雲笈七籤/45

维基文库 · 免费全文 · CC BY-SA 4.0

目錄

雲笈七籤

◀上一卷

卷四十五　秘要訣法部一

下一卷▶

修真旨要

序事（第一）

道者，虛無之至真也；術者，變化之玄伎也。道無形，因術以濟人；人有靈，因修而會道。人能學道，則變化自然。道之要者，深簡而易知也；術之秘者，唯符與氣、藥也。符者，三光之靈文，天真之信也；氣者，陰陽之太和，萬物之靈爽也；藥者，五行之華英，天地之精液也。妙於一事，則無不應矣。

性情（第二）

夫生我者道，稟我者神，而壽夭去留不由於已，何也？以性動而為情，情反於道，故為化機所運，不能自持也。將超跡存亡之域，棲心自得之鄉者，道可以為師，神可以為友。何謂其然乎？夫道與神，無為而氣自化；無慮而物自成；入於品匯之中；出於生死之表。故君子黜嗜欲，隳聰明，視無色，聽無聲，恬淡純粹，體和神清，希夷忘身，乃合至真，所謂返我之宗，復與道同。與道同者，造化不能移，鬼神不能知，而況於人乎！蓋傳受之者，多不能叩師旨、曉玄奧，濫參經法，不會修行之由，不知避忌、動靜、進退、取

舍之端，致於俯仰觸於正真，雖然立功，功不足以補過。學仙之士，須探幽賾玄，制遏情性，性常靜之，情無撓之，情性平和，方可以學道矣。

明正一籙（第三）

籙者，戒錄情性，止塞愆非，制斷惡根，發生道業，從凡入聖，自始及終，先從戒籙，然後登真。夫事悉兩存，則理無不通。籙者，亦云籙三天妙氣、十方神仙、靈官名號，與奉道之人。《修行經》云：生無道位，死為下鬼。若高人俗士，有希道之心，未能舍榮錄，初門不可頓受，可受三五階。若修奉有功，然更遷受《上古真人尋按經籙》，唯受一二階，修行便登上真。多受不會至理，師又不明修行之由，於身未能有益。道在用心真而又正，修行契合於道，其應如神也。《正一籙》流傳總二十四階，今略云一二階，以明正一之由。正一三五，百五十將軍，籙有兩階，每一階分為七十五將軍。上階雲上仙，下階雲上靈，是人身中二儀正神也。正一三五，混沌元命，真人籙正一法中王也。正則不邪，一則不二，制伏邪偽，悉歸正道。混沌者，我初生亦如天地混沌之初也；元命者，有身之元命也。知道修其元命，可為真人也。此元命之理稍長，事難具載，臨壇受度，師合明示弟子，令識元命之由矣。萬法悉有內外及兩存，外以天中指事者，正一盟威，處乎星漢斗宮之中；若內以指事者，以身中三丹田為三氣，正神變化，有千二百形影，萬二千精光。經云：得三氣之所生，能知六數之所因。即陽氣化為龍車，陰氣化為玉女，騰轉無方，輪舞空玄之上。又氣之所在，隨神所生焉，神在則氣盛，神去則氣遷。氣者，則二十四神之正氣，氣亦成神，神亦成氣。散之為雲霧，合之為形影，出為亂，入為真，上結三元，下生萬物，靜用為我身，動用為我神，故知道成動用悉在我身。修煉之人，陰氣日消，陽氣日隆，既無陰氣，自然上升。吳天師曰：九天之上無陰也；九地之下無陽也。

