

<<内在小孩解道德经>>

图书基本信息

书名：<<内在小孩解道德经>>

13位ISBN编号：9787512600010

10位ISBN编号：7512600011

出版时间：2010

出版时间：团结出版社

作者：韩金英 绘著

页数：228

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<内在小孩解道德经>>

前言

序言一、缘起6岁听老爷讲庄子《逍遥游》，我就很向往道的宏大境界。

1995年，我开始读佛经、道书，作为编辑出版了相关书籍上千种。

2002年马年，母亲突然去世，我见到了大道，无法形容的境界。

我离开母亲的子宫来到人间，接着又进入母亲无形的大爱子宫，生命经历第一次蜕变。

当母亲去世的时候，无形的子宫又把我甩出来，让我经历第二次蜕变，进入了道的生育万物的更大子宫。

如果那时没有这个发现，我一定死掉了。

蜘蛛网是蜘蛛的承载，母亲、母爱是我们生命的承载。

这个承载失去的时候，生命突然失重，人一病不起，感到自己将要随母而去，于是想把要说的话说完，写了《生命在爱中蜕变》。

当书进了印刷厂后，我经历了一次死的蜕变，那之后仿佛先天的门打开了，无师自通了风水、《易经》，出版了《易经中的生命密码》等畅销书。

一次饭后散步，随手帮一位画家调整了一下风水。

一周之后，不断传来他卖画的好消息。

为答谢我，他帮我租了一间画室。

进那个大屋子时，没摸过画笔的我直发抖。

我学过坐禅，把大脑空掉，不会画的时候，一愣神，一“空”就有了。

我总说是菩萨教会了我画画，把自己变成一支空心的笛子，宇宙的能量就流入了你。

从画画开始，我在新浪网开了博客，见证自己的成长过程。

画了一批菩萨后，我掌握了油画的基本技能，开始画大道。

当时很朦胧，就觉得大道是个母体，很大很大，三年画了二百张，废了一百多张，只是对大道的盲目激情。

研究传统文化的《益生文化》主编陈全林注意到我的画，跟踪发表了上十万字的研究文章。

他说我画出了历代成道祖师的内丹中的阴阳丹法、清净丹法，用吕洞宾、张伯端、王重阳、张三丰等人的丹诀诗和画作比照，丝丝入扣。

于是，我开始研究丹道经典《周易参同契》、《悟真篇》等，看着里面的内容，经常感觉到，这不是我画里的东西吗。

当我读到当代丹道名家熊春锦先生注解的《道德经》后，我发现我的十多个系列画都是《道德经》里的东西。

《道德经》里有很多秘密，熊老师的书只有很少的透露。

2009年，我开始研究《新编吕洞宾丹道全书》，内丹五大门派之首的得道真人吕洞宾吕祖解《道德经》，他从元精、元气、元神等生命本元上解读老子。

和吕祖的相应，令我感觉找到了最终的答案。

我开始写自己读《道德经》的体会，刚写了18篇，被操作出版《道医学》中断了3个月。

9月，我参加山西芮城第二届国际艺术节，竟然来到吕祖的家乡山西永乐宫吕祖庙，做《见证真我》道德经艺术馆精品巡回展。

当展厅刚布置完毕，天空呈现出一条祥云龙，我当时惊呆了，第一次肉眼看到天人感应，好像吕祖在和我打招呼表扬我。

这次触动，对我的绘画影响很大。

我埋头改了3个月的画，没有练功，玄关自然开了，天场的能量一开一合地在身体上。

老修行们羡慕不已，他们练了十多年还没开。

12月，我接着通读吕祖解《道德经》，发现老子八十一章说的都是元气，如何开启玄关进入众妙之门。

之前写的20万字文章，我全部放弃了。

因为那时我的玄关还没开，真实的能量世界没进去，很多话还是后天意识的东西。

<<内在小孩解道德经>>

从2009年圣诞节到2010年元宵节，我完成了《小孩解道德经》。

这是吕洞宾祖师讲《道德经》的当代阐释。

吕祖是唐代人，又是从先天的角度解读老子，一般人说天书难懂，我却觉得如甘露灌顶。

很多人都说黄元吉已经把道说得很清楚了。

对比黄吕二位，只有吕祖八十一章都紧扣先天——先天太上法门，无为自来。

黄元吉先生说的大多是第二等的法门——心肾相交的金丹法，里面有有为的成分。

吕祖虽然是金丹鼻祖级的人物，但他一直强调的是老子的太上无为法，对我们不修炼的广大人士最有益，即了解人体元气的来龙去脉，接通宇宙大元气，弥补自身小元气的不足。

二、元气金丹是仙家融道、释、儒、医于一体的一项为开发生命潜能和探索心灵奥秘而修炼的人体系统工程，是至真、至善、至美的仙人境界，最能体现生命价值的人生最高艺术境界。

它是参天地、同日月、契造化、返自然、还本我、修性命的天人合一之道，是世界文化遗产中弥足珍贵的心灵哲学与人体生命科学。

中华文化的代表是道家文化，金丹又是道家文化的金字塔尖。

长生不老只是金丹成就中的一小部分。

无论金丹有多高远，都是从先天一炁开始的。

这老嫗变童女的人身至宝，万两黄金不换一丝半忽。

如果用科学的语言解释，元气到底是什么？

1. 先天一炁是人体的真正主宰，是人体的太阳。

没有太阳，地球上的万物就无法生长。

人体没有先天一炁就会丧失生机，与世长辞。

为了说明先天一炁和后天作为机体生理功能的气——经络的气与呼吸的气完全不同，将其写成“炁”字。

下面的四个点是火字的变体，用以标示它是日光气。

上边一个近似无的字，表示这种气近似没有物质现象而能使万物随之发生变化的能量。

当没有外力的作用时，这种精微物质的能量和形体相等，阴阳平衡，道家称之为无极。

当有太阳光的作用时，能量大于形体，精微物质处于向上向外伸展的状态，叫阳升，也叫阳仪。

阳升会消耗能量，很快能量会小于形体，精微物质掉头向下向内收敛，叫阴降，也叫阴仪。

太极生两仪，两仪之间感应、交合，冲炁以为和，形成第三种物质“和”炁，也就是老子说的“三生万物”，“万物负阴抱阳，冲气以为和”。

《周易》说：“万物之生，负阴而抱阳，莫不有太极，莫不有两仪，氤氲交感，变化不穷。”

张伯端也在《悟真篇》里说：“道是虚无生一炁，便是一炁产阴阳，阴阳再合成三体，三体重生万物昌。”

