雲笈七籤/49

维基文库 · 免费全文 · CC BY-SA 4.0

目錄

雲笈七籤

◀上一卷

卷四十九　秘要訣法部五

下一卷▶

守一（一在人心，鎮定三處）

《太上智慧消魔真經》云：一無形象，無欲無為，求之難得，守之易失。失由識暗，不能進明；貪欲滯心，致招衰老。得喜失嗔，致招疾病；迷著不改，致招死歿。衰患及老，三一所延，治救保全，惟先守一，非一不救，非一不成。守一恬惔，夷心寂寞，損欲折嗔，返迷入正，廓然無為，與一為一，此乃上上之人，先身積德所致也。中中已上，先善未積，積而未極，皆由漸升。當存三元，諦識神炁狀貌，出入有無，生鎮三宮，三尸必落，尸毒既去，煉暗成明，智慧神通，長生不死，真聖神仙，隨因受果。

《太平經》云：何以為初思守一也？一者，數之始也；一者道之生也、元氣所起也、天之綱經紀也。又《五符經》云：知一者，無一之不知也；不知一者，無一能知也。一者，至貴無偶之號也。

《上清三天君列紀經》云：柏成歎生，請問雲房之道、三真之訣？二玉皇曰：三真者，兆一身之帝君、百神之內始真也。若使輔弼審正，三皇內寧，太一保胎，五老扶精。一居丹田，司命護生；一居絳宮，紫氣灌形；一居洞房，三炁合明。於是變化離合，與真洞靈。明堂雲宮，紫戶玉門、黃闕金室、丹城硃窗，皆帝一之內宅，三真之寶室也。於

是雲房一景，混合神人，上通昆侖，下臨清淵，雲蓋嵯峨，竹林蔥茜，七靈迴轉，五色纏綿，層樓萬重，三氣成煙，玉闕虛靜，七門幽深，金扉玉櫃，符籍五篇。公子內伏，外牽白元，渾一成形，呼陽招陰，上帝司命，各保所生。微哉難言，非仙不傳。

三一訣

《升玄經》曰：仙人竇子明問云，向聞法師咨請真一、太一，未聞三一之訣，當復云何？既為一而復言三，為一有三耶？為三有一耶？昔雖奉行，未能曉了，願為究盡，使後來末學得知真要。法師曰：三一者，正一而已，三處授名，故名三一。所以一名三一者，一此而三彼也，雖三常一，故名三一。三一者，向道初門，未入真境，得見一分，未能舍三，全一是未離三，雖未離三，少能見一，故名三一。分言三不離一，故名三一。子明曰：此一者，何所有也？答曰：無所有而有。問曰：無所有而有，何名為有？答曰：以無為有。又問：無何而有？答曰：得無為有。又問：得而無為者何所義？答曰：形聲虛偽故。又問：何為虛偽？答曰：不住故。又問：云何不住？答曰：速變異故。又問：雖速變異，非無所有，既云變異，果是有物可變，安得雲無邪？答曰：向曰變異者，亦不言都無，如虛空故，但言一切皆有偽非真。生者必死，有者必無，成者必壞，盛者必衰，少者必老，向有今無，寒暑推變，恍惚無常也。

玄門大論三一訣並敘

夫三一者，蓋乃智照無方，神功不測，恍兮為像，金容玉質之姿，窈兮有精，混一會三之致。因為觀境，則開眾妙之門，果用成德，乃極重玄之道。《道經》云：三者不可致詰，故混而為一。《洞神經三環訣》云：精、神、氣也。

《釋名》云：三一者，精、神、炁，混三為一也。精者，虛妙智照之功；神者，無方絕累之用；氣者，方所形相之法也。亦曰希、微、夷。希，疏也；微，細也；夷，平也。夷即是精，希即是神，微即是氣。精言夷者，以知萬境，均為一照也；神言希者，以神於無方，雖遍得之，甚疏也；氣言微者，以氣於妙本，義有非粗也。精對眼者，眼故見明，義同也；耳對神者，耳空故聞無，義同也；鼻對氣，觸於體，義相扶也。

