

枕中經

老君曰大道無形常居杳冥隨機化物以應精誠子能寂念受吾真經能受持者口淨身清然後誦之萬惡不生可以治病可以延齡百邪不忤羣魔束形所以然者一切有情受吾真炁乃得長生今更於中固鍊身形恒淨三業澄止六情自然五神守護三一長存坐臥安穩魂魄康寧旦夕兩時三遍誦經耳聰目明身強體輕一如後文子當諦聽

老君曰身中有三萬六千神左三魂右七魄身有千二百形影體有萬二千精光五臟六腑二十四神子常念之勿令離身有病三呼卽降其真

道藏輯要

枕中經

卷

尾集一

老君曰子欲過度三災九厄應作是言我以天爲父地爲母吾居其中常如赤子曰爲功曹月爲主簿雷公使者在吾左右風伯雨師在吾前後六甲直符周巾圍繞青龍扶吾左白虎扶吾右朱雀導吾前玄武從吾後北斗覆吾頭天罡指吾手騰蛇在吾足爲吾滅殃咎吾居丹房中太一爲吾偶左三右七戴九履一二四爲吾肩六八爲吾足吾居中宮以爲腹實令勅千鬼萬神各還本鄉當吾者死背吾者亡速出奔避隱匿深藏天丁力士斬殺不祥急急如律令

老君曰臨臥之時當出獸自衛其身青龍出吾肝在吾左白虎出吾肺在吾右朱雀出吾心在吾前玄武出吾腎在吾後汝等

四獸磨牙厲齒在吾左右前後辟卻眾邪惡鬼遠去千里不得
妄來干吾玉房令吾寢卧安穩無惡夢寐急急如律令

老君曰都念既畢即當還神肝主藏魂肺主藏魄心主藏神脾
主藏志腎主藏精青龍還吾肝白虎還吾肺朱雀還吾心玄武
還吾腎黃龍鎮吾脾以爲腹實眾邪惡鬼不得下居急急如律
令

老君曰還神既畢即鳴天鼓三十六通咽液三十六過即閉氣
從一至十心間數之滿九便止當存赤氣從口中出狀如火光
輪行四布周徧室中定即內想自然安寢其中常能如是永無
疾病千妖萬魅莫之敢干與道合真長生久視子孫昌榮富貴

道藏輯要

枕中經

卷

尾集一
八十一

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

太清元道真經序

元道者玄元之上道黃老之心秘也元和中孟誥仙降世其胎
親皆積至誠醕厚請仙又至慈敦孝先感東山陶大通君先示
死生之變因命執本根焉本根即元道也次感南統樊大君戊戌歲降
之口授此經故皆大紀樞要直指長生久視之道蓋黃庭云至
道不煩矣

太清元道真經卷上

元道者太上老君之无上道也老君道有三上中下也黃庭道有三上中下也又諸道各有三皆其次也老君中道與黃庭上道比諸道又次比之元道有三此經又其最上者故曰无上元道也此道至高虛无玄妙澹泊无爲動合自然故學者難親焉若非上士機高翛然玄悟不可也非謹懼於死攀向於生者不可也諸中道下道多慕上而行者此道難合故久不降焉若機高上士特然行之則自得无量也謂虛恬无量通易无量暢適无量也又諸道皆有師奉皆明犯罰此道無諸師奉故无罰也諸道皆須擇山處靜或別處草庵乃可行之不然有損唯此道可塵世成之經曰鼻引口吐可去浮寒虛熱不可排積元炁也

道藏輯要

元道真經

卷

尾集一

注氣可以通百關理萬病非養炁復元也咽炁可以救飢劣非自然充積也行炁可以潤脉悅膚非常道也此道歸根復命之道故曰元道如堅筋補髓固護五藏清利泥丸安住丹靈六不妄入三不妄出纖濁盡去真氣倘伴騰太虛蔚玉清上爲真君者皆此道也

太清元道真經卷中

人者萬物之中至靈者也與天地同生於虛无之始因元炁結而成形形體既立十天之神降入身中爲人神故能成人也既與天地同生於虛无之始則合與天地齊壽今天地則能長久人不能長存者何也蓋天地能安靜和柔不移於本性常守虛

无湛然不勞得自然之道元炁不散故也人不能長存者緣生
妄想移於本性不執自然不守其根自取其勞又常求自益故
元炁消散弗得長存也因六賊妄生日妄視耳妄聽鼻妄香臭
口妄言味身妄作役意妄思慮故終不歸根也故曰歸根則可
以永存而長生也夫真一之道可以永存歸根者復元炁之本
也復元炁之道非他也湛寂而已人能常歸心湛寂則元炁自
然而復也復元炁之應常以減息爲候心源湛寂其息漸減減
半息增半壽從減息至无息則復元歸根矣乃可住世凡人以
有息爲常聖人以无息爲常動而有息靜而无息故有息无息
自在也元道之士常宜以無息爲常有息爲妄無息爲是有息