精微物质的这一太极状态，阴阳混一，道家称之为先天一炁。

阴阳混一的先天一炁在人体里起的作用，就像《黄帝内经》中说的“阴阳者，万物之能始也”。

阴不离阳，阳不离阴，是万物出生形成的原始能量。

先天一炁中阴阳二气相冲而成和气，当人体处于这个状态，生命力最强。

比如胎婴200多天从两个细胞长成一个完整的人，这样高速度的生长，除在母胎的先天期以外，一生中再也没有了。

阴阳混一的状态大量产生和气，才会生生不已。

道家把先天的阴叫性，把阳叫命，性命混一，生机最强。

人出生以后就进入后天。

在胎婴时期阴阳性命浑化，幼年性命小偏，少年中偏，青年大偏，壮年分，老年离，死亡性命散。

从普通人的人生路线看，先天一炁在人生路线中从混一到偏、分、离、散，在人的一生中是第一位的主宰。

当先天一炁主宰时，人体的生机最强。

比如婴儿和幼年的人，饿了要吃，冷了要穿，从不过问吃穿，虽然有喜怒哀乐，但随起随灭不往心里去，虽然有后天意识，但还是先天自然的主宰，保持着旺盛的生机。

<<内在小孩解道德经>>

到青年时期，心地坦率，举止活泼，助人为乐不图报酬，以求知为乐不图荣耀，无束、无妄、无为，不知烦恼，身体健壮，精神充沛。

把人的精神分成两种心理活动的话，就是先天一炁的元神和后天识神。

前者是根据自然本性自内向外的本能之神，老子讲的玄德——“生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德。”

——说的就是元神。

无妄无私的思维活动就是出自本性元神，而为了荣誉而做善事，为了名利去显示才能，有妄有私的思维活动就是出于识神。

识神是由外物引起的欲望，是由外向内运动的，这种运动足以灭身。

当人所谓成熟了，就受后天识神主宰，忘记了自然本性的真实需求。

识神一起，元神退位，先天之性便深藏。

先天之性深藏，先天之命便外散。

肾为先天之本，肾气外散，先天之命外散，后天机制的阴阳二气便分离。

这一分，五行之气就互相克制。

五行一克，秉受的偏气便发。

偏气一发，七情六欲即动。

七情六欲一动，五脏六腑便伤，人体阴阳离绝成了否卦。

识神主宰着眼耳鼻舌身六根，它们一动就消耗内能。

喜怒哀乐欲和六根都被骂成贼，喜则气缓，怒则气上，哀则气消，乐则气乱，欲则气丧。

人体的五脏六腑是个大自然的天道系统，人为的没有节制的情志就会破坏人体的天道。

六根是向外的窗口，也是丧失内能的贼户。

2. 重拾先天一炁，进入玄牝之门。

让天地的元气流入体内，让决定生死寿夭的先天一炁主动地回归。

从单纯的消耗到无论中年、老年，内能无情地被消耗，恢复至泰卦的先天炁旺盛，后天气秘固的青少年状态。

对于多数人来说，成仙成佛不容易，但是必须开启玄牝之门，让先天一炁在有生之年保持旺盛。

那是人体大药，至少可以让你不生病，不受病痛折磨。

德能量足的人百日必开玄关，甚至悟得准确，马上就能开，从此过上与天同在、上天保佑的日子。

这是自然医疗的养生之根。

先天一炁来了，各种病症10天内见效减轻，包括癌症。

阴阳混一，加上“和”气，就是先天一炁的内涵。

人体后天的心肾，先天叫性命。

这个性命如何混一？

首先是性，是元神。

何谓元神？

无念，老子说的致虚极也。

念头在我们一睁眼就不停地开始放电影了。

什么时候停？

睡觉才会停。

但是真睡着了就炼不了炁了。

要杳冥，似乎睡着了，但是有个觉知在，清明朗朗。

杳冥不是昏迷。

没有任何意识、一丝云彩也没有的晴空，就是元神状态。

守下丹田和心息相依都用元神，但自然不是死守。

死守就是识神，用了意识了，落入后天就是假的。

似守非守用的是元神。

神经兴奋性高时，内气就弱，低时内气减缓，神经被抑制就睡着了。

<<内在小孩解道德经>>

把神经兴奋性调节到既不抑制又不兴奋的中间点，内气最足。

中和使体内所有脏腑、器官、细胞都各执其能，是生命力的来源。

似守非守就是执中，达到中点，阴阳平衡才会感应、激荡冲炁以为和。

阴、阳、和三家相见，玄关开。

似睡非睡的杳冥中，无知无觉忽然一觉而动，即太极开基，先天一炁产。

有的祖师形容玄关开如雷，炁足的时候，一打坐炁就如雷一般在体内咣咣地撞。

然后它就像个医生一样，你哪里有病气不通，它就自动跑到那里给你通气。

有的时候，好好的怎么脚心忽然痛得很厉害，过一天没事了，后来明白过来，那是在通那里的穴窍。

天爱上你那种关怀呀，真是没法形容，你自己都不知道的问题，它都给你解决好了。

玄牝的玄就是天，牝就是地，玄牝就是阴阳之气的交合，就是性命合一。

那一觉而动的一觉，有如电光石火，当前则是，转眼即非。

杳冥忽然惊醒那一念，就是我本来面目。

先见佛才能入道，那一念就是本心、元神、真意、正等正觉。

一觉之前只是一段氤氲，一觉之后，只有一段灵光独运空中，并无半点杂念夹杂其中。

如果未开之前去寻找，开了之后要去守护，都是给晴空释放烟尘，都不是晴空无云的元神。

前无所思，后无所忆，干干净净，才是乾元一气之本来面目。

玄牝之门，长生之门，玄牝出而阖辟成，一上一下，一来一往，循环往复于虚无窟，即是玄牝之门。

一出一入之间含妙谛，即虚灵不昧之体。

虚则玩空，实则拘形，不虚不实，即虚即实。

从胎息入手，后天呼吸断，先天元息行，久久温养，玄牝出入，外接天根，内接地轴，绵绵密密。

脐腹一窍开时，周身毛孔无处不开。

脐轮之气与外来天气相接，不内不外氤氲混合成一片，即返还受气之初，与母气相连之时，这就是胎息。

玄牝之门，玄就是离门，牝就是坎户，离中真阴下降坎宫，坎中真阳上升，真阴真阳会和。

纯无念的虚静一觉叫元神，一动叫真意。

玄关开，胎息成，先天一炁产。

元精、元气、元神本是一个东西，元神现元精产元气生，三位一体。

在调息的时候还有一个关键点，调息不用后天意识，肾水自然澄清，浊精化元精。

不然，在运动阴跷穴时引动性欲，元精容易变浊精，损失先天元气。

胎息炼成后，只是草还丹，还要勤温养，在茶时、饭时、应酬时，微微用一点意识凝神于虚无穴中，自然又和天地之炁合为一体，久之先天一炁旺盛。

人自降生与先天祖炁断绝，性带气上移于心，带气下移于肾，元神失位，识神主事，少而壮，壮而老，老而死，性命不能合一，从16岁开始每96个月生一阴爻，64岁纯阴的坤卦，先天一炁消失干净。

然而，玄关开启后，采补百日，得元炁64铢，坤卦变复卦，一阳生，再百日变临卦，二阳生，再百日变泰卦，三阳生。

还可以四阳生变大壮卦，五阳生变夬卦，六阳生变纯乾卦，最后身体成童子的纯阳态。

<<内在小孩解道德经>>

内容概要

老子说道生之，德畜之，物形之，势成之，道和德是人体先天部分，物和势是人体后天部分。

《内在小孩解道德经》作者用13万字的文字篇幅和50幅彩色画作，为我们展示了生命的先天部分即道和德，人类绘画史上从未有过的，肉眼不能慧眼所见先天元气在人体运作的生命图景：真我、元神、元精、元气、内丹等长生不老的真相。

