李涵虚祖师全集 圆峤内篇

[编者序 2](#_bookmark0)

[第一卷 道 窍 谈 3](#_bookmark1)

[道窍谈读者须知 3](#_bookmark2)

[张序 4](#_bookmark3)

[第一章 箴诸友书 4](#_bookmark4)

[第二章 开关问答 5](#_bookmark6)

[第三章 后天集解 5](#_bookmark5)

[第四章 筑基炼己 6](#_bookmark8)

[第五章 养己炼己 6](#_bookmark9)

[第六章 养己炼己 6](#_bookmark7)

[第七章 后天次序 6](#_bookmark9)

[第八章 内外二药 7](#_bookmark11)

[第九章 药物相类 7](#_bookmark10)

[第十章 三品互养 7](#_bookmark12)

[第十一章 炼功五关 8](#_bookmark14)

[第十二章 产药层次 8](#_bookmark17)

[第十三章 药物层次 8](#_bookmark13)

[第十四章 丹砂二种 8](#_bookmark15)

[第十五章 神气性命 8](#_bookmark16)

[第十六章 先天直指 9](#_bookmark18)

[第十七章 神气精论 9](#_bookmark19)

[第十八章 精气神再论 10](#_bookmark20)

[第十九章 性命顺逆 10](#_bookmark21)

[第二十章 玄关一窍 11](#_bookmark22)

[第二十一章 玄关再说 11](#_bookmark24)

[第二十二章 两孔穴法 11](#_bookmark25)

[第二十三章 玄牝根基 11](#_bookmark23)

[第二十四章 中字直指 12](#_bookmark27)

[第二十五章 药物直陈 12](#_bookmark26)

[第二十六章 铅汞的辨 13](#_bookmark29)

[第二十七章 鼎器直说 13](#_bookmark30)

[第二十八章 乾坤离坎 13](#_bookmark28)

[第二十九章 采炼妙用 13](#_bookmark31)

[第三十章 河车细旨 13](#_bookmark32)

[第三十一章 真心论 14](#_bookmark34)

[第三十二章 心神直说 14](#_bookmark33)

[第三十三章 神息妙用 14](#_bookmark35)

[第三十四章 神息再论 15](#_bookmark37)

[第三十五章 气息妙用 15](#_bookmark38)

[第三十六章 神意妙用 15](#_bookmark40)

[第三十七章 神意再论 15](#_bookmark36)

[第三十八章 共争不朽之论 15](#_bookmark39)

[第三十九章 功成名遂身退论 15](#_bookmark41)

[第四十章 仙佛同修说 16](#_bookmark42)

[第二卷 三 车 秘 旨 16](#_bookmark43)

[《三车秘旨》读者须知 16](#_bookmark44)

[李涵虚真人小传 17](#_bookmark46)

[第一 件河车 17](#_bookmark45)

[第二件河车 18](#_bookmark48)

[第三件河车 18](#_bookmark47)

[收 心 法 18](#_bookmark49)

[收心法提词 18](#_bookmark50)

[收心法下手功夫 19](#_bookmark52)

[收心法杂谈 19](#_bookmark51)

[第三卷 后天串述文终经 20](#_bookmark53)

[第四卷 循 途 录 21](#_bookmark54)

[（九层炼心道言） 21](#_bookmark55)

[第五卷 太上十三经注解 22](#_bookmark57)

[序 22](#_bookmark58)

[纯阳先生序 22](#_bookmark56)

[题《东来正义》诗 22](#_bookmark59)

[《道德经》注释（《东严正义》） 23](#_bookmark60)

[老子真传 43](#_bookmark61)

[《阴符经》类解 45](#_bookmark62)

[辑诸家评语 45](#_bookmark63)

[《太上黄庭外景经》 48](#_bookmark64)

[《清静经》解 53](#_bookmark76)

[《玉枢经》约解 54](#_bookmark78)

[《护命经》约解 54](#_bookmark77)

[《日用经》约解 55](#_bookmark80)

[《大通经》约解 55](#_bookmark79)

[《赤文洞古经》约解 55](#_bookmark81)

[《定观经》约解 56](#_bookmark81)

[《五厨经》解 57](#_bookmark82)

[《明镜匣经》 58](#_bookmark83)

[《金谷经》 58](#_bookmark84)

[《无根树词》注解 58](#_bookmark85)

[第六卷 道情诗词杂著 74](#_bookmark86)

[道情诗（二十四首） 74](#_bookmark87)

[收心法道情自遣 75](#_bookmark88)

# 编者序

《方壶外史》者东派陆潜虚著作之名也。而

《圆峤内篇》者，则为西派李涵虚著作之名矣。

东西对峙之势由是而成，东西一脉相承之道亦由是而定矣。西星（陆潜虚别名陆西星又名长庚）西月（李祖名涵虚又名李西月字团阳），互相照射，光辉灿烂，岂偶然哉！

乎，一人乎！古佛化身千万亿，庄子劈棺一二三。惊破当时田氏胆，楚国王孙何在也。吾愿学三隐 者之为，惟佩此《道德》一注，《九层》一篇， 长歌崖壑，响压溪云，忘其姓氏甲子而已矣，是

然道派之中，都只知有《方壶外史》传世， 为序。而不知有《圆峤内篇》之刊发，何也？此无它，

各个西派学生或编者，未会李祖著书本意，未作系统整理，每篇自成其名，以至把书的总名《圆峤内篇》完全淹没，踪迹难求矣！

一代宗师已故道协会长陈撄宁先生，著书立说，洋洋大篇何等见地，尚不免骑牛觅牛，至有

《道窍谈》《三车秘旨》《园峤内篇》未曾发行不及见抄本之叹。著名学者李道山在《李涵虚真人小传》中亦说：“（李祖）奉三真之命，著有《太上十三经注解》《大洞老仙经发明》，二注《无根树》…… 俱刊行于世，更有《园峤内篇》、《三车秘旨》、《道窍谈》三书，俱未刊行”为叹。殊

天乐子陈毓照写于山水妙风山下

# 第一卷 道 窍 谈

长乙山人李涵虚 著皖江 陈撄宁 校订

## 道窍谈读者须知

不知二书对应之旨，外对应与内对应之必然也。余搜索枯肠，穷究经典，难圆其说。既有内

外对称之全称，何能会一部煌煌巨著，渺无踪迹， 不能刊发行世之理。无奈再四参研《涵虚秘旨》

（《东方修道文库》之一书），偶于《太上十三经注解序》中熟玩，竟得其要领。

一、本书作者姓李，名西月，字涵虚，又字团阳。乃四川省乐山人，于清咸丰丙辰岁成道

二、吾国仙道，旧有南北两派。南派始于浙江天台之张紫阳，北派始于陕西终南之王重阳。至明嘉靖时，陆潜虚著《方壶外史》，大阐玄风， 世称为东派，而本书作者李涵虚，则群目之为西

《序》为蜀山三隐者所作，未具真名实姓。 派．西派传代有九字：西道通，大江东，海天空。

《序云》：“一日游道观间，见有《圆峤外史》数

函（盖初时拟与东祖《方壶外史》同步故亦以外史称，以后改为对应故以内篇称之，实同一书也），其中有《十三经注解》。《道德》一注，最为详尽。末附《循途九层》。虽仅三言两语，足可得其端倪，解开疑团。接着又参《纯阳先生序》； 内云：“涵虚子者，仙才也。……言下辄悟，乃

三、张紫阳得丹道于成都异人,但未言为谁 氏。同时有王冲熙者，遇刘海蟾传金丹口诀。冲熙尝谓，举世道人无能达此者，独张平叔知之。于是陆彦孚遂据此语而断为紫阳亦得海蟾之传。考海蟾乃正阳真人钟离云房之弟子，与吕祖同门。王重阳文集中亦称“正阳的祖，纯阳师父， 海蟾师叔。”由此可知，南北两派盖同出一源。

奋其才力，作《圆峤外史》，盖陆子之对峙也。 又明之陆潜虚，自云见吕祖于北海草堂，亲闻道

是故陆有《玄肤论》，此即有《道窍谈》，陆有《就

正篇》，此即有《循途说》。而其最妙者，《道德》一注，尤足为万古明灯，名之曰《东来正义》， 与陆子《南华副墨》相埒。”余读至此，不由击节叹赏，方始真相大白。故复将李祖诸作，汇编成册。正其名曰《圆峤内篇》，以全李祖之夙愿。

或云：西祖李西月乃东祖陆西星之再来人也。

李在示余《传感录中》，亦自认不讳。可见历史可以循环，人性可以再见，录像之可以重复也。读《东来正义》三真诗，可不怪哉奇乎！其中陆西星之诗云：“一注能将道奥开，重看紫气自东来。弹琴度笛真名士，说法谈经大辩才。我住方壶玩沧海，君登园峤压蓬莱。今朝共坐江亭上， 口诵《南华》自笑呆。”赞李乎！自夸乎！两人

妙。清之李涵虚，亦曾在峨眉山遇吕祖于禅院， 密付本音。是则南北东西四派，皆可认为吕祖所传也。

四、北派功夫，重在清静。而七真之刘祖则以在妓院修炼著名，未闻如长春真人之枯坐也。南派口诀，重在阴阳。而五祖白玉蟾则自幼出家， 终身云水，未闻如道光禅师之还俗也。同一讲道文章，陆作则精醇，而李作则复杂。同一人元丹法，陆说则简易，而李说则繁难。由此可知，道本同，而法或许有巧拙之殊。法虽同，而诀未必无简繁之异，是在学者会而通之，勿自限耳。

五、张紫阳乃宋神宗熙宁间得道，时在民国纪元以前约八百三十余年。王重阳乃金世宗大定间得道，时在民国纪元以前约七百四十余年。陆

潜虚乃明穆宗隆庆间得道，时在民国纪元以前约三百四十余年。李涵虚乃清朝咸丰间得道，时在民国纪元年前约六十余年。

六、李涵虚著作有《太上十三经注解》、《无

根树道情注解》并编订之《三丰全集》，俱早已风行一世。唯《道窍谈》、《三车秘旨》、《圆峤内篇》三种，未曾刊版行世，而《圆峤内篇》之钞本亦未得见。今特先出《道窍谈》并《三车秘旨》二书以慰好道诸君之渴望。

七、本书乃福建毛君复初家藏抄本，由福建连城邓君雨苍亲携至沪，嘱宁代为校勘，出版流通。其排版、印刷、装订、纸料等费，则由邓君雨苍与张君竹铭向丹道刻经会商妥筹垫。今后本书始能与读者相见，毛、邓、张三君不为无功。八、本书经宁手校正之处，约有数十字，皆

属当日辗转传抄之误。其误处仅在文句之通与不通，不在理论之谬与不谬。关系颇轻，故无须另作校勘记，以免多占篇幅。

九、邓君当日曾嘱宁将本书中要旨提出，以

便读者。愚意丹经中历来所习用如离坎汞铅等皆代名词，说心肾可、说神气亦可、说男女亦无不可，是在读者深造而自得之。若必定指出某名即是某物，则仁智之见，各执一说，而是非之争， 将无了期。窃恐本书应用之范围或因此反致狭隘，有违流通之本愿，不如其已也。

十、本书中画龙点睛处，就是“彼家”二字。如第三章云：“欲养我己汞，必用彼家真铅。”又如第五章云：“内炼己者，将彼家之铅，养我家 之汞也。内养己者，亦用彼家之铅，养我家之汞。” 又如第八章云：“此铅非还丹之铅，彼家之真火也。”又如第十章云：“本元走漏，精、气、神皆落于后天。不能求之于我，则必求之于彼。”又如第十七章云：“元精在我家，真精在彼家。”又如第十八章云：“上德之体，得全于天者甚厚，不必求之于彼家也，故曰天元。”又如第二十五章云：“我运一点阴火之精，种在彼家之内。”又要如第二十九章云：“采炼者，采彼家阳铅，炼我家子珠之气也。”观以上所列举彼家之说，可 谓详矣，究竟“彼家”二字是如何解释，颇有研究之余地。如谓“彼家”是指肾中之气而言，则单炼心中之神者非矣。如谓“彼家”是指身外之太虚而言，则单炼心中之神者非矣；如谓“彼家”是指同类异性者而言，则一己孤修，专事静坐者非矣。读者须于此等玄之又玄处着眼，方可谓头头是道。

中华民国二十六年丁丑仲春百花生日，

皖江陈撄宁识于上海西乡之众妙居。

## 张序

先伯父镜川公，好丹砂术，原亦期其养气修性而已。至道学稍进，愈觉奋发有为。凡为此道之书，无不心爱而存之。间有刻本者，有手抄者， 不一而足，皆平日之娱情者也。

辛未季春，忽临大限，特嘱先兄伯纯曰：“吾素所好者，惟此数本道书。吾死，当为吾惜之。十年后，当有人来取，尔辈勿吝而不与。未至其期，勿轻而不修。此即吾之遗命也，幸毋忘”！仆虽在童稚，亦曾闻及斯言。

自先兄弃世之后，弟仲宽晒书，间有虫蛀者， 尚未之觉。适仆遇而见之，意欲重抄一过，为他日底本。事始行，友人刘君宣甫过访，见书而问曰：“足下亦为理道耶？”仆告其意始意。渠曰：

“佳哉！斯举也。吾素亦喜此书，惜无为吾指谬

者。今观令伯旧本，皆摘要去繁，抽幽出显之作， 诚令我心悦神怡于不能自禁也。愿惠假一抄，且愿多抄一本，分足下劳，何如？仆本欲秘而不宣， 因思伯父有言，有人来取，尚当如数奉交，况仅假去一抄，且多抄一本为赠，即何靳而不与？

此卷乃其抄者，今而后长保此书，谓非宣甫之助欤？即宣甫果成其学，谓非十年后之验欤

？我伯始之，我友成之，俾我坐而享之，可谓太易矣。爰笔其始末以识之。

枚皋 张日章谨序

若有善男信女发善心，将此《道窍谈》、《三车秘旨》二书刊刻行世，自身今生不能修炼，来世祖师孚佑帝君、善教真君务必多方点化，委曲开导，教其弃俗入道，出离苦海，超证仙阶。若有人能读二书，究竟细微，从是思维行持，二位祖师必定暗中提拔，不待来生。纵不能证大罗金仙，决定免其轮回之苦矣。有能印送此二书与学道人开明大路，免遭旁门魔道者，九祖生天，子孙世世不生恶淫之嗣矣。

枚皋张日章再识

## 第一章 箴诸友书

深宵打坐，清静自然。绳床竹榻间，五更盘膝。坐已复起，悠然自得。乃即所得者挑灯书之， 为诸友言曰：

夜来气清，息调神住。如其调而调之，即不

蹈夫顽空。如其住而住之，又不类夫执着。斯时也，不忘不助，若忘若存。寂寂惺惺，圆圆明明。水自然清，火自然生，神自然交，气自然会，风自然正，车自然行，抽自然抽，进自然进，添自然添，退自然退。惟其神妙独得，故尔操纵如心， 昏沉自然去也，散乱自然归也。能弗快活欤？

夫避灯而攒渴睡，吾不得而见也，在公等之自持也。摇几而作醒状，吾不敢与闻也，在公等之自信也。闭目而多思虑，吾不得而知也，在公等之自除也。当清夜而昏沉者，是不勤于此功。当清夜而散乱者，是不专于此功也。不勤、不专， 是负祖师之厚望矣。

吾道至妙玄，犯此病者，尚其改旃。

## 第二章 开关问答

有友数人焉，问于团阳子曰：“足下谈无，可谓清真浅显，开入门之孔窍者也。但不识孙陶一派有云，开关展窍，当在筑基之前者，而潜虚翁则以为古仙垂语，绝口不言，而今乃有之。又云蛇足不添，骏骨无价。大道之厄，斯人为之。若以开关展窍为可鄙者。君与同师，乞道其故也。团阳子曰：“吁！潜虚所言者，非鄙之也，盖叹斯人不幸，而失其先天清静，致令添此小术也。夫下德无为，不以察求。童子先天未破，可清养而得胎仙，不假还返，奚用通关？故以此为大道之厄。即太上所谓‘大道废，有仁义’之喟叹也。然吾侪以度人为功，其所流传者，安得尽属童真？则展窍开关，所以启玄门而辟径路，还元返本，所以资同类而补真身也。中年学道者，只要凝神有法，调息有度，阴跷气萌，摄入鼎内，勿忘勿助。后天气生，再调再烹，真机自动。乘其动而引，不必着力开，而关自开；不必着力展， 而窍自展。真气一升于泥丸，于是而河车之路可通。要皆自然而然。乘乍动而静之际，微微起火， 逼过尾闾，逆流天谷。自然炼精化气，灌注三宫。以后复得外来妙药，擒制吾身之真气，令其交凝， 使不散乱。然后，相亲相恋，如龙养珠，如鸡抱卵，暖气不绝，同落于黄庭之间，结为朱橘，乃曰“内丹”。则初候之功成，延年之妙得，全形之道备矣。”

友闻而喜曰：“微子言，盖几迷于向往也。吾侪虽不敏，请退而修之。”

## 第三章 后天集解

从古后天法程，只言筑基、炼己二层。而陶存存先生又言：“修道之士，若不开关，遽言筑基、炼己，乃是隔靴搔痒，无益于事。”于是以开关、筑基、得药、炼己四层，分为后天次序。吾恐人之多疑也，因作此以明之曰：古分二条者， 后天之大端。今分四层者，后天之节次。以开关辟筑基之路，以得药助筑基之需，以炼己了筑基之事。四端仍然两端，两端仍然一端。古人云：

“细微节目，非真师不能传，非善人不敢道”。筑基、炼己，虽非上乘丹法，而其中之节次，且更有不止于陶翁所云者。《参同》：“下德为之，其用不休。”夫不休，则见其节次之多也。所闻异词，所见异词，要在人之会通。而孙教鸾真人云：“修身之人。必先用鼎器以开关窍。”又曰：

“鼎器者，灵父灵母也。”曷为以鼎器称灵父灵母？盖以生仙、生佛之父母，不同夫凡父凡母， 故以灵父灵母名此后天鼎器也。灵父灵母，逆来交媾。凡父凡母，顺去资生。逆来之法，始终不离者也。鼎器立，则神气交，则积累厚。积累厚， 则冲突健。冲突健，则关窍展。关窍展，则逆运之途辟，河车之路通矣。但运河车者，不与开关之事同。开关乃后天真气。河车乃后天金水。功夫到河车一步，日日筑基两无分也，

潜虚曰：“循环灌注，久久纯熟。气满三田，上下交泰。所谓常使气冲关节透，自然精满谷神存也。”吾常以后天之学名为养己，人能细览愚言，究其包举之节次，则延年保身之道得也。

养己者何也？《参同契》云：“内以养己，安静虚无。”此后天之要言也。己，己性也，即元神也。内，内境也，即虚无也。虚无之内，常静常安，安而后能虑，静而后能应。

然欲静其神，必须调息有度。一呼一吸，名曰一息。须顺其自然，勿听其自然。庄子曰：“真人之息以踵。”踵也者，相接不断，绵绵若存也。气彻涌泉，往来不绝。吾师云：“以内息踵外息，以外息踵内息，以息息踵息息。”此即以踵之妙也。内呼则外吸，内吸则外呼。内外两息，反正相生。开合有度，却有自然妙趣，不待强为。古人云：“若问筑基下手，先明橐龠玄关。”知内息即知橐龠也。丹家云：“呼不出喉，吸归于蒂。”言内息也。若口鼻呼吸，安能使之不出乎？

息既调矣，又须凝神。凝神者，寂然不动， 内照形躯也。但此凝神、调息，却非两橛功夫。

调息则神归，神归则觉照，觉照则气生，气生则静摄于内。金鼎日充，元黄交媾，真气冲心，引至尾闾，一撞三关，牛女路开，银河可挽。

然而养己之道，却甚多矣。养己包调息，包

凝神，包聚气，包冲关，而更包筑基炼己之事。上阳云：“宝精裕气，养己也。对境忘情，炼己 也。”养己为炼己之内助，炼己除养己之外缘。炼己而不养己，则丹基难成。养己而不炼己，则汞性难固。合而言之，养己与炼己，皆一道也。

然欲养我己汞，必用彼家真铅，乃后天中之先天，后天中之金水，有气无质时也。真铅初生之始，郁蒸乎两肾之间，即起河车以炼，循尾闾而上天谷，倾甘露而归黄庭，洒濯三宫，将铅制汞。气化液而退阴符，则流珠之不走也。液化气而进阳火，则河车之又起矣。而且炼性修心，外除尘扰，大隐市廛，和光混俗，则身心两定，内汞坚凝。然后求八两先天，配我半斤之后天，而还丹可问也已。

## 第四章 筑基炼己

摇，财利不能眩。然后真汞能存，丹基可固。若夫内炼己，则又与内养己有相同也。丹经炼己者， 烹汞成硃也。陶翁云：“炼己者，非徒空炼也。”上阳云：“修丹容易，炼己最难。”己者，己汞真火。必先炼此真火，降此真龙，从我驱用，使无奔蹶，然后可以制伏白虎，而得至宝之真金。是炼己原有功夫也。夫有功夫之炼己，即是内炼己， 即是内养己也。内炼己者，将彼家之铅，炼我家之汞也，使其相克相生也。内养己者亦用彼家之铅，养我家之汞，使其相资相守也。故有相同之义云。

## 第六章 养己炼己

（此章乃西派心传，改筑基为养己，名虽异而理实同 ）

养己与炼己，功夫自是一串。养己者，宝精裕气，即筑基也。炼己者，对境忘情，即了性也。炼己必先养己，养己其炼己先资乎？夫以精气为培养，己土益增其坚厚，基字所以从其土也，故筑基即是养己。夫以情境为磨炼，己心益明而不

筑基、炼己之道，是二是一。然有小筑基、 死，性字所以从心也，故了性必先炼己。第养己

大筑基，外炼己、内炼己。人亦不可不知也。 虽要精气，而精从内守，气自外来。坚其守者必

小筑基者何？摄元阳而入内鼎，胎息绵绵， 用己，候其来者必用己。

然后生后天之药，而行玉炼之功。此孙陶一派所谓筑基既毕，乃敢得药。内药既凝，乃敢炼己者也。大筑基者何？养灵珠而生外铅，金水溶溶， 勤行周天之妙，而完尽性之功。此《集解》一篇所谓以开关辟筑基之路，以得药助筑基之需，以炼己了筑基之事者也。

内炼己者，河车之事，玉液之功，即《参同契》“内以养己”之论也。外炼己者，万象皆空， 一尘不染，即古人对境忘情之旨也。要之，内炼是大筑基，大筑基即是养己。养己仍助内炼，内炼仍须外炼。一切丹经，三五错综，词虽异而事则同。吾故曰：筑基炼己，是一是二也。幸学者善为会之。

## 第五章 养己炼己

愚前有言，养己为炼己之内助，炼己除养己之外扰。盖姑分言之，使人易晓，非谓其不相同也。然亦有不同者。外炼己，从对境炼之，实与内炼己不同，即与外养己不同。何也？外炼己者， 炼己心而使之定。心定则身定，身定则色欲不能

养己之道，又须安静为功也。吾为养己者分出两条：自养一条，相养一条。相养者，精气也。自养者，安静也。炼己者虽在情境，而情从内淡， 境从外空。淡然自得者，己必有所乐。空然无累者，己必有所持。

炼己之道，又须动静兼修也。吾为炼己者分出两件：内炼一件，外炼一件。外炼者，和光混俗也。内炼者，烹汞成砂也。

偈曰：欲识修真正路，先行两段功夫。发明

养己炼己，使人好看仙书。《经》云：“内心宜活，外心宜死。”然欲活其内心 ，必须内以养己。然欲死其外心，必须外以炼己。此吾之所以发明内养己、外炼己也。

## 第七章 后天次序

初基以后天为妙用，然有可用之后天，即有不可用之后天。夫不可用之后天，并不得以后天名之。以其至阴至浊，不足道也。今悉从可用者依次言之：第一曰后天，第二曰后天中之先天， 第三曰先天，第四曰先天中之先天。后天者，阴

跷之气，生人之根，乍动为元精者也。学人敲竹唤来，入于内鼎，自然炼精化气而开关窍。此气冲五脏，薰百骸，萦绕脉络，仍归丹田。凝神调息，静候动机。机动籁鸣，一缕直上，是为后天中之先天。采之以剑，调之以琴，运之以河车， 封之于黄庭，此即玉液炼己之功也。久久纯熟， 身心牢固，然后入室临炉，而求先天。这先天， 乃是元始祖气。先把真阴、真阳同类有情之物各重八两立为炉鼎。假此炉鼎之真气，设为法象， 运动周星，诱彼先天出来，即刻擒之。不越半刻时辰，结成一粒，附在鼎中，是为铅母，号曰外丹。

先天为之先天者，铅中产阳，帘帷光透。采此至真之阳气，擒伏己身之精气，所谓“金来归性初，乃得称还丹”也。以后温养固济，日运阴符阳火。抚之育之，乃化为金液之质。吞归五内， 是名金液还丹。服食之后，结成圣胎。十月功完， 阳神出现。五行难管，位号真仙矣。再图向上， 面壁九年，谓之炼神还虚。面壁者，且中如万仞当前，红尘不到，并非面壁枯坐也。九年者，九转也。九转功深，千百亿化身也。

## 第八章 内外二药

内药者，了性之用。外药者，了命之需。 学人尽性至命，必先修内药以及外药。这内

药是半斤汞，这外药是八两铅。又必先采外药以擒内药。这外药是肾中气，这内药是心中精。后天事毕于此矣。至于将性立命，必先资内药以种外药。这内药是硃里汞，这外药是水中铅。又必先修外药以及内药。这外药是丹母气，这内药是圣人胎。先天事毕于斯矣。然要知内外两用，何者为药，何者为丹。内丹者，真汞也，己土也， 归于离之门，久则烹之为妙灵砂。外丹者，真铅也，戊土也，藏于坎之户，久则现为美金华。

欲结内丹者，必先以铅制汞。此铅非还丹之铅，彼家之真火也。欲炼外丹者，必先以汞迎铅。其铅非结丹之铅，先天之一气也。故结丹与还丹不同。结者，凝也。取他家之气，凝我家之气。造化在后天鼎中，不离周天火候，乃可成功。还者，复也。采兑宫之金，复乾宫之金。造化在先天鼎中，须合同类阴阳，始得成就。结丹完内丹， 还丹用外丹。内丹为阴丹，汞本阳中阴也。外丹为阳丹，铅则阴中阳也。地元为外丹，济施之功， 皆切于人也。人元为内丹，性命之理，皆切于己

也。

更有当知者，内丹为内药，而金液还丹亦名内药，因其造化在内也。外丹为外药，而金丹亦名外药，因其造化在外也。此大丹之兼乎内外者也。

又有须知者，外丹为外药，乃有未成丹而称为外药者。大坎离交，河车转运，化气为液，下降黄房，亦名外药，然未成丹也。内丹为内药， 乃有未成丹而称为内药者。筑先天基，绛宫化液， 流归元海，液仍化气，亦名内药，然未成丹也。此清静功之兼乎内外者也。丹药分际，备载于此。为学者告。

## 第九章 药物相类

先天、后天之学，其药物层次，颇有相类者， 特大小之不同耳。今举相类者言之。后天坎离， 所以筑丹基。先天坎离，所以立丹基也。后天铅汞，所以小结丹。先天铅汞，所以大还丹。三年炼己，所以了其性。九年面壁，所以了其命。后天坎离者，元神、元气交媾而筑丹基，生小药也。先天坎离者，真阴，真阳交媾而立丹基，（即丹母）生大药也。后天铅汞者，金鼎烹来生药物， 药物即外铅也。河车转运制流珠，流珠即内汞也。铅汞相拘，而小结丹矣。先天铅汞者，同类阴阳成戊土，戊土即外铅也。调停火候合己土，己土即内汞也。铅汞相见，而大丹还矣。

小丹烹炼之时，腹里醺醺如醉。复假周天子午，渐采渐凝，乃使铅投汞伏，而成阴砂，大丹凝合之后，炉中赫赫长红。复假外炉符火，勤增勤减，遂使铅乾汞现，而成阳砂。炼己了性者， 养阴砂也。内则宝精裕气，外则对镜忘情，斯能身心两固耳。三年者，三月不违之意也。面壁了命者，养阳砂也。要使形神俱妙，真教粉碎虚空， 斯能变化无穷耳。九年者，九转大还之意也。

## 第十章 三品互养

《心印经》曰：“上药三品，神与气、精。”此修炼之至宝也。其间生生化化，互相资养，特为学者发明之。行逆修之道，则精化为气，气化为神也。行顺修之道，则神生其气、气生其精也。问何以逆取？盖自本元走漏，精、气、神皆落于后天。不能求之于我，则必求之于彼。求之于彼， 斯逆矣。精化气者，此精在阴跷，逆入紫府而炼

之，乃化为气。气化神者，此气在阳炉，逆入黄庭而炼之，乃化为神。夫此逆取之道虽从精始，而其顺修之道，则从神始。二者有相需之妙，不相悖也。逆修元精，先要凝神。神凝则气聚，气聚则精生。盖其神气交媾，自然产出天精。此精乃天一之水，在坎为壬，一名母气，又名外精。学人以母气培子气，以外精补内精，是为同

类施功。子气者，心气也。内精者，心精也。后天培养之学，自外入内，故必先修外药，以反内药也。又有神化精，精化气之理。所谓绛宫化液， 流归元海，液仍化气，后转河车者是也。更有气生精，精生神之理。所谓白云上朝，甘露下降， 抽出坎阳，去补离阴是也。

善夫！陶仙之言曰：“知内不知外，无以通关窍。收外不收内，无以固根源。”人能体此，则知精、气、神互相资养之妙也。

## 第十一章 炼功五关

丹法以炼精、炼气、炼神分为三关。然穷其修炼，实有不止于三者。层次不全，则有躐等之患也。今试论之。首关炼精，必用鼎器。合元黄以交媾，化金乌而上飞，则精化气也。次关炼气， 必明子午。抽出坎中之阳，去补离中之阴，则气化神也。化气化神，筑基与还丹皆有这样法功， 特其药物炉鼎，大小不同耳。至于炼神之道，则有三关：一则炼神了性，一则炼神了命，一则炼神还虚。炼神了性者，玉液炼己之道也。铅来伏汞，结成丹基。内有真火，绵绵不绝。外有子午抽添，渐采渐凝。则烹汞而成阴砂矣。炼神了命者，金液炼形之道也。铅归制汞，结就胎婴。内有真火，赫赫长红。外有阴阳置用，日增日减。则乾汞而成阳砂矣。炼神还虚者，更上一层，与道合真之事。移神上院，端拱冥心，直要与大虚同体，普照大千世界。如此是法身圆满，舍利交光，分身应用，充周不穷。所谓子子孙孙，百千万化。至此而应时立功，则身归三清，道超九祖矣。

## 第十二章 产药层次

药物有三层：始则自无而出有，继则自有而入无，终则由无而产有。

有入无者，送往西乡也。虽从内边种出，然却至空至虚，坤家洞阳之境也。由无产有者，同吐兑方也。先天一气，虚无中来。无形生妙形，无质生灵质。二候求之，四候合之，则金丹成，圣胎结，温养毕，阳神现矣。学人不识自无出有与由无产有相悬万万，故为串述以告之。

## 第十三章 药物层次

药有三层，始则取外药以制内药，继则由内药以修外药，终则食外药以合内药。取外药以制内药者，筑基炼己之事也。此般外药，乃是炼小药，炼精化气时也。由内药以修外药者，乾坤鼎器之事也。此般内药，乃是真汞播精施种时也。食外药以合内药者，迎铅制汞，将母见子之事也。此之外药，乃是大药。骤得之而大醉，永得之而长生。调和固济，则为圣胎。温养事毕，则为圣人。大丈夫功成名遂时也。

或问团阳曰：“上阳云：‘内药了性以结丹，外药了命以还丹。’是学人当先修内药以及外药也。如何莹蟾子又谓‘学道必须从外药起，然后及内药’乎？”团阳曰：汝盖以后天外药与先天外药同以外药视之。岂知后天外药，乃在癸先。先天外药，则在癸后。名虽同，而实不同也。执文泥象，不得师诀者之通病耳。故为作三层串述以发明之。

## 第十四章 丹砂二种

了后天之学，将铅制汞以成砂。此砂乃七返之宝，至清无瑕，小还丹是也。了先天之学，抽铅添汞以成砂。此砂乃九转之至宝，金光罩体， 大还丹也。

## 第十五章 神气性命

后天之道，神气也。先天之道，性命也。性命、神气，相似而实相悬，所以《入药镜》云：

“是性命，非神气。水乡铅，只一味。”此言甚可玩也。学人知此分际，当以神气了后天，而以性命了先天。是何也？性所命者曰性命，两件原是一件。此立命之心法也。《悟真》云：“异名同

自无出有者，后天铅火也。虽从外边生来， 出少人知，两者玄玄是要机。”盖以命为异名，

然却无形无质。无形无质，金气初生之时也。自

而以性为同出。以铅为异名，而汞为同出。故水

乡铅，只一味也。只一味者，一味铅，本于一味汞也。

《道德经》云“无欲以观其妙，有欲以观其窍。”观妙、观窍，玄玄之机。人当至静无欲以观其妙，是乃定性之功。及乎时至机动。元始真一之气自虚无来者，实有窍焉。夫两者虽有异名， 而皆本于太极，是其同出者也。于其无者以观妙， 己得一玄，于其有者而观窍，又得一玄。玄之又玄，性在是而命在是也。

夫性者本乎天命，而命也本乎尽性。天以气成物，而理亦赋焉。是由命以与人性，故曰天命之谓性也。人以理造物，而气始生焉。是由性以立其命，故曰尽性以至命。

在天则理从气出，在道则气从理出。理从气

出者，以气为重焉。此气乃氤氲化醇之气，人得此气而生身，然后理有所寄，故此气为可重也。气从理出者，更以气为重焉。此气乃元始真一之气，阴受阳光，而铅种铅中，又见一阳生，故此气愈可重也。

金液还丹之道，非一铅气不能生成，识者宝之。

## 第十六章 先天直指

先天者，超乎后天之上，最初、最始，为本、为元，盖一炁之尊称也。但此先天之气有三端， 先天之名有二义。二义为何？先出于天者，一也。先原于天者，二也。先出于天者，比天更早，为生天生地之先天也。此气包鸿濛之体，初名太无。天地未分，先有此气。此其先出于天也。故曰先天。此一端也。先原于天者，从天而起，为生人、生物之先天。此气含氤氲之象，潜形太虚。人物未产，先有此气。此其先原于天也，亦曰先天。此二端也。至于生仙、生佛之先天，合前二义兼有之。此气从虚无中来，称太乙，金丹假此而后成，曰祖、曰始、曰含真，可与先出乎天，先原于天者，为三相类，故亦号为先天。此三端也。历圣丹经，或谓生天、生地之先天，生人、生物之先天，无非比喻此生仙、生佛之先天而已。

又有问生人生物者。团阳曰：这个先天，天地主之。一而三，三而一。一者炁也，三者精、气、神也。鼓铸群生，不离三一。以言其精，为二五之精。以言其气，为阴阳之气。以言其神， 为虚空之神。虚空之神，即与阴阳之气相来往。二五之精，即与阴阳之气共生成。其气灵，灵故神。其气妙，妙故精。上蟠下际者，气也，而天地之精神在其内矣。人得此气而受生，即为天元之气。但此气有清有浊，有刚有柔。得其刚者为男，得其柔者为女。得其清者为智，得其浊者为愚。父母未交以前，此气存于于穆。父母施受之际，此气降于厥初。迨其精血混融，胎元完具， 而此气已浑然在胞矣。此时无神，以气为神。此时无精，以气为精。气肫而包固，即精也。然此乃元气、元精、元神，为人受生之先天。童子逢师得诀，守此清修，亦可希无为天仙。又有真气、真神、真精，为我修丹之先天者。学者不识真机， 无从下手，何以觅其至宝？今夫先天者，见之不可用，用之不可见，乃丹士致虚守静，借假修真， 从无产有者也。斯时也，三二一之道，分合自然。神为不神之神，精为至精之精，气为真一之气， 三也。不神之神，神乎其神，龙性是也；至精之精，精而又精，虎精是也。二也。至于真一之气， 乃是了命真铅，即合龙虎情性，打成一片，号为丹母者也，一也。得此真一而饵之，三尸五贼皆逃遁，六六宫中尽是春。夫岂受生之气、精、神所可同哉？又岂后天之气、精、神所敢跂哉？后天者，呼吸之气、思虑之神、交感之精，三物可闻可见，可测可推，生身以后之用也，故曰后天。夫人在胞胎时，只有一点元气，并无呼吸之气。及至十月胎全，脱离母腹，遂假口鼻之窍，外纳天地之和，此呼吸气之所以由来也。于是而思虑之神，亦缘此气而进。借家为寓，夺舍而居。此神乃历劫轮回种子，生时先来，死时先去，弃旧图新，毫无休息者。赤子下地而先哭，盖亦默著其轮回之苦也。迨其抚养渐成，识神用事，情欲缠扰，元气日亡，并使呼吸之气刻无停息，亦何惨也！更有后天之精者，生不带来，死不带去， 只因身中元气渐充渐满，推而至于十五岁后，阳极阴生，阴长阳消，遂令浑沦之气，化为交感之

或有问生天、生地者。团阳曰：这个先天， 情。交感者，有交有感则有精，无交无感亦无精。

太极生之。《经》所谓“有物混成，先天地生。

不知其名，强名曰道”是也。万象之祖，两大之宗，无体无形，无声无臭。始则杳杳冥冥，五行不到。又复恍恍惚惚，一炁自然。至于清浊判， 玄黄别，则乾坤定位，天地分彰矣。

此精乃欲念所逼，气血所化者也。更有梦感、梦交而遗其精者，必是气血不固，肾窍难留也。此交感之精也。吾愿学道之士，只取先天，不取后天，则上药可得矣。即或筑基炼己，不敢骤寻极品，亦必炼元精而化元气，炼元气而产真铅，以

为后天之先天，以足半斤之后天，则亦可求此无上之先天也。

## 第十七章 神气精论

《心印经》：“上药三品，神与气精。”此修丹之妙物也。愿其最上者，元神、元气与元精，真精、真气与真神。元者何？先天也。真者何？亦先天也。先天之元，生于皇降，童子之天元是也。先天之真，成于大道。我辈之人元是也。不得天元而修之，必也人元乎？

或问：“天元者，天地以阴阳五行化生人物，气以成形，而理亦赋焉。生人之气，元气也。父母未交以前，此气存于于穆。父母施受之际，此气降于厥初。儒所谓天生蒸民，有物有则。盖指此也。此气甚灵，灵则有神，神即为元神。此气甚清，清则至精，精即为元精。胚胎未生之前， 其中止有元气，而无后天呼吸之气。及至十月形全，宛存口鼻，乃随阿母之呼吸，外纳天地之太和。并使轮回阴神，缘此呼吸而进。则后天之神气两全，即时哇然堕地也。幸而口不能言，目不能笑，无知无识，元气浑沦，不虑不思，阴神无用。元气以元神得以相资而养，迨至二八之年， 神完气足，阳极阴生，遂变出后天交感之精，而欲火蓬蓬，阴神肆志矣。故童真上德，有缘遇师， 即将天元之体，清净修持，可作无为天仙。若等后天用事，则先天退位矣。

或者谓天元之易修如此，何不举童子而入山证果，即童子而即神仙乎？曰：善哉问！天地生人，所以立天之道，行天之德。故当内守成真者， 不妨外出成人，以广大其造化。否则仙道虽盛， 人道必微也。故于顺生人之后，重与逆生仙之方。此人元大道，所以曲成万物而不遗，范围天地而不过者也。只要人识得这精、气、神耳。

或问：“元神与真神若何？”曰：元神者，浑浑噩噩。真神者，朗朗明明。一隐混沌而无光， 一经锻练而有用。儒以静安能虑得，释以行深大般若，道以泰定生智慧。此真神是圆知圆识。故童子犹有清修，凡夫必加静炼，乃克企乎至人之真神也。

或又问：“元精与真精若何？”曰：元精在我家，真精在彼家。其在我家者，绛宫浑然之气， 积久而生灵液者是也。其在彼家者，华池壮盛之气，《悟真》所称首经者是也。八月十五，金气足而水潮生，正合二分真信。学人识得此精，一

口吸来，霎时天仙有分，非凡物也。

或有问：“元气与真气如何？”曰：元气者，童子得之于天，所谓成形之气，随年加长者也。若夫真气则不然。先天元始之祖，自虚无内生来， 要得真师口诀，先设乾坤鼎器，调和真龙、真虎， 打合真阴、真阳。半个时辰，结为铅母。铅中产阳，乃为真气。故天以元气生人物，而道以真气生仙佛。人元炼气之法，有夺天地造化者，非容易也。

或闻团阳子人元炼气夺天地造化之论，遂起问天元与人元若何。团阳曰：居，吾语汝。天命之谓性，理从气出，天元也。尽性以至命，气从理出，人元也。上德无为，不以察求，清静之功也，曰天元。下德为之，其用不休，返还之道也， 曰人元。上德之士，得天甚厚，然犹有清静修持。必将元气、元神炼为至清至虚，化为正等正觉， 乃克尽乎天元之理。是天元非上德现成之事也。其以上德为天元者，以其故我无亏，自与天元相近耳。下德之士，得人最多，故先有还返妙谛。必将阴丹阳丹，打成一团、一片，炼入太无、太虚，乃克全乎人元之道。是人元非下德现成之体也。其以下德为人元者，以其自他有耀，故号人元之术耳。上德本体，性命双赋。下德妙用，性命双全。而要以一气为陶铸，是故人得元始真一之气以成仙，即如天施阴阳、五行之气以成人。丹道所以夺天地之造化者，以天道同也。

## 第十八章 精气神再论

上德之体，精、气、神皆称为元，盖得于天者甚厚，不必求之彼家也，故曰天元。下德之事， 精、气、神皆名曰真，盖取于人者甚多，不能求之我家也，故曰人元。然此人元下手，亦有采元之妙谛，求元之秘机。是故以人还天者，采元精而补元气，炼元气而养元神，炼元神以成真神， 则后天之事毕矣。即真神以生真气，即真气以求真精，夺真精以成真铅，则先天之事毕矣。到得返本还元，抱元守一，直与上德之事大相同也。

修下德而不造无为之境，抱上德而不究无为之玄。皆不能服食天元，位证天仙也。

## 第十九章 性命顺逆

性命之理，有顺有逆。顺成之性命得之天， 以一兼二。逆成之性命造乎人，以一合二。以一

兼二者，即气以赋理，气理合而性命浑全。以一合二者，举水以灭火，水火交，而性命长在。天命之谓性，命中有性焉，顺成也。孟子以形色谓天性，盖其所命者，有是形，即有是性。良知良能，皆于所命之形体寄之。尽性以至命，性中造命焉，逆成也。至人以神火种命宝，盖其所性者， 有是神，乃有是命。于感于召，皆于所性之神光为之。今而知上德清静，守其顺成之道，而结仙胎，即天以全人也。并可知下德返还，修其逆成之道，而结圣胎，又尽人而合天也。学道者其知之。

## 第二十章 玄关一窍

此法最玄玄也。

《参同》曰：“上闭则称有，下闭则称无。无者以奉上，上有神德居。此两孔穴法，金气亦相须。”斯数语者，即尽为之之法也。上下者，天地也。闭者，冥合也。有无者，妙窍也。称者， 名状也。一上一下，皆藏于此穴之间。若有、若无，咸在乎此穴之内。当其致虚守静，天地冥合之时，有以观其妙。妙有之物，不可名而可名， 故称有。所谓“窈冥有精，其中有信者”也。无以观其窍，虚无之窍，可状而不可状，故称无。所谓其中有物归无物者也。无者以奉上，非是空空回复，乃是先天真铅。老子所谓 “无状之状， 无象之象。迎之不见其首，随之不见其后”者也。丹法以无奉上，即是将无还有。其所谓奉者，是谁敬奉？是谁相奉？神德恭居，其气自还，还即

玄关一窍，自虚无中生。不居于五脏六腑， 奉也，只怕上无神德耳。上即黄庭之上，德即谦

肢体间无论也。

今以其名而言：此关为玄妙机关，故曰玄关。此窍为万法归一之地，有独无对，故曰一窍。一言以备之曰：中是也。中在上下之中，亦不在上下之中，有死、有活故也。何谓死？以黄庭、炁穴、丹田为此中，就是死的。何谓活？以凝神聚炁，现出此中，就是活的。以死的论，就叫做黄庭、炁穴、丹田。以活的论，乃算做玄关一窍。故曰：自虚无中生。真机直露。得者秘之。

## 第二十一章 玄关再说

玄关者，神气交媾之灵光。初见玄关，明灭无定。初入玄关，惝惚无凭。以其神气乍合，未能固结也。到得交抱纯熟，死心不离，始识玄关之中，人我皆忘，鬼神莫测，（离此不能躲无常。）浑浑纯纯，兀兀腾腾。此中玄妙，变化万端，不可名状。无怪其名之多也，各人所见不同。各因所见而字，各就所用而号。古仙师秘而不言，都要摩顶受戒，乃有传述。即有所谕，不过曰非心、非肾而己。吾谓其并非黄庭、炁穴、丹田也。今再说破，识者秘之。

