

太上黃庭經重刊引

呂純陽降於香江抱道堂 辛亥年四月初一日

大道無名名之強名者也其中玄奧自青牛西去紫氣東來

道尊演世有經留傳俾慧高福厚者有所悟參殊知歲月無情幾許金書玉卷隨之湮沒或偶有高真每多隱名遠世明珠自愛不易輕傳遺世者如鳳毛麟角大道之窺不得半孔而望其光而復暗非可惜耶諸生抱道爲懷廣行善功明珠復彩發揚光大余亦甚慰焉

序文

純陽子降於香江抱道鸞堂 辛亥年四月初一日

宏願何日慰有賴善壇廣設立教渡人使其修心性引之向賢儒亦憑神助也藉經傳令其得步驟明正反入玄通共免災劫同樂天真吾所願也黃庭道德廣言大道內外洞悉入玄入化其言淺其意深其流傳少非有因緣未可得逢徹悟其稀世珍寶歟然多傳廣播知音必增樂道者多大願有望焉

廣成子降於香江抱道堂 辛亥年四月初一日

憶當年愛徒二訪崆峒一意修行捨富貴而樂荒山遠姬妾獨修潛悟玄入徹不躍而脫凡胎其得天獨厚耶惟古今有異人慾橫流雖聖賢輩出設教如林惜漢唐以後授受崎嶇玉冊塵埋旁門左出窺道者少或神仙不欲度世歟非也惟人慾遠之色念隔之德稀道渺斯乃不廣去人慾厚民心重光古鏡非經引徑不可黃庭二冊內外玄通於修道之士殊暗室明燈也得觀者少有悟者稀於今得廣於世且多方註釋靜心把卷有志求津者其得天獨厚矣是爲序

太上老君降於香江抱道堂 辛亥年四月初一日

道德功次世每有誤好道慕仙多入聖登真少未明本末如何慎終捨近圖遠不知動用其志可嘉其愚可憫誰知黃庭二冊有徑可窺爐火烹煉鉛汞抽添得其正法者如入寶山滿載歸正如廣成大仙云其得天獨厚耶非此幸也夫登高自卑必先完成俗負無責無慮心境滌然從茲究悟逸慶遄飛天梯可上矣

三峯子降於香江抱道堂 辛亥年四月初一日

夫近卷近道深悟黃庭而登真者代有高能表表輩出得傳福厚近卷慧高由斯而覷崆峒籍此以躍龍門其志貴堅其意貴恒由是心如遊蒼翠意似玩烟霞自然朱衣客可遇他日證瀛洲其傳愈廣每況愈效傳者功印者德吾道必亨矣

列聖臨壇降鸞訓示之偈語

太上道祖道德天尊降示

圓光聚頂化三清

百怪羣魔盡震驚

不向黃庭勤淨讀

封神榜上未除名

呂祖仙師降示

一卷黃庭細揣摩

道傳心法盡包羅

若將玄妙參同契

蟲臂鼠肝皆太和

雲中子仙師降示

不種前因何有果

名場一入如枷鎖

莫如淨養生蒲團

一卷黃庭勤自課

廣成子仙師降示

道無涯岸深如海

黃庭熟讀識心傳

太乙真人仙師降示

參透黃庭真秘訣

未肯逍遙獨善身

李青蓮仙師降示

醒來復醉醉還醒

透參玄妙誦黃庭

鍾離太祖師降示

經傳道德。吾教所宗。道經諸典。脫胎其中。黃庭雖杳。

是此陶融。修真必讀。悟徹皆通。

又

一竅玲瓏七竅通

悟道應從微妙中

呂祖仙師降示

瑣瑣紅塵十九空

太息羣迷欠道功

又

住念娑婆意未閑

六賊能降道自還

未到參玄總杳然

只有靈台微妙境

就將秘訣度迷津

慈悲心事無人我

藻采紛飛寫性靈

放浪形骸天地外

眾緣不着萬緣空

參知盡在虛無處

眾生如在夢魂中

蓬萊多少人間種

名場利市鎖玄關

心猿意馬何難攝

又

大道無為意自閑

降龍伏虎守玄關

菩提靜境塵情滅

堪忍蓬萊任往還

又

心猿靜處萬緣空

莫任沉迷六賊中

不把心猿歸寂滅

更從何處悟玄功

又

春花紅紫遍。占盡是寒梅。任由魔百萬。不許入靈台。耳聞

與目見。處處是魔侵。關心在微妙。一切是烟雲。

又

心猿歸一道。六賊便無踪。一寸天君如水月。寂寂真空。童

真漠漠豈痴聾。乍醒前塵一夢。離坎互交融。既濟圓通。不

能寂滅莫行功。胎息難安頻妄動。丹田絮亂。何以循環氣道。

化入虛空。

張三峯祖師降示

靜業從來水月清

心同明鏡意如冰

離坎交填丹九轉

一覺之間大道成

又

菩提兩字意如何

力能自度度人多

修成道果因何事

欲引羣生出劫魔

黃赤松仙師降示

擺脫五行中。心離六欲濛。性心修澈底。玄妙即時通。

又

道功初乘在能仁

心不慈悲莫問津

從古神仙皆愛眾

何嘗祇有自修身

白蟾真人降示

世人何以不曾閑

看不空時脫去難

張子房大仙降示

一切有為皆幻影

基業何嘗到萬年

何仙姑降示

修道原無性別分

青馨紅魚日繼昏

采和真人降示

還原返本即成真

大羅天上任棲神

釋迦牟尼佛降示

一切眾生非我渡

心頭自是慈航路

阿難尊者降示

悟澈空空色色中

正覺從來悟處通

南海觀世音大士降示

慈航路。眼底與心頭。堪嘆眾生迷六賊。靈山彼岸。津梁大

道不同遊。

妄起根因緣不結。因因果果幾時休。

桃源功德佛降示

何堪世事歷滄桑

殊途原是共仙鄉

消災延壽藥師佛降示

苦口婆心我佛慈

欲度羣生到幾時

太上道祖降示

大道無為萬善基

一旦無常悔已遲

擾攘人寰修善基

急起回頭尚不遲

堪笑世人毀善基

莫道如今悔已遲

大夢覺來粒粟藏

艷李紅桃青翠竹

晨鐘暮鼓有誰知

可憐此岸娑婆世

百年歲月好修持

紛紜攘奪真如幻

寸陰莫廢道功持

蓬瀛喜迓當仁客

陰違陽奉枉修持

恢恢天網豈容漏

黃庭內景經

黃庭內外景科儀

吾山先生曰。念經用科儀。昭誠敬也。誦之須萬通。研義理也。誠敬深。則守之專篤。義理熟。則行之無疑。此元君之所以宣演咒言頌偈。東華之所以勸人精研玉書也。誦此經者。須視爲身心性命之秘文。勿徒以口吟畢乃事也。

開經玄蘊咒 丹霞麻元君作

天清地平。日晶月明。黃庭捧出。金簡玉文。千真千聖。六甲六丁。萬靈朝拱。一氣相承。兀兀黃輦。騰騰素雲。琴心三疊。天樂九成。誦持不懈。跨鳳超昇。無上神咒。碧城元君。

玄蘊者。蘊一經之玄理也。此咒所蘊。津津有味。

黃庭真言 紫虛魏夫人作

黃庭真人。劍印隨身。斬關奪隘。風火雷霆。泥丸上將軍。統領九部神。湧海下將軍。統領九部神。丹元中將軍。統領九部神。神威正將軍。統領九部神。四九三十六。各按本宮營。真人有命。速速來臨。聽吾號令。守衛黃庭。一不許妄動。二不許妄行。三不許驚恐。四不許張聲。各列斧鉞位。各防邪魔精。清清淨淨。鬱鬱冥冥。雷聲一震。大顯威靈。帶虎符。佩龍文。奪三關。心太平。吾奉太上老君。急急急如律令。

真言一篇。乃身中真言。非口裡真言也。師徒授籙之時。焚香承受。得聞妙音。

必能召集身中之神。號令身中之氣。奪三關而心太平。則還丹大事畢矣。妙哉。

至心皈命禮

先天化炁。太上老君。聖不可知。功不可議。無爲居太極之前。有始超庶物之上。二月十五降生。一身億萬神變。紫氣東來。傳道德於關尹。流沙西度。化法相爲世尊。產漆園方朔之輩。丹析微芒。開天地人物之先。道經浩劫。乾坤幹運。日月光明。至神至聖。至上至尊。至大無隅。至高無既。掌道立德大天尊。十方三界同稱揚。洞天福地齊聲頌。

至心皈命禮

扶桑輔相。拙明神君。碧海初潮。青陽一炁。東園公之化身。東王公之高弟。受靈符於伯陽柱史。傳妙諦於鍾離雲房。結寶庵於玄圃地。闢烟霞吐金字爲黃庭。天開門。

黃庭經序

萬物有化化之理。化化者。轉生也。雲化爲水。石化爲玉。魚化爲龍。鯤化爲鵬。物亦有前後之異。君子觀於物。而嘆人之根因。亦指是也。明有冷生者。長笛吹風。扁舟弄月。往來江湖間。若遊仙然。或謂爲冷謙再世。或疑爲冷謙現身。皆不知也。瓢囊中嘗有黃庭一部。自註自書。以金爲字。有欲索觀者。生不許。謂其書當轉世乃出。此萬歷丙午間事也。亦越二百年。紫霞生而金書入夢。少習儒業。壯務功名。數

舉不第。淡然退止。間或以養生之書治其疾苦。一入目而若素熟習者。平則時濂洛經史。詩古文詞。皆究心焉。然其讀書之意。在明理。不在求名也。晉魏夫人。以誦黃庭經成真得道。嘗欲覓一善註。廣度良緣。久而不償其志。後知冷生降世與妙解俱來。因託丹霞青霞兩仙姑授以元文。醒其夙悟。紫霞見之。初不能解其意也。乃盡繼日之思。誦持千遍。恍恍然若抽關而啓鑰者。由是墨瀋淋漓。筆無停滯。凡經七晝夜而金書盡出。旁人觀之。不知其何以滔滔赴紙也。豈非有宿構在歟。予前閱道德一符諸詩。既已心肯之矣。今見此黃庭詳解。真嘆爲妙之又妙。元之又元。掃盡旁門獨開精奧者。自是而扶桑宮中。諸仙童女。又必磨金書之也。

吾山先生拜序

戶。自號白雲老子。人瞻紫府洞天。大慈大悲。大仁大願。少陽帝君。恬淡無爲天尊。中和立極祖師。

開經步雲偈 青霞何元君作

三炷心香焚黃鼎。一條瑞氣出金瓶。抱玄真。坐黃庭。生彩翰。養芝齡。早祈神悟
開天門。

受籙弟子 稽首顛首至心朝禮

太上大道玉宸天尊

老君炁化伯陽道祖

東華大帝少陽祖師

黃庭大道授籙本師

拜禮聖號。思黃庭之本源也。此經乃修身妙書。原不在乎口誦。然居士羽流。每日持誦數遍。亦覺神閒氣遠。意靜心清。

黃庭引 紫霞作

黃庭大道開天地。扶桑九老宮中寄。水朝東海浩無際。黃庭妙土能尅制。授籙神仙分節次。三十六與二十四。內外首章文采煥。此是東華開經贊。欲識黃庭古詞翰。真經乃在第二段。玉宸演之爲式程。老子刪之存其精。大哉吾道欲東行。青州郁郁吹紅雲。雙髻不童超風塵。牛背仙翁指夙因。授以玉書妙訣陳。烟霞洞養三奇靈。名登紫府成上真。玄門一柱撐崑崙。啓後承先兩卷經。術延其命道全形。九霄飛下兩元君。丹霞青霞皆天人。曰傳南嶽紫虛云。世上黃庭多誤文。上清仙史下瑤京。秘本傳之細討尋。道衲科儀未邪馴。兩姑糾正引長繩。紫霞結葉製茅亭。依經作註開丹局。

黃庭內景經詳註

丹
青霞二元君傳授本文

第一章

王少陽祖師仿黃庭韻語作開經贊

上清紫霞虛皇前。太上大道玉宸君。閑居蕊宮作七言。

紫霞洞煉士涵虛著

上清者。三清之一。靈寶天尊所居。在紫霞天中開虛皇之先。大洞經云。上清絕霞外。又曰上清玉皇師是也。太者至大。上者至尊。主持大道。號玉宸君。端拱上清。其間有蕊珠宮。太和殿。寥陽殿。翠瓔房。道君在中說經。黃庭作於蕊宮。以授東華方諸。扶桑大帝君掌之。扶桑爲羣水所歸之地。黃庭屬土。故藏於扶桑宮中。以爲鎮水之寶。大帝君退居無爲。王少陽祖師得道。爲東華首相。稱東華帝君。始將黃庭讚揚。以傳于世。故開經作記述。口氣云。晉時魏夫人首得此本。又黃庭內景。舊名紫霞篇。見道書錄。

附三清虛皇寶錄。 三清者。一炁所化者也。分三天。

三境。三寶。三元。三君。玉清聖境。元始天寶君。上清真境。玉宸靈寶君。太清仙境。道德神寶君。九天生神氣經云。三號雖殊。本同一也。洞章云。老君一炁化三清。故經典曰。無上三天元始三炁。太上老君。又太上洞玄無量度人上品妙經云。化生諸天。開明三景。上無復祖。惟道爲身。此皆其可證者也。夫老君者。道氣之祖。萬化之宗。從先天先地空洞虛無中生出一氣。名曰道炁。道一生二。二生三。三生九。九生萬。萬氣生萬神。故持聖號曰。先天一炁。太上老君。老君以混洞太元之元炁於龍漢劫初。化生元始天尊。居清微天宮。尊號上皇道君。本經云。紫清上皇大道君。太玄太和俠侍端是也。又以赤混太元之元炁。於龍漢開圖。化生靈寶天尊。居禹餘天宮。仍稱太上老君。大洞云。玉宸九天司。太上大老君是也。又以冥通玄寂之元炁。於赤明元年。化生道德天尊。居大赤

天宮。尊稱三天大老。大洞云。太始三炁。周真文肇生明是也。此三天者。在人比三丹。泥丸爲玉清。絳宮爲上清。丹田爲太清。又有內三丹。黃庭爲土丹。炁海爲中丹。關元爲下丹。修道者。居中而立。合三丹爲一虛無。以無所住而生其心。猶之三元本於一炁。三君本一老君也。釋氏云。一體三身。先曰昆盧。次曰盧舍那。三曰釋迦。在人則上中下三元。虛皇者。玉皇也。昔有妙樂國。淨德時王與寶月光王后。年老無子。夢太上老君授以嬰兒有孕。誕生太子。遜位出家。精修至道。是爲金闕玉皇天尊。位亞三清。三清退居無爲。玉皇治事。在人身比絳宮元神也。黃庭第一句曰。上清紫霞虛皇前。蓋上清爲心中靈氣。虛皇爲心中元神。皆位中丹者也。故大洞曰。上清玉皇師。玉宸大道君云云。

散化五形變萬神

是爲黃庭曰內篇

琴心三疊舞胎仙

九氣朗映出霄間

神蓋童子生紫煙

是曰玉書可精研

誦之萬遍升三天

千災以消百病痊

不憚虎狼之兇殘

亦以却老年永延

五形者。頭與手是也。散化五形者。言居蕊宮之中。而與緒天仙人說法作爲七言。則玉蕊之氣。生於蕊宮。七言之章。燦爲七寶。可以散布乎天關之頭。人關之手。地關之足。鎔化五形混成一氣。氣氣相續。變爲萬神。此七言之妙用。即是爲黃庭經也。黃者中央之色。庭者四方之中。煉丹在此。結丹在此。還丹在此。養神在此。一神正位而中立。萬神朝拱而環陳。黃庭之體用備矣。曰內篇者。別外篇而言也。夫化形之法。不離煉氣。煉氣之法。不外琴

心。琴心者。調和神意也。三疊也者。三層也。以三層功夫。積精累氣於三丹田。初疊下丹田靈根。二疊中丹田養還丹。三疊上丹田成九還。由是而體生羽翼。翩翩飛舞。脫胎成仙也。胎仙飛舞之後。九陽真炁。上映天門。出乎丹霄之間。神光覆頂。號曰神蓋童子。足下盡生紫氣雲烟。大洞經。所謂金闕上景炁。十方暉紫烟是也。三疊妙理。皆美玉無瑕。令人熟玩。故名曰玉書。可精思研究者也。誦之萬遍。言行之純熟。非徒曰誦而已也。三天即三清。昇三天者。由下丹田昇上丹。太清昇玉清也。道通泥丹。則脫離苦海。千災可以消。百病可以痊。虎狼雖惡。全無畏懼。以其有真身也。真身乃長生久視之人。不但是無畏金剛。亦且却老年永延也。

第二章

黃庭正文首明煉已築基之地

上有魂靈下關元 左為少陽右太陰 後有蜜戶前生門
出日入月呼吸存 元氣所合列宿分 紫烟上下三素雲
灌溉五華植靈根 七液流衝潤盧間 迴紫抱黃入丹田
幽室內明照陽門

魂靈者。心中元神也。在上。關元者。臍下三寸也。在下。少陽屬膽。主東方。在左。太陰屬肺。主西方。在右。蜜月乃焚脊關。主督脉。在後。生門乃臍堂穴。主任脉。在前。合上下左右前後。暗藏一個中字。此中乃虛無竅也。外日月一往一來。內日月一顛一倒。綿綿呼吸均在此虛無竅中。故曰出日入月呼吸存也。元炁者。太和之炁。氤氳交媾於其中。有如牛女相當。虛危相接。樞機相應。故曰

元炁所合列宿分也。紫烟者陽氣也。三素雲乃肺肝脾。三經之氣。脾為黃素中元君。肝為紫素左元君。肺為白素右元君。此三素也。紫煙為三素合一。上升下降之紫炁。其象如雲。雲行則雨施。由此日日灌溉。培五華而植靈根。五華者。黃芽也。培養黃芽堅固丹基。則離宮充實矣。七液者。心中靈液也。盧間者規中也。蓋言心中靈液。由衝脉下流。達於規中也。下句緊接云。迴紫抱黃入丹田。紫即紫河車。故曰迴紫抱黃。乃真土打合也。由外入內。結就丹砂。則幽室生白。赫赫然燭照陽門矣。陽門者。玄牝之門也。

第三章

承上章築基而言玉煉之功也築基煉已乃一串事

口為玉池太和宮 漱咽靈液災不干 體生光華氣香蘭
却滅百邪玉鍊顏 審能脩之登廣寒 晝夜不寐乃成真
雷鳴電激神泯泯 音泯 茫茫也。

人皆以口為喫飯之口。執文泥字。不知道竅者也。悟真云。明凜納氣。是人行有藥方能造化生。又白饒君吐納經。千載爭得金烏搗兔兒。可知口中吞吐。非大道也。此口乃鼎器之口。金氣相須門戶參同。謂口四八兩寸唇是也。紫陽曰。玉池先下水中銀。子野上陽因先下。二字。謂玉池在彼為投納水銀之地。此非喫食之口明矣。思謂玉池玉字。即指玉煉而言。其名在彼。其實為我抽鉛制汞。即是先下之義。口為玉池者。規中一竅。共方如口是為種玉之池。太和之宮。保合太和。則滋生靈液。靈液者。陰裡生陽。真一之水。銀鉛之氣也。得此靈液。餌而服之。玉丹凝而