道藏輯要

元道真經

寄

尾集一
入文一

爲非湛然養炁三靈歡然三魂暢然神魂歡暢則元炁自復矣
黃庭道三十六愼一應至三十六應乃爲半功又諸道應愼皆
多此无上道總一愼三應則成功也一愼者愼其休止耳不休
止則可至元道三應者三轉意也每一轉意一百日第一轉意
應一百日有事無事皆可減息爲第一轉意謂初則有事止无
事乃可行是則塵慮息減虛恬日增爲第一轉應也小功成矣
第二轉意應二百日忽忽自止爲第二轉意也至是則不嗜穀
味无大飢渴爲第二轉應也中功成矣第三轉意應三百日兀
然自住爲第三轉意也至是則飢渴不至寒暑不侵死籍永除
天地齊壽爲第三轉應矣通用三十一周曰大功成矣

大君曰有事无事皆可減者功萌也有事無事皆可減者元炁漸復也忽忽自止者元炁將定也兀然自住者元炁歸根而定也

大君曰從減息至无息從无息至定此定不取不捨无爲之定非執定之定如得此定者陰陽自調四時自離元炁自滿眾神自棲能通玄奧故陰陽調則百病不生四時離則無暄涼寒暑元炁滿则无飢渴眾神棲則兵虎不能害慧通玄奧則萬事不生

大君曰人之思慮不一者元炁散也此道功成无妄發動所發无不善所用无不中故非中不用非用不發故有善發慧發通

道藏輯要

元道真經

卷五 尾集一

發皆自然而然也故无喜怒欲爭哀懼愛惡之發也

大君曰長生非他也神全炁全形全而已矣神全者樂虚无喜清靜湛然炁和而神自全矣元炁充積形神永存矣神炁皆全故舉形而仙焉住炁兼行功經曰調炁減息其功若是住炁兼行功又倍之住炁者候神炁安恬因而住之至極爲一通每能雞鳴前可行五六通漸加至十通如此行減息之道功倍速矣慎吐引大奔初不能免且慎奔吐終宜俱微

大君曰住炁可以通百關開堅滯理萬疾導元炁百關通則疾減之元炁隨所通則津路流注元炁津液所及之處則永不壞矣則謂之金髓玉骨長生而仙

大君曰減息住然皆以無息定然為成功若獨行減息則功遲
專行住然則難以至无息若通百關而兼減息則元炁易充盈
其功倍矣

太清元道真經卷下

但示其首篇之目不見其文道成將舉乃可見矣言其報功耳
其功一其報萬大約如茅君九錫此乃上道又百倍之學元道
者无辭勤矣下卷首日約數十篇後聖所紀者五篇而已功報
一志報二不退報三不妄報四不須捨報五

元道別錄

元道無他所慎休止而不休止萬非無所措矣塵世士或難常

道藏輯要

元道真經

矣

尾集一

行時有休止休止之中不可不慎今錄戒慎於後為斬休止者
言矣

慎一大息一

小乏三日減三十日十五大息
為一小乏

大乏減六十日三十六大息
為一大乏

一忿減十日

一小醉減五十日

一大醉減百日

一哀減十日

一嗔減二十日

一懼減七日

一怒減三十日

一飢減三日

一飽減五日

一犯慾減五十日

一驚減十日 一勞一倦皆減五日

又飲食觸忌寒熱過差風濕所及起居失節言語散雜思慮煩躁此皆損元氣隨所觸犯輕重所減凡言犯減者皆減其實功耳元道之士深宜慎之

元炁難積而易散關節易閉而難通住炁固不可絕所得深宜

道藏輯要

元道真經

卷

尾集一
川川文

愛惜此經從太古

太上老君傳血脉相付一十九人而絕皆已登仙位品居尊極其經不留世至唐開元戊戌歲南統樊大君口授孟謫仙孟謫仙又口傳王虛无虛无爲立三篇參述元道之機要焉

太上老君太素經

太素皓皓命之曰道太素之時神往營之道乃生之生之形之道乃命之道乃成之故天地成形道德成經道莫大於自然德莫大於長生道生一一生二二生三三生天地天地充滿滿則損損則反其本故天一無不覆地一無不載日月一無不照故知之一不知也不一之一無一之知夫道之可奇也賢者通之