

钟吕

内丹道德观研究

袁康就◎著

蓬瀛仙馆道教文化丛书
博士论文系列之①



宗教文化出版社

钟吕

内丹道德观研究



ISBN 7-80123-656-4



9 787801 236562 >

ISBN 7-80123-656-4 / B · 256

定价：26.00元

钟吕

内丹道德观研究

袁康就◎著



宗教文化出版社

蓬瀛仙馆道教文化丛书
博士论文系列之①

图书在版编目(CIP)数据

钟吕内丹道德观研究/袁康就 著. - 北京:宗教文化出版社,2004

ISBN 7-80123-656-4

I. 钟… II. 袁… III. ①道教-研究②道教-养生(中医)-研究 IV. ①B958②R212

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 127151 号

钟吕内丹道德观研究

袁康就 著

出版发行: 宗教文化出版社

地 址: 北京市西城区后海北沿 44 号 (100009)

电 话: 64095215(发行部) 64095210(编辑部)

责任编辑: 张越宏

版式设计: 陶 静

印 刷: 北京秋豪印刷有限责任公司

版权专有 不得翻印

版本记录: 850×1168 毫米 32 开本 12.125 印张 260 千字

2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

印 数: 1—4000

书 号: ISBN 7-80123-656-4/B·256

定 价: 26.00 元

缘起

蓬瀛仙馆永远馆长 卢维幹

作为道教徒，编辑出版多系列而文字浅白、通俗易懂、生动有趣，能够被普通民众所接受、喜爱的道教文化丛书，一直是我们的理想和心愿。我们深切地体会到，道教文化光是用博大精深来作形容，流于抽象、空泛。实际上，道教文化每时每刻都真切地体现在我们的现实生活之中，并产生着具体的作用。遗憾的是，由于历史和社会等错综复杂的原因，导致道教及其文化未被人们正确地理解，部分民众不但对道教、道教徒以及道教文化缺少认识，甚而有误解和偏见。因此，我们认为有必要通过一些切实可行的方式，与社会民众沟通交流，帮助人们理解我们本民族的传统道教文化。所以，我们编辑出版了这套由多个系列组成、涉及到道教文化多个层面的丛书。这项工作在我们看来，既是一种传统文化的宣传，更是一种社会责任的体现。

萌生编辑出版多系列丛书的想法，是从一个普通读

者的角度而考虑的。如今走进书店,在琳琅满目的各色图书中,道教类的书籍大概是比较寂寞的一群,相比较其他宗教书籍而言,道教图书数量少,有兴趣购买、阅读这类图书的人亦不多。究其原因,一是由于缺少组织支持,道教书籍的出版缺乏系统性,出版物零散;二是写作手法不通俗,文字深奥、艰涩,忽略了一般民众的阅读感受;三是文史、哲学类的学术性研究著作多,而知识性、趣味性、生活化的普及性读物少,不受普罗大众的欢迎;四是部分图书印刷质素欠佳,图文编排略显粗略,也是不够吸引人的一个因素。

统筹、组织出版多系列丛书的蓬瀛仙馆道教文化丛书编辑委员会,是因应时代的需要而成立,目的是基于道教的立场,有组织及有层次地阐述及介绍传统的道教文化,加深人们对道教的了解。

缘于上述,道教文化不同领域的丛书将会分成不同系列出版,例如道教经典、道教善书、道教神仙、道教养生、道教科仪、道法道术、道教建筑、道教医学、道教艺术等等。每个系列虽然因本身内容所需而有其独特之处,但基本上所有丛书系列均会力图在以下方面显现特色:

1. 出版的图书力求文字浅白通俗,表述生动、自然,具时代感及可读性。

2. 图书内容以宗教为主,而以科学的态度,去理解阐释道教文化。

3. 印刷精美,图文并茂。

4. 针对读者日常所遇到的细节,将道教文化融入于人的生活中。

5. 每一本出版的图书,都会有若干数量以传赠的方式免费寄给中国主要宫观及海外道观,全球的道教官观将会以丛书为纽带而连结起来。

道教文化丛书顺利出版,得到了海内外学者和同道大德的大力支持与协助,参与这项工作的各系列主编及各位作者,各尽所长,为丛书的出版付出了辛勤的劳动。香港蓬瀛仙馆这一项目,是弘道工作的一大要务,拨出专款给予支持,保证了丛书有计划、按步骤地陆续出版。

继承和弘扬传统文化,是我们共同的责任,让我们一起努力,并从这些贴近民众生活,适合大众口味的丛书中,一起来分享道教文化带给我们的智慧和快乐!

序 言

陈耀庭

道教,作为有几千年历史的中国宗教,在过去漫长的岁月里,一直是被人看不起的。在现代西方学术研究方法传入中国以后的近百年里,也一直鲜有机会进入学术研究家们的视野。即使进入了,一些学问家也不过是将道教视作中国人迷信、巫术的陋俗的代表。

近二十年中,随着中国改革开放,中国的学术研究出现了令世界学术界震惊的巨大发展。道教研究在这个学术浪潮中,也有了飞速的进步。笔者亲身经历了这二十年进步的全过程。

道教的研究,从全面而宏观的涉猎,到细致而深入的断代研究、人物研究、分类研究和系统研究,已经创建了二十多个门类。

道教研究的方法也从采用传统的思想史和历史学的方法,进而采用了人类学的方法、社会学的方法甚至结构系统的方法,等等。

一批批国外的道教研究成果被介绍到了国内,一个个海外著名的道教研究学者被请到国内的大学和学术研究机构访问讲学。

正是在这样的基础上,经过学术界人士的努力,道教研究才涌现了大量研究成果,令世界学术界刮目相看,感到震惊。而最重要的成就,就是出现了一批道教研究的专门人才,特别是出现了一批中国自己培养的研究道教的硕士和博士。

硕士和博士的出现,从学生的角度而言,无非是多听几年课,多读几年书,多写几篇论文而已。然而从学科的设置而言,那就不同了。因为,它表明中国道教研究的水平已经达到了可以设置硕士和博士学位的水平。道教本身确实具有丰富的内容,可以供给一代代研究者们不断地努力开掘和研究发现,也得到了社会的公认。正因为如此,硕士和博士们多读几年书就不会是白读的,他们的论著正在不断地加深着人们对于道教的认识,对于道教在中国文化中的地位的认识,并且不断推进着道教研究水平的提高和深化。

从目前已经完成的许多博士论文来看,当代博士生的论文明显地具有三个特点:

第一,思想解放。当代的博士生和我们这些老知识分子不同。我们这些人,出生在五十年代以前,成长在五十年代以后,因此,思想上框框很多。我们既有儒家传统

思想的包袱,又有近五十年“左”的思想潮流的影响。可是,当代的博士生大多是在改革开放中成长的,“实事求是”四个字贯串在他们的血脉之中。因此,他们的论著对于道教乃至宗教都持有一种正确的理解的态度。他们再也不纠缠在唯心和唯物的划分、革命和反动的定位等问题上。他们敢于提出问题,大胆研究问题和回答问题,具有初生牛犊不怕虎的理论勇气。

第二,视野开阔。博士生的视野开阔包含有三层意思,一是指研究方法的视野开阔,许多论著都已经突破了传统研究的局限,采用了多种研究方法;二是指研究资讯的视野开阔,许多博士生都熟练英语和日语,能够掌握国际道教研究的最新成果和发展趋势,并且融会在自己的研究中;三是指研究范围的视野开阔,许多博士论著研究的范围已经扩大到了道教的仪式、法术、内丹、外丹、养生以及道教和中国传统文化关系等诸多领域。也正是这样开阔的视野,使得博士论文的质量令人重视。

第三,联系实际。人们也不要用工利的态度来认识联系实际,以为只有应用性研究或者对策研究才是联系实际的。其实,许多基础性的研究也同现实和未来的实践紧密相连的。一些论著虽然探讨的是历史,却对于引导道教的健康发展不无裨益。一些论著虽然只是考证一个派别的经典,或者只是一部经籍,但是对于澄清道教史上若干关键问题,乃至指导当今道教新创经籍都是有

意义的。因此,联系实际更应该是人们如何利用这些研究成果的问题。

近十余年中,各个高等学校和研究机关培养的道教学博士生很不少,他们撰写的博士论文也有不少。其中,有的问世了,有的则一直没有出版的机会。所以如此,原因也很复杂,也不能全部责怪出版机构,因为,即使是欧美和日本的博士生也不是人人的论著都能得以出版的。正如博士学位的获得,只是一个人学术水平的一个台阶而已。博士论著的质量也并非件件尽如人意的。

蓬瀛仙馆的道教文化丛书编辑委员会安排出版一个博士论文系列,就是要挑选一些博士论著,给它们以出版问世的机会。选择出版的标准,按照道教研究的前辈、尊敬的卿希泰教授的要求,就是:(1)对前沿性问题做出创造性研究的;(2)有新的重大突破的;(3)对学科建设有新的开拓的。根据这样的要求,本丛书的博士论著系列的每本书,应该对于道教研究的发展以及对道教文化的弘扬都是有益的。

道教研究的博士论著,因为是站在道教外的立场上做的研究工作,其结论可能与道门同仁的观点有所不同。对于这类观点的差异,我们的态度是相互尊重,求同存异。我们相信,只要是科学而客观地研究道教的著述,其结论总是有利于道教的健康发展的。蓬瀛仙馆道教文化丛书编辑委员会收录这些博士著述的时候,并不要求对

著述做违背作者本意的修改,当然也并不表示丛书编辑委员会完全同意这些著述中的所有内容。

蓬瀛仙馆从事这样高水平的然而又是有意义的出版工作,还是第一次。我们热忱希望国内外的道教研究专家们向我们推荐优秀的博士论著,供给本系列编委会选择出版。我们期望,蓬瀛仙馆所做的一切,会有利于道教研究的进一步广泛而深入,会有利于道教研究人才的迅速而健康的成长,会对于新世纪中国道教的振兴和发展作出有力的贡献。

摘 要

钟吕内丹思想对道教内丹文化的形成与发展有着重大的影响。道教以成仙为终极目标,而道教徒则以内丹修炼为成仙的必经之路。道教对长生不死的信念,是经过了无数痛苦经验的累积,方始由服食金丹的挫败成功过渡,终而体现为内炼成仙的内丹文化。唐末五代出现的钟吕丹道,不但在长生不死以及神仙观念两方面前有所承,成功地从外服金丹的做法脱胎出来;其内丹思想更不断为后世炼丹者所采用,影响下迄于今。本论文乃就钟吕内丹的形成、演变及其思想内容——尤其道德观念方面——做出深入探讨。

本论文共分六章。“前言”简述钟吕内丹思想之内涵及其重要意义,并对研究钟吕思想直接相关的主要文献做出介绍。

第二章论“钟吕丹道的形成”,探讨中国神仙思想中的道德观念。远自上古的巫祝文化,下及先秦、两汉、魏晋及隋唐历代道家道教神仙学说的演变,这一章都有详细分析,藉以指出外丹的失败、元气论的发展、形神观念的演变、及大小乘佛教思想对内丹文化的影响。

第三章“钟吕丹道的旨要”,首先简述老子其人其书,并指出老

子的思想——尤其其道德观念及辩证思维——对钟吕丹道的形成所造成的明显的影响。这一章除了探究钟吕丹道如何以天赋的“元阳”作为生命的道德根据的一点之外,更从其“阳神”出于形躯的终极修炼目标,观察钟吕丹道对形躯所具的意义与及性命关系在入世修行上所包含的道德意味等问题的看法。不仅如此,章内还指出钟吕对由神仙到天仙的一系列的品位安排,所反映者正是内丹的终极意义终须建立在入世道德的修行之上的一项事实。

第四章“钟吕丹道的意义”,先后探讨“道教式道德观的特点”和“钟吕丹道的道与德”两个论题。前者在于凸显老子以自然言道德的理论特色为道教所继承的一点;后者则在分析钟吕如何以“元气论”结合老子的“宇宙论”和“本体论”,从而成就丹道思想中别具特色的道德观,并制订为“性命双修”的修炼蓝本的整个过程。

第五章从内丹思想往后的历史演变确认钟吕丹道的影响。章中指出,宋代南北二宗对钟吕的丹道固然有直接的继承,而东西两派、中派及明清龙门派后人也都恪守钟吕内丹的思想和功法。这些正好说明钟吕丹道所提倡的性命双修,实是修行上的一种道德实践和一种根源性的终极追求。

第六章“结论”为钟吕内丹思想的道德观做出总结。所得的主要结论是:钟吕所提倡的“性命双修”实为老子道德观念的延伸。钟吕的性与命分别就是老子的道与德。而他们所揭示的神仙,也就是藉炼气工夫所达到的一种道德圆善的终极境界。

目 录

缘 起	(1)
序 言	(4)
摘 要	(9)
第一章 前言	(1)
第二章 钟吕丹道的形成——神仙架构中道德 观念的演变	(8)
2. 1. 先秦的神仙	(8)
2. 2. 稷下道家的神仙	(22)
2. 3. 汉道教的神学	(32)
2. 4. 形神兼修	(51)
2. 5. 重玄的启发	(76)
2. 6. 大小乘佛学的影响	(87)
2. 7. 内丹成熟的历史契机	(99)

第三章 钟吕丹道的旨要	(109)
3. 1. 老子思想的影响	(110)
3. 1. 1. 老子的道德观	(110)
3. 1. 2. 辩证思维的影响	(116)
3. 2. 道德的根据	(145)
3. 3. 内丹的终极意义	(166)
3. 4. 性命旨意	(197)
3. 5. 形躯的意义	(207)
第四章 钟吕丹道的意义——道德观的突破	(223)
4. 1. 道教式道德观的特点	(223)
4. 2. 钟吕丹道的道与德	(233)
第五章 钟吕丹道的影响	(243)
5. 1. 钟吕内丹思想对南北二宗的影响	(243)
5. 2. 钟吕性命双修思想延伸不断	(252)
第六章 总结	(263)
后 记	(270)
参考书目	(273)
附录一：《灵宝毕法》	(287)
附录二：《钟吕传道集》	(316)
附录三：《破迷正道歌》	(365)

第一章 前言

道教内丹思想是道教徒如何通过修炼达致其终极境界的一套学说。道教以成仙为其终极追求,然而,成仙思想在未有道教出现之前已经存在,这是一个远古的概念。长生不死是人类普遍的关怀,不是道教所独有。中国文化思想的发展从上古充满迷信的巫文化,到先秦智慧极高明的诸子百家,都呈现着不同形态的天道观,对人类安身立命的终极关怀有着不同的表现方式。魏晋南北朝又直接以金丹服食来满足长生不死的奢望。直至唐代,因为有重玄学与佛家思想的影响,加上金丹服食的失败,成仙的观念渐渐由外转到内,最后由钟离权与吕洞宾总合而成一套完整的内炼功法来达致神仙境界。钟吕二人是师徒关系,钟吕丹道主要是指钟离权的内丹思想。钟吕的内丹思想出现以后,其理论成为后期丹道流派的思想渊源。明清内丹思想家仍归宗于钟吕,^①可见钟吕内丹之学在道教内丹文化的重要性。^②

① 钟吕指钟离权与吕洞宾,下同。

② 钟吕内丹思想对后世丹道文化的发展有极大的影响。宋元明清所出现的丹道流派如南北东西中及伍柳派,都自诩其思想承自钟吕。参看本论文第五章“钟吕丹道的影响”。

虽然钟吕内丹学在道教内丹文化的影响巨大,但近代学术界却少见相关的评论或专题论文。偶有见者,多局限于宏观的历史承传上论说,例如卿希泰在其主编的《中国道教史》中,仅粗略地介绍钟离权和吕洞宾的生平。^①任继愈主编的《中国道教史》虽有用“钟吕内丹学派”来强调二人的内丹思想对后期全真道的深远影响,但对二人思想却未有深入的讨论。^②牟钟鉴在其著作《中国宗教通史》有点题“钟吕内丹道的兴起”,但又未尝为这一大重点做出详细的描述;他曾粗略地介绍《钟吕传道集》一书,但对另一部重要典籍《灵宝毕法》亦有所忽略。^③至于深入研究个别道派的成就,多为金元全真道部分。^④最近一两年才见两篇写清代刘一明内丹思想的博士论文。^⑤张广保于两年前出版的《唐宋内丹道教》,以钟吕丹道独立成章,是现时研究这个题目惟一较具参考之作,可惜篇幅太少。^⑥不过,卢国龙、李大华及强昱均从心性学或道教哲学方

① 钟离权及吕洞宾的生平载于卿希泰:《中国道教史》(成都:四川人民出版社,1992),卷2,页746-54。

② 任继愈指出:“全真道完全继承了钟吕内丹学派的这一套成仙说教,王哲(喆)《金关玉锁诀》就引述所闻钟离权五等仙之说,并描绘了‘阳神’出壳而飞升仙界的情况。”见其主编的《中国道教史》(上海:上海人民出版社,1997),页542。

③ 见牟钟鉴、张践:《中国宗教通史》(北京:社会科学文献出版社,2000),页567。

④ 专论内丹个别道派的很少,仅见张广保的《金元全真道内丹心性学》(北京:三联书店,1995),其它都是泛论道教内丹学,如李远国的《道教气功养生学》(成都:四川省社会科学院,1988)、张广保《唐宋内丹道教》(上海:上海文化出版社,2001)、马济人《道教与炼丹》(台北:文津出版社,1997)等。

⑤ 近两年就刘一明内丹思想写出博士论文的两篇:戈国龙《道教内丹学探微》(成都:巴蜀书社,2001),及刘宁《刘一明修道思想研究》(成都:巴蜀书社,2001)。

⑥ 在张广保《唐宋内丹道教》(上海:上海文化出版社,2001)一书中,有“钟、吕内丹道及其特色”一章。见其书,页161-93。

面展示唐代内丹学的形成,对钟吕丹道的研究很有参考价值。^①除此以外,便是研究价值不太大的一大堆民间流行的气功文集。近年外国学人对道学研究增多了,但他们尚未进入道教修炼文化的殿堂。^②

内丹文化本来是道教文化研究中比较少人涉足的一个项目。主要原因是,内丹学除了理论的疏解之外,更需要实践上的体验才能明白个中所言的义理究属何事。譬如内丹学所言的“真炁”、其萌生时的“风雷之声”,及至上乘功夫之所谓“焚身”与“内观”,都要靠实践才能体会;没有这些体会,便很难明白无形之“真炁”如何从有形呼吸之气中产生,更对“无中生有”、“炼气得道”那些由现实性的物质基础炼就的一系列无形无质的境界形态的可能性难于理解。研究内丹学寥寥可数的近代国内学者中,又不见得有对内丹“修炼成仙”具绝对的信心。这个信心和修行问题,恰恰影响着整个研究的成果。

钟吕内丹学认为:人身小宇宙与身外大宇宙有着共同的道,如果洞悉到大道运化的玄机,从而应用于人身之中,则肉体生命便可得改造而与天地长久。这个理论是原始道家思想的延伸,而老子思想,正是这个理论的创基者。老子的学说,虽然没有太多的宗教成分,但其有关宇宙生成和万物存在的依据,都有启发性的阐述,

① 他们的著作有下面几种。卢国龙:《道教哲学》(北京:华夏出版社,1998)及《中国重玄学》(北京:人民中国出版社,1993),李大华、李刚、何建明:《隋唐道家与道教》(广州:广东人民出版社,2003),及强昱:《从魏晋玄学到初唐重玄学》(上海:上海文化出版社,2002)。

② 海外学人也有对道教文化素有研究者,如 K. Schipper 和 Michael Saso,前者对道教仪及道经有研究,也是《道藏索引》的编者;后者也是《庄林续道藏》的编者,惟他们的研究范围仅在科仪方面,其他海外学人大多在道家思想的研究。

也为丹道提供了一个修炼的目标和指导。老子的宇宙生成论,是钟吕丹道炼命上的根据,而其本体论则是修性的指南。^①由此遂有钟吕丹道以“道为性”、“德为命”的前提,建构出一套完备而有系统的丹道思想,称之为“性命双修”。即是说,“性”是人之本体,是人的形而上根据;“命”是道之呈现,是道之形而下展现。通过对心性本体的修炼从而体道,称为“性功”。透过对形躯生命的改造从而有长生不死的结果,称为“命功”。^②在此理论的延伸下,即体用的关系下,命不能离性而造化,性亦不得不依命作呈示,形与神的观念相即不离。因为性命相依不离,故修性即修命,继而道德如一;因为道德不二,故修道即修德,从而有性命双修的丹道传统。亦由于这个传统的影响,丹道思想及其修炼工夫,都存在着一条金科玉律:即不能单修性而不修命,或只修命而不修性的双修法要。

本论文就是从钟吕丹道在性命双修的一系列工夫中探索其道德观的建立。粗略言之,钟吕丹道以炼气工夫来实现其性命双修的目的。观其炼气系统,它是以修得阳神为其终极,而其所论说之神仙境界又要靠阳神来达致;故阳神既是目的、又是手段。在神仙境界,阳神代表着炼气的终极,它本身就是神仙的代号;因为,阳神

① 老子思想中,有本体论及宇宙论的成分,是现代学者的讲法。例如徐复观说:“老子思想最大贡献之一,在于对此自然性的天的生成、创造,提供了新地、有系统地解释。在这一解释之下,才把古代原始宗教的残渣,涤荡得一千二净;中国才出现了由合理思维所构成的形上学的宇宙论。”见徐复观:《中国人性论史》(台北:商务印书馆,1978),页325。另张岱年:“如果老子所谓道仅仅是天地之始,那么道论就是一种宇宙生成论;如果老子的道不仅是天地之始,而且是天地万物存在的依据,那么道论就是一种本体论。”见张岱年:《道家在中国哲学史上的地位》,载于陈鼓应主编:《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995)第6辑,页4。

② 关于“性功”与“命功”的意义,将在本文第三章第3.4节“性命旨意”有较详细的论述。

出入于形躯的能力就是钟吕所描述的神仙的特征。然而,钟吕的神仙必须入世广传道德,如果钟吕的神仙就是阳神,那么阳神除了“气”这个本质之外,还本具着道德主体,从而践行道德于世间。由气的物质意义发展到阳神所兼具的道德主体,个中存在着非常微妙而曲折的转换,这将是本论文所关注的地方。此外,钟吕的神仙观念的形成,及其以内丹修炼来达致的神仙学说,又必须从文化思想的发展过程作分析,故中国神仙观念的发展和神仙架构的演变,也都是本论文研究的范围。

至于构成本论文主要研究对象的钟吕,则是指钟离权及吕岩二人。钟吕二人乃师徒关系,均为道教著名人物。钟离权,姓钟离,名权,后改名觉,字寂,道号正阳子,又号和谷子、云房先生,陕西咸阳人,一云燕台(今北京)人。他的事迹可见于《历世真仙体道通鉴》卷31之中,此外,《宣和书谱》称钟离权为神仙:“不知何时人,而间出接物,自谓生于汉,吕洞宾于先生执弟子礼”,《集仙传》谓钟离权“唐末入终南山”,《宋史·王老志传》载王老志遇钟离先生等,都表示钟离权大约出现于唐末至北宋间。^①据《道藏提要》主编任继愈谓:“唐宋以来,道教人物大都不见于史传,而道教传记亦散失甚多,实赖此书(即《历世真仙体道通鉴》)保存不少道教史资料。”^②《历世真仙体道通鉴》所载的钟离权,是五代后晋时中郎将,后汉时为将,征吐蕃失利,独骑逃亡,遇异人授以真诀,遂回心

① 《宣和书谱》卷19谓“神仙钟离先生名权,不知何时人”。《古今图书集成》第51册《集仙传》云“钟离权,字云房,不知何时人,唐末入终南山”。《宋史》卷462《王老志传》谓王老志遇异人于丐中,“自言吾所谓钟离先生也”。依以上资料看钟离权的年代,或唐末或北宋。

② 见任继愈主编:《道藏提要》(北京:中国社会科学出版社,1995),页221。

向道,后传道于吕岩,刘海蟾等。全真道尊其为五祖之一。有《破迷正道歌》、《灵宝毕法》及《钟吕传道集》等,都是内丹著作。

吕岩,字洞宾,号纯阳子,自称回道人。其活动时代约在唐末至北宋初,河东永乐(今山西永济)人。全真道尊其为北五祖之一。元代封为“纯阳演政警化孚佑帝君”。《宋史》卷457《陈抟传》记:“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,皆数来抟斋中,人咸异之。”其事迹亦见于《历世真仙体道通鉴》卷45之中,另外亦见于《吕祖志》。相传他著作颇多,如《纯阳真人混成集》、《纯阳吕真人药石制》、《敲爻歌》、《沁园春》、《指玄篇》及《百字碑》等。

钟吕丹道是指钟吕二人所承传的内丹功法。钟吕二人是师徒关系,钟吕丹道主要是指钟离权的内丹思想。他们的内丹思想主要以《灵宝毕法》及《钟吕传道集》两部丹道名著体现出来。历来这两部著作都被道教徒视为秘传至宝,非道门中人,固然难得一睹,即使是道教徒,也非人不授;而所传者,大多为门徒中具道德修为而又能继承衣钵者。所以,一直以来,正传的内丹功法都或多或少含有神秘的色彩,这种情况在道教是不足为怪的(例如符篆及科仪也非人不授)。《灵宝毕法》是钟离权所撰的。据其自述,因为在终南山石壁之间获得《灵宝经》30卷:上部《金诰书》乃元始所著,中部《玉书录》乃元皇所述,下部《真原义》乃太上所传。于是,他综合所有材料,编成了三乘功法,名之为《灵宝毕法》。^①此传说若属实,则书中所言的材料实难以考据。不过,自钟离权撰成此书以后,授

① 见《灵宝毕法·自序》,载于《正统道藏》(台北:新文丰出版公司,1957),册47,页913。

与吕洞宾而吕洞宾亦广传于世,从而发展出不同的丹道流派。另一部《钟吕传道集》,则由施肩吾记录及整理。所记者是钟离权及吕洞宾师徒间关于内丹修炼的问答。书中思想与《灵宝毕法》的丹道思想是一致的。施肩吾是唐代著名养生家,^①字希圣,号东斋,世称华阳真人。睦州分水(今浙江桐庐)人。他精通道教典籍,亦深契内丹要旨。他除了编述《钟吕传道集》之外,还编有《西山群仙会真记》、《养生辨疑诀》、《太白经》、《黄帝阴符经解》等。至于《灵宝毕法》及《钟吕传道集》是否真是钟吕二人所承传的丹道思想,抑属后人假托,未有定论;不过,此二书之为道教重要典籍、当中的思想和功法又一直为道教徒用以演练钟吕丹道的重要指南却是不容忽视的事实。所以,本论文对钟吕内丹思想的研究和讨论,也是以以上二书为钟吕思想的代表作为基本假设而做出的。

① 有说法谓施肩吾为南宋初年人,陆游《渭南集·心鉴跋》:“高祖太传……晚自号‘朝隐子’,尝退朝见异人行空中,足去地三尺许,邀与俱归,则古仙人嵩山栖真施肩吾先生也。”

第二章 钟吕丹道的形成——神仙 架构中道德观念的演变

2.1. 先秦的神仙

道教内丹学虽然兴起于隋唐而成熟于宋元,但内丹学的渊源是可以追溯至先秦的诸子百家,甚至仙道方术,或更远古的时代。从各种文献所记载及各方面的研究看,或广义地把内丹置放在养生康复的层面探究,我们可以追溯内丹思想到七、八千年前,而其发展的酝酿期可能更加古远。^①当然,我们首先要把内丹的定义清楚厘定。就是说,我们认为内丹的发展不是狭隘于道教成仙说;因为,一个文化的出现和发展,必然有其根源。内丹源于古代民间

^① 根据张荣明考据,若凭考古发掘材料及文献资料所得,气功发源于七、八千年前,远在伏羲之前。见其著《中国古代气功与先秦哲学》(上海:人民出版社,1987),页28。

的炼气养生术,个中结合了初民的巫文化。随着文化发展的日趋成熟,炼气便从一种朴素而实用的工夫,渗入了天人合一的宇宙观和本体论,再经过道教的神仙观念洗礼,才出现今天别具特色的修炼系统。这些修炼方法因时代、环境、历史及文化思想的改变而转变,每个时代的修炼方法都能反映该时代的文化特征。对于内丹修炼,我们已不能用一种单纯的修炼方术来看待它。相反,它是一门学问、一套哲学、一种根深蒂固的文化。它既具备中国传统文化特色的修行方法,亦能为炼者提供安身立命之所。

中国人的神仙观念源远流长,早于道教出现之前。有人类就有宗教,远古时代便出现对天地造化的崇敬与膜拜。《山海经》记载了神仙的形态:“钟山之神,名曰烛阴,视为昼,瞑为夜,吹为冬,呼为夏,不饮、不食、不息,息为风,身长千里。在无启之东。其为人物,人面,蛇身,赤色,居钟山下。”^① 我们的老祖宗伏羲,是人首蛇身。^② 女娲也是人面蛇身。^③ 远古的先民,在神话传说中有很多都是人面蛇身的;而且,他们的年寿都很高,八百岁也被列为“不寿”。^④ 被庄子形容的彭祖是八百岁,为长寿的例子,远古的先民却以此为短命。^⑤ 可想而知,远古人类比今人长命得多。《黄帝内经》指出,今人不及上古之人长寿,不能享尽天年,主要是今人“以酒为浆,以

① 见《山海经·海外北经第八》。袁珂校译:《山海经校译》(上海:上海古籍出版社,1995),页200。

② 《帝王世纪》载:“燧人之世,……生伏羲……人首蛇身。”

③ 同上注:“女娲氏……承庖羲制度,……亦蛇身人首。”

④ 《山海经·海外西经第七》:“轩辕之国在穷山之际,其不寿者八百岁,在女子国北,人面蛇身,尾交首上。”《山海经校译》页192。

⑤ 《庄子·逍遥游》:“上古有大椿者,以八千岁为春,八千岁为秋。而彭祖乃今以久特闻,众人匹之,不亦悲乎!”版本用〔清〕郭庆藩:《庄子集释》(北京:中华书局,1997),四册。

妄为常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持满，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节。”^①古人安享天年的原因，是因为他们“知道”，并且“法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳。”^②相对于二千年前《黄帝内经》的写作年代，所谓今人，比起今天已经是很古的古人了。所谓上古之人，应该是指新石器时代或更前的老祖宗。不过，《黄帝内经》的作者对“天年”的界定仅一百岁，^③而《山海经》的短寿年龄却以八百岁为下限。在古代，依《山海经》所提供的资料看，神仙不独长寿，而且还有不饮、不食、不息的情况出现。这些不饮、不食、不息，在后来的庄子所谓“不食五谷，吸风饮露”的神人仙子，固然是一脉相承；^④有趣的是，不饮、不食、不息而又与人首蛇身的形态相配合，令人想到蛇的冬眠习性。蛇的冬眠为息。蛇能够把作息之间的幅度拉长，犹如朝夕早晚之于日月盈亏，把作息的频率放缓。其间的不呼不吸、不饮不食，的确是奇特的习性。这些都使先民感觉神奇，有以仿效，或启悟出类似的炼气养生工夫，冀望延长寿命。可能由于蛇具备了这些与人类有别的工夫，古人就对蛇生发崇敬与膜拜之情，诉之于宗教情感，透过神话表达类似的神仙形象。考古发掘了一些新石器时代的人首蛇身陶器壶盖，佐证了以蛇做化身的神人形态和样貌。这都反映了古人对蛇的崇拜，结合了对生命长寿的看法。这些炼气

① 见《黄帝内经·素问·上古天真论》，《袖珍中医四部经典》（天津：天津科学技术出版社，1986）。

② 同上注。

③ 同上注，内文有上古之人“尽终其天年，度百岁乃去”及今时之人“半百而衰”。

④ 《庄子·逍遥游》记肩吾与连叔的一段话，肩吾引接舆之语谓：“藐姑射山，有神人居焉，肌肤若冰雪，淖约若处子。不食五谷，吸风饮露。乘云气，御龙，而游乎四海之外。其神凝，使物不疵疠而年谷熟。吾以是狂而不信也。”

长生的原始观念,当中自有一种深厚的历史背景。

炼气作为养生或治病的工具,源远流长。运动是人体的需要,生理架构本该如此。流水不腐,户枢不朽,有气血畅通的身体才是健康的身体。身体因工作而疲累,我们便很自然会舒展筋骨以利乳酸的去除;因天气寒湿而凝坠,则有自觉的活动通利关节。古代有以“大舞”作为利通关节的运动。古文献有这样的记载:

阴康氏时,水渚不疏,江不行其原,阴凝而易闷,人既郁于内,腠理滞着而多重腿,得所以利其关节者,乃制为舞,教人引舞以利导之,是谓大舞。^①

这段文字记载了古人因患上关节病而活动筋骨。孟俯《帝王统录》引《教坊记》:“昔阴康氏,次葛天氏,元气肇分,灾沴未弭,民多重腿之疾,思所以通利关节,是始制舞。”《吕氏春秋》:“昔陶唐之始,阴多滞伏而湛积,水道壅塞,不行其原,民气郁闷而滞着,筋骨瑟缩不达,改作舞以宣导之。”阴康氏远在伏羲之前。^②古之陶唐氏是尧之号,后于伏羲。阴康氏及陶唐氏都有同样的风湿关节病,可能古时人类逐水土而居,屡遇江河泛滥,后有禹治水的历史背景。居住在环境潮湿的河边,加上劳动繁重,骨关节病乃是常见的疾病。以舞利导,即是古时之导引术,东汉以此为“娱神遣老,永年之术”。^③可以说,导引术起源于人类的生活文化,自古已有,犹如饥即食之,渴则饮之的生活常规——这似乎是个无可辩驳的命题。及后,经过多方面的体验和对大自然的观察,古人就把有效的动作

① 《路史》前纪卷 9。

② 据《三五纪历》、《补三皇本纪》等记载。

③ 见傅毅《舞赋》。

和呼吸方法有系统地组织起来。马王堆汉墓就出土了一套“导引图”。庄子记载此等导引术,是当时一般闲暇人士喜爱的运动。这些导引术,其实甚为普遍,亦被证实是古人长寿者所好炼的工夫:

此江海之士,避世之人,闲暇者之所好也。吹呬呼吸,吐故纳新,熊经鸟申,为寿而已矣。此道引之士,养形之人,祖寿考者之所好也。^①

熊经鸟申已被列入为“五禽戏”之内。《后汉书·华佗传》引华佗对其弟子吴普说的一段话:“人体欲得劳动,但不当使极耳。动摇则谷气得销,气脉流通,病不得生,譬犹户枢,终不朽也。”这里指出,适当运动是可以帮助食物消化、气血流通,道理就有如户枢不朽一样。我们要做运动,就可以仿效动物的屈伸舒展。气血得以疏导,关节便有利好状态:“是以古之仙者为导引之事,熊经鸱顾,引挽腰体,动诸关节,以求难老。”华佗于是提出一套自创的心得,为后世沿用:“吾有一术,名五禽之戏:一曰虎,二曰鹿,三曰熊,四曰猿,五曰鸟。亦以除疾,兼利蹄足,以当导引。”华佗更叫人当遇身体不适时,可选择一两个动作以作自疗之用:“体有不快,起作一禽之戏,怡而汗出,因以着粉,身体轻便而欲食。”这套工夫,在葛洪的《抱朴子内篇》得以引述,并称这是药术中最容易做到的,但炼者又不可小觑它,因为它已够吴普活上百多岁。^②

神仙观念的演化和发展构成了中国一大特色的宗教,神仙传说和中国文化的发展存在着相互之间的互维关系。德国马克思·

① 见《庄子·刻意篇》。

② 见葛洪《抱朴子内篇·至理》:“有吴普者,从华佗受五禽之戏,以代导引,犹得百余岁,此皆药术之至浅,尚能如此,况于用其妙耶?”

韦伯(Max Weber, 1864-1920)认为,中国自古以来各种经验知识与技能,不论发生了何种类型的理性化演变,最后都朝着巫术的世界图像这一方向运动。^①他举例,中国人发明了占星术,经过一段理性的天文学发展,最后却成为巫术的气象学,用来为帝王安抚神灵的巫与觋;而古代的占候巫师与祈雨师,又被认为是“道教的”。韦伯指出,中国的“神人同形说”^②在救赎仪式中充分表现出来,具有天赋的巫师被视为“阳气”的代表者和活的“救世主”,成为一种被人崇拜的对象。如果祈求丰收,则那位活生生的、具有神性的人就会被人作为顶礼膜拜的对象。^③韦伯道出了中国人对自然科学与方术之间那模糊不清的关系。中国人对神秘的灵异世界与客观实在的人物混淆不清,事实确是如此。宗教始于巫术,而巫师和古代术士就是最早的神。这一点,道教中的科仪屡见不鲜。道士召役神灵之时,他就是神,人们也会把他当成神。“禹步”是一个很好的例子。禹步本来是大禹治水时,为了修治水利,不辞劳苦地跋涉于山川,造成脚病。走路时有跛行的特色,就叫禹步。汉代扬雄说“昔者姒氏治水土,而巫步多禹”。^④姒氏即禹,当时巫舞仍流传,由于大禹治水的功德,后人尊禹为圣贤,故禹步便成为巫师作法时习以为常的步行姿态,也是巫步的特征。后来,神灵观念无限扩张,禹步被改造为召摄神灵的步法。禹步在道教的经典上是这样形成的:

① [德]马克斯·韦伯著,洪天富译:《儒教与道教》(江苏:江苏人民出版社,1993),页222-3。

② 同上注。韦伯所讲的“神人同形”,即人神合一。是指那些主持神灵沟通的巫师或法师,自己与神灵二合为一。

③ 同上注,页228。

④ 见扬雄:《法言·重黎》。

禹步者，盖是夏禹所术，召役神灵之行步，以为万术之根源，玄机之要旨。昔大禹治水，不可预测高深，故设黑矩重望，以程其事。或有伏泉、磐石，非眼所及者，必召海若，河宗、山神、地祇，问以快之。然禹届南海之滨，见鸟禁咒，能令大石翻动。此鸟禁时常作是步，禹遂模写其行，令之入术。自兹以还，术无不验。因禹制作，故曰禹步。^①

后人假借大禹治水一事，加插上天降神的曲折过程，变成神话。这里有重点要提出的是，大禹观神鸟禁咒能令大石翻动的神奇，才模仿并创制了神鸟的步法而成禹步。然而，神鸟禁咒能令大石翻动，代表着天神的降示，若非这个有道德意志的神灵，人间的灾祸是很难避过的。这里的神灵观是非常明显的。即使神灵观循着理性一路走，它仍是如影随形；因为，禹步再结合天文学，纳入卦象术数，出现了所谓“三步九迹”，理性与非理性共治一炉，个中不会减弱神仙降灵的真实性和威力，理性部分增强非理性的可靠性，使神灵观更加扎实。另一方面，禹步增加了复杂的术数内容，更显得禹步非常人所能做到，使这种仪式添上更多层的神秘面纱：

汉淮南王刘安以降，乃有王子年撰集之文，沙门惠宗修纂之句，触类长之，便成九十余种。举足不同，咒颂各异。详而验之，莫贤于先举左足，三步九迹。迹成离坎卦，步纲躐纪者，斗有九星，取法此故也。自兹以还，更无

① 见《洞神八帝元变经·禹步致灵第四》，《正统道藏》册 48，页 56。

异效，可以寻研者矣。^①

中国占星术有其理性的根据，天文历法有高度的效验。禹步本来作为一种极普通的步行姿态，通过神灵观念的注入，又再渗入理性的天文知识，它成为了内含深远意识的文化遗产。禹步在今天道教仪轨中仍然是重要的召神手段，步罡踏斗的道士仍然是被人们当作神来看待。韦伯的观点非常独到。不过，不论神秘的宗教如何演绎，神灵观念如何发展，神仙，作为中国式宗教的重要主角，最后在道教内丹文化中得到合理的安排。^②这方面容后再论。中国人的信仰经历了对祖先崇拜、自然崇拜、图腾与巫术的熏陶，对个体生命的存在，由一个由天神主宰的角色逐渐变成一个有能力自我超越、绝地通天的神仙。在古代，这些能力最初仅见于那些司职巫术的“巫史”身上。^③及后，人们认为自己掌握了宇宙造化的玄机，感觉自身的存在也可以有绝地通天的能力。这种转变，都涵盖了宗教和哲学，个中必须通过历史文化的演变，尤其对天地宇宙的理解，才有宗教哲学的内涵。

《山海经》中人首蛇身的神仙，庄子所引不食五谷、吸风饮露的神人仙子，及韦伯形容“神人同形”的巫师，都同样反映了中国人的神灵观。中国的神仙观念在原始的神灵观念的发展是有迹可寻的。原始人往往不能在有生命事物和无生命事物之间加以区别、不能在主动物体和被动物体之间加以区别，因而将自身的生命力泛化为一种普遍特性，改造那些与他们生活相关的一切自然事物。

① 见《洞神八帝元变经·禹步致灵第四》，《正统道藏》册48，页56。

② 在内丹学所讲的神仙，已包含了哲理、医学及伦理道德的观念，与神灵观的神明显不同。

③ “巫史”见于《国语·楚语》：“民神杂糅，不可方物，夫人作享，家为巫史。”

他们相信自己身边的一切自然事物都是栩栩如生的活物,具有神秘的灵力。由于这种泛化了的生命力超越了其自然局限,故它本身便成为违反自然法则的神秘力量,具有超自然的特性。这种灵力是自然力量的神秘化形式,是神灵观念的开端。那些泛化了的神秘力量,在自然现象中不断扩散,最后发展出“精灵观”。精灵观演化成为一种人格化的超自然力,人们认为它是与自然事物的形体相区别地存在,甚至不会随形体的死亡而死亡。它的特性是具备了物质性,是一种特殊的物质实体。它不能脱离自然形体而独立存在,但却可以在不同的自然形体之间易位和转化。人们因此而畏惧它、依赖它、崇敬它、甚至神圣化为膜拜对象。远古的人,由于氏族社会的血缘关系,祖先崇拜与神灵观念结合,一些有功于民和垂德于世的部落领袖,如前面述及的伏羲、女娲等,就因此而变了神灵。^①

世界上任何一种民族都会对死亡和灾祸恐惧,而对幸福和长寿渴求。上古的人把这些恐惧和渴求寄托于神仙世界之上。由远古的神灵观发展到上古的精灵观,也就是神仙观念的演变。古时,这个精灵观曾经被广泛地应用,及至今天文明社会仍可见到这种精灵观。例如,今日不少练气功的人,面向大树做站桩,认为可以驱邪却病。从古人对玉石的崇拜也同样看到上述的行为意识,当然今人亦然。“精”之观念远自新石器时代已有,它是很古的思想。古人认为万物皆有精,就是精灵观的一种表现。考古发现玉在远古已被人喜爱。古人佩玉是反映了其对精的看法,认为玉乃积精

① 有关神灵、精灵说,参考时光、王岚编:《宗教学引论》(北京:中央民族大学出版社,1994),页48-9。

最多的物质。因此,古人祈求佩玉会为他们带来趋吉避凶的能力。他们深信玉里的精灵是善的,能够为自己抵挡神灵世界属于恶魔的侵袭。相对于善的神灵,疾病和灾祸便由恶的神灵负责,又或者由那个可以赏善罚恶、具道德意志的天通过疾病和灾祸来惩罚我们。巫祝能够祭神、医病和驱鬼去灾。巫祝的演法属于神灵的事,演法之中驱赶附于物体的邪恶力量却属于精灵观念问题;所以,精灵观和神灵观往往同时存在。这种祈求驱病遣灾的情况在民间发生最多而发展成“巫鬼道”。巫与医又二而为一。巫师为人们驱除病魔,自己又是一切气功导引功法集大成者。《黄帝内经》云:“古之治病,惟其移精变气,可祝由而已”。^①至于上层,士人、贵族和帝王,则为了永保自身的富贵和幸福,企图寻找长生不死的方法。可以说,“方仙道”就是魏晋神仙道教的前驱,而“巫鬼道”则是汉魏民间道教的前身。只是,由巫祝方士到道教的形成,人们从未停过追求长生不死之道,和免除灾病的渴求。其实,这都是人性的表现,每个时代都存在。它有时成为热潮,是社会风气使其突显,或帝王的喜好所带领。它有时较为收敛,是文化背景不同所引致,譬如今人从科学知识认知金丹,会容易发觉以外丹达致长生不死的无知。不过,若从信仰的角度看,神秘的力量永远不会由理性与科学过滤出来。

巫文化一直从上古延伸至战国。战国时期,文化、学术和政治发展都呈现百家争鸣的局面。神仙作为一个观念,相信是这个时候产生。它在这个时候正式从巫文化脱胎出来。这个时期的神仙家,所鼓吹的神仙,已不同于以往的鬼神观念。它既不是生活在幽

^① 见《黄帝内经·素问·移精变气论第十三》。

冥中的神灵,又不是寄寓于形物之上的精灵,而是现实生活中作为个体生命的人,通过生命的无限延伸和直接升华而来。这时期的神仙观念仍然保留着朴素而实用的价值观。它表现了几个特征。例如,神仙必如常人,能够长生不死,永远保持着现世的快乐。另外,神仙是逍遥自在,神通广大,游乎四海之外,可以入水不溺、入火不焚,具备超越常人的能力。更重要的是,他们相信世间存在着长生不死的仙药,只要求得仙药,便能成为超凡脱俗的神仙,实现永世不死的人类欲求。于是,战国时期的神仙观念兴旺,尤其是燕齐与荆楚一带,由帝王至平民百姓,都热衷于追求不死之药。^①外服金丹以求成仙,在方士们的极力鼓吹下,金丹烧炼大行其道。这里又分两期。首先是战国到秦,帝王在方士的推荐下,追求在大自然中生长的仙药。后来,西汉的帝王索性在宫廷内起炉作灶,追求烧炼金丹大药的梦想。司马迁的《史记》就记载了汉武帝身边有炼丹家李少君、栾大等人为他制药。

方仙道在战国时代相当流行,可能由于秦人多信奉神仙。楚越又多巫鬼,齐人又好怪迂。史籍中有记载安期生、石生、卢生、侯生、徐市、韩终、聚谷等人,都在上层社会活动。这些方士把一切能够帮助达到长生之术组织起来,满足那些追求长生不死的人。方士的努力,间接把养生术的社会地位提升,造就了不同类型的养生功法。在皇室贵族方面,由于封建王朝为帝王将相提供着生活无

① 燕齐文化孕育于沿海地区,那里是辽东半岛南端,面对着许多小岛群。从山东省蓬莱县外望,经常可以望见小岛屿形成的海市蜃楼幻象。这都是沿海文化对神仙说向往的原因之一。至于荆楚文化,倒因为骚人墨客的浪漫主义影响居多,诗人屈原的《楚辞》中有生动而浪漫的神游故事,《离骚》记有自己升天的想象,例如“前望舒使先驱兮,后飞廉使奔属,鸾皇为余先戒兮,雷师告余以未具,吾令凤凰飞腾兮,又继之以日夜”。

忧、穷奢极侈的生活条件,渴求长生不老甚至长生不死变成普遍现象。帝王以至百姓,那种追求在世繁华富贵的心态,必然造就了许多方士各种谋生伎俩的出现。《汉书·郊祀志》记载有关秦始皇派遣方士出外求仙药:“秦始皇初并天下,甘心于神仙之道,遣徐福、韩终之属多赍童男童女入海求仙采药”;又“汉兴,新垣平、齐人少翁、公孙卿、栾大等,皆以仙人黄冶祭司事鬼使物,入海求神,采药贵幸,赏赐累千金”;又“元鼎、元封之际,燕齐之间方士箠目扼腕,言有神仙祭祀致福之术者以万数”等,足见方士之需求甚大。基于帝王与百姓的狂热,方士在寻求满足成仙的渴求当中,炼丹术和黄白术便应运而生。而另一方面,但凡对炼气、服食、导引、按摩、房中及存思等可以直接或间接达到长生或不死的工夫,都全部被方士所吸纳。这间接造就了多姿多彩的炼养术的诞生。

早期炼气的方法,从外在呼吸的控制到内在心性的凝定,都到了非常成熟的阶段。《行气玉佩铭》就是其中之一,也是现出土文献中记载有关古人炼气方法的最早文献。这铭文大约出现于公元前470年左右。^①同类型的修炼方法,例如吐纳、导引、食气、胎息等,都屡屡散见于古代典籍中。先秦方仙道的修炼方法,大概有行气、服食、房中三大家,直接言内丹的修炼者,尚未萌芽。但这些修炼方术已存在着不少内丹理论与实践方法,是内丹发展的酝酿期。修炼术在当时来说,分两个层面发展。其一是,修炼与信仰相结合,修炼只不过是追求成仙的手段。另一是,士人在天人关系上有所觉知,借修炼以明大道。从不同的层面所存在不同的修炼模式

^① 此根据郭沫若的考证,载于其论文《战国行气玉铭考释》,《中国古文字研究会论文》,1980年。

看,炼气思想已存在某程度的神仙观念。所以说,神仙观念大约出现于这个时期。这些庞杂的思想与修炼方术,虽无完整体系的形成,但已为后期内丹道的确立提供宝贵的资源。

《行气玉佩铭》之所以成为铭文,相信因为古人认为这套炼气方法确实有效所致。在古代,大凡在铜器刻铭、或玉石刻字,都不是随便的事;只有具流传价值或珍贵的事物才会用铭文记之。而且,《行气玉佩铭》的确反映了当时人们炼气工夫已到了内丹的初型。在这里不得不驻步留神,看看这个行气方式是怎样的。《行气玉佩铭》只有四十五字。原铭文为:

行气:深则蓄,蓄则伸,伸则下,下则定,定则固,固则萌,萌则长,长则退,退则天。天机春在上,地机春在下。顺则生,逆则死。^①

这明显是古代气功的一种。全部分分成五段。(一)“蓄”:把气深深地从外吸到体内。(二)“伸”:把气向下延伸。(三)“定”:让气定在小腹。保持住这个状态,便是“固”。(四)“萌”:那是物极必反,静极而动的结果。这时是内气萌生的现象。内气就是“真气”,定后自然有真气出现。真气逐渐壮大,故曰“长”。(五)“退”:指真气慢慢沿着背正中线的督脉上引头顶,整个工夫完成。

这个功夫重点在于“固则萌”。萌是指“真气”萌生,为何可以呢?首先,我们必须明白,我们日常所呼吸的气,是有形之气。有形的气经过身体的造化可以变成无形之气。另外,通过锻炼也可以促进无形之气的产生。所谓“真气”或内气,即“无形之气”。人体中所存养而备用的气,不是有形的,却是无形的。我们在日常生

① 根据罗振玉版本。

活所耗损的也不是有形之气,而是无形之气。当有形之气储备充足,身体便能产生质变,通过“气多能生液,液多能生气”的体内造化,无形之气即真气便会萌生。这句“固则萌”的意思也在此。^①我们可以想象,这个工夫的做法是很简单的:双脚平肩站立,双手轻贴小腹,眼微敛,神内收,深深吸气,导引至小腹,气息定住,心数三至五秒。自会感觉小腹充实,腰肾之间出现一股暖流,徐徐往上升。然后呼气。后期内丹讲求无形之真气,神仙境界必须通过阴尽阳全的修为方可达致。而所谓阳气,又须从无形的真气开始。《行气玉佩铭》提到了“固则萌”的概念,反映了气观念已由外而内,由有形进入无形的阶段,此其一。由定而固而萌的造作集中在小腹之间,由小腹气足至真气萌生,再让气循任督输布下去。这个小腹的作用,就相当于后世所称之丹田的作用。虽无丹田之称,但实已用上内丹功法,此其二。其“天机春在上,地机春在下”,是天覆地载,阳到天而不能升,阴到地而不能降的循环之理,蕴藏大小宇宙同途的天人合一思想,此其三。所以,它基本上有着内丹炼气的要求。还有值得注意的是,《行气玉佩铭》已不是肢体动作的工夫,不是像马王堆出土的“导引图”一类的导引术;它是一种追求内气的工夫。《行气玉佩铭》是战国初年的文物,它与老子的年代相距不到一百年,老子思想中“致虚极守静笃”、“道之为物,惟恍惟惚……其中有精”等修炼上的启示,对此铭文不无影响。春秋战国时期,气功修炼是很普遍的。齐国稷下道家的养生术发展,及当时人们追求外丹以达致长生不死的思想,也是当时气功活动遍及朝野

① 在后来五代成熟期的钟吕丹道来说,所萌生的固然是真气,而真气的产生,是在有形之气液壮旺底下出现,首先要做到的是“气多能生液,液多能生气”的基本工夫。

的原因。

2.2. 稷下道家的神仙

老子提出道乃宇宙万物的根源。这个思想到了稷下道家,道以气的概念替代了。这种演变,不但反映了稷下道家对老子道论进一步的发挥和应用;更重要的是,道由气取而代之,可以更明确地为炼者指出其修炼对象。换句话说,“炼气”较“修道”更容易掌握,更适合道教徒。由于修道要从炼气工夫表述,故恒存于修行中的道德观念,也必须通过炼气工夫表达出来。

在战国时期的道家,大概都有一种共通的思想,就是万物被视为“气”之变化。道教把老子看成是气的化身。^①“一炁化三清”的“一炁”,^②是一种混沌未显的描述,而“三清”亦不过是不同阶段

① 《云笈七签·卷二混元混洞开辟劫运部·太上老君开天经》：“盖未有天地之间，太清之外，不可称计。……无左无右，高下自然。唯吾老君，犹处空玄寂寥之外，玄虚之中。……太初之时，老君从虚空而下，为太初之师，口吐《开天经》一部，四十八万卷。”老君者，老子也。文中可见老子出现于未有之前的各阶段无形无质的混化时代，且因老子而开创天地宇宙。引自《云笈七签》（北京：华夏出版社，1996），页8-9。

② 一炁化三清的“炁”字，代表尚未成有形之气，故取炁以别气之用。“三清”是指玉清、太清、上清，是神仙居住的仙境。又名三天，即清微天、禹余天、大赤天，分别是由玄、元、始三气所化成。三天各有一神所治，天宝君亦即元始天尊治在玉清境清微天，其气始青；灵宝君亦即太上道君或灵宝天尊治在上清境禹余天，其气玄黄；神宝君亦即太上老君或道德天尊治在太清境大赤天，其气元白。见于《道藏目录详注·道教宗源》。

的混沌形态,它们本身不是具体化或形质化的气的形容。^①那些“太上老君”或“道德天尊”的称号,内在意义与老子是一致的,但诸神在时间上比生于苦县的老子却远古得多。道教就要把道作为人格化的抽象意志表现出来。我们可以对一个有名号的“太上老君”膜拜,但对“道”就无从表达那内心深处的崇敬了。诸神可以通过名号、造像及其神话故事具体化,但道本身碍于不能描述及其本体意义,尤其在哲学形态上出现过“道可道非常道”的现实障碍,道是无从具体化的。气是对道的一种表述模式,道教以气作为道的载体,又以气来细分那由道化生万物的各个阶段,甚至未生之前混沌中的不同层次。这种道气相连、互维演绎,或者说应该以气诠释道体的方式,早在道教形成之前已经存在。老子之后到道教出现之间的一段时期,稷下道家在道、精、气的概念上运用得非常多。这些概念上的转接,基本上提供道教在掌握由道转至气的形象化过渡的一个重要桥梁。

在老子思想中,气并没有出现许多次。“冲气以为和”的气,只不过是物质的名号,气本身并没有提升到一个哲学概念。作为万物本体的概念依然是道。庄子有很多关于气的描写,但他也没有

① 根据《云笈七签·卷二混元洞开辟劫运部·空洞》:“元气于眇莽之内,幽冥之外,生乎空洞。空洞之内,生乎太无,太无变而三气明焉。三气混沌,生乎太虚而立洞,因洞而立无,因无而生有,因有而立空。空无之化,虚生自然。上气曰始,中气曰无,下气曰玄。玄气所生出乎空,元气所生出乎洞,始气所生出乎无。故一生二,二生三,三者化生以至九玄。”又同上注《卷三道教本始部·道教三洞宗元》:“其三气者,玄、元、始三气也。始气青,在清微天;元气黄,在禹余天;玄气白,在大赤天。故云玄、元、始三气也。又从玄、元、始变生阴、阳、和。又从阴、阳、和变生天、地、人。故《老子》云:道生一,一生二,二生三,三生万物。”以上两段道教经文可知,道教把玄元始三气分为三种形态和不同阶段的描述,均尚未成为有形有质的气的阶段。引自《云笈七签》,页6-7及12。

把气提升至道的高度。庄子说“若夫乘天地之正，而御六气之辩，以游无穷者，彼且恶乎待哉”的六气，是指大自然的气象。^①“阴阳者，气之大者也”，^②是指天气和地气，不是讲道之气。荀子也没有气的哲学上的本体概念，“水火有气而无生，草木有生而无知，禽兽有知而无义，人有气、有生、有知，亦且有义”，^③气是物质性的陈述。这些有关道、精、气的论述，在《管子》的《心术》上下、《白心》、《内业》等才能看见。稷下道家继承了老子以“道”作为哲学概念的传统，但他们又与老子的道论有别：稷下道家的道有着“精气为物”的概念。^④他们讲的道，其实指“精气”。它不再是老子对道的把握中所要求的直觉反思，而是一种可以“物”来看待的万物本体，能够直接陈述和把握。《内业》有“凡物之精，此则为生，下生五谷，上为列星，流于天地之间，谓之鬼神；藏于胸中，谓之圣人”，其所谓“精”，就是“气”，因为“精也者，气之精者也。气，道乃生，生乃思，思乃知，知乃止矣”。^⑤物之精就是生成此物的元素，其意义其实与老子之道的生成义相同。^⑥有了这个精，就可以生成天地万物。《列子》谓“清轻者上为天，浊重者下为地，冲和气者为人；故天地含精，万物化生”，^⑦也同样指出创生者是精而非道，或者说是气而非道。精也者，气之精者也，精与气是相同概念，而精比气更微细，更

① 见《庄子·逍遥游》。

② 同上注，《则阳》。

③ 见《荀子·王制》。

④ 《系辞传上》：“精气为物，游魂为变。”

⑤ 见《管子·内业》。

⑥ 《老子》第51章讲“道生之，德畜之，物形之，势成之”、第42章讲“道生一，一生二，二生三，三生万物”等，都是道的生成义，与《管子·内业》所讲气之生成义相同。《老子》版本用高明：《帛书老子校注》（北京：中华书局，1996）。

⑦ 见《列子·天瑞篇》。

有“元气”的涵义。“精气”就是道的呈现方式,是构成万物的本体,亦潜藏于生命之中,作为滋养生命的基本元素;它跟老子的道有共通及承传之处。^①《内业》演说这个万物本体时,基本上也就是老子述说“冲气以为和”的道,譬如:“凡人之生也,天出其精,地出其形,合此以为人;和乃生,不和不生。”这种“和乃生”的元素和条件,也是能造就“圣人”的优良本质。然《内业》的精气又与老子不同:作为“流于天地之间”之“鬼神”的本质,又被肯定为可以触摸及可以直接描述的物质元素。《心术下》云:“故曰,思之,思之不得,鬼神教之。非鬼神之力也,其精气之极也。”当中指出,一般人所谓鬼神之力,其实就是一种源自精气的力量,如果说它就是鬼神,那么鬼神就是精气。《管子》对神秘世界表达得很轻松,很科学。鬼神只不过被看成是一种在大气中流布的精气:“流于天地之间,谓之鬼神”;而圣人就是这些精气在一个人身上得到中正的位置,形正心静,运之于自然的结果。《心术下》云“形不正,德不来。中不静,心不治。正形摄德,天仁地义,则淫然而自至。神明之极,照乎知万物,中义守不忒”,又云“形不正者德不来,中不静者心不治。正形饰德,万物毕得”,在稷下道家来看,这种天地间布化万物的气,是具有道德内涵的,只是这种道德的讲法,并非儒家论说的那种,而是继承老子思想,即德是道的自然呈现。道德就在自然生化当中存在,不用修饰或琢磨。《心术上》云:“德者,道之舍也”,又云“无为之谓道,舍之之谓德,故道之与德无间”,如果我们将之比较老子的“道生之,德畜之”,道之舍为德的讲法明显承继老子的思

① 老子说道是“万物恃之而生而不辞,功成而不名有。衣养万物而不为主,可名于小;万物归焉而不为主,可名为大。”故《内业》的精潜藏于生命之中,作为滋养生命的基本元素,与老子的讲法相一致。

想。道家一直认为,天道与人道同出一辙;人伦之中所谓仁义道德,与物理性的身躯,都本源于同一个本体。《心术下》语出同调,认为“气者,身之充也。行者正之义也”;作为道德主体之一的“义”,乃固有于气之中,是不用辨出来的。气中藏义,只要人们正正当当的做人,义就自然显露。孟子说“夫志,气之帅也。气,体之充也”,^①语调也像《管子》。^②有学者认为孟子的心气论是受《管子》思想所影响。^③然而,孟子也同样觉得气有道有义,故言“其为气也,配义与道”,^④这吻合了“行者正之义”的道德行为;假若“行有不谦于心,则馁矣”,^⑤在《管子》来讲,就是“形不正,德不来;中不静,心不治”。^⑥孟子所言“其为气也,至大至刚,以直养而无害,则塞于天地之间”,^⑦也就是《管子》所谓流于天地之间的“精气”。^⑧让这些“气”“藏于胸中”,便是圣人;在孟子而言,就要“存其心养其性”来达致。^⑨孟子讲配义与道的“浩然之气”,又来自《内业》“精存自生,其外安荣,内藏以为泉源,浩然和平,以气为渊”。又有学者认为孟子与《管子》的气相同。^⑩《内业》用浩然和平而不用浩然之

① 见《孟子·公孙丑上》。

② “身之充”与“体之充”均同义。

③ 白奚认为:“孟子接触齐学后,便很自然地将《管子》心气论成果引入自己的心性学说中,从而建立了儒家的心气论。”见其论文《〈管子〉心气论对孟子思想的影响》,陈鼓应主编:《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第六辑,页137。

④ 见《孟子·公孙丑上》。

⑤ 同上注。

⑥ 见《心术下》。

⑦ 见《孟子·公孙丑上》。

⑧ 同上注。

⑨ 见《尽心上》。

⑩ 刘长林谓:“孟子的‘浩然之气’与《管子》的‘浩然和平’之气实为一体”《〈管子〉论摄生和道德自我超越》,载于《道家文化研究》第5辑,页182。

气,是因为“和”与“平”两字都有其哲学内蕴,《内业》云“凡人之生也,天出其精,地出其形,合此以为人;和乃生,不和不生。察和之道,其精不见,其征不丑。平正擅匈,论治在心,此以长寿”,又云“不喜不怒,平正擅匈,凡人之生也,必以平正;所以失之,必以喜怒忧患”。和是精气生人生物的重要因素,不和则不生。平即是正,平正人生,本来如此,“形不正,德不来,中不静,心不治”;^①心常存养平正之气,就合于道,小则喜怒之情无可干扰,大则可得长寿。这里还要注意的,是孟子和《内业》两者都言浩然之气,孟子的气固然涵盖道与义,肯定了道德意义的存在,《内业》的气也同样具有道德意义,不过那是道家式讲法的意义,承自老庄系统。

“心气平正,道德自来”的讲法,一直是道家明言人伦道德意义的思路,源自老子,下及宋明理学也是如此。张载有“心和则气和,心正则气正”,^②周敦颐谓“动而正曰道,用而和曰德”,^③都存留着一脉相承的哲学涵义。老子讲“致虚守静”,庄子之“心斋”、“坐忘”,《中庸》的“诚”,《大学》的“知止而后有定,定而后能静,静而后能安,安而后能虑,虑而后能得”,及至这里《管子》与孟子所言有关天地之精气或浩气之描述,都是在体道层面下工夫,但先秦智者对天道及人世间的道德意义,纵使他们表面上有各不相同的功法或体道模式,在深层的内在世界对道德的体认不会相差得太远,而且更互相影响与继承。究其原因,是道的本源只有一个,且是惟一的,而现象界背后的本体,也同样是独立不改的。圣贤只是透过不同的认知领域和方式去体验相同的道,用不同的语言诠释出来。

① 见《内业》。

② 见《宋元学案·横渠学案下》。

③ 见《通书·慎动第五》。

在这个前提之下,我们发现,《大学》所言的静定,前有根据。庄子有“正则静,静则明”,^①《黄帝四经》有“至正至静,至静者圣”。^②《大学》所言的“明德”,根据朱熹的注解,是一种“虚灵不昧”、具众理而能应万事的内在能力。^③这个能力是通过“定”、“静”、“安”、“虑”、“得”等过程来实现的;可以说,这是一种经过内在观照而后出现的德,近似老子“吾以观其复”内修工夫的结果。在老子思想中有“知常曰明”、^④“常知稽式,是谓玄德”。^⑤“明”是对道有深切的体悟、对宇宙人生变化规律有了了解,并把自我生命与存在做出检视,而“玄德”,借近代学者徐复观的讲法,是与道相冥合、流贯于人生整个行程之中并做出自我检视的结果。^⑥另外,《黄帝四经》云“天下太平,正明以德”,都有迹可寻。^⑦影响着孟子“诚者天之道,思诚者人之道”^⑧的《中庸》有关“诚”的概念,“诚”作为体道工夫,又兼通天道与人道,“诚者天之道,诚之者人之道”,^⑨是继承稷下道家及庄子思想。《庄子》云“吾与之乘天地之诚,而不以物与之相樱”,^⑩

① 见《庄子·庚桑楚》。

② 见《黄帝四经·经法·道法》。

③ 朱熹注云:“明,明之也。明德者,人之所得乎天,而虚灵不昧,以具众理而应万事者也。但为气禀所拘,人欲所蔽,则有时而昏;然其本体之明,则有未尝息者。”见〔宋〕朱熹:《四书集注》。

④ 见《老子》第55章。

⑤ 同上注,第65章。

⑥ 徐复观谓:“若仅称为‘德’,恐与一般人所说的德,易相混淆。并且他所说的德,如前所述,实际虽流贯于人生整个行程之中;而他所要求的,乃是德最先活动时,分而尚未成形的德。此时的德,依然是虚,是无。《老子》称之为‘玄德’,……玄德是与道相冥合的德。”见《中国人性论史》,页340。

⑦ 见《黄帝四经·经法·六分》。

⑧ 见《孟子·离娄上》。

⑨ 见《中庸·第20章》。

⑩ 见《庄子·徐无鬼》。

又有“精诚之至，不精不诚”。^①《管子》亦有“诚畅乎天地，通乎神明，其奸伪也”，诚可以兼通天道与人事，与后来的《中庸》的诚是一致的。^②近代学者陈鼓应认为，《大学》的“定”、“静”概念与《中庸》的“诚”是来自道家的。^③道在至高无上、其大无外、其小无内、恍惚窈冥之间不为人所能触及。稷下道家秉承老庄传统，提出精气观，让道在宗哲层面与修炼层面畅通无间。惟有精气，才使人在人之所以为人的有限空间去体悟、去发觉道之于宇宙万物的本体意义及其存在的实有意义；气成为道之载体，道由气来阐述。稷下道家的精气论就能为炼气文化带来重要的思想转接。士人藉不同样式的内修去认知天地间那股与道同一之气的存在，就是一种炼气得道工夫。这些先秦与稷下学派智者遗下来的体道工夫，又与炼气炼精不离不弃，实为后世内丹修炼带来更富哲学意义的理论基础。

另一方面，也是值得注意的是，由虚极静笃的存思工夫体道，或心斋、或坐忘、或形正、或心静等等，如前所述，道德自来；但这种思路和工夫，道德自来又契合炼气修丹的结果。即是说，老子通过虚静工夫会归根复命。道德自来与归根复命同时是工夫的效验。《管子》认为做到浩然和平便有四肢健康而九窍通的效果。^④这些古代学人，在修心合道之余，是有修身之效的。老子的复命，可以

① 同上注，《渔父》。

② 见《管子·九守》。

③ 陈鼓应认为：“《大学》的‘自明’是通过‘定’、‘静’、‘安’、‘虑’、‘得’这样一个自我观照的过程来实现的。这恰与道家之说相通。”又云“《中庸》之‘道’因袭道家的道论”。见其论文《道家在先秦哲学史上的主干地位》，载于《道家文化研究》第十辑，页7-64。

④ 《内业》：“浩然和平，以气为渊；渊之不固，四体乃固；泉之不竭，九窍遂通。”所以，做到浩然以气，便有体健效应。

被理解为人静状态到了一个自我反观的境界。在惟恍惟惚之间，道之本体固然得到体现，而“其中有精”的复命元素也会同时间出现。即使《大学》知止后定、静、安、虑、而有所得的得是道，又或者孟子存心养性所得者是知天事天，孟子在生命与道义的两难当中最后也要舍生取义，所以孟子说“夭寿不贰，修身以俟之，所以立命也”。^①孟子吸收了齐国稷下道家的精气思想，对生命存养的工夫作了肯定。而修性与立命，老庄以至稷下道家尚未有明文专论。及至稷下道家言修身养生，也没有发展到性命同修的哲学领域的论说。尽管如此，修身与修心的关系非常密切，《管子》明言“论治在心，所以长寿”。^②稷下道家认为“凡人之生也，天出其精，地出其形，合此以为人”，^③此精就是造命的开始，庄子也说“精神生于道，形本生于精”。^④此精藏于胸中以正形心静使德自来，又是修性的基础。身与心的兼修意识实在明显得很，性命双修工夫隐而欲现，道教内丹学论道德、论性命，实有赖这一时期稷下道家精气观念的提倡。

这个有物质基础的精气，又肩负着道本体的功能，着实是稷下道家在道家哲学本体论的一大建树。不过，这个精气论在秦汉至东汉之间约三百年的思想文化中并未受到正面的推扬和发展。稷下道家把“实在性”看做是本体论的前提和条件。道教不单只把身内外一切事情看成真实，更以精神、思想或意识的实在，看做为“物性”的实在。这一点可溯源于道教的本体论，根源于老子思想。近

① 见《孟子·尽心上》。

② 见《管子·内业》。

③ 同上注。

④ 见《庄子·知北游》。

代学者牟宗三称道家为“境界形态的形而上学”，即道只具境界，却没有实有意义。^① 不过，老子思想中除了本体论意义之外，也蕴含宇宙论意义。从老子的宇宙论看，“道”不是形而上学的境界意义，而是具备真实形态、有关本源的论说。老子思想具本体论意义的形而上学境界，又兼具宇宙论意义的实在性，仅从单方面的老子思想去理解宇宙万物的本体和本源是不够的。精气概念具实在性，当道借用精气来描述宇宙本体，形上形下便能贯通。后来的道教便以元气视作宇宙之本源，从混元、混沌等境界开出形质世界。^② 元气本身既是宇宙的本源，又是宇宙的本体。

综合论之，从稷下道家对“气”观念的改革来看，道教既已树立了一个道的本体，又想尽办法为这个本体寻找一个现实的根据。这个实在性，就用“元气”来填补了。这个思辨上的改变，为道教带来更大的震撼是，修道即修气，气作为修炼上的目标，比道更来得具体与实在。诚然，对于道教徒来说，这个气的概念也比道更容易理解。若要寻求本体的道，就在气里追寻便可。气既是中介物质，又具终极意义。由此而推，道家讲“有”之背后是个“无”，无的概念在传统哲学的说法，是指无具体形状的物；而无具体形状的物，并不等如彻底的空无，此点在老子思想提到“虚而不屈，动而愈出”及“窈兮冥兮，其中有精”的不彻底空无观中早已言及。到了稷下道家论气，气作为道本体的讲法，使相互牵连的“无”也变成一种内里

① 牟宗三认为：“中国的形而上学——道家、佛教、儒家——都有境界形态的形而上学的意味。但儒家不只是个境界，它也有实有的意义；道家就只是境界形态，这就规定它系统性格的不同。”见其著《中国哲学十九讲》（台湾：学生书店，1995），页103。

② 前文已述，可参考《云笈七签·卷二混元混沌开辟劫运部》之《混元》、《空洞》、《混沌》篇。

含蕴超言绝象的“物”。这个讲法既能承继老子论道的不彻底空无观,亦能扩充其中意蕴,本体与现象之间的关系不至于分成两截,本体即现象的距离更加接近。稷下道家使道与气在哲学思辨中得到转接,其精气论标志着求道的具体性及实在性,使道教为自己的安身立命有所落实;即既有高远超越,而又有现实可靠的特征。

这个气作为道本体的观念也影响着神仙观念。由于“无”再不是遥不可及,也因其实性基础,无若从气中寻找,则炼气可以得之。在修炼的层次上可以表现为:从形中求气,由气中求神,以神炼无,在无中达道。形神的关系中,由于气作为中介,形与神两者之间也就更呈现其互相依存的关系,即成仙的观念变成 精神不能撇开形体独自飞升,因为,如果神离开了形,神就不复存在。如果有无相即,则形神相即;形神相即,则身仙相即。稷下道家论精气,已出现气形二分的观念,因为“天出其精,地出其形,合此以为人”,精是气,故气与形合一以成人,精气是人的精神,形是人的形躯,是形气观念。这个形气是相即的,形不能与气分离,分离就不能成物成人。不过,到了《吕氏春秋》“万物皆有精气,有形气”,“精气”与“形气”两个不同而独立的概念就出现了。^①

2.3. 汉道教的神学

“元气”在汉代有明显的思想发展。“元气”的概念一方面是

^① 《吕氏春秋·尽数》:“精气之集也,必有人也。”又云:“形气亦然,形不动则精不流,精不流则气郁。”精气与形气两个不同概念已经出现。

“道”的代词，一方面又是“道”的同义词。这时期学术思想的发展，直接影响道教内部对追求“得道”的态度，“气”与“道”的概念愈是接近，道教徒的成仙追求愈容易掌握。神仙观念经过道气的哲学性演变，后期以气为基础的丹道思想更具哲学理论的条件。

经过稷下道家对道的重新探讨和定义，王充（公元 27—96）继承这个思想而确立后世所谓的“元气”一元论。本来，在天道本源及其本体的问题上，经历了先秦的各种辩论之后，至汉代王充之前，曾有过曲折之路。由老庄的无为自然观开发，荀子在其《天论》表达了天道的“无形而有功”的模糊概念，西汉董仲舒看准了荀子天道那无形之天所带来的思想空隙，^①恢复了先秦主宰天的思想体系，以“天人相应说”赋予天的意志和权力，由此而改写了天道自然无为观，天再变成具主宰力量的无限权威。王充再回复天道的无为观，他说：“谓天自然无为者何？气也。恬淡无欲，无为无事者。”^②气是无形的，是自然无为、没有意志的。这种气，能够化生万物。气化生万物的过程是自然而然的，人生子也一样，与天生人同出于自然。他说：

天之行也，施气也，体动气乃出，物乃生矣。由人动气也，体动气乃出，子亦生也。夫人之施气也，非欲以生子，气施而子自生矣。天动不欲以生物，而物自生，此则自然也。施气不欲为物，而物自为，此则无为也。^③

① 荀子谓：“阴阳大化，风雨博施，万物各得其和以生，各得其养以成，不见其事，而见其功，夫是之谓神。皆知其所以成，莫知其无形，夫是之谓天功”，所以说他形容天道是“无形而有功”。但由于荀子并没有深入阐明这种性质，故留下了一个思想空隙。

② 见《论衡·自然》。

③ 同上注。

王充认为这种生化主要是元气的自然性,生如是,死亦如是。死是物质复归元气而已。他认为“死人之精,生人之精也”,^①两种精其实二而一,一而二,没有别的元气所生的精存在,这个元气也没有生出第二种精作为死之区别。他说:

夫死人不能为鬼,则亦无所知矣。何以验之?以未生之时无所知也。人未生,在元气之中;既死,复归元气。元气荒忽,人气在其中。人未生,无所知,其死,归无知之本,何能有知乎?^②

生前死后都是无知,死后灵魂无存,无所谓鬼。而且,生时,元气凝而成人形,死后复化为气,人的形躯便不复存在,所以他说:

人生于天地之间,其犹冰也。阴阳之气,凝而为人,年终寿尽,死还为气。夫春水不能复为冰,死魂安能复为形?^③

鬼神观念在王充来说是元气概念下的一种东西,不同于西汉初期的谶纬学,《白虎通义》认为“魂气不还,终不可奈何?”魂魄是两种不同的东西,有魂气,有魄气。魂气与魄气既然是两种不同的气,所以它们可以各自分离,死人的魄气可以脱离死了的形躯而存在,死后灵魂是不灭的。不过《白虎通义》说“人禀天气所以生者也”、^④“人禀阴阳气而生”等等,^⑤王充是同意的。

① 见《论衡·论死》。

② 同上注。

③ 同上注。

④ 见《白虎通德论·崩薨》。

⑤ 同上注,《白虎通德论·情性》。

元气论在西汉有相当的发展。不过,元气观或精气观似乎未成为主流之学。其实,《吕氏春秋》、《淮南子》、《黄帝四经》等都是继承老子的道而提出以气代道的思想模式。元气论的前身是太一论,战国楚墓竹简^①有《太一生水》,文曰“太一生水,水反辅太一,是以成天。天反辅太一,是以成地。天地(复相辅)也,是以成神明”,^②太一可以当为宇宙万物的本源。《庄子》有“太一形虚”^③及“建之以常无有。主之以太一”^④。《鹖冠子》亦有太一的立论:“泰一者,执大同之制,调泰鸿之气,正神明之位者也”,^⑤又把泰鸿之气当作元气:“天地成于元气,万物乘于天地”,^⑥可见元气论成于汉代,其前身早在公元前300年便已出现。^⑦《吕氏春秋》把道写成“太一”,说“太一生两仪,两仪出阴阳。阴阳变化,一上一下,合而成章”,^⑧又云“万物所出,造于太一,化于阴阳”,^⑨认为天地万物之本源是太一,但又采用精气思想,认为精气集聚就是万物的现象,例如:“精气之集也,必有人也。集于羽鸟与为飞扬,……集于圣人与为复明。精气之来也,因轻而扬之,因走而行之。”^⑩又云:“流水不腐,户枢不蠹,动也。形气亦然,形不动则精不流,精不流

① 战国楚墓的下葬年代被考订为公元前300年上下。见《郭店楚墓竹简》(文物出版社,1998)。

② 同上注,《郭店楚墓竹简》页125-6。

③ 见《庄子·列御寇》。

④ 同上注,《天下》。

⑤ 见《鹖冠子·泰鸿第十》。

⑥ 同上注,《泰录第十一》。

⑦ 根据李学勤的考据,《鹖冠子》活动于公元前300年至240之间。见其论文《〈鹖冠子〉与两种帛书》,载于《道家文化研究》第1辑,页333-43。

⑧ 见《吕氏春秋·卷五仲夏纪·大乐》。

⑨ 同上注。

⑩ 《吕氏春秋·卷三季春纪·尽数》。

则气郁。”^① 精气是生化之本，也是一切运动的源头。《淮南子》则清楚说明元气是道化生万物的质料，如“道始于虚廓，虚廓生宇宙，宇宙生气。气有涯根，清阳者薄靡而为天，重浊者凝滞而为地。”^② 《黄帝四经》稍与《吕氏春秋》不同，不以精气做连词言道，单以一精字说之：

精微之所不能至，稽极之所不能过。故唯圣人能察其无形，能听无声，知虚之实，后能太虚。乃通天地之精，迺同而无间，周袭而不盈。服此道者，是谓能精。^③

在《黄帝四经》中的精，是宇宙间微细元素，通于精就等如通于道。精是道的代名词，不过，书中用道字比较多。另外，《太平御览》亦有“元气生宇宙”的观念，如“元气无形，汹汹蒙蒙，偃者为地，伏者为天也”，^④ 又云“元气闾，阳为天”，“天地者元气之所生，万物之所自焉”；^⑤ 这都明显指出，元气是混沌洪蒙，未有形质的创生者。董仲舒《春秋繁露》有“元气和顺”。扬雄《解嘲》有“大者食元气，细者入无间”及《檄灵赋》之“自今推古，至于元气始化”等等。

元气论是内丹学发展的一个重要阶段，元气论成就后世有关炼气成仙、炼气养生以及中医的发展。内丹是对应于人身小宇宙与大宇宙同具同一理型的思想架构做出修炼的。大宇宙的生化落实于道的创生能力，人身小宇宙的生化也在于内气的运布。然而体内一切气化现象的本源，又来自生命的更基本元素，称为“元

① 《吕氏春秋·卷三季春纪·尽数》。

② 见《淮南子·天文训》。

③ 见《道原经》，版本用红凤鸟：《黄帝四经》（台北：云龙出版社，2000）。

④ 《太平御览》引《河图》说。

⑤ 《太平御览》引《礼统》说。

气”。元气是区别后天有形之气的一种称号。我们说,人身体内各脏腑的功能与运作,是有形的,叫做气,如“营气之道,内谷为宝。谷入于胃,气传之肺,流溢于中,布散于外,精专者行于经隧,常营无已,终而始复,是谓天地之纪”。^①当中气的形成,由谷气,至输布全身的营气,是可以明确地描述,又可以理解成一种物质性的功能及现象。另一方面,造就这些物质的形成及所有物质的功能的,是一种最根本的无形之气,即是元气。元气生化后天有为之气;反之,累积后天之气又可以回复先天之元气。根据王充的元气论,“人未生,在元气之中;既死,复归元气”,^②气与形的关系是,形死则气返回原始阶段,故又再回复为元气;故曰“年终寿尽,死还为气”,^③其后这个相向化生观念由五代谭峭的“虚化论”所继承。^④元气是万物之始,又是万物之终。万物的生灭均是气的聚散,而气的原始物料是元气。道教拿着这个元气讲述宇宙的化生,由玄、元、始三种无形之气发展至有质有形的现象世界。^⑤自战国以来,阴阳家、医家、道家、儒家对于天地、日月、昼夜、男女等概念上的描述,全都统一于元气论。^⑥由气生形,形以精为基本的有形物质作代号。形是气化的表现,但气化后的形又与气不同,形具有固定的形态和局限的空间;气没有明显的形质,却具有空间的广延性和流动

① 见《黄帝内经·灵枢·营气第十六》。

② 见《论衡·论死》。

③ 同上注。

④ 《化书·道化》云:“道之委也,虚化神,神化气,气化形,形生而万物所以塞也。道之用也,形化气,气化神,神化虚。”由道可以化形,形亦可转化至虚无之道。载于《正统道藏》,册39,页675-97。

⑤ 前文已述,参看《云笈七签·卷二混元混洞开辟劫运部·空洞》:“元气于眇莽之内,幽冥之外,生乎空洞。空洞之内,生乎太无,太无变而三气明焉。”

