大豆三九日三服服之九日凡八十一丸忽然尸解地燒而去時如上符節度若不得即去更服趨令得去矣

真人曰文用朱兒帛用鮮支盛用鮮支囊古人名丹砂為朱兒帛帛為鮮支也

去伏尸三蟲方

用三月三日取桃葉搗取汁七升以苦酒合煎令得五六合先食頓服之宿無食

神仙修養方

用成日煎半脂若羊脂一斗胡麻一斗乾薑百累生薑半斤生地黃一斤皆搗絞之大銅鑪中微火上煎使藥味盡脂色變黃成絞去滓取如雞子者一枚投酒中服之日三令人百病皆愈髮黑齒生

神仙釀酒方

生地黃十斤生薑三斤刮去皮天門冬五斤剥去皮皆細切合搗令如蒜醬以美酒一斛漬之分著兩甕中密塞其口以甕著大釜中熟

煮使發覺寒熱氣勃勃射則可也冬夏常溫服一升仍以卧當覺熱氣炯炯流身中此酒補虛益精益氣令人徒飲食耐風寒美顏色肌膚光澤延年

木酒方

木成末五斗相囊盛之漬一斛美酒中十日出木曝乾之仍以木酒服三方寸七日三治百病神或以秫米飯投酒中合釀酒成亦良食其滓

神酒方

治百病益精神氣令人美肌色桂三斤一云三尺精治取其肌天門冬成末五升納絹囊中置五斗米釀酒中成服之多少隨意

胡麻酒方

用胡麻五斗熱之令香搗使熟以攪一斛秫米飯中釀之如常釀法酒成飲之多少隨意令人肥白肌膚潤澤

地黃神酒方

用秫米五斗作粥絞去滓令得二斗納好麥麴三斤令浮起酒香取生地黃十斤小曝

乾之熟搗之細炊一斗米飯合納汁中攪令相得封泥經日視地黃熟但有筋脈再絞其滓又炊二斗米飯納中酒熟飲一升日三治百病五勞七傷續骨連筋填骨髓久服延年

松脂酒方

用秫米三斗小麥麴二斤合釀之畢取白松脂一斤天門冬成末茯苓成末各五升納酒釀中封泥三十日成熟頓服三升令人延年松脂當先鍊去其苦味

又一方

秫米三斗小麥麴三斤松脂一斤白蜜五升合釀封泥三十日酒成朝暮服三升

章陸酒方

用秫米三斗小麥麴十斤天門冬成末一斗治章陸令白十斤乾末之合釀六十日酒成絞去滓飲酒多少隨意又服斷穀令人腹中肥久久則益氣去三蟲殺伏尸治男女五勞七傷婦人產乳餘病帶下去赤白使人耳目聰明益神智除面黧癢痕皆滅一方用章陸一斤

枸杞酒方

枸杞根好治令潔淨百斤細剉之大釜中益水煮之絞去滓器中澄之去下滓酒令得五斗生地黃三十斤淨洗之搗絞取汁合枸杞汁中方用麴三斤搗令細狀赤黍末五斗饋以藥汁飯熟合麴投藥汁中釀之酒熟飲之隨意多少無常限也唯不欲令人醉治百病益氣力延年命此草一名蒙榮一名杞櫨或名仙人杖或名西王母杖或名天精或名却暑或名地骨或名枸杞吾有八名象八氣仙人曰子欲長活食我八氣子食八氣令子長視

五茄酒方

取五茄剉之令長一寸一斗剉取一斗美酒漬之十日成溫服之勿令多也令人耳目聰明齒落更生髮白更黑身體輕捷顏色悅澤治陰萎婦人生產餘疾百病令人多子取五茄當取雄者不用雌者也雄者五葉味甘雌者三葉味苦

天門冬酒方

以秋取其根洗絞取汁多少在意以漬米麴如丸釀法也服之多少無常唯不欲大醉無所禁若別取根乾末以此酒服之多多益善此藥治百病安神養氣令人長生不死夏姬常所服方若絞汁不盡自可以水漱之更搗絞取汁也經久則酢當以甕盛酒釜中煮之則辟酢也一方云酒服方寸七日三四多益善

天門冬煎方

治虛勞百病心下懸飲不能食止渴令人肥永不老方用天門冬二百斤生地黃一百斤皆淨洗搗絞取汁澄取上清門冬汁一斛地黃汁五斗合於銅器中微火上煎之令得五六斗畢納白蜜四斗湯上煎之攪不離手晝夜數日令可丸服如雞子一枚日三亦可以酒和服之十日則知效矣地黃門冬不可頻得稍取恐先者敗以土藏之

服食神方

天門冬三斛剉去皮好酒之搗絞取汁令得一斛微火上煎之令得五十許汁納白蜜一

斗胡麻熬之令香色黃成末二斗投中攪之勿息伺視令剛止以大豆屑餅之令方圓三寸厚半寸日服一枚百日後肌膚潤澤白髮更黑齒落更生延年無窮服門冬此法最妙

真人釀天門冬酒方

以秋取其根熟搗絞取汁多少自在漬米麴為酒如常釀法也又採根曝之搗下篋以此酒服方寸七日三四無令大醉無所禁服藥三年百病皆愈癩蟲皆穿皮從關即出去三年頭髮禿眉更生十年司命上生籍二十年冬不寒夏不熱三十年百歲翁如十五童子四十年之後與神通當有神女持藥來如得服之此神藥也三日後蠶蛻身仙矣雖已得服神丹得此酒益佳也