一部书就是一座庙，先天的至清能量，通过视觉直指每位读者内在的小孩，接引宇宙大元气沟通每个人的小元气，让日益消耗走向衰亡的人生曲线V型反转，走向自由掌控生命的生生不已之长生路。

<<内在小孩解道德经>>

作者简介

韩金英，1961年生于北京。

1983年毕业于北京师范大学中文系。

毕业后在文化部《中国文化报》任记者5年，之后在出版社工作至今。

编辑、作家、画家。

25年来编辑出版中国传统文化书籍上千种。

参悟《道德经》20余年，慧性大开，创作了《生命禅》、《易经中的生命密码》、《住宅健康场》等有关禅道、易学的畅销书。

天命之年，返璞归真，心想事成。

母亲的离世，让她突然看到生育万物的大道，此时但感文字局限，拿起画笔，作品形成《道德经》艺术馆，展示老子长生的奥秘，被高度评价为新道学的成就。

<<内在小孩解道德经>>

书籍目录

序言1 宇宙与人体共振之窍2 天地灵阳之炁是人之根3 先天自然之心主宰4 元神元精是人体内的真夫妻5 对生命初始的亲近6 虚灵本来面目在动静之间7 无位真人才是人的真身8 出生之前悬于天地的我9 元神自然知道火候10 明白了是人在光中11 一灵觉照才是万年不坏之身12 元神无存生机遂绝13 重视先天之身方能无患14 道的纲领就是真一之炁15 真阳生起浑身酥软如绵16 人的根在天上17 性能量的神圣功能18 慈悲心是开启自身宝库的钥匙19 元精的感觉像性感电流20 元神是身体的帝王21 若能恍惚真阳必生22 每个细胞都像个小元气泡泡23 真阴真阳合一才能结丹24 不归清洁灵物不起25 人都是道德的儿女26 静心产先天清纯之炁27 神恋气而凝命依性而住28 神火全凭神息29 身体就是天道30 身体从浊躯变为金躯31 得一理忘一理32 太上法门是坐直升飞机33 战胜人心见天心34 每个细胞都是德这种精微物质支撑的35 体内真阴真阳交媾36 盗取天地的大元气37 元神就是人体的天38 无心于物叫上德39 一慎独就可以了得40 返回到如如不动的本心41 静中生动任其自然42 静是生机的根源43 万两黄金换不得一丝真气44 元精就是寿命45 活脱脱的一个清爽的真灵46 有道指一炁混然47 沉浸在虚无大窍里48 取天下就是修身入道49 善养虚无元气自然来50 元精是人体的德一能量51 本来属性是道生德养52 大元气是不生不灭的53 瑜伽动作是人与天沟通的天语54 真阳在头顶拥抱阴精55 元精不再无知地流失56 内外交感互动57 用意用情气绝早亡58 真气是天地父母无私给予的59 空空洞洞的大光明窍60 一块乾健之精61 下流比喻神光下照丹田62 肉身不过是元神的傀儡63 进入宇宙真实的能量空间64 人心退藏天心照耀65 灵台宝镜常放光明66 心死道存心默道守67 慈虽敦厚内有勇存68 先天的善性能量充足69 元神带来宇宙真一之炁70 道是人所不学而知的天良71 每个人的元神就是真知不知72 元神通宇宙万事万物73 天地坏而真灵不崩74 元神自动取它的粮食元精75 后天意识心是人身的第一大鬼76 修道就是修柔修弱77 天道就是中和之道78 千心千意性能治之79 修道就是洗心向内80 真一之炁无心自动81 越是为了别人自己越有后记 极简主义生活方式的政协提案

<<内在小孩解道德经>>

章节摘录

虚其心：黄庭圣婴：返老还童：胎息：前世的肉身：无名之朴：1宇宙与人体共振之窍第一章体道道，可道，非常道；名，可名，非常名。

无，名天地之始；有，名万物之母。

故常无欲，以观其妙；常有欲，以观其窍。

此两者，同出而异名，同谓之玄。

玄之又玄，众妙之门。

道，大人们都认识这个道字，道路、规律、功力，具体的、抽象的，凡是你能想出来的、说出来的都不是老子说的道，这个道是在无中开的一扇门，无就是没有，在没有中怎么开门？

你听着一定感到很玄，就是很玄的一道门，所以呀老子说，给这个无中开启的门取名字很难，因为，你们理解一个东西，总是从已知的经验中去连接，从实用的立场去取舍，这个对你们来说未知的、陌生的、看不见、摸不着的不寻常的东西，对我来说是最珍贵的、最熟悉的。

如何才能真实地体悟这个道呢？

那就是把自己已知的都抛弃，把自己像电脑格式化一样清零，脑子里空空如也，就开始接近道了。

可道，谁可道，你们的知识完全不了解，当然说不出来，写不出来，但是，当你们大脑空了，什么也不想，你们里面有一个从来不说话的内心的小孩，那个在无的位子上的真人，那个藏在心里面的觉知，有个接近的词叫心领神会，她像一面无形的镜子，把一切都尽收眼底，她才是可道的主角，而不是用嘴可以说的，用语言可以写的。

非常道，怎么不同寻常呢？

她叫无，名天地之始，始就是还没有天地的时候，还是虚无什么都没有的时候叫无。

天地是一阴一阳，一上一下，这是对待存在的二，二之前自然是阴阳未分的一，一个混沌，这个一就是无中生出的有，是万物的母亲。

一切有形的东西，都是在无中诞生的，无是体，有是用；无是性，有是形。

这个生了宇宙万物的巨大的母亲，自然也生了我们人类。

我们虽然有爹娘，但是爹娘生我们之前，在我们还没形成肉身之前，我们以无形的形态存在着，仿佛万物之母无形的大元气泡泡，分离出一个无形的小元气泡泡，在父母亲交合时阴阳二气合一，形成一个阴阳浑一的混沌，同场相吸，吸入一个同样是阴阳浑一的小元气泡泡，在父精母血的合作下，三个条件诞生出一个生命。

我们都是万物之母的孩子，体验一下回到生之初的状态，看看无如何生出有来。

生之初我们是个虚无态，现在进入虚无，闭上眼睛入静，什么都不想，深度的入静，好像要睡着了，大脑空了，作为意识把自己忘了，把一切都忘了。

人体的阳肉体 and 阴精神，由于有精神活动，人体就处在阴阳对待二的状态，当精神活动停止，就是人体的阴阳合一，那时，身体里面的不说话的小孩就醒了，她醒了就和她妈妈说话沟通，那个万物之母一答应，你这个静静的肉体就会感到忽然的一动，这就是由静（无欲、无念）生出动之妙，静极生动。

当宇宙之母的大风箱和人体的小风箱同频率地拉动起来后，停止呼吸，你感受到了小腹一扇一扇地无为地动，有了所感就是有欲、有念头，这个念头自然在关注着那个动发出的地方，叫观窍。

