

冬至之日太霄玉妃太虛上真人上詣太皇宮太微天帝君遊宴之時清景行道受仙之日也先錄出在道例第九卷八節齋日品中具說之也  
三洞珠囊卷之九

三洞珠囊卷之十

大唐陸海羽客王懸河修

懷十

叩齒嚙液品

金書玉字上經云暮卧常密三七叩齒三七咽液陰祝曰

九星太精北極真君益我精胎強我三魂左引日華右杓月津辰中黃景元虛黃真使我飛仙上登紫煙神虛玉符常守生門萬邪伏法受形斗君

平旦欲起常密二七叩齒嚙液二七陰祝曰

天元上一斗中七童上清紫精在兆身中華辰紫蓋太素玄宮後聖靈氣下入洞房使我飛仙得行太極金堂

五符云俯漱五華液還復及童顏仰挹三辰精保身永長安

夫叩齒以令神嚙氣以和真納和嚙六液以運入制神須鳴鼓而行列也此名呼神

真誥第五云夜行常當啄齒啄亦无正限數也殺鬼邪鬼常畏啄齒聲是故不得犯人若兼以漱液祝語益善也

兼以漱液祝語益善也

仙人劉京語皇甫隆曰夫朝睡起未澡洗之前平坐漱口唾曰玉泉令滿口嚙之即叩齒二七止又更漱唾如前法又更叩齒如前法夫叩齒者召身內神令其安之又令人齒不朽夫嚙液者令人身體光澤津潤力壯有顏色去三尸蟲名曰鍊精使人長生若能終身行之得仙也

洞神太上隱書經云夫學道之人須鳴天鼓以召衆神夫為正觀之道欲使邪氣不侵必須集會群神以自匡輔也左相叩為天鍾右相叩為天磬中央上下相對叩為天鼓或三十六上應三十六天中應三十六國下應三十六地或三十二通以應三十二天或二十七通以應於九天三九之數以成二十七也或二十四通以應於三八二十四神或十二通以應十二辰或九通以應於九元或七通以應於七元或三通以應於三元隨教所應而叩召之也若卒遇凶惡不祥當打天鍾三十過若經山辟邪威神大祝當椎天磬若存思念道感致招靈當鳴天鼓

燕塞則為亂志之由亂志之由故須燕液以  
溉灌百神然後恬心以守三一之神其燕液  
之數所應者亦具如鳴天鼓之數也

登真隱訣第四云服玉女津液存日月在口  
中日色赤月色黃日有紫光九芒月有白光

十芒也芒直如弦以入於口燕服光芒之液  
常密行之尤數前服食品通有此燕液語也

真誥第五引太素丹景經曰一面之上常欲  
得兩手摩拭令熱高下隨形皆使極平令人

面有光澤皺斑不生行之五年色如少女先  
當摩擦兩掌令熱然後拭目順手摩髮如

理拂之狀兩臂亦更互以手摩之使髮不白  
脉不浮外

大洞真經精景按摩篇曰卧起當平氣正坐  
先又兩手乃復以掄項後因仰面視上使項

與兩手爭為之三<sup>十</sup>四止使人精和血通風氣  
不入能久行之不死不病畢又屈動身體中

手四極反張宣搖百關為之各三  
卧起先以手中若厚帛拭項中四面及耳後

使圓而熱溫溫然也順髮摩項若理拂之無

在也良久摩兩手以摩始而日久行之使人  
目明而邪氣不干體不垢膩以生穢也都畢

乃燕液三十過以導內液  
消魔上靈經曰若體中不寧當反古塞喉漱

漏燕液尤數須更不單之病自即除也其時  
亦當覺體中寬軟也

消魔經上篇曰耳欲得數按抑其左右互令  
無數令人聽徹所謂管治城郭名書皇籍

又曰鼻亦得按其左右唯令無數也令人氣  
平所謂灌漑中嶽名書帝錄

太上錄濟登華經上按摩法常以生氣時燕  
液二七過單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惡  
疾伏匿四方玉液流洋洋上下宣通內遣水火

