

# 《《乐育堂语录》新译》

## 图书基本信息

书名：《《乐育堂语录》新译》

13位ISBN编号：9787306034496

10位ISBN编号：7306034499

出版时间：2009-9

出版社：中山大学出版社

作者：黄元吉

页数：581

译者：孔德

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 前言

乍听《乐育堂语录》书名，会让人觉得是一般劝善之类书籍，这也正是此书以前少被人注意的原因所在。当然，应该说，这是常人知识僵狭所导致的错误，并不是书名本身有什么不当。《乐育堂语录》是一部丹经著作，是清朝道成年间（1841-1860年）黄元吉先生为门下弟子在“乐育堂”讲解的丹法，其间经历十余年。后来，弟子们将其语录汇编成册，分为四卷，取名《乐育堂语录》。中国道教历代之丹经，可谓汗牛充栋。其中门派林立，各有各的说法，且几乎尽是隐语警句，让一般缺乏明师指导的求道者往往一生陷入无可奈何、抱憾终生的迷茫之中。《乐育堂语录》可谓是历代丹经中罕见的通俗著作。然而，它的真正价值决不仅仅是通俗而已，而在于明示大道真传，并且将丹道修炼付诸于学者社会生活实践当中，不回避现实生活，不尚空谈，立竿乃能见影。这可以说才是它真正的不凡价值。近代道教仙学的开拓者、原中国道教协会会长陈撷宁先生（1880-1969年），曾对黄元吉《乐育堂语录》等丹经著作给予了极高的评价。他认为，陈希夷、邵康节、黄元吉一派的丹法乃为修道的上乘法门。例如，“玄关一窍”，是历来丹家不传之秘，而且道家旁门甚多，对“玄关一窍”又有许多不同的说法。不知“玄关一窍”，修道难得登堂入室；错认“玄关一窍”，又会使人误入歧途。可《乐育堂语录》则对“玄关一窍”针指明示，一言中的。所以陈撷宁先生认为：“学者能将（此派）玄窍之理论一一贯通，玄窍之工夫般般实验，何患不能缩天地于壶中，运阴阳于掌中。功成证果，可与三清元始并驾齐驱，岂区区玉液、金液、长生、尸解之说所能尽其量哉！”这样的评价，就笔者眼光来看，是一点也不过分的。正因为笔者也对《乐育堂语录》推崇备至，认为它对当今自学丹功者有着普遍的拨云见日的指导作用，故不揣浅陋为之注释。或者读者问，前言《乐育堂语录》为通俗之作，又何必为之注？这在于，我们说它通俗，一是指它避免了隐语的障碍，二是和涩奥的古文言文相对而言。但它毕竟用的是古代语言和术语，与现代白话文和现代文化尚有距离。不加以注释，不渗进一些现代科学知识，对于今天大多数练功者仍是有一些困难的。笔者作注释，断不敢言自己就已实修实证到该丹法的上乘功夫。至于敢于作注，无非就像科学家造了一艘登月飞船，以前的宇航员们多次乘坐飞船上过月球，现在笔者也坐上了这艘飞船，由于发射成功，笔者已离开地球，正向着预定目标——月球前进，那路线是明确无误的。所以，我就在途中的坐舱里通过无线电，向下一批自愿登月者介绍着登月的经过和知识。如此而已。笔者相信，当今修习丹功者中，精通黄元吉丹法者大有人在，比笔者功夫高者不乏其人。他们不来作注释，自有他们的原因。笔者不忍华夏之国粹湮灭，又欲扬起陈撷宁先生所倡导的仙学之大旗，为人类做一点绵薄之益事，人已共渡，也可了却生平之愿。今后凡能做的，仍将如此去做。但要向读者说明一点，功夫是实修实证之事，需要时间和精力，故笔者愿以业余时间和精力进行有关著述，以饗读者，而无法对读者随时提出特殊、单独的疑难问题予以解答。此请见谅。实际上，只要读者用心去读本书，结合实践，反复体悟，笔者著所披露的见解都易懂易学，用不着繁问。这里还需向读者提示的是，《乐育堂语录》是黄元吉先生回答门下弟子的论述记录。因此，一是有些相同问题，由于弟子们各自的条件不同，故回答的方式不尽相同；二是由于时间的跨度大，故某一问题，随着弟子们实修实证的深入，前后的回答有着理论上的浅深之分。这些情况，建议读者在阅读时应根据自己练功现状与今后实践，将某一关键问题的不同阐述方法作出归类，反复领悟、实践，必将大有好处。前人学作诗，有个说法叫“熟读唐诗三百首，不会作诗也会偷”。笔者以为，对于学习内丹功的人来说，伴随练功实践，能将《乐育堂语录》细细读上千百遍，不成“天仙”、“地仙”，也许成为“人仙”不会有问题。还有一点也要说明，在作注释时，笔者为了提示并方便读者领会，对《乐育堂语录》中的段落主题内容加了标题，使人触题知义，便于加深印象和归类对照。最后谈谈黄元吉其人。据《乐育堂语录·原跋》记述：黄元吉先生是元代人，与张三丰有师承关系，《张三丰集》中列有黄元吉之名；黄元吉遁形隐迹，直到清朝道咸之年“而犹聚徒讲学”，是鉴于“世衰道微，人心陷溺，非阐明性命之学，无以唤醒群迷”；黄元吉“历时几千载”。以此说，黄元吉在世之寿虽非千岁，却也有五六百年。笔者查手头所藏的由汪锡龄（梦九）于清朝雍正元年（1723）作序、李西月（涵虚）重编、民国十五年（1926）仲春上海中原书局印行的《三丰全书》，《隐鉴》中仅有王原吉、沈元吉之名，其事迹均与黄元吉不符。全书其他内容亦未提及黄元吉。此或属笔者阅之不详，或为《三丰全书》版本不一而记叙各有出入，或为《乐育堂语录·原跋》所记另有出处。但查阅《中华道教大辞典》（中国社会科学出版社，1995年版），记有元代黄元吉，乃净明道传人，生平较详。但清代亦有黄元吉，但无生平记载。或两者所记均为一人，限于笔者之浅识，不敢妄断。此著成于道成年间，某些引言颇合当时年代，据此断言黄元

