

第二十六神仙

子欲為道當先歷藏皆見其神乃有信有信之積神自告之也先念天靈君天靈君青身白頭正在眉間思之三日即見其神念玄膺狀正赤生先念咽喉中正白如銀環十二重凡三日念過乃念肺色正白名曰鴻鴻七日念心色正赤名曰响响九日念肝色正青名曰藍藍三日念膽色正青名曰護護三日念脾色正黃名曰伴伴五日念胃色正黃名曰旦旦五日念腎色正黑名曰澗澗三口念臍中太一色赤人名曰玉靈子三日念大腸正白色名曰朋朋一作洞洞七日念小腸色正赤名曰契契九日念丹田色正赤中有赤人名曰藏精三日念玄文方丈其中有人到住七日念金玉印乾燥完堅三日念玄英正黑潤澤有光三日念兩脾一作脞左右脾內各有一玉女衣絳縷青裙正立兩脞上三日念兩足下各有一人正白三日念為道竟矣不出靜室辭庶俗赴清虛先齋戒節飲食乃依道而思之

第二十七神仙

子嘗欲為道神仙不死當先去三蟲下伏尸三日百六十息食氣三十通一止九十通一休息日四為之常夜半鷄鳴時祝曰東方青牙紫雲流霞飲食青牙服食朝華三咽之南方朱丹煥耀徘徊服食朱丹飲以丹池三咽之中央黃炁黃庭高仙服食黃炁飲之醴泉三咽之西方明石皓靈金質服食明石飲以金液三咽之北方玄滋玄珠潤滋服食玄滋飲以玉髓三咽之如此三十日三蟲皆死伏尸走去而三神正炁自安定伏尸不敢復還兆身中即神仙不死玉字金名乘雲而上昇

太上老君中經卷上

卷八

十八

太上老君中經卷下

第二十八神仙

退九

常以六甲之日平旦時拊心祝曰蒼林玄龜流水如何炎火周身身一作官安能知他道來歸已道來歸已因念肝色正青潤澤生光其上高危在左方次念膽色正青園中黃外青潤澤清法傍生拊心著肝肝覆其顛此道之始也念之既畢乃呼其神曰肉一作本子藍藍與已為友留為已使某欲得太一神丹服食之令某甲長生勿去某身常在紫房宮中與道合同也因瞑目念曰精青炁來下著身入鼻孔中念肝色青炁與之合於目前來入口中咽之三七而止思行青炁周輪一身中九十息止至乙日復存其神呼曰太一紫宮一作身素女與已為友留為已使某甲欲得太一華符服之至甲寅乙卯之日復存之

第二十九神仙

常以六丙之日禺中時拊心祝曰朱崖丹液天海地河願求不死服食天和和一因瞑目念心色正赤如日在肺葉間乃

止念日精赤黃炁來在目前入口中咽之三九而止思行赤炁周徧一身中百八十息止呼其神曰李尚李尚一作李常曾子與已為友留為已使某甲願求太一神丹如金沟可飲食者常在絳宮中與已合同至丁日復存其神呼曰天皇絳宮玉女與已為友留為已使某甲欲得天皇長生之道至丙午丁巳之日復存之

第三十神仙

常以六戊之日鷄鳴時日西黃昏時拊心祝天道。天道願得不老壽比中皇昇天常早願延其命與道長久因瞑目念脾中黃炁來上至口中上念天精黃炁來在目前入口中咽之三五而止思行黃炁周徧一身中百五十息止呼其神曰玄光玉女養子赤子真人子丹服食元炁飲宴醴泉故言一身神有父母凡三人至己日復存之呼其神曰真人黃庭玉女與已為友留為已使某甲欲求真人黃庭神仙之道至戊辰己未戊戌己丑之日復存之

第三十一神仙

常以六庚之日日曉時拊心祝曰。本于本于白雲卒起霧合萬里願雲來歸已常為我使反復仙命終而復始因瞑目念肺色正白令白炁來上至口中念曰天精白炁來下在目前入口中咽之三七而止思行白炁周徧一身中百四十息止呼其神曰先生澍澍與已為友留為已使奉持華蓋金液玉英常在勿出待我道君并合為一身至辛日復存其神曰光黃玉堂青腰玉女與已為友留為已使某甲欲得彭祖長生不死之藥服之至庚申辛酉之日復存之

