

雲笈七籤卷之十八

雲笈七籤卷之十九

優元

三洞經教部

經

老子中經下一名妹玉曆

第二十八神仙

經曰常以六甲之日平旦時拊心祝曰

蒼林玄龜流水如河炎火周身身一作宮安能知

他道來歸已道來歸已因念肝色正青潤澤

生光其上高危在左方次念膽色正青圓中

黃外青潤澤清液傍生拊心著肝肝覆其藏

此道之始也念之既畢乃呼其神曰肉一作本

子藍藍與已為友留為已使某欲得太一神

丹服食之令某甲長生勿去某身常在紫房

宮中與道合同也因瞑目念日精青氣來下

著身入鼻孔中念肝色青氣與之合於目前

來入口中咽之三七而止思行青氣周徧一

身中九十息止至乙日復存其神呼曰太一

紫官一作素女與已為友留為已使某甲欲

得太一華符服之至甲寅乙卯之日復存之

第二十九神仙

經曰常以六丙之日禺中時拊心祝曰

朱雀丹液天海地河願求不死服食天和和天

至一作和因瞑目念心色正赤如日在肺葉間乃

止念日精赤黃氣來在目前入口中咽之三

九而止思行赤氣周徧一身中百八十息止

呼其神曰李尚李尚一作李常曾子與已為友留為

已使某甲願求太一神丹如金鈞可飲食者

常在絳宮中與已合同至丁日復存其神呼

曰天皇絳宮玉女與已為友留為已使某甲

欲得天皇長生之道至丙午丁巳之日復存

之

第三十神仙

經曰常以六戌之日鷄鳴時日西黃昏時拊

心祝曰

天道天道願得不老壽比中黃昇天常早願

延某命與道長久因瞑目念脾中黃氣來上

至口中上念天精黃氣來在目前入口中咽

之三五而止思行黃氣周徧一身中百五十

息止呼其神曰玄光玉女養子赤子真人子

丹服食元氣飲宴醴泉故言一身神有父母
凡三人至巳日復存之呼其神曰真人黃庭
玉女與已為友留為已使某甲欲求真人黃
庭神仙之道至戊辰巳未戊戌巳丑之日復
存之

第三十一神仙

經曰常以六庚之日日脯時拊心祝曰

本子本于白雲卒起霧合萬里願雲來歸已
常為我使及復仙命終而復始因瞑目念肺
色正白令白氣來上至口中念曰天精白氣
來下在目前入口中咽之三七而止思行白
氣周徧一身中百四十息止呼其神曰先生
對謝與已為友留為已使奉持華蓋金液玉
英常在勿出侍我道君共合為一身至辛日
復存其神曰光黃玉堂青腰玉女與已為友
留為已使某甲欲得彭祖長生不死之藥服
之至庚申辛酉之日復存之

第三十二神仙

經曰常以六壬之日夜半時拊心祝曰

願親天鏡玄滋玉池還白使黑常為嬰兒神

來歸已五藏相隨因瞑目念兩腎間白氣周
行一身中十二遍翕然布散流行四肢乃復
念兩腎窺魄狀如雙鯉魚右黑左赤俠脊而
居炫耀光明相照一身中乃念青天太清元
氣下在目前入口中咽之一九而止思行太
清白元氣周徧一身還藏丹田中呼其神曰
司錄六丁玉女削去其死籍使其甲長生上
為真人十二太一皆當言生至壬子癸亥之
日復存之

第三十三神仙

經曰所存念五藏神皆畢乃更念玄釐玉英

金液恒勿忘也更念玄釐欲其潤澤而起行
列也別念玉英其中有一人大回倒豎小童
子服飾也存之欲令堅強長大自倍也念金
液欲令其乾燥而緩也如紫殼感水錄也念
此畫通而復存之法十二周精神爽之和氣
自來百病去除壽命與天地期長生無極安
知死時

