

# 匿名的拼接

——内丹观念下道教长生技术的开展

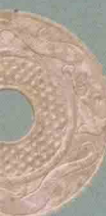
杨立华 著



杨立华 著

——内丹观念下道教长生技术的开展

# 匿名的拼接



北京市社会科学理论著作  
出版基金资助

ISBN 7-301-05556-0



9 787301 055564 >

责任编辑：胡双宝

封面设计：常燕生

ISBN 7-301-5556-0/B·0225

定价：15.00 元

北京市社会科学理论著作出版基金资助

# 匿名的拼接

——内丹观念下道教长生技术的开展

杨立华 著

北京大学出版社  
北京

## 图书在版编目(CIP)数据

匿名的拼接——内丹观念下道教长生技术的开展/杨立华著.  
—北京:北京大学出版社,2002.4  
ISBN 7-301-05556-0

I. 匿… II. 杨… III. 道教-研究 IV. B958

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 018151 号

书 名: 匿名的拼接——内丹观念下道教长生技术的开展

著作责任者: 杨立华 著

责任编辑: 胡双宝

标准书号: ISBN-7 301-05556-0/B·0225

出版者: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区中关村北京大学校内 100871

网 址: <http://cbs.pku.edu.cn>

电 话: 发行部 62754140 编辑部 62752032

电子信箱: [zpup@pup.pku.edu.cn](mailto:zpup@pup.pku.edu.cn)

排版者: 兴盛达打字服务社 62549189

印刷者: 北京大学印刷厂

发行者: 北京大学出版社

经 销 者: 新华书店

890 毫米×1240 毫米 A5 开本 8.25 印张 237 千字

2002 年 4 月第 1 版 2002 年 4 月第 1 次印刷

定 价: 15.00 元



# 目 录

导 论	1
第一章 “纬”的文化阐释	15
第二章 匿名的拼接	
——内丹观念起源中的“纬”的精神	22
第一节 理论阐释	22
第二节 丹道与众术	25
第三节 《周易参同契》中的易理和丹道	36
第四节 内丹概念的出现	45
第三章 内丹与外丹	
——两种技术的代兴	52
第一节 长生观念之变迁	53
第二节 修仙观念之下及	71
第三节 内外丹法继起之原因	80
第四章 技术的巅峰	
——早期钟吕系内丹法中的技术性因素	94
第一节 几种相关的过渡类型	94
第二节 钟吕系内丹法的技术性格	96
第三节 钟吕系内丹法中的技术性因素	98
第四节 对各类长生技术的总结	99
第五章 禁欲时代	103
第一节 禁欲时代的来临	103
第二节 宋代文化中禁欲取向的动机和来源	107
第六章 作为个体的世界图景和生活样态的内丹	
——论两宋金丹南宗的内丹理论及实践	115
第一节 概论	115
第二节 性命诸说及其背后的世界图景	117

第三节	炼养实践——一种新的个体生活样态 .....	132
第四节	南宗与禅 .....	137
第五节	南宗与早期钟吕系内丹学 .....	142
第六节	南宗与全真道 .....	152
<b>第七章 新道教的诞生</b>		
	——内丹观念的最后归宿 .....	160
第一节	新道教教团组织形成的动因 .....	160
第二节	新道教伦理精神的实质 .....	163
<b>附录一：《黄庭内景经》重考 .....</b>		
		170
<b>附录二：论早期《上清经》的“出世”及其与《太平经》的关系 .....</b>		
		202
<b>附录三：关于金丹南宗的史迹考证 .....</b>		
		216
<b>附录四：两宋丹道流派考述 .....</b>		
		241
<b>参考文献 .....</b>		
		255

## 导 论

—

定义的艰难几乎贯穿着整个宗教和文化研究的始终。这种艰难我们可以从马克斯·韦伯在处理所谓“资本主义精神”的问题时的谨慎态度中清楚地感受到。在《新教伦理与资本主义精神》一书中，韦伯谈到：“本章的标题用得多少有点玄乎——资本主义精神。这究竟是什么意思呢？要想给任何这一类的东西下一个定义，那就总会碰到某些困难，这些困难是这类考察本身的性质所决定的。如若‘资本主义精神’这一术语具有什么可理解的意义的话，那么这一术语所适用的任何对象都只能是一种历史个体(historical individual)，亦即是一种在历史实在中联结起来的诸要素的复合体，我们是按照这些要素的文化意蕴而把它们统一成为一个概念整体的。”<sup>①</sup>由于宗教和文化现象的纷繁多歧，任何哪怕只是企图抽取其中最为单一的片断的努力，牵涉到的都将是一个历史要素的复合体。在这里，定义的艰难来源于概念或名相的单一性与它们指涉的历史现象的复杂性之间的紧张。通过定义，我们在概念与现象之间建立起关联，而这是一个双向的过程：一方面，概念为它所指涉的现象划定了一个十分模糊的边界，这一边界有助于突出众多繁复多面的现象的某一个侧面，从而为进一步地深入思考提供可能；另一方面，现象的繁复多面又总在越过和修正概念所划定的边界。在具体的研究中，这一过程始终是动态的。对定义的艰难的深切体会让我们对任何一种清晰明确的界定和单一完整的概念保持警觉：概念或名相只是用来把握历史现象的工具，简单和僵硬的界定背后总是隐藏着巨

