

太上老君大存思圖注訣

經名：太上老君大存思圖注訣。撰人不詳，約出於南北朝。原本一卷，分十八篇。現存十篇。底本出處：《正統道藏》洞神部方法類。參考：《雲笈七籤》卷四十三。

太上老君大存思圖注訣

存五藏五嶽五星五帝金映五色圓光

存三師竟，次思見五藏、五嶽、五星、五帝。

右四條備衛身中，身中變化，無所不容，至於畫圖，無由備受，象之於外，標明方位，得之言前，勿拘進致云耳# 1。

金映蓋一體，體作五色，從肺後出，項有圓光如日象。

右三條在身中，照明十方，共右七條，其形如左：

凡存思之時，皆閉目內視。人體多神，必以五藏為主，主各料其事，事各得其成，成正則一而不二，不二則隱顯無邪，無邪則眾妙可見，見妙則與聖符同，同聖則即可弘積學，自然感會。是以朝夕存思，不可懈怠。存者何也？敦也，輪也，思者何也？司也，嗣也。勿以輕躁失本學，學以重厚得宗，得宗則輪轉無滯，無滯則存而不亡。不亡由於司察善惡，善惡在乎嗜慾偏頗，偏者嗜慾# 2 愛憎徇惶，往反生死勞苦未停，未停之停，停善不著善，著善之善，歸宗未能至，至宗無者資於念，念念相續，繼念嗣存，無有入於無間，無為而無不為，號曰微妙玄通，和光挫銳，濟度無窮。是故為學之基，以存思為首，存思之功，以五藏為盛。藏者，何也？藏也，成也，潛神隱智不炫懼也。智顯欲動，動慾日耀，耀之則敗，隱之則成，光而不耀，智靜神凝，除欲中淨，如山玉內明，得斯勝理，久視長生也。第一見肺，紅白色，七葉，四長三短，接喉嚨下。

肺者何也？絀也，伐也。善惡之初，兆而未明，明善則伐惡，惡明則伐善，善廢惡興，伐人命根，根斷不斷，由於此藏。此藏魄，藏魄者何也？粕也，著也。人之炫耀莫不關慾，慾著日惡，惡如糟粕，愚俗滯之，不識情本，今願標著，存而見之，魄則肅然不得為惡，惡急宜棄，故先存之。火與金合，成敗未分# 3，其色紅白，葉數納言，取其和成德，德始於肺，終於脾，脾一又二兼齊也，兼齊者，有信也# 4。

第二見心，如芙蓉未開，又似縣赤油囊，長三寸，在肺前。

心者何也？深也，斟也。是非未辯，斟酌優量，敗則滅身，成則得道，禍福之深，由於此藏。此藏藏神，神者何也？申也，真也，智慧之王# 5，使屈能申，存而見之，神則凝然，識定入真，不可深累也。

第三見肝、蒼紫色，五葉，三長二短，長九寸，在心下。

肝者何也？幹也，還也。悟惡能改，次定無疑，行善建功，幹事不怠，審正還宗，由於此藏。此藏藏魂，魂者何也？紘也，回也，紛紘俗海，回向道門，存而見之，魂則欣然勸進立功，克隆善業也。

第四見腎，蒼鑠色# 6，如覆雙漆杯，長五寸，夾背兩膂，著脊。

腎者何也？緊也，津也。習善緊，不敢慢，津潤無窮，濟度無極，通道松俗，由於此藏。此藏藏精，精者何也？清也，靈也，動以徐清，變化無礙，神靈往還，提擔空極，存而見之，精則澄然，不散泄也。

第五見脾，黃，蒼色，長一尺二寸，中有一尺曲榆太倉，胃上。

脾者何也？攄也，移也。清凝潛潤，補益一切，安而能移，移而不匱，既成曲於此藏# 7。此藏藏志，志者何也？至也，異也，港潤密化頑鄙異人，存而見之，信驗治俗，志則湛然，至乎道也哉。

