

太上長文大洞靈寶幽玄上品妙經

經名：太上長文大洞靈寶幽玄上品妙經。一卷。不著撰人，疑出于唐代。

底本出處：《正統道藏》太玄部。

太上長文大洞靈寶幽玄上品妙經

天地初分章第一

道言：天地未分，先有太極、太素，位立元始之名，纔定陰陽之位，陽即輕清而為天，陰即重濁而為地，陽昇上而圓，陰降下而方。起初在混沌之間，變化於鴻濛之內，三陽相會，六氣交通，成萬物於恍惚之中，化千靈在有無之外。或含胎抱卵，或幻化生濕，發萬象於高天，滋百川於厚地者，造化耳。既然天地判，沖和之氣應用，陽精成而紅日輝曜，陰精結而皓月明朗，四方八極施布，風雨潤澤，四序應時，雪霜移物，發新遷舊，暮更朝改。是以變化成人，或男或女，皆合天地而生。男子為陽，應天之道，女子為陰，應地之道。方可天陽而清輕，下應男子；地陰重濁，亦應女人。天地以日月為真，男女以精血為寶，皆得似天地之用，必能如天地之固也。長生久視之道，皆與天地陰陽同用也。

人神感應章第二

道言：夫人者，是天地氣化之也。神者為陰陽氣之用也，形者為神氣之宅也，陰陽魂魄為精血之神也，此二神是萬神之首也。故修養之士，若能存神養氣，固血煉精，可盡長生之理。若人身有疾病，則形不全，形不全則氣不住，氣不住則神不安，命不長。欲要人命長，須令養形宅，固精血，煉神黑，安魂魄，必可長生。

萬物造化章第三

道言：天地昇降，沖和氣成，萬物皆有榮枯。盡含一氣，方能變化，不論金石草木，鳥獸魚蟲，皆是天地之造化所成。於萬物之中，惟人最貴，惟人是萬物之首也。頭圓足方，上陽下陰，皆同於天地。固天有風雨，人有血氣；天有日月，人有眼目；天有萬象，人有萬神；天有八極，人有八脈；天有五行，人有五臟；天有四季，人有四肢。地有山岳，人有骨節；地有草木，人有毛髮；地有江湖，人有血脈。此者無不應於天地，人為萬物之首也。若人不稟天接地，負陰抱陽，豈於天地之中，惟人動合天地造化。為天能動，地能靜，陽能造而陰能化。是故天降地昇，中交而萬物生。人若上降下昇而萬物靈，此者為之應天而生萬物，應人而生萬神。天以陰陽為用，人以神黑為用，但將氣煉神，神氣相凝固，形全必可長生。

陰陽相員章第四

道言：天降陽氣下於地，地昇陰氣上於天，天交陰精於日，男施陰氣在陽

中之陰，此者號真鉛；女施陽氣於陰中之陽，此者號真汞。是故天地交而萬物生，日月交而千靈變，陰陽相負，表裏相成，南北會合，上下相應，東西相配，左右相合，內外相成，神氣相交。此者陰得陽而靈，陽得陰而聖，人得氣而生，神得形而全。若能修此，必得長生。

五行變易章第五

道言：五行者，在天為五行，在地為五岳，在世為五常，在人為五臟。夫五行變易者，金木相生相剋，水火相配相合，惟土能變化。萬物得之可成，一身得之可靈。三田運氣，可以成五行之大藥。金丹皆是五行氣變化也，五液皆是五行之昇降也，天氣皆是五行之作用也。天地為五行之祖，日月為五行之宗，周天為五行之道，八卦為五行之戶，大藥為五行，全在人身之用。故《陰符經》云：天有五賊，見之者昌，不識者亡。若修煉五行之運用，依法行持，必可長生。

八卦成象章第六

道言：天以八卦，為應八方。伏羲氏畫八卦，以西北為乾＝一，屬金，得三陽之象。西南為坤＝，屬土，三陰之象。三陽下生一陰成巽＝一一，位在東南，屬風。三陰下生一陽成震＝一一，屬雷，位在直東。三陽上生一陰為兌＝一，屬澤，位在直西。三陰上生一陽為艮＝一一，屬山，位在東北。三陽中生一陰為離＝一一，屬火，位在直南。三陰中生一陽為坎＝一，屬水，位在直北。八卦既成象，各配方位，可應人之五臟。乾天為大腸，坎為腎，艮為膀胱，震為肝，巽為膽，離為心，坤為腹，兌為肺。此八門皆有氣之法，若修煉之，氣通於五臟六腑，同於神氣，可以延生。

