

一者眞記諦。冥諳憶。二者仙忌詳。存無忘。三者探飛根。吞日精。四者服開明靈符。五者服月華。六者服陰生符。七者拘三魂。八者制七魄。九者佩皇象符。十者服華丹。十一者服黃水。十二者服廻水。十三者食鑲剛。十四者食鳳腦。十五者食松梨。十六者食李棗。十七者服水湯。十八者鎮白銀紫金。十九者服雲腴。二十者作白銀紫金。二十一者作鎮。二十二者食竹筍。二十三者食鴻脯。二十四者佩五神符。

一者眞記を諦にし、冥に諳憶せよ。二者仙忌に詳しくし、存して忘る無かれ。三者飛根を探り、日精を吞め。四者開明靈符を服せ。五者月華を服せ。六者陰生符を服せ。七者三魂を拘せよ。八者七魄を制せよ。九者皇象符を佩せよ。十者華丹を服せ。十一者黃水を服せ。十二者廻水を服せ。十三者鑲剛を食らえ。十四者鳳腦を食らえ。十五者松梨を食らえ。十六者李棗を食らえ。十七者水湯を食らえ。十八者白銀紫金を鎮せよ。十九者雲腴を服せ。二十者白銀紫金を作れ。二十二者鎮を作れ。二十三者竹筍を食らえ。二十三者鴻脯を食らえ。二十四者五神符を佩せよ。

第一には眞記をしっかりと理解し、こっそり記憶しなさい。第二には仙忌を詳しく理解し、心中に留めて忘れぬよう。第三には飛根を採取し、日精を吞みなさい。第四には開明靈符を服用しなさい。第五には月華を服用しなさい。第六には陰生符を服用しなさい。第七には三魂を拘束しなさい。第八には七魄を制伏しなさい。第九には皇象符を身に帯びなさい。第十には華丹を服用しなさい。十一には黃水を服用しなさい。十二には廻水を服用しなさい。十三には鑲剛を食べなさい。十四には鳳凰芝を食べなさい。十五には松梨を食べなさい。十六には李棗を食べなさい。十七には水湯を飲みなさい。十八には白銀紫金を鎮信としなさい。十九には雲のあぶらを服用しなさい。二十には白銀紫金を作りなさい。二十一には鎮信としなさい。二十二にはたけのこを食べなさい。二十三には鴻鳥の干し肉を食べなさい。二十四には五神符を身に帯びなさい。

●眞記 『無上秘要』卷八四「得太清道人名品」此二人。受青童君仙忌眞記得道。『雲笈七籤』卷一〇五『清靈真人裴君傳』仙忌眞記曰。子欲昇天慎秋天。罪無大小皆上聞。以罪求仙仙甚難。是故學道爲心寒。卷一〇六『紫陽真人周君內傳』乃退南行朱火。登丹陵山。遇龔仲陽。受仙忌眞記。

●諳憶 『太平經鈔』卷一 從唐以後。今略陳之。宜諦憶識。急營防避。『海空智感經』卷十「普記品」若復有人。好樂受持。封在心中。諳憶銘心。晝夜思惟。讀誦講說。利益衆生。

受記成道。當知此經普施孤獨。

●仙忌 『登真隱訣』卷中 消尸。用四時王日。仙忌用十一月十一日。九真又用三月三日。五月五日。皆應沐也。……按仙忌。忌北向理髮。今十一月既建。子宜當猶向亥。此正北不可犯也。『周氏冥通記』卷四、三月三日。見保命告勿食草之正心及餘事云云。(紫文仙忌云爾。止謂此一日耳。)

●飛根 『無上秘要』卷八八「昇日門品」龍景九鍊之符。招玄暉於紫景。致陽精於飛根。納黃氣於水母。降真人於紫軒。卷九四「昇太空品」上清金闕靈書紫文。採服日華飛根。以散解死結。保凝泥丸。混生雌雄。固魂養神。身得玉皇。氣同三光。『雲笈七籤』卷九「釋洞真黃氣陽精三道順行經」服御靈暉。口啜皇華。仰餐飛根。存七曜於紫庭。行三道於金門。卷十一「上清黃庭內景經」上清紫文靈書有採飛根之法。常以日初出。東向。叩齒九通。畢。……於是日光流霞。俱入口中。

