

利。內忘其心。外忘其形。以心御氣。以氣合神。以神合虛。

(二) 參《醫道還元》卷九〈真體圓成詳解〉內文：

呂真人曰：世緣借作道緣，和光混俗，人事完乎天事。何謂世緣借作道緣？凡一切濟人利物，從塵世上施行者，皆謂之世緣。然雖是塵世之緣，亦統歸「性」分內事，所立之功德，是之謂世緣借作道緣。何謂和光混俗？「和」者，無乖戾之謂，「光」者，智慧內含不昏昧之謂。與人無爭，而慧光獨具，又不至昏迷於邪途，有樂與人同度，四時光景萬物，皆吾度內氣象，謂之「和光」。

本章旨：

老子以陰陽調和之「道炁」，或曰「沖和」之氣，應於天地諸事萬物，德澤無窮。「沖氣」蔭於天地，則風調雨順，稻穀豐收。人能體用「沖和」，可息爭，排難解紛，社會可化戾氣為祥和，處世待人接物，「沖」無往而不利。

惟是末世人心澆漓，道德淪亡，戾氣（殘暴邪惡）充塞天地，遂使天道失常，頻生天災人禍，如兵禍，瘟疫病，水旱之災等等，沖和之氣變成殺氣。不觀乎近世一、二次世界大戰，各國內戰等，傷亡慘烈！此皆人禍（戾氣沖天地）。此天地之劫，實乃由人自召，自應以應數還原，劫始盡也。

《道德經》五章

【天地不仁。以萬物為芻狗。聖人不仁。以百姓為芻狗。天地之間。其猶橐籥乎。虛而不屈。動而愈出。多言數窮。不如守中。】

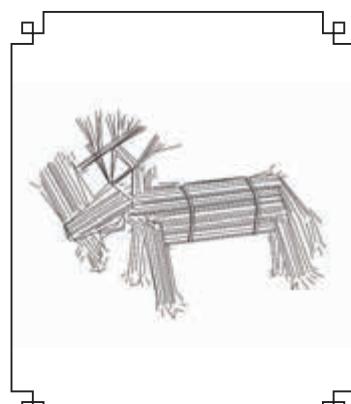
前章老子教人善用天地「沖和」之氣，來排難解紛，化戾氣為祥。此章言「氣機」。分外、內講。

外講：

【天地不仁。以萬物為芻狗①。聖人不仁。以百姓為芻狗。】

天地生萬物，滋養萬靈，胡為不仁？聖人倘不仁，

① 芸狗：古代以草結為狗，供祭祀之用，祭後棄去。比喻輕賤無用之物。



〔芻狗〕

如何能稱賢人？老子今章以「氣機」言「道」。

關於「氣」之詮釋，參《呂祖全書》卷十九〈養氣存神經〉內文：

夫「道」之在天地間者，「氣」也。日非氣不臨照，月非氣不生光。故四時成歲，萬物生成者，無非資（憑、依託、借）乎日月。日月之行，無非資乎氣也。道之在人者，亦氣也。胎卵濕化，非氣不生，一陰一陽，非氣不成。天地非「氣」不位，萬物非「氣」不育，氣之時義大矣。是故胎從氣結，氣從胎息，氣入則生，氣出則死。知養其氣，可以長生。

按呂祖師示，氣生萬物，氣包舉天地日月、升降運行，使四季晝夜循環不息，一切含靈者，容於氣而生於天地。

天地不仁，以萬物為芻狗：天地無分貴賤，賦「理氣」或曰氣機，與一切含靈動物

植物，天地視萬物為「芻狗」。這是天施地化，不以仁為恩，任自然，不望其報也。

聖人不仁，以百姓為芻狗：聖人法天象地，執道行德。聖人視百姓如芻草、畜生，無分貴賤，不責望其禮意回報。天地、聖人不仁，是反說，概因「天地真仁」生育萬物後，功成不居不恃。

【天地之間。其猶橐籥②乎。】



人類、動物、植物一呼一吸，皆「氣」之陰陽升降。

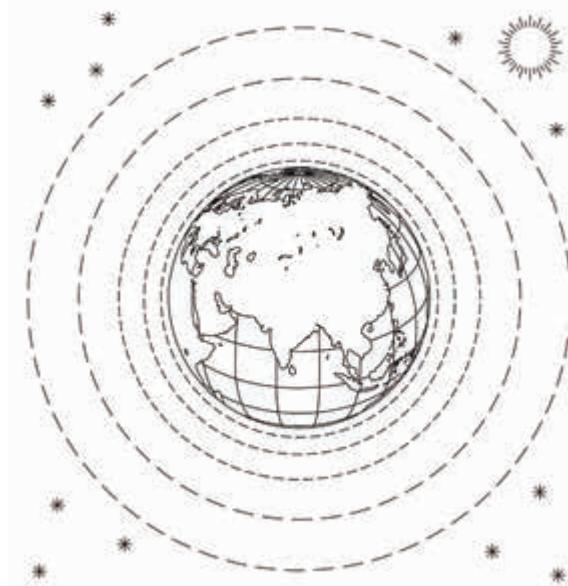
橐籥分外內講：

外講：

天地升降壹周為三百六十日、即壹年。端賴陰陽二氣互調燮。詳參本書刊導讀六〈論天地升降、日月往來〉。陰陽二氣、實乃「氣機」。氣機猶如「橐籥、風箱」，舉天地，使天不傾、地不毀。故天地之間理氣包舉，猶若橐籥、風箱之原理。

內講：

修丹者、入定後，氣靜神凝，收鼻息之往來，運氣自發其爐火，燒丹煉藥，氣動



- 「氣」包舉天地（四季升降）
- 「氣」充塞天地。萬物皆蒙「氣化」，生於天地。故老子言「氣」，視天地、萬物、聖人、百姓及其他含靈動植物為「芻狗」，一視同仁，不分貴賤，平均賦與萬物「氣」生。

風生，風生火燃，火候（文武二火）均勻得精英，結成「仙胎」。丹書多以「橐籥」或「爐鼎」之詞，以喻內丹爐火升降，人身猶如一小天地，「真氣」升降運行體內上中下三丹田（修真圖六、七、八號穴），周而復始，通經脈竅穴而結仙胎於黃庭（中丹田），故人身內丹真氣上下運行，如老君曰「其猶橐籥乎」？

《黃庭外景經》二十三章內文：

吸吸守中，則以天地之間為「橐籥」。

《呂祖全書》卷十一〈忘情品第二〉內文：

神云聖火。火即是藥。藥苗生時。其如橐籥。

《呂祖全書》卷十二〈開基採藥品第二〉內文：

鼓巽風（即橐籥）。驅一切三關③九竅④之邪。蕩一切五臟六腑之病。且必以神馭氣。以氣定息。呼吸出入。隨其運轉。

《呂祖全書》卷三十一〈沁園春註〉內文：

七返還丹。正一陽初動。身中自有一陽生。鼓之以橐籥。煅之以猛火（武火）。則真鉛出坎。而河車不敢暫停留。運入崑崙峯頂（即上丹田、泥丸，修真圖六號穴）。乃可以為還丹。

《呂祖五篇》〈採金歌〉內文：

未採藥、立匡廓⑤，交合⑥之時用橐籥。

編者按：綜合所言，老子所言橐籥，乃動靜之機，陰陽升降之喻，陰陽亦闔⑦辟⑧互為其根。

天地陰陽二氣升降本是打開、關閉的自然妙道。每歲一升一降然後分春生、夏長、秋收、冬藏四季之序。修丹者以黃庭（中丹田）為橐籥之機，凝神運氣、自發其爐，真氣周身流轉運行，氣融於自身小天地，逆行造化結丹而反先天混元性體。橐籥之奧妙，在於人心，乃動靜之機。

③ 三關：此指人後天上中下三丹田之識神。上關：專務耳目鼻之欲

「好食」。中關：好利爭鬥、貪名財利「好鬥」。下關：私智淫欲「好色」。

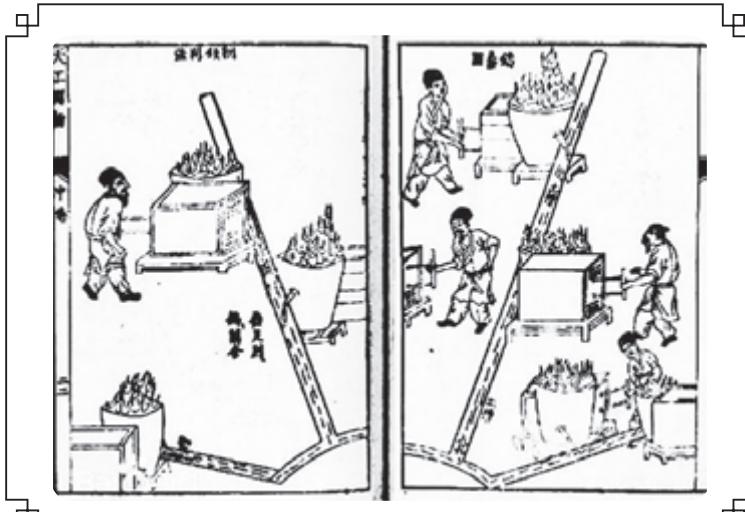
④ 九竅：人有九孔，陽竅七即眼、耳、鼻、口；陰竅二即大、小便處。

⑤ 匡廓：即橐籥之匡廓。

⑥ 交合：交合即水火交合，內修語，指腎水、心火。

⑦ 闔：關閉，喻陰。

⑧ 辟：打開，喻陽。



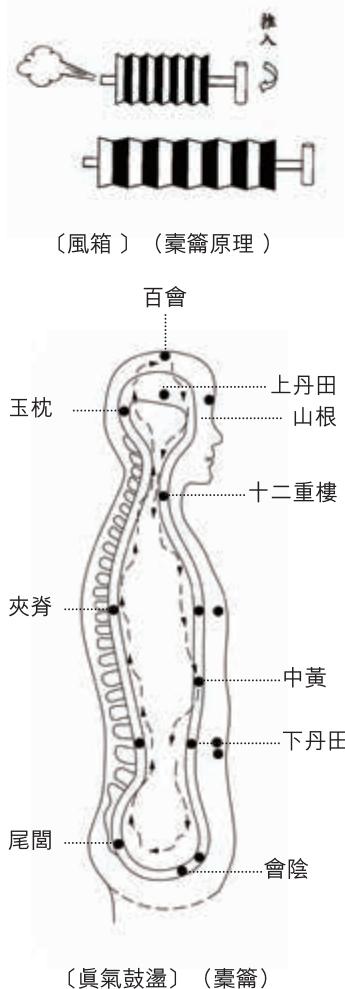
《天工開物》

（橐籥）

參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂真人曰：何謂動靜？「動」者非震動之動，乃陰陽會合，一點靈機運行於中之謂。「靜」者、非如頑石之謂，乃變態不測。中和、內含湛然常守之謂，即「一」字之義。靜即闔辟之機。何謂統歸於籥？籥者、橐籥也。蓋「橐籥」二字，奧妙千層，核其真蘊之原，不外一「包舉」二字。太上云：天地猶之橐籥，亦即此意。動靜之機，相為循環，而統歸至道包舉。太上所謂「道法自然」，便以陶鑄包舉之真諦，即橐籥之奧妙，人心之機，其動靜亦不出乎橐籥之外。蓋天地一橐籥，人亦居然一橐籥，所關要在「動靜」。若不先掃除物欲，則動為妄動，靜亦非真靜，橐籥不開，亦安能合天地之造化？

「橐籥」圖解：



內修而言：

人身如一小天地，靜坐運功，氣靜神凝，收鼻息之往來，燒丹煉藥，氣動風生，風生火燃，真氣生，周身運轉，其基理如橐籥（風箱）。

內講：

【虛而不屈。動而愈出。多言數窮。不如守中。】

虛、動，即氣機在人身運轉，虛不屈，不屈即沒有窮盡。修丹者、真氣既生，須火候調節，真氣自尾閨（修真圖十二號穴）上升，宛如風箱，往復上下，鼓盪一身之經絡，百脈九竅，氣機無息，運用不窮，故曰「虛而不屈，動而愈出」。（詳參本書刊導讀八《太上道祖內修篇》第十三章〈火候調節〉。）

老君教人「養氣不多言」，參《呂祖全書》卷十九〈養氣存神經〉內文：

心與道合。養氣始足。煉形為氣。名曰真人。煉氣成神。名曰神人。煉神還虛。名曰仙人。欲養浩然氣。務在制心。使身為神之舍。神為氣之主。又為氣之子。氣又神之母。安則主人居。躁則主人逋（逃亡）。神去氣即散。氣散身則殂（死亡）。忘言降其心。無為可以固。

編者按：老君教人養氣訥言為務，心清神自靜，口不言，形不勞而氣不散，守其虛靈，而神自明。神貪境則氣散，神歸室則氣融，氣透關節，真氣足而常飽，心氣爽而夢清，保持內心清靜，是「守中」之妙也。

《呂祖百字碑》云：「養氣忘言守，降心為不為」，即此意也。

本章旨：

老君言「氣」包舉天地、升降有序，四時無差，聖功大矣。天地賦「氣」與萬物以生，包括四生（胎、卵、濕、化），「氣」施「真仁」不居功，聖人觀天之道、執天之行，至聖無絲毫刻意矯造真仁，故稱「不仁」。修丹者，自發其爐火於黃庭穴（中丹田），「真氣」周身運轉結成丹藥，天地之「氣機」，妙不可言。誠如《太初修真黃庭外景經》云：「身中藏天地，凡夫幾個聞？」，修真煉丹之士，聞而後真行，乃悉「天地之間，其猶橐籥乎」之真理。

「橐籥」氣的大功：

- 氣包舉天地，萬物籟氣化而生。
- 人身如一小天地，靜坐真氣生，周身流轉，「精氣神」煉成一炁，可從後天返回先天太極「元炁」。即有為化作無為。

《道德經》六章

【谷神不死。是謂玄牝。玄牝之門。是謂天地之根。綿綿若存。用之不勤。】

此章論「元性、元神」。純屬內講（內修）。

內講：

【谷●神不死。】

谷神、實乃「性之本體也」。先天未入世之「元性」，常處於虛無飄渺之間，性之靈，與道合一，與仙佛同體，稱之曰「混元」。人生於天地，身從胎結，故曰「胎元」。先天為「性」，後天為「命」。修丹者，能修為從後天有形之軀體，返回先天，尋回「性體」，即靈陽一點，是性命源頭，謂之「谷神不死」。不死者、冲虛無

① 谷：（一）兩山間的夾道成流水道。（二）深的穴口。

形之「真靈」，與天地共存，故曰「不死」，即明心見性。參本書刊導讀八《呂祖外修篇》第二章〈先後天和性命〉。

關於「谷神」之進一步詮釋，參《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

溯沖虛於岩谷、聲應可達「真靈」。此「性」之本體也。何謂冲虛岩谷？冲虛者，漠然靜寂，即「空」字之義。岩谷者，山之谷也。四面皆密而中虛，謂之谷。惟有此至虛之谷，則冲漠中而山之靈，自得以寓於其間，可以長存^②。古如是，今如是，推到無盡世亦如是，試觀谷之虛，當萬籟皆寂時，則亦寂然存其虛空之體，一有聲響，即應之神速，惟虛故能應，惟應愈覺其靈，人身上下皆實而中空^③，亦具一至虛至靈之地，正如冲虛岩谷，「真性」即寓於中，當未有感觸，則寂然寥然、無聲無臭，此於穆之真宰，即「性之本體也」。一有所感，而本體之真靈即應之，與岩谷之應聲同其捷，靈如何耶？惟其靈應如岩谷，故直喻以冲虛岩谷，聲應可達於真靈，《太上經》中所云：「谷神不死，是謂玄牝」，蓋即此也。

參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄〉內文：

呂祖云：凡人神不虛。則板滯不活潑。如一渠死水。不朽敗。則變色易味矣。惟虛則不滯。不滯則不著。活活潑潑。若彼「空谷」。然一聲鳴。則羣聲應。所以「人之神」。貴虛而不死。而有靈通變化之妙。

【是謂玄牝。玄牝之門。是謂天地之根。】

玄牝：參《呂祖全書》卷三十〈論朝元〉第十五內文：

人受胎之初。「精氣」為一。及精氣既分。先生二腎。一腎在左。左為「玄」。玄以升「氣」而上傳於肝。一腎在右。右為「牝」。牝以納「液」而下傳膀胱。「玄」「牝」本乎無中來。以無為有。乃父母之真氣。納於純陰之地（此言母子宮）。故曰「谷神不死。是謂玄牝。玄牝之門。可比天地之根」。「玄」「牝」二腎也。自腎而生。五臟六腑全焉。

編者按：依鍾離祖師所言，「玄」「牝」乃父母精氣所分，父母交會，人於母體成形，先生左腎「玄」及右腎「牝」，「玄」氣「牝」液上下相傳而生其餘臟腑。故老君曰「玄牝之門，是謂天地根^④」。

內煉而言「玄牝之門」，實為「先後天之分界線」。人之入世，難與先天銜接者，因有此門之隔，故不能通。內修深造者，倘真氣能周天上達，透越人身主脈「督脈」（參修真圖十一號穴），真氣使黃庭穴門（修真圖七號穴）大開，竅關轉動不閉，則「精」合「元神」，還丹在望矣。（參本書刊導讀八《太上道祖內修篇》第

^② 可以長存：即老君曰「谷神不死」。

^③ 中空：此指中丹田（黃庭），藏氣之所。為煉丹培育及溫養「聖胎」之宅舍。

^④ 根：物的本源。

十六章〈玄牝之門〉。)

【綿綿若存。用之不勤。】

煉道之士，必先養性葆命，從定靜入手。鼓盪真氣。上通乎心，下通乎腎，真息往來，出入經絡，百脈九竅，煉氣調元養息，「神」助「氣」入丹田（黃庭穴），「精」以固之。養氣之道，要在綿綿，效龜息吐納以求壽長。

綿綿若存：即真息，靜坐內功時，真氣在身內氣動自然。老君用「若」存，為無為矣。倘謂之「曰」存，則有為矣。氣息須聽其自然，自然者：「綿綿若存，用之不勤」。不勤、不艱辛也。

本章旨：

老君以虛谷生神，神虛若谷來喻「谷神」，內丹修煉深造者，其三品「精氣神」可靈通變化。「谷神不死」，乃回復先天無極之「真性靈」。

【谷神不死。是謂玄牝。】：

谷神不死者，指沖虛無形之「真靈」。

三品「精氣神」合一，「元神」出。

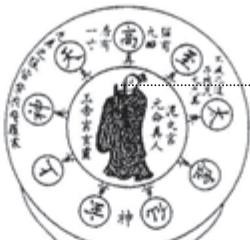
舍，身外見身之「真靈」。

【綿綿若存。用之不勤。】：

「神」助「氣」入丹田，「精」以固之，養氣之道，要在「綿綿」。

【玄牝之門。是謂天地根。】內丹而言：

「玄牝之門」，實為「先」「後」天之分界線，倘真氣能周天，上達，透越人身主脈「督脈」，真氣使黃庭穴門大開，竅竅轉動，則「精」合「元神」，還丹在望。



《道德經》七章

【天長地久。天地所以能長且久者。以其不自生。故能長生。是以聖人後其身而身先。外其身而身存。非以其無私耶。故能成其私。】

外講：

此章論天地、聖人之無私。聖德，人能無私，則妄念可除而近道矣，分外、內講。

【天長地久。天地所以能長且久者。以其不自生。故能長生。】

太上道祖《清靜經》云：「大道無形，生育天地，大道無名，運行日月」。「元始祖炁」朴散，分陰陽而生日月、天地、萬物。天地之機，在於陰陽升降，一升一降，太極相生相成，周而復始，不失於道，而得長久。天地化生，詳參本書刊導讀一《創世紀、宇宙生成論》、導讀六《天地升降、日月往來》及《呂祖全書》卷三十《論抽添第十一》。

天地所以能長久不傾不毀，概因天地乃「元始祖炁判分陰陽二氣所生」，故曰

「以其不自生」。天地得以長存，實乃陰陽二氣，互熒（調和）升降，周而復始不失於道。（天地每歲三百六十日互升降一次，使四季循環，日月精華每月往來一次，進退出沒無差。）

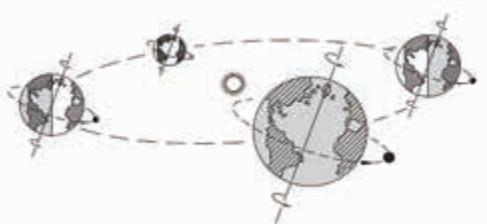
【是以聖人後其身而身先。外其身而身存。】

天地無私化生萬物，上覆下載，一切含靈皆蒙受其蔭庇。聖人體天地之道，先人而後己，不以爭先於天下，是謂「後其身」。天下百姓莫不推尊聖人，惟是聖人以「道德」為本，以「己假幻身」為末，不求榮顯於一身，是為「外其身」而存於世上。

【非以其無私耶。故能成其私。】

聖人以天地之無私為德性，一本公誠，以百姓之心為心，普澤無遺，隨方教化施德，以一己之真心，惠福國家、民族，應衆人所求之「私」。故曰「以其無私，故能成其私」。即聖人無私之聖心，成就天下百姓之求私，因百姓皆有不同的要求，私欲、己心於國與家庭及社會。

① 私：凡屬於一己者皆曰「私」。



【天長地久。天地所以能長且久者。
以其不自生。故能長生。】

- 天、地、日、月皆由「無極元炁」所化（不自生）。
- 天、地、日、月每歲、每月陰陽互熒（互調）升降、往來一次，周而復始，【故能長生】。

上文句義等同宋朝范仲淹於公元一〇四六年所作《岳陽樓記》名句「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」的先人後己，以人為先的精神。又如德蘭修女（一九一〇至一九九七年）及無國界醫生的無私奉獻，捨己為人的精神。



亞聖—孟子

【是以聖人後其身而身先。外其身而身存。非以其無私耶。故能成其私。】

聖人如孔子、孟子等皆畢生宣揚道德文化，惠福國家民族。後世奉為儒教宗師。即以其無私，【故能成其私】。



柳仙

內修之士，效天地、日月升降往來，聚散水火，抽鉛添汞，內外雙修，修真成道去，與天地共長久！

內講：

老君以天地、聖人無私之心，教人無私，無私則欲念除。修丹者，效法天地陰陽升降之機，使真水真火（陰陽）合而為一，煉成大藥，永鎮丹田。陽神出舍，身外見身，浩劫不死，與天地壽齊，即老君云「天長地久，外其身而身存」。

本章旨：

老子以天地聖人無私，教人學長生。天地本不自生，人亦不自生，人能效法天地陰陽升降（腎水升心火降、鉛汞相投），必能長生。否則壽緣盡、輪迴六道，不與天地共長久！

《道德經》八章

【上善若水。水善利萬物而不爭。處眾人之所惡。故幾於道。居善地。心善淵。與善仁。言善信。政善治。事善能。動善時。夫唯不爭。故無尤。】

此章老子以「水」之善德，教人處下不爭。分外、內講。

外講：

【上善若水。水善利萬物而不爭。處眾人之所惡。故幾於道。】

「水」之為物，居五行之始。《河圖》口訣，萬物生成之數：「天一生水、地六成之」。五行相生，天地形成，首先天積「氣」在上、地積「水」在下。後互生「木、火、土、金」詳參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉，及導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉。世上最善的事物，莫過於「水」，無水、任何生物都不能生存。水育萬物，滋潤群生而與物無爭，不處衆物上。雖是卑污下賤之地，亦不擇而流，與「道性」相近不遠。

【居善地。心善淵。與善仁。言善信。政善治。事善能。動善時。】

以下七項是「水」的聖德：

居善地：水性去上就下，以柔順自安。

心善淵：水雖無心，但水之源流本清澈透明，可鑒萬物，幽深莫測。

與善仁：水利萬物，生物日用不可缺，其仁大矣。

言善信：雨露均勻有時，遇熱則昇，遇冷則降，守信不移。

政善治：水性不偏不倚，一視同仁，至公正平，

萬物各遂其生。

事善能：水理萬物，去污除濁，雨過清新，淨化空氣，行船渡舟，興雲致雨，生物育人，功用至大。

動善時：水助天道成行，四季按時抽添雨露，如春夏蒸雲降雨，以利禾秧耕作，滋潤群生，降濕去暑。秋冬則冰凝霜雪，以合大地陰陽交替，即春生、夏長、秋收、冬藏。



老君以「水」有「七善」之德性，教人效水「七善」：

- 虛心禮下，知止無患。 • 無私欲便無怨。
- 心存仁、愛萬物。 • 真誠無妄。
- 盡己盡人。 • 納眾意、隨宜適用。
- 順天應時。

【夫唯不爭。故無尤①。】

「水」有「七善」之妙，皆是不爭之道。水既不與萬物相爭，不爭則無嗔（怒），無怒則無「怨尤」。

外講而言：

老君以「水」之德性，教人效水「七善」：

居善地：人心能如止水，不奉上欺下，如水流向下，知其所止，恆安無患。

心善淵：虛心養志，含光內照，無私無欲無怨，便是心靈之善淵。

與善仁：愛物不遺，善以仁利物。

言善信：言語真誠，無假無妄，心口如一。

政善治：因物付物，盡己盡人，隨處皆能發揮善政。

事善能：曲直方圓，隨宜適用，如水流無固定方圓。

動善時：不違天時，不悖物性，可行則行，可止則止。

內講：

水即「坎」，以人身而言，「腎屬水」，內丹修煉，首起匹配陰陽，聚散水火，再抽鉛（水）添汞（火），即以腎水制心火，概心火浮躁不定，刻刻在燃燒，以水制火，如母伏子，大藥當成。詳參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉。

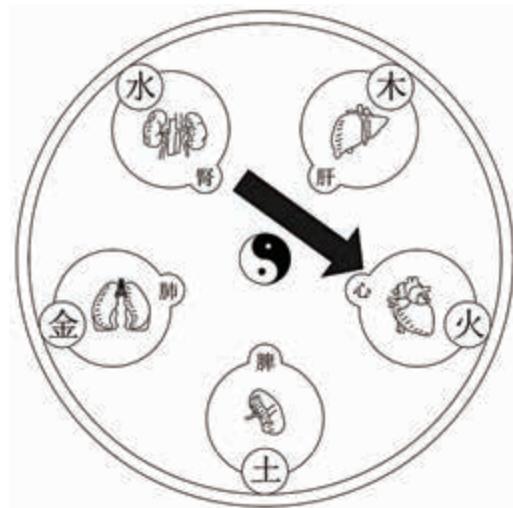
老君內講以腎水制心火，水性柔弱，內丹修煉以腎之真水（鉛）伏心之真火

（汞），即母伏子，使汞不飛散（參《道德經》下篇第五十二章「既得其母。以知其子。」）。亦即老君云：柔勝剛、弱勝強之理。（參《道德經》下篇第七十八章）

本章旨：

外講：水性柔弱，養育群生，居下不爭。人能效「水德」不爭，則無怨尤。

內講：借身腎「真水」或曰「鉛」伏心「真火」或曰「汞」，子母相投，成就大丹。



內修：

以腎水制心火，既因人心（火）刻刻在燃燒，浮躁不定。內修譬語「以鉛伏汞」。

《道德經》九章

【持而盈之。不如其已。揣而銳之。不可長保。金玉滿堂。莫之能守。富貴而驕。自遺其咎。功成名遂身退。天之道。】

此章老子論說「盈」的壞處，分外、內講。

外講：

【持而盈^①之。不如其已。揣^②而銳^③之。不可長保。金玉滿堂。莫之能守。富貴而驕。自遺其咎。】

老子以衆物作喻，解釋（四項）盈滿的禍患。

(一) 【持而盈之，不如其已】，重點在「盈」字。
世人知進而不知退，自持自滿，貪位慕祿，終招致傾失之患，如水滿溢傾洩。既知盈滿易失，不如寧欠勿足，適可而止。此意如古語



云：「知足常足，終生不辱，知止常止，終身不恥」的道理。「不如其已」即不如早一步停止追求過份的奢求盈滿。

(二) 【揣而銳之，不可長保】，重點在「銳」字。

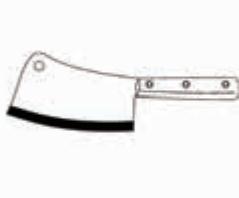
老子以磨利鋒刀，銳而益求其銳作喻。此等利刀雖有斷物之能，惟銳利之刃器，很快就會崩口，畢竟不能用之長久。隱喻：世人以智巧奪取自處，進進不已，炫露己能，鋒芒畢露，亦終受挫敗，不得長保。

(三) 【金玉滿堂，莫之能守】，重點在「滿」字。

算是富貴金玉，積至滿室（比喻非常富貴）。但臨命終時，守之不得。即經懺書云：「金銀珠寶滿山積，死後何曾在手中！」況財多必招妬忌，易招盜賊或騙徒。

解決財多之法：仁者以財發身，積財不如積德，取之於天下，用之於天下，富人宜多作善德諸事，積德以蔭後人，所謂「窮則獨善其身，達則兼善天下」。

(四) 【富貴而驕，自遺其咎】，重點在「驕」字。



① 盈：滿。如器盛物過於盈滿則傾失。

② 揣：解捶磨。

③ 銳：解銳利。

這富貴是指前三項既得者，概富而貴者，大都是驕傲矜持，盛氣凌人。倘如是者，必惹致他人憎恨怨懟，不自覺遺留罪過了。

以上四項：功利、名位、財寶、富貴不能長保之原因，是壞在「盈、銳、滿、驕」四字上。

【功成名遂身退。天之道。】

功成名遂，已達頂點，退身於外，才能善終其功，善存其名，避免咎禍。身退、天之道，是天所行的正道。

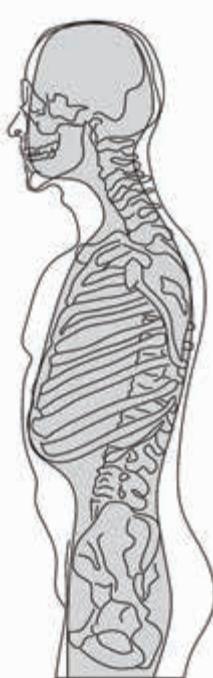
內講：

參《醫道還元》卷二〈論症候源流詳解〉內文：

呂祖曰：人之有身，即天地所生之身。官骸百體，亦居然象之昭著，而無不統於陰陽。陽剛陰柔，相摩相蕩，交濟而成化育之功，謂之調理。然陰陽雖本自調理，或有時偏勝，則本調者不調、理者不理。如陽勝陰則陰衰，必至於燥而亢。陰勝陽則陽消，而氣血之生生漸息。所以人身之陰陽，不可有所偏，一偏則謂之不調理，而病從此生焉。故人欲調理其陰陽，固當於未病時加以養正之功。其或養正之功，偶有所間，內之真一氣未固，外復為四時戾氣侵襲而入，入之淺而病猶輕，倘不防禦，必至愈入而愈深，則病進矣。天地不能有常而無變，猶之人不能無病，亦貴察而識之焉。寒來暑往

者，時氣之推遷，四時不能有寒而無暑，寒與暑實相為倚伏（即互相依存，互相影響）。其往來消息之機，每准乎節候，按序而進，「功成而退」，謂之憑四序之遷，蓋四序之寒暑推遷，即陰陽之屈伸消長，在人亦然。

編者按：上文呂祖以天地四時交替，暑往寒來，以喻人身不能沒有疾病。宜於未生病時作防禦（少思淡食）。天地寒暑互相轉化，功成而退。倘天地陰陽二氣「盈而不虛」，則氣必盡而傾，陰勝陽或陽勝陰，則必陽亢而陰枯，如斯二氣（指陰陽二氣）必不能互換升降，四時失序，有晝無夜或長夜無白晝，如斯則天傾地毀，不能長久矣。比若人身，陽盛則燥而亢，陰盛則氣血衰弱，安有不生病乎？



老君曰：「盈」喻處世必不長保，喻身軀則必生病無疑。古云：「滿招損、謙受益」，滿即盈。信哉斯言。

本章旨：

《道德經》十章

【載營魄抱一。能無離乎。專氣致柔。能如嬰兒乎。滌除玄覽。能無疵乎。愛國治民。能無為乎。天門開闔。能無雌乎。明白四達。能無知乎。生之畜之。生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德。】

