

# 《《道德经》真义》

## 图书基本信息

书名：《《道德经》真义》

13位ISBN编号：9787802144200

10位ISBN编号：7802144205

出版时间：2008-10

出版社：团结

作者：陈全林

页数：413

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)

# 《《道德经》真义》

## 前言

一、关于诗注《道德经》据说《道德经》的注本古今不下3000种。我完全依丹道修炼原理注解《道德经》八十一章。尽管古代、现代不乏以修炼之理注解的佳作，但这一本是集历代与《道德经》相关的丹诀1000多首和数十则仙传故事来注解的，配以丹诀的讲解与仙传的演绎。这样，你读本书等于读了道经、丹诀与仙传，同时宏观上了解了道家哲学与金丹大道整体面目，因为，在注解《道德经》时，我多引《庄子》、《管子》、《列子》、《黄帝内经》、《抱朴子》的相关内容印证老子的道学思想与修炼心法。这是一部“诗注”的《道德经》。

# 《《道德经》真义》

## 内容概要

本书阐发《道德经》中修炼的理法时，不但对《道德经》的原文阐发，而且在对所引诗文的讲解中吐露心法，让我们的精神与历代真人互动，一起超越时空而共同探讨《道德经》中的修真奥秘。本书所引用的诗词、典故、仙传是古代圣真语证《道德经》的结晶，是真正的口诀与道果，能指导您修行。

《道德经》是体，诗诀是用，仙传、典故是相。这是本书的核心。诗中藏诀，诗中蕴理，诗中隐法，诗中含道，诗中有境。能在学习《道德经》文本的同时还能领略古代各道派丹诀的精华，并与仙传一起品读，这对想真心学道的人，是重要的、方便的、一举多得的事情。

# 《《道德经》真义》

## 作者简介

陈全林，民间传统文化研究者，《益生文化》杂志主编。在京开讲过《道德经》《阴符经》《悟真篇》《青华秘文》《周易参同契》《悟真篇》的著作由中国社会科学出版社出版（2004年），讲《青华秘文》的著作由香港心一堂出版社出版（2006年）。

# 《《道德经》真义》

## 书籍目录

序前言 上篇第一章 体道第二章 养身第三章 安民第四章 无源第五章 虚用第六章 成象第七章 韬光第八章 易性第九章 运夷第十章 能为第十一章 无用第十二章 检欲第十三章 厌耻第十四章 赞玄第十五章 显德第十六章 归根第十七章 淳风第十八章 俗薄第十九章 还淳第二十章 异俗第二十一章 虚心第二十二章 益谦第二十三章 虚无第二十四章 苦恩第二十五章 象元第二十六章 重德第二十七章 巧用第二十八章 反朴第二十九章 无为第三十章 俭武第三十一章 偃武第三十二章 圣德第三十三章 辩德第三十四章 任成第三十五章 仁德第三十六章 微明第三十七章 为政 下篇 德经第三十八章 论德第三十九章 法本第四十章 去用第四十一章 同异第四十二章 道化第四十三章 偏用第四十四章 立戒第四十五章 洪德第四十六章 俭欲第四十七章 鉴远第四十八章 忘知第四十九章 任德第五十章 贵生第五十一章 养德第五十二章 归元第五十三章 益证第五十四章 修观第五十五章 玄符第五十六章 玄德第五十七章 淳风第五十八章 顺化第五十九章 守道第六十章 居位第六十一章 谦德第六十二章 为道第六十三章 恩始第六十四章 守微第六十五章 淳德第六十六章 后己第六十七章 三宝第六十八章 配天第六十九章 玄用第七十章 知难第七十一章 知病第七十二章 爱己第七十三章 任为第七十四章 制惑第七十五章 贪损第七十六章 戒强第七十七章 天道第七十八章 任信第七十九章 任契第八十章 独立第八十一章 显质结束语参考书目

## 章节摘录

上篇 第一章 体道 道，可道，非常道；名，可名，非常名。无，名天地之始，有，名万物之母。故常无欲，以观其妙，常有欲，以观其窍。此两者，同出而异名，同谓之玄，玄之又玄，众妙之门。

