

上清握中訣卷下

成十

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有青

房紫戶二一寸為明堂宮有明童真官明鏡神居之

人居之二寸為洞房宮有無英黃老白三寸為

丹田泥丸宮有上元赤子帝四寸為流珠宮

流珠真神居之五寸為玉帝宮玉清神明堂上一寸

為天庭宮上清真洞房上一寸為極真宮太極

帝妃丹田上一寸為玄丹宮太乙真流珠上

一寸為太皇宮太上君凡一頭中有九宮並



各方一寸

其玉帝天庭極真太皇四官皆雌

五官已行世而

流珠經尚未見守一法立春日夜半東向平

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

名正心字切方

右有黃闕中有紫戶紫戶中有神著紫衣

名平

靜字法王

手並執流金鈴仍三呼其名微祝曰

紫戶青房有二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

真利上登九門即見九真太上之尊

次存明堂中左有明童真官

名玄陽字少青

中央有

明鏡神君

名照精字四明

右有明女真官

名微陰字少元頭

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

帀及閉目微咽之又使鳴玉鈴

聲聞太極

吐鏡赤

光萬丈須臾赤炁繞身變成火燒身內外同

光如一因三呼名字叩齒九通若飢渴

存三君口

吐赤炁灌我口因吸咽之

若闍行

存三君口出三火光以照前

若處危

難

亦存三君鳴玉鈴煥而擲之

次存洞房中左有無英君著芙蓉冠御紫晨

蓋佩流金鈴向外坐乃微祝曰



三元英炁太玄紫晨黃闕金室中有大神華  
冠紫蓋龍衣虎文出丹入虛呼陰召陽天道  
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

成十

二

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  
炁時接手兩膝閉炁冥目內視咽液百二十  
遍存無英君服色祝說如法又以日出東向

再拜閉氣冥目內視咽液百二十過存白元  
君服色祝說如法

又以甲子日夜半後被髮傅粉按手兩膝服

氣咽液百四十過乃呼二神名字

耳想聞如人應聲或

有誦經音則是感應

立春東向立夏南向立秋西向立冬北向春

分日夜半正坐東向冥目存北斗星下紫氣

大如絃從上直注我前令三一三卿及我合

七人我在中央並覆帟七星杓指前鴈行共乘紫

氣上登陽明星入中共坐並吞紫氣三十過



畢乃悉更緣紫炁來下還入三宮中精思心

祝曰

三尊上真太玄高神陽明主春萬童開門丹

元主夏朱紫合煙陰精主秋天威六陳北極

主冬萬邪塞茲五土季壬戌己天關所摧皆

成十

滅所向莫干鍊我七魄和我三魂三生我五藏

使我得真登飛上清浮景七元長生順往嘯

命千神

夏至南向登丹元星秋西向登陰精星冬至

北向登北極星皆依此法若六月一日或十

五日避夏至當西南向俱乘絳紫青黃四氣

秋分

共登天關星吞四色氣各十過先從絳始此

謂五斗內法每建日平旦存三一從三宮中

出坐我前如實見之乃小起再拜心祝曰

天尊三帝守其命門出遊雲中六氣玄分養

我五神正我三魂五藏自生長生飛仙乃存

從虛中還三宮中咽液三十過止除日夜半

密起向北仰視北斗存三一從輔星中下來

各入我三宮中乃還寢靜思存而微祝曰

太上天輔三帝所遊三卿扶胥與真合俱下



入我身安寂坐無吐精灌形魂魄和柔使我  
飛仙雲車行浮咽液二十過每開日夜半起  
坐東向去巾亦可解之微祝曰

上元三真真中嬰兒成爨開煙上通天台泥  
丸堅凝與天同時使卷飛仙交行洞臺咽液

十九過乃巾而寢更存三一三卿各對坐其

宮三一口呼氣三十過我亦自呼三十徧建此

除開日存一法亦當如前以次從守甲午甲

辰甲寅日夜半出庭露壇上方一丈布席燒

香北向再拜坐按手膝上仰視北斗存紫氣

從斗出入我三宮中三一三卿與我俱乘紫  
氣上登北極星恍惚亡身如昇天之狀見北  
極中紫房玉階天官序列此七人侍帝前對  
坐論道請乞飛仙我乃心拜因是而還寢北  
帝是上清太上  
也別房在  
太極中耳

