



董沛文

主编

周全彬

盛克琦

点校

玄门宝典

性命圭旨·丹亭传道密集·道元一炁 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 周全彬 盛克琦◎点校

玄门宝典

性命主旨·丹亭传道密集·道元一炁 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

玄门宝典 / 董沛文主编; 周全彬, 盛克琦点校. --北京: 华夏出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5080-9247-8

I. ①玄… II. ①董… ②周… ③盛… III. ①道家—研究
IV. ①B223.05

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 173627 号

玄门宝典

主 编	董沛文
点 校	周全彬 盛克琦
责任编辑	梅 子
责任印制	顾瑞清

出版发行	华夏出版社
经 销	新华书店
印 装	三河市少明印务有限公司
版 次	2017 年 8 月北京第 1 版 2017 年 8 月北京第 1 次印刷
开 本	720×1030 1/16 开
印 张	35.75
插 页	3
字 数	680 千字
定 价	99.00 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。

唐山玉清观道学文化丛书

董沛文◎主编

周全彬 盛克琦◎点校





河北唐山玉清觀

玉清观记

玉清古观，处冀东之域，倚燕山之脉，傍滦水之畔，望渤海之滨，立石城（唐山市开平区，古称石城）垣内，聚亿万年之钟秀，享千百年之香火。山水环抱，京津毗邻，鸾翔凤集，人杰地灵。黄帝问道而登空同，轩辕学仙而礼广成，鼎湖跨龙以飞升，仙宗道脉，由之滥觞。昔古孤竹国君，嗣子伯夷叔齐，立次子为储君。国君歿，齐让伯夷，夷不受而遁，齐不立亦逃。闻西伯善养老，相偕欲适周。当值盛夏，路过石城之地，腹饥口渴，踌躇间，突现一淙清泉，汨汨而流，急掬泉水，捧之尽饮，入口温如玉，至腹冽沁腑，饥渴顿消。昆仲绕泉徘徊，流连忘返，决意结庐而居，烧茅修炼以求仙。其玉浆清泉，即后世之玉清古井也。数年后，往西岐，复隐首阳山中，不食周粟，杳失所踪。燕君昭王，遣使求不死药，入海登蓬莱方丈，卜地石城合药以炼丹，其丹炉遗迹尚存井隅也。秦皇寻神山，觅仙药，游碣石，尝饮玉清之水，顿改容颜，身轻而转体健。张陵演教，天师布道，桓灵帝间，有观筑于古井之旁。葛洪炼丹，鲍姑侍鼎，寻仙访道，安炉立于灵泉之侧。唐王东征，屯兵大城，山赐唐姓，筑立石城，二百余丈。有随军道士，长于望气，见紫霞缥缈如飞鸾，仙气凝聚似丹鼎，遂离军隐居，潜修仙道，升举而去。刘操仕燕主，居相位，正阳垒卵以度化，易号海蟾子而学仙，为演清静无为之宗，以道全形之旨。复遇吕祖纯阳于原野，饮玉清之神水，授以金液还丹之秘，遁迹修真，得成仙道。丘祖长春真人，会元世祖于雪山，赐号神仙，颁虎符玺书，掌天下道教。越二载，驻鹤燕京，大阐玄风，道侣云集，化道十方，建宫立观，设坛作醮。丘祖座下，有一弟子，结庐于石城，立宫于井侧，见水清冷，故题观名曰澄清，祀三清之真容，布道德之宝章，香火鼎盛，终日不绝。几经兵火，焚毁殆尽。明永乐间，召仙真三丰张真人于金阙，犹龙不见，惟隐迹名山，藏身大川，隐显游戏于人间。一日携弟子游

蓟北，途经石城，睹残垣败瓦，黯然神伤，咐弟子云：“此地古炼丹之处也，尝有观，名澄清，惜毁于兵祸。留汝此地，募修宫观，异日将兴。玉清之境，始气化成，元始天尊所居之仙宫。此有井亦曰玉清，乃古仙遗迹，以之为观名可也。斯井水清如玉，可传淮南王之术于乡里，授做豆腐，济养百姓，以解温饱，亦可彰我仙家飞丹砂而点灵汞之玄妙也。以火炼金而丹成，今岁丙申，正其值，玉清当兴，因缘所定。越五百余年，火燥土焦，木以犯土，当有浩劫，观迹随毁。金木交并，九返还丹，观必重兴，香火复盛也。”真人语毕，飘然而去。弟子遵真人之命，修道观，兴香火，并用古井之水，盐卤以点豆汁，其术不日而风行四乡。以玉清神水所点之豆腐，质地柔嫩，晶莹如玉，味道鲜美，烹调得味，有远胜燕窝之美誉。光绪初，开平建矿，近代工业之始兴，人口增多，商贾云集，成京东之重镇。玉清观，历数百年之风雨，几经增葺，规模宏大，坐北朝南，处石城西门外，火神关帝二庙侍立左右。岁临丙辰，乙未之月，地动山摇，突发地震，房屋摧倒，楼宇化为平地，玉清观亦随之毁塌。多难而兴邦，艰苦而奋志。唐山儿女，意坚志强，抗震自救，恢复建设，经廿余年之拼搏，重塑辉煌于冀东，再兴繁荣于滨海。玉清古观，亦得之以复建也。董道长崇文，号文道子，讳沛文，皈依全真，嗣教龙门。董道长乃著名实业家，河北省政协委员。清秀浑朴，端庄大方，谈吐间声和语慢，儒雅温和，亲切近人，无烟火气息，真道家风范。幼读诗书，博阅经籍，早年求职企业，后弃职经商。历经多年之艰辛，饱尝恒沙之磨砺，奋志不懈，果业斐然。荏苒光阴，感人生如梦。芸芸众生，名利绊身，几失真我；追名逐利，沦丧道德，世风愈下；人心不古，禀赋天和，损耗殆尽。甲申冬月，睹道观之残垣，望断壁之朽木，不忍坐视，乃盟愿发心，斥以巨资，再塑三清真容，复兴玉清古观，上接轩辕遗教，绵老圣之心传；下振道门宗风，扬钟吕之密旨。洵属不愿独善己身，达而兼善天下者也。国运隆，有祥瑞。吉士出，观必兴。玉清之塌毁复建，斯应仙真之谶语乎？复建之玉清观，由政府拨地廿余亩，坐落于开平老城遗址北门外，坐北朝南。正南牌楼，雄伟壮丽，气势非凡。牌楼之上，手书玉清观三大字，字劲苍道，金光灿灿。由南往北，大殿三重，依次为灵官殿、文昌殿、玉皇殿。再之往后，乃高达三层之三清殿。配殿分列左右，香炉鼎立案前。各殿建筑，风格迥异，却又有异曲同工之妙。主殿气势宏伟，雕梁画栋，斗拱飞檐。配殿小巧玲珑，精工细做，结构严谨。每重殿内，绘有壁画，均乃道教典故，及山水人物，供游人香客之观赏，劝善以净化人心，使之人人奉善，不为恶习之所染。纵观整个道观，红墙黄瓦，苍松翠柏，具浓厚道教古韵之风貌，与开平古艺街遥相呼应，珠联璧合，古文化之气息犹若天成。观内奇花异草，绿树成荫，鸟语花香，缤纷争艳。游人云涌，香客不断，祥烟缥缈，紫气鸾飞。道教独具之仙乐，道众诵经之天韵，不时幽然入耳，仿佛置身于仙境之中。玉清古观，重焕仙容，琳琅殿阁，日臻完善，谋公益之慈善，造大众之福祉，弘文化之传统，扬道教之祖风，殊为唐山福地洞天之胜境，河北仙府宫观之翘楚。诚邀国内之羽士道子，喜迎海外之仙客高真，会四洲之宾朋游人，接五湖之善信男女，驾临驻鹤，共庆国昌，同祈太平，是幸甚哉。

