

唐山玉清观道学文化丛书

悟真扶要

——道教经典《悟真篇》注解集成

董沛文主编 周全彬 盛克琦 编校

下





董沛文 主编 周全彬 盛克琦 编校

— 道教经典《悟真篇》注解集成

下

悟真扶要

宗教文化出版社

PDG

宗教文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

悟真诀要:道教经典《悟真篇》注解集成/董沛文主编;周全彬,盛克琦编.

--北京:宗教文化出版社,2010.12

ISBN 978-7-80254-350-8

I. ①悟… II. ①董…②周…③盛… III. ①道教-气功②悟真篇-注释
IV. ①R214

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 261418 号

悟真诀要

——道教经典《悟真篇》注解集成

周全彬 盛克琦 编校

出版发行: 宗教文化出版社

地 址: 北京市西城区后海北沿 44 号 (100009)

电 话: 64095215(发行部) 64095210(编辑部)

责任编辑: 赛 勤 杨登保

版式设计: 陶 静

印 刷: 北京新华印刷有限公司

版本记录: 170×230 毫米 16 开本 71 印张 700 千字

2010 年 12 月第 1 版 2010 年 12 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80254-350-8

定 价: 138.00 元(上、下册)

唐山玉清观道学文化丛书



下 册

《悟真篇》集注	清·仇兆鳌 475
《悟真篇》原序	张伯端 476
张紫阳事迹本末	478
张真人传道源流	479
陆彦孚记	宋·陆思诚 479
翁渊明序	翁葆光 481
陆子野序	陆壑 482
陈观吾序	陈致虚 483
《悟真篇集注》序	知几子 485
《悟真篇集注》例言二十条	知几子 487
《悟真篇》提要七条	知几子 493
集注姓氏	496
上卷	498
七言律诗一十六首	498
中卷上	524
七言绝句三十二首	524
中卷下	551
七言绝句三十二首	551
下卷	576
五言律诗一首	576

CONTENTS·目录

西江月十二首	577
七言绝句五首	590
悟真法语	595
《悟真篇》增录	608
张真人《金丹四百字》	608
读《周易参同契》	张伯端 619
赠白龙洞刘道人歌	张伯端 620
石桥歌	张伯端 622
《浮黎鼻祖经》序	张伯端 625
附录一、《金丹四百字》解	明·李文烛 627
附录二、《参同》、《悟真》译翼序	明·范景文 634
附录三、十二雷门测候图	仇兆鳌 637
附录四、周身六关三脉图	仇兆鳌 637
《悟真篇》约注	清·陶素躬 639
《参同》《悟真》注序	仇兆鳌 640
《参同》《悟真》注自序	陶素躬 641
《悟真篇约注》原目录	643
《悟真篇约注》杂议	陶素躬 644
卷上	649
卷中上	665
卷中下	684
卷下	701

CONTENTS·目录

《悟真篇》阐幽	清·朱元育 711
序	清·朱元育 712
卷上	713
卷中	731
卷下	771
《悟真篇》正义	清·董德宁 787
序	清·周飞雱 788
自序	董德宁 790
卷上	792
卷中	804
卷下	833
悟真直指	清·刘一明 845
《参悟直指》序	清·刘一明 846
《悟真直指》序	清·刘一明 848
卷一	849
卷二	867
卷三	905
卷四	919
附录	935
一、南岳遇师本末	夏宗禹 936

CONTENTS·目录

二、广西道监察御史存斋公传	清·陶元藻 942
三、陶式玉年表简编	周全彬 944
四、仇兆鳌先生年表	周全彬 947
五、悟元老师刘先生本末	清·张阳全 961
六、刘一明著述目录	周全彬 974
七、傅金铨	《民国新修合川县志》976
八、傅金铨著作目录	周全彬 981
九、《金笥》问	明·卓发之 984
十、《金笥》续问	明·卓发之 991
后记	周全彬 994