---

<sup>①</sup> 马克斯·韦伯《新教伦理与资本主义精神》，于晓、陈维纲译，北京：三联书店，1987，第32页。

大的危险。<sup>①</sup>

作为一部研究道教传统中一个特殊观念的思想史著作，本书的思考和写作过程自始至终都伴随着此种定义的困境。这一困境几乎就横在我们进入道教研究的门坎上。每一个从事道教研究的学者都不可避免地面对这样一个貌似简单的问题：什么是道教。在这个问题上，我们几乎总是在印象式的感觉和简单僵硬的界定这两个极端之间摆动。对定义的艰难的体会以及由此艰难引生出的审慎，成了绝大多数相关研究最为欠缺的品质。<sup>②</sup> 与此相关，大量指涉不明的问题开始进入学术研究的视野，比如，某思想流派与道教的关系或道教对某思想家的影响之类，这样的提问显然隐含了如下预设：道教是一个自身完足的系统，有着固定的边界，我们可以轻而易举地指明哪些东西属于这个传统，而哪些东西则处于该传统之外。然而，实际的情况却并非如此。作为一个由诸多要素构成的历史复合体，“道教”这样一个指涉含混的概念究竟可以将哪些现象划入自己的传统，这从根本上取决于研究者对它的界定。在这个意义上，道教传统便仿佛一条河流，它的边界随着时间的迁移而不断地变更。几乎每一项具体的研究，都意味着对它的一次重新的界定。不断地回归原点，这恐怕是任何一个从事人文工作的研究者都无法摆脱的宿命。

即使是从印象式的感觉出发，我们也可以清楚地意识到道教并不是一个单纯的宗教传统，而是由极为庞杂的内容构成的。任何试

---

① 对定义的警觉还体现在对由定义产生的诸多问题的反思和省察上。由定义的含混而产生的无谓争论迄今为止仍是我们这个时代学术的一个基本面相。

② 这种品质在涂尔干讨论宗教的定义中表现得极为充分：“要想去寻找我们所能观察得到的最原始、最简单的宗教，就必须首先确定宗教意味着什么；否则，我们就有可能冒险把和宗教毫无关联的观念和仪轨体系说成是宗教，或者也有可能忽视许多宗教事实，体会不到它们的真正性质。……我们并没有幻想去即刻获得那些能够真正解释宗教性质的深刻特征，只有在研究结尾，我们才能确定这些特征。”（《宗教生活的基本形式》，渠东、汲哲译，上海人民出版社，1999）而韦伯在《宗教社会学》（康乐、简惠美译，台北：远流）的开始部分也表现出了类似的品质，他说：“在本书的一开头就想定义出何谓‘宗教’，是不可能的。要下定义（如果可能的话），也要等到这番研究的结尾时才行。”

图用一个单一的线索来贯穿和化约其他历史线索的企图，几乎总是将我们引向某种历史进化论和历史目的论的陷阱，一旦陷身其中，历史进化论背后隐藏着的优越感和自大狂心态以及历史目的论的有色眼镜，将使抱“了解之同情”态度的严肃审慎的历史研究流为心智简单的“机械劳作”。

在道教庞杂错综的构成要素和历史线索中，有两个方面颇值注意：一方面，道教在发展的初期，就已经发展出了担负创世和救赎功能的尊神——元始天尊<sup>①</sup>，然而创世神的救赎作用却始终未能贯彻到道教的宗教生活中的各个层面；另一方面，早期道教对于长生技术的强调，初看上去，似仍未摆脱巫术的色彩，但如细加寻究，则可发现二者之间有着本质上的区别。这两条线索在道教传统中十分突出，而且无法相互化约。从它们蕴涵的实质看，甚至可以说这是两条相互冲突的线索。

对于道教的宗教生活的核心目标，我们的道教史研究一向将之化约为对长生住世或个体成仙的追求。然而，当我们以这一理解来审视整个道教的发展进程时，却发现其中有许多扞格难通之处。至少上面提到的“劫运”及与之相关的救赎就是道教理论中一个不容忽视的方面，而这一理论成分在个体长生的追求中是得不到恰当安置的。事实上，道教传统中很早就分化出两条相互独立的线索，一条线索强调“劫运”和救赎，另一条线索则强调个体的长生和解脱。这两条线索在实际的历史发展中虽然并非没有交叉和重叠，如个体的长生和解脱也可以被纳入救赎的范围，这可以从道教典籍常常将长生技术的获得说成是神尊的传授中找到根据。但从理论上说，二者目标互异，无法从根本上圆融贯通的整合为一。

