

<<我说参同契（中）>>

图书基本信息

书名：<<我说参同契（中）>>

13位ISBN编号：9787506036900

10位ISBN编号：7506036908

出版时间：2009-10

出版时间：东方出版社

作者：南怀瑾

页数：295

字数：200000

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;我说参同契(中)&gt;&gt;

## 前言

南怀瑾先生是近年来享誉国内外，特别是华人读者中的文化大师、国学大家。先生出身于世代书香门第，自幼饱读诗书，遍览经史子集，为其终身学业打下了扎实的基础；而其一生从军、执教、经商、游历、考察、讲学的人生经历又是不可复制的特殊经验，使得先生对国学钻研精深，体认深刻，于中华传统文化之儒、道、佛皆有造诣，更兼通诸子百家、诗词曲赋、天文历法、医学养生等等，对西方文化亦有深刻体认，在中西文化界均为人敬重，堪称“一代宗师”。

书剑飘零大半生后，先生终于寻根问源回到故土，建立学堂，亲自讲解传授，为弘扬、传承和复兴民族文化精华和人文精神不遗余力，其情可感，其心可佩。

本书是南怀瑾先生上世纪八十年代讲解《参同契》的辑录，曾搁置多年。

经近两年的辛苦整理，终于与读者见面。

此书共八十余万字，分上、中、下三册，是先生继《论语别裁》后用力最深、最有分量的作品之一，亦是其对承续国学传统，弘扬国学精粹所做的又一突出贡献。

南师本人也很关注该书的整理和出版工作，承蒙其独家授权同意，我社在大陆首次推出，以飨广大读者。

《参同契》又名《周易参同契》，为东汉魏伯阳所著，此书不仅是道家养生学的理论源头，亦是中国古代化学、药理学、天文历算等学科的发轫之作。

因此，《参同契》一书被人尊奉为“丹经之祖”，魏伯阳其人亦被后人称为“万古丹经王”。

其学说汇融周易、黄老、丹火之功于一体，用《易》的阴阳变化之理，阐述炼丹、内养之道，证明人与天地、宇宙有同体、同功而异用的法则。

因其涉及诸多学科知识。

艰深晦涩，素以“天书”著称，历代注家甚多，但能参透此书者寥寥，有认为此书专讲人自身精、气、神的修炼，即内丹修炼；有认为此书是讲烧炼金丹以求仙药，即外丹修炼；亦有认为其与《易经》一样，无非阐述阴阳调和之道……各说各理，莫衷一是。

南师在集采众长的基础上，独选取清朱云阳真人所注的《参同契阐幽》为讲解的底本，此书在《参同契》的注释史上，最为权威。

南师的讲解共八十讲，所涉及的内容极为广泛，有着独特的“南师风

格”——旁征博引，举证极多，平白如话，不拘一格，有许多独到、精辟的属于个人的经验和观点。

在讲解过程中，南师还充分顾及到一般读者对周易、道家、丹道的了解程度，由浅入深，并由此书延展开，对儒、释、道三家的一体共论，亦有不少精彩的讲解。

对于一些已经对中国传统文化有所了解的读者来说，此书可以帮助他们进一步学习、修证；而对于一些初入门的读者来说，则可以依此领略中国古人非凡的哲学智慧和中国传统文化的博大精深。

可以说，以先生学识之广博，及对各种修炼法门的深刻体验，此书当是国人了解、解读《参同契》这部“天书”的首选。

当前社会，生活节奏越来越快，工作压力越来越大，各种心理和生理的健康问题越来越为人所关注，如何养身养生、延年益寿成为一个备受关注的社会话题。

因此，本书的出版，应人应时，不仅有着重要的学术价值，更对研究如何祛病延年，揭开人自身的奥秘，了解人与自然如何真正做到“天人合一”，有着非凡的意义。

需要特别指出的是，书中关于服用“五金八石”的讲述，为“行内人”语，一般读者切不可轻易模仿。

我社与南怀瑾先生结缘于太湖大学堂。

出于对中华优秀传统文化的共同认识和传扬中华文明的强烈社会责任感、紧迫感，承蒙南怀瑾先生和太湖大学堂信任和厚爱，独家授权，我社将陆续推出“太湖大学堂”系列的南怀瑾先生作品简体字版，其中既包括世已有公论的著述，更有令人期待的新说。

