

参同契直指中篇

<p> 《参同契》直指中篇中篇引内养性 将欲养性，延命却期。审思后末，当虑其先。人所秉躯，体本一无。元精云布，因炁托初。阴阳为度，魂魄所居。阳神日魂，阴神月魄。魂之与魄，互为室宅。性主处内，立置鄞鄂。情主营外，筑垣城郭。城郭完全，人物乃安。爰斯之时，情和乾坤。乾动而直，炁布精流；坤静而翕，为道舍庐。刚施而退，柔化而滋。九还七返，八归六居。男白女赤，金火相拘。则水定火，五行之初。上善若水，清而无瑕。道之形象，真乙难图。变而分布，各自独居。类如鸡子，白黑相符，纵广一寸，以为始初。四肢五脏，筋骨乃俱。弥历十月，脱出其胞。骨弱可卷，肉滑若铅。古仙云：“修性先修命，方入修行经，修命不修性，此是修行第-病。”盖性为阴，命为阳，阴阳两用，性命双修，方能入于形神俱妙、与道合真之境。故未修性之先，须急修命，既了命之后，又当修性。未有不修命而超凡，未有不修性而入圣。仙翁以养性之道而首提曰：“将欲养性，延命却期。”正以示欲养其性，不可不先延命也。若是上智利根，不待修命，而即修性，一了百当，直登圣域。然上智之人少，中下之人多。若不先修命，而即养性，则为一己之阴，倘有一毫渗漏，未免有抛身入身之患。故必先修有为返还之道，以固其命基，再行抱一无为之道，以了其性宗，性命兼了，本生不灭，与天地同良久矣。但延命之道，却期之道也。却期者，却其死期之谓。能却死期，方能延命。然欲却期，须要审思其如何死。审思如何死，尤当先虑如何生。生者先也，死者后也。孔子曰：“未知生，焉知死？”盖未知如何生，即不知如何死；既知如何生，即知如何死。能知生死之机，于是却其死而延其生，不难矣。原夫人所秉躯，体本一无，因凡父凡母，男女交合，元精元气托初，自无而生有。男之气属阳，女之气属阴，阴阳二气交度，男女魂魄，即居于其间。魂为阳神如日，魄为阴神如月，魂魄互为室宅。魂属性，主处内，立置鄞鄂之密室；魄属精，主营外，筑垣城郭之外宅。鄞鄂如内之五脏六腑，城郭如外之四肢百骸。城郭完全，而人物方能安居于内。爰此阴阳交度之时，

男女以情相合，如乾上坤下。乾坤相配，乾动而直，气布精流；坤静而翕，为道之舍庐。在男刚道，一施而退；在女柔道，化而滋生。阴阳上气，凝而成象，胎元已结。九者金之数，七者火之数，八者木之数，六者水之数。九还七返，八归六居，金木水火之气，皆入胎中。九还七返，八归六居，与逆用还返之义不同。此返还，乃男女阴阳之气，返归于胎中，自外入内之说。盖男之精白，属金；女之血赤，属火。金火之气相拘，转聚一处，金中有水之气，火中有木之气，则水定火。火去炼金，水去济火，木去生火，金去生水，金木水火，自相熏蒸，其中变化，自有真土，此五行所生之初也。胎中虽是五行变化，当阴阳交度之际，暗中即有一点先天造化入内，而先生水。这个水，乃先天先地而生，清而无瑕。为道之形象，真乙难图，至无而含至有，至虚而含至实。男女精血，非此水亦不能为工。是水也，无形而能生形，是以变化不测，一变而为水而生肾，二变为火而生心，三变为木而生肝，四变为金而生肺，五变为土而生脾。变而分布，独居一方。然虽独居一方，而五行之气，仍聚一处，类如鸡子，白黑相符。黑为阴，白为阳，阴阳符合，一气浑含，故曰纵横一寸，以为始初。始初者，根本也，一气为根本。根本立，则枝干自发，故曰“四肢五脏，筋骨乃俱。”言四肢五脏筋骨，皆自一气变化而成全也。弥历十月，气足形全，脱出其胞，骨弱可卷，肉滑如铅。此生人之道则然。若人申明此生身之理，调和吾身真阴真阳，逆而修之，仍了胎中之一息，结为圣胎，温养十月，身外有身，造化由我，可以却死，可以延生矣。噫！逆则成仙之道，固不易知。而顺则生人之道，亦难以晓。若知生人之道，而颠倒之间，即是成仙之道。奈何人不审思生人之道，而妄想学仙，岂不可叹乎？坎男为月，离女为日，日以施德，月以舒光，月受日化，体不亏伤。阳失其契，阴侵其明，晦朔薄蚀，掩冒相倾，阳消其形，阴凌灾生。男女相胥，含吐以滋，雌雄错杂，以类相求。金化为水，水性周章，火化为土，水不得行。男动外施，女静内藏，溢度过节，为女所拘。魄以铃魂，不得淫奢。不寒不暑，进退合时，各得其和，俱吐证符。===首页与分页与分页之间分隔符===