本章以「雌」陰、靜為體用，使魂與魄合一，純屬內講（內丹修煉）。

內講：

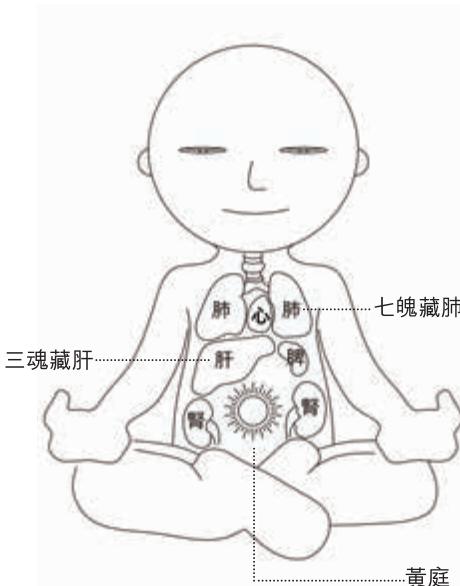
【載營魄①抱一。能無離乎。】

解釋「魂」與「魄」：

人有魂魄，魂者屬於先天，魄者屬於後天。先天混元，後天胎元，所結而成者，魂與魄也。人之生也，魄先結於胎，魂附之於後。人之死者，魂先離去，魄始腐壞（即肉身腐壞）。如是魂魄相離，六神無主。魂神屬陽，好動馳外，魄屬陰，喜靜

止。而聲色財貨，又常誘人神昏迷，魂馳（疾驅）而不守舍。如不制止，魂神將離形魄，到頭來，陰多陽少，最終病死。因此，修道者，宜須割棄嗜欲貪念，斷絕魂神外馳而為一，以求長生。

內修者，以雌（靜）入手，能使魂魄堅定，兩者聚而為一，結於黃庭（參修真圖七號穴），出入丹田，貫泥丸（修真圖六號穴），可通上下，漸次三品「精氣神」合一（修真圖一、二、三號穴），修成大道。老君教人以雌（靜）入手修煉，使魂魄合一不離，故曰「魄抱一、無離」。魂與魄煅煉，詳參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第四章〈內丹之運用〉。



【載營魄抱一。能無離乎。】

魂（陽）主動、魄（陰）主靜。
靜坐以靜（魄）制動（魂），使魂魄堅定，聚而為一，結於黃庭（中丹田、修真圖七號穴），出入丹田（上中下三田、修真圖六、七、八號穴）。

【專氣致柔。能如嬰兒乎。】

此指胎息吐納。修丹者、行氣時，凝神靜慮，專氣致柔，呼吸吐納，做到輕、緩、匀、長、深，又謂之曰「龜息吐納」。此行氣式，如嬰兒在母胎中，不用口鼻呼吸，而行腹中內呼，不食而能長壽，骨細筋柔，握固守一。龜息吐納法，參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十九章〈龜息吐納〉。

【滌除②玄覽③。能無疵④乎。】

修真之士，明心養性，一切七情六欲，身外之物，宜以輕淡應之。使「先天圓明的性體」重現。取魄（雌、靜）以制魂（因魂常好馳動）。靜生慧光，則智通而明，慧生光而潔。此時也，光之所照，萬物俱現，神不外馳而知天下事，不用費心神閱讀千經萬典，慧光能洞曉世情萬事，具神光智慧，可鑑萬物。能達此境，如老君云：「滌除玄覽」，無病礙。即河上公註：「心居玄冥⑤，覽知萬事」。

【愛國⑥治民⑦。能無為乎。】

老君教人愛惜身體，勿被諸般情欲所牽累。常處清靜，無為自然，使神定、氣聚、精沛。治身如治國。

【天門⑧開闔⑨，能無雌乎。】

人心常動，動必情欲生。老君教人以靜制動，使人心趨寂，寂能生慧，慧光常照，應事物則不迷。《清靜經》云：「真常應物，真常得性，常應常靜，常清靜矣」。又如

《呂祖百字碑》云：「真常須應物，應物要不迷，不迷性自住，性住氣自回」。能「守靜」，即「能為雌」，雌屬陰，主靜。

【明白⑩四達，能無知⑪乎。】

修真者、心淵純淨，不被情染物蔽，若「性」能清、清而靜、靜自明、明如鏡

② 滌除：灑掃清除之意。

③ 玄覽：洞觀無礙之意。

④ 疵：弊病。

⑤ 玄冥：指暗昧。

⑥ 國：人的軀體。

⑦ 民：人身中之至寶「精氣神」。

⑧ 天門：指人的心神、心淵、先天的性與後天的靈。性主動、喻魂。靈主靜、喻魄。

⑨ 開闔：開與合、指動力。

⑩ 明白：虛能生「明」，靜能生「白」。

⑪ 無知：即是不有情識，無物欲閉塞，無所不知，無所不明矣。



龜息吐納

光，自見本性。如皓月當空，無處不明，能達斯境，世情無所不知，無所不明。能如是者，皆因常雌（靜）。

【生之畜之。生而不有。為而不恃。長而不宰^⑫。是謂玄德^⑬。】

此段言神氣住，往來真機。

參《呂祖全書》卷十一〈養氣品第五〉：

夫學玄者。必須保身。行走坐臥。氣常馭神。神出便收。以固元根。歸吾心竅。運氣馭精。《胎息經》曰：「胎從伏氣中生。氣從有胎中結。氣入身來謂之生。神若離形謂之死。神行氣行。神住氣住。能馭之者。神氣自住。生而不有。為而不恃。無所住中。乃見真機。以神馭氣。惟靜惟虛」。

編者按：上文綜言氣息真機，氣馭神使神住不離，運氣馭精以結聖胎。「真氣」從「虛無」自生，「虛」以雌（靜／魄）為萌芽生機，惟雌（靜）雖為「內丹真氣」生畜之真機，但「雌、靜」卻不作「氣」之主宰，故曰：「生之畜之。生而不有。為而不恃」，「雌」（靜）既不有不恃，所以老君謂「雌」（靜）之玄功至大，讚為「玄德」即天德。



以靜、雌（魄）制動（魂）的證驗：

- 「滌除玄覽。能無疵乎」。
性光現，不用費神外馳遊歷，可知世態事物發展。
- 「愛國治民。能無為乎」。
去情遠欲，惜身軀，治身如治國。
- 「天門開闔，能無雌乎」。
守靜應物，慧光常住。
- 「明白四達，能無知乎」。
性虛自見本性，世情明達。
- 「生之畜之。生而不有。為而不恃。
長而不宰。是謂玄德」。
靜（雌）為氣息（真氣）萌芽之生機，「真氣」生以氣馭神、運氣馭精而結聖胎。內丹修煉過程，雌（靜）居首功，但「雌」卻不作「氣」之主宰，故老君譽雌（靜）為「玄德」（天德）。

本章旨：

老君以雌（陰，靜，魄）為修丹入門主基，從靜入手，使魂魄合一不離，丹田龜息吐納，修靜守雌而慧生光，洞識事物，應物不迷。「雌」靜之德，稱為「玄德」。

^⑫ 不宰：不作主宰。

^⑬ 玄德：天德。

《道德經》十一章

【三十輻。共一轂。當其無。有車之用。埏埴以為器。當其無。有室之用。故有之以為利。無之以為用。】

此章言「虛實」互為「利」、「用」，分內外講。

外講：

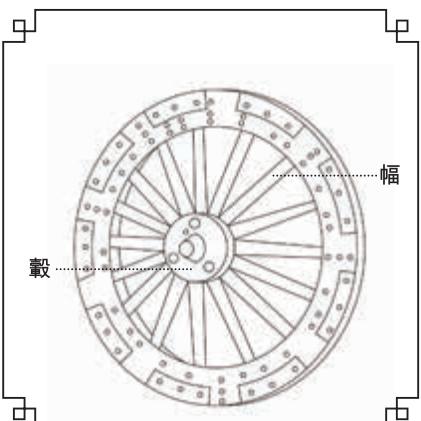
【三十輻①。共一轂②。當其無。有車之用。】

三十輻，共一轂：老子以古時車輪為喻，集三十根幅條安裝在一個車轂轆上，因為這轂轆之中心須挖空，以其空洞之圓孔處穿上車軸。

當其無，有車之用：有了轂轆的虛無空處，才能裝上車軸，使車輪有轉動的作用。



〔人力車〕
《通書》〈孔子問答小兒論〉



老君借喻於車，曰車有輻有轂，幅共三十根，以象日月之運行。（日月、魂魄往來盈虧一周為三十天）。喻人身內丹運行亦以周天運轉。

〔埏埴③以為器。當其無。有器之用。〕

器皿的真用處，並不在盆碗等之體與面上，乃全在它的中空部分上。故器皿因為有虛無的空間，才能盛物。

輻：車輪上的輻條。

② 軂：（粵音谷）車輪中心安裝輻條的圓木。轂、車的簡稱。

③ 延埴：是水土和泥，用泥做成的器皿。

【鑿戶④牖⑤以為室。當其無。有室之用。】

建造房屋，開鑿門窗，室內空間才是其實用處。

【故有之以為利。無之以為用。】

「有」之以為「利」：以上三者，車利交通，器利飲食，室利居住，即產生效果。

「無」之以為「用」：車轂中空。器皿中虛，戶窗空洞，即發揮作用。

以上車、器、室說明：

事物由「有」與「無」（或中空）、「實」與「虛」構成，其中的虛無部分，只有通過其實用部分才能有實用。

內講：

人身之「中丹田、黃庭穴（修真圖七號穴）為藏氣之所，老子以三物：「車、器、室」之「無」或「中空」作喻煉丹還虛之道。

- 輛乃車之黃庭。
- 器乃埏埴之黃庭。
- 牖乃室之黃庭。



「黃庭」借用三物中虛作藏氣之所，「真氣」自黃庭穴生而周流全身田穴、竅脈，煉丹在「此」，還丹在「此」，成功在「此」（此：即黃庭穴）！

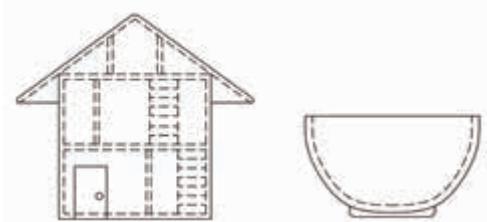
- 「黃庭」藏氣之所（中空虛）。煉丹借為「利」，「真氣」生為「用」。
- 易曰：「形上謂之道，形下謂之器」。非器無以見道，非道無以載器。

註：
形上為無形狀、無體。（指道虛，黃庭）
形下為有形有體。（指物、身體）

本章旨：

老君言虛與實互相利用，如人身的肢體為外殼的實有，修真者，可藉身內的虛（黃庭穴）為「利」，達到無窮的妙「用」。故道書云「虛無能制有形道者、空也」。

④ 戶：門。
⑤ 窗：（粵音友）窗。



《道德經》十一章

【五色令人目盲。五音令人耳聾。五味令人口爽。馳騁田獵令人心發狂。難得之貨。令人行以妨。是以聖人為腹不為目。故去彼取此。】

此章言「五」種物欲之害，分內、外講。

外講：

【五色①令人目盲。】

五色、汎指繽紛色彩。人之分別五色，正是眼之識。眼流逸奔色，心隨物而去，目中之所見必亂，心中之見已忘失其正見，真理不見，故曰目盲（昏暗）。

【五音②令人耳聾。】

耳隨音而去，心亦隨音而去，則耳根未能清靜，流逸於奔聲而失其真聞，故聾。

【五味③令人口爽④。】

凡有可飲可食者，皆有五味。豐美的飲食，元性被一切滋味所攝，迷於味而亂性，浸淫於肉食，自然縱於色欲。舌流奔於味而失其真味，常貪吃辛辣味重食物，最終必失去味覺，故曰爽。（敗壞）。

【馳騁⑤田獵令人心發狂。】

東奔西走，逐物移心，放蕩不羈，有若（像）縱情狩獵，其身狂其心亦狂。心流逸

青、黃、赤、白、黑
宮、商、角、徵、羽
酸、鹹、甘、苦、辛

- 【五色令人目盲】：心隨外物所誘（失真見）。
- 【五音令人耳聾】：耳根未能清靜（失真聞）。
- 【五味令人口爽】：浸淫肉食、縱於色欲（失味覺）。

① 五色：五種顏色：青、黃、赤、白、黑，是五行之正氣所化。五行各配五色：東：青色。南：赤色。西：白色。北：黑色。中：黃色。

② 五音：宮、商、角、徵、羽。也叫五聲。

③ 五味：酸、鹹、甘、苦、辛。

④ 爽：傷敗、敗壞。

⑤ 馳騁：縱橫奔跑。

奔境，必失其正定，故發狂。

【難得之貨。令人行以妨⑥。】

貪求珍寶奇物，若貪之不義，得之不喜，禍辱悔咎益，由此而起。所謂利令智昏，是皆以物欲喪心，故「妨」。

【是以聖人為腹⑦不為目。故去彼取此。】

孔子曰「飯疏食飲水，而樂在其中」。可知孔子深得不味中之真味。奉道者，咬菜根，淡中有味，只求溫飽，自然諸病不作，即「為腹」。

不為目：《陰符經》云：心生於物，死於物，機在「目」。
人之見物（即目見）而生染着，是謂死之於物。人之忘於「目」，得大徹悟者，其機在於此（即目見而空於色誘）。且人有六根：眼耳鼻舌身意。眼根是六塵根中第一之根，見物不貪不染，認目識為幻，一切塵緣，皆宜去之，故「不為目」。

內講：

●參《陰符經》：性有巧拙，可以伏藏，九竅⑧之邪，在乎三要，可以動靜。

李涵虛祖師註上文：有氣質之性，有本來之性。氣質之性，似巧實拙，本來之性，似拙實巧，此二者，可以伏藏不動。夫人之所以不能伏藏者，以其有九竅之邪耳。九竅之邪，又以耳目口為三要。此三者，可以動，可以靜。靜則含眼

光，凝耳韻，緘舌氣。
●參太上道祖《五臟經》：諸食氣結氣，非諸久定結。氣歸諸本氣，隨取當隨洩。

●李涵虛師註《黃庭經》曰：人皆食穀與五味，獨食太和陰陽氣。由此印之，諸凡食滋味以養氣者，不過暫時融結之氣，旋飽旋餒（饑餓）。非一氣和泰和之氣，長存身中，久久定結也。五臟（心肝脾肺腎，內五行）之中、各有泰和為本，至人（聖賢、修真者）攢（聚集）合五氣（即身內五臟之氣），立為丹鼎（修煉丹功、煅鼎煉爐）。鼎中一氣生來，各歸諸氣之本，我隨取之，亦隨洩之，取則五氣朝元⑨，洩（解暢發之義）則百骸俱理（調理）。

五行配五味：金「辛」、木「酸」、水「鹹」、火「苦」、土「甘」。

妨：傷害。行妨、害己或害人。

為腹：注重修持內在之德性。

九竅：人身陽竅有七：眼、耳、鼻、口、共七竅。陰竅有二，即大小二便處。

五氣朝元：參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉題目：〈玉液、金液煉形〉。

太上清靜經



【是以聖人為腹不為目。故去彼取此。】

修真者，求溫飽養生，以清靜除三害
(目、耳、口)。

本章旨：

世人以「色、音、味、心狂、貪貨」五害為樂。老君教人離該五欲，不貪食五味，常以靜制三害（目、耳、口），逆修為三寶。

《道德經》十二章

【寵辱若驚。貴大患若身。何謂寵辱若驚。寵為下。得之若驚。失之若驚。是謂寵辱若驚。何謂貴大患若身。吾所以有大患者。為吾有身。及吾無身。吾有何患。故貴以身為天下。則可寄於天下。愛以身為天下。乃可託於天下。】

此章言「名」、「利」之大害，教人重道忘身外之負累。純外講。

外講：

【寵①辱②若驚，貴③大患若身。】

寵辱若驚：平常人因沒主見、沒立場，一旦受到外人寵幸或羞辱時，便受驚、心不安。



① 寵：受人寵幸、抬舉。
② 辱：貽人羞辱、貶斥。
③ 貴：是看重。

貴大患若身：人把自己的名利、地位、虛榮和聲名，看得太重，把寵辱禍患看得像生命一樣重要。

【何謂寵辱若驚。寵為下。得之若驚。失之若驚。是謂寵辱若驚。】

何謂寵辱若驚、寵為下：倘若僥倖受人抬舉，必叩頭呵謾奉承，倘無被寵，則可傲然而立，不用垂頭乞賜。以此比較，雖受寵，實乃「辱」之甚也。

得之若驚，失之若驚，是謂寵辱若驚：倘未獲寵幸時，整天憂慮何時受寵。倘既得寵幸，又驚恐一旦失去，恐失寵之時，受人諷刺謾罵。患得患失之心，常纏擾心間。

【何謂貴大患若身。吾所以有大患者。為吾有身。及吾無身。吾有何患。】

人貴身是大患，不貴身則諸患皆無，老君教人破除我見我相。若我相不生，自無煩惱，亦無憂患了。及吾無身，吾何有患？並不是死去之謂無身，乃是雖有身在而不以身為貴之「無身」。不以身為患時，自能寵辱不驚，寡愁清心。

【故貴以身為天下。則可寄於天下。】

人能把自貴其身之心，轉向去貴天下，視天下之大我同一己時，那已沒有世俗之自私心。這時若把天下的權柄交給不貴身之賢士去治理，則天下焉能不治呢？

【愛以身為天下。乃可託於天下。】

賢人把愛護自身之觀念去愛天下人，不分彼此，一視同人，那麼就可以將天下之眾生，托靠給這賢人，則民無不安了。參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄〉內文：

忍。量如滄海。心若太虛。萬乘千鍾^④。在我所當受。受之不以為榮。古聖人有天下而不與^⑤。棄天下如敝屣^⑥。其心何常有富貴貧賤在。



賢人以身寄天下，世情譽毀全不看重，以貴自身愛自身之心去貴天下、愛萬民。

本章旨：

老君教人：

(一) 以中道用事，世情上的譽毀，不必看得重，不搖動心。

(二) 不要用私心以身之佔有為重，當以貴身愛身之心去貴天下，愛萬民。如斯，在上位者，則可化治天下。

④ 萬乘千鍾：喻量重而多。
⑤ 不與：不接受。
⑥ 敝屣：破鞋、不惜拋棄。



《道德經》十四章

【視之不見名曰夷。聽之不聞名曰希。搏之不得名曰微。此三者不可致詰。故混而為一。其上不皦。其下不昧。繩繩兮不可名。復歸於無物。是謂無狀之狀。無象之象。是謂恍惚。迎之不見其首。隨之不見其後。執古之道。以御今之有。能知古始。是謂道紀。】

本章言「道」為虛靈之性體，全屬內講（內修）。

內講：

【視之不見名曰夷①。聽之不聞名曰希②③。搏④之不得名曰微⑤。】

老君以「希夷」、「微」來形容下列「道」的表述：

(一) 先天無極道炁（參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉）。

(二) 太極、陰陽二氣（天地八卦、五行、六氣）。

- (三) 先天元性，人未生於天地前或稱「混元」（參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第二章〈先後天和性命〉）。
- 上述三者皆為「道」的元素。
- 老君以：無色（不能視）、無聲（不能聽）、幽深（不能攫取）來形容「道」的虛靈本性。

【此三者不可致詰⑥。故混而為一。】

以上三者，無色「夷」、無聲「希」、幽深「微」。由「道體」混融而不可分割，三者一、一者三，故曰「混為一」。

夷：無色。

希：無聲。

希夷：形容虛寂微妙，不能感知的境界。

搏：捕捉、攫取。

微：幽深、精妙。

⑥ 致詰：詰，粵音竭，追問。致詰：表達追問、思議。

【其上不皦⑦。其下不昧⑧。繩繩⑨兮不可名。復歸於無物。是謂無狀之狀。無象⑩之象。】

道體虛空，渾渾溟溟，包羅萬法，無所不在，似明非明，似暗非暗。仰觀其上，其上不分明，俯察其下，其下不昧，乃真一不二之「虛靈」。此靈即「性」，或曰「元精、元氣、元神」。即老君曰「其上不皦。其下不昧」。

「道」既存於宇宙之中，是永恆的常在，無有間斷。存於神曰「真靈」，存於人曰「心性」。此「道」綿綿不絕故曰「繩繩」。

關於「道」的闡釋，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第一章〈論道〉。今摘其要文作參：

「道」之微妙，既不見，亦不聞，更無色，亦無觸，瞬息失其所在。若有若無，似實亦虛，靜若處子，動似風雲，降本源於微末，發自性於天心。天心有道，人心好之，「道」行何處？繞日月而隨五行。

編者按：上文概括老君表述「道」之本體，即不見、不聞、不搏（無觸）、瞬息失其所在。即老君曰「復歸於無物」。

道體若有若無，似實亦虛。即老君曰「是謂無狀之狀、無象之象」。

【是謂恍惚⑪。迎之不見其首。隨之不見其後。】

此言道之本體幽深、精妙。於聖神、仙佛而言，此指「真靈」。於人而言，修丹者、身內真氣周天運轉，透貫任督二脈（參修真圖十、十一號穴）、精氣神合一（即三品）（修真圖一、二、三號穴），元神出舍離五行而出小天地，乃身外見身之時。斯際也、恍恍惚惚、似有若無、有所覺而無所覺、若存若亡（內丹語：元神出舍）。故曰「是謂恍惚」。參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十六章〈玄牝之門〉及第十七章〈出入玄牝〉。

「道」或「真靈」既無色、無體、似實亦虛，靜若處子，動似風雲，放之則彌（即：滿、遍）六合（東南西北上下），卷之則退藏於密，瞬息失其所在，故老君謂「道」之本體，「迎之不見其首，隨之不見其後」。即前觀無始、後觀無終之義。

⑦ 眇：（粵音餃）分明，如玉石之白。

⑧ 昧：昏暗。

⑨ 繩繩：眾多貌，綿綿不絕。

⑩ 象：凡形於外者皆曰象，如氣象、星象。易繫辭：在天成象，在地成形，變化見矣。

⑪ 恍惚：幽深、精妙。

【執¹²古之道。以御¹³今之有。能知古始。是謂道紀¹⁴。】

「大道」乃無象之象、似恍亦惚，無處摸索下手。惜人卻不知「道」在目前，人能反觀自性，不著聲色有無，離色相，則處於「無象之象」，自然萬法混而為一。執此無象之「古道」而修持，以御今生住世，即老子曰「執古之道，以御今之有」。知「道」之綱紀，以「無為」為「體用」，返先天無極太虛之境，尋回「原性、混元」。即道君云：「能知古始，是謂道紀」（即道之綱紀）。

本章要旨，倘以片言隻字，不易明解其要義，關於「恍惚」二字之詮釋，參《呂祖全書》卷三十一〈七返還丹〉內文：

道要玄微，天機深遠。

大道無形。生育天地。大道無情。運行日月。大道無名。長養萬物。吾不知其名。強名曰「道」。杳杳冥冥。其中有精。恍恍惚惚。其中有物。視之不見。聽之不聞。搏之不得。無中生有。天機深遠。玄妙難測。《陰符經》曰：「天有五賊。見之者昌¹⁵」。知之修煉。謂之聖人。苟非洞曉陰陽。深達造化。安能鑿開混沌？採天地父母之根。而為大丹之基。擘裂鴻濛。取陰陽純粹之精。而為大道之基。攢簇五行。和合四象¹⁶。三花聚頂。令一氣不昏。五氣朝元¹⁷。使陽魂不亂。放縱於杳冥之中。往來於恍惚之間。搬運出入。移神陽舍。功成行滿。位證天仙也。

李涵虛祖師註釋呂祖師所云《陰符經》曰「天有五賊，見之者昌」：「賊即下文尅字盜字之義。五賊五行也。天有五行。相剋寓相生之妙。相盜藏相宜之機。人能洞見其理。則道氣昌隆。夫五行在人心中。倒行逆施。方能相剋相生。相盜相宜。觀此妙義。在天已然。人能體天施行。則宇宙在手。萬化生身矣。既曰生身。則五賊非賊也」。

編者按：據李祖師註文：「觀此妙義，在天已然，人能體天施行，則宇宙在乎手」，此即老君云：「執古之道，以御今之有」。

再參《玉皇心印經》內文：

上藥三品。神與氣精。恍恍惚惚。杳杳冥冥。存無守有。頃刻而成。

及參《呂祖全書》卷十二〈開基採藥品第二〉內文：

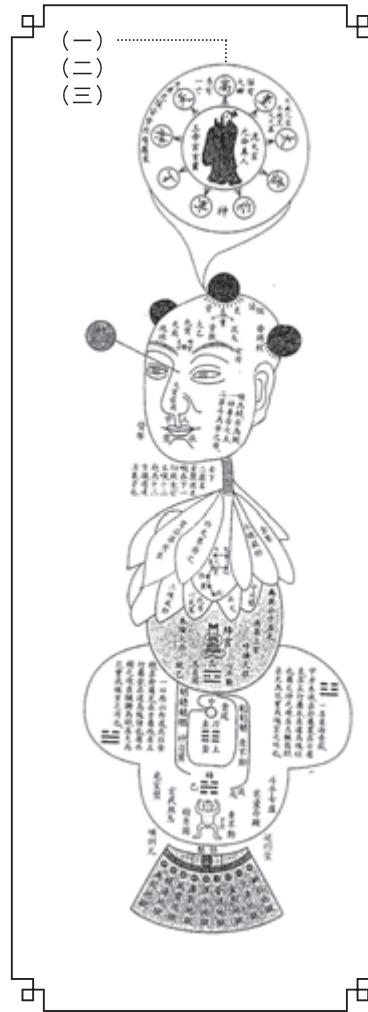
執：解執持。
御：治理、統治。
紀：綱紀。

《陰符經》文云：「天有五賊。見之者昌。五賊在乎手。萬化生乎身」。

四象：太極生兩儀。兩儀生四象，四象生八卦。四象：金木水火。卦象以震為木、離為火、兌為金、坎為水。亦四時之象：春木、夏火、秋金、冬水。

五氣朝元，三花聚頂：內丹語（參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉題目：〈玉液、金液還丹〉）。

廣成子曰：「至道之精。窈窈冥冥」。《道德經》第二十一章內文云：「窈兮冥兮。其中有精。夫精甚正」。「真精」乃真種。夫「真種」者何也。或名「陽精」。或名玄珠。或名黃芽。或名真鉛。或名玄牝¹⁸。種種稱號。莫可名窮。凡有形動。皆屬濁塵。安可比同。故雲房真人¹⁹曰。一身皆屬陰。何處是陽精。陽精能知象。象象乃透明。吾嘗曰。窈窈冥冥生恍惚。恍恍惚惚結成團。「團」為真鉛。佛曰菩提。儒曰一貫。玄曰種子。



「道體」的本性：無色（夷）、無聲（希）、幽深（微）、虛靈（無狀、無象），是謂「恍惚」。

- (一) 仙佛曰「真靈」。內煉之士，三品合一，元神出舍，則曰身外見身。
- (二) 「精氣神」三品合一，是謂恍恍惚惚，似有若無，有所覺而無所覺，若存若亡。
- (三) 於人曰「心性」。

編者按：老君言「道之體」，乃精、氣、神（三品），「為無狀之狀」，「為無象之象」，「恍惚」窈冥。

本章旨：

論說「道」體，為恍為惚。惟人能修至道，煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，三品合一，得其純陽，元神出舍，身外見身，自覺空無所有，亦恍亦惚，則無象之象立見，象象透明，回復原性之體。儒曰「一貫」、釋曰「菩提」、道曰「種子、陽精」。

¹⁸ 陽精、玄珠、黃芽、真鉛、玄牝：皆內修丹譬語。

¹⁹ 雲房真人：即鍾離祖師。

《道德經》十五章

【古之善為士者。微妙玄通。深不可識。夫惟不可識。故強為之容。豫若冬涉川。猶若畏四鄰。儼若客。渙若冰將釋。敦兮其若樸。曠兮其若谷。渾兮其若濁。孰能濁以靜之徐清。孰能安以久動之徐生。保此道者不欲盈。夫惟不盈。故能敝不新成。】

此章老子言古之道德高士，動靜體用，人不能識其行藏。分內、外講。

外講：

【古①之善為士者。微妙玄通②。深不可識。夫惟不可識。故強為之容③。】

老子謂古之善士，智力貫通萬殊，無所不達。惟善士潛藏不露，不炫耀不誇張，非一般人能測識理解，固曰「深不可識」。夫為不可識、不可測、不可知、最難形容，乃特強為之形容其為善人耳。固云「強為之容」。

【豫④若冬涉川。猶⑤若畏四鄰。儼⑥若客。渙⑦若冰將釋。敦兮其若樸。曠兮其若谷。渾兮其若濁。】

善為士者，處世有七項正行：

- (一) 若冬涉川：處事接物小心謹慎。如若初冬渡河，恐陷入冰窟。
- (二) 若畏四鄰：獨處一室，心念舉動，絲毫不苟，不敢放肆，從容不迫，像四周圍邊有人監視。
- (三) 儼若客：持身嚴肅莊正，進退行止不失儀表，外恭內敬，正心誠意。
- (四) 渙若冰釋：善為士者，事來應事。物來理物，心境渙然無滯，光明磊落，不貪不迷。
- (五) 敦若樸：善士者、視聽言動，平實真誠，待人接物，不雕飾做作，不撥弄機智，敦厚之德，如木之未雕，樸而渾全。

① 古：上古民樸之士，「善為士者」，指品德高尚之人士。
② 微妙玄通：微妙指隱顯莫測，玄通是對事物的情理洞觀無礙。
③ 容：容納。

④ 豫：尚且、仍然。
⑤ 儼：莊重、整齊。
⑥ 淚：流散。

(六) 嘵若谷：善士氣量寬闊，胸襟洪大，能容人容物，似空谷一樣，無所不容，無所不納。

(七) 淚若濁：有道之士，心地虛明，性體圓明，和光同塵，無親疏之別。

【孰能濁以靜之徐⑧清。孰能安以久動之徐生。】

善為士的人，應機用事，感而遂通，須具備「靜可以清」、「動可以生」，隨時體察，活潑而用，發揮全能，不因靜而死，不因動而馳，即「孔門學說」所指「致中和」（中庸之道）。故曰「靜徐清、動徐生」。

【保此道者不欲盈。夫惟不盈。故能敝⑨不新成。】

上言「善為士者」之七項正行和二項特能，即「動靜咸宜」，實知易行難，行而持久更難。老君教人善保方法，唯一就是「不欲盈」，即不自滿，以虛心不足求進步。否則驕泰充盈，便產生趨奇好勝的野心和翻弄新花樣，那七項正行和二項特能，則無法堅持久行不懈了。故老君指「不欲盈」三字，實乃成道之關鍵。

用「不欲盈」守此七正二特能之「道」，概因此「道」本無古今新舊之別，永遠常不變，沒有新花樣突出，也沒有奇蹟出現。故學道者切忌好高騖遠，索隱行怪之事，也不要着住標奇立異的新花樣。老君以「故能敝」之「敝」字是不變古始之意。以古道御今有，即是「守敝」，故這「敝」即不失古道之謂。不依古道即是新，故這「新」即是脫離古道之謂。倘若如斯，則善為士者之七正行及二項特能，則或徐蕩然無存了。「敝不新成」是老君教導世人守持「古道」（指道德各事），使「七正行」及「二特能」得以繼存於世上。



(孔子)

1687 年巴黎發行的《孔子生活與成就》

品德高尚之士，智力貫通，深不可測，最難形容。賢士持七項正行，和二項特能。

內講：

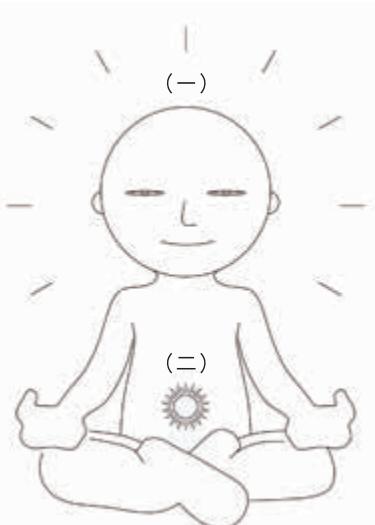
修丹者，依老君而煉，當見以下修果：

微妙玄通：入定內，細細覺察，方得通達。外說（處世）達天下，內說（內煉）達全神之靈，暗裏珠明，形神俱妙，與道合真，故無可識，故不識。

強名為容：容者道之體，本來無容，強名為容。

若樸、若谷：守靜歸元，存靈守真，氣凝丹田，歸於空谷（黃庭、修真圖七號穴）。以靜徐清、以久動之徐生：修丹者，內丹之氣上下運行，火候要均勻，文火（靜）、武火（動）互調，「真氣」始能破越黃庭（中丹田）而周天流轉，即動靜咸宜。

敝不新成：守中無盈，不盈難溢，夫惟不盈，是以能「敝其形」（敝通蔽，蔽）、「敝其心」、「敝其意」，如斯心、身、意三者俱靜寂乃得全真。修丹者，須憑自身真氣，周天運行，循序漸進修煉至三品（精氣神）合一，絕無其他燒丹靈藥可助。如欲速其成，亂服外藥如五金八石，則終至氣邪入體，反成貽害。故老君云「敝不新成」乃示修丹者須依古法修行，循序漸進，不急不緩，絕不可貪求捷徑，妄自新成法！