避忌（第四）

《正一籙》云：弟子遇大風雨時，皆不可朝真醮請，當默坐燒香，為真靈不降，候晴為之。

受道之家或遭疾病，唯思愆悔過，不得怨咎神明。可晨夕虔心焚香禮念，陳列章表，乞贖過尤，無不應也。

道士行法，為人治病，所受信物，分於寒棲之人，次充功德之用，若私用非道，則治病

不驗，罪考難解，殃流子孫。

凡人詣師受道，入靖啟事，弟子皆應三叩頭，搏頰再拜，受訖，三日謝恩。若師在遠處，入靖室面向師所在方，至心再拜，焚修香火，不得用灶中灰火。

天師門下科令云：灶灰火，為伏龍屎，故宜忌耳。

經大喪一年，殗期喪四十日，殗限內不得入靖朝真，限滿沐浴，然可朝真。犯者考病十日。

凡人入靖朝禮，啟事言詞章表，欲得質而不繁，約而不華，上真聖聰不在繁詞。

凡欲入靖朝真，具衣褐，執簡當心，定神存思，然後閉氣入靖。經云：閉口入靖，百神畏憚，功曹使者、龍虎君，各可見與語，謂能精心，久久行之。

《登真戒忌》云：未見無功受賞而保安，有罪不罰而永全，兆心自然之感，猶影響之相應。

又曰：夫學道者，第一欲得廣行陰德，慈向萬物，救人危難，度人苦厄，輕財重道，施恩布德，最為上善。遵戒避忌，第一戒貪，第二戒殺，第三戒欲。守此，實學者之堅梯，登真之樞要。苟不依承，是求沒溺之漸矣。

又云：淫為十敗之首。可不慎乎！

殗穢忌（第五）

科曰：忌臨尸、產婦、喪家齋醮食。櫛沐、飯食、便曲、不欲向北，及不得見三光。婦人月經不得造齋食，近道場，不得見諸畜產、喪車、靈堂等。

解穢湯方第六出《真誥》

竹葉十兩桃白皮四兩

右以水二斗，煎取一兩沸，適寒溫，先飲一盞，次澡浴，兼以水摩發，穢自散也。

《真誥》曰：既除殗穢，又避濕痺瘡。且竹清素而內虛，桃即折邪而避穢，故用此二物，以消形中之滓濁。見尸及喪車，速存火從已心中出往燒之，令火赫然，與尸柩等並為灰燼，便想烈風吹之；又閉目內視，令火自焚，舉體潔白，見穢氣自滅。忽於街衢道中見諸穢，尤要此法也。

凡書符，叩齒三通，三度，稱合明。天帝日，閉口、閉氣書之。置水碗中，以刀子左攪水三匝，想北斗七星在水中，咒曰：

北斗七星之精，降臨此水中，百殗之鬼，速去萬里，如不去者，斬死！付西方白童子，急急如律令。咒訖，即含水噴灑，穢氣都散。當噴之時，存正一真官，硃衣，頭戴籙中九鳳之冠，口中含水噴灑，穢亦自解。

沐浴洗面，常用此咒，三呵水，即咒曰：

四大開明，天地為常，玄水澡穢，闢除不祥。雙童守門，七靈安房，雲津煉濯，萬氣混康。內外利貞，保滋黃裳。急急如律令。

旦夕燒香（第七）

每日卯、酉二時燒香，三捻香，三叩齒，若不執簡，即拱手微退，冥目視香煙，微祝曰：

玉華散景，九炁含煙。香雲密羅，上沖九天。侍香金童，傳言玉女，上聞帝前，令某長生，世為神仙。所向所啟，咸乞如言。畢，叩齒；心禮四拜，亦雲真禮四拜。

旦夕衛靈神咒（第八）

每朝及臨臥之際，焚香向王長跪，叩齒三十二通，誦衛靈神咒一遍。其咒在別卷。

朝真儀（第九）

每月一日、十五日、三元日正月十五日、七月十五日、十月十五日、庚申日、甲子日、

本命日、三會日正月七日、七月七日、十月五日、八節日立春、春分、立夏、夏至、立秋、秋分、立冬、冬至，右此日，並須朝禮。若其日遇值戊辰、戊戌、戊寅，即不須朝真，道家忌此日辰。凡入靖朝禮，預先一日不食五辛、酥、乳酪，能常斷尤佳。若未能常斷，但修行日慎勿食之。可以桃竹湯沐浴。至其日五更，以潔淨衣服，執簡、香爐、至靖戶，叩齒三通，微祝曰：

