

高上神霄延生保命真经

尔时

南极长生大帝，在大罗天上，神霄府中，与无鞅群仙圣众俱。天尊曰：“吾奉上帝命，职司人世寿元，夫寿岂易言哉！”

圣贤德立道成，昭垂万世，是之谓寿。豪杰建功树业，炳耀千秋，是之谓寿。即如匹夫匹妇，忠孝节义，历劫而精灵不没，是之谓寿。

若徒迁延岁月，视阴终身。即幸届期颐，冥冥没世，寿于何所？

维时十二元辰星君，即从座起，白天尊曰：“善哉善哉，职念以何因缘，得闻妙论。特是上圣大贤，英豪俊杰，忠臣孝子，节妇义夫。自皆不恃力而行，不依形而立。凡兹世人，红尘碌碌。或耽情声色，或征逐货财。伐性戕生，罔知警省。伏祈大圣洪恩，垂慈济度。

天尊曰：“吾本誓愿度人，亿亿劫中，度人无量。今悯兹众生，示以延生保命之法。祛三尸，通七窍，调二炁，安五神。人能如我所言，实心遵奉，各有真言，安镇如法。”

南极符命，告尔三尸。一切魔神，咸使闻知。
长生神炁，流布兆身。勿荒於寢，勿醉於醕。
清气上升，浊气下降。仗此灵符，断除灾障。
一如诰命，星火奉行。

右祛三尸真言

南极符命，普告灵台。扫除翳障，七窍齐开。
目神童真，昭徹鸿蒙。耳神元虚，吁噓潜通。

鼻神洞元，真气内含。舌神正伦，膏液常存。
准此符命，必信必诚。五官之职，星火奉行。

右通七窍真言

南极符命，主阴宰阳。坎水中实，离火内虚。
复我先天，取坎填离。盘膝静坐，吸取真元。
津液盈满，下灌丹田。注想尾闾，上升泥丸。
徐下重楼，降入绛宫。水火浑合，功行完纯。
元功指出，敬信奉行。

右调二炁真言

南极符命，安镇真灵。心神天君，保我元神。
肾神玄明，固我真精。肺神素庭，守我六魄。
肝神青云，安我三魂。脾神黄华，护我身形。
青龙白虎，左右逢迎。朱雀玄武，前后导迎。
秉此符命，遨游上清。

右安五神真言

天尊说是经已，复告星君曰：“万物发育，皆由南斗注生。每年遇父母生日，及自己诞辰，皆当焚香礼拜。是日也，陈设香花灯果，时样鲜新。兆身斋戒入坛，叩齿三十六遍，长跪顶礼。”

天尊曰：“吾为众生宣示妙典，每家各宜书写一帙，日夕瞻视，敬谨勤修。行之有年，自然福寿绵延，名登仙籍。尔众生其共勉之。”于是无鞅群仙圣众，皆大欢喜，拜手稽首，而作颂曰：

上圣垂慈主，怜悯群生。
元词奥旨，宏宣此经。
金童执简，玉女捧函。

和声缓诵，如奏云咸。
惟愿群生，扫却万魔。
时吟咏，细研摩。
功圆行满，逍遥大罗。

延生妙典，玉阙宏文。微言大义媲皇绩，传示与几尘。虔诵真经，
福禄自来临。虔诵真经，福禄自来临。