⑥ 如本节前文已述,战国时代《鹖冠子·泰录第十一》已有“元气”的讲法。

性。由气化形,再由形化气的变化过程中,气与形自有内部的转化,即气与元气之间的转化和精与元精之间的转化。事物的形气相互转化,气化运动使自然界万事万物相互联系,并与宇宙元气的气化与形化相互联系。元气论发展至宋代,更被理学家进一步由气化论再述形化,认为物物相交为形化。张载“太虚论”云“太虚无形,气之本体”,“太虚不能无气,气不能不聚而为万物,万物不能不散而为太虚”,^①是太虚气化成物观念;《二程遗书》:“万物之始皆气化。既形然后以形相裒,有形化;形化长,则气化减消”,是形化观念。在内丹修行方面,元气观念的提出,不独为人之本源有了合理而较具象的理解,而且还替炼气返还先天之大道提供合理的出路。内丹基本理论必须假后天而修先天,即通过对后天精、气、神的修炼,使交感精不漏,呼吸气得调,思念心神澄静,则先天元精、元气、元神才会出现。出现于王充二百年之后的《黄庭经》是第一次运用元气讲炼仙,曰“呼吸元气以求仙”;^②而元精一词出现得更早,距王充不到一百年,《周易参同契》有“元精渺难睹,推度效符征”。^③后来北宋张伯端提出元精、元气、元神之说,以此分别后天之精、气、神,认为“炼精者炼元精,非淫佚所感之精;炼气者炼元气,非口鼻呼吸之气;炼神者炼元神,非心意念虑之神”,内丹便有

① 见《正蒙·太和》。

② 《黄庭经》据说是晋代女道士魏华存夫人(252—334)所传,距王充(27—100)约相距二百年。

③ 《周易参同契》为魏伯阳所作,生于公元107年。与王充年代相距不到一百年。

了完整的哲学陈述。^①

王充元气论的特色是他保留老子自然无为的思想,所不同者只是他言元气而不言道,他认为“天地合气,万物自生,犹夫妇合气,子自生矣”,^②元气使万物自生。对于王充来说,元气才是世界一切物质现象的本始,元气之上并无悬空的道体存在。元气是实体,道为非实体。可惜西汉对这个观念还未发展到与道同位的哲学意义。董仲舒把元气当成实现天的意志的手段。扬雄的元气上面,还有“玄”。到了王充的元气,已有“本始”之义,元气已置于最高的位置,代表着世界的根源在于某种无形有实的物质性,气的概念发展到此,才较完整地具备哲学本体论的涵义。

道与气的关系,在道教又如何呢?道教起始于张道陵,当时的道书以《太平经》、《老子想尔注》、《老子河上公章句》等为主。相对于稷下道家对元气的清晰定义来看《太平经》,后者在道与气的关系上显得较为含糊。《太平经》一方面认为道是“万物的元首”,同时又认为“元气不缘道而生”。有云:

夫道者何等也?万物之元首,不可得名者。六极之中,无道不能变化。元气行道,以生万物。天地大小,无不由道而生者也。故元气无形,以制有形,以舒元气,不

① 见《金丹四百字·序》。《金丹四百字·序》又云:“以眼不视而魂在肝,耳不闻而精在肾,舌不声而神在心,鼻不香而魄在肺,四肢不动而意在脾,故名曰五气朝元。以精化为气,以气化为神,以神化为虚,故名曰三花聚顶。”精、气、神均指脏腑器官所产生的功能。这些功能与更基本的、非功能性的元精、元气、元神有别,故内丹理论开始有完整的哲学陈述。

② 见《论衡·自然》。

缘道而生。^①

《太平经》作者把道与元气混而为一,既把道看做是“一”,也把元气看做是“一”。又云:“夫一者,乃道之根也,气之始也,命之所系属,众心之主也。”^②元气固然能生化天地,但却由道所出,即道使元气生成变化。这种“道”与“气”同一的观念,在其他道书也常见,如《老子河上公章句·养德》云“道生万物”,另同书《养身》则云“元气生万物”,即可见“道”与“元气”两个概念有同义之处。《老子想尔注》更干脆把道与气同时列出:“道炁常上下,经营天地内外”。^③这种道气合一观一直到晋仍然采用,葛洪《抱朴子内篇·至理》云“自天地至于万物,无不需气以生者也”,这是气生万物的观念;另外,其《畅玄》又云“玄者,自然之始祖,而万殊之大宗也”,玄即是道的别称;若此则道生万物,可见气概念与道概念仍然不太清晰。这些道气浑融的观念,不但表示了早期道教把道与气看成几乎相同的概念,更显示了早期道教的哲学趣向并未发展至成熟阶段。《太平经》反映了道教哲学的理论衍生过程,道本体本来是道家学说的既成理论,现在确也是道教理论的根本所在。元气虽即是万物生化的本源,但它之所以生成变化,还有待道来使其实现,道仍然是君临其上。在《太平经》,“夫物始于元气”一句可见,^④由元气可以开出天、地、人、物。这是依循老子顺生程式的唯物主义

① 见《太平经·卷18至34·守一明法》,页16。版本用王明编:《太平经合校》(北京:新华书店,1977)。

② 见《太平经合校》,页12-3。

③ 《老子想尔注》注释“其上不嫩,其下不忽”两句云“道炁常上下,经营天地内外,所以不见,清微故也;上则不嫩,下则不忽,无有声也。”版本用饶宗颐著:《老子想尔注校证》(上海:上海古籍出版社,1991)。

④ 见《太平经合校》,页254。

演绎。另外,“元气恍惚自然,共凝成一,名为天也;分而生阴成地,名为二也;因为上天下地,阴阳相合施于人,名为三也”,^①元气代替了道的位置而被赋予物质性意义。对于形与神的关系,《太平经》又有“人有气则有神,有神则有气;神去则气绝,气亡则神去。故无神亦死,无气亦死”,^②气是物质,神是精神,两者互相依存,不可分离。先气后神还是先神后气,《太平经钞》有了交代:“故人有气则有神,气绝则神亡。”^③即是说,先有气后有神。又云“神精有气,如鱼有水。气绝神精散,水绝鱼亡”,^④更加肯定了没有物质的气,就没有神精;神精不能离开物质而存在,好像鱼不能离开水而生存。宇宙的元气生成人,人才有神精:“夫人本生混沌之气,气生精,精生神,神生明。本于阴阳之气,气转为精,精转为神,神转为明”,^⑤气和精是物质,神和明是精神,这里也说明了先有物质后有精神的基本看法。从上面有关《太平经》论形神的关系,我们可以了解到两个重点。其一是形神是不可分离的。其二是没有形,神也不能存在。

《太平经》的思想沿袭老子。但老子叫人效法自然,“修之于身,其德乃真”,^⑥讲的是人要合道,表现的是一种朴素的、自然的养生观念;至于成仙问题,老子半字不谈。秦汉之际,黄老道家受到方士及神仙家诸影响,逐渐演化为追求长生的神仙学。《太平经》是整个时代文化思想转变的思想集大成者。《太平经》的神仙

① 见《太平经钞·戊部》。

② 见《太平经合校》,页96。

③ 见《太平经钞·丙部》。

④ 见《太平经合校》,页727。

⑤ 见《太平经圣君秘旨》。《太平经合校》,页739。

⑥ 见《老子》第54章。

学说的起点是长寿，“三万六千天地之间，寿最为善”，^①有了长寿，合于道德的要求，便“道成毕身，与天地同域”，“得道变易成神仙”。^②《太平经》认为成仙要逐步修持：

今善师学人也，乃使下愚贱之人成善人，善而不止，更贤；贤而不止，乃得次圣；圣而不止，乃得深知真道；守道而不止，乃得仙不死；仙而不止，乃得成真；真而不止，乃得成神；神而不止，乃得与天比其德；天比不止，乃得与元气比其德。^③

所持守的是德，守道是长生及成仙的首要条件。神仙的概念也必须以德行为标准，修得最高的德就是与“元气比德”的最高境界。按此，《太平经》把不同层次的德行注入成仙阶梯上不同的名号，称“贤人”、“圣人”、“道人”、“仙人”、“真人”、“神人”，逐级递升。一般平民百姓具良好品德的叫“民人”和“奴婢”。《太平经》认为，因为道生万物的生化是有过程和阶段的，故高低素质的人也随着这个梯次去划分，所以说：

神人者象天，天者动照无不知。真人者象地，地者直至诚不欺人，但顺人所种不易也。仙人者象四时，四时者，变化凡物，无常形容，或盛或衰。道人者象五行，五行可以卜占吉凶，长于安危。圣人者象阴阳，阴阳者象天地以治事，合和万物，圣人亦当和合万物，成天心，顺阴阳而行。贤人象山川，山川主通气达远方，贤者亦当为帝王通

① 见《太平经合校》，页222。

② 同上注，页282。

③ 同上注，页78。

达六方。凡民者象万物，万物者生处无高下，悉有民，故象万物。奴婢者衰世所生，象草木之弱服者，常居下流，因不伸也，奴婢常居下，故不伸也，故象草木。^①

以上是《太平经》有关由人修到神仙阶段的基本理论，而这个理论明显承袭老子思想。只是，它借助于已融入天人相应思想模式的一种宇宙生化观念。这种思想，在秦汉之际比较普遍。换句话说，从元气即能实现道的运化功能来说，《太平经》的元气论并无改变传统道家老子以降的道德观。而且，我们发现，《太平经》更运用元气论发展精、气、神的思想体系，在长生寿治方面可以得见：

三气共一，为神根也。一为精，一为神，一为气。此三者，共一位也，本天地人之气，神者受之于天，精者受之于地，气者受之于中和，相与共为一道。故神者乘气而行，精者居其中也。三者相助为治。故人欲寿者，乃当爱气尊神重精也。^②

精气神三种不同的概念在三合思想中形成。“三合相通”是《太平经》理论的特色。《太平经》不但运用三合思想论精气神，也因此而提出元气即能通过天道的意志来实现道德思想，即天（阳气）、地（阴气）、人（中和之气）三合则共生共养万物，构成道教伦理道德理论体系。这种体系更对后世道教有很大的影响，例如陆修

① 见《太平经合校》，页221。

② 同上注，页728。

静的《祝愿仪》就以道德仁为三合而达道的理论依据。^①

精气神三者的关系是，气为神之根，神要依凭气而存在，精也存于神气之中。人有气即有神，气绝即神亡。精与神的存在，无气不得，相当于鱼与水的关系，鱼必须有水才活。气是最重要的。

《太平经》的精气神，又可以再分为两个概念，即是把精神统合为神。神与形相对相合也就是生命的存在形态。气则是这个形神结合而为生命以后的一切动能。凡生命中精神亡则死：

故天地之道，据精神自然而行。故凡事大小，皆有精神，巨者有巨精神，小者有小精神，各自保养精神，故能长存。精神减则老，精神亡则死，此自然之分也。安可强争？凡事安危，一在精神。故形体为家也，以气为舆马，精神为长吏，兴衰往来，主理也。若有形体而无精神，若有田宅城郭而无长吏也。^②

《太平经》由三变二的形神观，主要是说神为形的主宰，犹长吏之于田宅。人也一样，人没有了精神即是死亡，如“精神消亡，身即死矣”、“形若死灰守魂神，魂神不去乃长存”、“群神将逝，形当死矣”、“天不守神三光不明，地不守神山川崩沦，人不守神身死亡”等。^③ 对于《太平经》有关形神观的讲法，是可追溯至庄子的：

无视无听，抱神以静，形将自正。必静必清，无劳汝

① 《祝愿仪》云：“夫道，三合成德，自不满三，诸事不成。三者，道德仁也。仁，一也；行功德，二也；德足成道，三也。三事合，乃得道也。”是承袭《太平经》三合成德的思想体系。

② 见《太平经合校》，页699。

③ 同上注，页727。

形,无摇汝精,乃可长生。目无所见,耳无所闻,心无所知,汝神将守形,形乃长生。^①

另外,太史公亦曾说:

凡人所生者神也,所托者形也。神大用则竭,形大劳则敝,形神离则死。死者不可复生,离者不可复返。故圣人重之。由是观之,神者生之本也,形者生之具也。^②

《吕氏春秋》的“精神安于形,而年寿得长焉”、^③及《淮南子》的“形者生之舍也,气者生之充也,神者生之制也,一失位则之者伤矣”^④,都为《太平经》形神相即不离的观念提供启示。我们也因此而看到形神观的思想发展。

为了形神不至于分离,《太平经》提出了修炼方法:守一。守一思想来自老子,如“多言数穷,不如守中”的守中。^⑤守中即守一。^⑥“一”的概念来自“道生一”的一,在人则以守有达无的主观境界,超离相对待的现实臻至无所对待的窈冥之中。老子说“虚其心,实其腹”、^⑦“载营魄抱一,能无离乎?专气致柔,能如婴儿乎?天门开

① 见《庄子·在宥》。

② 见《史记·太史公自序》。

③ 见《吕氏春秋·尽数》。

④ 见《淮南子·原道训》。

⑤ 见《老子》第5章。

⑥ 老子言守中,指言语若用之太过与不及,皆不合道,有离天地运化之机。在人身,守中使心神虚静如一,即是守一的工夫。宋常星注“守中”云:“五神既能守中,五气自然朝元,其精自然化气,其气自然化神,其神自然还虚矣。”这里工夫的描述,正正是《太平经》“守一”的工夫。见宋常星:《道德经讲义》(香港:青松观,1990),页25。

⑦ 同上注,第3章。

阖，能为雌乎”^①、“知其雄，守其雌”、^②“昔之得一者：天得一以清；地得一以宁；神得一以灵”、^③“知此两者亦稽式。常知稽式，是谓玄德”等等，^④都是守一的意思。《太平经》用上了守一工夫，使神不游离于形体之外，形神合一，“可长存而不老”，曰：

人知守一，名为无极之道。人有一身，与精神常合并也。形者乃主死，精神者乃主生。常合即吉，去则凶。无精神则死，有精神则生。常合即为一，可以长存也。常患精神离散，不聚于身中，反令使随人念而游行也。故圣人教其守一，言当守一身也。念而不休，精神自来，莫不相应，百病自除，此即长生久视之符也。阳者守一，阴者守二，故名杀也。故昼为阳，人魂为常并居；冥为阴，魂神争行为梦，想失其形，分为两，至于死亡。精神悉失，而形独在守一者，真真合为一也。人生精神，悉皆具足，而守之不散，乃至度世；为良民父母，见太平之君，神灵所爱矣。^⑤

这里守一的对象是神。这个使神不游离于形之外的观念，与老子“载营魄抱一”是一致的，只是老子没有清楚讲明形神关系，但若观其本质意义皆相同。《太平经》强调形神二者相互依存，缺一不可，藉以说明生命可以不朽的命题，长生成仙并非杜撰。

《太平经》守一思想又为道教内丹学修炼上带来重要的影响。

① 同上注，第11章。

② 同上注，第28章。

③ 同上注，第39章。

④ 同上注，第65章。

⑤ 见《太平经合校》，页716。

守一是内在的存思，炼者通过内观反照而达致与道合一。《太平经》指出，“古者圣贤饮食气而治者，深居幽室思道”^①故“凡精思之道，成于幽室，不求荣位，志日调密，开蒙洞白，类似昼日。不学之时，若夜视漆，东西南北，迷于其室。”^②存思工夫出现在深居幽室思道体道之时，入了静室，可以思想致神：

是故思神致神，思真致真，思仙致仙，思道致道，思智致智。圣人之精思贤人，致贤人之神来佑之；思邪，致愚人之鬼来惑之。人可思念，皆有可致，在可思者优劣而已。故上士为君，乃思神真；中士为君，乃心通而多智；下士为君，无可能思，随命可为。^③

若思的对象是神，则思者可达致神的境界。这个思神工夫又有程度上的分别，分大神、中神、小神。这些都是相对于日月、星辰、四时之气而定，思不同形态的神又可致善除恶，曰：

日思月建帝气者致大神，思相气者致中神，思杀气者致小神，思月建后老气者致老物，思月建后病衰气者致邪鬼，思月建后死气者致纯鬼，思月建后破气者致破杀凶恶谷害也。^④

神即精神。在身中有精神，则病邪不侵，神明亡则立死：

神明精气，不得去离其身，则不知老不知死矣。夫神明精气者，随意念而行，不离身形。神明常在，则不病不

① 同上注，页 48。

② 同上注，页 306。

③ 同上注，页 25。

④ 同上注，页 698。

老，行不遇邪恶。若神明亡，病者立死，行逢凶恶，是大效也。人欲不病，宜精自守也。^①

这些存思工夫都为上清派所推扬，尤其是《黄庭内景经》指出，人体内有所谓“八景二十四真”，^②各赋予一神的名号。凡人闭目内守，存思诸神，则积精累气，病不能侵，更可与道合真。《太平经》提到存思五脏，都在《黄庭经》出现，例如《太平经》云：

使空室内傍无人，画象随其藏色，与四时气相连，悬之窗光之中而思之。上有脏象，下有八乡，卧即念以近悬象，思之不止；五脏神能报二十四时气，五行神且来救助之，万疾皆愈。^③

当中所云“五脏神能报二十四时气”，都有见于《黄庭经》“存思百念视节度”^④；而“二十四时气”则为“兼行形中八景神，二十四真出自然”^⑤。

必须重申的是这个道与气的转折点的重要性。因为，道教气论的开创将是内丹观念的奠基石。我们试用以下的观点来看整个道家 and 道教文化的融和与转接。道教存在着一种以“气”表达“道”的传统。道家则不然。如前文已述，老子讲道未尝以气论之，道与

① 同上注，页 698-9。

② “八景”是上八景：肺神、心神、肝神、发神、眼神、鼻神、耳神、口神、舌神、齿神；中八景：肺神、心神、肝神、脾神、左肾神、右肾神、胆神、喉神；下八景：肾神、大小肠神、胴（胰）神、胸神、膈神、两肋神、左阴右阳神、右阴左阳神。“二十四真”是二十四节气，以人应之，则有二十四真气。

③ 见《太平经合校》，页 14。

④ 见《黄庭内景经·常念章》。

⑤ 同上注，《治生章》。

气是两个并不相同的哲学范畴,道在现象界所呈现的物质性,姑且以气代之。首先,老子论事物衍生的过程为“道生一,一生二,二生三,三生万物,万物负阴而抱阳,冲气以为和”,老子并无企图把“道”说成“气”。在老子思想中,气只是道的某阶段的表现形态,例如“天地相合,以降甘露”、“冲气以为和”等。即使老子本来说气,所谓“负阴”的“阴”,或理解为“阴气”,所谓“抱阳”的“阳”,或理解为“阳气”,或者说与列子“清轻者上为天,浊重者下为地,冲和气者为人”一句同类,同样都是指气,但老子无必要把道诠释为气,因为老子五千言主要讲道。稷下道家为老子的道论加入精气概念,使作为哲学最高范畴的道,从本来高不可攀、无从掌握的本体概念转为可以用实际修行来达致。西汉元气一元论的提出,更为宇宙的本源与本体之间的问题与矛盾减到最小。元气既是宇宙的本源,又是万物的本体,修气与前贤的修道相同;其分别是,道教徒的炼气工夫较为容易。另一方面,士人与百姓在炼气养生的层面,甚至中医在人身生理及医治理念上,气的概念总比道的概念来得实在。我国医学经典《黄帝内经》云“天覆地载,万物悉备,莫贵于人。人以天地之气生,四时之法成”,^①气是生成人的生命元素,人无气不生,人与万物皆同。又云“天地合气,命之曰人”,^②我们前面已论,在本质意义来说,道生人与气生人是无分别的。但要发展中医与养生文化,道的抽象概念绝对不能为五脏六腑及一切病因病机作细意的注释。有如《黄帝内经》的“孤阴不生,独阳不长”,必以气论之,方能为庞大的中医理论体系清楚地诠释下去,例如“余知百病

① 见《素问·宝命全形论》。

② 同上注。

生于气也：怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下……”。^①又例如黄帝问岐伯何谓虚实，对曰“邪气盛则实，精气夺则虚”。^② 养生工夫涉及生命存在及讲求本体意义之外，还要照顾躯体转变的每个细部的具体描述。我国中医学的成就不是单靠哲学境界的诠释来达致，也不可能。《黄帝内经》早就把道转化“精气为物”论。《黄帝内经》不会说“夫道者，身之本也”，而选用“夫精者，身之本也”，^③ 因为身体是实在的，口之能言、目之能视、耳之能听，全部体内体外的造作都要由具体的语意去表达。这是医学文化的需要，所以，以气代道的哲学文化的转变是自然的事，理所当然。

在道教内部沿用千多年，最早出现于初唐的内丹经典《太上老君说常清静经》就明显以气来诠释宇宙的造化：“夫道者，有清有浊，有动有静。天清地浊，天动地静。男清女浊，男动女静。降本流末，而生万物。清者浊之源，静者动之基。”这都传达了气的流变，形成人与物因气之清浊不同而不同。即是说，老子所提出的本体论意义、把道置放于哲学的最高位置、使道成为最高的本体等，这些贡献确令道教赋予一个宗教需要的超越意识，给予信众一个信仰上的终极关怀；可是，这个来源于道家哲学的最高本体，却又未能给予道教徒一个实在而具体的掌握媒介，不能在求仙的过程中具体地及有效地通往这个最高的本体。在生活的修炼层面而言，这个本体似乎流于抽象及虚幻。反过来说，道教徒对气的捕捉和掌握却远胜于对最高本体的道的掌握，若把气作为最高的本体的话，则修炼遂变得真实可信，成仙之路变得可能，但同时与此而来

① 同上注，《素问·举痛论》。

② 同上注，《素问·通评虚实论》。

③ 同上注，《素问·金匱真言论》。

的矛盾,即气本质上的形而下基础,如何能超越至无限的道的形而上境界这问题,也同样地为道教哲学带来危机。

我们试图为道的文化思想演变提出结论:道在形而上的观念流于抽象,在伦常日用活生生的现实当中,人类的思考趋向具象的掌握和善于捕捉现象实体的偏向,道的形象化和具象化是理所必然的流变。道教哲学孕育于老子之道论,亦改造了老子的道论,藉以更适合宗教上的需要。另外,这个流变是自然的,也是必须的,因为只有这个流变才能发展出医药文化、养生文化和现在要讨论的内丹文化。

2.4. 形神兼修

道家思想在道的本源及本体方面发展出元气论,影响所及,道教亦循着这个方向发展。道教徒对道的本体追求因此而有较具象化的理解,其修炼实践亦变得更容易掌握。由于秦汉之际士人以至百姓对炼气工夫都非常热衷,庞杂的养生样式和理念也随着追求长生不死的金丹服食热潮应运而生。炼气工夫在养生延命的大前提下大受欢迎。在一些追求者的心态中,炼气也是令人长生不死的手段之一。东汉在流行的重要典籍如《太平经》、《老子想尔注》及《老子河上公章句》等书的广泛影响下,元气,作为修炼的对象,不但可以理解为与宇宙同体的境界,而且,元气本身就有最高

的德性,与元气比德是修炼者到达兼具最高德性的神仙最高境界。^①形是神的依附对象,形亦不能离开神,形神的合一也变成神仙必须条件。炼气存神就变成等如对形躯不朽的追求,二而一,一而二。从诸多探究长生的工夫中,再分析其所针对的对象如精、气、神、形、性、命等概念,我们发现,气及元气仍然是主流的修炼对象。隋唐道教出现不少服气法,目的是存养及修炼体内元气,从而达到长生。这些炼气或炼形的方法和理论中,作为追求元气的心性工夫是必要的条件。澄心息虑、无思无为的“胎息”功夫,及其以丹田吐纳、口鼻玄牝等任法自然,均存在着早期萌生的内丹哲理,形神兼修实是后期钟吕丹道性命双修的前奏。钟吕丹道以“金液炼形”、“玉液炼形”诸法专炼形躯;更重要的理论基础,是以金玉之为宝比喻人的形躯同样具备“真阳”,由此而展示阴质之中储藏真阳的重要机理。^②

隋唐道教对形神方面的追求,其细致程度与其精思卓见显然超过了前代。隋唐出现了很多有关炼气的方法,总而称之为服气法。服气法的服气思想非常强调服元气、内气和内元气,即要求人们保持自身体内的元气勿泄,惜精握固,以求长生。因为人禀一元之气而生成,元气为人之本根,守住此本根,则可得道,而坚守本根的方法就是服元气、内气。《尹真人服元气术》说:

① 《太平经》云:“神而不止,乃得与天比其德;天比不止,乃得与元气比其德。”见《太平经合校》页78。

② 《灵宝毕法·玉液还丹第六》云“盖金玉之质,虽产于积阴之形,而中抱真阳之气,又感积阳成神之日月,真阴真阳之下射,而宝凝矣”,又云“积阴成形,而内抱真阳,以为金玉,比于积药而抱真气,以为胎仙也”。金玉乃真阴之质而内抱真阳之气,造就胎仙亦以此条件而成。

夫人身中之元气，常从口鼻而出，今制之令不出，便满丹田，丹田满即不饥渴，不饥渴盖神人矣。是故人之始胎，不饮不啄，故无出入息，即元气复，元气复即长生之道机也。^①

能够使元气不泄于人体之外，有如人之胎儿状态，便得到长生之道的契机。这里可见服元气或内气的一个总的方法或者说总原则，就是保守自身元气，令之勿泄。元气何以在体内恢复？那是基于元气生成万物的元气论^②思想——万物皆禀赋此元气，人只要使元气恢复便得长生。

根据《云笈七签》记载，仅有关服元气法的文献就有不少，卷五十六至六十二之《诸家气法部》所介绍的服气方法，大多是这个时期流行的。服元气先须澄其心，令无思无为，恬淡平静。^③这种澄心恬静的炼气前奏，可以说是基本的条件。再看其对气的锻炼，则似乎较讲究气的细微处理，其理论源自老子。^④这也影响着后期性命双修中命功坚实的基础。^⑤服气法主张出息任其自然，未至半口鼻俱关，徐徐而已，气即上行，举首以声咽之。仰息左，伏息右，以气送通下胃气，或以意引气送之至胃，转下流至丹田，又从容如初咽下。咽下余息，息即丹田不隔，丹田不隔即入四肢，以意运

① 见《云笈七签·卷 58 诸家气法部·尹真人服元气术》，《云笈七签》页 346。

② 如前文第二章第 2.3 节“汉道教的神学”所述，元气论思想承自东汉，以王充为最具影响力。

③ 见《云笈七签》，页 346。

④ 文中述及气之锻炼，先引老子云“经曰：绵绵若存，用之不勤”。同上注，页 346。

⑤ 后世内丹学以性命双修贯穿整个修炼工夫，命功是对气的锻炼，由呼吸之气开始，臻至无形之气的呈现，现服元气法以口鼻之息进注丹田，为命功带来稳固的基础。

行即流布。大抵气不出于玄牝，^①但令通流，须出皆须调适，不得粗喘。如果隔气未达丹田，^②虽欲强为，终难致。故初服者多防满，但资少食，必在勤行。勤行即气自流转，自然之功着。这就是饮自然以御世，朝神入微，始于三五，成于七九。^③用仰势法低枕卧，缩两肩两膝，伸两手，着两肋。用覆势法以腹着床，以被支胸，手足并伸。其仰咽即令气从左下，覆咽令气从右下。咽气之时，皆令作声，有津液来亦须别咽，乃须出息，若用入息即生风随入，不可不慎。咽气中间，即别任意休息，待心喘俱定，然后可以复为之。初用气时，必须安稳坦然无事，气则流通，若心有所拘，即窒寒不流注。初学者先觉胃中防满，噫气不休，但少食为之，即觉通于五脏，后自觉到丹田，然后始觉气周行身中，身中调畅，即神明自然致矣。^④

丹田与气海是炼气初阶必须注意的位置。气海是受气之初，

① 玄牝，是立丹基之门，存养丹胎之处，出自于老子“谷神不死，是谓玄牝。玄牝之门，是谓天地根”。《老子河上公章句》注云：“玄，天也，于人为鼻；牝，地也，于人为口。鼻口之门，是乃通天地之元气所以往来。”现文中内容可参考河上公讲法。

② 丹田，是人体产生“真炁”的地方，真炁又称药，此药可疗百病亦可长生。真炁是有形之呼吸之气累积至一定程度，在大约脐下三寸的部位有气动之感，叫丹药萌生，故丹田者，即丹药萌生之处，或真气萌生之处。由于历代丹家各有各的体验和演绎方法，故丹田的正确位置不能有绝对标准。另外亦有称膻中为中丹田，泥丸为上丹田，都是丹气汇聚之地。

③ “始于三五”者，是“三家相见”的说法，即秉承《周易参同契》之“三五之精”说。以河图数肾一肺四为一个五，肝三心二为一个五，中间戊土意为一个五，共三个五而为三五。由于真气只萌生于金木龙虎之交合，即肺气生肾气，肝气生心液之后，再用真意戊土使水火相合即肾气交心液而生，故曰真气只“始于三五”。另外“成于七九”者，七九是河图与洛书之火数。先天火数七，后天火数为九，代表着“正阳之气”呈现。内丹炼气，要由后天之气炼至先天之炁，气为火为心，故取先后天火数以示明。

④ 全段有关服元气法，原文可参照《云笈七签》，页346。

传形之始，当脐下三寸。^①婴儿诞育时，惟脐带与母胞相连，其带空中如管，则传气之所形，从此渐凝结。人欲长生，必修其本，人不知其根本，外求修助，万无一成。气海又与肾相连，属壬癸水，水归于海，故名气海。气以水为母，而水为阴，阴不能单独生成，必与阳相配。心属南方丙丁火，是盛阳之主，既知气海，以心守之，阳下临，阴上报，因此化为云雾，蒸熏百骸九窍，无所不达。凡气困者，身皆有疾，沉结在内，或医药不能疗，尤须精诚摒去外想，闭气于气海。以手于脐下候之，气应之候冲容，如喘如触，或鸣或痛，如掣如物，动于掌下，亦须静候之，兼以目下注。是阳气照阴，阴气腾上，又能为津液，如此久久，鼻中喘息，都无出入，只觉气海中时动用耳。每用气后，必须微调息使散，若不散，他日为疮肿，终不为佳。^②

我们发觉，这时期的服元气法，对体内的五脏六腑和气脉周流的生理知识已达相当水平，而且，在功法上结合了中医理论和汉代易纬术数的内容。这里有几点值得留意。第一，所指“壬癸”为水，为阴，为肾的下焦，由于“孤阴不生，独阳不长”的《内经》理论，它不得不以“丙丁”为火，为阳，为心的上焦做出相对效应，这个工夫就是“以目下注，观守丹田”，使气得以上腾交合，且布化全身。这个工夫在五代钟吕内丹学叫“匹配阴阳”，^③是肾气交心液的工夫。第二，当工夫到了相当程度，呼吸之气在“鼻中喘息，都无出入，只觉气海中时动用耳”，实是“无形之气”萌生之时，是内丹初萌现象。第三，行功完毕，有收功散积滞之气，反映出炼气的研究已到了相当程度，这应该是通过无数体验和病理研究才能做出的指导。第

① “气海”为“脐下三寸是也，亦谓之下丹田”，见于《云笈七签》，页363。

② 原文可参照《云笈七签》，页347。

③ 见《灵宝毕法》。

四,这时期的炼气法,已出现不少内丹名词,例如“气海”、“丹田”、“泥丸”、“明堂”等。这都能够进一步说明东汉以后至隋唐之前的一段三百年炼气文化的急速发展,为内丹学创造了一个萌芽阶段。

又根据《茅山贤者服内气诀》载,呼吸中的“吐”与“咽”是非常讲究的。其方法是:侧卧,右肋着地,微缩两足,着头向南,面东,两手握固,傍腮边。闭取内气,极力开咽喉之,如此七咽,一吐气。若病时服气,一咽两咽一吐,然后七咽一吐。又调息,令出入气匀,依前又咽,都四十咽,然后起坐练之。竖膝坐,两手相叉抱膝,闭气鼓腹二七或三七,气满即吐,更调息,特不得令喘粗。调讫,又闭气二七或三七,一吐气,使腹调适乃休。或汗出,头足皆热,此气遍,即当饱满,三关百节,宣通畅适。旧经皆存想,死为烦劳,却使心意难行。服气本于胎息,但无思念,自合元化之功。其常法是“能爱精握固,闭气吞液”。如果依此修炼,可以气化为血,血化为精,精化为液,液化为骨。常行之不倦,最少也能精神充满。^①

又有《幻真先生服内元气诀法》提到内气之妙在于咽气,世人咽外气以为内炁,不能分别,故吐纳之士宜审而为之,则无错误。人禀天地元气而生身,身中自分元气而理,每咽及吐纳则内气与外气相应,自然气海中气随吐而上,直至喉中。但喉吐极之际,则辄闭口连鼓而咽之,令郁然有声,汨汨然从男左女右而下,纳二十四节,如水沥沥,分明闻之。如此则内气与外气相顾,皎然而别。以意送之,以手摩之,令速入气海。^② 这里表明一个非常重要的炼气工夫,是“咽津”。咽津与咽气的功能一样,但程度上有别。口中有

① 原文可参照《云笈七签》,页 345。

② 原文可参照《云笈七签》,页 363。

津液则可咽津,无液则咽气。这是内丹筑基工夫的重要环节,发展至后来的钟吕内丹,是“交媾龙虎”阶段。^① 现咽气诀要人明白的是,内气其实出现于吐纳之际,那个吐极动作在呼吸之气尚未纳入之时,暂且闭口将口中之气连津液一并咽下,这个闭口咽气动作所咽之气,不是呼吸之气,因为呼气在前面动作已做到至极,即呼无可呼;现要咽下的,是体内因气液周流、循环不断的运作所生之内气。此内气透过一咽而下,导引至下丹田,再存养相当程度,“真气”或写作“真炁”便萌生壮旺。咽气诀虽是简单的动作说明,但个中已道出从“外气”演练“内气”之至要法门,内丹之道实已发展开来。不过,我们不得不提的是,这类观念的展开,全部由元气开始。

除了吐纳法及服元气法,我们还可以透过其他功法看看魏晋时期的发展。譬如导引术,自庄子《刻意篇》提出“熊经鸟伸”的养生法之后,以导引动作保持气血 通以保命延年,是深被民众欢迎的,看马王堆出土的“导引图”就知道那时候以导引术求健康的普遍认识。东汉末年华佗就依据庄子的引言而造“五禽戏”。华佗之后,又有另一部相类似的导引功叫“导引经”。其功法主要是:未起床时,叩齿、闭目握拳、咽津三下。然后深呼吸,慢慢呼气三次。起身,做“狼踞鸱顾”,左右摇动身躯三次,然后下床。再握拳、顿踵三次,手上下活动三次。再以手盘颈扭动三次。再双手前伸及足三次。^② 这些动作很基本,简单易做,甚适合普罗大众。但观其功法背后仍有一套运动哲学,引经云:“拘魂门,制魄户,名曰握固,与魂魄安门户也。此固精明目,留年还魄之法,若能终日握之,邪气百

① 见《灵宝毕法》。

② 原文可参照《云笈七签·卷 32 杂修摄部·养性延命录》,《云笈七签》页 184。

毒不得入。”握固本来就是简单的一个握拳动作,原来关系到“魂魄安门户”的幽冥境界,及“邪气百毒不得入”的高效能治病作用。可以看到,魏晋之际本来流传于民间的方土方术,很多被道教所吸收为内修工夫,藉此以强化道教内部宗教实践的内容。吐纳、导引、按摩等,毫无疑问是健康的体操,有些出自于方士,也有些来自医家,都是有价值的养生术。在形与神之间,纵使存在着体道归真的哲学涵义,一个如斯的“握固”动作,只是平民百姓伦常日用的平常事,对达道来说本来是遥不可及的,但道教徒为了把炼形的低级层次提升,有时不得不夸大其用,巩固及确定其修炼上最高价值的索求。这是一个时代文化思想的演变。

魏晋时期,由于道教出现于东汉,社会上同时间又出现大批道书,宣扬长生修仙之术。秦汉以来的方士遗留下许多长生不死的方术资源,在仍有生存和发展空间的魏晋时期,在社会需求下,各类神仙方术仍在繁衍滋长。在上层社会,士人吸收谶纬神学,融合黄老之学,由“君王南面之术”转而为养生修心、治身以长生久视之黄老道,逐渐与神仙家合流,造就魏晋神仙道教的形成。这个时期以葛洪为代表。他是倡议神仙道教的典型人物。这个时期,长生成仙的信仰遍及整个社会,由于帝王偏好不死之术,道士在职业上受到社会人士的尊崇,一些在治病养生等方术奏效者,更为帝王千金礼聘为王室服务。葛洪以士人身份,把道教资源重新整理,以《抱朴子内篇》树立道教神仙信仰系统化、理论化的鲜明形象。他使道教的发展,本来在下层社会活动,以治病扶危,劝善养生的社会形象,提升到士大夫的层次;而神仙道教也因此而进入一个更有哲理思辨的形态。

神仙道教的整理和发展趋向完善,民间的方术流入神仙道教

的系统里,使方术的地位提升。道教在社会上继续繁衍,其道书也愈来愈多。当时的道教除了天师道^①之外,以上清派^②和灵宝派^③为主,其经书有《上清大洞真经》、《灵宝经》、《黄庭经》等。《黄庭经》是以存思修仙的道书,一直备为推崇,书法家王羲之、苏轼等也临摹此书;存思成为日后内丹学的重要内观修行法门。对神仙信仰有着重要的影响者,《黄庭经》固然是其一,但在道德问题上,灵宝派存在着深远的影响。《灵宝经》除教理有劝善修身之外,教义则重视符箓科教和斋戒仪轨,比《太平经》更有劝世度人的宗教功能。一般来说,神仙道教主张个人修炼得道成仙,灵宝派则有“普度众生”的思想。这个思想可见于《太上洞玄灵宝本行因缘经》^④,当中批评当时人崇尚的“地仙”说,只求自度而忘却度人的自私心态:

子辈前世学道受经,不作善功,唯欲度身,不念度人。唯求自道,不念人得道,不信大经弘远之辞,不务斋戒,不尊三洞法师,好乐小乘,故得地仙之道。^⑤

当时《灵宝经》批评那些只讲个人修身而不重视度人的神仙观,无疑是一个重要的思想观念。其重要者有两点。其一,道教成仙说不局限于个人修为,更广延至身边的每一个人。这一点自老

① “天师道”为张陵创教的自称,又称“正一道”,汉顺帝汉安元年(142)在四川鹤鸣山创立。

② “上清派”由东晋天师道道士杨羲、许谧、许翊所创。

③ “灵宝派”之名,因传《灵宝经》而得名。古《灵宝经》自汉末传到晋代,都不断有增益繁衍。

④ 原名《太上洞玄灵宝仙人请问本行因缘众圣难经》,是道教古《灵宝经》之一,成书于东晋末。

⑤ 见《道藏·太平部》。

子以降的道家思想传统似乎未被人重视过。老子以“修之于身，其德乃真；修之于家，其德乃余；修之于乡，其德乃长；修之于国，其德乃丰；修之于天下，其德乃普”^①教人修小至大，其小者固然是一己之身，所得者之真，被道教演绎为真人、仙人、神人的至高境界，可与道合真；^②然而，修之于天下，所得为“普”，实际上有“普度众生”的思想。帛书老子甲、乙本“普”字均作“博”，《广雅·释诂》云“博，大也”，《论语·雍也》云“子贡曰：如有博施于民，而能济众，何如？可谓仁乎？”普有博施义。即使河上公以此作“普博”解，但亦只限于上士不言之教的普博影响，没有像佛家语以积极态度去实践度人目的。^③可能后世多用儒家政治思想的角度去理解此句，即以治身、治家、治乡、治国、治天下的政治观看之，从而忽略了其宗教层面的功用。^④其二，“普度”思想含有道德意义，这个意义相对于个人成仙的道德来说，有大小程度之别。道家或道教神仙观的起点，在于个人修炼开始，不论形神观念如何发展，成仙工夫从来就站在单一属于自己的形躯和心性去想、去修炼，一直通往与道同体的神仙境界，最后的证成也是单一个人的提升、个人的证验。成仙之路被放在纵线上，并没有横开的视野。道德价值的要求，若要从天道下降，落在人之上，也只落在单一个体的生命上。《太平经》作为道教经典教义，个中伦理观的发挥，劝善的意义所在，虽然多环绕着个人修功立德的修行，但并不表示它没有普度众生的价值观。《太

① 见《老子》第54章。

② 河上公注云：“修道于身，爱气养神，益寿延年，其德如是，乃为真人。”

③ 河上公注云：“人主修道于天下，不信而化，不教而治，下之应上，信如影响，其德如是，乃为普博。”见于《老子四种》页66。

④ 政治层面普天下是治理天下，庶民百姓都安居乐业。宗教层面普天下是宣道工作，让更多人有机会领受该宗教为人类带来的安身立命之所。

平经》吸收了墨家思想中的博爱精神,以及提出先人功过会给后人带来影响的“承负说”^①,都蕴藏着隐性的“普度”观念。当然,在魏晋道教的经典里,我们很难找到刻意要一个修道成仙的人去普度众生,使别人同样受惠于这个宗教,一同登仙的教义。这个思想确实来自佛教,《灵宝经》把魏晋以来只讲修身不重度人的神仙道教都看成是“小乘”境界,是“地仙之道”;那些主张劝世度人的灵宝派则是“大乘之法”,能达致“天仙”位业。大乘小乘之别,个人修为与普度众生之别,与及地仙、天仙之别,到了唐末都有所继承和发挥。整个系统说法,都由钟吕丹道去完成。

一个有系统的道教神仙理论体系的成功诞生,必须要经历许多体验和辩证,又须配合时代发展的需要,广为大众所接受。第一,它不能停留于下层社会,只是方术形态而欠缺学理支持是不能登大雅之堂的;它甚至容易走回头路而恢复迷信的神话宗教的古代。第二,理论与学说必须经得起考验,透过理性辩论仍能屹立不倒,使世人相信神仙是可即可炼的。第三,信仰必须结合文化发展,不能与时代脱轨。第四,神仙理论体系要有人性内涵,与道合一的境界不能脱离道德主体,仅肉身成道而没有精神主导的神仙不会是中国人的神仙类型。

如果五代的钟吕丹道是成熟期,那么,魏晋葛洪(283-363)的神仙理论便是滥觞期。葛洪具备了上述的条件。葛洪的成就,主

① 《太平经》的“承负说”,大意指不论个人行为或国家政治,都有一个善恶、治乱造成的承负问题,即先人功过,会给后人带来影响。例如前人种树,后人乘凉;前人毁林,后人遭殃等因果报应。卷39《解师策书诀》云:“承者为前,负者为后;承者,乃谓先人本承天心而行,小小失之,不自知,用日积久,相聚为多,今后生人反无辜蒙其过谪,连传被其灾,故前为承,后为负也。负者,流灾亦不由一人之治,此连不平,前后更相负,故名之为负。负者,乃先人负于后生者也。”见《太平经合校》页70。

要是把道教从民间转变成为上层社会所需要的道教。^①他改造了道教,并整理前人遗下的道教资源,以全新面貌呈现。由于改造后更适合上层社会的需要,道教遂得到朝廷的支持而兴盛起来。葛洪的道论继承了老子思想,更使之演变成为道教神仙学的理论基础,认为“玄者,自然之始祖,而万殊之大宗也”。^②玄,在老子来说即是道的别称。老子的道,在混沌之际为“一”;葛洪也承着这个系统解说老子和演说宇宙的生成,他说:

道起于一,其贵无偶,各居一处,以象天地人,故曰:
“三一也”。天得一以清,地得一以宁,人得一以生,神得
一以灵。……老君曰“惚兮恍兮,其中有象;恍兮惚兮,其
中有物”,一之谓也。^③

葛洪结合了老子思想和东汉元气论,认为道起于一;但一是气,气生天地万物,他说“夫人在气中,气在人中。自天地至于万物,无不需气以生者也”。^④他一方面继承王充元气论思想,但又与王充不同。王充认为“物无不死,人安能仙”?王充不信鬼,也不信神仙,人死后复归于气,与生前同本同根。葛洪则认为人可以长生不死,神仙可致,世人不能以为未见过神仙就肯定神仙不存在,他提出了反证法,认为“所常履者,未若所不履之多;所尝识者,未若

① 东汉道教创立于下层人民起义的局面,以后活动仍以民间为主。两晋道教开始得到蓬勃发展,葛洪以《抱朴子内篇》为神仙学说除实践工夫以外,赋予思辨理论基础。

② 见《抱朴子内篇·畅玄》。版本用王明:《抱朴子内篇校释》(北京:中华书局,1996),页1。

③ 见《地真》,《抱朴子内篇校释》页323。

④ 见《至理》,同上注,页114。

所不识之众。万物云云,何所不有,况列仙之人,盈乎竹素矣。不死之道,曷为无之?”^①所以,人的无知,是不知一而已。故云:“知一者,无一之不知也。不知一者,无一之能知也。”^②葛洪更利用“一”的神秘性,巧妙地注入宗教元素,“一”成为神仙境界的代号:

一在北极太渊之中,前有明堂,后有绛宫,巍巍华盖,
金楼穹窿,左是右魁,激波扬空;玄芝被崖,朱草蒙珑;
……龙虎列卫,神人在傍;不施不与,一安其所;不迟不
疾,一安其室……^③

一被神化,道教徒可以通过修炼来达致一,从而达致神仙境界,享受到逍遥自在、幸福快乐于“巍巍华盖,金楼穹窿”之境。这个对一的神化并扩延到对老子的神化,是葛洪思想另一突出之处。他把道家道教融合:道家言理不离神仙,道教修道又有哲学根据。经过东汉道教的熏陶,老子被神化的事实已成定局。东汉初年汉明帝时王阜撰《老子圣母碑》谓“老子者道也,乃生于无形之先,起于太初之前”,《老子想尔注》有“一散形为气,聚形为太上老君”,《云笈七签》记载了很多出自东汉至魏晋时期的道书,都屡屡见及“一”、“道”、“太上老君”,与老子扯上关系。五斗米道开创时奉太上老君为最高神。魏晋时期《上清经》、《灵宝经》又把元始天尊奉为最高神。元始天尊之前又有无名天尊和无形象天尊,是未有天地之前的别称。^④元气混沌之际叫玄虚,太上老君居其中,玄虚变

① 见《论仙》,同上注,页12。

② 见《地真》,同上注,页323。

③ 同上注,页324。

④ 见《云笈七签·卷二混元混洞开辟劫运部·混洞》,《云笈七签》页7。

而为洪元,洪元变而为混元,混元变而为太初,有了太初老子才现身,分天地清浊,创生世界;所以说“老子起于太初之前”。后来南北朝把元始天尊、灵宝天尊、道德天尊合称为三清神;灵宝天尊亦称太上道君,道德天尊又称太上老君。葛洪谓“元君者,老子之师也”,元君是“大神仙之人也”,^①查《云笈七签》卷二《混元混洞开辟劫运部》,元君即无上元君,即老子之母。总之,葛洪延续道教神化老子的宗教目的,更为宗教化的老子添上哲学色彩,使道教更容易在上层社会传播。

葛洪神仙化了老子思想,并且在修炼求一的修行上显露无遗。存守是致一的工夫,葛洪认为只要守一,便能通神。即使大祸临头如“白刃临颈”,也可以“思一得生”。他说:

能暇能豫,一乃不去;守一存真,乃能通神;少欲约食,一乃留息;白刃临颈,思一得生;知一不难,难在于终;守一不失,可以无穷;陆辟恶兽,水却蛟龙;不畏魍魉,挟毒之虫;鬼不敢近,刃不敢中。此真一之大略也。^②

此外,葛洪对形神的看法仍承袭前代,认为形须神而立,神去则命终。他说:

夫有因无而生焉,形须神而立焉。有者,无之官也,形者,神之宅也。故譬之于堤,堤坏则水不留矣。火之于烛,烛糜则火不居矣。身劳则神散,气竭则命终。根竭枝繁,则青青去木矣。气疲欲胜,则精灵离身矣。^③

① 见《金丹》,《抱朴子内篇校释》页76。

② 见《地真》,同上注,页324。

③ 见《至理》,同上注,页110。

这里葛洪举了两个譬喻。形即是堤,神即是水,如果堤坏则水不能留。形即是烛,神即是火,如果烛糜则火不能居。结论是“形须神而立,气竭则命终”。神的存在表现于形的存在与否。可是,形之立也不代表神在。这里有个问题是,神是否形所生呢?如是,则葛洪的辩说是对的;若否,则葛洪的辩说是错的。即是说,有烛未必有火;有堤未必有水。但葛洪并不是这样思考,他认为烛之所以为烛,是以有光之烛论之;堤之所以为堤,是以有水之堤论之。无之于有,相当于神之于形;有从无出,形从神立。故无水之堤不当是堤,无光之烛亦不算是烛。葛洪把无与有连着讲,的确是老子论玄的核心意义。只是,他的前提决定了结论,辩论逻辑有问题。可能,正如王明先生说,葛洪身兼宗教家和科学家的角色,故他的思想表现得自相矛盾。^①

葛洪将神仙分了三个等级,他说:“上士举形升虚,谓之天仙。中士游于名山,谓之地仙。下士先死后蜕,谓之尸解仙^②。”^③上士能够达致天仙,是要服金丹大药的。中士做到长生不死的地仙,是靠行气导引。下士的尸解仙是由服食草木之药达致。神仙架构到了葛洪,等级清楚,概念分明。神仙级别的形成,可能由于人把世间存在着的上下、尊卑等概念,投射到天上仙界之中。无论如何,神仙的等级制的出现,也为追求者带来修炼上的讯息;它在提升自己到最高境界的整条成仙路上应该如何选择怎么样的法门或手

① 王明指出:“在葛洪身上,体现了宗教家和科学家实验家两重不同的人格,因而他的思想也不免是左右矛盾、互相抵触了。”见其《序言》,同上注,页10。

② 所谓“尸解仙”,有不同的讲法。葛洪举李少君为例,指他棺内无尸而余下衣冠,谓之尸解。《登真隐诀》云:“死后其神方得迁逝,形不能去尔。”是死后形神相离为尸解仙。

③ 见《论仙》,同上注,页20。

段,提供一个方便。神仙等级到了五代钟吕时期,更有“五等仙”^①之说,在界划神仙级别时赋予深远的道德意义。

魏晋时期道教的神仙信仰直卷士族社会。这些学道修仙的人,有不少是名门望族的知识分子。有很多人因为对神仙观念的向往而服食金丹大药,或进行修炼。这种风气的形成,究其原因,葛洪的神仙学说的影响固然不少,其神仙架构中天仙、地仙等观念带来的影响也非轻。天仙是超凡脱俗的神人仙子;地仙可游于名山,即是说可与常人一样共享人间快乐、逍遥自在的仙人。但对于天仙来说,却非完全是人间概念的逍遥快乐,葛洪借彭祖之言说:“天上多尊官大神,新仙者位卑,所奉事者非一,但更劳苦,故不足役于登天”,^②既然登天更劳苦,又何必呢!服半粒金丹可以成为地仙,留形住世,而人间又可以“当食甘旨,服轻暖,通阴阳,处官秩,耳目聪明,骨节坚强,颜色悦泽,老而不衰,延年久视,出处任意,寒温风湿不能伤,鬼神众精不能犯,五兵百毒不能中,爱喜毁誉不为累”,^③在人间再无病老之忧。这些“好处”,似乎只狭窄于养生尽年;对于追求者来说,还是藉不朽不坏之躯体去满足人世间的欲望,例如在“巍巍华盖,金楼穹窿”之境纵情享乐,享受繁华富贵。这就是地仙的好处。况且,葛洪告诉求道者“为道者当先立功德”,功德的多少将会决定修炼者成为什么等别的仙:“人欲地仙,当立三百善;欲天仙,立千二百善。若有千一百九十九善,而忽复中行

① 钟吕认“仙有五等,法有三乘”,五等仙是鬼仙、人仙、地仙、神仙、天仙。见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 见《对俗》,同上注,页52。

③ 同上注。

一恶，则尽失前善，乃当复更起善数耳”。^①那么多的戒条和要求，对于那些贪恋人间享乐的伪道学，面对苛刻严谨的功过格和功德表，比较之下，愈是高位的天仙，立功行善的数量就愈大，退而求其次，天算不如人算，神仙可以当为一个交易商品。所以安期生、龙眉宁公、修羊公及阴长生等人都不汲汲于升虚，但“止于世间，或近千年，然后去耳”。^②由是观之，魏晋神仙观念，虽然有等位的安排，不同的等位也有着不同的“神仙能力”，但在那个年代，神仙道德观却没有直接地影响求道之士。

这样看来，神仙架构在葛洪论仙三等级之区分尚未成熟，未能求成仙之士给予清晰的指示，使修仙之路有更好的安排及心理准备。一个完整的神仙架构在道教来说是必须的，因为道教徒可以通过一个清晰的人神谱系，按图索骥，不但使其信仰对象有更具象化的理解，更对自身存在的本源问题有较实在的概念。这个工作结果由南北朝的陶弘景完成。陶弘景的《真灵位业图》清楚地交代每一位神仙的位置，元始天尊为最高神“三清”的中央，按次排列有七等级；再有黄帝、尧、舜、禹、孔子等共五百余位。这方面容后再论。

南北朝时期仍然是炼气吐纳等养生保健功盛行之时，陶弘景把有效的功法辑成《养性延命录》。在养生延寿的前提下，他强调长生必先养生，养生必以形神兼修。他认为“生者神之本，形者神之具，神大用则竭，形大劳则毙”，^③又认为形神相合是万物的存在方式，人如是、物如是；假若形神相离，则是精灵、鬼怪。《真诰》云：

① 见《对俗》，《钟吕传道集·论真仙第一》页53。

② 同上注。

③ 见《云笈七签·卷三十二杂修摄部·养性延命录并序》，《云笈七签》页178—85。

今且谈其正体：凡质象所结，不过形神。形神合时，则是人是物；形神若离，则是灵是鬼。其非离非合，佛法所摄；亦离亦合，仙道所依。……假令为仙者，以药石炼其形，以精灵莹其神，以和气濯其质，以善德解其缠，合法共通，无碍无滞。欲合则乘云驾龙，欲离则尸解化质；不离不合，则或存或亡。于是各随所业，修道进学，渐阶无穷，教功令满，亦毕竟寂灭矣。

当然，在陶弘景的时代，金丹大药依然盛行，他也同意葛洪的观点：求大道仍不离服食金丹。不过，他整个神仙观仍以养神存形的哲学为中心思想，承袭老庄体系。养神必要“游心虚静，息虑无为”，除去伤神的七情六欲。养形则要饮食有节，起居有常，辅以行气导引，强壮五脏。他所收录的功法很多，其中流行至今的“六字诀”也是由他继承前人炼气工夫所编成的。

不过，亦可能由于陶弘景过于注意炼形养生的流行方术上，他把元气与呼吸之气视为同一物质。他说“候元气于子后时，导引于闲室，摄养无亏，兼饵良药，则百年耆寿是常分也”，^①既然是导引之气，只是呼吸之气，与宇宙生化之元气应该有别。他引《神农经》曰“食谷者智慧聪明，食石者肥泽不老，食芝者延年不死，食元气者地不能理，天不能杀。是故食药者，与天地相弊，日月并列”，^②“食元气”之元气，有“天地生化之精气”义，其意义与晨曦之气相去甚远。

① 见《云笈七签·卷三十二杂修摄部·养性延命录并序》，《云笈七签》页178-85。

② 同上注。

承自《太平经》论精气神的传统，^①魏晋南北朝在精气神的哲学概念上有了进一步的哲学诠释。《玄门大论三一诀》云：

夫三一者，盖乃智照无方，神功不测，恍兮为像，金容玉质之姿，窈兮有精，混一会三之致。因为观境，则开众妙之门，果用成德，乃极重玄之道。《道经》云：三者不可致诘，故混而为一。《洞神经三环诀》云：精、气、神也。^②

老子思想没有精、气、神观念，但有微、夷、希观念。所云“三者不可致诘，故混而为一”是指后者，但却被道教徒借用了。河上公曾注：“三者，谓‘夷’、‘希’、‘微’也；不可致诘者，夫无色，无声、无形，口不能言，书不能传，当受之以静，永之以神，不可诘问而得之也。混，合也。故合于三，名之而为‘一’。”河上公把三种似形而未形之物质形态诠释为“一”的形态，故有三合为一的讲法，这是对的。查帛书甲、乙二本，傅奕本都有“一者”置于文首，老子的确是描述道之为物那“一”的状态。^③然而“一”也是道的别称，精、气、神三者混而为一的讲法是对的，只是老子原意尚未提及而已。《释名》云：

三一者，精、神、炁，混三为一也。精者，虚妙智照之功；神者，无方绝累之用；气者，方所形相之法也。亦曰希、微、夷。希，疏也；微，细也；夷，平也。夷即是精，希即是神，微即是气。精言夷者，以知万境，均为一照也；神言希者，以神于无方，虽遍得之，甚疏也；气言微者，以气于

① 《太平经》提倡“爱气尊神重精”，参看《太平经合校》页728。

② 《云笈七签·卷四十九秘要诀法部玄门大论三一诀》，《云笈七签》页286-7。

③ 见《帛书老子校注》页284。

妙本，义有非粗也。^①

希、微、夷与精、气、神在道的虚妙智照之功、无方绝累之用、方所形相之法底下取得同义。所谓“三一”，是为一有三、抑或为三有一呢？《升玄经》^②借窦子明问向闻法师的对答言明三一为何：

未闻三一之诀，当复云何？既为一而复言三，为一有三耶？为三有一耶？昔虽奉行，未能晓了，愿为究尽，使后来末学得真要。法师曰：三一者，正一而已，三处授名，故名三一。所以一名三一者，一此而三彼也，虽三常一，故名三一。三一者，向道初门，未入真境，得见一分，未能舍三，全一是未离三，虽未离三，少能见一，故名三一。分言三不离一，故名三一。子明曰：此一者，何所有也？答曰：无所有而有。问曰：无所有而有，何名为有？答曰：以无为有。又问：无何而有？答曰：得无为有。又问：得而无为者何所义？答曰：形声虚伪故。又问：何为虚伪？答曰：不住故。又问：云何不住？答曰：速变异故。又问：虽速变异，非无所有，既云变异，果是有物可变，安得云无邪？答曰：向曰变异者，亦不言都无，如虚空故，但言一切皆有伪非真。生者必死，有者必无，成者必坏，盛者必衰，少者必老，向有今无，寒暑推变，恍惚无常也。^③

这是精彩的问答。三与一是全离之间的分别称呼，是见者的理解层次之不同。初见为一，是见全不见离。再见为三，是明三之

① 见《云笈七签·卷四十九秘要诀法部玄门大论三一诀》，《云笈七签》页287。

② 《升玄经》出现于六朝，是一部重要的道教典籍。

③ 见《云笈七签·卷四十九秘要诀法部·三一诀》，《云笈七签》页286。

离。一，是无有。所谓有，是“有伪非真”而已，即现象的虚空义。这里已呈现佛家思想。精气神三合为一的义理开始进入新的阶段。另外，《云笈七签》又收录有孟智周的讲法：

言三言一，不四不二者，以言言一即成三也。今谓明义，各自有宜，少多非为定准，如六通四达，岂止三耶！若教之所兴，无乖此说。然三义虽异，不可定分，亦一体虽同，不容定混。混亦不混，故义别成三，分不定分，故体混为一。混三为一，三则不三；分一为三，一则不一。不三而三，不一而一，斯则三是不三之三，一是不一之一。不三之三，非直非三，亦非非三；不一之一，非止非一，亦非非一，此合重玄之致也。^①

孟法师的讲法与《升玄经》的讲法相同之处，是它们都以分合两个概念分析三与一之别。孟法师却加入重玄思辨模式去表达分中有合，合中有分时的非分非合，亦分亦合的体会。又引大孟法师^②体用论：“三一之法，以妙有？体”，“兼三为用，即一为本”。^③这道理分别又可以用“总别”、“本迹”言之，《云笈七签》另二条，其一引宋法师^④解云：

有总有别，总体三一，即精、神、气也；别体者，精有三智，谓道、实、权；神有三官，谓上、中、下；气有三别，谓玄、

① 见《云笈七签·卷四十九秘要诀法部·玄门大论三一诀》，《云笈七签》页287。

② 大孟法师为孟景翼，前面孟法师为孟智周。据卢国龙考：“《玄门大义》引述的大孟法师是孟景翼，孟法师为孟智周”。见其著《中国重玄学》（北京：人民中国出版社，1993），页44。

③ 同上注。

④ 宋法师指宋文明。

元、始。今谓此判三一之殊，非定三一之体。^①

其二引徐素法师云：

是妙极之理，大智慧源，圆神不测，布气生长，裁成靡素，兼三为义，即一为体。此解虽胜，语犹混通，未的示体，如极理之与大智，此即是境智之名；慧源之与裁成，即是本迹之目。故未尽为定也。^②

“非本非迹，能本能迹”又可以“圆智解”，故又引一条：

夫妙一之本，绝乎言相，非质非空，且应且寂。今观此释，则以圆智为体，以圆智非本非迹，能本能迹，不质不空，而质而空故也。今依此解，更详斯意者，既非本非迹，非一非三，而一而三，非一之一。三一既圆，亦非本之本，非迹之迹。迹圆者，明迹不离本，故虽迹而本；本不离迹，故虽本而迹。虽本而迹，故非迹不迹；虽迹而本，故非本不本。本迹皆圆，故同以三一为体也。三一圆者，非直精圆，神气亦圆。何者？精之绝累即是神；精之妙体，即是气；神之智，即是精；气之智，即是精；气之绝累，即是神也。斯则体用圆一，义共圆三。圆三之三，三不乖一；圆一之一，一不离三。一不离三，故虽一而三；三不乖一，故虽三而一。虽三而一，故非一不一，亦虽一而三，故非三不三。三一既圆，故同以精智为体，三义并圆，而取精者，名殊胜也。^③

① 见《云笈七签》页287。

② 同上注。

③ 同上注。

精气神三者人体之运用上言，是三，是分而言之，从其迹以鉴别；但三者虽分为三，其本体仍是一，乃有而未形之妙一之体，所生之用为妙用，为三。若以量词述之，分殊之三为别，合三为一则为总。以三与一之非本非迹，能本能迹来说，是体用圆一。这里的精、气、神，是一种互相包含，相互混存而又可分别自名；既可独立言说，又可圆三为一，不可致诘。

三一论对精气神哲学观的贡献不少，一方面它发展到魏晋时期带动佛教思想的注入，丰富了气本体论内容；另一方面，它的三一概念也为丹田说增添了实质意义。丹田之说及其炼三宫神之法，可以在宋文明以下一段看到：

《请问经》下云，“道为凡心宗，一切作福田者”，言道以三一为凡心，观定为宗主，而无乎不在。又道为一切作福田也。人身有三宫，上宫在眉隔，却入三寸，号泥涅宫，为上丹田；中宫在心央，号绛宫，为中丹田；下宫在脐下，却入三寸，号命门，黄庭宫为下丹田也。丹者取其朱阳感气上升之色，兼取丹信赤心之义也。上一居泥涅宫，中一居绛宫，下一居黄庭宫。若以无心为心，专心守一者，则三一之神于其身中，滋益智慧，至于成道，混合为一。如稼穡之收实，故所以称田。^①

最值得注意的是，宋文明不但就三丹田的位置讲其修炼工夫，他更把丹田视为精气神混合为一地去理解。炼得精气神混合为一便到道的境界，因为道就是三合为一。“观定”是心灵的本质属性，心灵正是精气神三一在人身的现实化。心灵无乎不在，它是福田的重要元素。因为它有无限广延的能力，只要用无心之心，专心守

① 见《道教义》。

一,涵三为一,心灵焕发出的智慧便会增长,与道同体。宋文明论精气神,已达到历史的最高水平,他不像旧有的形态只论精气神的实践与修炼,也不似过去仅用较低水平的气化观论说宇宙生化、人体元气仅规限于领精御神的狭窄领域,而是渗入本体论、心性论、宇宙论、三一思想,再结合实际修炼而开出的新体系。

在东汉初期,道气连用,精气连用,元气代道生化万物等,都在“道生一”的意义下做出不同的描述,其哲学意味相对来说较薄弱。道教初起,《太平经》有三合思想,把天地人三者,以道德仁配之。^①又以“爱气尊神重精”论人长寿的条件:“三气共一。一为精,一为神,一为气。此三者,共一位也本天地人之气。神者受之于天,精者受之于地,气者受之于中和,相与共为一道。故神者乘气而行,精者居其中也。三者相助为治,故人欲寿者,乃当爱气尊神重精”。^②精气神三合为一的思想虽然明确,点出了气是三合之中的主导者;但这种讲法,在三一思想来说,就缺乏了三者混同、即一即三、非一非三的玄学表述了。今魏晋道书更进一步言体用、言本迹、言总别,运用重玄思辨、佛家概念等,更言非三非一、亦三亦一。可以说,精气神的思想已有哲学体系,具备了内丹哲学的基础条件。

三一论是一种把精气神混融的理解形态,它反映出当时元气观如何看待物质性与非物质性的东西。通过对精气神的诠释,我们可以看到魏晋时期的形神观念。在东汉的《太平经》,精本属物质,神非物质,而气则是介乎两者之间。气有形而上的意味,但显

① 见《太平经合校》页681。

② 同上注,页728。

得不甚清晰。^①在一般的用法而言,气是物质。三一论是一种哲学注释,透过体用说和玄性思辨把精气神三者玄同,使形与神的客观现实上的区别泯灭。这种思维方式当然是主观的,必须要从境界上体现。在客观现实中,形本属物质,神属非物质。形神本来是二元的。但在道的境界上,不但可以合三为一,也可以合二为一,形神两者可以玄同起来。

我们透过这时期的三一论,看到道教的形神观,具有两个意义。第一,精气神三者玄同的哲学思维,直接影响内丹思想,对形神二元的客观现实,提升至二元泯灭的形而上境界。客观的形躯,可以在主观心境的观照下,被提升至与道合一、形神合一。这一点在后来的司马承祯的坐忘工夫体现了,他说的“心不动,形都泯”,^②便是一种物我玄同的思辨形态。我们发现,三一论带领着内丹思想朝向玄同思辨的哲学境界迈步。这一点非常重要,尤其内丹注重炼形成神,形躯的客观存在是神仙修炼上的障碍,解决这个问题的方向,玄同思辨是一种出路。第二,由于这个哲学境界给与修炼形躯的启示,修炼的态度和要求便有了改变。这一点可以在《洞神经》谈入定境界中反映出来。^③《洞神经》针对入定的境界,区别出大小二乘:在入定时舍于有,在空时不能回复三一之境,是小乘;观群色是空,虽于空而不失三一之境,是大乘。^④这是以三一论的基础,用佛教空观来界定“守神炼形”之法,认为它仅是进入

① 由于《太平经》道气连用、精气连用,故气概念是物质性或非物质性,都显得模糊。

② 见司马承祯:《坐忘论》。

③ 载于《云笈七签·卷四十九秘要诀法部·玄门大论三一诀》引《洞神经》释“守三一”义。见《云笈七签》页288。

④ 同上注。

“真一”^①道境的中乘工夫。文中指出：“知守虚无空者为大乘也，守神炼形为中乘，守气含和为小乘也。”^②意思是，若要保持三一，炼者不得不在空的观照下寻找。单就形神的修炼，一定未到最后境界。

2.5. 重玄的启发

重玄学对内丹哲学思想有很大的影响。“玄”的意义，不独为中国思维方式创造独有的文化传统，内丹的神仙观念也在玄学意蕴中回荡。在唐代凸显的重玄学，在佛教中观思想的渗透下，把老子的玄论改造，变得更适合道教徒修炼。钟吕内丹在论说其神仙境界时，确反映了不少重玄思辨的特色。

重玄学对内丹的发展影响深远。主要原因，其一是提倡重玄者多不是专业的哲学家或学者，而是道教徒居多。^③他们在老子论玄的基础，以“玄之又玄”发挥，不认为道体是崇有论的有、或贵无论的无，而是有和无双遣，“既不滞有，亦不滞无”的“中道观”，超离两执，不着偏见，才是老子的正确玄论。

① 有关“真一”之说，乃出自于三一之精、气、神三者，各自分三而有九变；九变之中，真一列其五。《上元真书》云：“一曰源一；二曰元一；三曰太一；四曰玄一；五曰真一；六曰雌一；七曰雄一；八曰三一；九曰正一。……真者，去假除惑，即色皆空也。”同上注。

② 同上注。

③ 任继愈说：“重玄家毕竟是道士，而非以解释世界为目的哲学家，他们论述重玄之道，旨在很具体地指导宗教修炼的实践，以实现其成仙得道的信仰。”见其著：《中国道教史》（上海：上海人民出版社，1997），页263。

道教的三合思想在唐初亦继续发展,成玄英^①说“气,道也”,又说“所谓精者,神气也。精者灵智之名,神者不测之用,气者形神之目”,^②精气神三合之中,以神气为体;而神气又以神来表述:“神者不测之用”。精就是神气。后来杜光庭(850-933)又将前人有关道气论说重新整理并界定道气,认为道气具有双重性,兼具物质与精神的二元实体。他说“混元以道气化生,分布形兆,乃为天地。而道气在天地之前,天地生道气之后”,^③又云“人之禀生本乎道气”。^④这个道气,相当于东汉的元气,是化生万物的来源。杜光庭把道气看成二元实体,既有精神性又有物质性,表面上是元气论的继承,实质上是重玄思想的影响。他说:“言至道之为物也,不有而有,虽有不有;不无而无,虽无不无;有无不定,故言恍惚。”^⑤成玄英以“有无不定,故言恍惚”讲道,是不可执滞的意思。既不可执滞于有,又不可执滞于无。他解释老子“玄之又玄”为“玄者,浑远之义,亦是不滞之名,……既不滞有,亦不滞无,二俱不滞,故谓之玄”,^⑥二俱不滞才是真正道的玄性含义。“道生一”的生,或“道生万物”的生,不是说有由道生;如果这样说,便执著于有。老子要讲自然,是万物自生;所以成玄英说道是“妙本非有”,但又能“应迹

① 成玄英生卒年不详,活动于唐太宗、高宗之间。

② 见“专气致柔能婴儿乎”疏,强思齐:《道德真经玄德纂疏》,载于《正统道藏》,册22,页317-596。

③ 见杜光庭:《道德真经广圣义·释御疏序》,载于《正统道藏》,册24,页129-528。

④ 见“我好静而民自正”疏,《道德真经广圣义》。

⑤ 《老子》第21章“道之为物,惟恍惟惚”疏,成玄英:《老子道德经义疏》(成都:四川省立图书馆,1946)。

⑥ 见《老子》第1章疏,同上注。

非无”，他说“妙本非有，应迹非无，非有非无，而无而有”。^①有无双遣才符合老子讲道之玄性。成玄英有着《玄门大论》的影子，《升玄经》的三一思想更给他很大的启示。^②

唐代内丹学发展另一个新的领域，是对修心的强调。心对道的掌握表现得非常直接，心又是掌握气的桥梁。道教在六朝至唐初有道性论的出现，明显是受到佛性论的影响。道性论又使心性论提了出来，论说道性不得不讲心性。道性实质上是道的本体问题，是道生万物以后，万物如何体现道这个本体。芸芸众生出于自然，因此芸芸众生、芸芸众生之间在本体意义、性质及其变化规律都有着同一性，是自然的。成玄英、李荣^③认为道是“众生之正性”，是理。成玄英在《庄子·骈拇》“骈拇枝指，出乎性哉”一段，有疏云“出乎性者，谓此骈指二指，并禀自然，性命生分中有之”，是承老庄论道德之性本于自然的讲法。众生之正性就是自然之性，道德之正就是物之本然。心的概念也根源于体道上本然之性之呈现，修心与炼性在道的本质来说是同一的，人与芸芸众生的对待全赖一心，所以成玄英直言“万境唯在一心”。^④然而，心的作用表现为欲，修心又要连着去欲讲。司马承祯（647—735）说“真性隔于可欲”；^⑤他又说修心可以直接体道：“心不受外名曰虚心，心不逐外名曰安心，心安而虚则道自来”，^⑥他之所以提出安心、虚心，都是想用心体去体验道体，道体就在无限的心体里呈现。吴筠（？—

① 见《老子》第1章疏。

② 关于《升玄经》的影响，参看前节“形神兼修”。

③ 李荣生卒年不详，活动于唐高宗时。

④ 见《道德真经玄德纂疏》“虚其心”疏。

⑤ 见司马承祯：《坐忘论·收心》。

⑥ 同上注。

778)有“道德之体,神明之心,应感无穷”,^①表明心与道之间并无隔阂,无限的心体呈现本然之道德本体,观照万物。杜光庭提出“安静心王”,认为这个工夫可以达道:“若安静心王,抱守真道,……则身无危殆之祸,命无殒落之期,超登上清,泛然若以谷赴海而无滞着也”,^②又云“修道即修心也,修心即修道也”,^③心与道同一。凭着老子思想的发挥,杜光庭提出“了悟”与“神鉴”的认知方式,认为人在虚静澄明之中会自然生发一种感通能力,直接感悟道体。

回头要讨论的重点之一是,由于佛教的影响,道性的讲法有如禅宗。王玄览(626-697)认为道与众生的关系是隐显关系:当在众生时,道隐众生显;当在得道时,道显众生隐;众生与道两者是不可分离的,道中有众生,众生中有道。^④王玄览说众生中有道,对内丹成仙说起着重要作用,因为求道求仙,就不需外求,道在心中,丹在身中。人要让身中的道由隐变显,就要灭尽知见。此外,王玄览提出了“道在境智中间”,造就了一个由重玄学过渡至心性论的契机。因为,道性论讲体悟道性,必须从修炼上讲;成玄英虽然讲“不有不无”、“有无双遣”,但遣除偏执需要由实践、从觉悟去完成。这个实践工夫,就是修心;心不偏于执,修心以达道。这也是唐末内丹成熟期丹家必须关注的问题。有关境智说,王玄览谓“道在境智中间,是道在有知无知中间。觐缕推之,自得甚正”。^⑤这是说境中

① 见《南统大君内丹九章经》。

② 见《道德真经广圣义》“虚其心”疏。

③ 同上注,“心无其心”疏。

④ 详见于王玄览:《玄珠录》。

⑤ 同上注。

有道,现象世界中有道,万物皆有道性;道又在智中,又可以说境亦在智中,因为道在境中呈现。道在境智中间,即在有知无知中间,又即是心识对待的客体和无限心境的主体之间,修道就是不断在境智之间取得和谐一致,这个工夫必须由心去完成。因此,王玄览为日后修炼取之于心的工夫提供理论上的基石,司马承祯、杜光庭及吴筠便承着这个方向发展。

内丹道在唐代兴起,主要原因就是过去体道工夫转变为修仙工夫,而中间受重玄学对内丹道思辨形态的补充和改造,再经过回响于老庄思想的修心炼性工夫,结合神仙道教及民间广为流传的养生服气法,形成影响深远的、以性命双修为标志的内丹学。这个观念上的演变,明显对五代钟吕内丹之学的形成做出重要的贡献。钟吕肯定内丹能改造形质生命之余,所强调的性命双修,也就是相对于传统外丹仅在形躯成仙的单一性追求的思想做出革命性的改变,成仙要在得道层面上讲,得道要求内修工夫,内修就是指心性达道的性功。换句话说,形躯改造之余,还要建立道德主体,以追求本体为达致神仙境界的必然之路。钟吕之前的整个唐代心性之学,就是钟吕内丹思想的奠基石。

司马承祯及吴筠就是由哲学上的体道修性工夫复归至修道成仙的中介重要人物。司马承祯复倡源出于庄子的“坐忘”工夫,写《坐忘论》。“坐忘”出于《庄子·大宗师》:“堕肢体,黜聪明,离形去智,同于大通,此谓坐忘。”

《坐忘论》运用了重玄学思辨模式,认为“若执心住空,还是有所,非谓无所”,^①收心离境,不是执心住空,因为对空有所住,对心

① 见司马承祯:《坐忘论·收心》。

之正有所执,便未能做到双遣兼忘。这些重玄思辨针对心与境之间的执住,对坐忘所追求的形神合一固然有极大的帮助,但如果司马承祯只养气存形和坐忘主静,即使做到有无双遣,所求的仅是形神合一的修炼工夫,这显然与庄子的坐忘不同。因为庄子的“离形去智”,是一种“天人合一”的“内在超越”^①。在司马承祯的成仙理论里,对形体的处理,是否也有一种超越意识呢?答案是肯定的。司马承祯所说的“夫坐忘者,何所不忘哉,内不觉其一身,外不知宇宙,与道冥一,万虑皆遗”,^②即是彻底忘掉一切外物,连自己“吾身”也要忘掉。坐忘要透过存想工夫达致,若在存想当中心目不应,则“心不动,形都泯”,^③便能成仙。又从以下的资料看,他确有如庄子的“天之合一”思想。他说:

形随道通,与神为一,形神合一,谓之神人。神性虚融,体无变灭,形与之同,故无生死。隐则形同于神,显则神同于形。^④

他的大前提是形神合一。既然精神是不生不灭而形神又合一,故形也随之而不生不灭。人作为形躯存在,神隐其中,故显则神同于形。神作为非形质方式的存在,故隐则形同于神。依这个思想,在形神合一的境界下,人与神在性质上是一致的,不同的是

① 关于内在超越,参考牟宗三说:“‘超越的’与‘内在的’是相反字,顾名思义,可知内在的遥契,不是把天命、天道推远,而是一方把它收进来作为自己的性,一方又把它转化而为形上的实体。”见牟宗三《中国哲学的特质》(台北:学生书店,1994),页49。又说:“分析地讲的道,当然是超越的,但道也是内在的。既超越而又内在才是具体的道。”见《中国哲学十九讲》,页106。

② 见司马承祯:《坐忘论·信敬》。

③ 见司马承祯:《天隐子·坐忘》。

④ 见司马承祯:《坐忘论·得道》。

隐显形式：在显为人，在隐为神。他引《灵宝经》云“身神共一，则为真身”，^①又引《西升经》云“形神合同，故能长久”。^②在人来说，是人是神，是在于修道工夫的深浅问题。浅者心中合道，深者可成神人。故云：“然虚心之道，力有深浅，深则兼被于形，浅则唯及其心。被形者，则神人也。”^③他又引《吕氏春秋》的一个譬喻做例：“山有玉，草木因之不凋；人怀道，形体得之永固。资蒸日久，变质同神，练神入微，与道冥一。”^④人怀道，日久则变质同神，形躯明显有质变的可能。这意思是说，神仙既是精神的超越，也是形质上的气化。司马承祯的《坐忘论》相比于庄子的“坐忘”，不仅具备了“天人合一”的超越意识，进一步更把炼形成神的实在性勾画出来。这个观念发展到钟吕，演变为“玉液炼形”和“金液炼形”的修炼理论，作为性命双修的成仙根据。

司马承祯的《天隐子》与《坐忘论》两部作品是相表里、互为印证的。《天隐子》把修炼分成五个阶段作渐修，为（一）斋戒，（二）安处，（三）存想，（四）坐忘，（五）神解。《坐忘论》则有修道七阶段，为（一）敬信，（二）断缘，（三）收心，（四）简事，（五）真观，（六）泰定，（七）得道。两书基本上传达他的主要思想——养气存形，坐忘主静。司马承祯另一部著作《服气精义论》，也是在养气存形方面提供具体纳气存形方法。他是道教徒，当然不会满足于思辨得道形态，而且，他承自上清派，上清派注重修炼。其中主要经典《黄庭经》的存思守神工夫，在司马承祯的著作中受到高度重视。

① 见司马承祯：《坐忘论·得道》。

② 同上注。

③ 同上注。

④ 同上注。

吴筠也以养形守神为其神仙理论做基础。人既得一气,为何不能与天地齐寿,而致丧亡呢?他认为其原因是:

在道门者,不知有守道、服气、养形、守神、金丹之术。或国之重臣,匡佐社稷,在于儒典,禄位弥高,不知有摄养之术,易形之道,反精之规,却补之妙,多见使形体枯槁,不终其寿,实可伤哉。……今守道者取虚无自然,正真之一;服气者知两半之前,胎息之妙,绵绵若存尔。^①

人要掌握炼形养生之法,避免形体枯槁,再取虚无自然、正真之一,便能与天地长久。天地的运化本同于人身小宇宙,“人之禀形模范天地”,^②“夫人生成,分一炁而为身,禀一国之象,有炁存之,有神居之,然后安焉”,^③人从一炁分成而有躯体,大道亦以虚极而生万物,他说:

本无神也,虚极而神自生;本无气也,神运而气自化。气本无质,凝委而成形。形本无情,动用而亏性。形成性动,去道弥远。故溺于生死,迁于阴阳,不能自持,非道存而亡之也。故道能自无而生于有,岂不能使有同于无乎?有同于无,则有不灭矣。故生我者道,灭我者情。苟忘其情,则全乎性。性全则形全,形全则气全,气全则神全,神全则道全,道全则神王,神王则气灵,气灵则形超,形超则性彻,性彻则返覆流通,与道为一,可使有为无,可使虚为

① 见《形神可固论》。

② 见《神仙可学论》。

③ 见《形神可固论·守神》。

实，吾将与造物者为侔，奚死生之能累乎？^①

吴筠认为天地之所以能生化万物，是因为天地是虚极状态，没有情感，故能自生。在自生的基础上，气、形、性等道之属性相继而出，但愈生则愈远离于道。到了人出现，人有情而情是道不断衍生的结果，故离道甚远，人便自然地堕入生死之框框；故“非道存而亡之也”，而是“生我者道，灭我者情”也。由于无可至于有，有又可至于无，同于道，故形超则能与道合一。这个思想是逆修的理论，然“虚极而神自生”反映出由形返虚再合道的工夫，又为五代“炼神还虚”的内丹修炼打下基础。钟吕论形躯，始于“父母之真气，即精血为胞胎”，^②得一而有一点元阳，^③“二肾相对同升于气，乃曰元阳之气”，^④后因形从气化，形神既合，形又生形，真炁不断在后天衰靡，终于元阳尽失而身亡。^⑤这个思想在吴筠的“气本无质，凝委而成形。形本无情，动用而亏性。形成性动，去道弥远”及“故溺于生死，迁于阴阳，不能自持，非道存而亡之也”，表述一致的看法；所不同者，是吴筠以“性”说人之本体，钟吕以“元阳”代之，后者在炼气的工夫描述则较为方便。

既然“形成性动，去道弥远”，修性工夫如何呢？吴筠提出守静去躁。《心目论》有“心静气动”的讲法。《玄纲论》提到天地动静之理以证修心去躁工夫：

① 见《玄纲论·同有无章》。

② 见《钟吕传道集·论铅汞第十》。

③ 《灵宝毕法·匹配阴阳第一》：“天地之道一，得之惟人也。”

④ 见《钟吕传道集·论铅汞第十》。

⑤ 《灵宝毕法·匹配阴阳第一》：“受形于父母，形中生形，去道愈远。自胎完气足之后，六欲七情，耗散元阳，走失真气。”与吴筠论后天动情损气伤形的讲法相同。

静者天地之心，动者天地之气也。心静气动，所以覆载而不极。是以通乎道者，虽翱翔宇宙之外而心常宁，虽休息毫厘之内而气自运。故心不宁则无以同乎道，气不运则无以存乎形。形存道同，天地之德也。是以动而不知其动者，起乎动者也；静而不知其静者，出乎静者也。故超乎动者，阳不可得而推；出乎静者，阴不得而移。阴阳莫能变，况于万物乎？故不为物所诱者，谓之至静。^①