〔敝不新成〕

修煉須依法循序而行，即「敝」。絕無速法成功，即「不新成」。

- (一) 品德高尚之士，「微妙玄通」形神俱妙，難以形容，惟稱其為「善士」，故曰「強為之容」。
- (二) 氣凝丹田「若樸若谷」。文火(靜)武火(動)均勻助結聖胎，故曰「以靜除清、以久動之徐生」。

本章旨：

老君教人守古道（指七正行及二項特異）以御（棄）新異，心不妄、意不亂，內外同工（指修身及煉丹）。

《道德經》十六章

【致虛極。守靜篤。萬物並作。吾以觀其復。夫物芸芸。各復歸其根。歸根曰靜。靜曰復命。復命曰常。知常曰明。不知常。妄作凶。知常容。容乃公。公乃王。王乃天。天乃道。道乃久。沒身不殆。】

此章言守靜還虛之道，分內、外講。

外講：

【致①虛極②。守③靜④篤⑤。萬物並作。吾以觀其復⑥。】

「虛」者，乃造物之樞紐（關鍵）。「靜」者乃品彙之根柢（事物之基礎）。萬物從虛靈元始一炁所化，參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉。人能體天地虛靈無象之元炁，識陰陽升降之道，則能守「靜之篤」，以天地為一體，返本還原，進入玄妙之門。故曰「觀其復」（即復還先天之元性）。虛極是心中不滯一物。

【夫物芸芸⑦。各復歸其根。歸根曰靜。靜曰復命。】

宇宙有生命的萬物，雖然複雜萬端，但終會「復」歸於滅，寂空的本初。如人生於天地，具備三品（精氣神，參修真圖一、二、三號穴）於身、常人滅後，三者先後離去：

精還乾宮。（乾宮：八卦宮名）

氣回巽宮。（巽宮：八卦宮名）

神返離宮。（離宮：八卦宮名）

永不復合，是謂三回初服。故曰「歸其根」。詳參本書刊導讀三〈論人神之別〉及導讀八〈太上道祖內修篇〉第十章〈精氣互煉〉。

外講而言，生命終結，人物萬靈各歸其根，各復其命，是謂「歸根復命」。

① 致：推致，達到。

② 虛極：虛：真空無象，外物本來不有。虛而至虛曰極。

③ 守：專一不二。

④ 靜：寂然不動。

⑤ 篤：真誠、純一。

⑥ 復：還、返回。

⑦ 芸芸：眾多貌。

【復命曰常⑧。知常曰明⑨。】

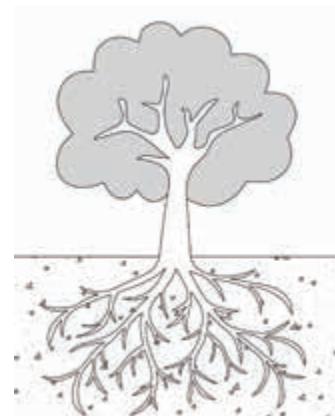
萬物生命完結終歸於虛無靜態，此乃「真常恆久不變」之妙性，故曰「常」。人若能知此真常之道，便曰「明」，則與天地同根，故曰「知常曰明」。

以上五項次第、與《大學》⑩五效果之意味相同，茲證之如下：

- (一) 知止：知其所當止之地，即人類歸根之地，老君云「歸根」。
- (二) 定：心志有定向，不妄動，不游移，即寂然不動。老君云「日靜」。
- (三) 靜：心能寂靜，即與固有相吻合。老君云「復命」。
- (四) 安：守心不移，其身自安，乃立身之常道。老君云「日常」。
- (五) 慮：慮事精詳，知人所未知，即智之明。老君云「日明」。



常人滅後，精還「乾」，氣回「巽」，神返「離」宮，永不復合，是謂「三回初服」。



〔落葉歸根〕

生命之始，由父母精氣所化，化而生、生而滅、滅而再生，謂之「循環之道」。人生數十寒暑，明此「真常」不變之道者，曰「常明」。有智之士，知此「常明」，則應借肉身修行求真，免卻六道輪迴。

【不知常。妄作凶。】

反之，若不悟此「真常」道，終日貪欲無厭，神馳於幻化，無休無歇。不當動而妄動，妄念生、邪惡起，最終災禍至來。故曰「不知常、妄作凶」。

【知常容⑪。容乃公⑫。公乃王⑬。王乃天⑭。天乃道。道乃久。沒身不殆⑮。】

以上乃逐徑之妙，一層深一層，一節玄一節，要人層層通透，節節光明。

知常容：人若知真常則不妄作，真常之道，與天地同根，萬物一體，內心自然包含天地萬物。

私見。

容乃公：人心苟能廣大如此，則民吾同胞，物吾與也。其心廓然大公，不有我之

⑧ 常：恆久、經常。

⑨ 明：光明、明亮。

⑩ 《大學》：禮記篇名，與《孟子》、《論語》、《中庸》合稱四書。自宋朝末年，成為舊時士人獲取功名的必讀書。

⑪ 容：容納。

⑫ 公：不偏不倚。

⑬ 王：指有道之士，天下歸仁，衷心悅服。

⑭ 天：王之德，合天之德。

⑮ 殆：粵音代，危險、盡也。

公乃王：此真常大道，人若行之於內，則為聖賢。施之於外，公正無私，眾邪莫當，則為王。

王乃天：王乃法天行事，德合神明，合乎天心。即《陰符經》：「觀天之道，執天之行」。

天乃道：天法道、合乎自然，道與天通，德與道合。

道乃久：與天地參，故能長久。

沒身不殆：得此道，則身雖死而道長存不殆。

上述「常」、「容」、「公」、「王」、「天」與《中庸》¹⁶「盡己之性」相同，茲列之如下：

- (一) 署己之性：老君曰「常」。
- (二) 署人之性：老君曰「容」。
- (三) 署物之性：老君曰「公」。
- (四) 賛天地之化育：老君曰「王」。
- (五) 與天地參：老君曰「天」。

內講：

老君言「歸根復命」為斯章主旨，老君教修真者守靜到達致虛境界，回復先天。

參《呂祖全書》篇章內文作考：

卷十一〈築鉛品第六〉內文：

太上有曰：華池神水。下灌靈根。子若修之。命可長存。不可著有。不可循無。保精化氣。自結神爐（盛火之器，冶煉。此喻內修之丹田爐火）。神火下濁。精華上浮。二氣相合。從有修無。如龍養珠。用之諄諄。角聽以靈。如雞抱卵。覆之溫溫。羽育以成。受胎之初（此即內丹初結，真氣培育）。復命之根。火煉水發。陰降陽升。心火屬陽。其液屬陰。腎水屬陰。其華屬陽。

編者按：此即水火升降，龍虎交媾，詳參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉之〈交媾龍虎〉。

卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文：

太上云：不物中物。不有中有。正謂此也。惟仙佛深達此理。直究本來。所以仙家之七返九還（即還丹）。亦祇是煉情歸性。「歸性」即太上所謂「歸根復命」。若人能降心。除去妄想。使情歸於性。則太極真元。全體造化。與天地合德。日月合明矣。

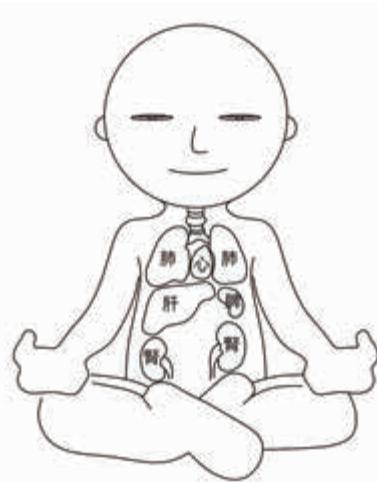
編者按：此段聖文乃教人修「性」，性命之功，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第八章〈了性歸源〉及第十四章〈了明了性〉。其餘仙真，對於「歸根復命」，亦多有詮釋。

¹⁶ 《中庸》：書名，相傳為孔子的孫子子思所作。

「歸根復命」：修煉名詞，「根」指童年而言，「歸根」即返老還童，「復命」為還復「本性」。陸西星（即陸潛虛，明時人（一五二〇至一六〇六年））、呂祖弟子，道教全真道東派始創人）註解歸根即復命，關即竅也，非有兩處。歸根曰「靜」，靜曰「復命」，即此一竅與任督二脈相為聯絡。

明陸西星《玄膚論》：

凝神之要，莫先於澄神，澄神之要，莫先於遣欲，遣其欲而心自靜，澄其心而神自清。穴多指下丹田，夫氣穴者，乃吾人胎元受氣之初，所稟父母精氣而成者，即吾人各具之太極也。其名不一，曰氣、海、關元、靈谷、下丹田、天根、命蒂、歸根竅、復命關、即一處也。



老君曰：「夫物芸芸。各復歸其根。歸根曰靜。靜曰復命」。是謂歸根復命。
內煉之士，修靜至虛境，還丹復命，返歸先天無為大道，謂之曰「歸根復命」，即尋回原根元性。

本章旨：

綜合各家言論，老君教人篤守修靜，持之以恒，則妄念可滅，更可卻災禍。修真者，修靜至虛境，回復先天虛靈之境，即「歸根復命」。

《道德經》十七章

【太上。下知有之。其次親之譽之。其次畏之。其次侮之。故信不足焉。有不信。猶兮其貴言。功成事遂。百姓皆謂我自然。】

此章預言世道日衰，老君想復太古之治，純外講。

外講：

【太上①。下②知有之。】

太上、指上古之世，或許指三皇五帝世，距今數千年或以前。上古人心淳樸，風俗渾厚無偽，聖君統治天下，本着真常之德，上順天理，下應民情，天下大治。其時、聖君及百姓存「道德」在身上而不知有「道」。天下百姓，但知有在上之君，而無是非譏譽之心，故「下知有之」。

【其次親③之譽④之。】

及至中古之世，百姓去道漸疏，淳風日益泯滅，人心隨物質，物欲之誘，遂而遷離。人類開始崇尚賢能，親近仁人，始分上下，貴賤賢愚。此時期，由一個不治而自治之社會，逐漸變成由治而治。賢人用五常八德來教化治世，才出現了「親」與「譽」的有功治世。

親者：親近德者。

譽者：獎譽有功。

以上為大道（經歷二次）治世變遷。

【其次畏⑤之。其次侮⑥之。】

繼「親之」德治和「譽之」功治之後，人心其世再下，人心日乖，兇暴橫惡者有之，以金錢利益掛帥、罔顧道義者，比比皆是。「親」與「譽」之溫和制度漸失去作用。在上者不得已用「畏法」和「守法」的精神來治世。刑罰既立，未有不懼畏者。

① 太上：最上、或遠古時代。

② 下：指在下之百姓。

③ 親：愛。

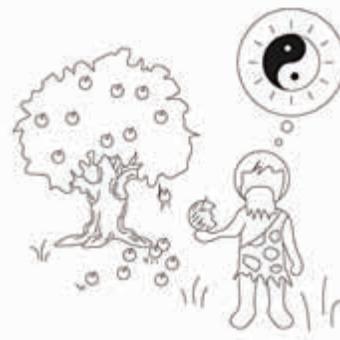
④ 譽：稱人之美。美好的名聲。

⑤ 畏：害怕、有戒心。

⑥ 侮：輕慢、凌辱。

至此、治世大道，變遷以來，經歷三個階段。即老君云「畏」的時代。

法治、能治身，不能治心。世道越亂，刑治越煩，欺凌愈甚，終出現善惡不明、是非不分的缺漏。百姓產生不服從之心，施政者法紀不清，侮慢（即輕侮傲慢）人民，百姓在嚴法之下反倒不畏法，自然出現反抗。這時期，法治制度出現崩危，上若悔下，下即犯上，上下互相悔凌，成為一個「暴」的天下，國有不亂者，實未有了。大道晦沒，社會變遷，至此進入了第四個階段、即「侮」。



【太上。下知有之。】
上古人心純樸，百姓存道德，社會無為而治。



【其次親之譽之】
中古人心離道，聖人用道德規範百姓。社會變成有為而治。



【其次畏之。其次侮之。】
下古人心歪邪，人民以金錢掛帥，罔顧道義，欺詐凌弱，統治者用刑罰來鎮攝人民。

【信⑦不足焉。有不信。猶兮其貴言⑧。功成事遂。百姓皆謂我自然。】

人類自有治的制度後，最善莫過於「德治」與「功治」，即「親」與「譽」。雖比不上「太上下知有之」之純樸自治，但上者尚能以信實治民，締造「大同」「小康」社會。繼功治而後之法治，即「畏」、「侮」，上者若不以「德」服民，純以嚴

法侮慢人民，則上下變作無誠信，下不服上，頓成「信不足、有不信」的出現。

老君治民上策為舉德選賢，提拔能幹之士，以誠信省政簡法來治理國家。以「貴言」（小說話），務實作事，使百姓安份守己，行為端正，心悅誠服。如斯管治，即「百姓皆謂我自然」。



【貴言。功成事遂。
百姓皆謂我自然。】

統治者以誠信、務實來作事，百姓心悅誠服。

本章旨：

老君智慧超卓，遠在二千多年前之周朝末代社會，有鑑世道日非，厚樸之道日晦，預見未來道德衰落，必出現大道晦沒之社會變化。惟寄望後來有識卓見之士，重倡道德，引導百姓返樸，以「貴言」為最好的治國原則。

⑦ 信：誠實、信從。

⑧ 貴言：小說話。

《道德經》十八章

【大道廢。有仁義。智慧出。有大偽。六親不和。有孝慈。國家昏亂。有忠臣。】

此章承上章，言世道日下，乃有仁義智慧、孝慈、忠臣之顯現，屬外講。

外講：

【大道廢。有仁義。】

上古淳樸之風漸退，無為而治的大道就廢止不行。

聖人乃提倡行「仁義」，作為「名相」。蓋大道廢止，人的自性不明，人人不能自治，才推行仁義，使人爭向這「好名稱」上注目嚮往。

【智慧❶出。有大偽❷。】

大道剖判以後，上古末年（數千年或以前），人類智慧湧出，虛偽詭詐之事，就由是而生了。世人競賽奇術，互鬥計謀，「大偽」適時而生。

【六親❸不和。有孝慈。】

六親不和、是家道反常之時。「孝慈」是「好」名稱。在家道平和，六親和樂的時候，「孝慈」二字是顯不出的。

舉例：舜帝（古時五帝之一），以至孝成名。繼母多番害舜，舜不單沒生怨恨，反恭順父母如常。後舜受堯帝賞識，受禪為帝。（中國二十四孝史）。舜是歷史上之大孝者，然在稱道之同時，正反映了舜父親整個家道出現異常了。故老君云「不和、才顯慈孝」。

【國家昏亂。有忠臣。】

同樣道理，若朝綱不倒的昇平時。忠臣本來就顯不出來，因為政治清明的時候，奸佞會裝出忠臣的樣子。一旦忠臣顯現，就是國家昏亂之時了。

舉例：岳飛（公元一一〇三至一一四二年）、天文祥（公元一二三六至一二八三年），是歷史上的大忠臣，受後世人景仰。但由於他們的「精忠」，亦正反映出宋朝末年，朝綱之垂倒和宋室之末路了。故曰：「昏亂、有忠臣」。

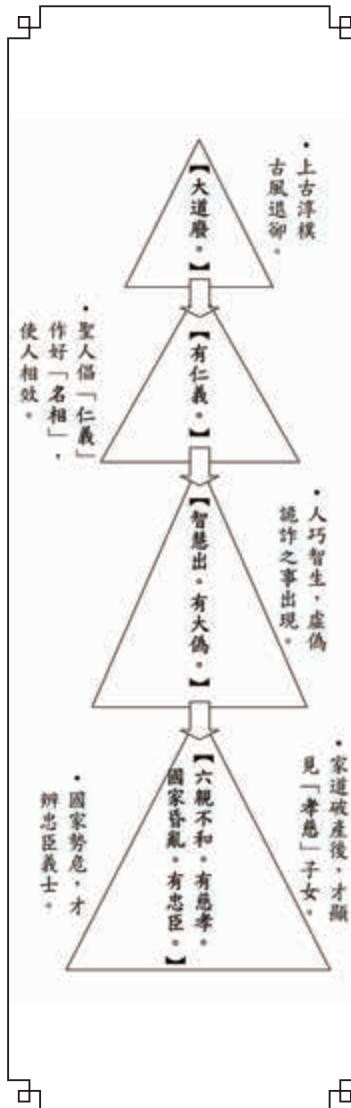
① 智慧：這並不是儒教之「良知」、或佛教的「般若智慧」。乃是一般人之機智心術，世俗中技巧計謀。

② 偽：假、欺詐。

③ 六親：父子兄弟夫婦（人倫關係）。

本章旨：

老君說「道」向來是向最高一層下手的。世人若能遵循太樸之道，則不需建立仁義、孝慈、忠烈等「好的名稱」，亦無需事後提倡頌揚他，而社會也真的「無為而治」了。本章說大道剖判後之不良現象，極其意就是與其表揚單獨個人之「好」人物，實不如導使整體全而的歸復太樸。老君在本章之別意是說大道被剖判後，在社會上雖有「偽」者如：偽仁義、偽智慧、偽孝慈及偽忠良，但在天理之監視下，最後終會有成真敗偽之一天。故偽者絕不會長期存在，而真者也不會長期被埋沒。



老君慨嘆上古「無為而治」之族群，已逐漸成為「有為而治」的「名相」社會了。

《道德經》十九章

【絕聖棄智。民利百倍。絕仁棄義。民復孝慈。絕巧棄利。盜賊無有。此三者。以為文不足。故令有所屬。見素抱朴。少私寡欲。】

此章承前章而言，教世人由虛偽反回太樸之方法。屬外講。

外講：

【絕聖①棄智②。民利百倍。】

聖人無智，其道不立，大盜無智，其惡不行。聖人是「實智」，大盜是謂「機智」。老子要絕棄者，即是指此「機智」之類而說，並非連正當的「實智」亦要絕

① 聖：指睿通淵微，天資敏捷的人。現今社會上的政治家、科學家、醫學家、經濟學人等偉人專家。

② 智：通明不易、知曉事理的人。

棄。老子主張以竊名盜譽之假善人和專以巧利為能事之人等絕棄。「返樸」之道「第一步」非先把這些不走正路的所謂「聖智」者絕棄，使民得安居樂業，熙熙融融，百利而無一害。即「絕聖棄智，民利百倍」。

【絕仁棄義。民復孝慈。】

這是返樸的「第二個」方法。老子指望建立和孔子之道相同的一個「仁」的天下。是由個人性分中自然建立起來，並不是徒靠偽裝手法促成的「假仁義和名相」。人類倘不再推崇巧言令色的假善而以文質俱實的德者作帶領，那麼人倫綱常之常道，子女對父母當孝，父母對子女當慈之「天德」自然出現，社會風氣也就淳樸無華了。固「絕仁棄義，民復慈孝」。「復」：是天德復生的意思。

【絕巧棄利。盜賊無有。】

此是返樸「第三個」方法。語云「機會有時會產生賊盜」。為利欲奔走之名利徒和野心家，心機手段佔「巧」，他們只注重私利，故稱「利」。巧利的人，在社會上佔絕大多數。老子之意，要人壓制妄心，非道不取，公有公用。如果世人把機巧詭異之心術和無孔不入的私利打消了，則人便能知足常樂，於是社會平靜，盜賊自然沒有了。

【此三者。以為文③不足④。故令⑤有所屬⑥。】

三者是指前言之三絕三棄。而三絕即絕聖、絕仁、絕巧；三棄即棄智、棄義、棄利。

以上三者如能絕棄不用，則世道人心便能返回樸實之狀態。然若絕棄三者，必須強起來絕棄，而用心靈之良知啟發，便起自覺自戒的作用。這方法就是「故令有所屬」。方法如下二句：

【見素⑦抱樸⑧。少私寡欲。】

這二句是全章的總要：

見素：即見性明心。

抱樸：即修持法，返樸還原。

③ 文：即浮文、虛華，沒有實用。

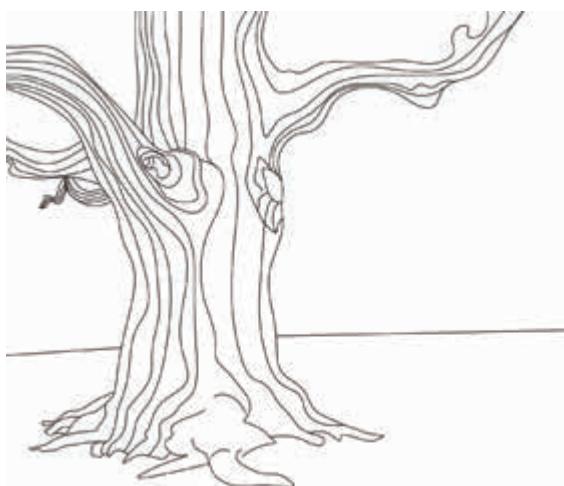
④ 不足：不足以成事。

⑤ 令：使令。

⑥ 所屬：歸屬、寄託。

⑦ 素：潔白、根本。

⑧ 樸：未成器之原木，喻人之原性。



【樸】

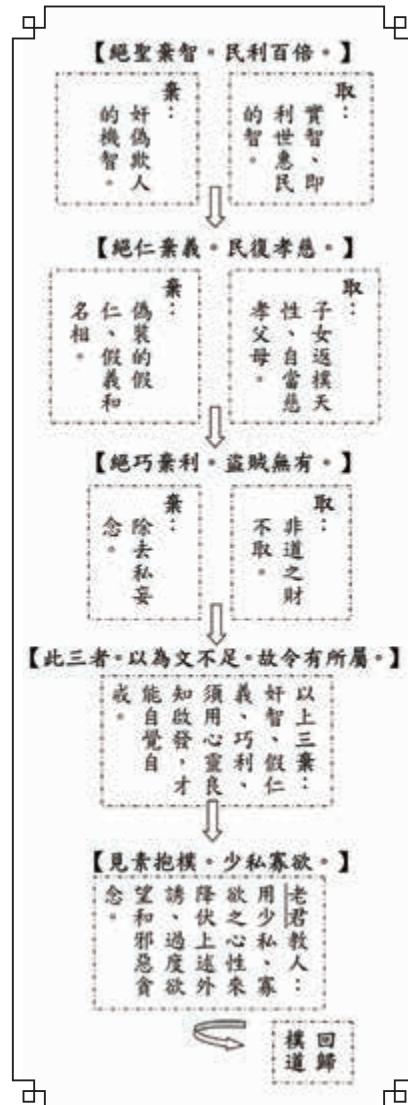
老君教人降伏其心，與儒曰之「率性」。佛謂之「應如是住」相同。「見素抱樸」即是心神有所歸「屬」之目標地也。

「少私」是教人滅去不正之「邪取」，獨存「正取」、「寡欲」是除去過度之欲望和邪惡之貪念。簡明一點是「心性歸屬」，不必用勉強方法去絕棄一切不正行為，內心自然返回「樸道」了。

關於「見素抱樸，少私寡欲」，參《呂祖全書》卷十七之〈葆守真元章第十四〉內文：

太上曰：「見素抱樸。少私寡欲」。攝生之道。莫要於此。至於多知。雖與外誘不同。然亦足紛其心思。耗其神氣。況貪求多知。則無守約之功。愈多愈離。與道違背。是以孔聖不貴多聞。而戒朋從之思。《維摩經》云：法不可見聞覺知。若行見聞覺知。非求法也。所以善攝生者。內境不漏於六根^⑨。外境不淪於萬有。湛然清淨。凡一切憂懼煩惱妄想。不繫於心。內守真元。惟恐滲失。

此章老君教人返「樸道」之進階：



本章旨：

老君教人少私、除邪欲，反樸回歸太樸之社會。老君非一般人所論視之為避世忘天下者，亦絕不是獨善其身，無所事事者，實際純粹是一位積極救世的大聖人。只要世人能夠接受「樸道」，則世態即因一針而萬病痊癒，社會安定，人民樂熙。

^⑨ 六根：佛教用語，包括眼、耳、鼻、舌、身、意六個識根（感覺器官）。

《道德經》——十章

【絕學無憂。唯之與阿。相去幾何。善之與惡。相去若何。人之所畏。不可不畏。荒兮。其未央哉。眾人熙熙。如享太牢。如登春臺。我獨泊兮。其未兆。如嬰兒之未孩。乘乘兮。若無所歸。眾人皆有餘。而我獨若遺。我愚人之心也哉。純純兮。俗人昭昭。我獨若昏。俗人察察。我獨悶悶。澹兮其若海。寂兮。若無所止。眾人皆有以。我獨頑似鄙。我獨異於人。而貴食於母。】

此章承上篇第十九章，人能「見素抱樸」，他們的行為趨向，一定與世俗不同。

屬外講。

外講：

【絕學無憂】

「絕學」兩字，非謂絕而全不學。若是無益之學，反不如絕之，或至流入異端邪辟之門，迷失正道。本以學求益，反增其害，此皆學之大憂也。老君這「學」字，不是孔子「學而時習之」之學字，因孔子勉人之學，乃從德善，希聖希賢之學。而老子所絕之學，乃聰明外動，用權講心術之學。

參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章〉第三十內文：

予昔讀《道德》，深以不獲透徹經旨為憂。雖有河上公①以下諸註釋。然皆各執一見。鮮有能發其蘊（含義）者。爾諸弟子。勿效世儒。妄肆詆誹（毀謗）。為無忌憚之人（無所顧忌）。至經中（指《道德經》）尚有不盡剖析（辨別、分析）之語。各以義會（會意）。無拘於語言文字。若徒執文字。不達太上立言本旨。則無怪「絕學無憂」之語。人多錯會。釋門（佛家）認為無學。儒流詆為屏棄詩書。幾等人道於馬牛也！

編者按：依呂祖師文義「絕學無憂」，指學士不曉解讀《道德經》文真義，拘執於文字，非但曲解錯會，甚至生誹謗。如斯探讀奧妙文章，不若不學。即老子云：「有學則有憂，絕學則無憂矣！」

① 河上公：西漢時人，距今約二千二百多年前，莫知其姓氏。結草為庵於河之濱。漢文帝喜讀《道德經》，有所不解者，派使求教於公。



【絕學無憂】

不學無益端邪、弄權心術之學。

【唯②之與阿③。相去幾何。善之與惡。相去若何。】

唯與阿、兩者的回應聲音，同出於口，相去不遠。

老君用「唯」與「阿」兩種不同的回應聲音，比喻「善與惡」之道。關於善惡之道，參本書刊導讀八〈呂祖外修編〉第六章〈論善惡與因果〉。內文云：

人有善惡，如太極圖，黑白分清。然黑者（惡）有一白，白者（善）有一黑。概表惡中存善（此人之良知或性蒂）。善中存惡，此人之「意識，萬物之芽。」

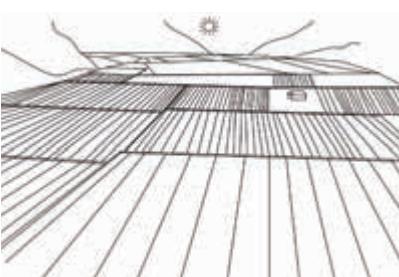
按呂祖師文意，善與惡，兩者相去不遠，全在乎人心之轉化而矣。因良知與人之意識，有眾等惡轉為善，或善變惡。故善與惡，可比唯與阿應聲，兩者相去不遠，端視乎人的良知與意識，所爭僅一念間耳！

【人之所畏。不可不畏。】

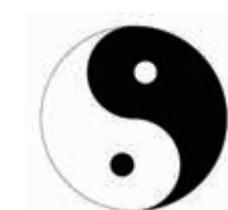
雖曰善與惡，在於人心。惟是老君教人切不可作惡，多行善舉。惡不能不畏，所謂「善惡到頭終有報，只爭來早與來遲」。

【荒④兮。其未央⑤哉。】

人若捨善取惡，則私欲橫生，剛強暴惡，無所不為。久

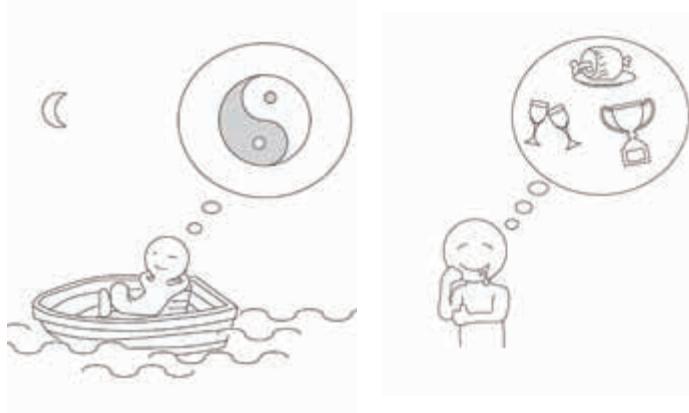


人捨善取惡，日久心身流蕩。如田荒棄，無生產，喻良知永埋。
故曰「荒兮。其未央哉」。



【善之與惡。相去若何。】

善與惡之念，相去不遠（唯之與阿）。
端乎人之良知意識。惡不能不畏。
故曰「人之所畏。不可不畏」。



賢人/奉道之士：外遊求真道。

世人：吃喝玩樂，縱欲無窮，
神馳外張。

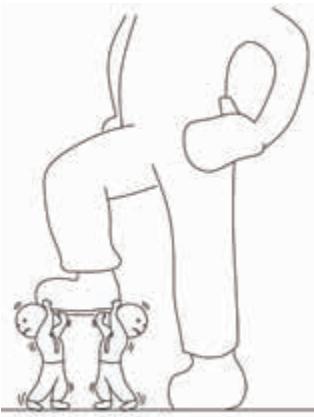
- ② 唯：柔和的應聲。
- ③ 阿：怠慢的回應。
- ④ 荒：指世人不修心德，如田之荒棄。
- ⑤ 央：指無所歸止之義。
- ⑥ 熙熙：嬉戲和悅。
- ⑦ 太牢：古時盛牛、羊、豕三牲的食器。喻豐富美食。
- ⑧ 春臺：指登眺遊玩的勝處。
- ⑨ 沽：靜默無為，恬淡。
- ⑩ 兆：見於形狀，開始。指念頭未起。
- ⑪ 嬰兒：赤子。
- ⑫ 乘乘：如今天駕車漫遊自如之境。

道心境恬淡無為，猶如初生的嬰兒和混純的孩子一樣，無識無知，無憂無慮，不着於跡，不泥於形，虛懷若谷，若不繫之舟，無所歸住，便是「乘乘兮」。

【眾人皆有餘¹³。而我獨若遺¹⁴。我愚人之心也哉。純純兮。俗人昭昭¹⁵。我獨若昏。俗人察察¹⁶。我獨悶悶。澹兮其若海。寂兮。若無所止。眾人皆有以。我獨頑似鄙¹⁷。】

眾人之心，常懷不足，貪得無厭。而我卻獨忘形自守，像愚人的心地一樣，篤厚真誠，純粹樸素。

俗人各炫耀聰明，各逞機智，而我卻好像昏昧不明。常人對大小事物能明察窺探，絲毫不饒人，好比長短。而我常若昏昏悶悶，似不懂什麼事情，我心如此，澹然虛明，若海之空闊，不可涯量，若乘長風之御太虛。眾人皆自持聰明知見，我獨無知無欲，似愚而且陋鄙，亦似庸常之人而已。



世人：不知足。炫耀聰明。
得勢不饒人。計較長短。



賢人／奉道之士：外像昏昧不明，似庸常陋鄙。然內心卻澹然虛明，不可涯量。



世人棄母（道與德），惟修真者責養性根，返本源尋回「母」即「道」的根。

本章旨：

老君教人求「玄學」不必拘執文字解讀，須活潑意會，不強作誹謗文意。善與惡由心生，正與邪，從念起，一念之動，為善為惡，一切皆由人之心念也。即本章文句「善之與惡相去若何」，我們須時刻「畏惡」。勿善小而不為，勿惡小而為之。應事不執，從善去惡，處世自能謙卑，回復真樸之「母」道。

¹³ 有餘：貪得無厭，固曰有餘。

¹⁴ 若遺：猶言忘失也。

¹⁵ 昭昭：智巧現於外。

¹⁶ 察察：絲毫不饒人，咄咄逼人之意。

¹⁷ 貴食母：食是嗜好。貴是注重。「母」是道與德，萬物之母。

《道德經》一一一章

【孔德之容。惟道是從。道之為物。惟恍惟惚。惚兮恍。其中有象。恍兮惚。其中有物。窈兮冥。其中有精。其精甚真。其中有信。自古及今。其名不去。以閱眾甫。吾何以知眾甫之然哉。以此。】

