

中国

# 道

教读本

李远国 著

道教是在中国古代敬天祀祖的传统宗教基础上，以道家哲学作理论支柱，融合了先秦两汉传统诸学派，特别是黄老道、神仙家、墨家、阴阳家、儒家等诸学说而形成的本土宗教。



四川出版集团  
四川教育出版社

winshare 文轩



四川教育出版社



中国道教读本

ISBN 978-7-5408-6371-5



9 787540 863715 >

定价：49.00元





中国

道

教读本

李远国 著

四川出版集团  
四川教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国道教读本 / 李远国著. —成都: 四川教育出版社, 2013. 8  
ISBN 978-7-5408-6371-5

I. ①中… II. ①李… III. ①道教史—中国—通俗读物  
IV. ①B959.2—49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第181475号

责任编辑	穆戈
装帧设计	何一兵
责任校对	喻小红 张建勇
责任印制	姜卫 杨军
出版发行	四川出版集团 四川教育出版社
	地址 成都市槐树街2号
	邮政编码 610031
	网址 <a href="http://www.chuanjiaoshe.com">www.chuanjiaoshe.com</a>
印刷	四川新华印刷有限责任公司
制作	四川胜翔数码印务设计有限公司
版次	2013年8月第1版
印次	2013年8月第1次印刷
成品规格	190mm×260mm
印张	12.25
定价	49.00元

如发现印装质量问题, 请与本社调换。电话: (028) 86259359  
营销电话: (028) 86259477 邮购电话: (028) 86259694  
编辑部电话: (028) 86259381

# 前言

宗教，是信徒朝拜仙、佛的神圣殿堂，是敦煌藏经洞中千年秘藏的经卷，是西藏高原雄伟壮丽的布达拉宫……当人们跪拜在太上老君的座下时，祷告在佛祖、上帝的圣辉下，自然想起了人类的另一个精神世界。现实生活中，人们的需要是多方面的。不仅需要物质关怀，而且还需要精神关怀；人不但有探索自身价值的愿望，而且有了了解终极存在或宇宙本原的意识。这种精神的终极关怀，包括超越自我与终极存在和谐一致的祈望。而这一切，都与宗教有关，显示着宗教与人类社会的深层关系。

东汉明帝年间，当佛教由印度传入中国之际，道教亦正处于孕育、诞生的阶段。于是，在太上老君神授天命的导演

下，张陵应运而生。他在四川的鹤鸣山，手持降魔宝剑，身携丹经符水，演道弘法，创立了道教。道教是在中国古代敬天祀祖的传统宗教的基础上，以道家哲学作理论支柱，融合了先秦两汉传统诸学派，特别是黄老道、神仙家、墨家、阴阳家、儒家等诸学说而形成的本土宗教。

东汉的早期道教，具有民众宗教结社的性质，以救灾、济贫、治病、劝善为号召。继而兴起的魏晋神仙道教，则以长生成仙作为教旨，并发展为成熟的教会式道教。隋唐时期的道教，经过国教化的阶段，从而与中国封建社会的上层建筑融为一体，道教成为教化民众、济世度人的宗教。尔后，经过宋元时期的革新和繁衍，儒、道、释三教文化紧密融汇，全真道等







### 道教三尊像碑

砂岩雕刻，高35cm。北周天和二年（567）作品。日本东京艺术大学美术馆藏。中尊主像太上老君头戴平顶冠，面相丰圆，眉眼平直，面有连鬓胡须，右手持一物，左手扶在三脚夹轼上。两侧侍者头戴小冠，双手捧笏。

新道派创立，道教的修持方术和宗教素质日益提高，其教旨再一次向老、庄之学复归。明清以来的道教，虽日见式微和世俗化，但道教的修炼功夫及核心教旨早已奠定，更加强调体道合真的宗教体验，追求人与道的合一，认为仙人就是体悟得道的人，修道实际上就是寻找真实的自我，向人的自然本性复归。

纵观历史，道教在其两千余年长期发展的过程中，曾对中国的社会、政治、经济、哲学、文学、艺术、音乐、医学、药理学、养生学、化学、天文、地理和生活习俗等各个方面产生过不同程度的影响，从而在中国传统文化中占有重要的地位。



### 敬香拜神的信徒

成都青羊宫道观。李远国摄。

# 目 录

## 前 言

第一章 道教的历史·····	1
第一节 鬼道与仙道·····	4
第二节 汉唐时期的道教·····	10
第三节 宋元时期的道教·····	19
第四节 明清时期的道教·····	34
第二章 道教的信仰·····	41
第一节 人神同源的神学观·····	41
第二节 天界神灵的信仰·····	43
第三节 地界诸神的信仰·····	54
第四节 人间神真的信仰·····	61
第三章 道教的思想·····	81
第一节 道法自然的法则·····	82



第二节 重人贵生的生命观·····	84
第三节 常善救物的慈悲观·····	90
第四节 长生久视的仙道观·····	96
 第四章 道教的科仪·····	 101
第一节 规范行为的戒律·····	101
第二节 普度天人的斋醮·····	105
第三节 趋吉避凶的术数·····	109
第四节 驱邪解厄的法术·····	115
 第五章 道教的养生·····	 125
第一节 气功与静坐·····	125
第二节 导引与武术·····	130
第三节 服食与医药·····	138
第四节 外丹与内丹·····	143
 第六章 道教的象征·····	 149
第一节 洞天与福地·····	149
第二节 宫观与建筑·····	155
第三节 绘画与雕塑·····	164
第四节 道乐与道戏·····	182





# 第一章 道教的历史



第一章 道教的历史

道教形成于东汉的中后期。它的产生与发展，不是偶然的，而有其所以产生的历史条件和社会思想渊源，是经长期的酝酿和积累的必然结果。

道教的思想渊源比较复杂，用宋元之际史学家马端临的话来说，是“杂而多端”。“多端”之中，其基础首先是道家思想。道家和道教，本来是有区别的。先秦道家，是以老子、庄子为代表的哲学派别，而道教乃是东汉形成的一种宗教，但二者又不是毫无联系的。道教创立的时候，即奉老子为教主，以《道德经》为其经典，规定为教徒必须习诵的功课。《道德经》的基本思想是“道”，道被视为超时空的天地万物的根源，既有宇宙本原的意义，也含有规律的意义。庄子说：道是

无象无形的，它只可以体会，但不可寻见；它自生自养，独立存在；先天地而生，鬼神万物，皆为道的化生。因此黄帝得道，白日升天；西王母得道，坐拥昆仑；彭祖得道，寿高八百；傅说得道，辅佐殷王，拥有天下。这种万古常存、得道成仙的思想，遂为道教所汲取。修道成仙思想乃是道教的核心，道教的教理教义和各种修炼方术，都是围绕着这个核心而展开的。由此可见，道家思想乃是道教最为重要的思想渊源。

道教还汲取了儒家的伦理纲常思想。这种伦理纲常的核心是“三纲五常”，这是封建社会中最主要的道德规范。道教在宣扬这些伦理道德的时候，往往与长生成仙思想结合起来，而且以“神”的威力驱

使人们去奉行。《正一法文天师教戒科经》说：欲修道者，务必臣忠、子孝、夫信、妇贞、兄敬、弟顺，强调事师不可不敬，事亲不可不孝，事君不可不忠，仁义不可不行。在处理人与之间的关系时，用忠、孝、慈、爱、和、信等道德来加以规范、调整。葛洪即说，修炼仙道必须先修人道，所谓“人道”即儒家的忠孝之道。



孔子问礼图（局部）

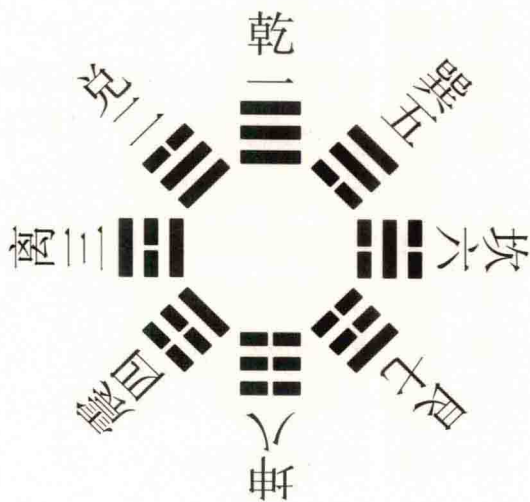
明本《宝善卷》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。孔子是先秦儒家的创始人。历史上有孔子问道于老子的故事，说明儒、道两家的交流、借鉴甚早。

道教也汲取了墨家思想。章太炎先生指出：道教思想是“本诸墨氏，源远流长”。墨子提倡尊天明鬼，这种思想被道教所吸收。此外，墨子还站在小生产者的立场上，提倡自食其力和互利互助，反对不劳而获，主张人与人之间应当实行“兼相爱，交相利”的原则，希望使“饥者得食，寒者得衣，乱者得治”。《太平经》亦强调这种人与人之间的互助互利思想，主张有财物的人应当“乐以养人”，“周穷救急”。它认为天地间的一切财物都是“天地中和之气”所生，应属于社会公有，不应为私人所独占。宣称：积财亿万，不肯救穷周急，使人饥寒而死，罪不除也。它反对智者欺负愚者，强者欺负弱者，少者欺负老者。《太平经》的这些思想，显然都是对墨家思想的继承和发展。

此外，先秦易学和阴阳五行思想对道教的影响也是十分明显的。东汉《太平经》就是以阴阳五行学说为本，而魏伯阳《周易参同契》借用《周易》爻象的神秘思想，来论述炼丹修仙的方法，对后世道教的影响甚大，被称为“万古丹经王”。此后，易学和阴阳五行思想遂作为道教丹法方术的理论基础，而被广泛运用。

道教在产生过程中，还吸收了传统的巫教信仰。在中国古代社会中，人们对日月星辰、河海山岳和祖先甚为崇拜，视之为神灵，对他们进行祭祀和祈祷，并由此





先天八卦图

《易经》是中国文化最古老的典籍，奠基人为伏羲、周文王与孔子。在发展过程中，易学逐渐分成义理易学、象数易学、先天易学、后天易学等几大类。

而逐渐形成了一个天神、地祇和人鬼的神灵系统。道教承袭了这种鬼神思想，并吸收众多神灵，作为道教神系的组成部分。

此外，方仙道、黄老道的传统，是道教建立的直接来源。早在《庄子》、《楚辞》里，有关神仙的言论已屡见不鲜。稍后，在燕齐、荆楚、巴蜀等地均出现了鼓吹长生成仙的方仙道。两汉期间，方仙道逐渐向黄老道过渡，它是道教历史上的一个重要阶段。黄老之道推崇黄帝、老子，产生于战国中期。西汉初年，由于经历长期战乱，民不聊生，当时的统治者汲取秦亡的教训推行无为而治，即减轻税赋让百姓休养生息，令其自由发展，西汉的国力



轩辕问道图（局部）

石芮，明，手卷，绢本设色，82cm×151.7cm。台北故宫博物院藏。表现黄帝问道于广成子。黄帝本姓公孙，长居姬水，因改姓姬；居轩辕之丘，故号轩辕氏；因有土德之瑞，故号黄帝。他播百谷草木，大力发展生产，创造文字，始制衣冠，建造舟车，定算数，制音律，创医学等，故为“人文初祖”。



逐渐强盛起来，史称“文景之治”。这种无为而治、与民休息的思想源于黄老思想。

随着太平盛世的出现，黄老思想大受推崇。汉武帝登基后崇信神仙，方士们便以黄帝、老子附和神仙学说，二人也被奉为神仙。自此神仙学说开始与黄老学相结合，原来单一的方仙道便向黄老道演变。到东汉桓帝的时候，正式形成了黄老道，黄老道所尊崇的黄帝、老子，后来成为道教所信仰的至尊之神。

## 第一节 鬼道与仙道

鬼道是中国上古时期原始巫教的称谓。《逸周书·史记篇》说：“昔者玄都贤鬼道，废人事天，谋臣不用，龟策是从，神巫用国。”据考古发现，中国的巫教起源于旧石器时代晚期。在北京山顶洞旧石器晚期的墓地内，已有死者埋葬，并有随葬的装饰品，在尸骨上撒有赤铁矿石粉末，说明灵魂信仰和祖先崇拜业已出现。到了仰韶文化时期，有关巫教的资料更为丰富，显示了中国新石器时代的宗教信仰。主要表现在以下几个方面：

（一）出土了一些巫师的形象和巫师的用具。在陕西西安半坡仰韶文化遗址发现的一件彩陶盆，内壁绘有人面鱼纹，这当为中国最早的巫师形象。在半山文化

遗址出土的一件彩陶盆内画有一人，也是巫师形象。在山东和苏北地区的大汶口文化遗址出土了一种獠牙钩形器，下为柄，柄上有拴套的孔，柄上对称地安了四枚獠牙，制作精美但非实用工具，当为巫师的一种法器。此外一些陶尊上还有朱绘，内置猪头；或刻有象形文字，如日、月、山等。据专家们研究，这种陶尊是巫师特有的随葬品，生前又是巫师的祭器。



人面鱼纹彩陶盆

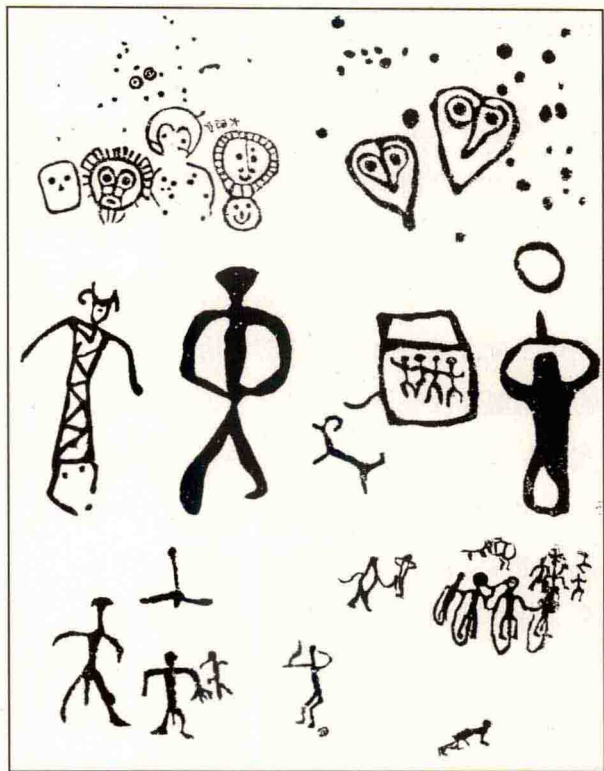
仰韶文化，西安半坡遗址出土。高16.5cm，口径39.8cm。盆内壁所画人面的两侧各有一条小鱼，鱼以头抵人的耳部，似对人窃窃私语。据《山海经》所言，盆内人面所属的身份显然是巫师。这具陶盆实际上是儿童瓮棺的盖子，盆底有一小孔，是供儿童灵魂出入的通道。巫师与夭折的儿童共处一隅，显然是在为儿童招魂，鱼具有通达冥界的神性，巫师召唤游鱼贯耳，是借助鱼的神性，协助自己到冥界安抚儿童的灵魂。

（二）灵魂、祖先和偶像崇拜的遗迹也有发现。在仰韶文化、齐家文化遗址的墓葬中，也有为死者撒赤铁矿石粉末的习俗。人们在墓地中放着用具和食物，说明有灵魂死后存在的信仰。孩子夭折了，

### 内蒙古狼山岩画（局部）

位于内蒙古阴山山脉狼山地区，分布甚广，东西长约三百公里。此画画有太阳、月亮、星辰之神，集中表现了古人崇拜的天神形象，巫师舞蹈、祭祀以拜太阳、星神。

取自张道一《中国图案大系》。



就装入瓮棺，埋在房屋附近，罐顶上凿一孔，好让灵魂出入。显然，瓮棺就是死者的“家”，而灵魂则居住在这个狭小的瓮棺中。新石器时代的偶像亦时有发现。如甘肃永昌鸳鸯池第51号墓出土的一件石人面，五官端正清晰，上端有一孔。在重庆大溪文化第64号墓出土的一件双面石雕人面像，顶端有两个孔，正反两面皆为人面。山东滕县岗上村大汶口文化遗址出土一件玉雕人面，背面有突脊，脊上有孔。陕西神木龙山文化遗址也出土了一件双面玉雕人面，上端亦有一孔。这些精致小

巧、上部有孔的偶像，便是可以随身携带的保护神。

（三）在西藏日土、新疆康老沟、内蒙古狼山、甘肃黑山、宁夏贺兰山、广西左江、云南沧源、江苏将军崖等地发现的新石器时期遗址的岩画中，有着大量巫师的形象，他们或以舞蹈祭祀天神，或祈祷以求人口兴旺。

（四）发现了一些神殿祭祀遗址。在辽宁阜新胡杂沟、凌源三官甸子、喀左东山嘴、凌源牛河梁等红山文化遗址均发现了不少巫教古迹。尤其是牛河梁的女神



庙遗址最为壮观，其上有一个平台，平台南侧为女神神殿，并分主体建筑、附属建筑，形成一个有中心、多单元的神殿。在女神庙的前堂遗址中，清理出了五六个神像，皆为女性。显然这类女神像与祖先崇拜有关。其中还有孕妇偶像，说明她们可能是生育女神，主宰人间的繁衍。而出土的动物塑像及祭器，则是为祭祀服务的。在喀左东山嘴遗址也出土了两件比较完整的裸体女神立像；而石筑圆形祭坛上有盘坐式裸体女像，腰部有装束，是当时作为至上神灵被崇拜的，其身份应是天地开辟之神。



泥塑女神头像

红山文化，辽宁凌源牛河梁遗址出土。高22.5cm，面宽16cm，通耳宽23.5cm，面呈方形，目长，眼角上吊，眼窝浅，内嵌淡青色圆玉片为睛，呈现出炯炯有神的目光；嘴角上翘，面颊起伏，流露出女神特有的神韵；庄重的表情，深邃的目光，体现了女神的尊贵和威严。

中国从夏代起，经殷商、西周至春秋时期，为奴隶社会。此时巫教的发展已达极盛，崇拜的对象已经趋向社会化，有了天或上帝为至高无上的神灵信仰。从史籍与古代传说中可知，夏王朝的创立者大禹本人就是精通巫咒之术的大巫师。《海内十洲记》说大禹祠上帝于北河，归大功于九天。《拾遗记》卷二谓禹铸九鼎，以预测气象好坏、事物吉凶。

商朝是中国古代史的开端，其特点是城市中心和都城的出现，王权的形成，青铜冶炼的成熟，以及文字的产生。在殷墟甲骨卜辞中，详细记载了殷人大兴巫风的事例。一是释兆和占卜，商王在出征、生产、生育等社会活动中，必须进行占卜与释兆，以便了解鬼神的态度。二是祭祀活动，商代最大的祭祀活动是祭上帝和祖先，其次是祭自然神，如祭河神、祭山神。祭品有牛、羊、猪、狗，甚至杀奴隶祭祀。三是巫术，如巫咸用驱赶巫术除掉了“祥桑”树作祟，殷道又得复兴。

周朝沿袭商制，虽然崇尚礼制，但鬼神观念还是很浓厚的。周朝信仰以天或上帝为主的多神，《国语·楚语》曰：“天子遍祀群神品物，诸侯祀天地、三辰及其土之山川，卿大夫祀其礼，士庶人不过其祖。”在这里，天仍然是周朝的保护神，国王是“天子”。因此，原则上只有天子才有资格祭天。他有责任维系社会的正常





殷墟甲骨

牛骨刻辞，高30.8cm，宽19cm，河南安阳出土。中国历史博物馆藏。正反两面刻字并涂朱，正面记甲辰之夕有大风，背面记北方部落入侵等内容。



青铜人像

殷商时代，广汉三星堆出土。四川广汉三星堆博物馆藏。高260cm，头戴五齿高冠，身着左衽长袍，脑后椎髻，双手圈握，双脚戴跗，突出巨大的双手所握物，作奉献状，当为古蜀国王、群巫之长。

运转，凡遇天旱、水灾、异兆、灾难，国王必须举行仪式，祈求神灵与祖先的保佑。

从史前时期至夏、商、周三代，是中国原始巫教形成并兴盛之际。作为原始巫教的核心人物——巫师，他们在这一历史阶段对科学文化有着重要贡献，发明和传播了文字，在天文学、医学、养生学、文学、艺术等方面建立过不少功绩。正如金

景芳《中国奴隶社会史》所说：“巫不仅婆婆降神，而且天文、历法、医药、卜筮等皆出于巫。”在当时的人们眼中，巫师具有非凡的神力，他们可以上下天庭，交通鬼神；可以祛疾治病，起死回生。后世道教的道士即直承自巫师，其思想、行为以及宗教科仪活动，亦承自三代巫教。从巫师、方士到道士，角色的变化意味着中国本地宗教的演变与发展。

### 方士与灯（局部）

汉画像石，江苏徐州睢宁县九女墩汉墓出土。方士头戴高冠，手扶节仗，左膝单跪，守护华灯；灯柱上有灯九盏，故称九华灯。



方士是指从事各种方术的人群。作为一个专用名词，“方术”首见于《庄子·天下》。在这里，方术是指当时社会上流行的各种各样的技术、艺能。从秦汉以来，方术几乎成了一切技能杂术的总称。依《汉书·艺文志》所言，方术可分为两大类，一是数术，一是方技。数术类又分六种，即天文、历谱、五行、蓍龟、杂占、形法，皆为史官、卜师所主职，内容涉及天文、历法、算术、地理、时节、气象、水土、环境学等学科。方技包括医经、经方、房中、神仙四种，为王官们所主持，内容涉及医学、药学、性学、养生学等。英国科学家李约瑟在《中国科学技术史》指出：“占卜、星命、堪舆、骨相、时日吉凶的选择和鬼神传说等等，是古代和中世纪一切中国思想家所共有的背景的一部分。科学史家不能简单地排斥这

些理论和活动，因为它们使古代的宇宙概念得到不少说明。”

这些方术原无系统理论，自邹衍创立阴阳五行学说，方士们便利用邹衍之学来解释其方术仙方，从而形成了《史记》所说的“方仙道”与《汉书》所说的“神仙家”。神仙思想是由“不死”的观念而起，春秋、战国时已有人造仙药出现。

《战国策·楚策》说，有人献不死药于荆王。其时著名的方士有宋毋忌、正伯侨、充尚、羡门子、安期生、卢生、侯生、徐福、韩终、李少翁、公孙卿、栾大等，他们依于鬼神之事，争宠于秦始皇、汉武帝，入海求神采药，祭祀事鬼通灵，大受尊重，震动海内，言有神仙术者数以千计。

从历史上看，仙道的历史亦十分悠久。在上古巫教文化中，包含着十分丰富





的仙道思想，追求长生不老的理想在《山海经》中有着充分的显示，海内昆仑就是神仙聚会的仙境。据《蜀王本纪》记载，氏羌民族的后裔蜀王蚕丛、柏灌、鱼凫，“此三代各数百岁，皆神化不死，其民亦颇随王化去。鱼凫田于湔山，得仙”。仙道的神仙术，分为行气导引、服食炼养以及房中养生。行气是中国最古老的一种养生方法。从《山海经》、《吕氏春秋》中所说的“食气民”、“无骨子”、“饮露吸气之民”，到《行气玉佩铭》、《庄子》及《却谷食气》中记载的练功理法，都证明行气之术在战国、秦汉之际相当流行。

《行气玉佩铭》是现存最早且完整地描述炼气过程的一件出土文物，为晚周作品。全铭共计四十五个篆文，今译为：行气，深则蓄，蓄则伸，伸则下，下则定，定则固，固则萌，萌则长，长则复，复则天。天机本在上，地机本在下。顺则生，逆则死。这段铭文说明炼气首先要蓄气丹田，神凝关元，运丹田之气，从下而上，通过督脉上升头顶，任脉下润丹田。这样一个内炼神气的过程，与后世道教所说的气功中的“小周天”功夫景象十分相似，并由之而形成了以王乔、赤松为代表的先秦行气派。《淮南子·齐俗训》曰：“今夫王乔、赤松子，吹呕呼吸，吐故内新，遗形去智，抱素返真，以游玄眇，上通云天”，可谓养性。王乔、赤松为一派，他

们的功法重点在于吐故纳新，积气关元，这证明与《行气玉佩铭》的渊源关系。

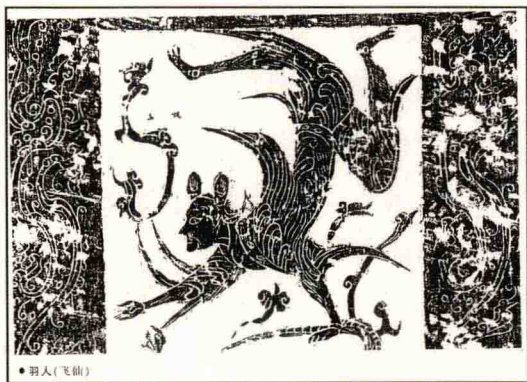
另有以彭祖为首的导引派，亦活跃于社会。据《吕氏春秋·古乐》所言，陶唐氏时的先民已发现，对于风湿肿痛之类的疾病，可以借“舞”而“导引”，除去“滞着”、“郁闷”，从而获得健康。《庄子·刻意》曰：“吹响呼吸，吐故纳新，熊经鸟申，为寿而已矣。此道引之士，养形之人，彭祖寿考者之所好。”可见导引以肢体运动为主，是配合吐纳服气、推拿按摩的一种养生健体、延年驻颜之术。早期方术家以导引术作为医疗强身的手段，这从长沙马王堆汉墓出土的西汉帛画导引图也得到了确证。



导引图（局部）

马王堆三号汉墓出土，西汉。湖南省博物院藏。帛画，工笔彩绘，现存最早的导引图谱。真实地反映了两千多年前人们练功强身与疾病作斗争的情况。绘有44种导引图式，每图式为一人像，其术式除个别作器械运动外，多为徒手操练。直接提到治病的项目共有：烦、痛、引聋、引项、引痹痛、引温病等13处，说明导引可以治疗多种疾病。

方士在进行服气导引时常常要辟谷。辟谷也称休粮、绝粒，是指各种不食五谷之术。他们认为，饮食的过度肥厚会给人的身体健康造成损害，故追求返璞归真，喜食天然植物性食物，或修炼辟谷之术。秦汉时期辟谷术相当流行，并出现了一批著名方士。《史记·留侯世家》谓张良“乃学辟谷，导引轻身”。马王堆出土医书中的《却谷食气》即专论辟谷之术。



飞仙图（局部）

汉画像石，山东沂南县北寨村汉墓前室西壁北侧。飞仙作倒立状，目光前视，羽翼和衣饰飘动，飞舞于天空之中。

由于辟谷的需要，方士们十分注意对各种药物在养生方面的运用与功效探究，从而形成了以服食药物而求长生的服食派。正是在辟谷、服食等方术的基础上，发展形成了外丹之术。外丹术肇始于战国时代，其时齐、燕方士倡导其说，他们谓黄海渤海湾一带的海上有神仙居住的仙山琼阁。自齐威、宣王、燕昭王使人入海

求蓬莱、方丈、瀛洲，访求仙人及不死之药，这就是后世所说的东方滨海神仙。

至秦汉时已有人造仙丹出现，《列仙传》中的嘯父精炼丹火法，任光善炼仙丹，赤斧能作水银炼丹，与硝石服用。这些追求长生不死的方士们，史家统称为神仙家、方仙道。《汉书·艺文志》云：“神仙者，所以保性命之真而游求于其外者也。聊以荡意平心，同死生之域，而无怵惕于胸中。”

## 第二节 汉唐时期的道教

从东汉道教的诞生到魏晋南北朝，属于道教的创建和初级时期。这个时期的主要特点是民间的早期道教逐渐分化，并向上层化的方向发展，民间早期道教逐步被改造，并转化为维护封建统治阶级利益的上层化士族道教。

东汉时候的道教主要有两大派别，即五斗米道和太平道。太平道为张角所创。张角冀州钜鹿(今河北平乡)人，因得于吉等人所传《太平清领书》，依之而创太平道。他自称大贤良师，他的弟弟张梁、张宝则自称大医。张角常持九节杖，教人跪拜悔过，符水咒说以疗病，疗效颇佳，百姓信向之。又派出弟子，四处去宣传教义，发展徒众，以善道教化天下。十余年间，太平道势力遍布青、徐、幽、



冀、荆、扬、兖、豫八州，徒众达数十万人。张角将教徒划分为三十六方（教区组织），大方万余人，小方六七千人，每方设渠帅负责。张角提出“苍天已死，黄天当立，岁在甲子，天下大吉”的响亮口号，宣称太平道应当取代汉王朝，并于中平元年（184）发动了起义。起义时，张角军皆头裹黄巾，时人称之为“黄巾军”。张角自称“天公将军”，其弟张宝自称“地公将军”，张梁自称“人公将军”。起义开始后，群众纷纷响应，旬日之间，天下响应，京师震动。东汉王朝随即采取了一系列军事、政治措施，全力以赴地进行了残酷的镇压，使太平道组织受到严重的破坏，从此悄然无迹。在太平道发动起义期间，巴郡五斗米道的张修，亦与之遥相呼应。

张角所创立的太平道，其奉祀的神为中黄太一。《史记·封禅书》说：天神贵者太一，太一佐曰五帝。《史记·天官书》张守节《正义》说：泰一，天帝之别名也。《太平经》中也出现太一信仰，并有太一位于中央的观念。太平道在太一之前冠以中黄二字，当与五德终始说有关。太平道以土为吉，信仰中黄太一，崇尚黄色，隐含着主运土德的张角太平道即将取代主运火德的东汉王朝，建立黄天太平社会的愿望。

天师道，又称正一盟威之道。其创



张陵

清，纸本设色，160cm×58cm。李远国藏。

立者为张陵。张陵字辅汉，沛国丰（江苏省丰县）人。道教徒尊称之为张道陵、张天师、祖天师、正一真人等。史书称其为创汉功臣张良八世孙，生性好学，天文地理，河洛图纬，皆极其妙；诸子百家，三坟五典，所览无遗。汉明帝时拜巴郡江州令，不久退隐北邙山中，修持炼形合气，辟谷长生之道。后入蜀隐于鹤鸣山，修炼神丹符咒之术。

据载，张陵在山中精思炼志，感动太上下凡，授以印剑法策。《三天内解经》记载说，张陵“以白马血为盟，丹书铁券为信，与天、地、水三官、太岁将军，共约永用三天正法”。他自称“鬼主”，说：“太上开化，不以吾轻贱小人，受吾真法，为百鬼主者，使开二十四治，以应二十四气。置署职策，以化邪俗之人；黄老赤策，以修长生。”张陵得道创教，便继承了上古以来盛行巴蜀地区的巫术。他说：我受于太上老君，教以正一新出道法，学正除邪，教人学仙。该派奉老君为教主，以《道德经》为主要经典。

随后，张陵之孙张鲁在汉中地区建立了政教合一的地方政权，统治汉中近三十年。这个道教政权不置官吏，皆以祭酒治理。诸祭酒在各地多设义舍（慈善会所），供路人和贫苦民众住宿、饮食。张鲁教诲民众以诚信，有病要自首悔过。凡犯法者教戒三次，然后才施刑罚。有小过

错者，令其修路百步，以充惩罚。又依据《月令》，春夏两季禁止宰杀牲畜。上述措施，受到劳动群众的普遍欢迎，并扩大了道教的势力，史称“民、夷便乐之”。至建安二十年（215），归顺于曹操，并北迁至邺城。

张鲁迁到邺城后的第二年去世，五斗米道失去了统一的领导。于是，诸祭酒便“人人称教，各作一治，不复按旧道法”办事。这样，一方面使天师道的势力扩展到北方，在中原地区广泛传播开来；另一方面又陷入了组织涣散、规戒松弛的状态，有些教徒开始腐化堕落。

南北朝时期，这种分化现象日益加剧，出现了向上层化方向发展的明显趋势。首先表现在部分道教徒受统治者的利用和扶持，奔走于权贵之门，直接参与封建统治阶级内部争夺政治权力的斗争，并各为其主出谋划策，起了重要的作用。是时，大批高级士族加入道教，成为信徒，出现了一些天师道世家。如钱塘杜氏，琅邪孙氏、王氏、徐氏，吴兴沈氏，高平郗氏，陈郡殷氏，东海鲍氏，范阳卢氏，会稽孔氏，丹阳葛氏、陶氏等。这些高级士族大量涌进道教以后，引发道教的巨大变化。

葛洪（283—363），字稚川，自号抱朴子，丹阳郡句容（今江苏句容）人。他上继秦汉方士神仙的传统，下开上清、灵



宝两大教派，对魏晋道教的革新与上层神仙道教的创建作出了特殊的贡献。故受到历代道教徒的尊敬，甚至连茅山宗的大师陶弘景也因受葛洪的影响才走上神仙道教的道路。

葛洪师承秦汉仙家对神仙世界的信仰与追求，他把仙学理论贯穿《抱朴子内篇》，无论讲炼丹或医学，都归究于如何长生、如何成仙。在葛洪眼里，神仙完全超脱了自然力的束缚，也不受社会力量的限制，是绝对自由的个体。他们或无翅而飞，或驾龙乘云，或化为鸟兽，或潜行江海，或食元气，或茹芝草，或出入人间而不识，或隐其身而莫之见。逍遥自在，无比幸福。既不受君主专制的官僚们的管束，又抛开了人间争名夺利、七情六欲的烦恼。这样，对追求神仙世界的人来说，就必须抛弃现实生活中的荣华富贵，才能修道得仙。例如秦始皇和汉武帝虽然身为帝王，享尽世俗世界的荣华富贵，却难以进入神仙世界之门。其修仙的理论又和封建的纲常名教紧密结合，强调要想长生成仙，不能仅靠内修外养，还须积善立功，以忠孝和顺仁信为本。从而把儒教的伦理观念摄入教义，忠孝不仅是世俗社会的人道之本，也成了神仙世界的仙道之本。葛洪说：“为道者以救人危使免祸，护人疾病，令不枉死，为上功也。欲求仙者，要当以忠孝、和顺、仁信为本。若德行不

修，而但务求玄道，无益也。”葛洪内擅丹道，外习医术，精研道儒，学贯百家，思想渊深，著作弘富。他系统地总结了秦汉以来的各种炼养方术，认为应根据不同情况采取不同养生方法，不偏不执，要懂得气法、导引、房中、饵药、金丹，才能延年益寿，达到长生的境界。他精晓医学和药物学，主张道士兼修医术。著作《肘后备急方》、《肘后救卒方》和《玉函方》，皆分别病名，以类相续，约而易验，众急之病，无不毕备。葛洪注意研究急性传染病，是中国最早观察和记载结核病的科学家。葛洪炼制出来的药物有密陀僧（氧化铅）、三仙丹（氧化汞）等，这些都是外用药物的原料。葛洪提出了不少治疗疾病的简单药物和方剂，其中有些已被证实是特效药。如松节油治疗关节炎，铜青（碳酸铜）治疗皮肤病，雄黄、艾叶可以消毒，密陀僧可以防腐等等，在医学上做出了很大贡献。

继葛洪之后，上清、灵宝等派别相继出现，并迅速得到了发展。上清派创始于东晋中叶，尊魏华存夫人为始祖。它的出现，与天师道有一定的渊源。其开创者杨羲、许谧、许翊、许迈等本皆天师道信徒，魏华存亦曾任天师道祭酒。该派自杨、许等人创立之后，经过王灵期的传播，才逐渐发展起来。至南朝时，陶弘景隐居茅山，他整理上清典籍，贡献尤巨，

使茅山成为上清派的中心。从他之后，上清派历代宗师，多居茅山，故该派亦称茅山宗。

陶弘景(456—536)，字通明，自号华阳隐居，丹阳秣陵(今南京市)人，出生于士族家庭。自幼聪明多识，五经子史，皆悉详究，读《神仙传》，倾慕隐逸生活。30岁左右，拜东阳道士孙游岳为师，得受符图经法。其后云游名山，访道求学，广搜道经，隐居茅山，整理道经，著书立说，继魏华存、杨羲之业，传播上清派经法，开道教之茅山宗，成为上清派的实际创始人。天监元年(502)，梁武帝即

位，多次聘请出山，每有吉凶征讨大事，辄就咨询，时人称为山中宰相。

陶弘景融合佛、儒观点，据称他曾梦佛授其菩提记，名“胜力菩萨”，去浙江宁波阿育王塔受佛戒。在茅山道观中，建有佛道二堂，隔日轮番朝礼，佛道双修。他的威望甚高，受其经法的弟子3000余人。陶弘景的著作相当丰富，包括医药、炼丹、方术、天文、地理、兵书、经学、文学、艺术、占筮、养生等，其数量之多，方面之广，成绩之大，在当时确为出类拔萃。其中《真诰》、《登真隐诀》、

《真灵位业图》，是研究道教历史的重要著作；《本草集注》、《药总诀》、《肘后百一方》、《效验方》，是中国医学宝库中的珍贵文献；《合丹药诸法式节度》、《集金丹黄白方》、《太清诸丹集要》，为外丹烧炼的专著；养生内炼的思想，则集中体现于《养性延命录》。书中收集秦汉以来诸家养生内炼要旨，论述的范围包括服食、行气、房中、辟谷、饮食、日常修持、道德涵养等各个方面。强调养生的大要有十，一曰啬神，二曰爱气，三曰养形，四曰导引，五曰言语，六曰饮食，七曰房室，八曰反俗，九曰医药，十曰禁忌。

隋唐到宋元时期，上清派十分兴盛，出现了一大批高道。如王远知通晓天命，唐高祖龙潜时，先生密告以符命。司马承



陶弘景

取自明洪自存《仙佛奇踪》。



祜著作道书十余种，深受武后、睿宗、玄宗倚重，玄宗并从其受箓。其弟子李含光精通上清大法，曾数次入京，玄宗受三洞经箓于大同殿。入宋，朱自英传授上清经法，仁宗赐号国师，太后受其法箓。刘混康得神宗、哲宗、徽宗敬重，时皇后孟氏误吞针止喉中，医莫能出，师遂进服符，呕出，针刺符上，宫中神其事。蒋宗瑛、萧应叟、董思靖、杜道坚、张雨等则以博学高行名世，各有著述传世，阐发上清经法精微。

该派的传承非常清楚，从魏华存至元代刘大彬，共有四十五代宗师。至刘混康得御赐九老仙都君印、宝剑后，传承信物又增加了印剑。并与正一派龙虎山，灵宝派阁皂山三山鼎峙，传授符箓。上清派以修习上清法为主，修持方法以存神、炼气为要，结合符法、咒术、导引、服食、药饵、外丹、气功、养生诸术，以求长生之道。

至唐宋时，司马承祜又授引佛教止观、禅定学说，充实道教的内炼理法。萧应叟则采用内丹之学解释符咒之术，主张内炼成凡，外施符咒。在上清经典中，他们最推崇的是《大洞真经》、《雌一五老宝经》和《太上素灵大有妙经》，誉之为“道者三奇”。又以《大洞真经》为首，宣称若得此经者，“复不须金丹之道也，读之万过，毕便仙也”。



存思帝一尊君图

取自《上清大洞真经》。静坐调息，存思五色彩云从天空进入头脑之中，咽津十二次，脑内化生一神，如婴儿状，周围为五彩霞光圆轮，下映一身之内，散气毛孔之中。

灵宝派的诞生，与上清派大致同时。此派尊葛玄为初祖，创始人为葛洪的从孙葛巢甫。《真诰》说：葛巢甫造构《灵宝经》，风教大行。葛巢甫自称得葛玄—郑思远—葛奚—葛梯—葛洪—葛望等一脉真传，又将灵宝大法下传任延度、徐灵期等，从此世世传播，支流分散。按唐代高道闾丘方远所说，该派源于元始天尊，至黄帝时得天真皇人传授，皆天书云篆；后

大禹得之以治水，功成更演五符，藏于洞庭包山；至战国吴王阖闾时，曾令龙威丈人取出，但无人能识。直至葛玄、陆修静推衍增修，立成仪轨，于是灵宝之教大行于世。

灵宝派道术以符咒、科仪为主，讲习存神、炼气、诵经之术。该派在教义上却颇受佛教大乘经义的影响，强调普度众生，善恶因缘，罪福报应，修功德，奉戒律，造福田等，从而使道教理论发生了重大变化。该派擅长斋醮，由陆修静传下的灵宝古法，经唐代张万福、杜光庭等发展，成为道门施法的基本准则。入宋，林灵真、宁全真、金允中所编《灵宝领教济度金书》、《上清灵宝大法》合计多

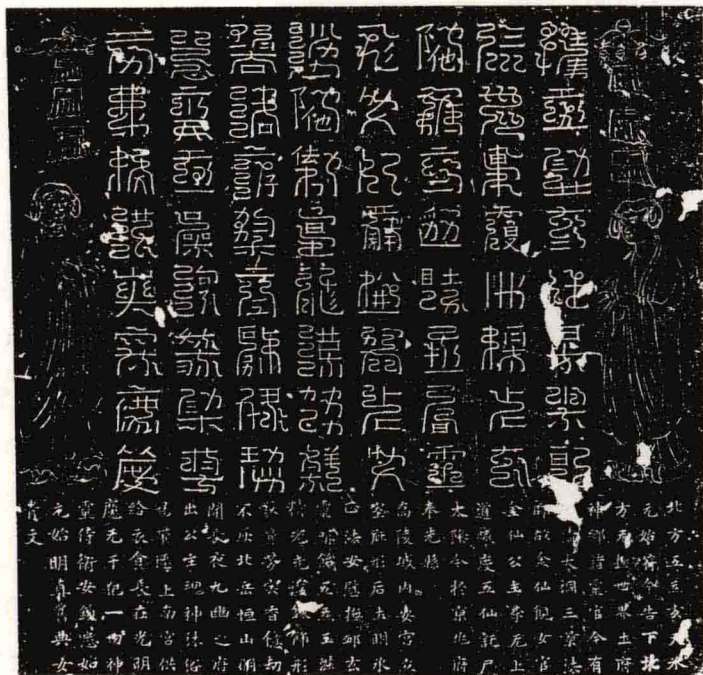
达四百二十五卷，明代的《灵宝无量度人上经大法》亦有七十二卷，详述了道教斋醮的各种科仪轨规范。从北宋时，灵宝派即与正一派、上清派鼎峙，并以江西阁皂山为祖坛，传授灵宝经篆，因此又称阁皂宗。

灵宝派的经书，前期以《灵宝五符序》、《灵宝赤书玉篇真文》为代表，后期以《灵宝无量度人上品妙经》最重要。

《灵宝五符序》中言思服气、服食养生及符咒辟邪之术，其中关于施用“五符”之法，在唐宋之际广泛运用。《灵宝赤书玉篇真文》内收灵宝符几十道，谓其可运役阴阳，召神通灵，获十四种福报。《灵宝度人经》宣扬“仙道贵生，无量度人”之

### 金仙公主镇墓文

纸本墨拓，唐开元二十四年（736）。日本京都大学人文科学研究所藏。此镇墓文为灵宝五方镇墓真文之一的《灵宝黑帝炼度五仙安灵镇墓五炁天文》，上部由六十四个云篆组成，下部言金仙公主逝世，葬于京兆府奉先县，托北方五炁玄天承元始符命，告下北方无极世界土府神乡诸灵官，侍卫安镇。





旨，不仅为该派所重，亦为各派道门及信徒奉为万法之宗，群经之首。其内容极其丰富，即阐述了阴阳、三才、五行等宇宙生成、人物蕃育及顺德齐功之道，又讲述了消灾辟驱，制鬼镇魔、养神成真之术，是研究灵宝道法最重要的著作。

南北朝时期，对汉晋天师道进行了彻底的改造。北魏太平真君年间，嵩山道士寇谦之自称奉太上老君的意旨，清整道教，除去天师道收取道民租米钱税的规矩，专以礼度为首，而加之以服食修炼。所谓“专以礼度为首”，就是要严格奉行封建的道德伦常，要求道教徒必须做到父慈、子孝、臣忠，做封建统治者的顺民。经过寇谦之改革后的新天师道，被称为北天师道。北天师道得到了魏太武帝的尊崇，乃使谒者奉玉帛牲牢祭嵩岳，迎致其余弟子在山中者。于是崇奉天师，显扬新法，宣布天下，道业大行。又在魏都平城特为他建天师道场，集道士120人，每日祈祷6次。并亲至道坛，领受符箓。复以寇谦之为国师，许多军国大事，都先征求他的意见之后方作决定。

继寇谦之后，南朝刘宋时则有庐山道士陆修静，祖述天师道法，弘衍葛洪仙道，整理上清、灵宝、三皇各派经典，汇归一流。他在总结自天师道以来各种斋仪的基础上，吸收佛教的修持仪式和儒家的封建礼法，为道教广制斋醮仪范，以适应

对道教进行改革的需要。他对天师道提出了一套改革方案，健全道官祭酒依功受箓和按级晋升的制度，废除父死子继的陈规，禁止道官自行署职。所有这些改革，其目的是“意在王者遵奉”。经过陆修静所改革后的天师道，被称为南天师道。

道教的教规教戒、斋醮仪式经寇谦之、陆修静修订后，便逐步定型，各种规章制度更为健全，道教组织也较为严密了。在此基础上，齐梁时陶弘景继续接收儒、释两家的思想，以充实道教的神仙学说。他撰写《真灵位业图》，仿照人间社会的等级制度构造了道教的神仙谱系。通过以上各种改造，使道教作为一种宗教团体得以逐步成熟，教理教义、科仪规范等也更加完备，从而使民间道教转化为封建统治服务的士族道教。

从民间道教逐步演变为士族道教，道教一直受到封建统治者的崇奉和扶植。隋王朝的建立，结束了我国三百余年的南北分裂局面，重新获得了统一。隋代虽以崇佛为主，但对道教也甚为重视，实行道佛并容政策。隋文帝杨坚在夺取政权时，即利用道士为其大造舆论。即位后不但重用焦子顺、张宾等道士，还把他的开国年号命名为“开皇”，这个名称即采自道教经典。杨坚又大造道观，广度道士，以扶持道教发展。杨坚晚年，更是深信佛、道，开皇二十年，专门下诏禁止毁坏佛、

道等神像，违者“以不道论”或“以恶逆论”，反映了他对佛道二教的关心和扶持。

炀帝杨广笃信佛教，又利用和扶持道教。当其还在做晋王时，即对道士徐则甚为钦崇，请受道法。王远知是茅山宗的宗师，杨广即位之后，于大业七年（611）召见，并以帝王之尊，亲执弟子之礼，敕令于都城起玉清玄坛以处之。杨广的崇道之笃，可想而知。炀帝迷信金丹，幻想长生不死，为使道士潘诞为他合炼金丹，役数千人，所费巨万。

唐朝亦非常尊崇道教。李渊即位之初，宣称自己和老君乃血脉相承，尊老子为始祖。武德八年，李渊颁布《先老后释诏》，明确规定道教为三教之首，制定了有唐一代奉道教为皇家宗教的崇道政策。开元时期，玄宗李隆基大力推进崇道政策，以提高道教地位，从而形成了道教的全盛时期。在玄宗的诏令之下，各地兴建供奉老君的玄元庙，其建筑极其富丽堂皇。并为之选配道士，赐赠庄园田地。他经常召见道士，拜官赐物，甚至亲受法箓，以道士为师。规定天下诸州，均须遵守道教节日制度，如每年正月十五日、七月十五日、十月十五日等三元日，并宜禁断屠。每年太上老君降生日，天下诸州皆须设祭祀。朝廷设置崇玄馆，以《老子》、《庄子》、《列子》、《文子》开

科取士，设置玄学博士。并制令士庶家均须藏《老子》，每年准明经例考试，称为道举。

由于玄宗的崇道，当时一些公主妃嫔，多有入道为女真者，杨贵妃也被度为太真宫女道士。朝臣中如宰相李林甫等，皆请舍宅为观，太子宾客贺知章请为道士，向往神仙。有的自愿弃官为道士，有的则居官学道，上层社会中服食丹药蔚然成风。文人学士崇尚道教，多与高道作方外游。在寻常百姓日常民情风俗中，道教的影响更是比比皆是。

综上表明，隋唐之际道教，由于受到封建统治者利用和大力扶持，道教在各个方面都有很大的发展，是道教史上的兴盛



庄周梦蝶图（局部）

刘贯道，元，纸本水墨，30cm×65cm。美国私人藏。庄周正在木榻上安睡，两只彩蝶翩翩起舞。是庄周做梦化为了彩蝶，还是彩蝶做梦化为了庄周？



时期。南北道派在互相交融的基础上，茅山宗一直处于主流的地位。楼观道在隋唐之际也有较大的发展，而其教义方术亦颇受茅山宗的影响。这一时期，道教在理论方面的发展尤其突出。许多著名的道教学者，如孙思邈、成玄英、李荣、王玄览、司马承祯、吴筠、李筌，五代时的杜光庭、彭晓、谭峭、闾丘方远等，都是道教史上有较大影响的人物。他们或著书立论以阐述自己的学说，或通过整理注释道经以发挥自己的思想，研究范围相当广泛，对道教的教理、历史、医学、养生学、哲学思想等方面，都作出了贡献。

### 第三节 宋元时期的道教

经过五代十国的动乱和分裂，北宋王朝建立，中国又归于统一。北宋统治者继承唐代三教兼容政策。太祖赵匡胤在未做皇帝之前，便与道士有所交往。他在夺取后周政权时，也曾利用“符命”为其制造舆论。称帝以后，即对发展道教给予极大的关注。他亲自召见道士苏澄隐、王昭素等人，并登门请教治世养生之术。太宗赵光义对黄白术颇感兴趣，在他统治时期，陈抟、丁少微、王怀隐、陈利用、郭恕先、张契真、赵自然、柴通玄等人均曾受到尊宠。



陈抟

石雕，宋，高110cm。湖北武当博物馆藏。

陈抟（871—989），字图南，自号扶摇子，号希夷先生。在中国道教史上，是一位具有相当影响的人物。他出身低微，早年熟读经史百家之言，后隐居武当，服气修真。后晋天福年间，游访四川邛州，师天庆观高道何昌一，学内丹胎息之术。后周世宗显德三年（956）曾召陈抟见于朝，拜官左拾遗。但陈抟不就，坚乞归山。时闻赵匡胤被拥立为帝，建立宋朝，定都开封，遂入华山，建云台观居

之。陈抟精通道术，深受宋室宠信。太平兴国初（977），应诏入阙。太宗恳求济世安民之术，陈抟索纸笔书四字：远近轻重。并解释说：远者，远招贤士；近者，近去奸臣；轻者，轻赋万民；重者，重赏三军。陈抟的进言正中时弊，深切致世，故甚得太宗敬重。

陈抟隐居华山，先后四十余年，潜心于精神领域的探索，精研易学玄机，务穷宇宙之秘，开拓了宋代学术新风。他以传统的道教学说为核心，吸收了儒家的易学观念与佛教禅定学说，构成了一套系统的内丹理论。陈抟的各幅易图，形象地阐述了他的学说。其中以《无极图》、《太极图》影响最大，集中地概括了陈抟的易道内丹理论。《无极图》共分五圈，自下逆行而上，开始于意守丹田，继之炼精化气，炼气化神，五气朝元，取坎填离，炼神还虚，复归无极，完整地阐述了内丹修炼的全部过程。

在明清以来的道观、文庙中，在庄重神秘的斋仪法会上，在民众住宅的装饰中，经常可以看到一个由黑白鱼形纹组成的圆形图，这就是被誉为古代道士黄冠上一颗明珠——陈抟的《太极图》。《太极图》中的“S”线将太极清晰地分为黑白两个部分，黑者为阴，白者为阳；黑中含一点白者，阴中阳也；白中含一点黑者，阳中阴也。阴阳的状态，一边从小到大，

一边从大到小，犹如二条“阴阳鱼”，相互依存，不可分割地结合在一个整体中。阴阳交互，动静相倚，周详活泼，妙趣自然。《太极图》形象地表达了阴阳两种能量处在此强彼弱，彼消此长，永恒的运动中，因而引起整个世界的变化、发展的过程，并揭示出物极必反的规律。

继陈抟之后，道教呈现了一个内丹热的时代，开始形成以南北二宗为主体的内丹派。其南宗一派，指宗承北宋张伯端内丹说，主要在南方流传的一派。北宗则是以金元王重阳为教祖，主要流传于北方的全真道。

南宗以张伯端（987—1082）为开山祖师。张伯端，又名用成，字平叔，号紫阳。天台（今属浙江）人。自幼好学，涉猎三教经书，以至刑法、书算、医卜、战阵、天文、地理、吉凶、死生之术，靡不留心详究。后为府吏，因触犯律令，遣戍岭南。熙宁二年（1069），张伯端自桂林至成都，遇青城丈人授以金丹秘诀，洞晓阴阳颠倒互用之机，天地返复生成之理。故能修真复命，形神俱妙，与道合真，变化无穷。张伯端作《悟真篇》，继承钟离权、吕洞宾佛道双融、性命双修的思想之说，阐述先命后性的炼丹之术，并对陈抟炼精化气、炼炁化神、炼神还虚、复归无极的思想作了系统的发挥，用性命之说，融合三教，援儒引佛入道，从而建立了一





张伯端

明本《宝善卷》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。

套新的内丹理论。《四库全书提要》说：

“是书专明金丹之要，与魏伯阳《参同契》，道家并推为正宗。”

张伯端丹法来自西蜀青城，其后传播于南方，并演化为二派。其中清修一派，历来被视为张伯端嫡传。其传法谱系为：张伯端传石泰，石传薛道光，薛传陈楠，陈传白玉蟾，是为南宗五祖。另有南宗双修一派，始于刘永年，刘传翁葆光，翁传若一子。其后主要人物有陈致虚、李文烛、彭好古、甄淑、陶素鞬、仇兆鳌、付金铨等。

道教在宋代影响甚大，真宗、徽宗特

别崇信道教。真宗即位，继承其父太宗的作为，实行扶持道教的政策，并有过之而无不及。他效法唐室，封其始祖赵玄朗为“九天司命保生天尊”。并大建宫观，铸造玉皇、圣祖等圣像，天下供祭。其后天书频降，祥瑞纷陈，真宗封禅泰山，祠祀汾阴，又感天尊降临，于是真宗遂令上神仙尊号，设醮奉神，并遣人四方营建宫观，塑造神像，建立祠禄制度，特设宫观使或宫观提举，以完善宫观的日常管理。他非常重视对道书的收集和整理，任命王钦若、张君房编修《道藏》，编成《大宋天宫宝藏》，达四千五百六十五卷之巨。

自真宗以后，历代皇帝均与一些高真关系密切，请其主持祈雨禳灾法会。如仁宗曾召天师张乾曜、张象中至阙下，问以白日冲举之事。神宗敬重灵慧大师王太初、茅山宗师刘混康，并赐赤松山董惟滋及高道陈景元等尊号，礼遇有加。哲宗亦召见刘混康，赐号洞元通妙法师，令住持上清储祥宫。别敕茅山宗坛，与信州龙虎山、临江军阁皂山，“三山鼎峙，辅化皇图”。以此设定了上清派、灵宝派、正一派三山符箓，鼎立天下的局面。

