

样 本 库

刘一明 著

曹志清 曹雨 标点

修真辨难



山西人民出版社

1196339

标点及出版说明

一、《修真辨难》是清代道学家刘一明所著《道书十二种》中的其中一本。这次出版是依据1913年由上海江东书局印行的版本。

二、为了给研究、探讨道学养生理论及功法者提供完整的资料，在出版时对原著未作删改，诚望广大读者有分析地参考。

三、对原书中出现的错别字，均推文拟义做了必要的纠正。1、凡可以肯定原文系错字的，即在原字后（ ）中加了修改的字，如18页正2行中的“伴”字，即在该字后面括号里加了纠正的（件）字；对原文有疑问的错字别字，采用了角注，如51页、52页中的“丑”和“合”字，皆采取了角注；或者直接在原字后（ ）中说明应纠正的字，或改正后在（ ）中注明原文的字，如92页中的“非”字，即改为“勿”字；94页中的“月”字改为“曰”字……等等。

由于水平所限，错谬难免，诚望读者指正。

标点者

1989、9、

内 容 提 要

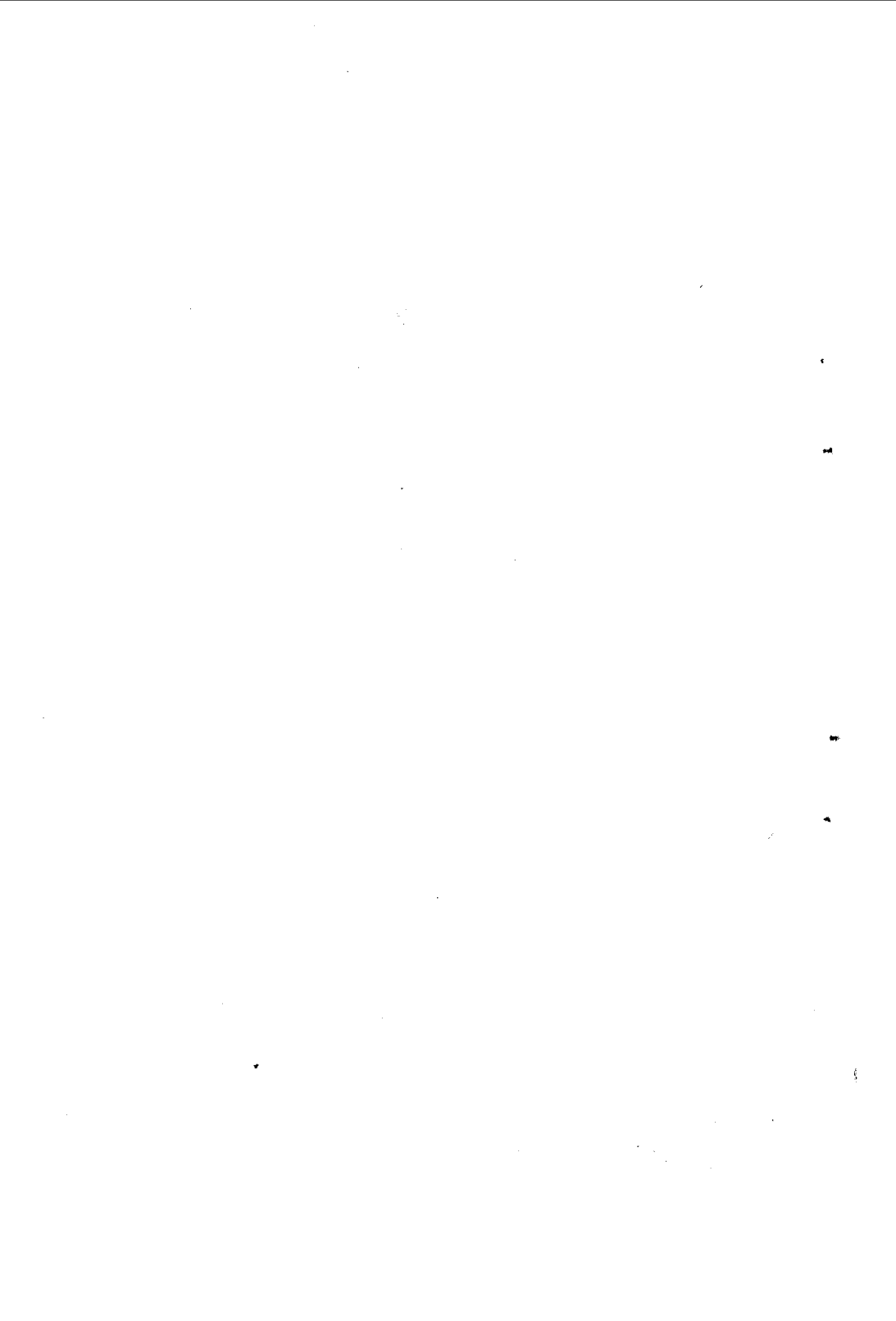
《修真辨难》一书系由清代悟元子刘一明所著《修真辨难》、《神宝八法》、《修真九要》、《象言破疑》、《悟道录》五种书的汇集，今定名为《修真辨难》。