外辟不祥長生飛仙身當休彊單燕液二七  
過常如此則無疾當急按所痛處三十一過

丹宇紫書三五順行經曰坐常欲閉目內視  
五藏腸胃久行之自得分明了也

石景赤字經曰常能手掩口鼻臨目微氣久  
許時手中生液遂以摩面目常行之使人體

香

紫度炎光經內視中方曰常欲閉目而卧安  
身微氣使如卧狀令傍人不覺也乃內視遠

聽四方令我耳目注萬里之外久行之自見  
萬里之外事情心為之乃見百萬里外又耳

中亦恒聞金玉之音絲竹之聲此妙法也  
太上天關三圖經曰常欲以手按目近鼻之

兩管間氣為之氣通輒止吐而復始恒行之  
眼能洞觀

道曰恒以手按兩眉後小穴中三九過又以  
手心及指摩兩目額上以手旋耳行三十過

摩唯令數無時節也畢輒以手逆乘額三九  
過從眉中始乃上行入髮際中口傍燕液多

少無數也如此常行眼目清明一年可夜書  
亦可於人中密為之勿語其狀也目下額上

是訣眼保室歸嬰至道以手旋耳行者探明  
映之術也於是理間血散散兆不生目華玄

照精和神盈矣夫人之將老鮮不先始於耳  
目也又老形之兆亦發始於目際之左右也

以手按額上內存赤子日月雙明上元歡喜

三九始眉數畢乃止此謂手朝三元固腦堅髮之道也頭四面以兩手來之順髮就髮唯令多也於是頭血流散風濕不凝也都畢以手按目四皆二九覺令見光分明是檢眼神之道久為之得見百靈也勤而行之使手不

離面乃佳已成真人猶不廢也

夜卧覺常更叩齒九通嚙液九過畢以手按鼻邊左右上下數十過微祝曰

太上四明九門發精耳目玄微通真達靈天中之臺流氣調平嬌女雲儀童童英明華聰。吳朗百度眇精保合上元徘徊九城五藏植根耳目自生天臺鬱素柱梁不傾七魄燥鍊三魂安寧赤子携景輒與我并有敢掉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

真誥云搗頭理髮欲得多過通流血氣散風濕也數易搗更番用之也亦可不須解髮也太極綠經曰理髮欲向王地既搗髮之始而微祝曰

泥丸玄華保精長存左為隱月右為日根六

合清鍊百神受恩祝畢嚙液三過能常行之髮不落而日生也當數易搗之取多而不使痛亦可令侍者搗取多也於是血液不滯髮根常堅

夜卧先急閉目向上以手大指後掌各左右

按拭使兩掌俱交會於頂中三九過存目中

當有紫青絳三色氣出目前此是內按三素雲以灌合童子也陰祝曰

眼童三雲兩目真君英明注精開通清神太玄靈儀靈嬌翩翩保利雙關啓徹九門百節應響朝液泥丸身昇玉宮列為上真。凡四十八字祝畢嚙液五十過畢乃閉目以為常坐起可行之不必夜也要當以生氣時一年許耳目便精明久為之視徹千里羅映神靈聽於絕響也此亦真仙之高道不但明目開耳而已

