

中国道教
典籍丛刊



黄庭经集释

(唐) 梁丘子等 注



中央编译出版社

Central Compilation & Translation Press

黄庭经集释

(唐)梁丘子等 注



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

黄庭经集释 / (唐) 梁丘子等注.

—北京: 中央编译出版社, 2015. 2

ISBN 978-7-5117-2197-6

I. ①黄… II. ①梁… III. ①道教-养生(中医)-研究

IV. ①R212

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 262341 号

黄庭经集释

出版人 刘明清

出版统筹 董巍

责任编辑 邓永标

责任印制 尹珺

出版发行 中央编译出版社

地址 北京西城区车公庄大街乙 5 号鸿儒大厦 B 座(100044)

电话 (010)52612345(总编室) (010)52612371(编辑室)

(010)66161011(团购部) (010)52612332(网络销售)

(010)52612316(发行部) (010)66509618(读者服务部)

网址 www.cctphome.com

经销 全国新华书店

印刷 北京毅峰迅捷印刷有限公司

开本 880 毫米×1230 毫米 1/32

字数 300 千字

印张 14

版次 2015 年 2 月第 1 版 2015 年 2 月第 1 次印刷

定价 48.00 元

网址: www.cctphome.com 邮箱: cctp@cctphome.com

新浪微博: @中央编译出版社 微信: 中央编译出版社(ID: cctphome)

本社常年法律顾问: 北京市吴栾赵阎律师事务所律师 闫军 梁勤

凡有印装质量问题, 本社负责调换。电话: (010)66509618

出版说明

《黄庭经》为上清派经典之一，包含《黄庭外景经》和《黄庭内景经》，相传为南岳魏华存所传。魏华存生于晋代，被尊为道教上清派第一代宗师。该书以七言韵文形式写成，结合古代中医思想，阐述了道家的修炼与养生学说。《黄庭经》所传注本甚多，本次出版的《黄庭经集释》除将《正统道藏》所收注本全部收录外，还补以《正统道藏》未收的名家注本，如清刘一明的《黄庭经解》等。

目 录

黄庭内景玉经注

金·刘长生解	1
上清章第一	1
上有章第二	3
口为章第三	4
黄庭章第四	5
中池章第五	6
天中章第六	7
至道章第七	8
心神章第八	10
肺部章第九	12
心部章第十	13
肝部章第十一	14
肾部章第十二	15
脾部章第十三	16
胆部章第十四	18
脾长章第十五	20
上睹章第十六	22
灵台章第十七	24

2 黄庭经集释

三关章第十八	26
若得章第十九	27
呼吸章第二十	29
琼室章第二十一	30
常念章第二十二	33
治生章第二十三	34
隐景章第二十四	36
五行章第二十五	38
高奔章第二十六	39
玄元章第二十七	40
仙人章第二十八	41
紫清章第二十九	43
百谷章第三十	44
心典章第三十一	45
经历章第三十二	46
肝气章第三十三	47
肺之章第三十四	49
隐藏章第三十五	51
沐浴章第三十六	55

黄庭内景玉经注

唐·梁丘子注	58
黄庭内景玉经诀	58
黄庭内景经注卷上	60

上清章第一	60
上有章第二	62
口为章第三	64
黄庭章第四	66
中池章第五	68
天中章第六	68
至道章第七	70
心神章第八	73
肺部章第九	75
心部章第十	76
肝部章第十一	77
肾部章第十二	79
黄庭内景玉经注卷中	81
脾部章第十三	81
胆部章第十四	83
脾长章第十五	84
上睹章第十六	88
灵台章第十七	90
三关章第十八	93
若得章第十九	94
呼吸章第二十	97
琼室章第二十一	98
常念章第二十二	101
治生章第二十三	104

4 黄庭经集释

黄庭内景玉经注卷下	106
隐景章第二十四	106
五行章第二十五	108
高奔章第二十六	110
玄元章第二十七	112
仙人章第二十八	113
紫清章第二十九	115
百谷章第三十	117
心典章第三十一	118
经历章第三十二	119
肝气章第三十三	119
肺之章第三十四	123
隐藏章第三十五	124
沐浴章第三十六	129

黄庭外景玉经注

唐·梁丘子注解	133
黄庭外景玉经注卷上	133
黄庭外景玉经注卷中	142
黄庭外景玉经注卷下	147

太上黄庭外景经注

务成子注	161
太上黄庭外景经序	161

太上黄庭外景经注	161
上部经第一	161
中部经第二	172
下部经第三	181
黄庭内外玉景经解	
宋·蒋慎修注	191
仙人章	191
紫清章	195
百谷章	197
黄庭经解	
清·刘一明解	199
黄庭诸景图	203
黄庭图	205
太上黄庭内景玉经	
吕祖等注	206
太上黄庭内景玉经序	206
太上黄庭内景玉经序	207
太上黄庭内景玉经序	208
太上黄庭内景玉经卷上	208
上清章第一	208
上有章第二	210

