

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鳴無絃之曲不撫而

自聲不鼓而自鳴冲和蒸透醍醐灌頂甘露
灑心晝夜無眠三千日足功成果滿陰盡陽
純聖胎成就身內有神成眞聖眞聖合太
虛太虛合眞空眞空合虛無自然虛無自然
是元始眞一元始眞一是吾眞身也先天而
生生而無形先天而長長而無體誰無形體
大道常存永劫不朽不壞萬聖同居得觀內
境見虛無之事神自言語與天地齊壽日月
同年脫離生死方得全眞道果天得眞一神
况清明地得眞一萬物發生邪得眞一自然
歸正神得眞一千靈萬聖人得眞一眞神仙
胎也道本虛無三才六合之中無所不靈無
所不聖道乃萬聖之祖萬物之宗清靜混沌
凝神鍊炁二六時中常清常靜靈臺無念為
清一念不起為靜意定神全水源清意動神
行水源濁此是本金眞間隔飲食太飽息炁
難定眼光不凝神光不明耳不絕聽神不得
住聲色不絕精炁不全萬緣不絕神不安寧
神不安寧心神不靈心神不靈聖胎不成聖
胎不成為陰靈下鬼身是炁宅心是神全意

動則有為有為則神動神動則炁散有為眞
動不動靜在其中矣息依神定純純全全混
混此元神凝炁結全眞無為萬神歸一則神
炁聚神炁聚則五行眞炁結成刀圭神炁津
液為眞水火熾津服炁為飲刀圭一名醍醐
灌頂甘露灑心一名洗心滌慮心神不動為
之眞沐浴眞清眞靜動在其中矣修行道人
不識動靜眞機不達眞常全眞道理如何得
道成眞息不動意定為之抽意不動神凝為
之添神凝意動為武鍊息定神凝為文烹外
想不入內想不出為固濟二炁交合各一斤
虛無自然為運用萬神歸一為守成性定命
住為養火鍊炁成神為眞金心火下降為復
命腎水上昇為歸根火迎眞水為金液水迎
眞火為還丹五行凝結為九還陰盡陽純為
七返降伏內魔為野戰神全無欠為全眞精
血炁神眞種子神凝炁結合眞空中宮胎意
為黃婆金情木性為夫婦心神眞汞為姪女
精炁眞鉛為嬰兒精凝形固成黑龜鍊神凝
結為素蛇煅鍊呼吸為龍虎龍虎龜蛇成一

塊為和合四象一性攝情為金木併陰陽還
返為水火交天與木同源兩性一家南二東
三同成五南二心神火也東三肝木性也此
是火生於木也水與金同源兩性一家北一
西四同成五北一腎精水也西四肺金情也
此是水生於金也中五屬土土者意也呼則
虎嘯風生虎嘯則汞投鉛汞即是性性即是
砂中汞砂汞即是離中陰離中陰即是人心
中神炁也息意定則神炁全神炁全則了性
吸則龍吟雲起龍吟雲起則鉛投汞鉛即是
命命即是水中金水中金即是鍊精化炁鍊
精化炁即是精炁凝精炁凝則形固形堅固
則精炁全精炁全即了性命雙全精炁血
滿神凝炁結三千功滿鍊就純陽是為富貴
安民精鍊成日精血鍊就月華炁鍊成黃金
髓鍊就白玉腦鍊成丹砂腎鍊就碑磔心鍊
成珊瑚此是七寶居身不散功成行滿跨鳳
乘鸞飛昇金闕上朝
玉帝永為眞神仙矣
元始天尊說得道了身經