时至徽宗即位，北宋又进入一个崇道的高潮。他宠任道流，重用魏汉津、徐神翁、刘混康。曾召刘混康赴阙，加号元符万寿宫，赐九老仙都君玉印、景震玉器宝剑，御制诗颂书画。与此同时，徽宗又四次召见三十代天师张继先，赐号“虚靖先生”，进封“正一静应显佑真君”。又赐库银修龙虎山上清宫，恩赍甚厚。他宠信林灵素，且以师事之。林灵素宣称青华帝君夜降宣和殿，传授帝诰、天书、云篆。徽宗乃会道士二千余人于上清宝箓宫，俾灵素宣谕其事。林灵素又宣称天有九霄，而神霄为最高。神霄玉清王主南方，号长生大帝君，陛下是也。于是，徽宗便以道教教主自居，令天下归于正道，道教几成国教。

南宋之际，朝廷偏安一隅。这时国力羸弱，递受金人、蒙古人的侵袭，统治者

为求消灾免难，保国延祚，更寄希望于神灵的护佑。高宗赵构南渡，定都临安（今杭州），在都城修建景灵宫，在杭州西湖修建延祥观，以奉诸朝真君。二十五年，高宗奉皇太后之命，修复临安洞霄宫，建昊天殿、钟楼、经阁；修建三茅观，并派道士蔡大象管理观事。高宗还常亲自召见道流，或赐钱物，或赠封号，或授官爵，或书写道经以赐。

理宗赵昀当政时，蒙古已统一了北方，并向南方步步逼近，南宋王朝处于国势危险之中。为了维护赵宋王朝的统治，



瑞鹤图（局部）

赵佶绘，北宋，手卷，绢本设色。辽宁省博物馆藏。赵佶，即宋徽宗。雅好丹青，善书法，自创瘦金体。笃信道教，自称道君皇帝，不问朝政，以致国破被俘。





他在崇尚理学的同时，仿效其前代君主加强崇道措施。他为一些神仙人物和道派祖师赐赠封号，对道派首领赐赠封号，委以官职，以示崇敬。嘉熙三年（1239）召见三十五代天师张大可，命其提举三山符箓兼御前诸宫观教门公事，主领龙翔宫，赐号“观妙先生”。并不顾民穷财匮，继续兴建和扩建宫观。理宗对道书《太上感应篇》特别感兴趣，亲自书写“诸恶莫作，众善奉行”八字列于卷首，并由名儒真德秀代作序和跋，宰相郑清之作赞文，广为传播。后来道教劝善书的兴起，当与此直接有关。

南宋道教亦相当兴旺，除旧有的天师、上清、灵宝等三山符箓之外，其时自称独得异传而别立宗派者甚多，主要有神霄派、清微派、东华派、天心派和净明派。这些道派多主符箓道法，擅长雷法。

神霄派产生于北宋徽宗年间，其名肇始于林灵素所编造的神话。林灵素为浙江温州道士，自称得天师弟子赵升授以《神霄天坛玉书》，并命他为“神霄教主雷霆大判官”。从此豁然神悟，察见鬼神，诵咒书符，策役雷电，追摄邪魔，与人禁治疾苦，立见功验，驱瘟伐庙，无施不灵。政和六年（1116）林灵素入宫对徽宗言：“天有九霄，而神霄为最高，其治曰府。神霄玉清王者，上帝之长子，主南方，号长生大帝君，陛下是也。”徽宗欣

然接受，自称教主道君皇帝，下令天下诸州大建神霄万寿宫，以祀神霄大帝。神霄之名，遂眩人耳目，该派道士遂引以为教名。

其时有王文卿，字述道，建昌南丰（今属江西）人。生而神异，长而聪敏，性慕清虚，志惟养素，不贪名利，远于尘劳。他自称在宣和初（1119）遇火师江真君于扬子江边，授以飞章谒帝之道；又遇老妪（电母）授以雷书数卷。自是通神达灵，名闻江湖，召雷祈雨，俱获灵应。徽宗召封称旨，又于宫中驱怪缚鬼，显诸神异。据说他能预知天命，数以修政练兵事为请，徽宗不纳，乃拂袖退居故里南丰，仍以传播神霄法为己任。弟子颇众，历宋至元，支流繁衍，流传于江南地区。虞集《道园学古录》说：得其真传有新城高子羽、临江徐次举、金溪聂天锡、临川谭悟真。入元之后，谭悟真传法予庐陵罗虚舟，再传萧雨轩、周立礼，周传其子，萧传胡道玄，人称“神霄野客”，行法于关陕荆襄江汉淮海闽浙之间。此外，王文卿的弟子还有袁庭植、郑道士，往来筠、抚诸州，为人祈雨驱邪，招呼雷霆。

流风所被，道教内丹南宗一系，至四祖陈楠开始，兼传神霄雷法。据白玉蟾言，陈楠游黎母山遇汪真君之徒辛忠义，得都天大雷法，后以传己。白玉蟾，号海琼子、武夷散人、神霄散吏、紫清真人





白玉蟾

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真祖师图研究》。

等。祖籍福建闽清，生于琼州（今海南琼山），为道教南宗第五祖。他得陈楠秘传道法，精通丹道、雷法，其门徒甚众，皆得雷法之传。《道法会元》卷八三载，白氏一承王文卿，一承辛忠义，其后有金达、赵玉隆、闵霖、马士清、翁法建、薛师淳等，师淳门下弟子，又有五百余人。

清微派产生于宋代。该派称其符法出自清微天元始天尊，故名清微派。又谓其教在元始天尊传法后衍而为清微、上清、灵宝、道德、正一五派，至十传乃由祖舒会五派而为一，清微派复又传世。这表明

该派具有融合道教诸派的特点，所谓师总五派之奥，统辖雷霆。其后，再经黄舜申的传播，清微派大盛行于世。

黄舜申号雷渊，福建建宁人。十四岁时得危疾，南毕道以符法治之。从此遂以善祈祷、精雷法名震朝野上下，得南宋理宗、元世祖召见，并敕号“雷渊真人”。他集清微法之大成，阐扬宗旨，凡有祈祷，报应如神。一时王公大人争欲罗致，四方来受学者以千数。亲传弟子三十五人，三十人各得一法，仅五人尽得全法，即张道贵、熊道辉、叶云莱、刘道明等。

此后清微派分两支向南北传播：一支以福建建宁为中心，由熊道辉主法，传安城彭汝砺，彭传安福曾贵宽，曾传浚仪赵宜真，而入于明。一支以湖北北武当山为据点，由张道贵、叶云莱、刘道明主坛，传张守清。张守清曾应诏赴阙祈雨治病有功，而赐号“体玄妙应太和真人”。其门下甚众，著名者有黄明佑、彭通微、单道安，后形成与全真、正一相结合的清微支派，又称新武当派，传衍不绝，直至明清。《诸真宗派总簿》收有派字各异的八个清微支派，表明民国时清微派所衍门庭很多，时至今天，中国仍有清微道脉流传。

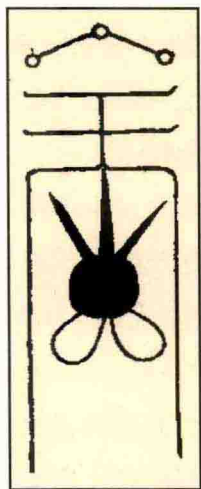
东华派是由南宋初宁全真所创，它由灵宝派中演变而出，盛行东南地区。宁全真，河南开封府人。其家世不详，自幼养于裴家。资禀纯异，敏于记忆，凡诸子百



家、医药之书，无不该贯融合，善察天文历算，独工于占卜术。后刻意学道，师从田灵虚、王古得灵宝、东华法诀。从此修持不怠，能通真达灵，飞神谒帝，名震京师。后遭靖康之变，迁居苏州，得杨义所遗灵宝玄范玉册，道业大进，门徒甚众，东华法遂行化南方。晚年将教务付赵义夫。其亲传弟子还有宋扶、何德阳、王承之、章友直、宗妙道、胡元鼎、胡次慧、赵怀敏、胡仲造、杜文豫等。再经赵义夫、宋存真、张洞真、孔敬真、庐湛真、恭熙真等人，传至温州林灵真，更使东华派盛极一时。

林灵真，字君昭，法名灵真，自号水南。家素富贵，自幼聪颖，既长洞究经史百家，而于《阴符》之旨，独加意焉。累举不第，弃儒从道，舍宅为观，师林虚一、薛熙真，得东华大法。于是大倡玄风，绍开东华之教，蔚为一代真师。时三十八代天师张与材亦敬重林氏，命为温州路玄学讲师。其后，林灵真又至龙虎山，张与材亲授“灵宝通玄弦教法门高士”尊号，住持温州天清观事。他以温州为传教中心，受教弟子在州里不下百人。天师门下高道董处谦，后为玄教大宗师的吴全节，以及金华谢公、括苍周公、武林王公、吴门周公、庐山于公、赤城赵公、练溪周公、虚舟平公、竹林张公，皆从游参妙。

天心派为北宋饶洞天所创。他远托张陵，近依谭紫霄，传天心正法于世，故被称为“天心初祖”。《上清北极天心正法》序说：“夫天心法者，自太上降鹤鸣山日授天师，指东北极之书，辟斥邪魔，救民是务。昔之流传天心正法，止有三符，一乃天罡大圣符，二曰黑煞符，三名三光符。”此表明该派源自天师道，而以天师三符为重，再经谭、饶推衍成书开宗。



三光正炁符

取自《上清天心正法》。所谓“三光”，是指太阳、月亮、北斗（天罡）的光气与灵能。道教宣称，此三光正炁灌注身心，便可驱邪除病，长生在世。用这种超常功能画的符，就是三光正炁符。

谭紫霄（823—973）为唐末五代时高道，号金门羽客，福建泉州人。先后受到闽主王审知及南唐烈祖、后主的宠遇，其礼可比蜀之杜光庭。据《历世真仙体道通鉴》卷四三所言，闽王时天师陈守元锄地

得木札数十宁铜盎中，“皆张道陵符篆，朱墨如新，藏去而不能用，以授紫霄，紫霄尽能通之。遂自言得道陵天心正法，劾鬼魅，治疾病，多效”。

至宋太宗淳化五年（994），饶洞天于华盖山掘地，得“金板玉篆天心秘式一部，名曰正法”。复遇神人指令，得尽其妙。饶洞天后以其法传朱仲秦，朱氏传游道首，道首传邹贲，邹贲传符天信，天信传邓有功。邓有功为北宋末年人，他据师传秘诀，重删天心正法，编成《上清天心正法》，并以江西崇仁华盖山为天心派祖庭，有弟子数百人。

此外，北宋宣和年间，路时中自谓得张陵弟子赵升指点，于茅山顶得石函帛书；又称绍兴戊寅（1158）天君降临靖中，亲授“七品格言”。其后将其所得，编成《无上玄元三天玉堂大法》传世，促使天心道法兴旺当时。与他同时，精通天心正法者尚有王太初、雷守声、任道元、欧阳文彬、王法师、陈桷、陈御史、赵子举等，其中不少人本为官吏士民，可见该派在宋时传播颇广。

入元，天心派最著名者是雷时中（1221—1295），字可权，号默庵，祖籍江西，迁居武汉金牛镇，自号双桥老人。据称因精通道学，感路真官降授混元六天如意道法；后又感辛天君传法，开闡雷霆之教，普济众生。于是设坛宣教，专以

《度人经》为主，道业大盛，有弟子数千人，分为东南、西蜀两派。此派盛行于元初，融合天心、神霄二派道法，自称“混元”，可目为天心派混元宗。明清以来，天心派的活动已少见，似已合流于正一。

净明派为南宋初期形成，全称为净明忠孝道。该派奉东晋道士许逊为祖师，以南昌西山为基地。据《净明忠孝全书》所言，许逊曾以神丹点金救民，符咒治大疫，符咒所及，登时而愈，至于沉痾，无不痊者。后问道于丹阳谿母，母以所受孝道明王之法付之。复遇日月二帝君，授以净明忠孝之道。从此诛妖伏魔，济世累功，忠孝仙道双全，飞举成真，后世凡参学净明弟子，皆尊之曰道师。

把许逊说成是净明创祖，虽系后人依托，但对许逊的崇拜由来已久，在唐代就有张蕴、胡慧超等重振西山道教，宣扬净明灵宝忠孝之道，然尚未形成气候。南宋初，西山玉隆万寿宫道士周真公、何守证等利用许逊信仰，致祷许真君救度，感动许逊六真降神，出示灵宝净明秘法，化民以忠孝廉谨慎之教，从此净明派于西山正式诞生。

入元，遂有刘玉重肇新净明派。刘玉（1257—1308）字颐真，号玉真子。南康建昌人。笃志神仙之学，元世祖至元十九年（1282）自称于西山遇胡慧超，宣告净



许逊

取自《许太史真君图传》。许逊（239—374），字敬之，豫章南昌人，东晋道士。他赋性聪颖，博通经史、天文、地理、医学、阴阳五行学说，尤其爱好道家修炼法术。平日以孝、悌、忠、信教化乡里，深为世人尊敬。后隐居南昌西山，立净明道派。



明将兴，当出八百弟子，汝为之师。于是始建腾胜道院，以善道教化民众。至大德元年（1297），经过十余年的努力，刘玉终于重建净明道。刘玉后以其学尽传黄元吉，黄传徐慧，徐慧传赵宜真，此五代嗣教为净明道最兴盛时期。

黄元吉（1270—1324）字希文，人称中黄先生。出身豫章丰城名族。年十二入西山，先后师事朱尊师、王月航、刘玉。刘玉认为可托重任，传其法脉。黄氏又于西山立玉真、隐真、洞真三坛，传授净明道法，曾以其道游说京师，公卿士大夫多礼问之。所度弟子著名的有徐慧、陈天和、刘真传、熊玄晖、刘思复、黄通理等，徐慧为其衣钵传人。

徐慧（1291—1350）又名异，字子奇，号丹扁子。其先为丰城望族，后仕居

庐陵。师事黄氏，尽得中黄八极妙诀，又参拜长春宫蓝道元，得全真无为之旨。奉养老母致孝承顺，为民祷雨祛疾颇灵，人称奇峰先生。度弟子数百人，著名者有钟彦文、萧尚贤等。

徐慧之后，五代嗣教为赵宜真。赵号元阳子，江西福安人。少通经史，后入道门，先师曾贵宽习清微、净明道法，复拜张天全、李玄一得全真大旨，以此兼融清微、净明、全真三学，并被清微、净明两派尊为嗣师。他曾云游四方，西去吴蜀，南至武当，入龙虎山，与四十二代天师张正常为至交，终至江西鄱都紫阳观定居，从学者颇众。

赵宜真传刘渊然，刘为第六代嗣师。刘渊然（1351—1432）号体玄子，江西赣县人。自幼出家，后师事赵宜真，得授净

明忠孝道法、符篆咒术、金火大丹。能召雷电风雨，劾治鬼神，兼通医药，与人相处，举忠孝为立本之根，明太祖时曾应诏入宫，赐号高道，从游者日众，居朝天宫，后建西山道院以居之，仁宗时复归京师，赐号“普济长春真人”，赐二品印诰，领天下一切道教事。宣宗朝又进号“大真人”，后卒于南京。

刘渊然以后，净明道的传承系谱不明，教派渐趋与正一、全真合流。清顺治九年（1652），全真弟子徐守诚入西山研修净明道，致力于西山宫观的修复。徐氏之后，其弟子谭太智、张太玄、熊太岸居西山绍继净明法统。此后，净明派的传授即隐而不明。

全真道一派，创自王重阳。因其王重阳在山东宁海（今牟平）自题所居庵为全真堂，凡入道皆称全真道士，故此派称全真道。至元代以后，内丹南宗合并加入全真道中，全真道便以为南北二宗的合称，流传全国各地，成为与正一道并峙而传，延续至今的道教两大派别之一。

王重阳（1112—1170），原名中孚，字允卿。后改名世雄，字德威。入道后，又改名吉，字知明，号重阳子。祖籍陕西咸阳，累世为地方大族。幼好读书，才思敏捷，以出色的成绩考中甲科。结果仅当一名征收酒税的小吏，于是愤然辞职。弃家而游，于甘河镇遇异人得内炼真诀，

悟道出家。他在户县南时村挖穴墓，取名“活死人墓”，自居其中，潜心修持三年，功成丹圆，迁居刘蒋村。他糅合儒家和道、释的思想，主张三教平等、三教合一。认为修道的根本在于修心，务必除情去欲，达到心地清静，则身在凡尘而心已在圣境；即人心常许依清静，便是修行真捷径。善于随机施教，以神奇惊世骇俗。之后东出潼关，前往山东布教。先后收马钰、孙不二、谭处端、刘处玄、丘处机、郝大通、王处一为弟子，建立全真教团。从此，王重阳和他的弟子们肇开了全真道的规模。元徐琐《郝东师道行碑记》说：重阳唱之，马、谭、刘、丘、王、郝六子和之，天下之道流祖之。元遗山《紫微观记》讲述说：全真教本于清静之说，参以禅定之说，耕田凿井，从身自养，故天下民众，翕然从之。

其弟子承王重阳之教旨，四方传道，活跃于山东、河南、河北、陕西等地，并创派立宗。马丹阳创立全真遇仙派，谭处端创全真南无派，刘处玄创全真随山派，王处一创全真嵒山派，郝大通创全真华山派，孙不二创全真清静派，丘处机创全真龙门派。自元以来，又以丘处机龙门派最为盛，历代不衰。明清以来道教著名炼养家，大多出自龙门派法统，如伍冲虚、柳华阳、刘一明、付金铨等。

丘处机敏而强记，博学而高才，酷





王重阳

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。

慕玄风，拜王重阳为师。后西游凤翔，隐居龙门山(今甘肃陇县)，潜修七年。时应金世宗召见，问以至道。兴定三年(1219)，居莱州(今山东掖县)昊天观。南宋及金先后遣使来召，丘处机皆不应诏。同年五月，元太祖成吉思汗自乃蛮国(今蒙古人民共和国境内)遣使召请，丘处机慨然许行。兴定四年(1220)正月，丘处机偕弟子18人从莱州出发，行程万里，历时两年，于兴定六年(1222)春到达西域大雪，进见成吉思汗。《元史·释老传》称：“太祖时方西征，日事

攻战。处机每言欲一天下者，必在乎不嗜杀人。及问为治之方，则对以敬天爱民为本。问长生久视之道，则告以清心寡欲为要。”元太祖十九年(1224)春，丘处机返归燕京(今北京市)，元太祖赐以虎符、玉玺，命其掌管天下道教，其后道侣云集，道教日兴。丘处机遂在燕京先后建立了八个教会，并于各地建立宫观，为全真道的大发展打开了新的局面。

金人属女真族，本来居住在长白山和黑龙江流域。公元1115年，金太祖阿骨打即皇帝位，正式建立大金。紧接着，金太

宗完颜晟于天会三年（1125）灭辽，天会五年灭北宋。其后，金统治者大力提倡尊孔读经，兴办学校，以科举取士，让汉族士人担任朝廷的重要官职。有一些汉族士人不愿做官，走上了隐遁的道路。在这种背景下，先后于山东、河北一带出现了一些新道派，如萧抱珍创立的太一道，刘德仁创立的真大道，王重阳创立的全真道等。这些新道派既是一种宗教团体，也是一些在野汉族士人相互联络的组织，一经建立，便得到了迅速的发展，从而引起金朝统治者的密切关注，对他们表示亲善，给予扶植。

金熙宗完颜亶于皇统八年（1148）亲自召见了太一道祖师萧抱珍，并为他的道观赐额。世宗完颜雍即位不久，便于大定（1161）初，将真大道祖师刘德仁召居京城天长观，大定九年又为太一道二祖萧道熙敕立万寿额碑。十四年因天长观灾，命有司修复，并率领太子和百官前往庆贺，做道场三日夜。大定二十七年（1187），金世宗召见全真道王处一赴阙，凡所应对，皆称上意。二十八年复诏，并为王处一建修真观，赐金书篆额。

章宗完颜璟尊玄信道更甚，他与太一道三祖萧志冲往来甚密。明昌间，尝请其醮于太清宫，又在中都为其兴建太极宫。他与全真道的交往亦多，承安二年（1197）召见王处一于便殿，问以养生之

道，师以无为清静、少私寡欲为对。又问性命之理，师言内丹之说，以心运气，是皆无为自然，斡旋造化而成者。泰和三年（1203）章宗令王处一，于亳州太清宫主普天醮事。七年（1207），元妃赠《玄都宝藏》一部，送置圣水玉虚观。同年章宗又多次召见丘处机，问以至道，赐钱十万，并命塑纯阳、重阳、丹阳三师像于其所居之宫庵。

明昌元年（1190），丘处机东归栖霞，大建琳宫，章宗敕赐其额曰“太虚”。承安二年（1197）七月，章宗召见王处一于便殿，问以养生之道，治国边境之事。同年冬月，又召刘处玄赴阙，敕寓天长观，并赐以“灵虚”、“太微”、“龙翔”、“集仙”、“妙应”等五观额。次年又遣使征之，待如上宾，赐以琳宫，名曰修真，官僚士庶，络绎相仍，户外之屦，无时不盈，额赐灵虚，宠光祖庭。他还十分重视道书的收集和整理，即位伊始即命天长观提点孙明道主持搜访天下遗经，编印《大金玄都宝藏》六千四百五十五卷。

入元以后，元统治者同样面临如何争取汉族士人支持的问题，故对道教亦表示崇奉。当成吉思汗还在率军西征时，就遣使臣宣召丘处机。元太宗窝阔台即位后，李志常一直受其尊宠，屡被征聘，并为他修建终南山祖庭重阳宫。在宪宗蒙哥执





丘处机

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。



政期间，更加频繁地召见李志常，令其掌道教事，咨以治国保民之术，前后赏赐甚多，彼此亲密无间。孟樊麟《十方重阳万寿宫记》中盛称：历观前代尊教，未有如今日之极；教徒蕃衍，道门增广，未有如今日之盛。兴作之日，四方奔走，而愿赴役者从之如云。

元世祖忽必烈当政期间，对道教继续予以尊崇。至元六年（1269），下诏增封王玄甫为“东华紫府少阳帝君”，钟离权、吕洞宾、刘海蟾、王重阳皆赐真君之号，王重阳的七大弟子马钰、谭处端、刘处玄、丘处机、王处一、郝大通、孙不二均封为真人。对其他一些道教徒亦不断地赐赠封号，如诏赠尹志平为“清和妙道广化真人”，李志常为“真常上德宣教真人”，张志敬为“光先体道诚明真人”，并赐金冠云罗法服一套。

忽必烈为了消灭南宋，统一全国，至元十一年（1274）决定大举伐宋。至元十二年七月，便遣使去江南搜访僧、道。次年攻下南宋首都临安后，即确定江南名山仙迹之宜祠祀者，江西玉隆宫即居其一，净明道士在此时受到很高的礼遇。此后，又亲自召见武当山道士叶云莱和茅山宗三十八代宗师蒋宗瑛等，委以道职。因龙虎山天师道是江南很有势力的道派，故天师道特别得其关照。至元十三年四月，召嗣汉天师张宗演赴阙，特赐玉芙蓉冠、织金无缝服，

命其领江南诸路道教。次年，张宗演还江南，以其弟子张留孙留京师。至元十五年五月，制授张留孙江南诸路道教都提点，并建汉祖天师正一祠于京城，诏张留孙居之。至元十六年诏谕张留孙悉主淮东、淮西、荆襄等处道教，从而使天师道的势力发展到华北和华中广大地区。

成宗铁穆耳承天下，继续奉行崇道政策，对江南天师道特别重视。他即位伊始，便于元贞元年（1295）加封张陵为“三天扶教辅元大法师正一静应显佑真君”，并赐嗣汉三十七代天师张与棣等十三人玉圭各一。元贞二年正月，又授张与材为“太素凝神广道真人”，管领江南诸路道教。大德八年授正一教主，主领三山符箓，这对江南符箓各派的融合起了促进作用。成宗对张留孙特别尊宠，大德中，加号为“玄教大宗师”，同知集贤院道教事，且追封其三代皆为魏国公，官阶品俱第一。

吴全节（1269—1346）字成季，号闲闲，又号看云道人，饶州（今江西鄱阳）人。年十三学道于龙虎山，师事李宗老、雷思齐等，研习道法易学。从张留孙得其秘法，祈祷辄应。他对道教各种方术兼收并蓄，熟知符箓斋醮，在燕京崇真宫期间，又向南宗道士陈可复学雷法，向东华派首领林灵真学道法，向南宗道士赵淇学内丹。元代大儒吴澄称：吴真人寄迹道



### 吴全节

吴全节十四像赞卷（局部），无款（旧传陈芝田），元，手卷，绢本设色。美国波士顿美术博物馆藏。手卷描述吴全节的修炼生活，如燕坐、观泉、抚琴、存思、内观、泥丸、朝元、说法、上清等，来颂赞他的高尚道行和修养功夫。



家，游意儒术，明粹开豁，超出流俗。

至元二十四年（1287），吴全节随张留孙至京师，成为倚侍留孙左右的大弟子。后多次奉诏祭祀岳渎山川，又数次奉诏去江南访求遗逸。成宗即位，奉敕每岁侍从行幸，并继续奉命外出祠祀。元贞元年（1295），制授冲素崇道法师、南岳提点。大德二年（1298），制授冲素崇道玄德法师、大都崇真万寿宫提点。此后，或奉诏设醮，或被请祷雨，或奉旨降御香于江南。大德十年，制授江淮荆襄等处道教都提点。次年，武宗即位，制授玄教嗣师、总摄江淮荆襄等处道教都提点、崇文弘道玄德真人，佩玄教大师印，视二品。

至大三年（1310），封赠其祖及父，奉命归乡荣亲。至治二年（1322），继张留孙之后，任玄教掌教，总摄江淮荆襄等处道教事，佩一品印。自此后五十年间，吴全节历元世祖、元成宗、元武宗、元仁宗、元英宗、元泰定帝、元天顺帝、元文宗凡八朝。因其才气横溢，为人聪颖达悟，贞静文雅，且善识为政大体，故受知于朝廷，成为重要谋臣。

仁宗爱育黎拔力八达崇尚儒学，对道教亦继续尊崇。即位之后，特赐天师张与材以宝冠及文金之服。延祐三年（1316）张与材去世，又授三十九代天师张嗣成“太玄辅化体仁应道大真人”号，继续主

领三山符箓，并掌江南道教事。

总之，元代统治者对道教也是十分尊崇的。天师道在北方得到迅速传播，全真道则在江南有较大发展。其他力量较为薄弱的各派道教则逐渐分别与天师道和全真道相融合，符箓各派融入天师道之后统称为正一派，从而形成正一道与全真道两大派别，在明以后继续流传。

#### 第四节 明清时期的道教

中国封建社会发展到明清时，已进入了末期，随着整个社会的演变，道教也经历了一个由盛而衰的演变过程。明代统治者在夺取政权和巩固政权的过程中，都曾利用道教为他们服务。因而在明中叶以前，道教仍继续处于兴盛时期，到嘉靖年间达到高潮。

明太祖朱元璋在夺取政权时，便利用道教制造舆论。先是宣扬他的祖坟风水好，当出天子；继称在他降生前，其母吞服道士的丸药，故降生后即与众不同；同时还说他在贫病无依之时，常有神人为之护理。在起兵征战过程中，道士周颠仙和铁冠道人张中等常为他出谋划策。朱元璋即皇帝位，张正常入贺，朱元璋赐宴于便殿，即日降制书授以“正一教主嗣汉四十二代天师护国阐祖通诚崇道弘德大真人”之号，仍命其领道教事，给以银印，

视二品；并设僚佐赞教、掌书，赐白金十二镒。以后几乎每年均有召见和赐赠。五年，敕令永掌天下道教事。此后，直至明末第五十一代天师张显庸，代代皆袭封大真人，掌天下道教事。朱元璋在优宠道士的同时，亦亲自为《道德经》作注，以示推崇。

明成祖朱棣，是通过兵变夺得皇权的。他在夺权过程中，利用道士袁珙、袁忠彻、金忠等人为他制造舆论，出谋划策。在夺得皇位之后，正一道首领张宇初继续受到尊重，常被召见，受命举行各种斋醮祈祷。永乐元年、十四年，两度赐缙钱修葺龙虎山上清宫，十三年在龙虎山敕建真懿观。朱棣还亲自撰写玄教乐章，以示向道之诚。

特别值得一提的，是朱棣对于真武的崇奉。据《鸿猷集》载：在朱棣将举兵之前一日，“众见空中甲兵，其帅玄武也。成祖即披发仗剑应之”。朱棣即位之后，即下诏特封真武为“北极镇天真武玄天上帝”，即令于京城及武当山营建宫观，供奉玄武，其中武当山的营建规模最为庞大。从永乐十年开始，动用了丁夫三十余万人，费银以百万计，修造了玄天玉虚宫、太玄紫霄宫、兴圣五龙宫、大圣南岩宫，并在天柱峰顶修建金殿，饰以黄金，供奉玄武像于其中。十六年，武当山宫观全部建成，为八宫二观、三十六庵堂、





真武

铜铸鎏金，明代，高75cm。湖北武当博物馆藏。真武，又称玄武大帝、玄天上帝。其形象多为披发黑衣，金甲玉带，仗剑怒目，足踏龟蛇，顶罩圆光，十分威猛。道经称他原为净乐国太子，生而神灵，察微知运，发誓要除尽天下妖魔，不愿继承王位。后入太和山修炼，功成圆满，白日飞升，玉帝下令敕镇北方，统摄玄武之位，并将太和山易名为武当山，意思是非玄武不足以当之。

七十二岩庙、三十九桥、十二亭的庞大道教建筑群，赐名曰大岳太和山。选道士二百余人供洒扫；给田二百七十七顷，并耕户以赡之。道士任自垣等九人为提点，秩正六品，分主宫观，设官铸印以守，并亲制碑文以纪之。通过这些措施，从而大大促进了武当道派的发展，使武当山成为

举世闻名的道教圣地。

在太祖和成祖之后，明朝的历代统治者均一直奉行三教并用和对道教的优宠政策。英宗朱祁镇即位，于正统九年（1444）命邵以正督校，编定道经，刊板流布，至正统十年告成，共五千三百零五卷，称《正统道藏》，颁赐天下。这对于道书的保存和传播起了巨大的作用。

明代诸帝中崇道最笃者，乃嘉靖皇帝朱厚熜。在他入承皇位之后，即毁佛寺，逐散僧人，专以扶植道教为事，使道教的发展达到了高潮。他宠信道徒，授以高官厚禄。嘉靖三年（1524）邵元节被召入



武当山图

版画，取自清沈锡龄《天下名山图咏》。

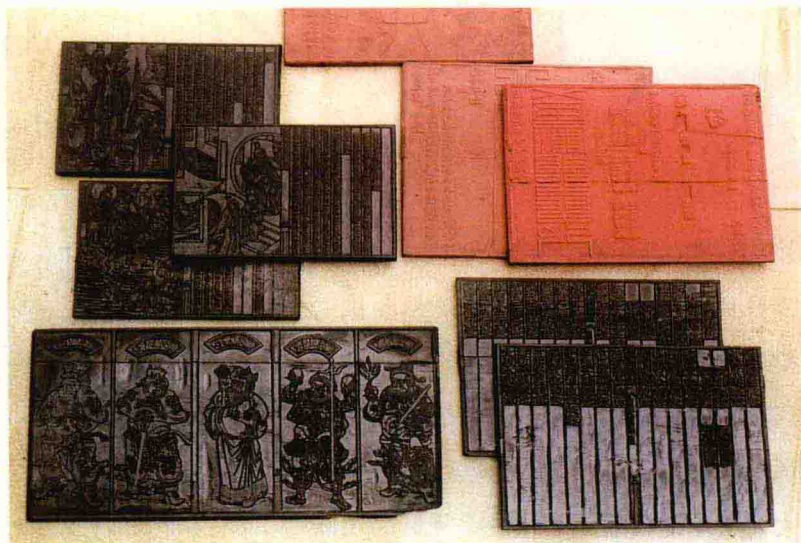
京，封为“清微妙济真人”，统辖朝天、显灵、灵济三宫，总领道教，赐金、石、银、象牙印各一，班二品。后敕建真人府于城西，以其孙启南为太常丞，曾孙时雍太常博士。嘉靖十五年，拜礼部尚书，赐一品服。嘉靖十八年（1539）邵元节逝世，追赠为少师。其后，又宠信陶仲文。嘉靖十八年授“神霄保国宣教高士”，十九年特授少保、礼部尚书，二十三年加少师，仍兼少傅、少保。陶仲文得宠二十年，位极人臣，其子孙及门徒皆受恩宠。

嘉靖皇帝好鬼神事，甚至发展到多年不视朝政，深居西苑，日夕但以斋醮为事。他特别爱好扶乩，于禁中筑乩仙台，用其乩言决定国策。他迷信丹药，相信服芝可以延年，派人到五岳及太和、龙虎、茅山、齐云、鹤鸣等道教名山广为采集。

世宗逝世之后，其子穆宗朱载堉继

位，在徐阶的辅助下，崇道暂时有所节制，曾去正一道首领的真人号，降为上清观提点，秩五品。但到神宗朱翊钧统治期间，又全面恢复了崇道政策。万历五年（1577）十一月，下诏恢复五十代天师张国祥正一真人封号，仍予金印，又赐玉刻宗传之印及金冠玉带，并敕修朝天宫，御书真人府额。他曾命所司印《道藏》四百八十函，施舍在京及天下名山诸道观，广其传播。万历三十五年，又敕张国祥编印《续道藏》一百八十卷，称为《万历续道藏》。这是继《正统道藏》之后又一道书的汇辑，对道教文化的保存和传播，具有积极的历史意义。

在明代，张三丰是影响最大的道教人物。英国李约瑟博士说，生命之丹的观念在中国踟躅了几个世纪以上，虽然并未曾有炼丹术普遍复兴的迹象，但确实引起了



道经刻板

成都青羊宫二仙庵藏。





张三丰

铜铸鎏金，明，高141.5cm。湖北武当博物馆藏。

明代几个皇帝的爱好。历史告诉我们，明太祖派遣使者在1430年去寻找一个叫张三丰的炼丹家。永乐年代的成祖皇帝，仍在寻求张三丰。并在1459年英宗终于给张以“通微显化真人”称号的荣誉。张三丰的名字，现今一般与中国拳的一个派别太极拳联系在一起。

据《明史·方伎传》言，张三丰为辽东懿州（今辽宁彰武）人，原名全一，字君实，号玄玄子。以其不修边幅，又号张邈邈。祖籍江西龙虎山，自称天师后裔。其为人丰姿魁伟，龟形鹤背，大耳圆目，须髯如戟，寒暑惟一衲一蓑，一餐能食升米，或数日一食，或数月不食。看书过目不忘，浪游住处无常。或云一日千里。善于嬉谐，旁若无人。明太祖闻其名，洪武二十四年（1391）遣使觅之不得。后居陕西宝鸡金台观，曾死而复活，道徒称其为“阳神出游”。乃游四川，曾在青城、鹤鸣山中访道求真。复入武当，历襄汉，踪迹益奇，隐显莫测。永乐年间，明成祖遣使四处寻访，遍历中国，积数年而不遇。至天顺三年（1459），英宗封为通微显化真人。

张三丰一生遍游中国南方，但与其关系最密切的当数武当山。他曾多次居住山中，结茅修炼。时五龙、南岩、紫霄诸宫俱毁于兵火，张三丰与其徒去荆椽辟瓦砾，创草庐居之，并预言此山异日必定大

兴。果然，永乐十五年明成祖乃命工部侍郎郭璉督丁夫数万人，大修武当宫观，赐额遇真宫。现存张三丰铜铸鎏金坐像，神态潇洒自若，栩栩如生，是一件极为珍贵的明代艺术品。

张三丰继承了陈抟、陈致虚所传丹法，遂开三丰一派。其后推演发展，至清末时奉张三丰为祖师的道派就有17个之多。其中武当一脉，尤以内家拳术誉名社会，在各阶层中享有很高的威望。清初王士禛说：“拳勇之技，少林为外家，武当张三丰为内家。三丰之后，有关中人王宗，宗传温州陈州同。州同，明嘉靖间人。故今两家之传，盛于浙东。顺治中，王来咸，字征南，其最著者，鄞人也。雨窗无事，读李超事始末，因识于后。”明黄百家《内家拳法》载：“张三丰既精于少林，复从翻之，是名内家，得其一二者，已足胜少林。王征南先生从学于单思南，而其独得其全。”武当内家拳的传播一是经王宗传陈州同，陈州同传张松溪，张松溪传叶继美，叶继美传单思南，单思南传黄百家等，此称为武当松溪派。另外，由张三丰武当内家拳演变发展而成的还有陈氏太极拳、杨氏太极拳、吴氏太极拳、武氏太极拳、孙氏太极拳、赵堡太极拳等众多流派。

此外，道教内丹东派亦盛于一时，主要流行于江、浙一带，习道者颇众。其创



派人陆西星（1520—1606），字长庚，号潜虚。明扬州兴化县人。《兴化县志》说他生而颖异有逸才，性与天道之旨通。但九次乡试，均未得中。遂弃儒服，改道士服装，为方外之游。数遇异人，授以至诀。他潜心修真，自称感吕洞宾降所居北海草堂，先后二十日，亲授丹法要诀，得内丹直传，开道教东派。

陆西星平生著述甚丰，注解者有《玉皇心印经测疏》、《黄帝阴符经测疏》、《崔公入药镜测疏》、《吕公百字碑测疏》、《老子道德经玄览》、《周易参同

契测疏》、《参同契口义》、《金丹四百字测疏》、《龙眉子金丹印证诗测疏》、《丘长春真人青天歌测疏》、《悟真篇小序》等。撰著的有《玄肤论》、《金丹就正篇》、《金丹大旨图》、《廿破论》。皆收入所编《方壶外史丛书》。此外，他以玄理解释《庄子》，著有《南华副墨》。晚年参禅，又有《楞严述旨》问世。众多著述，自成一个道学系统。

入清以后，由于清代统治者素无道教信仰，便逐步采取种种限制措施，从而加速了道教衰落的进程。清初顺治、康熙、雍正三朝，从笼络汉人的需要出发，对道教仍沿明例加以保护，到乾隆时期，即一再加以贬抑，限制天师只能率领本山道众。

全真道经过长期沉寂之后，龙门派中出现了一批高道，又呈复兴之势。清初，龙门派第七代律师王常月，以振宗兴教、光复全真祖风自任，清整戒律，建立公开传戒制度，并得清廷的支持，于顺治十三年（1656）奉旨主讲白云观，登坛说戒，度弟子千余人。康熙二年（1663），王常月卒，弟子詹守椿、邵守善等南下，于南京、杭州、湖州、武当山等地立坛授戒。在甘肃，龙门第十一代道士刘一明，著作《道书十二种》阐发内丹之道，流传甚广，卓然成家。在广东，龙门派道士陈铭珪住持罗浮山酥醪观，撰有《长春道教源



陆西星

取自《方壶外史》。

流》八卷，为研究全真道历史作出了重要的贡献。

此外，四川乐山李西月，虽非正式全真道徒，但著书立说，自成西派，成为晚清时期一个相当重要的派别。李西月（1806—1856），初名元植，字平泉，入道后更名西月，字涵虚，号长乙山人。幼而颖悟，从学于李嘉秀之九峰书院，弱冠入邑庠生。后因病至峨眉山疗养，遇孙教鸾嫡传高徒郑朴山，遂拜其为师。据传，他曾遇张三丰祖师，得其秘传丹法。又于峨眉山遇吕洞宾于禅院，密付真旨。他非常崇拜张三丰、吕洞宾，其重编订刊的《张三丰先生全集》以及吕祖年谱圣迹的《海山奇遇》，卓具匠心，风行一世。著述主要有《太上十三经注解》、《三车秘旨》、《道窍谈》、《无根树注解》、《九层炼心》、《后天串述》、《大洞老仙经发明》、《圆峤内篇》等。

李西月在世时，该派是以隐仙派或犹龙派自称。最初成立时，除了李西月外，

尚有活跃人物30余人，主要有刘卓菴、刘光烛、杨蟠山、藏崖居士、李迦秀、董承熙、张君瑞、李退谷、李元璚。他们大多籍属乐山，或隶同省他县，而其本身的活动范围亦以乐山、西蜀为中心，故后谓之西派。西派的传承字辈为：西道通，大江东，海天空。其传承主要有：李西月传吴天秩，吴氏再传柯葆真、汪东亭，汪氏又传魏尧、徐颂尧、蔡潜谷，流传至今，尚有众多信徒。

民国初年，道教为了适应近代社会的变化，建立全国性的道教教会组织，以维护自身的利益。1912年先后成立了北京中央道教总会和上海中华民国道教总会。中央道教总会为全真道的全国组织，中华民国道教总会为正一道的全国组织。两个总会都制订了一套复兴道教的计划，但是由于缺乏经济实力和权威领导，也未形成从上至下的组织系统，未能开展有影响的活动。



## 第二章 道教的信仰



神仙是道教基本信仰“道”的形象化体现，得道成仙是道士修行的目标和最后归宿。因此道教历来十分重视神仙的塑造。随着时代的发展和信仰的需要，吸收和塑造的神灵愈来愈多，最后形成一个复杂庞大的体系。研究分析这个神仙谱系，是认识道教、了解道教信仰的重要方面。

### 第一节 人神同源的神学观

道教神仙谱系虽然表现出继承传统的明显特色，但又对所选取的神灵进行必要的美化完善，并根据需要新创一些神灵。其对已有神灵的改造和新神的创造，遵循了共同的教义依据——道和气。

道是道教的最高信仰和教义枢要，

也是道教创神的基本依据。不赋予神灵以道性，无从成其为神仙。早期道教在塑造教主老子时，即视老子为道的体现者和化身。《老子想尔注》说：道生一，一散形为气，聚形为太上老君。宋谢守灏《混元圣纪》说：太上老君为大道之主宰，他生于宇宙诞生之前，无始无终，永恒常存。李思聪《洞渊集》曰：老君乃元气之祖宗，天地之根本。历劫行化，代代为师。自天地开辟以来，五十余度降见，西度流沙，下化中国，为三教宗师，作百王轨范，千古行道，神变无方，居太清仙境大赤天中。

在道教看来，道是天地万物的最后本源，是处于永恒运动中的宇宙，它的本质属性是生成天地，养育万物人类，即使是



那些出入三界、逍遥自在的万灵群神，仍然是大道运化的杰作。故效法大道，便能获得道的超然性和永恒性，克服生与死的对立，达到一种超然物外、与道契合的境界，也就是道教所推崇的仙真。唐玄宗《道德经注》序指出：天地人物，仙灵鬼神，非道无以生，非德无以成。因此，无论是道教新造的神灵，还是源自民间信仰诸神，都必须统一在对道的崇拜之上。

那么，同为大道衍化的结果，为什么又有神灵、凡人及万物的差别呢？天地万物、人神之间区别的内在根据又是什么

呢？依据道经所言，作为宇宙本体的大道在其开创宇宙、衍化万物的过程中，因其元气的不同而出现了神灵与人物的分别。道经中描述说：天地未分之时，宇宙如同一个溟滓蒙鸿的鸡蛋。其中有精，化生一气，一气又分为玄、元、始三气，而化为三宝尊神，即道教的最高神灵——元始天尊、太上道君、太上老君，他们是由玄、元、始三气化生而成的，是由道向气演化的第一阶段即元初之际的产物。

其后，三清圣祖又以三气合生九气，是以日月星宿，阴阳五行，人民品物，



三清圣祖

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗组图研究》。



并受九气而生。三气为天地之尊，九气为万物之根。人之受生于胞胎之中，三气育养，九气结形，身备神具，得以成人。人能爱其形，保其神，贵其气，固其根，终不死坏，而得神仙，是与三气合德，九气齐并。这就明白指出，人与神灵本为同一大道所生，三气成神，九气生人，人的生命是非常珍贵的，故当皈依大道，保神贵气，以达三清之仙品。这就是人、神相通的内在根据，是人们得以超越生死、超越仙凡界限的基础。

需要说明的，道教的神学观点，却是建立在人间实实在在的人伦理念之上。道教十分重视家庭在社会中的作用，强调种族与血缘关系的重要，认为血缘是延续生命、体显大道的核心，家族是维系道脉、永葆传统的基础。《道门科范大全》曰：“千生父母，有夙世之良因；万劫子孙，亦三缘之和会，共业所感，聚为一家。”所谓“三缘”，是指父亲、母亲、子女三大因缘，三者合和，方成一家。由此可见，人间的亲情与连绵的血缘，乃是阴阳造化、万神呈灵的基础。

## 第二节 天界神灵的信仰

天神是属于所有自然物的神化者，包含天帝、日月、星辰、风伯、雨师等。自古以来，中国人始终都对“天”和“天

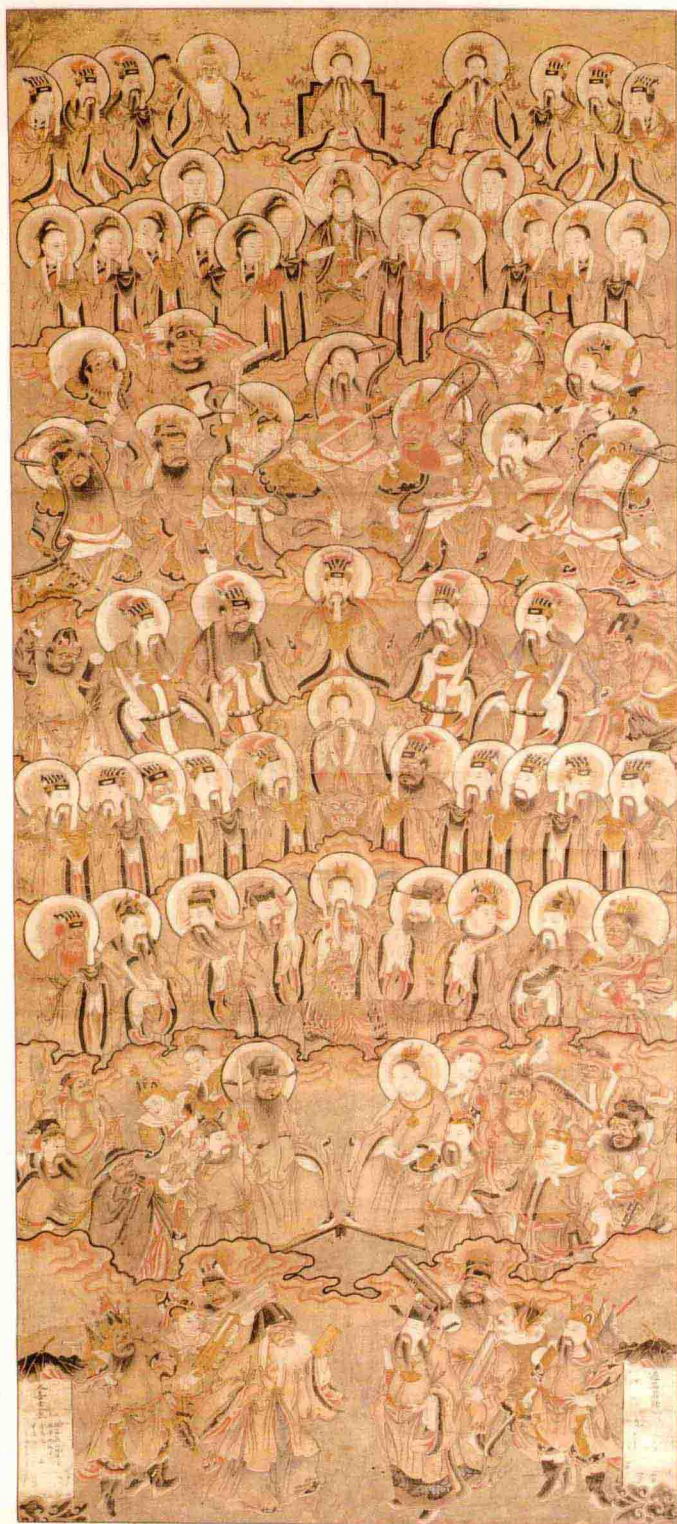
神”拥有相当的敬奉和信仰。在中国人的眼睛里，“天”不仅是宇宙意义上的天，也同时是一种超自然的神秘力量，天神就是造物神。他创造了宇宙万物，创造了人类，管理和影响人类。

在道教的信仰中，诸神分布于天界，并受统于三清四御。所谓三清，是指元始天尊、灵宝天尊、道德天尊。道教宣称老子一气化三清，三清皆为大道的衍化。

元始天尊为宇宙的开创者，他不始不终，永存绵绵，生化万类。李思聪《洞渊集》说：元始天尊即天地之精极，道之祖气。本生乎自然，消即为气，息即为神，不始不终，永存绵绵，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，故曰天尊。不可以理测，不可以言筌，生万化而不宰，化万类而不言，至尊至极，乃曰天尊，居玉清境清微天宫。

灵宝天尊，又称上清大帝、太上大道君。据道经记载，元始天尊宣讲的道法，许多都是由道君整理传世。李思聪《洞渊集》说：灵宝天尊乃大道之化身，视之无象，听之无声，师事元始天尊，居上清真境禹余天中，降金科宝箓三洞仙经，传教于万国。

道德天尊即太上老君，原为道家创始人老子。《魏书·释老志》曰：“道家之原，出于老子。其自言也，先天地生，以



道正宗师图

清，纸本设色，188cm×79cm。李远国藏。全图绘画82位神灵，第一阶为三清、玉皇大帝、南极大帝、紫微大帝、天皇大帝、西王母、后土；第二阶为斗姆、南斗、北斗；第三阶为真武大帝、十大元帅；第四阶为五老天君、天丁、判官；第五阶为太乙救苦天尊、十大冥王；第六阶为雷声普化天尊、雷部官将；第七阶为二郎神、东岳大帝、泰山三郎；第八阶城隍、四值功曹、关圣帝君、土地等。



资万类。上处玉京，为神王之宗；下在紫微，为飞仙之主。”

四御，是仅次于三清尊神的四位天帝。据宁全真《上清灵宝大法》所载，四御为玉皇大帝、紫微大帝、天皇大帝、太一救苦天尊。四御中最受崇拜的是玉皇大



玉皇大帝

清，纸本设色，168cm×70cm。李远国藏。

帝，为中国民间信仰中的最高神。中国自殷周以来，已有最高神——上帝这个观念。唐代玉皇崇拜盛极一时，诗人李白、杜甫、韦应物、韩愈、柳宗元、白居易等，多有吟咏玉皇之句。在文人们笔下，玉皇大帝是天界的最高神，得道成仙者都须向它朝拜。两宋崇道，对玉帝的尊崇尤甚。宋真宗于大中祥符五年十一月，亲祀玉皇于朝元殿。徽宗政和六年九月，复奉玉册、玉宝，上玉帝尊号曰“太上开天执符御历含真体道昊天玉皇上帝”。

紫微大帝，统临三界，掌握五雷，协助玉皇执掌日月星辰、四时气候之神。

《灵宝无量度人上品妙经》卷三七谓他为元始天尊的化身，号北极大帝，龙衣玄服，雷公居其傍，神将卫其后，元帅导其前，平定功成位居中天紫极之庭。不仅如此，紫微大帝还兼治丰都冥府。《太上太玄女青三元品诫拔罪妙经》曰：“紫微帝君，考较大千世界之内，十方国土之中，上至诸天神仙升降之籍，星宿临照国土分野兴亡之簿，中至国主贤臣诸王太子一切众生考限之期，下至鱼龙变化飞走万类改易身形、升沉年月，至于三涂之内，九府之中，罪对之名，年劫之限。”

天皇大帝，为协助玉皇执掌南北二极和天地人三才，统御众星，并主持人间兵革之神。《晋书·天文志》曰：“天皇大帝，其神曰耀魄宝，主御群灵，执万神





太一救苦天尊

清，纸本设色，168cm×70cm。李远国藏。  
画中太一救苦天尊坐中央，头顶上为三清、玉皇，座下为十殿冥王。

图。”宁全真《上清灵宝大法》说：天皇大帝总摄万星，为普天星辰宿曜之帝，其地位同于北极紫微大帝。

太一救苦天尊，亦名东极青华大帝，为东方长乐世界的教主，拯救亡灵、超度众生的救主。道经载东方长乐世界有太一救苦天尊，神通无量，功行无穷，寻声救苦，应物随机。《元始天尊济度血湖真经》曰：太一救苦天尊昔在劫初，发宏愿化身如恒河沙数，物随声应，在天呼为太一福神，在世呼为大慈仁者，在地狱呼为日耀帝君，在外道摄邪呼为狮子明王，在水府呼为洞渊帝君。《太一救苦护身妙经》说：天尊足蹑莲花，圆光照耀，手执柳枝净水，九头狮子左右从随，乘空而去。或化为帝君，足蹑莲花，手执如意，圆光照耀。或化为女子，身着火锦衬衣，披发跣足，蹑于莲花，手执金剑，圆光照耀，狮子口吐火焰，绕于身形。

日月、星辰之崇拜，起源很古。西汉以前，雍州即有专门祭祀它们的祠庙。《史记·封禅书》曰：“雍有日、月、参、辰、南北斗、荧惑、太白、岁星、填星、二十八宿……百有余庙。”道教宣称：星为万物之精，太阳、月亮及星辰，各有神明，各有所主，不可冒犯。在其神仙体系中，星神的地位相当高，且数量极大。如五星七曜、南北二斗星君、紫微垣众星君、太微垣众星君、天市区众星君、



紫微外座众星君、二十八宿星君等。他们分别隶属于紫微、天皇、斗姆管辖。

道教以日为大明之神，称为太阳帝君，作男像，以金色太阳为饰。他居住在洞阳郁仪宫，朝出阳谷，夕没西山，照临六合，舒和万物，检校世人罪福。又以月为夜明之神，称为太阴皇君，作女像，以白色月光为饰。住在洞阴广寒宫，下管五岳、四渎、五湖、四海、十二溪水府。日、月加上五星，合称七曜。五星为岁星、荧惑星、太白星、辰星、镇星，又称木、火、金、水、土星君。《太上洞真五星秘授经》有如下描述：东方木德真君，主发生万物。西方金德真君，主收敛万物。南方火德星君，主长养万物。北方水德真君，通利万物。中央土德真君，主四时广育万类。

中国古代先民很重视北斗七星。

《史记·天官书》说：北斗就像是天帝的乘车，天帝运化于中央，临制天下。自然界日月的运转、四时的变化、五行的分布，以及人间世事吉凶否泰皆由北斗七星所决定。道教形成后，以北斗为天神加以崇拜，并对之作种种神学解释。《北斗本命长生妙经》云：北斗司生司杀，养物济人之都会也。为男为女，可寿可夭，皆出其北斗之政命也。根据人的出生

时辰，人们的生命被分属于七个星君所掌管：贪狼太星君，子生人属之；巨门元星君，丑、亥生人属之；禄存真星君，寅、戌生人属之；文曲纽星君，卯、酉生人属之；廉贞纲星君，辰、申生人属之；武曲