災害不侵。蓋因玉池之中先下水銀。於我家擒伏朱裡乘也。漱咽靈液者。先下水銀也。以鉛投汞。玉煉功純。四體生光。漸形華彩。吹氣如蘭。百邪皆滅。睥然見於顏貌矣。廣寒乃月宮。陰丹凝結之後。淨淨光光。如登清虛之府。晝夜不昏沉。夜也不昏沉。常惺惺地眠如不眠。乃完成內丹性體。玉煉之時。採取後天中先天之氣。聲如雷鳴。影如電激。吾只守吾不神之神。泯泯然若無所知識而已。此煉己之功夫也。

第四章

承上章申言煉己功夫逐日澆培逐日防守之意

黃庭內人服錦衣

紫霞飛裾雲氣羅

丹青綠條翠靈柯

七蕤玉籥閉兩扉

重掩金闕密樞機

玄泉幽闕高崔嵬

三田之中精氣微

嬌女窈窕翳霄暉

重堂煥煥明八威

天庭地闕列斧鉞

靈臺完固永不衰

黃庭者。中央土也。內人者。己性也。其中為汞性所居之地。汞火色赤。如服錦衣。其中裾又如紫霞飛舞。四面皆雲氣包羅。丹青者。汞乃龍性。東方之木也。故曰丹。又曰青。綠條翠柯。極言木性暢茂耳。七蕤者靈芽也。七乃火數。在人為心。於時為午。律應蕤賓之月。故曰七蕤。玉籥者。得玉液而養七蕤。如封鎖也。閉兩扉者。嚴防出入之門止於中間也。金闕者。積金之府。重掩金闕守氣尤嚴也。樞機。斗柄也。居中善運。比人心真意。密則隱藏不去也。玄泉者。元海也。幽闕者。生身處也。高崔嵬。言在虛空處也。三田之中。三丹之中也。積精累氣。全在中丹。其境幽微難測。嬌女者。姪女也。即黃庭所結之陰

丹也。窈窕者。漸漸長成。翳霄暉即嬌女名字。因其上蔭玉霄之清暉。故以名焉。重堂者。絳宮為外明堂。黃庭為內名堂。故號重堂。八威者。八方威神也。上而天庭。下而地闕。嚴列刀斧斤鉞。喻內守森嚴。不許外魔來犯也。從此內丹圓明。築就靈臺。完完固固。永不衰崩矣。

第五章

承上章申言煉己之效

中池內神服赤朱

丹錦雲袍帶虎符

橫徑三寸神所居

隱芝翳鬱自相扶

中池者。元海也。內神者。內汞也。凝汞於黃庭。養汞於元海。以砂裹之。故曰服赤朱。丹錦雲袍者。紫雲繞身也。虎符本在北方。而帶虎符者則在南方。符以金制之。仙家以為信驗。取金水。而與木火。內神身佩虎符也。內神所居之地。橫徑三寸。即規中一竅耳。內神居中而立。右有一道人。號曰隱芝。勿金氣是也。左有一道人。號曰翳鬱。勿木氣是也。隱芝乃伏氣所生。故曰隱芝。翳鬱乃結氣而成。故曰翳鬱。此二氣者。自然與中池內神。意氣相扶。久之純熟。則神氣沖和。汞性圓足矣。

第六章

言玉液功夫底於有成以足上數章之義

天中之嶽精謹修

靈宅既清玉帝遊

通利道路無停休

眉號華蓋覆明珠

九幽日月洞虛無

宅中有真常衣丹

審能見之無疾患

赤珠靈居華蒨燦

舌下玄膺生死岸

出清入玄二氣煥

子若遇之昇天漢

天中之嶽。心中意土也。中嶽高山。為天作鎮。位居其中。

唐天文志。豕韋爲中州。其神主乎高邱。鶉火得重離正位。曰天鎮曰中州。所以云天中也。曰鶉火曰離位。所以譬心中土也。此土也。必精誠謹慎以修之。心清意定乃可爲神靈之窟宅。靈宅既清。玉帝常遊。玉帝比玉液也。三宮灌注。有泳遊之象。通利道路者。子午河車也。無停休者。常常如是也。古仙云。常使氣冲關節。透自然。精滿谷神存。此之謂也。明珠者。目中丹光也。學人朝夕玉煉。養成一顆靈明寶珠。時時有光華發現於眉目之間。有如珠光點點。故曰眉號。華蓋覆明珠也。九幽者陰也。日月者丹也。古人結字。合日月而爲丹。陰丹名九幽日月。洞照虛無。則本性靈明矣。又名守靈真人。常在靈宅之中。披丹錦之衣。可以却病延年。故曰宅中有真常衣丹。審能見之無疾患也。珠璫美玉也。皆比玉液還丹。赤則光灼灼。靈則圓陀陀。一名黃華玉女。蓓燦者美盛也。佛所謂郁郁黃華是也。舌下有玄膺一竅。爲咽液之關津。得食則生。不得則死。故曰生死岸。清爲天。濁爲地。玄爲天。黃爲地。清乃天之元炁。玄乃天之真水。出清者白雲朝上闕也。入玄者甘露洒須彌也。清升於天門之上。玄降於天門之下。清玄二氣出入天門。玄膺承玄而導之。玄本初變之氣壅塞上焦。故玄膺一名懸壅。懸壅即是玄膺。醫經云。喉以候氣。又云上焦如霧。玄雖水。仍是氣也。故云二氣。煥煥者換也。氣絢爛而變換也。遇玄氣而服之。即可爲升天入漢之體。張三丰先生云。玉液還丹。得了後住世延年是也。世人把入玄二字。囫圇講過。黃庭經於此著明。人要出清乃能入玄。入玄之後。乃煉還丹。豈易言哉。

第七章

言存神以泥丸爲宗在心爲要

至道不煩訣存真

泥丸百節皆有神

髮神蒼華字太元

腦神精眼字泥丸

眼神明上字英玄

鼻神玉隴字靈堅

耳神空閑字幽田

舌神通命字正倫

齒神崿峯字羅千

一部之神宗泥丸

泥丸九真皆有房

方圓一寸處此中

同服紫衣飛羅裳

但思一部壽無窮

非各別住居腦中

列位次坐向外方

所存在心自相當

至人之道。不煩詞說。惟於口訣中存其真實而已。有如泥丸九宮。通身百節皆有神守之。然不必一一煩瑣也。髮腦眼鼻耳舌齒。其神皆有名字。統言之曰一部。人身有三部八景神。此上部也。一部之中。又只以腦神爲宗。真不煩也。泥丸有九真。皆各有宮房。其宮房亦不甚大。方圓只有一寸。九真同處其中。同服紫綃之衣。飛羅之裳。並無異言異色。真不煩也。脩道者但思一部之神。便能長生久視。壽考無窮。此一部神非各有別個地方住居。只同居此腦中也。列其位次共坐秩然不亂。大家向着外方。外方者天外清高之境。泥丸是也。人不能收存一心。則諸神皆散。所存在心。自然彼此相當聚在一處也。真不煩也。陳上陽曰。神名最多。莫能枚舉。所主者惟絳宮真人。即所存在心之義也。泥丸九宮者。兩眉間入一寸爲明堂宮。太乙神居之。左有紫房。右有朱戶。却入一寸爲洞房宮。中有三真。左元英右白元中黃雲。却入三寸爲泥丸宮。萬神出入之所。黃老君名罕張者主此。又入四寸爲流珠宮。五寸爲玉帝宮。明堂上一寸爲天庭宮。洞房上一寸爲極真宮。丹

田上一寸爲玄丹宮。流珠上一寸爲天皇宮。總名爲上部九宮。脩三素丹者。於此凝結。三素者即黃老三素君。大洞所謂三素生泥丸者也。

第八章

總提五藏之神加六府胆神在內胆藏識府亦可入藏也

心神丹元字守靈

肺神皓華字虛成

肝神龍禮字含明

翳鬱道烟主濁清

腎神玄冥字育嬰

脾神常在字魂停

膽神龍曜字威明

六腑五臟神體清

皆在心內運天經

晝夜存之自長生

五臟只各言名字。而肝神獨加翳鬱道烟主濁清之句。蓋肝神又名翳鬱。其中有隱翳鬱勃之氣。是爲道烟。主濁主清。清則龍性明。濁則龍性昏。丹家以火爲龍。木乃生心之母也。與心肺腎脾爲五臟。臟者藏也。心藏神。肺藏魄。肝藏魂。腎藏志。脾藏意故也。六腑以膽爲正官。中有識力。能藏能用。故特及之。腑者府也。如府庫充積。以備傳用也。五臟六腑之中。神體清明。合而爲一。化生道炁。運行周天。神與氣隨。故曰皆在心內運天經。此心也操則存。舍則亡。晝夜存之。自然不亡耳。補註藏者爲陰。府者爲陽。肝心脾肺腎五藏屬裡。主藏精氣而不瀉。故爲陰。膽胃大小腸膀胱三焦。六府屬表。主傳化物而不藏。故爲陽。黃庭論五藏並及於膽。膽兼行藏二義。何也。膽藏識爲中正剛決之官。主少陽發生之氣。能存威明乘慶雲。是乃傳送之正神也。詳後膽部章。

第九章

言肺部重在調肺氣

肺部之宮似華蓋 下有童子坐玉闕 七元之子主調氣
外應中嶽鼻齊位 素錦衣裳黃雲帶 喘息呼吸體不快
急存白元和六氣 神仙久視無災害 用之不已形不壞

肺高如宰相。下臨諸臟。故黃庭首。發明之蘭臺秘典曰。肺爲相傳之官。其宮形宛如華蓋。童子即肺中神也。名皓華字虛成又號白元，居華蓋之下。玉闕乃肺中白氣。重樓中降下之露珠。結成白闕。梁邱子註。謂爲腎中白氣。上與肺連非也。七元者心也。心有七竅。象北斗七星。竅中有神。動則生意。意乃神之子也。調和肺氣。全仗七元之子。神屬火。火生土。意屬土。土生金故也。外應中嶽者。人面以鼻爲中嶽。鼻即肺之外竅。呼吸相應。故與中嶽齊位也。肺中之神衣素錦衣。束黃雲帶。坐於華蓋之下。殊快暢也。倘或肺氣不勻。息發喘。一呼一吸。滯塞莽蕩。何快暢之有。斯時也急存白元之神。調和六氣。務使自自然然。不陰不陽。不風不雨。不晦不明。則六氣勻而外息勻。外息勻而內息亦勻。神仙長生久視。亦因氣息勻而無災無害也。其爲氣也。用之不竭。形軀有所薰蒸。故長存而不壞耳。

第十章

言心部重在呼心氣

心部之宮蓮含花 不有童子丹元家 主適寒熱榮衛和
丹錦衣裳披玉羅 金鈴朱帶坐婆娑 調血理命身不枯
外應口舌吐五華 臨絕呼之亦登甦 久久行之飛太霞
心部爲君主之宮。其形如蓮未開時。初含花苞。下有童子。即心神丹元也。家於蓮宮。爲一身之主。順適寒熱。調和

榮衛。衣丹錦而披玉羅。形如丹錦潔淨如玉也。金鈴朱帶。形狀非常。蓮宮之間。坐舞婆娑。婆娑者。安閒自得也。調血理命者。心主血。性合命。血調命理。則身體光潤。外不焦枯也。昔紫陽先生。奔走十年。而貌不少衰。形不少疲。或問其何術至此。紫陽先生曰。人之所以憔悴枯槁者。心使之然也。一念未已。一念旋續。盡日之中。刻無閒暇宵之寐也。亦若是而神不存矣。吾無他。惟能定心而已。定則靜。靜則安。金丹可坐而致也。口中有舌爲心之苗。心動則舌動。舌動則口動。氣從口出。心花喪矣。五華者心中鄞鄂。即黃芽也。丹家於心花臨絕之時。一呼其心。不使舌動神馳。口開氣散。則心花將絕。登時復甦也。此煉心存神之法。久久行持。便可飛入太霞。太霞者金鄉也。洞經曰。回金太霞鄉同此。

第十一章

言肝部重在存無英

肝部之宮翠重重 下有青童神公子 主諸關鍵聰明始
青錦披裳佩玉鈴 和制魂魄津液平 外應眼目日月精
百疴不鍾存無英 同用七日自充盈 垂絕念神死復生
攝魂還魄永無傾

肝部之宮翠繞重重。其色青故也。青童即龍禪別號。無英公子。蘭臺秘典。稱爲將軍之宮。謀慮出焉。曰將軍故主一身關鍵。曰謀慮故聰明於此發生。披青錦而佩玉鈴。公子之精神益著矣。肝只藏魂。而此兼言魄者。以魂魄本相拘耳。相拘則相和。相和則相制。相制則金津木液。既和且平矣。夫肝者開竅於目。液出爲淚。此所以外應眼目。

而爲日月之精也。日月精。目中精華也。百疴諸病也。不鍾不生也。諸病不生。全在常存無英。故肝神調攝耳。同用七日者。木汞投胎於金鄉。七日來復。地雷鳴而浩氣充滿。肝所以象震卦也。凡人龍性不馴。則肝氣損傷。傷則肝經受病。奄奄欲絕也。惟於垂絕之際。急急養神之法。龍虎相交。混沌七日。則死者亦可復生。由是而攝魂還魄。木愛金義。金愛木仁。結成龍虎金丹。身中有寶。永無傾喪之憂矣。

第十二章

言腎部重在存水王

腎部之宮玄闕圓 中有童子冥上玄 主諸六腑九液源
外應兩耳百液津 蒼錦雲衣舞鳳幡 上數明霞日月烟
百病千災急當存 兩部水王對生門 使人長生昇九天
玄闕者水府也。冥者藏也。上。先天也。玄。水也。腎部之宮。即爲水府。圓。合兩腎而言。兩腎之水。陰陽相包。如太極然。故曰玄闕圓。童子即腎神。原名玄冥。今日冥上玄者。言藏於先天真水之中也。水利萬物。六腑賴以滋養。故爲六腑之主。而作九液之源。九液者金液也。前言七液。乃心中靈液。爲內丹根芽。茲言九液。乃腎中真液。而爲外丹根本。求九液者。必須藏心於淵。合氣於漠。生門之後。蜜戶之前。將腎水立爲黑基。黑中見白。水裡生金。吞入腹中。遂名九液。故玄闕爲九液之源也。夫腎司聽。故外與耳相應。其卦爲水。故生百液津。冥上玄深居其中。氣包之如衣雲錦。火照之如舞鳳幡。朱雀所以對玄武也。太陽倒景。則明霞上布。而日精月華皆有煙光。身

體從此安泰。世人有百病千災。急當存養腎神。腎有兩部。左陰右陽皆屬水。此二水者無形之氣也。日夜潛行不息。爲生人之君主。故曰水王。對生門者。前對臍穴也。人能養此不損。則可以長生。而上昇九天矣。

黃庭經以腎爲兩部水王。與醫家所論不同。秦越人三十六難經曰。腎兩者非皆腎也。左者爲腎。右者爲命門。腎止一也。其後有趙氏醫書。以七節爲命門。仍言有兩腎。左腎爲陰水。右腎爲陽水。中間爲命門。言人身各其一太極。正象兩腎之形。兩腎中間爲命門。靜則合乎水。動則合乎火。一動一靜陰陽生焉。註家遂謂趙氏兩腎圖。爲發前人所未發。以黃庭經觀之。其說猶未純也。夫曰左陰水。右陽水是兩部水也。然不得以七節中爲命門。以七節爲命門。則二十四椎。止有二十三也。內經曰。七節之旁而有小心。夫曰七節之旁。則七節之中。非命門也。秦越人以腎爲一。蓋執於右爲命門之說。殊不知命門。即右腎之別名也。趙氏以命門在中間。蓋執於左右兩腎之說。亦不知命門即右腎陽水之別名也。吾今以內經與黃庭爲正。七節了七節。兩腎了兩腎。左水右水皆是無形之水。左部動則爲陰水。右部動則爲陽水。陽水即命門之火也。故內經不曰左有右有。而曰旁有。是左右皆腎。左右皆水。左右皆小心。因有動靜而後分陰陽。分水火。分左腎與右命門耳。少年氣盛。兩部水溢。上泛二十四節。故一身融暢。百病不生。及乎時至情動。色慾交感。心君動搖。始令兩部水洩。精從內走。氣自中衝。由五臟而上兩頸升泥丸。與髓同下。頭腦酥麻。自夾脊雙關。至外腎而洩。兩部於焉虧

損斯命。促腎虛水火遂不勻矣。又曰兩部。兼內腎外腎而言。

第十三章

言脾部重在養脾以方圓一寸爲打坐之所則善於養脾者

脾部之宮屬戊己	中有明童黃裳裡	消穀散氣攝牙齒
是爲太倉兩明童	坐在金臺城九重	方圓一寸命門中
主調百穀五味香	辟却虛羸無病傷	外應天澤氣色芳
光華所生已表明	黃錦玉衣帶虎章	注念三老子輕翔
長生高仙遠死殃		

脾部爲轉輪運化之臟。上從心系發來。貼於胃以磨穀。故其宮屬戊己二土。脾兼胃也。中藏靈意。號曰明童。黃裳裡者。黃在裳內有文在中之象。言意之藏於脾陰也。脾有何意。脾中之靈氣。即脾中之靈意。靈氣存則能助胃氣以消水穀。散其氣以溫各臟。五味入口。脾神主之。脾即使牙齒攝之。是攝五味者牙齒。而使之攝以牙齒者脾也。太倉者胃也。一腑一臟二官相爲表裡。故醫典統名倉廩之宮。是言脾而太倉在其內矣。脾有明童。太倉共之。故曰是爲太倉兩明童。夫明童者。坐在何處。坐在玄關耳。坐指燕居之地。玄關一竅。真意燕居。則運化之勞在乎脾。燕居之逸在玄關。庶幾勞逸一致耳。金氣爲臺。九重爲城。方圓一寸不大不小。命門真氣薰之蒸之。故在命門中也。此意也藏於脾。而休於玄關。故玄關一名太倉穴。陸仙靜照圖。稱爲長胎住息之所。是蓋假胃氣以立基。不在胃。亦不在玄關。何也。人生所需者氣也。玄關即胃氣而成。其胃氣又從命門發出。升於空際或中脘之下。或黃庭之

