

修功军◎编著

陈抟老祖

【老子、庄子之后的道教至尊】

岁次辛卯（公元991年）十月，陈抟

陈抟，字图南，自号扶摇子，宋太宗赐号希夷先生，亳州真源人。唐末五代隐士，先后归隐湖北武当山，西游巴蜀（今四川），后隐陕西华山，皈依玄门为道士。

陈抟博学多闻，精通《易学》、相学、医学、养生学，是一位哲学家、学家、自然科学家和相术大师。北宋太宗端拱二年（公元989年）七月，

于华山莲花峰下的张超谷中，享年二〇岁。

他被列入脉略，成为继老子、庄子之后的道教至尊，世称真罗依献嬪。

于亳州城南十二华里宋塘河西岸陈庄，今属亳州市谯城区十八里镇。

陈抟在家乡亳州的沃土上，留下了珍贵的遗迹。《亳州志》记载他的历

资料虽比较简略，亳州城乡却流传着许多关于他的历史传说，有口皆碑。

东方出版社

陈抟老祖

【老子、庄子之后的道教至尊】

◎ 陈抟是我国10世纪著名的易学家、道教学者和诗人，为宋明理学的先驱，被道教界尊奉为『陈抟老祖』。

◎ 他的自撰楹联『开张高岸马，奇逸人中龙』是其奇伟一生的绝妙写照。

◎ 他是一位诗人，才华出众，颇以诗名。

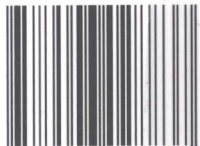
◎ 他是一位『睡仙』，长于睡功，活了118岁，堪称『长寿奇人』。

◎ 他是一代高隐，终身隐居，以道抑君，影响了五代、宋初几代王朝的政治。

◎ 他是一代『高道』，高卧武当山、华山60年，创作的易图秘传后世，成为宋明以后图书学派的开山祖师。

◎ 他是一位学者，精通易学、医学、养生学，在中国道教史、哲学史、人体科学史上都占有显要的地位。

ISBN 978-7-5060-2883-7



9 787506 028837 >

定价：32.00元

上架建议：古代哲学

陈抟老祖

陈抟，字图南，自号扶摇子，宋太宗赐号希夷先生，亳州真源人。唐末，入华山，后隐陕西华山，唐末，入华山，后隐陕西华山，唐末，入华山，后隐陕西华山。

陈抟博学多闻，通《易学》、相学、医学、养生学，是一位哲学家、

自然学家和相术大师。北宋太宗端拱二年（公元989年）七月二

日，在莲花峰下的张超谷中，享年118岁。

【老子、庄子之后的道教至尊】的道教至尊，世称罗依猷。

《亳州志》记载，唐懿宗咸通十二年岁次辛卯（公元871年）十月，陈抟

在亳州城南十二华里宋塘河西岸陈庄，今属亳州市谯城区十八里镇。

陈抟在家乡亳州的沃土上，留下了

资料虽比较简略，亳州城乡却留传



B959.9
XGJ

东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

陈抟老祖——老子、庄子之后的道教至尊 / 修功军 编著

—北京：东方出版社，2007.9

ISBN 978 - 7 - 5060 - 2883 - 7

I. 陈… II. 修… III. 陈抟 (约 871 ~ 989) - 评传

IV. B959.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 125206 号

陈抟老祖——老子、庄子之后的道教至尊

作 者	修功军
责任编辑	叶芝蕙
出 版	东方出版社
发 行	东方出版社 东方音像电子出版社
地 址	北京朝阳门内大街 166 号
邮 编	100706
印 刷	北京智力达印刷有限公司
版 次	2007 年 9 月第 1 版
印 次	2007 年 9 月第 1 次印刷
开 本	710 × 1000 毫米 1/16
印 张	17.875
书 号	ISBN 978 - 7 - 5060 - 2883 - 7
定 价	32.00 元
发行电话	(010) 65257256 65230553

版权所有，违者必究

本书观点并不代表本社立场

得道仙翁

華山派通玄題



陈抟坐像

此希夷先生臨石門何子其集為楹語當在阿之事

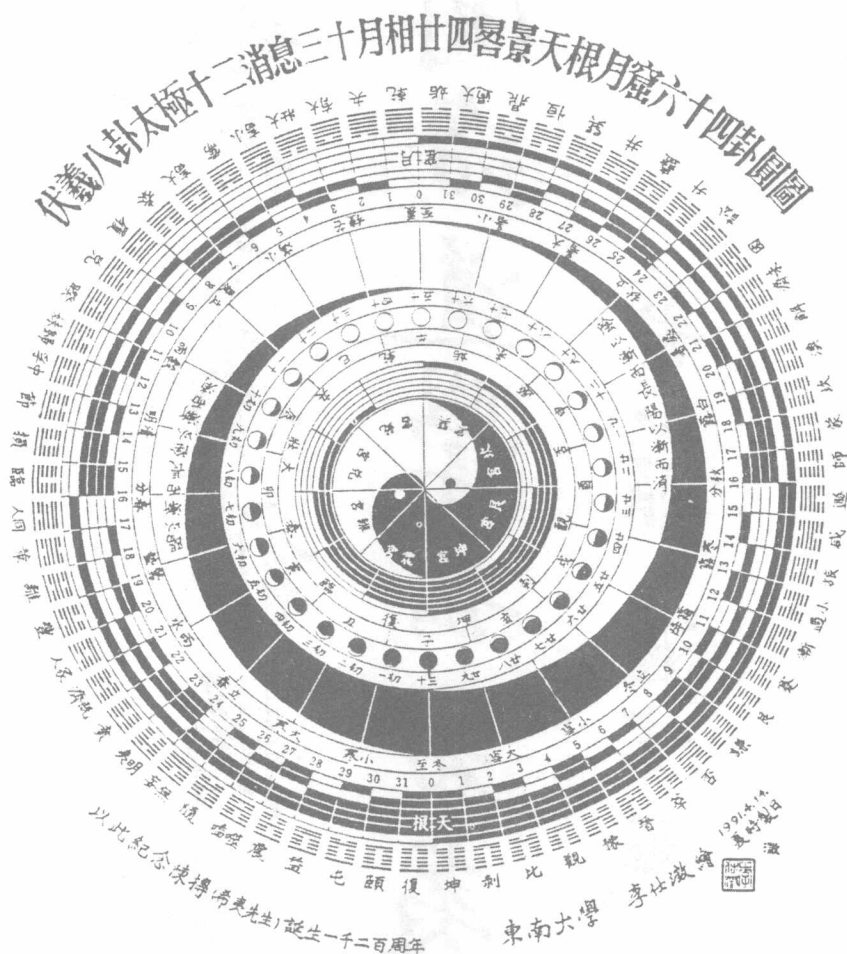
開張天岸馬
葉其公居骨之高士十學之盡之海內流傳展轉

希夷先生入中龍大岸
身蓋通靈神人天
風雲舞其真神
備註東坡詩有云
身如偶使太華少華
自注詩 此子題中
庚子年秋 墨迹

刻字大華泛道人目以重值訪購得 湯如長景先生假

奇逸人中龍
道人強道亦還仍如蓋日所舍需教
希夷先生新得自來共衆中誠後展轉與注

此字係希夷先生入中龍大岸
身蓋通靈神人天
風雲舞其真神
備註東坡詩有云
身如偶使太華少華
自注詩 此子題中
庚子年秋 墨迹



伏羲八卦、太極六十四卦圖

序 一

我一口气读完了修功军先生撰著的《陈抟老祖》书稿，深为他的博古通今、见地独到的治学精神所感动。

修先生原是中共安徽省亳州市委宣传部新闻科长，在新闻事业上多有建树，写过许多反映生活实际和人民群众愿望、呼声的重要新闻作品。他在本职工作之余，又广泛涉猎中国博大精深的优秀传统文化，对老子、孔子、庄子和唐宋之际的大易学家陈抟都进行了长期锲而不舍的深入研究，积累了丰富的学术资料，形成了自己的独特创见。特别是在他离休之后，为撰著《陈抟老祖》这部书，他经常远赴湖北武当山、山西华山、四川青城山等道教名山考察，搜寻陈抟的遗踪圣迹，收集流传在民间的关于陈抟的故事、传说；他又不辞劳苦，奔走北京、南京、上海、合肥等各城市的图书馆、博物馆，查阅、核对资料，广泛搜求，旁征博引，其研讨撰述历程之艰辛万状，难能可贵，令人钦敬！

捧读《陈抟老祖》书稿，感到修功军先生对《周易》的研究造诣很深，对陈抟的生平事迹和学术成就有全面系统的考量和论述。该书内容新颖，文笔朴实流畅，雅俗共赏；关于陈抟易学、易龙图和内丹养生的内容，修先生不仅进行了重点论述，而且突出其现实意义和实用价值，成为该书的鲜明特点。书中历述陈抟“四辞朝命”，独善其身，致力于创绘易龙图，传承河图、洛书的易学数理精髓，成为华山学派的开山祖师；陈抟注

重人体的内修内养,吐纳真气,天人合一,在我国养生性命学领域自成一家,成就卓然;他提倡儒、释、道三教合一,博采众长,奠定了宋初以后道学和理学的基础,在我国传统学术史上居于重要地位,成为自老、庄之后道教的尊师。修功军先生的这部书稿不愧为当代陈抟研究和道家学说研究的一项重要的学术成果。

易经及道家哲学思想是中华民族祖先的伟大思维成果,充分反映了中华民族传统哲理思维的整体性、辩证性、科学性和广泛久远的实践价值。关于这方面的研究,还有着巨大的学术空间,有待进一步拓展和深化。修功军先生从研究他的古代同乡陈抟入手,掀开了当代易学和道学研究的重要一页。从这里抒发开去,我想,修先生自己会进一步深入下去,对当代和后辈学者,亦将有深远的启迪意义。

是为序。

宣奉华

2007年6月15日于北京

序 二

修功军先生《陈抟老祖》的出版,可以说是做了一件为道教文化、学术界所称道的功德大事,我真诚地向他表示祝贺!

前些天参加了一次史无前例的国际“道德经”大型学术论坛,许多国外研究道家的学术专家到会,联合国及许多国家的代表还发来贺电,足见老子在国际上的影响和地位。作为源远流长的中国传统文化的组成部分,道教文化正日益显现其独特的魅力。我们中华子孙追寻继承陈抟这样的老子大道的传人,也是继承和弘扬民族文化的重要体现。

可以说,对于陈抟祖师的传奇事迹再现是颇有价值的,其文化社会意义十分深远。陈抟作为老、庄之后的真人,有关他的传说很多,但记载下来的十分有限,正待补寻,修公恰好做了系统的编著,为陈抟研究提供了重要的资料参考,难能可贵。

中国道教协会原会长闵智亭道长 2003 年 10 月 19 日为“修道 50 关”写的序言中说“世上没有无道的圣贤,天上没有无德的神仙,入世修人道,出世入仙道”。陈抟祖师既是人间的高道、大德的圣贤,又是天上的高道、大德的神仙。我们从他身上不仅可以学到易学的真谛,更能学到他率真、傲骨的精神风范。

修功军兄是和我同龄的离休干部,如此高龄,还能数年如一日刻苦

执著地致力于陈抟的研究，完成此专著，自然是他慕道、修道、参道的结果，而我国古老的道家文化的精神也一定给了他许多无形的力量。聊作此序，愿与修兄共勉。

中华老子研究会会长

邱振兴

自序

淮河汤汤，涡水泱泱。涡水之滨的安徽省亳州市历史上是道家的发祥地，涡水从亳州市谯城区流经涡阳、蒙城，绵延一百多公里。涡河两岸，土地肥沃，物产丰富，人杰地灵。涡水如母亲的乳汁，曾先后孕育出老子、庄子、陈抟老祖三位道家名人，形成了独特的涡水道家文化。

自改革开放以来，有关老子、庄子的书大量出现，还未曾见到有关陈抟的书籍问世。

1989年，陈抟的家乡安徽亳州市举行陈抟辞世千年祭活动，陈抟研讨会盛况空前，我国学术界的一些知名人士和澳门陈族纷纷参加。那次会后，我对陈抟有了新的认识，萌生了研究陈抟的设想。离休后的第一个春节，我在自家书房的门楣上写下“离而不休演《周易》，老无所为慕希夷”的对联，开始了对陈抟的系统研究。亳州的另一位历史名人曹操“老骥伏枥，志在千里”的名句，也激励我踏着陈抟当年的足迹，入武当、登峨嵋、攀华山，搜寻陈抟的事迹，并深入乡村寻访陈抟的故事。我还多次到合肥、北京、上海等地图书馆查阅有关文献史料。在翻阅搜集来的大量素材之后，我有幸目睹了道家文化的奇景——陈抟一生的业绩，它宛如一颗明星，在夜空中闪烁，从中我窥见到陈抟之学的博大精深和展现出的充满智慧的光芒，但同时也越发感到陈抟的真实形象被湮没在道教的迷雾中，笼罩上一层神秘的面纱，有些模糊不清。

在研究中我发现,正如宋史、道教的《正统道藏》等历史文献所载,陈抟的易学、图书学、象学、数学和养生学等重要史料基本上是真实的,陈抟的生平事迹在某些方面似有道教的神秘色彩。

散见于后世的一些道教书籍、稗官野史和宋代以来的笔记小说之类辑录的传文轶事,多出自文人、士大夫或道教信徒之手,他们出于对陈抟的爱戴,依照自己的意愿和想象,有意附加了个人的精神寄托,或拔高、夸大或半真半假,或无中生有、加以神化甚至把陈抟塑造成古代的神仙,盲目崇拜。

本着“尊重历史,正本清源,再现陈抟古代历史道家人物的真实面目”的主导思想,我通过一番构思,设定了写作主题:陈抟老祖。正在奋笔疾书时,市领导安排我负责修建亳州的“白衣律院”,为此只得暂时停笔,一晃就是几年。大功告成之时,我本人也积劳成疾,然而我不甘年迈多病,遂自学陈抟的养生之道,健康很快有了好转。为陈抟穷究天人的精神所感动,我又提笔继续写作,终于写成《陈抟老祖》这本书。

我本人窃以为,研究陈抟对弘扬我国传统的道家文化,为当今建设和谐社会服务,具有一定的现实意义。我们应该将陈抟思想“去其糟粕,汲取精华”,古为今用,帮助和指导人们对神秘现象进行科学的逻辑思考。

本书脱稿之后,我感慨万千,遂赋诗一首:

写《陈抟老祖》书怀

故里临涡涤旧颜,西归隐逸忆前贤。

一生业绩华山并,四辞朝宣素志坚。

引玉抛砖心意远,寻师解惑“易图”玄。

欣将佳话传千古,慕道痴迷胜似仙。

陈抟构建的“易图”,象征着国家的统一,民族的团结,社会的和谐。

在当时只是这一种理想,如今却发生了沧桑之变,成为了国家繁荣富强、人民安居乐业的真实写照。陈抟故里亳州市的历史变迁就是很好的注解。如今的亳州市,宽阔的大街两旁,高楼大厦,鳞次栉比,车水马龙,新建的住宅小区覆盖了长长的涡水岸侧,一片繁荣景象。

囿于水平有限,本书失当之处,一定不少。值此出版发行之际,诚恳地欢迎专家、学者予以赐教。

修功军

目 录

序一	001
序二	001
自序	001

一、大道陈抟

第一章 老、庄之后有“大道”

——陈抟生平概要	003
第一节 涡水文化育贤哲	004
第二节 隐居修道武当山	009
第三节 游蜀学道谒高公	011
第四节 移居华山成大道	013

第二章 “易图”、“龙图”铸“高贤”

——陈抟的易学成就	017
第一节 “龙图”三变	019
第二节 河图	025
第三节 洛书	032
第四节 先天方圆图	037
(一)方图	041
(二)圆图	043
(三)“易图”出国有发明	045

第五节 太极图 052

(一)古太极图 052

(二)先天八卦太极图 057

(三)后天八卦太极图 061

第三章 道学文化永传承

——陈抟的师承关系 066

第一节 陈抟师友 066

第二节 陈抟的主要弟子 069

第三节 陈抟师徒谱系 074

附:陈抟师承关系源流表 075

二、“睡仙”陈抟

第四章 华山高卧成睡仙

——陈抟的内丹养生 079

第一节 求师访友学内丹 079

第二节 长生路在“无极图” 083

第三节 高卧华山成睡仙 091

附:陈希夷二十四式坐功图 104

第四节 预知仙逝“张超谷” 122

三、艺术陈抟

第五章 山色满庭供画幃

——陈抟的诗、书、画艺术 127

第一节 陈抟诗词选注 127

四、传说陈抟

第六章 四辞朝命道抑君

——陈抟的隐者之风 145

(一) 一辞朝命:后唐明宗求贤赐美女 146

(二) 二辞朝命:后周世宗慕道得隐语 147

(三) 三辞朝命:宋太祖累诏不至 152

(四) 四辞朝命:宋太宗三诏方赴阙 157

第七章 一生命运诗中藏

——陈抟的相术传闻 169

(一) 一生命运诗中藏 169

(二) “神相”相人验如神 172

(三) 日后必为贵妇人 174

(四) 遥知帝王立嗣心 174

(五) 夜半救母令儿归 176

(六) 解难赠药救清官 176

(七) 预知明日有客来 177

(八) 二位公子非奴仆 177

第八章 十里荷花出陈抟

——关于陈抟的民间传说故事 179

(一) 十里荷花出陈抟 179

(二) 仙女赐乳点慧根 180

(三) 听经神授“蟄龙法” 181

(四) 两位皇帝一肩挑 182

(五)一文钱难倒英雄汉 183

(六)赢得华山不纳粮 184

(七)陈抟长安会二主 185

(八)华山归来故乡情 188

五、浅识陈抟

第九章 学有心得识真谛

——陈抟著述学习札记 193

(一)《易龙图序》浅述 193

附:陈抟《易龙图序·浅注》 195

(二)《正易心法注》浅析 196

附:陈抟《麻衣道者正易心法·序》 204

附:陈抟《正易心法·注》 204

(三)读《阴真君还丹歌注》后记 215

附:陈抟《阴真君还丹歌·注》 217

(四)《观空篇》浅识 222

附:陈抟《观空篇》(并注) 225

(五)陈抟相术专著小札 226

附:陈抟《人伦风鉴》 230

附:陈抟《心相篇》 233

附录

附录一 《宋史·陈抟传》 239

附录二 历代诗人咏陈抟 241

附录三 陈抟故里考 255

附录四 泉声山色可忘世,让与希夷睡万秋

——我的华山梦 259

后 记 263

主要参考文献 265

一、大道陈抟

第一章 老、庄之后有“大道” ——陈抟生平概要

陈抟，字图南，自号扶摇子，宋太宗赐号希夷先生，亳州真源人；唐末、五代隐士，先后归隐湖北武当山，西游巴蜀（今四川），后隐陕西华山，八十八岁时始皈依玄门为道士。

陈抟博学多才，精通易学、相学、医学、养生学，是一位哲学家、易学家、自然科学家和相术大师。北宋太宗端拱二年（公元989年）七月二十二日，化形（卒）于华山莲花峰下张超谷中，享年118岁。

在中国道教史和哲学史上，陈抟都占有极为显要的地位，享有崇高威望。他被列入“高道”，成为继老子、庄子之后的道教至尊，世称“陈抟老祖”。

《亳州志》记载：唐懿宗咸通十二年岁次辛卯（公元871年）十月，陈抟生于亳州城南十二华里宋塘河西岸陈庄，今属亳州市谯城区十八里镇。

陈抟在家乡亳州的沃土上，留下了珍贵的遗迹。《亳州志》记载他的历史资料虽比较简略，亳州城乡却留传着许多关于他的民间传说。

第一节 涡水文化育贤哲

涡水发源于河南省原阳县境内,流经河南的扶沟、太康、鹿邑和安徽的亳州、涡阳、蒙城,到怀远县流入淮河,其中的一段涡水,自亳州西行二十公里至河南鹿邑县,东至安徽蒙城县,长达一百多公里,是涡水中最宽的一段。此段涡水两岸土地肥沃,物产丰富、物华天宝,人杰地灵。涡水如母亲的乳汁,在这肥沃的土地上,曾先后孕育出老子、庄子、陈抟老祖三位道家名人,可以说是一条红线贯穿三颗明珠,熠熠发光。在历史上,安徽亳州是道家的发祥地,形成了独特的涡水道家文化。

春秋末期,老子首创道家文化。“老子者,楚苦县厉乡曲仁里人也(即今河南省鹿邑县太清宫——笔者注),姓李氏,名耳,字柳,周守藏室之史也”(司马迁《史记》)。经马叙伦考证,《史记》中的这段话恐是后人附会而成,进而证明老子(公元前571年—?)是宋国相人,即今安徽省亳州市涡阳县人。老子所著《道德经》,八十一章,五千言,是一部博大精深的哲理诗,被誉为“万经之王”。

继老子二百年后(公元前369年),庄子出生。

《史记》载:“庄子者,蒙人也,名周。”战国时宋国蒙人,曾为漆园吏。考庄子故里,确系其为今安徽蒙城人,因为独有蒙城既是蒙地,又有漆园。

《汉书·艺文志》道家类著录《庄子》52篇,继承发展了老子学说,使道家文化真正得以流行。世人往往以老、庄并称,二者的学说对后人产生了巨大的影响。

陈抟是老子 and 庄子学说的重要继承人。

《坚瓠辛集引》对陈抟的出生、家庭身世有着类似神话般的记载:“陈图南,莫知所出。有一渔翁,在河里张网捕鱼,捞得一物甚巨,外裹紫衣,

如肉球一般。渔翁携带返家,生火烧锅,欲将其煮熟食用,忽然雷电绕室大震,渔翁大惊,急忙将此物取出,掷在地上,衣裂儿生,因渔翁姓陈,小儿乃从陈姓。”《宋人轶事汇编》和《群谈采余》都有类似记载。洗去这段文字的神话色彩,从中可以看出陈家拾得的可能是个被遗弃的卵生婴儿,由于是肉团,故取名叫“团儿”。

陈姓是中国人口最多的姓氏之一,历史悠久,源远流长。周武王灭纣(公元前1046年),封舜帝十三世孙胡公妫满于陈国,建都宛丘(今河南淮阳),据《史记·周本纪》记载:周武王封神农之后于焦(今亳州)。当时焦是个小诸侯国,其后焦入于陈。胡氏以国为姓,谥号陈胡公,陈姓在本国国土上繁衍生息,历经五百余年,遍及中国。

公元前533年,陈国亡于楚,焦地又属楚国。约公元前300年秦又灭楚,统一全国后,推行郡县治。始皇二十六年(公元前221年),原来的陈国划分为颍川郡,治所在阳翟(今河南禹县),其后“谯”划归碭郡。汉初,原陈国划为陈郡,治所在陈州(今淮阳)。易泗水为沛郡,治所在相(今淮北市)。颍川郡陈族至东汉时发展成名门望族,陈实在汉灵帝时任沛国太丘长,治所在谯,与曹操相友善。陈实的长子陈纪,任汉献帝武官中郎将,曹操举荐拜为大鸿胪,次子陈谌亦居高位,父子三人并著高明,世称“三君”,望出颍州,而亳州陈姓成为陈族分支。到了唐末,多沦为庶民。陈抟的父亲也是其中贫民之一,属于无名人士。陈抟出身寒微,在他三岁时(公元878年),唐僖宗即位,当时贪官污吏搜刮无度,繁重的徭役赋税压在广大庶民身上,地主豪绅兼并土地,“富有良田千顷,穷无足扎之地”正是当时的写照。

就在这年,灾荒造成民不聊生,走投无路。陈抟跟随父母和长兄陈拊移居亳州城东南郊区涡河湾南岸搭一茅庵,以打鱼为生。《历世真仙体道通鉴》记载陈抟“生而不能言”,《宋史·陈抟传》说:“(抟)始四五岁时,戏于涡水岸侧,有青衣媪乳之,自是聪悟日益。”陈抟自吃了青衣女的乳汁,开始会说话了,从此之后变得聪明过人。

陈抟七岁时,即唐僖宗乾符五年(公元878年)二月,以黄巢为首的

农民起义大军攻克亳州(《隋唐史话》)。起义大军转战南北,叱咤风云。这场革命风暴沉重地打击了唐朝的统治势力,唐王朝如大厦将倾,摇摇欲坠。

起义军占领亳州,促进了经济文化的发展,兴起了民办私塾的风气。陈家的生活略有好转,陈抟要读书,陈父把他送到塾馆,教书先生是一位深受道教思想影响的儒生,看陈抟“少负逸才、人小志大”,给他取学名,把陈“团”之“团”,改为“抟”,“抟”是用手捉摸而无物可得的意思。

陈抟自幼好学,志趣广泛,“及长读经史百家之言,一见成诵,悉无遗忘。”(《宋史·陈抟传》)“年十五,《诗》、《礼》、《书》、《数》之书,莫不通究考校。方药之书也能兼通应用。”(《青琐高议》卷八)“抟好读易,手不释卷。”(《宋史·陈抟传》)

起初,他受儒家“学而优则仕”的思想影响,试图沿着科举的仕途,争取进身于封建王朝的仕林,以光宗耀祖。陈抟在亳州家乡度过了童年、少年、青年时代。他贫而好学,在学习中成长,文才出众,由考上秀才到得中举人,在家乡有了一定的名望和社会地位,为世人所敬重。

唐末五代时期,战乱不息,曾发生了无数次农民起义和军阀战争。“江淮之间,八州之内,鞠为荒榛,幅员数百里,人烟断绝。”涡水流域成为农民起义军和官府相互争夺之地。

这时陈抟家乡一连数年大旱,禾苗干枯,河井无水,官府无心过问农业生产,不管庶民疾苦。据说,陈抟在家乡凭着自己的名望,发动和组织并亲自带领乡民兴修水利,开挖一条南北河。这条河南接涡水,北通河南商丘地界,解决了禾苗灌溉,缓解了旱情。当地农民为了纪念陈抟的功绩,将这条河取名“陈治沟”。

陈抟还在家乡兴起了造酒,《亳州志》记载的“希夷酒”,相传是采用陈希夷创造的酿酒法酿成的,故称“希夷酒”,又称“希熬酒”。这种酒以红粘谷为原料,以名河之水蒸馏而成,酿造工艺简单易行,俗称“名流酒”。在亳州农村,每到冬季,多数农户都酿造成坛的“希夷酒”。这种酒含酒精少,饮之甘甜、浓香,祛风驱寒,串皮活血,能益寿延年,是陈抟家

乡流行的村酒;还有一种“希夷药酒”,即在原料中加入十余味中药,便成为药用“希夷酒”,能治多种疾病。这种“希夷酒”和“希夷药酒”,流传千载,盛行不衰。

陈抟在家乡熟读儒家经典,同时爱读老子《道德经》,尤其爱读《庄子》一书。他仰慕庄子的学说、文章和道德思想,他的“名”、“字”和“号”都取自《庄子》的代表作《逍遥游》:“有鸟焉,其名为鹏,背若太山,翼若垂天之云,抟扶摇羊角而上者九万里,绝云气,负青天,然后图南,且适南冥也。”他以庄子笔下大鹏自比,为自己配字“图南”,一语双关,自号“扶摇子”;他胸怀图南之志,待有良机,鲲鹏展翅,扶摇直上九万里,飞越南方的大洋,去实现自己的宏伟目标,干一番惊天动地的伟业,达到图南而治天下的目的。

后唐明宗长兴二年(公元931年)前后,年逾花甲(61岁)的陈抟,怀着济世治国的政治抱负,赴京都洛阳赶考,然而他却“举进士不第”(《宋史·陈抟传》)。后唐王朝看重门阀地位,而陈抟是一位出身寒微的儒生,更无门阀地位可言,朝中无人,科场有弊。陈抟空怀奇才,而不遇名主。他怀着忧国忧民之心,周游京都洛阳,观察社会各阶层的动向。其时的后唐王朝,朝政腐败,政局不稳,王室内部矛盾激化,形成宫廷内乱,君臣互相残杀,社会危机四伏。长兴三年,后唐明宗诛杀重臣枢密史安重海;长兴四年十一月,秦王李从容趁明宗有病之机,率兵攻打内宫,欲夺君权,宫中卫士擒杀李从容,明宗因受惊吓而驾崩。

从此,陈抟考取功名的理想破灭了,遂不求录仕。他既不想像黄巢那样领导农民造反,又不愿为摇摇欲坠的后唐王朝效力,导致其虽胸怀大志而不能施展。

在道教思想影响下,他的人生观发生了重大变化。

早在唐朝初年,唐太宗李世民深知是农民起义给他打下的天下,唯恐农民再起来造反,自己的宝座不稳,便借助道教思想来笼络民心,奉道教为国教。唐太宗李世民与老子同姓,便追认老子为其皇族祖先,对老子一封再封,“唐太宗贞观元年(公元627年)七月下诏整修太上老君庙

于亳州。”(《混元圣记》卷八)高宗李治乾封元年(公元666年)二月,驾临亳州老君庙,追封老子为“太上玄元皇帝,创建祠堂,改称玄元庙”(《归唐书·玄宗本记》),又册封“老子之妻为先天太后”,同时在全国各地大建玄元皇帝宫观。并设置道学机构,立道馆,定道教为国教,定老子诞辰日为国庆日,下诏:“王公百僚皆习《老子》。”唐玄宗李隆基,于天宝二年(公元743年)正月,将亳州“玄元庙”,改为“紫薇宫”,在玄元皇帝下加封“大圣祖”三字尊号,同年九月下诏将亳州“紫薇宫”改为“太清宫”,从此“太清宫”一直沿用至今。唐玄宗后来又两次亲谒亳州“太清宫”,上老子尊号为“大圣祖高上大道金阙玄元皇帝”(《亳州志》)。“诏令士庶家藏《老子》一书,贡生、举人须加试《老子》策”。

老子的升迁,提高了老子家乡亳州的地位,唐朝政府定亳州为“天下十望州府之一”,置总管府,领六州,下属的亳州又领七县:鹿县、真源、永城、蒙城、谯城、城父、赞县(《新唐书·地里一》),其中真源县治所就设置老子故里太清宫,因此亳州更受荣宠,其尊崇道教也达到了极点,亳州成为道教的圣地,在亳州城建有“道德中宫”、“寥阳万寿宫”、“玉清万寿宫”,还有“老祖街”、“问礼巷”(是孔子问礼于老子的地方)。因老子故里在唐载初元年(公元689年)改称仙源县,属亳州,后人素称亳州为“仙乡”(《旧唐书·玄宗本纪》)。

唐宋时期,老、庄思想和学说在其家乡亳州更是盛行,亳州弥漫着道教的思想和文化,成为道教的圣地及活动的中心。道教的势力和影响是相当大的。“唐末五代国乱,道教经籍亡佚,宫宇摧颓。巍然独存者,唯亳州太清宫矣。”(《三洞修道仪》)足见老子在其家乡亳州的神圣不可侵犯。陈抟在这道教圣地成长,深受道教思想的影响和熏陶,在家乡精演老、庄学说,产生了慕道思想。

第二节 隐居修道武当山

陈抟在家曾画墨竹一卷，在卷首之上题诗云：

莫贪枝叶已成龙，要悟从头到底空。

已于神仙施笔力，风霜不可戟磨砢。

诗以言志，陈抟的题画诗流露出了他隐居修道的内心世界。他开始离开家乡，寻仙访道，周游四方，游心天地外，不在五行中，追求新的境界。他初游安徽涡阳石弓山、淮北相山、山东泰山、黄山、青州云门山等地，栖息道观之中，爱同道士交往。在山东云门山，适遇高道异人“孙君仿、鹿皮处士，三人意气相投，一见如故，相与谈《易》、《老》、《庄》七日不辍”（《仙迹总龟》）。这二位道士，身穿道服，手拿拂尘，年过古稀而鹤发童颜，谈经论道，通达异常，使陈抟产生了超脱凡尘之心，萌发了隐入深山、皈依道门的向往。陈抟也深受二位道士的赏识，他们语抟曰：“武当山九室岩，可以隐居，你若隐居此山修炼，可得道成仙。”陈抟从之，拜谢说：“二位道长乃高尚之人，抟有幸相遇，多谢点化之恩。”

他回到家乡亳州陈湾，方知父母双亡，长兄陈附沉痛地说：“自你离家出走，杳无音信，母亲到处烧香拜佛，盼你回来，哭瞎了眼睛，忧虑成疾，医治无效，病故了。祸不单行，随之父亲也一病不起，不久也离开了人世。”兄弟俩潸然泪下。

陈抟为了报答父母的养育之恩，请来僧人为死去的父母做佛事，超度亡魂，亲邻好友闻之前来悼念。事后他把家业与兄长分开，自己那份全部救济本乡贫民，时年63岁的陈抟，拜别乡亲，于后唐清泰元年（公元934年）携《周易》、《老》、《庄》，并带一石铛，孤身一人毅然离家，千里跋涉，来到湖广均州（今湖北丹江口市境内）古代道教圣地武当山。此山被

誉为“亘古无双圣境，天下第一仙山”，方圆八百里，山峦起伏，层林叠翠，泉水瀑鸣，古木参天；主峰“天柱峰”，鹤立鸡群，海拔一千六百一十二米，有三十六岩、二十四涧。登上天柱峰顶，仿佛置身云端。放眼环视周围七十二峰，只见高峰栉比，依身颌首，朝向主峰，宛如众星拱月，万山来朝，千姿百态，景色秀丽，构成了一幅瑰丽多姿的丹青画卷，蔚为天下奇观。

相传真武大帝曾在此山修炼四十余年，后得道飞升；周代仙人王子乔、汉朝阴长生也曾在此山修道。自秦汉以来，武当山一直被誉为“洞天福地”。

陈抟最初隐居于九室岩。《舆地纪》称：“山下有九室，唐置九室宫，山峦重叠，穿云蹑蹬而上，古木苍翠，藤蔓飘垂，为房城幽丽奇境。”九室岩是一天然岩洞，洞前花木丛生，参差掩映，俨然锦屏，实为静憩养生佳处。陈抟在九室岩修道有得，写有《九室指玄篇》，书名标出九室之地，表明对九室岩的依恋。他在九室岩写了一首名诗，《方輿胜览》中记载了陈抟《隐武当山诗》中的佳句：“万事若在手，百年聊称情，他时南面去，记得此岩名”。所谓“南面”，借指帝位，古代以坐北朝南为尊位，陈抟把自己的名字也取为“图南”，显现了他图南王天下的政治抱负。他曾“揽镜自照曰：‘非仙而即帝’，其自任如此（也）”（元张栻《太华希夷志》），抒发了他不当皇帝就当神仙的远大志向。有位张邓公把诗中的“南面”二字，改成了“南岳”，并题其后云：“鲜壁题诗志何大，可怜今老华图南”。此位张邓公名士逊，均州光化人，曾读书于武当山，据传后来做了朝廷命官，而陈抟不求荣禄，故以“可怜”惋惜之。然而陈抟虽有图南之志，却无图南之力。他是明智的，最后选择了后者，当了神仙。

陈抟后来移居于“五龙观侧”，在此精演《周易》，剖析微理。这里背负高山，面临深谷，有飞云、瀑布二涧环绕，周围有五龙、松萝、青笋等山，好一处怡静修炼之仙境也。有天晚上，陈抟秉烛夜读《周易》，夜深人静时，山中有五位白发老叟向陈抟居处走来，见陈抟施礼道：“久闻先生对《周易》研究造诣很深，今晚我等五人特慕名而来听先生讲经，请予赐教。”陈抟见五老求学心切，愿意与之相互学习、共同研究，便取《周易》在

手,把深奥的易学玄机演绎得深入浅出、层次分明。从此五位老人每天晚上都按时一同前来听经,陈抟同五老切磋易理,甚是相契。时间长了,见这五位老人,龙眉皓发,相貌古怪,不是凡人,陈抟揣想:这五龙观侧之所在,山路崎岖,上下艰险,他们为何身轻如飞,来无影去无踪?他不禁心生疑窦,问道:“请问五位老者,你们都是家住何处,敢问尊姓大名”?五老说:“我等都是五龙观附近日月池中的龙也”(实际上是五位高人隐士)。

陈抟见五位老者,个个须发皆白,面若红玉,动若仙童,便问五龙有何养生健身之术,五龙笑曰:“我等修炼的是蛰龙法。”

于是五老便将“蛰龙法”即内丹睡功法传授给了陈抟。刘道明《武当山总真集》载:“陈抟诵易于五龙观侧,感五气龙君授之蛰龙法”。这自然是神话,其实世上并没有什么“龙”,更没有“龙君”。“龙”是我国古代传说中的神异动物,是“蛇”的变异,所谓“五气龙君”,不过是隐居深山修炼的五位隐士而已,他们仿效小龙(即蛇)、地龙(即蚯蚓)之类的动物,每到入冬、天气转冷季节,有蛰而不食、休眠的习性。析其原理,都是服气辟谷所致,五位老者从中得到启发,探得其中奥妙,引入人身,反复练习,能够延年益寿。陈抟向五老虚心求教,认真修炼,终于掌握了“蛰龙法”。

第三节 游蜀学道谒高公

据史料记载,后晋天福元年(公元936年)左右,陈抟离开武当山,西游四川青城、峨眉、普州等地,陈抟闻邛州(今四川邛崃县)天庆观都威仪高道何昌一(人称“高公”)有道术,善“锁鼻飞精术”。陈抟慕名前往天庆观拜何昌一为师,遂留此学炼“锁鼻飞精术”,此与陈抟在武当山学炼的“蛰龙法”是同一原理。

北宋进士文同,字与可(公元1018~1079年),四川盐城永泰人,曾任邛州判官,在其著作《丹渊集·拾遗下》中曾记载:“希夷先生字图南,

后晋天福中来游蜀，闻是州天庆观都威仪何昌一有道术，善锁鼻息飞精，漠然一就枕辄越月始寤，遂留此学，卒能行之。后归关中，所修益高，蜕老而婴，动如神人。”南宋大诗人陆游《老学庵笔记》卷六记载：“予游邛州天庆观，有陈希夷诗石刻云：‘因攀奉县尹尚书，水南小酌回，舍轡，特扣松扃（音‘炯’），谒高公，茶话移时，偶书二十八字，其诗云：

我谓浮荣真是幻，醉来舍轡谒高公。

因聆玄论冥冥理，转觉尘寰一梦中。

末书：道门弟子图南上。太岁丁酉。”盖蜀孟昶时，当石晋天福中也，即天福元年。

陈抟聆听何昌一玄论冥冥之理，回忆自己前半生走过的求取功名之路，始觉如梦初醒，写下了这首七言绝句，既表达了他对何昌一的崇拜，也抒发了对往事的感慨。

当时当地，有人将陈抟赠昌一诗“亲墨殿楹之上”。由于年长，诗铭藏隐晦黑。皇祐二年（公元1050年），巴蜀庶民尊重陈抟，视其字迹如珍宝，唯恐日久磨灭，北宋时当地郡守崔公复令文与可将此字迹铭刻于石碑，以记希夷之迹。

陈抟在巴蜀普州崇龕学道六年后回到武当山，将“蛰龙法”和“锁鼻飞精术”配合起来，他以白云为幄，清风为驭，明月为灯，原气为粮，身体力行，坚持修炼，服气辟谷。所谓服气，就是吸收天地间之生气，吐故纳新；所谓辟谷，就是不食五谷。开始由一日三餐减为二餐、一餐，适应一个时期后，则以饮水服气为主，同时食用山药、花生、大枣、栗子、核桃、白芍、茯苓等物。每日饮酒数杯。这些多为中草药，兼有补气养血，故具有解饥、祛病、具有长生不老之功效。

陈抟在武当山服气辟谷修炼历时二十余年，终于炼成了高深的“胎息功法”，同时潜心易学，著书立说。大家听说陈抟又回到武当山的消息，奔走相告，慕名前往拜访者日益增多。有玄门高人欲与同参学道；亦有社会名流，激发其实现图南宏业；亦有达官显贵，求学经世策略，视他

为“山中宰相”。在那“置君犹易吏，变国如传舍”的动乱年月，大家无不期望陈抟能够预测未来，指路迷津，以趋吉避凶。而陈此时“潜龙勿用”，希望有朝一日“飞龙在天”，大展图南之志。

慕名前来拜访者的络绎不绝，不利于陈抟演《周易》、炼内丹。为了排除来访者的干扰，陈抟由“五龙观侧”移居于“俞公岩”、“自然庵”、“诵经台”、“白云峰”等处，一迁再迁。

第四节 移居华山成大道

五代之末，四方鼎沸，世道动乱。陈抟于后周显德（公元954～959年）年间离开武当山，移居华山云台观。移居的原因，《武当山总真集》作了说明：“希夷先生（在武当山）声誉远著，倦于接待（来访者）”。

华山屹立在陕西秦岭东部，自古以奇险著称，北临黄河，南连秦岭，巍然高耸。东有朝阳峰、西有莲花峰，南有落雁峰，北有云台峰，中居玉女峰。五峰环似花瓣，径以大地作枝杆，峰下层林像绿叶，“山顶有千叶莲花，花古又同华，远而望之，若华状，故名华山”（郦道元《水经注》）。其中南峰最高，其高五千仞，为五岳之最，其广十里。俯瞰群峦，鬼斧神工，像一幅长长的画卷，悬挂在蓝天白云之际。华山历来为道家十大洞天之一，有利于隐遁，历代高人都曾在此隐居修道。陈抟隐居的云台观，古称“明堂”，周朝末年道家开始在这里活动，在我国历史上具有一定的地位和影响。

陈抟常以诗来歌颂华山的巍峨壮丽。现录《全宋诗》中两首于后。

华 山

半夜天香入岩谷，西风吹落岭头莲。

空爱掌痕侵碧汉，无人曾叹巨灵仙。

西 峰

为爱西峰好，吟头尽日昂；

岩花红作阵，溪水绿成行。

几夜爱新月，半山无斜阳；

寄言嘉遁客，此处是仙乡。

陈抟登山看到仿佛神仙洞府，连称“仙乡”胜境。这样的地方当然是羽客们修行的理想场所。陈抟由武当山移居华山恐怕也是出于对华山这一修道胜地的向往。

陈抟在云台观“咏嘲风月之清，傲笑云霞之表。遂性所乐，得意何言，精神高于物外，肌体浮乎云烟。”（《青琐高议前集》）

华山这一神山给了陈抟灵感，他在华山思接天地，著述甚丰，开创了伟大的奇迹。

据史籍所载：陈抟后半生在战火弥漫的混乱年代，隐居武当山，高卧华山仍著述甚丰，共写出了十余种著作，在中华学术史上是极其罕见的。北宋徐积《节孝集》中题诗赞曰：

白云夫子号希夷，碧玉窗中下绛帷。

皓首勤成书万帙，病鸾窥见鹤偷知。

此时的陈抟虽已“皓首”，仍不辍学著述，写下“万帙”巨著。

陈抟的主要著作有：

《易龙图》一卷：《宋史·艺文志》将其列入易类。此书已佚，今存宋《皇朝文鉴》卷八十五，收有《易龙图序》一篇。《麻衣道者正易心法注》属于易类（存汲古阁《津逮秘书》），题为陈抟注。

《人伦风鉴》一卷：《文献通考》作《龟鉴》。《宋史·艺文志》将其列入五行相法类。

“先天图”和“无级图”：据宋雷思齐《易图通变·河图遗论》考证，现

有传世的“《河图》”、“《洛书》”，采陈抟《易龙图》中的两种，即“先天图”和“无级图”。陈抟“先天图”现载在朱熹《周易本义》卷首；关于其“无级图”的记载，则见于《宋元学案》卷十二。

《指玄篇》：陈抟隐武当山九室岩时著《九室指玄篇》一卷，简称《指玄篇》。八十一章，言导引及还丹之事。宋宰相王溥，亦著八十一章，以笺其要旨（即全释）。《宋史·艺文志》列入道家养生类。《指玄篇》由一位宰相为之作笺注，可见其影响之大。

《阴真君还丹歌注》：此书重点论内丹修炼之事，其所述丹法极为独特（存《正统道藏》）。《观空篇》道家养生类，载于宋曾慥《道枢》卷十。

《赤松子八诫录》一卷：宋郑樵《通志·艺文略》收录有陈抟著《赤松子八诫录》一卷（道家书类），南宋初曾慥《道枢》收入其《观空篇》。

《三峰寓言》、《高阳集》、《钓潭集》二卷：均为诗集。还有《入室还丹诗》50首，共有诗600余首（佚）。《太华希夷志》中保存其部分诗词。

《诗评》一卷：《皇朝事实类苑》卷四十一载：“田征君告，字象宜，笃学好文，理致高古，尝学诗于希夷先生，先生以《诗评》授之，故诗尤清丽。”此《诗评》亦当是陈抟所作。

陈抟的著作因得到范文正公的指教，他的弟子得以及早收集、整理。《太华希夷志》记述了这些著作的传播情况：“先生歿后，有弟子曾孙武尊师，因范文正公（仲淹）指教，得《入室还丹诗》于京师凝真院，得《三峰寓言》于太华李宁处士，得《指玄篇》于赤城张无梦，得《钓潭集》于张中庸进士，共三百篇余，乃纂先生传集。”（《太华希夷志》）照此所说，曾孙武之能够纂集陈抟的生平及著述，是由于得到范仲淹指教的结果。

陈抟的著作，可能不止上述所列。只可惜陈抟的上述著作，早在宋、元时期大部分佚失，未能保存、留传下来。《四库全书》、《正统道藏》有目而无书。通过师徒传承下来的只有极少部分著作。陈抟的“易图”及其易学道教思想，多通过弟子传播，对后世产生了很大的影响。

特别是，陈抟创造性地绘制的一系列“易图”，以图式解释易学的哲理精髓，来分析、认识封建王朝，与封建专制的官方易学相抗衡，体现出民贵君轻的思想（详见《先天方圆图》）。因此有的“易图”，只能作为修

炼“内丹”的图式，在道教和隐士内部秘密传播。

陈抟的“先天易学”实际上是道教之学，可称为“道学”，在思想文化领域中有其深刻的意义。道学的“道”字以意分析是左为走部，右为首部，首者头也，意为有道之人，走人生道路，应该走在众人的前头；“学”即是有道之人所走的方向道路，应该成为人之楷模，供众人学习、实践、众善奉行发扬光大。时任《明史》纂修官的清代人毛奇龄说：“道学者虽曰以道为学，实道家之学也。”他又说：“自心顺理、惟道之从，是名道学，又谓之理学”。笔者以为，“道学”也好“理学”也罢，先天易学应该说是以道论理之学。据此，宋、明盛行的程、朱理学其根基即是道学和渊源于陈抟的先天易学是很明显的。正如华山道教协会会长邹通玄为本书题词“先天大易谁揭秘、闽洛道学出希夷”，指的是程颐、朱熹等人的理学都是出于陈抟道学理论思想的。

陈抟的“易图”形象地表现了唯物辩证法的基本规律，反映了人类的进步、社会的和谐、科技的发展，具有广泛的社会科学价值，所以在宋代形成了重要的“图书”学派（具体请参看本书易图篇）。

高卧华山，修炼内丹，陈抟通过实践，认识和揭示了人体科学的奥秘，总结出一套内丹理论，因此也成了历史上著名的“睡仙”。

总之，陈抟以前无古人的气概、敢于革新的精神、新异独特的观点，开拓了宋代易学研究的新思潮，使易学研究无论是在义理还是在象数方面，都达到了前所未有的高度，从而形成了中国历史上一个奇特而影响至深的华山学术中心。

陈抟在道家易学方面的建树是丰富多彩的。由于他能博采百家之长，融贯三教理法，从而丰富、深化了道教理论领域的建设，对中国道教的发展做出了重要贡献，成为一位继往开来的道教宗师。

当代历史学家蒙文通在“陈图南学谱”中这样评价陈抟：“图南不徒为高隐，而实博学多能；不徒为书生，而固有雄武之略；真人中之龙耶！方其高卧三峰，两宋之道德文章，已系于一身。”（蒙文通《陈碧虚与陈抟学派》）此可谓智者之言。

第二章 “易图”、“龙图”铸“高贤” ——陈抟的易学成就

“易图”究竟为何物，在唐末五代以前的古籍文献中虽已有少量的“易图”记载，但或过于简单，或有缺陷，仅限于道教内部和高隐范围单传，至五代宋初陈抟才开始探讨这一奥秘。陈抟交游八方羽客，渐得“易图”密传，将所得之“易图”加以研究分析，从中受到启发，用自己的智慧进行补充改进并创造性地绘出一系列的“易图”来，以图式解释《周易》原理，概括其哲理精髓。清代易学家黄宗炎在其所撰《太极图辩》中说：“图学从来，出于图南。”

大理学家朱熹撰《周易本义》，将《河图》、《洛书》等九幅“易图”冠之于书中卷首，使“易图”方为正统的大学问家所正式认可，从此确定了陈抟“易图”在易学史上的地位，以至在后人的易学著作中，卷首必列“易图”成为《周易》的重要组成部分。其图谱经周敦颐、邵雍、刘牧、朱熹等人的进一步推广传播，在宋代形成了重要的陈抟图书学派，进而对易图学产生了巨大的影响作用，促进了元、明、清三代易图持续而深入地向前发展，各式易图应运而生，如百花争艳。

《周易图释大典》收录的“易图”共1 240余幅，分别载于宋、元、明、清四代43位易学家的50余种易著中，基本上包括了历代“易图”的精华。

单说陈抟“易图”，大体分为两大部分，即象学和数学。《先天图》是其象学代表，《易龙图》是其数学代表。

所谓“象”，就是指《周易》中卦象和爻象，以及用卦象和爻象表现世界生成发育的万有现象，从中寻求万物变化的原则。

所谓“数”，就是指《周易》中的数学、数理以及“河图”、“洛书”中的符号数学规律。

《宋史·艺文志》著录：“易类和《续唐书》卷十九都载有陈抟《易龙图》一卷。”他用《易龙图》描述《易传》所说“天地之数”的关系，引人注目。

《易传·系辞下》曰：“天一、地二；天三、地四；天五、地六；天七、地八；天九、地十。天数五，地数五。五位相得而各有合。天数二十有五，地数三十，凡天地之数五十有五。”此“天地之数”奥妙何在？历代易学家都想破译它。陈抟之前，还未见有人画出图来。独有陈抟共画有20幅图，全面而详尽地演绎了“天地之数”的分合变化过程。元初道士雷思齐似乎见过这20幅图，他说：“由汉而唐，《易经》行世。凡经传疏释之外，未有及于图书之文刊列经首者。迨故宋之初，陈抟图南始创意，推明象数，自谓因玩孔子三陈九卦之义，得其远旨，新有书述，特称《龙图》，离合变通，图途二十，是全用《大传》天一、地二至天五、地十、五十有五之数，杂以纳甲，串穿易理。”

所谓易理就是指《周易》中的道理和哲理，它包括宇宙观，大至宇宙，小至人生自我，它的范围“其大无外，其小无内”。

陈抟创作的《易龙图》，在中国道教史和科技史上具有特殊的重要意义。无论是以“易图”建构各学科的框架体系，还是以易理为指导思想规范各学科的学术走向，都对中华文化学科产生了深刻的影响。在一定意义上可以说，陈抟“易图”是中华民族的精神瑰宝，是中国科学文化史上一颗璀璨的明珠，在历史的长河中发出了神奇的光芒。它开创了中华历史文明新篇章，推动了人类的进步。陈抟“易图”是开启中国科技宝库的

金钥匙,它以洁净、精美的符号传播于世,显示了独特的科学价值,对社会科学、自然科学等学科的发展影响深远。

第一节 “龙图”三变

陈抟在《易龙图序》中写道:

“且若《龙图》本合,则圣人不得见其象;所以天意先未合其形其象,圣人现象而明其用。是《龙图》者,天散而示之,伏羲合而用之,仲尼默而形之。”

值得注意的是,陈抟的思想以象数的形式表现出来,而其象数观念则建基于所谓“天地未合之数”与“天地已合之位”的区分之上。在他看来,“天地未合之数”是根本的,而“天地已合之位”则是变形而来,即“天地未合之数”的结构演变。

第一,“天意先未合”,即“散而示之”,成天地未合之数的图形。

第二,“伏羲合而用之”,即“今存已合之序”,成天地已合之位的图形。

第三,“仲尼默而形之”,可惜孔子未明白地画出图形,以传后世,其真正是龙马所负之图。陈抟的创意绘制,可补仲尼之缺。

这《龙图》形成的过程,称为“龙图三变”。元代易学家张理《易象图说》,载有“龙图三变”的具体图式。大体上是根据《易龙图序》中所思路绘制出来的。

陈抟共绘有六图。

我们首先需要解读清楚易图中的符号,方可明白诸图大意。(见图2-1)

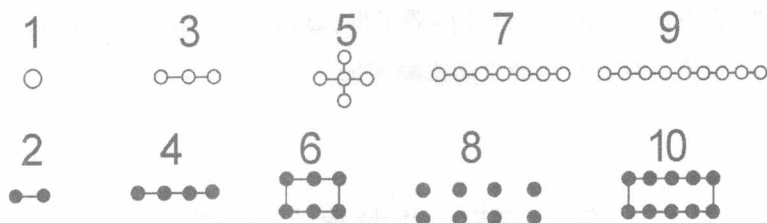


图 2-1 易图符号

用白圈“○”表示一、三、五、七、九单数,属阳,称奇数,象征天;用黑点“●”表示二、四、六、八、十双数,属阴,称偶数,象征地。

第一变,用两种图式,描绘“天地未合之数”。(见图 2-2、图 2-3)

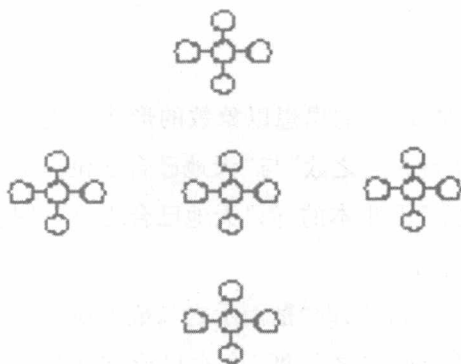


图 2-2 天数五

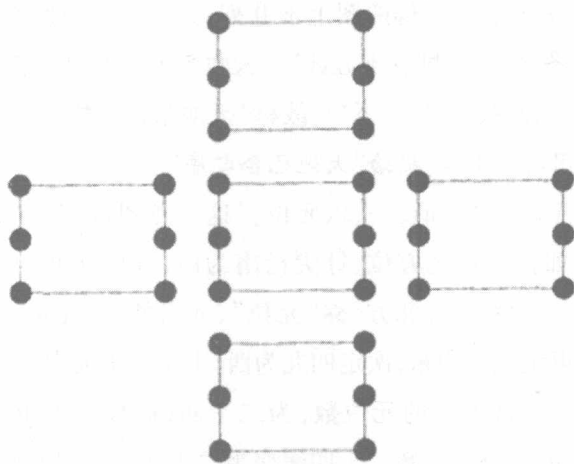







图 2-3 地数五


天地之数五十五各自分开,用两种图式描述,上图二十五为天数,下图三十为地数;天数在上,地数在下,为天地之象。天数排列的秩序是:上位二十五个数,以五为单位,分为五组。

用五个○组成 , 又由五个  组合 25 数,称为“天数”。



由于奇数 $1+3+5+7+9=25$,“上位”就包含了 1~9 五个基本奇数。从

一个  和五个  纵横去看都有三(三个○或三个 ) , 排

列成十字阵,故称“天三”;但无论纵横,都有五(五个○和五个 ) ,

故称“天五”;从纵的或横的方向去看三个 , 中轴线上都有九(九个

○),故称“天九”;分别纵横,都有 15(即有十五个○)。此即所谓“中贯三、五、九,外包之十五”,也称“十五之用”。

描述未合之地数,下位以六为单位,亦分为五组,六个●组合成 , 又由五个  排列成十字阵得 30,称为“地数”。“下位”也包含

了2~10五个基本偶数。得两图上下并列,天数在上,地数在下。总数为55。即“龙图之未合,惟五十五数”。天数5个5,地数5个6,“皆明五之用”。由于奇、偶数分居上、下位,故称“天地未合之数”。

第二变,用两种图式,描绘“天地已合之序”。

《易龙图序》云:“后形,一、六元位。”这是龙图数理定位原则,以北方为“后形”,如指南针之方位,针尖指南为前,针柄在北为后。一为天数,六为地数,一六数定位北方,称“元位”,元者始也,先定一六为北,次定二七为南,再定三八为东,次定四九为西,未定五十为中。

天数二十五,减去一的元位数,为二十四;地数三十减去六的元位数,亦为二十四。这样,天数二十四演变为二十四节气,地数二十四演变为八卦的二十四爻。可见这二十四数在人们日常生活中的应用是很重要的,故言“显二十四之为用”。

“天地已合之序”,由天数五与地数五交错配合而成,是说天数中之五组,分开后,另行组合,亦成为奇偶之数配合之状,此即天地已合之位。其图天数与地数交合排列,虽云已合,亦分二图(见图2-4、图2-5)。