次思五嶽：

嶽者何也？疑也，覺也。農然安鎮，不可傾動，動化順道，使迷夢覺悟。學士象之，故次思也。思嶽正方在於藏者，鍊此肉姿為金剛也。

第一見東嶽泰山，正在東方？

東者何也？童也，動也。動修正道，澄源清淨，故其方氣清。物色多青，青春主仁，蠱息宜愛，存見在肝。肝無災息，保長生也。生為元首，故先存之也。

第二見南嶽霍山，正在南方。

南者何也？任也，納也。運至此時，才行堪任，廣能容納，故其方氣盛。物色多赤，赤夏主禮，大事宜明，存見在心。心無災息，保常安也耳。

第三見中嶽嵩高山，正在中央。

中者何也？工也，沖也。央者何也？常也，量也。輪轉無窮，體空詣極，其方氣和。物色多黃，中正無邪，周行不殆，觸感能應，故黃季主信，總括要密，存見在脾。脾無災患，保永立也。

第四見西嶽華山，正在西方。

西者何也？淒也，齊也。妻切貞白，內外齊潔，故其方氣烈。物色多素，素秋主義，德行宜總，存見在肺。肺無災息，保通成也。

第五見北嶽恆山，正在北方。

北者何也？伏也，福也。動極歸靜，調伏無窮，窮則能變萬福惟新，新如不新，微妙幽玄，故其方氣柔。物色多黑，黑冬主智，智周鈴濟，存見在腎。腎無災息，保常樂也。

次存五星：

星者何也？精也，生也。精由窈冥，應現成形，松諸羸滯，濟長生也，金

剛極精，與神合也。

第一見熒惑星，在南嶽上。

其色赤，其精朱。熒者何也？約也，炫也。惑者何也？□ 武也，賊也。欲動炫耀，政差錯賊害，名以為主亂，亂宜急治，先存見之。謂亂則定，定亂既著，信顯義明，明義入智，智通長存。

第二見鎮星，在中嶽上。

其色黃，其精煌。鎮者何也？信也，定也。煌煌之盛，內外安事，四方無違，信有微也。

第三見太白星，在西嶽上。

其色、白，其精素。太者何也？大之大也。白者有也？的也，約也。約然明白，能受眾彩，眾彩得之，的然顯發，用之隨宜，無能大此，故曰太台，殊諸名也哉。

第四見辰星，在北嶽上。

其色黑，其精玄。辰者何也？淳也，真也，潛也。潛適顧建，始終無虧，雜污不染，智慧靜也。

第五見歲星，在東嶽上

其色青，其精蒼。歲者何也？際也，、遂也。去故就新，窮而能通，因際又會，遂成功也。

次存五帝：

帝者何也？諦也，詣也。精真之信，有此神形，形神俱妙，妙應無窮，審至宗極，無退轉也。

第一見黃帝。

在鎮星之中，下進中嶽之上。宣理脾氣，通人志願。巖問官殿，七寶堂室，衣服羽儀，侍從嬪蓋，文武俠樂，物色多黃，果願責徵，變化須驗，故先存之，信為主也。

第二見白帝。

在太白星中，下遊西嶽之上。宣理肺氣，遣人滯著。巖問官殿，七寶堂室，衣服羽儀，侍從為蓋，文武枚樂，物色多素也。

第三見黑帝。

在辰星之中，下道北嶽。宣理腎氣，潤人精液。巖問宮殿，七寶堂室，衣服羽儀，侍從嬪蓋，文武仗樂，物色多玄也。

第四見青帝。

在歲星中，下道東嶽，宣理肝氣，獎人善事。巖問官殿，七寶官室，衣服羽儀，侍從嬪蓋，文武仗樂，物色多蒼也。

第五見赤帝。

在熒惑星中，下進南嶽，宣理心氣，定人神智。巖間官殿，七寶官室，衣服羽儀，侍從嬪蓋，文武仗樂，物色多朱也。

次存金映蓋體：

見五帝光儀，備衛身中，飛五星色相，也覆體外。熒惑在頭上，鎮在心前，長在膝間，歲在左肘，太白在右計，光色往還，混成金映。映者何也，泐也，鏡也。金者何也？堪也，欽也。身金紫色，神氣清和，泐泐深靜，朗鏡無味，堪幹堅剛，斷央邪疑，拾凡成聖也。