此章老子把「大道」之內機，重申一遍，參修大道者，須向這「道」的本體上用功夫。分外、內講。

外講：

【孔①德②之容③。惟道是從④。】

「德」之條目，不能以數目計，舉凡世間一切善美之行事，都是德之表露，故云甚多。即「孔德」。如孝悌忠信、禮義廉恥，都是萬德之善美事。希聖希



五常、八德均是萬德之善美事（孔德）。

賢者，惟有依從「道」來實修，才能有辦法實現。概因「道」（或稱「元始道炁」、「陰陽二氣」）生育萬物，以「道」為「體」，「德」為「用」。故老君云「孔德之容、惟道是從」。

【道之為物。惟恍惟惚⑤。惚兮恍。其中有象⑥。恍兮惚。其中有物。窈兮冥⑦。其中有精。其精⑧甚真。】

此段純內講。即內修丹語。

參《呂祖全書》卷十二〈開基採藥品第二〉內文：

《南華經》云：至道之精。窈窈冥冥。《道德經》云：窈兮冥兮。其中有精。夫精甚正。真精乃真種。真種乃洞洞。真種雖洞洞。採藥施其功。夫

孔：大也。

孔德：大德、倫理道德。

容：包括、容納。

從：依從。

恍惚：幽深、精妙。

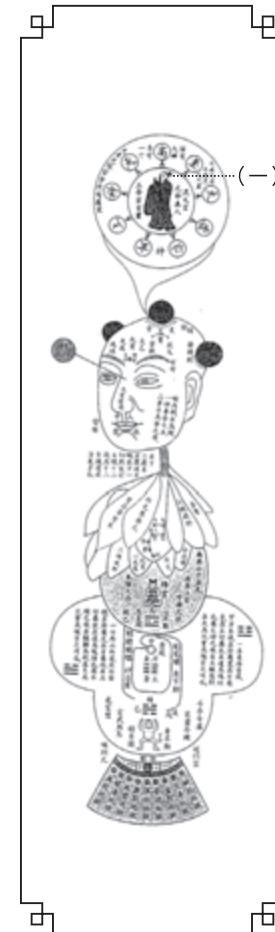
象：凡形於外者皆曰象。如氣象、星象。在天成象，在地成形。此指無象之象，是謂恍惚。

窈冥：深遠、奧妙、難明。

精：此指「真種子」，或曰陽精、元精。儒家曰「真一或一貫」。佛曰「菩提」。

真種者何也。或名陽精。或名玄珠。或名黃芽。或名真鉛。或名玄牝。種種稱號。莫可名窮。凡有形動。皆屬濁塵。安可比同。故雲房真人（即漢鍾離祖師）曰：一身皆屬陰。何處是陽精。陽精能知象。象象乃透明。吾嘗曰：窈窈冥冥生恍惚。恍恍惚惚結成團。團為真鉛。佛曰「菩提」。儒曰「一貫」。玄曰「種子」。

依據呂祖師上文，「道」之為物，無聲、無色、無味、無形、無觸。倘人能修丹成道，回復本真，乃曰「真精」或「真靈」。達此階段，即三品合一，煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，元神出舍，身外見身之時。



此真靈不可以名、不可以象來形容。乃是恍恍惚惚結成團。
故曰「恍兮惚，其中有物」。

(一) 明心見性，三品
(精氣神) 合一，
「真靈」或曰「真
精」見於身外。

【其中有信⑨。自古及今。其名不去。以閱⑩眾甫⑪。】

大道之體用，分外、內而言：

外者：孔德之道，體用於倫常道德。

內者：修煉內丹，明心見性之道。

內外雙修、為奉道者之不二法門。自古及今，年代雖有迭變，但這「道」的常名是永遠不會離去的。沒有人能改變它，此大道誠信不欺，即「其中有信」。這個「道」能長久而不沒，故云「其名不去」。這「道」成就所有修士必經軌路，除此別無他道可尋，可察閱，檢閱一切道德充實之聖賢所作之善美事，故云「以閱眾甫」。

【吾何以知眾甫之然哉。以此。】

「以此」之此字，是指道之體在說。聖人「內」有大道之實，「外」有盛德之容，眾美皆具，惟皆自道中而發也。故曰「吾何以知眾甫之然哉、以此」。

本章旨：

老君重申「道」與「德」，分內外、能兼容奉行，聖道必得。



道之體用，分外、內二門：
外修：倫常道德，行善立德。
內修：明心見性。

歷代聖賢仙佛所作善美事，世人察閱頌讚，故曰「以閱眾甫」。

⑨ 信：誠信、不欺。
⑩ 閱：計算、考核、檢閱。
⑪ 甫：美也。

《道德經》一一一章

【曲則全。枉則直。窪則盈。敝則新。少則得。多則惑。是以聖人抱一為天下式。不自見故明。不自是故彰。不自伐故有功。不自矜故長。夫惟不爭。故天下莫能與之爭。古之所謂曲則全者。豈虛言哉。誠全而歸之。】

此章教人屈己從人，述說不爭之德。純外講。

外講：

【曲①則全。枉②則直③。窪④則盈。敝⑤則新。少則得。多則惑⑥。】

老君舉出六個事例來提醒人，教人不要執迷不悟。

(一) 曲則全：人能曲居其晦，經得起委曲，不自見其明者，雖一時屈身隨俗，最後終能全始全終。

(二) 枉則直：凡事受些屈枉，肯屈己從人，吃點虧的人，雖一時遭到橫逆，最後

必能大白，有理直的一天。

(三) 窪則盈：低處下位，心虛泰然，不自高自大的人，日後終能圓滿充實。

(四) 敝則新：善保「古道」的人，不炫露巧異，不賣弄新奇花樣的人，像一件破舊的東西。雖一時不同潮流，不為時人所喜歡，但這敝舊的東西（指道與德）却是萬德之生源，永遠不殆不衰。這個道體雖是陳舊，可是卻在庸常不易之中而有無窮功用。它不逆人性，不違天理，是永遠常新的。

(五) 少則得：哲士對一切聲色之欲和玄覽之學（無益費神之事）等，愈能減少愈能保全本真，專心於一，故於道有得。

(六) 多則惑：世人多知多見，於道轉失，盡力貪多不厭的人，則愈煩惱。

曲：彎曲，與直相對。委曲。

枉：屈就。

直：伸、平反。

窪：凹下。眾水所聚，眾德交歸。

敝：壞、破舊。

少：疑惑、煩惱。



- 曲（屈己）
- 枉（吃虧）
- 窪（處下）
- 敝（謹守道德）不求異端
- 少（少思寡欲）
- 多（貪則煩惱多）

【是以聖人抱一⑦為天下式⑧。】

聖人確實握住了上述五項事能，來處世接物，成功貫徹了此「一」，為後世天下人效法的法則，這就是「為天下式」。

關於「抱一」兩個字，奉道者，宜「忠一抱道」，矢志修行，始可有得。

呂祖師曾云：

學道學釋（佛），悉由乎人，但發願在彼，即於彼苦中行，發願在此，即於此中力修。

又

〔玄門總監察仙〕呂日如天尊曾訓示云：

倘學道者，今日一參此門，他朝另習他法，豈知二法並用，效果難收。古之仙聖，雖有參玄尋妙而求參師，參其玄，研其理耳，非棄本師而皈別師也，學道者，應明其理。

按二聖訓文，可知「忠一」、「抱一」之重要。

〔不自見故明。不自是故彰。不自伐故有功。不自矜故長。】

以上四不，為上士之真知寶見處。

(一) 不自見故明：不輕露己見，不自我表現，反而能顯明。

(二) 不自是故彰：人若謙虛從事，不以自是凌人，不以強勝人之態度來小視一切，將來

定會發揚光大，這是盛德顯於外的道理。

(三) 不自伐故有功：人作出於世有功與利的事時，自己不誇張，不存貪妄心。那所得來的功德，將永遠屬於自己，不會泯滅。

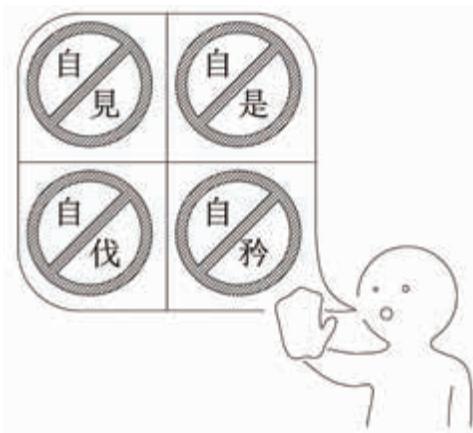
(四) 不自矜固長：人有成就，不要自顯己能，不自矜持自己之所長，這樣你的處身自會長久不敗。

〔夫惟不爭。故天下莫能與之爭。】

以上四者：「自見、自是、自伐、自矜」，是眾爭之源。歸根到底，總說一句，事事處處不要和人爭無味的勝氣。也別顯露自己的長處，不好大、不驕矜，常能謙恭鄙陋的默默行道，不與人爭長短是非與利害。那麼別人自然也不來與你相爭，人格品

⑦ 一：此「一」字，指聖人抱住了「曲、枉、窪、敝、少」五個字之謙卑。

⑧ 式：法式、行事樣式。



行不但高潔，自己建立的德業功勳，亦將永為世人所懷念。

【古之所謂曲則全者。豈虛言哉。誠全而歸之。】

由此看來，上文「曲則全」等六句話，其中實在有個真理在，若能委曲求存，而又能「抱一」的人，自會洞悉其中的淵理，絕不是教人趨向消極的空話。道之行，不用自見，但能於尋常日用中行出來者自真。

關於是篇之闡述，參《呂祖全書》內文作詮：

卷九〈五行端孝品第二〉內文：

自矜不長。惟曲可全。守道以訥（寡言）。任兑（放縱、通說）必愆（罪過）。致中抱一。履和而謙。以卑而積。以柔而堅。

按上文：呂祖師教人不自驕，委曲於人。學道少言不放縱，處世取柔謙之道。

卷十七〈慎事師友章第十二〉內文：

太上曰：自見者不明。自是者不彰。人惟自見自是。所以得少為足。不能虛以受人。不知人匪生知（即不是天生便知曉）。蓋由師傳。三教雖殊。尊師則一。即吾門修煉。若不親受真師口訣。縱熟習丹書。焉能得知切實下手工夫。雖極力施功。決無成就。

按上文：呂祖師訓示修真者，切記「滿招損、謙受益」。勿自見自是，須虛心求師道，否則難有成就。

本章旨：

此章最要緊之關鍵處，端在「抱一為天下式」之一句話上。「一」為道體之變名。「天下式」在已是行為的一個好法則，給人作好樣式。古聖人之成功處就是貫徹完全此「抱一」之道，是萬德成聖之基。

《道德經》二十三章

【希言自然。飄風不終朝。驟雨不終日。孰為此者天地。天地尚不能久。而況於人乎。故從事於道者。道者同於道。德者同於德。失者同於失。同於道者。道亦樂得之。同於失者。失亦樂得之。信不足。有不信。】

此章教人以「君子和而不同」來處世，避免過偏激反常。分外、內講。

外講：

【希言①自然。】

陰陽造化之道的妙用，不牽強，不造作，在寂靜恬淡之中，自然而然，因時順理。所謂「不言而善應，不召而自來」。多言數窮，不如守中。若勉強好辯，去道漸遠。

【飄風不終朝。驟雨不終日。孰為此者天地。天地尚不能久。
而況於人乎。】

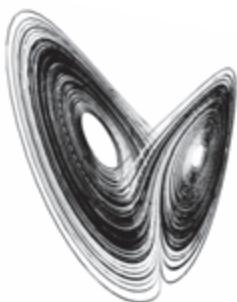
天地反其常道，施發不正常的大風、颶風、暴雨、急雨，尚且不能持久。何況我們不如天地之人類，若不去履行正常之人生道理而趨向反常偏激的一方面時，這不用說更是不長久的了。故言「而況於乎人？」

【故從事於道者。道者同於道。德者同於德。失者同於失。】

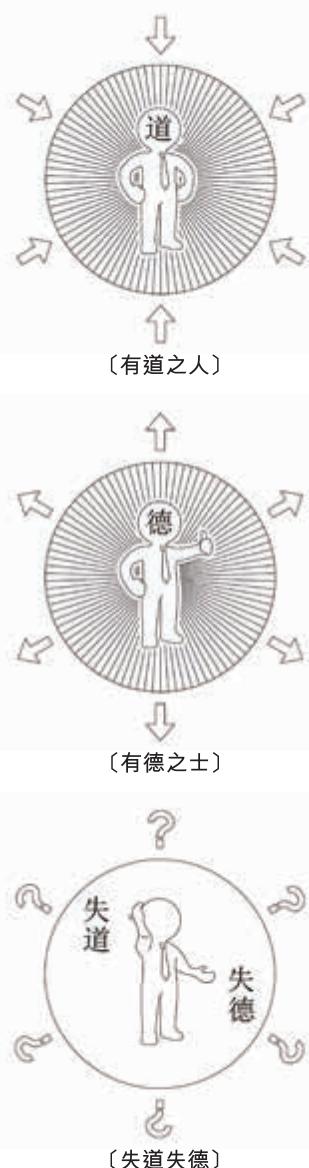
遇到有道有德的人時，我們就以同於道及同於德的喜欣心情來互相研討相處。若遇到無道無德的人時，我們就應當沉默若愚，本着「道非知之者不傳」的道理，表面上只好裝作同於失的樣子忍耐就是了。因為若「知其不可為而為之」，這就不自然，反生激辯或爭執。

【同於道者。道亦樂得之。同於德者。德亦樂得之。同於失者。失亦樂得之。】

世人善惡方向不同，有道、有德、失道、失德，種種眾生相。若遇到有道、有德和失道德之三種人時，就不能以一己之成見發生好惡之情緒。也不能強使那些不道德的人非行道德不可。所以還是順其自然和他們相處，以「循循善誘」來引導他們。若能這樣



使「道」、「德」、「失」三種人完全有機會來和你接近，那就不愁大道無日宏展了。有道有德的人固然可與之同樂同得，那些失道失德的人，為什麼也要與之「同」呢？這個問題完全繫在一個「同」字上。失道失德的人，才是要教化的對象。若不與這些失者同處時，就不能收得化世的效果。若以飄風驟雨似的勉強方法和激進反常之手段來行事，迫使他們就範，那麼他們就不會「樂得」，反而會產生負面的效果。



【信不足。有不信。】

自己假若自信心不足，那麼遇見失道失德的人，別說還要化度他，使他有所樂得，就是自己恐怕反要被他誘化而去，連自己都保守不住了。故從事道的人，唯一就是充實自己信心，所謂「正人先正己，立人先立己」就是這個意思。

內講：

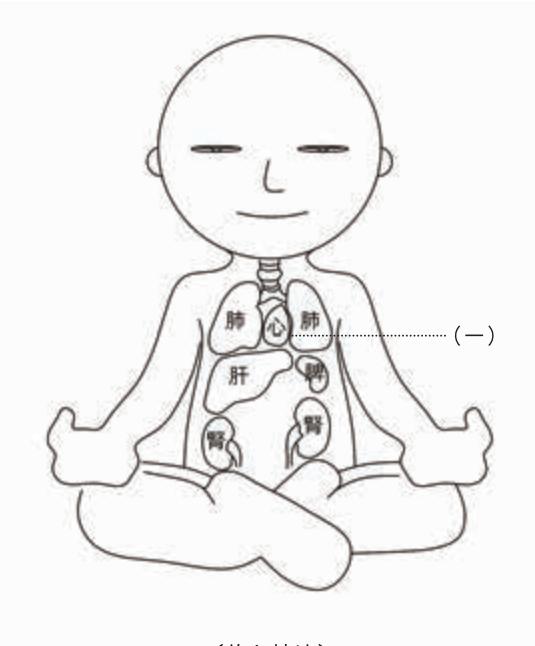
飄風驟雨，可比大雷狂風。

參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂真人曰「何謂大雷不終朝」？大雷者、震烈之雷。雷何以大？陰氣凝蔽，故其發也，震驚百里。蓋雷所以動物，萬物當陰氣凝蔽之時，生機不能大暢，故大雷所以震動之，使陰氣不能固結。人只知大雷之威烈，而不知實為生物而然也。威不可過，故不終朝。若太過震動，則生物而反傷物矣，此即恩威交濟之義也。天地一陰一陽之運用，而生物陰氣凝固，是陰之過差，若無大雷以破之，何以使之適中耶？於此便可悟天地之心。人苟法天地以修持，自當參透大雷動物之奧妙，以為內景之機緘。蓋人身亦自具眾物，即如魂魄氣精、及意念等，皆是物也。當陰邪凝蔽，騷擾攪亂之餘，亦有靡靡不能自振氣象，不加之以威，則群邪不能退，故必仿大雷之震烈，斯陰邪自然退聽而不受其障迷。蓋人「心」中之「神」即「雷」也。大震其「神」以驅逐，則陰邪去而魂魄安其位，精氣不搖蕩，意念不雜亂，是身中之物各暢其生機也。陰邪既退，自當保養中和，不可矯揉造作，當歸於着而不着底景象。若存心著意，矯強過震，則內景（人體器官、內臟）之眾物反傷，不啻竟日是大雷之傷物矣。天地不外一中和，人之內景亦一中和而矣。

君子和而不同，持道者，用循循善誘來誘導教化「失道」「失德」的人。不可用反常偏激如「飄風驟雨」的方法來相處，或迫使他們就範。

何謂「狂風難竟日」？風亦陽物也。然風之狂突然而發，亦倏②然而止，斷無竟日狂風之理。若竟日是狂風，則物反受其摧折。不過氣遇郁結不舒，得此狂風以舒散矣。此天地自然之道，是以狂風不竟日也。人稟天地之全德，內有疾風之妙用，當其未發，則伏藏於深幽處，一勃然而發。此風當內邪固結莫解時，一發而振撼之，邪之結者遂消散，邪散而中和內含矣。修心之妙用，莫先於此。



〔修心妙法〕

倘「氣」遇郁結不舒，一馭之以「心中神」驅疾風以舒散內邪，逆風回轉一掃，薆滌邪匿固結。

(一) 「心」即「雷神」，用以震驅內體陰邪，使「魂」「魄」安位，「精」「氣」不搖，意念不迷。

本章旨：
老君以「希言」教人處無為之事，行不言之教。不以飄風驟雨法式來強迫失道失德的人同樂。飄風驟雨與大雷狂風之道理相同，修丹道者，以雷為心中之神，震驅內體陰邪，以逆風之奧，回轉一掃，蕩滌邪慝固結。

《道德經》一十四章

【**跂者不立。跨者不行。自見者不明。自是者不彰。自伐者無功。自矜者不長。其於道也。曰餘食贅行。物或惡之。故有道者不處。**】

此章承前章第二十二章言依順自然之道的好處。本章則表述反自然招來的壞處。純外講。

外講：

【**跂①者不立。跨②者不行。**】

跂者不立：腳踵離地用腳尖站立，想站得更高，但終不能長久，很快跌倒，故曰「**不立**」。
跨者不行：邁大步而行路，要強先出人一步，走得更快，如此行不多久，必要因疲乏而中輟，故曰「**不行**」。



【跂者不立】



【跨者不行】

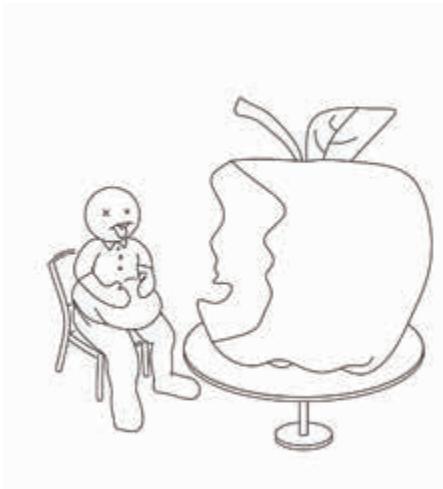
以上兩者，是違反自然之站立及正常步行法，皆立而不久，行之不遠。

【**自見者不明。自是者不彰。自伐者無功。自矜者不長。**】

此四種行為，即「**自見、自是、自伐、自矜**」恰與第二十二章之「**四不**」成相反。人若違反常道在不自然中強行這四種行為，也就等於跂立、跨行、站不穩、行不遠，終不能保持長久的。

【其於道也。曰餘食贅^③行。物或惡之。故有道者不處。】

飢食渴飲是常理，但食過量則變貪食，不但無益，反倒害身。故多吃過量，即餘食，是反自然及不正常的。出門時攜帶多餘行裝，不但無用，反而負載過多而成累贅。凡屬多餘無用的「餘食及贅行」，今天來說是破壞環境及浪費的事，其在物類上尚且不喜歡它，那麼一個有道的人，他在處世方法和人生行為上，當然也就不會作那些多餘無用之事了。



【餘食】



【贅行】

本章旨：

老君在二十二章所言「四不」乃是依順自然之道所得來的好處。本章所說的四惡行即：自見、自是、自伐、自矜，乃是不順自然所招來的壞處，此二章前後相對可合讀也。而文中「餘食贅行」，在今天來說，是破壞大自然的自私行為。

《道德經》一十五章

【有物混成。先天地生。寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆。可以為天下母。吾不知其名。字之曰道。強為之名曰大。大曰逝。逝曰遠。遠曰反。故道大。天大。地大。王亦大。域中有四大。而王處一焉。人法地。地法天。天法道。道法自然。】

此章重申言「道」之始源，分先天後天，及外、內講。

外講：

【有物①混成。先天地生。】

老君重複申言天地萬物未生以前，所存在者乃無極混元一炁，或稱混元靈炁、混元道炁。宇宙萬物由此元炁化生。元炁（無極）生太極，太極生兩儀（陰陽）而分天地，陰陽二氣經歷三次互索而生成六氣（六氣者：震「雷」、坎「水」、艮「山」、

巽「風」、離「火」、兌「澤」，合天「乾」、地「坤」，演生成八卦。），六氣化生五行（金、木、水、火、土），五行生萬物。關於宇宙萬物生成過程，詳參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉。

【寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆②。】

萬物由元始道炁化生，陰陽二氣升降有序，日月往來無間，周而復始，四季循環，生生不息。關於天地升降，日月往來，詳參本書刊導讀六〈論天地升降、日月往來〉。

混元一炁，於洪濛未判、天地未分、日月未光之時，處寂寥之境，默默化育宇宙萬物，故曰「寂兮寥兮」。元炁生陰陽二氣，二氣升降有度，春夏秋冬循環不息，日月往還無間而分晝夜，故曰「獨立而不改，周行而不殆」。

【可以為天下母。】

母：元始一炁。（母→化生→子）
子：天地、陰陽二氣，日、月、星辰、六氣、五行、聖靈、人類及萬物。

① 物：此非有形象之物。乃大道之根源，亦即先天混元一炁。

② 殆：懈怠。

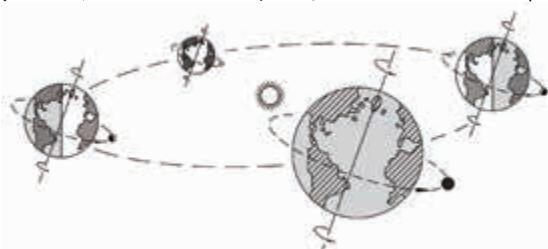


【先天地生】
元始一炁

元炁化生萬物後，功成而不居，尊為「天下之母」。

關於混元一炁之闡釋，參《呂祖全書》卷十六〈始炁玄要章第二〉內文作進一步詮：

蓋修道之士。不明根本。徒尋枝葉。雖極精進。如木無根。亦復何益。夫此根本。原於混元一炁。天地未分。日月未光。混沌太無。無象無名。無聲無臭。天得之而為天。四時行。寒暑運。日以之升。月以之恒。雲霞雨露。風雷電雹。皆一炁循環。晝夜無停。地得之而為地。山以之峙^③。水以之流。載嶽不重。容海不洩。非斯一炁。孰主之乎。人得天地之炁以生。是以秉天之炁而為陽。秉地之炁而為陰。陽健陰順。二炁迭運。如環無端。儒謂天命之性。釋參本來面目。道究父母未生以前。皆指此炁。而理寓乎其中矣。太上曰。象帝之先。又曰。有物混成。先天地生。從古佛仙聖賢。修身立命。修此而已。著經垂世。明此而已。近世蒸民。不知反本。不務躬行。向外索取。讀盡聖經。繙窮秘典。而於自己一點元陽真氣。任其汨^④沒。至死不明。良可深悼。吾今為汝時會眾等。顯示修真之要。務在明此先天一炁。是謂伭真之體。蓋此炁也。無極而太極。生天生地。生人生物。在人一身。藏於黃庭^⑤之內。通乎百脈之間。第一進修之功。務宜從茲下手。



〔周行獨立不改〕

今按呂祖所言，簡述上文內容大意：

(一) 元始一炁稱名為道之根，存於天地日月未判之前。

(二) 元始一炁由無極而太極，分陰陽二氣，陰陽二氣生三才：

天：為陽，成象。星辰，日、月升降有度，周而復始。陰陽二氣互變（調和）、往復循環而形成雲霞雨露，風雷電雹。

地：為陰，成形。負載山、河、水流、海洋、土泥及動植各物等。

人：父陽，母陰。父母二氣交媾孕育成形體而生於天地。人身外屬陽（象天），

內屬陰（象地）。人未生以前，曰先天，既生後，曰後天：

先天：曰混元，為無形、為性、與道合一。

後天：既生於天地後，曰胎元、為有形、為命、與道分離。

元始一炁朴散後，三教尊稱始炁名稱雖不同，惟原理實一。

儒曰天命之性，「含五常八德之性」。教人從實，恐人無所依據。

釋參本來面目，即「色空」，了生死之道。

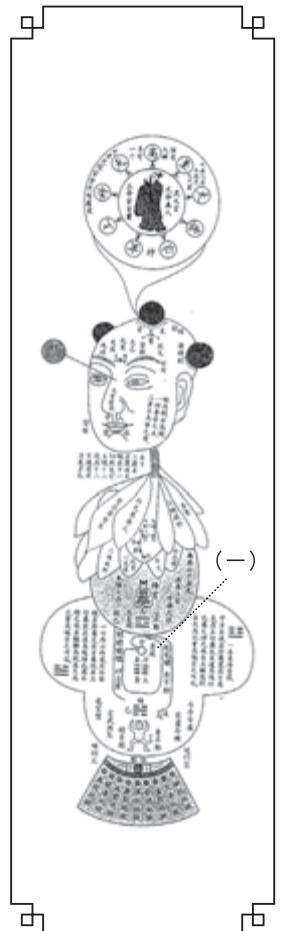
道究父母未生之前，即「無為」，教人重返虛靈之根。

③ 峙：即聳立。

④ 汨：即埋沒。

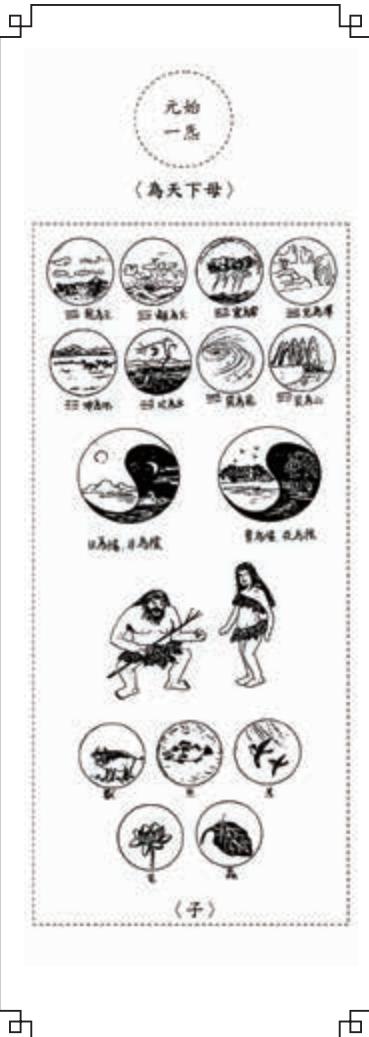
⑤ 黃庭：即中丹田，修真圖七號穴。

人生於天地後，「元始之炁」匿在人身小天地中，藏於黃庭之內（參修真圖七號穴位），此「炁」通乎百脈之間。修真者，第一修之功，務宜從茲下手，從靜坐入門，養煉真氣。



先天元陽真氣，藏於黃庭之內。

(一) 黃庭：煉丹在此、結丹在此、還丹在此、養神在此。



【吾不知其名。字之曰道。強為之名曰大。大曰逝。逝曰遠。遠曰反。】

「道」為天地群生共由之路，公共之端，浩浩淵淵，莫可形容，故強名曰：

大：道無所不包，無所不在，高而無上，羅而無外，無邊表、無有盡處。

逝：道的運行，永不停息。觀天地日月往來運行不息，周而復始，四季序、分晝夜。

遠：無窮、深奧、遠不可聞見，無所至極。

反：同返。復歸。修真者，可返歸回到先天「性」的原處（即明心見性）。

元始一炁朴散後，生育天地，化生聖靈，包括仙佛聖賢，日、月、星辰並萬物。萬物既具有後天形相，「道」之釋義不能以言語來形容，老君不得已乃強名創造萬物之根源者曰「道」。參《道德經》〈第一章〉。

【故道大。天大。地大。王亦大。域中有四大。而王處一焉。】

道化育天地人三才。三才皆由「道」中孕育，故宇宙內含靈至高至大者有四：道、天、地、王（王為人靈代表）。

問：為何王亦大？

答：參看呂祖《三尼醫世說述》龍門正宗闕一得序文（時維清道光戊子，公曆一八二八年）：

良醫攻疾，必去其疾，而後元氣可通。子不聞老子之言乎？「道大、天大、地大、王亦大」。王亦大者，薄海内外，百萬億生靈之所歸，有旋乾轉

坤之權也。道與權合，則兵刑禮樂，革舊俗而新之，權足以去其疾而奠安之也。有道而無權，豈能於凶人敗類而亦安之懷之也哉！世之為病有二：曰人運之病，曰天運之病。人運之病，戾氣所鍾，所謂「自作之孽不可活」，惟有權者能醫之。天運之病，協氣可追，所謂「天作孽猶可為也」，惟有道者能醫之。

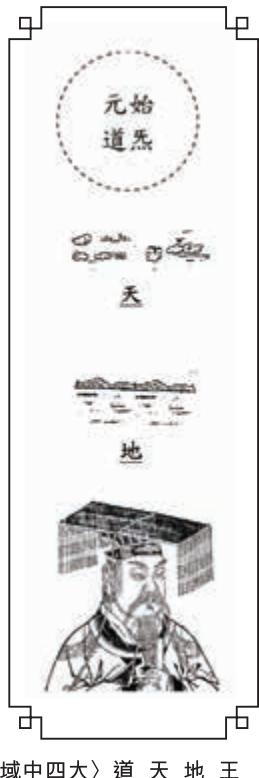
編者按：按序文，聖人以「疾病」作喻「世道之病」，世道衰落，道德淪亡，誰能治醫？唯有權之聖王、君主，今日之統治者能治之，因統治者擁有權力，可醫治百姓之通病，替天行正道，故曰「王亦大」。

再參《洞古經》入聖章內文：

純全全。合乎大方。溟溟涬涬。合乎無倫。天地之大。我之所維。萬物之眾。我之所持。曷有窮盡。以語其弊哉。

李涵虛祖師註：有物混成。先天地生。大無方體。高無等倫。天地萬物。皆我維持。雖有善言者。亦不能尋究其弊。以其無盡也。世間有盡者。即有弊端可語。道無窮終。安有弊之可語哉。

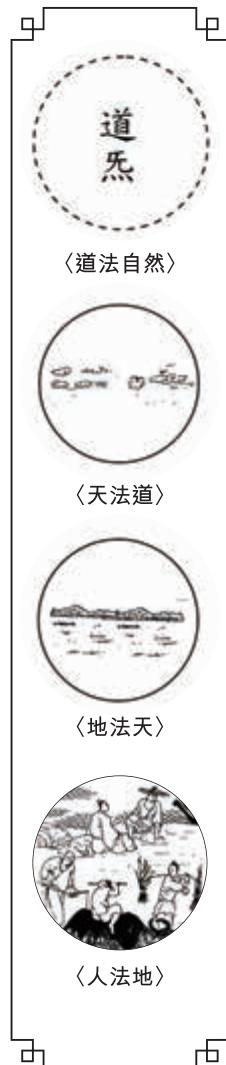
編者按：《洞古經》詮釋「道」之為物：曰大、曰逝、曰遠、曰反。觀《洞古經》入聖章，簡述「道」之為物，括述無遺矣！



