

四庫全書

子部

欽定四庫全書

子部

雲笈七籤卷七十三至
六

詳校官監察御史臣邱庭澍

檢討臣何思鈞覆勘

總校官庶吉士臣倉聖脈

校對官中書臣金光悌

謄錄監生臣王頌修

欽定四庫全書

雲笈七籤卷七十三

內丹

宋 張君房 撰

古龍虎歌

陰君真人註

四者混沌五行之祖一曰曾青為使使為氣氣為筋二
曰陰中陽為日之魂魂為日之精精為陽陽為父父為
肥衣三曰從白液化為堅冰冰是陰中陽陽為骨骨憑

氣而生白液白液化為髓四曰水銀為內之炁炁為血
血化毛髮毛髮憑皮膚為匡郭而成質可知三箇月成
形十箇月生餘兩箇月沐浴合一年終質稟天成象通
用五行而輪轉得名天地至寶如人受天地正氣亦為
至人我大道仙人藥寶不同在世有價之寶祇如世間
所用金銀珊瑚瑪瑙真珠之類並量其功價以貴賤論
之惟我仙丹象日月之光明此是法天象地之寶令人
服之可得長生天地齊畢皆是憑自然混沌之氣在天

為霧露在地為泉源如在碧潭之中即是自然之道也
學仙之士勿令錯用意妄將變黃白藥錯服食如道士
得我自然之道四氣混沌至藥但服食一千日則知神
仙路不遠矣如四氣不足即為神化無憑亦象至人日
月不足豈為至人乃知至人合天地文理為聖世人以
時物文理為哲哲者自為聖人乎乃自明其道採世間
機運動以功成法焉量其作事根性遠近時至盡化為
灰燼惟我三清宮神化藥寶即得保命長生天地齊畢

其道不合傳之如傳在得人付之緣道本無形以五行
氣相侵為根人本無志而心為志如心惡即言凶言凶
即行疎行疎即道不成所以三品之丹付賢不付愚愚
者心暗於世終日覽仙方書訣而念之不得其道性性
由心也休糧服氣導引忘治谷神龜兔凝神定思一
法已上並是道之空門實非長生之理九鼎之丹用四
時火氣張設文武不絕火候而晚成大器寶貴難貨至
人難識也鉛為匡郭周遭祐助青瑤為使能調風雨曾

青能為一切金丹使使為氣氣為筋筋成大力焉夫藥
不至者由曾青之力為使如人不食即無力食象氣氣
象使無食力乃事不解矣夫功皆從力而生成大壯藥
無力即無靈而安身白液金花水生龍虎龍虎本從虛
無氣中相承浸法天道感化運得四時大地成象之器
然各稟自然生猶四時薰蒸各有所歸生於無始啟道
本元者得名龍虎龍虎緣陰陽二性和合相吞伏之氣
所知從虎氣中生有象之質自然修善去惡即成之三

一昇騰必定規矩三者准上三丹田各有歸竅守一之法論至藥門中四氣筋骨血肉相承之法不差毫釐勿令其陰陽時候差錯每月初發火從一日數九九之法此三一法並是內三一之法用十二箇月火候管十二時配十二位行九宮象八卦合五行黃帝於皇人處請問三一之門因此流傳口訣受之如世世有仙士付之亦勿令載於書方訣止以口付之若不依此三一規矩縱解萬般小法能變黃白救世財寶如積山亦未免身

死矣終不是保命之法學而知之者為善矣赫然還丹
日月光顧星辰透明雲中見路其還丹成赫然分明亦
如木中有火火雖不露其色如青中帶赤氣服之一千
日化肉質換骨通靈安身定竟反老成少感天神助之
通神明不得輒妄泄露却如未得道之日可以成道矣
雖未滿於陰功之間且得度世不死矣可知大道無跡
不失其根本人不失其父母之遺體除此一方外其妄
制伏水銀黃白不得為真道之門也訣中思深會者有

數百歲之間生死不住仙士傳之遞相保護哀哉流言
更無別故訣中至藥教人長生之門至藥與世寶別仙
人藥寶千鍊萬化金丹再鍊令人服食可得神靈得長
生之路所以我惜時貴命輕財也愚者即惟貴世之有
財寶救一朝一夕妻妾榮華行尸走鬼輕命而時至自
滅已百歲之間死者莫知其數元君所以哀哉世人流
行藥中妙道已化真人勿令妄運動各令四人歸業守
道安貧共成保命之藥亦名卯酉二八二八成一斤之

數白液白雪是也白雪壓冰是也所以言將卯酉二八
合入二性同於丹砂勿令常人知之以火候九九午之
位也然三一中云三日一候三三如九數足其紫帶黑
色者元君讚之惜於後世仙士所論歌訣願明於師勿
令心二可以長生備矣可知天本無親以心為親天本
無私以心為私天本無災由人與非天與人學不違於
師子莫逆於父母即天道長久矣即人師轉備矣所以
論至事不二至藥無雙天人合道明然可增其福大不

襍矣若骨多即肉不勝骨肉多即骨不勝肉骨肉俱由筋可壯其力猶增也如無力即如有袋不盛物豈能立焉無嬰兒不戀母嬰兒失母即如藥無筋為藥由主力也無力自無神化之功如會者一言見三枝枝條不會者即經歷千書萬訣不免為愚人好求仙求黃白不尋讀仙書究其至寶者多好黃白未見一兩不覺身亡賢者好其至藥雖未見藥之玄門且積善如然神無愛利之心守道安貧天不可罰矣善慶從人師自感其至且

從羲軒之前後累代求仙者得之幾人哉

又歌曰

生成數極一百八陰氣相從自凝結赫然紫色成還丹
服餌長生不可說

又歌曰

丹砂一味更無別子母相生無休歇人世不知費財寶
悟者為之大還訣

源真銘

有訣不彰有序不述得之感之可傳可說

藥異銘

一名土之父二名水之母三名號黃牙四為七十二石

晶

又歌曰

黃芽天生物子母相汨沒子母不相拋母向子中出

和合相假歌

玄之又玄在眼前陰中有陽道自全陰陽不離得和合

鍊之服之得神仙

又歌曰

一名準中成二號大道名採續不斷添之自靈

又藥歌

在天為霧露在地為泉源數盡陰陽盡得之終不言

又歌曰

甲子下火當旬候辨得子母仍依舊旬候數足自周旋

從此堪為兩分首

又藥歌

一名真源秋石二名大道精鬼還丹採之合宜離塵是

真仙客

又歌曰

日月非我形陰陽自成質乾坤造化中六合皆歸一

又室歌

壇竈為宮濛之又濛一旬方一候一沐又還濛數足自

靈聖乾坤處處通

金丹金碧潛通訣

神室者丹之樞紐衆石父母砂汞別名出陽入陰流曜
二方列數三軸法象水火制猶王者武以討叛文德懷
柔土德為王提劍偃戈以鎮四方坎離數一二南北獨
為經故冠七十二名之長剛柔稟自然金火當直事水
土相含受雄雌併一體用之有條理變化既未濟終即
復更始初九為期度陽和准早晚周歷合天心陽爻畢
於巳正陽發丙午自丁終於亥水火列一方守界成寒

暑東西表仁義五行變四時如是陰陽之互用順三一
而得其理神室設位變化乎其中神室者上下釜也設
位者雌雄配合之密也變化為砂汞砂汞者金土二用
二用無定位張翼飛虛危徃還性不定上下以為常獨
居不改化獨處於中宮包囊衆石為丹祖宗有無相制
朱雀炎空紫華耀石砂汞沒亡訣不輒造理不虛擬約
文申與叩索神明演爻徵卦五行為諷坎雄金精離雌
火光金火自伐水土相尅土王金鄉三物俱德四海輻

輳以致太平並由中宮土德黃帝之功也金火者真也
丹術著明莫大乎金火窮微以任化陽動則陰消混沌
終一九寶精更相持藥有三百八十四銖銖據一斤為
十六兩也金精一化青龍受符當斯之時神室鍊其精
火金相運推雄陽翠玄水雌陰輶黃金陰陽混交接精
液包元氣萬象憑虛生感化各有類衆丹靈跡長莫不
由於是元君始鍊汞神室含洞虛玄白生金公巍巍建
始初三五以相守飛精以濡滋玄女演其序戊巳貴天

符天符道漸剥難以應玄圖故演作丹意乾坤不復言
丹砂硫汞父戊巳黃金母鍾律還二六斗樞建九三赤
童戲朱雀變化為青龍坤初變成震三日月出庚龍虎
自相尋坤再變成兌八日月出丁上弦金半斤坤三變
成乾十五三陽備圓照東方甲金水溫太陽赤髓流為
汞汞者弄明璫月盈自含虧十六轉將減乾初缺成巽
平明月見辛乾再損成艮二十三下弦下弦水半斤月
出於丙南乾三變成坤坤乙三十日東北喪其朋月沒

於乙地坤乙月既晦土木金將化繼坤生震龍乾坤括
始終如上三十日坤生震兌乾乾生巽艮坤八卦列布
曜運移不失中調火六十日變化自為證神室有所象
雞子為形容五嶽峙潛洞際會為樞轄發火初溫微亦
如爻動時上戴黃金精下負坤元形中和流汞情深合
應三才乾動運三光坤靜合陽氣神室用施行金丹然
後成可不堅乎鍊化之器包括飛凝開合靈戶希夷之
府窟造化之泉源陽氣發坤日晷南極五星連珠日月