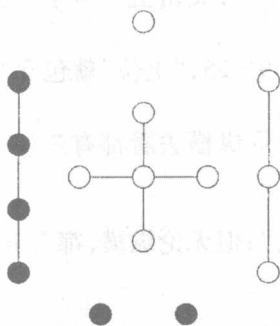


图2-4 天地已合之位(一)

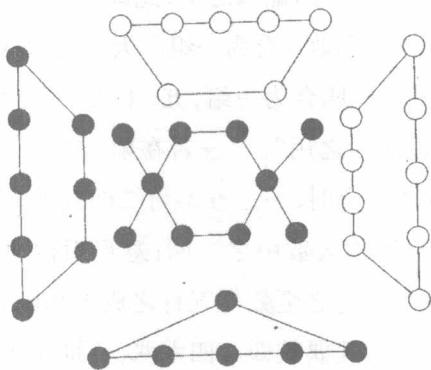


图 2-5 天地已合之位(二)

图 2-4 为天数所变。天数上五一组，去四，余一不动，此即《易龙图序》所说“在上则一六不配，形而二十四。”其左五一组，去一有四；右五一组，去二为三；下五一组，去三为二；中五一组原数不动，则成为上面的图式。此图式，上中右，即天一天五天三，共三个天数；下左，即地二地四，共两个地数，此乃“叁(三)天两地”之象。所去掉天数中的十个数，余有十五则隐藏在图 2-5 中。

图 2-5 为地数所变。地数中六一组，去一加于上六一组为七；去二加于左六一组为八；去三加于右六一组为九，下六不动仍为六。此图式，偶数组为六、八，奇数组为七、九，各居四方；中十亦为偶数组，来于天数去掉十；亦体现天地已合之位。谓上图天象中的五个数，各加以五数，则成下图地象之数，即天一加五为地六，地二加五为天七，天三加五为地八，地四加五为天九，天五加五为地十。

总之，天地已合之位实际是指阴阳相合，以数而言就是奇偶相交，上位一二三四五相合，下位六七八九十相合，但还不是生成的结果，只是分别表示形成五行的生数和成数，为以后的变化提供了有利条件。

第三变，用两种图式，描绘《河图》与《洛书》，即完成“龙马负图”的形象。

第二变中的上下两图合在一起，则为第三变。相合的结果，成为“龙

马负图”。上图天一居于下图地六之上，此即“天一居上为道之宗，地六居下为气之本”，即天一和地六合为一组。天三与地八合为一组，天七与地二合为一组，天九与地四合为一组，五、十居中而为天地运行之枢纽。此即“天三干地二地四为之用”。“三若在阳”，“三”指天数中之三奇和地数中之三偶。两图相合时，一三五不与二四共处，六八十亦不与七九共处。这叫做“避孤阴指天数中之二四；避寡阳指地数中之七九”。其实，简单地说来，就是五行之生数与五行之成数相配合。凡奇数即一三七九，分别居于四正位；凡偶数即二四六八，分别居于四隅位，成为九宫之图。图中的逻辑思维结构，当出于陈抟。此二图式皆可以生出八卦之象，即除去中宫五或十五，余为一二三四，六七八九，居于八位，分别成为八卦之象。如何配以八卦，《序》未明言，图书学派中的人，后有种种解释。以上为“龙图三变”说的内容。

《易龙图》的中心思想是天地之数，陈抟龙图三变的图式，是根据阴阳五行生成学说来讲天地之数的演变过程，经过三变，引申出了“五行生成图”和“九宫图”。而陈抟的原旨都在于说明八卦之象起于龙图。之后，陈抟的弟子邵雍、刘牧、蔡元定、朱熹等人，正式把“五行生成图”演绎成《河图》，把“九宫图”说成《洛书》。以后学界大致都从其说，这也就成为定论！于是《河图》、《洛书》就成了八卦的源头，在中国历史上流传甚久。

《易·辞传》说：“河出图，洛出书，圣人则之”，以画八卦。意思是伏羲氏时黄河出了“图”，大禹治水时，洛水出了“书”，圣人以此作八卦（后有详述）。

自汉代之后，《河图》、《洛书》由道家珍藏密传，世人大都以为里面很神秘，似乎蕴藏着不可泄漏的天机。

陈抟精于易学，通过对易理的归纳推衍，制成了《河图》、《洛书》图谱，科学地揭示了《河图》、《洛书》的内在结构及其相互关系，阐发了其中的要义。经陈抟之手，第一次公开了《河图》、《洛书》的奥秘。

陈抟在《河图》图谱中表达了五行相生的学说，在《洛书》图谱中阐发了五行相克的法则。

从《河图》来看,相克之理寓于相生之中;从《洛书》来讲,相生之理寓于相克之中。《河图》顺生而逆克,《洛书》逆克而顺生。《河图》为体,《洛书》为用,一合一分,一顺一逆,相与经纬,互为表里。把《河图》、《洛书》结合起来,就可以阐明由“天地生成之数”而构成的阴阳消长和五行生克的宇宙生成学说。

陈抟用《河图》、《洛书》的“象”和“数”构成了一个系统的五行生克宇宙生成图式,阐述宇宙生成、万物发展的过程。

今天来看,《河图》、《洛书》仍然是十分高深的。《河图》、《洛书》的图像融天人之象于一体,所以被历代视为珍宝。

第二节 河 图

“且夫龙马始负图,出于羲皇之代……”(《易龙图序》)

相传伏羲氏时代,在洛阳以北孟津地区,黄河里出了一个龙头马身的怪物,体形庞大,脊背上有黑白点组成的花纹,图案即是《河图》,又称《五行生成图》,自宋代流传至今(见图2-6)。



图2-6 龙马始负图

《河图》被誉为“数学起源的奥秘所在”，数学的方法是从这里开始的。《河图》中直接而又形象地包含了“数”的概念，河图含有1~10共10个自然数。

一三五七九奇位之数相加得天数二十五，二四六八十偶位之数相加得地数三十，合之则得天地之数五十有五。

$$1 + 3 + 5 + 7 + 9 = 25$$

$$2 + 4 + 6 + 8 + 10 = 30$$

$$25 + 30 = 55$$

《河图》十数的有序排列与配合是与天文、地理空间、方位观念结合在一起的，并且蕴含着阴阳五行文化的智慧。

古人作图的方位概念与今人相反，他们以图形的下为北方，上为南方，左为东方，右为西方。这种作图的方位概念是以《河图》平面象征大地平面，先以人体面向正南方直立于大地，再以人体立足处为基准，使人体平展双臂俯伏于大地，则原先人体下肢所指方向为河图之北，人体头部(上方)为《河图》之南，左臂(左方)为《河图》之东，右臂为西(见图2-7)。

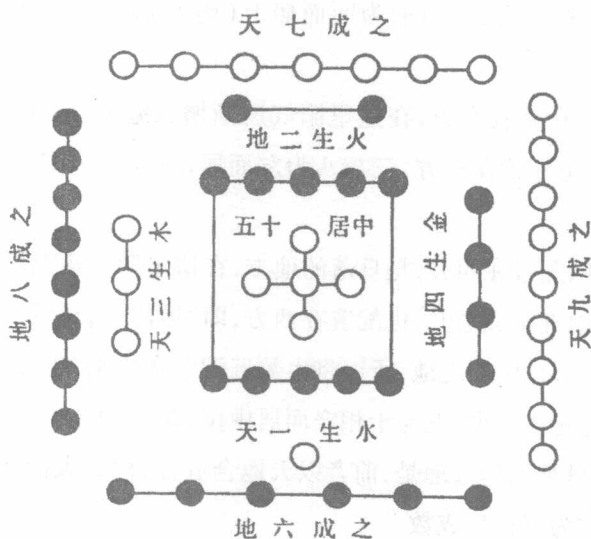


图 2-7 河图

陈抟说：“生数谓一、二、三、四、五，阴阳之位也，天道也；成数谓六、七、八、九、十，刚柔之德也，地道也。以刚柔成数，而运于阴阳生数之上。然后天地交感，吉凶叶应，而天下之事，无能逃于其间矣。”（陈抟《正易心法·注》第三十八章）陈抟认为一至五是五行之生数，都用生字来联系五行，六至十是成数，都用成字来联系五行；“生”字表示产生，“成”字表示完成，有生必有成，两者之间构成了相生相成的关系。

以五为中心，故生数为主而居内，因千万之数均由五数而生。在生数的基础上，用阴阳相配的法则各寻配偶，因而导出从六至十的五行之成数，其法是以图中数五为中心，递加生数为成数，故成数为配而居外，五为生数而居内，五属土，土生万物；也就是说五行皆得中五乃得生成万物，所以古人以五为中宫以像太极而临制四方。

将生数一配置在北方，表示阳气从这里开始发生；生数一加中五为六，将其同样配置在北方，一与六共宗而居下（北方），即“天一生水，地六成之”。

将生数二配置在南方，表示阴气从这里开始发生；生数二加中五为

七,将其配置在南方,二与七为朋而居上(南方)即“地二生火,天七成之”。

将生数三配置在东方,在这里阳气逐渐增长起来,同时生数三加中五得成数八,也配置在东方,三与八为友而居左(东方)即“天三生木,地八成之”。

将生数四配置在西方,是日落的地方,在这里阴气逐渐增长起来,同时生数四加中五得成数九,也配置在西方,即“地四生金,天九成之”。

五为中央,是中心之地,所以将生数五配置在中央;生数五加中五得成数十,也配置在中央,五与十相守而居中位,即“天五生土,地十成之”。

河图的排列结构数理是,前者以天地合五方,称为大衍数;后者以阴阳合五行,称为五行生成数。

五行生成数反映了宇宙的形成和生命的产生,都有发生和成熟这两个过程,所以五行的生成都有“生”和“成”这两个数,一生一成,体现了阴阳和奇偶相配合的法则;同时,也反映了任何事物或新生命的产生,都是由阴阳二气交感而成,阳生于阴而成于阳,阴生于阳而成于阴,正所谓“万物负阴而抱阳,冲气以为和。”“一阴一阳之谓道”。

中央的一个白圈“○”是真正的核心,是太极含一气。中“○”者,天下之大本也。即上居中和四象,和者天下之达道也。

☵和☲中“○”向四方伸展,呈“十”字形,古代的“十”字是表示方位。“十”字中的横“一”,表示东西,竖“丨”表示南北,“十”字本身,则示意中央的一个白圈和周围上下左右四个白圈联络。形成了以“☵”五为中心,再用上五下五,画成了略似“☶”王字型图案,象征“王”居中央,而坐在正中“戊己土”的位子上,占据了子午线和卯酉线的交叉点,掌握着五行生克。中☵之外的白圈黑点,相当于守位王室的兵将。

在封建社会,皇帝唯恐臣民不服他的旨意,便往往借助“神谕”,造出九五之尊的所谓“天子”,代表天上的北极星,古称北辰,这颗星在北方夜空中发出亮光。《河图》以北极星为定位星,它的位置几乎不变,向下延

伸有排列斗状的七颗星,连结起来称为北斗星,围绕着北极星转动时,斗魁和斗柄也跟着像车轮一样一起转动。在我国传统文化中,北极星象征“天子”,面南而坐,管天管地管人,统帅四面八方。

《河图》是根据五星出没的时节观察绘制的图式。五星古称“五纬”,是天上的金、水、木、火、土五颗行星,金是太白星,水是寿星,木是岁星,火是荧惑星,土是镇星,五星运行以二十八宿为区划,由于它的轨道离日道较近,所以古人用来记日。五星的自然顺序,是在北极天空中运行出没的时间,每一颗星出现七十二天,五颗星合计三百六十天,每月阴历的初一、初六、十一、十六、二十一、二十六,日月会水星于北方。

仔细分析河图的五行所属,不难看出,《河图》由“天一生水,地六成之”为始左旋顺行,表示五行相生,自北而东,而南,而中,而西,再复始于北,自然无为,生生不已,它不仅反映了天左旋(站在地球上的视运动)的宇宙观,而且反映了阴阳五行的相生规律,即顺天而生——水生木,木生火,火生土,土生金,金生水(见图2-8)。

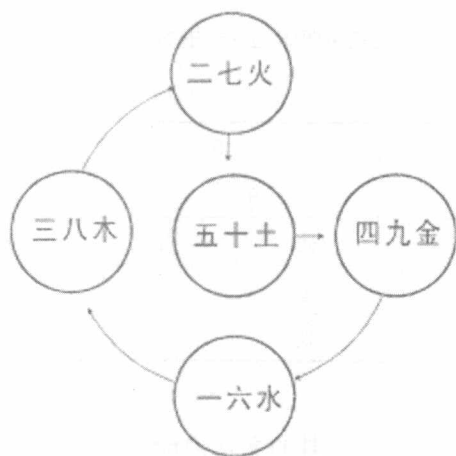


图2-8 河图五行图式

从《河图》五行顺生排成圆图,遇三致克则形成五角星运行路线。这就是“三五之道若循环,终而复始。”、“穷则返本”的规律。同时,从图中

看出五行相生相克是一个多么平衡、稳定的模式(见图2-9)。

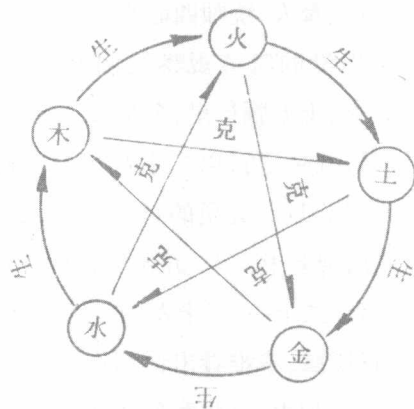


图2-9 河图五行生克图

这样,在《河图》图式中,构成了阴阳、五行、五方、四时的对应与同构关系(见表2-1)。

表2-1 《河图》图式中阴阳、五行、五方、四时的对应与同构关系

河图	3	9	5	7	1
配数	8	4	10	2	6
五方	东	西	中	南	北
五行	木	金	土	火	水
四时	春	秋		夏	冬

从中可以看到《周易》八卦的文化内涵,而八卦便是由《河图》而起,《河图》天地数的完美配置包含着八卦。这就是《河图》的全数。《周易》古筮法进行预测时,则用此数求得六十四卦,三百八十四爻。这些在《周易》大传中都说得颇为明确,无须多作注解。

《河图》是依据五星的出没变化而绘成的图,即以五五之数描述五星之象。五星古称“五纬”,就是银河系的五种行星:木曰岁星,火曰荧惑星,土曰镇星,金曰太白星,水曰辰星。实际上,这五星不是单一的星球概念,而是二十八星宿的合成体,并且五星的运行,也是以二十八星宿来区划的。五星运行各有出没时节,一般按木、火、土、金、水的顺序,相继出现于地球的北极天空,每星各行 72 天,五星运行总计 360 周天,即约为一年(见图 2-10~图 2-13)。

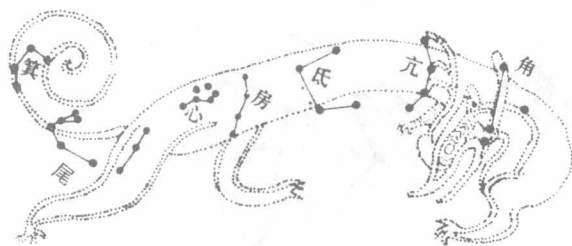


图 2-10 东方苍龙之象(春)



图 2-11 南方朱雀之象(夏)

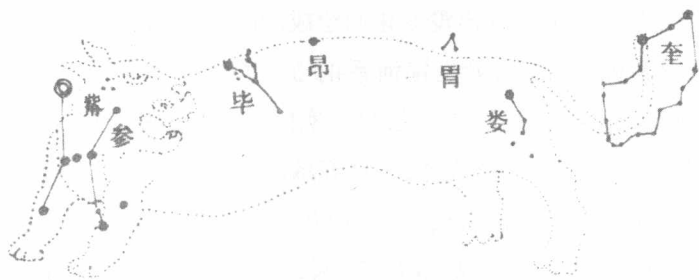


图 2-12 西方白虎之象(秋)

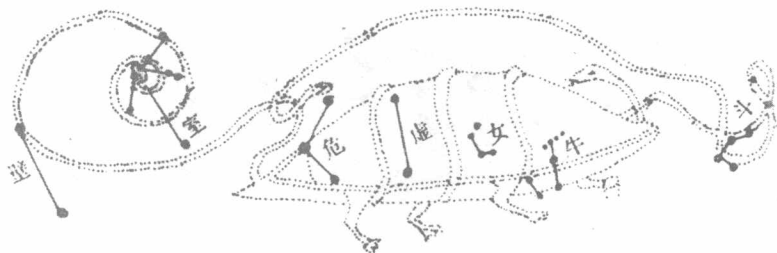


图 2-13 北方玄武之象(冬)

第三节 洛 书

相传大禹治水时在山西省河津县黄河峡谷凿开了龙门,滔滔洪水流入洛河,洛水上浮出一支磨盘大的乌龟,在其背上发现白圈黑点的图案,即称为《洛书》(见图 2-14)。

清代易学家胡渭《易图明辨》卷二中,列出一个图式,有其歌诀:“戴九履一,左三右七,二四为肩,六八为足,五居中室”(朱熹《周易本义·图说》)。

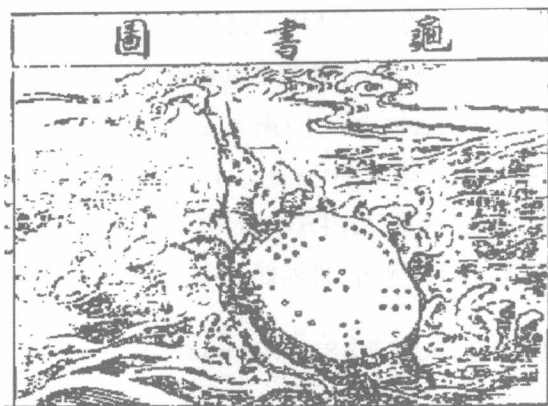


图 2-14 神龟负书

我们可以将《洛书》作个形象的比喻：

“戴九”：图上中间的九个白圈，好比人头上戴的帽子；

“履一”：图下中间的一个白圈，如同脚下穿的鞋子；

“左三右七”：左边三个白圈，右边七个白圈比作腰间系的带子；

“二、四为肩”：右上角二个黑点，左上角四个黑点，即是两个肩膀；

“六、八为足”：右下角的六个黑点，左下角的八个黑点，像是人的两只脚。

“五居中室”：正中间的五个白圈，占据了核心位置，象征心脏（见图 2-15）。

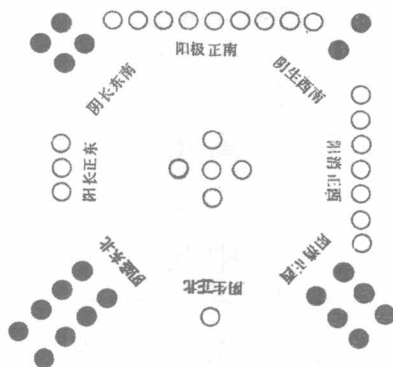


图 2-15 洛书

《洛书》的九个数字的排列结构,与《河图》一样也是遵循一定规律的。从图中看,以对待(对角)之数相加其和数均为十:北方为水,戴九履一得十;东方为木,左三加右七得十;南方为火,右肩二加左足八得十;西方为金,左肩四加右足六得十;中央为土,以五居中,总数为四十五,中五为太极,临制四方,故以中五与四方相加,它的奇妙处在于九个数纵、横、斜、倒、交错随意数之皆得十五,排列如下:

横线: $4 + 9 + 2 = 3 + 5 + 7 = 8 + 1 + 6 = 15$,

纵线: $2 + 7 + 6 = 9 + 5 + 1 = 4 + 3 + 8 = 15$,

斜线(对角): $4 + 5 + 6 = 2 + 5 + 8 = 15$,

三数合计得 45。

其纵横斜之数都含有阳数中五,象征着事物各含有一太极,同时《洛书》则以奇数为主。四正方属阳,四偶方属阴,故一、三、七、九各居其外,五居中央,而二、四、六、八亦各以其类而附其侧。正者为君,侧者为臣,以阳统阴,而肇变数之用。

五奇数统四偶数,以阳统阴,重在变化,讲数理的运用。

在《洛书》从 1~9 数的分布中,我们可以很清楚地看到,正如《河图》那样,它也是与五方、五行、四时等文化观念糅合在一起的,九个各不相同的数字,排列出一个图式,象征中央和八方。世人称为“九宫图”,图中隐伏着一个八卦方位模式(见图 2-16)。

巽四	离九	坤二
震三	中五	兑七
艮八	坎一	乾六

图 2-16 九宫图

《周易》曰：“日月相推而明生焉”，即指《洛书》之数，法天象地，天旋地转，日月往来。

天道运行的规律是：阳气由北方发生，向左旋转运行，经过东方，到达南方为极盛；然后继续向左旋转运行，到西方后逐渐减弱。《洛书》以代表阳气的四个奇数一、三、九、七，象征天道运行，以显示节气的变化，其配置的方位是：

一在北方，表示阳气开始发生，为冬至一阳生之所在，于时为冬。

三在东方，表示太阳升起后阳气逐渐增长，气候和暖，于时为春。

九在南方，表示阳气达到极盛，显示夏至一阴生，于时为夏。

七在西方，表示太阳西落后阳气逐渐消失，于时为秋。

如此复还于北方为一周，所以《洛书》之奇数左旋以法天，人们站在地球上观察太阳升落即是最明显的征兆。

地道运动的规律是：阴气由西南角发生，向右旋转运行，到东南角逐渐增长，到东北角达到极盛，在西北角逐渐消失。《洛书》以代表阴气的四个偶数二、四、八、六象征着地道运行，其配置的方位是：

二在西南角，表示阴气开始发生；

四在东南角，表示阴气逐渐增长；

八在东北角，表示阴气达到极盛；

六在西北角，表示阴气逐渐消失。

如此复还于西南角，周而复始。《洛书》之偶数右旋以向地，地球本身自转是右旋，月亮围绕地球转并与地球旋转方向同，它们同时绕太阳公转，这样从地球上看来太阳就成了太阳东升西落，而月亮则从西方升起向东方运行，故地右转以迎天，月亮西升东去是最明显的征兆，所以说日往月来。

《洛书》1、3、9、7，四奇数所在之地，称为“四正”；2、4、8、6，四偶数所在之地，称为“四维”。前四正，表示天象的二至二分：北为冬至、南为夏至、东为春分、西为秋分；后四维，表示四立，东北立春，东南立夏，西南立秋，西北立冬。

奇数一、三、五象征天道，是为“叁(三)天”；偶数二象征地道，是为“两地”，五表示“叁天两地”(3+2=5)之和。

五居中央，表示阳数起于三，阴数起于二，是人在天地之间的象征。

从洛书的五行所属可以看出，由北方水开始右行，自北向西，而南、而东、而中，再复始于北，它不仅反映了地右旋以迎天的逆天而行的规律，还反映了阴阳五行的相克规律，洛书五行配置的相克关系，即水克火，火克金，金克木，木克土，土克水。洛书的五行相克，不仅有阳五行相克，阴五行相克，而且有阴阳相错相克关系。

我们将洛书的五行相克(逆天而行)关系排列成圆图和直图，就会惊奇地发现，它与河图五行相生顺天而行完全相反，同时有“五行相克，逢三逆生”的规律，其图式同样是一个平行稳定的模式(见图2-17~图2-19)。

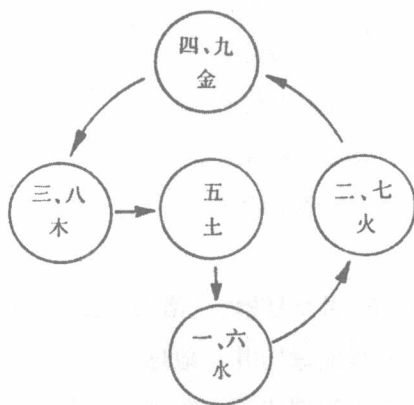


图2-17 洛书五行相克图

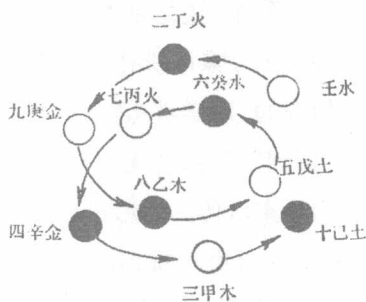


图 2-18 洛书阴阳相错相克图

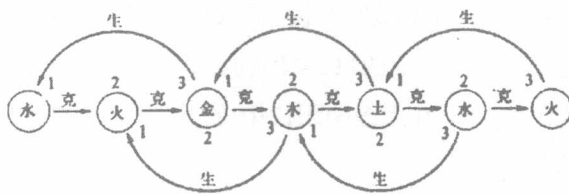


图 2-19 五行相克,逢三逆生

通过内部的阴阳调节,使条条线线都协调起来,达到了一种稳定状态,千状百态的万物俱在阴阳对立统一作用下构成了一个平衡的整体。《洛书》本身是方形的,又是“圆之象”,也就是“天圆地方”概念的一个投影。整个人类世界包容在这“天圆地方”之中,而“天圆地方”本身就是一个最大的平衡体系。

第四节 先天方圆图

陈抟自己对“先天方圆图”的创制,也有记载。明杨慎说:“陈希夷曰:‘易学,意言象数,四者不可阙一,其理具见于圣人之经,不烦文字解说,止有一图,谓‘先天方圆图’也,以寓阴阳消长之说,与卦之《生变

图》，亦非创意所作，孔子《系辞》述之明矣。”（《杨升庵全集·希夷易图》）由此可知《先天方圆图》为陈抟所作，只有一幅图，而没有文字说明。这个记载当本于邵伯温的《易学辨惑》。

陈抟绘制的“先天方圆图”，其组合无比奇妙，现保存在朱熹的《周易本义》中（见图2-20），为邵雍所传。方形象地处于天中，圆形象天包于地外。方、圆皆按八卦六十四卦次序排列。朱熹说：“圆图象天，一顺一逆，流行中有对待，为震八卦对巽八卦之类；方图象地，有逆无顺，定位中有对待，四角相对，如乾八对坤八之类，此方圆图之辩也”（《宋元学案·百源学案》引）。

“先天方圆图”依据天圆地方说，将太极阴阳两仪落实到“天地”二字上，设想“天地”各有六十四象，象即物，认为宇宙万物都不出“太极阴阳”这一基本范畴，因而在太极阴阳说中，提出了“动之则分为四象，静之则总归太极”的观点。

陈抟亲身经历了五代十国长期大乱的战争年代，看到江河破碎，他深感痛心，因而从哲学的高度绘制了“先天方圆图”，充分体现了哲学的整体思想观念，集中反映在认识“天、地、人”三者的关系上。他认为“天、地、人”三元一统，即是一个整体，这个整体“宗本一气”，是由“人”来体现的。陈抟以此表示自己的整体观念和爱国情怀，此图象征着也是盼望着国家统一、民族团结、社会和谐、科技发展，庶民安居乐业。

此图外圆内方。从方位上讲，乾为上为南，坤为下为北，离为左为东，坎为右为西；从时间上讲，乾卦尽于午中，坤卦尽于子中，离卦尽于卯中，坎卦尽于酉中。阳生于子中（是指坤卦为纯阴，一阳初动为复卦，复卦起于子中），极于午中。一阳生于午中（指乾卦为纯阳，姤卦初爻为阴，一阴初动，阴起于午中），而极于子中。圆图阳在南而阴在北，方图阳在北而阴在南。从方、圆二图来说，外圆为阳，内方为阴。圆图左旋象征天不断地运行，为动；方图象征地，为静。一方一圆、一动一静、一阳一阴组成了天地、万物。因此，天地、万物的变化也包罗在其中了。

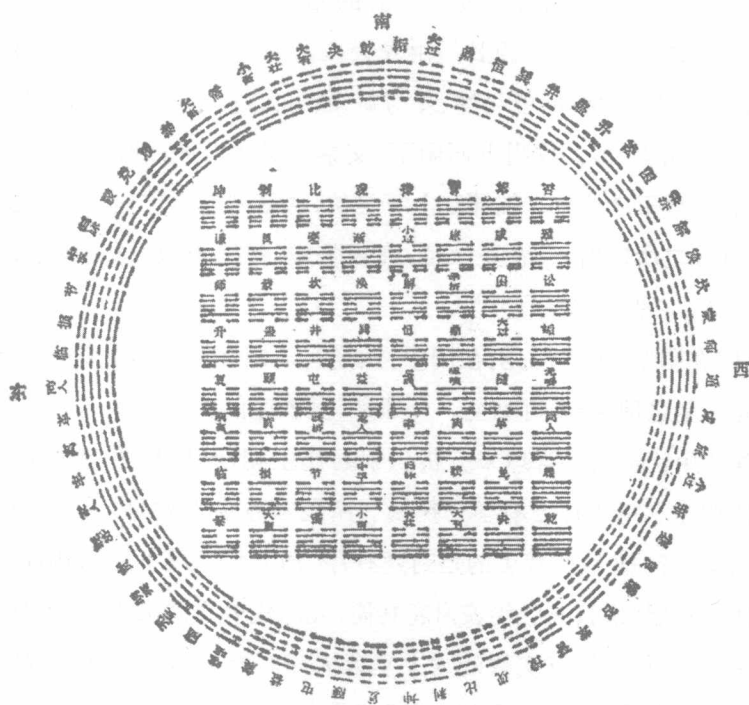


图 2-20 “先天六十四卦方圆图”解

方图为阴,象征为地,为下,说明天以始生,阳在下、阴在上。方图下四行三十二卦是阳卦所生,故为阳卦;上四行三十二卦为阴卦所生,故为阴卦。阴在上,阳在下,是天地相交通泰的意思。

圆图为阳,象征天。左为阳三十二卦,右为阴三十二卦。左右阴阳对待,均与先天八卦图一样,六十四卦均为错卦。

先天卦方位有以下特点:

一是阴阳升降规律性强。一阳始于复卦而终于乾卦,为升;一阴始于姤卦而终于坤卦,为降;符合先天太极图原理阳生阴降的关系。

自下而上谓之升,自上而下谓之降;升者生也,降者消也。故阳生于下,阴生于上,是以万物皆反生;阴生阳,阳生阴,阴复生阳,阳复生阴,是循环而无穷也。

二是卦位的相错关系。先天八卦的相错关系为乾与坤、震与巽、坎与离、艮与兑。先天六十四卦是由先天八卦演变而来，所以六十四卦分为三十二对相错，例如：乾与坤、复与姤、颐与大过、屯与鼎，以此类推。

“天以始生言之，故阴上而阳下，交泰之义也。地以既成言之，故阳上而阴下，尊卑之位也。乾坤定上下之位，坎离列左右之门，天地之所以阖辟，日月之所以出入，春夏秋冬，晦朔弦望，昼夜长短，行度盈缩，莫不由乎此矣。”（邵雍《皇极经世》）

“阳在阴中，阳逆行；阴在阳中，阴逆行。阳在阳中，阴在阴中，皆顺利。此真至之理，按图可见矣。”（邵雍《皇极经世》）

陈抟用伏羲八卦哲理来分析认识封建王朝，绘出易图在民间传播，与维护封建专制的官方易学相抗衡。所谓官方易学就是后天八卦。如乾卦六爻（音“摇”）所代表的是封建秩序，初九代表最下层的普通百姓；九二代表基层政权，九三代表州府县衙，九四代表文武大臣，九五代表封建皇帝；上九代表没有实权的太上皇或太庙。乾卦第五爻的爻辞“飞龙在天”，在位的皇帝称为“九五之尊”、“真龙天子”。

“先天方圆图”体现了民贵君轻的思想。

“九五之尊”的第五位阳爻，在分量上是很轻的。若用斤来衡量，上九算一斤的话，九五是二斤，九四是四斤，九三是八斤，九二是十六斤，初九是三十二斤。位于“九五之尊”的皇帝同初九的普通老百姓比轻重，相差三十斤，而且九五很不稳定，今天是你，明天是他。只有普通老百姓才是最稳、最重的。这个道理，在“易图”的次序图上表现得很清楚。战国时代的孟子早就发表过“民为贵，社稷次之，君为轻”的言论，皇帝是最不爱听这种以民为本、以君为末的言论的。

若用“易图”圆形结构来观察，从根本（初爻）上划了减号的“九五之尊”，就更使封建皇帝们头痛！这代表他们那江山社稷的“天”位，即九四、九五、上九位，全是靠下民减出实数来维持的。减到下三爻成 000，就到了民穷财尽“天地否”的地步。上三爻 111 的“天”位也就不能维持多久了；减到 000,010 的“水地比”，这个“九五之尊”，就真成了“孤家寡

人”；减到 000,001 的“山地剥”，就连没有实权的皇位也保不住了。减到 000,000 的“坤地”之位，就到了这个封建王朝彻底被推翻的时候。这是历史一再证明了的最平凡的真理，但历代封建王朝总是害怕这一真理的传播，视之比洪水猛兽还要凶狠！

由于上述原因，“易图”定型的初期只能作为炼“内丹”，也就是吐纳导引的长生之道，在方士和隐士中间秘密传播。

(一) 方图

圆图以乾为南，坤为北；方图则以坤为东南，乾为西北。乾、兑、离、震四阳卦所属阳三十二卦居下四行，巽、坎、艮、坤四阴卦所属阴三十二卦居上四行（见图 2-21）。

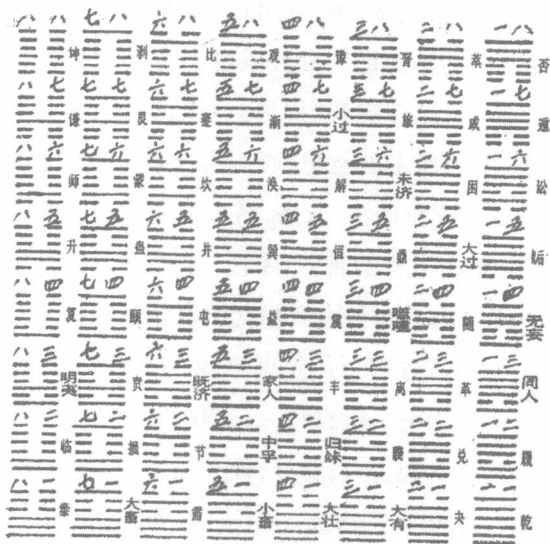


图 2-21 “先天六十四卦方图”解

以八经卦贯穿于西北到东南，为方图之经。乾坤相交为否、泰，兑艮相交为损、咸，离坎相交为既济、未济，震巽相交为益、恒，相交后的八卦

贯穿于东北至西南，为方图之纬。这样，经纬就分明了。

方图外圈共二十八卦。从夬卦到泰卦以乾卦为体，从履卦到否卦为乾卦之用。从剥到否以坤卦为体，从谦到泰为坤卦之用，主乾、坤藏一分为二的关系。

乾、坤初交得震、巽，震、巽相交为恒、益，恒、益亦为震、巽的体用关系卦。象征震动、巽入的所属关系。

乾、坤二交为离、坎，与离、坎并列十二卦。既济、家人、丰以离卦为体，未济、鼎、噬嗑为离卦之用；涣、解、未济以坎卦为体，井、屯、既济为坎卦之用。象征离丽、坎润的所属关系。

乾、坤三交为艮、兑，与艮、兑并列二十卦。从损到睽以兑卦为体，从咸到革为兑卦之用；从蹇到咸以艮卦为体，从蒙到损为艮卦之用。象征艮止、兑悦的所属关系。

方图以八卦相交的贞悔变化（卦的外三爻古称为“悔”，内三爻古称为“贞”。本卦为贞，之卦为悔。贞卦以自己为主，悔卦以他人为主。贞卦为主，悔卦为辅），可以理解到《周易》六十四卦交叉关系。例如：乾坤相交得否泰二卦，泰为通泰的意思；否与泰卦相反，否、泰即事情发展的两方面。再如坎离相交得既济、未济，是事业完成与未完成的两个方面。（《周易》相交变化的方式有数种，严密性较差。）

方图六十四卦均有八经卦贞悔相交的自然规律，在卦的内容和含义上也有一定联系的。从方图总的情况来说，下四行三十二卦为阳为贞，上四行三十二卦为阴为悔。横看每一行的内卦为贞，竖看每一行的外卦为悔。例如：夬卦，内卦乾为贞；履卦，外卦乾为悔；其余仿此。

方图右边第一行最下为乾卦，由下向上看，乾卦上边的第二卦是天泽履，第三卦是天火同人，第四卦是天雷无妄，第五卦是天风姤，第六卦是天水讼，第七卦是天山遁，第八卦是天地否。

从方图的第一行由下往上看，全部八个卦，每卦的上卦，亦即是外卦，都是天亦即乾卦；而每卦的下卦，亦即是内卦，都是依照先天卦的次序乾、兑、离、震、巽、坎、艮、坤配合的，所以成了乾、履、同人、无妄、姤、

讼、遁、否等八个重卦。

再从乾卦起,从右向左看横列的卦,重卦的次序是乾、夬、大有、大壮、小畜、需、大畜、泰等八个卦,再仔细分析可以发现,内卦都是乾卦,而外卦从右下方到左上方,则是乾、兑、离、震、巽、坎、艮、坤,又是先天卦的次序。

如果以数字来代表,直行的乾是1,1 履为1,2 同人1,3 无妄1,4 姤1,5 讼1,6 遁1,7 否1,8;横列乾1,1 夬2,1 大有3,1 大壮4,1 小畜5,1 需6,1 大畜7,1 泰8,1。

这个方图的数字,是这样一纵一横,慢慢向上走的,构成如此错综复杂的关系。宇宙间的万事万物非常复杂,懂了《易经》以后,我们待人做事,遇到复杂的问题,如果能找得到它的关键,在关键上轻轻一点,问题就解决了。

(二)圆图

“圆图”是从“先天八卦方位图”演变而来的(见图2-22)。

圆图是用什么方法排列起来的呢?我们看圆图上面顶端左边的第一个卦为乾卦,再看最下面右边第一个卦是坤卦,在这乾、坤之间有一条线,代表夜间天空中的银河,亦代表地球南北的磁场,然后再排列圆图。

首先用方图最下面的第一横列的乾、夬、大有、大壮、小畜、需、大畜、泰等八个卦,依次序放到圆圈的顶端,从左边开始,顺原次序向左排列。又将第二横列的履、兑、睽、归妹、中孚、节、损、临等八个卦的履卦紧接在泰卦之后,依原次序排列下去,然后将第三、第四横列的每个卦,都照这个方法排列,最后复卦紧靠了中线下端的左边为止,排列成了左边的半个圆圈。

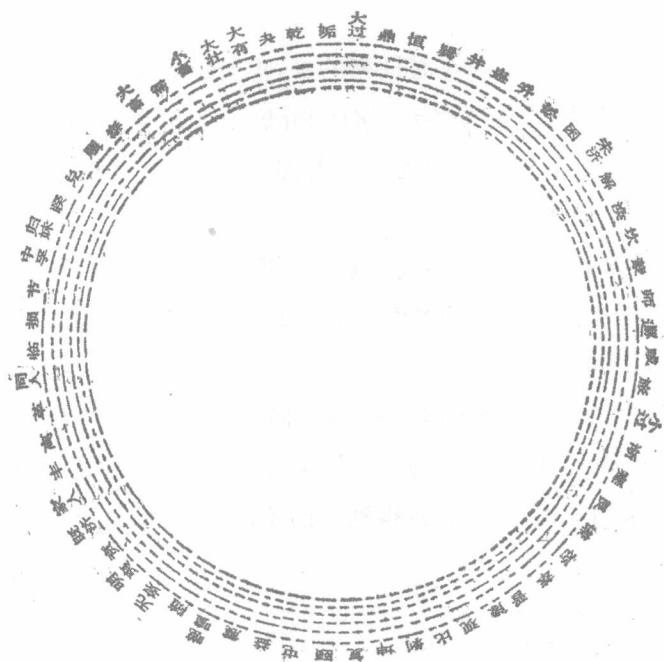


图 2-22 “先天六十四卦圆图”解

排列右边半个圆圈,从第八横列排起,将否、萃、晋、豫、观、比、剥、坤等八个卦,以逆次序接在复卦的后面,亦就是仍以反钟面的方向,排成复、坤、剥、比、观、豫、晋、萃、否的次序。但要特别注意的,如果是画卦,还是要内卦画在内圈,外卦画在外圈,切不可错。第八横列排好以后,再用第七横列,照第八横列的排法排下去,以谦卦接在否卦的后面,成否、谦、艮、蹇、渐、小过、旅、咸、遁的反钟面次序,第六横列、第五横列,都是这样,最后第五横列的姤卦,又接到了最起始的乾卦,就完成了这个圆图的排列。

围绕在方图外的六十四卦圆图,是代表时间和空间的方图配起来的,某一空间在某一时间会起作用。天代表的阳气与地代表的阴气相交,阳气下降,阴气上升而生成万物,是万物通泰的意思,天地尊卑的位置也就定下来了。乾卦和坤卦象征了天地尊卑之位,坎卦和离卦列为左右之门户;以乾坤为经,以坎离为纬,圆图的方位把天地阖辟、太阳的出

没、一年四季的气候、日月运行的变化都在图中显现出来。

从复卦一阳初起,直到乾卦,阳爻越来越多,是阳的顺行;阴爻越来越少,是阴的逆行。从姤卦到坤卦,阴爻越来越多,是阴的顺行;阳爻越来越少,是阳的逆行。

图左方为阳,为白天;右方为阴,为黑夜。六十四卦共三百八十四爻。左方三十二卦有一百一十二个阳爻,八十个阴爻;右方三十二卦有一百一十二个阴爻,八十个阳爻。用阴阳爻的数量可以说明:白天时间长,黑夜时间短。

圆图左右为阴阳对等之数。

初爻:左为三十二阳爻,右为三十二阴爻。

二爻:为各十六阳爻十六阴爻交替,左右各十六阳爻十六阴爻。

三爻:为各八阳爻八阴爻交替,左右各十六阳爻十六阴爻。

四爻:为各四阳爻四阴爻交替,左右各十六阳爻十六阴爻。

五爻:为各二阳爻二阴爻交替,左右各十六阳爻十六阴爻。

上爻:为各一阳爻一阴爻交替,左右各十六阳爻十六阴爻。

除初爻外,其他爻的左右阴阳爻数相同。

从季节上讲,下为冬至,上为夏至,左为春分,右为秋分,以此表示天体运行如环无端的自然变化规律。

此图阴极一阳生复卦,阳极一阴生姤卦。坤复之间为冬至,乾姤之间为夏至,是为天地之中心。天地阴阳的变化,全由此开始。以先天之学所阐述的宇宙万物生成的规律,是以天地之中心为经的学说,故称先天之学为心法。

(三)“易图”出国有发明

法国耶稣教会传教士鲍威特于清康熙十八年(公元1679年)来中国住了二十三年,发现中国《周易本义》卷首有陈抟绘制的“伏羲八卦次序图”、“伏羲八卦方位图”、“伏羲六十四卦次序图”和“伏羲六十四卦方位图”。这四幅“易图”,随着外国大船到了德国数学家莱布尼茨手中,莱布

尼兹发现中国《易图》的易符——阴爻相当于数学中的0，——（阳爻）相当于数学中的1。莱布尼兹在发明二进制的过程中，看到了中国的易图，发现了此图的阴阳爻组合正与自己正在发明的二进制相符合，因而受到启发。

莱布尼兹把中国《易图》中的八卦符号由下而上破译成由左而右的阿拉伯数码。他惊奇地发现六十四卦符号的排列正是自左至右横写的0~63的二进制数字。按二进位的原理，自左至右横写，每向右退一位，数值减一半；反之，每向左进一位，数值增一倍。一个数位只能容纳0或1两个数码。基数为二，由低位向高位是“逢二进一”。

这是人类数学史上二进制、系统论的一大创造。它保存了一项具有现代科学价值的数学发明。这四张“易图”就是这一数学的数表。

公元1703年，莱布尼兹的论文《谈二进制算术》发表在《皇家科学院论文集》上。

莱布尼兹在《论中国哲学》一文中说道：“《周易》，也就是变易之书。在伏羲以后许多世纪，文王和他的儿子周公以及在文王和周公以后五个世纪著名的孔子，都曾在这六十四卦图形中寻找过哲学的秘密。……这恰恰是二进制算术。阴爻（——）就是0，阳爻（—）就是1。这个算术提供了计算千变万化数目最简便的方式。”

莱布尼兹非常自豪地说，几千年的奥秘被他揭示了，即《周易》（或者说陈抟“易图”）里面包含着二进制数学，因此，他希望加入也应该让他加入中国国籍。莱布尼兹正是出于对“易图”的敬仰，在法兰克福城创立了中国学院。

世界著名的科学技术专家英国的李约瑟博士，在他所著的《中国科学技术史》一书中，对莱布尼兹和陈抟“易图”作了详细的考证。用许多第一手资料证实莱布尼兹在发现二进制数学的过程中，深受陈抟“易图”的启发和影响。为了使自己的研究成果得到确认，李约瑟把陈抟的“伏羲六十四卦次序图”和“伏羲六十四卦方位图”附在自己的著作中。

陈抟“易图”中的唯物辩证法，对国外产生了一定的影响。德国的哲

学家黑格尔(公元 1770 年~1881 年)曾经说过:《易图》(指陈抟的“易图”)包含着中国人民的智慧(《黑格尔哲学史讲演录》)。黑格尔的辩证法,把对立、统一,量变、质变,否定之否定,当作思维的规律。这些规律实际上是与陈抟“易图”的原理一脉相承的。

由于先天八卦卦序与二进制数字之间存在密切的关系(见表 2-2),因此,国外根据中国陈抟绘制的易图原理,发明了电子计算机,又发展为现代微型计算机传入中国。陈抟在继承和发展先天易方面,为全世界作出了重大贡献。

由此可见,莱布尼兹在发明二进制过程中,的确受过《周易》的启发。“中国先天八卦中所蕴藏的二进位数理不但比西方早了几千年,而且它比莱布尼兹数学的内容要丰富深刻得多。”(王赣主编《古易新编》第 428 页)仅是从陈抟“易图”算起,也比西方国家早了近 800 年。当代某些中国人只看到“蝴蝶纷纷过墙去,却疑春色在邻家”,而没有察觉到无边的春色,恰在自己的家园之内。

现代科学的不断进步使人们发现,计算机二进制原理与陈抟“先天六十四卦方圆图”符号系统密切相关,从 0~63 的过程周期,达到了天衣无缝的程度;而 64 个遗传密码亦与“先天六十四卦方圆图”亲密无间,384 个阴阳键又与 384 个阴阳爻完全对应(见图 2-23)。

表 2-2 先天八卦卦序与数的关系

先天八卦	乾一	兑二	离三	震四	巽五	坎六	艮七	坤八
二进制数	111	110	101	100	011	010	001	000
十进制数	7	6	5	4	3	2	1	0

图2-23 《伏羲六十四卦次序图》今译简表

若用二进制数和相应的十进制数表示六十四卦,则发现伏羲六十四卦也排列得非常规律、齐整,如下所示。

坤地大卦	= 000000 = 0	山地剥	= 000001 = 1
水地比	= 000010 = 2	风地观	= 000011 = 3
雷地豫	= 000100 = 4	火地晋	= 000101 = 5
泽地萃	= 000110 = 6	天地否	= 000111 = 7
地山谦	= 001000 = 8	艮山大卦	= 001001 = 9
水山蹇	= 001010 = 10	风山渐	= 001011 = 11
雷山小过	= 001100 = 12	火山旅	= 001101 = 13
泽山咸	= 001110 = 14	天山遁	= 001111 = 15
地水师	= 010000 = 16	山水蒙	= 010001 = 17
坎水大卦	= 010010 = 18	风水涣	= 010011 = 19
雷水解	= 010100 = 20	火水未济	= 010101 = 21
泽水困	= 010110 = 22	天水讼	= 010111 = 23
地风升	= 011000 = 24	山风蛊	= 011001 = 25
水风井	= 011100 = 26	巽风大卦	= 011010 = 27
雷风恒	= 011100 = 28	火风鼎	= 011101 = 29
泽风大过	= 011110 = 30	天风姤	= 011111 = 31
地雷复	= 100000 = 32	山雷颐	= 100001 = 33
水雷屯	= 100010 = 34	风雷益	= 100011 = 35
震雷大卦	= 100100 = 36	火雷噬嗑	= 100101 = 37
泽雷随	= 100110 = 38	天雷无妄	= 100111 = 39
地火明夷	= 101000 = 40	山火贲	= 101001 = 41
水火既济	= 101010 = 42	风火家人	= 101011 = 43
雷火丰	= 101100 = 44	离火大卦	= 101101 = 45
泽火革	= 101110 = 46	天火同人	= 101111 = 47
地泽临	= 110000 = 48	山泽损	= 110001 = 49
水泽节	= 110010 = 50	风泽中孚	= 110011 = 51
雷泽归妹	= 110100 = 52	火泽睽	= 110101 = 53

兑泽大卦	= 110110 = 54	天泽履	= 110111 = 55
地天泰	= 111000 = 56	山天大畜	= 111001 = 57
水天需	= 111010 = 58	风天小畜	= 111011 = 59
雷天大壮	= 111100 = 60	火天大有	= 111101 = 61
泽天夬	= 111110 = 62	乾天大卦	= 111111 = 63

二进制数学的特点是从0开始,所以 2^1 在《易经》中叫“两仪”, 2^2 叫“四象”, 2^3 叫“八卦”,余类推。

自右至左进位,每进一位数值加大一倍,每个数位,只能容纳两个数码:0或1,基数为2,由低位向高位是“逢2进1”。所以,最右边的个位数是1,在同位上再加1变成2,就要“逢2进1”记成10,这个1就变成2了;若是2再加1,因为最右边有个0,正好容纳一个1,所以3就记成11了,实际上是2+1合成的;3再加1,就要连着两个“逢2进1”,记成100,就是4了;4再加1,记成101就是5了;5再加1,最右边两个1见面,再“逢2进1”,记成110,就是6;再加1成7,最右边的0正好容纳一个1,记成111即可。三位数一组的二进位数记满了。这个7实际是4+2+1合成的。要记8就要动用下面数值大八倍的大组了:谦卦是001000,这个1就读8了;再加大一倍就是师卦010000,这个1就是16了;再加大一倍是复卦100000,也就是32了;进到乾卦111111,也就是32+16+8+4+2+1,其总和数是63。六爻实数全满了,再在最上边加个1,需要连进六位,变成1000000=64了,就要进入“六衍数”的头一卦,下边再加1,此时所代表时数值就是无限大,开创了连续进位畅通无阻的新局面。

奇妙的是:下三爻与上三爻卦象重复的六爻大八卦,按先天卦序逢九必重卦,都是按九的倍数排列的。

乾一、坤八,合之为九;离三、坎六、合之为九;震四、巽五,合之为九;兑二、艮七,合之为九。以分别指代“天地定位、水火相逮、雷风相薄、山泽通气”,是构成宇宙万物数量关系和时间空间形式的基本模式。四组代表不同事物之数皆为“九”,是自然“九”数出自先天八卦,明矣。无怪乎古代先哲认为:天高不过九重,地厚不过九层,国大不过九州,法繁不

过九畴，数大不过九位。此八卦九数，是象数结合的原始思维模式者也，起于陈抟，是无可非议的。

“先天方圆图”的排列，亦以“先天八卦”为序。圆图六十四卦的配对结果，基数皆为“九九”。如：乾一一配坤八八，合为九九；坎二一配剥七八，合为九九；大壮四一配观五八，合为九九；小畜五一配豫四八，合为九九；需六一配晋三八，合为九九；大畜七一配萃二八，合为九九；泰八一配否一八，合为九九。以此类推，六十四卦阴阳配对之数皆为九九，体现出八卦阴阳相重之原理。

方图六十四卦，亦依八卦自然顺序，依次相配，组成了四方、四隅、四层图示。

第一层二十八卦，以乾、坤、否、泰为四隅，名曰“天地定位”。由西北“乾”位至东南“坤”位，则乾一一、兑二二、离三三、震四四、巽五五、坎六六、艮七七、坤八八，与圆图相同，亦充分体现出八卦相重之理。如乾坤合九九，否泰亦合九九。

第二层二十卦，以兑、艮、咸、损为四隅，名曰山泽通气，亦艮兑合九九、咸损合九九。

第三层十二卦，以坎、离、既济、未济为四隅，名曰“水火相逮”，而坎六六、离三三，合为九九；既济六三、未济三六，亦合九九。

第四层四卦，震、巽、恒、益，名曰雷风相薄，谓“万物出乎震、齐乎巽”，阴阳相薄者生也。其震巽数九合九九，恒益数亦合九九。列表于后。

坤地 = 000000 = 0

艮山 = 001001 = 9

坎水 = 010010 = 18

巽风 = 011011 = 27

震雷 = 100100 = 36

离火 = 101101 = 45

兑泽 = 110110 = 54

乾天 = 111111 = 63

“乾元用九，乃见天则”（《易·乾卦》）。

“七九六十三，地下上了天”，即是通天之意。

第五节 太极图

(一) 古太极图

陈抟所绘的“太极图”定名为“古太极图”，又称“先天太极图”、“天地自然图”、“太极真图”，有极高的知名度，被誉为“天下第一图”，此图在许多书中都有（见图2-24）。

“太极”一词，始见于《系辞》：“易有太极”一语，“太”是大字加一点，大之有加焉；至大至广，至精至微，“极”达到极点，无可复加。太极者，既无限大，又无限小；“其大无外，其小无内”，包罗万象，自古至今，无时而不存，无时而不有，太极之理高度概括了宇宙万物的本源。“太极图”有若干种，有的名同而图异，有的图同而名异。然而，最著名的当数陈抟的“古太极图”。

宋末元初，袁桷在《谢仲直易三图序》中说：“南宋朱熹曾嘱其学生蔡元定入四川，寻访陈抟旧传的‘易图’，蔡氏得三图，其中有一图即为‘先天太极图’。蔡元定秘而不宣。”朱熹生前未见此图，故其《周易本义》卷前所附陈抟的九幅易图中，唯独没有“古太极图”。

明初赵撝谦在他的《六书本义》中将陈抟“古太极图”公之于世。赵氏称此图为“天地自然图”，并云：“世传蔡元定得于蜀之隐者，秘而不传，虽朱子亦莫之见。今得之陈伯敷氏。”他认为此“太极图”是蔡元定从四川青城山的隐士那里得来的。

《皇极经世心易发微》卷一解释陈抟“太极图”：“其外一圈者，太极也；中分黑白者，阴阳也。黑中含一点白，阴中有阳也；白中含一点黑，阳中有阴也；阴阳交互，动静相倚，周详活泼、妙趣自然。”



图 2-24 陈抟“太极图”

清代经学家胡渭广采归说,在其《太极明辩》卷三所载:“‘天地自然图’即‘古太极图’最为古朴,且又出自蜀中,似为陈抟真迹。”在此书中曾释《先天太极图》说:“其环中为太极,两边黑白回;白为阳,黑为阴,阴盛于北,而阳起而薄之。震东北,白一分,黑二分,是为一奇二偶;兑东南,白二分,黑一分,是为二奇一偶;乾正南,全白,是为三奇纯阳;离正东,取西之白中黑点,为二奇含一偶,故云对过阴在中也。阳盛于南,而阴来迎之。巽西南,黑一分,白二分,是为偶二奇;艮西北,黑二分,白一分,是为二偶一奇;坤正北,全黑,是为三偶纯阴;坎正西,取东之黑中白点,为二偶含一奇,故云对过阳在中也。坎、离为日、月,升降于乾、坤之间,而无定位,故东西交易与六卦异也。”

陈抟依据伏羲八卦原理,对宇宙阴阳造化的奥秘进行科学的探索,从而创造出了精巧绝伦的“太极图”,配上“先天八卦”,展现了太极八卦的无穷妙意。

陈抟“太极图”通天人之极，尽宇宙之妙。他将天地万物的生成和演化的道理，用最简洁的图像表现出来，形象地表达了阴阳二气对立统一的思想，这是他朴素辩证法的重要内容。“太极图”揭示了宇宙之间的阴阳互动，生命循环，对待互补，对立转换，和谐均衡的基本规律。

“太极图”中间的S曲线是阴与阳、天与地的分界线。半边白代表日（太阳），半边黑代表月（太阴），白中一点黑为少阴，黑中一点白为少阳。用阳表示光明，用阴表示黑暗，阳越多越光明，阴越多越黑暗。

陈抟说：“动而生阳，静而生阴，生阴之静非真静也，是动中舒缓处耳、亦动也”（《太极阴阳说》）。在运动时，“太极”转化为阳气；在静止时，“太极”则转化为阴气。阴阳二气，一动一静，妙合而凝，动静互含而“长于变化”。