第三十四神仙

經曰食日之精可以長生緣茲上天上謁道

君其法常以月一日二日五日七日九日十
一日十三日十五日日初出時被髮向日瞑
目念心中有一小童子衣絳衣文彩五色灼
灼正赤兩手掌中亦正赤以兩手掌摩面下
至心止十二反為之念天日精正赤黃氣來
下在目前入口中咽之一九以手摩送之
拊心祝曰

景君元陽與我合德俱養神宮中小童子須
更復念心下至丹田中止以手摩送之以日
託心心得日精已乃神仙矣

第三十五神仙

經曰食月之精以養腎根白髮復黑齒落更
生已乃得神仙常以夜半時思腎間白氣周
行一身中上至腦戶下至足心自然之道易
致難行常以月十五日向日祝曰

月君子光與我合德養我丹田中小童子因
瞑目念月白黃精氣來下在目前入口中咽
之三七而止以手摩送之下至丹田之中丹
田中氣正赤氣中有一人長九分小童子也
衣朱衣故丹田中赤外黑左青右黃上白五

色氣已具但以其月託腎腎得月精乃得陞
 沈丹田中赤者太陽之精也心火之氣也其
 外黑者太陰之精也腎水之氣也其左青者
 少陽之精也肝木之氣也其右黃者中和之
 精也脾土之氣也其上白者如銀盤而照覆
 之者少陰之精也肺金之氣也其中有五人
 即五藏之太子也五行之精神也人須得丹
 田成乃為真人故生子仁者肝之精也禮容
 者心之精也義慧者肺之精也和樂者腎之
 精也忠信篤厚者脾之精也辯勇者膽之精
 也緩和者膽之氣衰也盲者肝之氣衰也僂
 者脾之氣衰也癩者心之氣衰也濡者腎之
 氣衰也不肖嗜慾者脾之氣衰也其五藏衰
 者皆自見於已也憂悲不樂則傷肝傷肝則
 目眩頭白當思腎心以養之淫樂過度即傷
 腎傷腎則腰疼身沉重大小便膿血思肝
 肺以養之恚怒則傷心傷心則病狂吐血思
 肝脾以養之遺患憂難則傷肺傷肺則思脾
 腎以養之飲食飽酒醉過度則傷脾傷脾
 則思心肺以養之令其子母相養之即病愈

疾除求神仙之人惡毒
五藏學士明照之

第三十六神仙

經曰食大極之精乃得長生常以六戊之日
 時加其辰辰一作道士於室中冠帶北向禮拜
 曰皇天上帝太上道君曾孫小兆玉甲好道
 願得長生暮夜卧上念北斗太極中央大明
 星精正黃氣來下在光目前入口中咽之三
 五而止黃精氣填滿太倉黃庭中下至丹田
 中乃念絳宮中有一赤人紫房宮中有五人
 太一君在其中老子仙人仲成子在左太和
 曲文子在右明堂宮中有玄光玉女左右黃
 裳子右有中黃真人俱宿衛真人子丹也乃
 復下念玉堂三公呼曰司錄六丁玉女削去
 某甲死籍令某甲長生氣定乃復念真人子
 丹在胃管中祝曰
 玄光玉女養我真人子丹服食元氣飲宴醴
 泉以北斗中極託脾脾得手極之精乃為真
 人

第三十七神仙

經曰肺為尚書肝為蘭臺心為太尉公左腎

為司徒公右腎為司空公脾為皇后貴人夫
 人膽為天子大道君胃為太倉太子之府也
 吾之舍也大腸小腸為元梁使者下元氣為
 大鴻臚中元氣為八十一元士上元氣為高
 車使者通神於上皇故肺為玉堂官心為絳
 宮朱雀闕門腎為北極幽闕玄武掖門脾為
 明堂侍中省闕也胃為上海日月之所宿也
 臍為下海日月更相上下至胃中故太初者
 元氣之始也道也一也心上為天太始者為
 萬物之始也山川也地也為腎太素者人之
 始也精也脾也土也上亦有三宮兩目為絳
 宮兩耳為玉堂官鼻口為明堂官眉間為郊
 山能合三元氣以養其真人小童子則列然
 徹視矣
 老君曰萬道衆多但存一念子丹耳一道也
 在紫房宮中者膽也子丹者吾也吾者正已
 身也道卑此矣