合璧金砂依分呼吸相應華蓋上臨三台下輔統錄之
司當密其固火鍊中宮土金入水北方土水金三物變
化六十日自然之要先存後亡或火數多分兩違則或
水不定同處別居剛柔亢行不相涉入非火之咎責譴
於土土鎮中宮籠罩四方三光合度以致太平五藏內
養四肢調和水潤滅影含曜內明金水相滢潤色沈耀
調火溫水發之俱化道近可求土水獨相配翡翠生景
雲黃赤混其精紫華敷太陽水能生萬物聖人獨知之

金德尚白鍊鉛以求黃色馬為生中宮黃金不飛灼土
煙雲起後有無互相制上有青龍居兩無宗一有靈化
妙難窺鍊銀於鉛神物自生銀者金精鉛者北靈水者
道樞陰陽之始始固生銀鉛化黃丹寄立五金為鉛外
黑色稟北方內有銀精披褐懷玉外似狂夫銀為鉛子
子隱鉛中汞者鉛子子藏母胎素真眇漠似有似無灰
池炎灼鉛沉銀浮潔白見寶可造黃金殼為金精水環
黃液徑寸以混三才天地初分混若雞子圓高中起狀

似蓬壺關閉微密神運其中鑪竈取象固塞周堅委曲相制以彼無虞自然之理神化無方磁石吸鐵間隔潛應何況雞子配合而生金土之德常與汞俱自火記不虛作已下重解前文丹術既著不可更疑焉故演此訣以輔火記焉庶使學者取象下文云文字鄭重說與世人豈不熟思是其義也

大還心鏡

寒山子至訣云但悟鉛真藥必自神但記汞正藥如自

聖修之合聖天地同慶得因師傳為道之經所以古之
聖人不直言之託之周易寄之五行合之符契真仙之理
莫若大丹之神歟蓋論大丹惟一陰一陽謂之道即
合天機也一金一石謂之丹亦合天地也一金者真鉛
中白虎是也一石者丹砂中水銀是也陶埴真人云若
用世間水銀化白煙此真言也神符白雪門馬真人曰
汞與水銀別迷人用之拙即知此言從凡化聖聖不離
凡因凡入聖凡中有聖聖中出凡即知水銀本在丹砂

中出合鉛汞成至寶色還本丹丹更不能却歸水銀即
真汞矣既至真汞即從凡入聖可以統領萬靈即馬真
人云汞與水銀別也自後之學者寡學生疑至此矣陶
真人云若言非世間水銀又云砂產於金也汞生於鉛
也此非世間何不審之妙旨矣自古真人皆從凡入聖
與大丹同契以至上昇而迷者多惑如丹惟一陰一陽
龍虎二物鉛是水之一名北方河車金生於水金數四
水數一共為五也汞是青龍東方木木生火木數三火

數二丹砂火之名二與三共為五也五土無定位四季
立名水與金共五木與火共五三五道還丹道之玄也
還丹之妙罕有能知知之者聖人乎欲為造化在乎心
變轉自由耳不知真訣徒然念誦真歌不過師授終無
成理余憶昔年迷謬徒歷山川一事不為虛棄財貨忽
然指悟如醉醒焉目前可致煙霄足知大道不遠蓋人
祕易為難恐愚者侮之容易即天官減算神道奪壽故
真人誠經云世皆延年為人身命漸被陰境侵之以至

陰死也豈陽生之神術乎夫不修行益生損人侵物何
長生乎雖遇至人道不相契固不傳其非人也科儀云
希長生還丹取成大丹不可不知鑪鼎也知鑪鼎又不
可不知火候也知火候又不可不知心也既知心又慮
多難與宿殃也萬一自知又不可妄傳授於人也道不
傳即廢傳非人即殃故知萬妙不得離心也心為出世
之宗丹為延年之藥服之陽宮即陰司落名已後縱往
亦神解上仙此真聖之言不惑矣余悟古賢真旨至參

同契金碧經古文龍虎傳三聖遺文衆真歌訣不離真
妙之鉛汞乎恐後之有疑未決者更序之於心鏡必欲
明其大道照曜真元滌學者凝滯之旨曉愚者狂惑之
說悟而見受可披青雲可致朗月也

欽定四庫全書

卷七十三

雲笈七籤卷七十三

欽定四庫全書

雲笈七籤卷七十四

方藥

宋 張君房 撰

太極真人青精乾石飣飯上仙靈方

王君注解

太極真人曰夫受生氣於五穀者結胎育物必抱穀氣之流精也含真萬化必陶五穀之玄潤也若子寄形於父母亦因所生而攝其生耳不緣所生之始本而頓廢

其所因者未有不枯竭於偏見斷年命以雕傷也故必
因其所由順其精源凝滌柔和微而散根使榮衛易鍊
於日用六府化穀於毫漸也故因穀以斷穀者乃衛明
之良術緣本以去本者乃攝生之妙迹也於是扇南燭
之東暉招始牙之朱靈五液夷泯百關通盈神樂三官
魂柔魄寧復以晨漱華泉夕飲靈精鳴鼓玉池呼吸玄
清華腴童於規方胃滿填乎空青所以千竿一啟壽隨
年榮歲與藥進飛步仙庭也服盡一劑者命不復傾五

雲生身體神氣清亦能久食百闕流亭亦能終歲不飢
還老反嬰遇食即食不食即平真上仙之妙方斷穀之
奇靈二千二百歲中得傳十人無其人祕之勿泄一日
有其人聽頓授之十人過限不得復授受之者皆立盟
約誓啟不宣漏脆有方之師青帛三十尺金鏤兩雙代
歛血之信傳非其人宣泄寶文身考三官死為下鬼摠
濛山之石填積夜之河几受書齋十日授者亦然然後
乃得對傳之

生白粳米一斛五斗更舂治折取一斛二斗得稻名有青者如豫章西山青米吳越青龍稻米是也青米理虛而受藥氣故當用之盛治勿令雞犬穢物臨見之

南燭草木葉五斤燥者用三斤或都用三斤亦可雜用莖及皮益佳多取令淹瀟一斛二斗米耳不待斤兩之制度也以意消息之其樹是木而葉似草故號南燭草木一名猴藥一名男續一名後卓一名惟那木一名草木之王生嵩高少室抱犢雞頭山名山皆有之非但數

處而已江左吳越尤多其土人名之曰猴菽或染菽粗
與其名相髣髴也煮取汁極令清冷以瀟米米釋炊之
灑護皆用此汁令飯正作紺青之色乃止要作高格暴
令乾若不辦得他藥者但作此亦可服日二升勿服血
食亦以填胃補髓消滅三蟲為益少遲但終不及衆和
者耳亦神仙食也上元寶經曰子食草木之王氣與神
通子食青燭之津命不復殞此之謂也合藥之始當先
齋三日乃得為之尤禁房室穢慢藥不行也此上真之

方不同他事山林諸道士但按此而用之若不辦諸雜物及貧者又或無米但單服此葉或擣為散以蜜丸服之皆得仙也近易之草而俗人不知知猶不用可不哀哉初欲服者要當先作和者三二劑劑盡無復和乃單行耳先宜填胃間故也有資力者自可常和而服之得效尤速百害災病不復犯單以米合猶為小遲要自愈於胡麻朮桂之單行也服之使人童顏聰明延年無病又不令人有憂思之心禁食血肉生之物若噉脯不害

也若無和而單行者當三蒸三曝極令乾旦以清水漬
二升或一升再服之如食狀亦可水送餐及以葉搗此
飯為屑以和白蜜重搗萬杵丸如梧桐子大日再服服
五十九乃佳有愈於乾飯之益也其日遇食亦食無若
也如不得食平平耳又常當漱玉池之華以益六液

和用空青七兩精鮮者先細搗重絹羅之夫空青者虛
曜而益真填胃而明眼強筋而補液增精而童顏上仙
品石也若施之以房室則氣穢而神亡害殺立驗可不

慎哉

又用丹砂一斤精徹者先細搗絹篩之夫丹砂者朱明而陽煥填骨而益血強智而補腦增氣而理肺使人百節通利關樞調和上品仙石也忌血食履瘞濁及房室犯之者上氣生癥積骨枯之病

又用伏苓二斤白好而不冰者以水五升煮之三沸焙乾而細搗重絹篩之伏苓者通神而致靈和魂而鍊魄明目而益肌厚腸而開心又與南燭二炁相養調榮理

衛亦可單以乾飯和之尤良禁食酸及猪犬肉忌見血腥犯之者藥勢不行無益於身單乾餽飯合茯苓搗篩密丸如前服之良

又用荆木杪軟葉華陰乾者五兩乾葉益佳細搗千下重絹篩之荆木葉華通神見鬼精取荆之時勿令雞犬見凡合此藥者皆宜靜密勿以藥名字以語不同志者所將使人不得不示之耳慎之凡四物搗篩都畢又合內臼中重搗一萬杵畢乃以合澁青乾飯中善令調布

