雲笈七籤/83

维基文库 · 免费全文 · CC BY-SA 4.0

目錄

雲笈七籤

◀上一卷

卷八十三　庚申部三

下一卷▶

中山玉櫃經服氣消三蟲訣

昔大黃帝君太古無名，云大黃帝君者，則黃帝有熊。會群臣於崆峒山，問道於廣成子，曰：夫人養生全真，游觀於天庭間，止息於洞房中，得與眾聖齊群，駐童顏而不敗者，則何法最寶？

廣成子曰：夫人以元氣為本，本化為精，精變為形。形雖好生，欲能竭之。故欲不可縱，縱之則生虧，制之則生盈。盈者，精滿氣盛，百神備足。夫有死必有生，有生必形虧。虧盈盛衰，物之常理日中則移，月滿則虧。樂極悲來，物盛則衰。有生死是天地人之常數也。聖人智通萬物，以法堅身，在養育之門，無犯形本，則合於化元之道者也。夫人體內有百關九節百關者，號百祿之神，為九節之用；九節者，一掌、二腕、三臂、四膊、五肩項、六腰、七腿璟、八脛踝、九腦，是謂九節也。合為形質，洞房、玉戶紫宮、泥丸、丹田以處泊古人作楮薄，今論神氣棲息，故宜處泊。洞房等皆天庭三田神，正泊處也。百神守衛，六靈潛護百神者，百節之神，守固營魂，保護五臟神。五神清，則百節靈，五神傷，則百節勣，清即少，傷則老。經云：貪欲嗜味，傷神促壽。金玉滿堂，莫之能守。六靈者，眼耳鼻舌身意，亦謂之六識。常隨心動，動念則識，便從之。是故制之則寧，用之則成，察之則悟，任之則冥。又有三魂伏於身，七魄藏於府。故云：肝藏

魂，肺藏魄，脾藏志，心藏神，腎藏精，此皆百神六靈之主也。宜防濁亂，輕躁動作，違之不守，自致敗傷而已。保其玄關，守其要路道以真一為玄關，以專精為要路。既食百穀，則邪魔生，三蟲聚蟲有三名，伐人三命，亦號三尸。一名青姑，號上尸，伐人眼，空人泥丸。眼暗面皺，口臭齒落，鼻塞耳聾，發禿眉薄，皆青姑之作也。一本作青石。二名白姑，號中尸，伐人腹，空人臟腑。心旋意亂，肺脹胃弱，氣共傷胃，失饑過度，皮癬肉焦，皆白姑之作也。一本作白石。三名血尸，號下尸，伐人腎，空人精髓。腰痛脊急，腿痺臀頑，腕疼脛瘦，陰萎精竭血乾骨枯，皆血尸之作也。一本作血姑。此三尸毒流，噬嗑胎魂，欲人之心，務其速死，是謂邪魔生也。人死則尸化為鬼，游觀幽冥，非樂天庭之樂也。常於人心識之間，使人常行惡事，好色欲，增喜怒，重腥穢，輕良善，惑亂意識，令陷昏危，無於一日之中，念念之間，不可絕想。常以甲寅庚申日，上曰天曹，下訟地府，告人罪狀，述人過惡，十方刺史受其詞，九泉主者容其對，於是上帝或聽，人則被罰，輕者在世迍邅，求為不遂，重者奄歸，大夜分改身形，成殃而出。今俗傳死吹直符，雄雌殃注，破在殺心，此之是。都由人不能絕百穀，斷五味，誡嗜欲，禁貪妄，而自致其傷殞。《內景玉書》云：「百穀之實土地精，五味外美邪魔腥，臭亂神明胎氣零，三魂恍恍魄麋傾。」要知成敗，彼之三蟲由斯五穀也。貫穿五臟，環鑿六腑，使丹田不華實，津液不流注，血脈不通行，精髓不凝住，胎魂不守宮，陰魄不閉戶，令人耽五味，長貪欲，形老神衰，皮皺發落。若不卻粒絕味，禁嗜戒色，則尸蟲全而生，身必死。若滅三蟲，彌尸鬼，安魂魄，養精髓，固形神，保天地者，非氣術而不可倚矣擒制情欲，彌滅蟲尸，使形神不枯朽，須服神氣，還元返本，過此皆不可倚也。且我大仙以氣術為先，元氣是本。是以太和為宗，沖元是本。及吾歸之於妙，寂之於玄，化之於無，用之於自然，自然輕舉，升於玄玄，出入無間，其道栝焉。與道通靈，當有何患音還《內景》云：「勿令七祖受殃患。」但不許以道傳於非人，即七祖受其殃也。今言當有何患，是亦依道奉行，保無殃咎也？夫上仙以元氣為宗，中仙以丹術為本，下仙以藥術為首，量此三者，夫何以久！皆以勤勞神，餌金服石，動費貨泉，失於歸寂，蓋不得自然之理，乖於真道矣。昔大隗翁曰：生吾有身，憂吾動勞，念吾饑渴，觸情縱欲，過患斯起，遂虧於玄化之道也此廣成子述初古大仙要道所得之秘旨也。