口为章第三	212
黄庭章第四	213
中池章第五	215
天中章第六	216
至道章第七	217
心神章第八	219
肺部章第九	220
心部章第十	221
肝部章第十一	221
肾部章第十二	222
太上黄庭内景玉经卷中	223
脾部章第十三	223
胆部章第十四	224
脾长章第十五	224
上睹章第十六	226
灵台章第十七	227
三关章第十八	228
若得章第十九	229
呼吸章第二十	230
琼室章第二十一	231
常念章第二十二	232
治生章第二十三	233
隐景章第二十四	234

太上黄庭内景经卷下	235
五行章第二十五	235
高奔章第二十六	236
玄元章第二十七	236
仙人章第二十八	237
紫清章第二十九	238
百谷章第三十	238
心典章第三十一	239
经历章第三十二	239
肝气章第三十三	240
肺之章第三十四	241
隐藏章第三十五	242
沐浴章第三十六	244
玉经后跋	246

重刻黄庭阴符经注

明·石和阳述	247
重刻黄庭阴符经注序	247
序	248
太上黄庭经注	249
外景玉经卷上	249
外景玉经卷中	261
外景玉经卷下	266
颂曰	282

黄庭经秘义

明·冷澹园注	283
序	283
原序	284
太上黄庭内景玉经	285

黄庭经注

清·蒋国祚注	318
黄庭经注自序	318
黄庭内景经	318
黄庭外景经	334

黄庭内景经

明·李一元注	340
黄庭内景经上卷	340
琴心章第一	340
呼吸章第二	343
太和章第三	345
枢机章第四	346
隐芝章第五	348
云宅章第六	348
泥丸章第七	349
天经章第八	352

肺部章第九	354
心部章第十	356
肝部章第十一	357
肾部章第十二	359
脾部章第十三	361
胆部章第十四	365
执方章第十五	367
还精章第十六	370
异室章第十七	372
三关章第十八	374
流珠章第十九	375
吐缩章第二十	378
夫人章第二十一	380
不阔章第二十二	382
黄庭内景经下卷	384
八景章第二十三	384
虚无章第二十四	386
归一章第二十五	388
结璘章第二十六	389
上一章第二十七	391
妙音章第二十八	392
七日章第二十九	394
食气章第三十	395
道德章第三十一	397

初九章第三十二	398
贵京章第三十三	399
视听章第三十四	402
守雌章第三十五	404
无谷章第三十六	408

黄庭外景经

明·李一元注	411
上部	411
中部	416
下部	421

黄庭内景玉经注

神仙刘长生解

上清章第一

上清紫霞虚皇前，
九天之上，异景非常，上有三清，中有玉皇。

太上大道玉晨君，
超凡入圣，身外之身，海变桑田，玉貌常新。

闲居蕊珠作七言，
蕊珠富内，肘后飞金，慈通颠倒，物外清吟。

散化五形变万神，
甲乙庚辛，丙丁壬癸，万变神通，五形聚会。

是为黄庭曰内篇，
黄庭内景，聚会群仙，妙通法海，诗吟万篇。

琴心三叠舞胎仙。
心琴内抚，韵透青霄，胎仙舞就，灵耀彰昭。

九气映明出霄间，
九阳还转，七返通灵，夜明光现，鬼骇神惊。

神盖童子生紫烟，
紫雾红光，结成华盖，神通恍惚，无形不坏。

是曰玉书可精研，
万经穷尽，玉诀精通，自然之道，圣德真功。

咏之万过升三天。
无中咏出，万化枢机，十方三界，接引愚迷。

千灾以消百病痊，
一念无生，众垢消除，性通杳邈，占得虚无。

不惮虎狼之凶残，
抱道忘形，虎狼远避，背道著身，见兽自畏。

亦以却老年永延。
外容有老，有形有终，内貌无形，仙寿无穷。

上有章第二

上有魂灵下关元，
地关紧闭，天门常开，魂清气爽，结就灵胎。

左为少阳右太阴，
左看甲龙，右看庚虎，交媾往来，自然真趣。

后有密户前生门，
后户藏金，前门隐玉，无中常有，妙通一六。

出日入月呼吸存。
阳降阴升，出火入水，逆顺颠倒，先要达彼。

元气所合列宿分，
乾坤相合，妙用冲和，天清光显，万象森罗。

紫烟上下三素云，
瑞云观步，紫烟覆顶，三台护我，虚无圣境。

灌溉五华植灵根，
玉润琼芽，静收白雪，五华宫内，银蟾无缺。

七液洞流冲庐间。