《黄素四十四方经》云：常夜寝欲合眼时，以手抚心三过，闭目微祝曰：太灵九宫，太一守房。百神参位，魂魄和同。长生不死，塞灭邪凶。祝毕而寝，此名为九宫隐祝寝魂之法。常能行之，使人魂魄安宁，常吉利也。又耳鸣者，外使入也。耳神娇女云：宜即声锺，以闻九宫，使知外人来入，令备也。声锺者，是今耳鸣之音也。其闻之者，错手掩耳而祝曰：赤子在宫，九真在房。清听神命，亦察不祥。太一流火，以灭万凶。

《灵宝天地运度经》云：灵宝自然运度，有大阳九大百六也，小阳九小百六也。三千六百六十年，为小阳九小百六也。九千九百年，为大阳九大百六。夫天息谓之阳九，地亏谓之百六。至金氏之后甲申之岁，是天地运度否泰所终。阳九会至时，道德方明，凶丑顿释，圣君受任於壬辰之年也。

三洞枢机杂说  
　　经名：三洞枢机杂说。撰人不详。一卷。底本出处：《正统道藏》洞神部方法类。  
　　三洞枢机杂说  
　　日用导引神仙初地门  
　　每朝凌晨，或五更初，澄心静虑，握固存神，端严敷坐，屏绝缘务，寂无思念，想身於无身之中，存心於无为之境。是以和气聿然自至，即便叩齿七通，咽液七数。度度想液直至下丹田，日久成宝也。然后舒展体骨，为十二般导引。  
　　一通百关，两手攀两脚头，三度，三度咽纳，不得出气。二左推右推，以一手串脚胫，攀脚面，又一手推脚肚。如此互换，以三为度。度度咽纳。三单展足，以一手托床，一手攀脚头。如此互换各三数，度度咽纳。四双攀足，以两手攀一脚，如此互换三度，度度咽纳。五左右托空，以两手背锁，摆出其肘，缓缓解散，一手攀乳，傍一手托虚空，想如推重物。如此互换，以三为数，度度咽纳。六托夫据地，以两手相锁，反仰托天，缓缓和头向前，可去地一二寸许，亦以三为数，度度咽纳。七龙盘凤觜，以左手串入右手，互把其腕，手头柱觜。如此互换，以三为数，度度咽纳。八凤凰展翼，两手先摆后，以凤翼展却向前。如此互换三度，度度咽纳。九左摆右摆，以两手相锁，抱头面，左摆右摆，以三为数，度度咽纳。十推东推西，以两手相锁，托前，摆东摆西，以三为数，度度咽纳。十一击天门，以两手相锁，摩鼻，每七摩为一度，咽纳一咽，如此亦以三七二十一咽为足。十二仙人乾浴。以两手相擦，似有热气，便摩两目，以至於面部、两耳、项、膊，一如澡洗法，唯多为妙。已上日用导引，虽云凌晨，亦不拘早晚，但无事常习，自然手熟、筋软、骨壮、气和，有疾除疾，无疾爽神，食饱消食，馁过止饥，一切作为，并无所碍。虽未可以长生，久视亦且除身中浮疾。谚云：纵然不得力，犹胜别劳心。此之谓也。  
　　啄咽按摩法  
　　《真诰》云：夜行常当啄齿，啄齿亦无止限数，杀鬼、邪鬼，常畏齿声，是故不得犯人。若兼以漱液、祝说，亦善也。仙人刘京语皇甫隆曰：夫朝睡起，未澡洗之前，安坐漱口中唾，曰玉泉，令满口，咽之；即叩齿二七止，又更漱唾如前，又叩齿，一如上法。夫叩齿者，召身内神，令安之也；又令人齿不朽。咽液者，令人身体光润力壮，有颜色，去三尸虫，名曰炼精，使人长生。若能终身行之，得仙也。  
　　《真诰太素丹景经》曰：一面之上，欲常得两手摩拭之热，高下随形，皆使极雨。令人面有光泽，皱斑不生。行之五年，色如少女。先当切摩两掌令热，然后拭面目，顺手摩发，如理栉之状，两臂亦更互以手摩之，使发不白，脉不浮。  
