

仙籍旨訣

道生旨

谷神子裴劍述

鍾陵郡之西山有洪崖壇焉壇側有棲真子楊君知余有道詣予請述道生之宗旨余曰子不聽西昇經云人徒知天地萬物而不知生之所由又曰吾與天地分一氣而治自守根本非效眾人足知修道之士若不知生之所由道之根本則茫茫罔測道之來矣欲求長生先修所生之本子能曉耶楊生曰未悟予告曰欲曉則速具誓戒楊君再拜具詞曰某才器瑣微行能幽晦將輦血爲滋味以豔容爲歡娛罪根既深神彩益濁豈三魂之雷謐被五賊之戰爭以恍惚而暢懷極其喜樂俄悼亡而

道藏輯要

雲笈七籤
十一

去

井集四
X上

感物過甚悲傷振蕩命門壞墮元氣虛羸漸逼豈異尸居枯槁欲來何難骨立鹽梅銷鑠寒暑煎熬既非金石之身須示風霜之鬢大患擬作微軀豈安實爲聾瞽之徒豈覺幽玄之理步步就死兀兀不知人閒或有道高河上術入壺中霓服羽衣一遊而縮其地脈珠幢玉節一舉而登其天門變瓦礫於金丹改容儀於玉液造化由己修行在心魚縱涸而重波骨雖枯而再肉伏以小子螻蟻之命纖芥之軀昏濁無知敗亡有日忽神鑿其竅天啟其心善達玄關志求道要慕真仙而汲汲如飢渴中腸陋浮世之悠悠若烟埃滿眼欲冀希夷之質長含橐籥之間擺去塵機冥搜真朴推無形於恍惚見有物而萌芽至此時則萬

象空搖寸誠不撓敢匍匐懇請誓戒深詞存歸太上之清壇靖
想虛皇之寶座仙童握節侍女焚香既得事之證明豈將心而
猶豫凝悞氷泮端倪竇流荷重德而便頂邱山感深恩而已銘
肝膈若非人妄泄得士不傳則觸景罪殃動足受禍指陳白日
契約丹誠無任驚魂泣血之至予卽告之曰子卽誠懇如是予
當語子生生所由人之根本者男精女血既凝有道自然而生
爲水一點今膀胱之水是其餘也水中有氣鬱鬱然未有所著
欻然感天地純陽真精之華入於氣而相依憑氣遂養之是謂
之神神之甚微雖得水氣養之澆漑懼氣強而見迫若水之澆
漑物之甲折又不可以浸之浸之則其甲卽死矣仍於水中純

道藏輯要

雲笈七籤
十一

七

井集四
X028

陽真精之華生爲二腎也二者以應陰陽之數逐隔水擎捧其
神與氣乃得悉與腎神之靈是謂氣爲母神爲子道幹旣育萬
物成體子母旣長不可同處須放其子之造化成其窟宅然母
亦安矣神又須物引而離其母乃借水之兩點氣如腎之數神
以陽光守而凝之然又慮水之盛兼五行不足無以成物而假
土來尅其水慮土尅其水盡又假木來尅其土慮木尅其土盡
又假金來尅其木慮金尅其木盡又假火來尅其金火若尅其
金盡卽內以水救之是謂轉相生轉相制成物是謂人之眼眼
者與天地合體五行足矣所以眼當中黑水也次黃土也次青
木也次白金也次赤火也其色明也五色旣成陽神乃寄光於

其上是謂神光焉眼之位屬肝者緣光明如日日出東方肝在東方而屬木故肝藏得而管之黃庭經云肝神龍煙字含明注云日出東方故曰含明神者純陽也勢長飛動如天之日月而轉動也其眼漸上昇須照燭其外爲神之樞機而神則合居其內而主其中神專盼其眼漸漸不覺已離其母若眼者只要引神而離其母後居外與神相應不可附其眼則依前不成造化矣其氣母雖離其子終須養其子成長安穩若中途而廢則彼此不能安矣卽須假木來生火是爲心焉使心而盛其神心之內空方寸乃受神而居其神曰靈也故謂心爲靈臺神是陽也心爲火焉故神得而居其內蓋水流溼火就燥之義道書曰心