北斗九星图

绢本染色，南宋。日本滋贺宝严寺藏。图中穿白衣者为七星，其上两位穿红袍者为帝星、尊星，与七星合称为北斗九星。其下两位为陀罗、擎羊使者，为帝星、尊星的化身。

纪星君，己未生人属之；破军关星君，午生人属之。各人根据自己的生辰，即可找到自己的主命星君。据称，凡人于本命生辰及诸斋日，清静身心，焚香祷祝，善无不应，灾罪消除。

道教崇奉的星神中，尚有二十八宿。中国古代为了观测天象及日、月、五星的运行，选取二十八个星宫作为观测时的标志，称为二十八宿。它又平均分为四组，每组七宿，与东、西、南、北四个方位和青龙、白虎、朱雀、玄武等动物形象相配，称为“四象”。《尚书考灵曜》云：“二十八宿，天元气，万物之精也。故东方角、亢、氐、房、心、尾、箕七宿，其形如龙，曰左青龙。南方井、鬼、柳、星、张、翼、轸七宿，其形如鹑鸟，曰前朱雀。西方奎、娄、胃、昂、毕、觜、参七宿，其形如虎，曰右白虎。北方斗、牛、女、虚、危、室、壁七宿，其形如龟蛇，曰后玄武。”道教对此天象加以拟人化，为之定姓名、服色和职掌，顶礼膜拜。

在众多的星辰之中，还有一位地位甚高的女神，那就是斗姆。斗姆，或称斗姥，即北斗众星之母。这是宋代道教神系中新出现的神灵，是源自于唐代佛教密宗对摩利支天的信仰。在佛教密宗，摩利支天是很受信仰的一个护法神。据说，这是一位肉眼难以见其身形的菩萨，她乘着一架由七头金猪拉的车跟着太阳奔走。道教



斗姆巡游图

清，纸本设色，156cm×65cm。李远国藏。

援引摩利支天的信仰，演化为斗姆。

据道经所言，斗姆燮理五行，升降二气，解滞去窒，破暗除邪，安全胎育，治疗病痼，生成人物，炼度鬼神，潜施药力，职重天医，生诸天众月之明，为北斗众星之母。其形象非常奇特，坐在由七只金猪牵引的车上，显形为四头八臂：正面为天神相，左面为猪相，右面为鬼相，后面为狮相。八臂，各别拿着日、月、弓、箭、剑、印、金绳、戟，戟上有黄幡，上



有金字“九天雷祖大帝”。因此斗姆亦称雷祖大帝。姚复庄《玉枢经钥》注说：

“抑斗部与雷部，有表里之义，故斗姥亦称雷祖大帝，而雷神皆隶之。”

雷神又称雷公、雷师，古代传说中的司雷之神。在道教的信仰中，众多的雷



雷声普化天尊

清，纸本设色，176cm×75cm。四川原道文化博物馆藏。

神居住在天庭，有统率其部的雷祖大帝、雷声普化天尊，有率兵领卒的将军元帅。雷声普化天尊，又号九天应元雷声普化天尊、九天贞明大圣。依道书所言，普化天尊总司五雷，天临三界，主掌雷霆三十六雷之令，主天之灾福，持物之权衡，掌物掌人，司生司杀，雷霆政令，其所隶焉。在中国民间中，普化天尊的信仰非常普遍。《历代神仙通鉴》卷四谓黄帝得道升天后，封为九天应元雷声普化真王，居雷城之中，雷城高八十一丈，左有玉枢五雷使院，右有玉府五雷使院，真王之前有雷鼓三十六面，三十六神司之。凡行雷之时，真王亲击本部雷鼓一声，即时雷公雷师发雷声也。《西游记》中亦有雷声普化天尊应孙悟空之请，差邓、辛、张、陶诸师率领雷部众真，随大圣下凡施法。经过这些文艺小说的渲染，对普化天尊的崇拜更加深入人心。

在道教的尊神之下，各有其护法元帅。如紫微大帝属下有四圣元帅，雷声普化天尊属下有二十四位护法天君，真武大帝属下有十大元帅。他们奉天尊大帝之命令，巡游诸天，啸风鞭霆，斩鬼除妖，济物利人。如天蓬、天猷、翊圣、玄武四大元帅，合称北极四圣。《道法会元》卷一六九曰：四圣元帅妙德贯于三界，威灵建乎八弦，为斗罡之大帅，实北帝之雄神，部辖四天丁，考召诸魔鬼。《太上九

天延祥涤厄四圣妙经》说：四圣元帅永镇玉帝殿下，统摄三界妖邪，每岁常乃降于人间，察人善功，赐人昌吉，覆阴群迷，断绝恶根，增延禄寿。

天蓬元帅为四圣之首，他三头六臂，赤发，绯衣，跣足，手执法器、兵仗。《道法会元》卷一五六说：元帅姓卞名庄，即北斗破军星化身，又为金眉老君后身。元帅威猛，制伏妖魔。凡行雷法，无天蓬不可以显验。元帅侧有从



天蓬元帅

重庆大足石门山第十号圣府洞，南宋，身高194cm。李远国摄。面目狰狞，头戴束发冠，身披胸甲，脚蹬战靴，披帛绕体下垂，三面六臂，其左上手举法印，右上手握帝钟；左中手在旁执弓，右中手握二箭置胸前；左下手抓住一龙的左角，右下手拄宣花斧于体侧。

童，或骑夔龙，领兵吏三十六万骑，雷公电母，风伯雨师，仙童玉女，随行施法。

北极四圣的第二位是天猷元帅。他位居玉皇通明殿右，上佐北帝，下临九州，肩生四臂，项长三头，身披金甲，手执戈矛，巡游五岳，安镇丰都幽界，逢妖即斩，遇鬼皆收。

四圣的第三位是翊圣元帅，亦名黑杀元帅。他总摄三洞五雷号令，统率雷公



天猷元帅

重庆大足石门山第十号圣府洞，南宋，身高194cm。李远国摄。二面四臂，面黑如炭，其左上手举一法印，右上手执钺；左下手握一绢索，右下手斜持宝剑，又有一龙蹲伏其右脚旁。



电母，刀剑如雨，队仗如云，行绕天下，驱邪斩鬼，摄除五瘟，大辟水怪，镇宅除灾，光华日月，威震乾坤。这位翊圣元帅因得北宋皇室的推崇，宋初即成为护佑宋室的大神。太宗命于终南山筑上清太平宫，每逢三元、诸圣诞节，致醮祀神。于是翊圣真君经常降临，为人祛殄驱怪，灵验不可胜纪。

北极四圣的最后一位即真武元帅，他乃北极虚、危二星的化身，其形象是披发黑衣，金甲玉带，仗剑怒目，足踏龟蛇，顶罩圆光，形象十分威猛。随着民间对真武崇拜的日益普及与高涨，真武元帅后来又升格为玄武大帝、玄天上帝。



翊圣元帅

仿吴道子。李黎鹤绘。



邓伯温

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。

邓伯温、张元伯、辛汉臣，为雷霆三帅。道书言邓伯温昔从黄帝战败蚩尤，封河南将军。大神见黄帝登天，遂弃位入武当山修行百载，能随气升降。又见世人不行忠孝，杀害侵欺，以强凌弱，国王辅弼，不能制御。遂日夜发大愿，欲为神雷，代天诛伐恶逆。念念不绝，怒气冲天，忽一日变凤嘴银牙，朱发蓝身，左手持雷钻，右手执雷槌，身長百丈，两腋生翅，展开则数百里皆暗，两目放火光二道，照耀百里，手足皆龙爪，飞游太虚，吞啖精怪，斩伐妖龙。蒙上帝封为律令大神，隶属神雷。

张元伯为黄帝之后裔，主值雷霆符命

之职。他的形象因时而变，颇为神奇。朱发，青面，三目，赤足，驾火龙，绯袍，金甲，手仗火戟，鬼形，旁出獠牙。或显肉头，红发，青面，凤嘴，兰身，肉翅，手足凤爪，金环，身挂青缕，红裙飞带，右手雷斧，左手雷钻，或右手执旗，左手执文檄。有破罡、风流、金火铃、开天门诸神，皆从之。

辛汉臣，或称雷霆三十三天大都督青帝天君。其形象朱发铁面，银牙如剑，戴牛耳幞头，披翠云裘，皂靴，左手执簿，



辛汉臣

清，纸本设色，175cm×75cm。李远国藏。

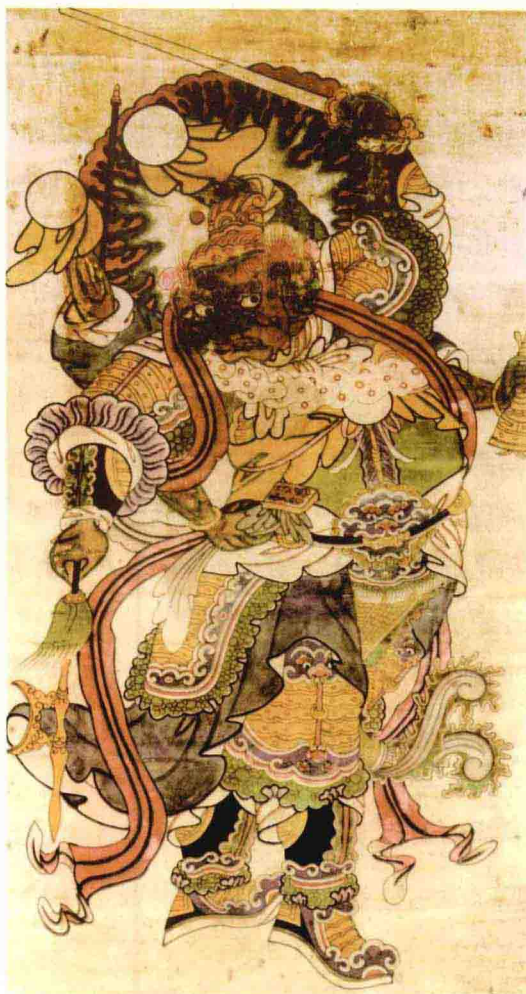
右手执雷笔，上有火光。出入三界，都督风伯雨师、霹雳电母，代天行命，救佐万民，捉拿精怪，摧破鬼营。

高元帅，即九天监生大神。此大神身披金甲，右手杖剑，左手托盘，内有一小孩。道书言元帅受气于始元太乙之精，托胎于苍州高春公家。为药师天尊之徒，貌若冠玉，法号圆，授仙剂以游世，诸奇症随手安痊。遍游于方内外，济生甚众，玉帝悯其为仁亦苦，遂封以九天监生高元帅之职。

殷郊元帅，亦名上清武春猛吏太岁、地司猛吏太岁、地司太岁大威德神王。道书言殷郊乃纣王之子，而遭妲己陷害，弃遗于郊，乌鸦蔽日，白鹿供乳，适金鼎真人经过，抱归水濂洞，求贺仙姑哺而育之。法名金叮奴，正名金哪吒。又缘其弃郊之故，乳名殷郊。后修真得道，于天妃八宝洞中得黄钺、金钟，收服赘神鸦将；又往扫帚山，征讨十二丧门神，悬首挂颈胸而回。后助周武王伐纣，勇为前锋，显威杀敌，并亲斩妲己以报亲仇。

关于他的形象，或青面束发，顶中作髻，红发鬓，朱衣，头顶上一骷髅，项下九骷髅，左手持金钟，右手执黄钺，乘九头金牛。或丫髻，青面，孩儿相，项带九骷髅，额带一骷髅，裸体，风带，红裙，跣足，左手黄钺，右手执金钟。或青面，青身，金冠，朱发，绯袍，皂缘绞扎腰间，上左手托日，右手托月；下右手钺





殷郊元帅

清，纸本设色，168cm×70cm。李远国藏。

斧，下左手金钟；项上悬挂十二骷髅。但其基本特征为项、额皆带有骷髅，显威猛愤怒像。

左伐魔使苟元帅，右伐魔使毕元帅，乃雷门元帅。道书言苟元帅讳獬，蓬头，赤面，身有两翼，执金圭，金甲，皂靴，作怒视状，往来行天，剪幽明中邪魔鬼恶。毕元帅讳竣，黑面，执铁索，怒目，



马元帅

清，纸本设色，176cm×70cm。李远国藏。

金甲，皂靴，蓬头，掌十二雷霆，辅玄天上帝，诛瘟疫鬼，上管天地潦固，下纠群魅出没，中击不仁不义等辈。

马元帅，又称灵官马元帅、华光大帝、马天君、马王爷等。姓马名胜，乃南方火帝，南斗第六星神。他投胎于马氏金母，盗紫微大帝金枪，受业于妙乐天尊，凡风雷龙蛇馘鬼安民之术，无不精通。玉

帝以其功德齐天地，而敕元帅于玄帝部下。民妻财子禄之祝，百叩百应。他身穿红锦鹰花袍，金甲，手持金枪、金砖，足踏火轮，白蛇绕轮，轮中吐火。背负火瓢，火鸦万群，部领十二员副将。

温琼元帅，字子玉，又称温太保。相传为浙东温州平阳县人。长大有志，武勇敢为，时随唐朝郭子仪出战平盗，身为先锋，白刃未尝伤体。后入泰山东岳庙供职，精进三年，化为岳府太保，人之生死，皆由所掌。受玉帝敕旨，封为亢金大神，出入天庭，巡察五岳。其形象非常威猛，青面，青手，獠牙，唇红，发赤，眉须赤，金眼，狰狞，裹紫巾方顶，着鹰花绿袍，左手执玉环，右手握铁铜，专职出幽入冥，祛邪辅正。

### 第三节 地界诸神的信仰

大地诸神是指属于大地江河上所有自然物的神化者，包含土地神、社稷神、山岳、河海神，以及树木、石头、城池、农田、稻禾、井泉、门、灶、床、坟墓、村落等百物之神。

大地诸神之首为后土皇地祇。在道教神系中，后土与玉皇相对应，总司大地山川，为掌阴阳、生育万物之美与大地山河之秀的女神。中国古代对后土的崇拜渊源甚古，它是原始宗教中对土地神崇拜演

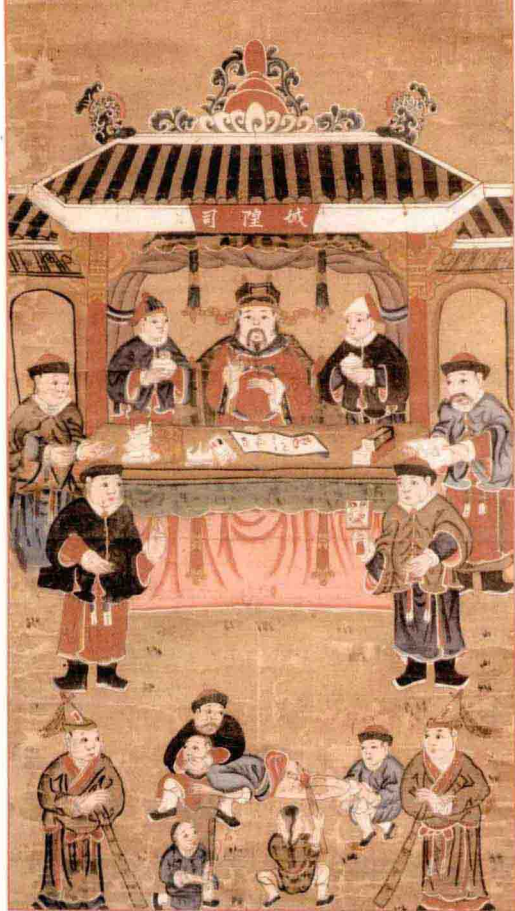
变而来的。据丁山《中国古代宗教与神话考》考证，早在卜辞、金文中已有关于后土崇拜的记载。他说：神农是商代的农神，后稷是周代的农神，农神都是自地母分化出来的。后土成为国家级的土地大神，似在西汉之际。文帝时从新垣平议，由国家统一祭祀地祇，即后土。元鼎四年（前113），武帝郊雍，亲祀后土，并立后土祠于汾阴丘，亲望拜，如上帝礼。从此遂成定制，历代封建王朝皆列入祀典，后土成为与皇天上帝相对应的大神。由于皇室的崇信，民间亦普遍奉祀，于是道教也把后土纳入自己的神系。古代奉祀的后土原为男像，唐武则天前已为女像。宋真宗时潘皇后在嵩山建殿，奉后土玄天大圣后像。徽宗政和六年，上徽号曰承天效法厚德光大后土皇地祇。自是以后，后土皆为女像。

在后土神人格化的过程中，各地土地神又先后有了各自的姓氏和名讳。京师的土地神姓黄名崇，主管天下名山大神。河南的土地神姓戴名高，主阴阳相运。豫州的土地神姓范名礼，雍州的土地神姓修名理，梁州的土地神姓黄名宗，荆州的土地神姓张名豫，扬州的土地神姓邹名混，徐州的土地神姓韩名季，青州的土地神姓殷名育，兖州的土地神姓费名明，冀州的土地神姓冯名迁，他们上应九星，阶领九州，赏善罚恶，救济苍生。东晋以后，民



间多奉一些生前做善事者或被认为廉正的官吏作土地。唐宋以来无论城乡、学校、住宅、寺观、山岳皆有土地庙，有供奉的香火。人们对土地的信仰，并不亚于城隍。且因其与人民最接近，对它颇有几分亲切感。人们希望它保佑五谷丰登，家宅平安，添丁进口，六畜兴旺。凡是在世间难得到满足的愿望，都希望从它那里得到。旧时的土地庙，一般都供一男一女两个神像，男的多为白发老叟，称土地公公，女的为其夫人，称土地婆婆。民间以二月二日为土地生日，到时，官府谒祭，吏胥奉香火者，各以牲乐以献。村农亦家户壶浆，以祝神诞。

城隍，中国民间和道教信奉的守护城池之神。城隍神的奉祀，始于南北朝时期。唐代奉祀城隍神已较盛行，每州县必有城隍神，以致水旱疾疫必祷焉。宋代城隍神信仰已纳入国家祀典，凡天下名在地方，功及生民，宫观陵庙，州县城隍，祷祈感应，封赐之多，不能尽录。元朝继承宋的祀典，并于上都建城隍庙，设像而祠之，封曰圣王。元余阙《安庆城隍显忠灵佑王碑》记曰：“今自天子都邑，下逮郡县，至于山夷海峤、荒墟左里之内，无不有祠。”明代城隍神信仰趋于极盛。洪武二年，都、府、州、县城隍各赐王、公、侯、伯之号，并配制相应的袞章冕旒。每岁仲秋祭都城隍神，遣官诣庙致祭，国有



城隍

清，纸本设色，150cm×65cm。李远国藏。

大事则告之。明代府州县新官到任，必先宿斋城隍庙，以与神誓；并称城隍神于冥中司民命，且有监视纠察官吏之任。清代亦崇祀城隍神，清初定制凡祭三等，城隍为群祀之一，每岁仲秋祭都城隍。

民间信奉门神，由来已久。自先秦以来，上自天子，下至庶人，皆崇拜门神。由于中国历史悠久，地域辽阔，门神的具体崇拜对象，常因时因地而异。概言之，大致有三：最早的门神是神荼、郁垒。王充《论衡·订鬼》曰：沧海之中有度朔山，上有大桃树，其屈蟠三千里，其枝间

东北曰鬼门，万鬼所出入。上有神人神荼、郁垒，主领万鬼。唐代又出现钟馗捉鬼的故事，故民间亦多画其像，或悬于室内，或贴于门上，被视为门神。此俗一直延续到明清。清顾炎武《日知录》云：今人于户上画钟馗像，能捕鬼者。

灶神，又称灶君、灶王，中国古代神话传说中的司饮食之神，以后则变为督察人间善恶的司命之神。自人类脱离茹毛饮血，发明火食以后，随着社会生产的发展，烹调食物的灶就逐渐与人类生活密切相关，崇拜灶神也就成为诸多拜神活动中的一项重要内容了。灶神的职责，最初是管人间之饮食，其后则称其代上天监察人间善恶，按时向天帝上报。《太上感应篇》注引《传》曰：“灶之为神，号曰司命，司人一家良贱之命。过无隐露，纤悉皆言。”《东厨司命灯仪》曰：“灶神职重，秉下民倚伏之权，变化尤多，言辞难尽。在天为七元之使者，递日奉万事于宸庭。一灶各立一名，五方或称五帝，群分部属，迭主阴阳，虽善善恶恶，均在修为，然是是非非，必恭纪录。”

正因灶神有那样大的权威，旧时人们都勤加祭祀。多数地区于十二月二十四日祭祀，名曰“送灶上天”。即谓该日是灶神上天白人罪状的日子，因此都于当日设献礼祭之。所献祭品，多以糖剂饼、黍糕、枣、栗、胡桃、炒豆，或以胶牙饧、

糯米花糖、豆粉汤等祭之。祭时祝曰：好多说，不好少说。可见送灶上天是比较重要的祭祀。除夕夜或正月初一，又设祭如前，迎灶君下界，名曰“接灶”或“迎新灶”。

在中国广阔的大地上，有着绵延的崇山峻岭，千峰万溪。在古人看来，山能出风云，导雨水，滋润大地，生长万物，养育群生。所以，峻极雄奇、神秘莫测的山岳，必有神灵主宰。五岳是中华大地上的五大名山，它们分别是东岳泰山、西岳华山、中岳嵩山、南岳衡山、北岳恒山。在中国的历史中，五岳有着重大影响和崇高的地位。道教创立伊始，即把中国古代对山岳的崇拜纳入自己的信仰，并发展成为洞天福地的学说。道教认为，五岳乃群仙修真之都会，高道理命之灵室。其中各有尊神，分别掌管着自然、人物的养育和生衍。所谓“五岳之神，分掌世界人物，各有攸属”。

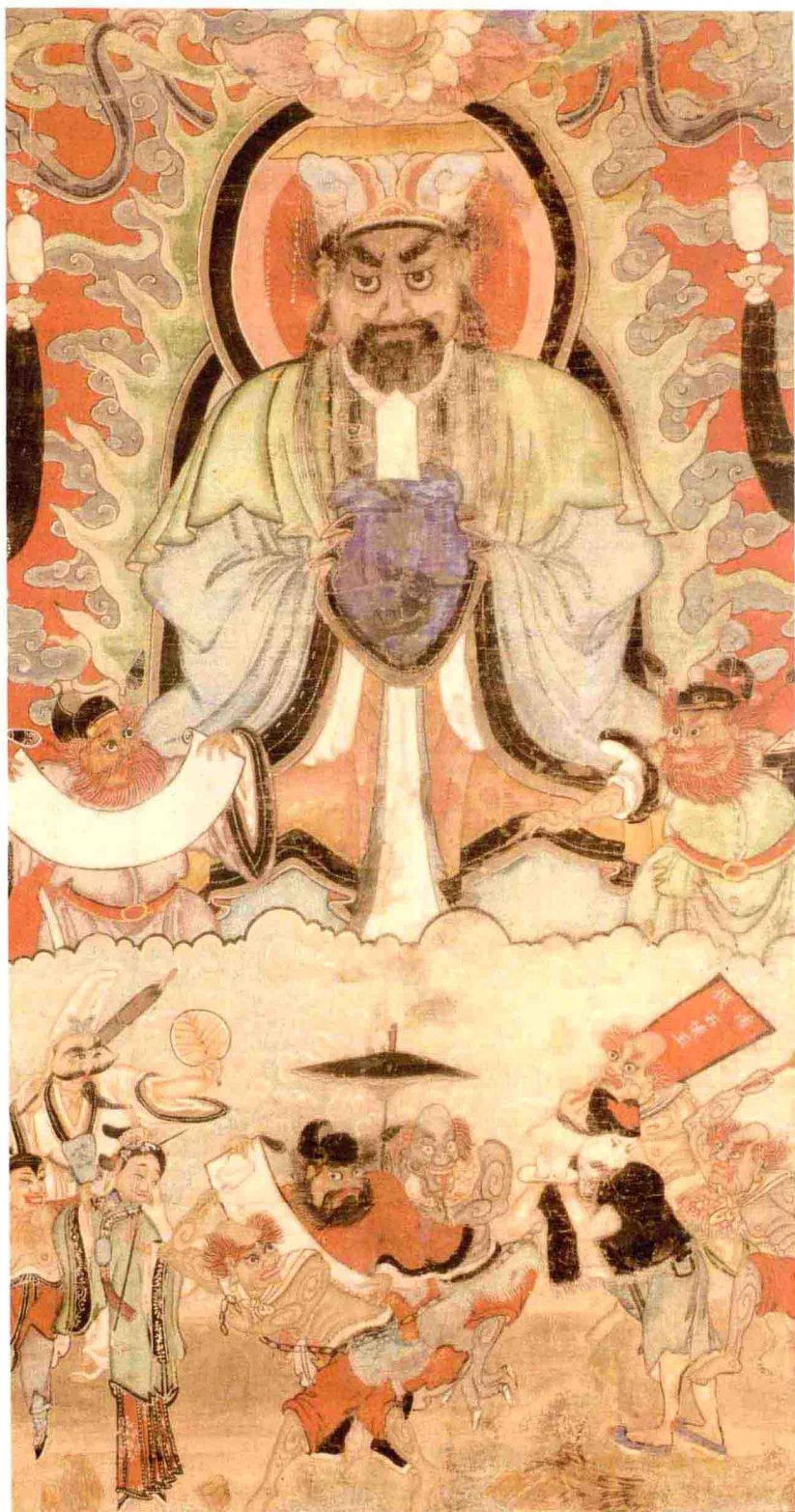
泰山乃天帝之孙，主世界人民、官职、生死、贵贱等事，故为五岳之长。

《五岳真形图》曰：东岳泰山君，领群神五千九百人，主治死生，为百鬼之主帅。

《东岳保命妙经》曰：东岳大帝独居中界，统摄万灵，掌人间善恶之权，司阴府是非之目，案判七十二曹，刑分三十六岳，惩奸罚恶，录死注生，抚育六合万物群生。旧时各地皆有东岳庙，大多以道士







南岳大帝

清，纸本设色，  
170cm×70cm。李远国藏。



东岳大帝

铜铸贴金，明代，山东泰山东岳庙天贶殿，取自《中国道教神仙造像大系》。

奉祀香火。传说三月二十八日为东岳大帝生日，各地皆于庙中举行盛大庆典。

南岳衡山，南起衡阳回雁峰，北至长沙岳麓山，绵延数百里，七十二座峰峦如展开的双翼，主峰祝融峰则如昂首天外、引颈高歌的鸟首。远望气势宏伟，近看秀丽多姿，故有“南岳独如飞”之称。据《历代神仙通鉴》载，南岳大帝主世界分野之地，兼督鳞甲水族变化等事。民间又传，南岳大帝还主宰功名利禄，故旧时读书人多朝拜以求护佑。

西岳华山位于陕西华阴县。它雄踞

秦、晋、豫三省，为东西交通之咽喉，古城长安、洛阳之中枢，因险而名，因仙而灵，自古就是道教的神仙洞府。《历代神仙通鉴》说西岳大帝主管世界珍宝五金之属，陶铸坑冶，兼理羽毛禽兽之类。章潢《图书编》言：“西岳华山，岳神金天王，领仙官玉女七万人，山周回二千里，在华州华阴县，地肺山、女几山为佐命。”

北岳，今指山西浑源县的恒山。相传古代舜帝巡狩至恒山，封为北岳，为北国万山之宗主。《三教源流搜神大全》曰：北岳大帝主于世界江河淮济，兼虎豹走兽之



北岳大帝

铜铸，清代，山西恒山北岳庙，取自《中国道教神仙造像大系》。



类蛇蛙昆虫等属。章潢《图书编》言：“北岳恒山，岳神安天王，领仙官玉女五万人，山周回二千里，在镇州。河逢、抱犊山为佐命，元陇山、崆峒山、洛阳山为佐理。”

中岳嵩山位于河南登封县内。它北瞰黄河、洛水，南临颍水、箕山，东接五代京都汴梁，西连九朝古都洛阳，素有“汴洛两京、畿内名山”之称。这里峻峰奇异，风光秀丽，宫观林立，为中州地区的第一名山。其神韵主要体现在它的博大与丰腴，包容滋养世间万物。所以，道教把中岳神尊奉为掌管“世界土地山川陵谷、兼牛羊食啖”之事的尊神。章潢《图书编》言：“岳神中天王，领仙官玉女十二万人，为五土之主，周回一千里，在洛州考城县少室山，东京、武当山为佐命，太和山、陆浑同佐理。”

山岳以五岳为尊，水域则以四渎为长，经道教的宣传，山水都衍化为神圣的载体。四渎者，指中国古代四条独流入海的大河，即长江、黄河、淮河、济水。四渎神源于中国古代对河流的崇拜，古人认为河流给人们丰富的水源，有可供人们食用的各种鱼类，但也有威胁人类生命的各种怪物，于是对之产生敬畏之情，立庙祀之。从周朝开始，四渎神就作为河川神的代表，由君王来祭祀，并在全国各地修庙祭祀。西汉宣帝正式列四渎神入国家祀典，以礼为岁事，祈为天下丰年。至唐天

宝六年，封江渎为“广源公”，河渎为“灵源公”，济渎为“清源公”，淮渎为“长源公”。宋仁宗康定元年，封江渎为“广源王”，河渎为“显圣灵源王”，淮渎为“长源王”，济渎为“清源王”。清代顺治元年，定礼祭河渎于蒲州，祭江渎于四川成都，祭淮渎于河南唐县，祭济渎于济源县。康熙一朝，更加重视对江渎之神的祭祀，曾九次隆重祭祀江渎神。皇帝亲自制祭江渎庙祭文，派专官前往西蜀祭奠，规格同于祭社稷坛，礼仪高于祭孔庙的礼仪。

与四渎圣王一样，龙王在中国民间亦受到广泛的崇拜。《说文》中说“龙”



龙君宣惠侯王

四川江安县河神，木雕彩绘，清乾隆四十三年，高52cm。李远国藏。

是鳞虫之长，能细能巨，能长能短。所谓“龙王”，就是龙属之王。道教谓龙王的职责是管理海洋河流中的生灵，并在人间司风管雨，因此在水旱灾多的地区，遇到大旱或大涝的年景，百姓就认为是龙王发威惩罚众生。大龙王有四位，掌管四方之海，称四海龙王。他们分别为南海广利王敖明，东海广德王敖光，北海广泽王敖吉，西海广顺王敖顺。小的龙王存在于一切水域中。唐玄宗时，诏祠龙池，设坛官致祭，以祭雨师之仪祭龙王。宋太祖沿用唐代祭五龙之制，宋徽宗大观二年（1108）诏天下五龙皆封王爵，封青龙神为广仁王，赤龙神为嘉泽王，黄龙神为孚应王，白龙神为义济王，黑龙神为灵泽王。清同治二年（1863）又封运河龙神为“延麻显应分水龙王之神”，令河道总督以时致祭。由此，龙王之职就是兴云布雨，为人消灭炎热，龙王治水成了民间普遍的信仰。

三官大帝是早期道教尊奉的三位神，指天官、地官和水官。东汉时张鲁雄据巴汉垂三十年，其为病者请祷时，书病人姓名，说服罪之意。作三通，其一上之天，着山上；其一埋之地；其一沉之水，谓之三官手书。至南北朝时，三官与三元相结合而为三位天帝。据《元始天尊说三官宝号经》，此三位天帝之名及其职掌为：上元一品赐福天官，中元二品赦罪地官，



三官大帝

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。

下元三品解厄水官。并称得道神仙，皆从三官保举；下方生人，但持三官宝号，能除厄难。道经宣称，三元帝君职任宰御，巡历考校，凡仙官真人、三界万灵、君臣人物善恶，悉主隶焉。据此，三界十方人物，皆归三官大帝管辖。旧时各地有三官庙、三官殿、三官堂，并以正月十五、七月十五、十月十五为三官生日，届时各个官观皆举办三元法会，为人们解厄祈福，超度先灵。

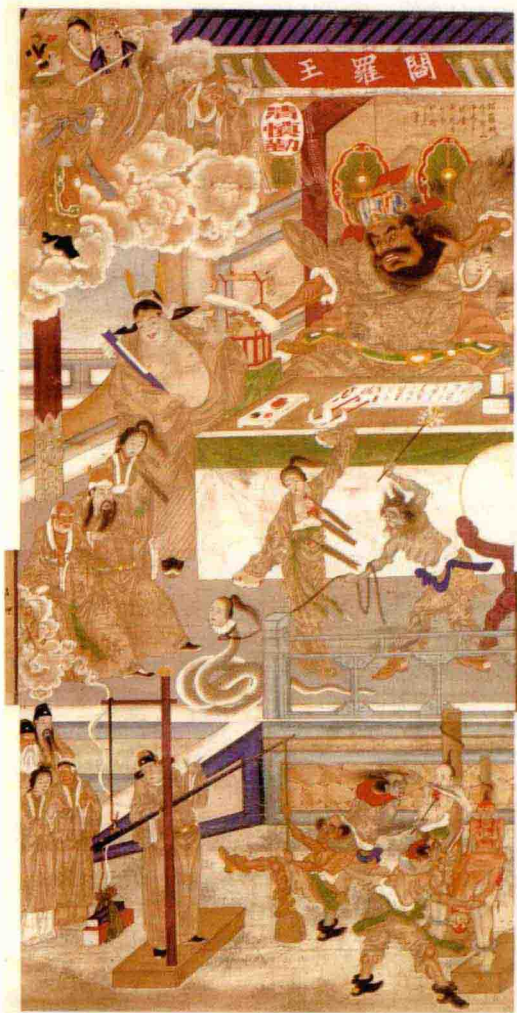
在山川大地上，还有许多鬼魂居住的地方。道教认为，人们死亡之后，其灵魂



多数要去地狱，接受末日的审判。这些地狱分别位于五方，处于山岭，深入冥界，而酆都大帝则为主宰地狱的最高神灵。陶弘景《真诰》载：罗酆山在北方，山高二千六百里，周回三万里。其上其下并有鬼神宫室，凡死亡者莫不隶之于地狱。后世以今重庆酆都县为鬼城，系酆都大帝的治所。这一转变大约发生于宋代。《夷坚志》云：忠州酆都县有酆都观，其山曰盘龙山，即道家所称北极地狱之所。

酆都大帝为地狱主宰，其下拥有众多的鬼王鬼卒。北宋道士淡痴《玉历至宝钞》言地狱的鬼神体系，依次为酆都大帝、地藏菩萨、十王、城隍、土地、判官、日夜游神、门神、灶神、鬼卒等。所谓“十王”，又称十殿阎王、十殿冥王等。他们分理十殿，管辖诸大地狱。

《地藏十王经》讲述人死后依次经过第一殿秦广王、第二殿初江王、第三殿宋帝王、第四殿五官王、第五殿阎罗王、第六殿卞成王、第七殿太山王、第八殿平等王、第九都市王、第十殿转轮王，接受询问审察，断其善恶去处。亡人家属如能在特定日子中，修斋造福，写经造像，便可拯救亡魂出离地狱。这种对十王的信仰，在民间非常盛行，旧时的城隍庙中，多设有地狱殿，以供奉十王，教化民众。



阎罗王

清，纸本设色，170cm×70cm。李远国藏。

#### 第四节 人间神真的信仰

神真是指历史上的一些著名人物，如先祖、先师、功臣、圣贤、烈士、高隐等，他们或为创国之帝王，或为社会之栋梁，或为卫国之英雄，或为文化之巨匠，或为修道之高真，死后被人们所敬仰，推

崇为人神仙真，从而享受香火，受到民众广泛的信仰。这类人神数量甚多，如黄帝、西王母、广成子、彭祖、安期生、赤松子、姜太公、麻姑、黄大仙、药王、何仙姑、张果老、曹国舅、钟离权、吕洞宾、韩湘子、蓝采和、李铁拐、关圣帝君、妈祖、保生大帝、临水夫人、清水祖师等。

黄帝是传说中的远古帝王。据称他姓公孙，名轩辕，为有熊国君少典之子。曾败炎帝于陂泉，诛蚩尤于涿鹿，诸侯遂尊之为天子，代神农氏而为黄帝。接着，又立百官，制典章，命群臣造宫室，做衣裳，制舟车，定律历，文字、算数、音乐等皆相继发明，于是形成田者不侵畔，渔者不争隈，道不拾遗，市不豫贾的盛世局面。至秦汉时，方士更以黄帝为帝王成仙

的样板，编造了黄帝鼎湖升天的神话：黄帝且战且学仙，百余岁然后得与神通，铸鼎于荆山下。鼎既成，有龙垂胡髯下迎黄帝。黄帝上骑，群臣后宫从上者七十余人，龙乃上去。道教形成初期，即视黄帝与老子同为道教的祖师。旧时一些地区尝建黄帝庙，多以之为古仙而奉祀之。如四川青城山常道观既有三皇殿祀伏羲、神农、黄帝，又有古黄帝祠专祀黄帝。

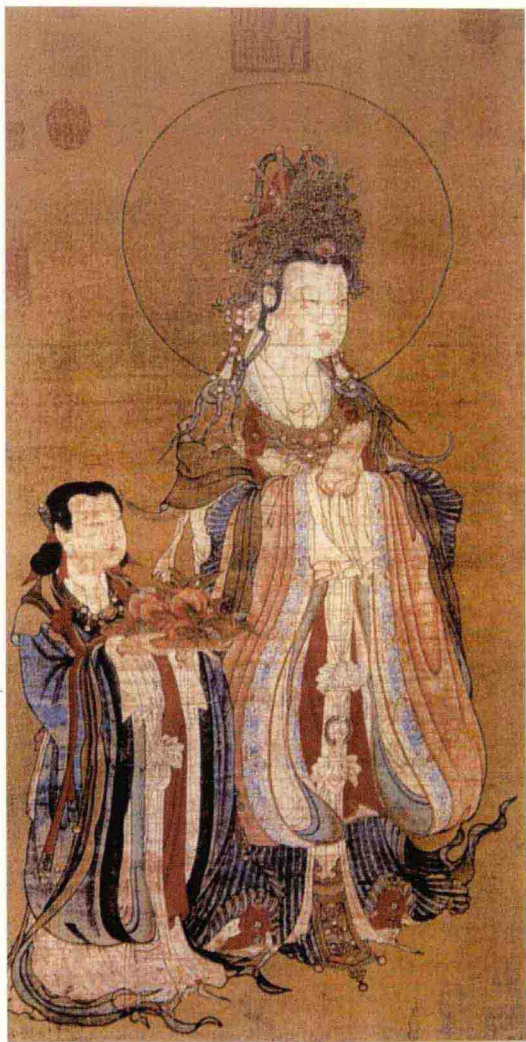
西王母，又称王母、金母，俗称王母娘娘。原为中国古代神话中的女神，后经道教增饰奉为女仙领袖，并掌不死之药。杜光庭《墉城集仙录》云：西王母体柔顺之本，为极阴之元，位配西方，母养群品，天上天下，三界十方，女子之登仙得道者，咸所隶焉；凡诸仙在升天之时，先拜木公，后谒金母，受事既讫，方得升九

### 保生大帝

泥塑彩绘，当代，福建泉州白礁慈济宫。取自《中国道教神仙造像大系》。保生大帝，俗称大道公、吴真人、花桥公。本名吴夲，初习捕蛇、采药，后学针灸、汤药，医名逐渐传播民间，逝世后乡人私谥为医灵真人，供奉为地方神祇。因神迹传说流布，及历代朝廷追封，遂成为闽南地区重要民间信仰。而随同安移民迁徙，也成为台湾、东南亚同安籍人士信奉的乡土保护神。







西王母

元，绢本设色，91cm×45.3cm。台北故宫博物院藏。西王母合掌而立，头有背光，头戴凤冠，身着华服，端庄温雅，有母仪天下之仪。

天，入三清，拜太上，觐奉元始天尊。旧时西王母在社会上有很大的影响，各地民间修有众多的王母庙。

文昌帝君为民间和道教尊奉的掌管功名禄位之神。文昌本星名，亦称文曲星，

古时认为是主持文运功名的星宿。其成为民间和道教所信奉的文昌帝君，与梓潼神张亚子有关。东晋宁康二年，蜀人张育自称蜀王，起义抗击前秦苻坚，英勇战死，人们在梓潼郡七曲山为之建张育祠，并尊奉他为雷泽龙神。其时七曲山另有梓潼神亚子祠，因两祠相邻，后人将两祠神名合称张亚子，并称张亚子仕晋战歿。民间盛传张亚子显灵的神异故事。《太平寰宇记》载：安史之乱，唐玄宗入蜀，途经七曲山，有感张亚子抗击前秦之英烈，遂隆重祭祀，并追封为左丞相。唐广明二年，僖宗避黄巢起义入蜀，行至七曲山，又亲祀梓潼神，追封张亚子为济顺王，并解佩剑赠神。梓潼神张亚子因唐帝王的崇拜，声名远播，逐渐由地方神成为天下之通祀的大神。北宋真宗遂敕封张亚子为英显武烈王，并为之修葺祠宇。南宋时期，由于兵连祸结，梓潼神更受崇祀。宋高宗赵构于绍兴十年，敕大修梓潼神庙，敕封庙额为灵应祠。光宗追封张亚子为忠文仁武孝德圣烈王，理宗追封张亚子为神文圣武孝德忠仁王。元仁宗延佑三年，敕封张亚子为辅元开化文昌司禄宏仁帝君，并钦定为忠国、孝家、益民、正直之神，至此，梓潼神与文昌星遂合二为一，称文昌帝君。

宋代盛传梓潼神显灵佑庇士人中举之灵异故事。《铁围山丛谈》载：蜀道有梓潼神祠，灵应非常。有士大夫过之，凡得

风雨相送，必至宰相；进士过之，得风雨则必中殿魁。南宋吴自牧《梦粱录》载：梓潼帝君专掌禄籍，凡四方士子求名赴选者悉祷之，故缙绅大夫士多信礼之，而文昌之祠，遂遍郡邑。至元明时，道士利用民间信仰文昌帝君之习俗，降笔作《清河内传》、《梓潼帝君化书》等，以叙文昌帝君神迹；谓其本吴会间人，生于周初，后七十三化，累为士大夫，西晋末降生蜀地，姓张名亚，字霁夫，并称玉皇大帝命其掌管文昌府和人间禄籍等，有感必通，能镇伏妖魔疫疠鬼神。又谓帝君为文章司命，贵贱所系，文武医卜、士农工贾，凡一民一物之枯荣贵贱，皆隶文昌帝君之造化。

关圣帝君，简称关帝，俗称关公，即三国蜀将关羽。关羽，字云长，河东解县（今山西临猗西南）人，为蜀国统兵镇守荆州，后败死麦城，谥为壮缪侯。传说关羽死后身首异处，头葬洛阳，身葬当阳玉泉山，荆州人感其德义，立玉泉祠祀之。关羽受到统治者的崇祀，始于北宋末期。当时金军不断南进，北宋江山岌岌可危。宋徽宗认为可以关羽的忠勇义气，激励士气和民心，乃于崇宁元年至宣和五年的二十余年间，三次追封关羽为忠惠公、武安王、义勇武安王。南宋淳熙十四年（1187），加封英济王。在宋王朝的褒崇下，关羽已成为既能以忠义气节相号召的



文昌帝君

成都鹤鸣山道源圣城文昌殿。木雕彩绘，当代。李远国摄。



关圣帝君

铜铸，高58cm，明代。武当山博物馆藏。



人间楷模，又是求雨祈晴、拯救生灵劫难之神。

元明统治者继续崇奉关羽。元文宗天历元年（1328），加封关羽为壮缪义勇武安显灵英济王，遣使祠其庙。明洪武二十七年（1394），朱元璋敕建关公庙于南京鸡鸣山，每岁四孟及岁暮遣应天府官祭，五月十三日诞辰，又遣南京太常寺官祭。明成祖永乐元年（1403）建关公庙于北京。万历十八年（1590），神宗敕封关羽为协天护国忠义大帝，由王而晋为帝。万历四十二年（1614），敕封为三界伏魔大帝神威远震天尊关圣帝君，并将关羽定为武庙的主神，与崇祀孔子的文庙并列为文武二圣。

清统治者对关羽的崇奉有增无已。入关之前已在盛京（今辽宁沈阳）建关帝庙，皇太极赐额“义高千古”。入关以后，清世祖于顺治九年（1652）在北京敕封关羽为忠义神武关圣大帝。雍正三年（1725），追封关羽父祖三代公爵。光绪五年（1879），加封为“忠义神武灵佑仁勇显佑护国保民精诚绥靖翊赞宣德关圣帝君”，封号长达二十六字。

道教崇奉关圣帝君，宣称关元帅受玉帝敕命，为三界伏魔大帝，谓其“掌儒释道教之权，管天地人才之柄。上司三十六天星辰云汉，下辖七十二地土垒幽酆。秉注生功德延寿丹书，执定死罪过夺命里籍，考察诸佛诸神，监制群仙群职”。几

乎成为统管三界十方、佛仙人鬼的大神。明清以后关帝庙祀几遍天下，南达岭表，北极寒地，虽山陬海角，乃至海外，皆建有关帝庙。多数关帝庙，皆由道士住持，其祖庙解州关帝庙亦然。俗以五月十三为关帝生日，各地关帝庙皆举行祭祀。

赵公元帅，又称赵玄坛，道教信仰的司财之神。《道法会元》卷二三二曰：赵公明秦时避乱山中，精修至道，功行圆满，被玉帝旨召为神霄副帅。上奉天门之令，策役三界，巡察五方，提点九州。逮



赵公元帅

铜铸，高62cm，明代。武当山博物馆藏。

祖天师修炼大丹，由是元帅充正一玄坛元帅。驱雷役电，呼风唤雨，除瘟剪祟，保病禳灾，元帅之功甚大。至如公讼冤抑，公平买卖，求财宜，利和合，但对神祷之，无不如意。他又是财神，要掌管公平买卖，使人得利。《封神演义》写赵公明助商，五夷山散人萧升、曹宝助周。双方交战，各显道法。后来姜子牙封神，封赵公明为金龙如意玄坛真君，统率招宝天尊萧升，纳珍天尊曹宝，招财使者陈九公，利市仙官姚少司。明清时期，各地建庙塑像以祀之。其像头戴铁冠，圆眼，黑面浓须，身披金甲，右手执二十四节铁鞭，左手执铁索，圆光火光罩体，黑虎随从。俗以三月十五日为神诞日，设献祭之。届时，许多地方商家都置办鱼、肉、水果、鞭炮，供以香案，迎接财神。

药王，为主司医药之神。主要者有二：（一）扁鹊。战国时医学家，善诊脉。姓秦，名越人。渤海郡（今河北任丘）人。据传饮长桑君药，并尽得其禁方，从此能见人五脏症结。遍游各地行医，在齐号卢医，在赵名扁鹊。擅长各科，过邯郸为妇科；过洛阳为五官科；入咸阳为小儿科。医名闻天下，后世推崇为脉学的倡导者。（二）孙思邈。唐代道士、著名医药学家。京兆华原（今陕西耀县）人。一生行医，有医学名著《备急千金要方》传世。因其医术高明，死后不



孙思邈

取自明洪自存《仙佛奇踪》。

久，即不断被神化，民间奉之为药王。奉祀扁鹊的药王庙，以其故里河北任丘之庙为最早。祀孙思邈之药王庙，以其故里陕西耀县孙家原村之庙为最早。

中国是最早发明种桑饲蚕的国家。在古代男耕女织的农业社会经济结构中，蚕桑占有重要地位，因此人们崇拜蚕，称其神曰先蚕。《荀子》有《赋蚕》云：此蚕身柔婉而头似马。后人据此将蚕与马相糅合，造出人身马首的蚕马神，为之塑像，奉为蚕神。杜光庭《墉城集仙录》云：今蚕女冢在四川什邡、绵竹、德阳三县界，



每岁祈蚕者，四方云集，皆获灵应。蜀之风俗，诸观画塑玉女之像，披以马皮，谓之马头娘，以祈蚕桑焉。旧时除四川有蚕神庙外，其他省区也有蚕神庙祀马头娘。

《太上说利益蚕王妙经》云：有一真人名曰月净，她对灵宝天尊说：今见世间人民苦乐不均，衣无所得，将何救济？天尊悯其所请，乃遣玄名真人化身为蚕蛾，口吐其丝，让人收利，教其经纬机织，裁制为衣。据此，蚕神不仅管蚕桑，还管机织成衣之事。

妈祖，又称天妃、天后、天妃娘娘、天上圣母。据史书所载，妈祖为福建莆田湄洲林氏女，宋建隆元年（960）三月二十三日诞生，其时红光满室，异气氤氲。生满一月，不闻啼声，故名默娘。八岁就私塾读书，悉解文义。十岁余，喜焚香礼佛。十三岁，得道典秘法。年十六，观井而得道教神符，遂灵通变化，驱邪救世，屡显神异，能乘席渡海，平波息浪，专救危船难民，民众誉之为“通贤灵女”。雍熙四年（987）九月九日道成飞升，年二十八。是后常衣朱衣，乘云游岛屿间。里人祠之，有祷辄应，屡征灵迹。《太上老君说天妃救苦灵验经》称太上老君见世间翻覆舟船，损人性命，横被伤杀，无由解脱。乃命妙行玉女降生人间，化为默

娘，救民疾苦。故生而通灵，长而神异，精修妙行，示大神通，救度生民，功圆果满，白日上升。于是老君敕下，封为“辅斗昭孝纯正灵应孚济护国庇民妙灵昭应弘仁普济天妃”。并称天妃听了老君宣唱法音后，立下誓言：自今以后，若有行商坐贾，买卖求财，或农工技艺，种作经营，或行兵布阵，或产难，或疾病，但能起恭



妈祖

木雕，明清。日本长崎福济寺藏。

敬心，称吾名者，我即应时孚感，令得所愿遂心，所谋如意。林默在福建湄洲岛去世，渔民们称她羽化升天，供奉她为“天上飞仙海上神”，又在湄洲岛修建了第一座妈祖庙。渔民出海前都要来此庙烧香敬神，祈佑渔民的安全。

宋代以后妈祖崇拜广泛传播，妈祖成为我国东南沿海一带出海渔民与航海船员的保护神，并且得到国家的承认。宋代皇帝封妈祖为“显济妃”，明代皇帝封其为“护国庇民妙灵昭应弘仁普济天妃”。从北宋到清末八百余年间，妈祖受到历代帝王的敕封不下四十次，可列为道教神真的榜首。当明代郑和七下西洋时，每次出海前和返航后都要隆重祭奠天妃，并多次到湄洲祖庙祭祀。郑和还将妈祖崇拜传到南洋，琉球、马六甲等地都先后建立了妈祖庙。

明末清初，妈祖信仰由福建传入台湾。康熙皇帝将妈祖封为“天后”，又批准在台南修建了天后宫。由此，妈祖崇拜在台湾掀起热潮，全岛兴建大小妈祖庙222座。目前全世界有妈祖庙上千座，台湾有800多座，而台南一地就有116座。台南市天后宫、云林县朝天宫、彰化市南瑶宫、台中县大甲镇澜宫是台湾规模最大、香火最旺的4座妈祖庙，长盛不衰。如今，全岛有妈祖信仰者1600多万，占台湾总人口70%以上。妈祖在台湾被尊为“天

上圣母”，它成为观音菩萨的化身，台湾百姓家中常在神龛中挂“家常五神”，妈祖画像位居其中。每逢农历三月二十三日妈祖诞辰，各地的妈祖庙都要举行隆重的祭祀活动，届时人山人海，热闹非凡。

王灵官，又称铁面雷公王元帅、赤心忠良猛吏王元帅。据道经所言，王灵官本名王善，宋徽宗时淮阴地方奉祀的小神。后萨守坚真人烧了他的庙宇，于是他怀恨在心，暗中追随十二年，欲其失戒而施行报复，但终不能得，遂诚心归降萨守坚。真人遂奏帝授职，玉皇大帝封其为先天主将，主司天界、人间纠察之职。其造像为红脸虬须，金甲红袍，三目怒视，右手执金鞭，足踏风火轮，状貌威武。这位赤心忠良的王元帅，后来便成为整个道教所尊奉的护法神，他镇守在几乎所有的道教宫观。

八仙，为民间广为流传的八位神仙。在道教创立之前，已有八仙之称。他们分别是苏飞、李尚、左吴、田由、雷被、毛被、伍被、晋昌。《神仙传》卷四载：淮南王刘安招接天下道术之士，乃有八公诣门，自称能坐致风雨，立起云雾，画地为江河，撮土为山岳，召致蛟龙，使役鬼神，乘云步虚，出入无间，恣意所为，能防灾度厄，避却众害，长生久视。后刘安与八公一道成仙，时人传八公和刘安临去时，遗药器于中庭，鸡犬舐啄，尽得升





王灵官

清，纸本设色，170cm×70cm。李远国藏。

天，此即“一人得道，鸡犬升天”典故的出处。

到唐宋之际，八仙的故事仍在社会上广为流传，但发生了变化，他们为铁拐李、汉钟离、张果老、何仙姑、蓝采和、

吕洞宾、韩湘子、曹国舅。这种变化，与金元时全真道之兴起有关。全真道所奉的北五祖中有钟离权和吕洞宾，而钟、吕二仙在八仙故事中占有重要地位。赵翼《陔余丛考》指出：王重阳教盛行，以钟离为正阳，洞宾为纯阳，何仙姑为纯阳弟子，因而辗转附会，成此八仙名目。

铁拐李，又称李铁拐。相传名叫李凝阳，或名洪水，小字拐儿。王世贞《列仙全传》说他本来长得十分魁梧，是一位相貌堂堂的伟丈夫，他在上礪山洞修行时，欲拜老君为师，前去修行。临行时对徒弟道：我欲从游华山，倘游魂七日不返，你就把我的躯壳焚化。于是李凝阳的元神赴华山从老君游，徒弟日夜看守着师父的躯壳。不料弟子因母病危，提前将其尸体焚化，游魂无依，附于林中一饿死的乞丐

身上，变得蓬头垢面，卷须巨眼，跛右一足，形极丑恶。老君说，真道不可着相，只须功行圆满，便是异相真仙。所以，铁拐李的形象通常是乞丐，拄铁拐，背葫芦，游历人间，解人危难。

李铁拐（局部）

颜辉，元，绢本设色。日本京都知恩寺藏。画八仙之一的李铁拐，侧坐石上，神情肃穆，笔法精劲，人物与山水融合，表现了画家超脱的情趣。



钟离权，号正阳子，又号云房先生。据《列仙全传》：钟离权为燕台人，生时有异相。及壮仕后汉为大将，征讨吐蕃，兵败逃至一山谷，遇东华先生，诚心学道，东华传授金丹火候、青龙剑法。之后，又遇见华阳真人，学得长生丹诀，修成真仙。钟离权自称“天下都散汉”，艺术形象多为手拿扇子，袒露大肚，乐呵呵的胖子，以突出其散仙的风度。

吕洞宾，五代宋初著名道士吕岩，

号纯阳子。传说他是唐朝礼部侍郎吕渭之孙，因感仕途多蹇，转而学道。《宋史·陈抟传》记载：“关西逸人吕洞宾，有剑术，百余岁而童颜，步履轻疾，顷刻数百里，世以为神仙，皆数来转斋中，人咸异之。”吕洞宾是位修道有术的高士，后世道教和民间称其为“剑仙”、“酒仙”、“诗仙”。吕洞宾得道成仙之前，曾流落风尘，在长安酒肆中遇钟离权，“黄粱一梦”，于是感悟，求其超



度。经过钟离权生死财色十试，心无所动，于是得受金液大丹与灵宝毕法。后来又遇火龙真人，传以日月交拜、天遁剑法，自称“一断贪嗔，二断爱欲，三断烦恼”，并发誓尽渡天下众生，方愿上升仙去。民间流传有吕洞宾三醉岳阳楼度铁拐李、飞剑斩黄龙等故事，吕仙形象深入民间，妇孺皆知。宋代封吕洞宾为“妙通真人”，元代封为“纯阳演政警化孚佑帝君”。王重阳创立全真道后，又被奉为“北五祖”之一，故道教又尊称他为“吕祖”。全国各地广建吕祖祠庙，岁时祭

