

中国道教
典籍丛刊



云笈七签

【中】

（宋）张君房 编



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

云笈七签

(中)

(宋)张君房 编



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

说百病

老君曰：救灾解难，不如防之为易；疗疾治病，不如备之为吉。今人见背，不务防之而务救之，不务备之而务药之。故有君者不能保社稷，有身者不能全寿命。是以圣人求福于未兆，绝祸于未有。盖灾生于稍稍，病起于微微。人以小善为无益，故不肯为；以小恶为无损，故不肯改。小善不积，大德不成；小恶不止，以成大罪。故摘出其要，使知其所生焉，乃百病者也。

喜怒无常是一病。忘义取利是一病。

好色坏德是一病。专心系爱是一病。

憎欲令死是一病。纵贪蔽过是一病。

毁人自誉是一病。擅变自可是一病。

轻口喜言是一病。快意逐非是一病。

以智轻人是一病。乘权纵横是一病。

非人自是是一病。侮易孤弱是一病。

以力胜人是一病。威势自憎是一病。

语欲胜人是一病。贷不念偿是一病。

曲人自直是一病。以直伤人是一病。

恶人自喜是一病。喜怒自伐是一病。

愚人自贤是一病。以功自与是一病。

名人有非是一病。以劳自怨是一病。

以虚为实是一病。喜说人过是一病。

以富骄人是一病。以贵轻人是一病。

以贫妒富是一病。以贱讪贵是一病。

谗人求媚是一病。以德自显是一病。
败人成功是一病。以私乱公是一病。
好自掩意是一病。危人自安是一病。
阴阳嫉妒是一病。激厉旁悖是一病。
多憎少爱是一病。评论是非是一病。
推负著人是一病。文拒钩锡是一病。
持人长短是一病。假人自信是一病。
施人望报是一病。无施责人是一病。
与人追悔是一病。好自怨净是一病。
骂詈虫畜是一病。蛊道厌人是一病。
毁訾高才是一病。憎人胜己是一病。
毒药鸩饮是一病。心不平等是一病。
以贤喷噉是一病。追念旧恶是一病。
不受谏喻是一病。内疏外亲是一病。
投书败人是一病。谈愚痴人是一病。
烦苛轻躁是一病。撻捶无理是一病。
好自作正是一病。多疑少信是一病。
笑颠狂人是一病。蹲踞无礼是一病。
丑言恶语是一病。轻易老少是一病。
恶态丑对是一病。了戾自用是一病。
好喜嗜笑是一病。喜禁固人是一病。
诡譎谀谄是一病。嗜得怀诈是一病。
两舌无信是一病。乘酒歌横是一病。
骂詈风雨是一病。恶言好杀是一病。
教人堕胎是一病。干预人事是一病。
孔穴窥视是一病。借不念还是一病。
负债逃窃是一病。背向异辞是一病。
喜抵捍戾是一病。调戏必固是一病。

故迷误人是一病。探巢破卵是一病。
 刳胎剖形是一病。水火败伤是一病。
 笑盲聋暗是一病。教人嫁娶是一病。
 教人撻捶是一病。教人作恶是一病。
 含祸离爱是一病。唱祸道非是一病。
 见便欲得是一病。强夺人物是一病。

老君曰：能念除此百病，则无灾累，痛疾自愈，济度苦厄，子孙蒙佑矣。

崇百药

老君曰：古之圣人，其于善也，无小而不得；其于恶也，无微而不改。而能行之，可谓饵药焉。所谓百药者：

体弱性柔是一药。行宽心和是一药。
 动静有礼是一药。起居有度是一药。
 近德远色是一药。除去欲心是一药。
 推分引义是一药。不取非分是一药。
 虽憎犹爱是一药。好相申用是一药。
 为人愿福是一药。救祸济难是一药。
 教化愚蔽是一药。谏正邪乱是一药。
 戒敕童蒙是一药。开导迷误是一药。
 扶接老弱是一药。以力助人是一药。
 与穷恤寡是一药。矜贫救厄是一药。
 位高下士是一药。语言谦逊是一药。
 恭敬卑微是一药。不负宿债是一药。
 悯慰笃信是一药。质言端悫是一药。
 推直引曲是一药。不争是非是一药。