该书详尽地讲解了道、佛、儒三家养生的理论、方法。尤其着重解释和阐述了道家养生的理论和功法，同时对道家养生的名词术语做了详细的注释，对研究和探讨三教养生，大有裨益。

目 录

- 一 修真辨难..... (1)
- 二 神室八法..... (81)
- 三 修真九要..... (97)
- 四 象言破疑..... (117)
- 五 悟道录..... (171)

修真辨难



修真辨难序

《易》曰：“一阴一阳之谓道。”又曰：“穷理尽性，以至于命。”夫理即道也，道即理也。阴阳之道，即性命之道。此理此道，位天地而育万物，其大无外，其小无内，先天而天弗违，后天而奉天时，最幽最深，至精至细。知之者，成圣、成仙、成佛；迷之者，为人、为物、为鬼。然不得师诀，千譬万喻，以有形无，以实形虚，或露枝条，或泄根本，甚难穷究；加之后世旁门曲径，穷凿圣道，紊乱仙经，各说其说，各是其是，认真经书之喻言，埋没古人之本意；或流而为闺丹；或误而为炉火；或执其色身；或着于空寂；邪说淫辞，流行宇内。即有一二志士，满眼针刺，满耳梆铃，聪明无施，主意不定，一入网中，终身难出，此予辨难之所由作也。辨何难？辨其似是而非，似真而假之难；辨其古人托言隐语，指象画形之难。其中天道圣功，性命源流，药火是非，无不一一分晰。书成之后，又恐头绪散涣，语句冗繁，阅者不能会通一贯，故外著二十六条，名曰“修真后辨”。撮其大要，分出题目，言浅意显，文简理明，去譬喻而就实义，削枝条而拔根蒂。庶乎同道者见之，一目了然，于阴阳性命之理，可以极深研几，深造自得，而无难矣。

吁，予岂辨哉？予不得已也。

时 嘉庆三年岁次戊午三月三日，栖云山素
朴散人悟元子刘一明自序于自在窝中

• • •

悟元山人修真辨难序

万事万理，假每乱真，故《心印经》曰：“不得其真，皆是强名。”栖云山道人悟元先生得先天真一之旨，不忍密之，一心愿以公之万众，笔之于书，条分缕析，辨其先后，辨其真假，辨其内外，辨其有无，辨其一二，直揭天根，显垂灵蕴，神机鬼藏，真丹经之捷径也。有志者，实其腹，虚其心，从此聆取紫云不远矣。夫道人一片婆心，惠兹后学，彰明较著，炳若日星，大声疾呼，如雷出震。世之读此书者，慎勿以野狐禅目之，则真者见真，伪者见伪；旁门尽灭，大道自生；千年暗室，一盏明灯；大海茫茫，金针直指；传之可受，告之三官；从此七世，不受冥患。奚羨？夫世奚少于已哉！是为序。