你虽然感觉到了，那是你里面不说话的小孩感知的，不要人为地干涉，似观非观，意识处在仆人的地位，内心的小孩为主，顺其自然，越来越动的越大，或者其他的变化，妙趣横生。

但是你一人为地干预，这个风箱立刻罢工消失，就无法体验道之妙了。

这个窍不是口鼻之窍，而是生死之门，人的诞生是这一来一入，人的死亡是这一走一离，如果能经常呆在这个人天一体的大风箱里，则人可以长生不老。

这个无中生的妙有，宇宙大元气和人体小元气的共振之窍，两个是一个东西，在不同的时间段叫法不同而已。

玄是深的意思，玄之又玄，是深之又深地入静，就可以进入这个众妙之门。

为什么说是众妙之门，因为里面的奥妙多得说不完。

<<内在小孩解道德经>>

后来的丹道把入这个无中之门叫开玄关，上下玄关一开，太极图上下阴阳鱼眼开启，神气合一，阴阳化合，抱元守一，得到的是先天真一之炁，那是金丹药王，人体从此不会生病。

人体的病、肥胖，都是这口先天真气少了的结果，真气足绝不会有多余的脂肪。

当人有甚深的入静的功夫后，先天智慧的真正主人，人体内的无位真人给你的人生当家做主，那时的智慧是后天人为学习的万倍。

慧性开启，通天知地察人，通有入无，先知先觉。

投胎来背的口袋里装了多少年的寿命，多少福祸，内心的小孩一清二楚，总之，入道之后的好处数不清，所以说众妙。

人正确的活法，理想地活着，自由地活着，所有的关键就是入道，从开启这个玄妙的无中之门开始，得这个真东西，它不是气功，是生命的本来，人亲近这个本来，就可以解决人世间的一切问题，老子《道德经》八十一章全部是在苦口婆心地教我们如何开启玄关，得先天一炁。

阅读全部经文，发现只有两个内容，一个是先天一炁是什么，一个是怎样获得这先天一炁。

是什么描述的就是道，怎样得到手就是德的部分，所以叫《道德经》。

老子之所以紧紧扣住这一点反复说，因为这个一进去，就进入了全自动化的程序，不用说，不用做，一切都会自然而然地发生。

就像我们是一滴水，离开了江河湖海的母体，老子在帮我们开个口子，把我们这一滴水，溶到大水中。

2天地灵阳之炁是人之根第二章养身天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。

故有无相生，难易相成，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随。

是以圣人处无为之事，行不言之教。

万物作而不辞，生而不有，为而不恃，功成不居。

夫惟不居，是以不去。

为是做的意思，人们知道美就去做觉得美的事，对于入道来说就坏了，美是和丑相对存在的，有美丑之分，就是有分别心，是在阴阳二上。

阴阳二的分别心就是后天意识心，道不是这个，是分别心启动之前那个阴阳浑一的无分别状态。

老子说美丑、善恶是要我们不要有分别心。

打坐的时候，什么也不知道，万缘放下，凝神调息，神息合一，神气打成一团，很快进入混混沌沌的空无状态。

像困了快睡着前，大脑思维停止了兴奋，昏昏默默的，这就是没分别心的状态，在这个状态昏进去，但里面的觉察还在。

这个昏是后天意识心下班，先天元神上岗。

不是昏迷，是杳冥，昏迷就睡着了。

静极生动，忽然一觉而动玄关开，从无中就生出有来。

有了也不要管它，依然一念不起，一呼一吸，一来一往，气气归玄窍，息息任天然。

还是用神气合一、守一的办法守在上。

有是无生出来的，无是母，有是子，守母不守子，越不加人为的作为，任其自然，越不断地无中生有，天地的大元气越充沛地流入你的体内，这是有无相生的含义。

难易相成。

胎息开始总是不见动静，好像很难，稍微出来一点微弱的动静，什么时候才能炁很足呢？

你不用想那么多，难易是互相成就的，你只要守住一，那一上一下，一来一往既是炁，也是神，你只管神气合一，自然后边得炁越来越容易。

长短相形，呼吸时快吸慢呼，迅速的一口气进到腹部，吐气时越慢越好，慢了就静了，越慢越静，先是能听到自己的脉搏，再静就能感到比脉搏慢的一开一合的动，像孕妇做B超时，婴儿在母体的水里一起一伏似的，那就是胎息，在腹部和胸部之间上下，口鼻的呼吸是在口鼻和胸部之间上下循环。

把口鼻的呼吸和腹部的内呼吸调和成一体，口鼻的呼吸渐渐减弱到几乎停止。

当胎息进一步变成真息，全身的毛孔张开，口鼻呼吸完全停止，人体靠毛孔和外界交换能量，这个真息真炁就是人体药王。

<<内在小孩解道德经>>

高下相倾。

脑为神腑，神在上向下注视腹部，神是火，火是离卦；腹部肾气是水，水是坎卦，火入水中，水被火蒸，变成蒸汽向上升腾，水火既济，坎离交媾，阴阳合一，产生的就是真一之炁，一炁中含阴阳。

因此，小周天就通了，音声相和，好像这里唱那里应，神融气畅，百脉流通。

身体亏的炁都补足了，再有多出来的炁就会自动寻找出路。

水火既济时，任督二脉已通，炁最先就会沿着这条打通的路前后升降，所以老子说前后相随。

上下打通中脉，乾坤交媾，此时，后天的坎离转变成先天的乾坤。

先天元气充满肉身，对其进行脱胎换骨的改造。

有无、难易、长短、高下、音声、前后六个方面相成、相形、相倾、相和、相随。

在理上，老子让我们要从后天意识对待的阴阳二，返还到先天意识的一，守一不落二；在事上，从无到有，开启玄关一窍，进入众妙之门，将胎息炼成，让天地的大元气在体内运行。

圣人处无为之事，行不言之教，万物作焉而不离。

圣人就是入道的人，用无为这种方式才能入道、体道之妙。

既然无为就没什么可说的，对能心领神会的人，本心光明的人，拈花一笑就明白了，不用说什么。

万物作焉的万物，在胎息、开玄关这件事来说，指的是身体里得到天地的大元气，四肢百骸受益，精气神全面改变，涉及到很多很多人体内部的变化。

只要守住这人天相通的太和一炁，什么都不用管了，一切会自动发展，因此尽量做到随时守候不离。

只要有可能，尽量多地神气合一。

万物生于无为，又何尝有中生万物？

人到静时，金丹药王种子自现，又何尝有作为？

自生而不知其生，叫生而不有。

为而不恃，功成而弗居，夫惟弗居，是以弗去。

开玄关从练习胎息入手，我是做这件事，但我是以无为的方式做的。

当胎息练出来我也不理他，依然还是以无来对待，所以这个天地的大元气就总是在我身上，一得永得，是以不去。

无为顺其自然而为就是元神当家，居无为之境，时时不居在有上。

当胎息出现后，如果你一动分别的念头，你要它动静再大一点，炁感再强一点，它马上就消失隐匿了。

自然而生的胎息就像潜入深水一样，你一想东想西，就浮出水面了，就感觉不到它了。

它并没有真正地消失，每一个没有练胎息的人，身体上的玄关也是在一开一合地存在着，只是自己感觉不到，所有的意识活动就像烟雾把它遮盖起来了。

真正关掉杂乱的意识心，内心的小孩，先天元神本心才会显现。

当感受到轻轻的如微风一样小出小入的动静时，后天意识心乖乖地顺从、辅助、配合，永远跟着感觉走，这个炁感就会越来越明显。

这天地的灵阳之炁是养身的根本，她是所有生命的母体，是每个人真正的家。

人体中的原始能量，在后天意识活动的人间生活中，经不起几十年的消耗，人逐渐老、病，都是这个原始能量减弱造成的，只有重新回归母体，用自然无为的元神采回母气，我们才不会老，不会病。