盛以布或絹囊著甑中蒸之微火半日許釜中水多少如乾飯斗數數反側囊四面令通熱濕若釜中水竭而飯不濕更以意增水微火也畢出囊飯著高格日中曝之取令極燥以藥溲乾飯訖又以清酒合溲飯令浥浥然後內囊當將大甑內囊飯時以蓋密甑上勿令氣泄塵入又曝飯當善分解勿令相滯令極乾歷歷可耳亦可擣之為屑丸以白蜜梧桐子大日服八十九日再服使人長生延年

又和用白蜜二斗清酒一斛

右二物皆令精好以蜜投酒中攪之調和畢以薄漉飯於大器中皆令通濕漉漉乃出日中曝令極乾乾復內如前凡一斛二斗令作十過漉飯或七八過漉之取令漉漉調濕亦務欲薄漉使調而數於日中曝也用酒漉飯都畢乃內囊中復蒸如前畢出乾令燥於此亦可擣而丸服如梧桐子大日再服八十九

又和用一斗酒一斗清水若井花水淋漓沃之極令清徹

以南燭葉一斤或二斤漬之或煮之一沸出令汁正作紺青色小令濃也又內白蜜五升或一斗著青汁中攪令勻和畢又以漉飯如前漉令調濕日中乾之唯欲多漉乾也須盡清汁乃止又輒復蒸畢日中乾之極燥青精飯之道都畢矣若釜甑蒸之不相容者亦可分蒸之合藥當用月之上旬於寅卯日別安釜竈若藥歷歷者但服五合送以飲若藥相結謾不解者乃擣蜜丸計五物合為八十九平旦一服或再藥成封著密器中

數出乾暴之若作丸亦當頓作之也服畢聽得食腑初服之始不便絕穀也當減後以二升半為限一年後減為二升三年後減為一升四年後減為半升減之以至都盡至於五年令人輕明大驗自此以後亦能一日九食亦能終歲不食食麪乃易為減服餽飯百害不能傷疾病不能干去諸思念絕滅三尸耳目聰明行步輕騰十年之後青精之神給以使之能坐在立亡能隱化遯變招致風雨一劑輒益算一千長服不死凶年無穀或

窮不能得米者皆單服南燭或和茯苓或以蜜和南燭
或雜松栢葉會用相參非但須穀也但當不得名之餽
飯耳皆宜參以吐納咽液以和榮衛常當如此餽飯須
雲牙之用雲牙不須餽飯而行事也若和用古秤日服
二合半服不患多唯患不可供故二合半以自節限耳
初服藥不便斷穀此上仙之名方去食之妙道也

太上巨勝腴煮五石英法

一名太帝君鎮生五
藏

訣曰太極金華真人以此經文刻於太微帝君紫微宮

玄珠玉殿東壁牖上其文曰五石異方津光合形有終
而死有始而生萬類反本千條歸真氣適浮烟血奔流
精哀哉兆身飛真不成何不竭以雲草玄波徊以卉醴
華英會以七白露蔬和以白素飛龍沐浴平旦正心向
東凝精厲魂上帝五公再拜朝靈鎮固五方長生天地
出入流通各安其位生華五藏此文乃上清八會龍文
大書非世之學者可得悟了者也太素真人顯別書字
受而服之求其釋注於太極帝君焉雲草玄波者黑巨

勝腴也一名玄清卉醴華英者蜜也五光七白靈蔬者
薤菜也白素飛龍者白石英也法當種薤菜使五月五
日不掘拔者唯就鋤壅護治之耳經涉五年中乃取任
藥名為五光七白靈蔬取薤白精肥者十斤黑巨勝腴
一斛五斗白蜜凝雪者五斗高山玄巖絕泉石孔之精
水二十六斛白石英精白無有厲瑕者五枚光好於磨
石上礪之使正圓如雀卵之小小者好瑩治令如珠狀
勿令有礪石之餘迹先清齋一月或六十日令齋日訖

於九月九日先築土起基高二尺作竈屋屋成作好竈口向西屋亦開西戶也當得新大鐵釜安竈上於九月九日申酉時向竈口跪東向內五石子於釜中於是乃先投一枚於釜中祝曰

青帝公石三素元君太一司命玄母理魂固骨鎮肝守養肝神肝上生華使肝永全次又投一枚於釜中祝曰赤帝公石帝君同音玄母理神桃康鎮心守養心神無灰無沉心上生華華茂玉林次投一枚於釜中祝曰

黃帝公石老君同威太一帝君理魂鎮脾守養脾神使
無崩頽脾上生華白日上昇投石時皆各閉氣五息然
後乃投石都畢起向竈五再拜又取薤白五斤好積覆
於五石之上畢內蜜灌薤上畢內腴一斛五斗灌蜜上
畢乃格度腴入釜深淺高下處所也然後稍入清水使
不滿釜少許止木蓋游覆釜上九月十日平旦發火當
取直理之木煖燥好薪不用蠹蟲及木皮不淨薪也微
火煮之纔令陷劣沸而已勿使涌溢大沸大沸則五石

消爛當屢發視調其下火當先視腴格處所若煮水煎
竭輒當益水使盡二十六斛水而止又水盡之後更加
煎令減先腴二十格疇量以意斟酌視之都畢成也寒
之於釜中下火灰密蓋其釜上五日乃徐取五石平旦
向五方各拜拜畢跪以此腴雜以東流水以次服之餘
水及腴取令送石子入口下喉中耳聞之再服時亦如
初投石於釜中時一一按祝而服之也畢又五再拜畢
若藥煎既成而視無復石者非有他也直五精伏散隱

靈化形故自流逐於雲腴之中無所疑也但當日服五合以酒送之神變反質各自鎮養五藏矣自於五藏之內更生成五石也慎不可猛火火猛石精飛去滓濁壞爛雲腴熬晷殆不可服御又雲腴之味香甜異美強骨補精鎮生五藏守炁凝液長魂養魄真上藥也以好器盛之密蓋其上即日服二合為始日以為常若腴蜜煎強者亦可先出服石後加腴更和腴煎取令凝如割肪也人亦有丸服之者大都丸不如腴服佳也任人所便

便則安於體體便則無不佳常能服此腴者乃佳若先
腴盡當更合如前內白石英五兩鎮釜底一兩輒一枚
祝說如法但不復礪石使員而重服之耳藥成出此石
沈東流水中不常煬竭之淵若不欲更此合腴者亦無
損於前五石此腴名玄女玉液一名飛龍雲腴一名鍊
五石之華膏服之十五年内外洞徹壽長天地役使鬼
神三年之後眼可夜視真人云此方愈於鍊八石之餌
全勝於玄水雲母之玉漿既服此五石石入喉徑寶鎮

五藏中輒有一石以守藏孔藏孔之上皆生五色華也
若其人或斲適太陰權過三官者肉既灰爛血沈脉散
而猶五藏自生白骨如玉七魄營待三魂守宅三元權
息大神內閉太一錄神司命秉節五老扶華帝君寶質
或三十年二十年或十年三年隨意而出當生之時即
便收血育肉生津結液復質本胎成形濯質乃勝於昔
死之容也真人鍊身於太陰易貌於三官者此之謂也
太微天帝君詠曰

太陰鍊身形勝服九轉丹華容端且嚴面色合靈雲上
登太極闕受書為真人趙成子嘗服此得鍊質成仙事
見南岳夫人誥及奇事抄

太上肘後玉經方八篇

霞棲子盧道元

昔巢居子奉祀東海青童君節苦心寂奉師禮具暑雨
祁寒無懈無怠僅二十年乃口授玄法手錄聖方曰若
求跨鶴昇九霄未易致也若優遊乾坤之內守顯然之
氣容色不改心目清朗壽數百年不歸可得矣然神仙

秘術不可傳非其人長安年中巢居子以寒棲子賢人也使沐浴齋戒乃授其事至貞元八年寒棲子以余不揆陋微游放自適所從來者非世俗之士無聲利之交若天與之正性乃傳之余以隱棲子文華之士昔登上科忽遺馳驚息心道門僅六七年其玄法秘術無不得之而至理之要曾似未遇顧余有此遺禮留愛久之而言余知其志士也心忘爵祿遯時稱騷雅之什有而若無實而若虛者哉必當羽化雲飛豈止龜鶴齊壽實歷乙