补注：上段言先天大药，下段言后天炉药。炼己持心是指炼汞，采取浮沉是指炼铅。○首经神水，为上品圣药，即所谓真种也。然要求此大药，先须炼己持心，使之常静而常应，常应而常静，方可临炉决胜。而临炉之顷，又须探彼时候，辨其浮沉而采取之。炼己持心在采取之前，防危虑险在采取之际，可见工夫容易处又有此细密工夫也。○首经，即五千四十八日之期，此期初至，先升白气，降为神水，水中有真金之气，故曰神水真金。华池者，金华所产之池，即偃月炉也。定浮沉者，六候之朝，金沉而水浮，全在按候寻取。《契》云：仿佛大渊，乍沉乍浮。此之谓也。

翁注：真一之气，在天曰真一之水，在虎曰初弦之气，若炼在华池，名曰神水，此乃真金之至宝，《经》云上善若水。盖真一之水，出于先天，其源至清，而利泽甚深，故曰上善。却不比寻常后天地所生滓质之物。九转，乃温养工夫。先须炼己纯熟，定浮沉而分宾主，依时采取，守雌不雄，方免危殆。十月功完，自然形化为气，气化为神，从此抱元守一，则形神俱妙，与道合真，此乃九转金液大还丹也。

陈注：只此白虎首经，强名先天一气。学者若知三日月出庚之旨，方许求华池神水之用。然还丹之道，修之则易，炼己最难，故仙师戒人先须炼己待时。盖真火即己汞，必须炼此真火，降此真龙，从我驱用，无使奔逸，然后可以制伏白虎，而得至宝之真金。若不能炼己，则时至临炉，顷刻之功，不得一粒宝珠，反至危困矣。

补注：旧指九年面壁为九转，非是。石杏林《还源》诗云^①：一月一还为一转，一年九转九还同^②。唯凭二卦推刑德，五六回归戊己中。此可印证矣。

① 按：此诗出于薛道光《复命篇》，仇氏误题为石杏林《还源篇》。

② 同，原作“日”，据《复命篇》改。

其四

《翼注》：此言金木交并之功。

若要真铅留汞，亲中不离^①家臣。

木金间^②隔会无因，全仗媒人句^③引。

木性爱金顺义，金情恋木慈仁。

相吞相啗却相亲，始觉男儿有孕。

补注：铅汞仗媒，言外象；情性相亲，言内象。若要铅来凝汞，中间须用家臣为之作合。盖木东金西，彼此间隔，非仗媒人句引，安能两相聚会？其所以能句引者，实缘阴阳性情本相爱恋，一与交媾，自相吞相啗而结亲情，育丹胎矣。男儿有孕，种自外来，此金丹颠倒之奇术也。○医书以心为君火，肾为相火，又谓肾者作强之官，知得肾为相火，可见作强者，即其家臣矣。曰亲中，曰家臣，曰媒人，三名同是一意。彭氏引太上神丹注，以汞家臣，即内丹之运汞迎铅也。（古注：一者是铅，铅是君；二者是汞，汞为臣。若铅不真，其汞难亲；若铅是真，不失家臣。）

《翼注》：木吞金精，金吞木液，则内感真气，外应真火，无中生有而胎仙自成。

陈注：真铅生在造化窟中，真汞居于造化身中，不能持心炼己则汞走，不能按时临炉则铅飞。家臣即己汞，若炼之熟，则能随我意而驱役之。木虽爱金顺义，非媒不得其欢心；金虽恋木多情，非媒不能以自达。媒既通好，则彼此结欢，两相吞啗而男子怀胎矣。