下。皆可聚氣爲玄關。故三丰仙師云。黃庭一路是玄關。又云。玄關往來無定位。然後知方圓一寸。全憑命門一氣空中團結。不然者太倉寬廣。豈止一寸乎。脾主煽動。能調百穀之食。而和五味之香。脾善溶化。可却虛羸之疾。而無百病之傷。天澤者履卦也。脾強則步履健。氣色芳光華著內和外應。無不表明也。衣黃錦而元吉可占。帶虎章而流珠可制。斯誠明童之靈異。此三老者泥丸之真陽。玉帝之寶老。名三素老君。亦名罕張翁。大洞經曰。真陽帝寶老。又曰三老素罕張。又曰三素生泥丸。又曰老君罕張上是也。注念三老者。寄意於泥丸。真陽破頂而出。故曰子輕翔。故曰長生高仙遠死殃也。

第十四章

言膽部提出識字可補醫書之缺

膽部之宮六腑精 中有童子耀威明 雷電八震揚玉旌
龍旗橫天擲火鈴 主諸氣力攝虎兵 外應眼瞳鼻柱間
腦髮相扶亦俱鮮 九色錦衣綠華裙 佩金帶玉龍虎文
能存威明乘慶雲 役使萬靈朝三元

膽綴於肝。中藏神識。其稱六腑精者。膽胃大小腸三焦膀胱。以之爲首也。秘典云。中正之官。決斷出焉。性剛直。善決斷。肝雖勇猛。非膽不決。故在六腑之間而有益於肝臟。經故連而及之。威明童子。即膽宮正識神也。丹家以膽識直入西南之鄉。與氣相守。萬魔不犯。五蘊皆空。則能大耀威明。一陽復而地雷響。電光閃爍。八方震動。高揚玉旌。半空中赤龍旗繞。招集浩然之氣。橫天而來。火鈴飛擲。赫赫陽陽。太上度人經。有擲火萬里流鈴百衝之

喻。皆言藥生法象也。能從火出。諸氣交馳。虎凶。水生。甲兵來會。有膽識者遇龍虎相加時候。顯大神威獨立不懼。故能主諸氣力攝虎兵也。眼瞳炯炯。鼻柱峨峨。皆威明外應之象。膽藏精汁。滋養毛髮。膽氣沖和。汁充髮美。故曰腦髮相扶亦俱鮮。九色錦衣者。膽形金色也。綠華裙者。膽彩碧色也。金玉龍虎諸丹。皆憑膽力成之。故曰佩金帶玉龍虎文也。修丹之士。能存威明童子則採藥歸。家乃有傳送之神。與九三郎君。乘慶雲而登帝闕。身中萬靈。皆爲役使。身中三元。皆可朝謁。此膽腑之所以與五臟並重也。

第十五章

六部之後再說脾部者以脾爲養生妙用故詳言之也子註亦詳閱者着眼

脾長一尺掩太倉 中部老君治明堂 厥字靈源名混康
治人百病消穀糧 黃衣紫帶龍虎章 長精益命賴君王
三呼我名神自通 三老同坐各有朋 或精或胎別執方
桃核合延生華芒 男女迴老有桃康 道父道母對相望
師父師母母女鄉 可用存思登虛空 殊塗一會歸要終
閉塞三寶握固停 含漱金醴吞玉英 遂至不饑三蟲亡
心意常和致忻昌 五嶽之雲氣彭亨 保灌玉盧以自償
五形完堅無災殃

脾長一尺聊舉其式。非真一尺也。越人云。扁廣三寸。長五寸。均不必拘。蓋人有大小長短耳。脾貼胃以消水穀。故曰掩太倉。中部老君者。中元黃素君也。明堂者絳宮也。意爲心之主器。正位居體。美在其中。暢於四肢發於事業。

以治通身之氣。故字靈源。言根心也。治百病消穀糧。披黃衣束紫帶。佩龍文帶虎章。長精益命。全賴此老。此老乃五臟六腑之君王也。三呼神通者同聲相應也。三老同坐者。同氣相求也。呼谷傳聲全在中谷。其中有三呼之妙。上通天谷。下通靈谷。中通應谷。應谷即明堂。無非己意周知。故三呼我名而神自通也。三老同坐。又云各有朋者。蓋煉精之先。必合胃脘二神。與中間黃寧。同消水穀。乃能化食成精。而助延年之本。大洞云。內有黃寧童。左有堅玉君。右有帝昌皇是也。黃寧即脾神。堅玉居左。主管胃氣。帝昌居右。分散胃氣。此三老同坐也。煉精之時。必合保肝通肺之神。與黃寧同事。乃能化精成氣。仙經云。命門合精延。守我身黃寧。左携元素君。右携朱鬱靈是也。修行之士。必取命門。真氣和合腎精以延其年。總要在黃庭宮內守我脾神。左友保脾之元素。右交通肺之朱鬱。同心合意爲之。此三老同坐也。至於煉炁之時。必以黃老元君內轉金母爲木母。外轉木公爲金公。然後嬰來配姤。以金合木。結而成胎。此亦三老同坐也。三老者。同心三人也。三關三煉各有同心。故云各有朋也。初煉精。次煉氣。次煉胎仙。各有同坐之方位。故云或精或胎別執方也。脾中神意更有異名。桃核者。桃康也。腎中司命之神。即脾神也。姓桃名核。字合延。號道康。其稱桃康者。撮其姓與號也。仙經云。守命核道康。舉其名與號也。核者仁也。物以核爲仁。人以仁心爲核。宋儒以仁心爲種子。核即真心也。合延者言能以命門真火。配合腎水而延齡。明其字義也。要之乃脾中正意。守治明堂。則名混康。言與桃康

相混也。上陽云桃康主脾。亦就混康時言守命守腎。則字合延。腎命堅固。華芒日生。男女修煉而知此。皆能返老還童。故曰男女回頭有桃康。仙經云。入精六合房回者變皓形。即此旨也。桃康之功甚多。桃康之居甚廣。有時在六虛。運河車而還精補腦。仙經曰。桃君守六合。勒精衛泥丸是也。有時在天谷。秘修崑崙。仙經曰保符泥丸內。守神曰桃康是也。有時在內腎。即上文命門合精之解。有時在外腎。更爲修養生資。張紫陽八脉經云。人有八脉。俱屬陰神閉而不開。惟神仙以陽氣沖開。故能得道。采陽氣惟在陰躄爲先。陰躄一脉。散在丹經。其名頗多。曰牝門。死戶。曰歸根竅。復命關。曰艷都野死。生根有神王之名。曰桃康。上通泥丸。下透湧泉。真氣聚散。皆從此關竅尻脉周流一身。貫通和炁上朝。陽長陰消。水中火發。雪裡花開。天根月窟閑來往。三十六宮都是春。得之者身體康強。容顏返壯。在坤地尾閭之前。膀胱之後。小腸之下。靈龜之下。此乃天地逐日生炁根。產鉛之地也。醫家不知有此。道父者雄一之神。居天關中。即上通泥丸之神氣也。道母者雌一之神。居地關中。即下透湧泉之神氣也。一雌一雄皆在人關洞房中。以意覺察。仙經曰。雌雄合王房是也。上下相照。故曰對相望。師父者玄父也。師母者玄母也。爲丹家所取法。故曰師。玄父名叔火王。號左回明。居玄門中。玄母名高同生。號右回光。居牝戶中。俱見元始仙經。要之意在內。而禮下於人。乾父交坤母。牝入牝中。即師母也。意在外而義配與道。坤母交乾父。牝入玄門。即師父也。此皆修丹家。內外動靜陰陽消息妙意。

故在丹玄之鄉。夫以術延命。必須以靈父聖母。立爲鼎器。而後以真意存養其間。則丹成飛昇。故曰可用存思登虛空。存思者非存想之謂。乃存真意而已。父母殊塗合意土而一會到歸根處。遂爲要終。閉塞三關者。金液還丹之後。河車乍歇。不必三關往來。只憑娘娘一意。牢封土釜握固停。蓄合金體而吞玉英。哺之乳之。腹有靈丹。遂至不饑不渴。而三尸蟲亡矣。此後則心意常知。懽忻昌泰。身中如五嶽雲起。蓬蓬勃勃。大氣彭亨。修身至此。惟保我灌入玉廬之金液。自償其平生志願。而五形完固。永無災害之殃也。仙經云。天皇上真炁。三元乘晨回。拔戶命門內。解結桃康階。如是而脾中之意。得大休歇。得大安樂。不必再做桃康。苦守本命也。

第十六章

言三家相見產嬰兒之義

上觀三元如連珠	落落明星照九隅	五靈夜燭煥八區
子存內皇與我遊	身披鳳衣御虎符	一至不久昇虛無
方寸之中念深藏	不方不圓閉牖窗	三神還歸老方壯
魂魄內守不爭競	神生腹中啣玉璫	靈注幽闕那得喪
琳條萬尋可蔭藏	三魂自寧帝書命	

三元非上中下三寶之境。亦非天地水三官之位。乃三素元君也。三元主青白黃三炁。紫素左元翳鬱仞。黃素中元圓華仞。白素右元啓明仞。大洞經所謂伏雲三仞明者是也。三元居上宮故曰上觀。其炁如天上連珠星。落落明光。下臨九隅。蓋金木交并。結於洞房。光芒閃爍遍照泥丸九宮也。五靈者青靈丹靈皓靈玄靈黃靈也。五靈乃五行五老之

炁。夜燭者五炁朝元。如夜間火光也。煥八區者寶光燭天。發現於九宮八卦也。呂祖師云。八卦氣中潛至寶。五行光裏隱元神。即是此義。內皇者土也子金也。我木也子在內皇。則土裏藏金。與我家木公同遊六虛。披鳳衣御虎符。蓋以南方之赤鳳。駕西方之白虎。火逼金行。金一至而頃刻之間同昇天宮。故曰不久昇虛無也。由是而會三姓於元宮。返三素於黃庭。結胎於方寸之間。念念深藏。所謂牢封土釜也。內而不方不圓。外而閉牖閉窗。參同云耳目口三寶。閉塞勿發通。真人潛深淵。浮游守規中是也。三神即三元之神。返還歸根。人雖老而氣如少壯。魂魄內守者。金木相拘也。不爭競者。木金相尅而反相生也。養之育之。神生於腹。口啣玉璫靈真特露。此人名涵虛子。返已洞觀。神注幽闕。那得有喪亡之日哉。將見日長月盛。如琳條之森森。高撐萬尋。枝柯繁茂。下可蔭藏多人而爲眾生之甘棠也。三魂永久。魄無喪傾。天書下降。命爲真人。

第十七章

言陽火陰符升降之落

靈臺鬱靄望黃野	三寸異室有上下	閒關榮衛高玄受
洞房紫極靈門戶	是昔太上告我者	左神公子發神語
右有白元併立處	明堂金匱玉房間	上清真人當吾前
黃裳子丹氣頻煊	借問何在兩眉端	內挾日月列宿陳
七曜九元冠生門		

靈臺心境也。非肉團亦非絳宮。黃野中央也。天心來復之際。真陽從地中湧出。一靈凸起白雲起於方寸。是號靈臺。觀鬱靄二字可知。鬱靄者丹田中鬱勃。杳靄之氣。浮空而

起出乎中央。氣從此升以心觀之。坦坦蕩蕩。故曰望黃野。由黃野而上泥丸。心意稍休於此。三寸者泥丸宮也。見前七章章註內異室者泥丸之別宮。洞房宮也。二宮有上下之分。閑關者防守也。榮陰也衛陽也。高玄上真也。洞房宮中三真共守。左一真守榮。右一真守衛。中為高玄上真。合榮衛而受享之。洞房中有紫極殿。上真至此有一刻端拱無為功夫。又有靈門靈戶。往來出入。是昔太上聖人。切切告我者。左神公子屬木。出神語則木生火矣。仙經云。混化六合內。洞房列火兵。氣變之象也。右神白元屬金。併立處則金交木也。仙經云。朗然洞房中。嬰兒為赤子液化之時也。洞房之前。又有明堂宮。明堂之下。又有金匱玉房。金匱屬日宮。在人為左目。玉房屬月宮。在人為右目。間者從兩眉間下也。再下則絳宮當前。上清真人。絳宮主君也。過此以往一點落黃庭。黃裳者文在其中包固養之也。子丹者金胎也。胎炁漸長丹炁煊蒸。兩眉之間。不覺有丹光放出。借問何在兩眉端。內邊有左日右月。星辰列宿。相挾而陳前故也。服七曜之炁。則斗柄旋天步。九元之光則璇璣轉地。由是七曜九元上冠生我之門。溫養脫胎矣。仙經曰。淨真手握斗。足躡九元星。揮執天地關精神生命根。此之謂也。

第十八章

言三關重在人關

三關之中精氣深
足為地關生命棊

九微之內幽且陰

口為天關精神機

手為人關把盛衰

三關皆積精累氣之所。精氣充滿故曰深。九微者初九潛龍

之地。棲神處也。故曰幽且陰。夫泥丸為天關。而此曰口。此口乃玄膺一竅。其津符。即自泥丸生來。實精神之機括也。丹田為地關。而此曰足。此足乃湧泉一穴。其氣脉即與丹田相通。實生命之憑依也。絳宮為人關。而此曰手。此手乃總持門。其執中者。即是絳宮主人。實盛衰之把柄也。盛衰以陰陽消長。言棊圓几比憑依也。

第十九章

言調神出壳之去

若得三宮存玄丹

太乙流珠安崑崙

重中樓閣十二環

自高自下皆真人

玉堂絳宇盡玄宮

璇璣玉衡色闌玕

瞻望童子坐盤桓

問誰家子在我身

此人何去入泥丸

千千百百自相連

一一十十似重山

雲儀玉華俠耳門

赤帝黃老與我魂

三真扶胥共房津

五斗煥明是七元

日月飛行六合間

帝鄉天中地戶端

面部魂神皆相存

夫出神者。須得調神之地。調神不外乎三宮。若欲得此三宮。必先存於玄丹宮。玄丹在上丹田上。即仙家操煉陽神出入之所。其次則太乙宮。共三則流珠宮。共安於崑崙之上。崑崙乃腦中極高處。流珠在崑崙前。常有太陽相照。化盡陰魔。太乙在崑崙後。內有救苦天尊。解除諸厄。玄丹在崑崙頂。空清絕埃。三宮重重。其中有金樓寶閣十二所。環遶玄丹。自高望之。自下觀之。皆是真人。又有玉堂絳宇。盡是玄宮。此崑崙所以稱神仙都會也。其巔見七星朗朗。舉手可摘。如白玉燦然。故曰璇璣玉衡色闌玕。璇璣者。北極星也。魁四星為璇璣。杓三星為玉衡。晉書天文志斗神覆護。三災不能為害。洞經曰。上極旋曜杪。携衿

大帝房。至此方脫凡也。夫移丹頂上以虛煉虛。乃神仙極品。憶前此胎仙初結。瞻望童子坐下丹而盤桓者。問誰家子。猶在我身乎。是不可以不去也。此人何去哉。入於泥丸耳。泥丸即上崑崙也。一神去則萬神隨。千千百百自相連也。下方過則上方接。一一十十似重山也。登蕭臺而步玉京。雲儀玉華兩旁護衛。故曰俠耳門也。赤帝黃老。皆主長生大道。在人爲真心真意真汞真土。與我魂者。真土擒真鉛。真鉛制真汞。赤黃與我。合爲三真相扶相胥。三而爲一共入泥丸宮內。紫翠房中。而食仙津。房津者髓海也。北方五炁從斗中生。司五土。故北斗名爲五斗。五斗煥明。仍是北斗七元。此時斗宮除死。故星光分外璀璨。挾日月而飛行。遨遊乎六合之間。始而近繼而遠。既而展臂天門。只見帝鄉在前。接天中而離地戶。一條大路正正端端。吾從此而飛身矣。陽神出舍。如我面部一般。魂神皆相存也。或問神仙有臟腑否。涵虛曰。讀此句便知。吾人煉形而仙。形全則神全。萬形生萬氣。萬氣生萬神。人身全部。件件皆有。

第二十章

言煉鉛實腹

呼吸元氣以求仙 仙公公子已可前 朱鳥吐縮白石源
結精育胎化生身 留胎止精可長生 三炁右迴九道明
正一含華乃充盈 遙望一心如羅星 金室之下不可傾
延我白首返童嬰

求仙之方。必先呼吸元炁。呼吸元氣者煉鉛實腹也。元氣乃玄中元素之氣。東方上仙公。無英公子主之。仙公木公

也。公子木公之長子也。子繼父體後稱金公。亦號金九。即悟真曰。金公本是東家子是也。公子先姓木。次姓金。能化元氣從虛無中生。陳上陽所云。素練郎君。寄居西川。出入騎白虎。乳名真種子者是也。洞經云。無英真上玄。玄中元素炁。是仙公公子。乃東方無上真人。亦西方無上祖氣。尋其氣而呼吸之。可與仙公公子。並駕而前。朱鳥赤鳳也。白石源白金化爲白液也。吐縮二字。妙自我吐之自我縮之。種鉛得鉛之訣也。結金精而育胎仙。可以化吾生身。能化吾身。胎仙已成。留胎仙而禁止精路。陽關一閉。個個長生也。三炁者。太玄太元太始之炁。此炁一生。即運斗柄。左旋於督脉之後。右迴於任脉之前。後則九曲黃河。上則九折天津。天津九星前則九曲長江。九道皆分明也。正一乃上清道派。正一左仙名帝賓。正一右仙名琳和。二仙共守鄞鄂二門。在人爲中和。二炁動靜雙持。洞經云。正一左右仙。長扶虛靈室是也。含華者取坎填離。養鄞鄂而成五芽。乃令我腹中充盈。腹中充盈。一心自見。一心者丹光也。即不二圓明也。遙望一心。儼如眾星羅列。丹光多氣象也。金室者即藏一心之處。防守嚴密。其下不可傾圮也。知不可傾而存之。則延我白首。老人返爲孩子也。

第二十一章

曉人以長生之路

瓊室之中八素集 泥丸夫人當中立 長谷玄津繞郊邑
六龍散飛難分別 長生至慎房中急 何爲死作令神泣
忽之禍鄉三靈滅 但當吸氣煉子精 寸田尺宅可治生

若當海決百瀆傾
專閉御景乃長甯
物物不干泰而平

葉落樹枯失青青
保我泥丸三奇靈
愁矣匪事老復丁

氣亡液漏非已行
恬淡閑觀內自明
思詠玉書入上清

琼室在泥丸宮內。其中有八素之雲。環而集之。八素者即上部八景之氣也。雲籤七笈。太微黃書。乃九天元母自然之章。元始天王名爲八景飛經。廣生大真名爲八素飛經。青真小童。名爲豁落七元。多言八素神氣。呼其名者。八素環集。所以招攝身中諸神也。泥丸夫人。即太虛九光龜山元母。姓王名啓珠。蓋雌一之神也。或問曰。天宮亦有夫人乎。曰有。天上人間。其理一也。晉有魏夫人。受黃庭經得道。位爲紫虛元君。領南上司命。加南嶽夫人。秩比仙公。今爲黃庭授籙祖師。故知天上常有夫人也。泥丸夫人。比人身立中生正之母氣。以母伏子。結爲胎仙移居泥丸。故夫人當中立云。又泥丸天宮。首枕崑崙之墟。上有長谷玄淨。長谷則洪濤萬丈。玄津則弱水九重。與瑤池翠水。互相圍遶。此金仙之郊邑也。郊在邑外散仙所居。有春山元圃諸景。邑在郊內。正仙所居。有層城高樓元室丹房。金碧丹青。不可名狀。號西那之都。六龍馭天者。胎仙正到泥丸。或散或飛。一時難以分別。放而復收故也。至此得長生正果。夫長生者。本人精氣而成。養生之道。最忌房中交戰。自促其生。禪家云。閨閣中物割捨不得。便爲滲漏。急字最不得沉痛。天無促人之心。人有自促之路。欲火催而性命亡。天雖遲延。人自迫急。嗟乎嗟乎。惋其死矣。能不哀乎。神望人生。鬼望人死。今何爲尋死作鬼。而令神之哀泣乎。死趣者禍鄉也。聖賢仙佛魂不滅。

