



丹道太和玄功

作者：谢怀宇 谢怀昭

前言

丹道学问至今有五、六千年历史。丹道修炼之学的创立，反映了我中华民族不屈不挠，征服自然，维护生命尊严的伟大精神。五千年的历史长河中，无数大德大智、高真大隐贤哲圣者不计名利，不计得失，为征服自然，探索生命真谛付出了一生的精力。这一切奋斗之目的也只是为了我们人类能生活得更加美好，使我们人类不被天地自然所控制与摆弄。丹道乃实人、实物、实证之事。丹道决非唯心之说，绝非迷信，更不搞偶像崇拜，不信仰与崇拜“神权”。丹道修炼注重自我生命的存在与价值，乃是一种独立自主之精神支撑着修炼者。求神拜佛，祈求神灵大师保佑护持，乃是放弃自我之个体，依赖他物的一种消极逃避的人生态度。对此，丹道修炼者更是极端反感与厌恶。“人定胜天”、“我命由我不由天”才是修炼者的奋斗理念与人生观。

丹道修炼是以自我生命体为实验品，并建立在天人合一的思想，以期完善我这个有缺陷的肉体生命与人生，希望能达到与完满无缺的“天道”想融、相生。故此又可以说，修炼者若无绝大之毅力与实践精神，以及不计成败得失的忘我精神，是绝难全部成功的。故此，也可以说丹道学就是我们中华民族与大自然作斗争，并改造自然，完美人生的终极学问，其中积极向上的伟大奋斗创造精神，更有甚于现代科学家们对于现代科技的汲汲追求。

若有人说，丹道修炼之学根本就是虚假和不切实际的，并列现代科技理论以解释之。愚以为，现代科技仅有数百年历史，而丹道科学已有五、六千年历史。现代科技之发达以及她所带给我们的便利是举世公认，无容置疑的，但是并没有达到万能之地步。现今科技并非达到能解释天地宇宙间一切是非真相、真理奥义的地步。现代科技仍在自我完善与进步，孰或不能与丹道不谋而合乎？因为他们所奋斗的目标是一致的，皆是使人类由必然王国向自由王国飞越。

世上只要有其事，必有其理，因未有者，在于我们学识不足；世上有其理者，当有其事，所以无者，在于我们经验不够。科学之所以称为科学而不名迷信，就在于不断的自我否认与完善。

从某一种意义上说，现代科技是人类对困难的一种变相逃避，一种变相消极。因此，曾有人戏称现代发明创造是懒人的结果。比如：一段遥远且崎岖的路途，以于是我们这个肉体生命用双脚是难以完成跋涉任务的，于是我们动脑子，发明创造出代步工具如：马车、自行车，继而飞机等等，以此辅助工具代替人完成跋涉目的，如是形成了人对机械的依赖，人反成了机械的奴隶，从另一个角度来说，人的尊严已经丧失。

现代科技是以外物作为试验对象，丹道科学乃是以自我作为试验对象。因此现代科技可以一代一代完善，一代一代的发展，能保持其连续性。如果前人发明了某种机器，后人可以在此前人的成功基础上完善发展。因此，现代科技之优点显而易见，可以说是一种接力赛。而丹道科学则不然，如果前贤从头开始，一步步验证，直至成功，并将其方法与详细过程记录下来，而后人也只能凭籍此方法，但必定仍得从最初步开始，来实现自我之升华，再后来者，亦复如此。可以说，丹道科学是一种个人独立赛。因此，丹道科学虽有五、六千年历史，但几乎仍停留在开始之阶段，只留有一大堆前贤高真大隐对此方面研究的大量文献而已。

现代科技已被人公认，凡研究现代科技者，即使终其一生亦未能攻克某一难关，但也会赢得绝大多数人的尊敬。可是，对丹道研究者，若能成功，固然能引起世人的广泛关注与崇敬以至盲目神化，如：魏伯阳、张紫阳、吕纯阳、张三丰、全真七子等，但也有终其一生，因条件不具备而未能成功者，此辈先贤又莫不默默无闻，不但未能得到人们给予其应有的尊敬，反而受到不断的击评和嘲讽。因此说，研究实证丹道，非是有超凡之见识、超凡之毅力，圆融灵活应世之才干与不计名利得失、功过是非的大丈夫，大英雄，大豪杰而不可为。

此身不向众生度，更向何处度此身。愚愿与诸君共勉！

第一篇 理篇

一节：道说鸿蒙

性命与观化

鸿蒙一炁浅释

先天与后天

二节：动静之说

三节：天地人三者关系

四节：清静总论

五节：丹道命功与性功之异同

六节：口诀中之口诀——元神与真意

七节：丹道基本名称及术语浅释

第二篇 太和玄功修炼秘旨

一节：太和玄功修炼之外在身法

二节：外在身法之修炼要点

三节：修炼之时间安排及其它事项

四节：太和静功筑基修炼法

1, 损止入静法

2, 导忘入静法

3, 顺其自然入静法

4, 小结

5, 太和静功修炼要旨及验证标准

6, 太和静功之层次

7, 日常生活处事入静止念之法

五节：太和玄功炼炁筑基法

六节：太和玄功观光法

七节：注意事项及其它

八节：命功辅助筑基法

1, 退符之法

2, 回阳止漏化欲法

3, 中老年培补亏损之法

第三篇 太和玄功性命双修工程次第

一节：炼心归真，初涉真景

1, 正法行持

2, 内景真机

3, 细微火候

二节：橐龠开通，炁息归要根

1, 正法行持

2, 细微火候

第四篇 悟道心言

一部分：初次炼己

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>