上节言生人之道，系阴阳相合而成。此节乃推广其类，而证修仙

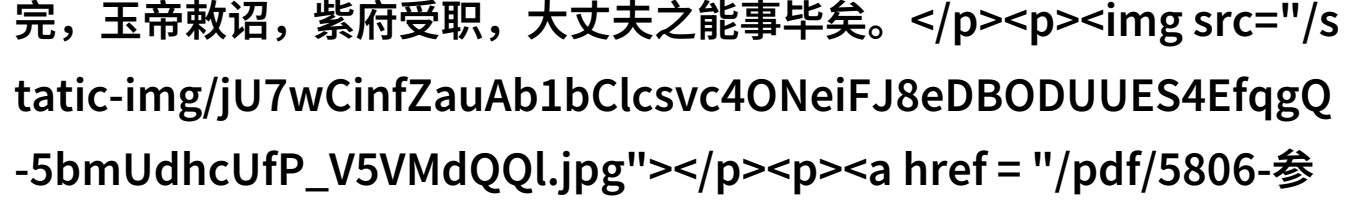
之道，非阴阳相合，灵胎不结也。如坎卦为男，其体阴，象月。离卦为女，其体阳，象日。月本黑体，纯阴无阳，借日生光，每月晦尽朔初，与日一会。日以施德，月以舒光，是月受日化，而黑体得以生明，乃不亏伤也，此日月以时而交则然。若日与月失其契合常道，阴错阳差，月之阴气，侵伤日体，晦朔月蚀，掩其光辉，阳消其形，阴凌而灾生矣。盖日道月道，交斜而行。当交之时，日在下，月在上，日景射月，而月生明。若南北同度，东西同度，其体相对，掩冒其光，阴阳相争而不和，在朔则为日蚀，在望则为月蚀。日蚀者，阴掩其阳也。月蚀者，阳掩其阴也。日蚀月蚀，二者皆阴阳过胜之故。又如男女相胥，一含一吐，而能滋种。凡物雌雄错乱，同类相交，而方孕族。此皆阴阳相交，生生不息之道。又如金化为水，水性周流，不息而成章；火化为土，土厚壅积，塞滞其水，而水不得行。又如男主动而外施，女主静而内藏。若男贪女色，淫欲过度，交合过节，失其男动之本体，男反为女所拘制。此二者，阴阳和而不和，生中带杀，反生其灾矣。即此以观，则知阴阳贵于和合，尤贵于和合得其中正。得其中正，为真阴真阳；不得中正，为假阴假阳。真假之分，只在中正与不中正之间耳。修道者，用魄之真情，所以铃魂之灵性也。魄即道心，真知之刚情；魂即人心，灵知之柔性。柔性主进退而少裁制，遇物留连，见景生情，刚情多果断而有主宰。魄以铃魂，以情之刚，铃性之柔，则人心静而道心彰。性情相合，刚柔一气矣。然虽以道心制人心，得其人心柔顺即已。若制之太过，常以人心为事，则必道心又昧，明极反暗；道心中，人心乘间而生，性情乖戾，吉化为凶，故曰不得淫奢也。不寒不暑者，性不乱而情不迷，勿忘勿助之功。进退合时者，闲其邪而存其诚，执中用权之道，大小无伤，两圆俱全，各得其和，无损于彼，有益于我。性情吐真，阴阳混成，证于日月合符行中之道矣。关关雎鸠，在河之洲，窈窕淑女，君子好逑。雄不独处，雌不孤居。玄武龟蛇，蟠蚪相扶，以明牝牡，意当相须。假使二女共室，颜色甚姝，令苏秦通言，张仪合媒，发辩利舌，奋舒美辞，推心调谐，合为夫妻，弊发腐齿，终不相知。若药物非种，名类不同，分刻参差，失其纲纪，虽黄帝临炉，太乙执火，八公铸炼，淮南调合，

