

曹月為主簿雷公使者在吾左右風伯雨師
 在吾前後六甲直符周甲圍繞青龍扶吾左
 白虎侍吾右朱雀導吾前玄武從吾後北斗
 覆吾頭天罡指吾首騰蛇在吾足為吾滅殃
 咎吾居丹房中太一為吾偶左三右七戴九
 履一二四為吾肩六八為吾足吾居中宮以
 為腹實今教子鬼萬神各還本鄉當吾者死
 背吾者亡速出奔逆隱匿深藏大丁力士斬
 滅不祥急急如律令

老君曰臨卧之時當出四獸自衛其身青龍
 從吾肝出在吾左白虎從吾肺出在吾右朱
 雀從吾心出在吾前玄武從吾腎出在吾後
 汝等四獸磨牙礪齒在吾左右前後辟除眾
 邪妖鬼不得妄來干吾玉房今吾坐卧安穩
 無惡夢想急急如律令

老君曰都念既畢即當還神肝主藏魂肺主
 藏魄心主藏神脾主藏意腎主藏精青龍還
 吾肝朱雀還吾心白虎還吾肺玄武還吾腎
 黃龍鎮吾脾以為腹實眾邪惡鬼不得下居
 急急如律令

老君曰還神既訖即鳴天鼓三十六通咽液
 三十六過即閉氣從一至十心暗數之滿九
 便止當存心中赤氣從口而出狀如火先輪
 行四布周過室中定即內想自然安寢其中
 常能如此未無疾患千災萬魅莫或敢干與
 道合真長生久視子孫昌樂富貴日興金車
 入門仕宦高遷祿位三公心忠志孝輔弼帝
 君急急如

太上女青詔書律令

太上老君玄妙枕中內德神呪經

黃庭道甲緣身經

老子黃庭道甲緣身經若有疾病腫痛惡夢
 各微眾怪皆讀之閉氣從甲午始至戌留
 氣上斗中便閉氣密讀十遍陰屈指放氣訖
 復讀甲子至戌辰留氣下斗中密數讀十遍
 徐放氣百病皆愈治卒逆惡氣飛尸無不立
 愈若人四肢有疾苦亦宜呼當愈痛上閉氣
 數三遍不差復重為之滿三乃止取其符題
 痛上若服吞之呼其日神名某甲護我某來
 與我俱大吉欲奏記上書見貴人長者持符
 自護呼神名與我俱吉若看病及喪家持符
 自隨陽日在左陰日在右欲入山林辟虎狼
 亦呼之欲辟鬼神書六甲符欲辟兵賊書六
 丙符欲辟火書六壬符欲辟水神渡江河書
 六戊符若欲辟口舌書六庚符皆持以隨身
 則吉

老子曰凡萬光修身清潔服六甲緣身符六
 十日病愈百二十日神光來二百四十日玉
 女同至上見大道君下見心中神可使傳書
 可使取水漿可為夫婦可為虛無可以會難

可以語言入水不寒入火不熱可以長生可以逐邪賢者知道愚者謂不然子能修之實之得天祐飲食先念之未日不食羊酉日不食雞十二皆取類不食其日肉若食其日肉即其日神不來所以爾者是神之六甲神之

六乙日神之女故使持符神所居百病除魂者人之精魄者人之命氣者人之魂魄魄魂之本所從生者呼吸呼吸者魂魄成人性命之本所從生也萬物皆魂魄成或用之在上故曰玄黃同門玄之又玄衆妙之門黃庭緣身上有黃庭者脰上三寸名曰洞庭一名紫房一名胃愈一名升中下有闕元者謂脰下三寸一名地黃一名澤府是也其色正黃如雙博棊併後有幽闕謂兩腎也一名雙闕上有二人長三寸所在為常在左為承真在右為太陰此東王公西王母所合左者戴日右者戴月左色青色右色白是伏羲女媧也前有命門者謂臍裏中也命門者積氣狀如珠也戲欲廉火出入丹田者謂氣至根臍也一名太初一名太素一名太和一名太陽一名