第三十二神仙

常以六壬之日夜半時拊心祝曰。願觀天鏡玄滋玉池還白使黑常為照竟神來歸已五藏相隨因瞑目念兩腎間白炁周行一身中十二輪翕然布散流行四肢乃復念兩腎魏隗狀如雙鯉魚右黑左赤俠脊而居炫耀光明相照一身中乃念青天太清元炁下在目前入口中咽之一九而止思行太

清白元炁周徧一身還藏丹田中呼其神曰司錄六丁玉女削去某死籍使某甲長生上為真人十二太一皆當言生至壬子癸亥之日復存之

第三十三神仙

所存念五臟神皆畢乃更念玄釐玉英金液恒勿忘也更念玄釐欲其潤澤而起行列也別念玉英其中有一人大面倒豎小童子服飾也存之欲令堅強長大自信也念金液欲令其乾燥而緩也如紫殼盛水錄也念此盡編而復存之法十二周精神處之初炁自來百病去除壽命與天地期長生無極安知死時

第三十四神仙

食日之精可以長生緣茲上天調道者其法常以月一日二日五日七日九日十一日十三日十五日日初出時被髮向日瞑目念心中有一小童子衣絳衣文彩五色灼灼正赤兩手掌中亦正赤以兩手掌摩面下至心止十二反為之念天日精正赤黃炁來下在

目前存入口中咽之一九以手摩送之附心祝曰

景君元陽與我合德俱養絳宮中小童子須史復念心下至丹田中止以手摩送之以日託心心得日精已乃神仙矣

第三十五神仙

食月之精以養腎根白髮復黑齒落更生已乃得神仙常以夜半時思腎間白炁周行一身中上至腦戶下至足心自然之遺易至難行常以月十五日向月祝曰

月君子光與我合德養我丹田中小童子因瞑目念月白黃精氣來下在目前入口中咽之三七而止以手摩送之下至丹田之中丹田中氣正赤氣中有一人長九分小童子也衣朱衣故丹田中赤外黑左青右黃上白五色氣已俱但以其月託腎腎得月精乃得陞沉丹田中赤者太陽之精也心火之炁也其外黑者太陰之精也腎水之氣也其左青者少陽之精也肝木之氣也其右黃者中和之精也脾土之氣也其上白者如銀盤而照覆

之者少陰之精也肺金之炁也其中有五人即五臟之太子也五行之精神也人須得丹田成乃為真人故生子仁者肝之精也禮容者心之精也義慧者肺之精也和樂者腎之精也忠信篤厚者脾之精也辯勇者膽之精也緩和者膽之炁衰也盲者肝之炁衰也懦者肺之炁衰也癲者心之炁衰也濡者腎之氣衰也不肖嗜聾者脾之氣衰也其五臟衰者皆自見於已也憂悲不樂則傷肝傷肝則目暝頭白當思腎心以養之淫樂過度即傷

腎傷腎則腰疼痛身沉重大小便膿血思肝肝以養之恚怒則傷心傷心則病強吐血思肝脾以養之遺患憂難則傷肺傷肺則思脾腎以養之飲食飽酒醉過度則傷脾傷脾則思心肺以養之令其子毋相養之即病愈疾除五藏學士明照之

第三十六神仙

食太極之精乃得長生常以六戊之日時加其辰辰一道士於室中冠帶北向再拜曰皇天上帝太上道君曾孫小兆王甲好道願得

長生暮夜卧上念北斗太極中央大明星精正黃炁來下在光目前入口中咽之三五而止黃精炁填滿太倉黃庭中下至丹田中乃念絳宮中有一赤人紫房宮中有五人太一君在其中老子仙人仲成子在左太和曲文子在右明堂宮中有玄光玉女左有黃裳子右有中黃真人俱宿衛真人子丹也乃復下念玉堂三公呼曰司錄六丁玉女削去某甲死籍令某甲長生炁定乃復念真人子丹在胃管中祝曰