运作的变化不是直线的，而是曲折的、波浪的；不是平坦的、笔直的，而是坎坷曲折的。

陈抟在哲学史上第一次提出了静亦动的辩证关系，这是他从理论上对一切都动的思想作了高度的概括而得出来的结论。

赵抃谦说：“先天太极图”按黑白回互之形状，以图中心为基点交叉画了四条直线，将之平均分成八瓣，即圆直径八等分，所含八卦之象益加分明，从其中阴阳比分上更能看出阴阳八卦图，其设计画卦结构非常精巧。主要差异是：原图鱼尾长一些，八分后的图鱼尾短一些，但是两图的易理、数理基本上是一致的。八分后的图称“先天太极图”，实际上仍为“古太极图”，流传甚广，几乎家喻户晓，易家多以此图为正宗，它包含“太极生两仪，两仪生四项，四项生八卦”，明白表示了八卦的形成，因此，八卦是由太极衍生出来的（见图2-25）。

“太极图”的外围为一个大圆圈：“○”表示无极的宇宙，大至宏观，小至微观，天地万物，无不包藏其中；“○”又表示无穷运转，万物生生灭灭，无始无终，永无休止，蕴含“无极即太极，太极本无极”的义理。

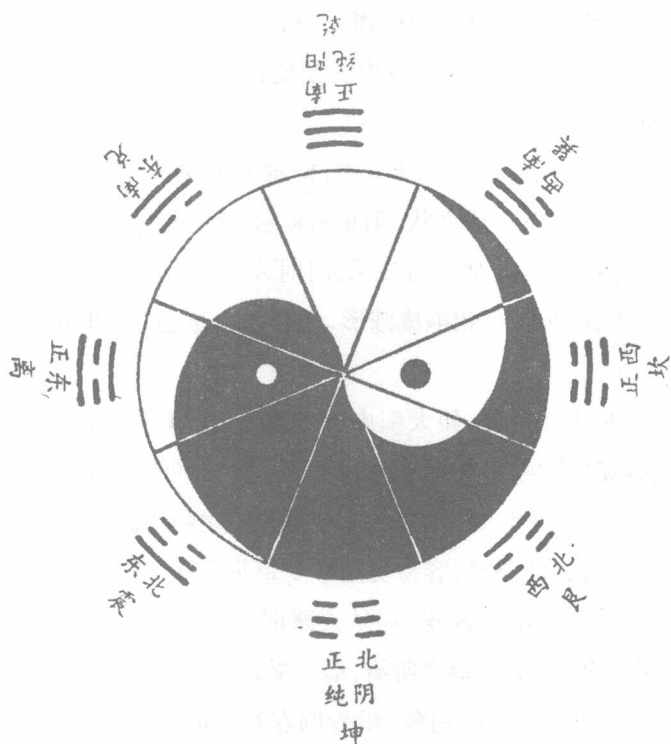


图 2-25 陈抟“先天太极图”

“古太极图”俗称“阴阳鱼”，两条阴阳鱼寓于圆中，两鱼尾为阴、阳二气初起，两鱼头为二气至盛，头与尾相合为一气起而迫另一气避之，两鱼眼（黑白点）为孕生阴阳之本。

阴阳鱼避免了在此之前“易图”中太极、阴阳、八卦分离不足的缺陷，图的整体就是太极；一黑一白即是两仪；黑白的多少就是阴阳消长，分成八份，乾坤定于上下，坎离并列于东西，震、巽、艮、兑随着阴影升降，分布于四角。

阳鱼之尾抱阴鱼之首，阴鱼之尾抱阳鱼之首，两者相抱相依，互抱在一起，象征阴阳二气氤氲交合，意味着互补。如日为阳，月为阴，日月互补；天为阳，地为阴，天地互补；刚为阳，柔为阴，刚柔互补；动为阳，静为阴，动静互补；男为阳，女为阴，男女互补等。

鱼头当中各有一只眼睛即白黑二点，白点为阳精，黑点为阴魄。黑中显白点，代表阴中有阳，象征月中含阳精；白中显黑点，代表阳中有阴，象征日中有阴魄。

鱼眼的面积虽小，却与鱼身对立，标示着万物没有绝对的统一。同时显示着阴鱼有吞并阳鱼之状，阳鱼有吃掉阴鱼之势，这种相互吞食标示着世界上存在着相互对立的关系，时时发生着矛盾和斗争，显示着否定之否定之象；阴阳二鱼相抱成圆形，是亲近也是追，促进事物的运动和发展。

其实，阳鱼中有黑目，如太阳中也有黑子；阴鱼中有白眼，如深夜中也有亮星，这是“太极图”标示的一项哲理。人的头脑中有个“太极图”，就可以用辩证法认识和对事物，不会犯绝对化和片面性的错误。

人们在走青云之路时，容易贪图享受荣华富贵、得意忘形，不思天有阴晴风雨；一旦遇到晴天霹雳、祸从天降时，就束手无策、痛不欲生。应该记取老子的名言“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏”。

在“太极图”中，上方“白鱼”沿外圆左行逆时针方向由大到小，依次为乾三1、兑三2、离三3、震三4，表示阳爻逐渐减少；下方“黑鱼”沿S右行顺时针方向由小到大依次为巽三5、坎三6、艮三7、坤三8，表示阴爻逐渐增多。

阴阳鱼显示着阴渐生以至极盛，阳已萌生；阳渐长至极盛，阴已萌生。你进我退，此长彼消。阴阳鱼体现着物极必反，先进的新生事物必然取代落后的腐朽事物。

鲁迅先生说：“中国文化之根柢全在道教。”由道教至尊陈抟开创的太极文化，在中国古代文化殿堂上树有一面独具特色的旗帜。它融合了“儒道互补”即“以孔、老之为一”的思想结晶，又吸收和利用了佛教之有用部分，构成了“三教合一”的独特的东方文化思想体系，在中国古代哲学，社会科学的发展史上占有重要地位，对于推动人类文明和社会进步曾起过重要作用。

先天八卦与后天八卦的关系

陈抟从哲理上对先天、后天这一对概念范畴作了阐释和发展,对后来的易学和道教理论有深远的影响。这是他对易学和道教理论的重大贡献。

先后天之学在形式上包括卦序、卦位、图式上都有很大区别,从内容上讲,先天是自然的本来规律,后天是人为地利用自然有所作为的法则;先天八卦以讲天道为主,后天八卦以讲人道为主;先天八卦体现万物和人的生成之理,后天八卦反映变化和人的生命之道。

先天八卦为易之本体,后天八卦为易之运用,先天与后天是体与用的关系。

无论是伏羲八卦还是文王八卦,都形象地表现了唯物辩证的三大基本规律,即对立统一规律、量变质变规律、否定之否定规律。

(二)先天八卦太极图

先说先天八卦。

《系辞》说:“古者包牺氏之王天下也,仰则观象于天,俯则观法于地,观鸟兽之文与地之宜,近取诸身,远取诸物,于是始作八卦,以通神明之德,以类万物之情。”

包牺氏即伏羲氏,又称牺皇、太昊,建都于陈国(今河南省淮阳县),现有太昊陵和古碑文可证。

伏羲时代,人们对于刮风下雨、电闪雷鸣等天气变化一无所知,都认为这是上天神的意志。他却认为这是自然现象,他仰观天上的日月星辰,俯察定周围的地形方位,留心鸟兽身上的花纹,考证自己身边的变化,远取于外物,用自己的智慧,画出了“先天八卦”。

伏羲氏是传说中的我国原始社会时期一个部落集团的首领,他是否作“先天八卦”,尚难确断,但是说“先天八卦”产生于远古时期初民们“观天俯地”的实践活动,则是合乎历史逻辑的。

“先天八卦太极图”是天体运行的象数符号,可表示春、夏、秋、冬的年周期变化。离主春分、乾主夏至、坎主秋分、坤主冬至,震主立春、兑主立夏、巽主立秋、艮主立冬。同时也可表示晦、朔、弦、望的月周期运行。

“先天八卦太极图”,表示日、时和朝、昼、夕、夜的周期变化。图中离为日出东方,表示太阳从东方升起,经东南兑、南方乾、西南巽三卦表示白昼之象;坎为月,象征黄昏后,经艮、坤、震,表示黑夜之象,用卦画奇偶划出四种天象,坤为子为夜,离为卯为朝,乾为午为昼,坎为酉为夕。

先天八卦,排成圆形,象征地球为动的圆球体。“乾”一、“兑”二、“离”三、“震”四、“巽”五、“坎”六、“艮”七、“坤”八,叫做先天八卦数,占据入方空间。

“先天八卦太极图”配上干支记时,具有周天规律性,可以方向性和时间性,可以代表日周期和时周期节律。地球绕太阳公转的同时,也在自转。自转一周,历时一日,古人用十二支表示十二时辰,相当于现在的24小时(一个时辰等于二个小时),十二时辰为一昼夜,可用来表示昼夜交替、阴阳消长的渐变规律,从而把具体时间简明地刻画出来(见图2-26)。

《易·说卦传》说:“天地定位,山泽通气,雷风相薄,水火不相射,八卦相错,数往者顺,知来者逆,是故易逆数也。”这是先天八卦方位的理论依据,是讲八卦自身匹配对待之体的。

八卦按其所代表的性质两两相对,每对两个性质都是相反,分成四对各站一方,阴阳相对,交错起来,就成了先天八卦方位图。

“天地定位”:乾为天,居上正南;坤为地,居下正北,列天地配合之位,南北对峙,乾三连属金,坤六断属土,两卦相生(土生金)又完全相反。

“山泽通气”:艮为山居西北,兑为泽居东南,山是高凸的,山上的水流下低凹的泽,泽中水蒸发上升为云雨;山气通于泽,降雨为水。艮为土,兑属金,两卦相生(土生金)又成对待之体。

“雷风相薄”(音“博”,入也),震为雷居东北,巽为风居西南;相薄者,其势相迫,雷迅风益烈,风激而雷益迅。两卦爻象:震为阳木,巽属阴木,两卦木木相亲而又成反对之象。

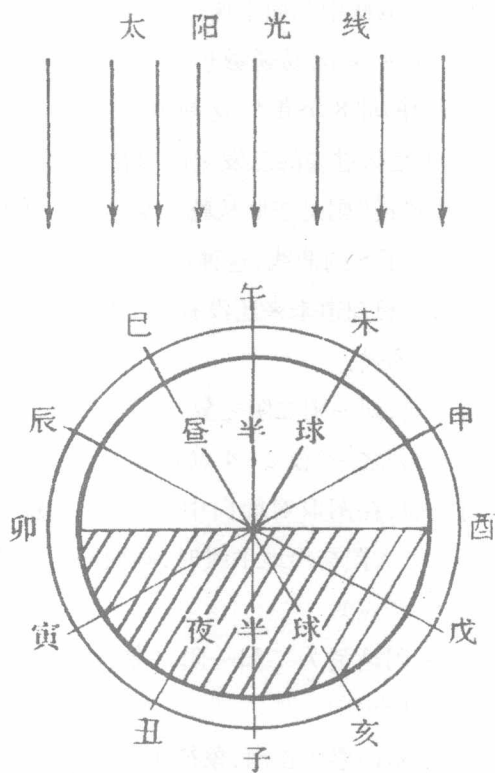


图 2-26 “先天八卦太极图”与时间结合图

“水火不相射(射音亦), 厌也”。离为日位居正东, 坎为月位居正西, 分日月出入之门。

不相射者, 水得火, 以济其寒; 火得水, 以济其热, 不相熄灭。火水两卦相交, 亦成对待之体。

“八卦相错”记明了八卦相错的关系, 只能构成四对错卦, 主要讲对立统一, 两两相对。每对两个性质都是相反, 如乾天与坤地相对, 离火与坎水相对, 巽风与震雷相对, 艮山与兑泽相对。按照八卦所代表的八种自然事物的性质来分类, 即天与天上的风雷火为一类, 地与地面的山泽水属一类, 其中水火较为特殊, 属阴中之阳或阳中之阴。水性向下, 降于天而归于地; 火性炎上, 生于地而升于天。从爻数来看, 四对对卦都分别

是三个阴爻对三个阳爻，彼此中和而平衡。

“数往者顺，知来者逆，是故易逆数也”。“顺”是按照阴阳的顺序，自震4至乾1，再从下面的坤8至巽5，这种由下而上，先右后左，由多至少的数字称作顺行。顺是指过去的已发生的事情，即要想知道以往的事情顺着时间向前推。而“逆”则是按照从乾1至震4为逆时针方向，再从巽5至坤8的方向，形成了S的曲线，这种从上而下，先左后右，由少至多的数字称作逆行。即，要想知道未来还没有发生的事情，逆数往后反推。

先天八卦图的排列形式：

震卦，是为一奇二偶，即一阳二阴之象，方位东北表示太阳未出地平线之前丑时和寅时的二分之一（夜2~4点）。

离卦，是为二奇一偶，在图取对面白中之黑点，寓意阴包于阳中，为二阳夹一阴之象，居东方太阳初出地平线时，画面阳中含阴，在寅时的二分之一和卯时（早晨5~7点）。

兑卦，是二奇一偶，阴渐消为二阳一阴之象，居东南，在辰时和巳时的二分之一（上午8~10点）。

乾卦，三奇纯阳，表示阳盛于正南，象征阳光普照，时刻在中午、巳时的二分之一和午时（中午11~下午13点）。午时之后，阴为主而阳为客，阴气逐渐上升，阳气逐渐下降，到亥时，而阴极盛，阳极微。

巽卦，是为二偶一奇，一阴二阳之象，居西南，一阴在下为阳中生阴，谓之少阴，在未时和申时的二分之一（下午14~16点）。

坎卦，是为二偶一奇，取对面，阳包于阴中，即二阴夹一阳之象，居正西，在申时的二分之一和酉时，即日落时的黄昏（下午17~19点）。

艮卦，是为二偶一奇，阳渐消而阴渐生，二阴一阳之象，居西北，在戌时和亥时的二分之一（夜晚20~22点），则阴气大盛，阳气复生。

坤卦，全黑，是为三偶纯阴，表示阴盛于正北，在夜亥时的二分之一和子时（夜晚23~次日凌晨1点），从子时以后，阳为主而阴为客，阳气逐渐上升，阴气逐渐下降，到巳时而阳极盛，阴极微。

(三)后天八卦太极图

在陈抟“古太极图”的基础上,人们不断改进,发展完善,演变到社会上流行的“标准太极图”,又称“后天八卦太极图”(见图2-27),它表现了一种古典的中和之美,把圆形线、曲线、黑白色均衡、有序、稳定、和谐地组成了一幅美丽的图画。

清代毛奇龄《太极图说遗议》论证说:“今本太极图曾经朱熹改动。标准太极图则是后世对先天太极图的美化、简明化画法。”

“后天八卦太极图”的外围一大圆圈“○”,代表无极而太极,上下两小圈是两仪,即上阳仪、下阴仪,四象为两小圆并两侧鱼身——上下两仪为上阳位、下阴位,左右鱼身为左阳位、右阴位;鱼头较圆、鱼尾较短,两鱼眼位居小圆中心,上下为极,左右为次。



图2-27 后天八卦太极图

周文王姬昌,是商纣王时期的西伯侯,被囚于羑(音“攸”)里(今河南安阳),历时七年,创演《周易》,他将“伏羲八卦”即“先天八卦”的顺序和方位进行重新编排,创制了《文王八卦》,即“后天八卦”。当时他认为天是最神圣的,故以“乾”卦作为六十四卦之首,代表天、君王、父亲,具体分为六十四卦三百八十四爻,内容十分丰富,上论天文,下讲地理,中谈人事,从自然科学到社会科学,从君主治国到庶民做人都有详细的论述。

后天八卦是从效法自然和社会的角度,给八卦规定以男女长幼之别,以乾天为父,坤地为母,而生震、巽、坎、离、艮、兑六子。《易·说卦传》说:“乾,天也,故称呼父;坤,地也,故称乎母。震一索而得男,故谓之长男;巽一索而得女,故谓之长女;坎再索而得男,故谓之中男;离再索而得女,故谓之中女;艮三索而得男,故谓之少男;兑三索而得女,故谓之少女。”索,求也,是言乾坤、阴阳互相求交。凡阳先求交于阴,则阳入阴中而得男;阴先求交于阳,则阴入阳中而得女(见图2-28)。

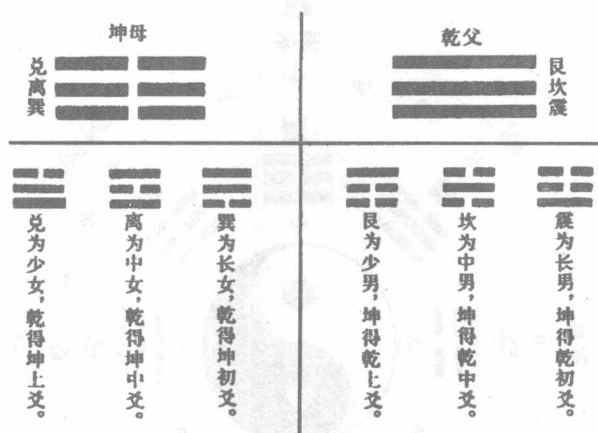


图2-28 后天八卦与男女长幼之间的关系

后天八卦太极图反映了时空变化规律和自然万物兴衰的法则,揭示了人、事、物发展变化的周期和特性,是人类科学发展与社会进步的重要象征,尤其对社会学、天文学、经济学及中医学等具有巨大的指导作用。

后天八卦配上干支,南北子午线定,子为北方玄武,冬至一阴生,起

于子；午为南方朱雀、夏至一阳生，起于午。东西卯酉线立，卯为东方青龙，春分二阳生，起于卯；酉为西方白虎，秋分二阴生，起于酉。

后天八卦同天文历法气象相结合，代表年周期和月周期节律。

我们居住的地球是太阳系的一颗大行星，沿着椭圆型轨道环绕太阳运行。

中国古代历法以回归计年：地球绕太阳公转一周的时间为一年即365.25天，月绕地球一周为一个朔望月，即阴历一个月，29.53天。一年十二个月，计354.36天，用回归年减去阴历年天数，一年多出11天，古人用“积余置闰”的方法，使闰年十三个月，计384天，表明恰恰闰年与《周易》六十四卦中的三百八十四爻之数相同。一年四季的气候变化表现为春生、夏长、秋收、冬藏，二十四节气中的二至乃寒暑之极，夏至昼最长，冬至昼最短，二分为阴阳之和，春分、秋分日夜平分，四立系春夏秋冬生长收藏之始，八节者八极也，12朔望月，24节气（24爻象），72物候，365天，用8除之，各得45.6日，即八卦用事各主45.6日。以八卦配八方，每卦配一节。

后天八卦客观地反映了宇宙万物运动变化、阴阳消长的自然规律，与农业生长收藏相适应。

卦象的排列从初春开始活动，按顺时针方向运转到冬末而成终始。

震卦：“帝（万物）出乎震”，方位在正东。五行甲乙寅卯木，时为正春二月，节令为春分，正值大地万物萌生，万物复苏。

巽卦：“齐乎巽”，齐也者，万物整齐地普遍迅发。方位在东南，五行为辰土，时为春末夏初的四月，节令立夏，正值万物生于大地，草木繁盛。

离卦：“相见乎离”，离也者，明也。万物皆相见（现），方位在正南，五行丙丁巳午火，时为正夏五月，节令夏至，阳气已盛，禾苗在阳光照耀下欣欣向荣，彼此相见。

坤卦：“致役乎坤”，致即取得，役助也。方位在西南，五行为未土，时为夏末秋初的七月，节令立秋，万物生于土，禾苗茁壮成长，开始结籽。

兑卦：“说（悦）言乎兑”，万物之所说也。方位在正西，五行庚辛申

酉金，时为仲秋八月，节令秋分，正值万物收获在望的喜悦。

乾卦：“战乎乾”，战指相搏，阴阳之气相互搏斗。方位在西北，五行为戌土，时为秋末冬初的十月，节令立冬。正值阳尽阴生，万物由成熟而走向枯老，进入生与死的搏斗时期。

坎卦：“劳乎坎”，方位在正北，五行为壬癸亥于水，时为正冬十一月，节令冬至，万物枯微，某些动物蛰伏，进入冬藏阶段，万物之所归也。

艮卦：“成言乎艮”，止也。方位在东北，五行为丑土，时为冬末春初的正月，节令立春。介于阴阳交替之间，指旧时的生命停止了，新的生命又在开始，万物的新陈代谢，终始相因，如此循环不已，周而复始，无穷无尽。

卦象配天干表示月周期节律

月亮盈亏圆缺，可用月体纳甲十干方位来表示：甲乙居东方，丙丁居南方，庚辛居西方，壬癸居北方，戊己居中央。

每月初三日黄昏时，一线新月恰似一阳初生的震象，出现在西方的庚位。

初八日黄昏时，月亮呈上弦平如绳半轮月亮上暗下明，如兑三卦之象，出现在南方丁位。

十五日黄昏时，一轮圆月悬挂在东方甲位，是阳象最盛的时候，似纯阳无阴的乾象，此后圆月将缺，一阴初生是巽三象，月亮出现西方辛位。

二十三日，月呈下弦，半轮月亮上明下暗，如艮三象，于平旦之时消失在南方丙位。

三十日为晦，日月相会，同时从东方乙位升起，隐不见其明。阴象盛极，如坤三象。

甲乙和壬癸是十干的首尾，乾配甲与壬，坤配乙和癸，概括了十干的始终。

历史资料表明，“太极图”不是出自周文王的《周易》、儒家孔夫子等人的《十翼》、清朝人所编的《十三经注疏》等著作，而是出自陈抟大智慧

的手笔。

“太极图”是道教的标志。今天仍然可以看到,如在全国道教的道观里、道教书籍封面上都绘有“太极图”,戏剧舞台上高道人物也身穿“太极”,头顶“八卦”图像。儒家殿堂内,如山东曲阜孔庙的大殿横梁正中心有个“太极图”,就连佛教寺庙中也能看到“太极图”。近年来与传统文化有关的武术、中医等活动会场也常出现“太极图”。韩国的国旗和国徽都是“太极”图案,新加坡空军机徽也是“太极”图案。这充分说明“太极图”有其自身价值,更重要的是有其现实意义。

第三章 道学文化永传承

——陈抟的师承关系

第一节 陈抟师友

陈抟的师友都是一些高道、异僧、鸿儒隐士，他们隐居深山，密切往来，共同探索以道众为基础的高深理论。他们既精内丹道术，又通佛法禅功，兼有儒家学术思想，这些人构成了道教华山学术圈。

根据各种文献记载，类似陈抟之师的人有孙君仿、獐皮处士、何昌一、谭峭、麻衣道者、钟离权、吕洞宾等人。

孙君仿、獐皮处士：

《宋史·陈抟传》说：“自言尝遇孙君仿、獐皮处士二人者，高尚之人也，语抟曰：‘武当山九室岩可以隐居。’抟往栖焉。”这一记载亦见于《历世真仙体道通鉴》卷四七，文句类似，唯“獐皮处士”作“鹿皮处士”。从《宋史》、《仙鉴》的记载来看，孙君仿、獐皮处士系陈抟的师辈，陈抟对他俩颇为尊重，因此才听从他俩的指引，隐居武当山九室岩。然而文中并未明确指出陈抟与他俩有师承关系。考孙君仿与獐皮处士二人，系五

代、宋初时期活跃于北方一带的高道。

何昌一：

是隐居西蜀(四川)邛州天师观高道(人称“高公”),道术高深,精通内丹,善“锁鼻飞精术”(其生平无考)。陈抟慕其名前往天师观拜何昌一为师,遂留此学炼“锁鼻飞精术”。

谭峭：

谭峭,字景升,福建泉州人,著名道教思想家。撰有《化书》六卷。他认为统治者的剥削压迫是造成庶民痛苦社会动乱的基本因素,指出“统治者应用道化、术化、意化、仁化、食化、俭化以医治社会弊病,实现天下太平”。

谭峭、陈抟互为师友,同出邛州何昌一门下,俩人志同道合,关系极为密切,在思想行持上,谭、陈有相当多的共同处。在谭峭的《化书》中,突出表现了一切事物都在永恒变化的自然观,书中称世界的本源是“虚”,“虚化神,神化气,气化形”,最后复归于虚。谭峭说:“古圣人穷通塞之端,得造化之源,忘形以养气,忘气以养神,忘神以养虚。虚实相通,谓之大同。”这种虚实相通(即形神统一)的“大同”,和陈抟“无极图”的“还虚”,同属一个精神领域。

麻衣道者：

麻衣道者,姓李名和,道号初阳,河南内乡人氏,生而神异,绀发美姿,入终南山静修,“遇尹文始,传以道要并相法”。麻衣道者精通易学,尤精于相法术数。

宋代章炳文《搜神圣揽》描述此人特点:“麻衣道者,常以麻辫为衣,蓬面积垢秽,然颜若童稚,双眉凝碧”,冬、夏常穿麻衣,故号“麻衣子”。

“麻衣道者曾与陈抟同在普州崇龕修道,常游天池(在今四川安岳县境内),陈抟与麻衣道者朝夕相处,辟谷修炼。”(王象之《舆地纪》)

陈抟称赞麻衣道者:“道德高杰,学通天人,至于知人,尤有神仙之鉴。”(钱希白《洞岳志》)

钟离权：

钟离权，字云房，籍贯咸阳，乐于寻仙访道，经常活动在以华山为中心的的山林之中，为吕洞宾之师，也为陈抟之师。有零星史料可证其为唐末五代时人。宋释志盘《佛祖统记》卷四十二说，钟离权后于五代后汉时“避乱入终南山，得前人留藏的《灵宝经》”。他发现，内中此学宇宙万物生成，天地阴阳升降之理，在于阴中有阳，阳中含阴。这种阴阳相抱的学说，正是陈抟太极图的理论基础。

钟离权神奇莫测，能卜知过去未来。陈尧咨，北宋阆中人，咸平年间进士，历官武信军节度使等职，赴荆南时，过谒陈抟先生，坐中有道人头绾髻髻（梳在头顶两旁的发髻），神态自若、气宇轩昂，使人肃然起敬，陈尧咨深异之，问曰：“去者何人？”抟曰：“钟离子也。”

吕洞宾：

唐末、五代著名道士，名岩（一作“岳”），号纯阳子，自称回道人，世称吕祖或纯阳祖师，后被尊为八仙之一。河中府永乐（今山西永济县）人，出身名门，少习儒、墨，唐会昌中赴长安举进士不第，遂浪迹江湖。

吕洞宾曾隐居终南山修道四十余年，五代时又隐居华山，后在华山结识了陈抟，两人一见如故，互相敬慕。

《宋史·陈抟传》说：“关西道人吕洞宾，有剑术，百余岁而童颜，步履轻疾，顷刻数百里，世以为神仙，皆数来抟斋中。”他经常与陈抟在华山论道，据《异林》载，华州掾张刺达曾从太守谒会陈抟，亲自看到了吕洞宾，“兰袍、葛巾，萧如也”。

一日，华州知州陈尧佐拜谒陈抟，正谈话间，“有一道士，风姿英爽，目如点漆，真神仙中人也。径入座次，希夷急避尊位，略谈数语，皆方外之事。须臾，豹囊中取枣一枚与尧佐，却而不受，希夷起接啖之。不久辞去，送出观外。复会坐，尧佐曰：‘此何人也？’希夷曰：‘即洞宾也。’尧佐悔愕不已”。（《太华希夷志》卷下）

从文中希夷见洞宾避尊位之举来看，陈抟对吕洞宾是很尊敬的。

陈抟与吕洞宾同隐华山，结为师友，同参大道，共探内丹秘奥，情意洽。后来，吕洞宾要外出访友，陈抟同他告别，二人依依不舍。吕洞宾

写诗云：

赠 陈 抟

青霄一路少人行，休叹兴亡事不成。
金榜因何无姓字，玉都必是有仙名。
云归大海龙千岁，月满长空鹤一声。
深感宋朝圣明主，屡颁丹诏诏先生。

当吕洞宾云游四方再次回到华山时，陈抟已羽化登仙了。吕洞宾恸哭不已，又写诗一首，以示悼念：

哭 陈 抟

天网恢恢天象疏，为君箴到华山区。
寒星没后留残月，春雪来时问太虚。
三洞真人归紫府，千年老鹤化苍梧。
自从遗却先生后，南北东西少丈夫。

第二节 陈抟的主要弟子

至于陈抟的弟子，据诸书记载，今可考者，有下列数人。

张伯端：

张伯端，字平叔，号紫阳，天台（今属浙江天台县）人。少好学，曾做过府吏，精三教百家典籍，世称“南宋之祖”。张伯端系陈抟学派嫡系。张伯端在《悟真篇》中称颂陈抟：

梦谒西华到九天，
真人授我《指玄篇》。

其中简易无多语，
只是教人炼汞铅。

这里所说的“真人”，即是陈抟，汞铅不是指山中的矿物，而是人体的五行真气。

熙宁八年(公元1075年)，张伯端作《悟真篇》，将陈抟丹法进一步完善。他说：“释氏以空寂为宗，若顿悟圆通，则直超彼岸，如有习漏未尽，则有尚徇于有生；老氏以炼养为真，若得其枢要，则立跻圣位，如其未明本性，则犹滞于幻形；《周易》有穷理尽性至命之辞，《论语》有毋意、必固我之说，此乃仲尼极臻性命之奥。”他主张以修炼性命之说来撮合三教，最后的归功于虚仍然是形神统一的还虚境界。

张无梦：

张无梦，字灵隐，道号鸿濛子(今陕西周至县人)。他博览群书，精通古今百家之学，尤其喜好《老子》和《周易》，是一位既精通道教内修之术，又学识渊博的高道。

早在青年时代，张无梦就入华山，师事陈希夷。张无梦系陈抟亲传的入室弟子，亲侍陈抟左右。《历世真仙体道通鉴》卷四八说：“及冠，以赘产委其弟，遂入华山，与种放、刘海蟾结方外友，师事陈希夷先生，无梦多得微旨。”陈抟仙逝之后，张无梦离开华山，到天台山琼台观修道达二十余年。前十年中他撰写了著名的《還元篇》，并接纳了他一生中最重要的弟子——陈景元。

《還元篇》系由一百首诗组成，以诗的形式论述了丹道修炼的功夫及基本法则，其中阐述了陈抟内丹法，他说：“游法牝之门，访赤水之珠者，必放旷天倪，囚千邪，剪万异，归乎抱朴守静。静之复静，以至之一。一者道之用也，道者一之体也，一之与道，盖自然而然者焉。是以至神无方，至道无体，无为而无不为，斯合于理矣。”他完全沿袭陈抟的路径，以求进入理想中的境界。

种放：

种放，字明逸，自号长溪醉侯，河南洛阳人。据《宋史·隐逸传》本传的载述，种放幼而好学，史称：“数史皆干进，独放与母俱隐终南山豹林谷之东明峰，结草为庐，仅庇风雨。以进习为业”。《宋史》称种放“从学者众”。他是一位外道内儒式的学者，只看重陈抟的养生及山中隐逸的生活方式。

对于种放与陈抟的相遇，《太华希夷志》是这样记载的：“种放，闻先生之风，往见之”。此时他与隐居华山修道的陈抟相距很近，有时登门拜访，向陈抟请教一些修身及易学、象数学方面的学问。

又有记载说：“先生尝戒门人种曰：‘子他日逢明主，名动天阙。名者，古今美器，造物者深忌之。天地间无完名，子名将有物败之。’”

种放的节行早在太宗朝就为世人所知，真宗皇帝对他敦尚古道，与白云、泉石相伴的隐士风范极为叹赏，于咸平五年（公元1002年）诏见。授谏议大夫《渑水燕谈录》云：“真宗优礼种放，近世少比。”真宗一日登龙图阁，垂手援种放以上，并说：“昔明皇优礼李白，今朕以手援卿登阁，厚贤之礼，无愧前代矣。”这正是陈抟所云“名动天阙”。《类说》卷五十五：种放晚年则“侈饰过度”，广置田地，仗势强买，横行不法，终身败名裂，与市井恶霸无异，完全背离了师训。

又据宋王偁《东都事略》的载述，种放传承陈抟易学，对易数学中的象学部分，还是有重大贡献的。

刘海蟾：

刘海蟾，真名刘操，字昭远，得道后改名刘玄英，号海蟾子，燕山（今北京宛平）人，进士出身，事燕王刘守光为丞相，弃官游访，途遇吕洞宾传授金液还丹秘旨，修真得道。

刘海蟾结合自己的信道经过，同时又总结历史、社会上的普遍现象，提出：“望贵攀高，则荣消辱至，或贪婪损已，或财色祸生。虽然最得荣华，不免其咎患。”

总之，人的一生一旦在贪欲之火上烤炙，最后总逃脱不了被化为灰烬的命运。

刘海蟾亲得陈抟心传,倡导陈抟性命双修之丹旨。

陈景元:

陈景元(公元1024?—1094年),字太初,道号碧虚子。建昌南城(今属江西)人,出家天台山,师事张无梦,是陈抟的再传弟子。陈抟思想很大程度上是通过陈景元而传播出去的。陈景元博学多闻,著述很多,主要的有《道德真经藏室纂微篇》、《南华真经章句音义》、《高士传》、《大洞经音义》、《灵宝度人经集注》、《碧虚子亲传直指》等。陈景元的著作中,《道德真经藏室纂微篇》是一部很重要的道教解《老子》的著作,其宗旨是以《道德经》阐述治身治国的哲理。此书为宋代思想界所重视。

陈景元把道分为“常道”与“可道”,认为常道是道之体,可道是道之用。他认为,儒家的仁、义、礼、智、信属于可道的范围,是道之用;常道是“虚静之本”、“性命之原”。要把握常道,就必须进行修炼。陈景元对道教修炼作了多方面的探讨。

陈景元认为,治国如同修身,要贯彻“清静无为”的方针,从性命这个根本入手,至公无私,以道德治理天下。

陈景元的思想不只对道教影响比较大,对宋代理学家中的“二程”影响也很大,后成为北宋一代享有盛名的道士。

穆修:

据道教文献载述:穆修,字伯长,活跃于北宋真宗朝,时人又称为“穆参军”。关于穆修其人及师事陈抟之事,《太华希夷志》称:“穆修伯长,汶阳人,后居蔡州,师图南。修少豪爽,性偏少合,多游京洛间。人尝书其诗句于禁中壁间。真宗见之,深加叹赏,问侍臣曰:‘此为谁诗?’或以穆修对,上曰:‘有文如是,公卿何不荐?’丁晋公在侧曰:‘此人行不及言。’由是上不复问。”穆修在大中祥符二年(公元1009年)于梁固榜,登进士第,后任颖州文学参军,故学者又称“穆参军”。据《太华希夷志》称,穆修首倡古文,为古文运动之骁将:“学者方从事声律,未知为古文,伯长首为之倡。又传其春秋学。”然而,笔者考诸史籍,未见提及穆修与陈抟内丹道有何关系。可见,穆修乃是单传陈抟的数学。

李之才：

《宋史·儒林一》对李之才记载：“李之才，字挺之，青州人也。天圣八年同进士出身，为人朴且率，自信，无少矫厉。师河南穆修，修性卞严寡合，虽之才亦频在诃怒中，之才事之益谨，卒能受易。时苏舜钦辈亦从修学易，其专授者惟之才尔。”

邵雍：

师承陈抟的先天图，陈抟将易学三传邵雍，其苦心钻研三十余年，把陈抟“心法”推演宏大，创立了一套庞大的完整的象数体系，用以概括宇宙的一切。这一学说影响甚大，从而形成了先天学派。宋魏了翁《鹤山全集》卷六二中考辨说：“先天之学，秦汉而后惟魏伯阳见其旨意，至华山陈处士图南始发其秘。一再而为邵子，建图著书以示人。曰：‘先天学，心法也。故图皆自中起，万化万事绵生于心。’”

刘牧：

彭城人，是范仲淹、孙复的弟子。《宋元学案》卷二说：刘牧“又受易学于庐江范谔昌。谔昌本于许坚，坚本于种放，实与康节同所自出。其门人则吴秘、黄黎献也。”刘牧著有《周易注》、《卦德通论》、《钩隐图》、《郡斋读书记》等。“仁宗时言数者皆宗之。”

周敦颐：

宋代著名易学家，宋明理学的奠基人。其学说是把道家的无极图引入儒家的解易系统，使其成为儒家宇宙观的重要内容。

至此，我们可以知道，无极图由陈抟传给种放，种放传给穆修、僧寿涯，而穆修又授给了儒生周敦颐。

《宋史·道学一》：“周敦颐，字茂叔，道州营道人，著《太极图》，明天理之根源，究成物之终始。又著《通书》四十篇，发明太极之蕴。”

由此可知，周敦颐把道家的内丹修炼之术改变成了儒家的价值观和世界观。这就清楚地表明，宋代理学的渊源之一，则是道家思想，而陈抟

的易学理论,则是理学的直接源头。

这样,《龙图》即《河图》、《洛书》至刘牧而发展,“先天图”经邵雍三十年研究而大显,“无极图”待周敦颐而放异彩,三大学派源远流长,而都追溯到陈抟,其作为宋代易学开山祖师的地位是毋庸置疑的。

第三节 陈抟师徒谱系

南宋初,易学家朱震考证说:“国家龙兴,异人间出,陈抟以‘先天图’传种放,放传穆修与僧寿涯,修传李之才,之才传邵雍,雍授其子伯温,陈抟又以‘河图’、‘洛书’传种放,放传李溉,溉传许坚,坚传范谔昌,谔昌传刘牧,修以‘太极图’传周敦颐,敦颐传程颐、程颢”(《周易表》)。

陈抟传世的易图形成了三大谱系,在这三大谱系中又以邵雍、刘牧、周敦颐为代表。陈抟的易图其传授世系相当清楚,于后世影响极大。邵雍据“先天图”撰《皇极经世书》,刘牧据《河图》、《洛书》著《易数钩隐图》,周敦颐又据“太极图”作《太极图说》。从而可以看出陈抟应是宋代图书之学的“开山祖师”。

朱震认为穆修系从种放受先天图,这与王偁《东都事略》所记有异。按《东都事略·儒学传》称:“陈抟读易,以数学授穆修,以象学授种放。”从道教方面的材料来看,王偁的载述更可取。

而北宋邵雍之子邵伯温在《易学辩惑》中的记述则稍有不同:“陈抟以数学授穆修,修授李之才,之才授邵;以象学授种放,放授庐江许坚,坚授范谔昌,此一枝传于南方也。”朱熹《宋名臣言行录前集》卷十与此相同。这里的“数学”即先天学,“象学”指《河图》、《洛书》。

清代易学家黄宗炎在《太极图辨》中,对陈抟“无极图”作了揭示,认为“无极图”的来历极其遥远。黄宗炎云:“考河上公本图,名‘无极图’,东汉魏伯阳得之以著《参同契》,钟离权得之以授吕洞宾,洞宾后与陈抟同隐华山,而以授陈,陈刻之华山石壁。”

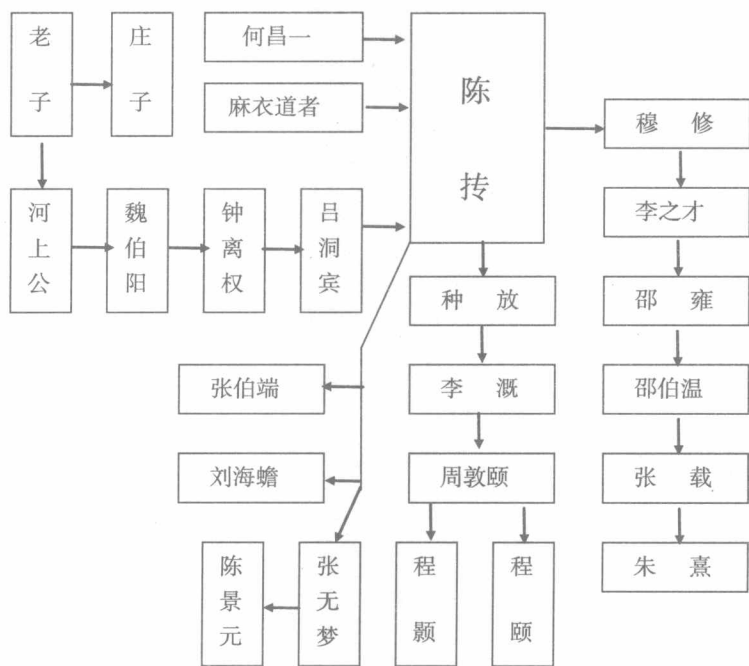
根据这一说法,“无极图”首创于西汉文帝时人河上公,唐末五代钟

离权得到后传之吕洞宾，吕洞宾再传与陈抟。陈抟无比珍惜，唯恐有失，乃刻之华山石壁，公布于世。这一“无极图”在促成道教由注重外丹黄白术转向内丹修炼术过程中，起了极为重要的作用。

陈抟的后学颇多，据蒙文通先生所考，仅宋人就有五十四人之多，其中包括高道、儒生、官吏及理学家。

从刘海蟾、张伯端至白玉蟾创立南宗，金元王重阳创立北宗，他们或先修命，或先修性，各有侧重，但其理论基础都是建立在陈抟丹法之上。所谓“顺去生人生物，逆来成仙成佛”，这一无极图包含的大旨，就是宋元明道教内丹学说的核心。

附：陈抟师承关系源流表



二、
『睡仙』
陈抟

第四章 华山高卧成睡仙 ——陈抟的内丹养生

第一节 求师访友学内丹

陈抟隐居武当山之后,有机会接触并研究有关道教烧炼“仙丹”的资料。

唐代诸帝,崇信道教,使道人烧炼矿物类丹砂,制取所谓“仙药”,并大加渲染、传播、炫耀。皇帝热衷于神仙方术,迷信“仙药”,轻信服之可长生不老。

唐太宗李世民诏来一炼丹道士为他炼制“仙药”,历年而成。他服食之后,慢性中毒而驾崩。

唐高宗继位后迷恋仙丹的程度比其父更甚,他选诏名道士潘师正、刘道合等入宫合炼丹药,终于炼成了“仙丹”,高宗贪多服食,结果急性中毒,暴卒。

继高宗之后,宪宗、穆宗、敬宗、武宗、宣宗均因贪服“仙药”而“丧命”(清赵翼《二十四史札记》)。当时的王公贵戚、公主、嫔妃、文武大臣

因滥服“仙药”而夭亡者也屡屡发生，充分暴露了“外丹仙药”的荒诞与毒害。教训是惨痛的，也引起了人们对“仙丹”的怀疑。

金丹术在唐代发展到顶峰，宪宗元和元年，西蜀方士梅彪曾撰著《石药尔雅》，当时社会上有大量丹书出现，“有法可营造”的所谓长生丹药就有98种，收录的外丹书籍97部。就是这些有毒的所谓“仙药”又将道教引入困境。

在大量恶果面前，巧舌如簧的道士再也无法挽回众叛亲离的败势，人们纷纷谴责炼丹术之毒害。谏官韦澳进言：“方士诡诈，殊不可信，金石有毒，切不宜服。”医家陈藏器更是严正指出：“水银入胃，能食人脾至尽；入肉会百节挛缩，倒绝阴阳。”大文学家韩愈也尖锐地批评服丹者：“不信常道，而务鬼怪，临死乃悔……呜呼，可哀也已！”

在外界强大的压力下，道教内部也发生了大动摇。《悬解录》公开承认：“金丹并诸石药各有本性，怀大毒在其中。道士服之，从伏羲轩辕已来，乃不存一，未有不死者。”

为了拯救因迷信服食“仙丹”而受毒害者，陈抟决心普渡众生。他以挽救道教的命运为己任，使道教走出了困境，走出了一条金光大道。他博览《周易》、老子《道德经》、庄子《南华经》、魏伯阳《周易参同契》等书，对烧炼外丹进行抨击，指出“世人多取五金八石诸般草木烧之，要觅大还丹，岂不妄也”，即是说，外丹有毒，不可用于养生。

他决心改外丹黄白之术为内丹修炼之道。何谓“内丹”？在道教中，“内丹”是与“外丹”相对而言的。“内丹”之名出现在“外丹”之后，“外丹”是指用金石等为原料烧制出来的“丹药”，而“内丹”则是指在人体内部用精、气、神为原料修炼出来的“丹药”。

陈抟隐居武当山时，向五老学炼“蛰龙法”，西游巴蜀时，从邛州高道何昌一学炼“锁鼻飞精术”，移居华山时向钟黎权、吕洞宾学炼“养神炼精法”。

陈抟内丹的主脉直取《老》、《庄》和《周易参同契》的精髓。

宋陆九渊说：“希夷之学老氏之学也”（《宋元学案》卷十二）。清胡

谓更明确地说：“希夷，老氏之徒也”（《易学明辨》卷十）。

陈抟“无极图”和东汉魏伯阳的《周易参同契》有着渊源关系。宋朱熹说：“《周易参同契》，恐是希夷之学，有些是其源流。”（《道藏》第二十册）。《周易参同契》一书，被誉为“万古丹经王”。

五代彭晓分章详解魏伯阳《周易参同契》，写成《参同契分章通真义》一书，当时在社会上产生很大的影响。彭晓，字秀川，自号真一子，后蜀永康（今四川崇庆县）人，河州金堂（今四川金堂县）令，陈抟在蜀中访道时有可能得到彭晓的《参同契分章通真义》。

陈抟借《周易参同契》书中的名词术语，为炼内丹所用。“双术用一理，两意同一词”。陈抟又改造《周易参同契》中的一些内容。两者的不同之处在于，《周易参同契》主要讲的是外丹黄白之术，而陈抟所讲的却是内丹修炼之法。

陈抟择取佛教五空概念来解释内丹修炼的五种境界，从两者的深层义理根基来看，存在着会通的可能性。不过这种解释是仙佛会通之说，并非正统内丹道所倡导者，这也可看成陈抟内丹道的特色。

陈抟承其遗风，赋予空观以新的内容，从而完善了道教内丹的学说，融易理、丹法与佛学空观为一体，既有对先贤诸学的继承，将这些学说融会贯通，同时又在其基础上有所发展。

陈抟总结其内丹修炼经验并具体运用到修炼内丹的过程中。他写道：“眼含其光，耳凝其韵，鼻调其息，舌缄其气，叠足端坐，潜神内守，不可一毫外用其心也。盖眼既不视，魂自归肝；耳既不听，精自归肾；舌既不味，神自归心；鼻既不香，魄自归肺；四肢既不动，意自归脾。然后魂在肝而不从眼漏，魄在肺而不从鼻漏，神在心而不从口舌漏，精在肾而不从耳漏，意在脾而不从四肢孔窍漏。五者皆不漏矣，则精、神、魂、魄、意相与混融，化为一气而聚于丹田也。”（元代俞琰《周易参同契发挥》）用内气的力量推动血脉，使其均匀有序地流行。离形去知，抱朴守一，达到“形神两超越”的精神状态。

陈抟还撰写了《指玄篇》，系统地阐述了修炼内丹的基本方法及高深

的还丹技巧。

他吸取了儒、释、道三家之长，三教合一，融为一体，坚持勤行修炼。他以白云为幄，清风为驭，明月为灯，原气为粮，潜心修炼内丹，持之以恒，“衣带渐宽终不悔”，逐步提高，飞耀升华，无论在理论上还是在实践上都达到了前所未有的高度，超越了几位教过他的老师。正所谓“青出于蓝而胜于蓝”。

内丹术内炼的基本原则是性命双修。“性”是指人的心性、人的精神、人的意识；“命”则指人的生命，人的血肉躯体等。通俗地解释来说，“性命双修”就是“心身齐炼”，这为道家修炼内丹提供了重要的理论依据，从而丰富深化了道教内丹理论领域的建设。

陈抟修炼“内丹”的基本内容是关于探索人体科学的奥秘。实质上“内丹术”是全面修炼人体生命的精、气、神，《丹经》中称为“三宝”，使三者和谐统一，凝聚成“内丹”，译成现代通俗的语言叫“能量流”或简称“能量”。

人体系统的能量，自人一生下来就有一定的储备。从出生开始，人体的能量储备就处于消耗与增长的同步状态。在童年至青年阶段增长是占主导地位的，即属于能量储备的上升时期，在经过这一阶段后，人到老年就转化为消耗占主导地位了，直到最后能量消耗殆尽，人体也就衰老、死亡了。

有的人为了追求个人名誉、地位、金钱、美色，常常过度地消耗自身体内“能量”，导致能量枯竭、早衰，就像一支蜡烛，如果火焰拨得太旺，很快就化为灰烬。人体相当于一部机器，能量是机器中的油，而心脏是生命中的引擎，能量耗尽，心脏停止跳动，即是死亡。

人体系统可以划分为两部分：一是肉体，可以看到的；二是精神，不能看到的。再进一步，人体系统其实也就是一个完美的太极，即以黑中一点白为三，白中一点黑为三。以圆形表示，更可以使人领会到能量流的循环运转。精神与肉体，就是阴阳两种能量的对应统一，并且这两种能量互为依存，互相作用，阴中含阳，阳中含阴，具有生物钟的节律，在不

同的时间流注于不同的方位。

人体的能量流极细微,它的运转是无形的,内丹中所使用时间符号全是一种象征性的比喻,就是说,它是平常人以所见到的月圆、月缺和白天、黑夜的循环来比喻不可见的、人体内部能量流运行的周期。

昼夜十二时辰与人体十二经络气血运行有对应关系。阴阳运动,气血运行,每个时辰流注到对应的经络。一个时辰流注一经络,十二个时辰则十二经络流注一周,翌日又开始循环流注,体现了生生不息的生命力和生命信息,显示了生命与时空的统一。

人体得以生存,就需要对不断消耗的阴阳能量进行补充,并保持和谐平衡。对于属阳性能量的肉体,可以通过进食五谷杂粮的途径,来完成物质能量的补充;对于属阴性能量的精神,可以采取修身养性的方式,来满足非物质能量的汲取。

陈抟修炼内丹的成就,对宋代产生了巨大的影响,当时,出现了文人炼内丹之风。如宋朝的周敦颐、邵雍、晁迥、朱熹和苏东坡等著名文人学者都曾修习内丹,有的还著书研究,以图深入,益神益智。当时,学术风气反求于内,重视心灵体验,受内丹的影响很深。这样,内丹术开始走出了狭隘隐蔽的小圈子,揭去神圣的面纱而登上大雅之堂,不仅道徒识内丹,世人亦知内丹。

第二节 长生路在“无极图”

陈抟依据自己修炼的实践经验,总结出一套完整的内丹理论,创造性地绘制成了“无极图”,此图被道家奉为无尚至宝。

道教中有“假传万卷书,真传一张图”之说。“无极图”实际上是一张内丹修炼程序图,讲的是修炼内丹的基本方法,这一程序共有得窍、炼己、和合、得药、脱胎五大阶段。修炼的先决条件是纯化意念,进入于虚

静状态。

陈抟“无极图”高度地概括了当时的内丹理论,完整地阐述了内丹修炼的全过程(见图4-1)。

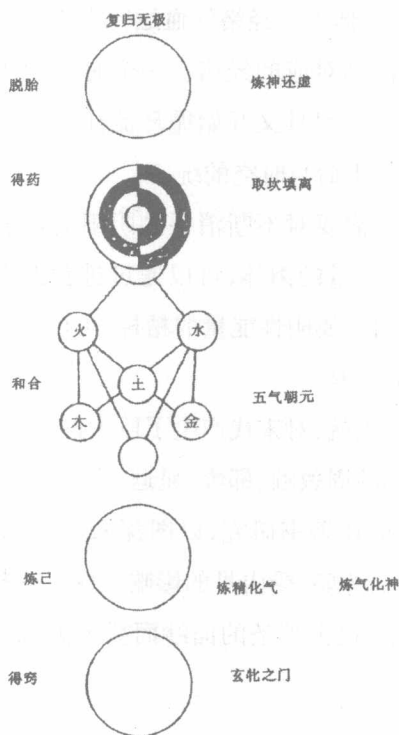


图4-1 陈抟“无极图”内练功法

“无极图”是自下逆行而上的,以明逆则成丹之法,其宗旨在于显示“复归”之道。丹家有句名言:“顺而生人,逆则成仙”。“顺”就是人生到少年、壮年、老年;“逆”,即是倒过来,反其道而行之,从老年返回到少年。修炼内丹就要逆行,来弥补过去消耗的“能量流”,可以使人延缓衰老,返老还童。

“无极图”具体说来共分为五圈,即五个层次:

“无极图”第一圈,即最下一圈代表无极,是复归的起点,名为“玄牝之门”。“玄牝”一语,首出老子《道德经》第六章:“谷神不死,是谓玄牝。玄牝之门,是谓天地根”。“玄牝”就叫虚空,其中有精,生化万物,无止无息;“玄牝”,即谷神,牝者、窍也;谷者,虚也。指人身命门两肾之间空隙之处,气之所由以生,是为祖气。道教加以引申,将其作为修炼内丹入门的术语。

陈抟说:“玄牝一穴,妙气回旋,三品光中,潜符太极,先天而生,后天而存,存存涵养,贯古彻今。”(《玉詮》卷五)在这里,陈抟把“玄牝”作为人体生命的根源,这种观点与中国医学理论相符合。中医理论认为,两肾之间为命门(即玄牝),命门为元气的根本,是人体产生热能的发生地,故称作“生命之门”。陈抟把命门置于内丹术的首要地位,认为命门之中潜伏着先天妙气。

修炼的基础是“筑基”,“筑基”是内丹修炼的准备阶段。“筑基”一词,原是外丹用语,比喻建筑高楼必先打好坚实的基础,修炼内丹也是同样道理;筑基是为修炼内丹做好准备,这是修炼内丹的第一个步骤,谓之守一“得窍”。

筑基的关键在于“炼己”,“己”是指己土,这是最基本的功夫,在整个修炼过程中不可须臾或离。按照纳甲学说,“己”纳离卦,在人身为心,即指意念。

炼己的方法在于排除一切物质欲望和私心杂念,使耳目归于清静,消于未萌。以意念引导体内精气,使神处于安静状态。炼己的过程即是收视反听,清心寡欲,要求让“五行之气”在体内平静舒缓地运化,做到填亏补虚,身心健康。

“无极图”的第二圈叫做“炼精化气,炼气化神”。陈抟指出:“定心不动谓之曰禅,神通万变谓之曰灵,智通万事谓之曰慧,道元合气谓之曰修,真气归源谓之曰炼。”

炼内丹的步骤可以归结为:在筑基的基础上,炼有形之精,化为无形

之气，炼依希呼吸之气，化为玄妙之神。

陈抟说：“夫道化少，少化老，老化病，病化死，死化神，神化万物，气化生灵，精化成形，神气精三化，炼成真仙。”（《胎息诀》）

陈抟突出了一个变化的观点。“炼精化气，炼气化神”的“化”，即是一个逐渐变化，从量变达到质变的过程。量变达到极限，遂转化为质变，这就叫“还”。就是指经过修炼后的精气发生了本质的变化，而成为“大丹”。

按照内丹学说，炼内丹的药物是由精、气、神构成的，而精、气、神都有先、后天之分。

炼丹家将“先天”引申为生来固有的，“后天”引申为人为的修炼。

先天之精禀于父母，藏于五脏六腑，称为元精；后天之精来自水谷饮食。先天之气称元气，后天之气则来自水谷之气和口鼻呼吸之气。神亦分先后天，先天之神称元神，后天之神称识神。

道教认为精、气、神是生命的三大元素。陈抟说：“故曰存精，养神，炼气，此乃三德之神，不可不知。”三者本天地之气也，神者，受于天精；天精者受于地气；地气者受于中和。这段话论述了三者之间的关系，看来精、气、神三者是可以互相转化的。陈抟《指玄篇》说：“滋湮精液气血凝，七者元来尽属阴。若将此物为仙质，怎得飞神贯玉京。”所以必须将精、气、神合炼，化为精气合一之“阳气”，轻清无质，始能随意念沿任、督二脉运转。此合三（精、气、神）为二（气、神）的过程，化为真气。运用意念的力量，自脐下三寸下丹田（藏精之府），沿督脉经络上升通过会阴、谷道、尾闾、夹脊、玉枕，上升到头顶百会（脑海）上丹田（藏神之府），再由百会下降沿任脉路线通过印堂、人中到心脏或二乳之间的中丹田（藏气之府），再到下丹田，循环一周，故称“小周天”，能达到精满、气足、神望的境界。

“无极图”第三圈逆行而上，所示“五气朝元”，这是炼气化神的进一步发展。所谓五气，是指木、火、土、金、水五行之气。五行之中水指肾，

火指心，木指肝，金指肺，土指脾。

“盖身不动则精固而水朝元，心不动则气固而火朝元，真性寂则魂藏而木朝元，忘情忘魄而金朝元，四大安和则意定而土朝元，此谓五气朝元。”

五气之中，水火二气最关紧要，清代学者黄宗炎对此作了细致的解释。他说：“火性炎上，逆之使下，则火不燹（音‘标’）烈，惟温养而和燠；水性润下，逆之使上，则水不卑湿，惟滋养而光泽。滋养之至，接续而不已；温养之至，坚固而不败。”