道藏輯要

雲笈七籤
十一

六

井集四
X O X O

爲神之都是也所以心靈於諸藏者緣神之故非心獨能靈焉若無神之在內則與諸藏何異但緣心屬陽之故勢多飛動因茲便乃不得停爾目但確然而定其神則心亦不動矣蓋須修道習熟不然者大難不搖動其心耳其次肝肺脾六府五體九竅毛髮之類皆神得而造化焉蓋取眼之規則耳卽眼爲五藏之苗也如此三九二百七十日則應陽之數極人之體備具矣然神自離其母後更不復到本來凝結之處蓋人漸被五味沈之而不清冷神雖同用炁雖同行終不解卻相養卻相成但相反爾今以子母相離本者蓋緣未有窟宅諸體尙闕所以事須相離而各造化及其彼此安穩更不相弔省豈有子母得爲順

序哉今言心爲氣馬但意到則氣到今人或偶使氣到諸處則不解到根本從來相合處耳修道之士不可不留意焉脾去腎近者若眼中黑與赤遠矣足可明之其神雖都於心亦寄位於精中養其體潤其性保其骨髓使其堅強人之壽考神亦得久安於人體中矣凡人臨危險而毛髮寒豎者是神恐傷其窟宅爾若人之暴橫而死者元氣猶強而未弱還元返本不得或爲匿鬼而憑陵於人蓋元神不病器用不銷耗使其然也則春秋云匹夫匹婦強死魂魄憑依於人是焉於強死中其神或漸耗未盡卻被烝盛將去爲人則分明記得前生事也則鮑靚記并羊祜識環之類大約記得前生事者也童子暴橫而死精氣未

道藏輯要

雲笈七籤
十一

九
并集四

散使其然爾所言精者積津氣而成若動搖而出則神不安爲滑而決泄減耗神之用也精之既竭神亦耗盡微微然漸與初來相類然心氣既壯水氣又盛人體堅強五味薄饒則氣與神不相當既而無戀求住不得歛然而去歸空卻成舊時真精之英華附之於天所言泄性不滅是也則禮記云骨肉化爲土魂氣歸於天元神如主千神如臣元神既去千神無主國之空耳所以謂心爲帝王水氣既無陽氣管攝亦便散也二物既去則人體傾去謂死卽無所知也舉世人皆爲好道修道不知道是何物而修耶凡人好酒必知是麴米所作凡人好色必知是西施洛浦凡人好財必知是金玉寶貨耳且押韻從東字起首至

於法字數萬皆著切脚人盡能辨認之惟至道一字則懵然不
會或云虛無自然修心行善竟不能知其旨也既不知之則向
何門而修哉殊不知道水也在人身曰氣也所以云道生一蓋
水藏也一陰一陽謂之道蓋水火也一陽既去一陰亦散是不
成道也人須死矣夫天地生於道蓋浮世界爾是謂道去則人
死水乾則魚終所以陰氣爲母者是內陰之根本非外陰邪之
氣也所說陽神者是純陽之精英是元神也非五藏諸體之神
也元神能生其三魂七魄及諸體之神爾黃庭經云腎神玄冥
字育嬰注曰腎精爲子故曰育嬰二腎之中男爲精門女爲子
宮精門既開腎氣亦泄不獨內陽而散內陰亦竭所以腎爲陰
之都心爲陽之都凡生化先從陰而入陽是萬物從溼而生也
蓋精亦從腎中而出其子亦從腎中而成是不離腎藏耳大約
心之元神俱借其體而共治之三魂亦助成爾但專爲害者乃
七魄三尸向外陰邪之氣而賊身往往神氣多不敵則人死矣
人死則三尸七魄暢焉夫元神君也尸魄之類亦臣耳若狡蠹
之臣亂其國而迫其君也若修養其氣壯其神則七魄三尸終
不能勝壽自長生耳夫不疾暴死者蓋脈偶然蹶澁不到一藏
其藏既弱遂爲五行遞相尅至於火盡陽脈絕則神去人自死
矣蓋脈蹶澁不行而阻之亦中有傷敗使其然也昔扁鵲治虢
太子病云所謂尸蹶也以陽脈下墜陰脈上爭會閉氣而不達

道藏輯要

雲笈七籤
十一

辛

井集四
メの又ヨ

上有絕陽之脈下有破陰之經絕陽之氣色氣管於脈故形濁如死狀夫陽入支蘭藏蹶者生陰入支蘭藏蹶者死此數事者皆五藏之中時時暴作者也良工取之拙者疑殆信有之矣於戲曰營萬象心虛異端神被牽驅身無管攝則室家無主國邑傾頽固其宜矣主人不修舍宇而外經營則舍宇日有危壞矣夫人若知神之所主子母運行則修身了達之門可見矣若無所主但任呼吸喉中主通理藏腑消化穀氣而已終不能還陰返陽填補血腦又眾人之呼吸與真人之呼吸殊矣南華真經云眾人之息以喉真人之息以踵注云從根本中來又云其息深深此其義也豈容易哉若但信其自呼吸未有得道哉夫一