## 《《乐育堂语录》新译》

吉为清代人当不为错。古之仙人之寿，住世千百年不去的记载颇多。所记是真是假，它既是方外之士的实践问题，也是现在和将来生命科学值得研究探讨的问题。妄信妄疑，皆属无知。今无练功之人可多用心于丹功实践，大可不必与人在仙家寿命之上多作争论。

# 《《乐育堂语录》新译》

## 内容概要

《新译》内容简介：乍听《乐育堂语录》书名，会让人觉得是一般劝善之类书籍，这也正是此书以前少被人注意的原因所在。当然，应该说，这是常人知识僵狭所导致的错误，并不是书名本身有什么不当。《乐育堂语录》是一部丹经著作，是清朝道咸年间(1841~1860年)黄元吉先生为门下弟子在“乐育堂”讲解的丹法，其间经历十余年。后来，弟子们将其语录汇编成册，分为四卷，取名《乐育堂语录》。

# 《《乐育堂语录》新译》

## 书籍目录

《乐育堂语录》卷一树立大志阳生之道迷途知返修炼水火明心见性炼心归真以虚养虚矢志寻窍太空无知进火采药调息用火久坐有禅运神周身舍财近道玉液炼己玄牝之门安炉立鼎四大火候采取烹炼阳火阴符防火伤丹后天之气先天之气真灵之知性命双修铅汞相投精气辩证元神作主炼剑铸镜阴阳太极《乐育堂语录》卷二知难而进戒怒守拙炼心伏气炼魔除垢有无之用泥丸烹炼乾卦天机内外丹田返本还原入定止观真意戊己执天之行听息法机生精炼精真铅凡铅两重天地内药外药灵神服气居尘出尘意为丹头升降沐浴灵觉真意一念持虚坎离乾坤积久功深无中生有吸舐撮闭龙虎交媾性命同修《乐育堂语录》卷三道贵真传虚实相问内火外火夜半惊雷风火药丹结丹于无心空存道真清药物提撕唤醒道即太极周天之要不落半边执天而行物精信解素位若愚道无底蕴养气缉熙女子丹法理气合一止念之法得守杳冥周天法要处处皆功回头是岸三心无著《乐育堂语录》卷四色身法身炼运底奥玄关多端同类相亲久定久养天罡斗柄慧光慧剑我可主天勉强用功真空妙有动中修炼尽人听天造端夫妇内火外火操持觉照看破红尘说不如行朝屯暮蒙去浊存清性命二药道机普在保养元精采炼服食神气性命儒道异同隐语明说养对运错解邵子丹诗原跋