字解 道，可道，非常道：一般断句为“道可道，非常道”，第一个道字是名词，即老子在本经中所讲的宇宙万物的本源之道，而“可道”之“道”是“说”的意思。实际上，先秦时代“道”没有“说”的意思，“道”是道路，引申为本源，“说”则用“曰”“云”。我断为“道，可道，非常道”，即道存在可道——常道及非常道这两种理解形式，可道是世人可以认识的道，非常道是世人难以认识，但真人可以认识的道。《云笈七签·元气论》中说：“三皇称曰‘大道’，五帝称曰‘常道’，此两者‘同出而异名’。元气本一，生化万有。”可见古人也把道分为“常道”与“非常道”。《庄子·大宗师》中说过：“有真人而后有真知”，真人认识道的方法是修炼，进入超常的状态，《庄子·田子方》写过老子入静能“游心于物之初”，能使自己的神——精神生命脱离肉体，进入到宇宙万物开始的时空而发现了道的存在，这个道是常人难以认识的，故称为“非常道”。《庄子·大宗师》中写过：“堕肢体，黜聪明，离形去知，同于大通，此谓坐忘”。这是道家特殊的认识论与方法论，通过修道认识常人难以认识的存在——道，此道便是“非常道”。道这个名，是老子不得已而名，“可名”的仅是常人能理解、能认识的部分。道非常玄妙，有许多内容是难以名状的，《道德经》中老子说：“吾不知其名，字之曰道，强为之名曰大”（第二十五章）“是为无状之状”（第十四章）“名。可名，非常名”，道是难以命名的，是非常的。常有欲，以观其窍，许多版本写作“观其徼”，徼音，意为边界。道没有边界可观。在道家法本、道家真人注本中多作“观其窍”。观窍、守窍是丹道修炼要术，我采用“观窍”。如元·陈致虚《金丹大要》云：“老子曰：‘常无欲，以观其妙’，为玉液还丹；‘常有欲，以观其窍’，为金液还丹。”但，《云笈七签·元气论》中说“元气无号，化生有名。元气同包，化生异类。同包无象，乃一气而称元，异居而有形，立万名而认表。故‘无，名天地之始，有，名万物之母。常无欲以观其妙，常有欲以观其徼。’徼为表，妙为里。里乃基也，表乃始也。”认为万物都是一气所化，本质上没有区别，不过为了称呼一气所化生的万物，才取了千差万别的“名”，名不过是事物的表象而已。这颇具现代哲学的思辨意味。

此句前面的“无”指无形、无名、无状、无象的道，而“有”指天地。老子认为：宇宙万物先生于“无”的状态，无中生有，然后有了天地、万物、人类。《周易》也有这样的宇宙生成论。这个观念与今人的宇宙观有点相似。比如理论物理学家霍金认为宇宙产生于原始能量点的大爆炸，从而无中生有，由无形的引力、斥力相互作用，经过亿万年的发展，才有了天体。以至今日有许多学者把“道”看作西方物理学中的“场”“真空场能”。在瑞士神秘文化学者希·丰·丹尼肯的《太空之神》一书中，他引用了《道德经》“道，可道，非常道；名，可名，非常名；无，名天地之始，有，名万物之母。”并解释说：“这是一个关于宇宙、生命和地球起源的最美妙的定义。”他的《众神之车》一书风靡全球，认为人类上古文明、上古神话可能与外星文明有关。道学文化的确与宇宙、生命、地球的起源有关。我们此处论修炼，这些以现代科学讲道的学理也会涉及。我和其他修炼丹道的老师有些内修体验，守窍日久，体内的确有无形的阴阳二气，渐渐变化，有如星云形成一般，渐渐会有象、有光，形如太阳，古人称为丹珠。也许，人体内丹的修炼可以复现宇宙万物创生时的景象，这是“天人合一”的现象，就像婴儿在母腹中，由两个精卵细胞到一个完整生命体的诞生而复现、缩现人类进化的历程。