酒色財氣魂必滅。爲房中忽之禍鄉。則三靈滅矣。愛生惡死者。別無他法。但當吸母炁。煉子精。保一寸之丹田。居一尺之安宅。凝神聚氣於其中。便可治吾生也。若不然只當着氣如大海。精如百瀆。決之傾之。水源涸而根本不潤。則葉落樹枯。失去青青之色矣。故經云。氣亡液漏。非自己可行之事。惟當專心一志。嚴閉御女之景。乃可長生康寧。何也。泥丸爲精氣神聚會之地。名曰三奇靈。御景一閉。精髓不馳於外腎。保身者保我泥丸。欲念一動。即時提上崑崙。恬淡閑觀。心內自然明白。不爲物欲所迷。一物不干。則物物不干。心泰定而安閒矣。人皆以老爲愁。心泰平者。愁亦不必愁也。老還丁壯。有修煉之書在。於是而思詠玉書。以求入乎上清。上清乃人身心宮。能入上清。則煉已到真境。而玉清。自可漸及矣。

第二十二章

言始終守中

常念三房相通達 洞視得見無內外 存漱五芽不饑渴
神華執巾六丁謁 急守精室勿妄泄 閉而寶之可長活
起自形中初不濶 三宮近在易隱括 虛無寂寂空中素
使形如是不當污 九室正虛神明舍 存思百念視節度
六臟修治勿令故 行自翱翔入雲路
三房者黃庭元海丹田也。三房一氣。通達無滯。常念者十二時中。時常以正念收入。一念黃庭爲黃房。黃房有氣。即在黃房安心。一念元海爲二房。二房有氣即在二房安心。三念丹田爲丹房。丹房有氣。即在丹房安心。心不離氣。氣不離心。心氣相依執中有權。非執一也。玄關往來

無定位。故三房相通達回。孔子易翼曰。九三重剛而不中。上不在天。下不在田故乾乾。因其時而惕。言九三乾乾。只是因時候。氣不可執三爲中也。又曰九四剛而不中。上不在天。下不在田。中不在人。故或之或之者。疑之也。言九四或躍。其剛氣或從此生。使人疑似無容揣測。不可執四爲中也。此儒門通達之旨。金剛經曰。發阿耨多羅三藐三菩提心者。云何應住。云何降伏其心。佛言善哉善哉。發阿耨多羅三藐三菩提心者。應如是住。如是降伏其心。云何則執。如是則不執也。又曰如來在然燈佛所。於法有所得。不不也。世尊如來在然燈佛所。於法實無所得。有所得則言不必執。無所得則不執以爲執也。又曰應無所住。而生其心。佛法至此圓妙極矣。身內身外。皆當如是。此釋門通達之旨。今讀黃庭經通達密諦。而後知三教聖人。傳心相似。特無通人提出。遂至各執一見耳。洞視者一通觀之。得見道氣。即依道氣而立。道心道氣兩無所執。無在無不在。無住無不住。以無定之氣。融無定之心。只要人定片時。則玄關發現無內無外也。存漱五芽者服餌金華也。金華從黑鉛中出。取之爲白金。制之爲戊土。土數五。故號五芽。契所謂鉛體外黑。內含金華是也。金華乃先天一炁得之虛無。升於泥丸。變爲美津。吞入腹內。則金液充盈。不飢不渴也。參同曰。卒得金華轉而相因。化爲白液。凝而至堅。即漱五芽之義也。華有三華。在外爲金華。在內爲玉華。通靈爲神華。神華執中。胎仙有金光覆頂。外景曰。中有真人巾金巾是也。六丁謁者。言陽神在我。陰神聽令也。六丁爲陰。主丑卯巳未酉亥。六甲爲

陽。主子寅辰午申戌。道書云。丁爲六甲之陰官。精室與金室同。急守勿泄。閉而保之者。即前兩章金室之下不可傾。專閉御景乃長寧也。形中地中。以即人身會陰一脈。生精產鉛之所。易曰。在地成形。故形中在地中也。起功修煉。本自形中採取。其境界初不空濶。既而有三宮。以爲結胎養丹之地。三宮即上文三房也。近在己身。易於隱括形神。又況其至虛至無。寂寂然懸於空中。素淨無瑕。使形中一竅。有如是洞明。則不當謂其卑污也。九室者亦金室之稱。其室正虛。可爲神明廬舍。存思百念者。精思蜜念之意。非多想也。節度者周天進退之徑路。時常審視。刻刻運行。六臟修治。日日新、而又日新。勿令其故。行當撒手翱翔。飛入雲路也。五臟言六臟。取膽部藏識之義。黃庭與醫書不同。

第二十三章

言氣神相引

治生之道了不煩 但修洞玄與玉篇 兼行形中八景神
二十四真出自然 高拱無爲魂魄安 清淨神見與我言
安在紫府幃幙間 立坐戶外三五玄 燒香潔手玉華前
共入太室璇璣門 窮研恬淡道之園 內視嗎蜜盡覩真
真人在己莫問鄰 何處遠索求因緣
治身之道。養身妙道也。養身以三部爲主。了不煩言。知其要者。但修洞玄與玉篇。已得三之二矣。洞玄者。三洞玄奧。萬法之宗。即人身下元。黃庭元海丹田也。玉篇者。弄玉靈文。萬法之主。即人身中元。絳宮明堂心窟也。兼行形中八景神者。並合上中下三部而運行之。萬法之王

也。八景名八景飛經。在人身分爲三部。三八二十四真皆出於自然。洞章二十四真者。六根八識。三魂七魄也。又內文所載。諸真皆有名字。上部八景者。腦神覺元子字道都。髮神玄文華字道衡。頭皮神通仲眾字道連。目神虛鑿生字道微。舌神始梁峙字道岐。頂髓神靈謨蓋字道周。膺神蓋歷輔字道柱。鼻神冲龍玉字道平。中部八景者。喉神百流放字道通。肺神素靈生字道平。心神煥陽昌字道明。肝神開君童字道青。膽神龍德拘字道放。左腎神春元真字道卿。右腎神象地无字道生。脾神寶元全字道騫。下部八景者。胃神同朱育字道辰。窮腸中神兆騰康字道還。大小腸神蓬送留字道厨。胴中神受亨勃字道靈。胸膈神廣瑛宅字道仲。兩脅神辟假馬字道成。左陰右陽中神扶留起字道圭。右陰左陽中神包表明字道生。此三部者。在人精思存念。駕河車而搬運之。則二十四真皆安。洞經曰。八景運常寤是也。高拱無爲者。集諸神於泥丸。高高在上端拱無爲。則諸神聽令。陽魂陰魄并合上升。安然不動也。不動之中方有道心發現。名曰清淨神。出而相見與我言。安身之地安在何處。紫府幃幃間也。紫府者絳宮也。幃幃間者心包絡中也。人身有包絡一經。所以障隔穢氣。使心清淨也。既有安心之所。坐立自如。戶外可逍遙也。古歌云。七星在北戶。河漢聲西流。心有七竅。以比七星。七星以北天門爲戶。北方之水向西而流。將入金鄉也。至此有降心之功。三五玄妙於此而明。三五者金水合爲一五。木火合爲二五。戊己併爲三五。相將共入黃庭也。燒香者。保合太和之氣。潔手者。洗心退藏於蜜。玉華乃陰丹。內

邊姪女也。治生以陽丹陰丹嬰姪相見。從高降下。共入太室璇璣門也。太室即大中極。黃庭一室最虛閑。結丹在此。斗宮在此。魁四星爲璇璣。所以藏法身也。璇璣主靜。玉衡主動。動則出而靜以養丹。在此門中。窮研真道。恬然淡然。有爲返無爲。道之園也。內視密眇。只見有金色道人居乎其間。盡見我真身也。真人在我家。不復問西鄰。此修身一大結果。一大因緣。近在己身而得。何處遠索因緣哉。玉華比陰丹者。天上有玉華仙女居無欲天。爲玉皇左侍。書諡曰玉華君。主下界三十六洞。學道之流每至秋分日。即持簿書來訪。有道之士。主化元精元炁。施布仙品。後降生人間。爲唐汾州刺史崔恭之女。名曰少女。嘗以黃庭經。致於其父使讀萬遍。以延一紀。觀此則玉華爲仙女。故丹經借以比陰丹也。

第二十四章

言隱藏修道

隱景藏形與世殊 含精養氣口如硃 帶執性命守虛無
名入上清死錄除 三神之樂由隱居 條歛遨遊無遺憂
羽服一振八風驅 控駕三素乘晨霞 金輦正立從玉舉
何不登山誦我書 鬱鬱窈窕真人墟 入山何難故躊躇
人間紛紛臭如帑

景。光也。音境又作影。見雅川集。隱景藏形者。韜先匿跡也。此就入山煉大還時言。非同積鉛煉已混跡塵俗也。手師曰。潛身崔壑。惟畏人知。人所貪者我不貪。我所得者人不得。宜其與世殊也。含精養氣。有諸內必形諸外。口如丹硃。此煉已後之證驗也。帶。近也。君子之道不下

帶而存允執厥中。合性命爲一。守虛無而生胎仙。姓名入上清矣。上清記名則死錄除名。三神者非三老君。亦非三元君。乃南方三炁生於太無。在人即木汞。位兼東南。三神之樂。由於去南方而隱居北方。得以全其性命也。水中火發。足下雲生。倏忽之間。遨遊上達無遺下達之憂也。羽服者仙人之衣。仙衣一振則八風齊驅。控駕三素。則晨霞可乘。晨者日也。日初出而霞光起。吾即乘之上升。金輦正立者陽氣直衝也。從以玉舉者。真意相隨也。此皆修身至道。載在我仙書中。彼世人者。不肯隱景藏形。不知此中樂趣。何不登我深山誦我金書乎。其山在杳靄幽微處。鬱鬱雲深。窈窈谷遠。乃真人所隱居之墟也。未入此山者多以爲難。殊不知一入便入有何難事。惟其故自躊躇則難耳。躊躇不前。眷戀人間名利。以我觀之。紛紛者其銅臭有如帑藏一。且籍沒。則蕩然空矣。洞經曰。三真出太無。玉戶映晨霞。回神九重府。南昌發琼花。言寄三真於太無。南投北而生身光照玉戶。即乘晨霞而出。回神九重。仍入離宮。南昌發琼花。火裡又生金蓮也。可與本章三真晨霞等句參看。

第二十五章

言還丹火候

五行相推返歸一 三五合炁九九節 可用隱地回八術
伏牛幽關羅品列 三日出華生死際 洞房靈象斗日月
父曰泥丸母雌一 三光煥照入子室 能存玄冥萬事畢
一身精神不可失

修身不外五行。相推與相生各異。五行相生是順。五行相

推是逆。逆乃易數也。順則金生水。逆則水生金。水中鉛是也。順則木生火。逆則火生木。火中汞是也。且金伐木而滋榮。水尅火而既濟。五行來往一炁相成。誰生誰尅。一本共根。故曰返歸一。三五合氣者與前三五不同。彼言三箇五。此言三合五也。三合五庚爲嫩氣。再加五日爲雨弦之氣。再加七日爲十五日圓之氣。陽氣純全。九九數足。故曰三五合氣九九節。吾師云。五千四百零八日。鉛遇癸生採宜急急馳。黃道莫遲延。老君名爲回八訣。隱地八術者還丹術也。北宋劉翊。誦黃庭經遇老子授以隱地八術。遂成仙去。人疑其另有丹術誤矣。還丹大道天隱地中。一陽住處。適當七日之後。八日歸黃道也。欲求九九之道者。正可用此隱地法。乃能得太上回八之術。伏牛幽關者。藏意於生身處。收羅眾品陳列。丹爐至三日而生。明月現庚方。鉛華發而生死際。乃行合丹之事。際者交也。汞迎鉛入之時也。孔子告子路要先知生。後知死。知得生處。乃可去死知生。是立命功夫。丹家言心死神活。尙是盡性的事。至於去死方活。却要在知生處下手去死。死了後方纔復生也。世上丹經都只說個死生。不能說到生死。惟孔論與黃庭。能言之生死交際之後。河車運行。上泥丸而入洞房。洞房者泥丸前宮也。其中有昭昭靈象。斗日月在內。此三素丹光也。父曰泥丸者三素生泥丸。必先有靈父聖母。故以泥丸爲父。雌一爲母。雌一即泥丸夫人也。母挾三光而行。煥照子室。子室者黃庭也。雌一爲金母元君。以金并木。父母相見。猶之嬰姪相逢也。十月情濃。遂產胎仙。迴念當初乳哺。必資外來真水。而入內爐。水神曰

玄冥。能存玄冥則萬事皆畢。故一身精神不可損失也。含精養神。育嬰之道備矣。

或問涵虛曰。孔子言知生知死。言明理乎。言修身乎。曰。明理可以修身也。成聖成仁。皆在乎此子路有敢死之心。孔子先教他知生。生即在當死處。可死便死。一死長生。見危授命。危即是生身處。持患其不知耳。這裡不死。雖生猶死。這裡一死。死中得生。這路結纓即子路生處。即子路死處。生即死。死即生。生死關頭。分得開。合得隴。總要知壽可萬年處。方纔下手去死。則生死皆知也。子貢問仁。夫子曰。無不生以害仁。有殺身以成仁。這仁即生處。知得便死。睢陽信國諸公。至今尚在。此皆生死之際也。內而修身。知得到生處方知得可死處。生處去死。不落空亡。故孔子曰。未知生焉知死。聖人之言。內外皆。

第二十六章

言神丹冲舉

高奔日月無上道

鬱儀結璘善相保

乃見玉清虛無老

可以迴顏填血腦

口啣靈芝朝玉皇

腰帶虎籙佩金璫

駕歛接坐宴東蒙

高奔日月者。陽神冲舉。跳出陰陽。證位大羅玉清無上之道也。鬱儀結璘者。攀扶日月。陰陽二神也。一云東方為日月所出門戶。地祇於此且望送迎。為鬱儀結璘之神。要之乃服日餐月者也。比人身陽丹陰丹。鬱儀者渾合陽儀而成。結璘者服食月到而聚。二品丹法。能送人逕上三天。故曰善相保。自此高奔乃見玉清宮中。虛無大老。在人為泥丸宮。移丹至此。可以迴衰顏而填血腦。填之云者。脫

胎換鼎。血髓皆化為神奇。能以實冲虛也。口啣者服餌也。靈芝瑞草也。生三秀山中仙家名為三秀草。芝有五種。靈芝為最。比靈丹也。食靈丹而朝玉皇。洞經謂三秀登霄庭是也。虎籙者金籙之稱。璫亦用金。全身皆金色也。歛音忽。騰車也。又忽然吹起貌。駕歛者。乘忽然之騰車上接帝座。賜宴東蒙也。東蒙在泰山西南。為海天仙遊宴之所。零陵何仙姑自號採芝仙子。嘗遊三秀山中采一芝。獻於太上。一日在永州壇壁。作三秀神芝記云。天中有三秀山。上產瑞草。號曰靈芝。芝有五種。靈芝為最。上帝命三仙姑守六與地宜也。一藐姑信州得道。一麻姑宣城得道。一何姑增城得道。三姑以黃庭內景經相傳。自為一脉。受上帝金勅玉印。掌人間福善子嗣。及洞天仙籍。今為黃庭授籙祖師。凡遇陰德之士。功深行苦。至於希夷。仙姑即應感而至。食以靈芝。立孕胎仙。宋有馬氏供麻姑採芝圖。後生一神仙宗伯。

第二十七章

言得藥

玄元上一魂魄煉

一之為物最罕見

須得至真乃顧盼

至忌死氣諸穢賤

六神合集虛中宴

結珠固精養神根

玉笈金籙常完堅

閉口屈舌食胎津

使我速煉獲飛神

玄元者二炁也。生人之初有三炁。曰太玄太元太始。生上中下三部。形從氣生者也。修丹與生人同理。欲求先天氣者。須知玄元中。乃有無上真一之氣。是氣也。必合陽魂陰魄。而其氣乃出。一之為物。有心求之不可。無心求之不得。故曰最罕見。然雖罕見。亦必求見。只恐見其假。

不見其真。須得乾鼎坤爐空空洞洞中有意無意。忽然而來。如雪如花者。乃顧盼之。切忌死而不活。及諸般穢賤。如紅鉛秋石。閨丹泥水之類則不足觀矣。六神即前第八章。心肺肝腎脾膽也。膽識傳途五炁朝元。故云合集虛中也。宴。食也。鉛來見汞。子食母炁也。結珠者還丹也。還丹之後精從內守。神與精凝。此固精養神之道。靈根可充實矣。玉爲陰丹。笈與匙同。金爲陽丹。籥與鑰同。內外二丹如鑰匙之封鎖。則性命完堅矣。閉口不言守中氣。屈舌不伸忘外味。如此則自食胎津。保灌玉廬以自償也。外爐增減。抽鉛添汞。使我速速煉之。得成飛仙也。

第二十八章

言操真之妙

仙人道士非有神 積精累氣以成真 黃童妙音難可聞
玉書絳簡赤丹文 字詩真人巾金巾 負甲持符開七門
火兵符圖備靈關 前昂後卑高下陳 執劍百丈舞錦旛
十絕盤空扇紛紜 火鈴霄冠墜落煙 安在黃關兩眉間
此非枝葉實是根

開曰二句。說得至庸至常。將黃庭真言。和盤托出。乃經中要言也。故外景亦言之仙人道士。本無神奇。惟是積精累氣以成真耳。其中賴黃童保合黃童妙音久矣。不可得聞也。惟古來玉書絳簡赤丹文。猶記其字曰黃庭真人。所巾者金巾也。金巾覆頂比鉛氣隨身。由是而負六甲。持虎符開七門以進陽火。七門比心中七竅。心生意故也。火兵比陽鉛。符圖比火記。備靈關。守進路也。靈關即玄門。一號九重鐵鼓又名下鵲橋。乃煉丹發火之處。前昂向臍