皇帝或統治者，為百姓所歸依，可替天行「正」道，醫治萬民通病，有旋乾轉坤之權，故曰「王亦大」。

【人法⑥地。地法天。天法道。道法自然。】

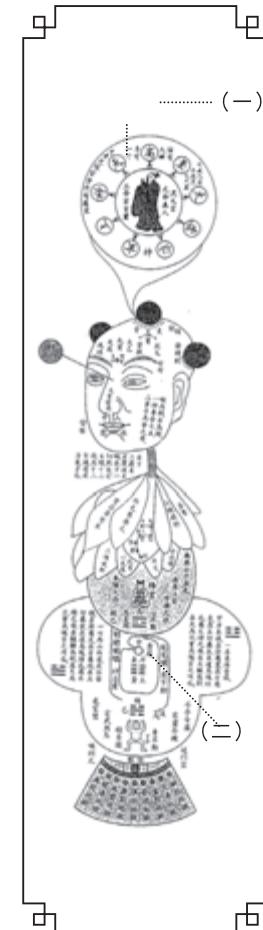
此言上述四大皆法式於自然。概因元始一炁以自然之道分陰陽，化生萬物，由此而往下推：「道法自然」而生天、生地、生人、生萬物。在造化的過程中，絕無半點矯揉造作，故曰法自然。



倘道法不自然，緣何能生天地萬物？

內講：

【天法道、道法自然】



關於天法道、道法自然，參看《醫道還元》卷九〈真體圓成詳解〉內文作進一步詮：

呂真人曰：何謂身即道而道即身？蓋人當性命合一後，真元凝固，百脈歸根，中宮虛靈之地（黃庭穴），結成一點元陽，以運行於內景，舉上下四隅，無非此「真靈」所管照，此身之內，直如天地一大造化，無有而無不有，必還到靜虛無極本體，則謂之「道」可，謂之「真身」亦無不可，故曰：身即道而道即身。《太上經》云：「天法道、道法自然」。修持之士，造到此境，亦依然一法道之天地也。何謂氣是形而形是氣？蓋指人之真形而言，凡夫之體，不過一幻質耳。修持性命者，到得功力充滿，內景純是天地靈陽之真氣鼓蕩，當其鼓蕩周行則為氣，當其凝而聚之，則謂真形，久之而出入可以無碍，自成得妙行光景，從可知真身之形，即氣結而成，非有他

(一) 三品（精氣神）合一，元神出舍，身外見身，謂身結中成元神曰「真靈」，即氣結而成。真身之形，行於內景（自身小天地），舉上下四隅。

(二) 中宮（黃庭）之地，結成一點元陽真氣，行於內景（自身小天地），舉上下四隅。

也。如此故曰：「氣是形而形是氣」。形氣無所分，分者在聚散耳。所以丹書云：「聚則為形，散則為氣」，非妄言也，真形可久，幻質不能長存⑦，人亦何憚而不求其至真耶？

呂祖師上文，按修丹次序以言道法：

第一階段：先言「身即道、道即身」。

人能修靜入虛，真氣自中丹田生（黃庭穴，參修真圖七號穴），真氣貫越人身上中下三田（修真圖六、七、八號穴位），結成一點元陽，達此階段，謂之真身，但依然一法道之身即天法道，道法自然或曰身即道，道即身。

第二階段：氣是形而形是氣。

修功煉至真氣凝結成真身之形，元神出舍，身外見身之時，達此火候則曰「氣是形而形是氣」，亦即修功已臻至煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，三清合一階段。至此，丹黍完成，雖肉身仍在塵世，已作陸地神仙矣！

本章旨：

老君重申言「道」化育天地萬物，世人欲重返先天無極元始一炁之「元性本體」，須內外雙修，煉至三清合一，則超凡入聖域，與仙佛同體，一真永得矣。

⑦ 幻質不能長存：幻質，指人的身軀、肉身。

《道德經》一十六章

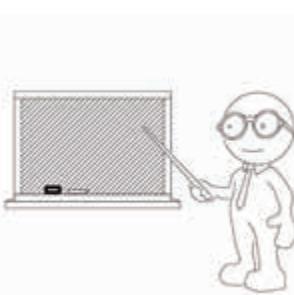
【重為輕根。靜為躁君。是以君子終日行。不離輜重。雖有榮觀。燕處超然。奈何萬乘之主。而以身輕天下。輕則失臣。躁則失君。】

此章教人立身處世不要為榮華富貴，財色物欲而亂心。屬外講。

外講：

【重①為輕②根。靜③為躁④君。】

重為輕根：人性生來本是善良的，這顆道德的重性，若不為私念物欲所蔽，那麼當由這重的道德性心來支配色身行為，便是正常合理的了。故曰這棵道心（重）是色身（輕）之根。根即本來之意。



【重為輕根】

人之初，性本善，原性是「道德」之心性（重、為根）來支配色身的行為。

靜為躁君：人的靈本好靜，而心好浮動不安靜，心猿意馬，終日思慮妄想故曰躁。若靜（靈）能制伏好動的心，則自性自然圓明，性光當現，故靜（靈）是心（躁）之君（主宰），而心（躁）則為臣。

【是以君子終日行。不離輜⑤重。】

「輜重」是軍旅之生命，老君取喻教人立身處世不論行到那裏，作何事情亦不可忘了自身之輜重，這輜重並不是什麼有形的東西，乃是人類本體之「道德」，是抽象無形的，但這無形的東西卻能左右人生的一切。君子時刻不離這輜重（道德），就像軍隊行軍，離不開



〔輜〕

④ ① ① ④ ①
重：重要、即「道」與「德」性。
輕：輕浮，此指色身、行藏。
靜：人之靈、主靜。

⑤ 輜：粵音資。古時軍旅出行，必有裝備軍需品之車輛隨在其後，負載軍餉、器械、被服等重物，這軍車叫作輜車，因其用處相當繁重，故名輜重。



【靜為躁君】

君子：「行道載德」。「道也者、不可須臾離」。

人心終日浮躁不定，妄念叢生，即（躁）。須從定靜入手，以制伏躁心。

輜重一樣，等於戰無不克，達到人生行為最高善境，聖人終日行不離輜重，即：儒之「道也者不可須臾離也」。釋之「行動坐臥，念念不離」。

【雖有榮觀。燕處超然。】

有道的君子，時刻都不離開輜重的「道德」，雖有榮華美觀的事情排列在目前，君子以平淡之心自處，不會沉溺及為其迷惑的。

【奈何萬乘之主。而以身輕天下。】

萬乘之主：指擁有萬輛兵車的君主。即今日一國之領袖。

一個明道知理的君主，不失其根，不失其君，天下事沒有不大治的道理。但反觀老子之時代正在周朝末年之失政時期，國君昏庸無道，老君便喟然嘆道：為什麼一個身為國君的重要人物，不去繼承先王之基業，反而為了一己之私欲，把「道德輜重」丟棄，沉迷於荒淫聲色貨利之間，害生傷性、以物欲色欲為重而身為輕（不愛惜自身），故曰「身輕天下」。



失道失德的君王，是失根失君的昏君。故老君慨嘆「奈何萬乘之主，而以身輕天下」！

【輕則失臣。躁則失君。】

慾重情濁即是失根失君的人，心平氣和即是守根守君的人。心躁動，邪氣橫生，現代之世風多尚涼薄，人心大多乖舛，縱情肆欲不能降伏，人人只知有我，專好損人利己之事，這也因為失根失君所致。

本章旨：

不能以道心用事的人，是因為私欲心太重，自性不明的人，脾氣一定浮躁不定，固三教聖人立言是教人去除此二障而已。

《道德經》一十七章

【善行無轍迹。善言無瑕謫。善計不用籌策。善閉無關鍵而不可開。善結無繩約而不可解。是以聖人常善救人。故無棄人。常善救物。故無棄物。是謂襲明。故善人者。不善人之師。不善人者。善人之資。不貴其師。不愛其資。雖智大迷。是謂要妙。】

此章承上章，老子希望世人根據上篇第二十六章的「根」與「君」來實行「五善」。純外講。

外講：

【善行無轍迹①。善言無瑕謫②。善計不用籌策③。善閉無關鍵④而不可開。善結無繩約⑤而不可解。】

以下是明道之人之五項善行：



三教聖人、賢人教人行五善。救人不棄，有教無類。

- (一) 善行無轍迹：君子行事接物，向來都是無為而行，出自真誠，不表露痕迹的，只知默默實踐，從不大事張揚，事過即捨，不恃己功，不留痕迹的。
- (二) 善言無瑕謫：君子說話不輕出，知必行，言必信，不巧言令色，一言一語皆可為天下人之法則，其言語是沒有缺點的。
- (三) 善計不用籌策：明道的人智慧圓明豁通，動念皆為利益大眾而用，發揮上不用利害得失之籌策。返觀世人用事總把自己之利害經過再三之籌劃才決定行動，只求一己之欲望而不顧別人，甚至損人利己來籌謀自己的私益。
- (四) 善閉無關鍵而不可開：明道的人之心境，不論處於任何環境，一切奸貪外誘絕不動其心，一切妄念亦無隙可乘。雖不用一切守心之勉強功夫亦不為外誘所搖動也。

轍迹：車輛的行迹。痕迹。

瑕謫：（謫：粵音宅）玉上的斑痕，比喻缺點。

籌策：古代計算用具。解謀劃。計算得失利害。

關鍵：鎖門的工具。猶言機關。

繩約：繫屬之意。

孟子之四十不動心，和如來佛之六塵（眼耳鼻舌身意）不入等，這都是善閉不開的意思。「善閉」的功夫是實踐道德之第一要諦也，假若心之門不能自閉，妄念物欲便要叢生，心神息然不安，不知所止了。

故三教聖人教人善閉之方法：

儒之養心課目

佛之禪定功夫

道之靜坐養氣

（五）善結無繩約而不可解：明道的人以天下為一家，不是獨善其身，清高自賞的，不分界限畛域與隔陔，但望人人明道，天下大同。其思想與世人一體不分，雖無繩繫約屬為之結合，但其內在的通化思想，任何人也是離不開的。聖人之德澤普及萬物，這種博愛思想如能擴大起來，那麼國族之紛爭可以完全打消，紛亂的社會變成相親之社會。

【是以聖人常善救人。故無棄人。常善救物。故無棄物。是謂襲明⑥。】

聖人具備上言之五善，故不分彼此來救濟化度世人，有教無類，故無棄人，仁愛萬物，由小及大，由近至遠。聖人施五善，冀望人人相繼，先聖之襲明，後聖亦必襲明，大道方能宏展，傳遞不息。是謂「襲明」。

【故善人⑦者。不善人⑧之師。不善人者。善人之資⑨。不貴其師。不愛其資。】

明道實踐五善的人，理所當然是尚未實踐五善（即不善）的人的老師和模範。那

些不明道體的不善人，須依托善人真誠的善與人同，有教無類的大無畏精神來感動他們醒覺而見賢思齊，即看到有德行，有才能的人，就向他學習，希望能在其中和他看齊。

【雖智大迷。】

若世人不尊重善人為老師，不珍惜他的借鑑為依託，自以為聰明，其實是大糊塗。

【是謂要妙。】

人能通曉以上道理，是謂知微妙之要道也。

本章旨：

聖人善入塵勞，用五善之道來濟世救物，希望「大道」能一代一代的承傳下去。

⑥ 襲明：繼承大道宏通，傳承下一代。

⑦ 善人：此指能夠實踐前言五善的人們，是先知先覺的賢人。

⑧ 不善人：此指一般尚未明白道體的人，是後知後覺的人。

⑨ 資：憑藉、依託。

《道德經》二十八章

【知其雄。守其雌。為天下谿。為天下谿。常德不離。復歸於嬰兒。知其白。守其黑。為天下式。為天下式。常德不忒。復歸於無極。知其榮。守其辱。為天下谷。為天下谷。常德乃足。復歸於樸。樸散則為器。聖人用之則為官長。故大制不割。】

此章老子教人謙弱退守，知得失榮辱，保守常德。分外、內講。

外講：

本章老君用「三知」、「三守」來教人復現「常德」。

【知其雄①。守其雌②。為天下谿③。常德④不離。復歸於嬰兒。】

老君教人既取得事物的正面同時，亦須回守反面。

聖人之雄心是救世救人，凡人之雄心是為名為利。雄心和高遠的抱負是向好的，但須謙恭謹慎即守雌（退藏）。否則這顆雄心很容易變成狂妄的心。如能守雌，雖有喜怒哀樂之四情，但不失其和，其志氣乃是浩然之正氣，並非躁動逞強鬥勝之邪氣。作事合情合理，這樣才可以感化民心，若百川匯集於深谿，萬民自然歸順了。再因這是常德不離的表現，其自身未發動躁氣，以中和態度來處事，那就像與嬰兒純潔之原態復合了。是謂「知雄守雌」，「復歸嬰兒」。



〔坤（雌）柔〕



〔乾（雄）剛〕

取得勝利，雄心抱負實現時，仍須謙恭謹慎守其心，否則雄心易變成狂妄的心，終招敗失，是謂「知雄守雌」。

① 雄：此解通武、有力、雄壯、為剛陽、事物之特出者、傑出之人、強大。

② 守：防守、守衛。

③ 雌：柔弱、為靜（陰）、退藏。

④ 謂：深的穴口、空虛。

⑤ 德：道德、品德。

【知其白⑥。守其黑⑦。為天下式。為天下式。常德不惑⑧。復歸於無極。】

知其白，守其黑：世人拼命謀求順境、即白。由是引起了縱情肆欲和不知足的病態，若失了約束自己的方法，不以知足守住晦暗即黑，而一味的妄貪下去，則難免招來無盡煩惱和因侈欲而造成罪惡。故老君教人順境時守黑，不使亂性，不被外誘沖昏了「常德」，甘心自居於知足的晦暗（黑）的地方。不與世人爭浮華，不受名利之擾亂，更不受財色之誘惑，這便是「知白守黑」的意思。

為天下式：明道而順境的人，若能這樣不與世俗同流，自己處於豁達知足的境界，這便可成為天下人之楷模法式。

常德不忒，復歸於無極：那麼他的「常德」自然就不會有什麼差失即曰「常德不忒」。這樣就「復歸於無極」之最初原態了。這無極是與道相合的意思。

【知其榮⑨。守其辱⑩。為天下谷⑪。】

世人都願名利雙收，受人歌頌仰望，並不願屈居人下而惹人看不起。由於人人都存在這種心理，所以便習成了

虛偽詭詐和驕泰風氣，人類之常德便漸漸失去了。明道修真的人當然知道光榮是舒心得意的，可是唯恐因驕氣傷害了「常德」，所以便以草陋自居，知足常樂。更能吃虧讓人，甘受一般人的辱笑，是曰「知榮守辱」。

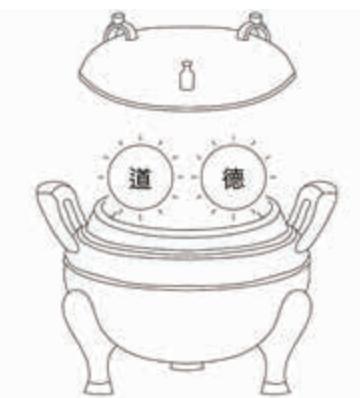
【為天下谷。常德乃足。復歸於樸⑫。】

因他的虛懷大量，才成一個若山谷般的容人容物「為天下谷」。而其「常德」乃可以常足，返回真樸之原象，復現其本來面目。

【樸散則為器。聖人用之則為官長⑬。故大制⑭不割⑮。】

⑥ 白：光明順景。
⑦ 黑：晦暗。
⑧ 忖：粵音剔。差錯。
⑨ 榮：榮耀、名利、吐氣揚名等事。
⑩ 辱：受辱。被人看不起，甘居低賤。
⑪ 谷：容納。
⑫ 樸：渾然未判之道體和人之先天原性。

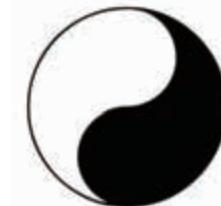
⑬ 官長：此指眾人所敬愛的人皆可稱之為官長。
⑭ 制：成法、制則。
⑮ 割：用刀截斷、分給。



道德包含倫常八德，修身齊家、治國諸事，是由「元始道氣」朴散以後而立之「名相」。惟聖人、領導者不能任意擇善「名相」而用，否則不能稱為聖人、賢士。故曰【大制不割】。

谷

名利雙收時，不可生驕氣。功成名遂、身退。晚年宜簡樸自居，韜光養晦便是。是謂【知榮守辱】。【谷】者、容納天下難容之事。



順景時須回想昔日的晦暗，不可縱情肆欲不知足，這樣才不受名利、財色之誘，乃可功業長久。是謂【知白守黑】。

「樸」是老君教人修身齊家治國平天下的最好元素。道朴散成天理、地理、物理為用以後，雖然名相繁雜似乎是分別而立，但其根處仍是相連相息貫通。故曰「樸散為器」。故聖人或官長在治世上必兼理物，不能只顧一面而忽略其他。因為「道」朴散後是無善不包，無美不備的，故世間上一切善美事態都有互生互用之作用，固「聖人用之則為官長」。如身不修的人便不能齊其家，家不齊的人便不能治其國，國不治的人便不能使天下平。對父母不孝的人，對其兄弟就不會悌，對上不忠的人，對朋友就不會守信。

故「道」（道與德）是渾圓一體，不能宰割的，一切善美之事本體上是根源於「道」。聖人、君子、賢人和官長必須能調和眾善，容納眾德，假若一有偏執矛盾而不能互即互融時，則所謂聖人也就有了折扣，這就是因為其已宰割了大道之原故。因此，大道（道德各事）是絕不能分割而隨人任意擇善而用。倘選擇去實踐者，不能稱謂曰聖人、賢人或官長了。故曰：「大制不割」。

內講：

關於「知雄守雌。知白守黑」內修註釋，參《黃庭內景經》第三十二章內文：

知雄守雌。知黑見白。

歷六合隱卯酉。兩腎之神主延壽。轉罡廻斗藏初九。知雄守雌可無老。

知黑見白氣自守。

李涵虛真人註：

六合者二六相合十二時也。自子至巳為六陽。行督脈¹⁶之後。自午至亥為六陰。行任脈¹⁷之前。故曰經歷六合。卯酉者出入之門。隱則隱於門中也。此處名歸根竅。復命關。金木交并處。兩腎者內外二腎也。其神玄冥。能存玄冥萬事畢。其神桃康。男女廻老有桃康。故主延壽。延壽之方。莫外乎火升水降。火升則踏罡步斗。水降則轉罡廻斗。藏。潛也。初九潛龍。藏心於淵也。藏初九。則知雄守雌。精神堅固也。故曰可無老。藏初九。則知黑見白。鉛汞相拘也。故曰氣自守。

參《周易參同契》第七章內文：

知白守黑，神明自來。

任法融大師註：

(一) 白，金也。是指坎水中藏的真金。

(二) 黑，水也，是指離水中藏的真水。

老子曰：「知其白，守其黑，為天下式……」。他是說有明白四達的智慧，當以愚暗自守，以此作為處世行於天下的法式。本章引此意來發揮人身金水兩者的體用關係。白為真金，黑為真水，知白金由黑水中生出，所以知白者必守黑，這種道理。

¹⁶ 督脈：參修真圖十一號穴位。

¹⁷ 任脈：參修真圖十號穴位。

猶如使白光顯於黑暗中一樣。故守一子曰：「猶知日之白光，當守月之黑體；如欲知其銀之白，當守其鉛之黑也」。如久守其鉛之黑體，而銀之白光自現。鉛中藏銀，銀出鉛中，二者在相互運用中，自有神機妙用，故曰：「神明自來」。水金兩者之間的關係是相互為用，不可分割，因用真水借煉外丹，故謂真鉛。水屬後天，金（真水）屬先天，水本由金中而生，但金藏水底，金水兩者相須為用，不可分割。《龍虎經》中說：「金水相含受，雌雄並一體，用之有條理」。與本章說的「知白守黑」的道理是相通的。

參《呂祖全書》卷十一〈忘情品第二〉內文：

守雌留雄。以黑返白。

內修之道。情不觸物。守雌留雄。以黑返白。忘而不忘。不忘是機。所忘是物。機活竅靈。物忘命復。

參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄〉內文：

守雌自閉。虛谷生神。

太上教人。以清靜為本。守雌自閉。虛谷生神。千言萬語。也只教人修心。

本章旨：

本章外講方面，最重要之幾句話，便是知雄守雌、知白守黑和知榮守辱三句。世人若能完成了這三句話，則便足以為：天下谿、天下式、天下谷。那世人便可復現三項常德即：常德不離、常德不忒、常德乃足的歸真反樸，回歸先天無極大道了。又，老子謂「道德」乃倫常日用各事，不能分割取捨而行，否則便不能稱之謂聖賢、哲士了。

內講方面：雄雌、黑白乃內丹語，黑指真水，白指真金，內丹修煉，水金兩者相互為用，不可分割，故曰「大制不割」。能悟之者，深功自得。

《道德經》一十九章

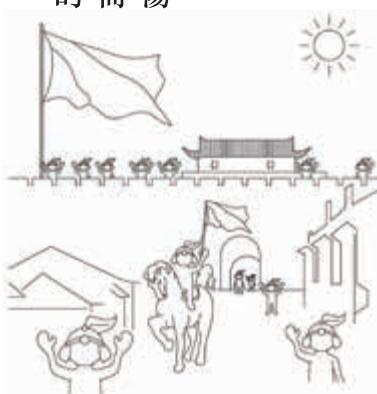
【將欲取天下而為之。吾見其不得已。天下神器。不可為也。為者敗之。執者失之。故物或行。或隨。或呴。或吹。或強。或羸。或載。或隳。是以聖人去甚。去奢。去泰。】

此章老子以天下作神器，言順應自然之道。分內外講。

外講：

【將欲取①天下而為②之。吾見其不得已③。】

聖人道全德備，應運出世，如湯武④取天下，並非湯武僥倖持強，過分驕肆，貪功取勝，為榮華而圖享樂。而是因桀紂⑤失道離德，塗炭生靈，民不聊生，在不得已的情况下才取治天下。故曰：「取天下。其不得已。」



義師替天行道，「取天下。其不得已。」

【天下神器⑥。不可為⑦也。為者敗之。執⑧者失之。】

天下及人心本是一個無形的神器，故天下必須用無為之德治來治化，既取天下，須以民為本，概因人心亦稱為神器。若用機智強暴以取天下，或用私智來執持，結果一定歸於失敗，不會長久的。故曰：「天下神器，不可為，為者敗，執者失」。

問：為何「人心」亦稱為「神器」？

答：蓋人心雖是無形無象的東西，但卻能上與天通，下與



賢君之心，與天心合。天心合人心，統稱之曰「天下神器」。

取：治理。

為：強作妄為。不是順應天命而為。

不得已：不得不這樣作。

④ 湯武：商湯及周武王為古代聖君。兩王分別於距今約三仟至四仟年前，起革命推翻當時的暴政君王：夏桀及商紂。史學家譽湯武革命為「應乎天而應乎人」。

桀紂：即夏朝的桀及商代的紂。兩人皆為史上有名的暴君。

神器：老子以天下作喻神器。

為：任意強行。

執：把持。

物合，若統治者推行仁政，人心順服，則萬物必泰而天地（天道）亦必正位。倘逆天行道，則會影響天地之正氣，劫孽重生，戰禍連綿。故仙佛云：「天地劫孽之由來，實乃由人自召」。上天有好生之德，緣何降災禍於人間？是以自古以來便有「天人共怒」和「天人共慶」之二句話，由此可見這天理與人性同是一道之分用，這就是人心比作神器的原因也。

【故物或行⑨。或隨⑩。或响⑪。或吹⑫。或強。或羸⑬。或載⑭。或隳⑮。】
天下萬物都是相對的，只有「大道」才可以絕對獨立，天下萬事都是循環的，只有「無為順安」才可以不入循環。老子舉四項事例而言：

(一) 物行或隨：如在前面獨行的人，或工作上能極速上位的僥倖者，在其後面就有人緊追窺伺他，前者或不能久執，又因此反之於後。上所行，下必隨之。
(二) 或响或吹：我欲噓而溫暖（响），（刻意去奉承上者來取己益），寒涼（嫉妒者）必厭而棄之（吹滅），最終奉承者計不得逞而遭冷待。有所溫必有所寒。

(三) 或強或羸：若人自以為有力，自視為強勝的人，那麼就有更強的人出，使其損而羸弱（削弱）。

(四) 或載或隳：有所安必有所危。汽車渡船若超載則易翻側，構成危險。這是有的犯險！今日社會，船隻及交通工具超載而導致渡船翻沉、不小心駕駛，造成人命傷亡，時有發生，皆是人類有為的貪婪和魯莽錯判！

世間各事，各有對峙，一山還比一山高，後浪推前浪，我們應以自然之道來應理事物，不要強用有為和執的不正常手法來博取人心，或以巧取豪奪的手段來取人財貨，或假公義，假言詞來欺騙人民，這些都是嚴重的為與執，最終會是失敗收場的。

【是以聖人去甚。去奢。去泰⑯。】

去甚、去奢、去泰是教人不激不過

⑨ 行：行走。

⑩ 隨：跟從。

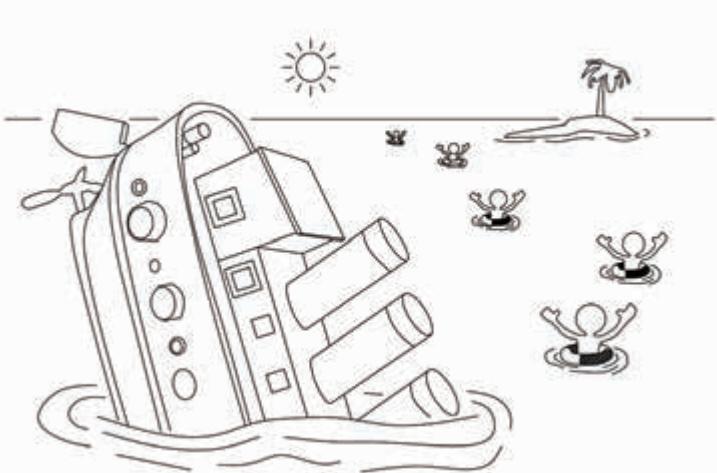
⑪ 吼：粵音吼。吐出。同煦。溫暖。

⑫ 吹：是寒涼。

⑬ 羸：粵音輝。毀壞。瘦弱。

⑭ 載：裝載。充滿。

⑮ 泰：過甚。驕縱。奢侈。



世人爭奪名利、財富，不惜爾虞我詐，爭先恐後，呵諛奉承等來達到目的。但世間事，總是輪流轉的。若是不義而得、或貪婪過度，終招車毀船翻。

的驕，此三者是順天無為和不執，凡事都存在不以過度來強人，也不以奢華來勝人，更不以驕泰來欺人，如此自然就一順百順，沒有得不償失的大錯了。否則，倘奢泰過甚，則物極必反！

內講：

【物或行。或隨。或响。或吹】

靜坐煉丹時，呼吸吐納，乃陰陽升降之機，陽往先行，陰隨其後。若氣之由伸而屈，吸之則油然而响。氣之由屈而伸，呼之則悠然而吹。

【或強或羸。或載。或隳】

真氣生，丹田爐火升降，端籟文火（羸、即弱），或武火（即強）調節得宜。倘武火過強，則「載」（即滿），文火弱，則「隳」（即毀），結果恰如冷火燒炊，不生不熟耳。

本章旨：

聖人或統治者之有天下（即神器），並不是單靠邪惡勢力爭取來的，乃是因「德」之感召力而自然歸順的。明道的人，順天理而行，以己之心及人之心，不用刻意去強為和固持，各事方能成就和長久。內煉亦然，不過強或過弱，陰陽相濟，大丹始就。

《道德經》三十章

【以道佐人主者。不以兵強天下。其事好還。師之所處。荊棘生焉。大軍之後。必有凶年。故善者果而已。不敢以取強。果而勿矜。果而勿伐。果而勿驕。果而不得已。果而勿強。物壯則老。是謂不道。不道早已。】

此章承上第二十九章，上章言聖人應天運而取治天下，乃不得已而作。今章言用兵亦不得已而行。純外講。

外講：

【以道佐①人主者。不以兵強天下。】

輔佐人主為政的人，不應持強兵之道來逞雄天下，而應施行仁政來治理人民。

【其事好還。】

若以武力來逞強於天下，就會還有比你更強的人出來對付你，這樣兩相報復是永遠不會息止的。即第二十九章之「或強或羸」的道理。

【師之所處。荊棘生焉。大軍之後。必有凶年。】

凡是遭到兵禍的地方，人民所遭受的塗炭就不堪設想，十室九空，田畝荒蕪，荊棘叢生。在大兵災之後，因兇殘過甚，致冤魂集結變成災殃戾氣，此即飢荒凶年之由來也。

【故善者果而已。不敢以取強。】

兵為不祥之器，於不得已時才不得不用。如前篇第二十九章言商湯伐桀和周武王伐紂乃弔民伐罪（即慰問受苦的人民，討伐有罪的統治者）而用兵（除去暴君）。宋朝岳飛（公元一一〇三至一一四二年）大戰金人兀朮乃為救亡圖存宋室而用兵。如此等等因不得已用兵者，可謂「善者果而已」，並沒有以兵強天

下的意思，不得已時一用能夠濟事就可以了。故所謂果者，就是適可而止之意，故後世便以王師義兵來定論用兵是否「善者果而已」。

【果而勿矜。果而勿伐。果而勿驕。】

用兵既有了適可之功績後，還得要懷着沉重的心情戒省一下，不可以適可之功績：

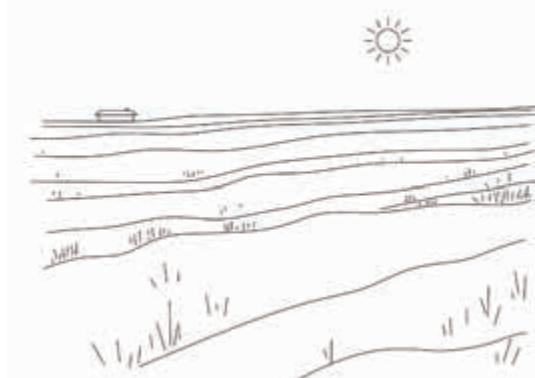
自矜、自伐、自驕。

【果而不得已。果而勿強。】

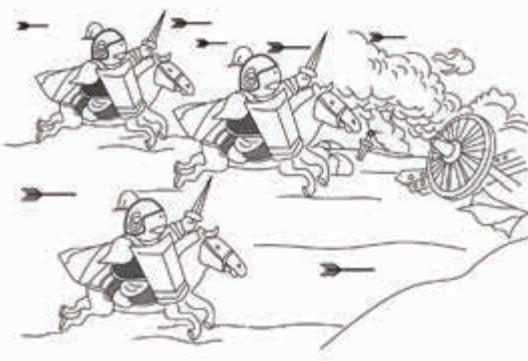
更須要存在一種自懺自戒的心理，在有了成果之後即當止住，不要再藉兵力之勝來欺凌以稱強天下。

【物壯則老。是謂不道。不道早已。】

天下萬物之常道，是新陳代謝循環不息的，萬物過了強壯之階段，勢必要衰老敗壞下去。用兵之道，應常保持中肯之態度，能果即可，不可取強。假若一旦不知進退的趨入過強之途，則和萬物之將衰老一樣，最終一



兵禍連年，農事荒棄，民不聊生！



為政之道，在於施行「仁政、安民」。並不是以打仗兵強來治天下。否則只見兩相報復，禍及百姓。故曰「其事好還」。

定遭到更強的挫折而敗滅了。故曰如此者則「不道早已」，即不明白這個道理，必招敗亡。

再觀近代史，拿破崙曾稱雄於歐洲，兵強將硬，用兵不謂不精，然終不免有滑鐵盧（公元一八一五年）之覆滅。再看希特勒（公元一八八九至一九四五年）曾以三數月之短時光，席捲西歐十餘國，兵將要達至巔峰狀態時便由壯而老而死。雄師未能以果而勿矜、勿伐、勿驕、勿強為戒心，最終至一敗不可收拾的境地，這又是「不道早已」之另一例證。

又道家以兵強比喻情動擴張，參《呂祖全書》

卷十一〈忘情品第二〉內文：

太上曰：「道佐人王。不以兵強。兵者情也。情動物張。夫焉有倚。倚者寓情。情能逐物。情能役神。」

按呂祖訓文：兵者寓作情，情者、人性之好。喜、怒、哀、樂、愛、惡、欲謂之情。倘情（即兵）過張，過甚則傷神、損元氣，奉道者宜寡情弱兵。



奉道之士，倘情「喻兵」過張，神常外馳，則損氣傷神。

本章旨：

老君教人「守柔曰強」，這樣才可以長久不殆，若是以兵強天下，即是棄柔而用剛，剛則壯，壯老則死，這已離叛了道旨，故曰「不道早已」。奉道者，宜弱兵（寡欲修心）。



《滑鐵盧戰役》

打仗是為保家衛國，不得已而動兵。打勝仗、切忌驕傲自逞強，須哀弔戰死士兵，自戒自省。當戰爭平息後，宜休養生息，以平天地戾氣，否則必遭敗亡。

《道德經》三十一章

【夫佳兵者。不祥之器。物或惡之。故有道者不處。君子居則貴左。用兵則貴右。兵者。不祥之器。非君子之器。不得已而用之。恬淡為上。勝而不美。而美之者。是樂殺人者。夫樂殺人者，不可得志於天下。吉事尚左，凶事尚右。偏將軍處左，上將軍處右。言以喪禮處之。殺人眾多。以悲哀泣之。戰勝則以喪禮處之。】