道历四千七百六年岁在己丑

性命雙修
萬福圭旨

題尹真人性命圭旨全書

是書出尹真人高第手筆蓋述其師之意而全演之中間所載諸圖說及脩行節次功夫可謂詳且盡矣玄家書汗牛充棟而直指微妙無踰此編棲真者儻能藉此而入道不亦希有事哉友人余常吉爲明德宗孫而於玄教不無少抑謂其所重者我身卽長生久視終不離壽者相也其見確已乃獨於是書而

■ 明万历四十三年吳之鶴刻本《性命雙修萬神圭旨》

題尹真人性命圭旨全書

是書出尹真人高第手筆蓋述其師之意而全演之中間所載諸圖說及脩行節次功夫可謂詳且盡矣玄家書汗牛充棟而直指微妙無踰此編棲真者儻能藉此而入道不亦希有事哉友人吳思鳴爲明德宗孫而於玄教不無少抑謂其所重者我身卽長生久視終不離壽者相也其見確已乃獨於是書而引之諄諄然指人一超直入以紹人天師

■ 明天启二年涂玄閣刻本《性命圭旨》

■明天启二年涂玄阁刻本《性命圭旨》

識聖人所以立言脩攝之意。此際且不知
有生死。又何計于免生死。是書即付之存
不論。論不議亦所忻慕也。予又何必斤斤
然。尚為茲刻計哉。

時

天啟壬戌臘月念四日滌玄閣主人程子

廷惟貞甫序

■清康熙棟鄂堂藏版《性命圭旨》

尹真人秘授

性命圭旨

棟鄂堂藏板

清康熙棟鄂堂藏版《性命圭旨》

性命圭旨
三聖圖
非正說
內照圖
火龍水虎圖說
順逆三關圖說
蟾光圖說
和合四家圖說
九鼎煉心圖說
飛昇圖說
日烏月兔圖說
盡性了命圖說
降龍圖說
取坎填離圖說
八識歸元圖說
五氣朝元圖說
待詔圖說
大小爐鼎圖說
真土圖
伏虎圖說
觀音密呪圖
念觀音呪說
三家相見圖說
真土根心說
時照圖
中心圖
性命說
反照圖
發揮
先生說

韩国藏朝鮮抄本《性命圭旨》

以之元氣逆日動生時復氣至尾闾至時照氣到腎室寅時泰氣到玄樞卯時大壯氣到夾脊辰時大氣到陶道巳時乾氣到玉枕午時始氣到泥丸未時遯氣到明堂申時靈氣到臍中酉時觀氣到中脘戌時剝氣到神廟亥時坤而氣歸於氣海矣

時照圖



人自有任督二脉為陰陽之總任脉者起於臍下循腹裏上關元至咽喉屬陰脉之海督脉者起於下極之臍旁脊裏上風府循頸後屬陽脉之海廣運尾間蓋能通其督脉也龜納鼻息蓋能通其任脉也人能通此二脉則百脉皆通而無疾矣



■ 台灣“中央圖書館”藏抄本《性命双修万神圭旨》

尹真人秘授

性命圭旨

京
都
寶仁堂藏板

■ 清宝仁堂藏版《性命圭旨》二

性命圭旨序
余方蚤歲慕道夫海內有性命圭旨稔聞竊未
見其書也如何迨茲庚戌季春獲與閑若濟二
兄見示圖冊頌讀之暇廼儀尹真人之高弟手
筆不然者從何以識其書之所自哉故嘗論道
每以中和金丹二集物色真仙謂其立宗書汗
牛充棟孳乳浸多獨未見圖論兼該工夫次第
精義超格昂若日星蔑有如是書傳永道擬夫
龍虎叅同悟真諸經同途合轍嗟嗟琅函秘帙
學者就是着鞭何慮非一趨直入業絡人天師
種繇色身而證法身從生生而達無生則理之

