雲笈七籤/75

维基文库 · 免费全文 · CC BY-SA 4.0

目錄

雲笈七籤

◀上一卷

卷七十五　方藥部二

下一卷▶

神仙煉服雲母秘訣序

《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，志高神仙。一名云珠，色多赤；一名雲華，五色具；一名雲英，色多青；一名云液，色多白；一名雲沙，色青黃；一名磷石，色正白，生太山山谷、齊雲山及瑯琊北定山石間。二月採澤瀉為之使，畏魚甲反流水。案《仙經》，雲母乃有八種：向日視之，色黃白多青者為雲英，色青黃多赤名云珠，如冰露乍黃乍白名雲沙，黃白晶晶名云液，皎然純白明徹者名磷石，色青白多黑名雲母，此六種並好，服而各有時月。其白晶晶、色暗暗，純黑若有黑文，斑斑如鐵者名云膽，色雜黑而強肌者名地碌，此二種並不可服。煉之有法，唯宜精細，不爾入腸大害，人令虛勞，為丸散用之，並正爾搗篩，殊為末。出瑯琊，在彭城東北，青州亦有，今江東唯有廬山者為勝。以沙土養之，歲月生長。今煉之用礬石，則柔爛如粉極細。畏百草上露，乃勝東流水，亦用五月茅屋水制之也。

《本草經》云：雲母，上品藥，味甘，無毒。生太白山谷、齊雲山及瑯琊北定山石間，二月採。澤瀉為之使，有八種，各有名。向日視，乃別之。色黃白而多青者名雲英，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，名云珠，宜以夏服之，令人身輕，耐寒暑，增壽三千年。

色如承雲，乍白乍黃，名雲沙，季夏服之，身輕生光，耐風寒，增壽二千年。

色黃白晶晶，名云液，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。

色皎然白而明徹者，名磷石，四時皆服，堅筋骨，通經脈，增壽五千年。

色暗暗純黑，若有黑文斑斑如鐵者，名云膽，不可服，令人患淋發瘡。

色雜黑而厚強肌者，是銅鐵間雜，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，著陰地，歲月既久，便自生長。

又云母五名：第一精者名雲光，第二名雲英，第三名云珠，第四名雲母，第五名磷石。

煉雲母法凡十方

煉之法，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，於白瓷器中漬之，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，亦可系竹竿頭，於山野凈草上拂取朝露絞汁，隨復拂汁，足淹雲母乃止，不必一朝取足。又以漬雲母，六十日巳外，便可取用。著溫暖處，勿令寒凍。欲為粉者，便漉取令燥作熟，皮囊盛，急系口，手捘捺之。從旦至中，碎靡靡出，以絹篩過，餘滓更捘捺，取盡止。若猶不細，以指捻看，尚見炅炅星文者，更於大木盆中，以少水溲如泥，研之良久，以水淘沐，細絹濾漉取餘滓，更研淘取盡，清澄之；亦可捘竟旦，以紗葛粗篩之，乃於白瓷燥盆中研之，絹漉如法，亦善；亦可先研，以粗絹澄，令燥，乃用皮囊捘，細絹篩之；亦可露水漬，百日出，令燥，搗，以絹囊於水中漉汁，

澄乾治之。凡如此，皆成粉，唯令極細如面，指捻無復光明，乃佳。若猶嫌不精，可以露水煮粉散沸，出，口懸燥，乃更臼搗，重絹篩之。速用者，取洮竟薄擘，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，候視軟，出曝乾，革囊，槌便成粉。

又法：取礬石三斤，皮囊盛，沒湯中，令消釋，乃以雲母漬汁中一宿，則軟如紙。更水洮去沫，研挼，所宜，急成粉。礬石有微毒，特須洮去。

又法：礬石四斤，以東流水四斗漬之，取汁，以黃瓷器盛。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。水洮去沫，漬澄自碎成粉。若不甚細，更　挼篩之。用硝石亦佳。

又法：雲母十斤，蔥白五斤，鹽三升，水淹煮之。蔥出，以水洮去鹽味，研挼隨意，則成粉，務其精至也。

又法：搗麻母葉汁，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，葉似樗而細，折之有白汁，山人蒸食之。

又法：露水八升作湯，分半洮洗雲母二十斤，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，去灰炁，十餘過，凝幹。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，以解云母如糜。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，水中挼，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，掏滓，內雲母一斤，煎五六沸，出，乾治，洮為粉。凡煉治五雲，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。

