

<吕祖指玄篇诗注>

正文 吕祖指玄篇诗注

吕祖指玄篇诗注

白玉蟾注

吕祖自序

余精儒业，应试，路逢正阳仙翁，悯岩，指修大道，遂弃功名。始生疑惑，后蒙指出，余方省悟。再访圣师，登山涉水，游至终南，稽首讯问根由。不责前愆，授余《太上无量度人妙经》，及《丹房秘诀》，反复丁宁告诫，命余珍藏，密修大道，采炼还丹，以逃生死，入希夷门，游长生境。余既得闻，喜而敬之，叩头谢恩，别圣师，云游尘境，誓度百人成道，皈奉真风。不料世之迷徒，只知恶死，不肯求生；不悟玄机，殊昧妙理，反生谤毁。或有执著而怀邪妄者，或服金石草者，种种痴愚，入于迷境，及至老死，犹不知悔，深可惜也。

吾固怜之，无能拔济，特作《指玄篇》一册，留于青城石室之中，稽首告天，拂袖而去。倘后之君子，得遇此书，乃三生有缘。收吾秘诀，务必严整衣冠，具香火灯水，于静夜面朝北斗，致谢高真；日逐虔诚，感格仙圣。自有明师剖决简奥细微、水火进退、药物斤两，明后，下手隐身、锻炼龙虎大丹，脱胎入口，接命延年。驱魔剪怪，修得三千行满，倏诏飞升，逍遥物外，与天齐年，与吾无异也。是为序。

指玄三灿上篇

其一：叹世凡夫不悟空，迷花恋酒送英雄。春宵漏永欢娱促，岁月长时死限攻。弄巧常如猫捕鼠，光阴犹似箭离弓。不知使得精神尽，愿把身尸葬土中。

玉蟾曰：纯阳仙师慈悲，大开接引。故叹世人险曲迷昧，自丧其身。后览书者，当见仙翁之言，的无虚也。正好回头悟道，切莫错过光阴。非大慈悲，谁肯苦口劝人？

其二：昔年我亦赴科场，偶遇仙师古道旁。一阵香风飘羽袖，千条云带绕霓裳。开言句句谈玄理，劝世声声唱洞章。我贵我荣都不羨，重重再教练黄房。

玉蟾曰：此诗自叹遇钟离老祖，讲道劝化之意也。羽袖云裳，乃仙家所穿之服；玄理洞章，乃仙家所修之业。黄房者，非世之黄房，乃中央属土，黄帝所居之位也。

其三：玄篇种种说阴阳，二字名为万法王。一粒粟中藏世界，半升铛里煮山江。青龙驾火游莲室，白虎兴波出洞房。此个功夫真是巧，得来平步上天堂。

玉蟾曰：阴阳二字，极有妙理。若欲见形，龙虎是也。一粒者，乃混沌之初，先天之气。故能包罗天地，养育群生。半升铛者，乃是炼药鼎器，非铁鼎之铛也。青龙在东，东方属木，木能生火，故谓之驾火。非凡之水火也。若求大药，有足能行，是个活物。莲室乃丹房之所。白虎在西，西方属金，金能生水，故曰兴波。波非海水，金非凡金，若求金水，有手能拈，亦是活物。近世多执凡水火，锻炼金石草木，以修诸身者，深可惜也。洞房者，乃出丹之所。噫！观此书者，当知神仙称赞大丹。若能得之，升天入地，不可测也。

其四：寻天掘地见天光，种得金花果是强。那怕世间诸饿鬼，何愁地下老阎王。正心收住黄龙髓，张口擒吞白虎浆。不是圣师当日诀，谁人做得者文章。

玉蟾曰：老子云：先天地生。若欲见之，必寻天掘地。寻之得手，何畏鬼神？龙髓虎浆，乃是药名。纯阳得钟离之传，能知玄妙，方作大丹诗歌，以留于世。读者参究，信受玄言。

其五：一三五数总皆春，后地先天见老君。花发西川铺锦绣，月明北海庆风云。好抛生计于斯觅，莫逞浮华向外营。念念不忘尘境灭，静中更有别乾坤。

玉蟾曰：一三五，乃阳数；二四八，乃阴数。修仙之士，能知一生二，二生三，三生万物，便有还丹至宝，不可错过。后地先天者，得地中一阳之气，上升于天；天有一阴之气，下降于地；二气相交，发生万物，则为泰卦；二气不交，则为否卦。真阴真阳，隐于天地之中无影无形，视之不见，听之不闻；若能擒得，便是花发月明，总一意也。花发于春，月明十五，修丹炼药，要识其时。不遇真师，纸上难得。若得师指，将家业抛去，趁其时而急修，不可迟延。苟或迟延，药物过矣，即无用也。炼药之时，念念不忘，道心如铁，莫被尘境所