四明功曹、通真使者，傳言玉女、侍靖玉女，為我通達，道室正神，上元生炁，入臣身中。今日朝真，願為通達，皆使上聞。

訖，便開門，先進右足，次進左足，至香案前，置爐案上，執簡臨目，叩齒三通。存思玉女童在香案左右，即上香。訖，起，執簡當心平立，微僂身，發爐咒曰：

太上玄元五靈老君，當召功曹使者、左右龍虎使者、捧香使者、三氣正神，急上關啟三天玄元無上道君，臣今正爾入靖，燒香朝真，願得九天正真生氣，降入臣身中，令臣所啟速達，逕御太清紫微君、玄元大道君幾前，畢，再拜長跪。存思太上道君，著九色雲霞之帔，戴九德之冠；左玄真人在左，右玄真人在右；龍虎君、玉童玉女並在左右；天師在西位，四面功曹使者，青雲之氣滿堂。所存並坐紫雲座，座如雲之升。

畢，退身再拜，又長跪，叩齒二十四通，啟曰：

正一盟威，弟子某稽首，歸身、歸神、歸命。太清玄元，無上三天，無極大道太上老君、太上丈人天帝君、天帝丈人九老仙都君、九氣丈人，百千萬重道炁，千二百官君，太清玉陛下，臣某幸資宿慶，得奉道真，竊不自揆，輒希長生，誓將克已立功，改過修德，伏乞原赦臣，積生已來，至於今日所犯元惡重罪，咸賜蕩除，許臣自新，補復前咎。令九祖父母幽魂苦爽皆拔九幽，上升天衢；令臣修道，允合至誠；請削臣死籍，注上玄籙，闔門之內共保元吉。生成之惠，實在於此。臣某叩頭，謹啟再拜。

又長跪曰：臣某蒙師資受道，荷佩法籙。雖未明真理，志願神仙，長生度世，自頃已來，轗軻病疾，注連沈滯，即日上請虛素天精君一人、赤衣兵士十萬人，在天柱宮以制鬼滅禍，遏卻六天之氣，令臣某百病除愈，仰荷大道生育之恩，某稽首再拜叩頭。

又長跪曰：「臣某自頃已來，轗軻不寧，夢想不真，魂魄不守，上請收神上明君一人、官將一百二十人，主為臣某治之，令臣心安神定，與道合同，再拜。

又長跪曰：臣某身常有疾，病四大昏沉，有疾言之，慮恐一旦沉沒泉壤，上請天官陽秩君一人、官將百二十人、左右吏兵一百二十人，為某治之，開生門，益壽命。當請南上君一人、官將一百二十人，在倉廩宮為臣某延年，長生不死。仰荷大道生成之恩，臣某誠惶誠恐，稽首再拜。

又長跪曰：「臣某自居止此已來，夢想不安，及有兇強故氣之鬼不忌太上道法，每來逼近身中，若不早請天官將吏消除，日月深遠，恐為災禍。臣今謹上請召仙君一人、官將一百二十人，乞制滅兇危故氣之鬼，使真氣降流，室宇清淨，妖邪斥卻，耳目聰明。仰荷大道罔極之恩，臣某誠惶誠恐，稽道再拜便於彼處地上，伏地以簡叩頭，搏頰訖，起立。復墟咒曰：

香官使者、左右龍虎君、捧香使者、三氣正神，當令朝真之所，自然生金液丹碧芝英，百靈眾真，交會在此，香火案前，令臣修道，克合至真，闔門受福，天下蒙恩。仙童玉女，侍衛香煙，傳臣所奏，徑至帝前。再拜便出，勿回顧。入靖預約家人，勿令囂喧，畢須寂然。

已上五等朝儀，及魏夫人傳嵩岳吳天師，亦常用此儀也。

入靖法（第十）

《真誥》云，上清真人馮延壽訣曰：凡人入靖燒香，皆當對席心拜，叩齒陰祝，隨意所陳，唯使精專，必獲靈感。正心平氣，故使人陳啟通達上聞也。燒香時勿反顧，顧則忤真，致邪外應。又清虛真人曰：每入靖，當以水漱口，洗穢氣；出靖漱口，以閉三宮故氣。出靖戶之時，亦不得反顧，顧則忤真，克致不誠。入靖戶不得與外人言語，及不得腳蹋門限，敕禁至重。

