

二經同卷

元始天尊說生天得道經

元始天尊說得道了身經

第五

元始天尊說生天得道經

爾時

元始天尊在大羅天上玉京山中為諸天仙眾說此生天得道真經告諸仙曰吾今為汝略啓身心明宣道要十方得道神仙皆從此經修行而遵微與善男子善女人依憑齋戒作是津梁一切有為顯諸真跡體此法相乃可受持能屏眾緣永除染著外想不入內想不出於正念中皆得五臟清涼六腑調泰三百六十骨節之間有諸滯礙十惡之業百八十煩惱之業眾苦罪源悉皆除蕩即引太和真炁注潤身田五臟六腑心目內觀真炁所有清靜光明虛白朗耀杳冥冥內外無事昏昏默默正達無為古今常存總持淨念從茲解悟道力資扶法藥相助仍節飲食離違

鬼尸安寂六根淨照八識空其五蘊澄妙三元得道成具自然昇度爾時諸天仙眾白天尊言自從無始以來至于今日未聞如是大乘經典我等緣茲去會廣及一切道果圓明而說偈曰

杳杳冥冥清靜道 昏昏默默太虛蹤  
體性湛然無所住 色心都寂一真宗

元始天尊說生天得道經

元始天尊說得道了身經

爾時

元始天尊在玉清聖境清微天宮鬱羅蕭臺之中森羅淨泓之上現虛無自然有為真聖相扶元始無極大道闡揚混沌未分先天真奧妙論清靜無為全真大道為諸天仙眾說此生天得道全具了身經夫修鍊了身飲食有則禁口獨坐口唇相沾牙齒相對眼不觀邪色耳不聽淫聲洗心滌慮對境忘境萬緣消息外想不入內想不出莫起一念萬事俱忘凝耳韻含眼光緘舌炁調鼻息存神定意一心內守調息綿綿微微輕出似有而無莫教間斷息依神定性定命住性命雙全形神俱妙與道合真湛湛澄澄杳冥冥昏昏默默純純全全混沌沌精神魂魄意三五混融三元輻輳合和四象五炁朝元三花聚頂返本還元復命歸根萬神歸一無所不包無所不容自然心火下降腎水上昇口裏津液自然而生烹煎煉煉久久不散自然體中血脉如風行腹中如雷聲焉無絃之曲不撫而