祀，至今香火不断，成为明清道教中最受崇敬的真人。相传吕祖诞辰为农历四月十四日，道教多于此日设斋醮以志纪念。

韩湘子，字清夫，据说是唐吏部侍郎韩愈之侄。《列仙全传》载：遇纯阳先生而从游，登桃树堕死而尸解。来见韩愈，韩愈勉劝其学儒业，韩湘子回答说：湘之所学与公不同。曾作诗自称：“解造逡巡酒，能开顷刻花。”韩愈不信，即为开樽，果成佳酝；又聚土，一会儿开碧花二朵，花间拥出金字一联说：“云横秦岭家何在，雪拥蓝关马不前。”韩愈读之不解



钟离权

明本《宝善卷》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。



吕洞宾过洞庭图

南宋，团扇，绢本设色，23.1cm×22.6cm。美国波士顿美术博物馆藏。

其意，后因谏佛骨事谪官潮州，途中遇雪。韩湘子冒雪而来，问道：“公能忆花间之句乎？”韩愈询其地名即蓝关，感叹不已，方信韩湘子的神奇。

张果老，唐代道士。他隐于恒州枝条山，往来汾晋，时人传其有长年秘术。唐玄宗迎之入宫，倍加礼敬，自称是尧时丙子年生，曾为尧的侍中。善于胎息，可累日不食。玄宗诏赐为银青光禄大夫，仍赐号通玄先生。《太平广记》卷三十称：张



张果老（局部）

宋，绢本设色，183.8cm×104.1cm。台北故宫博物院藏。

果老常乘一白驴，日行数千里；休息时则重叠之，其厚如纸，置于巾箱中，乘则取出，还成驴矣。

何仙姑，据《仙佛奇踪》说：何仙姑为广东增城一位叫何泰的女儿，十六岁时梦见仙人教她吃云母粉，可以轻身，长生不老。于是她照仙人的指示，服食云母，终身不嫁，经常来往山谷之中，健行如飞。每天早上出去，晚上带回一些山果给她的母亲吃，后逐渐不吃五谷。武则天遣使召见她，在入京的途中忽然失踪。唐中宗景龙年间，白日升天。唐天宝九年，又出现在麻姑坛中，站立在五朵云中，其后，又出现在广州的小石楼。

蓝采和，唐开元天宝时人。《仙佛奇踪》记载：蓝采和常穿着破烂衣服，带着六寸腰带，一只脚穿靴，一只脚赤足。夏天时在长衫内穿厚厚的棉袄，冬天时躺在雪地中，呼出的气仿如蒸气一般。每次在大街中讨饭，手持大拍板，长三尺多。他喝醉了就唱歌，老的小的都听他唱歌，歌词随意而作，充满了仙意，而且变幻莫测。其常唱的《踏踏歌》曰：“踏踏歌，蓝采和，世界能几何？红颜三春树，流年一掷梭。古人混混去不返，今人纷纷来更多。朝骑鸾凤到碧落，暮见桑田生白波。长景明晖在空际，金银宫阙高嵯峨。”他常常把得到的钱穿在绳子上，拖着走，就是掉了也不顾，有时赠与穷人家，有时花





蓝采和

取自明洪自存《仙佛奇踪》。

在酒肆中。他周游天下时，有人在孩童时见过他，至老后再见他，他的容貌依旧。后来有人见他在壕梁酒楼上饮酒，听见有笙箫的声音，忽然乘着仙鹤而飞上天空，抛下靴子、衣衫、腰带、拍板，慢慢而升。

曹国舅，《列仙全传》称其为宋曹太后之弟，因不法杀人，以后隐迹山岩，精思慕道，得遇钟离、洞宾，引入仙班，遂为八仙之一。

俗称八仙所持的檀板、扇、拐、笛、剑、葫芦、拂尘、花篮等八物为八宝，代表八仙之品。文艺作品中以八仙过海，八

仙献寿最为有名。今西安市有八仙宫，其主要殿堂八仙殿内奉八仙神像。

在中国民间信仰中的天地神、自然神、行业神、动植物神等，都和道教关系非常紧密。道教是从秦汉时期的民间信仰基础上发展起来的，与民间信仰从来都有着割不断的联系。而道教对民间信仰最重要的影响体现在，道教有选择地吸收了民间信仰中的一些内容，并且按照自己的标准对这些内容进行了改造，从而深刻影响了民间信仰。从历史的角度来看，道教是一种信仰多种神灵的宗教。在极其庞大的神仙体系中，相当多的神灵早被民众广泛信仰，成为民间信仰的崇拜对象，如太上老君、斗姆元君、玄天上帝、五斗星君、天罡、魁星、太一救苦天尊、酆都大帝、碧霞元君、太阳星君、太阴星君、张天师、钟离权等。而许多民间信仰之神，亦被道教吸收，成为其信仰的对象。

众多道教神灵受到民众广泛的崇拜，其神灵的生日或成道之日，被民众推演为一种习俗，这被称为“诸神圣诞”。届时各个庙观循例设醮庆贺，从而引发该神庙邻近地区民众的进香祭祀，久之形成一方民俗，成为道教和民间共庆的宗教节日。据《诸神圣诞令节日期》记载，每月都有众多的神道生日，全年共收节庆八十余个，其中除弥勒佛、定光佛、释迦佛、观音、普贤、文殊、大势至、龙树、地藏

王、燃灯佛、琉璃光佛、阿弥陀佛、达摩祖师等十余位佛菩萨生日外，其余皆属道教诸神及民间神祀。民众认为在诸神圣诞日建醮诵经，供养布施，功德倍于常时，故甚为重视。其民俗活动常以祀该神的宫观庙宇为核心，举行祭该神、建会、神道出巡等活动。诸神圣诞的庆典活动在民间的影响，视其神道的地位及与民众生活的关系而异，有的尊神地位崇高，如老君、玉皇、九皇、关帝、文昌、吕祖等，其圣诞的民俗活动遍于全国。有的神道与民众生活关系密切，如城隍、土地、灶君等，其生辰的庆贺活动，也久传不衰。有的神祀主要偏于一地，影响民俗也限于该地域，如五圣盛于江南，温元帅盛行于温州地区。由于历史的原因，一些原为地方神祀的活动，走向全国乃至海外，其圣诞民俗活动也渐次扩大范围。如原为四川梓潼的文昌，福建莆田的妈祖，即是显著的例证。诸神的地位在民众心目中常有升降，其庆贺诞辰的民俗活动规格也随之变动，从而呈现出一派丰富多彩的场景。

道教广泛承袭继承了许多民间信仰的俗神，如城隍、行神、道神、河伯、土地、灶神、蚕神、驱蝗神、瘟神、神荼、郁垒、陆吾、耕父、夸父等，皆被道教所吸收，融入其神系之中。《三教源流搜神大全》中搜集历代儒家圣贤、佛教神僧、道教仙真，民间崇拜俗神，共181位。计

有孔子、释迦牟尼、太上老君、玉皇大帝、九天司命天尊、元天大圣后、东华帝君、西灵王母、后土皇地祇、玄天上帝、梓潼帝君、三元大帝、东岳大帝、炳灵王、佑圣真君、南岳大帝、西岳大帝、北岳大帝、中岳大帝、广源顺济王、灵源弘济王、长源广济王、清源汉济王、泗州大圣、灵格广济王、灵护广佑王、灵卫广惠



钟馗

清，纸本设色，160cm×60cm。李远国藏。



王、灵贶广泽王、灵助广成王、万回虢国公、许逊真君、宝志禅师、惠能、三茅真君、萨守坚、袁千里、付大士、崔府君、普庵禅师、吴客三真君、昭灵侯、关羽、赵昱、伍子胥、祠山张大帝、掠刷使、游奕神、常州武烈帝、扬州五司徒、蒋庄武帝、蚕女、威济李侯、赵公元帅、杭州蒋相公、增福相公、蒿里相公、灵派侯、钟馗、神荼、郁垒、五瘟使者、司命灶神、福神、五盗将军、紫姑神、五方神、庄子、观音、王元帅、谢天君、大奶夫人、天妃、庞元帅、李元帅、刘天君、王铁元帅、高铜元帅、田华毕元帅、田吕元帅、党元帅、石元帅、副应元帅、殷瓠、杨元帅、高元帅、灵官马元帅、孚佑温元帅、朱元帅、苟元帅、铁元帅、殷元帅、张真君、康元帅、田元帅、孟元帅、慧远禅师、鸠摩罗什、佛陀耶舍、昙无竭、佛驮跋陀罗、杯渡禅师、宝公禅师、智操禅师、大志禅师、玄奘禅师、元圭禅师、通玄禅师、一行禅师、无畏禅师、金刚智禅师、鉴源禅师、懒残禅师、西域僧禅师、本净禅师、地藏王、嵩岳伏魔禅师、知玄禅师、青衣神、九鲤湖仙、张天师、王文卿、庐山匡阜先生、黄仙师、颜真卿、哪叱、雷公、电母、风伯、雨师、海神、潮神、水神、波神、扬子江三水府、肖公爷爷、晏公爷爷、开路神君、健儿神、门神二将军、天王。



雷公

铜铸，明代，北京白云观雷祖殿。取自《中国道教神仙造像大系》。雷公名始见《楚辞》，因雷为天庭阳气，故称“公”。状若力士，袒胸露腹，背插双翅，额生三目，脸赤色猴状，足如鹰鹫，左手执楔，右手持锤，呈欲击状，旁悬挂数鼓，击鼓即为轰雷。能辨人间善恶，代天执法，击杀有罪之人，主持正义。

清姚东升辑《释神》，内分为十门，包括“天地”、“山川”、“时祀”、“方祀”、“吉神”、“释家”、“道家”、“仙教”、“杂神”。其博采史子



电母

摩崖石刻，南宋时期。电母立于云端，双手各持一宝镜，有电光自镜心射出。重庆大足宝顶山第16号龕。李远国摄。

诸籍，旁及方外小说，汇诸神于一辑。其中许多民间俗神、地方神，多为其他仙传所未载或言之略者，如天门守卫、九显灵君、湘江神、温泉神、岁神、井泉童子、二郎神、水草大王、杨将军、曹王、千胜将军、金龙四大王、张司封、刘猛将军、施府君、晏公、分水龙王、福顺王、马鸣王、镇江城隍、江州城隍、姑苏城隍、罗娘、武成王、显圣王、徐偃王、张老相公、周宣灵王、李元帅、大奶夫人、资善福明王、昌武王、铁四太尉、吾相公、朱相公、杭郡周城隍、石八娘、顺应王、英烈侯、烈士大王、顾相公、徐王、蒋相公、博陆侯、步总管、崔府君、寿星、张

仙、魁星、和合、利市、吉神、增福神、增财神、随粮王、增福相公、福神、三姑、吴客三真君、异国十三佛、二十五圣、黄仙师、身神、三尸神、长养神、粟麦豆神、镜神、兵器神、机神、船神、衣服神、梦神、床公床婆、厕神紫姑、五通神、三相、树头五圣、鱼花五圣、九原文人、五道将军、土神、痘花五圣、杜主、产神、炊神、釜甑神、祖神、傩、神君、明王、马下、沿江游奕神、砚神、笔神、纸神、戟神、矛神、司书神、墨增神、杵神、胎神等，不少均为行业神。

清姚鼐瞻辑有《铸鼎余闻》，书中所记神仙传说、民间信仰、民间风俗共



九百六十则，每则皆考其沿革，辨其影响，凡里社祠宇，风土乡情，异闻逸事，广泛猎及。如关于雷部诸神、李冰、二郎神、武烈大帝、白鹤大帝、黑神南斋云、东平忠靖王、千胜小王、威惠广佑王、永泰王、康保裔、义忠王、金山大王、灵应王张飞、周仙王、水平王、英烈王、岱石王、马鸣王、菩提王、显应公、灵济侯、忠洁侯、利隐侯、翔应侯、广济侯、忠烈侯、灵助侯、武义侯、平浪侯、昭惠永宁元帅、靖国卫民元帅、五代元帅、天门都督、甘将军、胡将军、赵将军、百虫将军、卫将军、苏将军、宋将军、贺将军、盛将军、朱将军、阎将军、卜将军、射龙将军、五户将军、石信将军、戈武将军、天道将军、龙洞将军、阳武四将军、白马将军、申将军、周将军、温将军、触锋将军、龚将军、忠烈将军、肖将军、徐将军、许将军、五道将军、韩将军、金元七总管、吴总管、蔡判官、崔府君、九山府君、弋府君、施府君、杨府君、绍兴城隍、台州城隍、土主、九州神主、朱柑公、徐相公、辟蛇童子、井泉童子、土公、社公、后土正神、李卫公、明王、皮场大王、黎山大王、莫邪大王、福善大王、牛头大王、转智大王、草鞋大王、九

郎圣主、陈九郎，独脚五通，树头五圣，五郎，武婆婆，黄道婆、顺懿夫人、临水夫人、陈夫人、赤石夫人、妙应柳夫人、顺天夫人、燕国夫人、善利夫人、中山夫人、茉莉夫人、陈社夫人、安济夫人、浣花夫人、上虚夫人、痘神、和合、万回、药王、医王、花神、机神、门神、利市仙官、灶神、灶马、孟公、老郎、白眉、孟婆、女青、太岁、七煞、七伤、形天、夜



和合二仙

木雕，清，高22cm。李远国藏。

叉、布袋和尚等。多载其事迹，引经据典，详加推究，言其所在地区祠庙，以及相关的祭祀活动，是研究民间风俗、民间信仰的珍贵史料。

中国的民间，信奉多神。民间的庙宇，有时将观音菩萨、关圣帝君和送子娘娘等济济一堂，民众见神就拜，并不觉得有什么不自然。道士入主这些民间祠庙后，会进行一些突出道教神仙谱系的改造，但原有的神祀，通常不会将之请出庙门，而是给予一个座位。这样由于道士接管或庙主请道士主持，原有的民间神便安坐于宫观了。民间的神被收编后，民间的信仰也渐渐变成了道教的信仰，而道教也利用民间信仰，尽可能地扩大了自己的影响。

道教作为本土的教团宗教，在道教正式形成之前，中国各地遍布着方士。这些方士，原本就是散布在民间的宗教职能人士，从事着宗教信仰领域的事务，属于类似于巫师的人员，后世的道士就是由这些方士演化而来。道教系统里的许多神灵，原本就是来自于民间神灵，最著名的如城隍神、泰山神、温元帅等。可以说，道教的神灵系统，原本就植根于民间信仰，道教是与民间信仰最为接近的宗教。

比如财神，各地基本上都供奉财神，但是财神在历史上有好多个，现在民间供奉的也不同，经过道教的宣扬，名气最大

的财神是赵公明。不过赵公明不是唯一的财神，民间还有其他的财神，家乡过年贴的灶王爷画上有利市仙官、招财童子，他们也是财神。民间知道财神，却未必知道赵公明原来是道教的神。民间信仰的特点是功利性、实用性、多样性等。功利性指信某个神是为了保佑自己，而不是为了精神的目的。出门的时候给路神烧纸钱，是为了保佑自己一路平安，而不是为了其他目的。实用性指某个神管用就信，不灵不管用就不信。多样性指民间信仰的神有多个来源，如闽南、台湾一带民间信仰的神灵多源出故里乡土。漳州籍民众，信仰妈祖、广泽尊王、开漳圣王。泉州同安籍民众，信仰保生大帝、霞海城隍。泉州三邑民众，信仰青山王、广泽尊王。泉州安溪籍民众，信仰清水祖师、法主公、保仪大夫、保仪尊王。福州籍民众，信仰开闽圣王、临水夫人。汀州籍民众，信仰定光古佛。客家籍民众，信仰三山国王。

观音是佛教的，玉帝是道教的，关公是三教皆供奉，以上三位在民间信仰里都有崇高地位。福禄寿三星，他们本来是星君，但民间对其崇拜很少去指认哪一颗星宿。一般将福星描绘成天官赐福模样。寿星是南极老人星，亘古受到民间崇拜。一般将他塑成长须、高额的老者形象。禄星管人间功名，一副官员打扮。三星在民间普受尊敬，人家屋上常书“三星高照”



### 送子娘娘

山西太谷净信  
寺送子娘娘殿泥  
塑，明。



一类吉利话。案头置其瓷或木雕像。三星的造像有很强的民俗性，在他们的雕像和绘画中，常常出现福、禄、寿的象征物蝙蝠、鹿和仙鹤、灵龟。

送子娘娘，又称泰山娘娘、子孙娘娘，是专司人间子嗣的女神。中国人重视世系的延续，希望能早生贵子。一般在结婚一段时间后仍无得子之象，便要去求神赐子，送子娘娘就是应此而形成的。道观里所塑的送子娘娘多为中年妇女，或列于其他更重要的女神之侧，或端坐于她的专殿接受香火。在她座前经常放着许多泥塑的小男孩，供人“偷”，称为偷娃娃或拴娃娃，意思是把她座下娃娃偷一个回家，

待真的得子之后，再做一个新的泥娃娃送回到她座前，表示谢意。

月下老人，专管人间婚姻的神。据说人间姻缘由月下老人掌管，刚出生时，便将男女双方脚上各系上红线，从此便千里姻缘一线牵，即使天各一方，也终成配偶。因他在月夜出现，后人便称他为月下老人。一般将他塑成慈祥的老者，设专祠供奉，或在较大的道观中设神像供人祭拜。月下老人祠也常设灵签，多言婚姻之事，姻缘未就或不如意者常去掣签占问。

在民间信仰中还包括较大一部分行业职能神的崇拜，旧俗极其讲究尊师重道。民家供奉祖宗牌位，正户题名为“天地君

亲师”，其中“师道”列为五尊之一。我国各地各行业千古流传，均有供奉祖师爷的习俗，较常见有：

农业，奉祀土地神和谷神。周代的始祖后稷，在尧、舜时期被封做农官，教民耕种稷麦，故后世农业尊其为祖师，并与社神合一，称为土地神。村野之间，旧时每隔十余里就建有一座小矮屋——土地庙，供奉土地公婆。裁缝业，尊奉黄帝。因传言黄帝曾教民众用骨针穿麻线缝树叶和兽皮做衣，故被缝纫业尊为祖师。蚕丝业，尊奉嫫祖。传说她是黄帝的妻子，曾教民养蚕治丝，北周以后被视为蚕神。商业，供奉赵公明、范蠡为祖师。范蠡，字少伯，楚国宛人，曾协助越王勾践灭吴，功成后弃官经商，称陶朱公，致富甲天下，均散济贫民，其品德极受后人崇敬。在民间，在财神生日到来的前一天晚上，各家置办酒席，为财神贺辰。初五接财神，赵公元帅最受尊拜。许多商店、住宅都供奉他的木版印刷神像，神像面似锅底黑，手执钢鞭，身骑黑虎，极其威武。信奉关帝圣君的商家，在正月初五要为关公供上牲醴，鸣放爆竹，烧金纸膜拜，求关圣帝君保佑一年财运亨通。豆腐业，江淮大地奉淮南王刘安为祖师。刘安招致宾客方术之士数千人，编成《淮南子》一书，并在熬制丹药时，无意间用黄豆、盐卤做成了豆腐。中医业，战国时扁鹊创立望、



土地公

木雕，清代。陕西三原县城隍庙博物馆藏。  
取自《中国道教神仙造像大系》。

闻、问、切“四诊”医术，后世即尊奉他为中医的祖师。民间医业又尊华佗为祖师，他曾创制麻沸散用于外科手术，故被尊称为外科鼻祖。车行供奉马王爷，牛行供奉牛王爷，茶业供奉清水祖师，肉品业供奉玄天上帝，戏曲界供奉田都元帅、西秦王爷。



## 第三章 道教的思想



根植于华夏文明沃土的道教，在近两千年的悠久历史中，以“道”为根本信仰，以“神仙”为模范，发天人之学，阐重生度人之旨，教义思想不断丰富和发展，形成了“与道合一”的整体观念。

道教重视人的生命意义和价值，认为个体的人生与逍遥神圣的神仙和永恒常存的道是不可分裂的，失道则亡，得道则生。神仙的追求与世俗的道德秩序也有着密切的联系。因此，道教教义思想总是围绕着“道德和神仙”而展开。道教以“道”为生化万物的根本，为一切事物发生发展的根本，以“德”为培育，人们可以通过“德”来认识“道”，是“道”的体现，人伦社会道德也是“德”的范畴，

所以人们可以通过培养和践行社会人伦道德来合于“道”。神仙虽然是超俗的，但他以法术帮助人，以德行影响人。神仙与常人的关系，是济世度人与功德成仙这样一个互动的关系。

道教教义思想具有鲜明的民族性，并通过其宗教思想理论建构及宗教仪轨反映出来。围绕着“道德”和“神仙”，道教强调“元气”的本体论和“生化”的思想。认为大道是生生不息的本原和动力，大道通过元气来运化世界万物。世界是生成和变化的，人、神同源于元气，因而人神互通。元气论和生化思想是道教宗教思想的理论根基。



## 第一节 道法自然的法则

道家学说是道教的理论基础，道教的基本理义大多来自老子。在老子的思想中，道是最高的哲学范畴，是天地万物的宗祖、宇宙的总根源。但在这个宇宙本源的道之上，老子还特意加上了一个“自然”，要道遵从自然，效法自然，所以说“道法自然”。在老子看来，道是天地万物的宗祖，天地万物都是由道产生的，所以它们的本性和道是一致的，它们的行为都以道的法则为规范。那么，道的法则是什么？是自然，亦即自然而然，他说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”

首先，这里所说的“自然”，并不是一个实体，而是一种法则。正如王弼在《道德经注》中所云：“法，谓法则也。人不违地，乃得全安，法地也。地不违天，乃得全载，法天也。天不违道，乃得全覆，法道也。道不违自然，乃得其性。法自然者，在方而法方，在圆而法圆，于自然无所违也。”也就是说，在道之上并不是还有一个主宰，而只是强调道也必须遵循自然而然的规律办事，从而突出了道的自然无为的本性。既然如此，天地间一切事物皆须遵循自然法则行事，便成了无可异议的事情，因

为道是宗祖，而天、地、人、物是子孙。宗祖效法自然，子孙亦须效法自然。有鉴于此，可以说“法自然”是老子学说的大纲。

法自然，宗无为，这是老子思想的核心，亦是道教学说的纲领。因为作为宇宙本源的道，也不能随意地作为，它亦必须遵循自然的法则。这就是说，宇宙之中的一切事物，都处在一种有序的运动之中，一切都有内在的根据，遵循一个有序规律。作为宇宙之中“四大”之一的人类，所作所为当然也应该遵循这个统一的宇宙法则，不能脱离和违背。对此，老子强调说：大德之人的行为，都是遵循大道的自然规律。可见，自然无为的法则是贯串道家、道教思想的一条主线，遵循这一法则的才可以称之为道家，背离这个法则的便不是道家，主张自然无为成为判断是否道家的先决条件。

道法自然的思想，突出地强调了法则、有序、统一。所谓“法”，在这里就是指遵循、仿效之意，老子是希望人们用辩证的思维去观察事物，认识事物。后来的学人大多依循其旨，去探究事物发展的规律。把具体事物的法则称为“理”，把万物的总法则称为“道”。认为理制约着万物，万物借助于理而相互区别；道总合万物之理，是万物之所以存在的总依据。

从另一个角度来看，老子的道法自然





以类推究皆是道图

明本《全真群仙集》，取自王育成  
《明代彩绘全真宗祖图研究》。

观还涉及价值观的领域。在老子思想中所展示的各个层面上，究其根本，他所追求、所推崇的最高价值就是“自然”，“自然”是老子哲学体系的中心价值。与其相连，“无为”则是老子提出的实现或追求这一价值的基本方法或行为原则。换言之，“自然”与“无为”是老子所要强调的主要内容。“自然”作为老子学说的中心观念，不仅成为理解天地、万物共生共荣规律的关键，亦是主导人类生活各个方面的命脉。就人类与天地、道的关系，圣人与万物的关系，执政者与百姓的关系而言，“自然”的观念始终都是最重要的价

值。

关于执政者与百姓的关系，老子指出最好的君主不会强迫百姓做任何事，也不会向百姓炫耀自己的恩德，百姓仅仅知道他的存在，而不必理会他的存在。这是道家理想中的虚位君王。次一等的君主会做一些令老百姓感恩戴德的事，这是儒家理想中的圣明君王。再次一等的君主使百姓畏避不及，这是通常所谓的昏君。更糟的统治者令老百姓忍无可忍，百姓对他只有侮辱谩骂，这就是所谓的暴君。高明的统治者悠闲自得，少言俭事，万事成功遂意，百姓并不认为君主起了什么作用，都

认为这种管理方法符合自然的原则。可见，“自然”是处理君民关系、管理社会的最高原则。

在处理人类与天地、道的关系时，自然亦是贯穿始终的要害。人生活在天地之中，而天地又来源于道，道在宇宙万物中是最高最根本的，但道的特点却是“自然”二字，人取法于地，地取法于天，天取法于道，道又取法于自然，所以道是最高的实体，而自然则是最高的实体所体现的价值。换言之，自然是贯通道、天、地、人之中的，因而是根本的普遍的原则。

## 第二节 重人贵生的生命观

重人贵生，这是道家、道教学说中重要的思想，亦是其最有价值的理论成果之一。从《道德经》所强调的“摄生”、“贵生”、“自爱”和“长生久视”，《庄子》所说的“保生”、“全生”、“尽年”、“尊生”，到《太平经》主张的“乐生”、“重生”，以及《老子想尔注》、《周易参同契》、《抱朴子内篇》、《西升经》、《度人经》、《悟真篇》等，始终都贯穿着贵生戒杀的思想传统。

“生”，指天地间的生命，这是道家生命哲学中重要的概念。道家自老子开

始，即十分珍视充满活力生机的生命，强调“摄生”、“贵生”。他说：这个世界到处埋伏着危险，生命随时随地受到各种外物内因的威胁伤害，生死事大，不可掉以轻心，故应该防患未然，善于摄生。体道者当知生命乃道之所生，德之所尊，故应爱之贵之。所谓“摄生”，亦即养生，既善用大道以摄养生命。就自身而言，清静冲虚，不为情欲所伤，此谓“内解”。内解者，言纵入尘境，亦不为情色等所伤。就外在而言，善待万物，心无伤害之情，以柔弱为表，若婴儿之无欲，亦不能为害也。

在老子看来，生生不穷、摄养之道的要害有十三点，伤生致死的关键亦有十三点，了解洞察其中的奥秘，便可“出生入死”。如经中所说的“虚其心，实其腹”，“无知无欲”，“无为”，“无私”，“不争”，“专气致柔”，“涤除玄览”，“致虚极，守静笃”，“见素抱朴，少私寡欲”，“去甚，去奢，去泰”，凡此言谈皆讲述了摄养之道。反之，经中所说“持而盈之”，“揣而锐之”，“将欲取天下而为之”等类评说即指出了致死各种原因。从道生万物的宇宙观出发，生命所遵循的是一条递进化生的路线。这个生生不息不断发展的“生”字，使道教的哲学具有一种积极的进取精神。《抱朴子内篇·黄白》说：“我命



在我不在天，还丹成金亿万年。”《悟真篇》说：“药逢气类方成象，道在希夷合自然。一粒灵丹吞入腹，始知我命不由天。”这些都是道教重视现实，参与造化精神的体现。

道教生命伦理的基本价值取向就是贵生。在被道教奉为万法之宗、群经之首的《度人经》中，开卷即宣扬“仙道贵生，无量度人”之旨。元始天尊说经十遍，天地开辟，万物长生。至第八遍时，“妇

人怀妊，鸟兽含胎，已生未生，皆得生成”。在这里，生命得到了最美好的歌颂与赞誉，从孕育到诞生，整个过程都是非常神圣的。宋张君房《云笈七签》说：如人受生于胞胎之中，“三元育养，九气结形，故九月神布气满能声。声尚神具，九天称庆，太一执符，帝君品命，主录勒籍，司命定算，五帝监生，圣母卫房，天神地祇，三界备守，九天司马在庭，东向读《九天生神宝章》九过；男则万神唱恭，女则万神唱奉；男则司命敬诺，女则司命敬顺，于是而生。九天司马不下命章，万神不唱恭诺，终不生也。夫人得还生于人道，濯形太阳，惊天骇地，贵亦难胜，天真地神，三界齐临，亦不轻也。当生之时，亦不为陋也”。正是在万神唱恭，惊天骇地的庄严而神圣之际，一个个新的生命诞生了。从表面上，这段描述生命孕育产生的过程中，似乎充满了神秘的色彩。然而，也正是因为这些包含深切情感的文句，使人们对生命满怀敬畏，充满神圣，从而懂得应该珍惜生命，维持生命，重视一切生命的存在价值。

统观世界的各种宗教，道教对生命价值的肯定是相当高的。



老子传铅汞仙丹之道图

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。

道教诸经之论生命，可谓群经一词，无出“贵”字。如《三天内解经》卷下说：“真道好生而恶杀。长生者，道也；死坏者，非道也。死王乃不如生鼠。故圣人教化，使民慈心于众生，生可贵也。”《太清境太清经》说：“凡天下之民，均同是性。天性既善，悉生万物，无不置也。地性既善，养生万物，无不置也。圣人悉乐理天下，而实法天地，故万物皆受其大功大善。神仙真人助天地而不敢轻，尊之重之，爱之佑之。”由此可见，生命关天，岂可轻视，任意暴殄。

在道教看来，人类财富的多寡，并不是以拥有多少金银珠宝为标准，而是以自然界的生命兴旺与物种多少来评判。《太平经》中有《分别贫富法》，明确指出，所谓“富”，是指万物备足，生命尽其年，物种延续发展而不绝。它说，在上皇的时代，有一万二千多种物品生出，名为富足。中皇的时代物种略减，已不足一万二千种，故为小贫。至下皇时物种更少了，为大贫。此后，物种难以足万，为极下贫。天地为人之父母，此父母贫极，则人子亦大贫，结果天地人皆悉被伤，“为虚空贫家”。这种尊重生命、强调保护物种的思想，早在一千八百余年前就被提出，不能不说是道教对于维护生态平衡、保护环境的一大思想贡献。

正是基于这种认识，道教要求人们爱

及昆虫草木鸟兽，爱及山川河流，爱及日月天地，不要无辜伤害任何生命。《元始天王欢乐经》说：保护万物，应简朴自己的居室。廉洁克己，应远离酒色。保养形神，应常行仁德。对待他国，应常行慈念。安乐众生，应减少畋渔。放赎生命，应克制饮食。《元始洞真慈善孝子报恩成道经》说：要教育世人，懂得慈爱恭敬，遵循自然的规律，持守正道以宝身形，怜悯万物而不伤害生命。这些道教经典，都异口同声地肯定了善待万物的必然性和道德价值，承认宇宙间的生命都各有其存在的价值，同人的生命一样，应当得到重视和保护。

在道教看来，尊重生命，善待万物，正是大道本身拥有的普济救世美德的最好体现，亦是做人的根本与修道的必须。唐张弧《素履子·履仁》指出：好生恶杀为仁，爱人利物为仁，慈惠恻隐为仁，拯溺救危为仁。“或救黄雀，或放白龟，惠封于伤蛇，探喉于鲛虎，博施无倦，惠爱有方，春不伐树覆巢，夏不燎田伤禾，秋赈孤寡，冬覆盖伏藏，君子顺时履仁而功”。由此可见，在道教重生思想包含着对天地万物的热爱及其慈悲仁爱的真情。慈悲仁爱，本为道家千年优良传统。《道德经》说：“我有三宝，持而保之，一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。”《赤松子中诫经》说：“人为天地之本，当



为善。”“人行善道，天地鬼神赐福助之，增延寿考，无诸恶事。”《抱朴子内篇·对俗》说：“人欲地仙，当立三百善；欲天仙，当立千二百善。”清黄正元《太上感应篇图说》曰：“慈者，万善之根本。人欲积德累功，不独爱人，兼当爱物，物虽至微，亦系生命。人能慈心于物命之微，方便救护，则杀机自泯，仁心渐长矣，有不永享福寿者乎！”这就把行善积德与修道成仙明确地联系在一起。一个人要想成仙，就必须慈爱万物，积大功德。道书中载述的成千上万的仙真事迹，无论其面貌、神迹怎样神异离奇，但普遍具备符合时代特征的高尚德行，遂至感通上真下降，度升天界。在这里，神仙成为修道成功的典范，人性的完善亦发展到极点。

重生贵人的道德取向，必然导致放生戒杀的行动。清黄正元《感应篇图说》指出：“大抵慈是善，放生实养慈术也。”“放生功德浩无边，安得富人不惜钱。寒士寡财须爱物，先持戒杀贵心坚。”“三教圣人，功用虽不同，其仁慈爱物，仰体上帝好生之心则一也。”

《太上宝筏图说》说：“昆虫物之至微者也，草木物之无情者也，存心仁爱者犹不忍伤，况其它乎！”《吕祖戒杀文》说：“世人不惜物命，图彼甘美，资我贪饕，不知人物同生天地，各有痛痒，各具

性灵，贪生恶死，莫不皆然。忍令汤得刃割，血肉狼藉。一日之中，一家杀一命，百家杀百命，以至成千累万，杀气血光，上昏天日。天心好生，人心好杀，积惨既久，所以灾伤刑戮，盗贼刀兵，杀人如草，聚为恶劫，此自然之公案也。”蒋省庵《戒杀生说》曰：“人能戒杀，还须放生。既知放生，断须戒杀。若放生而不戒杀，是何厚于野外之羽鳞，而薄于厨中之飞走耶，其亦倒行而逆施矣。不特杀生当戒，蠢动含灵，皆为物命，求丝煮茧，锄地杀虫，念衣食之由来，皆杀彼以自活。若弃膻聚蚁，覆巢取卵，毁垣破蛰，玩鸟捉虫，尽是伤残物命，所宜深戒。”《文



勿临水而毒鱼虾

版画，取自清《阴骘文图说》。



### 印造经文

成都青羊宫二仙庵印经的道士。李远国摄。

《昌帝君阴鹭文》亦说：“欲广福田，须凭心地，行时时之方便，作种种之阴功，利物利人，修善修福，正直代天行化，慈祥为国救民。忠主孝亲，敬兄信友。或奉真朝斗，或拜佛念经，报答四恩，广行三教，济急如济涸辙之鱼，救危如救密罗之雀。矜孤恤寡，敬老怜贫，措衣食，周道路之饥寒，施棺槨免尸骸之暴露。家富提携亲戚，岁饥赈济邻朋，斗秤须要公平，不可轻出重入。奴仆待之宽恕，岂宜备责

苛求。印造经文，创修寺院，舍药材以拯疾苦，施茶水以解渴烦。或买物而放生，或持斋而戒杀，举步常看虫蚁，禁火莫烧山林，点夜灯以照人行，造河船以济人渡，勿登山而网鸟，勿临水而毒鱼虾。”

如是则吉神保护，百福骈臻，千祥云集。这是利用道德的力量，规劝人们珍惜生命，奉行众善。反之，对于那些暴殄天物，残害生命的各种恶行，道教给予了无情的揭露与严厉的批判。



《太上灵宝朝天谢罪大忏》详细论述了末世恶人们的所作所为：他们或杀羊驴马猪家畜之类，或杀鹿鹿豹野兽之类，或杀鹊鸠燕雀飞禽之类，或杀虫蛇蜂蝎蝼蚁之类，或杀鱼鳖鱼虾水虫之类，或杀蜣螂螟蛉小虫之类，真可谓杀机大发，万物遭殃。其手段亦非常毒辣，或飞鹰走犬，张罗布网；或放火烧山，穷林竭泽；或持弓矢刀杖，手揉足踏；坐按卧捺；或穿坑出土，折篱作障；或剖胎破卵，热汤泼地；或断其头足，剥袭皮毛；或猛火煎烧，沸汤烹煮；或生分子母，断其胎育；或固绝命根，令其永灭。凡此种种恶行，杀害无数生灵，罪孽深重，“长行杀戮，行诸苦酷，不念慈心，杀害群毛”。如行此类罪恶，皆为逆天叛道，必遭报应，死后堕入九幽地狱，“酆都考罚，万劫方生”。

《太上感应篇》中亦指出了种种伤害生命、恶待万物的行为。如“射飞逐走，发蛰惊栖，填穴覆巢，伤胎破卵”，“用药杀树”，“春月燎猎”，“无故杀鱼打蛇。如是等罪，司命随其轻重，夺其纪算，算尽则死。死有余责，乃殃及子孙”。并用了大量的故事，从正反两方面讲述了重生与滥杀给个人与社会带来的不同结果。如江陵郭晖天性慈爱，买雷公藤以焚之，救河川中鱼虾螺蚌之生命百万，享年96，子孙皆登科为官。镇江有一位姓范的人妻子身患痼病而命危，医生让其买

了上百只小雀，以合药治疗。其妻说：

“为救我一条命，却杀一百只雀儿的命，我不忍心，情愿死也不做此事。”于是开笼放生。不久妻子的病居然好了，并生了儿子，人们说这皆是善心感天的报应。相反，唐代张直方残忍好杀，喜游猎，网罗弓矢无虚日，凡入蛰之虫，藏穴之物，尽搜杀之。又喜食含胎之肉，牛羊犬豕，俱生剥其胎，以为脆美。其肆伐生命，凡鸟兽虫蚁见之必杀而后快。后因杀人于市，满族遭诛。

在清梁敬叔《白话劝戒录》中所载的“病中梦游阴曹”、“杀害生命的果



张直方好杀射猎

版画，取自清《太上宝筏图说》。

报”、“害雀儿的报应”、“欢喜杀生的报应”、“打雀儿”、“蛇来要命”、“杀生报应”、“蟾来要命”、“杀蟾的报应”、“水獭要命”、“喜吃牛肉的报应”、“慈爱生命”、“放大鱼”、“牛戒”、“牛求人救”、“鹿来报恩”、“好生免灾”、“雷打恶人”等故事，都是在强调无辜杀生的罪行必然造成深重的恶果。这种依托天道、显现因果的说教，实质上仍然是根基于人间的报应，是人與人之间伦理关系的变相反映，只不过采用了“天道”的信仰化形式而已。其目的还是规劝人们，改变自己的不良行为，多一些爱心，使生命得以保护，使万物得以生存，使人类生存的环境更加美好。

### 第三节 常善救物的慈悲观

当道教摆脱了人类中心主义的困惑之后，看破并取消了以自我为出发点的偏见后，自然融入了老子所说的“玄德”世界，与天地万物翩翩共舞。依据道教的观点，万物与天地皆为大道所生养，故无高低贵贱之分，都包含了道的本性。自然界千奇百怪的变化，动物类或飞或爬或泳的差异，植物类或艳或丽或壮或弱的区别，并非是判断其内在价值的根据，而是展开大自然无穷无尽生命力的表象。因此，人们理应平等的对待万物，以维护大自然中

各种生命形态的兴盛。

老子说：“圣人常善救人，故无弃人。常善救物，故无弃物。”正是老子这种海纳百川的气度与慈悲救物的心怀，开辟了道家亲近自然、善待万物的生态之途。后来的道教继承了这种理念，并将自然界中各种生命形态的兴旺与否，动植物种类的多少存亡，用以作为评判一个社会贫穷或富足的重要标准。因为在他们看来，人类在世界上最重要的责任之一，就是“助天生物也，助地养形也”。《太平经》说：“天乃好生不伤也，故称君称父也。地以好养万物，故称良臣称母也。人者当用心仁，而爱育似天地，故称仁也。此三者善也，故得共治万



惠政歌吟

版画，取自明《瑞世良英》。



物，为其师长也。”

基于对大自然的热爱，对万物生命的尊重，道教非常重视对物种的保护，希望建立一个万物均安的世界。《太平经》中设想的太平盛世是：“风雨为其时节，万物为其好茂，百姓为其无言，鸟兽跂行，为其安静，是其效也。故治乐欲安国者，审其署置。夫天生万物，各有材能，又实各有所宜，犹龙升于天，鱼游于渊，此之谓也。”

与此相反，倘若人类一意孤行，好杀众生，“射猎为事，屠割为业，不知修福，但行恶事”，以致天怒神怨，劫难降临，万物皆亡，天地同毁。《洞玄灵宝诸天世界造化经》云：“先为小劫，后为大劫。小劫至时，阴阳气变，水旱不调，五谷匮乏，一切木石草棘及众生指爪，尽成刀剑，互相杀伐，人民死尽，兼人命短浅，忽自诳惑，七日之内，相杀都尽。是洪水滔溢，洗荡天地，山川改换，土地平坦。”至于大劫，更是令人恐怖：“大灾先起，二日并出，乃至三日、四日、五日、六日、七日，一时俱为是数万亿年，河海干涸，众生死尽。”可见，在道教看来，对动物植物的保护，不仅仅是出于一种善良的理念，而是关系着天地生育、万物共存的根本大计，对动物植物的无情残害，归根结底亦是对人类自身的伤害，一个唯有人类、没有草木虫兽的世界是

不可想象的。如果有，那就是“九幽地狱”——“纵横数十万里，其中冥冥，尽是罪人。”

从万物有灵的观点出发，道教认为动物植物皆有各自独特的价值，即《太平经》中所说的“有德有道”。如草木能够治疗各种各样的疾病，故谓之“神草木”；禽兽亦能治病，故称之为“天上神药”、“地精神药”。人们可以使用许多野生物种以制造药物，治疗疾病，这是物种在保护人类健康上的巨大价值。此外，野生物种也使现代农业、工业、科技等获得了难以计算的丰厚利润。宗教的、伦理学的、文化的、美学的和科学上的考虑，都为物种保护提供了充分的理由。这也是人与自然界不同物种相互依存的最好例证。

在利用万物、为人造福的发展过程中，道教的基本原则是善待其生，尽其物用。《太平经》说：“夫天道恶杀而好生，蠕动之属皆有知，无轻杀伤用之也。有可贼伤方化，须以成事，不得已乃后用之也。故万物芸芸，命系天，根在地，用而安之者在人，得天意者寿，失天意者亡。凡物与天地为常，人为其王，为人王长者，不可不审且详也。”“审”，即慎重审察，不可掉以轻心，暴殄万物；“详”，即详细周密地考察物种的来源、特性及功能、用途。在观察自然、审用物种方面，道教中人可谓典范。

在对各种植物的收集、辨别、分析、研究方面，道教中人是下了大功夫的。由于炼丹修仙、治病救人的需要，许多道士常年隐居深山老林，寻找各种各样的仙药灵草。据《抱朴子内篇·仙药》所载，道教的仙药大致可分为三类。其一是金石矿物类药，包括贵重的金、银、珠、玉，大都列为上品。第二类是五芝，“五芝者有石芝，有木芝，有草芝，有肉芝，有菌芝，各有百许种也”。现代医学亦证明灵芝确有益精气、强筋骨、健脑安神之功效，为治疗神经衰弱、慢性支气管炎和健身益寿的良药，道士们发现这一菌科生物乃是对医药学的一个贡献。第三类为草木，用于治病疗疾。

从采集物种、保护物种的角度上看，道教的药学著作中包含着相当丰富的资源。如陶弘景《神农本草经集注》中收有药物365种，包括草部、木部、谷部、石部、虫部，可谓南朝时期的物种辞典。孙思邈的《千金翼方》中收有药物多达873种，并详述其产地、药性、功能，分门别类，系统规范。《道藏》中尚收有《图经衍义本草》四十三卷，共收药1042种，分为十部，计玉石部163种，草部345种，木部172种，人部13种，兽部54种，禽部38种，虫鱼部111种，果部42种，米谷部41种，菜部63种。各种药物皆附产地、图形，释以性能；广引《外台秘要》、《圣

惠方》、《齐民要术》、《博物志》、《南方草木状》、《太清石壁记》等百余种方书并陶弘景、孙思邈、青霞子、日华子、雷公、陈藏器、郭璞、陆机等历代名流语录作注，内容涉及之广博令人惊叹，它不仅是一部非常重要的药类本草经典，同时亦当为中国历史上最重要的一部物类大全，其中饱含着道教对生物种类的采集、研究、保护的心血。

在采集、研究、保护物种的活动中，道教中人曾走遍了中华广漠辽阔的大地，无论是在名山大川、江海湖泊，还是在沙漠雪域、穷村僻壤，都留下了他们辛勤的足迹。仅道徒们修真求仙的洞天福地而言，多达上百处，每一处洞天福地，也就是一所采集物种、保护物种的基地。他们身体力行，关心着山山水水、动物植物的保护，并把自己的观察、研究心得写进了各种各样的名山志、宫观志及相关的道书中，从而为今人留下了一大笔宝贵的文化遗产。在众多的名山宫观中，留下了许多道士亲手种植的奇花异木，并且还制定了道规法令，以道教的戒律及法令来监督对环境与物种的保护。

在华山上下，或山谷内，或庙观中，有许多处树林都被称为“神林”，这些树林，“禁人采伐，如有犯者，立祸于身。山之西南隅有一林，侵天松桧，乃岳神游宴之处，名黑山林。有樵窃采之者，火烧





武夷山图

版画，取自明墨绘斋刻本《天下名山胜概记》。

虎食甚众”。这是用宗教信仰的力量，来保护华山的森林。又如黄神谷内的神姑林，“其林合围松桧数万根，禁人樵采”。在西岳古庙道旁，有晋代古柏几千棵，“两傍烽堠，以千字文为号，禁人牧放樵采”。（王处一《西岳华山志》）

在武夷山，由于道士的努力，唐天宝七年（748），玄宗“封天下名山大川，遣登仕郎颜行之至武夷山，全山禁樵采”，以保护武夷山的植被动物。

在茅山，应高道李玄静的感召，唐玄宗曾下诏明令：“敕江南东道采访处置

使晋陵郡太守董琬，山岳上疏分野，下镇方隅，降福佑于人，施云雨之惠。且茅山神秀，华阳洞天，法教之所源，群仙之所宅，固望秩之礼，虽有典常，而崇敬之心，宜增精洁。自今以后，茅山中令断采捕及渔猎。”后又敕紫阳观高道李含光，宜于开春之际专栽松竹果木，以华院宇。

至文宗大和七年（833），茅山三观威仪道士孙智清等上状：“华阳洞天，众真灵宅。先奉恩旨，禁断弋猎樵苏、秋冬放火；四时祭祀，咸绝牲牢。自经艰难，失去元敕，百姓不遵旧命，侵占转深，采

伐山林，妄称久业。伏请重赐禁断，准法护持，差置所由，切加检察，庶得真场严整，宫观获安，具元禁疆界如前。”于是朝廷再次下“大和禁山敕牒”，严令“茅山界内，并不得令百姓弋猎采伐，及焚烧山林。仍委州县，切加禁止”。（董典斋《武夷山志》）

延及北宋大中祥符二年（1009），针对一些不法分子肆意采樵渔猎，焚烧山林，真宗亦发“敕禁山”令：“于茅山四面立定界址，严行指挥，断绝诸色人并本山宫观祠宇主首以下，自今后不得辄有樵采斫伐，及放野火焚蕪。常令地分巡检官吏、耆老壮丁，觉察检校。如有违犯，即便收捕，押送所属州县勘断”，一律严惩不贷。对于一些老残枯树，需要砍伐，亦必须经宫观主持与州县官府共同研究，“指定界址，竖立标记，方得采取。若是已有斫伐延烧，到树行疏处，亦仰随处州县，勒定数目去处，常依时栽种补填，务要别无空缺，即不得辄便骚扰。仍将此宣命指挥，于宫观门首及往来要路，镌石晓示知委。”（刘大彬《茅山志》）如此严厉的法令，这在中国环境保护史上亦是一笔重彩。

仙都山，周回三百里，山峦起伏，溪水蜿蜒，峰岩洞壑，千姿百态。有鼎湖峰、姑妇岩、小赤壁、倪翁洞、铁城嶂、仙水洞、玉虚洞等名胜。山中珍异草木多

达一百八十余种，如金莲花、龙须草、寿松古柏、草龙胆、仙灵皮、三白草、石斛、络石、旋覆花、蓝宝、谷精草等。植被茂盛，古木丛生。其宫观有玉虚宫、金阙寥阳宝殿、黄帝祠、飞天法轮藏殿、天一真庆行宫、三官圣堂、梓潼帝君祠、洞天仙官祠、玉虚真官祠、隐真堂、金莲馆等。为了保护洞天胜景，自唐时便严令砍伐捕猎。《仙都志》曰：“自唐天宝戊子，以独峰彩云仙乐之瑞，刺史苗奉倩奏闻，敕封仙都山周回三百里，禁樵采捕猎。”

在成都青城山，因朝拜者甚众，有数日或长期留宿道观中者，“兼之有一等游民，藉此坐食，并山中树木，多被居民戕毁”，故青城山住持上疏官府，恳请立法保护山林。于是成都府灌县下令立《常道观示禁碑》于常道观壁间，告示天下。其曰：“示仰该处居民及远来烧香人等悉知，自示之后，尔等务遵照示谕。凡系在庙寄食，均应照数给钱，不得仍前坐食滋事。山中古木培植甚难，亦宜共相护惜，勿再执意砍伐。倘敢不遵，许该住持肖永平指名具禀，以凭飭差拿案，究治不贷。”

秦汉到明清的两千余年之中，道家道教史上有许多致力于维护生态、保护环境的人物。因为他们普遍慈悲为怀，以拯救万物生命为己任，道德高尚，修持精





深，故被世人目之为神仙，并留下了许多动人的故事。

祝鸡翁，秦时洛人。据《列仙传》记载，他在北山下养鸡育种长达百余年，规模颇大，鸡有千余头，任其自由生息。后来祝鸡翁又去吴地，作养鱼池，饲养各种各样的鱼类。鱼池旁的吴山上，又有白鹤、孔雀等珍稀动物，常止其傍。看来这位祝鸡翁对于鸡禽鱼虫非常热爱，正是为

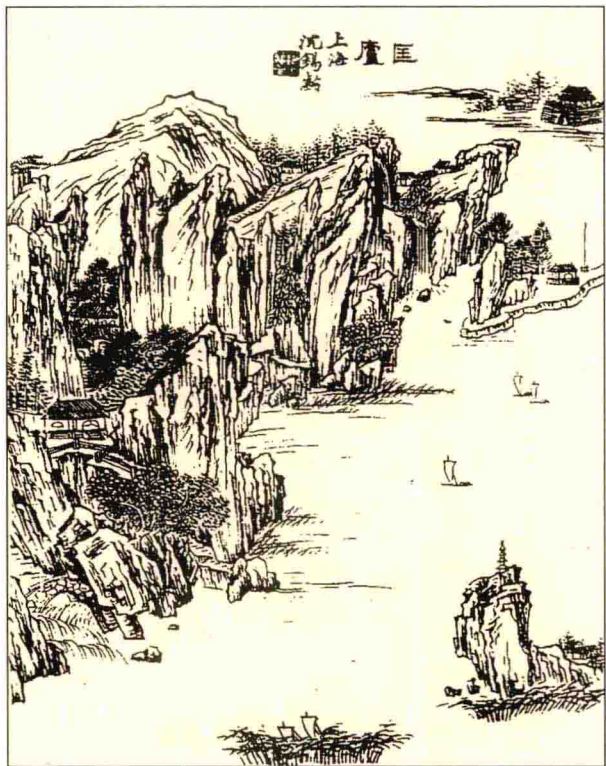
了保护、殖育这些动物，他才奔波各地，建立养殖保护区。

董奉，字君异。三国时侯官（今福建闽侯）人。《神仙传》称其精医学养生之道，交州刺史杜夔得毒病已死三日，董奉以三丸药纳其口中，食顷即目开手足动，得以救治。后隐居庐山，为人治病，不收报酬，“重病愈者，使栽杏五株，轻者一株，如此数年，计得十万余株，

郁然成林。乃使山中百禽群兽，游戏其下”。不仅如此，董奉还在林中设立仓库，时人欲买杏时，可将谷物放在仓中，自往取其相同价值的杏子，

“每年货杏得谷，旋以赈救贫乏，供给行旅”。这样一来，又帮助了许多贫困无助的人。如此高尚的道德情操，感动了历代的民众，后世每以“杏林春暖”赞誉道教医家的崇高医德人品。

边洞玄，唐开元时幽州女道士。据《墉城集仙录》记载：“幼而高洁敏慧，仁慈好善，见微物之命有危急者，必俯而救之，救之未获间，忘其饥渴。每霜雪凝沍，鸟雀饥栖，必求米谷粒食以散喂之。岁月既深，鸟雀望而识之，或飞鸣前导，或翔舞后随。”后至成年不嫁，入观修道，多贮五谷之类，“每朝于后庭散米谷以饷禽鸟”。倘遇岁饥，又分所贮米麦



庐山图版画

取自清沈锡龄《天下名山图咏》。庐山，又称匡山、匡庐。位于江西九江县。风景区总面积302平方公里，山体面积282平方公里，最高峰汉阳峰海拔1474米，东偎鄱阳湖，北枕长江，山势雄伟。传周代有匡氏兄弟七人上山修道，结庐为舍，因名庐山。山中寺庙道观遍布，古迹甚丰。

以济贫者。如此行善积德，始终不懈，三十年积聚五谷，饲养禽虫，以至道成功圆，飞升成仙。

#### 第四节 长生久视的仙道观

道教的宗教理想是修道成仙，长生不老。李约瑟所著《中国科学技术史》曾精辟地指出：“道家思想从一开始就迷恋于这样一个观念，即认为达到长生不老是可能的。我们不知道在世界上任何其他一个地方有与之近似的观念。这对科学的重要性是无法估量的。”

从先秦开始，中国的文化就显现出一种重人性而非神性的思想特征。这种人文的观念，最早反映在《尚书·洪范》中：

“五福，一曰寿，二曰富，三曰康宁，四曰攸好德，五曰考终命。”由此可见，我们的祖先早就把追求人生的幸福同长寿、健康、安宁、道德紧密相联。在他们看来，人生的幸福并非仅仅是财富与地位的占有，幸福是意味着生命的完善与圆满。而健康、安宁、长寿占有非常重要的地位，甚至是第一位。正是基于这种思想文化背景，孕育了道教的仙学。

《汉书·艺文志》说：“神仙者，所以保性命之真，而游求于其外者也，聊以荡意平心，同死生之域，而无怵惕于胸中。”在《楚辞》、《庄子》中生动形象

地描述了仙人的生活，说他们肌肤如同冰雪，风采神韵如同处女，不食五谷，吸风饮露，驾驶飞龙，行走云中，逍遥四海，与世无争；他们具备超常的功能，不惧危险，水淹不死，火烧不死，无忧无虑，其息深深，心忘容寂。当“天下有道，则与物皆昌；天下无道，则修德就闲。千岁厌世，去而上仙；乘彼白云，至于帝乡。三患莫至，身常无殃。”（《庄子·天地》）这里所说的“三患”，即指人生的疾病、衰老、死亡。成仙之后，就能脱离病患，跃出生死，永远逍遥在天地之间，这就是神仙。

神仙思想即由“不死”的观念发展而来。《释名》曰：“老而不死曰仙。”人生自古皆有生有死，唯成仙之人长生不死，变化莫测，故谓之神仙。在道教看来，要想做到长生不死，肉体成仙，首先应从爱护、保养自己的躯体和生命着手。