逢侵不鄙是一药。受辱不怨是一药。
推善隐恶是一药。推好取丑是一药。
推多取少是一药。称叹贤良是一药。
见贤自省是一药。不自彰显是一药。
推功引苦是一药。不自伐善是一药。
不掩人功是一药。劳苦不恨是一药。
怀实信厚是一药。覆蔽阴恶是一药。
富有假乞是一药。崇进胜己是一药。
安贫不怨是一药。不自尊大是一药。
好成人功是一药。不好阴私是一药。
得失自观是一药。阴德树恩是一药。
生不骂詈是一药。不评论人是一药。
好言善语是一药。灾病自咎是一药。
苦不假推是一药。施不望报是一药。
不骂畜生是一药。为人祝愿是一药。
心平意等是一药。心静意定是一药。
不念旧恶是一药。匡邪弼恶是一药。
听谏受化是一药。不干预人是一药。
忿怒自制是一药。解散思虑是一药。
尊奉老者是一药。闭门恭肃是一药。
内修孝悌是一药。蔽恶扬善是一药。
清廉守分是一药。好饮食人是一药。
助人执忠是一药。救日月蚀是一药。
远嫌避疑是一药。恬恹宽舒是一药。
尊奉圣文是一药。思神念道是一药。
宣扬圣化是一药。立功不倦是一药。
尊天敬地是一药。拜谒三光是一药。
恬恹无欲是一药。仁顺谦让是一药。

好生恶杀是一药。不多聚财是一药。

不犯禁忌是一药。廉洁忠信是一药。

不多贪财是一药。不烧山木是一药。

空车助载是一药。直谏忠信是一药。

喜人有德是一药。赴与穷乏是一药。

代老负担是一药。除情去爱是一药。

慈心怜悯是一药。好称人善是一药。

因富而施是一药。因贵为惠是一药。

老君曰：此为百药也。人有疾病，皆有过恶。阴掩不见，故应以疾病。因缘饮食、风寒、温气而起。由其人犯违于神，致魂逝魄丧，不在形中，体肌空虚，精炁不守，故风寒恶炁得中之。是以圣人虽处幽暗，不敢为非；虽居荣禄，不敢为利。度形而衣，量分而食。虽富且贵，不敢恣欲；虽贫且贱，不敢犯非。是以外无残暴，内无疾痛，可不慎之焉！

初真十戒

天真言：出家超俗，皆宿有良契，故能独拔常伦。若慎终如始，精至修练，当福延七祖，庆流一门。所谓九层之台，起于累土，千里之行，始于足下，乃至功成德就，白日升天。于是乎开度之时，宜受初真之戒。其戒有十，尔当受之。

第一戒者，不得阴贼潜谋，害物利己，当行阴德，广济群生。

第二戒者，不得杀害含生，以充滋味，当行慈惠，以及昆虫。

第三戒者，不得淫邪败真，秽慢灵气，当守贞操，使无缺犯。

第四戒者，不得败人成功，离人骨肉，当以道助物，令九族雍和。

第五戒者，不得谗毁贤良，露才扬己，当称人之美善，不自伐其功能。

第六戒者,不得饮酒过差,食肉违禁,当调和气性,专务清虚。

第七戒者,不得贪求无厌,积财不散,当行节俭,惠恤贫穷。

第八戒者,不得交游非贤,居处秽杂,当慕胜己,栖集清虚。

第九戒者,不得不忠不孝,不仁不信,当尽节君亲,推诚万物。

第十戒者,不得轻忽言笑,举动非真,当持重寡词,以道德为务。

能保此十戒,始终无亏,则天道佑之,神明辅之,欲求凶横,不可得也。若朝为夕替,泄慢正真,自贻其殃,无怨咎于高灵也。凡初入道之子,可不勸之。

清 戒

太玄部卷第八老君传授经戒仪注诀云:凡受戒及经毕后,月晦日半夜,不可不斋。斋则清戒。清戒竟夜,诵之百遍千遍,限外无数。未堪如此者,不可减九遍。他日斋静行来,出入得诵,更不必斋。时宜谘师访友,思而行之,不须高声,心口相知,在人众中,勿发于口,审能感通上圣。

