



董沛文

主编

银道源

编著

盛克琦

点校

明道秘旨

合宗明道集·明道语录 合刊

唐山玉清观道学文化丛书

道门罕印之书，名山深藏之典。经书流通，可辅正道之传承；道术修炼，能健国民之身心。仙学丹道，摄生要术，最宜普世而利民者也。

任法融



华夏出版社

HUAXIA PUBLISHING HOUSE

董沛文◎主编 银道源◎编著 盛克琦◎点校

明道秘旨

合宗明道集·明道语录 合刊

唐山玉清观道学文化丛书



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

明道秘旨/ 董沛文主编; 盛克琦点校. --北京: 华夏出版社, 2018.1
ISBN 978-7-5080-9421-2

I. ①明… II. ①董… ②盛… III. ①道教—研究 IV. ①B958

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 008736 号

明道秘旨

主 编 董沛文
编 校 盛克琦
责任编辑 梅子 阿修
责任印制 顾瑞清

出版发行 华夏出版社
经 销 新华书店
印 刷 三河市少明印务有限公司
装 订 三河市少明印务有限公司
版 次 2018 年 1 月北京第 1 版
2018 年 3 月北京第 1 次印刷
开 本 720×1030 1/16 开
印 张 20
插 页 4
字 数 350 千字
定 价 59.00 元

华夏出版社 地址: 北京市东直门外香河园北里 4 号 邮编: 100028

网址: www.hxph.com.cn 电话: (010) 64663331 (转)

若发现本版图书有印装质量问题, 请与我社营销中心联系调换。

序一

任法融

董君沛文，余之旧知，修太上之大道，传龙门之法脉，以道士身，扶玄元教。悟大道之理，兴实业以济世；契圣祖之心，用慈俭而化人。投数千万巨资，复兴玉清名观；历五六载苦功，重塑仙真金身。昔日捐资于学府，助学者编辑圣典；今则统众于京都，携道友点校仙经。经书流通，可辅正道之传承；道术修炼，能健国民之身心。

道依教传，法随文化，经能载道，书可救世。道法经书，玄门之珍宝；历祖仙真，太上之法裔。余注《道德》，讲《参同》，解《阴符》，冀弘道于斯世；栖楼观，住白云，理道协，愿兴教于十方。文字之功不可没，经书之教不可废，道院之根不可除，祖师之业不可亡。今董君发愿，出版圣祖仙真之经书，建立养生修真之道院，乃振兴玄宗之作为，实双修功德之正道。山人闻之，随喜赞叹！

是书系总名曰：《唐山玉清观道学文化丛书》。言道学则道教在其中矣，论文化则经法在其中矣。三百年来，道门未能大兴；一甲子际，经书不见普印。虽曰气运，亦关人谋。人能弘道，众志成城。方今之世，政通人和，宗教复兴，信仰自由，正我道门光大之时也。董君应缘而出，邀学界之名流，统道门之同修，整理仙经，出版道书，化道教于日常，传正法于当世，使道流有道书可读，冀信众有道法可习。功益斯民，德泽后昆。

仙学丹道，摄生要术，最宜普世而利民者也。今以吕洞宾、张三丰仙书为发端，继则编陈图南、李道纯、陆潜虚、李涵虚、傅金铨、闵小艮诸仙全集。是则道门罕印之书，名山深藏之典，如能精编精校，广传广化，则太上之道脉能扶，仙真之正法可续。道济天下，德化苍生，斯功巨矣。

唐山玉清观，古仙葛洪访道之处，真人三丰隐修之地。仙迹随道书以

神化，大道借名观而传承。经千年风雨以护道，因国初地震而败落。董君沛文，睹道观之残垣，望断壁之朽木，不忍坐视，乃发心重建玉清道观，再塑三清真容。今则观成而道化，复思经教而民敦。劝善化人，移风易俗，敦伦尽诚，此道教之所当为也；养生强身，修真还丹，羽化飞升，此道士之所当修也。劝善当藉经教，修真须知法诀。道观容道流而弘化，道书载道法而育仙。则知胜地非常，经书宝贵，仙诀难得，因缘殊胜。

