

自在光明自照晝夜常明遊諸洞宮諸仙侍

立

第五候鍊氣為神名曰神人變通自在作用無窮力動乾坤移山竭海

第六候鍊神合色名曰至人神既通靈色形

不定對機施化應物現形

第七候身超物外迥出常倫大道玉皇共居靈境聖賢集會弘演至真造化通靈物無不

達修行至此方到道源萬行休得名曰究竟今時之人學道日淺曾無一候何得通靈理

守愚情保持穢質四時遷運形妄色衰體謝歸空稱為得道謬矣此胎息定觀是留神駐

形之道術在口訣不書於文有德至人方遇此法細詳留意必獲無疑賢達之人達斯聖

矣

存神鍊氣銘

存神鍊氣銘

命六

十

保生銘

唐 忌 邀 孫 真 人 述

人若勞於形百病不能成飲酒忌大醉諸疾自不生食了行百步數將手摩肚睡不苦高枕唾涕不遠顧寅丑日剪甲理髮須百度飽

則立小便飢乃坐澹溺行坐莫當風居處無小隙向比大小便一生昏暮暮日月固然忌

水火仍畏避每夜洗脚卧飽食終無益忍辱為上乘讒言斷親戚思慮最傷神喜怒傷和

息每去鼻中毛常習不嘔地平明欲起時下牀先左脚一日免灾咎去邪無辟惡但能七

星步令人長壽樂酸味傷於筋辛味損正氣苦則損於心甘則傷其志鹹多促人壽不得

偏耽嗜春夏任宣通秋冬固陽事獨卧是守真慎靜最為貴財帛生有分知足將為利強

知是大患少欲終無累神氣自然存學道須終始善於壁戶間將用傳君子

保生銘

保生銘

命六

二

神仙食炁金櫃妙錄

京 黑 先 生 撰

命七

服陰陽符召六甲玉女法

夫欲修長生學仙者先須餌死絕粒保精有神其法並有漸次階級不可躡軌越格輒爾

登陟務速必不達造以必顛墜是欲依之即無悞累矣

凡絕粒慮五神播蕩邪妄忤凌宜服神仙絕穀符欲服之法常以平旦東向左手持符右

手執水熟祝之曰

某甲好樂真道服食中和之炁甲子太玄玉女承翼給侍某甲行廚所在法成所求當得

無令飢渴軍無大小人無多少皆當得飽祝訖即以水服符符自甲子起初至終六十日

並同此祝餘甲當逐旬改呼玉女名字給侍已下勿改之其符二道一陰一陽隨陰陽日

月別書之