## 第二十二章 两孔穴法

丹家有一穴，一穴有两孔。空其中，而窍其两端，故称为两孔穴。师所传“口对口，窍对窍” 者，即此境界也。为任督交合之地，阴阳交会之所，乌兔往来之乡。一穴两孔，其中有作为之法，

柔之德。《契》所谓“反者道之验，弱者德之柄” 也。致虚用道，求铅用德。德有为，而道无为， 不可不知其法也。

两孔者，玄牝之门也，为金丹化生之所。人于一穴两孔中，知行追摄之法，则两门皆开。夫而后金来归性，可称还丹也。故曰“金气亦相须” 云云。相须者，相须此摄法也。

## 第二十三章 玄牝根基

修玄之士，无论大丹、小丹，均宜静养谷神， 立其根本。

谷神者，先天虚灵之称，吾人元性是也。养于何处？玄牝尚焉。上阳云：“玄牝乃二物，若无此二物。又安有万物哉？”盖以玄，天也。牝， 地也。已见《易》之首卦矣。可知玄牝一窍，实为生生化化之源。入道者，可不寻此生化之源哉？夫此生化之源，即是玄牝之窍也。

或引老君之言曰：“谷神不死，是谓玄牝。”若又以谷神为玄化者，何也？答曰：假虚无之玄牝，养虚无之谷神，故以谷神之名名玄牝。此因用所名之义。而且更有说者：《金丹四百字》云：

“此窍非凡窍，乾坤共合成。名为神炁穴，内有坎离精。”则玄牝不但养神，而并以养气也。今夫神气交而玄牝现，故当凝神聚气，二物交融， 乃能结成乾坤圈子。此其中有颠倒之用焉，何则？自上凝下者，神也。以其玄天之尊体，而行牝地之卑躬，则上下交泰，气神和合也。《道德经》云：“天下之交，天下之牝”。盖此窍当中，

故曰天下之交，中有柔道，故曰天下之牝。言牝道，而玄道亦在内，故曰玄牝。玄牝者，一乾、一坤，一刚、一柔也。不如是，则神健气健，反相敌而反相离。故谓以男下女，以神下气，颠倒相俱，阴阳相媾，斯神与气会，而根基立焉。否则神自神而气自气，气自气而神自神。神不得气， 则无补神之物也。气不归神，则无养神之用也。欲令元神长在，其可得乎？而且神住绛宫，则绛宫为布政之明堂，知识见闻皆扰之，惟凝于黄庭， 而后声籁绝，念虑除，此亦不无清养也。故《悟真》云：“要得谷神长不死，须凭玄牝立根基。真精既返黄金室，一颗明珠永不离。”谷神者， 至虚至灵之汞性。真精者，至清至嫩之铅情。根基者，以汞迎铅，造就金丹之地也。黄金室，黄房也。以其为还金之地，故曰黄金室。金铅木汞交并，方成一颗明珠。明珠者，一颗金丹，大如黍珠也。金来归性初，乃得称还丹。一得永得， 故曰永不离也。尝谓紫阳此诗，直明千古真诀， 先天后天皆宜之。愚所解者，先天也。即以后天论，亦须先求玄牝，乃可筑基其丹基焉。盖谷神凭此而立，则真精亦凭此而返。以玄牝养谷神， 以谷神养真精。神得精而培元，精得神而化气。

《参同》云：“内以养己，安静虚无。”又曰：“性主处内，立置鄞鄂。”可知修身之要，必先以静养谷神作根基矣。

## 第二十四章 中字直指

《道德经》云：“多言数穷，不如守中。”识得这中，即是圣贤仙佛种子。否则修道无地，一举足而即落魔坑。

中者何？玄关是也。《参同》云：“运移不失中”，“浮游守规中。”皆指此也。陶仙云，“中非四维上下之中，儒曰喜、怒、哀、乐之未发；道曰念头不动处为玄牝；释曰不思善、不思恶，正凭么时，那个是本来面目，乃是真中也。”中境妙自养己凝神，入室还丹，以至脱胎神化，无不在是。故初入道者，即要识得这中，乃有登进之路。

在昔文始天尊问道于太上曰：“修身至要，载在何章？”太上曰：“在于深根固蒂，守中抱一而已。”今即其言试述之。

意于三穴，亦不驰意于三穴。夫而后神安其内， 息任天然，浑乎俱忘，杳无朕兆。《经》所谓“无欲观其妙”者，正此时也。致虚守静之际，神凝气合之时，不意有一境忽从规中化出，其大无外， 其小无内，则玄关现象矣。《经》所谓 “有欲以观其窍”者，又此时也。

再考之《契》云：“上闭则称有，下闭则称无。”窃谓此“上、下”二字。都在中字之里潜藏。阴阳来往于其内，坎离升降于其间，合上下而入乎其中矣。是故上者而下闭，则管括微密，太虚之中，元气独运，故无，此亦观妙之旨也。下者而上闭，则隐藏未见。然杳冥有精，其中有信，故称有欲，尽存乎玄微之间。是故玄关一窍，有称为有无妙窍者，有称为上下釜者，有称为阴阳鼎者，有称为神气穴者，皆由此也，皆统于一中而已矣。

师评曰：“学道、学道，先要得妙。不得其妙，难窥其窍，欲窥其窍，还须闻道。”某与团阳， 间观一笑。

## 第二十五章 药物直陈

药物者何？上阳云：“此药自物中来故也。”夫药有小药、大药，道分先天、后天。后天则小药，结丹用之。先天则大药，还丹用之。后天则无形无质而实有，先天则有体有用而实无。后天真铅，弃癸取壬，阴中藏阳，以无生有也。《悟真》曰：“三元八卦岂离壬？”三元者，精、气、神之三元也。壬为天一所生，居子之先，为一阳之元。盖壬癸皆居坎北，水属阴，壬水则阴中之阳，癸水则阴中之阴。又，壬癸为干，亥子为支， 欲求真铅者，必以天干为准，地支次之，天先乎地也。要之。壬也者，只是个最初之义，无思无虑之始，动而仍静之先。子则有知、有觉之时， 静而向动之际也。癸阴不用，而亥未脱阴，亦不用也。求小药之法，在此时也。先天则不然，产在坤，种在乾，以有生无，以我求彼。盖乾金入坤，曰坤中金。坤实成坎，曰水中金。坎居北方， 兑在西方为邻，故寄居于兑可也。不求于乾者， 乾方播种也。不求于坤者，坤方含元也。不求于坎者，坎虽有阳，尚藏于水，未露气机也。直求于兑者，铅中产阳，已现其金。喻初三日，月出

学人下手之初，务要牢持筋骨，力战睡魔， 庚方也。故以坎水为川源，兑金为药物，非真有

塞兑垂帘，离诸妄想，回光返照乎三穴。三穴者， 黄庭、炁海、丹田也。然虽返照三穴，又要不执

乾坤坎兑列吾身中也。无非是以有生无，以我求彼焉耳。我运一点阴火之精，种在彼家之内，遂

生铅中之阳。阳气一动，采取归来，又种在我家胚胎宫里，而成真人。《悟真》云：“依他坤位生成体，种在乾家交感宫”是也。种在乾之种，是初播种。种在乾家之种，是养育也。崔、张二翁复起，当以愚解为然也。种铅得铅，其机如此。但其种铅之法，须要在丁、壬先后之间，然后得震、兑代行之效。

吾师口诀，并识于此。内外二药之真机，今已直露。得吾言者，三生有幸，勿轻亵视之。

## 第二十六章 铅汞的辨

心中之神曰汞性，心中之精曰汞液。收汞性于黄庭，凝汞液于紫府，是为龙汞，是曰真汞， 是号内丹，是名阴丹，称后天半斤子也。

身中之气曰铅精，身中之精曰铅华。察铅精于坎宫。采铅华于兑户，是为虎铅，是曰真铅， 是号外丹，是名阳丹，是称先天八两母也。

## 第二十七章 鼎器直说

丹法以乾坤为鼎器，以坎离为药物。取坎填离，金始还焉。盖坤形六段，其体本虚。地势极阴之中，有一阳来复。乾形三连，其体皆实，天势盛阳之内，有一阴乍生。天地间，实者不能容物，而虚者能受。故假坤之虚以藏其实，而以乾之实先投其虚。

法功如此，又要知金之转移，乃能分药之老嫩。盖自先天乾金，隐居坤位，此时阴中含阳， 虽似坎中有一，而水底潜形，秘而未露。迨至水中金现，有如兑西月出，方为可用之金。而采以一符之顷，此正有气无质之时也。取于兑，犹之取于坎。产于兑，犹之产于坤。然非乾父之精光， 不能产此大药也。饶他为主，我反为宾。欲他上浮，我却下沉。宾主浮沉，皆在鼎中作用，然后知鼎器之设，妙在乎空耳。

陶真人云：“鼎器之中，本来无物。二七之期，感触乾父精光，而阳气始动。乾鼎中，亦本来无物。采取之时，吸受坤母阳铅，而金丹始凝。皆是劈空造作出来。其曰鼎器者，不过假此以作盛物之器也。”其言最妙，故识于此。

## 第二十八章 乾坤离坎

先天是乾坤，后天是坎离。然先天有乾坤， 兼有坎离。后天有坎离，复有乾坤。其故何也？

先天是乾坤者，童真元阳未破，内具乾象而阳固，外具坤象而阴固，故名先天乾坤也。后天是坎离者，中岁元阳已走，坤包乾阳而坎成，乾包坤阴而离成，故名后天坎离也。

先天有乾坤，兼有坎离者，盖以乾坤为鼎器， 坎离为药物也。后天有坎离，复有乾坤者，盖以者坎离为妙用，还乾坤之本体也。更有当知者： 后天炼己之物，以名先天坎离，言其取坎填离， 得成玉液还丹也。先天还元之物，亦名先天坎离， 言其取坎化离，得生金液还丹也。先天后天之取坎，皆名先天，特有他家来，我家种之别耳。

愚按：先天乾坤即是天元药物，犹后天坎离乃是人元药物也。童子得诀逢师，坐守乾坤而成道。至落于后天，则乾坤更名鼎器也。

## 第二十九章 采炼妙用

采炼者，采彼家阳铅，炼我家子珠之气也。阳铅即地魄，以其藏于外边至阴之中，故曰地魄。炼己时得之，则可以制我汞性，而使之成砂。《悟真》云：“但将地魄擒砂汞”，只要人会采会炼耳。云何采？采以不采之采。云何炼？炼以不炼之炼。何谓不采之采？龙闲虎静，守雌不雄。建子 之月，其气始升，神即随其升而逆入鼎内，就便 引来，所谓不采之采也。何谓不炼之炼？彼在我 家，即药是火，相融之久，其阴自化。阳即因之 而长，积在炉中，自然运化，故曰不炼之炼也。但其间须要凝神以待，乃能采之。调息以守，乃 能炼之。精尽化气，腹内充实，而内丹可结矣。

## 第三十章 河车细旨

河车者，得药运行之要旨，非存想搬运之法。乃子午进退，阴阳合闭，内外升降，天地自然之火候也。

自筑基以来，金鼎充足以后，调内息，凝内神。神息相依，风火交合，忽然而灵芽吐萌，气机生动，吾即起河车以炼之，使之自下往后，由督脉进，逆流天谷，而返中宫，此得药当行之事也。惜后不得真传，多落存想搬运，空空往来，

有何益哉？只缘妙悟少人，故仙师难说耳。今吾试言之：其妙在意守于内，神驭于外。然自有此说，而疑者纷纷矣。盖以真神即真意，如何两处分身？主内复主外，安得独充二役？此疑之必然者也。抑知神守内庭，只贵凝，而不贵运，运则必用乎意也。周天之妙，外运逸，而内掌劳，故内掌必以意当之。譬之于人也，身坐灯前，影现壁上，身动而影亦动也。语发室中，声流墙外， 语出而声亦出也。意也者，即如神之身与语。神也者，即如意之影与声。未有不相见、不相闻者也。故以意筹其内，而其神自运于外，是二仍是一，运内即运外，不要管着它，自然两相知也。何则？真意居中，调遣呼吸，以内应外，此本知有内者也。然而真意流行，穿关过顶，又有隐隐相知者。是神乎？是意乎？此神还即此意乎？伍真人云：“有两相知之微意”，盖即此也。吾不知神与意之何以化体分身也，又不知神与意之何以里应外合也，即以不知为真知而已。吾只伏吾意而调吾内，这里气动，那里气升。这里风行，那里风送。这里是意，那里是神。是神、是意，分而不分。只觉守内者会理家事，驭外者即上天门， 不知其何以有此两相知之微意也。玄乎、玄乎， 泛仙槎，游银汉，朝碧落，归黄庭，机畅神流， 快活极矣。日日循环，朝朝来往，气冲百节，灌注三宫，则所得之药，方不致闲散无用，而真气愈多矣。吁！世人昧却河车旨，搬运劳劳枉费心。不把真传详细说，饶君到处去摹寻。

## 第三十一章 真心论

金丹之道，贵得真神、真气、真精，而后能成造化。然不用其真心，亦不能得此真精、真气、真神也。真心者，识念未起之前，人欲未交之会， 阴气未染之萌也。

修身妙道，全在定静中下手。学人炼己未纯， 惟有此着功夫，稍能济事。兵家所谓出其不意， 攻其无备时也。当心地偶清之际，吾则闭塞三宝， 凝神调息。内想不出，外想不入。此时欲念未发， 有功即效。乘识神之未用，而可以见其真神矣。乘浊气之未扰，而可以养其真气矣。乘淫精之未播，而可以待其真精矣。一心专向，致虚极而守静笃，并可以认其玄关矣。此性命双修之第一义也。真心之用，岂不妙哉？

如待有事物交接、人我应酬、笑言饮食之念， 触动心机，而乃从而克制之，则内心浮动，杂念

已生，吾止之而即止，幸也。苟或止之而复起， 麾之而来，愈逐愈多，如逢强敌，闭目作天人之战，抚衷为糜烂之场，心败矣。可奈何？

大抵初基之上，比不得尘缘久淡、对境忘情

之人。顿悟虚空者，固称上智。渐悟了性者，亦非下流。学人只觅真心下手，虽炼己未到，亦可觅静入门，总要遇而勿失耳。其真心，或在平旦， 或在晚间，或散于十二时中，自领之而自取之可也。

是说也，其名似创，而实未创，且有便于初学之流，亦与前古丹经融通不悖。苟如此渐造之， 时时守其真，日日抱其真，无时无日，不见其真。由其渐而及其常，久久纯静，则并举炼己之功而亦包之矣，不更大欤？然则心地偶清明时，正是一派好功课、好光阴、好境界，愿人以一刻千金珍重视之也。

## 第三十二章 心神直说

（篇中兼言调息之法）

心为一身之主人，神为三品之上药。惟心与神，是二是一，不可不辨也。

老君曰：“夫人神好清，而心扰之。人心好静，

而欲牵之。故常遣其欲，而心自静。澄其心，而神自清，”陆潜虚曰：“调息之法，自调心始。凝神之法，自调息始。”此圣贤仙佛之梯航，吾人入德之路也。下手学道者，必须摄念归静，行、住、坐、卧，皆在腔子里，则守静始能笃也。盖有念为妄心，无念为真心，人能收念于平日，而还其所止之地，乃能专心于临时，而坚其入定之基。圣人云：“知止而后有定，定而后能静”是也。心之静者，息亦易调。心愈细，而息愈微也。息调则神归，于是而再安其神，凝于气穴之中。夫心也，而又曰神。何也？盖心在绛宫，动以纷之则为念，静以收之则为心。即静心而返乎神室， 则为神。神也者，无思、无虑，无为之中无不为， 无用之中藏大用，此所谓三品之大药也。凝神之际，务要与息相依，毋以神逐息，毋以神运息。逐息则神散，运息则神摇。只要息息动荡，任其天然，随其自然，斯其神愈觉凝然。迨至静极而动，是神之得乎气机。是气初破鸿濛，寂然不动， 感而遂通。修道之士，乃如是有为也哉。

## 第三十三章 神息妙用

之斡运，即元神之正觉。不得谓元神即真意也。自有体用之殊耳。盖杳冥无为，静中宰运者神。从容大雅，理事不乱者意。故神为丹君，意为丹

神者，火也。息者，风也。欲识风火玄机， 使也。神与意，实有体用之分。既分体用，则二

须将神息安顿。神贵含光默默，息凭真气绵绵。

但安其神，不逐于息。有如炉中聚火，箱管抽风， 风自扇而火愈红，火愈红而金自化。可见是风来助火，并不是火去追风矣。但其中尚有机窍，欲令风箱之气专笃而吹，必使风管逼炉，使它从消息中度去，乃能煽起炉焰，火色重青。学人凝神聚气，即是火熔金，息向坎中吹，又即是引管逼炉，助风追火之势也。炉中火发，阳光腾腾。此时神即是气，气即是药。犹之火炼铁红，红铁亦火。琼琯翁所谓“火即药、药即火”者，此也。火药交融，金丹立就。若使息不内吹，徒向喉鼻中播弄，即是管不逼炉矣。不可笑乎？

## 第三十四章 神息再论

息静则神归，凝神之法，固赖调息。神定则息住，调息之法，亦赖乎凝神也。盖其存神于虚， 则内息方有。所以息恋神而住，神依息而留。神息两平，若存若亡，不知神之为息，息之为神也。风得火而煽，火得风而灼。相维相系，又不知风之为火，火之为风也。功夫纯熟，真有不可以文字形容者。

## 第三十五章 气息妙用

曹元君云：“我与诸君说端的，命蒂从来在真息。”以真息为命蒂，何也？盖吾人以后天之呼吸配先天之呼吸，而先天之呼吸乃是身中真气， 被息引动，悠悠来往。斯时也，是息动耶？是气动耶？息动气亦动，两不分明。息中有气也，故曰真息氤氲。气中有息也，故曰真息橐龠。真息动而真气生，真气来而命蒂生。复命之根，养命之源，护命之宝，诚在乎真息而已。

## 第三十六章 神意妙用

神贵凝，《契》所谓“安静虚无，内照形躯”是也。神非意，所谓“内照玄关，必用真意”是也。吾闻冲虚云：“真意者，虚无中之正觉。”潜虚云“灌注上下，必以元神斡运乎其间。”元神

也。用因乎体，故又可以一物视之。

但有进说者：欲培真意，须养元气。真意从静极而生，乃克成吾之妙用。道所谓常应常静， 儒所谓安而后能虑，释所谓定中生慧也。

## 第三十七章 神意再论

垂帘打坐之初，神意有不必分者。至于动静交作，则神意分焉。有时当以神守中宫，而或以意代之，不可也。如致虚、守静、观其复，当其临炉之会是也。有时当以意守中宫，而或以神将之，不可也。如擒铅、制汞、掌天罡，作媒合之际是也。何者？神则无为，而意则有为也。神则无为无不为，意则有为有以为。神为意之神，意以神为真元，神主静也。意为神之意，神以意为正觉，意能动也。欲养元神，须以无念为主，而后能无为无不为。上阳注《参同》云：“真人潜深渊，无念以应之。浮游守规中，无念以使之。呼吸相含育，无念以致之。三姓既会合，无念以入之。”无念之用，尚不止此也。欲动真意，须以炼己为先，而后能有为、有以为。潜虚《就正篇》云：“炼己求铅，以己迎之。收火入鼎，以己送之。烹炼沐浴，以己守之。温养脱胎，以己成之。”己土之妙，亦不止此也。

神哉、意哉，直贯金丹之始终，须臾不可离也。其他尚有妙用处，总在学人自参，吾特集诸说以启其端焉。

## 第三十八章 共争不朽之论

古人有言：“太上立德，次立功，次立言。”三者俱不朽。夫存不朽之神者，道也。而三者亦不朽，以其为道之助也。仁慈之德为道体，谦柔之德为道用。普济之功为道体，修养之功为道用。至于言，则功德之记，而载道之文也。故能共争不朽云。今夫朽则凡，不朽则圣。

人之所以能争不朽者，以其无所争，亦以其有所争。无所争，则后其身而反先矣，柔其志而克刚矣。有所争，则男子之须眉，丈夫之气骨， 英雄之果敢，豪杰之猛烈。不与人争一时，直与人争万古。孔子曰：“当仁不让于师。”师正恐其

不能争，空自颓于无勇也。先儒云：“平旦之气，清夜之神，直与圣贤无异，人能即此而充之，虽孔颜不逊也。”释乘云：“能仁寂默，何异释伽？般若行深，何殊自在？ ”道书云：“瞿昙不从地涌，钟吕岂自天来？”此皆以道为争，而不必让于前者。志士勉乎哉！千真万圣，原不忌人之共争夫道也。

## 第三十九章 功成名遂身退论

《道德经》曰：“功成名遂身退，天之道。”愚以为天之道即人之道，亦即修身之道也。天以生成畅遂为功名，时行物育，天道于焉退移，藏身冬令。此天道也。人以尽忠为功名，功成勇退， 名遂身藏，英雄所以从赤松子游也。又以全孝为功名，志体交养，其功也。宗族交称，其名气。父母百年，人子事毕，退身保命，此人道也。丹士以致虚守静为无功之功，杳冥恍惚为无名之名，至于返还功成，圣胎名遂，退身祖窍，抱一还虚，此修丹之道也。通德类情，识者思之。

## 第四十章 仙佛同修说

性命双修，此本成仙、作佛、为圣之大旨。或谓佛修性、仙修命、儒治世，分门别户，盖不 深究其宗旨也。

愚按：佛重性，而其中实有教外别传。非不 有命也，特秘言耳。其重性功者，盖欲人从性立命，能使性量恢宏，照十方而无边无际也。仙重命，而其中亦有教内真传。非不言性也，特约言耳。其重命学者，盖欲人即命了性，能使命根永固，历万劫而无尽无穷也。若使性功圆满，外无立命之修，则真性难存，终属空寂，又何能法周沙界乎？若使命功周到，内无尽性之修，则真命虽守，徒保色身，又何能神通三界乎？惟佛有教外别传，则从性立命，极乐之地，益见空明。唯仙有教内真传，则尽命了性，而大罗之天，益见超脱。是仙也、佛也、圣也，此双修而非单修者也。故释伽到禅定时，而有贯顶穿膝之效。迦叶谈真实义，而有倒却刹竿之奇。试思于意云何？ 吕祖云：“单修性兮不修命，此是修行第一病。”紫阳云：“饶君了悟真如性，不免抛身却入身。何如更兼修大药，顿超无漏作真人。”略举一隅， 可以类推也。

至于行深般若，五蕴皆空。丹熟大还，十年

面壁。六十耳顺、七十从心。夫而后性命双了， 同登空超之境，而仙、佛、圣皆成也。故达摩初祖了道歌云：“三家法一般，莫作两样看。性命要双修，乾坤不朽烂。”人又何必是非哉？

且更有说者：三教嗣续，皆不能知。知此必不互相抵牾。只索各尽其道，以归于道也。今设一大道主人于此，为三教说法曰：夫三教者，吾道之三柱。分而为三，合而为一者也。道不能分， 无变化，道不能合，无统宗。是故以三柱立其极。释道言性默言命，仙道传命默传性。儒道则以担荷世法为切。言性难闻，言命又罕，并性命而默修之。遂使三家后裔，各就祖派，分为专门。掀天震地，讲起是非，开出无边境界。佛攻道，则有翻空出奇之妙想。道攻佛，则有踏实指陈的神思。儒攻佛与道，则有翻澜不穷的文章，流窍不休的耍子。而岂知皆道之分也。道既分三，其中岂无枝流之不同？邪正之不类者？奈何不思其本，而谈其末也。

夫以性兼命为一脉，以命兼性为一脉，浑乎性命为一脉。此三脉皆道脉也。及其还无，一也。偈曰：

吹了明灯顽耍子，谁知打着自家人。吾言若有相攻者，又是飞花点汝身。

# 第二卷 三 车 秘 旨

长乙山人李涵虚 著皖江 陈撄宁 校订

## 《三车秘旨》读者须知

一、本书作者李涵虚，世称之为西派。书中大旨，虽不出《参同》、《悟真》之范围，但既已自成一派，必有其特异之处，而为他种丹经所未尝言者。学者应分别观之。

二、因学人功夫有先后，程度有浅深，故创为三件河车之说。第一件河车，即指第一段功夫， 第二件即指第二段功夫，第三件即指第三段功夫。至于运转河车之路，仍只一条，并无歧异。勿误会河车有三条路也。

三、三件河车文中，未免有形容太过、及譬喻不当之处，读者幸勿拘泥于字面而曲为之说。四、附录中收心法下手功夫，颇为切要。果

能仔细参悟，必可获益。

五、道情诗词杂著中，亦偶有妙义隐藏其间， 读者如能触类旁通，固甚善也。

六、此书乃旧抄本，流传至今，已八十余年， 未曾刊版行世。除河车三篇而外，其他如收心法及道情诗歌篇，在原抄本上既未另立专名，又不应隶属于《三车秘旨》名义之下，而其排列次序， 亦欠妥帖。今特标题附录二种，并重为整理一过， 以便读者。

七、前人丹经之作，或以访外护，或以示及门，本非普渡性质，亦非为传世计。故不必求人人了解，并且预防人人皆能了解。于是隐语异名， 层见迭出。阅者茫然，不知所谓。甚至意在此而言在彼，真相常常被其瞒过。学道者无人不叹丹经之难读，即以此故。

八、读本书若不得其解，当求之于《道窍谈》中，读《道窍谈》仍不能领悟者，当参考《三丰全集》，因其可以互相发明也。

中华民国二十六年五月，皖江陈撄宁作于沪

上。

山于咸丰丙辰正月至长乙山房，得瞻慈容， 如三十许人。拜别后，师于本年五月初八寅时升 举，异香满空者七日。本日卯时，现仙容于自流 井。飞升后，显迹甚多，不能尽述。

师生二子，长业儒，次务农。大兄举三子， 长十一岁，聪明仁孝，师每称羡。

门人甚众，而大丹成者，江西周道昌一人， 得玉液还丹者数人。

山德薄缘浅，侍师未久，略述其目击大概云

尔。

福建建宁县巧洋弟子李道山敬述。

三车者，三件河车也。第一件运气，即小周天子午运火也；第二件运精，即玉液河车运水温养也；第三件精气兼运，即大周运先天金汞，七返还丹，九还大丹也。此三车者，皆以真神、真意斡乎其中。人能知三车秘谛，则精、气、神三品圆全，天、地、人三仙成就。

## 第一 件河车

## 李涵虚真人小传

运气功夫，所以开关筑基，得药结丹也。其

真人四川嘉定府乐山县李家河长乙山人氏。 中次叙，从虚空中函养真息为始。收心调息，闭

生于嘉庆丙寅年八月初四日寅时。生时，母梦一道人怀抱金书一函入门，寤时则真人生焉。

伯仲三人，师居其二。幼而颖悟，弱冠入邑庠生。善琴，嗜诗酒。年二十四，遇吕祖，不识。后病伤血之症，奉母命，至峨眉县养病，遇郑朴山先生。

先生康熙时人，孙真人讳教鸾之高弟也。同寓与之治病，并云：“金石草木，只可治标。治本则宜用自身妙药，方能坚固。”闻之，恍若梦觉，即稽首皈依。先生遂传口诀，嘱云：“大劫将至，子宜速修救世，更有祖师上真为师。”后至峨眉山，遇吕祖、丰祖于禅院。师初名元植， 字平泉。吕祖改为西月，字涵虚，一字团阳，密付本音。潜修数载，金丹成矣。三师复至，叮咛速著书救世。奉三真之命，著有《太上十三经注解》、《大洞老仙经发明》、二注《无根树》，名曰

《道言十五种》。又曰《守身切要》。将吕祖年谱、圣迹、丹经、救世等书删订，名曰《海山奇遇》。撰集丰祖全书，名曰《三丰全集》。自著另有《九层炼心》、《文终经》、《后天串述》俱刊行于世。更有《圆峤内篇》、《三车秘旨》、《道窍谈》三书， 俱未刊行。

目存神。静之又静，清而又清。一切放下，全体皆忘。混混沌沌，杳杳冥冥。功夫到此，如天之有冬，万物芸芸，各返其根。如日之有夜，刻漏沉沉，各息其心。此无知、无识时也。谁晓得无知、无识之际，才有一阳来复，恰如冬之生春， 夜之向曙。蓦地一惊，无烟似有烟，无气似有气， 由下丹田薰至心阙，使人如梦初醒。初醒之候， 名曰活子时。急起第一河车，采此运行，迟则无形之气变为有形。

此气也，名壬铅，名后天，又名阳火，故曰子时进阳火。何为进阳火？学人把初醒之心，陡地拨转，移过下鹊桥，即天罡前一位。誓愿不传之真诀也。移至尾闾，守而不乱。霎时间真气温温，从尾闾骨尖两孔中，透过腰脊，升至玉枕， 钻入泥丸。古仙云：“夹脊双关透顶门，修行路径此为尊。”即指此也。

愚人不知运气，便要舌舐上颚，以承甘露。吁！可笑亦可怜也，皆不得师之过也。须知运气一道，只可引气入喉。《黄庭经》曰：“服食玄气 以长生”，因此阳火之气紫黑色，名曰玄气耳。服食之法，须要口诀，乃能送入气管。否则走入 食喉，从何处立得丹基？须把这阳气送下气喉，

至于玄膺，乃化为甘露之水。《黄庭》曰：“玄膺气管受精符”，此之谓也。玄膺名玄雍，又名玄壅，言人之气到此壅塞也。俗人不知玄妙，气至泥丸，就想他化为神水，如吞茶汤一般。吾恐气管一滴，便叫汝咳而不休矣。盖水者有形之物， 安能入得气管？故《黄庭》曰：“出清入玄二气焕，子若遇之升天汉。”犹言清气出于丹田，玄气入于玄膺，二气转换云尔。气化为水，洒濯心宫，仍落于虚无窍内。宝之裕之，是为筑基。

筑基既久，积累益深，乃有一个时候，照常静坐。忽于丹田中突出一物，有声如风雷之响， 有色如星电之光，是为后天中先天药。即按第一车运之，至于泥丸，始化为液，饵而服之，方得玉液丹头。此得药结丹之始也。以后功夫，须要绵绵不绝，固蒂深根。乃尽养丹之妙，请看下文分解。

## 第二件河车

运精功夫，所以抽坎铅，制离汞，炼己性也。前此运气日久，得了小药，结了丹头。以后

绵绵内息，天然自在，固守丹田。每早辰间，清坐清卧，其丹如一团软绵，升于心府。仍要收回虚中，杳然无影，方不走失。诀曰：“神返身中气自还”，正此时也。怀抱日深，忽然间丹田如春水初生，溶溶漾漾。即守自然之内息，烹之、炼之，其水忽化为热气，由两胯内边流至涌泉。须要神注两踵，真息随之，此所谓真人之息以踵也。如此片时，涌泉定静，即将心返尾闾，默默守候。忽觉有物来尾闾间，似绵陀，似馒首，似气块，沉滞难行。就要调停内息，专心一志，猛烹急炼。乃有一股热汤，透出尾闾，徐徐过腰脊， 滔滔上泥丸。方谓之黄河倒卷，漕溪逆运。此等河车，《大洞经》所云“勒精卫泥丸”，吕祖所云

“搬精入上宫”，不与运气同也。泥丸宫中，水声震响，久之而水声止息，神即休于其中。持守片时，乃以舌倒舐上颚，鼻中忍气，牙关紧闭， 两手反抵坐榻，头面仰对空梁，候他金液满舌， 其鼻息忍而不播，伊乃啯了一声，流入气管，降下重楼十二阶梯，神水灌注华池矣。这个华池， 人多不知。或言舌胎下，或言下丹田，皆非也。此华池在人两乳中间，名曰上气海，与玄膺隔一层耳。白玉蟾云：“华池正在气海内”是也。水满华池，走而不守。至于绛宫，心地清凉。落于黄庭，心火泰定。此之谓抽铅制汞，牵虎降龙。

既未两卦，周流不息，即玉液炼己之事也。但此玉液，不能日日常有，须加前头运气功夫。运之数次，乃有一次。若做到玉液长来之时，则黄中通理，皮肤润泽。心君闲逸，性体光明。对境忘情，在欲出欲，随缘度日，在尘离尘。真意坚牢， 剑锋犀利。圆陀陀，光灼灼，赤洒洒，亮铮铮， 此炼己纯熟时也。

于是讲三车功夫，又听下文分解。

## 第三件河车

运先天精气，丹家名汞迎铅入，情来归性， 七返九还之事也。

前此炼己纯熟，汞性通灵，进退自如，雌雄应变。功夫至此，乃可行返还大事。七返还丹者， 先将已成之汞性呼为内丹，于是入室坐圜，把内丹藏于空洞之中。上边如乾，下边如坤，性边属有，命边属无。先要以有入无，然后从无生有。其象如乾精播于坤母，坤乃实腹而为坎。坤精感自乾父，乾乃虚心而为离。乾坤既列，名为鼎器

（即有无妙窍也）。离坎二用，借此现形。原夫以有入无之时也，寂寂静静，心死神存。稍焉有自己识神，化为惊人、爱人之物，试尔内神。又有诸天魔将，化为好人、恶人之物，试尔内神。诸般不动，元神湛然。乃更一时焉，有一支阳气发生。譬如坤阴之下，一阳来复。我即吐乾宫一

阴以迎之（肾气上升，心液下降，本乎自然），名曰以汞迎铅，又曰大坎离交，又曰内外阴阳消 息。消息既通，于是命太乙神女俦邱兰者，捧出 雌剑，摘而取之，立为丹本，此即七返还丹也。丹本既立，神气融和，由是一阳渐长而为兑，坎 男变为兑女矣（此即庚方月、西江月、蛾眉月诸 喻时也）。因此兑女二字，故丹家名曰首经，又

曰天癸（因类而言耳。愚人不知，盲修瞎炼，未遇真师之故也）。丹士采此首经，名曰摄情归性。五千四十八日归黄道之时，有如十五明月，金水圆满。在人身中，总一先天精气，腾腾壮盛之时也。学人到此，急起大河车，运上泥丸。稍焉， 有美液坠于颚中，大如雀卵葡萄，非麝非蜜，异样甘香，此乃九还金液大丹也。道人服此金液， 然后名之曰铅投汞，金并木，后天返先天，婴儿会姹女。婴、姹相逢，朝夕涵养，久之洞见脏腑， 内外光明，中有一真，宛然似我，此婴、姹复生婴儿矣。得此婴儿者，必须默默调养，刻刻温存， 由灵谷移上天谷，然后出神入化，高会群仙。

# 收 心 法

长乙山人李涵虚 著皖江 陈撄宁 校订

## 收心法提词

平铺直叙收心法，上天欢喜无谴责。穷年矻矻驾河车，心似勤劳实安逸。昨夜飞神朝上真， 封为善教大真人。道我四百年来事，三番游戏到红尘。怀抱金丹独得意，也共群仙说哑迷。觉来始动慈悲心，手中直写琅环记。不分善恶与贤愚， 总要收心坐虚无。入得杳冥方见道，最初一着好功夫。

## 收心法下手功夫

养生之道，真息为本。曹文逸云：“我为诸公说端的，命蒂从来在真息。”诚要言也。下手功夫先静心，次缄口，次调息（心静则气平，不调之调为上）。鼻息平和，然后闭目内观，神注肾根之下阴跷一脉（谷道前，阴囊后），如此片时，

将心息提上虚无窍内（脐后腰前，心下肾上，中

神息相依，守其清净自然，曰勿忘。顺其清净自然，曰勿助。勿忘勿助，以默以柔，息活泼而心自在，即用钻字诀，以虚空为藏心之所，以昏默为息神之乡。三番两次，澄之又澄，忽然心息相忘，神气融合，不觉恍然而阳生矣。

## 收心法杂谈

门人问曰：“三车秘谛，尽泄天机，能不惧天谴乎？”涵虚曰：非敢故违天谴，实望人改过自新。凡作功课，必先去人心，求道心。屏凡息， 寻真息。然后定神气，钻杳冥。如此诸境，皆不可少。入吾道者，安得复为小人？

凡做功夫，钻杳冥是第一桩难事。但先天一气，自虚无中来，必有真杳冥，乃有真虚无。噫！ 先难而后获，全身要舍得。昔我在洞天中，学钻杳冥七八年，然后稍有把柄。今之学者，进锐退速，安能入道耶？

弟子问曰：“先生传道，人言过滥。倘下士得之，行持无效，能不反唇相诋耶？”涵虚曰：不遭下士之讥，不足以见吾道之大也。大道者，先要清净身心，调理神气。其甚者，要能一切放下， 钻入杳冥。必有此等真功夫，然后有真效验。彼无功而妄想效验者，亦终为不得效验之人也。反

间一带，不可拘执），停神安息，以自然为主。 唇相诋，何足病之？

心太严则炎，务必顺其自然，即文火也。心太散则冷，务必守其自然，即武火也。文武烹炼，始终妙用。内息匀称，勿忘勿助。是时也，心如虚空，有息相依则不虚，有息相随则不空。不虚不空之间，静而又静，清而又清。气息绵绵，心神默默。至此要一切放下，人我皆忘。此之谓钻杳冥。杳冥中有气，一神独觉，此乃真息也。真息发现，薰心酥痒，还要按入腔子里虚无窍内，积之累之，则命蒂生而阳气自长，乃可以开关运气矣。

凝神调息，是下手功夫。凝神者，是收已清之心而入其内也。心未清时，眼勿内闭。先要自劝自勉，收他回来，清凉恬淡，始行收入气穴， 乃曰凝神。坐虚无中，不偏不倚，即是凝神于虚。调息不难，心神一静，随息自然，我只守之、顺之，加以神光下照，即是调。调度阴跷之息，与吾心之息相会于气穴中也。神在气中，默注元海， 不交而自交，不接而自接，所谓隔体神交也。守其性，不散乱。存其神，不昏沉，故能杳冥恍惚。

心止于脐下，曰凝神。气归于脐下，曰调息。

弟子问曰：“如师所说，恶人皆可学道乎？ ”

涵虚曰：可。即诵格语曰：“从前种种，譬如昨日死。从后种种，譬如今日生。”诸恶莫作，众善奉行，则能转地狱为天堂，变黑气为红光。余有三字诀，修道之士，勤、诚、恒，缺一不可。但勤矣、诚矣，而结果必归于恒。孔子曰，人而无恒，不可以作巫医，况道乎？儒生习文艺，尚以数年为期，甚至有十年者。岂修心炼气，反不如读书作文？

诚乃至阴之象，在《易》为太极，在佛为如如。孟子曰：“至诚而不动者，未之有也。不诚，未有能动者也。”动对静言，则知诚为阴象。孔门之道，推至诚如神，论至神无息，皆静中大体、大用，故以诚入静，静心不乱。以诚入定，定心不移。以诚守中，中心不偏。以诚入杳冥，则通微无碍矣。

勤为学业之本，其在于道，更有不勤之勤焉。养自然之息，定自然之心，无为而为，为而不为。所谓“绵绵若存，用之不勤”者，真乃勤之至也。

炼睡魔，必用勤字。跑香打坐，精神倒退，

此误用其勤之过也。善炼睡者，睡而不睡，不睡而瞧，功夫自然不断，神气自然加增。熬更守夜， 反惹睡魔。《参同契》曰：“寝寐常相抱，觉悟候存亡。”能用此诀，自然惺惺不昧。

门人问曰：“陆潜虚仙师云：‘交媾乃太上閟秘之旨’，其诀可得闻乎？ ”曰：交媾者，至阴之本，杳冥之根也。人能钻入杳冥，方能得成交媾。我劝人先在虚空中团炼，静之又静，定之又定，无人无我，无无亦无，自然入得杳冥，不交媾而自能交媾，从至阴中生出至阳矣。交媾之法， 先天与后天不同。先天交媾，以性立命。后天交媾，以神合气。故《入药镜》云：“是性命，非神气。水乡铅，只一味。”先天名目，独有一物。后天名目，则分精、神、意、气、魂、魄、性、情。若在先天，只炼出一个，就皆有了。总要从交媾中取出真阳耳。人身五脏，原有部位，不可移动。道家云：“乾坤坎离颠倒”，岂心可移于下，肾可移于上耶？非也。所谓颠倒者，乃心肾中之神气耳。心神俯而下就，肾气仰而上升，神气颠倒，则有形之心肾亦如颠倒，无形之乾坤亦皆颠倒。颠倒交施，坤中生一阳为坎，乾中生一阴为离。离女与坎男交施，则如西方之兑女，相接东方之震男。又将南北移为东西，水火变为金木。金情木性，称为白虎青龙。龙交虎，如姹投婴， 虎交龙，如婴投姹。要之，乃性命二物。命中有性，性中有命，二物乃一物耳。故紫阳先生曰：

“震兑非东西，坎离非南北。”人亦可以恍然矣。

道有五失：有浅尝而去者；有浮慕其名者； 有始勤终怠者；有心性偏执，未入门墙，妄诋高 深者；有资质下愚，唤之不醒，呼之不悟者。道 有三得：有知之者，可为灵人；有好之者，可为 真人；有乐之者，可为至人。

# 第三卷 后天串述文终经

予著《道德》、《黄庭》、《大洞》、《无根》诸注，皆言先天之用，而非初学法门也。夫行远自迩，登高自卑。若不明后天次序，譬诸世上功名， 未举茂才、孝廉，空想进士、翰林也。因作《后天串述》一篇，为入门之路焉。

一、收心。二、寻气。三、凝神。四、展窍 。五、开关。六、筑基。七、得药。八、结丹。九、炼己。

太上有言，贵以贱为本，高以下为基。后天资补，贱下之道也。贱也者，师所谓 “说着丑” 也。下也者，《经》所谓 “下而取”也。培养丹基，纯以精气为宝。其行法功也，要先收心入内， 以中为极，以和为则，以神为体（定），以意为用（慧）。

寻气在阴跷为先，中是活活泼泼，不见不闻之处。和是专气致柔，抱神以静之功。定中生慧， 坐照如初。媾元精而生元气，展窍开关不难也。元精者，阴跷一脉，逐日生人之气也。学人采取

儒家、道家，养气各有不同。养自然之气， 元精，必寻气之活动处，而以静合之。此之谓神

可以得生。养浩然之气，则可生、可死。古来志士仁人，见危授命，杀身成仁之类是也。养之之时，纯是义理之心，充乎宇宙，故孟子曰：“其为气也，至大至刚，以直养而无害，则塞乎天地之间，是集义所生者。”道家养气，独葆其真， 不必见危而早退，不必杀身而早隐。《易》所谓 见机而作，不俟终日之君子也。

道家初功，须养其自然之气。敢问何为自然之气？曰：易言也，其为气也，至小至柔以曲， 养而无害，则聚乎虚空之中，是集精所生者。道家还丹，亦是浩然之气。其气得手，亦能见危授命，杀身成仁。古来谓之刀解，究竟有神奇莫测处，变化莫解处，异乎儒家。或死之后，他处见之，须眉转少，仙客同游，此乃还丹成就，身外有身者。

至人得道，生亦仙，死亦仙，如留形住世， 尸解登真之类是也。仁者能静，生亦寿，死亦寿， 如曾子全身，颜渊短命之类是也。

气交。神气交，则男女媾精，真种化生。真种者，

后天鼎之真气也。后天鼎者，即元神、元炁交合之所也，故名灵父、灵母。

此气从鼎中炼出，即宜凝其神，柔其意，以柔制刚，自然入我内鼎。和之、调之、锻之、炼之，潜伏于丹田之中，呼吸乎虚无之内，是名命蒂，又号胎息。

忽然而内鼎之间，冲出一物，跳跳跃跃，嘘嘘喷喷，直由冲脉上至心府，即展窍时也，俟其冲突有力时，乃变神为意，引出尾闾，一撞三关， 飞上泥丸，即开关也。

关窍既开，乃行养己之功，而谈筑基之道。筑基者，采彼气血，补我精神。精神虽壮，又恐 动摇，于是以壬铅制之，壬铅者，二气媾而生者 也。

原夫坎宫之气，地气也。离宫之气，天气也。

天地交合之时，混混沌沌，氤氤氲氲，结为虚无窟子。虚无窟中旋产一气，即以此气为壬铅，此

得铅时也。

铅之体有气无质，以故清而上浮。至昆仑时， 要以目光上视，神气相息于顶中。凝住一时，阳极阴生，始以舌倒抵上腭，鼻息要匀，抵腭久之， 乃有美津降下，寒泉滴滴。虽不甚多，然一吞下重楼，以意送回黄庭。却又奇怪，发声如澎湃一般，始知天上甘露，原不可多得也。降入黄庭， 结为内丹。