书将成，董君索序于余，乐而述之，与共勉焉。

岁在戊子年古历八月十五日于京华白云观

(作者系中国道教协会咨议委员会主席)

序二

康志锋

道教既是一种宗教也是一种文化，中华民族传统文化以道学文化为根基。博大精深的道教文化不仅是中华民族传统文化的重要组成部分，也是祖国传统文化的宝贵遗产。道教文化内涵十分丰富，“人法地、地法天、天法道、道法自然”言简意赅，是道教对宇宙万物对立统一规律的高度总结概括。道教中的诸如道法自然、尊道贵德、清静无为、返璞归真等理念，为许多思想家、政治家、文学家、教育家乃至普通百姓所尊崇。古往今来无数人都从道教文化、从《道德经》汲取过智慧和营养。

中华民族创造了灿烂瑰丽的中华文化，作为土生土长的道教在长期发展的过程中积累了众多的经论典籍，对于哲学、文学、艺术、医学、化学、天文、地理等方面都产生过重要影响。《道德经》可谓道教文化的奠基和代表之作，《道德经》在中华文化史上产生的重大而深远的影响是不可估量的。

道教的宗旨是修仙成道、济世利人。道学文化的菁华在于其性命学说，也即道教养生。作为祖国传统文化根柢的道教，挖掘利用其积极因素，为人生服务，为社会服务是道教义不容辞的责任。

董沛文道长自皈依道教以来，信仰虔诚，道风纯正，学识丰富，一直热衷弘扬中华优秀传统文化，长期致力于道家典籍的保护整理工作，且学以致用，尤其对道教养生情有独钟，无论是经商还是修观都乐此不疲，精神实在可嘉！近年有缘与董道长相识，深感其对道教事业热忱，近知他再次斥资策划编纂《唐山玉清观道学文化丛书》，颇为感慨，略叙管见，是为序！

（作者系原河北省民族宗教事务厅正厅级调研员）

序三

董沛文

中华民族历史源远流长，文化丰富璀璨，中国是世界文明古国之一。华夏文明据传说肇始于轩辕黄帝，教导民众播五谷、创文字、制衣冠、作历律、定算数、立音律、造舟车、创医学，开创了中华民族的古代文明之河。黄帝战蚩尤，平叛乱，立为天子，居五帝之首。访天师岐伯，问疗病之方，作《内经》，用以解除人民的疾病痛苦。登空同山，拜广成子问道学仙，佐五谷而养民人，用以强健黎民的体魄，延长民众的寿命，道统仙学由此而滥觞，道教也由此而初具雏形。

民族的根基在于传统，一个民族之所以成为独立的民族，关键在于他的传统，它是民族的旗帜，是区别于其他民族的显著标识。没有自己独特传统的民族，不能保持自己民族传统的民族，已经不是一个独立的民族，更不会有独立的民族精神和民族个性。华夏民族的传统，就是五千年的历史，就是民族一脉相承的国学文化。弘扬国学，弘扬传统文化，就是发扬爱国主义精神，是民族精神的皈依，民族精神得以独立，才能将中华民族腾飞于世界民族之上！

从文化角度看，儒道两家无疑是中华民族传统的重要来源：道家创立于史官，以《老子》为代表，崇阴尚柔，提倡静、柔、谦、弱、下、和之六德。道学文化，实际是继承了母系氏族文化传统，拥有几十万年的实践和发展经验，是成熟的“传统文化”，是华夏民族的“老传统”，是我们民族文化的原始基因。儒家创立于孔子，曾问礼于老子，以《诗》、《书》、《礼》、《易》为代表，贵阳贱阴，推行仁、义、礼、智、信之五常。儒学文化，是继承了夏商周三代的父系氏族文化传统，仅仅拥有四五千年的实践经验，是渐进成熟的“传统文化”，是华夏民族的“新传统”，是我们民族