我们的元神携带着历代的信息，在回归母体的过程中，这些信息将被唤醒，在这一世发挥作用，不用奇怪没学就会的天才成果，元神里有上辈子修的。

在这百年的空间，你把几千年的自己一一展示出来，突破空间地生存，入道后人生就变得无比好玩儿了。

3先天自然之心主宰第三章安民不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗。

不见可欲，使民心不乱。

是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨。

常使民无知无欲，使夫知者，不敢为也。

为无为，则无不治。

这一章说的是元神当家，识神退位。

<<内在小孩解道德经>>

不尚贤是不要有分别心，恬淡自然，好不好都一样，美与丑都一样，居于中间的空无状态，后天意识心淡化，虚灵活泼之神常静不乱。

不要有人为的念头，说长生好，为了肉体的长生不老，一定下苦功努力。

这是后天意识心的作为，在这个基础上行动都是错的，都进不去这个无的门。

为什么修道的人多如牛毛，成功的凤毛麟角？

为什么多数人下了十几年的功夫连玄关都开不了？

这是入道的第一关，最难也绝不宽容，后天意识有一丝一毫，这个门就不给你开。

没有分别心，没有向外之心，心内空空，好像纯净的天空，清澈的水。

心是沉静不动的，如果有任何心思，就是在大脑皮层忙活，心灵的空间就阴云密布，一盆浑水，动荡不安。

入静进入深深的无意识状态，进入大脑质层，那是人人本来就有的大智慧世界。

老子说的没法命名的道就在里面，内心的小孩、无位真人就在里面，你只要有刹那的真正干净无意识的情况出现，伟大的自然天真就会不错过时机地给你显现。

久久入静，忽然一动，一道金光闪现，那就是元神悬挂空中，肉眼目睹活泼泼的自己本来面目。

当你的心出现片刻的真静时，就是元神闪现的一刻，元神为阴自动去抱身体内的阳气，阴阳一交火，放出闪电般的能量，这一刻道家叫玄关开启，进入天人相应的自动化程序中。

别小看这一片刻的清静，不信你试试，没有多年的禅定功夫，根本无法达到。

有一丝念头就有一股能量在动，在耗散体内的真阳之炁，在流失能量。

这是一种功力，定能开慧，慧力强大了，动静坐卧就都在静中，做事的时候有与客观发展同步的准确性、洞察力，焦虑、企盼、担心、回顾什么都是多余的，只是单一那个事情本身。

做事时心念守一，不做事时也是一的简单状态。

这是生活事业长期磨炼出来的功力，绝不是纸上谈兵就可以把心脑的荒地清理干净整洁的。

老子说的简单，不尚贤，不外求，心就不乱，可是就这几个字，做起来非常不容易，没有多年的功夫、毅力自我改造，降服自己的后天意识心，进入不了先天自然之心主宰一切的境界。

进入那个妙有的世界首先要降伏其心，识神退位，请出元神，从有为入无为。

虚其心就是元神当家，虚掉后天意识心。

当心收回来不向外了，能量也就收回来了，腹部实就是能量得以凝聚了。

当心真静时，天地的灵阳能量进入，日积月累，阴消阳长，身体偏阴的状态得到改变，精满炁足。

这个精炁是后天养出来的人体先天能量，这个能量表面上是为后天的肉体服务了，内在的，是用来哺育先天元神的。

六祖慧能说淫性既佛性，性能量是人体的根本能量，先天的精炁是性能量的动力源，人体良好的状态是性能量充沛的温和外现。

人的心神，要开悟，要明心见性，证悟本来，需要强大的身体能量的支持。

那是高度的阴阳合一状态激发的结果，脑力不足的，根本不知道佛说什么，老子的道是什么。

过人的精炁能量才会哺育出过人的元神，元神是采集能量和操纵能量的主角，佛家靠禅定的能量供养心神开悟，道家靠精气足，打开阴跷下玄关，丰沛的性能量的升华转化，来支持元神穿越空间的运作。

肉体只是房子，在元神的成就没有完成之前，还有利用的价值，所以要保养好。

弱其志，强其骨。

婴儿是不是很弱，但是把自己的炁练得如婴儿般至柔，虽然至柔，如天地的大元气，却可以至强至刚，浩浩荡荡，包天地而入日月。

心越静，炁越强。

肾主骨，肾炁强，骨髓实，骨质坚。

孩子因为无知无欲，才有旺盛的生机之炁，无知无欲是弱其志。

使夫知者，不敢为也。

为无为，则无不治。

常让自己无知无欲，存一念于静中，故不敢为争为盗，以乱我心。

<<内在小孩解道德经>>

要是以一个方法对治、控制，当时管用，一不控制又不行了。

人在社会不可能不做事，完全地无为，但是要顺自然而为。

当玄关没开的时候，要入静练习，这是有为。

但是，那个太和一炁不是练出来的，而是静中自然来的。

为无为，什么事也不做，也是一件事，做的就是这件事。

入静什么都不知道，她就来了。

你静在哪里，她就在那里，无处不在。

本来我最先注意腹部，感受到一开一合的内外一体的炁感，偶然一次我注意胳膊，她也在一开一合。

只要神气合一，她随时让你感觉到。

只要你什么都不做，她就来给你奉献了。

大道本来平常，没有什么新颖奇异，只要注重修心养心，重内轻外，虚心养神，实腹养气。

神静如山，气行如泉，常常抱一，刻刻守中，为无为，自然与道携行。

4元神元精是人体内的真夫妻第四章道源道冲而用之，或不盈。

渊兮似万物之宗。

挫其锐，解其纷，和其光，同其尘，湛兮似若存。

吾不知谁之子，象帝之先。

这一章讲的是见道的情景，也是玄关开启，天地的炁与人体接通那一刻的景象。

道是什么？

太和一炁，充满乾坤，包乎天地，浩浩无涯。

先是下玄关开，当天地的灵阳之炁突然灌满全身的时候，她是无穷无尽的，用之不穷。

阴阳和气交感冲击的发生，是因为你守在中上的缘故。

跳出阴阳二，似守非守在一上，好像正负之间的0，在这个阴阳平衡点上，是生机的起始，也是生气最强的，偏阴偏阳生气都会弱。

好像你越是空着，越能盛满一样。

那炁一来了你说好呀多来点，多了还想更多；出现了玄妙的景象，还盼着更玄妙的景象出来，这是后天识神的思维习惯。

要用空无的元神，不加人为的调动、干涉，一直静静地观着，更深的万物的本元、道源就会呈现给你。

很多人不能见道的原因是聪明、才智、盛气凌人、自以为是，这些都是见道的障碍，虚灵元神被这些东西囚禁起来。

只有把这些聪明才智、个人的习性等后天的东西，用一个默字，把它们统统降服，一切傲物凌人都归于混沌，才能人心死，道心生。

否则，最难治的念头，一个接一个没完没了，它起来了你又要自解自劝，麻烦得很。

用入混沌这一个办法，将其斩草除根。

如此，纷繁悉解，元神天君常泰。

锋芒自挫，不知有锐，也不知挫锐之心，外之纷不能入，外纷不入，不待解而纷自无。

诸纷不能乱我神、分我心、散我气、耗我精，不乱、不扰，不分、不散、不耗，如此性光方现。

性光发生是上玄关开了的标志，上下玄关都开了，上下阴阳鱼眼都开启，人体太极图就绘制完毕，紧接着发生的就是阴阳二气的相吸相冲，到冲的地步才叫作和，冲气以为和，才体会道之妙，道之理，