《太平经》认为，人生最可贵的是生命，它属于每一个人仅仅一次。书中说：“凡天下人死亡，非小事也。一死，终古不得复见天地日月也，脉骨成涂土。死命，重事也。人居天地之间，人人得壹生，不得重生也。”因此，人应该热爱自己的生命，“人最善者，莫若常欲乐生，汲汲若渴，乃后可也”。基于这种认识，炼养身心、健康长寿便成为人生最重要的一件事。



与《太平经》同时的其他几部道经，也都贯穿着这种信念。《老子河上公章句》说：“修道于身，爱气养神，益寿延年，其法如是，乃为真人。”《周易参同契》说：

“引内养性，黄老自然，含德之厚，归根返元，近在我心，不离己身，抱一毋舍，可以长存。”以上这些论述，都以修身养性、延年益寿为修道的第一要旨。正是在这一思想基础上，产生了中国道教史上振聋发聩的宣言——我命在我不在天，还丹成金亿万年。

至唐宋时期道教内丹派的形成，进一步弘扬了这种思想。钟离权指出，人能穷万物之理，尽一己之性，穷理尽性，以至于命，故体天地之道，为万物之最灵最贵者。

但人的本性却阴阳相杂，故可以为鬼，亦可以为仙。不事修炼，恣情纵意，病死而为鬼。知之修炼，超凡入圣，脱质而为仙。仙者全命保生，以合于道，“当与天地齐其坚固，同得长久”。这些思想突出了道教教义的一个鲜明特征，即充分发挥人的主观能动性，以主动进取的精神去探索和追求人类的健康、长寿，取得把握自身生命自由的途径。

在道教看来，天地万物与人类，同为大自然的产物，本为相互依赖的关系，故



炼形住世故曰地仙图

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。

人类的所作所为必然影响天地万物的生存；反之，天地万物的运化生存，亦必然影响人类的生存与发展，两者可谓唇与齿的关系。另一方面，人类生存的环境可以分为人体内环境和人体外环境，这是两个内外有别但又息息相通的空间。因此，在对任何一个环境采取行动的时候，都应该充分考虑到它对另一个环境的影响。对这两个环境而言，社会与文化的因素都早已成为它们的重要构成。这一点实际上早在两千多年以前人们就已经

意识到了。

老子在讲述社会环境与文化环境对人体内环境的影响时说：缤纷的五彩，使人目盲；动听的音乐，使人耳聋；丰美的食品，使人口伤；驰马打猎，使人心发狂；稀有的商品，使人偷和抢。显然，老子看到了社会与文化因素对人体的内环境即生理与心理方面的深刻而广泛的影响。站在现代社会的视野来看，他们的这种认识的重要性比以往更加突出，因为我们早已不再生活在一种自然的环境之中，而是别无选择地生活在一种文化环境之中。文化，不仅决定了我们的思想和感情，也决定了我们的健康状态，甚至决定了我们青春期的长短和衰老死亡降临的时间。在这种情况下，医学、生态学和环境科学已注定要归根结底成为文化的一个部分。大自然将会通过我们自身，重新获得它早已被剥夺的发言权。

除倡导追求至善至美的外部生存环境外，道教仙学中还包括另一层深意，即不断追求人性的完善，以扬善抑恶的形式，高扬人类伦理的理想，力求人类自我的内部环境的净化与完善。在道教看来，修仙道必须修人道，人道不修，焉能成其仙道。成仙得道的前提在修德，实现生命之转化的关键是人的德行。从人们好生恶死的天性出发，道教论证了修身养德同长生不死之间的必然联系，从而使道德修养成

为长生不死的实践前提。

《赤松子中诫经》以天人感应学说为基础，精辟地阐述了道教仙学思想的道德决定论，即个人行为是决定于生死祸害的根本。书中认为，营营万民，在天各有一星主之，其盛衰贫富死生，皆随其人的善恶而表彰。为善者，善气覆之，福德随之，众邪去之，神灵卫之，人皆敬之，远其祸矣；为恶之人，凶气覆之，灾祸随之，吉祥避之，恶星照之，人皆恶之，衰患之事并集其身矣。即赋予天上神灵以人间道德之神圣捍卫者的性质，从而把人的命运同他的行为直接相联系，以死亡衰患相威胁，以长生富贵相诱导，希望人们体天地之仁义，弃恶从善，修道积德。

葛洪亦倡其说，提出修道者当先立功德，以救危难，护人疾病，令不枉死为上功。欲求仙者，当以忠孝、和顺、仁信为本。若德行不修，只务方术而保命，皆不得长生。如积善事未满，虽服仙药，亦无益于成仙。在他看来，一个人要想修成神仙，除了外服仙药，内炼神气之外，还必须积大功德，功夫、功德双双圆满，方可成为天仙。

道教把道德修养在生命中的意义如此强调，有其深刻的理论根据，更有其不可否认的合理性。从必然的生死转换，到永恒长生的神仙境界，这是一个由凡入圣的过程，是从必然王国向自由王国的迈



唐鄭建中有貨銀鉅萬城中居人多舍客也每大雨過則載瓦以行間有屋漏則補之若客舍自爲之屋亦爲繕完又隆冬苦寒燭舍錢盈月修橋梁給不足有大功十餘事後生五子皆登進士爲顯官孫亦仕進世祿不絕

積善錄



十德功懿圖

版畫，取自明《瑞世良英》。

进。为了完成从人到仙的历史转折，各种各样的修仙途径、内炼手段应运而生，但无论采用何种方法都必须包含一个先决条件——道德。在这里，无论是富有万国的天子，还是凡庶之士，都是一律平等的。如汉武帝汲汲于成仙不死，而求之于李少君，少君回答说，帝虽然求仙之心急切，但却不能绝奢侈，喜怒不除，万里有不归之鬼，市朝有流血之刑，神丹大道，未可得成。可见即使是作为天下至尊的汉武帝，亦未获得宽免的资格。相反，许多忠贞慈善之士却以贫寒之身得升仙界。如《列仙传》记载的负局先生以紫丸救人，“活者万计，不取一钱”。《续仙传》记载的王老好道，“务行阴德为善”；马自然为人治疗百病而不收分文，有强送财帛，“留之复散与贫人”；药王孙思邈“凡所举动，务行阴德，用心自固，济物为功”。此外尚有许宣平、叶千韶、曹德休、殷七七、杜升、丰去奢等成仙典型，普遍具备符合时代特征的高尚德行。当然，道

教中道德高洁的人何止百千，这在各种神仙传记中层出不穷。而这些神迹的反复出现，其目的只有一个，即强调崇高的道德乃是得道成仙的关键，缺此断无所成。

生命过程的道德化，生命价值的神圣化，在道教追求健康长寿、得道成仙的漫长路途中，一一得到了展现。《道德经》说：“死而不亡者寿。”这里“死”、“不亡”、“寿”的概念，已经超越了普通意义上的思想内涵，渗透着一种以德治命的精神。死尽管是不可避免的，而“不亡”则意味着肉体之身可以死去，但内在的真我——永恒不坏之神，则将从此脱躯而出，故曰“寿”。在这种理念中，人类可能性的最高潜力达到了它的极致，得到了最终的实现。道教正是在面对死亡的阴影之前，以高度的责任感去探索生命的奥妙，力图去创造一个统一的自我，使之依从人类的愿望，让生命进入永恒的状态，达到既死即生。这就是修道的目的，道教仙学思想的核心。



## 第四章 道教的科仪



科仪，是道教的宗教行为。作为宗教，并不只是纯粹的观念体系，它是观念与行为体系的统一。如果说，宗教信仰表现的是人们对超自然存在物——神灵及其象征物的崇拜和笃信的话，那么，宗教行为则是宗教信仰者内在观念和情感的外在表现，是对神灵笃信和崇拜的表达和演示，信仰是行为的内在根据，行为是信仰的外化。信仰与行为之间相互影响，具有内在关联。人神关系是宗教的核心问题。宗教信仰者认为，神灵控制着一切，在神灵的帮助下，一切都会好起来。因此，通过祈祷、叩拜、供奉等宗教活动，宗教徒与神灵进行交流，向神灵表达内心的恐惧、苦难或愿望，祈望神灵能够帮助自己克服压力、渡过难关，实现美好的愿望。

信神的重要表现之一就是相信神灵的威望和权力，相信虔诚地参拜神灵能够得到保佑。

道教通过各种各样的科仪活动，不仅把人带到神灵的面前，也把人带到自己面前，使人对自己的存在的价值作出最全面描画，在有限的生命中意识到他与无限的神灵的关系。凭借道教的科仪行为，人们可以体会到神灵对他的要求，并得以宁静地发现神灵的奥秘，发现自己生存的价值。

### 第一节 规范行为的戒律

道教科仪相当丰富，戒律与清规是其重要的内容。戒律，约束道士思想言行，



是防止犯罪、导善向道的警戒条文。清规，则是惩罚所犯过错、制止违法的条例。这是道教管理、维护其组织纯洁的主要手段，道教十分重视戒律与清规的建设。认为学道人必须积善、定念、修德、理身，有所禁戒而不为恶行，精进为善，积德累功，以求正果；否则，就无缘登上仙界。道教的戒律，源于我国古代的斋戒，《易经·系辞》曰“圣人以此斋戒”。所谓的“戒”，有劝戒、教戒之义；“律”，指条律、律令。戒用于防恶，律用于止罪。戒主要规定哪些是恶，禁止人去做；律主要规定犯戒后给予何种

处罚，使人有所畏惧。道教的戒律系借神灵的名义以约束道士，是道士必须遵守的思想与行为准则，违反了就要受到神灵的谴责、警告。

戒律是一种宗教纪律，是规范道士道德修养的教规。道教在发展历程中，不断创制完善戒律，制订出丰富缜密的戒律条文，并形成独具特色的传戒仪式。道教的戒律与传戒仪式，体现出道教的教义思想，蕴涵着道教文化的丰富内容。在道教看来，防非止恶，进善登仙，众行之门，戒是关键。学道不修斋戒，结果是徒劳山林；学道者不受戒律，则无缘成为上仙。



上章祈愿

四川彭州阳平观，2011年。李远国摄。



道经谆谆告诫凡俗之人：你们置身于尘世之中，六情染着，五欲沉迷，内浊乱心，外昏秽境，追逐名利，耽滞声色，只有入道持戒，才有可能获得解脱。

道士能否严格持戒，反映出奉道之心是否虔诚，显示他宗教修持、道德涵养的品位。道教认为：一个凡俗之人，在发心入道，皈依道门以后，就要恪守戒律，将持戒作为规范、约束自己言行的条规，指导自己生活、修炼的准则。在那些严肃修持的道士心目中，宁一日持戒为道德之人而死，却不忍百岁犯戒而苟生。道门的高道大德，传派的开山宗师，大多是严肃持戒的楷模，至于一般的修炼道士中，也不乏持戒精勤的有道之士。

早期道教已经创制出戒律，以规范道民的行为。陆修静认为学道当以戒律为先，道士如不受《老君一百八十戒》，其身无德无行，则非合格的道士。他提倡学道之人，应该内执戒律，外持威仪，依科避禁，遵承教令。至唐代，道教的戒律已趋于成熟，有详略不等的戒条供道士受修。条文简略的戒律有：道民三戒，策生五戒，祭酒八戒，想尔九戒，明真二十四戒等。唐代出家的道士，可以依次受三戒、五戒、八戒、十戒，以致三百大戒。所谓“三戒”、“五戒”、“八戒”和“十戒”，多以三纲五常作为其主要内容，且略同于佛教之戒律。

三戒，又称三皈戒，即皈依道、经、师三宝。初起心入道者，首先受三皈戒。五戒，又称为老君五戒，即杀戒、盗戒、淫戒、酒戒和妄语戒。道教认为老君五戒，旨在使人除五欲，修五德，持五戒，出五浊。八戒，一者不得杀生以自活；二者不得淫欲以自悦；三者不得盗他物以自供给；四者不得妄语以为能；五者不得醉酒以恣意；六者不得杂卧高广大床；七者不得普习香油以为华饰；八者不得耽着歌舞以作倡伎。十戒，第一戒者，不得阴贼潜谋，害物利己，当行阴德，广济群生；第二戒者，不得杀害含生，以充滋味，当行慈惠，以及昆虫；第三戒者，不得淫邪败真，秽垢灵气，当守贞操，使无缺犯；第四戒者，不得败人成功，离人骨肉，当以道助物，令九族雍和；第五戒者，不得馋毁贤良，露才扬己，当称人之美善，不自伐其功能；第六戒者，不得饮酒过度，食肉违禁，当调和气性，专务清虚；第七戒者，不得探求无厌，积财不散，当行节俭，惠恤贫穷；第八戒者，不得交游非贤，居处秽杂，当慕胜己，栖集清虚；第九戒者，不得不忠不孝，不仁不信，当尽节君亲，推诚万物；第十戒者，不得轻忽言笑，举动非真，当持重寡词，以道德为务。

金元全真道兴起以后，其祖师丘处机见传统戒律戒目繁多，不便道士遵行受

修，遂统一制订了初真、中极、天仙三坛大戒，作为全真道授受戒律的范本。全真道的三坛大戒是：

初真戒：内容有三皈依戒，积功归根五戒，初真十戒，女真九戒。王常月指出，学道之士，若不求戒为师，持戒为命，即是不明性理，不遵大道之人。而三皈依戒，是天地之枢纽，神仙之根基。积功归根五戒，是持身之本，持法之根。道士受持三皈五戒无虞，才可受初真十戒。女真九戒是为女道士制订的戒条。

中极戒：内容共三百戒条。如不得干预世间婚姻事；不得破坏世间婚姻事；不得观看妓乐；不得持人长短，更相嫌恨；当忍人所不能忍；当断人所不能断；当学人所不能学；当容人所不能容。王常月说：道士受初真十戒后，持守言行，毫无过犯，方许再受中极三百大戒，传授之后，誓愿遵戒奉行，不敢始勤终怠，背道违师。

天仙大戒：共有二百七十戒条，其中又按智慧、慈悲、含忍、行功、修心、善业、精进、饰身、遣情、普心十种要义排列，如离口过法，除恶想法，拔迷根法，绝声色法，俭爱欲法，洗垢秽法，无昏惑法，不淫想法，绝心想法，习悉意法，善防言法，无犹豫法，忍不可忍法等。持中极戒满三年，才可以进受天仙大戒。道士受三坛大戒后，分别取得不同法位，受初

真戒者称妙行师，受中极戒者称妙德师，受天仙戒者称妙道师。

道教认为，道律治己，王律治人，二者互为表里，以扶助世风真教。王惟一《道法心传》说：“行持道法，戒行为先，始终如一日可仙。”全真道的戒律，是使人尽心尽性、知命知天的警戒条文。对违反戒律的道士，则有清规予以惩罚。清规由各道观自己订立，轻者被罚跪、杖责、逐出教门，重者可以被处死。

道教戒律的主要内容，就其实质而言，不外乎扬善与止恶两个方面。道教主张以清虚务道为人之第一要事。在人与自然的关系中，也存在着伦理道德，而且是非常重要的—种道德关系。其主旨可概括为八个字：尊重生命，保护环境。

道教戒律禁止杀害动物，认为一切血性之物，皆有灵性，即有道性，杀生是最为不可饶恕的行为。道教反对虐待动物，保护生命，救死扶伤，使得一切生命能够终其天年，无有天伤。植物也是具有生命的灵性，人们不能乱砍滥伐，否则会遭到祸殃，就会下地狱，受吞铁丸之苦。《老君说一百八十戒》说，不得烧野田草，不得妄伐树木，不得妄摘草花，不得妄凿地毁山川，不得竭水泽，不得以污秽之物投井中，不得塞池井。

为了使这一套道德规范体系能够更加有力的推行和实施，道教采取了很多

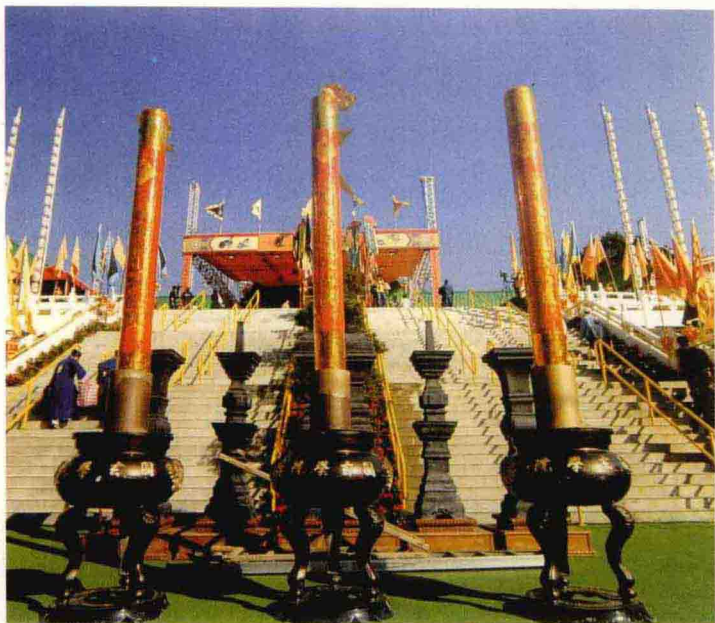


现实的方法，比如功过格的使用。功过格是人们把自己每天做的善事和恶事记录下来，然后根据数量的多少，看自己的积善行德的情况，以预期自己将来的回报。而且，在道教内部，对违反戒律的信徒，还有相应的惩罚措施。道教戒律通过自身的理论教化和本教的信仰者积极地引导，欲使人们学善明善，期望整个社会能够风俗淳美，道德高尚，是为劝善。因此道教的道德规范体

系中，利他行善，既是信徒寻求宗教解脱的手段，也是实施道德教化的目的。

## 第二节 普度天人的斋醮

斋醮，即指斋法与醮仪，俗称为打醮、做道场、经忏或法事，是道教宗教行为的重要组成部分。从世人的目光看来，道教仪式就如同一场演出，道士们穿着金丝银线的绣花道袍，吟唱着古老的曲调，在坛场里集体演出一场场科仪，犹如一出戏剧。然而，对于道教徒来说，仪式是神圣的。在仪式中，道教徒寄托自己的信仰，倾诉自己的感情，满足自己的信仰要求。



香案庄严

香港圆玄学院，2007年。李远国摄。

斋醮包含内容甚多，主要有设坛、上供、焚香、升坛、画符、念咒、鸣鼓、发炉、降神、迎驾、表章、诵经、赞颂、宣词、步虚等等，并配以烛灯、禹步、唱礼和音乐等。通过这套仪式，祭告神灵，祈求消灾赐福，超度亡灵等。

斋醮一词出现颇早，但原非一事。斋的原意是洁净。古人祭祀鬼神必先沐浴更衣，不饮酒，不吃荤，禁绝房事，以表示诚敬。《礼记·祭祀》曰：“斋者，精明之至也，然后可以交于神明也。”斋者的目的是为了清整心境，消减烦恼，积德解愆，和神保寿。

醮，原为古代祭法中的一种。《说文》曰：“醮，冠娶礼祭也。”即是指古

代祭神或冠、娶之礼。道教吸收古代醮祭之法，形成了自己的醮坛之仪。《正一威仪经》说：“醮者，祈天地神灵之享也，亦有多种，所有饼果并须清洁，不得肉脯荤秽。”并与斋法相配，互为补充。如斋法中临近尾声，须设醮散坛；醮法之行，亦必斋戒。两者并行，醮法和斋法成为道教仪式的两大类。

道教从创立之始，即十分重视斋法，将其誉为修道的基础。宣称学道者以斋戒为本，诵经必斋，校经必斋，书经必斋，书符必斋，合药必斋，炼丹必斋，精思必斋，诣师请问必斋，救疾消灾必斋，致真人必斋。斋者，太上所敬重，老君所营护，诸圣所倚赖。一切和修道弘法有关的行为，都须先斋戒。早期的斋仪有九种，即金箓斋、黄箓斋、明真斋、三元斋、八节斋、自然斋、三皇斋、太一斋、旨教斋，谓之灵宝九斋。

金箓斋，系指帝王所作的祈祷风调雨顺、国泰民安的法会。杜广庭《金箓斋启坛仪》说：“上元金箓，为国主帝王镇安社稷，保佑生灵，上消天灾，下禳地祸，制御劫运，宁肃山川，摧伏妖魔，荡除凶秽。”并说在出现以下情况时举行：“或五星失度，四气变常，二象不宁，两曜孛蚀，天倾地震，川竭山崩，水旱为灾，螟蝗害稼，疫毒流布，兵革四兴，猛鸷侵袭，水火漂灼，冬雷夏雪，彗孛呈妖”，皆当修金箓宝斋，拜天谢过，思道祈灵，以禳却邪氛，解销灾变。

黄箓斋，超度亡灵、祛灾致福的道场。《太上黄箓斋仪》曰：“黄箓斋，拯救幽灵，迁拔飞爽，开度长夜，升济穷泉，固其大旨也。然祛灾致福，谢罪希恩，人天普修，家国兼利，功无不被矣。”兵乱不息，疫疠盛行，孤魂流落，依式修崇，即可消弭灾变，生灵蒙福，幽



巡游法场

成都青羊宫，2005年。

李远国摄。



壤沾恩。

明真斋，主要是为了超度幽夜之魂，亡命之鬼。明真斋并不建立斋坛，只是在露天上安一长杆，长杆上燃点九灯。举行仪式的道士，绕着香灯行道，一日一夜，六次行礼十方之仪，申表归命十方天尊，忏悔以自拔赎，以使光明普照九幽地狱，开度幽魂罪根，去离恶道，升迁福堂，与道合真。

三元斋，指在上中下三元之日，礼谢天地水三官，忏悔自己所犯的罪过，以求解脱。道教以三元节配天官、地官、水官，宣称天官生于正月十五日上元日，地官生于七月十五日中元日，水官生于十月十五日下午元日，三元斋就是在三元之日行仪，故名。

八节斋，即在八节之日礼谢诸真，忏悔七世玄祖及今生、宿世所犯罪过。古代以立春、立夏、立秋、立冬、春分、夏至、秋分、冬至为八节，八节之日既是农时节日，又是祭祀之辰。其日诸天大圣尊神，上会灵宝玄都玉京上宫，朝庆天真，奉戒持斋，游行诵经。此曰修斋持戒，皆为五帝所举，书名玉历。

自然斋，即礼谢十方之神。杜光庭《太上黄箓斋仪》称，无论是金箓仪，或是黄箓仪，在宿启之夜及言功之时，都要先作自然斋，然后行金箓斋事。此斋为普济之法，内以修身，外以救物。

三皇斋，道教谓天皇主生命，地皇拔死籍，人皇除罪厄。《无上秘要》记述三皇斋，醮坛内设三皇座，上供香烛灯光，依法上献香珠、洁水、供品等。其仪首先要北向叩齿十二通，然后在三皇神位前三进香，宣十三禁戒。复炉后，再依次登坛、上香、酌酒、叩拜、发愿，愿以此烧香礼谢之诚，乞除先世以来，下逮臣身，千愆万罪，皆令消释，疾患除差，灾厄过度，长生久视，永保无殃。

太一斋，主祭十神太一。十神太一为五福太一、天一太一、地下太一、四神太一、大游太一、小游太一、君基太一、臣基太一、民基太一、直符太一。凡帝王修奉展礼，祈祷十神，可上消天灾，下禳地祸。

旨教斋，主要是为了禳灾救疾，救解先祖。《正一指教斋清旦行道仪》曰：愿以是功德，为供主自身及家门眷属，尊卑善庆，救灾度厄，保命延年，灭祸消凶，除殃却患，祈思请福，拔罪解愆，归命大道。

以上所言九种灵宝斋法，其后演变为各种斋法，或曰三斋，或曰二七品。所谓三斋即金箓斋、玉箓斋和黄箓斋，二七品有太真斋、上清斋、大洞斋、金房斋、太一斋、九天斋、金箓斋、玉箓斋、盟真斋、黄箓斋、洞神斋、自然斋、三元斋、涂炭斋、拔度斋、洞渊斋、天宝斋、九幽



罗天大醮

2007年香港道教联合会联合中国内地、台湾及东南亚等地的道教界，在香港圆玄学院启建“祈祷世界和平国泰民安消灾解厄阴阳两利暨庆祝香港回归十周年安定繁荣社会和谐太上金篆罗天大醮”，主坛由高功联合演诵的供诸天科。

斋、五炼斋、正一斋、太平斋、三皇斋、八帝斋、北帝斋、旨教斋、解考斋、化胡斋。大同小异，功德甚重，所谓动天地，感鬼神，福邦家，济幽显，舍此道则何。

自唐宋以后，醮法亦广泛流行。主要有三朝醮、九皇醮、七元延生醮、祈雨九龙醮、五帝安宅醮、紫庭北阴醮、消灾益算醮，正一传度醮、东岳延生醮、北极真武醮、文昌祈禄醮、祈祥保嗣醮、六甲保胎醮、正一安墓醮、誓火禳灾醮、九幽拔罪醮、随愿往生醮、自然拔亡醮、升化迁度醮、修真谢罪醮等。杜光庭说，所谓

“醮”，祭礼之别名。用牲畜血食祭神谓之祭，用蔬果精珍祭神谓之醮。醮仪所用香花灯烛，果酒茶汤，上祭天地，下致万神，禳灾禱福，兼利天下，必须以清洁为先，精神为本，虔心诚意，以求感通。

在各种醮法之中，最为著名的有普天大醮、周天大醮、罗天大醮，合称三天大醮。《道门定制》曰：“上元金篆斋，帝王修奉，展礼配天，罢散设普天大醮，三千六百分位。中元玉篆斋，保佑六官，辅宁妃后，罢散设周天大醮，二千四百分位。下元黄篆斋，臣庶通修，普资家国，



罢散设罗天大醮，一千二百分位。”之后，三天大醮逐渐独立，至明清时期成为规模宏大、内容丰富的大型斋醮活动，尤其是罗天大醮，一跃成为斋醮之首。

### 第三节 趋吉避凶的术数

在当代的中国社会，每年春节的前后日子，人们总要购买一册黄历。这种黄历在中国大陆、港澳台以及东南亚地区，每年的出版发行量多达几千万册。

黄历，又称为通书。相传是由轩辕黄帝创制，故称为黄历。其内容包括二十四节气的日期表，每天的吉凶宜忌、命名择字、算命秤骨、摸骨观相、解梦占卜、婚姻嫁娶、安葬事宜、搬迁新家、风水格局、生肖运程、神佛诞辰等。从传统上讲，黄历是一本老百姓每日生活的指导手册。它几乎涵盖了当时人们的意识行为、生活习惯、生产方式等相关的许多古代人文历史信息，我们通过黄历这一“活的传统”，透过书中的诗文、物候、典故、谚语，可以解读时代地域文化特色，考察社会习俗的变迁，道教文化的广泛影响。

黄历中讲述的各种文化习俗，多属古代的术数。这类术数又称方术、道术。

《四库全书总目提要》云：术数之兴，多在秦汉以后。要其旨，不出乎阴阳五行，生克制化。道教继承了古代的方术，将其

加以发展，形成了以预测术、占卜术、命相术为主体的道术。道术以天人感应说作为理论支柱，以《周易》等为思想基础，推演出的一套太极、阴阳、五行、八卦等为符号的体系，其方法主要有奇门遁甲、紫微斗数、四柱推命、易占、风水、相法、选择等，并运用于日常生活中。

如四柱推命，即民间人人皆知的算命。此法创自唐朝李虚中、张果等，而完善于宋代徐子平。该术是以人之出生年、月、日、时的干支为八字，排成四柱。即年柱、月柱、日柱、时柱，据以推断人的命运。

四柱命术多以日柱为主，日柱称为日主，代表本人。又以年柱代表祖基，月柱代表父母，时柱代表子嗣。又取命宫、胎元、大小二运以配合各种神煞，据各柱之间的生克制化以定吉凶祸福寿夭等。宋、明以来，人们多喜推命，亦采“八字”之理，凡男女婚嫁，亦须于庚帖上书上命造八字，以求相合相配。延及现代，许多人都会去宫观烧香，并请道长给自己算算八字，推推运程，以求幸福吉祥，兴旺发达。

相法，亦称相术。是根据人的气色、手相、面相，有时还要看骨架的形状，进而推算其性格、前程和命运的一种方术。相法的观察对象，包括头面、手掌、体型、动静、声音等方面，而以面相为重

点，观察层次特别深入，形态、气色并重。它起源于先秦时候，陈抟加以发扬。传说，他的相术非常了得，妇孺皆知，统治者都很赏识陈抟的相术。一次，宋太宗请他为自己的儿子赵恒看相。陈抟还没有走到皇子的居所，就折回来了。太宗问他为什么，他答道：殿下之近人，尚多将佐之相，殿下又何必相？意思就是王爷身边的人都有将佐的面相，我还相王爷做什么用呢？太宗皇帝大悦，遂立其子恒为皇太子。

从形貌而言，相法运用五行原理去分析人的形相及气质类型，并将其分为“五

形”，基本特征是方、直、圆、尖、厚五种类型。具体名目有金、木、水、火、土五个正形及二十个兼形。相术家认为，符合五行形相的形局，为富贵福寿之命，反此则贫贱祸夭。金形之人贵坚方，色白，忌骨多肉少；木形人贵秀挺颀长，有骨感，色青，忌腰偏背薄；水形人贵丰肥浑圆，色黑，忌骨不胜肉；火形人贵上锐下丰，色红，忌五官太露；土形人贵敦重厚实，色黄，忌骨重肉薄。

相术家认为，语声取决于人的精神和内气，与健康、心术、气魄密切相关，审辨之可测断其人的贤愚休咎。合相的语



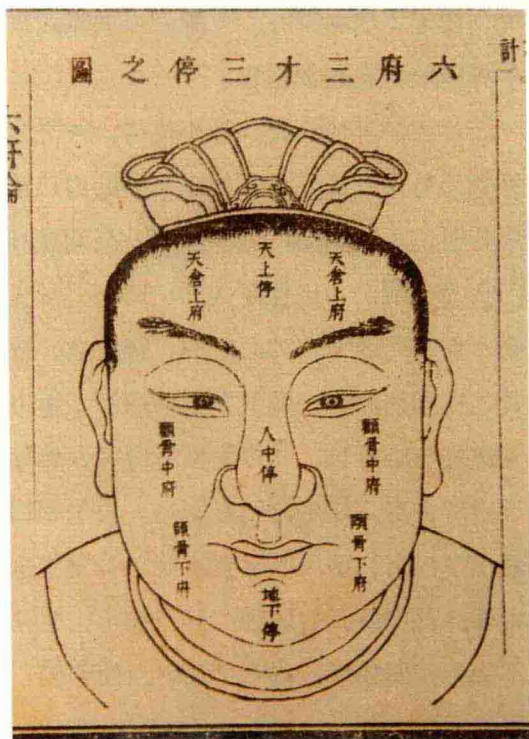
手相图

取自南唐宋齐丘《玉管照神局》。



声发自丹田，声线均衡，圆润清亮，或深厚洪亮，音域宽广；不合相的语声浮散嘶浊，微弱含糊，断续无节奏。此外人禀金、木、水、火、土五行之形，语声亦分五行之象，形相、语声的五行属性相同，方为合相。《照胆经》说：“金声韵长清，音响远闻，圆润则贵，破则贱。木声韵条达，初全终散，沉重则贵，轻则贱。火声韵清烈，条畅不濡，圆润而慢则贵，焦破而急则贱。水声韵清，响急长细则贵，重浊则贱。土声韵厚，重长响亮，远闻则贵，近细则贱。”

相神，观察神情风貌以测断寿夭吉凶。相术家认为，神是形之表，象日月之光，外照万物。神生于形体及气血，形体健全、气血调和则神安。神宜清和明澈，精粹而藏，忌昏浊浅露、呆滞散索。而眼睛为“神游之宫”，神情的优劣，往往集中反映在眼神上。《太清神鉴》曰：“神之有余者，眼色清莹，顾盼不斜，眉秀而长，精彩耸动，容色澄澈，举止汪洋。洒然远视，若秋月之照霜天；巍然近瞩，似和风之动春花。临事刚毅，如猛兽而步深山；出众逸超，似丹凤而翔云路。其坐也若介石不动，其卧也如栖鸟不摇，其形也洋洋然如平水之流，昂昂然如孤峰之耸。言不妄发，性不妄躁，喜怒不动其心，荣辱不易其操，万态纷错于前而心恒一。斯皆谓神有余也。神余者，皆为上贵之相，



六府三才三停图

取自《麻衣神相》。

凶灾难入，天禄永保其终矣。”

相五官。五官，指眼、耳、口、鼻、眉，是面相的重要组成部分，从中可察知贤愚寿夭休咎。五官中有一官生得好，主享十年好运，五官俱成则一生富贵。眼目是精神游息之宫，以含神不露、黑白分明、深长光润、瞳仁端正为上乘。《玉管照神局》曰：“观眼之善恶，可见神之清浊。眼长而深，光润者大贵，黑如点漆者聪慧，含神不露、灼然有光者富贵，细而深长者才长寿兼性隐僻，浮而露睛者夭死，大而凸、圆而怒者促寿，凸暴流视者淫盗，眊然而偏者不正，赤缕贯睛者恶

死，视定不怯者神壮，羊眼者孤而狠，短小者愚贱，卓起者性急。”

耳相，耳通心肾，耳相优劣，关乎智愚寿夭与荣厚休咎。耳相以坚厚贴肉、轮廓分明、垂珠朝口、色泽鲜明、高耸且耳门阔为上乘。《玉管照神局》曰：“耳主聪，贯脑而通肾，为心之司，肾之候，故肾气实则清而聪，肾气虚则昏而浊，所以主声誉与心行也。耳厚而坚者寿考，耸起过眉者主寿，轮廓分明者聪悟，垂珠朝口者主寿与财，贴肉而生者富足，耳内生毫者寿，耳门阔者智虑远。其坚如木，至死不哭；其薄如纸，贫下早死；反而偏侧，居无宅室。”

口，是心之外户，饮食之官。口相以方正阔大，棱角分明，唇红端厚不露为上乘。陈钊《相理衡真》曰：口如泼砂，食禄荣华。口如红朱，富贵相宜。口如角弓，位至三公。口紫而方，广置田庄。口角不张，缺乏储粮。口垂两角，衣食消缩。口角高低，奸诈便宜。口尖如菱，与乞为邻。口如缩囊，饥饿无粮。口唇乱纹，一世孤单。轻薄口唇，惯说他人。

鼻相，鼻高居面部中央，为气出入门户，主中年运气。鼻相以鼻头丰隆、鼻梁端直、鼻翼饱满、色泽光润为佳。《玉管照神局》曰：光泽丰起，不贵则富寿。黯黑薄削者，不贫则夭。隆起有梁者贵相，坚而有骨者寿相，弱而小者夭贱。鼻头

丰大，与人无害；鼻头尖细，好为奸计；孔仰而露，夭折贫苦；鼻如鹰嘴，吃人心髓；鼻头无肉，贪婪不足。

择日，即民间所说的选择“黄道吉日”。其术采取干支法纪日、月，以四象二十八宿观象授时，按阴阳五行学说推断吉凶，从而选择出行、见官、谋事、祭祀、婚嫁、造房的时日、方向，以及禁忌。道教谓十二辰轮流值日，如子日为青龙、丑日为明堂、寅日为天刑、卯日为朱雀、辰日为金匮、巳日为天德、午日为白虎、未日为玉堂、申日为天牢、酉日为玄武、戌日为司命、亥日为勾陈。十二辰中属黄道六，属黑道六。当青龙、明堂、金匮、天德、玉堂、司命六辰值日时，诸事皆宜，不避凶忌，尤宜兴土木、嫁娶、出行，是为“黄道吉日”。与黄道日相反，则为黑道日，是所谓的凶日。《协纪辨方书》曰：“天刑、朱雀、白虎、天牢、玄武、勾陈者，月中黑道也。所理之方，所值之日，皆不可兴土功、营屋舍、移徙、远行、嫁娶、出军。”

道经《曜仙肘后神枢》指出：凡遇季春之寅，季秋之申、亥，季冬之寅、亥，乃天地造化之辰，用之万事大亨。凡修造屋宇楼台，仓库殿舍，葬埋、婚姻、嫁娶，上官赴任，开门放水，开张店肆，交易买卖，施工造作，若遇天宁、地宁、人宁临直之日，乃为上吉。若遇天和、地

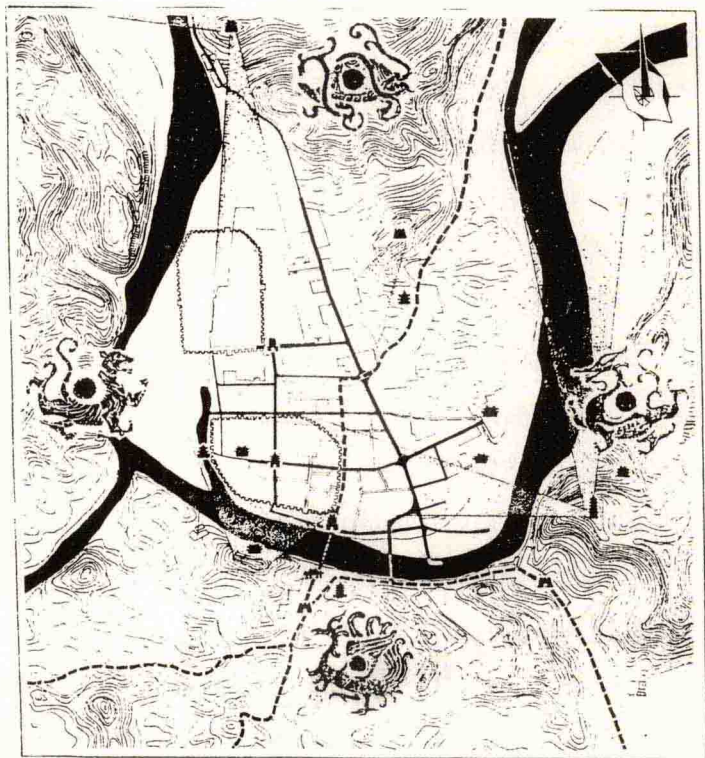


和、人和临直之日，为中吉。若修方建造，更看年月方向通利，无有不吉。如逢上吉之日，用之者仕人加官进职，庶人进入钱物，牛羊蚕丝谷帛，人财兴旺，百事如意。凡遇黄道、贵人、禄马值时，百事利宜。值黑道空亡，诸为不吉，截路空亡，止忌出行嫁娶移徙。

如酉日为玄武，若人起造、嫁娶、移徙、入宅、开张铺店等事，不出一年内，人口灾凶，遭官失贼，牢狱刑禁，田宅退散。盖恶星来害，主衰败，大凶。卯日为朱雀，若嫁娶、移徙、上官、开张库店、修造等事，主衰败，六畜伤死，失火失盗，大凶。此日只利安坟。如子日为青

龙，天德入宅。凡人家起盖、嫁娶、开张铺店、移徙、上官、赴任、造桥等事，有官者禄位高迁，无官者田宅增盈，富贵兴旺，主生贵子，所为多庆。凡遇吉曜照临，不拘大小造作无避，百事称心，富贵荣华。

堪舆，又名“地理”、“青鸟”，俗称“风水”，是关于城市、村落、住宅、坟地的选择和规划设计的一套学问。众多考古资料证明，重视人的居住环境，这是中国本土文化中一项重要的内容。早在六千年前的中华先民们对自身居住环境的选择与认识已达相当高的水平。仰韶文化时期聚落的选址已有了很明显的“环境选



阆中风水格局图

四川阆中县城坐落在嘉陵江西岸，呈左青龙、右白虎、前朱雀、后玄武的传统风水穴地，依山面水，附临平原，左右护山环抱，眼前朝山、案山拱揖相迎，三面环水、四面环山的典型的风水福地。

择”的倾向，其表现主要有：（1）靠近水源，不仅便于生活取水，而且有利于农业生产的发展。（2）位于河流交汇处，交通便利。（3）处于河流阶地上，不仅有肥沃的耕作土壤，而且能避免受洪水侵袭。（4）如在山坡时，一般处向阳坡。如半坡遗址即为依山傍水、两水交汇环抱的典型的上吉风水格局。

风水学认为，理想的居住环境主要由山和水构成，其中尤以水为重要。《水龙经》说：“夫石为山之骨，土为山之肉，水为山之血脉，草木为山之皮毛，皆血脉之贯通也。”因为石为山之骨，水为山之血脉，山水本身就是有机的生命体。《黄帝宅经》的观点更为明确：“宅以形势为身体，以泉水为血脉，以土地为皮肉，以草木为毛发，以舍屋为衣服，以门户为冠带，若得如斯，是事俨雅，乃为上吉。”这里明显地把宅舍作为大地有机体的一部分，强调建筑与周围环境的和谐，这是风水关于建筑思想的主旨。

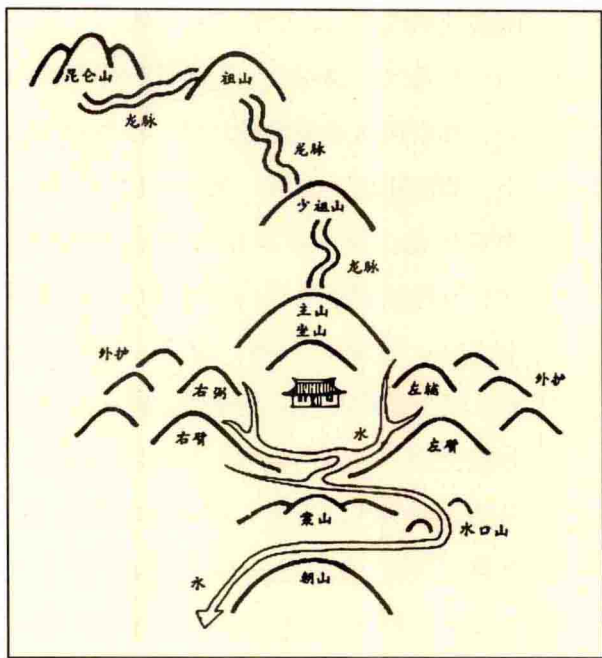
风水学强调城市与建筑的“面南朝阳”，这既有其深厚的文化背景，又有着非常合理的科学依据。这种“面南朝阳”思想的产生，又是由它特定的环境特点决定的。因中国处在北半球中，阳光大多数时间都是从南面照射过来，人们的生活、生产是以直接获得阳光为前提的，这就决定了人们采光的朝向必然是南向的。再

者，面南而居的选择亦与季节风向有关。中国境内大部分地区冬季盛行的是寒冷的偏北风，而夏季盛行的是暖湿的偏南风，这就决定了中国风水的环境模式的基本格局应当是坐北朝南，其西、北、东三面多有环山，以抵挡寒冷的冬季风，南面略显开阔，以迎纳暖湿的夏季风。

风水学中往往用青龙、白虎、朱雀、玄武，来表示方位。《葬书》说：“以左为青龙，右为白虎，前为朱雀，后为玄武。”于是，青龙、白虎、朱雀、玄武成为风水中推崇的四个方位神的名称，他们作为四方神灵，各司其职护卫着城市、乡镇、民宅，凡符合以下要求者即可称之为“四灵地”。其条件是“玄武垂头，朱雀翔舞，青龙蜿蜒，白虎驯俯。”即玄武方向的山峰垂头下顾，朱雀方向的山脉要来朝歌舞，左之青龙的山势要起伏连绵，右之白虎的山形要卧俯柔顺，这样的环境就是“风水宝地”。

风水宝地的构成，不仅要求“四象毕备”，并且还要讲究来龙、案砂、明堂、水口、立向等。《阳宅十书》说：“人之居处，宜以大地山河为主，其来脉气势最大，关系人祸富，最为切要。”“阳宅来龙原无异，居处须用宽平势。明堂须当容万马……或从山居或平原。前后有水环抱贵，左右有路亦如然。”“更须水口收拾紧，不宜太迫成小器。星辰近案明堂宽，





风水宝地示意图

案近明堂非窄势。此言住基大局面，别有奇特分等第。”这是一种从大环境而言的风水宝地模式：即要求北面有绵延不绝的群山峻岭，南方有远近呼应的低山小丘，左右两侧则护山环抱，重重护卫，中向部分堂局分明，地势宽敞，且有屈曲流水环抱，这样就是一个理想的风水宝地。

对于中国常见的依山傍水的城市、村落而言，本身就是一个具有生态学意义的典型环境。其科学的价值是：背后的靠山，有利于抵挡冬季北来的寒风；面朝流水，既能接纳夏日南来的凉风，又能享有灌溉、舟楫、养殖之利；朝阳之势，便于得到良好的日照；缓坡阶地，则可避免淹涝之灾；周围植被郁郁，即可涵养水源，

保持水土，又能调节小气候，获得一些薪柴。这些不同特征的环境因素综合在一起，便造就了一个有机的生态环境。这个富有生态意象、充满生机活力的城市或村镇，也就是古代风水学始终追求的风水宝地。

## 第四节 驱邪解厄的法术

法术，起源于早期原始社会。人们幻想以特定动作来影响或控制客观对象，如为取得狩猎的成功，模仿所要猎取的鸟兽跳舞，绘下击中猎物的画面。法术的施行将各种模仿的动作、场面看成与真实的情形具有同样效力，认为特定的动作本身即具有改变客观对象的效力，诸如传说中的呼风唤雨、降妖捉怪、隐形变化、撒豆成兵、飞行三界、逆知祸福等等。法术为道教的重要内容，在漫长的发展中形成了庞大的体系。

符箓，又称“神符”、“道符”、“天符”，是道教最重要的法术。它往往与咒术并用，成为道教弘道济世的主要手段。张宇初《岷泉集》说：“符箓弥多，皆所以福国裕民，宁家保己。是以历代崇奉皈依者，皆获感应，随所祷叩，旋有异征，其太上设教之验，信不诬矣。”

道教贵人重生。他们通过各种宗教活动，广泛地参与社会的生活，其中符箓便



镇宅灵符神铃

铜制。日本滋贺市神社藏。

是道教救民禳灾、安邦济国的重要工具。如安镇社稷，救度国祚，调和阴阳，祷雨祈晴，禳灾祛疾，保生祈寿，超亡度灵，各种科仪法会，都离不开符箓，符箓已成了道教活动不可缺少的成分。对一般民众而言，符箓也是古代百姓生活中的重要成分。从婚、孕、产、育到生、老、病、死，以及安家、旺业、求财、谋官、田耕、商贾、求学等，人们都可以求符箓的帮助，得到精神上的满足与心理上的平衡。至于运用符法治疗疾病伤痛，更是范围广泛，几乎包括了所有的医疗科别，从而形成了一门独特的道教医学——符咒疗法。

道士使用符咒治病，实则作为一种巧妙

的综合疗法。如治疗刀伤、跌伤止血，用一杯冷水，画符念咒，衔几口猛喷伤口处，然后用黄表纸叠成几层，浸透冷水贴上，确能止血、定痛、消炎、除肿。因为书符化水，水中布有精气，此为气功疗法；所用黄表纸是经白矾处理过的，白矾有止血、消毒、定痛、敛口、生肌的作用，是为药物疗法；衔水喷在伤口，即巧妙地使用了“冷则凝缩”的作用以止血，是为物理疗法；再加上精神治疗的作用，多种疗法综合的运用，故有明显的疗效。

道士画符时常用朱砂。朱砂为一种矿物药，主要成分为硫化汞。性味甘、凉，有毒。功用主治：安神、定惊、明目、解毒、镇心、辟邪、益气；可治癫狂，惊悸，心烦，失眠，眩晕，目昏，肿毒，疮疡，疥癣，抽风，牙疼。《本草正》说：

“朱砂，入心可以安神而走血脉，入肺可以降气而走皮毛，入脾可逐痰涎而走肌肉，入肝可行血滞而走筋膜，入肾可逐水邪而走骨髓，或上或下，无处不到，故可以镇心逐痰，祛邪降火，治惊痫，杀虫毒，祛蛊毒鬼魅中恶及疮疡疥癣之属。”

因此道士用朱砂画符，便巧妙地使用了朱砂的药性。如在治疗疟疾时，道士用一个烧饼，念咒书符，在大饼上用朱砂画符，轻者三笔，重病五笔，小儿减半，食后疟疾确实可以不发。就医疗角度上看，是合乎科学道理的。因为朱砂镇静一切痉挛，



所含的汞质，能灭螺旋菌。饱蘸三笔朱砂，至少有一钱重，患者顿服重剂量的朱砂，故有显效。烧饼能饱和胃气，理脾消食，也合乎治疗疟疾的原则。

如果把朱砂画在纸上，焚化后放入水中，符纸虽已成灰，但朱砂的药性仍存，它融入水中，患者服后亦有效果，这种焚化吞服的方法，与道教服食金丹之术有关。朱砂不仅是画符的要药，也是炼丹的至品。道教认为朱砂是属于“益人万倍于五谷”的上品仙药，炼化成丹，服后能令人不老不死。可见，道士们选择朱砂画符，并非随意的选择，一是出于朱砂的实用药性，一是出于对朱砂的崇拜心理。朱砂的颜色十分艳红，它使人们联想到太阳，联想到旺盛的生命，太阳可以驱散黑暗与鬼魅，旺盛的生命能够战胜病痛，而制造疾病的鬼魔最怕的正是生命与太阳。

画符也常用墨。墨是中国古代文明的一种象征。又叫做乌金、陈玄、玄香、乌玉块。它是由松烟和入胶汁、香料等加工制成，后来又有用桐油烟为主要原料制成的。从医药的角度上看，入药以陈久的松烟为佳。其性味辛、平。功用主治：止血，消肿，可治疗吐血，崩中漏下，血痢，痈肿发背。《医林纂要》说：“墨，古用松烟，性近温，今用桐油烟，性近寒，然气味轻虚，俱不失为平，珍之者加入珠、金、冰、麝，陈久为良。”《本草



太岁符

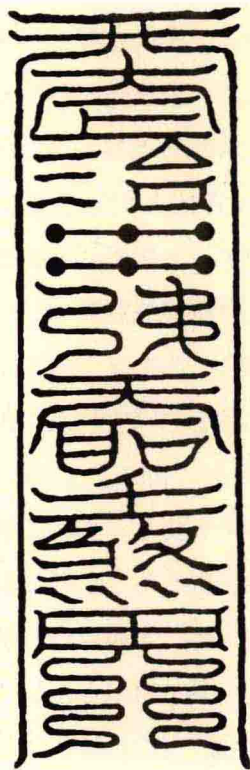
民间流传最广的灵符。常见的写法是：中间有“唵佛敕令”或“玉皇敕令”“□□年太岁□□星君到此镇”等字，中间的“□□年□□星君”填入相应太岁名，如庚寅年鄔桓星君，壬辰年彭泰星君。内两侧画有连接的七星，各写有五个“雷”字。外两侧的右边画上“日”和“五星”图案，写有“太阳星君南斗星君敕令六甲神将敕令天官赐福敕令镇宅光明”；左边画上“月”和“七星”图案，写有“太阴娘娘北斗星君敕令六丁天兵敕令招财进宝敕令合家平安”。

求真》曰：“墨，专入肝肾，色黑味辛，气温。凡血热过下，如瘟疫鼻衄，产后血晕崩脱，金疮并丝缠眼中，皆可以治。如止血，则以苦酒送韭汁投；消肿，则以猪胆汁、酃醕调；眼有丝缠，则以墨磨鸡血速点；客忤中腹，则磨地浆汁吞，各随病症所用而治之耳。”

考其符的起源，最早的符是画在桃木板上的，故谓之“桃符”，在中国人的心目中，桃木是相当有地位的，它既可以驱鬼辟邪，又能使人长生不老。李时珍曾考辨过桃符的历史，他说：“桃乃西方之木，五木之精，仙木也。味辛气恶，故能厌伏邪气，制百鬼。”除去那些神异的玄说，就医疗方面而言，桃树确是一种用途广泛的药物。如桃实，主治生津，润肠，活血，消积；桃花，主治利水，活血，通便，水肿，脚气，痰饮，积滞，经闭；桃根，主治黄疸，吐血，衄血，经闭，瘫肿，痔疮；桃叶，主治风湿，头风，头痛，疟疾，湿疹，疮疡，癣疮，杀虫；桃枝，主治心腹痛及匿疮，除邪鬼中恶腹痛，去胃中热，解蛊毒，辟疫疠，杀诸疮虫，疗黄疸；桃仁，主治瘀血血闭，癥瘕邪气，咳逆上气，心下坚硬，卒暴击血，心腹痛，血结、血秘、血燥，风痹骨蒸，肝疟寒热，鬼注疼痛，产后血病；此外，桃皮、桃毛、桃寄生等皆可入药，真可谓全身都是“宝”，无怪乎道教常用桃

物，这种现象并非偶然，它是几千年来道士临床实践结果，我们应该重视它的价值。

咒，又称神咒、禁咒、秘咒。道教符篆之术的施行，离不开禁咒的作用，一为咒，一为符，这是道教法术的两大支柱。符为天人神气相合之感应，咒为精诚心灵所至之心声，施法画符时要念咒，用符时要念咒，作一切科仪、法事都必须持咒，咒语是练功施法者精诚布道之心声。



天師逐瘟符  
黃素朱書，隱語為呪，差天丁力士放三光炁，  
逐嵌邪炁。一用栢簡，朱書。

天師逐瘟符

取自《无上玄元三天玉堂大法》。



如祈祷时，则咒语为赞颂神灵及祈祷求愿之词；呼风召雷时，则咒语为请神运化之辞；治病驱邪时，则咒语为道法灵光、病邪俱亡等语；内炼修持时，则咒语为安神定意，炼精化气之诀。念诵咒语时，不但要踏罡、掐诀，而且要存想、变神。白玉蟾说：“咒之意义，贵乎心存目想，则号召将吏，如神明在前。”掐诀、变神、念咒同时运用，如此一心专注于某一境界，以形成一个多信息渠道联络的发动信号、指令，以调动体内外的潜能，从而实现某种愿望。

如《遣符咒》：“天神行符，天道自然，地神行符，杀戮鬼神，自知非真，莫当吾真，自知非神，莫当吾神，避者莫伤，当者灭亡。普天之下，匝地之上，随符前去，显露真形，明彰报应，急急如律令。”这是遣符召神的咒语，其内容是可以理解的。

又如《坐炼咒》：“神默默，气绵绵，存赤气，在丹元，透泥丸，上冲天，布金桥，现七元，魁神降，赤气旋，混为一，秘号悬，恍惚间，自气缠，急急吸，缓缓咽，纳元宫，真火煎，再提起，印堂前，金光现，照无边，飞剑诀，莫留连，金光裂，将吏全，行持处，要在专。急急如律令。”此咒言浅义精，纯粹为一种内炼功诀。

道教咒语大多数应用于祈禳、治病等

场合，希望通过向对象发布命令以引起对象的变化，故其结构上多以称引神名及赞其威严开始，中为祈请或命令内容，结束语常用“急急如律令”以及敕、摄等词句。这些辞在咒中的作用，都是强调神灵的绝对权威，表示必须得到绝对服从。

与符咒并重的是步斗，又称“步天纲”、“踏罡步斗”。因其相传为大禹治水禁神而创，故又称“禹步”。《洞神八帝元变经》曰：“禹步者，盖是夏禹所为术，召役神灵之行步。此为万术之根源，玄机之要旨。”《金锁流珠引》曰：夫步纲者，是强身健神壮魄之法。先坚劳其身，壮健其神，神气自然镇脏，然后通天地，感使神灵也。