玄光玉女養我真人子丹服食元炁飲嚙醴泉以北斗中極託脾脾得斗極之精乃為真人

第三十七神仙

肺為尚書肝為蘭臺心為太尉公左腎為司徒公右腎為司空公脾為皇后貴人夫人膽為天子大道君胃為太倉太子之府也吾之舍也大腸小腸為元梁使者下元氣為大鴻臚中元氣為八十一元士上元炁為高車使者通神於上皇故肺為玉堂宮心為絳宮朱

雀闕門腎為此極幽闕玄武掖門脾為明堂
 侍中省閤也胃為上海日月之所宿也脾為
 下海日月更相上下至胃中故太初者元炁
 之始也道也一也心上為天太始者為萬物
 之始也山川也地也為腎太素者人之始也
 精也脾也土也上亦有三宮兩目為絳宮兩
 耳為玉堂宮鼻口為明堂宮眉間為郊山能
 合三元炁以養其真人小童子則列然微視
 矣
 老君曰萬道衆多但存一念子丹耳一遺也
 在紫房宮中者膽也子丹者吾也吾者正已
 身也道畢此矣

第三十八神仙

道士鍊水銀消沙液珠玉八石以作神丹服
 一乃圭飛昇天宮身常食氣乃得長生神仙
 存神食丹乃為真人真人得道上佐上皇治
 故真人以水土溟溟浩浩天地潰潰濛濛不
 知所存藏萬八千歲乃成天地人故真人以
 土作人呼吸飲食從騎伏使令土不得獨處
 人不得獨存故言黃土本人之先也真人去

之上昇九天世人無道下入黃泉益土三升
 子一作無骨筋助故九天丈人有言曰食
 於天者以身報天上為真人神仙食於地者
 以身報地下為尸鬼食於人者以身報人骨
 毛棄捐兆欲為道勿食飛鳥天之所生殺之
 數數減子壽年人畜食之可以為廚宰六畜
 也避六丁神獸類也勿食丁卯兔也丁丑牛
 也丁亥猪也丁酉雞也丁未羊也丁巳蛇也
 此大禁之六丁神之諱也乘炁服丹入室之
 時無食生物禁食五畜肉五畜肉者馬牛羊
 猪狗也但得食鷄子魚耳禁食五辛臭惡自
 死之物慎勿食服丹尚可乘踏禁之

第三十九神仙

道者吾也上上中極君也兆常以日出時日
 中時酉時夜半時一云日上念太極中央太
 黃星其精氣來下在兆額上眉間止正赤黃
 白如日狀以意致之下入口中咽之令其氣
 下入絳宮紫房黃庭中咽之三五而止祝曰
 皇天上帝太上道君曾孫小兆某甲好道願
 得長生此吾之氣也吾從此氣生念之萬遍

無止也令兆長生上為真人雲車下迎飛昇
 天宮上謁上帝南極老人元光之前
 老君曰聖人銷珠賢人水玉銷珠水玉其道
 同法銷珠者服日之精左目日也水玉者食
 月之精右目月也被髮正偃卧瞑目常念兩
 目中黃精赤氣來下入口中咽之三九而止
 令人神明徹視八方食肺之精常念肺中白
 氣來上出至咽喉入口中咽之三七而止令
 人神明身生光澤辟邪致神玉女侍之即長
 生辟百鬼矣常念身中小童子衣絳衣在心
 中央中央即神明也時念心中有紫華蓋下
 有一人著赤幘大冠絳單衣銜箭引弩憤然
 而噴即能辟兵役使鬼神矣

第四十神仙

常思頂中紫雲出如車蓋狀如火氣文彩五
 色上與天連以意極布之與天相牽下念胃
 中黃氣如橋忽長稍大身形如日念目下元
 氣赤人黃人道氣行布四肢登高入日中登
 臺上至絳宮紫房太一祝曰
 太一北極敬告諸神常令魂魄安寧無雜某