　　《外大洞真经精景按摩篇》曰：卧起，当平气正坐，先叉两手，乃度以掩项后因，即面视上，使项与两手争，为之三四，使人精和血通，风气不能入。久行之，不死不病。又屈动身体，伸手四极，反张宣摇百关，各为之三。  
　　又引《消魔上灵经》曰：若体中不宁，当反舌塞喉，漱满咽液无数。须臾，不宁之痾自即除也，亦觉身中宽软。又曰：鼻亦得按其左右，唯令无数也。令人气平，所以灌溉中岳，名书帝录。坐常欲闭目，内视五藏肠胃，久行之，自得分明了了也。常能手掩口鼻，临目微气，久许时，手中生液，遂以摩面目，常行之，令人体香。  
　　真诰云：栉头理发，欲得多过，通血气，散风湿也。数易栉，更番用之也。　亦可不须解发。  
　　《太极经》曰：理发欲向王地，既栉发之始而微祝曰：泥丸玄华，保精长存；左为隐月，右为日根；六合精炼，百神受恩。祝毕，咽液三过，能常行之，发不落，而日生之。当数易栉，栉取多，而不使痛。亦可令侍者栉，取多也。血液不滞，发根常坚也。  
　　《赤书玉诀》下云：太玄上宫北帝常以庚申日，制天民，三尸魂神条人罪状，上奏帝君。当此日，能修斋奉戒，昼夜思神，则三尸不得上天言人之罪，地司奏人善功列言。帝君太一欢喜，即记姓名左契长为种民。太上上宫至真尊神，常以甲子日，遣太一中台大使  
　　者，下周诸地诸天，检校神祇，枝散杂俗鬼精。又其日，能斋烧香，中台大使者皆条善功，奏上三天，上帝即为除监天领地鬼神主，书名玉历，长为真人。  
　　北帝曲折祝  
　　《真诰》云：风病之所生，生於丘坟、阴湿，三泉壅滞。是故，地官以水气相激，多作风痹之疾。重者举体不授，轻者半身，或失手足也。若常梦在东北及西北，经接故居，或见灵状处所者，正欲与冢气相接也。墓之东北为绝命，西北为九厄，此皆冢讼之凶地。若见亡者於其间，益其验也。若遇此梦者，卧觉，当正向上三啄齿，而祝之曰：太元上玄九都紫天，理魂护命高素真人，我受上法，受教泰玄；长生久视，身飞体仙；冢墓永安，鬼讼塞闲，魂魄和悦，恶气不烟；游魅冈象，敢干我神；北帝打制，收气入渊；得录上皇，谨奏玉晨。如此者再祝，又三叩齿，则不梦梦冢墓及家死鬼。若常得恶梦不祥者，皆可按此法。於是鬼炁灭，邪魅散形也。又云：手臂不护者，沈风毒炁在脉中结痾，痹骨使人然也。宜针灸则愈，又宜按北帝曲折之祝。若行之百过，病亦消除也。先以一手，徐徐按摩疾臂。良久毕，乃瞑目内视，咽唾三过，叩齿三通，正心微祝曰：太上四玄，五华六庭。三魂七魄，天开地精。神府营卫，天胎上明。四支百神，九节万灵。受录玉晨，刊书玉城。玉童侍身，玉童护命。永齐一景，飞仙上清。长与日月，年俱后倾。超腾升仙，得整太平。流风结痾，注鬼五飞。魍魅冢气，阴气相徊。凌我四支，干家盛衰。太一天丁，龙虎曜威。斩鬼不祥，风邪即摧。考注匿讼，百毒隐非。使我复常，日月同晖。考注见犯北辰，忮如干明上威。昔唐览居山，为鬼所击，举身不授如绵囊。有道人教，按此法，皆即除之。此北帝曲折之法，诸疾有曲折者，用此法皆佳，不但风痹不授而已。唐览今在华山合虹，丹服得不死。真人问曰：凡人何故数有病乎？神人答曰：故肝神去，出游不时还，目无明也。心神去不在，其唇青白也。肺神去不在，其鼻不通也。肾神去不在，其耳聋也。脾神去不在，令人口不知甘也。头神去不在，令人眴冥也。腹神去不在，令人中央甚不调，无所能化也。四肢神去，令人不能自移也。夫精神，其性常居空闲，不居混浊。欲思其神，皆当斋戒，悬象室中，百病消亡。不斋不戒，精神不肯还反人也，皆上天共诉人也。所以，人病积多，死者不绝。又云：以两手摩拭面目，令小热，以为常，每欲数也。人之将老面皱者，先从两目下始也。人之体衰气少者，先从两肾间始也。谓此二处，皱衰之户牖，气力之关津。故起居常行此法，以辟皱衰，而气力常保康和也。  