<<我说参同契（中）>>

作为一代国学宗师，南怀瑾先生“通古今之变，成一家之言”，毕生致力于民族振兴和改善社会人心。

我社深感于南先生的大爱之心，谨遵学术文化“百花齐放，百家争鸣”之原则，牢记出版人的立场和使命，尽力将有思想的著述如实呈现读者。

其妙法得失，还望读者自己领会。

东方出版社 二 九年五月

## <<我说参同契（中）>>

### 内容概要

《参同契》又名《周易参同契》，为东汉魏伯阳著。

其学说汇融周易、黄老、丹火之功于一体，用《易》的阴阳变化之理，阐述炼丹、内养之道，证明人与天地、宇宙有同体、同功而异用的法则。

不仅是道家养生学的理论源头，亦是中国古代化学、药理学、天文历算等学科的发轫之作，如国人引以为骄傲的四大发明之一“火药”，其原理即从此书而来。

因其涉及诸多学科知识，艰深晦涩，素以“天书”著称。

《我说》一书，是南怀瑾先生继《论语别裁》后用力最深、最有分量的作品之一，共八十余万言，分上、中、下三册。

内容涉及广泛，旁征博引，举证极多，更有南师本人所经历的诸多奇特的人和事。

先生用平实的语言，由浅入深地讲解了周易、道家、丹道的有关概念和基本原理，对儒、释、道三家的一体共论，亦有不少不拘一格、独到精辟的个人观点。

对于一些已经对中国传统文化有所了解的读者来说，此书可以帮助他们进一步学习、修证；而对于一些初入门的读者来说，则可以依此领略中国古人非凡的哲学智慧和中国传统文化的博大精深。

以先生学识之广博，对各种修炼法门之深刻体验，此书当是国人了解、解读《参同契》这部“天书”的首选。

## &lt;&lt;我说参同契（中）&gt;&gt;

## 书籍目录

出版说明中册第二十七讲 君臣御政章第五 打坐的好处 修道的关键重点 不受感动 天心为主的金丹第二十八讲 炼丹的初步 六根大定结丹 气脉真通与变化 修道谁做主 你懂得火候吗第二十九讲 炼己立基章第六 养生与修道 先管嘴再管心 找不到的东西 铅汞代表什么 先天一炁来了第三十讲 修道百字铭 肌肤润泽了 一是什么 如何能得一 一产生一切第三十一讲 一到底是什么 谷神与本性 两窍互用章第七 两窍互用 上德与下德第三十二讲 上窍与下窍的功能 上下气平衡交换 性命与祖炁 一升一降的法门 黑白是什么第三十三讲 光明来自黑暗 金水与修道 转河车 成道的狂人第三十四讲 玉液还丹怎么来 若有若无的境界 若有若无之后如何 功德圆满脱胎换骨 脉解心开之后第三十五讲 明辨邪正章第八 正道邪道 导引法祝由科 旁门左道也不错 拜北斗与奇门第三十六讲 各种旁门修法 五鬼搬运法 东西方混合的旁门 脱离正道的修行第三十七讲 伏食是什么 金丹与命功 两弦合体章第九 青龙白虎玄武朱雀 半斤八两第三十八讲 上弦半斤下弦八两 魂魄与心肾 金返归性章第十 正统道家理论重点 认识三种现象 人的五行之气第三十九讲 由始至终的金 孔子与《易经》 伏羲一划分天地 《易经》的三圣 孔子玩卦 三教三身三清第四十讲 婴儿姹女黄婆 真土造化章第十一 水火二用必归土 太极函三 凝神聚气 水火如何能相容第四十一讲 喜爱外丹的麻烦 如何炼内 内呼吸不是用鼻子 颠倒颠的运用 黄金流珠朱雀第四十二讲 中黄真土与金之父 水火土相互关系 修丹道全在真意第四十三讲 真土对伏食的重要 还丹和精气神 人元丹 外丹和三尸虫 脾土 间脑 神通第四十四讲 先天一炁如何得 土和四季内脏 荒诞的采补 伏丹后的变化第四十五讲 同类相从章第十二 水火相变化成丹 一阳来了怎么办 阳火阴火真火 太阴真水妙用第四十六讲 胡粉硫黄的作用 再说水火气 外丹的故事从妄想起修第四十七讲 生命中的同类 同类修道心风自在 自以为是的修道 外丹不是真丹 烹炼温养变化第四十八讲 笨入迷外丹 祖述三圣章第十三 《易经》生生不已的道理 火龙真人的自白 还丹法象章第十四 如何才能还丹 金丹的真种第四十九讲 还丹一金一半水一半 建炉采药火候 堤防须先建 唤醒沉睡的灵蛇 防止外泄的堤第五十讲 水火土互涵 金水神气须调和 调和神气的真意 把精与神修回来 工夫境界的变化 回复纯阳之体后如何第五十一讲 气脉真通时的现象 入定后的变化 乾坤交大还丹 不死之药 采丹药的方法 小心注意的事第五十二讲 还丹后的锻炼 防止泄漏的方法 体内龙吟虎啸 文火武火配合烹药 自身阴阳要调好 阴阳多变化第五十三讲 顺其自然的锻炼 身心彻底转变 道来时的现象 脱胎换骨之后