早期的步纲主要是指步北斗，其后逐渐发展为步五斗，并演化出许多各种各样的纲法。就唐宋道书所载的常见纲法有：三步九迹法、三五步纲法、太一纲法、正一纲法、二十八迹禹步法，三元将军步纲法、出神飞空罡、天圆地方罡、阴斗阳斗法、三台纲法、集神罡、七星罡、咒水罡、遣水罡、敕病人罡、收巫罡、收癩人罡、动雷治病罡、咒枣禁毒罡、八卦罡、九州罡、三十六步罡。以上所述各种斗法禹步，主要的功能一是用于内炼修身，一是用于通神摄鬼。尤其是在运雷役神、举行道场之际，都必须踏罡步斗。

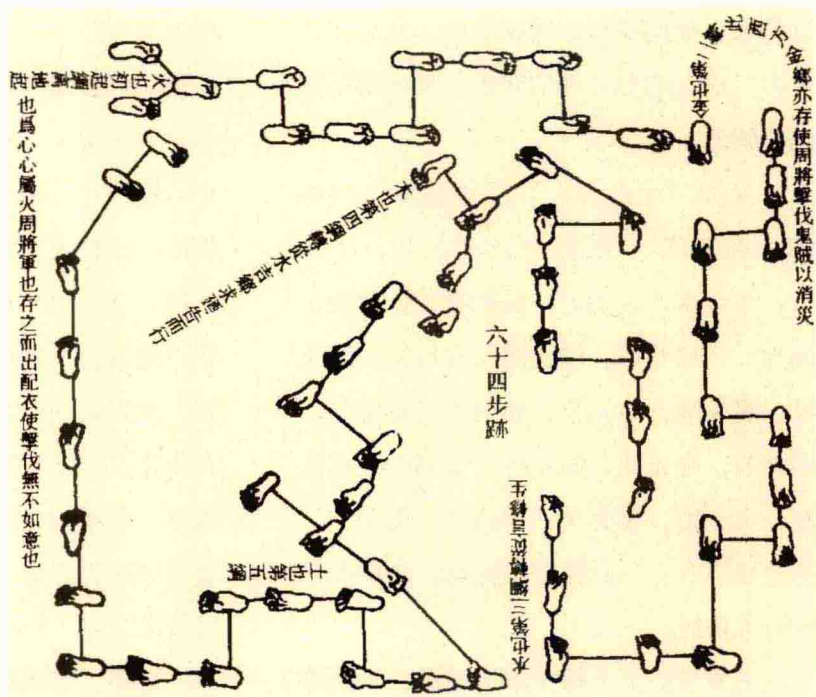
雷法，呼风唤雨、驱邪疗病的法术。

从宋元之际，开始兴盛于世。人们纷纷议论，高道们可以运雷霆于手掌，呼风雨于瞬间。于是雷法成为道教最具影响力的法术，广泛运用于济世度人。雷法十分神秘，它以内修功夫为基础，融符篆、咒术、指诀、禹步、气法为一体，并采纳吸收了禅学及密教的修持心法、真言秘咒，以雷霆之术为传道布教的手段。所谓内行则可以修养治身，外用则可以安民济国，祈雨祈晴，消灾却祸，救生灵困重之厄，超群识幽暗之魂，伐庙除邪，诛妖疗病，运雷霆于掌上，致风雨在目前。

雷法的核心，就是要在凝神入静的状态中，去深刻真切地感受天气变化对身体内部的影响。王文卿说：当于功夫静定之

时，以验证天气的变化。如雨之将至，感觉自己的尿会急迫；闪电将动，其眼目发痒，眼光忽然闪烁；雷霆将动，感觉丹田沥沥而响，五脏倏忽而鸣。这种以人身比附天地、天人互感的雷法内功，它的出现肯定与内炼中所产生的特殊体验有关。事实上，一些修持有成就者确实可以感知自然界的各种变化，预知未来日子的气候冷暖。他们认为天晴、下雨、起风，打雷、寒暑、炎凉，都可以运用内功加以预测。

从人身为一小宇宙的观点出发，道教中人认为，雷法所祈召的雷部神吏，与自身的精气神本为一体。主张以自己内炼功夫为本，使精气神返归先天，惟元神为用，始可通神，实现那些常人无法达到的



周将军禹步纲法

取自《金锁流珠引》。





三宝会于中宫则成丹图

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真祖师图研究》。



目的。王文卿指出，内丹修持以定息静定为下手功夫，次存想水火交媾，金光运转，存神召将。久久行之，日积月累，神气精自然混凝，可以长生久视，可以兴云致雨，役电鞭霆，济人利物。

雷法的修持与运用以精气神为用。张虚靖天师指出，人有元精、元气、元神，这人身的三宝皆先天一气所化。所以心以合神，心即是法，神可通天，即可发动雷机，叱咤雷神，召役兵将，左右风雨。白玉蟾指出，雷法的基础就是人体的精气



紫姑

取自《三教搜神大全》。

神。他说：收气存神，惜精爱己，内炼成丹，外用成法。他说，雷法符咒的灵验与否，主要看行法者的内炼功夫，而内炼功夫全赖心而起作用。故心合于道，守一通灵，便能作法感召神灵，无一不应。

扶乩，又叫“扶箕”、“扶鸾”、“飞鸾”，是道教擅长的一种天人交通之术。“鸾”是传说中的一种吉祥的鸟类，平常不常开口，只要开口，其声音便惊觉所有灵性，似告诉人们吉祥将要来临。它来源于古代占卜问神之术。人们有了疑难，就通过龟卜、蓍筮向神祈祷，请求神灵指示，预测吉凶，再根据神的指示去办事。道教承袭其技，扶乩降笔，依托神灵，造作道教经书。东晋哀帝年间，江东一带天师道盛行，时任护军长史的许谧和能够通神的杨羲，在建业（今南京）设立乩坛，许谧为坛主，杨羲为乩手兼记录人，最初的道教《上清经》，就出自他们之手。

南朝以来，扶乩渐兴。据刘敬叔《异苑》记载，当时有所谓紫姑神，相传是人家小妾，被大老婆所嫉，经常派她干脏活，因此在正月十五日激愤而死。所以世人在每年的这一天，招请她占问吉凶。请紫姑是民间的一种人人可施行的简易巫术，并非一定要道士方可主持。最初用以代表紫姑来临的是巴斗即“箕”，所以其事称扶箕。乩是后来出的字，音同箕。





乩盘乩笔

台湾大将庙，2008年。李远国摄。

道教认为，扶乩的运作是假借这种神秘形式，扶乩者在宁静中领受神意，然后挥起木笔写画，撰成书文，以此来教化人们。北宋的张世臣说，请紫姑是用筷子插在筲箕中，在桌子上布灰，让筷子在上面写字。洪迈《夷坚志》详细描述了扶箕召迎紫姑之法：“以箕插笔，使两人扶之，或书字于沙中。”

道教利用扶乩，劝化度人，解厄祛邪，教人们如何处世，戒贪、克淫，以谨慎行事，并编制了许多符咒。苏轼谈到他自己在湖北黄冈汪若谷家中，获紫姑所赐的篆字，笔势奇妙，字不可识，称其为“天篆”，内容是《天蓬神咒》。扶乩所涉及的内容更加丰富，扩大到了求仙布道，消灾解厄，问寿治病等等。其所请的神已不局限于紫姑一人，而泛请各路神鬼，如玉虚真人、太乙真人、南华真人、灵济真人、文昌帝君、天蓬元帅等。神仙可以通过扶乩降临，当然也就可以请他们

当场启示教化。这样就出现了用扶乩记述神仙教导，以至于创作道书，传授道法。由此出现了大量的扶乩之作。

延及明清时期，吕洞宾被推崇为“孚佑帝君纯阳妙道天尊”，声誉极盛，拥有大量的信徒，出现了众多的乩坛。在江夏（今属湖北）涵三宫乩坛，吕洞宾下降凡四十余年，前后所演经典很多。这部分材料，都被编入今本《吕祖全书》。清代陈德荣《吕祖全书序》说吕祖“飞鸾演化，虽妇人小子，无不知其名号者”。今天，广东、香港地区流传的《吕祖无极宝忏》，据说此本是于清末时广东云泉仙馆的道长扶乩所得。这本书中记述了大量的吕祖仙迹、教诲，用典富赡，辞藻优美。其曰：“守道诸子，先修汝心。勿肆高傲，勿着顽空；戒暴戒怒，积德积仁；劝孝于亲，劝忠于君；劝信于友，劝恤于贫；劝慈于物，劝和于邻。莫夸己胜，莫灭他人。富亦无根，何须自矜？贫岂常

贫，何须怨嗔？贫不求谄，富不骄凌。善善恶恶，报应昭明。汝若修善，子孙兴旺。汝若作恶，后代凋零。恤孤怜老，戒杀放生。日积月累，必获修功。三元保举，万圣助成。他年行满，拔宅飞升。”这些皆为规正人心、阐发道德之言。

此外，张三丰、陆西星、李西月皆为世间高道，其门徒即纷纷扶乩降神，请得八仙、陈抟、关公、刘海蟾、东华帝君、白玉蟾、瑶池金母、玄天上帝、雷祖大帝、弥勒世尊、济公活佛、观音、张三丰、王天君、清水祖师等，自天而降，下旨布令。《玉谿》说：“飞鸾开化，其来久矣。秦汉以来，在在有之，总皆出于上帝大慈光所现。”张三丰解释说，乩以度人觉世为功，故仙圣借其乩以默相天下。仙圣有爱人之心，假乩笔而开方治病者有之。

扶乩要准备带有细沙的木盘，没有细沙，可用灰土代替。乩笔插在一个笥箕上，有的地区是用一个竹圈或铁圈，圈

上固定一支乩笔。扶乩时先请两名“鸾生”，扶乩架之横木两端，使乩笔稍悬于乩盘之上，然后焚香、念咒，请某某神灵附降在身。神至，则乩笔自动在沙盘上划出文字，神灵离开后，乩笔也停止划动。所写文字，由旁边的人记录下来，这就是神灵的指示，整理成文字后，就成了神仙传授的经典了。

开乩亦有一套步骤，善信要跪在坛前，但不用口讲，只要在心中询问。乩手就会感应仙师回复的答案，用乩笔在指定的乩盘写出来，再由其他助手笔录记下来，当乩手停笔之时，就表示完成，并把神仙的旨意告诉信徒，解疑释惑，消灾祛疾。纪晓岚《阅微草堂笔记》记载：“海宁陈文勤公言：昔在人家遇扶乩，降坛者安溪李文贞公也。公拜问涉世之道，文贞判曰：得意时毋太快意，失意时毋太快口，则永保终吉。公终身诵之。”由此可见，扶乩的内容多为教化人心、劝善行德的说教，并不全是迷信。



## 第五章 道教的养生



道在养生。对人的生命而言，道的实质就在于养生。道教认为，人和天地是合一的。天地是一个大宇宙，人就是一个小宇宙，这个大宇宙和小宇宙是大同小异的、息息相关的统一整体。因此，养生修持最根本的原则，就在于效法天地，顺应自然，尽其天年。从整体健康的理念出发，道教养生实行的是神形共养、性命双修。所谓“性”，是指人的精神、心性与人格，所谓“命”，是指人的身体、器官及物质。这是一种双向养生的整体健康法，它既讲身体的养护锻炼，也讲心性、道德与品格的修养，并把两者密切结合，双修双养。

### 第一节 气功与静坐

“气功”一词，出自道教，原来是指气法一类的功夫。气功切实致用，易于传播，故受到社会普遍重视，发展兴旺。清杨践行《指道真诠》总结道教气法，谓可分为数十种：曰服气，曰进气，曰淘气，曰调气，曰咽气，曰行气，曰炼气，曰委气，曰闭气，曰布气，曰补气，曰泻气，曰外气，曰内气，曰慎气，曰御气，曰候气，曰食气，曰导气，曰合气，曰接气，曰采气，曰迎气，曰运气，曰息气。一言以蔽之，曰服气而已。时至近代，由于武术家普遍采用吐纳行气之术作为内功习炼之法，气功一称才被广泛使用，成为涵盖中国古代各种行气之法的总称。



这类方法以调治呼吸为门径，包括行气、服气、炼气、胎息等名目。从动作上分，有动功和静功之别。从姿势上分，有坐式、卧式、立式、行走式。从功法机制上分，则有外呼吸、内呼吸二大类。从功能上分，则有治病功法和养生功法两大类。

依道教气功的理论，动与静是辩证统一的关系。动功与静功也是相对的，而不是绝对的。一般说来，无论什么姿势，在整个练功过程中身体姿势保持静止不变的属于静功，而有身体动作变化的属动功。动功与静功各有其功效，不能扬此抑彼。一般来说，静功对心理素质要求较高，有些功法如内视、观想等较复杂。而动功总的来说较为简单易行，收效较快，也易普及。无论是动功还是静功，都有一些基本姿势。

五心朝天坐是运用得最多的坐法。因其两足心朝天；双掌贴印，二手心相迭朝天；悬顶钩腮，头顶心（百会）亦朝天，故名。这是源自佛教结跏趺坐。跏趺坐又有全跏趺和半跏趺之别，前者指双盘腿，后者指单盘腿。

卧式气功也是流传久远的练功姿势之一。汉唐一般都采取平卧、仰卧姿势，用于练习吐纳功法。《云笈七签》卷五八曰：“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，以被揞胸，手足并伸。其仰咽，即令气从

左下；覆咽，令气从右下。”宋明以来则多推广侧卧法，如《天仙道戒忌须知》说：卧功有两法，一名希夷睡，一名环阳睡。其睡法各有妙处，如用希夷睡，侧左者曲其左肱，以手心垫面，开其大指、食指，以左耳安在大指、食指开空之处，则耳窍留空矣。直其腰背，曲其左股，达其坤腹，泰然安贴于褥际，直安右股于左足脚侧，以右手心贴脐轮，而凝其神于脐后，存我一身咸如晶之明，而如睡于平波水面，下空无底，而一身被褥，存化白气如鸡卵然，而我睡其中。此侧左之法，如侧右亦如侧左法。若用环阳睡，睡不侧睡，而于上半身垫物，须高厚于下半身所垫，约高半尺或三寸，仰而睡，两手握固，直其两臂，八字安开，两股亦然，而于开处各离肾囊一二寸许，缄口闭目，而冥其心。时约十几息，存见氤氲然，如云如雾，绕我一身内外，以意凝留绛宫。

从生理机制来看，人的生命存在离不开呼吸。新陈代谢，吐故纳新，是有机体生存的基本前提。道教正是基于这一认识，把握到呼吸吐纳对于人生命存在的重要意义，才发展出了以人的呼吸系统为主要锻炼对象的各类气功。通过有意识地调整、控制自己本属于植物神经系统支配的、非意识性的呼吸活动，来调整、改善人的内部机体的生理节律与功能，从而实现治疗疾病、健康长寿的目的。





静坐图

取自《内外功图说辑要》。于静室中将身盘坐，两目微闭，露一线阳光，两目凝视鼻端，则心自可静定。久久静定，即有境象显现。境象显现，皆为幻境，惟须静守自然，不喜不忧，任其来往，若有若无之间，庶为上乘。

气功种类颇多，其要旨则基本一致：即通过呼吸吐纳，存思意守等自我锻炼方法来调养神气，从而达到身心健康的目的。孙思邈《存神炼气铭》说：“若欲安神，须炼元气。气在身内，神安气海。气海充盈，心安神定。定若不散，身心凝静。静至定俱，身存年永。常住道源，自然成圣。气通神境，神通慧命。命住身存，合于真性。日月齐龄，道成究竟。”显然，这种由内而外，由神、气到形体的

锻炼方法，是道教特有的健身法则。

隋京黑先生《神仙食气金柜妙灵》收有几十种炼养功法，如中岳郗俭食气法、食气辟谷法、真人食黄气法、行气法、治万病法等。其行气法为一种睡法：正卧床上，头自然正直放平，两手握固成掌，分放身旁，两足之间相去四五寸。微闭双目，澄心定意，调息令匀，以鼻微微吐纳，一呼一吸，共三百六十息。如解衣去裳，浑身舒畅，骨节百骸皆解，和天地融为一体。感觉气如流云，畅行体中，布满全身，濡润形体，浇灌皮肤，五脏六腑皆悉充满，则旧疾皆散，身体康壮。修炼此法，关键在于调身和气。初行之时，先安稳其身，而和其气。无与意争。若不和且止，和乃为之。小行即小得之，大行即大得之，气至则形安，形安则鼻息调和，鼻息调和则清气来至，清气来至则觉形热，觉形热则污汗出，汗出勿使起动则神安，神安则道自见矣。

唐孙思邈《备急千金要方》卷八二中收有彭祖法、禅观法、调气法、治五脏病气法。其禅观法以静坐存想为主，主要是通过存想空中元气，灌注全身，使自身元气得以充实，起到强身健体的作用。具体功法如下：闭目存思，想见空中太和元气，如紫云成盖，五色分明，下入毛际，渐渐入顶，如雨初晴云入山，透皮入肉，至骨至脑，渐渐下入腹中，四肢五脏，皆

受其润，如水渗入地，若彻则觉腹中有声汨汨然。意专存思，不得外缘。斯须即觉元气达于气海，须臾则自达于涌泉。则觉身体振动，两脚蜷曲，亦令床坐有声拉拉然，则名一通。一通，二通，乃至日别得三通，五通。则身体悦怿，面色光辉，鬓毛润泽，耳目精明，令人食美，气力强健，百病皆去。五年十岁，长存不忘，得满千万通，则去仙不远矣。

在道教看来，气功最核心的功法是胎息。什么叫胎息呢？这是指炼气达到相当深的程度，此际神入气中，气包神外，打成一片，鼻息微微，若有若无，而八脉齐通，遍身舒适，如胎儿在母腹中，只有内气潜行。得胎息者，能不以口鼻呼吸，如在胞胎之中，则道成矣。

道教气法中，又有许多治疗疾病的功法。运用气功对疾病的治疗，主要是通过特殊的手段，或引气攻其患处，扶正祛邪；或导气疏通经络，平衡阴阳；或吐纳外气，调和气血。总之，其特点在于发挥人体潜力，调动自身内在的积极因素，以达到治病疗疾的目的。气功治病范围十分广泛，临床结果证明，对心血管疾病、肠胃疾病、神经科疾病乃至肿瘤癌症等，都有较好的疗效；对所谓风、寒、暑、湿、燥、火、疫、痰、食、气、血、虚诸症都有一定效果。

《西山群仙会真记》卷五中，收有除

病痛法、治疾病法、除伤寒法、治遗漏法。至于用六字诀治病祛疾，种类多达几十种。如陶弘景六字诀、祛病六字诀、紫微六气法、六字治肝法、六字治心法、六字治肺法、六字治肾法、六字治脾法、六字治胆法等。明卢丹亭《丹亭真人玄谈集》内收载气功、胎息、静功数百种，分门别类，对症练功施治，包括瘫痪、虚癆、臌症、寒疾、痰症、脾胃、痔疾、疟症、痢症、呃逆、噎气、吞酸、嘈杂、怔忡、积聚、疸症、霍乱、呕吐、头痛、耳聋、舌病、齿症、目症、咽喉、结核、癭瘤、肺病、心痛、腹痛、腰胁痛、臂背痛、骨节痛、脚气痛、癰疽、痿臂、消渴病、疮疡等类，每类先述病症、病因，再载治病功诀。其体系详明，用语浅显，功诀具体切实，具有相当高的医学价值。

如治疗虚劳法：虚劳，指因气血、脏腑虚损所致的多种病症。凡患有者可炼此法以治疗：当在静室，注意调理饮食，加强营养，并敬奉祖师，以收摄邪妄之心。继而或静坐，或睡卧，静心定意，无思无虑，存神意守下丹田，先调息运气，三百六十次。毕，以舌抵上腭，内气不出，外气不入，虽无呼吸，亦以一呼一吸为一息，估量气长短，得息多少，须用念珠默记。待气稍聚，以神运其气，自尾闾、夹脊上升泥丸，兼用鼻以气提之。入口化为甘津，以舌漱之，分三口咽服，





養胎仙守自然之氣圖

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩繪全真宗祖圖研究》。



送入脐内，再调呼吸起，此为一遍。如胸中有痰，乃运脐间内气，自脐至胸部，左右各运三十转，或二十转，或十六转，量度气的长短，运转或多或少。每积气三十遍，行气一遍。如患咳嗽喘急，则积气一遍，行气一遍，待其不咳。自用念珠默记遍数，逐日行之。但呼吸出入之际，俱要微缓细绵，心要闲静。

总结以上所言，气功主要是一种通过对人的生理、意识和精神进行自我修复、自我调节、自我开发的特殊身心运动形式。实践证明，气功可以增强自身的健康，防病去疾，开发智力。

## 第二节 导引与武术

导引，指各种姿势的肢体运动。这类导引往往与自我按摩结合，并与治病的医疗实践活动密切相关。从马王堆出土的西汉《导引图》，证明秦汉之际导引相当流行，它反映了两千多年前人们练功强身与疾病作斗争的情况。其中描绘了44个不同年龄、性别的人正在进行导引锻炼，其中记有医疗疾病的图式13个，说明导引不仅对四肢部位的膝痛，消化系统的腹中，五官系统的耳目，甚至某些传染病的治疗也有一定的疗效。另有一些强身养生的功法，如龙登、鹄背、熊经、猿呼、鹤翔、螳螂等，这些类似于《庄子》所说的“熊

经鸟伸”。



曹国舅抚云阳板法

取自《赤凤髓》。坐椅子上，左脚弯膝置于椅上，右脚斜向自然置地上，两手相抱向左上举，眼向右前方平视，调息运气二十四口。复左右交换行动，动作同前，亦运气二十四口。一左一右，共行三十六次。

在道教看来，导引可以健身防病。《太清导引养生经》说：“所以导引者，令人肢体骨节中诸邪气皆去，正气存处。有能精诚勤习，履行动作言语之间，昼夜行之，则骨节坚强，以愈百病。若卒得中风，病宿固痿腿不随，耳聋不闻，头癩疾，咳逆上气，腰脊苦痛，皆可按图视像，随疾听在，行气导引，以意排除去





### 虎势戏

闭气，低头，握拳如虎发威势。两手如提千金，轻轻起来莫放气，平身吞气入腹，使神气上而复下，觉腹内雷鸣。如此运动，一身气脉调和，百病不生。



### 熊势戏

闭气，如熊侧身起，左右摆脚，要前后立定，使气两旁胁。骨节皆响，亦能动腰力，除肿。能舒筋骨而安，此乃养血之术。



### 鹿势戏

闭气，低头握拳，如鹿转头顾尾，平身缩肩，立脚尖跳跃，通身皆振动。



### 猿势戏

闭气，如猿爬树，一只手如摘果，一只脚抬起，一只脚跟转身，更运神气，吞入腹内，觉汗出方可罢。



### 鸟势戏

闭气，如鸟飞，引内气沿督脉、任脉运转，双手躬前，头要仰起，迎神贯顶。

之。行气者则可补于内，导引者则可治于四肢，自然之道，但能勤行，与天地相保。”

就导引的健身功效而言，主要有四点。葛洪说：“一则以调营卫，二则以消谷水，三则排却风邪，四则以长进血气。故老君曰：天地之间，其犹橐籥乎！虚而不屈，动而愈出。言人导引摇动，而人之精神益盛也。导引于外，而病愈于内，亦如针艾攻其荣俞之源，而众患自除于流末也。”并指出导引之道，“务于祥和，俛仰安徐，屈伸有节。导引秘经，千有余条，或以逆却未生之众病，或以攻治已结之笃疾，行之有效，非空言也。”司马承祯《修真精义杂论》，又从理论上详述了导引的医学根据：“夫肢体关节，本资于动用；经脉荣卫，在于宣通。今既闲居，乃无运役事，须导引以致和畅。户枢不蠹，其义信然。人之血气精神者，所以养生而周其性命；脉经者，所以行血气也；故荣气者，所以通津血，益筋骨，利关隔也；卫气者，所以温肌肉，充皮肤，肥腠理，司关阖也。又浮气之修经者为卫气，其精气之行于经者为荣气。阴阳相随，内外相随，如环之无端也。又头者精明之府，背者胸之府，腰者肾之府，膝者筋之府，髓者骨之府。而又诸骨皆属于目，诸髓皆属于脑，诸筋皆属于节，诸血皆属于心，诸气皆属于肺，此四肢八环之朝夕

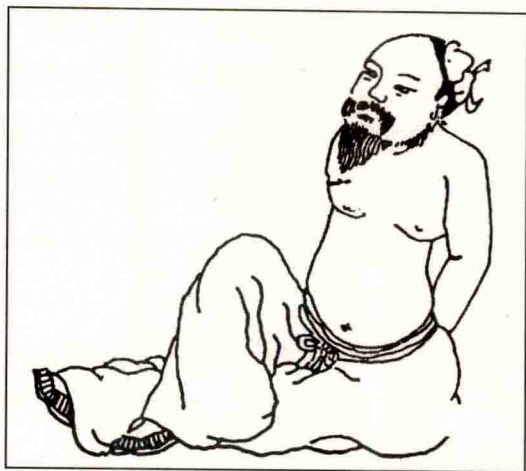
也。是知五劳之损，动静所久，五禽所导，摇动其关，然人之形体，上下相承，气之源流，升降在序。”

就其特征、功效及其目的而言，导引主要分为强身健体、治病祛疾二大类，强身健体类多为组合套路，其中最为著名的是五禽戏、八段锦等。五禽戏传为华佗所传，自问世后深受世人重视，并由之演化为多种功法，至今仍为人们的健康而服务。具体方法见P.131图示（据《万寿仙书》记载）。

八段锦出现于北宋，为钟离权所传。其功为坐式，共分八段：第一段，叩齿集神三十六，两手抱昆仑，双手击天鼓二十四。第二段，左右摇天柱，各二十四。第三段，左右舌搅上腭三十六，漱三十六，分作三口，如硬物咽之，然后方得行火。第四段，两手摩肾堂三十六，以数多更妙。第五段，左右单关轳轳，各三十六。第六段，双关轳轳，三十六。第七段，两手相搓，当呵五呵，后又手托天按顶，各三或九次。第八段，以两手如钩，向前攀双脚心十二，再收足端坐。其后，明代冷谦《修龄要指》、朱权《活人心法》、胡文焕《类修要诀》中的八段锦导引法等，基本上都沿用了这套功法。

明代周履靖所传《赤凤髓四十六势》，动静结合，图文并茂，示人以修炼秘诀，并说明其医疗效用，切实致用。如





彭祖明目法

取自《内外功图说辑要》。席地而坐，静心调息，待心平气和，以两手反置腰背，互握手臂，伸展左胫，弯曲右膝。压置左腿上，调息运气，共五次。然后两腿平伸，正坐，两手掌反复摩擦至热，微闭两眼，热熨两目。再以手指按拭眼眶上下，共十八次。

彭祖观井法，治腰腿疼。庄周蝴蝶梦法，治梦泄遗精。钟离权摩肾堂法，治肾堂虚冷，腰疼腿痛。魏伯阳谈道法，治背膊疼痛。宋玄白卧雪法，治五谷不消。负局先生磨镜法，治遍身疼痛。吕纯阳行气法，治背膊疼痛。韩湘子存气法，治血气衰败。刘海戏蟾法，治遍身拘束疼痛，时气伤寒。白玉蟾运气法，治胸腹虚饱。金可记焚香静坐法，治绞肠痧痛不可忍。明代罗洪先《万寿仙书》所载诸仙导引法，共有49种功诀，所有的导引法，均配以方药，以助调治。

武术是中国古代文化遗产之一，道教对中华武术的发展，贡献尤大。武术本为

竞技和防身之用，殷周时期的竞技和角斗，当为中华武术之先河。秦汉以来的方仙道有墨侠之遗风，为道教武术的发展奠定了基础。汉室独尊儒术，名门缙绅子弟重文轻武，惟以五经猎取官禄，视武术兵法为“不急之末学”。而隐士、道士独处山林，既无意于功名，又易为盗贼猛兽所伤，故不得不习武防身，从而刺激了武术在道教徒中的发展。

道教武术的成熟期约当魏晋之际。

《抱朴子外篇·自叙》：“少尝学射，但力少，不能挽强若颜高之弓耳。意为射既在六艺，又可以御寇辟劫，及取鸟兽，是以习之。昔在军旅，曾手射追骑，应弦而倒，杀二贼一马，遂以得免死。又曾受刀盾及单刀双戟，皆有口诀要术，以待取人。乃有秘法，其巧入神。若以此道与不晓者对，便可以当全独胜，所向无前矣。晚又学七尺杖术，可以入白刃，取大戟。”可见，道教武术在魏晋时已成套路。元明时期是道教武术流派纷呈的全盛期，张三丰创立的武当山内家拳术，将道教气功与武术融为一体，形成同外家少林拳术风格迥异的道教武术流派。

道教武术以太极拳、武当剑、形意拳、大成拳等为代表，属内家武术。现武当山、崂山等道教宫观仍有流传。内家拳源自武当道士张三丰，又称“武当派”。所谓内家，是针对外家而言。明黄宗羲《王

征南墓志铭》说：有所谓内家者，以静制动，犯者应手即仆，故别少林为外家。盖起于宋之张三丰。三丰为武当丹士，夜梦玄帝授之拳法，厥明，以单丁杀贼百余。三丰之术，百年以后，流传于陕西，而王宗为最著。温州陈州同从王宗受之，以此教其乡人，由是流传于温州。嘉靖间，张松溪为最著。松溪之徒三四人而四明叶继美近泉为之魁，由是流传于四明。四明得近泉之传者为吴昆山、周云泉、单思南、陈贞石、孙继搓，皆各有授受，而思南之传则为王征南。据《宁波府志·张松溪

传》曰：“盖拳勇之术有二：一为外家，一为内家。外家则少林为盛，其法主于搏人，而跳跟奋跃，或失之疏，故往往得为人所乘。内家则松溪之传为正，其法主于御敌，非遇困危则不发。发则所当必靡，无隙可乘。故内家之术为尤善。”

道教武术以道教哲学及道教理论为指导，结合道教医学、内丹学、养生学的成果，将武术技击和健身术融为一体，讲究经络穴道，以炼好坚实内功为根基，以气发力，借力打力，擅长以柔克刚，具有刚柔相济、技巧性强、以静制动、避实击



习武道士

成都青羊宫。李远国摄。





习练太极拳的道士

河南嵩山中岳庙，2009年。李远国摄。

虚、灵活圆转等特点。习道教武术者外能技击抗敌以自保，内能强身健体以养生，可兼得技击和养生之效。

太极拳，由张三丰所创内家拳演变而来。清乾隆年间，山西人王宗岳著《太极拳论》，太极拳这个名称才确定下来。太极拳综合吸收了明代各家拳法，结合道家导引吐纳之术，以及中医经络学说。《张三丰太极炼丹秘诀》说：“人之作用，有动必静，静极必动，动静相因，而阴阳分，浑然一太极也。人之生机，全恃神气。气清上浮，无异上天；神凝内敛，无异下地；神气相交，亦宛然一太极也。故

传我太极拳法，即须先明太极妙道，若不明此，非吾徒也。太极拳者，其静如动，其动如静，动静循环，相连不断，则二气即交，而太极之象成。内敛其神，外聚其气，拳未到而意先到，拳不到而意亦到。意者，神之使也。神气既媾，而太极之位定。其象既成，其位既定，氤氲化生，而演为七二之数。”

太极拳经过长期流传，演变出许多流派，有陈式、杨式、武式、吴式、孙式等。各式太极拳均要求：一、静心用意，以意识引导动作，动作与呼吸紧密配合，呼吸要平稳，深匀自然。二、中正安舒，

柔和缓慢，身体保持舒松自然，不偏不倚，动作绵绵不断，轻柔自然。三、动作弧形，圆活不滞，同时以腰为轴，上下相随，周身组成一个整体。四、连贯协调，虚实分明，动作之间衔接和顺，处处分清虚实，重心保持稳定。五、轻灵沉着，刚柔相济，动作不浮不僵，外柔内刚，发劲完整。太极拳系的内容除拳以外，还有太极刀、太极剑、太极枪以及对抗性推手等。经常练习太极拳，对于中枢神经系统、血液循环系统、呼吸系统等均有良好的作用，具有健身强体、治疗疾病的功效，从而广泛传播于全世界，并成为国际医疗体育项目。

太极十要诀，明张三丰传。此诀为练习太极拳必晓入道之路径。融坐功、心功、身功、首功、面功、耳功、目功、口功、舌功、齿功、鼻功、早功、午功、晚功为一体，动静兼修，刚柔互济，亦为一套优良功法。《张三丰太极炼丹秘诀》曰：太极行功，功在调和阴阳，交合神气，打坐即为第一步下手工夫。行功之先，犹应治脏，使内脏清虚，不着渣滓，则神敛气聚，其息自调。进而吐纳，使阴阳交感，浑然成为太极之象。然后再行运各处功夫，冥心兀做，息思虑，绝情欲，保守真元，此心功也。盘膝曲股，足根紧抵命门，以固精气，此身功也。两手紧掩耳门，迭指背弹耳根骨，以祛风池邪气，

此首功也。两手擦面待其热，更用唾沫遍摩之，以治外侵，此面功也。两手按耳轮，一上一下摩擦之，以清其火，此耳功也。紧合其睫，睛珠内转，左右互行，以明神室，此目功也。大张其口，以舌搅口，以手鸣天鼓，以治其热，此口功也。舌抵上腭，津液自生，鼓漱咽之，以润其内，此舌功也。叩齿卅六，闭紧齿关，可集元神，此齿功也。两手大指，擦热揩鼻，左右卅六，以镇其中，此鼻功也。既得此行功奥窍，还须正心诚意，冥心绝欲，从头做去，始能逐步升登，证吾大道，长生不老之基，即胎于此。

若才得太极拳法，不知行功之奥妙，挈直不顾，此无异炼丹不采药，采药不炼丹，莫道能登长生大道，即外面功夫，亦决不能成就，必须功拳并炼。盖功属柔而拳属刚，拳属动而功属静，刚柔互济，动静相因，始成为太极之象，相辅而成，方足致用。此炼太极拳者，所以必先知行功之妙用；行功者，所以必先明太极之妙道也。

日将出即起，面对太阳光，吸气三口，即将口闭。提起丹田之气到上，即将口闭之气，与津液咽下。然后将身往下一蹲，两手转托腰眼，左足慢慢伸直，三伸，收转左足；又右足伸直，三伸，收转右足，将头面朝天一仰，又朝地一俯，伸起腰，慢立起，两手不用，就拿开。立起





打坐图

之时，将右手慢慢掌向上三伸，往下一耸，又左手慢伸起，将掌向上三伸，亦往下一耸，然后一步一步，作一周围。一步步完，将两足在圈内一跳，静坐一刻，取药服之。

正午，先盘膝坐，两手按膝，腰直起，闭目运气，一口送下丹田。念曰：本无极之化身，包藏八卦有真因，清通一气精其神……念七遍，开目，运动津液，徐咽下。将左手按腰，右足伸出，右手按腰，左足伸出，伸出后，将两足并合，往前一伸，头身后一仰，立起。将两掌擦热，往面一擦，擦到两耳，左手按左耳，

右手按右耳，两手中指上下交，各弹三下，往项下一抹到胸，左手擦心，右手在背腰中一打，然后两手放开，头身往下一勾。再以右手往前头一拍，抬起腰身，左手腹中一抹，然后前足换后足往前跳三步，退三步，口中津液，作三口咽下，朝西吐出一气，复面东吸进一气，闭鼓气一口送下，此导阴补阳也。

晚上，面朝北，身立住，左右手，捧定腹，两足并，提起一气运津液。待满口，一气咽下。两手左右一伸如一定，掌心朝外竖起，将少蹲作弯弓之状，左手放前对定心，右手抬过头，掌起上，四指捻定，空中指直竖；右掌朝下，捻大少指，中三平竖，两手相对，如龙头虎颈抱合之相。头于此时侧转，面向东，往前一起一蹲，走七步，立正，将两手平放，以右手抱左肩，左手抱右肩，蹲下，头勾伏胸前，两目靠臂膀中间，呼吸一回，将两目运动，津液生起，以舌尖抵上腭，上下齿各四五下，将津液徐徐咽，两手一抄，纵起一步，右手往上一抬。放下，左手往上一抬，放下，轮流三次。左足搭右足，往下一蹲，立起，右足搭左足，往下一蹲，立起。将腰扭转一次，乃呵气一口。收转气，两手在膝盖上各捻两下，左边走至右边，右边走至左边，共八十步。此要对东北走，东北对西南走，完，坐下。略闭神一会，将两手对伸一下，站起再服晚

药，以清水漱净口，仰卧到寅，再住。翻动睡之，此通养神功，收魂聚魄也。

八卦掌，是一种把攻防招数和导引方法融合于绕圆走转之中的拳术，据考证为清咸丰时河北董海川所创。其技法讲究临机应变、以变应变，合于《周易》中刚柔相摩、八卦相荡之理，而称为八卦掌。此掌极似道教“转天尊”的绕圆走圈，以站桩和行步为基本功，以绕圆走转为基本运动形式。走转的足迹路线分为走阴阳鱼、走八卦图、走九宫等。八卦掌充分发挥掌比拳和勾长的优势，以掌代拳施捶打之能，以掌代勾行拔擄之巧，形成了该拳系手法几乎全是掌法的特点。其掌型分为龙爪掌、牛舌掌。主要击法有推、托、带、领、搬、扣、拦、截、捉、拿、勾、打、封、闭、穿、点等。八卦掌动作姿势要求：顺项提顶，松肩垂肘，畅胸实腹，立腰溜臀，缩胯髁膝，十趾抓地。其运动特点表现为：拧旋翻转，纵横连环，掌随步换，随走随变。所谓行走如龙，回转若猴，换势似鹰，沉若虎坐。八卦掌以动制静，避正打斜，强调通过不停的走转变招，避开对手的正面攻击，以我的正面（顺势）打击敌人的斜面（背势）。八卦掌不仅是一门技击术，也是一门健身术。据研究表明，经常练习八卦掌，能改善人体各系统的机能，取得健身延年的效益。

导引与武术是中国养生文化的瑰宝。

它所体现的养生精神及其所贯穿的形神俱练、内外结合、动静结合、天人合一、因病施治等原则和方法，足以使其在文化形态上同当今任何体育文化相比美。显然，即使在现代生活中它仍然还有巨大的实用价值，能够为人类的健康做出新的贡献。

### 第三节 服食与医药

服食，亦称“药饵”、“饵药”，是指服食各种草木、仙药、糕饼、金丹以求长生的一套方法。王充《论衡·道虚篇》曰：“道家或以服食药物，轻身益气，延年度世。”“闻为道者，服金玉之精，食紫芝之英。”其中“药”是指丹药和草木药，包括膏、丹、丸、散、汤剂、酒方。

“饵”，一是指糕饼一类，泛指各种营养品；一是指食用。《太上灵宝芝草品》曰：“延命之术，本因饵药。”

道士在修炼功夫时，还要有选择地服食一些草木类药物，如术、茯苓、胡麻、黄精、麦门冬、枸杞、甘菊、松脂等，以通利脏腑、益气养生。《神农本草经》中收载药物365种，按养命、养性、治病分为三品，以与天人地相应。经曰：“上药一百二十种为君，主养命以应天。无毒，多服久服不伤人，欲轻身益气、不老延年者，本上经。中药一百二十种为臣，主养性以应人。无毒、有毒，斟酌其宜。欲遏



病补虚羸者，本中经。下药一百二十五种为佐使，主治病以应地。多毒，不可久服。欲除寒热邪气，破积聚愈疾者，本下经。三品合三百六十五种，法三百六十五度，一度应一日，以成一岁。”显然，这里所说的“上药”完全是为了满足修道服食的需要。

灵芝是道士眼中的一味神药。《神农本草经》中，取六色灵芝入药，谓之久服轻身不老，延年神仙。其中紫芝又名木芝，味甘、温，主耳聋，利关节，保神，

益精气，坚筋骨，好颜色。赤芝又名丹芝，味苦、平，主胸中结，益心气，补中，增智能，不忘。黑芝又名玄芝，味咸、平，主癰，利水道，益肾气，通九窍，聪察。青芝又名龙芝，味酸、平，主明目，补肝气，安精魂。黄芝又名金芝，味甘、平，主心腹五邪，益脾气，安神。白芝又名玉芝，味辛、平，主咳逆上气，益肺气，通利口鼻，强志意，勇悍，安魄。至于《神农本草经》中所列举的丹砂、云母、禹余粮、雄黄、雌黄、黄精、



灵芝图

取自《太上洞玄灵宝芝草品》。

菖蒲、菊花、人参、天门冬、甘草、地黄、菟丝子、麦门冬、松脂、枸杞、茯苓、胡麻等，经现代医学实验研究分析，证实其中许多药物确实具有健身补脑、延缓衰老的作用。

如黄精，味甘平，无毒。主补中益气，除风湿，安五脏，久服轻身延年。道教谓之乃“太阳之草，饵之可以长生”。子华子曰：“补五劳七伤，助筋骨，止饥耐寒暑，益脾胃，润心肺，单服九蒸九暴，食之驻颜。”《圣惠方》曰：“神仙服黄精，成地仙。”

菊花，味苦甘平，无毒，除胸中烦热，安肠胃，利五脉，调四肢，久服利血，轻身耐老。李时珍说：“菊春生夏茂，秋花冬实，饱经露霜，备受四气，叶枯不落，花槁不零，味兼甘苦，性禀平和。昔人谓其能除风热，益肝补阴，盖不知其得金水之精英尤多，能益金水二脏也。”“其苗可蔬，叶可啜，花可饵，根实可药，囊之可枕，酿之可饮，自本至末，罔不有效。”

地黄，性味甘苦，凉，有滋阴、养血之功效，《本草正义》曰：“地黄，能补养中土，为滋养之上品。《本经》主折跌绝筋者，即补血补伤之义也。主伤中者，即其补阴补血之功。气味和平，凡脏腑之不足，无不可得其滋养。”历代所传地黄服食方甚多，如地黄神酒方、健体仙

酒方、地黄枸杞酒方、服食地黄法、地黄粥、地黄琼玉膏。

麦门冬，味甘平，微寒，无毒。有强阴益精、消谷调中、安养五脏的功效，令人美颜色，久服轻身不老。《本草正义》誉之为“甘药补益之上品”。现代研究认为，它能协调胰岛素功能，降低血糖，治疗阴虚性溃疡病。

胡麻，又名芝麻。味甘平，无毒。主伤中虚羸，补五内，益气力，长肌肉，填髓脑，坚筋骨，久服轻身不老，明耳目，耐饥渴，延年。《修真秘旨》曰：服之能除一切痼病，行及奔马，久服长生。

以上各种仙药，即可相配于饮食，亦可酿酒，或作成汤、散、膏、丸。道教传有大量的配方，而被人们广泛运用。从养生的角度上看，服食之术的精髓在于它的饮食疗法，这在道书中称为“食疗”、“服饵”、“药饵”。从历史上看，食疗之学起源甚早。传说先民尝味草木，开拓食物来源并发明医药，故有“药食同源”之说。古人谓安身之本必资于食，救疾之速必凭于药，将食物与药物并论。认为可供饮食的动、植物及加工制品，尽管种类繁多，但其五色、五味以及寒热、补泻之性，亦皆禀于阴阳五行，从这个意义上讲，实与药物应用的道理一致。所以道教对于饮食的宜、忌，调制方式亦颇究心，用饮食、药饵以治病养生，并积累了丰富



的经验，出现了一批专门著述，从而形成了一整套饮食疗法。

道教养生，一方面依靠气功、导引等，一方面依靠服食。服食的东西包括两大类：一是指草木药石，一是指营养物品。道教养生家指出四时服食，各有宜忌，体魄盛衰，滋补以常。其细致的程度，连饮茶喝水，都有规定。并且大多与练功相配合，吐纳导引，各视所宜，房中适度，调伏中节，佐以药石，所谓三分用药，七分内养，二者配合得非常合理。用气功疗法来调整全身的气脉循环，锻炼五脏六腑、筋骨皮肉的功能，以抵抗外来疾病的侵袭。用药饵饮食疗法来补充人体内部的元气，增加人体内部的“水火相济”“生化相需”，以求精力充沛，达到祛病延年的目的。

道教论述服食的著作颇多，其理论和技术是相当丰富的。这是价值极高的一套完整的药补疗法和饮食营养学，是道教留给今人的一笔宝贵财富。在实践的运用中，十分灵活，恰到好处，而且“惠而不费”，“各视所需”。在经济的观点上，它符合少用钱多办事的要求，在治病和营养观点上，它确能解决现实的问题。

道教食疗内容十分丰富，其材料大概可分血肉品、草木品、菜蔬品、灵芝品、香料品、金玉品六大类，这是一套丰富多彩、价值颇高的营养学和烹饪术。在具体

的处方配料方面，有一个最高的原则，即“法无定法”，“因人而施”，“因地制宜”。也就是说，因病者的状况不同，采取个别对待的方式，辨证处方；又因病者的生活环境有别，地域风土习惯的划分，采取就地取材，因宜施治的方式，而不是笼统的、刻板拘泥，一成不变。它的主张极其灵活，运用五味调和的特性，五味各入五脏等原则，因人因地因时而处方，也就是要根据病者的生活习惯，经济负担的力量，社会物质的有无，阴阳虚实的需要，天时气候的宜忌，精思熟虑，才能替人开出食疗处方。

道教把食品依五行所属分为五个大类，配合滋补五脏，运化四肢百骸，系一种辩证统一的运用法则。所谓“药食同源，各有属性”就是概括这一观念。依据这一观念，食物和药物一样，也具有“四气五味”的特性，即具有“寒、热、湿、凉”四气和“辛、甘、酸、苦、咸”五味。不同的食物，各有不同的属性，依其属性，可归入不同的经络脏腑。如辛味者入肺，甘味者入脾，苦味者入心，酸味者入肝，咸味者入肾。又据五味的性质，就阴阳的分别来观察它的作用，所谓“苦辛化阳”，“酸甘化阳”，“苦咸泻泄”，“甘淡缓中”。又从食物与体质四气（寒热湿凉）的关系上着想，指出当依体质差异而处方：如热体、热病，宜多吃寒凉性食物；

反之，寒体、寒病，宜多食热性食物。

根据以上这些法则，变化出丰富多彩的滋补营养方案，建立了各类各人实际所需要的营养处方。又通过对五味的性质和它相胜相调的作用的分析，而创造出极其丰富的烹饪调味方法。如在阴阳两性的滋补营养品中，讲究阴阳相调，不令过于阴凝腻滞，也不令过于辛热发火。如在养阴食品中加入生姜、葱、蒜、豆腐、大枣、鱼类、花生、芹菜、韭菜、羊肉、牛肉等，以调和养阴品滋腻太过的流弊。在扶阳益火的食物中，必加入白菜心、青菜心、青笋、冬笋、兰花根、白茅根、嫩芦笋之类的东西，以中和扶阳品的甘温太过的流弊。又从以类补类的观点出发，运用血肉品以肝补肝，以心补心，以肺补肺，以肾补肾。又运用草木品，以枝走四肢，肉走肌肉，皮走皮肤，花开于上，果实降于下。总之，根据这一系列的道理，以选定各个人所需要的饮食、营养品。

此外，道教中还有大量用于延年益寿的食疗方法，这是选取滋补强壮的中药，配合一定的食物，烹调而成。这类食品，其性纯和，无毒副作用，既可充饥，又可强身，推迟衰老，预防疾病，增强体质，从而起到益寿延年的作用。人体健康长寿的一个重要条件是，先天禀赋强盛，后天营养充足。先天之本为肾，后天之本为脾，人的生长、发育、衰老，很大程度上

取决于脾、肾两脏是否健旺。因此，延年益寿食疗的健身、防老作用，多以健脾、补肾为原则，辅以益气养血补中等法。

道教以长生不老、修炼成仙为最终目标，为此特别重视医药学及保命延生之术。在道教创立以后的较长历史过程中，不少有识高道在继承和汲取中国传统医学基本理论和优良技术的基础上，通过自身的不断实践，自成一家，创建了与传统医学同步发展、既有联系又独具特色的道教医药学。

葛洪在他的医学著作中对致病的内因、外因及其互相作用作了详细的探讨，陶弘景则将先秦道家关于精气一元论的思想用以阐发人的生理和病理，并提出了按病分类的主张。他认为病虽千种，不外三条，一则腑脏经络因邪生疾，二则四肢九窍内外交媾，三则假为他物横来伤害。从葛、陶有关医学著作涉及致病因素的分析，大体可分为自然、生物、物理、化学和精神等方面，而致病后又多涉及人体的呼吸、消化、神经、循环等系统的病变，以及诸如皮肤科、五官科、妇儿科等。

从道教的医疗实践来看，他们继承《黄帝内经》关于“圣人不治已病治未病”的思想，十分重视疾病的预防。葛洪指出：至人消未起之患，治未病之疾，医之于无事之前，不追之于既逝之后。孙思邈更将预防思想贯彻在整个医疗活动过程



中，称“善养性者，则治未病之病”。他在《备急千金要方》中告诫世人，平素居家，“凡人有少苦，似不如平常，即须早道，若隐忍不治，冀望自瘥，须臾之间以成痼疾，小儿女子益以滋甚”。他还特别向老人指出：“自觉十日已上康健，即须灸三数穴，以泄风气，每日必须调气补泻、按摩导引为佳，勿以康健便为常然，常须安不忘危，预防诸病也。”

道教医学家在强调预防的同时，十分重视摄生养性。葛洪曰：“善摄生者，卧起有四时之早晚，兴居有至和之常制；调利筋骨，有偃仰之方；杜疾闲邪，有吞吐之术，流行荣卫，有补泻之法；节宣劳逸，有与夺之要。忍怒以全阴气，抑喜以养阳气。”孙思邈认为：“人之寿夭在于搏节，若消息得所，则长生不死，恣其情欲，则命同朝露。”他将静功与运动，起居与卫生，名利与无为，房中与节欲相结合，就人们的日常生活、饮食、劳逸、情志等方面作了诸多精辟的论述。同时他还细致地观察了人的衰老过程以及老年人的生理、病理特征，进一步将养性学说与老年疾病的防治结合起来。一方面强调老年人应注意活动，以疏导关节，畅通气血，一方面又告诫进行这种活动时，应与自身生理状况相适应：“常欲小劳，但莫大疲及强所不能堪耳。”

道教经过刻苦努力和不断的实践，对

传统医药学的贡献是很大的。他们在内科、外科、妇科、儿科以及传染病、急症诸多方面，颇有建树，并留下许多至今仍有实用价值和可供进一步研究的资料。

## 第四节 外丹与内丹

道教外丹之术，肇始于战国时代。其时齐威王、宣王、燕昭王使人入海求蓬莱、方丈、瀛洲三神山，此即为求仙炼丹的开端。至秦汉时，乃有人造仙丹出现。《列仙传》载啸父精炼丹火法，任光善炼金丹，主柱采砂炼丹，赤斧能作水银炼丹。

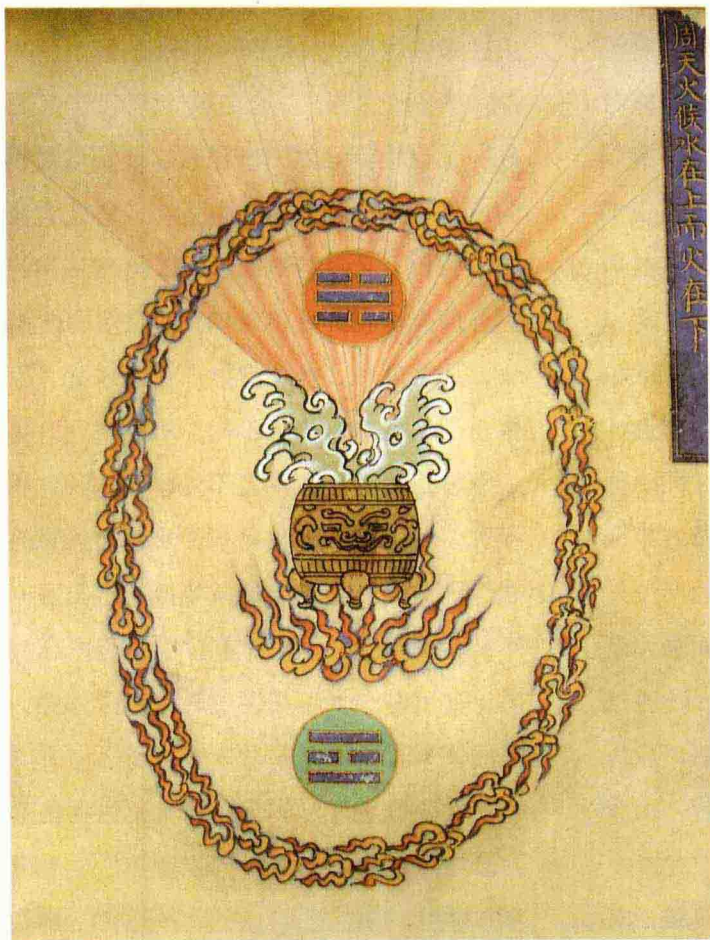
外丹之“丹”的名称，来自于“丹砂”，也就是天然的硫化汞。而道教所谓的“丹”，多指含有铅、汞、硫等化合物的矿物质，经过特殊工艺加工升华或熔化提炼而成的制剂。葛洪曰：“夫金丹之为物，烧之愈久，变化愈妙。黄金入火，百炼不消，埋之，毕天不朽。服此二药，炼人身体，故能令人不老不死。”这种认识模式，显然源于古代巫术的交感型思维方式，即认为黄金和矿物质炼成的金丹具有不朽的性质，因此人服用这些药物或物质，便可将这类不朽性质转移到人体中，从而使人长生不死。

葛洪认为，延长人的寿命，主要依靠内修与外养两个方面。所谓“内修”，如气法、导引、房中之类。所谓“外养”，即指

服饵、金丹之类，而又以金丹最要紧者。但问题在于，这类在丹炉中炼制出来的产品绝大多数含有砷、汞、铅、铜、锡、镍、锌、镉等毒性金属化合物，服食这些药物不仅不会延年益寿，反而会对人的身体造成致命的危害。道士及帝王贵戚因服金丹毒发而死的可谓史不绝缕。外丹除了在某些医疗范围具有一定医用价值以及在古化学研究史上具有重大意义外，对人的生命健康和长寿并无多少价值。因此，唐之后

外丹逐渐衰败，而被内丹所替代。

那么，什么是“内丹”？照道教所言，所谓内丹，是经过长时期的炼养，使精、气、神三宝相合，气结精凝，促使人体精气团聚而成的一种能量。清柳华阳《金仙证论》指出：“仙道炼元精为丹。凡炼丹下手之仙机，即炼肾中之元精，精满则炁自发生。复炼此发生之炁，收回补其真炁。补到炁足，生机不动，是谓丹也。则人之根窍无漏精之路，便成人仙



周天火候水在上而火在下图

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。



矣。”清代名医汪昂指出：“道家谓修炼金丹者，即调养精气神之功夫也。故曰：金丹之道，不外吾身。若修养之功夫纯熟，则精神充足而内守，心性圆明以自照，恬淡虚无，若存若亡，即是金丹成熟。非真以药物、火候修炼金丹也。”