健體仙酒方

木地黃各二十斤五茄二十斤削去上皮皆細剉水一石五斗煮令得石二斗去滓以浸麴釀一石黍米如作酒法酒熟可飲酒一杯日三服之一月肥健二月身有光澤走及奔

馬無所疾若欲少作者二斗米以上為法五
茄地黃各四斤五茄但取莖耳

治百病神酒方

用大麻子麥麴各五斤先細治麻子麴下筵
合漬一石水中三宿絞去滓炊五斗黍米投
之適寒溫再宿藥成服之多少自在意無令
中寒水藥不成米欲得白鮮好先服此藥酒
百日後乃行諸道也

靈寶服食地黃枸杞酒方

取枸杞根莖百餘斤洗去上垢細剉大釜益
水煮之前令得五斗許汁去滓以絹濾令清
取地黃根二十斤洗去土搗絞取汁又重以
枸杞汁一斗許洗地黃滓絞取汁令盡兩部
合地黃枸杞汁取好麴三斤細搗以汁漬麴
赤黍米三斗淘沃炊之下饋以地黃枸杞汁
洗之擠去麴滓黍熟釀之酒熟隨人能否飲
之取不醉無常數也治風濕宿寒上氣虛羸
百病欲令目明者取地膚屑以方寸匕用酒
服之禁房室豬肉生魚薑菜久服延年長
生

天門冬酒方

天門冬三十斤洗淨絹囊盛之文以門冬汁
一斗洗釀飯釀一石米法也納麴至醉如常
法納囊於器底乃納飯封泥之三十日酒熟
絞去天門冬滓飲之勿大醉盡一斛令人百
病愈身體玉澤以此酒服門冬丸又可服菊
華栢子大良又云一月乃開去滓

枸杞酒方

治風五勞七傷益骨力枸杞百斤細剉如合
莖洗去土煮之視中莖剉皮即燥者是熟也
去滓出其汁復煮之生者如前法一斛米用
百斤枸杞煎汁令多少足釀一斛米

釀法

精黍米若林米熟斂之以濕布拭令淨漬著
枸杞汁中擇炊之下饋以枸杞漬麴如常
釀法欲作清酒者著酵又一方豬椒三十斤
合釀勝獨也又一方地黃三十斤合之益隨
煮如枸杞法合用淹一石米

作神酒方

取稻米三斗麴三斤大附子十枚釀不下水

醇酒三斗宿曝令乾治末之欲得一斗酒取
方寸匕著一斗水中須更成美酒服之多少
在人能否耳令酒與諸藥曝之俱燥便合末
成屑并治寒疾

神酒方

天門冬三斤米一斗炊令熟少其水沒沮天
門冬囊盛釀之已熟都合濟飲勿取醉勿食
菜蒜盡一斛酒百病消愈

神仙乾酒法

用黍米三斗粳米三斗釀二斗浸醇酒五斗
中五日出熟蒸之無令漏陰乾之百日勿令
泄氣大如博基納二斗水中立為酒冬用溫
湯

神仙服食青梁米方

取青梁米一斗淘沃之漬以醇酒三日蒸之
無令漏也百蒸百露無令見日善密藏之韋
囊中即欲入山遠行一食之足支十日不食
十日復一食足可四十九日不食四十九日
復一食可四百九十歲為一節一方宜玄梁
米一方云三斗

又方

取青梁米一斗赤石脂三斤并合以水漬之財足置溫處二三日令上生衣搗而丸之大如李子日食三九令人不飢渴即飲水可以遠行千里以上不飢渴矣

又一方

取稻米淘沃之百蒸乾擣日一食以水三十日後飲一杯可終身不飢日行三百里

乾酒法

精米五斗麴五斤以水四斗漬糲爛二宿合大附子二枚善桂二兩下篔納酒中搗取糟曝令乾復納酒中汁盡止丸以白蜜如雞子投一丸於一斗水中可成美酒也

服食粳米散方

粳米一斗酒三斗凡二物漬之盡酒止出稍食之渴飲水可三十日後盡更作如前法

服食稻米方

取稻米熟淘沃百蒸之乾擣日一食以水三十日後日飲水一杯可終身不食日行三百里得食便食

休糧方

以粳米黍米小麥大豆麻子各五合豆蒸而末之共和白蜜一斤煎一百沸投冷水中九如李子一頓吞盡凡一劑可終身不飢諸物皆各治之唯熱豆耳

樂子長含漿核方

長生之道常含一漿核如兒乳汁久久及液滿口三分嚙二餘一口與氣俱入名曰還精周而復始如循環絕穀之時五日小極頭眩須更復止十四日後頭眩須更復止二十一日之後氣定欲食便食不欲食自息絕穀之時禁交接可食少漿脯飲酒無過一升男女同法

太上靈寶五符序卷中

太上靈寶五符序卷下

卷三

夫天書煥妙幽暢微著至若希聲陳而不煩是以西吾之刃雖十寸而割玉流星之金雖纖介而徹視徒才大者用徧有物細者用備豈非靈寶五符其由是乎聖人演天地之文而敷言數萬葩龍鳳之形暢動物者百篇發山林八會之跡為日月之務成淵分之名草木和仙通神悟性命之無期以致管窺必有倫乎唯至道而貴其契真人而仰其文矣昔庖羲刊八象於玄石畫甚亦少矣至夏為連山數為歸藏連周易之典猶未該其根所以然者卦有九象因否不通之象明通妙者難著理妙者巨尋寔由經代紛紜動數十萬言况乎九天之靈書三天之寶圖上導太和元精之氣下備羣生始然之會爾乃至靈之音希解於世故帝嘗祭天帝君於北阿之壇藏於鍾山之峯欲令衆庶有絕塵之歎耳夏禹晚撰其波未載其上真猶封于石礪以待大劫仙賢幽乎洞室須期乃靈靈符之妙寔由高聖之所宗上哲之所佩真人之所貴靈仙