

丹道法诀十二讲

【中卷】

胡孚琛著

廖运玉著



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

这是一部参透社会人生奥秘的旷世奇书。

这是一份满载中华道学文明精要的非物质文化遗产。

这是一位学者读万卷书、行万里路、耗时30年呕心沥血献给读者的传世之作。

噫！

真人未生，道在天地；真人已往，道在丹经。

欲读丹经，须明法诀，学者望契仙缘，此为问道正途，可剪荆棘而入门径，拨迷雾而现真相，幸勿轻易视之也。



丹道法訣

胡孚琛著

卷中

【中卷】



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)



目 录

【上卷】

引言	1
三家四派第一讲	1
理事兼备第二讲	17
第一节 穷理尽性以至于命	18
第二节 形、气、神三层次功法要点	27
净化身心第三讲	37
附录：丹道之防危虑险	54
补亏正法第四讲	73
辟谷胎息第五讲	85
第一节 辟谷简论	87
第二节 胎息概说	91
行功语要第六讲	97
第一节 丹道行功的姿势	98

第二节	建筑心灵堤防	103
第三节	虚寂恒诚及“忘”字诀	106
第四节	丹道之火候	109
第五节	修阴神功法	112
两重天地第七讲	117
第一节	大同世界的道德社会	120
第二节	什么是道	126
第三节	道的宇宙论	127
第四节	两重天地的发现	128
第五节	21世纪科学革命的思考	134
第六节	“两重天地”理论在丹道学中的应用	150
双修漫谈第八讲	155
第一节	双修功法的秘密	156
第二节	闭固之法	158
第三节	男女相恋之真谛	161
第四节	肉体返还之功	171
开悟禅定第九讲	179
第一节	禅法略论	182
第二节	何谓开悟	187



第三节	何谓禅定	196
第四节	入定的证量	205
第五节	开发灵性思维	212
第六节	自己作得了主	221
究竟境界第十讲	229
第一节	丹道的究竟义	240
第二节	内丹学的根本修持法诀	243
第三节	丹道秘传的方便法门	252
第四节	真人的境界	259
第五节	有关丹道生活化的法诀	263
第六节	新道学文化是当今世界唯一可行的 文化战略	268


【中卷】

辨难答疑第十一讲	275
第一章 丹道之调研	280
第二章 丹道之修真辨难和答疑	296
第一节	三家四派丹法之区别和联系	296

第二节	丹道对灵界的设定	303
第三节	积德通灵，集义生气，唯道集虚	315
第四节	丹道形、气、神之修炼要义	329
第五节	丹道铸剑功略说	336
第六节	为学与为道	350
第三章	丹道筑基功	384
第一节	无食、无念、无息	386
第二节	填髓法和抗寒功	392
第三节	藉众术而共成长生	398
第四节	自发声与自发功	402
第五节	站桩功再探	406
第六节	丹道入手功	409
出生入死第十二讲		415
第一章 人是什么		418
第一节	人的宇宙原理	418
第二节	人在宇宙中的位置	422
第三节	人是自然选择的结果	427



第四节	人是多种生命的共生体	434
第五节	人和自然环境共存	438
第六节	人与社会历史同步	442
第七节	人是文化的载体	451
第八节	人是形、气、神的三重结构体	463
第二章	人的基本生命活动	471
第一节	生与死	472
第二节	病与老	517
第三节	过激行为	564
第四节	性活动	572
第五节	睡眠与梦	589
第三章	人为什么活着	608
第一节	人生不过是几句话	609
第二节	人生的需要和瞬间的觉受	613
第三节	人生之问	620
第四节	人生的价值是什么	630
主要参考文献	644



【下卷】

附录一	651
自身阴阳清净丹法程序	651
附录二	664
I 金火丹诀	664
II 知几子《悟真篇提要》	681
附录三	686
添油接命金丹大道	686
附录四	727
虚空阴阳之虚无丹法程序	727
附录五	734
女子丹法传真	734
附录六	756
黄元吉丹诀	756
附录七	795
I 王重阳诗词秘传丹诀集要	795
II 李涵虚真人西派丹法搜奇	805



附录八	817
I 《青华秘文》丹诀钩玄.....	817
II 崂山道教金山派丹法存抄.....	822
附录九	828
I 精校魏伯阳《周易参同契》.....	828
II 陈朴先生九转金丹秘诀.....	841
附录十	859
I 三丰真人天元丹法秘传.....	859
II 王重阳《五篇灵文注》导读.....	878
附录十一	894
I 明师指路.....	894
II 陈国符先生和《道藏源流考》.....	903
III 为人师表 教泽广布.....	910
附录十二	917
道学文化的新科学观	917
跋	940



丹道法訣十二講

辨難答疑第十一講





拙著《道学通论》自1999年问世之后，发现许多问题尚未尽如人意，于是在2001年撰成《〈道学通论·丹道篇〉补遗》一文，对书中未尽之处作些补充。谁知此后一发不可收拾，竟由授课需要以讲稿的形式一篇一篇写下来，成此《丹道法诀十二讲》。按原写作计划，仅写到《究竟境界》即告圆满，谁知某些刊物将上述内容刊出后，引起较大社会反响。我每年夏季，召集我指导的博士生、留学生、港台生、访问学者、博士后及其他要求来听课的学生集中授课，但课堂上一般不讲授内丹学，仅将此讲稿发给他们自学。这样，一是这些学生们提出诸多问题，需要答疑。二是此讲稿部分内容刊出后，陆续接待了不少来信来访，双方讨论的内容，不断增新。三是此讲稿内容为少数江湖丹师所不容，令几个徒子徒孙在互联网上叫骂，并和我在社会上指导过的一批学生争辩不休，他们争论的某些内容，有时涉及丹道长期被江湖文化曲解的问题，我以为也有著文作答的必要。这样，只好将原