文化原始基因的外延和发展。战国时期的“百家争鸣”，不过都是在祖述道家，我们应向以《老子》为代表的道家文化中发掘智慧！

鲁迅先生（1881—1936）在《致许寿裳》的信函中说：“中国根柢全在道教……以此读史，有多种问题可以迎刃而解。”在《而已集·小杂感》中诠释此义云：“人往往憎和尚，憎尼姑，憎耶教徒，而不憎道士，懂得此理者，懂得中国的大半。”研究中国科学技术史的著名学者、英国皇家科学院院士李约瑟博士（1900—1995）也曾强调：“中国如果没有道家思想，就会像是一棵某些深根已经烂掉了的大树。”这些论断，可以说“一语中的”，显然道教和道家是解开全部中国历史之谜的钥匙。

东汉时期张道陵以道家之学为基础，吸纳原始巫觋之术创立“五斗米道”，和以《太平经》为经典的“太平道”，都是早期的道教。从此，道学与道教合流，道学与道教并行不悖，不明道学不足以识道教，不知道教不足以悉道学。

道学和道教不是普通民众眼中的消极、陈腐、浮妄的封建迷信学说，更不是教人离群寡居、消极厌世、不近人情、行径怪异的乖僻邪说，而是非常积极的文化，解决人们日常生活中方方面面的所想、所需和所求，所涉及的范围非常广泛，上到朝政辅国，下到衣食住行，是非常注重实践的实用文化，堪称经天纬地之学。道家之学，有帝王御政之术，有辅国经世之略，有强兵战胜之策，有经商治业之谋，有冶炼烧制之方，有却病延年之药，有服食驻颜之饵，有导引强身之技，有御敌抗辱之功，有夫妇床第之戏，有预知未来之占，有趋吉避凶之法，有长生不老之丹，有修心养性之道，有飞升轻举之秘，有祭祀先人之礼，有超度亡魂之仪，有祈祷太平之醮，有怡情冶性之乐，可见道学、道教覆盖面之广，凡是人们之所想，必有与之相应的技术和方法。因此道学、道教，是以人为本之学，是人性化之教，是人生不可缺少、不可不学、不可不明的文化和信仰。道教经典《度人经》中说：“仙道贵生，无量度人”，充分体现了道学和道教贵生度人的特点。仙学养生大师、前道教协会会长陈撄宁（1880—1969）就曾指出“仙家惟生的宗旨”，并且说：“神仙之术，首贵长生。惟讲现实，极与科学相接近。有科学思想科学知识之人，学仙最易入门。”

古代道家道教圣贤真人，无不利用自己的道学智慧建功立业，标名青史，垂德后世，为道家学子立行的典范。黄帝为天子，“且战且学仙”，登

空同问道广成，鼎湖跨龙升举。太公吕望辅佐武王，立周天子八百年基业。老子为柱下史，走流沙而化道西域。范蠡献妙计帮助越王勾践复国，三年灭吴，后封金挂印，乘舟泛五湖而去，遵循了道家“功成名遂身退，天之道”的教诲。后定居于陶，自称陶朱公，经商积资巨万，后散给黎民，曾“十九年之中三致千金”，真是“天生我材必有用，千金散尽还复来”。陶弘景归隐山林，心存魏阙，梁武帝“每有吉凶征讨大事，无不前以咨询，月中常有数信，时人谓为山中宰相”。吕祖曾中进士，刘海蟾为燕相，重阳应武举，三丰做县宰。诸葛亮、徐茂功、刘伯温等，更是人们耳熟能详的道家人物。