内丹与气功类的功法相比，最大的区别即在于气功以炼“气”为要旨，内丹则以炼“精”为核心，以“气”为动力，以“神”为主导。三宝之中，精是生命存在的基础。体会丹经的“精”，实即指生命机能，似乎相当于内分泌或性激素。丹家以此无形无质的元精作为炼养的丹母，由此探讨生命的源泉，认为生命的机能就在这里。它的衰败、失调，可招致人的衰老、死亡；它的新生、旺盛，可导致人的健康长寿，是旺盛精力即青春活力的根源。此元素与神气合凝，则结成内丹。内丹修炼的第一步功夫，就是以炼精为主要内容，所谓“百日筑基，炼精化气”。丹家秘传有保精、补精、固精、炼精功诀，一般已漏的身体，宜先修保精、补精、固精功诀，等到身体精全气满，再行炼精化气的功夫。

就养生而言，保精为第一要务。保精诀法，首要在于戒淫防漏。在丹家中，秘传补精诀法甚多，大致可分为两类，一类为聚精以补精，一类是采精以补精。聚精之法平实易行，可自修自习。袁了凡《摄

生三要》说：聚精之道，一曰寡欲，二曰节劳，三曰息怒，四曰戒酒，五曰慎味。是故聚精贵以寡欲为先。精成于血，不独房室之交损吾精，凡日用损血之事，皆当深戒。如眼劳于视，则血以视耗；耳劳于听，则血以听耗；心劳于思，则血以思耗。吾随事而节之，则血得其养，而精亦与日俱积矣。是故聚精之法，次贵节劳。夫主闭藏者，肾也；司疏火者，肝也。二脏皆有相火，而其系上属于心，心，君火也。怒则伤肝而相火动，动则疏散者用事，而闭藏者不得其职，虽不及合，亦暗流而潜耗矣，故当息怒。人身之血，各归其舍则常凝，酒能动血，人饮酒则面赤，手足俱红，是扰其血而奔驰之也。血气既衰之人，数月无房事，其精必厚，然使一夜大醉，精随薄矣，是故聚精尚宜戒酒。所谓慎味则指保精须注意饮食方面的调理。

炼精化气，是内丹术修炼的关键。按内丹理论，炼内丹的药物是由精、气、神三宝组成，三宝之中又以精为基础，炼精以炼元精为主。元精本身虽属先天，亦有杂质，不能通过督脉径上泥丸。所以必须以气合炼，化为精气相气之“炁”，轻清无质，才能随任督二脉运转。这个合三为二的过程，称为炼精化炁，炼后只余神、炁两种内丹成分，构成大药。

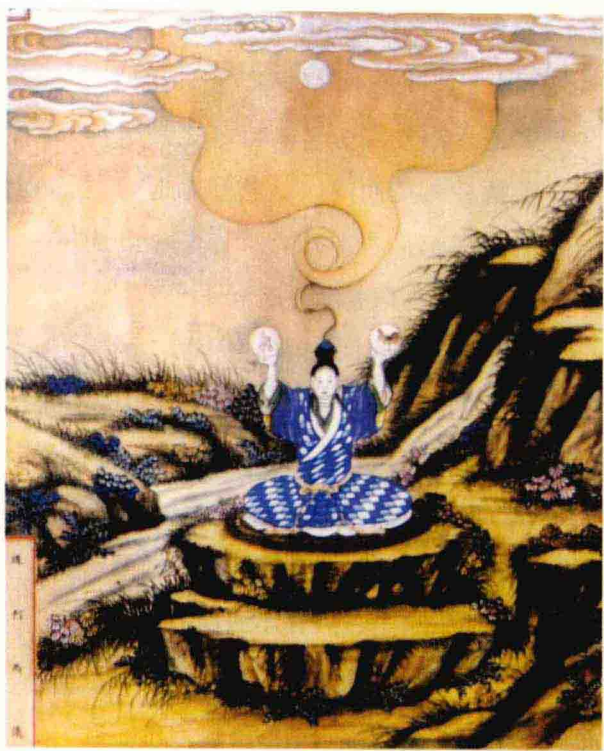
三宝之中，气是生命运动的动力，亦是构成人体活动的基本物质。在道教

丹经中，又有先天气、后天气之说。且独创一个“炁”字，以表示炼精化气时，精气合一之“炁”，或“原始祖气”、“元气”。《崔公入药镜》说：“先天炁，后天气，得之者，常似醉。”这里描述了炼精化炁时“得药”时的感受。所谓“先天炁”是指人生元始祖气；“后天气”是指呼吸往来之气。丹家修炼，采取先天祖炁为丹母，引后天呼吸之气归于祖气。

“内外混合，结成还丹。自觉丹田火炽，畅于四肢，如痴如醉，美在其中，此所以得之者，常似醉也。”

炼炁化神为内丹修炼的第二阶段，是在炼精化炁的基础上进行的。据丹经所载，炼精化炁须满三百次“玄妙周天”、“阳光三现”之后，才可以转入炼炁化神。炼精化炁为初关，将精与气合炼成为“炁”作为丹母，为三归二；炼炁化神，是炁与神合炼、使炁归入神中，则为二归一。这叫做中关，或十月关，大周天。

大小周天的区别还在于，小周天是采药运转入下丹田，经过上鼎即泥丸宫，到下炉下丹田而封存；上顶曰乾鼎，下田曰坤炉。大周天则把鼎下移，以黄庭中丹田为鼎，以下丹田为炉，元气不再沿任、督二脉运转，只是氤氲二田之虚境，修持只守二田之间，不固定于一田。任其自然



道判两仪图

取自《道教神仙画集》。

灵活，侍守到昏睡全无，灵光不昧，用绵密寂照之功，内敛入定之力，使神和气密切结合，相抱相融，使元神发育成长。洗心涤虑，以真气熏蒸，绵密寂照，冲和丹田，由有为到无为，炁的本身由微动到不动而尽化，气神合一，最后只余元神而已。

究其实际，炼炁化神亦只是进一步将神气凝结，由有为过渡到无为，寂空观照，做到一切归乎自然，从而进入炼神还虚阶段。以上这些功夫，并没什么神秘的宗教色彩，只是就气言气，就神言神，阐



明内炼养生的方法而已。

依内丹理论，神是生命的主宰。指人的精神活动，包括感性的、理性的、直觉的思想意识活动，即大脑的功能。它是神态、知觉、思维、运动等生命活动的现象的主宰。它有物质基础，是由先天之精生成，并须后天饮食所化生的精气的充养，才能维持和发挥它的功能。它在人体中居于主导地位。凡神气充旺，则身体强健，脏腑器官机能旺盛而协调；神气涣散，则一切机能活动的正常现象都被破坏了。古人把大脑、中枢神经的部分功能和心联系起来，所以有“心藏神”的说法。

神的兴衰，直接关系到人体生命的兴衰。神散则萎，神衰则弱，神亡则灭，所以养生特别注意养神。丹经称神为气之母，气为神之子。因此，养神还可以起到养气的作用，而养气亦可以养精。神凝气聚，气聚则精生，所以宝精养气，须以养神为先。丹家修习，教人炼心炼性，修静修定，总是从凝神气穴下手。所谓“凝神”，就是使心神专注，排除杂念，守住一窍，不散乱，不昏沉，常寂寂惺惺，修止修定而已。

炼神还虚，丹经称之为“上关”、“九年关”。所谓“九年”，不是说修成还需九年，而是借用佛教禅宗祖师达摩面壁九年的故事，比喻炼神还虚阶段纯为性功。丹经中常用“○”来表示虚

空，即一切入于虚空，一切成为圆明，归本返源，明心见性。所谓“如来妙体遍河沙，万象森罗无碍遮，会得圆通真法眼，始知三界是吾家”。也就是明确指出“上关”纯入无为，无遮无碍，万象通明，已经达到“炼虚合道”，复归“无极”的理想境界。《性命圭旨》曰：“虚空是本体，本体是虚空，必须再加功而上上胜进，进进不已，直到水穷山尽，转身百尺竿头，至必至于不生不灭之根源，终必终于不生不灭之觉岸，于中方是极则处。此处无他，不过是返我于虚，复我于无而已。”这种登峰造极的境界，将人的主体与宇宙客体融合，亦即天人合一的圣境。

元俞琰《周易参同契发挥》说：真气之升鼎，穿两肾，导夹脊，过心经，入髓海，冲肺膈，度肝历脾，复还守丹田。当其升时，翕然如云雾之四塞，飒然如风雨之暴至，恍然如昼梦之初觉，涣然如沉疴之脱体；精神冥合，如夫妇之交接；骨肉融和，如澡浴之方起；和气周匝一身，溶溶然如山云之腾太虚，霏霏然似膏雨之遍原野，淫淫然若春水之满四泽，液液然如河冰之将欲释。往来上下，百脉通融，被于谷中，畅于四肢，拍拍满怀都是春，而其象如微醉也。神凝气聚，混融为一，内不觉其一身，外不知其宇宙，与道冥一，万虑俱遗，溟溟滓滓。这些描述清楚地表

明，在内丹修炼之中，真气运转，疏通万脉，犹如醍醐灌顶，春意融融，舒畅无比，从而在身心飘逸，神思恍惚之中，人们不期然感觉到人的个体与大自然融合一片，浑然一体，即与天地并生，万物为一了。

对于在内炼状况下产生的这种天人合一的奇特的心理境界，早就引起了东、西方学者的注意。著名的科学家卡普拉（F. Capra）指出：“当理性的思维沉寂

时，直觉的思维方式就会产生一种特别的知觉，以一种直接的方式去体验环境，而不经过程序性的思维的清理。庄子说：

‘圣人之心静乎！天地之鉴也，不物之镜也。’与周围环境浑然一体的体验，是沉思状态的主要特点。在这种意识状态下，一切形式的割裂都停止了，消退为无差别的统一体。”（卡普拉：《物理学之“道”》，第26页，北京出版社，1999年版。）



阴尽阳纯超凡入圣图

明本《全真群仙集》，取自王育成《明代彩绘全真宗祖图研究》。



## 第六章 道教的象征



从遍布中华大地的洞天福地，到奇绝雄伟的五岳大庙；从道场优雅飘逸的降真曲调，到永乐宫精美绝伦的元代壁画；从“庄生梦蝶”、“黄粱一梦”的寓言传奇，到“太白醉酒”、“三丰道情”的诗歌创作，道教的建筑、音乐、绘画、雕塑、文学、诗词等，宛如一幅幅艺术的长卷，生动、活泼、美丽、壮观、奇绝，让人为之感动，这是道教文化的象征。

### 第一节 洞天与福地

中华大地，处处都有巍峨壮观和秀美幽深的山岳，古人认为，山能出风云，导雨水，滋润大地，生长万物，养育群生。所以，在古人看来，峻极雄奇、神秘莫测

的山岳，必有神灵主宰。《礼记·祭法》曰：“山林川谷丘陵，能出云，为风雨，见怪物，皆曰神。”从而使人们自然产生了对山岳的崇拜。道教出于对生命的珍爱，对美好生存环境的追寻，提出了建构人间仙境——洞天福地的理想。

道教洞天福地，是天地间最灵秀的地方，最宜于道者修炼的地方，是体现任物自然长育的地方。《抱朴子内篇·明本》说：“为道者必入山林，诚欲远彼腥膻，而即此清静也。”道士们入山修炼，一是可感受山中之灵气，居清静之地远离尘世之腥膻；二是能得到神灵的保护和仙真高道的指点。再者，深山幽境的清静优雅的环境，正是道教崇尚自然、乐好修真的最佳境地。还有，山中丰富的矿物质和药用

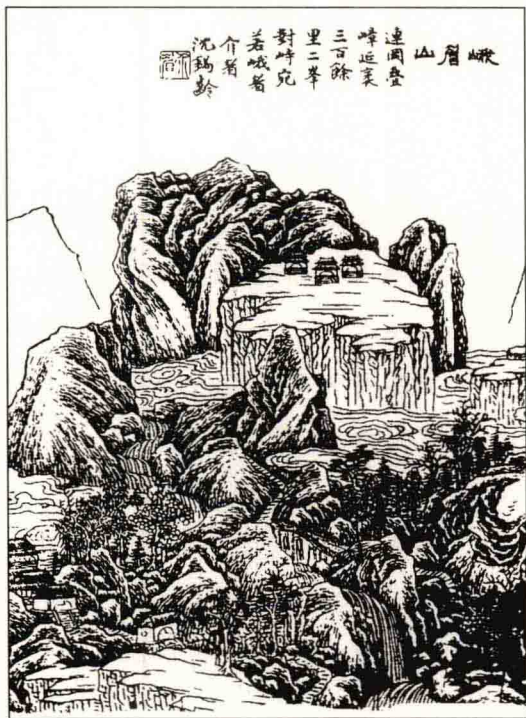
植物，为道士采炼丹药，制作仙丹，提供了必须的条件。因此，千百年来，众多的道士隐居山川，潜心至道，从而为名山的形成和保护起到了重要作用。

从西部的昆仑仙山，到东海的蓬莱、瀛洲、方壶，道教洞天福地之说，于汉晋之际已逐渐形成，并已有三十六洞天的说法。在道教看来，凡名山圣域必有洞天

福地，如华山、泰山、恒山、嵩山、少室山、太白山、终南山、王屋山、青城山、峨眉山、云台山、罗浮山、天台山、括苍山，此皆是正神在其山中，其中或有地仙之人，上皆生芝草，可以避大兵大难，不但于中以合药也，若有道者登之，则此山神必助之为福，采药炼丹必成。

道教把这些圣地分为十大洞天、三十六小洞天、七十二福地，宣称十大洞天、五岳圣地皆为高真上仙主治，以福佑天下，统御众神。五岳即东岳泰山，南岳衡山，中岳嵩山，西岳华山，北岳恒山。十大洞天则为第一王屋小有清虚洞天，第二委羽大有空明洞天，第三西城太玄总真洞天，第四西玄三玄极真洞天，第五青城宝仙九室洞天，第六赤城上玉清平洞天，第七罗浮朱明辉真洞天，第八句曲金坛华阳洞天，第九林屋尤神幽虚洞天，第十括苍成德隐真洞天。三十六小洞天，在诸名山之中，亦上仙所统治之处。七十二福地在大地名山之间，上帝命真人治之，其间多有得道之处。

在这些被道教奉为修真圣域的地区，繁衍生息着成千上万的动物、植物，集中着众多的宫观庙宇。这些名山宫观既是道教信徒祭奉神灵的地方，亦是他们观察自然、了解宇宙奥秘的场所。因此，道教在其洞天福地中，深究万物之奥，并着力于维护其生态环境。其中尤以十大洞天的自



峨眉山图

版画，取自清沈锡龄《天下名山图咏》。峨眉山，位于四川省乐山市境内，屹立于大渡河与青衣江之间。景区面积154平方公里，最高峰万佛顶海拔3099米，华藏寺所在地金顶成为了峨眉山旅游的最高点。终年常绿，动植物资源极为丰富，植物多达3700余种，2300多种野生动物，昆虫类达1000多种，其中有珍稀的大熊猫、黑鹳、小熊猫、枯叶蝶、弹琴蛙、环毛大蚯蚓等。



然环境最为优良，故被道教奉为高真上仙的圣域。



王屋山图

版画，取自清沈锡龄《天下名山图咏》。

第一王屋小有清虚洞天，在今河南济源县西北四五公里处。据说山有三重，丘陵环抱，谷深洞幽，其状若王者之屋，故名。《泽州志》曰：“上有轩辕庙，唐司马承祯及烟罗子修真于此。东北有王母上下二洞。”《怀庆府志》曰：“王屋山，在济源县西百里，《禹贡》王屋即此。其绝顶曰天坛，东为日精峰，西为月华峰，坛北曰小有洞天，为天下洞天第一。又北为五斗峰，其下济水之源，太乙池在焉。

天坛上古松数株，皆千百年物。上有三清诸殿。”其山势巍峨，山径险峻，为太行山之脊。主峰有坛，传说轩辕设坛于此，祈求天雨，故名“天坛山”。天坛两翼，东西为日精峰、月华峰，支麓为八仙岭、华盖峰、大罗岭、七仙岭、秦岭、五指山、金炉山、孤山、玉阳山、牛心山、虎岭、金山。胜迹则有王母洞、七仙岭、尚书谷、仙猫洞、憩鹤亭、阳台宫、紫微宫、清虚宫、万寿宫。山林繁茂，溪水萦绕，道观映辉，景色宜人。

第五青城宝仙九室洞天青城山，位于今四川都江堰市境内。其背依西岭千峰雪，面临川西肥沃的平原。山上林木葱茏，四季常青，诸峰环绕，状如城郭，故有“青城”之美称。这里涧壑奇峰错纵，古木参天，翠绿蔽日，道教宫观、亭阁掩映其间，若隐若现。山似青波碧水，幽静自然，为历代仙道高真栖居修炼的胜地。山中的植物、动物非常丰富，并有许多珍稀物种。《蜀志补罽》曰：“神芝异草，嘉树名花，皆生于此。芝草如稻苗，食之可仙。”《蜀梣杌》谓青城山有红梣子花，其香如梅。山中的许多奇木为道士所种，如上清宫有天师栗，传说乃天师手植；天师洞有歧茎棕，高约数丈，一本而中两歧，相传为天师所植。又有古银杏树，围一丈六尺，高十余丈，枝间钟乳倒垂，状如玉笋，长短参差，雅若图画，亦



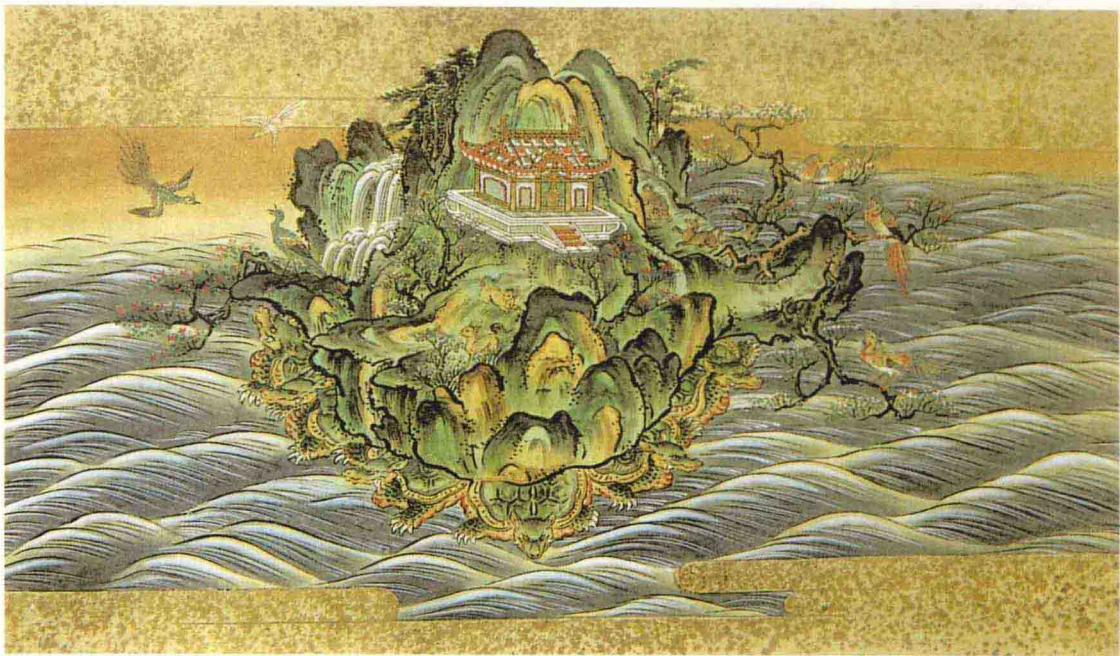
天师所植。据调查，今青城山共栖息各种珍稀动物计有七类十九科约五十余种，其中，属国家一类保护动物的有大熊猫、金丝猴等；禽鸟约二百余种，其中珍禽有腹角雉、锦鸡等。山中还有鱼类二十余种，野生两栖类动物十余种，野生爬行动物十余种。正因如此，2000年11月青城山、都江堰被联合国教科文组织世界遗产委员会列为世界自然遗产与文化遗产区。

第七罗浮朱明辉真洞天罗浮山，位于今广东博罗县境内。其风景秀丽，气候宜人，很早以前就被人们称为“神仙洞府”、“南海蓬莱”，并有“百粤群山之祖”的称誉。《茅君内传》云：“罗浮山



罗浮山图

版画，取自清沈锡龄《天下名山图咏》。



蓬莱山绘卷（局部）

纸本设色，江戸时代。日本东京宫内厅藏。

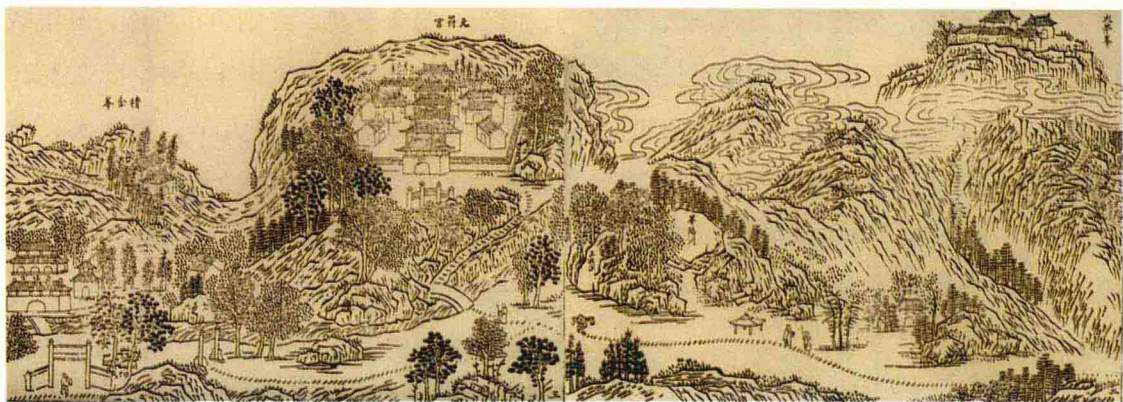


有洞，周回五里，名曰朱明耀真洞天，又曰句漏洞天。东通王屋，北通岱岳，西通峨眉，南通罗浮。有洞房石室七十余所，有瀑布垂流三十仞，有奇石如削成，谓之石楼。山上有湖，岸周回五里，常应海潮。”山中也是珍禽异兽、动物植物生长的乐园。

据《罗浮山志》等文献所载，罗浮山的珍异物类主要有古木、巨竹、古杉、万寿藤、灵芝、天葵、风兰、石莲、桂花寄生、松黄、杜鹃、兰花、禹余粮、鬼笋、枫林、葵叶、麦菜、茨姑、茭笋、水芹、云雾茶、石鳞鱼、鲙鱼、山花鱼、红则鱼、绿毛龟、穿山甲、山猪、山羊、竹鼠、红蟹、金虾、五色雀、青鸟、杜鹃、山魈、木客、哑虎、豹、象、狒狒、果然、熊、鹿、石羊、猿等。如酥醪观周围，有古木千株，“气势盘薄，大杉千章，大松千章，间以枞栝栟榈榧楠，阴沉无景当昼，凉风飏飏，竦人肌骨。又多桄榔，身似棕榈，叶生树杪，丝蔓下垂，葳蕤缤纷，高十余丈，此外苍森蓊翳，世所罕见，多至不能举其名”。在蓬莱峰下，有“龙公竹，不恒见，毛竹之大如椽。三月抽笋，外紫内绿，高八九尺，尚未解箨。直至五月布叶，则迅扫云烟，不知几千百尺矣。方抽笋时箨包未折，紫色黑斑，柔韧而多毛，故曰毛竹”。奇珍异兽，分布潭溪山林。山花鱼藏石间，时出

时没，身备五花。红则鱼在坑底，载沉载浮，艳如火。竹鼠则潜土穴中，大如兔。山鼠苍身白腹，短足大尾，善登木，人多食之。红蟹大如茶杯，金虾形小如钩。焦鱼似则鱼，游泳依然，而半面焦黄，若经炮烙者。浮山诸岩洞，皆产五色蝶，大或如箕。白鸚鵡，大如母鸭，色如玉雪，人舌能言。凡鸟四指，三向前，一向后，独此鸟两指向前，两指向后，行则啄地，然后足从之。越王鸟，喙长二尺余，黄白黑色，状如人画，光饰似漆莹磨，尤益鲜明。翡翠鹇也，大于燕，小于鸟，羽长寸余，可以为饰，翡赤而翠青，合之色碧，鲜缛可爱。倒挂，一名么凤，似鸚鵡，而小，绿衣黄里，嘴红色，甚姣丽，常倒悬架上，屈体如环，东西相穿以自娱。木客鸟，大如鹑，数千百头为群，飞集有度，不与众鸟相侧。菖蒲，服之长生，能乌发。罗浮东涧中有之，以石上不沾沙土、一寸九节紫花者为佳，有一寸十二节至二十节者。冲虚观殿阶古梅，传是葛洪手植，芳烈异于凡梅，铁干虬枝，坚瘦如削，真千余年物也。

第八句曲金坛华阳洞天，即今江苏茅山。茅山虽不甚高，物产却很丰富，历史上曾出现过白牛、白虎、白鹿、白猴等珍兽。元刘大彬《茅山志》记载了茅山特有的神芝奇药三十六种，如龙仙芝，“似交龙之相负也，以叶为鳞，根如盘龙”。参



茅山图

版画，取自清《茅山志》。

成芝，“色朱，有光烨烨然，扣其柯叶，如金石声，折而续之，亦复如故”。燕胎芝，“如葵叶而色紫，上有燕形，如欲飞升，光明洞彻”。夜光草，“其色青，其叶似柏，实正白似李，高三四尺，夜视其实，如月光，洞照一室。一株九实，堕地须臾转大，如径七寸镜盘，着地厚一二寸，夜视如牛目，动盼以视人也”。此外，山中还有许多名木异卉，如东晋许长史手植的“左纽桧”，陶弘景手植的“金边玉兰”，梁昭明太子所植的“福乡古木”，李卫公子所植的“侧柏”，展仙人遗种的“白李”，钱妙真所种的“鸳鸯树”。其“经台柏”，系宋一道人自陕西周至老君说经台移植，“此檀栾翠碧，非凡木也”。明代医学家李时珍曾来茅山采集药材，《本草纲目》所载药材与茅山有关者多达380余种。时至今日，茅山的古树仍闻名遐迩，种类颇多，形态奇特，实

属罕见，如三百多年的糙叶树，五百年的枸骨树。这些既是文化历史遗产，亦是珍贵的自然资源。

作为道教上清派祖庭的茅山，从汉晋至明清，高道辈出，宫观遍布。自初祖三茅真君开始，历魏华存、陶弘景、孙游岳、司马承祯、刘混康等历代宗师，他们都在山中采药炼丹，传道弘教，从而留下了甚多的文化古迹。其宫观道宇，历史上最盛时多达二百余处。如元符万寿宫、崇禧万寿宫、玉晨观、崇寿观、下泊宫、华阳宫、燕洞宫、华阳观、天圣观、栖真观、清真观、白云崇福观、凝神庵、升元观、元阳观、藏真观、紫阳观、圣佑观、德佑观、仁佑观、三茅真君庙、广济庙、天圣观、茅司徒庙、灵宝院、西天宁院、东天宁院、华阳馆、崇真馆、太素精舍、妙寂精舍、灵宝庵、抱朴庵、青龙庵等，这些道观密布山中，使茅山成为江南地区



最大的道教圣地。

## 第二节 宫观与建筑

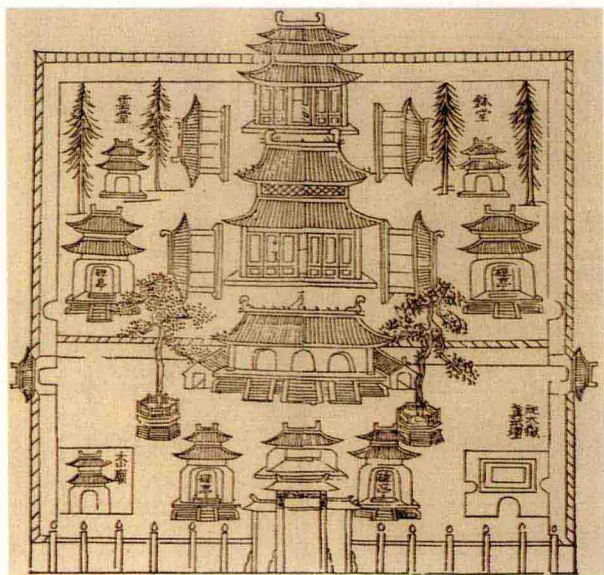
道教的宫观是供奉、祭祀神灵的殿堂，又是道教徒长期修炼、生活和进行斋醮祈禳等仪式的场所。其建筑的门类很多，有宫、观、殿、堂、府、庙、楼、馆、舍、轩、斋、廊、阁、阙、门、坛、台、亭、塔、榭、坊、桥等，这些建筑按其性质和用途，可分为供奉祭祀的殿堂、斋醮祈禳的坛台、修炼诵经的静室、生活居住的房舍和供人游览憩息的园林建筑五大部分。

道教的宫观建筑，源于华夏先民的祭祀活动。从夏、商、周到春秋战国时期形成的宗庙的祭享制度，在整个中国封建社会中一直延续不断。道教的宫观即借鉴了传统宗庙的形式，是用以祀神修道之所。道教最早的道观相传是陕西终南山的楼观台。《楼观本起传》称：“楼观者，昔周康王大夫关令尹之故宅也。以结草为楼，观星望气，因以名楼观，此宫观所自始也。”

东汉末年，道教初创，修道者大都结舍深山，茅屋土阶，甚至栖宿洞穴。汉张陵创五斗米道时，设二十四治所，建筑规模不大而简陋。魏晋南

北朝时，很多崇道皇帝在京邑为道士大兴道观，说明当时道教建筑已达到相当的规模，并趋于定型。唐、宋两代是道教的鼎盛期，恰好这一时期以高台基、大屋顶、装饰与结构功能高度统一为主要特色的中国木结构建筑，不论从建筑形制到组群布局，还是工艺水平等方面，都达到了相当成熟的阶段。据《唐六典祠部》记载，当时天下宫观总1687所。道教建筑统称为宫观，就是从这一时期开始的。

道教宫观建筑的平面组合布局有两种形式。一种是按中轴线前后递进、左右均衡对称展开的传统建筑手法；另一种就是按五行八卦方位确定主要建筑位置，然后



武当山玉虚宫图

版画，取自清《大岳太和山纪略》。其宫观布局十分规范，以南北为中轴线，左右分列，建筑均衡，甚至连树木都力求对称。



八卦亭

清代建筑，成都青羊宫。李远国摄。



再围绕八卦方位放射展开具有神秘色彩的建筑手法。前一种均衡对称式建筑，以成都青羊宫和北京白云观为代表。成都青羊宫，其山门以内，沿中轴线上，依次设有灵祖殿、混元殿、八卦亭、三清殿、斗姆殿、玉皇殿，两侧则有降生台、说法台。膳堂、房舍等一类附属建筑，亦安排在轴线的两侧。

第二种五行八卦式建筑，可以江西三清山建筑为代表。三清山的道教建筑雷神庙、天一水池、龙虎殿、涵星池、王墓、詹碧云墓、演教殿、飞仙台八大建筑都围绕着中间丹井和丹炉，周边按八卦方位一一对应排列。而它的南北中轴线特别长，所有其他建筑都在这条中轴线的两端一一展开，构成一个严密的建筑体系。这是由道教内丹学派取人体小宇宙对应于自然大宇宙，同步协调修炼精气神思想在建筑上的反映。

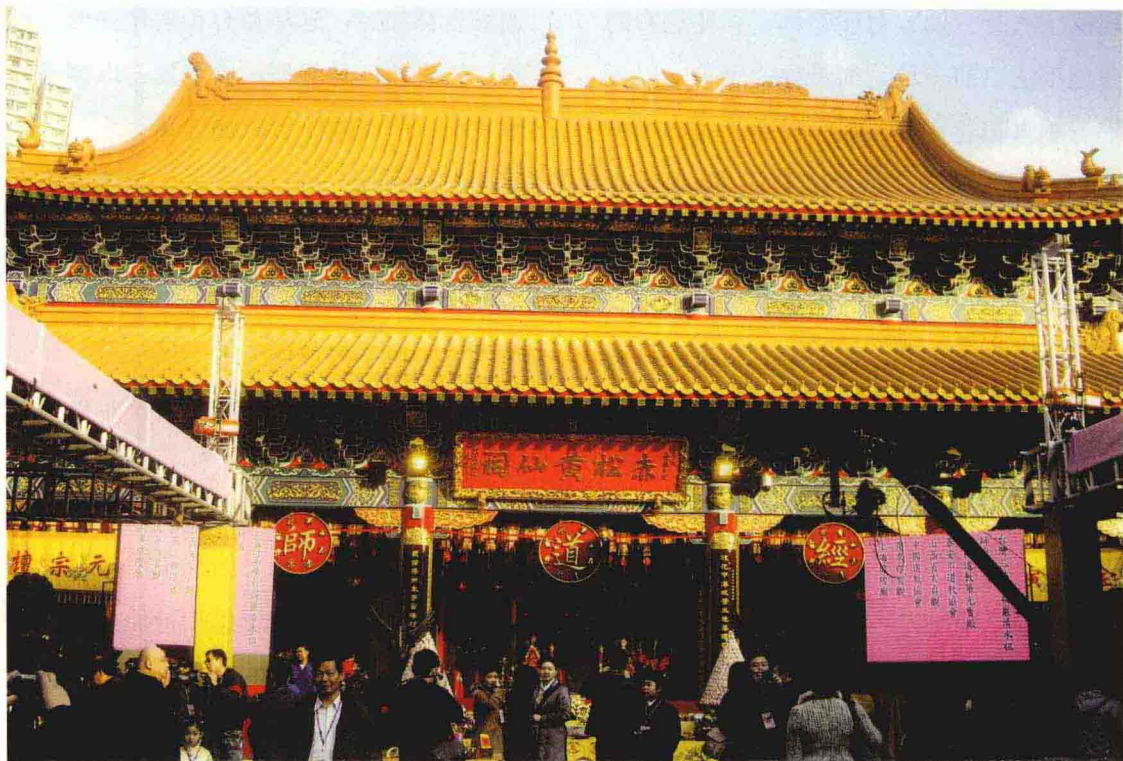
道教的宫观多选址于名山大川之间，在风景名胜建筑的道观，大都利用奇异的地形地貌，巧妙地构建楼、阁、亭、榭、塔、坊、游廊等建筑，造成以自然景观为主的园林系统，配置壁画、雕塑和碑文、诗词题刻等，供人观赏。这些建筑充分体现了道法自然的思想，或以林掩其幽，或以山壮其势，或以水秀其姿，形成了山水与建筑自然结合的独特风格。

道教建筑的装饰，鲜明地反映了道教

追求吉祥如意、延年益寿和羽化登仙的思想。如描绘日月星云、山水岩石以寓意光明普照、坚固永生；以扇、鱼、水仙、蝙蝠和鹿作为善、裕、仙、福、禄的表象；用松柏、灵芝、龟、鹤、竹、狮、麒麟和龙凤等分别象征友情、长生、君子、辟邪和祥瑞。另外还直接以福、禄、寿、喜、吉、天、丰、乐等字变化其形体，用在窗棂门扇裙板及檐头础柱、斜撑、雀替、梁枋等建筑构件上，其对民间民俗传统文化的影响，十分深远。又如八宝图、福寿双全图，这些源自道教思想和神仙故事的图案都远远越出了道教的范围，深入到千家万户的各类建筑构件和日常器具中。至于八仙和八仙庆寿的道教故事和图案更是家喻户晓。

一些著名的宫观不仅有着气势雄浑、金碧辉煌的建筑群作为主体，还有流泉飞瀑、鸟鸣山幽的园林相陪衬。道家园林多左右对称、错落有致，追求超凡脱俗、清静无为的境界，而少人工雕砌的痕迹。因此园中多植奇花名木，以增加自然之秀色，好像仙境之所在，兼得水光山色之灵气，暗寓道法之高深。有时这些园林干脆根据传说中的仙境建造。总之，道观中的人工建筑与自然园林相互映衬，融为一体，构成了道教特有的风格与魅力。

现存著名的道教宫观仍然有许多，如河南鹿邑太清宫、陕西周至楼观台、四川



香火鼎盛的香港黄大仙庙  
2011年。李远国摄。

青城山天师洞、江西龙虎山上清宫、江苏茅山元符宫、苏州玄妙观、南京朝天宫、浙江余杭洞霄宫、北京白云观、成都青羊宫、山西永乐宫、陕西重阳宫、武汉长春观、山东泰山岱庙和碧霞祠、北京东岳庙、四川都江堰二王庙、陕西耀县药王庙、香港黄大仙庙、台湾北港朝天宫、五岳大庙等，都有相当的影响力。

泰山东岳庙原有上、中、下三处，上庙在岳顶磨崖碑前，中庙在王母池之东，现存下庙即岱庙。岱庙又称东岳庙，是泰山道教宫观中建筑规格最高的庙宇，素有

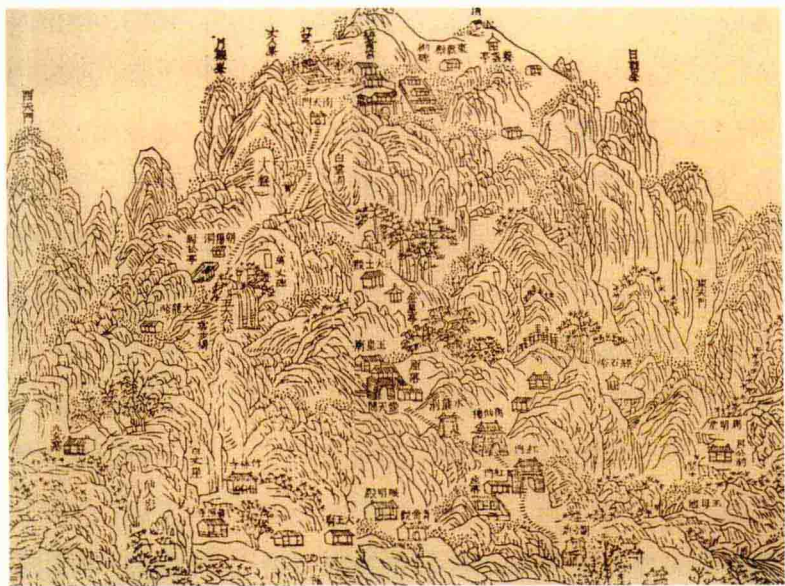
神府仙宅第一家的美称。整个建筑布局以南北为中轴，北高南低，背倚泰山，南向平原，山庙一体，气势恢宏，红墙黄瓦，至尊无上。四周围筑城堞，长约三里，高十米，内分中、西、东三路。其规模宏大，宫阙重叠，气象万千，犹如皇宫，有天阙殿、寝宫、三灵祠、太尉祠、炳灵殿、延禧殿、碑亭、钟鼓楼各类古建筑百余间。殿前庙内古松数十株，蟠结掩盖；汉柏、唐槐、银杏，特异巨围。历代帝王的封禅大典和对东岳大帝的祭祀，均在此举行，成为道教祀祭神灵、宏教宣道的圣殿。



碧霞祠位于泰山顶天街和大观峰之间，西有观星台、孔子庙，东通仙人桥、瞻鲁台，上达玉皇顶。“其形胜环拱，宫东南则五花崖，东北迤西则岳顶、摩崖、日观诸峰，蜿蜒峙列，三面若屏宸，前若双阙。由宫门西下石磴三丈许，南俯悬崖，下视城郭若畦圃。自城郭望之，则崖峰森蔽，不见宫宇。此盖造化灵区，真天奇云。”其观始建于宋真宗大中祥符二年（1009），始称昭真观，金代称昭真观，明弘治年间改名碧霞灵应宫，清乾隆三十五年（1770）修后，改称碧霞祠，主祭碧霞元君，沿用至今。它是一组宏伟壮丽的古代高山建筑群，面积3900余平方米，由大殿、香亭等十二座大型建筑物组成。其大殿五楹，九脊歇山式顶，瓦垄三百六十条，以象周天之数。因山高雾

多，云蒸雨降，飙风刚劲，木材易朽，瓦多飘毁，故明代拓修时盖瓦、鸱吻、戗兽、大脊等均改铜铸。整个建筑以照壁、南神门、山门、香亭为中轴，左右对称，南低北高，层层递进，高低起伏，参差错落，布局严谨，显示了我国古代高超的建筑水平，在道教宫观中极有代表性。明王锡爵《东岳碧霞宫碑文》中描绘说：“琼宫银阙，连岭被麓，丹青金碧，掩映层霄。香烟烛焰，若云霞蒸吐碧落间，是为碧霞元君之宫。”章潢《岱岳泰山》曰：“碧霞仙女祠，四方乞灵者，岁无虚日，所施牛羊马金绮钱帛甚多。”

西岳华山，亦拥有众多的琼宫仙宇。自西汉武帝在华山修建集灵宫和华岳祠，后历经汉唐、宋元、明清，华山道观逐渐形成了别具一格的布局：即华麓多为华峰



泰岳全图

版画，取自清《泰山道里记》。

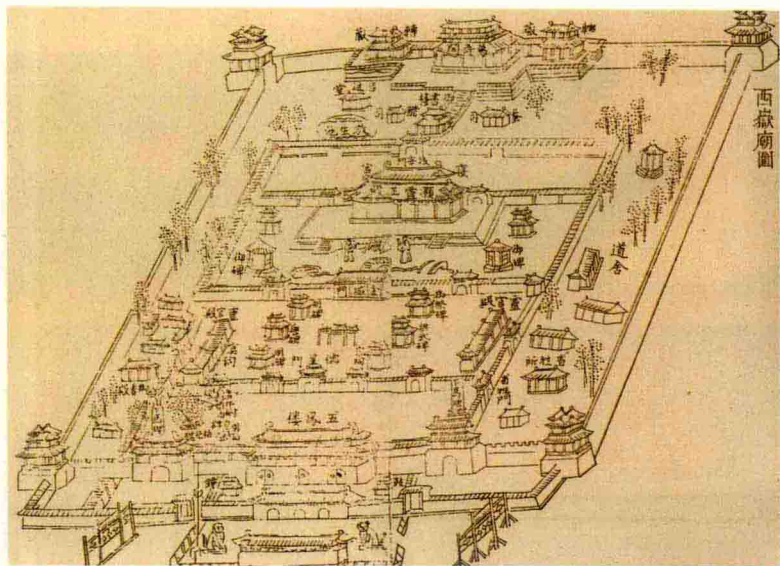
之下院，而在华麓华峰之间是长达二十余里的华谷，谷旁险峰插天，宫观隐显；谷底精舍栉比，别有洞天，形成了华麓、华谷、华峰宫宇珠连的仙国胜景。山中古迹宫观甚多。如云台观、白云宫、太清宫、西岳真君殿、华岳观、鹿圈观、拱极观、太平兴国观、王母观、仙宫观、休粮院、巨灵神祠、兰石院、驾鹤轩、玉泉院、西岳庙等。这些殿宇琼台多为唐宋古观，它们隐藏于奇峰之间，与石室奇洞相辉映，山谷清泉潺潺，滋润灵芝仙草，并为养生修道者增寿。

在华山之北麓谷口，为玉泉院，本隋唐云台观古基，五代高道陈抟所造。清李榕荫《华岳志》曰：“云台观，在华山下，去谷口二里。盖古明堂地。周末巡狩不行，老子之徒始占为观。后周武帝时道士焦道广居云台峰，避粒餐霞，武帝亲诣山庭，临轩问道，因于谷口置云台观。上方白云宫，中方太清宫，下方云台宫，皆因焦道广建。唐天宝初，复为金仙宫，主修卫包撰《修三方记》。陈抟移居华山下，得古云台观基，辟荆榛而居之。”院内绿荫蔽天，泉石如画，建筑宏伟，回廊曲折，为游赏之佳地。正殿供陈抟老祖坐像，东西两旁为客堂、配房，青砖蓝瓦，古朴无华。西北角有陈抟墓、群仙殿、三官殿等，又有石洞，内供陈抟大睡石雕像。山荪亭建于巨石之上，传为陈抟所

修，亭旁无忧树亦传老祖亲植。内有清泉一股，据传这股泉水和山顶的镇岳宫玉井潜通，特别甘美，玉泉院即因此而得名。

西岳庙，在华山下五公里处的岳镇东端。庙始建于汉武帝时，北周天和二年（567）及唐开成元年（836）均曾重修。北宋建隆二年（961）又大修，明、清两代更多次修整。因其是仿北京皇宫修建的，故有“小故宫”之称。其主体楼观殿堂都在中轴线左右对称，庄严肃穆。外城为明代建筑，长约四里，建有角楼。正门为灏灵门，外有九龙影壁遮掩。门对面是五凤楼，五个门洞连券，白石为基，单檐歇山顶被十二根大石柱高高托起，格外雄伟壮观。内城灵星三门，为琉璃瓦单檐歇山顶门楼，其斗拱相互勾连，构成如意斗拱，斗拱中有九龙昂首，张目暴睛，为西岳大神守护门庭。过“天威咫尺”石坊，金城门，便是西岳庙主殿灏灵殿。大殿面阔九楹，进深五间，飞檐高耸，斗拱层叠，气魄巍峨壮丽。金水桥前，庭院开阔，碑石排立，苍柏挺劲，更衬托出主殿的庄严肃穆。《偃曝谈余》曰：“西岳庙极壮丽，其前土台上有楼，凡一百七十楹。其中楼特高大，正与岳对。庙中古木森列，唐柏五株怪甚，其一大者，四人围之。碑有唐明皇御制文，其崇五丈，字径八寸，经黄巢之火，今存惟十数字。庙内又有汉郭香隶字碑，及六朝、唐宋人碑甚多。”





西岳庙图

版画，取自清《华岳志》。

中岳嵩山，高道寇谦之、李八百、李筌、张赤脚、司马承祯、潘师正、孙大冲、贺兰、邢和璞、许昌龄、丘处机曾在此修道传教，并留下了众多的遗迹。如三鹤峰为李八百炼丹处，虎口岩为李筌得《黄帝阴符经》处，逍遥谷为潘师正隐居处，紫云洞为邢和璞、许昌龄隐处，嵩阳观乃孙大冲炼丹地。又有中岳庙、启母庙、迎仙庙、三官庙、仙官庙、元帝庙、九龙庙、升仙太子庙、嵩阳观、三阳宫、太乙观、白鹤观、崇唐观、精思观、紫虚观、洞清观、土德观等，分布山中。

现存中岳庙，位于山南麓黄盖峰下，坐北向南，依脉朝案，砂拱以秀，水抱以情，建筑雄伟，殿宇巍峨，古柏参天，文物荟萃，为我国现存规模最大最古的建筑群之一。创建于秦代，称“太室祠”，内

设祠官专事祀典。西汉时，武帝游嵩岳，中岳庙得到了较大规模的发展。元末由于战乱庙宇倒塌严重。明清两朝对中岳庙又多次整修，特别是乾隆年间按照北京故宫的建造方法，对中岳庙作了一次大规模的全面整修，整个庙宇的布局制式都与故宫相似。中岳庙占地10万平方米，从庙前的中华门到庙后的御书楼，全长0.65千米。殿楼阁宫，亭台廊碑，排列井然有序。青石板铺成的大通道是中岳庙古建筑群的中轴线。沿中轴线由南向北，由低而高，依次为中华门、遥参亭、天中阁、配天作镇坊、化三门、峻极门、崇高峻极坊、中岳大殿、寝殿、御书楼，共十一进。天中阁后面的六角亭，配天作镇坊与崇圣门之间的六角亭，峻极门和化三门之间的四岳殿台基，大殿院的两座御碑亭和廊庑，寝殿



中岳庙

清代建筑。李远国摄。

院的廊房以及御书楼两端的東西順山房，分別位於中軸線的兩側。廟的東西兩路，還分別建有太尉宮、火神宮、祖師宮、小樓宮和龍王殿等獨立成體的小院落。廟內有330株古柏、一百通石碑，及神鼎、鐵人等众多文物，被譽為“文物之鄉”。

南岳衡山，又稱峿嶺山，位於湖南省衡山縣。道教始立，便有眾多高真隱修衡山，煉丹諸峰，如梅福、華蓋君、魏華存、麻姑、叶法善、鄧紫阳、呂洞賓、譚峭等，並留下了眾多古觀靈宮，如黃庭觀、斗母閣、呂祖閣、先天觀、衡岳觀、南岳觀、洞真觀、靜真觀、兜率觀、朱陵觀、東真觀、涌泉觀、玉清觀、龍興觀、

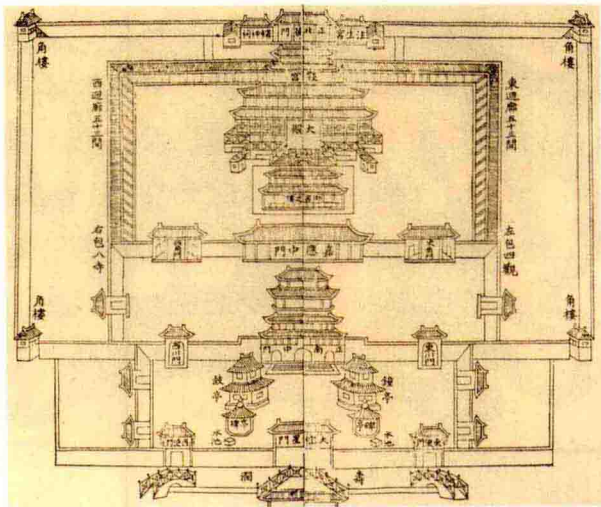
紫霄觀、九靈觀、天書觀、真君觀、九仙宮、九真觀、招仙觀、降聖觀、黃華觀、萬壽宮、玉清宮、上清宮、元陽宮、凌虛宮、洞靈宮、壽寧宮、洞陽宮、隱真宮、紫蓋院、華蓋院、田真院、北帝院等。

黃庭觀，位於天柱峰下，面臨白龍潭，為唐代古觀。漢魏時魏華存隱居天柱峰，潛心修煉凡16年，道成羽化，後被尊封為南岳夫人，為上清派第一代宗師。中唐之際，遂於其址創建紫虛閣，專祭魏夫人。《南岳總勝集》曰：“紫虛閣，去廟西三里，在天柱峰南下。唐天寶年建，馬氏據湖湘，復重修葺。至本朝天聖中，得旨再修，前後止號魏閣。景佑中賜紫虛元



君之阁六字为额，兼赐祔衿之服并钱，置田以贍道众。后政和五年，改赐黄庭观阁。”其后，观名一直沿袭至今，成为南岳道教最重要的宫观。

南岳大庙位于南岳古镇北端赤帝峰下，占地面积98 500平方米。始建于唐开元十三年（725），历经宋、元、明、清历朝各代16次重修扩建，方得今日的规模。现存建筑为清光绪八年（1882）重建，它是仿照北京故宫建的宫殿式的古建筑群，因此有“江南小故宫”之美称。坐北朝南，前有寿涧水，后有赤帝庙，庙址呈长方形，中轴线上的主体建筑由棂星门、奎星阁、正南门、御碑亭、嘉应门、御书楼、正殿、寝宫和北后门九进、四重院落组成。东边有八个道观、西边有八个佛寺，中轴线上则是儒家的建筑风格。



南岳庙图

版画，取自清《南岳志》。

儒、释、道三教共存一庙，这是我国乃至世界庙宇中绝无仅有的。大庙出色的木刻、石雕、泥塑被誉为“江南三绝”。同时以八百蛟龙为最大特色，无论殿宇的梁柱、屋檐，还是柱基、神座，乃至门框、斗拱，神态各异的蛟龙，随处可见，原来这里自古就有八百蛟龙护南岳的传说。

北岳恒山，位于山西省浑源县城南。山中宫观甚多，留有不少道教遗迹和传说。其北岳庙，又称朝殿，坐落于主峰之下，是一座巍峨壮丽的宫殿。始建于北魏太武帝太延元年（435），历经唐宋金元，时颓时兴。明洪武、成化、弘治年间，多次大建，改古庙为岳神寝宫，规模宏大，包括北岳大殿、烟霞亭、潜龙亭、九华亭、碧云亭、翠雪亭、凝翠亭、望仙亭、白云堂、得一庵及山门、石坊，祀奉北岳诸神。《恒岳志》曰：“古庙在山巅，负艮抱坤，所谓高入天际，松桧蔽空。”“亭则有烟霞亭、潜龙亭、九华亭、碧云亭、翠云亭、凝翠亭、望仙亭、茶亭，堂则有白云堂，庵则有得一庵、茶庵，楼则有天下名山楼。”山门两旁，有青龙、白虎二殿。殿前碑石林立，碑文记载着北岳久远的历史。另有后土夫人祠、风伯雨师庙、康太尉庙、会仙府、龙王庙、玉皇庙、文昌庙、救苦天尊庙、圣母庙、山神庙、药王庙、三清殿、

元帝庙、三元庙等众多道观，分布山中。

道教的宫观建筑作为道教文化的一种固体传播方式，深深地打上各个时代的烙印，是研究道教文化的活化石，也是中国古建筑文化的瑰宝。

### 第三节 绘画与雕塑

绘画与雕塑，是美术的两大类别。道教的美术，泛指以道教为内容的绘画、雕塑、建筑艺术、工艺美术等。美术是含有美学情味和美的价值的活动及其活动的产物，起源于远古时代。人们把观察到的、向往追求的事物，经加工、想象表现出来的时候，也很自然地把自己的信仰、崇拜对象以及向往的彼岸世界，用美术形式表达出来，由此便产生了宗教美术。

中华民族的祖先对神仙的崇拜，造就了中国古代反映神仙信仰的美术作品，后来这种以神仙信仰为内容的美术便演变成了道教美术。道教美术的特点是反映与表现人们对神仙的信仰与崇拜。人们认为，神仙是虽有躯体形象、但不受自然规律制约而对物质世界施加影响的超自然体。于是便通过美术的形式来描绘表现其形象，以突出神仙的超俗与威力，展示其信仰的真谛。这种以神仙为主要内容的特殊的可视形象，反过来又使人感受到富有人格意义的神仙所具有的超人力量，并通过这种

形象力量深化人们对神仙的崇敬与信仰，成为传播道教信仰的一种有力手段。所以道教美术受到道教信徒的重视，在道教发展的漫长的历史时期留下了许多道教美术珍品。

从道教创始之际，道教就十分注意利用壁画这一艺术形式，来宣传其神仙的思想。在整个传承过程中，壁画始终以道教所信奉的神仙以及人们耳熟能详的神仙故事为主要题材。同时，也出现了描绘道教圣地的山水画和用于指导修炼的方术示意画。壁画内容上的丰富使其自身的生命力更强了。因此，人们越是崇奉道教，道教壁画也就越是兴盛。壁画很大一部分是描绘人们心中所崇拜的神仙。面对这些壁画，信徒不禁浮想联翩，对神仙的敬畏之心油然而生。

在辽宁金县营城子汉墓壁画中，壁画上端云气中一人身披羽毛，右上端一龙昂头相向，并有一个戴三山冠佩剑的人，其前站立一个白发老翁，墓主人和神仙似在交谈，下部画三人执笏拜跪祭祀的情景。这幅壁画既是汉代祭祀仪式的反映，又是早期道教人物装束、祭祀仪式和神仙故事的生动写照。后世道教美术作品中仙人的持剑、羽衣、留须、云气等，都是由此演化而来。