如果肾水不足，不能上济心火；或心火炽盛，下伤肾阴，便失去了这种协调，出现多种病变。长期如此，就会伤身损寿，以至病夭。这就叫做“心肾不交，火水未济”。

中医理论认为，人体五脏与五行相配。心在上焦，属火；肾在下焦，属水；心中之阳下降至肾，则温养肾阴；肾中之阴上升至心，则滋补心阳，在正常情况下，心火和肾水相互升降协调，以维持人体生理动态的平衡，这就叫做“心肾相交，水火既济。”

“无极图”第四圈，“取坎填离”，这是五气朝元的深化，五气混融，聚于丹田，和合而结“圣胎”，即“取坎填离”阶段，此为内丹术的核心。

图中心为轴，转折间杂的一圈，是有规则的，黑色代表阴，白色代表阳。用易卦表示：左半部，二白中黑，乃离卦（三）之象为阳、阴、阳，象征阳中含阴；右半部，二黑中白，乃坎卦（三）之象为阴、阳、阴，象征阴中含阳；二卦相合，表示坎离相交之形，亦水（肾）火（心）相济之象。图中心的白点，即是所孕之“圣胎”。

取坎中之一阳，填离中之一阴，使离火变为纯阳之乾金，由后天复归先天，就是“得药”而“结圣胎”。

陈抟在《指玄篇》中说：“邈无踪迹归玄武，潜有机关结圣胎。”所谓“圣胎”即指仙胎。《阴真君还丹歌》中有句名言：“无质质是还丹。”陈抟注释道：“从无入有，从有入无，将无质气结为阴气，交感是也。大丹无

药，五行真气是也。”说明内丹之大药，无非人身内部的“五行真气”。

合二(气神)为一(元神)由有为过渡到无为阶段，“气”的本身由微动到不动而尽化，气神合一，化气为神，最后只余元神而已，这是“大周天”，又称乾坤交构。大周天运行凝练的路线沿十二经脉运转，真气流盈于丹田。

内丹理论认为，精气结丹，通常先在下丹田结丹，可以贮存很大的能量。内炼初关的炼精化炁就是要达到中丹田结丹，功力和功能都进一步提高，可以调心养神，发神力，可以老当益壮，返老还童。

精、气、神三者合炼的结果，就把强身健体、开慧通神、长生不老与飞天成仙等复杂而遥远的目标都落实到精、气、神三元素，在体内结成特殊的融合物——内丹。

“无极图”第五圈即最上一圈、第五阶段，名为“炼神还虚，复归无极”，这是内丹修炼的最高境界。这种还虚的理想与佛教禅宗“真如觉性”说相似。陈抟《指玄篇》说：“若得心空若便无，有何生死有何拘。一朝脱下胎州袄，作个遥大丈夫。”即虚无缥缈、无形无象、四大归空，脱离生死，跃出轮回，得大解脱，是为“脱胎”。后来的丹经中常以“○”代表无极，代表虚空，即一切归于虚空，一切融为圆明，一切复归最终的本源。

陈抟的“无极图”吸收了佛教的“空观”，以改造道教传统的仙道。

据曾慥《道枢·观空篇》所述，陈抟还援引佛教的顽空、性空、法空、真空、不空等五空概念来指征内丹修炼的五种境界。

这种修炼学说比传统的仙学在理论上更加精致，在实践上更加系统，有理、有法、有诀，有阶段、有层次、有证验，整个过程可概括为“无—有一无”的过程，故此图名为“无极图”。从无化有，由有化无，就是《老子》主张的“有无相生”原理。

“无极图”，一说是吕洞宾传给陈抟的，一说是陈抟自己创造的，岂不矛盾吗？其实从彭晓的“水火匡廓图”、“三五至精图”来看，这两种说法并不矛盾，陈抟原传承的“无极图”可能较简单，他在传承基础上加以了

符合客观实际的补充、修改、创造。如《周易参同契》说：“乾坤者，易之门户，众卦之父母，坎离匡廓，运轂正轴”，《说卦》曰：“乾，天也，故称乎父，坤，地也，故称乎母”。坎、离匡郭（即轮廓），运轂（车轮的中心）正轴（车轴）。

乾天在上，坤地在下，而阴阳变化在其间；以人身言之，乾阳在上，坤阴在下，而一身阴阳变化坎离升降在其间，如车轴之贯轂以运轮。彭晓依据此说，绘制了“水火匡廓图”（见图4-2）。《参同契》说：“三五与一，天地至精，可以口诀，难以书传。”

于水为一，午为二，合之为三，戊己为土为五，水、火、土三家归一。彭晓又依据此说，绘制了“三五至精图”（见图4-3）。

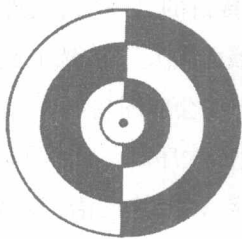


图4-2 水火匡廓图

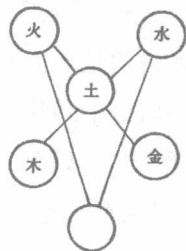


图4-3 三五至精图

经陈抟略加修改，将“三五至精图”改成了“无极图”中第三图“五气朝元图”；将“水火匡廓图”变成了“无极图”中第四图“取坎填离图”。

陈抟诗云：“童光晃朗似鸣蟾，云去云来体不缠，扫尽葛藤心自莹，存胎胎就圣功圆”指明了还虚境界的具体内容，就是还保童真之质，返老还童。由此可见，陈抟所追求的最高理想不是佛教超脱人生的涅槃世界，而是道教固有的形神合一的“长生”境地。

陈抟思想体系的最高哲学范畴“无极”是出自《老子》“无为清静”的观念，这也是内丹修炼的必由之路。

陈抟的“无极图”的核心内容是修身养性，其理论基础与宇宙论的人体生命观类似。

在人生哲学方面,陈抟深受《庄子》虚无主义的影响,“无极图”中的还虚,即脱胎于庄子的“心斋”。

“无极图”内丹功法简明扼要,有根有据,充分体现了逐渐变化、由量变到质变的事物发展规律。“无极图”传世之后,几经辗转,传至周敦颐手中,又被改造成为发明理学秘奥的“太极图”。

从图式上看,这两个图可以说基本相同;从其所含内容看,则大有区别。关键在于周敦颐对此图作了完全不同的解释。两者的根本区别,黄宗炎的《太极图辨》讲得比较明白。他写道:“周子得此图而颠倒其序,更易其名,附于《大易》,以为儒者之秘传。盖方士之诀,在逆则成丹,故从下而上;周子之意,在顺而生人,故从上而下。”这里所谓“颠倒其序”,不是说将图形颠倒,只是说阅读此图时,与读“无极图”的顺序相反,不是从下而上,而是从上而下,上下次序颠倒。陈抟讲的是“逆则成丹”,故从下起;周敦颐讲的是宇宙万物生成次序,讲“顺而生人”,故从上起。黄宗炎的这一诠释,恰中鹄的,使人豁然开朗,易于领会此图要领。

周敦颐的“太极图”是如何揭示宇宙生成次序的?他写了一篇《太极图说》,这篇文章可称千古奇文,只用248字,以精炼的语言,揭示了极为深奥的宇宙生成原理,令人倾倒。

《太极图说》中道教的色彩远比儒家色彩更为鲜明,它是道教宇宙论和儒家学说的有机结合。

周敦颐扬弃道教练丹术,重新解释陈抟“无极图”,而发展儒家的宇宙本体论,“不由师说,默契道体”,这固然是他本人经过深思熟虑而作出的理论贡献;但推其本始,陈抟传下“无极图”,形象地展示了从无到有,再从有入无的思维模式,对周敦颐产生了重要启迪作用。因此,陈抟的功绩是不可磨灭的。无论陈抟的“无极图”,还是周敦颐的“太极图”,都可以说是易学思想的创造性运用和发展,是中华民族智慧的结晶,它们在思想文化史上的贡献,都是超越前代的。

第三节 高卧华山成睡仙

陈抟在内丹修炼上，成就了著名的睡功，而他也成为中国历史上的“睡仙”，美名流传千古。

陈抟将“蛰龙法”高度总结概括成 32 字，为“龙归元海，阳潜于阴。人曰蛰龙，我却蛰心。默藏其用，息之深深。白云高卧，世无知音。”名曰“蛰龙法诀”（见《吕祖全书》）。全诀精深道妙，是陈抟养生之道的精髓。他不满足于一得之功，亲身体验，深解其中玄妙。

陈抟不与外界接触，闭门独睡，修炼内丹和睡功法，经常修炼，愈炼愈精。

修炼的入手功夫是促使呼吸深、缓、匀、长，直至感觉不到呼吸的存在，进入胎息状态。此时身体安静，没有思虑，没有知觉，物我两忘，混沌沌沌，与天地融为一体。

道家认为修炼内丹者，睡的时间愈长，不动，不食，不饮，脉搏无息。《宋史·陈抟传》说他：“每寝处多百余日不起。”

他的道友、“八仙”之一吕洞宾赞扬说：“（陈）抟非欲长睡不醒也，意在隐于睡，并资修炼内养，非真睡也。”（《华山搜隐记》）

吕洞宾一语道破天机，陈抟的“嗜睡”是一种高深的内丹修炼功夫，即“胎息”。道书《养真经》称：“止有一息，腹中旋转，不出不入，名曰胎息。”

《抱朴子·释滞》称：“得胎息者，能不吐鼻口嘘吸，如人在胞胎之中。”

先以神入乎其气，后气来包乎神，如练功达到高深境界时，呼吸异常微弱，鼻无出入之气，仅丹田内有极其微弱的起伏。此时丹田内已结“胎”（内丹），后天之口鼻呼吸已停止，气息仅靠丹田内之微弱起伏维

护,类似胎儿在母体内之脐带呼吸,名曰“胎息法”。

与“无极图”一样,陈抟对睡功法融会贯通,同时他本人的修炼深达道妙,从实践中总结出一套上乘睡功法诀。此睡功法诀同为陈抟之学的神髓。吕洞宾对此诀深表赞同,认为得睡仙真谛,题诗曰:

高枕终南万虑空,睡仙常卧白云中。

梦魂暗入阴阳窍,呼吸潜施造化功。

真诀谁知藏混沌,道人先要学痴聋。

华山处士留眠法,今与倡明醒众公。

更为奇者,后周显德元年(公元954年)中人访其居,窥其户,间然唯兽迹鸟声而已。

有一年冬天陈抟突然失踪,全观道众四处寻找,不见踪影,都以为他性情古怪,独来独往,不知旅游到何方去了,时间一长大家逐渐把他淡忘了。

且说云台观后面有一所柴房,每年入冬时全观道众上山砍柴,直到堆满柴房,以供越冬之用,以防大雪封山。已经过了三个多月,来年春天,柴房里烧柴用之将尽。一天烧锅道童抱柴时,发现柴堆底下躺着一个死人,吓得道童转身就跑。当他叫来几个人上前看时,发现躺着的正是数月不见的陈抟!原来去年堆柴之前,他已在柴房里酣然入睡,打柴回来的道众因天晚没看柴窝里睡着人,于是将柴堆放在他身上越积越多,直到柴火用尽,才惊醒了他的清梦。这时只见陈抟翻身坐起,揉揉眼睛说道:“没人打扰,这一觉睡得真痛快”。

不久,云台观道众又不見陈抟,把整个道观里里外外细找了一遍,凡是能够藏身的地方都找遍了,不见人影,复找了几天仍不见,也就只好算了。几个月过去了,依然没有任何消息。一天,有个樵夫在莲花峰下一个山凹里打柴,突然发现茅草丛中有具尸体,衣服上积满了厚厚一层尘土,周围还有不少鸟粪。樵夫见状,怜悯之心油然而生,不知何人竟死在

这野草棵里，再走近细看，他大惊失色，原来是陈抟！他摸摸，发现陈抟胸口尚温，高喊：“仙师醒来，仙师醒来”！只见陈抟竟然动了起来，伸伸懒腰坐起来，愠怒地说：“贫道睡得正甜，何人搅我醒来！”樵夫惊奇地说：“久闻先生一睡数月不起，我则不信；今日亲眼所见，真是名不虚传。”陈抟掸掸身上的泥土，与樵夫挥手道别，向云台观走去。

陈抟与华山脚下村民崔古（读书人）有交情。崔古有个朋友是位官家子弟，名叫金励，又名衣冠子，喜欢游山玩水。一天金励来访崔古，他说：“我很想去拜会陈抟，你能否引荐一下？”崔古说：“先生方睡，得等他睡醒以后。”金励问：“要等多少时候？”崔古回答：“这可说不准，多则半年，少则三四个月，最短也要一个多月。你若有事不如先去，待办完事后再来。”金励只得快快离去。

一年以后，金励又来到华山，经崔古介绍，恭恭敬敬地拜见陈抟，说：“我去年来华山，很想拜见你，但不巧，那时正逢你在入睡。今有幸得见。”遂向他请教睡功。

金励问曰：“先生以一睡收天地之混沌，以一觉破古今之往来，妙哉，睡也！睡亦有道乎？”

陈抟答曰：“有道。凡人之睡也，先睡目，后睡心；吾之睡也，先睡心，后睡目。凡人之醒也，先醒心，后醒目；吾之醒也，先醒目，后醒心。心醒，因见心，乃见世；心睡，不见世，并不见心。吾尽付之无心也。睡无心，醒亦无心。”

这里的“心”，指神志、意识。心是产生各种私欲包括色欲、财欲、官欲等的根源，只有控制私欲，才能达到修炼睡功的最高境界。

“励曰：‘睡可无心，醒焉能无心？’”

“答曰：‘凡人于梦处醒，故醒不醒；吾心于醒处梦，故梦不梦’”。

“励曰：‘吾欲学至无心，如何则可？’”

“答曰：‘对境莫任心，对心莫任境。如是已矣，焉知其他。’”因示以诗云：

常人无所重，惟睡乃为重。

举世此为息，魂离神不动。

觉来无所知，知来心愈用。

堪笑尘世中，不知梦是梦。

陈抟盘腿大坐，满面笑容地对金励说：“俗人之睡”，是饱食终日，到处钻营，唯患衣食不丰，所以饥而食、困而睡，沉溺于宦海情场等私欲之中，没有片刻安宁。“世人妄妄不息，情欲交织，心被万缘所染，神无一刻宁静，茫茫乎昼亦梦也，夜亦梦也，寤亦梦也，寐亦梦也。”（《华山十二睡功总诀》）结果是“名利、美色，汨其神识，酒醴膏粱昏其心志”，戕害自己的生命。

陈抟对“俗人之睡”与“至人之睡”作了比较：陈抟“睡功”的要诀，在于要“睡心”，与俗人“睡目”不同。只有“睡心”，才能达到“睡无心，醒亦无心”的境界。

陈抟的睡是一种高深的内丹功夫，赵道一《历世真仙体道通鉴》记载了陈抟在赠金励诗中对自己的“睡功”描述：

至人本无梦，其梦本游仙。

真人亦无睡，睡则浮云烟。

炉里长存药，壶中别有天。

欲知睡梦里，人间第一玄。

至人之睡，留藏金息，饮纳玉液，金门牢而不可开，土户闭而不可启。苍龙锁青官，素虎伏于西室，真气运转于丹池，神水循环乎五内。然后灵魂出窍，遨游青天，履虚如履实，升上若就下，冉冉若祥风飘荡，共闲云出没。

陈抟所说的“至人”是指修道成仙的人。《庄子·逍遥游》：“至人无己，神人无功，圣人无名。”“真人”指存性保真的人。《庄子·大宗师》：

“何谓真人？古之真人，不逆寡，不雄成，不漠土。”《庄子·天下》：“关尹、老聃乎，古之博大真人哉！”可知“至人”、“真人”既是庄子也是陈抟最为仰慕的人。

几天之后，金励又去拜谒陈抟，看他已经入睡，金励目睹了陈抟炼睡功的具体姿势，“侧左而睡，宽松衣带，闭口，合眼，曲其左肱，并膝，收一足以手心垫面，拈枕开其大指、食指，以左耳在大指、食指开空之处，耳窍留空，直其腰背，曲其左股，达其坤腹，泰然安贴于褥际，直安右股于左脚侧，右手掐剑指，掩生门（肚脐），以右手心贴脐轮（如侧右、亦如侧左法）”。入睡中的陈抟面色红润，光彩照人。金励愈加敬佩，在他床前跪拜许久，下山而去。

陈抟讲的这种入睡方法很有科学道理。如果只是双目闭合，但思虑万千，终不会进入睡眠状态；如果就寝前，排除私心杂念，心境平静，形体放松，自然会合目入睡，睡得甜蜜。

明代高濂所著《遵生八笺》中，记有陈抟“睡功图”（见图4-4、图4-5）。

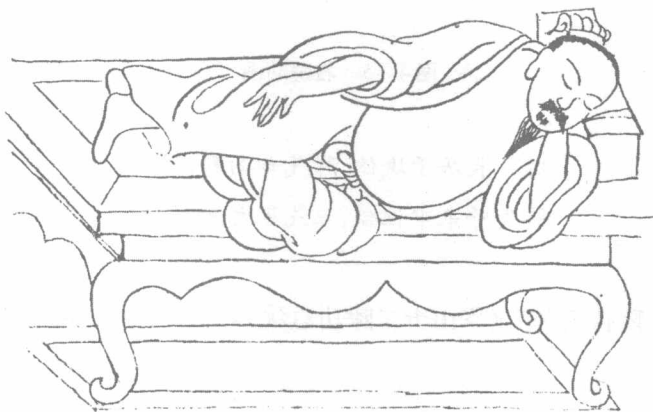


图4-4 左睡功图

调和真气五朝元，心息相依念不偏。

二物长居于戊己，虎龙盘结大丹圆。



图4-5 右睡功图

肺气长居于坎位，肝气却向到离宫。
脾气呼来中位合，五气朝元入太空。

另外，陈抟还著有《华山十二睡功总诀》和《华山十二睡功图》，具体内容如下。

华山十二睡功总诀

夫学道修真之士，若习睡功玄诀者，于日间及夜静无事之时，或一阳来之候，端身正坐，叩齿三十六通，逐一唤集身中诸神，然后松宽衣带而侧卧之。诀在闭兑，目半垂帘，赤龙头抵上腭，并膝收一足，十指如钩，阴

阳归窍，是外日月交光也。然后一手招剑诀掩生门，一手招剑诀曲肱而枕之，以眼对鼻，匕对生门，合齿，开天门，闭地户，心目内视，坎离会合，是内日月交精也。功法如之运督、鹤之养胎、龟之喘息。夫人之昼夜有一万三千息，行八万四千里气，是应天地造化，悉在玄关橐龠。使思虑神归于元神，内药也。内为体，外为用。体则合精于内，用则法光于外。使内外打成一块，方是八道工夫。行到此际，六贼自然消灭，五行自然攒簇，火候自然升降，醞就真液，浇养灵根。故曰：玄牝通一口，睡之饮春酒。朝暮谨行特，真阳永不走。凡睡之功毕，起时揩摩心地，次揩两眼，则心身舒畅。

华山十二睡功图

(1) 毛玄汉降伏龙虎(见图4-6)

心中元气谓之龙，身中元精谓之虎。性定龙归水，情忌虎隐山。二家和合了，名姓列仙班。

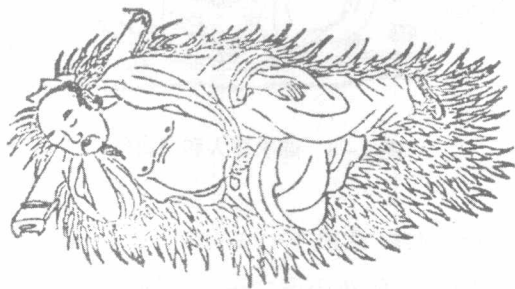


图4-6 毛玄汉降伏龙虎

(2) 瞿上辅炼魂魄(见图4-7)

砂中取汞为之魂，水里淘金为之魄。天以日为魂，地以月为魄。日中寻兔髓，月内取乌血。

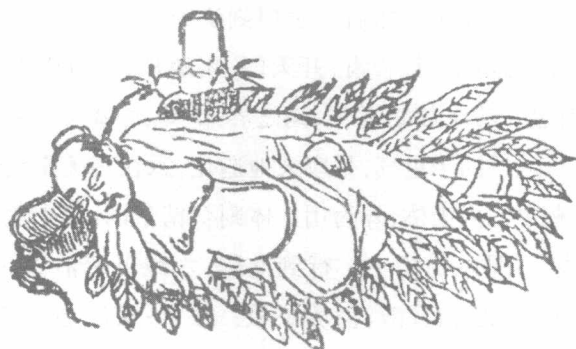


图4-7 瞿上辅炼魂魄

(3) 麻衣真人和调真气(见图4-8)

调和真气五朝元,心息相依念不偏。二物长居于戊己,虎龙盘结大丹圆。

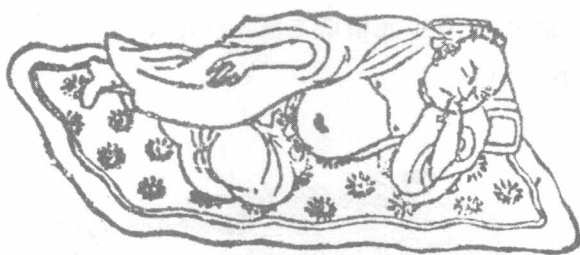


图4-8 麻衣真人和调真气

(4) 胡东邻运化阴阳(见图4-9)

法天象地谓之体,负阴花阳谓之用。天地为立基,阴阳运化机,这个挨子料得几人知!

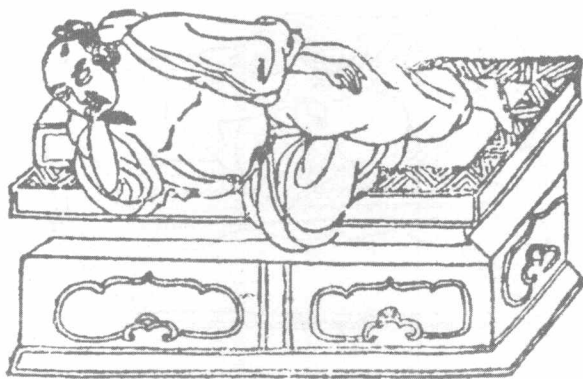


图 4-9 胡东邻运化阴阳

(5) 杜胜真阴阳复姤(见图 4-10)

阴极阳生为之复，阳极阴生为之姤。阴极阳来复，阳终姤又侵。学人明火候，掇地见天真。

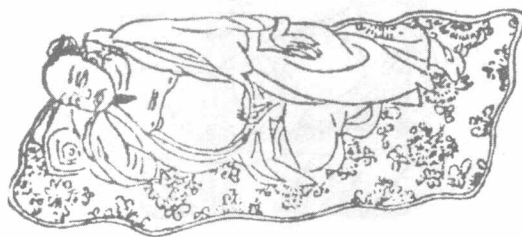


图 4-10 杜胜真阴阳复姤

(6) 王龙图静养火候(见图 4-11)

静中阳动为之火，地下雷轰为之候。火本生于水，候乃阳来复。雷震慑天根，异风观月窟。

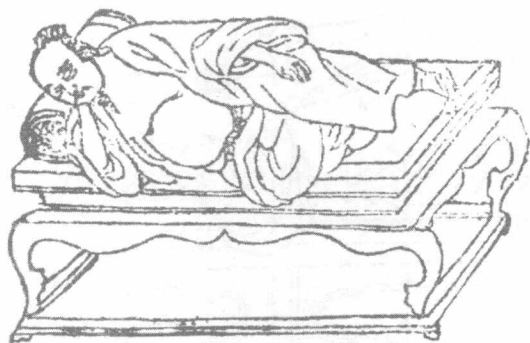


图4-11 王龙图静养火候

(7) 康南岩守炉鼎(见图4-12)

乾宫真阳谓之鼎,坤宫真土谓之炉。鼎在乾宫铸,炉因坤土包。身心端正后,炉鼎自坚牢。

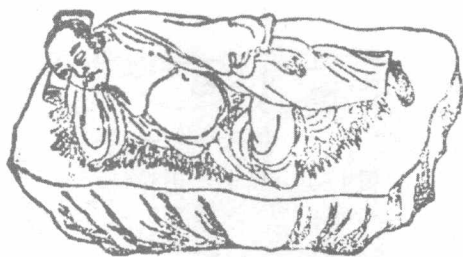


图4-12 康南岩守炉鼎

(8) 张怡堂炼成灵宝(见图4-13)

万神不散谓之灵,一念常存谓之宝。自存身中宝,施之便有灵;诚能含蓄得,放出大光明。

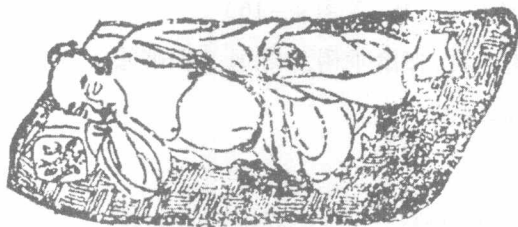


图 4-13 张怡堂炼成灵宝

(9) 张玄玄牢拴猿马 (见图 4-14)

揩摩心地为之沐,洗涤尘垢为之浴。要得狂猿伏,先将劣马擒。丝毫尘不染,神气合乎心。

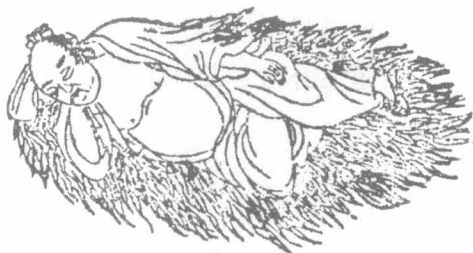


图 4-14 张玄玄牢拴猿马

(10) 彭懒翁收放丹枢 (见图 4-15)

入希夷门为之收,出离迷境为之放。亘古灵童子,神功妙莫量,放之弥法界,收则忝籍珠藏。

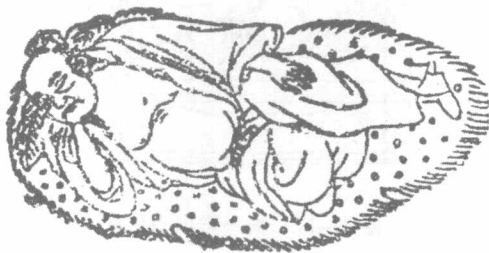


图 4-15 彭懒翁收放丹枢

(11) 谭自然廓然灵通(见图4-16)

悟本知源为之灵,郭然垂碍为之通。识破娘生面,都无佛与仙。廓然元不碍,任取海成田。

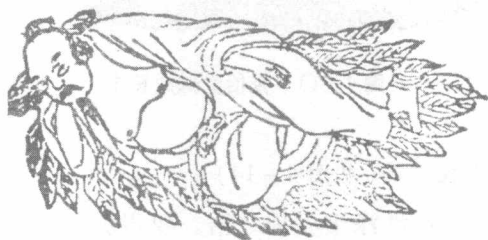


图4-16 谭自然廓然灵通

(12) 喻一阳出离生死(见图4-17)

出离生死为了之,行道飞升为之当。打破鸿蒙窍,方知象帝先。只斯为了当,如是大罗仙。

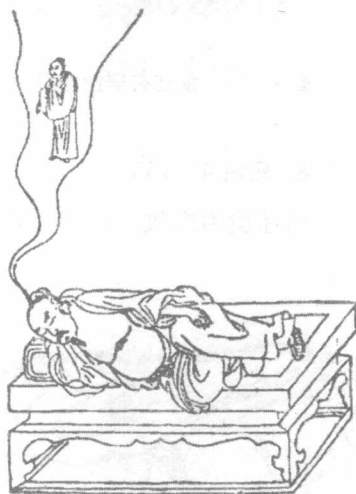


图4-17 喻一阳出离生死

睡功要调和心、肺、肝、脾、肾五脏之真气，动静相依，水、火相交，方可结成大丹。

陈抟的“睡功”传出以后，对后代道教及世人影响巨大，从中衍生出华山十二睡法、五龙蟠体睡功法、金不换睡功法、虚静天师睡功法、张三丰“睡丹诀”、陈自得真人大睡功诀、尹清和真人小休丹法、先天道派睡功诀、抱龙眠睡功法，小搭桥睡功法，大搭桥睡功法等几十种睡功。这些都是由陈抟睡功演变发展而成的。

张三丰得陈抟睡功真传，他的功力可以说是最深的。张三丰写有《蛰龙吟》，称赞陈抟睡功，并述其志云：

五龙飞跃出深潭，天将此法传图南。

图南一派俦能继？邈邈道人张丰仙。

（录自《张三丰全集》）

张三丰在《云水前集》中，用四言诗，对陈抟老祖作了极高的评价：

浩浩希夷，守正怀奇。

不夸丹道，不露玄机。

不令人测，只求已知。

华山高卧，吾师之师。

（录自《张三丰全集》）

陈抟更用一首诗，对自己隐居求道一生，作自我论定：

一气淘今古，阴阳造化奇。

问余名与姓，睡汉老希夷。

（录自《张三丰全集》）

陈抟的睡功,继承了庄子的思想。《庄子·内篇·大宗师第六》说:“古之真人,其寝不梦,其觉无忧,其食不甘,其息深深。”庄子只是在哲理上谈梦,陈抟把庄子没有说透的话说透了。在他看来,所谓修道、证道、得道,就是将修炼者从梦中唤醒,在清醒状态下“觉悟”。经过无数次的醒悟,修炼者总有一天可以切入终极本体。在这个意义上,陈抟的睡功将庄子哲学阐释的梦进行实践化、方术化,为人们开辟了一条新颖的正道途径。

陈抟一生处在国家分裂、战乱,人民生活苦难,生灵涂炭的恶劣环境中,即便如此,他仍毅然坚持修炼内丹睡功,这是难能可贵的。

陈抟的内丹理论,除了睡功之外,还有“坐功”的内容。

附:陈希夷二十四式坐功图

坐功是以天地之理,用呼吸导引为法,顺二十四节气周流,调理人体经络气血运行节律,有病治病,无病可延年益寿。

陈希夷二十四式坐功,春季为前六式,配图分解如下。

(1)立春正月节坐功图(见图4-18)

经脉:运主厥阴初气,时配手少阳三焦经。

坐功:宜每日子丑时,叠手按髀,转身勾劲,左右耸引,各三五度,叩齿、吐纳、漱口三次。

治病:风气积滞,顶痛、耳后痛、肩需痛。背、肘臂等。有防止血管硬化,颈椎肥大作用。

(2)雨水正月中坐功图(见图4-19)

经脉:运主厥阴初气,时配手少阳三焦经。

坐功:每日子丑时。叠手按腹,勾颈转身。左右偏引各三五度,叩齿、吐纳、漱口三次。

治病:三焦经脉留滞。邪青、嗝乾及咽喉肿痛、喉痹、耳聋、汗出、目锐,颊痛等。

(3) 惊蛰二月节坐功图(见图4-20)

经脉:运主厥阴初气,时配手阳明大肠燥金。

坐功:每日子丑寅时,握固转头,反肘后向,顿制五六度,叩齿六六,吐纳,漱咽二三。

治病:腰、脊、肺、胃蕴积邪毒。目黄,口干,衄,喉痹,面肿,暴哑,头风牙宣,目暗羞明,鼻不闻臭,遍身疙瘩等。

(4) 春分二月中坐功图(见图4-21)

经脉:运主少阴二气,时配手阳阴大肠燥金。

坐功:每日子丑寅时,伸手回头,左右搅引各六七度。叩齿六六,吐纳、漱咽二三度。

治病:胸臆,肩、背、经络虚劳,邪毒齿痛,头肿寒慄,热肿耳聋,耳鸣、耳后、肩需、肘臂外痛,皮肤壳坚而不痛、瘙痒等。

(5) 清明三月节坐功图(见图4-22)

经脉:运主少阴二气。时配手太阳小肠寒水。

坐功:每日丑寅时,正坐定,换手左右如引硬弓各七度。叩齿,吐纳、漱咽。

治病:腰肾肠胃虚邪积滞,耳前热苦寒。耳聋,咽痛。颞前不可回头,肩拔需折,腰软及肘臂诸痛。

(6) 谷雨三月中坐功图(见图4-23)

经脉:运主少阴二气,时配手太阳小肠寒水。

坐功:每日丑寅时,平坐。换手左右举托移臂,左右掩乳各五七度,叩齿、吐纳、漱咽。

治病:脾胃结痼瘀血,目黄,鼻衄衄,颊肿含肿,肘臂外后廉肿痛,臂外痛,掌中热。

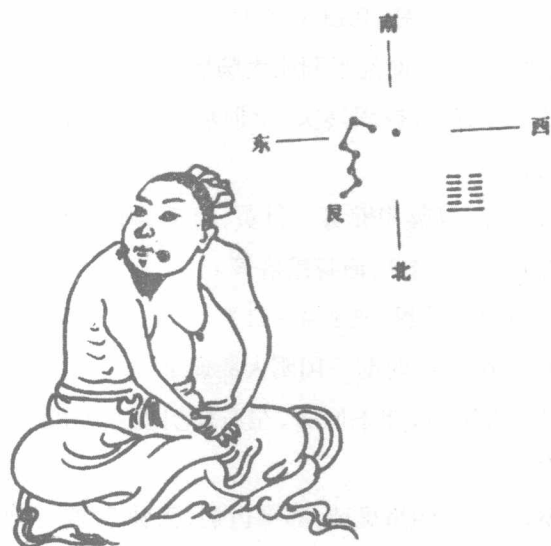


图 4-18 立春正月节坐功图

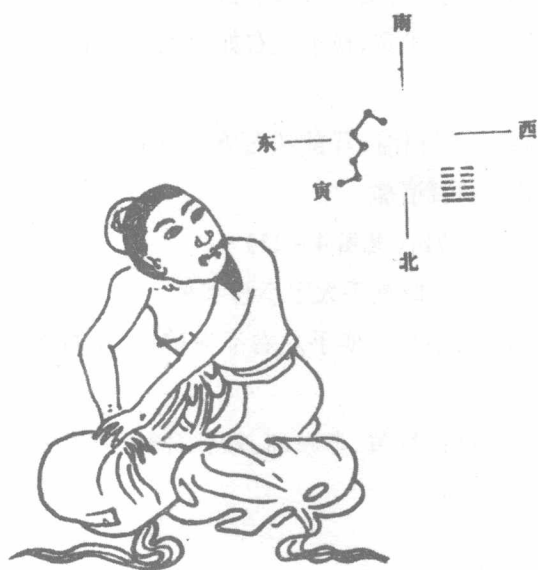


图 4-19 雨水正月中坐功图



图 4-20 惊蛰二月节坐功图



图 4-21 春分二月中坐功图



图 4-22 清明三月节坐功图



图 4-23 谷雨三月中坐功图

陈希夷坐功夏季六式图解如下。

(7) 立夏四月节坐功图(见图4-24)

经脉:运主少阴二气,时配手 阴心包络风木。

坐功:每日寅卯时,闭息瞑目,反换两手,抑制两膝各五七度,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:风湿留滞,经络肿痛,臂肘挛急,胶肿手心热,喜笑不休等。

(8) 小满四月中坐功图(见图4-25)

经脉:运主少阳三气,时配手 阴心包络风木。

坐功:每日寅卯时,正坐,一手举托,一手拄按,左右各三五度,叩齿、吐纳,漱咽。

治病:肺腑蕴滞,邪毒,胸肋支满,心中檐檐大动,而赤鼻赤,目黄,心烦作痛,掌中发热等诸痛。

(9) 芒种五月节坐功图(见图4-26)

经脉:运主少阳三气,时配手少阴心君火。

坐功:每日寅卯时,正立个身,两手上托,左右力举各五七度,定息,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:腰肾蕴积虚劳,嗌乾心痛。欲饮,目黄,肋痛,消渴。善笑,善惊。善忘,下咳吐下,气泄身热而股痛心悲,头顶痛,面赤。

(10) 夏至五月中坐功图(见图4-27)

经脉:运主少阳三气,时配少阴心君火。

坐功:每日寅卯时,跪坐。伸手叉指,屈指,脚换踏,左右各五七度,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:风湿积滞,腕膝痛,胛肩痛,后廉痛,厥掌中热痛。两肾内痛,腰背痛,身体重。

(11) 小暑六月节坐功图(见图4-28)

经脉:运主少阳三气,时配手太阴脾湿土。

坐功:每日寅丑时,两手据地,屈压一足,直伸一足,用力掣三五度,叩齿,吐纳,漱咽。

治病：腿膝腰髀风湿，肺胀满溢，干喘咳，缺盆中痛，脐右小腹胀引腹。



图 4-24 立夏四月节坐功图



图 4-25 小满四月中坐功图

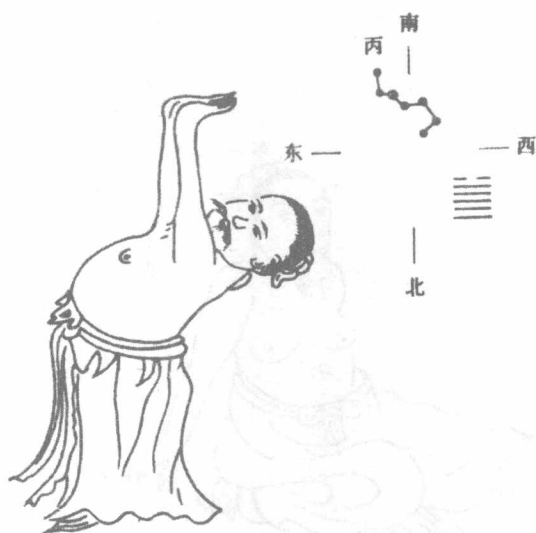


图 4-26 芒种五月节坐功图



图 4-27 夏至五月中坐功图



图 4-28 小暑六月节坐功图

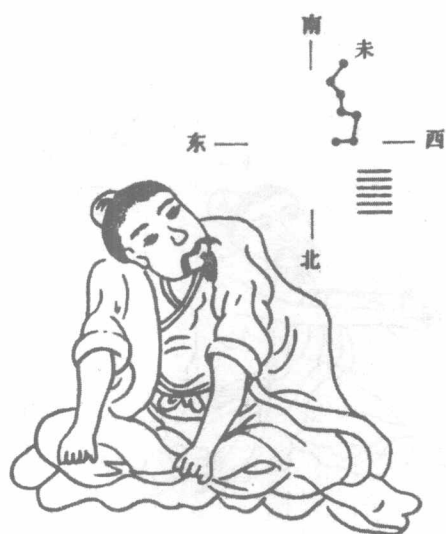


图 4-29 大暑六月中坐功图

痛。手挛急,身体重,半身不遂,偏风健忘,哮喘,脱肛,腕无力,喜努无常。

(12) 大暑六月中坐功图(见图4-29)

经脉:运主太阴四气,时配手太阴肺湿土。

坐功:每日丑寅时,双拳踞地,返着向肩引,作虎视,左右各三五度,叩齿、吐纳、漱口。

治病:头顶胸背风毒,咳嗽,气喘,渴烦,心胸膈满,胛臂痛,掌中热。脐上或肩背痛,风寒汗出,中风,小便数次淹泄。皮肤痛,健忘,愁欲哭,酒渐寒热。

陈希夷坐功秋季六图解如下。

(13) 立秋七月节坐功图(见图4-30)

经脉:运主太阴四气,时配足少阳胆经。

坐功:每日丑寅时,正坐,两手托地,缩体开息,耸身上踊,凡七八度,叩齿、吐纳、漱口。

治病:补虚益损。去腰肾积气,口苦,善太息,心肋痛不能反侧。而虚体无泽,足外热头痛,颌痛,目锐皆痛,缺盆肿痛,腋下肿,汁出振寒。

(14) 处暑七月中坐功图(见图4-31)

经脉:运主太阴四气,时配足少阳胆相火。

坐功:每日寅丑时,正坐,转头左右举引,就返两手捶背,各五七度,叩齿,吐纳,漱口。

治病:风湿留滞。肩背痛,胸痛,脊膂痛,少气咳嗽,喘渴上气,关节痛等。

(15) 白露八月节坐功图(见图4-32)

经脉:运主太阴四气,时配足阳明胃燥金。

坐功:每日丑寅时,正坐,两手按膝,转头推引,左右各三五度,叩齿,吐纳,漱口。

治病:风气留滞,腰背经络洒洒振寒,苦伸数欠,恶人与火,闻木声则惊

狂,汗出,鼾衄,颈肿,喉痹不能言,颜黑,呕呵欠,狂歌上登,欲弃衣裸之。

(16)秋分八月中坐功图(见图4-33)

经脉:运阳明五气,时配足阳明胃燥金。

坐功:每日丑寅时,盘足而坐,两手掩耳,左右反侧,各三五度,叩齿,吐纳,漱口。

治病:风湿积滞,肋腰胀腹大水肿,膝腓肿痛,膺乳气衡股,伏兔,髀处廉,足跗诸育,遗溺失气,腹胀,脾不可转脘,胃寒喘满。

(17)寒露九月节坐功图(见图4-34)

经脉:运主阳明五气,时配足太阳膀胱寒水。

坐功:每日寅时,正坐,举两臂踊身上托,左右各三五芳,叩齿,吐纳,漱口。

治病:诸风寒湿邪模胁腋经络动冲头痛,目似脱,说如拔,脊痛腰折,痔,疰,狂,巅痛,头两边痛,头自顶痛,目黄泪出,鼾衄,虐乱诸痛。

(18)霜降九月中坐功图(见图4-35)

经脉:运主阳明五气,时配足太阳膀胱寒水。

坐功:每日丑寅时,平坐,舒两手,攀两足,随用足同力,纵而复收五七度,叩齿,吐纳,漱口。



图4-30 立秋七月节坐功图

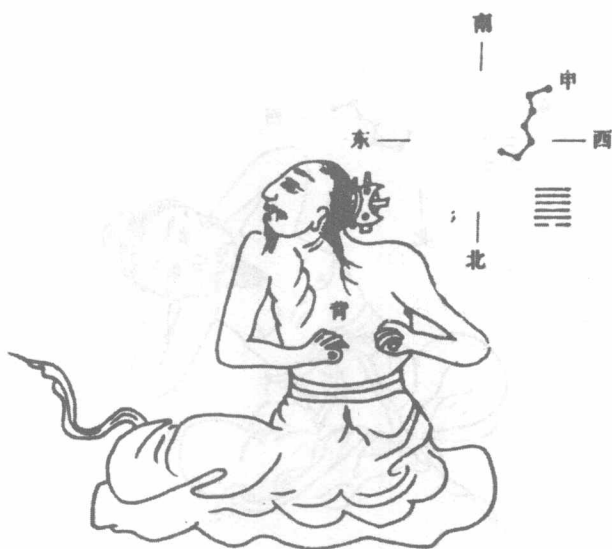


图 4-31 处暑七月中坐功图



图 4-32 白露八月节坐功图

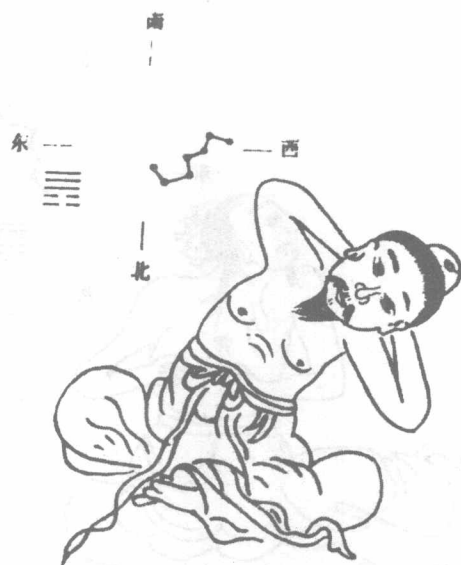


图 4-33 秋分八月中坐功图

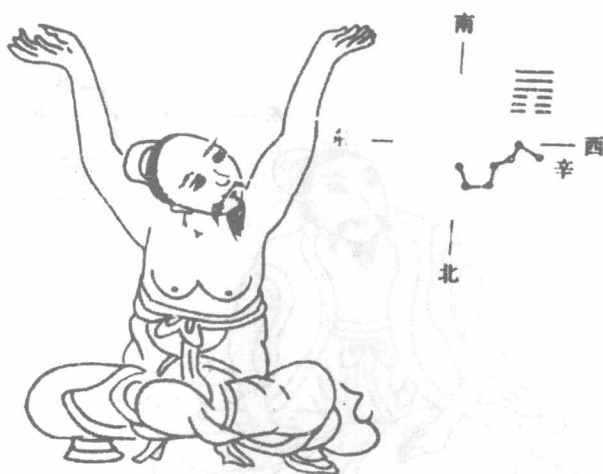


图 4-34 寒露九月节坐功图



图 4-35 霜降九月节中功图

治病:风湿痹人腰,脚髀不可曲,脘结痛,膈裂痛,项、背、腰、尻阴股、膝髀痛,肌肉痿,下肿,便脓血,小腹胀痛,欲小便不得,藏毒盘寒,脚气,久痔,脱肛。

陈希夷二十四式坐功图中冬季六式图解如下。

(19) 立冬十月节坐功图(见图 4-36)

经脉:运主阳阴五气. 时配足厥阴肝风木。

坐功:每日丑寅时,正坐,头左右顾,两手左右平托三五度,头顾手托方向相反,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:胸肋积滞,虚劳邪毒,腰痛不可仰身,面尘脱色,胸满,食滞,头痛,耳无闻,颊肿,肝逆而毒,目赤肿痛,两肋下痛等。

(20) 小雪十月中坐功图(见图 4-37)

经脉:运主太阳终气,时配足蕤阴肝风木。

坐功:每日丑寅时,正坐,一手按膝,一手挽肘,左右争力各三五度,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:脱肘,风湿热毒,妇人小腹胀,疝气,遗弱。闭癰血,臌肿,足逆寒行,转盘,阴缩两筋挛,善悲,胸中喘,急闷等。

(21)大雪十一月节坐功图(见图4-38)

经脉:运主太阳终气,时配足少阴肾君火。

坐功:每日子丑时,起身,仰膝,两左手右托。两足左右踏各五七度,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:脚膝风湿青气,口热舌干,咽肿,上气嗌干而肿,烦心,心痛,黄疸,肠癖,阴下湿,饥不欲食,面如漆,咳唾有血,多恐,目视不见等。

(22)冬至十一月中坐功图(见图4-39)

经脉:运主太阳终气,时配足少阴肾君火。

坐功:每日子丑时,平坐,伸两足,拳两手按两膝。左右极力二五度,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:手足经络寒湿,脊股内后廉痛,足痿厥嗜卧,足下热,胸中满,大小腹满,大便难,颈肿,咳嗽,腰冷如水,胫下气逆,小腹急痛,冻疮,下痢,善思,四肢不收。

(23)小寒十二月节坐功图(见图4-40)

经脉:运主太阳终气,时配太阴脾湿土。

坐功:每日子丑时,正坐,一手按足,一手上托,挽着互换极力三五度,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:荣、卫气蕴,食即呕,胃脘痛,腹胀,善噫,身下不清,烦心,心下急痛,黄疸,大小便不痛,面黄,口干,怠惰嗜卧,心下痞苦,善饥,味不嗜食。

(24)大寒十二月中坐功图(见图4-41)

经脉:运主厥阴初气,时配足太阴脾湿土。

坐功:每日子丑时,两手向后踞状,跪坐,一足伸直,一足用力,左右各三五度,叩齿,吐纳,漱咽。

治病:经络蕴积诸气,骨膝内肿,尻阴月行,足背痛,腹胀、肠鸣,食泄不化,九窍不通,足行肿,若水胀满。



图4-36 立冬十月节坐功图



图4-37 小雪十月中坐功图

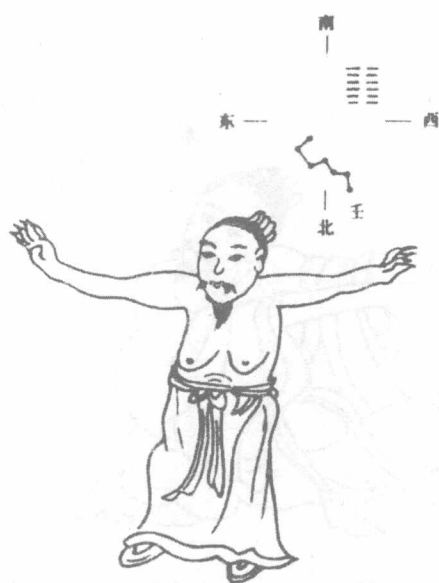


图 4-38 大雪十一月节坐功图



图 4-39 冬至十一月中坐功图



图 4-40 小寒十二月节坐功图



图 4-41 大寒十二月中坐功图

第四节 预知仙逝“张超谷”

宋太宗端拱元年(公元988年),陈抟117岁时,仍然面带壮容,步履矫健,与弟子们朝夕讲道,传授易学。一日,他对弟子贾德升说:“汝可于莲花峰下张超谷中凿一石室,吾将憩焉”(“憩”在道教的解释就是死的意思)。贾德升虽然半信半疑,但心中不免有些凄惶之感,师命难违,只好前去张超谷察看地形。见山峦深处,曲径通幽,藤蔓盘绕,然攀援可上。贾德升攀附藤萝上到半山腰,往上望去,有一凹处,只需稍加凿工即可成为石室。他回到道观率领数名道徒,带上工具,先在悬崖上凿出一条小径上去,开始施工。数月之后,贾德升向陈抟回报施工进度和石室图形,要求陈抟去看现场及施工情况,陈抟看后表示满意。对贾德升说,山下华阴县老君殿后有一片开阔地,汝可于此营建“北极观”,你将成为“北极观”主持,将来定会香火旺盛。他见贾德升眼睛中露出欣喜,但又有点为难的神色,于是又说:“至于建隆观所需经费,贤徒不必犯愁,我已作了安排,待我化形之后,你可在我道房香炉之下,一看便知。”

到了宋太宗端拱二年(公元989年)七月二十二日岁次己丑,陈抟召集众弟子,安排后事。他平静自然,面带微笑,说道:“贫道禀受天命,降临人间,迄今已有118岁,今日限期已到,即将斩断尘根,奄然物化。望尔等潜心修道,各守本分,勿于尘氛,早日修成正果。我要去张超谷石室归天去了。”说完之后,众弟子跟随着陈抟来到张超谷石室前,只见山势险峻、阴云密布,秋风浮动,藤蔓飘垂,好似在为陈抟送终,陈抟吩咐在石室中点燃灯烛,顿时灯火辉明。陈抟面对众弟子慨然叹道:“这张超谷是汉代学者张超隐居之所,我选择此处作为我命中归宿之地足矣。”遂挥手示意说:“弟子们永别了!”众道徒心情悲痛而潸然泪下。他说:“不要为我而悲伤,人之生死是新陈代谢的自然规律。”遂健步走进石室,侧身曲

膝，以手支枕，闭目而睡。

众弟子恭敬地守候在石室，次日早晨陈抟安祥而逝。噩耗传出，众弟子跪拜于地，失声恸哭，哭声在山谷中回荡。

众弟子都不愿离开，经七日，陈抟如熟睡未醒，面色不变，摸他身上，“支体犹温，有五色云蔽塞洞口，弥月不散”（《宋史陈抟传》）。

贾德升守孝之后，牢记陈抟生前的交代，来到陈抟所住的道房，在香炉之下果然见一黄色表文，展开视之，乃是陈抟上太宗皇帝的奏章，上面写道“抟大数有终，圣朝难恋，已于端拱二年七月二十二日化形于华山莲花峰下张超谷中”（《宋史·陈抟传》）。接下来的表文是陈抟为请求太宗皇帝资助修建华阴县北级观事宜。

贾德升进京，报说仙师陈抟仙逝，有表章面奏皇上。太宗准奏，诏见贾德升，太宗亲揽陈抟奏章，嗟叹良久，御披加封贾德升紫服，赐号“悟真先生”，同时又赐银五百万两，在华阴县营建“北极观”以了却陈抟心愿，命贾德升兼工，待建成之后为北极观主持，塑希夷先生像于老君像侧，配享香火祭祀。

陈抟塑像竣工后，开光时，贾德升带领弟子们去山上张超谷石室祈祷仙师显灵下山俯体。众弟子见状大吃一惊，张超谷口崩塌，面目全非，不见石室，无从寻其尸踪迹，世人遂命此地名为“希夷峡”（见图4-43）。

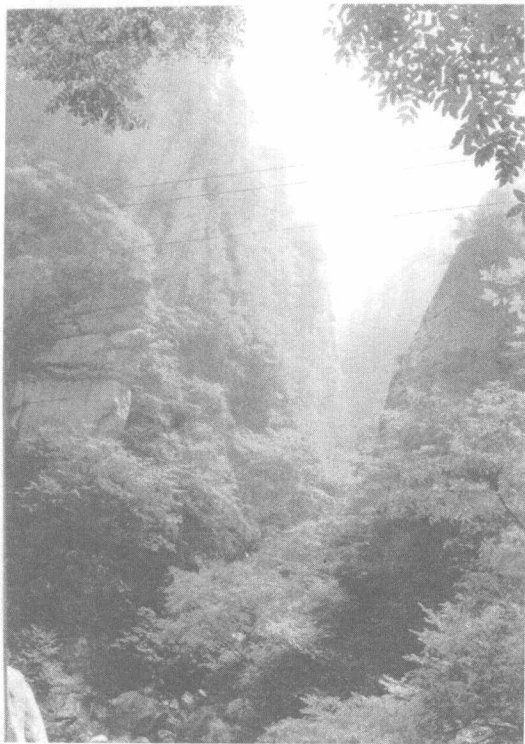


图4-43 希夷峡

三、艺术陈抟

第五章 山色满庭供画幃

——陈抟的诗、书、画艺术

第一节 陈抟诗词选注

陈抟的一生作了大量的诗词,据《宋史》所载:陈抟撰有《指玄篇》八十一章。《三峰寓言》、《高阳集》、《钓潭集》、《入室还丹诗》均为陈抟诗集,及诗六百余首,这些诗词著作多已失传。考《太华希夷志》,尚有陈抟《睡歌》等诗作十九首。这十九首诗主要是他在应宋太宗之诏时写下或进献的。

在他的诗作之中,道家的思想很浓,表达了看破红尘、超脱人世、避开现实的人生哲学,故在诗歌创作上,表现出一种无拘无束的风格。他有不少描写自然山色歌颂祖国河山的诗文,生动自然,热情豪放,但有一部分诗词也显示了浓厚的睡意。

本书收录了陈抟的诗词四十余首,他的诗词境界很高,迥脱尘家,用朴实自然的语言反映社会弊端和民间疾苦,语言流畅,词句浅近,雅俗共赏,通俗易懂,言简意深,生动感人。

题画诗

莫贪枝叶已成龙，要悟从头到底空。

已于神仙施笔力，风霜不可戟磨砑。

（录自《亳州志》）

这卷墨竹上的题画诗，据《亳州志》记载，被陈抟的亳州同乡，明代嘉庆年间考功司郎中薛蕙得之，收入所著《考功集》中，后题陈图南作。

题石水涧

银河洒落翠光冷，一派迴环淡晚晖，

几恨欲为顽石碍，琉璃滑处玉花飞。

（录自《宋艺图集》）

此诗可能是陈抟“举进士不第”之后所作。

无 题

平生不作皱眉事，天下应无切齿人，

断送落花安用雨，装添旧物岂须春。

幸逢尧舜为真主，且效巢由作外臣，

六十病夫宜揣分，监司无用苦开陈。

武当山诗

万事若在手，百年聊称情。

他时南面去，记得此山名。

（录自《五代诗话》）

所谓“南面”，借指帝位，古代以坐北朝南为尊位，陈抟把自己的名字也取为“图南”，显现了他图南王天下的政治报复。然而他虽有图南之

志,却无图南之力,陈抟是明智的,选择当了神仙。

清人王士桢《五代诗话》云:“本朝张邓公改南面为南岳,并题其后云:‘鲜壁题诗志何大?可怜今老华图南’”,张邓公可能当时与陈抟同学,张已居官而陈抟不愿做官,故张以可怜讽刺之。

题落帽

我爱武当好,将军曾得道。

升举入云霄,高岭名落帽。

无题

若得心空若便无,有何生死有何拘。

一朝脱下胎州袂,作个逍遥大丈夫。

(录自《指玄篇》)

内丹诗

访师求友学炼丹,精选朱砂作大还。

将谓外丹化内药,元来金石不相关。

(录自《指玄篇》)

此是说,炼外丹只是一种比喻,目的是教人炼内丹。

修心

浑浑沦沦始气中,山河日月正西东,

一碗大米由滋湛,贯彻玄台悟性功。

(录自《玉谿》)

