

三光注齡資福延壽妙經

經名：三光注齡資福延壽妙經。撰人不詳，約出於唐宋間。假託道君言修身延齡之法。一卷。底本出處：《正統道藏》洞真部本文類。

三光注齡資福延壽妙經

道言：吾隱六合之內，處明堂之中，守鍊精魄，自然衝衝，明達四遠，萬境咸通，開闢之始，道之先宗，吾陳此因，說子之身，子須祕受，勿施於人。天有七機，亦有三光，斗應其機，光應其罡，斗有七孔，來應五臟，安靜怡神，名正修養。耳則不可以亂聽，眼則不可以視惡，鼻則不可以聞臭，口則不可以雜味，虛中三光，周流徧體，頭以為天，足以為地，道法濟人，自然之炁。耳若亂聽，聲色敗人，眼若視惡，真光不明，鼻若聞臭，玉真不清，口若雜味，身多病生。是故病從口入，福從色敗，子若戒之，命同天在。能服金液，飛仙必尅，能服還丹，堅骨延年，子若有志，但於名山，無為無欲，安而復遷，莫同凡俗，貪欲為冤，大道玄聖，在子目前，斗覆子形，光映子精，密而行之，方得道成。

三光注齡資福延壽妙經竟