以后则在欲绝欲，在尘出尘，对境忘精，炼铅伏汞，赶退三尸、五贼，销磨六欲、七情。骨气俱是金精，肌肤皆成玉质。则内发天机，外合人事，毋意、毋必，毋固、毋我。积功累德，炼气养神，物来事至，心境自放光明。即景会心， 慧剑劈开尘障。功修人间，名称天上。且食天禄， 享寿无穷。此时抱璞守贞，防危虑险，天人合发， 万化定基，精神永固，一气还虚，此炼己之功完备矣。

入门者必先收心、寻气、凝神、展窍、开关、筑基、得药、结丹、炼己，此九层功夫，乃为入道之门。

既已入门，阴阳归一，无往不复。穷理尽性以至于命，自有为而入无为，由勉强而抵自然， 未有金丹不成者矣。

# 第四卷 循 途 录

（人元大道九层炼心文终经） 紫霞洞主人涵虚子手著

## （九层炼心道言）

仍不能见本来面目。法在心息相依之时，即把知觉泯去，心在气中而不知，气包心外而不晓，氤氤氲氲，打成一片，是炼心合气之功也。

三层炼心者，是炼来复之心也。前此氤氤氲

氲，打成一片，重阴之下，一阳来复，是名天地之心，即是玄关一窍。此刻精、气、神都在先天， 鸿濛初判，并不分真精、真气、真神，即此是真精、真气、真神。若能一心不动，便可当下采取运行。无奈见所未见，闻所未闻，美景现前，茫无措手；心一动而落在后天，遂分为精、气、神矣。法在玄关初现之时，即刻踏住火云，走到尾闾，坚其心，柔其息，敲铁鼓而过三关，休息于昆仑焉，此炼心进气之功也。

四层炼心者，是炼退藏之心也。前此踏火云， 过三关，心与气随，固已入于泥丸矣。然在泥丸宫内，或有识神引动，则气寒而凝，必不能化为真水，洒濯三宫，前功尽弃矣。法在昆仑顶上， 息心主静，与气交融，气乃化为美液，从上腭落下，卷舌承露，吞而送之，注心于绛宫，注心于黄庭，注心于元海，一路响声直送到底，又待玄关之现焉，此炼心得气之功也。

五层炼心者，是炼筑基之心也。前此入泥丸而归气穴，已有河车路径，从此一心做去，日夜不休，基成何待百日乎？然或有懈心，有欲心， 作辍相仍，丹基难固。夫筑基所以聚精会神也， 功夫不勤，精神仍然散乱，何以延年奉道？法在行凭子午，逐日抽添，取坎填离，积金实腹，此炼心累气之功也。

六层炼心者，是炼了性之心也。前此河车转动，聚精会神，则灵根充实矣。从此心液下降， 肾气上升，是为坎离交。杳冥中有信，浩浩如潮， 一半水气，濛濛如雾，一半云气，是名金水初动， 方修玉液还丹。倘用心不专，则尽性之事难了。

初层炼心者，是炼未纯之心也。未纯之心， 法在于金水初生之时，由丹田分下涌泉，霎时而

多妄想，多游思。妄想生于贪欲，游思起于不觉。学人打坐之际，非不欲屏去尘情，无如妄想才除， 游思忽起。法在止观，乃可渐渐销熔。止则止于脐堂之后，命门之前，其中稍下，有个虚无圈子， 吾心止于是而内观之，心照空中，与气相守，维系乎规矩之间，来往乎方圆之内，息息归根，合自然之造化；巍巍不动，立清净之元基。从此一线心光，与一缕真气相接，浑浑灏灏，安安闲闲， 此炼心养气之初功也。

二层炼心者，是炼入定之心也。前此一线心光与一缕真气相接，若能直造窈冥，自当透出玄窍；奈何定心不固，每为识神所迁，心与气离，

合到尾闾，调停真息，鼓之舞之，乃能滔滔逆上，

至于天谷；涓涓咽下，落于黄庭。如此则朝朝灌溉，心地清凉。血化为膏，意凝为土，土中生汞。汞性圆明，遇物不迁，灵剑在手。孟子谓“尽其心者，知其性也”。仙家名为阴丹、内丹，此炼心明性之功也。

七层炼心者，是炼已明之性也。前此金水河车，仙师名为内炼。到此，还有外炼功夫。以外合内，真心乃聚而不散。盖内体虽明，好飞者汞性。内修虽具，易坏者阴丹。设或保养不纯，则心性复灭矣。法在以虚明之心、妙有之性和砂拌土，种在彼家。彼家虚而由我实之，彼家无而自

我有之。以有投无，以实入虚。死心不动，霎时间先天一气从虚无中来。一候为一阳，有如震。二候为二阳，有如兑。时值二候，正宜合丹。那边吐出一弦真气，其喻为虎向水中生。这边落下一点玄光，其喻为龙从火里出。两边龙虎会合， 性情交感，一场大战，宛如天地晦冥，身心两静矣。俄而三阳发动，有如乾卦。如潮如火，如雾如烟，如雷如电，如雪如花。身中阳铅晃耀，我即持剑、掌印、踏罡、步斗，鼓动元和，猛烹极炼，透三关而上泥丸，一身毛窍皆开，比前玉液河车，更不同也。吞而服之，以先天制后天，性命合而为一，即大还也。性属火，其数七。命属金，其数九。返本还元，故明七返九还、金液大丹。从此铅来制汞，其心长明，汞不动摇矣。此炼心存神之功也。

八层炼心者，是炼已伏之心，而使之通神也。前此七返九还，以铅制汞，心已定矣。但要温之、养之，要使身中之气尽化为神，身中之神能游于外。于是取一年十二月气候，除卯酉二月为沐浴， 余十月为进退，故名十月温养，非言要十个月功夫也，否则心虽定而不灵。炼之、锻之，灵心日见。灵则动，动则变，变则化，故有出神之事， 而不为物情所迷。此炼心成神之功也。

九层炼心者，是炼已灵之心而使之归空也。前此温养功深，神已出而不惑，随心所欲，无往 不宜，高踏云霞，遍游海岛，致足乐也。但灵心 不虚，则不能包涵万有，此所以有炼虚一着也。炼虚者，心胸浩荡，众有皆无。清空一气，盘旋 天地间。是我非我，是空不空。世界有毁，惟空 不毁。乾坤有碍，惟空无碍，此所以神满虚空， 法周沙界也。此炼心之始末也，无以加矣。

# 第五卷 太上十三经注解

李函虚 著

## 序

神仙以老子为宗。老子处世，事事不与人争。外捐荣华，内养生寿。安和定静，无为自然。然无为，则凡天下之异端邪术，竞躁纷纷，诡怪奇行，机诈扰扰，皆非老子之教也。曰自然，则所行所作，顺情合理，体造化而流行可知也。守中无边，观空无相。致虚守静，深藏若虚。不矜奇，

不立异，故史书称古隐君子。《道德》五千言， 援古语以立论。治世、修身，皆可用也。吾侪平 日读《道德经》，虽不解其义蕴，而存心操品， 窃愿学焉。深山穷谷之间，同心二三人为侣，出 入烟霞，携杖而歌圣化，不识、不知，顺帝之则， 以是为藏拙云耳。

一日，游道观间，见有《圆峤外史》数函， 讲论延年之学，不失老子之道。其中有《十三经 注解》，皆老子书也。《道德》一注，最为精详。末附《循途九层》，更为切近浅显，因询黄冠曰：

“树下先生，何人也？”曰：“隐于农者也。”乃访先生于卷山，许为巢由同调，授以真机。

退而刊《十三经》，存于书肆，以著先生婆心。外将《道德》、《九层》印送琳宫梵宇。是书也， 简编少而真诀全，我数人便于行习，成己成人， 其在斯乎？并念受书为徒之语，各依道派，自立世外间名，以为大江之行潦溪涧焉。紫霞受教于回翁，吾等继派紫霞，有渊源也。

嗟乎！天地间事，如愚数人者，皆不必争， 且不能争也。道育年七十矣，道生亦近古稀矣， 道和亦非少年矣。山林之内，有何可乐？惟佩此

《道德》一注，《九层》一篇，长歌崖壑，响遏溪云，各忘其姓氏甲子而已矣。

道光柔兆敦牂律中南吕之月，蜀山三隐者识。

## 纯阳先生序

老君《道德》，无为为也。《正义》注笺，不作作也。道祖传之，道裔述之，大道于此益明。则如有涵虚子者仙才也。金书入梦，生于树下人家。世居卷山，代传淳厚。载锡之璋，固其宜也。幼而绝悟，长而玄修。尝读《方壶外史》，窃欲登真入化，与陆子左右吾侧。予闻而访之，托名吾山道士，携潜虚相随，以观其志气。僻居在峨峰东崦，闲静少言，不乐荣利，常以一琴适其志而已。予与相见后，复相俱者有年，时以重玄语

之，言下辄悟。乃奋其才力，作《圆峤外史》， 盖陆子之对峙也。是故陆有《玄肤论》，此即有

《道窍谈》，陆有《就正篇》，此即有《循途说》， 是皆清真之文也。而其最妙者，《道德经》一注， 尤足为万古明灯，名之曰《东来正义》，与陆子

《南华副墨》相埒。若二子者，乃可谓善谈老、庄者也。夫注此经者，有五恶，有三美。五恶者： 偏于言治世，一也。偏于言治身，二也。或知道包身世，而语无印合，终入旁歧，三也。不识至

道功修，先要民安国富，乃克无为，若下笔即谈清静，必至流于空寂，四也。不识至道德力，总要归根复命，乃算有为，若下笔即谈圣神，必致同于赞偈，五也。三美者何？道合内外，注分正副，越显经义含宏，此一美也。门笋接脉，找补照应，务使经义贯通，此二美也。胸有真参，口无禅障，能令经义宣昭，此三美也。吾尝慨《道德》之旨不明于天下，欲飞笔而注解之，至于今犹歉然也。兹见涵虚所述，有三美而无五恶，使其早出千年，则诸家可以不注，道人亦不必再饶舌也。爰乐举而评点之，藏之名山，传之志士。所以评点者，亦以借此注之真义，补吾之未注， 而示于评点间也。

## 题《东来正义》诗

回翁首序定评论，自序尤开入德门。又见关中来紫气，直看李下毓玄孙。欲教后世人同度， 能使先天道益尊。多少注家无此本，宝函长护镇昆仑。

——玉枢右相，太清洞玄校理修行功过、兼选仙事，辽东玄玄道人、侍友张全一拜题于青阜。

一注能将道奥开，重看紫气自东来。弹琴度

笛真名士，说法谈经大辩才。我住方壶玩沧海， 君登圆峤压蓬莱。今朝共坐江亭上，口诵《南华》自笑呆。

——三清总校真函、兼洞天秘藏事、文明普度先生、东派祖师、同仙史馆、愚弟陆西星拜题。

身在云山道在躬，渊然神炁最沉雄。著书青岛严驰外，止炎丹田静守中。人竟称为大院长， 我偏戏唤长城公。藩篱《道德》凭笺注，契悟诸经语总同。

——天仙白琼琯拜书。

## 《道德经》注释（《东严正义》）

圆峤山紫霞洞主人涵虚生薰沐 敬注奉道弟子朱道生、李道育校刊于岳阳楼

### 第一章

道可道，非常“道”，名可名，非常“名”。

道也者，内以治身，外以治世，日用常行之道也。道之费隐不可道，道之发见则可道。统发见于费隐之中，至广至微，故道为非常之道也。

名在无极不可名，名在太极则可名。生太极于无极之内，能静能动，故名为非常之名也。

集补：人所共由则曰道。可道者，可述也。非常之道，斯为大道也。欲著其状则曰名。可名 者，可拟也。非常之名，斯无定名也。

无名，天地之始；有名，万物之母。

无名：即无极也。有名：即太极也。无变为有，真无定名也。无极浑然之初，无兆，无形， 本无声臭之可拟，道所以在天地之始也。太极判然之后，有生、有育，即有造化之可征，道所以为万物之母也。万物者：统天地而言之。先天地而有此道，则生天、生地、生人、生物，不啻一大父母也。言母而父在其中矣。

故常无欲以观其妙，常有欲以观其徼。（徼同窍。《永乐大典》无故字，一本无常字）

妙即无名之物，故凝，常静以观之。徼，即有名之物，故运，常应以观之。无欲、有欲，常静、常应也。以无欲观无名，以有欲观有名。丹家以玄关为有无妙窍者，盖本于此。

此两者，同出而异名，同谓之玄。玄之又玄， 众妙之门。

两：即妙窍也。有生于无，故同出，无转为有，故异名，然虽异而仍同也。有无妙窍，皆一玄也。于无欲以观其妙，已得一玄。于有欲以观其窍，又得一玄。二玄总归一玄。玄兼赅众妙， 众妙之门，统乎此矣。

第二章

（河上公注本作养身章，一作美善章。）

天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善， 斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相形， 高下相倾（高喻上，倾喻反复也），声音相和，

前后相随（节内形字，各本皆作形，王弼注本作较）。

已，止也，《广韵》去也。夫美与恶，最属相悬。知美之为美，斯其恶之必止矣。善、不善， 极为相远。知善之为善，斯不善之必去矣。吾人先天之真，皆美善耳。至染于后天之人欲，乃有此恶与不善者焉。然不可不去其人欲，而求其天真也。惟先以虚灵为体，变动为用，以故有生无， 无生有；先难后易；长形短，短形长；上下反复； 同类相求，如同声之相应；子驰于后。旋复午降于前也。此治身之道也。

是以圣人处“无为”之事，行“不言”之教； 万物作焉而不辞（一作离），生而不有，为而不恃，功成而不居。夫唯不居，是以不去。

是承上文治身之事言之。圣人治身之事，无为之事也。治身之教，不言之教也。处以求其志， 行有得于心。万物群起而望之，以待圣人平治， 而圣人不辞也。岂惟不辞？且有生民之功，圣人不以为有。有为政之功，圣人不以自恃。大功克成，即行休息，如黄帝之访道崆峒，虞帝之倦勤陟位。后世英雄俊杰功成勇退，皆弗居也。弗居者，弗恋也。夫惟弗恋其功，是以复求其治身之道。守身不去，而成至人也。治身可以治世，成己可以成物者如此。谁谓老子之道，悉尚寂灭也哉？

第三章

（河上公注本作安民章，彭本作无为章）

不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲，使心不乱。是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨。常使民无知无欲。使夫知者不敢为也。为无为，则无不治。

上章末节既言圣人治世，功成弗居，反求治

身之道。然即以圣人之治世言之，其为治道也， 不以贤能之心与民相尚，则名心已淡而民不争矣。不以货财之心与民相贵，则利心已绝而民不盗矣。不见可欲而欲之，则欲心已除。民心以如是而不乱，圣人之心亦以如是而不乱也。治世之善，皆缘治身之善也。是以圣人之治身，虽无为而无不治焉。名利欲皆无，惟守中以虚其心。名利欲皆净，惟养气以实其腹。而且志气和柔，以弱为用；骨理坚刚，以强为体。使其身恬然淡然， 与世人相安于无事。故其民亦无知无欲，而抱其浑浑噩噩之真，使天下之智者不能为，亦不敢为也。圣人无为之治如此。

第四章

（河上公注本作无源章）

第五章

（河上公注本作虚用章，彭本作守中章）

天地不仁，以万物为刍狗。

天地无心于为仁，以适万物之需用。而万物各为其所需，自为其所用。不仁实仁之至也，若待仁以生育之，将物物要天地施惠而生育乃通， 此必难周之势也。惟不与兽生其刍，而兽自食刍。不与人饲其狗，而人自饲狗。则仁量愈广大焉。言刍狗，而果、菜、鸡、豚之类可推矣。

圣人不仁，以百姓为刍狗。

圣人与天地合德，亦使百姓之各为其生育、自为其生育而已，所谓无为而成也。

天地之间，其犹橐龠乎？虚而不屈，动而愈出。多言数穷，不如守中。

天地圣人，不与万物百姓造食用，而万物百

姓自得其食用者，以虚中之体，普涵育之量也。天与地分为两间，两间之中，则空空洞洞，犹橐之无底、龠之相通。一气往来，无为自然，是故虚而能涵，不穷屈于万物。其中能容，动而默运， 益推出其全量，其中无尽。天地不言也，圣人亦不言也。若使多言，将言有数，而数即可以穷之， 故不如守中而已。

第六章

（河上公注本作成象章，彭本作谷神章）

谷神不死，是谓玄牝。玄牝之门，是谓天地根。绵绵若存，用之不勤。

圣人守中以治身，以中之能养谷神也。谷神者，元性也。谷以喻虚，神以喻灵。性体虚灵则不昧。不昧者，即不死也。夫谷神也，而复谓为玄牝，何也？盖以玄，天也。牝，地也。天地合而玄牝成，其间空空洞洞。儒家号隐微，此中有不睹不闻之境。释家名那个，此中有无善无恶之真。圣人治身，即借空洞之玄牝以养虚灵之谷神，

道冲，而用之或不盈。渊兮，似万物之宗。 故以谷神之名名玄牝，此因用取名之义也。一玄

挫其锐，解其纷，和其光，同其尘。湛兮，其若存。吾不知谁之子，象帝之先。

一牝，一乾一坤。孔子曰：乾坤其《易》之门耶？

《参同》云：“乾坤者，《易》之门户。”所谓两

圣人无为之道总在虚而用之耳。冲：虚也。 孔穴法，金气相胥，即此玄牝之门也。阴阳来往

道以虚为用，其量包天下、国家，而不见其盈，渊渊乎若万物之统宗。挫世锐而不损，解世纷而不劳，以其虚消锐纷也。和世光而不掩，同世尘而不污，以其虚忘光尘也。只觉其冲然之体，常凝湛然之性，若有存而实无所存，问谁子而知谁子也，其名象在天帝之先乎？盖所谓无始之始，太初之初，先天之天也。

于其内，坎离交媾于其中。男女媾精之房，日月交光之所，圣人颠倒之，则为生门。凡人顺用之， 则为死户。地天交泰，不外乎此。故又称为天地根，言天地互藏之根也。天地之根，乃返本还元之地，炼气化神之区。绵绵若存，即是调养谷神， 自然胎息也。用之不勤，即是外炉增减，自然符火也。不勤者，不劳也。

第七章

（河上公注本作韬光章，彭本作无私章）

天长地久。天地所以能长且久者，以其不自生，故能长生。是以圣人后其身而身先，外其身而身存。非以其无私耶？故能成其私。

天长地久，长生之道也。然天地之所以能长且久者，以其静专动辟，静翕动阖，大生广生， 覆载无私，而后得此长生耳。使天地私有其生， 将物命不畅，天地即伤其和。物性不贞，天地即残其中。万物之伤残，即天地之伤残也。惟不自私其生，而以众生为生。众生之生生不已，即天地之长生也，故能长生也。

圣人者，法天地者也。是以圣人养身，以柔以弱，似后其身以求生。渐充渐满，实先其身以得生也。守中制外，似外其生以无生。先忘后存， 即存其身以有生也。然此皆不私有其道者，乃圣人恬淡，而民性亦复淳良。圣人期颐，而民命亦复寿考。大道无私，至是而圣人亦若私有其生者。无私反成其私也，至矣。

第八章

（河上公注本作易性章，彭本作上善章）

上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道矣。居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善治，事善能，动善时。夫惟不争，故无尤。

道贵谦卑，下而能上，故曰上善。其上善也， 比德于水焉。水之善，能利万物之生，而使万物皆足，无有所争。但水性下流，多处众人之所恶。人虽恶之，究于水无损也。利人而不有其功，以弱为志，水盖几于道矣。

不可长保也。然则可已而不已，即如金玉满堂， 莫之能守乎？当保而不保，即如富贵而骄，自遗其咎乎？人之道如此。

功成名遂身退，天之道。

且更以天道言之。天不言功名，而以生成鬯遂为功名。物育功成，时行名遂，天地于焉退移。藏身冬令，以蓄阳生之物。人亦何观天道哉？

第十章

（何上公注本作能为章，彭本作玄德章）

载营魄抱一，能无离乎？专气致柔，能如婴儿乎？涤除玄览，能无疵乎？爱民治国，能无为乎？天门开阖，能无雌乎？明白四达，能无知乎？生之畜之，生而不有，为而不恃，长而不宰， 是谓玄德。

载：即车载之载。营：即营卫之营。卫属阳， 而营属阴。营魄：即阴魂也。或曰：营，魄也。以营为魄，未免错解。不知言阴魄而阳魂即在其内。八月十五日，魂尽注于月魄，月乃满而为纯乾。圣人当此，即运河车以载之，乾金遂为我有， 经所谓“得一而万事毕”者矣。既得其一，则必不失其一。圣人载魄而返，抱一而居，则地魄擒朱汞矣。故能无离也乎。十月温养，内火天然。暖气常存，婴胎自长。圣人专气致柔，即内火也。故能如涵育婴儿乎。

玄览者，内观也。涤除玄览，清静内观也。清静内观，心无疵累，所谓“观空亦空，空无所 空。所空既无，无无亦无。无无亦无，湛然常寂” 也。

爱民者安民，治国者富国。民安国富，乃能行无为之政乎。治身以精定为民安，铅足为国富。

人性之善也，当如水性之善焉。秉性谦下， 炼己则精定，还丹则铅足。炼己、还丹，始可行

斯举动皆善。无所争心，择居善地，藏心善渊， 交与善仁，喜信善信，政称善治，事称善能，动合善时。

在在处处，柔善不争。夫惟不争，故无怨尤加之。以视水下犹有人恶，人则有下有上，是更神于道，灵于水矣。

第九章

（河上公注本作运夷章，彭本作持盈章）

持而盈之，不知其已；揣而锐之，不可长保。金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎。

持：得也。揣：探也。人既得其气，而复有

求盈之念，此招亏之端也，故不如其已也。人使探其宝，而遽有英锐之情，此必退败之兆也，故

抱一无为之道，亦如是也。

治身以守雌为功夫，调神养胎，不能不守雌也。至于天门冲破，阳神出入，开阖自如，乃能无守雌之苦也乎。治身以知识为扰，圣体成而知识之神化，为正等正觉。明明白白，四达不悖， 乃能无知识也乎。

且更有生子、生孙之功，换鼎分胎也。有蓄

福蓄德之量，立功济世也。然虽生而不有其生， 虚空粉碎也。有为而不恃其为，慈悲广大也。护国佑民之心，千劫万劫，长长如是，而不夸天上主宰。是真谓之玄德也已。

第十一章

（河上公注本作无用章，彭本作利用章）

三十辐，共一毂，当其无，有车之用。埏埴以为器，当其无，有器之用。凿户牖以为室，当其无，有室之用。故有之以为利，无之以为用。轮辐三十六，以象日月之运行。然毂在车之

正中，众轴所贯。毂空其内，辐凑其外，故毂本

无也，而有车之用焉。埏：水和土也。埴：黏土也，陶瓦之工，谓之砖埴。为埏为埴之时，本无器也。一经抟炼，而即有器之用焉。室有户牖， 室乃光明。未凿户牖，若无室也。一经雕饰，而即有室之用焉。故以有之为利，无之为用也。有生于无，大率类此

第十二章

（河上公注本作检欲章，彭本作为腹章）

五色令人目盲；五音令人耳聋；五味令人口爽；驰骋田猎，令人心发狂；难得之货，令人行妨。是以圣人为腹不为目，故去彼取此。

爽：失也。狂：放也。奇珍、玩好，人所共夺。故珍好随身，行亦妨也，色、声、味、猎、货五者之损人如此，是以圣人贱之。独守内宝， 轻视外物，故能去彼取此。

第十三章

（河上公注本作厌耻章，彭本作宠贵章）

宠辱若惊，贵大患若身。

宠若惊，则必深藏美玉。辱若惊，则必重立根基。此潜心奋志之象也。贵若身，则必乐道安荣；患若身，则必和光弥谤。此抱元守真之法也。

何谓宠辱若惊？宠为下（王弼与各本俱作“宠

为下”，彭好古作“宠辱下”），得之若惊，失之若惊，是谓宠辱若惊。

宠为下者，犹言荣宠无定，每为下移之物， 以故得失难凭也。得之若惊，失之若惊，或得或 失，随时谨凛，随时奋勉，此之谓宠辱若惊也。

何谓贵大患若身？吾所以有大患者，为吾有身。及吾无身，吾有何患？故贵以身为天下者， 则可以寄于天下；爱以身为天下者，乃可以托于天下。

此节诠贵患。而先讲明有患者，以有患须归

无患也。然有大患之故，亦因色身现在，故可以患加之。及其脱壳存神，则不可以患加之也。抑或留形住世，真气内含，韬光晦迹，又何大患之能挠哉？故当贵重其身，以身为天下所寄命，而不敢自轻其千金之躯者，则可以寄身于天下。黄石公之所以教子房也。保爱其身，以身为天下所托赖，而不可自露其旷世之器者，则可以托身于

天下。张九龄之所以诫邺侯也。善保身者，乃善治身。善治身者，乃善治世。孔子曰，龙蛇之蛰， 以存身也。利用安身，以崇德也。君子藏器于身， 待时而动，何不利之有？

第十四章

（河上公注本作赞玄章）

视之不见，名曰“夷”；听之不闻，名曰“希”；

搏之不得，名曰“微”。此三者不可致诘，故浑而为一。其上不皦，其下不昧。绳绳兮不可名， 复归于无物，是谓无状之状，无象之象，是谓恍

惚。迎之不见其首，随之不见其后。执古之道， 以御今之有，能知古始，是名道纪。

不见不闻之地，希夷门也。希夷之门，性情

所寄。夷藏性，希藏情，故视不见，听不闻也。而又有真意来往其间，搏之而不可得，更名曰

“微”。此三者，不可分门穷诘，故当混而为一， 使彼三家相见焉。其上、其下，契云“上闭下闭” 也。不皦不昧，所谓若有若无也。绳绳：戒惧也， 犹言上闭下闭，若有若无。戒惧乎其所不睹，而不可名其端倪。恍兮惚兮，其中有物，复归于无物。是所谓无状之状，无象之象也。无状无象， 是所谓恍惚时也。恍惚之真，不见首尾，其即元始之炁耶？古道者，元始之体。今有者，现前之用。古今不同，要可执古以御今，无生有也。能知元始以前，推及元始以后，是为道之纪历也。纪年、纪月、纪日、纪时，并纪一符、一刻，皆道纪也。

第十五章

（河上公注本作显德章，彭本作保盈章）

古之善为士者，微妙玄通，深不可识。夫惟不可识，故强为之容：豫兮若冬涉川，犹兮若畏四邻，俨兮其若容，涣兮若冰之将释，敦兮其若朴，旷兮其若谷，浑兮其若浊。孰能浊以澄静之徐清？孰能安以久动之徐生？保此道者不欲盈。夫惟不盈，故能敝不新成。

从古修士，知此治身之道微妙玄通，至渊深而不可测识，遂不敢妄行测识。即有形容，不过强为形容耳。章中若字七句，即皆形容之词。其所形容者，物景也，物象也。孰能于重浊之内， 静待其轻清？孰能以安敦之神，久候其徐生？待之、候之，不敢求有余也。保此道者不欲盈，即不求有余也。夫惟不求有余，是以能守故常。不为新创，则不与真道相违也。魏伯阳云：“临炉定铢两，五分水有余。二者以为真，金重于本初。

其三遂不入，火二与之俱。”此即不求有余，能守故常之道者也。云牙子之《参同契》，其亦体太上之《道德经》而不为新创者欤？

第十六章

（河上公注本作归根章，彭本作虚静章）

不言而治。其次者，不能无为，不能无言，则亲爱而奖誉之，以兴化焉。又其次，不能以亲爱奖誉兴化，则必以法令畏之而服之焉。又其次，不能以法令畏服，则必以智巧侮之而驭之焉。言道而至于智巧，风斯下矣，其余不足观也已。故复言根心之信。上好信，则民莫敢不用情。上之信

致虚极，守静笃。万物并作，吾以观其复。 足，下即以真情言之。信有不足，下即有不信者

夫物芸芸，各归其根。归根曰静，静曰复命。复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。知常容， 容乃公，公乃王，王乃天，天乃道，道乃久，没身不殆。

致：委置也。虚：空器也。极：毕其道也。守：居也。静：无为也。笃：谨慎不失也。万物 并作者，凡物皆有始生也。吾：种物之主人也。观：待也。复：返也。修身人委置元神于空器之 中，则得其道。既得其道，当居闲静无事之所， 谨慎而不失其道。俟空器之生物，而吾又待其返 本也。故一往一来，而生变化神明焉。知此，则 七返之道备矣。彼万物之芸芸而并盛者，由无作 而有作，由有作而复还无作，尚能随化机以出入 也。是故春生夏荣，秋敛冬藏，复枯落而还归其 根。物还其根，动而复静矣，故曰静。静则复返 于无物而还造化矣，故曰复命。复命，则知真常 之道矣。常静者，能常应。寂然者，更湛然。故 知常曰明也。世人不知真常之道在乎归根复命， 一概经营造作，沉着于有为名象之中，耗损精神， 故妄作招凶也。若是，夫人不可不知常乎？知常 则乃容。容：涵公。公：大也。王：贵也。天： 尊也。道：虚无之极也。犹言涵其元于静态之中， 乃能大其造化，而入乎至圣神之域，以还乎至虚 至无之真也。体合虚无，长久不坏。没身：无也， 有神无身，则水火不能害，金石不能残，虎兕不 能噬，刀兵不能斩，何危殆之有哉？

第十七章

（河上公注本作淳风章，彭本作太上章）

太上，下知有之；

太上：圣人也。圣人居众人之上，故曰太上。或曰太上，上理也亦通。圣人处无为之事；行不言之教；不矜能，使下民不争；不好利，使下民不贪；不爱欲，使下民不乱；不争、不贪、不乱， 太上有之，下民亦有之也。下知者，下民也。

其次，亲而誉之；其次，畏之；其次，侮之； 信不足焉，有不信焉。犹兮其贵言。功成事遂， 百姓皆谓我自然。

焉。而圣人必以信为治理也。贵言者，慎言也。人主躬行实政，优游感孚，不诰令而民情服，故必谨慎其令言。功成事遂，百姓皆不识不知，顺帝之则，咸谓我之自然也。

愚按：此章经义，可以论治世，亦可以证治身。上德以清净为修，六根皆定，无为而无以为也。其次，以爱敬为修，感而遂通，无为而有以为也。又其次，以法功控驭。又其次，以智巧察求，所谓术也，有为而有以为之道也。其极妙者莫如信，信属土也，金丹始终，纯以意土为妙用， 要皆自然而然也。富哉言乎，可以治世，可以治身也。

第十八章

（河上公注本作俗薄章，彭本作大道章）

大道废，有仁义。智慧出，有大伪。六亲不和，有孝慈。国家昏乱，有忠臣。

此章言治世隆污之道，然亦可悟治身之理。

兹两举之，先无为之事，遂有慈惠之政，犹之失浑沦之体，遂有返还之功也。用明用术以察求， 民情益深掩蔽，犹之用巧、用机以探取，药物愈善互藏也。在庭有孝慈，所以和六亲之不和，犹之入室修泰定，所以静六根之不静也。国家有忠臣，所以救昏乱，犹之玄门有真金，所以救衰惫也。然后叹上世浑穆之政，与上德无为之修，其风之邈也，久矣。

第十九章

（河上公注本作还淳章，彭本作三绝章）

绝圣弃智，民利百倍。绝仁弃义，民复孝慈。绝巧弃利，盗贼无有。此三者以为文不足，故令有所属。见素抱朴，少私寡欲。

绝：大也，又至也。至圣不用智，风尽敦庞，

民多利益矣。至仁不用义，俗尽亲睦，民归孝慈矣。至巧不谋利，谋利者，皆机巧之徒。上无机巧，下无盗贼矣。圣不足于智，仁不足于义，巧不足于利。圣、仁、巧三者，若有质而无文也。浑浑噩噩，一道同风，故使民各有攸属，亦从其

其次者，道之次也。太上之道，无为而成， 质实而已。见素抱朴，少私寡欲，民之文亦不足

也，然而美矣。

第二十章

圣人立言，字法颠倒，即寓道法颠倒也。惚兮恍， 是性之本象。恍兮惚，是性所种之物、以男下女， 交媾成精，一物也，实连二物也。故有象在上句，

（河上公注本作异俗章，彭本作绝学章）

绝学无忧。唯之与阿，相去几何？善之与恶， 相去何若？人之所畏，不可畏畏（弼本作“不可不畏”，故其注亦大舛谬）。

绝学者，道全德备也。道德全备，何忧之有？ 以圣人视众人，犹之唯甚直、而阿甚谀。善可爱而恶可恶，不知相去几许也。圣人无忧，即无畏也。人之所畏者，畏其绝学之难也。岂可畏人之畏，而不求其绝学乎？故曰：“不可畏畏”。

荒兮，其未央哉！众人熙熙，如享太牢，如登春台。我独泊兮，其未兆；若婴儿之未孩；乘乘兮，若无所归。众人皆有余，而我独若遗。我愚人之心也哉！沌沌兮！俗人昭昭，我独昏昏。俗人察察，我独闷闷。忽兮其若晦，寂兮似无所止。众人皆有以，我独顽且鄙。我独异于人，而贵食母。

先天大道，如洪荒之未开，无为而成，不言

而治。故众人皆臻淳厚之化，熙熙然相安相乐也。共食其德，如享太牢。同游其宇，如登春台。此虽华胥风俗，无以加焉。圣人曰：我独淡泊恬静， 杳无朕兆，若婴儿之未成孩也。乘乘者，与道相乘，故曰乘乘。上下升降，个中运行不息，若无所依归者然。故众人皆有余地可求，而我独于此中，独如遗世特立者然。则众人皆智，我独若愚也哉，夫亦大巧若拙也。忽兮如天地之冥晦，飂兮觉往来之无定。由此观之，是众人皆有所用， 而我独昏闷，飘然若愚顽而鄙朴者。人不与我同， 我亦与异也。一粒阳丹，号为母气，我独求而食之，以致长生。是众人之不如圣人，即如唯阿善恶之相去也。此圣人之所以独鸣其绝学也欤？

第二十一章

（河上公注本作虚心章，彭本作孔德章）

孔德之容，唯道是从。道之为物，惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物。窈兮冥兮，其中有精。其精甚真，其中有信。自古及今，其名不去，以阅众甫。吾何以知众甫之然哉？以此。

孔：空也、大也。至空至大之德器，其中能容妙物，故大道从此入焉。道之为物也，恍惚无定。以言离性，本无象也。乍恍而乍惚，无象者若有象焉。乍惚而乍恍，无物者已有物焉。或谓惚兮恍，是合象韵。恍兮惚，是合物韵。而不知

有物在中句，有精在下句。句法又寓道法也。夫

精为性火下照相感而生，乃能露出坎情，然实微妙难测，故曰窈兮冥兮。窈冥之精，乃是真精。欲得真精，须知真信。故其中先有信焉，浩浩如潮生，溶溶如冰泮。修士于此，候其信之初至， 的当是精，即行伏之、擒之。时刻无差，金仙有分矣。一名真金，一名首经，一名真水，一名神水，一名真铅，一名铅气，一名白虎，一名虎气， 而不出乎真精也。所以自古至今，此真精之名 ， 诸经不能抛去。于是以一物之真，观万物之理， 无非重此初气者。以阅众甫，即察众物之初也。故又曰：“吾何以知众甫之然哉？以此”。

补注：章内四举其中，可知一孔玄关，大道之门。造铅得丹，不外乎此也。

第二十二章

（河上公注本作益谦章，彭本作全归章）

曲则全，枉则直，洼则盈，弊则新，少则得， 多则惑。是以圣人抱一为天下式。不自见，故明。不自是，故彰。不自伐，故有功。不自矜，故长。夫惟不争，故天下莫能与之争。古之所谓“曲则全”者，岂虚言哉？诚全而归之。

曲则全，以减为增也。枉则直，以柔制刚也。洼则盈，谦则受益也。弊则新，剥则有复也。少 则得，知足不辱也。多则惑，贪欲自迷也。此太 上以前之古语，所说治身之要道也。是以圣人治 世，必抱一以为天下式则焉。抱一者，不自见， 不自是，不自伐，不自矜。王注以此四句顶“曲则全”，四句说殊属妄解，而不知故明、故彰、故长、故有功，本句以解本句也。

或问：“古之句复引‘曲则全’者，何故？”余曰：此太上引古人治身之语，以起天下之理， 故曰“岂虚语哉”？人能敬守一诚，则天下亦必全归其式也已。

第二十三章

（河上公注本作虚无章，彭本作自然章）

希言自然。故飘风不终朝，骤雨不终日。孰为此者？天地。天地尚不能久，而况于人乎？故从事于道者，道者同于道，德者同于德，失者同于失。同于道者，道亦乐得之。同于德者，德亦乐得之。同于失者，失亦乐得之。信不足焉，有不信焉。

希言：无声也，又无为也。入道者，无为、 故法道。道莫妙于自然，故法自然。自然为宗。无为则泰定，自然则恒渐。否则如飘

风骤雨，虽天地之所为，亦不能久矣。况于人乎？ 故凡从事道途者，修德行道，均皆自然，乃能与道德为一。失即无为也，无为而为，自得无为之事。道也、德也、失也，俱乐此自然无为也。信行不足，必有不信自然者在其先也。

第二十四章

（河上公注本作苦恩章，彭本作跂跨章）

跂者不立，跨者不行。自见者不明，自是者

不彰，自伐者无功，自矜者不长。其在道也，曰： 余食赘行。物或恶之，故有道者不处也。

跂：望也。跨：趋也。跂则首仰，不能久立。

跨则足病，不能久行。自见自是，自矜自伐，皆是不信自然之辈，终无所成者也。以此论行道之法，有如吃饭太饱，走路太多，必不能做功夫。比之于犬，过饱则病。比之于牛，过劳则困。故曰：物或恶之也。而况于人乎？故有道者不处此也。

第二十五章

（河上公注本作象元章，彭本作混成章）

有物混成，先天地生。寂兮寥兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天下母。吾不知其名， 字之曰：“道”，强为之名曰“大”。大曰逝，逝曰远，远曰反。故道大，天大，地大，王亦大。域中有四大，而王处一焉。人法地，地法天，天法道，道法自然。

混成，未破也，又无名也。鸿濛始气，混混

无名。无名者，先天地而生者也。寂：清也。寥： 虚也。独立乎清虚之境，而不改变其真常，无非此混成而已。一物周流，全乎万物而不危殆，是可为天下母也。道祖自开辟以来，已知混沌之前， 有此母气。生天、生地、生人、生物，皆于母气胎之。有问其名者，不知其名，先以道字字之。道从首、辶，先天地而行生者也。因字强名，又得一大。大从一、人，先庶物而首出者也。由此以及万世，皆称为大道焉。大则无所不行，上乾下坤，逝将去汝。逝则无所不到，北坎西兑，远亦致之。是道也，穷极必返。或可出乎震，齐乎巽，见乎离，成乎艮乎。大哉！道与天、地、王同为域中四大哉。无道不知天，天大也。无天不覆地，地大也。无地不载王，王亦大也。王居其一，一人首众人也。王为人主，不离乎人。人在地上，故法地。地在天下，故法天。天在道内，

第二十六章

（河上公注本作重德章，彭本作重静章）

重为轻根，静为躁君。是以君子终日行不离轻重。虽有荣观，燕处超然。奈何以万乘之主， 而身轻天下？轻则失臣，躁则失君。

重者，水也。轻者，火也。水中生火，故以重为轻之根。静者，定也。躁者，慧也。定中使慧，故以静为躁之君。尝观才德并重之君子，终日游行，不离轻重，欲使施用轻快也。虽有荣观， 燕处超然，不以纷华扰静也。奈何绛宫主人，尊若万乘者，遽以身轻天下而忘之，全不持重养轻， 全不守静制躁。吾恐一派轻，则失贤中之真水， 而火无根矣。火生于水，水为火之用，故曰臣。一派躁，则失心中之真定，而慧无君矣。慧发乎定，定为慧之主，故曰君。

第二十七章

（河上公注本作巧用章，彭本作要妙章）

善行无辙迹，善言无瑕谪，善计不用筹策， 善闭无关键而不可开，善结无绳约而不可解。是 以圣人常善救人，故无弃人。常善救物，故无弃 物。是谓袭明。故善人，不善人之师。不善人， 善人之资。不贵其师。不爱其资，虽智大迷，是 谓要妙。

无辙迹者，自然之河车，有则存想搬运矣。无瑕谪者，自然之祖述，有则违悖宗旨矣。不用 筹者，自然之火候，用筹则拘泥爻策矣。不可开 者，自然之内禁，可开则假闭耳目矣。不可解者， 自然之凝聚，可解则勉强撮合矣。是以圣人守自 然之常善，立己立人，人皆可重。成己成物， 物皆可观。袭明者，以先觉觉后觉，心相承而警 悟，此之谓袭明也。故善人克明明德，不善人亲 之，亦以明德。不善人不知自省，善人见不善， 能内自省。转相师，转相资也。若不以相资、相 师，为可贵可爱之事，则自作聪明，虽有智慧， 亦若大迷也。修身要妙，不外乎此。

第二十八章

（河上公注本作反朴章，彭本作常德章）

知其雄，守其雌，为天下溪。为天下溪，常德不离，复归于婴儿。

此节有二义，皆为治身之士所当知而当守者。

一曰雄施雌化。《参同》云：“雄阳播玄施， 雌阴统黄化。”是也。知此则能施、能行，守此

则能化、能育。雌雄交感，则金藏于水，旋复水生其金。金气足而潮信至，其势如漕溪然。倒流逆上，是为天下漕溪之水也。然虽为漕溪之水， 而阳火既进，阴符又临，归根复命之常德不可离也。故复归于土釜，以养其胎婴。

一曰雄归雌伏。《悟真》云“雄里怀雌结圣胎” 是也。若论产物之理，阴极阳生，则是雌里怀雄。若论养物之事，阳极阴生，则是雄里怀雌。雄里怀雌者，既得雄归以合丹，更要雌伏以温丹也。其势如溪壑然，自上注下，落于溪中，故守雌之道，即如天下之溪壑，有流有归。此真常之元德， 不可离其地者也。归于溪，犹之归于黄庭。复归于婴儿，人静以养圣胎也。

知其白，守其黑，为天下式。为天下式，常德不忒，复归于无极。

此圣尽雌雄之理，而发其细微，复假色相以论之。白者，金精，黑者，水基。金精者，雄阳播于雌而生者也。此精未有之先，坤母之体本虚， 因与乾父交光，坤遂实而成坎。坎形已具，月吐兑方，是名水中之金。水中之金，实赖坤母之养育而成，故称母气。《悟真》云：“黑中取白为丹母”是也。母气有白光，号曰阳光。阳光发现， 即运己汞以迎之，所谓二候求药也。彼此相当， 二八同类，擒在一时，炼成阳丹，即丹母也。然其造化在外，故丹母只算外药，学人以外药修内药，以母气伏子气。丹母之中，又产阳铅，即驾河车以运之，逆回本宫，潜伏土釜，四候和合， 三姓交欢，这回快活便得长生。但法功虽是如此， 而知白必先守黑，守黑乃能知白，知白还要守黑。此中有三层妙用，足为天下式程。人能依此行之， 则自然之常德不差忒也。既不差忒，乃能归证于无极，而炼神还虚矣。知白必守黑者，阳往阴中也。守黑乃能知白者，阴中阳产也。知白还要守黑者，神归炁伏也。天地万物之理，皆是如此。故为天下式程焉。

知其荣，守其辱，为天下谷。为天下谷，常德乃足，复归于朴。朴散则为器，圣人用之，则为官长，故大制不割。

顺成人，荣事也。逆成仙，辱事也。然人当

知成人之荣，而守成仙之辱。常辱之学，绝学也。虚心养气，有如天下之空谷。能争天下之空谷， 则致虚守静之常德，乃能足也。常德既足，乃复归证于浑朴，而返本还元矣。浑朴之真，散见而生万物，芸芸之盛，皆可取其材而制为器。圣人欲用其器，则为官阴阳，长庶汇，而保合之，以归于一焉。故大制天下者，不尚分割也。

第二十九章

（河下公注本作无为章，彭本作神器章）

将欲取天下而为之，吾见其不得已。天下神器，不可为也。为者败之，执者失之。凡物或行、或随，或呴、或吹，或强、或羸、或载、或隳。

是以圣人去甚、去奢、去泰。

天下：比身中也。神器：言至重也。先天大道，以自然无为而成。俗人多疑其空寂，故老祖说此以示人曰：人以无为为空寂哉。吾将欲取天下而行有为之政，又见有为者之转多纷扰，转多设施，无成就而无休息也。夫天下之神器至重， 以有为而多事，不如无为之少事也，故不可为也。为以求成而反败，为，败之也。执以求得而反失， 执，失之也。天下如是，凡物皆然。物之在身者， 或阳往独行，或阴来相随，或翕然而呴，或悠然而吹，或气足而强壮，或气嫩而清羸，或载之上升，或隳之下降，无非自然而然者。是以圣人行道，去过甚，去骄奢，去泰侈。三者皆喜于有为之病也，故去之。