### （一）劫运与救赎

我们首先来考察道教的神灵以及这些神灵与现世的关系。道教的神灵系统十分庞杂。这一点，从陶弘景的《真灵位业图》就可以清楚地看到。从《真灵位业图》看，道教神灵的来源相当复杂，其中既

---

<sup>①</sup> 在早期天师道中，具有救赎功能的主要是地、水、天三官。对于元始天尊的强调，主要出现在六朝时期的灵宝经系统。

包括道教徒虚构出来的，也包括经过神化的历史人物和由元气化转而成的神灵。早期的道教尊神中，元始天尊有着至高无上的地位。对于元始天尊，道教经典中有种种解释，如《元始无量度人上品妙经注》云：“元者玄也，玄一不二，玄之又玄为众妙门。始者，初也，元始禀玄一之道于元始之初，先天先地为众妙之宗，出生之始，故曰元始。天者，一气之最上；尊者，万法之极深。”又如《太上升玄说消灾护命妙经注》云：“元始者，祖气也；天尊者，一灵至贵，天上地下唯此独尊也。”作为道教的尊神，元始天尊与世界的关系颇为模糊。一方面，他是世界的开端；另一方面，他与世上万物的关系又并非造物主与被造物的关系。元始天尊与其说是一个人格神，倒不如说是元气的简单的人格化。

虽然元始天尊并不能被等同于天主教里的上帝或伊斯兰教里的安拉，他与现世的关系也还有些含浑不清，但其救赎的功能却是不容置疑的。《云笈七签》卷二“劫运”曰：

《上清三天正法经》云：天圆十二纲，地方十二纪。天纲运关，三百六十轮为一周；地纪推机，三百三十轮为一度。天运三千六百周为阳勃，地转三千三百度为阴蚀。天气极于太阴，地气穷于太阳，故阳激则勃，阴否则蚀，阴阳勃蚀，天地气反。天地气反，乃谓之小劫。小劫交，则万帝易位，九气改度，日月缩运。陆地通于九泉，水母决于五河，大鸟屯于龙门，五帝受会于玄都。当此之时，凶秽灭种，善民存焉。天运九千九百周为阳蚀，地转九千三百度为阴勃。阳蚀则气穷于太阴，阴勃则气极于太阳。故阴否则蚀，阳激则勃。阴阳蚀勃则天地改易。天地改易谓之大劫。大劫交则天地翻覆，河海涌决，人沦山没，金玉化消，六合冥一，白尸飘于无涯，孤爽悲于洪波，大鸟扫秽于灵岳，水母受事于九河……圣君显驾于明霞之馆，五帝科简于善恶。当此之时，万恶绝种，鬼魔灭迹，八荒四极，万不遗一。至于天地之会，自非高上三天所不能禳，自非青箬白简所不能脱也。

劫运说在各种以救赎为核心的宗教中具有显著的地位，因为有劫运



的存在才有救赎的需要。与其他诸救赎宗教相同，道教对于获救资格的强调，也是以善恶为其标准的。同时，我们还可以注意到，只有名列“青箓白简”的人才有获救的资格。而“青箓白简”则是“科简善恶”的结果。这已经很有一点类似于基督教的“末日审判”了。

既然能否获得救赎取决于人的善恶，与此相应的各种宗教生活的规范——斋戒规仪，也就成了宗教践履的核心内容。如陆修静在《说光烛戒罚灯祝愿仪》中说：

夫斋直是求道之本，莫不由斯成矣。此功德巍巍，无能比者，上可升仙得道，中可安国宁家，延年益寿，保于福禄，得无为之道，下除宿愆，赦见世过，救厄拔难，消灭灾病，解脱死人忧苦，度一切物，莫不有宜矣。

在这里，我们可以看到，升仙得道完全是恪守宗教规仪、累积功德的结果，而与各种长生技术无关。

事实上，作为一种救赎宗教的道教与各种长生技术之间的紧张是无法从根本上消除的。因为既然救赎源于神的恩赐，如果仍相信个体可以通过种种技术性的道法得到拯救或解脱，这无疑试图通过某种方式影响和干预神。在道教传统中，道法的传授过程有着很强的神秘性，如《高上太霄琅书琼文帝章经》说：“云雾子不修他道……由琼文以致上真。王君今封一通于西城山中，有金名帝简、绿字紫清合真之人，当得此文，得者宝秘，勿妄轻传，泄露灵篇，九祖被拷，永责鬼官，长闭地狱，万劫不原。”既然只有“金名帝简、绿字紫清”的“合真之人”才有被授予道法的资格，这在实际上也就意味着通过技术性的道法获得救赎的资格是前定的。而这也同时隐含了一种信念：技术性的道法是否有效，归根结底取决于神的恩赐。于是，在作为救赎宗教的道教中，对待长生技术的态度可以归为两种：其一，将这些长生技术视为一种不具有根本意义的环节，当然这一环节对于最终体现神的恩赐仍有其必要性，这一必要性有时也被突出地强调，有时甚至表现为这样的信念——只要修习这些道法，就可以获得解脱，也只有靠修习这些道法，才可以获得解