牵、色欲所蔽，动中得静，便是幽微。所谓有动工，有静工。噫！妙哉，意也！学道本无先与后，新笋生同旧竹高。

其六：世间无物可开怀，奉劝世人莫自埋，好趁风云真际会，须求鸾凤暗和谐。两重天地谁能配，四个阴阳我会排。会得此玄玄内事，不愁当道有狼豺。

玉蟾曰：世间荣华富贵，都是漫天之网。众生被他罩住，故不开怀。只有上圣高真，有大智慧，将浮华扫退，炼就还丹，以超三界永无忧矣。故真仙劝世，莫自沉埋。噫！未遇真师。何人识得天地阴阳？其意玄微，惟有神仙，能穷本，得返还之理，何愁虎狼当道。蛇虫遍地？自在逍遥，与天同寿。噫！神仙都是凡夫做，只是凡夫不信心。

其七：前弦之后后弦前，圆缺中间气象全。急捉虎龙场上战，忙将水火鼎中煎。依时便见黄金佛。过后难逢碧玉仙。悟得圣师真口诀，解教屋下有青天。

玉蟾曰：修丹之士，莫问弦前弦后，止看月缺月圆。月圆玉蕊生，月缺金花卸。生时好用工。卸即无用也。龙东虎西，间隔甚远。学者趁圆缺之时，捉之相战。水火，盖龙虎中之元气。取于金鼎，仔细烹

煎。水冷须进火，水滚须抽火。进退之理，方保成也。仙师再说依时二字，反复丁宁，指示后来慕道贤士，能趁月圆之时，正好行工，非寻常也。黄金佛者，乃释氏之大觉金仙。真身丈六。同大丹理。至于《周易》数，深有幽微。魏伯阳老仙，得丹之后作《参同契》，流传于世。其言似解《周易》，其实大丹之诀。顽石中藏宝，时人眼未明。卞和若一见，怎肯不相亲。过后难逢者，乃月缺之时，有何用也。屋下有天者，非虚浮之事，以世理譬喻。天之在天，屋下岂能藏之？神仙之道，多般颠倒。火里栽莲，水中捉虎，死处逢生，故有登天之灵梯。

其八：（三韵并用）修仙善士莫痴迷，于此宜当早见机。花发拈花须仔细，月圆赏月莫延迟。得来合口勤烹炼，既济休工默守持。从此不须心懊恼，管教平步宴瑶池。

玉蟾曰：花发月明，前已漏泄。花不在山，月不在天。要知著（音着）实，家家有之，人人可修。水火不合，卦爻未济；水火一合，道得既济。休工默守，然后修炼，以复其初也。日满工完，皆同众仙，游宴瑶池圣境，其实不虚也。噫！洞宾一得真铅后，弃却瓢囊碎却琴；传与后学牢把念，六根有耳不闻音。

其九：要知大药妙通神，不是凡砂及水银。世间药材俱是假，人烧水火总非真。有形有质何须炼？无象无名自可亲。一得便超三界外，乘鸾跨鹤谒枫宸。

玉蟾曰：大丹妙药，至灵至神，非世间金石草木，黑铅水银，亦非炉釜水火，俱是有形有质可见之物。盖灵丹妙药，乃是生天生地之祖炁，无形无影，难执难见，隐于空洞玄牝之中。唯有神仙参透阴阳造化，旋斗历箕，暗合天度，攒簇五行，和合四象，龙吟虎啸，天地动静，方得元始祖炁，化为黍米，降见浮空，采而服之，還元接命，以作长生之客，升入无形，故有无穷变化，自在逍遥。后之学者，切莫听信邪师惑误性命，必仔细参求，投明弃暗。噫！迷者自迷，各宜穷理，覆鸡用卵。