■ 清宝仁堂藏版《性命圭旨》

尹真人秘授

性命圭旨

聚一山房珍藏

清一山房版《性命圭旨》书影

尹真人秘授

性命圭旨

一山房珍藏

清一山房版《性命圭旨》书影



尹真人秘授

性命圭旨

■清刻《性命圭旨》书影

道元一炁集

新安

俞俞道人曹士珩元白甫著

後學衲隱鰓 山在齊南較

古黠門人瀛朋子汪 瀚

全閣

古歙門人如赤子方明良

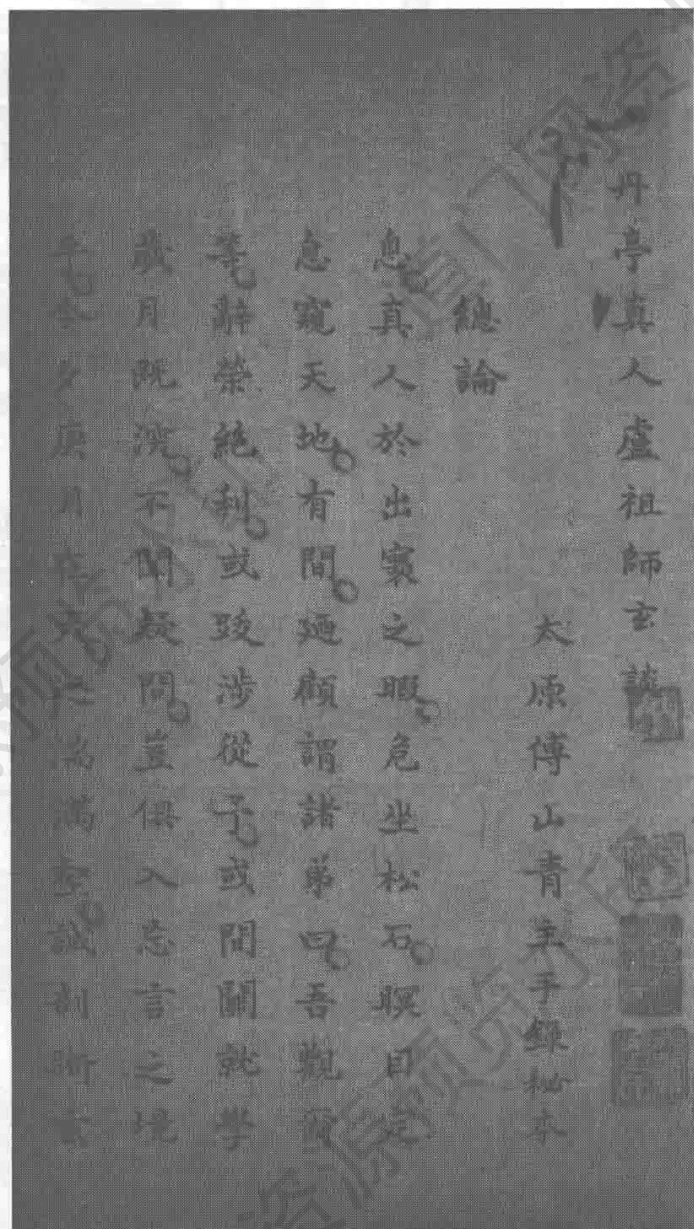
■明刻本《道元一炁》

秘笈

遺老傳青主錄無錫張子遊繪圖
壬申五月六日許明本謹書

盧丹亭真人養真

■ 台湾“中央图书馆”藏《丹亭真人養真秘笈》书影



■ 台湾“中央图书馆”藏《丹亭真人盧祖師玄談》书影

丹亭問答

玄膚子

玄膚子曰。或問先天之炁爲真鉛。其旨
安在。答曰。真者對凡而言。真則無形。而
凡則有象也。必欲竟其說。請言其本。夫
自乾坤交。而坎離之體成矣。乾坤交則
混沌之體已破。故後天卦位。退乾坤於

太原傅山青主纂

丹亭悟真篇

了道

太原傅山青主錄

養浩生曰。諸真鼎器口訣。既蒙一一拈
示矣。敢問所謂作用之法。
真人曰。既知藥火。而不知作用。亦是有丹
而無炁。今再爲指出。子其洗心聽之。
言之以草草。

■ 台湾“中央图书馆”藏《丹亭悟真篇》书影

■ 台湾“中央图书馆”藏《丹亭问答》书影

道元一炁小引



昔眉山長公為戒和尚後身
平生以向上一著作游戲
本毫端般若迸發而於坎
離三昧亦復不淺既節厲
有以若至鍵契脩習尚自
重故逸耳矢言焉顧公體未

唐山玉清观道学文化丛书

名誉主编：

任法融 中国道教协会咨议委员会主席

学术顾问：

李光富 中国道教协会会长

张凤林 中国道教协会副会长兼秘书长

黄信阳 中国道教协会副会长、北京市道教协会会长

牟钟鉴 中央民族大学教授、博士生导师

胡孚琛 中国社会科学院教授、博士生导师

主 编：

董沛文（董崇文、文道子）

执行主编：

盛克琦

编 委（排名不分先后）：

董沛文 赵明远 杨 琦 李 民 张 硕

马中良 谢路军 杨金山 蒋洪城 郑德华

郑淑红 郑淑梅 陈全林 董文佐 孙 哲

果兆辉 滕树军 周全彬 盛克琦 马 波

吴 晟 冯新宇 郑 丹 王燕喜 龚 威

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。

003 序

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！

（作者系河北省民族宗教事务厅副厅长）

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。

005 序三

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，中华民族的传统来源于两个方面：一是道家，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。二是儒家，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。”（李约瑟《中国科学技术史》第2卷，第178页，科学出版社、上海古籍出版社1990年出版）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、行径怪异的乖巧邪说，而是完全非常积极的文化，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、前道教协会会长陈樱宁（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。”（陈樱宁《读〈化声自叙〉的感想》）

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”。（《南史·陶弘景传》）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；翛然而往，翛然而来而已矣。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（钟离权）、吕（吕洞宾），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》、《三藏真铨》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，陈樱宁会长早年称之为“仙学”，“盖神仙者，乃精神与物质混合团结锻炼而成者”（陈樱宁《答覆浦东李道善君问修仙》），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（识神），净化潜意识（真意），开发元意识（元神）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。

在从事道教仙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。陈撄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》。”（陈撄宁《自传》）历经数年苦读，参悟《道藏》中所秘载的丹诀道法，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，博阅丹经，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

（作者系中国道教协会副会长、河北省道教协会会长、
唐山市道教协会会长）

前言

道教内丹学到了明朝时期进入了一个新高潮，高道辈出，丹经著述亦呈相当丰富的态势。本书所收录的三种丹经，分别是题名尹真人秘授的《性命圭旨》、卢丹亭的《丹亭传道密集》、曹元白的《道元一炁》。这三种著作都刊刻于明朝万历、崇祯年间，可以说都是当时百科式的丹经，也是像《道藏》丛书性质的丹经。三种著作在丹法上都有自己的主线，又能兼蓄并收，不偏一家，这是它们的共同点与共通点。因此，把三种丹经汇编在一起，就是出于这个目的。下面就分别简略介绍下本书所收三种丹经的概况。