《指玄篇》诗

涕唾精津气血液，七者原来尽属阴。
若将此物为仙质，怎得飞神贯玉京。

采 药

窈冥才露一端倪，恍惚未曾分彼此，
中间主宰这些儿，便是世人真种子。

还虚境界

童光晃朗似明蟾，云去云来体不缠，
扫尽葛藤心自莹，存胎胎就圣功圆。

无 题

雪为肌体玉为腮，深谢君王送得来。
处士不生巫峡梦，空烦云雨下阳台。

（录自《太华希夷志》）

药方歌一首

猪牙皂角及生姜，西瓜升麻熟地黄，
木律旱莲槐角子，细心荷蒂要相当。
青盐等分同烧燉，研细将来使最良，
揩齿牢牙髭鬓黑，谁知世上有仙方。

石刻诗并序

我谓浮云真是幻，醉来舍辔谒高公。
因聆元论冥冥理，转觉尘寰一梦中。

因攀奉县尹尚书水南小酌回，舍辔，特叩松扃谒高公。茶话移时，偶

书二十八字。

道门弟子陈抟上

邛州天庆观，石刻希夷诗，末书太岁丁酉，盖蜀孟昶时，当后晋天福中也。文与可跋云：“高公者，此观都威仪何昌一也。希夷从之，学锁鼻术”。

（录自《老学庵笔记》）

睡 歌

臣爱睡，臣爱睡，不卧毡，不盖被。

片石枕头，蓑衣覆地。南北任眠，东西随睡。

轰雷掣电泰山摧，万丈海水空里坠。

骊龙叫喊鬼神惊，臣当恁时正鼾睡。

闲想张良，闷思范蠡，说甚曹操，休言刘备。

两三个君子，只是争些闲气。

争似臣，向清山岭上，白云堆里，

展放眉头，解开肚皮，且一觉睡。

更管甚，玉兔东升，红轮西坠。

（录自《太华希夷志》卷上）

这首诗的节奏颇为灵活，三言、四言、五言、六言、七言相交替，过渡也很自然，表现了作者“唯变所适”的审美情趣。在这种睡功描写之中，他对毛毡、棉被之类常人睡用必需品不屑一顾，却对石块和蓑衣怀有特别深厚的情感。一代枭雄曹操，还有满口仁义的刘备都不在他的话下，而张良、范蠡这些深通老庄之学、独善其身、兼善天下、功成身退之士却受到他的高度赞扬。

此诗以通俗的口语，表达了这位高道的人生观，诗中反映了老庄思想中无是非、无荣辱、无寿夭、无大小、无长短的思想意念。

《辞朝叹世诗》

南辰北斗夜频移，日出扶桑又落西。

人世轻飘真野马，名场争扰似醯鸡。

松篁郁郁冬犹秀，桃李纷纷春渐迷。

识破邯郸尘世梦，白云深处可幽栖。

（录自《太华希夷志》）

当周世宗封陈抟为谏议大夫时，他赋此诗。在陈抟看来，人世就像野马狂奔，尘土飞扬；名场就像邯郸美梦，迷离恍惚。既然如此，就用不着在其中角逐争夺。所以，他抱着一种无所谓的态度，安心地还山去炼他的睡功。

华 山

半夜天香入严谷，西风吹落岭头莲。

空爱掌痕侵碧汉，无人曾谈巨灵仙。

（录自《回树屋书影》）

绝 句

华山高处是吾宫，出即凌空跨晓风。

台殿不将金锁闭，来时自有白云封。

（录自庞觉《希夷先生传》）

西 峰

为爱西峰好，吟头尽日昂。

岩花红作阵，溪水绿成行。

几夜爱新月，半山无斜阳。

寄言嘉遁客，此处是仙乡。

（录自《诗人玉屑》）

这首五言律诗,写的就是陈抟自己隐居华山事,全诗虽无华丽的辞藻,但却写得含蓄深沉、令人神往。

咏毛女

曾折松枝为宝栉,又编栗叶作罗襦。
有时问著秦宫事,笑捻仙花望太虚。

(录自《翰府名谈》)

与毛女游

药苗不满筓,又更上危巅。
回指归去路,相将入翠烟。

(录自《翰府名谈》)

冬日晚望

山鬼暖或呼,溪鱼寒不跳。
晚景愈堪观,危峰露残照。

(录自《翰府名谈》)

赠张咏

征吴入蜀是寻常,歌午筵中救火忙。
乞得金陵闲养老,也许忧恤鬓边疮。

(录自《诗林广记》)

附记:

《古今诗话》云:张咏年少时谒华山陈图南,图南赠诗一绝,咏不喻其意。三年后张咏进士及第,奉命到杭州扑灭僧绍伦的妖蛊之乱,后又入蜀任益州知州。晚年发疮于鬓,移守金陵,卒。悉如其言。因为张咏长期与烟花美人厮混,其胭脂的毒素会引起生疮,又因张是金陵人,晚年必

归里养老,可见陈抟懂医学,知五行,会相法,故能预知矣。

赠金励二首

(一)

常人无所重,惟睡乃为重。
举世皆为息,魂离神不动。
觉来无所知,贪求心愈动。
堪笑尘中人,不知梦是梦。

(二)

至人本无梦,其梦本游仙。
真人亦无梦,睡则浮云烟。
炉中长存药,壶中别有天。
欲知睡梦里,人间第一玄。

(录自《诗林广记》)

附记:

元太常博士胡助《纯自斋类稿》,题希夷像云:“天下事已定,先生睡正浓。”

无 题

问君世上何事好,无过晓起睡当早。
庵前乱草结成衣,饥餐松柏常令饱。
因玩山石脚绊倒,不能起得睡到晚。
时人尽道臣憨痴,臣自憨痴无烦恼。

(录自《太华希夷志》)

这首顺口溜歌咏的是陈抟自己饮食起居的事,他住的是乱草密集的山庵,吃的是松果柏叶,玩的是山中石头。被石头绊倒了,干脆不起来,躺着呼呼大睡。这种生活方式虽然与常人大相径庭,但却符合隐居道人的个性特征。

面对皇帝的诏书,陈抟的答诗自然必须谦虚一番,所以,他一方面对皇帝降诏大加歌颂,另一方面声称自己“才拙”,以此作为不愿进京的托词。这是一般山林隐士不应帝王之诏时的惯用手法。

答使臣张素真

坐逢圣代即尧年,草泽愚人也被宣。
自笑形骸元懒散,才疏安敢望朝天。
调和四气凭烧药,修炼千方只要安。
黄阁高官无意恋,闲居佳境胜为官。

(录自《太华希夷志》)

宋太宗派张素真为使臣,再去华山诏陈抟,他仍不愿出山做官,而写了这首诗谢绝圣意。

在诗中,陈抟进一步强调了自己专心修炼的志向,虽无直接出现有关“睡”的描述,但不可否认是从睡功修炼过程中炼心养性的立场出发的。他不迷恋黄阁高官,但愿闲居山林胜境。

答使者陈宗颜辞不赴诏

九重特降紫袍宣,才拙深居乐静缘。
山色满庭供画幃,松声万壑即琴弦;
无心享录登台鼎,有意学仙到洞天,
轩冕浮云绝念虑,三峰只气睡千年。

(录自《太华希夷志》)

太平兴国元年(公元976年),宋太宗派朝臣陈宗颜带着诏书和御诗,前往华山诏陈抟。陈宗颜于四月十五日抵达华山云台观,向陈抟宣诏并接了御诗。陈抟对使臣说:“贫道栖真物外,修炼山间,无意求名,有心慕道,不愿仕也。”因而写下此诗,以明其志。

赴诏答葛守忠

鹤氅翩翩即散仙,蒲输争忍利名牵。
 流连华岳伤心别,回顾云台望眼穿。
 涉世风波真险恶,忘机鸥鸟自悠然。
 三峰才欲和衣倒,又被天书下日边。

(录自《五代诗话》)

宋太宗第三次选能言善辩的葛守忠为使臣,携太宗御笔诏书和《复诏陈抟诗》前往华山诏陈抟,陈抟接过诏书和御诗,实感为难,故写下此诗。

别麻衣道者

华岳峰前两路分,数间茅屋一溪云。
 师言耳赎持知久,人是人非闻未闻。

(录自《因树屋书影》)

陈抟奉诏进京面君时,其师麻衣道者嘱咐:好自为之。陈抟特作此诗,表示牢记尊师教诲。

建隆观闻钟

(一)

千门万户锁重关,星斗排空静悄然。
 尘世是非方欲歇,六街禁鼓漏初传。
 银河斜转夜将阑,枕上人心算未闲。
 堪叹市尘名利者,多应牵役梦魂间。

(二)

玉漏将残月色沉，一声清响透寒音。
能催野客思乡切，暗看离人起恨深。
窗下惊开名利眼，枕前唤觉是非心。
皇王帝伯皆经此，历代兴亡直至今。

(录自《太华希夷志》)

这是陈抟初进京时因闻钟声有感而作的。他从星斗排空、银河斜转的夜景变迁联想到尘世的是是非非，更感到醉心名利、梦魂不定的痛苦。

延英殿上答宋太宗

臣今得道几经年，每日常吞二气丹。
仙酿饮时添漆鬓，蟠桃食后注重颜。
夜深只宿云台观，晓起斋登法策坦。
陛下问臣修养法，华山深处可清闲。

(录自《太华希夷志》)

口答宋太宗

昨夜三更梦魂惊，一声钟响万人行。
多应又是朝金阙，臣自无官睡到明。

(录自《太华希夷志》)

一日早起，陈抟与宋太宗游览时，同登宫院角楼，太宗吟诗一首赠陈抟，他遂赋此诗。

如果说日理万机的宋太宗对日高未起的富民生活产生了羡慕之心，那么陈抟则不但对安心而睡的生活感到满足，而且还流露出独自欣赏的情调来。

退官歌一首

道能清，道能静，清静之中求正定。
不贪不爱任浮生，不学愚迷多愷吝。
时人笑臣不求官，官是人间一大病。
官卑又被人管辖，官高亦有人趋佞。
或经秦，或经郑，东来西去似绳细。
直至百年不曾歇，算来争似臣清静。
月为灯，水为镜，长柄葫芦作气命。
出入虽无从者扶，左有金龟右鹤引。
朝日醉，长不醒，每每又被天书请，
时人见臣笑呵呵，臣自心中别有景。

(录自《太华希夷志》)

陈抟在朝作客时，宋太宗欲封陈抟为“谏议大夫”，但陈抟牢记老师“不话人间事”的教诲，坚辞不受并作此《退官歌》，以表志向。

他把当官看作一种束缚手脚的绳索，只希望幽栖白云深处，过着“左有金龟右鹤引”的自由生活。

辞上归进诗

草泽吾皇诏，图南特姓陈。
三峰十载客，四海一闲人。
世态从来薄，诗情自得真。
气全麋鹿性，何处不称臣。

(录自《宋诗记事》)

附记：

《澠水燕谈》：太平兴国初，召赴阙，赐号希夷先生，久之辞归作。

归 隐^①

十年踪迹走红尘^②，回首青山入梦频，
紫陌纵荣争及睡，朱门虽富不如贫^③；
愁闻剑戟扶危主^④，闷听笙歌聒醉人^⑤，
携取旧书归旧隐，野花啼鸣一般春。

附记：

宋人邵伯温《易学辩惑》云：“陈抟隐居华山，自此以来，每闻一朝革命，輶蹙数日，人有问者，瞪目不答，一日乘驴游华阴市，闻太祖登极，大笑坠驴，人问其故，曰：‘天下自此定矣。’遁迹之初作此诗云，岂浅丈夫哉。”

注释：①归隐——隐居的地方。②红尘——人世间，指仕途功名。③朱——朱红漆的大门，指富贵人家。④戟——古代兵器，把矛和戈合成一体，既能直刺又能横击，剑戟——指能征善战。危主——指乱世中的皇帝。⑤聒（音郭）——喧扰，声音嘈杂，使人厌烦。

无 题

元气充餐草结衣，等闲无事下山稀；
不侵织女耕夫利，犹自傍人说是非。

赠种放

事不关身皆是累，心愿未了几时闲；
须将未了并身累，吩咐他人入归山。

（录自《诗林广记》）

附记：

种放隐居终南山，闻希夷之风，扮樵夫往见之，希夷曰：“君岂樵夫者，后当有显官。”后真宗诏见，待以殊礼，授谏议大夫，拜工部侍郎。

无 题

求仙不识真铅汞，闲读丹书千万篇；
内里明来是至真，外边入者即非亲。

（录自《诗林广记》）

第二节 书画两绝轶一绝

陈抟的诗、书、画堪称“三绝”，他的诗，在其诗词选集中已有论述。在此，重点探讨陈抟的书法和绘画，其书法作品现在保存下来的仅有“十字卷”和“福”、“寿”二字，洛阳伊阙的“开张天岸马，奇逸人中龙”石刻。北宋书法家石曼卿，对这幅“十字卷”赋诗赞云：

希夷先生人中龙，天岸梦逐东王公。
酣睡忽醒骨灵通，腕指拂拂来天风。
鸾舞广莫风翔空，俯视羲献皆庸工。
投笔再拜称技穷，太华少华白云封。

可见石曼卿对此书法作品评价之高，这幅墨宝，历宋、元、明、清数代收藏家，旋得旋失，屡易其主，流落到山西太原，又流落到河南济源、孟县、少林寺等地，辗转到洛阳，尚完好独存。清道光初为江右曾谷先生所得，转家藏希夷先生十字卷，苏赓堂先生好古深情，恐久而泯灭，镌于洛阳县南之伊阙山，传之久远，金石光辉，山川增色，得以流传迄今。

陈抟手书的“福”、“寿”二字，历史上留下的碑刻，今在湖北武当山、四川峨眉山、陕西华阴县西岳庙、山东蓬莱仙岛、青州云门山等地都镌刻有“福”、“寿”碑两通各书一字，一碑刻“福”字，一碑刻“寿”字。

尤其是“寿”字，仔细观之，若隐若现地暗藏有“富”、“林”、“佛”三

字,意为:值林修佛则佛保佑,富贵长寿。这幅、寿二字下边落款“陈抟书”三字,观其字体,雄伟不凡,兼有“古人之法度,亦非近代书法家之比也。”天下游客叹为观止。

明代薛蕙(公元1489—1541年),正德九年甲戌进士,历授刑部主事,嘉靖年间封员外郎,考功司郎中,时称薛考功,是陈抟的家乡——亳州城南古城集人。

陈抟绘画艺术精湛,善写墨竹。薛蕙所著《考功集》十卷,内中有《老子集解》、《庄子注》并收有希夷先生墨竹及题画诗云:

(一)

“莫贪枝叶亦成龙,要悟从头到底空。
已遇神仙施笔力,风霜戟不可再磨砮。”

陈图南作

蕙观先生诗,穷理入微,盖非后世诗人所能言。历经500余年,在其家乡发现陈抟的墨竹真迹,蕙得之,极为赞赏,拍案叫绝。写出“希夷先生墨竹歌”两首(略,详见本书《诗选》)。

(二)

“水墨淋漓数茎竹,琅玕不羨多成束,
飞白玲珑一片石,夜光休誇大盈尺。”

诗情画意跃然纸上。“故乡之子慕神仙,偶收图画如角缘。”故乡之子异常敬慕陈抟,尊称他为仙人,对这幅墨竹给予高度评价。

“大书诗画真三绝,价敌宣和六千轴”。薛蕙称这幅墨竹为“三绝”,可见评价极高。

“锦囊新装绿玉轴,彤管更赋青霞篇。”用锦缎装裱,配上绿色的玉

轴,装在锦绣的盒子里。

“云何此画价无敌,道是希夷之真迹。”薛蕙说:“其为希夷先生墨竹真迹,乃稀世之珍宝也”,他认定是陈抟的真迹,如获至宝,异常爱惜,他希望:“安得至宝不磨灭,期与好事相流传”。

他心中怕后人遗失。独自叹息。“只恐明珠终暗掷,此君他日与何人。”

可惜,这幅墨竹至宝,早已佚失,更无下落,令人千古遗憾。



四、传说陈抟

第六章 四辞朝命道抑君 ——陈抟的隐者之风

陈抟隐居山林，洁身自好，远离朝廷，傲视王侯，胸怀奇才，不为王者所用。陈抟以特殊的方式，结交高士，心忧庶民，反映了在野的思想。旁观者清，这使他更能了解统治者的弊端，每每指陈时弊，入木三分。

陈抟“上不臣于王，下不治其家，中不交于诸侯”，“红颜弃轩冕，白首卧松云”，不图爵禄，自由自在，以道抑君，充分显示了自己的高尚人格。

陈抟毕竟是一代高人，当朝权贵从政治需要出发，多慕名找上门来，洞天福地并不清静。在处理现实政治干扰中，他始终坚持道家立场和价值观，注意自己的分寸，同王权政治尽可能保持疏远关系。北宋政权确立后，陈抟的“图南”希望彻底破灭了，乃入华山，遁入道门，钻研道教经典，深悟道教理论，精演易图、易理。

陈抟的一生，曾先后受到后唐明宗、后周世宗、宋太祖、宋太宗三朝四君的多次诏请。他们对陈抟殊礼相待，又是委以高官，又是赐予封号，又是赠以美女，又是送以三峰，力图要他入朝做官，辅佐君主，治理国家，都对陈抟异常恭敬，可是却没有一位君主能够真正打动他的心，都被他巧妙地一一谢绝了。陈抟以道抑君，四辞朝命，因此声震朝野，为社会所瞩目，许多人亦闻其风而慕之，此乃自三皇五帝以来，史所未闻。

(一)一辞朝命：后唐明宗求贤赐美女

陈抟在后唐享有极高的声誉。据《希夷先生传》记载：“唐士大夫挹其清风，欲识先生面，如景星庆云之出，争先睹之为快。”

后唐明宗李嗣源，仰慕陈抟博学多才、人品高洁，于长兴年间下诏书诏请陈抟入朝。陈抟以为李嗣源乃一介目不识丁的武夫，利用手中军权发动兵变，杀庄宗自立为皇帝，不是明君。陈抟“誓不扶危主”，但圣旨难违，只得奉旨随使者到了京都洛阳，谒见明宗，长揖不跪，显示了自己的清高气节。满朝文武见陈抟如此无礼，都大惊失色，为他担忧，要知道在等级森严的封建社会，平民有事见皇帝必须双膝跪地，低头抵目，怕有欺君之罪。谁知明宗非但不嗔怪他，反而对他越发敬重，遂招手示意：“锦墩赐坐”。所谓锦墩即是一个一尺多高的四方木凳，木凳上铺着一个绣花垫子。陈抟谢过之后，在锦墩上盘腿坐了下来。

明宗说：“有劳先生远来，朕今得一睹清光，真是三生有幸。”明宗要封他在朝为“左拾遗”。陈抟答道：“山野鄙夫，无用于世。”他坚辞不受。于是，明宗又赐号“清虚居士”，意思是陈抟此人“两袖清风，虚怀若谷”，实为难得的高士。

陈抟在锦墩上闭目养神，明宗以为他疲倦，遂说道：“送先生到礼贤馆安歇。”又对宰相冯道说：“陈抟这位高人异士，我想封他为官，他坚辞不受，如之奈何？”冯道奏说：“臣闻之，七情中爱欲为最，六欲中美女为最，方今已是十月严冬季节，天气寒冷，陛下可赐给他一坛御酒，再到后宫挑选美女三人，派使臣送去，与他情酒暖足。他如果喝了御酒，留下美女，那么，何愁他不接受官爵。”明宗依奏在宫中挑选了三名美女，她们装束华丽，楚楚动人；明宗又赐一坛御酒，差内使奉旨送给陈抟，传口谕说：“帝见天冷，特赐美女三名，侍奉先生，与先生暖足；又赐御酒一坛，供先生御寒，请先生笑纳，万勿推辞。”陈抟当着内使打开御酒，一饮为快，说：“这三名美女我且收下。”内使欢喜不尽，进宫复命，明宗听后，龙颜大悦。

这三名妙龄美女对陈抟施礼下拜说：“我们三人是圣上赐给你的，听

说你是位正人君子，都愿与你作妾。”陈抟拒绝说：“我是一无所有的贫士，不愿你们跟我受苦。”三美女说：“我们三人都是来自民间，是朝廷选美被迫入宫的，今有幸为你洗衣做饭，甘愿跟你受苦，虽苦犹甜。”当天晚上，三美女和陈抟共同用膳，借酒消愁，各自诉说着苦难的人生和共同的遭遇，说到伤心处，潸然泪下。陈抟对她们深表同情，给予心理安慰，鼓励她们要坚强做人。陈抟把三美女锁在一间房里安歇，独自一人在另一间房中秉烛疾书，而后就寝。翌日，陈抟打开三美女住的寝室房门，说：“你们辛苦了，我无物可赠，写了一封书信，请代为转呈圣上。”三美女拜伏于地，恳求陈抟把她们带走。陈抟婉言谢绝，说声“各自保重”后，便飘然而去。

是日早朝已毕，明宗差冯宰相亲到礼贤馆，请陈抟入朝见驾，加官晋爵，冯道领旨来到礼贤馆，只见三名美女被关闭在一间空室，却找不到陈抟，便问：“陈先生哪里去了？”美女回答：“陈先生自饮了御酒，把我们三人锁在这里，不知去向。”

冯宰相领着三位美女，进宫奏明圣上，明宗拆开书札视之，“赵国名姬，汉廷淑女，行尤婉美，身本良家。一入深宫，久膺富贵。昔居天上，今落人间，臣不敢纳于私家，谨用贮之别馆”。（南燕庞觉《希夷先生传》）陈抟上表答谢，并赋诗一首：

雪为肌体玉为腮，多谢君王送到来；

处士不生巫峡梦，空烦云雨下阳台。

明宗观后，叹曰：“陈抟先生既不贪图名利，又不喜爱美色，高尚异人也。”差人四处找寻，不见陈抟的行踪。

（二）二辞朝命：后周世宗慕道得隐语

陈抟的奇迹传遍了民间。州将罗彦威将陈抟的传闻，奏明后周世宗柴荣。当时世宗柴荣正处内忧外患之中，内忧赵匡胤掌管禁军兵权，似

有异心；外忧北汉、契丹、吴越为敌，他预感自己的江山不稳。《旧五代史·周书·世宗纪》称：“世宗之在位也，以四方未服，思欲牢笼英杰。”他想“举逸民，天下归心”，千方百计地招揽天下人才。听说陈抟神通广大，他大为惊奇，想把陈抟请下山来，为己所用。于显德三年（公元956年）十月，御笔亲书丹诏，派遣钦差大臣，持诏书，乘高车驷马，请陈抟出山。

陈抟随钦差来到国都汴京（今河南开封），这天，京城百姓及达官贵人，无不竞相一睹为快，可是他们看到的竟是睡在高车上85岁的老道，大失所望。进宫以后，周世宗在偏殿诏见陈抟，内史领着陈抟在金碧辉煌的殿堂之间穿行。陈抟边走边叹气，自言自语地说：“可惜，可惜！”他深知周世宗是位有道明君，自即位以来，关心民间疾苦，曾站在庶民立场，进行过一些改革，严惩贪官，裁减冗员，取消豪绅特权，减轻赋税，实行联防治安，使中原地区出现恢复和发展生产的清平景象，为统一中国创造了条件。

然而周王室气数将尽，柴荣生命难以长久，江山即将易主，无法挽回。

陈抟来到偏殿，见周世宗面南而坐。他作揖道：“贫道参见陛下，修道之人不行跪拜礼，请陛下恕罪。”世宗见陈抟身穿青色道服，肩上斜插拂尘，颇有仙人之风，不禁肃然起敬，说：“今日得见仙颜，寡人喜不自胜，我虽居九五之尊，但不过人间荣贵耳，仙师乃神仙中人也，岂能妄加凡礼。”世宗招手说：“锦墩赐坐。”待陈抟坐定之后，世宗说道：“寡人不幸，先皇早逝，朕以藐孤之身，忝承大统。今四海之内，干戈云扰，朕虽宵衣旰食，勤政爱民，终日乾乾，依然如履薄冰，似蹈虎尾之危。先生数十年修道华山，术通天人，早为世人所景仰。朕今恭请仙师出山，望能留驻仙踪，襄助国政，拯救元元。我封你谏议大夫，若能如是，不独寡人有幸，亦为国家之幸也。”

陈抟在锦墩上从容答道：“贫道山野之人，无用于世。况贫道嗜睡成性，虽箕帚小事，亦恐有误，岂敢妄言国事？承蒙陛下采录，贫道虽感激不尽，但却难以担当重任，有负圣恩，实难从命。”说罢，在锦墩上睡着了。

世宗说：“仙师长途跋涉，一路劳累，安排休息。”

陈抟“每寝处多百余日不起”（《宋史·陈抟传》）。周世宗显德三年，“召至阙下，令于禁中扃户以试之，月余始开，熟寝如故”（《太华希夷志》）。

实际上周世宗怀疑陈抟睡功有诈，把他关在房中加以考察，试验其睡功是否真实。陈抟闭门独睡，一睡月余方醒。世宗曾几次登门探望，见陈抟依然熟睡如故，只得叹息而去，遂深信不疑。

陈抟向世宗进睡歌一首，歌曰：

臣爱睡，臣爱睡，不卧毡，不盖被。

片石枕头，蓑衣覆地，南北任眠，东西随睡。

轰雷掣电泰山摧，万丈海水空里坠；

骊龙叫喊鬼神惊，臣当恁时正鼾睡。

闲想张良，闷思范蠡；

说甚曹操，休言刘备。

两三个君子，只争些小闲气。

争似臣，向清风岭头，白云堆里；

展放眉头，解开肚皮，打一觉睡！

更管甚红轮西坠。

（《太华希夷志》）

这首诗阐明了不管是电闪雷鸣，还是骊龙叫唤，他只是展放眉头，且一觉睡的超然心态、逍遥自在，所谓权势地位、荣华富贵都抛到九霄云外。他认为历史上的杰出人物像曹操、刘备之类，南征北战，不过是几位君子，只是争些闲气，到头来都是匆匆过客而已。歌中表现了一位隐者与世无争，力求保持自己的高尚人格与尊严的处世之道。他同封建统治者始终保持疏远的态度。

世宗向他请教治国良策，说：“寡人诏卿来，方期阴阳燮理，整治朝

纲，以安庶民。”陈抟答非所问：“臣总角慕道，壮岁游山，性同猿鸟，心若死灰，济世良策，未暇知也。”

周世宗为了缓和气氛，于是改换话题，问道：“素闻仙师善黄白之术，可以教人乎？”陈抟回答道：“陛下为四海之主，当以致治为念，奈何留意黄白之事乎？”（《宋史·陈抟传》）陈抟对世宗的请教，一口回绝。他不愿以道乱政，以方术取宠，却答以治国之道，委婉劝谏他不应该求黄白之术，这当会贻误国事，充分显示了陈抟的卓识远见和政治才能。陈抟敢触皇帝“逆鳞”，鲜明地提出“当以致治为念，奈何留意黄白之事”，劝说皇帝不要去追求那些危害生命、危及社稷之事。

陈抟的用意十分清楚，他不像有的道士沽名钓誉，专以奇幻道术，引发君主兴趣，达到升官发财的目的，把君主引向邪路；陈抟不愿让皇帝服用所谓丹药，去害君误国。只有淡泊名利的超人，才能真正达到这样高尚的境界。

把召见陈抟的原因说成是柴荣为求黄白之术，其实不然。周世宗为一代英主，其时的当务之急是完成统一大业，他哪有闲功夫留意黄白之事。因此，他召见陈抟的目的完全是出于政治上的需要，即笼络英杰，为我所用，以防危及自己的政权。

柴世宗“命为谏议大夫，固辞不受”（《宋史·陈抟传》）。

陈抟赋《叹世诗》一首，一表心志：

南辰北斗夜频移，日出扶桑又落西。

人世轻飘真野马，名场争扰似醯醢。

松篁郁郁冬犹秀，桃李纷纷春渐迷。

识破邯郸尘世梦，白云深处可幽栖。

大意是说，春夏秋冬，日出日没，世上名场争扰，如黄粱一梦，没甚意思。

世宗为了表彰陈抟的高洁，取其“白云深处可幽栖”之意，下诏赐号

“白云先生”。

世宗恳求地说：“仙师道贯幽明，未卜先知，能否对寡人的吉凶祸福、国运长短略言一二？”

陈抟请柴世宗命人拿来纸笔，略微思索片刻之后，提起笔来，一挥而就地写了四句隐语呈给世宗。他仔细一看，写道：“好块木头，茂盛无赛，若要长久，添重宝盖。”

世宗看后，觉得语意似乎若明若暗，自己有点似懂非懂。当世宗正在凝神思忖，准备抬头细问时，只见陈抟盘膝坐在锦墩上已经入睡，只听鼾声大作，他诧异万分，这要是换上别人，定要严加惩处，可是世宗知道像陈抟这种隐士，总是有些古怪癖性，所以也只好不加怪罪，命内侍将其送回房中歇息。

原来世宗姓柴名荣，因为他的姓和名都从木，正合陈抟所写的“好块木头，茂盛无比”的意思，况且第三句又有“长久”二字，不正是指后周王朝国运不衰吗！至于“添重宝盖”指的什么，他一时想不明白，他也不愿再去想它，只要前三句是说自己国运长久就是了。

其实，柴世宗完全误解了陈抟的寓意。世宗在位六年，日理万机，为国事操劳，只活了38岁。其子柴宗训继位为炎帝。赵匡胤取代后周建立了大宋王朝，这四句话的意思才完全昭然。原来“木”字头上“添重宝盖”正是“宋”字。所谓“长久”，也当然指的是宋王朝的天下。因为从赵匡胤公元960年建国算起，到公元1279年，陆秀夫背着少帝赵昺（音丙）在崖山投海殉节，南宋灭亡为止，宋王朝从北宋到南宋不绝如缕地苟延了近320年，在中国历代王朝中，亦可算是长久的了。

一日，世宗问陈抟：“京师丰盛若是，安肯弃寡人还山，不同治世乎？”陈抟坚持隐者立场，答道：“鸟兽栖于林藪，鱼鳖游于江湖，各有所乐耳。”

陈抟写了一首类似《竹枝词》的诗，呈给周世宗以表心志。

问君世上何事好，无过晓起睡当早；
庵前乱草结成衣，饥餐松梧常令饱。
因肮山石脚绊倒，不能起得睡到晓。
时人尽道臣憨痴，臣自憨痴无烦恼。

世宗知陈抟坚持不仕，一心还山，看了这首诗，见留陈抟无望，以为他似无异志，便放还华山。

后世宗为示关怀，以安其心，于显德五年（公元958年）又令“贡帛五十匹，茶三十斤赐抟”，并下诏令地方官，经常关心慰问。

（三）三辞朝命：宋太祖累诏不至

陈抟亲身经历了我国唐末五代封建割据战乱不休的时期，从公元907年朱温篡唐算起，到公元960年赵匡胤陈桥兵变，黄袍加身建立北宋王朝为止，经历了梁、唐、晋、汉、周五个朝代的兴亡，“乱哄哄、闹嚷嚷，你方唱罢我登场”。

正如欧阳修所说：“于此之时天下大乱，中国之祸，篡弑相寻。”“五十三年之间，易五姓十三君，而国亡被弑者八。长者不过十余岁，甚者三四岁而亡。”出现了“置君犹易变国若传舍”的混乱情况。当时南北各地还先后并存着大大小小的封建政权达十多个，历史上把这段封建割据称为五代十国，这是我国最混乱的年代。

社会变幻的急剧，人生命运的无常，对陈抟产生了深刻的影响。他观察到整个世界都在变化，“是以生生不息，变化万殊”。在不断的变化中，事物发生、兴盛和衰亡着，无不向其对立面转化，“日月运久而昏荒，山川奠久而崩塌，人物历久而衰败，气化传久而舛错”。（《玉论》卷五引陈抟语）

《青琐集》述“陈抟负经世之才，历五代之乱，每闻一朝革命，輶蹙数日”。

农民起义的叛徒朱温本为黄巢部下，叛巢降唐，于天祐四年（公元

907年)灭唐称帝,国号梁;后唐李存勖,沙陀族人,割据称帝;石敬瑭叛逆后唐,当契丹儿皇帝,而建立后晋;后汉亦是沙陀族人刘知远建立的朝代;后周是汉人郭威政变所建立。这一批军阀都是依靠杀戮而登基,因此建立的王朝都是短命的。面对这样的帝王,陈抟的“颦蹙”是很自然的。

陈抟每听到一次改朝换代的消息后总是紧皱双眉,多日闷闷不乐。有人问他,他闭起眼睛,不作回答。他深感悲伤而发出了“银河洒落翠光冷,一派回环淡晚辉”的哀叹!其忧国忧民之心,历历可见。

公元959年,周世宗柴荣撒手人寰,身后只留下20多岁的周太后和年仅7岁的儿子柴宗训。是年,宗训嗣位,是为恭帝。

重兵在握的殿前都点检、归德军节度使赵匡胤看恭帝母子一个是青年嫠妇,一个是黄口孤儿,形影相吊,软弱可欺,便起了异心,派其亲信去问陈抟:“赵将军一生中最得意的日子应在何时?”陈抟曰:“猴虎初四逢,双日现真龙。”于是赵制造舆论,说什么“后周气数已尽,将要改朝换代,有真龙出现”,同时赵匡胤暗地里联络将领假称契丹与北汉联军进犯。后周显德七年(公元960年)领旨亲自率兵北征。正月初三日,三军将士来到开封以北的“陈桥驿”,传令大军就地安营扎寨,并派帐下善天文占卜之术的苗训观察天象,此时夕阳残照,云气环绕,空中出现一明一暗两块阳光。

此时,帐中亲吏楚昭辅走来问道:“先生在此仰望,不知有何征兆?”苗训看了他一眼,用手指着天空说:“你看天上有两个太阳吧,被遮没的太阳是后周,如今气数已尽;而发着光芒的太阳,就是都点检赵将军。这是改朝换代的征兆。”后来苗训的话几乎传遍了军中。

次日,一群部将涌进赵匡胤的帐中,大声叫嚷着,要拥立他为皇帝。在他的兄弟赵匡义和众将的劝说下,赵匡胤披上事先备好的黄袍,众将校跪倒在地,高呼万岁,这就是历史上有名的“陈桥兵变”。大军遂班师回朝,迫使后周小皇帝柴宗训让位,赵匡胤曾兼任归德军节度使,因国德史称“宋国”,于是改国号“宋”。赵匡胤于正月初四日正式登基,史称宋

太祖,改元建隆,建都汴梁(今河南省开封市)。正应了陈抟的预言,“猴虎初四逢”,是赵匡胤登基的日子,即阴历岁次庚申年,申就是猴,正月是戊寅月寅即是虎初四为双头日子。

一日,陈抟骑驴过华阴市,市人相语曰:“赵匡胤在汴梁当皇帝了”,他听到这一消息,心情异常振奋,大笑坠驴,人问其故,他笑曰:“天下自此定矣。”从此,长期混乱局面结束了,庶民可以安居乐业了。



图 6-1 陈抟骑驴图

赵匡胤当了皇帝之后,拼命地搞中央集权,生怕部下模仿五代的样子篡夺他的皇位。北宋张舜民《画墁录》载:“太祖深鉴唐末五代藩镇跋扈,即位尽收诸镇之兵,列之畿甸……”,宋太祖采用“杯酒释兵权”之计,

解除了大将兵权,让其弟赵光义统领禁军,所谓“卧榻之侧,岂可他人鼾睡”(《谈苑》)。这对防止藩镇割据,稳定宋朝政局,具有重要作用。

赵匡胤对如何抵御外侮,却不放在心上,不去用武力征服北方领土幽云十六州,埋下了后来金兵大举南下的隐患,造成了“靖康之耻”——徽、钦二帝被俘的恶果。

赵匡胤处理好朝中应急大事,派使臣带着诏书去华山诏陈抟入朝。一月之后使臣回朝,奏明圣上:“我们到了华山,好像陈抟早已预先知道,我们在白云观他住的斋房桌上发现书札。”遂呈予赵匡胤:“九重天诏,休教丹凤衔来;一片野心,已被白云留住。”太祖看罢赞道:“真可谓千古佳句。”陈抟在信中表白了与白云为伴的心志。宋太祖遂愈加敬重陈抟,亲写诏书,第二次派使臣去华山,使臣在山上山下寻个遍,仍然不见陈抟踪影,只好回朝交旨。

太祖的两次诏书,陈抟的两次回表,来来往往,当朝君主意欲诏请高隐,为我所用;陈抟则力图摆脱权势,避而不见。宋太祖思贤若渴,并没有放弃诏请陈抟的意图。第三次差使臣去华山诏陈抟,并面示使臣,一定要把陈抟请来。陈抟料定宋太祖还会再派使臣来宣诏,跑到华山顶上南天门下,这里有一条深涧,其左崖倒倾45度,上面有一可容人的崖洞。陈抟为了躲避宋太祖的诏书,就住在这崖洞里,洞上陈抟亲笔写上“避诏崖”三个字。使臣住在华山微服私访,得到信息,于是带从人艰险上山,终于找到陈抟。宣读诏书,陈抟婉言谢绝,回奏上书云:“创业之君,必须尊崇体面,以示天下。贫道乃山野之人,谒见天子,多有不便,若行跪拜之礼,则违背我之野性;若无礼不跪,则有损于皇帝尊严,恐有慢君之罪,固不奉诏。”

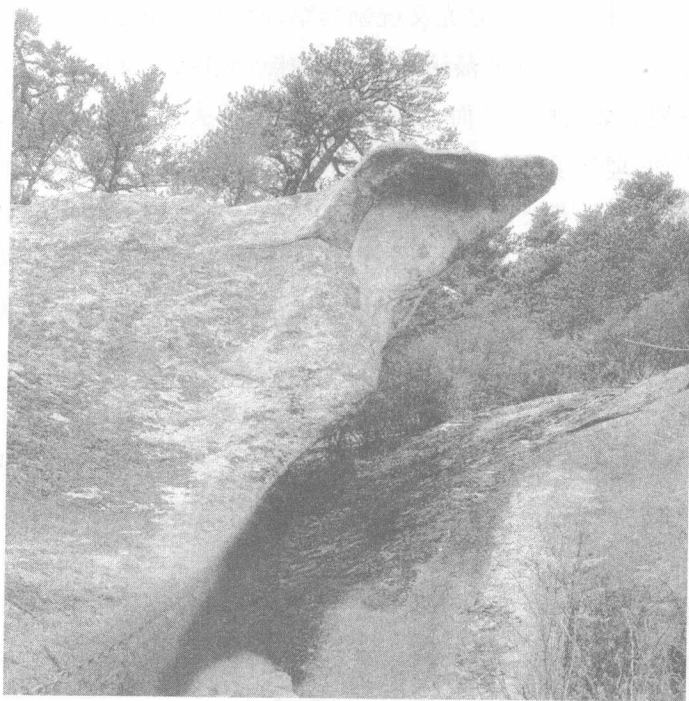


图6-2 避诏崖

宋太祖看后，长叹一声说：“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也，让他在华山修道成仙去吧。”

赵匡胤对陈抟能够礼贤下士，仰慕、诏请、封官重用，其态度是真诚的，表现了自己的宽厚仁德。

而在陈抟看来，“伴君如伴虎”，统治集团内部，为了权势，斗争十分激烈，他不愿介入这矛盾的漩涡之中，想做一个超然物外的仙人。

《太华希夷志》称“宋太祖累征不至”。他三次诏请陈抟，陈抟均避而不见。

据说，宋太祖派钦差前往华山向陈抟请教宋朝的国运前途如何，陈抟写了八个字“一汴、二杭、三闽、四广”，太祖不解其意，请陈抟解释，陈抟说“天机不可泄漏”，拒绝回答。后人猜测，陈抟预知宋代朝廷步步南迁，“由汴梁至杭州，而福建，最后到广东崖山而亡。”（《群谈采余》）

开宝九年(公元976年)赵匡胤身体欠佳,派使臣问陈抟,“朕的寿数还有多久?”陈抟对使臣说:“如果今年十月二十日晚开始天气晴朗,星光灿烂,主公还可寿延十二年,否则有不祥之兆。”赵匡胤到了那天晚上,亲自到太清湖边,观察天象。开始,天空晴朗,抬头看去,在浩瀚的夜空星辰闪烁,好像对他眨眼,赵匡胤十分高兴。但霎时出现团团乌云翻滚,迅速铺满天空。接着,电闪雷鸣,鹅毛大雪自天而降。当晚,赵匡胤头痛欲裂,卧床不起。晋王赵光义进宫探病,让内侍们全都退出寝门后,远远地立在外面。一会,众侍就见寝内烛影或明或暗,听得“咣当”一响,又听太祖一阵撕心裂肺的惨叫。然后,整个宫内一片寂静。

过了一会,晋王走到门外,大叫侍从去请皇后皇子前来。等大家来到太祖榻前,太祖已经驾崩了。

这就是历史上留下的“烛影斧声”的疑案。

从赵匡胤登基到驾崩,有三则政治预言,肯定是后人为了神化陈抟未卜先知而故意编造的。应该说此文有真实性同时也有虚构成分。

(四)四辞朝命:宋太宗三诏方赴阙

宋太宗赵光义即位后,改国号为太平兴国。他决心继续完成其皇兄赵匡胤统一全国的遗志,当然会想到有先见之明的华山陈抟。据《太华希夷志》记载:他曾三次诏请陈抟。

第一次诏请:太平兴国元年(公元976年)四月初十日,宋太宗差供奉官陈宗颜为使臣,携诏书和他亲笔写的御诗,前往华山宣诏陈抟。使臣由华阴县宰著作郎丁寿明接入县衙,四月十五日到达华山云台观。道士钟希晦向陈抟禀报说:“太宗皇帝派来的钦差要面见师父。”陈抟净手焚香,礼毕听诏:“诏曰:朕自即位以来,克服八方,威临万国;遐尔悉归于皇化,华夷亦致于隆平。知卿抱道山中,洗心物外,养太素浩然之气,应上界少微之星;节配巢由,道尊黄老。怀经纶之长策,不谒王侯;蕴将相之奇才,未朝天子,卿不屈于万乘;身奚隐于三峰,望风犹来,举朝称

贺。”其御诗云：

华岳多闻说，知卿是姓陈，
云间三岛客，物外一高人。
丹鼎为活计，青山作近邻，
朕思亲欲往，社稷去无因。

（《太华希夷志》）

陈抟听罢诏书并御诗，褒奖有加，思慕之情溢于字里行间，对丁寿明说：“贫道棲真物外，修炼山间，无意求名，有心慕道，不愿仕也。”即答回表及答诗一首。表云：“性同猿鸟，心若土灰，不晓仁义之浅深，安识行藏之去就？败荷作服，脱簪为冠。体有青毛，足无草履；有意慕羲黄之道，无心诵管乐之篇。《南华》、《道德》频看，黄阁玉堂绝念。数行紫诏，徒烦彩凤衔来，一片闲心，已被白云留住。苟临轩陛，貽笑圣明。”诗云：

九重特降紫泥宣，才拙深居乐静绿。
山色满庭供画障，松声万壑即琴弦。
无心享禄登台鼎，有意求仙到洞天。
轩冕浮荣绝念虑，三峰只乞睡千年。

陈抟的表与诗反复申明“心若土灰”、“不晓仁义”、“有意求仙”、“无心享禄”；表现出“终志不仕、与世隔绝的思想”。陈抟将答表及答诗递交给使臣，宋太宗的第一次诏请就这样被陈抟委拒了。

第二次诏请：同年六月初三日，太宗派供奉官张素真为使臣，再持诏书前往华山，使臣来到陈抟住地云台观，见道童正在扫地，问道：“陈抟仙师在否？”答曰：“师父于寝室熟睡正浓。”，使臣又问：“如何叫醒他？”道童说：“击旁边的金钟会醒。”果然一击金钟，陈抟就醒来了，使臣进前见

礼说：“太宗皇帝特派我再次诏请先生。”遂宣读诏书云：“朕伏惟先生白云隐士，碧洞高人；悟大道之玄门，达希夷之奥理。朕叹韶光之甚速，迅景难留；忽暑往以寒催，渐颜衰而鬓改。虽达治世之略，未谙炼性之机。废寝忘餐，思贤若渴；望先生暂离洞府，跨鸾鹤以飞来；伫立宫闱，列簪缨以敬待。”（《太华希夷志》）

太宗又写了一首《赠陈抟诗》，云：

曾向前朝说白云，后来踪迹杳无闻。

如今若肯随征诏，总把三峰赐予君。

不料陈抟矢志学道，不慕浮荣，仍然修表、咏诗婉辞，其回表云：“伏念愚拙，深潜涧壑，误蒙天恩。臣无诸葛之奇才，君有汉皇之厚德。臣山麋之性，野鹤之姿，冠簪独羡乎逍遥，轩冕难禁乎羁束，高卧苍龙之岭，蝶梦悠扬；闲看玉井之莲，诗魂浩荡。餐烟霞于洞口，采薇蕨于林间，林履徜徉，身心懒散。炼炉中之丹药，远拟登仙；避世上之虚名，屡防嫁祸。赖遭逢乎尧舜，可疏放其巢由，幸尽余生，遐瞻圣代。”

同时，陈抟又赋七绝诗二首：

一

坐逢圣代即尧年，草泽愚人也被宣。

自笑形骸元懒散，才疏安敢望朝天。

二

调和四气凭烧药，修炼千方只要安。

黄阁高官无意恋，闲居佳境胜为官。

表与诗充分表露了陈抟的隐者心态，只愿高卧华山，一心修炼，以图登仙，强似做官。

他称许太宗为“尧舜”，其目的是要他效法尧舜，任随巢父、许由隐居遂志。这是唐尧时代的两位高士，尧要以君位禅让给巢父，巢父不受；又欲以天下禅让给许由，许由也不受，逃至岐山脚下，农耕而食。太宗上次诏书中既已称赞陈抟“节配巢由”，故陈抟顺水推舟，希望太宗“疏放其巢由”，以成全其隐居求道之志。

第二次诏请的结果与第一次一样，又被陈抟谢绝，未能如愿。使臣张素真回朝上奏太宗，太宗阅过表和诗，坐思良久，龙颜不悦。

第三次诏请：一日早朝，太宗传问百官之中有谁能言善辩，可往华山三诏陈抟入朝。有人推荐内藏库副使葛守忠，太宗准奏宣他入宫，面受机宜，命他前往华山，务将陈抟请下山来。葛守忠于太平兴国二年（公元977年）七月七日携带太宗三请陈抟御笔诏书和《复诏陈抟诗》，第三次前往华山，到达云台观不见陈抟，值观道士杨子遵禀道：“仙师已知皇帝还会再派钦差前来宣诏，到山上玉泉院坐静去了。”葛守中让道士引路上玉泉院找到陈抟，礼毕向他宣诏：“朕上承天命，下抚民心，兵消而四海咸宁，化行而八方无屈。位临有众，含哺鼓腹以同歌，道体无为，凿井耕田以安业。知大贤之生世，海宴河清；望君子以救时，风行草偃，身未离于岩壑，名满寰区，志恒想于蓬瀛，心游寥廓。朕素知轩后博施之德，实歉广成修养之方。地僻虽深，王泽所及，伊尹就征而适亳，孟轲随聘以至梁。命有相从，礼无多让。”

御诗曰：

三度宣卿不赴朝，关河千里莫辞劳。

凿山选玉终须得，点铁成金未见烧。

紫袍绰绰宜披体，金印累累可挂腰。

朕赖先生相佐辅，何忧万姓辍歌谣。

这第三次诏书与御诗，可说是威逼与利诱并施的典型，太宗先美化

自己：“上承天命，下服民心”、“四海咸宁”、“八方无屈”，表明自己是位英明君主；接着以“紫袍披体”、“金印挂腰”加以劝诱入朝做官；最后露出威逼口吻，“凿山选玉终须得，点铁成金未见烧”，意思是说美玉终将弄到手，铁石不烧不成金，这一把火是烧定了，望你效法伊尹就征为是。陈抟仍然复辞天使，坚不赴诏，葛守忠凭其三寸不烂之舌，反复开导陈抟并晓以利害，他说：“宣命诏三次，先生不可故辞，岂不闻《鲁论》云，‘君命召，不俟驾行矣’，诏旨岂宜抗拒？又《诗经》云，‘溥天之下，莫非王土，率土之滨，莫非王臣’，不可辞也。”接着葛守中又赋《赠陈抟》诗一首：

华岳三峰客，幽居不记年。
烟霞为活计，云水作家缘。
种药茅亭畔，栽松涧壑边。
暂离仙洞去，可应帝王宣。

陈抟忖思，这一连三次诏请，看来圣意已决，无法推辞。他强忍内心的伤感，忿然写了一首《赴诏答葛守中》诗：

鹤氅翩翩即散仙，蒲轮争忍利名牵。
流连华岳伤心别，回顾云台望眼穿。
涉世风波真险恶，忘机鸥鸟自悠然。
三峰才欲和衣倒，又被天书下日边。

陈抟出于无奈，只好违心地应诏，去领略“涉世风波”的险恶境况。临行前向老师麻衣道者告别，请教如何处理人非的问题，并写《别麻衣道者》诗一首：

华岳峰前两路分，数间茅屋一溪云。
师言耳聩持之久，人非人非闻未闻。

麻衣道者《答陈抟》诗云：

独坐茅庵迥出尘，亦无衣钵日随身。

逢人不话人间事，便是人间无事人。

陈抟心领神会，随同使臣进汴梁。太宗闻信，急命在延英殿接见，以宾礼相待。陈抟见太宗，长揖不跪说：“贫道山野之人，覬见陛下。”太宗赐坐，见陈抟身穿羽服，头戴华阳巾，脚蹬草履，年过百岁，而有壮容，颇有仙风道骨，欣喜地说：“寡人有幸得见仙师。有朋自远方来，不亦乐乎。”太宗为了解除陈抟的疑虑，减轻紧张气氛，开始用诗对话，太宗赋诗问：

知卿得道数余年，镇日常吞几粒丹？

可讶鬓边无白发，还疑脸上有红颜。

终宵寝向何方观，清晓斋登甚处坛？

肯为眇躬传妙诀，寡人拟欲似卿闲。

这首御诗表明，君主对陈抟的关心体贴之情，同时也想学习养生之道。

陈抟针对君主的诗意，遂答诗云：

臣今得道几经年，每日常吞二气丹。

仙酿饮时添漆鬓，蟠桃食后驻童颜。

夜深只宿云台观，晓起斋登法录坛。

陛下问臣修养法，华山深处可清闲。

（《太华希夷志》卷上）

太宗听了陈抟的答诗，十分高兴，在一种宽松的心情下对话，遂改话

题说：“朕自即位以来，决心完成全国统一大业，将要举兵征讨北汉刘继元，仙师逆知天意，善言吉凶，望为寡人预卜河东之役，胜负如何？”

陈抟沉思良久，只是摇头不语。太宗有些不快地说：“今北汉丑类，勾结契丹，累抗天兵，寡人吊民伐罪，天诛有加，应天承命，仙师为何示意不可？”

陈抟这才开口说道：“陛下兴师问罪，混一字内，本是天意所归，然刘继元势气未衰，出师不利。待到三年之后，再行天讨，定能剪除顽敌。”

这是天子的唯我独尊与陈抟的审时度势形成了差异。陈抟直言敢谏，更是无人可及的，充分显示了一位高道的正直、旷达，置个人荣辱于度外的思想品德。

太宗说：“仙师年岁已高，暂且住下歇息。”命中书省安置陈抟在御花园一处静室休息。

太宗对陈抟谏止征讨北汉之事，虽然有些听不进去，但又认为陈抟的意见有些道理。接着召集赵普、石守信等重臣大将商议军机，将帅们都认为大军前锋抵近北汉边境，衅端已经开启，欲罢不能，只好火速进军。果然不出一月，太宗接到前线战报，北汉军队据城固守，并向契丹告急，契丹援军与北汉会合坚壁清野，宋军粮草辎重每遭截夺，五路大军只得全线撤退，损兵折将，大败而回，宋太宗方知陈抟的预见是正确的，妄图违抗天命，终于劳民伤财，大挫士气。于是将陈抟请进宫来，准备大加赏赐。可是，陈抟一概加以辞谢说：“贫道草泽之身，粗衣粝食，本是修行之求，岂敢妄想锦绣膏腴，贪图物欲？贫道所需，不过静室一间，平日修行悟道，别无所求！”

太宗皇帝在建隆观为陈抟辟静室数间，陈抟就这样住了下来。

太平兴国三年（公元978年），吴越王钱俶以所辖十三州降宋。太平兴国四年（公元979年），有一天太宗皇帝诏见陈抟说：“朕三年前出兵征讨北汉刘继元，未听仙师忠告，致使损兵折将，愧对三军将士。请问仙师，朕欲发兵征讨北汉如何？”

陈抟对曰：“日前贫道夜观天象，紫微帝座光芒四射，并州（太原属并州）分野星光暗淡，太原刘氏国运已尽，大宋王朝统一九州，乃千载难逢

之良机也。”太宗抓住陈抟所说的良机，立即号令三军，克期出发，御驾亲征。大军一路过关斩将，势如破竹，不出两月直抵太原城下。围攻数日，北汉主刘继元见契丹救兵不至，太原城危在旦夕，只好面缚銜壁开城降宋。至此，从唐末以来，四分五裂地割据了70余年的中国版图，才又重归统一，实现了陈抟国运长久的预言。

夜静时，陈抟住在建隆观，在床上辗转反侧睡不着，听禁鼓响，乃吟《叹世诗》二绝：

一

千门万户锁重关，星斗排空静悄然。
尘世是非方欲歇，六街禁鼓漏初传。

二

银河斜转夜将阑，枕上人心算未闲。
堪叹世尘名利者，多应牵役梦魂间。

陈抟初到京师，所听到和看到的是“是非欲歇”而“心算未闲”，这名利、是非之地，不是百岁老人所居之所，“睡仙”好不容易捱到五更，听到晓钟敲响，浮想联翩，又吟诗一首：

玉漏将残月色沉，一声清响透寒音。
能催野客思乡切，暗送离人起恨深。
窗下惊开名利眼，枕前唤觉是非心。
皇王帝伯皆经此，历代兴亡直至今。

陈抟想到的是官吏的“名利眼”、“是非心”，而勾引起来的却是自己“思乡切”、“起恨深”。

一日，太宗召见陈抟，从容问道：“朕欲以昔日的尧舜治天下，不知可

乎？”陈抟博古通今，能言善辩，借题开导太宗，答道：“臣闻尧舜土阶三尺，茅茨不剪，其迹似不可及，然陛下若能以无为清静为治，即今之尧舜也”。（《太华希夷志》）。意思是：古时尧舜住的是土墙草房，比较简陋，如今陛下住的是楼台殿阁，金碧辉煌，两者怎能相比呢？社会是向前发展的，然则能以无为清静而治天下，同样能达到太平盛世，就是今日的尧舜了。太宗听后大悦，但对这“无为清静”四字是理解不深的，因它具有道家思想的内涵，就是老子所说的：“我无为而民自化，我好静而民自正，我无事而民自富，我无欲而民自朴。”

太平兴国九年（公元984年），太宗把陈抟请入宫中，益加礼待。谓宰相宋琪曰：“抟独善其身，不干势利，所谓方外之士也。抟居华山已四十余年，度其年近百岁。自言经承五代离乱，幸天下太平。与之语，甚可听。”

因遣御使送至首脑机关中书省察看，宋琪从容问曰：

“‘先生得玄默修养之道，可以教人乎？’对曰：‘抟山野之人，于时无用；亦不知神仙黄白之事，吐纳养生之理，非有方求可传。假令白日冲天，亦何益于世？今圣上龙颜秀异，有天人表，博达古今，深究治乱，真有道仁圣之主也。正君臣协力同德，兴化致治，勤行修炼，无出于此。’”（《宋史·陈抟传》）

陈抟在京城数月，看到了经济发展的繁荣景象，肯定了太宗是“仁圣之主”。唐末五代长期混战，广大庶民，厌乱思治，太祖、太宗能够统一国家，天下太平是无可非议的。陈抟主张：“君臣同心合德，兴化致治，以无为清静”的治国思想，符合休养生息、发展生产的客观要求。他促使国家繁荣，社会安定的言论，顺应了历史进程的需要。

宋琪对陈抟称赞不已，将他的这番言论奏明太宗，太宗甚为重视，下诏说：“陈抟一代高人，累朝逋客，慕我隆平之化，来修覬謁之仪，不有嘉名，何彰贞范。”（《太华希夷志》）

太宗下诏赐号“希夷先生”，布告天下，又“赐紫衣一袭，留抟阙下

……太宗屡与之属和诗赋。”（《宋史·陈抟传》）。

希夷者，取自老子《道德经》第十四章：“视之不见名曰夷，听之不闻名曰希。”其本意是用来形容道体的虚无。

一日，太宗与陈抟同登东角楼，闲观市肆，见红日升高，而富人刚才起床，太宗赋诗道：

人人未起朕先起，朝来万事攒心里。
可美东京豪富民，睡至日高犹未起。

太宗表白了自己起早睡晚，为臣民操心的态度。

陈抟站在庶民角度回诗云：

昨夜三更梦里惊，一声钟响万人行。
多应又是朝金阙，臣自无官睡到明。

次日上朝，拜陈抟为“谏议大夫”，陈抟坚辞不受，作《退官歌》一首：

道能清，道能静，清静之中求正定。
不贪不爱任浮生，不学愚迷多惶怍。
时人笑臣不求官，官是人间一大病。
官卑又被人管辖，官高亦有人趋佞。
或经秦，或经郑，东来西去似绳引；
直至百年不曾歇，算来争似臣清静。
月为灯，水为镜，长柄葫芦作气命；
出入虽无从者扶，左有金龟右鹤引。
朝日醉，长不醒，每每又被天书请，
时人见臣笑呵呵，臣自心中别有景。

这首《退官歌》表述了一位隐者看破红尘的超然心态，只图清静，不愿做官。做了官往往趋炎附势，很难正定，而隐者则不同，“月为灯、水为镜”，日有金龟、仙鹤伴随，长睡不醒，何等自在。

一次太宗诏见陈抟，向他恳求济世安民之术。先生不免索纸笔书之“远、近、轻、重”四字。太宗不谕其意，先生解之曰：“远者，远招贤士；近者，近去佞臣；轻者，轻赋万民；重者，重赏三军”。（此四句是陈抟研究历史经验，针对当朝提出的治国方针，体现了儒道两家治国安邦的理论精华，也是对封建帝王统治经验的高度概括，正切中时弊，具有重要价值，可见陈抟确有济世安民之才。）太宗听后大悦。

陈抟再次写诗进献太宗要求回山，诗曰：

草泽五皇诏，图南抟姓陈。
三峰千载客，四海一闲人。
世态从来薄，诗情自得真。
气全麋鹿性，何处不称臣。

（《澠水燕谈录》）

太宗嚼着诗味，知陈抟去意已决，无法挽留，只得应允。

临至出京，太宗“即赐宴便殿”，诏宰臣两禁（朝廷命官）赴宴，赋诗以宠其行，在给陈抟送行中写道：

赐诏陈抟，一代高人，累朝遍客；
慕我隆平之化，来修觐谒之仪；
不有嘉名，何彰贞范。

诗中对陈抟作出很高的评价。

陈抟遂赋《辞朝诗》云：

十年踪迹踏红尘，为首青山入梦频。
紫陌纵荣争及睡，朱门虽贵不如贫。
愁闻剑戟扶危主，闷听笙歌聒醉人。
携取旧书归旧隐，野花啼鸟一般春。

诗以言志，陈抟决计归隐，那种“紫陌”、“朱门”的豪华奢侈，不如甘居清贫。他只愿意恬卧松石，与野花啼鸟相伴，得天地自然之乐，其乐无穷。

临别时，太宗特赠赐陈抟许多龟、鹤、鞍、马、布帛、茶等物，陈抟一概不受。如此殊礼相待，更使陈抟名震朝野，由是海内无贤不肖闻风而慕之，其愿操几杖以师事之者，不可胜数。

第七章 一生命运诗中藏

——陈抟的相术传闻

陈抟相人术与麻衣道者齐名，是一代相术大师，在相术史上占有显著地位。凡经他相过面的人，从皇帝到庶民，百不失一，应验如神。

这里从诸多陈抟相人轶事中，收集选编出八篇短文，观之耐人寻味。

（一）一生命运诗中藏

山东鄆城县有一位举子张咏，此人才华出众，下笔珠玑，但性情高傲。

太平兴国二年，赴汴京考进士。张咏平日自认为才高八斗，早就跃跃欲试。当他进了考场，展开卷子一看，只见试题为“不阵成功赋”，原来太宗皇帝听从陈抟告诫，决定亲征北汉刘继元，所以这个题目的意思是说，这次亲征将如摧枯拉朽，连军阵都不用展开，就会马到成功。

张咏见后，立即笔走龙蛇，奋笔疾书，不一会儿就洋洋洒洒地写好了这篇文章。他对文中“戢卧鼓，岂烦师旅之威；雷动风行，举顺乾坤之德”这一对偶，得意非凡，认为不仅辞章漂亮，而且紧扣主题，歌颂了太宗应天承命之大德。他自命不凡地认为，这篇文章当然应盖过全场，今年状元及第，非己莫属！

出乎张咏意料，阅卷主考官认为，他的文章，对偶失韵。原来自唐代

开科取士以来,文章均有一定格式,要求撰写骈体文。骈体文每组对偶之间的字、词都必须遵守严格的格律,要合乎平仄,对仗工整。张咏文章只顾及阐述题目中心,追求词藻华丽,却忽略了格律方面的细节,不仅没有考中状元,连一般的进士名额都没有捞上。

张咏对自己的考试文章估价过高,对落榜毫无思想准备,所以名落孙山之后,万念俱灰,愤怒已极。他将自己的儒服撕成碎片,发誓不再走这条功名科举之路。

他久闻陈抟大名,于是来到建隆观谒希夷先生,想要投身为徒,从此遁迹空门,不再干预人事。找到陈抟修行道房时,只见一个鹤发童颜的老道,盘腿端坐在蒲团上面,低眉垂目,凝神独坐。张咏不敢打扰,于是拱手肃立,站在一侧。大约过了一个多时辰,这时陈抟才慢慢地抬起头,张咏连忙长跪叩首说:“小生张咏,前来叩见仙师,乞请接纳为弟子,愿一生洒扫劳顿,伴随仙师。”

陈抟对他凝视片刻之后,叹了口气,说:“公子秀外慧中,修道必有所成,贫道本想收纳为徒,但顷观面相,公子尘缘未尽,子当贵为公卿!”