次存體作五色：

色者何也？測也，識也。妙氣應感，以反眾迷，迷復歡真，以測邪偽，偽色既拾，真色自形，形妙鍊羸，廳消成聖耳。

第一見白氣從肺出，第二見赤氣從心出，第三見青氣從肝出，第四見黃氣從脾出，第五見黑氣從腎出。

向見帝帝光星色，合成金映，今見五藏五氣從藏又出，以次相隨，上昇至頭，五色輪回，冠覆身體，蓊鬱氛氲，如在濃煙中也。

次存項有圓光：

身已化為紫金之色，又得五氣周旋，明嚴相好，項生圓光，匝繞上下，通洞晃炎，照明十方。消卻萬惡，內外洞徹，無鄙之疵。

光神不二，道同一矣。

存竟，禮十方，次禮真經真人曰：禮經時，心注太上老君，三拜，次念尹先生，河上真人，玄中法師，復三拜。常三萬六千仙童玉女侍經燒香，為兆求白日昇天之道者也。

坐朝存思

坐朝者，端坐而修禮也。凡有公事私礙，或在非類之間，不得束躬上堂展敬，但自安坐，不使人知，香火非嫌，乃可然之，人見致笑，亦即可闕，將護彼意，勿增他愆，初夕向曉，依時修之。白日啟請，亦宜平坐，坐則如常，勿革形色，唯令異人，不能覺知，人覺而喜，乃可化之，覺而嗤鄙，訾毀正真，誤其招殃，又壞子業。古之學道為己，今之學道為人，為人苟以悅人，不顧心非，為己者存心是不顧亦違，違亦由心，致感彌速，強欲伏眾，有邇無心，非唯徒勞，乃更獲罪。學真之士，各加思真，真貴會時，時貴善合，合而非善，此時勿會，會必兼濟，濟物及身，善善相得，捨惡昇仙。捨惡昇仙，乃謂為會，會惡致敗，名濫實殊，若出處所遭，遭時二病，一者滯心，二者執邇。執邇者，宜以心法化之，滯心者，宜以邇法引導，心邇弗偏，化執導滯，二病豁除，上聖之道就矣。

几行經山水，積日舟車，舟車之中，山水之際，步涉登陸，舍住相須，疲倦止息，皆依時存禮。隱顯隨宜，存思精審，自然忘勞，魔邪惡人，不敢撓近。當誦經行戒，以善興居，興居無善，破戒違經，雖復存禮，終不睹真。嫉鬼坏神，凶人惡物，更相衝犯，煩惱生災，外坐無寧。急存九行，行之檢身，心存口誦，解了無疑，以定三業，三業既定，眾災自消，人鬼敬伏，擁護去來，出入動靜，鈴保貞吉。九行在《想爾注》前，三業在《明威經》後，存思者急宜憶之，故標出如左：

行無為，行柔弱，行守雌，勿先動。

此上最三行。

行無名，行清淨，行諸善。

此中最三行。

行無欲，行知止足，行推讓。

此下最三行。

一者不殺，二者不盜，三者不淫。

此三事，屬身業。

一者不妄言，二者不綺語，三者不兩舌，四者不惡口。

此四事，屬口業。

一者不嫉妬，二者不瞋恚，三者不邪疑。

此三事，屬心業。

右九行三業十事，常當存念，驚恐之際，急難之時，皆速思之，危即安也。

碧冠青被黃服，取宜裝。

臥朝存思

臥之為法，勿正仰如尸，當側傍檢體，莫恣縱四肢，不可高枕，三寸許耳，香藥為枕，無用惡木，冷潔穢臭，衝犯泥丸。雖行途權假，但宜防之。臥起，呪願，善念在心，心存朝禮，時不可闕，闕礙公私，後皆懺悔也。

朝出戶，存玉女。

玉女者，是自然妙氣，應感成形，形質明淨，清皎如玉，隱而有潤，顯又無邪。學者存真，階漸昇進，進退在形，出入在道，道氣微妙，纖毫必應，應引以次從卑至尊。故白日則玉女守宮，夕夜則少女通事，濟度危難，登道果也。