在《性命圭旨》这本明代丹道杰作之《邪正篇》中说：“是以太上蕴好生之道，开度世之门。著经立法，教人返璞还淳。无欲观妙，有欲观窍。致虚守静，归根复命，早复重积，深根固蒂，得一守中，虚心实腹，弱志强骨，挫锐解纷，和光同尘，专气致柔，抱一无离，知雄守雌，知白守黑。闭门塞兑，被褐怀玉。杳杳冥冥，其精曰生，恍恍惚惚，其精不泄。曰生则曰长，不泄则不竭，精能化气，气能化神，神能还虚。五行不能盗，阴阳不能制，与道为体，超出天地。此乃老子清静无名之道也。”这是道家真人对《道德经》与丹道的高度总结，上段所言，皆可在经文中找到，文中是“有欲观窍”，而不是“观徼”。关于“观窍”，《性命归旨·涵养本源·救护命宝》一章中说：故老子曰：“若夫修行，先观其心。观心之法，妙在灵关一窍。人自受生感气之初，稟天地一点元阳，化生此窍门，以藏其神。其中空空洞洞，至虚至明，乃吾人生生主宰。直所谓有之则生，无之则死，生死盛衰，皆由这个。儒曰‘灵台’，道曰‘灵关’，释曰‘灵山’。三教同一法门，总不外此灵明一窍。”观窍之窍，而曰“灵”，指人的生命灵性所在地，由于人的灵性性体在人身许多地方可以居、处，故而灵窍并不固定。此两者，指“有”和“无”，都是道体之用。道体虽

无形，能生“有象”“有物”。“异名同谓”，有如此断句者。在《内经·灵枢·邪气脏腑病形》中说：“阴之与阳也，异名同类。”有与无也是一对阴阳。《太乙金华宗旨》云：“精即光之凝定处。‘同出而异名’也。”先天之精就是生命之光的凝定处，则精与光本质同而名称异。“概念表述的不同并不能泯灭两者指向同一物的最大特征。”（沈文华），这就是陈撄宁所谓的“究竟到了无上根源，性就是炁，炁就是性，同者其实，异者其名耳。”玄之又玄：非常玄妙，常人难以认识、理解。唐代成玄英创建“重玄”学，取意于“玄之又玄”。

道解 在讲解《道德经》前，我们先看几副对联：河南灵宝函谷关犹龙洞有一联云：未许田文轻策马，愿逢老子再骑牛。据说，关尹子在函谷关遇见了圣人老子，要他传道，老子当时是骑青牛过关的。老子给关尹子写下了经典《道德经》。清人李笠翁（戏曲家，《闲情偶寄》一书作者）有联云：天下名山僧占多，也该留一二奇峰，栖吾道友；世间好话佛说尽，谁识得五千妙论，出自先师。“五千妙论”就是《道德经》，共5000余字。先师，李笠翁好道，尊老子为师。武当山道室对联云：仙李五千言道德，大彭八百纪春秋。仙李，老子姓李，名耳，人称老聃。彭祖修习仙道，寿800余岁，不知所终。武当山道联云：修成黄石胸中学，炼就李聃炉内丹。黄石指西汉初建国英杰张良的老师黄石公，是隐世高人，据说他是老子的学生。李聃就是老子，我今天讲《道德经》五千言，正是要以内丹学而解之，告诉你《道德经》的丹炉中可炼什么丹。武当山有联云：修丹者自有几分仙气，立德人当怀一寸道心。道家认为，修仙道者要有仙骨，才会有仙气，但道心必须先有，身中有道为性，身外有道为神。此二者合一为真。湖北孝感道观联云：天雨大，不润无根草；道法宽，要度有心人。希望学习《道德经》的人，作有心人而研究《道德经》，才能体会到道法之宽广。