吴筠说天地之心为静、天地之动为气，心静气动，目的是要讲“通乎道者，虽翱翔宇宙之外而心常宁”，而至静就能如天地之气自运的结果，故人要守静。

吴筠亦同司马承祯一样，主张形神俱炼。他认为人可以“以有契无”，求取与道合一：

或问曰：道本无象，仙贵有形，以有契无，理难长久，曷若得性遗形之妙乎？愚应之曰：夫道，至虚极也，而含神运气，自无而生有。故空洞杳冥，大道无形之形也；天地日月者，大道有形之形也。以无系有，以有含无，故乾坤永存而仙圣不灭。故生者天地之大德也，……死者人伦之荼毒也。是以炼凡至于仙，炼仙至于真，炼真合乎妙，合妙同乎神。神与道合，即道为我身，所以升玉京，游金阙，能有能无，不终不殁，何为理难长久乎？若独以得性为妙，不知炼形为要者，所谓清虚善爽之鬼，何可与高仙为哉？^②

① 见《玄纲论·超动静章》，载于《正统道藏》，册39，页807-20。

② 见《玄纲论·以有契无章》。

“所谓清虚善爽之鬼”是针对佛家仅修炼心性而忽略炼形的重要,这一点在钟吕的文献中时常看到;^①也因为这一点的重要性,所以才有“性命双修”的兼修法要:既要注重心性的修行以体道,又要“知炼形为要者”而行气炼质。相信这些以炼形达致长生与及神仙之境的宗旨,都在中晚唐的道教文献之中反映出来。他们结合了民间炼形养生的方术,摒弃魏晋神仙道教及初唐重玄学偏向心性超越的单薄理论。司马承祯与吴筠努力论说神仙是可学可致的,不单是心性的超越,更论述形躯上的质变。他们恢复老庄的哲学体系,但又改造了老庄思想,使其更具实质意义的修炼,以符合道教长生不死的神仙观。这个转变,为钟吕丹道的形成提供重要的契机。

总结重玄学的贡献是,从老子思想到中观的应用,个中发展出较之于前代丹道思想更细腻的思辨模式。若以修行的角度看,重玄学确实为内丹学带来修心炼性更具系统的理论和更具体的修行方法。道教重玄学者借用当时大乘佛教中观派、三论宗对“真如实相”的论证方法,提出道体非有非无,亦有亦无,有无不定;道体实是空,而不与空同;道无所不在,而所在非道;道为万物之本,而万物实无本可本;道与物不一不异,却又既一旦异;“道不离物,物不离道。道外无物,物外无道。用即道物,体即物道。”^②道体吸取了佛教中观思想,变成自然空寂的无本之本。所谓有无、色空、是非等都是现象,必须要超越相对,不执两边,才体现真实道体。此外,

① 钟吕认为:“修持之人,不悟大道,而欲速成。形如槁木,心若死灰,神识内守,一志不散。定中出阴神,乃清灵之鬼,非纯阳之仙。以其一志阴灵不散,故曰鬼仙。虽曰仙,其实鬼也。”有着类同的观点。见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 见成玄英《老子》“道之为物”疏。

重玄学添加了大乘佛教的观行法,在澄心定念的基础上作悟道的途径。于是,重玄学为道教修道成仙的理论加入悟道修心的方法。所体验的道,原来不仅是非有非无的道体,也更是众生本具的清静道性。重玄学引入佛教义理和概念,气观修定,神观修慧,都给与内丹修行的一大启示,这一点犹见于宋代南宗内丹思想中。例如,陈楠说仙有三等,分别为地仙、水仙及天仙;最高境界的天仙就以“身为铅,心为汞;定为水,慧为火”来界定其内炼素质。^①这些修仙观念的演变,绝对是佛教思想的影响。

2.6. 大小乘佛学的影响

隋唐佛教思想对内丹学的重要影响是肯定的。道教成仙理论的发展到了唐代出现了一个重大的转型,它不能再驻守于魏晋南北朝的神仙道教,一方面外丹在转形成仙的单薄理论再不能切合时代需要;另一方面,内丹要与外丹做出明显分别,不得不在心性工夫上注入更稳实的内容,佛教的“空”观、及“有无相遣”的中论,成就出一大批早期内丹学的文献。这些思想不断为钟吕丹道铺路。

外丹的失败、误伤人命等等不幸事,都把内丹推至成熟阶段。从外丹转到内丹,上述的不幸事无疑是内丹得以迅速发展的主因,然而,除了这个主因,中国哲学思维方式的转变也是不可忽略的部

^① 见白玉蟾:《修仙辩惑论》。佛教如天台宗智颢有以“止”为定,“观”为慧的止观修炼法门。

分。从外在追求长生不死,乃至逆转反求心性形躯的造化与觉悟,个中不无佛教哲学中以心性修炼作为主要追求的影响,而这个影响更是深远的。南北朝学术的主流思想,具有极浓厚的佛教心性论导向。这个时期呈现出佛道思想互相争辉的格局兼而出现两者思辨形态的比较。当时出现了佛教炼神而主无生,道教炼形而主有生的思想分歧。在整个佛道间相互吸收与相互影响的大形势中,道教内丹学的发展也随着整个思维的导向所左右。由于帝王对佛教的信任,与及各大高僧为佛教哲学大力提倡,佛教哲学在隋唐时期的中国哲学中得到领先的地位,成为主流哲学。尽管如此,道教在内丹塑造的雏形却也因此而得到较大的启动,由外而内的转化过程,恰恰与佛教对心性改造的哲学模式吻合,尤其禅宗心性学为道教内丹的思辨内容提供了新的理论材料。内丹学既保留着外丹一直对形躯追求的传统,随着佛教心性哲学的影响,内丹学核心内容顺理成章地加添了更扎实及更根本的内丹心性理论。炼心与炼神的强调,成为内丹学与前代外丹学所可划分开来的重要元素,这更进一步提升并强化原来外丹仅只炼形的诉求。更重要的是,炼形之外兼求炼性,性命双修在哲学层面更具稳固的基础。成仙理论得到哲学上的提升,相对于外丹仅为长生不死的单薄内容较具说服力。道教徒在追求仙路的当下,生理与心理均能得到理论上与实践上的指导,道教成仙之说更能立足于人性之中。

佛教在这个时期对道教神仙学说的影响主要有四。

第一,中观在重玄思辨所发挥的作用。

佛教教理讲“空”,道教教义论“无”。然经过南北朝佛教的影响,道教内丹学突显“空”的观念。隋唐出现了不少道经,在内容上反映了大乘空宗的渗透。例如《太上老君说常清静妙经》提到澄心

遣欲的问题时,也要求对空的遣除,所谓“观空亦空,空无所空,所空既无,无无亦无”,^①基本上是以佛教对空的概念置放于内丹功法上,但最后又回归至“虽名得道,实无所得”的道教式终极境界。^②另外《太上升玄消灾护命妙经》的“空即是空,空无定空;色即是色,色无定色;即色是空,即空是色”的色空观,^③在阐述既不执有,又不执无的“有无相遣”论之同时,即反映着佛教中道的重要思想。

佛教的中观直接影响初唐的重玄思想是三论宗。李荣在三论宗流行的蜀地成长,影响尤深。中观思想就是不偏不倚,例如推崇三论宗的吉藏说:“不偏在二边,故称中道。”^④事物的实相既不在有,也不在无,不落二边;只有不执二边,才能显现中道实相,即“非有非无称为中道”。李荣也借用这个中道观论玄,注老云:

至道不敝不昧,不可以明闇名;非色非声,不可以视听得。希夷之理既寂,三一之致亦空,以超群有,故曰归无。无,无所有,何所归?复须知无物,无物亦无。此则玄之又玄,遣之又遣。^⑤

“三一之致亦空”是视有为无。“无,无所有”与“无物,无物亦无”,同是二边不执之意,故此变为双重之遣;“玄之又玄”遂可被理解为“遣之又遣”。试看吉藏:

无有可有既无无可无。无有可有由无故有,无无可无由有故无。由无故有有不自有,由有故无无不自无。

① 见《藏外道书》(四川:巴蜀书社,1992),册3,页709。

② 同上注。

③ 见《正统道藏》,册2,页340。

④ 见《中观论疏》卷2本,《大正藏》卷42,页24。

⑤ 见李荣“其上不敝,其下不昧”注,载于《正统道藏》,册23,页553。

有不自无，故非有；无不自无，故非无。非有非无假说有
无。^①

李荣完全运用了中道观的论证方法。他的目的是把老子思想中的道体的超越性表达出来。而老子哲理结合了中道观，更显得道的绝妙意境。

李荣还应用重玄三一说，对老子的“希”、“微”、“夷”作注：

希、微、夷三者也，俱非声色，并绝无名，有无不足诘，长短莫能议，混沌不分，寄名为一。一不自一，由三做一；三不自三，由一故三。由一故三，三是一三；由三故一，一是三一。一是三一，一不成一；三是一三，三不成三。三不成三则无三，一不成一则无一。无一无三，自叶忘言之理；执三执一，翻滞玄通之教也。^②

可见希微夷三者在三一论之下，显出非常浓厚的中观不滞二边思想。最后达到破“执三执一”、显示“无一无三”的忘言之理。李荣对中观的欣赏程度甚浓，连吉藏的“病除药遣”的话语也照搬过去。吉藏说“一切众生皆是病人，佛为良医，法为妙药，僧看病人”，^③李荣说“借彼中道之药，以破两边之病”，也表示了“药本除病，病去药忘”之义。^④

第二，佛性说缔造了道性观念。

① 见《中观论疏》卷2本，《大正藏》卷42，页28。

② 见李荣“视之不见名曰夷，听之不闻名曰希，抟之不得名曰微”注，《正统道藏》，册23，页553。

③ 见《百论疏》卷上，《大正藏》卷42，页241。

④ 见李荣“道冲两用之或不盈”注，《正统道藏》，册23，页546。

南北朝时期佛教对人性作了深入的研究,所以有佛性论的出现。它是中国哲学史上继承玄学本体论,开展心性论的一个自然演变的结果。佛性之“性”在印度教原为“界”字,《瑜伽师地论》释“界”字为“因义……本性义……是界义”,^①佛性一词即是指佛之体性。慧远说:“佛性是佛之体性。”^②简单地说,佛性论是探究何谓佛?佛的本性是什么?众生能否成佛?成佛的根据又是什么?成佛的方法和修持是怎样等。佛性论的研究带动了道教徒对自身求道的问题上作了反省,尤其炼形成仙的理论上有重新检讨的必要。本来,早期道教徒以炼形为标榜道教的修炼模式,佛教则以炼心为其特征。例如刘宋时颜延之《庭诰》就有说明两者分别的说话:“为道者,盖流出于仙法,故以练形为上;崇佛者,本在于神教,故以治心为先。”^③在当时来说,所谓炼形,是“就深旷、反飞灵、糅丹石、粒芝精”;治心者,即是“辞亲偶、闭身性、师净觉、信缘命”等。^④及至佛性论的影响,道教徒便趋向以内在心性去追求成仙合道的根据和方法。王玄览便是一例。成玄英首先提出“真性”一词以明修心性之本源:“命者,真性惠命也。既屏息嚣尘,心神凝寂,故复于真性,返于惠命”,^⑤又云“习以性成,尚自宽闲,而况得真,何往不安者也”,^⑥复归性命本源处就是真性,得真即是得了真性。其实真性也就是道性,亦即道体,道之本体。成玄英的道,是宇宙

① 见《瑜伽师地论》卷56,《大正藏》卷30,页610。

② 见《大正藏》卷37,页827。

③ 见《弘明集》卷13。

④ 同上注。

⑤ 见《弘明集》卷1,页33。

⑥ 见成玄英:《南华真经注疏》,载于《正统道藏》,册28,页1-232。

的终极本体,也是认识的最高真理。道体有虚通之义,^①是空寂实相。这个讲法,如果用佛家语便是“真如”。天台宗三祖慧思就真如佛性明言不是习以成性而来,曰“此是理体,用不改之性,非习以成性也。故云佛性之大王,非造作法,焉可习成也!佛性即是净性,既不可造作故,染性与彼同体,是法界法尔,亦不可习成。”^②很明显,成玄英深受佛性理论所影响。由道性概念开出,佛教常用的概念如智境、定慧、法性、空、假空、毕竟空等也因此而带到道书里。例如《本际经》^③说的“一切法性即是无性,法性道性俱毕竟空”,是来自大乘空宗的思想。道体的概念已脱离传统“以无为本”的讲法。以毕竟空来诠释道作为一个本体,是超越一切因缘和合的条件。佛教的佛性论传入中土,是在原始佛教、中观思想和唯识思想之后,主要说明每个人都具备着一种潜藏的成佛能力,并肯定一切众生皆有佛性。王玄览认为,人本来就有道性,众生亦如是,“众生禀道生,皆与自然同”,又云“道中有众生,众生中有道”,^④人有道性,就是因为众生从道生,道使被生的人拥有自己的道。他的道性论启发自佛性论,但不同于佛性者,是佛性为众生本有,王玄览的道性是因众生从道生。道教的道是实有的本体,它有内在根据且对道教徒来说是真实的,修道了道以至成仙都是真实的经验;而且,与佛性论一样,众生都有得道成仙的潜在可能。

第三,心性修炼在神仙道教的重建。

① “虚通”见《本际经》:“道为圣本,本即道根,虽是一体,非无二源。道名独立,体自虚通;强字无待,远近息切。”

② 见《大乘止观法门》卷2。

③ 据武周时释玄奘《甄正论》说:“《本际》五卷乃隋道士刘进喜造,道士李仲卿续成十卷。”据近人考此书是众人作品。《本际经》是隋唐之际重玄之道的重要著作。

④ 见王玄览《玄珠录》,载于《正统道藏》,册39,页722-42。

唐代神仙观与前代不同处,是内在修心炼性工夫的重视,主要原因是佛教强调“治心”的影响。整个唐代,由初唐至唐末,有关了道成仙说的理论都连着修心讲。他们一致认为,心可以通于道,道体要凭心去体悟。这个心,静者为心,动则为神。气是心的动,是道的呈现;道体,则存在于心的空寂处。王玄览认为,心与性的关系非常密切,性是心的呈现;从本源看,心所呈现的是正性。他说“人心之正性,能应一切法,能生一切知,能运一切用,而本性无增减”,^①即是说人心的本性就是正性,心对应的世间万物,都能产生一切认知,但心本身并无任何增减的改变。另外,他又以“实性”来表现道体:“实性本真,无生无灭。”^②此“实性”就是佛教的“法性”;而无生无灭的实性,就是空寂澄明的道体。

其他唐代道经也有着佛教影响的痕迹。在工夫追求上采取炼心达道的论说,例子如下:

1. 《无上秘要》卷42引《洞真太上隐书经》云:“夫仙者心学,心诚则成仙。”^③

2. 《大道论·心行章》“修道即修心也”,“修心即修道也。心不可息,念道以息之;心不可见,因道以明之。善恶二趣,一切世法,因心而灭,因心而生。习道之士,灭心则契道。”^④

3. 《太上老君说常清静妙经》:“常能遣其欲而心自静,澄其心而神自清。”又云:“内观其心,心无其心;外观其形,形无其形;远

① 见王玄览《玄珠录》,载于《正统道藏》,册39,页722-42。

② 同上注。

③ 见《无上秘要》,载于《正统道藏》,册42,页161-626。

④ 见《大道论》,载于《正统道藏》,册38,页626-37。

观其物，物无其物。”^①

4.《太上老君内观经》云：“心则神也，变化不测，故无不定。”又云：“道以心得，心以道明。”^②

5.《洞玄灵宝定观经》云：“唯灭动心，不灭照心；但凝空心，不凝住心；不依一法，而心常住。”^③

第四，大乘佛教强化神仙道教普度众生的观念。

普度众生的问题，出自佛教有关“自度”及“慈悲普救”的概念。大乘菩萨道有自利利他的修行。唯心净土说认为即心即佛，心外无净土，人只能够自度，靠自己觉悟来解脱，所以强调自性自度。西方净土说则视极乐世界乃佛为济度众生而以愿力化成之清净乐土，因而提倡以信愿行为宗，强调“乘佛愿力”，仰仗于菩萨的慈悲普救。主张唯心净土说的是禅宗，宣扬西方净土说的是净土教。净土教通过念佛修行，乘佛愿力而得往净土，无须依靠自力，也不必历世苦修，只要信仰弥陀，然后发愿，加上念几声阿弥陀佛，阿弥陀佛便会来迎接念者到西方极乐净土去。阿弥陀佛之所以来，是因为他在因位时曾立了宏愿，誓济度一切愿意往生净土的人。净土教的思想有现实的需要，因为在现实生活中，客观环境与人的主观意愿往往有冲突，人不能靠自力来解决问题，借助外力是有现实需要的。相反，禅宗却认为“众生即佛，佛即众生，众生与佛，元同一体”，^④既然众生即佛，何来外力普度？所以禅宗主张个人的自性自度。

① 见《藏外道书》（四川：巴蜀书社，1992），册3，页709。

② 见《云笈七签》页94-5。

③ 同上注，页95-6。

④ 见《黄蘗断际禅师宛陵录》。

这种自利利他的菩萨道也是普遍心理的表现,也反映了人类道德心性的最高操守。中国文化思想史中自古就有宣扬这个最高价值。儒家的修身、齐家、治国、平天下,明显是自利兼利他的讲法。独善其身和兼善天下恰恰就是中国式的道德修为模式,儒道是一致的。只是,在道教的神仙理论当中,从来都未发展到这个观念。道教的成仙说始于个人的天人合一,由自身的起点开步。纵观成仙之路的发展,个中经历不同的时代背景及文化思想的渗透与融和,都不离这个单一个体的修行对象。由于修行事属于个人,自然不会出现对第三者的关注。对于这个理解,我们从历史发展便看得清楚。总之,修仙之路是个人的事。

不过,站在道德价值的角度看问题就不同了。个人的道德心性有无限延伸的能力,修身必会扩展到普天下的理想。神仙的逍遥快活必然属于利他的价值观,因为成仙就意味对道的体现,而道又是“常”、又是“公”、又是“王”、又是“天”、又是“久”。^①与道同体的神仙观,是无限的,是超越的,也非人类心智所能理解的。^②老子亦强调“修之于身,其德乃真;修之于家,其德乃余;修之于乡,其德乃长;修之于国,其德乃丰;修之于天下,其德乃普”,^③道家的利己利他相兼思想是鲜明的。那么,神仙观念又怎会出现自利而不利他的价值观呢?这不是自相矛盾吗?

然而,神仙观念的发展过程当中,确实有过备受批评为“只求度身,不念度人”的狭隘观念。正如前面论过,魏晋时期的地仙被批评为不作善功,但求自度,不务斋戒,贪恋好乐的小乘之道。这

① 《老子》第16章:“知常容,容乃公,公乃王,王乃天,天乃道,道乃久。”

② 依传统道家的讲法,“道可道非常道”是超越心智所能理解的。

③ 见《老子》第54章。

个批评的对象应当是那些追求地仙的人,即是俗人对成仙观念出现偏离,追求态度出现问题,而不是神仙本身的价值观有问题。

纵使我们对神仙的看法,本来就不应该用常人的价值观念去量度,正如我们不能说清楚道是什么一样,但作为一个宗教理想,神仙除了逍遥快活的一面需要展示之外,它的出世价值观是有必要向凡俗交代的。佛教做到了这点,说清楚菩萨道要回馈凡间,完成其悲愿广度世人,令更多人得以共赴彼岸。道教对这一个重要观念的醒觉早在《灵宝经》已看到,神仙的价值不应止于小乘的地仙之道,而是大乘的天仙之道。碍于道教成仙之说不能脱离个体成道的框框,既度己又度人的观念并没有因历史和文化的演变而受到重视。一直至唐代,道教在佛教思想强大的渗透之后,许多概念出现改变,老庄思想加入中观与重玄学,道体与道性的思辨形态全部重新注入新元素,神仙观念的利他主义,在大小乘佛教的影响下,普度众生的观念不得不再度重唱。

这个普度众生观念的重提,展现于钟吕内丹道的“五等仙”架构上。《钟吕传道集》云“仙有五等,法有三乘”。三乘者,是小、中、大三乘。五等者,是鬼仙、人仙、地仙、神仙、天仙。若以三乘法分五等仙,则“人仙不出小成法,地仙不出中成法,神仙不出大成法”。^①而五种不同的仙又各自有不同的性质,称“鬼仙不离于鬼,人仙不离于人,地仙不离于地,神仙不离于神,天仙不离于天”。^②在钟吕丹道来说,神仙的境界是造命工夫的完成,天仙只不过是神仙之后,再积功累德而提升的进级境界。我们试看两者的分别:

① 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 同上注。

神仙者，以地仙厌居尘世，用功不已，关节相连，抽铅添汞而金精炼顶。玉液还丹，炼形成气而五气朝元，三阳聚顶。功满忘形，胎仙自化。阴尽阳纯，身外有身。脱质升仙，超凡入圣。谢绝尘俗以返三山，乃曰神仙。^①

至于天仙，则是：

地仙厌居尘世，用功不已，而得超脱，乃曰神仙。神仙厌居三岛而传道人间，功行满足，受天书以返洞天，是曰天仙。^②

神仙要传道人间，并要努力于功果，做到“道上有功，而人间有行”，方为天仙。所谓功行或所传之道，只是人世伦理道德行为的结果。神仙等到功行果满，上天自然有使者召入洞天，天仙即成。

神仙思想经过上述条件的渗入，唐末以后出现的神仙故事似乎较前代有了极其不同的流传。本来，先秦以至魏晋神仙思想的核心是超离苦涩人间，享受于逍遥快乐的仙界里。神仙所处的居所是“前有明堂，后有绛宫”，并且是“巍巍华盖，金楼穹隆”的辉煌“别墅”。^③神仙是一种独立于俗世苦难以外的出世实体。有趣的是，唐末以后的神仙却回归到俗世中，参加解救俗世的苦难，并分担众生的业和障。这种神仙的入世形象开始出现于北宋的神仙传记中。

① 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 同上注。

③ 《抱朴子内篇·地真》借“一”以述神仙境界云：“一在北极太渊之中，前有明堂，后有绛宫；巍巍华盖，金楼穹隆；左是右魁，激波扬空；玄芝被崖，朱草蒙珑；白玉嵯峨，日月垂光；历火过水，经玄涉黄；城阙交错，帷帐琳琅；龙虎列卫，神人在傍……”见《抱朴子内篇校释》，页324。

《续神仙传》有一段记宜君王老的故事,由于王老夫妻二人“颇好道爱客,务行阴德为意,其妻亦同心不倦”,忽有一衣衫褴褛的道士到访,王老夫妇对他招呼殷勤,及后道士患了恶疮,王老“乃求医药,看疗益加勤切”,终被道士引导全家升天。^①这表明两个重点:一是神仙的真实存在,另一是神仙会下凡进行道德教化,为有德行的人普度。

《续神仙传》记神仙曹德休,自称从东海青屿山来,游江西。有人见他的容貌三十年未改,并“常行民间,有疾者,以符药救之,无不愈”。^②这是神仙到来人间帮人解脱病苦的故事。

又一则相似的故事,载于《神仙感遇传》,记张士平夫妇患瞽疾,屡医不治。他们便“祷醮星辰,以祈神之佑,年久,家业渐虚,精诚不退”,后有书生为其治疾,得愈。书生云:“吾非世间人,太白星官也,以子抱疾数年,不忘于道,精心祷醮,上感星辰,五帝星君使我降受此术,此祛重病,答子修奉之心。”这是表达神仙会来普度度心信道的人。

在道书记载中的吕祖^③,就是神仙之一。他宁愿在世间广传道德,而不汲汲于成为天仙;这可能是民间流传其众多灵验事迹的原因。^④有关吕洞宾的神灵显化,《夷坚志》一书就收录了近三十条之多。

从众多神仙故事当中,我们可以发觉神仙再到人间,有不同的

① 见《续神仙传》,《云笈七签·卷113下纪传部·传》,《云笈七签》页705。

② 见《续神仙传》卷下《曹德休传》。

③ 吕洞宾又叫吕祖,由于民间多奉他为祖师,故称吕祖。

④ 《吕祖志》卷1载《真人本传》言,其师钟离权将升仙,吕洞宾再拜云:“岩(即洞宾)之志异于先生,必须度尽天下众生方上升未晚也。”

任务和意义。有些是嘉许积功累德的人,有些是为善人疗病驱灾,有些是完成世人忠孝意愿,有些是直接表达神仙的确存在于凡尘之间;不论目的如何不同,这些神仙故事都有普度济世思想。这些思想自五代以后至今,依然深深地道教信仰中标志着神仙的利他主义,可能就是唐至五代大乘佛教在道教神仙思想所根植的菩萨道有关。

2.7. 内丹成熟的历史契机

由外丹引导出内丹文化,从文化思想的转变所带来的价值观念的转变是最需关注的问题。人们对长生不死的改观,除了历史因素之外,内丹的哲理本身也同样经历了很长时间的演变和发展,其理论根源可追溯至老子的道论和前期的气论思想。值得注意的是,由外丹转往内丹的过渡之中,其宗教意义并无遗留,相反,在追求长生不死的终极来说,内丹学的心性理论,成为神仙信仰的支持和原动力。由于心性思维更具哲学基础和理论建构的条件,故内丹学能在文化思想史上占一席位,成为道教修炼的手段与目的。可见内丹的出现实非偶然。

如果说内丹兴起于唐末五代,严格来说,只是一种欠缺理据的讲法。在五代以前,根本上没有任何人积极提倡内丹修炼,从而使内丹修炼发展成为一种风气。而唐末五代的有名高道如崔希范、谭峭、陈抟、钟离权、吕洞宾、彭晓、施肩吾、刘操等,大多隐居独处;即使有别具风格及完整体系的修仙工夫,也鲜有人世广为宣传。然而,反观外丹的失败及其对文化思想发展的影响,却是明显而严

重的。

从唐代外丹术衰落的发展即可看到内丹学冒起的契机。五代十国是外丹术走下坡的时期。当然,这个问题最好由魏晋南北朝神仙道教在上层知识分子的活跃鼓吹并继承先秦以降的金丹服食思想开始讲起。葛洪的成就,把道教士族化、知识化、系统化,及哲理化,都是有目共睹的。他大力提倡服食金丹,并提供制炼方法,刻意高捧还丹、金液为仙道之极。^①其实,历史就可以告诉我们,这些金丹大道只不过是秦汉遗留下来的方士方术,葛洪只是把小电影搬上大银幕,把甘草说成灵芝。当然,葛洪的金丹大道有过一番理论上的重整。在他苦心经营之下,外丹在修仙的重要性更有说服力,更被士人贵族所接受;另一方面,这个所谓成就,全因为他对金丹服食之推崇,间接导致唐代六位皇帝的中毒身亡。^②由此,士人贵族向往长生不死而那荣华富贵不衰不灭的理念就需要重新估量。在葛洪之前,过去成仙之路上遇到不少挫折,金丹服食的结果是死多于仙。虽然如此,葛洪一方面把一些神话故事真实化,^③又把致死的个案包装为“尸解仙”。^④对于这方面的改造,我们不能不

① 《抱朴子内篇·金丹》：“抱朴子曰：余考览养性之书，鸠集久视之方，曾所披涉篇章，以千计矣，莫不皆以还丹金液为大要者焉。然则此二事，盖仙道之极也。”见《抱朴子内篇合校》，页70。

② 唐代有六位皇帝因服食外丹中毒身亡：太宗、宪宗、穆宗、敬宗、武宗、宣宗。

③ 例如《黄帝九鼎神丹经》曰服丹可至与天地相毕。《论衡·道虚篇》力辟道家以为服食药物能延年度世为虚妄；但葛洪认为“黄帝服之，遂以升仙”是真确，服神丹“令人寿无穷已，与天地相毕，乘云驾龙，上下大清”，只是“无仙骨之人，不可得见此道”而已。见《抱朴子内篇合校》，页74。

④ 《抱朴子内篇·论仙》：“下土先死后蜕，谓之尸解仙。”葛洪举李少君为尸解仙一例。又举费长房及李意期两弟子之棺只有丹书符杖，但死后数年，有人见过两弟子于郢县，葛洪认为皆是尸解仙。见《抱朴子内篇合校》，页20。

折服于葛洪的才华,与其对道教的深切期想。作为对长生不死的追求者来说,或者在理性上相信葛洪的“所常履者未若所不履之多”、“所尝识者未若所不识之众”,^①但在感性上,仍对金丹之效验产生怀疑。这个怀疑不可能历世不变,因为时代文化思想都不断演变。尤其中国文化传统对知识的认受性在乎经验多于辨说这一点来说,即使金丹服食可有举形飞升的理论阐述,若它未得到经验个案正面的支持,一定会被历史所淘汰。

自东汉以来,一大批学者为道教金丹思想做了一次重大的巩固。东汉有魏伯阳、东晋有葛洪、南梁有陶弘景等,都是非常出色的有识之士兼道士。他们奠立的金丹大道,包括外丹与内丹都有新的见地;不过,从影响力来说,仍算是外丹的天下。内丹之说,魏伯阳的《周易参同契》实已用隐晦之辞说了很多。《周易参同契》的注本^②甚多,历代注释有数十家,有以内丹说之,有以外丹说之,但一般人认为它用于外丹为多。很奇怪,在晋、南北朝的金丹术皆不用此书。及至唐代,好内丹者却多推崇《周易参同契》为内丹要籍。宋代的南宗、北宗更加以此书为内丹主要经典。^③《周易参同契》之所以为后世内丹家所采纳,是因为魏伯阳在当时流行众多神仙方术之中,只肯定两种:一是炼服还丹,见之于上篇有关还丹之文;另一是炼养神气,见之于有关炼养自身阴阳之文。因为后者是内丹

① 《抱朴子内篇·论仙》:“虽有大章竖亥之足,而所常履者,未若所不履之多。虽有禹益齐谐之智,而所尝识者,未若所不识之众也。”见《抱朴子内篇合校》,页12。

② 《周易参同契》注本首见于题名为葛洪着之《神仙传》。《旧唐书·经籍志》丙部五行类有2卷,〔宋〕郑樵《通志·艺文略》第五,载注本19部31卷,多亡佚。唐宋以后,《四库全书总目》道家类收入6部16卷,明正统《道藏》收入11种。

③ 见陈国符:《道藏源流考·说周易参同契与内丹外丹》(台北:古亭书屋,1975),页445。

修炼之必用,故《周易参同契》被内丹家所推崇,被奉为万古丹经王。卿希泰认为:

魏伯阳在《参同契》中,既肯定外丹,又肯定内养,在肯定以铅汞炼丹的同时,又批评了那些“杂而不同种”药物炼丹的失误;在肯定炼养精气的同时,又批评那些内思食气弄得疲倦恍惚的不正确作法。后世主外丹者或主内丹者都可以从中受到启发,找到根据,借以发挥自己的见解,因而受到极大的重视,被尊为“万古丹经王”。^①

由于《周易参同契》隐显异文,而大小宇宙之理同一,论炉火之运化,必以天地之运化为鉴;论人气在身中之运化,亦以天地之运化为本。内外丹理论同本同源,虽语带相关,或借外言内,都不离本源。例如书中说:“上德无为,不以察求。下德为之,其用不休。上闭则称有,下闭则称无。无者以奉上,上有神德居。此两孔穴法,金炁亦相须。”所谓“此两孔穴法,金炁亦相须”,彭晓注云“谓水火阴阳二气,双闭相须而成神药,余无别径也”,明显是指人体内气上下相接之义。又例如“金为水母,母隐子胎。水为金子,子藏母胞。真人至妙,若有若无。仿佛大渊,乍沉乍浮。退而分布,各守境隅。”即使彭晓以外丹注此段,^②但最后仍补上一句云“魏公述此一章,深明内象,视听不及,真精希夷出没之状也。玄妙哉!神圣哉!”^③在这个五代彭晓对《周易参同契》的理解中,有一点想说明

① 见卿希泰:《中国道教史》(四川:四川人民出版社,1992),卷1,页145。

② 彭晓注此段为:“水者金子,子藏母胞,谓黑铅变质而寄位西方,为白虎金胎,水含金而复藏质于金,胞中真水银是也。”主要用外丹注解。见彭晓《周易参同契分章通真义》第22章。

③ 见《周易参同契分章通真义》第24章。

的是:《周易参同契》所言内气真精之运布确有功效,值得推崇。这可反映《周易参同契》思想仍然是五代时期内丹思想的主要影响。

由神仙道教发展至内丹的修炼,个中并不是一蹴而就的。内丹修炼工夫虽然始于唐代,但“内丹”概念早于隋朝就已形成。隋朝青霞子苏元朗是把“内丹”概念带到天下的第一位道教徒。据《罗浮山志》记载,苏元朗曾学道于江苏句容茅山。开皇年间他到罗浮山青霞谷修炼大丹,其弟子谈及一位叫朱真人的服芝而仙,便议论灵芝有春青、夏赤、秋白、冬黑种种,认为产于嵩山,远不可得。苏元朗闻说笑之,认为灵芝在人们身中,要归神丹于心炼。道教徒始而知世上还有内丹一说。苏元朗亦有《太清石壁记》、《旨道篇》、《龙虎金液还丹通元论》,是阐述内丹之著作。然而,教外作为佛教天台宗三祖的慧思(515-577)比苏元朗更早就提出修“内丹”的概念,《南岳思大禅师立誓愿文》说:

我今入山修习苦行……为护法故求长寿命,不愿升天及余趣。愿诸贤圣佐助我,得好芝草及神丹,疗治众病及饥渴,常得经行修诸禅。愿得深山寂静处,足神丹药修此愿。藉外丹力修内丹,欲安众生先自安。^①

虽然首倡内丹的人是佛教徒,从文化思想相互影响的角度而言,这都是很自然的事。天台宗本身就有《摩诃止观》、《童蒙止观》(《修习止观坐禅法要》)等著作,它们亦都引入不少道教练养术及理论。慧思在《立誓愿文》中也表达了欲求长生的期望,以“为护法故求长寿命”作为人生价值的追求。纵使“不愿升天及余趣”,^②相

① 见《大正藏》卷46,页789。

② 同上注。

对于佛教认为肉体以至生命是缘起性空的价值观来说,这个思想却是别有意义的。

有内丹名称的出现,也不能代表内丹之始;内丹名称之未见,又不能代表内丹之未始。内丹是工夫,也富哲学意义。如果就工夫言,内丹工夫的出现比其名称的出现更早。如果就哲学涵义来说,一种含有内丹哲理的工夫比一种内丹工夫的出现更要早。前者出现于葛洪在《抱朴子内篇·微旨》中引述当时炼气工夫的口诀云:

或曰:“愿闻真人守身炼形之术。”抱朴子曰:“深哉问也。夫始青之下月与日,两半同升合成一。出彼玉池入金室,大如弹丸黄如橘,中有嘉味甘如蜜,子能得之谨勿失。既往不追身将灭,纯白之气至微密,升于幽关三曲折,中丹煌煌独无匹,立之命门形不卒,渊乎妙矣难致诘。此先师之口诀,知之者不畏万鬼五兵也。”^①

这里见到“中丹”名称出现,“玉池”、“命门”及曲折的“幽关”等。意思是,开始有阴阳二气,二气交成为混沌一气。最初舌下有津液泛出,吞之至肺,连着一股气团,大如弹丸,色黄如橘生出,口中津液味甜如蜜,小心不要失掉。再有纯白之气出现,愈来愈微细绵密,经过肠胃升到中丹田,固守着它,是生命之门,将使形体不朽。葛洪称之为“真人炼形之术”,其实这就是唐宋时期描述之内丹行气法。纯白之气就是阳气,钟吕内丹称之为“正阳之气”。^②

① 见《抱朴子内篇合校》页128。

② 《钟吕传道集·论龙虎第八》:“肾水生气,气中有真一之水,名曰阴虎,虎见液相会也。心火生液,液中有正阳之气,名曰阳龙,龙见气相合也。”真气又叫正阳之气。

战国的《行气玉佩铭》就是富有内丹哲理的炼气工夫。当中有“下则定，定则固，固则萌”，“萌”是萌生什么呢？其实就是说有新生之气萌生，所萌者就是“真炁”，“真炁”就是钟吕丹道中的“内丹”。^①如果单用导引或吐纳工夫看，《行气玉佩铭》在说明气的循经导引就够了，它提到萌生真炁，可见内丹之哲学义理早在战国就出现了。^②

金丹服食带来极大的负面影响。除却外丹术带来了科学黄白术、医药学的崭新发展，丹药的失败在历史上留下了一个不可洗刷的污点。如上所言，唐代有六位皇帝因服食外丹中毒身亡。帝王之外，还有其他官僚、大臣、平民和百姓，死者无数。金丹之道自李少君、魏伯阳、葛洪等大师的提倡，一直都是道教徒及道教以外人士所追求的手段。葛洪、陶弘景以至唐代的孙思邈都认为导引行气、房中、服饵草木可以延年致寿；但要成仙，则惟有服食金丹才能达到。^③晋唐之际，服食之风炽盛，统治阶层及士大夫中服食金丹竟成一时之风尚，愈演愈烈。魏晋士人热衷于“五石散”，所谓五石，即礞石、紫石英、白石英、赤石脂、石钟乳。礞石是硫黄铁矿石（ FeAgS ），又叫毒砂，是一种含砷的有毒矿物。若追求者长期服食，会严重中毒，直至死亡。而金丹本身就是以丹砂、汞、铅等材料炼制而成，都属于有毒金属，服之会中毒身亡。据《真元妙道要略》记

① 《灵宝毕法·烧炼丹药第四》：“真阳比心液中真气，真阴比肾气中真水。”当真气交真水即内丹。

② 有关《行气玉佩铭》的讨论，参看本论文第二章第2.1节“先秦的神仙”末段。

③ 《抱朴子内篇·释滞》：“欲求神仙，唯当得其至要，至要者在于宝精、行炁、服一大药便足，亦不用多也。”《抱朴子内篇·对俗》又云：“服丹守一，与天地毕。”分别见《抱朴子内篇合校》，页149及47。汉末阴长生《自叙》云：“不死之要，道在神丹。行气导引，俯仰屈伸。服食草木，可得延年，不能度世，以至於仙。”

载丹毒症状,是这样:

凡初服丹之时,心意纯闷,梦寐不祥者……或梦呕吐鼠类及乱发茅聚淤泥,身手之上有大疮,内有蜘蛛、蜥蜴走出;又梦阴茎朽落并大便恶物者……。

在《真诰》中也有记道士服金丹后的结果:

或有再酖琼精而叩棺,一服刀圭而尸烂。鹿皮公餐玉华而流虫出户,仇季子咽金液而臭闻百里……墨秋咽虹丹以投水,宁生服石脑而赴火。

这都是金丹之道带来的惨酷灾殃。外丹服食追求长生不死的传统信念,经过了无数死伤者的验证而破灭。这在道教的发展而言,无疑是一个重大的打击,是直指作为一个宗教终极追求的蹂躏。以长生不死为核心信仰及追求对象的道教徒来说,面对这个沉重的打击和危机意识,不能不在理论及思维上重新做出探究与定位,谋求新的出路。

不独非道教徒对金丹术表现怀疑态度,就连道教徒本身也怀疑起来,《悬解录》云:“金丹并诸石药各有本性,怀大毒在其中。道士服之,从羲轩已来,万不存一,未有不死者。”^① 中医药用的朱砂,本来有镇心安神之功,《神农本草经》谓朱砂“主身体五脏百病,养精神,安魂魄,益气明目,杀精魅邪恶鬼,久服通神明不老。能化汞”。虽然如此,仍有道教徒连药书也不相信。《黄帝九鼎神丹经诀》载:“人见《本草》云,水银是丹砂之魂,因丹而出。末既有毒,

① 见该书,页2。

本岂无毒？”^① 他们相信，制造出有毒的水银的东西——朱砂，必然有毒。这里又似乎反映逻辑理性再一次败于信心底下。当大时代相信金丹服食可长生不死，即使事实死了许多人，仍然有大多数的人风靡而服食；当大时代相信金丹服食可令人致死，即使药物有用但又与金丹连上关系的话，这些药物也必然列于黑名单之内。

要长生不死，甚至羽化飞仙，作为一种信仰来说，是无从批评的；因为任何一种宗教都存在着其非理性部分。若以一概论断神仙不存在，又必会堕入葛洪嘲笑的对象：“聋者谓之无声”、“瞽者谓之无物”。^②既然不能证明没有神仙，且宗教本质亦容许存在其非理性部分，那么道教徒对长生不死的追求是自然而然的事；且在整个追求的过程中，神仙信仰对文化的贡献是极大的。求仙方法最少为人们带来养生、健康与长寿，身心安泰，怡情养性，造福社会。但是，以服食金丹以致身体伤亡一事来讲，则非任何宗教信仰所能接受的后果。服食金丹后中毒的事愈来愈多，丹道不得不反求于己。这个转变虽然看似属于社会问题，但其本身却有内在的演化过程。历史背景作为催化剂，内丹的哲学理论又趋成熟，种种条件的配合使钟吕内丹突现于道教文化的核心修炼之中。外丹转到内丹的过程，蕴含着诸多曲折的思维转换和宗教式的神秘经验。从丹道哲理及其文化呈现看内丹的成熟期，我们不能单就历史经验来赋予内丹在文化发展中一个席位；更重要的是，内丹的哲理本身，也经历了长时期的调节、吸收和演变。这些理论植根于道家论道之渊源：老子思想的启迪和前代气论的基础，都是钟吕内丹的宝

① 见《黄帝九鼎神丹经诀》卷13，页1。

② 见《论仙》，《抱朴子内篇合校》页13。

贵资源。从宗教角度去探究,当一种信仰出现危机,另一种更具稳固基础的信仰模式代之而起。从人性的角度去探究,当远求于外的追求无法满足时,人只好回来另觅新蹊。从文化思想史的角度去探究,一项文化思想必会受其他同时的思想所影响而不断做出调整。从形而上的思辨去研究,玄性的内蕴往往令人锲而不舍地追求下去,就如任继愈说:“愈是空灵、精妙,它设下的陷阱自然愈有诱惑力。”^①钟吕丹道也因之而应运而生,也因之而更具诱惑力。

① 见任继愈:《中国道教史》(上海:上海人民出版社,1997),页441。

第三章 钟吕丹道的旨要

上文是从历史发展的角度去探讨引致钟吕神仙观念的形成的各种因素,但钟吕内丹思想中的理论体系,本质上源自老子思想。因此,若要论述钟吕丹道的旨要、及丹道中道德的根据,我们必须从其思想本源处下手,看看老子思想的道德观及其辩证思维方式,如何影响整个钟吕丹道的理论系统。

老子思想中的道与德两概念,是钟吕丹道在论说“元阳”及“阳神”时所继承的两个重要概念。而老子思想中的玄性思辨,明显被钟吕引用为论说阳神之所以出有入无的根据。此外,在钟吕讨论元阳同时禀赋着道之本体和本源两种意义时,我们不难看到这种论说又是老子思想中本体论和宇宙论的延伸。这些都是讨论钟吕丹道不可忽视的重点。因此,有关这些老子思想、及这些思想所影响的钟吕内丹思想,都会在下面作详细的分析和讨论。

3.1. 老子思想的影响

3.1.1. 老子的道德观

老子开出道家文化,道教亦以老子为教宗,以其思想为道教教义。内丹文化思想中的心性修炼本源于老子的“致虚守静”工夫;而内丹炼命至虚无人道的可能性,亦全凭老子“有无相生”思想提供逆修的全盘肯定。所以,若要研究内丹文化,我们必须对老子思想有充分的了解。钟吕内丹思想本源于老子思想,故本章论钟吕丹道的旨要,也由老子思想的影响开始探讨。

老子是道家最早的代表人物。有关老子其人及其书的问题,前辈学者有各种不同的看法。《史记》所载的资料算是最原始的根据,《史记》卷 63《老子韩非列传》云:

老子者,楚苦县厉乡曲仁里(今河南鹿邑)人也。名耳,字聃,周守藏室之史也。孔子适周,将问礼于老子。……孔子去,谓弟子曰:‘……吾今日见老子,其犹龙邪!’……至关,关令尹喜曰:‘子将隐矣,强为我著书。’于是老子乃著书上下篇,言道德之意五千余言而去,莫知所终。^①

① 见司马迁:《史记》(北京:中华书局,1989),页 2139-2141。

又云：

或曰，老莱子亦楚人也。……盖老子百有六十余岁，或言二百余岁。……自孔子死之后百二十九年，而史记周太史儋见秦献公。……或曰，儋即老子，或曰非也，世莫知其然否。^①

太史公站在史家的立场，采用较客观的态度，把有关老子身世之谜及各种可能的传说一一记下，然这个存而不论的身世问题，却成为后代学人争论的根源。譬如，胡适认为老子先于孔子，^②而冯友兰却认为老子应在孟子之后等。^③至于《老子》一书（或名《道德经》）的成书年代问题，亦众说纷纭，当中有劳思光认为《道德经》为“后人窜改者甚多”，^④而冯友兰则以为此书“不能必谓成于一人之手”。^⑤近年有郭店楚简的考古发现，王中江认为简本的发现更证明今本《老子》的确是老子所作。^⑥郭沂认为今本《老子》的作者是太史儋，而简本的作者才是老聃。^⑦当年太史儋把老聃书纳入为

① 同上注，页 2141 - 2142。

② 见胡适：《中国古代哲学史》（台北：商务印书馆，1961），卷 1，页 43。

③ 见冯友兰：《中国哲学史》（北京：中华书局，1992），上册，页 210。

④ 见劳思光：《中国哲学史》（香港：崇基书局，1968），卷 1，页 153。

⑤ 见冯友兰：《中国哲学史》，上册，页 213。

⑥ 见王中江：《郭店竹简〈老子〉略说》，载于姜广辉主编：《郭店楚简研究》（沈阳：辽宁教育出版社，1999）《中国哲学》第 20 辑，页 108。

⑦ 郭沂：“本文考察的结果是，简本《老子》不但优于今本，而且是一个原始的、完整的传本，它出自春秋末期与孔子同时的老聃；而今本《老子》则出自战国中期与秦献公同时的太史儋。”见其论文：《楚简〈老子〉与老子公案——兼及先秦哲学若干问题》，《郭店楚简研究》页 119。

自己的著作,再加增写,使今本与简本不同。^①

总而言之,老子其人既不可知,其书亦难于论断。本论文只从《老子》的义理方面做出研究而已。即是说,本论文只就《老子》的思想精神做出研究和分析,并以《老子》作为老子思想的具体内容。凡文中言“老子思想”,即指《老子》一书中的思想;而所谓“老子的道”,亦即是指《老子》一书中所谈及的道。

老子的终极关怀,表现于其对道的追求和了解。人类文化思想发展出宇宙观,反映人类在自身的本源问题上,期望取得安身立命之所;而本体论就是期望自身存在的依据得到圆满的答案。这些都是有关性命之学,道家的方向如是,道教亦如是。道教在追求上表现得更为积极,修性炼命成为工夫和手段,最后达致天人合一、与道同体的神仙境界。

老子的道德观不同于儒家,他对宇宙万物有一套特定的看法。他认为“道生之,德畜之”,^②形质万物皆因道而生,经过生成后而为物质;物为道所生,物即是道之呈现,道呈现于物中而为德,故德也即是道之呈现。王弼注云:“道者物之所由也。德者,物之所得也。”^③这是说,万物得道之体而成形。成形以后,道体又内在于各物之中,老子称这个内在的道体为德。对于这个问题的理解,我们或可参考近代学者徐复观的看法,他认为“道与德,仅有全与分之别,而没有本质上之别”。^④“全”即是一,谓之道;“分”即是多,

① 郭沂认为:“当年太史儋将老聃纳入自己的著作,将两个人的作品熔为一炉,久而久之,人们便很自然地把两书误为一书,把两位作者误为一位作者。”《郭店楚简研究》页141。

② 见《老子》第51章。

③ 王弼注本见《老子四种》(台北:大安出版社,1999),页44。

④ 见《中国人性论史》页338。

谓之德。简单地说,道与德的关系,就是由一而多、由全而分、由隐而显的关系,两者本质上并无不同。道为人与物的形而上之本体;道既生成人与物而有德,故德就在形而下中体现。道之呈现过程顺乎自然,个中并无主宰性,亦无人格化的神在背后驱动,也无西方式的上帝存在,所谓“象帝之先”,^①只是宇宙万物的根源的描述。钟吕丹道秉承这个道论,发展为内丹学说的“天人合一论”。

老子开创了有关道的哲学,影响深远。老子思想包括有由道开始以至对德之论述、道德之间的互维关系、圣人如何通过对道与德的掌握从而治国平天下等等。这些论说,相对于老子之前的中国传统文化传统,是较集中的、有系统的,而且是极具价值的。老子论说的范围不离道与德,成功表现出一派道德观的特色。它最大的突显处,是以“道法自然”为前提,^②以“德即道的呈现”这种方式来论述万物的德。这个传统不但确立道家论道的独有体系和思想特点,更反映老子在中国哲学所展示的深远影响。

所谓“天道自然”^③,可以理解为道的本性,是道之所以为道的最高高度。^④从这个高度俯瞰万事万物的发展和变化,这些事物的发展和变化就是道之呈现,当中并无主宰性,而道又潜存于每个变化当中,从而确定每个变化都有着所谓“道”的规律。^⑤然而,这些规律与每个存在的个体之间,却没有半点有为的驱使,它只是自然

① 见《老子》第4章。

② 《老子》第25章:“人法地,地法天,天法道,道法自然。”

③ 这里所讲的“自然”,并不是自然科学的自然,而是前文“道法自然”的“自然”,是自然而然的“自然”。

④ “道可道,非常道”,道的本性本不能道,为行文方便,姑且道之。而怎样才是道的最高高度,也有语病,此亦方便权说而已。

⑤ 道的呈现并无主宰性,因为万物的发展规律是“常自然”的。

而然地做出那个变化或那个发展。

从道法自然出发,老子很清楚地说明道与自然之间的关系。老子一句“道法自然”,就带领着他整个哲学体系。^①“万物莫不尊道而贵德,道之尊,德之贵,夫莫之命而常自然”,^②事物在自然而然的状态就是事物最朴实的状态,也就是道的原初呈示状态,^③合于道而应于玄。万物之所以能够“尊道”和“贵德”,是因为万物本有这种形态,万物含藏着道的本体。既然万物存在着道之本体,而道又法自然,对于万物来说,这种尊道、贵德的属性,是“常自然”的、没有任何外力驱使的。这一点很重要,宇宙万物由道所生,子由母出,子又承母之道,万物拥有着道的本体。每个已生成的存在个体都能往后找出它所从出的本源;另一方面,它又拥有着这个本体。既已生成的万物尊道贵德,就因万物含藏这个道的本性。王弼说“道者,物之所由也;德者,物之所得也。由之乃得,故不得不尊;失之则害,故不得不贵也”,由于道是万物之所由,万物得了这个道而为自身之德,故万物对道和德皆不能失,因此而尊道贵德。

在老子思想中,道与德的关系是体用的关系。道是体,德是用。德是道的现象界呈现。万物的自然就是道在现象界要呈现的本来面目。老子说“人法地,地法天,天法道,道法自然”,人、地、天皆法于自然。所谓法自然,即是“在方而法方,在圆而法圆,于自然

① 老子以“道”的论说展开现代哲学所谓的“宇宙论”和“本体论”,是中国哲学的开创者。当代学者张岱年说:“这个‘道’是道家学说的最高范畴。老子是道家学派的创始人。”又说:“道家在中国哲学史上的最大贡献,是开创了哲学本体论。”见其论文:《道家在中国哲学史上的地位》,《道家文化研究》第6辑,页2及4。

② 见《老子》第51章。

③ 道之原初状态就是朴,《老子》第32章曰:“道常无名。朴虽小,天下莫能臣也。”

无所违”，^①那就是事物本身如此这般地存在和发展的一种描述。因为万物与人的存在与发展都无所违于自然，作为现象界的人与物就是道的一种呈现。这一切直接由道呈现的，就叫做德，故“道生之，德畜之”。生万物者是道，畜万物者是德。万物生成以后的一切发展和变化，也不离于道。“凡物之所以生，功之所以成，皆有所由。有所由焉，则莫不由于道也”，^②只要事物的发展是自然的，按着自然的规律做出变化，不论变化成什么或发展出什么，都是道的呈现。从表象言道，则按自然规律的一切变化和发展就是事物的德性。

道德本身就是宇宙万物本有的一种属性，自自然然的一种东西。自然界就本有着这个尊道贵德。然而，道性在现象界的呈现有许多方面，各种物质都能表现道性，因为世界上没有物质不是自然的，只是有些呈现多些，有些少些。^③老子认为万物中最能够表现道性而且表现出最多道性的是水。或者说，万事万物中，最能表达道所显示的德性者是水，故云“上善若水”。水因其“利万物而不争”，故“几于道”。^④又云“居善地、心善渊、与善仁、言善信、政善治、事善能、动善时”，这些性格都合乎道，所以水是具代表性的。这个由自然出发的道德观，既不同于传统儒家“有命焉，君子不谓

① 见王弼注本。

② 同上注。

③ 老子说水几于道，也即包含另一意思：有些物质不几于道。物质呈现道性多少，是道的隐或显的问题，其显者道性呈现多些，其隐者道性呈现少些，呈现较少道性的不表示其不合于道。

④ 见《老子》第8章。

性也”的立论方式,也独树一帜地确立天人合一的道德形态。^①

作为儒家代表的孔子,是中国古代伦理学的开创者。他以“仁”为最高价值,为人类的道德生活确立了最基本的原则。不过,这个以“仁”为中心所谈到的道,都环绕着政治、伦理的范畴,与道家的道那具有明显形而上的哲学意义有所不同。老子由天道推到人道,基于天道自然和无为,人伦之道本来也是一种自然的秩序和规律;^②孔子则从来不谈天道,^③而集中关注伦理层面。“仁”、“义”、“礼”等都是具体的道德原则与规范。在实践上,老子的“道”与“德”,是“莫之命而常自然”的,而孔子则要人先“志于道”,方有“以身殉道”的“力量”。^④相对而言,孔子的道,实践于人伦道德时,带了些“有为”工夫;老子的德,就是道之呈现,而道德之于人伦,是一种“无为而为”的自然现象。^⑤

3.1.2. 辩证思维的影响

现代学者张岱年认为,老子提出的“道”是哲学的最高范畴。

① 孟子谓“口之于味”、“目之于色”、“耳之于声”、“鼻之于臭”、“四肢之于安佚”,是性,但“有命焉,君子不谓性也”,分别了自然之性与道德理性;老子则认为自然的呈现就是其性,也是道德理性,因为德就是道的自然呈现。故两者的论说基本上不同。

② 从天道自然的发展中,万事万物和人都在道的规律中生成与变化,一切都应该自然,《老子》第25章说:“人法地,地法天,天法道,道法自然。”

③ 见《论语·公冶长》引子贡说:“夫子之言性与天道,不可得而闻也。”

④ 见《论语·里仁》:“士志于道,而耻恶衣恶食者,未足与议也!”又云:“朝闻道,夕死可矣!”

⑤ 由于德是道的自然呈现,道在现象界自然而然地自我实现,故也可以说这个呈现是自然现象。

道是万物之源,又是本体。^①老子的道论包含了相当于现代哲学的“宇宙论”及“本体论”。^②我们试从这两方面将老子的思维形态分而论之。

第一,老子本体论的思维方式。

以道衍生万事万物的整个过程中,“万物恃之而生而不辞,功成不名有”,道是万物存在的依据。^③在一切万物未生之前,道已经存在。“有物混成,先天地生。寂兮寥兮,独立而不改,周行而不殆,可以为天下母”,是从宇宙论看的。^④道的主宰性固然包含创造万物的能力,但道的生成万物的模式,又不是西方宗教所讲的创造神所显示的样式。与其说是一个创生,不如说是一个呈现,或发展的必然性显现。老子言“道生一、一生二、二生三、三生万物。万物负阴而抱阳,冲气以为和”,^⑤当中所用的“生”一字,不能说成是“创生”的“生”。因为,老子认为道具有“玄”的属性,也有“反”的运动性质。这两种特质,足以令“生成”的单向意义改写成双向运动。为什么呢?“玄”本身是辩证的,即凡出现一个东西,必有另一个东西同时存在,且相互对反,相反相成。从道的运动形态看,“反者道之动”就是说事物的变化均循着“反”的运动原则发展下去。^⑥发展下去的“反”,即是其“所生”将会发展到一个“能生”的原点,或到达

① 见张岱年:《道家在中国哲学史上的地位》,载于陈鼓应主编:《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第六辑,页2。

② 同上注,页4。他认为:“如果老子所谓道仅仅是天地之始,那么道论就是一种宇宙生成论;如果老子的道不仅是天地之始,而且是天地万物存在之依据,那么道论就是一种本体论。”

③ 见《老子》第34章。

④ 同上注,第25章。

⑤ 同上注,第42章。

⑥ 同上注,第40章。

一个与“所生”的相反位置。由此观之,“有无相生”才得以成立。^①“相生”就是双向的生成,亦即是说发展的双向性,有可以生成无,无亦可以生成有。在这个“生”的意义下,若说道生万物而为人,道既能“生”人,人亦能通过修炼逆返至道的境界。所以说,老子所讲的“生”不是“创生”的生,而是具备相向发展及相反呈示的能力。^②

从“玄”性观之,道的呈示必然蕴藏相对相反的两种属性。再以“有”、“无”为例,玄性的道就包含了有无二者。即是说,玄性的有必然有一个无,而玄性的无也必然具备一个有。从老子的宇宙论引言中,“道生一”的“一”,就是有无相即,不一不二的描述。在现象界,道必以相对的模式呈现,叫“天下式”。^③有,必然相对应一个无,作为其玄性存在的条件。另外一种情况是,在现象的变现中看到一个“无”,或者说,事物的幻灭与消失,即意味着一个“有”重新呈现。不过,这里呈现出时间上的先后观念。前面说有无同时存在于道的玄性当中,观乎有无两者的关系,若以现代哲学名之,则无是本,有是末;有无两者,正因为同时在这道的玄性中并存,故无时间性。如果有无通过一个变化与发展来展现,则有与无是作为单独的个体先后地呈现。就着这个问题,我们可以用宇宙生成论的角度去说明:事物发展的规律到了无,就代表着一个有的开始;不论有生无或无生有,都存在时间性。老子的“反者道之动”的“反”字,有着双重意义。其一是“反”,即一个东西的存在,其变现模式必然导致其与之相反的东西的出现。另一是“返”,是“大曰

① 同上注,第2章。

② 一般而言,“创生”的“生”具单向生成之义,例如父生子,子不能反生父,故不适用。

③ 同上注,第28章:“知其白,守其黑,为天下式。”

逝,逝曰远,远曰返”^①的运动形态,即一个东西的存在,其发展模式必然导致这个东西回复原初的位置。事物所具备的玄性变现,就是前面所说那一种带有“反”的模式:有本身是一个有,但它也是一个无;有既是一个无,但它仍然是一个有。甚言之,有之所以为有,是因为它背后有个无在支撑着。老子说“有之以利,无之以用”。^②王弼注之曰“有之为利必以无为用”。有与无不能分别地讲,要连着说明,因为“两者同出而异名,同谓之玄”。^③“玄”字包含了道之体用说,“无”是体,“有”是用。^④

玄性的发展是自然的。每一个事物的发展,旧的形态带有玄性,新的形态也同样带有玄性。只要事物的发展不离开自然的条件下,一切生成和变现也都带有道的玄性。前面的玄,发展至后面的玄,均不离于玄,故称“玄之又玄”。所以,自然界没有人为的干扰下,都是“法自然”的。一切事物都呈现着“道生之,德畜之,物形之,势成之”的发展规律。^⑤假若每一个发展和变现都具备玄性,那么,道通如一依然存在。因为道通如一,所以一个单一的事物在它无限的玄性变现和发展中,都有着道的存在。道在最先的单一事物中存在,也在无穷后现的每个事物之中存在。在玄性变现的基

① 同上注,第25章。

② 同上注,第11章。

③ 同上注,第1章。

④ 虽然我们不能很确定的说老子以体用言之,而事实上,体用说只不过是现代的用语,古代像老子年代,根本没有这些概念;但若我们就老子的“无为而无不为”的思想作例,我们也大概可以把它归入体用说之,而王弼言“凡有之为利,必以无为用”,也就是明显的体用说。见王弼注《老子》第1及11章,《老子四种》(台北:大安出版社,1999),页1及9。

⑤ 见《老子》第51章。

础下,万物与道自身之间仍然是道即万物,万物即道。^①

人如果用逆返的修为达致与道同体,似乎并不是困难之事。因为,不论事物的发展和变现达到什么阶段,在老子所言的顺生程式里,都能保持着玄性。^②这个玄性,也就是逆返的保证。现象界是一个有,可以说成是一个“大有”,正好与一个“大无”相对应。由于这个现象界是由道所生,原初的朴素自然尚未加入人为的改造,现象必然循着玄性的发展和变现;也即是说,只要掌握这个“大有”背后的“大无”,便能掌握到“道”的真实境界。人的逆返修行,就要通过玄性的关卡,借肉身的我和外在的一切有关联的事物进行超越,寻找背后的“大无”。再通过这个“玄牝之门”,^③让自身再度提升,使混融于“一”的“大有”与“大无”继续向上提升,就不难实现由一返道的境界,那就是回归所谓最高高度的“道”的体现。

人之所以远离于道,是人先天禀赋“欲”的属性。人运用这个属性达到目的,从而改造自身和改造环境。对于这个“欲”,在老子来看并非完全负面,因为“欲”本身仍是安放在玄性的框架内。“有欲”与“无欲”二者合一,可以“常无欲以观其妙,常有欲以观其微”,同谓之玄。^④“常无欲以观其妙”使人有“与道合一”的可能,“常有欲以观其微”则为人类带来文明与进步。所谓“有之以以为利,无之以以为用”,^⑤明显肯定了有无两者同时具有价值,这个价值取向,并

① 老子说“万物恃之而生而不辞,功成不名有。衣养万物而不为主,常无欲,可名于小”,是说道即万物;他又说“万物归焉而不为主”,是说万物即道。见《老子》第34章。

② 我们试把老子“道生一,一生二,二生三,三生万物”看成顺生程式,反之为逆修程式。

③ 见《老子》第6章:“谷神不死,是谓玄牝。玄牝之门,是谓天地根。”

④ 同上注,第1章。

⑤ 同上注,第11章。

非单指无的一边。很多人误解老子是“非欲主义”，这是不对的。只要不离玄性的有欲，那种有欲仍然是“法自然”的。老子讲“少私寡欲”、①“咎莫大于欲得”、②“无欲而民自朴”等等，③是相对于过分的欲而言；此过分的欲，我们可以当“欲”解。欲只是一种心灵活动，在无限心境中有所动作而已。老子只对人之欲那“不知足”、“不知止”的追求做出审判。每件事物的发展都各不相同，人置身于其中，与事物发生关系，“可欲”在不同的事例中有不同的定位。“可欲”达到什么程度便会超离定位，就要视乎当下的玄性。庄子很聪明，他把这个玄性定位寄意于“庸”一字中。庸即是用。他说：“凡物无成与毁，复通为一。唯达者知通为一，为是不用而寓诸庸。庸也者，用也；用也者，通也；通也者，得也。”④ 即是说，每件事都没有所谓好与不好，没有所谓成与毁，事物的如此这般的发展和存在，都有其“自然”之性，那就是每件事物在那个环境下所表现的当下功分，事物的自用自得也就是其定位。在人参与其事中，人之“有欲”固然可以改变事物自然发展的规律，使事物脱轨于玄性之外，此实为老子所非。问题是，当人面对世界，渗入“有欲”来改变事物而又能保持着事物的玄性，是否依然可能呢？这是可能的。因为，事物顺着自然的规律发展，生与死，成与毁，厉与西施等等，都在较大的视野下融通为一，泯灭了差别。庄子写狙公赋茅，朝三暮四与朝四暮三的人为改变，对于事物的自身虽然在表象上有所不同，但在较高的视野俯瞰之，则“天钧”依样，大道未改；所不同

① 同上注，第19章：“见素抱朴，少私寡欲。”

② 同上注，第46章：“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。”

③ 同上注，第57章：“我无事而民自富，我无欲而民自朴。”

④ 见《庄子·齐物论》。

者,心欲也。^①由一己之心观之,自与另一心之观有别,此之谓是非,是老子所言“二”的分殊。庄子云:

是亦彼也,彼亦是也。彼亦一是非,此亦一是非,果且有彼是乎哉?果且无彼是乎哉?彼是莫得其偶,谓之道枢。枢始得其环中,以应无穷。是亦一无穷,非亦一无穷也。故曰莫若以明。^②

这边以一己之是看那边,那边便成为非。那边又以一己之是看这边,这边也成为非。惟有进入没有相对关系的“道枢”,才得入“环中”,才能“应无穷”。^③这个位置就是玄。在老子来说,人要去掉多余的“欲”,才能返回自然的玄性当中,故言“我无欲而民自朴”。“朴”是人的原初状态。老子提出“复归于朴”^④、“复归于婴儿”^⑤,他认为人只有在原初状态才“合于道”。但这些去欲的工夫,不是从外面求索,而是通过心性工夫来达致,所以他说“知其雄,守其雌”^⑥、“知其白,守其黑”^⑦、“知其荣,守其辱”^⑧、“知足不

① “成与毁,厉与西施”见于《齐物论》:“……故为是举莛与楹,厉与西施,恢恠憭怪,道通为一。其分也,成也;其成也,毁也。”另“狙公赋芋”则见:“劳神明为一而不知其同也,谓之朝三。何谓朝三?狙公赋芋,曰:‘朝三而暮四,’众狙皆怒。曰:‘然则朝四而暮三,’众狙皆悦。名实未亏而喜怒为用,亦因是也。是以圣人和之以是非而休乎天钧,是之谓两行。”

② 见《庄子·齐物论》。

③ 要在环中才能泯灭是非,消除相对性。郭象注云:“夫是非反复,相寻无穷,故谓之环。环中,空矣;今以是非为环而得其中者,无是无非也。”

④ 见《老子》第28章。

⑤ 同上注。

⑥ 同上注。

⑦ 同上注。

⑧ 同上注。

辱,知止不殆,可以长久”^①。这些工夫之所以可行,全赖事情发展所本具的相对性,因为玄性中有“反”的含义。^②

由“有欲”反至“无欲”,我们要用心灵做工夫。老子通过对现象与本体之间的了解,认为万事万物的变动有其玄妙。捕捉现象的萌生,便能够掌握现象背后的本体。首先,人与外界事物的关系,是用心做对应媒介。心生于物而欲牵之。心有所动便有欲萌生,老子称之为“饶”,是万事万物的机微动处。“常有欲”则是朕兆初发,是那无限心境初萌其饶向性^③而成为有,这个有本来是无,只是当有朕兆端倪出现才变为有。《系辞传》说:“知几其神乎”及周敦颐《通书》云“诚无为,几善恶”,^④当中说明了念头萌动,虽未成为行为,但已有了善恶是非的饶向性。老子的“观其饶”就是“知几”的那一刻,是有的显现。然而,“常无欲”和“常有欲”并非决然割裂的两回事,两者只是道的双重性。道随时能无,随时又有饶向性,这就是道的特性。这个关系,用《系辞传》的说话讲,便是“寂然不动,感而遂通”,周敦颐谓:“寂然不动者,诚也。感而遂通者,神也。动而未形,有无之间者,几也。”^⑤老子以“饶”作“几”之义,都在同一层面说道的性质。由于人有了这个饶向性,生活才具创造性,因为观其饶必然就有一个对象,心灵中突然浮现了一个端倪,萌生了一个念头,便对外界做出创造性的活动。这便是有的层面

① 同上注,第44章。

② 去欲工夫要靠无欲的心性,这个修炼上的可行性,全因为有欲与无欲两者都在玄的相对性之中。

③ “饶向性”,借用牟宗三语。牟宗三说:“有就是无限妙用、虚一而静的心境的矢向性,用道德经的话讲就是饶向性。”见其著:《中国哲学十九讲》,页97。

④ 周敦颐《通书·诚几德》。见《周子全书》(万有文库版本),下同。

⑤ 见周敦颐《通书·圣》。

显示道的性质。当心灵活动静止,前面的念头过去或完成,而后面念头仍未萌生,无限心境会再复现,回复到常无欲的境界当中,那便是无的再次体现,也就是再一次的寂然不动的状态。这个循环转化,时而无又时而有,说它是无又是有,说它是有却是无,老子就叫它做“玄”,是道所具双重性格的表现。

从老子到《系辞传》到北宋周敦颐,我们可以看到道的“玄”性,仍然是求道以至达道的重要关卡。老子透过“常无欲”与“常有欲”的玄同,由现象界开始追求“一”,再进而臻至“道”的境界。《系辞传》把这个玄同置于“寂然不动,感而遂通”的无限心境之上。周敦颐更直截了当地把这种“能力”说成“神”,贯通有、无、善、恶。^①在老子而言,要避免不知止的多欲的后果,就先保持玄的动态平衡,让事情既得以发展下去,又能不至超越二元的张力。老子要“致虚极、守静笃”^②来直观生命背后的本体;常以“知白守黑”^③、“复归于无极”^④去体现生命无欲无为那自然之性。

中国文化传统中,人与神的关系就是那么亲近。如果说神是一种形而上的境界,则道之玄性便能提供这个可能性。从老子的“有无相生”及《系辞传》“寂然不动,感而遂通”的观念,便为修炼者提供一条“得道”的路。但人可以得道,又可否为神呢?^⑤凭着老子以降的顺生程式逆返之路,是否亦可以臻至宗教式的神仙呢?同样,如果人与作为神化境界的“道”又存在着通达的可能性的话,人

① 周敦颐所讲的“神”,只有形而上意义,并无宗教意义,是相当于老子在“常无欲以观其妙”底下的一种心灵明觉。

② 见《老子》第16章。

③ 同上注,第28章。

④ 同上注。

⑤ 此“神”作宗教意义解。

当然亦能够通过某种修炼模式有着逆返成仙的可能。这都是本文后面需要讨论的问题。这里要重申的是,老子思想不论从本体论角度或从宇宙生成论角度,都为后世成仙说带来重要的启示。

我们可以看到老子思维方式的特点,是一种辩证逻辑。“玄”的开展,含藏万事万物既相反且相成的特殊关系。这种思辨传统可见于钟吕丹道的神仙观念的阐述中。在那里,我们看到不离不舍的道德修为的张力。简单地说,成仙工夫是从有到无的转变;成仙以后,神仙能出入于有无。在无,是得道之本体;在有,是道之呈现。神仙在世间的显现,相当于道的自我实现。若依老子的思辨模式,道之自我实现就是德。在世的神仙,代表着天道落实于人伦社会的最高道德。神仙游乎有与无,既在于无而能有,既在于有但本质又是无。在有者,神仙尽其人世间最大之德。在无者,神仙回归其与道同体之本位。这个道与德的相互转化与呈现,可以说就是老子本体论思想影响下的一套道教神仙哲学。

第二,老子思想中宇宙论的思维模式。

玄性中有与无同时存在。“有”要自我消融,把老子顺生程式中物我关系超越并且回归,最后逆返至有的初萌阶段,即“常有欲以观其饶”的机微动处。这个位置是“玄牝之门”,丹家称之为“玄关一窍”。由这玄关一窍进入恍惚之境,叫做“入定”。老子对这种入定状态也有类似的描述:

道之为物,惟恍惟惚。惚兮恍兮,其中有象;恍兮惚兮,其中有物;窈兮冥兮,其中有精;其精甚真,其中有信。^①

① 见《老子》第21章。

大部分学者对这一段说话的诠释,均认为是有关这个现象世界在生成与未有之间的描述。^①道是窈冥莫测的,其显者为有,其隐者为无。当道要显现为物,即这个天地初开而未开,事象初萌而未萌的一刻,道作为“太极”状态之时,是一种似有似无、恍恍惚惚的状态。这种状态似有象而无象,似有物而无物,故“视之不足见,听之不足闻,抟之不可得”。^②若说它无物却又有物,则这种存在东西,便是构成这个世界的基本而重要元素,叫做“精”。^③天地初生如此,人的初生亦如此。又因为逆返修行的可能性存在,故通过修炼入定,人到达这个“一”的状态,必然也是恍惚窈冥之境。^④虽然修炼的人入定是一种主观状态,其主观境界所能到达的绝不会是真实生命中的婴孩阶段,但恍惚窈冥的主观境界中,老子说,“精”

① 例如王弼注云:“以无形始物,不系成物,万物以始以成,而不知其所以然”,说明此为万物于始有与未有之间的状态。

② 取自王弼本《老子》第14章原文:“视之不见名曰夷;听之不闻名曰希;抟之不得名曰微。此三者,不可致诘,故混而为一。”帛书甲、乙二本“夷”“微”两字互换,疑王弼本抄写时颠倒了,故应作“视之不见名曰微,听之不闻名曰希,抟之不得名曰夷。”

③ “其中有精,其精甚真”两句,王弼本与河上公本均写作“精”。帛书甲、乙本作“请”。古文“请”、“情”相通;见于高亨《古字通假会典》(济南:齐鲁书社,1989),页68。故“请”应作“情”,不作“精”。故此两句应为“其中有情,其情甚真”。《庄子·大宗师》亦云:“夫道有情有信,无为无形。”庄子后随老子,相去时段较接近,于理合。庄子乃“情”、“情”两字之佐证。不过,自王弼、河上公本以“精”作解读以后,对炼气者而言,的确提供了极为重要的理论根据。若循着道之为物而又是有情有信的原初物质去理解,“精”字之用亦不为太过,当不改原意,相反,在道之为物的抽象思维中,此“精”字较“情”字更有实质感和具象感。

④ 《老子》第39章:“昔之得一者:天得一以清;地得一以宁;神得一以灵;谷得一以盈;侯王得一以为天下正。”又《老子》第42章:“道生一。”此“一”字作人存在的原初状态,既有而未生之际解。

就在其中。即是说,一种具物质基础的“精”就在主观境界中出现。^①凭着老子这一段说话,我们可以知道,人透过主观的入定工夫达致“一”,这就是一种似有似无、恍恍惚惚的状态,“精”就在这个状态中产生。这一点对后来的丹家来说确实非常重要,因为此一精字,被认定为改造生命本质的重要元素,称作“元精”。由“元精”开始,就有“元气”、“元神”^②的概念,内丹的基本理论架构便可以逐步形成。^③整条修仙之路,来自逆返原初状态,再循着逆返之路往上推展,便能与道合真。^④

人必先要进入此境,才有成仙的可能。老子一书遗留下不少线索和资料给我们在修行上参考。老子叫人“致虚守静”。因为,日常生活充满着引诱,所欲之事实太多。人惟有摆脱一切能够使欲念萌生的事,才有机会体验天人合一。再引老子“致虚守静”一段:

① 一种具物质基础的“精”就在主观境界中出现,看似难于理解,但这恰恰是内丹学的基础理论。内丹学一般认为元气在后天化生,可以以气化形,即无形无质的“元炁”演化为物质形态的“精”,作为生命的基本元素。反之,通过修炼,后天有形的气亦可修得无形的炁,但修炼过程必须经过入定,而入定又是主观形态。

② “元精”、“元气”、“元神”的概念在北宋才有系统地连在一起,成为有关联的组合观念,张伯端《金丹四百字序》云:“炼精者炼元精,非淫泆所感之精;炼气者炼元气,非口鼻呼吸之气;炼神者炼元神,非心意念虑之神。”

③ “精”这两个重要观念都被日后道教经典所发挥,例如东汉《太平经》就有“爱气专神重精”,《老子想尔注》和《河上公章句》均主张精气神合一。由精的概念开始就发展出精气神三合思想。

④ 往后可见五代陈抟提出“炼精化气,炼气化神,炼神还虚,炼虚合道”,确立内丹修炼图式。

致虚极，守静笃。^①万物并作，吾以观复。夫物芸芸，
各复归其根。归根曰静，静曰复命。^②

老子认为，人在虚静中可以“观复”。复是什么呢？老子自己回答了，就是“复命”。^③如果说人进入虚极静笃的状态，就能复命的话，这种工夫就是内丹修炼的陈述了。因为，内丹命功就是改造后天生命的工夫，使现实世界中有限的生命修炼至一个能与天地长久而长生不朽的神仙境界。钟离权云“混元一气千年药，万劫常存不夜春，三千刻内婴儿象，百日工夫造化灵，十月炼成纯阳体，自然寒暑不来侵”，^④指出了生命造化达致长生不死的可能性。

钟吕内丹提到炼形化气一项时指出，人的形躯组成虽然是阴质，但可以通过修炼化为气。道教把老子玄性道论稍作延伸，把道论应用在形躯的造化上。复命的概念就是先把生命逆返本源——“归根”，再重新由归根展开新的生命。这样，钟吕内丹的神仙境界在老子学说的支持下便得以确立。钟离权云：

① 王弼本与河上公本均作“致虚极”与“守静笃”，帛书甲本为“至(致)虚极也，守情表(笃)也”，帛书乙本为“至虚极也，守静督(笃)也”，郭店竹简本为“至虚，亘(恒)也，兽(守)中，笃也”。当中主要分别是“极”与“恒”两字。然恒者常也，致虚以至于常即合道也。极者尽头也，致虚以至其极亦即达道也。故两字基本概念相同。

② 见《老子》第16章。

③ 楚简只有“至虚极”至“各复归其根”一段，郭沂认为后面“归根曰静，是谓复命”不是老子所作，他说：“我以为这些不见于简本的部分仍为后人所加，只不过加得比较巧妙一些而已。它们是对原有部分的阐释和发挥——后人对原有部分加以阐释和发挥并将其置入原有部分，要比将不相关的文字附入原有部分更容易理解。”见其论文：《楚简〈老子〉与老子公案——兼及先秦哲学若干问题》，《郭店楚简研究》页124-125。即使是后人所加，亦不改老子“致虚守静”和“观复”所引致的后果，正如郭沂所说，所加的文字只是使原文更清晰而已。

④ 见钟离权：《破迷正道歌》。

神仙者，地仙厌居尘世，用功不已。关节相连，抽铅添汞，而金精炼顶；玉液还丹，炼形成气，而五气朝元。三阳聚顶，功满忘形，胎仙自化；阴尽阳纯，身外有身，脱质升仙。^①

所谓“炼形成气”和“脱质升仙”，都是相对于形躯阴质做出的修炼。这个由阴转变到阳的可能性，相信与老子的“有无相生”无关系。由“大有”逆返演化至“大无”，就相当于是老子所讲的顺生程式中颠倒之路。这个是玄性中的“返”。后来宋代陈抟以此作“无极图”，阐述修炼由形质性的人身，炼至虚无而入道。钟吕则名之为神仙。

可是，人之特别处，就是与自然有所区别。人在活动成长的过程中，或与外在事物发生关系当中，人之原初状态随着人为的改动，就与人为改造了的现实个体逐渐分离。人如何进入玄性定位才是关键性问题。相对于这一点，道教内丹思想普遍认为，道在人所表现的原初状态是元气，钟吕内丹称之为“元阳”，都直接受到老子“道生一”的影响。^②元阳来自父母二气的交合，在胎胞之中是纯朴而未受污染的，那就是道性。及胎胞成人，以气化形，形又化形，人欲导致元阳所化之气不断耗散。^③于是，人便堕入如老子所讲的“物壮则老，是谓不道，不道早已”的结局。^④

① 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 《灵宝毕法·匹配阴阳第一》云：“天地之道一，得之惟人也。”明显受到老子的“道生一”的影响。

③ 同上注，曰：“受形于父母，形中生形，去道愈远。自胎完气足之后，六欲七情，耗散元阳，走失真气。”

④ 同上注，第30章。

从内丹工夫修炼的角度再看老子的启示,还有一点值得深思的是“橐钥效应”。老子认为天地万物有一个本源。透过归根复命,本源得以呈现。天地万物所从出的是一个橐钥,橐钥即风箱,他说:“天地之间,其犹橐钥乎!虚而不屈,动而愈出。多言数穷,不如守中。”^①这个橐钥如何在内气产生作用,就先看老子论道由“二”至“三”之间所暗示的玄机。“道生一,一生二”的“二”,是天地的代号。“二生三,三生万物”的“三”,是“冲和之气”。由二到三,气何以得之?作为二的天地,可以无所生,无所生则气从何来?这是一个动与不动的问题。由二到三,可以不动;不动,则天地依然是天地,万物无所生。动,则天地生成万物。老子认为,宇宙万物的生生息息,要靠一个本体得以呈现,橐钥就如天地万物的本体,风箱一拉动,就不断有风出来。由于橐钥的虚,故它能生风,愈动则风愈多。本体是虚,故能生物,动而愈出,生生不息。《易·丰卦》云“天地盈虚,与时消息”,天地间没有这个虚,则没有盈,没有盈虚,则生息无从实现。盈虚之间,有其冲和之道。老子说“道冲而用之,或不盈;渊兮似万物之宗”,^②冲是盅,器虚也。^③冲而用之,是盈虚互动之象。盈后而虚,虚后又盈,化生万物。大道的表象为生,为盈;但用之则为静,为虚,故老子曰“无之以为用”。不盈则用之无穷,故虚是无穷创生的本源,修炼者亦从虚静开始。又云:“大成若缺,其用不弊;大盈若冲,其用不穷。”^④虚是孕育生命的动力,

① 见《老子》第5章。

② 见《老子》第4章。

③ 傅奕、楼古二本“冲”作“盅”。《说文四部》:“盅,器虚也。《老子》曰‘道盅而用之’。”

④ 见《老子》第45章。

是老子“无”的作用。《淮南子·原道训》也说：“是故有生于无，实出于虚。”天地之虚能生化万物，人生之虚则能延养天年，都是同一道理。老子又把这个虚义以“谷”的作用表达之：“谷神不死，是谓玄牝；玄牝之门，是谓天地根。绵绵若存，用之不勤。”^①从老子这几段文字得知，天地间犹如一个封闭风箱，天覆地载，中空无物。但此为虚空之虚，非真正无物之空。由于中空而虚，才有虚而不屈，动而愈出，且绵绵若存，愈动愈有。动则有物萌生。这个初动之物就是气，是天地相交感所生成的“冲和之气”。是故虚生气，气生万物。

不过，我们还要更清楚地去了解天地如何生气。对于这个问题，虽然老子已明言“三生万物，万物负阴而抱阳，冲气以为和”，但出现“冲和之气”的机制仍是说得不够。这个问题在周敦颐的《太极图说》好像有了交代。在周敦颐的《太极图说》中，有云“太极动而生阳”，从这个太极到阳气的出现，以至阳气与阴气的相互交感而生成万物，到乾道成男、坤道成女的完成，可以说是源自老子“道生一，一生二，二生三，三生万物”整个过程的较细致的描述。由于周敦颐要寻找道德的根据，他不得不挖尽脑汁，从宇宙本源开始，到万物生成的整条抽象难辩的道路，赋予合理的、逻辑性的阐述。由此，他借用了道家的天人合一的思维方式，其一是老子的顺生万物程式，另一是陈抟的“无极图”。