道教中的仙人、真人的境界更是让人魂牵梦绕，遐想向往。《庄子·大宗师》中说：“何谓真人？古之真人，不逆寡，不雄成，不谟士。若然者，登高不栗，入水不濡，入火不热，是之能登假于道者也若此。”“古之真人，不知悦生，不知恶死，其出不欣，其入不拒；儻然而往，儻然而来而已矣。不忘其所始，不求其所终；受而喜之，忘而复之，是之谓不以心捐道，不以人助天。是之谓真人。”“其好之也一，其弗好之也一。其一也一，其不一也一。其一与天为徒，其不一与人为徒。天与人不相胜也，是之谓真人。”这就要求真人能看破世俗的成败得失，能看破生死以及人生旅途上的生命价值，在行为状态上与道合真。能够树立天人合一的宇宙观和生态观，不掠夺大自然，不戡天役物，要与自然界万物和睦共处。真人在生活态度和精神面貌上更要保持一股中和之气。《汉书·艺文志》叙神仙云：“神仙者，所以保性命之真而游求于其外者也。聊以荡意平心，同死生之域而无怵惕于胸中。”

《黄帝内经·素问·上古天真论》中说：“黄帝曰：余闻上古有真人者，提挈天地，把握阴阳，呼吸精气，独立守神，肌肉若一，故能寿敝天地，无有终时，此其道生。中古之时，有至人者，淳德全道，和于阴阳，调于四时，去世离俗，积精全神，游行天地之间，视听八达之外，此盖益其寿命而强者也，亦归于真人。其次有圣人者，处天地之和，从八风之理，适嗜欲于世俗之间，无恚瞋之心，行不欲离于世，举不欲观于俗，外不劳形于事，内无思想之患，以恬愉为务，以自得为功，形体不敝，精神不散，亦可以百数。其次有贤人者，法则天地，象似日月，辩列星辰，逆从阴阳，分别四时，将从上古合同于道，亦可使益寿而有极时。”揭示了仙人、真人

是“此其道生”，是可以通过修炼达到的，不仅仅是神话小说中编造的美丽故事。南宋陈泥丸在《翠虚篇·丹基归一论》中说：“一阴一阳之谓道，道即金丹也，金丹即是也。古仙上灵，诏人炼七返九还金液大丹者，是乃入道之捷径耳。”白玉蟾《紫清指玄集·鹤林问道篇》中也说：“夫金丹者，金则性之义，丹者心之义，其体谓之大道，其用谓之大丹，丹即道也，道即丹也。”因此道教内丹学就是通向仙人、真人境界的阶梯，人们只要修炼成大丹，便成了驻世逍遥快乐的仙真。

道教内丹学是参天地、同日月、契造化的金丹大道，又是返自然、还本我、修性命的天人合一之学，源远流长，肇始于伏羲、神农、黄帝上古时期，与道学同源，乃中华民族传统文化的瑰宝。老子、庄子集其成，阴长生、魏伯阳、葛洪、魏华存奠其基，钟离权、吕洞宾、陈抟、刘海蟾将内丹学理论体系发展成熟，大开法门传道，从此内丹流派纷呈。北宋以来，直至明清，丹道流派大多都上溯钟、吕，宣称是钟吕门下，由之又分为南、北、中、东、西五大流派。南宗创始于浙江天台张紫阳（984—1082），名伯端，有《悟真篇》、《金丹四百字》、《青华秘文》等；北宗创立于陕西咸阳王重阳（1112—1170），传全真七子，尤以长春真人丘处机创立的龙门派，广开教门，至今传承不衰。

中派肇始于元朝李道纯，其本是南宗白玉蟾门人王金蟾的门人，入元后加入全真道，因之调和南北两派之学于一炉，被丹家尊为中派。东派创立于扬州陆潜虚（1520—1606），名西星，著《方壶外史》、《三藏真经》等。西派创立于清道咸年间李涵虚（1806—1856），著有《道窍谈》、《三车秘旨》等。

