

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為動合自然故學者難親焉若非上士機高脩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為真君者皆此道也

太清元道真經卷上

群五



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為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。因六賊妄生目妄視耳妄聽鼻妄香臭口妄言味身妄作伎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為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為常聖人以无息為常動而有息靜而無息故有息无息自在也元道之士常宜以無