011

前言

一、《性命圭旨》

《性命圭旨》，全名《性命双修万神圭旨》，题名尹真人秘授。尹真人，一说为尹蓬头、尹继先、尹清和，闵一得甚至说：“尹真人于元明时姓尹，世所称‘尹蓬头’是也。于东汉时姓屈讳祯，道号无我，阅千数百年，盖屡易姓名以隐于尘世者。”在明朝时代，尹真人与同时的周颠仙、冷谦、张三丰等齐名，风云一时，流传有不少的神话传说。

《性命圭旨》既以尹真人之秘授而著名，其内容为师徒间授受讲学而成，所以其中有师语、弟子语，复辑录成文，请名家精绘图像，稿成，为浙东世家所藏，又辗转收藏于唐新庵（1469—1524）之手。新庵逝后，其稿又为其孙吴之鹤所得，之鹤珍藏二十余年后，始于万历年四年（1576），聘请当时安徽刻工名手刻版传世，遂成道家精美绝伦的无上经典，盛行不衰，为学道者必读之书，书中绝美的版画，也是中国美术史上重要的一页。

《性命圭旨》内容是以三教合一为宗旨，广引儒、释、道三家之说为

证，以九节功夫推演丹道全诀，其中不乏秘传之诀要，故能影响后世甚深。或者病其语杂，以为不类，但是全书既然是师徒演道授受而成，故不免杂有弟子语于其间。或者以人根器不同，所以又多怡情修养小法。但是九节功夫的厘定，确见此书极有次序，后人妄行删补裁订，自娱则可，非议则误人矣。

《性命圭旨》一书刊本极多。此次整理，以万历四十三年（1615）吴之鹤刊本《性命双修万神圭旨》为底本。

参校本有若干种：1. 明天启二年（1622）涑玄阁主人程于廷刊印的涑玄阁本，简称“天启本”。据程于廷《性命圭旨小引》，涑玄阁本刻原版是原刻者吴之鹤所赠，但与底本对勘发现，天启本有挖补、改易之处。2. 韩国所藏朝鲜时代抄本，简称“朝鲜本”。此抄本题名为尹继先述，无序跋，文字秀雅，摹图精美，所抄文能改正底本、天启本不足，又无康熙本增入的“紫中道人答问”一节，故当据明刻本而抄，堪称善本。3. 台湾国家图书馆所藏《性命双修万神圭旨》抄本，简称“抄本”。此抄本无序跋，亦无“紫中道人答问”一节，可以确定是据明本抄录而成的。4. 康熙棣鄂堂藏版，此本题名尹真人秘授《性命圭旨》，简称“康熙本”。郑振铎说“曾见清初有尤侗序的一本，似为翻印者……图也绝精，不逊原本”。棣鄂堂本绘图确为精工，不逊原刻，但自此本而下，愈刻愈劣，至于民国石印本，几不可卒读矣。此外还参校的清刻本有宝仁堂本，简称“宝仁本”；聚一山房本，简称“聚一本”；日本所藏康熙后清刻本《性命圭旨》一种，简称“日本藏本”；一山房珍藏本，简称“一山本”；《道藏精华》影印清刻本并作了修订，简称“精华本”。至于校者所见民国时期的数种重印本则弃而弗用。尚还有明末施天谷所著《删补性命圭旨定本》一种，因其编著和取材已经与《性命圭旨》大有不同，故只偶取一、二处作校勘而已。

在整理时，校者发现康熙以后的清刻本错误极多，故对康熙后清刻本的一些错误作了相应的校记，但未一一全部出校，其目的在于比勘明刻与清康熙后刻本的差异，确定明刻本的珍贵。校勘时为行文计，有时统称“诸清刻本”，只是言参校清刻诸本，非是囊括所有清代刊本。附录诸篇文字，可略窥《性命圭旨》一书流传演变的情况。

特此说明的是，《性命圭旨》在点校过程中得到江苏盐城陈锦平先生的细心复勘，谨致谢意！

二、《丹亭传道密集》

《丹亭传道密集》，题明朝卢丹亭著。卢丹亭，台湾萧天石引《青城秘录》、《少室山房杂记》等记载，谓为神仙中人，世称“卢真人”云云。

《四库全书总目》著录有《广胎息经》二十二卷，其云：“《广胎息经》二十二卷，不著撰人名氏，但题为宋人。然第二十一卷中引罗洪先、陈献章语，则明代道流所作，题宋人者，妄矣。其书皆称养浩生问而丹庭真人答，分却病、延年、成真、了道四部，论吐纳之法兼及容成之术，非道家正传也。”可见丹亭真人所著的《广胎息经》分祛病、延年、成真、了道四部。祛病部主要用吐纳、按摩、导引、静功等方法治疗自身疾病，有不少新颖之处，可资研究。延年部，主要介绍各种摄身秘法，其中不乏房中修养、进气补虚、红铅服食等法。这些方法在明代颇为盛行，但也为一些丹家所深诋，如伍冲虚就在《仙佛合宗语录》中批评说：“卢丹亭之作《广胎息经》，最邪妄、最淫恶，诈托旌阳为说，僭渎帝经为名，罪深无间地狱，不必言之，而可易知其为邪。”大概就是针对延年部中一些方法而言的。修真部分，是《广胎息经》很有价值的一部分，因为其中介绍了数息、调息、闭息、住息、踵息、胎息、无胎息七种方法，具体而细微，可与《道藏》中的陈朴的《九转金丹秘诀》相参看。最后的了道部分，分胎息、药物、火候、鼎器、了道等，摘录丹经口诀，并加以丹亭真人按语，不但足为读丹经之一助，也可见丹亭真人修道体系最后的归宿不在祛病、延年、成真三部分，而在于历代丹家正宗的金液还丹之道。