元·上阳子《金丹大要·道德经总说》云：“老子之道，即金丹大道也。”我解《道德经》，依丹法解之，亦古人之余绪。陈上阳又云：“如恍中有象有物，杳冥中有精有信，此皆指大道，显露玄机也。经内隐八十余名，如众甫、神器、玄牝、橐籥之类。盖深注意于道，使后人从是而悟，因人而有所为，有所为者即金丹也。”自钟吕传道以来，代有真人将《道德经》玄理化成了丹诀丹法。在《悟真四注》中上阳子陈致虚又说：“《阴符》、《道德》，丹经之祖书，上仙皆藉之以为筌蹄，修之成道。是知《阴符》、《道德》、《悟真》三书同一事也。”所以，我广引《悟真篇》丹诀及历代同类从《道德经》化出的丹诀、对联、文人诗词以证此理。在修道，本章的核心是“有欲观窍，无欲观妙”八字。《道德经》第三章有“常使民无知无欲”。人的欲望是修道的障碍，对修炼丹道的人，有欲之时要通过守窍、观窍而系心一念、治心一处，则神气自聚，灵性自现。无欲者无心、无为，自然能神观妙境，发现人体的、天体的奥妙。阴阳派丹家对有欲与无欲的认识不同。《紫阁秘书》云：“故道常在人欲之中，《老子》曰：‘常有欲以观其窍，常无欲以观其妙。’窍妙之间，道之所介，有道者，必不能去欲。”阴阳派有一派是被家丹法，讲求男女合修。在人欲人道中修真道。他们所理解的窍妙与男女两性的性关系有关。清·李涵虚《道德经》注说：“玄之又玄，众妙之门，系丹家以玄关为有无妙窍，‘妙’，即无名之物，故用无欲以静观之；‘微’，即窍，为有名之物，故用有欲以应观之。”元气是先天无名之物，称“元气”，也是勉强名之，当在无欲状态下观察其自然的运行变化。守窍之窍，有固定方所之窍，如上、中、下三丹田，而无方所之玄窍不离人体精气神自然形成的景观景象。明·李时珍所谓“内景隧道，惟返观者能照察之。”正合丹家内观察妙之旨。《云笈七签》卷五十六有东晋真人许迈致王羲之的信：“若知玄之又玄，男女同修，夫妇俱仙，斯谓妙道。”天师道是东晋流传很广的道派。天师道传人寇谦之说自己亲遇老子，得传大道，但他批判过当时流传甚广的“男女合气”术的修炼法。阴阳派的“妙”字，分开是“少女”二字。古代道家的许多发现，上至天文，下至人体，都是通过修道而发现的。《内经·素问·气交变大论》曰：“夫道者，上知天文，下知地理，中知人事，可以长久。”这个“长久”即老子在本经讲的“长生久视”。黄帝问岐伯“何谓也？”岐伯说：“本气位也。位天者，天文也；位地者，地理也；通于人气之变化者，人事也。”要明道，必当明白天地人之理，要明白天地人之理，就要明白通于天地人之“气”，这是中医之理、金丹之道，自古黄老同派。这一章讲了道，后世有了向道、访道、学道、寻道、修道、悟道、成道之说，有道德、道心、道情、道气、道法、道术之词，也有了道学、道力、道人、道观之名。何为道？古人说，道者，气（炁）也。关于道，《庄子·大宗师》中说：“夫道，有情有信，无为无形，可传而不可受，可得而不可见，自本自根，未有天地，自古以固存，神鬼神帝，生天生地，在太极之先而不为高，在六极之下而不为深，先天地生而不为久，长于上古而不为老。”道有情有信，能生万物，比天帝还早，是超越时间的存在。在《庄子·天运》中有一段孔子向老子问道的记录。“孔子行年五十有一而不闻道，乃南之沛见老聃。老聃曰：‘子来乎？吾闻子，北