男女分形章第七

道言：夫男者，乃嬰兒也，分形者，真鉛也。女者，乃媵女也，分形者，真汞也。男生於北，旺於坎宮；女生於南，旺在離宮。若男女會於中宮，內生黃芽，黃芽既生，散十二經絡，方可分為百脈，上至泥丸之宮，下至精氣之海，中度明堂之闕，使三田氣滿，令一室神清。本是一男一女，卻分形為千神萬神。是故鉛汞為體，坎離為名，金丹為質，龍虎為形。皆因一氣變化神靈，功行若滿，必可延生。

金丹煉形章第八

道言：夫金者，太白之位，西方之氣也。出自太素之號，故為太一之象。夫丹者，為太極之位，南方之氣，出自太玄之位，為太一之象。金生水，故水中見寶，木生火，故號火裏成真。是以金出於水，水中見火，而方鍊成丹，名曰白硃砂。若得土，黃芽自長，瓊花自芳，玉樹侵天，寒林出地，金液灌頂，銀浪衝關，風雲會合，神黑滋旺，蓋因金丹鍊形之道也。且夫水火難交，金

水難會，大藥難遇；真理難逢，無限修行之人，往往皆落沉淪。若要成真，須至金丹之道，必可長生。

聖胎成真章第九

道言：聖者，是神聖也；胎者，是氣化也；真者是本性也。故人因本性而結真氣，方成胎，使元氣化，方成為神真。神既靈，方能入聖。夫聖者，上至高天，下至厚地，前南後北，左東右西，上下六通，自然無礙，徧周於世界，名號神通。如此自在，蓋因人修真鍊氣而成聖胎。若人迷悟，修假不習，命求短不求長，見邪不見正。此者之人，終不能成於聖胎也。欲要成聖胎者，但於身命上掛意，用吾鍊氣生神之法，必可延生。

飛昇羽化章第十

道言：飛者，始自修清靜之門，妙用之理，鍊真元之氣，持無為之誠，正輕清之道，為羽化之客。飛即如雲，遊於天下，無近萬里；昇者自下而上，如氣騰雲空，飄飄而不散。若至此地，身為神仙伴侶，體住蓬萊山，作玉洞之賓，為金門之客，延無窮之壽，掛六銖之衣，乘五色之雲，歷十洲之境。或駕龍車寶輦，或遊玉洞金增，四時開不謝之花，萬日奏長生之曲。可以驕奢有度，富貴無涯。此者因何而得？蓋人修養而得之。近天堂，遠地獄。如人不修不行，無道無德，必近地獄，遠天堂。邇來說者，天宮之事，萬分中未有一分。略說地獄之方，特有一城，名曰鄧都羅城。有一王者羅王，又號陰都北帝，居此，主管大羅城八洞陰鬼，在十八鐵城之內，皆有死生。諸般地獄，上即有炎炎之烈焰，下即有浩浩之寒冰，左有千杖刀山，右有千林劍樹，往往受苦，吾不欲盡言，恐汝至聞之，痛傷心緒，方知修道為大善，必可飛昇羽化，為天仙也。若不修功積行，即沈淪地獄，何時出離？此日幸遇吾行化，即傳經傳教，賜法賜丹。汝今志意志心，必可延生。

論真一之法章第十一

道言：真一之法者，是天地之陰，萬物之氣，人之性，道之基，德之本，身之祖，命之宗，龍之體，虎之形，精之名，血之宗，鉛之首，汞之頭。見魂即成三，遇魄即成七。此真一之源，雖知修真之名，如何是修真之法？師答曰：但於身中鍊丹田之氣壯，生自然之神全，於十二時中，守天真之氣入丹田宮中，心無亂想，外無別意，不出不入，無來無往，神定自安。此是真一之法。

論二氣交合法章第十二

道言：高下陰陽二氣昇降之用，上即沖於寥廓，下即度於窈冥，風水、泉源、雲霧，皆是陰陽二氣之作。即如人身體，亦是陰陽所化。假饒人之修鍊，亦是人之陰陽二氣變化。如何是吾修鍊之氣法？聽吾一法為人中管之上，屬