或十

次北向存玄丹宮中紫房綠室朱煙滿內有  
太一真君名規英  
字化玄頭形並如嬰兒著紫繡錦  
衣腰帶流金火鈴左把北斗星柄右把北辰  
網向外坐金牀玉帳存令分明見之乃又存  
北極星紫氣來下入宮滿溢出外而身通洞



合體又存日來入宮在紫氣中央曖曖然又  
存太一真君從北極紫氣中來入日中坐又  
存我忽上入在君前對坐心起再拜稽首膝  
前問道求仙因吞紫氣三十過咽液三十過  
又存北斗內有一赤氣如弦徑下三宮太一  
與我乃俱乘日行赤氣上詣斗魁中寢因是而寢  
此法亦獨行不必待三一也月一日三日七  
日十一日十五日者夜半存太一真君名字  
服色如前向外坐口吐青氣下入我口中隨  
咽之五十過止咽液五十過微祝曰

太上真皇中皇紫君厥諱規英字曰化玄金  
牀玉帳紫繡錦裙腰帶火鈴斬邪滅姦手把  
星精項生日真正坐吐氣使我咽吞與我共  
語同宴玄丹鍊灌七魄和柔三魂神靈奉衛  
使我飛仙五藏自生還白童顏受書上請司  
命帝官所願所欲百福惟新存我上入宮在  
太一前寢息因此此凡守一旦起皆咽液三十  
過存令赤色又手拭面耳令熱自非應存之  
日者唯存三一在三宮中安坐而已至於玄

宮自多存之勿令脫也



若忽覺頭頸間色色惡者惡氣入也當急卧  
臨目存玄丹宮太一真君以流火鈴煥而擲  
之令惡氣即出耳外火光亦隨之炯炯以照  
一身良久平復也

若忽耳鳴者是他鬼邪欲入故守寸三神令

耳神嬌女雲儀磬鐘警備也錯手掩耳祝曰

赤子在宮九真在房請聽神命亦察不祥太

一流火以滅萬凶

手指耳門七過

若臨飲食皆先存

一飲食然後乃食畢心祝曰

百穀入胃與神合氣填補血液尸邪亡墜長

生天地飛登金闕役使六丁靈童奉衛常伺  
月初出向月再拜心祝曰

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與福神中八節  
之日朱書三元真符平旦向王吞之一祇畢

再拜祝願隨朔日初服十六日止後節復起

如初又朱書白素錦囊盛佩頭上五年與真

正月朔旦青書寶章北向再拜吞之又朱書

白素佩左肘八年三相見以金長九寸廣四

寸厚三分刻書之以封掌五嶽山精神也赤



將子鍊形法夜臨日向口吸取光存燒身使

內外洞徹如火為之三年能入火此周君訣

守三元真一五斗內法精止三月髣髴形見

長生地真守玄丹真君十四年與太一同到

七元之綱中十六年詣上

清給玉童玉女各十八人

### 茅君傳行事訣

戒十

六

存明堂玄真法寢靜之室平旦瞑目按手膝

上旦存日夜存月並大如鑲以對口去之九

尺日色赤有紫光九芒月色黃有白光十芒

芒直如弦以入口日月中有太玄上玄丹霞

玉女名璽璇冠紫芙蓉著朱錦帔裙正向我

面自稱如此因吐赤氣注我口中我隨吐隨  
咽九十過覺日月漸來薄面玉女口亦綴我  
口上氣液皆入我口中乃微祝曰  
太霄紫真明堂陰神日月生精玉女纏璇先  
自靈誕厥字密真首巾紫華芙蓉靈冠身披  
錦帔朱丹飛裙出日入月天光幽芬口吐絳  
氣灌我三元面覩天井柔魄制魂玄液流行  
胎精長全五藏生華開童反顏監御萬靈司  
命飛仙存玉女口津液注我口漱滿咽之九  
十過止若不得服時當存二景還明堂中日