●日精 『真誥』卷九「協昌期」東海青童君常以丁卯日。登方諸東華臺四望。子以此日常可向日再拜。日出行之。可因此以服日精。卷十四「稽神樞」海中有狼五山。中有學道者虞翁生。會稽人也。昔受仙人介君食日精法。以吳時來隱此山。『雲笈七籤』卷十一「上清黃庭內景經」微呪曰。玉清高上。九天九靈。化液在玄。下入胃清。金和玉映。心開神明。服食日精。金華充盈。

●開明靈符 『皇天上清金闕帝君靈書紫文上經』太微飲日氣開明靈符。

●月華 『真誥』卷五「甄命授」君曰。仙道有黃水月華。服之化而為月。卷九「協昌期」恒存日在心月在泥丸中。夜服月華。如服日法。存月十芒白色。從腦中下入喉。『無上秘要』卷八八「長生品」服日氣以平旦。採月華以夜半。存之去面前九寸。令光景照泥丸。同「昇月庭品」咽氣五十過止。此服月華之道。元始妙法。行之一年。面生玉澤。

●陰生符 『真誥』卷十二「稽神樞」鮑亦通神。而敦尚房中之事。故云撓滯。後用陰君太玄陰生符。為太清尸解之法。當是主者之最高品矣。『無上秘要』卷二六「靈寶符効品」三天太玄陰生符。墨書黃繒方五寸。清齋百日。入室思月精。含而吞之。與月同壽。『雲笈七籤』卷一〇六「鮑靚真人傳」仙法考得仙者尸解為妙。……皆以神丹染筆。書太上太玄陰生符於刀刃左右。須臾便滅所書者。而目死於牀上矣。

●三魂七魄 『真誥』卷四「運象篇」夫得道之士。暫遊於太陰者。太乙守尸。三魂營骨。七魄衛肉。胎靈錄氣。卷十「協昌期」諸是巾褐履屐之具。皆使鮮盛。三魂七魄。或栖其中。亦為五神之炁忌滂沾故也。『雲笈七籤』卷十七「太上老君內觀經」司命處心。納心源也。無英居左。制三魂也。白元居右。拘七魄也。卷二十「太上飛行九神玉經」外拘七魄。內制三魂。魄鍊俗累。魂寶胎神。魂魄守身。與之俱仙。

●皇象符 『真誥』卷五「甄命授」君曰。仙道有天皇象符。以合元炁。亦在紫文中。

●華丹 『真誥』卷五「甄命授」君曰。仙道有琅玕華丹。服之。化為飛龍。右此十七條在『靈書紫文』中。『無上秘要』卷九二「昇上清品上」以東流水服琅玕華丹一兩。即頭主七色之氣。面有金華玉映。

●黃水 『真誥』卷五「甄命授」黃子陽者。魏人也。少知長生之妙。學道在博落山中九十餘

年。但食桃皮。飲石中黃水。卷十八「握真輔」崑崙山下有黃水。名曰日月水。飲者得仙。
『雲笈七籤』卷二三「服日月氣法」微祝曰。日月上精。黃水月華。太一來飲。神光高羅。使我長生。天地同柯。

●廻水 『無上秘要』卷七四「啟志願品」五願玄母與我俱飲於匏河之間。而流津萬崖。既清且甘。廻水玉精。靈潤碧藍。上注絕霄。流源神堂。

●環剛 『真誥』卷五「甄命授」君曰。仙道有環剛樹子。服之。化而爲雲。『無上秘要』卷九七「玉清品下」徐乃引中央黃老君。太極四真人。設流霞之醴。環剛之果。赤樹白子。隱芝離結。衆香芬落。