於是太黃帝君謹心神，觀想元氣，用啟玄理，先靜丹元，觀想自然，融於歸寂也。乃感太一真君持《玄元內景氣訣妙經》一篇授之帝君。帝君爾後降中嶽，復會群仙，宣是妙經，因名《中山玉櫃服神氣經》此碧巖受行是經，於師奉傳，然得分明，知其的實，以為誥。夫太一真君者，是北極太和元氣之神，神通變化，自北極紫微宮經過，於天地間，滋育萬物，在天則五象明焉，在地則草木生焉，居人則神識靈焉，在鑒則五行察焉，在北則四運變焉。聽之不聞，視之不見，搏之不得，無形無狀，而與萬物作狀，故謂之玄，

謂之象。所感無不應，所真無不證，所專無不用，所精無不動。是知道以真正為玄關，專精為要路。倚於此者，無所不通也碧巖受之，相次顯示，使其將來不滯迷惑。

經曰：夫欲服氣，服元氣為本，以歸寂為玄妙。若不得此門，及不知玄關要路，則終不能成就功德也經之要言，故不妄語。夫求仙道，絕粒為宗；絕粒之門，服氣為本；服氣之理，齋戒為先。當持齋戒，然揀好日，晏靜一室，安置床薦其齋以心清意凈，無諸躁動止，可二七日。若不先齋，則不得神氣內助；若不存想，則神氣不得內補。夫欲修行，要當別置一室，好土香泥，泥飾明密高敞，床褥厚暖，衾枕新潔，不得使雜人穢污，輒到其中。其中地須深鋤深二尺，篩去滓礫，除諸穢物，更添好土，築搗平實，更羅細土，拍踏令緊。既得平穩，勤須灑掃，務其清凈。室中唯安書機經櫃，每一度焚香，念玄元無上天尊，又念太一真君又可呼三一，三元五臟六靈，一身之神，冥心叩齒，靜默思之也。太一真君有五誡，誠心依之，克獲神應。一者，不得與女人語笑同處，致尸鬼惑亂精神。二者，勿食一切葷膩、五辛、留滯、冷滑之物，若食之，令三尸濁觸五神。三者，勿入一切穢惡處所，夫吊死、問病、至人為殺戮、決罰、驚魂，大怒、大怖，精神飛散，就中死尸，道人大忌海之至大，尚不宿尸，人之至靈，尸之至穢也。或誤沖見，當以桃皮竹葉湯浴。訖，入室平臥，存想心家火遍身焚燒，身都炯然，使之如盡。然後閉氣，咽新氣，驅逐腹內穢氣，使攻下洩，務令出盡，當自如故。四者，勿與一切眾人爭於是非、忿諍鬥競、及抱小兒，減人算壽，損志傷神。五者，勿得欺罔一切事，陰神不助，常慎言語、節度、行止，勿對北旋溺，犯太一紫微，殃罰非細。若有違此五戒，於二七日間，眠夢之內，自有驚覺，覺悟於人，務人修善，其事秘密，勿洩於人所言《內景氣訣妙經》一篇，良有是也。夫景是內秘之事，唯自己心內知之，固不可漏洩他人也。