孟法師云：言三言一，不四不二者，以言言一即成三也。今謂明義，各自有宜，少多非為定準，如六通四達，豈止三耶！若教之所興，無乖此說。然三義雖異，不可定分，亦一體雖同，不容定混。混亦不混，故義別成三，分不定分，故體混為一。混三為一，三

則不三；分一為三，一則不一。不三而三，不一而一，斯則三是不三之三，一是不一之一。不三之三，非直非三，亦非非三；不一之一，非止非一，亦非非一，此合重玄之致也。

出體之義，略有四家：

一者大孟法師解云：三一之法，以妙有為體，有而未形，故謂為妙，在理以動，故言為一。引經言：「道生一。」又云：布氣生長，裁成靡素，兼三為用，即一為本。今不同此，果法若起，故非未形之妙。經云：生，豈是常在之本！

二者宋法師解云：有總有別，總體三一，即精、神、氣也；別體者，精有三智，謂道、實、權；神有三宮，謂上、中、下；氣有三別，謂玄、元、始。今謂此判三一之殊，非定三一之體。

三者徐素法師云：是妙極之理，大智慧源，圓神不測，布氣生長，裁成靡素，兼三為義，即一為體。此解雖勝，語猶混通，未的示體，如極理之與大智，此即是境智之名；慧源之與裁成，即是本跡之目。故未盡為定也。

四者玄靖法師解云：夫妙一之本，絕乎言相，非質非空，且應且寂。今觀此釋，則以圓智為體，以圓智非本非跡，能本能跡，不質不空，而質而空故也。今依此解，更詳斯意者，既非本非跡，非一非三，而一而三，非一之一。三一既圓，亦非本之本，非跡之跡。跡圓者，明跡不離本，故雖跡而本；本不離跡，故雖本而跡。雖本而跡，故非跡不跡；雖跡而本，故非本不本。本跡皆圓，故同以三一為體也。三一圓者，非直精圓，神氣亦圓。何者？精之絕累即是神；精之妙體，即是氣；神之智，即是精；氣之智，即是精；氣之絕累，即是神也。斯則體用圓一，義共圓三。圓三之三，三不乖一；圓一之一，一不離三。一不離三，故雖一而三；三不乖一，故雖三而一。雖三而一，故非一不一，亦雖一而三，故非三不三。三一既圓，故同以精智為體，三義並圓，而取精者，名殊勝也。

義有九條，用有五跡。義九條者，三一各三，合成九義：精有三，正、實、權也；神有三，空、洞、無也；氣有三，始、元、玄也。精三者，具如境智科解；神三者，無是豁然之名；洞是通同之目；空是虛容之理也。氣三者，《正一經》云：太無變化，三氣明焉。黃氣為玄，白氣為元；青氣為始也。論其相生者，正智生實智，實智生權智，無生於洞，洞生於空，空生於始，始生於元，元生於玄也。然自一之三，從三至九，千應萬

變，同歸本一，不殊而殊，殊而不殊也。用五跡者，《洞神經》云：大道無極，極乎自然，變化無極，其中要妙，三五八九。三者，精、神、氣也。五者，精有二君，精、氣也；神有二君，神、氣也；精有二君，赤氣名曰太陽，化為元陽子丹，變為道君，是二君也；神有二君，赤氣變黃，名曰中和，變為老子，又為黃神，是二君也；氣有一君，黃氣變白，名曰太陽，變為太和，是一君也。以五當法，體義不分，二分三一之變，有此五君。以三就五為八，三內有一成九也。斯亦一途應用，示此五身，然化跡多端，塵沙莫辯。