《广胎息经》，今原书不存。所存仅有台湾国立中央图书馆、上海图书馆、中华医学上海分会图书馆三种抄本，但三种抄本皆非全本。台湾所藏本，题名为明末清初大儒傅青主所抄本，将《广胎息经》中的却（祛）病、成真、了道三部分割为《丹亭悟真篇》、《傅青主丹亭问答》、《丹亭真人玄谈》、《养真秘笈》四种，已经由萧天石分别影印于《道藏精华》第十二集之二、第十三集之五中。其中《养真秘笈》一种，抄录自《广胎息经》之“成真”部；《丹亭真人玄谈》一种，抄录自《广胎息经》之“祛病”部，但《广胎息经》“祛病”部分静功、动功、按摩法三部分，《玄谈》只存静

功部分，动功、按摩皆无；《丹亭悟真篇》、《傅青主丹亭问答》两种，实是一种，都是抄录《广胎息经》“了道”部，且不全，缺一、二、三部分。内地上海图书馆的抄本计十二卷，但著录仅两册，当为残卷。《中华医学会牛惠生图书馆中文医书目录》（即中华医学上海分会图书馆）著录有《丹亭卢真人广胎息经》十二卷，明抄本，存六册，也当为残本。另外《浙江中医药古籍联合目录》有《丹亭卢真人广胎息经注十二卷》，题名明卢真人撰，抄本两册。又录有《胎息经》，题卢祖师撰，也是抄本2册。南京图书馆也存有抄本《丹亭问答》一种。

《丹亭传道密集》的整理，是校者根据《道藏精华》第十二集之二、第十三集之五影印的《养真秘笈》、《丹亭真人玄谈》、《丹亭悟真篇》、《傅青主丹亭问答》四种丹亭真人著作，并参阅了台湾“中央图书馆”这四种著作的电子扫描原件，按照《广胎息经》的原目，重新排列目录，编次正文，并用《道藏精华》的《丹亭真人传道密集》的书名，约为《丹亭传道密集》一名。因国内所藏两种抄本，无缘得见，所以别无参校之本。了道部分广录丹经道典，抄本间有讹误，则准相关文献，一一改正。后附录序三篇，尤以萧天石的序言介绍卢丹亭事迹甚详，可作参考。

三、《道元一炁》

《道元一炁》，明朝崇祯（1628-1644）年间曹士珩著。士珩，字元白，号俞俞道人、俞俞子，安徽新安人，少曾浪迹潇湘，后寄寓淮扬，足半天下。访道求师，寻得真诀，由是能印证清静、阴阳、宗门三家之学，且旁通益生、延年、符咒、治病之术。元白遂将所学，汇为一编，著成《道元一炁》一书。

《道元一炁》又名《俞俞子内外篇》，全书分乾、元、亨、利、贞五集，与《性命圭旨》分集如同一辙。乾集首论师承，次分别论清静、宗门、阴阳三家修证，并能指出偏于三家之不足。元集则详述玉液清静丹法、金液阴阳丹法之要旨，其中确有发明，能顺承道家南宗秘传，力救南北分河之弊病，读者可于元集反复诵读，悟会秘诀，可为有得。亨集分上下二卷：上卷乃元白据仙传撰老子、钟吕、七真传记，并摘其歌诀，以资印证；下卷抄录南北丹诀，以广见闻。《保生秘要》则分利、贞两集：利集先论南北

归中之法，以艮背为内功，修南旋、北旋之法，讲求周天关脉，流通无滞。在此基础上，行“治症分科”之术，能祛病延年，这与丹亭真人“祛病部”所论是一样的，二者可以互作参考与研究。又以论鼎三进气等法，言三进气、红铅、秋石之法，虽为小道，可补《丹亭传道密集》无“延年部”之憾。后《剧言》一篇，乃闲适修养之小品，时时行之，也可得益。《保生秘要》贞集，元白以混元门下弟子身份，先作“五岳真形图”，再辑祖窍、天罡、煞气、绘符、科诀、咒字诸法术，诚道门所说的“内为金丹，外则雷法”也。末附的服食长生、隐谷辟谷诸方，有口口相传的秘方，也有采录道书的验方，都可以作为养生者研讨之用。

以上略说《道元一炁》全书的内容。本次整理是以中国国家图书馆皮藏原郑振铎所藏明原刊《道元一炁》为底本，以北京师范大学出版社一九九〇年影印的《道元一炁》为校本。北师大影印本在“编辑说明”说“原书后面所附录的外篇《保生秘要》，在编辑时将其中与气功无关，以及与保健无关的很少几页做了删节”。后九州出版社出版的《道书集成》第四十八册，收录了北师大本《道元一炁》，但是又将北师大本删节的很多页以“《道元一炁》补”为名，影印了全部删文。北师大本在“乾坤交媾图”左侧有“后学高炼昌重刊”七字是底本没有的，可知北师大本是后来的重刊本。《道元一炁》中的插图，由于曹元白本身也是一位画家，所以在《道元一炁》中有不少元白的画作，虽略逊《性命圭旨》中的绘画，但也是非常难得和宝贵的了。但一些插图由于年代久远，显得比较模糊，本次整理又不便作以修饰，故一仍其旧，不过整理者相信读者还是能于这些插图中窥见曹元白的精湛画艺。

四、整理说明

1. 整理时，各书底本、校本各有不同。《性命圭旨》能取众本校对。尤其是在全部整理完成后，在中国国家图书馆网站见到郑振铎藏《性命圭旨》另一万历本，及康熙八年潘水臣刊本。潘水臣本无李朴之序，与棣鄂堂本异，两本相比较，潘水臣本更接近明刊本，因此又据潘水臣本校勘了一次《性命圭旨》。《道元一炁》则只有一种校本，《丹亭传道密集》则无校本。《丹亭传道密集》是抄本，在抄录过程中产生错误也就难免了，一些

明显的错误就直接改正，不出校记。

2. 古人刻书，有其时代环境因素，如炁、气、著、着、功、工、净、静、朱、殊……等字皆混用，本次整理，依旧照录原文，不作更改。而原文如“日月合璧”迳改为“日月合璧”、“交垢”迳改为“交媾”、“达摩”迳改为“达磨”，不再一一作说明。

