

午前子後之間中央朝發太一華蓋之鄉陽氣以下在絳宮

下部經第三

伏於志門候天道

志門玄門也候天道守玄白

近在子身還自守

大道不遠近在身中子自有之無求他

清靜無為神留止

道為賢者施不為愚者作精心定志神明權也

精神上下開分理

精神上下恍惚無常求玄中之玄

道藏輯要

雲笈七籤

卷

參集二
川八三

精候天道長生章

上知天上俯察地理留年任命白髮如墨則長生章

七竅已通不知老

耳聽五音目觀玄黃鼻受清氣口啖五味不知老也

還坐天門候陰陽

天門太陽一之門也陰陽雌雄微妙難覩故坐伺候之

下于喉嚨神明通

喉嚨咽也啖食和氣則神明乃下降

過華蓋下清且涼

華蓋之下五色青葱清靈之淵清且涼

入清靈淵見吾形

清靈之淵微妙玄通閉目內視則見江海何候吾形有頃相望如照明鏡深井對相視樂無極也

期成還年可長生

年到四五十則不住還得其理者日益長久不能明者徒自苦耳

還過華下動腎精

華蓋之下多陰涼萬神合會更相迎引動腎氣上布紫宮

立於明堂望丹田

明堂丹田相去不遠相望見

道藏輯要

雲笈七籤

卷

參集三

將使諸神開命門

一名大神萬物之先保使羣神救護萬民出入命門

通利天道存靈根

九九八十一首分爲二部從頭至足元氣通流周而一身靈根堅固守之勿休也

陰陽列布若流星

三氣昇降閉塞三關百脉九孔氣候鑠鑠光晃晃列布皮膚若若星

肝氣周還終無端

肝爲青龍出從吾左肺爲白虎住在右神道恍惚無有端緒

肺之爲氣三焦起

肺有三葉三焦起一名華蓋紫紅色

上坐天門候故道

天道雄門故道本根存本守根乃得長生

津液醴泉通六府隨鼻上下開兩耳

閉氣縮鼻長久微息呼吸元氣一上一下縮鼻不止開其耳

窺視天地存童子

上窺天門則視三光俛視地理見小童子

調和精華治髮齒

精液華池常以雞鳴啄齒三十六下漱咽之常以管籥開閉

道藏輯要

雲笈七籤
卷三

卷三
參集三
子

九孔皆上頭中治髮齒

顏色光澤不復白

門戶開張精神布合顏色光潤鬚髮滋榮不復白

下于喉嚨何落落

存候天道要不煩落落如石中心獨喜

諸神皆會相求索

大道遊戲眾神合會交游徘徊太素中

下入絳宮紫華色

下入絳宮丹城樓金紫幃帳徘徊四隅

隱藏華蓋觀通廬

暮隱華蓋書游明堂觀望神廬金匱鄉也

專守心神轉相呼

心為國主太一宮專心一意向太陽執志清潔眾神喜樂相呼來

觀我神明辟諸邪

一居中央諸神宿衛當此之時仰觀神光元陽子丹辟萬邪脾神還歸依大家

脾神朝進明堂暮歸其宮故依大家太倉也

致於胃管通虛無

胃管太倉口也虛無之宮在太初

道藏輯要

雲笈七籤

三

卒

參集三

藏養靈根不復枯

藏養靈根使漸潤調和滿口而咽之內不枯燥

閉塞命門如玉都

關門閉牖以知天道耳玉堂之陽一神之都市知萬物之價數也

壽傳萬歲年有餘

俗人有餘財聖人有餘年壽命無期

脾中之神主中宮

中宮戊巳主於土府萬物蛟行土地之子脾為明堂神治中宮也

朝會五藏列三光

五藏六府神明之主日月朝會長幼有序仰觀三光日月斗
上合天門合明堂

天門開閉出為雄雌三光所生俠在明堂上圓下方中無不
有

通利六府調五行

安神養已六府通暢邪氣卻走正氣內守五行之精金木水
火土為榮

金木水火土為王

五行相生土為其主萬物儔類皆歸於土

道藏輯要

雲笈七籤

卷

參集三

通利血脈汗為漿

含氣養精血脈豐盈骨濡筋強潤滋皮膚汗出若漿

修護七竅去不祥

同穴異竅各隔東西常常修護神明所依辟卻不祥萬物自

化

二神相得化玉英

日月之神陰陽之反暮宿明堂化生黃英下流口淡如無味

用之不可既也

上稟天氣命益長

坐常仰頭鼻受上清氣跨座隨陽四肢安甯敬重天禁命益

長

日月列布張陰陽

日月照察萬物瞻仰陰陽設張四時調和凡此四行亦在已
軀也

五藏之主腎最精

腎之為氣清且香右為王母左為王公左青龍右白虎與天
通

伏於太陰成吾形

太陰小童玄武裏赤神之子伏不起轉陽之陰成吾形常存
太素老小丁

道藏輯要

雲笈七籤

卷

參集二
川州三

出入二竅合黃庭

出入二竅兩手間黃庭中人主神仙欲得吾處入闕山

呼吸虛無見吾形

虛無恍惚難悉言呼吸元氣環無端欲覩吾形若臨淵也

強我筋骨血脉盛

精氣不泄骨髓充滿常自壯強血脉平盛行若奔馬終身不
倦

恍惚不見過青靈

恍惚中有物青靈中有形恍惚象大道有一莫見其景也
坐於廬下見小童

神廬之下金匱野顧見真人小童子何從相求華蓋下

內息思存神明光

閉目內視存在神明見吾光俛仰瞻之青赤白黃

出於天門入無間

出於天門見四鄰入於無間覩太玄太玄中有眾妙之門

恬惓無欲養華莖

閒居靜處深固靈珠素捐世俗摧剛就深含養五莖色如桃

華

服食玄氣可遂生

外爲太玄內爲太淵若如流俗合四海源審能服食可得遂

道藏輯要

靈寶七籤

三

卷

參集三
川七一

生

遷過七門飲大淵

大淵玉漿甘如飴近在吾身子不知何處取之蓬萊溪

道我懸膺過青靈

太清之淵隨時涼青靈之臺四遠望懸膺宛降太倉

坐於膺間見小童

金匱玉神小廬間坐仙道見小童子候吾規申道畢矣

問於仙道與奇方

仙道謂虛無自然也不行而至舉足萬里坐在立無奇方不
死之藥也

服食芝草紫華英

絕五穀棄館糧使六丁玉女自來侍人爲取芝草金紫華英
得乃食之

頭戴白素足丹田

真人致住常欲令人得神仙晝日頭黑至頭白如素也足履
丹田中也

沐浴華池生靈根

沐浴華池鍊身丹田之中主潤靈根華池玉池

三府相得開命門

老子太和各爲一府共侍道君常開闔命門陽明無端也

道藏輯要

聖後七籤
三

齒

參集三
1188

五味皆至善氣還

六合之中自生五味演而食之正氣並來

被髮行之可長存

大道萬畢被髮僵卧鍊身五嶽則得長生

大道蕩蕩心勿煩

大道蕩蕩昭然曠然要道不煩煩道不要求於無形

吾言畢矣慎勿傳

吾者中央老君也解說天道從頭至足皆可生也勿傳非人
令道不明慎之慎之

太上黃庭外景經