第三十八神仙

經曰道士鍊水銀消沙液珠玉八石以作神
 丹服一刀圭飛昇天宮身常食氣乃得長生

神仙存神食丹乃為真人真人得道上位上皇治故真人以水土溟溟浩浩天地漬漬濛濛不知所存藏萬八千歲乃成天地人故真人以土作人呼吸飲食從騎伏使令土不得獨處人不得獨存故言黃土本人之先也真人去之上昇九天世人無道下入黃泉蓋土

三升子一作無骨筋助故九天丈人有言曰食於天者以身報天上為真人神仙食於地者以身報地下為尸鬼食於人者以身報人骨毛棄捐兆欲為道勿食飛鳥天之所生殺之數數減子壽年人畜食之可以為厨宰

六畜也避六丁神獸類也勿食丁卯兔也丁丑牛也丁亥猪也丁酉鷄也丁未羊也丁巳蛇也此大禁之六丁神之諱也乘氣服丹入室之時無食生物禁食五畜肉五畜肉者馬牛羊猪狗也但得食鷄子魚耳禁食五辛麩惡自死之物慎勿食服丹尚可乘蹻禁之

第三十九神仙

經曰道者吾也上上中極君也兆常以日出時日中時酉時夜半時一云日中西上念太極中

中央黃星其精氣來下在兆額上眉間正赤黃白如日狀以意致之下入口中咽之令其氣下入絳宮紫房黃庭中咽之三五而止祝曰

皇天上帝太上道君曾孫小兆玉甲好道願得長生此吾之氣也吾從此氣生念之萬遍無止也令兆長生上為真人雲車下迎飛昇天宮上謁上帝南極老人元光之前

老君曰聖人銷珠賢人水玉銷珠水玉其道同法銷珠者服日之精左目日也水玉者食月之精右目月也被髮正偃卧瞑目常念兩

目中黃精赤氣來下入口中咽之三九而止令人神明徹視八方食肺之精常念肺中白氣來上出至咽喉入口中咽之三七而止令人神明身生光澤辟邪致神玉女侍之即長生辟百鬼矣常念身中小童子衣絳衣在心中央中央即神明也時念心中有紫華蓋下有一人著赤憤大冠絳單衣衝箭引弓憤然而噴即能辟兵使鬼神矣

第四十神仙

經曰常思頂中紫雲出如車蓋狀如火氣文彩五色上與天連以意極布之與天相準下念胃中黃氣如橋忽長稍大身形如日念目下元氣赤人黃人道氣行布四肢登高入日中登高一上至絳宮紫房大一祝曰

太一北極敬告諸神常令魂魄安寧無離某甲身是謂自然無形者也

第四十一神仙

經曰鬼箭十二可以辟兵常思心中十二芝莖上與肺連以意挹之名曰鬼箭兆常行之五兵自辟凶惡自亡以擊四夷捐擣電光但聞兵插刀戟金銀天神皆助真也雷公擊鼓也太白揚光白帝持弩蚩尤辟兵青龍守門武夷在庭騰蛇玄武主辟凶殃白兔持藥蟾蜍在傍太一和劑彭祖先當服一刀圭面目生光身出毛羽上謁上皇此道也使諸神氣與子合同慎之勿解殆也

第四十二神仙

經曰常以庚申之日申時被髮西南首中地偃卧縱體瞑目念肺正白潤澤光明中有芝

草莖大如小指其中空而明下與心相連其
中有青赤氣上下交通出入肺之中念之
至下痛時止肺者人之天也心者人之目也
日氣上出如赤丹之精未嘗有之時人須得
此氣以生耳失此氣者則死矣名曰自然之
道道通神靈矣