世间芸芸众生求财、求禄、求寿、求平安者，如过江之鲫。然其中最难求者就是“寿”，千古一帝秦始皇，权倾天下，富有四海，却求“寿”无门，望“寿”而叹。而道教之内丹仙学文化中服食、服药、辟谷、导引、胎息诸术，恰是养生长寿、长视久生之妙术。内丹学，陈撄宁会长早年称之为“仙学”，“盖神仙者，乃精神与物质混合团结锻炼而成者”，更是道教修炼养生文化中的核心精华，不明内丹则难明道学，不懂道学则难识道教。丹道之学，以法、侣、财、地为修仙炼丹的四大条件。法，就是丹道法诀，是内丹修炼的具体操作功程，其理法存于丹经道书，其关键秘密处则在于口诀，必须由师父口传才能掌握丹诀次第和火候细微。侣，就是修真的道

侣丹友，结伴共修大道，同参玄机，互相扶助，过大关防危虑险之时更是不能缺少；阴阳丹诀中的金鼎、火鼎、水鼎，也属于侣的范畴。财，就是修道用的资财，一是访师之用，有“法财互施”之说；二是备制炉鼎器皿之资；三是在日常生活中的支出。地，就是适宜从事修炼的洞天福地。从事修炼，首先必须要培养积功累德，以增福培慧，所谓“道高降龙虎，德重鬼神钦”，更有“有道无德，道中之贼”之说。做“一个高尚的人，一个纯粹的人，一个有道德的人”，才是一个完整的“全人”，才有资格修炼丹道，仙经谓：“欲修仙道，先尽人道；人道不修，仙道远矣。”所以内丹学不是普通的信仰，是真知践履之学，不仅仅是养生全形、延年长寿之学，更是“一套凝炼常意识，净化潜意识，开发元意识的心理程序”。丹道具有净化人之心灵，塑造人之道德，化解心中之恶，走向至美之善。内丹学可以树立正确的人生观、价值观、道德观，培塑人们的道德情操，必然会在构建“和谐社会”中发挥它积极的作用。

在从事道教教学丹道养生修炼的过程中，访师求诀自不可少，但是真师难遇，真诀难得。陈樱宁会长早年耗费五六年的时间寻师访道，结果“都是空跑”，自思“这样的寻访，白费光阴，还不如自己看书研究，因此遂下决心阅览《道藏》”。历经数年苦读，参悟《道藏》中所密载的丹诀道法，终成为一代仙学巨子、养生大师，新中国成立后参与筹备道教协会，曾被选举为会长，教内有“当代太上老君”之美誉。丹道法诀尝隐藏于丹经道书之中，博览丹经，广参道典，不失为没有条件访师者的首选。近年虽然有《道藏》、《藏外道书》、《道藏辑要》、《道藏精华》、《道书集成》等大型丛书影印刊行，然而仅一部《道藏》就五千四百余卷，浩如烟海，普通读者焉有时间逐卷研读？另外，这些丛书都是影印出版，竖版繁体，不利于阅读，同时价格昂贵，普通读者购买颇为吃力。

余自幼就非常爱好传统文化，对于古籍经典苦读孜孜不倦，常通宵达旦，乐之不疲。及长进入工作岗位，每以微薄薪金购书渴读。因缘所致，弃职经商，尝将所学到的道家玄妙思想用于为人处事之中，事半功倍。庚辰年皈依道教，承嗣全真龙门派二十六代薪传。从之深研道家文化，遍游洞天福地，寻仙访道，拜师学艺，研习养生术，体悟道教之奥妙精深。甲申冬月，斥资复建唐山玉清观，再塑三清真容。古时玉清观，在开平古建筑中，是规模较大的一座庙宇。坐落在开平西城门外，火神庙与关帝庙之

间。坐北朝南，始建于汉代；初毁于宋；复建于明；后毁于唐山大地震。再建的玉清观，坐落在开平老城遗址北门外，坐北朝南，由政府拨地二十余亩，总体建筑面积约九万六千平方米。完成建筑后的玉清观与开平古艺文化街遥相呼应，形成浓厚的古文化氛围。丙戌年，唐山道众发起筹建唐山市道教协会，余被推选为道协负责人。