其五

《翼注》：此言五行交炼之事。

二八谁家姹女？九三何处郎君？

① 原注：去声。

② 原注：去声。

③ 原注：居侯切。按：据《古今字音对照手册》，句韵为古侯切。



自称^①木液与金精，遇土却成三姓^②。

更假金公煅炼，夫妻始结欢情。

河车不敢暂留停，运入昆仑峰顶。

补注：上段言一时得药，下段言十月养丹。○二八者，一十有六；九三者，二十有七。取其阴阳少壮，两相配当也。郎含木液，女产金精，得真土而却成三姓，即所谓三家相见者。但得丹以后，更藉丁公，运用符火，常转河车，沃以神水，则水火交济，阴阳融结，而丹始炼成矣。○后天卦位，震东兑西，两宫相对，故言九三、二八，长男少女之年也，此是一定之男女；震属木而其液为汞，兑属金而其精在铅，此各禀之阴阳。若以二八为男，九三为女，不应女齿反长于男，安得援女子青衣，郎君素练之例，作坎离颠倒解耶？前诗云：长男乍饮西方酒，少女初开北地花。可当九三、二八之一证矣。

《翼注》：郎木女金戊己土，丁公神火河车水。此见其五行全备也。昆仑峰顶，指泥丸。自下而上，复归丹田之中，每日如此运用，直待丹熟，然后砣砣者暂休耳。（原本女木郎金，犹踵翁、陈旧注。）

陈注：土乃合二为一之物。

○钟离公云：尾闾直上泥丸顶，自在河车几百遭。

其六

《翼注》：此言金火妙用。

七返朱砂返本，九还金液还真。

休将寅子数^③坤申，但看五行成准。

本是水银一味，周流遍历诸辰。

阴阳数足自通神，出入岂离玄牝？

① 原注：自称，犹云本名。

② 原注：《参同》作三性。

③ 原注：上声。

补注：金砂该得五行，是论药材；水银本来一味，是说丹母。○返本还原，已见前诗。此又指朱砂金液，以见铅汞二物实为作丹之本。下言水银而不及朱砂，用火原为炼金耳。遍历诸辰者，温养火符，子午寅申迭用也。阴阳数足者，十月抽添，周天卦气圆满也。而其阴阳出入，却不离玄牝之门，此处乃生身受气之窍，归根复命之关。

子野注：火乃七数，金乃九数，金火相须，作丹之要。金非火不还，火非金不返，《龙虎经》云：丹术著明，莫大乎金火是也。水中有金，故称水银。内丹之成，不出此一味耳。得其妙，则自然经历诸辰，时至气化矣。

陈注：朱砂为汞，金液为铅，金来归性，是曰还丹。本来只是先天一气，生于造化泉窟，故号水银。非此一味至宝，何以结就还丹？又非玄牝为之根本，何由出入而成变化哉？

《翼注》：朱砂之体，性好飞扬，易于耗散。返本者，伏其飞扬之性，而仍返真火之元。金液之气，一经凿破，逃寄西邻。还真者，养于黄婆之舍，而复还真一之宗。世人不知此理，徒以寅数至申为七返，以子数至坤为九还，不亦谬哉。然火所以炼金，其成丹不过水银一味而已，其运火不过玄牝之门而已。其数虽繁，其指甚约。若火满周天，金满乾体，火数足则金气亦足，然后七者返，九者还，真人自神化不测矣。

李注：《四百字》序云：七乃火数，九乃金数，以火炼金，谓之返本还原。

○又曰丹法无他玄妙，只一味水银。按八卦次序，朝进阳火，暮退阴符。阴符阳火无差，即名五行成准；周天火符完足，即名遍历诸辰。

补注：《悟真》言水银，有同名而异品者：离汞名为水银，木液流珠是也，故曰偃月炉中玉蕊生，朱砂鼎内水银平；坎铅亦名水银，金精神水是也，故曰金鼎欲留朱里汞，玉池先下水中银。此处水银，应指坎铅。○九还七返，金火相拘。皆出《参同契》。《正道歌》：换骨回阳身不朽，九还七返化真形。

朱砂金液，坎离交媾，而结成天晷，是为戊土。戊土干汞，转制无穷。是乃水银一味，成始成终之药物。○外丹家言水银有二：铅中真液，配砂而立丹基，谓之活水银；砂灵伏汞，实死而见白金，谓之死水银。活水银即水中之金，死水银乃水中之银，《秋日中天》言之独明。