碧冠綠被淺服，餘並取宜裝。

夕出戶，存少女。

夕出戶，呪曰：少女通靈。

學未昇玄，不得無業，業有優劣，皆必須因，因精果妙，乃一其神，神而未一，由學未精，精之以漸，引陰濟陽，人生陽境，動靜歸陰，陰為道幾，應感最妙，妙應之初，有茲少女，秉正治邪，和釋高戾 # 8，罰惡祐善，陰德濟陽，顯稱玉明，其可堅貞，昵而存之，成真則速矣哉。

行道時，存蕾買氣兵馬。

清旦，先思青雲之氣匝滿齋堂中，青龍獅子，備守前後。

次思青氣從師肝中出，知雲之昇 # 9，青龍獅子在青氣中，往覆弟子家合宅大小之身。仙童玉女，天仙地仙飛仙，日月星宿五帝，兵馬九億萬騎，監齋直事，三界官屬，羅列左右耳。

正中，思赤雲之氣匝滿齋堂，朱雀鳳凰，悲鳴左右。

次思赤氣從師心中出，如雲之昇，鳳凰朱雀在赤氣中，往覆弟子家合宅大小之身。仙童玉女，天仙地仙飛仙，日月星宿五帝，兵馬九億萬騎，監齋直事，三界官屬，羅列左右。

日入，思黃雲之氣匝滿齋堂，黃龍黃麟，備守四方。

次思黃氣從師脾中出，如雲之昇，黃龍黃麟在黃氣中，往覆弟子家合宅大小之身。仙童玉女，天仙地仙飛仙，日月星宿五帝，兵馬九億萬騎，監齋直事，三界官屬，羅列左右耳，三時行道，六時依如後科。

人定，思白雲之氣匝滿齋堂，白虎麒麟備守內外。

次思白氣從師肺中出，不須存麒麟，宜存白虎，若存麟，思白麟在白氣中，往覆弟子家合宅大小之身。仙童玉女，日月兵馬，悉如前法。黃錄大齋三時行道，宜用日入，常齋三時，可取人定，人定而用，日入存思。又六時更從青始，次赤，周白，此皆失法，青赤白別有，皆非五藏六府之儀也。

夜半，思玄雲之氣匝滿齋堂，靈龜騰蛇備守上下。

次思黑氣從師腎中出，如雲之昇，靈龜騰蛇在黑氣中，仙童玉女，日月兵馬，悉如前法也。

向曉，思紫雲之氣匝滿齋堂，辟邪獅子備守隱顯，其形如左。

次思紫氣從膽中出，餘如前法。

凡存雲氣，各從方來，青雲出東，赤雲出南，黃雲出中，白雲出西，黑雲出北，紫雲出上。見從其方，稍出漸盛，蓊鬱氤氳，充溢堂宇。然後思己身中藏氣，又出與雲色乎合 # 10，氣同明淨香潔，覆庇家門，宮城山水，小大畢周，神官靈獸，齊整參羅前後左右，四方內外，上下隱顯，六時轉隆神靈普遍也。

上講，坐存三色，三一魂魄。

上講時，先存三色，次存三一。行道有六時，上講常三時：食後，上哺

，人定。三時入齋堂捻香，禮三拜，巡回依座，坐竟，有眾者法師以拂擊席# 1 1，仍放板膝前，同臨目握固，存頭氣青，兩乎氣赤# 1 2，兩足氣白，三氣繞身，其形如左：

存三一魂魄。三一者，三處之神同一道也。其道本一，應感成三，三界內外，無乎不在，統化主物，號三天太上，宣教侍經，號三素左君，降人成德，號曰三一。三一在人，人有三宮：頭腦名為上元宮，其神曰夷；心內名為中元官，其神曰希；臍下名為下元官，其神曰微。皆如嬰兒，俱長一寸。靜坐正拱，無欲無為，體無應有，學仙所存。久習堅固，神通洞達，然後變化無滯，群動成依，細無不入，大無不包，或為無窮，或為無極，觀妙之初，先由寸起，其形如左：