夫欲學道者皆當不欲令人知見所聞每事盡爾山世遠受孟先生法暮卧先讀黃庭內景經一過乃眠使人魂魄自制鍊恒行之二十一年亦仙矣是為合萬過也夕得三四過

乃佳北嶽蔣夫人云讀此經亦使人无病是不死之道也注云此二十一年夕一過不得萬遍一恐應為七或八字不爾夕則三四過也

凡研味至道及讀誦神經者十言二十言中

輒當一二過紙屑嚙液百言五十言中輒兩

三過叩齒以神會靈元和血氣使虛滓凝滿帝一飲宅所謂沖氣不勞啓血不洩也

學生之法不可泣淚及多唾洩此皆為損液漏津使喉腦火竭是以真人道士常吐納燕味以和六液

常以本命之日向其方面叩齒三通心存再拜而微祝曰

太一鎮生三氣合真室胎上景母玄父元生我五藏攝我精神下灌玉液上朝泥丸夕鍊

七魄朝和三魂右命玉華左嘯金長令我神仙役靈使神常保利津飛行十天祝畢又心拜四方叩齒三過此名為太上呪生隱朝胎元之道常能行之令人魂魄保守長年神仙真誥第八云昔鮑助者濟北人也都不學道

亦不知法術年四十餘忽得迴風口目不正風氣入口而兩齒上下恒相切拍甚有聲響如此晝夜不止得壽年百二十七歲後乃遇大水墮長壽河中死也此帝中間亦比遭殺鬼及日遊地殃使取之而此數殺鬼終不敢近助鬼官當問其故天殺答云此人乃多方以制於常叩齒鳴打天鼓以擊身中神神不得散鬼氣不得入是以无有緣趣得殺之也以此論之若助不行水度河亦可出千歲壽不啻當是偶大寒凍步行水中口噤不能復叩齒是故遇因溺著河也患風病而齒自叩動者猶尚辟死却殺鬼也何況道士真叩齒鳴天鼓具身神那仙方云常吞液叩齒使人返少也

紫度炎光經云嚙液還容保牙求仙上法云常以平旦二氣未分之始玄暉以映形神形神並降上會泥丸精液成生故是其時嚙而服之將來三年面生玉澤返形變顏頰華固根柯齒方生必能長修五老降房神仙昇玄壽齊三光不死之道非真勿傳至其時安心定意令五神靜寧叩齒十二通思東方青要玉女齋以陽之氣青芝玉漿灌漱我身流溢紫微宮中祝曰

東方青牙飲以朝華玉漿醴泉滋液滂沱流潤六府玄注如河身輕體昇上躡太霞畢以舌舐上齒之外九過咽之

次思南方赤圭玉女齋太陽之氣絳芝玉漿灌液我身流溢絳宮之中祝曰

南方赤牙飲以醴泉絳芝玉漿流溢如川布潤絡府骨化生神服食太虛舉體皆仙乘雲駕霄上造帝前畢便以舌舐下齒之外八過嚙之

次思西方太素玉女齋少陰之氣素芝玉漿灌液我身流溢華蓋宮中祝曰

西方白牙飲以靈液玉水洪流玄芝奕奕灌我六府鎮魂固魄神安胃管名言金格畢以舌舐上齒之內六過嚙之

次思北方太玄玉女齋太陰之氣玄芝玉水灌液我身流溢太倉之宮祝曰

北方黑牙服食玄滋飲我飛泉哺我玉髓神

府光逸如丹如芝壽傾天地億萬同期畢以舌舐下齒之內五過嚙之止

次思中央黃素玉女齋中和之氣黃水月華之丹灑灌我身流溢玉堂宮中祝曰

中央黃牙白石我我饑食玉髓之丹渴飲黃水月華五藏充盈流潤如河壽同三晨萬無傾徂形昇九玄控御飛霞畢便以舌舐上下內外四面反舌刺玄膚取之液十二過嚙之也

嚙液保牙之道中央黃老君太極真人常所修學色如童子膚如玉澤體充氣盈髮白反黑牙齒根固无有朽落遂致玄降名書仙籍位登清虛與帝同席子若修之當於金闕尋名玉閣无有仙錄不得披譯也

內音玉字上云以舌擦口上下中央令玉液滿口而三嚙之令人長生益壽也

若服東方青牙服食青牙飲以朝華畢便以舌擦上齒之裏紙背三過令玉泉滿口而嚙之

三洞珠囊卷之十