其七

补注：此言得药点化。

雄里乃^①含雌质，负阴却抱^②阳精。

两般和合药方成，点化魄纤魂胜^③。

信道^④金丹一粒，蛇吞立变龙形。

鸡餐亦可^⑤化鸾鹏，飞入真阳清境。

补注：上段言炼药之功，下段言得药之效。

陈注：我虽外雄，其中唯雌；彼之阴中，反抱阳精。以阳点阴，大药方成。万物得此灵药，皆能变化，而况于至人乎。

《翼注》：惟阳中有阴，阴中有阳，所以和合便灵，将见魄渐消魂渐胜，魂魄俱化真阳而入上清之境矣。内丹非禽虫可服，特借此以形容内丹之神妙耳。长庚云：化龙成凤，天元神丹有之，此借为转凡成圣之喻。

李注：乾怀一点丁火，即雄含雌质；坤怀一点壬水，即阴抱阳精；丁壬妙合，即两般和合药方成。

○知其雄，守其雌，万物之生也，负阴而抱阳，俱本《道德经》。

此亦可通于外丹。砂本阳而内含雌，铅本阴而中抱阳，真阴真阳炼成大药，故吞服一粒可以飞入上清。

① 原注：一作内。

② 原注：一作抱却。

③ 原注：一作魄仙魂圣。

④ 原注：去声。

⑤ 原注：一作乃。

其八

补注：此言丹法全功。

天地才经否^①泰，朝昏好识屯蒙。

辐来辘轳水朝^②宗，妙在抽添运用。

得一万般皆毕，休分南北西东。

损之又损慎前功，命宝不宜轻弄。

补注：否泰屯蒙，解见中卷。先说抽添，后言得一，筑基方可求丹也。吕祖云先采后天，后天先天，此作丹次第。

《翼注》：上云金火雌雄，则阴阳合矣，故此言火候。否泰，候也；屯蒙，火也。上阴下阳为泰，乃阳从地升之时，其时为朝，遂进阳火而用屯；上阳下阴为否，乃阳从天降之时，其时为昏，遂退阴符而用蒙。此是天然真火，不假勉强。只天心一正，百脉俱随，水火自升自降，循环不穷，如辐辘轳，万转由轴，如水朝宗，百折之东。将见阳进一分，阴自退一分；汞添一分，铅自抽一分。至于阴尽阳纯，仍还混沌之一，得其一，则万事毕矣。又何分南火北水、东木西金之殊象哉？损之又损，正是守一之功。一心内澄，万缘外息，较前工夫，倍加谨慎，务期纯熟老成以全我命宝，更不敢片念稍妄以丧吾珍也。

李注：炉鼎挨排，一月一交，如辐之辘轳；我当居下，以纳百川，如水之朝宗。

陈注：损之又损者，念欲灰而志欲奋，功欲勤而境欲忘也。

○三十辐共一轳、损之又损，以至于无，本《道德经》；江汉朝宗于海，本《尚书》；得其一，万事毕，本《庄子》。

① 原注：普觅切。

② 原注：音潮。

其九

补注：此言攒簇火符。

冬至一阳来复，三日增一阳爻。

月中复卦朔晨潮，望罢乾终姤兆。

日又别^①为寒暑，阳中复^②起中宵。

午时姤象一阴朝^③，炼药须知昏晓。

补注：此章详明火符也。上段言一月中阴阳姤复之象，下段言一日中阴阳姤复之机；上是按月求药，下是逐日行动。一年有个冬至，一月亦有个冬至，朔望潮汐可验复姤之消长矣；一月有个冬至，一日亦有个冬至，宵中半可参寒暑之两界矣。两段各言复姤者，月取六候之阴阳，日配火符之阴阳。上云三旬，下云昏晓，文义判然明白，陆、陈二注颇混。