魂停一名中黃一名太悟公是也太陰所繫一名衆妙之門人所生也若悲憂不樂即傷肝目眩頭白思心以養之淫樂傷腎腰膝痛體重大小便膿血思肝以養之飲食醉飽即傷脾思肺以養之當令母子相養病即愈

老子分形識曰夫人欲奉無為之道猶於室慎莫見人西向舞任哉日月夜常明且其樂道使其長生復舞曰道大無形可使器具太清無曰某德能使六丁言愈萬民三曲止老子曰人不舞無以實筋骨人不知言無以通血脉通其知勞作使利而能長不知歌舞不可以長久
黃庭義疏常省視喉嚨狀令人不忘善惡責之於此喉嚨從舌本至心長一尺六寸下銳上正赤心其色即白如銀銀十二重赤脉肺色白而且澤滿葉覆心十二片三葉居後至其狀如白葉在上直乳肝在脇下色如雄鷲有鬲其下六葉膽著其中色如綠囊盛血其繫於脊在乳鬲下脾在脇下舞上曲胃真色如黃金宛宛下三三寸腎在脊上脊夾脊居

狀如鼻絡以黃白脂往往見腎玄色黑如上漆直見死人而惡形臭聞惡則損視狀以服之臭不聞臭香亦積於此惡於損者謂見人被刑創痕痛折傷者喜怒則肺肝神損視其狀以服之驚恐則肝膽神損視其狀以服之病喜怒亦責之言多思慮乃視色則神損視

心狀以服之心意不明亦責之新合陰陽則腎神損視腎狀以服之陰事腎眼不見耳不聰亦責之悲則脾神損視脾狀以服之悲則責之常以雞鳴時視藏色一遍晝日開暇視之以有所服及所傷常清淨則視之一日間想視藏十過治服諸所傷病愈百過終身無病千過延年不老萬過長生不死洞房中有白氣如雞子先如月照所在凡子常應晝夜存之子審欲為道神仙不死當先去三屍蟲心下伏尸日三百六十息食氣三十通一咽九十通一休息日四為之常以夜半雞鳴祝曰
東方青牙服食青牙飲以朝華三咽止
南方朱丹服食朱丹飲以丹池三咽止