《正一法文》下卷云:凡为道民,便受护身符及三戒,进受五戒、八戒,然后受箓。从前未受戒者,受箓之后,依次受之,诵习通利,恒存思行持,忆不谬忘,则不犯科。未受箓之时,无所呼召。受箓已后,动静呼神。不行戒者,呼之不至。破戒之人,吏兵远身。还上天曹,考官便逮。致诸厄疾,公私灾横,轹轳衰否,所作不成。成功立德,舍暗入明,施善攘恶,以吉除凶,要在行戒,神即佑之。戒有别文,精详修习。或有不解,或有遗忘,或有谬误,或冒禁故,或尊上逼迫,或畏死犯之,皆是招愆,悉名破戒,即应忏悔,首谢自新也。凡违戒者,背负鞠言,协道信邪,杂事佛俗,此为不专,中心怀贰,愚迷犹豫,惑障缠深。师三诲之,必能改革,守一不回,召神有效。三诲不悛,是为叛道。乖逆师尊,法应夺箓。入佛奉俗,及元所事,师慈悯

之，不追咎责。怨怼事他，弃本逐末，虽名奉道，实犯正科，诸官不得容受，积久知悔，更立功乞还，许依听升迁矣！

太玄都中宫女青律戒

凡修上清之法，不得北向及本命之上二处便溺，触忤玉晨，秽慢本真。五犯不得入仙也，十犯被考左官，死入地狱三涂之中，万劫还生不人之道。

凡上学之士，受三天正法，四明之科，佩带真文，出入三光，及宜卧息不得露头，不著巾帽，及脱衣露形，毁慢身神，耻辱真文，令真灵远逝，空尸独在。三犯不得入仙也，五犯死入地狱，万劫还生不人之道。

凡上学之士，受三天正法，四极明科，妄入殄秽，哭泣悲泪，吊问死丧。五犯伐功断事，不得入仙也。十犯死入地狱，万劫还生不人之道。

太上黄素四十四方经戒

凡道士存思上法，及修学太一事，皆禁见死尸血秽之物。当以真朱一铢，散入水中，因以洗目漱口，并洗手足，微咒曰：

三元上道，太一护形。司命公子，五神黄宁。血尸散灭，凶秽沉零。七液缠注，五脏华生。令我仙度，长亨利贞。

凡道士受学长生法，不得称死事。称死事者，则生气变动，不居常宅，故炁运入，魂神离弃。是以恶炁游尸陈其间孔矣，持病将死之渐也。

《真一条检经》云：夫立功德者，不得触禁犯忌，当与身神相和，不可更相克贼。更相克贼，则生灾起祸也。夫消灾散祸，不得用本命行年，如用本命行年，贼害汝身。

金书仙志戒

夫学仙之人，勿北向便曲，仰视三光。勿北向理发，解脱衣裳。勿北向唾骂，犯破毁王。破谓岁下辰也，王谓王炁之所在也。勿怒见日月星辰，勿以八节日行威刑，勿以月朔日怒恚，勿以三月三日食百草心，勿以四月八日杀草伐树，勿以五月五日见血物，勿以六月六日起土，勿以七月七日思存恶事，勿以八月四日市履屐附足之物，勿以九月九日起床席，勿以十月五日罚责人也，勿以十一月十一日不沐浴，勿以十二月三日不斋烧香念仙也。诸如此忌，天人大禁，三官告察，以是为重罪矣。或令人三魂七魄流竞，或胎神所憎，三官受恶之时也。是以恶梦交于丹心，妖魅乘其朱阙，精液触犯，神真烦恼，流变多禁，莫识其术。子能奉修，则为仙才，不奉天禁，则为伤败。

受法之身，不入产妇之户及不见尸者，谓异处断隔于来往，则乃朝礼无废，不拘日数之限。若家无隔异者，四十五日外，方得朝礼。

《正一法文》下卷云：协道信邪，此为不专。中心怀贰，愚迷犹豫，是为叛道。乖逆师尊，法应夺算。

《太上黄素四十四方经》云：凡修太一之事及行上法存神之道，慎不可见尸及血秽之物。见一尸则一年不得行事，又却倾一年之功。然此帝一之科，常却罚于既往，又进塞于将来。若一年三见尸者，则罚功断事各三年也。若过见二十四尸者，皆不得复行太一，以求仙也。