眾仙服雲母法二十六方

中山叔卿柏桂下玉匱素書云母方

取雲母五色具者一斤細擘之，以茅屋溜水，惹秋，百草上露以漬之百日，內革囊槌之，絹篩，著竹筒中，塞口懸甑下，白沙一石填其上，蒸之一日，炁達，去之；更內黍稻米一石，蒸一日，炁達，又去；更內稷稻米一石、蒸一日，炁達，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，一服三丸，日再。三十日加如梧子大三丸，常以雞鳴服一九。三十日身輕目明，五十日腹中癢，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，一年為真人。又云：年七十已上，四百五十日已後，乃得仙此是用一斤法，多合者益之。一云用二升。

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，寒暑不侵也。

又韓眾服雲母方

雲母粉一升，大麥屑二升，合煮令熟，去滓。服其汁，身光長生，亦能度世也。

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，以井華水服寸七，日一服，百日三尸下，正黑如泥，盛以筒，葬之於塚。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：蔥白蒸搗，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，曝凝干，服之，還老如少童。雲母、澤瀉為之使。

又方：雲母一斤澤瀉二兩末天門冬八兩末茯苓八兩末。

右四味和為散，每日清旦服方寸七，漸至三七日，酒下佳。九仙君曰：以白露水和，露粉服一方寸七，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，脣口乾燥，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，然可單服，服時乍少，常令不絕。初服粉，苣勝一升蒸，曝乾，研碎，水淘取汁，以粳米和汁作粥，稀稠得所。如人腹內暖，用粉一七和服。緣粉膩。苣勝粥，得滑利，流向下。凡人皆上熱下冷，然久可依方服之。

《九仙經》云：雲母者，千二百種之精，七十二氣雲之英，體精而光，不為水毀，不為火焦，天地相終，日月同耀。採雲母，取山陽面者為佳也。

炅先生服雲母方凡二方

薄削生竹筒，盛白鹽半升，木盆蓋，漆之，埋井傍濕地，深五尺，十餘日為水；又內硝石一升，化為水；乃內雲母粉二斤，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

取前方所捶成粉者一斤，麥門冬屑半斤，白蜜半斤，合和，內生竹筒，蜜蓋之，蒸三斗粳米下，半日許出，當如餳狀。常服彈丸大，日三服，長生不死，惟志服之。

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。可復悉取置新瓷瓶中，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，煉牛脂二升，蠟半斤於銅器中，微火煎，和合，乃內雲母。又煎，可丸止。吞如梧子大三丸，日三服之，三年則不饑渴，

耐寒暑，不畏風濕，五年白髮卻黑，形體輕強，長服神仙。

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。更以清水煉之，乾，三十日後，以蔥涕和如糜，於瓦器中蒸之半日已。出乾之，和以白蜜，服如梧子大三丸，日三服，神仙度世。

越女元明服雲母方凡九方

雲母粉十斤，先取竹汁一斤內器中，肉桂半斤勿屑之，合盛蒸之五日五夜，當水盡為度。出，內銅器中，真丹二斤、白蜜三斤，攪令相得，復蒸一日，當如餳狀。盛以竹筒，丸之如酸棗大。每日服一丸，一月服之還年，滿一歲成童子。

又法：搗蔥白華，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，百日入火不熱，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，蔥白花四十斤，熟搗，絞取汁，和桂屑，內生竹筒中，蓋實，密口，懸蒸黍米五斗，熟即化為水。又內雲母粉一斤，一日復為化水。日服一橡斗，日三服，二十日貌如童子。

又方：蔥涕和桂屑，漬之三日，絞去滓，以和雲母粉，內於薄竹筒中，密固口，內醇苦酒中，二十日成水。服之一橡斗，日三服，壽數無極。

又方：蔥涕三升、桂屑二斤、雲母屑五斤，合搗，和內生竹筒中，埋陰地，入土三尺，百二十日盡化為水。服一橡斗，日三服，服之長生。

又方：蔥涕五升、桂屑半斤，合和，銅器蒸之，又內雲母一斤溲，埋地中與地平，密蓋三日，盡為水。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，神仙長生。

老君餌雲母方凡六方

雲母粉一斤、硝石白者一斤，搗篩，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，三十日露不著身，五十日入山闢虎狼、水火不能害，百日出窈入冥，縱橫反覆，便成仙人。

又方：雲母粉一斤，蝦蟆脂如彈丸，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。諸石屑內中皆消，不但是玉。此方秘妙，勿傳。