甲身是謂自然無形者也

第四十一神仙

鬼箭十二可以辟兵常思心中十二芝莖上與肺連以意挹之名曰鬼箭非常行之五兵自辟凶惡自士以擊四夷捐擣電光但聞兵猶刀戟金銀天神皆助真也雷公擊鼓也太白揚光白帝持考蚩尤辟兵青龍守門武夷在庭騰蛇玄武主辟凶殃白兔搗藥蟾蜍在傍太一和劑彭祖先常服一刀圭面目生光身出毛羽上謁上皇此道也使諸神氣與子合同慎之勿解殆也

第四十二神仙

常以庚申之日申時被髮西南首申地偃臥縱體瞑目念肺正白潤澤光明中有芝草莖大如小指其中空而明下與心相連其中有青赤氣上下交通出心入肺之中念之至下晡時止肺者人之天也心者人之日也日氣上出如赤丹之精未嘗有之時人須得此氣以生耳失此氣者則死矣名曰自然之道道通神靈矣

第四十三神仙

常念心中赤氣如日內青外黑三合成德以應道數師曰常以平旦念心中正赤如日日中有人著大冠赤憤衣絳單衣此見之呼曰天皇太一君使某甲長生為真人

第四十四神仙

還精絳官之中法常以月一日十五日晦日以日初出時被髮東首向日卧以兩手摩兩乳間下至心九反而止甘心言曰神首神還絳官無離已身神手安居靜處與已言語如此三乃止師曰每摩兩乳間者使氣上下通也拊摩其心存小童子此名虛無還精絳官者月三日為之也神仙之道也

第四十五神仙

元陽赤人太一也元陽道君中太一也元陽子丹已吾身也元陽玄光玉女道之母也元陽皇人太一王也元陽丹田藏精官也師曰元者氣也陽者日也當思心中有日有赤人著赤憤大冠衣絳單衣次思瞻中有太白明星三光耀而相照星上各有一人衣絳衣

衣冠九德之冠道君在中央左有老子仲成子右有太和曲文子凡五人是一也次念脾

上正黃中有日日中有三人道母玄光玉女在中央左有黃棠子右有中黃直次念胃管中有真人子丹坐珠玉之林上黃金色雲氣為帳玉女小童子侍之次念臍中太一衣五絳朱衣冠三絳之冠左青人右有白人前有赤人後有黑人次念丹田中有赤氣赤氣中有三人赤人在中央左有青人右有黃人赤氣繞之內青外黑上白中黃念此畢卧有所見神氣來語人也

第四十六神仙

常念脾中有黃氣升上至口中咽之三五而止即飽矣可以辟穀坐在立亡師曰常思脾中有日日中有黃金匱匱中有書封之以黃玉印印廣三寸字曰威喜精而思之則邪自出光能見而讀之心開目明即時神仙矣