张咏听后,依然俯伏在地,恳求道:“功名仕途,风波险恶,小生早已心灰意冷,今日只求在方寸之中留片净土,跟随仙师,庶几得成正果。此意已决,望仙师慈悲为怀,为小生超度罪孽!”

陈抟见张咏这副坚求不懈的样子,不禁略带惋惜神色,对他说道:“只因公子与贫道命中无师徒缘分,并非贫道蓄意刁难。况公子性情浮躁,尚无学道根基,道家殿堂岂是公子盘桓终身之所!”这时陈抟见张咏想要开口说什么,于是连连摇手止住他说:“公子不必多言,今年科场失意,贫道尽知。公子仕途禄相,不在今日,故有此落第之厄。三年以后,公子就当金榜题名,从此仕途通达,虽然一生辛苦,但匡辅帝室,功不可灭。公子之于国家,譬如宴席上正高朋满座,笙歌鼎沸,突然火起,众人均束手无策,幸有赖公子灭之。”说到这里,陈抟取来纸笔,挥毫写了一首《赠张咏》:

征吴入蜀是寻常，鼎沸笙歌救火忙。

乞得江南养闲地，却应多谢鬓边疮。

张咏读后，不解其中诗意，只见陈抟低垂双目，闭口不言。

当时还想问明白，但突然耳边响起了一片鼾声，定睛一看，只见陈抟早已在蒲团上甜甜地睡沉了。张咏本是一腔激愤，听了陈抟这一阵子仕途指点，不禁有些心动。现在见陈抟这副熟睡的样子，也觉得无可奈何，只好快快地离开了建隆观。

太平兴国五年，张咏果然进士及第。先任枢密直学士，后奉命到吴地杭州征讨扑灭僧绍伦的妖蛊之乱。西蜀益州王小波、李顺起义，朝廷多年用兵，均无效果，后张咏任益州知州入蜀赴任，路过华阴时，忽然明白了陈抟的诗意，大为感叹，给陈抟写了一首诗：

性愚不肯林泉住，刚欲清流拟致君。

今日星驰剑南去，回首惭愧华山云。

从西蜀回来，张咏难忘陈抟，又赠诗一首：

人生大抵重官荣，见我东归夹道迎。

应被华山高士笑，天真丧尽得浮名。

张咏在益州对农民起义恩威并施，平定了王小波、李顺。此时，张咏方才明白，陈抟当年所说“征吴入蜀”、“鼎沸笙歌救火”之说并非虚言。此后，益州凋敝，百废待兴，公务繁忙，张咏多次表奏太宗皇帝，请求调任公务清闲的官职。由于他治理益州有方，太宗不许，传诏对他说：“得卿在蜀，朕无西顾之忧矣！”其亲信如此。

后来，张咏鬓边突然长疮，苦不堪言，时太宗已薨，真宗即位，帝听说张咏备受鬓疮折磨，十分同情，特别恩准他住金陵（今南京市）养病到死。

陈抟当年所说,句句都得到了验证。

(二)“神相”相人验如神

且说希夷先生自太平兴国初来到都城汴梁,太宗皇帝赐居建隆观的数年里,还有不少达官贵人、世家名流前来请求相命。陈抟既不闭门谢客,也并非来者不拒。有的数度登门,均逢高卧,不得一见;有的首次踵门,陈抟即欣然接待,畅言寿禄。此中均有夙缘,绝非强求所致。

太平兴国二年,朝廷开科,汴梁城里,士子云集,大家都焦急地盼望这场考试,都希望有幸身登皇榜,便会立刻身价百倍,衣锦还乡。这时有三个前来参加殿试的举子相遇在旅舍里。第一个是河南府人,姓吕名蒙正;第二个是山东曹州人,姓张名齐贤;第三个是洛阳郡人,姓郭名延卿。三个人都对即将来临的进士考试惴惴不安。他们听举子们说建隆观里的陈希夷先生道术高深,相命如神,于是三人相约前去,想问彼此在这场考试中的运道福分。

当他们来到陈抟所在道房,通报姓名参拜之后,吕蒙正首先开口问道:“仆等躬逢盛世,早思有以报效国家。今圣上亲临殿试,择士于畎亩之中,实为仆等终身幸事。仙师术可通神,故恭请为仆等略而言之,是否有为国家作犬马奔走之幸?”

陈抟对他们三人审视一遍之后,站起身来,首先向吕蒙正拱手作贺说:“恭喜吕公子文星高照,今年大比不仅进士及第,还将题名第一,荣登天下首魁,贫道此提前为状元公道喜!”说完之后,转过头对张齐贤说:“张公子也将进士及第,然传胪以上名次,均无福分,虽然如此,也仍然可喜可贺!”古时科举考试的殿试为最高等级,合格者即是进士。殿试成绩分三甲,一甲的第一名称“状元”,第二名称“榜眼”,第三名称“探花”,二甲的第一名称“传胪”。

吕蒙正听说自己将有状元之庆,不禁欣喜若狂,溢于眉宇之间。这时,陈抟又继续说道:“二位公子进士及第,尚不是福禄尽头,今后均秉衡国政,位居宰辅,而张公子禄相犹为丰厚,吕公子虽状元及第,亦将有所

不及。”

这时，吕蒙正和张齐贤才忽然想起陈抟对郭延卿尚未置一言，于是齐声说道：“适才仙师厚望，仆等当铭记不忘。今尚有郭公子延卿在堂，先生未置片语，不知何故？”

陈抟微微叹了口气说：“郭公子禄相命薄，贫道实不忍道及。今既穷诘，只好略言一二。”说到这里，陈抟颇为惋惜地说道：“郭公子才学有余而禄命不足，只是在吕公子作相之后，方能始得任命，其终身也不过是一地方官职而已。”说完之后，陈抟微微摆手，示意他已无话可说。于是郭延卿怀着懊丧心情，吕、张二人也将信将疑地回到寓所。

正如陈抟所说，太平兴国二年殿试，吕蒙正高居榜首，中了状元，张齐贤果然只是进士及第，而郭延卿则名落孙山。

此后，吕、张二人在宦途上一帆风顺，俱先后任居宰辅，荣禄终身。其中张齐贤更是长期历居显宦，宠幸无比。《宋史》说他“四践两府，九居八座，以三公就第，康宁福寿，时罕其比”。

而郭延卿一直潦倒。吕蒙正任宰相后，十分同情他，才任命他为校书郎的小官。后来张齐贤作了宰相，见郭延卿仍在作校书郎，于是对其时任秘书监的张宗海说：“你为我草拟一份给皇帝的奏书，推荐郭延卿担任一个‘京官’职务。”也就是委任他一个中央政府中的官职。但张宗海在起草奏书时，一时疏忽，竟将“京官”写成了“职官”，当真宗皇帝批复之后，已无法变更，郭延卿果然只得了一个若干年前陈抟所预言的地方官职。

还有一例：清源王世则和韩见素、赵谏议结伴一起拜访陈抟，到了陈抟那里，王世则穿戴得像个奴仆拜倒在台阶下。

陈抟见了，说：“侮人者自侮也！”说罢，他对王世则深深一揖，请他上座，其他人则坐在他的下手。安排妥当，陈抟对大家说：“王公日后的地位必定在你们之上，我们今日幸会，就这么依次而坐吧。”众人一听，信疑参半。第二年，王世则官运亨通，地位果真高居众人之上，那天在座的，全都在他之下，众人这时方才大彻大悟：陈抟真是金口玉言，像个神仙！

(三) 日后必为贵妇人

有位叫王克正的贵官死了，其家修佛事，为道场，身边只有一个女儿，才十多岁。陈抟前去吊唁，见其女披麻戴孝跪于棺前。陈抟对同去的人说：“王氏之女，日后必为郡夫人。”几年以后，晋公陈恕做了参政，参政为宰相副职。有一天坐在太宗身边奏事，太宗问道：“卿娶谁氏，有儿子？”陈恕答道：“臣无妻，今有二子”。（按：亡妻生二子）太宗说：“王克正江南旧族，身后唯一女，颇闻令淑，卿可作配。”晋公说自己年纪大了，尚有两个儿子，不愿续弦，太宗再三开导敦促，晋公不敢违命，于是娶了王家女为妻。没过几天，王家女被封为郡夫人，便应了陈抟的话。

(四) 遥知帝王立嗣心

宋太宗已经登基十三年，尚未立嗣。长子赵元佐，性情乖张暴戾，因未参与御宴，便一怒之下，纵火焚烧宫殿，被废为庶人。其余皇子中只有寿王赵恒温恭仁厚，太宗有意立为太子，但仍在犹豫之中。这时，太宗又想起了华山上陈抟，他想：我和太祖落魄之时，陈抟就一下相中有九五之尊，今又遇主嗣大计，难以定策，何不再次请他下山，为诸皇子一一相面。

正当太宗皇帝想到这里的时候，内侍忽然禀报说：“华山道士陈抟宫门求见！”太宗听后，又惊又喜。惊的是陈抟竟如此神通天人，逆知人意；喜的是此时正需他襄助立嗣，他的不请自来，真算是及时雨降。于是立即宣诏进宫。

太宗赐坐问道：“十年前先生抛弃寡人，重返仙山，今日突然来此，不知究有何意？”

陈抟回答说：“贫道虽身居山野，但却逆知陛下心中正有疑虑之事，正为陛下决疑而来。”

太宗知道陈抟对自己心中隐私，完全了如指掌，于是将选择储君之事，如实向陈抟道出，并建议说：“先生可否为诸皇子一一相面，然后与寡人剖析所见？”陈抟听后微微点头。

为了不使诸亲王生疑，陈抟由内侍陪同，一一造访各亲王府第。

太宗有皇子数人，陈抟逐一看过之后，都只是摇头不语。最后来到了寿王赵恒住的东宫，相过几位寿王府中的佣人就走。当内侍向太宗禀报之后，太宗感到莫名其妙，于是在延英殿诏见陈抟。太宗问道：“朕烦先生去为寿王相面，此事事关国运社稷，为何过门而不入？未见面，安知之，竟然如此草率，将何以报寡人？”

陈抟微微一笑说：“贫道当然有向陛下禀报之事！该看的贫道都已经看过了。”

太宗感到十分奇怪，连忙问道：“先生府门未入，并没有与寿王相面，何谓该看的都已经看过？”

陈抟并不正面回答太宗问话，仍以一种十分令人费解的方式说：“寿王府门前的许多人，我都一一相过，这怎么不是该看的都看了呢？”

太宗依然不太明白，于是继续反诘说：“寿王府的门人与寿王何关？”

陈抟仰天大笑说：“当然有关！陛下有所不知，贫道见寿王府中门人均有将相之命，如见三人坐于府门之内，问其姓名，则曰：张旻、杨崇勋和郭承祐，他日必为将相。既然如此，贫道又何必一定面见寿王？”说到这里，陈抟见太宗皇帝露出一丝笑意，似乎是说：先生之言正合孤意。于是继续说道：“依贫道之见，寿王必将是一个英明的太平天子！”

太宗听后，微微颌首，虽然一句话也没有说，但立寿王为嗣的大计已定。

后来太宗驾崩之后，赵恒继位，这就是宋真宗。他把自己宫中的张旻、杨崇勋分别封为宰相、太尉等要职，皆如陈抟之相也。真宗在位期间，与辽国萧太后签订了“澶渊之盟”，宋王朝过了段边境无事的太平岁月，应了陈抟的预见。

这次太宗召见陈抟之后不久，陈抟又一次不辞而别。走后留下字条一张，上面写道：“一朝欣然辞汉阙，白云深处好栖身。”太宗见后，感叹良久，然后说道：“朕与希夷先生的尘缘，看来到此为止了。”果然从此之后，陈抟就再也没有下过华山，不经年就飘然仙逝，真的了结了他和大宋王

朝君主的一段尘缘。

有关宋太宗选定王位继承的记载，既说明陈抟善于相人，也说明陈抟善于领会皇帝的意图。他料知太宗要立寿王为帝，要他历相诸王，不过是借助他的相法，让诸王顺从而已，从此可以看到陈抟具有经世致用之才。

(五)夜半救母令儿归

“有郭沆者，少居华阴，夜宿云台观。抟中夜令趣归，沆未决，有顷复曰：‘可勿归矣，明日沆还家，果中夜母暴得心痛，几死……’”(《宋史·陈抟传》)。

大意是：华阴县城有位叫郭沆的读书人，上山有事经陈抟允许，夜宿云台观。陈抟半夜敲门，令郭沆速起回家，郭沆心里纳闷怕山路难行，正在犹豫不决，陈抟不加说明，又来催促，郭沆起来，走了一段山路，感到山风寒冷，走而复回，坐在床上出神，陈抟说：“可勿归矣。”次日黎明，陈抟再次面见郭沆说：“昨夜你母亲患心痛病死了一个时辰，又活了，须知，近日仍有危。”郭沆闻知大惊欲哭，陈抟安慰说：“快回家吧！”遂取出一包中药说：“给你母亲煎服，或许有救。”郭沆一路急行，跑回家中，家人哭诉母亲的病情，正如陈抟所说。忙将中药煎好，给母亲服下片刻，居然坐起，几天之后病愈。郭沆感激不尽，面见陈抟，拜伏于地，千恩万谢。

郭沆到处颂扬：“陈抟是位活神仙，能预知人间吉凶生死，治病救人起死回生。”

(六)解难赠药救清官

华阴县令王睦为官清正，勤政爱民，从不忍心滥用刑罚。而且，此人生性聪明，治县有方，因而受到当地民众的拥护。

一次，陈抟到华阴县去拜访王睦，王睦听说陈抟来了，急忙出门相迎。

陈抟随他进官宅坐定后畅谈友情，王睦说道：“我刚得了一点美酒，

好像知道先生会来似的！”王睦旋即吩咐佣人去洗涤器具，为陈抟备酒。他们边喝、边谈。

陈抟凝视王睦说：“明年你有大祸临身，我今为此而来，像你这样的好官，能够守身如玉，造福一方，难能可贵！可惜为当地官绅所不容，遭受不白之冤，祸不单行，君有灾难，理当救助”，遂掏出一包药递给王睦说，“先放好，有病时再服。”王睦起身再拜，称谢不已，陈抟拜别回山。

第二年，王睦因得罪本县官绅，受到诬告，罢官回乡，在路经一条河流时，坐骑突然受到惊吓，掉下河去。正在危难之际，幸被一个善于游泳的路人救了起来，才算幸免于死。

王睦因含冤气恼，又落水冻吓，回家患了一场大病，因服用陈抟赠的药，才得痊愈。

（七）预知明日有客来

一天，陈抟命小道士洒扫庭院说：“明日有贵客来临”。果然，次日，终南山隐士种放来了。他“作樵夫拜庭下，希夷挽之而上，曰：‘君岂樵夫者，后有显官，声名闻天下。’种放曰：‘放以道义来，官禄非所问也。’希夷笑曰：‘人之贵贱，莫不有命。君骨相当尔，虽晦山林，恐不能安，异日自知之’。（《太华希夷志》）后来宋真宗诏种放为司谏，携其手，同登龙图阁，论天下大事，拜谏议大夫，改工部侍郎，显达一时。

（八）二位公子非奴仆

宋朝真宗年间，有一位大臣名叫吕蒙正，很仰慕陈抟的相人本领。有一天，他想让陈抟为他的儿子、侄子相面，看看前程如何。吕蒙正和陈抟有一面之交，他想：我若是就这么把儿子、侄子领着去，陈抟肯定不好直言，同时，也见不出陈抟的本领。于是他就命儿子、侄子装扮成奴仆一同求见陈抟。想不到陈抟一见两位公子，便说道：两位公子风骨奇特，神采辉煌，怎么做起了下人？吕蒙正见状，只好以实相告。陈抟首先为吕蒙正的儿子看相，看完之后说：令郎的眉毛像画好的一样，又长又有形，

眼睛像晓晨的星星,光彩有神,是个翰林院的人品,以后有文才。接着又看了看吕蒙正的侄子,说:令侄气度不凡,眼睛有龙一样的威仪,将来定能成为国家栋梁。吕蒙正以后三居宰相之位,后来申请辞职。宋仁宗皇帝很器重他,便问:“爱卿哪个儿子可以重用?”吕蒙正想起陈抟的话,便说道:“我的几个儿子虽然都身居翰林,但都不配担当重任。只有我的侄子夷简,虽然眼下还是刑法官,但却气度不凡,具备宰相之才。”后来皇帝便任命吕夷简为宰相。

第八章 十里荷花出陈抟

——关于陈抟的民间传说故事

(一)十里荷花出陈抟

话说李老君在兜率宫看到唐朝末年朝政腐败,道教衰落,忧心忡忡,想找个道教继承人,光复弘扬道教。他骑着青牛,回到道教圣地——家乡亳州,遍访民间也没找到一个合适的人选,他骑着青牛出了亳州城南门,沿着宋塘河往南走,一直走了十二华里路,俱是荷花盛开。他望见河西岸水边有一美丽少女,像天宫仙女下凡,遂拿起宝葫芦对着一朵高大的莲花一指,莲花顿时变成了莲蓬头,落在水面上,顺风飘到美女面前。她捞到莲蓬,芳香扑鼻,见似漏非漏的莲子,于是剥开吃了。回到家里,谁知数月之后她的腹部渐渐鼓了起来,父母请中医先生给女儿方脉,先生说:“令女害的是好病。”意指是怀孕了,爹娘恼羞成怒,说她丢人败德,她哭着说:“女儿是清白之身。”爹要她投宋塘河去死,女儿跪在娘的面前哭得死去活来,娘疼女儿,心如刀绞,把女儿藏到亲友家中。女儿怀胎一年生了个紫色肉团,家人随偷偷地把肉团扔到宋塘河里。

有位姓陈的渔人,在宋塘河张网捕鱼,一网下去,捞得一紫色肉团。他遂带回家中,生火烧锅,欲将其煮熟充饥。水烧响了,将要取肉团下锅,霎时,天空阴云密布,风雨交加,一声炸雷,渔人大吃一惊,手中的肉

团丢在地上，肉团开裂，只听哇的一声啼哭，现出男婴。

陈抟出生在陈庄渔人家中，乃随渔人姓陈。陈家拾得时是个肉团，父母给他取名叫“团儿”。陈抟幼小时，因家庭无衣无食，贫困难熬，父母将其取名叫“希熬”，即是希望能熬出一个人来。陈家租种了本村财主家的几亩地，靠农忙种田、农闲打鱼来维持全家生活。

陈抟三岁时，唐僖宗即位。恰值闹饥荒，民不聊生，陈抟跟着哥哥陈拊，在宋塘河边拾到了几节藕，被财主的儿子见到了，硬说是偷他家的，兄弟二人一怒之下骂了财主的儿子，因此老财主借故陈家不按时交租收回了土地。全家人被生活所迫，移居亳州城东南三里涡河湾，搭一间茅庵，打鱼为生。陈抟出生时，宋塘河长满了荷花且结藕无丝，自陈抟离开陈庄之后，此河光长行条不结藕，直到现在亳州还流传着“十里荷花生陈抟，陈抟走后荷无藕”的佳话。

（二）仙女赐乳点慧根

陈抟长到四五岁时还不会说话，邻人都叫他“小哑巴”。陈抟的父母忧心忡忡，到处求医、拜佛也没什么效果。

这年春季的一天上午，陈抟独自一人在门外玩耍，看见一只花蝴蝶落在草丛中非常好看，便伸出两只小手前去扑捉，不料那只蝴蝶从手指缝里飞走了。蝴蝶在前边翩翩起舞，陈抟在后边追赶，一直追到涡河岸边，一眨眼那蝴蝶不见了，陈抟失望地哭起来，这时突然有一位青衣妇人来到他身边，把他抱在怀里，解开衣襟把奶头塞进他的嘴里让他吃奶。小陈抟早已断奶了，不由自主地吸吮了一口奶水，浓香甘甜，顿觉心底豁然开朗，他大口大口地吃起来，青衣妇人抚摸着陈抟的头，又用手指点着他的头顶百慧穴，笑着说：“我是毛女仙姑，特来点化你的慧根。”

毛女名玉姜，字正美，是秦宫宫女，秦始皇选美女殉葬，选中美女玉姜，她闻信逃入华山避难，遇道士谷春教她食松叶，饮泉水，遂不饥寒，后来她行走如飞，体生绿毛，故而称“毛女”，毛女得道成仙，被称为“毛女仙姑”。

陈抟吃过奶后，立刻开了心窍，思路敏捷，悟性通灵，突然会开口说话了，对毛女躬身施礼说了声：“谢谢！”毛女说：“赶快回家吧，你妈正在找你呢。”陈抟一蹦一跳跑回家了，陈夫人正焦急万分，见陈抟满身汗水从外面进来，上前抱起说：“我的哑儿，你到哪里去了？”陈抟随声说：“妈妈，我到涡河岸边玩去了。”声音响亮而清脆。陈母惊喜地问：“我的儿，你怎么会说话啦？”陈抟遂把遇青衣妇人的事叙述一遍，陈母搂着陈抟向涡河岸边跑去，边跑边说：“咱一定请他来家，很好地酬谢她。”说完娘俩跑到涡河岸上四处张望，晴朗的天空，一望无际，不见人影。这一奇闻在亳州城乡很快传开了，说小陈抟遇到了仙女，给他吃的不是奶汁，而是仙丹。

（三）听经神授“蛰龙法”

陈抟隐居武当山五龙观侧，这里背负高崖，面临深谷，凝秀半空，花木丛生，藤蔓飘垂，参差掩映，又有飞云、瀑布二涧环绕，周围有松萝、五龙、青笋诸峰高耸，实为修炼养生之仙境也。

他在此精研《周易》，剖析微理。有天夜晚，陈抟净手焚香，秉烛夜读《易经》，夜深人静时，山中有五位白发老叟向陈抟居处走来，见陈抟施礼道：“久闻先生对《易经》研究造诣很深，今晚我等五人特来听先生讲经，请予赐教。”陈抟见五老求学心切，当即表示：“咱们相互学习共同研究。”便取《周易》在手，把深奥的易学玄机讲得深入浅出，层次分明，从此五位老人每天晚上都按时同来听经，时间长了，陈抟见这五位老人，龙眉皓发，相貌古怪，不是凡人，心想：这五龙观侧之所在，山路崎岖，上下艰险，他们为何身轻如飞，来无影去无踪？于是他怀疑地问：“请问五位老人，你们都是家住哪里，敢问尊姓大名？”五老说：“我等都是五龙观附近日月池中的龙。”陈抟见五位老人，个个须发皆白、面若红玉、动若仙童，便问五龙有何养生健身之术，五龙笑曰：“我等修炼的是蛰龙法。”

于是五老便将“蛰龙法”，即“睡功法”，传授给了陈抟。《武当山福地总真集》说：“陈抟诵易于五龙观侧，感五炁龙君授之蛰龙法。”作此说

法者,是元代人刘道明,他把陈抟修炼的“蛰龙法”说成是神龙传授。同时代的《太华希夷志》也有如此说法。

陈抟坚持修炼,持之以恒,从中得到启发,探得其中奥妙。他将“蛰龙法”升华,不动,不饮,不食,不息,在武当山服气辟谷修炼达二十余年,终于炼成了高深的“蛰龙法”,一睡一百多天不起。

一天晚上,有一金人在庭院中高喊陈抟的名字,他披衣而起,出门见一位金人手持宝剑,浑身闪着金光,浑身,此人高喊:“子道成矣,西岳华山是你的归成之地。”意思是你修炼成了,华山才是你成仙之所。

于是,陈抟欲离开武当山移居华山。五龙闻知,备上酒菜给陈抟送行,彼此恋恋不舍。五龙说:“请先生闭目。”顷刻,五龙凌空御风而起,如腾云驾雾,一阵风声中消失于华山。陈抟置坐于磐石之上,开目视之,不见五龙去向。

(四)两位皇帝一肩挑

话说陈抟隐居武当山,诵经堂、研究《周易》,手不释卷,易道、相术都达到了炉火纯青的地步,能预知人间吉凶祸福。后唐年间,契丹侵犯中原,干戈又起,民不聊生,百姓流离失所,拖儿带女纷纷大举南逃。

一日,陈抟忧心忡忡,决定下山看看难民。他经过河南到襄樊的大道上,只见逃难的人群中有一位中年妇女,挑着两个竹筐,各坐着一个男孩,妇女正在艰难地行走,疲惫不堪。陈抟当路而立,慈颜微笑,拦着去路,凝视着两个竹筐里的男孩。这位妇女见状,不明究竟,遂放下担子擦一把汗水,怯怯地问道:“请问仙师,有何见教?”陈抟拱手道贺说:“夫人好福气,夫人好福气!”这位妇女惊疑地说:“贱妾因夫君身在行伍,正在军中抗敌,无暇顾及家眷,我们母子三人出于无奈,只好逃难至此,衣食无着,性命难保,哪有什么福气,仙师何出此戏言!”于是陈抟便周济她一些银两,叫他好生抚养两个孩子,妇女千恩万谢。陈抟面对过路的人群,吟道:“谁说当今无真主,两个皇帝一担挑!”说完飘然而去,头也不回。在场人都说陈抟是个疯道士,说疯话,无人信以为真,这位妇女也挑着担

子跟随人群往南赶路去了。

原来筐中坐的两个孩子,大的就是赵匡胤,即后来的宋太祖;小的就是赵匡义,即后来的宋太宗。这位担挑的妇女是赵光胤的母亲杜氏,即后来的杜太后,赵匡胤的父亲赵弘殷在后唐军中担任一名小军官,赵匡胤兄弟俩都出生在洛阳的军营中。

此传说见于《神仙传》:“初兵纷时,太祖之母,挑太祖、太宗于篮避乱,陈抟遇之即吟道,‘莫道当今无真主,两个天子一担挑。’”

(五)一文钱难倒英雄汉

一日上午,陈抟正在华山“玉泉院似睡非睡,不觉耳热眼跳,掐指一算,大事不好,未来的真主有难,已来华山脚下”,他所说的真主就是未来的宋太祖赵匡胤,因他在家乡闯下大祸,打死了人,官府到处捉拿,无处存身,躲躲藏藏,潜逃至此。

陈抟化装成农夫,挑了两筐桃子下山,赵匡胤迎面碰见,上前问道:“老人家,你挑的桃子能卖给我点吃吗?”陈抟说:“我的桃子本来就是卖的,那你吃吧。”赵匡胤饥不择食,狼吞虎咽地大吃起来。陈抟会看麻衣神相,他看赵匡胤身材魁梧、面阔耳垂、龙鼻、凤眼、虎口、剑眉,有帝王之相。

赵匡胤吃过后问:“我吃了多少桃子,要多少钱?”陈抟说:“你这个大汉真能吃,吃了大半筐,没有数,图个吉利吧,我只要一文钱。”赵匡胤一听很受感动,这一文钱还买不到一个桃子,可他一文钱也没有。无可奈何的他羞惭地纳首便拜,陈抟急忙向前从地上一把将他拉起,连说:“罪过,罪过!”陈抟长叹一声说:“真是一文钱难倒英雄汉啊!”这句话后来成为大家的口头禅,至今还留传在人间。

陈抟说:“观你五官气色,有凶祸在身,好比龙困沙滩,虎落平原,走投无路。你的命运行到十字路口交叉点上,有很大的转折。转折好了,如同鲲鹏展翅高飞,扶摇直上。我看你是一条好汉,有心给你指点迷津,谋求一条出路,不知你意下如何?”赵匡胤感激地点头说:“请予赐教。”陈

转接着说：“当今天下大乱，自古乱世出英雄，目前，柴荣正在潼关招兵买马，可前去投军当兵，日后必能大贵。”赵匡胤听后千恩万谢，施礼告别，投奔柴荣去了。赵匡胤力大无穷，有勇有谋，自投柴荣帐下，在战斗中屡立战功，受到柴荣的赏识重用，当上了总兵。

（六）赢得华山不纳粮

话说赵匡胤一日闲暇无事，想起恩人卖桃老者，“我之所以能有今天，多亏他点化之恩，得恩不报非君子。”遂跨马提刀并带些银两来到华山脚下。他到处打听卖桃老人的下落，无人知晓，他后悔当时没有问清卖桃老人的姓名住址，只好信马由缰，不觉间来到华山峪口玉泉院。赵匡胤走进道观，见香案蒲团，香烟氤氲。他正在出神，见一老道（陈抟）从后堂出来，鹤发童颜，宛若仙人，遂肃然起敬，抱拳作揖说：“打搅了。”老道双手合掌说：“贵人驾到，请坐。”吩咐道童斟茶。赵匡胤坐下喝茶，百无聊赖，见桌上摆着一盘棋，情不自禁地问：“老仙翁善下棋否？”老道说：“会下，但棋艺不精。”赵匡胤便邀老道下棋，老道说：“下棋如能一局一两银子的，方能引起兴趣。”赵匡胤一听正中下怀，心想，我的棋艺向来无敌手，何不乘机赢他，遂说：“愿意奉陪。”于是各取出一两银子，两人便下开了，第一局老道赢了，第二局老道故意输了，说：“今天有缘相会，咱到山顶上下棋如何？”此时，赵匡胤赢了一局正在幸头上，心想：老道的棋艺平常，我十拿九准赢他，便欣然应允。老道头前带路，赵匡胤后行，上到了东峰，过了鹞子翻身，来到一处孤岭的顶端。只见高人云霄，四周尽是悬崖绝壁，深不见底，喜得赵匡胤连喊：“妙哉。”老道说：“此乃汉朝时期卫叔卿博台，在此下棋，颇有雅趣。”于是叫来清风、明月二童子，摆好棋子，斟上山茶，又下起棋来。一局、二局、三局，赵匡胤局局皆输，越输越急，越急越输，连银子、马匹、战刀全都输光了。老道不愿来了，可是他仍然不服，说道：“胜败乃兵家常事，何足道哉。”要求再来最后一局，老道说：“那你准备输什么？”赵匡胤已无物可赌，望一眼华山，信口开河地说：“咱来赌华山的，我输了把这华山归你。”老道说：“此话当真？”赵匡胤说：

“一言为定。”老道当即表示：“我要输了，把我赢你的所有东西如数奉还，但是空口无凭，得立约为证。”赵匡胤心想：这华山也不是我的，输了何妨，我若赢了，我输的东西得全还给我，不由暗中好笑。老道早有准备，把文房四宝都带来了，遂叫清风、明月磨墨展纸，让赵匡胤写好文约，二人又下起来了，这一局赵匡胤非常认真，结果又输了，无可奈何地说：“你真是神仙，我算服了。”老道遂稽首说：“谢主隆恩。”赵匡胤一愣，问道：“你说什么？”老道说：“我主日后必有九五之尊，封我是神仙，故而谢恩。”赵匡胤顿时后悔起来，我如果是真命天子，还未登基就封了神仙，输了华山，这华山将来难道就成为我管不了的地方啦？他忙伸手去抢文约，不料文约不但没抢到手，反在文约上印了指印，老道哈哈大笑说：“我主既写了文约又按了指印，君无戏言！”遂把道袍袖子往上一扬，吹了一口法气，见文约飘飘荡荡飞到南天门对面三公山上，贴在一块长方形大石上面，上不着天，下不着地，隐约中显露出一行行字迹。赵匡胤一看无法挽回，便要花招说：“华山我卖给你了。”他指着一棵柿树说：“此树不卖。”老道这时才说：“我就是你要找的卖桃老者，姓陈名抟。”赵匡胤心喜异常，说：“不知仙师就是恩人，请受我一拜。”陈抟忙说：“君不拜臣，请起。”赵匡胤向陈抟请教棋中奥妙，陈抟说：“奕棋如两军对阵，将军若指挥千军万马，在战场上傲兵轻敌会招致失败。”遂向他传授《孙子兵法》战略、战术。后将所赢战马等物如数奉还。

赵匡胤牢记教诲，下山而去。

后来他当上了皇帝，降旨免去华山所有田赋。

从此在民间流传着：“山是道家山，树是皇家树，华山不纳粮，不准乱伐树。”

（七）陈抟长安会二主

话说陈抟一觉醒来，站在华山高处，西望长安发现长安上空有两股天子气，始知赵匡胤和赵匡义兄弟在长安盘桓。

陈抟回到道观，换身青色道服，领上斜插拂尘，骑驴下山，直奔长安

而来。

却说赵匡胤、赵匡义兄弟俩结识了一位叫赵普的人，三人情投意合，亲如兄弟。一日，他们三人正在长安市上闲游，赵匡胤仰天长叹，在旁的赵普问道：“咱们兄弟游兴正浓，大哥为何叹气？”赵匡胤答道：“像这样长此游荡，无所事事，不是办法。夫英雄者胸怀大志，昔日唐太宗刚逾弱冠，即已统帅数十万大军，打下了半壁江山。我之所以离开柴荣军中，欲结交四方豪杰，平定天下，但不知从何做起才是。”

这时陈抟骑驴迎面走来，拦住去路，大笑不已，笑得三人莫名其妙。陈抟翻身下驴，站在赵匡胤面前说：“公子，还记得华山顶上弈棋否？”赵匡胤忙上前施礼道：“仙师恩德和教诲，一直铭记在心，岂能忘怀。”陈抟说：“今日有幸相见，机会难得，我想请你兄弟饮酒，请予赏光！”赵匡胤忙说：“我正想请你吃酒，咱俩想到一块去了！”于是，四人一同走进酒楼，找了一间僻静的雅座。

赵匡胤说：“匡胤兄弟，凡夫俗子，请仙师上座！”陈抟连忙相让说：“公子贵人，十年之内当受天下朝拜，贫道虽已入道，但仍为一介草民，岂敢妄据上座？”

赵匡胤推让不过，只好拱手谦谢说：“恭敬不如从命，在下就只好大胆就座了。”说完之后，赵匡胤就坐在上首坐了下来。

却说这个赵普已经走了半天，自觉有些腿酸脚软。这时他想既然上座已经定了，其他座次就随便坐坐无妨，于是就近座在赵匡胤的左边。

这时陈抟突然怒容满面地呵斥道：“你虽然有贵人之相，但只不过是紫微星座旁边的一颗小星而已，怎敢擅自坐在左边席位！”陈抟精通星象学，善观天象，故有此说。须知，我国古代的习礼，首席的左边看得比右边贵重，因此，陈抟认为将来要成为大宋王朝第二代君主的宋太宗赵匡义，应该坐在左边座位，而赵普未来虽然两度任宰相，又被晋封为韩王，但怎么敢斗胆坐在未来皇帝的上首？因而大加呵斥。

赵普虽然还不太明白究竟，但见陈抟那副煞有介事的样子，只得诺诺连声地说：“仙师说得极是。”于是赶忙起身坐到右边，把左首让给了赵

匡义。

坐定之后，酒保端上酒菜，赵匡胤首先向陈抟敬酒说：“今日难得一聚，我敬你一杯，请仙师赐教”。

陈抟避席起身答道：“贫道避世于华山云台观，与二位公子缘分未了，故此前来相见。”

赵匡胤说：“在家时，听母亲说，十年前契丹大军南下，犯我中原，母亲挑着我兄弟俩逃亡，在襄阳大道上遇一老道说‘两个皇帝一肩挑’，并救助银两。莫非就是仙师乎？”陈抟微笑点头默认。赵氏兄弟起身施礼说：“拜谢恩人！”陈抟急忙参起：“君不拜臣，请起，折煞贫道也。”

赵匡胤兄弟听了这话，虽然觉得满心欢喜，但依然有些半信半疑，于是问道：“仙师所言，对我兄弟不啻天音。自唐季以来，天下糜烂，朝廷帝座，朝夕易姓。仆等兄弟早有拯民于水火之志，但至今仍风尘长安，碌碌无为，尚不知天机何在？”

陈抟沉吟半晌后说道：“当今朝廷气数将尽，改朝换代将临，此正天赐立功之良机，古人云，‘时来易失，赴机在速’。公子当立即离此回到柴荣帐下，向东进军，必有知遇之机，从此就将鹏程万里，直到帝王宝座，切切不可失此天与之机。贫道此次下山，正是为了给公子指点迷津。上天之托，业已成就。”说到这里，只见陈抟抽身离座，说：“贫道就此告辞回山。”

赵匡胤三人知道挽留不得，只好一齐起身，相送出门。走到门口，陈抟又回过头来对赵匡胤说：“贫道与公子缘分已尽，今后请勿打扰，让贫道潜心修行，就算是不负今天的这次幸会。”说到这里，然后看着赵匡义继续说道：“这位公子与贫道尚后会有期，不过那时你已身登大宝，将是二十年以后的事了。”这时又回头对赵普说：“好好尽职两朝皇帝，将荣宠终身，泽及后世。”说完之后，深深一揖，转身跨上毛驴回山去了，三人依然地拱手肃立。

赵匡胤遵照陈抟的指引，回到柴荣军中，带兵打仗，屡战屡胜。军功显赫，青云直上，步步升迁，不几年便先后升任归德军节度使，检校太尉，

殿前都点检，统帅禁卫亲军，正如《水浒传》开篇所说，“一根棍棒等身齐，打下四百座军州都姓赵”。终于陈桥兵变，赵匡胤黄袍加身，当上了皇帝。

（八）华山归来故乡情

亳州西南十二华里陈庄，农历九月深秋，已是寒冷天气。一天上午，有几位老人在庄外麦秸垛南侧晒暖，闲聊说：“高卧华山的陈抟老祖就出生在咱庄，能见他一面多好。”话音未了，大家望见一位老道骑着毛驴走来，老道走近下驴，施礼问道：“这是陈庄吗？”“是啊！”“打听几个人吧，可听说咱庄有叫‘战乱’、‘饥荒’、‘混子’的？”几位老人沉思良久，面面相觑，摇头答道：“不知道。”老道牵驴缓步进庄，在一棵大杨树下仰望大树，转了两圈，问一位老人：“这树有多少年了。”老人们说：“百十年了。”

他到家家户户门前站一站，逢人打声招呼，问个好，村民们热情相迎。有的说：“来家歇歇吧！”有的说：“喝茶吗？”老道点头称谢。他远远听见几个人聚在一起，交头接耳地说：“这位老道是化缘的，他想化走那棵大杨树，修庙用，老财主不会发善心施舍给他。”有几个好奇的少年儿童，跟在老道的后边，听他自言自语地道：“归寻出生地，荏苒过百年，物是人识，笑我来化缘。”

老道离开陈庄后，有位老人突然想起一件事，听爷爷讲过，老太爷的小名叫“饥荒”，若非老道是陈抟老祖，在场人才意识道：“是陈抟老祖回家来啦！”人们奔走相告，可是陈抟已走半天，大家悔之晚矣。原来这位骑驴的老道就是回到自己出生地的陈抟老祖，他为陈庄人留下了永远的遗憾。

离开陈庄，他又回到自己的故居陈湾。陈湾已不是旧时模样，陈抟眼望自家的房屋，早已变成一片荒宅。幸有哥哥陈拊的五代玄孙惊喜地接待他，并向他诉说家乡的变迁。玄孙陪他到父母坟墓祭祀，陈抟跪拜祷告：“不孝之子，华山归来，祭祀父母在天之灵。”不觉一阵辛酸，潸然泪下。

玄孙们指着陈抟哥、嫂及其后代的坟墓，一代一代往下诉说，陈抟踏着坟间的荒草，听着介绍，步履沉重，萧瑟秋风，一片荒野，满目凄凉。

邻里听说陈抟老祖回来啦，都来看望，问长问短。有人说：“我老祖爷得了你的大恩，多亏你救济的粮钱，才免于饿死，救命之恩永世不忘。”

玄孙们杀鸡宰羊，用他传下来的“希夷酒”招待他，席间向他敬酒，满堂祝福，欢声笑语。在场人一个个满面皱纹，满头白发，显得老态龙钟；再看看陈抟老祖，虽年过百岁，鹤发童颜、面带壮容。

有人说：“都知道老祖爷在华山得道成仙了，咱家里人祖祖辈辈做梦都盼您回来，今梦已成真，终于盼回来啦，陈氏后裔有幸得见老祖仙颜。”

陈抟老祖山高路远，光阴荏苒，转眼百年，终于归来，偶听乡音，倍觉亲切。他感慨万千，意味深长地说：“上个月的八月十五日晚上，我在华山顶上遥望一轮明月从咱家乡（亳州）升起，萌发了思乡怀人的心情，想在我有生之年回来家乡一趟，今我得见后世亲人如愿以偿。”玄孙们要求将陈抟留在家中以尽孝意，被陈抟谢绝。他离开家乡时，众乡亲送出村外，恋恋不舍。离情别绪，溢于言表。

五、浅识陈抟

卷之四

第九章 学有心得识真谛 ——陈抟著述学习札记

(一)《易龙图序》浅述

宋淳熙国史院编修官吕祖谦，奉诏编纂《圣宋文海》时首先收入《易龙图序》，原名《龙图序》。署名周处士陈抟撰。

陈抟的《易龙图》，说是古代“龙马负图”的显现。陈抟在《易龙图序》中开宗明义，论及《易龙图》形成和发展的过程。

他写道：“且夫龙马始负图，出于羲皇之代，在太古之先。今存已合之位，尚疑之。”《礼记·礼运》说：“龙而形象马，故云马图，是龙马负图而出。”而陈抟特增一始字，名“龙马始负图”，简称“龙图”。“龙图”作为国宝，收藏在当时的朝廷里。由于战乱佚失，后人未能看到图形。最早的“龙图”未与八卦数字结合，未定方位，今“龙图”已与八卦数理结合，定了方位。

《易龙图序》其文仅 300 余字，为宋朝第一篇关于易学的论文，是对《易龙图》的说明，其内容主要是讲述八卦卦象的起源和《河图》、《洛书》的定位原则，即龙图三变说：一变为“天地未合之数”，二变为“天地已合之位”，三变为“龙马负图之形”，以此解释“《易龙图》的要旨，就在于用

最简单的数和象，去显示世界的秩序。”陈抟的易龙图是宋人所谓先天八卦和后天八卦的根据之一。

元代道士雷思齐记述说：“由汉而唐，《易经》行世。凡经传疏释之外，未有及于‘图书’之文刊列经首者。迨故宋之初，陈抟图南始创意，推明象数，自谓因玩索孔子三陈九卦之义，得其远旨，新有书述，特称《易龙图》，离合变通，图余二十，是全用《大传》天一、地二至天五、地十、五十有五之数，杂以纳甲，贯穿《易》理。”雷思齐可能见过这20幅图。至于陈抟如何从孔子“三陈九卦之义”，得到深刻启发，从而有创意地画出20幅“易龙图”来，因无文字说明，已难推论。可惜自元代之后，陈抟的“易图”，大部分失传了。据说，金兵南下攻陷汴京（今河南开封市）时，部分“易图”和《指玄篇》被金兵抢走，也未必可信。

幸好有《易龙图序》存在，可以窥见端倪。《易龙图序》毕竟给我们提供了一种对“天地之数”的新的解释，由“未合之数”到“已合之序”，确有创意。

由此，可以看出陈抟努力探讨上古的漫长年代“画前之《易》”。陈抟的弟子范谔昌，著《太易源流》，论述《龙图》的意义，说：“龙马负图出河，羲皇穷天人之际，重定五行生成之数，定地上八卦之体。故老子自西周传播孔子。造《易》之原，天一正北，地二正南，天三正东，地四正西，天五中央。地六配子，天七配午，地八配卯，天九配酉，地十配中，寄于未，乃天地之数五十有五矣。”

范谔昌这段话，主要肯定《易龙图》不止诱导羲皇画八卦，并定五行生成之数，把五行同八卦看作一个源头；而且“天地之数”的特殊组合，更是古人用以制定时间（子、午、卯、酉）和空间（东、南、西、北、中）相统一的图式。研究陈抟先天易学的另一后学者雷思齐，著《易图通变》，进而指出“龙图”在认识宇宙衍化规律中的重要意义。他说：“是知数之有生有成，而不知所以生且成者，徒得其貌，而无以得古圣人之所以‘为天地立心、为生民立极’者，千载可为之长太息，则古犹今也。”又说，“参伍以变，错综其数，通其变遂成天下之文，极其数遂定天下之象，非天下之至

神，孰能与于此？其曲尽乎至妙之用者，《河图》法也。”（雷思齐《易图通变》卷之三）这是说，陈抟传授的《易龙图》包括《河图》与《洛书》，所构成的五行生克和八卦运化原理，正是古人为后世提供的宇宙生成、万物衍化的巧妙图式，也可说是人们借以探索宇宙奥秘的指示图。

附：陈抟《易龙图序·浅注》

且夫龙马始负图，[注]传说之“龙马负图”。《礼记·礼运》说：“龙而形象马，故云马始负图”，简称“龙图”。出于羲皇之代，在太古之先。今存已合之位，或疑之[注]最早的“龙图”未与八卦数字结合，未定方位，今“龙图”已与八卦数理结合、定了方位。况更陈其未合之数耶！然则何以知之？答曰：于仲尼三陈九卦之义探其旨，所以知之也。[注]三陈即三阵，指“天地人”而言；九卦，按陈抟《正易心法注》云：“尝审宣尼述九卦，以履为用九，谦用十五，复用二十四，皆‘龙图’大衍定数，则履在小畜上，为第九卦明矣。”况夫天之垂象，的如贯珠，[注]贯，穿也；珠，珍珠。就像珍珠似的穿连着，指宇宙万物相互连接之意。少有差，则不成次序矣。故自一至于盈万，皆累累然如丝之缕也。

且夫龙图未合，则圣人不得见其象。所以天意先未合而形其象，[注]认为龙图是一种“天意”，龙图未与象数结合之先，人们是凭肉眼去观察事物的形象。圣人观象而明其用。是龙图者，天散而示之，伏羲合而用之，仲尼默而形之。[注]默者默也，谓孔子作《易传》，用墨迹来探讨八卦原理和万物的形象。始龙图之未合也，惟五十五数，上二十五天数也，中贯三五九。[注]谓龙图中贯穿了“天地人”三元、木火土金水“五行”五个物质基数及洛书九个基本要数。外包之十五。[注]指洛书九数的排列，无论从纵、横、斜方位去看，其数皆等于十五，有包罗万象之理在其中，所以言“外包之十五”。

尽天三、天五天九，并五十之位。[注]五十数为大衍之数。陈抟在《正易心法注》中说：“大衍之数五十，其用四十有九，挂一而不用。不用之义，学者徒知一为太极不动之数，而不知义实落处也。何则？一者，数之宗本也。”古人用五十根蓍草，先提出一根，用四十九根来演算预测事物之方法。

后形一六元位，[注]龙图数理定位原则，以北方为“后形”，如指南针之方位，

针尖指南为前，针柄在北为后。一为天数，六为地数，一六数定位北方，称“元位”，元者始也，先定一六为北，次定二七为南，再定三七为东，次定四九为西，未定五十为中。又显二十四之用也，[注]天数二十五，减去一的元位数，为二十四；地数三十减去六的元位数，亦为二十四。这样，天数二十四演变为二十四节气；地数二十四演变为八卦的二十爻。兹所谓天垂象矣。下三十地数也，亦分五位，皆明五之用也。[注]指“木火土金水”五行学说在万事万物的应用。

十分而为六，形地之象焉；六分而成四象，地六不配，[注]十分，指十数理在龙图中的分布；一六居北，二七居南，三八居东，四九居西，五十居中。六形，指易卦之六爻而言。六分而几“六爻”代表“天地四方”。四象，几，尽地。四象，指少阴、少阳、太阴、太阳。在下则六不用，亦形二十四，后概合也。天一居上为道之宗；地六居下为气之本，[注]天的阳气是万物生长的宗始，地的阴形是万物生长的根本。天三千，地二地四，为之用三。若在阳，则避孤阴；在阴，则避寡阳。大矣哉！[注]天为“天地人”三者为主干，地为“天地人”三者的根基，人为“天地人”三者的作用。此阐明人是“天地人”三元之中最具关键作用者。龙图之变，歧分万途。今略述其梗概焉。[注]此谓“龙图”变生八卦，而研究八卦要着眼于“变”，以一变观万变，则可知事物的千变万化之理。

（二）《正易心法注》浅析

《正易心法》是一部融合儒释道三家之长，共阐易学的著作。

《正易心法注》（以下简称《易注》）收入《范氏奇书》、《学津讨原》、《艺海珠尘》等丛书中。

据宋代释志盘《佛祖统纪》卷四十三记载：“处士陈抟，受易于麻衣道者，得所述《正易心法》四十二章，理极天人，历诋先儒之失。抟始为之注。”该书当系麻衣道者口述，由陈抟记录整理并加以注释而成的，遂流传于世。

《正易心法》书名之“正易”一词，乃取自《易纬·乾凿度·太古之目》之“正易大行万汇生”，可见“正易”即是流行变化之“本易”，而“心法”即是以本心悟易道之法。

古人认为心是思维的器官,所以沿用为脑的代称。在古人看来,“心”具有精神与物质的两重性。医学家、哲学家、宗教家等一向重视“心”的功能和作用,从不同的角度对它进行探讨,从而形成了发心之微、解心之谜、涵养心元、依心悟理的,称之为“心法”,包括了思想修养与炼气强身两大内容,而这两者又是交错在一起的,并且渗透于各个领域。

朱熹说书中有“佛家之幻语”,这一点说对了。佛家“唯心是法”的观念贯穿全书,这就是书中所说的“心法”。佛教天台宗认为,“心为万法之本”。

修心,对道教来说,是一个十分重要的课题。《黄帝阴符经心法》卷上第三云:“心者,一身之君,万化之机要也。”“心者,身之主也;神者,心之宝也。”

这就是说,神由心出,要凝神就必须“炼心”。可是,凡人之心却往往为外界色相所干扰或诱惑,从而出现差错,招致灾难。

《易注》开宗明义,开篇自释云:“正易者,正谓卦画,若今经书正文也。据周孔辞传亦是注脚。每章四句者,心法也,训于其下者,消息也。”由此可知,《易注》之构成包括三个层次,一为卦画,二为心法,三为消息。卦画总图之后,分为四十二章,每章有四句诗体“经文”,每章之下继以一段训解,称之为“消息”,此系陈抟之手笔。

从内容看《正易心法》及其注文,有三大特点。

第一,试图跳出前人卦爻辞范围,直接以“心”领悟卦爻象数本义。

如第一章云:“牺皇易道,包括万象,须知落处,方有实用。”“消息”曰“落处,谓知卦画实义,不盲诵古人语也。”《易》知卦画以乾坤为天地父母,乾坤生六子,“震、坎、艮为三男,卦画阴多而性阳;巽、离、兑为三女,卦画阳多而性阴”。乾坤与“六子”合为八卦,以象征天下万事万物。《正易心法》不观卦爻辞,独以心悟,这是道教练心修性的需要。早在汉代,魏伯阳作《周易参同契》便强调了心性修持的重要性,谓:“将欲养性,延年却期,审思后末,当虑其先。”陈抟继承了魏伯阳的思想,并按修心炼性的需要来领悟卦象。

第二，盛衰进退，物象为训。

《易注》说：“殊不知《易》者象也，依物象以为训，故六十四卦皆有取象”，说明《易》学是个物象学，它是通过卦爻之象与宇宙万物之象相结合，去了解事物规律的学说。宇宙万物之象，如气象、形象、现象等各种客观事物的表象，都存在着本质的东西和规律性。而卦爻的设置也是古人从客观事物的表象来确定的，如“日”为永恒不变之象，故用“——”来表示；“月”为可变之象，有圆缺、盈亏的变化，故用“——”来表示。

“日月”为《易》，引申到“天、地、人”——宇宙万物的各个方面。因此，在理性认识上，陈抟则提出了“天一居上，为道之宗；地六居下，为气之本”的重要理论。他认为“八卦”以三画为一卦，而三画象征“天、人、地”，“天”在上，“地”在下，“人”居中，三者是构成宇宙万物的核心：“天”是三者的主干，“地”是三者的根基，“人”是三者的作用，表明了人是唯一能认识和改造宇宙万物的高等动物。人靠大脑的思维认识世界，靠劳动和智慧改造世界，靠群聚的力量开拓世界。人的作用是天、地或其他任何物种不可代替的。