周敦颐的《太极图说》和“太极图”、与及陈抟的“无极图”，共同把这个源自老子思想的“顺生人逆成仙”的相向之路铺陈出来。周敦颐的《太极图说》谓：“无极而太极。太极动而生阳，……阴阳一

① 同上注，第6章。

太极也，太极本无极也。”

“无极”似乎是生“太极”者，故言“太极本无极”。但在开首则言“无极而太极”，可见“无极”与“太极”是同一样东西的不同显现而已。由于《太极图说》所言的是生化万物的本源及其过程，从顺生的角度看，当然可以说“太极本无极”了。其实，周敦颐的《太极图说》及“太极图”都是借用道家陈抟的“无极图”来立儒家之正道。“无极图”主要是用“逆则成仙”的修炼方式，通过不懈的努力，最终是“炼神还虚，复归无极”。周敦颐借了“无极图”而不改其分毫，说明“顺则成人（圣）”的儒学正道。对于图中各项排列与位置的问题，固然没有修改的必要。所以，我们发觉周敦颐《太极图说》原文的首句，不是“无极而太极”，而是“自无极而为太极”^①。至于现行的版本^②则是经朱熹考订时，把“自”、“为”两字删去的修订本。有学者认为那是儒道之争的结果，认为朱熹为了不让道家过分抬高，有损儒家尊严，故“太极”不能自“无极”生。^③在《太极图说解》中，朱熹谓“非太极之外复有无极也”。笔者认为不论朱熹的原意为何，其解说“非太极之外复有无极也”较为恰当，而其“无极而太极”的写法更接近老子“有无相生”及“同出而异名”的思想。“无极”一词，在《老子》中出现过一次，是：“知其白，守其黑，为天下式；为天

① 《宋史·周敦颐传》写作“自无极而为太极”，与朱熹所载不同。见于〔元〕脱脱等撰：《宋史》卷427《周敦颐传》（上海：中华书局，1977），页12712。

② 通行本取自黄宗羲《宋元学案》。

③ 李养正在其《〈太极图〉、〈无极图〉、〈太极先天图〉蕴义及源流考辨》认为陆九渊、黄宗炎、朱彝尊为了维护儒家尊严，千方百计要摆脱周敦颐开创的道学吸取了道家“无极”之旨的说法。见于李养正：《道教经史论稿》（北京：华夏出版社，1995），页419-20。

下式，常德不忒，复归于无极。”^①老子在这段说话要说明的，是道的一体两面的样式。黑白本是事物应具的两面，只是常人仅看到其显之处，忽略了其暗之面。故老子要人领悟“知白守黑”的道理。当我们明白到事物存藏有正负两面，才真真正正的体悟到道。于此，我们要回复到本源的位置。这个位置，老子称之为“无极”。这与“有生于无”的说法是一致的。即是说，常人除了看到事物那个“有”之外，也须明白到事物亦有个“无”在背后，从而明白事物是以“有无相生”的规律显现的。这就是“天下式”，也就等同于《太极图说》中的“太极”，因为太极是含藏黑白两个相对而未判的属性。有“知白守黑”的修为工夫，便不难达致“太极”的层次。又因“太极本无极”、及“无极而太极”，故再高一层的修为，便是“知太极守无极”了，故老子谓“复归于无极”。若此，我们便能体悟大道。

毕竟有并非由无生，太极亦非无极之子。正如前文已论，“有生于无”的“生”，是相应于说明宇宙万物衍生的过程；而“知白守黑”、“复归于无极”，又相应于说明万事万物的本源。无疑，老子明显的把“无”或“无极”的位置提升了。这似乎比“有”及“太极”那本来平排于同一层次的元素更被重视。这样会导致不少误会和思想上的纷争。但这里要强调的是，老子毕竟带着为人类寻找安身立命之所的宏愿来写下五千言，欲通过有关人生本体价值的探讨，为人类提供一套有关生命究竟的学说。

由老子的“一生二”到周敦颐的“太极动而生阳”，个中蕴含着内丹学的重要玄机。我们说，人身小宇宙当中，一切运化都依循外在大宇宙运化的道，那是道家常言的“天人合一”。人身也有一太

① 见《老子》第28章。

极,正如老子说“万物得一以生”,^①人得一以生是道在于人的自然规律。既然人身有一太极而道的规律又不变,则身中太极也必然出现“太极动而生阳”的效验。身中这个“动”,也同样本于“橐钥效应”——由虚空生出冲和之气,且绵绵若存,用之不勤。到了这个阶段,值得留意的,是那个所谓初生的“气”。因为太极动而生阳,所以叫做“阳气”。在修炼逆返之路当中,从俗身开始做出归根复命的入定状态,有如老子所言恍恍惚惚之中,有“阳气”的萌生,我们就叫它做“正阳之气”或“真气”。^②这阶段的气固然是老子所说的“一生二”的意义下所引申出来的概念。不过,我们前面的问题是,由二到三,即天地既立,何以发展到作为“三”的冲和之气?天地何以放弃不动而取之于动?此冲和之气是天地交感以后化生出来的现象,属于“二生三”的问题。

由“一生二”出现“真气”,由“二生三”则出现“冲和之气”,两者是否相同?或者,两者具备了什么样的关系呢?老子说的“万物负阴而抱阳”,明显是指“二”往后衍生的机理。关于这一点,许多学者(下面所引)认为那是万事万物的组成基础。即是说,“万物负阴而抱阳”是万物生育之理,乃由阴阳二气和合生成的结果。荀子说“列星随旋,日月递照,四时代御,阴阳大化,风雨博施,万物各得其所和以生,各得其养以成,不见其事而见其功,夫是之谓神”,^③就是描述万物乃通过阴阳大化和合以后所造成的。《黄帝内经》亦言“阴阳者,天地之道也,万物之纲纪,变化之父母,生杀之本始”,也

① 见《老子》第39章。

② “正阳之气”源出于钟吕内丹之学,是当心液中的无形之气与肾气中的无形之液交合,“真气”或称“正阳之气”便得以形成。见《灵宝毕法·交媾龙虎第三》。

③ 见《荀子·天论篇》。

说明阴阳作为基础,是可以变化出万事万物来。^①《淮南子》引老子言为“万物背阴而抱阳”,^②观其行文,应作自然现象解,即万物向阳一方为阳及背阳一方为阴。近代学者徐复观把上文阴阳之义看做太阳光所照到的为阳,背向太阳者为阴,他说:“阴阳的本来意义,是就日光照得到,照不到,来分的。”^③显然这个有关阴阳的解释不能说明万物在生化过程所表现的作用,亦不能为“负”和“抱”二字做出交代。虽然徐复观明白到“冲气”应是日光向背的阴阳之气以外的气,他称之为“虚气”;但毕竟他没有把日光向背的阴阳,与其阴阳以外的虚气做出任何有关联的阐述,遂使老子“万物何以负阴和抱阳”的思想悬空。“万物负阴而抱阳”的解释,从来众说纷纭,注家各执一是,似乎没有一家可以提供较合理的解释。

钟吕丹道的主要经典《灵宝毕法》,却巧妙地运用老子“万物负阴而抱阳”的命题,解释了万物生化的原理。书中第一章第一节就这样写道:

大道无形,视听不可以见闻,大道无名,度数不可以筹算。资道生形,因形立名。名之大者,天地也。天得乾道而积气以覆于下,地得坤道而托质以载于上。覆载之间,上下相去八万四千里,气质不能相交。天以乾索于坤而还于地中,其阳负阴而上升;地以坤索于乾而还于天中,其阴抱阳而下降。一升一降运于道,所以天地长

① 见《素问·阴阳应象大论》。

② 见《淮南子·精神训》:“夫精神者,所受于天也;而形体者,所禀于地也。故曰:‘一生二,二生三,三生万物。万物背阴而抱阳,冲气以为和。’”

③ 见《中国人性论史》页334-5。

久。^①

天本来是乾，地本来是坤。乾索于坤而还于地中，其阳负阴而上升，成为坎之象。阳在内阴在外，故阳负阴。因它本来是阳性，故上升。坤索于乾而还于天中，其阴抱阳而下降，成为离之象。阴在内阳在外，故阴抱阳。因它本来是阴性，故下降。这样便构成天地之间的运动，亦因此运动是升降往复，循环不断，所以天地可以长久。

这一段文字是钟吕丹道用以描述天道如何出现气液运化的现象，很明显，其取材源自老子的顺生程式：“道生一、一生二、二生三、三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和。”《灵宝毕法》作者不但把老子“万物何以负阴和抱阳”解释得淋漓尽致，而且更为人道合于天道的理论扎下稳固的基础。相对于其他文典，在解释老子“二生三”，或何以天地取其动而生冲和之气的问题上，《灵宝毕法》确实略胜一筹。天地之所以生和气，是由于乾坤二卦相索的结果。相索后的坎离二卦，由于要复归本位，所以有升降运动。由于有气液之升降，故生成万物。然又因为升降不断，故天地长久。

不过，“二生三”的动及其所生之气、和“一生二”的“太极动而生阳”两种解释中，仍然未能为“何以动”这个问题提供合理的答案。太极为何要动？天地为何不保持乾上坤下、气质不相交的静止状态，为何要乾索坤而得离、坤索乾而得坎的动态？这个问题在《灵宝毕法》没有答案，在《太极图说》没有答案，在老子书中当然亦不见其详。我们只能说，天地既已如此，我们所看到的现象界已是动态。它恒久的动态已成事实，并且不断升降、不断运化下去。道

① 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

就是本质地取其动。道本如此，无话可说。

那么，“太极动而生阳”的“阳气”，与“二生三”的动所生之“冲和之气”又是否描述同一样的东西呢？要回答这个问题，就先看看前人对宇宙生成的理解是怎样的。根据道教早期经典所言，天地未生前就经历了许多劫，《太始经》云“昔二仪未分之时，号曰洪源。溟滓蒙鸿，如鸡子状，名曰混沌玄黄”。^①所谓“混沌”者，是一种混沌之“元气”正在氤氲化生之貌。混沌之前又有“混元”，由混元到混沌即是“元气”的开始形成：

混元者，记事于混沌之前，元气之始也。元气未形，寂寥何有？至精感激而真一生焉，元气运行而天地立焉，造化施张而万物用焉。混沌者，厥中惟虚，厥外惟无，浩浩荡荡，不可名也。^②

由元气开始就有三气。三气者，始气、元气、玄气是也。它们分别出于无、洞、空，置于上、中、下三位。说明如下：

道君曰：元气于眇莽之内，幽冥之外，生乎空洞。空洞之内，生乎太无。太无变而三气明焉。三气混沌，生乎太虚而立洞，因洞而立无，因无而生有，因有而立空。空无之化，虚生自然。上气曰始，中气曰元，下气曰玄。玄气所生出乎空，元气所生出乎洞，始气所生出乎无。故一生二，二生三，三者化生以至九玄，从九反一，乃入道真。气清成天，滓凝成地，中气为和，以成于人。三气分判，万化禀生；日月列照，五宿焕明。上三天生于三气之清，处

① 见《云笈七签》页6-7。

② 同上注。

于无上之上，极乎无极也。

由三气再化，各自有三，故三者化生以至九玄。九玄即九天。九天中各有清浊，最上三天出于三气之最清，位于无上之上最高者，是“极乎无极”的位置，不可得名之。人和物分别由不同的气所生，清则成天，浊则成地，中气为和则成人。再三气分判出万物。又《灵宝经》云：

一气分为玄、元、始三气，而理三宝。三宝皆三气之尊神，号生三气。三号合生九气。九气出乎太空之先，隐乎空洞之中。无光无象，无形无名，无色无绪，无音无声。导运御世，开辟玄通，三色混沌，乍存乍亡。运推数极，三气开光。气清高澄，积阳成天；气结凝滓，积滞成地。九气列正，日月星宿，阴阳五行，人民品物，并受成生。天地万化，自非三气所育，九气所导，莫能生也。三气为天地之尊，九气为万物之根。故三合成德，天地之极也。

道教的最高神是抽象神“元始天尊”。元始天尊只是一种代号，是某一阶段的“气”的称谓。此阶段正是形名世界、万物初生的开始，故元始天尊是天下万物之母神。然而，在此阶段之前，仍存在许多劫、许多道气发展的阶段。《太真科》云：

混洞之前，道气未显。于恍莽之中，有无形象天尊，谓无象可察也。后经一劫，乃有无名天尊，谓有质可睹，不可名也。又经一劫，乃生元始天尊，谓有名有质，为万物之初始也。极道之宗元，挺生乎自然。寿无亿之数，不始不终，永存绵绵。消则为气，息则为人。不无不有，非色非空。居上境为万天之元，居中境为万化之根，居下境

为万帝之尊。无名可宗，强名曰“道”。

元始天尊之前就有“无形象天尊”及“无名天尊”。在元始天尊之前，所经历的劫是无数的。每一个化生相当于一个劫。一个劫即经历过九十九万亿九十九万年。由一气化生玄、元、始三气要经历各自一劫共三劫生“无上”。由无上化生中二气、中三气各自一劫共两劫而生“玄老”。再由玄老化生下三气又一劫而生“太上”。太上化生下二气、下三气各自一劫共两劫，通前计共九气。元始天尊则代表着道气已成的阶段。^①

《灵宝毕法》按照一层一层的劫运概念整合状如鸡子之玄黄混沌中的变化，以相近的名称把诸等变化阶段划分为“太元”、“太始”、“太无”、“太虚”、“太空”和“太质”六个阶段。再从太质开始描述阳升阴降的运化规律：

太元初判而有太始，太始之中而有太无，太无之中而有太虚，太虚之中而有太空，太空之中而有太质。太质者，天地清浊之质也。其质如卵而玄黄之色，乃太空之中一物而已。阳升到天，太极而生阴，以窈冥抱阳而下降；阴降到地，太极而生阳，以恍惚负阴而上升。一升一降，阴阴阳升，与天地行道，而万物生成也。^②

《灵宝毕法》是五代时期出现的内丹著作，道教的宇宙观已非常成熟。类似的观念早于汉代已形成。汉代继承了天人相应的思想并受到老子宇宙生成论及道教宇宙观等等的的影响，易纬学非常发达。《乾凿度》对形质世界的发生，自无形到有形，及无形之前的

① 详细的劫运描述见于《云笈七签·卷二混元混沌开辟劫运部》“混沌”一节。

② 见《灵宝毕法·交媾龙虎第三》。

混沌境界已写得非常清晰：

故曰有太易，有太初，有太始，有太素也。太易者未见气也。太初者气之始也。太始者形之始也。太素者质之始也。气形质具而未离，故曰浑沦。浑沦者言万物相浑成而未相离。视之不见，听之不闻，循之不得，故曰易也。易无形畔，易变而为一，一变而为七，七变而为九，九者气变之究也。乃复变而为一。一者形变之始，清轻者上为天，浊重者下为地。

这里有太易、太初、太始、太素四个阶段，从气之始和未见气来分界，则太易为前阶段，太初、太始、和太素则为后阶段。若以“视之不见，听之不闻、循之不得，故曰易”来看，太易便是这个阶段。从太易到太素，代表着《乾凿度》对宇宙发生的整个过程的了解。太素就是形质气打成一片的混沌未分的阶段。

汉代的天文学发达，宇宙发生论趋于完备，渐被丹道所吸收，成为修炼的理论根据。《灵宝毕法》在这些文化背景下把先天地生那混沌状态的道体编成太元、太始、太无、太虚、太空及太质六个阶段。天地乾坤从此而运化，阴降阳升，显现大道运行之象。不过，我们从以上的材料，仍未看到“天地动则为气”是发生于老子的“一生二”还是“二生三”的阶段之中。不过，通过前面的资料，我们知道，从未有到有的宇宙生成，不论花上多少个代号或几多层次的描绘，当中有一个共同点，是道与气的关系是难舍难离的。气是生成的媒介，是道在创生过程中的惟一手段。我们或许这样构想：老子所讲的“道”、“一”、“二”及“三”，在生成的过程中，其先后次序并不如我们想象中那么明显。即是说，由道之衍生，到混沌的一，再到天地二分，以至冲和气之动的整个历程，时间上的差别几近于

零。因为,我们不会看到有天有地而无物,或有天而未有地,或仅有一阳之气初萌而没有阴液运作,甚至只见气液之上下流布而没有万物生成。我们可以这样理解:当道衍生万物之际,天、地、气、物都会同时生成,而所谓“一生二”或“二生三”,都是一种方便权说,意味着宇宙的本体从一元到多元的演变过程。若此,则问题便迎刃而解,所谓“太极动而生阳”的“阳气”,与“二生三”的动所生之“冲和之气”,所描述的都是同一件事。老子利用顺生程式阐述宇宙如何生成,分段名之,界划每个阶段,并赋予各自不同的意义,只在说明道之衍生规律有其轨迹与秩序。

不管“阳气”之动的玄机是怎么样,《灵宝毕法》对阳动的看法仍是放在重要位置的。在论述天道阳升阴降的运动中,阳动仍然率先被描划出来:

天如覆盆,阳到难升;地如磐石,阴到难入。冬至而地中阳升,夏至到天,其阳太极而生阴。所以阴生者,以阳自阴中来,而起于地,恍恍惚惚,气中有水,其水无形,夏至到天,积气成水,是曰阳太极而阴生也。夏至而天中阴降,冬至到地,其阴太极而生阳。所以阳生者,以阴自阳中来,而出于天,杳杳冥冥,水中有气,其气无形,冬至到地,积水生气,是曰阴太极而阳生也。^①

可以见到,冬至一阳生是整个气液运化的首要动作。有阳气上升,才有阳太极而生阴的现象,才有积气成水的变化。当然,文中更清楚地说明何以有阴生的现象,那就因为上升中的阳气,个中含藏着阴,即气中有水。此在易卦之理解,就是离卦中之阴。用阴

① 见《灵宝毕法·交媾龙虎第三》。

阳互变的机理说之,即阳中有阴,如太极图中双鱼中的阳鱼:鱼眼为阴,作为待变之根据。及至下一个循环,阴降到地又为冬至,即阴太极而生阳,阴阳两者互为其根。再看《太极图说》,宇宙生成由阳动阴静说起,与《灵宝毕法》的描述是一致的:

太极动而生阳,动极而静,静而生阴,静极复动,一动一静,互为其根;分阴分阳两仪立焉。

钟吕丹道以阴阳观念论说修炼,其神仙系统的基础思维方式也不过是由“三”到“二”,再由“二”到“一”的理论形态。由“二”观之,老子提供给我们思考的,是物质相对形态。大凡事物的变化必不离相反相成的辩证规条——有阴必有阳,并且阴阳必相反亦相成;有水必有火,并且水火必相反亦相成。最后,丹道的终极关怀在于阴尽阳全,造就纯阳之体,与道合一。若借用老子的概念,这即是从“二”到“一”的修炼过程。由于神仙境界是“一”,再无“二”那相反相成的事物规律所限制,其自身即具备超越现象界一切规限的能力;不过,生命的演炼过程,或成仙之路上,首要的工夫仍是在“二”的存有中,寻找迈向“一”的根据和条件。钟吕丹道就此而提出先行“匹配阴阳”之法,继之而后行“交媾龙虎”法,最后以采得“正阳之气”作为臻至“一”的终极境界。整条修炼之路是以阴尽阳全为成仙条件。

不能说清楚何以太极能动,或者说“太极动而生阳”而不是“太极动而生阴”,我们不妨尝试倒过来,用成仙说中作为终结求仙之路的“阴尽阳全”这一点去思考。我们发现,顺生之“太极动而生阳”与逆修之“阴尽阳全”,两者不谋而合:阳气,都分别是顺生的起点及逆修之终点。

纵使老子学说中并没有明显的成仙理论,但老子把人道与天

道直接联系,道的超越性和神秘性,就很自然地粘附着人对生命问题的追求发生效应。基于道与一的玄秘性根由所在,不论是由本体论去寻找其意义,抑或透过宇宙论去推断其道气的真实形态,它仍然是深奥和难以触摸的。诚然,“道可道非常道”成为人类认知范围不能逾越的鸿沟。人类对事物的理解和掌握,最多只能够在“二”与“三”之间徘徊。道的真实性,只有从道本体的抽象形态去理解。神仙学说的神秘性,也在“道”与“一”之间与道本体形态结合。老子的长生久视之道,是建基于本体论观点,再结合辩证思想以自成为一种别具特色的体系。“生而不有”之能有、“为而不恃”之无所不为、“以其不自生故能长生”等等,都是在玄性辩证逻辑底下完成的。道本体是凌驾一切表象的。因此,凡是表象世界的东西都只会在“二”的框架里生死存歿,只有超离相对性,不生、不有、不为,才得以生、得以有、得以为。长生久视之道,在于“莫之其极”的境界;这个境界,不在于表象世界,也不是存有论所能表达的,因为体道或达致长生久视之道,不是客观的实有,而是须要主观修行,在境界上呈现的一个观念。牟宗三称之为“境界形态的形而上学”,这必须要透过实践才能掌握道的真实性。^①

老子所提出的“不为而为”、“不生而生”、“不有而有”的论说,是从“二”的概念引伸而来。自然界事物的发展,在玄性的运动规律之下才能显出这个关系。即是说,如果没有二的相对概念,现象界的有就无所谓有本体或无本体。纵使现象有其本源,称之为“一”或“道”,我们仅能以逆行之路回复到本源,而未必是本体。恰

^① “境界形态”乃牟宗三语。他认为道家的形而上学是“境界形态的形而上学”。见《中国哲学十九讲》,页111。

好,我们身处的宇宙,本源与本体同是一个道;或者说,老子所讲的道,恰好既是万物的本源又是万物的存在依据。这使我们追求自身的存在依据及吾身之所从出显得容易得多。当我们回归到自身的“一”,我们即回归至吾身的本源。也因为“一”就是道,所以我们也藉此而“得道”。同样,当我们通过现象的有而直观吾身,我们也可以直接体道。

老子从道法自然论道,表现出道之本体与道之本源。道之“先天地生”与及其“天地之始”的说法,是表现本源性的道。道之“生而不有”与及“以其不自生故能长生”的说法,就是说明道之本体意义。道教古籍讲宇宙初生与未生,罗列玄、元、始三气,虽以宇宙生成论方式说明道之形态,但最后仍是回归于宗教形态的神,并有君临天下之势,表现其创造性和道德性。^①老子思想混融两种辩说技巧,在表达道之本源之余,更重要的,仍是那个只有从本体论方法才能掌握的道的本体。在老子的论说中,善摄生者之能够“无死地”,是摒弃俗人“求生之厚”,不求生则不死,求生者却不得其生。老子对生命的理解,是通过对现象生成到本源的理解,回归至现象到本体的理解。这一种诠释方法,不但为道教许多方面创造生机,在内丹学的发展更直接提供了稳固的理论基础。钟吕内丹的理论架构也如此,它从宇宙论出发,把道置放在人的根源的位置上,称之为“元阳”,但人的存在依据需要靠心性工夫去体悟,从而得道。所谓“性命双修”,即是从“性功”去印证自身生命的本体,从“命功”去逆返自身生命的本源。由本源转折到本体,真正受到老子思想

^① 譬如《云笈七签·卷二混元混洞开辟劫运部》:“三气为天地之尊,九气为万物之根,故三合成德,天地之根也。”见《云笈七签》,页7。

的影响。

由老子到钟吕,经历了一千多年文化思想的转变。毫无疑问,钟吕内丹之学受到老子思想的影响。不过,还须重申的一点是,在文化思想史的流变中,老子思想对各时代的思想都产生影响。影响着钟吕丹道的,有些直接来自老子思想,例如其玄性思辨模式、致虚守静工夫、精的概念、有无相生、本体论和宇宙论等。又因为老子思想经过各时代思想的吸收和融和,影响着钟吕的,不全是原始的老子思想,而是经过相应调整、或结合了其他思想的“老子思想”,例如钟吕解构天地气液的升降时,除了引用来自老子的原始语句“万物负阴而抱阳”之外,也应用汉易思想和天文历法。关于这些论说,我们还可以说,老子思想仍间接影响着钟吕丹道的。

3.2. 道德的根据

钟吕丹道的道德观源于老子思想。丹道的主题是性命双修,而性命双修又以生命为介体。在生命观言,道是构成生命的来源。在道德观言,道德就是生命所呈现的道的本质和变化规律。道生万物,道使万物有其生命存在的模式。万物有了存在模式,就有其存在意义。对于人来说,生命就是人的存在模式。有了生命,人才能表现其存在意义。自古以来,道家或道教都有把人的生命存在模式提到最高位置,《太平经》云“天地之性,万二千物,人命最重”。^①对生命存在模式的重视,很自然就对这个存在模式有期许:

① 见《太平经合校》页34。

长命。所以,“三万六千天地之间,寿名最善”。^①存在得愈久,其存在价值就有机会充分发挥,其存在意义就愈明确。^②没有了生命,人就不能发挥其存在价值。所以,生命是人存在价值的载体。钟吕丹道的大前提就是把生命这个存在模式予以肯定。从对生命的肯定出发,再回归生命的本源处,寻求生命的价值。道教对生命的看法不是直接的,而是曲折的。道教性命之学是一门复杂而曲折的学问。修丹达道更加是一条玄奥而曲折的路。老子说“大患若身”^③有两层意义。其一是我们明白到生命存在模式的重要,所以当失去生命,是何其不安;老子提点出这个不安的原因:“吾所以有大患者为吾有身”。^④另一是生命的意义无法圆成,是因为我们太看重这个存在模式,解决的方法是:“及吾无身吾有何患”。^⑤生命的存在模式和存在意义往往互相冲突,但又互相依存。钟吕丹道思想朝着这个方向表达形躯的重要与生命的意义。钟吕丹道就是道教的生命哲学。

从生命的存在模式看生命的存在意义,生命就是一个载体。生命作为一个载体,所载的就是道。人作为一个单一个体的存在,他是可以传达道的普遍性和绝对性的。钟吕认为,生是一切价值的开始,而生命一开始便负载道的本质,生命呈现道的本质和变化规律,一切都循着大道的模式演化。钟曰:

① 同上注,页222。

② 时间可以提供修炼,最后与道合一。吕祖《敲爻歌》云:“只修性,不修命,此是修行第一病;只修祖性不修丹,万劫阴灵难入圣。”即是说,存在意义必须靠躯体生命去实现。

③ 见《老子》第13章。

④ 同上注。

⑤ 同上注。

人之生，自父母交会而二气相合，即精血为胎胞；于太初之后而有太质，阴承阳生，气随胎化；三百日形圆，灵光入体，与母分离；自太素之后，已有升降，而长黄芽；五千日气足，其数自满八十一丈；方当十五，乃曰童男。^①

钟吕一开始就把人置放在宇宙生成的大炉鼎之中看待。大宇宙的演变和天地化生的玄机，就是每件个体事物生成的玄机。人的生命从父母二气相合之后生成。所谓胎，就是精血，是父母二气相合所成的形质。精血，简而言之，即是精。^②老子讲道之为物，恍惚杳冥之中，“其中有精”，^③钟吕明显承接这个道化成的生化玄机，把人的胎胞视作原初的精看待。这个精发生在顺生的过程，一切由精衍生的个体生命都可称作后天。另一方面，在逆修过程，精又被看成是返本还源的追求目标，属先天，叫元精。从胎胞到成长的一段路，人的生命仿如宇宙初开，由玄、元、始三气所化生。^④宇宙有元始天尊的化生，人就有胎胞的造成。胎胞由“阳”成阴，有“太初”、“太质”、“太素”等阶段做出演化。“气随胎化”，精化成气，有着传统精气唯物观的痕迹。^⑤精气为人原初的始气，是继承

① 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 精血即是精。只是父母二气交合时，父精母血两者合成形态孰内孰外，作为定义男生女。钟曰：“父母之形交，父精先进，而母血后行，血包于精而为女，女者内阴而外阴以象母，盖以血在外也。若以母血先进，而父精后行，精包于血而为男。男者内阴而外阳以象父，盖以精在外也。”见《钟吕传道集·论铅汞第十》。

③ 老子的“精”字原本应作“情”字，但以精代情不改万物始有的道的本质和属性，前文已论，参看注 415。

④ 玄、元、始三气化生元始天尊，见于《云笈七签·卷二混元混洞开辟劫运部》。

⑤ 源自《系辞传上》：“精气为物，游魂为变”。以精气论道在东汉甚为明显，如《太平经》：“本于阴阳之气，气转为精，精转为神”，《老子河上公章句》：“道养育万物精气，如母之养子”，《老子想尔注》：“所以精者，道之别气也”等，均有出现，前文已论。

《周易参同契》的讲法：“乾坤刚柔，配合相包，阳禀阴受，雄雌相须，须以造化，精气乃舒，坎离冠首，光耀垂敷。”^①再早更有“精气为物，游魂为变”，^②三百日即十月怀胎，胎圆气足，灵光入体，形躯独立于母体以外，一个新生命便即诞生。生命顺生，“五千日气足，方当十五，便是童男”。所谓童男，与前三百日合共十六载，《黄帝内经》云男子“二八肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子。”^③

钟吕对人生命的生成看成宇宙生成模式，宇宙从无到有，天地及万物的出现，是经过不同形态的无形无质无象的演变结果。《灵宝毕法》在论说大道生成与运化方面下了一番工夫，目的是以大道论人身。它继承了汉代有关宇宙生成的理论，其一是道教道书，另一是易纬。《乾凿度》对形质世界的发生，自无形到有形，及无形之前的混沌境界已写得非常清晰：有太易，太初，太始，太素四个阶段，太易为未见气之前阶段，太初、太始、太素为气始之后阶段。《灵宝毕法》则有六个阶段，称太元、太始、太无、太虚、太空及太质。^④彭晓则以太易、太虚、太初为未见兆萌阶段，而太始、太素、太极为混沌而始有形质阶段。^⑤不论那是汉代易纬或其它道书所讲

① 见《周易参同契》第41章。分章依据彭晓《周易参同契通广义》。

② 见《系辞传上》。

③ 见《黄帝内经·素问·上古天真论》。

④ 《灵宝毕法·交媾龙虎第三》：“太元初判而有太始，太始之中而有太无，太无之中而有太虚，太虚之中而有太空，太空之中而有太质。太质者，天地清浊之质也。其质如卵而玄黄之色，乃太空之中一物而已。阳升到天，太极而生阴，以窈冥抱阳而下降；阴降到地，太极而生阳，以恍惚负阴而上升。一升一降，阴降阳升，与天地行道，而万物生成也。”

⑤ 彭晓“易者象也”注云“太易、太初之前，虽含虚至妙，则未见兆萌。太始、太素、太极之际，因有混成，乃混沌也。”见《参同契通真义》。

的宇宙生成论,都从老子思想启发而成。^①生命从道的化生而有,是老子“道生一,一生二,二生三,三生万物”所讲的顺生程式,钟吕也从此处做内丹理论的起点:

道本无问,问本无应。及乎真原一判,大朴已散。道生一,一生二,二生三。一为体,二为用,三为造化。体用不出于阴阳,造化皆因于交媾。上中下列为三才,天地人共得于一道。道生二气,二气生三才,三才生五行,五行生万物。^②

钟吕丹道把道之生成方面直接用体用论说明。老子的道论其实隐含本体论及宇宙论的思想方法,这一点不再赘论。^③关乎钟吕丹道的,是造化一义。钟吕认为造化皆因交媾,在人而言,人之生是“父母交会而二气相合”而成。父母二气交媾即阴阳交媾,因交媾而生,而成人。这个“生”字,在老子来说,当创生的生是不太适合的,较好的讲法是呈现;^④但在钟吕,此“生”字就有创生及造化之义。生命由大道而生,这一点要从宇宙论展开。可是,钟吕开宗明义就说体用,一为体,二为用。一是什么呢?依原文去理解,一是“真原”,是未判的“一”,已判则为二,为三,为五,为万物;一的后面的大朴已散。大朴已散是老子语,“朴散则为器”,道由朴散而成

① 有关易纬及道书所讲的宇宙生成,参看本论文第三章第3.1.2节“辩证思维的影响”末段。

② 见《钟吕传道集·论大道第二》。

③ 本论文第三章第3.1.2节“辩证思维的影响”开首已引张岱年认为老子道论具本体论及宇宙论模式。

④ 老子“道生一”的“生”不是上帝创生万物的意思,前文已论。可参看第三章第3.1.1节“老子的道德观”前部。

万物。^①钟吕认为“真元之道，皆一气而生也”，^②故真原是本源一气。《周易参同契》云：“人所禀躯，体本一无，元精云布，因气托初。”^③又云“类如鸡子，白黑相符。纵广一寸，以为始初。四肢五脏，筋骨乃俱。弥历十月，脱出其胞。骨弱可卷，肉滑若铅。”^④从二气交合生胎胞，胎精化气，真原之元气化生五脏六腑，人就如此成长顺生。钟吕丹道取《周易参同契》的生成论，难怪《周易参同契》是万古丹经王。然而，体用论又如何论生成呢？这里有着曲折的论说。我们首先看看天地的生成：

大道既判而有形，因形而有数。天得乾道，以一为体，轻清而在上，所用者，阳也；地得坤道，以二为体，重浊而在下，所用者，阴也。阳升阴降，互相交合。乾坤作用，不失于道。^⑤

其体为一，则其用为阳；其体为二，则其用为阴。一是乾、是天，二是坤、是地。阴阳可以升降，是用的表现，此用之本体是乾天与坤地。天地之所以有阴阳二气升降，并且互相交合，就因为有阴阳二气所从出的乾与坤。再看下去：

天道以乾为体，阳为用，积气在上；地道以坤为体，阴为用，积水在下。天之行道，以乾索于坤。一索之而为长男，长男曰震；再索之而为中男，中男曰坎；三索之而为少

① 见《老子》第28章。

② 见《灵宝毕法·朝元第八》。

③ 见《周易参同契》第62章。

④ 同上注，第64章。

⑤ 见《钟吕传道集·论天地第三》。

男，少男曰艮。是此天交于地，以乾道索坤道，而生三阳。及乎地之行道，以坤索于乾。一索之而为长女，长女曰巽；再索之而为中女，中女曰离；三索之而为少女，少女曰兑。是此地交于天，以坤道索乾道，而生三阴。三阳交合于三阴而万物生，三阴交合于三阳而万物成。天地交合，本以乾坤相索，而运行于道。乾坤相索而生六气，六气交合而分五行，五行交合而生成万物。^①

乾为体，其用为阳；坤为体，共用为阴。乾索坤及坤索乾以后出现三阴三阳，三阴三阳交合而生成万物。这一段描述阴阳交合而生成万物与以下一段很相似，但后者更讲到老子“负阴而抱阳”的大道运化玄机：

大道无形，视听不可以见闻；大道无名，度数不可以筹算。资道生形，因形立名，名之大者天地也。天得乾道，而积气以覆于下，地得坤道，而托质以载于上。覆载之间，上下相去八万四千里，气质不能相交。天以乾索坤而还于地中，其阳负阴而上升；地以坤索乾而还于天中，其阴抱阳而下降。一升一降运于道，所以天地长久。^②

“负阴而抱阳”是出自老子的，《灵宝毕法》把阴阳二气升降的运动巧妙地与负阴和抱阳的观念连在一起，解释天地运化不息的原理是精彩而细腻的。从以上几段文字看，大道从无形无名开出二气而生天地万物；人从二气开出胎胞而成人。钟吕丹道要说明的是大小宇宙同一，人的生命模式，是道的呈现。道家把天地造化

① 见《钟吕传道集·论天地第三》。

② 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

的现象看成是一个自然。一切自然都具运动性,而自然本身就是一个运动的概念——自己在不断运动,不断变化,不断去自我实现。这个讲法是老子的“道法自然”。^①王弼讲“于自然无所违”,^②是说万物在变化或运动过程中,并没有任何外力参与;整句意思是:道要自我实现,自我实现是其目的。这个目的,当然也是道自身。自然运动本身就是道,变化是运动的必然性。《周易参同契》至钟吕,道教徒都拿着“元气”来展示道的本性和本体。本性是自然的运动及其变化规律。本体表现其化生万物的能力,所化生者又含藏这个作为其本质的本体。《灵宝毕法》在提出道之体用时,以一为体,二为用;以乾坤为体,阴阳为用。混沌之气二分,二分是自然运动,合于道在现象界呈现的模式;因为,道要自我实现。除了二的出现是必然及自然之外,道还要继续呈现下去,实现自己,故有三,有万物。在有与未有之间,这个呈现模式就略有不同了,就要用体用去理解。这里以乾坤为体,代替了杳冥恍惚那抽象模糊的道体。^③《周易参同契》承着汉易纬的发展,首章首句便明言“乾坤者易之门户”,并以此配合精气论人之生成,谓“乾坤刚柔,配合相包,阳禀阴受,雄雌相须,须以造化,精气乃舒”。《灵宝毕法》把乾坤阴阳作为体用模式讲化生之理更加彻底。乾坤两卦虽则是道体的别称,但这里内含两个功能。一是卦爻的象征性提供阴阳互换的具象思考,比混沌的描述好得多。另一是,“乾”字又指日之

① 见《老子》第25章。

② 见《老子》第25章,王弼注云:“法自然者,在方而法方,在圆而法圆,于自然无所违也。”

③ 因为老子说“道之为物,惟恍惟惚。惚兮恍兮,其中有象;恍兮惚兮,其中有物”,道的无法形容与描述,造成模糊概念。当然老子企图把道的本质模糊化,切合“玄”的表述,但在道教徒修炼上的指引也同时表现得不清晰。

光气上出,具“尚阳”观念;^①乾坤二卦,又蕴含了天地之大德,^②有“乾道变化,各正性命”^③及“坤厚载物,德合无疆”的内容,^④这正正是钟吕内丹必须同时陈述的一个道德概念。

若以体用说明二气化生万物,则其用为动,二气动则相交合,并进入道的自然运动状态。运动中的阴阳二气又存在着相反相成的运动性质。道要在现象界不断呈现又于自然而无所违的话,所有万事万物的演变也必然有着阴与阳两个属性。按此,阴中有阳及阳中有阴便是不需言辨而固有于万物的道性。也因为这种道性,乾与坤才可以互相索取;也因为这种道性,新的事物才不断地和合化生。既索则动,动是道的本然运动,也有着自我实现的运动规律。道在现象界的呈现模式不能不动,动才能显道。相对于显,必然有隐,也因此而有静。道在隐显之间不断地实现自己,完成道在现象界造化的任务。

道衍生万物的形式是道化万物。在人身,阴阳二气在体内的交合,也在同一机理下完成。乾坤之于天地,相当于人体之心肾,钟吕丹道亦以此两概念实质地比喻人身中的小宇宙:心比天而肾比地,心液比阴而肾气比阳。阴非抽象而为具体之心液。《灵宝毕法》云:

道生万物,天地乃物中之大者,人为物中之灵者。别求于道,人同天地。以心比天,以肾比地,肝为阳位,肺为阴位,心肾相去八寸四分,其天地覆载之间比也。气比阳

① 《说文》:“日始出光乾乾也。”

② 《系辞传下》:“天地之大德曰生。”

③ 见《乾·彖》。

④ 见《坤·彖》。

而液比阴。^①

人的度数恰如天地。心肾之间相去八寸四分,这与天地相去八万四千里成一比数。心肾之间的气液运动,也就等同天地间的气候变化。肝为阳,属木;肺为阴,属金,是人身中分列左右的阴阳,以卯酉代春秋。心为阳,属火;肾为阴,属水,是人身中置于上下的阴阳,以子午代冬夏。如是者,人身中便奠定子午卯酉各区的心肾肺肝,中间戊己土作脾胃,五脏配五行的坐标得以完成;春夏秋冬四时变化中的气液运动,便成为五脏气液变化的依据。

子午之时,比夏至、冬至之节;卯酉之时,比春分、秋分之节。以一日比一年,以一日用八卦,时比八节。子时肾中气生,卯时气到肝,肝为阳,其气旺,阳升以入阳位,其春分之比也;午时气到心,积气生液,夏至阳升到天而阴生之比也;午时心中液生,酉时液到肺,肺为阴,其液盛,阴降以入阴位,其秋分之比也;子时液到肾,积液生气,冬至阴降到地而阳生之比也。周而复始,运行不已,日月循环、无损无亏,自可延年。^②

这是四时变化中阴阳互变的运动。这个运动源自日月的循环不息,而日月的盈亏又具永恒性的,故阴阳在天地间的运动是不已的。如果人体中的气液也无任何干扰而恒久的变换转化,或说“于自然无所违”的话,人身之小天地也就可以周而复始,循环不殆,与天地长久。问题在于人亦同时禀赋了七情六欲,后天气质之性加上后天生命的劳损,人的气液必然受到亏损破坏。人身中,小天地

① 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

② 同上注。

之气液运动自然就不能如天地的阴阳有着运行不已的道性，而亏损愈多，则离道愈远，寿元亦愈减。惟有后天的修炼，才能使这个气液运动回复最持久的状态，甚或采补还丹，炼成大药，与天地长久。故钟曰：“中年者修持，先补益完备，次下手进功，始也返老还童，后即入圣超凡也。”^①

但与此同时，钟吕丹道在锻炼阴阳二气的理论中，并无炼阴之工夫。钟吕强调“奉道之士，修阳而不修阴，炼己而不炼物”，^②得阳则生，从阴则死，这是钟吕思想的核心课题。身体由“元阳”受生，形存体长，都是阴由气化的结果。最初的阴是胞胎形质，“寄质在母纯阴之中，阴中生阴，因形造形，胎完气足，堂堂六尺之躯，皆属阴也，所有者一点元阳而已”，^③元阳才是要珍惜、要修炼的。以二气言阴，所谓阴，只是阳气之式微。钟吕教人每天选择适当时间来炼阳，目的是避免体内“仅有的一点的元阳”随外气变化而被“盗”。^④有云“当其气旺之时，日用卯卦，而于气也，多人少出，强留在腹”，^⑤卯卦是炼阳气之最佳时刻，是阳升之时，遂应捕捉正时以长阳气。另外亦有“日出当用艮卦之时，以养元气”及“日入当用乾卦之时，以聚元气”的工夫。^⑥“养元气”及“聚元气”之说，旨在调养阳气而非阴气。不论是外间大宇宙晨曦阳升之时的艮卦，或晚上

① 见《钟吕传道集·论四时第五》。

② 见《钟吕传道集·论炼形第十四》。

③ 同上注。

④ 由于内气与外气互相影响，人通过呼吸外气可以强化体内有形之气，从而“采药”以成真炁。同样，天地之气也在夺取万物之气，人因此而不断在耗损其年寿。“盗”一字出自《阴符经》，云：“天地万物之盗；万物，人之盗；人，万物之盗。”

⑤ 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

⑥ 见《灵宝毕法·聚散水火第二》。

阳退之时的乾卦,都纯粹是炼阳工夫的时刻。

钟吕丹道的理论以元气为起始,以纯阳之气为终点。元气,在钟吕来说亦即元阳,人之生因赋以元阳而有生命,人之死也因元阳丧失而身亡。《钟吕传道集》云“若耗散真气,而走失元阳,元阳尽,纯阴成,元神离体,乃曰死矣”,^①又云“夫不肯修持,恣情纵意,散失元阳,耗损真炁,年高憔悴,则曰老矣,老为年病”,^②元阳是生命的本源,是人禀赋在生命之中最原始、最基础的生命能量。唐以前称元气,钟吕以“阳”代“气”,是一个新的理论体系。

钟吕重视炼阳,又提倡性命双修,可见道德问题将是其命功修炼不可不涉及的重要课题。阳气是一个双对词中其中一个,有阳即有阴为对。钟吕为何不炼阴?或者内丹为何崇阳抑阴?又或者道教尊阳而卑阴,高道往往以“阳”称号?^③这些问题看似平常,却蕴藏深远的文化背景。“阳”是宇宙万物的源头,也是个体生命的源头。当吕洞宾问钟离权生死事大,什么是不死不病之理时,钟曰:“人生欲免轮回,不入于异类躯壳,常使其身无病老死苦,顶天立地,负阴抱阳而为人也。为人勿使为鬼,人中修取仙,仙中升取天”,^④短短数句,可以反映做人的方向。人要修其生命,不让躯体有病痛之苦,这工夫在钟吕来说是“人仙”工夫:即能尽天年、健康快乐的人。对生命有了交代,进而人中修取仙,仙中修取天,天者天仙也。人仙与天仙的修行,是相对鬼而言。鬼即鬼仙,修阴神可

① 见《钟吕传道集·论水火第七》。

② 见《钟吕传道集·论丹药第九》。

③ 历代高道都以“阳”名号,例如钟离权是“正阳”,吕洞宾为“纯阳”,王喆为“重阳”,张伯端为“紫阳”等。

④ 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

为鬼。^①人仙是一个“五行之气，互交互合，形质且固，八邪之疫，不能为害，多安少病”的人，言下之意，那是阴阳和合的人，故曰“负阴抱阳而为人也”。病不能侵，邪莫之能胜，所以说“顶天立地”无所伤。传统儒道两家均认为天地有“正气”，如“天地之大德曰生”、^②“浩然和平，以气为渊”、^③“吾养浩然之气”、^④“天下太平，正以明德”、^⑤“正形摄德，天仁地义”^⑥等等。这些说话都有着同一个理念，是天地间的生化中，在天道实现自我的同时，也表现了德性。天覆地载，实是一种“施其德而养之”的道体显现，^⑦就如老子所言“道生之，德畜之”。人处于宇宙之中，也感受到生生之德的惠赐，只要处正执中，便可以与天地同德。钟吕神仙学说，不再是独立于万物之外的神仙形格，不是远离尘世病苦而独享逍遥的神人仙子，而是神仙种子深藏于每一个人之中，人与大道同根同源、同出一辙的元阳所播生。钟吕的元阳，是人身本有，不需外求，且与天地之气同，故曰“天地之道一，得之惟人也”。^⑧“道生万物，天地乃物中之大者，人为物中之灵者”，^⑨说明了人是万物中最能掌握天地间之道，而且，“万物之中，最灵最贵者人也”。^⑩又云“全命

① 钟吕内丹所炼为阳神，炼阳不炼阴，并说“定中出阴神，乃清灵之鬼，非纯阳之仙。以其一志阴灵不散，故曰鬼仙。虽曰仙，其实鬼也。”同上注。

② 见《系辞传下》。

③ 见《管子·内业》。

④ 见《孟子·公孙丑》。

⑤ 见《黄帝四经·经法·六分》。

⑥ 见《管子·内业》。

⑦ 《文子·上德》：“天覆万物，施其德而养之。”李定生、徐慧君校注《文子要论》（上海：复旦大学出版社，1988），页127。

⑧ 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

⑨ 见《灵宝毕法·聚散水火第二》。

⑩ 见《钟吕传道集·论大道第二》。

保生,以合于道”,^①是人仙的讲法;天地之正气,畜之于人,可令人长生尽年。再藉天地之正气,存养身中之元阳,取法于天地,人便可长生不死。若论生命,人与天地之间,是气与气之关系:天地可盗人之气,人亦可盗天地之气。人的一呼一吸,盗与取便隐于其中。一呼一吸为一息,昼夜之间,人就有一万三千五百息,合周天之数。^②一万三千五百呼的气,是自己元气。相反亦然,“所吸者,天地之正气,自外而入。”^③元气随呼而出,是可以促使体内脏腑之气和体表之气脉通畅。^④若修炼得法,则“根源牢固,元气不损,呼吸之间,可以夺天地之正气,以气炼气,散满四大”。^⑤由此可见,钟吕认为天地间所运行的气是正气,与人身元气同质,而人之元气又可称为“阳气”、“元阳”、“元阳之气”,或钟吕丹道独有的命名:“正阳之气”。^⑥

正阳之气应当是“龙虎交媾”^⑦之后形成。简单讲,就是当人气足之时,入定之中有氤氲之气感泛现,自觉津液增加;此时吞津咽气,导引至下丹田,便有无形的“真炁”化生。这个真炁就叫正阳

① 见《灵宝毕法·聚散水火第二》。

② 一般以三百六十为一周,叫周天。年以三百六十日为一岁,劫以三百六十年为一浩劫。

③ 见《钟吕传道集·论炼形第十四》。

④ 同上注,钟曰:“元气随呼而出,既出也荣卫皆通。”

⑤ 同上注。

⑥ “正阳之气”即心液中之无形之阳气,是相对于肾气中有无形之液称“真一之水”而言。钟曰:“肝属阳,以绝肾之余阴,是以知气过肝时,即为纯阳,纯阳气中包藏真一之水,恍惚无形,名曰阳龙。肺属阴,以绝心之余阳,是知液到肺时,即为纯阴,纯阴液中,负载正阳之气,杳冥不见,名曰阴虎。”见《钟吕传道集·论龙虎第八》。

⑦ 《真诀》曰:“肾中生气,气中有真水;心中生液,液中有真气。真水真气,乃真龙真虎也。……以真气恋液,真水恋气,液与真水,本自相合,故液中有真气,气中有真水。互相交合,相依而下,名曰交媾龙虎。”见《灵宝毕法·交媾龙虎第三》。

之气。天地之气为正气,也是天地阴阳二气相交的结果。天地造化是向前顺生的,故天地之正气又是和气,相当于老子所谓“冲气以为和”的和气,^①又相当于荀子的“万物得其和以生,得其养以成”的和气。^②如果把造化逆返,天地二气的所生者是混沌一气,那就是元气,或叫元阳,是化生万物的道体。在人而言,顺生者,是元阳一气自母体中成形而为胎胞,即是气化成阴质,开始远离道体。元阳是顺生化形,而形复化形,再加上滥情纵欲,元阳便不断的损耗。人若再不知修炼,便出现钟吕所说的“走失元阳,耗散真气,气弱则病老死绝矣”。^③若把人身之造化逆返,以心比天而肾比地,水火交合,并在心液中采得“正阳之气”,那么,这个正阳之气就相当于母胎时赖以造化生命的元阳。故从逆炼所得的,也是同一元阳而已。只是,人在生命历程中,不断耗损,青壮年元阳早已丧失大半。这是未尽天年而短寿的主要原因。^④得法修炼而采得之元阳,只是缺中求补,当然不能与原初婴孩所持有的元阳相比。无论如何,钟吕丹道有补元气之法。^⑤补其亏损之后,再进一步烧炼增添,直至阴尽阳纯。以上是顺逆之间大道演化之玄机。顺则以气化形,逆则以形炼气,这是钟吕丹道由大道之生化原理捕捉到的逆取修炼工夫。这种相向观,源出自老子的“有无相生”;然而,有

① 见《老子》第42章。

② 见《荀子·天论》。

③ 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

④ 钟曰:“夫不肯修持,恣情纵意,散失元阳,耗损真炁,年高憔悴,则曰老矣,老为年病。”“年病”指年寿减短。见《钟吕传道集·论丹药第九》。

⑤ 《道要》云:“或以晚年奉道,根元不固,自度虚损,气不足之后,十年之损,一年用功补之,名曰采补还丹。补之足数,止行此法,名曰水火既济,可以延年益寿,乃曰人仙,功验不可备纪。”见《灵宝毕法·交媾龙虎第三》。

类似学说的,是唐末谭峭的“虚化论”。他说“道之委也,虚化神,神化气,气化形,形生而万物所以塞也”,就是顺生之道;“道之用也,形化气,气化神,神化虚,虚明而万物所以通也”,便是逆返之路。^①顺逆相兼相通之所以可能,全赖老子论道中所提倡的“玄”性。没有道之玄性,就不会有“有无相生”的现象,亦不能存在逆修成仙的神仙学说或内丹修炼中与道合一的终极境界。^②

元阳主宰着生命的顺行。它会以气化形开始,进而堕入人形又生形的物化现象。^③道在现象界不断自我实现是必然和自然的,但万物不能自我逆转,不能返本还源。人却可以。钟吕多次强调人为万物中之最灵最贵者。人在“天地人三才共得一道”的优越条件下演化其生命:从三才演化五行,再从五行演化成作为物之人。人享有最正最灵的元阳,此可下通物性,亦可上通道体,从而与天地长久,与道合一。^④人的逆转可能性就基于一点元阳。它是钟吕丹道的核心。

人是否真能如天地一样长久呢?吕洞宾问:“天地之机,阴阳升降,正与人之行持无二等。若日月之出没,往来交合躔度,于人可得比乎?”钟离权答:

天地之机,在于阴阳之升降,一升一降,太极相生,相生相成,周而复始,不失于道,而得长久。修持之士,若取法于天地,自可长生而不死,若比日月之躔度,往来交合,

① 见谭峭:《化书》。

② 关于老子论玄与逆修工夫的可行,本章3.1.2节“辩证思维的影响”已论。

③ 《真诀》曰:“天地之道一,得之惟人也。受形于父母,形中生形,去道愈远。”见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

④ 见《钟吕传道集·论大道第二》。

止于月受日魂，以阳变阴。阴尽阳纯，月华莹净。消除暗魄，如日之光辉，照耀于下土。当此时，如人之修炼，以气成神脱质升仙，炼就纯阳之体也。^①

对于钟吕来说，人经过修炼，当然可以比之于日月。“月受日魂，以阳变阴”者，魂是阳，魄是阴，月本属阴而称魄，受日之光照以成月之光。月华莹净，暗魄尽除，即以阳变阴；人亦可变换阴阳，以气成神，气者阳气也，炼至阴尽阳纯。元阳在身中，由肾藏之，一般人以此为“先天炁”。^②这个先天之元阳，即是肾精或肾气，由精化气。精有元阳，叫做铅，吕曰：“铅在肾中，而生元阳之气，气中有真一之水，视之不可见也。”^③所谓“真一之水”即是肾气中之无形之水。^④这个无形之水因水恋心液的关系，会上行与心液相交。心液中又有无形之气称“正阳之气”。此由铅得汞，所得者即为正阳之气。所以，在交合中，肾气用来实现正阳之气，曰“铅以得汞，汞有正阳之气，以正阳之气，烧炼于铅，铅生气盛，而发举于真一之水，可以上升”，^⑤正阳之气才是整个修炼的成果。身中有元阳，亦可通过修炼而得正阳之气。可以看到，顺生以阳化成，逆炼亦以阳返本。前后均言“阳”。阳，对于钟吕丹道的理论来说，是核心所在也。

① 见《钟吕传道集·论日月第四》。

② “先天炁”指元气，即造成生命之原初祖炁。炁，取元气无形无质义。《太平经》云“天道乃有自然之炁，乃有消息之炁。凡在胞中，且而得炁者，是天道自然之炁也；及其已生，嘘吸阴阳而炁者，是消息之炁也。人而守道力学，仅自然之炁者生也，守消息之炁者死矣。”见《太平经合校》页700。

③ 见《钟吕传道集·论铅汞第十》。

④ “真一之水”，参看注513。

⑤ 见《钟吕传道集·论铅汞第十》。

钟吕丹道在炼阳的根本理论中,间接地表达了一个传统的道德观念。这个观念源出老子“道生之、德蓄之”;道在“生”中就显示了道德,宇宙万物在生成过程中就含藏道与德。“生”本身就代表“阳”,“人的生相应于天,死相应于地”的观念很早就有。^①钟吕丹道继承了这个道统,在生命的造化当中,要“生命”赖以维生的“元阳”或“正阳之气”,连带着造命的成就,树立天道所呈现的道与德。《钟吕传道集》论大道说:“道生二气,二气生三才,三才生五行,五行生万物,万物之中,最灵最贵者人也。”^②从道至万物和人的出现,钟吕用了二气、三才、五行的观念。内丹讲人的性命,人当属最灵最贵的了;而且,万物从天道禀赋的三才五行中,人是相对地有着最好的禀赋天资。又曰“惟人也穷万物之理,尽一己之性,穷理尽性,以至于命,全命保生,以合于道,当与天地齐其坚固,而同得长久。”^③这个讲法令人想起北宋开理学先河的周敦颐《太极图说》。两者观点非常接近,尤其是从理入道,个中贯串“性”、“命”、“生”之间的微妙关系。《太极图说》对大道生成二气的历程是:“无极而太极。太极动而生阳,动极而静,静而生阴,静极复动,一动一静,互为其根;分阴分阳两仪立焉。”^④周敦颐不同于钟吕者,是钟吕用三才五行为万物生化基础,周敦颐则用二五之精,根据陈鼓应分析,三才说是黄老之学表达天地人一体观的特色,后由《易传》继承。^⑤三才说是天道与人道合一,把自然现象及其规律的观察推

① 例如《太平经》有“人生,象天属天也;人死,象地属地也。”又云:“生人,阳也;死人阴也。”见《太平经合校》页49。

② 见《钟吕传道集·论大道第二》。

③ 同上注。

④ 若根据《宋史·周敦颐传》则写作“自无极而为太极”。此为朱熹版本。

⑤ 见陈鼓应:《先秦道家易学发微》,载入《道家文化研究》第11辑,页23。

之于人事,包括日月星辰运行、四时变化、万物盛衰等。这些资料,都可以在钟吕著作中看到。例如钟吕有论四时气液的变化、五行与脏腑之气如何和合成大药,可见钟吕丹道思想秉承黄老道学、结合人体小宇宙的生化模式应用出来。^①整个元阳发展程式是一、二、三、四、五,比《太极图说》细腻得多。^②要注意的是,“太极动而生阳”一句,太极是道在混沌未分的称号,由未形到有的始萌,最原初的动作是“阳”的动。这里显示了大道创生的机微动处,我们可以把它说成是“几者动之微”,^③甚至渗入人的心灵对待:“知几其神乎”、^④“寂然不动,感而遂通”,^⑤或者如周敦颐说“寂然不动者,诚也。感而遂通者,神也。动而未形,有无之间者,几也”、^⑥“诚无为,几善恶”,^⑦甚至引用老子讲“观其徼”^⑧就是“知几”的那一时刻等等。初萌在事物演化中出现的现象,也同样在宇宙生化之中出现。^⑨个中除了“阳动”之外,值得留意的,是周敦颐在《通书》提到的“诚”,和以“诚”对待事物初萌所发生的“几善恶”功能。“诚无为”是无限心境,作为主体则可以观照万事万物的化生,并能够判断或反映出事物变化的轨迹是否偏离。老子的“妙”、“徼”的分别,

① 《钟吕传道集》中有专论:《论天地》、《论日月》、《论四时》、《论五行》各篇。

② 《钟吕传道集》以一为元阳、二为阴阳、三为三才、四为四时、五为五行,比之于《太极图说》只用无极、太极、阴阳二气、五行来论宇宙生成,前者显得丰富得多。

③ 见《系辞传下》。

④ 同上注。

⑤ 同上注。

⑥ 见周敦颐《通书·圣第四》。

⑦ 见周敦颐《通书·诚几德第三》。

⑧ 《老子》第一章:“常无欲以观其妙,常有欲以观其徼。”

⑨ 关于老子、周敦颐和《系辞传》所引,及几微动处的讨论,参看本论文第三章第

是事物在动静之间的分别。周敦颐的“诚”、“几”也同样有这个讯息。不过,周敦颐对宇宙万物的生化,有着善恶的观念;当然,这个生化属于大德。他认为“天以阳生万物,以阴成万物。生,仁也;成,义也”,^①天地生成万物本身就有道德的赋予。又曰“动而正曰道,用而和曰德”,^②意谓凡动而正、合于自然的变化者都有道与德。最重要的,是人也本有道德于其中,曰“人而至难得者,道德有于身而已矣”。^③周敦颐把自然的生化看成是天道在现象界呈现的道德行为,这一点由宇宙“阳动”开始就有了。阳主动,假若其运动不离于自然正轨,那阳动就呈现道德性了。周敦颐名之为仁与义:生即仁,成即义。人要做到“中正仁义”便合于天道以降的道和德,便可立“人极”,实现天道欲赋予人伦的“仁”和“义”了。从元阳到阴阳,二气构成生生不息的变化,大德落实于万事万物中,便是《系辞传》云“一阴一阳之谓道,继之者善也,成之者性也”。钟吕论大道,同样有这个思想:

大道无形,因彼之所得而为形;大道无名,因彼之所有而为名。天地得之,而曰乾道坤道;日月得之,而曰阴道阳道。人得之朝廷,则曰君臣之道;闺门则曰夫妇之道;乡党则曰长幼之道;庠序则曰朋友之道;室家则曰父子之道。是见于外者,莫不有道也。^④

所谓“乾道坤道”、“阴道阳道”、“君臣之道”、“夫妇之道”、“夫

① 见《通书·顺化第十一》。

② 见《通书·慎动第五》。

③ 见《通书·师友上第二十四》。

④ 见《钟吕传道集·论天地第三》。

妇之道”、“长幼之道”、“朋友之道”、“父子之道”等等，都同出一辙：天道。天道由无形无名化生万事万物，而万事万物也禀赋着道与德。周敦颐把这个思想写为“立天之道曰阴与阳，立地之道曰柔与刚，立人之道曰仁与义”。^①周敦颐的《太极图说》和“太极图”取之于陈抟“无极图”及其逆修理念。陈抟后于钟离权，其内丹思想与钟吕大同小异。周敦颐的宇宙论取自内丹系统，均有迹可寻。^②然而，钟吕丹道承继道家宇宙观思想，不独为道家道教内部有所发微，对整个中国传统文化做出深远的影响也是事实；《太极图说》把理、性、命、生、道诸思想和观念整合，继而开拓儒家道统，把生命与道德之可能性作一个“原始反终”的根源性诠释。“太极动而生阳”的“阳动”观念，不但为儒家做出“立人之道曰仁与义”的结论，^③更为我们提供内丹思想对“阳”概念的反思机会。钟吕丹道以“元阳”为生命之源，《太极图说》亦追随之论，万物之始全赖此“阳动”方可成就。“惟人也，得其秀而最灵，形既生矣，神发知矣，五性感动而善恶分，万事出矣”，当中所谓最秀最灵者，以至形生而后发之为神，所指的也不过是连着“阳神”而说的元阳一事而已。

总的来说，钟吕丹道的道德根源于宇宙生成论，道以元阳化生万物，人得之最灵最贵者。人的生命从一点元阳开始，气化成形。元阳在生命的演化也同时呈现道与德。元阳的旺衰，将成就出不同程度及不同性质的生命。法有三乘，仙有五等，人追求阳气之终

① 见《太极图说》。周敦颐借《说卦》之言论说其道德之源头。

② 周敦颐的宇宙论取自内丹系统，均有迹可寻，只是儒家学者不太接受这个讲法。李养正在其《〈太极图〉、〈无极图〉、〈太极先天图〉蕴义及源流考辨》认为陆九渊、黄宗炎、朱彝尊为了维护儒家尊严，千方百计要摆脱周敦颐开创的道学吸取了道家“无极”之旨的说法。见于李养正：《道教经史论稿》（北京：华夏出版社，1995），页419-20。

③ 见《易经》，《说卦》。

极可为天仙,弃阳求阴则变成鬼。阳气,作为阴阳相对概念之一,正是内丹修炼的开始和终结。命功如此,性功也不能离此而自成体系,因为作为人的道性也是阳气。钟吕丹道最后代表着天仙道性的“正阳之气”,与“元阳”同出而异名。从生即道的观念引伸下去,作为生命之本源,不但为钟吕丹道所大力提倡,更远自《太平经》、《老子想尔注》等道书所重视,这一点实其来有自。考其流源,再观乎老子之学,以及稷下道家如《管子》、东汉的道书等等,我们似乎可以掌握到丹道文化中,尤其汇聚成为一大系统的钟吕丹道,确实把“阳气”概念,贯通道与生两者,具体地把握道之于生所呈现之德性;即是说,钟吕丹道的“阳气”,已肩负着传统道家在天道自然上所论说的道德观,性即道而命即德,均由元阳之气展开。人作为小宇宙生命,即含藏大宇宙以道显德的特性。人身中便存在着道的造化模式:命的形质性呈现,本身即具德性基础。丹道秉承着“天地之大德曰生”的德性主体,如《太清真经》说:“一切含气莫不贵生,生为天地之大德,德莫过于长生。”^①

3.3. 内丹的终极意义

神仙最高境界是什么?道教神仙观念的演变发展到唐代,已出现了神仙体系和谱系。钟吕丹道的五等仙分别法,是由前代发展而成的。道教是多神宗教,它从中国古代原始宗教开始,经过多方面的融通和吸收,结合传统中国文化和民间方土方术形成。神

^① 《太平御览》卷 668 引,见《太平御览》(中华书局影印本,1960)册 3,页 2980。

仙等级的分别法也在道教形成的漫长岁月中逐渐形成。

神仙等位的出现是由人赋予的。神仙本身是否有着高低善恶之分,似乎在理性逻辑上说不过去。神仙本身代表着无限生命的呈示,又象征着无形无迹、且无法描述的一种体道境界。这种超言绝象的境界与言语之下描述的神仙有着根本上的不同。不过,神仙等级既已出现,这个分别机制固然具有特殊意义,至少在认识神仙的性质与形态时,有一定程度的判别基准,也提供我们修身行善的参考指南。更重要的是,通过神仙等级制演变的了解,尤其是对作为终极境界的天仙的安排,我们得以明白该时代神仙观念的趣向。

唐代道教兴盛,唐代皇帝积极扶植道教是重要原因之一。要讨论神仙架构,老子这个角色当然少不了。老子在道教最早被奉为神。^①这个神观念一直影响着每一个时代道教信仰的发展,也象征着道教的终极意义和神仙的道德观。《老子想尔注》称“一者,道也”^②，“一散形为气，聚形为太上老君”。^③唐皇朝是李氏家族的天下，老子李耳先后被加号为“太上玄元皇帝”、“大圣祖高上大道金阙玄元天皇大帝”。唐代尹文操把老子尊为道的化身：“老子者，即道之身也，迹有内外不同，由能应之身或异也”，其内者是：“至一者妙而无质也；真一者淳粹湛然也；玄一者通灵不滞也；皇一者光明无上也；元一者万道之长也；帝一者百神之圣尊也；太一者长生之

① 最早奉老子为神的，有东汉明、章帝之际（58—88）益州太守王阜作的《老子圣母碑》，桓帝延熹八年（165）陈相边韶作的《老子铭》等。

② 《老子想尔注》“载营魄抱一能无离”注。饶宗颐：《老子想尔注校证》（上海：上海古籍出版社，1991），页12。

③ 同上注。

大主也；天一者司阴之真宰也；正一者盟威之法王也”。^①这是把老子的能力无限延伸。老子的神通能力可统领一切神灵。杜光庭对老子的尊崇也有类似的描述：“在天为万天之主，在圣为万圣之君，在仙为万仙之总，在真为万真之先，在星为天皇大帝，在教为太上老君”，又“主领天上天下，地上地下，万亿天界，有情无情，有识无识，有形无形，皆太上老君所制御也”，^②尹文操以“一”神化老子，杜光庭以“万仙之总”神化老子，都在“万物得一以生”的基础上延伸出来的思想。他们为老子塑造成至高无上的神，为道教信仰建立作为终极追求的神仙。

神仙的等级思想，其实很早就有。庄子期望人能够成为“至人”、“神人”、“圣人”。^③庄子认为人通过自我实现，可以提升自己，进入更好的境界。虽然他不是用神仙的角度去提出论说，但这个讲法已表达了人能够从有限的框框逐步无限延伸。可以说，这就是神仙等级制的思维模式。^④《太平经》循着这个思维模式发展出一个阶梯，人可以藉此拾级而上。这个就是最早的神仙谱系：“一为神人，二为真人，三为仙人，四为道人，五为圣人，六为贤人”。《太平经》认为这些不同等级的“人”都有不同的职责岗位，服务于最高的天。他们分别是“神人主天，真人主地，仙人主风雨，道人主教化吉凶，圣人主治百姓，贤人辅助圣人，理万民录也，给助六合之

① 见尹文操《太上混元老子史略》引。

② 见杜光庭《道德真经广圣义》。

③ 《庄子·逍遥游》：“至人无己，神人无功，圣人无名。”

④ 庄子当然与后期的神仙等级观念有所不同。庄子的神人仙子，是一种对现实有限性的超越，不是道教讲那具实质意义的神仙，但相对于由人的有限框框无限延伸这一点而言，则是神仙等级制的思想模式。

不足也”。^①从这个职级观念看,《太平经》存有儒家的封建思想。这个时期的神仙架构反映了儒道互补的天人合一观。由于道教信仰的心理需要,作为一个神来崇拜的老子,就自然会发展成为一个偶像崇拜;因为,道的不可描述、至大无外、至小无内的抽象性是无法给予膜拜的,只有有形有质的偶像才是崇拜的对象。老子既然是道的化身,道教必须为老子重新粉饰,使人间的老子变为神仙形态的老君。葛洪引《仙经》的描述,“老君真形者,思之,姓李名聃,字伯阳,身長九尺,黄色,鸟喙、隆鼻,秀眉长五寸,耳长七寸,额有三理下彻,足有八卦”。^②从面相的刻画看,他虽然被夸张了,但仍不失为人的形格;若再看下去,则非人间所能及了:“以神龟为床,金楼玉堂,白银为阶,五色云为衣,重叠之冠,锋铤之剑,从黄童百二十人,左有十二青龙,右有二十六白虎,前有二十四朱雀,后有七十二玄武”。^③在魏晋时期,基于神仙谱系尚未成熟,老子的“神灵观”仍然飘忽不定。当时流行着不同的看法,一些奉老子为“神异”者,另一些则尊老子经过人的得道历程成为“神仙”者。民间对殿堂上的老子偶像所生之情,确实影响着道教信仰的发展,不可不驻目留神。一心要重整道教的葛洪,就痛斥那些把老子当成“神异”的说法,认为这种神异说对道教发展有障碍,也违反“神仙可学”的观点,他说“浅见道士,欲以老子为神异,使后代学者从之,而不知此更使不信长生之可学也。何者?若谓老子是得道者,则人必勉力竞赛。若谓是神灵异类,则非可学也”。^④神仙可学的确是葛洪

① 见《太平经合校》页289。

② 见《抱朴子内篇·杂应》,《抱朴子内篇校释》页273。

③ 同上注。

④ 见葛洪《神仙传》。

整个道教改革的核心课题,他要把民间迷信色彩减到最低,另一方面又为道教教理教义加入知识和理论根据,他认为只有这样,道教才有机会在上层士人社会发展。撇开这个目的不提,神仙可学论才是中国式的神仙理论模式;因为道在每个人之中,人人皆可得道,在得道之前就要通过实践和学习,正如牟宗三说“中国的学问都是实践的”。^①葛洪引《仙经》“上士举形升虚,谓之天仙。中士游于名山,谓之地仙。下士先死后蜕,谓之尸解仙”,^②又反映这个时期神仙已分了三个等级。这三个等级,比较《太平经》的六分法,只是少了未算神仙仍为“人”的三类:道人、圣人、贤人,前面的大致相似。在《太平经》,神仙级位由最高向下排是神人,真人,仙人;相比于《仙经》,神人是天仙,真人是地仙,仙人是尸解仙。两者基本概念相同,仙人是道人“入道不止,成不死之事,更仙”,^③是刚刚有长生不死的能力,与尸解仙那仅能先死后蜕的能力相似。那些长生不死、可逍遥地游于名山的地仙,又与“真人者象地,地者直至诚不欺天”的讲法类同。^④所以,魏晋的神仙谱系非常简单,承袭东汉;不过,要做到最高级的天仙,就非服食金丹不可。^⑤

魏晋时期的神仙谱系虽然简单,但它已不同道教初起的东汉,偶像的崇拜逐渐淡化,神仙要人本身的努力来达致;只是金丹服食依然流行,经葛洪为道教成仙说学术化和理论化之后,神仙与方术结合,此风更趋狂热。知识与学术使民间的迷信退减,却不能使金

① 见《中国哲学十九讲》页93。

② 见《抱朴子内篇·论仙》,《抱朴子内篇校释》页20。

③ 见《太平经合校》页222。

④ 同上注,页221。

⑤ 葛洪认为:“夫长生仙方,则惟有金丹。”见《抱朴子内篇校释》页324。

丹服食的迷信从成仙的观念剔除。这时期的神仙谱系,是连着人间门阀等级制度区分的,有着一种对名利权欲的向往,对人来说可说是一种引诱多于修身立德的内在追求,无怪乎一些学者觉得道教是一种具强烈现实利益愿望的宗教。^① 葛洪提到的上士升虚,是进升天官的,他说:“上士得道升为天官,中士得道栖集昆仑,下士得道长生世间”。^② 所谓天官,葛洪以元君为例,“元君者,老子之师也”,^③ 他是在天上当官的,是老子的教师,他也是学道服丹而致天官神仙的,他的能力是“调和阴阳,役使鬼神风雨,骖驾九龙十二虎,天下众仙皆隶焉”。^④ 魏晋神仙品位的确立,反映了中国传统的儒教尊卑观念的天上投影。神仙品位三级制中最上品为天官,是相应于人间官位。人世间的官职品位有三公、九品官人的上、中、下等。“三”又是人世间的特别数字,它是从黄老学派天地人三才学说延伸出来。^⑤ 三分法除了带有文化意义之外,在排列上也有好处,它提供同品中又可以再分高低的格式。神仙三级制也见于三清架构。时至今日,不论道教或佛教的庙堂,也以三尊圣像作为膜拜对象。

承着人间的品评结构,天仙、地仙、尸解仙三等分继续演变,道

① 日本东京大学名誉教授注德忠在其《道教史》说“所谓道教,是以古代的民间信仰为基础,以神仙为中心,加之道家、阴阳、五行、谶纬、医学、占星等学说及其对巫的信仰,借鉴佛教的组织与形态汇集而成。它是以不老长生为主要目的,带有咒术倾向的,倾注强烈现实利益愿望的自然宗教。”注德忠:《道教史》(山川出版社,1977),页42。

② 此乃葛洪引《太清观天经》之说,《抱朴子内篇·金丹》,《抱朴子内篇校释》页76。

③ 见《抱朴子内篇·金丹》,《抱朴子内篇校释》页76。

④ 同上注。

⑤ 根据陈鼓应分析,三才说是黄老之学表达天地人一体观的特色,后由《易传》继承。见陈鼓应:《先秦道家易学发微》,载入《道家文化研究》第11辑,页23。

教把人世间象征等级与权力的官阶尽量投射到天界去。南北朝陶弘景的《真灵位业图》把人间帝王的朝廷结构放在神仙世界中,其庞杂多端的排列,足以满足来自各方神仙及信仰流派的需要,他说“搜访人纲,定朝班之品序;研综天经,测真灵之阶业”,^①可想而知,这个搜罗神仙工作是一项巨大工程,要把人间的“朝班之品序”排列成神仙世界的“真灵之阶业”并非易事,又要按不同的神仙资历,例如在民间信仰上的震撼力或灵力,或在不同流派所表现的高低之分,适当地安排主次位置,从而展示出整体性的平衡,确是艰巨。这个位业图将道教信仰的天神、地祇、人鬼和仙真众圣等庞大神仙群,用七个等级排列出来。那里有各种仙衔、职称、及部分生平学道之事的简述。第一等级主神是玉清元始天尊,第二主神是玉晨玄皇大道君,第三主神是太极金阙帝君,第四主神是太清太上老君,直到最后第七以管鬼魂的丰都北阴大帝为主神。在七个主神之下、左、右位置,将若干天神、仙真、地祇、人鬼等列入其统率之下,于是一个等级鲜明的神仙谱系完成。在安排上,第二等级以下也见有女真如魏华存;第三以下包括徐来勒、葛玄等灵宝派所尊的创始人;第四纳入张陵为代表的天师道创始人;再以下有传说中的古代帝王,甚至历史人物;有些更特别地标明地仙和尸解仙。这些道教人物的安排,也反映出当时上清派为领导性教派,灵宝派次之,天师道又次之。

《真灵位业图》^②以七个主神作为七个系统,反映了七个主神

① 见《真灵位业图·序》,《正统道藏》册5,页18。

② 《真灵位业图》是将《真诰》及多种古道经搜集整理后的综合资料,《无上秘要》有录。今本则是陶弘景纂修之后,又经唐末道士闾丘方达校定,代表了上清经派的神仙谱系。

之间,彼此虽有等级之区分,但没有统属与被统属的关系。没有安排最高统领的主神,可能是道教内部的问题,惟恐派与派之间造成纠纷,排位避免孰高孰低。前面四个神阶所列的四个主神,似乎有三清神的特征,其后面还有其他三个主神与之相并列,又削弱了作为最高主神的三清神的地位。道教三清神的位置是道教创教不久便形成,应该是由最早的一群创教者吸取佛教的二十八天、三十二天等说法,建立起自己的神仙架构和体系。三张以后,已有道徒称其道为“太清玄元无上三天无极大道”,称张陵为“三天法师”等。跟着又出现了玄元始三炁和化生三清天的说法。大约东晋或南北朝初年面世的《太真科》有说“大罗生玄元始三炁,化为三清天也;一曰清微天玉清境,始气所成;二曰禹余天上清境,元气所成;三曰大赤天太清境,玄气所成”,^① 这就是三清神传说的开始,以后道书都沿用这个讲法。

《真灵位业图》反映了庞大的神仙图谱,不论是自然神、氏族神、功德神、还是职能神,他们各有各的特色,各有所长,在多神教的庇荫下共存。本来,中国神仙源自巫文化,通过神灵崇拜和神灵观的逐步发展,文化社会素质上的提升,社会的进步和人与自然界之间的联系不断扩大,伦理秩序趋于严谨和等级制度的应用种种因素的影响下,神仙观念很自然也从多神各自独立、互不关联的模式,转到一种和谐统一、系统化、等级化的品位排列。这种转变,既反映了文化社会在宗教神灵观的提升,也象征着神仙世界更接近伦理世界。神仙世界是人类社会的投影,人类在世间的期许,也直接反映在神仙世界的形态之中。《真灵位业图》是一种人世间社会

^① 见《道教义枢》卷7引《太真科》,《正统道藏》册41,页805。

秩序趋于制度化、伦理化的反映。

还有一点值得注意的是,《真灵位业图》并未发展至清晰的一神观。如果以宗教神灵观念的发展模式看,多神教形态必因社会趋向稳定和谐所影响,神仙世界也随之而发展至较有秩序及较具和谐的形态,这个形态又必会趋向统一,由一个至上神统领众神。至上神的出现,是从不同的途径逐步超越多神,由本来分散于各个层面的神性,或者散落于不同风俗及地域的狭隘性,逐步走向联合与统一,最后就出现惟一神。^① 中国自古以来都存在着至上神观念,夏、商、周时代的“上帝”就是至上神。道教创教以老子为至上神,老子为道的化身,道与老子都是至高无上的道体表现。后来出现了比人格形态更高古、更超越的三清神;自此以后,道教以三清神为至上神。道教神仙观念又经过内部调节,发现作为宇宙生成的主宰神的三清信仰过于抽象,道教徒在掌握神灵的心理过程上欠缺实在意义,遂有所谓三清之中给与老子的位置:道德天尊或神宝君,与太上老君、老子同身同体;^② 甚至整个宇宙的出现,自混沌到开天,都由老君一手创成。^③ 这些演变,反映了至上神在信仰上的需要。不过,由多神发展到至上神以后,中国从来都没有发展出惟一神的形态,而《真灵位业图》也止于三清神的至上神阶段。

正如前文所述,《真灵位业图》只在七个各自不同的主神下量业排位,三清神在第一阶别上仍是模糊不清的。这可能是文化社

① 关于多神体系发展至一神体系的宗教观,参看时光、王岚主编:《宗教学引论》(北京:中央民族大学出版社,1994),页52-3。

② 参看《云笈七签·卷三道教本始部·道教三洞宗元》,《云笈七签》页11-2。

③ 《太上老君开天经》说天地的开创者是老君,他在混沌之前已出现。《云笈七签》页8。

会的发展尚未演变至一神观,而中国也不适宜、亦不可能有一神观的出现,道教的特色就是多神教,能包容任何性质的教义和神灵:有融合可能的则融合,有吸收价值的则吸收;假若至上神发展至惟一神,则与西方一神论无异,神仙观念的发展和文化思想的演变也迥然不同,宗教排他性亦相应增加。

神仙品位反映人类的愿望,神仙品位愈高级,人们对他的期望愈大,也同样反映出人世间的有限感和苦难感愈强。神仙观念的出现,其中一个因素是人们对现实世界感到不满或期许,这种感觉可能来自恐惧或欲望,神仙形象化以后,人们便有依赖。依赖感是对神的依赖,其实人类先天就有对无限事物产生感情和向往。当人存在现实的不安情况中,例如贫困、饥饿、不快、死亡的威胁,甚至因环境的改变而不能适应所导致的苦恼等等,依赖感便会出现。对神仙的依赖就是对现实的不稳性惶恐。神仙愈多,人们对事物的惶恐和不满就愈多;神仙等级制也就为不同的欲望而设,人们会对排列位高的神有较大的期望,对最高的三清神有无穷的期许,不独是个人存在意义上的期许,同时也是群体存在问题上的期许,所以道教科仪中的大醮法会,都会召摄三清神下凡解决世界性问题,如全球瘟疫、战争等。

神仙的无限性会令人们感觉人世间的有限。这因为当神仙品位出现之后,人们把现实的感觉寄望在无限的神仙境界上。或者,人们对自我存在生发有限感,在未有神仙品位之前,人们便要把这个感觉付托于一些具有无限性质的神灵上,期望他们代为解决。生命的短暂性直接带给人们的有限感,我们不知道何时死亡。存在的威胁是无形的,也是先天地隐藏在人的存在空间里,我们会突然冒起这种不安和焦虑,从而投射到无限的神仙世界。人们会觉

得,神仙位业图是一个投射对象,人们会在那里找到安全感,期待相对应的神仙对号入座,解决我们一切存在的问题。日常事务的小问题,自有排位较低的神灵相助,例如出海捕鱼有天后娘娘照顾,望生男婴有送子观音的庇佑。至于最大的、关乎生存与性命的问题,就寄望更高品位的神仙力量了。品位愈低微的神仙,能力愈低,但认受性和普及性就愈大,人们当前的生活困扰是最实在的,也是最多的,所以解决经济不景的财神、保佑身体健康的黄大仙、为公义做主持的关帝等,都深受民间的爱戴和供奉。相反,人们对三清神的祈求相对较少,因为神力太大,三清概念没有明显及具体深入生活的形象,一般人只寄以崇高的尊敬,感谢上苍造就生命的大德。

这种由神仙图谱反映出来的现实意义,在钟吕内丹思想中也很明显。第一,神仙图谱反映出人间社会秩序的和谐性。第二,神仙品位有等级之分,反映人类欲求有程度上的差别性。第三,神仙最高级的品位象征最高的人伦道德价值观。