立宇崇坛，玉为阶陛，麟脯凤脂，把籍长跪，祷祝神祇，请哀诸鬼，沐浴斋戒，冀有所望；亦犹和胶补釜，以碓涂疮，去冷加冰，除热用汤，飞龟舞蛇，愈见乖张。上节言阴阳相当，进退合时，方能修道有功。此节言孤阴寡阳，一切非类之弊，使人晓悟，改邪归正耳。易曰：“一阴一阳之谓道。”盖以有阴有阳，阴阳相合，方谓道。孤阴寡阳，阴阳各偏，不谓道。故宣圣删诗，而以关雎之篇为首者，将示其君子之道，造端乎夫妇也。夫妇之道，即阴阳造化之道。凡天地间，有情无情之物，牝者皆属阴，为雌为妇；牡者皆属阳，为雄为夫。一牝一牡，一雌一雄，一妇一夫，一阴一阳，彼此相须，方有造化。在人男女同居而生育，在物龟蛇蟠紉而孕种。举此二者，则牝牡相须，雌雄相合之理，可以类推而知。假使二女同室，颜色甚姝，结为夫妻，岂能相知而生育？此理之显而易见者。世间修道盲汉，不知阴阳配合之理，牝牡相须之道，舍自己真阴真阳性命之根，而求身外与我种类不同之物。或流而为采战，或误认为炉火，或立坛而拜斗朝真，或斋戒而请哀诸鬼，冀望延年长寿，长生不死，亦犹和胶补釜，以碓涂疮，去冷加冰，除热用汤。是犹龟飞蛇舞，龟焉能飞，蛇焉能舞，岂不愈见乖张乎？仙翁此节，首提关雎龟蛇，牝牡相须之理，次以非类不同，开示后学，可谓慈悲之至。一切盲汉可以悟矣。上德无为，不以察求。下德为之，其用不休。知白守黑，神明自来，白者金精，黑者水基。水者道枢，去数名一。阴阳之始，玄含黄芽。五金之主，北方河车。故铅外黑，内怀金华，被褐怀玉，外为狂夫。金为水母，母隐子胎。水为金子，子藏母胞。真人至妙，若有若无。仿佛太渊，乍沉乍浮。退尔分布，各守境隅。采之类白，造之则朱。炼为表卫，白里真居。方圆径寸，混而相拘。先天地生，巍巍尊高。旁有垣阙，状似蓬壶。环匝关闭，四通踟蹰。守御密固，阃绝奸邪。曲阁相通，以戒不虞。可以无思，难以愁劳。神炁满室，莫之能留。守之者昌，失之者亡。动静休息，常与人俱。上节言修道必须寻同类有情之物方能济事。若非其类，万无一成。但修道有二法：一以道全形之事，一以术延命之事。上德者，以道全其形，抱元守一，行无为之道，即可了事。故曰上德无为，不以察求也。下德者，以术延其命，由勉抵安

，行有为之道，方能还元。故曰下德为之，其用不休也。夫上德之所以不察求者，以其上德之人，天真未伤，客气未入。若顿悟本性，无修无证，直超彼岸，察求之功无所用。下德之所以用不休者，以其天真已亏，知识已开，虽能顿悟本性，不能斩然驯顺，必用渐修之道，增减之功。增而又增，减而又减，直至无可增减。义精仁熟，方到休息之处，此不休之用所由贵也。上德下德，身份不一，故其用亦异。若下德者，到义精仁熟时，亦与上德者，同归一途也。所谓或安而行之，或利而行之，或勉强而行之，及其成功之一也。试明下德其用不休之旨，不休之用，即后天中返先天之道。后天中返先天，即知白守黑之道。白者，莹净道心也。黑者，晦暗人心也。知其白，则道心实；守其黑，则人心虚。道心实，则真知常存；人心虚，则灵知不正。真知灵知两而合一，刚柔相配。其中恍惚有象，杳冥有精，而神明自来矣。神明即先天真一之气，又名先天真一之精，又名谷神。谷神乃阴阳二气混合之神。阴阳分散，此神晦暗，其体黑而失其明，如神明去矣。阴阳相合，此神莹净，其体白而复其明，如神明来矣。故曰知白守黑，神明自来。何谓白者金精，黑者水基？盖道心所具之真知为真情，其德原自刚健，为乾家之物，取象为金精。人心所藏之灵知，为真性，其德本来柔顺，为坤家之物，取象为水基。灵知本不属水而属火，因其灵知藏于人心，能守其人心之黑，则人心虚极静笃。灵知柔顺，邪火消灭，与真知恍惚中相连，杳冥中有变，和气熏蒸，而生真一之水，是黑为水之基耳。夫水者，天一所生，乃道之枢纽，为五金之主，阴阳之本，内含黄芽，有北方河车之正气。何以知之？人心灵知虚静，客气不来；道心真知发现，生气复还，如草木在地中萌芽，其色黄嫩，其质纯水，故名黄芽。因其阳气以水而上升，又名河车；因其阳气自阴中生出，又名神明，其实黄芽、河车、神明，皆形容道心真知，一点刚健之正气耳。比象黑铅，外黑内白，内怀金华，又如被褐怀玉，外为狂夫也。人自先天交于后天，妄情生欲水，金为水母也。后天中返先天，黑中有白，精一之水，又生真知之真情，而母反隐于子胎，是水反生金矣。精一之水，又借真情而生，水为金之子，先天中运后天真情之金，生精一之水，而子又藏子母胎，是金又