可见，陈抟对“天、地、人”三元一统的看法，乃唯人是用。他认为离开了“人”，“天、地”也就无用的。这一观点也是对儒家学派以董仲舒为代表的“天人感应论”的有力批判，因此，也可说是古代唯物主义。陈抟说：“大抵物理，其盛衰之数相半：方其盛也既以此数，及其衰也亦以此数。细推物理无不然。世儒论数，但衍为一律，殊不明阴阳进退之理，惟真人独得其说。”他十分信崇麻衣道者“凡物之数，有进有退”的论点，并进一步发挥了“物有盛衰，数有进退”的道理。他认为凡物皆有数，凡数皆有理，“理”就是事物的规律性。因此，研究宇宙万物的规律性，必先认识“数”的基本内涵。他说：“夫气之数，起于一，偶于二，成于三，无以加矣，重之则六也。”这是说《易》卦的六爻之数是由“天、地、人”三元“重之”而成的。故数起于一、成于三，“三”之阴阳则为六。认为凡数皆含“三”，即“天、地、人”三元，“三三者九”，是“九”为数之极也。可知数学上的九个数字不是随便凑合的，而是具有事物内涵的产物。

陈抟把易学与数学相结合,用以研究宇宙万物的基本规律,在认识上也有其独到的见解。他说:“凡丽于气者必圆,圆者径一而围三;天所以有三时者,以其气也。凡丽于形者必方,方者径一而围四;地所以有四方者,以其形也。天数三,重之则六;地数五,重之则十。何谓十?盖有四方则有中央为五,有中央、四方,则有四维,复之中央是为十也。非特地为然,凡丽于形,便具十数,皆若此也。”

圆物径一而围三、方物径一而围四,既表明数的学问是从圆形和方形开始的,也概括出测量圆形物和方形物的数学公式。

三、四、五三个数字,在易学上分别指代“天、地、人”、四方或四维、五行(水火木金土)或五方(东西南北中),有易学和数学的双重意义。由“天数三,重之则六”产生出加法;“三三者九”、“九九八十一”产生出乘法;“数有进退”产生出加法与减法;“《易》有太极,太极生两仪,两仪生四象,四象生八卦”,即一分为二,二分为四,四分为八,产生出除法。

可见,世界上的数学原理发源于我国的《易经》——“天元九数”源于《易》;加减乘除之地源于《易》;勾股定理亦源于《易》。所以,南宋数学大家秦九韶在《数书九章》序中,明言他的数学是“爰自《河图》、《洛书》,八卦九畴”;亦指出“《河图》为数学之母,数学为科学之母”,实可信矣。

还须说明的是:陈抟的“地数五,重之则十”是运用数学上的加法,非指“天元九数”有十个。“九”为数之极,逢十则进一,乃数学的基本定理。陈抟的“天一居上”,既符合易学哲理,又符合“天元九数”的数理,是古代易数学的根本原则。

第三,以“血气”的观念说卦爻象位,为了使其修持有法可依,《正易心法》引入医学概念,强调以“心君”控制血气之运行而强身。

因此,在释卦爻象中杂以“血气”之说,自是成为《正易心法》的内容。此部分内容可参看第二章“六画之设,非是曲意,阴阳运动,血气流行。”

“消息”曰:“阴阳运动,若一阳为复卦,至六阳为乾卦,一阴为姤卦,

至六阴为坤卦是也。卦画凡以顺此理而已。”这里首先说明了卦爻本身所体现出来的阴阳运动。

陈抟指出：《易》道“非是私意，乃阴阳动物、血气流行，其所施为，皆自然之理也”。何谓自然之理呢？他提出的“一气交融，万气全具”的理论即阐明了自然之理。他认为宇宙万物都是“一气交融”形成的，人伦男女、“天地”、“山泽”、“水火”、“风雷”都是如此。“一气交融”表明了无气不成形，无形不成象；气形相依，形象一贯；气在物先，物在神先的唯物观点。

春夏秋冬，天地相感，阴阳运动。至此为止，基本上还属于《易》学的范围，然而，《心法》则又向前迈进了一步，以五脏中的血气流行同卦爻相配。《易》之卦位爻位之法，以二五爻为君位，又二为阴而五为阳，心居五爻，其地位如君之施令，故心所指向，血气为之运动，如天地阴阳之运化。我们可以看到，原来《心法》以“心”悟《易》就是要探索在调心养气时脏腑血气的运行脉络，虽然也有综论《易》卦义理处，但其落脚点则是修仙。

十二消息卦配十二地支和十二个月，象征天地的时空变化。《正易心法注》以人体十二经脉的元气周行现象来证实阴阳运动，这是使《易》卦象数学从抽象回到具体之中，为内丹实践活动服务。

《易注》融合了佛教思想，诸如第四十一章：“《易》道弥漫，九流可入。当知活法，要须自悟。”

陈抟认为《周易》的基本原理无非阴阳之道。阴阳原理普遍适用于宇宙万物。原理只此一个，而三教九流各有其认识和诠释。由于各自悟性不同，所领悟的道理当然各异。陈抟说：“《易》之为书，本于阴阳。万物负阴而抱阳，何适而非阴阳也。是以在人惟其所入耳。”他举例加以说明，《易》道在各方面的应用，都是各自领悟不同的结果：“文王周公以庶类入，宣父以八物入，斯其上也。其后，或以律度入，或以历数入，或以仙道入。以此知《易》道无往而不可也。”既然对易道的认识千差万别，因人而异，就应提倡随心所欲，各悟其理，而不应以周公的卦爻辞与孔子的《易传》为唯一根据。因此他提倡“辞外见意”，即抛开《周易》的卦辞、爻

辞和孔子所作的《易传》，尊重易图，别开生面，自行领悟。他称这种学《易》方法为“活法”。他说：苟束于辞《训》，则是犯法也，良由未得悟耳。果得悟焉，则辞外见意，而纵横妙用，惟吾所欲，是为活法也。故曰：“学者当于羲皇心地中驰骋，无于周、孔言语下拘挛”，“束于辞《训》则是犯法”，这是说研《易》者如果受儒家奉为经典的卦爻辞和《易传》的束缚，则陈抟所写的《易注》，对其而言就是离经叛道之论。

陈抟的注文阐明了《易》书“本于阴阳”之法，是研究自然界——宇宙万物普遍规律的学说。由于研究者各自所处的社会时代和学术派别不同，因而研究的方法也就各异。最早的文王、周公是从万物众生来研究的；孔子是从八物——天地、风雷、水火、山泽的物象来研究的；后来的人有从“律度”来研究的，有从“历数”来研究的，也有从“仙道”来研究的。

虽然各家的出发点和方法不同，但运用“阴阳”学说的法则是相同的。因此，《易》道得到了“三教九流”、各家学派的重视和发挥。

在陈抟看来，《易》道“见于天地、万物、日用之间”，最原始、最集中、最简易地体现在“羲皇始画八卦，不立文字”的卦画形象之中。故学《易》是以观卦画之象的变化，并联系客观事物的变化，来探索物理、事物的，非为词训或注脚所能代表“卦画”的原意。

因而，陈抟提倡“学《易》者，当于羲皇心地中驰骋，无于周孔言语下拘挛”的学风。

陈抟运用佛教禅宗“唯心是法”的思想武器，反对周、孔权威，公开向周、孔法统宣战，明白指出儒家传统的易学仅为一家之言，并不能揽尽易道。

陈抟这种不迷信古人，敢于蔑视周、孔权威，以己之“心法”，求索羲皇心地，自创新说的开拓精神，非常可贵，但也违背了封建统治的传统观念，因而为历代封建王朝所不容，遭到了由宋至清历代守旧儒生的大肆攻击、谩骂。

宋王炎说：“无周、孔之辞，则羲皇心地学者从何探之？”（清朝胡渭

《易图明辩》卷十)。元人郝敬说：“诋夫子《十翼》为一家之言，离经叛道，莫此为甚。”清胡渭亦说：“独为先天学者，欲尽废周、孔之言，而志从羲皇心地上寻求。”视陈同桀、纣也。

甚至宋儒朱熹为了贬低《正易心法》，尽力地将其斥为伪陋，说成是戴师愈伪作，实则缺乏可靠证据。

自从《正易心法》被朱熹斥为伪陋，朱后陈振孙、胡应麟、姚际恒亦未详察，遂沿袭朱熹之说。于是《正易心法》被订作伪书，至今仍被人们忽略。

《正易心法》是真，是伪？下面我们试作辨析。

作为半僧半道的麻衣道者和精通佛法、融合三教的陈抟，在他们的著作《正易心法》中渗透着佛家学说，这有什么可奇怪的呢？朱熹抓住此点，作为《正易心法》伪陋的证据，看来是没有道理的。

南宋理学大家张拭认为《正易心法》确系麻衣道者、陈抟的著作，张拭评价说：“呜呼！此真麻衣道者之书也。其说独本于羲皇之画，推乾坤之自然，考卦脉之流动，论反对变复之际，深矣，其自得者欤。希夷隐君，实传其学。二公高视尘外，皆有长往不来之冠、庄周之徒欤。”

张拭拜二程的再传弟子胡宏为师，继承了程氏学说。在对待《正易心法》上，张拭看法是客观的，充分肯定了它的学术价值。《正易心法》的内容与陈抟思想相符合，这是此书为陈抟所注的有力内证。

明代杨升庵赞同陈抟的观点，并理直气壮地批评朱熹学派“茅塞一世，眩惑千古”。

以上所述有力地证明了《正易心法》为陈抟著作。

考察书中常用的语言文字可进一步驳斥朱熹的观点。

朱熹说，《正易心法》不类一二百年文字，“所谓‘落处’、‘活法’、‘心地’等语，皆出近年，且复不成文理”。事实并非如此，我们略举其一辨之。

“落处”一词，共见五处，这里仅举三例：

“羲皇《易》道，包括万象。须知落处，方有实用。（注）落处，谓知卦

画实义所在,不盲诵古人语也。”(第一章)

“(注)学者依文解义,不知落处,其能得实用乎!”(第十三章)

“五行之数,须究落处。应数倍数,亦明特时。(注)……夫以五言相成数,虽儿童亦能诵,要其义实,纵老庄亦不知落处也。是之谓盲随古人,何以见《易》乎!”(第三十七章)

“活法”一词,见于《正易心法》第四十一章:“《易》道弥满,九流可入。当知活法,要须自悟。”据此,陈抟提出了如果“苟惟束于词训,是犯法也”的警语而主张自悟、得悟——把自己的实践和认识联系起来研究《易》学,称之为“活法”。

“心地”一词,本为佛家禅宗常用术语。佛家认为,三界唯心,心如滋生万物的大地,能随缘生一切诸法,故称心地。禅宗第十七祖僧伽难提出:“心地本无生,因地从缘起。缘种不相妨,华果亦复尔。”第二十六祖不如蜜多说:“真性心地藏,无头亦无尾。应缘而化物,方便呼为智”。其后的慧能、马祖道一和宗密禅师的著述中皆有“心地”一词的运用。

仅举这些例子,足以证明“心地”一词早在唐代就已十分流行,而非朱熹所说“皆出近年”。

至于书中的有关章句,果真“且复不成文理”吗?

陈抟的文章通俗流畅,条理分明,何谓不成文理呢?

至于朱熹说此书“词意凡近”,这也切合事实。然而,这一特点反而进一步证明了此书为陈抟所著。通俗、平易、不作惊人之谈,这正是陈抟的文风。

张铎《太华希夷志》评论陈抟的言行:“其言简而理深,使观者有所自得。”“……至诸奇说眩曜之事,则未尝为也。”陈抟的其他言论,亦皆朴素大方,真可谓“质厚诚实”,为五代宋初时人典型语言。

以上我们考察了书中所有语言文字,找不出什么“作伪”的证据。

在这部著作中,陈抟把儒、释、道三家学说,融合于《易》学之中,以前无古人的气概、敢于革新的精神、新异独特的观点,开拓了宋代《易》学研究的新思潮,使宋代《易》学的研究,无论是在义理还是在象数方面,都达

到了前所未有的高度。我们应该重视对此书的研究。对《正易心法》的剖析,不仅可以揭示陈抟的思想,并且有助于我们弄清楚北宋初期三教合流的思想脉络。

《正易心法》及其注释,乃以道教心学为本,以卦爻象数之心悟为法门,杂采医卜,佛学之学说,以成体系,自宋元以来,影响很大。

附:陈抟《麻衣道者正易心法·序》

麻衣道者《羲皇氏正易心法》,顷得之庐山一异人。或有疑而问者,余应之云:“何疑之有?顾其议论可也。”昔黄帝《素问》、孔子《易·大传》,世尝有疑之。尝曰:世固有能作《素问》者乎?固有能作《易·大传》者乎?虽非本真,亦黄帝、孔子之徒也。余于《正易心法》亦曰:固能有作之者乎?虽非麻衣,实乃麻衣之徒也。胡不观其文辞议论乎!一滴真金,源流天造。前无古人,后无来者。翩然于羲皇心地驰骋,实物外真仙之书也!读来十年方悟,浸渍触类,以知《易》道之大如此也。得其人当与共之。

(录自《藏外道书》五 南宋乾道木刻本)

附:陈抟《正易心法·注》

麻衣道人原著 陈抟注释

【希夷注】正易者,正谓卦画,若今经书正文也。据周孔经传,亦是注脚。每章四句者,心法也。训于其下,消息也。

羲皇易道,包括万象;

须知落处,方有实用。(一章)

【希夷注】落处,谓知卦画实义所在,不盲诵古人语也。如震得乾初爻,故雷自天之下而发;坎得中爻,故月自天之中而运;艮得上爻,故山自天之上而坠也。巽、离、兑得坤,三爻亦然。又六爻相应,如一阳生于子月,应在卯月;二阳丑应在三月,三阳

寅应在四月是也。人事亦然。《易》道见于天地万物、日用之间，能以此消息，皆得实用。方知羲皇画卦不作纸上工夫也。

六画之设，非是曲意；

阴阳运动，血气流行。（二章）

【希夷注】阴阳运动，若一阳为复，至六阳为乾；一阴为姤，至六阴为坤是也。血气流行，若一六为肾，二为肺，三为脾，四为肝，五为心，始生屯，屯而为蒙，养蒙为需之类是也。卦画，凡以顺此理而已。

卦象示人，本无文字；

使人消息，吉凶嘿会。（三章）

【希夷注】羲皇始画八卦，重为六十四，不立文字，使天下之人嘿观（嘿与默同）其象而已。能如象焉，则吉凶应；违其象，则吉凶反。此羲皇氏作不言之教也，郑康成略知此说。

易道不传，乃有周孔；

周孔孤行，易道复晦。（四章）

【希夷注】上古卦画明，易道行。后世卦画不明。易道不传。圣人于是不得已而有辞。学者浅识，一著其辞，便谓易止，于是而周孔遂自孤行。更不知有卦画微旨，只作八字说，此谓之买椟还珠。由汉以来皆然，易道胡为而不晦也。

六十四卦，无穷妙义；

尽在画中，合为自然。（五章）

【希夷注】无穷妙义，若蒙必取次于艮，师必取次于坤，是大有旨意也。不止于贞，丈人吉童，蒙求我之义，合为自然，谓次艮、次坤，非是私意，乃阴阳运动、血气流行，其所施为，皆自然之理也。

消思卦画，无止于辞；

辞外见意，方审易道。（六章）

【希夷注】《系辞》特系以吉凶大略之辞而已，非谓六画之义，尽于是也。如大有系以元亨，大壮系以利贞，此数字果足以尽二卦之义乎？要须辞外见意可也。籍外之意，如乾九二，见龙在田，上九亢龙有悔，辟师之外不动，如地内趋变，如水无穷，好意如此类，不可概举，皆是《辞》之所不能该也。

天地万物，理有未明；

观于卦脉，理则昭然。（七章）

【希夷注】卦脉，为运动流行自然之理也。卦脉审则天地万物之理得矣。如观坎画，则知月为地之气；观离画，则知日为天之气；观艮画，则知山自天来；观兑画，则知雨从地出；观叠交，则知闰余之数；观交体，则知造化之原。凡此卦画，皆所以写天地万物之理于目前，亦若浑仪之器也。

经卦重卦，或离或合；

纵横施設，理无不在。（八章）

【希夷注】纵横，谓若为诸图，或有二气老少之渐，或有三代祖孙之别，或有对待之理，或有真假之义，或有胎甲之象，或有错综之占，唯其施設，皆具妙理，无所往而不可。此所谓包罗万象，而易道所大也。

乾坤错杂，乃生六子；

六子则是，乾坤破体。（九章）

【希夷注】乾三画奇，纯阳也。一阴杂于下，是为巽，杂于中是为离，杂于上是兑。巽、离、兑，皆破乾之纯体也。坤画偶，纯阴也。一阳杂于下，是为震，杂于中是为坎，杂于上是艮。震、坎、艮皆破坤之纯体也。若更以人身求之，理自昭然。

粤乾与坤，即是阴阳；

圆融和粹，平气之名。（十章）

【希夷注】凡阴阳之气纯而不驳，是为乾坤。《老子》曰：“天得一以清，地得一以宁。”正谓此也。因知能尽乾之道，是为圣人；能尽坤之道，是为贤人。

至于六子，即是阴阳；

偏陂反侧，不平之名。（十一章）

【希夷注】乾健坤顺，阴阳之纯气也。一失健顺，则不平之气作，而六子生，观画象可知。《庄子》曰：“阴阳错行，天地大骇，有雷有霆，水中有火，乃焚乃块。”正谓此耳。由是六子非圣贤比，特众人与万物而已，然由破体炼之，纯体乃成。

健顺动入，陷丽止说；

非特乾坤，六子训释。（十二章）

【希夷注】非特、训释，盖谓不可专于八字上取也，当求之于画象。健谓三画纯奇是，顺谓三画纯偶是，动谓一阳在二阴下是，入谓一阴在二阳下是，陷谓一阳在二阴中是，丽谓一阴在二阳中是，止则一阳在二阴上是，说则一阴在二阳上是。凡有所训，多见于画象，如阖户谓之坤，则姤之初爻是；辟户谓之乾，则复之初爻是。

坎兑二水，明须识破；

坎润兑说，理自不同。（十三章）

【希夷注】坎，乾水也、气也，若井是也；兑，坤水也、形也，今雨是也。一阳中陷于二阴为坎，坎以气潜行于万物之中，为受命之根本。故曰“润万物者，莫润乎水”。盖润液也，气之液也。一阴上彻于二阳为兑，兑以形普施于万物之上，为发生之利泽。故曰：“说万物者，莫说乎泽。”盖说，散也，形之散也。坎兑二水，其理昭昭如此。学者依文解义，不知落处，其能得实用乎？自汉诸儒不得其说，故真人发其端。又，论且以井观之，本是泰卦初爻易五是为井，则知一阳升而为坎水也。故月令云：仲冬水泉动，仲冬一阳生，至仲秋乃云“煞气浸盛，阳气日衰、水始涸”，信乎？坎之为乾水也。道家有炼丹井；海外女国无男，窥井即生；医经无子女男服，循井即生。其为乾阳，皆可明验。若曰“天降时雨，山川出云”；又曰“地气上为云，天气下为雨”，此兑之所以为坤水也。

钻木凿井，人之坎离；

天地坎离，识取自然。（十四章）

【希夷注】乾，天也。一阴升于乾之中为离，离为日，则日本天之气也。坤，地也。一阳下降于坤之中为坎，坎为月，则月本地之气也。日为天，气自西而下，以交于地；月为地，气自东而上，以交于天。日月交错，一昼一夜，循环三百六十度，而扰扰万绪起矣。是为三百六十爻而诸卦生焉。坎离、日月、天地之中，气也。仲尼特言水火而不言日月者，日月其体也。水火其用也。言其用而不言其体，盖欲其设施之广而无碍也。学者不悟，但求之于“钻木凿井”之间，所失益甚矣。又，论月上于天、日入于地，男女媾精之象，一往一来，卦画有中通之象，此所谓观于卦脉，理则昭然也。又谓理既昭然，若山者自天之坠也。《传》曰：“自有宇宙，便有此山。”又曰：“星陨为石。”推此意，即山自天坠无疑。而世曰“山者地之物”，以所见者言之耳。至月风雷雨，皆自地出也，而世曰“月风雷雨，天之物”，亦以所见者言之耳，世以所见如此。苟循其所见，则是天地万物，皆所不晓审。知易者，所以穷理尽性也。学者不可不留意耶！

八卦不止，天地雷风；

一身一物，便具八卦。（十五章）

【希夷注】八卦，文王繇辞周公爻辞，皆未尝指名，其物象以见。八卦不止“天地雷风、水火山泽”，无所不统也。是故，凡天下之所谓健者，皆乾也；顺者皆坤也；动者皆震也；入者皆巽也；陷者皆坎也；丽者皆离也；止者皆艮也；说者皆兑也。一身一物便具此八卦之理。然宣父止以八物云者，特举其大者为宗本，姑以入《易》，以便学

者耳。

卦有反对，最为关键；

反体既深，对体尤妙。（十六章）

【希夷注】世虽知有反对之说，不能知圣人密意在是也。盖二卦反而为二，对而为四，既列序之。又以杂卦推明其义者，以为天下之吉凶、祸福、贫富、贵贱，其实一体也。别而言之，其代谢循环，特倒正之间耳，未始有常也。然反体，则诸卦皆是对体，则乾：坤、坎、离、颐、大过、中孚、小过而已。此八卦与诸卦不同，在《易》道乃死生、寿夭，造化之枢机也。其体不变，故曰对体尤妙。

六十四卦，皆有取象；

其为名义，无不反对。（十七章）

【希夷注】《易》之取象，世所知者，数卦而已，如颐、如鼎、如噬嗑之类是。殊不知《易》者象也，依物象以为训，故六十四卦皆有取象。如电象草木、蒙象童稚、需象燕宾、讼象饮食、师象军阵、比象翼戴、家人象家正、睽象覆家，余卦尽然。一入诸卦名义，无不反对。如噬嗑，以贪饕，贲以节饰，履以蹈艰危；小畜以享尊富；临以出而治人、观以入而处己，丰以丰盛、旅以困穷。自余推之，其名义反对，无不然者，但未知思索以精之，则云有不取象、有不反对者，此学，易之大病也。

诸卦名义，须究端的；

名义不正，易道悬绝。（十八章）

【希夷注】《易》卦名义，古今失其正者，二十余卦：师、比、小畜、履、同人、大有、谦、豫、临、观、噬嗑、贲、无妄、大畜、颐、大过、渐、归妹、丰、旅、中孚、小过是也。盖师以正众、比以兴王，二卦以武功创业，汤武之卦也。同人穷而在下、大有达而在上，二卦以文德嗣位，舜禹之卦也。履以阴德而蹈艰危，以致小畜之安富，人臣之事也。无妄以阴德而践灾眚，以致大富之喜庆，人君之事也。临以阳来宜出而有为，观以阴生宜人而无为。谦则止在象后而存义，豫则动在象前而知几。中孚则始生，小过则夭折。颐则成人而养生，大过则寿终而丧死。渐以正而进，归妹以说而合，噬嗑以贪而致罪，贲以义而致饰。丰则得所归而丰盛，旅则失所基而困穷。凡此二十余卦，其名义显然，见于画象反对，有不可掩者如此，当谛观之也。《大传》曰：“开而当名。”苟名义不当，则一卦无所归宿也。故曰“易道悬绝”也。

一卦之中，凡具八卦；

有正有伏，有互有参。（十九章）

【希夷注】正，谓上下二体也；伏，谓二体从变也；互，谓一卦有二互体也；参，谓二互体参合也。与本卦凡八，是谓一卦具八卦也。然一卦何以具八卦？盖一卦自有八变，如乾一变姤、二变遁、三变否、四变观、五变剥、六变晋、七变大有、八变复乾是也。因其所然，以见天地万物，理无不通也。《庄子》论久竹生青宁，青宁生程，程生马，马生人，人死反入于机，万物皆出于机、入于机。其一节论变化之理，无所不通如此。

六十四卦，唯乾与坤；

本之自然，是名真体。（二十章）

【希夷注】太初者，气之始，是为乾；太初者，形之始，是为坤。皆本之自然，无所假合也。故其卦画纯一不驳，倒正不变，是名真体。

六子重卦，乾坤杂气；

悉是假合，无有定实。（二十一章）

【希夷注】六子假乾坤以为体，重卦合八卦以为体。若分而散之，则六子重卦皆无有定体也。若今天地清明，阴阳不杂，则六子何在？六子不交，则品物何在？以是知人间万事，悉是假合阴阳一气。但有虚幻，无有定实也。

卦义未审，须求变复；

不唯辞合，义实通明。（二十二章）

【希夷注】变为一爻之变，复为一体之复。即复变之辞而观之，自然之义无不与本卦吻合，以见阴阳之气。如蒙，上九曰“击蒙”，变为师，上六则云“小人勿用”。屯，初九曰：“以贵下贱，大得民也。”变为比初六则云：“有孚比之，无咎。”此一爻之辞合也。如大有，上体复需“有饮食之燕”；下体复晋，有昭明之德，升上体复姤，姤一阴升下体复复，复一阳升比。一体之义合也。苟卦义未审。能以此求之，自然明矣。

古今传易，舛讹为多；

履畜八体，最为害义。（二十三章）

【希夷注】按卦序，当先履而后小畜，今小畜在先，则二卦画像反对文义缪乱，而不可考。又以八卦本对八体，独阙其鼻，乃以巽言股，股即系是也。若股可言，则又遗其肱，且与羲皇八卦不相应也。兹盖传者，舛误耳！能不害义乎？试辩之，一柔自姤变同人，同人变履，履变小畜，小畜变大有，犹之一刚自复变师，又变谦，又变豫，又变比，皆自然之序不易也。今谦既在豫上，则知履不当在小畜下。尝审探宣尼述九卦，以履为用九，谦用十五，复用廿四，皆《龙图》大衍定数，则履在小畜上，为第九卦也。明矣。又履与无妄对义，既以大畜反无妄而居下，则之小畜反覆而居下，无疑

矣。今字卦非宣尼旨，失其本真也。八体乃艮为鼻，巽为手耳。《传》曰：“鼻者，面之山也。”又曰“风能鼓舞万物”，而手之所以舞也。盖乾为首、坤为腹，天地定位也；坎为耳、离为目，水火相逮也；艮为鼻、兑为口，山泽通气也；巽为手、震为足，雷风相薄也。此羲皇八卦之应矣，其理昭昭。但学者承误效尤，见不高远。其失至此。真人闵（闵：忧惧貌）之，故开其眼目。

画卦取象，本为特物；

见于日用，无所不合。（二十四章）

【希夷注】羲皇画卦，非谓出私意撰成，一易道于方册上以海人也。特以顺时应物，则以见于日用之间耳。以粗迹言之，如以钱贖六纯字，乾也；六纯背，坤也；盖互六子也。若反则未胜，至纯则乾坤成矣。又如优人呈伎，壮者任其难，六子也；老者敛其利，乾坤也。此皆理之自然，即此理以察其余，则苾至兰竺卧，纤悉举天下皆易，无可拣择者，但百姓昏昏日用之，而罔觉矣。

中爻之义，足以造化；

纳音切脚，其理则一。（二十五章）

【希夷注】纳音，甲为木、子为水，甲子交合则生金。切脚如德为父，红为母。德红反切即东字，卦体亦然。上体为乾，下体为坤，交错乃生六子，即中爻二三四五也。二三四五，造化之气，参互成卦，如屯中有剥、蒙中有复。凡此一卦，每具于四卦中，皆得祸福倚伏之象。如屯比观益中，皆有剥师临损，蒙中皆有复是也。

反对正如，甲子乙丑；

有本有余，气序自然。（二十六章）

【希夷注】大凡一物，其气象必有本有余。余气者，所以为阴也，本其阳也。如十干甲乙，乙者甲之童气也；丙丁，丁者丙之余气也。如十二支子丑，丑者子之余气也；寅卯，卯者寅之余气也。卦亦由是，坤者乾之余气也；蒙者屯之余气也；讼者需之余气也；比者师之余气也；且乾而后坤、屯而后蒙、需而后讼、师而后比，虽故有其义，然其所以相次者，皆其余气也，自然之理耳。学者不悟，谓圣人固以此次之，是未知反对关键之键也，失之远矣。

每卦之体，六画便具；

天地四方，是为六虚。（二十七章）

【希夷注】初爻为地，上爻为天，二爻为北，五爻为南，四爻为西，三爻为东，天地四方，每卦之体，皆具此义，是为六虚。《大传》“变动不拘，周流六虚”，正谓此耳。

学者不悟，谓六虚天地四方，乃六画也。殊不知六画乃天地四方之象。此之谓纸上工夫，不知落处也。

乾坤六子，其象与数；

乾坤之位，皆包六子。（二十八章）

【希夷注】象谓坤卦上中下加三乾画，便生三男；以乾卦上中下加三坤画，便生三女。乾坤之体皆在外，六子皆包于其中也。数谓若画，乾数三，巽离兑四，震坎艮五，坤六；坤数六，震坎艮七，巽离兑八，乾九。乾坤之策皆在外，六子皆包于其中也。此象之自然，有不可得而容心者。

爻数三百，八十有四；

以闰求之，其数吻合。（二十九章）

【希夷注】爻数三百八十又四，真天文也。诸儒求合其数而不可得，或谓一卦六日七分，或谓除震离坎兑之数，皆附会也。倘以闰求之，则三百八十四数自然吻合，无余欠矣。盖天度或赢或缩，至三年乾坤之气数，始足于此也。由汉以来不悟，惟真人得其说。

二十四爻，求之八卦；

画纯为叠，是为闰数。（三十章）

【希夷注】一岁三百六十，而爻数三百八十四，则是二十四爻为余也。以卦画求之是为叠数。何以言之？夫既有八卦矣，及八卦互相合体，以立诸卦，则诸卦者，八卦在其中矣，而别又有八纯卦，则其合体八卦为重复，而二十四数为叠也。是以三百六十为正爻，与每岁之数合；而三百八十四，与闰岁之数合矣，则是闰数进，岂惟见于数，亦见于象。人知之者盖鲜矣。

一岁之数，三百六十；

八卦八变，其数已尽。（三十一章）

【希夷注】乾、姤、遁、否、观、剥、晋、大有，八变而复乾，则天之气尽；坤、复、临、泰、大壮、夬、需、比，八变而复坤，则地之气尽；震、豫、解、恒、升、井、大过、随，八变而复震，则雷之气尽；艮、贲、大畜、损、睽、履、中孚、渐，八变而复艮，则山之气尽；坎、节、屯、既济、革、丰、明夷、师，八变而复坎，则水之气尽；离、旅、鼎、未济、蒙、涣、讼、同人，八变而复离，则火之气尽；巽、小畜、家人、益、无妄、噬嗑、颐、蛊，八变而复巽，则风之气尽；兑、困、萃、咸、蹇、谦、小过、归妹，八变而复兑，则泽之气尽；凡此八卦各八变，八八六十四数，则天地雷风水火山泽之气无余蕴矣，是为一义。

数成于三，重之则六；

其退亦六，是为乾坤。（三十二章）

【希夷注】夫气之数起于一，偶于二，成于三，无以加矣，重之则为六也。然三、少阳也；六、太阳也。三、春也；六、夏也，此乾之数也，是为进数。其退亦六，三、少阴也；六、太阴也。三、秋也；六、冬也，此坤之数也，是为退数。三画为经卦，六画为重卦者，凡以此而已。

凡物之数，有进有退；

进以此数，退以此数。（三十三章）

【希夷注】大抵物理，其盛衰之数相半。方其盛也，既以此数；及其衰也，亦以此数。若一岁十二月，春夏为进数，秋冬为退数；昼夜十二时，自子为进数。自午为退数；人寿百岁，前五十为进数，后五十为退数。以至甲为进数、乙为退数，子为进数、丑为退数。细推物理，无不然。世儒论数，但衍为一律，殊不明阴阳进退之理，惟真人独得其说。

凡具于形，便具五数；

五数既具，十数乃成。（三十四章）

【希夷注】凡丽于气者必圆，圆者径一而围三。天所以有三时者，以其气也。凡丽于形者必方，方者径一而围四。地所以有四方者，以其形也。天数三，重之则六；地数五，重之则十。何谓十？盖有四方，则有中央为五；有中央、四方，则有四维，复之中央，是为十也。非特地为然。凡丽于形，便具十数，皆若此也。

大衍七七，其一不用；

凡得一数，理自不动。（三十五章）

【希夷注】大衍之数五十，其用四十有九，挂一而不用。不用之义，学者徒知一为太极不动之数，而不知义实落处也。何则？一者，数之宗本也。凡物之理。无所宗本则乱；有宗本焉则不当用，用则复乱矣。且如轮之运而中则止，如辂之行而大者后，如网之有纲，而纲则提之；如器之有柄，而柄则执之；如元首在上，手足为之。举如大将居中，而士卒为之役；如君无为而臣有为，如贤者尊而能者使。是知，凡得一者，宗也、本也、主也，皆有不动之理。一苟动焉，则其余错乱，而不能有所施設者矣。

策数六八，八卦定数；

卦数占卦，之理自然。（三十六章）

【希夷注】八卦经画二十四，重之则四十八，又每卦八变六八四十八，则四十八者

八卦数也。大衍之数五十者，半百一进数也；其用四十九者，体用之全数也。五十除一者，无一也，《易》无形埒是也。四十九有挂一也者，有一也，《易》变为一是也。一不用者，数之宗本也，可动也。用四十八者，取八数变以占。诸卦也，一变为七，七变为九，此之谓也。今筮者，于五十数先置一于前，乃揲之以四十九，或先去其一，却于四十九数中除一而终合之，是二者皆全用四十九数，曾不知本卦之本数也，以致误置一于八卦数中，遂有五与九之失也。且以揲之寄数，但论其多少，而五与九则无损益于多少之数，而于阴阳正数。亦自无碍。揲法不取其正数而取其余数，盖从其简便也。简便谓一见多少即知正数，阴阳多少。若待视正数则烦难矣。又多少之说，无所经见，知古人但以记数也。《大传》曰：“大衍之数五十，其用四十有九。”谓大衍数本五十而止用四十九，则其一已先除矣，更无五十全数，分而为二，以象两，谓止于四十九数中分而为二也。挂一象三，挂谓悬，谓于四十九数中悬挂其一而不用也。筮法一揲得五与四，四谓之三少，得九与八，八谓之三多，二揲则五与九已矣。但得三个四，亦谓之三少；得三个八，亦谓之三多。方初得五与九也，而老阳之策三十六，老阴之策二十四，及次正得四与八也。而阴阳之策数如前则是五九，固无损益于多少之数，而于阴阳之策正数亦自无伤也。因知四十八数而悟用其九，断然而明矣。或者又谓揲法得奇偶数，殊不知二揲则五与九已尽，所以观其余数而不观其正数，特以从其简便也。

五行之数，须究落处；

应数倍数，亦明特时。（三十七章）

【希夷注】天一生水，坎之气孕于乾金，立冬节也；地二生火，离之气孕于巽木，立夏节也；天三生木，震之气孕于艮土，立春节也；地四生金，兑之气孕于坤土，立秋节也；天五生土，离寄戌而土气孕于离火，长夏也。凡此皆言其成象矣。天一与地六合而成水，乾坎合，而水成于金，冬至节也；地二与天七合而成火，巽离合而火成于木，夏至节也；天三与地八合而成木，艮震合，而木成于水，春分节也；地四与天九合而成金，坤兑合，而金成于土，秋分节也，天五与地十合而成土，离寄于己而土成于火也。凡此皆言其成形矣。夫以五言相成数，虽儿童能诵，要其义实，纵老壮亦不知落处也，是之谓盲随。古人何以见《易》乎，以至先天诸卦，初以一阴一阳相间，次以二阴二阳相间，倍数至三十二阴、三十二阳相间。《太玄》诸首，初以一阴一阳相间，次以三阴三阳相间，倍数至二十七阴、二十七阳相间，此其理何在哉？以时物推之，自祖父子孙，有众寡之渐，自正二三四五六月，有微盛之滋，皆数之所以明理也。

卦位生数，运以成数；

生成之数，感应之道。（三十八章）

【希夷注】生数，谓一二三四五，阴阳之位也，天道也；成数，谓六七八九十，刚柔之德也，地道也。以刚柔成数而运于阴阳生数之上，然后天地交感，吉凶叶应，而天下之事无能逃于其间矣。

一变而为七，七变为九；

即是卦妄，宜究其实。（三十九章）

【希夷注】《冲虚经》曰：“《易》无形埒。”《易》变而为一，一变而为七，七变而为九，九者究也，复变而为一。盖卦爻自一变、二变、三变、四变、五变、六变至七变谓之归魂，而本宫之气革矣。更二变而极于九，遂复变为一而还本也。学者不悟经意，徒溺空泛说，失之甚矣。

名易之义，非训变易；

阴阳根本，有在于是。（四十章）

【希夷注】《易》者，大易也。大易，未见气也，视之不见，听之不闻，循之不得，故曰易。易者，希微、玄虚、凝寂之称也。及易变而为一，一变而为七，七变而为九，九复变而为一也。一者，形变之始也。清轻者上为天、重浊者下为地、冲和气者中为人。谓知易者，知阴阳之根本，有在于是也。此说本于《冲虚真经》，是为定论。学者盲然不悟，乃作变易之易。是即字言之，非宗旨之学也。唯扬雄为书拟之曰“太玄”，颇得之道家，亦以日月为古之易字，盖其本阴阳而言也。

易道弥满，九流可入；

当知活法，要须自悟。（四十一章）

【希夷注】《易》之为书，本于阴阳。万物负阴而抱阳，何适而非阴阳也？是以在人，惟其所入耳。文王、周公以庶类入，宣父以八物入，斯其上也。其后。或以律度入，或以历数入，或以仙道入，以此知《易》无往而不可也。苟惟束于辞训，则是犯法也，良由未得悟耳。果得悟焉，则辞外见意，而纵横妙用，惟吾所欲，是为活法也。故曰：“学《易》者，当于羲皇心地中驰骋，无于周、孔言语下拘挛。”

世欲学解，浸渍旧闻；

失其本始，易道浅狭。（四十二章）

【希夷注】羲皇氏《正易》，《春秋》比也。周孔明《易》，作《传》比也。左氏本为《春秋》作传，而世乃玩其文辞，致左氏孤行而《春秋》之微旨泯矣。

《易》之有辞，本为羲皇发扬，学者不知借辞以明其画象，遂溺其辞，加以古今训

注，而袭谬承误，使羲皇初意不行于世，而《易》道于此浅狭矣。呜呼！

（三）读《阴真君还丹歌注》后记

阴真君，名长生，东汉新野（今属河南）人，东汉和帝皇后阴氏之曾孙，少年富贵而不享荣华，潜心修道，跑遍名山，寻仙访道，后来在南阳太和山拜马明生为师，他师徒二人同入青城山，立坛明誓，授以《太清神丹经》，阴长生得其术，修道数十年，著有《金石五相类》一卷，《金碧五相类参同契》三卷和《阴真君还丹歌》等。

陈抟精通儒释道三家养生之术，他注释的《阴真君还丹歌》充分表现了其崇尚内丹，摈弃外丹，强调道法自然。

从《阴真君还丹歌注》的内容来看，陈抟的内丹道对上下丹田极其重视。其论上下丹田与钟吕派内丹道相比较，显得颇为独特，《阴真君还丹歌注》在注释“东方甲乙名金砂”一句时，以甲乙木指征丹田，其云：“东方为青帝，主肝。甲乙者，以北方水，南方火，火生于木，以水养之，郁郁生于青翠，故曰甲乙也，属木，主人丹田也。”称丹田为木，配甲乙的思想极为奇特，有悖于道教传统及古代术数通行的说法。按照道教及古代术数学的一般看法，甲乙配东方木，在人身中与肝对应。陈抟又称人身上丹田为阳，下丹田属阴，按照他的解释，所谓修炼内丹就是采上丹田之大功德神水，归纳于下丹田，使其阴阳交感，结成灵砂。《阴真君还丹歌注》注释“两情含养归一体”云：“两者，阴阳也，天为阳，地为阴，左为阳，右为阴。阴阳者，夫妻也。在身，上丹田为阳，下丹田为阴。阴阳含养四时，运动五行，天地交感，百物自生。夫顺妻和，遂生男女。今以法采上丹田大功德神水修炼，纳至下元玉室含运。”

又，《指玄篇》则将阴阳交后称为结圣胎，其云：“邈无踪迹归玄武，潜有机结圣胎。”陈抟在此修炼内丹就是采上丹田之水，纳入下丹田，如此，实际上是认为内丹修炼之药物或称真阴真阳，存在于上下丹田。如果我们按照宋以后内丹道之一般思想，大胆地将上丹田诠释为神，下丹田诠释为炁，那么陈抟内丹道关于内丹修炼上下丹田感合实际上应理解

为神炁相凝相合，结为丹砂。

《阴真君还丹歌注》云：“朱雀者，火也。在地者，南方丙丁火；在天者，荧惑星也。在地为火，在人为心。其火生灭由人，大包天地，细入毫厘，制之则止，放之则狂，经中呼为明火。人以调伏，采上丹田玉泉中水，以心火烧炼之，入下丹田，锁之玉牢之关。别有阴丹之法。自然别生其魂，日月久深，自然入煥以结成，号曰金池也。”又云：“采丹于水中，居人下部精室之中，日久，水中精成金尘，自然为珠，以号水中火出。”

这里，陈抟将修炼内丹的药物即合炼所用之材料为上丹田玉泉之水，火为心神，结丹之处所为下丹田。《阴真君还丹歌注》载述的这种内丹修炼功法与钟吕派内丹道的丹道程序颇有不同。

对于修炼内丹的火候，陈抟偏爱以月象来指证。他将月象之变化分为两个周期，此即自朔至望，为魂增魄减；另一则为自望至晦，为魄息魂消。他似认为内丹修炼应在前一期进火，后一期退符。至于每日修炼之时，他发取子后午前卯时。《阴真君还丹歌注》说：“上法行之，取避晦、望、朔，起下法者，候天上月圆，人神偏体，采之月，顺则有时，子后午前，卯是也。”又云：“此是朔至望行之，采上法行道增魂；从望至晦，减之魄也。”值得注意的是，陈抟《阴真君还丹歌注》论述内丹道时，于上清存思修炼术之九宫思想颇有参证，并征引《黄庭经》助证其说。这一现象表明陈抟在创立其内丹道时，对传统道教上清派的内修方术颇有借鉴。其云：“自项上至头，自占九宫，其神各有名字，在太一索灵中，别有要文。至下脐室，别有三宫，此依前十二宫，各有楼台。”又云：“求宫中者，向身上十二宫求觅，方知大道之鼎器、神圣也。”这里提到的头部九宫，每宫各有神灵居住，此即源于上清九宫之说。至于其提到的自脑部九宫至脐室间的三宫，当为上、中、下三丹田宫。陈抟认为人身的这十二宫为修炼内丹的神圣之地。由此可见，他的内丹道思想乃是立足于上清存思内修术而创发出来的。

陈抟《阴真君还丹歌注》集中体现了两大特点。

第一，强调道法自然，为延长人体寿命找到了一条理论根据。

在众多“还丹”学说中,《阴真君还丹歌》最精辟,也最能体现道家“内丹”思想。陈抟为之作注,依据中华天文地理、五行方位——北水、南火的理论,突出了“水火既济”这一点,以阐明人体脏腑与五行生克、阴阳交感、血气流行、四时运动等等的密切关系,强调炼内丹必须遵循自然规律。强调“默心修炼、静意保持”,能“从无人有、从有人无”,即从大自然中去吸取精华,将无质之气转化为有质之真气,达到“长生久视”、成为“真仙”的目的。

第二,提倡内丹,摈弃外丹,为内丹学开创了一条新的路子。

陈抟以“身口为炉”、“宫室为灶”、“肾为水”、“心为火”、“肝为木”,使木生心火以炼肾水,达到“成尘得变”,以取代外丹法之“金丹”。他说:“世人多取五金、八石,诸般草木烧之,要觅大还丹,岂不妄也?”很明显,他是崇尚内丹修炼、反对外丹烧炼的,为内丹学的发展作出了重要贡献。

附:《阴真君还丹歌·注》

阴真君原著 陈抟注释

北方正气为河车

【希夷注】北方黑帝,极尊也。人之下元,阴也。正气者,属水,人之血也。河车者,北方气流归南方,以火炼水,成尘得变,为河车下元,精也。北方黑帝属水,人之肾也。肾为人生根本,分作日月之精、虚无之气,肾王即化为赤子也。

东方甲乙名金砂

【希夷注】东方为青帝,主肝。甲乙者,以北方水、南方火,火生于木,以水养之,郁郁生于青翠,故曰甲乙也,属木,主人丹田也。生金砂者,今天下水,有恒河沙数只,如汉之江中、嘉陵之江中,自生金砂,工人淘取,炼成黄金也。故又法,以采于人身者,居上有屋宅,号为玉泉洞,洞中有玉泉水,名为清静源,采之功志,名号大功德神水,不知涯岸,纳至下丹田,日久自结为砂。

两情含养归一体

【希夷注】两者，阴阳也。天为阳，地为阴，左为阳，右为阴。阴阳者，夫妻也。在身，上丹田属阳，下丹田属阴。阴阳含养四时、运动五行，天地交感，百物自生。日含月，自然光明；月含日，自然生星宿。夫顺妻和，遂生男女。今以法采上丹田、大功德神水修炼，纳至下元玉室含运。

朱雀调养生金华

【希夷注】朱雀者，火也。在地者，南方丙丁火；在天者，荧惑星也。在地为火，在人为心，其火生灭由人，大包天地，细入毫厘；制之则止，放之则狂，经中呼为明火。调运者，修炼为泥，以火烧作瓷瓦，千万年不朽；木以烧作炭，在土中以得千万年，其炭还在人以调，伏采上丹田玉泉中水，以心火修炼之，入下丹田锁之、玉牢之。关玉牢之关，别有阴丹之法，自然别生其魂；日月久深，自然色焕以结成，号曰金池也。《大丹诀》云：“金父木母，真铅汞也。”铅含玉彩，属北方水，水中有金，金作堤防，故号金华。

金华生出天地宝

【希夷注】金华者，似汉江之水中金砂，自然生其中也。采丹于水中，居人下部精室之中，日久水中精成尘，自然为珠，以号水中火出。又一法，留下部之精，以心火运转，居上元，自然结为珠，居泥丸宫，以号火中出水。故《黄庭经》云“玉清池水灌灵根，审能修之可长存”也。

人会此言真正道

【希夷注】会者，非凡人。人不信道，道号虚无。故经曰：“大道非常，道道如虚，空无所依。”诀云：“鱼在水中不见其水，人处道中不见其道。龙不见其山石，鬼不见其土。”此言者，岂妄说也。真正道者，人之精华也，多失泄于妇女。即生男女、更面貌形神，真似父母根性若也，结留住任在己身。又采上元之水，用合下田为丹，名曰珍宝。故《阴符经》云：“阴阳相推，自然调和。”人会此言，真正道毕矣。

子称虎，卯为龙，龙虎相生自合同

【希夷注】此二语两支事。子虎者，属阴，阴者属女。女之水阴性，故

号北方壬癸，此是水之位。黄帝诀云：“呼之为黑铅，能伏汞为砂。若人得真道，入阳丹田以用之，子后午前是也。”龙属木，木者东方木。诀云：“汞也，汞者属火，又呼为水银是也。”一云绿水银。若有药制伏，得伏火即成世宝，若人身中，即精华是也。诀云：“以阴炼阳，其真可长。”其法须在一支，属阴也。《丹论》云：“阳动不能伏阴，杀不可伏也。若养之令伏，阴死阳生。”生者，如水银伏火以成世宝，阳汞伏于阴不动，定为身宝。故经云：“溉养灵柯不复枯，闭塞命门保玉都。”舌上采结行之，子后午前，采上玉泉中水，亦曰阳汞。将含阴时采者，铅水号曰双龙虎。故《上丰经》云：“始青之下月与日，两物相和合成一。出彼玉池入金室，人各有之慎勿失。子若得之万事毕。”岂在于外乎！

龙居震位当其八，虎数元生在一宫

【希夷注】此是朔至望行之，采上法行道增魂，从望至晦减之，益魄也。男八岁，齿生，十六为之，中十岁以下，得法修真为上，余并得尸解者也。

采有日，取有时

【希夷注】上法行之，取避晦，望朔起下法者，候天上月圆，人神遍体采之。日月顺则有时，子后午前卯是也，采阴气归上泥丸宫。故经云：“溉养灵柯不复枯也。”虽不施精亦还美，日日于珠，常为大空，空无可望可为，空中有物元，其空是阴气转上，归泥丸宫，却取玉池中水，灌入下丹田金室之中，其元头来，人亦不知，从何处来去？归何方位？安排哪里？各有神化，日久自然变为宝珠。所以人皆不死是也。故经云：“大道无形也。”

世人用之而不知；

收取气候若差错，万般工力徒劳施

【希夷注】或遇天地禁忌，安排不知去处，或值阴户不开，取意行为，害令人速老也。故云：得一之时昆仑后，虽当截舌不忽道。妄言传之于世人，必定流血身先天。法文若常人，则不可受也，其文传在太一宫。经云：太一有君，皆云在心景中不思议，谁能得先，不可度量也。居人头为

昆仑上宫室，神明居泊，各有室宅。自项上至头、自上九宫，其神各有名字，在太一上《素》、《灵》中，别有要文。至下脐室，别有三宫。此依前十二宫，各有楼台。故《内景经》云“内有重楼十二级”，此是也。又丹田有十二楼，应十二时，用转法也。

至神至圣极容易

【希夷注】智者，其采二件药在身。虽不知涯岸，身有神明知也。但人只以浮花，皆不知变化。故云：“知长生道，敌隔万山。”是知凡间世人不可知也。求宫中者，向身上十二宫求觅，方知大道之鼎器者，神圣也。

先向宫中求鼎器

【希夷注】其法不传，不可露天文。故道经云：“金玉满堂莫之能守，富贵而骄，自遗其咎。”是为人生下缘，天地人须皆近，骄奢富贵，不寻于大道也。

温养火候审阴阳

【希夷注】温养者，令人无喜怒也。火候者，以心为火。四季之月，加减行之。两数其法在口传。养阴阳者，别识真阴真阳，居人二命，采合为命。《级从歌》云：“二物同一体。”

安排炉室须择地

【希夷注】安排者，采上真气水安于下元，采下阴气水运于上元，安排各着炉室，自神化之功，若安排不着去处，于身有祸。炉室者，妙法在别女，在阴丹一诀。丹上法炉室者，以身口为炉也。灶者，以宫室为灶是也。破不堪使用者是也。人用过者，弊物不堪使用是已不中也。房中至甚五级者，大肥不堪用，大瘦不堪用。道三合五级者，是十五已上、二十已下是中道，人气二十已上并是不堪使用。可用，须借其气合汞者，方住以无制之，被鬼神偷他也。上择地者，是知宫室、时候。

不得地，莫妄为

【希夷注】凡欲炼其阴者，若不依前说，年纪人及鼎器之物，不可成宝。不及年，借气用之，即得暂住，有却患除魔之功，又不得上救助之力也。若在法度，须不失度数行之，少年成宝也。若只欲取意行之，万无一

成也。

切须隐密审护持

【希夷注】凡欲行道，静隐闲居、导引、叩齿、集神、握固、平坐，密而行之。护持者，减食、少语、莫喜怒。

保守莫泄天地机

【希夷注】保守者，尽一身之行用。若行年十岁，头尾至心行用，久即慢易，有头无尾，定虚费工夫也，千万不成矣。

此药变化不思议

【希夷注】其服药之功、九年不失候，增减十六，两数足功，满三千行有八百，药成易矣。天不能杀，地不能埋，其功不可思议。注：天地有变化，其身坚固，其功有三，上者得上仙，中下者只得尸解也。

阳真砂，阴真汞

【希夷注】下元阴精，法结为砂。上元阴时采者，沉以为砂，属阳气。上元气结成宝，下元气入昆仑泥丸，注为珠，可照三千大千世界矣。

时人求之莫妄动

【希夷注】世人多取五金、八石，诸般草木烧之，要觅大还丹，岂不妄也！

无质生质是还丹

【希夷注】从无人有，从有人无，将无质气结为阴气，交感是也。大丹无药，五行真气是也。

凡汞凡砂不劳弄

【希夷注】世人取砂银为汞，取朱铜铁为砂，是也。若将此求道，不成也。

逢此诀，会此言，炼之饵之成真仙

【希夷注】若逢此歌免妄为诸事，遂默心修炼，静意保持，不退初心，勤进前志，方乃炼之、饵之，成真仙耳。

（全文录自《道藏》，洞真部，玉诀类，成上卷）

(四)《观空篇》浅识

陈抟择取佛教“五空”概念来解释内丹修炼的五种境界,从两者的深层义理根基来看,存在着会通的可能性。不过,仙佛会通之说并非正统内丹道所倡导者,这也可看成陈抟内丹道的特色。五空理论也是一种陈抟内丹道的叛教说,与钟吕丹道区分鬼仙、人仙、地仙、神仙、天仙等五仙说有异曲同工之妙。

陈抟所阐述的“五空”学说,实际上仍是道教内炼修养的理论。这种取他家之学,益自家之道的作法,说明陈抟善于融合三教,独创新说。

陈抟承其遗风,为空观赋以新的内容,从而完善了道教内丹的学说。

“空”即虚无也,佛教认为一切事物都无实体,所以叫做“空”,佛教宣扬“诸法皆空”,以悟空为进入涅槃之门,故称佛教为“空门”。

“观空”,即如何正视佛学“空”的哲理。“空,梵文 Sunya 的意译。佛教认为世界一切事物都由因缘所生,刹那生灭,无质的规定性和独立的实体,假而不实,故谓之‘空’。然而‘空’非虚无,因缘幻化名为‘假有’,‘空’与‘假有’意思相同。”

陈抟“淹通三教”,在修持方面尤对佛学“缘起性空”的哲理,有独特见解和认识,故立《观空篇》,与易理、丹道相结合,用以阐明道教之阴阳、动静、形神、气色等正确的哲学概念,并对“空”义的不正确认识提出了批评,是一篇完善道教内丹哲学的重要论著。

陈抟的“五空”之说,源出佛门。佛教之空观内容极其丰富,凡观想一切诸法皆空的观法,皆为空观。陈抟运用佛教空观法门来阐述其内丹之道,他并不掩饰自己与佛家的关系。

心神为智慧之渊,智慧乃心神之明。所以,陈抟开宗明义指出:“欲究空之无空,莫若神之与慧,斯太空之蹊也。”他认为佛教之“缘起性空”学说,是同“太空之蹊”即自然之道相联系的,也是合理的。但也认为,研究“空之无空”的哲理,不如直接从研究人的心神与智慧着手。这样才能把“空”的哲理简明化、大众化,让更多的人了解和认识它。因此提出了

五种“空”义。

第一种：“顽空”。

顽者，愚也、钝也。愚钝之人只讲“空”的道理，而实际不把自己植根于自然之道。这种人不明白“阴阳运动，血气流行”须在自然界中通过自身的刻苦修炼才能取得，反之则终无成效，还会使自身陷入“虚而不化，滞而不通，阴沉胚浑”的僵局，成为“至愚者也”。

第二种：“性空”。

性者，人的本然之性，即人性。由于时间的推移，历代学者对“性”的认识颇多争议。战国时期的告子认为“生之谓性”，即天生的资质谓之性。孟子主张“性善论”，荀子则持反对意见而提出“性恶论”。唐代韩愈、宋代朱熹等，皆对“人性”提出过自己的见解。至明代王守仁则进一步提出“心即性，性即理”的学说。殊不知陈抟在华山早已提出“性空”的理论，认为“性空”就是使人“心地空旷”、清静无为，始终保持与宇宙自然的协调一致，达到心性“虚而不受，静而能清”。同时强调要从“坎离”即水火既济着眼，保持阴阳平衡。陈抟指出，假若不明此理，则易陷入“扃其众妙，守乎孤阴”的误区，最终会成为“杳冥之鬼”。如果把“性空”庸俗地认作“男女不交合”，那是一种错误的“断见”！

第三种：“法空”。

“法”在佛教中有三种含义：一是指佛法；二是指一切事物和现象，包括物质的、精神的、存在的、不存在的、过去的和未来的，如“一切法”、“三世诸法”等；三是指某一具体事物和现象，如“心法”、“色法”等。陈抟把阴阳、动静、八卦等哲理用于探讨“法空”，给佛学之“法”增添了新的一页。他认为，凡是遵循“太空”之道——宇宙自然的规律性去修持的人，“在乎无色无形之中，无事也无为也，合于天道”者，就是懂得“法空”的人，最初得道的人。

第四种：“真空”。

《庄子》认为“真”即“身”，故有“见利而忘其真”之用例。陈抟认为，

通过修炼而达到“真空”境界的人，就是“神仙”。神仙“知色不色，知空不空。于是真空一变而生真道，真道一变而生真神，真神一变而物无不备矣。”这里所说的“真神”即指人体之心神、智慧的源泉。

第五种：“不空”。

不，丕也；丕，大也。“天地人”三元一统，皆大也。所以陈抟明确指出：“天者，高且清矣，而有日月星辰焉；地者，静且宁也，而有山川草木焉；人者，虚且无也，而为仙焉。三者出虚而后成者也。”陈抟之“动者静为基，有者无为本”的论说为万世不易的哲学理论，是道教内丹哲理的最高概括。他又在《太极阴阳说》中重申：“动而生阳，静而生阴，生阴之静，非真静也，是动中舒缓处耳，亦动也。是以生生不息，变化万殊。”

由上可知，陈抟立五种“空”义，最终落到“丕空”（不空）上，主张把“天地人”三元一统归结于“宇宙一气论”。认为修持必须遵照宇宙自然的规律，要始终围绕“阴阳、动静、有无”等哲理去进行，否则，会走向死胡同，一事无成。这就是陈抟“观空”的主要观点。

陈抟的空义融易理、丹法与佛学空观为一体，既有对先贤诸学的继承，融会贯通又有所发展。

白玉蟾二传弟子王升庆《三极致命箴蹄》中有《五公颂》丹诀，阐述陈抟之说：

顽空：

顽空枯坐斩生缘，日事无萦夜上眠。
形木心灰成底事，有闻行道却凝坚。

性空：

性空虚旷日清闲，动若浮云静似山。
赖打顽空无则法，有闻行道必间关。

法空：

法空大抵似顽空，有动依然在静中。

按月按时行卦气，二千门路拟皆通。

不空：

不空空里有工夫，归复元阳静处符。

阳复阴消须净尽，惟余黍米一明珠。

真空：

真空妙用妙难思，仿佛还如岁运推。

夜代昼更寒暑序，了无停迹孰为之。

附：陈抟《观空篇》（并注）

欲究空之无空，莫若神之与慧，斯太空之蹊也。于是有五空焉。

其一曰顽空。何也？虚而不化，滞而不通，阴沉胚浑。清气埋藏而不发，阴虚质朴而不止，其为至愚者也。

其二曰性空。何也？虚而不受，静而能清。惟任乎离中之虚，而不知坎中之满，扁其众妙，守乎孤阴，终为杳冥之鬼[注]深远幽暗之意，是为断见者也。

其三曰法空。何也？动而不挠，静而能生。块然[注]独处学之貌，勿用于潜龙[注]语出《易经》乾卦初爻：“潜龙勿用。”《文言》注：“潜龙勿用，阳气潜藏。君子以成德为行，曰可见之行也。潜之为言也，隐而未见，行而未成，是以君子勿用也。”乾位初通于玄谷[注]玄，指高远莫测的“道”，也指万物的本原。谷，谷神，亦指“道”。玄谷，即玄牝之源，《老子》说：“谷神不死，是谓玄牝。”牝，指生殖、母性。在乎无色、无形之中，无事也、无为也，合于天道焉，是为得道之初者也。

其四曰真空[注]真，身边。《庄子山木》说：“见利而忘其真。”真即身也。以下“真道”，指人体养生之道；“真神”，指人体之心神、智慧的源泉。何也？知色不色，知空不空。于是真空一变而生真道，真道一变而生真神，真神一变而

物无不备矣，是为神仙者也。

其五曰不空[注]不为丕的借字。丕者大也，“天地人”三才皆大也。所以陈抟以“天地人”分别立论。何也？天者，高且清矣，而有日月星辰焉；地者，静且宁也，而有山川草木焉；人者，虚且无也，而为仙焉。三者出虚而后成者也。一神变而千神形矣，一气化而九气[注]五行之气和四时之气的总合。和矣。故动者静为基，有者无为本，斯亢龙[注]语出《易经》乾卦上九：“亢龙有悔。”《文言》注：“亢之为言也，知进而不知退，知存而不知亡，知得而不知丧；其为圣人乎，知进退、存亡，而不失其正者也。”又说：“贵而无位，高而无民，贤人在下位而无辅，是以动而有悔也。”回道之高真者也。

（原载《道藏·道枢》）

（五）陈抟相术专著小札

陈抟精演《易》学，尤精相法。《续唐书》术数类载“陈抟《龟鉴》一卷”，周处士陈抟撰；后来《通志·艺文略》则改称《人伦风鉴》为五行相法类，撰于五代的后周时期，属于相学论文专著。

首先，他用唯物思想阐明了“人”是物质的化生非为天生的观点。

《人伦风鉴》一开头就说：“人之生也，受气于水，禀形于火。水则为精为志，火则为神为心。精合而后神生，神生而后形全，形全而后色具。”把“水火”作为人生之原，重申了古代唯物哲学家的“世界是物质的”观点。

其次，强调人体“形神气色”的统一性。

《人伦风鉴》明确地说：“显于外者谓之形，生于心者谓之神，在于血肉者谓之气，现于皮肤者谓之色。”他认为，观察面相必须从人体的生理实际出发，既要看到“形神气色”四者相互联系的普遍性、统一性，又要看到四者的特殊性。形与神、气与色是反映人体气血盛衰的关键，也是分析和预测人生吉凶的依据。他强调从人体生理实际和病理实际去分析问题，是从人体生命哲理理论相，强调必须把人的生理与病理相合，着眼于

“形神气色”的统一性和外形与内心的一致性。因为“气色”是人体内在气血盛衰的表现。由此看来,陈抟则提出了一个“形质与精神相统一,气血与肤色相贯通”的唯物观点。

再者,注重外形与内心的一致性。

陈抟认为,人的形质有厚有薄,“厚者吉,薄者凶”。而观察人体形质的厚与薄,不仅要看外形的强弱盛衰,而且要看内心的修持、度量容载的厚薄。只有外形与内心俱厚的人,才是真吉、全相的标志。因此,他十分注重人的修持的重要性,指出由“人事不修”所致的内心薄,就是“大薄”,诸如:

不度己短,专谈人过;

前面说是,背后说非;

不睦亲长,却奉外人;

改常弃旧,忘恩忽人;

未贵先盈,未富先骄;

未学先满,目中无人。

凡此者,“不惟破相,又损其寿,殃及子孙”,乃真正的薄形,凶相也。

可见,陈抟强调人的外形与内心的一致性,这不仅涉及到加强自身体质的锻炼,更涉及到人的思想品质和道德修养方面。他说:“有天者贵,有地者富,有人者寿。有天、有地,人事不修是徒有相也。”他认为,人的形貌美丑是由母体所生,不由己定,即是“有天”;在天地间生存,靠劳动和智慧去换取生活资源以维持生存,即是“有地”;身处世间,以“仁、义、礼、智、信”为道德规范去处理人际关系,并修持有道,即是“有人”。这三者的协调一致,就是全相、贵相、富相、寿相的重要标志。可见,陈抟如此论相,认识是何等深刻!意义是多么深远!这与历代唯心相学者认为“命好相全,命爵相破”、“死生有命,富贵在天”的天命观相比,是何等的可贵!