穴。後卑向尾閭。一高一下。陳列分明氣衝於上。手執通天劍。百丈之長。從上取之。紫光飛電。如舞錦旛。旛有十絕者。名玄武旗。可以招攝神氣。空中盤繞。攝氣之喻也。而又有迴風相送。宛如宮扇之紛紜。火鈴閃閃。宵冠昂昂。一隊甲兵落在紫煙之際。有若士元夜宴三鼓奪崑崙也。此氣也。起在玄門爲陽長。升在泥丸爲陰生。又須安在黃關。左金匱右玉房。兩眉之間。則火兵化爲王師。有如甘雨之降而植靈芽。此非枝枝葉葉。實是生人之根也。

第二十九章

言煉藥養火

紫清上皇大道君 太玄太和俠侍端 化生萬物使我仙
飛昇十天朝玉輪 晝夜七日思勿眠 子能修之可長存
急功煨煉非自然 是由精誠亦由專 內守堅固真之真
虛中恬淡自致神

紫清即高上大有之天。玉清宮也。元始上皇大道君所居。左有太玄道父右有太和真人。俠侍殿端太玄分炁。太和合炁。致中和而化生萬物。修道者從身中專注。紫清上皇見玄和二氣。神爲主而氣歸之。則能化生一物。使我得仙也。飛昇十天者喻陽火之上升也。十天在九天之上。十極大羅天宮爲謂天最高之處。十者成數也。生之爲一。成之爲十。即十真十仙也。洞曰。十真登紫房帝子化金仙。轉入十仙門。八景齊洞明。皆喻陽火升頂也。玉輪者。月輪也。氣候轉移。必觀月度。晝往夜來。七日來復之候。正好精思用功。切勿貪眠誤事。丹家以一月消息。觀易之四象。初一至初七。七爲少陽。初八至十六。九爲老陽。十七至二

十四。八爲少陰。二十五至三十六爲老陰。此用九用六之義。老陰加一日爲七晦朔之交也。老陰後六日爲七。來復之時也。此皆宜思之熟者。人能修之可以長存也。但其中有自然法度。不可急功煨煉。失却自然之妙。是道也。由然一念精誠。亦由一心專注。由外入內結就胎嬰。內守堅固此真之又真者也。總要虛中調養。恬恬淡淡。則神化之功。自可坐而致也。

第三十章

言服氣

百穀之時土地精 五味外美邪魔腥 臭亂神明胎氣零
那從返老得還嬰 三魂勿勿魄糜傾 何不食氣太和清
故能不死入黃甯

百穀之實。乃土地精華所產。以濟生人之用者。治爲五味。美饌可餐。然此是外美。非內美也。好食五味者。一腔邪魔。腥膻滿腹。夫神明好清。而臭味淆亂之。胎氣宜養。而臭味零落之。脾土傷則飲食難化。頽然老矣。何從返老還嬰乎。勿勿忽忽也。又飄舉貌。魂出鼻孔而飄舉。魄因肉糜而喪傾。五味之食。湮沒性靈多矣。何不食氣養神。食氣養胎乎。太和之氣清而不濁。保合太和。利貞可卜故能長生不死。入與黃甯童子。同作元靈也。洞經曰元靈黃房中。內有黃甯童。蓋人身胃腕神也。主消水穀。仙家名黃屋玄翁。縮合戊己二土使人成仙得道。本經脾部云。坐在金臺城九重。方圓一寸命門中。能食太和者。自能入此中宮也。嘉祥白駒觀有一道士。性耽清虛。一劉淑一楊峻。皆病羸弱。不能留形住世。嘗遇仙師。各賜道名。楊曰道

果。劉曰道愚。二人沒後。降乩於其友白。吾某某靈魂也。不隨魄喪。人初生時。先有靈魂附體。魂清人清。魂濁人濁。其魄乃父精母血成者。魂不至胎不落。墜地之後。乃食母氣。長嗜五味。及其死也魂稟虛靈還歸覺路。魄貪糜肉。因此喪傾。道果道愚玄門之魂也。劉淑楊峻人家之魄也。魄受伊孫之享。魂爲太空之游。吾儕沒後。仍還未生本來。不戀他家兒女。惟曾寄魂於母胎。欲做一番事業。魂願未消。只此念及父母耳。魂見其尸。宛如糞土。魂飛戶外。常踏雲中而行。餐天地空炁。其魄守墓廬。戀堂室依依不散。能禍福子孫。若魂則無此也。生前養性一番。死後更爲空絕無空無礙。無殃無煞。但不能現形說話。以其爲虛靈也。有能現形者皆魄在人間。領受尸氣之餘。百穀之精是以有精爽耳。神仙魂魄相拘。形神俱煉。故能聚則成形。散則成氣。吾二人一片虛靈。將俟天緣。投生再煉。此明性之言也。語甚怪有至理故記之。

第三十一章

言心意須知動靜所謂一動一靜

心典一體五臟王 動靜念之道德行 清潔善氣自明光
坐起吾俱共棟梁 晝日耀景暮閉藏 通利精華調陰陽

典掌職也。心典者心意也。心爲君主。意爲掌職。如人間典禮典樂之官。爲天子掌職也。意生於心。故曰一體。土治五臟故曰王。土有內外。動靜有定無定之翁。動者屬陽爲外。靜者屬陰爲內。外所以通兩家之和好。故無位而動。內所以傳一時之過送。故有位而靜。動以採藥。靜以煉藥。不動而先天之炁如何招攝得來。不靜而先天之氣如何凝結

得僮。靜在黃庭之內則有定。動在黃庭之外則無定。無定者。無形無象之真土。不落有無不立方。所動而採藥爲黃婆。靜而煉藥爲土釜。以之結胎爲黃庭。黃婆者。調和陰陽。土釜者烹煉鉛汞。黃庭者靜養谷神。靜只言定。非真有黃庭也。動只言無定。非真有黃婆也。心動動靜之分。如此如此。即此念之則修德行道。功夫偕行也。但此真意必從真心發出。至清至潔。善氣相迎。自生光明之象。心靜意即靜。坐也心動意即動。起也坐起吾俱。宛若共棟梁焉。棟屋脊也。梁負棟者也。棟梁比心意之相依也。晝日耀景。則意動而行。暮夜閉藏。則意靜而止。朝屯暮蒙。通利一身精華。而能調和陰陽者也。

第三十二章

言兩腎重在隱藏

經歷六合隱卯酉

兩腎之神主延壽

轉罡迴斗藏初九

知雄守雌可無老

知黑見白氣自守

六合者二六相合十二時也。自子至巳爲六陽。行督脉之後。自午至亥爲六陰。行任脉之前。故曰經歷六合。卯酉者出入之門。隱則隱於門中也。此處名歸根竅。復命關。金木交并處。兩腎者內外二腎也。其神玄冥。能存玄冥萬事畢。其神桃康。男女迴老有桃康。故主延壽。延壽之方。莫外乎火升水降。火升則踏罡步斗。水降則轉罡迴斗。藏。潛也。初九潛龍。藏心於淵也。藏初九。則知雄守雌。精神堅固也。故曰可無老。藏初九。則知黑見白。鉛汞相拘也。故曰氣自守。六合有數解。有空中六合。有身中六合。天中六合者。天地四方也。出神時見之。洞經曰。分形散

六合。泥丸易分別是也。身中六合者。其中有上下四圍處。皆名六合一玄丹宮。中結元始王。高觀六合庭。一泥丸宮。飛霞散天日。凝煥六合房。一洞房宮。混化六合室。洞房列火兵。一兩腎中間。桃君守六合。勒精衛泥丸。皆見大洞仙經。一黃庭宮。本經云。六神合集虛中宴是也。至此章。言經歷六合。以十二時言之非宮庭也。

第三十三章

言肝氣表木液也

肝氣鬱勃清且長

羅列六腑生三光

心精意專內不傾

上合三焦下玉漿

玄液雲英去臭香

滌蕩髮齒煉五方

取津玄膺入明堂

下漑喉嚨神明通

坐視華蓋遊貴京

飄飄三素席清涼

五色雲氣紛青葱

閉目內盼自相望

使諸精神還自崇

七玄英華開命門

通利天道存玄根

百二十歲猶可還

過此守道誠甚難

惟待九轉八琼丹

要復精思存七元

日月之華救老殘

肝氣周流終無端

人有一身。必須真水灌注。真水即真氣也。水始於北而歸於東。故論天下之水者。於東爲最。太乙救苦天尊。居東華方諸宮。崇仁重生。扶桑大帝君。稱東方九炁九老。王少陽祖師爲扶桑首相。共治水府。如膽之副於肝也。洞經曰。東華發始暉。高晨映上清。泛然雪波間。寂盼泥丸城。又曰大帝九老京。校山登扶桑。河海皆受事。立示應會方。即此觀之。東方爲生氣之祖。在人爲肝。肝之爲氣也鬱鬱勃勃。源清而漲長收羅眾派。環列身中。方方得氣處處養源。六腑之間。膽與三焦。領少陽之氣。心與大腸。領陽明之氣。小腸膀胱領太陽之氣。肝稱厥陰者。陽氣於此歸

極。陰爲陽根。諸陽所始。故能使日月星辰同生三光也。守東方氣者心要精。意要專。則內藏不傾。上合三焦之氣而上。下合玉漿之水而下。三焦者。氣衝也。上焦在胃口上。治在膻中。中焦在胃管。治在臍旁。下焦在臍下。膀胱上口。亦治在臍。其實乃真元一氣也。有藏無府。故古歌云。三焦無狀空有名。寄在胸中隔相應。但三焦統中下言。而此云上合者。上焦如霧。氣喜上浮也。玉漿者琼海也。主納通身真液注於中宮。上周爲氣。下流爲漿。由是而玄液滔滔。雲英郁郁。可以去臟腑之臭香也。出氣則毛髮如洗。吞液則牙齒皆盪。故曰滌蕩髮齒也。氣無所不到。即無所不煉。故曰煉五方也。取津於舌下玄膺。注液於絳宮明堂。下漑喉嚨。與心宮神明一氣相通。既降之後。時有白氣生於肺宮。浮游玉京山上。故曰坐視華蓋遊貴京也。其爲氣也飄飄飄飄。青素君居左席。黃素君居中席。白素君居右席。三氣以青氣爲主。空青滿座。故曰三素席清涼也。又如五色雲起。紛然空際。青青葱葱。一片東方之氣也。閉目內盼。自心與自息。兩兩相忘。使諸臟腑精神還。自累以臻崇高。七玄者內丹也。七乃離中之火。玄乃坎中之水。取坎填離。心中養就真陰是爲子炁。仙經云。超九祖拔七玄。九祖乃先天祖炁煉就金丹即超九祖。七玄乃後天子炁。煉出靈芽即拔七玄。英華者黃芽也。故名七玄英華。以此駕玉液河車。故能開我命門。通利天津九道。而存玄牝之根。人能守此玄根。則保身待時。延年奉道百二十歲。猶可還丹。過此以往。欲求保生之道誠甚難也。內丹了性。只活得如是耳。若欲了命。惟待人密尋九轉金

丹八轉琼丹。則能長存萬劫。九屬金八屬木。東往西鄰金回木運琼漿入口。名曰九轉八琼丹。即金液大還也。要人密密精思常存七元。然後璇璣玉衡默運日月。七元者北斗元君。主人死生者也。日月以陰陽言。陰陽配而生精華。能救老人之衰殘。古人有服日精月華者。即此術也。紅日臬臬明月團團皆生於東海之上。可知人身肝氣。亦自周流不息。始終無端也。

第三十四章

言肝氣表金液也

肺之爲氣二焦起

視聽幽闕候童子

調理五華精髮齒

三十六咽玉池裏

開通百脉血液始

顏色生光金玉澤

齒堅髮黑不知白

存此真神勿落落

當憶紫宮有坐席

眾神會合轉相索

肺氣從三焦起者。肺爲五臟華蓋。三焦爲真元一炁。真元上升肺乃受之。故從三焦起也。視聽幽闕者。中下二焦皆治在臍。返觀內察以候臍下之氣。故視聽必在幽闕。候童子即候白元也。白元在肺。如何在臍。肺與真元本一炁耳。真元至則白元至也。五華者五炁也。肺氣調則五炁調。肺氣理則五炁理。故曰調理五華。五華精壯。則齒髮亦精壯。此等功夫。全在夫納炁。三十六咽者陽行三十六吞入我家金鼎以留朱裡。真汞外行不知。必謂三十六次。咽入口中玉池也。玉池在彼。見翁葆光陳上陽悟真註。內咽之津從外邊玉池躍出。一撞三關開通百脉。腦生血液由此而始。紫陽云。百脉閉而不開。惟神仙以陽氣沖開。故能得道。自此顏色生光。而得金玉之澤也。齒之動者日益堅。髮之

白者日返黑。黑則永不知白也。真神乃白元之神。落落乃疎疎之義。存此真神最宜密密綿綿。不可疎疎落落。紫宮者諸神會合之地也。當憶紫宮之間。亦有白元坐位。眾神聚處。與我相合。轉來相索於白元。以食金液也。

第三十五章

言脾土妙用了性命 以脾神爲主

隱藏羽蓋看天舍

朝拜太陽樂相呼

神明八威正辟邪

脾神還歸是胃家

耽養靈根不復枯

閉塞命門保玉都

萬神方酢壽有餘

是爲脾建在中宮

五臟六腑神明王

上合天門入明堂

守雌存雄頂三光

外方內圓神在中

通理血脉五臟豐

骨青筋赤髓如霜

脾救七竅去不祥

日月列布張陰陽

兩神相會化玉漿

淡然無味天人糧

子丹進饌饋正黃

乃曰琅膏及玉霜

太上隱環八素琼

流溢八液腎受精

伏於太陰見我形

陽風三玄出始青

恍惚之間過清靈

戲於鸞臺見赤生

逸域熙熙養華榮

內盼沉默煉五形

三炁徘徊得神明

隱龍遯芝雲琅英

可以充飢使萬靈

上蓋玄玄下虎章

隱藏。以藏意。言羽蓋所以隱身者。看天舍。觀天心也。

天心乃太陽之氣。伏蒸而成，契所諸下有太陽氣。伏蒸須

與間也。脾主太陰則必與太陽相對。故曰朝拜太陽樂相

呼。喻意氣之相合也。神明即真意。爲八方之威神。一正

可以辟萬邪。脾與胃相爲表裏。故脾神還歸是胃家。家即

戊己宮也。耽養靈根。勤修黃芽也。黃芽一長。則根本不

枯。閉塞命門者。靜守黃庭也。前所謂方圓一寸命門中也。

保玉都護琼瓏也。日祖云。朝朝煉液歸琼瓏。夜夜朝元餐

玉英。即保玉都之義。萬神方酢者身中萬神冥酢。於此彷彿躋堂稱壽。慶祝有餘也。是爲脾神建極。在乎中宮。五臟六腑之神明皆相聚焉。此其所以爲王也。上合天門下入明堂是爲歸根之象。守雌存雄者。悟真所謂雄裏懷雌結聖胎也。本經云三光喚照入子室。正在此時。故曰頂三光。三光覆頂之地。外方內圓。神在其中即黃庭宮也。由是而通理血脉。五臟豐肥。骨青筋赤。髓白如霜。皆脾所造就者。此脾也。更能救護七竅之心。滌除不祥之氣。日月列布於中。陰陽開張於內。只見那雄一雌一。兩神相會。溶溶漾漾化生玉漿。陸子野名爲神水。陳上陽決爲真精真氣。玉漿入口。淡然無味。此即天仙化人之糧也。子丹者金液也。金液還丹。乃雌雄二神。交感中宮而生。故曰子丹。進饌比服食。其饋正黃者黃芽滿前也。洞經云舐煉五芽珠。含善味長生。金丹大要云。刀圭入口運已真火以養之。運火之際忽覺夾脊真炁。上冲泥丸。瀝瀝然有聲。似有物觸上腦中。須臾如雀卵顆顆。自腭下重樓。如冰酥香甜。甘美無比。覺有此狀。乃驗得金液還丹。徐徐咽歸丹田。如此服食。乃曰琅膏玉霜。可稱仙饌。太上者。至大至尊之稱。表金胎神室也。金胎神室。隱隱然環而遶之者。若集八素之琼室焉。八素化爲八液。自上達下。腎受其精。自此而後。常常不絕閉目。內觀臟腑。歷歷如燭照。漸次金光覆頂也。伏於太陰之間。恍然見我真形。太陰脾也。脾在上。而忽在下。此乃無形之土。非有形之土。乃無定之土。非有定之土。乃仙經所言之土。非醫經所言之土也。土中養育法身。自見飄飄然。陽風一起。從三玄之內出乎

始青之天鐘。祖云。第一混洞太無元。從此化天寶君治玉清境。其氣始青。始青者東方之天也。三玄者三丹也。猶言脫胎換鼎。自下丹升上丹徑達始青帝出乎震也。恍恍惚惚間。至於泥丸宮清靈之境。戲於鸞臺之上。與赤生相見。鸞臺泥丸宮上。赤生乃南極長生大帝。偷言本性圓明。赤洒洒光灼灼也。逸域乃逸宅。在玄丹宮內。洞經曰。逸宅丹玄內是也。此處爲調神之所。熙熙如登春臺。養我華榮。以待出殼也。內盼本身沉沉默默。靜煉五體。必生羽翰。三炁徘徊者即前十九章中。三真扶胥之意。妙在徘徊二字。有涵泳優游。光景得神明者。煉神還虛六通四達也。隱龍者。易所謂龍蛇之蟄以存身也。遯芝者斂跡名山。以食仙芝也。雲琅英神丹也。學人道成之後。尙有神丹。一著名賴天元服食。修丹至此萬神聽命。故曰可以充飢使萬靈。玄玄者。北天也。虎章者金光也。北方有上玄玄天。主成仙作聖。清淨無染。證不空果者升此天。上蓋玄玄。頭頂北天也。下踏虎章。足履金光也。

第三十六章

沐浴盛潔棄肥鮮	入室東向誦玉篇	約得萬遍義自宣
散髮無欲以長存	五味皆至正氣還	夷心寂閱勿煩冤
過數已畢體精神	黃華玉女告子情	真人既至使六丁
即授隱芝大洞經	十讀四拜朝太上	先謁大帝後北向
黃庭內經玉書暢	授者曰師受者盟	雲錦鳳羅金紐纏
以代割髮肌膚全	携手登山歆液丹	金書玉景乃可宣
妄傳事發告三官	勿令七祖受冥患	太上微言致神仙