道之深奥。

人炼形如地，静寂不动，才叫作同其尘。

尘指土，地属坤，炼坤之质，从阴中求出点阳明之象，现而为光，光生则坤静，坤静则湛兮而成道，道非无，无而若存。

婴儿一现，我不知是谁之子，在杳冥之中，我不知有我，怎么知道谁的孩子？

帝指我，要返于一来之际，复我本来面目，归于无始之先，合道以为我，合我以为道，才叫作“道冲而用之”。

湛兮似若存，进入无知无欲的混沌状态，一点湛寂虚明之体自然常常在抱，若有所在，若无所在，若

<<内在小孩解道德经>>

有所存，若无所存。

在人体则是一片灵光闪烁于中部黄庭之中，恍惚于眉目之间。

不存而若存，有象而无象，是湛兮似若存的含义。

帝之先是混沌未开，鸿蒙未判的清空一气。

道生于天地之先，混于虚无之际，我不知道它从何而来，向何而去，是谁家的孩子。

你和你面对的事物融为一体，你面对的花，你和花之间的界限已经突破，不知道你是花，还是花是你，就像庄周梦蝶，不知道是他梦见了蝴蝶，还是蝴蝶梦见了你，人我合为一体，这是心灵状态；在身体上，分不清是我自己的炁在动还是天地之炁在动，内外一体。

这个见道的景象，是玄关开启时的身心体验，因此，玄关不开，见到的只是学者文字上的道，没有体道的纸上谈兵，停留在哲理思辨的层面，在大脑皮层兜圈子。

近代丹道名家陈樱宁的书中，记录了一个弟子玄关开的景象：有时正在看书写字，忽觉腿部有炁腾起，上交中宫，顿然全身如浮，身轻如蝶，恍惚如在云空，乃知景到，不敢妄动，任其自交；有时真炁会于中宫，甜蜜非常，津生浓醴，身软如泥，如醉如痴；有时真炁自脚心升起，两腿于是格外轻快，便乐意悠情漫步，涵养中宫炁团，任从我行，全不知倦；有时好似身后有炁推动，举步毫不费力，犹如漫步太虚，缥缈轻举；有时炁来甚速，迅即在中宫抱团结胎，小腹盈满，静以养之，呼吸内外开合，全体美快之至；有时感觉混沌，卧以应之，上下二炁，会于中宫，交接甜美，流行全身，暖融畅适，周身太和，太虚与我同体，而我为太虚之主……种种景象，变化万千，非笔墨所能尽述。

时间稍长，观察天地变化，乃悟我身氤氲之候，正是天地相合之机，及至有形，其景自失。

证验至此，方才领悟何为“天人合一”。

玄关开启，天地的阴阳之气注入体内，如冲浪一样，深远无边，好像深到世界的尽头，所为的万物之宗，一切生命都因道而诞生，动植物、花草都是秉一炁而生。

道冲就是一炁之冲，那是人体内先天元神和元精这对真夫妻结婚时传出喜庆的鼓乐和鞭炮。

在出生前他们就是阴阳合一的太和一炁，出生后就各奔东西，被分至在心和肾，牛郎织女隔天河而居。

织女被后天意识心打入深宫，牛郎被人欲消耗得日渐消瘦。

当人能觉醒，入静识神退位，固炁保精，待到精满炁足神全时，牛郎织女重相会，他们早就认识，熟悉得很，自动拥抱成团，相拥撞击出的阴阳合一的能量，就叫做冲。

元神元精这对真夫妻是什么样子呢？

上下玄关开启，两眉之间见到性光，元神现，下面阴晓穴开启，好像一股热能忽然放出，性欲炽烈，那就是元精现的景象。

元神、元精在人体中部的黄庭会合，这对久别的夫妻扭成一团，就是道冲。

这里有两个关口，第一是你能否真静，把元神请出来，那是无位真人，无中开的一道门。

在有中忙乎惯了，在无中还是忙乎，改掉习性不忙了，真的虚无了。

第二关是元精发动时性欲特别强，看你能不能平心静气地炼精化气，是不是管得住自己的性行为，不把元精耗散掉。

这两个关都需要定力，要知道这对真夫妻出来是多么宝贵，你就会珍惜，就比较容易过这两关，这两关过了，才会有下一步的道冲体验。

挫其锐，解其纷，和其光，同其尘。

这里老子讲的是开上下玄关的因果联系。

挫其锐就是无我，我们总是自以为是，认为自己是老大，锋芒毕露，要先把这个拿掉，纷繁的念头，像乱草一样，要斩草除根。

把心修到这个地步，清心寡欲，如朗朗晴空，性光就会出现。

性光在上部出现，还要让这个光往下照耀。

尘就是土，就是中土。

老子这十二个字，就是让元神、元精打成一片，让牛郎织女快点结婚，这样天地的大元气才会听到婚礼的鞭炮前来道贺。

<<内在小孩解道德经>>

<<内在小孩解道德经>>

后记

后记极简主义生活方式的政协提案我不是政协委员，因为我研究的问题涉及全体中国人，甚至更多的人，又是在两会期间，所以我在博客上和自己的新书里发表自己的政协提案。

因为内容很多，这里只是提纲挈领地发表主要观点：一、拯救人类危机的出路在亲近人类自身的本元；二、拯救危机的极简主义生活方式的具体内容。

2012年地球毁灭的恐慌，普遍的人心焦虑的升级，集体的心灵迷失。

医疗出问题，病人越来越多，死亡年龄的大大提前，癌症的无效化疗痛苦胜过18层地狱；教育的愚蠢，培养出来的孩子没有创造力，先天的人身至宝的大智慧被无知地扼杀；整体的社会生存像把人投入了压榨机，在高压下煎熬的人生；道德滑坡到极端的程度，牛鬼蛇神全体出动，群魔乱舞，乌烟瘴气。