脱；其二，将这些长生技术视为“伪道”来加以排斥，如《老子想尔注》云：

道至尊，微而隐，无状貌形象也。但可从其诚，不可见知免。今世间伪技指形名道，令有服色名字、状貌、长短，非也，悉邪伪也。

这里提到的世间伪技可能与上清派道法有关。

通过上面的分析，我们可以看到，作为救赎宗教的道教在相当程度上已经具备了各普世宗教的基本特点，而理论整合也主要是通过戒律的强调来实现的。北魏寇谦之的“清整道教”以及刘宋时期陆修静对于道教规仪的强调，都可以理解为在这一倾向上对于各种相关理论的整合。

## （二）技术与长生

道教传统中有很多与长生相关的技术，如金丹烧炼、守一、导引、服气、胎息、房中等，这些技术在早期道教的发展中，受到不同程度的强调和重视。尽管这些长生技术中的某些部分仍不可避免地带有原始巫术的特点，但总体说来，道教传统中的长生技术已经基本上摆脱了巫术的性质。这一点，在我们随后的讨论中，会专门谈到。

相信人可以完整地掌握自己在此世乃至他世的命运，可以说是道教思想中相当独特的方面。《抱朴子内篇·黄白》云：“《龟甲文》曰：我命在我不在天，还丹成金亿万年。”在这里，个人的救赎和解脱完全被归结到一种“技术性”的层面。在这样一种独特的传统中，作为救赎者的“上帝”的观念几乎得不到合理的安置。“神”（仙）只不过是经过某种“技术”的磨炼而获得了种种神异功能（如长生不死、飞天隐地等）的凡人，最高的“神”则是这些“技术”的发明者或发现者。人和神（仙）的区别并非天渊悬隔，而是可以转换的，至少从理论上讲，每个人都有转变为神仙的可能。如《抱朴子内篇·黄白》引《玉牒记》云：“天下悠悠，皆可长生，患在犹豫，

故不成耳。”<sup>①</sup>

道教传统中的长生技术，其目标虽然是获得某种在世人的眼中具有“神秘性”的能力，但在其根柢里，却蕴藏着一种“合理性”的追求。道教徒对于长生技术的信念建立在对世界的一种“经验”把握的基础上，“世界”在实质上是理解和把握的，长生技术则是这种把握和理解的具体运用。《抱朴子内篇》云：

夫五谷犹能活人，人得之则生，人绝之则死，又况乎上品神药，其益人岂不万倍于五谷耶？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。服此二物，炼人身体，故能令人不老不死。此盖假求于外物以自坚固，有如脂之养火而不可灭，铜青涂脚，入水不腐，此是借铜之劲以捍其肉也。金丹入身中，沾洽荣卫，非但铜青之外传矣。

这里，我们可以隐约地看到一种与近世的“科学精神”十分相近的信念。

将长生驻世作为一种终极关怀，这在实质上可以被看做是一种现世追求的延续。如《抱朴子内篇·明本》云：“夫得仙者，或升太清，或翔紫霄，或造玄洲，或栖板桐，听钧天之乐，享九芝之饌，出携松羨于倒景之表，入宴常阳于瑶房之中。”而在《对俗》中又说：得仙之人，“登虚蹑景，云翬霓盖，餐朝霞之沆瀣，吸玄黄之醇精，饮则玉醴金浆，食则翠芝朱英，居则瑶堂瑰室，行则逍遥太清，掩耳而闻千里，闭目而见将来。”此种现世追求与上述技术性的解脱之路相结合，便形成了一种独特的非禁欲性的宗教形态。

事实上，道教在从汉末一直到唐宋的数百年的演化发展中，一直是在这两条相互冲突的线索中进行的。当然，作为一种救赎宗教的道教与以长生追求为终极关怀的道教之间，在实际的历史演进

---

<sup>①</sup> 当然在是否每个人都有成仙的潜质这个问题上，我们在《抱朴子内篇》中似乎也可以找到相反的言论，但从根本上讲，葛洪还是相信“神仙可学可致”的。参见汤一介《魏晋南北朝时期的道教》，陕西师范大学出版社，1988。

中，并不是全无交涉的。我们在道教史上，不断地看到有人试图将二者归于一途。但因这两条进路在根本上的歧异，使得这种努力的结果总是不了了之。

道教史上几次重要的“清整道教”的努力，主要都是沿着救赎宗教的方向进行的，如北魏寇谦之的“除去三张伪法、租钱米税，及男女合气之术”，“专以礼度为首”；刘宋陆修静对“斋戒”“礼法”的强调，都是将救赎当作解脱之本，而志在塑造出一种统一完备的宗教生活态度。