3. 凡底本模糊不清、字体难辨处，一律用“□”代替。

4. 《性命圭旨》、《道元一炁》的插图，在中国版画史上都很出名，但是年代久远，效果难以如新，不免有图像不清楚之处。如果这些版画用现代的电脑图像处理软件处理的话，虽然看起来会更好看，但却失去了原版画的韵味，所以在整理时只对部分版图作了简单的处理。

5. 校者学识浅陋，在整理过程中必然会存在一些错误，希望有识者能给予指正。

周全彬

2015年7月9日写于四川绵竹同尘斋

2017年6月24日再修订于绵竹同尘斋

目 录

序一·····	任法融 (001)
序二·····	康志锋 (003)
序三·····	董沛文 (005)
前言·····	周全彬 (011)

001

目
录

第一编 性命圭旨

题尹真人《性命圭旨全书》·····	明·邹元标 (002)
刻《性命圭旨》缘起·····	明·余永宁 (003)
性命双修万神圭旨元集·····	(004)
大道说·····	(004)
三圣图(文)·····	(004)
附：康熙本《三圣图》·····	(005)
明崇祯版《删补性命圭旨·三圣图》·····	(006)
性命说·····	(011)
死生说·····	(013)
邪正说·····	(015)
普照图(文)·····	(018)
反照图(文)·····	(020)
时照图(文)·····	(022)
内照图(文)·····	(023)

太极图 (文)	(025)
太极发挥	(026)
中心图 (文)	(027)
火龙水虎图说	(029)
日乌月兔图 (文)	(030)
日乌月兔说	(031)
大小鼎炉图 (文)	(032)
大小鼎炉说	(033)
内外二药图 (文)	(034)
内外二药说	(035)
顺逆三关图 (文)	(036)
顺逆三关说	(037)
尽性了命图 (文)	(038)
尽性了命说	(039)
真土图 (文)	(040)
真土根心说	(041)
魂魄图 (文)	(042)
魂魄说	(043)
蟾光图 (文)	(044)
蟾光说	(045)
降龙图 (文)	(046)
降龙说	(047)
伏虎图 (文)	(048)
伏虎说	(049)
三家相见图 (文)	(050)
三家相见说	(051)
和合四象图 (文)	(052)
和合四象说	(053)
取坎填离图 (文)	(054)
取坎填离说	(055)
观音密咒图 (文)	(056)

念观音咒说	(057)
九鼎炼心图 (文)	(058)
九鼎炼心说	(060)
八识归元图 (文)	(061)
八识归元说	(062)
五气朝元图	(063)
五气朝元说	(064)
待诏图 (文)	(065)
待诏说	(066)
飞升图	(067)
飞升说	(068)
性命双修万神圭旨亨集	(069)
涵养本原图 (文)	(069)
性命双修万神圭旨第一节口诀	
涵养本原 救护命宝 (内附退藏沐浴、玉液炼形二法)	(071)
安神祖窍图 (文)	(085)
性命双修万神圭旨第二节口诀	
安神祖窍 翕聚先天 (内附法轮自转、龙虎交媾二法)	(087)
蛰藏气穴图 (文)	(098)
性命双修万神圭旨第三节口诀	
蛰藏气穴 众妙归根 (内附行、立、坐、卧四法)	(100)
性命双修万神圭旨利集	(114)
采药归壶图 (文)	(114)
性命双修万神圭旨第四节口诀	
天人合发 采药归壶 (内附闭任开督、聚火载金二诀)	(116)
乾坤交媾图 (文)	(128)
性命双修万神圭旨第五节口诀	
乾坤交媾 去矿留金 (内附卯酉周天口诀)	(129)
灵丹入鼎图 (文)	(139)
性命双修万神圭旨第六节口诀	
灵丹入鼎 长养圣胎 (内附火候)	(140)

长养圣胎图（文）	(146)
性命双修万神圭旨贞集	(147)
婴儿现形图（文）	(147)
性命双修万神圭旨第七节口诀	
婴儿现形 出离苦海（内附真空炼形法则）	(149)
端拱冥心图（文）	(158)
性命双修万神圭旨第八节口诀	
移神内院 端拱冥心	(159)
阳神出现图（文）	(166)
性命双修万神圭旨第九节口诀	
本体虚空 超出三界	(167)
跋《性命双修万神圭旨》后	明·吴之鹤 (173)
附录	(174)
一、辑余	(174)
1. 鸿宝九叙	明·王化醇 (174)
2. 九序摘言	明·林兆恩 (175)
书《九序摘言》卷端 / 明·林兆恩 175 《九序摘言》跋 / 177	
3. 紫中道人答问	清·李朴 (178)
4. 尹真人东华正脉皇极阖辟证道仙经	清·闵一得订正 (179)
序	闵一得 (179)
尹真人东华正脉皇极阖辟证道仙经卷上	(180)
添油接命章第一 / 180 凝神入窍章第二 / 183	
神息相依章第三 / 184 聚火开关章第四 / 185	
尹真人东华正脉皇极阖辟证道仙经卷中	(187)
采药归壶章第五 / 187 卯酉周天章第六 / 188	
尹真人东华正脉皇极阖辟证道仙经卷下	(190)
长养圣胎章第七 / 190 乳哺婴儿章第八 / 191	
移神内院章第九 / 192 炼虚合道章第十 / 195	
5. 尹真人寥阳殿问答编	清·闵一得订正 (197)
第一篇 / 197 第二篇 / 206 第三篇 / 207 第四篇 / 208	
第五篇 / 208 第六篇 / 209	

二、序跋传	(212)
1. 《性命圭旨》小引	明·程于廷 (212)
2. 《性命圭旨》序	清·李朴 (213)
3. 序	清·尤侗 (214)
4. 《删补性命圭旨》定本自序	清·龙沙醉翁谁醒是我氏 (215)
5. 《删补性命圭旨》序言	清·朱衣点 (216)
6. 序天谷先生《删补性命圭旨》定本	清·郑播 (216)
7. 序天谷先生《性命圭旨》删补定本	清·陈应麟 (217)
8. 《性命圭旨》三版序	萧天石 (219)
9. 尹山人传	明·彭轸 (220)