嘉庆三年七月七日癸卯科进士

灵武梁联第浑然子薰沐拜撰

修真辨难 卷上

大清乾隆壬寅，中秋之夜，月朗星稀，悟元默坐栖云峰顶，神入恍惚杳冥之乡，形归虚无寂寥之境，众弟子侍侧，候至中宵，一弟子启而问曰：“师不动不摇，无声无息，其悟道乎？其坐忘乎？”三问而三不答。弟子复请曰：“师不发一言，毋乃朽木不可雕，粪土之墙不可圻，不足与语乎？”悟元熟视良久，从容而告曰：“此非尔所知也。”弟子问曰：“敢请其故？”悟元曰：“吾将以天地为逆旅，以日月为过客，以万物为游丝，以世事为梦幻，以人情为寇仇，以富贵为浮云，以形骸为桎梏，以四大为枯木，以六根为孔窍，以身心为灰土，何动何摇？何声何息？”弟子曰：“如师所言，一无所有乎？”悟元曰：“安得无有。”弟子曰：“所有者何？”悟元曰：“惟知有道耳。”弟子曰：“然则道无为乎？”悟元曰：“安得无为？道有体有用，有进有退，有逆有顺，有急有缓，有止有足，有始有终，有先有后，有爻铢，有层次，有变化，有等等大作大用，安得无为？”弟子曰：“弟子入道多年，阅尽丹经，参访多人，毫无一知。望师慈悲，稍开茅塞。”悟元曰：“道为天地所秘，鬼神所忌，非可立谈。若非斋戒，不得妄听。”弟子拜

退。一 四大不着而身斋，二 诸虑俱息而意斋，三 回光反照而眼斋，四 声音不入而耳斋，五 香臭不到而鼻斋，六 是非不动而舌斋。六斋已毕，复进而请问：“弟子斋矣，敢问其道？”悟元曰：“未也。尚有一斋未完，如何敢问。”弟子曰：“六斋之外，还有何斋？祈师指明。”悟元曰：“尚有心境未斋。此一境，其秽污更甚于六根。六根为外贼，有时而来，有时而去。心境为内贼，此境有识神居之，为万劫轮迴之种子。此境不斋，六斋无益。”弟子大惊而退，于是扫净万缘，离种种边，应无所住而生其心，片刻之间，如冰解散，毫无滓质，复诚敬跪前，泣而问曰：“蒙师慈悲，已斋无斋，无斋可斋；斋之不斋，不斋而斋；不斋谁斋，谁斋其斋；斋者不斋，不斋是斋；知斋非斋，斋无可斋；若欲真斋，斋不见斋；斋既无斋，何用强斋？”悟元曰：“尔知斋矣，尔已斋矣，可与问道，可与闻道。”

问曰：“何为道？”

答曰：“道者，先天生物之祖气，视之不见，听之不闻，抟之不得，包罗天地，生育万物，其大无外，其小无内。在儒，则名曰太极；在道，则名曰金丹；在释，则名曰圆觉。本无明字，强名曰道，拟之则非，议之则失，无形无象，不色不空，不有不无。若着色空、有无之象，则无道矣。”

问曰：“道既无形无象，是浑然一气，何以《易》曰‘一阴一阳之谓道’？”

答曰：“一阴一阳之谓道，是就道之用言；无形无象，是就道之体言。太极未分之时，道包阴阳；太极既分以后，阴阳生道。若无阴阳，道气不见，惟阴阳迭运其中，道气长

存，历万劫而不坏。在先天则为道，在后天则为阴阳。道者，阴阳之根本。阴阳者，道之发挥。所谓太极分而为阴阳，阴阳合而成太极，一而二，二而一也。”

问曰：“太极分而为阴阳，是即两个阴阳矣。何以古人又言两重天地、四个阴阳乎？”

答曰：“两重天地，先天后天也。四个阴阳，先天后天阴阳也。先天阴阳以气言，后天阴阳以质言。先天阴阳，太极中所含之阴阳；后天阴阳，太极中生出之阴阳。金丹大道取其气，而不取其质，于后天后天中返先天，古曰先天大道。”

问曰：“先天后天，阴阳各有分界。何以又云后天中返先天乎？”

答曰：“先天一破，生出后天阴阳；而后天阴阳，一动一静，其中又生先天。至人于此后天中，采取所生一点先天之气，逆而运之，返本還元，复全太极之体，故曰还丹。”

问曰：“阴阳既分先天后天矣，何以又有内阴阳外阴阳之说乎？”

答曰：“内阴阳即后天之阴阳，生于形体；外阴阳即先天之阴阳，出于虚空。形体阴阳，顺行之阴阳，天地所生者也；虚空阴阳，逆还之阴阳，生乎天地者也。所谓内外者，以用言耳。”

问曰：“阴阳既有内外，五行亦有内外否？”

答曰：“五行从阴阳中出。阴阳有内外，五行安得无内外？如十天干、十二地支，五行皆二。以天干而论：丙为阳火，丁为阴火；甲为阳木，乙为阴木；庚为阳金，辛为阴金；壬为阳水，癸为阴水；戊为阳土，己为阴土。以地支而论：亥水为阳，子水为阴；寅木为阳，卯木为阴；巳火为