## 《《道德经》真义》

方之贤者也。子亦得道乎？’孔子曰：‘未得也。’老子曰：‘子恶乎求之哉？’曰：‘吾求之于度数，五年而未得也。’老子曰：‘子又恶乎求之哉？’曰：‘吾求之于阴阳，十有二年而未得也。’老子曰：‘然，使道而可献，则人莫不献之于君；使道而可进，则人莫不进之于其亲；使道而可以告人，则人莫不告其兄弟；使道而可以与人，则人莫不与其子孙。然而不可者，无它，中无主而不止，处无正而不行……其心以为不然者，天门弗开矣。’’ 这里提到了“闻道”、“得道”，孔子说：“朝闻道，夕死可矣。”古之圣人对“道”很看重。若果道如物之可献、可传，如秘方之可告人，则人莫不献于君亲、传于兄弟，但不能，为什么？“中无主而不止”，心中没有灵性之神，常人的意是外驰的，达不到“其神凝”的境界，做不到神出天门而了知大道。“天门”一词见《道德经》第十章，天门打开后，人会获得大智能。在《道德经河上公章句》、《老子想尔注》、《太平经》中，道的存在就是炁，炁聚则生天地万物，也生出了大圣人老子——太上老君。《太平经》中说：“夫道，何等也？万物之元首，不可得名者，六极之中，无道不能变化，元气行道，以生万物，天地大小，无不由道而生者也。故元气无形，以制有形，以舒元气，不亦缘道而生。”道已引进到修炼中了。古人有的认为道即元气（元炁），有的认为元气由道生。道是无所不在的，这一点，从《庄子·知北游》中可知：东郭问于庄子曰：“所谓道，恶乎在？”庄子曰：“无所不在”。东郭子曰：“期而后可”。庄子曰：“在蝼蚁”。曰：“何其下邪”（邪同耶），曰：“在稗”（植物）。曰：“何其愈下邪”？曰：“在瓦甃”。曰：“何其愈甚邪”？曰：“在屎溺”。东郭子不应。说明道在天地万物之间。南宋·白玉蟾《指玄集》云：“夫金丹者，金者性之义，丹者心之义。其体谓之大道，其用谓之金丹。丹即道也，道即丹也。”后世并称为“丹道”。可以说，内丹学是对“道”的实践之学。关于道，当代学者、武汉大学的宫哲兵教授在《唯道论的创立》（2004年5月武汉出版社）之《道的多学科透视》、《道与当代宇宙论》两章中，结合当前自然科学、宇宙学成果而对道的物质性、能量性、信息性做了多方位探讨。有如是节目：1. 从无生有的大爆炸宇宙论。2. 道、无、有与量子场理论。3. 道、暗能量、真空。4. 道与能量的比较。5. 形而下与形而上的能量。宫先生引用胡孚琛教授之言，说：“道能化生有气、有形、有质之物，用现代科学的语言说，也就是含有能量、信息、物质三大要素。”道是什么？是暗物质吗？是暗能量吗？是真空场能吗？恐怕不好说，也许这一切的物质、能量、场、力、光、电、基本粒子都是道所生呢。借用禅宗的话：“说似一物即不中”“无物堪比伦，教我如何说”。著名学者高亨说：“道者，宇宙之母力也，即在人类经验之外，有一种自然力也。宇宙之原始，出于此力。宇宙之现象，出于此力。此力生育天地万物，而子母未尝相离……此力乃宇宙之母力，老子名之曰道。”当代学者金吾伦认为最好将高亨所谓宇宙母力解释为道生万物的一种内禀力，即称之为宇宙的自生成、自组织能力。这种力源于老子所谓的“万物负阴而抱阳，冲气以为和”，即阴阳作用的结果。（见刘刚《道与信息》文）在哲学上，老子“有”的概念接近西方哲学中的“存在”的概念，但，“有”比“存在”更具有普遍性。我们还需要探索一个问题：道有没有灵性？这涉及宗教上的高深学问，庄子说道“有情有信”，张道陵还说老子是道的化身，真耶？妄耶？可以在修道中探索。三国·曹植在《飞龙篇》诗中写过梦想中向得道真人问道的情景：“我知真人，长跪问道。”对“道”与“真人”多么敬重。“授我仙药，神皇所造。教我服食，还精补脑。寿同金石，永世难老。”曹植所求是《道德经》要告诉世间修道者的要诀。如何“还精补脑”而“长生久视”的法门就在《道德经》中。



# 《《道德经》真义》

## 编辑推荐

《道德经 真义》阐发《道德经》中修炼的理法时，不但对《道德经》的原文阐发，而且在对所引诗文的讲解中吐露心法，让我们的精神与历代真人互动，一起超越时空而共同探讨《道德经》中的修真奥秘。

## 《《道德经》真义》

### 精彩短评

- 1、好书
- 2、修炼身心的好书！
- 3、这是千百年来难得的一本优秀点校道德经的书籍。可以流传世世代代
- 4、陈老师写的书很好，值得一读，值得一生去研读。
- 5、好书！
- 6、我阅读过王弼版、帛书版、昆仑仙派等《道德经》，还是此版最为重要，文句通顺，非常好理解，修道必备，我称之为《道德经》修道版。我把道德经文本整理出来，发到新浪关皓天博客作为置顶博文。诵读一百遍，福德智慧不可思量，欢迎加入《道德经》诵读100遍共修活动。  
陈老师的博客<http://blog.sina.com.cn/chenganlin1969>  
我的博客<http://blog.sina.com.cn/1012733385>
- 7、修炼身心的好书

# 《《道德经》真义》

## 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)