凡修受上法及唯一、太一之事者，炁身中三魂五神之炁，常熏于巾服之中；七魄九灵馀精，常栖于履屐之下。是以道士学长生不死，不得杂席而寝。故衣褐之服，不借非己之炁，履屐之物，常恶土秽之粪，亦不故使杂人犯触，以惊三魂。

凡道士吐纳和炁，存神服霞，修求长生之事，慎不可食五荤之

菜,及为酒色之病败也。是故古之神人云:五荤为伐藏之斧斤,酒色为丧身之棺廓。夫能断斧斤之所伤,塞棺廓之死宅者,然后可以陟长生之途径,渐神仙之蹊路乎!

凡存修太一之事,欲有所礼愿,慎不可叩头。叩头者,则倾九天,动千真,神官回覆,泥丸倒悬,天帝号于上府,太一位于中田。数如此者,则存念无益,三真弃官,七神漂散,玄宅纳凶,是为太一五神之至忌也。故古之真人,但心存叩头,运精感而行事,不因颊颡以祈灵也。

凡修行太一之事,真人之道,不得有所礼拜。礼拜亦帝君五神之所忌也。若有所精思,行礼愿之时,但心拜而已,不形屈也。

上清大洞戒

凡修唯一之法,不得哀哭。哀哭感则五神号于上府,太一位于中田,神丧精亡,灵真去身,空尸独立,复何仙冀哉!不得见尸,一年不得行事,却倾一年之功。若一年见三尸者,则三年不得行事,亦却三年之功。见二十四尸,子失道矣。前文太素亦与此大同小异矣。亦不得言称死事、恚怒、愿己之死,言满四十,不得为真人,以为弃生之罪,三年身亡灭矣。不得衣五色衣裳,敷华好服,则真灵去身,淫邪内发驰心,猖獗潜逸,赤子飞飏,长离玄宫,破形解骸,身死名灭。若衣服,勿杂色兰布之服,可以终日咏诵洞章,奚求不得,乘云驾龙,逍遥太极。

灵宝戒

《真仙内科》云:玄功之人,常布衣草履,不得荣华之服,犯者失道。祖父母、己父母同法可拜,不同法不得拜,叔伯以下,不同法亦

不得拜,犯者身亡。父母吉会,不得预坐。父母兄弟妻子同契,虽有骨血之亲,皆不得同床而坐,同盘而食。其法不同,皆为尸秽,犯者失道。夫妻不得同室而寝,若邪念在心,长失道矣。自非同盟,不得同室而寝。自非同契,不得同床而坐,同盘而食,同衣而服,犯者失道。

凡身荷仙官灵篆,不得妄拜妄哀,不得妄哭。凡于父母、国君、官长二千石刺史、三公皆设敬,不得即误礼拜。

受持八戒斋文

刘宋朝陆先生修静上启:

元始天尊,无极大道,感应灵圣,一切神明。今有善男子、善女人等,求欲受持八戒,清斋一日一夜,用以检御身心,灭诸三业罪恼者。故《洞神经》第十二云:夫斋以齐整身心为急。身心齐整,保无乱败。起发多端,大略有八:

一者,不得杀生以自活。

二者,不得淫欲以为悦。

三者,不得盗他物以自供给。

四者,不得妄语以为能。

五者,不得醉酒以恣意。

六者,不得杂卧高广大床。

七者,不得普习香油,以为华饰。

八者,不得耽著歌舞,以作倡伎。

今日善男子、善女人等人,若能不犯此之八事,则八败无从以起,则八成自然而立。立久不失,则延年保命,神通洞达。是故斋者,受持八戒,思真行道,通而无穷,显验必速,皆如所期也。今请受既毕,再拜起,奉戒而退。