其十：天机不泄世难知，漏泄天机写作诗，同类铸成驱鬼剑，共床作起上天梯，人须人度超尘世，龙要龙交出污泥。莫怪真情都实说，只缘要度众群迷。

玉蟾曰：同类者，天以地为类，日以月为类，女以男为类，阳以阴为类。契云：勾陈腾蛇。青龙白虎相呼相唤，相扶相舞，颠倒修之，

离取坎补。纯阳此诗，真实泄露天机。蟾复解此，惟愿后来万万人，学同长生之域，各当及早修持，莫待今生错过。

十一：返本还源已到乾，能升能降作（一作“号”）飞仙。一阳发（一作“生”）是兴工日，九转周为得道年。炼药但寻朱里汞（一作“金里水”），安炉先立地中天。此中就（一作“便”）是还丹理，不是真（一作“奇”）人莫浪（一作“誓莫”）传。

玉蟾曰：返本还源，须要天地相合，龙虎相交，方得木火下降，金水上升。要识一阳生时，安炉立鼎，掘地寻天，采丹接命。知之者，切莫乱传。若非道心坚固者，虽金玉丛中，视若浮云；任是父子骨肉，道心不坚，敢轻亡传，天必殃报，九祖沉沦。还丹秘宝《度人经》云：四万动一传。故纯阳告戒。

十二：天生一物变三才，交感阴阳结圣胎。龙虎顺行阴鬼出（一作“去”），龟蛇逆往火神（一作“龙”）来。婴儿日食（一作“吃”）黄婆髓，姹女时餐白玉杯。功满自然居物外，人间寒暑任轮回。

玉蟾曰：一物，是真铅也。盖真铅生于天地之先，号为元始一炁，能生天生地生万物。今者返而求之，须用阴阳交感，逆施造化，故能

成仙成佛。上圣已知汞性好飞，遇铅乃结。炼真铅伏制真汞，如母伏子，不致逃失，方结圣胎，以为长生不老神仙。

十三：先天一炁号虚无，运转能教骨不枯。要识汞根寻蒂子，方求铅本问仙姑。人人会饮长生酒，个个能成不死夫。色即是空空即色，朗然飞过洞庭湖。

玉蟾曰：先天炁为铅，无形而能制汞。离虚坎实，采而补之，汞精不致飞走，故能结胎神化。妙在心如太虚，色境两忘，忘无可忘，方可求之。若人欲横流，终不能成。

十四：大道玄机颠倒颠，掀翻地府要寻天。龟蝇共穴谁能见，龙虎同宫孰敢言？九夏高山生白雪，三冬奋火种金莲。丁宁学道诸君子，好把无毛猛虎牵。

玉蟾曰：颠倒之机，前篇已露。纯阳复作此诗，惟恐后人信心不坚。知牵无毛猛虎，道不远矣！

十五：地上灵芝天上安，时中采得结纯乾。无根自有阳春至，有本多因气脉缠。姹女戏时神力壮，婴儿舞处道心坚。可怜世上无知识，我得长生寿万年。

玉蟾曰：花果非在天地，不离人身，婴儿姹女，无媒不合。有缘能悟，便可得仙。噫！只待地母花开日，便是黄河彻底清。

十六：劝君保重一分阴，悟此仙机在用心。只是人身常运转，何劳物外苦搜寻。忙求北海初潮水，灌济东山老树根。此玄机重漏泄，弹琴须要遇知音。

玉蟾曰：以上诗十六首，以为二八一斤之数。古仙尝惜分阴，今人反有休息，将身至死犹不知悔，须将精气顾惜，莫听邪师妄惑，服炼草木药石皆是胡为，去道远矣。有等愚夫俗子，又不知出世间法，不知还丹至理，妄生议论；皆言修道炼丹，必居深山穷谷，必须抛妻弃子。此辈真可惜也！蟾今直指，各宜究参。深山所有者，草木禽兽，皆是非类，岂能修炼还丹？《悟真》云：未炼还丹莫入山，山中内外尽非铅。此般至宝家家有，只有愚夫识不全。又云：汞是我家原有物，铅是他家不死方。若将金石草木任猜量，到底枉猜量，必入轮回去。今纯阳云：北海初潮，即是丹井中新出之甘泉，实为难得之宝耳。盖