第四十七神仙

常思念胃中正白如凝脂中有黃氣填滿太倉上至口中咽之即飽師曰胃者太倉也諸

神皆就太倉中飲食中黃金釜金甌玉女小童主給使之故呼曰黃裳子致行廚矣

第四十八神仙

腎者元氣之根也常思腎間白氣上升至頭中下至足心十指之端周行一身中十二遍而止手足皆熱可以不飢不渴不寒令人不老白髮復黑兆常念行之

第四十九神仙

常以月朔望日思兩腎間白氣上頂中下至足心神龜五彩為甲文若總系上有玄光玉女二公相對坐前有太一後有玄冥司錄司命共議死生人精念之三十息止呪曰

司錄君司命君六丁玉女削去其死籍著上生文此當言長生神龜呼吸吐故納新恣意所為白龜之神元氣布行四肢皆溫人須得腎氣神龜呼吸乃生耳常以甲子日及壬子日存行之即長生矣

第五十神仙

常以甲午之日日中時被髮陶首偃卧瞑目念臍下三寸丹田中黃其氣正赤大如手掌

其外黑次其外青臍上有白氣覆之肺氣也左有青右有黃各大如手掌此三者肝氣脾氣肺氣師曰丹田中赤者太陽氣其外黑者太陰氣次外青者少陽氣三合成德三氣守之即長生矣

第五十一神仙

心為虛腎為元虛氣以清上為天元氣以寧下為地入於太淵故虛氣生為呼元氣生為噓心為日腎為月脾為斗心氣下腎氣上合即為一布行四肢不休息故心為血腎為氣合即流行名曰脉脉者魂魄人之容也魂魄以去主人寂寂故百脉盡即氣絕氣絕即死矣是以為道者不可不存其神養其根益其氣光汝努力努力將去矣真人得道萬八千歲一會道士得道千歲一會故作中經以遺後世本上皇藏之金匱道人得千金勿傳出也

第五十二神仙

三元之日會合於己亥三元者太一太陰宮氣是也三元俱起己亥太一左行歲一辰害

氣右行四孟歲行一孟太陰右行三歲一辰九年行方四九三十六年三元俱合於亥三合之歲水旱兵飢災害並起三合之歲陰陽隔并感天動地害氣流行畫行則傷穀中有人即疾疫中穀即飢貴兆汝居其間不能自

生也可不努力勉時學道哉當期之世水旱蝗蟲五穀飢貴兵革並起人民疾疫道路不通負老提幼散流他方其父母妻子兄弟哀氣內發摧肝絕腸略為奴婢不知縣鄉於期乃欲學道豈不晚哉豈不晚哉吾深戒子存神作丹早自防即遭亂世遠去深藏聖主明世道可照而行也故天地之會四十五歲一小黃九十歲一小飢一百八十歲一大黃三百六十歲一大飢五百歲賢者一小千歲聖人一小聚三千六百歲聖大會萬八千歲真人一小出治三萬六千歲至極仙人一出治三百六十萬歲天地一大合元氣溟津濛濛元形人為萬物不知東西南北人為禽獸禽獸化為人真人乃在元氣之上仙人乃在絕域无崖之際道人隱居可以貴重也

第五十三神仙

天都京兆合在句陳之左端號曰安德君主與天太一北君共半計說諸神主人魂魄會於南極有錄者延壽衆神共舉之無錄者終矣司命絕云之人魂魄會於北極有功德於人天地萬物者子孫富貴壽考鮮明身得討侯復出為人無德者有三一曰殘賊酷虐害逆天地四時二曰呪詛嫉妬淫泆慢易天地神靈三曰不孝不忠盜竊陰賊推埋殺人犯此三者子孫絕滅人生自有三命至聚婦嫁女復定其一命移徙葬埋復定其一命得吉身者壽考子孫富貴得凶者死子孫貧困屯汝居世間當何著于天地神可畏也故天置日月北斗二十八宿五星主之六甲六丁諸神主行民間兆汝不知汝甚可畏之常復有邪鬼精魅至於家鬼不祥里社水土公司命門戶井竈清濁太陰水漬皆能殺人者兆汝欲却邪辟鬼當被符次服神藥符者天地之信也藥者人之丹也益其氣力身輕堅強即邪氣官鬼不能中人也即成神仙矣鬼者神

之使也鬼見天信即去矣人亦有之京兆舍中極鄰瓊璣里夏里黃公字德皇正在臍中央太一是也一名玉靈子衣五彩朱衣總閱黃神常以八月秋分之日案比計筭常先之一日後之一日正節之日凡三日入室勿出常以鷄鳴時思之平旦召說之至日禺中時止為之三日被髮西北向偃卧縱體無令他人見之豫敷家中人無得有聲先齋戒沐浴至其日入靜室中安心自定先祝之曰曾孫小兆某甲好道願得長生今日秋分之日天帝使者夏里黃公來下入吾身中案比總閱諸神不得適亡皆當來會從上三呼之比為之日三呼之三日九呼之日中乃止即言曰司錄六丁玉女削去某死籍更著某長生神仙玉曆急急如律令即日有天帝元極君教自應曰諾下牀九九回向再拜謝天神一身道畢此矣