与此约略同时，试图在“技术”层面整合道教理论的努力构成了道教发展史上的另一道景观。其中，葛洪与陶弘景在这一方向上的努力最为重要。然而，因各种长生技术繁复多样，每种技术背后又常常隐含着某种独特的知识系统或世界图景，而且这些知识系统或世界图景之间往往相互冲突，要想将所有这些技术归并为一，是十分困难的。而葛洪和陶弘景所作的理论整合，也只是通过突出地强调某一种特殊的长生技术(如金丹烧炼术)来达到的。在这里，内丹观念的产生和开展可以被恰当地理解为众多长生技术在道教思想史上的整合过程。

## 二

与任何一种在历史中生成和开展的观念复合体一样，“内丹”所指涉的这一特定的观念史传统也相当含混。一方面，“内丹”作为一种特定的传统在道教思想史上确有其历史的根源，我们用“内丹”来统贯和标志的确实是某种真实的观念史线索；而另一方面，我们又总是无法清晰地把握这条线索的实质、起点和边界。在以长生技术为主轴的道教传统中，几乎每一种具体的长生技术都曾被置于“内丹”的名下<sup>①</sup>。在这里，我们陷入了一种两难的境地：我们既

<sup>①</sup> 以房中术为内丹：宋代编辑成书的《云笈七签》于卷七十三内丹中收《阴丹慎守诀》一篇，由此可知，男女合气之术到此时仍被列在内丹的名下。而同时代的一些内丹著作对以房中术为丹法提出的批评，也从反面证实了这一点。《道枢》卷三《容成篇》曰：“彼方士以采战之方以惑学士大夫，惧其言之不足取信也，则窃古先至人以名其书，故称《西华》二十有四篇，则曰钟离云房所作也，《西江月》十有八篇，曰张平叔所作也。指

不能在这些来源各异的长生技术之外来讨论内丹观念，又不能简单地将内丹与这些技术中的某一种或它们全体的集合等同起来。我们能够像唐宋时期成熟的钟吕系内丹道那样，简单地将视某种方术为内丹的观念斥为旁门左道而不加理会吗？而如果我们要对这个问题加以考虑，那么我们能否将这种现象看做某种观念演进的残迹呢？这种在“化石”的排列中分辨生物进化痕迹的思想史进路，与我们前面所说的历史进化论和历史目的论的陷阱之间，有什么质的区别

女子为偃月炉，以童男女为真铅汞，取秽浊名刀圭，肆情极欲，一旦溘然而逝，其名曰桶底脱。”以导引术为内丹：《会真篇》云：“昔者华佗谓久逸而气滞血凝，观五禽之戏而作导引，使荣卫通畅，后人因之为搬运者，误也。”按“搬运”是内丹学的概念，此处所谓以导引为搬运，实际上就是以导引为炼内丹之法。白玉蟾《海琼君万法归一歌》亦云：“注想按摩八段锦……若要还精补脑时，除非一盏醍醐饮。”这里提到的“八段锦”实与华佗所创“五禽戏”同为导引之法。白玉蟾在这里指出，导引可以“还精补脑”的谬误。这也可表明当时有人将导引之法看做内丹的一种；以漱咽法为内丹。《会真篇》云：“《九仙经》曰：‘大病用火，小病用水。’用火者，纳气而升于身，使真气遍于四大，以却阴邪；用水者，纳气而升于身，使气透如涌泉，定中以意送于病之所在，则气血通而无滞。后人因之闭气，以舌为辘轳，左旋右搅，收敛余津，漱而咽之，复随肠胃传送于外，谓之浇灌以长黄芽者，误也。”“黄芽”是金丹道术语，此处很显然漱咽也被一部分人视为合丹法。陈楠《罗浮翠虚吟》中“有如咽液为灵泉”、“与彼闭息吞津液，谓之玉液金液丹”、“口为华池舌为龙，唤作神水流潺潺”等句，白玉蟾《海琼君万法归一歌》中“吐吞涎唾作珠圆”、“叩齿吞津咽气声，辘轳空动骷髏形”等句，皆表明直到南宋时，仍有人以漱咽为修习内丹之法。《道枢》卷二十七《太白还丹篇》还载有漱咽合丹的具体方法：“乃合满口，以赤龙耕之，津液满口，分为三咽，是为虎焉。送于精海，上在水面，以意丸之如弹。三过，斯为丹矣。”这是以漱液为丹的显著例证；以呼吸吐纳之法为内丹。《会真篇》云：“扁鹊释《灵枢》之篇，谓鼻引清气，口吐浊气，留之二十有四息为火一两，以之炼真铅如戏蕊，其名曰阳胎，以之炼真汞如含莲，其名曰阴胎，胎在则息住，息住则神存，积而入圣。后人因之以多人少出为闭息之法聚气为胎者，误也。”这里显然是将吐纳胎息之法视为修习内丹之法。陈楠《罗浮翠虚吟》云：“或者口鼻为玄牝，纳清吐浊为返还”，即是指这一事实。以存想术为内丹。《真人高象先金丹歌》云：“返精内视为团空，脐下强名太一宫，先想神炉峙乎内，次存真火炎其中，常当半夜子时起，采日月华投鼎里，妄将津液号金精，漱下丹田作神水，自云冲妙符希夷，脱胎十月生婴儿，劳神疲思良可叹，往往容色先人衰。”这一条材料向我们展示了存想作丹的详细过程。存想与内丹的关系十分密切，在《钟吕传道集》论“内观”一节中，我们仍可看到存想在内丹中的作用。存想法是早期上清派重要道法，在道教发展史中，一直有着很大的影响。陈楠《罗浮翠虚吟》云：“或者默朝高上帝，心目上视守泥丸；与彼存思气升降，以此谓之夹脊关……与彼存神守脐下，与彼作念想眉间，又如运心思脊骨。”由是也可看到存思法的在当时的情况。简单的以存想为内丹法，如《罗浮翠虚吟》所云“有般静定想朱橘”，也是当时内丹术的一枝。