第二编 丹亭传道密集

丹亭真人卢祖师玄谈（祛病部）	(224)
总论第一	(224)
瘫痪第二	(225)
虚癆第三	(226)
臌症第四	(227)
膈噎第五	(228)
寒疾第六	(228)
痰症第七	(229)
脾胃第八	(231)
痔疾第九	(231)
种子第十	(232)
疟症第十一	(234)
痢症第十二	(235)
呃逆暖气第十三	(235)
吞酸第十四	(236)
饕杂第十五	(236)
怔忡第十六	(236)
积聚第十七	(237)





痘症第十八	(237)
霍乱第十九	(238)
呕吐第二十	(239)
头痛第二十一	(239)
耳聋第二十二	(240)
舌病第二十三	(240)
齿症第二十四	(242)
目症第二十五	(243)
咽喉第二十六	(244)
结核第二十七	(245)
癭瘤第二十八	(246)
肺癰第二十九	(246)
心痛第三十	(247)
腹痛第三十一	(248)
腰肋痛第三十二	(249)
臂背痛第三十三	(249)
骨节痛第三十四	(250)
脚气第三十五	(251)
瘰疬第三十六	(251)
痿躄第三十七	(252)
消渴第三十八	(253)
瘡病第三十九	(253)
疮疡第四十	(254)
丹亭真人卢祖师养真秘笈（修真部）	(256)
总论	(256)
数息第一	(257)
总论 /257 周天数息卦爻法 /257 呼吸论 /260 真炁辨 /261	
所以呼吸之处论 /261 外郭论 /261 内脏郭解 /262	
附脏郭图于后	(264)
正人脏图 /264 伏人脏图 /265	

调息第二	(266)
总论 /266 调息法 /266 止念法 /267 却昏法 /267	
气急使缓法 /267 辨咽喉明径路法 /268	
闭息第三	(268)
总论 /268 闭息法 /268 用舌抵腭法 /269 增息法 /270	
化浮火使真气不上逆法 /270 化民火使真气不下行法 /270	
化邪火使真气不作毒法 /271 薰蒸四肢法 /271	
住息第四	(271)
总论 /271 住息法 /272 开任督诸关法 /272 开督脉法 /273	
开夹脊关法 /273 开玉枕关法 /273 引炁入四肢法 /274	
留炁法 /275 消阴还阳进神火法 /276 护阳不散法 /276	
减便溺使不泄真法 /276	
踵息第五	(277)
总论 /277 踵息法 /277 文烹武炼法 /277 炁炁归根法 /278	
进水法 /278 进火法 /278 水火交进铢数法 /278	
胎息第六	(279)
总论 /279 封固法 /279 老炼结丹法 /279 养丹成像法 /280	
无胎息第七	(280)
总论 /280 养大周天火候法 /281	
附：女真丹	(281)
丹亭悟真篇 丹亭问答（了道部）	(283)
了道部四	(283)
诸真药物口诀	(283)
了道部五	(292)
诸真火候口诀	(292)
了道部六	(300)
诸真鼎器口诀	(300)
了道部七	(310)
诸真作用口诀	(310)
了道部八	(323)
丹房节目诫谏	(323)

天 /324 日月 /324 星云汉 /325 风雨雾露 /325 霜雪雷 /325
寒热 /325 地山 /326 江河水 /326 身体 /326 涕唾汗 /327
嚏便溺 /327 行立坐 /328 早起 夜起 /328
愁泣 怒叫 喜笑 /328 歌舞 语言 思念 /329 睡卧 /329
梦魇 洗沐 /330 叩 栴 漱 濯 /331

附录..... (333)

1. 傅青主《丹亭问答》序 天竺老人石舟 (333)
2. 重刊《养真秘籍》序 萧天石 (333)
3. 《丹亭真人传道密集》序 萧天石 (335)

第三编 道元一炁

引言..... 明·曹士珩 (340)

《道元一炁》小引 明·芝岳老人 (341)

《俞俞子内外篇》序 明·李之椿 (342)

《道元一炁》序 明·郭士豪 (343)

元白先生《道元一炁》序..... 明·张延誉 (345)

《道元一炁》小引 明·汪瀚 (346)

《道元一炁》序 明·卓发之 (348)

弁言..... (350)

子昂藏书法..... (351)

玄律..... (352)

《道元一炁》乾集 (353)

内篇 (353)

源流小引 (353)

导师图 (355)

度师图 (356)

对镜图 (357)

三家图证 (358)

证三家参同 (360)

清静正印 (360)

宗门正印	(361)
彼家正印	(362)
道即心颂	(363)
破三家偏执	(364)
偏于清静	(365)
偏于宗门	(366)
偏于彼家	(368)
患道十药	(369)

其一 / 其二 / 其三 / 其四 / 其五 / 其六 / 其七 / 其八 / 其九 / 其十

发未发秘	(371)
生死	(371)
性命	(372)
玄牝	(372)
河车	(373)
返观	(373)
炼魔	(374)
保汞歌	(374)
炉火说	(374)
房术说	(375)
清静消息	(375)

其一 / 其二 / 其三 / 其四 / 其五 / 其六 / 其七 / 其八 / 其九 / 其十 /

其十一 / 其十二 / 其十三 / 其十四 / 其十五 / 其十六 / 其十七 / 其十八

《道元一炁》元集	(379)
----------------	-------

内篇	(379)
----------	-------

玉液还丹次第八图	(379)
----------------	-------

三环要论 /379 三环坎离图 /380 坎离交媾图 /381

乾坤交媾图 /382 河车不间图 /383 壶中天地图 /384

复如婴儿图 /385 息心定慧图 /386 阴神出现图 /387

直言渐次引 /388

玉液还丹次第秘诀	(389)
----------------	-------

渐入筑基章一 /389 引蒙规中章第二 /389 正心诚意章三 /390



以神入气章四 /391 玄机息奥章五 /391 凝神入定章六 /392
壶中交姤章七 /393 玉液丹成章八 /394

金液还丹次第第八图 (395)

鼎器图说 /395 圣母图 /396 泽山感应图 /397 七尾应歌图 /398
履虎尾图 /399 神女围炉图 /401 际会图 /402 面壁图 /403
阳神离宅图 /404

金液大丹次第秘诀 (405)