第三十章

（河上公注本作俭武章，彭本作兵强章）

以道佐人主者，不以兵强天下，其事好还。师之所处，荆棘生焉。大军之后，必有凶年。故 善者果而已矣，不敢以取强。果而勿矜，果而勿 伐，果而勿骄，果而不得已，果而勿强。物壮则 老，是谓不道，不道早已。

人主强德不强兵，以道佐人主者，岂可以甲

兵强示天下乎？然有出其兵而夸大武功者，即有入其兵而敬修文德者。天下之事，亦多好还也。惟是师到之处，荆棘皆生，觉刺伤之可悲也。军过之余，凶年又起，痛刀氛之余毒也。兵岂可轻言乎哉？古人善兵者，锄奸禁暴，去贼安民。旌旗载道，望若甘霖。果于救难而已矣，非敢强也。然果也，须绝其矜、伐、骄焉。矜则有好兵之念， 伐则有穷兵之心，骄则有夸兵之想。虽果也，亦无善意也。若有善意而果，果而至于民难不已， 则大兵亦不已。亦在乎力救其难而已，非示强也。又或敌气不衰，壁垒相持，壮兵也，必为老兵， 此亦残贼吾师也。残贼吾师，将欲诛不道，而反自行其不道也。诛不道而至于自行其不道，则不如其屯田防御、休息我兵之为得也。世之好强者， 亦尝观之于物乎？物壮则老，可想强必衰也。用物而使物备，是为不合于道也。不合于道，不如其早已也。

章内备言行兵之利害，而醒道妙处在一物字打转。言其有作有为，皆因精衰气败，不得已而行补导之功，亦已果矣。至于百日筑基，三年炼己，又至果也。抑或丹基未立，己性未明，不妨再筑、再炼，又至果也。然勿以果夸强也，持盈不已，必遭困弱。大药将至，逾时无用。故曰物壮则老，不如早已。

第三十一章

（河上公注本作偃武章，彭本作佳兵章）

夫佳兵者，不祥之器，物或恶之，故有道者不处。是以君子居则贵左，用兵则贵右。兵者不祥之器，非君子器，不得已而用之，恬淡为上。胜而不美，而美之者，是乐杀人也。夫乐杀人者， 不可得志于天下矣。故吉事尚左，凶事尚右。是以偏将军处左，上将军处右，以丧礼处之。杀人众多，以悲哀泣之，战胜以丧礼处之。

佳之为言祥也，佳兵而曰不祥，兵尚可好乎哉？兵之为害也，无物不恶，以其筹策繁而滋扰多耳，有道者岂居此好兵之名乎？是以君子处世，燕居则贵左，左为吉也。用兵则贵右，右为凶也。益以见兵之不详也。夫兵原非君子之器， 然有不得已而用之者，救难为上。勿意躁而情浓， 亭幛萧然，恬淡而已矣。即或制胜凯还，终不以兵为美事。若以兵为美事者，其胸中必好杀人者也。杀人之人，岂可使之得志朝廷，黩武天下哉？

尝观于人事而慨然矣，吉事尚左，凶事尚右。左为阳而右为阴，阳主生而阴主杀也。故军中有上将军，有偏将军。偏将军之徒，非得上将军之令，不敢攻杀。是知偏将军之有生意也，故其位居左。上将军之有杀机也，故其位居右。居右者， 丧礼也。天下不祥之事，莫过于丧礼。故以丧礼处上将军，而戒其勿轻杀焉。嘻！一将功成万骨枯，其事可为痛哭也。故杀人之众，以悲哀泣之， 战胜以丧事处之。太上之心，即天地好生之心也已。

愚按：章中喻意，盖言女鼎不祥，未可用耳。然其论用兵之害，亦痛绝。

第 三十二 章

（河上公注本作圣徳章，彭本作无名章）

道常无名、朴。虽小，天下不敢臣。侯王若能守，万物将自宾。天地相合，以降甘露，人莫之令而自均。始制有名，名亦既有，夫亦将知止， 知止所以不殆。譬道之在天下，犹川谷之于江海。

大道无名象，纯是一团浑朴。有如无极，朴

虽小，然居太极之上，岂可驭而下之乎？侯王守其朴，则大制不割，万物亦同来宾也。地上乎天， 则天地交泰，而甘露下垂，不烦造治而调匀，神气于此两平也。气化为液，初名金液还丹。金液之名既立，夫亦将止于土釜而养之也。知止不殆， 惟抱一以虚其心，自然泰定焉。此道也，推之于天下，犹川谷之于江海，而有所归宿也。

第三十三章

（河上公注本作辨德章）

知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。知足者富。强行者有志。不失其所者久。死而不亡者寿。

知人事者，得妙智。自知其本来者，得圆明。

盖已了性矣。胜人欲者，有定力。自胜其尸贼者， 有真强。盖已了命矣。知足守富，止火养丹。强行有志，面壁九年。一得永得，与地同久。心死神存，与天同寿。

第三十四章

（河上公注本作任成章）

大道泛兮，其可左右。万物视之以生而不辞， 功成不名有。衣被万物而不为主，常无欲，可名于小；万物归焉而不为主，可名于大。是以圣人终不为大，故能成其大。

汛兮其无涯，是可左右逢源，随人取用。万物赖道生而道不辞，只运其时行而已，功成不名。有衣被不为主，生成广被之德。本于无为，故莫能名不为主也。守真常而无欲，小莫破焉，故可名于小也。统会归而不主，大莫载焉，故可名于大也。惟圣人亦不自形其大，此其所以为大圣人也。

第三十五章

（河上公注本作仁德章）

执大象，天下往。往而不害，安平泰。乐与饵，过客止。道之出口，淡乎其无味，视之不可见，听之不可闻，用之不可既。

大象者，无可象而象之，故曰大象，仍指大

道也。能持大道者，则天下皆往而归之。往游其宇，恬然淡然，而无所患害，但相安于平泰而已。夫美乐美饵，能使过客停车，以图一快。然酒阑歌散，终不久留矣。大道则不然，出于口而生津补液，似觉淡然无味者。岂知见闻俱绝？正复取用不穷也。

第三十六章

### （河上公注本作微明章）

将欲歙之，必固张之。将欲弱之，必固强之。将欲废之，必固兴之。将欲夺之。必固与之。是谓微明。柔胜刚，弱胜强。鱼不可脱于渊，国之利器不可以示人。

固：先也。歙，敛也。欲歙固张，散将复敛也。欲弱固强，进将复退也。欲废固兴，荣将复落也。欲夺固与，去将复返也。往来相因，理可见微知著，故曰微明。柔弱胜刚强，不战而自服也。知鱼之不可脱渊，则知道之不离乎身。知器之不可示人，则知道之必由乎己。

第三十七章

道常无为而不为。侯王若能守，万物将自化。化而欲作，吾将镇之以无名之朴。无名之朴，亦将不欲。不欲以静，天下将自正。

无为无不为者，无为之为，即是有为。契所谓处中制外、凝神成躯者是也。侯王能守，万物自化。恭己无为，可治天下。太古之遗风，不可想乎？惟是承平久而动作兴，宴乐繁华，非国家之福也。吾将镇之以浑然之朴，使彼守朴还真， 庶几欲作者不欲作焉。不欲作，则万物恬静，不求天下正，而天下将自正也。

第三十八章

上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德。上德无为而无以为，下德为之而有以为。上仁为之而无以为，上义为之而有以为，上礼为之而莫之应，则攘臂而仍之。故失道而后德，失德而后仁，失仁而后义，失义而后礼。夫礼者，忠信之薄，而乱之首也。前识者，道之华，而愚之始也。是以大丈夫处其厚，不处其薄。居其实， 不居其华。故去彼取此。

而为礼矣。而后云云者，所以叹气运之转移，非谓仁义之有偏用也。夫礼以忠信为根本，薄俗起而反开侮乱，必赖礼以还淳也。前识者，性道之光明，华焰盛而反生愚暗，亦前识之变更也。是以大丈夫立身处厚不处薄，居实不居华，去取攸宜，谓浑朴犹在人间可也。

第三十九章

昔之得一者：天得一以清，地得一以宁，神得一以灵，谷得一以盈，万物得一以生，侯王得一以为天下贞。其致之一也，天无以清将恐裂， 地无以宁将恐发，神无以宁将恐歇，谷无以盈将恐竭，万物无以生将恐灭，侯王无以贞贵高将恐蹙。故贵以贱为本，高以下为基，侯王自谓孤寡不谷。此其以贱为本也，非乎？故致数车无车， 不欲碌碌如玉，落落如石。

昔：太初之先也。一：众数之始也。始生之物，其名为一，太初以前茫无着，太初以后判有余。欲得此一者，须在太初。前后之间，有气而无质，无质而有信者也。五行以水为一，此水乃善之极澄之极，不可思议之功德水也。名之曰水， 似强也。不名曰水，又空也。

今试从得一者溯之；夫道之始于昔也，天从昔开，以一而开。然非有此水，则无以分，何见其清也？地从昔辟，以一而辟，然非有此水，则无以承，何以奠其宁也？神从昔奉，以一而奉。然非有此水，则无以供，何以昭其灵也？谷从昔达，以一而达。然非有此水，则无以涵，何以助其盈也？万物从昔作，以一而作。然非有此水， 则无以育，何以资其生也？侯王从昔而作主，一以为主。然非有此水，则无以利用，何以为天下之安贞也？

天地神谷万物侯王，体各不同，然所以致清致宁，致灵致盈，致生致贞者，皆以一也。清而

上德之士，不见有德之象，而且有德之量。 不裂，水气净之。宁而不发，水气载之。清而不

下德之士，不欲自失其有德之名，而已先成为无德之人。上德不德，守无为也，亦因万物自化而无以为也。下德不失德，喜有为也，反令群情好动，而有以为也。仁之所为者，亲之是也。天下悦服，故亦无以为也。义之所为者，畏之是也，天下震感，故亦有以为也。然仁，一仁也。义，一义也。至于礼，则朝有因革，野有殊俗，则为之甚难也。欲强而行之，民莫与应，反使攘臂相争，自仍所从，天下事不将难为乎？

夫大道不争，即能使民不争，此何如之上理哉？乃一失而为仁矣，又一失而为义矣，再一失

歇，水气行之。盈而不竭，水气充之。生而不灭， 水气养之。贞而不蹙，其贵高者，水德辅之，以其性卑贱而流下也。

自古人主，谦尊而光，故贵以贱为本，高以

下为基。孤寡不谷，侯王之自称，亦甚贱而甚下也。而不知富有四海，贵为天子，玉食万方者， 即凛此孤寡不谷而得之也，岂非以贱为本乎？

凡侯王之守其贱，正侯王之守其一也。故由此而推致于物，有如造数车者，转物车用，以其多而妄驾之，败尽不觉也。又如玉之碌碌，石之落落，其具众多之貌者，太上不欲取之矣。

第四十章

### （河上公注本为去用章）

反者道之动，弱者道之用。天下万物生于有， 有生于无。

反：复也。天地冥合，一阳来复，道之初动也。弱：柔也。身心恬静，专气致柔，道之妙用也。还丹之事，在乎以乾之有入坤之无，乾种之而坤产之，无中生有，故道生于有，有生于无也。天下万物，皆是如此。

第四十一章

（河上公注本作同异章，彭本为闻道章）

上士闻道，勤而行之。中士闻道，若存若亡。下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。故建言有之：明道若昧；进道若退；夷道若类；上德若谷； 大白若辱；广德若不足；建德若偷；质真若渝； 大方无隅；大器晚成；大音希声；大象无形。夫惟道，善贷且成。

上士之道行，以勤为本。其中有不自炫、不

自锐、不自异、不自实、不自显、不自满，奉行若自懈，信受若自欺者，而后能韬光徐炼，同尘守虚，溷迹求成，惜阴敬道。否则与中士之存亡。下士之大笑一也，乌得谓之勤？中士闻道，断续做去，故曰若存若亡。下士闻之而大笑，笑即毁谤之徒也。然虽大笑，于道无损。不笑反不见为至道也。古人立言，亦有此意。其言修道者，明若昧，即不自炫也。进若退，即不自锐也。韬光徐炼有如此。夷若类，即不自异也。上德若谷， 即不自实也。同尘守虚有如此。大白若辱，即不自显也。广德若不足，即不自满也。溷迹求成有如此。建德若偷，虽奉行而若自懈。质直若渝， 虽信受而若自欺。惜阴敬道有如此。此皆上士之勤修，非中下所能企也。所以方有四隅，大方无之，但守中也。器望早成，而大器无之，欲求至也。大音、大象，无声、无形，中庸之所谓恐惧不闻，戒慎不睹者。非即此欤？抱道人间，给与无尽，且使化功大成也，真上士也。

第四十二章

道生一，一生二，二生三，三生万物。

道立三才之上，五行之先。太上论造化。故必以道为始。大道无形，浑然无极。迨其静中生动，而一乃见焉。一者，水也，在卦为坎。坎居北方，劳卦也。万物之所以成始而成终者，皆在乎是。成终，则庶汇归根。成始，则一阳来复。

阳即火也，故言水而火在其中，一生二也。水火调匀，阴阳交泰，木情萌动，物类蕃昌，是故二生三，三生万物也。此统言造化，而丹道亦在其中。

愚按：后天后行，其数乱而繁，五数举而行乃备。金生水，四生一也。水生木，一生三也。木生火，三生二也。火生土，二生五也。土生金， 五生四也。先天五行，其数治而简，三数举而五可包。水中火发，一生二也。木以火旺，二生三也。木生之时，即万物甫生之时，三可以统万也。

又，按修丹之法，五行皆包于一二，水火双修，三四五皆助之，可不必言三也。太上举三， 盖以三而穷极万物，故带出三之数耳。且不必言二也，一气为丹，二三四五皆助之，五行皆包于一也。水中产阳火，一包二也。水中藏木汞，一包三也。水中现金铅，一包四也。水中怀真土， 一包五也。且不必言一也，窈冥之物，胚胎虚无， 又可包之于道也。还丹之术，岂不至简而至易

哉？言虽多而归于至要，只觉其典贵，不嫌其词多。

万物负阴而抱阳，冲气以为和。

上言三生万物，三，木数也。物从木旺，木从火旺，火在水中生，则万物之体，外负阴而内抱阳。外阴内阳，外虚内实，虚涵阳气，是为冲气。物情至此，合太和矣。今并以丹法言之：坤交乾金，变而成坎。坎体外虚而内实，则当以冲虚含其气，如太和之氤氲焉。

人之所恶，孤、寡、不谷，而王公以为称。故物或损之而益，或益之而损。人之所教，我亦 教之，强梁者不得其死，吾将以为教父。

人莫恶于名之贱，孤寡不谷，即贱名也，而王公以此自称，虽有损于名号，实有益于王公也。故观之于物，亦有因益转损，因损得益者，玩《易》道而知之矣。否卦，天上而地下，欲变为益，天道不敢自尊。于是损上益下，天地不交之否运可变为自上下下之益，故君子以之迁善改过焉。泰卦，地上而天下，欲知善损，地道不得自盈。于是损下益上，天地相交之泰运，亦因乎其道上行之损，故君子以之惩忿窒欲焉。天地以损而得益， 是用益不如用损也。二卦平列，却当效损卦一边。又况山泽损，颠倒用之，则又为风雷益。山、泽、风、雷感应，正因乎损也。

此教也，易教也，古人之教也。太上曰：人之所教，我亦教之，益教人知自损耳。不善者， 善人之资，故又以强梁为教父。强梁乃劫夺之徒， 损人益己，终不得益者也。父与甫同，从上声。

第四十三章

（河上公注本作偏用章，彭本作至柔章）

天下之至柔，驰骋天下之至坚。无有入于无间，吾是以知无为之有益。不言之教，无为之益， 天下希及之。

至柔者：气与水也。气无不达之窍，水无不通之径，故能驰骋至坚而无间也。山吐石，泉穿山，可见也。无有者，无形质而但有气水，亦可达吾身而入无间也。上二句泛言天下之气水，此句指身中言，譬起法也。又曰：“吾是以无为之有益。”无为者，不必搬运，自然冲突也。以不言之教，合无为之益，天下真无有及之者。

第四十四章

（河上公注本作立戒章，彭本作为名章）

名与身孰亲？身与货孰多？得与亡孰病？是故甚爱必大费，多藏必厚亡。知足不辱，知止不殆 ，可以长久。

身亲于名，身多于货。得身无病，亡身有病。

此理之晓然者也。故太上以孰亲、孰多、孰病觉之，所以动其良心，使人自悟，非同乎后世训文， 一味责备，反令舆情不服。此太上谦和之德也。然世有亲其名而疏其身，多其货而少其身，得身不以为贵，亡身不以为痛者。如此沉迷，要皆名利心重，保身心轻者也。岂如喉中气断，大限来临，名归乌有，货归子虚，亡入鬼趣，难复人身， 是则可痛也已！夫人生在世，成我名者损我神， 入悖货者亦悖出，即所谓甚爱大费，多藏厚亡者也。爱至于大费，是辱也。藏至于厚亡，是殆也。皆非长久之计也。太上以慈悲之心，立言觉以教人曰：“知足不辱，知止不殆，可以长久。”其斯为圣人之德也夫。

第四十五章

（河上公注本作洪德章，彭本作清静章）

大成若缺，其用不敝。大盈若冲，其用不穷。大直若屈，大巧若拙，大辩若讷。躁胜寒，静胜热。清静为天下正。

大成若缺，如日月之光，圆而暂亏，推而复

明，故其用不敝也。大盈若冲，如沧海之量，统而不溢，渺而无涯，故其用不穷也。亢直者卤， 机巧者诈，强辩者诬，皆不可同乎大也。圣贤以气为直，不逞刚而自刚，若屈然，神妙为巧。不显智而自智，若拙然，以道行德为辩。不多言而善言，若讷然。至若铅火冲和，三冬足御，蒲团

坐定，九夏可忘，正所谓躁胜寒，静胜热也。此二者，阴阳之理，人能以清虚静养之心，察燥湿冷暖之气，而天下之正道得矣。

第四十六章

（河上公注本作俭欲章，彭本作知足章）

天下有道，却走马以粪。天下无道，戎马生于郊。罪莫大于可欲，祸莫大于不知足，咎莫大于欲得，故知足之足，常足。

有道：是否运既久，阴极阳来之时。无道，

是泰运既久，阳极阴生之时。否乱定而泰治立， 则却走马以粪田，天下事已无极也。泰治盛而否乱伏，则生戎马于近郊，天下事将有为也。乱而复始，泰定为福。见可欲而欲，罪莫大焉。已足不知足，祸莫大焉。不当得也欲得，咎莫大焉。故以知足为足者，则能常足矣。

补注：却：去也。粪：治也。天下无事，虽不用马而马在。却之云者，去之于山泽，如归马之意云耳。又马本不可以治田，其言以粪者，犹言兵去农兴也。

第四十七章

（河上公注本作鉴远章，彭本作户牖章）

不出户，知天下。不窥牖，见天道。其出弥远，其知弥少。是以圣人不行而知，不见而名， 不为而成。

户：小门。以不出而知天下事，匡居所以明世务也。牖：小窗也。不窥而见天之道，隐微所以伏见显也。身心性命，道所寄焉。舍近图远， 愚人也。视不可见，听不可闻，抟不可得，彼从何处寻起？知此义者，道在户牖之间。不知此义者，愈访愈迷，愈问愈歧。条条皆是路，处处却难周。所谓出弥远而知弥少也。惟圣人不行而知， 神定则意慧。不见而名，守无则生有。不为而成， 抱一以还虚。

第四十八章

（河上公注本作忘知章，彭本作日损章）

为学日益，为道日损。损之又损，以至于无为。无为而无不为矣。故取天下者，常以无事， 及其有事，不足以取天下。

为学与为道不同，学贵求益也，然有由博反约者，益又何尝不损？特其先必求益耳。道贵求损也，然有事累而立基者，道又何尝不益？特其后必知损耳。夫损者，抽减之谓也。损而又损， 铅气干，汞光现，以至于养神还虚，行我无为之

事，斯无为而无不为矣。故取天下者，必先有奠安天下之心，无为无不为，以静制动，以德为常， 以仁修治，百姓携手而同归，万国倾心而来会， 则可以取天下矣。故必常以无事也。及其有事， 必先有震荡天下之声，有为而多为，以动克动， 以残摧残，以暴易暴。以争战为能，以袭夺为事， 适以扰天下，先天下也，何以取天下乎？或谓取天下者，常以无事之人，肩有事之任，古来如莘野、磻溪、南阳诸道人是也。及其有事在心，则方寸已乱，如范增之忌刘、徐元直之为母是也， 亦通。

第四十九章

（河上公注本作任德章，彭本作浑心章）

圣人无常心，以百姓心为心。善者吾善之， 不善者吾亦善之。德善矣。信者吾信之，不信者 吾亦信之。德信矣。圣人在天下，惵惵为天下浑 其心，百姓皆注其耳目，圣人皆孩之。

无常心者，无偏一之心也。心无所偏，则能

幈幪百姓，浃洽民心。民心所望者，望圣人善之、信之也。不善者亦善，不信者亦信，圣德之诚孚大矣。故圣人在天下，惵惵为天下浑其心者，幈幪百姓耳。百姓皆注其耳目，仰视俯听，各有所望，圣人皆孩之，斯浑之矣。迭迭：诚切貌。

第五十章

（河上公注本作贵生章，彭本作摄生章）

出生入死。生之徒，十有三。死之徒，十有三。民之生，动之死地，亦十有三。夫何故？ 以其生生之厚。盖闻善摄生者，陆行不遇兕虎，入军不被（一作进）甲兵。兕无所投其角，虎无所措其爪，兵无所容其刃。夫何故？以其无死地。万物出生而入死，皆在乎十有三中。夫十有

三者，向来诸注，皆不得其正旨，今发明之。十

乃天地生成之数。一天、一地，一乾、一坤，乾卦有三阳，坤卦有三阴。万物遇三阳而生，遇三阴而死。惟人之受生，其得三阳与物同，其入三阴则自促。七情六欲，大损元神，故曰动之死地。然其自促也，亦归于三阴而已。

夫物与人，而有三生、三死者，何以故？生生厚，则死者既灭，生者又添。死者既静，生者又动。此循环相因之势也。否则有生无死，将芸芸充塞天下，何以为安顿之区乎？虽然万物之死在于冬，万物之生在于春，其生死亦动静间耳。至于人则死而不生，非造化之刻待斯人也，亦因其不知养生，乃致长入死地耳。

夫上帝有厚生之德，圣人有摄生之方，人苟善求，即宜转阳生阴死之道，为阳往阴来之功， 则长生久视，庶不与乍生之徒，动之死地者同之。物有三而生，又有三而死。摄生之道，则即以三阳之乾卦种一阳于三阴中，坤遂实而成坎。三阴之坤卦，萌一阴于三阳之中，乾遂虚而成离。坎离者，药物也。入室静修，观我一阳来复，即行摄之而归，摄之而伏。是摄生乃还丹之道，返本之功，接命之术，成仙之诀。逆而回之乃为摄， 下而上之乃为摄，外而内之乃为摄，中有黄婆乃能摄。摄非易言者也。子母恋而养育深，婴姹偕而欢喜大，铅汞结而圣胎成，无为证而阳神出。虽虎兕甲兵，亦无所肆厄，又何有三阳而生、三阴而死，同夫凡人凡物也哉？

第五十一章

（河上公注本作养德章，彭本作尊贵章）

道生之，德畜之，物形之，势成之。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之、长之、育之，成之、熟之，养之、覆之。生而不有，为而不恃， 长而不宰。是谓玄德。

道种物，德护物，故物以道生，而以德畜。物吐形，能势乃能成。万物尊道而贵德，以道无 名，德有名；道之尊，德之贵。道德无使令，物 理自然会。惟道主其生，惟德主畜。长育而成熟。而养覆。帱保全神，皆德之伎俩。不有、不恃、亦不宰，无为而成即真解。玄德者，上德也。

第五十二章

（河上公注本作归元章，彭本作有始章）

天下有始，以为天下母。既得其母，以知其子。既知其子，复守其母，没身不殆。塞其兑， 闭其门，终身不勤。开其兑，济其事，终身不救。见小曰明，守柔曰强。用其光，复归其明，无遗身殃。是谓袭常。

天下之道，有终必有始，然其始非一端也。金丹有始出之地，始行之事，始复之物。始出者 何？坤炉与阴炉是也。阴中藏阳，故名阴阳炉。月现兑方，故名偃月炉。兑为少女，故名先天妙鼎。《悟真》谓“产药川源”，皆始地也。始行者 何？致虚极，守静笃，吾以观其复。浊以澄，静 之徐清，安以久，候之徐生。皆始事也。始复者 何？混混成成，窈窈冥冥，其中有信，其中有精。无名之朴，无形之金，皆始物也。还丹以此金为 始，故曰有始。然金非坤家故有之物，乃乾家之

火精也。丹法以砂为主，入坤炉而成坎，禀和于玉池之水银以成戊土，戊土即阳丹也。阳丹乃外丹，外丹乃丹本。金花是他，真种是他，黄芽是他，白雪是他。以外丹为内丹之娘亲，故有始以为天下母也。母有圣号，称为阳铅。

夫有阳铅为母，即有阴汞为子。阴汞是后天子气，阳铅是先天母气。以外边阳铅伏内边阴汞， 母与子见，故曰知其子焉。但此阳铅之来，须得火功妙用。盖铅生坎宫，沉而不起。欲其擒制离宫之真汞，当用武火猛烹，然后飞腾而上。及与真汞相见之后，则宜守城沐浴，不可加以武火也。始则母恋子而来，继则子恋母而住，故曰既知其子，复守其母也。子母相恋，终身不殆，则大丹成矣。

大丹名内药，圣胎是此，婴儿是此，真人是此。养内丹者，要有天然真火，绵绵于土釜之中， 亦须假外炉阴阳符火，勤功增减。运用抽添，然后形化为气，气化为神。形神俱妙，与道合真。故当塞其兑，闭其门，终其身事也。温养两般， 内文火而外符火。保全十月，去有为而证无为， 故不敢勤于外事，扰室中静功也。《参同》云：“固塞其际会，务令致完坚。候视加谨慎，审察调寒温。周旋十二节，节尽更须亲。”此即温养功夫 也。内境不出，外境不入，塞兑闭门，是为要诀。若使不塞其兑，将日与外事应酬。道家常谈时务，是欲有济于外图，先已有伤于内养。口开神气散，意乱火功寒。长生大道，窃恐不成， 故曰：“济其事，终身不救”也。

见小者，丹之金光，形如黍米，故曰小。能见此小则曰明。守柔者，身之王水，气本平和，故曰柔。能守此柔乃曰强。光者，神也，即金光也。明者，气也，即金精也。以金光罩金精，则光明藏里，神气相依。胎养功成，一身脱厄，故曰“用其光，复归其明，无遗身殃”，是之谓袭常之道，长生久视之修。袭常者，守其真常也。吾山评：此章句句解得清，字字抉得出，还

丹之道尽见于此。吾常谓太上之经，言简意赅，虽真仙不能尽识，何此注之特明也？乐甚！快甚！

第五十三章

（河上公注本作益证章，彭本作介然章）

使我介然有知，行于大道，惟施是畏。大道甚夷，而民好径。朝甚除，田甚芜，仓甚虚。服文彩，带利剑，厌饮食，财货有余，是谓盗竿。非道也哉！

特操也。我家性体圆明，使我介然自定，有特操， 有圆觉。躬行大道，唯施是畏。施则顺出成凡， 多损我之真精，故以是为可畏也。夫积精累气可以成真，此大道平夷之路，人所共由者也。民心好径，争入邪途。妄作招凶，精枯神散。如朝廷之故官，既行除削，则元阳之尽失也。如田畴之疆畔，胥入荒芜，则关窍之皆塞也。如仓廪之积储，咸归虚耗，则精气之皆亡也。彼但服文彩， 带利剑，征逐于饮食之徒，妄想乎资财之足。若是者，专以窃道名为心，如人隔墙用竿，暗挑物件，是称为盗竿而已。必非道哉！必非道哉！

第五十四章

（河上公注本作修观章，彭本作善建章）

善建者不拔，善抱者不脱，子孙祭祀不辍。修之于身，其德乃真。修之于家，其德乃余。修 之于乡，其德乃长。修之于国，其德乃丰。修之 于天下，其德乃普。故以身观身，以家观家，以 乡观乡，以国观国，以天下观天下。吾何以知天 下之然哉？以此。

建中立极，故不拔。抱一无离，故不脱。子复生孙，分身现化，故祭祀不辍。身家乡国与天下，历言修德之地也。以：由也。观：示法也。由身示法身，以及示法身于家、国、天下，皆此真身也。德备于身，示法无尽，故以此周知天下也。

第五十五章

（河上公注本作玄符章，彭本作含德章）

含德之厚，比于赤子。毒虫不螫，猛兽不据， 攫鸷不抟。骨弱筋柔而握固。未知牝牡之合而朘

作，精之至也。终日号嗌不嗄，和之至也。知和曰常，知常曰明。益生曰祥。心使气曰强。物壮则老，是谓不道，不道早已。

含：怀也。怀德厚者，真人也。真人之心，

不失赤子之心，故比于赤子，浑然忘物。斯恶虫兽鸟，不加害焉。骨弱筋柔，孩体也，故能握固。人知牝牡交欢，则朘作丧命。赤子无知，则精纯之至，盖无欲也。朘，赤子之阴也，又，缩也。俗以肭缩为朘缩，盖缩而不举也。人以忿而和气变，其声嗄然，赤子则有号、有嗌而无嗄。号乃呼也，嗌乃咽也。终日呼咽而不嗄，则气和之至也。人能知和，则守常不殆。我能知常，则真明自在。盖有益于人生者，赤子祥和之气也。倘其有知有识，以心使气，则反乎柔而为强矣。世之

我：言我家也，非老圣自称之词也。介然： 好强者，亦尝观之于物乎。末三句解见前三十章。

第五十六章

（河上公注本作玄德章，彭本作玄同章）

知者不言，言者不知。塞其兑，闭其门，挫其锐，解其纷，和其光，同其尘，是谓玄同。不可得而亲，不可得而疏，不可得而利，不可得而害，不可得而贵，不要得而贱。故为天下贵。

幸觅明师指破之，其得法更为易也。因注此章首二句而细论之。

塞兑闭门，养神气也。挫锐而不为锐挫，能守弱也。解纷而不为 纷扰，能泰定也。和光而幽光，同尘而出尘。孟子曰：圣人之于民亦类也。此即玄同之旨也。故不可得而亲，不可得而疏。

知者，是行有所得之人。不言者，难言也。 可得而亲，则可得而疏也。不可利害，不可贵贱，

盖其深造自得，心欲言而口不逮也。若徒以言为尚，自谓某仙真书，真传已尽，不必师指，其道可行。岂知真固真矣，其间细微节目，比喻深机， 吾恐其未尽谈也。又，况登真入道，不外还丹。还丹理明，乃能得道。今问汝，乾坤坎兑，是甚卦爻？龙虎汞铅，是甚法物？宾主雌雄，是甚分用？恍惚杳冥，从何体认？浮沉颠倒，怎样安排？而且玄牝未明，不能造化。黄婆未请，安得成亲？兼之言语难通，恩威难布，首经难觅，火候难知。且更有说者，古人云：金丹大事，须依有力者图之。访寻有力之妙用，问君载在何书？ 矧其功夫行持，并有书不能贷者。绝色欲，轻财利，去恩爱，慎德行，此皆要身上持行，而非书所能了者也。夫惟真心好道，感动上苍，尘念消除，神明默佑，乃能知其道也。按图索骥，岂足以竟其微哉？是故知者不言，言者不知也，以其有难言者也。

或曰：“知之者固属难言，以彼未知之光，却又从何闻之？岂不有能言者导其知乎？丹经云： 得师口诀，乃能成道。又似知者之必有言，言者之必有知也。请再为说之。”曰：口诀者，亲切语也，细微语也。重重抉破，乃为口诀。并非单词只字，三言两句之为口诀也。黄帝访广成，细谈三日。吾师遇钟祖，坐论一旬。天亶圣人，上根仙器，犹非几句可了，况其下乎？今人以口诀为捷传，皆非也。口诀未尽，师去还来。讲究之时，熟闻心记。可以串通乎古书，发明乎层次。此即口诀之妙也，人读丹经既多，一闻口诀，便可豁然开悟。以经印诀，以诀印经，真实不虚， 合乎大道。此真师之所以当求，聪明之所以难恃也。又况真师本根，原系阴德之土，修炼而成， 岂不知重玄秘语，天所以与善人，而不以与非人者？若知之而轻言之，则紫阳何以三谴乎？其不言也，实不敢轻言耳。即或大器相逢，传薪念切， 亦必屡试屡磨。弟勤师苦，而后盟香敷说钵传。此日派衍将来，慎勿闻之而不行，又勿得之而自

亦如此也。故为天下之至贵，无复有贵于圣德者。

第五十七章

（河上公注本作淳风章，彭本作以正章）

以正治国，以奇用兵，以无事取天下。吾何以知其然乎？以此。天下多忌讳，而民弥贫。民多利器，国家滋昏。民多技巧，奇物滋起。法令滋彰，盗贼多有。故圣人云：我无为而民自化， 我好静而民自正，我无事而民自富，我无欲而民自朴。

正，非徒端拱也，实有能敬之教，使之感孚。奇，非同诡诈也，实有静镇之教，使人难测。故必以正治国，以奇用兵焉。无事取天下，无为而成功也。以此者，以治身之道，知治世之道也。朝多忌讳，则贪鄙之臣进，故能使民贫。民多利器，则机诈之徒起，故国家滋昏。至于技巧悦君， 必多奇淫之物。法令侮民，必多盗贼之属。此皆治理之变也。故复引圣人所言，以观其治道之常， 盖在于有欲、无欲之分耳。

第五十八章

（河上公注本作顺化章，彭本作其政章）

其政閟閟，其民醇醇。其政察察，其民缺缺。

祸兮福所倚，福兮祸所伏。孰知其极，其无正耶。正复为奇，善复为妖。民之迷，其日固久。是以圣人方而不割，廉而不刿，直而不肆，光不而耀。

閟閟：敦朴貌。醇醇：安静貌。政敦其朴，

民安于静矣。察察：刻核也。缺缺：疏忽也。政好刻核，民多疏忽矣。祸福倚伏之端，人正知其极而守其正。敦知二字，言外有叹人不知之意。不知其极，则亦无守正者耶。夫正本直道，乃复变为奇邪，因无正也。善本祥和，乃复变为妖孽， 亦因无正也。然则民入迷途，夫岂朝夕之故哉？ 割：裁截。刿：伤残也。肆：径行。耀：炫异也。四者皆民之迷也。惟圣人大方无隅，而不假裁截。

秘也。言之如此，不其难乎？愚注《道德经》， 清廉自守，而不致伤残。履直韬光，则得道之正

虽比先贤解释分外详明，然其逐章注疏，依经遗言，而于丹道妙机，不能成段写出。英雄志士，

轨也。

第五十九章

（河上公注本作守道章，彭本作根蒂章）

治人事天，莫如啬，是谓早服。早服谓之重积德，重积德则无不克，无不克则莫知其极，莫知其极，可以有国。有国之母。可以长久。是谓深根固蒂，长生久视之道。

啬：俭也。早服：以富国安民言。积德；以民安国富言。克，胜也。犹言治事崇俭，则能富国安民，而使民安国富，战无不胜也。战无不胜， 则莫知其所穷极。驯至于泽厚仁深，必可以得国矣。国，指邦本言。邦本既立，则投真砂于玉池， 而先造其铅母。铅母擒汞子，则可以享国长久矣。是谓深根固蒂之修，长生久视之道。根蒂者，归根以伏其气，养蒂以全其神也。

第六十章

（河上公注本作居位章，彭本作烹鲜章）

治大国，若烹小鲜。以道莅天下，其鬼不神。非其鬼不神，其神不伤人。非其神不伤人，圣人亦不伤人。夫两不相伤，故德交归焉。

各得其欲，皆因大之下小也。否则小国之君，虽欲臣事大国，而大国强凌，小亦不悦服于大也。

太上大旨，本为大国诸侯讲柔远相资之义， 而于修身微旨，亦自双关得妙。今试言之：

大国者，昆仑也。下流者，元海也。昆仑之津，下归于元海，言元海而昆仑相接，故曰大国者下流，非言昆仑居下流也。下流之地，当天下之交。交者，附也。众服依附在于此，即所谓黄庭也。下流之德，为天下之牝。牝，柔也。专气致柔在于此，故称为牝户也。牝户一穴，元精在内，静摄肾气于其中，故其先以肾为牝门，以心为牡。而今又以我为牝，以彼为牡。盖颠倒其刚柔，非颠倒其牝牡也。心火，其性刚躁，水之静能制火之动，此即铅之来，能制汞之飞也。以静为下者，用默、用柔，修谦下以定心性也。故昆仑美液，流入元海。液又化气，而入丹田。

大国下小国，即由昆仑到丹田也。取小国者， 采取丹田金水，逆转天谷也。小国下大国，又从丹田到昆仑也。取大国者，并合昆仑金液，共落黄庭也。故或昆仑之液，流下丹田以生气，则取

烹与割不同，割尚分析，烹尚调和。小鲜： 丹田之气者，是为下以取也。抑或丹田之气，逆

小物也。视大国如小物，只在乎调和民情而已。鬼：魔也。神：灵也。不伤：不扰也。犹言以道立治，魔虽灵而不扰。非不扰人也，圣人以静治而不扰人，魔又何敢扰人哉？故魔与人两忘，而为圣德治伏也。交归：咸服也。

第六十一章

（河上公注本作谦德章，彭本作下流章）

大国者下流，天下之交，天下之牝。牝常以静胜牡，以静为下。故大国以下小国，则取小国。小国以下大国，则取大国。故或下以取，或下而取。大国大过，欲兼畜人。小国小过，欲入事人。夫两者各得其所欲，故大者宜为下。

此章示天下诸侯当修下以怀小邦也。下流为

众水所归，比大国之统下国，故曰大国者下流， 非言居下流也。管合附庸，故称为天下之交。当用柔德，故譬以天下之牝。牝：柔道也。牡，刚道也。小国虽刚，大国以柔静胜之，故静为谦下之德也。大国谦下于小国，则小国乐为社稷之臣， 每岁可收其供给。小国谦下于大国，则大国尝有奖赏之意，每年可邀其赍予。故或谦下以取之， 或居下而取之。大小本相资也。大国有大过象， 老夫得女，过以相与，故有欲兼畜人之德，言欲生全小国也。小国有小过亨，与时偕行，过以利贞，故有欲入事人之道，言欲依附大国也。大小

上昆仑以生液，则吞昆仑之液者，是为下而取也。大国大过者，实取法于易道矣。泽风之卦，利于攸往，故象词以泽灭木为喻。盖言泽水高涨，而其木皆淹，是为大过之象也。上昆仑之甘露下降， 原以攸往为亨，与大过正相合焉，神化气而气化精，将以充满丹田也。故有欲兼畜人之德。小国小过者，亦取法于易道矣。雷山之卦，利于守贞， 故象词以鸟遗音为喻，犹言飞鸟宜下，则其音可闻，是为小过之象也。下丹田之真液中涵，原以守贞为吉，与小过正相符焉。精生气而气生神， 将以飞依黄庭也，故有欲入事人之道。一上一下， 相资相守，颠倒乾坤，逆运黄河。修身妙诀，莫过于此。

补注：故或数句，一作故黄庭居下，以收昆仑之液者，则为下以取。又，或黄庭照下，以摄丹田之气者，则为下而取。此义亦可参观。

吾山评：黄庭为养心之府，牝户为养肾之源。今以养心者，称为牝户，盖以存神保精，道贵静也。凝神聚气，道贵柔也。虚神受气，道贵谦也。守神候气，道贵弱也。以神交气，道贵下也。调和神气，道贵和也。牝道有静、柔、谦、弱、下和之六德，故借牝户之名，权易黄庭之名，非移户之地于黄庭间也。修丹家颠倒法物卦爻，每多互相借名耳。涵虚直言之，回道人更加发明，一句一真诀，扫尽千百譬喻也。得者宝之，非人勿

示。

第六十二章

（河上公注本作为道章，彭本作道奥道）

道者万物之奥。善人之宝，不善人之所保。美言可以市，尊行可以加人。人之不善，何弃之 有？故立天子置三公，虽有拱璧以先驷马，不如 坐进此道。古之所以贵此道者何？不曰：求以得， 有罪以免邪？故为天下贵。

万物之奥，犹言造化之源也。善人则宝重之，

以修丹而作圣。不善人亦保全之，可补气而延年。此道之至公也。善言此道，可使从者如市。尊行此道，可以加人一等。此道之不负人也。世之弃道之驰者，人自不善耳，道何尝弃人者？故以天子三公之贵人，拱璧驷马之贵物，而与道相较， 终不如坐进此道之为贵也。坐：守也。《左传》： 楚人坐其北门是也。又，跪也。《曲礼》：坐则迁之是也。夫古之所以贵此道者，以其求则得之， 得则免罪也。故天下之贵，莫贵于此。不曰者， 古不云乎之词也。

第六十三章

（河上公注本作恩始章，彭本作为大章）

为无为，事无事，味无味。大小多少，报怨以德。图难于其易，为大于其细。天下难事，必作于易。天下大事，必作于细。是以圣人终不为大，故能成其大。夫轻诺必寡信，多易必多难。是以圣人犹难之，故终无难。

为无为之为，事无为之事，味无味之味，皆

指恬静澹泊也。大小多少，称物平施也。报怨以德者，以直报，即以德报也，非有所加厚也。图难于易者，人之轻易，我独难之，不是先难后易也。为大于细者，不矜细行，终累大德。此与书言同也，故又曰天下难事，必作于易。天下大事， 必作于细。可晓然也。作于易，始于戒轻易也。作于细，始于矜细行也。圣人终不为大，故能成其大。益明上文之必作于细也。其必作于易者， 更立论以明之。譬如轻诺之人，必为寡信之人。可知言多轻易之人，必终为行多难成之人也。是以不难者，圣人犹难之，故终无难也。

第六十四章

其安易持，其未兆易谋。其脆易破，其微易散。为之于未有，治之于未乱。合抱之木，生于毫末。九层之台，起于累土。千里之行，始于足下。为者败之，执者失之。圣人无为，故无败。

无执，故无失。民之从事，常于几成而败之。慎终如始，则无败事。是以圣人欲不欲，不贵难得之货。学不学，复众人之所过，以辅万物之自然而不敢为。

凡修大道者，从安定时持之则易持，否则欲

起难持也。从未兆时谋之则易谋，否则物走难谋也。脆弱者易破，微芒者易散，盖言嫩之难得， 小之难捉也。为之于未有，则安可持而未兆可谋也。治之于未乱，则脆不破而微不散也。人可不慎其术乎？

又，要功夫渐进，乃无退机。如生木然，由小及大；如筑台然，由下累高；如行路然，由近及远。此明证也。有为者，欲成反败。有执者， 欲得反失。而圣人则无为也。然无为、无执，又要始终不变，乃克有成。尝见愚民作事，多有垂成败功者。人可不慎终如始乎？惟圣人欲而不欲，欲则好道，不欲则贱货贵德。且学而不学， 学则有术，不学则澹然无为。盖所以反众人过用之心，辅万物自然之理，而不敢有为者也。前五十七章云：“我无为而民自化，我好静而民自正，我无为而民自富，我无欲而民自朴。”亦即此也。

第六十五章

（河上公注本作淳德章，彭本作愚民章）

古之善为道者，非以明民，将以愚之。民之难治，以其智多。以智治国，国之贼。不以智治国，国之福。知此两者，亦楷式。能知楷式，是谓玄德。玄德深矣，远矣，与物反矣，乃至于大顺。

道不重有知、有识，以损其浑沦；而重不知、

不识，以全其无名。故善为道者，非以明民，将以愚之也。“民之难治，以其智多”。前所谓“智慧出，有大伪”也。“以智治国，国之贼”。前所谓“其政察察，其民缺缺”也。“不以智治国， 国之福”。前所谓“绝圣弃智，民利百倍”也。智、不智两者，实关治国之利害，亦即治国之楷模也。人能知此，则可称为玄德。玄德者，其鉴深，其光远，愚而不愚，与物之蠢蠢者反矣。大顺：大化也。如此玄德，乃可及于大化也。

第六十六章

（河上公注本作后已章，彭本作善下章）

江海所以能为百谷王者，以其善下之，故能为百谷王。是以圣人欲上人，必以言下之。欲先人，必以身后之。是以圣人处上而人不重，处前而人不害。是以天下乐推而不厌，以其不争，故

天下莫能与之争。

江海善下，群流归之，故称为百谷王，以观圣人。欲上民而言下者，前所谓 “高以下为基” 也。欲先人而身后者，前所谓 “后其身而身先” 也。是以圣德冲和，在上无震慑之威，而民不饰矜重也。当前无凌厉之气，而民不防患害也。故天下推戴圣人，乐而不厌也.莫能与争者，圣人如江海之善下，百谷皆莫能分其势也。