未歲霞棲子盧道元敬持太上北方綢緼玄寶一軸以
授隱棲施君敬之哉戒之哉

乾天父地母七精散方第一

坤風后四扇散方第二

艮王君河車方第三

巽龜臺王母四童散方第四

離彭君麋角粉方第五

兌夏姬杏金丹方第六

坎南嶽真人赤松子枸杞煎丸第七

震青精先生餽米飯方第八

乾天父地母七精散方第一

竹實三大兩

九蒸九曝主
水氣日精

地膚子四大兩

太陰之精主
肝明目

黃精四大兩

戊巳之精
主脾藏

蔓菁子三大兩

九蒸主邪
鬼明目

松

脂三大兩

鍊令熟主
風狂痺濕

桃膠四大兩

五木之精
主鬼忤

巨藤五

大兩

九曝五
穀之精

右方昔黃帝服之上昇後欲傳者立壇焚香啟告

上帝方可授之立盟不泄四十年一傳之爾若違
誓傳之太上奪算七代受考於水官慎之

坤風后四扇散方第二

五靈脂三大兩延年益命仙靈毗三大兩強筋骨松脂三大

兩主風澤瀉三大兩強腎根朮二大兩益氣力乾姜二大

兩益氣生乾地黃五大兩補髓血石菖蒲三大兩益心桂

心三大兩補虛乏不足雲母粉四大兩長肌膚肥白

右方風后傳黃帝黃帝傳高丘子高丘子傳大茅

君大茅君傳弟固凡欲傳授誓不妄泄若輕授非
道之人考延七祖右藥十物各如法擣篩仍擣三
萬杵同鍊過白蜜和擣一二萬杵酒服日三十丸
良王君河車方第三

紫河車一具

王母歌曰紫河車一龍潛變易却老還童枯陽再益下又注曰紫河車者首女

是也東流水洗斷血一百遍酒洗五十遍陰乾曝和合

生乾地黃八大兩補髓

膝四大兩

主腰膝

五味子三大兩

主五藏

覆盆子四大兩

主陰不足

巴戟天二大兩

欲多世事加兩女去之

訶黎勒皮三大兩

主胸
中氣

鼓子花二兩

臟筋
骨

苦耽二大兩

治諸
毒藥

澤瀉三大

兩 補男女
人虛

菊花三大兩

去筋
風

甘草菖蒲三大兩

益精

乾漆三兩

去肌肉五藏
風熱令黃

栝子仁三兩

添
精

茯苓三兩

安神

雲英三兩

縮腸

黃精二兩

補脾
胃

芙蓉三兩

助莖力女
人去之

金

釵石斛二兩

添筋

遠志二大兩

益心力
不忘

杏仁四大兩

炒

焦去尖皮
去惡血氣

菖藤四大兩

延年駐
形神

右二十二味共搗散鍊蜜丸如梧桐子大日以酒

下三十九服三劑顏如處子昔王君傳蘇林子當

傳立盟歎血不爾違太上之科延災祖考

吳龜臺王母四童散方第四

丹砂七兩

朱砂三兩

胡麻四大兩

九蒸九曝
煎令香

天

門冬四兩

茯苓五兩

朮三兩

乾黃精五兩

桃仁四兩

去皮
火

右八味合篩擣三萬杵冬月散服夏月丸之服以

蜜丸如梧桐子大服八年顏如嬰童之狀肌膚如

凝脂昔王母傳大茅君大茅君傳弟衷立盟契約

誓不慢泄泄則太上科之慎歟慎歟

離彭君麋角粉方第五

麋角三兩具不限多少解開厚三分長五寸許去心
并惡物用米泔浸之夏三日冬十日一換泔約一月
已上似欲軟即取出入甌中蒸之覆以桑白皮候爛
如蒸芋曝乾粉之每斤入伏火硫黃一兩麋食菖蒲
其精實入角也以酒調服三錢

右方彭君服之壽七百七十九歲後入地肺山去

不知所在今人云彭逝謬耳別自有傳此方者又有人於鵲鳴山石洞獲此方文法皆同不可宣也

兌夏姬杏金丹方第六

杏子六斗水研之取一石八斗入鐵釜中煮之先以羊脂三斤揩鐵釜令盡即下杏子汁以糠火煮之四十九日乃取以構子煎丸如大豆日服一丸三兩為一劑夏姬服三劑為少女後白日上昇此方出於美門子上經立盟勿泄傳者殃及七代慎之慎之

又杏金丹方

取杏子三斗去其中兩仁者作湯纔三四沸內杏子湯中便須手摩令皮去熟治之置盆中研之清其汁度得七八斗棄其滓取一石釜置糠火上以羊脂四斤摩釜中令膏脂盡著釜熱復摩之令盡四斤脂內汁釜中煨以糠火并蠶砂火火四五日藥成其色如金狀如小兒哺服如鷄子黃日三服百日父母不能識令人顏色美好

坎南嶽真人赤松子枸杞煎丸第七

枸杞根三十斤取皮別著九蒸九曝擣粉取根骨煎之添水可三石後併煎之如稀餲即入前粉和丸如梧桐子大服之一劑壽加百年此方赤松子以傳李八伯立盟不泄如妄傳天殃將罰

震青精先生餽米飯方第八

白梁米一石南燭汁浸九蒸九曝乾可三斗已上每日服一匙下一月後用半匙兩月日後可三分之一

盡一劑則腸化為筋風寒不能傷鬚鬢如青絲顏如
冰玉此方若人服之役使六丁天兵衛侍秘之勿傳
當獲神仙切慎妄傳

太一餌瑰葩雲屑神仙上方

并引說

夫茂實者翹春之明珠也萑勝者玄秋之沈靈也丹棗
者盛陽之雲芝也茯苓者絳晨之伏胎也五華合烟三
氣淘精調安六氣養魂護神能用得其方位為天仙老
者復壯反嬰童顏千害不傷延壽萬年

三春茂實一斛名曰茂者茂於陽精也故為藥首若
三春不得合藥者藏茂實於密器中封泥之須用乃
開到來春不佳者不復用敗者勿取注蟲茂也此物難藏
當素精盛燥器盛之如藏久而變成水者當絞去滓
以茂水和藥也

黑苴藤屑三斗先熬令香乃擣為屑

茯苓十斤細擣下篩為屑 白蜜五升

乾棗一斗大者剝皮去核蒸過擣令相和調清美酒

五斗

凡六物合攪令內一釜中微火煎令凝如糖可丸乃
出著密器中更分搗三千杵丸如雞子中黃大日服三
丸夫搗藥為屑皆令極細輕絹篩又內釜中煎之當數
攪和之以蓋釜上合藥欲得別處不欲得人多聞見服
此藥者六年白髮還黑面有童子之色行步如飛身生
玉光災害不傷道士多有單服此藥而上昇者不比常
方宜用合餌

靈飛散方

出太清經第一百五十三卷

凡欲致萬神永昇仙皆先潔齋清已香水灌頭沐浴五
體益善百日之後乃可致神明欲求仙者當從北嶽西
嶽中嶽真人靈飛散得而服之必得神仙矣真人曰凡
欲求神仙不老長生久視白髮更黑齒落更生面目悅
澤肌肉有光從表觀裏者當服靈飛散老君曰此方術
之要神仙之道必化之本道士服之神仙不難術士服
之遊於華山凡夫服之年去更還老翁服之反生童顏老

君曰服此藥者可以不老十日服之三年不食服之五年可壽二千六百二十四歲傳非一人皆得真道保成

神仙

雲母一斤成錄者茯苓半斤亦可一斤栢子仁七兩 石鍾

乳七兩 菊花五兩亦可用十五兩朮四兩一本人參七兩乾地黄

十二兩亦可十五兩桂心七兩 續斷七兩

以九物治下節訖以生天門冬十九斤搗糜絞取汁以丸此藥汁多可和之汁少者溲之著銅器中懸著甑下

蒸黍一斛二斗熟出藥曝乾更治擣之令細篩服一方寸匕旦服無毒可多服餌當食十日身輕二十日耳目聰明七十日髮白返黑故齒皆去若落去者而得更生取藥二十七匕以白蜜和之擣二百下止丸如梧桐子可得八十一丸曝令燥訖視丸表裏相見如明月珠或似瑩火精珠或赤或白此仙人隨身常所服藥也欲令頭髮時生者日服此七丸至髮生不白不落若入深山不食亦可作此丸日七丸不飢也若頭髮不落未白但

可服散可壽五六百年不白耳白者如前法已白服藥
可至一百一十七年乃落耳求道必仙要至神仙髮齒
更生如三十時求道服藥不頭白齒落者老而服之得
仙之要齒骨尸解道之下者凡作此靈飛散服之三日
力倍五日血脈盛七日身輕十日面目悅澤智慮聰明
十五日力作不知極徐行及馬二十日力不復當三十
五日夜視有光

治雲母法

白鹽一斤和雲母一斤並搗

合

之

右雲母糜勿篩內重布囊中揜挺之水汰鹽味盡
絹囊中懸令乾即成粉一法以鹽湯煮之盡解如
泥狀挺之為粉

又法雲母一斤大鹽一斤漬之銅器中三四日蒸之一日
於臼中搗之為粉

又法用朴硝水三升煮治雲母一斤取成粉燥舒之向
日光看無芒更好有芒勿服服之久後病殺人宜精治

之此本於盧司勳所得正經上傳寫記經中云擣雲母
糜後入重布囊中按挺之又須入皮囊中按挺大抵不
如取廬山水碓舂擣者最為輕細自造恐工不至忽有
麤芒者損人慎之服藥後禁食鯉魚能斷一切魚為上
恐刀砧所相染害不輕又禁食血是生肉生乾脯之類
血羹是熟血却非所忌禁生葱蒜生韭醃醋桃李木瓜
酸物等並不宜食又忌流水若江行及溪澗無井處但
煎熟食之亦得大麥損雲母力亦宜慎之服此藥能斷

