

水配精非交感精乃先天金以神運精精不飛騰不飛不騰名
爲元精此元精者爲命靈根所以還丹謂還其心外境不迷內
境自澄心卽是丹丹卽是心能悟之者可保丹心丹心卽道丹
道卽心息因胎住胎因息存息從心起心靜息融調息之道息
息歸根根非有根由然而生存無所存存一於中貫乎玄牝達
運天庭爾不精通休說道深汝能行之空谷傳聲非谷得聲由
空得宏能空外境六魔潛形卽說偈曰嗟彼紅塵中盡溺利與
名不知性保命妄談死與生弗究生殺機枉將性命窮未死先
學死逢生莫殺生萬物生復死元神死復生此心不塵了空誦
萬千經但把諸緣盡方能眾慮空慧劍可戮妖妖平大道明九
道藏輯要

十六品經
八品經

六

室集一

層臺不登何以見虛空時人憑口講口會心未能由道不由心
由心道自成安得由心者俾鍊鉛汞精

呂帝說經已畢復告大眾曰若有眾生見聞是經體而行之卽
使三尸遠退眾邪不干萬神加庇但要遠塵靜事守心定性仙
階可步還有精氣神經三品乃秘奧玄文歸根要旨共完八品
象易兩儀六虛之義汝等積仁修德吾當普授於世若各壇妬
嫉矜傲不能授此仙機判經之地尙未擇取惟信心皈吾者得
之爾當信受吾必孚靈遇後三經蓬萊卽詣
師回光已各各禮謝信受而退

寶腹保精固命品第六

爾時

呂帝曰昔曾歷劫天寶元年正月九日登鬱羅虛梵天宮上朝至尊侍於

虛皇天尊几下與十極真人演說大週伏火靈砂丹訣時有十方無量聖眾南辰北斗三官四聖三界五嶽妙行高真咸集雲宮聽聞大法爾時

天尊告眾真曰吾因世人墮業不省慾海沉淪屢命孚佑帝君與諸仙眾常降塵凡頒布大乘靈寶度人諸品妙經萬八千卷散於天下四大神洲四海羣盲惟知念誦不解悟功諂事失誠愆尤日積心三口四隨報轉輪漂蕩汨沒染諸獄障空落畜種

道藏輯要

十六品經
八品經

九

室集一
X川文

難復人身因惡報生貫塞宇宙莫能救拔深可哀憐復諭予曰爾屢修道德掌握僊籍功行克備諸天尊仰但塵緣未盡於未來世唐貞觀二年八月初四日子時汝當誕河南呂家爲男吾命苦竹火龍正陽三真人度傳爾道復晉僊階汝當於世爲吾闡化天人咸歸正教吾受命訖生呂宅幼而穎異知孝悌謹言動節喜怒勤父發粟濟饑貧人廣活後以應舉赴途於槐陰路畔遇正陽鍾師一枕黃梁夢覺遂棄家修真於開元庚申四月十四日果證復返玉京侍御金闕復承

上命勅濟世迷演經化度證明性命之階勵勸忠孝之本與諸僊侶集斯經文共成八品傳一二品留之廣陵演三四品付之

金陵說五品於毘陵等眾今降精氣六七品信州授爾會等仍
降後八品煉神返虛靈符真咒授之臨江秘而未傳吾諭各處
刊刻經完對換信心者靈昧理者朦但吾印爾心非印爾經覺
者自得悟者自成八品經中得經綏靈煉形保身息氣養神句
淡理朴得悟能宏夫精氣神號之三靈元精與淫泆之精本非
二精元氣與呼吸之氣本乎一氣元神與思慮之神同於一神
太空廓朗欲化其精先守其性欲調乎氣先虛其心動以養氣
靜以鍊虛應而勿違覺而勿隨故曰虛極靜篤氣轉神迴非功
德可求非義禮可爲若行禮義功德是乃華塵之施抱元養朴
忘物含虛窈冥之中真精自歸精無定位因情而墮精不循欲
道藏輯要