真人曰：齋時，皆心注玄真，永無外想。想念在經師，先思三一在官室，安居分明，具三魂七魄，太一鎮泥丸中，如回風帝一法。然後與兆俱齋聽經，口授心存，則三尸亡走，邪氣滅去，內外受真，如此近仙矣。傍吐納導引和液，行上諸妙道，天真鈴降子。上士得道於室內，雖處巖穴，而外想一毫不絕，亦徒勞損力耳。學道唯心盡志，仙人當下觀試之也，子善詳察之焉。

碧冠青被淺黃服，餘取宜裝。

初登高座，先存禮三尊。

講義及讀經，先靜竟，登起向太上座，三過上香，卻後數尺，禮三尊三拜，又仍存，經師、籍師，度師，各禮一拜，合六拜，乃登高座，其形如左：

三尊者，道尊，經尊，真人尊。三一之尊，通乎人身，人身欲與三尊同者，清齋精思，禮拜存之，日一過如此，初下禮六拜，後重上，不須禮，下則二拜，叩搏願念如法，羸者心拜也。

登高座，存侍衛。

登高座，安坐，斂簡當心，鳴鼓三十六通，嚥液三十六過，臨目見左青龍，右白虎，前朱雀，後玄武，足下八卦神龜，三十六獅子伏前，頭巾七星，五藏生五騎，羅文覆身上，三一侍經，各千乘萬氣，仙童玉女衛之，其形如左：

萬遍竟，雲駕至。

能讀《五千文》萬遍，太上蕾買龍下迎，萬遍畢未去者，一月三讀之，須雲駕至，便昇仙，其形如左：

修行萬遍之道，又存五雲之星。轉經之後，夜半至生氣之時，飽服五牙之氣，坐向月建之方，叩齒九通，嚥液三十六過，臨目存五星，辰在頭上，歲星在左肘，太白在右肘，熒惑在兩膝間，鎮心在心中# 1 3，久久乃止。行坐出入，常思不忘，千災自然絕，萬禍不能干，後當身上出水，身下出火，智慧六通，奄見五老。五老是五星之精，見之，則變化自在，同昇乎天也。

真人碧冠綠被黃服，車輦人物雲彩並取宜

受經之後，長齋存真，捨俗習道，精思誦文。日轉十遍，涉歷三年，千日之中，數充萬遍。解了究悉，具足修行，鍊易備弘，身神相一，雲龍來迎，上昇三清。遍畢未去，其事有二：一者功成德就，赴感濟時，運未隱景，故續獎後生；二者未究竟，行未備周，鍊未能精，思未招應，雖訖未昇。方須研進，遣欲觀妙，損己度人，勇猛立功，精嚴存念，或多或少，一月三修，物我咸通，積勳成德，念念不斷，善善相聯，恆見三尊，雲駕自至，久必神通。躁促則塞，塞而億遍，亦弗能超。超然行周，身神俱騰矣。

行周者，能七義禮智信救度天人也。有此五德，雖具而微，不周濟物，濟物功少，皆非行周，無望得道。得道之由，由行五德，行五德者，三業則定，十善事成，太一又降，五老相攜，得道無疑也。

太上老君大存思圖注訣竟

1 此句，《雲笈七籤》卷四十三作『功拘邇致謬耳』。

2 『偏者嗜慾』，《雲笈七籤》本作『嗜慾偏頗者』。

3 此句，《雲笈七籤》本作『成則未分』。

4 此句，《雲笈七籤》本作『脾一又二兼濟也，兼濟者，信也』。

5 此句，《雲笈七籤》本作『智慧之主』。

6 此句，《雲笈七籤》本作『蒼色』。

7 此句，《雲笈七籤》本作『既成由於此藏』。

8 此句，《雲笈七籤》本作『和釋隔戾』。

9 此句，《雲笈七籤》本作『如雲之昇』。

1 0 此句，《雲笈七籤》本作『又出與雲色采合』。

1 1 此句，《雲笈七籤》本作『……以板擊席』。

1 2 此句，《雲笈七籤》本作『兩手氣赤』。

1 3 此句，《雲笈七籤》本作『鎮在心中』，故文中『鎮心』當作『鎮星』。