第六十七章

（河上公注本作三宝章，彭本同）

天下皆谓我大，似不肖。夫惟大，故似不肖。若肖，久矣其细也夫！我有三宝，持而宝之。一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。慈故能勇， 俭故能广，不敢为天下先，故能成器长。今舍慈且勇，舍俭而广，舍其后且先，死矣。夫慈以战则胜，以守则固。天将救之，以慈卫之。

道本无方无体，以大称之。是必有方体可拟， 反不肖其大也。惟大莫名其大，故不肖人之所谓大。若肖人之所谓大，则大者而亦小也。故曰“久矣其细”也。太上以三宝为言，亦大之散见者耳。一曰慈，慈必果于仁，故能勇。二曰俭，俭必善于积，故能广。三曰不敢为天下先，不敢先则大器晚成，故能成器长也。然而舍慈为勇，必有忍心。舍俭为广，必有贪心，舍后为先，必有争心。皆取死之道也。但以一、二、三分陈三宝，则一之为贵，故举慈以毕言之。慈以战则胜，见义必为也。以守则固，存仁必坚也。救之者，以指人言。天将救人，亦必以慈卫人也。慈之为道大矣哉！

第六十八章

（河上公注本作配天章，彭本同）

善为士者，不武。善战者，不怒。善胜敌者，不争。善用人者，为之下。是谓不争之德，是谓用人之力，是谓配天古之极。

恃力曰武，恃气曰怒，接杀曰争，皆非善为士，善为战，善胜敌者也。古之用人者，敌中有虎将，常为谦下以招之，使彼释甲而来投，是谓不争之德，即所谓用人之力也。且其德足以配天， 天不竞功而成，旷古之极则也。

此章秘义，为修丹者言之欲伏白虎，先降真龙。盖白虎为难制之物，龙不谦下，虎必奔逸。炼己无净，乃能用虎之力也。

第六十九章

（河上公注本作玄用章，彭本作轻敌章）

用兵有言：“吾不敢为主而为客，不敢进寸而退尺。”是谓行无行，攘无臂，扔无敌，执无兵。祸莫大于轻敌，轻敌几丧吾宝。故抗兵相加，哀者胜矣。

用兵者，他主我客，让他挑战，则能以逸待劳，进寸退尺。让彼来追，则能出奇擒伏。此用兵之妙策也。无行者，无两足也。左步为彳，右步为亍，行无两足，不能行也。攘恃乎臂，无臂何能攘也？扔，相因也。敌相因而相敌，无相扔， 则无相敌也。兵，利器也，战者执之而冲锋。执无兵，则不能战也。祸莫大于轻敌，轻敌几丧吾宝。宝莫宝于仁义，故抗兵相加，必许胜于哀者矣，哀即前章慈以战之义也。

此章内包还丹之妙诀，以用兵比临炉也。吾者，砂也。我家之砂，不敢为主，必投彼家之玉池，就彼家造出真精，则是彼为主而我为客，所谓颠倒主宾也。进退指行火，过寸而退尺，非是有火不行。盖其谨于行火，临事而惧也。行无行。言语不通，恩威不到也。攘无臂，火候未明，媒婆未觅也。扔无敌，龙虎不调，斤两不称也。执无兵，符信未传，药材未得也。焉敢临炉施功， 致丧吾宝哉？吾宝：朱砂也。紫阳云：“用将须分左右军（上阳注云：左右即彼我也），饶他为主我为宾。劝君临阵休轻敌，恐丧吾家无价珍。” 意本此也。抗兵相加，即指彼我相对，我能以本性慈仁，结彼金情顺义，则金来投木，我必胜矣。故曰：哀者胜矣。

吾山评：真诀尽凭此处得，更从何处觅仙书？

第七十章

（河上公注本作知难章，彭本作知我章）

吾言甚易知，甚易行。天下莫能知，莫能行。言有宗，事有君。夫惟无知，是以不我知。知我者希，则我者贵。是以圣人被褐怀玉。

太上之言皆道也，然道不外乎人身，故曰易 知、易行。然天下卒无能知、能行者，《中庸》所谓道之不行，我知之矣。知者过之，愚者不及 也。道之不明，我知之矣。贤者过之，不肖者不 及也。以敌莫能知、莫能行也。然其言可为修治 之祖，而其事实提出身世之纲，故曰有宗、有君。此太上之经义也。人惟不知此道，是以不知太上 耳。太上曰：知我者希，则我贵矣。如圣人之被 褐怀玉也。褐：贱者之服。贱服被于外，美玉怀 其中，即知希而贵无损也。所谓遁世不见，知而 不悔，唯圣人能之也。

第七十一章

（河上公注本此为知病章，彭本作病病章）

知不知，上。不知知，病。夫惟病病，是以不病。圣人不病，以其病病，是以不病。

第七十四章

（河上公注本作制惑章，彭本作司杀章）

民不畏死，奈何以死俱之？若使民常畏死， 而为奇者，吾得执而杀之，孰敢？常有司杀者杀。夫代司杀者杀，是谓代大匠斫。夫代大匠斫者，

能知人所不知者，则道明德著，故为上也。 希有不伤手矣。

强不知以为知者，则身贻大患，故曰病也。夫惟以强不知之病为疚心之病，则即无强不知之病也，是以不病也。圣人之不病，亦是如此。

第七十二章

（河上公注本为爱己章，彭本作畏威章）

民不畏威，威至矣。无狭其所居，无厌其所生。夫惟不厌，是以不厌。是以圣人自知不自见， 自爱不自贵。故去彼取此。

威具肃杀之气，民不畏威，天将大其肃杀也。然天本好生不好杀也，皆人之自其杀耳。故当无狭其所居，无厌其所生。狭：窄也。居：神舍也。厌：绝也。生：气机也。言当宽其舍以安其神， 续其机以引其气也。夫惟不绝其气，是以养气不绝也。惟圣人自知不自见，自爱不自贵。自知则幽独自慎，而不敢炫耀于人。自爱则保养为重， 而不敢矜尚于人。故去其自见、自贵之心，而取其自知、自爱之心。凡皆以切身为务而已。

第七十三章

（河上公注本作任为章，彭本作天网章）

勇于敢则杀，勇于不敢则活。此两者，或利或害。天之所恶，孰知其故？是以圣人犹难之。天之道，不争而善胜、不言而善应，不召而自来， 坦然而善谋。天网恢恢，疏而不漏。

勇：果也。杀，令妄心皆死。活，令元神复生。欲死妄心在于决，故当敢也。而生元神在于渐，故不敢焉。杀与活两者，害中有利，死心所以活神也。利中有害，活神先要死心也。故曰：

“或利或害”，言其利害相济也。此其中有天道焉。天有好恶，默施刑德，世人难知其故。单言所恶者，好生是彼苍本体，而杀机独有不可测者也。是以圣人言天道，亦不敢于轻易也。

天之道何如哉？不与下民争理论，而修短凭临，则皆胜矣。不与下民言善淫，而祸福到头， 则皆应矣。不召而自来，坦然而善谋。极言其迟速美恶之报，因人而施，毫无差忒也。天网恢恢， 疏而不漏，何其包罗之大而密哉？修身者，当恒其德以承天焉可也。

民不畏死，则不惧杀矣，又何必再以死惧之？ 若使民心常存一畏死之念，则众人之中，独有奇诡者，吾得执而杀之，孰敢狃于常习而不畏杀也？昔孔子与康子言曰：“子为政，焉用杀？子欲善而民善矣。”及其相鲁，独诛少正卯一人， 以慑群奇，即此意也。如是者，乃可称为天吏。天吏：司杀者也。天有司杀者，杀其奇邪，使无司杀之权。强代司杀者行杀事，是如大匠之所斫， 而我以不能斫者代之也。以能斫者代大匠斫，鲜有不伤其手者。然后知以非司杀者代司杀者杀， 鲜有不伤其仁心者也。焉用杀哉？不如为善服人也。

愚按：用杀：比有心杀欲。不用杀：比无心杀欲。人能一正其神则诸邪自不敢犯，此善杀不劳之秘诀也。

第七十五章

（河上公注本作贪损章，彭本作无生章）

民之饥，以其上食税之多，是以饥。民之难治，以其上之有为，是以难治。民之轻死，以其求生之厚，是以轻死。夫惟无以生为者，是贤于贵生。

上之食税多，民之饥荒起矣。上之有为多，民

之难治见矣。民之轻死，为贪货利，欲厚其生，是以轻身不顾。谚所谓人为财死者，此也。夫惟不以货利为重，则心清欲寡，是贤于贵生者也。愚按：税多民饥，比形太劳则枯。有为难治，

比神太用则乱。

第七十六章

（河上公注本作戒强章，彭本作处上章）

人之生也柔弱，其死也坚强。万物草木之生也柔脆，其死也枯槁。故坚强者，死之徒。柔弱者，生之徒。是以兵强则不胜，木强则共。强大处下，柔弱处上。

柔弱者，气坚强者，骨气聚而身和则生，气散而骨立则死。万物之生死，亦相类焉。柔脆则水气足，故生。枯槁则水气竭，故死。坚强关乎死，柔弱关乎生。不可即形质之易见者而晓然哉？更有取譬者：兵强不胜，我气先衰，敌气方

旺矣。木强则拱节，硬气不达，大止于拱把矣。是故上下之分，亦分于坚强柔弱焉耳。修身者， 可不以谦和为上乎？

第七十七章

（河上公注本作天道章，彭本同）

天之道，其犹张弓乎？高者抑之，下者举之。有余者损之，不足者补之。天之道，损有余而补不足。人之道，则不然，损不足以奉有余。孰能有余以奉天下？唯有道者。是以圣人为而不恃， 功成而不处，其不欲见贤耶？

太上以易见者言。天之道，有如张弓，体尚平正而已。高者抑，下者举，则两臂平。有余损， 不足补，则一身正。天道以齐七政、序五行为调燮之妙，亦在乎平正己也。故又曰：“天之道，损有余，而补不足”也。人道则不然 ，损不足而奉有余，是使不足者益加不足，有余者益加有余也。谁能以有余奉天下之不足者哉？惟有体天立道，欲万物之各得其所者，是可即圣人观之。为不恃，功不处，损有余以奉天下，而不自居其德也，其不以贤德自见者耶。

鄙注诗曰：天道亏盈谦受益，人情消耗损弥凶。若能会得经中义，砂种金丹合圣宗。

第七十八章

（河上公注本作任信章，彭本作柔弱章）

天下柔弱，莫过于水。而攻坚强者，莫之能胜，其无以易之。弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知，莫能行。故圣人云：“受国之垢，是谓社稷主。受国之不祥，是谓天下王。”正言若反。

起三句，即前所谓“天下之至柔，驰骋天下之至坚”者也。无以易之，言无他物能易此攻坚者也。柔弱胜刚强，天下皆知此理，而卒无有行之者。故太上复引圣人之言，以喻柔弱之盛德。受国之垢，受国不祥，皆圣人躬自责备，所谓朕实多咎，民有何辜？朕德凉薄，天降此殃也。正言若反者，言此圣人之正言，皆反求其身，不敢责人。盖亦柔弱之道也。

第七十九章

（河上公注本作任契章，彭本同）

和大怨，必有余怨。安可以为善？是以圣人执左契，而不责于人。有德司契，无德司彻。天道无亲，常与善人。

则余怨难消矣，安得谓为全善哉？孔子曰：躬自厚而薄责于人，则远怨矣。是以圣人治世，必修自厚之德，取信于百姓，不责人而人自孚。譬如合同约契，分左右而各执之，永以为凭，则尔无我诈，我无尔虞也。圣人执德如执左契，民奚有不乐者哉？是以有德者司契，无德者司彻也。彻： 考过也。察察然以考过为事，全不自省，而民弗从也。天道无亲，常与善人。《书》所谓 “皇天无亲，克敬为亲。民罔常怀，怀于有仁”者也。

第八十章

（河上公注本作独立章，彭本作小国章）

小国寡民。使有什伯人之器而不用。使民重死而不远徙。虽有舟舆，无所乘之。虽有甲兵， 无所陈之。使民复结绳而用之。甘其食，美其服， 安其居，乐其俗。邻国相望，鸡犬之声相闻，民至老死，不相往来。

客有欲为国大民众者，使有亿兆人之器而不用，斯其用必愈足矣。拟将返古还初也。太上则不然，举小以例大，言其小而大者可知。夫国小民寡，使有什伯人之器而不用，则其用必愈多矣， 何难返朴还淳乎？故使民不用其器，惟宝其身。只居本土，弗徙他邦。重死而不死，养生而长生， 外何有乎？斯时也，国中之人步履轻健，故有舟车不乘也。国中之境，盗贼全无，故有甲兵不陈也。国中之治，浑厚质实，结绳之风可续也。甘食美服，安居乐俗，邻国相望，鸡犬相闻，民至老死，不相往来，则应酬简而不启繁华，物用丰而各安家室。国之高人曰：一丘一壑，自谓过于人间也。一春一秋，宛若忘于壶中也。爷爷母母康永寿，夫夫妇妇长相随。兄兄弟弟吹埙篪，子子孙孙调鸾鹤。又何异洞天福地，极乐世界哉？

第八十一章

（河上公注本作显质章，彭本作不积章）

信言不美，美言不信。善者不辩，辩者不善。知者不博，博者不知。圣人不积，既以为人己愈有，既以与人己愈多。天之道，利而不害。圣人之道，为而不争。

信、善、知，皆主立言，说此，全经结义也。

笃实之论，一真而已，不尚虚华以悦世。求悦世者，虚华也，非笃实也，故曰：“信言不美，美言不信。”继术之嘉，一是而已，不尚穿凿以惑人。求惑人者，穿凿也，非继述也。故曰：“善

万方多怨，君德必薄。遇民怨而犹不自责， 者不辩，辩者不善。”通达之文，一理而已，不

反欲解和大怨，即有能和者，必有未和者在内， 欲泛滥以逞才。求逞才者，泛滥也。非通达也，

故曰：“知者不博，博者不知。”而又从立德、立功。以全此经之大用。积者，积善也。圣人不言积善，只立己之大功、大德。而功无不宏，德无不普，故以功德为人，己愈有其功德。更以功德与人，己愈多其功德。道以默运为生成，故有利而无害。圣人之道，以无心为造化，不与人争积善行，故其大与天同。古语云：太上立德，次立功，次立言。三者俱不朽。可移跋于斯云。

刘勰《新论》云：“老子感火星而生。”

《路史》云：“感流星而震，十有二年而生。生而能语，黄面皓首，故曰老子。邑于苦之赖乡， 赖乃莱也，故又曰老莱子。”

《高士传》：“老子生于殷时。”

《神仙传》：“老子，名重耳，其母感大流星而有孕。或云怀之七十二年乃生。或云其母无夫， 老子是母家之姓。或云老子之母，适至李树下而

涵虚子注此经毕后，时绎时寻，言行相印， 生。生而能言，指李树曰：‘以此为我姓。’”

自谓其不立文字，能吐真机矣。尾章以功德言作结注，亦自谓其美善矣。既而想起 “为而不争” 四字如何以作八十一章之归根？忽恍然曰：是也，是也，此一句尤足为全经之谷王也。修士所惧者，在闻道不为徒争小功、小德、小文名与一切浮云富贵竞相征逐空消有用之躯耳。夫圣道与天道相同，天道主生成，原有利而无害也；圣道统造化，不亦有利无害乎？我愿功成名遂，孝尽忠全之士，人人栖真，人人得道。先行玉炼之事， 大隐市廛。次行金炼之功，深居崖谷。内尽其所为，外绝其争念。夫惟不争，则天下且莫能与之争也，至人也。圣经大结之意，至矣哉。

## 老子真传

老子，楚人也。父乾元杲，为商（别作周） 上御史。娶洪氏，讳婴敷。昼寝，见五色霞光拥 太一老君降于空际，倏变为流星，飞入口中。遂 凝琼胎，十二年而生于苦县之赖乡曲仁里李树下。即李为姓，以梦老君生，故称老子，以耳长， 故名重耳，号白阳甫。时商武丁元年三月十五日 也。（以上见仙经及《路史》。

《内传》云：“姓李，名耳，其母见日精下落，如流星飞入口中，因有娠。怀之七十二年，于陈国涡水旁李树下生。指李树曰，此为我姓。生而白首，故号老子。耳有三漏，故号老聃。”

《五宗网纪》云：“姓李，名宰，定王丁巳九月十四日生。”

《月令广义》云：“玉女者，老子之母也。梦

五色霞光，结如弹丸，流入口中，吞之有娠。怀胎八十一年，息苑树下，剖左腋而生。时武丁元年三月十五日也。”

《索绥前凉录》云：“乾元杲，七十二无妻。与邻妇益寿氏为隅，娠八十年而生。”

《酉阳杂俎》云：“李母，元君也。日精入口，吞而有孕，如此七十二年而生。”

《列仙传》云：“老子乘白鹿入母胎。”

《唐纪》云：“老子之母，食李有孕，父母弃之，八十年而始生于李树下。唐高祖追宗老子， 故曰仙李蟠根。”

《杂俎》云：“玄妙玉女，天降玄黄气，入口

而孕，三千七百年生于西那王国，此乃道德天尊事，非老子也。”）

至性纯孝，赖俗化之。平生恬淡无欲，外损荣华，内养精气。商周之际，历数百年不衰，时称古隐君子。

《史记》：“百有六十余岁，或云二百余岁。稚川云：“老子在周三百余岁。”

《路史》云：“母四百有四十，或云二百二十。”

《广记》云：“二百七十岁。”

《山堂肆考》云：“生于殷武丁，至始皇九年，历年九百九十六岁。”

考武丁元年，至始皇九年，实共一千零八十七岁。老子在周，多更易名字。文王时，号燮邑子（一作支邑先生），为守藏史。武王时，号育成子，为柱下史。康王时，号郭叔子，顷王时， 号老莱子。夫人甚贤哲，同老莱子隐于耕桑。著书十五篇，言道家之用。楚庄王闻之而方之，时老莱子方织，王进而问曰：“守国之政，愿先生佐孤。”老子曰：“诺。”王去。其妻樵还，曰：“子许之乎？”曰：“焉。”妻曰：“妾闻之：‘可食以酒肉者，可随而鞭棰。可授以官禄者，可随而斧钺。’妾不能为人所制也。”投畚而去。老莱子欣然，即时与妻偕 遁。

史迁云：“老子之子名宗，仕魏为将军，封于段。宗之子汪。汪之子言。言之玄孙瑕，仕于汉。瑕子解为胶西王太傅，家于齐。”当时祖孙父子， 想必播迁无定，支分派别欤？

或云：在越为范蠡，在齐为鸱夷，在吴为陶朱公，汉初为黄石公，文帝时为河上公，此皆不可测者也。

葛稚川云：老子无世不出，数易名字。其所以然者，按《九宫》及《三五经》、《元辰经》云：

人生各有厄会，至其时，必易名字，以随元气之变，乃可以度厄延年。今世有道者，亦多如此。老子在周数百余年，其中必在厄会非一，是以名稍多耳。欲正定老子本末，故当以史书实录为主，并老子有经秘文以相参审，其他若俗说多虚妄。又《西升中胎》及《复命苞》、《珠韬玉机》、

《金篇内经》皆云：老子白黄色，美眉广颡，长耳大目，疏齿方口，厚唇，额有三五达理，日角月悬，鼻纯骨双柱，耳有三漏门，足蹈二五，手把十文，长九尺，齿六八，此圣人之仪表也。夫人受命，自有通神远见者，与常人不同，应为道主，故能为天神所济，众仙所从。是以所出度世之法凡九百三十卷，符书七十卷，皆老子本起中篇所记者也。目录尚在，信而可征。其不在此数者，皆后之道士，私所增益，非真文也（稚川）。

老子无为自化，清静自正（史记）。专以长生为务，故在周虽久，而名位不迁。盖欲和光同尘， 内实自然。道成乃去，盖仙人也（ 《神仙传》）。

孔子适周，将问礼于老子。老子曰：“子所言

者，其人与骨皆已朽矣，独其言犹在耳。且君子得其时则驾，不得其时则蓬累而行。吾闻之：‘良贾深藏若虚，君子盛德若愚。’去子之骄气与多欲，态色与淫志，是皆无益于子之身也。”

一日，问孔子曰：“子亦得道乎？”孔子曰：

“求二十七年而不得也。”老子曰：“使道可献人，则人莫不献之其君矣。使道可进人，则人莫不进之其亲矣。使道可告人，则人莫不告之其兄弟矣。使道可传人，则人莫不传之其子矣。然而不可者无他也，中无主而道不可居也。”

孔子见老子而语仁义，老子曰：“播糠眯目， 则四方易位。蚊虻咂肤，则通夕不寐。今仁义惨然，乃愤吾心志，乱莫大焉。吾子使天下无失其朴，放风而动，总德而立，同归自然可也，又奚杰然若负大鼓而求亡子邪？夫鹄不日浴而白，乌不日黔而黑。黑白之朴，不足以辨媸妍。不誉之观，不足以广本性。泉涸鱼相处于陆，相呴以湿， 相濡以沫，不若相忘于江湖。”

孔了谓老子曰：“某治诗、书、礼、乐、易象、春秋，以干七十二君。论先王之道，而明周召之迹，一君无所钩用，甚矣！人之难说也，道之难明邪。”老子曰：“六经，先王之陈迹也，岂其所以迹哉？今子之所言，皆犹迹也。夫迹，履之所出，而迹岂履哉？”

孔子归，三日不谈。子贡怪而问之，孔子曰：

“鸟，吾知其能飞。鱼，吾知其能游。兽，吾知其能走。走者可以网，游者可以纶，飞者可以矰。

至于龙，吾不知其乘风云而上九天矣。今见老子， 其犹龙乎？”（集史迁、《庄子》）

老子居周，久之，见周德衰，乃乘青牛车， 西出秦关，以升昆仑。关令尹喜望紫气，先知焉， 乃扫道四十里以迎之。已而老子果至，尹喜曰：

“翁将隐矣，强为我著书。”乃停车关中，作《道德》五千余言，尽授尹喜而去。

东汉间，青州有王氏子者，名成，字玄甫， 道号东华，遇昆仑西母王启珠。珠喜其同姓，赐 号白云上真，授以老子之青符玉篆，金科灵文。玄甫服习三年，勤心弗懈。老子感而降之，即以

《黄庭·内景》删为一卷，名曰《外景》，以授玄甫修持，兼示九转八琼丹火候。玄甫乃韬光晦迹，结庵静炼。功成，号东华帝君，理东方少阳之气。复称紫府少阳，为扶桑大帝，君辅相。

三传至纯阳先生，先生云：老子之《外景》及玉宸之《内景》皆藏于扶桑宫中，东华祖赞而 传之，所以著老子度世之心也。夫老子，前身本 太上老君所托，故隐显变化，与老君如一辙。老 君在上古，首化三清。天皇时变名万法天师，地 皇时变名玄中法师，人皇时变名坚固先生，三皇后变名金阙帝君，伏羲时为郁华子（又改郁密），神农时为九灵老子，帝喾时为禄图子，尧时为务 成子，舜时为尹寿子，夏禹时为真行子，商汤时 为锡则子。至商武丁时，始降全神为老子。此又 别开生面，再造乾坤之时也。后人不知，混以老 君为老子，遂以前身之事攒入后身。或云老子是 先天地生，或云老子是天之精魄。使核实者叹为 虚渺，不出《老仙正经》。《抱朴子》云：夫有天 德，则有道术。道术之士，何时暂之？是以羲轩 以来，至于三代，显名道术者，世世有之，何必 常是一老子也？皆由晚学之徒，好奇尚异，欲推 崇老子，故有此说。

其实论之，老子盖得道之尤精者，非神异也。何者？若谓老子是得道，则人必勉力追慕。若谓是神异，则长生不可学也。以愚论之，老君在前为神异，老子在后与人同。为神异者不可学，与人同者则可学也。稚川之心，只从实据而已。儒者谓圣人之生，因人气而禀天精，其言最允。老子生身，借四大以成形，精修盛业，为神仙模范， 道德宗风。功完行满，归总诸天。分而为万，合而为一。分神降世，俱以修道为本，其不可学者在此，其有可学者亦在此也。至若庄生、方朔辈， 谓为老子易名者，皆不可信，此盖老子所赐者也。宝颂云：“产漆园、方朔之辈，丹析微芒。是乃如丹阳之母，梦受神人丹篆，而产大仙才也”。

仙传曰：“世遵老子之教者，皆清虚恬静，与世无争，故能被褐怀玉，无有颠沛于险世。”其源远流长，汪洋若此，岂非乾坤所定万世之师表哉？

月居青岛数载，尝以老子清净法指示晚成朱子、结成李子、回风刘子，盖兢兢恐惧，不敢忘家法云。

前有老君，后有老子，是一是二，融洽分明。其文品则流水今日，明月前身者也。（吾山）

夹叙夹议，亦史亦庄。所集诸家传记，皆能撷秀餐英。此老子第一篇宝传也。（保和）

## 《阴符经》类解

树下涵虚 述

《〈阴符经〉解》序

《阴符》以三才之理，万化之基，定修炼之术。真似开辟以来应有文字，其所言者皆自然也。或言是周末、战国时书，不过在盗机生杀间。疑其为怪怪奇奇，而不知其理实平正也。或言是达观子李筌所作，使筌能言此，吾即推之为广成。或言广成是老子气化前身，不应遽言夫此。殊不知古亦天地，今亦天地。古亦日月，今亦日月也。

但其书得之嵩山虎口岩，自唐始出，黄帝以来，已隔数千余岁，后人不免生疑。筌遇骊山老母，授以《阴符》玄义。戒筌曰：“阴符三百余字，百言演道，百言演术。参演其三，混而为一。上有神仙抱一之道，中有富国安民之法，下有强兵战胜之术。非虚语也。”

夫上、中、下者，非言三篇之名，乃言三等之义耳。此三者参伍混淆于经内，反覆细绎，隐跃篇中，正所谓参演其三，混而为一也。仙家谓强兵战胜，乃还丹向上之事，何又名为下等？老子曰：“佳兵者不祥之气，不得已而用之者也。”愚前注《道德经》，谬为圣师许可，近续《阴

战胜之术，一发之于《阴符》注解，由是而涵虚之蕴藏，吾亦不能测之也。《自序》谓 “开辟以来应有文字”，力辨其为古书，可谓有才、有识也。

夫《阴符》者，出于黄帝之时，杀戮蚩尤之后。黄帝访广成，广成授此经。默相在廷诸人， 如风后力牧、岐伯桐君、斗苞大挠，是皆明杀机， 悉生死，通甲子者，故广成环而视之，发为奇险之语，内藏平坦之途，盖欲黄帝之左右，皆得闻此妙音。度黄帝即所以度诸臣也，广成子成人真广也哉！三代以下之儒，或疑为非三代以上之书， 不过在字句间皮相耳。今有一神丹于此，入市求售。诡云杀鼠之药，又谓可以治病，人必非之笑之，且诟骂之，为其毒药也，何以又云能治病？ 然有见识者购而服之，则白日升空也。此即《阴符》之谓夫，此即《阴符》之谓夫。是为序。

蓬莱山紫光洞道友张全一拜撰

## 辑诸家评语

达观子曰：“内出天机，外合人事。观其精妙，

《黄庭》八景不足以为玄。察其至要，百家子史不足以为学。任其智巧，孙吴韩子不足以为奇。是以动植之性，成败之数，死生之理，无非机也。”

张果曰：“观自然之道，无所观也。不观之以目，而观之以心。以深微而无所见，故能照自然之性。其斯之谓阴。执自然之行，无所执也。不执之以手，而执之以机。机变通而无所系，故能契自然之现。其斯之谓符（此亦一解）。”

吕纯阳曰：“宋儒邵子，善读《阴符》。‘宇宙在乎手，万化生乎身。’此《阴符》语也，《击壤篇》袭用其句，默契者微矣。”

闾邱次孟曰：“《阴符经》所谓‘自然之道静，

故天地万物生。天地之道浸，故阴阳胜。阴阳相推，变化顺矣。’此数语，虽六经之言无以加。”

朱子曰：“‘自然之道静’四句，极说得妙。

符》，又喜其文简，其旨远，字字切修炼秘语。 静能生动，便是渐渐恁地消去，又渐渐恁地长。

乃复澄心观物，更为注以发明之。

卷石山人火西月自序于大江上。序

人知其神之神，不知不神之所以神。我观涵虚，容貌如愚，人皆以愚虞之，我之不愚虞之也。及涵虚注解《道德》、《清静》、《定观》、《五厨》诸经，人又以奇其之，我又以不奇其之也。近者观天明五贼，察地论安民，民安国富之经，强兵

天地之道，便是常恁地示人。”又曰：“‘天地之道浸’这句极好。阴阳之道，无日不相胜，只管逐些子挨出，这个退一分，那个便进一分。又曰：”若不是极静，则天地万物不生。浸字下得妙，浸者，渐也。天地之道，渐渐消长，故刚柔胜。此便是吉凶贞胜之理。《阴符经》此等处特然好。

朱子曰：“《阴符》三返昼夜之说，如修养家子午行持，今日如此明日如此，做得愈熟，愈有

效验。”

《阴符考异》曰：“骊山老母注，往往后人伪托，语意殊浅。间引张果语，则知其出张后也。”

欧阳巽齐曰：“道术裂，能为书者各为书。正

言者或驳不纯，《阴符》独用反言而合于正。” 魏鹤山曰：“李嘉猷博通经子百氏，而深于

《易》，晚得专气致柔之说，以《阴符》、《参同》博考精玩，笃信不懈。然则知道者，固合是二书， 与《易》同用云。”

陆潜虚曰：“《阴符》、《道德》，所言皆盗机逆用之事。至于治国用兵与取天下及爰有奇器、是生万象、八卦甲子、神机鬼藏等语，皆有深旨。世人不知，指《阴符》为兵机，用《老子》以治国，失之远矣。”

《阴符经》者，修炼之书也。阴符对阳火言， 言阴不言阳，阳在其中矣。《易·翼》曰：“一阴一阳之谓道”，以阴为先而阳为后者，盖天地万物之理，无静不生动，剥所以居复之先也。《阴符》一卷，即阴阳交契机关。神之神灭于此，不神之神生于此。是乃杀与发隐显之处，反与复出入之门，日与月消长之会，大与小往来之路，死与生制伏之根，恩与害相乘之地，水与火进退之乡也。阴阳相制，则阴阳相胜。阴符操变化之神焉，但掌阴符者，须知身有奇器。藏器于身，待时而动，则卦象甲子、天地鬼神无不合道，又何难富国安民、强兵战胜、抱一全真而已哉？郑氏

《艺文略》载《阴符经》传注凡三十八部五十一卷，迄今数百年，其增注又不知几何矣。余复合老、《易》、《参同》解之，名曰：《类解》。

观天之道，执天之行，尽矣。

“观天之道”，开口便说阴符。老子曰：“功成名遂身退，天之道也。”“执天之行”，接口便补阳火。《易·象》曰：“天行健，君子以自强不息。”夫观天道者，观其生成畅遂，至冬令而退藏。坤六道穷之义在其中矣。执天行者，执其潜见，惕跃，至九五而飞龙在天。坤承天行之义乘其后矣。首二句暗将乾坤二卦，包括在前，阴符即易道也。尽矣：叹观止已。

天有五贼，见之者昌。五贼在心，施行于天。宇宙在乎手，万化生乎身。

贼即下文克字、盗字之义。五贼：五行也。天有五行，相克寓相生之妙，相盗藏相宜之机。人能洞见其理，则道气昌隆。夫五行在人心中， 倒行逆施，方能相克、相生，相盗、相宜。观此 妙义，在天已然。人能体天施行，则宇宙在手，

万化生身矣。既矣。既曰生身，则五贼非贼也。

天性，人也。人心，机也。立天之道，以定人生。

性，即理也。五贼者，天之理，即人之理也。

在人则运于心，而使之克中相生，盗中相宜，只用一个机字。《易·翼》曰：“立天之道，曰阴与阳。”言天而地在，言地而人在，故曰 “立天之道，以定人也”。阴阳包五行在内，人岂能外阴阳哉？

天发杀机，星辰隐（一作陨）伏。地发杀机， 龙蛇起陆。人发杀机，天地反覆。天人合发，万化定基。

发者，生机也。杀者，死机也。生死即动静机括。藏生机于死机之中，静而后动也。隐伏者， 暗地转移。以静言，言静而动在。起陆者，奋地飞出。以动言，言动而静在。《阴符》句语，每每各吐半边，使人隅反。“人发杀机，天地反覆。” 人与天地为三，其杀机亦自相类，《易》所谓“反复其道，七日来复”是也。反复者，转生杀之柄， 握消长之权也。“天人合发，万化定基。”此机同， 此理同也。

昔吕祖化身为陈家佣，陈与一道者讲人发杀机，天地反覆，未晓杀机之旨。吕祖从旁接声曰：

“生者不生，死者不死。已生而杀生，未死而学

死，则长生矣。”今按吕祖此语，知杀机乃生死关头。惜陈为道士所迷，甫惊异而旋惑也。

性有朽拙，可以伏藏。九窍之邪，在乎三要， 可以动静。火生于木，祸发必克。奸生于国，时动必溃。知之修炼，谓之圣人。

有气质之性，有本来之性。气质之性，似巧

实拙。本来之性，似拙实巧。此二者可以伏藏。伏藏则寂然不动，感而遂通。巧藏拙，拙藏巧矣。夫人之所以不能伏藏者，以其有九窍之邪耳。九窍之邪，又以耳、目、口为三要。此三者，可以动，可以静。静则含眼光、凝耳韵、缄舌气，三要反为三宝。动则色令人盲、音令人聋、味令人爽，三要适成三灾。不见夫火乎？火生于木而反克木，犹之视生于目，而反伤目。听生于耳，而反伤耳。味生于口，而反爽口。又如奸生于国， 静则邪伏，动则邪溃也。若知动静之机，主静修炼，则可谓之圣人。

天生天杀，道之理也。天地，万物之盗。万物，人之盗。人，万物之盗。三盗既宜，三才既安，故曰：“食其时，百体理；动其机，万化安。”

生杀者，天之妙理，即至道之妙理也。杀之

者，先盗藏其生气也。天地为万物之盗。故冬至

春回，生气先藏于归根之处。万物为人之盗，故勾萌甲坼，生气先藏于媾精之中。人为万物之盗， 故取多用宏，生气先藏于存养之内。杀中有生， 培元气以待时，盗之谓也。夫一动一静，两仪之常，而并育并行，三盗相养。既相养，则天地人物互藏其用矣。三才者天、地、人，不言物而物在。有一不安，必有不相宜者。三盗既宜，则三才亦安矣。三才既安，则发育万物，因时而动也。

“故曰”二字，承上文而引古语时，即生机初动之时。食时者，气机初动，即时吞入我家，则百骸俱理。机乃杀机，大静之后，初出生机随其时而服食之，则万象太平。故曰：“动其机，万化安”云。

人知其神之神，不知不神之所以神。日月有数，大小有定，圣功生焉，神明出焉。

克水，行险而顺。以此毒天下而民从之，吉又何咎矣。十，以成数言。三返者，三数属木也。夫离宫火精水汞所生，木中藏火同沉坤宫。坤实成坎而生水，水中真气则为金。木载金还之后，须用屯蒙抽添，故曰：“三返昼夜，用师万倍”者。万，以全数言。十月火符，乃能炼宝成丹。七返九还，即三返也。

心生于物，死于物。机在目。天之无恩，而大恩生。迅雷烈风，莫不蠢然。

心因物而动，生于物也。逐物而亡，死于物

也。夫九窍之邪，在乎三要。三要之邪，莫要于目焉。欲止其机，必用无恩。天无恩而大恩生， 死中有生，动中有静也。迅雷烈风皆从蠢然之中， 自然灵动。使天长用其风雷，则风雷之灵气，有时而尽，何以于重阴之下，待地雷之复，而起申

修炼之功，莫妙于神。人知灵动者之为神， 命之巽风乎？

而不知不用灵动者之所以神也。此神从静极而生，时至神知，善审动机。其动机也，如日月之有数焉。《参同》云：“三日出为爽，震庚受西方。八日兑受丁，上弦平如绳。十五乾体就，盛甲满东方。十六转受统，巽辛见平明。艮值于丙南， 下弦二十三。坤乙三十日，东北丧其明。”此日月消长之数也。夫六门大药，圣人以日月之盈虚测之。而六候得丹，又当以阴阳之大小准之。《参同》曰：“阴阳交结，小往大来”是也。小往，则前行短，二候求药也。大来，则后行长，四候合丹也。十二分火候，即在日月有数，大小有定之中。圣人之功于此生，神明之用于此出矣。

其盗机也，天下莫能见，莫能知。君子得之固躬，小人得之轻命。

盗机者，伐夺之机也。不但五行相克，三才相袭为盗机。即抱神守气，取坎填离，亦是盗机。至人默运神机，入水府，造金乡，踵希夷，绝视听，此中有莫能见，莫能知者。神之神于此死， 不神之神于此生。故君子得此盗机，可以造命而固躬。小人得此盗机，必至损躬而轻命。所谓正人用之而正，邪人用之而邪者也。

瞽者善听，聋者善视。绝利一源，用师十倍。三返昼夜，用师万倍。

瞽以耳为目，即听以察人笑貌，故曰：“瞽者

善听”。聋以目为耳，即是以揣人声情，故曰：“聋者善视”。然吾身有无目之人，而能曲听者。又有无耳之人，而能旋视者。善视善听，在辨水源清浊耳。老子曰：“水善利万物”，以此知绝美之利，真一之源也。用师十倍者，易卦以地水为师， 土克水而不动，则其水愈觉澄清。用师者，用土

至乐性余，至静性廉。天之至私，用之至公。

承上无恩之义推之，无恩者，犹之无为，乐之至静之至也。至乐者，其性闲适而有余。至静者，其性清净而廉洁。故天有时而雷无风，似至私也。能从蠢然中发出号令，又即天之至公也。至私似无恩，至公则大恩生。

禽之制在气。生者死之根，死者生之根。恩生于害，害生于恩。沉水入火，自取灭亡（ 此二句，王凤洲藏本接在“害生于恩”下，其意联属， 今照其本。）。

《白虎通》：禽，言为人所禽制也。禽之制在气，气以火言，禽以朱雀言。以气制禽，以火制火也。《参同》云：“朱雀为火精，执平调胜负。”盖言土填水不起之候，必得朱雀之火执其平衡， 调其胜负，猛烹而极炼之，火蒸水沸，其金自随水而上腾，则朱雀之制，即在乎以火沉水，举水制火也。其中有生死之机：水沸火升，入于离宫， 离火反为坎水所灭，“生者死之根”也。制伏拘钳，不飞不走，铅汞俱死，同归厚土。这回大死今方活，“死者生之根”也。“恩生于害”：以火沉水也。“害生于恩”：引水入火也。沉水入火之妙，自生自死于其间，故曰：“自取灭亡。”

愚人以天地文理圣，我以时物文理哲。人以愚虞（疑也）圣，我以不愚虞圣。人以奇其（同期）圣，我以不奇其圣（此六句，传者谓武伯赞词。凤洲藏本删去，今仍存之，移于“自取灭亡” 之下）。

愚人以通天文、察地理为圣，若只如此，究

于身心何益？我于天文中考其时行之妙，地理中 玩其物生之机，盗天地而夺造化，方不愧为明哲。

所谓观天之道，执天之行，至矣。“人以愚虞圣， 我以不愚虞圣。”所谓“知之修炼，谓之圣人” 也。人以奇其圣，我以不奇其圣。所谓“人知其神不神，不知不神之所以神”也。又况日月有定， 大小有数，三才相盗，皆自然之圣功也，何奇之有？此六句，皆似申赞上文言。

灌我家灵根，灵根固则丹基立矣。总真童子，即胎婴也。胎婴为万神之宗，朝朝养育，服食胎息玄津，如此修之，便可长生不死。灌灵根以后天养己言，食胎津以先天养丹言。此一赞之妙义也。世传《黄庭经》，将老子闲居二句删去，下改为四言，曰“上有黄庭，下有关元，前有幽阙，后

自然之道静，故天地万物生。天地之道浸， 有命门，呼吸庐外，出入丹田，审能行此，可以

故阴阳胜。阴阳相推，而变化顺矣。



自然之道，一静而已。静中生动，动则天地万物生。天地之道，一浸而已。浸即自然之象。阴浸浸而下降，阳浸浸而上升。阴阳升降，妙在相胜。不相胜，则不相推。阴阳相推，而变化顺其自然已。变化者，进退之象也。朱子曰：“自然四句，极说得好。”又曰：“浸字下得妙。”

是故圣人知自然之道不可违，因而制之。至静之道，律历所不能契。爰有奇器，是生万象、八卦、甲子。神机鬼藏，阴阳相胜之术。昭昭乎， 进乎象矣。

因而制之者，因自然之道，制为修炼之法也。

夫自然之道，实从至静中发出，至静之中，别有岁月乾坤。人间律历不能契也。静在何处？有奇器焉，玄关一窍是也。万象生于中，八卦变于中， 甲子运于中。神机难测、鬼藏莫晓、阴阳相数之数，无不出乎其间。昭昭乎人所共见之理，非隐怪难知之事也。进乎象矣，象即易象之象。象也者，象也。

## 《太上黄庭外景经》

丹霞、青霞二元君秘本圆峤山紫霞洞涵虚子注

第一章

老子闲居作七言，解说身形及诸神。上有黄庭下关元，前有幽阙后命门。呼吸虚无入丹田， 玉池清水灌灵根。总真童子食胎津，审能修之可长存。

此章乃少阳祖师开经赞也。祖师曰：老君常

念玉文，尝即《内景经》删繁就简，作为七言， 仍名曰《黄庭》，别之曰《外景》。内外乃前后之称，非指身中内外也。其所称说者，一身五形， 及身中万神，真要典也。太上以虚无为本，上下前后之间，其中有一虚无圈子，人能守此，呼吸则能深入丹田，养他家玉池中先天至清之水，以

长存。”总真童子句，诸本皆遗。不睹真函，几失庐山面目也。先余欲注《黄庭》时，忽感丹霞元君降于山斋云：“接魏夫人书，命子考注《黄庭》，并以阆苑秘本垂示一日。”有餐霞[**1**](#_bookmark65)道人， 得南岳弟子杨长史传本，以寄持平子，转示于余， 合丹霞本参之，始识天宫秘籙，固自相同也。喜而志于注下。

第二章

黄庭真人衣朱衣，关门牡籥阖两扉。幽阙使之高巍巍，丹田之中精气微。玉池清水土生肥， 灵根坚固老不衰。

籥鑰同锁鑰也，其机括有牝有牡，关门之时，

以牡入牝，则籥合而两扉亦阖，喻言神气交媾， 如牝牡之相衔也。作壮字者谬。土生肥者，取他家玉池中至清无扰之水，日日浇培，则瘠土变为肥土，而灵根深稳，坚坚固固，至老不衰枯也。余见《内景》四章。

第三章

中池有士服赤朱，田下三寸神所居。中外相距重闭之，神庐之中务修治。玄膺气管受精符， 急固子精以自持。

中池为气海，一曰中心，内有修身之士。服赤朱衣，指心神也。田，丹田也。田下一寸为关元，二寸为中极，三寸为会阴，皆神所居之地， 非独中池也。中池与田下三寸，不无中外相隔之势，而重重紧闭，则内神不出。神庐者，神室也。神室之中，务修治清净，不许外缘相侵，绵绵若存，内养神火，忽而水来相济，则有玄膺气管承受精符。精符者，以精合神，取水制火也。精在我家为子精。从此急急固济，以自扶持，则正一含华也。

第四章

宅中有士常衣绛，子能见之可不病。横径长

1 餐霞，疑作青霞。 2 同，原本作向。 3、4

源，原本作员。

尺约其上，子能守之可无恙。嘘吸庐间以自偿， 保守完坚身受庆。方寸之中谨盖藏，精神还归老复壮。使以幽阙流下竟，养子玉树令可杖。

首句与《内景》“宅中有真常衣丹”同。宅，

灵宅也，培养成阴丹之地也。一名庐间，一名方寸。横径量之，其长不过尺许，约束乎内神之上， 务使内境不出，外境不入，守之在此，嘘吸在此， 保养在此，盖藏在此，精神归根在此。幽阙使之， 其流冲至下而竟，竟者止也。养子玉树者，灌溉灵根，使之琳条森森，可以为杖也，喻言内丹成就，扶持衰老之义。

第五章

至道不烦不旁迕，灵台中天临中野。方寸之中至阙下，玉房之中神门户。皆是公子教我者。

迕，逆也，又行也。至道逆行，然不同[**2**](#_bookmark66)旁门逆行，左上右下者，非正轨也。必须后升前降， 乃自然之大路。灵台起于中天，即真心发现处也。下临中野，注意于中央黄庭。方寸者，规中也。阙下者，脐下也。玉房即《内景》之金匮玉房， 言玉房而金匮亦在其内。夫人之神栖于目，故为神之门户，经所谓“机在目”者是也。此至道之要，皆是木公之子，指教我者。公子为震帝，为长子，为龙。龙从火出，汞性灵通，道教人先明己性，能明己性，即能自己醒悟，自己醒悟，即如公子之教我也。