說三尸

真人云：上尸名彭倨，好寶物；中尸名彭質，好五味；下尸名彭矯，好色欲。三尸之為物，常居人脾。至修法之夜，即宜右覆臥，則脾不得動；脾不得動，則三尸不得作恐耳。亦乃一助也。是夕，心中祝言曰：

三尸九蟲，我已知你所能也。若眠中聞喚誤應者，即當起正坐，叩齒十二通，心中祝曰：吾知汝是三尸九蟲耳。但知行正意役使，夢中勿與相應對也。常先預思憶敕戒之，亦無能變化矣。

說三尸所居法

上尸彭倨，居人頭上，在泥丸宮中，一名上丹田宮，卻入眉後三寸，自有宮殿樓閣。

中尸彭質，居人心後，卻入三寸三分，居其間，名曰中泥丸，一名中丹田，自有宮殿樓閣。

下尸彭矯，居人下丹田，亦名下泥丸，在人小腹去臍下三寸，卻入腹三寸七分，自有宮殿樓閣。

候三尸法

若忽夢起屋舍籬障者，是腹中尸蟲共相依止。若夢與女人交通者，其尸蟲會也，重者皆成病。若服丹砂有功者，當夢大火燒其屋宇。服諸藥有應者，當夢父母喪亡，妻子被殺，或是姊妹兄弟之屬或女人，或塚墓破壞失去棺槨，及被五刑死者，此是尸蟲皆將消滅候也。

趙先生口訣祝尸蟲法（凡三法）

趙先生口訣曰：欲祭三尸九蟲法，常以月建之日夜半之時，密出中庭，正立東向，平體正氣，叩齒三十通，訖，舉頭小仰，即復下頭小俯，因咽液二十過，又向前仰兩手二七過，前後仰，緩手為之，竊祝曰：

南昌君五人，官將百二十人，為某甲除三蟲伏尸，將某周游天下，過度災厄。訖，徐徐左回還臥。行之三年，尸蟲消滅。若月中有重建者，亦重為之。修此法，欲齋戒獨住，不欲雜錯人眾，務令寂靜，勿使知之，及六畜鳥獸並不聞聲。為此法易行，無恍惚之患。

又法

先生曰：欲除尸蟲之法，春月擇甲乙夜，視歲星所在，朝之再拜，正心，竊祝曰：

願東方明星君，扶我魂，接我魄，使我壽如松柏，生年萬歲，生不落願。為甲除身中三尸九蟲，盡走消滅。常擇潔靜，頻行之，為善。此仁德樂生，君木也，木克土，所以土尸去，妙訣秘之。

又法

先生口訣去三尸九蟲法：常以月晦日，日出昕昕時，東向日所出處，禹步三祝曰：

諾罩罩者，喚聲，如言號耳。月中有蟲兔蝦　麻，日中有蟲三足烏，水中有蟲蛇與魚，土中有蟲蛾螻蛄，腹中有蟲蚘白從。凡三祝，止之，秘而勿傳。

東方氏制三尸法

常以庚申日存頭中，有太上老君、泥丸真人二人並共坐上，著遠游冠，服玄袍，坐於冥光帳中，下視、口、目、耳、鼻，清滌神氣，謂之上一，拘面部之魂；次存心中，有太一太帝、絳宮真人二人並共坐，上著九陽冠，服丹南逸景之袍，坐於硃陵帳中，下視四體清波，肝肺膽腎，皆令凈潔如五色玉，謂之中一，拘四肢之部精；次存臍內，有太黃老君、黃庭真人二人並共坐，上著十靈之冠，服黃羅之袍，坐於黃錦帳中，下視脾腹之下孔竅，令分明如白素，謂之下一，拘制骸魄。於是，三尸無從得動矣。