初潮二字，便是先天一炁，真铅之炁，故谓之至宝。无价之宝，可为大丹之母。东山枯木，北泉注之，枝叶重荣，根本永固。歌云：北方正气为河车，东方甲乙为丹砂。两情合养为一体，朱雀调运生金花。《契》云：丹砂木精，得金乃。太阳流珠，常欲去人。卒得金花，转而相因。盖此意也。以上丹经万卷，天机不泄，蟾今又注释之。指下琴音，世无知者。此书在处，当有神祇拥护。学仙者有缘得遇，信受奉行，立跻天仙也。

指玄三灿下篇

其一：（三韵并用）世人宜假不宜真，难度长生上品经。不免天机重漏泄，灵丹只是气和精。

和曰：纯阳仙圣得全真，慈度重宣上品经。后学殷勤加爱敬，只宜修炼气和精。

其二：道在人为日用常，逆修入口遍身香。便须默养天胎就，稳跨翔鸾谒玉皇。

和曰：无中生有得非常，西海金生丽水香。取得归来铛内煮。待炉丹熟礼虚皇。

其三：西北东南在两厢，长房缩地合中央。后人好学神仙法，一样丹砂补败场。

和曰：雄虎雌龙各一厢。凭媒牵引入中央。炼时匹体轻视，顷刻终成大道场。

其四：（第二句借韵）此法真中妙更真，无头无尾又无形。窃冥恍惚能相见，便是超凡出世人。

和曰：真中无假假中真，听不闻声视没形。学道知机能著力，得之凡骨变仙人。

其五：东华姓木老仙翁，独坐长房未有功；忽遇西王金圣母，灵丹一粒便腾空。

和曰：家家有过主人翁，只为贪迷昧圣功。若解转头颠倒做，守真志总归空。

其六：一法通时万法通，休分南北与西东。朝朝只在君家舍，要见须知掘土中。

和曰：玄牝之门若会通，百川万派总归东。时人若识真消息，子正阳生月正中。

其七：黄鹤楼中吹笛时，白苹红蓼满江湄。衷情欲诉无人识，只有清风明月知。

和曰：铁笛横吹正子时，一轮明月见江湄。此中便是真端的，试问诸君知不知？

其八：（二韵并用）法是先天一点（气），将来锻炼作元神。法官存想驱雷使，炼此方能上玉京。

和曰：太乙含住先天（气），灵阳藏固养精神。两般若得相和合，指日飞升朝玉京。

其九：二八佳人体似酥，腰间仗剑斩愚夫。分明不见人头落，暗里教君骨髓枯。

和曰：无情何怕体如酥，空色两忘是丈夫。识得刚柔相济法。一阳春气为虚枯。

其十：曾读仙经万卷多，篇篇只教运黄河。此中有盏长生酒，问道时人能吃么？

和曰：一句通玄不用多，大家著力挽银河。三花灌上昆仑顶，不是神仙是什么？

十一：朝游北海（一作北越，又作百越，又作岳鄂。）暮苍梧，袖里青蛇胆气粗。三醉岳阳人不识，朗然（一作吟）飞过洞庭湖。

和曰：一对鸾凤戏碧梧，性情相契要精粗。有人识得玄中理，何必登山及泛湖。

十二：我命从来本自然，果然由我不由天。金丹一服身通圣，可作蓬莱阆苑仙。

和曰：道本无言只自然，真铅要识地中天。河车运上昆仑顶，作圣超凡便是仙。

十三：修仙不问男和女，炼药无拘富与贫。一念不差皆可作，我知不是世间人。

和曰：王母本是凡人女，葛洪家道十分贫。二仙有样皆当学，苦口良言不惧人。

十四：神仙歌诀泄天机，方便慈悲指世迷。见者莫生颠倒见，大家都好学妆痴。

和曰：篇篇字字有真机，悟者回头莫执迷。大药丹方难得遇，遇之不炼是愚痴。

十五：不死金丹种土砂，诸人会得早离家。一心只望长生路，切莫如蜂苦恋花。