道藏輯要

雲笈七籤
十一

三
井集四
Xの文上

呼一吸不得神宰則不全其呼吸耳真人曰若神能御氣則鼻不失息斯言至矣又能咽其津以意送之至氣海中則直灌其靈根矣吁今之人不會神與體彼此是非耶人能算盡萬物而不能算其神與體何感而相成但記三歲之後事而三歲已前昧無所知也若到算歸其盡處卽自見神與體元氣配合之根由則了然無二物知神與真氣同體假名則一存一想歸其真矣此所謂深根固蒂夫復氣者復於本生之處如周易復卦云一陽生五陰之下若還丹之義非伏與服也其義明矣天爲受氣之始氣是有形之根氣不得形無因而立形不得氣無因而成二物相資乃能混合聖人知外用之無益所以還元返本

握固胎息洞明於內調理於中取合元和之大朴不死之福庭夫神和則可以照徹於五藏氣和則可以使用於四肢道經云三月內視注一心守一神則神光化生纏綿五藏凡人勞神役役無一息駐於形中而希長生不亦遠乎若能胎息道成精氣有主則使男子莖中無壅精婦人臍下不結嬰萬化之用莫先乎氣至人之用莫妙乎神虛無之中有物謂之神窈冥之中有精謂之氣吁其神與氣來既恍惚去無朕兆其來也則難其去也甚易是以聖人悲痛而惜之於戲世人何容易而驅其氣也不知形者不可與言氣不知炁者不可與言神知神者則資道矣易曰精氣爲物游魂爲變變易不節人不長生所以王母有

道藏輯要

雲笈七籤
十一

三

井集四
XOXL

金璫玉佩之道軒轅行內視返本之術不可不信之吁萬物有終而天地長久人民有死真人長生乃俱陰陽交感之氣矣人能守其陰陽陰陽亦能守人矣天地不死而人自死化腐於其間哉夫崩牆毀堞土能填之老木衰果以枝接之破車漏船木能補之折鼎穿釜鐵能固之人遇衰老返神活之皆上仙成敗之言不可不知也夫陽丹可以上昇陰丹可以輕舉陽丹卽大還之丹陰丹卽是內修返本之理黃帝問道於廣成子廣成子曰無勞爾形無搖爾精少思寡欲可得長生夫道之最要以精爲根以氣爲蒂經云耽養靈柯不復枯夫含真之道禦養之術訣之在口不傳之於牋翰也但能寂然不動感而遂通泯滅萬

慮久久習熟用晦而明必得道矣

養生辨疑訣

棲真子施肩吾述

一炁無方與時消息萬物生死共氣盛衰處自然之間而皆不知所以然而然其所稟習在覆載之下有形者先須知其本知其本則末無不通修道者先須正其源正其源則流無不應若棄其本而外求背其源而邪究雖躡盡百家學窮諸子徒廣虛論之功終無攝養之效得者觀之實為自悟耳今歷觀世間好道之流不可勝數雖知恬淡以自守全不知恬淡之中有妙用矣雖知虛無以為理全不知虛無之中而無不為矣若不知虛無恬淡妙用之理徒委志於寂默之間妄作於形神之外是謂

道藏輯要

雲笈七籤
十一

三

井集四

無益之用非攝生之鴻漸也且神由形住形以神留神苟外遷形亦難保抑又服餌草木金石以固其形而不知草木金石之性不究四時順逆之儀久而服之反傷和氣遠不出中年之內疾害俱生使夫輕薄之流皆謂繫風捕影不可得也翻以學者為不肖以真隱為詭道不亦傷哉或人以此事而譏予曰吾聞學道可致長生吾自童年至於暮齒見學道之人已千數矣服氣絕粒者驅役考召者清淨無欲者修仙鍊行者如斯之流未有聞其不死者也身歿幽壤之下徒以尸解為名推此而論之蓋得者猶靈骨耳非可學而得之余聞斯言不覺心愍然於內神恍惚於外沈吟之間乃太息而應之曰觀子向來所說實亦