又方：雲母粉二斤、硝石一斤，合搗如泥，內■中，漆固口，濕地埋深三尺，亦可懸井中，去水三尺，十日化為水。服一橡斗，日三服，稍加之，卻老還少，身形光澤。

又方：雲母粉一斤，薄削生竹筒盛之，樸硝二兩，置上。密封其口，內蠶屎中，七日化為水。出凝，蒸之，填以黃土，三夜或至四五日入消。更以黃帛三重密固，置陰花池中，七日又為水。出曝屋上三日，下內五六丈井，勿至底，十日成餌潤澤，名云液。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，服三七丸，稍增至三十丸。十日後，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，履淹穢，及食五辛血腥之炁。

仙人煉食雲母方

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，須煮一碗粳米粥，稀稠得所。著一匙雲母粉，熟攪和，服之。《仙經》云：此藥多能，述之難盡。凡欲合藥，先須祭灶。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，藥何不有神驗？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，承冷，雖成不佳。又不用近火，亦不用湯漬，藥大忌。其藥欲得，瓷器盛服之佳。又云：欲玉碗鎚研藥益人，漬雲滋最佳。已前並神仙秘法，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，雲云。

真人常服雲母方

搗蔥白莖汁二升，桂心半斤，以蔥汁和雲母一斤、蜜半斤，總內生竹筒中，蒸一石米飯中，藥成為丸，服三十丸，日再服之，獲神仙雲母上藥為君。主治萬病，略之如前。唯禁血、葫荽、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。大便秘澀，和飲服之，如冷，大便滑，和酒服之，良。

劉煉師服雲母方

採得雲母，禮先以木槌側打，令葉葉開，去沙石，訖。以布袋盛甕中，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，以淨為度。然即卻入布袋盛之，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。第一度易水即除卻，第二度易水即須澄。取雲母粉，卻入袋中，煮，但候釜中雲母捻如面即止。還入木盆中淘洗曝乾，以木杵臼搗為粉。其搗時須紙帳中，勿令風塵入搗。了即依前法，入絹袋，擺入甕盛。欲煮雲母時，先須煮五茄、地榆，取濃汁，以大甕盛之，用此水旋旋添入釜中，依前法煮之。如無消石亦得，校難爛。每斤五茄，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，青白者為上。

化雲母為水法凡三方

取蔥涕，如無涕，取蔥熟研代之。挼取桂心搗為末，消石研之，以二味拌雲母粉，埋向墻陰地，一月日並化為水。李夫人云：但取蔥汁，和蜜，拌雲母，化為水，尤勝硝石。云：硝石損骨。如上二法，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，合搗如泥，內■中，漆固口，埋地深三尺，二七日外，取，懸井中，七日化為水。

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，四十日化為水，名曰雲母漿。服法：粳米飲下。

李大夫化雲母粉法

取雲母側敲，重重劈開為葉，便入銅器中，煮十數沸，令暖炁徹。即以滋布縫作夾袋，以前件雲母入袋中盛之。又於盆中瀉暖水相和，熟挼，若得白汁，旋旋傾入別盆中。又用暖水和挼之，候得濃汁，即瀉入別盆中。以雲母汁盡為度。即取諸盆中，合入一盆，又重入夾布袋中重夾過，還依前法瀉入通油盆中，以雲母汁盡為度。又取前件雲母，重入夾絹袋中過，依前法挼之，候雲母汁盡為度。如此兩遍，入夾絹袋中挼盡汁過，其粉始精細。都向夾絹袋盛之，懸於空處，瀝水盡，即以瓷缽收之。

道者煉雲母法白雲明徹者為上

雲母不得用鐵器修，砂盆中煮煉為上。雲母一斤，白礬石四兩，以研碎，百沸湯化為漿。初但礬汁拌雲母，袋盛，蒸七日後，更入礬汁，漬之，一月日並為粉，訖。以三重絹囊濾之，水飛，澄停為粉，訖。即以黃溪砂中蒸之七日，亦以礬漿拌之。

成粉雲母一斤，用白蜜二升煉蜜澄濾，訖。入竹筒，以漆固口，埋入地三尺，一月化為漿。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。然始入釜中，和硝石煮六七日，當爛成粉。

又取五茄皮及蔥涕煮雲母，但得一復時，便爛成粉。其成粉雲母即入絹袋中，選過尤妙。

真人服水雲母法凡三方

蔥莖取汁，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，令干。服方寸七，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，乃可用耳，正陰視之不見，其雜色並見。如多青者，名雲英，春宜服之；五色並見。如多白者，名云液，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，名云精，春秋冬夏常服餌之。