和曰：非金非木亦非砂，此个原来本在家。释氏初生全漏泄，因何末后又拈花。

十六：真铅大药本无形，只在人心暗与明。老子怀胎十个月，功行圆满自通灵。

和曰：哑子得梦醒无形，有口难言只自明。浓血皮包无价宝，若还人得便通灵。

十七：鼎炉安立守其心，八两朱砂八两金。和合天平兑定了，便须仔细定浮沉。

和曰：昨夜进心要坚心，锻炼顽铜化赤金。赫赫光明侵碧嶂，丹成妙诀定浮沉。

十八：奉真修道守中和，铁杵成针要琢磨。此事本然无大巧，只争日逐用功多。

和曰：人人天赋此元和，好把真常各打磨。今古上仙成道者，皆缘掘地采铅多。

十九：一阳气发用功夫，日月精华照玉壶。到此紧关休妄动，恐防堕落洞庭湖。

和曰：达摩当日用功夫，独坐长芦用酒壶。得了一杯倾灌顶，摘芦脚踏过东湖。

二十：曲江月现水澄清，沐浴须当定主宾。若得水温身暖处，便当牢固办前程。

和曰：采药须知浊与清，饶他为说我为宾。若非猛火汤烹处，端坐休教再进程。

二一：龙虎相逢上战场，霎时半刻定兴亡。诸君逢恶当行善，若要争强必损伤。

和曰：五炁朝元作道场，三华聚顶万邪亡。嗜美景时须谨慎，切防危险莫被伤。

二二：道本无言法本空，强名指作虎和龙。天然一物真元始，隐在阎浮同类中。

和曰：须信金丹本不空，成功须用虎和龙。子时运入昆仑顶，午循环沧海中。

二三：人言我道是虚浮，我笑世人太没谋。一粒金丹长命药，暗中失了不知愁。

和曰：炼丹须要识沉浮，未炼还丹用意谋。指教后人能得手，不须日夜用心愁。

二四：龙虎金丹妙合天，风云际会泄甘泉。白头老子能知此，返老还童寿万年。

和曰：金丹妙道本先天，隐在坤维化玉泉。松柏因他滋本固，经霜耐没穷年。

二五：两口相逢是吕岩，诸人识得莫胡谭。离中力量人难敌，能把乾坤一担担。

和曰：伏虎须教入虎岩，吞声忍气绝言谭。得李虎子牢擒捉，配个龙儿一担担。

二六：降龙须要志如天，伏虎心雄气似烟。痴蠢愚人能会得，管教立地作神仙。

和曰：亏心亏理即欺天，四物相遮黑似烟。此辈即同禽兽类，如何见得玉天仙。

二七：一本梅花十月开，预先待得早春来。木微尚且知时景，人不回头只得呆。

和曰：枯木逢春花再开，皆因天地一阳来。诸人年老难重少，只是贪痴呆上呆。

二八：方方游化唱仙歌，反被时人笑是魔。不识真金如粪土，老龙把作毒蛇蹉。

和曰：颠倒修行唱道歌，篇篇剪怪又驱魔。人人要上蓬莱路，会用工夫心莫蹉。

二九：昔年游戏岳阳楼，好个莺花鹦鹉洲。今日重来沽美酒，故人多半丧荒丘。

和曰：茅庵静坐胜高楼，耐守功完上十洲。堪叹玉堂诸学士，文章锦绣葬荒丘。

三十：遨游大地十余秋，劝化时人不肯修。留此一篇真奥妙，飘然直上风麟洲。

和曰：暑往寒来春复秋，人生如梦早宜修。仙家岂有浮空语，悟透玄风上十洲。

三一：苦劝人修不肯修，却将恩德反为仇（音求）。如今回首朝天去，不管人间得自由。

和曰：世人宜早发心修，夫妇恩深总是仇。不信吾言当自省，眼昏背曲为何由。

三二：浮名浮利事如风，飘来飘去有何功？诸人各自宜三省，莫把仙方当脱空。

和曰：纯阳袖大惹春风，归去来兮甚有功。留下玄机无价宝，玉蟾解和亦谈空。

<hr />