　　《灵宝天地运度经》云：灵宝自然运度，有大阳九大百六也，小阳九小百六也。三千六百六十年，为小阳九小百六也。九千九百年，为大阳九大百六。夫天息谓之阳九，地亏谓之百六。至金氏之后甲申之岁，是天地运度否泰所终。阳九会至时，道德方明，凶丑顿释，圣君受任於壬辰之年也。  
　　《黄素四十四方经》云：常夜寝欲合眼时，以手抚心三过，闭目微祝曰：太灵九宫，太一守房。百神参位，魂魄和同。长生不死，塞灭邪凶。祝毕而寝，此名为九宫隐祝寝魂之法。常能行之，使人魂魄安宁，常吉利也。又耳鸣者，外使入也。耳神娇女云：宜即声锺，以闻九宫，使知外人来入，令备也。声锺者，是今耳鸣之音也。其闻之者，错手掩耳而祝曰：赤子在宫，九真在房。清听神命，亦察不祥。太一流火，以灭万凶。  
　　圣真仙品  
　　圣真仙，各三合为九品。九品又各有三合，为二十七品。玉清以圣为正位，上清以真为正位，太清以仙为正位。至於圣亦称真，真亦称圣，仙亦称真，真亦称仙，仙亦称圣，圣亦称仙。一千年一圣，五百年一真，一百五十年一仙，百年一贤也。  
　　《无上真人文始内传》云：诸天神王，散花烧香，以供养得道之人也。又云：太上遣绣衣使者，传命与君喜。  
　　《庄子·秋水第十七篇》云：庄子与惠子，游於濠梁之上。庄子曰：鲦鱼出游从容，是鱼乐也。惠子曰：子非鱼，安知鱼之乐耶？庄子曰：子非我，安知我不知鱼之乐耶？惠子曰：我非子，故不知子矣。子固非鱼也，子之不知鱼，全矣？庄子曰：请循其本。惠子曰：汝安知鱼乐云者，既已知吾知之而问我，我知之濠上也。  
　　方谦之字道冲，冀州赵邦柏人县人，外身济物，山家多患山疟，寄名即断。人有请其方者，谦之答曰：心正可以治邪，吾居贫无财可施，常诵法轮《道德经》随喜众善，慈悲众恶，如此可以自治，亦能治他也。  
　　《神仙传》，麻姑以米掷地，视米堕地，皆成丹砂。王方平笑曰：姑故年少也，吾老耳了，不喜复作此曹狡狯变化也。  
　　孙博河东人，有清才，能属文，乃学道，治墨子之术。能使草木金石皆为火，光照数里。亦能使我身成炎火，口中吐火，指大树生草，皆枯焦。更指之，则复如故。亦能使三军之众，各成一聚火也。每作火烧他人，以水沃之，经日不灭，须博自指乃止也。行大水中，非但己身不沾濡，能使从者数百人皆不沾。又能於水上布席，坐饮食作乐，使人舞水上，不设而尽欢。有疾病者，就恃自治，亦无以云，为直指之，言愈即愈。又能吞刀剑，及从壁中出入。引镜为刀，屈刀为镜，可积时不改，须博指之，乃复故形也。后入林，虑山中舍神丹而仙去矣。  
　　叙朮  
　　夫木乃辟塞邪津，气遏鬼路矣。餐其丸饵，则灵心四敷，荣卫轻盈。服其煎散，则百疾瘳除，可以长生久视也。合木方不录。  
　　南烛  
　　凶年无谷，或穷不能得者，皆单服南烛，或和茯苓，或以蜜和南烛，或杂松柏叶也。南烛草木捣，取汁以掩青龙之稻米，作药服之。其树是木而似草，故号曰南烛草木，一名猴药，一名男读，一名后卓，一名惟那木，一名草木之王。名山皆有，吴越最多。  