葷血兼靜修心氣得效尤速不得面授故此批上

雲笈七籤卷七十四

欽定四庫全書

雲笈七籤卷七十五

宋 張君房 撰

方藥

神僊鍊服雲母祕訣序

本草經玉石部云雲母味甘平無毒主身皮死肌中寒
熱如在車船上除邪氣安五臟益精明目下炁堅肌續
絕補中療五勞七傷虛損少炁止利久服輕身延年悅
澤不老耐寒暑志高神僊一名雲珠色多赤一名雲華

五色具一名雲英色多青一名雲液色多白一名雲沙
色青黃一名磷石色正白生泰山山谷在雲山及瑯琊
北定山石間二月採澤瀉爲之使畏魚甲反流水案僊
經雲母乃有八種向日視乃別之彭城東北青州亦有
今江東唯有廬山者爲勝以沙土養之歲月生長今鍊
之用礬石則柔爛如粉極細用百草上露乃勝東流水
亦用五月茅屋水制之也色黃白而青多者名雲英宜
春服之令人身輕入水不寒增壽四千年

色青黃煌煌而多赤者名雲珠宜以夏服之令人身輕耐寒暑增壽三千年

色如承雲如冰露乍黃名雲沙季夏服之身輕生光乍白耐風寒增壽二千年

色黃白晶晶名雲液宜秋服之堅筋骨通經脈增壽一千年

色青白多黑名雲母宜以冬服之身輕入火不灼增壽五千年

色皎然純白而明徹者名磷石四時皆服堅筋骨通經
脉增壽五千年

色晦晦純黑若有黑文斑斑如鐵者名雲膽不可服令
人患淋發瘡

色襍黑而厚強肌者是銅鐵間襍名地碌不可服伐人
命

又赤色厚重名陽起石是五雲之根別將入藥用不可
服凡五雲之根厚一寸有一千八百年重以土沙埋新

盆蓋着陰地歲月既久便自生長

又雲母五名第一精者名雲光第二名雲英第三名雲珠第四名雲母第五名磷石

鍊雲母法 凡十

鍊之法先薄擘去沙土亦可先以東流水漬數日乃槌破而擘之訖又以水淘沐百許過極令清乃隨遲速用之遲用者當以五月久茅屋漏水於白甕器中漬之百日漉出若有水垢不潔更以東流水浴之數過漉令燥

其浮濁細者亦別器盛之八月中以新布兩人各持一端亦可繫竹竿頭於山野淨草上拂取朝露絞汁隨復拂汁足淹雲母乃止不必一朝取足又以漬雲母六七日以外便可取用著溫暖處勿令寒凍欲爲粉者便漉取令燥作熟皮囊盛急繫口手按捺之從旦至中碎靡靡出以絹篩過餘滓更按捺取盡止若猶不細以指撚看尚見粲粲星文者更於大木盆中以少水澀如泥研之良久以水淘沫細絹濾漉取餘滓更研淘取盡清澄

之亦可按竟且以紗葛簾篩之乃於白菟燥盆中研之
絹漉如法亦善亦可先研以麤絹澄令燥乃用皮囊按
細絹篩之亦可露水漬百日出令燥擣以絹囊於水中
漉汁澄乾治之凡如此皆成粉唯令極細如麪指撚無
復光明乃佳若猶嫌不精可以露水煮粉散沸出口懸
燥乃更白擣重絹篩之速用者取淘竟薄擘絹囊盛內
湯中出浮寒水中又內湯又浮水中如此十過易水令
冷候視輒出曝乾革囊槌便成粉

又法取礬石三斤皮囊盛沒湯中令稍釋乃以雲母漬
汁中一宿則軟如紙更水淘去沫研按宜急成粉礬石
有微毒特須淘去

又法礬石四斤以東流水四斗漬之取汁以黃篋器盛
雲母十斤燒令赤內汁中又出更燒使三過止加鹽如
雞子大內汁中燒投令汁盡乃止水淘去沫漬澄自碎

成粉若不甚細更按篩之用硝石亦佳

李夫人曰
硝石損骨

又法雲母十斤葱白五斤鹽三升水淹煮之葱出以水

淘去鹽味研按隨意則成粉務精緻也

又法擣麻母葉汁以漬五雲母則糜如泥研成粉麻母生山谷其樹如梓樣純白色葉似檇而細折之有白汁山人蒸食之

又法露水八升作湯分半淘洗雲母二十斤如此再過又取二升作湯內芒硝十斤以雲母漬中二十日出絹囊盛懸屋頭使見風日令燥以水漬漉皮囊槌之從旦至中乃細絹篩滓復槌令得上好粉五升

又法薄擘雲母十斤硝石二斤絹囊盛置銅器中酒一升水二升半合炭上煮之沸出囊投寒水中用酒復煮如此十上十下靡靡然於水中槌汁出清澄成粉此出玉清法

又法取成汰雲母以地榆灰汁漬一月細濾治碎令熟又以沸湯濯之去灰炆十餘過凝乾取十斤煮以桂五斤細槌研以水二升半煮之令桂無味乃止去滓取汁以解雲母如糜此崔文子法

又法苦酒漬雲母四十五日，出治之，水漬攪去酸味，凝之，單絹袋盛水中，按令汁出，澄之，此越師法。

又法以茅屋水三升，銅器煮沸，同礬石三兩，淘滓，內雲母一斤，煎五六沸，出乾，治淘爲粉，凡鍊治五雲，惟宜精熟，不爾傷藏，致疾。或於腸中生長，不可復治。故方家殷勤備說。治之以火不如湯，多服不常，不如少服而長久也。

衆僊服雲母法二十方

中山叔卿柏桂下玉匱素書雲母方

取雲母五色具者一斤細擘之以茅屋溜水菴秋百草
上露以漬之百日內革囊槌之絹篩着竹筒中塞口懸
甌下白沙一石填其上蒸之一日炆達去之更內黍稻
米一石蒸一日炆達又去更內稷稻米一石蒸一日炆
達去之乃以白蜜一升和合於銅器中湯上煎令可丸
丸如麻子以星宿出時一服三九日再三十日加如梧
桐子大三九常以雞鳴服一九三十日身輕目明五十
日腹中痒七十日三蟲去八十日皮膚光九十日入水

不溺面白易骨三百日走及奔馬一年爲真人又云年

七十已上四百五十日已後乃得僊

此是用一斤法多合者益之一云用

斤二

堯師方回自服雲母方

取雲母粉三斤雲滋五升煎之且竭內松脂三升洋又
內崖蜜三升合蒸之從旦至暮下寒暑自凝如餌服如
彈丸日三服可飲水而食棗七枚久服騰山越海神仙
長生寒暑不侵

又韓衆服雲母方

雲母粉一升大麥屑二升合煮令熟去滓服其汁身光
長生亦能度世

赤松子服雲母方

凡二方

雲母三斤硝石一斤以醇醞酒漬雲母三日細破內生
竹筒中以硝石俱內復以升半醇醞酒內中火上煎乾
攪勿住須臾如膏出置板上半日當細成粉平旦以井
華水服寸匕日一服百日三尸下正黑如泥盛以筒葬

之於冢次百日許惆悵不樂過此乃佳二百日還少如童子藥盡更合

又方葱白蒸擣絞取汁二升桂屑雲粉各一斤合內生竹筒中安一石米下蒸之成水曝凝乾服之還老如少童雲母澤瀉爲之使

末
又方雲母一斤澤瀉二兩末天門冬八兩末茯苓八兩末

右四味和爲散每日清旦服方寸匕漸至三匕日酒下

佳九僊君曰以白露水和雲粉服一方寸匕日三服一
百日光生二百日三蟲伏尸下其惡血從鼻出夫人稟
性不同受炁亦異或虛或實有熱有寒初服時皆有覺
觸以意消息如覺體中熱唇口乾燥即須加三兩味冷
藥和粉服之若覺冷即加熱藥候炁宣通臟腑調適方
可單服服時乍少常令不絕初服粉巨勝一升蒸曝乾
研碎水淘取汁以粳米和汁作粥稀稠得所如人腹內
暖用粉一匕和服緣粉膩巨勝粥得滑利流向下凡人

皆上熱下冷然久可依方服之九僊經云雲母者千二百種之精七十二氣雲之英體精而光不爲水毀不爲火焦天地相終日月同耀採雲母取山陽面者爲佳

炁先生服雲母方凡二

薄削生竹筒盛白鹽半升木盆蓋漆之埋井傍濕地深五尺十餘日爲水又內硝石一升化爲水乃內雲母粉三斤復漆固口埋之十日出與白蜜分等鐵器中蒸之凝如餌服或丸如梧子日三服身光耐寒暑

玉清服雲母法

取前方所槌成粉者一斤麥門冬屑半升白蜜半斤合和內生竹筒密蓋之蒸三斗粳米下半日許出當如錫狀常服彈丸大日三服長生不死惟專服之

崔文子服雲母方

取前地榆灰所漬成粉者用青竹筒各長尺五削去皮盛之令不滿五寸以縑掩口悉住甑中細沙壅之竹口出沙上五寸蒸之一日可復悉取置新甕瓶中縑塞口

漆周密之以春分日內井底秋分日出之先取白蜜一
升鍊牛脂二升蠟半斤於銅器中微火煎和合乃內雲
母又煎可丸止吞如梧子大三九日三服之三年則不
飢渴耐寒暑不畏風濕五年白髮却黑形體輕強長服
神僊

