

上海圖書館藏善本碑帖之一

宋拓黃庭內景經

文物出版社

宋拓黃庭內景經

收藏者：上海圖書館
出版者：文物出版社
印刷者：人民美術出版社印刷廠
發行者：新華書店北京發行所
各地新華書店經售
一九六四年十二月第一版第一次印刷
定價：五·〇〇元

787×1092 開本 1/8 印張 3 3/4 印數：1—500
統一書號：7068·235

太上黃庭內景玉經

太帝內書

藏湯谷陰



上清紫霞虛皇前太上大道玉宸君閑居紫珠作
七言散化五形變萬神是為黃庭曰內篇琴心三
疊舞胎仙九氣映明出霄間神蓋童子生然煙是
曰可精研詠之萬過昇三天千灾以消百病痊
不憚虎狼之凶殘亦以却老季永延上有魂靈下關

元左為少陽右太陰後有密戶前生門出日入月乎
吸存四炁肅合列宿分紫煙上下三素雲灌溉五華
上靈根七液洞流衝廬間迴紫抱黃入丹田幽室內明
東陽門星耀玉池太和宮漱咽靈液定不干體生光
華氣香蘭却滅百邪王鍊顏審能脩之登廣寒
晝夜不寐乃成真雷鳴電激神波黃庭內人服錦

衣紫華飛帶雲氣羅丹青綠篠翠靈柯七葉玉蕊
開兩扉重扇金闕密樞機玄泉幽閉高崔嵬三田之
部之宮翠重裏下有青童神公子主諸關鏡
明始青錦披裳佩玉鈴和制魂魄津液平外
加眼日月精亦靈幽理存無英同用七日自
充盈垂絕念神死復生攝魂還魄永無傾腎部

宮玄關圖上有童子其上玄主諸事肘九液
源外應兩耳舌液津若錦雲衣舞龍幡上致明
以日月煙石為千災急當存兩部水王對生月使
長生昇九天脾部之宮屬戊巳中有明童坐於
裏消穀散氣攝牙齒是為太倉兩明童坐於金臺
城九重方圓一寸命門中主調百穀五味香辟邪正

羸無病傷外應尺宅氣色芳光華所生以表明
錦玉衣帶虛章注念三老子輕翔長生高僊遠死
少瞻部之宮六府精中有童子耀威明雷電八震
揚玉旌龍旂橫天擲火鈴主諸氣力攝虎兵外
應眼童鼻柱間腦髮相扶六俱鮮九色錦衣綠華
冠佩八帶玉龍鳳文能存威明乘慶雲倏使萬神

朝三元解長一尺檢太會中部老君治明堂康字
名混虛人百病消穀糧黃衣紫帶龍虎章
長精益命賴君三呼我名神自通三老同聖各有
長精益命胎別執方挑孩合延生華世男女迴九
有概康道父道母對相望師父師母丹玄鄉可
用存思登虛空殊塗一會歸要終開塞三關握固

停含漱金醴吞玉英遂至不饑三蟲亡心意常寂
欣昌五嶽之雲氣彭亨保濟正屈以自償五形克堅無
災殃上覩三元如連珠落明景照九隅五靈夜燭煥
八區子存內皇與我遶身披鳳衣銜帝符一至不
久昇虛無方寸之中念深藏不方不圓閉牖聽三神
還精朽方壯魂魄內守不爭競神生腹中銜玉璫

靈注幽關那得喪琳條萬尋可蔭仗三魂自寧
帝書命靈臺懋勗望黃野三寸異室有上下
開關榮衛高玄受洞房紫極靈門戶是昔太上
告我者左神公子發神語右有白元併立震明堂
金匱玉房間上清真人當吾前黃裳子丹氣頻煩
借問何在兩眉端內使日月列宿陳七曜九元冠

生門三關之中精氣深九微之內幽且陰以爲心關
精神機之爲地關生命槩手爲人關把盛衰若得
三宮存玄丹太一流珠安岷嶺重中樓關十二環
自高自下皆真人玉堂絳宇盡玄宮璇璣玉衡色琅
玕瞻望童子坐槃桓問誰家子在我身此人何去
入泥丸千三百目相連一三十三似重山雲儀玉華

身丁巳帝黃老與我魂三真扶等共房津五斗
煥明是七元日月飛行六合間帝鄉天中地戶
端面部魂神皆相存呼吸元氣以求僊公六子
已可前朱鳥吐縮白石源結精育胞化生身留胎
七精可長生三氣九道明正一含華乃充盈遙
望一心如星金室之下不可頤延我白首反孩

嬰寶室之中人素佳。泥丸夫人當中立。長谷玄鄉繞。
郊邑六龍散。飛難分別。長生至。慎房中。急何為死。
作令神泣。忽之禍鄉。三靈誤。但當吸氣。錄學精寸田。
尺宅可治生。若當決海。百瀆傾。葉去樹枯。失青以氣。
亡液漏。非已形。專閑御景。乃長寧。保我泥丸。三奇靈。
恬憒閑視。內自明物。不干泰而平。確矣。匪事老復丁。

思詠玉書八上請常念三房相通達洞得視見無內
外存漱五牙不飢渴神華執巾云子謂急守持室勿
泄悶而保之可長活忘自形中初不聞三宮近在易隱
虛無窈空中素使形如是不當汚九室正虛神朝舍
在思音念視節度上府修治勿令故者自難明入大路
治生之道了不煩但修洞玄與玉篇無往形中八景

神二十四真出自然高拱無為魂魄安清淨神現與
我言安在紫房幃幕間立望室外三五玄

玉華前共入太室璇璣門高研恬惔道之園內觀
真盡覩真人在已莫問鄰何處遠索求因緣隱
藏形與世殊含氣養精口如朱帶執性命守虛無
名入上清死籙除三神之樂由隱居候歛遊遊無

晏羽服一整八風驅控駕三素乘晨霞金輦正立從
玉輿何不登山誦我書鬱々窈窕真人墟八山何難
故躑躅人閒紛々臭如智五行相推反歸一二五合氣
九、即可用隱地巡八街伏牛幽關羅品列三明出
于生死際洞房靈象斗日月父曰泥丸母雌一三光
關前昂後卑高下陳執劍下丈舞靈幡十絕懸空扇

絳紵火鈴冠霞隊落煙安在黃闕兩眉闌此非枝葉
實是根紮清上皇大道君太玄太和挾侍端化生萬物
使我僊飛昇十人駕玉輪晝夜七日思勿暝審能作此
可長存積功成鍊非自然是由精誠亦由專內守堅
固真之真虛中恬快自致神百穀之實土池精五味
外美邪庶腥臭亂神明胎氣零邨從反老得還嬰三