紫微宮降太上去三尸法

夫人身並有三尸九蟲。人之生也，皆寄形於父母胞胎，五穀精氣，是以人腹中盡有尸蟲，為人之大害。常以庚申日夜，上告天帝，記人罪過，絕人生籍，欲令速死，魂升於蒼天，魄入於黃泉，唯有蟲尸獨在地上游走，曰鬼。或四時八節，三牲祭祀不精，輒與人作禍害，心痛疰忤，伐人性命。上尸彭倨，在人頭中，伐人眼目，令人好作惡，啖食眾生，或口臭齒落。中尸彭質，在人腹中，伐人五藏，少氣多忘，令人好作惡，啖食眾生，或作惡夢，驚恐不安。下尸彭矯，在人足，令人下關搔擾，五情踴動，不能自禁。若尸為神則害子，是故復疰不絕。

又云：上尸彭倨名青服，中尸彭質名白服，下尸彭矯名赤口。此三尸狀如小兒，或似馬形狀，皆有鬚髮，毛長三四寸。人既死，遂出作鬼耳，如人生時形象，衣服長短，親人見之，謂是亡人還家，實非亡人靈也。身中三尸九蟲，種類群多。夫學道修長生者，若不先滅三尸九蟲，徒煩服藥斷穀，求長生不死，不可得也。後人謂先聖經方虛謬，乃未究害之所由也。此上聖之至訓，真人之秘言，宜可勖哉！制之法，每至庚申日，夕不眠以守之，令不得訴天帝。罪滿五百條，其人必死。三守庚申，三尸振伏。七守庚申，三

尸長絕，太玄籧湯，煮而死矣。爾乃精神安定，五臟恬和，不復搔擾。

太虛真人消三尸法

真人曰：常以春甲寅日、夏丙午日、秋庚申日、冬壬子日瞑臥時，先搗硃砂、雄黃、雌黃三物，等分細搗，以綿裹之，使如棗大，臨臥時塞兩耳中，此消三尸煉七魄之道也。明日日中時，以東流水沐浴畢，更整飾床席，易著衣物，浣故者，更履屐，先除澡之。都畢，又掃灑於寢床下，通令所住一室凈潔，平安，枕臥向上，閉氣握固良久，微咒曰：

天道有常，改易故新。上帝吉日，沐浴為真。三氣消尸，硃黃安魂。寶煉七魄，與我相親。此道是消煉尸穢之上法，改真易形之要訣也。四時唯各取一日為之。

思念道誡去三尸法

老君遺誡，教子防軀，外如空城，裏如丹硃。外常不足，內實有餘，保道五臟，勿得發舒。行正念道，常覆子軀，思道念道，坐致行廚。思道念道，常以道俱，內懷金寶，外常如無。保神愛氣，萬邪不拘，長生在己，三尸自去。百病九蟲，皆自消除，身過千災，仙人鄰居。

五行紫文除尸蟲法（凡三法）

《五行紫文》曰：常用朔望之日日中時，臨目西向，存兩目中出青氣，心中出赤氣，臍中出黃氣，於是三氣相繞，合為一，以冠身，盡見外，洞徹如光之狀。良久，乃叩齒四十通，畢而咽液。此謂煉形之道，除尸蟲之法，久行之佳也。

又法

常以七月十六日去手爪甲，燒作灰服之，即自滅。消九蟲，下三尸。

又法

凡寅日去手爪甲，午日去足爪甲，名之斬三尸。

存心中赤氣去三尸法

經曰：常念心中出赤氣，上行通喉嚨，以意閉之於泥丸，為之不止，三尸自去，長生久視，司命刻名，著不死之紫籙也。

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