宫观虽立不可无文化，道士虽众不可无道统。文以载道，书以救世。且玉清古观，乃古仙合药炼丹之地，三丰隐居修炼之所，与丹道仙学早已结下千古之殊缘。故邀请专家学者为顾问，携手道门同修为编纂，将浩如烟海的道书古籍加以整理校订，首以吕祖、三丰之仙书为发轫，继理陈抟、李道纯、陆潜虚、李涵虚、傅金铨、闵一得诸仙书道籍，编纂为《唐山玉清观道学文化丛书》。丹经道书，几经传抄翻刻，鲁鱼豕亥之处颇多，影响阅读，也不利于道教文化的传播。本次点校整理，务求善本，必致精良，努力使《唐山玉清观道学文化丛书》成为名山深藏之宝典、道流渴读之仙籍，予愿足矣。

岁在戊子识于唐山玉清观

（作者系全国政协委员、河北省政协常委、中国道教协会副会长、
河北省道教协会会长、河北省道学院院长）

序一^①

张义尚

予从合宗道源老师学北宗及西派丹诀。银公正合宗道源老师，铜梁首富也。自幼好道，广参宿学，得异人授《三车秘旨》。至后复得上海丹道刻经会之《道窍谈》，因合印成编。又刻自着《合宗明道集》三册，编纂《明道语录》二册，并其他扬善之书十余种，无偿流通，广结道缘。抗战期间，复旦迁北碚对岸之黄桷镇，校中经济系主任兼教授之卫挺生先生，雅好中国气功强身之术，聘请涪陵黄克刚先生教《易筋经真传》，1937年腊月寒假期间，卫请黄先生住其北碚附近之天生桥寄寓中，余每日往从，费了约二十余日，将《易筋经》卅二式全部学完，并整理成册。适黄师有事不能续教，因请银剑尘先生前来代理，银即道源老师晚年之独子也。相处既熟，言及其父之道德，剑岚先生遂先往受教，回校之后，极赞其学识渊博，功力湛深。我在十三岁时，已见到《参同契》、《悟真篇》、《金丹真传》、《试金石》（合称《四注悟真篇》），苦不能解。十四岁见《性命圭旨》，大喜过望，又后见《天仙正理》、《丹道九篇》、《仙佛合宗》、《金仙证论》、《慧命经》，心益豁然，但于层次转换、周天度数与象言比喻之间仍有未彻者。因吴师之激发，遂纂《丹经质疑录》一册，于1938年春往谒银师，列入门墙，反复请益，质疑诸问，涣然冰释，归来作《丹诀归一论》与《九层炼心一贯编》（现俱已不存）。理法既已明彻，惟待入室之印证矣。余之于身内阴阳清静丹法之事得贯通无惑者，实银师之赐也。

师授我以寻息入定，调药采微阳之法。凡阳生，采取烹炼（以息摄之，武火烹之），喻之以网兜取鱼。俟其平静，摄入虚无窍内（文火养之），喻

^① 本篇系辑录张义尚先生文稿而成。《丹道薪传》，张义尚编著，178页、408页，社会科学文献出版社，2012年2月第1版。

之以筮簋盛鱼。如是日积月累，直至小药发生，展窍开关，周天运转（筑基），火足候至，采大药（阳光二现而止火，三现而采药），温养脱胎，还虚合道等。同时密示《三车秘旨》，谓系李真化身传授，前此只准心记默熟，不许形于纸笔云。余受教以后，如获至宝，什袭以藏之者，已有年矣。后来默识揣摩，觉与李真《后天申述》及《九层炼心》，互为表里。此种丹法，显示李真本人之造诣，且不惜泄露天机，欲人人成道，其慈悲度人之心，殊堪敬佩。惟内多光影之谈，初学妄心不靖，虽能引人入胜，亦能令人着相着想，违背道法自然之旨，不可不特别留意者。世有上根善智，当深思余言，故有志入道者，希全力以参之。至于读李真之书，则当别具只眼，于功夫下手，调息入静，致虚极，钻杳冥等处，身体力行，其他一切证验，听之而已，万不可识神用事，妄起欲求也。