此章可以同上一章（第三十章）合起來講，同是反戰的意思。分外、內講。

外講：

【夫佳兵者。不祥之器。物或惡之。故有道者不處。】

兵為不祥之器，打仗必傷殘人畜性命，乃仁人之所忌。人類在討厭它，就是物類如禽獸等亦厭惡而逃避它，百姓不會接近它。

【君子居則貴左。用兵則貴右。兵者。不祥之器。非君子之器。不得已而用之。恬淡為上。】

古人君子在安居的時候，以左方為上首，因左邊是向東方，屬木、屬仁（慈）、屬陽、生氣也，「左青龍」是萬物吉祥之意。右是西方、屬金、蕭殺、屬陰、殺機也，「右白虎」是萬物凶煞之意。用兵的時候，則以右為上首，因右主殺、屬陰。「兵」是不吉祥之器，故只可屈弔民伐罪（即除暴政安民）或國家處於救亡圖存之時，在不得已而用之。

但這時亦當平心靜氣為上，不可存有好戰貪殺之心。故曰「不得已用，恬淡為上」。

【勝而不美。而美之者。是樂殺人者。夫樂殺人者，不可得志於天下。】

有道德的君主或統帥，因不得已而用兵，雖戰勝敵人，但因殺人甚慘，故不以戰勝為美。若把戰勝當作美事，就是以殺人為樂，以殘生為快。樂於殺人的人，不會深得民心，不能使天下人志願歸服。

【吉事尚左。凶事尚右。】

古時正常治國之道當以文為重，故言貴左不貴右，即是重文（德）不重武（戰）之意。因當時之禮制是這樣，故凡吉事多尚左方，凶事均尚右方。

【偏將軍處左，上將軍處右。】

古時、一旦出兵，偏將軍因沒有生殺之決定權，所以就居在左方，而上將軍因兵

權在握，指揮三軍，故居右方。

【言以喪禮處之。殺人眾多。以悲哀泣之。戰勝則以喪禮處之】

打仗殺人太多，統治者、統師打了勝仗慶祝戰績，須以哀聲悲泣來弔陣亡的將士。雖然戰勝亦應不以吉祥事來看待，而以喪禮來處理這場戰事。如（追悼、立碑、設醮渡亡）等。

內講：

仙家謂兵強戰勝，乃還丹向上之事。

參《呂祖全書》卷十七〈火候藥物章第十八〉：

以神運氣。以氣引精。默默任運。身心泰定。致虛守靜。寂淡為無。其運氣也。息息歸根。勿忘勿助。其下手施功。全用逆修。使元神內守。精氣凝結。煉精化氣。煉氣化神。煉神還虛。虛無自然。聖胎斯成。然後溫養乳哺。全用靜體默護。自未結胎以前。常用武火。以退陰符。及陰符退盡。已露純乾陽剛之體。只用文火。溫養保固。使之泰然安處乎中。蓋武火譬之戰爭。至已成聖胎。則如天下泰平。惟宜偃武修文。焉用武事。太上曰：佳兵者不祥之器。不得已而用之。故恬澹為上。工夫至此時。只宜恬澹自守。切戒助長。久久純熟。嬰兒長養時。至自然脫胎神化。自在逍遙。

按呂祖訓文，道家內丹修煉，以武火（身中真氣）喻作戰爭，煉至聖胎就結於黃

庭（修真圖七號穴）後，則用文火溫養培育。關於修煉內丹爐火之升降，詳參本書刊導讀八《太上道祖內修篇講》第十三章〈火候調節〉。

參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章〉第三十內文：

道德二篇。其中所言。治國用兵之道。多屬喻言。即佛經亦以莊嚴佛國為清淨心地。太上之言治國。理此身心也。即用兵亦喻戰退陰魔。克去私欲之害心者。如《易》曰。震用代鬼方。三年有賞於大國。《陰符經》云。絕利一原。用師十倍。三返晝夜。用師萬倍。同一義耳。

又道家以「兵」字作「氣」字解。

參《醫道還元》卷五〈五氣心法詳解〉內文：

呂祖曰：何謂強兵不用？兵者有遏敵之義，家國有敵侵擾，乃有待於強兵，人心見累於群魔，斯有事乎振其遏邪之氣，故禦邪擾之乎禦敵，厲氣亦等於厲兵，所以《太上經》中「兵」字有作「氣」字解者。人苟金德完成①，自有冰霜之志，既無邪魔之擾，又何待厲其禦邪之氣？

編者按：上文所示，若人心被外邪萬態所困擾，即厲自身之氣（喻厲兵）拱衛心城，使外魔（心魔）不起不侵。

① 金德：即人心。金五行屬秋，主斂束防衛。倘人心之金德完固，亦居然一城之衛防，任外邪之紛紜錯起，千般萬態，一切群魔，皆不能擾害。

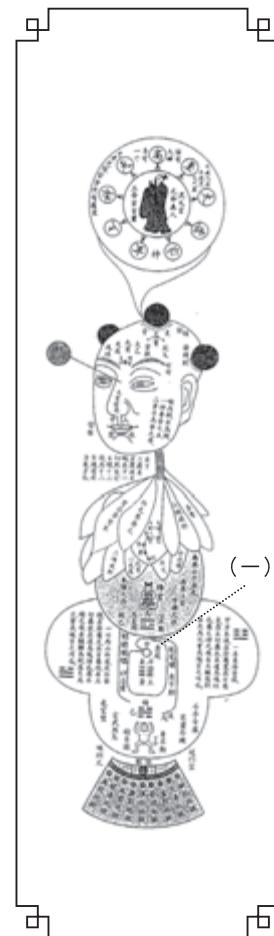
《道德經》三十一章

本章旨：

老君言兵分外、內講。

外講：再申言兵的禍害，君子不得已而用之。

內講：以「兵」喻內修未結丹時用武火（兵），既結丹後，溫養聖胎於「黃庭」時用文火培育，恬澹為上。又用「兵」作「氣用」，禦衛驅心魔外邪。參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十三章論「火候調節」武火喻「兵」，而《醫道還元》內文，呂祖言「兵」作「氣」字解，二聖玄真妙諦，洩吐無遺！



修煉內丹，「兵」字作「氣」字解。

(一) 內丹運真氣，下手施功（初功），全在逆修。聖胎未結前，常用「武火」，譬喻戰爭。迨至溫養聖胎，只用「文火」。喻戰事結束，天下泰平。

外講：

此章老君教人知止。分外、內講。

【道常無名。樸雖小。天下不能臣。侯王若能守。萬物將自

賓。天地相合。以降甘露。民莫之令而自均。始制有名。名亦既有。夫亦將知止。知止所以不殆。譬道之在天下。猶川谷之於江海。】

「道炁」生天生地，生人生物，為造化陰陽之樞紐

元始道炁

① 樸：未經雕琢的「木」曰樸。未經顯了之「道」亦曰樸。

② 臣：古時國君所統屬的眾民。役使。統率。君主時代的官吏。

「道炁」原為「樸」，朴散後才分陰陽生萬物。迨後天地陰陽互升降、日月往返，周而復始。世人不知「道炁」之大功，更瞧不起「它」。「道炁」為天下「母」，故天下萬物皆不能役使「它」，臣服「它」。

根宗。天地日月陰陽升降，不變不遷，不壞不滅，有一定之理，故曰「常」。道炁至神至妙，無可名狀，故曰「無名」。

天地萬物由「道」之元炁朴散而生，樸（朴）氣雖曰小而不見、不聞，無聲無色，然天下所有的一切生命事物都要以它（道炁）為宗主（本），誰也不能以「臣」的看法來小視或離開它。故曰「樸雖小，天下不能臣」。

【侯王③若能守。萬物將自賓④。】

道炁朴散生成天地、人倫、大道以「道德」支配人倫。若侯王能守住這「道德」去治理天下，不違反萬物之本性，不背叛世道之常理，則天下萬物自以賓客的態度來歸心這侯王。

前第二十八章上曾有過「樸散則為器」一句，這樸就是「道」。道朴散後為器用，此「器」包乎天、地、性、物各理、名相繁雜。按二十八章「聖人用之，則為長官」，此顯「常道」自利自用之德。倘按今章「侯王若能守，萬物將自賓」則此顯「常道」利他之德（利國利民）。

【天地相合。以降甘露。民莫之令⑤而自均⑥。】

國家上治下安，善多惡少，天地陰陽合泰，所謂「陰陽和、草木興」，陰陽之相合而降下潤澤甘露，不待世人之請求就很本能的降給萬物。若道德淪亡，人心歪壞，戰事頻生，生靈塗炭，則天地之戾氣（罪惡黑氣）充塞，上天雖有好生之德，然人禍自召，旱澇災害，自然而來了。所以倘人心與天心相合沖和，則「天降甘露，人莫之令而自均」。

【始制⑦有名。名亦既有。】

道既朴散為「器用」的時候，由「無名之道」漸成「有名之德」，始立法制，定準則，此「名德」包涵甚廣，不可言盡。惟大體上不離倫常八

③ 侯王：地位與第二十八章之官長相同。

④ 賓：客。歸服。順從。

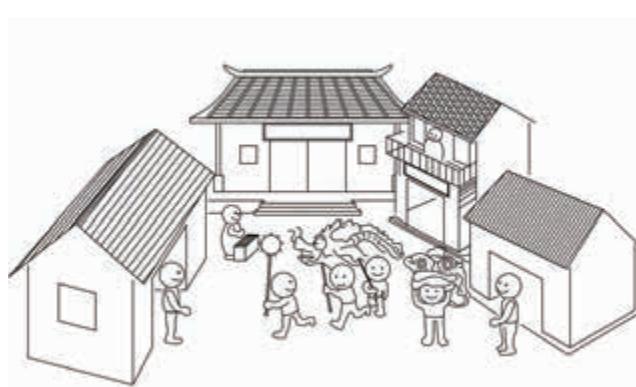
⑤ 命：使、命令。

⑥ 均：公平、均勻、調和、調節。

⑦ 制：成法、準則、節制、法制、制度、法式。



天下承平，人民安居，則必風調雨順、禾稻豐收。
即雨露「自均」。



「道炁」朴散後，始有後天人倫、道德、規範。國家領導者，能依此為「器用」，統率教化百姓，天下泰平，人民安居，各方自來效法朝服，即「萬物自賓」。

德、上尊下卑（長幼有序）、善與惡、功名與利祿、權法等種種，俱與人事、親密和睦之倫常關係，社會組織之發展，息息相關與日常不離。既立法制，規範道德，名相既立，老子恐世人不能守住本體，就很容易被一切名相所惑，於是一些竊名盜譽之偽道學便從之而生了。這些人之行為因多是只重名而無實，故其名相愈彰，真質愈失，這就是大道日晦之緣起也。是以老子告諸世人，在有了好「名相」之後，仍須時刻「知止」，這樣才不會為名相而失去本來。故老子在「始制有名」之後，緊貼着又說出了「夫亦將知止」，「知止所以不殆」（危險）。

【夫亦將知止。知止所以不殆。】

道本無名，樸散為「器」以後又不可無名，故這「無名」是「實法」，而「有名」便成為「權法」了。如天地未生人之始，先付人以善惡，人海之中，萬象俱備，倘人世間，只見其善，不見其惡，或見善而不見惡，則芸芸眾生，無分善惡，則無復販止之期，如此無形中，已無欲界之存在。名相既存欲界之中，我們只要能知止，知「道」何是本：「道元炁，未樸散前」，何是末：「樸散立名相」，這自然就有定向

而不致被名相把我們迷惑了。《大學》所謂「知止而後有定」的道理，與老子所說「知止」是殊途同歸的。

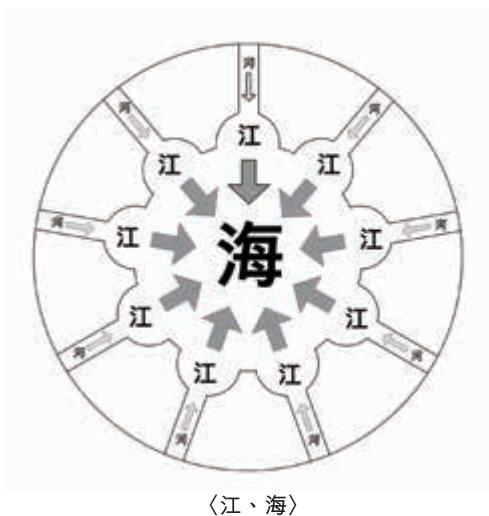
【譬道之在天下。猶川谷之於江海。】

大道與萬物的關係，實如同川谷和江海一樣，萬物是川谷，大道是江海。人事不論那一個物，那一件事和那一種人，都不能離開這個「先天樸道」及「後天名相之道」而獨存，都是當以「道」為總歸依。故道書云「道也者，不可須臾離」，離則不祥。故道（道與德）之在天下，與人相應和，如川谷之與江海流相通也。

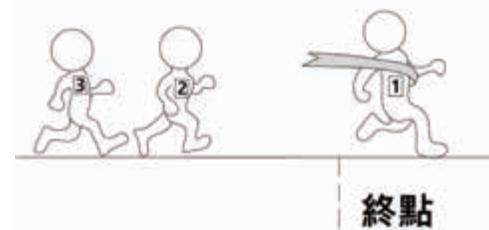
內講：

【侯王若能守。萬物將自賓。】

侯王者、「心」也，心空則神靈。若能守心致虛者，萬物將自賓服。萬物者，諸經脈絡竅穴是也。心能定而守靈，經絡再無不賓者（即臣服於心）。



- 江海匯百川，世間各物事與理，總歸先天「大道」。就像江河溪流之水那樣總歸流入大海。
- 後天各物名和相、五常、八德，皆源自先天「樸道」。「故萬物是川谷」。



世人為求後天的「名相」，互相競逐：名和利、權與勢，甚至出現了「偽君子」的假仁假義，偽名聲等重名而無實的道德事業。老子教人「知止」才不被「名相」迷惑。

《道德經》三十二章



靜坐時，心靜無妄，真氣生，貫通諸經脈絡。如此、九竅百脈自來朝「心」，心為「君」，竅脈為「臣」即（賓）。

(一) 侯王者「心」也。

本章旨：

分外、內講。

外講：老君教人知止不殆，勿執「名相」。佛經云「凡所有相，皆是虛妄」。如來世尊云「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來」，與老君同一理耳。

內講：心即人身侯王，能收攝心之諸情欲念，則身中九竅百脈，自然來朝心，臣服於心（侯王）。

【知人者智。自知者明。勝人者有力。自勝者強。知足者富。強行者有志。不失其所者久。死而不亡者壽。】

此章老子教人盡己的功夫，即儒家克己的精神。純外講。

外講：

【知人者智。自知者明。】

能知人功過，察人善惡可說是有「智」的。但知人者未必能察己，故能省察自己的人是自知，能自知即是「明」。這明字老子曾定過規定，就是「知常曰明」（第十六章其中一句話）。故欲自知之者，若能以人生之常道來啟示自己，不怪不謬，不激不偏，這樣就能智慧大開了。故曰「智、明」。

【勝人者有力。自勝者強。】

以智力勝人的人，未必能勝己，能克服自私，調和自心，更能克制自己的人是

「自勝」，就叫作「強」。這強字老子也曾定過標準，就是第五十二章「守柔曰強」，故自勝者若能以柔和之道來降伏身心，不躁不寒，不疾不滯，如此行為自然端方了。「自勝」是修正我的人生行為，「自強」是功夫確實。

【知足者富。】

自知、自勝的人可說是真能認識「道」的人了。有道的人，不會貪妄無休，能知足知止。所謂世人富在多財多貨，賢人富在道德充實，是真富貴。知足的人是富在心境舒泰，故孔子云「飯疏食飲水，曲肱^①而枕之，樂在其中矣，不義而富且貴，於我如浮雲」。故曰「知足者富」。

【強行者有志。】

人能「強」行大道，知足不辱，知止不殆，可說是真正有志的人，與一般立名利而立志的人是截然不同的。

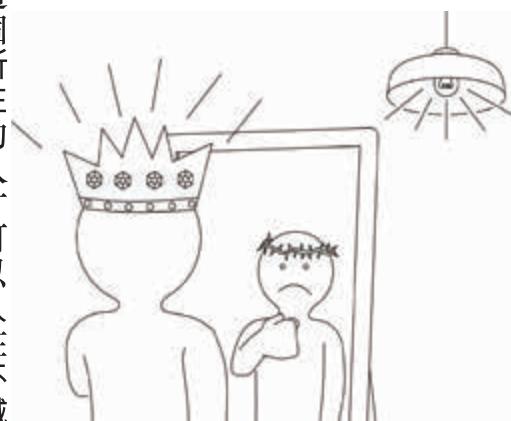
【不失其所者久。】

人希望長久不死，但必須有一個方法，這個方法就在不失其所。「所者」，我們為人的本然所在，是無形的「真我」。人多以色身為重，故真我之「原性」與「色身」共流浪於生死道上，妄生妄滅，永無息止，失其「所」者而滅。人能不失其本性者，即同佛說「應如是住，如是降伏其心」之如是處。在儒即是「在止於至善」之至善之地也（地之所）。

此「所」亦是大證涅槃^②之門戶，故不失這個所在的人才可以久在不滅也。
【死而不亡者壽。】

^① 肱：（粵音轟）泛指手臂。

^② 涅槃：（粵音捏盆）修學佛法最後的歸趣，在求證涅槃。脫去煩惱，入於不生不滅之門。與老君云「不失其所者久」義相同。



【知足者富。強行者有志。】

- 知足者富，不知足者，雖富亦貧。
- 「立志」安身行道，不同於立志於名利的世俗人。



【自知者明】 【自勝者強】

- 省察自己，用「常道」來啟示自己，是曰「明」。
- 克服自己私心，用柔和之道來降伏妄欲，是謂「自強」。

「色身」之消滅即是「死」，而「德行」之消失即是「亡」。不明道的普通人一生之任務就是滿足色身肉體的欲望，在死的時候一點德行也留不下，因其色身與德行共毀滅，故謂之死亡。若是明理常守其所的人，以自知自勝之功夫來修養自身的人，並且更能在社會上立德行以利人利物，他的色身雖滅，但其德行卻永留人間，不朽不滅。身雖死而名不亡，故謂「死而不亡者壽」。

奉道者，若能修「外功」，如積德立善，宣弘正教，度己度人。「內」則修靜明志，見性明心，則成真、成仙而去，離輪迴而果證真道，進入不生不滅之境。也是「死而不亡者壽」，即是壽與天齊。

本章旨：

老君以前四項進行教人修身立命：

- (一) 明：是理路清楚。
 - (二) 強：功夫確實。
 - (三) 富：取用知足。
 - (四) 有志：對道德的專誠。
- 後二者是最後成就：
- (五) 久：是歸根復命。
 - (六) 壽：精神不死。



修真者，內外雙修，功行完滿，羽化仙去。功行至此，尋回本性，是謂「不失其所」，故能「長久」。色身雖滅，真靈永存，是曰「死而不亡者壽」。

《道德經》三十四章

【大道汎汎兮。其可左右。萬物恃以生而不辭。功成不名有。愛養萬物而不為主。常無欲可名為小。萬物歸焉而不知主。可名為大矣。以其終不為大。故能成其大。】

此章借「水」論「道」，「道」不自以為大而終能成其大，純外講。

外講：

【大道汎汎①兮。其可左右。】

前言「道」朴散後，生天生地、日月、五行、八卦，聖仙神佛，化生人靈及一切含靈動植物。

「道」的功用如像「水」一樣，汎流各處，普利萬物，不分何方何地，高下低

① 汎：廣流。同泛。

平，無不所至，普利無偏，固曰「大道汎兮。其可左右」。

【萬物恃以生而不辭。功成不名有。愛養萬物而不為主。】

此三句，是「道」成就「玄德」之重述，可與第十章同參看：

萬物恃以生而不辭：萬物依持「道」而生存於宇宙中，但「道」從來沒有停止或休息過，試觀「道」化陰陽二氣，使天地升降、日月往來調變有序，風雲雷雨，潤澤萬靈，道的功用大矣，但從不因勞苦而推辭。這句與第十章「為而不恃」的意義相同。

功成不名有：「道」成就了萬物以後，並不因其成就而自以為有功，仍每刻在默默地運作。這就是第十章「生而不有」同義了。

愛養萬物而不為主：這句話是說「道」虛中無私，萬物雖然依道而生存，但「道」卻並沒有認為自己是萬物之主。這就是第十章「長而不宰」了。

【常無欲可名為小。萬物歸②焉而不知主。可名為大矣。】

「道」名為小的原因：因「道」無欲望，無欲的表現就全在上二句「功成不名有，愛養萬物而不為主」的話文上。因不肯顯露，萬物雖受其利但無法知道領悟去表彰它，故乃名「道」之為小了。不為一般俗人知曉的意思。

「道」又名為大的原因：是在「萬物歸焉而不知主」之一句話顯露出來的。因「道」所以能夠使萬物歸心的原因，是因為道長養萬物而不願為其主，而萬物又不知「道」在循環不息的調變陰陽，使四季有序，晝夜循環，風雲雨露，稻穀豐收，像這種偉大的無為功用都是萬物所辦不到的，故此「道」當然又可名為大了。

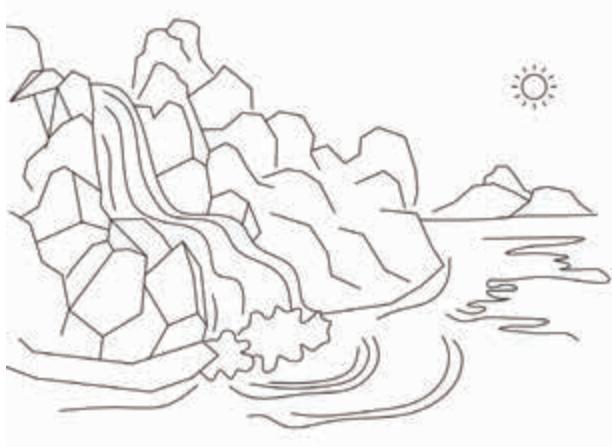
【以其終不為大。故能成其大。】

最後老君綜而言之，這「道」像「水」汎流般不但能善利萬物，無所偏向，不居功，不為主，不自以為大，惟其能如此，所以終成宇宙間之最偉大者了。



〔嘉祥武氏墓群石刻中的舜〕

真正的大人物，功成不名有、不居功、不自以為大，惟其能如此，終成為世間名符其實的大人物。是與天地同「玄德」。（參《道德經》第三章，堯舜讓位。）



【大道汎汎兮。其可左右。】

「道炁」生萬物，培育萬物，像「水」分流到各處。「道與德」依先天「道炁」而存於三才（天、地、人）之中。人當敬仰「大道」而行，莫負「道」恩。

本章旨：

越是真正的大人物，越不自以為大；越是自以為是，了不起的人物，反是沒什麼了不起。老子在本章上也是發揮這個意思，教人「行道」，一方面要像「水」的汎佈，不分上下左右普利萬物，另一方又教人功績越是大，越要不居，這樣才是一個名符其實的大人物。

《道德經》三十五章

【執大象。天下往。往而不害。安平泰。】
道之出口。淡乎其無味。視之不足見。聽之不足聞。用之不可既。】

此章以「大象」言「大道」之功用，用之不窮盡。分外、內講。

外講：

【執①大象②。天下往。往而不害。安平泰。】

大象（外途）：即有為之道。「道炁」朴散之性諸如五常：仁義禮智信。八德：孝悌忠信，禮義廉恥。



【執大象。天下往。】

老君以「大象」言道。此大象非真象（動物），乃無聲、色、味的「真常大道」。人能守持「道」，天下泰平。

① 執：持、掌管、施行。
② 大象：言大道之體用。分外內二途。

明道之士，真能執守住這五常八德之大象，則天下人受了他的感化便歸往學習。在有道之人治理下之社會，人人都和平共處，善多惡少，天下就會太平無事了。故曰「執大象、安平泰」。

【樂與餌③。過客止。】

餌：此指五欲之代表。即色聲香味觸。

五者確實各有各的不同之滋味，故為世人所共耽（沉溺、迷戀）。但這美色厚味，只能使人享受於一時，並不長久，如同旅客，止宿一宵，只可滿足一人之私欲，對社會上並沒有什麼好處。故曰「過客止」。

【道之出口。淡乎其無味。視之不足見。聽之不足聞。用之不可既④。】

「道」是無形、無味、看不到、聽不到的東西，所謂大道無言，至象無形。但這個無形的大道或稱「大象」，其功用確實是用之不盡的，大概可分用為兩途：

(一) 世人執持堅守倫常八德，可成為聖人、賢人或君子。

(二) 修行人執持而行，可明心見性，返回先天「無為樸道」。故曰「用之不可既」。

內講：

大象（內途）：大象即先天無極大道，佛曰色空，道曰無為。

關於大象之內講詮釋，參：

(一) 《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂真人曰：何謂常直？蓋天地之體段，固屬有形有質，曷從見其虛？然天地之形質不可言虛，而其淵默之心，則冲虛莫可窺測。所謂虛，即指真一而言，有比擬（揣測）所不能盡，活潑而無可名狀。直者，不屈之謂。凡物皆可屈撓（彎曲），天地真常，實至剛，而無時可屈。惟其虛，故有不蔽之真。此直從虛生也，亦惟其常直而不屈，故無雜氣得入，是虛又從直生。彼執有形有象以論天地，安足以見天地之真？老君所謂「大象無形」亦即此意。觀此便知有形之天非天，有質之地非地，其真一之微妙，乃為真天真地。即如人之形軀，亦不過一色壳耳，非真人也。心之真一，修到圓全凝固，如天地之虛而常直，便是真人。何謂直道？直者，即虛中不屈之謂，其虛而不屈便是道，故謂之直道。萬物從此生，萬化由此布。人只識天地之形體，而莫究天地之玄奧，是直等天地為頑然色壳，無怪乎其處於天地內而周然漠然，與眾物同其榮枯。殊不知人稟天地之全，己身自有天地。果能法天地之自然，合天地之宗主，自能超出於庶類之上，為聖賢為仙佛，無非憑點



【樂與餌。過客止。】

味、視、聽及色欲之享樂，短暫而已。修真行道才是至寶。

③ 餌：吃。

④ 既：盡。

靈光上做去。

呂真人上文詮釋「道」即「大象」，而大象乃「虛無」之一點靈光，與仙佛同體。

(二) 參《洞古經》之〈住世章〉內文：

養其無象。象故常存。守其無體。體故全真。全真相濟。可以長久。天得其真故長。地得其真故久。人得其真故壽。世人所以不能長久者。為喪其無象。散其無體。不能使九竅百骸。與真體並存。故死矣。

李涵虛真人註：無象者。氣也。無體者。神也。以神合氣。丹道自成。故曰全真相濟。可以長久。

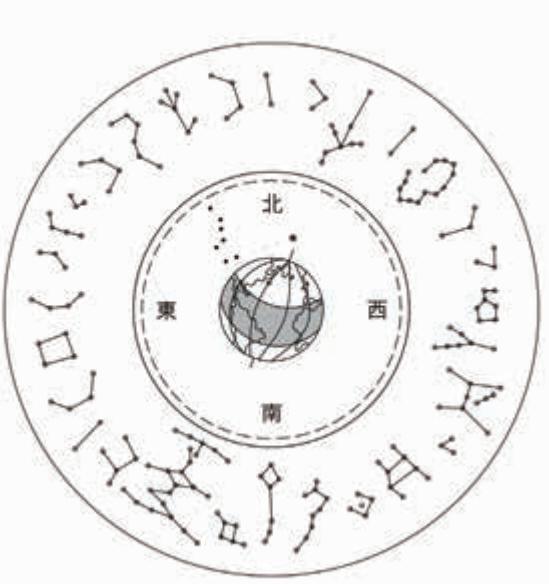
按李真人詮義：老君曰無象者實為「氣」也，於人而言，即三品「精氣神」。三品合一，名曰「真靈」。



(一) 大象內途：
三品「精氣神」。
無象者、氣也。
無體者、神也。

本章旨：

老君以大象喻：(一) 大道外途，能守持大象（即道德倫常）的人，可感化其他人，促使社會康泰。修行者能執持：(二) 大象內途，以神合氣（無象），可修丹成道。



老君曰「大象無形」。天象乃無形之「氣象」。

《道德經》三十六章

【將欲翕之。必固張之。將欲弱之。必固強之。將欲廢之。
必固興之。將欲奪之。必固與之。是謂微明。柔弱勝剛。
強。魚不可脫於淵。國之利器。不可以示人。】

此章以強弱盛衰來言天運之自然。分外、內講。

外講：

【將欲翕①之。必固張之。將欲弱之。必固強之。將欲廢之。
必固興之。】

這一章不易解釋透徹，故諸家之註法便多不一致。更有人視老子此章為陰謀論，進而便羣起而效之。老子是至聖之師，而「道」的功用是以「德」來感人，故絕不會教人以詐術來欺騙人，更不會教人勾心鬥角來相處。故在這章的註釋上，必須引用《呂祖全書》的內文來分析註解，糾正權術陰謀家用來誤導世人！

將欲翕之，必固張之：若按字句可作簡易解釋：如果將要收縮合攏，則首先要張開放大。權術家錯誤引例說如白起（秦國將軍，距今二千二百多年前）藉趙括之攻勢，首先張開國境，以詐敗誘趙兵入圍，然後封閉國境，斷其後路，終使數十萬趙軍成為俘虜並遭坑殺，史稱「長平之戰」。這是權術家錯誤的運用及誤解老子立此言的心志。

將欲弱之，必固強之：如果將要削弱它，必須暫時壯大它。

將欲廢之，必固興之：如果將要廢棄它，必須暫時興舉它。

將欲奪之，必固與之：如果將要奪取它，必須在開始時先給與它。

權術或陰謀論又錯誤舉例說：如春秋時易牙（距今約二千六百餘年前）為了取得君主的寵信，殺兒子煮肉獻於齊桓公，而齊桓公終餓死於圍困之中。此種詐術，絕非老君之意。

今按《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章第三十〉內文詮老子上文真意：

至於經中。將欲翕之。必固張之。將欲弱之。必固強之。將欲廢之。必固興之。
將欲奪之。必固與之。此乃天運之自然。如日將入而返照。歲將寒而忽熱。人將死而
煥強②。燈將滅而復爆。無異理也。然此理人最難知。故謂微明。欲人於此種事。豫

① 翎：粵音泣。收縮、斂息。

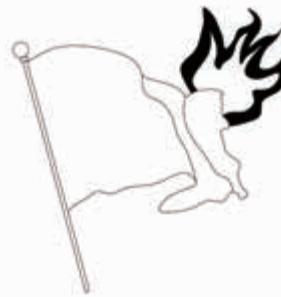
② 煥：粵音韻。光動貌。攏。

知禍福之將至。而先審其幾焉。世儒不察。以為列國分爭之事。縱橫捭闔之術③。不亦謬乎。

按呂祖文意：翕、張、弱、強、廢、興、奪，與之事物變動，並非有意造作以及人為的詐術，而是天地氣運在大道運化中有升沉變遷，消息盈虛之數。萬物興亡，成毀起伏，離合盛衰，自然而已。故《素書》④中云：「盛衰有道，成敗有數，治亂有勢，去就有理」，蓋是此意。

【是謂微明。】

按呂祖師上文，上述天運、氣理，禍福、成敗之事，世人最難知最難明，故曰「微明」。



一〔國之興亡迭替，盛衰有道，成敗有數〕



二〔日將入之返照〕

日落時，太陽的返照，較未下山前還要光亮的一刻。



三〔燈將滅之復爆〕



四〔人將逝的迴光〕



五〔歲將寒而忽熱〕

立秋後，西曆8、9月之間，有時日氣溫甚比夏季還要高，短期回熱。民間俗稱“秋老虎”。

以上一至五項，乃天運之自然循環，人物的生命周期。天下之物，勢極則反。其中之理，甚微妙。凡人不易知。即老君曰「微明」。

【柔弱勝剛強。】

前言四項事，是世事之常情，是由柔勝剛、弱勝強之道理中變化出來的。明理的人，當柔弱自處，不必與世人爭剛。

參《呂祖全書》卷二十四〈玉樞寶經〉內文：

③ 摆：粵音擺，分開。捭闔，猶言開合。戰國時代，距今二千多年前，縱橫家遊說各國之策略叫捭闔，指分化或者拉攏。

④ 《素書》：是一部學治人之兵法，謀略之書。相傳為秦朝末年，黃石公所撰。距今約二千二百餘年前。

《易》曰：「柔順利貞。君子攸行」^⑤ |太上曰「柔勝剛」。故用柔而不用剛。其用不敵^⑥也。

編者按：由此看來，《易》謂柔順，即老子曰「柔勝剛」。

【魚不可脫於淵。國之利器。不可以示人。】

魚不但不能離開水，而且更須沉潛於淵底以防止鈎餌。國之利器當密意保守以防奸細之探訪，被人知道你的底細。老子教我們處世立身之道，不要機智外露，炫耀才能，必須深藏若虛，這樣不但不會失德，而且可避免被野心家利用。