十六品經
八品經

三

室集一
又文上

築我靈基以元精而化爲元炁由元炁而累殼軀腎爲寄精之
府心涵元炁之墟精敷五臟溺情而變淫泆炁通六腑出竅而
感吸噓不知養氣而精匪培不知保精而炁匪回炁歸元海則
精保炁散六門則精飛腎雖寓精之穴神實運精之機雷起水
底陰寓陽而爲屯水滋山下陽布陰而爲蒙不知醞釀火燥而
致轟不識烹鍊金溺而不昇今之世人自逞盲聾不見曰見不
聞曰聞迷名利肆於驕矜盲五色喪乎五音養血鍊精保爾靈
根赤龜真髓變作庚辛黃芽出土會合乾坤心腎二氣往來交
吞腎右屬陰爲魄腎左屬陽爲魂肺傳心液以滋腎肝攝元精
以潤心腎修而龜縮首心養而龍潛鱗神不移色則精守精不

散欲則氣溶制實腹於一闡虛心而靈烹之以温温之火養之
以乾乾之功若飛若伏若亡若存用之不勞守之不凝故有無
相生難易相成虎膺金腎氣足而肝氣生由肝氣以絕腎之餘
陰而腎氣過肝爲純陽龍符火心液勝而肺液旺由肺液以絕
心之餘陽而心液過肺爲純陰陰中煉陽陽中煉陰腎中取水
氣中取金金性沉重而喜墜故潤下而易漏火性輕飛而喜昇
故炎上而易烘以金制火以重制輕故冬至後陽昇於地地抽
其陰以太陰抽爲厥陰少陽添爲陽明厥陰抽爲少陰陽明添
爲太陽夏至後陰降於天天抽其陽以太陽抽爲陽明少陰添
爲厥陰陽明抽爲少陽厥陰添爲太陰如日受月魄月受日魂

道藏輯要

十六品經
八品經

三

室集一
又文上

譬以抽添智者自明以水制火火無焚木之咎以火制水水有
發金之功息心以打坐爲法心不息而遭魔弄養氣以訥言爲
務訥偶弛而被邪朦實其精不由氣化則精溺害養其氣不操
精本則氣難徵是知精馭於氣氣馭於神神合其虛三才乃成
遂說偈曰一爲天地根羣品賴生功一三開萬化宣曰天地人
人爲萬物靈三才具我身我身何所寶寶曰精氣神地未辟於
陰内含於真陽天未辟於陽内含乎真陰人足陰陽體胡不鍊
爾真世迷全不省離本妄追尋憶昔吾胎化皆由頓斷成形合
虛空體方稱羽化名爲憐人世苦說法度盲聾盲者人還瞎聾
者人不聽虛生以浪死空受業迷輪若肯信心參吾攜汝上昇

不日丹書下魚龍認假真悟明天地理方可云真人

呂帝復告眾等曰吾說此經乃是精寶若人信受即證真元留經之處潛修道果者得金丹訣

詔證僊階者人天僊派皆各授受化昇

天京咸登大羅爾等息心調氣鍊神養虛視爾勤功再行保奏眾等稽首

帝前作禮而退

鍊陰聚氣陽圓品第七

爾時

呂帝又曰黃帝訓言觀天之道執天之行人能體之可以長生

道藏輯要

十六品經
八品經

三

室集一
川文上

天地隨氣而化陰陽降升有經有緯寒暑相承試譬論爾爾當諦聽日之所經謂之黃道橫絡天腹中分二極謂之赤道平分天體春夏之交陽極生陰天行速急而其氣清故五日爲候三候爲氣六氣爲時四時爲年一年之候三百六十真氣結聚八萬四千冲和之氣在於中焉四萬二千上爲陽位四萬二千下爲陰位天雖爲陽而存真陰地雖爲陰而發真陽冬至之節氣發於陽一氣上升至七千里循之六氣上升四萬二千里數陽至陰位故氣常溫應乎春分再升六氣陽氣已極故氣酷熱而爲夏至夏至之候陰氣出天一氣下降至七千里循之六氣下降四萬二千里數陰至陽位故氣爽涼爲之秋分再降六氣陰