吗？这些疑虑与本来即已头绪繁多的历史线索纠缠在一起，构成了我们进入这一段观念史的最初的障碍。

问题还远不止这些。在展开实质性的研究之前，我们还需要先确定我们的研究目标，即我们是在研究“内丹是什么”，还是在追问“内丹观念的出现意味着什么”。前者是一种典型的实证研究的提问方式，它关注的是内丹这一独特的观念的内容、起源以及演变的痕迹；而后者则旨在探寻内丹观念之所以出现的背后的动力，以及它出现以后在思想史上产生的影响；前者将内丹看做一个有确定所指的能指，而后者则更多地将它视为一种假名；在前一个进路里，“内丹是什么”或者说“内丹”这个名词指涉的内容是至为重要的。而在后一个进路中，我们更关注的则是“内丹”这个名词曾被用来指涉哪些不同的思想和观念，这些思想和观念一旦开始被置于内丹的名下便发生了哪些改变。总之，在前一种情况下，内丹指一种道教史上出现过的特定的技术（以及这种技术背后的思想），而对于后一种情况，内丹指涉的则是一条复杂的观念史线索。显然，上述两种进路虽有种种不同，但在实际的研究中却并非截然分割、全无关涉，我们之所以要分疏出这两种不同的进路，只是要给自己的研究确立更为明确的目标。而我们这里将要从事的研究更多地是从后一种进路入手。

### 三

内丹观念的产生和开展在思想史上的意义，必须在一个特定的背景下加以考虑，才有可能得到恰当的彰显。随着背景设置的不同，同一观念演变过程将呈现出迥乎不同的意义来。然而，究竟采用何种背景设置更为有效则似乎并没有一个固定不变的标准。就内丹观念而言，我们既可以把它放置在道教发展的内部来考察，又可以在与儒释二教的关系中加以考虑，甚至可以从更为广义的比较宗教学的视角来研究。当然，最终选取何种视角和背景，取决于我们的研究所要达到的效果。如果我们试图对某一个观念做较为微观的分析，那么我们就应该尽可能地避开过为宽泛的宏观背景，尽量让我们选



取的角度和背景有利于彰显出该观念的细微而生动的细节。聚光灯下的“角色”与其背后的“布景”之间的紧张无处不在，只有保持适度的张力，才能让我们的研究产生预期的效果。

在本书对内丹观念的考察中，我是以道教传统中的技术性因素的历史整合为背景来展开研究的。在前面的分析中，我分疏出了道教史发展的两条基本线索：一条是以劫运和救赎以及与之相关的仪轨为主轴展开的；而另一条则以对道教传统中的各种长生技术的整合为轴线。内丹观念的产生和演变与后一主线紧密相联。具体地考察二者的关系，是本书的出发点和归宿。

在道教传统中，长生技术一直占据着相当显要的地位。几乎每一个时期的道教经典里，都充斥着大量有关房中、服气、导引、胎息、守一、服食等长生技术的记载，《周易参同契》云：“诸术甚众多，千条有成余”，并不全是夸大其辞。而每一种长生技术都有自己的来源、背景和目标。追本溯源，很多长生技术都可以在上古找到根源。比如房中术，《汉书·艺文志》中即已著录房中书八家，而1973年出土的马王堆汉墓帛书中亦有房中或与房中有关的著述七种；再如导引术，《庄子》一书中已经有所谓“熊经鸟申”的记述。

在早期道教中，各种长生技术是不相连属的，并没有形成一个层级的系统。在这种意义上，我们可以将每一种具体的长生技术视为一个孤立的思想断片。之所以说它是一种思想断片，首先是因为这些长生技术，无论是如何的粗陋和荒诞，它的背后总是隐含着一种对世界的理解；其次，从它们的来源看，我们大约可以推测出两类，一类是原生性的，即它是在某种特定的文化土壤中单独生长出来的，原本就是孤立的、与其他自成体系的思想和文化系统没有直接的关联；另一类则是再生性的，即它原本属于某个完整的思想和文化系统，而随着该系统的破碎，才成为相对孤立的观念的断片。无论属于哪种类型，这些思想断片在汉魏之际开始渐渐汇聚起来，而当时刚刚兴起的天师道则为他们提供了一个“场所”。在这种意义上，早期天师道有点像一个废品回收站，各种各样奇思异想的观念断片杂乱无章地堆在里面。在这里，一个野心勃勃的梦正在编织