焦灼不安浮现在每个人的心头，绷紧的弦就要在大脑中断裂，确实是危机得很。

治标不治本的提案已经到了毫无意义的时刻，局部的改善解决不了整体的问题。

以上所说的严重危机，根源在于我们不了解生命，绝大多数人过着因无知而虐待、残害生命的人生。

当我们了解了生命的真相，我们自己就会迅速地自我拯救，从而拯救整个社会。

老子《道德经》就是人类唯一一部揭示了生命终极真相的生命教科书。

在2500年前，老子就为人类提交了今天所面临的所有危机的拯救方案。

所以，当今第一重要的事情是学习《道德经》，读懂老子的拯救提案。

政协不组织，我们每个生命自己组织，上好生命的第一课，否则在一个不和谐的时代难免不受污染，步步走错。

《道德经》的道德说的是什么？

老子说道生之，德畜之，物形之，势成之。

道和德是人体先天部分，物和势是人体后天部分。

一部《道德经》就是一部人体的先天经。

物和势——物就是肉体，势就是活得如何，混得好不好，有没有势力等——是看得见的，人与人之间社会属性的部分，说的是人的后天部分，是孔子的活儿。

上述的社会乱象，孔子管的那个地段出现了严重的危机，人心用礼已经无法控制了，小我自私的人心恶性膨胀到了极点。

才制造了危机的局面。

徒弟不灵了，只好请师父出马。

孔子的老师是老子，老子的方法就是亲近生命本元，效果是治大国若烹小鲜，每个生命个体自我拯救了，全社会、全人类的问题都迎刃而解。

人体的先天就是人体的自然天道，心跳、分泌、循环、协作等等都是人体的自然，人天生带来的，稍微不自然人就无法承受，就生病。

人体的自然运作，又是和宇宙自然一体运转的，我们每个人的生命场是宇宙时空八卦场的一个小粒子。

子午线对应人体任督二脉，12个月对应人体12经脉，365天对应人体365个穴，64卦是元神的人生路线。

64年以后，元神最初携带的天德能量完全消亡，人就开始走向死亡。

人道必须合天道，逆天而亡，背天则病。

天道是中和，是补不足损有余。

阳性能量过了，阴性能量来削弱。

阴性能量多了，用阳性能量补足。

始终保持平衡，阴阳和谐。

天道的天心就是中和之心、平等之公心、平和之柔心，维持着白天黑夜自然的阴阳运转，永不衰竭。

而人心往往是损不足奉有余。

穷富差别日益扩大。

<<内在小孩解道德经>>

人心的偏，人心的自私，人心的叵测、阴险狡诈，使人偏离了人体的天道，造成疾病、愚昧、社会的堕落。

人体天道的主宰、生命的真主人就是元神，自然运作的人体的上帝。

她是生命之庙中第一该供奉的主神，而佛陀、观音、神仙不过是人的元神修炼成就的符号。

你去佛教的庙、道教的观祈祷依赖别人，不如打开自己的庙门，请出自己的主神，来到生命能量的源头与核心。

只有自己才能拯救自己，别人都靠不住，危机时刻靠别人会耽误大事。

要见到自己生命的上帝极其简单，老子说“虚其心”，把人心、后天意识心关掉，那个无念如万里晴空的状态，就是元神元意识的显现。

这一现将宇宙母体的大元气和自身小元气接通，匮乏的元精、元气能量得到补充，被后天偏执的意识心残害的身体整体地恢复到完美的自然状态，返本还元，回到生命的真正的母亲宇宙的大子宫里，你就会感到像看到孕妇做B超时母子共振的同呼吸之一开一合。

元神主导，识神配合，慧性能量大开，创造力进入无限的可能境界，看到无形的世界。

原来我们起心动念都是能量，都在招引相同的无形生命体来到我们身边，我们的灾难、疾病、车祸等所有负面的东西，都是自己坏的念头招来的黑气邪魔制造的。

要爱自己，要平安幸福，就一定要学会洗心，清除掉所有的坏念头，从根子上保佑自己。

崇拜自己的元神不能是口头的，还必须全方位地改变自己的价值观、生活方式，用真实的行动自我拯救：1.尊道贵德。

自然天道是一切行为的总纲，遇到什么人，经历了什么事都是天对你说的话。

你一定要领悟天告诉你的是什么，给你的正确指引是什么，在此基础上用识神的策划与实施去执行自己的天道、替天行道，替自己得到的天意行使生命之舟。

2.拈花一笑地对待一切是非。

人心是一个点，天心是一个整体。

人心对待某个具体事情必须站在某个立场发出观点，但是在整体上说就是都对都不对。

所以不要执著在意，都无所谓，会心一笑了之。

3.为爱好而工作、生活。

大多数人为了生存而挣扎，在自己讨厌的工作中，在讨厌的上司手下，这样压抑自己的能量，不仅工作生活不好，还会得癌症。

做自己喜欢的事就是元神的能量，先天大智慧得以开启，所以就是与道同行，从有限进入无限地自然快乐地工作。

4.单独少交际的生活。

人要时常和自己的母亲宇宙的大子宫待在一起。

消耗的能量得到随时的补充，智慧源源不断地流入，都靠单独，靠静。

凡是和人说话办事打交道时，就是离开母亲子宫的时候，人就是缺氧状态。

即使是一家人在一起，也要保持单独。

5.和灵魂伴侣结婚生活。

灵魂就是元神，携带着多劫的生命信息。

灵魂伴侣就是有前世善缘的人。

灵魂之爱才能彻底调动人体的先天能量，甚至调动宇宙大能量，通过两个人的爱情为人类创造奇迹。

图钱、图貌这些表面的标准彻底死亡，男人和女人才会回归人的幸福。

6.和小动物为伴。

养宠物，爱小动物，是我们回归自然的课程。

动物是我们的老师，它自然无为，一切随着自然运作，是我们人心的照妖镜。

7.极简主义的物质生活，包括：A.住小房子。

房子是花盆，人是花盆里的植物，花盆过大活不好还浪费。

物质的换取靠人心的运作，人心一动就耗元精损元神，物质上的奢侈就是对生命上帝的犯罪，就是拿性命减寿数。

<<内在小孩解道德经>>

B. 用小冰箱，不吃剩的，吃素不需要冷冻。

慧眼开启，看到灵性高的动物尸体上残留的毒素灵魂信号，那是绝对要远离的，那是疾病和灾难的来源之一。

直接吃宇宙大元气，不仅可以吃素，而且不需要吃很多东西，人类的资源可以大大地节约。

不用养那么多动物和谷物用于人类的消耗，就能减少很多造孽的机会。

C. 不需要书房。

把《道德经》学好了，大智慧开启，一切可以无师自通。

即便是大多数人达不到，后天的学习也必须随时谨慎对先天大智慧系统的破坏，否则一辈子就活不好了。

教育要首先弄明白人体的先天是什么，否则就成了扼杀民族希望的刽子手。

D. 朴素为美的社会标准要广泛深入人心。

不需要化妆品，不需要伪装，接通先天真气、宇宙母体的大元气，可以使人的细胞回到婴儿状态，比任何化妆品都使人年轻。

见到真我，崇拜自己的元神、生命的上帝，内在的生命能量充沛，智慧的光芒朗照，人人都会美若天仙。

E. 亲近本元，回到宇宙母亲的子宫，没有人会得病，医院医药可以极大地减少。

那是人体自身的药王，任何人工的药也没办法比拟。

F. 生命的完美才是发展的标准，而不是目前这样不择手段的物质发展，把人过早地送入坟墓的愚蠢的经济数字的所谓发展。

太多太多了，等有时间慢慢补充。

<<内在小孩解道德经>>

媒体关注与评论

这本书不是经典注释类的作品，而是一把帮助我们找到生命本元的钥匙作者系《道医学》一书责编，并得熊春锦先生真传作者参道二十余载，出入佛老，慧性大开，与胡因梦的悟道因缘有惊人的相似