卷四十一 杂法部

沐 浴

《太上素灵经》云：太上曰：兆之为道，存思《大洞真经》，每先自清斋，沐浴兰汤。

《太上灵宝无量度人上品妙经》云：道言，行道之日，皆当香汤沐浴。

《黄篆简文经》云：奉经威仪，登斋诵经，当沐浴以精进。若神气不清，则魂爽奔落。

《紫虚元君内传》云：夫建志内学，养神求仙者，常当数沐浴以致灵气，玉女降祥。不沐浴者，故气前来，三宫秽污。

《仙公请问经》云：经洿不以香水洗沐，则魂魄奔落，为他鬼所拘录。

《三元品戒》曰：常以正月十五日、七月十五日、十月十五日，平旦、中夜沐浴，东向以杓回香汤，左转三十二遍，闭目思日光在左目上，月光在右目上，五星缠络头上，五云盖体，四灵侍卫。讫，便叩齿三十二通，祝曰：

天澄气清，五色高明。日月吐晖，灌我身形。神津内澳，香汤炼形。光景洞曜，焕映上清。气不受尘，五府纳灵。罪灭三涂，祸消九冥。恶根断绝，福庆自生。今日大愿，一切告盟。身受开度，升入帝庭。毕，仰咽液三十二通止，便洗沐。毕，冠带衣服，又叩齿十二通，祝曰：

五浊以清，八景以明。今日受炼，罪灭福生。长与五帝，齐参上灵。祝毕，便出户入室，依法行道。夫每经一施，皆须沐浴，修真致灵，特宜清净，不则多病。侍经真官，计人罪过。沐浴香汤，用竹叶、桃枝、

柏叶、兰香等分内水中，煮十数沸，布囊滤之去滓，加五香，用之最精。

《太丹隐书洞真玄经》云：五香沐浴者，青木香也。青木华叶五节，五五相结，故辟恶气，检魂魄，制鬼烟，致灵迹。以其有五五之节，所以为益于人耶！此香多生沧浪之东，故东方之神人，名之为青水之香焉。又云：烧青木、薰陆、安息胶于寝室头首之际者，以开通五浊之臭，绝止魔邪之炁，直上冲天四十里。此香之烟也，破浊臭之炁，开邪秽之雾。故天人玉女，太一帝皇，随香炁而来下，憩子之面目间焉。烧香夜特亦常存而为之。

《黄气阳精三道顺行经》云：上学之士，服日月皇华金精飞根黄气之道，当以立春之日清朝，煮白芷、桃皮、青木香三种，东向沐浴。

《西王母宝神起居玉经》云：数澡浴，要至甲子当沐浴，不尔，当以几（音羁）月日旦，使人通灵。浴不患数，患人不能耳。荡练尸臭，而真气来入。

又云：《太上九变十化易新经》曰：若履殄穰及诸不净处，当洗澡浴盥解形以除之。其法用竹叶十两、桃皮削取白四两，以清水一斛二斗于釜中煮之，令一沸出，适寒温以浴形，即万殄消除也。既以除殄，又辟湿痹、疮痒之疾。且竹虚素而内白，桃即却邪而折穰，故用此二物以消形中之滓浊也。天人下游既返，未尝不用此水以自荡也。至于世间符水祝漱外舍之近术，皆莫比于此方也。若浴者益佳，但不用此水以沐耳。

《三皇经》云：凡斋戒沐浴，皆当盥汰五香汤。五香汤法，用兰香一斤，荆花一斤，零陵香一斤，青木香一斤，白檀一斤。凡五物切之，以水二斛五斗煮取一斛二斗，以自洗浴也。此汤辟恶，除不祥炁，降神灵，用之以沐，并治头风。

《太上七晨素经》云：每以月一日、十五日、二十三日，一月三取三川之水一斛（一经云，三川水取三江口水。一经云，取三井水亦佳），鸡舌、青木香、零陵香、薰陆香、沉香五种各一两，捣内水中煮之，水沸便出，盛器之中，安著床上，书通明符著中以浴，未解衣，先东向叩齿

二十四通，思头上有七星华盖，紫云覆满一室，神童散香在左，玉女执巾在右。毕，取水含仰漱左右三通，祝曰：

三光朗照，五神澄清。天无浮翳，地无飞尘。沐浴东井，受胎返形。三练九戒，内外齐精。玉女执巾，玉童散灵。体香骨芳，上造玉庭。长保元吉，天地俱并。毕，脱衣东向，先漱口三过，次洗手面，然后而浴也。浴毕，转西向阴祝曰：