第六章

明堂四达法海源[**3**](#_bookmark67)，真人子丹当我前。三关之间精气深，子欲不死修昆仑。

明堂即明堂宫也。此宫在两眉间一寸之内， 日月列宿，照耀光明，故曰四达。运药至此，为 丹法会归之地，源头活水，从此化生，故曰法海 源[**4**](#_bookmark68)。子丹者，金胎也。金胎乃真人之体，以金

克木，母来见子，结成真身，故曰真人子丹。由明堂而入神室，神室在明堂之前，故曰当我前。三关见《内景》注内。子欲不死修昆仑，这句乃玄中妙语，不可不知。上昆仑为修炼阳神之地， 长生远死之乡，此人所共知者，而尤不止此也。有中昆仑，隐在身中为至清至空之境，气与神合， 浑浑沦沦，打成一片，如入万仞虚空，身之内虽有上中下三关，到此并无三关可分，一真特露， 万象皆虚，离种种边，造巍巍境。张三丰 [**5**](#_bookmark69)先生



2 原本作张三峰。

《道情》所谓，“无事真人里面藏，主翁端坐昆仑上”者是也。此处见先天长生阳神，无后天转劫阴神，故曰三关之间精气深，子欲不死修昆仑。诵《黄庭》者，须要在“之间”二字着眼。又有下昆仑，为修丹发火之源，皆所当知者。凡修昆仑者，须凝神于三关之间，此间有至清之精，至净之气，神入其中，深微浩渺，空空无无，心甚明白又不动念，一刹那间顿超上乘。世人见昆仑二字，即云诀在泥丸。若非吾山、保和二师频频指点，谁知致意于三关之间哉。

第七章

绛宫重楼十二级，宫阙之中五采集。赤神之子中池立，下有长城玄谷邑。长生要妙房中接。

绛宫在重楼之下，药入绛宫，必先下肺管重

楼十二阶梯。宫阙之中，指黄宫言。追二炁于黄道，合三姓于黄宫，则五炁朝元，众美毕聚，故曰五采集。赤神之子，真意是也。由心生意，故曰赤神之子。中池者，元海也。五采相集之时， 真土擒真铅，真铅制真汞，定而不走，神气凝住， 故曰立。中池之下有长城，金堤是也。又有玄谷， 水乡是也。邑在其中，为修行人食采之地，如人间都邑，有城垣围之，濠沟绕之，乃严密处也。长生要妙，自房中得之，丹家名接命术，有如男女交媾，并非采战之事，乃神炁相胥，金木交并而已矣。

第八章

弃捐淫欲专子精，寸田尺宅可治生。系乎长流心安宁，观志游神三奇灵。闲暇无事心太平。

首句之意，劝人戒色欲以固精也。寸田者， 命门也。尺宅者，灵舍也。《内景》云，“方圆一 寸命门中，”本经云，横径长尺约其上，乃养己 存心之地，俗人作面门解，非也。心不安宁，由 于扰扰外驰，长流不返，故须系之于内，以安其 心。观志者，闭塞内观以持其志也。游神者，真 人潜深渊，浮游守规中，有泳游自得之象。此时 精气神，合而不分，故称为三奇灵。闲闲暇暇， 无事无为，心境于斯太平焉。

第九章

常存玉房神明达，时念太仓不饥渴。役使六丁神女谒，闭子精路可长活。

常存玉房者，刻刻存神也，闭目内守，神不

外游则愈定愈慧。人知其神之神以为明达，而不知不神之神乃真明达也。时念太仓者，时时调护，

薄滋味以养之也。太仓为胃，意土居之，意所在即太仓所在，不可执有形之胃也。仙家以玄关为太仓穴，长胎住息之所，《内景》云，“方圆一寸命门中，”吾山[**6**](#_bookmark70)以为意所燕居之地，真通论也。意土强盛，能使胃消水谷，饮食融化，故曰不饥渴。六丁之神名之为女者，阴神也。阳神在我则能役使六丁，命其来谒。长生之道如此，总要闭子精路耳。

第十章

正室之中神所居，洗心自治无敢污。历观五脏视节度，六腑修治洁如素。虚无自然道之故。

正室者，中央神室，不偏不倚也。洗心退藏， 自勤修治，无敢垢污焉。由是而内观五脏，历历如烛照，一身节度，皆可审视也。由是而内观， 六腑一一修治，洁然如素，并无浊秽也。虚无自然之道，从古如此。故，原故也。

第十一章

物有自然事不烦，垂拱无为身自安。体虚无物心自闲，寂寞旷然口不言。修和独立真人宫， 恬淡无欲游德园。清净香洁玉女存，修德明善道之门。

物有阴物阳物，分乾坤内外。看此物字以内

言。凡修内物者，有自然之理，不必多事，其事本不烦也。身安则精不动，心闲则神不扰，口不言则气不散。但当端拱无为，体虚无物，寂寞旷然耳。修理太和，守中独立，此之谓真人宫。恬恬淡淡，内无欲念，游于德园，玉芽灿灿。斯时也，清净无染，香洁无尘，则玉女长存矣。玉女者，内汞之喻也。德也者，人之所得于天，虚灵不昧，以具众理而应万物者也；修之所以复其虚灵之体焉。善也者，天之所赋于人，最初一点， 乃性之根而心之蒂也；明之所以见其本来之真焉。大道之门，先教人尽性，亦在乎修德明善而已矣。

第十二章

作道优游身独居，扶养性命守虚无。恬淡无为何思虑，羽翼已成正扶疏。长生久视乃飞去。

作道，言修道也。修道之士，或在人间，或出世外，须要优游自适，守吾身而独居焉。身中有性命，一者日日扶持，时时养育。先修玉炼以明性，后修金炼以立命，其秘要只是内守虚无耳。人生天地间，多思多虑，能守虚无，则恬然淡然，



6 吾ft，原本作吾。

无为而为，何思何虑之有。仙家以炼气为炼羽翼， 神完气足，则羽翼已成。扶疏者，神气条茂也。从此内全性命，外固形躯，隐显人间，长生久视， 厌居尘寰，乃脱壳飞去。

第十三章

五行参差同根节，三五合契要本一。谁与共之斗日月，抱珠怀玉和子室。子能守一万事毕， 子自有之持毋失。子欲不死藏金室。

参差者，错综互用也。五行顺序，则金水

木火土相生相养。五行错综，则金木水火土相克相制。其间有木降金升，水主火宾之用，道有不可等齐者，故曰五行参差。然其一炁相成，则同根共节也。三与五合契，其数为八，分阴分阳， 适当七日来复之后。溯其本则自虚无生一炁，一炁产阴阳，故曰要本一。此一炁也，养在虚无。谁与共之者，北极二曜是也。斗魁斗杓星辰动静而审时，离日坎月水火同宫而交炼，我只抱明珠， 怀美玉，修和子室耳。子室即虚无也。有能守虚无一炁，待其来而擒之，则性命在我，万事皆毕矣。一之为物，子身自有，总要坚持勿失，失则死，不失则不死。子欲不死，必将此一藏之归于黄金室内，永远不离，则大丹成就矣。

第十四章

出日入月是吾道，天七地二同相守。升降进退一合九，玉石珞珞是吾宝。子自有之何不守？ 心晓根蒂养华采，服天顺地藏精海，七日之内回相合，昆仑之性不迷惑。

出日入月者，阳往阴来之路也，故曰是吾道。

天七者，火之成数。火成于天，自上而下，未济之卦也。地二者，火之生数，火生于地，自下而上，既济之卦也。既未两卦，互相保守，此金水之事也。升降进退，即上下也。一合九者，金水不可离也。进则水中金升，退则金中水降，此增减之妙也。玉石珞珞者，比金液颗颗，如卵如丸， 下于喉咙，而为吾身至宝也。金液还丹，人人自有，得之者可不守之乎？守之之功，所以深根固蒂也。而知其道者，莫妙于心。心晓于根蒂，举金水以养还丹，则灼灼陀陀，渐生华采。此等法功，要只服事乾天，顺承坤地，承天时行，收藏精海而已。精海者，元海也。七日来复之内，即起周星运回内院，与吾已结之丹，两相并合，养于中昆仑，调于上昆仑，空清一片，本性圆明， 故曰昆仑之性不迷惑云。

第十五章



九源之山何亭亭，中有真人可使令。蔽以紫宫丹城楼，侠以日月如明珠。万岁昭昭非有期， 外本三阳物自来，内养三神可长生。魂欲上天魄入渊，还魂返魄道自然，庶几结珠固灵根。

九源即《内景》所称九液源也。九为金，源为水。上言金水之用，此章言金水之根。九源在下昆仑，故曰九源之山。亭亭，山高貌。山中有真人，号玄冥童子，又曰桃康，可备使令之用。蔽以紫宫丹城楼，侠以日月如明珠，言其藏护之严密也。藏护密，则内火精纯，仙道可致。万岁昭昭，长明久视，非有期年之可计也。此大还之乐也。当其先修丹于内，创鼎于外，乾三阳而坤三阴，天地颠倒，宾主错综，以乾入坤，则三阳在外，霎时先天一物，不期而自来，名曰水中铅。以铅制汞，由外还内，聚精养神，以三阳补三阴， 复成乾体，相接长生。三神者，三阴也。内养三神，外丹伏内丹也。内丹既伏，则清明镇定，可以长生。彼不长生者，临死之时，魂欲上天，魄欲入渊，魂魄不亲，铅汞各道。还魂返魄者，魂欲上而使之下，魄欲入而使之出，魂魄相拘，《悟真》谓“地魄擒朱汞，天魂制水金。”此大道自然之事也。修丹至此，庶几结就明珠，永固灵妙之根，而为仙人矣。

第十六章

旋玑悬珠环无端，玉钥[**7**](#_bookmark71)金籥身完坚。载地旋天周乾坤，象以四时赤如丹。前仰后卑各异门， 送以还丹与玄泉。象龟引气至灵根。

旋玑者，进阳火而旋玑上运。悬珠者，退阴

符而珠玉下垂。此二者，如环无端。其入内也， 阳丹与阴丹交凝，玉钥 [**8**](#_bookmark73)金籥，两两封固而本身完坚矣。载之以地，黄庭坤土也。旋之于天，白液乾金也。一周天内，尽乾坤阴阳之妙。其沐浴卯酉，盈虚生成，又象四时之分。至四时之推行， 与四时之花实，十月霜飞，叶黄果熟，其赤如丹， 此返本还元之所以名为丹也。养丹之地，前仰后卑，前则任脉止于小腹，其象仰，后则督脉起于尾闾，其形卑。一仰一卑，为金丹出入之门。其往来有各异者，出送之往，入送之还。还丹到手， 付与玄泉。玄泉者，虚中一窍深渊是也。俗解作舌下廉泉，乃外行语。结句云，象龟引气至灵根， 若非深处，安得谓之灵根哉。



7 、8 原本“竹”字头“氏”字底，音 shì。籥，锁籥。

第十七章

中有真人巾金巾，负甲持符开七门。此非枝叶实是根，昼夜思之可长存。

中即深渊之中，不在肉团心内。七门比七窍。

肉团心有七窍，灵明心亦有七窍也。可与《内景》二十八章参看。

第十八章

仙人道士非有神，积精累气以成真。人皆食谷与五味，独食太和阴阳气。故能不死天相既。

太和之气，阴阳合成者。既，尽也。与天相尽，实无尽之谓也。

第十九章

试说五脏各有方，心为国主五脏王。一意动静气偕行，道自守我神明光。通我华精调阴阳， 尽日昭昭夜自守。渴自得饮饥自饱，经历六腑藏卯酉。转阳之阴藏于九，审能行之不知老。

五脏以心为君，人以身为国，故心称国王。

意由真心发见，静则与气相依，动则为气之辅。是二是一，故曰偕行。欲得真意，道在守神明。能守神明，则能生出真意，通我华精，调和阴阳。华精者，真铅也。铅汞相投，则阴阳和合，从此朝屯暮蒙，昼则昭昭而行火，夜则默默而行符。金水抽添，渴得饮而饥得饱矣。经历六腑者，元气充满乎一身，藏丹于卯酉门中。藏则转阳之阴， 如潜龙之藏于初九，皆一意之动静为之也。审能行此，永不知老矣。

第二十章

肝之为气条且长，罗列五脏生三光。上合三焦下玉浆，我神魂魄在中央。津液流泉去臭香， 立于悬廱[**9**](#_bookmark72)含明堂。雷电霹雳往相将，左卯右酉是吾宝。伏于玄门候天道，近在我身还自守。清净无为神留止，精神上下分开理。通利天道长生草， 七孔已通不知老。还坐天门候阴阳，下于喉咙通神明。过华盖下清且凉，入清冷渊见吾形。其成还丹可长生，下有华池动肾精。立于明堂临丹田， 将使诸神开命门。通利天道至灵根，阴阳布列如流星。

一本有肝气周流终无端之句作收，颇似此章大旨。或后贤注语，因七字混入经文，不忍弃之， 附此。

肝之为气，条达而流长，萃然沛然，真可庇

荫一身。内云六腑，此云五脏，脏腑皆木液之所

9、10 廱字，音雍，疑作膺字。

滋润也。罗列五脏，脏脏维持，合三焦而下玉浆， 则与真元一气，周流不息。肝藏魂，此并言我之心神肺魄，同在中央，以三姓会于黄宫耳。木生津液，化为流泉，可以涤去臭香，而著其清香。立于悬廱[**10**](#_bookmark74)者，其津液欲下不下，其气势早含明堂，霎时间，流泉一泻，灌注三宫，胃中如雷电霹雳之声，则住明堂相将矣，下绛宫而归元海。此处为卯酉之门，左旋则气出，右转则液入，这是吾身至宝。戌亥之间，伏于玄门，又候大道之回旋。人言天道远，我言天道近，周天度数，即在我身，还须自守其法。清净无为，内神留止， 精神上下分开条理，往往来来，疏通关节，通利一身大道，此即长生仙草也。由是殷勤灌溉，心地清明，七孔通达，永不知老矣。得此洪福，全赖阴阳二炁。炁升于天门之上者为清，炁降于天门之下者为玄。《内景》云“出清入玄二炁焕” 是也。故必凝神息气，还坐天门，等候阴阳分判， 到清升玄降之时，而后寒泉滴滴，下喉咙而通神明，过华盖而清且凉，入深渊而清清冷泠，洗心涤虑，见吾恬淡无欲之真形焉。此之谓还丹。其成还丹，可以长生矣。金丹未还之先，下有华池， 名曰炁海，肾中之精于此生动，吾立明堂以观之， 照临丹田，此即将军之官，主宰谋虑时也。将军之意，欲使诸神开命门，通利天道至灵根，而阴阳布列，早如流星之速也。



第二十一章

肺之为气三焦起，伏于天门候故道。清液醴泉通六腑，随鼻上下知两耳。窥视天地存童子， 调和精华润发齿。颜色光泽不服药，下于喉咙何落落。诸神皆会相求索，下有绛宫紫华敷。隐藏华盖通神庐，专守心神转相呼。观我神明辟诸邪， 脾神还归依大家。至于胃管通虚无，藏养灵根不复枯。闭塞命门如玉都，寿传万岁将有余。

首句见内注。修理肺气者，必先伏于天门，

等候出入之故道，气化为水，则清液醴泉灌通六俯。此气也，随鼻上下，鹊桥相连，上则为气， 下则为液。空中闻流泉声，知之者两耳也。又以内照之功，窥视天地之升降，以存白元童子，使之辅相六气，调和一身精华，滋润发齿，颜色光泽，永不服药。液下喉咙落落然，苑如疏雨，诸神相索，各脏均沾美味。下有绛宫，顺涓滴而紫华敷荣，隐藏于华盖之下，而通神明之庐焉。夫心与神，二而一者也。专守心神，务使心呼神， 神呼心，时而在心，时而在脾，神皆明而不暗。



观我神明，真可辟诸邪祟也。在脾为脾神，所至如归，常依脾为大家，至于胃管之间，下通虚无之境，藏养灵根，不使复枯，皆肺气之浇培，有以致之也。但此藏养之际，须要闭塞命门，洁如玉都，一尘不染，万虑皆清，由此灵根坚固，寿传万岁，亦将有余而无不足矣。

第二十二章

脾中之神主中央，朝会五神和三光。上合天门会明堂，通利六腑调五行。金木水火土为王， 日月列宿张阴阳。[**11**](#_bookmark75)通利血脉汗为浆，修护七窍去不祥。二神相得下玉英，上禀元气年益长。

脾属土，故其神位主中央。朝会五神者，攒簇五行之意。和三光者，运行斗日月也。上合天门会明堂，此句将上二章妙用点出。玄门候天道， 脾神也；天门候阴阳，亦脾神也；天门候故道， 亦脾神也。会明堂者，非眉间明堂宫，亦非绛宫， 乃中央虚无也。通利六腑，调和五行，金木水火， 以土为王。日月列宿，内有阴阳，谁与分之？脾神主张，通利血脉，化汗为浆，修护七窍之心， 扫去不祥之念，皆赖脾神立中，意由心生故也。二神者，脾神心神也。相得者，是二是一也。下玉英者，玉液灌心，土亦生黄芽也。上禀元气者， 以气补神，神资乎气，气足神完，年益长也。

第二十三章

五脏之主肾为尊，伏于太阴藏其真。出入二窍合黄庭，呼吸虚无见吾形。强我筋骨血脉盛， 恍惚不见过清灵。坐于庐间观小童，内息思存光神明。出于天门入无间，恬淡无欲养华根。服食玄炁可长生，还于七门饮太渊。通我玄膺过清灵， 坐于庐间见小童。问我仙道与奇方，服食芝草紫华英。头戴白素距丹田，沐浴华池灌灵根。五脏相得开命门，五味皆至善气还。被发行之可长存。

《外景》以肾列五脏之终，归于一而已矣。

一为水，肾主之，故五脏以肾为尊。太阴属肺， 伏于太阴者，真金生真水，真水藏真金也。出入二窍者，乾坤之门，阴阳之户，一金一水，一往一来，其中名黄庭，为收藏金水之所，出入相合之地。中即虚，虚即无，呼吸守中，则以天地之间为橐籥，活活泼泼，浑浑沦沦，秘秘绵绵，打成一片，圆陀陀，光灼灼，气足神足，而吾之真形可见矣。以后则强我筋骨，盛我血脉，恍惚之间，吾形不见，飞过清灵之境，升于中丹，此处乃神明之庐也。坐于庐下，观见一小小童子与我

11 原注：别本将此句错简在年益长之下。

形貌如，然莫要管他，只守内息，思之存之，则天光慧发，神明益长。由是移神上丹，出于天门之上，与乾坤一炁相通，浩浩荡荡，清清空空， 是我非我，是虚非虚，以道合天，入于无间，恬淡无欲，以养华根。华根者，仙种也，仙能辟谷， 只服玄门之炁，可以长生不死。夫食玄炁者，又须调神入内，还于七门，日饮太渊。其还也，取道玄膺，路过清灵，仍坐庐间，见那小小童子， 问我修仙之道，有甚么奇方。我告之曰，无他奇也，但能服食芝草紫华之英，头戴白巾，足距丹田，沐浴华池，浇灌灵根，五脏相得，一气冲和， 揭开命门，丹光出鼎，五味皆至，善气还身。照此被发行之，得药筑基，炼己还丹，朝元返本， 明善复初，皆在数语之中。此即仙道奇方，可以长存矣。

第二十四章

大道荡荡心勿繁，吾言毕矣毋妄陈。

老子作经至此，于是总束两句以勉人曰： 以上所言者，皆大道也，荡荡然，至宽至正，无有曲径邪途。行之者，勿在繁杂之心而堕歧趋也。吾言毕矣，子毋妄陈于匪人之前，自取罪戾，宝之记之。

## 《清静经》解

老君曰：大道无形，生育天地。

无极生太极。

大道无情，运行日月。

无为无不为。

大道无名，长养万物。

无物生有物。

吾不知其名，强名曰：“道。”

首辶为道，先天地而行生者也。虽曰强名， 亦却自然。

夫道者，有清有浊，有动有静。无清地浊， 天动地静。男清女浊，男动女静。降本流末，而 生万物。

清与动为本，浊与静为末。一降、一流、一施、一受也。清浊相融，动静交媾，则万物于此滋生矣。

清者，浊之源。

无生有。

动者，静之基。

有返无。

人能常清静，天地悉皆归。 天清地静，一齐返入于无矣。夫人神好清，而心扰之。

扰神之心，妄心也。

人心好静，而欲牵之。

好静之心，必先舍事。静心者，必先遣欲。

澄其心，而神自清。

澄心者，洗心退藏也。心如止水，其神自清。

自然六欲不生，

无眼、耳、鼻、舌、身、意，自无色、声、香、味、触、法。

三毒消灭。

三毒者，阴神害人性，阴精害人命，阴气伐人五脏，即三尸也。三尸皆人身阴贼，或言三彭、三姑者，皆妄。

所以不能者，为心未澄，欲未遣也。

神不能清，先由欲不能遣。

能遣之者，内观其心，心无其心。

知三心之不可得也。

外观其形，形无其形。远观其物，物无其物。

知四相之俱忘也。

三者既悟，惟见于空。

返照入空矣。

观空亦空，空无所空。

观空到无所之地，空斯大矣。若有所，则不成空。

所空既无，无无亦无。

观空到无所之后，空亦无矣。若有空，则不能无。无之又无，无亦不立。

无无既无，湛然常寂。

万法皆空矣。

寂无所寂，欲岂能生？ 寂之又寂，何虑何思？ 欲既不生，即是真静。 此静之所以先宜遣欲也。真常应物，真常得住。

真静为常，则曰真常。吾师云：“真常能应物，应物自不迷，不迷性自住。”同此旨意也。

常应常静，常清静矣。

《定观》云：“有事无事，常若无心。处静处喧，其志唯一。”

如此清静，渐入真道。既入真道，名为得道。

人无妄心，则有真心。虽名得道，实无所得。冲而用之，不自满假。

为化众生，名为得道。 去妄归真，可称道人也。能悟之者，可传圣道。

性功既悟，命功乃传。或问曰：“上言实无所得，此言可传圣道。然则《清净》一经，尚未言道乎？”涵虚曰：非也，你把“无所得”错讲了， 这就是入道返观，讲究本来妙诀。

老君曰：

心长语重，故复开示。

上士无争，下士好争。上德不德，下德执德。执着之者，不名道德。

无争，则无欲。好争，则多欲。不德，乃有德。执德，便无德。人无至德，至道不凝。执德者不弘也，安能具虚灵广大之德，以合我虚灵广大之道乎？

众生所以不得真道者，为有妄心，既有妄心， 即惊其神。既惊其神，即着万物。既着万物，即生贪求。既生贪求，即是烦恼。烦恼妄想，忧苦身心。便遭浊辱，流浪生死。常沉苦海，永失真道。

此节反言以申上文清净入真道之意也。抑有可叹者，以不 静之妄心，惊至清之真神。着物妄想，心不能静，真神反化为妄心也，安能得道乎？

真常之道，悟者自得。得悟道者，常清静矣。

悟道之人，终不外乎清净。清净之法，终不外乎遣欲。遣欲是一章吃紧处。又况心静则火降， 神清则气慧。定中生慧，本命自来。更有自然而然，不知其所以然者。

## 《玉枢经》约解

玄裔涵虚子 注

居中而运，则谓之枢。北斗一星名天枢，取其运于中央也。人身以神为枢，纤尘不染，有如玉之清明，故曰玉枢。此经大旨，盖教人炼元神也。

天尊言：“尔诸天人，欲闻至道。至道深窈，不 在其他。尔既欲闻，无闻者是。无闻无见， 即是真道。闻见亦泯，惟尔而已，尔尚非有，何 况于是？不闻而闻，何道可谈？”

雪亮冰清，不烦言解。“何况于是”，是字，

指闻见言。

天尊言：“道者以诚而入，以默而守，以柔而用。用诚似愚，用默似讷，用柔似拙。夫如是，

则可与忘形，可与忘忘。

此皆虚无中功夫。

入道者知止，守道者知谨，用道者知微。能知微则慧光生，能知谨则圣智全，能知止则泰定安。泰定安则圣智全，圣智全则慧光生，慧光生则与道为一，是名真忘。惟其忘而不忘，忘无可忘，无可忘者，即是至道。道在天地，天地不知。有情无情，惟一无二。”

能入要能守，能守要能用。知止则不迁，知

谨则不出，知微则深造杳冥。杳冥生恍惚，灵觉著焉，即慧光也。不出则神恬，不迁则气静。气静则神恬，神恬则太虚之中一灵独运，只知有道， 而不知有他，故曰：“是名真忘。”真忘者，忘而不忘，忘无可忘者也。真忘即至道也。

天尊言：“吾于今世，何以利生？为诸天人，演此妙宝。得悟之者，俾跻仙阼。学道之士，信 有气数。夫风土不同，则禀受自异，故谓之气。智愚不同，则清浊自异，故谓之数。数系乎命， 气系乎天。气数所囿，天命居告（告，梏也），不得真道。愚可以智，浊可以清，惟命俾之。愚 昏昏，浊冥冥，亦风土禀受之、移之。天地神其 机，使人不知，则曰自然。使知其不知，则亦曰 自然。自然之妙，虽妙于知，而所以妙，则自乎 不知。然于道则未始自以愚之、浊之。”诸天闻 已，四众咸悦。

## 《护命经》约解

尔时，元始天尊在七宝林中五明宫内，与无极众圣俱放无极光明，照无极世界，观无极众生受无极苦恼，宛转世间，轮回生死，漂浪爱河， 流吹欲海，沉滞声色，迷惑有无。无空有空，无色有色，无无有无。有有无有。终始暗昧，不能自明，毕竟迷惑。

无始者，祖气也。祖气化生，真神即见。此神在天心之中，黄宫之内。一神正位，万神朝宗。非若无极众生，尽是一派识神，受无穷苦趣。彼众生者，皆执迷也。执空不是，执色不是，无中执有不是，有中执无亦不是。殊可悯哉！

天尊告曰：“尔等众生，从不有中有，不无中无，不色中色，不空中空。非有为有，非无为无， 非色为色，非空为空。空即是空，空无定空。色即是色，色无定色。即色是空，即空是色。若能知空不空，知色不色，名为照了，始达妙音。识无空法，洞观无碍，入众妙门，自然解悟。离诸

疑网，不着空见。

此节为众生说破空色无有之迷，若众生有解悟者，即能离诸迷惑。

清净六根，断除邪障，我即为尔说是妙经， 名曰护命。济度众生，传教世间，流通诵读，即 有飞天神王，破邪金刚，护法灵童，救苦真人， 金晴猛兽，各百亿万众，俱侍卫是经，随所供养， 捍危扶衰，度一切众生，离诸染着。”

此节重清净一句。清净六根，乃得此护命妙

宝，离诸苦恼。

尔时天尊即说偈曰：“视不见我，听不得闻。离种种边，名为妙道。”

不见我，不闻我，则无我也。我为种种之边害，无我则种种皆离。孔子无意、无必、无固， 而归于无我，盖无我则意、必、固皆绝也。

## 《日用经》约解

“十二时”，再申二句，以养丹时言，观“莫教有损”四字，便知。

## 《大通经》约解

涵虚子 注

大通者，广大圆通之义也。《经》中无形、无体、无象、无相、无为，皆大无方，通无碍也。

真 空 章

先天而生，生而无形。后天而存，存而无体。然而无体，未尝存也。故曰：“不可思议。”

先天气无质，后天神无方。然神虽无方而运

化却有方，故曰：“未尝存也。”“不可思议”，妙用无穷也。

玄 理 章

静为之性，心在其中矣。动为之心，性在其

日用者，犹言十二时中不可须臾离者了也。 中矣。心生性灭，心灭性现。如空无象，湛然圆

有功夫自有效验，总要清净身心。《经》中二段云：“十二时中，常念清净。”末段云：“十二时中，常要清净。”此太上吃紧人处，故一再言之。十二时中，常以清净为功，清净乃日用之本。《经》语明显，不烦注疏。玄裔西月谨识。

夫日用者，饮食则定。禁口端坐，莫起一念。万物俱忘，存神定意。眼不视物，耳不听声。一心内守，调息绵绵，渐渐呼出，莫教间断，似有如无。自然心火下降，肾水上升，口里津生，灵真附体，得至长生之路也。

首段言下手功夫。

十二时中，常念清净。一念不起谓之清，灵台无物谓之净。身是气之宅，心是神之舍。意行则神行，神行则气散。神聚，则五行真炁结成刀圭，自然身中有身，冲和气透，醍醐灌顶。行、住、坐、卧，常觉身体如风之行，腹中如雷之鸣， 耳听仙音无弦之曲。不言而自声，不鼓而自鸣。神气交结，婴儿回转。得观内景，能自言语。见虚无之事，与圣同居。神自出入，天地齐寿，脱离生死矣。

“十二时”二句以入室时言身心清净，效验自呈。下文皆在此二句之中。

莫教有损，十二时中，常要清净。神是气之子，气是神之母。如鸡抱卵，存神养气，能无离乎？妙哉！妙哉！

满。

静为性，而心在中。一切皆忘，性定心亦定矣。动为心，而性亦在中。一灵独觉，心见性亦见矣。凡人所以不见性者，为有妄心。既有妄心， 其性即隐。若无妄心，其性即见。以性体本空耳。如空无象，性体湛然。

玄 妙 章

大道无相，故内摄于其有。真性无为，故外不生其心。如如自然，广无边际。对境忘境，不沉于六贼之魔。居尘出尘，不落于万缘之化。致静不动，致和不迁。慧照十方，虚变无为。颂曰： 有法悟无法，无修解有修。包含万象体，不挂一丝头

无相则无有，内摄其有，则还无相之道也。无为则无心，外不生心，则返无为之性也。摄有 还无则无相，收心返性则无为。无相、无为，则 无边际也。由是而对境居尘，似觉有相、有为。不沉、不落，仍觉无相、无为。六贼万缘，何足 挂心哉？静不动定也，和不迁安也。慧照虚变， 则元神善运矣。要之，无相、无为也。

## 《赤文洞古经》约解

操 真 章

有动之动，出于不动。有为之为，出于无为。

有动之动，阳气也。寂静中生来，故曰：“出于不动。”有为之为，返还也。清净中行持，故曰：“出于无为。”

## 《定观经》约解

紫霞涵虚子敬述

定观，即佛门止观之义。观即内观、外观、远观、空观也。人能定观，则神不动摇，必能内观无心，外观无形，远观无物，观空亦空矣。《道书全集》有混然子注，语意支离，未明宗旨，兹

无为则神归，神归则万物寂。不动则气泯， 照《经》义述之。

气泯则万物生。

无为则神归，神好清也。神归则物寂，清则净矣。不动则气泯，气入亥也。气泯则物生，亥又子矣。

神神相守，物物相资，厥本归根。

相守者，以无合无。相资者，以有还有。如是则后天返先天，而根本固矣。

默而悟之，我自识之，入乎无间。

默而悟者，杳冥生恍惚也。我自识者，一灵独觉也。如此则深入玄通，而无间隔矣。

不死不生，与天地为一。

操真之道得矣。

入 圣 章

忘于目则光溢无极，忘于耳则心识常渊。两机俱忘，绝众妙之门。

目机静，则慧光自生。耳机静，则心地自澄。无欲观妙，正在此时。得此一妙，则空绝众妙矣。纯纯全全，合乎大方。溟溟涬涬，合乎无伦。

天地之大，我之所维。万物之众，我之所持。曷有穷终，以语其弊哉？

有物混成，先天地生。大无方体，高无等伦。天地万物，皆我维持。虽有善言者，亦不能寻究其弊，以其无尽也。世间有尽者，即有弊端可语。道无穷终，安有弊之可语哉？

住 世 章

养其无象，象故常存。守其无体，体故全真。全真相济，可以长久。天得其真故长，地得其真故久，人得其真故寿。世人所以不能长久者，为丧其无象，散其无体，不能使九窍百骸，与真体并存，故死矣。

无象者，气也。无体者，神也。以神合气，

丹道自成，故曰：“全真相济，可以长久。”下九句，明显易知，兹不注。

天尊告左玄真人曰，

左读佐，辅也，助也，辅助玄功之臣也。《书》：

“周公左右先王”，皆作去声。注：“左右，辅助也。”

夫欲修道，必先舍事。外事都绝，无与忤心，

外事乃不关身心之事。忤，拂逆也，拂逆生烦恼，故先舍之，而尽绝之，乃不兴烦恼之心。

然后安坐，内观心起。若觉一念起，须除灭， 务令安静。

念：乃的有贪着之念。佛经云，从起心动念处下功夫，故须除之、灭之。

其次虽非的有贪着，浮游乱想，亦尽灭除。昼夜勤行，须臾不替。

的有贪着：即上节念字，如名利之类是也。

浮游乱想，乃是未有贪着者，浮空而来，游思不断，杂乱无章，不关紧要之事也。替：废也。

惟灭动心，不灭照心。但凝空心，不凝住心。不依一法，而心常住。

念即动心，照即返观之心，空即无欲之心，

住乃执着之心。不依一法，即万物皆空，而心常定矣。

然则，凡心燥竞。

反言以结上文。

其次初学，息心甚难。或息不得，暂停还失。去留交战，百体流行。久久精思，方乃调熟。勿以暂收不得，遂废千生之业。

息心者，佛云安心也。暂停还失者，儒云操存舍亡也。亡则去，去则牵于境。存则留，留则返诸心。心境回环，有如交战。随息来往，故曰：

“百体流行。”欲得停留之法，须思调心之理。无非由暂而常，精思既久，乃能调熟。始而暂收， 继而常住。千生之业，即上文常住之心也。

少得静已，则于行立坐卧之间，涉事之处， 喧闹之所，皆作意安。有事无事，常若无心。处 静、处喧，其志唯一。

少：稍也。已：止也。稍得静止，必须境上试过，乃见其心之动不动焉。行、立、坐、卧，

处静、处喧，皆境也。作意：持立也。有无动喧四句，皆作意功夫。

若束心太急，急则成病。气发狂颠，是其候也。

心好动而收之太迫，必成暴躁之病。气即心

中之气，心动则气动。狂即暴之证候，颠即躁之证候也。狂颠犹小，暴躁则甚。

心若不动，又须放任。宽急得所，自恒调适。制而不着，放而不动，处喧无恶，涉事无恼者， 此是真定。

得所者，合宜也。自恒调适者，随其自自在在，安安闲闲也。不着不动，即宽急得所。无恶无恼，即自恒调适。真定：常静也。

烦。了知性本空，知则众妙门。

此经引人修心入道，委屈周全，慈悲至矣。特为依经解义，以揭婆心。涵虚识。

## 《五厨经》解

（《经》是五言古体句法，极为拗衍，故详述

之）

食本子涵虚注

唐京肃明观尹愔真人曰：“夫存一气和泰和，则五脏充满，五神静正。五脏充满滋味足，五神

不以涉事无恼，故求多事。不以处喧无恶， 静则嗜欲除。”此《经》是五脏之所取给，如求

强求就喧。以无事为真宅，有事为应迹。若水镜之为鉴，则随物而现形。善巧方便，惟能入定。

食于厨，故云《五厨》尔。

一气和泰和，得一道皆泰。和乃无一和，玄

故求多事，安知无恼不生恼耶？强求就喧， 理同玄际。

安知无恶不生恶耶？真宅：以静境言。应迹：以动境言。善巧方便者，随心应物，即应迹也。常应、常静，只求能入定功耳。故曰：“惟能入定”。

一气者，先天一气也。和泰和，会合五脏中

不和之气也。既合五脏之气，则得一气为道气， 由是一身皆泰和之气也。一身由泰和之气，则和

慧发迟速，则不由人。勿令定中急急求慧， 气充周，浑然浩然，无一和之可名也。理：性也，

急则伤性，伤则无慧。若定不求慧，而慧自生， 定名真慧。慧而不用，实智若愚，益资定慧，双美无极。

由定生慧，随其自然。用慧不慧，不慧乃慧。

定慧双修，其乐无穷。

若定中念起，多感众邪。妖精百魅，随心应见。所见天尊、诸仙、尊人，是其祥也。

祥：兆也。古人有祯祥、妖祥二解，此以妖

祥言。

唯令定心之上，豁然无覆。定心之下，旷然无基。旧业日销，新业不造。无所挂碍，迥脱尘笼。行而久之，自然得道。

上无覆，下无基，一空而已矣。此定观进一

层功夫，即前经“观空亦空，欲岂能生”之旨也。

夫得道之人，凡有七候。一者，心得定易（治也），觉诸尘漏。二者，宿疾普销，身心轻爽。三者，填补夭损，还年复命。四者，延数千岁， 名曰仙人。五者，炼形为气，名曰真人。六者， 炼气成神，名曰神人。七者，炼神合道，名曰至 人。其余鉴力，随候益明。得至道成，慧乃圆备。

圆备：则七候皆历尽矣。

若乃久学定心，身无一候，促龄秽质，色谢方空，自云慧觉，又称成道者，求道之理，实在未然。而说颂曰：知起生于境，火发生于缘。各是真性动，承流失道源。起心欲息知，知起心更

言性而命在。际：交也，两玄不可分。以玄交玄，

则各正性命保合太和也。

不以意思意，亦不求无思。意而无有思，是法如是持。

下意字，以真意言，慧光是也。不以意思意者，二玄相交之际，慧发迟速，不由人知，勿令定中急急求慧也，然亦不求无思。却要求注意规中，忘而不忘，不忘而忘。有意无意间，一气生而慧光见，乃善行持者也。故曰：“意而无有思，是法如是持。”

莫以心缘心，还莫住绝缘。心在莫存心，真则守真渊。

莫以内照之心，外缘人欲之心，则内想不出，

外想不入也。既存绝外缘之心，又莫执住绝缘之心，所谓又须放任宽急得所，自恒调适，制而不着，放而不动也。心在乎内，亦莫存一个在内之心，为法所缚。只要得其真常，静守深渊，《契》所谓“浮游守规中”是也。

修理志离志，积修不符离。志而不修志，己业己无知。

修性之功，先持其志，后离其志。持其志则用志不纷，离其志则委志虚无。若使积力修性， 苦持其志，是名边见，必起住心，必与离志之道不相符合。夫维持其志而不持其志，绵绵若存， 则修己之业，无庸以己见参乎其间，自自在在，

安安闲闲，则清净无为矣。

诸食气结气，非诸久定结。气归诸本气，随取当随泄。

《黄庭经》曰：“人皆食谷与五味，独食太和

阴阳气。”由此印之，诸凡食滋味以养气者，不过暂时融结之气，旋饱旋馁，非一气和泰和之气， 长存身中久久定结也。五脏之中，各有泰和为本。至人攒合五气，立为丹鼎。鼎中一气生来，各归诸气之本。我随取之，亦随泄之。取则五气朝元， 泄则百骸俱理。《易》所谓黄中通理，正位居体， 美在其中，畅于四肢，发于事业，美之至也。泄： 即畅发之义也。

## 《明镜匣经》

明镜匣，发明黄白细微，有如宝镜出匣，光明清亮。其要在水银一味，其法在先死水银，其本在先炼真土。

太上慈悲，直将大丹要旨，形于竹帛。人能至诚格天，必有太清真人为之抉破微言，则万法皆通矣。仙律甚严，不敢妄注。谨将真经要妙， 略吐于圈点之中。

世人不识一，一气生万物。若人知一趣，得一万事毕。一乃水之基，继续东方木。癸铅生辛金，白净莹如玉。二乃火之精，不失庚方父。壬水生黄金，金作中宫土。黄金硃砂父，白金水银

母。壬癸水中精，识得为戊己。黑铅非真铅，内有先天水。硃砂非真汞，内有玄元火。水火能既济，不失坤方土。真母不通灵，须用正阳补。取

坎复还离，万物归元祖。坤母育婴儿，乾父育妊女。姹女嫁婴儿，却配为夫妇。水火结成团，夫妇自相顾。男女却媾精，媾精生男女。无父不成母，无母不许父。父母全真形，不失真龙虎。龙虎是黄芽，黄芽是真土。真土为至药，至药不离祖。离祖不成丹，成丹真道理。牝鸡不能雏，有

母缘无父。空自单卵抱，气散不成子。若要水银死，先须死其母。母死会玄元，方配硃砂父。父母媾真精，方死水银子。水银死为铅，相类坤方

土。坤土育婴儿，化作水银母。水银只一味，不离南方火。乾宫有朱雀，坤宫有玄武。玄武产坤银，朱雀化黄土。禀会在中宫，方得水银死。北斗天之枢，内含中宫水。四象会中宫，南北为戊己。真精生乾坤，铅汞为父母。父母是庚辛，实禀西南数。识得庚辛精，才炼中宫土。真土产其中，方镇中央水。若人识真汞，黄金内神火。若

人识真铅，白金内神水。二气结成丹，不愁水银死。水火不能识，安知乾汞理？湿土水难干，干土能制水。若知生杀机，便是还丹理。黄金是真火，白金是真水。多少炼丹人，都做迷魂鬼。己土非真硫，戊土非天癸。若将此作土，不识其中趣。水银要相生，水银须生死。要得水银死，须先死其母。先天乾坤精，便是真戊己。乾黄坤体

白，黄白药无比。只用黄白精，不用黄白体。黄白精何得？只用硃砂配。硃砂死变赤，方得水银死。水银不能飞，成药在于此。神仙得此精，盗

夺天与地。世人得此精，堆金成富贵。一转至九转，九九八十一。若人知此理，密密深固济。收藏不可言，方跻神仙位。得之广济人，不得空浪费。知此如轻泄，天神亦不喜。慎之复慎之，千言并万语。

## 《金谷经》

金谷歌者，明种药之法也。大丹如黍米，先种于玉田之中，耕耘收获，即得金谷而食之。其要在铅中作，其用在水银一物耳。

炼丹诀，炼丹诀，仔细对君说：母炁初传子， 初子性方拙。次子亦如然，混沌难分别。三子始光明，点化分刚决。一子诞一子，九子性猛烈。清净步太虚，天仙来迎接。此丹传至道，莫与非人说。丹、丹、丹，一粒遐龄千万劫。一生二， 二生三，三生万物无休歇。无缘难遇此丹经，此是圣人真口诀。鼎无头，釜无耳。庚为表，辛为里。更无别药直下取，惟有水火相配对。燕雀不生凤，孤兔不乳马。若无真父母，所生都是假。种禾当用粟，无粟谷不生。炼丹须用宝，无宝丹不成。若用凡杂类，总是不成真。用铅不用铅， 须向铅中作。用至用铅时，用铅还是错。若要水银死，先须死水银。水银若不死，如何死水银？ 生熟自相制，相制自通灵。黑赤丹砂汞结成，明知此理最幽深。不离男女生生男女，生下男女更长孙。水银一物别无物，先作肉兮后作骨。骨肉相亲化作真，从此河车任反覆。此药无炉只有鼎， 一鼎化为千万鼎。金化金兮银化银，何曾别有外神灵？转制分胎三次后，却嫌宗祖是嚣尘。药即是金金是药，母能养子意偏深。妊女牢藏神室内， 深闺养之自坚心。玉田金谷随时种，吾今细说甚分明。得人守之宜秘隐，不秘不隐遭天嗔。

## 《无根树词》注解

栖云山刘悟元注长乙山李涵虚解

序

天台《悟真》，发明内外二药返还大事，当时浅识无知，或疑为炉火采战之书。叶文叔不明返还，又复以清净浮言附骥行世。翁葆光见而笑曰：

“此不知金丹者也。”遂为注以匡正之。陆子野、

虚无境内养出根荄，先天后天皆自无中生有，是无根乃有根之原也。炼后天者，须要入无求有， 然后以有投无；炼先天者，又要以有入无，然后自无返有：修炼根因，如是而已。但人身之气有少、壮、老之不同，修炼之气有前、中、后之各异。二十四章合一年气候，皆劝人无根树下随时看花，此道情之尽美尽善者也。

一

[刘云]叹世。[李云]劝人养幽花。

无根树，花正幽，贪恋荣华谁肯休？浮生事，

陈上阳遂加发挥，《悟真》三注出而叶注遂堙。 苦海舟，荡去飘来不自由。无岸无边难泊系，常

辽阳张三丰先生，天仙也。在武当时，曾作《无

根树道情》二十四首，与紫阳《悟真》后先伯仲， 世亦有认为采战炉火者。涵虚昭然曰：“道之不行，由于道之不明也。”每欲著解彰之，恨无同心丹友。栖云刘悟元，以宏通大辩之才，作书数十种传世。其中有《无根树注解》，涵虚取而观之，词源浩大，理境圆通。由是欣然大喜，喜其先得我心之所同然也。其中有未尽泄者，涵虚乃为补之，内外药物、返还火候、先后炉鼎，发泄无遗。自是而《无根》二解，宛然《捂真》三注也。解成，问序于予，予不敏，为记其用心如此。

