



主页	儒家	道家	佛经	法家
百家	兵法	中医	正史	历史
易经	南怀瑾	小雅专辑	民歌民乐	

分享到: [QQ空间](#) [新浪微博](#) [腾讯微博](#) [人人网](#) [微信](#)

## 《太乙金华宗旨》第05章 回光差谬

(原文+译文)

诸子工夫，渐渐纯熟，然枯木岩前错落多，正要细细开示。此中消息，身到方知，吾今则可以言矣。吾宗与禅宗不同，有一步一步证验，请先言其差别处，然后再言证验。宗旨将行之际，予作方便，勿多用心，放教活泼泼地，令气和心适，然后入静。静时正要得机得窍，不可坐在无事中里，所谓无记空也。万缘放下之中，惺惺自若也。又不可以意兴承当，凡大认真，即易有此。非言不宜认真，但真消息，在若存若亡之间，以有意无意得之可也。惺惺不昧之中，放下自若也。又不可堕于蕴界，所谓蕴界者，乃五阴魔用事。如一般入定，而槁木死灰之意多，大地阳春之意少，此则落于阴界，其气冷，其息沉，且有许多寒衰景象，久之便堕木石。又不可随于万缘，如一入静，而无端众绪忽至，欲却之不能，随之反觉顺适，此名主为奴役，久之落于色欲界。上者生天，下者生狸奴中，若狐仙是也。彼在名山中，亦自受用，风月花果，舆树瑶草，三五百年受用去，多至数千岁，然报尽还生诸趣中。此数者，皆差路也。差路既知，然后可求证验。

### 达道居士译文

吕祖说：各位现在的功夫渐渐纯熟了。不够俗话说：“枯木岩前错路多”，我还要细细的给大家阐述一下，这里边的消息，真是身到方知，但现在我可以对大家详细讲了。

我道家功法与禅学不同，那是一步有一步的效验。请允许我先讲差异之处，然后再谈效验。在将要实行“宗旨”功法的时候，预先要作好准备，不要多用心，使心神活活泼泼地，让气息和平，心神恬适，然后再静坐。

入静时，正要得机得窍，不可坐在一种无所事事的硬壳里，在放下一切感觉和思虑当中，心神依然要和平常一样的清醒；但又不能兴致勃勃地放下万念那就太过分了。在清醒而不糊涂之中，自自如如的放下万念；然又不能放任自流，以致堕入蕴界。所谓“蕴界”是指色(形象)、受(感觉)、想(意象)、行(意志)、识(意识)，五种阴魔的活动。

有些学道者在入定的时候，槁木死灰的气象多，大地阳春的气象少，这就是落在阴界里去了，他的气是冷的，他的息是沉的，里面还有许多寒衰景象，照这样修炼下去，日久就成了木头和石头了。

既要扭转这种死气沉沉。但又不能追随万缘。如果在静坐时，无缘无故地各种思绪纷纷来临，消除它们又消除不掉；听任它们来来往往，反而觉得顺当舒适；这种情况叫做“主为奴役”。照这样修炼下去，日久就落入色欲界里面去了。运气好的还是做人，运气不好的就下生做了哺乳动物，比如说成了狐仙。狐仙它在名山之中，也还算是享福。那些风月花果，奇树异草，三五百年尽它享用，寿命长的可以到几千年。但到头来，还是要进入生死轮回，回到烦恼的世界里来。

以上说的几种，都是差路也。知道了差路，然后就可以谈到效验了。

分类:[道家](#) 书名:[太乙金华宗旨](#) 作者:吕洞宾

[前页](#) [目录](#) [后页](#)