生死之道此其文

凡修仙道者。必須沐浴身心。至於盛潔棄盡肥薰。安於淡泊。入室東向者。先領東方生氣。誦玉篇者。先行玉煉之功。約得萬遍者。三年煉己。自在河車幾千遭也。用力之久。一旦豁然永性圓明。義自宣著。散髮無欲者。逍遙自得以此立長存之根。五味既至黃中通理也。黃中通則正氣還。正位居體。美在其中矣。夷心平心也。寂閱無悶也。息念幽居勿染煩惱之冤孽也。過數已畢。內養純也。體有精神。五形固也。黃華玉女。己性也。即黃婆也。告子情者。通情合性可稱還丹也。真人既至。丹道已成。役使六丁。陰魔拱手。隱芝者。金仙之號也。大洞經。元始天尊所作。授與玉宸道君。道君言人能修到真人地步。吾即授以隱芝。金仙大洞仙經。以盡玄微之旨。得此經者。十讀四拜存其誠。默朝上帝立其敬。先謁大帝九老。以受東方九炁。後乃北向而坐。以受北方五炁。始於東北之義也。道君本大洞經義。演說黃庭內經。總教人恪守中央耳。名曰玉書。言言曉暢。以書授人者爲師。受書爲徒者。必先盟誓。毋畔毋怠毋貪凡。此盟意也。雲錦之衣。鳳羅之裳。金作紐以結纏帶。示信心之固結也。釋氏學道。必須薙髮。玄門立教。只以金紐纏結其信心。以代割髮之意。全其父母肌膚。天上無落髮仙人也。至於金簡玉文。雖然授受必須。携手登山歆血再盟。毋許妄傳匪類。亦勿遇人不傳。如此盟畢。液丹作證。液丹者。血神名也。夫而後。金書玉景之妙蘊。乃可宣陳。如有妄傳。事不發露則已。事若發露。必告於三官以拷掠之。七祖同受冥患。三官者。

天地水也。三官宮府。百二十曹。每年正七十三官會集。考校不善。慎之慎之。勿令七祖陰靈同受冥中患難也。太上微言。即指黃庭內文。能知文義坐致神仙。神仙者。不死者也。欲求不死之道。豈有他哉。此即其至文也。得者寶之。授籙者誌之。

黃庭經上卷終

黃庭外景經

太上黃庭外景經

丹
青霞二元君秘本

第一章

老子閑居作七言
前有幽闕後命門
總真童子食胎津

解說身形及諸神
呼吸虛無入丹田
審能修之可長存

上有黃庭下關元
玉池清水灌靈根

圓嶠山紫霞洞涵虛子註

此章乃少陽祖師開經贊也。祖師曰。老君常念玉文。嘗即內景經刪繁就簡。作為七言。仍名曰黃庭別之曰外景。內

外乃前後之稱。非指身中內外也。其所稱說者。一身五形。及身中萬神。真要典也。太上以虛無為本。上下前後之間。其中有一虛無圈子。人能守此呼吸則能深入丹田。養他家玉池中先天至清之水。以灌我家靈根。靈根固則丹基立矣。總真童子。即胎嬰也。胎嬰為萬神之宗。朝朝養育。服食胎息玄津。如此修之。便可長生不死。灌靈根以後天養己。言食胎津以先天養丹言。此一贊之妙義也。世傳黃庭經。將老子閑居一句刪去。下改為四言。曰上有黃庭。下有關元。前有幽闕。後有命門。呼吸虛外。出入丹田。審能行此。可以長存。總真童子句。諸本皆遺。不睹真函。幾失廬山面目也。先余欲註黃庭時。忽感丹霞元君。降於山齋云。接魏夫人書。命子考注黃庭。並以闕苑秘本垂示。一日。有餐霞道人。得南嶽弟子揚長史傳本。以寄持平子。轉示於余。合丹霞本參之。始識天宮秘籙。固自相同也。喜而誌於註下。

第二章

黃庭真人衣朱衣
關門牡籥闔兩扉
丹田之中精氣微
玉池清水土生肥
籥籥同鎖鑰也。其機括有牝有牡。關門之時。以牡入牝。則籥合而兩扉亦闔。喻言神氣交媾。如牝牡之相銜也。作壯字者謬。土生肥者。取他家玉池中至清無擾之水。日日澆培。則瘠土變為肥土。而靈根深穩。堅堅固固。至老不衰枯也。餘見內景四章。

第三章

中池有土服赤朱 田下三寸神所居 中外相距重閉之神廬之中務修治 玄膺氣管受精符 急固子精以自持
中池爲氣海。一曰中心。內有修身之士。服赤朱衣。指心神也。田。丹田也。田下一寸爲關元。二寸爲中極。三寸爲會陰。皆神所居之地。非獨中池也。中池與田下三寸。不無中外相隔之勢。而重重緊閉。則內神不出。神廬者。神室也。神室之中。務修治清淨。不許外緣相侵。綿綿若存。內養神火。忽而水來相濟。則有玄膺氣管。承受精符。精符者。以精合神取水制火也。精在我家爲子精。從此急急固濟。以自扶持。則正一含華也。

第四章

宅中有土常衣絳 子能見之可不病 橫徑長尺約其上
子能守之可無恙 嘯吸廬間以自償 保守完堅身受慶
方寸之中謹蓋藏 精神還歸老復壯 使以幽闕流下竟
養子玉樹令可杖
首句與內景宅中有真常衣丹同。宅。靈宅也。培養陰丹之地也。一名廬間。一名方寸。橫徑量之。其長不過尺許。約束乎內神之上。務使內境不出。外境不入。守之在此。嘯吸在此。保養在此。蓋藏在此。精神歸根在此。幽闕使之。其流衝至下而竟。竟者止也。養子玉樹者。灌溉靈根。使之琳條森森。可以爲杖也。喻言內丹成就。扶持衰老之義。

第五章

至道不煩不旁迂 靈臺中天臨中野 方寸之中至闕下
玉房之中神門戶 皆是公子教我者
迂。逆也。又行也。至道逆行。然不向旁門逆行。左上右下者。非正軌也。必須後升前降。乃自然之大路。靈臺起於中天。即真心發現處也。下臨中野。注意於中央黃庭。方寸者。規中也。闕下者。臍下也。玉房即內景之金匱玉房。言玉房而金匱亦在其內。夫人之神栖於目。故爲神之門戶。經所謂機在目者是也。此至道之要。皆是木公之子。指教我者。公子爲震帝。爲長子。爲龍。龍從火出。汞性靈通。道教人先明己性。能明己性。即能自己醒悟。自己醒悟。即如公子之教我也。

第六章

明堂四達法海員 真人子丹當我前 三關之間精氣深
子欲不死修崑崙
明堂即明堂宮也。此宮在兩眉間一寸之內。日月列宿。照耀光明。故曰四達。運藥至此。爲丹法會歸之地。源頭活水。從此化生。故曰法海員。子丹者金胎也。金胎乃真人之體。以金尅木。母來見子。結成真身。故曰真人子丹。由明堂而入神室。神室在明堂之前。故曰當我前。三關見內景註內。子欲不死修崑崙。這句乃玄中妙語。不可不知。上崑崙爲修煉陽神之地。長生遠死之鄉。此人所共知者。而尤不止此也。有中崑崙。隱在身中爲至清至空之境。氣與神合。渾渾淪淪。打成一片。如入萬仞虛空。一身之內

雖有上中下三關。到此並無三關可分。一真特露萬象皆虛。離種種邊。造巍巍境。張三峯先生道情所謂。無事真人裏面藏。主翁端坐崑崙上者是也。此處見先天長生陽神。無後天轉劫陰神。故曰三關之間精氣深。子欲不死修崑崙。誦黃庭者。須要在之間二字着眼。又有下崑崙。爲修丹發火之源。皆所當知者。凡修崑崙者。須凝神於三關之間。其間有至清之精。至淨之氣。神入其中。深微浩渺空空無無。心甚明白又不動念。一刹那間頓超上乘。世人見崑崙二字。即云訣在泥丸。若非吾山保和二師。頻頻指點。誰知致意於三關之間哉。

第七章

絳宮重樓十二級

宮闕之中五采集

赤神之子中池立

下有長城玄谷邑

長生要妙房中接

絳宮在重樓之下。藥入絳宮。必先下肺管重樓十二階梯。宮闕之中。指黃宮言。追二炁於黃道。合三姓於黃宮。則五炁朝元。眾美畢聚。故曰五采集。赤神之子。真意是也。由心生意。故曰赤神之子。中池者。元海也。五采集之時。真土擒真鉛。真鉛制真汞。定而不走。神炁凝住。故曰立。中池之下有長城。金隄是也。又有玄谷。水鄉是也。邑在其中。爲修行人食采之地。如人間都邑。有城垣圍之。濠溝遶之。乃嚴密處也。長生要妙。自房中得之。丹家名接命術。有如男女交媾。並非採戰之事。乃神炁相胥。金木交并而已矣。

第八章

棄捐淫慾專子精

寸田尺宅可治生

繫乎長流心安寧

觀志遊神三奇靈

閒暇無事心太平

首句之意。勸人戒色慾以固精也。寸田者。命門也。尺宅者。靈舍也。內景云。方圓一寸命門中。本經云。橫徑長尺約其上。乃養己存心之地。俗人作面門解。非也。心不安寧。由於擾擾外馳。長流不返。故須繫之於內。以安其心。觀志者。閉塞內觀以持其志也。遊神者真人潛深淵。浮游守規中。有泳遊自得之象。此時精氣神。合而不分。故稱爲三奇靈。閒閒暇暇無事無爲。心境於斯太平焉。

第九章

常存玉房神明達

時念太倉不飢渴

役使六丁神女謁

閉子精路可長活

常存玉房者。刻刻存神也。閉目內守神不外遊則愈定愈慧。人知其神之神以爲明達。而不知不神之神乃真明達也。時念太倉者時時調護。薄滋味以養之也。太倉爲胃。意土居之。意所在即太倉所在。不可執有形之胃也。仙家以玄關爲太倉穴。長胎住息之所。內景云。方圓一寸命門中。吾以爲意所燕居之地。真通論也。意土盛強。能使胃消水穀。飲食融化。故曰不飢渴。六丁之神名之爲女者陰神也。陽神在我則能役使六丁。命其來謁。長生之道如此。總要閉子精路耳。

第十章

正室之中神所居 洗心自治無敢污
六府修治潔如素 虛無自然道之故

歷觀五臟視節度

正室者。中央神室不偏不倚也。洗心退藏。自勤修治。無敢垢污焉。由是而內觀五臟。歷歷如燭照。一身節度。皆可審視也。由是而內觀。六腑一一修治。潔然如素。並無濁穢也。虛無自然之道。從古如此。故原故也。

第十一章

物有自然事不煩

垂拱無爲身自安

體虛無物心自閒

寂寞曠然口不言

修和獨立真人宮

恬淡無欲遊德園

清淨香潔玉女存

修德明善道之門

物有陰物陽物。分乾坤內外。看此物字以內言。凡修內物者。有自然之理。不必多事。其事本不煩也。身安則精不動。心閒則神不擾。口不言則氣不散。但當端拱無爲。體虛無物。寂寞曠然耳。修理太和。守中獨立。此之謂真人宮。恬恬淡淡。內無欲念。遊於德園玉芽燦燦。斯時也。清淨無染。香潔無塵。則玉女長存矣。玉女者內汞之喻也。德也者。人之所得於天。虛靈不昧。以具眾理而應萬事者也。修之所以復共虛靈之體焉。善也者。天之所賦於人。最初一點。乃性之根而心之蒂也。明之所以見其本來之真焉。大道之門。先教人盡性。亦在乎修德明善而已矣。

第十二章

作道優游身獨居

扶養性命守虛無

恬淡無爲何思慮

羽翼已成正扶疏 長生久視乃飛去

作道。言修道也。修道之士。或在人間。或出世外。須要優游自適。守吾身而獨居焉。身中有性命。一者日日扶持。時時養育。先修玉煉以明性。後修金煉以立命。其秘要只是內守虛無耳。人生天地間。多思多慮。能守虛無。則恬然淡然。無爲而爲。何思何慮之有。仙家以煉氣爲煉羽翼。神完氣足。則羽翼已成。扶疏者。神氣條茂也。從此內全性命。外固形軀。隱顯人間。長生久視。厭居塵寰。乃脫殼飛去。

第十三章

五行參差同根節

三五合契要本一

誰與共之斗日月

抱珠懷玉和子室

子能守一萬事畢

子自有之持毋失

子欲不死藏金室

參差者。錯綜互用也。五行順序。則金水木火土相生相養。五行錯綜。則金木水火土相剋相制。其間有木降金升。水主火賓之用。道有不可等齊者。故曰五行參差。然其一炁相成。則同根共節也。三與五合契。其數爲八。分陰分陽。適當七日來復之後。溯其本則自虛無生一炁。一炁產陰陽。故曰要本一。此一炁也。養在虛無。誰與共之者。北極二曜是也。斗魁斗杓星辰動靜而審時。離日坎月水火同宮而交煉。我只抱明珠。懷美玉。修和子室耳。子室即虛無也。人能守虛無一炁。待其來而擒之。則性命在我。萬事皆畢矣。一之爲物。子身自有。總要堅持勿失。失則死。不失則不死。子欲不死。必將此一藏之歸於黃金室內。永

遠不離。則大丹成就矣。

第十四章

出日入月是吾道

天七地二同相守

升降進退一合九

玉石珞珞是吾寶

子自有之何不守

心曉根蒂養華采

服天順地藏精海

七日之內迴相合

崑崙之性不迷惑

出日入月者。陽往陰來之路也。故曰是吾道。天七者。火之成數。火成於天。自上而下。未濟之卦也。地二者。火之生數。火生於地。自下而上。既濟之卦也。既未兩卦。互相保守。此金水之事也。升降進退。即上下也。一合九者。金水不可離也。進則水中金升。退則金中水降。此增減之妙也。玉石珞珞者。比金液顆顆。如卵如丸。下於喉嚨。而為吾身至寶也。金液還丹。人人自有。得之者可不守之乎。守之功。所以深根固蒂也。而知其道者。莫妙於心。心曉根蒂。舉金水以養還丹。則灼灼陀陀。漸生華采。此等法功。要只服事乾天。順承坤地。承天時行。收藏精海而已。精海者元海也。七日來復之內。即起周星運迴內院。與吾已結之丹。兩相并合。養於中崑崙。調於上崑崙。空清一片。本性圓明。故曰崑崙之性不迷惑云。

第十五章

九源之山何亭亭

中有真人可使令

蔽以紫宮丹城樓

俠以日月如明珠

萬歲昭昭非有期

外本三陽物自來

內養三神可長生

魂欲上天魄入淵

還魂返魄道自然

庶幾結珠固靈根

九源。即內境所稱九液源也。九為金。源為水。上言金水之用。此章言金水之根。九源在下崑崙。故曰九源之山。亭亭山高貌。山中有真人。號玄冥童子。又曰桃康。可備使令之用。蔽以紫宮丹城樓。俠以日月如明珠。言其藏護之嚴密也。藏護密。則內火精純。仙道可致。萬歲昭昭。長明久視。非有期年之可計也。此大還之樂也。當其先修丹於內。創鼎於外。乾三陽而坤三陰。天地顛倒。賓主錯綜。以乾入坤。則三陽在外。霎時先天一物。不期而自來。名曰水中鉛。以鉛制汞。由外還內。聚精養神。以三陽補三陰。復成乾體。相接長生。三神者。三陰也。內養三神。外丹伏內丹也。內丹既伏。則清明鎮定。可以長生。彼不長生者。臨死之時。魂欲上天。魄欲入淵。魂魄不親。鉛汞各道。還魂返魄者。魂欲上而使之下。魄欲入而使之出。魂魄相拘。悟真謂地魄擒朱汞。天魂制水金。此大道自然之事也。修丹至此。庶幾結就明珠。永固靈妙之根。而為仙人矣。

第十六章

旋璣懸珠環無端

玉笱金籥身完堅

載地旋天周乾坤

象以四時赤如丹

前仰後卑各異門

送以還丹與玄泉

象龜引氣至靈根

旋璣者。進陽火而旋璣上運。懸珠者。退陰符而珠玉下垂。此二者。如環無端。其入內也。陽丹與陰丹交凝。玉笱金籥。兩兩封固而本身完堅矣。載之以地。黃庭坤土也。旋之於天。白液乾金也。一周天內。盡乾坤陰陽之妙。其沐

浴卯酉。盈虛生成。又象四時之分。至四時之推行。與四時之花實。十月霜飛。葉黃果熟。其赤如丹。此返本還元之所以名爲丹也。養丹之地。前仰後卑。前則任脉止於小腹。其象仰。後則督脉起於尾閭。其形卑。一仰一卑。爲金丹出入之門。其往來有各異者。出送之往。入送之還。還丹到手。付與玄泉。玄泉者虛中一竅深淵是也。俗解作舌下廉泉。乃外行語。結句云。象龜引氣至靈根。若非深處。安得謂之靈根哉。

第十七章

中有真人巾金巾

負甲持符開七門

此非枝葉實是根

晝夜思之可長存

中即深淵之中。不在肉團心內。七門比七竅。肉團心有七竅。靈明心亦自有七竅也。可與內景二十八章參看。

第十八章

仙人道士非有神

積精累氣以成真

人皆食穀與五味

獨食太和陰陽氣

故能不死天相既

太和之氣。陰陽合成者也。既。盡也。與天相盡。實無盡之詞也。

第十九章

試說五臟各有方

心爲國主五臟王

一意動靜氣偕行

道自守我神明光

通我華精調陰陽

晝日昭昭夜自守

渴自得飲飢自飽

經歷六腑藏卯酉

轉陽之陰藏於九

審能行之不知老

五臟以心爲君。人以身爲國。故心稱國王。意由真心發見。靜則與氣相依。動則爲氣之輔。是二是一。故曰偕行。欲得真意。道在守神明。能守神明。則能生出真意。通我華精調和陰陽。華精者真鉛也。鉛汞相投。則陰陽和合。從此朝屯暮蒙。晝則昭昭而行火。夜則默默而行符。金水抽添。渴得飲而飢得飽矣。經歷六腑者。元氣充滿乎一身。藏丹於卯酉門中。藏則轉陽之陰。如潛龍之藏於初九。皆一意之動靜爲之也。審能行此。永不知老矣。

第二十章

肝之爲氣條且長

羅列五臟生三光

上合三焦下玉漿

我神魂魄在中央

津液流泉去臭香

立於懸離含明堂

雷電霹靂往相將

左卯右酉是吾寶

伏於玄門候天道

近在我身還自守

清淨無爲神留止

精神上下分開理

通利天道長生草

七孔已通不知老

還坐天門候陰陽

下於喉嚨通神明

過華蓋下清且涼

入清冷淵見吾形

其成還丹可長生

下有華池動腎精

立於明堂臨丹田

將使諸神開命門

通利天道至靈根

陰陽布列如流星

一本有肝氣周流終無端之句。作收。頗似此章大旨。或後賢注語。因七字混入經文。不忍棄之附此。

肝之爲氣。條達而流長。萃然沛然。真可庇蔭一身。內云六腑。此云五臟。臟腑皆木液之所滋潤也。羅列五臟。臟藏維持。合三焦而下玉漿。則與真元一氣。周流不息。肝藏魂。此並言我之心神魂魄。同在中央。以三姓會於黃宮