●鳳腦 『真誥』卷三「運象篇」右揖東林帝。上朝太虛皇。玉賓剖鳳腦。嗽酣飛蕊漿。雲鈞迴曲寢。千音何琅琅。卷六「甄命授」絳液迴波。龍胎隱鳴。虎沫鳳腦。雲琅玉霜。太極月醴。三環靈剛。『無上秘要』卷七八「玉清藥品」紫虬童子。九色鳳腦。太極隱芝。絳樹日道。太上虹李。

●松梨 『太微靈書紫文琅玕華丹神真上經』上生赤樹如松。高五六尺。其實如梨子。

●李棗 同右 上生絳樹似李。高六七尺。生青實如棗。

●水湯 『雲笈七籤』卷七九「五嶽真形圖法」祭畢。即於祭所室中燒章文。煙盡。取灰。以雜水湯中。令學家各取少多。噴澡面目手足。令人目明无患。辟兵却鬼。去尸安神。

●白銀紫金 『無上秘要』卷三「月品」月縱廣千九百里。月暈圓七千八百四十里。白銀瑠璃水晶映其內。炎光明照於其外。……月中人常以月一日至十六日。採白銀瑠璃。鍊於炎光之冶。故月度盈則光明鮮。『雲笈七籤』卷六九「七返靈砂論」而將紫金變化爲砂。運火燒之一周。迥然通徹洞曜。即成紫金還丹。得服之者。形神合。當輕舉。卷七二『大還丹契祕圖』紫色。得此紫金服者。爲上仙。

●雲腴 『無上秘要』卷四九「三皇齋品」依方合上元香珠。并鍊雲腴沐浴雲水。卷八七「尸解品」又雲腴之味。香甘異美。疆血補精。填生五臟。守氣凝液。長養魂魄。真上藥也。

●作鎮 『真誥』卷三「運象篇」滄房煥東霞。紫造浮絳辰。雙德秉道宗。作鎮眞伯蕃。八臺可眇目。北看乃飛元。『雲笈七籤』卷一一「神仙感遇傳」王子芝……故蒲帥瑯琊公重盈作鎮之初年。仙苗屈於紫極宮。王今待之甚厚。

●竹筍 鴻脯 『雲笈七籤』卷二三「食竹筍。鴻脯附」服日月之精華者。欲得常食竹筍者。曰華之胎也。一名大明。又欲常食鴻脯者。月胎之羽鳥也。一名月鷲。

●五神符 『真誥』卷五「甄命授」君曰。當存五神於體。五神者謂兩手兩足頭是也。頭想恒青。兩手恒赤。兩足恒白者。則去仙近矣。卷九『協昌期』祝曰。五神開心。徹聽絕音。三魂攝精。盡守丹心。使我勿妄。五臟遠尋。

備此二十四。變化無窮。超凌三界之外。遊浪六合之中。灾害不能傷。魔邪不敢難。皆自降伏。位極道宗。恩流一切。幽顯荷賴。不信不從。不知不見。自是任闇。永與道乖。塗炭凶毒。煩惱混噩。大慈悲念。不可奈何。哀哉。有志之士。早計早計。無負今言。曰。善哉善哉。今日問疑。更聞命矣。

此の二十四を備うれば、變化無窮にして、三界の外に超凌し、六合の中に遊浪し、災害も傷つくる能わず、魔邪も敢えて難せず、皆自から降伏し、位は道宗を極め、一切に恩流し、幽顕に荷頼す。信ぜず従わず、知らず見ずんば、自のずと是れ闇に任せ、永く道と乖き、塗炭凶毒、煩惱混塗、大慈悲念も、奈んともす可からず。哀しい哉。有志の士は、早く計り早く計り、今言に負く無かれ。曰く、善き哉善き哉。今日は疑を問ひ、更に命を聞けり。

この二十四の秘訣をわが物とすれば、変化きわまりなく、欲界・色界・無色界の三界のあなたに飛び出し、天地四方の中を思うままにめぐり、災害も傷つけることができず、魔物も苦しめることをせず、みな自分から降伏し、その位は道の根本をきわめ、その恩は一切のものにそそがれ、幽界も顯界も頼りとする。信じず従わず、知らず見ず、これでは當然暗愚になるばかり、永久に道と離れ、塗炭の苦しみで凶悪な害、煩惱のままグジャグジャになり、大慈悲の念もて救おうとしても、どうしようもない。悲しいことよ。志ある者は、さっさと今後の計を立てて、いまの教えにそむかぬよう。返答、よかったよかった。今日は疑問点を質問できたうえに、大切な教えを聞くことができました。