孟法師云：用則分三，本則常一。今解論其正意，體一義三，本跡而言四句變九。四句者，一者本一跡三；二者本三跡一；三者本跡俱三；四者本跡俱一。本一跡三者，妙本圓一，分應開三；跡一本三者，應氣為一，本體俱三。第三、第四兩句者，望前兩句不知本跡不殊，故同三同一，其義具顯前章也。九變者，三一之化，號精、神、氣。精、神、氣中，又各相生，三三相續，遂為九變。故從一之九，從九反一。《上元真書》云：一曰源一；二曰元一；三曰太一；四曰玄一；五曰真一；六曰雌一；七曰雄一；八曰三一；九曰正一。源者，至道之根，眾妙之本；元者，眾善之長，萬法之先也；太者，極大之名，包含為德；玄者，不滯為用，妙絕高虛也；真者，去假除惑，即色皆空也；雌者，安靜柔和，觀空照實也；雄者，剛動能化，方便善權也；三者，精、神、氣也；正者，治邪滅惡，去暗就明也。此明至道垂跡，有此九條，攝會歸本，同為一致。故《三天正法》云：從九返一，乃入道真。《辯教》曰，第一出眾經不同。

孟法師云：涉學所宗，三一為本。故七部九結，皆有圖術，今列如左：

第一、洞真三一（上元泥九宮，天帝、帝卿；中元絳宮，丹皇君、輔皇卿，下元丹田宮，黃庭元王、保鎮弼卿。出《三元真一經》）；

第二、洞玄三一（治三丹田，元先、子丹、元陽子也。出《太上真一經》）；

第三、洞神三一（南極老人，中極道元，北極玄妙。出《洞神太上三一經》）；

第四、皇人三一（始青、元白、玄黃。出《皇人秘旨》）；

第五、太清三一（赤子、真人、嬰兒。出《太清上中經·上卷》）；

第六、太平三一（意神、志神、念神。出第一卷自占盛衰法）；

第七、太玄三一（夷、希、微。出《太存圖》及《道德經》）；

第八、正一三一（　　、闊、　　。即治三元）；

第九、自然三一（虛赤光、元黃光、空白光）。

合有九經，所明三一，並治三宮，其條守體儀，具如彼經所辯。然洞神所出三一之變，亦云精、神、氣、虛、無、空等，具如彼經第十三卷所明也。今三一者，神、氣、精；希、微、夷；虛、無、空。所以知此為三一者，以其明義圓極故也。昔正一、三一等，是以其明義淺跡故也。

《升玄經》太上告道陵云：汝昔所行，名為真一道者，是則陰陽之妙道，服御之至術耳，非吾所問真一，此昔教也。下文云：汝以堪受吾至真平等要訣無上妙經，乃至第四辯不一之一，此之教也。其外六經所辯三一，既不彰言辯空，而但為氣觀之境，可屬於昔。故涓子修上清，僅得地仙而已。若言三氣三色，並是界外之事。三洞三一，本意皆為入空，此則攝屬於今也。能倫聖教，本不有無，何曾今昔！故可九經所辯，皆不有無，並非今昔，但逐物情，不了滯教，為昔物情，若悟曉教成今也。更二義往分今昔，一就大小乘分，二就因果義分。大小乘分凡有三義：一約定有分；二約偏並分；三約待絕分。定有者，昔小乘以三一為定境，義極於有；今大乘，以三一為智慧，義在於空。何者？昔小乘，入定則舍於有，故在空之時無復三一也；今大乘，為觀群色是空，故雖於空，不失三一也。故《洞神經》釋守三一云：知守虛無空者為大乘也，守神煉形為中乘；守氣含和為小乘也。二偏並者，昔小乘學偏，今大乘能並。小乘舍色入空，故不能並；大乘即色辯空，故能並也。三待絕者，昔因三一以入於無，得無之時，謂為真一，此之無一，猶對於有之無，是為挾二，故為待也；今之三一，即體非有，亦復非無，非有非無，故無所挾，既無所挾，故為絕也。二就因果義分，亦有三義：一約近遠別，二約方便究竟別，三約常無常別。一約近遠者，昔以三為氣，觀果則近極三有，今以一為神，觀果則遠極道場，故極果圓智成，今三一義如前也。二約方便究竟者，昔開方便，果極三界，今開究竟，故果極常一，故《升玄經》云，是為究竟。究竟者，功業成，罪行畢，則常一也。三約常無常者，昔三有之果，為災所成，故是無常；今一常之果，嶷然不動，故為常也。