生水矣。金生水者，顺其所欲，所以诱彼之欢心，后天而奉天时也。水生金者，逆运其机，所以固我之命宝，先天而天弗违也。金水互生，顺逆两用，彼我无伤，而真人生于其间矣。真人，即上所谓神明，又曰圣胎，乃先天虚无真一之气，凝结而成象者。这个真人，至神至妙，非色非空，即色即空。乍沉者，寂然不动也；乍浮者，感而遂通也。色空不拘，动静自然，至无而含至有，至虚而含至实，阴阳五行之气，无不俱备。故曰退而分布，各守境隅。当圣胎凝结，真人有象，五元五德，混然一气；五物五贼，各守境隅。不但不能害道，而且有以助道。采之类白者，始而虚室生白，圣胎凝结也。造之则朱者，既而以火炼金，圣胎坚固也。炼为表卫者，外丹成就也。白里真居者，内丹圆明也。方圆径寸者，外圆内方，而内外一气。混而相拘者，神凝气聚，而神气混合，内外如一。 ===首页与分页与分页之间分隔符=== 神气混合，一灵妙有，法界圆通。先天地生，巍巍尊高，造化不得而拘，万物不得而屈，入于真空无碍，浑然一中之境，故曰状似蓬壶也。到此地位，圆陀陀。光灼灼，良知良能，复见娘生本来面目。原本到手，须当防危虑险，固济牢封，放曰旁有垣阙也。环匝关闭，四通踟蹰者，所以防外患，外物不入也。守御密固，阌绝奸邪者，所以除内贼，内念不出也。曲阁相通，以戒不虞者，戒慎乎其所不睹，恐惧乎其所不闻。无隐不照，无微不入，如曲阁相通，幽明如一，不使有丝毫邪气留于方寸之中也。可以无思，难以愁劳者，有用用中无用，无功功里施功，非有愁劳强作。但只无思无为，精一执中而已。以上警戒法语，是欲学者，临时谨慎，不容稍有懈怠，自取咎吝耳。盖圣胎凝结，神气充足，阳极必阴，易于致凶。守之则十月胎全丹热而昌，失之则霎时气收神飞而亡。故圣人于此，任火停轮。用阴符之道，刚以柔济，一动一静，一休一息，常与道俱，弃有为而入无为，由了命而后了性，在末生身处下功夫也。此下德为之，其用不休，由勉强而归自然之道。到得自然之处，与上德者，同是一事。以上言命理，以下言性理，学者着意。内以养己，安静虚无。原本隐明，内照形躯。闭塞其兑，筑固灵株。三光陆沉，温养子珠，视之不见，近而易求。勤而行之，夙夜不休。伏食三载，轻举远游。跨火不

焦，入水不濡。能存能亡，长乐无忧。道成德就，潜伏俟时。太乙乃召，移居中州。功满上升，膺箓受图。修真之道，性命必须双修，功夫还要两段。外药所以了命，内药所以了性。外药者外夺造化，以复先天；内药者内保本真，以化后天。先天所以脱幻身，后天所以脱法身。世间迷人，不知圣贤立言妙义，误认外药为炉火，内药为孤修。殊不知先天真阳，从虚无中来，乃属于彼，故谓外药。先天既来，归根复命，即属于我，故谓内药。内外之分，性命之界，两者同出而异名，同谓之元之又元。节首提出内以养己，则内外之理昭昭矣。正合篇首将欲养性，延命却期之旨。己者，性也。当金丹成就，命基已固，急须修性以脱法身。修性之道，乃炼神还虚之一着。故此节直指曰：“内以养己，安静虚无。”盖养性之道，须要安身于虚，静心于无，身心两忘，期必至于形神俱妙，与道合真而后已。原本隐明，内照形躯者，韬明养晦，允执厥中也。闭塞其兑，筑固灵株者，惜气养神，惟精惟一也。三光陆沉，温养子株者，精气神三宝精华，皆收敛于内，护持丹元，须臾不离也。原本灵珠子珠，皆圣胎之别名。圣胎有气无质，故曰视之不见。虽视不见，近在我身，切在心胸，人所不知，而己独知，须宜绵绵若存，勿忘勿助，日乾夕惕，勤而行之，夙夜不休。十月丹熟，群阴剥尽时至脱化，身外有身。更加三年乳哺之功，伏其气以壮神，食其时以固形，则来去自如，轻举远游，跨火不焦，入水不濡，聚则成形而存，散则化气而亡。无灾无难，长乐无忧，到此地位，道成德就。太乙乃召，移居中洲，洞天福地，与群真共受天禄。更来尘世，积功累行，三千功满，八百行完，玉帝敕诏，紫府受职，大丈夫之能事毕矣。



[下载本文pdf文件](/pdf/5806-参同契直指中篇.pdf)