

吕祖修养经





吕祖百字铭

养气忘言守，降心为不为，
动静知宗祖，无事更寻谁。
真常须应物，应物要不迷，
不迷性自住，性住气自回。
气回丹自结，壶中配坎离，
阴阳生反复，普化一声雷。

白云朝顶上，
甘露洒须弥，
自饮长生酒，
逍遥谁得知。
潜听无弦曲，
明通造化机，
都来二十句，
端的上天梯。

吕祖修养经

天尊曰：天之道，利而不害；
圣人之道，为而不争。

故与时争之者昌，与人争之者凶。
吉凶祸福，渺渺冥冥，其灾祸也。
非富贵者，可请而避；
其荣盛也，非贫贱者，可欲而得。

惟为恶则祸来，惟修善则福生。

福生于清俭，德生于卑退；道生于安
静，命生于和畅；患生于多欲，祸生
于多贪；过生于清慢，罪生于不仁。
仁者修善积德，成仁入道，以忠以孝。
希圣希贤。伯夷叔齐之高风，曾参闵
子之大孝，人歿道存，充塞天地。或
悔过自新，虽失之于少壮；修行赎罪，

冀得之于暮哀。静以安身，和以保神，
精以致真。抱经济之才，泛然若无；
洞古今之事，旷然若虚。爵之不动，
禄之弗受，忘形乎尘俗之忠。得性出
云霞之外。

希高敖古，克己知几，潇洒蓬门，贫
同原宪。簞瓢陋巷，乐想颜回。
闲邪存诚，守瓶执玉。

超迹滓穢，栖真虚无。有事无事，常若无心。处寂处喧，其志惟一。制念以定志，静身以安神，保气以存精，思想两忘，方可云道。

是故有有，有不有，无无不无，有者因无而生，形者须神而立，故有乃无之宫。形乃神之宅，所以全宅以安主。修身以养神，若气散归空。游神为变，犹

火之于烛，烛靡则火不居。

水之于堤，堤坏则水不住，魂劳神散，何道可成？

神者魂也。降之于天，鬼者魄也；经之于地，是为神能服气。形能食味，气清则魂爽，形劳则魄浊，服气者绵绵而不死，身腾于天；食味者混混而王亡，形沉于地。

修行之士，性命双修，形神合一，故能长生。故一飧一寐，性命相关；一坐一行，死生是赖。虚心不外，入于恹恹，奇妙可以自得，而难以口言。虽不深造洞天，远寻福地，亦可以延生，娱景岁月，其如道何。

锦鲤三阔恭制 庚子年四月第二版

吕岩，字洞宾，道号纯阳子。

一说为唐德宗贞元十二年农历四月十四生于永乐县招贤里（今山西省芮城县永乐镇）人；

另一说为唐末京兆（今陕西西安）人。道教全真派北五祖之一，全真道祖师钟、吕内丹派、三教合流思想代表人物。后人奉为仙，位列八仙之一。