翁注：冬至一阳生为复卦，每三十日增一阳爻，为临，为泰，为大壮，为夬，至四月，六阳为纯乾，乃阳长之候；阳极则阴生，夏至一阴生姤，每三十日增一阴爻，为遁，为否，为观，为剥，至十月，六阴为纯坤，乃阴消之候。阴极则阳生，此一年之火候也。圣人又移一年火候在一月之中，朔旦一阳为复，两日半增一阳，至十五月望成乾，十六一阴生姤，故曰望罢乾终姤兆。以阴气初萌，故为之兆。又将一月之候移在一日之中，分寒暑温凉四时之气，故中夜子时一阳生复卦，午时一阴生姤卦。阳火阴符，抽添运用，其进退亦依天地四时阴阳升降之道，不得毫发差忒。（复临至乾六卦值上半月，姤遁至坤六卦值下半月，各以两日半当一卦，说本朱子，见《参同契注》，丹家却不用此。）

① 原注：音必。

② 原注：复又切。

③ 原注：直遥切。

其十

补注：此黜伪道之弊。

不辨五行四象，那分硃汞铅银。

修丹火候未曾^①闻，早便称呼居隐。

不肯自思已错，更将错路教人。

误他永劫在迷津，似恁欺心安忍？

补注：此斥方士之惑世诬民者。上段言自欺之学，讥其不智；下段言欺人之罪，恶其不仁。欺心安忍一语，乃警悟而悚动之也。

《翼注》：五行，金木水火土也；四象，乾坤坎离也。硃汞，砂中之汞，火生木也；银铅，铅水之银，水生金也。火候者，一月知六候，一时用两候，即朝屯暮蒙也。造化之理，尚未讲参，况下手作用乎？乃自号为有道，以此诳诱愚人，为害甚矣。

硃汞铅银，外丹四象，四象成土，是为五行。于四象中，先用铅、硃起手，审明火候，以造天畹，乃干汞之圣药。从此去戊留己，传神脱胎，每转皆有妙用。方外之徒，不知火候真传，而妄行烧炼，自误误人，诚当痛斥者。

十一

《翼注》：此言勤修齐物。

德行^②修逾八百，阴功积满三千。

均齐物我与亲冤，始合神仙本愿。

虎兕刀兵不害，无常火宅难牵。

宝符降后去朝^③天，稳驾鸾车凤辇。

① 原注：音层。

② 原注：去声。

③ 原注：直遥切。



补注：修道之士，立愿期仙，须要功德圆满。及道成之后，灾害不侵，而飞升可致，男儿之初愿遂矣。上下两段，语气自相照应，各章皆然。○德修于己，存心不欺也；功施于人，善不求名也。功德积累，故天人感格，而无愿不酬。

长庚注：冤亲物我，一切平等，则无爱憎取舍，可与忘物，可与忘我，可与忘忘，忘无可忘，即是圣道。功行孰逾于此？

陈注：功成之日，待诏飞升，若张天师、许旌阳、葛仙翁皆道成之后，白日升天者。

○《道德经》：善摄生者，陆行不避虎兕，入军不被甲兵。无常火宅，引佛书语。

十二

补注：此言得气引年。

牛女情缘道合，龟蛇类禀天然。

蟾乌遇朔合婵娟，二气相资运转。

本是乾坤妙用，谁能达此深渊①？

阴阳否②隔却成衍，怎得天长地远？

补注：此借物情造化以证明丹道，正意都在言外。○牛女龟蛇，各以类应，推诸日月运行，常乘二气以交光，极之天地悠远，不出阴阳之交感。此皆配合自然之理，诚能达观化原，便知孤阴寡阳清修不足以成道矣。○此章喻意俱本《参同》。牛女情缘，即《契》言河鼓临天纪。《契》又云：雄不独处，雌不孤居。玄武龟蛇，蟠纠相扶。又云：乾刚坤柔，配合相包。坎离冠首，光耀垂敷。皆言阴阳二气钧陶化育也。知化工之妙用，即知丹法之根源。

陶注：蟾乌，即日月。婵娟，乃纤月鲜新之貌。日月以渐生明，由初

① 原注：彭本作真诠。

② 原注：普弭切。