耳。木生津液。化爲流泉。可以滌去臭香。而著其清香。立於懸靡者。其津液欲下不下。其氣勢早含明堂。霎時間。流泉一瀉。灌注三宮。胃中如雷電霹靂之聲。則住明堂相將矣。下絳宮而歸元海。此處爲卯酉之門。左旋則氣出。右轉則液入。這是吾身至寶。戊亥之間。伏於玄門。又候天道之迴旋。人言天道遠。我言天道近。周天度數。即在我身。還須自守其法。清淨無爲。內神留止。精神上下分開條理。往往來來。疏通關節。通利一身天道。此即長生仙草也。由是殷勤灌溉。心地清明。七孔通達。永不知老矣。得此洪府。全賴陰陽二炁。氣升於天門之上者爲清。氣降於天門之下者爲玄。內景云。出清入玄二炁煥是也。故必凝神息氣。還坐天門。等候陰陽分判。到清升玄降之時。而後寒泉滴滴。下喉嚨而通神明。過華蓋而清且涼。入深淵而清清冷冷。洗心滌慮。見吾恬淡無欲之真形焉。此之謂還丹。其成還丹。可以長生矣。金丹未還之先。下有華池。名曰炁海。腎中之精於此生動。吾立明堂以觀之。照臨丹田。此即將軍之官。主宰謀慮時也。將軍之意。欲使諸神開命門。通利天道至靈根。而陰陽布列。早如流星之速也。

第二十一章

肺之爲氣三焦起 伏於天門候故道
隨鼻上下知兩耳 窺視天地存童子
顏色光澤不服藥 下於喉嚨何落落
下有絳宮紫華敷 隱藏華蓋通神廬
清液醴泉通六腑
調和精華潤髮齒
諸神皆會相求索
專守心神轉相呼

觀我神明辟諸邪 脾神還歸依大家 至於胃管通虛無
藏養靈根不復枯 閉塞命門如玉都 壽傳萬歲將有餘
首句見內註。修理肺氣者。必先伏於天門。等候出入之故道。氣化爲水。則清液醴泉灌通六府。此氣也隨鼻上下。鵲橋相連。上則爲氣。下則爲液。空中聞流泉聲。知之者兩耳也。又以內照之功。窺視天地之升降。以存白元童子。使之輔相六氣。調和一身精華。滋潤髮齒。顏色光澤。永不服藥。液下喉嚨落落然。苑如疎雨。諸神相索。各臟均沾美味。下有絳宮。因涓滴而紫華敷榮。隱藏於華蓋之下。而通神明之廬焉。夫心與神。二而一者也。專守心神。務使心呼神。神呼心。時而在心。時而在脾。神皆明而不暗。觀我神明。真可辟諸邪崇也。在脾爲脾神。所至如歸。常依脾爲大家。至於胃管之間。下通虛無之境。藏養靈根。不使復枯。皆肺氣之澆培。有以致之也。但此藏養之際。須要閉塞命門。潔如玉都。一塵不染。萬慮皆清。由此靈根堅固。壽傳萬歲。亦將有餘而無不足矣。

第二十二章

脾中之神主中央 朝會五神和三光 上合天門會明堂
通利六腑調五行 金木水火土爲王 日月列宿張陰陽
別本將此句錯簡在
年益長之下
二神相得下玉英 上稟元氣年益長
脾屬土。故其神位主中央。朝會五神者。攢簇五行之意。和三光者。運行斗日月也。上合天門會明堂。此句將上二章妙用。點出玄門候天道。脾神也。天門候陰陽。亦脾神

也。天門候故道。亦脾神也。會明堂者。非眉間明堂宮。亦非絳宮。乃中央虛無也。通利六腑。調和五行。金木水火。以土爲王。日月列宿內有陰陽。誰與分之。脾神主張。通利血脉化汗爲漿。修護七竅之心。掃去不祥之念。皆賴脾神立中。意由心生故也。一神者。脾神心神也。相得者。是二是一也。下玉英者。玉液灌心。土亦生黃芽也。上稟元氣者。以氣補神。神資乎氣。氣足神完年益長也。

第二十三章

五臟之主腎爲尊 伏於太陰藏其真 出入二竅合黃庭
呼吸虛無見吾形 強我筋骨血脉盛 恍惚不見過清靈
坐於廬間觀小童 內息思存光神明 出於天門入無間
恬淡無欲養華根 服食玄炁可長生 還於七門飲太淵
通我玄膺過清靈 坐於廬間見小童 問我仙道與奇方
服食芝草紫華英 頭戴白素距丹田 沐浴華池灌靈根
五臟相得開命門 五味皆至善氣還 被髮行之可長存
外景以腎列五臟之終歸於一而已矣。一爲水。腎主之。故五臟以腎爲尊。太陰屬肺。伏於太陰者。真金生真水。真水藏真金也。出入二竅者。乾坤之門。陰陽之戶。一金一水。一往一來。其中名黃庭。爲收藏金水之所。出入相合之地。中即虛。虛即無。呼吸守中。則以天地之間爲橐籥。活活潑潑。渾渾淪淪。秘秘綿綿。打成一片圓陀陀。光灼灼。氣足神足。而吾之真形可見矣。以後則強我筋骨。盛我血脉。恍惚之間。吾形不見。飛過清靈之境。升於中丹。此處乃神明之廬也。坐於廬下。觀見一小童子與我形貌

如。然莫要管他。只守內息。思之存之。則天光慧發。神明益長。由是移神上丹。出於天門之上。與乾坤一氣相通。浩浩蕩蕩。清清空空。是我非我。是虛非虛。以道合天。入於無間。恬淡無欲。以養華根。華根者。仙種也。仙能辟穀。只服玄門之氣。可以長生不死。夫食玄氣者。又須調神入內。還於七門。日飲太淵。其還也。取道玄膺。路過清靈。仍坐廬間。見那小小童子。問我修仙之道。有甚麼奇方。我告之曰。無他奇也。但能服食芝草紫華之英。取戴白巾。足距丹田。沐浴華池。灌溉靈根。五臟相得。一炁冲和。揭開命門。丹光出鼎。五味皆至。善氣還身。照此被髮行之。得藥築基。煉已還丹。朝元返本。明善復初。皆在數語之中。此即仙道奇方。可以長存矣。

第二十四章

大道蕩蕩心勿繫 吾言畢矣毋妄陳
老子作經至此。於是總束兩句以勉人曰。以上所言者。皆大道也。蕩蕩然。至寬至正。無有曲徑邪途。行之者。勿在繁雜之心而墮歧趨也。吾言畢矣。子毋妄陳於匪人之前。自取罪戾。寶之記之。

於是

丹霞元君手敲漁鼓鸞板齊聲頌曰

兩卷古黃庭	扶桑救苦經	人能披聖典
路不入幽冥	淨室祥雲護	高齋至德馨
大音羣籟寂	道梵眾仙聽	座上名香繞

松間小院局 外將術延命 內以道全形

玉板聲聲和 金書字字靈 世間善男女

同此駕雲軒 至心朝禮

歷代授錄黃庭本師

黃庭經徵驗

紫霞子集

許栖巖

許栖巖岐陽人也。舉進士。習業於昊天觀。晨夕焚香。朝真禮聖。恪誦黃庭。老莊以希長生之福。一日失路。至蜀山巖洞中。遇太乙真君。真君曰。爾於人世亦好道乎。日日誦黃庭老莊耳。曰三景之中。得心何句。對曰。黃庭云。但思一部壽無窮。老子云。其精甚真。莊子云。真人之息以踵。真君莞然曰。去道不遠也。令坐酌小杯飲之曰。此石髓也。稽康不能得。爾能得之。遂引入太白洞天。許居月半。思家求還。真君曰。汝飲石髓。壽可千歲。歸去旋來。與子再見。此太白洞天瑤池上宮也。許歸問鄉人年代。云已六十餘載。復入太白山不返。

黃敬

東晉大興間。有黃敬者。爲部從事。天資穎異。有神仙風。南海太守鮑靚見而異之。因命其熟讀黃庭。必有所悟。越日叩之。敬即仿黃庭歌曰。大關之山有輔屋。想而見之翁習成。赤童在焉指朱庭。指而搖之煉真形。消遣三戶除死名。審能守之可長生。靚聞而訝曰。汝道器也。敬事以師禮。靚

謝曰。比肩猶恥之。況師弟乎。後爲赤城大帝引去。

王琮

東極真人王太虛。隱居王屋山中。咸通壬辰。王屋令王琮夙志好道。常誦黃庭經。欲自爲註解。未了深玄之旨。但日誦五十六遍。以表精誠。既而罷官。遂尋王屋小有洞天。初行數十里。石穴甚狹。漸乃坦然平曠。大放光明。峭崖倚空。直拔萬仞。下有嵌室可坐數百人。石床案几。儼若有人居者。案有經文一卷。未敢遽取。稽首再拜言曰。下土賤臣。形濁氣穢。素慕長生之道。幸入洞天之中。今覩上天遺蹟玉案玄經。不敢妄取。願真仙鑒佑。叩頭良久。忽有人坐於案曰。子其緱山氏仙裔乎。好道若此。可以名列青簡矣。吾東極真人。子之同姓也。此黃庭寶經。吾之所註。今授於子。勉而勤之。復飼仙桃以延其壽。子雖有志。未可居此。一十年後。期於茲山矣。言其不見。琮乃挾經而出。容貌益少云。

劉長生

長生真人劉處玄。字通妙。福州人。七真之一也。幼慕玄宗。喜讀道德陰符黃庭諸經。遇重陽祖師。爲講明經旨。真人乃清淨固守。乞食煉形。離人遠物。退藏於天。定力圓滿。天光發明。所著有道德註。陰符演。黃庭述。俱留於世。

應夷節

應夷節。字適中。汝南人也。喜讀黃庭老子周易大洞諸書。持戒勤修。遇上清真人度之。

劉道成

劉道成灑山人也。學黃庭老子之術。精持香火。得大羅真符全家昇拔。

龔元正

龔元正。字端本。武陵人。號冲逸。大師大性淳慤向道精專。端坐誦黃庭經。其後儼然而化。

章警

警察同

章警。字隱之。成都人也。號冲逸居士。精研易理。常誦黃庭。遇南嶽真一子。服以靈丹化如蟬蛻。

陳慧度

陳慧度。頻用人初居恭山。後遷南嶽。研太上黃庭經。佩五嶽真形圖。丹成光氣滿山。

劉翊

劉翊。字子翔。蘇州人也。仰企道德。精念黃庭。遇老君授隱地八術。服五星華法。號元陽子。范文正公。少與之遊。亦常聞其指歸焉。

仙女徵驗

藐姑麻姑

藐姑者。麻姑之師也。出於太古。自昔東方太陽之精與西方太陰之氣。化一女真。名曰玉女。性喜蓮花。一塵不染。凡山有蓮花形者。皆往居焉。東嶽蓮花峯有玉女池。西嶽蓮花峯。有玉女盆。其遺跡也。玉女居兩嶽之間。清凝湛寂。渾乎無倫。復移神於汾水之濱。法身藐小。人稱藐姑。山以姑名。始稱藐姑射之山。高陽氏時。廣成子史名錄圖。以黃庭經五十卷授顓頊。既而西遊中條霍山。與汾水相近。默見藐姑。體合無爲。復以黃庭內外景示之曰。赤松蒲衣。王倪。齧缺。皆得此道者也。爲說黃庭之文。進以自然之妙。臨行囑姑曰。子後遇三十六人。同居廊下者。即汝弟子也。領命訖錄圖翁去。姑乃入豫章龍虎山。象山之麓。按黃庭以存其真焉。姑道德崇高。無爲自化。躬持清靜。默運陰陽。一日見東方少陽之精。與兌方少陰之氣合。化爲神女。在少皞帝摯之墟。其地名魯。姑往觀之。一女嬰撫掌坐地。笑眼向天。狀貌如玉童子。知其不凡。變形爲老母哺之。借地爲姓曰魯母。女曰魯女。性嗜胡麻。母即造胡麻飯。間嘗以生者繼餐。服食既久。芳顏不衰。日行數百里。走及麋鹿。一切嘉穀盡辟之。人遂稱爲麻姑。藐姑恍然。曰。吾得三十六人於廊下也。即現原身相示。肌膚如冰雪。綽約如處子。麻姑望而神驚。藐姑乃爲說修煉根原。傳以錄圖子黃庭妙道。命即在象山修之。山有良田美池。無異平陸。種麻得麻更爲易易。藐姑居象山之東。定神入石。有似人形。世奉爲曰石夫人。祈嗣多應。相近有蓮花峯。尤注意焉。東海王方平。遊蓬島西回路遇麻姑。意氣相投。結爲兄妹。順帝初。方平隱市。朝見漢室將頽。棄宮遠遯。中平間。降臨川蔡經家。命人問麻

姑云方平敬報。久不遊民間。今集於此。想姑能暫來語否。有頃使還。聞空中答云。麻姑再拜。不相見條已五百餘年。尊卑有敘，修敬無階。瑣信來知。在彼登山顛倒而先受命。當按行蓬萊。今便暫往如是當還。還便親覲。願未即去。如此一時。麻姑至矣。經舉家見之。是好女子。年可十八九許。頂中作髻。餘髮垂至腰。衣有文章。而非錦繡。光彩耀目。入拜方平。方平爲之起立。坐定。召仙厨進饌。麻姑云。接待以來。見東海三爲桑田。向到蓬萊。水又淺於往日。羣輩豈將還爲陵陸乎。方平嘆曰。聖人皆言海中行復揚塵也。姑欲觀蔡經眷屬。時經弟婦。新產數日。姑望見知之曰。噫嘻。且止方前。即求少許米擲之地。謂以去穢視之。皆成丹砂。方平笑曰。姑猶作少年戲耶。吾不復爲此狡獪神通也。姑指甲長如鳥爪。經見之。念背大癢時。得此爪爬之當佳。方平已知。即使人引經鞭之曰。麻姑神人也。汝謂其爪可爬背耶。復叱曰。可速改邪念。吾鞭不可得也。宴畢。姑乘雲歸去。晉有麻狄者。爲石氏築城西陵。與邾城連。狄性兇。督丁夫甚暴。時藐姑在象山。常責麻姑。惟務嬉戲。教其勤立功行。以益身心。姑遵命。聞麻狄兇狠好殺。喜其姓麻。欲化之向善。乃投其家爲女。年十二三。儀容靜好。絕似成人氣象。狄愛之。皆稱爲小麻姑。姑屢諫狄曰。殺人還自殺。好生還自生。願勿妄殺也。狄不聽。晝夜督功。惟雞鳴稍息。姑恤之。假作雞鳴。羣雞皆應。狄覺欲撻之。姑遜入江西南城山中。上有丹霞洞。姑居其間。茹芝飲水。忽有東海高真景林子。寄以金書黃庭經。命其體固形軀。又聞有仙樂從靈山來。知有異人。往就之。遇文殊大師。受智利之妙。王方平念舊

而來。喝姑曰。浩劫高真。應世而降人間。遽忘却耶。自此指破前因。姑即長念黃庭。結壇修煉。年餘道成。取神功泉水釀酒。攜歸探狄。狄思女目盲。大悔前非。忽聞女還。不勝喜躍。飲其酒兩目復明。姑辭去仍還象山。拜謁藐姑。以復其命焉。天地聞之。勅封藐姑爲大凝清靜元君。麻姑爲大祥慈惠元君。及麻姑之徒何貞陽爲清靈變化元君。並爲送子三仙云。

何二姑

何二姑。道號貞陽。廣州增城人也。父諱泰。母安氏。二姑生時紫霞繞室。頂有六毫。年十三。隨女伴入山採茶。失侶迷徑。見東峯下有一道士。修髯紺日冠高冠衣輕綃。二姑亟拜之。道士曰。吾王方平也。觀子體態當爲上仙。出一桃飼之。並授以經書一卷。謂之曰。食此桃者。必能昇天。欲解經義。須俟麻姑。二姑如其教。自是不飢不渴。惟經書文字。茫然不解。方平歸蓬島。爲麻姑實道其事。姑即降增城教之。命食雲母粉。並爲解經書曰。太上作黃庭經先傳顯頊。凡五十卷。以合河圖之數。繼授藐姑。約五十卷爲一卷。名內景。繼授東華。又因內景之義。再約一卷以傳之。名曰外景。東華傳魏夫人。夫人廣傳於後。後人將內卷作三十六章。外卷作二十四章。內外首章即東華開經讚也。歷年既久。遂以讚爲第一。而不知黃庭真文。實從第二章起。但太上作之。東華述之。亦可以讚爲首耳。經中有太上告我者。太上隱還。太上微言等語。此太上以前之太上。非東華稱老子也。其書與道德經相爲依輔。道德多言妙。黃庭多言竅。子熟誦

之。其昇天漢不難也。二姑聞言。欣然信受。久之往來山谷。輕身飛行。朝出暮歸。心明鮮桃遺母。則天長壽間。詔命起行至中途。黃門使性其容貌。意欲挑之。二姑早覺曰。中使奉命而來。有心如此。吾不復往矣。踴身而上。不知所之。其後在豫章南城。累現於麻姑壇上。封清靈變化元君。

魯妙典

魯妙典。九是山女冠也。生即敏慧。性高潔。不食葷飲酒。十餘歲即謂其母曰。旦夕聞食物臭濁。往往鼻疼痛。願求不食。舉家憐之。居十年。又謂母曰。人之上壽。不過百二十歲。哀樂日以相迫。況女子之身。豈可復埋真性。混於凡俗乎。有麓牀道士遇之。授以大洞黃庭經。謂曰。黃庭乃扶桑大帝宮中金書。誦詠萬遍者。得爲神仙。但在勤心不懈耳。經云。誦之萬遍昇三天。千災以消百病痊。不憚虎狼之兇殘。亦以却老年永延。居山獨處詠之一遍。如與十人爲侶。輒無怖畏。何者。此經召集身中諸神澄正神氣。神氣正。則外邪不能干。諸神集則怖畏不能及。若能形全神集。氣正心清。則察見千里之外。纖毫無隱矣。特患人不能知。知之而不能修。修之而不能精。精而不能久。中道而喪。自棄前功。不惟有玄科之責。亦將流浪生死。苦報無窮也。妙典奉戒受經。入九是山崖棲靜默。累有魔試而貞介不撓。積十餘年。有神人語之曰。此山大舜所理。天地之總九州之宗主也。古有高蹈之士作三處麓牀。可以棲庇風雨。歲月既久。旋皆朽壞。今爲制之。可以隨性晏息默念黃庭也。又十年真仙下降。授以靈藥。白日昇天。士民即其地。爲黃庭觀以祀之。