燒香法（第十一）

太上教曰：夫燒香，不得以口嚙香，靈禁至重。《登真隱訣》曰：夫朝奏之時，先烈火豐香，使一舉便到了，不宜綿綿翳翳。

存思訣（第十二）

天師燒香儀曰：入靖燒香，常存左青龍、右白虎、前朱雀、後玄武。陸先生思神訣曰：常存壚左金童、右玉女侍香煙也。李氏儀曰：存香火中有五色煙也。玄都入治律曰：呈章朝真，存五方氣，及功曹使者、吏兵、左右分位森然，如相臨對，侍左右前後。天師墨教篇曰：入靖燒香，皆目想仿佛若見形儀，不可以空靜寥然，無音響趨拜而退也。

叩齒訣（第十三）

《九真高上寶書神明經》曰：叩齒之法，左相叩，名曰打天鐘；右相叩，名曰捶天磬；中央上下相叩，名曰鳴天鼓。若卒遇兇惡不祥，當打天鐘三十六遍；若經兇惡闢邪威神大咒，當捶天磬三十六遍，若存思念道，致真招靈，當鳴天鼓。當以正中四齒相叩，閉口緩頰，使聲虛而深響也。

臨目訣（第十四）

臨目，目欲閉而不閉，欲開而不開，令幽顯相關，存注審諦。今人入靖及呈章，可依此法。

稽首訣（第十五）

《登真隱訣》曰：稽首者，先一拜額至地，乃再拜。按先一拜而世相承不見，至於再拜猶不肯全，何況能先別一拜以行稽首？今或因坐仍額至地，稽首首至地，如因坐地，非稽首也。

再拜訣（第十六）

夫再拜者，兩拜是也，別起更坐，勿因拜便坐也。拜、坐，止一拜全，非再拜也。

誠惶誠恐訣（第十七）

夫誠惶誠恐者，即握簡低身，戢地兩過，捧簡長跪當心，少時復下戢地又兩過止。若言頓首者，便以頭頓也。陶隱居曰：道雖心存，亦須形恭，口宣詞列，進退足蹈。並使應機赴會，動靜得宜，內以沖神，外以協禮。

已上出《登真隱訣》

明二人同奉（第十八）

太玄都云：高人俗士，居家或有妻室，志有希道之心，心游道德之鄉者，宜夫妻同修。若不同修，皆相賊害，以一人不知，故見一人修行，心有相阻，遂成相賊。可同奉朝修，入靖之日，男官立左，女官立右，一人啟奏，二人虔心，同時再拜。女人至朝真日身有穢，亦宜止之，但有同奉心，即可合於玄感耳。

本命日（第十九）

夫本命日，可轉度人，經一兩過，即魂神澄正，萬氣長存，不經苦惱，身有光明，三界侍衛，五帝司迎，功滿德就，名書上清。本命日早朝，焚香向本命位，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。夕練七魄，朝和三魂，右命玉華，左嘯金晨。令我神仙，役靈使神，常保利貞，飛行十天。畢，叩齒三通，咽液三過，心禮四拜，此名太上祝生隱朝胎元之道。常能行之，令人魂魄保守，長生神仙。此法不用入靖室，可坐所，但少靜無人即為之出《真誥》第三。

