

蟲不除或行非教之事不復成矣故太微之章曰除嗜慾去貪嗔安五藏神足矣

### 食氣之微章第二

#### 食氣之微總五事

夫言之微者皆事理莫達謂之玄妙言五事者但學絕粒卽魂魄變改三尸動搖

#### 大關之要莫能知

夫人內行未成不知諸魔相違謂言道法無効蓋不達真正理也若是先具內行人只服津液自得不飢況於服氣乎元氣初服力尙微

#### 道藏輯要

雲笈七籤

夏

參集三

夫服氣爲有滓滯至一七二七已來滓穢退出漸覺體內虛弱百節無力但勿爲懼緣元氣未達腹胃中所以覺虛弱但咽氣使漸通流曰勝一日但當堅志守一候下丹田滿頓無飢渴假令未達皮膚容色黃瘦亦勿以爲畏後當悅懌矣如不專志兼食行卽用氣無效也亦愛數敗此亦爲不具內行人卽如此有愛緣牽心彼自使敗

#### 要子將心運守之

太元經曰凡休糧諸門甚多學道至近須九年以下無成者唯有服氣堅守百日禁諸湯水子心不動三尸自除永無敗矣只爲學者淨心未定居二疑之端使心神動搖三尸齊起

百思既至心跡難歸雖服氣易爲退敗裏誠必不靈矣  
穀氣未除子何別氣則難停而易洩

夫體服氣欲速達五藏除湯藥外諸物禁斷四十九日穀氣  
自絕若少食諸味卽難遣穀氣若要用氣使內藏分明當服  
此元氣經五十日百物不食閉目內想脾藏中氣從心起散  
至四肢仰卧咒曰中央戊己內藏元氣黃色力堅運之可治  
丹陽莫辭朱陰共議得達四肢黃雲大起每至五更雞初鳴  
時常候莫令參差如此二十七日内見脾藏中氣鬱鬱如黃  
雲透過四肢後當使此氣滅燭吹火百步外便使之如大風  
起可以興黃雲閉彼形人無見者若不依五更初及不能堅

道藏輯要

雲笈七籤

真

參集三

守或則少一日卽無効矣此中黃閉氣法

或卽體弱而心虛或卽藏虛而力劣

用氣未達四肢當有虛弱之患但志之勿爲懼矣大洞經云  
守之如初成道有餘

一者上蟲居腦宮

洞神玄訣上蟲居上丹田腦心也其色白而青名彭居使人  
好嗜慾癡滯學道之人宜禁制之假令不絕五穀常行此心  
一年之外上尸自終人不知行空絕五穀若不絕貪慾焉得  
蟲終滅也

萬端齊起搖子心常思飲膳味無窮想起心生若病容



學道者不得內行扶身卻爲三蟲所惑亂也

二者中蟲住明堂

洞神之訣曰中蟲名彭質其色白而黃居中丹田使人貪財好喜怒濁亂真氣使三魂不居七魄流閉洞之經曰無喜無怒中尸大懼不貪不慾和氣常足坐見元陽萬神來集

遣子魂夢神飛揚或香或美無定方或進或退難守常精神恍惚似猖狂令子坐敗食穀糧子若知之道自昌

怡然不易其道自成也

三者下尸居腹胃

下尸其色白而黑居下丹田名彭矯使人愛衣服耽酒好色

道藏輯要

雲笈七籤

三

專

參集三  
川X二

但學道之人心識內安三尸自死永無敗矣

令子淡泊常無味

若常守淡泊三尸既亡永無思慮矣

靜則心孤多感思撓則心煩怒多起

服氣未通被三尸蟲撓亂或則多怒或則多悲思或則多嗜滋味

使人邪亂失情理子能守之三蟲棄

太上昇玄經曰食氣堅心一月內一蟲當死二蟲無託人但能服氣志守三十日上蟲死六十日中蟲死九十日下蟲死百日心不移卽體康神清永不敗若或食或斷令人志退

則無効也

得見五牙九真氣

五牙爲五行氣生子五藏中九真者爲九天之道也此五藏成還應九天所以五藏之氣名九天也元氣成當自別得五行之氣驅使無所不通也

五牙咸惡章第二

五牙咸惡辛酸味

若五味不絕五藏靈氣不生終不斷思欲之想但令水穀除何慮不生五氣五氣既生卽五情自暢五藏既滿元氣自凝元氣既凝五神自見五神既見賤惡人間何世累之所能牽也

道藏輯要

雲笈七籤

三

頁

卷集二

爲有三蟲鎮隨子尸鬼坐待汝身死何得安然不驚畏

三尸之鬼常欲人早終在於人身中求人罪狀每至庚申日白於司命若不驚不懼不早修鍊形神制絕五穀使年敗氣衰形神枯悴縱使志若松筠亦復無成矣一朝命絕悔恨何及

勸子將心捨煩事

服氣人大要者靜持心神止捨煩務使三蟲動而無効神氣行而有徵自得五神獲安妙理潛達

超然自得煙霞志