浣浊除尘，洗秽返新。改易故胎，永受太真。事讫，取符沉著井中。

天帝君沐浴上法，受之元始天王。按法修行，体香骨芳，得为帝皇。传付天帝君修行，得流精紫光，覆冠帝身。天帝君传南极上元君。上元君修行，得流芳上彻，香闻三清。传付太微天帝君修行，五方自生神芝，来会帝房。传付上圣金阙君，金阙君修行，面生玉泽，体发奇光。传付上相青童君，青童君修行，香充三清，光映十方。此之妙道，非世所行，秘在南极紫房之内。有分应仙，当得此经，按文修行，三元紫房，体生玉泽，面发奇光，神聪奇朗，究彻无穷，能行其道，白日登晨。

《外国放品经》云：沐浴金门，冠带神辉，学同天人，寿极二仪。高上合欢，万仙总归，正虚结符，永无倾危。

沐浴七事获七福

《沐浴身心经》云：沐浴内净者，虚心无垢；外净者，身垢尽除。存念真一，离诸色染，证入无为，进品圣阶，诸天纪善，调汤之人，功德无量。天真皇人复白。天尊未审五种香汤，获七福，因何者为是？何所修行？有何胜业？愿更开晓。天尊答曰：五香者，一者白芷，能去三尸；二者桃皮，能辟邪气；三者柏叶，能降真仙；四者零陵，能集灵圣；五者青木香，能消秽召真。此之五香，有斯五德。七福因者，

一者上善水,二者火薪,三者香药,四者浴衣,五者澡豆,六者净巾,七者蜜汤。此七福因,能成七果:一者常生中国,为男子身;二者身相具足;三者身体光明,眼瞳彻视;四者髭发绀青,圆光映项;五者唇朱口香,四十二齿;六者两手过膝;七者心聪意慧,通了三洞经法。

沐浴吉日

正月十日,沐浴,令人齿坚。

二月八日,沐浴,令人轻健。

三月六日,沐浴,令人无厄。

四月四日,沐浴,令人无讼。

五月一日,沐浴,令人身光。

六月二十七日,沐浴,令人轻健。

七月二十五日,沐浴,令人进道。

八月二十二日,沐浴,令人无非祸。

九月二十日,沐浴,令人辟兵。

十月十八日,沐浴,令人长寿。

十一月十五日,沐浴,令人不忧畏。

十二月十三日,沐浴,得玉女侍房。

《洞玄真一五称符上经》云:黄帝曰:天老以小兆未知天炁,故受兆《灵宝五称符经》。按东井灋清洁吉日,沐浴斋净,受灵宝符。

正月十日人定时。

二月八日黄昏时。

三月六日日入时。

四月四日日昃时。

五月一日日中时,二十九日巳时。

六月二十七日食时。

七月二十五日朝食时。

八月二十二日日出时。

九月二十日鸡三鸣时。

十月十八日鸡初鸣时。

十一月十五日过夜半时。

十二月十三日夜半时。此皆当天炁月宿东井时，与神仙合会，此日兰汤沐浴已也。

《老君河图修身戒》云：

正月十日人定时沐浴，除过无极。

二月八日黄昏时沐浴，除过二千。

三月六日日入时沐浴，除过三百。

四月十三日夜半时沐浴，除过二十。

五月一日日昃时沐浴，除过二十。

六月二十七日日中时沐浴，除过六百六十。

七月七日日中时沐浴，除过七百三十。

八月二十五日人定时沐浴，除过七十。

九月二十日日出时沐浴，除过九百六十。

十月二十八日平旦时沐浴，头白返黑，寿同仙人，除过无极。

十一月四日鸡鸣时沐浴，除过二十三。

十二月三十日夜半时沐浴，除过三千。

《洞玄二十四生图经》云：天河灌东井，石景水母精。圆光拂灵曜，玄晖莹高明。元始披重夜，天人逐月生。沐浴澜池上，龙负长更瓶。金童丽香华，玉女流五星。冠带濯玉津，炼度五仙形。体香万神降，乘景登高清。

《洞真太上黄素四十四方经》云：凡存念上道，咒除三尸之时，当采取白芷草根及青木香，合以东流水，煮取其汁，以沐浴于身，辟诸血尸恶炁。可和香烧之，以致神明。若无青木香者，亦可单用白芷。

清虚真人曰：每至甲子，必当沐浴。