第四十三神仙

經曰常念心中赤氣如日內青外黑三合成
德以應道數師曰常以平旦念心中正赤如
日日中有人著大冠赤憤衣絳單衣光見之
呼曰天皇太一君使某甲長生上為真人

第四十四神仙

經曰還精絳宮之中法常以月一日十五日
晦日以月初出時被髮束首向日卧以左手
摩兩乳間下至心九反而止樹心言曰神手
神還絳宮無離已身神乎安君靜處與已言
語如此三乃止師曰每摩兩乳間者使氣上
下道也拊摩其心存小童子此名虛無還精
絳宮者月三日為之也神仙之道也

第四十五神仙

經曰元陽赤人太一也元陽道君中太一也
元陽子丹已吾身也元陽玄先王女道之母
也元陽皇人太一王也元陽丹田藏精宮也
師曰元者氣也陽者日也當思心中有日日
有赤人著赤憤大冠衣絳單衣次思膽中有

太白明星三光耀而相照星上各有一人衣
絳朱衣冠九德之冠道君在中央左有老子
仲成子右有太和曲文子凡五人是一也次
念脾上正黃中有日日中有三人道母玄光
玉女在中央左有黃裳子右有中黃直次念

胃管中有真人子丹坐珠玉之狀上黃金色
靈氣為帳玉女小童子待之次念臍中太一
衣五綠朱衣冠三絳之冠左青人右有白人
前有赤人後有黑人次念丹田中有赤氣赤
氣中有三人赤人在中央左有青人右有黃

人赤氣繞之內青外黑上白中黃念此畢卧
有所見神氣來語人也

第四十六神仙

經曰常念脾中有黃氣升上至口中咽之三
五而止即飽矣可以辟穀坐在立亡師曰常

思脾中有日日中有黃金匱匱中有書封之
以黃玉所所廣三寸字曰咸喜精而思之則
耶自出兆能見而讀之心開目明即時神仙
矣

第四十七神仙

經曰常思念胃中正自如凝脂中有黃氣填
滿太倉上至口中咽之即飽師曰胃者太倉
也諸神皆就太倉中飲食中黃金釜金甌玉
女小童主給使之故呼曰黃裳子致行厨矣

第四十八神仙

經曰腎者元氣之根也常思腎間白氣上昇
至頭中下至足心十指之端周行一身中十
二遍而止手足皆熱可以不飢不渴不寒令
人不老白髮復黑兆常念行之

第四十九神仙

經曰常以月朔望日思兩腎間白氣上頂中
下至足心神龜五彩為甲文若總系上有女
先王女二公相對坐前有太一後有女冥司
錄司命共議死生人精念之三十息止呪曰
司錄君司命君六丁玉女削去其死籍著上

生文此當言長生神龜呼吸吐故納新恣意所為白龜之神元氣布行四肢皆溫人須得腎氣神龜呼吸乃生耳常以甲子日及壬子日存行之即長生矣

第五十神仙

經曰常以甲午之日日中時被髮南首偃卧瞑目念臍下三寸丹田中黃其氣正赤大如手掌其外黑次其外青臍上有白氣覆之肺氣也左有青右有黃各如手掌此三者肝氣脾氣肺氣師曰丹田中赤者太陽氣其外黑者太陰氣次外青者少陽氣三合成德三氣守之即長生矣

第五十一神仙

經曰心為虛腎為元虛氣以青上為天元氣以寧下為地入於太淵故虛氣生為呼元氣生為翕心為日腎為月脾為計心氣下腎氣上合即為一布行四肢不休息故心為血腎為氣合即流行名曰脉脉者魂魄人之容也魂魄以去主人寂寂故伯脉盡即氣絕氣絕即死矣是以為道者不可不存其神養其根