金闕帝君五斗三元真一經口訣

涓子受之東海青童君。至春分日夜半時，起坐東向，冥目，存身中三宮、三一、三卿及我合七人，我在中央也，俱乘紫氣之煙，共登北斗陽明星。陽明星者，北斗之東神也。於是存入星中共坐，吞紫氣三十過，行之久久，自見陽明星東元太上宮，宮中有青玄小童，授子真光也（先當存北斗星，紫炁大如弦，從上直流我前，然後乃存三一也）。

周君口訣云：存七真人並北斗七星，而共登陽明雁行，我居中央也。巾七星者，以魁覆頭，杓柄前指也，我存吞紫氣三十過而咽之也；又思三一、三卿並同吞之也。吞畢，更存七真人緣向從紫氣空中來下，還兆三宮中。良久心祝曰：

三尊上真，太玄高神。陽明主春，萬童開門；丹元主夏，硃紫含煙；陰精主秋，天威六陳；北極主冬，萬邪塞奸。五土乘王，戊己天關，所指皆滅，所向莫干。煉我七魄，和我三魂，生我五藏，使我得真，登飛上清，浮景七元，長生順往，嘯吟千神。畢，亦可眠存之，四節共此一咒爾。

夏至之日夜半時，起坐南向，冥目，存我身中三宮、三一、三卿及我合七人，我在中央也，俱乘紫氣之煙，共登北斗丹元星。丹元星者，北斗之南神也。於是存入星中共坐，吞紫炁三十過，行之久久，自見丹元星南極太上宮，宮中有硃陽靈妃，授子絳書、寶衣也。

秋分日夜半時，起坐西向，冥目，存我身中三宮、三一、三卿及我合七人，我在中央也，俱乘紫炁之煙，共登北斗陰精星。陰精星者，北斗之西神也。於是存入星中共坐，吞紫炁三十過，行之久久，自見陰精星西元太上宮，宮中有白素少女，授子玉章虎書也。

冬至之日夜半時，起坐北向，冥目，存我身中三宮、三一、三卿及我合七人，我在中央也，俱乘紫炁之煙，共登北斗北極星。北極星者，北斗之北神也。於是存入星中共坐，吞紫炁三十過，行之久久，自見北極元星北元太上宮，宮中有玄精真人，授子金書秘字，三五順行。

六月一日或十五日，令與秋分、夏至日相避也，夜半時，坐西南向，冥目，存身中三宮、三一、三卿及我合七人，我居中央也，俱乘絳、紫、青、黃、四炁之煙，共登北斗天關星。天關星者，北斗之中神也。於是存入星中共坐，並臨目，各吞四色氣各十過，先吞

絳氣，以次行之。久久自見天關星中元太上宮，宮中有太上威真，人授子滅魔符、鑱邪鉞、黃衣兵籙。

八節日各守八日耳，以節日夜半為始，餘唯存在三宮中安坐而已。極精想，使有至仿佛耳。

守五斗真一經口訣

道士志學，山林隱靜，久遁岫室，遠跡人間，為之者益精，而神速至也。或多不知推算度分數，作歷日也。如不知歷日之道，則二十四氣、八節之日，不可得知；又復不能年年出入世間，尋問求寫，亦是學人之疑也。今謹按北帝自然之經云：法用正月三日，當立春；二月十五日，當春分；四月一日，當立夏；五月十六日，當夏至；七月七日，當立秋；八月二十二日，當秋分；十月五日，當立冬；十一月十一日，當冬至節。山林道士，當用此法。若曉外歷日之八節，自宜按之。歷八節，蓋璇璣之正度，萬真靈仙神明朝宴之日也；北帝自然發月數之中日；二景氣相隨之日，亦大吉時也，宜以修道建思，並而論之，吾從唯一。