功行章一 /405 神锋章二 /405 得窍章三 /406 火候章四 /406
玄珠章五 /407 防危章六 /408 温养章七 /408 无为章八 /409

驱邪论 (409)

九邪类 (410)

十不正 (410)

小跋 明·曹际升 (411)

灵官护法图 (413)

《道元一炁》亨集 (414)

内篇上卷 (414)

证道说 (414)

混元老子 (414)

《道德经》摘要 (416)

北五祖 (418)

东华帝君 /418 《黄庭经》摘要 /420 正阳祖师 /420

破迷正道歌 /422 纯阳祖师 /425 《窑头》《敲爻》歌 /427

海蟾祖师 /430 还丹破迷歌 /432 重阳祖师 /433

真打坐说 /435

七真 (435)

长春真人 /435 九转丹证歌 /437 长生真人 /437 龙虎歌 /439

长真真人 /439 采玄珠歌 /441 丹阳真人 /442 太空歌 /444

广宁祖师 /444 真语直言 /446 玉阳真人 /446 朝元歌 /448

清静真人 /448 卜算子 /450

下卷 (451)

诸祖息铭（内药） /451 诸祖丹诀（外药） /456 参同内外 /459

金丹歌词 /461 崔公《入药镜》/461 纯阳翁《三字诀》/462

紫阳真人《金丹四百字》/462 张三丰师《一枝花》/463

又 /463 又 /463 又 /464

《道元一炁》利集 (465)

外篇 (465)

保生秘要 明·曹士珩 (465)

《保生秘要》序 明·曹士珩 (465)

南北规中引 (466)

南旋式图 /467 归元诀窍 /467 周天 /468 北旋式图 /468

艮背诀窍 /469 行庭 /469 通关 /469 缘法 /470 涤秽 /470

运规十二 /470

治症分科 (471)

论五气滞涩 /471 论四大症 /472 瘫痪 /472 癆怯 /473 臌胀 /473

膈噎 /474 咳嗽 /474 时气 /475 瘰癧 /475 小水迟滞 /475

大便不通 /476 溺管泄气 /476 小肠气 /476 痢疾并水泄 /476

疟疾并伤风 /476 梦遗漏精 /477 伤风出汗 /477 心邪 /477

禁口痢 /477 胸腹胀闷 /477 胃脘疼痛 /478 白浊白带 /478

目疾 /478 瘤破血不止 /478 却偏风 /478 手足麻木 /478

背作疼痛 /479 时行头风 /479 痔疮 /479 吞酸 /479 耳重 /479

哮喘 /480 头痛 /480 头晕脑痛及痰滞 /480 诸毒疮疖 /480

头重目花 /480 神晕头眩 /481 跌晕 /481 耳病 /481 鼻渊 /481

止鼻血 /481 口干 /482 咳红 /482 伤食呕吐 /482 目病 /482

痞块 /482 尾闾坠气 /483 痰火 /483

女功却病 (483)

小引 /483 安胎 /483 顺产 /484 难产 /484 孕妇血肿 /484

孕妇多病 /484 鬼胎血毳 /484 积血块 /484 产后惊风 /484

产后畏寒 /484 血崩 /485 白带 /485 逆经 /485 经不调 /485

调经 /485

调摄彼家有为小乘妙诀 曹士珩 (486)

论鼎三进炁 /486 择鼎 /486 先天元鼎 /487 上橐籥式 /487

上进 /488 又法 /488 中橐籥 /488 中进 /489 药饼 /489

又法 /489 下进 /489 下橐籥 /490 又云 /490 口诀 /490

调鼎 /491

彭祖蒸脐接命 /491

接命赋 /491 药品 /491 蒸法 /492 诀曰 /492 彭祖接命种子 /492

暖子宫丸 /493 三进红铅 /493 取红铅法 /493 又法 /494

制灵铅法 /494 制金乳粉 /494 炼乳膏法 /494 择乳口诀 /495

返经作乳 /495 乳金丹 /495 金刚子 /495 梅子 /495 火枣 /495

阴炼秋石法 /495 阳炼秋石 /496 论水源清浊 /496 井炼法 /496

河炼法 /496 乳炼法 /497 玉露秋霜 /497 秋霜自吐 /497

混元雪球 /498 炼铅神水 /498 取神水捷法 /498 又近便法 /498

又法 /499 御沟金水 /499 制牛乳法 /499

剧言 (499)

活泼 /499 经行 /500 避风 /500 清气 /500 惜福 /500 节食 /500

扣齿 /500

012

《道元一炁》贞集 (501)

外篇 (501)

五岳图说 (501)

五岳真形 (502)

混元门下书符祖罡煞气秘诀 (503)

取祖炁口诀 /503 取天罡炁诀 将无罡不行 /505 取天罡炁咒 /505

取魁星炁咒 /505 内天罡诀 /506

便捷符科 (508)

抱朴子赤灵符 /508 灵符诀窍 /508 艾术避兵瘟疫 /509

持神入山法 /509 恶梦吉应 /509 速行吉应 /510

字号治症 (510)

研墨咒 /510 举笔咒 /511 化骨字号 /512 化骨灵符 /512

治骨硬咒 /512

减要服食验方 (513)

反老丸 /513 近仙丸 /513 壮神丸 /513 还童方 /514 水火丸 /514

乌金豆 /514 冬青子丸 /514 观音修炼 /515 真人服椒丹 /515

和血长生酒 (515)

还睛酒 /515 乌须酒 /516 药烧酒 /516 五加皮酒 /516

和中药酒 /517 薏苡仁酒 /517 地黄酒 /517 牛膝酒 /517

当归酒 /517 菖蒲酒 /517 枸杞酒 /517 松节酒 /518 椒柏酒 /518

仙灵脾酒 (即淫羊藿) /518 苏合香酒 /518

避难隐谷丹要 (518)

子房公辟谷方 /518 辟谷仙方 /519 长生辟谷丹 /519 小辟谷丹 /520

仙姑捋饥法 /520 如意草丹 辟谷 /520 广成子药枕 /521

湘子煮袍 /521 仙姑紫霞杯 /521 硃砂雄黄杯 /522 雄灵丹 /522

又方 /522 雄灵化病丹 /522 神仙一剪梅 /523 辟寒丹 /524

辟暑丹 /524

后记 盛克琦 (525)