

目 录

坐忘论	1
黄庭内景五脏六腑图	16
上清黄庭五脏六腑真人玉轴经	44
太清调气经	52
嵩山太无先生气经	67
延陵先生集新旧服气经	81
太白还丹篇	102
太上九要心印妙经	109
五厨经气法注	117
太清中黄真经	123
幻真先生服内元气诀	148
胎息抱一歌	159
彭祖摄生养性论	163
庄周气诀解	166
太清服气口诀	170
三洞枢机杂说	178
太上老君养生诀	185
太上赤文洞古经注	191
太上老君内观经	197
太上老君内丹经	202
太上老君内日用妙经	205
太上内丹守一真定经	207

坐忘论

作者司马承祯（647—735），生平事迹见《服气精义论》。《坐忘论》全书一卷。现采用《重刊道藏辑要·上昂集五》1906年成都二仙庵本。

内容提要

《坐忘论》一卷，括敬信、断缘、收心、简事、真观、泰定、得道、坐忘枢翼等八篇。主要论述坐忘安心，修炼形气，养和心灵。认为身体健康长寿，在于静定功夫。正如真静居士在序言中所言：“坐忘总说，不过无物、无我，一念不生。如敬信篇直言：‘内不觉其一身，外不知其宇宙，与道冥一，万类皆遗。’伦类经言无少差，苟造坐忘之妙。神气自然相守，百脉滋润，三关流畅，天阳真气来居身中，此乃长生久视不传之道。”

夫人之所贵者生，生之所贵者道。人之有道，若鱼之有水。涸辙之鱼，犹希斗水；弱丧之俗，无情造道。恶生死之苦，乐生死之业；重道德之名，轻道德之行。审惟倒置，何甚如之。穷而思通，迷而思复，寸阴如璧，愧叹交深。是以恭寻经旨，而以心法相应者，略成七条，以为修道阶次，枢翼附焉。

敬信一

夫信者道之根，敬者德之蒂。根深则道可长，蒂固则德可茂。然则璧耀连城之彩，卞和致刖；言开保国之效，伍子从诛。斯乃形器著而心绪迷，理事萌而情思忽。况至道超于色味，真性隔于可欲，而能闻希微以悬信，听罔象而不惑者哉！如人闻坐忘之言，信是修道之要。敬仰、尊重、决定无疑者，加之勤行，得道必矣！故庄云：堕支体、黜聪明、离形去智，同于大通，是谓坐忘^{〔1〕}。夫坐忘者，何所不忘哉！内不觉其一身，外不知乎宇宙，与道冥一，万虑皆遗^{〔2〕}。庄云：同于大通。此则言浅而意深，或者闻而不信，怀宝求宝其如之何？经云：信不足焉。有不信，谓信道之心不足，乃有不信之祸及之，何道之可望乎！

注 释

〔1〕堕支体、黜聪明、离形去智、同于大通，此谓坐忘：静功功法。出《庄子·大宗师》。其作法为：取坐势，遗忘自己的肢体，除去自己的聪明，离弃自己的形体，稳定自己的意识，与自然社会融为一体。

〔2〕万虑皆遗：气功学术语。虑即思虑，指习炼气功时，忘却各种念头，排除一切杂想，使意识高度集中。

按 语

本篇强调“信”是修道之要，敬仰、尊重、无疑，加之勤勤习炼气功，必然可以得道。所谓“坐忘”，即万虑皆遗。内则包括遗忘自己的肢节、形体，排除一切杂念，稳定情绪；外则不受任何干扰，使自己的思想高度集中，忘去身体外的一切。

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/>