越法師服雲母方

取前苦酒漬成粉者以生竹汁微火煮之三日三夜已
更以清水鍊之乾三十日後以葱涕和糜於瓦器中蒸

之半日已出乾之和以白蜜服如梧子大三九日三服
光澤肌膚顏如嬰童

越女元明服雲母方凡九方

雲母粉十斤竹汁一斤內器中肉桂半斤細屑之合盛
蒸之五日五夜當水盡爲度出內銅器中真丹二斤白
蜜三斤攪令相得復蒸一日當如餈狀盛以竹筒丸之
如酸棗大每日服一九一月服之還年滿一歲成童子
又法擣葱白華絞取汁二升肉桂屑雲母各一斤合內

生竹筒中蒸之一石米下成水曝凝乾治服一刀圭日
三服二十日還年十歲有童子色四十日似嬰兒百日
入火不熟入水不寒

又方先以桂屑一升蒸成水乃內蜜雲母於中又蒸之
成膏服美酒下之一月覺效

又方桂十斤削取心得三斤搗篩葱白花四十斤熟搗
絞取汁和桂屑內生竹筒中蓋實密口懸蒸黍米五斗
熟即化爲水又內雲母粉一斤一日復化爲水日服一

橡斗日三服二十日貌如童子

又方葱涕和桂屑漬之三日絞去滓以和雲母粉內於薄竹筒中密固口內於醇苦酒中二十日成水服之一橡斗日三服壽數無極

又方葱涕三升桂屑二斤雲母屑五斤合搗和內生竹筒中埋陰地入土三尺百二十日盡化爲水服一橡斗日三服服之長生

又方葱涕五升桂屑半斤合和銅器蒸之又內雲母一

斤搜埋地中與地平密蓋三日盡爲水服一勺日三服
長生不老

又方雲母粉一斤白蜜三升內銅器中漆固口埋北垣
下三十日出之器中已化成漿水飲之多少自在服二
十日身生光三十日風濕不傷百日成童子

又方雲母五色具者細擘於硝石湯煮沸即投寒水中
如是九度止乃以日乾之盛鐵器中燒之與火同色即
出注白蜜中攪之相得如糜乃以絹絞去滓取汁寒凝

如膏先食服如彈丸日三服神僊長生

老君餌雲母方

凡六方

雲母粉一斤硝石白者一斤擣篩白蜜三升都合攪如
粥內生竹筒中漆固口埋北墻下三十日出之盛銅器
中稍稍似水若酒中服二十日身生光三十日露不着
身五十日入山辟虎狼水火不能害百日出窈入冥縱
橫反覆便成僊人

又方雲母粉一斤蝦蟇脂如彈丸白硝石寒水石各如

彈丸舂內竹筒中牢密封口埋濕地深四尺九日出以塗手執火不熱如熱更埋七日乃成可服之服藥一升日再服百病除身面潤澤二百日與天通達

消玉石法

取美玉一斤細末之內雲母水中十日乃消可服半斤諸石硝內中皆消不但是玉此方秘妙勿傳

又方雲母粉二斤硝石一斤合擣如泥內甕中漆固口濕地埋深三尺亦可懸井中去水三尺十日化爲水服

一椽斗日三服稍加之却老還少身形光澤

又方雲母粉一斤薄削生竹筒盛之朴硝二兩置上密封其口內蠶屎中七日化爲水出凝蒸之填以黃土三夜或至四五日入硝更以黃帛三重密固置陰花池中七日又爲水出曝屋上三日下內五六丈井勿至底十日成餌潤澤名雲液服一刀圭日三服洞視千里百日長生

又方雲母粉天門冬屑茯苓屑各三斤合治白蜜丸如

梧子大服三七九稍增至三十九日後日再服二十日後日一服欲服雲母先須作此法服然後可單服餌凡服雲母禁房室履穢穢及食五辛血腥之炁

僊人鍊食雲母方

此方所以不依古方是東海女子賣鹽與蒙山隱居遂求隱居得之方云凡服雲母粉須煮一椀粳米粥稀稠得所著一匙雲母粉熟攪和服之僊經云此藥多能述之難盡凡欲合藥先須祭竈辦以種種香華五果酒漿

酥蜜油等大須潔淨藥成之後百無所忌凡合藥必須
擇神臨日案經用成除收開建滿日神必來臨藥自大
有神驗不得用執破閉之日合藥不好服無驗不效又
欲得春夏合佳或初秋七月亦得八月半已後不得受
冷雖成不佳又不用近火亦不用湯漬藥大忌其藥欲
得甕器盛服之佳又云欲玉椀槌研藥益人清雲滋最
佳已前竝神僊祕法傳者勿傳非人藏之金匱臣法藏
言臣少長寒微早嬰疾瘵遂投山谷尋訪良醫因之服

餌綿歷年載云云

真人常服雲母方

搗葱白莖汁二升桂心半斤以葱汁和雲母一斤蜜半斤總內生竹筒中蒸一石米飯中藥成爲丸服三十九日再服之獲神僊雲母上藥爲君主治萬病大畧如前唯禁血胡荽生鯉魚膾迎三送七已後任食凡服雲母粉老人服之三七日骨髓填滿舌聲清亮丈夫彌健是藥之驗也少年服之二七日有驗已前雖明服法未明

冷熱大便秘澁和飲服之如冷大便滑和酒服之良

劉鍊師服雲母方

採得雲母札先以木槌側打令葉葉開去沙石訖以布袋盛瓮中取東流水浸之每五日一易水浸二十日已來便漉出於大木盆中淘洗以淨爲度然即却入布袋盛之內釜中依前法煮一二十日候水減即添之每五日一易釜中舊水第一度易水即除却第二度易水即須澄取雲母粉却入袋中煮但候釜中雲母捻如麩即

止還入水盆中淘洗曝乾以木杵臼搗爲粉其搗時須
紙帳中勿令風塵入搗了即依前法入絹袋擺入瓮盛
欲煮雲母時先須煮五加地榆取濃汁以大瓮盛之用
此水旋旋添入釜中依前法煮之如無硝石亦得校難
爛每斤五加即取二斤地榆觸類而長凡擇雲母須去
黑硬及瑕翳者但向日看光明透徹青白者爲上

化雲母爲水法

凡三方

取葱涕如無涕取葱熟研代之按取桂心搗爲末硝石

研之以二味拌雲母粉埋向牆陰地一月日並化爲水
李夫人云但取葱汁和蜜拌雲母化爲水尤勝硝石云
硝石損骨以上二法皆應以青皮竹筒中盛之密固其
口也

又方雲母粉二斤硝石一斤合擣如泥內甕中漆固口
埋地深三尺二七日外取懸井中七日化爲水

又方雲母一斤白蜜三斤合和於銅器中微火煮之令
沸以一器覆上漆固之埋北壁下入地三尺四十日化

爲水名曰雲母漿服法粳米飲下

李大夫化雲母粉法

取雲母側敲重重劈開爲葉便入銅器中煮十數沸令
暖氣徹即以粗布縫作袂袋以前件雲母入袋中盛之
又於盆中瀉暖水相和熟按若得白汁旋旋傾入別盆
中又用暖水和按之候得濃汁即瀉入別盆中以雲母
汁盡爲度即取諸盆中合入一盆又重入袂絹袋中重
按過還依前法瀉入通油盆中以雲母汁盡爲度又取

前件雲母重入袂絹袋中過依前法按之候雲母汁盡
爲度如此兩遍入袂絹袋中按盡汁過其粉始精細都
向袂絹袋盛之懸於空處瀝水盡即以瓷鉢收之

道者鍊雲母法

白雲明徹者爲上

雲母不得用鉄器修砂盆中煮鍊爲上雲母一斤白礬
四兩都研碎百沸湯化爲漿初以礬汁拌雲母袋盛蒸
七日後更入礬汁漬之一月日並爲粉訖以三重絹囊
濾之水飛澄停爲粉訖即以黃溪砂中蒸之七日亦以

礬漿拌之

成粉雲母一斤用白蜜二升鍊蜜澄濾訖入竹筒以漆固口埋入地三尺一月化爲漿如未成漿濁在更埋半月日時寒即一月成也服法每日空腹以井花水二合調雲母漿一合服飲少酒無妨忌羊血

煮雲母法

凡二方

雲母五十斤硝石半斤取雲母側打擘成葉訖便入粗布袋中於清水中擺洗去穢令盡然後入釜中和硝石

煮六七日當爛成粉

又取五加皮及葱涕煮雲母但得一復時便爛成粉其成粉雲母即入絹袋中洗過尤妙

真人服水雲母法凡三

葱莖取汁桂一斤治下篩雲母一斤粉之合盛竹筒中蒸之一石米頃減火使凝令乾服方寸匕日三服三十日顏如玉服百日入水不溺入火不燒雲母有五種色今時人多不能別法當向日看其色詳瞻視之乃可用

爾正陰視之不見其五色並見如多青者名雲英春宜服之五色並見如多白者名雲液宜秋服之五色並見多黑者名雲母宜冬服之但有異色多者名雲沙宜季月服之其色晶晶純白多者名磷石宜四時服之色如黃而堅者名雲精春秋夏冬常服餌之