阳，午火为阴；申金为阳，酉金为阴；辰戌二土为阳，丑未二土为阴。阳为外，属于先天；阴为内，属于后天。此先后天之所分，内外药之所别也。”

问曰：“内药了性，外药了命，是乃修持性命，各有时节矣。《易》曰：‘先天而天弗违，后天而奉天时’，则是逆施顺运，两不相关矣。何以《入药镜》云：‘先天气，后天气，得之者，常似醉’也？”

答曰：“祖师慈悲，分明说了，尔自不悟。夫内药了性，即‘后天而奉天时’；外药了命，即‘先天而天弗违’。弗违者，用逆道，先发制人，所以夺造化而结丹。奉时者，用顺道，天然火候，所以融五行而脱丹。前后两段功夫，故曰性命双修，内外一齐修持，故曰逆顺并用。”

问曰：“性属阴，命属阳，是太极所分之阴阳乎？”

答曰：“此有分别。性有气质之性，有天赋之性；命有分定之命，有道气之命。气质之性，分定之命，后天有形之性命。天赋之性，道气之命，先天无形之性命。修后天性命者，顺其造化；修先天性命者，逆其造化。大修行人，借后天而返先天，修先天而化后天。先天后天，混而为一，性命凝结，是谓丹成。性命者，阴阳之体。阴阳者，性命之用。但有真假之分，先后之别。惟在人辨的详细，认的分明耳。”

问曰：“性命必赖阴阳而后凝结，则是有阴不可无阳，有阳不可无阴，何以又有‘群阴剥尽丹成熟’之说，到底用阴乎，不用阴乎？”

答曰：“所用者真阴真阳，不用者假阴假阳。真阴真阳为先天，假阴假阳为后天。先天成道，后天败道。”

问曰：“何为真阴真阳？何为假阴假阳？”

答曰：“阳中之阴为真阴，阴中之阳为真阳。此所用之阴阳，古经所谓阴阳得类者是也。亢阳无阴为假阳，孤阴无阳为假阴。此不用之阴阳，古经所谓孤阴寡阳者是也。”

问曰：“阴阳交感，天地自然之道，何以有孤寡？”

答曰：“吾已曾言矣。阴阳交感，即是真阴阳，不交即是假阴阳。其真假在交不交上分别耳。”

问曰：“阴阳既有交感之道，则道出自然，何待修持？”

答曰：“后天阴阳有时而交，有时而不交。圣人先天学问，顺中逆运，能使长交而不散，所以能胜天，而不为阴阳所拘。”

问曰：“阴阳之交，在内乎？在外乎？”

答曰：“后天阴阳在内，先天阴阳在外。在内者，出于自然；在外者，出于作为。”

问曰：“在外阴阳，必不关乎我身，或谓在天地，或谓在彼家，是否？”

答曰：“愚人不明在外之义，或吐纳天、地、日、月、云、霞等气；采取妇女红铅、梅子浊血，弃正入邪，作孽百端。殊不知外者，包罗天地，不属于我之谓。有生之初，原是我家之物，因先天一破，假者用事，真者退位，日远日疏，与我无涉，所以为外。这个秘密不遇真师，难以识认。”

问曰：“先天之物与我远疏，则必一身纯阴，不得执此身而修，何以《易》有‘不远复，以修身’之说？”

答曰：“大道不离此身，亦不执此身。在外求之，非我

同类，便是入于邪道；在我求之，一已纯阴，便是着于后天。是特有法在，能使无者而复有，去者而仍来，所以谓还元返本。”

问曰：“既不在身内，又不在身外，先天之物果在何处？”

答曰：“在元关一窍。夫所谓元关者，乃四大不着之处，非有非无，非色非空，非外非内。又曰元牝门，曰生杀舍，曰阴阳窍，曰生死关，曰混沌穴，曰龙虎坛，曰龟蛇窍，曰恍惚乡，曰杳冥地，曰出纳户，曰戊己门，等等异名。总谓元关窍。在身非心、肝、脾、肺、肾；非眼、耳、鼻、舌、意；非三百六十骨节；非八万四千毛孔。古来仙真，不肯分明说破，所以诸多旁门，妄猜私议，皆于一身色象中求之，大错！大错！吾今与你指出，要知此窍，在六根不着之地，五行不到之处；恍兮惚兮，其中有窍；杳兮冥兮，其内有门；自开自关，呼之则应，敲之则灵；明明朗朗，现现成成；迷之则远隔千里，悟之则近在当前。