戊申（1968年）古四月中浣张义尚识

（作者生前为重庆市忠县政协委员、忠县中医院中医师、著名丹道学家）

序二

胡孚琛

内丹学亦称丹道性命之学，是中华民族传统文化之最精华的核心，也是中华文明的火种。故不懂丹道，则无法真正弄清道教；不明道教，则无法真正理解道家；而不知道学文化，则不可能真正洞察中华文明。当年王重阳在国土沦入异族之手的时候，出于对汉族文明泯灭的担心，集儒、道、释三教之精华创立全真道，教人读《道德经》、《孝经》、《心经》，将三教的功夫境界融入内丹学之中，使道派和丹派合一，以丹道法诀布教度人。如此内丹学不失传，全真道不灭，则中华文明之火种犹在，中华民族则不会衰亡。近世以来，中华文明遭到自阉式的破坏，丹道在道教中也成绝响。历史进入二十一世纪，中华文明又呈复兴之势，不仅国学热兴起，内丹学的研究也蓬勃开展。近几年，国内外道教养生学的会议不断召开，给人们留下强烈印象，那就是人民群众爱好内丹学。

我接受钱学森教授的委托在海内外寻访丹道法诀和藏传佛教密宗，奔走江湖，跋涉山林，亲赴康藏，出入禅密，历时三十年，于2009年9月将调研的最终成果《丹道法诀十二讲》交到钱学森院士手上，以自己艰苦卓绝的劳动完成了钱学森老师交代的人体科学调研任务，也为中华民族保存下一份珍贵的非物质文化遗产。20世纪70年代末，我在广州中山大学读书期间结识内丹学家无忧子师，知其丹道之师承属孙教鸾一系，兼习密法，从之得南宗同类阴阳丹道法诀之传。1981年春访道崂山太清宫曾师事匡常修道长，匡师早年在崂山白云洞出家，承金山派，他建议我到中国道教协会跟王沐先生学习丹道。1985年初我来到北京，和王沐老师朝夕相处，给他整理出版了《内丹养生功法指要》，并说他曾在济南从一郝姓道长受龙门律师戒，是“宗”字辈。1995年访得忠州张义尚师，乃张三丰、孙碧云、

李春芳（明之状元）、陈莲溪、周一三之丹法传人，又曾得西派之传。其学涉及金家拳、太极拳，丹道三元丹法，佛教密宗大圆满、大手印、那洛六法，中医学、药学、针灸学，及周易占卜星相、地理、奇门遁甲、太乙、六壬诸术数，无不该通。

尚师 1910 年 5 月 6 日生于重庆市忠县，1940 年毕业于上海复旦大学经济系，生前为忠县政协委员、忠州镇中医院中医师。14 岁习武，1928 年师从周之德学金家功夫，从黄克刚学真传易筋经，并得李雅轩亲授杨式太极拳，此皆武林之绝技。还师从吴剑岚、梁少甫学习中医，广览医籍，民国年间以张虚一的名字参加全国中医资格考试，在蜀中名列第七，竟成当地名医，后终生行医为业。1940 年，尚师又皈依贝马布达上师学佛法密宗，继之由根桑上师和贡嘎活佛灌顶授法，俱有成就。1938 年，又拜大江西派宗师李涵虚嫡传弟子银道源为师，得丹道西派之传。为寻觅同类阴阳丹法以破解《参同契》、《悟真篇》之秘，1945 年在成都幸遇周一三先生，得龙虎丹法之传，至此人元大丹之学已大备。尚师多才多艺，于丹道、佛密、中医、武功四门绝学，皆有过人之处。1949 年后，尚师在乡间行医为业，并和光同俗，潜心著述，喜摘取前贤成说，重要著作经多次改写、反复锤炼而成，其遗著《丹道薪传》、《武功薪传》、《中医薪传》、《禅密薪传》皆具有国宝级的学术价值。尚师之著述，六十年来多有散失，今面世者，不过十分之六而已！吾自 1980 年起在海内外潜心寻访三家四派丹法传人，阅人多矣，近世丹师自李涵虚而后，其精研丰博无人能出张义尚先生之右者。