## &lt;&lt;我说参同契（中）&gt;&gt;

## 章节摘录

密宗真正开了顶的人很少，我亲眼看到过。

我们当年拜一个老师，四川人，是不是神仙我不知道，不过一般人叫他神仙。

他那个时候八十几了，可是心理状态很年轻，也没有什么脾气。

他的顶门是开的，我们经常去摸，里面有跳动，像婴儿一样。

还有一点，他八十岁的人，乳房这么一挤，可以挤出奶来，那也是真的。

根据道家说法，这一类的可算地仙，走路很快。

《神仙传》上讲“行疾奔马”，我们没有看过他跟马比赛，我走路还算是轻便，可是当年跟他走路，也有点吃力。

这都是我亲眼所见。

后来在西藏，看了这些喇嘛，什么顶门开了插草呀！

我给自己插过，也给人插过，那不算真开。

气脉打通必然会开，而且开的时候会有震动的声音，所谓顶门一声雷，嘣！

你们真修到那个时候会把你吓昏了，就像天上打雷，一大声震动，就震开了，是有这种现象。

所以“上闭则称有”，开始了我们后天的生命。

修道是“下闭则称无”，下面关闭了，精气神不漏，不向下走了，叫做“无”。

不是没有，而是空灵了，还归于空无。

所以“无者以奉上”，下面的作用不再起了。

在佛家也有很多的说法，起码是“马阴藏相”。

伍柳派非常注重这个，“马阴藏相”没有什么稀奇，练气功的人也做得到，练童子功的人也做得到。

“马阴藏相”不要乱练，过分练气功，会罩丸收缩，那不是“马阴藏相”，而是一种病态，搞不好最后还要开刀，或者摄护腺（前列腺）这些地方都会出问题。

真正“马阴藏相”是个什么样子，也不要乱去猜想。

总而言之，如果讲“马阴藏相”，那是外表，实际上“下闭则称无”，就是下面完全无漏，顶门重新开了。

“上有神明居”，从顶上开始，老实讲学密宗的人，到了这个境界，才真正叫做灌顶，不是像现在铃子摇一摇，拿个瓶子装水倒一倒，就算灌顶。

天主教叫洗礼，这都是同一个系统下来的。

这个时候是人定的境界，岂止光明，而且霞光万道。

不到那个境界不要去幻想，幻想不但没有霞光万道，反而是神经万年。

换一句话说，是顶门的脉打开了，这就是气脉问题。

我们说任督二脉、三脉七轮都打开了，就是到了这一步的境界，这个时候肉体上是气住脉停的现象。

道家还有一个秘诀，张紫阳真人说的：“一粒金丹吞入腹，始知我命不由天。”

就是道家所标榜的“万化在手，宇宙由心”。

这个丹药不是用嘴巴吃，这是道家的隐语，是另一个口，哪里呢？

就是上窍这里。

现在我公开讲了，反正我也没有道，我也不是神仙，让你们年轻人去修吧。

也许你们修成神仙，将来你能帮忙拉我一把也不错。

天元丹从顶上下来这个时候，古人当它是不传之秘，我觉得没有什么，这可以明讲，一般人就算晓得也做不到。

上下气平衡交换注意下面一句话：“此两孔穴法，金暴亦相胥”，上下互用，这个是火候了，很难。

你们做工夫做到头昏、头重，还谈不到这个境界。

气向上行，就会有头昏的现象。

你们问经常头痛怎么办，我说把脚扭一扭，是“其治者在下”的道理。

因为那不是真的气上来，是虚的，你元气没有上来，头轮的气脉打不通，很胀。

你去量血压并不一定高，反而是低血压，那是气上不来的原故。

<<我说参同契（中）>>

所以我经常笑现在的人是科学迷信，我不量血压，也不检查身体，因为我活到这个年纪，用了几十年很够本了。

即使检查出来，有个不好怎么办？

不好也是死，好也是死。

已经晓得最后有这么一件事，所以懒得去麻烦检查。

血压跟着气候、情绪都在变化，气候湿度太高，大家这几天就感觉沉闷。

注意现在是阴历五月，干支是午月，湿度高，人就容易昏沉爱睡，那是因为阴气刚刚萌芽。

这个时候有些人觉得难过，我说这个时候最容易死人的，早晚气候不同，血压不同，情绪心境好就高兴，也许血压就高。

有些人还买一个血压计放在旁边，进来量一量，出去量一量，活得好辛苦啊！

就合了老子的话：“吾所以有大患者，为吾有身，及吾无身，吾有何患。

”如果能不为这个身体忙，还会有什么痛苦呢？

但是上下这个气，随时要交换的，所以我常常问，你怎么醒来怎么睡着的？

这与两个气都有关系。

这两个孔穴要想打通，“金燕”必须平衡，金也不是元气，西方属金，金属白色，“金熏亦相胥”就是要平衡的意思。

我经常问人，你们天天讲任督二脉通了，通到哪里去了？

你转河车转到什么时间为止？

都答不出来！

修佛家止观法门修数息的，坐在那里已经数了几十年，我说学会计都比你高明，你在那里数下去干什么呢！

“一数二随”，你数了以后，觉得呼吸跟心念一配合，就不要数了，接着是随息的方法。

所以一般人修道，至少在我这个不修道的人看来，是蛮可怜的，古人叫做“学遭之愚”，被道骗了。

其实道也没有骗你，自己被自己骗了。

<<我说参同契（中）>>

编辑推荐

《我说参同契(中册)》：一部众说纷纭的“天书”一个世纪学者的全心解读，成功破译。  
国学大师二十年前的倾情讲述首次在中国大陆出版！

<<我说参同契（中）>>

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:<http://www.tushu007.com>