孙登真人抚琴图

讲稿内容压缩合并，增加了《辨难答疑》一讲。这一讲的写作方式，原拟作问答体，后来发现竟排出30来个问题，忒过繁琐，就又仿照刘一明先生《修真辨难》的写法，集

中成几个问题，统一作答。其中关于丹道是否非要靠丹师口诀秘传的问题，占去很大篇幅，其原因有二。一是此乃学道者入手修炼拜师问道首先遇到的问题，必须讲清楚，故陈撷宁先生专门有《口诀钩玄录》之作，陈健民上师亦特别撰有《口诀谈》（《曲肱斋文二编》）。二是口诀秘传一事，恰恰是我和江湖丹师争议的焦点，且《丹道法诀十二讲》之问世，正是要打破江湖丹师对丹道的垄断，使之从江湖文化提升到学术的殿堂，故关于口诀之事，不能不辩。孟子曰：“予岂好辩哉？予不得已也。”（《孟子·滕文公下》）吾亦如是。

世上凡作学问能立一家之言，成一代学人者，必须具备三点，一曰能分析明辨，二曰能融会贯通，三曰能超越创新。近世佛道之研究堪称一代学人者，专于密宗者有陈健民上师，专于丹道者有陈撷宁先生。此二公分别对密宗和丹道之研究，皆能鞭辟入里，且都能将佛道各宗派会通比较，直言其利弊，更加毫不迷信权威，对佛陀、宗喀巴、吕祖亦敢放言评论，时出真见，创立新说。陈健民上师和先师知非子生前过从甚密，应是我的师辈，对丹道彼家丹法和龙虎丹法亦有了解，其著《从道家的功夫谈到密法的殊胜》，对丹道多所批评。例如他说：“加以道家口诀，不如佛法之公开，下手修之，一不如法，就生毛病，且近世借道骗钱者多。从其‘口号’观之，如‘万金不换’、‘长生不老’、‘千古传药不传火’等，引人入胜，其手法尤其高明。将军欲以巧胜人，盘马弯弓故不发，非钱到手，决不空说。”这类批评，应是正确的，至少是和我对丹诀秘传之流弊感受相同。但他说丹道法诀“不值识者一晒”，丹道比密宗相差甚远，丹家是“外道”，学佛后再度道家之人云云，这种护教立场语多偏颇，至于谈到丹道等诸多功法如彼家丹法之采药是采“女子暖气”等，殊不可信。“暖气”乃人身之体温，如何能采，此乃不明铸剑与采药的分别之误，亦把丹道修炼看得忒煞粗俗了。与此相反，陈撷宁先生干脆自承为



“外道”，断言密宗功法粗糙不如丹道精细，并说：“往年余在北京时，正值某某法师亦在北京传授东密。某某督军之女公子二人，年龄在二十内外，学密宗功夫太勤，遂得干血癆之症，面黄肌瘦，月经停闭。每日下午，身体发烧。此等现象，余亲见之。凡学密宗不得病者，已属万幸。若求愈病，难之又难。因为人的身体是肉做的，不是铁做的。一味蛮干，决定没有好结果。”（1940年为某君《余之求道经过》按语）陈撷宁先生批评佛教和密宗的言论尚多，虽标出仙道修炼较之禅、密的诸多优点，但对禅密之指责亦有以偏概全之嫌。眼下陈健民、陈撷宁二公的声誉如日中天，徒子、徒孙和私淑弟子亦风起云涌，不容别人说半个“不”字。不佞即因传出陈撷宁先生否定过的龙虎丹法，被几个自称是陈撷宁徒孙的匿名鼠辈上网讨伐，叫骂不休，以为我冒犯他们祖师爷“当代太上老君”、“仙学钜子”的神威！这几个匿名鼠辈虽然利用多种化名咆哮不已，却也自己拿不出什么新货色，只不过翻来覆去鹦鹉学舌地炒陈撷宁先生三、四十年代的冷饭，冒充自己的著述。还有更令陈撷宁先生难堪者，这几个自称“徒子徒孙”的鼠辈不仅将陈撷宁生前没来得及斟酌修改的手稿匆匆捅出来招摇过市，造成诸多纰漏败坏他的学术威信，甚至连陈撷宁先生讲他费十年之功炼外丹，证明“红铜确能变成白银，但不免于亏本”的话，也在各种书刊里一再重复炒作。果如是，则是利用化学反应转变化学元素的所谓“冷聚变”，足以获得诺贝尔化学奖，何“亏本”之有？可见彼鼠辈自己没长脑袋毫无学养，根本不配评论陈撷宁先生的学术著述。其实我对于陈撷宁先生和陈健民上师的为人为学，皆心仪已久，尊之为前辈学者，无半点不敬之意，对于和他们有牵连的丹师，也有意退避三舍，做到仁至义尽。我认为，不管彼二公修持是否确已成仙成佛，然就其住世期间留下的作品而言，还是人写的，不是神授的，如果句句都奉为金科玉律，则是堵塞了后辈学人的进取之路，且二公观点相互齟齬之处，也使

后辈学者无所适从。元安禅师有云：“一片白云横谷口，几多归鸟尽迷巢。”我在治学上力求分析明辨、融会贯通、超越创新的宗旨，实是向陈健民上师、陈樱宁先生二位师长学来的，眼见他们对自己的前辈学者敢于批评超越，因此我也学着以自己的头脑审视他们著述的观点。我自知自己眼下的学养和修持实践，不及陈健民上师、陈樱宁先生多矣，因之为了学术进步，我希望后辈学者对于我的学术观点，亦应作如是观。