入室對席（第二十）

凡人入室焚香，皆當對席心禮，叩齒陰祝，適意所陳。唯使專精，必獲靈感。

制三尸日（第二十一）

凡甲寅、庚申之日，是三尸鬼競亂精神之日也，不可與夫妻同室，寢食可慎之。甲寅日可割指甲，甲午日可割腳甲，此日三尸游處，故以割除，以制尸魄也。

常存識己形（第二十二）

凡人常存識已之形，極使仿佛對我前，存我面上常有日月，洞照一形。使日在左，月在右，去面九寸。日，紫色，光芒赤光九芒也；月，黃色，光芒白光十芒也。存了，叩齒

三通，微祝曰：

元胎上真，雙景二玄。右抱七魄，左拘三魂。令我神明，與形常存。畢，叩齒三通，咽液七過，名為帝君錄形拘魂制魄之道。《黃庭經》云：攝魂還魄，永無傾也。

《真誥》曰：夫得道者，常恨不早聞道；失道者，常恨不早精勤。何謂精耶？專篤其事。何謂勤耶？恭繕其業。既加之以檢，慎守之以取感者，則去真近矣。爾其營之勿怠也。

《真誥》曰：性躁暴者，一身之賊病；心閑逸者，求道之堅梯也。遂之者，真去；改之者，道來。每事觸類，當柔遲而盡精潔之理。如此，幾乎道近也。

紫陽真人言，沐浴不數，魄之性也。違魄反是，煉真濁穢，尸魄自去也。

寢臥時祝（第二十三）

凡人臥床，常令高則地氣不及，鬼吹不干，鬼氣侵人，常因地氣而逆上耳。人臥室宇，當令潔盛，潔盛則受靈氣，不盛則受故氣。故氣之亂人室宇者，所為不成，所依不立。一身亦爾，當數沐浴潔淨。

《真誥》云：世人有知酆都六天宮名者，則百鬼不敢害，欲臥時，常先向北祝之三遍，微其音也。祝曰：

吾是太上弟子，下統六天。六天之宮，是吾所部，不但所部，乃太上之所主。吾知六天門名，是故長生。敢有犯者，太上斬汝形。

第一宮，名紂絕陰天宮，以次東行；

第二宮，名泰殺諒事宗天宮；

第三宮，名明辰耐犯武城天宮；

第四宮，名恬照罪炁天宮；

第五宮，名宗靈七非天宮；

第六宮，名敢司連宛屢天宮。

畢，叩齒六下仍臥，闢諸鬼邪之氣。如此凡三過也。此法亦出酆都記。

北帝祝法：北帝神祝之法，若非制鬼神，常持者，可微微而誦，自然除穢惡、滅三尸、消故氣，鬼魅邪精永不敢近。久久持之，北帝每差天丁待衛。若制伏用事，乃可高聲誦，持法面北，叩齒三十六通，存五神，誦持四言一叩齒。祝曰：

天蓬天蓬，九元殺童，五丁都司，高刁北公，七政八靈，太上浩兇。長顱巨獸，手把帝鍾。素臬二神，嚴駕夔龍，威劍神王，斬邪滅蹤。紫氣乘天，丹霞赫沖，吞魔食鬼，橫身飲風，蒼舌綠齒，四目老翁。天丁力士，威南御兇，天騶激戾，威北銜鋒。三十萬兵，衛我九重，闢尸千里，去卻不祥，敢有小鬼，欲來見狀，鑊天大斧，斬鬼五形。炎帝烈血，北斗然骨，四明破骸，天猷滅類，神刀一下，萬鬼自潰。急急如太上帝君律令。畢。皆四言一叩齒，以為節也。若冥夜、白日得祝，為常祝也。鬼有三被此祝者，眼睛盲爛而身滅矣。此上神祝，皆斬鬼之司名，北帝秘其道。若世人得此法，常能行之，乃不死之道也。男女大小皆得行之，此所謂北帝神咒殺鬼之法。鬼常畏聞，困病行之，立愈。叩齒，當臨目，存見五臟，五臟具五神，自然在身。酆都中秘此咒法，令密耳不可洩非其人也。此咒出上清部，《登真隱訣》、《真誥》中並有，正一部中及《法事要訣》，皆有其文，《道教靈驗記》亦錄，上古及近世修持有效者甚多，略而言之。

服日月光芒（第二十四）

服日月光芒：大方諸宮，青童君常治處，其上人皆天仙高真、太極公卿、司命在所也。有服日月光芒法，雖以得道為真，猶故服之。凡存心中有日象，大如錢，在心中，赤色，有光芒從心中上出喉，至齒間即不出，卻回還胃中，如此良久，臨目，存見心中、胃中分明，乃吐氣，訖，咽液三十九過止。一日三為之，日出時，食時，日中時。行之一年，除疾；五年，身有光彩；十八年，得道。日中行無影，闢百邪千災之氣。常存日在心；月在泥丸中。晝服日，夜服月。