综上,《人伦风鉴》独树一帜,所涉及的不仅是相术学范畴,可以说是一个与社会学、人生哲学、生理学等密切相关的认识论。其学术价值就在于它阐明了人的物质性、人体“形神气色”的统一性和人的外形与内心的一致性,为古老的相术学注入了新的“血液”。

这篇论著,其词精辟,道理深邃,是古代相学史上的名篇。它对于我们今天研究五代后期的社会历史及意识形态,不失为一份珍贵的参考文献。

相术史上有陈抟的《心相篇》一卷,旧题陈抟撰。清陈宏谋《训俗遗规》辑录此书,题语云:“兹以心相名篇,谓相从心生,心有善恶,相有厚薄,面相之休咎焉。”苏文耀著有《陈希夷〈心相篇〉述疏》,颇有参考价值。

陈抟的《心相篇》采取散文赋体,专为发扬“善恶”、“福祸”的因果关系,特从“人心”及人伦道德精神论相。

陈抟的《人伦风鉴》、《心相篇》撮要删繁,去芜取精,以有限篇幅将中国古代之精华穿插其中,真可谓体小容量大,言少而意深,且文笔简洁流畅,持论切情入理。

陈抟曾拜麻衣道者为师,向他学习相术。麻衣道者以相术见长,“人问其甲子修短及卜前因未来,皆书于纸,其言气度不凡,引导世人行善杜恶。”麻衣道者是一位高僧,他与陈抟同在华山修道。他们虽是一佛一道,但思想相通,相处感情极深。

陈抟十分敬重麻衣道者,是否收徒,都要先请教麻衣道者目测,如,“钱若水为举人时,到华山去拜见陈抟,要求收他进山学道。陈抟看他面貌清秀,神态纯洁,有仙风道骨,但疑而未决。”遂说:“三天后请再来。”

陈抟为了验证自己的相法,请来了老师麻衣道者。二人围着火炉席地而坐,钱若水如期而至,在抟斋中,见一位老僧,他上前施礼,一旁就座。老僧观看钱若水良久不作声,陈抟问曰:“如何?”老僧摇头说:“无此仙骨。”用火棍在炭灰中画了“做不得”三个字,意思是做不了仙人,“只可作贵公卿耳,此乃急流勇退人也。”

后来陈抟把麻衣道者的看法,如实告知钱若水,他听完后问:“老僧是何人?”陈抟说:“他就是麻衣道者。”

钱若水告辞而去,后来钱若水于雍熙年间中了进士,升任枢密副使,四十多岁就急流勇退,辞官还乡。麻衣道者的论断得到了验证。

陈抟受麻衣道者相学真传,颇得奥旨。

陈抟修炼内丹时,五行之精气在体内运行,使体内的生物电流发动,放射出生物电波与生物光能;有了生物电波与生物光波,就能产生遥感和遥视作用。运用人体生物电能、生物光能来传感信息。这就是陈抟修炼内丹用于预测的基本原理。

陈抟迎合了封建社会的人们对人生命运不解的心态,能观察人的过去未来,贫贱富贵,吉凶祸福,其眼力锐利透彻,射穿云汉,能够作出准确断语,无不灵验。为人指路迷津、排忧解难,给予失意者心灵上的安慰,为他们指出一条改恶从善的人生之路,使其得到逢凶化吉的精神寄托,从而树立信心,战胜命运。

据说,《麻衣神相汇编》这部书是麻衣道者口授,由陈抟记录、整理、校正、注释的。他系统地阐述总结了许多前人未发的独到见解。《麻衣神相》是相术史上一部划时代的著作,它集前代相书之大成,同时也吸收中医坐诊术的内容,如“望、闻、问、切”即是相术的重要组成部分。总之,这部书奠定了相术学的理论基础,内容丰富,详实具体,通俗易懂。

在相术大师麻衣道者和陈抟的影响下,宋代相学已相当发达,见之于《宋史·陈抟传》、《齐东野语》、《贵耳集》、《容斋随笔》,《宋史·艺文志》等史料收有相书31部74卷,《通志·艺文志》卷六,收有相书73部,多达195卷。宋朝成为我国相术发展的鼎盛时期。

自宋以后,历代各种相书都直接受到《麻衣相法》的启发和影响。传统相学发展到明代,出现了《神相全编》,托名“宋陈抟撰,明袁忠彻订正”,收入《古今图书集成》,经过后来相士增释完善,这些著作深化了相术理论,丰富了相法知识。

清代大臣曾国藩著有《冰鉴》一书,吸取了《神相全编》的精华,用作

选拔官吏的方法。依据《冰鉴》要求:选拔官吏,必须进行面视合格,方可任用。

《麻衣神相》在民间极负盛名,一直流传至今,影响深远。

相术实质上就是通过观察人的五官、形象、气色、眼神等外部表象,推断人一生之吉凶祸福。这是从长期实践中总结概括而得出的结论,具有一定的合理性与实用性,应该从中吸取精华有用的部分,古为今用。

附:陈抟《人伦风鉴》^①

人之生也,受气于水,禀形于火。水则为精为志,火则为神为心。精合而后神生,神生而后形全,形全而后色具。是知,显于外者谓之形,生于心者谓之神,在于血肉者谓之气,在于皮肤者谓之色。

形之在人,有金木水火土之象,有飞禽走兽之伦。金不嫌方,木不嫌瘦,水不嫌肥,火不嫌尖,土不嫌浊。似金得金,刚毅深;似木得木,资财阜;似水得水,文章贵;似火得火,兵机大;似土得土,多柜库。似禽者,不嫌瘦;似兽者,不嫌肥。禽肥则不飞,兽瘦则少力。如鸾凤之形则眉目耸秀,与夫形体清瘦;如犀虎之象,则头角高耸,与夫颐腮丰满。如此之类皆贵矣,反此者皆贱矣。

形之在人,木形本瘦,其色青。瘦则不露,青则不浮。青瘦则细而实,露浮则粗而虚。世之论木者,但知其瘦取形,不知其有粗如松柏之木,其本以实,其叶愈青,谓之细实。至如梧桐之木,其内本虚,其外不牢,谓之粗虚。然取木之形,安可一概而论哉?木之形,非在其一,有带金者,有带水火土者;水之形,非在其一,有带土者,有带金火木者;火之形,非在其一,有带水者,有带金土木者;土之形,非在其一,有带木者,有带火金土木者;金之形,非在其一,有带火者,有带木水土者。带其相生

^① 原名《龟鉴》。《续唐书》载:“《龟鉴》一卷,周处士陈抟堡。”《通志·艺文略》载“陈抟《人伦风鉴》一卷”,为五行相法书,今《易经与方术》(《船山学刊》增刊,湖南省社会科学界联合会主编,1992年10月版)称《陈抟先生风鉴》。

则吉，带其相克则凶。如人之始则瘦，此木之形也；中则粗，是金形也；次而肥，是水形也；其次厚实，是土形也始瘦次肥，为水生于木；次又厚实，此木之得土也始若瘦，次粗，为滞也；始瘦，次肥厚，此为发也，庶人进财，官员加职。^①

神之在人，欲其深，不欲其浅。神深则智深，神浅则智浅。用则开于眼，合则收于心。近观则有媚，远视则有威其瞻视有力，其睡卧易醒。譬如灯之火，其心之分，则谓之神；其灯之花，则谓之神光；其四畔之光，则谓之魄；油乃精也，油明而后灯明。此谓之著也。

气之在人^②，要其竖向清韵，而不在乎刚健强鸣其内平，则志笃；其外舒，则气和。有清焉，有浊焉；有精中之浊，有浊中之清。若以浙人、淮人之气论之：浙人之气，重而不鸣；淮人之气，鸣而不重；南人之气，清而不厚；北人之气，厚而不甯。阳气舒，而山川秀茂；日月出，而天地光明。此气之著也。

色之在人，虽在皮肤之上，要其实，不要其浮；欲其聚，不欲基散。生于五藏之表面，饰于一身^③之光润。唐举^④先生曰：“光不足，为之色。”人之有得，则喜形于外；有失，则忧存于心。有老焉，有嫩焉。嫩者，谓年纪深而带后生之色。色老者吉，色嫩者凶。然相法之中，不惟其色之如此者滞，凡形嫩者，亦如之。有三光焉，有五泽焉；有三暗焉，有五枯焉。

形神者，有形有馀而神不足者，有神有馀而形不足者。形有馀而神不足者，初见似威，久视而晦；神有馀而形不足者，初见似晦，久视愈明。形神俱有馀者，识与不识，见而悦之；形神俱不足者，不必更问，令人可恶。形与神相照，气与色相扶。神全则形全，气全则色全。神能留气，气

① 此处原有“土滞木浅为知县，土深为郡守。又或面方、背厚，此为有木有土，则作职司；或武则止于列职之官，文则止于选人。是木无土也。其在职司之上”。这五十四字疑为后人注文，故未录入而附于此，供参考。

② 气之在人：原为“气之神”。通观全篇言“形、神、气、色”四要，皆提在人，且“神”居人中，是物质与精神的统一体，是知为“气之在人”，疑传写之误矣。

③ 身：原传本为“日”。此言色之在人，故为“身”甚明。

④ 唐举：相传为战国时期从事相术活动的名人。

不能留神；气能留色，色不能留气。至于形，则载之而已。有厚焉，有薄焉。厚者吉，薄者凶。世人有遇时得志者，其始皆欲有为也；及其中则滞，末则卒，皆由度量浅狭，不能容载也。墙薄则易颓，酒薄则易酸，纸薄则易裂，人薄则易亡，水土薄则不足以致阴云之附。不度己短，专谈人过；侵削人物，以为己恩；面前说是，背后说非；不睦亲长，却奉外人；本性轻率，佯为沉重；改常弃旧，忘恩忽人；未贵先盈，未富先骄；未学先满，此大薄矣。若此者，不惟破相，又损其寿，殃及子孙。

然寿之相，非在乎形貌恢伟^①、眼目浮凹，便童夭矣。形貌恢伟之人，若有时，情宽性厚，此谓之情气相附也；若度量偏窄，此谓心不称也。世之人惟知其眉上兼耳内生毛者多寿；骨入耳兼人中深长、法令分明，便言在寿，然不知其所禀也。此盖精气内实，其骨乃从精髓而透出，然后毫毛方始生于眉耳，法令方始分明，人中方始得深长。如树之根本牢实，上面方始发生枝叶，似油盛灯明，精足则身安。唐举先生曰：“虎骨龙睛，世人皆知其吉；结喉露齿，世人皆知其凶。”然而吉者未必为吉，凶者未必为凶？结喉露齿，虽则劣相，有时，心地吉者又贵矣。但利其身，不利妻子。如三尖五露^②之人，贵者多矣。但其神气深粹，皆可取也。神气深粹之人，形安体静，不随语行，不随默止，不随财动，不随色转，安而定，祥而雅。如此之人，皆知分也。今之人，享富贵而心不足、不快者多矣。其神气安静之人，心地空闲，而所为放心。

形神气色之于人，有滞者多矣。形滞八年则尘埃，神滞四年则身硬，气滞三年则心倾，色滞一年则神困。^③有阴有阳焉。阳者不可带阴，阴者不可带阳。若男带女相，懦而无立；女怀男相，主失其夫。妇人要柔而顺，男子要刚而正。良人之妇，有威而少媚；娼家之妇，有媚而少威。然世之论相者，但观其面部者多，而不究其根本。如骨者，凡人于眉鼻两颊

① 恢伟：即“恢诡”也，指奇异之相。

② 三尖五露：三尖，指头形尖、鼻尖、地阁尖而言；五露，指双眼瞳、双鼻孔和牙齿外露。

③ 此段中的“尘埃”、“身硬”、“心倾”、“神困”，皆指人体无生气而言，以色滞最危。

之上皆有也。在贵人,则有从精髓内生出,故其眉清秀而细;及贫贱之人,则浮于上而粗。如颧骨,上一位,庶人;人耳,不过有寿;不露,不过有富;至若作监司之人,生入两鬓;两府之人,则生入天仓;其作太守之人,则堆成峰而人两眼之尾而已;至下辅,主仓库、奴婢。若其地阁阔厚,自有仓库奴婢。设使地阁缺陷,是无宅可居,安有奴婢之躯兼仓库哉?

视远,智远;神高,智高;视下,智下;视斜,智毒;睛屡转者,杀人或流;视迫上迫下,此瞻视不常之人,不可兼立事矣。有天者贵,有地者富,有人者寿。有天、有地,人事不修,是徒有相也。

附:陈搏《心相篇》

心者貌之根,审心而善恶自相见;

行者心之表,观行而祸福犹可知。

心性不公平,难得儿孙长育;

言语多反复,应知诡譎旋生。

垂首低言,必是奸贪之辈;披肝露胆,决为英杰之人。

心和气平,可卜孙荣兼子贵;才偏性执,不遭祸必奇穷。

转眼无情,儿孙累重;时谈念旧,富贵期颐。

重富欺贫,焉可托妻寄子?敬老慈幼,必能裕后光前。

轻口出违言,寿元短折;忘恩思小怨,科第难成。

小富小贵易盈,前程有限;大富大贵不动,厚福无疆。

欺蔽阴私,纵有荣华儿不享;公平正直,虽无子息死为神。

开口说轻生,临大节决然规避;

逢人称知己,即深交究竟平常。

处大事不辞劳怨,堪为栋梁之材;

遇小故辄避嫌疑,岂是心腹之寄?

乖戾难堪,因讼丧身还害子;待人无地,无论福禄更延年。

迷花恋酒,阉中妻妾参商;利己损人,膝下儿孙悖逆。

贱买田园，决生败子；尊崇师傅，定产贤郎。

愚鲁人说话尖酸刻薄，既贫穷必损寿元；

聪明子语言木讷优容，享安康且膺封诰。

患难中能守者，若读书可作朝廷柱石之臣；

安乐中若忘者，纵低才岂非金榜青云之客。

鄙吝勤劳，亦有大富小康之别，宜观其量；

奢侈靡丽，岂无奇人浪子之分？必视其才。

弗以见小为守成，惹祸破家难免；

莫认惜福为悭吝，轻财仗义尽多。

处事迟而不急，伟器晚成；能见机而扩充，高才早发。

多才吝教，己无成子亦无成；见过隐规，身可托家亦可托。

知足与自满不同：一则矜而受灾、一则谦而获福；

大才与庸才自别：一则诞而多败、一则实而有成。

伎求念胜，图名利到底逊人；恻隐心多，遇艰难中途获救。

不分德怨，料难至乎遐年；较量锱铢，岂足期乎大受？

过刚者图谋易就，灾伤岂保全无？

太柔者作事难成，平福亦能安受。

乐处生愁，一生辛苦；怒时反笑，至老奸邪！

好矜己善，弗再望乎功名；乐谄人非，最足伤乎性命。

责人重而责己轻，弗与同谋共事；

功归人而过归己，尽堪救患扶灾。

处家孝悌无亏，簪纓奕世；与世吉凶同患，血食千年。

曲意周全知厚德；任情激搏必豺心！

易变脸，薄福之人奚较；耐久朋，能容之士可宗。

好与人争，滋培浅而前程有限；

必求自反，蓄积厚而屈事能伸。

少年飞扬浮动，颜子之限难过；

壮岁冒昧昏迷，不惑之期怎免？

喜怒不择轻重，一事无成；笑骂不审是非，知交断绝。

济济急拯危，亦有时乎贫乏，天将福矣；

解纷排难，恐亦涉乎囹圄，神必佑之。

冻饿休怨根基，造恶所致；瘞亡不由运数，于天。

甘受人欺，有子自然大发；常思退步，一身终得安闲。

得失不惊其神，非贵亦须大富，寿更可知；

喜怒不形于色，成名还立大功，奸亦必有。

无事失措仓皇，卑躬狭隘；有难居然塞整，

处物存心，终身允吉；累仁积德，数世其昌。

人事可凭，天道不爽。

如何餐刀饮剑？君子刚愎自用，小人行险侥幸；

如何投河自缢？男人才短蹈危，女子气盛见逼。

如何短折亡身？出薄言、做薄事、存薄心，种种皆薄；

如何凶灾恶死？多阴毒、积阴私、有阴行，事事皆阴。

如何暴疾而歿？纵欲奢情；如何毒疮而终？肥甘凝膩。

如何老后无嗣？性情孤僻。如何盛年丧子？心地欺瞒。

如何多灾多盗？刻薄为怀。如何进犯官府？强梁作胆。

何知端揆首辅？常怀济物之心。

何知拜相封侯？独挟盖世之气。

何知玉堂金马？动容清丽。何知建牙拥节？气概凌霄。

何知丞簿下吏？量平胆薄。何知明经教职？志近行拘。

何知苗而不秀？非惟愚蠢更荒唐。

何知秀而不实？盖谓自贤兼短行。

若论妇人，先须静默；从来淑女，不贵才能。

有威严，当膺一品之封；少修饰，能掌万金之重。

多言好胜，若然有嗣必伤身；尽孝兼慈，不特助夫还旺子。

贫苦中，毫无怨骂，两国褒封；

富贵时，常惜衣粮，满堂荣庆。

奴婢成群，定是宽宏待下；资财盈篋，决然勤俭持家。

悍妇多因性妒，老后无归；奚婆定是情乖，少年浪走。

为甚欺夫？显然淫行；缘何无子？暗里伤人。

合观前论，历试无差；勉教后来，犹期善变。

信乎骨格步位，相辅而行；允矣血气精神，由之而显。

知其善而守之，锦上添花；知其恶而弗为，祸转为福。

（录自《陈希夷心相篇》传本）

【编者按】陈抟《心相篇》与《龟鉴》同为相学论文专篇，《龟鉴》是从人体生命哲学道理入手论相，而强调必须把人的生理与病理相结合，着眼于“形神气色”的统一性和外形与内心的一致性来讨论，方为合理。而《心相篇》则采取散文赋体，专为发扬“善恶因果”道理，特从“人心”即道德精神方面论相，其词精辟，道理深邃，是古代相术学史上的重要名篇。

附
录

附录一 《宋史·陈抟传》

陈抟字图南，亳州真源人。始四五岁，戏涡水岸侧，有青衣媪乳之，自是聪悟日益。及长，读经史百家之言，一见成诵，悉无遗忘，颇以诗名。后唐长兴中，举进士不第，遂不求禄仕，以山水为乐。自言尝遇孙君仿、獐皮处士二人者，高尚之人也，语抟曰：“武当山九室岩可以隐居。”抟往栖焉。因服气辟谷历二十余年，但日饮酒数杯。移居华山云台观，又止少华石室。每寝处，多百余日不起。

周世宗好黄白术，有以抟名闻者，显德三年，命华州送至阙下。留止禁中月余，从容问其术，抟对曰：“陛下为四海之主，当以致治为念，奈何留意黄白之事乎？”世宗不之责，命为谏议大夫，固辞不受。既知其无他术，放还所止，诏本州长吏岁时存问。五年，成州刺史朱宪陛辞赴任，世宗令赍帛五十匹、茶三十斤赐抟。

太平兴国中来朝，太宗待之甚厚。九年复来朝，上益加礼重，谓宰相宋琪等曰：“抟独善其身，不干势利，所谓方外之士也。抟居华山已四十余年，度其年近百岁。自言经承五代离乱，幸天下太平，故来朝觐。与之语，甚可听。”因遣中使送至中书，琪等从容问曰：“先生得玄默修养之道，可以教人乎？”对曰：“抟山野之人，于时无用，亦不知神仙黄白之事、吐纳养生之理，非有方术可传。假令白日冲天，亦何益于世？今圣上龙颜秀异，有天人之表，博达古今，深究治乱，真有道仁圣之主也。正君臣协心

同德、兴化致治之秋，勤行修炼，无出于此。”琪等称善，以其语白上。上益重之，下诏赐号希夷先生，仍赐紫衣一袭，留转阙下，令有司增葺所止云台观。上屡与之属和诗赋，数月放还山。

端拱初，忽谓弟子贾德升曰：“汝可于张超谷凿石为室，吾将憩焉。”二年秋七月，石室成，转手书数百言为表，其略曰：“臣转大数有终，圣朝难恋，已于今月二十二日化形于莲花峰下张超谷中。”如期而卒，经七日支体犹温。有五色云蔽塞洞口，弥月不散。

转好读《易》，手不释卷。常自号扶摇子，著《指玄篇》八十一章，言导养及还丹之事。宰相王溥亦著八十一章以笺其指。转又有《三峰寓言》及《高阳集》、《钓潭集》，诗六百余首。

能逆知人意，斋中有大瓢挂壁上，道士贾休复心欲之，转已知其意，谓休复曰：“子来非有他，盖欲吾瓢尔。”呼侍者取以与之，休复大惊，以为神。有郭沆者，少居华阴，夜宿云台观。转中夜呼令趣归，沆未决；有顷，复曰：“可勿归矣。”明日，沆还家，果中夜母暴得心痛几死，食顷而愈。

华阴隐士李琪，自言唐开元中郎官。已数百岁，人罕见者；关西逸人吕洞宾有剑术，百余岁而童颜，步履轻疾，顷刻数百里，世以为神仙；皆数来转斋中，人咸异之。大中祥符四年，真宗幸华阴，至云台观，阅转画像，除其观田租。

附录二 历代诗人咏陈抟

自宋以来,历代许多显官、文人墨客,甚至皇帝和陈抟家乡亳州后人,对中国道教史和中国哲学史上的这位重要人物,纷纷题诗纪念。

希夷先生墨竹歌并序

[明] 薛蕙^①

蕙,家藏希夷先生墨竹之右,先生大书绝句云:“莫贪枝叶已成龙,要悟从头到底空。已遇神仙施笔力,风霜不可戟磨砑。”后题云:陈图南作就赋画之左,有章次道魏仲先二绝句,魏并有序,其略言钱公淡或入华山参先生作此赠之,蕙自少时即闻之长老云:“野人掘地得石函中得此画。”观先生诗穷理入微盖非后世诗人所能言。其为先生真迹乃稀世之真宝也,历百有余年,而蕙得之。蕙尝读邵子《伊川击壤集》有观希夷先生真迹三绝句云:“未见希夷真,未见希夷迹。止闻希夷名,希夷心未识。”“既见希夷迹,复见希夷真。始知今与古,天下常有人。”“希夷真可观,希夷墨可传。希夷心一片,不可得而言。”

^① 薛蕙,明正德甲戌进士,历授刑部贵州司主事,封员外郎,考功司郎中。

水墨淋漓数茎竹，琅玕不羨多成束，
飞白玲珑一片石，夜光休夸大盈尺。
云何此画价无敌，道是希夷之真迹，
列仙笈中多品流，先生况是神仙伯。
宣靖仙材亦不群，寻师遥入华山云，
解颜一盼不易得，敢望挥毫遗此君。
画首题诗兼性字，凤翥龙蟠三十四，
丁宁举似一转语，截断世间无限事。
领略真仙上上机，参同古佛空空义，
古来画史虽无数，争似仙人得无趣。
笔势翩翩入三昧，元旨明明标一句，
梵经合受天人礼，仙迹那无鬼神获。
五百年来如电过，一幅霜缣完未破，
湍水东流鹤不归，峨眉西逝龙犹卧。
故乡之子慕神仙，偶收图画如角缘，
锦囊新装绿玉轴，彤管更赋青霞篇。
安得至宝不磨灭，期与好事相流传，
先生闻此应大笑，水中捉月真可怜。

（录自《亳州志》）

希夷先生墨竹短歌

〔明〕薛蕙

大宁斋中至人竹，淅淅天风撼苍玉。
大书诗画真三绝，价敌宣和六千轴。
伊川空有句传神，世俗宁知伪与真。
只恐明珠终暗掷，此君他日与何人。

（录自《亳州志》）

诏华山处士陈抟

[宋] 赵匡义

华岳多闻说，知卿是姓陈。
云间三岛客，物外一高人。
丹鼎为活计，青山作近邻。
朕思亲欲往，社稷去无因。

（录自《太华希夷志》）

诏 隐

[宋] 赵匡义

曾向前朝说白云，后来踪迹杳无闻，
如今若肯随征诏，总把三峰赐予君。

复诏陈抟

[宋] 赵匡义

三度宣卿不赴朝，关河千里莫辞劳。
凿山选玉终须得，点铁成金未见烧。
紫袍綈綈宜披体，金印累累可挂腰。
朕赖先生相佐辅，何忧万性辍歌谣。

（录自《太华希夷志》）

答陈抟

[宋] 葛守忠

华山三峰客，幽居不计年。
烟云为活计，云水作家缘。
种药茅亭畔，栽松涧壑边。
暂离仙洞去，可应帝王宣。

（录自《华岳全集》）

诏见陈抟

[宋] 赵匡义

知卿得道数余年，镇日常吞几粒丹。
可讶鬓边无白发，还疑脸上有红颜。
终宵寝向何方观，清晓斋登甚处坛？
肯为眇躬传妙诀，寡人拟欲似卿闲。

（录自《太华希夷志》）

赠陈抟^①

[宋] 赵匡义

人人未起朕先起，朝来万事攒心里。
可羡东京豪富民，睡至日高犹未起。

（录自《太华希夷志》）

① 一日，太宗与陈抟浏览时同登宫院角楼，见楼下富人日高才起床洗漱，太宗感慨万千，吟此诗。

赠华山陈抟

[宋] 赵匡义

曾逢毛女话何事，应说巨灵开此山。

浓睡过春花满地，静林中夜月当天。

答陈抟

[五代] 麻衣道者

独坐茅庵迥出尘，亦无衣钵日随身。

逢人不话人间事，便是人间无事人。

(录自《太华希夷志》)

赠陈抟^①

[五代] 吕洞宾

青霄一路少人行，休作兴亡事不成。

金榜因何无姓字，玉都必是有仙名。

云归大海龙千尺，月满长空鹤一声。

深谢宋朝圣明主，屡颁丹诏诏先生。

(录自《纯阳帝君神化妙通纪》)

^① 吕洞宾和陈抟同隐华山，吕到外地访友，陈抟送行，两人依依不舍，归别时，吕洞宾写了这首留别诗。

哭陈抟^①

[五代]吕洞宾

天网恢恢天象疏，一身亲到华山区。
寒云去后留残月，春雪来时问太虚。
三洞真人归紫府，千年鸾鹤老苍梧。
自从遗却先生后，南北东西少丈夫。

(录自《纯阳帝君神化妙通纪》)

寄陈抟二首

[宋]张咏

一

性愚不肯林泉住，刚欲清流拟置君。
今日星驰剑南去，回首惭愧华山云。

二

世人大抵重官荣，见我东归夹道迎。
应被华山高士笑，天真丧尽得浮名。

无题三首

[宋]邵雍

^① 陈抟辞世后，吕洞宾回到华山，痛哭不已，写下了这首悼亡诗，以寄托自己的哀思。

其一

未见希夷真，未见希夷迹。
徒闻希夷名，希夷心未识。

其二

既见希夷迹，复见希夷真。
始知今与古，天下常有人。

其三

希夷真可观，希夷墨可传。
希夷一片心，不可得而言。

无 题

[宋]石曼卿

希夷先生人中龙，天岸梦逐东王公。
酣睡忽醒骨灵通，腕指拂拂来天风。
鸾舞广莫凤翔空，俯视羲献皆庸工。
投笔再拜称技穷，太华少华白云封。

忆 希 夷

[宋]宋郊

仙馆三峰下，年华百岁中。
梦成孤蝶往，蛻在一蝉空，
蕊木笈微言，霄辰浩气通，
丹遗舐后晰，林遣御余风，
布雾沉荒白，餐霞委暗红，
蛾眉有归约，飞步与谁同。

无 题

[宋]张伯端

梦谒西华到九天,真人^①授我《指玄篇》。

其中简易无多语,只是教人炼汞铅。

(录自《悟真篇》)

无 题

[宋]徐积

白云夫子号希夷,碧玉窗中下绛帷。

皓首勤成书万卷,病鸾窥见鹤偷知。

(录自《节孝集》)

五 绝

[宋]张紫阳

一气淘今古,阴阳造化奇。

问余名与姓,睡汉老希夷。

阴仙丹诀^②

[宋]周敦颐

始观丹诀信希夷,盖得阴阳造化机。

子自母生能致立,精神合后更知微。

① 这里所说的“真人”,即指陈抟。

② 南宋咸淳元年眉山人杨栋在《东阳楼记》中说:“余曩登平都山,访濂溪周子旧游,乱碑中得小片周子题两绝句。”选其一首。

(录自《易学哲学史》)

玉泉院

[明]杨慎

玉泉道院水溶溶，石上闲亭对碧峰。
幽径落花春去早，帘斜日落燕飞慵。
窗涵翠岫晴岚色，云断长溪两岸风。
洞里睡仙何日起，不堪吟罢绕林钟。

过希夷先生祠(拜谒陈抟塑像)

[明]王寰治

仙伯新宫倚碧湾，偶来系马独盘桓。
清秋遥忆三峰色，白日常流万古寒。
翻手乾坤藏凤羽，废形日月稳龙蟠。
白云不尽红尘外，惭愧乡人老鹑冠。

(录自《亳州志》)

希夷

[明]薛瑄

白云回首是三峰，宴坐苍苔睡正浓。
人世红尘浑断绝，野花啼鸟自春风。

(录自《亳州志》)

题陈抟睡功

[宋]周密

花竹幽窗午梦长，此中与世暂相忘。

华山处士如容见，不觅仙方觅睡方。

（录自周密《齐东野语》）

华岳盛赞陈抟高卧处

[明]张三丰

巉巉太华俯全秦，百二河山此地尊。

云起谪仙搔首处，雨过女神洗头盆。

闲从翠嶂寻松实，醉看青天枕石根。

我爱希夷高卧处，应携后进入玄门。

（录自《张三丰全集》）

避诏岩

[明]袁宏道

一枕孤云分外青，堕驴归去有无情。

岩中只可避丹诏，那得深山避死生。

谒仙翁祠

[宋]韩绛

玉井不可到，玉泉聊可寻。

马行穿乱石，人语大深林。

川迴沙明色，溪喧谷响音。

我来方六月，云树一披襟。

谒希夷先生祠

[明]顾炎武

旧是唐朝士，身更五代余。
每怀醇古蕢，聊卜华山居。
月落岩阿寂，云来洞口虚。
果哉非荷责，独识太平初。

玉泉院

[明]王履作

百道泉迴面面幽，琮琤音里寄冥搜。
兵余道士浑随俗，火后堂基独占秋。
尘迹未绿幽洞转，野情先遥上峰流。
院前有洞扶遥在，笑问如今得睡不。

希夷祠

[明]郭登

道院沉沉紧傍山，崎岖石磴扞萝攀。
烹茶童子连云煮，采药仙翁带月还。
风送磬声来枕上，花随流水到人间。
半生勋业空无补，吟对希夷起汗颜。

题希夷

[明]石价

闲身久被白云留，一片青山与意投。
梦里不知天地阔，春来谁记鸟花愁。
群生消息凭周易，历代兴亡付海鸥。
亦欲启扃相问道，斜阳孤屿但寒流。

望希夷峡

[明]康海

名山佳气郁嵯峨，望裹风烟长薜萝。
万里春开青锦幃，一凉晴下白云窝。
空将尸解传茫昧，自觉天工献琢磨。
夫子若无驴背笑，陈桥谁识大风歌。

(录自《亳州志》)

希夷峡

[明]许佑

高卧崖扉春复秋，孤琴独鹤伴清幽。
半窗萝月窥仙梦，一枕松风荡俗愁。
彩凤谩啣丹诏出，野心已被白云留。
山中剩有烟霞趣，不识人间万户侯。

希夷故里

[清]李廷仪^①

希夷本大侠，颇似虬髯公。
不作扶余主，乃成九室龙。
对言皆药石，鼾睡任愚蒙。
华岳峻嶒顶，松涛谡谡风。

（录自《亳州志》）

谯城竹枝词

[清]詹介堂

太华峰头玉井边，希夷高卧最多年。
经过故里寻仙迹，一曲清溪锁碧烟。

（录自《亳州志》）

拟陈希夷辞谏议大夫归华山

[清]孙元煌

凤阙新辞跨蹇还，三峰如削入残年。
闲心不变金堤柳，归梦先依玉井莲。
山野何堪官谏议，君王犹自问神仙。
白云从此常留住，日月池头一晌眠。

（录自《亳州志》）

^① 李廷仪：清乾隆五十八年至嘉庆五年（公元1793～1800年），任亳州知州，顺天府栲州人。

希夷故里口占

[清] 宗能徽

鼾睡非无地，经年醒几时？

此公诨梦梦，我亦仰希夷。

（录自《亳州志》）

附录三 陈抟故里考

陈抟辞世二十二年后,北宋大中祥符七年(公元1014年)正月,宋真宗赵恒亲登华山云台观,御览陈抟著作和“无极图”刻石,并拜谒陈抟画像。翌年,宋真宗又亲临亳州拜谒“太清宫”和“希夷故里”。

宋时,为了纪念当今皇帝对陈抟老祖的参拜之恩,亳州陈氏家族遂集银钱,在亳州城南十二华里陈抟出生地陈庄东头营建“陈抟观”。《亳州志》记载:“陈抟观,殿宇方正,杨柳点拂,小桥流水,曲径通幽。观分前殿后楼,后楼供奉陈抟坐像和两旁童子站像;前殿供奉五龙王像。”农历十月十五日,是历代相传的陈抟老祖生日,每年这天在当地逢庙会,方圆数十里民众纷纷前来烧香拜祭,香烟不绝。今庙前竖着一块高大而古老的石碑,镌刻着“希夷故里”四个大字,落款“陈氏家族合族重修,清道光二十年”。今尚有石狮子一对,是亳州市重点文物保护单位之一。当时,还在亳州城东南郊区陈湾陈抟故居建造“圣恩殿”、“望龙亭”、“龙池”,并栽有凤槐,以表示怀念圣恩之意。明代洪武年间,陈湾又建有一座陈家祠堂,供奉陈抟老祖坐像,至今陈湾尚存有遗迹。

建国前,亳州城乡有陈抟观、庵数十座,亳州城北关太平桥尚有清雍正十三年(公元1735年)重修的“希夷陈公祠”,千百年来陈抟深受广大人民的崇敬和爱戴。亳州市蒙城县南四十五里有陈仙桥,涡阳县石公山、淮北市相山有陈抟道观。

今亳州陈姓遍及城乡,有家谱传世,长幼有序,世代相延,历经千载,宗谱不乱。据陈氏家谱记载:从陈抟开始迄今,陈庄家谱已传至三十八代,陈湾家谱已传至三十七代,他们都公认是陈抟胞兄陈拊的后裔。

“此人虽已歿,千载有余情”。出于对陈抟老祖的爱戴,1989年,陈抟家乡——亳州市举行了陈抟辞世千年祭活动,召开了全国性的知名人士学术研讨会,开展陈抟研究活动。澳门陈氏家族联谊会应邀来亳州赴会并捐款相助,亳州市政府依照过去陈庄陈抟观的原貌将其修葺一新,今成为了亳州市旅游胜地之一。

关于陈抟的生地和故里,有多种说法。

一说:“陈抟是亳州真源人”(今安徽省亳州市人)。《宋史·陈抟传》

一说:“陈抟是河南省鹿邑县人”。《鹿邑县志》

一说:“陈抟是普州崇龕人(今四川安岳县崇龕镇人)”。(北宋李宗谔《新修诸道图经》)

一说:“陈抟是陕西(华山)人”。(《五代史补》)

一说:“陈抟是西洛人”。(《青琐高议》)

一说:“陈抟是濮上人”。(《汉上易传》)

北宋李宗谔《新修诸道图经》给陈抟的祖籍定了一个公式。他说:“陈抟或居亳为亳人,或居洛为洛人,或居华山为华山人”,依照这个公式,那么陈抟隐居在哪里即为哪里人了。

其实正史记载甚详,有代表性的如:《宋史·陈抟传》、《五代史·周书》、《资治通鉴·后周记》、《太宗实录》。

北宋司马光于公元1019年出生,距陈抟辞世仅30年。北宋杨亿与陈抟是同时代人,陈抟辞世时,杨亿已19岁,他在宋太宗雍熙年间曾负责主管秘籍资料,参予编纂《太宗实录》。

上述四史,都是宋代重要的史学巨著,均明确记载:“陈抟字图南,亳

州真源人”。此四史当是真实的依据。

北宋邵雍生年距陈抟辞世仅 22 年,是陈抟的三传弟子,其子邵伯温在所著《易学辩惑》中云:“陈抟亳州真源人。”

北宋进士文同说:“陈抟于后晋天福中来游蜀。”“遂留此学,卒能行之。后归关中”。文中有力地说明了以下几点。

第一,“陈抟于后晋天书中来游蜀”,文同明白指出陈抟是从外地来游蜀,即不说陈抟回蜀或回故里;

第二,“遂留此学”,而不是在此学或跟着学;

第三,“后归关中”而不去关中。

元代道士赵道一《历世真仙体道通鉴》说:“陈抟,亳州真源人,以为普州崇龛人,恐是陈抟隐居之所。”从文同和赵道一两人的说法可以得出结论,陈抟本不是普州崇龛人。

历代道教史迹亦记载甚明,道教巨著《正统道藏·洞真部》,金代道士王处一《西岳华山志》,元代张略《太华希夷志》,元代刘道明《武当福地总真记》等有关陈抟籍贯的记载:“陈抟,字图南,亳州真源人”,表明道教内部史料对陈抟籍贯都一致肯定是亳州真源。

安徽亳州市和河南鹿邑县都一致公认“陈抟是亳州真源人”,这是没有什么异议的。可是具体到陈抟的出生地却有两处,亳州市和鹿邑县各有一处,且距离很近,仅有十多公里。

其一,《亳州志》记载:“陈抟出生在亳州城西南六公里宋塘河西岸,陈庄”。

其二,《鹿邑县志》记载:“陈抟出生在鹿邑县太清官镇,位于新老涡河之间,陈竹园村。”

以上两者都有具体的史料为依据,两地的沃土上都留有珍贵的遗迹,这是在历史上和地理上遗留下来的具体问题。

《旧唐书·地理一》云:“真源,汉苦县,隋为谷阳。乾封元年,改为真源。”唐乾封元年(公元 666 年),唐高宗李治至亳州拜谒老子,上尊号曰“太上玄元皇帝”,将谷阳县改为真源县,其治所就设在老子故里太清宫,

隶属亳州，而太清宫距亳州仅有二十公里。

唐宋时期“真源”和“鹿邑”为两个县，真源县属亳州，而鹿邑县则属河南淮阳。当时制度是州管县，县管地方，亳州城西南六公里陈庄希夷出生地，属于真源县管辖。北宋大中祥符七年（公元1014年）将真源县改为卫真县，仍属亳州。

无世祖至元八年（公元1271年），有次区划大变动，取消亳州卫真县，把卫真县管辖的大部分乡村并入河南鹿邑县，把东部乡村包括希夷出生地划归亳州。

为什么安徽亳州、河南鹿邑、四川崇龛都有陈抟的出生地和故居呢？这是因为陈抟老祖属于我国历史名人，被历代世人奉以为神仙，他生在亳州，隐于武当，西游巴蜀，移居华山，所到之处都有陈抟住过的处所留有珍贵的遗迹，出于对陈抟的崇敬，各地均以出了一位名人而增辉。

联想到当年诸葛亮的一段趣事，在历史上对诸葛亮曾有过这样的争执：河南人说：“诸葛亮当年住在我们南阳。”湖北人却坚持说：“诸葛亮当年住在我们襄阳。”河南人的依据是：诸葛亮在其《出师表》中称：“臣本布衣，躬耕于南阳。”湖北人的理由是：《三国演义》第三十六回说诸葛亮住的地方是“襄阳城外二十里隆中”。双方各有依据，相持不下，那么诸葛亮到底住在哪里呢？史料告诉我们：当时，南阳和襄阳同属南阳郡，后来划分归属河南、湖北两省。

清咸丰年间，河南南阳刺史顾嘉蘅写了一副对联，挂在南阳卧龙岗武侯祠正门，上联是：心在朝廷，原无论先主后主；下联是：名高天下，何必辨襄阳南阳。上联歌颂诸葛亮为复兴汉室鞠躬尽瘁，哪分什么先主刘备，后主刘禅；下联赞扬孔明，名高天下，千古流传，是属于国家的历史名人，何必再争执他住在襄阳还是住在南阳呢？这副对联解决了对诸葛亮在历史上的争端，我们可以从中受到启发。无论陈抟到过任何地方，他住过的处所，都应该作为历史文物保护起来，留作纪念。

附录四 泉声山色可忘世， 让与希夷睡万秋 ——我的华山梦

童年时代的我常听奶奶讲陈抟的故事，从此对陈抟心生崇敬，梦想有一天能上华山拜谒这位仙人。年老离休之后，拜谒陈抟的夙愿终于实现了。

走进华山的山门，丛林密布，道观林立，顿觉心旷神怡。

步入玉泉院，古树遮天，郁郁葱葱，泉石如画。相传院内泉水与西峰镇岳宫内的玉井潜通。唐玄宗之妹金仙公主于华山修道时，早起汲水洗头，不慎将一把玉簪掉入井中。次日，当她返回住所“仙姑观”到玉泉洗手时，却意外从水中又捞到了丢失的玉簪，后来，陈抟在此建观，就取名“玉泉院”。

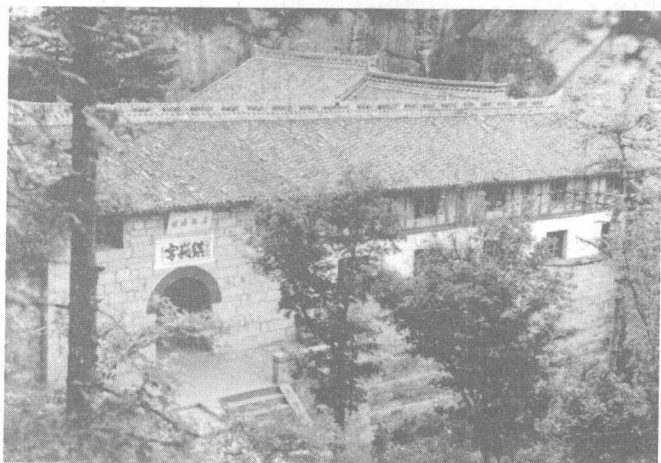
小道士向我介绍，希夷祠是宋皇祐三年（公元 1051 年）由陈抟弟子贾得升为纪念其师所建。正殿内供奉的希夷坐像，面容慈祥，栩栩如生。面对坐像，我虔诚地上前下拜，祈祷说：“老祖有灵，回咱家乡亳州看看吧，家乡如今发生了沧桑巨变，亳州人已将你的陈庄故居‘陈抟观’重修一新。”

山荪亭据载为陈抟所建，亭下有陈抟亲植的无忧树，如今树干高大、苍劲挺拔、叶绿葱葱，使人乐而忘忧。

康有为曾到此一游,触景生情,挥笔写了《玉泉院》诗一首:

谷口清泉引曲流,长廊回合树无忧。

泉声山色可忘世,让与希夷睡万秋。



附录图1 镇岳宫



附录图2 玉泉院

山菰亭下希夷庵内有一洞名“希夷洞”，内置玄武石雕刻的陈抟卧像，只见陈抟向左侧卧，一手卧枕，两腿微曲，面容安详。相传进香人若有疾病，摸卧像与自己的相应部位，不久便可痊愈。石像下面，刻有“宋徽宗崇宁癸未三月”题记。

由玉泉院通天亭出发，到华山峪口，举目仰视，峰峦突兀，凌空接天。在峪口的东崖壁上，刻写着“奇险天下第一山”七个醒目大字，“自古华山一条路”便从这里开始。

踏入入山道路，矗立着一座高大的过街式牌坊，嵌有一块“西岳华山石匾”，青石结构、精雕细刻，琉璃瓦盖顶，古朴雄伟。

前进半里许，只见一孔石拱桥横跨山谷，桥上雕有五条龙，均昂首望岳，名为“五龙桥”，此处原有“五龙宫”。据道家有关书载，五龙宫中五条龙曾化作五位老人来到武当山。一日，五位老人让陈抟闭目，五人遂腾空而起。陈抟待耳风声停，睁眼一望，他们已停落在华山的一块巨石上。

接着，我来到入峪后的第一条山谷——张超谷，但见山色苍郁，风景秀丽。汉时学者张超曾隐居于此，故名“张超谷”。宋太宗端拱初年，陈抟令其弟子在张超谷凿石为室，石室凿成，陈抟仙逝于此。

走出张超谷，一座高深的峡谷映入眼帘，这就是以陈抟字命名的“希夷峡”。此谷相传系陈抟“脱骨”之地，峡外奇石突兀，涧中有一石洞。据《华岳志》记载，这里乃陈抟藏骨之处。过去曾有铁索可以攀登而至，后因陈抟趾骨被窃，道士们一怒之下砍断了铁索，从此便无法登临。

沿山路继续攀登，就进入了险峻的东峰。在东峰东南，有一座秀丽的孤峰，顶端有一朱红色小亭，在奇石翠柏的映衬下，它显得格外别致，这就是“博台”。它虽属东峰的一部分，但却与东峰隔绝，三面凌空，四面群山环抱。欲达博台，必须从东面的绝壁处垂链直下，此处叫“鹞子翻身”，崖高十余丈，须手攀铁索，脚踩石窝，侧足转身，故有此名。过此奇险，再从怪石林立中间穿折曲行，才能到博台。

站在博台，如置身天上，雾山云海，气象万千，好一个人间仙景！相

传，赵匡胤与陈抟赌棋输华山的神话故事就发生在这里。

从南天门北下，向西转行，有一条深涧，其左崖倒倾45度，在其上有一洞，大小可容人。洞上“避诏崖”三字，相传为陈抟所题。此洞乃是陈抟为躲避宋太宗宣召而存身之地。他的一片野心都被白云留住，不赴九重宠诏，避息于此。

夕阳西下时，我来到镇岳宫，这是诸峰中较大的一座宫殿，座落在华山东峰（朝阳峰）、南峰（落雁峰）、西峰（莲花峰）间的山谷之中，倚峭壁而建。四周苍松插天，溪涧环绕，甚是清雅。

用过晚餐，夜宿镇岳宫。白天看到华山上有关陈抟老祖的遗迹，一幕幕浮现在眼前。忽然，窗外传来阵阵山风，松涛阵阵。恍惚间，听到小道士喊声：“修先生，陈抟老祖看你来咧！”我惊喜异常，披衣而起，请老祖入室就坐，但见他身穿道服，一副玉泉院希夷祠塑像模样。老祖笑曰：“老乡晚安，一天观感如何？”我欠身回答：“目睹老祖在华山的遗迹，使我如入仙境，有幸得会仙师，激动异常。”老祖说：“你早年出家为僧，晚岁慕道，演《周易》，应该悟出佛即是‘空’道即是‘无’的道理，须知佛道两家最终都归为零。”我说：“老祖圣明。”

老祖说：“听说亳州乡亲为我重修道观……”我忙说：“这是家乡后人对您的崇敬。”老祖笑吟：“堪笑尘中人，不知梦是梦。”吟罢飘然而去。

醒来后，我方知做了一场梦，梦境记忆犹新。老祖说的话我仿佛曾在哪里见过，后来找到了出处，原来是陈抟《赠金励》中的一句诗。

后 记

“嘤其鸣矣，求其友声”，《陈抟老祖》一书的出版，承蒙以下单位和友人的帮助与支持。

原新华社驻安徽分社社长、中国新闻学院副院长宣奉华女士，对书稿进行了认真地审阅、考证、修改并撰写序言，废寝忘食，付出了很多心血。

国务院离休干部，高级工程师、教授、研究员、中华老子研究会会长邱振兴，不顾酷暑为本书作序。

陕西省道教协会副会长、华山道教协会会长邹通玄特为本书题词。

东方出版社所属的音像电子出版社许剑秋社长、吴玉萍副总编、叶芝蕙编辑都为本书的编辑出版工作付出了大量劳动。

本书的出版还得到了安徽省亳州市旅游局的关怀，特别是得到了陈抟的家乡——亳州市谯城区委宣传部、希夷故里所在地——谯城区十八里镇党委、政府，古井镇党委、政府等单位的鼎力相助。

在此一并表示衷心感谢！

修功军于亳州

主要参考文献

先秦·老子《道德经》

先秦·庄周《庄子》

东汉·魏伯阳《周易参同契》

南燕·庞觉《希夷先生传》

宋·朱熹《周易本易》

宋·曾慥“观空篇”《道枢》(卷十)

宋·陆游《老学庵笔记》(卷六)

元·张栻《太华希夷志》

元·俞琰《周易参同契发挥》

元·赵道一《历世真仙体道通鉴》

元·雷思齐《易图通变》

元·刘道明編集《武当福地总真集》

明·赵撝谦《六书本义》

明·黄宗炎《太极图辩》

明·张三丰《张三丰全集》

明·杨升庵《升庵全集》

明·周履靖《赤风髓》

清·黄宗羲《宋元学案》(卷十二)

清·胡渭《易图明辨》

清·毛奇龄《太极图说遗议》

清·江永《河洛精蕴》

清·陈梦雷《周易浅述》

清·李榕纂辑《华岳志》(卷八)

《华山搜隐记》

《亳州志》

《道藏辑要》鬼集五《玉詮》

丁传靖辑《宋人轶事汇编》(卷四)

王家祐,《道教论稿》,巴蜀书社,1987年

蒙文通,《古学甄微》,巴蜀书社,1987年

朱伯崑,《易学哲学史》(中卷),北京大学出版社,1988年

王贲主编,《古易新编》,黄河出版社,1989年

潘启明,《周易参同契通析》,上海翻译出版公司,1990年

杨德智,《八卦与生命预测》,地震出版社,1992年

卿希太主编,《中国道教》,上海知识出版社,1994年

蒙绍荣、张兴强,《历史上的炼丹术》,上海科技教育出版,1995年

常秉义,《周易与历法》,中国华侨出版社,1999年

马道宗,《中国道教养生秘诀》,宗教文化出版社,2002年

唐明邦,《论道崇真集》,华中师范大学出版社,2006年