益其氣兆汝努力努力將去矣真人得道萬八千歲一會道士得道千歲一會故作中經以遺後世本上皇藏之金匱道人得千金勿傳出也

第五十二神仙

經曰三元之日會合於己亥三元者太一太陰宮氣是也元三俱起己亥太一左行歲一辰害氣右行四孟歲行一孟太陰右行三歲一辰九年行方四九三十六年三元俱合於亥三合之歲水旱兵飢災害並起三合之歲陰陽隔并感天動地害氣流行書行則傷殺中有人即疾疫中殺即飢貴兆汝居其間不能自生也可不努力勉時學道或當期之世水旱蝗蟲五穀飢貴兵革並起人民疾疫道路不通負老提幼散流他方其父母妻子兄弟衰氣內發摧肝絕腸略為奴婢不知縣鄉於期乃欲學道豈不晚哉豈不晚哉吾深戒子存神作丹早自防即遭亂世遠去深藏聖主明世道可照而行也故天地之會四十五歲一小貴九十歲一小飢一百八十歲一大

貴三百六十歲一大飢五百歲賢者一小千歲聖人一小聚三千六百歲聖人大會萬千歲真人一小出治三萬六千歲至極仙人一出治三百六十萬歲天地一大合元氣溟津濛濛元形人為萬物不知東西南北人為禽獸禽獸化為真人乃在元氣之上仙人乃在絕域无崖之際道人隱居可以貴重也

第五十三神仙

經曰天都京兆合在勾陳之左端號曰安德君主與天太一北君共策計說諸神主人魂魄會於南極有錄者延壽眾神共舉之無錄者終矣司命絕去之人魂魄會於北極有功德於人天地萬物者子孫富貴壽考鮮明身得封侯復出為人無德者有三一曰殘賊結虐害逆天地四時二曰呪咀嫉妬淫泆慢易天地神靈三曰不孝不忠盜竊陰賊推埋殺人犯此三者子孫絕滅人生自有三命至娶婦嫁女復定其一命移徙葬埋復定其一命得吉身者壽考子孫富貴得凶者死子孫貧困屯汝居世間當何着于天地神可畏也故

天置日月北斗二十八宿五星主之六甲六丁諸神主行民間此汝不知汝甚可畏之常復有邪鬼精魅至於家思不祥里社水土公司令門戶并竈清瀾太陰水漬皆能殺人者此汝欲却邪辟鬼當被符次服神藥符者天地之信也藥者人丹也蓋其氣力身輕堅強即邪氣官鬼不能中人也即成神仙矣鬼者神之使也鬼見天信即去矣人亦有之京兆合中極鄉璇璣里夏里黃公字德皇正在臍中央太一是也一名玉靈子衣五彩朱衣總閱黃神常以八月秋分之日案比計竿常先之一日後之一日正節之日凡三日入室勿出常以鷄鳴時思之平旦兆悅之至日禹中時止為之三日被髮西北向偃卧縱體無令他人見之豫勅家中人無得有聲先齋戒沐浴至其日入靜室中安心自定先祝之曰曾孫小兆某甲好道願得長生今日秋分之日天帝使者夏里黃公來下入吾身中案比總閱諸神不得遁亡皆當來會從上三呼之比為之日三呼之日九呼之日中乃止即言

曰司錄六丁玉女削去其死籍更著其長生神仙玉曆急急如律令即日有天帝無極君教自應曰諾下床回向再拜謝天神一身道畢此矣

第五十四神仙

經曰子欲知真人仙人何類仙人衣襟永生毛羽真人無影衣五綵朱衣其居無常處東春南夏西秋北冬浮游名山崐崘蓬萊大鄧九域之上時上謁上謁上皇故真人得道八千萬歲乘珠玉雲氣之車駕元極之馬時乘六飛龍佐上皇治中仙之士中天而上乘雲往來歷越海江下仙之士法當尸解晦日朝會拜禮不得解怠當為神使道非有所異也但有尊卑等故耳故百歲之人黃頭髮二百歲之人兩鬚起三百歲之人萬物耳四百歲之人面縱理五百歲之人方瞳子六百歲之人骨助胼七百歲人骨體填八百歲之人腸為筋九百歲之人延耳生千歲之人飛上天上謁上皇太一為仙真人重瞳子故能傲視八方食芝服丹即不老人萬八千歲更為童