丁未立秋日青霞洞主人同师弟何西复拜识自题无根树词二首

鹧鸪天

道法流传有正邪，入邪背正遍天涯。飞腾罕见穿云凤，陷溺多成落井蛙。难与辨，乱纷哗， 都将赤土作丹砂。要知端的通玄路，细玩无根树下花。

卖花声

无根树下说真常，六道含灵共一光。会得威音前后事，本无来去貌堂堂。

明洪武十七年岁在甲子中和节大元遗老张三

丰自记于武当天柱峰之草庐

[刘注]“无根树”者，词之名也。凡树有根， 方能生发；若无根，必不久长；人生在世，生老病死，忽在忽亡，百年岁月，石火电光，亦如树之无根也。仙翁二十四词，以 “无根树”为名， 叫醒世人，使其看破浮生梦幻，早修性命耳。

[李解]“无根树”以人身气言。人身百脉皆生于气，气生于虚无之境，故曰 “无根”。丹家于

在鱼龙险处游。肯回首，是岸头，莫待风波坏了舟⑴。

[刘注]花者，树之精神发焕。人之身如树也，

人之真灵如树之花也。凡树有根，故能生发而开花。惟人身无根，生死不常，全凭一点真灵之气运动，真灵旺则身存而生，真灵败则身亡而死。人之存亡生死，听其真灵之旺败耳，是真灵者， 虽为人树之花，而实为人树之根。玉阳以此真灵谓黄芽，伯阳以此真灵谓金花，纯阳以此真灵谓灵根，紫阳以此真灵谓真金，尧夫以此真灵谓天根，仙翁以此真灵谓金精，诸家丹经又以此真灵谓先天一炁，其名多端，总形容此一物也。此物生于先天，藏于后天，位天地，统阴阳，运五行， 育万物，其大无外，其小无内，放之则弥六合， 卷之则退藏于密。以体而论，在儒则谓太极，在道则谓金丹，在释则谓圆觉；以用而论，在儒则谓明德、谓天地之心，在道则谓灵宝、谓黍米玄珠，在释则谓正法眼藏、涅槃妙心。人之真灵， 本来圆陀陀，光灼灼，净倮倮，赤洒洒，不生不灭，不色不空，处圣不增，处凡不减，因交后天， 庶民去之，君子存之，便有圣凡之分。庶民去之者，去此真灵而逐于假灵也，君子存之者，存此真灵而不逐于假灵也。因其庶民逐于假灵，于是真灵幽暗不明，顺其所欲，贪恋荣华，争名夺利， 不肯休歇，认假为真，百忧感其心，万事劳其形， 如苦海之舟，飘来荡去，常在鱼龙凶险之处乱游。若能猛省回头，顿超彼岸，莫待风波坏舟，丧却性命。一失人身，万劫难出矣。

[李解]山人在“无根树”下幽居有年矣，每欲阐发幽玄以招同类。时步山园中，见花木清幽， 自饶丰致，乃悟此“幽”字为二十四章“无根树” 生发之源。幽，深也，虚无之境也。天下虚无之境，皆道人花木坛场，故吾山老师题竹抱斋句云：

“三径幽花香自在，四园修竹影交加 ”，妙哉言

乎，与此同也。花不深幽，香不自在，红尘间事， 日夕难安。竹影交加者，虚心与静气相依，使人气养其心，心养其气，气盛理充，心安神全，可以葆吾真，可以含吾灵。悟元以“真灵”二字为人之树花树根；其言亦当。真灵者，真知、灵知也。灵知属性为阴，真知属情为阳，性情不坏， 则真灵全备，无奈为七情六欲销之耗之，则内损其性，外损其情，而真灵没矣。真灵没则有树无花，有树无根。悟元之大意如此。吾更有说者， 花生于树，树生于根，根生于无，真灵之体，实从虚无里胚胎，故曰“花正幽”。虚无里胚胎者，即人先天之智慧，又为人之虚灵，无影无形，具众理而应万事，圣贤用之而有余，仙佛养之而各足，但不可与情欲相干。情欲相干，日取无中之有以为应用，将日取其有，必日丧其无，日丧其无，必日丧其根，丧其根则丧其树，丧其树则丧其花。俗云：“人老颠东，树老心空”，智慧竭矣，虚灵散矣，有何真灵乎？凡皆贪恋荣华，不肯休息，日做浮生之事，全不想百年倏忽，身死事丢， 身坐苦海之舟，又不想一旦无常，性沈舟覆，无边无岸，泊系维难，一荡一游，鱼龙险处，奔奔波波，劳劳碌碌，徒伤吾之智慧，锢蔽我之虚灵， 有何益哉！仙师于此悲悯殊深，乃掉慈航度之曰： 世人之所以深入苦海，陷溺难出者，皆因不肯回首，不识岸头耳。若肯回首，即是岸头。岸头者， 觉路也。能登觉路，则智慧复来，虚灵长在，已往之非不可谏，将来之是犹可追，神气虽衰，返还有术，切莫待风波汹涌打坏了舟，庶几乎舟存人存，可为彼岸之需、出坎之助也。

二

[刘云]勉力学人。[李云]劝人栽接。

无根树，花正微，树老重新接嫩枝。梅寄柳， 桑接梨，传与修真作样儿。自古神仙栽接法，人老原来有药医。访明师，问方儿，下手速修犹太迟⑵。

[刘注]人多疑年老力衰，精神有限，如树花败危，无有生发，还不得元，复不得本，而遂自暴自弃，待死而已。试观世间老树，接以嫩枝， 重新发荣，如梅树寄柳树，桑树接梨树，此皆无情之物，尚能复生，何况人为万物之灵，得天地之正气，老而无有药医乎？药医之道是何道？即老而栽接之道。欲知此道，急访明师，求问真方。果得真方，下手速修犹太迟也。

[李解]微，衰微也。人老则元气衰微，不可不急急栽补，观之梅寄柳、桑接梨，则有式样矣。

寄者，比丹法寄居兑户、寄体西邻之意；接，比丹法以性接命、以我接彼之意。故梅寄柳、桑接梨，正是今人修真样子、古仙栽接方儿。栽接者， 医老之方也。接树有良方，而言梅柳桑梨者，同类也。夫以老枝劈开而以嫩枝插入，夹之捆之， 好土合之，牝牡相衔，此接树法也。医老之方， 亦必以类入类，妙土打合，而后返老还元。是法也，明师知之，在人访求耳。速修犹迟者，恐其时不待人，无常忽至，性未明而命未立，走入渺茫鬼域矣。何仙姑云：“阆苑中，蟠桃上生垂柳枝，扶桑上结交梨子，此东王公与西王母指示仙方也。”三丰之言非无据。

三

[刘言]炼己之功。[李言]明花柳之妙。

无根树，花正青，花酒神仙古到今。烟花寨， 酒肉林，不断荤腥不犯淫。犯淫丧失长生宝，酒肉穿肠道在心。打开门，说与君，无花无酒道不成⑶。

[刘注]金丹之道，以至清毫无滓质为归著，

然欲其至清，须要在至浊中度出，能于至浊中绝无点染，方是真清，故曰“无根树，花正清，花酒神仙古到今”也。何以见其花酒能成神仙哉？ 烟花寨、酒肉林，皆易足迷人之妙，能于烟花寨中见色不色，不为烟花所惑，于酒肉林中随缘度日，不为酒肉所累，则是不犯淫欲、不断荤腥， 而食色之性俱化，道心常存，人心常灭，真灵无伤无损，大道可冀。其曰“不断荤腥”者，非贪荤腥，乃酒肉穿肠而心不计较也。不犯淫而心无烟花矣，酒肉穿肠而心无酒肉矣，心无烟花，自有长生仙花，心无酒肉，自有延命仙酒。有仙花， 有仙酒，即到清真之仙乡，彼世之避烟花而忌酒肉者，岂知凡花凡酒中能出神仙！岂知无花无酒道不能成乎！《敲爻歌》云：“酒是良朋花是伴， 花街柳巷觅真人，真人只在花街玩。”可谓花正清之妙用矣。

[李解]凡人食色之性最重，三丰仙师即借花酒以指点。夫贪花酒者多矣，抑知有花酒神仙乎？ 身中元炁，青青秀嫩，人能食之御之，饮之簪之， 自然神清气爽，此之谓花酒神仙，自古及今皆有， 然非世上之烟花寨、酒肉林也。烟花酒肉，昏人神志，酒肉气荤腥，烟花动淫欲，斯二者皆害也， 而淫欲甚于荤腥。善炼己者，逢食便食，不另需索，故不断荤腥而荤腥已忘，见色非色，不恋娇娥，斯不犯淫欲而淫欲乃绝，非然者，精亡液漏， 为害不少，故《黄庭经》云：“叶落树枯失青青，

专闭御景乃长宁。”以是知犯淫欲者，必丧失长生之宝。酒肉穿肠，道犹在心，花酒何尝迷人哉！ 人自迷于花酒耳！不觅凡花凡酒，必见仙花仙酒， 仙花仙酒，成道之助，即无根树上青嫩之花也。味厚色佳，最能滋补。仙师打开元门，说与君听， 若无此等花酒，道难成也。

四

[刘云]辟旁门。[李云]叹孤修。

无根树，花正孤，借问阴阳得类无？雌鸡卵， 难抱雏，背了阴阳造化炉。女子无夫为怨女，男子无妻是旷夫。叹迷徒，太模糊，静坐孤修气转枯。

[刘注]修真之道，须要阴阳得类，方能成全

一个真灵之宝。若有阴无阳，有阳无阴，是谓孤花无类，真灵不成，亦如雌鸡之卵焉。难抱雏者， 盖以背了阴阳交感造化之炉也。又如女子无夫， 男儿无妻，怎能生育？彼世之盲汉，不穷阴阳之理，不推造化之源，糊涂于事，或观空，或定息， 或思神，或守窍，或搬运，皆是静坐孤修，阴而不阳，不特无益于性命，而且有伤于性命，愈修而气愈枯矣。

[李解]孤，指内修言。内修养性，不能立命， 以其孤而无偶，不生命宝。犹之雌鸡无雄鸡匹配， 虽能生卵，却不能抱出雏鸡。今人以修性为养气者，而不知其气正孤阴也。欲要不枯，须以真阳配真阴，乃为同类之物，借问修道人，得了同类否？今夫真阳者，义也；真阴者，道也。配义与道，则不孤矣。但此中有三叠层次，始以真阴生真阳，次乃以真阳配真阴，次又从阴阳交感中产出真灵浩气，岂若雌鸡之卵难抱雏哉！不能抱雏者，因其背了阴阳之义、造化之炉也。阴阳者， 夫妇也。圣人之道，造端乎夫妇，化生乎万物， 人间男女夫妻，亦如是也。女若无夫，则孤阴不生而为怨女， 男若无妻，则孤阳不养而为旷夫， 此理之晓然易知者，乃世上迷徒，过于模糊，以为静坐孤修，可以明心，可以见性，可以一超直入，全不讲阴阳匹配，吾恐日日坐，日日修，顽空殿上行，寂灭海中戏，久之而其气转枯索矣。

五

[刘言]匹配阴阳。[李言]颠倒阴阳。

无根树，花正偏，离了阴阳道不全。金隔木， 汞隔铅，阳寡阴孤各一边。世上阴阳男配女，生子生孙代代传。顺为凡，逆为仙，只在中间颠倒颠。

[刘注]《易》曰：“一阴一阳之谓道。”《悟真》云：“阴阳得类归交感，二八相当自合亲。”若阴阳各偏，或阳感而阴不应，或阴求而阳不招，或阳过而阴不及，或阳盛而阴不足，皆是真灵之花有偏，不中不正，道不成全也。人之真情如金， 真知如铅，二物属刚；灵性如木，灵知如汞，二物属柔。真情真知，刚而易沈；灵性灵知，柔而易浮。若以性求情，情来归性，以真制灵，灵归于真，刚柔相应，阴阳和合，化为一气，生机长存而不息矣。如情不归性，灵不归真，是谓“金隔木，汞隔铅，阳寡阴孤各一边 ”，焉能返本还元，结成真灵之丹哉！试观世上，男女相配，生子生孙，代代相传而相续，可知修真之道，阴阳相合，生仙生圣，亦能代代相传而不息，但不过有顺逆之分，仙凡之别。顺则为凡，逆则为仙， 所争者在中间颠倒耳。这个“中”字，其理最深， 其事最密，非中外之中，非一身上下之中，乃明阳交感之中，无形无象，号为天地根、阴阳窍、生杀舍、元化门，人生在此，人死在此，为圣为贤在此，作人作兽亦在此。修道者能于此处立定脚跟，逆而运之，颠倒之间，灾变为福，刑化为德，所谓“一时辰内管丹成”也。噫！中间人不易知，颠倒人亦难晓，采战家以男女交合之处为中间，以男采女血为颠倒，搬运家又以黄庭穴为中间，以气血后升前降为颠倒：凡此皆所以作俑而已，岂知神仙中间颠倒之义乎？好学者早为细辨可也。

[李解]偏，指明阳相隔，不能成全作丹此。夫阴阳合中，则刀圭凝而道术全备。金木铅汞，即阴阳也。木精汞性皆属阴，金气铅情皆属阳，精气相须，性情交感，金恋木仁，木爱金义，汞去迎铅，铅来投汞，方无间隔之病，得生大药真身。若是阴孤阳寡，各在一边，则阴阳不配，偏而不全，安能化生至宝，流传万代乎？匹配之法，仙凡相似，只是凡人用顺，仙家用逆耳。悟元谓中间颠倒人不能知，吾谓这“逆”字人亦不知。中间颠倒，先要知“逆”字妙用。人能知逆，则金木铅汞皆在其中，阴阳乾坤尽行颠倒，而且有等等事件，皆回旋于“逆”字之内，得药还丹，片晌可期也。

六

[刘言]药生之时。[李言]坤申之理。

无根树，花正新，产在坤方坤是人。摘花戴， 采花心，花蕊层层艳丽春。时人不达花中理，一诀天机值万金。借花名，作花身，句句《敲爻》

说得真。

[刘注]新者，本来之物埋没已久，忽而又有之， 谓花至于新，光辉复生；如月现于西南坤方，纯阴之下，一点微阳吐露，比人之虚室生白，真灵发现，复见本来面目矣。这个本来面目，即我本来不死之真人，有此人则为人，无此人则非人， 乃我之秉受于天，而得以为人者是也。但此真人不轻现露，非可常见，当虚极静笃、万缘俱寂之时，恍惚有象。虚极静笃，即坤纯阴之象，故曰

“产在坤方坤是人”。这个人久已为尘垢掩埋， 绝无踪迹，一旦现象，便是新花，时不可错，急须下手，摘之采之，以为我有。摘花戴者，摘此真人之花也。采花心者，采此真人之心也。渐摘渐采，由少而多，积厚流光，真灵不昧，则花蕊层层，万理昭彰，随心走去，头头是道，其艳丽如春日，阳气遍地，处处花开矣。但此花人人俱有，人人俱见，人人不达，每多当面错过，若有达之者，超凡入圣刹那间耳，故曰“一诀天机值万金”。仙翁慈悲，借花之名，作花之身，即有形无，句句“敲爻”，分说先天之旨，盖欲人人成道，个个作仙，奈何时人不达此花中之理，而犹有以御女闺丹妄猜妄作者，虽仙翁亦无如之何也。可不叹诸！

[李解]悟元讲“人”字是本来面目，是曾见过此人者，故不觉语长心重，达己达人，慈悲切矣。但“坤是人”的“是”字，尚未醒露。原夫花以比人，人即借花为喻，花正新者，如人到归根处， 致虚守静，观彼一阳来复，不觉春色又新矣。这花在坤方发现，即坤见花，即花见人，花生处即人生处，故曰“坤是人”也。丹法种铅于金乡， 播汞于火地，金火位乎西南，西南得朋，金火合处正在坤方之上，此人乃金身火体，一片纯阳， 吾人真气是也，一曰真情。惚兮恍兮，其中有象， 热如火，艳如花，花气薰人浓似酒，得之所以如醉也。此时也，吾即摘而戴之，时不可过也。吾更采取其心，直须吞尽也。由花及蕊，透入层层， 真个是艳丽春宫，时人知其外而不知其中，必不达花中妙理。花中妙理，纯是天机，天机流露， 一诀能值万金。此中四、五、六、七句，皆吕祖

《敲爻歌》语。丰翁云：“吕祖以人身借花之名，以花身作人之身，我句句用《敲爻》语，极说得真切有味也。”

七

[刘言]乘时采取。[李言]临炉定静。

无根树，花正繁，美貌娇容赛粉团。防猿马，

劣更顽，挂起娘生铁面颜。提出青龙真宝剑，摘尽墙头朵朵鲜。趁风帆，满载还，怎肯空行过宝山⑷。

[刘注]先天真灵发焕，一本万殊，随时玩象，

无物不在花甚繁也。当其正繁，英华毕露，精神外用，易于争奇好胜，卖弄风流，故曰“美貌娇容赛粉团”。于斯时也，须要防危虑险，牢拴猿马，挂起娘生铁面，提著青龙宝剑，对景忘情， 摘尽墙头方露之花，不使些子逐于色相，耗散真气也。娘生面颜者，即无识无知之铁面。青龙宝剑者，即不染不著之真性。娘生铁面即是青龙宝剑，两者同出而异名，以体言为娘生铁面，以用言为青龙宝剑。铁面者，定体也，宝剑者，慧器也，定以用慧，慧以成定，定慧相需，体用不离。先天真灵，即色即空，常应常静，无渗无漏，是谓“摘尽墙头朵朵鲜”也。墙头朵鲜，是方出墙而未离墙头，真气未散之时，于此而摘取之，绝无滓质，纯是天真，渐生渐采，渐摘渐收，必摘至于无所摘而后已。噫！大药难遇，大法难逢， 幸而遇逢，时不可错，乘此风帆，急须摘取鲜花， 满载而还，怎肯空过宝山，自贻后悔也。

[李解]繁，即盛满时也。美貌娇容，比先天一气，即仙翁“五更道情”所谓“群阴尽，艳阳期， 一枝春色金花丽”是也。赛粉团者，药生之时， 即花魔赛美之时，古仙云：“先天发现，药魔易起”，若非炼已纯熟，见美不动，谁能得金花于半刻哉！故曰“防猿马，劣更顽”，即“一枝花”道情所谓“娇夭体态，十指纤纤，引不动我意马心猿”者也。挂起娘生铁面颜，拿出定力，“正教他，也无些儿转动”也。提出青龙真宝剑，摘尽墙头朵朵鲜，与“退群魔，怒提起锋芒慧剑， 敢采他，出墙花儿朵朵新鲜”同一义也。悟元以铁面为定，宝剑为慧，真是知音，但定慧二者， 非从炼己得来，则定非真定，慧非真慧，不可取用于临事也。“一枝花”云：“时时防意马，刻刻锁心猿，昼夜不眠，炼己功无间”，宜须炼到那，

“俺是个清净海，一尘不染”，方是真定，“俺是个夜明珠，空里长悬”，方是真定⑸。墙头者，花已出墙而犹在墙，这叫做出墙花儿，火最清，候最真，非得师传人不解，非系过来人不知。若晓得花枝出墙时，即行采来，便是仙家手段。摘尽者，一口吸尽，吞入我家，非言渐摘渐收也。渐摘渐收乃温养抽添之事，尚在后头一著。趁风帆， 满载还，四候合丹，急起河车运回矣，怎肯空行过宝山。宝山乃先天生处○。丹法炼时为药，采时为药，养时则为火，然有药则有火，但非温养

之火耳。此章注采药解为正。

八

[刘言]进退阴阳。[李言]温养还丹。

无根树，花正飞，卸了重开有定期。铅花现， 癸尽时，依旧西园花满枝。对月才经收拾去，又向朝阳补衲衣。这玄机，世罕知，须共神仙仔细推⑹。

[刘注]人之精神衰败，真灵耗散，如花之飞扬

谢落矣。然花谢落犹有重开之期，人衰败亦有返还之道。返还之道为何道？即阴中复阳，已谢重开之道。铅花者，道心真知之光辉。癸水者，人心客气之私欲。铅花发现，道心不昧，癸水消尽， 人心常静。道心不昧，人心常静，依旧真灵无亏无损，本来圆成之物，复见于此，是花已谢而重开满枝矣。因其癸水要尽，故“对月残经收拾去”，因其铅花要现，故“旋趁朝阳补袖衣”。人心之私欲，如外来之客气，如月之残经；道心之真知， 乃本来之正气，如日之阳光。对月而残经收拾， 扫去人心之私欲，所以退阴也；朝阳而旋补衲衣， 渐添道心之真知。所以进阳也。退阴退至于阴气绝无，方是残经收拾了；进阳进至于阳气纯全， 方是衲衣补完成。阴尽阳纯，还元返本，本来面目全现，谢了重开岂虚语哉！这个谢了重开之天机，世人罕知。若欲知之，须共神仙推究原始要终，方能知也。

[李解]悟元所注，其理甚佳，然非此章本义。按此就还丹温养言。飞，上下也，乃朝进阳火、暮退阴符之意。卸了者，还丹得叶落归根，正指复命也。复命之后，又取外炉金水，抽铅添汞， 温养灵胎，《悟真》谓“外炉增减要施功”，《参同》谓“候视加谨慎，审察调寒温，周旋十二节， 节尽更须亲”，丰翁谓“遇子午专行火候，逢卯酉冰浴金丹”是也，故曰“重开有定期”。重开之物，即下文西园花枝也。铅花现，癸尽时者， 还丹大药铅生癸后，铅生则采之，金逢望远则不堪尝，惟于五千四十八日癸水初潮之后，斟酌用功，擒住首经至宝，乃为上上。癸生为十四，癸尽为十五，一片阳光，正此时也。以人身言，无非大静中之大动耳。采而吞之，遂成还丹，但大丹到手，外铅复生，丹家必取为温养之用，故曰

“依旧西园花满枝”云云。对月才经收拾去，抽铅也；又向朝阳补衲衣，添汞也。收拾之法，须明月之晦朔，故以对月为言；补衣之法，须用日之朝暮，故以朝阳为喻：此玄家微意也。这等玄微，世间罕有知者，如欲知之，须共得道神仙仔

细推求，庶几不谬耳。

九

[刘言]偃月炉。[李言]天上宝。

无根树，花正开，偃月炉中摘下来。延年寿， 减病灾，好结良朋备法财。从兹可成天上宝，一任群迷笑我呆。劝货才，体卖乖，不遇明师莫强猜。

[刘注]先天真灵之宝，无形无象，无方无所，

从何而采，以结还丹？然虽无形无象，无方无所， 亦有花开之时。当开之时，恍惚中有象，杳冥内有精，其精甚真，其中有信，法象如偃月。俗工家不知古人取象之意，或指为两肾中间，或指为眉问明堂，或指为肉团顽心，更有作俑魔头指为妇人产门，大错大错！夫所谓偃月者，偃仰之月也。天上之月，每月初三，西南坤地黑体之下， 现出峨眉之光，其光偃仰，故名偃月，在卦为纯阴之下微阳渐生，为复，在人为静极又动，虚室生白，天地之心萌动。此心内含一点先天祖气， 从黑暗之处微露端倪，有象偃月之光。因其这一点祖气，为天地之根，为五行之本，能以造仙佛， 能以作圣贤，能以固性命，又号为偃月炉。这个天地之心，与天地合其德，与日月合其明，与四时合其序，与鬼神合其吉凶，难逢难遇。幸而偶逢，时不可错，急须下手摘来，谨封牢藏，勿令渗漏，可以延年寿，可以减病灾，但此延年寿、减病灾之事，非有大功大行者不能行，非有大志大力者不能作，必须外结良缘以修德，内备法财以用诚，乃能感动皇极而得天宝。法财者，非凡间之财，乃法中之财，即专心致志，真履实践， 一念不回之善财。上阳真人云：“天或有违，当以法财精诚求之。盖欲求天宝，须尽人事，人事不尽，是无法财，无法财而妄想天宝，难矣。” 欲求天宝者，可不先备法财乎？天宝非别物，即真灵炼成之金丹，亦即天地之心复全之还丹，曰真灵，曰天地之心者，以未修炼言也；曰天宝， 曰金丹者，以修炼成熟言也。天宝既得，万有皆空，根尘俱化，入于不识不知、无人无我之境， 一任群迷笑我呆矣。这个呆事，须要明师口传心授，非可强猜而知。仙翁云：“劝贤才，休卖乖，不通明师莫强猜”，其提醒后人者多矣。

[李解]开，言玉蕊初生也。偃月炉在人中无定所，亦无定时，因其阳气初动，静中有光，故以晦极生明之新月比之。此月在天，有庚方，有初三，皆有时地可指，若在人身，则现处即庚方， 现时即初三，不可预定也。偃月何形？刘图是也。

偃兼仰言，九分黑一分白，黑中见白，阳气初生， 故现白光于上而为偃月。今人所言者，有如此形， 是仰月非偃月也。何以云摘下来乎？其言摘下者，以其气在空中也。丹家见此一线白光，亦不可轻起河车，惟宜以淡泊之神、冲和之意，从气生处采之，故曰“偃月炉中摘下来”。神气相合之际，俄而阳光大现，有如十五圆形○，是为中秋月，是为气足潮生，方行驱之黄道，送之黄庭， 由是则年寿可延、病灾可减矣。良朋法财者，同心好道之士，肯出善财，为人护法，助人成道者也。悟元《修真辨》及此章注解，仍以法财为身中之物，此盖矫贪之论也。平心言之，法财有二： 一内法财，真金也；一外法财，假宝也。借假修真，确不可少，但不宜格外贪取耳。至于天宝炼成，装憨卖痴，抱璞怀玉，群迷笑我为呆子，俱可一概任之矣。然炼天宝者，岂易言哉！非遇明师不知也。

十

[刘言]还丹成熟。[李言]还丹入山。

无根树，花正圆，结果收成滋味全。如朱橘， 似弹丸，护守堤防莫放闲。学些草木收头法，复命归根返本原。选灵地，结道庵，会合先天了大还。

[刘注]真灵之宝，去者复来，旧者仍新，无伤

无损，依然本来原物，是花之圆也。圆之云者， 言其结果收成滋味全也。夫金丹成就，五行攒簇， 四象和合，仁、义、礼、智、信混成一理，精、神、魂、魄、意归于一气，更得符火烹煎成熟， 化为纯阳之物，活活泼泼，其赤如朱橘，其圆如弹丸。当斯时也，守护堤防，十二时中，不得放闲，韬光养晦，学些草木收头之法，复命归根， 返于本源，以待静极又动，会合先天，以了大还丹之事。此言还丹成就，再造大丹之功也。盖还丹只完的当年本有原物，乃超凡之事，吕祖所谓

“三铅只得一铅就，金果仙芽未现形 ”者是也。大丹是从还丹又做向上事业，乃入圣之事，吕祖所谓“再安炉，重立鼎，跨虎乘龙离凡景”者是也。若只修还丹，不再造大丹，只了得初乘之道， 不过是一个完全人耳，焉能入于圣人之域哉！所谓选灵地、结道庵者，非外之灵地、道庵，乃内之灵地、道庵。修道至于归根复命，还丹事毕， 温之养之，神气充足，则丹灵矣，是谓灵丹。从此灵地，再安炉，重立鼎，是谓结道庵，曰选灵地者，等候一阳生也。一阳生乃先天中静极而动之阳，非若还丹乃后天中所生先天之阳也。虽皆

先天，但有先后之别耳。欲了大还丹，非会合先天中之阳不能成功，故曰“会合先天了大还”。大丹成就，方入圣基，若大丹末成，只是半涂事业，非修道之全功。释典云：“百尺竿头不动人，虽然得入未为真。百尺竿头重进步，十方世界是全身。”即此了大还之谓乎？

[李解]圆，指还丹，有性情团圆之意也。其法功在致虚守静，观彼庚方月生，喻如阳气初动， 即运己汞迎之，外触内激而有象，内触外感而有灵，如磁吸铁，收入丹田，还外丹也。此法至简至易，故古仙云：“不出半个时辰，立得成就。” 夫丹有二品，而分之则有三乘。三乘丹法，皆采铅花，皆称还丹，但有大小先后之不同耳。一曰初乘，名为结丹，又名玉液还丹，后天中返先天， 去癸取壬，而以玉液培之，圆成内丹，此尽性之学，人仙也。一曰上乘，则号还丹，又曰七返， 以后天所返之先天，种出先天，立为丹母，此立命之学，地仙也。一曰大乘，名为九转大还丹， 其药以十五夜月圆为喻，先天中先天，火到即行， 化为白液，吞归腹内，凝而至坚，是为金液还丹， 至灵至妙，成圣成真，此性命归了之学，天仙也。花正圆者，即以上乘丹基言之也。算结了一果， 收了一成，然其炼铅之法，二物相吞，五行皆备， 此之谓滋味全也。是丹也，虽非大乘之丹，然亦赤洒洒有如朱橘，圆陀陀宛似弹丸，功夫至此， 必须默默照顾，绵绵若存，否则怀抱不亲，易于走失，故当护守堤防，莫放闲焉。学些草木收头法，《易》所谓“以此洗心，迟藏于密”也。复命归根返本原，《契》所谓 “白里真居，方圆径寸”也。选灵地，结道庵，悟元谓灵地、道庵在人身中，然亦有内外二用：内边灵地、道庵，必求灵台清净，神气冲和，而以道人之心太平庵结于其中；外边灵地、道庵，必求灵山福地，嚣尘不扰，而以道人之白云茅庵结乎其内。如是则心迹双清，真力弥满，铅中产阳，会之合之，道成九转大还，则圣功了当矣。

十一

[刘言]真一之气。[李言]交媾之所。

无根树，花正亨，说到无根却有根。三才窍， 二五精，天地交时万物生，日月交时寒暑顺，男女交时孕始成。甚分明，说与君，犹恐相逢认不真。

[刘注]先天真灵之宝，具众理，应万事，寂然

不动，感而遂通，天下之故，无处有碍，无往不利，是花之亨也。花既亨，是树虽无根而花却有

根。其根为何根？乃生天、生地、生人三才之窍， 阴阳五行妙合二五之精。因其是三才之窍、二五之精，先天而生乎阴阳，后天而藏于阴阳，一气分而为阴阳，阴阳合而成一气，故天地阴阳上下相交，合为一气而万物生，日月阴阳来往相交， 合为一气而寒暑顺，男女阴阳彼此相交，而孕始成。观于天地、日月、男女，一阴一阳相交，方有造化，可知性命之道，非阴阳相交合一，不能完成，是一气者，即性命之根、生死之窍。有此一窍，则阴阳相交而生，无此一气，则阴阳相背而死。人之生死，只在此一气存亡之间耳。但人不知此一气是何物件，存于何处。或疑此气为呼吸之气，或搬运上升下降于黄庭，或聚气于丹田， 或聚气于眉间，或聚气于天谷，或聚气于脑后， 种种不绝，千奇百怪，终落空亡。殊不知先天真一之气，视之不见，听之不闻，搏之不得，圣人以实而形虚，以有而形无。实而有者，真阴真阳； 虚而无者，二八两弦之气。两者相形，一气居中， 凝结成丹，此乃虚空中事业，何得以有形有象之物猜之？又何得以有方有所之窍作之哉？仙翁以其人皆不识此一气，故以三才窍、二五精示之， 又以天地、日月、男女相交示之，分明将一气与人指出，惟恐人遇此一气，当面认不真耳。悟元斗胆，不避罪谴，今再为仙翁传神写意，分明说与大众。要知先天真一之气，不是别物，即是一点真灵之气，因其此气刚健中正，故谓真一；因其此气易知简能，故谓真灵。一真灵真，绝无滓质，故谓先天之物。真一也，真灵也，同出异名， 非有两物，不知有人认得真否？

[李解]亨，通达也。一气通达，即从下文“交” 字中出来。夫花生于树，树生于根，根生于无， 是无根却有根也。无根之根，即生天、生地、生人之根，此根乃虚无一窍，故称为三才窍。此窍为交精之所，故曰“三才窍，二五精”。二五者， 天五为一五，地十又一五，二五即二土也，二土合而刀圭成焉。泥丸云：“玄关一窍无人识，此是刀圭甚奇绝。”盖二五交精之地，即产药之渊源也。大修行人，于此虚无一窍，知其为交媾之所，必能使先天一气自虚无中来，交之为用大矣哉！以故天地交则万物生，日月交则寒暑顺，男女交则孕始成，此皆交媾之证也。此其理甚是分明，人人易晓，却人人不晓，仙师广大慈悲，说与君听，只要在二八相逢之处，将两气合成一团， 斯大药可生也。但恐龙虎相逢，吐出两弦之气， 炼丹人认不真耳。

十二

[刘言]金精开旺。[李言]认取金精。

无根树，花正佳，对景忘情玩月华。金精旺， 耀眼花，莫在园中错拣瓜。五金八石皆为假，万草千方总是差。金虾蟆，玉老鸦，认得真时是作家⑺。

[刘注]先天灵宝，刚健中正，纯粹精也，其花最佳。当正佳之时，如月华开放，金精旺盛，而人宜玩之，不可当面错过也。月月开者，应时而开，非时不开，按月定期，动静有常，丝毫不爽也。金精者，金之精明，在月则谓月华，在人则谓真精。真精者，真灵之精，无时有昧，故以月华、金精喻之。真灵人不易知，观于月与金之真而可知；真灵人不易见，观于月之华、金之精而即见。凡物之精华，久而有坏，惟月华月月开放， 金精万年不减，月华、金精如是，人之真精亦如是，但真精有时不精者，因后天阴气蔽之，而其本体未尝泯灭也。金精旺即是真精旺，真精正旺， 明照世界，气充宇宙，白雪飞空，黄芽满地，金光耀眼，左之右之，无不是花矣。但此真精，无形无象，非色非空，不可以有心求，不可以无心守，只可神会，不可口言，虽是明明朗朗，现现成成，人人常见，人人不识，最难认真，修道者须要极深研几，真知灼见，方可下手，不得认假为真，似是而非，却在园中错拣瓜也。彼世间盲修瞎炼之辈，或疑金精为有形有象之物，而遂炼五金八石，服万草千方，与我非类，焉能结丹接命，岂不大差乎？虾蟆为水中之物属阴，虾蟆而云金，为阴中之阳，黑中之白，我之真知是也； 老鸦为上飞之物属阳，老鸦而云玉；为阳中之阴， 雄中之雌，我之灵知是也。真知、灵知，方是我同类之物，方是我性命之宝。取此二物，合而成丹，真而至灵，灵而至真，真灵不散，浑然天理， 不色不空，不生不灭，所谓月华者即此，所谓金精者即此，月华开，金精旺，岂有不长生者哉！ 但人多认不得真知、灵知是何物件，若有认得真者，便是修道老作家，未有不成道者。噫！金丹之道，差之毫厘，失之千里，认得真者，有几人哉！

[李解]佳者，美也，美金花之称也。丹家以真铅为美金花，《参同》云：“铅体外黑，内怀金花”，兹于黑铅之中，取出白金，以朱汞配之，产出先天一气，此正是美金花也。返之于己，便成还丹， 但还丹必先炼己，炼己纯则还丹易。对景忘情者， 炼己纯熟之后，一切美景，毫不动情，只贪玩这点其气，这点真气，名为月华。何又名为月华？

益以月之圆可以测气之候也。《悟真》云：“八月十五玩蟾辉，正是金精壮盛时 ”，此与玩月华同一法眼。夫月自初三而生，陆仙比之气嫩，月至十五而满，陆仙比之气足，气足则金精壮盛。金精者，月华中发现之物，同出异名，旺则黄芽满鼎，白雪弥空，慧眼观之，照耀如花，丹士以通天剑取来，及时进火，制成还丹，惟此花而已矣。切莫丢了真花，反在园中拣那假瓜，以致叹其错误也。非特拣瓜为错，即五金八石，亦皆假而不真，万草千方，总属差而不是，欲求不假不差者， 惟此金精而已矣。这金精从何处生来？你看那金虾蟆、玉老鸦，即是生来之处。虾蟆为水中阴物， 名之曰金，则坎中真阳也；老鸦为天上阳物，名之曰玉，则离中真阴也。真阴与真阳交感，生出两弦之气，又以两弦之气，生出真一之气。月华也，金精也，皆此物也，但要人认得真耳。如其认得真时，即是明通火候辨铅的老作家。

十三

[刘言]采取药物。[李言]攀折黄花。

无根树，花正多，遍地开时隔爱河。难攀折， 怎奈何，步步行行龙虎窝。采得黄花归洞去，紫府题名永不磨。笑呵呵，白云阿，准备天梯上大罗⑻。

[刘注]宇宙之间，俱是道气充塞，凡真灵光照

之处，即是有花之处，其花甚多，遍地开矣。无如遍地花开，而人当面不识，如河之阻碍，虽欲攀折，最难攀折，亦莫奈何也。其难攀折者，以其举世之人，皆为名利所牵，为恩爱所绊，弃真认假，以苦为乐，步步走的龙虎凶险之地，与性命之道相违，故难攀折耳。若是勇猛丈夫、决烈男子，直下脱卸世缘，求师口诀，借假修真，于众花中拣采至中至正之黄花，归于洞中，温养成丹，延年益寿，则紫府题名，永不磨灭矣。黄花即色正中央戊已乡之黄花，花正中正，纯是生机， 并无杂气，生机归洞，四时长春，如居于白云窝中，逍遥自在，别有天地非人间，岂不呵呵大笑， 自知快乐乎？到此地位，还丹已得，再安炉，重立鼎，做向上之事，准备天梯，而作大罗天仙矣。

[李解]先天本来之物，贤不加增，愚不加减， 人人皆有，个个皆生，花正多也，特为爱河所阻， 致使本来湮没，纵然遍地花开，其如爱河之相隔哉！爱河者，后天欲界之人心，能阻先天之道心， 道心既阻，则欲攀折仙花难矣。为今之计，怎奈之何？仙师为学者告曰：除非步步寻求，行行探访，走了一重山，又度一重水，直入龙虎之窝，

庶可见其本来也。这龙从火里出，这虎向水中生， 能从后天中吐出先天之气，龙藏于阴，虎藏于阳， 阴阳交媾，生出龙虎，龙虎交媾，生出金花。这金花在西南坤方，坤土色黄，其花亦是黄花，人能采得黄花，拿回洞去，结成金丹，则紫府题名永不磨矣。笑呵呵，深造自得也。白云阿，居安资深也。如欲竿头重进，至于天仙，非再安炉鼎， 高架天梯，不能做大罗天仙。欲做天仙者，由此而准备天梯可也。

十四

[刘言]阴中生阳。[李言]鼎中产药。

无根树，花正香，铅鼎温温现宝光。金桥上， 望曲江，月里分明见太阳。吞服乌肝并兔髓，换尽尘埃旧肚肠。名利场，恩爱乡，再不回头空自忙。

[刘注]先天真灵，众美毕集，万善同归，其气最香，当其正香之时，即铅鼎温温现宝光之时。铅鼎者，真知也。以其真知，能以去旧取新，能以修仙成真，故谓铅鼎。宝者，即真灵之宝，真灵非真知不现，盖真知具有道心，道心内含先天真一之气，是谓真灵。铅鼎温温，是刚柔相当， 不偏不倚，而鼎立矣。鼎立则道心发现，道心发现则真灵之光渐生，是谓现宝光。金桥者，金也； 曲江者，水也。上金桥而望曲江，水中有金之象。水中生金，阴中生阳，即是月里见太阳，亦是铅鼎温温现宝光也。铅鼎光现，阴阳合德，神气相御乘时，故入造化窝中，令其住而不令其去，是谓吞服乌肝并兔髓。乌肝色青，日精也，象灵知之灵性；兔髓色白，月华也，象真知之真情。吞服乌肝并兔髓，则性不离情，情不离性，真而至灵，灵而至真，性情如一，真灵不昧，圆陀陀， 光灼灼，净倮倮，赤洒洒，一切后天积聚泻去， 道心常存，人心永灭，换尽尘埃旧肚肠矣。肚肠换过，万事皆空，名利恩爱，何恋之乎！

[李解]香乃不闻不臭之香，至清至洁之香，即先天初现，不染于后天时也。铅鼎者，外鼎也。造铅之法，必立外鼎于西南，名曰坤乡，又曰坤母。母体本虚，必资乾父日精，方能产铅。日精者，龙汞也⑼。龙为长子，子代父体，投入母怀， 则气精交感，先天真铅之鼎于此而立。钟祖云：

“太阳移在月明中”，此即立鼎之法也。下文云：

“月里分明见太阳”，即此温温之时也。铅鼎温温，则宝光现矣。宝光者，命宝之光，此光发观， 正为先天之气，白象从眉眼上映出，吕祖曰：“温温铅鼎，光透帘帷”，又曰：“审眉端，有朕兆”，

同此景也。金桥者，下鹊桥也，在西南路上，为金气照耀之所。曲江者，气绕鹊桥，光印西南也。昔人注吕祖“曲江上，月华莹净”之句，指曲江为小肠十二曲，误入魔道矣。又有指为口鼻之间者，其入魔道尤甚。惟陈泥丸先生云：“西南路上月华明，大药还从此处生。记得古人诗一句： 曲江之上鹊桥横。”深为得旨。何也？西南属坤， 坤为腹，宝光现处，月华正明，月华明处，金气正出，故于金桥之上，望见曲江，江上有月，正照金桥也。月华朗耀，阴中阳生，故曰“月里分明见太阳”。太阳者，日也。日中阳乌，日之精也。吞服乌肝者，饵东方之日精，并服兔髓者， 食西方之月华，精华合服，大药乃生，日月并吞， 金丹具体，故曰“吞服乌肝并兔髓，换尽尘埃旧肚肠”矣。又何有恩爱名利，扰我清心，再为之回头思想，终日空忙也哉？

十五

[刘言]临炉下功。[李言]温养功夫。

无根树，花正鲜，符火相煎汞与铅。临炉际， 景现前，采取全凭度法船，匠手高强牢把舵，一任洪波海底翻。过三关，透泥丸。早把遍身九窍穿。

[刘注]真爱之宝，尘垢退尽，至清至净，花岂

不鲜乎？然其所以鲜者，全赖符火相煎铅汞之功夫。真灵者，真知、灵知之体；真知、灵知，乃真灵之用。真灵分而为真知、灵知，真知、灵知合而为真灵。烹煎真知之铅、灵知之汞，即烹煎真灵也。烹煎者，以真知而制灵知，以灵知而顺真知，真知、灵知凝结，复成真灵之宝，其花之鲜，言语难形容矣。但真灵易结，火候最难。紫阳翁云：“纵识朱砂与黑铅，不知火候也如闲。大都全藉修持力，毫发差殊不作丹。”特以金丹之道，采药有时，炼药有法，若不知时，不知法，虽大药在望，不为我有，故临炉下功之际，恍惚中有象，杳冥内有精，一点真灵之光，从虚无中透出，似有似无，非色非空，景象现前，此大药发生之时也。此时即有三尸六贼、五蕴七情诸般之幻景，亦现于前，必须稳驾法船，牢把舵楫，对景忘情，一任海底翻波起浪，不动不摇。如是用功，渐采渐炼，扶阳抑阴，愈久愈力，功夫到日，自然精化为气，气化为神，神化为虚，过此三关， 泥丸风生，法相现露，而周身九窍之阴气，亦皆化矣。三关非工家尾闾、夹脊之说，乃炼精、炼气、炼神之三关：炼精化气为初关，炼气化神为中关， 炼神化虚为上关，过此三关，神合太虚，

出入无碍，是谓透泥丸，盖泥丸宫为藏神之所也。周身九窍方著幻身上说，过三关上泥丸，法身成就，而幻身百脉九窍，阴气化为阳气，亦皆窍窍光明，即百万四千毫毛，亦化为护法神也。学者不可以辞害意也。

[李解]此章以温养言。悟元谓过三关、透泥丸、穿九窍，非工家尾闻、夹脊之说，乃经三炼之后， 神合其虚，出入无碍，能使幻身九窍，窍窍光明。其说可也，但上头数句，若不就温养时言，则入室还丹、温养脱胎，尽杂于一词之中，似非仙师逐段指点本意，今但以温养言之。鲜者，鲜明也， 温养功深，日新月盛之象。符火者，屯蒙值事， 朝进阳火，暮退阴符也。夫子时阳生，进火宜子， 至于朝则寅时矣，不于子而于寅者，火生在寅， 阳气发旺，故于此时进火；午时阴生也，退符宜午，至于暮则戌时矣，不于午而于戌者，火库居戌，阴气主藏，故于此时退符。退符所以添汞也， 进火所以抽铅也，以铅制汞，以汞含铅，铅日减而汞日增，故曰“符火相煎汞与铅”。临炉者， 以临外炉言，非入室临炉时也。入室炼铅，必用鼎器，至于温养，则用炉而不用鼎也。然炉有外炉，亦有内炉，紫阳云：“内有天然真火，炉中赫赫长红”，此即内炉也；又曰：“外炉增减要勤功，绝妙无过真种”，此即外炉也。临炉之际，美景现前，此不是宝光现前，亦不是幻景当前， 乃内炉文火、外炉武火也。文武烹煎，渐采渐取， 渐取渐添，温养时有不可间断功夫，全要法船匠手，不为风波所动，扰我元功，然后法船广运， 往来不绝，如达摩之载金过海，直超彼岸矣，故曰“采取全凭度法船，匠手高强牢把舵，一任洪波海底翻”云云。末三句刘注已明，兹不复解。