外國以月一日為建，二日為除，以次數之。今窮山無歷日，此乃可用。

匈奴國以正月一日為甲寅，朔六甲周而復始。正月小，二月大，三月小，四月大，五月小，六月大，七月小，八月大，九月小，十月大，十一月小，十二月大。若窮景深林，外跡名絕者，亦當按此可也。

每至建日，或月一日平旦，存三一從己三宮中出，坐己前，乃心起再拜，若如見之，仿佛在目，心咒曰：

天尊三帝，守我命門，出游虛中，六氣互分，養我五神，正我三魂，五藏自生，長生飛仙。畢，又存從虛中還三宮。良久，咽液三十過，十過為良。夜當見三一及三卿也，或夢見白鳥、白鵠、白虎、金玉之物，皆三一之化景示象也。如此守之勿殆，則相見之象也，對面之漸也。每至除日夜半時，密起北向，仰視北斗七星之內象，見三一從輔星中下來，入己三宮中。畢，還寢，精思存之，仿佛似見，乃微咒曰：

太上天輔，三帝所游，三卿扶持，與真合俱。下入我身，安寂坐無，吐精灌形，魂魄和

濡，使我飛仙，雲車行浮。畢，咽液二十七過，月取一除日爾。

每至開日夜半時，起坐東向，去巾亦可散發，更梳櫛結之結令通，良久，畢，祝曰：

上元三真，真中嬰兒，散發開煙，上通天臺，泥丸堅凝，與天同時，使我飛仙，交行洞臺。畢，咽液十九過，畢，乃巾而寢，精思存三一、三卿，各安其宮，帝與卿相對而坐；存三一呼氣宮中三十過，己存時亦自呼氣三十過也。呼者，開口吐氣之謂也。其時亦當覺一體熱，則和神凝魂之驗也。存三一，皆當臨兩目，內視神宮也。

存一之道，使太上三素氣見三宮中。三素者，紫、青、絳三沓色炁也。紫在上也，則存守三一在其中，目想見北極紫房、玉宮，使天官序列，思我將在帝前對坐，所乞所求，乃心拜焉。太上，是上清之帝，極貴者也；北極紫房，帝之房耳。亦存己三一，與帝諭；飛真生生之道。

凡臨盛饌，皆正心存一，目想一先飲食，然後兆乃食之也。常如此，則邪氣遠退，真氣來前。飲食畢，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。

守一之法，以甲午、甲辰、甲寅日夜半，掃除靜寢之庭，方圓一丈，布席燒香，北向再拜，亦可心拜而已。因仰視北斗七星，使紫炁從斗中出入兆身中三宮之內，北向接手兩膝上，心存三一、三卿、與兆俱乘紫氣上登太極。太極，北極星也。存令忘身失體，恍焉如升天之狀。如此，則仙道近矣。仙人謂之大靜也。陰雨可於寢床上為之，亦可預作壇於盛處，使方圓一丈，籬四面，使高數尺，至日常當修之，此大靜之道也。

守一之法，道當伺月初出時，向月再拜，畢，心祝曰：

太陰玄精，明月夫人，初生流光，照我三宮，神仙上飛，高游八方，所向所願，皆與福會。

守一之道，常存七星覆頭上，柄指前。如此，百邪之不干，兇氣之滅亡，要訣也。

守一人忌食五辛、豬犬肉、履產婦家、甲子日。思存又忌大醉及諸殗臭，皆避而慎之，遣之勿疑矣。又勿抱嬰兒，大不可耳；不與人共衣履、同床席、而存一也，思真靜神，念道招靈，皆欲別處，非徒此事而已。

後聖金闕帝君，昔受《三元真一經》、《太極帝君真符》、《五斗真一經》、《太一帝君寶章》，凡此四訣，以傳仙人涓子，涓子釣河川獲鯉魚，剖得青玉函，發視獲二符、二經法是也。此太上內隱法，地真之上道，亦得朝宴上清，游盼太極，飛遨崆峒，寢息崑崙矣。

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