子男八女七從此始

第五十五神仙

經曰子欲制百邪百鬼及老精魅常持符利劔亭水瓮上於中視其形影凡行出入幸逢非常怪物於日月光中視其形影皆可也
以丹書制百邪符置於瓮水上邪鬼見之皆自然消去矣諸精鬼魅龍蛇虎豹六畜狐狸魚鼈龜飛鳥鷹鹿老木皆能為精物犯人者持刻之斬之付河伯社令常召今日直符使六丁神守之宿衛左文字在八十一首玄圖
六甲宮四十九真中亦有珠胎七機華蓋清觀皆能制百邪此四符者惡穢人不可服也當被服威喜巨勝左契右射太極太清太玄陽章崙天包元氣太虛此大道也可常被服無所不防亦無禁忌也上制文曰皇天上帝太上道君曾孫小兆玉甲好道願得長生所願從心來自在心也不多言上封文曰皇天上帝太上道君天一太一北斗君日月陰陽君司命君司錄君曾孫小兆玉甲好道願得長生唯司命司錄君削去死籍更著長生玉

曆仙籍定為真人臣某即日除為太一使者
再拜受命上皇道君中黃門子再拜著契封
符傳當清潔先解過常以西四時除日及八
節日以酒脯於東流水上解過南流亦可神
仙玄圖曰玉曆五十五章姓名符信本在上
皇金匱玉笈玉簡中封之九重兆得之慎勿
妄傳子慎之勿受錢之得其人即傳之可得
神仙吾時時自素行此三篇三篇上下中經
也吾常使司命教鬼守汝勿妄增減吾文一
字不具吾即知之兆汝慎之慎之如吾言符
與下字以丹青之此吾之信也兆汝審欲神
仙當先服還丹金液存神即時仙矣上為真
人兆汝不服神丹金液當自苦耳為寒濕風
鬼所繫司命不救汝也道神無奈汝何兆為
道溫衣適食守虛元為自然鬼亦不能救殺
也年壽終竟自死矣何以言之以其不堅守
神故也譬猶萬物之生非欲求死但自然若
枯槁腐死其人亦如此矣吾以喻汝努力求
師吾教八十一弟皆仙其十人布在民間遊
遊穀仙吾越度秦項不出為漢出合於黃世

見吾大吉

雲笈七籤卷之十九

正一天師清微弟子 洪百堅 製作

道教學術資訊網站

雲笈七籤卷之二十

優十

三洞經教部

經

太上飛行九神玉經一名金簡內文

太上大道君告北極真公曰吾昔遊於北天
策駕廣策足踐華蓋手辨九元逸景雲言遊
戲北玄道造朔陰之館賞于洞亮之門眇璇
璣以召運促劫會以儻輪歎萬物之凋哀俯
天地而長存乃覺九星之奇妙悟斗魁之至
靈也夫九星者寔九天之靈根日月之明照
萬品之淵宗也故天有九氣則以九星為其
靈紉地有九州則以九星為其神主人有九
孔則以九星為其命府陰陽九宮則以九星
為其門戶五嶽四海則以九星為其淵府五
九參列網維無窮制御天宿迴轉三辰調理
四五致天地得存萬品之所宗神仙之所憑
夫天無九星則無以為高清地無九星則無
以為至靈人無九星則九孔不明上帝兼之
以通真神仙憑之以得成五行乘之以致度