十六

[刘言]认取真铅。[李言]一味真铅。

无根树，花正浓，认取真铅正祖宗。精气神， 一鼎烹，女转成男老变童。欲向西方擒白虎，先往东家伏青龙。类相同，好用功，外药通时内药通⑽。

[刘注]秾者，秾盛广多也。花正秾盛，其间即

有美恶偏正相杂，须得真正仙花，方可采取而用。真正仙花为何花？即真铅也。其铅即真知之真情，乃真灵之发现，以其真知外阴内阳，外黑内白，故谓真铅，又谓水中金，又谓水乡铅，又名月中华，其名多端，皆象此真知之一物也。惟此真知，内含先天真一之始气，乃阴阳之本，五行之根，仙佛之种，圣贤之脉，为修道者之正祖宗。

认得祖宗，取归我家，敬之奉之，须臾不离，则精气神三者，自然聚于一鼎，无庸勉强。盖以其父归之，其子焉往？更加符火烹炼之功，虽女可以转男，虽老可以变童。女转男者，非形体转男， 盖女子纯阴，修炼成道，化阴成阳，亦同男子。老变童者，非面容变童，盖老者气枯，修炼成道， 返本还元，亦如童子。但女转成男、老变为童之道，虽是认取真铅真知，还要先能炼己。若炼己不熟，真知不来，虽来而亦不留，故曰“欲向西园牵白虎，先往东家伏青龙”。白虎属西方金， 喻真情也；青龙属东方木，喻真性也。真情真性， 本来一家，何待牵伏？因其交于后天，真中杂假， 真情变为假情，恩中带杀，如虎出穴，奔西伤人， 不为我有，而反依居他家矣。真情既变为假情， 于是真性有昧，亦化而为假性，假者用事，真者退位，性情不和，如龙东虎西，两不见面矣。若欲复真，必先去假；若欲牵情，必先调性。调性之功，乃炼己之功。炼己者，炼其气质之性也。气质之性化，则真性自现，真性现则不动不摇， 而真情亦露，真情露则假情不起，可以牵回白虎， 与青龙配合，情性相恋矣。白虎即真铅祖宗，同出异名，以其真知刚强不屈，故谓白虎，以其真知柔中藏刚，故谓真铅。牵白虎即是取真铅，牵之云者，非有强制，乃不牵之牵，性定自然情归， 特以同类者相从，阴阳内外有感应之道也。性主处内属阴，内药也；情主营外属阳，外药也。阴阳原是一气，性情固是同根，内药能通，外药未有不通，内外相通，性求情而情恋性，性情和合， 真灵凝结，还丹有象矣。纯阳翁云：“性住气自回，气回丹自结。”紫阳翁云：“若要修成九转，先须炼已持心。”此皆言还丹先要炼己也。噫！ 真铅易取，炼己最难，炼己之功大矣哉！

[李解]浓，言情之浓也。铅乃人之真铅，真铅发现，则其情正浓，只要认得真，取得来，则金丹立就。盖此真铅者，黄中正位之体，大丹之祖宗也。取来制汞，三家相见结婴儿，推而广之， 千千百百，子子孙孙，皆自此真铅发脉，故以真铅为祖宗。精气神，一鼎烹，此即铅归汞伏，三家相见之后也。但造真铅者，其先有女转成男、老变为童之妙诀。原夫离宫之火，真精也；坎宫之水，真气也；坎离中间，又有妙土为用，真神也，一曰真意。气精交感，以神主之，则水底金生，火中汞降，又以神执其平衡，调其胜负，猛烹极炼，则火蒸水沸，金亦随水上腾，此即精气神一鼎烹之力也。及其入于离宫，离火为坎水所灭，不飞不走，气得神而住，精得神而凝，铅汞

俱死，同归厚土，三姓会合于中宫，炼成一个紫金丹，此又精气神一鼎烹之妙也。当其先东家之子，寄体于西，西方之兑，正为少女，少女代坤母行事，女鼎中现出震男，是女转成男矣。此男号九三郎君，其年甚少，实是木公道父，投身子胎而生者，故木公转号公子，是老变为童矣。这公子骑的白虎，出游西方，甚是勇猛，时有道人见而问之曰：“你这骑虎的童男，可是木公所化的么？”童男知道人心有正觉，不敢隐瞒，答曰：

“是”。道人遂回头笑曰：“水乡铅，只一味。崔公之言真也。”今欲呼回童男，须要擒他白虎， 白虎乃童男随身元气化的坐骑。你欲往西方擒他白虎，必先往东家伏了青龙。盖白虎者，金情也； 青龙者，木性也。以木交金，则木中火发，火转逼金而回；以金并木，则金中水腾，水转灭火而住。此四者，相异而实相同！异类而实相类。既然同类，故好用我玄功，使其会在一处，由是内迎外合，外归内伏，外药既通内药，内药亦通外药也。此篇只言真铅，不言真汞，盖有铅即有汞， 不言汞而汞在其中矣，故曰“外药通时内药通”。铅也，气也，男也，童也，虎也，皆外药也；精也，女也，老也，龙也，皆内药也。至于神，则在内外精气之间。

十七

[刘言]采取火候。[李言]六门火候。

无根树，花正娇，天应星兮地应潮。屠龙剑， 缚虎绦，运转天罡斡斗杓。煅炼一炉真日月，扫尽三千六百条。步云霄，任逍遥，罪垢凡尘一笔消。

[刘注]真灵藏于后天，为积习客气掩蔽，花最难发，间或有时而发，一点光辉，从虚无中透出， 如珠如露，嫩弱秀丽，其象最娇，似开未开，浑沦元气，在天应星之明而不大，在地应土之潮而未湿，星明地湿，皆阳气初动之象。阳气初动， 即真灵花嫩时也。当其正娇，易于识神借灵生妄， 性乱情移，急须猛烹速炼，杜渐防微，扶阳抑阴， 以护命宝。屠龙剑，所以防气性；缚虎绦，所以制妄情。气性不发，则真灵⑾现；妄情不起，则真情生。真性现，真情生，是运转魁罡，斡旋斗杓，转杀为生，变刑成德，可以煅炼一炉真日月矣。日者，阳中有阴之象，喻真性所含之灵知， 灵知为雄中之雌，真阴也；月者，阴中有阳之象， 喻真情所含之真知，真知为黑中之白，真阳也。煅炼真阴真阳，两位大药，归于一气，凝结成丹， 吞而服之，延命却期。此乃最上一层之妙道，非

三千六百旁门著空执相事业也。盖以大道成就， 步云霄，任逍遥，万般罪垢凡尘，皆一笔勾消。彼三千六百旁门，皆在臭皮囊上做作，适以惹罪垢凡尘，焉能消罪垢凡尘哉！

[李解]娇以秀嫩言，一阳初萌之时也。天比上， 地比下，阳生之时，眉上有点点星光，昔人谓为天应星，腹中有浩浩潮气，昔人谓为地应潮，药生朕兆，原有如此，良不诬也。悟元以天之星辉、地之潮湿，比阳气初生，不大不润，亦是一解。更有以《入药镜》为言者，天应星指上鹊桥，地应潮指下鹊桥，均有妙理。然吾窃闻之，应星应潮，以应月应时言，即星悟月，即潮悟时，此正是大还丹要紧火候。余摘《参同》数语，以为印证。《参同》云：“金计十有五，水数亦如之。临炉定株两，五分水有馀。二者以为真，金重如本初。其三遂不入，火二与之俱。”此即应星应潮之正义也。金必十五两重者，金准月数，取金精壮盛之意。五千四十八日，天真之气始全，十五两金能生十五分水，上半月十五日是也。水数与金数相应，即潮数与星数相应。若金水不足，则真水不生，此谓天不应星、地不应潮，何以定铢两乎 7 若要应星应潮，就以上半月之十五日为定，自朔至望，以一日半为一分，两个一日半， 三日出庚矣。这才是二分真水，天也应星，地也应潮。若至初五，则是三分，三分不入用；若至初八，则是五分，五分更有馀：均非应星应潮也。必以二分之水，配以二分之火，乃是真应星、真应潮，二者坎水之真信，金初生水，刚到二分时候，水源至清，有气无质，即白虎首经也。虎正吐气，龙即以二分真火迎之，炼为丹本。至于生二分水之金，又必要等至十五，金精始旺，水潮乃生，所谓二七之期，真铅始降，此是应星应潮也。或者问火何以必须二分？曰：一时功夫，分三符六候，止用一符二候之火，斯龙虎平匀，相吞相啖。到达时候，必要执剑降龙，拿绦伏虎； 运罡斡斗，归于中宫，日月交精，烹之炼之，则正道得矣。我吾山老师还有一讲，更精密醒露， 并详述于此。乾天为阳，星即天之火精，阳中阴也；坤地为阴，潮即地之水气，阴中阳也。精为火父，气为水母，乾父与坤母交，则离火与坎水生焉，故曰“天应星，地应潮”。应之云者，彼此相与感应之机也。《参同》云：“方诸非星月， 焉能得水浆？”可知天光照地，应之以星者，地气承天，即应之以潮也。仙家以天之星喻人心中之火，火即人之性也，性属龙，设有不降，则星飞火散。故当执屠龙之剑以降之，剑比大慧也；

以地之潮喻人身中之水，水即人之情也，情即虎， 设有不伏，则潮浸水流，故当持缚虎之绦以伏之， 绦比大智也。大巧若拙，大智若愚，智慧冥冥， 即生妙心，转天罡，斡斗杓者，非妙心不能为力。天罡，北斗也。天罡主生，在乎斗杓，斗杓指处， 即有生气。人身妙心，能运天罡之杓，则能转杀为生矣。斗杓回旋，金丹入内，金丹入内，妙心还我。妙心者，不生不灭之真身，与天地合其德， 与日月合其明，即人身真日月也。欲求妙心，必从后天中返先天，先把外日月交光于外，明火候， 知符刻，乃能得之；及其归也，又要以内日月交光于内，昼夜长明，调和养育，则煅炼一炉真日月矣。是为金丹大道之妙谛，七返九还之重玄， 扫尽三千六百旁门，可以步云霄，任逍遥，罪垢凡尘一笔消矣。若不明此大道，断无解脱日子， 罪垢凡尘日加增，可不悟哉！

十八

[刘旨]逆用气机。[李言]善用盗机。

无根树，花正高，海浪滔天月弄潮。银河路， 透九霄，槎影横空拍斗梢。摸著织女支机石，踏遍牛郎驾鹊桥。入仙曹，胆气豪，盗得瑶池王母桃⑿。

[刘注]先天大道，包罗天地，运行日月，超乎

万有，花开甚高，其高如月在天上，光射海底。海浪滔天，水不能溺月之光，而月反能弄水之潮， 亦犹人在苦海境遇之中，境遇不能伤其真，而反借境遇以炼真。又如银河路远，直透九霄，人不易渡，然有仙槎横空，斡旋斗梢，即能渡之，昔张骞乘仙槎渡银河，而见牛女二星相会，此可征也。以理而论，世间亦有仙槎，亦能渡银河。世间仙槎为何物？金丹大道是也。金丹大道，在虚空中作事业，能以转乾坤，逆阴阳，夺造化，超凡入圣，是亦仙槎也。然仙槎之妙，在乎斗梢之运用。斗梢者，北斗第七星瑶光是也，又名天罡。天罡所指处吉，所坐处凶，盖以指处有生气存焉。扭回斗梢刹那之间，阴阳相合，生机萌芽，绝不费力，故曰“模著织女支机石，踏遍牛郎驾鹊桥”。织女属阴，牛郎属阳，鹊桥为牛女相会之处，摸著机石，踏遍鹊桥，以阴招阳，阳来会阴，阴阳相会，金丹有象。此种道理，尽在波浪里做出， 虚空中施为，所以能入仙曹，胆气豪，窃得瑶池王母桃也。瑶池在西，王母为老阴，即坤母也。桃者，丹也，即震之一阳也。王母桃即坤中孕震之象，丹在西而窃取归东，则为我家所有而丹还矣。但此还丹之妙，其妙在乎阴阳相会，阴阳相

会之妙，尤在乎大海波中，逆运气机，不动不摇耳。能于大海波中，不动不摇，真是有胆气丈夫， 九霄有何不可上？银河有何不可渡？王母蟠桃有何不可窃乎？彼世之习静忘形，仅在寂灭中作事者，焉知有此！

[李解]高，指虚空而言。海浪滔天者，即紫阳翁所谓风浪粗、产玄珠之时也。风起浪涌，声震虚空，故曰“滔天”，而一个玄珠，正如团团秋月，现于海上，故曰“月弄潮”也。逆挽银河， 上透九霄，仿佛张骞乘槎，影横空际，气机于此直达矣。然河槎前行，必先有个指引，方不使水经滥行，不由河道，此斗梢之上，所以为泊系之所也。这“泊”字下得最妙，人间泊船，乃止宿之意，仙客河槎，则以斗梢为靠，端行直指，势不容泊，其言泊斗梢者，正以不可泊、不得泊， 就于斗梢泊之。随斗运转，行中有止，杀里逢生， 犹之英雄豪杰，直傥做事，风利不泊，乃是大结局、大兴会之时，不泊胜于泊，泊犹之不泊．斯其为泊斗梢也。织女、牛郎，天上阴阳二星，年年七夕相会。织女属阴，机石比汞，牛郎属阳， 鹊桥乃牛女相逢之处，即金汞会合之方。上言斗梢，此言女牛，是斗为女牛之媒也。牛郎欲会织女，非斗不能圆成，斗转则牛郎渡河，金与汞合矣。吕祖云：“进火功夫牛斗危”，泥丸云：“妙在尾箕斗女牛”，同此意也。摸著机石，则以汞迎铅，踏遍鹊桥，则铅汞一路，从此天缘有分， 志气能伸，可以遇仙曹而胆气豪矣。此何故哉？ 以其盗得瑶池王母桃耳。悟元以瑶池在西，王母为坤母，桃即坤中孕震之象，丹在西而窃取归东， 以成还丹，其注明矣，但“窃”字不及“盗”字现成。东方盗桃，一也；坎卦为盗，二也。东方盗桃，恰往西方取金；坎卦为盗，恰向水底求铅。盗之为义，妙也哉！

十九

[刘言]阴阳搏结。[李言]化生玄珠。

无根树，花正双，龙虎登坛战一场。铅投汞， 配阴阳，法象玄珠无价偿。此是家园真种子，返老还童寿命长。上天堂，极乐方，免得轮回见阎王。

[刘注]金丹乃阴阳二气相激而成象，是花须成双而后有用也。阴阳者，一龙一虎也，一铅一汞也。龙为真性，汞为灵知，又为元神，俱属阴； 虎为真情，铅为真知，又为元精，俱属阳。龙虎战者，性情抟聚也。铅投汞者，精神凝结也。性情抟聚，精神凝结，阴阳相配，一气混合，真灵

圆明，法身有象，圆陀陀，光灼灼，如一粒玄珠， 为无价之宝矣。此宝非外来之物，乃我家园之真种子，本来原有，因交后天，迷失无踪，今得阴阳调和，无而复有，去而复来。种于家园，本立道生，生生不息，返老还童，延寿无穷，上于天堂极乐之方，可免轮回之苦矣。

[李解]双者，两弦之气也。两弦之气合，则龙虎登坛，相吞相映，战即吞啖之意。一场大战， 龙虎平匀，虎战龙则以铅投汞，龙战虎则以阴配阳，阳铅与阴汞交，斯无价宝生矣。《悟真》云：

“虎跃龙腾风浪粗，中央正位产玄珠。”玄珠乃先天一气，仙佛本原，吾家真种，而非外物，因为后天所掩，久不现象，今在龙虎坛中，阴汞阳铅，结为真夫妇，遂从后天坎离之内，返出先天， 故曰“法象玄珠无价偿”。从此家园真种子，得之者返老还童，延生益寿，上天堂，登极乐，免得轮回见阎王也。此言龙虎阴阳相战相配之法， 须于“花正娇”一章注内觅其火候可也。

二十

[刘言]一时还丹。[李言]还丹温养。

无根树，花正奇，月里栽培片晌时。拿云手， 步云梯，采取先天第一枝。饮酒戴花神气爽，笑煞仙翁醉似泥。托心知，谨护持，惟恐炉中火候飞。

[刘注]先天真灵，无而能有，缺而能圆，花甚奇也。然正所以奇者，先天为后天掩蔽，杳然无踪，若欲栽培，片晌之间即能回春。回春之妙， 要采取先天第一枝之花。第一枝是生物之祖气， 乃生天、生地、生人之灵根，不落于形象，不落于空亡，含而为真空，发而为妙有，至中至正， 至精至粹，恍惚杳冥，如露如电。不可以有心求， 不可以无心守，有心求之，则著于相，无心守之， 则著于空，是在乎性定情忘，回光返照，虚极静笃，不采而采，不取而取，自然先天真一之气， 自虚无中来，凝而为黍米之珠，内外光明，如戴仙花，神气爽畅，如饮仙酒。戴花饮酒，乐在其中，不识不知，顺帝之则，如入于醉乡矣。当斯时也，还丹已结，复见娘生面目，无用外炉加减， 急须内炉温养，神明默运，谨守护持，一意不散， 时防火候差池也。心知者，非外心知之人，乃内自知之心。火候缓急，心自知之，心知而不昧心， 自然火候不差，金丹成熟也。

[李解]奇者。令人不测也。不惟人不能测，即阴阳亦不能测。若是能测，则阴阳不会，杂入杳冥，何以栽培先天乎？月里栽培者，三日出庚，

药材新嫩，就在这庚方月内，栽培金花，必以二分火配二分水，混沌片时，而后有先天第一枝鼎内生出，此片晌功夫也。片晌之间，先天第一枝果然发现，妙心主事，即时逆转天罡，回翔去汉， 此即拿云之手、步云之梯，采取先天第一枝也。饮酒者，饮此第一仙酒，先天化白液矣。戴花者， 戴此第一仙花，先天回阳春矣。花即是酒，酒即是花，饮之戴之，酒是良朋花是伴，令人神气冲和，浑浑如醉，故曰“饮酒戴花神气爽，笑煞仙翁醉似泥”。心知者，同心也，即自己妙心也。谨护持者，以妙心看火候也。但护持有数件，炉火有两端：火候未足，则屯蒙抽添以护之，须用外炉加减；火候已足，则昼夜含光以护之，不用外炉加减。十月数全，九年已过，则真人出顶门矣。否则外炉不该去而急去，则火候未足而丹不大；外炉该去而不去，则火候太过而丹必伤；内炉不该去而急去，则火候未纯而丹不灵；内炉该去而不去，则火候如愚而丹不出：凡此，皆炉中火候有差池也。是所望于心知，精谨护持，乃不致有差池耳。飞即差池之意，宜与前 “花正飞” 章同看。

二十一

[刘言]调和阴阳。[李言]得药还丹。

无根树，花正黄，产在中央戊已乡。东家女， 西舍郎，配合夫妻入洞房。黄婆劝饮醒醐酒，每日醺蒸醉一场。这仙方，返魂浆，起死回生是药

⒀王。

[刘注]黄者，中央戊已之正色。戊为阳土主动， 己为阴土主静，戊己居中相合为真信，又谓真意。花色正黄，则真灵入于中央正位矣。然真灵中正， 非性情如一不能。东家女，木性也；西舍郎，金情也。一性一情，配作夫妻，入于洞房宥密之处， 更得黄婆于中劝饮醍醐，调停火候，则不和者而必和，既和而长和。醒醐酒非世间之糟汁，亦非身内精津血液有形之物，乃阴阳交感絪缊中和之气，合而为真一之精，通而为真一之水，滋味香甜，古人谓玉液，谓琼浆，谓甘露，又谓醍醐， 总以形容此一点中和之气耳。劝饮者，不冲和而必调至于中和。修道至于阴阳冲和，常应常静， 远观其物，物无其物，近观其身，身无其身，内观其心，心无其心，不识不知，顺帝之则，日日饮醒醐，而入于醉乡矣。这个醉中趣味，是神仙之方，是返魂之浆，能以起死，能以回生，乃大药王也。中央、戊已、黄婆，皆真信之异名。以阴阳和合言，则谓中央；以运行阴阳言，则谓戊

己；以调和阴阳言，则谓黄婆；以动作言，则谓真信；以静定信，则谓真意：故一物而有数名， 总而言之，一真信而已。识得此信，即于此信上下实落工夫。始而以性求情，既而以情归性，又既而性情和合，又既而性情浑化，结成一个真灵至宝。始之终之，无非此一信成功，信之为用大矣哉！归到实处，真灵中正，即是性情相合，性情相合，便有个真信在内，真信现时，性情自不相离，真灵自然中正，三者相需而仍相因也。

[李解]黄，正色也，佛家之正觉、儒道之正气也。其在释典，则曰黄花；其在仙经，则曰黄芽。但黄芽有二种：一个是初三新药，一个是十五大药。《悟真》云：“黄芽生处坎离交”，此即初三新药也。黄芽生处，即当交媾坎离，以种第二个黄芽。《悟真》曰：“种得黄芽渐长成”，此即第二个黄芽，十五日之大药也。黄芽长成，实因坎离交媾。夫坎离之交媾者，交媾于中央戊己乡也。中央乃精气成团之处，戊己乡乃动静调合之所， 调合成团，片晌间从中产出黄芽，故曰“产在中央戊己乡”。这黄芽名字极多，以本章言之，即西舍郎也。西舍郎，金气也。东家女，汞精也。采回金气，制伏汞精，此金汞返还之道，即配合夫妻入洞房也。既入洞房，又要有黄婆守之，黄婆即上章所言心知也。夫妻两个，恐防不谐，则精神意气，难入中和之境，而丹不成，故要有黄婆伏侍，劝饮醍醐。醍醐者，外资温养之精，内服中和之气也。黄婆乃是知心人，炉中火候自然不差，朝暮之间，频频劝饮，每日醺蒸醉一场， 真快乐也。此酒不是凡间酒，乃仙方所制之酒， 名曰返魂浆，可以起死，可以回生，小药外药， 皆不能及，是为药之王也；此章乃二候求铅之后， 四候还丹功夫。求铅乃外事，初三月出庚施功， 名之曰以水配火，以龙就虎，以阴会阳，以离交坎，以性合情，以汞投铅，以女嫁男，以后天生先天，总之是以精合气，乃外药也，其功夫在外， 只用一符二候，立为丹基。还丹。乃内事，十五月圆时施功，名之曰以水灭火，水乃天癸之水， 以虎嫁龙，虎乃西方之虎，以阳伏阴，阳乃含真之阳，以坎填离，坎乃先天之坎，以情归性，情乃金情之情，以铅制汞，铅乃真一之铅，以男配女，男乃纯乾之男，以先天制后天：总之是以真气合真精，乃内药也，其功夫在内，须用二符四候，结为金丹。凡此，皆古人所未分晰者，吾于此详陈之，庶阅丹经之际，了然于二药之分也。

二十二

[刘言]凝结圣胎。[李言]擒伏火药。

无根树，花正明，月魄天心逼日魂。金乌髓， 玉兔精，二物擒来一处烹。阳火阴符分子午，沐浴加临卯酉门。守黄庭，养谷神，男子怀胎笑熬人！

[刘注]先天真灵，本体光辉，通天彻地，照破一切，花正明也。其所以明者，乃阴阳二气和合而成之。人之一己纯阴，如月之黑暗无光，必借他家不死之方，而后阳生，如月借日光，而后得明。月魄逼日魂，阴阳相交，能以在天心朗耀， 即真知灵知相合，真灵不昧之象。金乌髓者，日魂也，在人为雄中之雌，即灵知之真阴。玉兔精者，月魄也，在人为黑中之白，即真知之真阳。前云乌肝、兔髓，此云乌髓、兔精，大有分别， 不可同看。盖乌肝、兔髓乃还丹药物，是真知灵知，阴阳未会而方会，故云乌之肝、兔之髓；乌髓、兔精乃大丹药物，是真知能灵，灵知能真， 阴阳已会而相合，故云乌之髓、兔之精。未会而方会，勉强之功，假中复真也；已会而相合，自然之用，真中更真也。取此两味真药，抟于一处， 烹出阳中之阳，即行子午卯酉火候；完全金液大丹。但所谓子午卯酉者，非天边之子午卯酉，乃身中之子午卯酉。真知现即是子，法当用刚进火， 而鼓真知出玄；灵知来即是午，法当用柔退符， 而取灵知入牝；真知进于中正即是卯，法当冰浴此中正而不过进；灵知退于中正即是酉，法当冰浴此中正而不过退：此符火冰浴之道，万古不易之法。若以天边子午卯酉按时用功，则失之远矣。符火不差，沐浴合时，阴阳相应，不偏不倚，元牝立而谷神即生于其中矣。黄庭者，中央正位， 即阴阳相合之中一窍，又号为元牝之门。元阳牝阴，阴阳合，有此窍，阴阳偏，无此窍。有此窍即有谷，有谷即有神，无此窍即无谷，无谷即无神。谷即黄庭。黄者，中色；庭者，虚也。因其中虚，故以黄庭名。虚则灵，灵则神，是谓谷神。试观山中，两山壁立，中间一谷，人呼之则谷应声，此应之声即谷神也，俗名崖娃娃。人之阴阳会合，其中有神，亦犹是也。然不到阴阳相合地位，无此中，无此谷，安有神居？若果到阴阳相合时，便有个中，便有个谷，而神自生，所谓先天之气自虚无中来者即此，所谓真空而含妙有者即此，所谓要得谷神长不死，须凭玄牝立根基者即此。果阴阳合而为一气，则谷神镇居黄庭，是谓男子怀胎。曰“守黄庭”者，守中也。曰“养谷神”者，抱一也。守中抱一，十月功毕，身外有身，即与天地并长久。此等真实法相，系虚空

中事业，不从色相中做出，彼一切在臭皮囊上弄搬运功夫，妄想成圣胎者，岂知谷神之所以为谷神乎？

[李解]明乃大药发生，虚室生白，放大光明，

大醒大悟大觉时也。这大药乃铅中之阳，丹中之金，先天中先天，如月魄之在天心，与日魂相逼， 而成团团辉光，非若初三一线，远在天边，近在蛾眉也。“逼”字下得要紧，乃相亲相近，一处相煎之意。日月合璧，日魂尽注于月魄，万里光明，天心雪亮。二物擒来一处烹，不是擒了金乌， 又擒玉兔，乃是擒金乌以搦玉兔，单擒一物归来， 即所以擒二物也。当其擒来之际，也有子午卯酉四候投关之火，由是而金乌飞入广寒宫，复以金乌之髓，调和玉兔之精，既而使玉兔之精，尽化为金乌之髓，这才是月魄逼日魂，善于一处烹者。斯时也，阳魂圆满，阴魄无形，二物变为一物， 一物中有二物，阴尽阳全，光明大放，故称为铅中之阳，丹中之金，先天中先天，到此地位，乃为金液大药，亦按子午卯酉行四候服食之功，此方是九转大还丹也。何时为子？阳生为子，故当进阳火。何处为午？阴降为午，故当退阴符。冰浴者，调停自然，不急不缓，此等功夫，当加于阳火临卯、阴符临酉之门，则阳不过刚、阴不过柔，刚柔得中，出入合度也。昔陶存存先生阐明

《参同契》行火秘诀，而录其师《火候歌》于注中，余深佩服，今亦附书于此，以为印证。歌云：

“忆我仙翁道法，总是吾家那著。原无子午抽添， 岂有兔鸡刑德。问吾子在何时，答曰药生时节。问吾午在何时，不过药朝金阙。卯时的在何时， 红孩火云洞列。若无救苦观音，大药必然迸裂。此即沐浴时辰，过此黄河舟楫。再问何为酉门， 即是任同督合。此时若没黄裳，药物如何元吉。过此即为戌库，请向库中消息。此是一贯心传， 至道不烦他觅。”夫药临卯门，必用观音之静者， 观音之静，管摄严密，不使红孩逞势，则甘露发生；至于酉门，则以黄裳裹之，不使元珠倾泻， 则白液乃凝，此冰浴之妙用也。黄庭者，中央也。谷神者，虚灵也。守中央而养虚灵，则法身呈象， 一个男子，宛如女子怀胎，笑煞人亦爱煞人也。

二十三

[刘言]真空法相。[李言]圆通自在。

无根树，花正红，摘尽红花一树空。空即色， 色即空，识破真空在色中。了了真空色相灭，法相长存不落空。号圆通，称大雄，九祖超升上九重⒁。

[刘注]金丹大道，以无声无臭，超出万象为归著，何尝花有红色乎？若稍有色，后天气质犹未化尽，大道不成。古仙云：“一毫阴气不尽不仙”。盖有一毫阴气不尽，即有一毫阳气不全，真灵犹有损坏之时，算不得九还七返金液大丹之道。修道者须要摘尽红花，消灭无始劫以来客气尘根， 归于万有皆空，还于父母未生以前无声无臭面目而后已。然空之云者，非同土木无心寂灭之谓， 有借假全真，以真化假之道，故曰“空即色，色即空，识破真空在色中”。盖一味无心，则著于空；若稍有心，则著于色。曰“空即色”者，是不空也；曰“色即空”者，是不色也。不空不色， 即空即色，是真空存于色中矣。曰“了了真空无色相，法相常存不落空”者，真空一了百当，原无色相，既无色相，即有法相，既有法相，必不落空。因其是真空，所以有法相，因其有法相， 所以无色相，无色相，有法相，所以空之真而真于空也。修道至于真空而有法相，法相而存真空， 一灵妙有，法界圆通，成金刚不坏之躯，水火不能侵，刀兵不能加，虎兕不能伤，称为大英雄。不但身列仙班，即九祖亦皆超升天堂，同为神矣。昔释迦牟尼佛修丈六金身，法相居于大雄宝殿者，即此道也。

[李解]红乃大药法象。仙师“道情歌”与“无根树”皆要紧之作，即彼可以见此也。“道情歌” 云：“万般最象皆非类，一颗红光是至真”。红光发现，其花正红，红花到手，真药已得，除此红花，无药可采。温养事毕，炉鼎全丢，一切花花树树，皆不讲也，故曰“摘尽红花一树空”。花既空矣，我道得矣，我道既得，空不空矣。空既不空，空即是色，色非有色，色即是空。识透真空不空，真空即在色中，此色非色相之色，乃法相之色。了当真空，则色相全灭，色相全灭，则法相长存，法相长存，即是真空不空。圆通者， 功行圆满，万法皆通，真空之体用备矣。既号圆通，必称大雄，既称大雄，必做神仙宗伯，安得不九祖超升，同上九重哉！

二十四

[刘言]返归虚无。[李言]证位三清。

无根树，花正无，无相无形难画图。无名姓， 却听呼，擒入中间造化炉。运起周天三昧火，煅炼真空返太无。谒仙都，受天符，才是男儿大丈夫⒂。

[刘注]先天真灵之宝，体本虚空，一气混成，

有何花乎？既无其花，无形无象，难画难图矣。

难画难图，画且不可，图且不可，尚有何名何姓？ 然虽无名无姓，却又至虚至灵，寂然不动，感而遂通，如呼谷传声，真空中藏妙有也。有此感而遂通之妙，即于此通处下手，擒入于三田造化炉中，用三昧真火煅炼成真，自真空而可返于太虚。道返太虚，则空无所空，一真而已，别无他物也。三田非工家气海、绛宫、泥丸之说，乃精气神三丹聚会之丹田，谓元化之门，又名元关窍，又名中黄庭，又名造化炉，又名太乙坛，又名戊已门， 总而言之曰虚无窍。先天真灵之宝，统精气神之三物，真灵既复，三物皆复，自造自化，絪缊冲和，结为一块，始而自无以造有，既而自有以化无，煅炼真空，即是化无之妙，自有化无，形神俱妙，与太虚同体，功行圆满，谒仙都而受天符， 为十极大罗真人，大丈夫之能事毕矣。赞曰：吐老、庄之秘密，续钟、吕之心传。揭示先天妙理， 劈开曲径虚悬。鼎炉邪正分判，药物真假显然。空色混为一气，刚柔匹配两弦。咦！丹法始终皆泄尽，火符进退俱写全。二十四词长生诀，知者便成不死仙。

[李解]“无”字承上章“空”字之意，进一层言，以作二十四首结局。炼丹至于空，已尽善矣， 然有真空之念，则即有法相之念，空犹不及无也。老君曰：“观空亦空，空无所空，所空既无，无 无亦无，湛然常寂。”这才是大超脱、大解悟、大清净、大圆觉，何也？湛然之妙有而若空，空而且无，不可以形相求，不可以画图写，因其无形无相，所以难画难图，只恁其湛然而已。前此采取先天，尚有金姓名精者，黄姓名芽者，白姓名元者，今此湛然之真，却无名姓，虽无名姓， 却听招呼，空谷传声，声声相应。问焉以言，受命如向，天下之至精也；寂然不动，感而遂通， 天下之至神也。此何故哉？以其湛然之真，藏在无中耳。圣贤仙佛之理，深达造化，无中藏有， 到此地位，诡怪神奇，如冷启敬、张景华、周颠仙之流是也。我三丰先生，以道为体，又必以无擒无，入于中间虚无之境，大造大化，炉中运起周天三昧真火，煅之炼之，务使虚空法身，返于太无。太无者，圣真之境，玉清混洞太天、上清赤混太无天是也。炼成仙道，只受太清官秩，能返太无，则先朝道德，次朝玉宸，次朝元始，证果三清也。返之云者，天下愚夫愚妇，皆是三清中人，只因宿念有差，一劫低一劫，仍做愚夫愚妇，不能复返圣真之境，倘其回心向善，访道寻师，由筑基炼已，七返九还，炼至于空，复至于无，由无而返于太无，仍然是三清客也。但煅炼

真空，必用周天三昧之火。周天者，非河车之谓， 乃在天而动，空际盘施，深造密化，道法自然也。三昧者，非阳火之谓，乃天一地二，合而为三， 我于天地之中，立鼎安炉，神冥气漠，此以仙炼仙之火，天元神丹也。功成行满，上朝三天，谒仙都，受天符，或封真君，或封帝君，或封天尊， 或命作五岳名山、洞天福地师相选仙等职，这才是真正男儿，极大丈夫，神乎至矣！赞曰：洒弥天之花雨，布满地之黄金。手敲鱼鼓简板，口歌上洞仙音。四洲齐度，万古道情。呵呵！悟元处处语真灵，先把吾家主意存。山人照本宣真诀， 度世宏开不二门。

⑴原注：梧元云：“不知此是何调”涵虚云：

“唱道情者名挽乌云。”

⑵原注：悟元注本“微”作“危”，与衰微之意亦相似。

⑶原注：悟元注本“青”作“清”，然青乃初

生新嫩之时，与青而无染者正相近也。

⑷原注：“墙头”作“琼花”、“琼花”作“墙头”，吾皆见过。此注作“墙头”讲有味，故从之。

⑸定：空青洞天刻本《无根树二注》作“慧”，

是。

⑹原注：悟元注本“又向”作“旋趁”，字异而意同也。惟“才经”作“残经”，作人心私欲解，收拾所以退阴贼也，未免误中误。

⑺原注：悟元注本“对景忘情”作“月月开

时”。

⑻原注：悟元本“爱”作“碍”，差。

⑼原注：即下文“乌肝”。

⑽原注：悟元注本“浓”作“秾 ”，“擒”

作“牵”，“方”作“园”，皆无异也。

⑾灵：据文义似当作“性”。

⑿原注：悟元注本“泊”作“斡”，“盗”作

“窃。”

⒀原注：悟元注本“产在”作“色正”。

⒁原注：悟元注本“金花”作“红花”，较好， 故从之。“灭”作“法”字，错。

⒂原注：悟元本“中间”二字作“三田”，然悟元仍作中间妙窍解。

# 第六卷 道情诗词杂著

长乙山人李涵虚 著皖江陈撄宁 校订

## 道情诗（二十四首）

人道为人好，我道为人忙不了。纵然富贵不关心，也要朝思暮想登仙岛？咱家，涵虚是道人也。出世不凡，投生又错。从小儿吚唔几字，长大来葛藤一身，也要想闻名传世，又要想陆地飞仙，想得我一事无成。算得他五行有准，幸还有茅庵一座，道伴三人，逍逍遥遥，高出尘寰之外。喜喜笑笑，盘桓水石之中。秋末冬初，山中无事， 煮一壶菊花酒儿，赏过早梅，细将道诗吟咏也。

堪叹我生下世来啊，自记前身是冷生，湖南湖北一舟轻。为何惹下西方愿？云水烟山浪荡行。

又叹他生下世的，撞入胞胎寄了魂，一重父母一重恩。容颜也肖爷娘貌，保抱提携笑语温。生成人身，这个就好，但要晓得珍重。万劫

千生得个人，须知浩劫种来因。纯阳老祖婆心甚。劝汝当前重此身。

修真的人，一点凡心生不得，听我诵来：出山泉浊在山清，自悔当年赋远征。忽见繁华多少事，方知对境不忘情。

修道的人，道心发生，却在何处？风泉韵绕万松篁，不及平湖十里乡。月在天心寒在水，令人心地忽清凉。

修行人，上等的，要从无中生有下手。我家

丹法出瀛洲，提个虚无便起头。不怕全然无影响， 要从无里问根由。

第一，要炼精化气。阴跷脉上气濛濛，多少真元在此中。采入虚元炼成气。蓬莱万里路相通。

第二，要炼气化神。神气交加入杳冥，忽闻

空处诵真经。五方五气来环绕，报道生神出始青。第三，要炼神了性。仙气须从静里寻，红尘

路上少知音。中庭坐得香三月，长得黄芽一寸深。出家人，炼精生气之后，便有几分效验。朝

朝运气上泥丸，浸浸甘津长舌端。灌溉三田生百

脉，自然精长谷神安。

每日甘津满口，便生仙心。碧岛幽栖赋小山， 纯阳高坐画楼间。焚香扫地浑无事，只有花斋一味闲。

生了仙心，便生静心。烟山深处好盘桓。从

此文心想炼丹。袖卷白云归洞府，垂头闭目坐蒲团。

生了静心，便生真心。有识有知皆是假，无知无识始生真。一翻筋斗鸿濛破，要往东方做道人。

真心发现，真种常生。金投木汞共徘徊，婴姹相逢真快哉。昨夜麻姑传好梦，红丸一粒遂怀胎。

为何叫以有生无？结成玉液作丹财，放入坤

家真静哉。忽见一阳来地下，丹资还我不须猜。为何叫无中生有？真铅出在太无中，种在离

宫出坎宫。我见黄芽开勃郁，人言白雪满虚空。为何叫相接长生？汞性轻浮日好飞，铅情沉

重食无违。修丹但得情归性，定跨青鸾入太微。

为何叫杀中有生？铅投汞窘害中恩，汞受铅拘死里生。妙宝若还无管束，神仙事业不圆成。如何与青娥相见，生下圣胎？青娥年少好修

行，不是孤阴体不生。自与洞房相见后，同床十月产胎婴。

如何换鼎移胎，子又生孙？大道原来步步高，还丹成就见仙曹。年年火候添门户，放眼蓬山意气豪。

听山人道来，养生妙理，有许多快活。不知平时心慕的，果系何师何仙？纯阳处士、老陈抟， 五代逍遥世外仙。简板渔筒方外乐，任他离乱自然安。

又师事那仙师？大元遗叟号三丰，元未逃亡不见纵。直待承平方出世，行云流水乐乔松。

谈咱家，涵虚逸客道情诗，二十四章尽表之。

长乙山中无别事，一声鱼鼓一篇词。

## 收心法道情自遣

欲造大罗仙，须把心儿炼。功名休乱想，利欲莫牵缠。纵有游丝来打算，烈火烧除显性天。一头起，一头断。只见减，不见添。哪怕他心猿万万，哪怕他意马千千。行内功，呼吸丹田。守真息，清净自然。钻杳冥，引出祥烟。冲得我绛宫痒痒，醉得我四体绵绵。这是俺降龙真诀，斩蛇手段。在人间处处相传，泄天机不卖银钱。发财的门生封贽见，贫穷的门生尽随缘。他也率真， 我也清廉，俺如今掘井三年，要做些功果因缘。谁知道命途乖，时运艰难，家业萧条，英雄气短， 丹床中一概不管。有朝一日风云便，撒手逍遥上海山。

心神篇

其心明明，其用纷纷。其神冥冥，其体安敦

（吾无所作为而气自凝）。是以古人直取不神之神为神。

养心吟

扫除怨欲不辞难，心既安时身亦安。月吐清光临止水，风将凉意绕回栏。佛书参透无烦恼， 仙语得来有定观。长自收心腔子里，独行独坐独盘桓。

虚空吟三首

行之容易得之难，除了虚空不造丹。举世若求安鼎处，个中境界比天宽。

好之容易乐之难，除了虚空不造丹。举世若寻生药处，壶中原是列仙坛。

得之容易守之难，除了虚空不结丹。举世若寻立命处，起头煞尾一团团。

修丹吟

按摩导引术，易遇而难成。金丹大道法，难遇而易行。行之亦不易，然可按长生。模范于天地，锻炼于性情。性情两交感，空谷自传声。效验有变化，功夫在静清。心清而气清，地下有雷鸣。雷鸣震天地，二候合真精。龙虎一场战，于野定太平。三阳开万窍，采药到中营。从此十个月，文火养胎婴。劈破泥丸顶，逍遥上玉京。

与人谈不死术

古有不死神，并无不死身。其神得不死，即是得仙人。人死神则亡，仙死神则存。存亡隔天壤，仙凡非等伦。世上期颐叟，亦能历多春。究其老将至，模糊失性真。茫茫贪欲扰，奄奄志气昏。未死身先乱，未生昧前因。并不待来世，眼前早沉沦。谁能抱奇术？闲居炼元神。纵难逃一死，灵性独超尘，逍遥天地间，吹萧随洞宾。

叹色欲关

千古大痴人，爱色如爱花。千古下愚人，贪欲无津涯。欲纵色必损，狂飙卷林葩。国风止于色，稍稍有风华。荡子酣于欲，其类同猪豭。色欲兼修者，荒亡尽可嗟。不如拿美姝，绝欲炼丹砂。奇哉张果老，携妻种园瓜。幻哉伊用昌，与妻唱云霞。两贤皆艳色，世外叹情赊。至人无欲念，淫根断莫邪。我爱古仙人，仙女为浑家。

学道者宜绝欲

大丹用炉鼎，乃炼药温养喻言。俗人不察， 疑谤丛生，此执泥文字之过也。余戏仿其词，与 拘墟者明其意。

兑金十四两，堪作神仙鼎。取他癸中铅，补我身中损。红罗养性真，丹房好器皿。功成悉弃之，选配同修省。有一东家郎，妙年刚修颖。坎离颠倒颠，性情两相肯。是吾灵父母，同入洞天隐。道成一家仙，大罗来接引。

和麻碧城先生衰中盛体韵

亥尽仍逢子，冬初早见春。一阳来复始，万物渐含新。雪地山河亮，霜天气象真。寒园佳果熟，橘酒露全神。

晓起大悟

万事不如意，归来复吟诗。此身宜独善，吾道未尽差。春速燕来早，夜寒鸡唱迟。晓星如碗大，天象少人知。

重九后招诸弟子游暮颐观

虚空结翠随苍苍，拍手行歌到上方。我愿众生登寿域，仙泉端为老人香。

重九寓雷养正家

重阳天气雨如丝，养正堂中正举卮。琼酒醉人殊不觉，嘉言待客少相知。惟君与我呼同调， 促膝谈心出妙词。何日同骑双白鹤，青城山下觅灵芝。

满江红第一体

拍掌高歌，叹世人宛如灯烛，笑虚生浪死， 成何收束？名利场宽空白战，诗书债满面寻丹诀。问先生何日海天游？容吾说。亲尚在，家难 出。恩最重，情难绝。把名缰解下，且归茅屋。黍豆承欢耕绿野，山樽介寿载黄菊。要等我侍白 头人，方才决。

满江红第二体

请问名公，怎么叫修仙修佛？须要把儒书参透，再同君说。养性存心包妙道，修身立命传真诀。浩然中养就还丹，骑龙出。天运泰，贤人育。君道盛，才臣作。笑我侪疏懒，何须献璞？天下功名哪人尽？人间风浪无边恶。倒不如，奉养山林，早抽足。

满江红第三体

制艺文章，尽都是六经糟粕。况加了油腔滑调，有何真实？趋时丑态真可笑。出名心，何太急？靠诗文做个大官儿，兴家业。初学念，先差失。权到手，因贪得。把锱铢重看，军民轻掷。有个清官明义利，奈无钱奉上成仇敌。看我辈， 出山难，忙收拾。

大江西派九字西道通，大江东，海天空。

吕祖题词

大江初祖是纯阳，九转丹成道气昌。今日传心无别语，愿君个个驾慈航。