服月法：存月十芒，白色，從腦中下入喉，芒亦至齒而咽入胃。一云：常存月，一日至十五日已前服，十五日已後不服，月減光芒，損天炁，故言止也。又此方諸真人法，出

《大智慧經・中篇》。常能用之，保見太平。南極夫人所告，行此日在心、月在泥丸之道，謂省易得旨，須勤行，無令廢絕也，除身中三尸、百疾千惡，乃煉魂制魄之道也。日月常照形，即鬼無藏形。青童君云：故常行之，吾即其人也。今告子，子脫可密示有心者耳。行此道亦不妨行寶書，所以服日月法兼行有益也。仙人一日一夕，行千事不覺勞倦，勤道之至，生不可失出《真誥》第三。

右出西城王君告

孟先生訣（第二十五）

山世遠受孟先生法：暮臥，先讀《黃庭內景經》一過乃眠，使人魂魄自然制煉。常行此法，二十八年亦仙矣，是合萬遍，夕得三四過乃佳。北嶽蔣夫人云：讀此經年限未滿，亦且使人無病，是不死之道也。

已上出《真誥》第三。

惡夢吉夢祝（第二十六）

太素真人，教始學者闢惡夢法。若數遇惡夢者，一曰魄妖；二曰心試；三曰尸賊。此乃厭消之方也。若夢覺，以左手捻人中二七過，叩齒二七通，微祝曰：

太洞真玄，長練三魂。第一魂速守七魄；第二魂速守泥丸；第三魂受心節度，速啟太素三元君。向遇不祥之夢，是七魄游尸來協邪源，急召桃康、護命上告帝君，五老九真，各守體門，黃闕神師，紫戶將軍，把鉞握鈴，消滅惡精。返兇成吉，生死無緣。畢，若又臥，必獲吉應，而造為惡夢之氣，則受閉於三關之下也。三年之後，唯神感應乃有夢者，皆有將來之明審也，無復惡夢不祥之想。若夜有善夢，吉應如夢，而心中自以為佳，則吉感也。臥覺當摩目二七過而祝曰：

太上高精，三帝丹靈。絳宮明徹，吉感告情。三元柔魄，天皇受經。所向諧合，飛仙上清。常與玉真，俱會紫庭。

已上出太丹隱書。

山源者，是鼻下人中之左側，在鼻下尖谷中也。暮常咽液三九過，急以左手第二、第三指按三九下。常為之，令人致靈徹視，杜遏萬邪之道也。旦亦宜為之，按了，密咒曰：

開通天庭，使我長生。徹視萬里，魂魄返嬰。滅鬼卻魔，來致千靈。上升太上，與日合並。得補真人，列象玄名。

明耳目訣（第二十七）

《真誥》曰：求道要先令目明耳聰，為事主也。且耳，目是尋真之梯級，綜靈之門戶，得失系之而立，存亡須之而辯也。今抄經相示可施用之道。日常以手按兩眉後小穴中三九過，又以手心及指摩兩目顴上，以手旋耳行三十過，唯令數，無時節也。畢，輒以手逆乘額三九過，從眉中始，乃以入發際中，乃須咽液，多少無數，如此常行，耳目清明，二年可夜書。眉後小穴，為上元六合之府，化生眼暉，和瑩精光，長映徹瞳，保煉目神，是真人坐起之上道也。

青牛道士存日月訣（第二十八）

青牛道士口訣：暮臥存日在額上，月在臍下，上闢千鬼萬邪，致玉童玉女來降，萬禍伏走，甚秘驗。此即封君達也。沈羲曰：服神藥，勿向北方；大忌亥子日；不得唾，損精失氣，減折年命也。

欒巴口訣（第二十九）

欒巴口訣：行經山野，及諸靈廟惡神之門，存口中有真人，字赤靈丈人，侍以玉女二人，一女名華正，一女名攝精，丈人著赤羅袍，玉女二人上下黃衣。所存畢，乃叱吒曰：

廟中鬼神，速來使百邪詣赤靈丈人，受斬死，眾邪卻走千里。此是三天前驅使者赤靈丈人捕鬼之法也。

服食忌（第三十）

女仙，程偉妻曰：服食靈藥，勿食血物，使三尸不得去，乾肉可耳。《鳳綱訣》曰：道士有疾，內視心，使生火以燒身及疾處。存之要精，如徬佛疾即愈。凡痛處加其火，必

驗也。

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