和孕育。这个梦就是人的永生<sup>①</sup>。在这个梦的编织和孕育的过程中，各种思想的断片被赋予了某种一致的色调。正是这种基调，使得原来的与养生有关的方术，转而成为我们这里一再提到的长生技术。这种带有某种一致性的基调虽然没有改变各种思想断片不相连属的、彼此孤立的状况，但毕竟为这些思想断片的进一步整合提供了一个统一的基点。

长生技术的整合有两种基本的路向：其一，将各种长生技术依照达到的效果加以分判，使这些长生技术构成一个层级的系统，这有点类似于佛教的“判教”，即依教理的高下对不同的佛学宗派加以分判，从而使不同的教义之间达成妥协，在这个方向上，葛洪的《抱朴子内篇》是最具典型意义的<sup>②</sup>；而另一个进路则是将各种观念的断片拼接起来，形塑为一种单独的技术，这个进路直接导致了内丹观念的产生<sup>③</sup>。

① 我们在行文中屡屡提及长生技术，并用它来指代各种与养生有关的方术。这种用法是需要加以界定和说明的。与养生有关的技术并不就是长生技术，因为长生技术背后预设了长生的可能性。事实上，长生观念的产生并不是从来就有的，它是与特定的时间观和死亡观紧密相联，只有某种特定的时间观和死亡观才可能导致长生观念的产生。魏晋时代，一种新的时间观和死亡观开始出现，这种时间观和死亡观对于恰在此时兴起的道教的性格产生了至为重要的影响，那就是宗教的救赎性质相对减弱，而此世的永生成为一种主要的关切。因为主题的限制，我不能在这里对此问题作更为详细的讨论。对这一问题的专门研究，我将在其他文章中作详细的讨论。

② 《抱朴子内篇》中，葛洪提到了多种长生技术，并对它们的效果做出了评判。葛洪认为真正能够使人永生的只有金丹大药，而其他的小法只能起到辅助的作用。

③ 在讨论内丹观念的产生问题之前，我们首先要对内丹做出一个起码的界定。在这里，对内丹下一个简单的定义既不可能，也不必要。由于内丹指涉了一个复杂的思想史进程，因此，只有到研究的结尾我们才有可能给出这样的定义。那么，我们如何来初步界定这一观念呢？在这里，我们将从内丹观念与服气、胎息、守一等长生技术的关系入手，来讨论这一问题。我们知道，内丹术与各种长生技术有着密切的关联，即使是在唐宋时期成熟的钟吕系丹道理论里，我们也能清楚地看到这种关联。然而，能否因此即认为服气、胎息等各种长生技术就是内丹术呢？如果不能，那么，二者的区别何在？由于服气、导引等养生术渊源甚早，如《庄子》有关“熊经鸟申”的记述，如果不对内丹术与各种养生术加以区别，而以为养生术即是内丹术，则根本无法对相关的历史现象给出合理的解释（如果一般的养生术就是内丹术，那么，为何在“熊经鸟申”之类的记载出现后的近千年的时间里，根本找不到内丹这样的说法呢？我们在从事道教研究时，既不能过分地看低道教思想的价值，也不能过分地神化这些思想，这两种倾向都是目前道教研究界常见的）。撇开唐宋以后较为成熟的丹道理论不谈，即使是内丹术发展的初期，内丹修炼无论是在炼养方法上、还是在基本的理论上都未能与各种内养术形成本质区别。

## 四

由各种长生技术拼接而成的单一的技术,构成了内丹观念的起点。此时内丹观念仍然是作为一种技术性的观念出现的。这种技术性的观念背后当然隐含着某种对世界的理解,这是无可怀疑的。但此种对于世界的理解,还未能构成一个完整的世界图景。这里,我们有必要引入一种区分,即技术性的实践(这里指长生技术)与生活方式的区分<sup>①</sup>。技术性的实践如福柯所说,是“能够让个体通过他们自己的手段在自己的身体上、灵魂上、思想上和行为上施加一定