<<内在小孩解道德经>>

编辑推荐

我为什么推荐韩金英和她的《内在小孩解道德经》？

过完春节，有朋友推荐韩金英的这个选题，我读了部分样张，很快决定立项，而且首印三万。

同事们心里都有些嘀咕，有的编辑同事甚至认为书稿质量差，完全没有出版价值。

而我为什么却如此看重这本书呢？

这本书的确不以文字取胜，她的行文很朴素，都是大白话，很难想象这出自一个当年的北京师范大学中文系高材生之手，也很难想象她已有近三十年从事记者和编辑工作的经历。

但我读到这些文字时，我清楚她说的句句是实话，都是她生命的亲证，在修道的过程中她得了“要害”，但却没有半点隐瞒。

因此，这是一本极其真诚的作品，这是我推荐的第一个理由。

老子曰：道可道，非常道。

文字是靠不住的，那么这本论道的书有多少价值呢？

有趣的是，韩金英从事图书编辑二十余载，为他人作嫁衣裳，策划出版中国传统文化书籍上千种，非常明白文字之局限，也正因为此，她拿起了画笔，用油画呈现她内视的生命图景，而且一发不可收拾。

她对内丹理论知之甚少，画完后，读了内丹专家的评论，韩金英才知道自己的“画境”竟然与丹书《周易参同契》、《悟真篇》中的“功境”完全契合。

这本书中的画作和文字指出了一条清晰的路，可以帮助我们每个人找到生命的“真主人”，因此，这是一部难得的可靠的道书，这是我郑重推荐的第二个理由。

我知道韩金英有十年之久了，但和她来往很少，她编辑的那些书包装显得老旧，但却都长销不衰。

2006年我出版《胡因梦自传》时，她在博客上写了一篇文章，说自己与胡因梦是前世的姐妹，我毫不以为然，心想没必要这么套近乎吧。

但这次我见到韩金英，看到她素面朝天的模样，我知道她真的已经是孩子的心了。

我再读博客上当年她那篇文章，末尾有一段话说：“前世、后世的说法只是针对肉身的，对灵并不能限制，我想即真。

我现在画画，就想画画，没画过，想的真也会画了。

参观的人以为我画了20多年了，其实，我拿到画室的钥匙，还没摸过画笔。

什么前世的姐姐，在我早就过去了。

”我开始知道这个女子的可贵了，因此，在将这部作品介绍给读者的同时，立品还会重点讲讲这个奇女子的故事，这也是我想告诉经销商朋友的第三点。

这本书的读者对象与过去三年立品建立起来的读者群是有些落差的，以往立品主要出版以胡因梦译作为代表的身心灵作品，以及西方人解读的佛法，有些洋派。

自上个世纪60年代开始美国兴起“新时代”思潮，大量身心灵作品涌现，到了80年代身心灵传播到了台湾，然后近几年又影响到中国内地。

可以预见，未来三五年，各种身心灵图书和课程将琳琅满目，为许多时尚人士提供了新的“血拼”的机会。

这些身心灵图书和课程在灵性成长方面对人会起到一些帮助，但痴迷其中是不是又进入到一个新的梦境呢？

大道至简，我们每个人里面都有一个从来不开口的内在小孩，那个在“无”的位子上的真人，那个藏在心里的觉知（良知），有个接近的词叫做心领神会，我们不必满世界跑道上拜上师，我们只要听听内在小孩的声音，让他/她和这个世界“会会心”、“会会神”就好。

作为中国人是幸运的，我们原本有这么了不起的文化来滋养我们的慧命，只是现在我们不太认得自己的本来面目了，这时候韩金英出来号召我们大家重新学习《道德经》，应该是适逢其时的：) 仅供诸位参考。

立品图书总编辑 黄明雨 敬上

2010年3月25日

<<内在小孩解道德经>>

<<内在小孩解道德经>>

名人推荐

回到生命本元之家韩金英女士参禅悟道二十余年，终于找到了来时的路径，回到了久违的自我老家——生命本源之家！

看望过乾父坤母之后，遂返归红尘，并在新浪网建起了自己的家庙——韩金英博客庙！

“有道无德，庙中之魔；有德无道，一座空庙。

”韩氏博客庙则遵道而贵德，启用慈悲航船，接引广大众生，划起阴阳双桨，乘着智慧春风，渡过烦恼中流，直驶银河彼岸，回归生命老家，问候乾父坤母，并汇报自己在地球村中工作、生活的一切，是否因碌碌无为而羞耻，虚度年华而悔恨……。

即使如此，也不打紧，念一念“回头是岸”的心咒即行。

“回头是岸，岸在哪里？

”勿须回头，当下即是！

如果你仍然找不到北，图上的机灵小姑娘会给你指明方向！

心中的小孩多么天真灵秀又憨态可掬的韩金英女士的本我——她心中的小孩！

灵气四射，慧光照人：照射俗人，俗气顿消；照射贪官，贪官汗颜；照射坏人，立放屠刀；照射志士，宏愿生起；照射道者，豁然开悟——回光返照自己心中的小孩！

韩庙主人自述，历经二十余年的清净无为生活，才见到这个天真灵秀的她——本来面目！

或曰内我，本我，真我，我的我。

她的学名叫做天命元神，乃是道的代表或特派员，亦即修真悟道者明心见性之性，超凡入圣之圣，无极之子，太极真身：秋水为神玉为质，道乡走来小憨妹，大耳竖听天外音，双辫长垂春风醉。

韩金英女士认为，老子《道德经》五千言，言道，言德，言自然，言婴儿，就是要叫你唤醒内心的小孩——道之骄子！

柳华阳师祖说，父母，妻子，丈夫，儿女，可因夙世因缘而遇，而道则不然，须经艰苦修炼才得——谁修谁得！

韩金英女士花了二十年功夫，其初衷不过是求得工作有成，生活安宁，并未追求成仙成佛。

而她的仙佛种子却不期而至，不求而得！

就因为不求而得，所以得来才真，真而且灵，灵而且妙，妙而入道！

请听内心的小孩读道德经“道犹路也通天路，一条心路各自悟。

鸿蒙未判悬太空，天地辟后在何处？

”在每个人的内心深处，心中之心——就是各人心中的小孩！

“丹经道书多假（借之）话，假话背后藏玄机。

老子妙道无中有，玄之又玄上天梯。

”请你像韩金英女士心中的小孩那样，握固《易经》“一阴一阳谓之道，一动一静道之机”这付拐杖，沿着老子五千言建造的通天灵梯，拾级而上，勇猛精进，直奔那没有究竟的究竟境界而去，定能见老家的本地风光。

有诗为证：虚心实腹怀上胎，荷叶独坐小乖乖。

登上天梯尘环望，欲尝道果上梯来！

“耐得寂寞与凄寒，无味馒头啃不完；无味中有味中味，味中味藏甜上甜。

”世间读道，写道，问道，求道者，遍及地球村的各处，华夏村的研道者尤多。

对这部道家祖经啃来嚼去，各味甘苦；注解诠释，各尽其妙。

然而大多数人只是在名相上下功夫，或仅凭主观想象猜测，不免隔靴搔痒，难以通透道经三昧。

韩金英女士则独辟蹊径，遵循心悟之路，首先唤醒她心中的小孩——与道祖心灵相通的圣婴：“无私也”——没有主观意愿，“无为也”——不曾起心动念，“寂然不动，感而遂通”——与道心相通。

把道祖金口言说的“假（借之）话”，用小孩童言无忌的口吻，自然而然的表述出来，使我们得以知道了祖老子的五千言到底说的是什么。

下面且听韩金英女士心中的小孩慢慢道来！

存诚子 曾庆余2010年元旦

<<内在小孩解道德经>>

<<内在小孩解道德经>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>