五雲母之法，或以桂、蔥、玉和之為水；或於鐵器中以玄水漬之為水；或以硝石合內竹筒中，埋之為水；或以蜜酪為水；或以秋露漬之百日，以韋囊盛之為粉；或以無心草汁合餌。服之一年則病愈；三年，老翁化為童子；五年，役使鬼神，入火不燒，入水不溺，枳棘不傷，與仙人相見。又他物埋之則腐，火之則焦，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，雲母烝常覆之，純黑起者，不可服，令人淋、發瘡。唯當以餌之，皆當以茅屋雨水，東流水，若露水漬之，百日沙汰去土石，乃可用耳。

又方：搗蔥莖絞取汁二升，桂一斤搗下篩，雲母一斤粉之，三物都合，成竹筒中蒸之，炊一石米頃，一日化為水。出凝之，曝乾治，服一方寸七，五十日作童子，百日入水不溺，履冰不寒。

神仙服雲母方

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，甑中蒸之，又以白沙覆上。蒸之一日一夜，去沙，更裝一斛黍米，復蒸一日一夜。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，

令可丸，丸如小豆大。以星宿出時服三丸，日三服，至十五日後體輕；雞鳴時服三丸，復十五日後，增四丸，日三服，十五日後體輕，目明；五十日後腸化為筋；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；二百日更易筋骨毛發；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。

真人食雲母方凡四方

雲母五斤、松脂十二斤、茯苓十斤、附子四十五枚、蜜蠍十斤，凡五物合搗三萬杵，細末，曝乾，作三斗淳苦酒，內中封令清，使得一斗五升。不津器盛著，眾手攪令相和，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，教化群生，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。此藥神秘，非賢勿傳。

又方：蔥涕和桂屑漬三月，絞去滓，取水和粉，內竹筒中。筒須削卻皮令薄，密內浮醯中為釀酒甕，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，搗篩。蔥白四十斤熟搗，布絞取汁。桂屑內竹筒中，覆蓋上，密封口，懸蒸五斗黍米下，熟為水。內雲母粉一斤，一日復化為水。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、樸硝二兩、白蜜五升，右蜜煎令相得，和雲母粉如煎餅面，以竹筒盛之，用蓋蓋之，以泥四邊，勿令炁洩，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，樸硝四兩，硝石四兩，桂心三兩，右件雲母粉，等和如煎餅面，以竹筒盛之。其竹筒去青皮，漆，固濟其口。待

漆干，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，久即長生。

赤松子見授雲母神散方

吾見上仙真人學道，游山下，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，以井華水服之方寸七，即身先光澤。

蒸雲母法

法須東南作灶，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

右以云粉一斤、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，便可升仙。

雲母長生斷穀丸方

雲粉三斤、白蜜二升，銅器盛，湯上煎，以淡竹瀝三升漸添令盡，用篦左右攪之，勿令停手，以竹瀝盡為度。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，向生炁方服。渴任飲，食淡面餅、枸杞、蔓菁、苜蓿、龍葵等。服兩劑，萬病出，齒落勿怪，不經月必更生平復。凡欲食面時，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，以內新瓷器中密封，以板覆上，乃埋北壁下，入地三尺，四十日化為水，名雲漿。先齋戒三十日，以王相日平旦，取井花水一升、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、葫荽、豬肉、鱔魚、大麻子、占魚、諸陳臭等味，不畏觸藥，但恐損粉力。黃衣米醋亦不可吃，制粉力難行，糠醋稍通吃。若但擬求治病補益，延年增壽，亦不假須斷葷茹血肉。若修仙道，須特慎之為佳。

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，云粉入肉不見乃止。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。療人疳濕癬瘡，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，二十服永差。十餘日斷五辛、葫荽、豬肉、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，冷暖如人體，日三度，服之立斷。

療金石發動、頭痛身體壯熱，以粉一七，和冷水二合服之，日三度即止。療患偏風、半身不遂、口　面淚、精神悶亂。每日以兩七和飲服之，以差為度。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，以粉一七和酒三合及粥等，日三服，以差為度，神驗。

療骨蒸虛熱，脣口乾燥、四肢羸瘦、不能飲食，依前方服粉，不過三斤，悉皆除愈。

療十二種心痛飛尸，但依前服之，亦愈。

療白痢多年不差者，用三七粉和粳米粥服之，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，並以粉摩身，特忌房室、五辛等。

療蟲毒下血不止，及三蟲痔漏，如前服，驗。

療服中冷，食不消，將粉摩身，並以方寸七，好酒冷合和服，無不差。

療冷及痃癖、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，即以針刺歇其毒炁，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。遂將凝粉三七為兩服，服之，凝血內散，經一食久，即下部血出並鮮血片，便無痛苦，渙如冰釋，因知破血有驗。

此北宋作品在全世界都属于公有领域，因为作者逝世已经超过100年，且作品于1931年1月1日之前出版。

Public domainPublic domainfalsefalse