## 章节摘录

阳生之道 【原文】 诸子谈及阳生之道，已非一端，总不外无思无虑而来。即如贞女烈妇，矢志靡他，一旦偶遇不良，宁舍生而取义。又如忠臣烈士，惟义是从，设有祸起非常，愿捐躯以殉难。此真正阳生也，不然何以百折不回若是耶？由是推之，举凡日用常行，或尽伦常孝道，或矜孤寡困穷，一切善事义举，做到恰好至当，不无欢欣鼓舞之情，此皆阳生之候。只怕自家忽焉见得，忽焉又为气阻也；又怕自家知道，因而趾高气扬，喜发于言，形动于色，洋洋谄谄，不知自收自敛，视有如无，因被气习牵引而散矣。又或读书诵诗，忽焉私欲尽去，一灵独存，此亦阳生之一端也。又或朋友聚谈，相契开怀，忽然阳气飞腾，真机勃发，此亦阳生之一道也。更于琴棋书画，渔樵耕读，果能顺其自然，本乎天性，无所求亦无所欲，未有不优游自得，消遣忘情者，此皆阳生之象也。总要一动即觉，一觉即收，庶几神无外慕，气有余妍，而丹药不难于生长，胎婴何愁不壮旺？即或不至成仙，果能持守不失，神常返于穴中，气时归于炉内，久久真阳自发生类。尤要知人有阳则生，无阳则死。以此思之，纵自家鲜有功德，不能上大罗而参太虚，亦可迈俗延龄，为世间地仙人仙焉。诸子从此悟得，方知阳即道，道即虚无自然。子思子谓：“道也者，不可须臾离也。”其即此收敛阳光，不许一毫渗漏之说铁！诸子卓有见地，吾故以铺天匝地、亘古历今之真正元阳无时无处而不有示之者。若以此示初学人，反使无路入门，将他本来色相，一片欢欣鼓舞之机，亦窒塞焉。 【译文】 似乎大家经常谈到练功中怎样做到阳生这个问题。它其实并不是单一的方法问题，总的来说是从无思无虑中得来的。这就好像一个守贞节的妇女，爱情专一决不动摇，一旦遇到流氓调戏或恶霸强占，她宁可牺牲生命而决不屈从；又好像忠臣烈士，追求的是大仁大义，假使遇奸佞迫害，大敌当前，他宁可杀身以取义，也决不屈辱投降。这都是阳生之象。因为阳属刚烈，至大至广，不然怎么会这样百折不挠呢？由此类推，在社会日常行为中，能敬老爱幼、悯贫济苦等一切正直善良的心灵和行为，并表现得恰到好处，心情舒畅愉快，这都是阳生的现象。担心的就是自己忽而觉察到了，又忽而被情绪阻塞；有些人发现自己的真阳发生，但他们趾高气扬，喜爱夸夸其谈，喜爱百般地用声色举动表现自己，不知自收自敛，对真阳的偶尔发生视若罔闻，不加以珍惜，故这真阳就被他的后天习气所牵引，从而导致耗散。再如，人在读书吟诗之时，忽然觉得无丝毫私欲，心旷神怡，胸舒气畅，这也是阳生的一种现象。又如，朋友们在一块高谈阔论，说到思想默契时，忽然间各自激情生发，阳气飞腾，不能自禁，这也是阳生的一种现象。还如，从事琴棋书画、渔樵耕读、养鸟种花、肩担小卖等等，果然能顺乎自然，本乎天性，无私无欲，不怨不忧，心境畅爽，超然物外，这些也是阳生之象。懂此道理，只要遇到这种阳生之象，一动即觉察，一旦觉察便静收丹田之中，久久积累，神不外念，气聚身内，仙家所谓的养生丹药就不难生长，所谓的圣胎圣婴又何愁不能壮旺？即使将来不能修炼成仙，但只要持守神气不走失，将神返归虚无穴中，将气归于体内，日久真阳自然会发生。大家尤其要知道，阳是生命之本源，人有阳则生，无阳则死。有阳而生叫做阳问，无阳死去叫做阴问。（按：古人之论，无阳称为鬼，阴阳相合称为人，纯阳无阴称为仙。）以此而论，纵然自己因为建功立德不多，不能使肉体虚化而与太空同体，也可以超过俗人而获得更长久的寿命，成为世间的地仙或人仙。大家从今以后就领悟到了：阳就是道，道就是虚无自然。（按：老子《道德经》说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”这个“法”，是取其本意，即对本源、来源的遵循。所以这段话也可理解为：人来源于地，地来源于天即阳，天来源于道，道来源于自然。此与黄元吉论阳生之道的理论相通。希望读者们在读《道德经》这段话时再细细品味。）子思子说：“道这个东西，时刻也不能离得。”其意就是，人要时刻收敛身中阳气，不许丝毫渗漏。大家都是聪明智慧、思辨能力很强的人，所以，我特地将充塞宇宙、无内无外、从占到今历久不变之真正元神无时不在、无处不存的道理明确地揭示给大家。你们都是有修炼基础的人，我才能这样揭示，若将这种道理说给初学的人，他们不理解，反而会感到入门无路，会将他们本来的天性天命和真阳发生之机也被阻塞。（按：由此可见，丹道理论当因人、因时、因功夫层次辩证施教，灵活应用，不可千篇一律。）

# 《《乐育堂语录》新译》

## 编辑推荐

乐育堂语录，为丹道中派宗师黄裳，字元吉先生所讲述。后列四篇由其弟子集合记录而成。先生生卒年月不详，约生于元代，见张三丰集中，叙述师承，先生姓名亦在列。是书成于清道成年间，计时几历千载，而犹聚徒讲道，实为留形住世之真人。先生江西丰城人，一生传闻异事甚多，于西蜀设乐育堂，传授中派丹道心法，及至肉身飞升，皆为仙适中人所称颂。

# 《《乐育堂语录》新译》

## 精彩短评

1、将修道炼丹的道理几乎是明明白白地讲出来了。那些修道的暗语黑话都用白话做了解释说明。可  
实证实修



# 《《乐育堂语录》新译》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)