

迴紫抱黃入丹田

丹田上丹田在兩眉間卻入三寸之宮即上元真一所居也
紫黃者三元靈氣也

幽室內明照陽門

幽室腎也陽門命門也謂存念腎臟令其內明專氣保精無
使泄散朗照內外兼守命門也此一章先說黃庭宮府所在
氣液周流上下相通

口為章第三

口為玉池太和宮

口中津液為玉液一名醴泉亦名玉漿貯水為池百節調柔

道藏輯要

雲笈七籤

十一

參集三

五藏和適皆以口為官主也一本有作太和宮於文韻不便
也大洞經云心存胃口有一女子嬰兒形無衣服正立胃管
張口承注魂液仰吸五氣當即漱滿口中內外津液滿口咽
之遣直入玄女口中五過畢叩齒三通微咒曰玉清高上九
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

漱咽靈液災不干

靈液真氣邪不干正

體生光華氣香蘭

不食五穀無穢滓也

卻滅百邪玉鍊顏

肌膚若冰雪綽約若處子

審能修之登廣寒

廣寒北方仙宮之名又云山名亦曰廣霞洞真經云冬至之

日月伏於廣寒之宮其時育養月魄於廣寒之池天人採青

華之林條以拂月光也

晝夜不寐乃成真

勤修靜定則為真人

雷鳴電激神泯泯

泯泯取平聲讀調神理氣魂魄恬愉雖遇震雷而不驚懼又

道藏輯要

雲笈七籤

三

參集三

曰雷鳴電激為叩齒存思乃是神用不得言泯泯

黃庭章第四

黃庭內人服錦衣

黃庭內人謂道母黃庭真人謂道父人身備有之錦衣具五

色也即謂五藏之真氣也三庭之中備有之

紫華飛裙雲氣羅

十方經云高上玉皇衣文明飛雲之裙即神仙之所服也

丹青綠條翠靈柯

五色雜氣共生枝條仙衣之飾

七蕤玉齋閉雨扉