“噫！神而明之，存乎其人，非下数十年穷现功夫，不能见此。”

问曰：“元关既不在身，又不在外，又曰阴阳窍，本身岂无阴阳乎？”

答曰：“人秉天地阴阳五行之气以成形，形中又含阴阳五行之气。阴之灵为魄，阳之灵为魂。魂魄在身，如室之有人。元关者，即魂魄出入之门户。但此门户，无形无象，在虚空中开阖，而魂魄亦在虚空中出入。因其在虚空中，所以不在身内，亦不在身外。即此身之一动一静，亦在虚空中来。尔自静思，此身如何能行，如何能立，如何能坐，如何

能卧，如何能语，如何能默，如何能屈，如何能伸？诸如此类，皆从元关中出。这个消息，果在何处？若能知的，则见阴阳之门户，可能保全性命矣。”

问曰：“阴阳既在身中，则性命之修持在己，而非可假借于他人者，何以古人又云：‘莫执此身云是道，须认他家不死方’乎？”

答曰：“此就后天言耳。人自有生之初，性命一家，阴阳一气。渐生渐长，年至二八，阳气已足，一阴潜生，于是乾与坤交，乾虚而成离，坤实而成坎。离中藏性，坎中藏命。坎陷其真，犹虎奔而寓于西，命不屑我，而我之所有纯阴之物耳。若执此身而修，不过修此后天精气已耳，焉能到的纯阳完成之体？故必须他家不死之方。不死之方，即坎中所陷一点阳精。因其坎陷非我所有，故谓他家，非身外一切他家之说。若着身外，便是毁谤圣道，当入拔舌地狱。缘督子曰：‘一点阳精，秘在形山，不在心肾，而在乎元关一窍’者，此也。”

问曰：“性命属于坎离。心是离，肾是坎乎？”

答曰：“此后天幻身之坎离，非先天法身之坎离。法身坎离，以离去其阳为离，以坎陷其真为坎。离去其阳，则所有者必阴；坎陷其真，则所藏者必阳。离为日魂，乃丽明之象，然外雄内雌，魂中有魄也；坎为月魄，乃晦暗之象，然外黑内白，魄中有魂也。中阴中阳，其乾坤中正之体，为真阴真阳，乃性命之根。丹道采此二气，合而成真，超凡入圣，是岂后天有形之坎离可比乎？”

问曰：“坎离既是真阴真阳，取坎填离，所取者何阳？所填者又是何阴？”

答曰：“此就后天中返先天而言。可填之阴，即我家之阴。后天之物为假阴，乃离内七般砵砂，身中涕、唾、精、津、气、血、液也。七般灵物，时刻难留。坎中之阳，即他家之物。先天之真阳，取此坎中之真阳，以点我离内之假阴，如猫捕鼠，是以先天化后天，以真阳制假阴耳。不得以假阴认真阴，假阴天地所生者，真阴生乎天地者，何得相混！”

问曰：“真阴阳、假阴阳之实迹，可得闻乎？”

答曰：“真阴阳如世间媒妁所合之夫妻，假阴阳如世间私通苟合之男女。私通苟合，一朝事败，性命有伤，非徒无益，而有害之。媒妁所合，光明正大，生子生孙，谁得而折，谁得而败？盖以真者成事，假者败事，故至人不用假而取真也。”

问曰：“和合阴阳，以黄婆为媒媪，黄婆在何处？”

答曰：中土也。《易》曰：“黄中通理”。盖中土所以和阴阳、合四象、攒五行，修行若无此土，阴阳何以和，四象何以合，五行何以攒？特以土为阴阳、四象、五行之信，故春、夏、秋、冬四季，各有土王十八日者，取其信也。”

问曰：“土有真假、先后天之分乎？”

答曰：如何无有？譬之春、夏、秋、冬，各有土王十八日，此土乃无形之土，属于先天土之气也。大地之土，乃有形之土，属于后天土之质也。气为真，质为假，不特土之真假如是，即象五行亦然。”

问曰：“假土既不用，何以大地假土生物乎？”

答曰：“真者借假而施功，假者借真而生形；无假不现真，无真不现假；假即在真之中，真即在假之中。大道后天中返先天，亦是此意也。”