五雲母之法或以桂蔥玉和之爲水或於鐵器中以玄水漬之爲水或以硝石合內竹筒中埋之爲水或以蜜酪爲水或以秋露漬之百日以韋囊盛之爲粉或以無

心草汁合餌服之一年則病愈三年老翁化爲童子五年役使鬼神入火不燒入水不溺枳棘不傷與僊人相見又他物不相干以雲母內火中至時不然埋之不腐故能令人長生又云服之十年雲母炁常覆之純黑色者不可服令人淋發瘡唯好者餌之皆當以茅屋雨水東流水若露水漬之百日沙汰去土石乃可用爾

又方擣葱莖絞取汁二升桂一斤擣下篩雲母一斤粉之三物都合盛竹筒中蒸之炊一石米頃一皆化爲水

出凝之曝乾治服一方寸匕五十日作童子百日入水
不溺履冰不寒

神僊服雲母方

取雲母五色具者十斤細擘去黑者取精光明淨者八
月露時以露粉成務令細熟向日看無芒乃可用也取
成粉二升內生竹筒中密塞其口甌中蒸之又以白沙
覆上蒸之一日一夜去沙更裝一斛黍米復一日一夜
去黍米覆裝稻米復蒸一日一夜乃出雲母內銅器中

加雲母一升合和之浮於鑊湯上煎之半日雲母消盡
令可九九如小豆大以星宿出時服三九日三服至十
五日後體輕雞鳴時三九復十五日後增四九日三服
十五日後體輕目明五十日後腸化爲筋七十日三蟲
伏尸盡下八十日身光潤九十日入水不溺入火不燒
百日後皮膚更生二百日更易筋骨毛髮三百日後行
如飛龍走過奔馬一歲仙道成矣二十至四十服三百
日得仙五十至七十服之三百六十日得仙八十已上

服之四百日得神仙矣雲母者五石之精天之精氣日月之光神仙之藥非賢勿傳

真人食雲母方

四

雲母五斤松脂十二斤茯苓十斤附子四十五枚蜜蠟
內中封令清使得一斗五升不津器盛著衆手攪令相
和埋著地中滿千日乃出藥自成無疑藥成時其香三
里聞之服之一斤身中三蟲伏尸盡下百病皆除服之
五斤身中空虛顏色甚好十五時服之六斤身飛行手

摩日月服之七斤無所不能出沒自在在處隨形入道
教化羣生密過人間諸有厄難者皆能救脫之領立諸
仙興顯大法隨所教化此藥神祕非賢勿傳

又方葱涕和桂屑漬三月絞去滓取水和粉納竹筒中
筒須削去皮令薄蜜內浮醞中爲釀酒瓮二十日成水
服之當神不復衰老矣又雲母粉一斗大麥二升合煮
熟去滓服其汁身即生光長年不老

又方桂一十斤削取肉以得三斤擣篩葱白四十斤熟

搗布絞取汁桂屑內竹筒中覆蓋上密封口懸蒸五斗
黍米下熟爲水內雲母粉一斤一日復化爲水日服一
盞四十日狀貌如童子

雲漿法凡二方

雲母粉一斤硝石四兩朴硝二兩白蜜五升右蜜煎令
相得和雲母粉如煎餅麩以竹筒盛之用蓋蓋之以泥
四邊勿令炆洩埋地中一二尺許一百五十日熟服之
光澤肌膚顏如童子

又方雲母粉一大斤澤瀉四兩蜜五升

煎去二升
取三升

朴硝

四兩硝石四兩桂心三兩右件雲母粉等和如煎餅麩以竹筒盛之其竹筒去青皮漆固濟其口待漆乾即埋於井北去井三尺五寸深七八尺用手下土實之埋一百五十日乃出其色凝碧洞徹清明可服之百病立愈又即長生

赤松子見授雲母神散方

吾見上仙真人學道遊山下戲大海之濱見一丈夫沐

浴光白鮮明異常而問之云吾服神散而得身光白鮮如是也因見遺方云日取雲母粉清旦以井華水服方寸匕即身生光澤

蒸雲母法

法須東南作竈釜上燒桑柴蒸之九日九夜凡煮雲母一斗用鹽花二升和之

終南衛叔卿柏桂下玉匱中素書服雲母粉方

右以雲母粉一斤白蜜一升合於銅器中重湯上煎令

可丸丸如麻子以明星出時服三丸雞鳴服七丸三十
日身輕目明五兩腹堅七兩三蟲下八兩皮膚光澤九
十日入水不濡入火不灼百日易骨二百日走及奔馬
一年飛行自在便可昇仙

雲母長生斷穀丸方

雲母三斤白蜜二升銅器盛湯上煎以淡竹瀝三升漸
添令盡用篋左右攪之勿令停手以竹瀝盡爲度合時
須護淨勿令雞犬婦人見服時先吃一頓好飲食任意

食之盡飽明旦空腹即取藥一丸如雞子大向生炆方服渴任飲食淡麪餅枸杞蔓菁首宿龍葵等服兩劑萬病出齒落勿怪不經月必更生平復凡欲食麪時皆著三兩匙雲粉相和作食不覺有別異

雲漿法

雲母粉一斤白蜜三斤右和合銅器中火上令沸停冷以內新甕器中密封以板覆上乃埋北壁下入地三尺四十日化爲水名雲漿先齋戒三十日以王相日平旦

取井華水一升雲漿一合和飲之日三服身出光澤臨
雲不著降玉女感神仙

服雲母畏忌法

芹菜胡荽豬肉鱈魚大麻子鮎魚諸陳臭等味不畏觸
藥但恐損粉力黃衣米醋亦不可喫制粉

糠醋稍通喫若但擬求治病補益延年增壽亦不假須
斷葷茹血肉若脩仙道須特慎之爲佳

韓藏法師療病法

療人五勞七傷虛損發汗出以粉粉身手摩之雲粉入肉不見乃止加食即汗出並是虛也數數粉摩之欲除肌膚中風能多塗身令人骨膩療人疳濕瘡以粉和粳米粥服之差即止療人金瘡以少許內瘡中粉和粳米粥兩服當差如差永除痕跡下部病五十年不差者日服粉二度二十日永差十餘日斷五辛胡荽猪肉生冷療時行疫毒壯熱頭痛心腹脹滿及患黃以粉三兩和粥半碗稀稠得所冷煖如人體日三度服之立斷療金

石發動頭痛身體壯熱以粉一匕和冷水二合服之日
三度即止療患偏風半身不遂口喎面㮙精神悶亂每
日以兩匕和飲服之以差爲度兼以粉摩身極佳也

療七種風氣冷熱炁心腹脹滿連胸徹背痛無常處胸
中逆氣以粉一匕和酒三合及粥等日三服以差爲度
神驗

療骨蒸虛熱唇口乾燥四肢羸瘦不能飲食依前方服
粉不過三斤悉皆除

療十二種心痛飛尸但依前服之亦愈

療白痢多年不差者用三匕粉和粳米粥服之二七立效忌血食治帶下不止服諸藥不差者以粉內下部兼依前法服立愈驗

療刺風如行針刺如前服并以粉摩身特忌房室五辛等

療蟲毒下血不止及三蟲痔漏如前服驗

療腹中冷食不消將粉摩身并以方寸匕好酒冷合和

服無不差

療冷及瘧癰癥瘕者但準前以清酒服之不過三斤永
除曾有人被蛇咬踝上通身腫苦痛甚不得屈伸即以
針刺歇其毒炆以粉和酒服三兩匕兼將粉少許塗所
咬處少許時毒汁出即當消歇比見有人因醉亂以刀
刺著三處皆深腹漏諸藥不能救遂將凝粉三七爲兩
服服之凝血內散經一食久即下部血出并鮮血片便
無痛苦渙如冰釋因知破血有驗

雲笈七籤卷七十五

欽定四庫全書

雲笈七籤卷七十六

宋 張君房 撰

方藥

靈寶還魂丹方

并序

夫人生稟於五行拘於五常則爲五味之所賊八風之所攻爰自飲乳至於耄年莫不因風而喪命或多食而過飽或失食而甚飢或飲啜太多或乾渴乏水或食鹽苦或啜酸辛或畏熱當風或惡寒親火或庭前看月或

樹下乘涼或刺損肌膚或撲傷肢體或時餐燥藥或多
啜冷漿或久絕屏幃或日多施泄自此風趨百竅毒聚
一支遂使手足不隨言詞蹇澁或痛貫骨髓或痺襲皮
膚或痒甚蟲螟或頑如鐵石或多痰唾健忘好嘔血脉
不通肉色乾瘦或久安牀枕起坐須臾語澀面虛雖活
如死或總無疾苦卒暴而亡男即氣引於風女即風隨
其血未有不因風而喪命者也世人不能治其風但以
藥攻其內安有風在五臟六腑之中四肢百脉之間而