隋唐时期，道教壁画大胆吸收了国外的绘画成就，并融合、借鉴佛教绘画艺



术。当时道教的宫观遍布全国，长安、洛阳等地方的大型宫观更是异常宏伟壮丽，其宫观的壁画大多出自著名画家之手。隋代展子虔、杨契丹、郑法士，唐代阎立本、吴道子、刘行臣、张南本等，都以绘制佛道壁画著称。《两京耆旧传》称：当时道教宫观的道玄画不可胜记，皆绝妙一时。

唐代中期的安史之乱，使得著名画家纷纷入蜀，在比较安定的四川地区，道教壁画得到了巨大发展。在唐代裴孝源《贞观公私画录》、朱景玄《唐朝名画录》、段成式《寺塔记》、张彦远《历代名画记》及宋代黄休复《益州名画录》的著述中，记载了许多著名的道教壁画。时画家张素卿，本人就是道士，乾符年间入居四川青城山常道观，画有《老子过流沙图》、《五岳朝真图》、《九皇图》、《五星图》、《老人星图》、《二十四化真人像》、《太无先生像》等。前蜀主王建修青城山丈人观，请其于真君殿上画五岳、四渎、十二溪女、山林、溪沼、树木及岳渎曹吏等大型壁画。蜀主诞辰时，张素卿又画十二仙

真，备受赞赏；凡有醮斋，开悬供奉。

宋时赵室崇道，因朝廷几次大规模地兴建宫观，道教壁画发展到了鼎盛。真宗景德年间（1004—1007）为营造玉清昭应宫，征天下画流三千余，以著名画家武宗元、王拙为左右班之首领。现存美国纽约的武宗元传世之作《朝元仙仗图》，即为壁画之底本。图绘东华天帝君、南极天帝君率领众仙官侍从，排开仪仗去朝见玄元皇帝的情景，人物众多，场面浩大。每一人物都有题名牌，共87名。前有仗剑神将



朝元仙仗图(局部)

武宗元，宋，手卷，绢本白描，44.3cm×580cm。美国华人王季迁藏。

开道，末有披甲神王殿后，二位主角比其他人物略为高大，头有光轮，非同寻常。众神仙神态不一，动静有别，服饰各按其身份，多姿多彩，布局疏密有致。其间夹有花草树木，队列两侧曲径栏杆，人物手中器物、兵器、仪仗种类繁多，描画细致。人物大多面向前方，也有回顾、侧身者，衣裙饰带，宝幡锦旗一律向图左飘动，表现出众仙驾云御风，飘然徐行的气势。全图主次分明，各具神态，具有线描艺术的韵律感。其处理手法与唐阎立本《历代帝王图》、周昉《簪花仕女图》相类，以人物的比例大小来突出主要人物，此手法在道释画，以及宋元以降的文人画中也常有运用。武宗元的其他作品如《真武像》、《火星像》、《土星像》、《天帝释像》、《天尊像》等也都是经典之作。

元代初期全真教盛极一时，山西芮城县永乐宫道教壁画就是集唐宋道画传统的杰作。永乐宫壁画画面长90米余，面积429.5平方米，高4米余，实绘大小神像共286尊，人物高达两米，分五层排列，结构严谨，场面宏伟，技法娴熟流畅。三清殿壁画以三清为中心，组成层次井然的仪仗，表达出“三清譬如北辰，居其所而群星拱之”的意思。全画分成多组，有雷公雨师、南斗六阙、北斗七星、八卦神君、十二生肖神君、二十八星宿、三十二天帝君等群像。每位帝君和圣母左右均有十余

名玉女侍奉。线条圆润流畅，色彩浓淡相谐，宁静飘逸，庄严肃穆，云气缭绕，壮丽浩荡，金碧辉煌，显示出元代道画画工们的巨大构图能力。

纯阳殿另有《纯阳帝君神游显化之图》壁画共52幅，七真殿有叙述全真教创始人王重阳诞生、得道、成仙和历次度化马丹阳、孙不二、邱处机等北七真事迹的故事画共42幅。这些壁画把山水、花鸟、鞍马、界画和人物糅合在一起，以表现人物情节为主。永乐宫壁画是由元代民间画工集体绘制而成的，他们堪称14世纪中国



东华上相木公青童道君及诸神（局部）  
山西芮城永乐宫壁画，元。



绘画史上最具有创造性的民间艺术家。

在山西省大同市宋家庄冯道真墓室，存有金代道教的壁画。墓主冯道真（1189—1265）为金时全真道官，道号青云子，任龙翔万寿宫宗主。墓室的东壁和西壁分别绘有《观鱼图》、《论道图》，描绘了道人临水观鱼和在翠柏下相对论道情景。墓门的两侧及券顶上绘有仙鹤、祥云。画中人物均以墨线勾勒，笔法流畅，简洁而有秩，颇有李公麟之画风。墓室北壁绘有水墨山水《疏林晚照图》，画中崇山峻岭，林木葱翠，村舍隐现，水波浩渺，舟楫扬帆，纤夫拉船，极为生动。

山西新绛县稷益庙，存有明代道教壁画。殿内供奉大禹、后稷、伯益三圣帝君，塑像今已不存。大殿的东、西、南三壁绘满壁画，歌颂大禹、后稷、伯益教民稼穡、为民造福的神话故事。大殿的东壁绘有《朝拜三圣图》，图中央画的是高大的三圣殿，背后画有连绵的群山和流动的云烟；三圣帝君身着袈服、头戴冕旒，端坐于中央；殿前画着赐种女神姜原，左右侍女成群，或持果盘，或捧壶浆。殿台下有虹桥流水，松柏参天，还有文官、武将和农夫等侍立；画面的北侧是农夫的行列，有的肩挑猎物、树枝，有的捆缚为害庄稼的蝗虫精，有的手握蚂蚁、害虫和野草；画面的南侧是手持五谷、肩扛锄头、头戴白色遮阳帽、身穿礼服的官吏。画中

人物有男有女，有老有少，千姿百态，无一雷同。西壁绘有大禹、后稷、伯益教民烧荒、狩猎、伐木、祭祀以及农业上的种植、耕作、收割、入仓等生产活动，画中山川树木、楼阁殿宇分布其间。三圣像在画的中央，两旁侍立有百官、侍女，天上有群仙在云中下视，地上有百官仰首迎神。大殿的南壁分东西两部分，西部画的是《酆都地府》、《阴曹地府》，有阎君、判官和牛头马面、无常小鬼；东部画的是《张大帝赴会》，张大帝羽扇纶巾，神采非凡，正率领百官出行朝圣，身后的文官武将排成三列，面向大殿中心，人物神态各异，生动逼真，颇有生活气息。

泰山岱庙天贶殿，存有泰山神启跸回銮图。泰山神即东岳大帝，主宰人世的福禄寿夭，历来受人崇祀。殿建于宋代，清康熙十七年（1678）重修，壁画当为此时所作。东壁为启跸图，西壁为回銮图，描绘了东岳大帝出巡和返回的场面，声势浩大，人物众多，气氛热烈，刻画生动传神。启跸前导中有狮子，头为卷毛，鼻下两条白色长须向前飘动，身体为青蓝色，尾作火焰状，背驮宝瓶，插有红色珊瑚，旁有火光围绕。御者浓眉大眼，手牵红色缰绳，昂首阔步，向前迈进。一人一狮，虎虎有生气。其后有十八学士，聚于九柱石桥上，柱顶各有一石狮，形态各异。学士皆穿官服戴纱帽，手捧朝笏，面带笑

容，似在欢送大帝出巡。回銮图中，东岳大帝头戴冕旒，身穿黄袍，双手捧玉圭，端坐于四轮六马的辇中，神态安详。辇上有华盖，顶为宝珠状，四角垂璎珞，三面有帷幕，显出銮驾的华贵。周围近辇处为文臣及近侍，外围为武将，共118人，都骑马护卫。文臣执笏，近侍、武将执剑、枪、旗、长柄团扇等仪仗，四周以山石树木衬托，有千军万马奔腾而来的气势。整幅图人物众多，器械繁杂，然布局有层次，疏密有间，故能繁而不乱，主题突出，很好地表现出泰山神威灵显赫，巡游天下的场面，使人一见而生崇敬之心。

河北石家庄市上享村毗卢寺内，存有元、明之际佛教、道教的壁画。寺内有前、后两殿，共保存有200多平方米的佛、道教壁画。前殿为明代作品，后殿壁画为元至正二年（1342）重修时所绘制。后殿有壁画130平方米，四壁绘有大小神佛人物500多躯，又分成120多个小组合，每组旁边都有名号题榜，十分精彩。画中人物上下交错，分成三层，下层神像高约一米，水平正对视线，中、上层神像依次减小，人物多为大半身。整幅壁画主次分明、次序井然，顾盼照应周全。北壁绘有130多躯，以佛教题材为主，其中有道教的玉皇大帝、十二元辰、南斗六星、二十八宿等神仙。东壁有道教神仙南极长生大帝、扶桑大帝、玄天上帝、天妃

圣母、清源妙道真君等130多躯。西壁以道教为主，有北极紫微大帝、龙神等130多躯，全画高2.8米，宽7.6米。南壁分东西两侧，共有人物140躯，以世俗人物为主，也有部分道教神仙，如鬼王、城隍、土地等。壁画人物众多，千姿百态，浑然一体，构成了一个非常和谐的总节奏和韵律。人物以墨线描绘，线条变化多样，有的寥寥几笔就勾画得淋漓尽致，例如清源妙道真君，也有细描细绘的，却又不显繁琐。画中衣带飘舞，衣褶当风，祥云流



清源妙道真君

河北石家庄毗卢寺壁画，明。



动；人物形象各异，有的气宇轩昂，有的沉着老练，有的粗犷强悍，体现了不同人物的不同气质。人物精神风韵极佳，有安详、有高贵、有文雅、有冷漠、有威严。所用色均为矿物颜料，艳而不俗，富丽堂皇。

神仙的这些画像，既运用中国传统的绘画手法，又力图体现道教的教义。以“画以立意”为宗旨，采用“以形写神”和“以神写形”的方法，在创作中不仅调动各种艺术手段，而且体现了道教对绘制神像的种种要求。唐开元二十九年（741），吴道子画太上老君像，以高祖、太宗、高宗、中宗、睿宗等五帝陪祀。吴道子兼擅道释画，创作有五帝、五官、星宿像等，其中画于河南鹿邑太清宫的太上玄元皇帝像，史载系绢本，即绘画单幅绢上，不施裱褙，供奉时悬挂于壁间架上，后刻石于苏州玄妙观，才得以传世。

以道教故事为题材的道画，自晋代画家顾恺之始，历久不衰，画家辈出。顾恺之是东晋大画家，崇尚老庄，以龙为题材作道画，附会老子犹龙之说法，其后画云龙遂成为道画的特色之一。据《贞观公私画录》，顾恺之还画过《刘仙像》、《三天女像》等，并且著有《画云台山记》，叙述他的天师故事画的内容和构思。画面上丹崖险峻高大，颜色红紫，显示其为神



猴侍土星神图（局部）

张思恭，南宋，绢本设色，121.4cm×55.9cm。美国波士顿美术博物馆藏。画中土星神是一位美丽的妇人，雍容富贵，坐于榻上，右手执笔，正要书写，旁边小猴双手捧砚，以供土星神填笔。

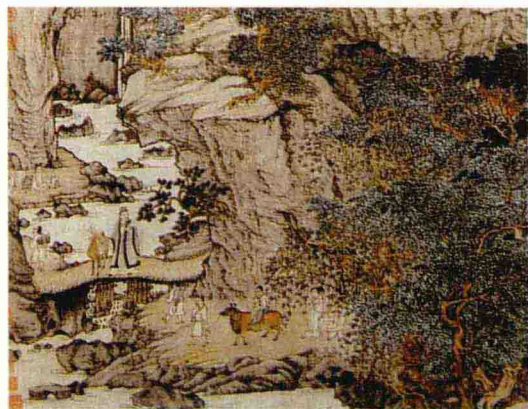
仙之境。张天师脸型瘦削，飘然若仙，于丹崖上七试弟子，其弟子王长穆然坐答，赵升神爽气怡，另二弟子则魄散神飞，汗流失色。

《图画见闻志》、《宣和画谱》称，五代时有名画家二百五十余人，其中以道释画为主者达一百十三人，这又给道教绘画注入了新的活力，题材更为丰富多

样。该时期的代表作品主要有《元始天尊像》、《南北斗星真像》、《金星像》、《水星像》和《土星像》、《钟馗图》、《许仙老遇仙图》、《玉皇大帝像》、《太上像》、《天官像》、《三仙会棋图》、《葛仙翁飞钱出井图》、《九天定命真君像》、《长生保命真君像》等，都为时人所称道。后来的《三教重屏图》、《药王像》、《许真君拔宅成仙图》、《六甲神像》、《青城山图》、《二十四化山图》等都是传世之作。

宋元以降，文人崇尚道家思想，追求清静无为，淡泊自身，常以道教题材抒写自己的心胸。他们作画崇尚卷轴、册页、扇面，或有以道教题材结合山水、花鸟的内容，追求清静无为的境界，形成了文人画超逸、淡泊的艺术风格。据《图绘宝鉴》卷五所列元代画家，既有刘贯道、杨说岩、王景升、萧月潭等工画道释人物、神佛的画家，又有郑思肖、黄公望、倪瓒、王蒙、张彦辅、马臻、方从义、丁清溪、张与材、张嗣成、张嗣德、方方壶、赵元靖等道士画家。张渥所作《九歌图》、《太乙真人像》等，以白描手法描绘太乙真人手执如意，乘舟荷叶，舒展飘逸的仙风。王蒙《稚川移居图》，描绘了葛洪携家移居广东罗浮山炼丹的情景，图下溪畔之径有数人行走，其中一人牵牛，一人骑牛。溪上有桥，桥中一道者宽衣大

袖，右手抚鹿，身量比他人高大，当为葛洪。图上端两山之间有数间村舍，当为炼丹居住处。人物描绘简洁精细，古拙生动。山间河流回环，山径曲折，山岩苍劲，林木布于其间，飞瀑流泉穿插其间，构成一种远离尘世、宁静幽深的境界，表现了葛洪淡泊名利、一心修炼的心境。



稚川移居图（局部）

王蒙，元，立轴，纸本设色，139cm×58cm。  
北京故宫博物院藏。

明初著名画家戴进对佛、道画尤精，据称所画“神像之威仪，鬼怪之勇猛，衣纹设色，重轻纯熟，亦不下于唐宋先贤。画尊老用铁线描，间亦用蓝叶描。远出南宋以后诸人之上，临摹精博，明朝画流第一”。吴伟所作《北海真人像》，写骑龟仙者悠然泛海，昂首天外，无拘无碍。清代扬州画派金农所作的张天师像，更以古拙的文人笔墨趣味，表现画家超凡脱俗的情思。而与金农同时代的画家黄慎，以



狂草笔法画李铁拐像，更是笔墨飞动，具有呼之欲出的仙态。当代画家张大千早年曾久居四川青城山，所绘王母、麻姑、陈抟、纯阳和张陵等道教人物画，刻石于山，至今犹存。

宋元以后，儒释道三教合一的思想渐渐盛行，在艺术上也有所展现，文人道画与民间画工广泛从事于壁画、版画、年画，以及用于道教醮斋活动中的水陆画，明代永宁寺保存的水陆画是这一时期的代表作品。

水陆画流行于明清时期，是道教、佛教举行隆重盛大的水陆道场时悬挂的一种宗教题材绘画。道教水陆画表现内容大致有元始天尊、灵宝天尊、太上老君、玉

皇、西王母、紫微大帝、南极大帝、天皇大帝、真武大帝、文昌帝君、关圣帝君、斗姆、南斗星君、北斗星君、雷公、电母、风伯、雨师、天官、地官、水官、青龙神、白虎神、王灵官、马元帅、赵元帅、温元帅、关元帅、东岳大帝、南岳大帝、四海龙王、张天师、八仙、福禄寿三星、酆都大帝、城隍、十殿冥王、牛头马面、诸大地狱等内容，一组完整的水陆画就是三界人神组成的生活全景图，表现内容多为劝人行善，严戒恶行的意境。水陆画以彩绢工笔浓缩了儒、释、道三教的文化内涵，以纸帛柔丝映现古代中国千年的宗教思想体系，以劲健的笔力、鲜明的色彩表现了人们对美好愿望的追求和寄托，



上清天枢院印

铜质方形印章，元，5cm×5cm×3cm，印文为云篆，难以辨别。李远国藏。

也是世俗生活的真实写照。

在道教醮斋仪式中，则广泛使用民间木雕、刺绣，以及纸扎工艺的艺术品，作为法器或陈设。各道观、民居、园林中也普遍采用民间广为流传的八仙、麒麟、万年青等吉祥辟邪的装饰图案。木版印刷的门神、灶君、关帝、财神、寿星等神像，在民间流传尤盛。道教的法器品种颇多，主要有法印、令牌、投龙筒、雷祖尺、天蓬尺、拷鬼杖等，或用金、铜制作，或用玉、木雕刻，十分精美，堪为艺术珍品。

雕塑是立体的艺术。刘宋陆修静时代，道教已开始有造像活动。保存至今的魏晋至隋代的早期道教造像约有数十尊，以石刻像为主。此时道教造像在技巧和风格上都受到佛教造像的很大影响，例如神

像后有舟形背光，双手合十等，甚至有的道教神像和佛像造在一起，如北魏始光元年（424）造的佛道像，左为道像，右为佛像。早期道教造像人物均着肥大道袍，为秀骨清像，用深直干梯式衣纹，线条匀称细密而凸起。

唐代以后，道教造像活动逐渐兴盛，根据其信仰宗旨和其美学思想，道教造像也形成了自己独特的制作模式、规范和艺术风格。由于神的地位、神职不同，所以其形象，制作要求也不同。《太上洞玄灵宝国王行道经》云，道教造像“随其所有，金银珠玉，绣画织成，刻本范泥，凿龕琢石，雕牙镂骨，印纸图画”，“一念发心，大小随力，庄严朴素，各尽当时”。即造像用材可随其所有，一般以木



灵宝大法司印

铜质方形印章，明，7.8cm×7.8cm×5.5cm，印文为云篆，难以辨别。李远国藏。



雕像、石刻像和泥塑像为多。

道教不仅把神像作为奉祀对象，而且把造像的全部过程与其信仰结合在一起。例如造木雕像，在选好木料后要择良辰吉日举行开斧仪式，需焚香、诵经；中间尚有装脏仪式，即在神像中装入经典、五谷、药物、铜镜、金银珠宝等，最后要举行开光点眼仪式。只有经过这一系列宗教仪式，这时的神像方具有神魂，成为神灵寓居的躯体。

道教造像除继承我国传统的艺术风格外，还具有自己独特的艺术风格。道教既主张出世，又注重人世，在追求解脱的同时，又不放弃净化现世的生活，故表现在造像艺术风格上便于神奇玄妙、威严肃穆中又渗透着一种尘世生活气息，使人感到平易、亲切。另外，道教是多神教，其神像种类很多，故形象也是多彩多姿的。现存于世的众多道教造像，许多造型精美，神采飘逸。

山西太原晋祠圣母殿，存有道教塑像43尊。圣母殿建于宋代天圣年间（1023—1031），供奉周成王和唐叔虞之母邑姜，故名。当地传说，天旱求雨，有求必应，历代香火旺盛。殿宇壮观，殿中为圣母像，盘膝端坐，凤冠霞帔，蟒袍玉带，面容端庄慈祥，为后妃相。两旁除女官外，有33尊侍女像，如真人大小。造像的形象和性格特征各异，有的天真活泼，有的端



圣母邑姜坐像

山西晋祠圣母殿泥塑彩绘，北宋元祐二年。  
取自《中国寺观雕塑全集》。

庄稳重。塑像口目传神，面容姣美，有的掌管文印翰墨，有的侍奉饮食起居，有的从事音乐歌舞，有的手拿麈尾。例如捧印侍女，相貌丰满，神态严肃认真，小心谨慎，面孔朝前，双目微微下视，左手托印，右手扶印，表现得十分忠心。右侧执麈尾侍女，年岁较小，活泼可爱；左侧拿绣巾侍女，头略斜低，体态轻盈窈窕，神情含蓄大方，似一位歌舞侍女；她的旁边有一身着男装的女官像，神态冷漠傲然，挺胸直立，左手握着右手，颇似贵公子。全部造像比例适度，体形丰丽俊美，面相

清秀，服饰得体，姿势自然，神态逼真。造像技艺高超，衣纹处理十分灵活，长短、深浅、聚散、起伏变化多样，线条流畅。

山西晋城玉皇庙，现存殿宇10座，庙内保存有宋、金、元、明诸代彩塑神像300余躯，还有砖雕、石雕，琉璃饰等艺术品。据庙内《玉皇庙功德碑》记载，玉

皇殿内的侍女像和侍臣像为宋金时作品，西庑内的二十八宿像为宋元时作品。主殿玉帝殿，神台上塑玉皇大帝像，高2.62米，双手执圭，跏趺坐于座椅上。后围有木屏风，气宇轩昂。玉帝前及左右神台上造有侍女立像53躯，像高者1.82米，低者1.42米。侍女像多为中年妇女像，头束发髻，有双髻，有高髻，也有包头巾

或束带者，面貌俊美丰润，衣裙修长贴体，风度端庄大方，神态安详典雅。另有文武侍臣立像27躯，像高1.8米至2米不等。在西庑内，面壁前神台上共塑有坐像28躯，向东正坐22躯，南北向各有3躯，像高1.8米左右，为重彩泥塑。28位星宿神被塑成28位性别、年龄、性格、身份不同的人物形象，塑像突出了人物内在的心灵刻画，取得了神形兼备的艺术效果。二十八宿中女像温柔娴静，例如娑金狗，少妇像，相貌俊俏，细眉小嘴，高高的发髻装饰成花朵状，身穿绣袍帔肩，左手抚右袖口，端坐若有所思，白狗立于左侧，昂首仰望主像，颇为生动。虚日鼠，中年妇女像，长发披肩，面目温柔俊美，头略向前，凝神自若，温良持重，为群像中女神之代表作，被称为东方圣母像。男像表情奔放威猛，潇洒大方，例如



翼星

山西省晋城玉皇庙二十八宿殿泥塑彩绘，元至正十五年（1355）。翼星为一勇猛武夫像，上身裸露，两肩绿色披帛，胸佩珞，下着裙，右手握蛇高举，左手高抬，瞪目张口。





### 元始天尊

山西介县后土庙三清殿泥塑彩绘，明。元始天尊盘腿而坐，戴冠着袍，后有背光，左手虚拈，右手虚捧，法像庄严。



危月燕，中年男子坐像，面貌恭谨儒雅，身体向左依，左手抚座，右手举圆月，月中绘有飞燕，姿态潇洒。胄土雉，老翁像，左手举物，右手抚雉，衣袍肥大，盘右膝伸左腿端坐，张口凝视，若望若呼，栩栩如生，是男像中杰作。另外，在西庑的十二元辰像，东庑的十三曜星君像、行山太尉和二院殿宇中的成汤、皇伯、水官、狱神、瘟神等等神像，除少数为明代补塑，余皆为元代作品。玉皇庙可谓道教造像之博物馆。

山西蒲县东岳庙内，保存有大量明代造像。正殿供奉东岳大帝黄飞虎，像设高大的神龛内。东岳大帝手捧玉圭，端坐于龙椅之上，神态庄重，双目凝视，三绺长须垂于胸前。龛前有侍者两人，门外廊下又有官员侍立，各像比例适度，衣饰较繁复。庙的最后为十八层地狱府院。上院为地府官吏，下院为地狱景象，布局紧促，等级森严。北洞五堂，内塑五岳大帝，帝身后有花屏靠背，龛前有群臣恭虔侍奉，主像神情肃穆，端庄。东西两洞各有五堂塑像，有十殿阎君、六曹判官和地狱冥罚，牛头马面和各种鬼卒履行职守，犯罪者正在受刑。共有塑像120余躯，大小与真人略同，塑造生动，是道教宫观中少有的明代泥塑像群。

山西介县后土庙，现存殿堂多为明清建筑，是一处包括五进院落并配有楼台

殿阁的庞大建筑群。这个建筑群里，有影壁、山门、过殿、东西廊房、三清楼、钟鼓楼、后大殿等。整个院落布局紧凑，结构合理，气势雄伟，又富于变化，是一座庄严肃穆的寺庙建筑。内有数百尊道教悬壁彩塑，如三清、四御、后土、天蓬等。这些塑像塑造手法极高，形象逼真，姿态各异，衣纹线条流畅，形象丰满而神情自然，是不可多得的彩塑艺术佳作。

湖北省武当山金殿、紫霄宫、南岩、遇真宫等宙宇内，现存很多明代造像，最精美的当属金殿和遇真宫的造像。金殿的真武像和金童、玉女、水火二将像均为铸铜鎏金，造于永乐年间。真武大帝像重约二万斤，形象魁伟，面貌丰润，着袍衬铠，披发跣足，前褶潇洒，神态威武；金童、玉女神态恭谨，娴雅俊逸，衣袍飘逸，毫无铸造之痕；水、火二将擎旗、掌剑，勇猛威武。遇真宫的三丰祖师铸铜坐像，身着布衲，足踏草履，面带微笑，形象生动，风姿飘逸，极富生活气息。紫霄宫内供奉的真武大帝及诸神像，或垂拱端坐，或勇武庄严，雕塑手法细腻，形象生动。五龙宫内的水火二将造像魁梧威严，玄君殿的真武像铸造精美，太子岩殿内真武太子童年像，隆准丰颐，神态飘逸；磨针井的青年真武像栩栩如生。这些像均为明初作品，是现存明代造像之珍品。

众多的寺观雕塑，精美的道教造像，



是历代艺术家留下的一笔珍贵的文化遗产。唐宋以来，由于统治者对道教的大力推崇，并在佛教石刻艺术的影响与推动下，中国的南方产生了一批道教石窟造像。如在四川地区先后出现了元始天尊、太上老君、三清、四御、东岳大帝等石刻造像。安岳玄妙观、潼南大佛寺、剑阁鹤鸣山、蒲江飞仙阁、绵阳玉女泉、仁寿牛角寨等地有隋唐之际的道教石窟造像；大足南山、石门山、石篆山、舒成岩，安岳老君岩、三仙洞，有宋明时期的道教石窟造像。这在为数不多的道教造像中，显得尤为珍贵。

玄妙观摩崖造像，位于四川安岳县集胜山腰。石刻造像雕刻在一独立的平顶巨石四周，大小造像129尊，均为盛唐时期

作品。造像题材以道教为主，兼刻有佛、道合龕造像，也有少数佛教造像，保存完好。主要造像有老君、释迦和老君并坐、真人、十二时神、金刚力士、九头鸟、观音、势至等。其造像错落有致，优美生动。其中最大的一龕是老君造像龕，龕内正壁雕凿主像老君，它趺坐于三层仰莲瓣莲台上，其下是一层覆莲瓣的莲台，再下是八棱座基。老君面部丰满圆润，两眼平视，头戴莲花冠，结胡须，身着高宽领道袍，左手放桌几上，右手执宝扇，头后有莲瓣形背光。其左右侍立金童、玉女，均头戴莲花冠，身着交领宽袖道袍，赤足立于莲台之上。龕窟的左右壁上，各刻一女真人，其身軀高于金童、玉女。龕窟左右壁与正壁上部对称刻护法神，合为十二时



老君像

四川安岳玄妙观11号龕石雕，唐开元十八年。李远国摄。

神。老君脚下外沿刻有蹲狮和十二尊小造像，其项均有背光。龕外刻一真人像，身着交领大衫，外罩半臂袍，手捧玉章，站立于莲台上。左边立一束发神将，深目阔嘴，身着甲冑，右手举剑，护腿至膝盖，脚穿长筒靴。龕窟下部站立十二神将，当为十二月令神。

位于四川剑阁鹤鸣山的唐代道教造像，现存的五龕造像，完整者二龕，均为长生保命天尊造像。其中一尊造像高1.8米，戴莲花冠，着纳托，持法器，站莲台上，肌肤丰腴，庄重面善，形象逼真，工艺精巧。龕两边各有浅浮雕两组，为文臣、武士、护法神、妖魔、供养人等。不论是手持象笏者、披甲戴盔者、腰束战裙者、足踏妖魔者，都各执剑、叉、索链、宝瓶、法器，怒目眦目，形态各异，咄咄逼人。龕台下还刻有雄狮、麒麟等祥瑞物。

绵阳玉女泉，位于四川绵阳西郊西山观下。此处有隋唐时的道教石刻造像25龕，分布于在玉女泉和子云亭周围石壁上，大像高近1米，小像仅高0.26米。麒麟、怪兽、奇鸟等，或侧立，或斜卧，或正蹲，或俯踞。四号龕中镌老君坐莲台像，左、右刻二立像。老君束发着道衣，足穿道靴，衣衫轻柔贴体，有飘然之感，面露笑容，盘腿而坐，妙相传神。其中天尊一龕，有隋大业六年题记，是四川最早



长生保命天尊

剑阁鹤鸣山三号龕石雕，晚唐。李远国摄。

纪年刻字的道教造像。子云亭下仅一龕，镌三清像，浮雕小像90余尊，分排侧立，亦作道家装饰，状极虔诚。

重庆大足有几处道教石刻。南山石窟凿于南宋绍兴年间，造像均为道教题材，主要有三清洞、圣母洞、真武洞、龙洞等五龕，共计造像500余躯。石门山有玉皇大帝龕，独脚五通大帝龕，三皇洞，炳灵公夫妇龕。舒成岩有淑明皇后龕，东岳大



帝龕，紫微大帝龕，三清龕，玉皇大帝龕。佛安橋有三教造像龕，妙音山有三教合一龕，石篆山有老君像龕。大足道教石刻數量多，大多為宋塑，手法圓熟，形象精美，在全國名列前茅。

三清洞為大足道教石窟造像中最大的一窟。造像分上下二層。上層正面造元始天尊、靈寶天尊、道德天尊，三像均著方領道裝，外罩法衣，頭戴蓮花冠，蓄三縷長須，背後有火焰形身光與頭光，頭上方懸圓形珠帘寶蓋，盤膝坐於束腰矩形蓮台上。上層左右壁中部，各造一像，頭戴冕旒，手捧玉圭，足蹬舄，坐於龍椅上，當為四御，兩旁各有侍者、飛天仙女。左右壁各有一天神，外側各有一元君，二侍童。下層左右壁造像與上層相似。中心柱左壁上開有二龕，造玉帝巡遊圖。玉帝頭

戴冕旒，身著寬袖大袍，雙手捧玉圭，立於雲端。其前、後及上方，分三層立十九尊侍者像。下龕為春龍起蛰圖。石窟左、右及後壁又有六排小浮雕像，共三百六十尊，呈立勢，有手執圭，戴通天冠，冕冠或硬角幞頭者，也有頭戴盔，雙手執捧斧者。外側尚各有六個小龕，刻人、馬、獅、秤等，為黃道十二星官圖像。

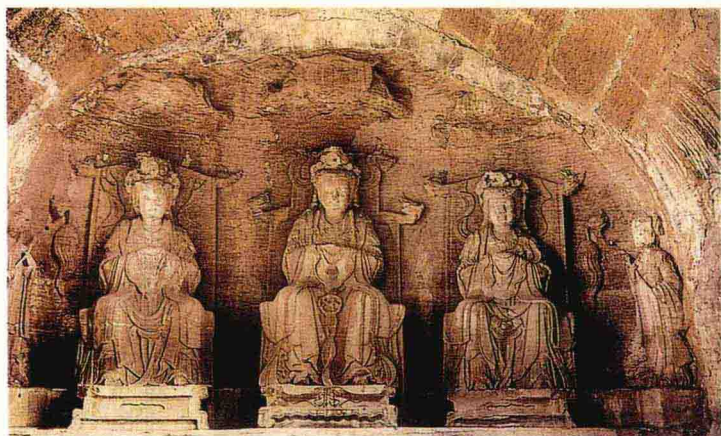
聖母洞，造像鑿造於南宋紹興年間，這是一組道教神系九天監生司的造像，頗為珍貴。正壁上雕刻主像三聖母，大體呈圓雕。中像聖母面向西南，端坐於靠背有四龍頭裝飾的寶座上，頭戴鳳冠，身著宮妝，雙手拱於胸前，捧物，其頭上方懸有寶蓋，蓋正面有匾，上刻“注生后土聖母”六字。中像左右側各雕刻有一聖母，頭戴翟冠，身上宮妝，雙手拱於胸前捧



三清像

重慶大足南山4號窟石  
雕，南宋紹興年間。李遠國  
攝。

物，头上方也有八角形宝盖，当为护胎圣母、保胎圣母。三主像两侧，各立一侍者，双手执拂尘。窟左壁下内侧，刻有一神将像，呈立姿，身高1米，全身着甲冑，外套大袖深衣，蹬尖头靴，双手执兵器，为“九天监生大神”。大神左下侧有两男供养人像。窟右壁下内刻一女像，立姿，头戴金钗，身着襦裙，双肩着霞帔，周身披帛飘拂，为“九天送生夫人”。夫人右下方刻二女供养人立像。



三圣母像

重庆大足南山3号窟石雕，南宋绍兴年间。李远国摄。

三皇洞，古名“圣府洞”。窟内正壁上雕刻主像三尊，均面西南，端坐于双龙头靠背宝椅上。中央主神为紫微大帝，头戴平顶通天冠，冠正面装饰有金博山，侧有香袋护耳，内着圆口荷叶边中单，外罩宽袖大袍，项下系方心曲领，双足着靴，踏于方形几上，双手于胸前捧玉圭，容貌年轻英俊。其两侧造像稍矮，均头戴通天

冠，冠正面装饰有金博山，两侧垂髯护耳，身着圆领宽袖袍服，项下佩方心曲领于胸部，双手在胸前捧玉圭，两足着云头靴，踏于四方形几上。其左像容貌年轻英俊，额下无须，为太阴帝君。右像脸形长方，额下有须，为太阳帝君。三尊主像头部上方的岩壁上，一字排列三个小圆龕，每龕内有一天尊坐像。皆面有须，头戴莲花冠，身着宽袖大袍，项后有圆形火焰头光，为元始天尊、灵宝天尊、道德天尊。

在三尊主像两侧下层的左、右壁前，各立一位护法神将，身高1.94米，面目狰狞，头戴束发冠，身披胸甲，脚蹬战靴，披帛绕体下垂。左像为三头六臂，其左上手举一法印，右上手握帝钟；左中手在旁执弓，右中手握二箭置胸前；左下手抓住一龙的左角，右下手拄宣花斧于体侧。右像为三头四

臂，上部袍袖向上飘如起翼，其左上手于胸前持物，右上手于腹前拄剑；左下手反执一长矛，右下手握拳砸于一龙头上，龙双爪撑地，闭口瞪目。他们是道教护法天蓬、天猷元帅，并与翊圣元帅、真武元帅并列，合称北帝四圣。在圣府洞左壁下层尚有五尊造像，皆着官袍朝服，形容端庄严肃，如上朝面圣之状，似当为五斗真



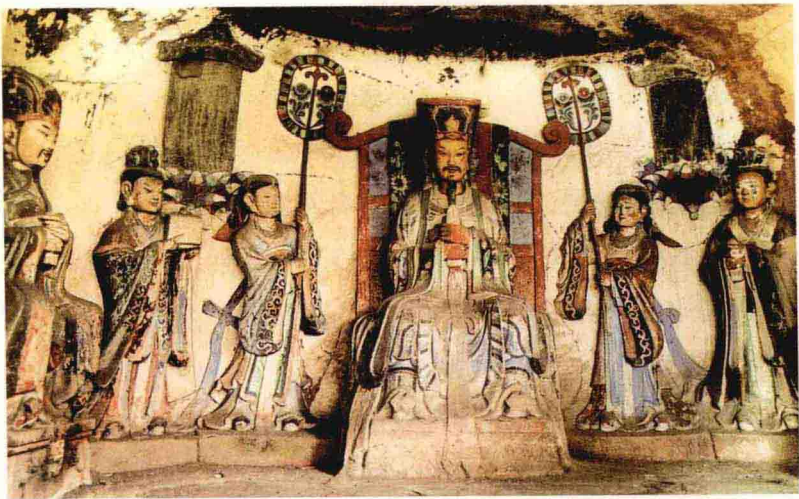
君。其上层还有二十八尊较小的造像，一字排列，或头戴束发冠，着圆领宽袍，双手抱如意；或凤冠霞帔，飘带在颈后成环，两侧垂地，双手捧笏而立；或头戴方冠，着朝服，捧笏而立；或道姑打扮，发披于脑后，身着对襟宽袖长袍，双手捧笏而立；或官员装束，双手捧笏而立。这组造像之中，男性为17位，女性为11位，当为二十八宿星神。这组道教造像至今已有八百余年的历史，其造像精美，系统完整，神系清晰，且与众多道经所记一一吻合，十分珍贵，可谓道教的神圣道场。

大足县北转洞乡舒成岩石窟造像，石窟凿于南宋绍兴年间，共有五龕，均为道教造像。三清龕内造三清像三尊，造像特征、艺术风格和雕造技法与南山三清像相似。玉皇大帝龕，龕内玉皇大帝头戴冕旒，耳垂香袋，内着圆领小衫，外罩对襟宽袖朝服，足登云头靴，踏于方几上，双



紫微大帝（局部）

重庆大足三皇洞石雕，南宋。李远国摄。



玉皇大帝像

重庆大足舒成岩石雕，南宋绍兴十三年。李远国摄。

手捧玉圭，端坐于双钩云头椅上；左右各侍立一女像，身着宽袖圆领宫装，手执日月宝扇；龕的左右壁各造一尊者，戴冠，方脸，大耳，腰系玉带，双手捧圭。

紫微大帝龕，紫微大帝头戴高花冠，耳垂香袋，身着袍服，坐于龙头椅上；两侧各立一六臂神将，横眉怒目，孔武有力，为天蓬、天猷元帅；龕左壁有一侍女像、二武士像。

东岳大帝龕，正中造东岳大帝坐像，戴冠着袍，颈系冠带，颌下飘垂三绺胡须，手捧玉圭，足着山形云头靴。左右各有一侍者，均戴翘脚幞头，手执长柄扇。龕左右两壁各有一像，左壁像已毁，右壁为一执笏青年坐像，头戴方形高冠，身着圆领宽袖长袍，可能是东岳大帝三太子炳灵仁惠王像。舒成岩还有一龕为“淑明皇后龕”，内造淑明皇后及侍者、武士等像。

福建泉州清源山，有北宋时凿造的老君石像。像高5.1米，厚7.2米，宽7.3米，依整块巨石的天然形状雕琢而成。造型夸张生动，又不乏精细之处。老君像背山倚松，右手凭几，左手抚膝，右腿卧盘，左腿屈竖。面含微笑，双目平视，如观天地运化，如思众妙之门，神态安闲慈祥。此像为我国现存的最大一尊老君石像，具有重要的宗教意义和艺术价值。

龙山石窟，在山西省太原龙山顶古昊天观遗址处，为元代道士宋德方建。现存

石窟八龕，七龕为石像，一龕为泥塑像。其三清龕，有造像十六尊，中间为三清像，仅道德天尊像有头，三像均为坐式，着道装。左侧有真人、侍者七尊，右侧有真人、侍者六尊。卧如龕，有造像三尊，中为卧像，首东足西，头枕左手，右臂平置抚右膝，面容丰满，无须，着道装。左侧侍者一人，右侧侍者一人。三天法师龕，有造像五尊，中间有龕，中像为张陵，左右为张衡、张鲁，三像均着道装，八字髯，有发髻；左右两侧各立一侍者像。

玄门列祖龕，又称七真龕，洞内有造像三组，中间一组有三尊真人坐像，左右各有真人坐像二尊，侍者立像各一尊，七位真人应是王重阳的七位弟子，因他们各创道派，故称玄门列祖。披云洞，洞内造像三尊，中间为坐像，蓄髯，着道装，为披云子本人，左右有侍者立像。洞顶造有凤凰彩云浮雕，一对飞翔着的凤凰以完全对称的形式在云朵中追逐，构成圆形图案，极为生动精美。

#### 第四节 道乐与道戏

道乐，又称斋醮音乐、法事音乐或道场音乐，包括斋醮音乐以及道士宣道、布道和修身养性时所使用的音乐。作为道教艺术主要构成形式之一，它是道教修炼、普及教义、弘扬道法的重要辅助手段。音



乐对人有着特殊的感动效果，道教音乐本身又富有民族淳朴之风，因此对于涤荡人的心灵，升华人的精神境界有着特殊作用。

道教音乐一直伴随着道教的兴盛而兴盛，伴随着道教的发展而发展。道教音乐的表演者大部分是宫观的全真道士，或生活于民间的正一道士，因此，其科仪音乐势必或多或少带入当地民间音乐的成分、素材、表演习惯。同时，道教音乐的接受者是当地的信徒和民众，为了让道教音乐更好地为听众所接受，焕发他们的参与意识，各地道教音乐常吸收地方音乐，使之更富地域性。

道教音乐的作用，在于宣扬教义，澡雪精神，使人净化，使人豁达；从实践的角度来观察，道教音乐的功能在于敬神和娱人。敬神的音乐内涵、精神、韵味，和道教教义、教规是一致的，出于对三界神灵的崇敬，多追求庄重、肃穆的情调，以配合宗教仪式特定氛围的需要。围绕道教仪式的固有程序，道教音乐有赞美三清、诸神的颂歌；有表现神仙应召而来的飘拂飞翔之声；有表现镇邪避魔的庄严威武之曲；有表现仙境佳所的云乐之歌等。敬神可以说是道教音乐的核心和主旨。

道教仪式除了面对各界神灵，也面向于一般的俗民百姓，道教音乐从功能意义



第七届道教音乐汇演

香港音乐厅，2007年。李远国摄。

上亦带有娱人的作用，如成都道教音乐中某些带有川剧或民间音乐色彩的“笛子曲牌”、“唢呐曲牌”；武当山道士们演奏的具有娱乐性的“耍曲”；在苏州、无锡一带道士们表演的类似杂耍性质的“飞钹”等等，就是供斋醮道场上的一般民众欣赏的，目的是唤起参与者对宗教的体会，提高他们参与仪式的兴趣。

自元代以来，全真与正一成为道教的两大宗派。因其修持方法上的不同侧面而形成音乐上的不同风格，使两者在其音乐形态上显示出相对的独立性，从而形成了正一道音乐和全真道音乐两大流派。正一道音乐以江南一带为中心，主要集中在江西龙虎山，江苏无锡、苏州、茅山及上海等地的一些宫观，民间还散居有大量属于正一派的火居道人。正一道音乐以斋醮科仪音乐显其特色，其最大的特点是浓郁的地方色彩与丰富的艺术表现形式。受地方民间音乐的影响，正一道音乐与民间音乐有密切的关系。如江浙一带的正一道音乐，大多采用了民间的“江南丝竹”和“十番锣鼓”音乐，许多道乐曲牌都是从民间传统音乐中吸收营养发展而来的。同时，在道乐表现手法上，民间一些精彩的技法，也被正一道士们吸纳，大大丰富了正一道音乐的表现力，使之成为了一种艺术性很强的宗教艺术。全真道音乐以北方为中心，分布在东北、中原、西北及西南

部分地区。全真道音乐主要运用于修持，庆祝与祈祷法事之中，尤以早晚功课诵经音乐及赈济拔度的“施食”等道场音乐为主要，音乐表现形式较之正一道音乐要单一、规范一些。“全真正韵”即“十方韵”，为全真道音乐的统一范本，通用于全真道各宫观之中，因此，全真音乐之共性大于个性。在表现手法上，不尚华丽，但求淡雅、隆重，仙道气氛浓烈。

道教音乐主要由声乐和器乐两大部分组成。声乐部分主要是诵经音乐，即将道教经文配上曲调进行演唱。演唱形式有独唱、齐唱、散板式吟唱等。体裁包括“颂”、“赞”、“步虚”、“偈”等格式。颂、赞、步虚和偈，单一使用时，它是结构短小的分上下句式或起承转合的四句式的歌曲；若将某一曲调配上若干段不同的经文，便可构成大型的更复杂的曲式结构，运用这种一腔多用的组合变化手法，与经文念白、诵经腔、禹步等合用在法事中，根据法事情节需要，组合串联各种颂、赞、步虚、偈等道曲，形成既有着千变万化，却又万变不离其宗的声乐演唱形式。器乐部分中的单纯器乐形式常用于法事的开头、结尾、唱曲的过门以及队列变化、道场舞蹈场面。不同宫观和不同的流派所使用的乐器不尽相同。正一道音乐所使用的乐器丰富，吹、拉、弹、打乐器俱全，演奏技法较为高超。行法中，可根



据主持醮仪的高功在供香、步罡、绕坛、礼拜等许多宗教仪式动作的需要，采取坐乐和行乐的形式演奏，并且能根据变化动作的迥异，灵活地在音乐伴奏中加以旋律润饰、加花、变奏等。全真道所用乐器主要是打击乐器，部分宫观加有少许小管弦乐器，演奏形式较为单一，主要用作渲染道场气氛，及声乐演唱的伴奏。此外，还有用铙钹、铛鐃等法器演奏的独立曲牌，如“铙钹牌子”、“铛鐃牌子”等。

道教音乐的诵唱及乐器伴奏，都由道士自己担任，经历一千多年的斋醮实践以及长期地吸收民间音乐的养料，道教音乐

十分丰富。

纵观千年的道教音乐发展史，道教音乐在曲式和情调上，一直保持着自己的鲜明特色。道教音乐的曲调形式分“阳韵”和“阴韵”。“阳韵”是在早坛功课和以祈福为主的法事中运用的；“阴韵”多用于晚坛功课和超度性的法事。在乐器上，道教音乐演奏用的较多的是钟、鼓、磬、铛、木鱼等打击乐器，以及笙、管、笛、箫等吹管乐器，还有古琴、二胡、板胡、阮等弹拨乐器，这基本上都是汉民族所有音乐所共用的乐器。

道教音乐还有一个鲜明的特征，在法事活动中，道乐表演多为独唱、齐唱、独奏、合奏、伴奏等形式，还有与之相配的具体经文和歌词，表达进行法事的人的具体愿望和向往之事。一般而言，主持法事的高功和诵经的经师，不仅对道教经书很熟悉，而且精通斋醮礼仪，同时他们需要一边演奏着音乐，一边走着特殊的步法，如“禹步”、“踏罡步斗”等。其他众道士口中念着各种手诀，配合着音乐。道士们在长期的实践和探索中，音乐素养很高。他们中的很多人成了中国历史上著名的音乐家，如林灵素、冷谦等。《二泉映月》的作者华彦钧（人称阿炳）就是道士出身。

道教音乐在完成其宗教使命的同时，还表达了演奏者对美的理解和感悟。道教的音乐可以感觉到道教追求的是长生久视



抚琴道士

河南嵩山中岳庙，2009年。李远国摄。



吕洞宾度铁拐李岳

取自明臧氏博古堂刊本《元曲选》。

和清静无为。久而久之，你便自觉不自觉地进入了那种既出世又入世的境界。有时道教音乐表现召神遣将时的宏大气势，降妖驱魔时的威武，大型法事的庄重，众生面对神仙时的虔诚，给人一种恍如隔世之感。有时人们倾听音乐的同时感受到神仙的意境在自己面前一层一层地展现开来，个人的情感随音乐而起伏。

戏曲，在道教中也占有不可忽视的地位。明代朱权《太和正音谱》将元戏分为十二科，第一科为“神仙道化”，第二科为“隐居乐道”。这两科之所谓“道”即隐遁修真、神化度人之道。道教戏曲的

概念乃是在此基础上通过概括抽象提出的。它是以修炼成仙或隐居乐道为主导思想的。据陶宗仪《南村辍耕录》记载，金代流行的院本戏曲甚多，其中属于道教方面的有《庄周梦》、《瑶池会》、《蟠桃会》。至于南戏中的传统剧目尚有《老莱子斑衣》，此亦出于道教的神仙故事，足见元代之前已有道教戏剧行世。不过，其鼎盛时期是元朝。

据钟嗣成《录鬼簿》所载，元杂剧大约有四百余种，就其题目、正名来看，属于道教戏曲一类的至少有四十种，约占总数的十分之一。现存之元代道教戏剧作品尚有十七种之多，其中包括吴昌龄《张天师断风花雪月》，马致远《西华山陈抟高卧》、《邯郸省悟黄粱梦》、《马丹阳三度任风子》、《吕洞宾三醉岳阳楼》，岳伯川《吕洞宾度铁拐李岳》，王子一《刘晨阮肇误入桃源》，谷子敬《吕洞宾三度城南柳》，贾仲名《铁拐李度金童玉女》、《吕洞宾桃柳升仙梦》，史九敬先《老庄周一枕蝴蝶梦》，宫大用《严子陵垂钓七里滩》，范子安《陈秀卿误上竹叶舟》，杨景贤《马丹阳度脱刘行首》，无名氏《萨真人夜断碧桃花》、《汉钟离度脱蓝采和》，关汉卿《望江亭中秋切》。另外，还有一些作品，诸如《桃花女破法嫁周公》虽然不是以神仙人物为主角，但也深受道教思想的影响。



从题材与思想上看，元代的道教戏剧以传道度人、隐居修真为主。前者主要是描写道教神仙对凡人以及动植物的“点化”过程，后者则主要是描写道人在洞天福地的隐居生活。剧作者通过已有神仙传说的改编，一方面表现人间的黑暗和无可留恋；另一方面表现神仙世界的美好。这两者构成了元代道教戏曲内容的主要特征。

道教修炼的目标是要超凡入圣。表现在元代道教戏曲中，超凡入圣的思想追求便进一步具体化了。诸如剧中的汉钟离、吕洞宾、铁拐李、王重阳等都有一套非凡的本领，或能起死回生，或能免灾除难，度脱凡人、点化动植物脱离人间苦海。铁拐李《十二月》唱词有云：“唬的我忘魂丧魄，谢吕洞宾免难除灾。阎罗王饶过我性命，你把岳孔目烧毁了尸骸。一灵儿无处划，空教人两泪盈腮。”这说的是铁拐李死入阴府，吕洞宾作法相救，使之借李屠儿子尸首还魂之事，表现了吕洞宾的高超法术。像这种情节在元代的道教戏曲中几乎比比皆是。在剧作者的笔下，道教神仙人物不但法术高超，而且居住的场所也是人间所不可比拟的。

为了与对神仙圣界的歌颂相对照，元代道教戏曲中对人世的宦海悲剧也颇多揭露。例如《邯郸道省悟黄粱梦》一剧中即借钟离权的口说出：“俺闲遥遥独自林泉隐，恁虚飘飘半纸功名进，你看这紫塞军

黄阁臣，几时得个安闲分，怎如我物外自由身。”在钟离权看来，求功立名不过是半张纸的价值而已。他以黄阁臣的终身忙碌不得安闲为例，劝人早悟人间之烦恼，追求至道之乐。这虽然是藉神仙之口说出，但实际上正反映了当时许多知识分子对社会黑暗的不满。

此等情况在《西华山陈抟高卧》一剧中更有深刻的表现。陈抟熟知千百年中达官显宦的各种结局，他以总结的口吻说：

“三千贯二千石，一品官二品职，只落得故纸上两行史记，不过是重卧列鼎而食，虽然道臣事君以忠，君使臣以礼，哎！这



西华山陈抟高卧

取自明藏氏博古堂刊本《元曲选》。

便是死无葬身之地，敢向那云阳市血染朝衣。”在这里，剧作家通过陈抟对朝廷中的君臣虚伪关系，宦海的残酷斗争作了无情的揭露，与吕洞宾在《赠刘方处士》中所吟咏的“耳闻征战还倾覆，眼见娇华成枯槁”，具有同样的思想内涵。

元代以后，道教戏曲创作有了进一步的发展。丹邱先生撰有《独步大罗天》，朱有敦撰有《紫阳仙三度常椿寿》、《群仙庆寿蟠桃会》、《瑶池会八仙庆寿》、《吕洞宾花月神仙会》、《洛阳风月牡丹仙》、《张天师明断辰钩月》、《南极星度脱海棠仙》，杨慎撰有《洞天玄记》，陈自得撰有《太平仙记》，无名氏撰有《雷泽遇仙记》、《许真人拔宅飞升》、《孙真人南极登仙会》、《吕翁三化邯郸店》、《吕纯阳点化度黄龙》、《李云卿得悟升真》、《太乙仙夜断桃符记》、《边洞玄慕道升仙》、《时真人四圣锁白猿》。值得注意的是明代教坊不仅创作道教戏曲，而且组织演出。现存剧目《众神仙庆赏蟠桃会》、《众天仙庆贺长生会》、《贺升平群仙祝寿》、《庆千秋金母贺延年》、《感天地群仙朝圣》，可能即出自明教坊。

传道度人是道教戏曲中的重头戏。最有名的是马致远《邯郸道省悟黄粱梦》。该剧的宗旨在于表现钟离权通过梦的形式来度化吕洞宾，告诉世人出世超凡、皈依

大道的全真旨趣。作为一条主线，梦贯穿了全剧。钟离权在煮黄粱饭时，让吕洞宾在梦中享受荣华富贵，又让他在梦中体验一下酒色财气的牵累，然后又让他经历一番罢官和发配沙门岛、颠沛流离的过程。等到吕洞宾从梦中醒来后，钟离权便针对梦中诸事启发吕洞宾要明了人生虚幻的道理。经过这一番梦事和钟离权的启迪，吕洞宾终于了悟大道，遁入玄门。当然，道教神仙启人悟道方式是多种多样的。如《汉钟离度脱蓝采和》采取的则是灾难谴告，即让主人公经过一番灾难，遭受痛苦，然后才晓之以道教大义。但不论是哪种方式，作者创作此类戏剧作品乃是要宣传道教神仙信念，警示世人不要被凡尘事迷了本性。

至明代，上述道教戏曲题材更有扩充。随着八仙人名在明代的确定，演唱吕洞宾的剧目急剧增加，如《吕洞宾桃柳升仙梦》、《吕洞宾花月神仙会》、《吕翁三化邯郸店》、《吕纯阳点化度黄龙》、《吕洞宾戏白牡丹飞剑斩黄龙》、《吕真人九度国一禅师》，前后十余种。其后，如《韩湘子引度升仙会》、《铁拐李度金童玉女》、《瑶池会八仙庆寿》、《争玉版八仙过沧海》等有关八仙的剧目也相继出台。还出现了八仙以外的神仙戏，如《淮南王白日飞升》、《周武帝辩三教》、《瑶天笙鹤》、《紫阳仙三度常



椿寿》、《东华仙三度十长生》、《昆仑奴剑侠成仙》、《李云卿得道悟升真》、《边洞玄慕道升仙》等等。

神仙戏以外，演唱道士的剧目也在增多，如《丘长春三度碧桃花》、《张天师明断钩辰月》、《许真人拔宅飞升》、《孙真仙南极登仙会》、《萨真人夜断碧

桃花》等。情节大体保持原有神仙传说的面貌。剧中神仙人物劝人入道，更多是从宣传人生短促，光阴易逝，从修行的境界上来表现道教的宗旨。



萨真人夜断碧桃花

取自明臧氏博古堂刊  
本《元曲选》。