神仙图谱的确反映出人间社会秩序的和谐性。钟吕的神仙等级制的出现,其概念实源自人间,那是人世间秩序的天上反映,在天上把神仙按业排位。五个级别以炼阳境界为判别基准,完全是一种阴阳学说。阴阳的和谐、纯阴无阳与纯阳无阴的观念实同出一个阴阳观念,以纯阴为低等,纯阳为高等,阴阳各半为中等,本是世俗眼光的认识论。天上神仙五个级别中,下为鬼仙纯阴不论,因无炼阴的必要;上为天仙与神仙纯阳,天仙不论,因炼阳工夫到神仙为止。上为神仙,神仙工夫用大乘;中为地仙,地仙工夫用中乘;下为人仙,人仙工夫用小乘。法有三乘:上、中、下,仙有五等:鬼、人、地、神、天,皆是尊卑、高下的人世间观念。而天仙、地仙、人仙

又为三才观念,是大道整体观,应之于人间而有三合思想;清者上为天、浊者下为地、而中和者为人,正是阴阳及阴阳和合的三合形态。在人伦中,大道分尊卑、分高下、分长幼、分君臣,又是阴阳观念和谐的体现。钟吕论天地时便明确指出这个关系:

大道无形,因彼之所得而为形;大道无名,因彼之所有而为名。天地得之,而曰乾道坤道;日月得之,而曰阴道阳道。人得之朝廷,则曰君臣之道;闺门则曰夫妇之道;乡党则曰长幼之道;庠序则曰朋友之道;室家则曰父子之道。是见于外者,莫不有道也。^①

阴阳的和谐性是大道运化的基本原动力,也是事物存在的必要条件。钟吕的神仙五等级是一种尊卑观念,是人间秩序和谐的反映。

钟吕的神仙等级制分别是天仙、神仙、地仙、人仙、鬼仙。五个级别的区分原则是其修炼所得的境界,其不同境界的获得主要是炼者所修之法的不同。钟吕内丹思想以修身炼命为基础,“生”是其理论的条件,“元阳”是其修炼的对象。五等仙的分别是在基础生命底下,元阳的修炼成果能够达致什么程度。每一个级别的仙,都各自在其终极境界显其不同的修炼成果,即是其阳气的程度与能力的表示。为何有众多仙的分别,钟曰:“仙非一也。纯阴而无阳者,鬼也;纯阳而无阴者,仙也;阴阳相杂者,人也。”这个是对人、鬼、仙本质上的定义,是以阴阳二气的多少程度做标准。仙的本质是阳,人的本质是阴阳各半。很明显,内丹的修炼就是把半阳提升,半阴剔除。鬼仙本是阴,为何也称之为仙呢?仙是炼阳而得,

① 见《钟吕传道集·论天地第三》。

鬼是炼阴而成,故云“以其一志阴灵不散,故曰鬼仙。虽曰仙,其实鬼也”。^①钟认为“惟人可以为鬼,可以为仙。少年不修,恣情纵意,病死为鬼。知之修炼,超凡入圣,脱质为仙”,^②要注意的是“病死为鬼”,根本上,生命的阴阳参半,阳为生,阴为死,当人年老枯萎,即阴多阳少之时,若不知修炼,此情况发展下去,自然是阳去阴全,而为鬼。在这个理论底下,鬼是自然的生命发展,无须刻意去锻炼的。钟离权称鬼为“鬼仙”,是有一定的社会背景,因为当时很多人炼不得其法,或其心不正而渴求速成之道,其修炼终极亦不免一死;不过,那些人却自诩为炼得阴神而去。对于这类社会现象,及所谓炼得其所而死的人,既然他们自名为仙,钟亦姑且称之为“仙”罢了。所以他重申肯定:“修持之人,不悟大道,而欲速成。形如槁木,心若死灰,神识内守,一志不散。定中出阴神,乃清灵之鬼,非纯阳之仙。”^③人的生命是自然的生命,凡自然规律都堕入老子所谓“二”的相对性运动之中,有生必有死,死是生命的自然趋向。生命由母胎受阴阳二气合成开始,就通过成长壮旺,以及气衰力竭的各个阶段,步向生命的终极:死亡。《黄帝内经》以肝肾气脉的荣枯论年寿,^④钟离权则以气数论生死,云:

人之生,自父母交会而二气相合,即精血为胎胞;于太初之后而有太质,阴承阳生,气随胎化;三百日形圆,灵

① 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 同上注。

③ 同上注。

④ 《黄帝内经·上古天真论》:“丈夫八岁肾气实,发长齿更。二八肾气盛天癸至,精气溢泻,阴阳和,故能生子。三八肾气平均,筋骨劲强,故真牙生而长极。……八八则齿发去。……天癸尽矣。故发鬓白,身体重,行步不正而无子耳。”这里主要是用肾气盛衰来论生命。

光入体，与母分离；自太素之后，已有升降，而长黄芽；五千日气足，其数自满八十一丈；方当十五，乃曰童男。是时阴中阳半，可比东日之光；过此以往，走失元阳，耗散真气，气弱则病老死绝矣。^①

人是依赖阳气生存，其终极是什么呢？如果人仙作为终极，又是什么呢？钟曰：“人仙者，五仙之下二也。修真之士，不悟大道，道中得一法，法中得一术，信心苦志，终世不移。五行之气，互交互合，形质且固，八邪之疫，不能为害，多安少病，乃曰人仙。”^②又云：“人不见形，往来去住，终无所归，止于投胎就舍，而夺人躯壳，复得为人仙”。^③在神仙五等级之中，人仙才是仙的初阶，与其说是仙，不如说是人中之能终其寿者。人仙所做的工夫，是在阴阳两半的基础上，在自然规律的演变下，人用功调和，保证不必要的耗损，维持健康的状态。但这种工夫是有限度的，道中得一法，法中得一术，所保持的，只是后天的气，减缓其衰微的速度，未曾进入对“元阳”之锻炼，尚未进入逆修之道。这类人仍有所执著，虽闻大道，但未悟大道。他们的境界止于其执著，有如庄子的小鸟不知大鹏之气魄，朝菌不知晦朔一样，欲求的程度与质量，决定了这类人的命运：他们仅能完成人仙阶段。他说：

修持之人，始也或闻大道。业重福薄，一切魔难，遂改初心，止于小成法有功，终身不能改移，四时不能变换。如绝五味者，岂知有六气；忘七情者，岂知有十戒；行漱口

① 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 见《灵宝毕法·超脱第十》。

③ 同上注。

者，哈吐纳之为错；着采补者，笑清净以为愚。好即物以夺天地之气者，不肯休粮。好存想而采日月之精者，不肯导引。孤坐闭息，安知有自然；屈体劳形，不识于无为。采阴取妇人之气，与缩金龟者不同；养阳食女子之乳，与炼丹者不同。以类推究，不可胜数，然而皆是道也，不能全于大道，止于大道中，一法一术，功成安乐，延年而已，故曰人仙。^①

对于钟吕来说，人仙也是被列入受批评的。大道取其一法一术，所得者必有限。钟吕的终极当然不止于此。钟吕要批评的，不是一法一术的不对，而是态度的问题。法与术本身只是手段之一二，世间存在三千六百旁门法，有许多都是小道小技，尚未能踏上大道之途，但却被人以小作大，误己害人。唐代经过帝王崇道的影响，对成仙的追求风气兴旺，民间出现千奇八怪的成仙方法。这些是钟离权所痛斥的对象，都不能列入天仙之道，他说：“堪嗟无限学仙者，总与天仙道不同，俱被野狐精魅定，鬼言妖语怎生听，云游四海参元妙，尽是邪门小法功，愚迷执强难教化，依然一盲引众盲。”^②至于钟离权所谓的旁门法，大多是民间流行的炼气方术：

有如餐松并服水，如何脱免死生根；
有如忘形习定息，如何百脉尽归根；
有如呼吸想丹田，到底胎仙学不成；
有如息气为先天，至老无成也是空；
有以口鼻为玄牝，却似漏网去包风；

① 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 见钟离权：《破迷正道歌》。

有以思心为方寸，怎得归元见祖宗；
更有积精为铅汞，转与金丹事不同；
有执神气为子母，如隔天仙万里程；
有以开顶为炼养，枉施功力谩劳神；
更有缩龟办炼饵，正是邪门小法功；
要有行气为火候，九载三年误了人；
鼻头闲息服元气，引得邪风肚里鸣。
假若识心并见性，到头终久做阴灵，
知他多少闭门户，劳碌空教骷髅形。
止念降心为清静，下稍终久是顿空；
昼夜专行子午法，天地岂有恶时辰；
孤修闭息行存想，执定舌根做赤龙；
更有周天行卦象；更有认脾作黄庭；
更有指脾为造化；执定尾闾为命根；
更有還元服水火；更有采补吸淫精；
更有仰天吸日月，便道地魄与天魂；
更有咽精为造化，断除五味是修真；
昼夜一餐为日用，身体尪羸似鬼形；
曲身偃仰叩玉户，抱元守一运双睛；
竦肩缩项思脊骨；搬运流珠想太明；
更有书符并念咒，破卷还来学隐形；
按摩吁呵六字诀，瞻星礼斗受辛勤；
入清吐浊为丹本，阳关紧勒火飞腾；
炎炎遍身通透热，呼作天真大道根；
看经念赞持科策，设坛拜醮望飞腾；

三千六百旁门法，不识狂邪尽惧人。^①

钟离权如数家珍地把众多旁门法一语道来。这么多的功法，其实都多是呼吸、吐纳、导引、胎息、存思等等，基本上每一法一术都有其效验，不能一概打尽。不过，书符念咒，穷尽秘典，目的是求“形神”俱升的隐形魔法，固然可笑。六字诀本来是强身健体，壮旺脏腑的呼吸法，把它拉扯在瞻星礼斗的科仪上，也风马牛不相及。更严重的，是误当采补术为吸淫精。这些本来健康的工夫，被社会上的神棍利用作求财工具，当然是内丹发展的悲哀。或不归罪于骗子，正如追求人仙的人一样，他们不一定是棍骗，也不一定因错听棍骗谎言，可是他们在一法一术之间徘徊，未得大道，便堕入轮回之苦。主要问题是，那些功法授受之间没有正确的观念和态度，使小技变为神功，夸大其辞，一盲引众盲。钟离权感慨世人正法不修，只追求邪法小术，弄至仙道真伪莫辨，神仙之说更加渺茫。所谓正确态度，就是内求诸己，除了信心和苦志之外，还要得遇明师；^②最重要的还是一个迷字。所以钟离权要人“破迷”，以歌寄意。破了迷便明，大道不远，仅咫尺之遥，所以云“片言半句无多字，万卷仙经一语通；一诀便知天外事，扫尽旁门不见踪”。^③ 吕祖云“修仙善士莫痴迷，于此宜当早见机。”^④ 他在《指玄篇》序中说，他要“云游尘境，誓度百人成道，皈奉真风”，“不料世之迷徒，只知恶死，不肯求生”。世人恶死而不欲死，于是贪图各种所谓可以避

① 见钟离权：《破迷正道歌》。

② 钟吕认为信心、苦志及明师是修内丹之本，三者不可或缺。见《钟吕传道集·论真仙第一》。

③ 见《破迷正道歌》。

④ 见吕祖：《指玄篇》。

免死亡之术，从外求以达致。仙道刚好相反，是好生而求生之法，得生进而求仙。求生之法要从内做起，建立正阳之气，从有到无。这是辛苦之路，求死者不愿为也。

五等仙中的第三等是地仙。地仙比人仙明显高得多，人仙基本上不能说为炼阳工夫，地仙则是阳气已炼得相当，正阳之气已遍布全身，上达泥丸宫，阳神正等待跳出昏衢。钟曰：

若于传行之时，以法制之，使肾气不走失，气中收取真一之水，心液不耗散，液中采取正阳之气，子母相逢，两相顾恋，日得黍米之大，百日无差药力全，二百日圣胞坚，三百日胎仙完，形若弹丸，色同朱橘，名曰“丹药”，永镇下田，留形住世，浩劫长生，此陆地神仙。^①

陆地神仙亦即地仙，可以留形住世，长生不死。所谓“丹药”永镇下田的意思，是阳气在下丹田永远固守不离。阳气本来是由肾气发动。正阳之气在心肾相交底下采得，经过一百日的烧炼存养，再经过肘后飞金晶等搬运对阳气进一步强化，三百日即见胎仙。此名之为“丹药”，即是代表着内丹炼命中，元阳萌生，由后天返回先天的起点。此时所谓形似弹丸，色同朱橘，都是气感之言。而汞于心成，属离、属火，故红色。

若以境界看地仙，此境界可谓殊不简单，因为这必须经过一番苦炼才有成就。钟吕以此为中乘丹法，是它经历了“匹配阴阳”、“聚散水火”、“交媾龙虎”、“烧炼丹药”、“肘后飞金晶”、“玉液还丹”、“金液还丹”等七个必须步骤。前面四个步骤是小乘丹法，仅可以成人仙。不过，无论你想炼得人仙、地仙、神仙或天仙也好，前

① 见《钟吕传道集·论龙虎第八》。

面的小乘工夫仍是继续的。要达致中乘的地仙,炼者要加几倍的刻苦,加长锻炼时间;严格来说,终日在打坐中渡过。除了七个步骤之外,地仙实际上还有两个工夫必须同时进行,那就是“朝元”与“内观”。这两个工夫也当然是神仙与天仙必须锻炼的步骤。地仙的终极已到了纯阳之身,出现“焚身”现象。焚身是判别地仙与神仙的关键。焚身出现于内观,内观会因应性功的不济而有偏差;当偏差出现,阳气乱窜,阳神不出泥丸。若此,炼者胎仙虽完,但未能以形化气,不能脱质升仙,则他只能留形住世,做一个永住陆地的仙子。以下是炼内观的情况:

此法合道,有如常说存想之理,又如禅僧入定之时。当择福地置室,跪礼焚香,正坐盘膝,散发披衣,握固存神,冥心闭目。午时前微微升身,起火炼气。午时后微微敛身,聚火烧丹。不拘昼夜,神清气和,自然喜悦。坐中或闻声莫听,见境勿认,物境自散。若认物境,转加魔障。魔障不退,急急向前以身微敛,敛而伸腰,后以胸微偃,偃不伸腰,少待前后火起高升,其身勿动,名曰“焚身”。火退魔障自散于躯外,阴邪不入于壳中,如此三二次已。当想遍天地之间,皆是炎炎之火,火毕清凉,了无一物。但见车马歌舞,轩盖绮罗,富贵繁华,人物欢娱,成队成行。五色云升,如登天界,及到彼中,又见楼台耸翠,院宇徘徊,珍珠金玉,满地不收,花果池亭,莫知其数。须臾异香四起,妓乐之音,嘈嘈杂杂。宾朋满座,水陆俱陈,且笑且语,共贺太平,珍玩之物,互相献受。当此之际,虽然不是阴鬼魔军,亦不得认为好事。盖修真之人,弃绝外事,甘受寂寞。或潜迹江湖之地,或遁身隐僻之隅。绝念忘情,

举动有戒。久受劬劳，而历潇洒。一旦功成法立，遍见如此繁华，又不谓是阴魔，将谓实到天官。殊不知脱凡胎，在顶中自己天官之内。因而贪恋，认为实境，不用超脱之法，止于身中，阳神不出，而胎仙不化。乃曰出昏衢之上，为陆地神仙，仅可长生不死而已，不能脱质升仙，而归三岛，以作仙子，到此可惜。^①

整个工夫在于内观中是否对声色繁华有所留恋，这是内丹成仙的主要测试。其实，钟吕内丹命功的修炼差不多到了尾声，阳神正正待于头顶天官之上。阳气遍布全身，火热气满，过了这一阵子的阴魔测试，阳神便能够走出昏衢。若能出又能入的话，不受形躯俗世的再度缠绕，则下一步就是神仙境位。这里看到，焚身是阳旺鼎盛形容，是实质的描述。但焚身现象会引来魔障，所谓魔障，即是情欲。内观之中所出现的景象，或“车马歌舞，轩盖绮罗，富贵繁华，人物欢娱，成队成行”，或“楼台耸翠，院宇徘徊，珍珠金玉，满地不收，花果池亭，莫知其数”等等，均是人世间幸福的留影。钟吕认为这些通通虚幻。若以假当真，有生留恋之情，或贪恋之意，则阳神不能依正法出入，就不能脱凡胎而成神仙。还须强调的是，这等虚幻影像不独泛指那些令人引动贪恋情欲的“阴鬼魔军”；即使片片人间风景，与利欲无关，也不能驻步留神，因为修真之士必须“绝念忘情”。所以，此时此刻，魔障实为对性功的考验。

这些魔障分作十魔九难。十魔是：六贼魔、富魔、贵魔、六情魔、恩爱魔、患难魔、圣贤魔、刀兵魔、女乐魔、女色魔。九难是：衣食逼迫、尊长邀拦、恩爱牵缠、名利萦绊、灾祸横生、盲师约束、议论

^① 见《灵宝毕法·内观第九》。

差别、志意懈怠、岁月蹉跎。

要消除内观所呈现的魔障，便要面对景物而绝念忘想。以不念之念止念，是静坐炼命的重要工夫。此工夫能决定阳神是否困于昏衢仅成地仙，抑或得超内院而成神仙。这个炼命上的性功，当然出现于上乘功法中。俗语云“道高一尺，魔高一丈”，功夫愈深，所遇到的魔障也愈深，也表示“走火入魔”的情况不会是一般程度的炼功者可以碰上。初入道者言烧炼有偏差，导致“走火入魔”，似乎言之过早，又或不明大道，不知其所以然。然而，初入道者，要面对的魔障是有的，那是伦常生活的魔障。对于初学者而言，伦常中修性已不是易事，遑论内观超脱所遇上的心魔了。钟吕所谓“十魔九难”，主要针对修道之士或失信心，受恩爱名利一切尘劳之事变其大志；或无苦志，不能坚持勤劳寂寞一切清虚之境改其初心。又或信心苦志既有，却遇上小法旁门，误认大道，以致岁月蹉跎，不见其功，晚年衰老，复入轮回之中。凡此种种，都由于世俗凡尘之累。是以由闻道而践道，都须加倍小心。虽志在玄门，但着魔于一二，则前功尽废，或不得入途。

九难多发生于平常生活之中。例如：恩爱名利，当指贪欲。衣食逼迫，是修行于困苦生活之中。尊长邀拦，乃蔽于伦常之困。志意懈怠、灾祸横生、及岁月蹉跎，是蔽于无信心苦志。而盲师约束及议论差别，则蔽于井蛙之见，不识大道。十魔除了日常生活可以碰见之外，在梦寐之中，及内观之中也容易出现。六贼魔是耳、目、舌、鼻、身、意之欲，六情魔是喜、怒、哀、乐、爱、恶之欲，均可发生于每日每刻。富魔、贵魔、恩爱魔、患难魔、女乐魔、女色魔，都是俗世的追求对象，也常现于梦寐和内观之中。而圣贤魔、和刀兵魔，则只会在梦寐及内观时出现了。日常的魔难，自然是道德实践所面

对的事；若魔难出现于静坐内观之中，丹法中又有何种方法予以消除呢？钟吕有具体方法云：

若以奉道之人，身外见在，而不认不执、则心不退而志不移，梦寐之间不认着，则神不迷而魂不散，内观之时若见如此，当审其虚实，辨其真伪，不可随波逐浪，认贼为子。及起三昧真火以焚身，一挥群魔自散，用紫河车搬运自己之阳神，超内院而上天官，然后以求超脱。^①

三昧真火以焚身，即是心气、肾气及膀胱之气会合，把身躯微敛、伸腰，再把胸微偃、偃不伸腰。此时，前后齐起火，身不动。火起则群魔自散。炎炎之火落于内观之中，火毕清凉，了无一物。内观之后，便待超脱。只有群魔尽灭，才可以成为神仙，钟曰：“于九难不能尽除，在十魔或者一二，非不得道也，于道中或得中成，或得小成，于仙中或为人仙，或为地仙。若尽除魔难，序证验而节节升迁，以内观合阳神，指日而归三岛。”^②虽然钟离权指出了消解危机的工夫，但要注意，如果心性尚不识回归，仍然贪恋魔军情欲的话，炼者绝不会碰上此等起火灭魔的动作。所以，在焚身的当下，坚毅的性功是在主导位置。

十魔九难总括了修性工夫所面对并有待克服的困难。钟吕丹道对于化解诸等魔难之法，是存想内观之中的绝念忘情。从开始以无中立象的存想，到最后超脱前的欲念纷飞，用绝念忘情来泯灭十魔九难，即显示了钟吕丹道的性功实质位居命功之上。

从地仙抑或神仙的决定性一刻，可以看到几点值得注意的是，

① 见《钟吕传道集·论魔难第十七》。

② 同上注。

第一,命功修炼已达到纯阳之体,最后出现的魔障是心性的考验,只有通过这个考验,阳神才能依正法在头顶跃出昏衢,完成超脱凡胎的最后任务。这是颇值得深思的问题,因为,既然阳神是气的表现,阳气的出入形躯,与幻境怎么能扯上关系?阳气的能力应该是独立于幻境之外的。试举例如肘后飞金晶的工夫,当我们存想阳气从尾闾循督脉上夹脊至胸椎第五节时,正要把气上传之际却出现幻境,我们或会稍作调息,便能再复贯注飞金晶的工夫。甚或幻境不离,阳气仍在,待幻境离去以后,功法仍可依前继续未完的工程,而阳气亦不会永远停在第五节椎骨下。即是说,纵使阳神在内观焚身过程中,因魔障幻境所碍而未能做到出于昏衢的效验,阳神的质和量仍在,那怕数次或数十次的幻境复现,炼者仍可屡败屡试。钟吕内丹的理论到此,为阳神不能逃过魔障测试一事作了句号,认为这是地仙的终极。我们从这个对地仙的判断,可以感觉到钟吕意图把命功的终极置放于心性修为的性功底下。即是说,内丹修炼成地仙的工夫,甚或通往神仙和天仙之路的内观魔障,象征着性功才是迈向神仙终极的最后征途。没有最后性功的坚毅保持,不论炼者如何炼形化气,神仙之路仍是枉然。第二,魔障出现而要做到对境不迷,反映了前代内丹道的传承,有着禅宗的影子。《太上老君内观经》^①云“道以心得,心以道明。心明则道降,道降则心通”,^②指出道在人身中要由心去通达,心是人在体道之中的

① 《太上老君内观经》撰人不详,据元人朱象先《终南山说经台历代真仙碑记》称,隋唐道士田仕文曾从韦处玄得传《内观》、《定观》二经诀。据王卡考:“此经或出于南北朝末,最迟不晚于隋唐之际。”见王卡译注:《新译道门观心经》(台北:三民书局,2000),页27。

② 见《云笈七签》页94。

关键。又云“心者，禁也，一身之主。心能禁制，使形神不邪也”，^①心可以阻止人之形体和精神不致邪妄。魔障是心有所偏，是心之邪；要回复阳气归之于正路，就要靠心去阻止。又“所以通生谓之道。道者，有而无形，无形有情，变化不测，通神群生，在人之身则为神明，所谓心也。所以教人修道则修心，教人修心则修道”，^②生命作为一个存在看，体道的功能就在于此心。修心可以修道，修道就是修心，而且生命就是两者的媒体，修心修道也就等如修生命，故生道亦合一。所以，“道不可见，因生而明之；生不可常，用道以守之。若生亡则道废，道废则生亡，生道合一，则长生不死，羽化神仙。”^③修心即修道的结论就是修生，一切都从内观开始，内观明心，也就是羽化神仙的重要工夫，故云“人不能长保者，以其不能内观于心故也。内观不遗，生道长存。”^④唐代在重玄学的影响下，盛唐之际道教内修形态有了转变，即由体道修性向修仙复归。然而，唐初的道性论，有凸显对心的修为工夫，王玄览说“一切诸心数，其义亦如是，是故心生诸法生，心灭诸法灭”，^⑤主要是说，不论现象界是有是空，都由心起，如果泯除见空见有的心念，那就一切法泯灭，包括一切欲念。《定观经》^⑥亦有类似的内观修心思想：“夫欲修道，先能舍事，外事都绝，无与忤心。然后安坐，内观心起。若觉一念起，须除灭，务令安静。其次虽非的有贪着，浮游乱

① 见《云笈七签》页 94。

② 同上注。

③ 同上注。

④ 同上注。

⑤ 见王玄览《玄珠录》，载于《正统道藏》，册 39，页 722 - 42。

⑥ 有关《定观经》考据，参看注 596。

想,亦尽灭除。”^①这种内观修心思想,隋唐之际便开始发展,随着重玄学的论风而受到重视。司马承祯也吸收这种观心法,实践其源自庄子的坐忘工夫:“所以学道之初,要须安坐收心,离境住无,所有不着一物,自入虚无,心乃合道”,^②《三论玄旨》亦说“安然而坐,都遣外景,内静观心,澄彼纷葩,归乎寂泊”。^③钟吕所述的魔障,是一种心中妄念,打坐时随时发生。坐忘的目的要静中内观,对境不起妄心。这是唐代道教思想以心体道的普遍理念。然而,佛教亦在隋唐道教思想中有重大的影响,重玄学与中观的关系已甚为明显,钟吕内丹思想承接盛唐融合佛教教理的心性工夫;心,便被放在体道的最高位置。心可以为正亦可以为妄,这个关键成为道性的本质根据。内观工夫有着道性论的思想模式,观中起妄又是佛家时常关注的问题。例如禅宗的坐禅法,就以“外于一切境界上念不起为坐,见本性不乱为禅”、^④又“于一切境上不染,名为无念;于自念上离境,不于法上生念”等,^⑤都有对心性工夫细致的描写;所不同是,禅宗的对境,主客不着,内外不着,动静不着,作为念之源的心也要不着:“坐禅元不着心,亦不着净,亦不言不动”;^⑥相对而言,钟吕的正阳之气还须心来领导,最少要行使阳气走出形躯而为神仙。所以在钟吕内丹思想中,心的主体性仍是存在。心与气即使臻至神仙境界仍有主从关系,形与神是独立分开的。阳神可以飞离躯壳,返观形躯,仿如废物:“回视故躯,亦不

① 见《云笈七签》页95。

② 见司马承祯:《坐忘论·收心》。

③ 见《三论玄旨·虚妄章》。

④ 见《坛经》,版本用郭朋《坛经》(四川:巴蜀书社,1996),页99。

⑤ 同上注,页93。

⑥ 同上注,页97。

见有,所见之者,乃如粪堆,又如枯木”。^①地仙与神仙的区别,定义就在阳神是否能够脱离躯壳的枷锁,钟离权说:“既出而复入,入而不出,则形神俱妙,与天地齐年,而浩劫不死。既入而复出,出而不入,如蝉脱蛻,迁神入圣。此乃超凡脱俗,以为真人仙子,而在风尘之外,寄居三岛之洲者也。”^②如果阳神能自出自入于躯壳者,就是神仙。神仙的能力包括了地仙及所谓的尸解仙,只是他如何表现自己的形相而已。如果阳神入而不出,即降而为地仙,是形神俱妙,与天地齐年。又或者出了形躯,不再复入,则如蝉脱蛻,便是世人所谓的尸解仙。钟吕对五等仙的看法,除了神仙和天仙是其追求对象之外,其余都予以鄙视——地仙失于贪恋世情之心,神仙之路功亏一篑;人仙未炼阳神;鬼仙只是一片阴灵。尚有补充的是,对于当时释家坐化的讲法,钟吕不表示欣赏,只认为他们炼不得其法,使灵魂无处为家而已,与所谓尸解仙是同一回事,都是用尸解之名来骗人:“法不合道,以多闻强识,自生小法傍门,不免于疾病死亡,犹称尸解,迷惑世人。”^③又云:

凡行此法,古今少有成者:盖以功不备而欲行之速,便为此道;或功验未证,止事静坐,欲求超脱;或阴灵不散,出为鬼仙,人不见形,来往去住,终无所归,止于投胎就舍,而夺人躯壳,复得为人;或出入不熟,往来无法,一去一来,无由再入本身,神魂不知所在。乃释子之坐化,道流之尸解也。^④

① 见《灵宝毕法·超脱第十》。

② 同上注。

③ 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

④ 见《灵宝毕法·超脱第十》。

人死后的神魂,是阴灵。人是轮回投胎的,所以这颗阴灵“夺人躯壳,复得为人”而称作人仙。若此阴灵不散,则为鬼,或称鬼仙。若此阴灵不知来去,不知所在,亦无法再入本身,这种情况就是我们所说的尸解。禅师坐化也同样叫做尸解。这种尸解的讲法,与葛洪的讲法有显著的不同。因为葛洪认为,尸解以后的灵魂,可以再复形化而为人;钟吕则认为坐化以后,灵魂不再亦不能复返本身。可想而知,钟吕的神仙其实只得一种,就是阳神走出昏衢,出而入,入而出,可出可入的境界和能力表现。神仙之上虽还有天仙,但钟吕论阳神,止于出入形体、形神俱妙的能力,天仙比神仙只是多了些更具体的积功累德的道德实践工夫。

天仙的品位最高,若论命功造化,其实质造詣与神仙同。行道积德工夫的深度和广度是界定天仙与神仙的主要原则。钟离权说“欲升洞天,当传道积行于人间,受天书而升洞天,以为天仙”,^①“传道积行于人间”可以说是钟吕内丹思想的主题。因为,神仙不再像魏晋时期有真正无忧无虑、享受人间未完的快活,也不会是上古能不饮、不食、不息的神仙形态,^②也不是庄子所引能吸风饮露、御风而行的神仙;^③此时此刻阳神超凡胎、脱俗身的神仙,还要留形住世,开始履行人世间最大的道德事业。这些工作,对于俗世凡人来说,不能说不是一种苦难,怎得逍遥!不过,钟吕的神仙,仍保留着传统的华贵面纱:“或行满而受天书,骖鸾乘风,跨虎乘龙,自

① 见《灵宝毕法·超脱第十》。

② 见《山海经·海外北经第八》:“钟山之神,名曰烛阴,视为昼,瞑为夜,吹为冬,呼为夏,不饮、不食、不息,息为风,身长千里。”本论文第二章第2.1节“先秦的神仙”已有论述。

③ 《庄子·逍遥游》:“藐姑射之山,有神人居焉,肌肤若冰雪,绰约若处子,不食五谷,吸风饮露,乘云气,御飞龙,而游乎四海之外。其神凝,使物不疵疠而年谷熟。”

东自西,以入紫府。先见太微真君,次居下岛。”^①所谓“紫府”,即是“北极紫宫”,被誉为钟吕丹道传承者王玄甫就称东华紫府少阳帝君。《太平经》云“仙不止入真,成真不止入神,神不止乃与皇天同形。故上神人舍于北极紫宫中也,与天上帝同象也”,^②葛洪对这个地方的描述是:“北极太渊之中,前有明堂,后有绛宫;巍巍华盖,金楼穹隆;左罡右魁,激波扬空;玄芝被崖,朱草蒙珑;白玉嵯峨,日月垂光;历火过水,经玄涉黄;城阙交错,帷帐琳琅;龙虎列卫,神人在傍”。^③再看钟吕的阳神即将超脱之际,内观出现的美景确是令人向往不已的:“默然内观,明朗不昧,山川秀丽,楼阁依稀,紫气红光,纷纭为阵,祥鸾彩凤,音语如簧”、^④又云“若见青气出东方,笙簧嘹亮,旌节车马,左右前后,不知多少”、^⑤又云“五气结聚而为彩云,乐气嘈杂,喜气熙熙。金童玉女,扶拥自身或跨火龙,或乘玄鹤,或跨彩鸾,或骑猛虎,升于空中,自下而上,所遇之处,楼台观宇,不能尽陈,神祇官吏,不可备说”、^⑥又云“又到一处,女乐万行,官僚班列,如人间帝王之仪,圣贤毕至”、^⑦又云“见之傍若无人,乘驾上升,以至一门,兵卫严肃,而不可犯。左右前后,官僚女乐,留恋不已,终是过门不得”、^⑧又云“但见车马歌舞,轩盖绮罗,富贵繁华,人物欢娱,成队成行,五色云升,如登天界”、^⑨又云

① 见《灵宝毕法·超脱第十》。

② 见《太平经合校》页222。

③ 见《抱朴子内篇校释》页324。

④ 见《灵宝毕法·超脱第十》。

⑤ 同上注。

⑥ 同上注。

⑦ 同上注。

⑧ 同上注。

⑨ 见《灵宝毕法·内观第九》。

“又见楼台耸翠，院宇徘徊，珍珠金玉，满地不收，花果池亭，莫知其数，须臾异香四起，妓乐之音，嘈嘈杂杂，宾朋满座，水陆俱陈，且笑且语，共贺太平，珍玩之物，互相献受”等等，^①都是前朝神仙遗下的华丽景象。这将是钟吕神仙五级制的最高级的居处，当然是极人世间荣华富贵所可能致者，只是，钟吕内丹的注意点不在此神仙居所，而是要阳神再入形躯，在人间演化神仙最高的道德呈示。

《钟吕传道集》以论大道、天地、日月、四时、五行作为论说内丹道的开始，再继之以论水火、龙虎、丹药、铅汞、抽添、河车、还丹、炼形、朝元等丹道逆修之内容，最后提出内观、魔难、证验以明心性工夫的道德主体，寄托在一阳神之上，恰恰是天人合一思想中道德价值的内合形态。钟吕丹道的基础，首先便指出人先天拥有真元。真元最初以胞胎呈现。及生命开始至成长，元阳作为生命的支柱，也是道在人的现实性呈现：既是人之性，又是人之命。元阳在道的顺生模式演化，就呈现于形质的枯萎，不断耗损。若知之修炼，元阳得以修复。经过艰苦的逆修之后，炼形化气，人的生命由后天修复至先天，后天之气也不断变成正阳之气。正阳之气本质上与先天真元无异，亦无质无形。在内观与魔难斗争之后，心性不偏不离，形气合一、生道合一。形可化气，气亦可变形，或形或气，来去自如，形气同一。此乃最后天仙境界，即钟离权所云“人中修取仙，仙中修取天”，天人合一的终极体现。

钟吕丹道承老子思想“道生之，德畜之”，道德所展示的就是一点元阳。“天地之道一，得之唯人也”，道德就在阴阳二气、三才、五行的演化当中隐而藏之，人乃“最灵最贵”者也。道德主体的存在，

① 见《灵宝毕法·内观第九》。

实与《太极图说》之义同。当人在顺生当中,人不知修炼,使元阳走失,真炁耗散,情欲泛滥之前,道性不显,一路阳少阴多,最后剩得阴灵而为鬼。道性不显,其甚者陷于魔军情障,无法自拔,加速元阳之耗损而中途夭折;其轻者未尽天年而失于人仙品位。

元阳在生命的整个或顺或逆过程当中,并没有与形体相离。即使生命循着道化顺生而亡,死亡之前一刻仍是依赖那一点点元阳,直至油干灯灭。如若生命逆行,元阳得以修复呈现,更是形神俱妙,神仙境界。元阳即道的呈现,人的体道即让元阳修复。道德主体亦一阳之所主,阳不生则德不现。钟吕秉承修道即修心,修心即修道的传统,认为生即气即道,只要“法效天机,用阴阳升降之理,使真水真火合而为一,炼成大药,永镇丹田,浩劫不死,而寿齐天地。”^①“逆返成仙,道德主体更于人世间付诸践行,地仙则更进神仙;此时,如若“道上有功而人间有行,功行果满,即受天书以返洞天,是曰天仙”。^②在《吕祖本传》中,钟离权授毕《灵宝毕法》与吕洞宾后,“忽有二仙绡衣霞彩,手捧金简宝符云:上帝诏钟离权为九天金阙选仙使。”^③就是说钟离权得天仙之位而被捧诏上天庭,乘云冉冉而去。

阳神在最高境界天仙的呈现,是生、道、心、性、命、形均处于合一状态。既是生道合一,又是心道合一;既是形神合一,又是性命合一。神仙与天仙之间,钟吕加入了道德元素,认为神仙与天仙的分别,是当神仙能入世行济世度人之行为,积功累德,才得被选入天仙之列。即可见到,神仙和天仙的分歧在于“性功”而非“命功”,

① 见《钟吕传道集·论日月第四》。

② 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

③ 见黄诚恕编:《吕祖全书》(香港:青松观,1991),上下集,卷1。

钟曰：“神仙厌居山岛，而传道人间，道上有功，而人间有行，功行满足，受天书以返洞天，是曰天仙。”^①天仙的最大特点是“性功”，这是钟吕丹道的重心所在。人神之间的分别，在庞大的内丹传统中所显示的，似乎也不过是人世间共识的伦理道德的判准。神仙的终极意义，经过一段千死万难的锻炼，最后仍是一句人间用语：“道德主体”的回归。神仙境界的追求，在钟吕丹道的诠释下，隐喻着不是仙乐飘飘，超凡脱俗的世外桃源，而是那些在人世间过着苦行的岁月，肩负着悲情、承担着崇高的道德操守，要济世度人的圣者。从钟吕传道的言谈记录中，我们不难发现这点人世间的最高道德情操，实代表着极其重要的象征意义：当吕洞宾表达对世人不离不弃、誓要积功累德、普度世人的高尚情操，其实是道出天仙的终极意义——并非遥不可及的神话式境界，而是一种对世人罪业的承担、及神仙追求上道德主体的最高标志。^②

阳神在未出形躯之前，道性经历魔难之考验。当性功圆备，道体呈现，阳神超凡躯而脱俗胎，与万化为一，实与天地同一，与大道混同，窈冥莫测。神仙境界本非视听之可闻、度数之可以筹算者。若云神仙的人伦道德，亦不知从何说起；因为，道德一词，本出于人伦，而在人伦之上，再无此概念。如果以体用来说明天道与人道，则人道只不过是天道的呈现。天道是体，体之用才见人道。正如钟离权说：

大道本无体，寓于气也，其大无外，无物可容；大道本

① 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

② 见《吕祖本传》：“上帝诏钟离权为九天金阙选仙使。拜命讫，谓吕曰：‘吾即升天，汝好住世间，修功立行，他日亦当如我。’吕再拜曰：‘岩志异于先生，必须度尽众生，方肯上升也。’”载于《吕祖全书》卷1。

无用，运于物也，其深莫测，其理可究。以体言道，道之始有内外之辨；以用言道，道之始有观见之基。观乎内而不观乎外，外无不究而内得明矣；观乎神而不观乎形，形无不备而神得见矣。^①

根据上面所言，大道本来无形无迹，其显才有内外之辨；本来无所谓用与不用，以其无用之用则始有观见之基。后来元代的李道纯^②说得好：“形而上者无形质，形而下者有体用。无形质者系乎性汞也；有体用者系乎命铅也”，^③有形质的命才可说体用。若观乎神而不观乎形，所得之气与天同度，天之德是什么呢？若以道之始来说，就是《系辞传》所云“天地之大德曰生”，或老子“道生之，德畜之”、自然无为的“常道”^④显现。钟吕丹道讲的内丹，要人修仙、仙修天，阳气一以贯之，将人的道德主体无限延伸，与宇宙同德同道，宇宙秩序就是道德秩序。

3.4. 性命旨意

内丹学从唐代渐渐形成，经历了一条颇曲折的路。如前文所论，内丹思想得以兴盛的契机主要是外丹的失败。随着金丹不能证明长生不死，唐代佛教教义、重玄学、心性学、道性论等思想的配

① 见《灵宝毕法·内观第九》。

② 宋末元初全真道士，是南宗白玉蟾再传弟子。

③ 见《中和集》卷3，《正统道藏》册7，页209。

④ “常道”，指恒常之道，可道之道的本体。

合,就如潮涌般把内丹学推上来。这使内丹的追求,本来是民间方术中的呼吸法、吐纳法、胎息功、存思、守一、导引及按摩等集大成者,一变而为有哲理、有体系、有系统的完整学说。到了钟吕,内丹的修炼和理论已达到成熟阶段,其思想更影响到日后宋明之际的内丹发展,有东派、西派、中派、南宗、北宗等。其中南宗有所谓先炼命后炼性,北宗先炼性后炼命的讲法,正是沿袭钟吕内丹思想中“性命双修”的宗旨。

所谓“命功”,简而言之,就是生命再造的工程。金丹服食对长生不死的追求,由可以坏死的肉身转到不朽不腐的金身,整个工程直指形躯生命,就是最基本的“命功”概念。若以内丹学的术语来说,“命功”就是修炼“精气神”三宝。道家认为,精气神是人身三宝,是形之所存,命之所寄,生之所托。三宝旺盛则生命力强,三宝亏损则百病丛生。再由修炼养生进至修炼元神,身躯由形化气,以致成仙,就是内丹的“命功”部分。钟吕丹道的命功,主要是透过“交媾龙虎”,^①从而使“正阳之气”满布全身,经过一番工夫之后将形躯改变,以求生命再造的可能。

至于内丹学所言的“性功”,简单地说,是锻炼心性的工夫。道家锻炼心性,主要是由形神合一说发展出来的,相对于炼形的概念就有炼神的概念,而神即代表着精神或生命力。道教内丹学认为,通过修元神可以彻见真性本体,这也就是“性功”的极致。唐代道性论流行,修得元神即道性朗现,相等于体道的工夫。而真性朗现之前,必须靠一系列的静定功夫以求其端倪。当心内无事,虚静灵明的时候,真性本体便得到显现,也就是丹道“性功”所追求的境

① “龙虎交媾”是指肾气中之“真一之水”交合于心液中之“正阳之气”。

界。后来内丹发展至钟吕,神仙讲求心性品德的呈现、道德主体提升,因此宋元内丹学有以道德行为作为“性功”的讲法。

钟吕丹道主要结合“性功”与“命功”的锻炼,以求“性命双修”的圆满境界。修性是体道工夫,以元阳作为中介,通过阳气的修炼使元神显现,借元神与形体合一以显道性。相对于佛教的佛性论,唐初对道性的追求变得明显。成玄英提出“真性”,即是人的性命本源。生命之本源是自然,云“道是迹,自然是本,以本收之迹,故言法也。”^①自然即是道体。王玄览认为众生本有道性,因为众生皆从道生。^②钟吕认为“天地之道一,得之惟人也”,乃秉承老子“万物得一以生”的思想,与王玄览相似。道体,对于钟吕来说,是从宇宙的本源处找。大道于天地运化的现象背后,无形无名无质;大道运化是用,道体则是本。宇宙的本源,也是人的本源,叫做元阳。钟吕内丹思想观念上与成玄英相近,只不过钟吕以气代道。这是道教徒炼丹的需要:以炼气体道,就必须以气为始,以气为终。唐代论道体与道性者,虽是道教徒,但其论说范围都是在道家哲学、老庄注疏方面表达出来,钟吕则以内丹修炼陈述道体道性,此不同也。

修性即是修心。钟吕有前代丰富遗产的辅助,修炼心性的工夫当然成熟。司马承祯的《坐忘论》直接继承庄子“坐忘法”,也直接影响钟吕内丹的实践。司马承祯认为,人先天便禀得虚气,这即是人的“真性”,以道为本。他说:“学道之初,要须安坐,收心离境,住无所有,不着一物,自入虚无,心乃合道”,^③这种虚静安坐之法,

① 见成玄英《道德经义疏》“道法自然”疏。

② 见王玄览《玄珠录》。

③ 见司马承祯《坐忘论·收心》,载于《正统道藏》,册38,页616-25。

很明显是老子“致虚守静”工夫，目的是使自己“归根”、“复命”。^①万物的根源是静，谓“归根曰静”，心性修炼也在此作为起点。钟吕论虚静，从大道运行上讲，认为先天地生的元始，是虚静无为的，太元初判是一片寂寥虚空。^②钟吕的虚静论本源于宇宙生成论，认为仿效虚静无为的原初起点，便能以无生有，在窈冥之中生出元气。即是说，先以收心静坐，以有求无，再从无取得“真炁”。吕祖说“心本虚无，然性则本无二体，太空廓朗。欲化其精，先守其性；欲调乎气，先虚其心。动以养气，静以炼虚。应而无为，觉而勿随。故以虚极静笃，气转神回。”^③道要显现自己，要化生，则虚无之气化为精，心本虚无而道性寥廓，是道体的讲法。动则养气，静则炼虚；气是虚无之炁运化而生。钟吕认为心虚心静之性可以生成并运化有形之气，因为气是迹，虚无是本，所以说：“养气忘言守，降心为不为。动静知宗祖，无事更寻谁？真常须应物，应物要不迷。不迷性自住，性住气自回。”^④为不为是老子语，出自“无为而无不为”，^⑤“降心”是抑制心之妄动，“忘言守”是对一切语言符象无所住，保持虚静无为的状态，这样就回复道性，性住则气自回。“回”者，回复

① 参看《老子》第16章：“致虚极，守静笃。万物并作，吾以观其复。夫物芸芸，各复归其根，归根曰静，是谓复命。复命曰常，知常曰明。”

② 《灵宝毕法·交媾龙虎第三》：“太元初判而有太始，太始之中而有太无，太无之中而有太虚，太虚之中而有太空，太空之中而有太质。太质者，天地清浊之质也。其质如卵而玄黄之色，乃太空之中一物而已。阳升到天，太极而生阴，以窈冥抱阳而下降；阴降到地，太极而生阳，以恍惚负阴而上升。一升一降，阴降阳升，与天地行道，而万物生成也。”

③ 见吕祖《开天皇极证真闾辟洞妙仙经·保精固命品第六》。载于《吕祖全书》卷10《前八品经下》。

④ 见吕祖：《百字碑》。

⑤ 见《老子》第37章。

先天真炁，气回则丹自结。所以，命功就是在性功之下辅助而成。又看另一段：

以一心观万物，万物不谓之有余；以万物挠一气，一气不谓之不足。一气归一心，心不可为物之所夺；一心运一气，气不可为法之所役。心源清彻，一照万破，亦不知有物也；气战刚强，万感一息，亦不知有法也。物物无物，以还本来之象；法法无法，乃全自得之真矣。^①

修丹运气的过程，有心、气、物三者相互的关系。钟离权认为，体内之气应以心做主，气是心之动，心动但不可以妄为。外物为物，以心观之要物物无物，不可多加一分主观，恰如王弼说“于自然无所违”。相反，外物亦不能内扰澄明的心。三者本于自然，才能得见真道；其用见体，三即成一，有《玄门大论三一诀》的影子。^②钟吕丹道这种内观方法，是道的体现。本然之性、法性、道性皆成一体。这种道性的说法，是以道体虚无，视之不见、听之不闻，从大道之本体开出，有如老子之所谓“道”。又曰“盖高上虚无，无物可喻，所可比者，如人之修炼，节序无差，成就有次，冲和之气，凝而不散，至虚真性，恬淡无为，神合乎道，归于自然。”^③道性虽是虚无，但亦是实体，是从“人之修炼，节序无差”的实践中得悟。

钟吕另一方面又强调从命功入手的“筑基”工夫。其理论建立在天人相应的运化玄机之上，以大小宇宙同一的道，心比天而肾比

① 见《灵宝毕法·内观第九》。

② 见《云笈七签》页286。有关《玄门大论三一诀》论“混三为一”之说，参看本文第二章第2.4节“形神兼修”。

③ 见《灵宝毕法·内观第九》。

地,只要适时炼气,使二气交合而采得“正阳之气”,便与道合一而为神仙。钟曰:

论其交合生成,乃元阳一气为本,气中生液,液中生气。肾为气之根,心为液之源,灵根坚固,恍恍惚惚,气中自生真水、心源清净,杳杳冥冥,液中自有真火。火中识取真龙,水中识取真虎,龙虎相交而变为黄芽,合就黄芽而结成大药,乃曰金丹,金丹既就,乃曰神仙。^①

这一种修炼形态,一般称之为“命功”。在钟吕来说,命功要讲求多方面外在因素,有四时之气的变化对五脏之气的影晌,错综复杂。它继承了东汉魏伯阳《周易参同契》及易纬等思想,展现非常浓厚的天人相应模式。例如,要做到坎离相交采得真炁,就须照顾到“年中用月、月中用日、日中用时”的细微变化,否则炼气不得法、炼法不适时,也是徒劳无功:

月旦之后,三日魂生于魄,六日两停,又六日魄全,其数用九也;月望之后,魄生于魂,六日两停,又六日魄全,其数用六也。岁之夏至,月之十六日,乃日用离卦之法,人之午时也;岁之冬至,月之旦日,乃日用坎卦之法,人之子时也。天地阴阳升降之宜,日月魂魄阴阳之理,尚以数推之,交合有序,连转无差。^②

由于“昼夜不息,寒暑相推,积日为月,积月为岁。月之积日者,以其魄中藏魂,魂中藏魄也”,积日为月或积月为岁,都是有数

① 见《钟吕传道集·论五行第六》。

② 见《灵宝毕法·肘后飞金晶第五》。

可循。岁之积月者,是“律中起吕,吕中起律”,在数言之,则阴用六而阳用九。一月之盈亏,只是阳气在月上盛衰的表现,有数可计:月满之前其数用九,月望之后其数用六。又日之用时,乃盘算一日之间阳气之盛衰,进而取其适当时机做适当工夫。这也是钟吕丹道最大的一个特色,也就是其内丹工夫有天道运行的道理作为根据,修炼功法言之有物,错之于一隅或偏之于一时,即不是大道之正路,也就不能像天地长久。天地、日月、阴阳、坎离等,都有其数、有其序,修炼就要依法而行,有曰:“日月运行,以合天地之机,不离乾坤之数。万物生成,虽在于阴阳,而造化亦资于日月。”^①

从以上几段我们可以认识到钟吕丹道的两个方面。其一是在性功,它强调虚静无为之道在修炼上的重要性。另一是在命功,它指出大道运行在炼气上的影响。前者修虚静无为可以有先天真炁的出现,为命功做出贡献;后者掌握大道之运行是炼气化无的重要玄机。所以,钟吕的打坐工夫,看似修心,但也是炼命;或者倒过来说,看其适时炼气而状似炼命,其实也是修性体道的工夫。修性炼命是不一不二的关系,修性即是炼命,炼命即是修性,故言之为性命双修。

钟吕丹法中论性,其实与论心、论道相一致。“心”、“性”、“道”的意义都在成仙的终极上汇合。这种思想是由前期道教重玄哲学发展出来,《三论玄旨》^②有云“即心是道,心之与道,一性而然”,明修道之要在于修心见性,清静无为,遣滞破执,“无执滞之妨,则真常之性见”。^③由于重玄学的影响,钟吕内丹思想对道与身、性与

① 见《灵宝毕法·肘后飞金晶第五》。

② 《三论玄旨》作者不详,疑出于晚唐五代时岩泉隐居之士。

③ 见《正统道藏》,册38,页640。

命的看法,也以相即不二的思想观之。在唐初出现的《太玄真一本际经》^①就早已提出“身与道一”的理论。^②钟吕在内观存想之中,心是一种无心之心,由此而进希夷之境,云“当此之际,以无心为心,如何谓之应物,以无物为物,如何谓之用法,真乐熙熙,不知己之有身,渐入无为之道,以入希夷之域,斯为入圣超凡之客。”^③虽然是无心为心,无物为物,道性得以显现,但钟吕是凭此修心工夫连着肉身一起“入圣超凡”的,它是一种具实质意义的“超凡躯、脱俗胎”的变化。那些变化早已在此内观之前做好充分的准备,有“匹配阴阳”、“聚散水火”、“交媾龙虎”、“烧炼丹药”、“肘后飞金晶”、“玉液还丹”、“金液还丹”、“朝元”等,而后三者均被视之为“上乘功法”。此时之体验,应当是命、性、身、道四者为一。故钟吕的上乘境界既为性命合一,亦为身道合一。

然钟吕在神仙五等级里,天仙与神仙之间,设了一条人世间的道德屏障,要用“得道”的身躯复入凡尘之境,完成普世的悲愿。这又增加了“性功”的第二层意义:性功不单在炼心上讲,还要在道德行为上讲。下面是吕祖强调性命双修的重要性,“性功”是属于第一种意义。吕祖《敲爻歌》云:

命要传,性要悟,入圣超凡由汝做,三清路上行人少,
六道门中争入去。报贤良,休慕顾,性命机关须守护,若
还缺一不芳菲,执著波查应失路。只修性,不修命,此是

① 《太玄真一本际经》是隋唐之间道士刘进喜、李仲卿模仿佛经而造作的道经。此说载于释玄奘《甄正论》。

② 《本际经》:“具是四倒,妄造诸法,计我及物,故名生死,不得道身。天尊大圣了此实性,毕竟无性,洞会道源,故名得道,身与道一,故名道身。”

③ 见《灵宝毕法·内观第九》。

修行第一病，只修祖性不修丹，万劫阴灵难入圣。达命宗，迷祖性，恰此鉴容无宝镜，寿同天地一愚夫，权握家财无主柄。性命双修玄又玄，海底法波驾法船，生擒活捉蛟龙首，始知匠手不虚传。^①

修性与炼命的工夫，是人圣超凡不可或缺的元素。钟吕认为，成仙之路是开放给每个人的，人人皆有长生药，只是三清路上行人少而已。道教一直以来强调自我生命改造的能力，内丹思想更实现了“我命在我，不在天地”^②的说法。内丹思想使道德实践宗教化。由于道德实践带着信仰的色彩，道德行为更具内在力和实践的动能，对人世间的秩序与和谐是一件好事。性命双修成为奉道之士所须实践的事。只修性，不修命，不能超凡躯、脱俗胎，最后也要堕入轮回之苦；只修命、不修性，性不修则迷，迷祖性则凡尘世俗之心未尽，光有一副仙骨，也不算得道。长生不死的躯体，缺乏了一个性灵，亦与愚夫无异。

另外，吕祖说：“别圣师，云游尘境，暂度百人成道，皈奉真风。”^③这是“性功”的第二种意义，是道德行为的实践，也是界划天仙与神仙之分别。这个分别的内容是：悲愿。故钟离权云：“神仙厌居三岛，而传道人间，道上有功，人间有行，功行满足，受天书以返洞天，是曰天仙。”^④

总的来说，钟吕丹道的性命双修观念，除了性与命两概念之外，还包含了气与心。先看心。在丹道的论述中，钟吕所提到的心

① 见《吕祖全书》卷3。

② 见《西升经》。

③ 见《吕祖指玄篇·序》，《吕祖全书》卷6。

④ 见《钟吕传道集·论真仙第一》。

有两种意义。其一是,在命功的锻炼中,心是实然的心。在天人相应的小宇宙描述中,以心比天,以肾比地,心是产生心液的脏器。心在交媾龙虎之后所得的正阳之气,到最后神仙境界时演变成有意志、有德性的主体。另一是,在性功的描述中,心是主体,又是惟一的实体。心的作用是天人合一,心是虚无静寂、可观照万物的主体;它又代表着人的本然状态,通过心可以体道,有内在超越的能力,最后神仙境界时此心就是道。^①在行使传道人间的仙迹时,心更明显是道德主体。

这个成仙阶段中,值得注意的是,心作为道德主体,带领着整个性功和命功的演化,表现出非常微妙的主导作用。在性功的修行上,道德心是认知心经过修行的结果。^②静则为心,动则为欲,去欲则存乎澄明之本心。道德主体就存在于本源的心体上,只是,心动之欲会容易偏轨而妄为,欲心要回复本源的道德心就要再来一番修性工夫。所以,性功是在每个修炼阶段都必须执持的。在初起阶段的命功锻炼中,道德心与意无别。当实然的心液与肾气交合,整个工夫由意主导,负责气液造化的指令。当实然的气液转化为正阳之气时,道德心仍是主导者,所主导的是要正阳之气通过内观的考验。当内观测试通过,即是最后的性功圆成,此道德心便与正阳之气融合,成为具道德主体的阳神。此阳神本质上是正阳之气和道德主体的混合体,它既有物质性的生命能量,此即命;又

① 这时的心具有观照万物的能力,在本体论意义下能够体道,从而有天人合一的境界,所以是内在超越。最后的神仙境界是天人合一,故此心就是道。

② 由认知心修至道德心,是通过去欲工夫,让本源的、澄明的心体朗现。这是性功的主要修炼工夫。这个意义,有别于前面所说的心体通过内在超越而最后与道同一的本体论意义。

有道德意志的主体作用,此即性。所以,成仙的条件,也必然是性命双修,缺一不可。道德主体也因此而存在于神仙境界中,故此“心”就是道,是天人合一的终极呈现。神仙表现出极高的道德修为,直至积功累德有成,再进一步列入天仙之品位。

至于气,在命功,气是实然的气,有物质基础。正阳之气有通五脏、四肢昏衢的实质意义,但不是主体。最后神仙境界阳神出入于有无,此时的“气”所臻至的境界是与道同一的,它可以自我实现:可以气化形,又可以形化气,具道德主体。不过,还须注意的是,此“气”不是实然的气。在神仙阶段中,与其说是气,不如说是阳神;因为“气”一字,一般是用来描述后天有形之气。气具实质意义,并不适合用于描述阳神。在性功,气是心之所使,降心则气自回,气回丹自结;所炼的气是实然的气,无主体意义。气在虚寂之无心之心的观照下,演变为真炁或正阳之气,这时的气叫阳神,才有主体意义。内观十魔九难经过重重障碍之后,阳神走出昏冲,此“气”即是道,既有实质意义,又是真实道体。

钟吕把性、命、心、性、气、道的特殊性,全部汇合于得道成仙的终极境界中,成为合一状态。在阳神仍未通过内观的测试之前,心仍是主导者,心充当着去魔除障的守护者,最后与阳神融合,心气合一,气道合一。

3.5. 形躯的意义

早期金丹大道中的形躯,在外丹服食后就能长生不朽,严格地说,形神关系是两个相离的个体,神可离形而飞升。形躯的意义到

了钟吕丹道已有重大的改变。钟吕丹道创建其内丹思想,凸显形神不但不是两无关系的独立个体,相反,更是互相依存,互相影响而具辩证地存在的关系。

钟吕丹道的形神观是将人身看做是由形、气、意三方面的架构,简单地说,是躯体、生命和精神三而为一的整合系统。意,即是心的作用;而形,是精所造;故三者又相当于精、气、神。此三合之说的确承继着前代精气神三合思想,例如早在《太平经》已提倡“爱气尊神重精”,而《老子想尔注》及《河上公章句》亦已明示精气神合一之说。不过,内丹学发展至钟吕,形与神之间的关系既保留前代可以相互分离又独立存在的超脱模式,例如晋葛洪主张所谓“先死后蜕谓之尸解仙”之说,钟吕以“人仙”代之。但钟吕所论之“人仙”,却是“安乐延年”之百岁人寿。严格来说,“人仙”只不过是非常健康而能尽终其天年的人,与其说是仙,不如说是人。

值得注意的是,钟吕丹道把成仙的条件置放在阳神的修为阶次上,而不是肉身的质素;虽然,前代所论之“上士举形升虚”、“中士游于名山”、“下士先死后蜕”的分类法,间接也是决定于阳气的修为工夫,但在金丹服食的强调下,形躯的超脱与及其素质的改变,却绝大部分是来自外丹而非内炼。从这个内外之别去理解钟吕丹道对形躯的看法,不难知道形躯的意义,除了是一个生命借以延续和表现的媒体或工具之外,也还是生命本身。

生命的精彩处,是源自钟吕与众不同的观物法。钟吕认为,世间上所有物质都是由阴阳二气组成。人与万物一样,由元阳既判而有二气,二气相合而有人或物。这个观念源自老子思想已不必

赘论了。^①钟吕运用天人相应观念,认为天地运化所成之物,必也有着日月的阴阳结构模式。如果以日为阳而月为阴,以日为气而月为形的话,作为阴形的月,就相当于物中之宝,与阳气有必然的关系。进而言之,如果物中有宝,又潜藏真阳于其中,人又有同一的情况的话,则人便可以炼形成神了。我们首先看钟离权论日月的关系,然后再掌握其对形质的看法。他说:

大道无形,生育天地;大道无名,运行日月。日月者,太阴、太阳之精,默纪天地交合之度,助行生成万物之功。东西出没,以分昼夜;南北往来,以定寒暑。昼夜不息,寒暑相催。而魄中生魂,魂中生魄。进退有时,不失乾坤之数;往来有度,无差天地之期。^②

即是说,日是至阳,月是至阴,天地之交合与日月有必然的关系,其结果就是昼夜寒暑的出现。万物也因而出现运行与变化的特定规律。有运动就有度数,阴阳互变,或魂中生魄,或魄中生魂,都“不失乾坤之数;往来有度,无差天地之期”,度、数、期就成为变化规律的量度概念,未有大地之前是“大道无形,视听不可以见闻”、“大道无名,度数不可以筹算”;^③已有天地,则“既有形名,难逃度数”。^④度数的出现,有“十二辰为一日,五日为—候,三候为一气,三气为一节,二节为一时,时有春夏秋冬。”^⑤因此出现年中之时、月中之时、日中之时、甚至人中之时等等,都是度数之内,成

① 本论文第三章第3.2节“道德的根据”已论。

② 见《钟吕传道集·论日月第四》。

③ 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

④ 同上注。

⑤ 见《钟吕传道集·论四时第五》。

为特定的自然规律。钟吕论日月四时五行,目的只有一个,是要说明人身小宇宙必等同大道运化的规律,是一种天人相应说,此其一。另外,钟吕必须以大道运行说明炼形的可能,在展示宏观的宇宙图式的背后,原来也有“炼气成神,脱质成仙”的基础理论。钟曰:

修持之士,若取法于天地,自可长生而不死,若比日月之躔度,往来交合,止于月受日魂,以阳变阴。阴尽阳纯,月华莹净。消除暗魄,如日之光辉,照耀于下土。当此时,如人之修炼,以气成神脱质升仙,炼就纯阳之体也。^①

意思是说,月本来属于太阴,是魄,但月受日魂,得到日之阳气,本来属于月自身的阴气便因受阳而消退,月便光华朗现于天空中。如果人立志修持,取法于天地,便像月受日之阳气一样,也可以将形质由阴变阳,脱质升仙。这就是钟吕对形躯的重视原因,也是整个钟吕内丹学说的最重要部分。

炼形成神的可能在于方法。方法就是仿效天地之机,继而掌握日月之出没往来、交合躔度,于是便出现有“年中用月、月中用日、日中用时”之繁冗工夫,简单地讲是这样的:

始也法效天机,用阴阳升降之理,使真水真火,合而为一,炼成大药,永镇丹田,浩劫不死,而寿齐天地。如厌居尘世,用功不已,当取日月之交会,以阳炼阴,使阴不生;以气养神,使神不散。五气朝元,三花聚顶,谢绝俗

① 见《钟吕传道集·论日月第四》。

流,以归三岛。^①

对于钟吕来说,五气朝元、三花聚顶,都有一套特定的方法,是根据不同的时候作导引、咽津,及束勒阳关;其所谓“肘后飞金晶”、“玉液炼形”、“金液炼形”等也因“炼形成神”的观念构做出来。所谓“法效天机,用阴阳升降之理”,即是“匹配阴阳”、“烧炼丹药”、“交媾龙虎”几项。有了所谓“大药”,丹田畜养了正阳之气,便可以将形化神,超脱形质。

前面说过,天地间一切形物都有着阴阳要素,原因是一切万物都由二气交合而成。同时,万物各自又阴中有阳而阳中有阴。钟吕论大道,从乾坤两卦开始,乾与坤各自代表天与地及阴与阳。乾坤互索便有三阳男三阴女,称之为长男震,中男坎,少男艮,长女巽,中女离,少女兑。阳为生,阴为成。三阳交合于三阴而万物生,三阴交合于三阳而万物成。是以天地交合,本于乾坤相索,而运行于道。乾坤相索而生六气,六气交合而分五行,五行交合而生成万物。在天地阴阳升降之机中,所谓天地长久,升降不已,是因为“天以乾索坤而还于地中,其阳负阴而上升;地以坤索乾而还于天中,其阴抱阳而下降。”^②意思是,相索之后,坤变坎而坎中阳本源自天,故此阳必还于天中而上升,乾变离而离中阴本源自地,故此阴必还于地而下降,由是一升一降而天地长久。在此升降的运动中,我们所称的阳升的气和阴降的液,是一种后天现象,名之为坎、离,这种现象是经过先天乾坤的相索而成。大道玄机至此,我们发现,从演练后天返至先天,就是由坎、离逆反至乾、坤的工夫;其关键是

① 见《钟吕传道集·论日月第四》。

② 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

使后天离中阴转变为阳而成乾，坎中阳转变为阴而成坤。这个工夫必须通过坎离再度相交相合，重构而还原。所以，钟吕内丹的第一步功夫就是“匹配阴阳”，继之而“交媾龙虎”。匹配阴阳目的是壮旺气液，“气多能生液，液多能生气”，务使气液相生达到足够交媾龙虎的程度。而交媾龙虎的目的，是交合后天的气液并予以重新整合，从而使个中生出先天性质的乾坤。即是说，上升气中的无形之水，名之为“真一之水”，及下降液中的无形之气，名之为“正阳之气”两者，得到交合。交媾后的形态即是“丹”，就是所谓先天纯阴与纯阳，此实在是原来状态的乾与坤，或天与地。到此，“内丹”的意思就是一乾一坤的出现。但在论气的变化而言，必须以具体而实质的东西来表达。气本身必以阳称，气必属阳，在逻辑上，“阴气”一词是矛盾而不能成立的。因为，我们一般以阴气、阳气论说，是在相对意义下说明一些道理，它只不过方便权说。钟离权说“奉道之士，修阳不修阴”，就是要表达这个道理。^①又如月有盈亏，月之光华是阳所生，月之阴晦是阴所成，其实质变化，只不过是月上之阳的作用：初阳受之而为朔，阳受其半而为上弦，得受全阳而为望，阳退其半而为下弦，阳将退尽而为晦。此受阳而光亮者则称魂，不受阳而黑暗者则称魄，魂魄关系仅由阳的作用而已矣。所以，内丹初萌，虽说是乾是坤，但坤仅是相对概念，为方便权说而无实质形态，其实质形态只是作为乾的纯阳之气。钟吕言内丹，在交媾龙虎之后，只言“正阳之气”之采成而不复言“真一之水”之去向，就是因为此真一之水没有实在的形质。

后天的物质既然是乾坤互索之后的结果，其三男三女的内在

① 见《钟吕传道集·论炼形第十四》。

元素必是阴阳同兼,所生何物则决定在组合上的阴阳比例。这是物质形成的基本理论,是传统阴阳观念。《黄帝内经》云:“孤阴不生,独阳不长”,钟吕云“阴不得阳不生,阳不得阴不成”,^①在既已生成的万物中,钟吕认为日月为真阳,是阳中之至阳,天地间无任何物质比日月具备更多的阳;而金玉则是真阴,是阴中之至阴,天地间无任何物质比金玉具备更多的阴。所以,“积阳而神,丽乎天而大者,日月也,日月乃真阳,而得真阴以相成也。积阴而形,壮于地而贵者金玉也,金玉乃真阴,而得真阳以相生也”,^②由于日月本属真阳,在孤阴不生,独阳不长的规律下,日月要靠真阴以成之,“日月以阴成阳,数足生明”。^③同样,本属真阴的地上金玉,也要真阳以生之,“金玉以阳生阴,气足生宝”。^④钟吕进而以天人相应代入论之,真阴真阳比之以无形之水与无形之液,认为“真阳比心液中真气,真阴比肾气中真水。真水不得真气不生,真气不得真水不成。”^⑤因此真水与真气应该交合,重新整理,采其丹药。由于日中离卦是阳气最旺之时,故有“离卦采药”之说。^⑥采药仿如金玉之成宝,全因为阳气不断进之。人的形质亦如是,进阳而火数足,则长生如金玉也,故曰“日月以阴成阳,数足生明;金玉以阳生阴,气足生宝。金玉成宝者,盖以气足而进之以阳;日月生明者,盖以数足而授之以魂。比于乾卦进火,炼阳无衰。火以加数,而阳长生

① 见《灵宝毕法·烧炼丹药第四》。

② 同上注。

③ 同上注。

④ 同上注。

⑤ 同上注。

⑥ 《灵宝毕法·烧炼丹药第四》云:“离卦龙虎交媾,名曰采药。”

也。”^① 如果依法行持,理论上,人与金玉同是形质,人只要进阳火之数充足,便能“成宝”。此之谓宝,是交媾后之内丹,正阳之气也。初生之正阳之气薄弱,还须一段工夫。此工夫具体来说是“勒阳关而炼丹药”,俗称“火候”:

必于此时,神识内守,鼻息绵绵,以肚腹微胁,脐肾觉热太甚,微放轻勒;脐腹未热紧勒;渐热即守常,任意放志以满乾坤,乃曰勒阳关而炼丹药,使气不上行以固真水,经脾官,随呼吸,而搬运于命府黄府之中。^②

这工夫主要是存养,务求真炁不致散失,故须勒阳关,使其火不熄而下丹田暖和,基础稳固以后,再送上中丹田黄庭宫,再依法行持“沐浴”存想等工夫,自有所成,此刻大丹将现,曰“气液造化,时变而为精,精变而为珠,珠变而为汞,汞变而为砂,砂变而为金,乃曰金丹,其功不小矣。”^③ “金丹”一词,是外丹术语。钟吕时期,仍有不少人追求金丹服食以达长生不死。钟吕认为,金丹就在人身中,不必外求,只须内炼。若要长生不死,使肉身飞升,就要仿效大道运行,依法行持,炼形成神。形躯这个观念,若依魏晋时期的神仙道教说,肉身不朽的理论来自比喻。此认为人同草木,就必会萎亡;若人同黄金,就可以恒久不朽。服食金丹,就凭一个信念;至于逻辑上的问题、科学论证等,都可以在非理性的支配下搁置一端。葛洪又用“不可否定论”来反驳那些不相信神仙的说法,间接使服食金丹的人增强信念,更加相信服食不朽的黄金便能得到不

① 见《灵宝毕法·烧炼丹药第四》。

② 同上注。

③ 同上注。

朽的肉身。形躯的质变能力,在钟吕的理论阐释之下,要靠内在的修为方可达致。这种对形躯观念上的转变,钟吕的内丹思想可说是一种突破。

“炼形成神”的修炼可能性在于上述“金玉成宝”的相应说之外,钟吕还有第二个重要的理论支柱,就是肉身中的一点元阳。这点元阳是决定“物中成宝”及“气炼形质”的可能。人有元阳,是因为父母二气交合,精血为胎胞,包含元阳真气,在子宫内积日累月,阴承阳生,气随胎化,三百日胎圆而元阳造化成人,之后那一点元阳就隐藏于形躯之中。钟曰:

以己身受气之初,乃父母真气两停,而即精血为胞胎,寄质在母纯阴之中,阴中生阴,因形造形,胎完气足,堂堂六尺之躯,皆属阴也,所有者一点元阳而已。必欲长生不死,以炼形住世,而历劫长存;必欲超凡入圣,以炼形化气,而身外有身。^①

人之成长,是因为“阴中生阴,因形造形”所致。人的躯体,“皆属阴也”。炼形化气的可能就凭阴质躯体之中的“一点元阳”。钟吕要提出元阳观念,是因为金玉也有“真阳”于其真阴之中。它的存在方式是真阴为其形质属性,内抱真阳于其中。在未讨论金玉内抱真阳之前,先看看金玉为何成为真阴之身:

阳升到天,太极生阴,阴不足而阳有余,所以积阳生神;阴降到地,太极生阳,阳不足而阴有余,所以积阴生形。上之日月,下之金玉,真阳有神,真阴有形,其气相

① 见《钟吕传道集·论炼形第十四》。

交，而上下相射，光盈天地，则金玉可贵者，良以此也。^①

由于天地阴阳二气交合之际，阳在天顶出现余阳，故余阳便累积而成日月；同样，地下有余阴而累积成金玉。所以日月是真阳所生，金玉是真阴所成。再看以下一段：

是知金玉之气，凝于空则为瑞气祥烟；入于地则变醴泉芝草。人民受之而为英杰，鸟兽得之而生奇异。盖金玉之质，虽产于积阴之形，而中抱真阳之气，又感积阳成神之日月，真阴真阳之下射，而宝凝矣。^②

如前所说，大道运行之中，阳升阴降的原动力是靠乾坤相索后，坎中阳与离中阴必须要回复本位，从而引动升降。也由于相索后的后天形态是坎离，故后天必属阴中藏阳，及阳中藏阴的有机组成。金玉也一样，金玉本身由余阴所积而成。金玉与日月均非一般物质，因为它们是真阴真阳之身，各属乾坤互索而出的坎离形态，与其它物质落入巽震艮兑的排列有所不同。但真阴之中必内藏真阳，因为坎中有阳，此亦金玉为宝的主要原因。金玉之气又经日月之朗照，日月本为余阳所积而为真阳之身，真阳之身中又内藏真阴，日月射下者，乃真阴真阳，使金玉进之以真阴真阳而更显其光华宝气，而使各类物质受其气而吉祥优胜。此金玉从形质真气论之，实为传统对金玉视作珍贵宝物之观念带来理论基础。

既然金玉内有真阳，人亦内藏元阳，那么，人如金玉，亦可以气炼形质了。

① 见《灵宝毕法·玉液还丹第六》。

② 同上注。

积阴成形，而内抱真阳，以为金玉，比于积药而抱真气，以为胎仙也。金玉之气入于地，而为醴泉芝草者，比于玉液还丹田也。金玉之气凝于空，而为瑞气祥烟者，比于气炼形质也。凡金玉之气冲于天，随阳升而起；凡金玉之气入于地，随阴降而还。既随阴阳升降，自有四时，可以液还丹田，气炼形质，比于四时加减，一日改移也。^①

在比喻之下，人就有一系列的工夫随着而来。首先，人的元阳经过锻炼而为丹药。即内丹初萌，内丹种子经过一番存养壮旺之后，就可以像金玉之气一样，上可凝于空，下可还于地。前者相当于气炼形质，后者相当于液还丹田，于是，钟吕丹道中的“玉液炼形”、“玉液还丹”及“金液炼形”、“金液还丹”的构思便相应而出。所谓“炼形”或“还丹”，是指体内之真气，有如金玉之气满凝空中而为瑞气祥烟，或下降入地而为气炼形质一样，也可以使之升而导引至全身，从而炼形化气，或使之降而还丹，从而气炼形质。这都是基于天人相应说：日月比气，肾气比月而心气比日；金玉比液，肾液比金，心液比玉。“玉液炼形”者，把心气、肾气二气相交过重楼之际，闭口不呼，津液便满溢于口中玉池，此时把它咽至下丹田，称之为“玉液还丹”；升之则曰“玉液炼形”。至于金液，是肾气不上合心气，停于肺而熏蒸于肺，真气取自于肺，肺为金，由肺而生之液为金液，咽之则“金液还丹”，升之则“金液炼形”。^② 如果依法行持的话，会有不少证验，如“金液炼形，则骨朝金色，而体出金光，金花片

① 见《灵宝毕法·玉液还丹第六》。

② 详文见《灵宝毕法·金液还丹第七》。

片,空中自现,乃五气朝元,三阳聚顶,欲超凡体之时,金丹大就之日”、^①“若玉液炼形,则肌泛阳酥,而形如琪树、琼花玉蕊,更改凡体,光彩射人,乘风而飞腾自如,形将为气者也”、^②“寒暑不能为害,劳苦不能为虞。体轻骨健,气爽神清,永保无疆之寿,长为不老之人”、^③个人亦有感觉,例如“真气将足而似常饱,所食不多,饮酒无量”、^④“尘骨已更而变神识;步趋走马,其身如飞”、^⑤“目如点漆,体若凝脂,绀发再生,皱脸重舒,老去永驻童颜;仰视百步而见秋毫;身体之间,旧痕残靥,自然消除;涕泪涎汗,亦不见有”、^⑥“圣丹生味,灵液透香。口鼻之间,常有真香奇味。漱津成酥,可以疗人疾病。遍体皆成白膏”、^⑦“炼气之验,但觉身体极畅,常仰升腾,丹光透骨,异香满室”、^⑧“阴阳变化,人事灾福,神明皆能预知”等等,^⑨征验无数。

很明显,钟吕内丹思想非常注重形躯,主要是人的肉身是可以重新改造的。其理论根据来自金玉成宝之可能,只要人身中元阳开展其锻炼,便能如金玉一样炼形化气、炼质成神。所采取的法,有“玉液炼形”、“玉液还丹”、“金液炼形”、“金液还丹”等,都为炼形化气而设计,有着严谨的理据支持。观其“还丹”与“金液”的观念,实来自金丹。尤其晋代神仙道教之外丹黄白术,一直领导着

① 见《钟吕传道集·论炼形第十四》。

② 同上注。

③ 同上注。

④ 见《灵宝毕法·玉液还丹第六》。

⑤ 同上注。

⑥ 同上注。

⑦ 同上注。

⑧ 见《灵宝毕法·朝元第八》。

⑨ 见《灵宝毕法·金液还丹第七》。

整个金丹烧炼的传统,以还丹、金液为两大追求项目。葛洪说:“余考览养性之书,鸠集久视之方,曾所披涉篇卷,以千计矣,莫不以还丹、金液为大要者焉。然此二事,盖仙道之极也。服此而不仙,则古来无仙矣”,^① 可想而知,此两者对成仙的重要性及其在社会上的影响力之大。在外丹,“还丹”的意思是指属于后天的丹砂返还象征先天的金丹;而“金液”则源于液态的黄金,一种不朽的物质,基于“金性不败朽,故为万物宝”的信念,人以服食金液求取长生不死。在葛洪时期,还丹是这样的:“凡草木烧之即烬,而丹砂烧之成水银,积变而还成丹砂,其去草木亦远矣;故能令人长生,神仙独见此理矣。”^② 还丹在烧炼技术上说,丹砂是硫化汞(HgS),燃烧氧化成水银(Hg);但其中一部分丹砂被氧化成汞之后,再进一步氧化为红色氧化汞(HgO)。由于氧化汞与最初的丹砂均为红色,所以被误以为还原了,故称还丹。钟吕内丹有着非常浓厚的外丹概念,成仙的理论体系也依循外丹成仙的模式,从二气交合、水火既济、玉液炼形、金液炼形、玉液还丹、金液还丹、大还丹、小还丹、七返还丹、九转还丹等等,可以想象金丹概念笼罩着整个内丹理论体系。钟吕亦不断地重复“气化为精,精化为珠,珠化为汞,汞化为砂”的效验,凸显内炼还丹的理论。^③ 然而,钟吕炼形,由身中一点元阳开始,运用人体生理学,结合大道运化玄机,再以天人相应的哲学思维,建构了一套内炼成仙的工夫。这对于唐代金丹术正在衰微而内丹思想尚未有太多人提出的时代,可算是一种突破。

钟吕内丹思想对形躯的看法,是身中有一点元阳,为形质中之

① 见《抱朴子内篇·金丹》,《抱朴子内篇校释》页70。

② 同上注,页72。

③ 见《钟吕传道集·论炼形第十四》。

真阳,它使人成为万物之中,最灵最贵者。正如金玉之为宝一样,肉身可以炼就阳神,成为神仙。神仙境界是神形合一,阳神不能单独存在于虚空之中,必须借“壳”而传道于人间;形躯无神亦状如枯木,与一堆粪土无异。形躯可以当为一种手段,因为阳神要借形躯而存在,广行道德于人间。炼质成神的工夫,造就了不同素质的形躯。第一,单以气养神者,只得安乐延年的小乘效果。第二,以气炼形者,形得以气化,阴尽阳纯;惟阳神困于昏衢者,此形躯为陆地神仙。第三,若炼形化气,炼气成神,阳神得以出入形躯,出而复入,借形躯传道于人间者,此形躯为神仙之形躯。这里值得提问的是,所谓神仙境界的形神合一,究竟形躯是什么性质呢?