　　《太真科》中卷云：天子邦畿，有田千里，供宗庙赡遐迩。象日月之遥，故千里也。号曰京师，京大也，师众也。天子所居，大众归集也。  
　　《老君枕中开阖经》云：此生气常当安隐某身，勿得妄出也。口是五灾户，心是八毒门。  
　　□□□□□□□。凡书符，先念三过。  
　　部临啮鳞。书符於胡饼上，密咒七遍。  
　　前符真书  
　　每朝清旦，叩齿二十四通，持此咒三遍。然后向东，以茅香汤，服符三丸。咒曰：皇灵之宝珍，弥劫无衰朽。精神常和同，算命自长久。坚存不暂亏，能破诸殃咎。真人秘此文，慎终常如首。急急一如太上老君口勑律令。  
　　通灵真香法  
　　夫香者，所以降灵通神，传言驿行，导达往来，表明远近。所以典香侍香、玉童玉女、香官使者，专司其职，不可轻也。出三洞备炼科。《流珠经》云：烧异域秽臭毒恶辛烈之香，谓乳香、螺甲香。此犯道禁，非真人常修行之香也。真人爱紫微幽木之香，闻者皆喜。谓沈水笺香。胡香辛烈毒恶，真人恶之。胡香谓乳香。桐柏直人王子晋谓清虚真人王子登曰：昔苏上卿爱烧辛烈之香，炁冲於中华天尊形像之前，地府上奏，太上恶之，乃退减仙位。  
　　《神仙香谱》云：世人多以乳香供天，夫乳香者，一名胡香，上帝与五星恶闻者，盖炁味辛烈，熏秽故也。螺甲麝脐，尤为所忌。沈香、笺香、降真香、白檀香、苏合香、青木香，此香上冲四十里。丁香、安息香，此香辟邪却秽。龙脑只可用生者，熟龙脑，虑其木之炁间杂。  
　　降真香珠法  
　　以沈水香三斤，熏木香二斤，青木香九两，鸡舌香五两，乌参三两，雀头香六两，香白茞二两，詹匐香二两，白檀二两，艾香三两，安息香四两，木兰三两，凡十二物。别捣筛毕，内乾枣肉十两，捣三万杵，於白瓮器中蒸一日，以白密三斤和，令相得捣，熟丸之如鸡头子，大青线穿之，曝令乾，名曰三真九和香珠丸。坛内烧之，上彻九天，天真玉女闻之，降鉴於虚空之中。出九天生神斋仪。  
　　香油神烛法  
　　《洞神经》香油法。以沈水香九斤，青桂皮三斤，青木香十两，真檀十两，鸡舌香八两，苏合香八两，雀头香十两，零陵香十八两，乾枣脂二十两，藿香十两，萱苏六两，白茞八两，凡十二物。先斋，取平、建、开、成日，东向或南向，锉，绢囊盛。沈油中，七日勿开。若捣节蜜和，阳燧火烧之，感降真灵。出三洞道士修炼科。  
　　神烛油法。詹匐五两，熏陆三两，零陵香六两，甘松六两，白茅香三两，乌参三两，白茞三两，凡七物。锉令细，绢囊盛之，沈油中三日或五日、七日，然后用之然灯，财灵香馥郁，可以感降天真矣。修香灯之要，必在彩笼罩之，护虫拒风，而光延久尔。斋坛灯烛之外，蜡炬以多为佳，不可阙也。出九天生神仪。  
　　香方  
　　新茅香，二十两，净择去浮皮，取净十二两，细锉，以蜜二两同炒，令黄。香附子，二两锉。丁香皮一两半。黄檀七两，细锉。降真香。一两。  
　　右捣令均碎，炼好蜜二十四两，和揉匀，以瓷器盛，埋阴地三、二尺，十日外取用。每料用蜜拌和讫，入笺香粗末三两。  
　　清远香方  
　　甘松，十两。香白芷，三十两。玄参，五两。零陵香，六两。茅香，七两。丁香皮，五两。藿香，三两。香附子，三两。木麝，半斤。降真香。五两。  
　　右件净洗，锉啌v为粗末，炼蜜和之，F器盛之，久窨。  
　　三洞枢机杂说竟