

太上老君內觀經

老君曰 天地媾精 陰陽布化 萬物以生 承其宿業 分靈道
一 父母之和合 人受其生 始一月為胞 精血凝也 二月成胎
形兆胚也 三月陽神其為三魂動而生也 四月陰靈為七魄長靜鎮形
也 五月五行分藏 以安神也 六月六律定腑 用滋靈也 七月七精
開竅 通光明也 八月八景神具 降真靈也 九月宮室羅布 以定
精一一也 十月炁足 萬象成也 元和哺為一食 時不停也 太一
帝君在頭曰泥丸君 總眾神也 照生識神 人之魂也 司命處心 納
生元也 無英居左 制三魂也 三魂也 白元居右拘七魄也 桃孩住
臍 深精根也 照諸百節 生百神也 所以周身 神不空也 元炁
入鼻 灌泥丸也 所以神明 形固安也 運動住止 關其心也 所
以謂生 有由然也 予內觀之 歷歷分也 心者 禁也 一身之主
心能禁制 使形神不邪也 心則神也 變化不測 故無定形 所以
五藏藏五神 魂在肝 魄在肺 精在腎 志在脾 神在心 所以字
殊 隨處名也 心者 火也 南方太陽之精主火 上為熒惑 下應
心也 色赤 三葉如蓮花 神明依泊 從所名也 其神也 非青非

太上老君內觀經

清微藏書閣

黃 非大非小 非短非長 非曲非直 非柔非剛 非厚非薄 非圓
非方 變化莫測 混合陰陽 大包天地 細入毫芒 制之則正 放
之則狂 清淨則生 濁躁則亡 明照八表 暗迷一方 但能虛寂 生
道自常 永保無為 其身則昌也 以其無形 莫之能名 禍福吉凶
悉由之矣 所以聖人立君臣明賞罰 置官僚 制法度 正以教人
人以難伏 唯在於心 心若清淨 則萬禍不生 所以流浪生死
沉淪惡道 皆由心也 妄想憎愛 取捨去來 染著聚結 漸自纏繞
轉轉繫縛 不能解脫 便至滅亡 由如牛馬引重趨泥 轉增陷沒
不能自出 遂至於死 人亦如是 始生之時 神元清靜 湛然無
雜 既受納有形 形染六情 眼則貪色 耳則殫聲 口則耽味 鼻
則受馨 意隨健羨 身欲肥輕 從此流浪 莫能自悟 聖人慈念
設法教化

使內觀己身 澄其心也

老君曰 諦觀此身從虛無中來 因緣運會 積精聚炁 乘業降
神 和合受生 法天像地 舍陰吐陽 分錯五行 以應四時 眼為
日月 髮為星辰 眉為華蓋 頭為崑崙 布列宮闕 安置精神萬物

之中 人最為靈 性命合道 人當愛之 內觀其身 惟人尊焉 而不自貴 妄染諸塵 不淨臭穢 濁亂形神 熟觀物我 何疏何親 守道長生 為善保真 世愚役役 徒自苦辛也

老君曰 從道受分謂之命 自一稟形謂之性 所以任物謂之心 有所憶謂之意 意之所出謂之志 事無不知謂之智 智周萬物謂之慧 動而營身謂之魂 靜而鎮形謂之魄 流行骨肉謂之血 保神養炁謂之精 炁清而駛謂之榮 炁濁而遲謂之衛 總括百骸謂之身 萬象備見謂之形 塊然有閔謂之質 狀貌可則謂之體 大小有分謂之軀 眾思不測謂之神 邈然應化謂之靈 氣來入身謂之生 神去於身謂之死 所以通生謂之道 道者 有而無形 無而有情 變化不測 通神群生 在人之身則為神明 所謂心也 所以教人修道 則修心也 教人修心 則修道也 道不可見 因生而明之 生不可常用 用道以守之 若生亡則道廢 道廢則生亡 生道合一 則長生不死 羽化神仙 人不能長保者 以其不能內觀於心故也 內觀不遺 生道長存

老君曰 人所以流浪惡道 沉淪滓穢 緣六情起妄而生六識

太上老君內觀經

清微藏書閣

六識分別 繫縛憎愛 去來取捨 染著煩惱 與道長隔 所以內觀六識因起六欲 識從何起 識自慾起 慾從何起 慾自識起 妄想顛倒 而生有識 亦曰自然 又名無為 本來虛靜 元無有識 有識分別 起諸邪見 邪見既興 盡是煩惱 展轉纏縛 流浪生死 永失於道矣

老君曰 道無生死 而形有生死 所以言生死者 屬形不屬道也 形所以生者 由得其道也 形所以死者 由失其道也 人能存生守道 則長存不亡也

老君曰 人能常清靜其心 則道自來居 道自來居則神明存身 神明存身則生不亡也 人常欲生 而不能虛心 人常惡死 而不能保神 亦由欲貴而不用道 欲富而不求寶 欲速而足不行 欲肥而食不飽也

老君曰 道以心得 心以道明 心明則道降 道降則心通 神明之在身 由火之因炁也 明從火起 火自炁發 炁因油潤 油藉炁停 四者若廢 明何生焉 亦如明緣神照 神託心存 心由形有形以道全 一物不足 明何依焉 所以謂之神明者 眼見 耳聞

意知 心覺 分別物理 細微悉知 由神以明 故曰神明也
老君曰 虛心者遣其實也 無心者除其有也 定心者令不動也 安
心者使不危也 靜心者令不亂也 正心者使不邪也 清心者使不濁
也 淨心者使不穢也 此皆以有令使除也 四見者 心直者不反覆
也 心平者無高低也 心明者無暗昧也 心通者無窒礙也 此皆本
自然者也 粗言數者 餘可思也
老君曰 知道易 信道難 行道易 行道難 行道易 得道難
得道易 守道難 守而不失 乃常存也
老君曰 道也者 不可言傳 口受而得之 常虛心靜神 道自
來居 愚者不知 勞其形 苦其心 役其志 躁其神 而道愈遠
而神愈悲 背道求道 當慎擇焉
老君曰 道貴長存 保神固根 精炁不散 純白不分 形神合
道 飛昇崑崙 先天以生 後天以存 出入無間 不由其門 吹陰
煦陽 制魄拘魂 億歲眷屬 千載子孫 黃塵四起 騎羊真人
金堂玉室 送故迎新
老君曰 內觀之道 靜神定心 亂想不起 邪妄不侵 固身及

太上老君內觀經

清微藏書閣

物 閉目思尋 表裏虛寂 神道微深 外觀萬境 內察一心 了然
明靜 靜亂俱息 念念相系 深根寧極 湛然常住 杳冥難測 憂
患永消 是非莫識
老君曰 吾非聖人 學而得之 故我求道 無不受持 千經萬
術 惟在心也

太上老君內觀經竟

天運辛卯年戌月正一天師清微弟子洪鼎堅羅大英恭錄彙編