首先,这种气化是实质上的气化,形质经过“玉液炼形”、“玉液还丹”、“金液炼形”、“金液还丹”等工夫,炼质成神是实在的,形躯的确有了质变,除了前文所引众多的证验之外,我们从其炼形化气的工夫里亦可知道,例如“若玉液炼形,则肌泛阳酥,而形如琪树,琼花玉蕊,更改凡体,光彩射人,乘风而飞腾自如,形将为气者也”,^①又当演炼阳神达到地仙境界时,“如厌居尘世,用功不已,当取日月之交会,以阳炼阴,使阴不生;以气养神,使神不散。五气朝元,三花聚顶,谢绝俗流,以归三岛”,^②所说的“以阳炼阴,使阴不生”,当指体内之形阴不生。又云“上下往复,若无亏损,自可延年。如知时候无差,抽添有度,自可长生;若造作无倦,修持不已,阴尽阳纯,自可超凡入圣”,^③所谓“阴尽阳纯”,也应该是指形躯的阴质去尽,变而为气。但钟吕所讲的阳神,最后又与形躯独立开

① 见《钟吕传道集·论炼形第十四》。

② 见《钟吕传道集·论日月第四》。

③ 见《钟吕传道集·论天地第三》。

来。所谓“超脱”，是指“超出凡躯而入圣品，脱去俗胎而为仙子”。^① 在三田反复，互相交换，以至炼形化气，炼气化神当中，阳神“自下田迁而至中田，自中田迁而至上田，自上田迁而出天门，弃下凡躯，以入圣流仙品”，^② 此“弃下凡躯”而入仙品，很清楚说明形神各自分离，形躯的形质依然未被气化。在阳神出入于凡躯时，形躯是真实的存在，因为“回视故躯，亦不见有，所见之者，乃如粪堆，又如枯木”。^③ 以上种种描述，我们发觉钟吕丹道工夫对形躯的演练，目的是为本源的元阳壮旺，而非把身躯的阴形改变。即是说，形躯并非在现实中消失。可是，经过炼形诸多工夫，身体确实有了质变；我们认为，这些改变是来自体内元阳的修复，才有如返老还童的素质重现。所以，所谓炼质成神，其实是把体内阳气增多；所谓阴尽纯阳，也仅指脏器功能上的阴消阳长。直至内观焚身，阳气最壮旺的时刻，上中下三田以及躯体四肢均满布阳气时，阳神便通过心性考验而于天顶迁出天门，弃凡躯而为神仙。我们所说的形神合一，并不是神等同形、形等同神的意思；较正确的讲法是，神与形两者相即不离是神仙境界的条件。这个形神相即不离的状态，是神仙行道于世的一种形态，主要意思是：形无神不立，神无形不彰。

真正问题所在，似乎落在神仙的定义上。钟吕把这个阳神看做神仙，抑或以阳神再入形躯后的那个“人”看做神仙呢？显然，钟吕对神仙的定义，是从价值上考虑的。对于这个问题，我们必须注意的是，钟吕的神仙价值观是建立在“入世传道、广行道德于人间”

① 见《灵宝毕法·超脱第十》。

② 见《钟吕传道集·论还丹第十三》。

③ 同上注。

的终极修行上。所以,钟吕把神仙定义在阳神再入形躯而广行道德于人间的“人”身上。形躯的重要性,在入世行道的大业上当然不能被忽视。形是神所寄托之媒体;阳神有形躯的负载,才能实现在世的价值。阳神若没有形躯寄寓,神仙的现世道德价值是无从实现的。即使此“气”具有道德意志,空有灵性仍是枉然。不过,入世行道的主体性才是钟吕神仙所要呈示的部分。正如前文已论,阳神是具有道德主体的正阳之气。^①它可以出入于形躯,入而出,出而入,甚至借别的形躯在现实世界呈现。当阳神再入于形躯,形神合一而为人,阳神便可以继续实现现世价值。钟吕以性命双修论说神仙的本质,在形与神的问题上,形神两者应是同步并修的。不过,从阳神出于昏衢的神仙阶段再看形神两者的重要性时,我们不难发现,钟吕的神仙主要任务是“广行道德于人间”,形躯依然被放置于工具价值之上。钟吕以神高于形的视角总结了整个内丹修炼。神仙入世行道的主体性仍主导着整个内丹思想的终极意义。

① 参阅第三章第3.4节“性命旨意”末段。

第四章 钟吕丹道的意义——道德观的突破

4.1. 道教式道德观的特点

道教式的道德观有别于道家式的道德观。它也不同于儒家道德观。由道文化发展到气文化的过程中,反映出作为道教修炼模式的内丹,具备着实践与理论的现实性和终极关怀的宗教性。它既有崇高的哲学境界,亦有具体的修炼媒介。

我们不能清晰地分别说明道家式的道和道教式的道,但我们可以细分两者的道德观。老子的道论不但确立了道家的道,他的道也同时是道教徒的终极关怀,一向为道教徒所信以为实体的追求对象。不过,道教徒更进一步把人世间所必须实践的道德活动,渗透于神仙修炼的主体内,使道德实践成为成仙之路的必要条件。

道教内丹学是探讨生命内在元素与自然的关系,寻求一套有效的方法达致神仙境界的学问。它对宇宙人生作整体性的思考和

根源性的探究,通过对人与自然的关系、万物存在的依据、人生的终极关怀等问题的反省,建立一个系统性的实践和理论架构。它是道教哲学。这套道教哲学的特质,有着非常浓厚的终极关怀和道德实践;而当中的终极关怀和道德实践又存在着相当密切的关系——既因其终极关怀,所以有道德实践;也因为其道德实践,所以能体现神仙终极。

道家论道,首推老子。老子所讲的道,是道家学说的最高范畴。^①自老子之后,道家好像如鱼得水,对宇宙的根源和万物存在的依据有了议论资源,可以纵横开出各种各样的观点。有学者认为,道家在先秦哲学立于主干地位,宋明理学也受到它的影响。^②虽然这种讲法有点语出惊人,我们亦不必要为这个讲法详加议论,但如果就着道德心性问题和道家的辩证思维方式看道家在文化思想史上的影响,道家的影响力确是明显的。冯友兰以“内圣外王”检阅各家学说时,说老庄的哲学“极高明”,以道家论圣人的境界是天地境界。^③老庄思维方式的精彩处,是把天道展示出来以证人事,及其别具特色的天地人一体观。道家的人道观,寄托于天道之上,认为人伦的道德准则应效法自然,在“道法自然”的命题下,“无为而为”是道德实践的模式。无为的现实性,就是顺其自然而不刻意加改自然的变化,故道的自我实现就是德。生是道的自我呈现

① 我们不能分清楚道家式的道和道教式的道,是因为道教也以老子为教宗,道教对道的认识主要源自老子的道论。然而,道教在信仰的前提下,道教的道德实践蕴藏着一定程度的宗教情操,故有所不同。

② 见张岱年《道家在中国哲学史上的地位》,载于《道家文化研究》,第1辑,页82。

③ 见《新原道》,冯友兰论说道家时说“这一种哲学,我们说它是‘极高明而不道中庸’。”又说道家“经过了名家对于形象世界底批评,而又超过了这些批评,以得一种‘极高明’底生活。”载于《三松堂全集》(郑州:河南人民出版社,1994),卷5,页5及50。

方式,《系辞传》之“天地之大德曰生”就是这个意思,所以老子说,“道生之,德畜之”。“道法自然”与“无为”都是老子道论的中心思想,劳思光、徐复观、陈鼓应、刘笑敢等近代学者都一致公认。^①然而这些思想上的创建,也成为日后中国文化的发展趋向。从这个自然无为思想延伸的,就是对人为的道德行为做出批判,对社会制度及文化生活中的偏失与流弊做出评价,认为非自然的就是“妄”,不合道,也非德。取而代之,“上德不德”、“天地不仁”才是最高的道德形态。道之性就在道之本体呈现,正如水之水性,能兼“善利万物而不争”。庄子云“夫道,有情有信,无为无形”,就是道性。这一点可以分别了道家的道德与世俗的道德的不同。

儒家也就当前的天地万物而言生生与变易,谓之天道。《论语》载孔子曰“天何言哉,四时行焉,百物生焉,天何言哉”,^②所谓天不言而四时行百物生,反映了万物之自然,乃由不言之天这个实体在现象界呈现,可通老子的“无为而无不为”之说,也可通庄子的“无为为之之谓天,无言言之之谓德”;^③天地万物之生生之性,生生之德,或言之为“天地之大德曰生”,是一种形而上的说法。儒家就以此天道来推出人物之德性,唐君毅说:

① 劳思光:“无为一观念为《老子》思想之中心。”见劳思光:《新编中国哲学史》(台北:三民书局,1993),第一册,页237。徐复观:“老子思想最大贡献之一,在于对此自然性的天的生成、创造,提供了新地、有系统地解释。”见《中国人性论史》,页325。陈鼓应:“自然无为是老子哲学最重要的一个观念。”见其论文《老子哲学系统的形成》,载于陈鼓应:《老庄新论》(香港:中华书局,1991),页28。刘笑敢:“这两者(自然与无为)是老子所要强调的主要内容,是老子哲学所要传达的主要信息。”见其论文《老子哲学的中心价值及体系结构》,载于《道家文化研究》,第10辑,页118。

② 见《论语·阳货》。

③ 见《庄子·天地》。

儒家之形上学,主要在其天人合德之理论。其言之,则主要在其言人心、人性、人道、人德,而人道皆可通于天道,人德亦通于天德者。其言天道人道,天德人德之胜义,则在其言生、言善或价值。^①

天人合德,也即是天人合一中的道德主体的呈现。从儒道这个角度看道德,两者别无二致。然而,儒家所讲的仁,虽是圣人立教的最高概念,但仁是生道,扩延而为天道,即是生生不息之道。生生不息的天道是仁。儒家以仁为道德,也以仁为本体;只是,儒家的本体在实有层上讲,不完全是从作用层上讲。^②孔子所说的“天何言哉,四时行焉,百物生焉,天何言哉”,是从天道的作用上讲这个本体。^③这就相同于老子的本体论,因为老子也就在现象生息变化中去体现自然变化中的本体。这个本体论观点,被学者称许为中国哲学史上的最大贡献,老子开创了哲学的本体论。^④理学的本体论也在道家本体论的影响下建立起来。^⑤

道家式的道德从天道自然的观念下表现出来。自然性的天又

① 见唐君毅:《哲学概论》(台北:学生书店,1979),下册,页718。

② 此来自牟宗三语。牟先生认为“仁是道德上的观念,因此也是实有层上的观念,以仁做本体,这个本体是实有层上本体的意义。可是,道家道的有、无双重性,其中那个无性不能说是仁,不能特殊化而为仁。”又云“儒家也有作用层上的问题,但是作用层和实有层分得很清楚。本体是从实存层上讲,不从作用层上讲。道家正好相反,它的本体不从实有层上讲,而从作用层上讲,它没有实有层上的本。”分别见于《中国哲学十九讲》,页136及139。

③ 孔子之叹“天何言哉?四时行焉,百物生焉,天何言哉”具有本体论意义,是因为天道默然运化而生生不息。我们可以从这个作用层上体会天道是一个“纯亦不已”、生生不息的生道。这个生道就是以仁为最高根据的本体。

④ 见张岱年:《道家古中国哲学史上的地位》,载于《道家文化研究》,第6辑,页4。

⑤ 同上注,页5。

展示其生成与创造,道家的人生要求与目的,是向上推,从而推出一个既是宇宙根源、又是人生安身立命之所。所以道家的人性论,也就是道家的宇宙论。经此一推,人的根源,也就是宇宙的根源;人的本质,也同是宇宙的本质。道家又再从上面落实到人际之中,推天道以明人事,成为合理的天人合一形而上学。老子论天地之始而有宇宙生成论;老子又提到天地万物存在的根据,故老子的道论又是一种本体论。^①老子在道论的开创性及其影响之大是不容忽视的。在道的根源方面说下去,道教的元气论思想便藉以萌生。从道的本质方面说下去,道教的人性道德观便得以确立。

“自然”一义包含了“自化”,万物的生生不息是自化,大道流行是自然自化的历程,由阴阳相继相承地顺化而来,这是自然而然的相交相合,蕴藏大德之流行。所以《系辞传》说“一阴一阳之谓道,继之者善也,成之者性也”,所以为善,是乾元有以生之、坤元有以成之的大德大化;故万物所以生之根源,在易言之为“元”,在道教内丹学言之为元阳。元阳肩负着大德之流行,在万物自然变化当中呈现其最高的道德。“自然”被老子凸显出来,由道教气观念所继承,以“元气”总其大化流行。道教有如道家,奉道为解决一切问题的枢机,也以道为终极的关怀,元气由《太平经》之“万物之元首”、“天地大小,无不由道而生”^②,发展至《无上秘要》的“夫仙者心学,心诚则成仙”,^③或成玄英之“心冥至道,不灭不生”,^④道的概念在心性论的角度,演绎为不被后天欲念所污染的本源心、道

① 同上注,页4。

② 见《太平经合校》页16。

③ 见《无上秘要》卷42,《正统道藏》册42,页381。

④ 见《道德经开题序决义疏》卷1。

性、元神等。老子被神格化,太上老君超越了道家之“内圣外王之道”的哲学领域,加添了具体的求道工夫、修炼方法。修炼者对应于实实在在的存在问题、个体生命与自然之间的矛盾做出调整,采取超越生命、探求长生不死的态度,冀望能与道合一。

道教在道德问题的醒觉性比道家显然更大,对社会的承担也表现得更加积极。道的形而上形态得到具体化,现实人生中政治伦理观、人生观等都比较清晰。道教对现世的珍惜、对生命的热爱、对人伦的关怀,都处处流露积极而进取的人生态度。《太平经》积极提倡“重生”、“贵生”思想,继承《周易》“积善之家必有余庆,积不善之家必有余殃”,创造了“承负说”,高度表扬行善积德的道德行为。《太平经》又有“三合相通”^①思想,强调天、地、人三合则共生共养万物,要求彼此相爱相通。后来南朝陆修静在修道成仙的观念上结合“道”、“德”、“仁”三者而提出“三合成德”,造就一个人与自然和谐共生、天道大德之理想世界。^②

道教从天人合一论发展出多种作为解决人生存在的根源问题及终极关怀问题。道教承自老子的“道法自然”出发,人要顺天道自然而法天象地;因天道无为为化生万物之本体,天地又虚静无为,故人要效法天地之清静,从心炼起,收妄心以全真心,由此得道。所以道教徒要常行早晚课,以《太上老君说常清静经》、《无上玉皇心印妙经》作为修心炼性的资源。道教对具体的道德问题,多

① “三合相通”是《太平经》提出的学说。三合是天、地、人三合。也是宇宙间的阴气、阳气、和气,天上的日、月、星,地形的高、下、平,人伦的父、母、子,政治上的君、臣、民。认为三合是自然界和谐共生之道。

② 陆修静的“三合成德”说见于《洞玄灵宝斋说光烛戒罚灯祝愿仪》:“夫道,三合成德,自不满三,诸事不成。三者,道、德、仁也。仁,一也;行功德,二也;德足成道,三也。三事合,乃得道也。”

写之于教义。民间的劝善书和功过格,更凸显道教对道德实践的重视,例如《太上老君感应篇》、《文昌帝君阴骘文》、《太微仙君功过格》等,都是流传甚广,表现鲜明的劝人为善、度人成仙的生命伦理观。吕祖云:

修功立行,三教中第一法门。惟行立则过自寡,功修而恶自远。故曰:‘过恶不生,而功行两立。’所以古先圣贤,出人头地者,务在寡过去恶,恶念不生,则善行自足,有志之士,欲求道而归正觉,莫不从功过上着力行来。^①

吕洞宾在未遇钟离权之前是一位儒生,学问贯通儒释道,对伦理道德自然推崇。他在求道的角度看修功立德当然表现更为热切。王重阳立教时有《重阳立教十五论》,后来全真道又有《全真清规》,都明显点提道德修养为教内旨要。近代的吕洞宾信仰有吕祖“九美德”,^②是道教基本的道德教育。道教的科仪中,宗教活动往往是道德活动,斋醮、诵经、劾召鬼神等都存济度亡灵、救拔生灵的功德。道教认为,在科仪中要炼度鬼灵,必须先炼己身,然后有力度鬼。《道法会元》云:“或问炼度之说如何?师曰:炼亡者先须自炼,度亡者先须自度,斯炼度之说矣。”^③道教徒之炼度,是先令修真之士服符请炁,内炼身神,鬼魂因以得之而可度化。至于祭炼,祭的意思是祭鬼神;炼就是炼自己。如果不炼己,则鬼神不能升度,或不能饱暖,那么鬼神未免肌寒。故祭炼必先以志诚为体,慈悲为用,悯兹六道之沉魂,而念彼九泉之滞魄。《清微道法枢组

① 见《吕祖全书》卷25《杂说》。

② “九美德”为忠、孝、廉、节、义、信、仁、惠、礼。

③ 见《道法会元》卷1第6,《正统道藏》册48,页489。

法序》云：“五行之妙用，寂然不动，感而遂通。夫天地之至虚中生神，至静中生炁，人能虚其心则神见，静其念则炁融。”又云：“不神而灵者诚也。凡炁之在彼，感之在我，应之在彼，行之在我。是以雷霆由我作，神明由我召，感召之机在此不在彼，人皆神其神，惟圣人则不神所以神。”^① 一般来说，祭炼时必须先辟一静室，置一净几，然后入静打坐，在行持作用时，是以我一团精神来祭炼幽冥，由于精神出于体内，故不独鬼神得济，我之精神，亦豁然清爽。又例如《祝寿科》：

伏愿，一炷清香，永祝南山之寿，三声圣号，齐瞻北极之尊。所祈十方善信福寿增延，各家道泰，逐户清平。再祈本庙（宫、观）香火绵远，教法兴隆。十方道众，修真有分，进道无魔；三业六根之过咎，并冀赦原，九玄七祖之先灵，齐超道岸。济度长夜之魂，利益众生苦。仰凭道力，为上良因，志心称念，玄都万寿天尊，不可思议功德。^②

道教仪范和教内清规，都有着浓厚的道德教化作用。道教科仪有祈祷、斋醮、威仪。日用有五乘之法：宗、教、律、法、科。宗，是万缘定息，一念不起，坐而待成。律，是从方丈，守律坛，演三坛大戒，生慧而登真。法，是正一符箓。科，是常行课诵，祈禳忏悔，济世度死道场。五乘之法皆有规范仪注，道教徒必须有高尚的道德情操，严守戒律，内炼不懈，并藉此登真。可见道教徒在道德品质方面的思想教育，实比一个道家论说者的道德实践高得多。

人和万物在自然的规律中生成和演变，所谓“道法自然”，蕴藏

① 同上注，《正统道藏》，册48，页486-7。

② 见闵智亭：《道教仪范》（北京：白云观，1990），页112。

两个涵义,其一是外在的自然规律,另一是内在的自然规律。每个个别事物的演变,都必须依循外在的规律。然每个事物亦有其本然的变化规律,使每个事物本身的变化和发展不得不如此。人与万物不同,万物的运动本身是自然的,事物本身没有意志,不会脱离外在的运动规律而偏离;人有意志,有选择的自由,故人可以自创道路而不依循外在规律。所以,人的“法地、法天、法道、法自然”不是必然的,人的行为不一定是合乎“道德”的。元气虽然是人的本源及本质,但元气落入后天,便不纯不正。后天的道德行为由心去主导,心在人与自然行为之间扮演重要角色。事物无心,事物在变化的过程中,不失其自然而然的运动,合乎道。不合道之事物变化是不会出现的。人在这个宇宙当中,成为最贵最灵者,是人心,它是从“二五之精妙合而凝”所造就。相对于这个优越性,世上其他动物是无法比拟的。人的心灵无限,可以直观宇宙的生成,也可以横看事物的变化,为自己创造生存的条件。在自然中,人面对外在的规律,可以跟循,亦可以改变。一方面人创造世界文明,一方面人又背弃自然。背弃自然的后果,当然就应之以“不道则殆”,人最后“自遗其咎”。

自然本身包含了“动”。变化就是动,有变化就有生有死,事物的变化就堕入二元相对性的互动规律当中:“前后相随,长短相较,高下相倾,音声相和”。^① 要从变化的动态过程中寻回失落的正道,人必须要回复本源。从本源重新体认及体悟本体,必须通过“致虚守静”、“守一”、“坐忘”等方法去内观直觉,重新发现自由与自然默契的大道。

① 见《老子》第2章。

事物不能不变的现象,从宇宙初开便是如此。“太极动而生阳”,阳生于太极初开,所开者为一阴一阳。阳动,就是道教所关注的重要部分。元阳一动,人便堕进形名世界中。道教徒以气作为修道媒介,经营内功外果。它亦以气作为终极层次的实体,凭此而成仙了道。气在成仙问题上含藏着道德意义,所谓“阳气”,其分别于“阴气”,不独在清浊意义上,也同时是正邪的道德判断上。吴筠说“柔和慈善贞清者,阳也;刚狠嫉恶淫浊者,阴也。心淡而虚则阳和袭,意躁而欲则阴气入”,^①人的行为是善是恶皆来自体内的阴阳二气的多寡,因此内炼以阳胜阴伏为目的,以此为长生之理。阳气牵附着心性,成仙之说凸显作为道德主体的元阳并予以修炼复归。使至善至德的阳呈现的观念,在唐代及以后更觉明显。另一方面,求仙路上又以外在的道德教条为指导方向,辅助人伦道德的实践。葛洪说:“欲求仙者,要当以忠、孝、和、顺、仁、信为本,若德行不修,而但务方术,皆不得长生也”,^②内有阳神为道德行为根本,外有修身立德的教条的遵循,内外并举。卿希泰说:“儒家的伦理纲常,主要是靠政权的力量来贯彻的,而道教的伦理道德,则主要是靠神灵的威力来贯彻的,因而对一般老百姓来说,在心理上所起的作用更大。”^③可见道教的道德力量在人伦之中的重要。性与命本来即禀赋天道自然的正气,具纯正的道德指向。诚然,天道自然的呈现,就是德性之表现,老子曾经批判世俗意义的道德为非

① 见《玄纲论·阳胜则仙章第十二》。

② 见《抱朴子内篇·对俗》,《抱朴子内篇校释》页53。

③ 见卿希泰:《简论道教伦理思想的几个问题》,载于《道家文化研究》,第7辑,页

道德,只有道法自然所呈现的才是道家所说的道德。^①道教把自然与道德的关系用气观念阐述,天地之自然变现为气,天地之初动为阳。内丹修炼由阳气开始,由“纯阳”结束,在“神仙”阶次进升到“天仙”终极,入世行道积功累德的行为的介入,已经改造了原始意义的道德观。而在道教成仙理论中,道德厥如者是不能成仙的。这是因为“正阳之气”以及“纯阳之体”必隐藏世俗意义的道德内涵。

4.2. 钟吕丹道的道与德

钟吕丹道很明显用上了老子哲学中两项重大发明。一是宇宙生成论,另一是本体论。从老子宇宙生成论进一步发挥,便是钟吕丹道的命功理论基础。从老子本体论继续延伸,便是钟吕丹道性功的基本方向。再审视老子思想对玄性的运用,便有钟吕丹道性命双修的提倡。

老子提出道是“天地之始”。道作为一个起源,我们可以说老子的道论是宇宙生成论。钟吕从大道运化的角度论证道是宇宙万物的起源。《灵宝毕法》云:

大道无形,视听不可以见闻;大道无名,度数不可以筹算。资道生形,因形立名,名之大者天地也。天得乾道,而积气以覆于下,地得坤道,而托质以载于上。覆载

^① 《老子》第38章:“上德不德,是以有德。下德不失德,是以无德。”下德不失德是对当时俗世的道德做出批判。

之间，上下相去八万四千里，气质不能相交。天以乾索坤而还于地中，其阳负阴而上升；地以坤索乾而还于天中，其阴抱阳而下降。一升一降运于道，所以天地长久。^①

又云：

太元初判而有太始，太始之中而有太无，太无之中而有太虚。太虚之中而有太空，太空之中而有太质。太质者，天地清浊之质也。其质如卵，而玄黄之色，乃太空之中，一物而已。阳升到天，太极而生阴，以窈冥抱阳而下降；阴降到地，太极而生阳，以恍惚负阴而上升。一升一降，阴降阳升，天地行道，万物生成。^②

第一段大道由“无形”及“无名”生出天地万物，第二段天地之始具有不同的阶段。不管“无”的意思藏有多少不同的变化过程，最后太质生天地与阴阳，随着而生成万物。这里有两个作用，一是以天地之本源衍生人，而人也本有这个道，称之为“元阳”。第二，人与天地一样，以心比天而肾比地，人的内在运化也是天地的运化，人有机会如同天地长久。

第一种论说方向，见天地建立之后，人的元阳随之展示，如：“天地之道一，得之惟人也。受形于父母，形中生形，去道愈远。自胎完气足之后，六欲七情，耗散元阳，走失真气。”^③ 这个元阳，是人的本源，但元阳在人体内，已成为人的存在依据，人在宇宙万物之中的存在，是得“一”，天地之道一，得之惟人也。“一”是老子所

① 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

② 见《灵宝毕法·交媾龙虎第三》。

③ 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

讲,是“万物之奥,善人之宝,不善人之所保”,^①“天得一以清,地得一以宁,……万物得一以生”。^②道是万物所由以生的根据,“万物恃之而生而不辞”,^③元阳是人所以生的根据,元阳耗散,真气走失,人便步入死亡。所以,从钟吕这个第一种论说方向看,它有如老子,有着本体论的模式。

再看第二种论说方向,钟吕用比喻方法,展示出心肾与天地相同:

以身外比太空,以心肾比天地,以气液比阴阳,以子午比冬夏。子时乃曰坎卦,肾中气升;午时乃曰离卦,心中液生。肾气到心,肾气与心气相合,而太极生液,所以生液者,以气自肾中来,气中有真水,其水无形。离卦到心,接着心气,则太极而生液者如此。心液到肾,心液与肾水相合,而太极复生于气,所以生气者,以液自心中来,液中有真气,其气无形。坎卦到肾,接着肾水,则太极而生气者如此。可比阳升阴降,至太极而相生,所生之阴阳,阳中藏水,阴中藏气也。^④

这个阶段的论说,是指出气液运化同样出现于大宇宙天地及小宇宙心肾之间,这样说下去,还未讲到“元气”,那是因为元气要从气液相交的情况下发生,要透过进一步的“交媾龙虎”工夫才出现,这说明了钟吕丹道先行顺生,再由壮旺的顺生条件下捕捉元

① 见《老子》第62章。

② 见《老子》第39章。

③ 见《老子》第34章。

④ 见《灵宝毕法·交媾龙虎第三》。

阳,才行逆修之法。元阳在未行逆炼之“交媾龙虎”之前是不能出现的。

由第一种论说方向继续往前走,就是心性的掌握与修炼,直接对应于作为存在依据的道体下工夫。即是说,钟吕丹道在保存德的状态中,不独在造命的基础上谈道,也在本源之性的回归上谈道。在老子道论中,人若返回道,就要“一”,就要无欲,在“常无欲以观其妙,常有欲以观其微”的境界中确认,即在老子“玄”性中呈现。《敲爻歌》云:“静则无为动是色”,道从动静中省悟,犹前代吴筠《心目论》所言“动神者心”,心即神,两者相异处仅是动静之别,动即为神,静则为心。杜光庭《道德真经广圣义》“虚其心”疏:有“安静心王”之修炼方式,即“若安静心王,抱守真道,则天地元精元气化身中玉浆”,又云“虚心则道集于怀”,心与道合即能超凡登真,修道即修心,从心得道之法门,历来在寻求终极境界的方法上都不离不弃,源于老子“致虚极,守静笃,万物并作,吾以观其复”的“天人合一”思想;另外庄子的“心斋”、“坐忘”,司马承祯的《坐忘论》等,也同样是虚静中求取真道做工夫。这种传统,粗略地归类之,也算是“性功”。钟吕丹道这种“悟道”方式,确实秉承中国固有的形而上学传统,其来有自。所不同的,钟吕称之为“内观”而已:“心源清彻,一照万破亦不知有物也;气战刚强,万感一息亦不知有法也。物物无物,以还本来之象;法法无法,乃全自得之真。”^①这个内观所得,所谓“心源清彻,一照万破”就是道体,是人作为存在的依据。用钟吕的讲法,这个存在的依据,就是虚无所降的先天炁,是人的“至虚真性”。《灵宝毕法》说:

^① 见《灵宝毕法·内观第九》。

至虚真性，恬淡无为。神合乎道，归于自然。当此之际，以无心为心，如何谓之应物？以无物为物，如何谓之用法？真乐熙熙，不知己之有身。渐入无为之道，以入希夷之域，斯为入圣超凡之客。^①

道体朗现，虚无真性既得，便入希夷之域，超凡入圣，阳神就可以等待走出昏衢而为神仙。但值得注意的是，阳神并不由内观直取，而是经过一番形质的锻炼和造化而得，阳神在此刻只不过是“等待”于泥丸宫。这里两个工夫是不同的，命功基本上完成，余下的工作留给性功：存思内观直照虚无，道体朗现之后才让阳神出壳。

我们可以综合而说，钟吕的内丹工夫蕴含两大特色。一是性功的方向，此方向直接对应于作为存在依据的元阳展开修炼。是一种本体论思想。另一是命功的方向，此方向纯粹对应于形躯的造化，以形化气，最后体内建造了光华朗耀的阳气和主导生死的阳神，等待进一步的呈现；整个过程由宇宙生成论开出，以天人相应的思想模式，代入气液喻心肾、五行喻五脏等把人体设计成一鼎炉，法天象地，目的是要经过造化，在体内回复如同宇宙初开之元气，从而与道合一。前者性功，命功。性功在静入虚无当中，澈见真性；命功在炼形化气当中，体现大道生生之德，人如金玉，是万物中至灵至贵的存在。

我们有理由继续说下去的是，从宇宙生成论的结构看钟吕的论说，宇宙的本源是元气，落在人身上，元气的呈现，都不过是大道的生化程式，人本来就在大化流行当中，元气即德的表现。《灵宝

① 见《灵宝毕法·内观第九》。

毕法》云“道生万物,天地乃物中之大者,人为物中之灵者”,^①元气就是道,是人所以生之根源。钟吕对应于元气所做的性功,是为道的实体展开追求;钟吕对应着形躯所演练的命功,是为生生之德、至灵至贵的生命的复归。所以,钟吕的内丹思想可简单地予以系统化为:性功所追求的是道,命功所追求的是德。

然而,元气在胎胞时期,元气禀赋大道至精至灵的素质,其本源亦即本体,不一不二。元气在人身中,是生命变化的主导者。成长中的人不断耗损元阳,以形化形的状况衰靡下去,具实质意义的本源已不同于胎胞状态的元气,在生命顺生而不知修持的状况下,此分歧愈来愈大;直至依法行持,玉液炼形、金液还丹,修补元阳,长养正阳之气,形质回复到先天状态,元阳亦以阳神姿态呈现,此最后阶段犹有进者,是内观凡心之十魔九难的考验,以性功主导。命功在阳神与心的作用下,准备跳出昏衢。此刻阳神是阳气与心的结合体,心的作用即为真意,正念无差,以无心之心朗现虚无真性,心、意、性、命、形、正阳之气、阳神等,均合而为一,遂超凡躯而脱俗胎,成为神仙。在这个意义下,性功与命功相辅而修,称“性命双修”。^② 终极阶段出现的是形神合一、性命合一、生道合一,阳神与道同体。神仙境界的具体性描述:阳神,在性质上,又再等同于胎胞那既是生命本源又是本体的元阳。元阳只不过是先天虚无之气,从大道而来,亦未经修炼;阳神则是经过生命的重构,内蕴道德主体,可以出有入无的神仙代名词。所以,“阳神”的意义和能力并不仅仅是物理性的超越,而是有道德意志的神灵。钟吕丹道以阳

① 见《灵宝毕法·匹配阴阳第一》。

② 此阶段“性命双修”中的性功,不同于伦常日用中修行的性功,后者是道德行为,此处讲的是以虚静体道的心性功夫。

气的修炼工夫表达性功究竟,在阳神出有人无,进出肢体形躯的能力所显示,进一步是把老子玄性呈现的超越境界具体化,现实地从工夫修炼上诠释出来。这似乎是钟吕丹道在老子道德论的继承上一种新的突破,使哲学性的道拉落到个体生命的锻炼当中。

由于神仙观念的演变,钟吕的神仙已变成是承担人世苦难、为人类扶危解困的救度者。“欲升洞天,当传道积行于人间,受天书而升洞天,以为天仙”,^① 这受到大乘佛教的影响,神仙与天仙的区别就在一种悲愿情怀。大乘佛教对道教神仙观念的影响,早自隋代《灵宝经》就经已出现。^② 但一直不被重视,直至钟吕以内丹学论道德才再被针对性的提倡。神仙要再入人间,完成这个宏大的道德理想,去普度众生。从这个理想看,钟吕所建构的神仙,本身就是道德主体的化身。所以吕祖赋词“苏幕遮”云:

天不高,地不大,惟有真心,物物俱含载。不用之时全体在,用即拈来,万象周沙界。虚无中,尘色内,尽是还丹,历历堪收采。这个鼎炉解不开,养就灵乌,飞出光明海。^③

一句“尘色内,尽是还丹”,道尽神仙的道德责任和理想。神仙的道德主体寄托于天地之间的真心,此实体是道,万物无不含载,当阳神朗耀,丹成神仙就,从鼎炉中飞跃而出,所往者只是凡尘俗世之中。还丹,也就是还于尘世,实践最高的道德理想。吕祖另有

① 见《灵宝毕法·超脱第十》。

② “普度一切人”见于《洞玄灵宝斋说光烛戒罚灯祝愿仪》,又如“尔欲度身,必先度人”见于《太上洞玄灵宝儿威召龙妙经》卷下等。本论文前部已论。

③ 见《吕祖全书》卷5《文集下》。

诗如“送允诚元诚回黔四首之四”：“为度群迷不忍归，慈航愿共白云飞；心怜愚子情何妄，舌吐莲华意岂违。静听朔风如振铎，要参玄理速穷微；只因未悟原来性，致使仙踪不可希。”^①又“赞道”：“大哉无上道，普度众迷人；形声俱入妙，色相两相泯。断障除情爱，超凡证圣真，一诚勤顶礼，旧染自然新。”^②这都充分表达了吕祖普度之悲愿。而《吕祖本传》载钟离权嘱吕祖日后要积功立行，像他一样得授天仙之位，吕祖答之“必须度尽众生，方肯上升”。此一“尽”字，实彻底敲碎俗世认为道教神仙观念存在的功利价值，这种道德观念可谓至高无上，在道教神仙说中无疑是一种突破。

还有值得一提的是，钟吕内丹思想源自天人合一，但它运用了两种天人合一的形态：内化型的天人合德和外合型的天人相应。一般学者把天人关系看成为两个部分。^③ 其一是此关系中所发展出来的天人合一思想，即是中国传统哲学所讲的个人心灵的超越与自觉，通过内在本质性的呈现，生发一种超越的道德主体性；另一种是天人感应，通过个人对宇宙一切变现的感通，比附内在心灵于宇宙秩序中，认为大小宇宙均具同一的理，而道德主体也因感通宇宙秩序而得以建立。传统儒家大多站在天人合一的内在超越观看道德主体的建立，而对天人相应所建立的道德价值有所怀疑及

① 见《吕祖全书》卷 27《涵三杂咏续辑》。

② 同上注。

③ 一般学者把天人关系大致分为天人合一及天人相应两部分。亦有见学者更细致再分，例如张立文认为中国古代论天人关系应有天人合一派，天人相分派，以及“天人交相性，还相用”。见张立文《中国哲学范畴发展史·天道篇》（北京：中国人民大学出版社，1996），页 11。

批评,他们认为后者是外化的道德价值观,并非本然的心性所趋。^①然而,钟吕却很直接引用这两种形态来诠释内丹工夫。元阳作为人的存在根据而言,它是内化形态的天人合一论。以心比天而肾比地,开展其炼形化气的工夫,它是外合形态的天人相应。故钟吕的性功是天人合一论,而命功是天人相应论。两者相辅发展,又在最后阶段融合,树立钟吕内丹性命双修的标志。此性命双修,是指修炼过程中,既修性又修命;及其终极境界,却是性命合一,形神合一。由外合而成就出来的道德价值有其复杂性,我们可以从其命功看到,因为正阳之气经过“玉液炼形”、“玉液还丹”、“金液炼形”、“金液还丹”等过程,仍然是物质性的气,精神实体仍然落在一心之上,气仍受制于心;本来外在的价值要成为内在于心的根据,个中存在着不易诠释的曲折与接合,却由阳神一力肩负。正阳之气由命功炼就,同时独立于阳气之外又存在心性的主导作用,通过对魔障的考验,内观朗现阳神,最后合并内在的道德主体,转化为内在价值而为一内在根源,成为超越意识。^②总而言之,天人合一的内化形态是最高神仙境界的模式;而在修炼过程中,钟吕运用了两种截然不同建立道德主体的思想方法:天人合一的内化观念、及天人合一的外合形态的天人相应观念。凭此两种思想方法的结合运用,钟吕内丹的哲学体系更为稳固,因为传统的天人相

① 传统儒家批评天人相应的道德价值只是外范伦理,并无自觉心的主体表现。例如当代学者劳思光认为董仲舒思想是儒家恶劣思想的代表,而儒学在汉代董仲舒的影响下导致没落。文见劳思光《中国哲学史》(香港:中文大学,1974),卷2,页31。

② 有关“外合”与“内化”两观念,采用张灏教授的讲法。他认为天人合一所建立的内在心灵的本质性联系是一种超越内化,而天人相应所透过人世间的社会关系和制度而建立的是一种外合形态。见张灏《幽暗意识与民主传统》(台北:联经出版事业公司,1992),页40。

应学说中的道德行为被认为是外范伦理,是外在的、缺乏了内在的根据,一直备受批评。钟吕结合了两者,一方面可以避过这类批评;而且,在性命双修的发展上奠下稳固的理论基础——既不会因为天人合一的内化道德主体的先验性而排除外炼形躯的工夫,也不会因为天人相应的外合思想单就形躯的演练而忽略心性的修为。这就是钟吕内丹思想道德建立的特色。

第五章 钟吕丹道的影响

5.1. 钟吕内丹思想对南北二宗的影响

钟吕丹道对后期内丹学发展的影响是巨大的。尤其是宋元内丹学主流南北二宗,均极崇尚钟吕内丹性命双修之说。南宗强调先命后性,北宗主张先性后命。在终极而言,两者可以说是殊途同归,都以成仙为目的;但在成仙之路上,性与命、神与形、甚至生命与道德的观念,仍然承袭钟吕。

王重阳(1112-1170)主张性命双修,其内丹思想直接来自钟吕,赵道一《历世真仙体道通鉴续编》记载王重阳在四十八岁时遇吕洞宾授修真口诀。^①王重阳在《重阳授丹阳二十四诀》云:“性者

^① 《历世真仙体道通鉴续编》卷1:“是年六月,师醉于甘河镇,会二人被发披毡,其年貌月一,师讶之,从而恳请,其人徐曰:‘此子可教。’因授其修真口诀。时年四十有八。故《遇师诗》云:‘四句八上始遭逢,口诀传来便有功。’盖詹纯阳子吕仙翁之化身也。”又王重阳弟子谭处端《水云集》卷1《全真》诗云:“我师弘道立全真,始遇纯阳得秘文。”

是元神,命者是元气”,性命要互相依存,“性若见命,如禽得风”。^①王重阳的大弟子马丹阳(1123-1183)也说“夫修此之要,不离神气,神气是性命”。^②钟吕开宗明义地说,人之胎胞从父母二气所传的是元阳,成人以后以气化形,再形化形,不断地耗损元气。人的胎胞所得的元阳是天地中最灵者,也就是原初的道性,此谓之性命同源而所以有性命双修。所以,王重阳的“性者是元神,命者是元气”的观念,直接得自钟吕思想。王重阳又把内丹修炼分为小、中、大三乘。小乘法为锻炼筋骨气血,使现前一身安乐,为安乐法;中乘法为养真气延寿,乃地仙之道;大乘法为炼气化神,乃神仙之道。这三级仙法,仿效自钟吕五等仙三乘法,只是与钟吕有些不同。王重阳的五仙是鬼仙、地仙、剑仙、神仙、天仙,其中人仙改为剑仙。三乘丹法中有言“三田搬运”、“肘后飞金晶”等,都直接继承钟吕内丹功法。^③钟吕的天仙的主要条件,是神仙必须广传道德于人间;王重阳在大乘法修行上要求“孝养师长父母,六度万行,方便救一切众生,断除十恶,不杀生不食酒肉,不邪非偷盗,出意同天心,名曰天仙”,^④也明显注重伦理道德的实践,并有普度众生的大乘佛教菩萨道精神。

全真道的成仙说是体道登真,注重心性工夫,有其社会因素。其成仙信仰建立在否定现实人生、追求出世的人生价值观基础上。它吸收了禅宗明心见性的修养工夫,继承了钟吕内丹之学中神仙

① 见王重阳:《重阳立教十五论》。

② 见《丹阳真人语录》。载于《道藏辑要·胃集七》(成都二仙庵刊本,1906)。

③ 钟吕《灵宝毕法》有《肘后飞金晶第五》,《钟吕传道集·论还丹第十三》有三丹田的详细论述。

④ 见《重阳金关玉锁诀》。

要有入世行道的精神,针对当时现实生活的苦难,建构一套侧重性功修行的内丹理论。本来,心性之学在中唐已被高调地提出,在哲学思想层面逐渐被深化,“神”的概念在中晚唐之间渐渐受到重视,到了五代钟吕更被引入内丹思想的阐释上;“心”的概念派生出“神”的概念。阳气与心结合,便使神具有活生生的主体性,成为“阳神”,一种与众不同有关神仙本质的描述。这一大特色,可以说是钟吕内丹思想所创建。也因为这种心性之学的影响,内丹哲学的发展也渐渐朝着这个方向走,全真道承接着钟吕思想,又有禅宗心性思想作为近因,很自然就从性命同倡的轨道倾侧到性功的注重。然钟吕内丹的终极,又明显把心性工夫置放在阳神待出昏衢的关键处,凸显了成仙之路归根究底,仍是性功比命功重要。王重阳对心性工夫的强调,几乎令自己的内丹学说不自觉地变成禅学。^① 他批判肉身飞升之说,认为“惟一灵是真,肉身四大是假”,^② 当然,钟吕也说“人身之中以一点元阳”,^③ 此一点乃“最灵最贵”;^④ 但王重阳的神灵与禅宗所言“灵知之心”比较,更觉近似。简言之,王重阳对性功的着力,皆因钟吕内丹思想性功的处理,被置放在内观关键性的主导地位所致。

正如前文提出,王重阳对心性的修炼非常着力,反对肉体成仙之说。固然,肉体成仙是魏晋神仙道教一直遗留下来的金丹大道,钟吕的阳神出入于形躯而为神仙的内丹理论,可说为神仙观念注

① 例如《重阳立教十五论》第十五论有“身如藕根,心似莲花,根在泥而花在虚空矣。得道之人身在凡,而心在圣境矣”,有浓厚的禅的超脱思想。

② 同上注。

③ 见《钟吕传道集·论水火第七》。

④ 见《钟吕传道集·论四时第五》。

入新的生命元素。钟吕的神仙是阳神，是精神实体，具道德意志；它可与形躯分离，又可与形躯合而为一。在王重阳的仙论里，肉身不会长生不死，真正的长生不死应该是人的真性。他说：“这真性不乱，万缘不挂，无去无来，此是长生不死也”，^①又说“长生不死者，一灵真性也”。^②王重阳认为，真性本来就在每个人心中，只是被妄念遮蔽而不知不觉而已，回复真性，就与道合一，长生不死。所以，长生不死是一种精神的超越。他吸取了钟吕的阳神观念，独立而直接地说明其精神方面的超越性。这个真性即仙说，也由其弟子继承，丘处机(1148-1227)说：“生灭者形也，无生灭者性也，神也。有形皆坏，天地亦属幻躯，元会尽而示终。只有一点阳光，超乎劫数之外，在身中为性海，即元神也。”^③又说：“吾宗所以不言长生者，非不长生，超之也。”^④丘处机虽然把心性工夫提到最高，但也不是完全摒弃命功的锻炼，《大丹直指》所写的内丹修炼，基本上是钟吕思想的再版，个中明言九种丹法，也是循序渐进式的以父母交合而传“先天真气”开始，以“五行颠倒龙虎交媾法”、“五行颠倒周天火候法”、“三田返复肘后飞金精法”为小成；“三田返复金液还丹法”、“五气朝元太阳炼形法”、“神水交合三田既济法”为中成；“五气朝元炼神入顶法”、“内观起火炼神合道法”、“弃壳升仙超凡入圣法”为大成。《大丹直指》可说是《钟吕传道集》与《灵宝毕法》的综合版。丘处机连钟吕的内观焚身、证验阳神的关键性处理也沿用无差，他所说的心魔有“六欲魔”、“七情魔”、“富魔”、“贵魔”、

① 见《授丹阳二十四诀》。

② 见《晋真人语录》。

③ 见《处机祖师语录》。

④ 同上注。

“恩爱魔”、“灾难魔”、“刀兵魔”、“圣贤魔”、“妓乐魔”、“女色魔”，也就是钟吕的“十魔”。其消解十魔的方法是：

炼气自易，起火亦难。默运丹中纯阳之气，随日随时以炼五脏，气其自现，神真自出，相照上升，并入天官。防其阴鬼外魔，以假乱真，当此之时，气随神升，神附气起，以中田入上田。阴鬼愿人速老，外魔不喜人安。虚生队伍，妄起浮华，亦傲阳神杂而升，谁为真像，谁为假形，混杂难别。笙簧四围，车马并起，欲要辨别，莫若频起丹中真火。一曰焚身，二曰降魔，三曰去三尸，四曰逐七魄，五曰集阳神。静中内观，自然明朗，惟见焚焚火中，人物交杂。少间歌乐上起者，自己阳神；哭泣去者，身中阴鬼。须臾火息，壶中清静，功不可再。^①

当中所讲的起火焚身和静中内观朗现阳神，完全是《钟吕传道集·论魔难第十七》及《灵宝毕法·内观第九》的工夫，可见其思想受钟吕影响之大。

钟吕对全真道影响最大的应该是普度思想。其实，在神仙超越性言，钟吕的神仙在阳神出入于有无的能力表现已得证成，理论上不需再加入任何条件而即上洞天。天仙与神仙之间，设计了一个普度众生的悲愿，要实践济世救度的入世功德，似乎是神仙观念上的画蛇添足。不过，这种道德实践和苦难承担的情操，在教化上却有心灵上的震慑作用。全真道《七真传》中，每个角色都有着悲天悯人的故事。马丹阳誓死赤脚，夏不饮水，冬不向火。郝大通（1140—1212）苦修赵州桥下，六年不异其处。丘处机修道磻溪，昼

^① 见《大丹直指·内观起火炼神合道诀义》，《正统道藏》册7，页47—66。

夜不寐者六年。王处一(1142-1217)于沙石中跪而不起,其膝糜烂至骨等等。这都是刻意磨炼心志的苦行生活,但也是受到入世承担苦难的菩萨道思想所影响。这个思想虽然源自大乘佛教,但道人若要修道成仙,成仙之路又包括了入世承担和实践悲愿,所承一脉非钟吕亦无他矣。

南宗张伯端(987-1082)的《悟真篇》有云:“梦谒西华到九天,真人授我指玄篇;其间简易无多语,只是教人炼汞铅。”^① 张伯端得梦中“真人”授《指玄篇》,根据大多数学者的研究,《指玄篇》是吕祖所作,《指玄篇》自序中亦有此言;^② 自序中所讲的真人应该是吕祖。张伯端于《悟真篇·序》自述:“至熙宁己酉岁(1069),因随龙图陆公入成都,以夙志不回,初诚愈格,遂感真人授金丹药物火候之诀。其言甚简,其要不繁,可谓指流知源,语一悟百,雾开日莹,尘尽鉴明,校之丹经,若合符契。”^③ 其《后序》亦说“伯端向己酉岁,于成都遇师授丹法”,^④ 后来陈守默、詹继瑞《海琼传道集序》曰:“晋有钟离云房以此传之吕洞宾,吕传之刘海蟾,刘传之张平叔,张传之石泰,石传之道光和尚,道光传之陈泥丸,陈传之白玉蟾,则吾师也。”由几种记载可见张伯端的内丹得自吕洞宾。

张伯端的内炼工夫以精气神修三混一为主要原则。精气神三者,互相依存,互相关联,共同构建丹药。他说“神始用神光,精始

① 见《修真十书》卷26。

② 《白紫清原序》:“蟾又幸览仙师纯阳翁指玄篇,不胜喜悦。”《指玄篇自序》中有:“唐大道金阙选仙纠司度人孚佑演正警化兴隆大道真人吕纯阳撰、宋雷霆都尉神霄大帝仙君五雷判善恶真人紫清白玉蟾注。”《指玄篇本末原序》考据并分析《悟真篇》和《指玄篇》二者,发现前者有多句源自后者。见《吕祖全书》卷6。

③ 见《修真十书》卷26。

④ 同上注。

用精华，气即用元气”，^①但三者互相紧扣，“精非气不盈，神非气不充，精因气融，气凭精用，气因神见，神凭气用”。^②虽然三者同样重要，但三者之中，以神为最：“精气神三者孰为重？曰：神为重。金丹之道始终以神而用精气也，故曰神为重。”^③神又即“阳神”，阳神是钟吕丹道非常重要的概念，张伯端也把它置放在最高位置。阳神的产生是：

神者，精气之主。丹士交会采取，至于行火，无非以神而用气精。苟先以神凝于气中，则气未可安，神亦未肯恋气，而反害药物矣。且神元性也，性方寻见，尚未定，摇摇扬扬，进退存亡，而子使凝之也，性岂能自凝？其所以凝之者，亦质之性而凝之也。初云质性而寻本性，是以质性而逐本性，可乎哉！今之为学者，多为凝神所误，何也？盖神仙有下手先凝神之说，故妄引以盲众。岂知其所谓凝神者，盖息念而返神于心之道。神归于心，则性之全体见，全体见而用之，无非神用念，念不离金丹，故丹成而神自归之，何凝之有？故曰：凝神者，神融于精气也，精气神合而为一，而阳神产矣。^④

张伯端认为，在炼命的过程中，炼气与炼精都是由心神去主导。当神归于心，在精气神三者融合之际便有“阳神”生成。所谓“神归于心”，即是心神合一。对于张伯端来说，神是精气之主，其

① 见《青华秘文》卷下。

② 同上注。

③ 同上注。

④ 见《青华秘文》卷上。

先天谓之“元神”，其后天是“欲神”。当炼命工夫由后天返先天，神有两层意义。其一仍然是保留着的先天元神，即是元性，初炼气时，后天之气未能安，主精气之神即是心，此时神可与心凝合；另一是，经过炼精气的过程，体内已充盈着交合而得的阳气，是先天气，即内丹，此阳气可代神而用事，炼就的先天阳气本质就是元性、元阳，本与心合，名殊而源同，阳气与心不必凝而自凝，统之谓之“阳神”，此时精气神合而为一，故称“全体见”。从这个方向推出的阳神，基本上与钟吕的无异。正阳之气在钟吕的系统，相当于先天气，但又不完全是父母所生之元阳。正阳之气最后在内观之中，当心通过魔障的考验后，即与心合而为阳神。这个合，是自然的融合，个中并不再存在心的主导性，重构后的主导意识姑且叫做“真意”，此时真意、真性、真心都是同一个意思。钟吕用“阳神”一名综合了心、神、意、正阳之气、元阳、元精、元性等，它既是性、也是命。所以张伯端说“全体见”。张伯端与钟吕所讲的内容基本相同。此可见南宗内丹最重要的一个思想也是受钟吕影响的。

从功法上看，张伯端的《悟真篇》有许多地方是取自钟吕的。例如《悟真篇》：“劝君穷取生身处，返本还源是药王”，吕祖有“返本還元道气平，虚非形质转分明”。^①如果我们比较《悟真篇》和《指玄篇》，而《指玄篇》又是吕祖作品的话，那么两者的诗句的形态和内容是非常相似的。1.《悟真篇》：“前弦之后后弦前，药味平平气象全，采得归来炉里锻，锻成温养似烹鲜”，《指玄篇》：“前弦之后后弦前，圆缺中间气象全。急促虎龙场上战，忙将水火鼎中煎。”2.《悟真篇》：“百岁光阴火石铄”，《指玄篇》：“光阴犹似箭离弓”。3.《悟

① 见《吕祖全书》卷4。

真篇》：“三五一都三个字”，《指玄篇》：“一三五数总皆春”。4.《悟真篇》：“种得黄芽渐长成”，《指玄篇》：“种得金花果是强”。5.《悟真篇》：“又识玄中颠倒颠”，《指玄篇》：“大道玄机颠倒颠”。6.《悟真篇》：“牵将白虎归家养”，《指玄篇》：“好把无毛猛虎牵”。7.《悟真篇》：“报言学道诸君子”，《指玄篇》：“叮咛学道诸君子”。8.《悟真篇》：“未逢一个是知音”，《指玄篇》：“弹琴须要遇知音”。9.《悟真篇》：“莫怪太极重泄露”，《指玄篇》：“不免天机重泄露”。10.《悟真篇》：“始知我命不由天”，《指玄篇》：“果然由我不由天”。11.《悟真篇》：“跳出樊笼寿万年”，《指玄篇》：“返老还童寿万年”。^①

南宗虽说先命后性，但观其了道工夫仍是性功，为何这样说呢？我们试看张伯端在《悟真篇·后序》说的，便一目了然：

欲体夫至道，莫若明乎本心。故心者，道之体也，道者，心之用也。人能察心观性，则圆明之体自现，无为之用自成，不假施功，顿起彼岸。此非心境朗然，神珠廓明，则何以使诸相顿离，纤尘不染，心源自在，决定无生者哉？^②

对于张伯端而言，内丹的最高境界是“明心体道”，此乃“无上至真妙觉之道”^③。此道直截了当，人人具足。为何要先炼命呢？张伯端认为，世间凡夫纵欲迷恋，以致贪着幻身，根性迷钝而执其有身，恶死悦生，所以“黄老悲其贪着，乃以修命之术顺其所欲，渐

① 有关张伯端《悟真篇》与吕祖《指玄篇》之相似处，皆见于《指玄篇本末原序》，《吕祖全书》卷6。

② 见《修真十书·悟真篇·后序》卷30，《正统道藏》册7，页602。

③ 同上注。

次导之”。^①他之所以提倡炼命工夫，是秉承前贤“悲其贪着”于生，故亦仿效前贤著书以言炼命之法。毕竟，他认为性命还要双修才得登真，此仍比之于释氏了性于空门，终而仅为清灵之阴魄，高下即见，故曰：“饶君了悟真如性，不免抛身却入身。何如更兼修大药，顿超无漏作真人。”^②观乎张伯端整个内丹体系，最后落在“明心体道”的性功之上。而这个着重心性修为，一方面也受到禅宗思想的影响，另一方面中唐以后心性之学发达，钟吕把心性工夫纳入其性命双修系统，高度重视内观朗现阳神的关键性阶段，张伯端论命之余，不无钟吕内丹的影响。

5.2. 钟吕性命双修思想延伸不断

钟吕内丹思想高调地提倡“性命双修”，当然有其历史文化发展的根据。一方面唐代金丹服食炽热而失败者无数；另一方面，佛教思想尤其禅宗心性之学在唐代融入士人哲学之中。所谓炼命，在当时来说是相对于金丹服食达致长生不死意义下的一个说明，基于对肉体成仙的批判，修性工夫便应运而生。修性工夫经过唐代的成玄英、王玄览、李荣、司马承祯、杜光庭等人的推动，老庄心性之学复倡，又恰遇禅宗心性修炼，内丹的性功发展至北宋便如胶似漆地粘附着明心见性的思维。修性本来是批判形躯成仙之说而产生，它又被纳入为成仙之说的组成部分，修性与炼命变成两个既

① 见《修真十书·悟真篇·后序》卷30，《正统道藏》册7，页602。

② 同上注。

相反又相成的玄性概念,丰富了内丹哲学。这对玄性概念,又符合了作为一个生命存在,它既有精神又有物质的二元属性。因此,性命双修不独是内丹、甚至是人类任何形式追求生命终极意义的必然组合。钟吕内丹之学在唐末五代树立系统而提出性命双修,也很自然成为修炼文化的活水源头,其影响相信是深远的。吕祖《敲爻歌》云:

只修性,不修命,此是修行第一病。只修祖性不修丹,万劫阴灵难入圣。达命宗,迷祖性,怕似鉴容无宝镜。寿同天地一愚夫,权握家财无主柄。性命双修元又元,海底法波驾法船。^①

没有命功的生命与没有性功的生命同样没有意义,两者的必然关系是明显的。如果我们撇开成仙说,精神与肉体、或心灵与形躯是人存在的根本条件,性与命是根本的生物二元,本来就不用提倡。钟吕内丹学提出性命双修,是基于由外丹转至内炼形躯之后,对作为主导形躯的心性主体重新关注,也同时对外丹服食的批判,从而导致有性功必须提倡的历史阶段。直接的说,钟吕的提倡性命双修,其实就是提倡性功。既然造命由外丹改由内炼完成,那内炼于命就不得不提内炼于性了。修性炼命思想,自古已存在,譬如老子讲“虚其心,实其腹”,也是一种修性与炼命的工夫,虚其心是修性,实其腹是炼命,只是不谈神仙而已。自称其思想受《道德经》与《阴符经》影响的张伯端就说“虚心实腹义俱深,只为虚心要识心,不若炼铅先实腹,且教守取满堂金”,^② 故性与命是形影不离,

① 见《藏外道书》册6,页177。

② 见《悟真篇》。

是内丹成仙说必然修炼的组合。

元末王道渊^①主张性命混融,认为性与命必须相互依存,又当其运用之际,则体用同源,他说:“日用之间,应万事者系乎性,为百事者属乎身。性所以能发机变,命所以能化阴阳,性应物时,命乃为体,性乃为用;命运化时,性乃为体,命乃为用。体用同源,显微无间,方可谓之道,缺一不可行也。”^②元末因有儒家理学思想影响,故内丹的性命观采纳了宋明理学的体用说,也因此而反映王道渊的内丹思想对性与命的同等重视。“命非性不生,性非命不立”、^③“性命双全,方为了道,形神俱妙,方证金仙”,^④指出性命双修是成仙的条件。他又重提《敲爻歌》性命双修的旨要:“苟有只修性而不修命,身死之后,性为阴灵,不能现神通;只修命而不修性,身虽长生,终住于相,不能超劫运。”^⑤他只不过在重复吕洞宾的内丹思想。

元代陈致虚(1290-?)主张阴阳双修,在男女合炼的基础下,^⑥提出“内药”、“外药”兼炼。“外药”指由大宇宙的造化所采得,譬如“擒在一时辰内,炼成一粒至阳之丹”。^⑦“内药”纯粹来自体内一身之造化,自身气液的变换。他认为:

① 王道渊生平不详。他是元末明初人,号混然子。他著有《还真集》三卷、《道玄集》一卷、《崔公入药镜注解》一卷、《黄帝阴符经夹颂解说》三卷、《黄帝阴符经注》一卷、《青天歌注解》一卷。

② 见《还真集》卷中《性命混融说》,载于《正统道藏》,册40,页563。

③ 同上注,页564。

④ 同上注。

⑤ 同上注。

⑥ 陈致虚的阴阳双修,提倡男女双修之法。它不是三峰御女之术,而是“隔体神交”,男不宽衣,女不解带,男女对坐,求取心神相通,气感相应的工夫。

⑦ 见《修真十书》卷29《悟真篇》,《正统道藏》册7,页587-8。

修行之人先须洞晓内外两个阴阳作用之真，则入室下工，成功甚易。内药是一己自有，外药则一身所出；内药不离自己身中，外药不离色相之中；内药只了性，外药兼了命；内药是精，外药是气，精气不离，故为真种，性命双修，方证天仙。^①

虽然名目不同，陈致虚从内外炼气不同方式而取得“了性”与“了命”，然其终极的关怀，要达致天仙，仍是以性命双修为宗旨。

出现于明代的《性命圭旨》^② 更标题明示性命双修，作者认为“性命实非有两，况性无命不立，命无性不存，而性命之理，又浑然合一者哉”；^③ 儒释道三家论性命本来相同，只是学人在认识上有差异，故炼功上便出现轻重之分：

《易》曰：乾道变化，各正性命。《中庸》曰：天命之谓性，此之谓也。乃玄门专以气为命，以修命为宗，以水府求玄立教，故详言命，而略言性。是不知性也，究亦不知命。禅家专以神为性，以修性为宗，以离宫修定立教，故详言性，而略言命。是不知命也，究亦不知性。岂知性命不相离，道释原无二致。神气虽有二用，性命则当双修也哉。^④

他所强调的，是性命不相离，儒家说清楚了；若道家站在炼命而忽视性功，或释家站在修性而疏于炼命，都是不适当的。人本质

① 见《修真十书》卷29《悟真篇》，《正统道藏》册7，页587-8。

② 此书作者不详，据“刻性命圭旨缘起”一文，有说“盖尹真人高第弟子所述也”。

③ 见《性命圭旨·性命说》，《藏外道书》册9，页506。

④ 同上注。

上有性有命,所以很自然就要双修。此又一例也。

明陆西星(1520-1606)的东派丹法,是明清之际两大活跃流派之一。^① 陆西星自称是直接得吕洞宾之传。^②他主张阴阳同类双修。^③ 观其炼功丹诀,是以炼神调息为要,认为“神即是性,性定则神自安,神安则精自住,精住则气自生”,^④ 实质上取自吕祖《百字碑》的“应物要不迷,不迷性自住,性住气自回,气回丹自结”。而钟吕内丹性命双修的影子,亦于其《玄肤论》、《金丹就正篇》可以见到。例如《玄肤论》云:“性者,万物之源;命者,己所自立。性非命弗彰,命非性弗灵。性,命所主也,命,性所乘也。”^⑤又云:“故论性而不沦于空,命在其中矣;守母而复归于朴,性在其中矣。是谓了命关于性地,是谓形神俱妙与道合真也。”^⑥ 这都说明性命相互依存,不论了命于性地,或了性于命中,都是以形神俱妙为目的。陆西星更延伸钟吕炼形之法,把金玉的物质性来比喻性命双修。他说:

夫道者,性命兼修,形神俱妙者也。金液炼形者,了命之谓也。玉液炼己者,了性之谓也。何谓玉液?玉者,温润贞纯之喻。金者,坚刚不坏之称。夫炼性者,损之又

① 明清之际,相对于东派而有西派的出现,是两大流派。西派以李涵虚为首。

② 陆西星称曾得吕洞宾传法,记于《陆西星金丹就正篇·序》:“嘉靖丁未,偶以因缘遭际,得遇法祖吕公于北海之草堂,弥留款洽,赐以玄醴,慰以甘言。”

③ 《陆西星金丹就正篇·后序》云:“且夫阴阳同类感应相与之道,顺之则人,逆之则仙。是皆自然而然,非有巧伪。”阴阳同类双修的观念,是基于同类相互交感的一种修炼方法。

④ 见《玄肤论·神统论》。

⑤ 见《玄肤论·性命论》。

⑥ 同上注。

损，克去己私，务使温润贞纯，与玉比德，则己之内炼熟矣。内炼既熟，然后可以临炉采药，而行一时半刻之功。及夫时至机动，则取坎填离，采铅伏汞。而坎中一画之阳，乃先天乾金也，谓之金液。以之炼形，则体化纯阳，而形骸为之永固，一如金之坚刚而不坏矣。故曰金炼玉炼。性命兼修，而形神俱妙者也。玉炼，则无为之道也；金炼，则有为之术也。自无为而有为，有为之后，而复返于无为，则性命之理得，而圣修之能事毕矣。^①

“玉液炼形”与“金液炼形”均是钟吕的重要功法。钟吕以金玉为形中之宝，因其得真阴之身而有日月之真阳之照射而成，人效法于进阳火于阴质形躯，便可炼质化气。陆西星以金比命而玉比性，以其物质性格言之，玉性贞纯比于人性，金性坚刚比于人命，合之而有性命兼修，得之成道，形神俱妙。由此可见，陆西星不论在名词概念或功法内容都有钟吕思想的影子，而性命双修则是对钟吕内丹思想之直接继承。

另西派李涵虚(1806-1856)也是清代内丹流派之一，他自称曾遇两位大师得秘传丹法，一是张三丰，另一是吕洞宾。^②他也承继着钟吕的性命双修，认为性命其实是一而非二，他说“龙交虎，如姤投婴，虎交龙，如婴投姤。要之，乃性命二物。命中有性，性中有

① 见《玄肤论·金液玉液论》。

② 李涵虚称自己曾遇吕洞宾及张三丰，记载于《三车秘旨·李涵虚真人小传》：“后至峨眉山，遇吕祖、丰祖于禅院。师初名元植，字平泉。吕祖改为西月，字涵虚，一字团阳，密付本音。潜修数载，金丹成矣。”载于《藏外道书》册26，页627。

命，二物乃一物耳”^①，又云“后天之道，神气也。先天之道，性命也”^②“性所命者曰性命，两件原是一件。此立命之心法也”，^③性命在人中，是天赋的两个元素，但其实分而析之，两者同一，他说：“夫性者本乎天命，而命也本乎尽性。天以气成物，而理亦赋焉。是由命以与人性，故曰天命之谓性也。人以理造物，而气始生焉。是由性以立其命，故曰尽性以至命。”^④在钟吕思想中，元阳兼具性与命两个涵义；李涵虚则借用理学概念更清楚地把生命的本质性关联交代出来。先有命而理中现性，或先有性而气生命立，是从人之本源处显其一致性。两者亦无先后之分，是同时并显。另外，他认为炼神之道有三关：一是炼神了性，一是炼神了命，一是炼神还虚。最后是“移神上院，端拱冥心，直要与大虚同体，普照大千世界。如此是法身圆满，舍利交光，分身应用，充周不穷。”^⑤虽然李涵虚借用了佛家语词，但神仙境界有着钟吕“超内院而上天官”的气象。^⑥他又指出，儒释道三家所言之理虽各异，但其实三家都默蕴性命双修之宏旨。他说“性命双修，此本成仙、作佛、为圣之大旨”，^⑦又说“释道言性默言命，仙道传命默传性。儒道则以担荷世法为切。言性难闻，言命又罕，并性命而默修之”，^⑧至于前贤所谓先性后命、或先命后性、又或性命同修等之区分，其实在

① 见《收心法》，徐兆仁主编：《涵虚秘旨》（北京：中国人民大学出版社，1993）页53。

② 见《道窍谈》第15章《神气性命》，《涵虚秘旨》页18-9。

③ 同上注。

④ 同上注。

⑤ 见《道窍谈》第11章《炼功五关》，《涵虚秘旨》页15-6。

⑥ 见《钟吕传道集·论魔难第十七》。

⑦ 见《道窍谈》第40章《仙佛同修说》，《涵虚秘旨》页41。

⑧ 同上注。

得道的大前提上别无二致,都是以性命双修为原则:“夫以性兼命为一脉,以命兼性为一脉,浑乎性命为一脉。此三脉皆道脉也。及其还无,一也。”^① 所以,在李涵虚的内丹学说中,又是钟吕性命双修教义下的明显承继者。

东西两派之外,于明清之际亦颇流行的伍柳派,虽大量涉及佛教思想,但其长生观念也没有离开过钟吕的性命双修。伍守阳(1574-1644)是龙门派第八代弟子,直系北宗全真道。柳华阳(1736-?)少年曾出家,后遇伍守阳得其秘旨;^②此后熔儒、释、道、医各家之说为一炉。伍守阳对于性命双修,开宗明义就说在佛在仙都是一样:“仙宗果位,了证长生。佛宗果位,了证无生。然而了证无生必以了证长生为实指,了证长生必以了证无生为终始,所谓性命双修者也”,^③ 这是其著《仙佛合宗》的序言,他高度点提性命双修,作为立说之宗旨:“名曰合修为要也宗者,欲使天下后世同志、圣真知性命双修为要也。”^④ 若把性命双修放在仙道言,伍守阳认为神是性,气是命;他说“仙道以元神、元炁二者双修而成,故说性命双修为宜”。^⑤ 他以古经引述这个思想:

神为修长生主者,言若不以元神主乎炁,便不得真长生之元炁。《经》云:‘神行即气行,神往即气住。’我故说修长生之主是神。然神非得炁定基,而长凝神入于炁穴,则神随空亡,而无所长生,而不能长生。必得真炁为不死,而后神随之以不死。双修之理,少一

① 见《道窍谈》第40章《仙佛同修说》,《涵虚秘旨》页41。

② 《慧命经·自序》:“阅及半载幸遇合伍冲虚师傅,余秘旨豁然通悟。”

③ 见《仙佛合宗·序》,徐兆仁主编:《伍柳法脉》(北京:中国人民大学出版社,1993)页128。

④ 同上注。

⑤ 同上注。

不得。少神则炁无主宰不定，少炁则神堕顽空不灵。^①

神为气的主导，神入炁中则是长生的条件，但若炁穴无炁，即使神入炁穴也无效。性与命，神与炁，是少一不得，这个双修所指的，是性与命必须相互依存。柳华阳也说神是性，炁是命，他说：“命者根于肾，肾动则水也。命者即元炁也，炁动即变为水矣。性者根于心，心动则火也。性者乃真意也，意动即变为火矣。”^② 他更认为性命双修通佛，他质疑世人对成佛修性不修命的误解。他说：“盖今之学佛者谓佛修性而不修命，殊不知如来大藏之教性命双修，有无原是并用。”^③ 整体而言，伍柳仙学除继承龙门派、溯源自钟吕思想之外，融入儒佛二家，以性命双修为宗旨，批判学佛不炼命之说。

钟吕内丹思想体系建立以后，内丹的“性命双修”便成为一种传统的讲法：修内丹只修命而不修性，或只修性而不修命是不可能的。这个思维一直在金元之间广为传播，至清刘一明亦深受其影响，言“若欲成道，非性命双修不可”。^④ 他说：“古真云：性命双修，工夫还要两段。盖金丹之道，一修命一修性之道。修命之道，有作之道，修性之道，无为之道。有作之道，以术延命也；无为之道，以道全形也。”^⑤ 刘一明讲出了修性与炼命之间的不可分割的关系，无为与有作，根本上是同一件事，这个思想源自老子，也是道的双重性表现，相当于老子的玄论。性与命、有作与无为，任何一方厥

① 见《天仙正理直论增注·本序并注》，《伍柳法脉》页7。

② 见《慧命经》第十《正道修炼直论》，《伍柳法脉》页222。

③ 同上注，《伍柳法脉》页221。

④ 见《敲爻歌直解》，《藏外道书》册8，页433。

⑤ 见《悟真直指》，《藏外道书》册8，页368。

如,就不是道。

综合而论,钟吕内丹之学对后世有巨大的影响。这股力量仍在今天道教内部随处可见。这个影响可以说是道教文化的一种震撼,究其原因,我们可以钩划出内因和外因。

其内因有:

第一,没有钟吕内丹思想的出现,道教很可能狭窄于科仪斋醮、咒语符箓,成仙之说亦在金丹服食而死的困局下无法令人信服,宗教的终极关怀变得遥远而不切实际。

第二,钟吕提倡性命双修,使道教神仙之路更具人性化,更切合人的本质需要;心性形躯本来就是人的存在条件,是最基本而最亲切的两个生命组成元素。从养生文化到成仙境界,修性与炼命都不可或缺。内丹修炼之术借着养生文化的直接推动,传播力更广。

第三,钟吕内丹思想圆融了修炼方术、道教信仰、本体论与宇宙论哲学、生命伦理学、与及人体医学于一炉,它是一个既有系统、又完整而又有实践的学说。

第四,钟吕的神仙与道德心性结合,使道教的道德教化更易推广;钟吕改造了神仙性格,使神仙入世行道,承担世间苦难多于快活逍遥,这种终极关怀更容易被人接受,更令人信服与跟随。

外因主要是钟吕思想在承传门人所发挥的重大影响。宋元之间出现的内丹派系,不是自称得吕洞宾亲授秘传功法,就是间接承传自吕洞宾。除了南北二宗两大流派之外,中派、东派和西派、伍柳派,甚至清代至今仍是龙门派的天下。刘一明、朱元育、黄元吉等都是南北二宗所传,都力主性命双修,半世纪前的仙学大师陈撄

宁更积极提倡性命双修,贯通三元丹法。^①千禧年的今天,民间仍流传浓烈的吕祖信仰,这不但能够反映吕祖的神仙传奇及其宗教力量的震撼力,更重要的是,吕祖的思想尤其内丹与性命之学,经历了一千年文化思想的洗礼,仍能屹立不倒,当知不是偶然者矣。

^① “三元丹法”即属清修的“天元大丹”、属外丹的“地元神丹”、属双修的“人元金丹”。

第六章 总 结

在惯用科学方法去把知识归类的今天,如果我们要把一门知识成为独立的科目,那么,这个学科必须有完整的理论体系和严谨的结构才可以建立起来。钟吕内丹思想是否也具备这些条件,可以成为一门学科呢?答案是肯定的。钟吕内丹思想不独有理论体系,也有修炼方法,及表现出为人类谋求安身立命的终极关怀。更重要的是,它的修炼与实践非常人性化,容易被理解:它的修炼对象是一己之身,它要实践的是一己之心。虽然,神仙境界是钟吕内丹修炼的终极目的,从认知层面看,神仙似乎难于掌握;但钟吕把神仙的终极关怀置放在人世间的道德实践上,这一点又使神仙与现实世界的距离拉近。从文化思想的角度看,这些都是钟吕丹道值得后世深入研究的方面。从宗教层面看,毋庸置疑,它是每个道教徒修炼与实践的蓝本。

钟吕内丹思想的理论建立在传统的道家思想之上,主要是老子思想。钟吕所提倡的“性命双修”理论体系,也主要源于老子思想的道德观。道与德的关系,在老子来说,德是道在现象界的呈现。“自然”一辞,不但为老子带来严谨的道家式道德观体系,更为整个道教式道德观树立理论标志,钟吕内丹思想的理论也在这个

基础上建立起来。自然,作为现象界一种呈现的背后,皆有着道的本体意义和作用。生命,作为现象界的一分子,也同属自然,也同样是道的自我实现,并蕴藏道的本体意义和作用。钟吕的内丹思想起始于对个体生命的改造,却终止于神仙入世广传道德的实践。从在世至出世,整个钟吕丹道都不离道德修炼的工夫。

“性命双修”固然是修炼上的手段,但它却开展了中国内炼文化的两大方向,即“性功”和“命功”。钟吕把身中一点“元阳”看成道体,本源于自然。元阳是性功之所在,它一方面代表着道在一身中之呈现,生命借着元阳体现道的本体,这个讲法直接承继老子的本体论思想。另一方面,元阳又是命功之所系,它是生命之本源,生命因元阳而造化成长。这个立论方向又借用了老子宇宙论生化之模式。钟吕的性命双修,反映了老子道论中的本体论和宇宙论的影响。从老子思想延伸,性就是道,命就是德。

老子的辩证思维也给予钟吕内丹理论极重要的启示。“玄”在疏解神仙境界那阳神出有入无的能力极有帮助。在钟吕内丹修性的工夫里,我们可以看到从老子思想启迪出来的“无心之心”入定法,为“性功”带来稳固的理论基础。老子的玄性思辨,在唐代结合了重玄学、中观思想及道性论等,间接使钟吕的性功理论扎根。“有无相生”又展露出顺生与逆修的可能,直接为钟吕炼形成神的理论带来出路,对命功的建立有莫大裨益。在仍然为金丹服食疯狂的唐代,外丹的失败不断摧毁神仙存在的可信性,间接给道教以成仙为终极关怀的理念一个沉痛的打击。这个依仗老子思想的内丹学说,再度复倡炼形成仙,着实为道教带来新的方向,给予道教徒新的希望。钟吕的修炼体系,正承接时代的转变而大放光华。

钟吕内丹以炼气为得道成仙的手段。中国气文化为钟吕内丹

思想铺好平坦之路。道家思想以道为最高境界,但此境界从修炼角度看略嫌抽象;相反,以气代道作为修炼的终极追求就具体得多。由老子以道标志出宇宙本源和本体之后,稷下道家把道的概念转到气的概念里,道教徒的修炼对象和目的因气概念而使修行表现得更加实在。《太平经》、《老子想尔注》等早期道书也相对这个问题有宏宏大著。道与气成为同义词。葛洪把道教带进士人社会以后,虽然金丹服食也在上层社会里鼓动,但炼气工夫背后的哲理需求也相对提高。元气论从道家思想的位置横开,为许多存在于民间的道教练气功法赋予哲学意义,并带领着现实的个体生命朝着形而上的境界推进;成仙之路,随着金丹服食的失败,内炼之途借着元气论的助力逐渐成为可能。钟吕内丹的成仙方法,可以说是受惠于这个元气论的发展。元气论又为道教神仙信仰带来启示:老子变成太上老君、一个能够开天辟地的神仙。三清观念,正正是道教以气代道以后,或者说是道教自道本体派生气本体观念以后,一个从气的思维去寻找宇宙万物本源的例子。如果没有气本体论,钟吕的炼气达道、转质成仙的工夫便不可能;而阳神,作为神仙的本质元素,也不能被看成是与道同一的高度。

钟吕内丹思想非常重视道德观念。“性命双修”很明显是为修心立德这个大前提扩展出来的一套思想。如果钟吕内丹只讲命功,不谈性功,只通过一系列的形躯修炼达到神仙果位,其实也可以替代金丹服食达致长生不朽的目的。可是,这样炼质成神,究竟与葛洪吞服金丹后举形飞升的终极意义有多大的分别呢?唐代的道教哲学已不容许像葛洪的神仙出现。因为,唐代道教哲学经过司马承祯、成玄英、吴筠、李荣等人对心性修炼的重视,再加上对佛教思想的吸收、道性论的彰显和老庄思想的重倡下,内炼心性工

夫已变成成仙的必要条件。钟吕丹道也在这些前期因素的影响下,不得不沿袭心性修炼来建立其内丹理论体系;也因为心性工夫的注入,性功的目的,是创造长生不朽的灵魂。神仙不再贪图享乐,而是充满道德的“生命”。

在老子,道生天地万物,道是天地万物的本源,又是天地万物的存在依据。钟吕继承老子的宇宙论和本体论,以元阳同时作为生命之本源及生命之本体。如果说德是道在现象界的呈现的话,那么,钟吕的元阳就含藏德性。它既是人的生命之源,又是人的道德主体。同样,在钟吕丹道的终极,神仙境界的阳神,也代表着无限的生命能量,及至高无上的道德主体。在生命之初,元阳肩负其本源与本体意义;在生命之终极,阳神代表着神仙果位的性与命。

钟吕在处理神仙与道德之间的关系表现得非常微妙。从炼气至阳神出现之前,修性与炼命是两个截然不同的工夫。性功主要集中在修心养性,去欲忘想,从而存养澄明的道德主体。命功则专注气液的变化,内观阳气的生成与输布,务使正阳之气朗耀全身,阴尽而阳全。上乘功法的内观焚身,是对心性做出最后检阅的重要关口。这个阶段虽名之为考验,但实质上是把命功的修炼划上句号。剩下来要做的工夫,或要冲破考验屏障,踏进更高一层的境界而使阳神跳出昏衢,就交由性功去完成。这个性功出现于关键性的考验中,反映了一个重要而微妙的关系,就是钟吕丹道虽然提倡性命双修,但若取较重要者,性功显然在命功之上。

钟吕在这个转折点上刻意提升阳气的能力,更改其名为“阳神”。阳神是炼者成功通过心性考验,其道德主体与阳气结合的总称。它有别于考验之前的阳气,因为阳气与心性在前期阶段各司其职,前者阳气属物质变化,而后者心性则是精神上及道德上的主

体。钟吕内丹修炼到了阳神出入于形躯的最后阶段,阳神所蕴涵的能力,实际上是性与命的结合体。神仙将不是一团无灵魂意志、只具物质意义的气,而是可以选择形躯而重新为人,并能够在日常世界广传道德的最高修行者。值得注意的是,钟吕对神仙的定义,并不在逍遥虚空的形态,而是落在现实生活作道德实践的“人”。神仙观念更加“人性化”。这一点不但使内丹思想在中国文化的认受性提高,更反映出中国人对精神与肉体之间的关系,是相即不离的。人的生命如是,成仙以后亦如是。神仙的道德主体必须与形躯相即而存在,否则不说是神仙。李约瑟认为成仙的思想背景是“精神肉体不可分离的有机哲学”,^①的确如是。这个讲法反映出他对中国文化的深刻了解。

人世行道的普度思想,虽然是神仙观念受了大乘佛教影响所产生出来的结果,但其来源又可追溯到老子所提倡的修道于天下的理想。^②自从钟吕提出性命双修之后,至今一千年的内丹文化流变中再无新的创说,所见的只是“皆祖述钟吕”。这一方面反映钟吕内丹思想具备严谨的体系,沿用不已;另一方面又看到性命双修着实是根源性的修炼模式。在钟吕以后的内丹论说中,都离不开“性是道,命是德”的命题。在道教修炼文化而言,性命之学就是道德之学。

钟吕内丹之学是关乎生命的学问,凡谈到生命的学问,必牵涉个人与社会两个方面。前者是个人修养工夫、个人成德之事,后者是外在的人文世界、家国天下之事。然而,个人的成德之事又不能

^① 见[英]李约瑟著、陈立夫等译:《中国古代科学思想史》(南昌:江西人民出版社,1999),页173。

^② 《老子》第54章云:“修之于天下,其德乃普。”

离开家国天下。钟吕的神仙,从个体生命做出修炼,是个人的事;但达致神仙境界,又有着普世度人思想。虽然钟吕在大乘佛教普度思想的影响下,对神仙的要求有所提高;但这个利他的道德观的提出,远自先秦便已存在。老子的“修之于身,其德乃真”以至“修之于天下,其德乃普”、儒家的“修、齐、治、平”、“穷则独善其身,达则兼善天下”,正是中国文化共通的理想。牟宗三说:“依儒家的教义,没有孤离的成德。因为仁义的德性是不能单独封在个人身上的。仁义是一定要向外感通的。”^①这是中国文化的特质,纵使钟吕所讲的是神仙的道德价值,也不例外。

以性命双修为标志的内丹文化,自钟吕的提出至今已超过一千年。道教的修炼仍然沿用未止。道德实践被钟吕高度重视。道德主体在炼气文化中被置放在极高的位置。这些道德价值对现今物质社会来说,有着重大而正面的作用。信仰与道德价值一直以来是文化发展中主要的精神文明。研究内丹修炼文化中的道德价值,有助了解整个文化的发展;只是,要进入内丹文化的世界,除了在学术层面去分析、研究之外,更需要有内丹修炼的实践经验。研究者对整个内炼文化有同情共感、对神仙道德主体的建立有亲切的认同,方能体会个中所言之道理和内涵。诚然,中国文化是实践的,牟宗三说:“儒释道三教都从修养上讲,就是广义的实践的。”^②所以,研究内丹,实践经验非常重要。道家道教的研究与发展在近十年方见曙光,进入内丹的研究更凤毛麟角。这些少量研究,又都是学者教授的作品。他们大多没有实践经验,难于捉摸内气为何

① 见牟宗三:《生命的学问》(台北:三民书局,1994),页37。

② 见《中国哲学十九讲》,页103。

物, 遑论“炼气成神”的体会了。所以, 笔者期盼有内丹修炼的道门中人能够提升学力, 为内丹文化的研究做出更多贡献。

后 记

我八年前报读香港科技大学研究院时,已下定决心要写这个题目。我本来是一名道教徒,于十年前在香港青松观皈依吕祖。我站在道教立场,环顾现今道教的发展,发觉吕洞宾信仰不但是香港主流道脉全真龙门派的正统宗教,它还是民间宗教信仰几个最大的神仙之一:黄大仙、关帝、观音、天后、吕洞宾。香港五大宗教之中,道教的推广最薄弱,人才亦缺乏。四方热心办道之士寥寥可数。当年我眼见我的恩师侯宝垣道长八十二岁高龄仍终日为道教奔驰,上下于大陆、香港,到处重修宫观而疲于奔命,不禁感慨万千。打从那个时候开始,我就立志先立己后立人,一方面考进研究院为自己增值,另一方面期望为吕祖信仰的研究多添一些气象。

我是一名中医针灸师,业余爱好武术气功。如果要在道教教材中找一个重要而又符合自身的职业与兴趣的话,内丹研究就最好不过了。道教内丹的发展在北宋转入成熟期,然内丹学所谓东、南、西、北、中等兴旺流派,都源自钟吕内丹之学。要研究丹道,又怎可以不深入研究钟吕、探究个中何以有如此巨大影响力的元素呢!所以,我很容易便选择了这个研究题目。

道教内丹学的终极是神仙境界,它固然是宗教安顿之所,但撇

开宗教不谈,它也是一般人可以涉足的性命之学。上一代道门中备受尊敬的高道陈撄宁先生企图要内丹学与道教脱钩,分别开来而名之为“仙学”。我认为,他的“改革”反映了大时代文化的演变,将从高不可攀的宗教领域调节到物质社会里,本来属于高层次的超越概念将会往下拉,正如近代大儒牟宗三先生所说“自我坎陷”,每一项个别的而具有生活上应用价值的东西都可以重新调整,迎合科技发展迅速的物质社会中的人类索求。这可能是一种悲哀,因为这一往下拉,也使道德沉沦;形而下器物的兴旺必然导致形而上精神价值的衰靡。历史见证了这一点。近二十年的宗教发展中,我们看到宗教在传道方面,有倾向流入低水平的弘教样式和低素质的对象之中。在佛教,“人间佛教”的口号已不是陌生,僧侣们以“庄严国土、利乐有情”的宗旨到处登堂讲佛,大大小小的通俗佛学讲座和入门认识课程随处可见,确实招揽了不少弟子;也有大师在大型场馆布道,更比演唱会来得痴迷。在基督教和天主教,他们也极力提倡宗教生活化、神学世间化的观念,有更多的牧师和神父走到社群当中,积极为市民抗命,争取基本的权益。他们还邀请道教、佛教和伊斯兰教参加宗教对谈,议论时弊,从而拉近彼此之间的距离。这些民间化的宗教活动和通俗化的宣道形式,可能是科技发达的必然结果。抽象性的心灵溯求,必须要形而下的自我实现;否则水清无鱼,曲高和寡。道教似乎也不能固守传统,也必朝着这个大趋势做出调整。传统内丹学的小乘功法,就是应对大潮流的一个契机。