內講：

老子曰「柔弱勝剛強」，內煉之士，以柔制剛，胎仙乃結。參《呂祖全書》卷九〈五行端孝品第二〉內文：

五行之道。水火化焉。水火相洽。水火相兼。火要水濟。水賴火炎。以柔制剛。剛柔連綿。煉成一塊。非汞非鉛。能升能降。號曰胎仙。



【國之利器。不可示於人。】

比喻處世要順天應道，柔順忍讓。不可機智外露，炫耀己能。

本章旨：

老君言天地氣運，盈虛之數，皆在大道運化中而變遷。天下之物，勢極則反，此物勢之自然，而人不能察。又教人當以柔弱自處。心性要潛藏，斂華務實，如國家武器，是用來防衛國土，不可隨意公示於人而使敵人知曉。

⑤ 柔順：是順天應道而行，柔順中含忍讓之德。攸行，即安閒攸游，心性弛放。全句意謂如母親般地柔順，事事和順。

⑥ 敝：即破舊、壞。

《道德經》三十七章

【道常無為。而無不為。王侯若能守。萬物將自化。化而欲作。吾將鎮之以無名之樸。無名之樸亦將不欲。不欲以靜。天下將自正。】

此章老君欲人返回先天之「樸道」，從有為化作無為，是為「道」之原旨。分外、內講。

外講：

【道常無為。而無不為。】

道炁未朴散前，本是清靜無為之道，順應自然。炁朴散分陰陽而生萬物，天下各事各物，各有條有理，皆是「道」之所成。道既育萬物，理氣所具，無所不包，無物不容，悉皆由「無為」化作「有為」，



【道常無為。而無不為。】

先天「道炁」無為，朴散後化作有為（倫常、八德），及一切善美利眾之事。

故曰「道常無為，而無不為」。

【王侯①若能守②。萬物將自化。】

侯王如能敬天愛民，推行仁政，真誠不妄，守持善德，國自治，人民自被王之德行感化，上行下效，則國泰民安矣。故曰「王守、自化」。

【化而欲作。吾將鎮之以無名之樸③。】

倘侯王賢者在治民教化的過程中，人民不明真理，妄心又在萌動，那必須用清靜無為的原樸道理來降伏其妄心。概因老子知道人心太參差不齊，而對化而欲作，妄念重萌的人，更有再教育的必要，故不得已才把這「無名之樸」來教化人民，除其邪妄之心，使其回復道德的標準水平上。

【無名之樸亦將不欲。不欲以靜。天下將自正。】

① 王侯：外講而言，王侯指領袖，統率者。
② 守：指道炁朴散化生成之德性如五常八德，或一切善美利眾之事。
③ 無名之樸：指清靜無妄之原樸道理。



【無名之樸】

樸木



【王侯若能守。萬物將自化。】

統治者以「德」化治人民，則社會安平、人民安居。百姓自治、自正，能如此，是為老君治世之最高理想目標。即「無為而治」的大同社會。

老君教人用「無名之樸」來降伏妄心，此法乃有為之一時權宜變法。老君之最高厚望者，乃人能自覺，循規蹈矩，「化而不復作」，少思寡欲，常持清靜心以應世，則紛爭自息。如此則無需再用「無名之樸」來鎮伏欲作之妄念頭，雖有「樸」在亦不知有樸，完全純任自然，這才是老子心目中無為而治的理想大同世界了。故曰「無名之樸亦將不欲，不欲以靜」。

人民感化而不再妄作，這樣天下自然就安定守正了。故曰「天下將自正」。

內講：

關於侯王，鎮以無名之樸，天下將自正，可參諸經：
以內修而言，侯王或王侯，實直指人之「真心」、「人靈」而言，概因心乃人之神故又曰心神，統諸人身五官百骸，行為思想如若人間之皇帝。參：

(一) 《呂祖全書》卷十一〈忘情品第二〉內文：

情能逐物。情能役神。王侯能守。萬物自化。化而欲作。鎮無名樸。
爾情不生。一陽來復。爾情一留。陽斷其續。應物忘情。神自開闢。內運化
機。天真自逸。

按呂祖師內文，是教人用無名樸鎮守王侯，即「心」，使情欲不生，神自運化。

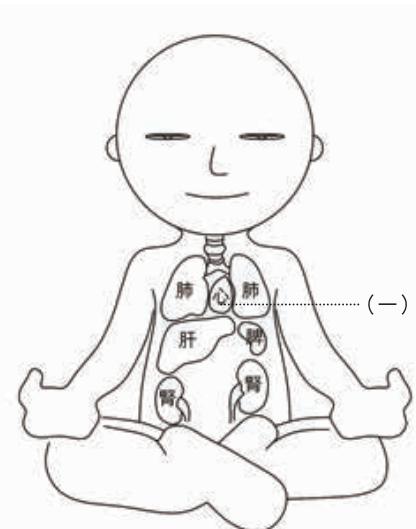
(二) 參《素解》內文：

虛名是道。不動不生是「無名」。真心見是「王侯」。諸經絡是萬物。
經絡諸氣會合於中是「自化」。真心了了。不動不生。聽其自然。是「鎮」
之。入於虛靜之湛寂，是「無名之樸」。亦是不欲形。乃天下也。虛中有
物。物化而空。謂之「自正」。外無其形。內無其心。欲斷意絕，窈冥冥
冥。入於慧光之中。充塞乎天地。瀰滿於世界。皆成一片光華。性中得命。
命合性空。才教做「天地將自正」。大道歸於無名。返於混沌。入於無極。
而合太清。

編者按：《素解》寥寥數語，可詮釋「侯王是真心，人身諸經絡氣會是萬物自化，虛靜是無名樸，性命合是天地自正」。

(三) 再參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文詮釋無為之道及清靜為天
下正：

凡學道之士。貴在精專。默運玄機。冥心內照。致虛守靜。和光同塵。
以遊於世。抱一以自修。勿雜念。勿貪名利。內忘其心。外忘其形。以心御
氣。以氣合神。以神合虛。復還清淨太虛無為之道。能明乎此。是為明道。
勤修行之。是為行道。了脫生死度世無為之大道。故太上云「清淨為天下
正」。



【不欲以靜。天下將自正。】

(一) 「心」是侯王，統率人身諸經百絡，行為思想，如皇帝。虛靜是無名樸，性命合是天地自正。

本章旨：

本章教人反樸歸回先天無為大道，這個「樸道」，可同時參讀：

十九章【故令有所屬，見素抱樸，少私寡欲】。

二十八章【樸散則為器，聖人用之，則為官長】。

三十二章【樸雖小，天下莫能臣】。

老君用「樸」來喻無為道，概樸乃未經刀斷之原木，樸實無華。**老君**願世上之人

行修樸道：

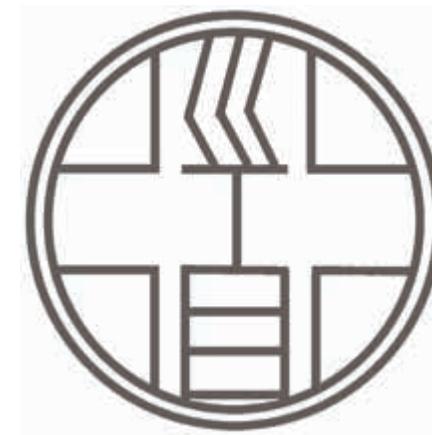
(二) 入世當守倫常八德，少思寡欲，去妄念。

(二) 出世修「無為法」，從心性煉起，煉至精氣神三品合一，重返先天無為大道。即佛如來說「色空」。

本章【無名之樸，亦將不欲】一句，**老君**已將一切有名妄相完全否定淨盡，蓋用無名之樸來鎮伏己之妄心，乃不得已之「有為」名相權宜法，非無為之道圭旨。**老君**本章「反樸之道」，實有總收第一至第三十七章論「道」全旨之意。

《道德經》下篇

〈三十八至八十一章〉



《道德經》三十八章

【上德不德。是以有德。下德不失德。是以無德。上德無為。而無以為。下德為之。而有以為。上仁為之。而無以為。上義為之。而有以為。上禮為之。而莫之應。則攘臂而扔之。故失道而後德。失德而後仁。失仁而後義。失義而後禮。夫禮者。忠信之薄。而亂之首。前識者。道之華。而愚之始。是以大丈夫處其厚。不處其薄。居其實。不居其華。故去彼取此。】

此章是《道德經》下篇的首章。上篇第一章至第三十七章綜言「道、即樸」，下篇多言「德」。此章分外、內講。

外講：

【上德不德。是以有德。下德不失德。是以無德。上德無為。而無以為。下德

為之。而有以為。】

老君把「道」與「德」分成「體」與「用」。

「道」乃生成萬物之主體。道尊無名。故第一章曰「道可道。非常道。名可名。非常名」。

「德」乃恩惠、福、利。施德惠於民，德澤羣生。「德」重（貴尚）無為，分上德、下德。

問：什麼是上德？

答：德是由道體而發，渾圓純全。上古聖人、賢者、與「道」冥一，與道同體，行「無為而治」，人民依道而行，純樸真實，不貪不慾，行事上只知盡心，更無名相令譽（即刻意建立的名與譽），故物各遂生。統治者德惠於民，民不自覺有其德，這是「無為的德」。故曰「上德不德，是以有德」。概不知已有厚德。

問：什麼是下德？

答：也是德行的一種。但這種是「有為」的德。如有意作為，故意彰示其德，作了美事只恐人不知道，意識中埋伏了「私」字，這種外在形式上的，故意彰示的德，是謂「下德」。

以上兩者之德性作比較，上德是無意無心、不存私欲的真德。後者是有意、偏重名相、聲譽的德，老君謂之曰下德。故曰：「上德無為，下德有以為」。

參《清靜經》曰：上德不德，下德執德。可解作：

上德：不德乃有德。（真善德）

下德：執德便無德。（存回報的善德施）



【上德】

「真的
欲名釣譽的
私存不德」
「真仁」。



【下德】

「重名相聲譽的
有意施惠。」

【上仁①為之。而無以為。上義②為之。而有以為。上禮③為之。而莫之應。則攘臂④而扔⑤之。】

老君料知中、下古以後，世道日衰，人心澆漓，上古無為而治之法已不行，故聖人不得已立名相即有為法來維持社會秩序。那麼上仁、上義、上禮之名相便相繼出現了：

(一) 上仁：人能行真仁，不沽名釣譽，是謂「上仁」。是無心而為的真仁，故曰「無以為」。

(二) 上義：作義的事，要先明辨是非曲直，處事合宜則行，不可違天理，可為則為，不可為則止。孔門對「義」字解作「義者宜也」。行義事，則成有為之事，故曰「上義為之，而有以為」。

(三) 上禮：禮之表現，不單純禮貌上之表現，須誠於中再形於外可，故發於「內」（內心）之禮是本，形於「外」之禮是末，內外合一，才是禮的真誠

處。如子女之對父母，意誠而禮正，若店主之對顧客，意偽而禮虛，雖外禮隆重異常亦無足可取，故禮尚意誠無妄，這才是古人制禮的真意。如孔門所說的「克己復禮」，是克己律己復向天理。

老君固知中古以後，聖人用有為法規，制禮來規範人民行為和表現，世人對「禮法」觀感並非一樣，有響應、有不肯和應。聖人賢人看見不肯和應的人時，便不惜伸出手臂來引人強於禮法。在老子的理想中，就不是純樸自然之無為作風了（概強行，則非發自內真心）。故曰「莫之應，則攘臂而扔之」。

【故失道而後德。失德而後仁。失仁而後義。失義而後禮。】

上言世人離道日遠，無為而治之上治，自上古時代之後已漸失去作用，甚至連有為之名相即仁、義、禮也漸漸失去功效，是以由德說到禮，也就是離道日遠之次第。故老君有感而慨嘆曰：

喪失道而後才有德，喪失了德而後才有仁，喪失了仁而後才有



中古以下，仁、義、禮皆漸失。

- ① 仁：五行屬木德。慈和惻隱。廣泛的道德觀念。核心指人與人相親，愛人、愛萬物。
- ② 義：五行屬火德。火之正氣。適合、合理、適宜的事。
- ③ 禮：五行屬金德。主乎恭肅退讓。人類的行為規範。
- ④ 攘臂：捋衣出臂，表示振奮。這裏解作伸出胳膊用力拉拽，比喻強迫人們去遵守禮法。
- ⑤ 扔：粵音仍。解丟掉。扔掉。

義，喪失了義而後才有禮。以上的社會道德演變，可說是無可避免的。

【夫禮者。忠信之薄。而亂之首。】

問：為什麼老子說禮是忠信之薄，是亂之首？

答：是因老子認定失道以後，逐漸流成的「禮」，是會演變成外衣的社會，人們只知用偽禮作攻心計、學造作，相習成風，在巧言令色之表情下，其真實之本來面目根本就看不到。是以像這樣的偽禮，實在是變忠信為澆薄之罪犯。同時因禮是個好名相，那麼在這好名之下就可以競用心術，雖使世道紊亂而仍不易察覺其源，試思這不更是一個倡亂的罪首嗎？

關於老子上文言句「禮者。忠信之薄。亂之首」。諸家之註法多不一致，今幸讀《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章第三十〉內文，閱後如醍醐灌頂，方明其義：

太上曰：禮者忠信之薄。而亂之首。此非指禮之本。為薄為亂。蓋忠信為禮之本。若世所謂禮。特儀文之末耳。^⑥書曰：「享多儀，儀不及物。此所謂忠信之薄也。^⑦新莽謙恭下士。而致篡漢祚。非亂之首乎？^⑧太上此語。實為後世之龜鑒。而世儒以為廢棄禮儀。不亦過乎？

問：為何呂祖師訓文直指新莽（即王莽，因篡奪西漢王朝，自稱為皇帝，改國號曰新）為亂之首？

答：因王莽是假仁假義的偽君子，外表上是謙謙守禮，文質彬彬的君子，居之似忠信，講仁義，行之似廉潔，更常以小惠施與人民，其實這正是亂真之首和壞德之



〔偽禮、亂之首〕 王莽

賊，最終西漢之祚，敗在王莽手上，篡奪王位，故呂祖師言：「新莽謙恭下士，而致篡漢祚，非亂之首乎？」蓋指此輩之徒，偽禮行事。而呂祖師更藉此文更正世儒（學者），勿誤判老君教人拋棄禮儀！

^⑤ ⑥ ⑦ 特儀之文，指繁文縟節，過份繁瑣的標奇立異儀式或禮節。

^⑧ 此指花巧的文章而無實質，只作裝飾，是重文輕質，人們彼此相仿效，久之便成偽相了。

^⑨ 新莽即王莽。公元前四十五至二十三年（距今壹仟玖佰多年前）。漢元帝皇后之侄。父曼早死（王莽之父），叔伯皆封侯，莽獨孤貧，折節讀書，敬事諸父，交結名士，聲譽甚高。平帝立，年九歲，以莽為大司馬。元后以太皇太后臨朝稱制，委政於莽。平帝死後，立孺子嬰為帝，莽自稱攝皇帝。三年即真為帝（王莽稱帝），改國號曰新。紛爭改革，又連年征戰。戰爭勞役頻繁，民不聊生，各地農民紛紛起義。莽地皇四年，劉秀（更始帝）率兵攻入長安，殺莽，建立東漢。

【前識^⑨者。道之華^⑩。而愚之始。是以大丈夫^⑪處其厚^⑫。不處其薄^⑬。居其實^⑭。不居其華。故去彼取此。】

前識者，指世人濫用禮儀，捨本逐末，以偽禮的浮誇，去裝模作樣，自以為了不起的爭先取勝，實際這正是自欺欺人的開始走向愚途了。故曰「前識者，道之華，而愚之始」。

有志氣理想的人，就是以渾厚樸實的本來面目來待人接物，不以美名為尚之偽德、偽仁、偽義、偽禮等來處世。除去那不合道的薄與華，而取合於道的厚與實。這才是一個以忠信為主、不尚浮華誇大，以守道為務的大丈夫。故曰「大丈夫處厚不處薄，居實不居華」。

內講：

關於「上德、下德」喻作內修丹語，可參呂祖《黃鶴賦》內文：

上德以道全其形。斯純乾之未破。下德以術延其命。乃據^⑮坎之已成。

傅金銓濟一子敬釋：

《道德經》曰。上德不德。下德不失德。仙訓曰。形以道全。命以術



【居實不居華】

君子以：真德、真仁、真義、真禮來處世。

延。必先有接命之術。乃能得有道以全其形也。純乾未破。是全體未漏之童身。倘遇聖師。不須用築基接命之功。據坎已成者。必須行百日煉精化炁之功。然後十月三年也。

今按呂祖師所言及其弟子註釋，「上德、下德」喻作修煉丹道不同程序之用。

本章旨：

老君鑑知中古以後，人心歪亂，難復上古淳樸無為自化之「德」，故申言上德、下德兩者之不同。上德出於無為，所以其名不去，下德出於有為，所以其名不常。又本章與第十七章、十八章，有異曲同工之妙，有互相呼應之聲，同是大道泯亡後之生態，故可一同細心參考。

^⑨ 前識：此指是勝人之機智，如自以為是聰明的人。

^⑩ 華：浮華，不切實際。

^⑪ 大丈夫：指有志氣、有理想的人。

^⑫ 厚：薄的相對。重、大、深、忠厚。

^⑬ 薄：輕微、微小、不寬厚。

^⑭ 實：真實，與虛假相對。

^⑮ 據：粵音厥。掘，拔起。

《道德經》三十九章

【昔之得一者。天得一以清。地得一以寧。神得一以靈。谷得一以盈。萬物得一以生。侯王得一以為天下正。其致之。天無以清將恐裂。地無以寧將恐發。神無以靈將恐歇。谷無以盈將恐竭。萬物無以生將恐滅。侯王無以貴高將恐蹶。故貴以賤為本。高以下為基。是以侯王自謂孤寡不穀。此其以賤為本邪。非乎。故致數譽無與。不欲琭琭如玉。珞珞如石。】

此章言無極道炁朴散之聖德，由一炁而散萬殊（天地不同各物）、德澤萬物、無分高低貴賤。分外、內講。

外講：

【昔之得一者。天得一以清。地得一以寧。神得一以靈。谷得一以盈。萬物得

一以生。侯王得一以為天下正。】

昔：

指天地萬物的開始。

先天無極混元一氣，化生太極陰陽，由「一本」而散萬殊，萬物皆由「一炁」之洪德化造。

天：天得一、故能垂象，輕清上浮為天。在天成象，日月星辰，風雲雷雨，春夏秋冬，晦朔弦望（初一、十五日）晝夜長短。「清」

地：地得一、故能安靜，不動搖，氣重濁者下凝為地。「寧」

神：先天元性、混元，萬物之精所化而成，神得一、故能變化無形。「靈」

谷：

地之成形者，山嶽之凝結，河海川谷之流通，載水以養滋育萬物，德沛羣生。「盈」

萬物生：陰陽二氣和合而生萬物。萬物「生」。

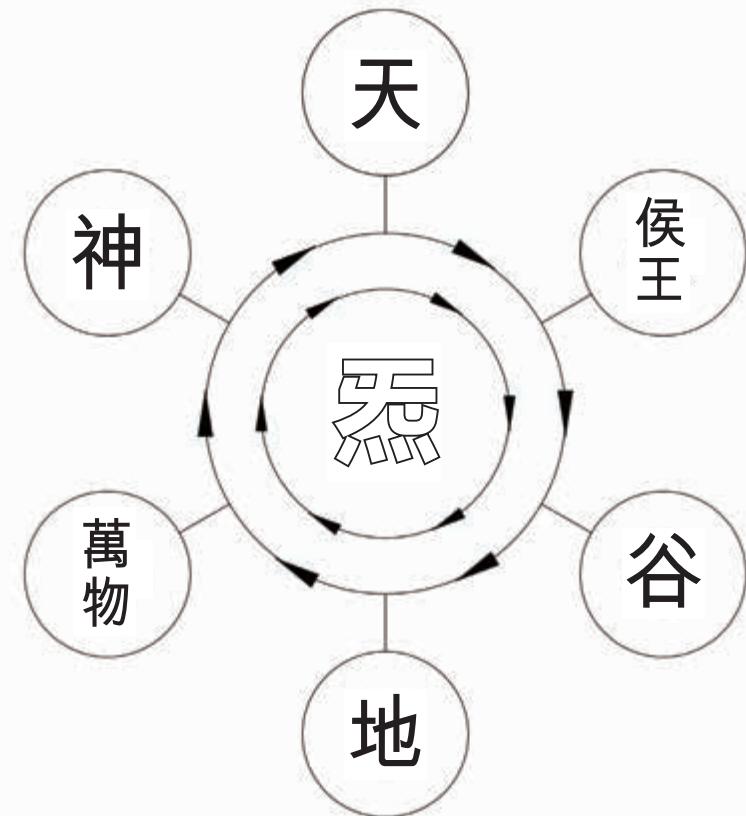
侯王正：

天地本一大造化，一炁本清而寧靜，人身如一小天地，統治者（侯王）賢人君子，法天道，道法自然，以德治人，以清靜無妄治國，則天下太平，風氣淳正，百姓安居。天下自「正」矣。

【其致①之。】

以上六項，指清、寧、靈、盈、生、正。皆由元始一炁之一德化造才能達到。

①致：給予、達到。



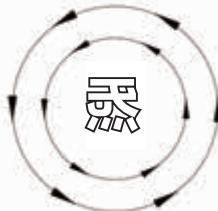
〔一本散萬殊〕

侯王：正生
萬物：盈靈
谷：寧
神：清
天地：靜

【天無以清將恐裂。地無以寧將恐發②。神無以靈將恐歇③。谷無以盈將恐竭。萬物無以生將恐滅。侯王無以貴高將恐蹶④。】

以上六項的清、寧、靈、盈、生、正，皆由「混元一炁」所致（給予）。相反地，若果六項不能保持由「一」而化造的原性、原德，則會出現：

- (一) 天不能清，則必然會紛亂破裂下墮。
- (二) 地不能寧，則必然爆發毀滅。
- (三) 神不能靈，則必然喪失靈妙智慧之功能。
- (四) 谷不能盈，則必然無存水之地、山澤、河川自行枯竭，萬物缺水枯死。
- (五) 萬物不能繁衍生長，則必然衰亡絕滅。
- (六) 侯王不能正以清靜。上下作亂，統治者則不能保持權勢和地位，就要垮台。



〔相反失一〕

〈天不清、則裂墮〉
〈地失寧、恐爆發〉
〈神失靈、恐歇〉
〈谷不盈、枯竭〉
〈萬物不生、恐滅〉
〈侯王失正、垮台蹶〉

④ ③ ②
發：爆發毀滅。
歇：停息、盡。

蹶：（粵音蹶）顛仆、竭盡。



〔天墮地毀〕

【故貴以賤為本。高以下為基。是以侯王自謂孤寡不穀。此其以賤為本邪。非乎。】

孤、寡、不穀：三者皆指賤者之稱。

天地萬物生成之道，皆由無極一本元炁之德而散萬殊。天居上而能容萬物，地處於下而能養於物，此乃「一」之德（一本化萬殊）。統治者、侯王，倘能配合天地「一」之妙德，不自尊，不自貴者，常自稱孤寡，不穀（即孤陋、寡德）、以賤為本，以下為基，那麼天下之人、無不服，天下之物、無不歸，民安國泰，能如是，可達「一」之妙也。



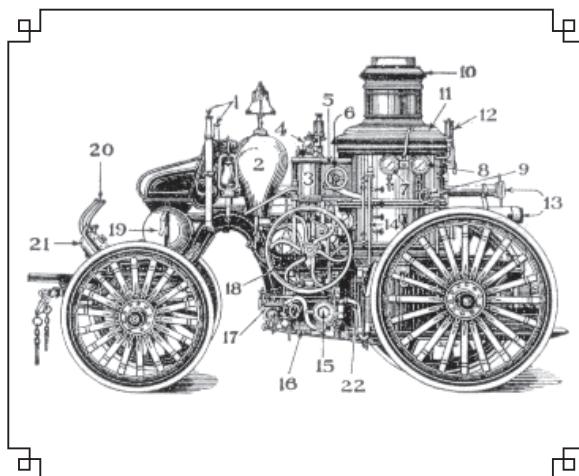
元炁以「一」之德，不分貴賤生萬物、養萬物、容萬物（一本化萬殊）。為統治者或侯王，法「一」之德，以賤為本、以下為基，則國泰民安，達「一」之正妙。

【故致數譽無輿⑤。不欲琭琭⑥如玉。珞珞如石⑦。】

老君用零件組合造車的道理，來說明貴賤相忘，混而為一的道理。車未造成時，各種零件亂七八糟，各自分立，自以為是。車輛造成後，各種零件則同合於一車之中，共同起着運載的功能，其零件的長短、大小、高低、輕重、貴賤等差別全部消失於此車中。故曰「故致數譽無輿」。

德之「一」妙，本無高下貴賤之分，故侯王或當權者當體「一德」之本，不可執貴高之名，不可視己如玉琭琭之貴，視他人為珞珞如石般下賤。苟忘貴賤高低之分，則人皆為我用矣。

關於「一」之詮釋，可參以下經文：



【致數譽無輿】

車子由大小輕重各種不同零件裝嵌而成為一輛完整的車，共同起著運載功能，無分高低、輕重、貴賤差別。喻「一之妙用」，即一視同仁之義。

⑤ 輿：泛指車。古代奴隸中的一個等級，泛指地位低微的人。
⑥ 璩琭：珍貴貌。寶玉樣貌琭琭，為人所貴。
⑦ 珞珞如石：（珞：粵音洛）石形落落，為人所賤。

《呂祖全書》卷十八〈法體一如章第二十八〉內文：

一者何。誠也。二儀^⑧於此分。三才^⑨於此定。萬物於此生育。故天地之道。為物不二。是以生物不測。天地此一。人物此一。聖賢佛仙同此一。上帝亦此一也。此真一不二法門。最為靈寶。最為清淨^⑩。

《呂祖全書》卷二十四〈一行子玉樞或問附〉內文：

道在天地。天地不知何也。曰未有天地。先有此道。既有天地。而成象成形。無非真一之炁。主宰其中。惟其「至一」。所以不知。儒云精一。道云抱一。釋云歸一。學道之士。要知一歸何處。一旦假名。二於何有。

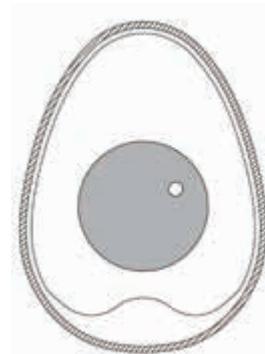
《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文：

人生之初。惟止一性。並無他物。夫此性者。先天一炁是也。天得之以致清。地得之以致寧。人得天地清寧之炁以成形^⑪。於是遂有陰陽清濁之分。然此天地之炁。始於太極。所謂太極。即是先天一炁。因天地由此而生。故曰先天。此炁在人則謂之性。人未生時。此一點真性。投於母腹。得父精母血而成形^⑫。然此精血。亦稟天地清寧之炁而生。因此時既有精血。遂有形相。從清虛元陽無相中。落於有相。而先天之炁。於是離而無形。故太上云：降本流末而生萬物^⑬。此之謂也。

再參呂祖〈河洛天人一貫講解〉內文：

呂祖曰：吾先示天一、人人皆知、不知「一」之為物何物也？

吾為爾等細示之：夫混沌未分之前，此「一」藏於無極之中，無聲臭之可言，無色象之可驗，即如雞卵中之一氣耳（無對代）。誰得而知其形？所以雞卵中之青黃可見，雞卵中之一氣不可見也。你道此「一」是何？即是《易》所謂太極也。此「一」原無可名，古聖而強名之曰「太極」，太極本無名，有名乃太極。「太者」至尊無上，「極者」至極莫尚。你道既無名可指，又無象可言，果是何物？即吾一點真性之原，在天謂命，在人謂性，遵行謂道，修道謂教^⑭。道家謂：得其一、萬事畢。儒家謂：一以貫之。釋家謂：一無所着，了性無生^⑮，俱言此也。



二儀、即陰陽。

三才、即天地人。

即本章老君文句「侯王得一以為天下正」。

即本章內文「萬物得一以生」。

先後天性命，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第二章〈先後天和性命〉。

即先天無極一炁之「德」，朴散由「一」而散「萬殊」。

《中庸》曰：天命之謂性，率性之謂道，修道之謂教。道也者，不可須臾離也。儒家也認為人的原始生命靈質來自於天，在人為性，修之為道。道與性是相通的。這也是丹道之理。

無生：佛家語，謂本來無實體出生，無生則無滅，即是涅槃，故說諸法本來無生。實指本源寂靜。

吾先講河圖之合天道者，天一物耳，而此一氣，藏在天中，無聲無臭，無春無夏（春夏秋冬俱是此中化出）、無秋無冬，只是一氣運於空冥之際，藏於元始之先，視之不見（道之體），聽之不聞。指其象，無象可指，察其形，無形可名。形體曰天，主宰曰帝，性情曰乾，功用曰鬼神（不過名不同耳，理不一耳，而實體何曾有二？）其實一物而已。此一物，天不得不能以清，地不得不能以寧，人不得不能以靈¹⁶，得此謂之得道，失此謂之失道。

興南子曰：宇宙生成論，形而上者謂之道，此種無形之「一氣」，就是金丹之根，性命之質。

參《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

呂真人曰：「道」由一生二，則為散殊，由二歸一，則為反本。《太上經》云：「天得一以清，地得一以寧，人得一以聖」，即性命合一後，抱元守一之至道。

參太上《明鏡匣經》內文：

世人不識一。一氣生萬物。若人知一趣。得一萬事畢。

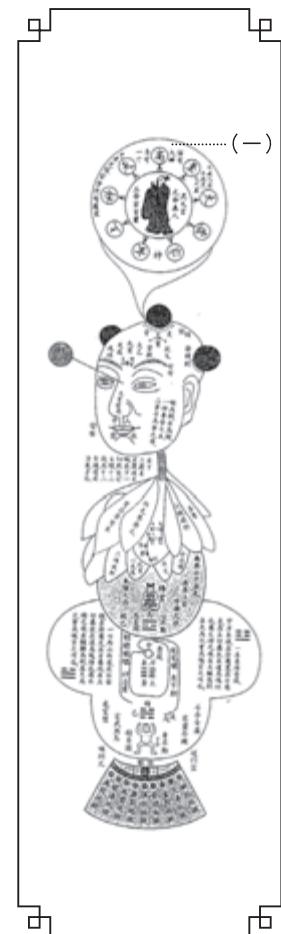
編者按：上述諸經皆言「一」為先天一炁，曰性、曰混元。

內講：

本章玉石珞珞句語，參《黃庭外景經》第十四章內文：

出日入月是吾道。天七地二同相守。升降進退一合九。玉石珞珞是吾寶。

涵虛子註：玉石珞珞者。比金液顆顆。如卵如丸。下於喉嚨。而為吾身至寶也。金液還丹。人人自有。得之者可不守之乎。守之之功。所以深根固蒂也。



老君冀世人修真，由後天返回先天一炁，即性命合一。倘煉至三品「精氣神」合一，則曰「抱元守一」。

(一) 先天一炁。

本章旨：

老君言先天混元一炁之德，由「一」本化萬殊，配澤萬物（動植物各物），無分高低貴賤。又教人由後天萬殊，返回先天「天清」「地寧」「神靈」之本「一」，即性命合一，明心見性之無極混元。