天氣，施於陽；中管之下屬地氣，施於陰，人若將上下陰陽二氣，至中宮交會，必可成聖胎也。金丹結得，自然變化也。一氣能變十，十能變百，一返能變千，再返能變萬，三返能變三萬六千神全。故知世人不修即無功，無功即不成，不成即不全，則不昇仙，身則必滅。若心志即成功，成功即神全。豈不信哉！若依吾法，必可延年。

論三元上下法章第十三

道言：天地人者，是三才之元也。精氣神，是三元之靈也，上中下三宮之用也。三丹田者，是生神之用也。如何得三田滿，萬神靈？聽吾一法：但心不亂，性自靈，念不動，神自全，氣不濁，身自輕，精不散，道自清，功不絕，自飛昇。吾教汝，汝且聽：寶三元，朝玉京，在志心，可長生。

論四正應法序章第十四

道言：四正，時也，序者，應春夏秋冬之令也。是春主生，夏主長，秋主結，冬主藏。如何是人修鍊四正之用？聽吾一法：春則可修肝膽之氣，應甲乙木之位也。夏即修心臟之氣，應丙丁火之位也。秋修肺臟之氣，應庚辛金之位也。冬修腎臟之氣，應壬癸水之位也。是以水火相向，金木相交，中宮會合，四相五行，皆成造化。一千日小功成，金丹結；二千日中宮了，聖胎靈；三千日大功畢，塵骨變。骨變地滅名，天掛姓，身羽化，歸蓬萊。若志心依吾修行，豈不延年長生？

論五行匹配臟腑法章第十五

道言：天以五行陽氣，而應人臟也；地以五行陰氣，應人之腑也。夫金木水火土傳受心肝脾肺腎，應丙申戊庚壬。此者應陰陽氣之化也。又說大腸小腸胃膀胱應乙丁己辛癸，上即三焦，下即命門，皆是陰陽配合。如何是運用之法？答曰：將真一之氣傳於五臟之內，助其精血，益其魂魄，生神氣，即延生矣！

論六爻合六氣法章第十六

道言：六爻者，是三陰三陽也。初即少陽，中即陽明，三即太陽。如一厥陰，中少陰，三太陰，此是六爻交合六氣也。如何是六爻之用也？答曰：春夏秋冬各九十日，一年有三百六十日，以六十日為一氣，故六爻可成一週。運隨氣轉，氣逐運行，若會此理，但於一日之內，亦有六氣。寅卯為一氣，應少陽；辰巳為二氣，應陽明；午未為三氣，應太陽；申酉為四氣，應厥陰；戌亥為五氣，應少陰；子丑為六氣，應太陰。又說人臟腑之內，陽行在左，陰行在右。血脈六部，隨氣而行，一日一度，徧行六氣，周流於身。若能運用，必可延生。

論七返還丹法章第十七

道言：七返者，應天地樞機，運於十二宮內，晝夜十二時中，自從子時至午，是陽返於陰，若論在人之身，修養如何是用？但將本元真氣，自下返於上，謂之陰返陽也；卻將真元一氣，自上還於下，謂之陽返陰也。六陰六陽，會合黃庭，還歸丹田，神氣皆足，故為還丹也。’天以陽為降，地以陰為昇，人以氣為和，皆以此方為造化。《周易》云：七日來復。須是七返。故人依時返還真一之氣，必可延生。

金液還丹章第十八

道言：金液鍊形之道者，自古神仙修養之門戶，胎息之根源也。神氣一樞機也，水火之宗祖。若要鍊形神，先一鍊心，心通即智生，智生則法明，法明一即功成，功成即神仙，棄凡骨而成仙。不因此而何成哉！若將金液鍊形宅，必可延生。

論金丹成胎化法章第十九

道言：金丹者，是九年滿也。胎化神者，是凡為聖也。夫頑石內養成玉蚌，胎內養成珠，凡肉養聖胎，假內有真，靈中有寶，淺中有探，貴人內有仙。聞近善即善，近惡即惡，近賢即賢，近愚即愚，又不近賢，又不近愚，大道者，必可長生。

太上長文大洞靈寶幽玄上品妙經竟