中央戊己服食精氣飲以醴泉三咽止

西方明石服食明石飲以靈鈞三咽止

北方玄滋服食玄滋飲以玉鉛三咽止

如此三十日三蟲皆死伏尸走去正氣自安

蟲尸定伏不復還心中兆自仙矣拘魂制魄

存兩肩間赤氣白如雞子從光喉中下至臍

中變令正青從臍中下至丹田變令正白隔

腹三縮鼻引白氣從脊上三道併行從項關

上至洞房而止眉間却入三寸為洞房

太極真人服四極雲牙神仙上方

真人把五方元晨之暈食九霞之精所以神

光內曜朱華外陳體金玉映與氣明行行之

十七年四極老人中央元君降下於子一合

乘雲駕龍白日登天西梁子文奉受太上口

訣千歲五傳不得妄泄四明科法依隱書之

制齋五日乃授立約歎血跪師金鑑五方奴

縮表子孫信不宣之券口訣五雙錄也又用

人法南嶽夫人云關經常以雞鳴平旦服坐

任意叩齒九通乃陰呪曰

東方青牙 紫雲流霞 三素徘徊 玄霜玉羅

服食晨暉 飲以朝華

呪畢以舌舐接上唇之外取津咽液三十

通行之十年東極老人來至受子青真一

合俱昇次陰呪曰

南方朱丹 霞曜太微 九道絳烟 布散景輝

服食靈晨 飲以丹池

呪畢以舌舐接下唇之外取津咽液三十

過行之十年南極老人來至受子丹景一

合上昇次陰呪曰

西方明石 飛霞金液 服食大明 皓素之精

飲以靈鈞 神華啓靈 使我登雲 上升高清

呪畢以舌舐接上唇之內取津咽液三十

過行之十年西極老人來至授子素符威

神一合俱昇次陰呪曰

北方玄滋 慶雲啓始 綠霞敷晨 紫蓋蒼旗

服食月華 飲以瓊鉛

呪畢以舌舐接下唇之內取津咽液三十

過行之十年北極老人來至授子玄鍊寶

明一合俱昇次陰呪曰

戊己之元 黃素五雲 四霞紫觀 八景九辰

二明激暉 七曜靈尊 和精灌氣 服食中元

琳華龍胎 飲以醴泉

呪畢以舌漱滿口中玄膺內外及齒舌之

間上下表裏通而取津液隨咽之三十過

行之十年中央元君上皇玄黃氣君來降

授子黃氣陽精藏天隱月遂景綠章青要

虎書俱與五老一合上昇

玉經上訣致五老之道絕穀去尸面華童顏

寒暑不避災害無傷神氣精明延年益壽萬

限之期當得九琳玉液八瓊飛精則合於二

景天地同符五陰呪皆當叩齒九通可恒修

得不必待雞鳴平旦也夜半平寂體清神閑

乃可接修之守一之家若聞此道事速成也

虛淡內充守元咽液所謂真一自求多福者

矣致神以六液五氣液已自備焉故謂自求

多福耳修此道不可食脯若飢食麪以漸遣

穀不得一日頓絕也所謂損之又損之以至

於無為矣此虛映之道自然之法所謂遠取

天地之精近取諸身此之謂也

魏夫人讚

雲牙者五老之精氣太極之霞烟故赤暉景
之降以充於內六液勻和洞徹冥感萬神來
降幽映相求不唱而應是以龍吟方澤故景
雲落霄虎嘯靈丘故衝風四振陽燧落明而
朱火鬱起方諸罕陰而玄流湛溢自然而升
不覺所測沉覺者方棲心注玄精研道根邪
穢豁於胃中真正存乎三官采五晨之散暉
服六醴之霞漿祝九天之奇寶吐妙虛之秘
言龍曜發曜明光芒煥味三華於皓齒取飽
液於唇鋒內鍊六腑閱聰徹明呼吸天元魂
魄鍊形朝玄使無以至於靈悠悠十年末乃
五神來降將何足多稱哉假以女弱備經上
業微音絕響不可廣告聊叙其妙以宣同志
苟修德之不逮者庶不足以登毀之矣

誦黃庭經訣

清靈真人曰凡修黃庭內經應依帝君寶神
混化玄真之道禮呪畢正坐東向臨目存神
形色長短呼其名字還填本宮不修此法雖
誦萬遍真神不守終無感効爾損氣疲神無
益於年命也今抄經相示常當口味玄虛習

誦靈音讀經三過別寢清身應真深信勤精
日新委質就道是非已泯履化無恐奉修多
真恒存五藏神形不明過數既週龍駕來現
太上豈虛世遠即其人也常旦夕漱洗入室
右足前進燒香東向再拜跪曰謹啓

扶桑大帝君賜谷神王共請讀內景玉經存
五藏生華神駕龍昇又北向再拜跪曰謹啓
太上大道玉晨君共讀內景玉經乞登龍輶
上宴紫清還向東讀經三過竟存神服色平
坐臨目叩齒三十六通乃存

髮神蒼華字太元形長二寸一分
腦神經根字汎丸形長一寸一分
眼神明上字英玄形長三寸
鼻神王龍字靈堅形長二寸五分
耳神空闕字幽田形長三寸一分

舌神通命字正倫形長三寸六分
齒神峭峰字羅千形長一寸五分
右面部七神同衣紫衣緋羅裙並嬰兒之
形存之審正羅列一面各填其宮畢便叩
齒二十通咽氣十二過祝曰

七源散氣結氣成神分別前後總繞泥丸上
下相扶七神數陳流形變受養華元導引
八靈上衝洞門術舉攝景上昇帝晨次思
心神丹元字守靈形長九寸丹錦緋裙
肺神皓華字虛成形長八寸素衣裳帶

肝神龍烟字含明形長六寸二分青錦帔衣
腎神玄冥字育嬰形長三寸六分
脾神常在字魂庭形長七寸三分黃蒼錦衣
膽神龍耀字威明形長三寸六分九色錦衣
綠華裙

右六腑真神處五藏之內六腑之宮形如
嬰兒色如華童存之審正羅列形畢叩齒
二十四通咽氣十二過祝曰
五藏六腑真神同歸總御絳宮上下相隨金
房赤子對處四扉

黃庭道甲緣身經