钟吕内丹有安乐延年的修炼法门,人们可以不谈神仙,澄心息虑,万缘放下,意守丹田,炼精化气。小乘丹法就可以让我们的真气萌生,针对自己体内的病邪而进行自我医治。我们这种不求药

物,安于自然,性命双修之法,不要说了道体道那么遥远,既然人人可做,个个有益,不妨与时并进,在物质世界大力推广。这可能就是千禧年实践钟吕内丹最高层次的“普度”思想的模式——透过普及而进之以普度,未尝不是新时代的宣道形态。

如果要做到内丹修炼普及化,我们必须面对群众的需求。过去二十年的“气功热”,反映了现代人对气功疗病强身的功能深表兴趣,无奈伪气功滥竽充数,蛊惑人心,给正统的内丹炼气法带来负面的影响。另一方面,由于科技与物质价值的高度重视,现代人喜欢实用性和科学性的功法,追求简易及速成的效验,对古代文言敬而远之,更对玄奥莫测的内丹义理和隐晦暗喻的表达方式望而却步;学者惧于寻真之路的高不可攀,授者乐于玄秘其义理而自矜自恃,这都使内丹气功在普及上造成阻碍。要做到广传正道,利达众生,道教就要站出来:一方面要培训一批具正见、修养的有识之士,作为传道者;另一方面要面对这个已被江湖棍骗扭曲了的内丹气功文化,编印正统的有益功法,改写古奥文言为现代语言,并加入现代医学与科学的诠释,在各道场和文化会社中大力推广。人们进入道庙,再不单是白事的需要,也不仅为诵经拜神,而是有法可学、有功可修,并有强健身体的实际效验。这将会是一条长远的路,但相信是一条切合时代、使道教普及化之路。

最后,我不能不对我的导师致以谢意。我的指导老师陈荣开教授,除了在学术上给我技术支援之外,这几年来都给我支持和鼓励;写作期间,本校人文学部的冯耀明教授、黄敏浩教授,也为论文提出了许多宝贵意见,这些意见大多已体现于论文之中,谨此致谢。

参考书目

一、中文书目

1. 《正统道藏》(台北:新文丰出版公司,1957),60册。

参考文献为:

钟离权述、吕岩集、施肩吾传:《修真十书·钟吕传道集》三卷,册7,页459-98。

施肩吾撰:《西山群仙会真记》五卷,册7,页95-125。

钟离权撰:《秘传正阳真人灵宝毕法》三卷,册47,页913。

钟离权述:《破迷正道歌》,册8,页1-4。

张紫阳:《悟真篇》,册4,页363-439。

《黄帝阴符经》,册2,页418。

蒋慎修注:《黄庭内外玉景经解》,册11,页231-36。

葛玄撰:《太上老君说常清静妙经》,册19,页1-2。

朱熹注:《抱朴子养生论》,册31,页107-8。

魏伯阳:《周易参同契》三卷,册 34,页 237。

《重阳全真集》十三卷,册 43,页 411 - 533。

元阳子编:《还丹歌诀》,册 7,页 811 - 23。

全阳子:《吕纯阳真人沁园春丹词注解》,册 4,页 237 - 42。

王道渊注:《崔公入药镜注解》,册 4,页 227 - 36。

王道渊:《还真集》,册 40,页 554 - 92。

司马承祯:《坐忘论》一卷,册 38,页 616 - 25。

吴筠:《心目论》,册 38,页 638 - 9。

王玄览:《玄珠录》,册 39,页 722 - 42。

吴筠:《玄纲论》,册 39,页 807 - 20。

谭峭:《化书》,册 39,页 675 - 97。

成玄英:《南华真经注疏》,册 27,页 533 - 868;及册 28,页 1 - 232。

强思齐:《道德真经玄德纂疏》,册 22,页 317 - 596。

杜光庭:《道德真经广圣义》,册 24,页 129 - 528。

李荣:《道德真经注》四卷,册 23,页 502 - 40。

《道法会元》,册 48,页 479 - 894;册 49、50 全册;及册 51,页 1 - 616。

2. 胡道静、陈耀庭、段文桂、林万清主编:《藏外道书》(成都:巴蜀书社,1992),36 册。

参考文献为:

《金丹就正篇》,册 5,页 368 - 71。

《玄肤论》,册 5,页 359 - 67。

《悟真篇》,册 5,页 318 - 37。

《定观经》,册 6,页 24。

《华阳金仙证论》，册 5，页 919。

《慧命经》，册 5，页 875 - 918。

《天仙正理直论》，册 5，页 777 - 832。

《仙佛合宗》，册 5，页 639 - 776。

《性命圭旨》，册 9，页 506。

《老子道德经想尔注》，册 21，页 273 - 85。

《无上秘要》，册 21，页 416 - 9。

《道窍谈》，册 26，页 606 - 26。

《敲爻歌》，册 6，页 177 - 9。

3. 黄诚恕编：《吕祖全书》（香港：青松观，1991），上下集。

参考文章为：

卷一《吕祖本传》

卷三《百字碑》、《谷神歌》、《敲爻歌》

卷四《五言律十六首》、《七言律诗一百七首》

卷五《沁园春三首》

卷六《指玄篇》、《指玄篇本末原序》、《吕祖自序》

卷九《前八品经上》

卷十《前八品经下》

卷十一《后八品经》

卷十二《五品经》

卷十六至十八《参同经》

4. 《道藏辑要》（成都：巴蜀书社，1986）成都二仙庵藏光绪丙午年重版。

参考文献为：

《真灵位业图》觜集七。

《道枢》觚集六。

《孚佑上帝示定十戒功过格》张集三。

《甘水仙源录》翼集二、三。

《金莲正宗记》翼集八。

《七真年谱》翼集八。

5. 宋·张君房纂辑、蒋力生等校注:《云笈七签》(北京:华夏出版社,1996)。

6. 清·阮元校刻:《十三经注疏》(北京:中华书局,1991),二册。

7. 清·黄宗羲:《宋元学案》(台北:河洛图书出版社,1975),三册。

8. 清·刘一明:《道书十二种》(北京:书目文献出版社,1996)。

9. 《袖珍中医四部经典》(天津:天津科学技术出版社,1986)。

10. 蒋锡昌:《老子校诂》(台北:明伦出版社,1971)。

11. 方东美:《中国大乘佛教》(台北:黎明文化事业股份有限公司,1986)。

12. 王明:《抱朴子内篇校释》(北京:中华书局,1996)。

13. 王明:《太平经合校》(北京:中华书局,1997),二册。

14. 王平:《〈太平经〉研究》(台北:文津出版社,1995)。

15. 左丘明:《国语》(上海:古籍出版社,1978),二册。

16. 石沅朋校编:《吕洞宾全集》(广州:花城出版社,1995)。

17. 朱伯崑:《易学哲学史》(北京:华夏出版社,1995),4卷。

18. 牟宗三:《中国哲学十九讲》(台北:学生书局,1995)。

19. 牟宗三:《现象与物自身》(台北:学生书局,1996)。

20. 牟宗三:《生命的学问》(台北:三民书局,1994)。

21. 李远国:《道教气功养生学》(成都:四川省社会科学院, 1988)。
22. 李养正:《道教经史论稿》(北京:华夏出版社, 1995)。
23. 周法高编撰:《金文诂林》(台北:中央研究历史语言研究所, 1982), 八册。
24. 段玉裁:《说文解字注》(台北:艺文印书馆, 1970)。
25. 胡孚琛:《魏晋神仙道教》(北京:新华出版社, 1991)。
26. 胡孚琛、吕锡琛:《道学通论:道家·道教·仙学》,(北京:社会科学文献出版社, 1991)。
27. 卿希泰主编:《中国道教史》(成都:四川人民出版社, 1992), 四册。
28. 卿希泰主编:《道教与中国传统文化》(福建:福建人民出版社, 1990)。
29. 任继愈主编:《中国道教史》(上海:上海人民出版社, 1997)。
30. 何建明:《道家思想的历史转折》(武汉:华中师范大学出版社, 1997)。
31. 朱哲:《先秦道家哲学研究》(上海:上海人民出版社, 2000)。
32. 牟钟鉴、胡孚琛、王葆玟:《道教通论》(济南:齐鲁书社, 1991)。
33. 徐复观:《中国人性论史》(台北:台湾商务印书馆, 1978)。
34. 高明撰:《帛书老子校注》(北京:中华书局, 1996)。
35. 张广保:《金元全真道内丹心性学》(北京:三联书店, 1995)。

36. 张广保:《唐宋内丹道教》(上海:上海文化出版社,2001)。
37. 王中江:《道家形而上学》(上海:上海文化出版社,2001)。
38. 陈少峰:《宋明理学与道家哲学》(上海:上海文化出版社,2001)。
39. 周立升:《两汉易学与道家思想》(上海:上海文化出版社,2001)。
40. 王宗昱:《〈道教义枢〉研究》(上海:上海文化出版社,2001)。
41. 萧汉明、郭东升:《〈周易参同契〉研究》(上海:上海文化出版社,2001)。
42. 李大华:《生命存在与境界超越》(上海:上海文化出版社,2001)。
43. 强昱:《从魏晋玄学到初唐重玄学》(上海:上海文化出版社,2002)。
44. 李申:《道教本论》(上海:上海文化出版社,2001)。
45. 李刚:《汉代道教哲学》(成都:巴蜀书社,1995)。
46. 李大华、李刚、何建明:《隋唐道家与道教》(广州:广东人民出版社,2003),二册。
47. 陈鼓应、冯达文主编:《道家与道教》(广州:广东人民出版社,2001),道家卷,道教卷。
48. 陈樱宁:《道教与养生》(北京:华文出版社,1993)。
49. 洪建林:《道家养生秘库》(大连:大连出版社,1991)。
50. 萧天石:《道家养生学概要》(台北:自由出版社,1990)。
51. 陈来:《古代宗教与伦理》(北京:生活·读书·新知三联书店,1996)。

52. 姜广辉主编:《郭店楚简研究》(沈阳:辽宁教育出版社,1999)《中国哲学》第20辑。
53. 红风鸟讲述:《黄帝四经》(台北:云龙出版社,2000)。
54. 李丰楙:《探求不死》(台北:久大文化股份有限公司,1987)。
55. 卢国龙:《道教哲学》(北京:华夏出版社,1997)。
56. 卢国龙:《中国重玄学》(北京:人民中国出版社,1993)。
57. 郝勤:《龙虎丹道——道教内丹术》(台北:大展出版社,2000)。
58. 马济人:《道教与炼丹》(台北:文津出版社,1997)。
59. 吕鹏志:《道教哲学》(台北:文津出版社,2000)。
60. 熊铁基、马良怀、刘韶军:《中国老学史》(福建:福建人民出版社,1995)。
61. 袁保新:《老子哲学之诠释与重建》(台北:文津出版社,1991)。
62. 张智彦:《老子与中国文化》(贵阳:贵州人民出版社,1996)。
63. 许抗生:《老子研究》(台北:水牛图书出版事业有限公司,1992)。
64. 韩廷杰、韩建斌:《道教与养生》(台北:文津出版社,1997)。
65. 陈樱宁:《道教与养生》(北京:华文出版社,1989)。
66. 沈洁:《内丹》(香港:中华书局,1997)。
67. 刘宁:《刘一明修道思想研究》(成都:巴蜀书社,2001)。
68. 戈国龙:《道教内丹学探微》(成都:巴蜀书社,2001)。

69. 张钦:《道教练养心理学引论》(成都:巴蜀书社,1999)。
70. 张泽洪:《道教斋醮仪式的源流及其影响》(成都:巴蜀书社,1999)。
71. 闵智亭:《道教仪范》(北京:中国道教学院,1990)。
72. 时光、王岚编:《宗教学引论》(北京:中央民族大学出版社,1994)。
73. 罗竹风主编:《人·社会·宗教》(上海:上海社会科学院出版社,1995)。

二、外文及翻译书目

1. Chen, Ellen M., The Tao Te Ching - A New Translation with Commentary, (New York: Paragon House, 1989).
2. Girardot, N. J., Myth and Meaning In Early Taoism, (California: University of California Press, 1983).
3. Grigg, Ray, The New Lao Tzu: A Contemporary Tao Te Ching, (Boston: C. E. Tuttle Co., 1995).
4. La Fargue, Michael, Tao and Method; A Reasoned Approach to the Tao Te Ching, (Albany: b State University of New York Press, 1994).
5. Lau, D. C., Tao Te Ching, (Hong Kong: The Chinese University Press, 1963).
6. Max Kaltenmark translated from the French by Roger Greaveo, Laozu and Taoism, (Stanford: Stanford University Press, 1969).

7. B. S. Bonsall, *Confucianism and Taoism*, (London: The Epworth Press, 1934).

8. Stephen R. Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures*, (Berkeley: University of California Press, 1997).

9. Stephen Eskildsen, *Asceticism in Early Taoist Religion*, (New York: State University of New York Press, 1998).

10. Michael Saso. And David W. Chappell, *Buddhist and Taoist Studies*, (Honolulu: Asian Studies Program, Vol. 1, 2 University of Hawaii, 1977).

11. K. Schipper, *The Taoist Body*, (Berkeley: University of California Press, 1993).

12. Y.P. Dong, *Still as a mountain, powerful as thunder: simple Taoist exercises for healing, vitality, and peace of mind*, (Boston: Shambhala, 1993).

13. Zhang Boduan, 10th/ 11th century, *Wu - zhen pian*, English, (刘一明) (Honolulu: University of Hawaii Press, 1987).

14. Lai Chi Tim, *The Taoist vision of physical immortality: a study of Ko Hung's Pao P'u Tzu*, (Thesis PhD), (Chicago: University of Chicago, 1995).

15. Paul R. Katz, *Images of the immortal: the cult of Lu Dongbin at the Palace of Eternal Joy*, (Honolulu: University of Hawaii Press, 1999).

16. Richard Wilhelm (trans.), *The secret of the golden flower*, (New York: A Helen and Kurt Wolff Book, 1931).

17. [日]福井康顺等监修、朱越利译:《道教》(上海:上海古籍

出版社,1990),三卷。

18. [日]洼德忠著、萧坤华译:《道教史》(上海:上海译文出版社,1987)。

19. [德]马克斯·韦伯著、洪天富译:《儒家与道教》(南京:江苏人民出版社,1993)。

20. [英]李约瑟著、陈立夫等译:《中国古代科学思想史》(南昌:江西人民出版社,1999)。

三、论文目

1. 王树人:《论老子“不争”的智慧》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第10辑,页135-44。

2. 朱伯昆:《道家的思维方式与中国形上学传统》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第2辑,页11-40。

3. 牟钟鉴:《老子的道论及其现代意义》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第6辑,页59-71。

4. 许抗生:《略谈帛书《老子》与帛书《易传·系辞》》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1993),第3辑,页55-63。

5. 许抗生:《简述道教的伦理思想》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第9辑,页17-23。

6. 张岱年:《论老子在哲学史上的地位》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1992),第1辑,页74-82。

7. 张岱年:《道家在中国哲学史上的地位》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第6辑,页1-9。

8. 葛荣晋:《老庄的气功思想》,《中国哲学史》,1994,第7期,页86-90。

9. 钟肇鹏:《论精气神》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第9辑,页201-24。

10. 刘笑敢:《老子哲学的中心价值及体系结构——兼论中国哲学史研究的方法论问题》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第10辑,页112-34。

11. 涂又光:《〈老子〉为中国哲学主根说》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第10辑,页105-11。

12. 郭沂:《老子对孟子思想的影响——本心本性及其丧失与复归》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第6辑,页124-36。

13. 洪修平:《老庄玄学与僧肇佛学》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1994),第5辑,页247-61。

14. 陈鼓应:《道家在先秦哲学史上的主干地位》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第10辑,页7-64。

15. 胡家聪:《道家学说及其对先秦儒学的影响》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第10辑,页65-70。

16. 王德有:《简论“道法自然”在中国哲学史上的影响》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第6辑,页47-58。

17. 方立天:《道与禅——道家对禅宗思想的影响》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第6辑,页249-64。

18. 卿希泰:《试论道家文化在中国传统文化中的地位》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1994),第4辑,页9-15。

19. 任继愈:《儒道两家思想在中国何以影响深远长久不衰》,

《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1992),第1辑,页1-6。

20. 蒙培元:《论自然——道家哲学的基本观》,《道家文化研究》(北京:生活·读书·新知三联书店,1998),第14辑,页20-32。

21. 胡孚琛:《〈道教志〉导言》,胡孚琛、陈耀庭、王卡、刘仲宇:《道教志》(上海:上海人民出版社,1998)。

22. 李申:《从道家到道教》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第7辑,页59-69。

23. 陈兵:《道教的文化根柢》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第9辑,页7-16。

24. 李刚:《论道教生命哲学》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第9辑,页24-40。

25. 张广保:《元后期江南全真道心性论研究》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1994),第5辑,页420-38。

26. 张广保:《全真盘山派以道合禅心性论研究》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1994),第4辑,页326-44。

27. 李似珍:《道教养生术与禅宗修炼之异》,《三清文化》(台北:三清道家道教文化基金会)总第43期。

28. 王家佑、郝勤:《内丹之丹及其文化特征》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1996),第9辑,页190-200。

29. 陈丽桂:《汉代的气化宇宙论及其影响》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第8辑,页248-266。

30. 李大华:《隋唐时期的道教内丹学》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1994),第5辑,页404-19。

31. 李大华:《试探道教内丹学与神学思辨的关系》,《无神论与宗教》,1991,第6期,页50-6。

32. 李庆:《养生和飞升——魏晋时期道家和道教生死观的一个侧面》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1994),第5辑,页383-403。

33. 卢国龙:《论唐五代道教的生机观——《参同契》与唐五代道教的外丹理论》,《道家文化研究》(北京:生活·读书·新知三联书店,1997),第11辑,页76-120。

34. 冯天瑜:《“终极关怀”的儒道两走向》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第8辑,页86-90。

35. 王卓民:《葛洪神仙道教教育思想探微》,《道教文化研究》(北京:书目文献出版社,1995),第1辑,页263-87。

36. 梁归智:《论中华道教文化的“神仙情结”》,《道教文化研究》(北京,书目文献出版社,1995),第1辑,页78-90。

37. [美]陈汉生(Claid Hansen):《道家在中国哲学中的地位》,《道家文化研究》(北京:生活·读书·新知三联书店,1999),第15辑,页25-41。

38. [美]陈张婉华:《老子对死亡的看法——《道德经》第五章新解》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1992),第1辑,页83-90。

39. [德]沃尔法特(Wohlfart):《自然——禅宗的道家之源》,《道家文化研究》(北京:生活·读书·新知三联书店,1999),第15辑,页288-94。

40. [韩]金胜惠:《〈黄庭内景经〉之神之像与气——上清派传统中内在超越的体内神》,《道家文化研究》(北京:生活·读书·新知三联书店,1999),第16辑,页249-60。

41. [日]金谷治:《“无”的思想之展开——从老子到王弼》,

《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1992),第1辑,页92-100。

42. [日]中嶋隆藏:《〈坐忘论〉的“安心”思想研究》,《道家文化研究》(上海:上海古籍出版社,1995),第7辑,页244-258。

43. [南斯拉夫]拉多萨夫·普舍奇(Radosav Pusic):《论老子的无》,《道家文化研究》(北京:生活·读书·新知三联书店,1998),第14辑,页123-30。

附录 (一)

灵宝毕法

正阳真人钟离权著

纯阳真人吕洞宾传

正阳真人钟离权云房序

道不可以言传，不可以名纪，历古以来，升仙达道者不为少矣。仆志慕前贤，心怀大道，不意运起刀兵，时危世乱，始以逃生，寄迹江湖岩谷，退而识性，留心惟在清净希夷。历看丹经，累参道友，止言养命之小端，不说真仙之大道。因于终南山石壁间，获收《灵宝经》三十卷：上部《金诰书》，元始所著；中部《玉书录》，元皇所述；下部《真原义》，太上所传；共数千言。予宵衣旰食，远虑深省，乃悟阴中有阳，阳中有阴，本天地升降之宜，气中生水，水中生气，亦心肾交合之理，比物之象，道不远人。配合甲庚，方验金丹有准；抽添卯酉，自然火候无差。红铅黑铅，彻底不成大药；金液玉液，到头方是还丹。从无人有，尝怀征战之心；自下升高，渐入希夷之域。抽铅添汞，致二八之阴消；换骨炼形，使九三之阳长。水源清浊，辨于既济之时；内景真虚，识于坐忘之日。玄机奥旨，难以尽形方册；灵宝

妙理,可用入圣超凡。总而为三乘之法,名《灵宝毕法》。大道圣言,不敢私于一己,用传洞宾足下,道成勿秘,当贻后来之士。

小乘安乐延年法四门 卷上

匹配阴阳第一

玉书曰:大道无形,视听不可以见闻;大道无名,度数不可以筹算。资道生形,因形立名,名之大者天地也。天得乾道,而积气以覆于下,地得坤道,而托质以载于上。覆载之间,上下相去八万四千里,气质不能相交。天以乾索坤而还于地中,其阳负阴而上升;地以坤索乾而还于天中,其阴抱阳而下降。一升一降运于道,所以天地长久。

真原曰:天地之间,亲乎上者为阳,自上而下,四万二千里,乃曰“阳位”。亲乎下者为阴,自下而上,四万二千里,乃曰“阴位”。既有形名,难逃度数。且一岁者,四时、八节、二十四气、七十二候、三百六十日、四千三百二十辰。十二辰为一日,五日为一候,三候为一气,三气为一节,二节为一时,四时为一岁。一岁以冬至节为始。是时也,地中阳升。凡一气十五日,上升七千里。三气为一节,一节四十五日,阳升共二万一千里。二节为一时,一时九十日,阳升共四万二千里,正到天地之中,而阳合阴位。是时阴中阳半,其气为温,而时当春分之节也。过此阳升而入阳位,方曰得气而

升。亦如前四十五日立夏。立夏之后，四十五日夏至。夏至之节阳升，通前计八万四千里以到天，乃阳中有阳，其气热。积阳生阴，一阴生于二阳之中。

自夏至之节为始，是时也，天中阴降。凡一气十五日，下降七千里，三气为一节，一节四十五日，阴降共二万一千里。二节为一时，一时九十日，阴降共四万二千里，以到天地之中，而阴交阳位，是时阳中阴半，其气为凉，而时当秋分之节也。过此阴降而入阴位，方曰得气而降。亦如前四十五日立冬。立冬之后，四十五日冬至。冬至之节阴降，通前计八万四千里以到地，乃阴中有阴，其气寒。积阴生阳，一阳生于二阴之中。

自冬至之后，一阳复升如前。运行不已，周而复始，不失于道。冬至阳生，上升而还天；夏至阴生，下降而还地。夏至阳升到天而一阴来，冬至阴降到地而一阳来。故曰：“夏至”、“冬至”。阳升于上，过春分而入阳位，以离阴位；阴降于下，过秋分而入阴位，以离阳位。故曰：“春分”、“秋分”。

凡冬至阳升之后，自上而下，非无阴降也，所降之阴，乃阳中之余阴，止于阳位中消散而已。纵使下降得位，与阳升相遇，其气绝矣；凡夏至阴降之后，自下而上，非无阳升也，所升之阳，乃阴中之余阳，止于阴位中消散而已。纵使上升得位，与阴降相遇，其气绝矣。

阴阳升降，上下不出于八万四千里，往来难逃于三百六十日。即温凉寒热之四气而识阴阳，即阳升阴降之八节而知天地。以天机测之，庶达大道之绪余。若以口耳之学，较量于天地之道，安得筹算而知之乎？

比喻曰：道生万物，天地乃物中之大者，人为物中之灵者。人

同天地，以心比天，以肾比地，肝为阳位，肺为阴位，心肾相去八寸四分，其天地覆载之间比也。气比阳，而液比阴，子午之时，比夏至冬至之节；卯酉之时，比春分秋分之节；以一日比一年，以一日用八卦，时比八节。子时肾中气生，卯时气到肝，肝为阳，其气旺，阳升以入阳位，春分之比也。午时气到心，积气生液，夏至阳升到天而阴生之比也。午时心中液生，酉时液到肺，肺为阴，其液盛，阴降以入阴位，秋分之比也。子时液到肾，积液生气，冬至阴降到地而阳生之比也。周而复始，运行不已，日月循环，无损无亏，自可延年。

真诀曰：天地之道一，得之惟人也。受形于父母，形中生形，去道愈远。自胎完气足之后，六欲七情，耗散元阳，走失真气。虽有自然之气液相生，亦不得如天地之升降。且一呼元气出，一吸元气入，接天地之气，既入不能留之，随呼而复出。本宫之气，反为天地夺之，是以气散难生液，液少难生气。当其气旺之时，日用卯卦，而于气也，多入少出，强留在腹。当时自下而升者不出，自外而入者暂住。二气相合，积而生五脏之液，還元愈多，积日累功，见验方止。？

道要曰：“欲见阳公长子，须是多入少出；从他儿女相争，过时求取真的。”

此乃积气生液，积液生气，匹配气液相生之法也。行持不过一年夺功，以一岁三百日为期，旬日见验。多进饮食，而疾病消除；头目清利，而心腹空快；多力少倦，腹中时闻风雷之声。余验不可胜纪。

解曰：“阳公长子”者，乾索于坤，如气升而上也。“儿”是气，自肾中升；“女”是液，自心中降。“相争”儿女，上下之故。闭气则生液，积液而生气，匹配两停，“过时”自得真水也。

直解曰：此乃下手之初，于卯卦阳升气旺之时，多吸天地之正气以入，少呼自己之元气以出。使二气相合，气积而生液，液多而生气，乃匹配阴阳，气液相生之法也。

聚散水火第二

金诰曰：所谓大道者：高而无上，引而仰观，其上无上，莫见其首；所谓大道者：卑而无下，低而俯察，其下无下，莫见其基。始而无先，莫见其前；终而无尽，莫见其后。大道之中而生天地，天地有高下之仪；天地之中而有阴阳，阴阳有始终之数。一上一下，仰观俯察，可以测其机；一始一终，度数推算，可以得其理。以此推之，大道可知也。

真原曰：即天地上下之位，而知天地有高卑；即阴阳终始之期，而知天道之前后。天地不离于数，数终于一岁；阴阳不失其宜，宜分于八节。冬至一阳生，春分阴中阳半，过此纯阳而阴尽；夏至阳太极而一阴生，秋分阳中阴半，过此纯阴而阳尽。冬至阴太极而一阳生，升降如前。上下终始，虽不能全尽大道，而不失大道之体。欲识大道，当取法于天地，而审于阴阳之宜也。

比喻曰：以心肾比天地，以气液比阴阳，以一日比一年。日用艮卦，比一年用立春之节；乾卦，比一年用立冬之节。天地之中，亲乎下者为阴，自下而上，四万二千里，乃曰阴位，冬至阳生而上升。时当立春，阳升于阴位之中，二万一千里，是阳难胜于阴也。天地之中，亲乎上者为阳，自上而下，四万二千里，乃曰阳位，夏至阴生而下降。时当立秋，阴降于阳位之中，二万一千里，是阴难胜于阳也。时当立夏，阳升而上，离地六万三千里，去天二万一千里，是阳

得位而阴绝也，时当立冬，阴降而下，离天六万三千里，去地二万一千公里，是阴得位而阳绝也。一年之中，立春比一日之时，艮（即丑寅时）卦也。肾气下传膀胱，在液中微弱，乃阳气难升之时也。一年之中，立冬比一日之时，乾（即戌亥时）卦也。心液下入，将欲还元，复入肾中，乃阴盛阳绝之时也。人惟阴阳不和，阳微阴多，故病多。

真诀曰：阳升立春，自下而上，不日而阴中阳半矣（艮卦丑寅气微）；阴降立冬，自上而下，不日而阳中阴半矣（乾卦戌亥气散）。天地之道如是。惟人也，当艮卦气微，不知养气之端；乾卦气散，不知聚气之理。日夕以六欲七情，耗散元阳，使真气不旺；走失真气，使真液不生。所以不得如天地之长久。

故古人朝屯暮蒙，日用二卦，乃得长生在世。朝屯者，盖取一阳在下，屈而未伸之义。其在我者，养而伸之，勿使耗散；暮蒙者，盖取童蒙求我，以就明弃暗，乃阴间求阳之义。其在我者，昧而明之，勿使走失。

是以日出当用艮卦之时，以养元气。勿以利名动其心，勿以好恶介其意。披衣静坐，以养其气；绝念忘情，微作引导。手脚递互，伸缩三五下，使四体之气齐生，内保元气上升以朝于心府；或咽津一两口，搓摩头面三二十次，呵出终夜壅聚恶浊之气。久而色泽充美，肌肤光润（艮卦养元气）。又于日入当用乾卦之时，以聚元气。入室静坐，咽气搐外肾。咽气者，是纳心火于下；搐外肾者，是收膀胱之气于内（乾卦聚元气）。使上下相合肾气之火，三火聚而为一，以补暖下田，无液则聚气生液，有液则炼液生气，名曰“聚火”，又曰“太乙含真气”也。早朝咽津摩面，手足递互伸缩，名曰“散火”，又名曰“小炼形”也？

道要曰：“花残叶落深秋，玉人懒上危楼；欲得君民和会，当时

宴罢频收。”

此纳心气而收膀胱气，不令耗散而相合肾气，以接坎卦。气海中新生之气也，必以立冬为首，见验方止。行持不过一年夺功，以一岁三百日为期，旬日见验：容颜光泽，肌肤充悦，丹田温暖，小便减省，四体轻健，精神清爽，痼疾宿病，尽皆消除。如惜岁月，不倦行持。只于匹配阴阳功内，稍似见验，叙入此功，日用添入艮卦，略行此法。乾卦三元用事，应验方止 三元乾艮震也。

解曰：“花残叶落深秋”者，如人气弱，日暮之光，阳气散而不升，故曰“懒上危楼”。“楼”者，十二重楼也。心为君火，膀胱民火，咽气搐外肾，使心与外肾气合而为一，故曰“和会”。“宴”乃咽也，“收”乃搐也。早晨功不绝者，此法为主本也。

直解曰：艮卦阳气微，故微作引导伸缩，咽津摩面，而散火于四体，以养元气。乾卦阳气散，故咽心气搐外肾，以合肾气，使三火聚而为一，以聚元气。故曰聚散水火，使根厚牢固也。

交媾龙虎第三

金诰曰：太元初判而有太始，太始之中而有太无，太无之中而有太虚。太虚之中而有太空，太空之中而有太质。太质者，天地清浊之质也。其质如卵，而玄黄之色，乃太空之中，一物而已。阳升到天，太极而生阴，以窈冥抱阳而下降；阴降到地，太极而生阳，以恍惚负阴而上升。一升一降，阴降阳升，天地行道，万物生成。

真原曰：天如覆盆，阳到难升；地如磐石，阴到难入。冬至而地中阳升，夏至到天，其阳太极而生阴，所以阴生者，以阳自阴中来而起于地。恍恍惚惚，气中有水，其水无形，夏至到天，积气成水，是

曰“阳太极而阴生”也；夏至而天中阴降，冬至到地，其阴太极而生阳，所以阳生者，以阴自阳中来而出于天。杳杳冥冥，水中有气，其气无形，冬至到地，积水生气，是以“阴太极而阳生”也。

比喻曰：以身外比太空，以心肾比天地，以气液比阴阳，以子午比冬夏。子时乃曰坎卦，肾中气升；午时乃曰离卦，心中液生。肾气到心，肾气与心气相合，而太极生液，所以生液者，以气自肾中来，气中有真水，其水无形。离卦到心，接脰心气，则太极而生液者如此。心液到肾，心液与肾水相合，而太极复生于气，所以生气者，以液自心中来，液中有真气，其气无形。坎卦到肾，接脰肾水，则太极而生气者如此。可比阳升阴降，至太极而相生，所生之阴阳，阳中藏水，阴中藏气也。

真诀曰：肾中生气，气中有真水；心中生液，液中有真气。真水真气，乃真龙真虎也。阳到天而难升，太极生阴，阴到地而难入，太极生阳。天地之理如此。人不得比天地者，六欲七情，感物丧志，而耗散元阳，走失真气。

当离卦肾气到心，神识内定，鼻息少入迟出，绵绵若存，而津满口咽下，自然肾气与心气相合，太极生液；及坎卦心液到肾，接脰肾水，自然心液与肾气相合，太极生气。以真气恋液，真水恋气，液与真水，本自相合，故液中有真气，气中有真水。互相交合，相依而下，名曰交媾龙虎。若火候无差，抽添合宜，三百日养就真胎，而成大药，乃炼质焚身，朝元超脱之本也。？

道要曰：“一气初回元运，真阳欲到离宫；提取真龙真虎，玉池春水溶溶。”

此恐泄元气，而走真水于身外也。气散难生液，液少而无真气。气水不交，安成大药？当此：年中用月，以冬至为始；日中用

时,以离卦为期。

或以晚年奉道,根元不固,自度虚损,气不足之后,十年之损,一年用功补之,名曰“采补还丹”。补之足数,止行此法,名曰“水火既济”,可以延年益寿,乃曰“人仙”,功验不可备纪。若补数足,而口生甘津,心境自除,情欲不动,百骸无病,而神光暗中自现,双目时若惊电。以冬至日即始,谨节用法,三百日脱其真胎,名曰“仙胎”。

解曰:在外午时为离卦,太阳为“真阳”,在人心为“离宫”,元阳为“真龙”也。“真虎”肾中之水,“真龙”心液中之气。口为“玉池”,津为“春水”。

直解曰:“一气初回元运”,以冬至为始,即子月也。“真阳欲到离宫”,以离卦为期,即午时也。“真龙”者,心液中之气;“真虎”者,肾气中之水。气水相合,乃曰“龙虎交媾”也。

烧丹炼药第四

金诰曰:天地者,大道之形。阴阳者,大道之气。寒湿热凉,形中有气也;云雾雨露,气中有象也。地气上升,腾而为云,散而为雨;天气下降,散而为雾,凝而为露。积阴过则露,为雨为霜为雪;积阳过则雾,为烟为云为霞。阴中伏阳,阳气不升,击搏而生雷霆;阳中伏阴,阴气不降,凝固而生雹霰。阴阳不合,相对而生闪电;阴阳不匹配,乱交而生虹霓。积真阳以成神,而丽乎天者星辰;积真阴以成形,而壮乎地者土石。星辰之大者日月,土石之贵者金玉。阴阳见于有形,上之日月,下之金玉也。

真原曰:阴不得阳不生,阳不得阴不成,积阳而神,丽乎天而大

者，日月也，日月乃真阳，而得真阴以相成也。积阴而形，壮于地而贵者金玉也，金玉乃真阴，而得真阳以相生也。戊亥行持，离卦采药，乾卦进火。

比喻曰：真阳比心液中真气，真阴比肾气中真水。真水不得真气不生，真气不得真水不成。真水真气，比于离卦，和合于心上肺下，如子母之相恋，夫妇之相爱。自离至兑，兑卦阴旺阳弱之时，比日月之下弦，金玉之在晦，不可用也。日月以阴成阳，数足生明；金玉以阳生阴，气足生宝。金玉成宝者，盖以气足而进之以阳；日月生明者，盖以数足而授之以魂。比于乾卦进火，炼阳无衰。火以加数，而阳长生也。

真诀曰：离卦龙虎交媾，名曰“采药”。

时到乾卦，气液将欲還元，而生膀胱之上，脾胃之下，肾之前，脐之后，肝之左，肺之右，小肠之右，大肠之左。当时脾气旺而肺气盛，心气绝而肝气弱。真气本以阳气相合而来，阳气既弱，而真气无所恋，徒劳用工而采合。必于此时，神识内守，鼻息绵绵，以肚腹微胁，脐肾觉热太甚，微放轻勒；脐腹未热紧勒；渐热即守常，任意放志以满乾坤，乃曰“勒阳关而炼丹药”，使气不上行以固真水，经脾宫，随呼吸，而搬于命府黄府之中。

气液造化，时变而为精，精变而为珠，珠变而为汞，汞变而为砂，砂变而为金，乃曰“金丹”，其功不小矣？

道要曰：“采药须凭玉兔（采药心气，玉兔肾水），成亲必藉黄婆；等到雍州相见（雍州乾卦），奏传一曲阳歌。”

此乃与采药日用对行。凡以晚年补完十损一补之法，此法名曰“炼汞补丹田”。补之数足，止于日用离卦采药，乾卦烧炼勒阳关。春冬多采少炼，乾一而离二，倍用功也。秋夏少采多炼，离一

而乾二,倍用功也。随年月气旺,采炼之功效在前,可延年住世而为人仙。

若以补数既足,见验进功,亦谨节用功。采药一百日药力全,二百日圣胎坚,三百日真气生,而仙胎完。凡药力全而后进火加数,乃曰“火候”;凡圣胎坚后,火候加至小周天数,乃曰“小周天”;凡胎圆,真气生,火候加至大周天数,乃曰“周天火候”;采药而交媾龙虎,炼药而进火,方为“入道”。当绝迹幽居,心存内观,内境不出,外境不入,如妇之养孕,龙之养珠,虽饮食寤寐之间,语言如婴儿,举止如室女,尤恐有失有损,心不可暂离于道也。

解曰:“药”是心中真气,“兔”是肾中真水,“黄婆”是脾中真液,和合气水而入黄庭。“雍州”:乾卦;勒阳关:胁腹也。

补注:

以上安乐延年之诀,右小乘法四门,系人仙。

中乘长生不死法三门 卷中

肘后飞金晶第五

金诰曰:阴阳升降,不出天地之内;日月运转,而在天地之外。东西出没,以分昼夜;南北往来,以定寒暑。昼夜不息,寒暑相推,积日为月,积月为岁。月之积日者,以其魄中藏魂,魂中藏魄也;岁之积月者,以其律中起吕,吕中起律也。日月运行,以合天地之机,

不离乾坤之数。万物生成，虽在于阴阳，而造化亦资于日月。

真原曰：天地之形，其状如卵；六合之内，其圆如球。日日出没，运行于一天之上，一地之下。上下东西，周行如飞轮。东生西没，日行阳道；西生东没，月行阴道。一日之间，而分昼夜。冬至之后，日出自南而北。夏至之后，日出自北而南。冬之夜，乃夏之日。夏之夜，乃冬之日。一年之间，而定寒暑。

日月之状，方圆八百四十里。四尺为一步，三百六十步为一里。凡八刻二十分为一时，十二时为一日，一月三十日，共三百六十时，计三千刻一十八万分也。

且以阳行乾，其数用九；以阴行坤，其数用六。魄中魂生，本自旦日。盖九不对六，故三日后魄中生魂，凡一昼夜，一百刻六十分，魂于魄中一进七十里，六昼夜进四百二十里，而魄中魂半，乃曰“上弦”。又六昼夜进四百二十里。通前共进八百四十里，而魄中魂全，阳满阴位，乃曰“月望”。自十六日为始，魂中生魄，凡一昼夜，一百刻六十分，魄于魂中一进七十里。六昼夜共进四百二十里，而魂中魄半，乃曰“下弦”。又六昼夜进四百二十里。通前共进八百四十里，而魂中魄全，阴满阳位。月中尚有余光者，盖六不尽九，故三日后月魄满宫，乃曰“月晦”。

月旦之后，六中起九；月晦之前，九中起六。数有未尽，而生后有期。积日为月，积月为岁。以月言之，六律六吕，以六起数，数尽六位，六六三十六，阴之成数也；以日言之，五日一候，七十二候，八九之数，至重九以九起数，数尽六位，六九五十四，阳之成数也。一六一九，合而十五。十五，一气之数也。二十四气，当八节之用，而见阴阳升降之宜。一六一九，以四为用，合四时而倍之，一时得九十，四九三百六，变为阳之数，二百一十六，阴之数，一百四十四，计

三百六十数，而足满周天。

比喻曰：阴阳升降，在天地之内，比心肾气液交合之法也。日月运行，在天地之外，比肘后飞金晶之事也。日月交合，此进火加減之法也。阳升阴降，无异于日月之魂魄。日往月来，无异于心肾之气液。冬至之后，日出乙位，没庚位，昼四十刻，自南而北，凡九日东生西没，共进六十分，至春分昼夜停，停而夏至为期，昼六十刻。夏至之后，日出甲位，没辛位，昼六十刻，自北而南，凡九日东生西没，共退六十分，至秋分昼夜停，停而冬至为期，昼四十刻。昼夜分刻，准前后进退，自南至北。月旦之后，三日魄生于魄，六日两停，又六日魄全，其数用九也；月望之后，魄生于魄，六日两停，又六日魄全，其数用六也。岁之夏至，月之十六日，乃日用离卦之法，人之午时也；岁之冬至，月之旦日，乃日用坎卦之法，人之子时也。天地阴阳升降之宜，日月魂魄阴阳之理，尚以数推之，交合有序，运转无差。人之心肾气液，肝肺魂魄，日用虽有节次，年月岂无加減乎？

真诀曰：坎卦阳生，当正子时，非始非终；艮卦肾气交肝气，未交之前，静室中披衣握固，正坐盘膝，蹲下腹肚，须臾升身，前出胸而微偃头于后，后闭夹脊双关，肘后微扇一二，伸腰，自尾闾穴如火相似，自腰而起，拥在夹脊，慎勿开关，即时甚热气壮，渐次开夹脊关，放气过关；仍仰面，脑后紧偃以闭上关，慎勿开之，即觉热极气壮，渐次开关入顶，以补泥丸髓海，须身耐寒暑，方为长生之基。次用还丹之法。如前出胸伸腰闭夹脊，蹲而伸之，腰间火不起，当静坐内观，如法再作，以火起为度。自丑行之，至寅终而可止，乃曰“肘液飞金晶”，又曰“抽铅”，使肾中气生肝气也。

且人身脊骨二十四节：自下而上三节，与内肾相对；自上而下三节，名曰“天柱”；天柱之上，名曰“玉京”。天柱之下，内肾相对，

尾闾穴之上，共十八节，其中曰“双关”。上九下九，当定一百日，遍通十八节而入泥丸。必于正一阳时坎卦行持，乃曰“肘后飞金晶”。

离卦采药，乾卦进火烧药，勒阳关。始一百日，飞金晶入脑，三关一撞，直入上宫泥丸，自坎卦为始，至艮卦方止。自离卦采药，使心肾气相合，而肝气自生心气。二气纯阳，二八阴消，熏蒸于肺，而得肺液下降，包含真气，日得黍米之大而入黄庭，方曰“内丹之材”。即百日无差，药力全。凡离卦采药用法，依时内观，转加精细。若乾卦进火烧药，勒阳关，自兑卦为始，终在乾卦。如此又一百日后，肘后飞金晶，自坎卦至震卦方止。离卦采药之时，法如旧，以配自坤至乾卦行持，即二百日无差，圣胎坚，勒阳关法，自坤卦至乾卦方止。如此又一百日足，泥丸充实，返老还童，不类常人。采药就，胎仙完，而真气生，形若弹圆，色同朱橘，永镇丹田，而作陆地神仙。三百日后，行持至离卦罢采药，坤卦罢勒阳关，即行玉液还丹之道。故自冬至后，方曰“行功”，三百日胎完气足，而内丹就，真气生。凡行此法，方为五行颠倒，三田返覆。未行功以前，先要匹配阴阳，使气液相生，见验方止；次要聚散水火，使根药牢固，而气行液注，见验方止；次要交媾龙虎，烧炼丹药，使采补还丹而锻炼铅汞，见验方止。十损一补之数足，而气液相生，见验方止。上项行持，乃小乘之法，自可延年益寿。若以补完坚固，见验方止，方可年中择月，冬至之节，月中择日；甲子之日，日中择时；坎离乾卦，三时为始。一百日自坎至艮，自兑至乾。二百日后，自坎至震，自坤至乾。凡此下功，必于幽室静宅之中，远妇人女子，使鸡犬不闻声，臭秽不入鼻，五味不入口，绝七情六欲，饮食多少寒热有度，虽寤寐之间，而意恐损失。行功不勤，难成乎道！如是三百日，看应验如何？

直解曰：此乃三元用法，谓坎卦飞金晶，下田返上田也；离卦采

药,下田返中田也;乾卦勒阳关,中田返下田也。亦曰三田返覆。?

道要曰:“日月并行复卦(子时),蹲升数日开关,贪向扬州聚会(离卦交媾),六宫火满金田(乾宫)。”

解曰:“日月并行复卦”者,一阳生时,在日为子时,在年为冬至也,所谓月中择日,日中择时也。“蹲升”,说已在前。“数日”,是定一百日“开关”,是先开中关,次开上关。“贪向扬州聚会”,“扬州”者,在人为心,在日为午时,在卦为离。“聚会”者,真阴真阳交媾,故曰“采药”。乾为“六宫”,“火”是气也,勒阳关而聚气,以肺气为金,而下肾之丹田,故曰“火满金田”,乃行乾卦而勒阳关,聚火下丹田也。

直解曰:“日月并行复卦”者,冬至甲子时也。“蹲升数日开关”者,蹲腹升身以起火,至百日开关也。此乃自坎至艮,飞金晶之法。“扬州聚会”者,离卦采药,交阴阳也。“六宫火满丹田”,则乾卦勒阳关,聚肺气于下田,自兑至乾者也。

又曰:“终南路上逢山,升身频过三关;贪向扬州聚会,争如少女烧天。”

解曰:“终南”者,圣人隐意在中男也,中男即坎卦。艮为“山”,山是艮卦。飞金晶至巽卦方止,第二百日下功之时也。升身频“过三关”,“贪向扬州聚会”,说已在前。“争如少女烧天”者,少女是兑卦也,勒阳关至乾卦而方止也。

又曰:“兖州行到徐州,起来走损车牛;为恋九州欢会,西南火入雍州。”

解曰:“兖州”,艮卦。“徐州”,巽卦。自艮卦飞金晶,至巽卦方止也。“起来走损车牛”,“车”为阳,“牛”为阴,是夹脊一气飞入泥丸也。“九州”,在人为心,在日为午时,与前采药同也。“西南”,坤

卦也。“雍州”，乾卦也。勒阳关自坤至乾方止，第三百日下功之时也。

直解曰：此乃第三百日之功，飞金晶之法，起艮而止巽也。九州聚会，采药如前，勒阳关则自坤至乾而止也。此是日用事，乃曰三元用法：飞金晶入脑，下田返上田。采药，下田返中田。烧药进火，中田返下田。乃曰三元用事，中乘之法，已是地仙。见验方止：始觉梦寐多有惊悸，四肢六腑，有疾不疗自愈；闭目暗室中，圆光如盖，周匝围身；金关玉锁，封固坚牢，绝梦泄遗漏；雷鸣一声，关节通连；梦中若抱婴儿归，或若飞腾自在；八邪之气不能入，心境自除，以绝情欲；内观朗而不昧；昼则神采清秀，夜则丹田自暖。上件皆是得药之验。验既正当，谨节用功，以前法加添三百日，胎仙圆。胎圆之后，方用后功。

玉液还丹第六

玉书曰：真阴真阳，相生相成。见于上者，积阳成神，神中有形，而丽乎天者日月也；见于下者，积阴成形，形中有神，而丽乎地者金玉也。金玉之质，隐于山川；秀媚之气，浮之于上。与日月交光，草木受之以为祯祥，鸟兽得之以为异类。

真原曰：阳升到天，太极生阴，阴不足而阳有余，所以积阳生神；阴降到地，太极生阳，阳不足而阴有余，所以积阴生形。上之日月，下之金玉，真阳有神，真阴有形，其气相交，而上下相射，光盈天地，则金玉可贵者，良以此也。是知金玉之气，凝于空则为瑞气祥烟；入于地则变醴泉芝草。人民受之而为英杰，鸟兽得之而生奇异。盖金玉之质，虽产于积阴之形，而中抱真阳之气，又感积阳成

神之日月，真阴真阳之下射，而宝凝矣。

比喻曰：积阴成形，而内抱真阳，以为金玉，比于积药而抱真气，以为胎仙也。金玉之气入于地，而为醴泉芝草者，比于玉液还丹田也。金玉之气凝于空，而为瑞气祥烟者，比于气炼形质也。凡金玉之气冲于天，随阳升而起；凡金玉之气入于地，随阴降而还。既随阴阳升降，自有四时，可以液还丹田，气炼形质，比于四时加减，一日改移也。

真诀曰：采补见验，年中择月，月中择日，日中择时。三时用事，一百日药力全，二百日圣胎坚，三百日真气生，胎仙圆。谨节用功，加添依时，三百日数足之后，方行还丹炼形之法。凡用艮卦，飞金晶入脑，止于巽卦而已，此言飞金晶，三百日后也。离卦罢采药，坤卦罢勒阳关，只此兑卦下手勒阳关，至乾卦方止。既罢离卦，添入咽法炼形。咽法者，以舌搅上腭两颊之间，先咽了恶浊之津，次退舌尖以满，玉池津生，不漱而咽。凡春三月，肝气旺而脾气弱，咽法日用离卦；凡夏三月，心气旺而肺气弱，咽法日用艮卦；凡秋三月，肺气旺而肝气弱，咽法日用坎卦；凡冬三月，肾气旺而心气弱，咽法日用震卦。（飞金晶法，咽亦不妨）凡四季之月，脾气旺而肾气弱，人以肾气为根源，四时皆有衰弱。每四时季月之后十八日，咽法日用兑卦，仍与前咽法并用之。独于秋季止用兑卦咽法，而罢艮卦之功。

以上咽法，先依前法而咽之，如牙齿玉池之间而津不生，但以舌满上下而闭玉池，收两颊，以虚咽而为法，止于咽气，气中自有水也。咽气如一年三十六次至四十九次为数，又次一年八十一，又次一年一百八十一为见验，乃玉液还丹之法。行持不过三年，灌溉丹田，沐浴胎仙而真气愈盛。若行此玉液还丹之法，而于三百

日,养就内丹,真气才生。

艮卦飞金晶,一撞三关,上至泥丸,当行金液还丹之法:自顶中前下金水一注,下还黄庭,变金成丹,名曰“金丹”。行金液还丹,当于深密幽房,夙日凡人不到之处,烧香叠掌盘膝坐。以体蹲而后升,才觉火起,正坐绝念忘情,内观的确,艮卦飞金晶入顶,但略昂头偃项,放令颈下如火,方点头向前,低头曲项,退舌尖进后以抵上腭。上有清冷之水,味若甘香,上彻顶门,下通百脉。鼻中自闻一种真香,舌上亦有奇味,不嗽而咽,下还黄庭,名曰“金液还丹”。春夏秋冬,不拘时候,但于飞金晶入脑之后,节次行此法,自艮至巽而已。晚间勒阳关法,自兑至乾而已。凡行此法,谨节胜前,方可得成。究竟止于炼形住世,长生不死而已,不能超脱也。

道要曰:“识取五行根蒂,方知春夏秋冬;时饮琼浆数盏,醉归月殿遨游。”

解曰:“识取五行根蒂”者,为倒五行相生相克,而用卦时不同以行咽法。“方知春夏秋冬”,改移有时候也。“琼浆”,玉液也。“月殿”,丹田也。“醉归”,咽多也。

又曰:“东望扶桑未晓,后升前咽无休;骤马遨游宇宙,长男只到扬州。”

解曰:“东望扶桑未晓”者,日未出,艮卦之时也。“后升”,飞金晶也。“前咽”,玉液还丹也。“骤马”,起火、玉液炼形也。“遨游宇宙”,遍满四肢也。“长男”,震卦也。“只到扬州”,离卦也。玉液炼形,自震卦为始,至离卦方止也。

直解曰:玉液,肾液也。上升到心,二气相合而过重楼,则津满玉池,谓之“玉液”。若咽之自中田而入下田,则曰“还丹”。若升之自中田而入四肢,则曰“炼形”,其实一物而已。此采药三百日,数

足胎圆,而飞金晶减一卦,勒阳关如旧。罢采药,添入咽法,咽法随四时而已。此系炼形法。用卦后,添入炼形,自震卦为始,离卦为期,不限年月日,见验方止:体色光泽,神气秀媚;渐畏腥秽,以冲口腹;凡情凡爱,心境自除;真气将足而似常饱,所食不多,饮酒无量;尘骨已更而变神识;步趋走马,其身如飞;目如点漆,体若凝脂,绀发再生,皱脸重舒,老去永驻童颜;仰视百步而见秋毫;身体之间,旧痕残靨,自然消除;涕泪涎汗,亦不见有;圣丹生味,灵液透香。口鼻之间,常有真香奇味。漱津成酥,可以疗人疾病。遍体皆成白膏。上件皆玉液还丹炼形之验,见验即止。当谨节用功,依法随时而行后事。

金液还丹第七

金诰曰:积阳成神,神中有形,形生于日,日生于月;积阴成形,形中有神,神生于金,金生于土。随阴阳而生没者,日月之光也,因数生光,数本于乾坤;随阴阳而升降者,金玉之气也,因时生气,时本于天地。

真原曰:日月之光,旦后用九,晦前用六,六九乾坤之数。金玉之气,春夏上升,秋冬下降,升降天地之时。金生于土,玉生于石,石生于土,见于形而在下者如此。日中金乌,月中玉兔,月待日魂而光,见于神而在上者如此。

比喻曰:日月比气也,肾气比月,而心气比日。金玉比液也,肾液比金,而心液比玉。

所谓玉液者,本自肾气上升,而到于心,以合心气,二气相交,而过重楼,闭口不出而津满玉池。咽之而曰“玉液还丹”,升之而曰

“玉液炼形”，是液本自肾中来，而生于心，亦比土中生石，石中生玉之说也。

所谓金液者，肾气合心气而不上升，熏蒸于肺，肺为华盖，下罩二气，即日而取肺液在下田，自尾闾穴升上，乃曰“飞金晶入脑中”，以补泥丸之宫，自上复下，降而入下田，乃曰“金液还丹”。既还下田复升，遍满四体，前复上升，乃曰“金液炼形”，是亦金生于土之说也。

凡欲炼形飞金晶者，当在静室中，切禁风日，遥焚香，密启三清上圣：“臣所愿长生在世，传行大道，演化告人，当先自行炼形之法，欲得不畏寒暑，绝啖谷食，逃于阴阳之外。”咒毕，乃咽之。

真诀曰：背后尾闾穴曰“下关”，夹脊曰“中关”，脑后曰“上关”。始飞金晶以通三关。

肾比地，心比天，上到顶以比九天。玉液炼形，自心至顶以通九天。三百日大药就，胎仙圆，而真气生。前起则行玉液炼形之旧道，后起则行飞金晶之旧道，金晶玉液，行功见验。自坎卦为始，后起一升入顶，以双手微闭双耳，内观如法。微咽于津，乃以舌抵定牙关，下闭玉池，以待上腭之津下而方咽。咽毕复起，至艮卦为期。春冬两起一咽，秋夏五起一咽。凡一咽数，秋夏不过五十数，春冬不过百数。自后咽罢，升身前起，以满头面，四肢手指，气盛方止。再起再升，至离卦为期，凡此后起咽津，乃曰“金液还丹”。还丹之后，而复前起，乃曰“金液炼形”。自艮卦之后，炼形至离卦方止。兑卦勒阳关，至乾卦方止。以后起到顶，自上而下，号曰“金液还丹”。金丹之气前起，自下而上，曰“金液炼形”。形显琪树金花，若以金液还丹，未到下元，而前后俱起，乃曰“火起焚身”，此是金液还丹炼形。既前后俱起，兼了焚身，凡行此等，切须谨节苦志，而不懈

息,以见验为度也。?

道要曰:“起后终宵闭耳,随时对饮金波;宴到青州方住,日西又听阳歌。”

解曰:“起后终宵闭耳”者,为行金液还丹,须是肘后飞金晶,一撞三关,其气才起,急须双手闭耳,耳是肾波之门,恐泄肾气于外,而不入脑中。“随时对饮金波”者,既觉气入脑中,即便依前法点头曲项,退舌尖近柱上腭,清甘之水有奇异之验,甘若密味之甜也。当艮卦飞金晶一咽,至震卦方止。“青州”乃震卦也。“日西”,兑卦也。“又听阳歌”者,自兑卦勒阳关,直到乾卦,日用离卦,不必采药也。

又曰:“饮罢终宵火起,前升后举焚身;虽是不拘年月,日中自有乾坤。”

解曰:此一诀是金液炼形之法也。“饮罢终宵火起”者,依前法金液还丹,而艮卦炼形,是起火也。“前升后举”,飞金晶而起火也。凡玉液炼形之时,先后起金晶入顶,次还丹而复前升之以炼形,是比金液炼形之法不同也。当其飞金晶而起火入顶,便前起而炼形。前后俱起,名曰“焚身”。火起而行还丹,须依四时加减之数行之。此法不拘年月日时,但以谨节专一,幽居绝迹可也。“日中自有乾坤”,盖午前烧乾,午后烧坤。以人身前后言之,肚腹为坤,而背后为乾。午前烧乾者,为肘后飞金晶,前起炼形也。午后烧坤者,自兑卦勒阳关,至乾卦方止故也。

直解曰:金液,肺液也。含龙虎而入下田,则大药将成,谓之“金液”。肘后抽之入脑,自上复降下田,则曰“还丹”。又复前升,遍满四体,自下而上,则曰“炼形”,亦谓之“炼形成气”。

此须于玉液还丹炼形见验正当,方以谨节幽居,焚香而行此

法。金液还丹而相次炼形勒阳关，如是一年外，方得焚身。焚身即是坎卦前炼形。以人身前后言之，肚腹为坤，背后为乾。焚身午前烧乾飞金晶，午后烧坤勒阳关。凡烧乾自下而上，前后俱起。冬夏三日或五日，而行既济之法，以防太过。使金丹之有润，乃焚身起火中咽也，见验方止。内志清高以合太虚，魂神不游以绝梦寐；阳精成体，神府坚固，四时不畏寒暑，神彩变移容仪；常人对面，虽彼富贵之徒，亦闻腥秽，盖其凡骨俗体也。功行满足，密授三清真箓；阴阳变化，人事灾福，神灵皆能预知；触目尘凡，心绝万境；真气充满，口绝饮食，异气透出金色，仙肌可比玉蕊；去留之处，当所神祇自来相见，驱出招呼，一如己意；真气纯阳，何干外汞？上件金液还丹，还丹之后，金液炼形之验也。

以上乃长生不死之诀。右中乘三门，系地仙。

大乘超凡入圣法三门 卷下

朝元第八

金诰曰：一气初判，大道有形而列二仪。二仪定位，大道有名而分五帝。五帝异地，各守一方。五方异气，各守一子：青帝之子甲乙受之，天真木德之九气；赤帝之子丙丁受之，天真火德之三气；白帝之子庚辛受之，天真金德之七气；黑帝之子壬癸受之，天真水德之五气；黄帝之子戊己受之，天真土德之一气。自一气生真，一

真一因土出,故万物生成在土,五行生成在一。真元之道,皆一气而生也。

玉书曰:一三五七九,道之分而有数;金木水火土,道之变而有象;东西南北中,道之列而有位;青白赤黄黑,道之散而有质。数归于无数,象反于无象,位至于无位,质还于无质。欲道之无数,不分之则无数矣;欲道之无象,不变之则无象矣;欲道之无位,不列之则无位矣;欲道之无质,不散之则无质矣。无数道之源也,无象道之本也,无位道之真也,无质道之妙也。

真原曰:道源既判,降本流末。悟其真者,因真修真,内真而外真自应矣!识其妙者,因妙造妙,内妙而外妙自应矣!天地得道之真,其真未应,故未免乎有位。天地得道之妙,其妙未应,故未免乎有质。有质则有象可求,有位则有数可推。天地之间,万物之内,最贵惟人。即天地之有象可求,故知其质气与水也;即天地之有数可推,故知其位远与近也。审乎如是,而道亦不远于人也。

比喻曰:天地有五帝,比人之有五脏也。青帝甲乙木,甲为阳,乙为阴,比肝之气与液也;黑帝壬癸水,壬为阳,癸为阴,比肾之气与液也;黄帝戊己土,戊为阳,己为阴,比脾之气与液也;赤帝丙丁火,丙为阳,丁为阴,比心之气与液也;白帝庚辛金,庚为阳,辛为阴,比肺之气与液也。凡春夏秋冬之时不同,而心肺肝肾之旺有月。

真诀曰:凡春三月肝气旺。肝旺者,以父母真气,随天度运而在肝。若遇木日,甲乙克土。于辰戌丑未之时,依时起火炼脾气。余日兑卦时,损金以耗肺气,是时不可下功也。坎卦时,依法起火炼肾气。震卦时入室,多入少出,息住为上,久闭次之,数至一千息为度。当时内观如法,一任冥心闭目,青色自见。渐渐升身,以入

泥丸，自寅至辰以满震卦。一千息以上尤佳，以息息渐微为度，如息住不需连数。

凡夏三月心气旺。气旺者，以父母真气，随天度运而在心。若遇火日，丙丁克金。于兑卦时，依法起火炼肺气。余日坎卦时，损水以耗肾气，是时不可下功也。震卦时，依法起火炼肝气。离卦时入室，依前行持，赤色自见。渐渐升身以入泥丸，自巳至未以满离卦。一千息以上尤佳，其说如前。

凡秋三月肺气旺。肺旺者，以父母真气，随天度运而在肺。若遇金日，庚辛克木。于震卦时，依法起火炼肝气。余日离卦时，损火以耗心气，是时不可下功也。巽卦时，依法起火炼脾气。兑卦时入室，依前行持，白色自见。渐渐升身以入泥丸，自申至戌以满兑卦。

凡冬三月肾气旺。肾旺者，以父母真气，随天度运而在肾。若遇水日，壬癸克火。于离卦时，依法起火炼心气。余日辰戌丑未时，损土以耗脾气，是时不可下功也。兑卦时，依法起火炼肺气。坎卦时入室，依前行持，黑色自见。渐渐升身以入泥丸，自亥至丑以满坎卦。

解曰：春炼肝千息青气出。春末十八日，不需依前行持，止于定息为法，终日静坐以养脾，而炼己之真气。乃可坎卦，起火炼肾，恐耗其真气。

夏炼心千息赤气出。夏末十八日，不需依前行持，止于定息为法，终日静坐，其炼如前。乃可震卦时，起火如前。

秋炼肝千息白气出。秋末十八日，不需依前行持，止于定息为法，终日静坐，养炼如前。乃可巽卦时，起火如前。

冬炼肾千息黑气出。冬末十八日，不需依前行持，止于定息为

法，终日静坐，养炼如前。乃可兑卦时，起火如前，以至黄气成光，默观万道，周匝围身。

凡定息之法，不在强留而紧闭；但绵绵若存，用之不勤，从有入无，使之自住。采药之法，含津握固以压心，使真气不散。凡入室，须闭户孤幽静馆，远鸡犬女子，一切厌触之物。（双目）微开小窍，使明能辨物。勿令风日透气，左右有声。当灰心息虑，事累俱遣，内外凝寂，不以一物介其意。盖以阳神初聚，真气方凝，看待如婴儿，尚未及老，日夕焚香跪拜稽首：“一祝天，二祝天仙，三祝地仙。”三礼既毕，静坐忘机以行此法。仍须前法，节节见效。若以此便为道，但恐徒劳，终不见成。止于阴魄出壳，而为鬼仙。

道要曰：凡行此法，不限年月日时。一依前法，以至见验方止。其气自见，须是谨节不倦，弃绝外事。止于室中用意，测其时候，用二个纯阳小子，或结交门生，交翻往复，供过千日，可了一气。一以夺十，一百日见功，五百日气全，可行内观，然后聚阳神，以入天神，炼神合道，入圣超凡。炼气之验，但觉身体极畅，常仰升腾，丹光透骨，异香满室。次静中外观紫霞满目，顶中下视，金光罩体，奇怪证验不可备纪。

内观第九

金诰曰：大道本无体，寓于气也，道大无外，无物可容；大道本无用，运于物也，其深莫测，无理可究。以体言道，道始有内外之别；以用言道，道始有观见之基。观乎内，而不观乎外，外无不究，而内得明矣；观乎神，而不观乎形，形无不备，而神得见矣。

真原曰：以一心观万物，万物不谓之有余；以万物挠一气，一气

不谓之不足。一气归一心，心不可为物之所夺；一心运一气，气不可为法之所役。心源清彻，一照万破亦不知有物也；气战刚强，万感一息亦不知有法也。物物无物，以还本来之象；法法无法，乃全自得之真。

比喻曰：以象生形，因形立名。有名则推其数，有数则得其理。盖高上虚无，无物可喻。所可比者，如人之修炼。节序无差，成就有次。冲和之气，凝而不散。至虚真性，恬淡无为。神合乎道，归于自然。当此之际，以无心为心，如何谓之应物？以无物为物，如何谓之用法？真乐熙熙，不知己之有身。渐入无为之道，以入希夷之域，斯为人圣超凡之客。

真诀曰：此法合道，有如常说存想之理，又如禅僧入定之时。当择福地置室，跪礼焚香，正坐盘膝，散发披衣，握固存神，冥心闭目。午时前微微升身，起火炼气。午时后微微敛身，聚火烧丹。不拘昼夜，神清气和，自然喜悦。坐中或闻声莫听，见境勿认，物境自散。若认物境，转加魔障。魔障不退，急急向前以身微敛，敛而伸腰，后以胸微偃，偃不伸腰，少待前后火起高升，其身勿动，名曰“焚身”。火退魔障自散于躯外，阴邪不入于壳中，如此三二次已。当想遍天地之间，皆是炎炎之火，火毕清凉，了无一物。但见车马歌舞，轩盖绮罗，富贵繁华，人物欢娱，成队成行。五色云升，如登天界，及到彼中，又见楼台耸翠，院宇徘徊，珍珠金玉，满地不收，花果池亭，莫知其数。须臾异香四起，妓乐之音，嘈嘈杂杂。宾朋满座，水陆俱陈，且笑且语，共贺太平，珍玩之物，互相献受。当此之际，虽然不是阴鬼魔军，亦不得认为好事。盖修真之人，弃绝外事，甘受寂寞。或潜迹江湖之地，或遁身隐僻之隅。绝念忘情，举动有戒。久受劬劳，而历潇洒。一旦功成法立，遍见如此繁华，又不谓

是阴魔,将谓实到天宫。殊不知脱凡胎,在顶中自己天宫之内。因而贪恋,认为实境,不用超脱之法,止于身中,阳神不出,而胎仙不化。乃曰出昏衢之上,为陆地神仙,仅可长生不死而已,不能脱质升仙,而归三岛,以作仙子,到此可惜!学人自当虑:超脱虽难,不可不行也。

道要曰:不无尽法,已减省故也。

超脱第十

金诰曰:道本无也,以有言者非道也;道本虚也,以实言者非道也。既为无体,则问应俱不能矣;既为无象,则视听俱不能矣。以玄微为道,玄微亦不离问答之累;以希夷为道,希夷亦未免视听之累。希夷玄微,尚未为道,则道亦不知其所以然也。

玉书曰:其来有始,而不知大道之始何也?其去有尽,而不知大道之终何也?高高之上虽有上,而不知大道之上,无有穷也!深深之下虽有下,而不知大道之下,无有极也!杳杳莫测名道,随物所得而列等殊,无为之道,莫能穷究也。

真诀曰:超者,超出凡躯而入圣品;脱者,脱去俗胎而为仙子。是神入气胎,气全真性。须是前功节节见验正当,方居清静之室,以入希夷之境。内观认阳神,次起火降魔,焚身聚气,真气升在天官,壳中清净,了无一物。当择幽居,一依内观,三礼既毕,平身不需高升,正坐不需敛伸。闭目冥心,静极朝元之后,身躯如在空中。神气飘然,难为制御。默然内观,明朗不昧,山川秀丽,楼阁依稀,紫气红光,纷纭为阵,祥鸾彩凤,音语如簧。异景繁华,可谓壶中真趣,而洞天别景,逍遥自在,冥然不知有尘世之累。是真空之际,其

气自转,不需用法依时。若见青气出东方,笙簧嘹亮,旌节车马,左右前后,不知多少。须臾南方赤气出,西方白气出,北方黑气出,中央黄气出。五气结聚而为彩云,乐气嘈杂,喜气熙熙。金童玉女,扶拥自身或跨火龙,或乘玄鹤,或跨彩鸾,或骑猛虎,升于空中,自下而上,所遇之处,楼台观宇,不能尽陈,神祇官吏,不可备说。又到一处,女乐万行,官僚班列,如人间帝王之仪,圣贤毕至。当此之时,见之傍若无人,乘驾上升,以至一门,兵卫严肃,而不可犯。左右前后,官僚女乐,留恋不已,终是过门不得。轩盖覆面,自上而下,复入旧居之地。如此上下不厌其数,是调神出壳之法也。积日纯熟,一升而到天宫,一降而还旧处。上下绝无滞碍,乃自下而上。或如登七级宝塔,或如上三层琼楼,其始也,一级而复一级,七级上尽以至顶中,辄不得下视,恐神惊而恋躯不出。既至七级之上,则闭目便跳,如寐如寤,身外有身。形似婴儿,肌肤鲜洁,神采莹然。回视故躯,亦不见有,所见之者,乃如粪堆,又如枯木,憎愧万端,辄不可顿弃而远游。盖其神出未熟,圣气凝结而成。须是再入本躯,往来出入,一任遨游。始乎一步二步,次二里三里。积日纯熟,乃如壮士展臂,可千里万里。而形神壮大,勇气坚固。然后寄凡骸于名山大川之中,从往来应世之外,不与俗类等伦。或行满而受天书,骖鸾乘风,跨虎乘龙,自东自西,以入紫府。先见太微真君,次居下岛。欲升洞天,当传道积行于人间,受天书而升洞天,以为天仙。凡行此法,古今少有成者:盖以功不备而欲行之速,便为此道;或功验未证,止事静坐,欲求超脱;或阴灵不散,出为鬼仙,人不见形,来往去住,终无所归,止于投胎就舍,而夺人躯壳,复得为人;或出入不熟,往来无法,一去一来,无由再入本身,神魂不知所在。乃释子之坐化,道流之尸解也。故行此道,要在前功见验正当,仍择

地筑室，以远一切腥秽之物、臭恶之气、往来之声、女子之色。不止于触其真气，而神亦厌之。既出而复入，入而不出，则形神俱妙，与天地齐年，而浩劫不死。既入而复出，出而不入，如蝉脱蛻，迁神入圣。此乃超凡脱俗，以为真人仙子，而在风尘之外，寄居三岛之洲者也。

道要曰：无无尽法，已灭息矣。

以上超凡入圣之诀，右大乘三门系天仙。

补注：

本单元之见金诰曰：乃指元始天尊说之意。

本单元之见玉书曰：乃指灵宝天尊说之意。

本单元之见真原曰：乃指太上老君说之意。

本单元之见真诀、道要、比喻曰：乃指正阳真人说之意。

附录(二)

钟吕传道集

正阳真人钟离权著

纯阳真人吕洞宾集

华阳真人施肩吾传

论真仙第一

吕曰：人之生也，安而不病，壮而不老，生而不死，何道可致如此？

钟曰：人之生，自父母交会而二气相合，即精血为胎胞；于太初之后而有太质，阴承阳生，气随胎化；三百日形圆，灵光入体，与母分离；自太素之后，已有升降，而长黄芽；五千日气足，其数自满八十一丈；方当十五，乃曰童男。是时阴中阳半，可比东日之光；过此以往，走失元阳，耗散真气，气弱则病老死绝矣。平生愚昧，自损灵光；一世凶顽，时除寿数。所以来生身有等殊，寿有长短，既生复

灭,既灭复生,转转不悟,而世世堕落,则失身于异类,透灵于别壳,至真之根性,不复于人,旁道轮回,永无解脱。或遇真仙至人,与消其罪报,除皮脱壳,再得人身。方在痴暗愚昧之中,积行百劫,升在福地,犹不免饥寒残患,迤邐升迁,渐得完全形貌,尚居奴婢卑贱之中。苟或复作前孽,如立板走丸,再入旁道轮回。

吕曰:生于中国,幸遇太平,衣食稍足,而岁月未迟。爱者安,而嫌者病;贪者生,而怕者死。今日得面尊师,再拜再告,念生死事大,敢望开陈不病不死之理,指教于贫儒乎?

钟曰:人生欲免轮回,不入于异类躯壳,常使其身无病老死苦,顶天立地,负阴抱阳而为人也。为人勿使为鬼,人中修取仙,仙中升取天。

吕曰:人死为鬼,道成为仙。仙一等也,何以仙中升取天乎?

钟曰:仙非一也。纯阴而无阳者,鬼也;纯阳而无阴者,仙也;阴阳相杂者,人也。惟人可以为鬼,可以为仙。少年不修,恣情纵意,病死为鬼。知之修炼,超凡入圣,脱质为仙。仙有五等,法有三成。修持在人,而功成随分也。

吕曰:“法有三成”,而“仙有五等”者,何也?

钟曰:法有三成者,小成、中成、大成之不同也。仙有五等者,鬼仙、人仙、地仙、神仙、天仙之不等,皆是仙也。鬼仙不离于鬼,人仙不离于人,地仙不离于地,神仙不离于神,天仙不离于天。

吕曰:所谓“鬼仙”者何也?

钟曰:鬼仙者,五仙之下一也。阴中超脱,神像不明,鬼关无姓,三山无名。虽不入轮回,又难返蓬瀛,终无所归,止于投胎就舍而已。

吕曰:似此鬼仙,行何术、用何功,而致如此?

钟曰：修持之人，不悟大道，而欲速成。形如槁木，心若死灰，神识内守，一志不散。定中出阴神，乃清灵之鬼，非纯阳之仙。以其一志阴灵不散，故曰鬼仙。虽曰仙，其实鬼也。古今崇释之徒，用功到此，乃曰得道，诚可笑也。

吕曰：所谓“人仙”者，何也？

钟曰：人仙者，五仙之下二也。修真之士，不悟大道，道中得一法，法中得一术，信心苦志，终世不移。五行之气，互交互合，形质且固，八邪之疫，不能为害，多安少病，乃曰人仙。

吕曰：似此人仙，何术何功，而致如此？

钟曰：修持之人，始也或闻大道。业重福薄，一切魔难，遂改初心，止于小成法有功，终身不能改移，四时不能变换。如绝五味者，岂知有六气；忘七情者，岂知有十戒；行漱咽者，哈吐纳之为错；着采补者，笑清净以为愚。好即物以夺天地之气者，不肯休粮。好存想而采日月之精者，不肯导引。孤坐闭息，安知有自然；屈体劳形，不识于无为。采阴取妇人之气，与缩金龟者不同；养阳食女子之乳，与炼丹者不同。以类推究，不可胜数，然而皆是道也，不能全于大道，止于大道中，一法一术，功成安乐，延年而已，故曰人仙。更有一等，悦须臾，厌持久，用功不谨，错时乱日，反成疾病，而不得延年者，世亦多矣。

吕曰：所谓“地仙”者，何也？

钟曰：地仙者，天地之半，神仙之才。不悟大道，止于小成之法。不可见功，唯长生住世，而不死于人间者也。

吕曰：其地仙如何下手？

钟曰：始也法天地升降之理，取日月生成之数。身中用年月，日中用时刻。先要识龙虎，次要配坎离。辨水源清浊，分气候早

晚。收真一，察二仪，列三才，分四象，别五运，定六气，聚七宝，序八卦，行九州。五行颠倒，气传子母，而液行夫妇也。三田反复，烧成丹药，永镇下田。炼形住世，而得长生不死，以作陆地神仙，故曰地仙。

吕曰：所谓“神仙”者，何也？

钟曰：神仙者，地仙厌居尘世，用功不已。关节相连，抽铅添汞，而金精炼顶；玉液还丹，炼形成气，而五气朝元。三阳聚顶，功满忘形，胎仙自化；阴尽阳纯，身外有身，脱质升仙。超凡入圣，谢绝尘俗，以返三山，乃曰神仙。

吕曰：所谓“天仙”者，何也？

钟曰：地仙厌居尘世，用功不已，而得超脱，乃曰神仙。神仙厌居三岛，而传道人间，道上有功，人间有行，功行满足，受天书以返洞天，是曰天仙。既为天仙，若厌居洞天，效职为仙官：下曰水官，中曰地官，上曰天官。于天地有大功，于今古有大行，官官升迁，历任三十六洞天，而返八十一阳天；历任八十一阳天，而返三清虚无自然之界。

吕曰：鬼仙固不可求矣，天仙亦未敢望矣。所谓人仙、地仙、神仙之法，可得闻乎？

钟曰：人仙不出小成法，凡地仙不出中成法，凡神仙不出大成法。此三成之数，其实一也。用法求道，道固不难。以道求仙，仙亦甚易。

吕曰：古今养命之士，非不求长生也，非不求升仙也，然而不得长生升仙者，何也？

钟曰：法不合道，多闻强识，小法旁门，不免于疾病死亡，犹称尸解，迷惑世人，互相推举，致使不闻大道。虽有信心苦志之人，行

持已久，终不见功，节序入于泉下。呜呼！

论大道第二

吕曰：所谓“大道”者，何也？

钟曰：大道无形无名，无问无应。其大无外，其小无内。莫可得而知也，莫可得而行也！

吕曰：古今达士，始也学道，次有道，次得道，次道成，而于尘世入蓬岛，升于洞天，升于阳天，而升三清，是皆道成之士。今日尊师独言道不可得而知，不可得而行，于道独得隐乎？

钟曰：仆于道也，固无隐尔。盖举世奉道之士，止有好道之名，闻大道而无信心，有信心而无苦志，朝为而夕改，坐作而立忘，始乎忧勤，终则懈怠。仆以是言大道难知难行也。

吕曰：大道难知、难行之理如何？

钟曰：以旁门小法，易为见功，互相传授，至死不悟，遂成风俗，败坏大道。有斋戒者、有休粮者、有采气者、有漱咽者、有离妻者、有断味者、有禅定者、有不语者、有存想者、有采阴者、有服气者、有持净者、有息心者、有绝虑者、有开顶者、有缩龟者、有绝迹者、有看读者、有烧炼者、有定息者、有导引者、有吐纳者、有采补者、有布施者、有供养者、有救济者、有入山者、有识性者、有不动者、有受持者。旁门小法，不可备述。至如采日月之华、夺天地之气，心思意想、望结丹砂，屈体劳形、欲求超脱，多人少出，攻病可也；认为真胎息，绝念忘言，养性可也；指作太一含真气，金枪不倒，黄河逆流，养命之下法；形如槁木，心若死灰，集神之小术。奈何古今奉道之士，

苦苦留心,往往挂意。以咽津为药,如何得造化?聚气为丹,如何得停留?指肝为龙,肺为虎,如何得交合?认坎为铅,离为汞,如何得抽添?四时浇灌,望长黄芽;一意不散,欲求大药;差年错月,废日乱时。不识五行根蒂,安知三才造化?寻枝摘叶,迷惑后人。致使大道日远日疏,异端并起而成风俗,以失先师之本意者,良由道听途说、口耳之学,指诀于无知之徒,递相训式,节序而入于泉下,令人寒心。非不欲开陈大道,盖世人业重福薄,不信天机,重财轻命,愿为下鬼。

吕曰:小法旁门,既已知矣,其于大道,可得闻乎?

钟曰:道本无问,问本无应。及乎真原一判,大朴已散。道生一,一生二,二生三。一为体,二为用,三为造化。体用不出于阴阳,造化皆因于交媾。上中下列为三才;天地人共得一道。道生二气,二气生三才,三才生五行,五行生万物。万物之中,最灵最贵者,人也。惟人也,穷万物之理,尽一己之性。穷理尽性以至于命,全命保生以合于道,当与天地齐其坚固,而同得长久。

吕曰:天长地久,亘千古以无穷。人寿百岁,至七十而尚稀。何道之独在于天地,而远于人乎?

钟曰:道不远于人,人自远于道耳。所以远于道者,养命不知法。所以不知法者,下功不识时。所以不识时者,不达天地之机也。

论天地第三

吕曰:所谓“天地之机”,可得闻乎?

钟曰：天地之机，乃天地运用大道，而上下往来，行持不倦，以得长久坚固，未尝轻泄于人也。

吕曰：天地之于道也，如何谓之运用之机？如何谓之行持之机？运用如何起首？行持如何见功？

钟曰：大道既判而有形，因形而有数。天得乾道，以一为体，轻清而在上，所用者，阳也；地得坤道，以二为体，重浊而在下，所用者，阴也。阳升阴降，互相交合。乾坤作用，不失于道。而起首有时，见功有日。

吕曰：天得乾道，所用者阳也。阳主升，何以交于地？地得坤道，所用者阴也。阴主降，何以交于天？天地不交，阴阳如何得合？阴阳不合，乾坤如何作用？乾坤既无作用，虽有起首之时、见功之日，大道如何可得也？

钟曰：天道以乾为体，阳为用，积气在上；地道以坤为体，阴为用，积水在下。天之行道，以乾索于坤。一索之而为长男，长男曰震；再索之而为中男，中男曰坎；三索之而为少男，少男曰艮。是此天交于地，以乾道索坤道，而生三阳。及乎地之行道，以坤索于乾。一索之而为长女，长女曰巽；再索之而为中女，中女曰离；三索之而为少女，少女曰兑。是此地交于天，以坤道索乾道，而生三阴。三阳交合于三阴而万物生，三阴交合于三阳而万物成。天地交合，本以乾坤相索，而运行于道。乾坤相索而生六气，六气交合而分五行，五行交合而生成万物。方其乾道下行，三索既终，其阳复升，阳中藏阴，上还于天；坤道上行，三索既终，其阴复降，阴中藏阳，下还于地。阳中藏阴，其阴不消，乃曰真阴。真阴到天，因阳而生，所以阴自天降，阴中能无阳乎？阴中藏阳，其阳不灭，乃曰真阳。真阳到地，因阴而发，所以阳自地升，阳中能无阴乎？阳中藏阴，其阴不

消,复到于地;阴中藏阳,其阳不灭,复到于天。周而复始,运行不已。交合不失于道,所以长久坚固者如此。

吕曰:天地之机,运行于道,而得长久,乃天地作用之功也。惟人也,虽有聪明之性,留心于清静,欲奉行大道,小则安乐延年,中则长生不死,大则脱质升仙。如何作用,运行大道,法动天机,而亦得长久坚固,浩劫长存?