湯飲之類曷能去乎假令相疾而醫用藥乖誤雖難經
素問三世十全欲去沉綿其可得耶余久居太白抱疾
數年萬藥皆施畧不能效後有一翁遺余此藥服都五
粒疾乃全除稽顙叩天求其藥法方皆傳授誓不輕泄
余故錄於左置諸靈室後人得之者宜敬之無或輕慢
自貽殃咎但依法脩鍊何慮不神夫灸藥制燒藥燒藥
制煮藥煮藥制生藥生藥使煮藥煮藥使燒藥燒藥使
灸藥遞互相制遞互相使君臣俱具父子固全遂得陰

陽各有其緒陽藥制陰以引其陰陰藥制陽而引其陽此藥雖不能致神仙得之者但服一豆許則壽限之內永無疾矣如已患風疾及撲傷肢節十年五年運動不得者但依法服之一粒便效重者不過十粒有人卒亡者但心頭未冷取藥一粒以醋調一粒摩臍中一千餘下當從臍四面漸煖待眼開後熱醋下一粒入口即活但是風疾不拘年月深遠神驗不可具載其功力每丸如芥子大日曝乾收之凡疾人不問年月遠近先次以

紅雪或通中散茶下半丸如或風澀甚者即一九良久
以熱茶投之令患疾人瀉三兩行依法潑薑豆湯下一
粒當以他人熱手更互摩之患處良久熱徹即當覺肉
內有物如火走至痛處所苦當時已失矣一二百日及
一年內風疾下牀不得者服一粒後當時可行步一如
不患人至重者每瀉後服藥一粒後歇三五日間依前
服紅雪先瀉後服丹藥但每日服不過一二粒平復如
本打撲損多年者天陰即疼痛動不得者尤驗只可一

兩粒服此藥多者疾愈後藥力當伏脚心下男左女右
但有所苦發心念藥隨意則至此藥神驗功效非智能

測其法

光明砂一兩

研如麩以蕎麥灰汁
煮三日淘取秤一分

雄黃三大兩

研如麩以醋煮
三日淘取秤

石亭脂三大兩

研如麩以酒煮
三日淘取秤

金箔二十四片

陽起石三大兩

磁毛石三大兩

紫石英三大兩

自然銅三大兩

長理石三大兩

已上九味各四大分研如麩生用

遠志

巴戟天

玄參

烏蛇

仙靈毗

已上五味各五大分

木香

肉豆蔻

鹿茸

如乾
柿者

肉桂

已上四味各六大分

延胡索

木胡桐律

已上二味各三分

石硫黃 雄黃 硃砂 自然銅

已上四味同一瓶子入金箔覆藉不固口以火炙
三日火常去瓶子三寸不得甚熱

陽起石 磁毛石 紫石英 長理石

已上四味同一瓶子內以金箔覆灰埋瓶子一半
歇口燒三日第一日火去瓶子二寸第二日火去
瓶子一寸第三日火近瓶子至夜煨通赤無火毒
又鍾乳十兩以玉槌研七日如麩即用熟夾絹袋貯繫

定頭邊懸於鍋中煮以水二斗煎取一斗內取鍾乳水
三合研生犀角一千下將此水別收貯候入皂筴仁時
同研用又將其餘鍾乳水煎遠志等五味仍加蔓菁子
五大分拍碎同煎令水至七升去滓取此藥水又煎青
木香等四味至四升去滓又取藥汁煎半夏只以湯洗
十度拍破
當歸細判二味各一大兩煎至三升去滓澄淨

又地黄汁一升無灰酒一升童子小便一升此三味與
藥汁三升都計六升於淨器中文武火養成煎候至一

升即下諸般金石藥攪勿住手待如稀粥即去火下雄

黃等五味生藥未熟攪令極勻即下皂莢仁

炒其子打取仁杵爲

未秤取六分

龍腦二分

於盆內研如麩入藥中

并所研犀角汁同入於

乳鉢中令壯士研三千下候可九九如芥子大不得太
大此藥功效造化無殊又此藥就後分爲三大分如品
字取一口即一分也

又加鍊了芒硝一大兩名爲破棺丹芒硝即上好蜀硝
有鋒銜者是也於銚子內火上煉令汁盡取爲末入於

藥中或有暴亡不問疾狀但肢體未變者可破棺打齒
熱醋調下一粒過得咽喉即活十救八九其丸如菘豆
大餘砂並依歌訣

還魂丹歌

硫雄砂隔銅居上磁起長排紫作頭金上下三中各二

第一句說石藥四味依此次第入瓶子第二句說四味亦依前次第入瓶子第三句說金箔上下各三片中間

两片隔此燒銅炙滿三休一瓶燒一瓶炙依藥法三日止乳煮四五俱

歸一乳即鍾乳烹即煎也四五二十也取一仍須十

一修即此一斛鍾乳水煎草藥十一味云十一修也煎到三時還要出即煎至三升也

地和童酉一時勺

地黃酒童子小便三物是也

去火石歸安靜室

是去

火入石藥

待如肌肉五生稠

肌肉和入體也五生即生牛黃五味用也

別盛三合

鍾間水外邊千下轉犀牛

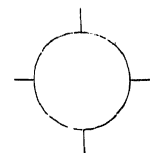
此即鍾乳水磨犀也

修金碧丹砂方

先作泥毬子泥用黃丹白土瓦末鹽醋溲用蠟爲胎不得令有微隙陰乾傍邊安孔去蠟更燒過即取好光明砂研搗爲末以紙卷灌入了用一大蚯蚓和毬子泥搗

令爛固濟孔子待乾更打一鐵鑲子安於鐵鼎中鎔鉛
汁入鼎中其上可二寸以來即以糠火養長令鉛軟爲
候如此一百二十日加火取出更於地上以火煨過候
冷出之其藥如青紫螺子揀去黑末不中用者分藥一
半以青竹筒貯用牛乳蒸五遍三度換乳乳皮堪療黥
黯取出入地坑子中三宿細研以粟米飯爲丸丸如粟
米大年四十日一九年五十日二九年六十日三九其
力更別不得多服治一切風延齡駐顏治炁益顏色

取宜製



將此去鼎中安
毯子大小隨毯
子取宜製其毯
孔頭向上安鉛
鼎中

修羽化河車法

光明砂四兩揀取如阜筴子大者瓜州黃礬半兩已上
取三年米醋拌細勻如泥將用一一裹其硃砂待乾別
取上色西方半兩打作薄剪作小片子更裹砂子然後
取武都上色雄黃一兩魯青一兩細研以左味煎以膠

調將雄青末捏成小餅子將裏前砂待乾擣鹽醋爲膠
泥更裏一重總了直待乾用真鉛爲櫃鉛則別
有法更燒三

遍出寒之乃擣篩如法取鉛銀六兩打作合子其合子
須相度處口拒深下二寸四分深廣上一寸二分即取
真鉛鋪於合底可二分即排砂如蓮子樣更以真鉛蓋
更鋪砂重重取盡了即以真鉛蓋却取滿合却先打銀
東子束定六一泥固濟待乾取五斤鹽用消石鍊過兩
度了細擣篩取鐵鼎可容得前合稍寬者實其鹽擣作

陷合處是爲外櫃以鹽鎮持了蓋却鐵箸貫定固濟待
乾掘一地爐深一尺六寸闊一尺四寸以馬通火糠火
燒四十九日開鼎以鐵箸撥鹽櫃看銀合櫃變爲金色
即去火取出如未更燒七日取待冷開合剥下黃礬及
雄青留著取一粒細研水銀二兩於鐺中微火取藥半
豆大糝上便乾煨成寶且惜莫用別取光明砂十二兩
研碎和煎伏火砂同研依前用米醋煎溲成團取前內
櫃細擣篩築爲櫃即取前剥下者雄青細研鋪底了安

砂團更以蓋子上了便著櫃未填滿依前來固濟待乾入鼎別泥爐著草灰火半斤養一百二十日以大火煨出爐取藥如前當成上色西方也此名第二轉紫金河車若要服食出毒入寒泉一月日却以乳蒸用楮汁丸丸如粟米大延齡治萬病每日服只可一九若志心盡一兩壽年五甲子神秘不得偶然輕泄傳非道之人受其殃考

四壁櫃砂法

四壁攪硃砂其法能除風冷温煖骨體悅澤顏色久服無疾延年益壽

針砂一斤

硫黃四兩

硃砂三兩

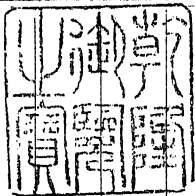
白礬四兩

鹽一兩

右以濃醋一斗五升煮針砂硫黃二味令乾以火煨之待鬼焰出盡後放冷研別入硫黃一兩又用醋一斗五升更煮候乾依前煨之鬼焰盡即止放冷以水淘取紫汁去其針砂澄紫汁極清去其水盡陰乾即入白礬鹽

同研內菴瓶中四面下火煨之候瓶內沸定即止待冷
出之細研以醋拌爲櫃先用藥一半入鉛桶中築實即
以金箔兩重硃砂入櫃上又以餘櫃蓋之築實以四兩
火養三七日即換入銅桶中密固濟用六兩火養三七
日足即用十斤火煨之任火自消寒爐出藥硃砂已伏
於潤濕地薄攤盆合一復時出火毒了細研以棗肉和
丸如麻子大每日空腹以溫水下五丸以鉛作桶可重
二斤以銅作桶可重三斤

忌羊血



雲笈七籤卷七十六