李涵虚之西派开山最晚，实则综合了南、北、中、东、伍柳、三丰诸派之长，三家四派丹法皆有传承。李涵虚曾师事孙教鸾之高足郑朴山先生，得“孙、陶一派”之龙虎丹法殆无疑义。李涵虚云在峨眉山遇吕洞宾、张三丰于禅院，则三家四派丹法必兼而通之，并读其《道窍谈》等可知矣。先师王沐先生曾云东派丹法简而洁，西派丹法繁而琐。后来我发现大陆的陈撄宁，台湾的周绍贤、萧天石皆有此论，此判断不知起自何人，竟被近代内丹学家认可，遂成对西派丹法之定评。因之我于 20 世纪 90 年代初研读李涵虚的丹书，亦认为其丹法步骤繁琐复杂，未暇深思。直至 2002 年吾完成三家四派丹法之参访，重读王重阳之《五篇灵文注》、李涵虚之《道窍谈》，倍感亲切，知其皆成就金液大还丹之过来人也。而后我又得密宗恒河大手印无上瑜伽智慧灌顶之秘密，参之以李涵虚之《道窍谈》、《三车

秘旨》、《后天申述》、《九层炼心》，不禁拍案叫绝：“真吾师也！”原来丹道修持之繁简，不在丹经，而在自己的见地。丹道之步骤，无论如何繁杂，其关键处，无非是两步，一是采药，一是炼丹。吾人研读古今丹家之著述，亦要抓住三点，其一看他何时采药，怎样采药，其采药的景象、要诀为何？其二看他怎样炼丹，何时得丹，炼什么丹，是玉液还是金液？其三看其丹经道书中有没有论及火候，火候真不真，全不全？丹家云“圣人传药不传火，自古火候少人知”，盖丹经有火候的可以照书而修，无火候的无论讲得怎么好也无法修持。李涵虚真人之著述，之所以被人感觉繁琐复杂，恰恰是因为他详述了火候。王重阳、李涵虚皆丹道法门之开山祖师，其修持皆是得金液还丹的大成就者，其著述蕴含着内丹学原创性的思想，岂可小觑也哉！至于丹道宗师驻世长短，更不足以断定其修为之高低，当世凡夫俗子享百龄之寿者比比皆是，而宗喀巴祖师修龄亦短，释迦文佛不过中寿，丹家“不与人争一时，直与人争万古”。事实证明，内丹学之北宗与西派，恰恰是丹家驻世享高龄最多的两派。李涵虚祖师云：“至人得道，生亦仙，死亦仙，如留形驻世、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。”丹道之修持，并非时间愈久愈好，“赫赫金丹一日成，何用三年九载功”，学者得诀之后，火候把握得好，进展很快，一得永得。王重阳、李涵虚驻世时间较短，吾是以知其丹法可以速成也。

自2012年春至12月底在家中辟谷320日并同时辟水8天，探索丹道修炼奥秘，在实证中发现了很多秘密。然吾之未敢早务归隐山林修持者，因平生有五件大事尚未及完成。其一为全国老子道学文化研究会已从中国社会科学院转到教育部，挂靠南京大学。需筹集资金将其重新启动起来，并创建老子文化基金会，把老子学院推向全世界。现全国道学文化爱好者不下7000万人，欧美等国家亦甚风行，此文化战略关系着中华民族的命运，也关系着人类的和平大业。其二是我以三十年心血调研丹道和佛密著成《丹道法诀十二讲》，有两种版本，一为80万字版的三卷本，价630元；一为120万字版的八卷礼品珍藏本，价6300元。需有胆略善于发行书籍的企业家投资300万元和出版社合作重新启动起来，我仅为保存中华民族的一项非物质文化遗产而已。其三是整理出版先师陈国符先生的《道藏源流考》（再增订版）和张义尚老师的全部遗著，以为中华民族道学的研究开拓进展，