钟曰:大道无形,因彼之所得而为形;大道无名,因彼之所有而为名。天地得之,而曰“乾道坤道”;日月得之,而曰“阴道阳道”。人得之朝廷,则曰“君臣之道”;闺门则曰“夫妇之道”;乡党则曰“长幼之道”;庠序则曰“朋友之道”;室家则曰“父子之道”。是见于外者,莫不有道也。至于父母交会,其父则阳先进,而阴后行,以真气接真水,心火与肾水相交,炼为精华,精华既出,逢母之阴,先进以水,涤荡于无用之处;逢母之阳,先进以血,承受于子宫之前。精血为胞胎,包含真气,而入母子宫,积日累月,真气造化成人,如天地行道,乾坤相索,而生三阴三阳。真气为阳,真水为阴。阳藏水中,阴藏气中。气主于升,气中有真水;水主于降,水中有真气。真水乃真阴也,真气乃真阳也。真阳随水下行,如乾索于坤:上曰“震”,中曰“坎”,下曰“艮”。以人比之,以中为度,自上而下,震为肝,坎为肾,艮为膀胱;真阴随气上行,如坤索于乾:下曰“巽”,中曰“离”,上曰“兑”。以人比之,以中为度,自下而上,巽为胆,离为心,兑为肺。形象既备,数足离母。既生之后,元阳在肾。因元阳而生真气,真气朝心;因真气而生真液,真液還元。上下往复,若无亏损,自可延年。如知时候无差,抽添有度,自可长生;若造作无倦,修持不已,阴尽阳纯,自可超凡入圣。此乃天机深造之理,古今不传之事。公若信心而无犹豫,名利若枷杻,恩爱如寇仇,避疾病若怕死

亡之难，防失身于别壳，虑透灵于异类。委有清静之志，当且杜其根源，无使走失元阳，耗散真气。气盛而魂中无阴，阳壮而魄中有气；一升一降，取法无出乎天地；一盛一衰，往来亦似于日月。

论日月第四

吕曰：天地之理，亦粗知矣。日月之躔度交合，于人可得比乎？愿闻其说。

钟曰：大道无形，生育天地；大道无名，运行日月。日月者，太阳、太阳之精，默纪天地交合之度，助行生成万物之功。东西出没，以分昼夜；南北往来，以定寒暑。昼夜不息，寒暑相催。而魄中生魂，魂中生魄。进退有时，不失乾坤之数；往来有度，无差天地之期。

吕曰：东西出没，以分昼夜，何也？

钟曰：混沌初分，玄黄定位。天地之状，其形如卵。六合于中，其圆如球。日月出没，运行于一天之上、一地之下。上下东西，周行如轮。凡日东出而西未没为昼，西没而东未出为夜，此日之出没以分昼夜也。若月之出没，不同于日。载魄于西，受魄于东，光照于夜，而魂藏于昼，积日累时，或出或没，自西而东。其始也魄中生魂，状若弯弓，初夜而光照于西；其次也魄中魂半，时应上弦，初夜而光照于南；其次魄中魂满，与日相望，初夜而光照于东；其次也魂中生魄，状如缺镜，初昼而魂藏于西；其次也魂中魄半，时应下弦，初昼而魄藏于南；其次魂中魄满，与日相背，初昼而魄藏于东。此月之出没以分昼夜也。

吕曰：南北往来，以定寒暑者，何也？钟曰：冬至之后，日出辰初五十分，日没申末五十分。过此以往，出没自南而北，以夏至为期。夏至之后，日出寅末五十分，日没戌初五十分。过此以往，出没自北而南，以冬至为期。自南而北，以冬至至夏，乃寒为暑也。自北而南，以夏至至冬，乃暑为寒也。夏之日，乃冬之夜也；冬之日，乃夏之夜也。冬至之后，月出自北而南，比于夏之日也；夏至之后，月出自南而北，比于冬之日也。此日月之往来，以定寒暑者也。

吕曰：天地之机，阴阳升降，正与人之行持无二等。若日月之出没，往来交合躔度，于人可得比乎？

钟曰：天地之机，在于阴阳之升降，一升一降，太极相生，相生相成，周而复始，不失于道，而得长久。修持之士，若取法于天地，自可长生而不死，若比日月之躔度，往来交合，止于月受日魂，以阳变阴。阴尽阳纯，月华莹净。消除暗魄，如日之光辉，照耀于下土。当此时，如人之修炼，以气成神脱质升仙，炼就纯阳之体也。

吕曰：修真奉道之士，其于天地阴阳升降之理、日月精华交合之度，下手用功，于二者何先？

钟曰：始也法效天机，用阴阳升降之理，使真水真火，合而为一，炼成丹药，永镇丹田，浩劫不死，而寿齐天地。如厌居尘世，用功不已，当取日月之交会，以阳炼阴，使阴不生；以气养神，使神不散。五气朝元，三花聚顶，谢绝俗流，以归三岛。

吕曰：若此之功验，深达旨趣，所患不得时节耳！

钟曰：天地之阴阳升降，一年一交合。日月之精华往来，一月一交合。人之气液，一昼夜一交合。

论四时第五

吕曰：天地日月之交合，年月日时，可得闻乎？

钟曰：凡四时有等：人寿百岁，一岁至三十，乃少壮之时，三十至六十，乃长大之时，六十至九十，乃老耄之时，九十至百岁，或百二十岁，乃衰败之时，此身中之时，一等也；若以十二辰为一日，五日为一候，三候为一气，三气为一节，二节为一时，时有春夏秋冬。时当春也，阴中阳半，其气变寒为温，乃春之时也；时当夏也，阳中有阳，其气变温为热，乃夏之时也；时当秋也，阳中阴半，其气变热为凉，乃秋之时也；时当冬也，阴中有阴，其气变凉为寒，乃冬之时也。此年中之时，二等也；若以律中起吕，吕中起律，凡一月三十日，三百六十辰，三千刻，一十八万分。月旦至上弦，阴中阳半；自上弦至月望，阳中阳；自月望至下弦，阳中阴半；自下弦至晦朔，阴中阴。此日月中之时，三等也；若以六十分为一刻，八刻二十分为一时，一时半为一卦，其言卦定八方，论其正分四位。自子至卯，阴中阳半，以太阴中起少阳；自卯至午，阳中有阳，纯少阳而起太阳；自午至酉，阳中阴半，以太阳中起少阴；自酉至子，阴中有阴，纯少阴而起太阴。此日中之时，四等也。

难得而易失者，身中之时也；去速而来迟者，年中之月也；急于电光，速如石火者，日中之辰也。积日为月，积月为岁。岁月蹉跎，年光迅速，贪名求利而妄心未除，爱子怜孙而恩情又起，纵得回心向道，无奈年老气衰，如春雪秋花，止有时间之景；夕阳晓月，应无久远之光。奉道之士，难得者，身中之时也。

艳阳媚景，百卉芬芳；水榭危楼，清风快意；月夜闲谈，雪天对饮；恣纵无穷之乐，消磨有限之时；纵得回心向道，须是疾病缠身，如破舟未济，谁无求救之心？漏屋重完，忍绝再修之意？奉道之士，虚过者，年中之时也。

邻鸡未唱而出户嫌迟，街鼓遍闻而归家恨早。贪痴争肯暂休，妄想惟忧不足！满堂金玉，病来着甚抵当？一眼儿孙，气断谁能替换？晓夜不停，世人莫悟。奉道之士，可惜者，日中之时也。

吕曰：身中之时，年中之时，月中之时，日中之时，皆是时也。尊师独以身中之时为难得，又以日中之时，为可惜者，何也？

钟曰：奉道者难得少年。少年者，根元完固，凡事易于见功，止千日而可大成。奉道者又难得中年，中年修持，先补益完备，次下手进功，始也返老还童，后即超凡入圣。若少年不悟，中年不省，或因灾难而留心清静，或因病疾而志在希夷。晚年修持，先论救护，次说补益，然后自小成法积功，以至中成；中成法积功，止于返老还童，炼形住世。然而五气不能朝元，三阳难为聚顶，脱质升仙，无缘得成。是难得者，身中之时也。

吕曰：身中之时，固知难得矣。日中之时，可惜者何也？

钟曰：人之一日，如日月之一月，如天地之一年。大道生育天地，天地分位，上下相去八万四千里。冬至之后，地中阳升，凡一气十五日，上进七千里，计一百八十日，阳升到天，太极生阴；夏至之后，天中阴降，凡一气十五日，下进七千里，计一百八十日，阴降到地，太极复生阳。周而复始，运行不已，而不失于道，所以长久运行日月。日月成形，周围各得八百四十里；月旦之后，六中起九，凡一日计十二时，魄中魂进七十里；凡十五日，计一百八十时，魄中魂进八百四十里；月望之后，九中起六，凡一日计十二时，魂中魄进七十

里；凡十五日，计一百八十时，魂中魄进八百四十里。周而复始，运行不已，而不失于道，所以坚固大道，长养万物。

万物之中，最灵最贵者，人也。人之心肾，上下相远八寸四分，阴阳升降，与天地无二等；气中生液，液中生气，气液相生，与日月可同途。

天地以乾坤相索，而阴阳升降，一年一交合，不失于道，一年之后有一年；日月以魂魄相生，而精华往来，一月一交合，不失于道，一月之后有一月。

人之交合，虽在一昼一夜，不知交合之时，又无采取之法；损时又不解补，益时又不解收；阴交时不解养阳，阳交时不解炼阴；月中不知损益，日中又无行持；过了一年无一年，过了一日无一日。当风卧湿，冒暑涉寒，不肯修持，而甘心受病，虚过时光，而端坐候死。

吕曰：奉道之人，非不知年光虚度，岁月蹉跎，疾病缠身，死限将至。盖修炼不知法，行持不知时，以致阴阳交合有差，时月行持不准。

钟曰：身中用年，年中用月，月中用日，日中用时。盖以五脏之气，月上有盛衰，日上有进退，时上有交合，运行五度，而气传六候。金木水火土分列无差，东西南北中生成有数，炼精生真气，炼气合阳神，炼神合大道。

论五行第六

吕曰：所谓“五脏之气”，曰“金木水火土”；所谓“五行之位”，曰“东西南北中”。如何得相生相成，而交合有时乎？采取有时乎？

愿闻其说。

钟曰：大道既判而生天地，天地既分而列五帝：东曰“青帝”，行春令，于阴中起阳，使万物生；南曰“赤帝”，行夏令，于阳中升阳，使万物长；西曰“白帝”，行秋令，于阳中起阴，使万物成；北曰“黑帝”，行冬令，于阴中进阴，使万物死。四时各九十日，每时下十八日，“黄帝”主之。若于春时，助成青帝而发生；若于夏时，接序赤帝而长育；若于秋时，资益白帝而结立；若于冬时，制摄黑帝而严示。五帝分治，各主七十二日，合三百六十日，而为一岁，辅弼天地以行道。青帝生子曰“甲乙”，甲乙东方木；赤帝生子曰“丙丁”，丙丁南方火；黄帝生子曰“戊己”，戊己中央土；白帝生子曰“庚辛”，庚辛西方金；黑帝生子曰“壬癸”，壬癸北方水。见于时而为象者：木为青龙，火为朱雀，土为勾陈，金为白虎，水为玄武；见于时而生物者：乙与庚合，春则有榆，青而白，不失金木之色；辛与丙合，秋则有枣，白而赤，不失金火之色；己与甲合，夏末秋初有瓜，青而黄，不失土木之色；丁与壬合，夏则有楮，赤而黑，不失水火之色；癸与戊合，冬则有橘，黑而黄，不失水土之色。以类推求，五帝相交而见于时，生在物者，不可胜数。

吕曰：五行在时若此，在人如何？

钟曰：惟人也，头圆足方，有天地之象；阴降阳升，又有天地之机。肾为水，心为火，肝为木，肺为金，脾为土。若以五行相生：则水生木，木生火，火生土，土生金，金生水。生者为母，受生者为子。若以五行相克：则水克火，火克金，金克木，木克土，土克水。克者为夫，受克者为妻。以子母言之：肾气生肝气，肝气生心气，心气生脾气，脾气生肺气，肺气生肾气。以夫妻言之：肾气克心气，心气克肺气，肺气克肝气，肝气克脾气，脾气克肾气。

肾者，心之夫，肝之母，脾之妻，肺之子；肝者，脾之夫，心之母，肺之妻，肾之子；心者，肺之夫，脾之母，肾之妻，肝之子；肺者，肝之夫，肾之母，心之妻，脾之子；脾者，肾之夫，肺之母，肝之妻，心之子。

心之见于内者为脉，见于外者为色，以舌为门户，受肾之制伏，而驱用于肺，盖夫妻之理如此，得肝则盛，见脾则减，盖子母之理如此；肾之见于内者为骨，见于外者为发，以耳为门户，受脾之制伏，而驱用于心，盖夫妇之理如此，得肺则盛，见肝则减，盖子母之理如此；肝之见于内者为筋，见于外者为爪，以目为门户，受肺之制伏，而驱用于脾，盖夫妇之理如此，见肾则盛，见心则减，盖子母之理如此；肺之见于内者为肤，见于外者为毛，以鼻为门户，受心之制伏，而驱用于肝，盖夫妇之理如此，得脾则盛，见肾则减，盖子母之理如此；脾之见于内者为脏，均养心脾肝肺，见于外者为肉，以唇口为门户，呼吸定往来，受肝之制伏，而驱用于肾，盖夫妇之理如此，得心则盛，见肺则减，盖子母之理如此。此是人之五行，相生相克，而为夫妇子母，传气衰旺，见于此矣。

吕曰：心，火也，如何得火下行？肾，水也，如何得水上升？脾，土也，土在中而承火则盛，莫不下克于水乎？肺，金也，金在上而接火则损，安得有生于水乎？相生者递相间隔，相克者亲近难移，是此五行，自相损克，为之奈何！

钟曰：五行归原，一气接引，元阳升举而生真水，真水造化而生真气，真气造化而生阳神。始以五行定位，而有一夫一妇。肾，水也，水中有金，金本生水，下手时要识水中金。水本嫌土，采药后须得土归水。龙乃肝之象，虎本肺之神，阳龙出于离宫，阴虎生于坎位。五行顺行，气传子母，自子至午，乃曰“阳中生阳”；五行颠倒，

液行夫妇,自午至子,乃曰“阴中炼阳”。阳不得阴不成,到底无阴而不死;阴不得阳不生,到底阴绝而寿长。

吕曰:五行本于阴阳一气,所谓“一气”者何也?

钟曰:一气者,昔父与母交,即以精血造化成形。肾生脾,脾生肝,肝生肺,肺生心,心生小肠,小肠生大肠,大肠生胆,胆生胃,胃生膀胱。是此阴以精血造化成形,其阳止在起首始生之处,一点元阳,乃在二肾。且肾,水也,水中有火,升之为气,因气上升,以朝于心。心,阳也,以阳合阳,太极生阴,乃积气生液,液由心降,因液下降,以还于肾。肝本心之母、肾之子,传导其肾气以至于心;肺本心之妻、肾之母,传导其心液以至于肾。气液升降,如天地之阴阳。肝肺传导,若日月之往复。五行各数也,论其交合生成,乃元阳一气为本,气中生液,液中生气。肾为气之根,心为液之源。

灵根坚固,恍恍惚惚,气中自生真水;心源清洁,杳杳冥冥,液中自有真火。火中识取真龙,水中认取真虎。龙虎相交,而变为黄芽,合就黄芽而结成丹药,乃曰“金丹”。金丹既就,乃曰“神仙”。

吕曰:金丹就而脱质升仙,以返十洲,固可知矣。如何谓之“黄芽”?

钟曰:真龙真虎者是也。

吕曰:“龙虎”者何也?

钟曰:龙非肝也,乃阳龙,阳龙出在离宫真水之中;虎非肺也,乃阴虎,阴虎出在坎位真火之中。

论水火第七

吕曰：人之长生者，炼就金丹。欲炼金丹，先采黄芽。欲得黄芽，须得龙虎。所谓真龙出于离宫，真虎生于坎位。离坎之中有水火，水火者，何也？

钟曰：凡身中以“水”言者，四海、五湖、九江、三岛、华池、瑶池、凤池、天池、玉池、昆池、元潭、阊苑、神水、金波、琼液、玉泉、阳酥、白雪，若此名号，不可备陈。凡身中以“火”言者，君火、臣火、民火而已。三火以元阳为本，而生真气，真气聚而得安，真气弱而成病。若以耗散真气，而走失元阳，元阳尽，纯阴成，元神离体，乃曰“死”矣！

吕曰：人身之中，以一点元阳，兴举三火，三火起于群水众阴之中，易于耗散，而难炎炽。若此阳弱阴盛，火少水多，令人速于衰败，而不得长生，为之奈何也！

钟曰：心为血海，肾为气海，脑为髓海，脾胃乃水谷之海，是此“四海”者如此。五脏各有液，所主之位，东西南北中，是此“五湖”者如此。小肠二丈四尺，而上下九曲，乃曰“九江”；小肠之下，“元潭”之说如此；顶曰“上岛”，心曰“中岛”，肾曰“下岛”，三岛之内根源，“阊苑”之说如此。“华池”在黄庭之下，“瑶池”出丹阙之前，“昆池”上接“玉京”，“天池”正冲内院，“凤池”乃心肺之间，“玉池”在唇齿之内。“神水”生于气中，“金波”降于天上，赤龙住处，自有“琼液”、“玉泉”。凡胎换后，方见“白雪”、“阳酥”。

浇灌有时，以沃炎盛，先曰“玉液”，次曰“金液”，皆可以还丹。

抽添有度,以应沐浴,先曰“中田”,次曰“下田”,皆可以炼形。玉蕊金花,变就黄白之体;醍醐甘露,炼成奇异之香,若此,皆“水”之功效。及夫民火上升,助肾气以生真水;肾火上升,交心液而生真气。小则降魔除病,大则炼质烧丹。用周天则火起焚身,勒阳关则還元炼药。别九州之势以养阳神,烧三尸之累以除阴鬼,上行则一撞三关,下运则消磨七魄,炼形成气而轻举如飞,炼气成神而脱胎如蛻。若此,皆“火”之功效也。

吕曰:始也闻命,所患者火少水多,而易衰败;次听高论,水火有如此之功验。毕竟如何造化,使少者可以胜多,弱者可以致强?

钟曰:二八阴消,九三阳长,赫赤金丹,指日可成。七返九还,而胎仙自化者也。真气在心,心是液之源;元阳在肾,肾是气之海;膀胱为民火,不止于民火,不能为用,而膀胱又为津液之府。若不达天机,罔测玄理,奉道之士,难为造化,不免于疾病死亡者矣。

吕曰:所谓造化,使阳长阴消,金丹可成,而胎仙自化者,何也?

钟曰:人之心肾,相去八寸四分,乃天地定位之比也;气液太极相生,乃阴阳交合之比也;一日十二时,乃一年十二月之比也。心生液,非自生也,因肺液降而心液行,液行夫妇,自上而下,以还下田,乃曰妇还夫宫。肾生气,非自生也,因膀胱气升而肾气行,气行子母,自下而上,以朝中元,乃曰夫返妇室。肝气导引肾气,自下而上,以至于心。心,火也,二气相交,熏蒸于肺,肺液下降,自心而来,皆曰心生液,以液生于心而不耗散,故曰“真水”也。肺液传送心液,自上而下,以至于肾。肾,水也,二水相交,浸润于膀胱,膀胱气上升,自肾而起,皆曰肾生气,以气生于肾而不消磨,故曰“真火”也。真火出于水中,恍恍惚惚,其中有物,视之不可见,取之不可得也;真水出于火中,杳杳冥冥,其中有精,见之不能留,留之不能住

也。

吕曰：肾，水也，水中生气，名曰真火，火中何者为物？心，火也，火中生液，名曰真水，水中何者为精？火中之物，水中之精，既无形状可求，纵求之而又难得，纵得之而又何用？

钟曰：前古上圣，道成不离此，二物交媾而变黄芽，数足胎完，以成丹药，乃真龙、真虎者也。

论龙虎第八

吕曰：龙本肝之象，虎乃肺之神，是此心火之中生液，液为真水，水之中杳杳冥冥而隐真龙，龙不在肝而出自离宫者，何也？是此肾水之中生气，气为真火，火之中恍恍惚惚而藏真虎，虎不在肺而生于坎位者，何也？

钟曰：龙，阳物也，升飞在天，吟而云起，得泽而济万物，在象为青龙，在方为甲乙，在物为木，在时为春，在道为仁，在卦为震，在人身中五脏之内为肝；虎，阴物也，奔走于地，啸而风生，得山而威制百虫，在象为白虎，在方为庚辛，在物为金，在时为秋，在道为义，在卦为兑，在人身五脏之内为肺。且肝，阳也，而在阴位之中，所以肾气传肝气，气行子母，以水生木，肾气足而肝气生，肝气既生，以绝肾之余阴，而纯阳之气上升者也。肺，阴也，而在阳位之中，所以心液传肺液，液行夫妇，以火克金，心液到而肺液生，肺液既生，以绝心之余阳，而纯阴之液下降者也。以其肝属阳，以绝肾之余阴，是以知气过肝时，即为纯阳，纯阳气中，包藏真一之水，恍惚无形，名曰“阳龙”。以其肺属阴，以绝心之余阳，是以知液到肺时，即为纯

阴，纯阴液中，负载正阳之气，杳冥不见，名曰“阴虎”。

气升液降，本不能相交，奈何气中真一之水，见液相合，液中正阳之气，见气自聚。若于传行之时，以法制之，使肾气不走失，气中收取真一之水，心液不耗散，液中采取正阳之气，子母相逢，两相顾恋，日得黍米之大，百日无差药力全，二百日圣胞坚，三百日胎仙完，形若弹丸，色同朱橘，名曰“丹药”，永镇下田，留形住世，浩劫长生，以作陆地神仙。

吕曰：肾水生气，气中有真一之水，名曰阴虎，虎见液相合也；心火生液，液中有正阳之气，名曰阳龙，龙见气相合也。方以类聚，物以群分，理当然也。气生时，液亦降，气中真一之水，莫不随液而下传于五脏乎！液生时，气亦升，液中正阳之气，莫不随气而上出于重楼乎！真水随液下行，虎不能交龙；真阳随气上升，龙不能交虎。龙虎不交，安得黄芽？黄芽既无，安得大药？

钟曰：肾气既生，如太阳之出海，雾露不能蔽其光；液下如疏帘，安足以胜其气？气壮则真一之水自盛矣。心液既生，如严天之杀物，呼呵不能敌其寒；气升如翠幕，安足以胜其液？液盛则正阳之气，或强或弱，未可必也。

吕曰：气生液生各有时：时生气也，气盛则真一之水自盛；时生液也，液盛则正阳之气亦盛。盛衰未知，何也？

钟曰：肾气易为耗散，难得者真虎；心液难为积聚，易失者真龙。丹经万卷，议论不出阴阳；阴阳两事，精粹无非龙虎。奉道之士，万中识者一二。或以多闻广记，虽知龙虎之理，不识交合之时，不知采取之法。所以今古达士，皓首修持，止于小成，累代延年，不闻超脱，盖以不能交媾于龙虎，采黄芽而成丹药。

论丹药第九

吕曰：龙虎之理，既已知矣，所谓“金丹大药”，可得闻乎？

钟曰：所谓“药”者，可以疗病。凡病有三等：当风卧湿，冒暑涉寒，劳逸过度，饥饱失时，非次不安，则曰患矣，患为时病；及夫不肯修持，恣情纵意，散失元阳，耗损真气，年高憔悴，则曰老矣，老为年病；及夫气尽体空，魂消神散，长吁一声，四大无主，体卧荒郊，则曰死矣，死为身病。且时之有病，以春夏秋冬，运行于寒暑温凉。阳太过而阴不足，当以凉治之也；阴太过而阳不足，当以温治之也。老者多冷而幼者多热，肥者多涎而羸者多积；男子病生于气，妇人患本于血。补其虚而取其实，保其弱而损其余，小则针灸，甚则药餌。虽有非次不安，而时之有患，委于明士良医，对病服食，悉得保愈。然而老病如何医？死病如何治？洗肠补肉，古之善医者也，面皱发白以返童颜，无人得会！换顶续肢，古之善医者也，留形住世以得长生，无人得会！

吕曰：非次不安，因时成病，良医名药，固可恃矣。虚败年老之病、气尽命终之苦，如何治之？莫有药乎？

钟曰：凡病有三等，时病以草木之药疗之自愈。身病、年病，所治之药而有二等：一曰“内丹”，次曰“外丹”。

吕曰：外丹者何也？

钟曰：昔高上元君，传道于人间，指喻天地升降之理，日月往复之宜，自尔丹经满世，世人得闻大道。广成子以教黄帝，黄帝政治之暇，依法行持，久而不见功。广成子以心肾之间而有真气、真水，

气水之间而有真阴、真阳，配合为大药，可比于金石之间而隐至宝。乃于崆峒山中，以内事为法，而炼大丹。八石之中，惟用朱砂，砂中取汞；五金之中，惟用黑铅，铅中取银。汞比阳龙，银为阴虎。以心火如砂之红，肾水如铅之黑。年火随时，不失乾坤之策；月火抽添，自分文武之宜。卓三层之炉，各高九寸，外方内圆；取八方之气，应四时之候。金鼎之象，包藏铅汞，无异于肺液；硫黄为药，合和灵砂，可比于黄婆。三年小成，服之可绝百病；六年中成，服之自可延年；九年大成，服之而升举自如，展臂可千里万里，虽不能返于蓬莱，亦于人世浩劫不死也。

吕曰：历古已来，炼丹者多矣，而见功者少，何也？

钟曰：炼丹不成者有三也。不辨药材真伪，不知火候抽添，将至宝之物，一旦消散于烟焰之中，而为灰尘，废时乱日，终无所成者，一也；药材虽美，不知火候，火候虽知，而乏药材，两不相契，终无所成者，二也；药材优美，火候合宜，年中不差月，月中不差日，加减有数，进退有时，气足丹成，而外行不备，化玄鹤而凌空，无缘而得饵，此不成者，三也。又况药材本天地秀气结实之物，火候乃神仙修持得道之术，三皇之时，黄帝炼丹，九转方成；五帝之后，混元炼丹，三年才就。迨夫战国，凶气凝空，流尸满野，物不能受天地之秀气，而世乏药材，当得法之人，而逃难老死岩谷。丹方仙法，或有竹帛可纪者，久而朽坏，人世不复有矣。若以尘世有药材，秦始皇不求于海岛；若以尘世有丹方，魏伯阳不参于《周易》。或而多闻强识，迷惑后人，万万破家，并无一成，以外求之，亦为误矣。

吕曰：外丹之理，出自广成子，以内事为法，则纵有成就，九年方毕，又况药材难求，丹方难得，到底止能升腾，不见超凡入圣，而返十洲者矣。敢告内药者可得闻乎？

钟曰：外药非不可用也，奉道之人，晚年觉悟，根源不甚坚固。肾者气之根，根不深则叶不茂矣；心者液之源，源不清则流不长矣。必也假五金八石，积日累月，炼成三品，每品三等，乃曰“九品龙虎大丹”，助接其真气，炼形住世，轻举如飞。若以修持内事，识交合之时，知采取之法，胎仙既就，指日可得超脱。彼人不悟，执在外丹，进火加日，服之欲得上升天界，诚可笑也！彼既不究外药之源，今当详陈内丹之理。内丹之药材出于心肾，是人皆有也。内丹之药材本在天地，常日得见也。火候取日月往复之数，修合效夫妇交接之宜，圣胎就而真气生，气中有气，如龙养珠，大药成而阳神出，身外有身，似蝉脱蛻。是此内药，本于龙虎交而变黄芽，黄芽就而分铅汞。

论铅汞第十

吕曰：内药不出龙虎也。虎生于坎宫，气中之水是也；龙出于离宫，水中之气是也。外药取砂中之汞，比于阳龙；用铅中之银，比于阴虎。然而铅汞外药也，何以龙虎交而变黄芽？黄芽就而分铅汞？所谓内药之中，铅汞者，何也？

钟曰：抱天一之质，而为五金之首者，黑铅也。铅以生银，铅乃银之母；感太阳之气，而为众石之首者，朱砂也。砂以生汞，汞乃砂之子。难取者铅中之银，易散者砂中之汞。银汞若相合，锻炼自成至宝。此铅汞之理，见于外者如此。若以内事言之，见于人者，古今议论，差别有殊。取其玄妙之说，本自父母交通之际，精血相合，包藏真气，寄质于母腹纯阴之宫，藏神在阴阳未判之内，三百日胎

完,五千日气足。以五行言之,人身本是精与血,先有水也;以五脏言之,精血为形像,先生肾也。肾中之水,伏藏于受胎之初,父母之真气,真气隐于人之内肾,所谓铅者此也。肾中生气,气中真一之水,名曰真虎,所谓铅中银者此也。肾气传肝气,肝气传心气。心气太极而生液,液中有正阳之气,所谓朱砂者,心液也。所谓汞者,心液之中正阳之气是也。以气中真一之水,顾恋和合于液中正阳之气,积气液为胎胞,传送在黄庭之内,进火无差,胎仙自化。乃比铅银合汞,锻炼成宝者也。

吕曰:在五金之中,铅中取银;于八石之内,砂中出汞。置之鼎器,配之药餌,汞自为砂,而银自为宝。然而在人之铅,如何取银?在人之砂,如何取汞?汞如何作砂,银如何作宝也?

钟曰:铅本父母之真气,合而为一,纯粹而不离,既成形之后,而藏在肾中。二肾相对,同升于气,乃曰元阳之气。气中有水,乃曰真一之水。水随气升,气住水住,气散水散,其水与气,如子母之不相离。善视者,止见于气,不见于水。若以此真一之水,合于心之正阳之气,乃曰龙虎交媾而变黄芽,以黄芽而为大药。大药之材,本以真一之水为胎,内包正阳之气,如昔日父母之真气,即精血为胞胎,造化三百日,胎完气足,形备神来,与母分离,形神既合,合则形生形矣。奉道之人,肾气交心气,气中藏真一之水,负戴正阳之气,以气交真水为胞胎,状同黍米,温养无亏。始也即阴留阳,次以用阳炼阴,气变为精,精变为汞,汞变为砂,砂变为金丹。金丹既成,真气自生,炼气成神,而得超脱,化火龙而出昏衢,骖玄鹤而入蓬岛。

吕曰:以形交形,形合生形;以气合气,气合生气。数不出三百日,分形之后,男女形状之不同,自己丹砂色泽之何似也?

钟曰：父母之形交：父精先进，而母血后行，血包于精而为女，女者内阳而外阴以象母，盖以血在外也。若以母血先进，而父精后行，精包于血而为男。男者内阴而外阳以象父，盖以精在外也。所谓“血”者，本生于心，而无正阳之气。所谓“精”者，本生于肾，而有正阳之气。正阳之气乃汞之本也，即真一之水和合，而入黄庭之中。汞用铅汤煮，铅以汞火煎。铅不得汞，不能发举真一之水，汞不得铅，不能变化纯阳之气。

吕曰：铅在肾中而生元阳之气，气中有真一之水，视之不可见也。铅以得汞，汞有正阳之气，以正阳之气烧炼于铅，铅生气盛，而发举于真一之水，可以上升。然而汞本正阳之气，即真一之水而为胞胎，保送黄庭之中，已是龙虎交媾，阴阳两停，亦以铅汤煮之，莫不阴太过，耗散真阳，安得成大药，而气中生气也？

钟曰：肾气投心气，气极生液，液中有正阳之气，配合真一之水，名曰“龙虎交媾”。日得黍米之大，名曰“金丹大药”，保送黄庭之中。且黄庭者，脾胃之下，膀胱之上，心之北而肾之南，肝之西而肺之东，上清下浊，外应四色，量容二升，路通八水，所得之药，昼夜在其中。

若以采药不进火，药必耗散而不能住；若以进火不采药，阴中阳不能住，止于发举肾气，壮暖下元而已。若以采药有时，而进火有数，必先于铅中作用，借气进火，使大药坚固，永镇下田，名曰“采补之法”，而炼汞补丹田，延年益寿，可为地仙。若以采药而以元铅抽之，于肘后飞金晶。既抽铅，须添汞；不添汞，徒以还精补脑，而真气如何得生？真气不生，阳神如何得就也？既添汞，须抽铅；不抽铅，徒以炼汞补丹田，汞如何变砂？砂既不变，而金丹如何得就？

论抽添第十一

吕曰：采药必赖气中之水，进火须借铅中之气，到底抽铅方成大药，若以添汞，上可以补丹田，所谓“抽添之理”何也？

钟曰：昔者上圣，传道于人间，以太古之民，淳而复朴，冥然无知，不可得闻大道。指喻于天地阴阳升降之宜，交换于温凉寒暑之气，而节候有期，一年数足，周而复始，不失于道，天地所以长久。不虑人之不知，而罔于大理，蔽在一隅，比说于日月精华往来之理，进退在旦望弦朔之时，而出没无差。一月数足，运行不已，不失于道，日月所以长久。

奈何寒往暑来，暑往寒来，世人不悟天地升降之宜；月圆复缺，月缺复圆，世人不悟日月往来之理。恣纵无穷之欲，消磨有限之时。富贵奢华，算来装点浮生之梦；恩爱愁烦，到底做下来生之债；歌声未绝，而苦恼早来；名利正浓，而红颜已去。贪财黷货，将谓万劫长存；爱子怜孙，指望永生同聚；贪痴不息，妄想长生，而耗散元阳，走失真气，直待恶病缠身，方是歇心之日，大限临头，才为下手之时。

真仙上圣，悯其如此轮回，已而仍归堕落，深欲世人明悟大道，比于天地日月之长久，始也备说天地阴阳升降之理，次比喻日月精华往来之理，彼犹不达天机，罔测玄妙，以内药比外药，以无情说有情。无情者金石，金石者外药也；有情者气液，气液者内药也。大之天地，明之日月，外之金石，内之气液，既采须添，既添须抽，抽添之理，乃造化之本也。

且冬至之后，阳升于地，地抽其阴，太阴抽而为厥阴，少阳添而为阳明，厥阴抽而为少阴，阳明添而为太阳，不然无寒而变温、温而变热者也。夏至之后，阴降于天，天抽其阳，太阳抽而为阳明，少阴添而为厥阴，阳明抽而为少阳，厥阴添而为太阴，不然无热而变凉、凉而变寒者也。是以天地阴阳升降而变六气，其抽添之验也。若以月受日魂，日变月魄，前十五日，月抽其魄，而日添其魂，精华已满，光照上下，不然无初生而变上弦、上弦而变月望者也；若以月还阴魄，日收阳精，后十五日，日抽其魂，而月添其魄，光照已谢，阴魄已足，不然无月望而变下弦、下弦而变晦朔者也。是此日月往复而变九六，其抽添之验也。

世人不达天机，罔测玄理，真仙上圣，以人心所爱者无病长生，将金石炼大丹，以人心所好者黄金白银，将铅汞成至宝，本欲世人悟其大理，无情之金石，火候无差，抽添有数，尚可延年益寿，若以己身有情之正阳之气、真一之水，知交合之时，明采取之法，积日累月，气中有气，炼气成神，以得超脱，莫不为今古难得之事，人间天上，少得解悟，当以志心行持，而弃绝外事，效天地日月长久，诱劝迷徒，留心于道，故有外药之说。今古圣贤，或面陈说。得闻于世，世人又且不悟，欺己罔人，以失先师之本意，将砂取汞，以汞点铅，即铅干汞，用汞变铜，不顾身命，狂求财货，互相推举，以好道为名，其实好利，而志在黄白之术。先圣上仙，不得已而随缘设化，对物教人，而有铅汞之说，比喻于内事。且铅汞自出金石，金石无情之物，尚有造化而成宝，若以有情自己所出之物，如铅汞之作用，莫不亦有造化，既有造化，莫不胜彼黄白之物也。奉道之士，当以深究之，而勿执在外丹与丹灶之术。且夫人之铅也，乃天地之始。因太始而有太质，为万物之母，因太质而有太素，其体也，为水中之金，

其用也，为火中之水，五行之祖，而大道之本也。既以采药为添汞，添汞须抽铅，所以抽添非在外也。自下田入上田，名曰“肘后飞金晶”，又曰“起河车而走龙虎”，又曰“还精补脑”，而长生不死。铅既后抽，汞自中降，以中田还下田，始以龙虎交媾而变黄芽，是五行颠倒，此以抽铅添汞而养胎仙，是三田返复。五行不颠倒，龙虎不交媾，三田不返复，胎仙不气足。抽铅添汞，一百日药力全，二百日圣胎坚，三百日胎仙完而真气生。真气既生，炼气成神，功满忘形，而胎仙自化，乃曰“神仙”。

吕曰：出于金石者外铅、外汞，抽添可以为宝；出于己身肾中所藏父母之真气而为铅，真一、正阳所合之药而为汞，抽添可以生神。所谓真铅、真汞，亦有抽添乎？

钟曰：始也得汞须用铅，用铅终是错，故以抽之而入上宫，元气不传，还精入脑，日得之汞，阴尽阳纯，精变为砂，而砂变为金，乃曰真铅。真铅者，自身之真气合而得之也。真铅生真气之中，气中真一之水，五气朝元，而三阳聚顶。

昔者金精下入丹田，升之炼形而体骨金色，此者真铅，升之内府而体出白光。自下而上，自上而下，还丹炼形，皆金精往复之功也；自前而后，自后而前，焚身合气，皆真气造化之功也。若以不抽不添，止于日用采药进火，安有如此之功验！

吕曰：凡抽之添之，如何得上下有度、前后无差？

钟曰：可升之时不可降，可抽之时不可添。上下往来，无差毫厘，河车之力也。

论河车第十二

吕曰：所谓“河车”者，何也？

钟曰：昔有志智人，观浮云蔽日，可以取阴而作盖；观落叶浮波，可以载物而作舟；观飘蓬随风往来，运转而不已，退而作车。且车之为物，盖軫有天地之象，轮毂如日月之比。高道之士，取喻于车，夫车行于地而转于陆，今曰河车者，亦有说矣。

盖人身之中，阳少阴多，言水之处甚众。车则取意于搬运，河乃主象于多阴，故此河车不行于地，而行于水。自上而下，或后或前。驾载于八琼之内，驱驰于四海之中。升天则上入昆仑，既济则下奔凤阙。运载元阳，直入于离宫；搬负真气，曲归于寿府。往来九州，无时暂停；巡历三田，何时休息！龙虎既交，令黄婆驾入黄庭。铅汞才分，委金男搬入金阙。玉泉千派，运时止半日功夫；金液一壶，搬过只片时功迹。五行非此车搬运也，难得生成；一气非此车搬运也，岂能交会？应节顺时而下功，必假此车而搬之，方能有验；养阳炼阴而立事，必假此车而搬之，始得无差。乾坤未纯，其或阴阳而往来之，是此车之功也；宇宙未周，其或气血而交通之，是此车之功也。自外而内，运天地纯粹之气，而接引本宫之元阳；自凡而圣，运阴阳真正之气，而补炼本体之元神。其功不可以备纪。

吕曰：河车如此妙用，敢问河车之理，毕竟人身之中，何物而为之？既得之而如何运用？

钟曰：河车者，起于北方正水之中。肾藏真气，真气所生之正气，乃曰河车。河车作用，今古罕闻，真仙秘而不说者也。如乾再

索坤而生坎，坎本水也，水乃阴之精，阳既索于阴，阳返负阴而还位，所过者艮、震、巽，以阳索阴，因阴取阴，搬运入离，承阳而生，是此河车搬阴入于阳宫；及夫坤再索于乾而生离，离本火也，火乃阳之精，阴既索于阳，阴返抱阳而还位，所过者坤、兑、乾，以阴索阳，因阳取阳，搬运入坎，承阴而生，是此河车运阳入于阴宫。及夫采药于九宫之上，得之而下入黄庭；抽铅于曲江之下，搬之而上升内院。玉液、金液本还丹，搬运可以炼形，而使水上行；君火、民火本炼形，搬运可以烧丹，而使火下进。五气朝元，搬运各有时；三花聚顶，搬运各有日。神聚魔多，搬真火以焚身，则三尸绝迹；药就海枯，运霞浆而沐浴，而入水无波。若此，河车之作用也。

吕曰：河车本北方之正气，运转无穷，而负载阴阳，各有成就，所用功不一也。尊师当为细说。

钟曰：五行循环，周而复始，默契颠倒之术，以龙虎相交而变黄芽者，“小河车”也。肘后飞金晶，还晶入泥丸，抽铅添汞而成大药者，“大河车”也。若以龙虎交而变黄芽，铅汞交而成大药，真气生而五气朝中元，阳神就而三神超内院。紫金丹成，常如玄鹤对飞；白玉汞就，镇似火龙涌起；而金光万道，罩俗骨以光辉；琪树一株，现鲜艳而灿烂；或出或入，出入自如；或去或来，往来无碍；搬神入体，且混时流；化圣离俗，以为羽客，乃曰“紫河车”也。是此三车之名，而分上、中、下三成，故曰三成者，言其功之验证，非比夫释教之三乘车，而曰羊车、鹿车、大牛车也。

以道言之，河车之后，更有三车：凡聚火而心行意使，以攻疾病，曰“使者车”；凡既济自上而下，阴阳正合，水火共处，静中闻雷霆之声，而曰“雷车”；若以心为境役，性以情牵，感物而散于真阳之气，自内而外，不知休息，久而气弱体虚，以成衰老，或而八邪五疫，

返以搬入真气，元阳难为抵当，既老且病而死者，曰“破车”。

吕曰：五行颠倒而龙虎相交，则小河车已行矣。三田返复而肘后飞金晶，则大河车将行矣。然而紫河车何日得行焉？

钟曰：修真之士，既闻大道，得遇明师，晓达天地升降之理，日月往来之数，始也匹配阴阳，次则聚散水火，然后采药进火，添汞抽铅，则小河车固当行矣。及夫肘后金晶入顶，黄庭大药渐成，一撞三关，直超内院，后起前收，上补下炼，则大河车固当行矣。及夫金液玉液，还丹而后炼形，炼形而后炼气，炼气而后炼神，炼神合道，方曰道成，以出凡类入仙品，当时乃曰紫河车也。

论还丹第十三

吕曰：炼形成气，炼气成神，炼神合道，未敢闻命，所谓“还丹”者何也？

钟曰：所谓丹者，非色也，红黄不可以致之；所谓丹者，非味也，甘和不可以合之。丹乃丹田也。丹田有三：上田神舍，中田气府，下田精区。精中生气，气在中丹；气中生神，神在上丹；真水真气，合而成精，精在下丹。奉道之士，莫不有三丹，然而气生于肾，未朝于中元，神藏于心，未超于上院，所谓精华不能返合，虽三丹终成无用。

吕曰：玄中有玄，一切之人，莫不有命，命中无精，非我之气也，乃父母之元阳，无精则无气，非我之神也，乃父母之元神。所谓精气神，乃三田之宝，如何可得，常在于上中下三宫也？

钟曰：肾中生气，气中有真一之水，使水复还于下丹，则精养灵

根,气自生矣;心中生液,液中有正阳之气,使气复还于中丹,则气养灵源,神自生矣。集灵为神,合神入道,以还上丹,而后超脱。

吕曰:丹田有上中下,还者既往而有所归,曰“还丹”。还丹之理,奥旨渊微,敢请细说。

钟曰:有小还丹,有大还丹,有七返还丹,有九转还丹,有金液还丹,有玉液还丹,有以下丹还上丹,有以上丹还中丹,有以中丹还下丹,有以阳还阴丹,有以阴还阳丹,不止于名号不同,亦以时候差别,而下手处各异也。

吕曰:所谓小还丹者何也?

钟曰:小还丹者,本自下元。下元者,五脏之主,三田之本。以水生木、木生火、火生土、土生金、金生水,既相生也,不差时候,当生而引未生,如子母之相爱也。以火克金、金克木、木克土、土克水、水克火,既相克也,不失分度,当克而补未克,如夫妇之相合也。气液转行,周而复始。自子至午,阴阳当生;自卯至酉,阴阳当停。凡一昼一夜,复还下丹,循环一次,而曰小还丹也。奉道之士,于中采药进火,以成下丹,良由此矣。

吕曰:小还丹既已知矣,所谓大还丹者何也?

钟曰:龙虎相交而变黄芽,抽铅添汞而成大药。玄武宫中而金晶才起,玉京山下而真气方升,走河车于岭上,灌玉液于中衢,自下田入上田,自上田复下田,后起前来,循环已满,而曰大还丹也。奉道之士,于中起龙虎而飞金晶,养胎仙而生真气,以成中丹,良由此矣。

吕曰:大还丹既已知矣,所谓七返还丹、九转还丹者何也?

钟曰:五行生成之数,五十有五。天一地二、天三地四、天五地六、天七地八、天九地十。一、三、五、七、九,阳也、共二十五;二、

四、六、八、十，阴也，共三十。自肾为始，水一、火二、木三、金四、土五，此则五行生之数也，三阳而二阴；自肾为始，水六、火七、木八、金九、土十，此则五行成之数也，三阴而二阳。

人身之中，共有五行生成之道：水为肾，而肾得一与六也；火为心，而心得二与七矣；木为肝，而肝得三与八矣；金为肺，而肺得四与九矣；土为脾，而脾得五与十矣。每脏各有阴阳，阴以八极而二盛，所以气到肝，而肾之余阴绝矣，气到心，太极而生阴，以二在心而八在肝也。阳以九尽而一盛，所以液到肺，而心之余阳绝矣，液到肾，太极而生阳，以一在肾而九在肺也。

奉道之士，始也交媾龙虎，而采心之正阳之气，正阳之气，乃心之七也。七返中元而入下田，养就胎仙，复还于心，乃曰七返还丹者也。二八阴消，真气生而心无阴，以绝二也；大药就而肝无阴，以绝八也。既二八阴消，而九三阳可长矣。肝以绝阳助于心，则三之肝气盛矣，七既还心以绝肺液，而肺之九转而助心，则九三之阳长矣，是为九转还丹也。

吕曰：七返者，以其心之阳，复还于心，而在中丹；九转者，以其肺之阳，本自心生，转而复还于心，亦在中丹。七返九转，既已知矣，所谓金液玉液，上中下相交，阴与阳往复，而还丹者何也？

钟曰：前贤往圣，多以肺液入下田，而曰金液还丹；心液入下田，曰玉液还丹。此论非不妙矣，然而未尽玄机。盖夫肺生肾，以金生水，金入水中，何得谓之还丹？肾克心，以水克火，水入火中，何得谓之还丹？金液乃肺液也，肺液为胎，胞含龙虎，保送在黄庭之中，大药将成，抽之肘后，飞起其肺液，以入上宫，而下还中丹，自中丹而还下田，故曰“金液还丹”也。玉液乃肾液也，肾液随元气以上升，而朝于心，积之而为金水，举之而满玉池，散而为琼花，炼而

为白雪。若以纳之，自中田而入下田，有药则沐浴胎仙。若以升之，自中田而入四肢，炼形则更迁尘骨，不升不纳，周而复还，故曰“玉液还丹”也。阴极阳生，阳中有真一之水，其水随阳上升，是阴还阳丹者也；阳极阴生，阴中有正阳之气，其气随阴下降，是阳还阴丹者也。补脑炼顶，以下还上；既济浇灌，以上还中；烧丹进火，以中还下；炼质焚身，以下还中。五行颠倒，三田返复，互相交换，以至炼形化气，炼气成神，自下田迁而至中田，自中田迁而至中田，自上田迁而出天门，弃下凡躯，以入圣流仙品，方为三迁功成，自下而上，不复更有还矣。

论炼形第十四

吕曰：还丹既已知矣，所谓“炼形”之理，可得闻乎？

钟曰：人之生也，形与神为表里。神者形之主，形者神之舍。形中之精以生气，气以生神，液中生气，气中生液，乃形中之子母也；水以生木，木以生火，火以生土，土以生金，金以生水，气传子母，而液行夫妇，乃形中之阴阳也。水化为液，液化为血，血化为津，以阴得阳而生也。若以阴阳失宜，则涕泪涎汗横出，而阴失其主矣；气化为精，精化为珠，珠化为汞，汞化为砂，以阳得阴而成也。若以阴阳失宜，则病老死苦，而阳不得成矣。

阴不得阳不生，阳不得阴不成。奉道之士，修阳而不修阴，炼己而不炼物，以己身受气之初，乃父母真气两停，而即精血为胎胞，寄质在母纯阴之宫，阴中生阴，因形造形，胎完气足，而堂堂六尺之躯，皆属阴也，所有一点元阳而已。必欲长生不死，以炼形住世，而

历劫长存，必欲超凡入圣，以炼形化气，而身外有身。

吕曰：形象阴也，阴则有体，以有为无，使形化气，而超凡躯，以入圣品，乃炼形之上法也。

因形留气，以气养形，小则安乐延年，大则留形住世，既老者返老还童，未老者定颜长寿。以三百六十年为一岁，三万六千岁为一劫，三万六千劫为一浩劫，浩浩之劫，不知岁月之几何，而与天地长久，乃炼形验证也。然而炼形之理、造化之机，有如此之验，可得闻乎？

钟曰：人之成形，三百日胎完。既生之后，五千日气足。五尺五寸为本躯，以应五行生成之数，或有大小之形而不齐者，以寸定尺，长短合宜。心之上为九天，肾之下为九地。肾到心八寸四分，心到重楼第一环八寸四分，重楼第一环到顶八寸四分，自肾到顶，凡二尺五寸二分。而元气一日一夜盈满者三百二十度，每度二尺五寸二分，计八十一丈元气，以应九九纯阳之数。心肾相去，以合天地悬隔之宜，自肾到顶共二尺五寸，又按五行五五纯阳之数，故元气随呼而出，既出也荣卫皆通；天地之正气，应时顺节，或交或离，丈尺无穷，随吸而入，既入也经络皆辟。一呼一吸，天地人三才之真气，往来于十二楼前，一往一来，是曰“一息”，昼夜之间，人有一万三千五百息。分而言之：一万三千五百呼，所呼者自己之元气，从中而出；一万三千五百吸，所吸者天地之正气，自外而入。根源牢固，元气不损，呼吸之间，可以夺天地之正气，以气炼气，散满四大，清者荣而浊者卫，悉皆流通，纵者经而横者络，尽得舒畅，寒暑不能为害，劳苦不能为虞，体轻骨健，气爽神清，永保无疆之寿，长为不老之人。苟或根源不固，精竭气弱，上则元气已泄，下则本宫无补，所吸天地之气，浩浩而出，八十一丈元气，九九而损，不为

己之所有，反为天地所取，何能夺于天地之正气！积而阴盛阳衰，气弱而病，气尽而死，复入轮回。

吕曰：元气如何不走失，以炼形质，可夺天地之正气，而得浩劫长存者也？

钟曰：欲战胜者在兵强，欲民安者在国富。所谓兵者，元气也。其兵在内，消形质之阴；其兵在外，夺天地之气。所谓国者，本身也。其身之有象者，丰足而常有余；其身之无形者，坚固而无不足。万户长开，而无一失之虞；一马运行，而有多得之妙。或前或后，乃所以炼质焚身；或上或下，乃所以养阳消阴。烧乾坤自有时辰，煨气液能无日候？以玉液炼形，仗甲龙以升飞，而白雪满于尘肌；以金液炼形，逐雷车而下降，则金光盈于卧室。

吕曰：炼形之理，亦粗知矣，“金液”、“玉液”者何也？

钟曰：金液炼形，则骨体金色，而体出金光，金花片片，而空中自现，乃五气朝元、三阳聚顶，欲超凡体之时，而金丹大就之日；若以玉液炼形，则肌泛阳酥，而形如琪树，琼花玉蕊，更改凡体，而光彩射人，乘风而飞腾自如，形将为气者也。奉道之士，虽知还丹之法，而炼形之功，亦不为小矣。

当玉液还丹，以沐浴胎仙而升之上行，以河车搬于四大，始于肝也。肝受之则光盈于目，而目如点漆；次于心也，心受之则口生灵液，而液为白雪；次于脾也，脾受之则肌若凝脂，而癍痕尽除；次于肺也，肺受之则鼻闻天香，而颜复少年；次于肾也，肾受之则丹还本府，耳中常闻弦管之音，鬓畔永绝斑白之色。若此，玉液之炼形也。及夫金液炼形，不得比此。始还丹而未还，与君火相见，而曰既济；既还丹而复起，与真阴相敌，而曰炼质。土本克水也，若金液在土，使黄帝回光，以合于太阴；火本克金，若金液在火，使赤子同

炉，自生于紫气。于水中起火，在阳里消阴，变金丹于黄庭之内，炼阳神在五气之中。于肝则青气冲，于肺则白色出，于心则赤光现，于肾则黑气升，于脾则黄色起。五气朝于中元，从君火以超内院。

下元阴中之阳，其阳无阴，升而聚在神宫；中元阳中之阳，其阳无生，升而聚在神宫。黄庭大药，阴尽纯阳，升而聚在神宫。五液朝于下元，五气朝于中元，三阳朝于上元。朝元既毕，功满三千，或而鹤舞顶中，或而龙飞身内，但闻嘹亮乐声，又睹仙花乱坠，紫庭盘桓，真香馥郁，三千功满，不为尘世之人，一炷香消，已作蓬瀛之客，乃曰超凡入圣，而脱质升仙者也。

论朝元第十五

吕曰：炼形之理既已知矣，所谓“朝元”者，可得闻乎？

钟曰：大药将就，玉液还丹而沐浴胎仙，真气既生，以冲玉液上升而更改尘骨，而曰玉液炼形；及夫肘后飞起金晶，河车搬入内院，自上而中，自中而下，金液还丹，以炼金砂，而五气朝元，三阳聚顶，乃炼气成神，非止于炼形住世而已。所谓朝元，古今少知，苟或知之，圣贤不说，盖以是乃真仙大成之法，默藏天地不测之机，诚为三清隐秘之事，忘言忘象之玄旨，无问无应之妙理。恐子志不笃而学不专，心不宁而问不切，轻言易语，反增我漏泄圣机之愆，彼此各为无益。

吕曰：始也悟真仙而识大道，次以知时候而达天机，辨水火真原，知龙虎不生肝肺，察抽添大理，审铅汞非是坎离，五行颠倒之术已蒙指教；三田反复之机又谢敷陈，熟晓还丹炼形之理，深知长生

不死之术,然而超凡入圣之原,脱质升仙之道,本于炼气而朝元,所谓朝元,敢告略为指诀。

钟曰:道本无形,及乎太原示朴,上清下浊,合而为一,太朴既分,混沌初判,而为天地。天地之内,东西南北中而列五方,每方各有一帝,每帝各有二子,一为阳而一为阴,乃曰二气,二气相生相成而分五行,五行相生相成而定六气,乃曰三阴三阳。以此推之,如人受胎之初,精气为一,及精气既分而先生二肾,一肾在左,左为玄,玄以升气而上传于肝,一肾在右,右为牝,牝以纳液而下传膀胱,玄牝本乎无中来,以无为有,乃父母之真气,纳于纯阴之地,故曰谷神不死,是谓玄牝,玄牝之门,是为天地根。玄牝二肾也,自肾而生,五脏六腑全焉。其中肝为木,曰甲乙,可比于东方青帝;心为火,曰丙丁,可比于南方赤帝;肺为金,曰庚辛,可比于西方白帝;脾为土,曰戊己,可比于中央黄帝;肾为水,曰壬癸,可比于北方黑帝。人之初生,本无形象,止于一阴一阳,及其胎完而有肠胃,乃分六气,三男三女而已。一气运五行,五行运六气,先识者阴与阳,阳有阴中阳,阴有阳中阴,次识者金、木、水、火、土,而有水中火,火中水,水中金,金中木,木中火,火中土。有人者互相交合,所以二气分而为六气,大道散而为五行。

如冬至之后一阳生,五方之地而阳皆生也,一帝当其行令,而四帝助之,若以春令既行,黑帝不收其令,则寒不能变温,赤帝不备其令,则温不能变热;及夫夏至之后一阴生,五方之天而阴皆降也,一帝当其行令,而四帝助之,若以秋令既行,赤帝不收其令,则热不能变凉,黑帝不备其令,则凉不能变寒。冬至阳生于地,以朝气于天也;夏至阴生于天,以朝气于地也。奉道之士,当深究此理,而日月之间,一阳始生,而五脏之气朝于中元,一阴始生,而五脏之液朝

于下元，阴中之阳、阳中之阳、阴阳之中之阳，三阳上朝内院心神，以返天宫，是皆朝元者也。

吕曰：阳生之时，而五气朝于中元，阴生之时，而五液朝于下元，使阳中之阳、阴中之阳、阴阳之中之阳，以朝上元，若此修持，寻常之士亦有知者，如何得超脱以出尘俗？

钟曰：若元阳之气，以一阳始生之时，上朝中元，是人皆如此，若以积气生液，以一阴始生之时，下朝下元，是人皆如此，若此行持，故不能超脱，然而欲超凡入圣，脱质升仙，当先龙虎交媾而成大药，大药既成而生真气，真气既生，于年中用月，月上定兴衰，月中用日，日上数直事，日中用时，时上定息数，以阳养阳，阳中不得留阴，以阳炼阴，阴中不得散阳。凡以春则肝旺而脾弱，夏则心旺而肺弱，秋则肺旺而肝弱，冬则肾旺而心弱，人以肾为根本，每时一季，脾旺而肾弱，独肾于四时有损，人之多疾病者此也。凡以甲乙在肝直事，防脾气不行；丙丁在心直事，防肺气不行；戊己在脾直事，防肾气不行；庚辛在肺直事，防肝气不行；壬癸在肾直事，防心气不行；一气盛而一气弱，一脏旺而一脏衰，人之多疾病者此也。

凡以心气萌于亥而生于寅，旺于巳而弱于申；肝气萌于申而生于亥，旺于寅而弱于巳；肺气萌于寅而生于巳，旺于申而弱于亥；肾气萌于巳而生于申，旺于亥而弱于寅；脾气春随肝而夏则随心，秋随肺而冬则随肾；人之不知日用，莫晓生旺强弱之时，所以多疾病者此也。

若此日月时，三阳既聚，当炼阴而使阴不生；若此日月时，三阴既聚，当养阳而使阳不散。又况真气既生，以纯阳之气，炼五脏之气，不息而出本色，一举而到天池。始以肾之无阴，而九江无浪；次以肝之无阴，而八关永闭；次以肺之无阴，而金火同炉；次以脾之无

阴,而玉户不开;次以真气上升,四气聚而为一,纵有金液下降,杯水不能胜与薪之火,水火相包,而合之为—。以入神宫,定息内观,一意不散,神识俱妙。静中常闻乐声,如梦非梦,若在虚无之境,风光景物,不比尘俗,繁华美丽,胜于人世,楼台宫阙,碧瓦凝烟,珠翠绮罗,馨香成阵,当此之时,乃曰超内院,而阳神方得聚会,而还上丹,炼神成仙,以合大道。—撞天门,金光影里,以现法身,闹花深处,而坐凡体,乘空如履平川,万里若同展臂者也。复回再入本躯,神与形合,天地齐其长久者也。若厌居尘世,寄下凡胎,而返十洲,于紫府太微真君处契勘乡原,对会名姓,较量功行之高下,得居三岛而遨游,永在于风尘之外,其名曰超尘脱凡。

吕曰:炼形止于住世,炼气方可升仙,世人不达玄机,无药而先行胎息,强留在腹,或积冷气而成病,或发虚阳而作疾,修行本望长生,似此执迷,尚不免于疾病,殊不知胎仙就而真气生,真气生而自然胎息,胎息以炼气,炼气以成神,然而炼气必审年中之月,月中之日,日中之时,端居静室,忘机绝迹,当此之时,心境未除者,悉以除之,或而妄想不已,智识有漏,志在升仙而心神不定,为之奈何!

钟曰:交合各有时,行持各有法,依时行法,即法求道,指日成功,易如反掌,古今达士,闭目冥心,以入希夷之域,良由内观而神识自住矣。

论内观第十六

吕曰:所谓“内观”之理,可得闻乎?

钟曰:内观坐忘存想之法,先贤后圣,有取者有不取者,虑其心

猿意马，无所停留，恐因物而丧志，而无中立象，使耳不闻而目不见，心不狂而意不乱，存想事物而内观坐忘不可无矣。奈何少学无知之徒，不知交合之时，又不晓行持之法，必望存想而决要成功，意内成丹，想中取药，鼻搐口咽，望有形之日月，无为之天地，留止腹中，可谓儿戏！所以达士奇人，而于坐忘存想一旦毁之，乃曰：“梦里得财，安能济用！画地为饼，岂可充饥！”空中又空，如镜花水月，终难成事。然而有可取者，盖易动者片心，难伏者一意，好日良时，可采可取也，虽知清静之地，奈何心为事役，志以情移，时比电光，寸阴可惜；毫末有差而天地悬隔，积年累月而不见功，其失在心乱而意狂者也。善视者，志在丹青之美，而不见泰华；善听者，志在丝竹之音，而不闻雷霆。耳目之用小矣，尚且如此，况一心之纵横六合而无不该，得时用法之际，能不以存想内观而致之乎！

吕曰：所谓“存想内观”，大略如何？

钟曰：如阳升也，多想为男、为龙、为火、为天、为云、为鹤、为日、为马、为烟、为霞、为车、为驾、为花、为气，若此之类，皆内观存想如是，以应阳升之象也；如阴降也，多想为女、为虎、为水、为地、为雨、为龟、为月、为牛、为泉、为泥、为船、为叶，若此之类，皆内观存想如是，以应阴降之象也。青龙、白虎、朱雀、玄武，既有此名，须有此象，五岳九洲，四海三岛，金男玉女，河车重楼，呼名比类，不可具述，皆以无中立象，以定神识。未得鱼，则筌不可失矣；未获兔，则蹄不可无矣。后车将动，必履前车之迹；大器已成，必为后器之模。则内观之法，行持不可阙矣，亦不可执之于悠久，绝之于斯须，皆不可也。若以绝念无想，是为真念，真念是为真空，真空一境，乃朝真迁化而出昏衢，超脱之渐也。开基创始，指日进功，则存想可用，况当为道日损，以入希夷之域，法自减省，全在内观者矣。

吕曰：若以龙虎交媾而匹配阴阳，其想也何似？

钟曰：初以交合，配阴阳而定坎离，其想也，九皇真人引一朱衣小儿上升，九皇真母引一皂衣小女下降，想见于黄屋之前，有一黄衣老姬接引，如人间夫妇之礼，尽时欢悦，女子下降，儿子上升，如人间分离之事，既毕，黄姬抱一物，形若朱橘，下抛入黄屋，以金器盛留，然此儿者，是乾索于坤，其阳复还本位，以阳负阴而会本乡，是此女者，是坤索于乾，其阴复还本位，以阴抱阳而会本乡，是曰坎离相交而匹配阴阳者也。若以炎炎火中，见一黑虎而上升，滔滔浪里，见一赤龙而下降，二兽相逢，交战在楼阁之前，朱门大启，淳淳烟焰之中，有王者指顾于大火焚天，而上有万丈波涛，火起复落，烟焰满于天地，龙虎一盘一绕，而入一金器之中，下入黄屋之间，似置在笼柜之中。若此，龙虎交媾而变黄芽之想也。

吕曰：匹配阴阳而龙虎交媾，内观存想，既已知之矣。所谓进火烧丹炼药者，所想如何？

钟曰：其想也，一器如鼎如釜，或黄或黑，形如车轮，左青龙而右白虎，前朱雀而后玄武。傍有二臣，衣紫袍，躬身执圭而立；次有仆吏之类，执薪然火于器；次有一朱衣王者，乘赤马，驾火云，自空而来，举鞭指呼，惟恐火小。焰发炎炎，亘空撞天欲出，天关不开，烟焰复下，周围四匝，人物器釜，王者大臣，尽在红焰之中，互相指呼，争要进火；器中之水，无气而似凝结；水中之珠，无明而似光彩。若此进火烧丹炼药之想也。

吕曰：内观存想，止于采药进火而有邪？抑逐法逐事而有也？

钟曰：云雷下降，烟焰上起，或而天雨奇花，祥风瑞气起于殿庭之下，或而仙娥玉女，乘彩凤祥鸾，自青霄而来，金盘中捧玉露霞浆，而下献于王者。若此，乃金液还丹既济之想也。若此龙虎曳车

于火中，上冲三关，三关各有兵吏，不计几何，器仗戈甲，恐惧于人，先以龙虎撞之不开，次以大火烧之方启，以至昆仑不住，及到天池方止，或而三鹤冲三天，或而双蝶入三宫，或而五彩云中，捧朱衣小儿而过天门，或而金车玉辂，载王者而超三界。若此，肘后飞金晶而大河车之想也。

及夫朱衣使者，乘车循行。自冀州入兖州，自兖州入青州，自青州入徐州，自徐州入扬州，自扬州入荆州，自荆州入梁州，自梁州入雍州，自雍州复还冀州，东西南北，毕于豫州，停留而后循行。所得之物金玉，所干之事凝滞，一吏传命，而九州通和，周而复始，运行不已，或而游五岳，自恒山为始，或而泛五湖，自北沼为始，或而天符敕五帝，或而王命诏五侯。若此，还丹之想也。

及夫珠玉散掷于地，或而雨露济泽于物，或而海潮而满百川，或而阳生而发万汇，或而火发而遍天地，或而烟雾而充宇宙。若此，乃炼形之想也。及夫或如鹤之辞巢，或如龙之出穴，或如五帝朝天，或五色云起，或跨丹凤冲碧落，或梦寐中上天衢，或如天花乱坠，仙乐嘈杂，金光缭绕，以入宫殿繁华之处。若此，皆朝元之想也。朝元之后，不复存想，方号内观。

吕曰：内观玄理，不比前法，可得闻乎？

钟曰：古今修道之士，不达天机，始也不解依法行持，欲而速求超脱，多人少出而为胎息，冥心闭目以行内观，止于定中以出阴神，乃作清灵之鬼，非为纯阳之仙。真仙上圣，所以采药进火，抽铅添汞，还丹炼形，朝元合气，苦语详言而深说，惟恐世人不悟，而于内观未甚留意，殊不知内观之法，乃阴阳变换之法，仙凡改易之时，奉道之士，勿得轻视而小用之矣。且以前项之事，交会有时日，行持有法则，凡所谨节信心，依时行法，不差毫末，而指日见功，若此内

观，一无时日，二无法则，所居深静之室，昼夜端拱，识认阳神，赶逐阴鬼，达摩面壁，九年方超内院，世尊冥心，六载始出凡笼，故于内观诚为难事。

始也自上而下，紫河车搬入天宫，天宫富贵，孰不钦羨？或往或来，繁华奢侈，人所不得见者，悉皆有之，奉道之士，平日清静而守于潇洒，寂寞既已久矣，功到数足，辄受快乐，楼台珠翠，女乐笙簧，珍羞美饌，异草奇花，景物风光，触目如画，彼人不悟，将谓实到天宫，不知自身内院，认作真境，因循而不出入，乃曰困在昏衢，而留形住世，不得脱质以为神仙，未到天宫，方在内观，阴鬼外魔，因意生象，因象生境，以为魔军，奉道之人，因以狂荡，而入于邪中，或而失身于外道，终不能成仙，盖以三尸七魄，唯愿人死而自身快乐，九虫六贼，苦于人安则存留无处。

论魔难第十七

吕曰：内观以聚阳神，炼神以超内院，上踊以出天门，直超而入圣品，既出既入，而来往无差，或来或往，而远近不错，欲住世则神与形合，欲升仙则远游蓬岛，若此功满三千，皆自内观以得超脱，不知阴鬼邪魔，如何制使奉道之人不得升仙者也？

钟曰：奉道之士，始有信心，以恩爱利名一切尘劳之事，不可变其大志，次发苦志，以勤劳寂寞一切清虚之境，不可改其初心。苦志必欲了于大成，止于中成而已；必欲了于中成，止于小成而已。又况不识大道，难晓天机，所习小法，多好异端，岁月蹉跎，不见其功，晚年衰老，复入轮回。致使后来好道之士，以长生为妄说，超脱

为虚言，往往闻道而不信心，纵信之而无苦志，对境生心，以物丧志，终不能出于十魔九难之中矣。

吕曰：所谓“九难”者何也？

钟曰：大药未成而难当寒暑，于一年之内，四季要衣，真气未生而尚有饥渴，于一日之间，三餐要食，奉道之士，所患者衣食逼迫，一难也；及夫宿缘孽重，流于今世填还，忙里偷闲，犹为尊长约束，制于尊亲而不忍逃离，欲向清修而难得闲暇，奉道之士，所患者尊长邀拦，二难也；及夫爱者妻儿，惜者父母，恩枷情锁，每日增添，火院愁车，无时休歇，纵有清静之心，难敌愁烦之境，奉道之士，所患者恩爱牵缠，三难也；及夫富兼万户，贵极三公，妄心不肯暂休，贪念唯忧不足，奉道之士，所患者名利萦绊，四难也；及夫少年不肯修持，老大徒伤落魄，一以气弱成病，顽心绝无省悟，一以阴报成灾，见世一身受苦，而与后人为诫，奉道之士，所患者灾祸横生，五难也；及夫人以生死事大，急于求师，不择真伪，或师于辩辞利口，或师于道貌古颜，始也自谓得遇神仙，终久方知好利之辈，奉道之士，所患者盲师约束，六难也；及夫盲师狂友，妄指傍门，寻枝摘叶而终无契合，小法异端而互相指诀，殊不知日月不出，出则大明，使有目者皆见，雷霆不震，震则大惊，使有耳者皆闻，彼以燭火之光，井蛙之语，荧荧唧唧，而岂有合同，奉道之士，所患者议论差别，七难也；及夫朝为而夕改，坐作而立忘，悦于须臾而厌于持久，始于忧勤而终于怠惰，奉道之士，所患者志意懈怠，八难也；及夫身中失年，年中失月，月中失日，日中失时，少时名利不忘于心，老而儿孙常在于意，年光有限，勿谓今年已过，以待明年，人事无涯，勿谓今日已过，以待明日，今日尚不保明日，老年争再得少年，奉道之士，所患者岁月蹉跎，九难也。免此九难，方可奉道，九难之中，或有一二不可行

持,但以徒劳而不能成功者也。

吕曰:九难既已知矣,所谓“十魔”者,可得闻乎?

钟曰:所谓十魔者,凡有三等,一曰“身外见在”,二曰“梦寐”,三曰“内观”。如满目花芳,满耳笙簧,舌求甘味,鼻好异香,情思舒荡,意气洋洋,如见不得认,是六贼魔也;如琼楼宝阁,画栋雕梁,珠帘绣幕,蕙帐兰房,珊瑚遍地,金玉满堂,如见不得认,是富魔也;如金鞍宝马,重盖昂昂,侯封万户,使节旌幢,满门青紫,靴笏盈床,如见不得认,是贵魔也;如轻烟荡漾,暖日舒长,暴风大雨,雷震电光,笙簧嘹亮,哭泣悲伤,如见不得认,是六情魔也;如亲戚患难,眷属灾伤,儿女疾病,父母丧亡,兄弟离散,妻妾分张,如见不得认,是恩爱魔也;如失身火镬,堕落高冈,恶虫为害,毒药所伤,路逢凶党,犯法身亡,如见不得认,是患难魔也;如十地当阳,三清玉皇,四神七曜,五岳八王,威仪节制,往复翱翔,如见不得认,是圣贤魔也;如云屯土马,兵刃如霜,戈矛斗举,弓箭齐张,争来杀害,骁捷难当,如见不得认,是刀兵魔也;如仙娥玉女,罗列成行,笙簧嘹亮,齐举霓裳,双双红袖,争献金觞,如见不得认,是女乐魔也;如几多姝丽,艳质浓妆,兰台夜饮,玉体轻裳,殢人骄态,争要成双,如见不得认,是女色魔也。是此十魔虽有,不认者是也。既认则着,既着则执,所以不成道者,良以此也。

若以奉道之人,身外见在,而不认不执,则心不退而志不移,梦寐之间不认不着,则神不迷而魂不散,内观之时若见如是,当审其虚实,辨其真伪,不可随波逐浪,认贼为子。及起三昧真火以焚身,一挥群魔自散,用紫河车搬运自己之阳神,超内院而上天官,然后可求超脱。今古好道之流,有清静之心,对境改志,往往难逃于十魔九难,空有好道之虚名,终不见得道之实迹。或而出离尘劳,幽

居绝迹，而志在玄门，于九难不能尽除，在十魔或着一二，非不得道也，而于道中或得中成，或得小成，而于仙中或为人仙，或为地仙。若以尽除魔难，序证验而节节升迁，以内观合就阳神，指日而归三岛。

论证验第十八

吕曰：嫌者病而好道之人求无病而长安，怕者死而好道之人欲不死而长生，举世人在世中而好道之人欲升仙而游物外，举世人在地上而好道之人欲超凡而入洞天，所以甘于劳苦而守于贫贱，游心在清淡潇洒之中，潜迹于旷野荒僻之地，一向行持，不知功之深浅，法之交换，难测改易之早晚，所谓下功之后，而证验次序如何？

钟曰：苦志行持，终不见功者，非道负人，盖奉道之人，不从明师，所受非法；依法行持，终不见功者，非道负人，盖奉道之人，不知时候，而所以不成。若已遇明师而得法，行大法以依时，何患验证而不有也。

吕曰：所谓“法”者有数乎？所谓“时”者有数乎？

钟曰：“法”有十二科，匹配阴阳第一，聚散水火第二，交媾龙虎第三，烧炼丹药第四，肘后飞金晶第五，玉液还丹第六，玉液炼形第七，金液还丹第八，金液炼形第九，朝元炼气第十，内观交换第十一，超脱分形第十二。其“时”则年中法天地阴阳升降之理，月中法日月往来之数，日中有四正、八卦、十干、十二支、一百刻六千分。依法区分，自一日之后证验次序，以至脱质升仙，无差毫末。始也淫邪尽罢，而外行兼修，凡采药之次，而金精充满，心境自除，以煞

阴鬼；次心经上涌，口有甘液；次阴阳击搏，时时腹中闻风雷之声；次魂魄不定，梦寐多有恐悸之境；次六腑四肢，或生微疾小病，不疗自愈；次丹田自暖，形容昼则清秀；次居暗室，而目有神光自现；次梦中雄勇，物不能害，而人不能欺，或若抱得婴儿归；次金关玉锁封固，以绝梦泄遗漏；次鸣雷一声，关节通连，而惊汗四溢；次玉液烹漱，以成凝酥；次灵液成膏，渐畏腥膻以充口腹；次尘骨将轻而变阳神，步武奔马，行止如飞；次对境无心，而绝嗜欲；次真气入物，可以疗人疾病；次内观明朗，而不暗昧；次双目瞳人如点漆，皱脸重舒，而绀发再生，已老者永驻童颜；次真气渐足而似常饱，所食不多，而饮酒无量，终不见醉；次身体光泽，神气秀媚，圣丹生味，灵液透香，真香异味，常在口鼻之间，人或知之而闻之；次以目视百步，而见秋毫；次身体之间，旧痕残靨，自然消除，涕泪涎汗，亦不见有；次胎完气足，以绝饮食；次内志清高，以合太虚，凡情凡爱，心境自绝，下尽九虫，上死三尸；次魂魄不游，以绝梦寐，神彩精爽，更无昼夜；次阳精成体，神府坚固，四体不畏寒暑；次生死不能相干，而坐忘内观，以游华胥神仙之国，女乐楼台，繁华美丽，殆非人世所有也；次功满行足，阴功报应，审授三清真箓，阴阳变化，可能预知人事，举止先见灾福；次触目尘冗，以厌往还，洁身静处，胎仙可现，身外有身，是为神圣；次真气纯阳，嘘呵可干外汞；次胎仙常欲腾飞，祥光生于卧室；次静中时闻乐声；次常人对面，虽彼富贵之徒，亦闻腥秽，盖凡骨俗体也；次神彩自可变移，容仪成而仙姿可比玉树，异骨透出金色；次行止去处，常有神祇，自来朝现，驱用指呼，一如己意；次静中外观，紫霞满目顶外，下现金光罩体；次身中忽火龙飞，或而玄鹤起，便是神灵已脱凡骨，而超出俗流，乃曰超脱；次超脱之后，彩云缭绕，瑞气纷纭，天雨奇花，玄鹤对飞，异香散而玉女下降，授天书

紫诏既毕，而仙冠、仙衣之属具备，节制威仪，前后左右，不可胜纪，相迎相引，以返蓬莱，而于紫府朝见太微真君，契勘乡原名姓，校量功行等殊，而于三岛安居，乃曰“真人仙子”。

吕曰：今日特蒙尊师开说希夷大理、天地玄机，不止于耳目清明，而精神秀媚，残躯有托，终不与粪壤同类，然而知之者未必能行，行之者未必能得。念以生死事大，而时光迅速，虽知妙理，未得行持，终不成功，与不知无异，敢告指教以交会之时、行持之法，如何下手？如何用功？

钟曰：仆有《灵宝毕法》，凡十卷、一十二科，中有六义，一曰金诰，二曰玉书，三曰真原，四曰比喻，五曰真诀，六曰道要。包罗大道，引喻三清，指天地阴阳之升降为范模，将日月精华之往来为法则，实五仙之旨趣，乃三成之规式，当择日而授于足下。

附录(三)

破迷正道歌

钟离权

若非符契天缘事，故把天机诀与君，
 片言半句无多字，万卷仙经一语通。
 一诀便知天外事，扫尽旁门不见踪，
 若言此理神仙道，天地虚无上下空。
 说破木金无间隔，真铅真汞岂有形，
 谁知这个天机理，便会日月得高奔。
 也无坎离并龙虎，也无乌兔各西东，
 非肝非肺非心肾，不于脾胃胆和精，
 非思非想非为作，不在三田上下中，
 岂于夹脊至昆仑，不是精津气血液，
 不是膀胱五脏神。此物在人身中出，
 四时春夏及秋冬，先天先地谁人识，

二物相和重一斤。弦望晦朔各本数，
循环昼夜不曾停，依时采取知老嫩，
片晌之间共甲庚。只在西南产坤位，
慢慢调和入艮宫。试把天机轻拨动，
真气时时聚太空。谋得乾坤作鼎器，
颠倒宇宙任纵横，南辰移入北辰位，
金乌飞入玉蟾宫，太阳里面藏玉兔，
太阴加减自和同。前弦之后寻药物，
后弦之前气停匀，两弦之间为采取，
先后存亡定祖宗。他是主时宾是我，
我若浮时你却沉，调得浮沉归一处，
沐浴潜藏总是空。离坎本来无南北，
震兑岂则在西东，若遇神仙亲指诀，
捉住北斗周天轮。摄得阴阳归掌内，
顷刻之间万物生，这些金液还丹诀，
不遇仙师莫强攻。果然采得先天气，
日月擒来两手中，昼夜打成一块，
自有龙吟虎啸声。初时上下风声吼，
渐凝渐结紫云生，云满山中遮日月，
此时一阵似朦胧。默默自然云雾动，
定里时间霹雳声，紫凤乌龟交一处，
金乌玉兔自相争，虎绕龙蟠寻至宝，
金公姹女结婚姻，这番子母里相会，
神气归根合本真，一点最初真种子，
入得丹田万古春。先天先地归一处，

混沌未分岂有痕？生发自然合圣理，
绿叶红花一色新，上下水火自浇灌，
二气交结产胎婴，自然百日生神像，
自有超凡出死生。果然百日防危险，
血化为膏体似银，果然百日无亏失，
玉膏流润生光明，真气熏蒸无寒暑，
可为无上道高人。炎炎锻炼三百日，
骤雨颠风满太空，电光晃耀无穷数，
雷震天关鬼神惊，掀翻宇宙飞白雪，
倒捉乾坤不夜春，换骨回阳身不朽，
九还七返化真形。辛苦都来十个月，
内外虚明表里真，聚则成形散则气，
返本還元太虚同。变化往来人莫测，
祖祖相传古到今，一理便合天地理，
神仙口诀不为空。更若保守一二载，
百千万亿寿无穷，会得金液炼形法，
乘鸾跨鹤自飞腾，出有人无无阻碍，
蓬莱三岛任纵横，若更万年百千劫，
海变桑田貌亦同。堪嗟无限学仙者，
总与天仙道不同，俱被野狐涎味定，
鬼言妖语怎生听！云游四海参玄妙，
尽是邪门小法功，愚迷执强难教化，
依然一盲引众盲。有如餐松并服饵，
如何脱兔死生根？有如忘形习定息，
如何百脉尽归宗？有如呼吸想丹田，

到底胎仙学未成！有如息气为先天，
至老无成也是空！有以口鼻为玄牝，
却似漏网去包风；有以思心为方寸，
怎得归元见祖宗？更有积精为铅汞，
转与金丹事不同；有执神气为子母，
亦隔天仙万里程；有以开顶为炼养，
枉施功力漫劳神。更有缩龟并炼乳，
正是邪门小法功；更有行气为火候，
九载三年误了人！鼻头闭息服元气，
引得邪风肚里鸣。假若识心并见性，
到头终久做阴灵；知他多少闲门户，
劳碌空动骷髅形；止念降心为清静，
下梢终久是顽空！昼夜专行子午法，
天地岂有恶时辰？孤修闭息行存想，
执定舌根做赤龙；更有周天行卦象，
更有认脾作黄庭，更有指肾为造化，
执定尾闾为命根；更有還元服水火，
更有采补吸淫精；更有仰天吸日月，
便道地魄与天魂；更有咽精为造化，
断除五味是修真；昼夜一餐为日用，
身体尪羸似鬼形；曲身偃仰叩玉户，
抱元守一运双睛；竦肩缩项思脊骨，
搬运流珠想太阴；更有书符并念咒，
破卷分环学隐形；按摩嘘呵六字诀，
瞻星礼斗受辛勤；入清吐浊为丹本，

阳关紧勒火飞腾；炎炎遍身通透热，
呼作天真大道根；看经念赞持科篆，
设坛拜醮望飞腾。三千六百旁门法，
不识随形昼夜人。有缘遭遇明师指，
顷刻之间造化生，一气循环无阻碍，
散在万物与人身。达人采得先天气，
一夜雷声不暂停，电光闪闪无穷数，
二气相交岂有形？摧塌天关无可比，
雷电风雨一齐生，颠倒颠时交换位，
无量火气乱峥嵘。虎绕药炉争造化，
龙蟠金鼎要飞腾，四象五行归戊己，
烹炼金液混元晶。万朵紫云笼北海，
千条百脉撞昆仑，真气辉辉星斗暗，
红光赫赫太阳昏。加减自然分进退，
前弦后弦定其真，丹头老嫩须辨认，
抽添运用片时中。结胎火候有时刻，
真火炎炎烧宇宙，乾坤上下尽通红，
一水一火分爻象，一升一降自浮沉，
一来一去分宾主，一前一后有君臣，
一阴一阳为天地，一刚一柔自均匀。
冬夏二至为节候，春秋二分定寒温，
往来上下无形象，循环昼夜有时辰。
若非上祖相传诀，岂知大道片时功，
驱回斗柄玄关理，斡转天关万象通，
片晌龙虎频频斗，二物交合顷刻中，

擒得猩猩俱鹤突，混混沌沌未分明。
 此是木金交并法，真铅真汞天地晶，
 只此火候金丹诀，全凭交结在黄庭。
 混元一气千年药，万劫常存不夜春，
 三千刻内婴儿象，百日功夫造化灵，
 十月炼成纯阳体，自然寒暑不来侵。
 瑞气彩云遮五体，鸾鹤对舞面前迎，
 王女双双持紫诏，名登玉籍唤真人。
 金光罩体人难视，节制威仪左右行，
 仙鹤接引乾元去，白日飞升谒上京。