左月右令光輝與目童合映又以月旦日本  
命日夜半東向朱書陽符青紙上黃書陰符  
青紙上乃臨目存日紫光月黃氣在明堂中  
明洞一身以左手執陽符閉氣心祝曰  
二景流精光映其形左迴日華右掇月英混

成十

七

合二氣灌溉三田飛霞玄映保固靈根使其  
長生天地同存服之畢再拜又右手執陰符  
閉氣祝曰  
黃氣陰華陽精洞鮮五神柔鍊三左固津二  
景輝煥流霞灌真陰陽通氣迴黃注丹舉體

遁變上昇帝官服之畢再拜行玄真之道五

女下降任人役使通靈致真體  
生玉映從命萬神上昇玉房

閑康跡王君傳行事訣

生氣時坐卧任意叩齒九通陰祝曰

東方青牙紫雲流霞三素徘徊玄霜玉羅服

食晨暉飲以朝華古越接上唇外取次叩齒

九通祝曰

南方朱丹霞暉太微九道絳烟散布景輝服

食靈晨飲以丹池古越接下唇外取次叩齒

九通祝曰



西方明石飛霞金液服食大明素雲之精飲

以玉液神華啓靈使我登虛上昇高古越清上唇

內取津咽次叩齒九通祝曰

北方玄滋慶靈啓胎綠霞敷晨紫蓋蒼旗服

食丹至欬以瓊古越能下唇三內取十過次叩齒九

通祝曰

戊己之元黃素五雲四霞紫觀八景九晨二

明激暉七曜靈尊和精灌氣服食中元琳華

龍胎飲以醴泉古漱滿口中齒古間裏通夜

半後皆可行

魏夫人傳行事訣

暮燒香讀黃庭內景經一通別有經一卷旦夕朝

靜法常行事不須疏本命甲午午後數得九十日是甲

子凡二日平旦入靜燒香北向朝太微帝君

微祝曰

戊十

糞土小兆男生姓名謹稽首再拜

朝太微天帝君玉闕紫宮前當令某長生神

仙所欲所願萬事成就司命紫簡記在玉皇

得為物宗登仙度世再拜

正月一日後數一百八十二日夜半入靜燒



香氏一日封婁一百八十二日身半人精熟

朝太上玉晨大道君跪微祝曰姓名小兆謹

稽首再拜

太上高聖君瓊闕下乞得告下司命記籍長

生所向所願萬物自成神仙飛仙得宴九天

再拜列此三事皆先潔齋一日別衣服先朝靜然後為之凡入靜皆先潔

口閉氣入戶先前右足著前進左足併乃得

趣行耳出戶勿反顧之漱口而退讀黃庭萬

五藏長生不死行此二朝法使人無疾危不死十八年昇仙

### 修行寶神訣

掌摩兩掌令熱以拭面使而熱令有光澤 齋

素丹 景經 月五日十五日二十五日二十九日夜

半存日象從口入在心中照心內光明祝曰

太明育精內鍊丹心光暉合映神真來尋咽

九過亦可日日行之不必此四日也使卧起 人開聰明察體生金澤出太上消魔經

平坐先收兩手乃度以掩項仰面與爭三四

過乃屈動身體伸手四極反張側掣宣搖百

關三過出太上洞 恒以手按兩眉後小穴中

三九過又以手心及指摩目下顴上又以手

旋耳行三十過又以手從眉中逆乘額上行





上清握中訣卷下

入髮際三九過内存赤子日月雙明上元歡

喜口傍咽液

使理開血散皺皺不生久為之  
微見百靈右出裴君說寶神經