魏夫人

魏夫人。任城人也。晉司徒劇陽文康公魏舒之女。名華存。字賢安。幼而好道。志慕神仙。子史經書。無不該覽。攝心夷靜。親戚往來。一無關見。常欲別居閑處。父母不許。年二十四強適太保椽。南陽劉文字幼彥。生二子。長曰璞。次曰瑕。幼彥爲修武令。夫人心期真靈。精誠彌篤。二子粗長成。乃離隔宇室。齋於別寢。將踰三月。忽感羣真來降。各賜琅函。其間惟清虛真人王裒所授甚多。而景陵真人。又奉扶桑大帝君命。特授夫人黃庭內外經。令晝夜存念。讀之萬遍。必能洞觀鬼神。安適天魂地魄。調和五臟六腑。生華色。返嬰孩。乃不死之道也。其後幼彥物故。夫人撫養內外。旁救窮乏。攜二子渡江。璞爲溫太真司馬。至安成太守。瑕爲陶太尉從事至中郎將。夫人自洛達西南。寇盜之中。嘗以黃庭經自隨。多感神明保佑。既見二子成立。因得冥心齋靜。累感真靈。凡住世八十三年。以晉成帝咸和九年歲在甲午。王君與東華君復來降。授夫人成丹二劑。乃託劍化形而去。徑入陽浴山。與羣真相遇。復詣上清宮玉闕之下。授夫人玉札金文。位爲紫虛元君。領上真司命。與南嶽夫人比秩。夫人能隸書。嘗述黃庭內景註敍。其後累降茅山子瑕官侍中。夫人令璞傳法於瑯琊王舍人楊義。護軍長大許穆。穆子王斧並受黃庭昇仙。陶貞白真誥所稱南真。即夫人也。世世降神。不可殫述。

謝自然

謝自然。其先兗州人。父寰居果州南充。舉孝廉。建中初李端以試秘書省校書。表爲從事母胥氏。亦邑中名族。自然初生性情穎異。不喜食葷血。年七歲。喜言道家事。辭氣高逸。家在大方山下。頂有老君古像。自然從母遊見而禮拜。即不願居塵寰。母從之。乃徙居山頂。常誦黃庭內篇。及道德經。年十九。從司馬子微及程太虛。貞元六年四月。刺史韓侂至郡疑其妄。延入州北堂東閣。安之累月。方開閣出之。膚體宛然。晝氣朗暢。侂乃令其女自明師事焉。其父本儒家。歸見自然修道。絕粒不食。以爲妖妄。亦鎖閉堂中。四十餘日。風神益爽秀。寰方驚異。任其所之。七年九月韓侂輿於大方山。爲之置壇十一月。徙自然於州郭九年。李堅至。爲郡刺史。自然告曰。居城郭非便。願依泉石。堅即築室於金泉山。移自然居之。山有石竇。水灌其中。可澡飾形神。揮斥氣澤。所處丹房。常有神物護之。親屬咸不敢近。自是呼爲仙女之室。其後有天真上聖。屢降其室。自然居深山。日誦黃庭經十遍。有童子二人侍立。每一遍。即抄錄。至十遍童子一人。便將去上界報之。李堅與夫人同誦黃庭。先誦外篇。次誦內篇。即魏夫人傳本也。自然云。精思講讀者獲福。浮慕粗行者招罪。又言凡禮尊像四拜爲重。三拜爲輕。人能清靜一室。焚香誦黃庭道德經。或一遍。或七遍。勝布施修齋。誦經在精思。不在遍數。多事之人。中路而退。所損尤多。不如原不會者。慎之慎之。修道要山林靜居。不立近村墟城郭。其以葷腥。仙靈不降。與道背矣。煉藥飲水。宜用泉水。不宜用井水。仍須遠家及血屬。慮有情思忽起。即失修持之功。食米體重。食麥體輕。服氣先調氣。次伏氣出入

不由口鼻。令滿身自由。則生死不能侵蝕。十一月詣州與李堅別云。中旬時去矣。亦不更入靜室。十五日辰時。於金泉道場。白日昇天。士女數千人。咸共瞻仰。祖母周氏。母胥氏。妹自柔。弟季生。問其訣別之語。曰。勤修至道。精誦黃庭而已。刺史李堅表聞。詔褒美之。堅述金泉道場碑。爲記甚詳。

何仙姑

姑永州零陵人也。父諱英。喜布施。母氏鍾。喜清靜。一夕夢遊瀟湘之濱。見水面有縞衣女子。足下踏白蓮花。浮波而至。曰吾瀟湘神女也。將寄汝家。一遊人世。母注目久之。覺而有孕。以元和三年十一月初一日生。生不食乳。母攪蓮粉飼之。年八九。姿容端麗。喜入女道觀遊。諸女冠教以經書文字。若素熟習者。十三歲怙恃俱無。姑與老蒼頭守己幽居。性甘茹素。有求布施者。亦如父母在時。皆樂助焉。後有南嶽觀老女冠。募姑改注生真君像臟腑中。忽得黃庭經兩卷。有跋云。何人有緣。何人有福。若得此經。瑤池宴樂。姑見而喜之。以爲兩何字。雖無定詞。而今則明明合我也。請以他經易歸。老女冠慨然相與。自此家居。長誦黃庭。年十八。守真不字。就家上女冠。焚香掃地。拜禮扶桑帝君。久之有青童君奉東華命。降於其家。授以紫芝丸餌之。並爲講黃庭琴心三疊。漱咽靈液之法。姑受之。自此則體生光華氣香蘭。却滅百邪玉鍊顏矣。零陵有求助於姑者。姑乃佯狂作癲。出入零陵市上。污體穢形。人乃目爲瘋癲。而不之顧。亦有強稱爲仙姑者。姑乃益加韜晦。年六十。鄉里人皆物故。

而姑乃如二十許人。適 呂祖南遊衡湘。見姑於市上。知爲上根道器。度入終南拜見鍾祖。教以神丹服食。遂能身輕。步虛。上下無碍。 呂祖曰。功夫至此已臻大乘。乃引之東遊。見少陽祖師於扶桑。又引見木公金母。金母攜歸閬苑。命掃蟠桃落花。積功已深。乃陞東海青霞洞真大元君。道號一陽。自此則遊行人間。顯跡最盛云。

崔少女

崔少女者。唐汾州崔恭之女也。其母夢神人衣綃衣駕紅龍。持紫函。授於碧雲之際。乃孕十四月而生。少女既生。異香襲人。端麗殊絕。右手有文曰。盧自列妻。後十八年。歸於盧陲。陲小字自列。歲餘陲從事閩中。道過建溪。遠望武夷山。忽見碧雲自東峯來。中有神人。翠冠緋裳。告陲曰。玉華君來乎。陲怪其詐曰。誰爲玉華君。曰。君妻即玉華君也。陲以言返告少女。少女曰。紫霄元君。果來迎我。事已明矣。難復隱諱。遂整衣出見。神人對答甚奇。陲莫能辨。遂巡揖退。陲乃就少女問之曰。少女雖胎育之人。昔居無欲天界。爲玉皇左侍書。諡曰玉華君。爲有欲想。謫居人世爲君之妻。二十三年。未遇紫霄元君。體當與君相近。今既見之。不復與君近矣。至閩中。獨居靜室。陲亦不敢輕踐其門泊。陲罷府印。崔恭亦解組。遂得家於洛陽焉。陲以妻之誓。不敢陳泄於恭。後二年。忽謂陲曰。少女之父。壽算止於二月十七日。我雖神仙中人。生於人世。爲有撫養之恩。若不救之無以報矣。乃請於父曰。大人之命將極於二月十七日。少女受劬勞之恩。不可不代爲獲罪。遂發絳箱。取扶桑大帝

金書黃庭內景經致於其父曰。大人之壽。當數極矣。若非此經。不可救免。今將授父。可讀萬遍以延一紀。於是請恭沐浴南面而跪。少女當几側。授以功章。寫於青紙。封以素函。奏之上帝。又召南斗注生真君。附奏金闕。須臾有三朱衣人。自空而來。跪少女側進脯羞。噏酒三爵。手持功章而去。恭大異之。私訊於陲。陲諱之。經月餘。遂與語曰。玉清真侶。將 于罪於太上。今復召爲玉皇左侍書。欲返神景。還於無形矣。君莫泄是言。貽子父母之念。人世之情。畢於此矣。陲聞其語潛然淚下。曰。濁界愚夫。忝污仙品。乞留指喻。以救沉迷。少女乃授黃庭真本兩卷。及道詩一章。曰。得之一玄。即授自天太老之真。無上之仙光含影藏形於自然。真安匪求。神之久留。淑美其真。體性剛柔丹霄碧虛。上聖之傳百歲之後。空其墳邱。言畢而卒。入歛九日舉棺如空。毀柩視之。但留衣蛻耳。後陲遇九是道士。王方古爲解其詩。曰此玄珠心鏡。宜秘寶之。

薛玄同

薛氏者河中少尹馮徽之妻也。自號玄同。適徽三十年乃言素志好靜。稱疾獨處。焚香誦黃庭經。日二三遍。以爲常。又十二年。有青衣玉女二人降其室。光照庭撫。香風飄然。時秋初殘暑尙盛。而清涼虛爽。飄若洞中。二女告曰。紫虛元君。主領南方籍命諸真大仙。於六合之內。名山大川。有志道者必降教之。子誦黃庭經。精誠感格。地司屢奏。簡在紫虛之府。即日將親降於此。玄同潔誠以候。咸通十五年七月十四日。魏元君與侍女羣真二十八人降其室。憩坐良久。

示以黃庭澄神存修之旨。賜九華丹一粒。命八年後餌之。當遣玉女飈車迎汝於嵩嶽。言訖便去。玄同自是冥心靜神。雖真仙降盼。光景燭室靈風異香雲璈天樂而徽不知也。及黃巢犯闕馮與玄同寓晉陵。中和元年十月舟行至瀆口。欲抵別墅。忽見河濱有朱紫官吏。戈甲武士。序列若迎候狀。舟人驚愕。玄同命移舟近之。吏士皆拱拜。玄同曰。未也。猶在春中。可且去遂散而隱焉。明年二月。玄同沐浴餌丹。二仙女密降。有三十六鶴。翔集庭宇。十四日稱疾而卒。形質柔緩狀若生人。額中有白光一點。良久化爲紫氣。沐浴之際玄髮出生。立長數尺。十五夜彩雲滿室。忽爾雷電。棺蓋飛在空中。失尸所在。惟存空衣而已。異香浹旬不散。時僖宗在蜀浙西節度。使周實表奏其事。詔付史館出 城集仙錄。

丙午八月初二日

黃庭考紀

紫霞考黃庭內景經。自晉魏夫人傳出。文獻通考云。黃庭內景經一卷。晁氏曰題大帝內書。藏暘谷陰三十六章。皆七言韻語。梁邱子序云。扶桑大帝命暘谷神王景林真人。傳魏夫人一名。事華玉篇。又陳氏曰黃庭外景經一卷。務成子著。是南嶽魏夫人所授者。老子在堯時稱務成子紫霞考內景經。實從魏夫人始。傳外景經則不自魏夫人始傳也。陶隱居真誥翼真檢論。上清真經始末云晉哀帝興寧二年。南嶽魏夫人所授弟子司徒公府長史楊君使作隸字寫出。以傳護軍長史。許君及子上計椽。椽以付子黃民。民以傳孔默。後爲土興先竊寫之始濟。

浙江遇風淪漂。惟黃庭一篇得存即內景也。王右軍所書黃庭外景。出在魏夫人之先。右軍以晉穆帝昇平五年卒。是年歲在辛酉。後二年歲在甲子。即哀帝興寧二年。右軍已卒三年矣。若謂外景經興寧間始降於世。安得右軍預書之。陳氏言外景一卷。魏夫人所授者。蓋夫人合已傳之外景。與未傳之內景。並傳於世耳。

紫霞考黃庭外景。舊曾分爲三篇。文獻通考云。黃庭外景經三卷。晁所曰。敍謂老子所作與法帖所載晉王矣。軍所書本相同而文句頗異。其首有老子閑居作之曰。解說身形及諸神兩句。其未有吾言畢矣。毋妄陳一句。疑唐人附益之不知黃庭首章。乃東華贊語。從人不解經式。遂將贊語刪去。故晁氏以法帖爲真。反疑原本之僞也。紫霞考黃庭皆太上化身所作。女仙傳云。錄圖作黃庭經五十卷。先傳顓頊繼授藐姑。約五十卷爲一卷。名曰外景。東華傳魏夫人。夫人並傳於後。故皆云。化身作也。或問外景經既因內景約編如何。外景一卷又稱堯時務成子著內景一篇。反在晉時始出。紫霞曰內景在顓頊後傳藐姑。外景繼此而著。當時兩經並隱。至漢而外景始大顯。至晉而內景始大顯。亦因緣之適然耳。不得以外經早出。疑其爲先內景而作也。

紫霞考王氏法帖書苑言道家有黃庭內景經黃庭外景經。黃庭遁甲緣身經。黃庭玉軸經。世俗例稱爲黃庭經。內景乃大道玉宸君所作。即扶桑帝君傳魏夫人者。外景爲老子所作。即右軍所書者。或謂玉宸乃靈寶天尊號。內景經不書老君。而書玉宸君何也。曰老君著內景化身玉宸君。其青居無垢天宮。玉即無塵之義。宸乃帝居通稱。又雲房答 呂祖三寶三

清論云。天寶君治玉清境。靈寶君治上清境。神寶君治太清境。九天生神氣經云。三號雖殊本同一也。又西昇經云。徧歷九天。上昇上清。日闕丹成蕊珠宮。此老君化身上清也。故黃庭開經讚云。上清紫霞虛皇前。太上大道玉宸君。閑居蕊宮作七言。言居上清之境。紫霞之天。虛皇金闕之前也。太至大也。上至尊也。至大至尊之聖人。執掌長生大道。居於無垢天宮之君主也。蕊宮即珠宮。真靈位業圖。有太和殿。寥陽殿蕊珠宮筆名。

紫霞考勿邱子黃庭內景序一名大帝金書。扶桑大帝君宮中。盡誦此經。以金簡刻書之。故曰金書。

紫霞考黃庭乃道家早有之書。崇文總目有記天皇氏。至帝譽受道得仙事。特上古傳授甚秘。故知者少耳。

紫霞考野客叢書。西清詩話。黃伯思東觀餘論。皆言王右軍只書道德經換鵝。無書黃庭經換鵝事。而王氏法書苑力辯其非。並云黃庭換鵝。與道經換鵝。自是兩事。李太白知之。故書右軍一篇云。掃素寫道經筆精妙入神。送賀賓客歸越云。山陰道士如相見。應寫黃庭換白鵝。

呂祖佩黃庭至道成後。猶不能舍。嘗遊宿州天慶觀。題詩云。肘傳丹篆千年術。口誦黃庭兩卷經。鶴觀古壇槐影裏。悄無火跡戶常扁。

紫霞考儒家所讀黃庭。多以晉人帖本爲正。此徒存餘畧而已。宋歐陽公云。黃庭經晉魏間道士養生之書也。其說專之養內。多奇怪。故其傳之久。則易於訛舛今處處異本。莫可考正。余家有黃庭石本。乃永和十三年晉人書。其文頗簡。以較今世所傳者。頗爲有理。故爲刪正諸家之異。以石本爲

定。

蘇東坡先生喜書內景。全冊有書黃庭經贊云。余既書黃庭內景。以贈葆光道師。而龍眠居士復爲作經。相其前而畫余二人像其後。筆勢美妙。嘆未曾有。遂爲希世之珍。故復贊之曰。太上虛皇出靈篇。黃庭真人舞胎仙。髯其兩鄉相後前。卯妙俠侍清且研。十有二神服銳堅。巍巍堂堂人中矢。問我何修果此緣。是心朝夕了然。恐非其人世莫傳。殿以二士蒼鵠騫。南隨道師歷山淵。山人迎笑喜我還。問誰遣化老龍眠。子由先生亦有和韻

陸放翁先生。嘗得黃庭兩卷真本。時佩誦之。故其年高德盛。屢形於詩。其書懷絕句云。早佩黃庭兩卷經。不應靈府雜羶腥。憑君爲買金鴉嘴。歸去秋山刷茯苓。又道室雜興云。身是秋風一斷蓬。何曾住處限西東。棋枰窗下時聞雹。丹竈崖間夜吐紅。采藥不辭千里去。釣魚曾破十年功。白頭始悟頤生妙。盡在黃庭兩卷中。又道室即事云。一簪殘雪寄林亭。手把黃庭兩卷經。琴調養心安淡泊。爐香挽夢上青冥。張船山太史有仙才。可繼太白東坡兩先生之後。喜讀黃庭道德諸經。有詠道德經詩云。無儒無釋況神仙。妙論平空寫自然。讚到猶龍猶恍惚。後人何處畫先天。詠陰符黃庭詩云。手蘸名香寫道經。陰符鈔罷又黃庭。勝看才士詩文集。播弄天機損性靈。劉道愚居士。號明陽。誦黃庭句云。淨几明窗只自知。黃庭一卷入深思。琴心彈破玄關理。靜養溪山坐待時。

跋

昔 呂祖賜紫霞詩。有萬里江山明月夜。開窗映雪讀黃庭之句。其後紫霞感丹霞青霞兩元君至云。受魏夫人託授紫霞黃庭真本。舉世間訛誤。一一清證。以還秘閣舊觀。並傳科儀及天符雲篆。真方外一大奇緣也。蘇師事紫霞。親見其盛。回頭不覺二十餘年矣。爰集黃庭成二絕句。以誌云。殊塗一會歸要終。五色雲氣紛青葱。黃庭內經玉書暢。但思一部壽無窮。隱景藏形與世殊。扶養性命守虛無。神仙久視無災害。何不登山誦我書。大江劉道蘇始陽子識。

黃庭經下卷終

太上黃庭經重刊跋

上聖立教傳經。闡揚道德真宗。本原真諦。導度羣生。擺脫輪迴。超離六道。以期同登大道。同樂天真。蓋登道。非經引徑不可。歸真則非修返本原不能也。黃庭經。乃修真聖典。然因聖道不易輕傳。遺世甚少。真本難求。善註亦難得也。本堂幸存此經真本上下二冊。註解詳盡而精微。吾人一本弘道之志願。重刊發揚。但願從此光大。有志者得悟迷津。有緣者漸入斯道。如登天之梯。若慈航之寶筏。則黃庭授受之功。太上度世之德。永垂不朽矣。是為跋。

本經經本內之古字淺音，以利閱讀

尻	諡	泮	觜	譽	臙	蕤	珞	颺	帑	牖	籥	瓢	輦
音軌	音示	音接	音追	全察	音煎	音須	音洛	音標	音駒	音友	音若	音嫖	音如
舐	眄	晁	卬	顛	琮	啣	靡	遜	笄	棊	蒨	顛	隘
音底	音勉	音潮	音慣	音專	音徒	音含	音翁	音頓	音匙	音肥	音善	音虎	音爻
譽	盥	鵠	紺	頊	緱	銜	淖	闕	罌	嗎	禋	扃	釗
音谷	音款	音谷	音禁	音旭	音勾	音銜	音高	音秘	音江	音罵	音因	音烟	音斤
璈	雍	韻	殫	邾	灑	裾	綃	敵	饌	歛	羸	憚	鬱
音敖	音涕	音運	音單	音朱	全潛	音居	音宵	音雲	音棧	音忽	音雷	音但	音屈
髯	馭	羶	縞	份	滄	幹	躑	迕	餽	輦	忻	泯	胠
音染	音遇	音毡	音稿	音日	全淳	音欸	音矯	音語	音敖	音斂	音因	音敏	音斐