第五十四神仙

子欲知真人仙人何類仙人衣襟衣生毛羽真人無影衣五彩朱衣其居無常處東秦南

夏西秋北冬浮游名山崑崙蓬萊大鄂九域之上時上謁上皇故真人得道八千萬歲乘珠玉雲氣之車駕无極之馬時乘六飛龍佐上皇治中仙之士中天而上乘雲往來歷越海江下仙之士法當尸解晦日朝會拜禮不得解息當為神使道非有所異也但有專卑之故耳故百歲之人黃頭髮三百歲之人兩權起三百歲之人萬物耳四百歲之人面縱理五百歲之人方瞳子六百歲之人資助聃七百歲之人骨體填八百歲之人腸為筋九百歲之人延耳生千歲之人飛上天上謁上皇太一為仙真人重瞳子故能徹視八方食芝服丹即不老人萬八千歲更為童子男八女七從此始

第五十五神仙

子欲制百邪百鬼及老精魅常持符利劍等水笔上於中視其形影凡行出入卒逢非常怪物於日月光中視其形影皆可知也以丹書制百邪符置於瓮水上邪鬼見之皆自然消去矣諸邪鬼魅龍蛇虎豹六畜狐狸魚鼈

隨飛鳥麋鹿老木皆能為精物犯人者符刻之斬之付河伯社令當召今日直符使六丁神守之宿衛左文字在八十一首玄圖六甲官四十九真中亦有珠胎七機華蓋清觀皆能制百邪此四符者惡穢人不可服也當彼服威喜巨勝在契石射太極太清太玄陽華參天包元氣太虛此太道也可常被服無所不防亦無禁忌也上制文曰皇天上帝太上道君曾孫小兆玉甲好道願得長生所願從心來自在心也不多言上封文曰皇天上帝太上道君天一太一北千君日月陰陽君司命君司錄君曾孫小兆玉甲好道願得長生唯司命司錄君削去死籍更著長生玉曆仙籍定為真人臣某即日除為太一使者再拜受命上皇道君中黃門子再拜著契封符傳當清潔先解過常以歲四時除日及八節之日以酒脯於東流水上解過南流亦可神仙玄圖曰玉曆五十五章姓名符信不在上皇金匱玉笈玉簡中封之力重兆得之慎勿妄傳子慎之勿受錢之得其人即傳之可得神

仙吾時時自案行此二篇上下中經也吾常使司命教鬼守汝勿妄增減吾文一字不具吾即知之兆汝慎之慎之如吾言符與下字以丹青之此吾之信也兆汝審欲神仙當先服還丹金液存神即時仙矣上為真人兆汝不服神丹金液當自苦耳為寒濕風鬼所繫司命不救汝也道神無奈汝何兆為道溫衣適食守虛無為自然鬼亦不能殺也年壽終竟自死矣何以言之以其不堅守神故也譬猶萬物之生非欲求死但自然老枯槁腐死其人亦如此矣吾以喻汝努力求師吾教八十一弟皆仙其十人布在民間遊遊殺仙吾越度秦頊不出為漢出合於黃世見吾大吉

太上老君中經卷下

太上老君清靜心經上七戒罪 退十
老君曰夫道一清一濁一靜一動清靜為本濁動為末故陽清陰濁陽動陰靜男清女濁男動女靜降本流末而生萬物清者濁之源靜者動之基人能清靜天下貴之人神好清而心擾之人心好靜而欲帶之常能遠其欲而心自靜澄其心而神自清自然六欲不生三毒消滅而不能者心未澄欲未遠故也能遠之者內觀於心心無其心外觀於形形無其形遠觀於物物無其物三者莫得唯見於空觀空亦空空無所空既無其無無亦無湛然常寂寂無其寂無寂寂無俱了無矣欲安能生欲既不生心自靜矣心既自靜神即無擾神既無擾常清靜矣既常清靜及會其道與真道會名為得道雖名得道實無所得既無所得強名為得為化衆生開方便道老君曰道所以能得者其在自心自心得道不使得得是自得之道不名為得故言實無所得老君曰道不能得者為見有心既見有心則