

太上黃庭外景玉經上

太上閑居作七言解脫身形及諸神上有黃庭下關元後有幽闕前命門呼吸廬間入丹田玉池清水灌靈根審能修之可長存黃庭中人衣朱衣關門壯齋合兩扉幽闕仗之高巍魏丹田之中精炁微玉池清水上生肥靈根堅固老不衰中池有士衣赤衣田下三寸神所居中外相距重閉之神廬之中當修理玄膺炁管受精符急固子精以自持宅中有士常衣絳子能見之可不病橫立長尺約其上子能守之可無恙呼為廬間以自備保守完堅身受慶方寸之中謹蓋藏精神速歸老復壯仗以幽闕流下竟養子玉樹今可壯至道不煩無旁午靈臺通天臨中野方寸之中至關下玉房之中神門戶皆是公子教我者明堂四達法海源真人子丹當吾前三關之中精氣深子欲不死修崑崙絳宮重樓十二級宮室之中五炁集赤城之子中池立下有長城玄谷色長生要妙房中急奮捐淫慾守守精寸田尺宅可理主繫子長留心安寧觀

志遊神三奇靈關暇無事心太平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正室之中神所居洗身自理無敢汚歷觀五臟視節度六腑修治潔如素虛無自然道之故物有自然事不煩垂拱無為身體安虛無之居在幃間寂寞曠然口不言恬淡無欲遊德園清淨香潔玉女存修德明達道之門

太上黃庭外景玉經上

志遊神三奇靈關暇無事心太平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正室之中神所居洗身自理無敢汚歷觀五臟視節度六腑修治潔如素虛無自然道之故物有自然事不煩垂拱無為身體安虛無之居在幃間寂寞曠然口不言恬淡無欲遊德園清淨香潔玉女存修德明達道之門

太上黃庭外景玉經中

作道優游深獨居扶養性命守虛無恬淡無為向思慮羽翼已成正扶疎長生久視乃飛去五行參差同根節三五合炁要本一誰與共之斗日月抱玉樓珠和子室子能知之萬事畢子自有之持勿失即得不死入金室出日入月是吾道天七地二廻相守昇降進退合乃久玉石路路是吾寶子自有之何不守心曉根基養華采服天順地合藏精九原之山河亭亭中住真人可使令內陽三神可長生七日之五廻相合崑崙之山不迷誤蔽以紫宮丹城樓仗以日月如連珠萬歲昭昭非有期外本三陽神自來內養三陰可長生魂欲上天魄入泉遠魂返魄道自然

太上黃庭外景玉經中