¹⁶ 本章文句：昔之得一者，天得一以清，地得一以寧，神得一以靈。此神，在丹功中，可指人的先天元神得到先天一氣的滋養而生靈妙功能，也是丹功証量之一。

《道德經》四十章

【反者道之動。弱者道之用。天下萬物生於有。有生於無。】

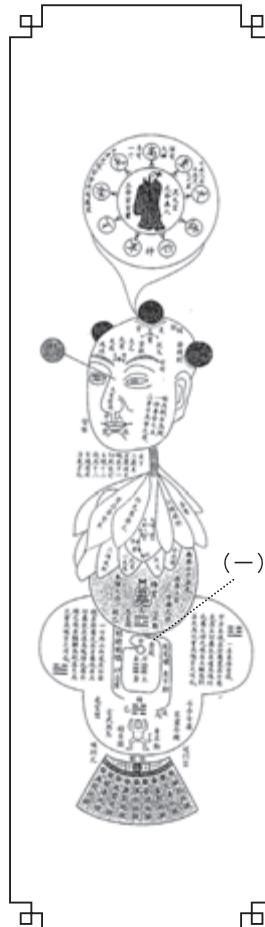
此章教人以逆修之道，反本歸根。「反」即歸還先天至道之證驗。純內講。

內講：

【反①者道②之動。弱③者道之用。】

《易經》復卦中說「反復其道」，指事物在逆反中才有無限的生發動力。此句老子用作修丹道的論證。概人生於天地，稟五行之氣，順陰陽而生滅，是謂凡夫。倘逆陰陽、弄五行、養性葆命、修至三品（精氣神）合一，即由後天返回先天無為大道，則天地之造化，由我而不由天地，能達斯境，可為聖、為仙、為真矣。此即順生人，逆則仙之理，能逆修者，謂之曰「反者道之動」，動者、發動力。

柔弱謙下可以制伏剛強，是自然的證驗，老子用「弱」喻人身之真氣。修內丹時，自發其丹田爐火，真氣通越上中下三田（參修真圖六、七、八號穴），貫通脈絡



【反者道之動】

「順則凡，逆則仙」。
凡夫：順天地陰陽而生滅。
奉真道者：外立善功。
內煉丹功。「逆」陰陽、弄五行而離天地造化。為仙、為真、更可成聖。

(一) 【弱者道之用】
弱者、人之真氣，丹田凝氣，通越上、中、下三丹田，貫通脈絡竅穴。

竅穴，溫養聖胎於中田、黃庭。修煉過程，全憑真氣，以弱喻作兵氣用。修真者，倘不逆修即本章重點「反」、不反則氣不逆身運轉上行，周天（身）上下三丹田往復循環，焉能結丹？道體或曰「道炁」，至虛，柔弱無用，但卻為天下大用之本。世人只知有用之本，不知無用之用為大用也。故曰「弱者道之用」。其用無窮。

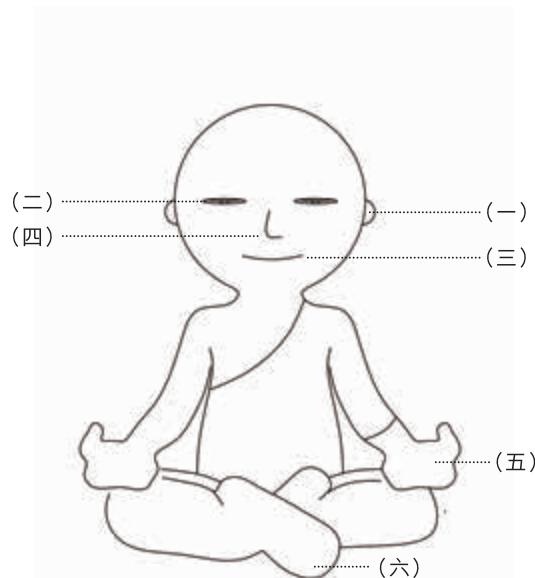
關於「反」之詮釋，參考以下經文：

《呂祖全書》卷九〈五行端孝品第二〉內文：

若致柔以怡^④。迴骸反視^⑤。則道斯存矣。太上曰。「反者道之動。弱者道之用」。皆存神馭氣之階也。養氣之道。要在綿綿。譬如流水之曲暢。恍若飛雲之凌空。猶似圓珠之滾盤。悉如嬰兒之無我。

《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

呂祖曰：何謂六氣安平？六氣者，耳目口鼻手足之靈是也。安平即不滯其妙用之義，蓋人之耳目口鼻手足，其靈機是「氣」，然此「靈」皆先天之元神所分布著見，故謂之「性光發」。假如目之視是氣，其視之明處，乃性體之皎潔發出，以此明「反」而內照，歸於本位，則皎潔內含，並不自知其明，是目之氣「反」歸性真也。耳之聽為氣，而聽之聰處，乃性體之慧生來，以此聰「反」入內，則內存大慧並忘其為聰，是耳之氣還其性體也。口之言為氣，而言之達處，乃本性之敏捷所流露，以此真意之達，「反」而貫徹乎內景，則明敏含蓄，是口之氣歸本性也。鼻之呼吸為氣，若呼吸能達外物之臭，乃性真之警覺所見端，能以此警覺「反」而應內氣之通塞，則鼻之氣，自復歸性祖也。手足之持行為氣，乃性之靜鎮，反向入內，則神靜而還性源。「反」此恭重向入內，則神謐^⑥靜，是手足之氣還性源也。合六氣而各有「反」先天本性之道，即《太上經》中所云：「反者道之動」也。



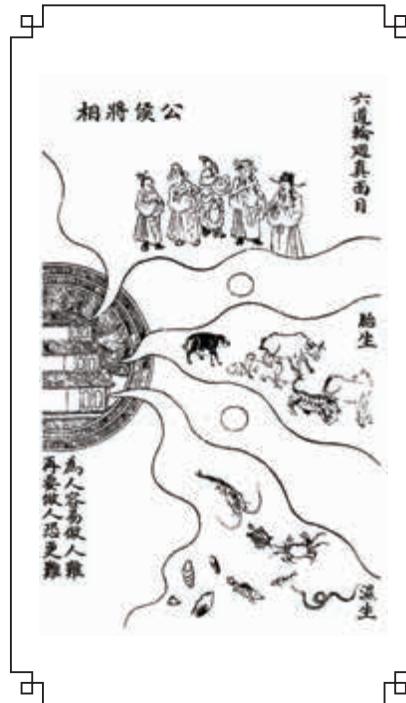
【反者道之動，弱者道之用】

呂祖以「耳目口鼻手足」六氣教人「反」先天本性：以上六氣安平，氣不滯，則「性光發」反內照而歸先天本位。

- (一) 耳之聽為氣，乃性體聰而慧生、反內照而還其性體。
- (二) 目之視為氣，乃性體明之皎潔，反內照而歸先天性真。
- (三) 口之言為氣，乃本性之敏捷而真意達、反內照而氣歸本性。
- (四) 鼻之呼吸為氣，乃性真之警覺，反而應內氣之通塞，復歸性祖。
- (五) 手足之持行為氣，乃性之靜鎮，反向入內，則神靜而還性源。
- (六) 神謐^⑥靜，是手足之氣還性源也。

【天下萬物⑦生於有。有生於無。】

「有」是指天地陰陽化生有形相的事物。「無」是指無形無象的混元無極、即「道」。萬物生靈由天地陰陽所化而生，天地陰陽之氣來自先天混元一炁的無形大耳。造物化物，化了又造，此消長循環之理。詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第一章〈陰陽造化〉。此陰陽造化，消長循環之理，即老君曰「天下之物。生於有。有生於無」。



【天下萬物生於有。有生於無。】

世人只知有形有色之身、外物。不明老君「反之道」，生生死死，輪迴六道而不自覺！

「道」的本體為虛無、柔弱、自然。老君教人「反」修逆陰陽，回復先天無極大道。世人只知動而不知靜，只知有（即形色可見者）而不知無，也不知一切可見者仍以「無」為始末（人生的開始及結束），所以人生就這樣在妄動與執有中送掉了。生而後滅，滅而後生，造了又化，化了又造，永沉淪於六道循環而不知「反者道之動」的真理，老君深以為痛惜！惟內修者則不然，一切皆「逆行其道」，逆之者，逆機何處？首在丹田。丹田在「黃庭之下」（修真圖七号穴），為氣機之樞紐。本章可說是言雖簡而意博，文不煩而理奧，所該者廣矣，學道之士，慎勿輕忽。

本章旨：

⑦ 萬物：指一切由陰陽二氣化生之生靈，萬事各物。

《道德經》四十一章

【上士聞道。勤而行之。中士聞道。若存若亡。下士聞道。
大笑之。不笑。不足以為道。故建言有之。明道若昧。進
道若退。夷道若類。上德若谷。大白若辱。廣德若不足。
建德若偷。質真若渝。大方無隅。大器晚成。大音希聲。
大象無形。道隱無名。夫惟道。善貸且成。】

此章申言至道難明，惟有根器者，必能領悟其奧妙，躬身以行。純外講：

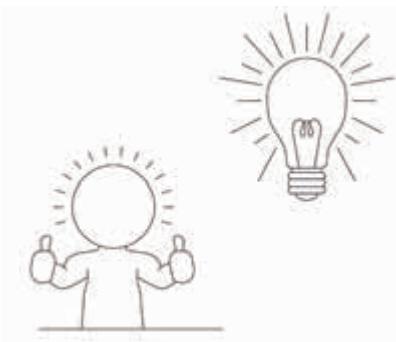
「道」之義理雖稱高妙，但行之於事卻極平庸，只要人能反樸歸真，以直心用事，不弄機曲，這是人人可致的。無奈世人在先天性上有機根之利鈍，和後天性上有習染之深淺，所以在理解信受上就有了差別。老子將這差別相在本章上分成三類：

【上士聞道。勤而行之。】

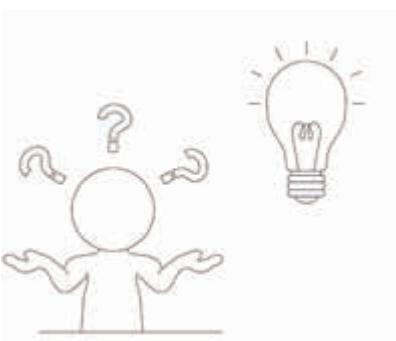
- (一) 上根之人，志與道合，一有所聞，便身體力行之。
【中士聞道。若存若亡。】
(二) 中人之資，則且信且疑，若行若止，顧慮重重。
【下士聞道。大笑之。】

(三) 下根之士，即有所聞，其天性全被七情六欲所蒙蔽，三毒（貪嗔癡）、四關（酒色財氣）所困，故聞道以後，哈哈大笑，以為人家在說瘋話了。

編者按：真師難遇，至道難聞。非有根器之士，不易明解老子《道德五千真言》。



上士：聞道，身體力行。



中士：聞道，猶豫不決。



下士：聞道，哈哈大笑。

【不笑。不足以為道。】

道（指道與德）本至尊至貴，非愚所測，此輩不笑，不足以為道！

【故建言①有之。明道若昧②。進道若退。夷③道若類。上德若谷。大白④若辱。廣德若不足。建德若偷。質真若渝⑤。大方無隅⑥。大器晚成。大音希聲。大象無形。道隱無名。】

承上言，為證明上士與下士之所見所行不同，乃引出古人（建言者）之十三句立言來說：

(一) 明道若昧：(正) 明道的人，行藏內斂，狀若庸愚，不尚機智。

(反) 世人多自作聰明，機智外露。

(二) 進道若退：(正) 明道而能進修的人，默然自修，去浮務實，好像退步

(反) 世人盲目追上潮流，炫露浮華。

(三) 夷道若類：

(正) 履道而行的人，不標奇立異，身不行異人之事，與世

(反) 世人是富而驕，窮而謔，言隨地位而殊，身隨階級而異。

(四) 上德若谷：

(正) 上德之人道大德廣，容人容物，利人利物，功成不自居。

(五) 大白若辱：

(正) 行道之人，光明坦誠，意誠方正，言端行方，很像受

(反) 世人心胸狹窄，性情偏激，有己無人，自高自大。

(六) 廣德若不足：

(正) 德廣之人，德愈大愈覺不足，功愈高愈覺未盡。
(反) 世人自滿自驕，稍有成就，即沾沾自喜。

(七) 建德若偷：
(正) 建德的人，潛行密用，凡有所施於人者，不願人之稱讚榮寵，就像偷偷摸摸的樣子。

(八) 質真若渝：
(正) 真誠不妄的人，內心樸實敦厚，外貌如素體，可隨方就圓。
(反) 世人以小稱大，以虛為實，執形著相。

辱的樣子。

① 建言：古之立言者之辭句文章。

② 昧：昏暗。愚昧。隱藏。

③ 夷：平坦、平易。

④ 大白：徹底明白。

⑤ 淪：粵音渝。變更。

(九) 大方無隅：

(十) 大器晚成：

(正) 端方正直的人，大中至正，無稜無角，不傷害他人。
(反) 世人曲角叢生，自樹隔膜，所見如豆，自困一隅。

(正) 成大器的人，無不經長期磨鍊，艱苦奮鬥，行遠自

卑，故不期望早成速達，藏器於身，待時而動。

(十一) 大音希聲：

(正) 善人懷菩薩心欲啟世人共知共覺，並不是徒靠言語說

(反) 世之說教者，目的可說是各個不一，而真正能以無為

精神度世的人，這是絕無僅有的。且又多是沽名釣

譽，只知言而不行，故其收效差異不同。

(十二) 大象無形：

(正) 此言道的妙象，不能靠官能探之，更不能以形態擬

之，這無狀之狀和無象之象，全賴個人之悟性才能見其大。

(反) 世之逐形求相，爭以標奇立異來制勝，結果仍不免妄

來幻去。世上之養性修真者，亦多執形著象，在表現

上求奇異，此皆小乘圈子裏的有為法，成就不大。

(十三) 道隱無名：

(正) 大道非但無形，而且無名，隱於天地而不露，隱於世

人而不知。

(反) 世人所崇尚者、名也。然「道」隱於無名，又豈常情

所易知耶？

「道隱無名」，是總攝前十二句之意。

【夫惟道。善貸且成。】

這是一節結束語，老子把全章大義又歸納到「道」的結穴上來。他肯定的說，只有這個無為無形無名的「道」，才是在宇宙間施貸萬物之全能者，並且更施貸得盡善盡美，依其分類皆能達到成功的結果，這是毫無瑕疵的。故曰「夫惟道，善貸^⑦且成」。



【夫惟道。善貸且成。】

生、育、善養天地萬物，以五常八德來善導人倫，一切含靈皆蒙「道」恩，故老君曰「夫惟道。善貸且成。」

心詳解》內文：

關於本章句【大音希聲、大象無形】之進一步詮釋，參《醫道還元》卷四〈天地臭皆無？有音可聽謂之聲，有氣可聞謂之臭，天地之化育，見於「物」則有「聲臭」，然不過物之聲臭耳。言其化育之流行，未嘗有聲，而四時之號令自行，未曾作氣，而萬物自翕^⑧然變化。故道君云：「大道無為」。觀此便可恍然大悟。又云：「大音希聲，大象無形」，亦即此理也。於其無聲無臭，自可想見天地之心，亦即可見天地以無為成其變化，此其中有「機」焉。機者，真常之活潑機動自動。

又曰：秘密者，即天地之秘機。蓋天地秘機，無聲無臭，本來莫罄形容，中人以下^⑨未可與語，語之易啟迂笑，必上知之士^⑩，語之乃覺易曉。

本章旨：

呂祖師云：《陰符經》曰「宇宙在乎手。萬化生乎身」。夫學而不遇。必遇至人。遇而不勤。終為下鬼。老子曰。「上士聞道。勤而行。」仙道惟人可以修。老君文句云「下士聞道大笑。不笑不足以為道。」然性命之道。大而包管天地。小而一物之微。皆莫能外。為賢為聖由此。離乎此便流為下愚。人苟不甘為下愚離道。自當求乎性命之學。

編者按：願世上之人，聞道而求學，是老君所願見也。

【又】

道書云：「人身難得今已得，至道難聞今已聞，此生不向今身度，更待何時度此身」。富貴榮華，終非久計，下手速修，猶恐太遲也！

^⑧翕：粵音泣。收縮、斂息。順合之意。

^⑨ 中人以下：即本章文句中士、下士。

^⑩ 上知之士：即本章文句上士。

《道德經》四十一章

【道生一。一生二。二生三。三生萬物。萬物負陰而抱陽。沖氣以為和。人之所惡。惟孤、寡、不穀。而王公以為稱。故物或損之而益。或益之而損。人之所教。我亦教之。強梁者不得其死。吾將以為教父。】

此章言「道」生成萬物之過程，陰陽二氣經歷三次互索後，天地產生「沖和之氣」。純外講。

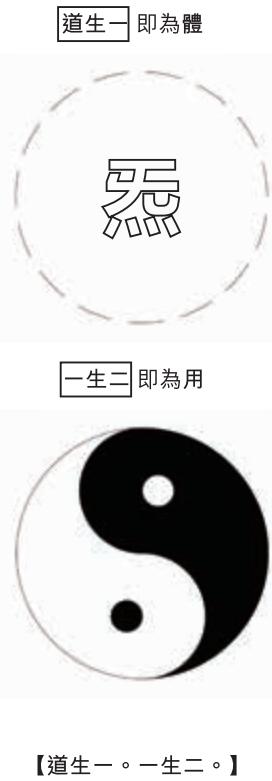
外講：

【道生一。一生二。二生三。三生萬物。】

元始道炁，朴散後判太極而兩儀分陰陽二氣。兩儀元氣生四象，四象即太陽、太陰、少陽、少陰。太陽之精化生成「日」，太陰之精化生成「月」。陰陽二氣生成「天」乾「地」坤。天地互相三次交索生成六氣即震（雷）、坎（水）、艮（山）、

巽（風）、離（火）、兌（澤）。六氣相生成五行即金木水火土。五行生成萬物。以上六氣合天（乾）地（坤）演成八卦。

萬物生成過程，詳參本書刊導讀一〈創世紀／宇宙生成論〉。



【萬物負陰而抱陽。】

承上言，天（乾、陽）三索於地（坤、陰）後，天（陽）乃負陰（即背負、馱）而還天位。陽本無陰存，經歷三次索地後，背負地（陰）之「真陰」而返回天。同樣，地（坤、陰）三索於天（乾、陽）後，地（陰）抱陽而回地位。陰本無藏陽，歷三次索天後，抱天（陽）之「真陽」而回地。自此而後，天地負陰而抱陽，而人生於天地陰陽之間，又何獨不然？故人身外屬陽，內屬陰。身背為陽，前腹為陰。

萬物負陰而抱陽，參《呂祖全書》卷三十三〈匹配陰陽第一〉內文：
天以「乾」索「坤」而還於天上。其陽負陰而上升。地以「坤」索「乾」而還於地。其陰抱陽而下降。

編者按：迨後「真陽」、「真陰」下降復升，每歲三百六十日互調燮交合一次，四季循環，一升一降運於道。所以天地長久。（參導讀六〈論天地升降／日月往來〉。）

【沖氣以為和。】

承前言，天地歷三次互索後，陽負地真陰回天，陰抱天真陽而歸地，從此天地之間，充塞著沖和之氣。這股沖和之氣：

天得之則四時（四季）行，日月晝夜往來無間，雲霞雨露，風雷電雹。

地得之陰陽和而草木興（稻穀豐收）。

人得之陽健陰順而生於天地。

關於沖和之氣，造化陰陽，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第一章〈陰陽造化〉。關於「和」之詮釋，參《呂祖全書》卷二十〈湖濱宵話〉內文：

夫天地之所以昌萬物者。「一和」而已矣。帝王之所以化萬邦者。一和而已矣。惟心和則氣和。氣和則形和。形和則天地萬物之和應之。和其心者。存心養氣。不失天命之初。則性和矣。

〈湖濱再說〉內文：

病生於不和①。故善攝生者。葆和以為寶。順天理。依自然。不以人拂天②。天之道。非健而行。以行故稱健。地惟不爭而有順。名順其健也。和可知也。老氏曰「沖氣為和。非和誰沖也」。蓋性和則心和。心和則氣和。

氣和則法象河山皆吾和。

參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

沖和之氣。即《中庸》之「致中和」③。

【人之所惡④。惟孤、寡、不穀。而王公以為稱。】

常人最厭惡的「孤」、「寡」、「不穀、即不善」，而位為尊貴的帝王卻自稱為孤家、寡人、不善。這是順應天道「沖氣以為和」，虛心謙下的美德。

【故物或損之而益。或益之而損。】

依據上言，沖和之氣充塞於陰陽天地之間，與陰陽二氣調燮升降，主導天地日月四時暢運，不偏不倚。「道」之沖和之氣在萬物之中主宰陰陽，削其有餘，補其不足，過則抑之，不及者扶之。即「損而益。益而損」。因萬物負陰而抱陽與沖氣之調和，如此萬物才能春生夏長，秋收冬藏，生生不息，消長循環於天地。

① 不和：人之體亦如是，外屬陽，內屬陰，人之有疾病，其本體之陰陽，必因不攝不調而有以致之。

② 拂天：違背、逆天道。

③ 致中和：喜怒哀樂之未發，謂之中，發而皆中節謂之和。中者也、天下之大本，和也者、天下之達道也。致中和，天地位焉，萬物育焉。

④ 惡：與好相對。討厭。

【人之所教。我亦教之。】

古人以此「和」的道理教化人們，我也以此而教之。

【強梁者⑤不得其死。吾將以為教父⑥。】

參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂真人曰：世人不知反求一心之真常，終日勞碌於外物，以為治生之計。未寒思衣，未飢思食，得衣得食，又思美衣美食，既得美衣美食，又慮大數不遠。以此治生，非求生之道，乃取死之道也。所以然者，真常皆被欲耗散，久久陰陽乖戾，或郁結而不舒，亦安得不死？太上云「強梁者，不得其死」，蓋指人心中思慮之強，日夕百計，圖謀不已，亦即此義。

編者按：故老君曰：我將以此世人之通病作為靈鏡，作為教育別人的根本。即「吾將以為教父」。



【強梁者不得其死。吾將以為教父。】

世人日夕思慮，百計圖謀，未有片刻清靜，不識反本求「真常」，迨至陰盛陽衰，年老身衰，最後贏得「一坯黃土」。老君教世人反省此通病，作為教育別人的根本，故曰「吾將以為教父」。

本章旨：

老君言天地萬物之化育，本沖和之氣而造化，萬物皆負陰而抱陽，舉凡胎生、卵生、濕生、化生，其孳息孕育，互相以陰陽二氣沖和感召，始能成其變化。本章「沖和」之妙用，可與上篇第四章「沖氣」同參。而本章「物或損之而益。或益之而損。」可與第七十七章同參。

⑤ 強梁者：指人心中思慮之強。妄想，貪婪。
⑥ 教父：母生之，父教之。



【萬物負陰而抱陽】
【沖氣以為和】
【故物或損之而益】
【或益之而損】

- 天地經歷三次互討索後，萬物負陰而抱陽。沖和之氣充塞天地，由陰陽二氣調和氤氳而合成祥氣，生育萬物。
- 人當法天地「沖和之氣」，窮則獨善其身，達則兼善天下，方不負天地沖氣所賦。若人私欲貪婪，互相殘殺，則「沖氣」變或劫孽之氣（戾氣）。

《道德經》四十二章

【天下之至柔。馳騁天下之至堅。無有入於無間。吾是以知無為之有益。不言之教。無為之益。天下希及之。】

外講：

【天下之至柔。馳騁①天下之至堅。無有入於無間。】

承第四十二章，道炁朴散後，由一而生成天地萬物，三才（天地人）定位，日月星辰列序。道炁至虛至靈，其性「柔」而不剛，但卻能統御三才，通天達地，諸如：

- (一) 陰陽調和之柔氣或曰「沖氣」（源自道炁），體自然而升降有序，四時運轉，周而復始，使天地日月並舉，晝夜運行無間。
- (二) 仙佛聖真，其性靈或曰真靈，至虛至柔至大，其靈光可照萬物，可祛邪魔，可蔭一切眾生，可知未來，可鑒過去。參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉



【天下之至柔。馳騁天下之至堅。】

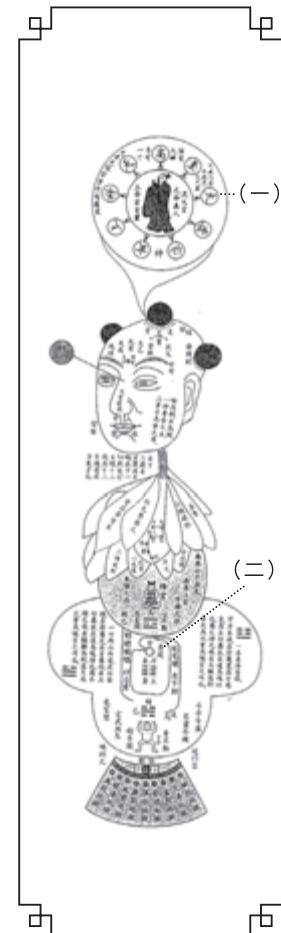
道炁至柔至大，陰陽二氣互升降列四季之序，日（魂）月（魄）往來，周而復始，故曰「馳騁天下之至堅」。即至柔之氣，可舉天托地。



仙佛「真靈」，至虛至柔至大，其靈光可照萬物，可知未來，可祛邪魔。神能入石、飛形，入水而不溺，入火而不焚，此謂之神，此之謂仙聖」。

- (三) 人能修至道，清心靜意，絕欲安神，靜坐時自發其爐火於中田、黃庭、真氣「氣質本柔」貫通諸竅絡百脈，沖越三田（即上中下丹田，參修真圖六、七、八號穴），三品（精氣神，參修真圖一、二、三號穴）結合，重返先天無為大道。

故老君曰「天下之至柔」，「柔」指道炁，陰陽二氣、或「真靈」，能「馳騁天下之至堅」，堅硬牢固莫如天地有形之質。自身內丹之「真氣」，可貫越四肢、九竅、百骸，故曰「無有入於無間」。



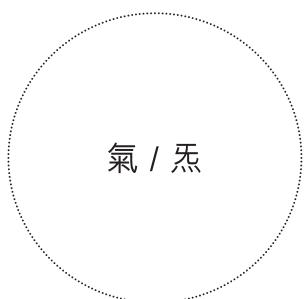
【吾是以知無為之有益。】

此句承上言而來，至柔之道炁既無形而生成萬物，生萬物無矯柔造作心，而且無所不入，無所不包，更可煉氣成真、成神，返回先天大道。所以老君乃說我因此才知道這無為之大道（即道柔氣），其對人生確實是大有益處的了。

【不言之教。無為之益。天下希及之。】

這股天下至柔的道炁，天地萬物終生用之而不窮，並不是求諸外來，而是天賦與人類及萬物的恩物，惜天下人是多數不知的。因為世人都側重於言語之教和有為的心

術上，所以老君只有感嘆天下人是很少懂得其中道理的了。故曰「天下希及之」，天下希有人認識此「至柔之道炁」者！



【無為之益。天下希及之。】

老君以至柔的道炁來喻「無為大道」，惟世人不知，故嘆曰「無為之有益。天下希及之。」

本章旨：

老君申言道炁至大至柔，德澤萬物，世人莫能知曉，能知「道」的奧妙，可從後天有為之世，內外雙修，重回先天無為至虛至柔至和的大道。不知世上幾人能從老君之聖願？

《道德經》四十四章

【名與身孰親。身與貨孰多。得與亡孰病。是故甚愛必大費。多藏必厚亡。知足不辱。知止不殆。可以長久。】

此章言身外之物，皆非長久可恃者。純外講。

外講：

【名①與身孰②親。】

這句是老子提出之間語，叫人自己來答覆自己。老子問德名與身軀二者，你以為那一個應當親近呢？世人多以色身（身軀）為重，求滿足所欲。明道者卻以立德行仁為己任。

【身與貨③孰多④。】

老子第二句問：人之身軀若和財物作一比較，你以為那一個應當看重呢？我們若以為非名利不能顯榮耀，非財貨不能顯富足時，那麼一生就只有為這些身外物而鑽營。若

看透身外物生未帶來，死不帶去，便明白百般經營之結果，最終是過眼煙雲。道經云「金銀珠寶滿山積，死後何曾在手中」！可是這得來非易的身軀，在世只不過短短數十年，故當善為利用此身軀來立功建德於世，能如此就是視「身」重於財貨了。

【得與亡⑤孰病。】

老子再問：有人貪得無厭（指得），有人視貨財如浮雲，知足知止（指亡），那麼這二者那一個是人生的病態呢？

以上三個問題，老子並未作出正面解答，是欲世人自己來分辨。

【是故甚愛必大費⑥。多藏必厚亡。】

這二句可說是上言三個問題之答案。

凡是甚愛其身的人必然是愛欲纏身，只顧自身物欲之滿足，所以一生精力完全消耗在物質追求上，為物役一生。是曰「大費」。老子眼中，這些人是耗費自己，浪費

① 名：老子這「名」字指行善立德之「德名」。賢人所作之德行，為世人歌頌。

② 孰：疑問代詞。誰。

③ 貨：財物。古時以金玉布帛為財物。

④ 多：指重，看重。

⑤ 亡：通忘，指無。

⑥ 大費：竭盡用心，操心。

一生來滿足自己六根之欲，而不是利用這短暫應現的人生去作些有意義的德事。

貪財貨又復不知足的人，雖然自身用之不盡，可是偏要多藏厚貯，其將來亡失的機會或越多。厚，是加倍，深的意思。老子固知身是肉身之存在，財貨是生存之需要，人生存上固不能不居住飲食而脫離生活條件，但君子以道生財，以直取貨，不妄貪無厭才是老君教人財貨貴實用不必多藏，愛貨不如愛身，重身不如重德。固人若能明悟取諸於道，還諸於道，以多餘而用不盡之貨財，回饋社會，樹德於人，這樣便是老君所言之親近德名了。

【知足不辱。知止不殆^⑦。可以長久。】

前言「大費」、「厚亡」，或可是得不償失，所以在「名與身孰親」上要先看淡此身，此身一淡，一切身外物就不會發生過份貪心，不貪就是「知足」，既知足就不會遭受浪費此生的恥辱了。還有對一切身外物取用有限度，不生多藏之妄心，因之能「知止」，既知止所以就不會發生厚亡之危殆了。人生若能不辱此生和不受危殆時，這才是導使「生命長久」之道。

關於「知足、知止、長久」之詮釋，參《呂祖全書》卷十八〈持盛在德章〉第二十四內文：

居上位而不驕。所以長守貴也。處豐阜^⑧而不瀉^⑨。所以長守富也。是以聖人序《易》^⑩。於大有之後。繼之以謙^⑪。蓋有大而能謙。所以長保其有。不特居於全盛之時為然也。太上曰「知足不辱。知止不殆。可以長久」。佛經



賢人、君子：

- 重道德行為。「德名」。
- 善利肉身軀立功建德於世。「身重於財貨」。
- 視富貴如浮雲「亡」。「知足知止」。

結果：

- 知足知止。
- 終身不辱。
- 可以長久。



一般百姓：

- 以自己色身（身軀）為重。「身」。
- 為名利貨財而鑽營一生。「貨」。
- 貪得無厭。「得」。

結果：

- 愛欲纏身、物役一生。「大費」。
- 不義而得的財，亡失機會越大。「厚亡」

本章旨：

老君針對世人之病態，提問世人，最後作出正確的評語：

「甚愛必大費」是斥甚愛其身之非，「多藏必厚亡」是斥貪得財貨之害。教人積財不如「積德」，愛身不如「愛道」，在名與身孰親之比較上，還是親近德名為第一首要。

^⑦ 殆：危險。

^⑧ 豐阜：富饒、旺盛。

^⑨ 滉：過度、惑亂、邪惡。

^⑩ 易：即《易經》、易學。

^⑪ 謙：謙遜，滿招損，謙受益。也指滿足。

《道德經》四十五章

【大成若缺。其用不敝。大盈若冲。其用不窮。大直若屈。大巧若拙。大辯若訥。躁勝寒。靜勝熱。清靜為天下正。】

此章言靜與動（陰陽）互調燮，不偏不倚，方能長久。分外、內講。

外講：

【大成若缺。其用不敝①。】

大成就的人，並不顯出有成就的自滿樣子，仍像有所「缺欠」似的，即曰「若缺」。這樣才符合「天行健，君子自強不息」的大義，才永遠繼續不會出現敗弊，即曰「用不敝」。如天地陰陽動靜之機，盈虧有道，升降有序，四季循環不息，方能長久不敝。

【大盈②若冲③。其用不窮。】

大能力者並不自矜能力，反若虛空無用的，貴不敢驕，富不敢奢，那麼他的工作能力便不會窮盡了。

【大直④若屈⑤。】

賢者法度正直如一，橫逆和謗毀不去計較，順而受之。

【大巧⑥若拙⑦。】

明道者不表顯其功，不自矜其能，別人在名利之爭逐上各顯其機智手段。賢者卻若笨若拙落伍一般，甘居人後。

【大辯⑧若訥⑨。】

① 敝：壞、破舊。疲敗。

② 盈：滿、充足。

③ 冲：虛、空。

④ 大直：上下一理，本末一道。

⑤ 若屈：虛而能容於物，順而不爭於物。

⑥ 巧：巧妙。

⑦ 拙：魯鈍。

⑧ 辨：辯論也。

⑨ 訥：訥而不言。