●超凌 『道教義樞』卷一「位業義」又云。若在一轉而行精進。心不懈退。即得飛天。於此而進。超凌三界。以此發心。即爲一轉。『雲笈七籤』卷四二「存大洞真經三十九眞法」微祝曰。…迴風混幽府。歸妙大洞經。拔出地戶難。超凌逸九天。卷八一「上清元始譜錄太眞玉訣」呪曰。…玉符滅跡。地無拘攣。飛度天界。超凌雲端。魔王保眞。氣合自然。七祖同昇。飛步天門。

●遊浪 『無上秘要』卷七八「地仙藥品」亦能身生光澤。還白童顏。役使千神。得爲地仙。陸行五嶽。遊浪名山。故曰不辟其必使也。

●魔邪 『無上秘要』卷六六「呪請品」及修行上法。不先關啟。則爲魔邪所干。不得上達。所修无感。神明不鑑。徒勞無益。

●道宗 『眞誥』卷二「運象篇」世珍芬馥交。道宗玄霄會。振衣尋冥疇。迴軒風塵際。『雲笈七籤』卷六「七部」一切學士。覺悟少欲。欲少近乎道宗。宗道在乎戒也。

●恩流 『眞誥』卷十五「闡幽微」邵公恩流甘棠。翻爲魁職。亦復難了。皆當各緣其根本業分故也。『無上秘要』卷五四「黃籙齋品」諸同學師友。恩流弟子。天下人民。螭飛蠢動。

●幽顯 『眞誥』卷十六「闡幽微」夫天地間事理。乃不可限以胸臆而尋之。此幽顯中都是有三部。皆相關類也。卷十七「握眞輔」世中多不愜信幽顯。所以不欲備說。

●荷頼 『赤松子章曆』卷五「大家訟章」行業成就。功德日新。吉祥咸降。祇邪散滅。公私昌熾。存亡荷頼。

●任闇

●塗炭凶毒 『無上秘要』卷五四「黃籙齋品」畢塞長源。幽執寒夜。魂魄苦痛。塗炭備嬰。

長淪萬劫。終天无解。卷七四「啓志願品」世道交喪。天人塗炭。皆由其身立行致之。太上所以痛心矣。『真誥』卷十五「闡幽微」鬼者陰物。多因藉以宣其氣。或附人畜。或依器物。或託飲食。然後得肆其凶毒耳。

●煩惱混齏 『無上秘要』卷四六「昇玄戒品」太上道君仍頌偈曰。煩惱是何物。悉從身中生。目覩榮麗色。耳洞五音聲。『雲笈七籤』卷十七『老君清淨心經』既生貪著。則生煩惱。既生煩惱。則生妄想。妄想既生。觸情迷惑。『太平經鈔』卷一 六九乃周。周則大壞。天地混齏。人物糜潰。

●大慈悲念 『海空智藏經』卷二「哀嘆品」海空之藏。有大慈悲。憐愍一切。於諸衆生。作大慈父。於諸衆生。作大慈母。能度衆生於生死河。能示一乘微妙道相。卷十「普記品」我隨心力。斷生熟肉。斷生殺念。作大慈悲。不食雜味。日中一食。不受別食。

●早計 『莊子』齊物論 且女亦大早計。見卵而求時夜。見彈而求鴉炙。

●問疑 『太平經鈔』卷一 今日問疑。更聞命矣。『海空智藏經』卷四「普說品」往詣尊所。諸問疑惑。其意云何。

●聞命 『雲笈七籤』卷九「釋太上上皇民籍定真玉籙」青童君曰。漸愧在心。謹聞命矣。請問漸愧在跡。其狀可聞乎。卷一〇三『翊聖保德真君傳』守真曰。三劍之法。已聞命矣。結壇之儀。伏俟指教。