的时候,我们仍能识别出两者之间无法混同的差距,即一者仅仅是长期发展而来的、有着其自身传统的养生术(或长生技术),而另一者则已经被视为一种炼丹的过程,这中间观念的差距是具有根本性的。然而,服气、导引、胎息等养生术显然与金丹烧炼过程有着明显的不同,这样有着显著差别的两类道法,如何才能被看成相类的过程呢?这一问题与我们将要引出的另一问题有着密切的关系。我们知道,内丹作为概念,无疑是与外丹相对出现的。(如唐人所撰《通幽诀》曰:“气能存生,内丹也;药能固形,外丹也。”又如同为唐代著述的《上洞心丹经诀》亦云:“故修道之士,有内丹者可以延年,得外丹者可以升天,内丹成而外丹不应,外丹至而内丹未克,皆未得升举。”)在内外丹这两个概念都没有出现的相当长的一段时间里,我们在道教经典里只能看到金丹这一概念。内丹和外丹这两个相对概念的出现,显然是出于区别两种理论的必要,而两种理论之所以有必要以这样的方式加以区分,必然是因为二者之间有着相当多的相似之处。这样一来,我们便不可避免的要做出这样的追问:内丹作为由诸多内养术发展而来的道法,它与外丹术的相似是如何形成的呢?外丹理论的形成早于内丹,这一点在学术界有较多的共识。联系到上面提出的种种问题,我们便可以对内丹观念的形成过程做如是推论:一、各种内养术由于某些或偶然或必然的原因开始借用金丹烧炼的名词、术语甚或部分理论来描述和阐发自己的理论和修炼过程,这种情况在最初并没有自觉的意识;二、各种内养术对金丹炼制理论的汲取由自发而趋自觉,以至于有些内养术已经开始被视为一种炼丹的过程;三、内养术吸收金丹烧炼理论的同时,各种内养术之间也相互融合、相互吸取,从而使内丹理论由初期的不成熟渐趋成熟,两种理论开始有了相互区分的必要,内外丹概念开始出现;四、外丹理论开始反过来吸收内丹的理论,从而使二者在理论构架和名词概念的使用上进一步趋同。陈国符先生在《道藏源流考》中如是言道:“内丹所用名词,往往与外丹相同。”由上面的分析我们可以看出,这一现象的产生实非偶然。

① 米歇尔·福柯(Michel Foucault)在《性与隐修》(Sexuality and Solitude)一文中说道:“根据哈贝马斯的意见,我们可以区分出三种主要的技术类型:能够让人们去制造、改变和操纵事物的技术;能够让人们使用符号系统的技术;以及最后,能够让人们用以决定其他人的行为、强加某种特定的目的或目标的技术。也就是说,生产的技术、意义或交流的技术,以及支配的技术。然而,我越来越多地意识到,在所有的社会中都存在着另一种技术:能够让个体通过他们自己的手段在自己的身体上、灵魂上、思想上和行为上施加一定数量操作的技术,而这样做是为了改变自己、形塑自己,以获得某种完美的状态、幸福、净化以及超自然的力量。我们称之为‘自我的技术’”。我们这里所说的技术性的实践,可以被近似地等同为福柯所说的“自我的技术”。

数量操作的技术，而这样做是为了改变自己、形塑自己，以获得某种完美的状态、幸福、净化以及超自然的力量。我们称之为‘自我的技术’”。技术性的实践在达成了既定的目标以后，便不再发挥作用，它并不能贯穿生活的始终；而生活方式则与此不同，生活方式是与个体生活的具体展开始终相伴的。作为一种技术性实践的内丹观念，与作为一种生活方式的内丹观念之间，有着明显的分别。唐宋之际，内丹观念恰恰经历了这样一种从技术性实践到生活方式的转变。在以《钟吕传道集》为代表的早期钟吕系内丹中，内丹仍是一种技术性的实践。而到了宋初，一次巨大的思想断裂发生了。这一思想史上的断裂，我们可以称之为禁欲时代。在经历了这样一个禁欲时代之后，内丹观念发生了质的改变。在宋代的金丹南宗那里，内丹观念开始转变为一种由某种统一的世界图景支撑的生活方式。而这样一种转变，最终导致了一种迥异于传统道教的新道教传统的出现，即全真道教。

## 第一章 “纬”的文化阐释

### 一

柳诒徵在《中国文化史》一书中曾论及周代文化的特质，他说：“周之文化，以礼为渊海，集前古之大成，开后世之政教。”<sup>①</sup>周礼并不只是一般意义上的礼俗，它还涵盖了整个周代的典章制度，当我们说周礼即是周代文化的整体时，并不含有任何修辞的意味。

在阅读韦尔南(J. P. Vernan)的《希腊思想的起源》时，我们注意到他对希腊城邦的空间结构、社会结构以及思想特征之间的一致性的突出强调：“希腊语说：某些决议或某些决定应该‘放在中间’，国王原有的特权，甚至执政权本身也应该‘置于中间’，‘置于中心’。借用空间形象来表达一群人的自我意识，表达他们作为政治统一体而存在的感受，这不只是一个比喻，而且还折射出了一个全新的社会空间的到来。事实上，城市建筑已不再像以前那样集中在被防御工事环绕的王宫周围，城市现在的中心是‘公众集会广场’，它是公共空间，是安放‘公共之火’的地方，是讨论大家共同关心的问题的场所。城市本身反倒被城墙围了起来，保护并限定着组成它的全体市民。过去耸立着国王城堡(即享有特权的私人住宅)的地方，现在建起了为公共祭祀而开放的神庙。而且正如城市在公众集会广场上实现了自己世俗的一面，城市也在王宫的废墟上，在为神建造的卫城上，投射出自己宗教的一面。这样的城市布局实际上确立了一个思想空间，展示了一个新的精神视野。”<sup>②</sup>我们有理由相信这种一致性并不是希腊文化独有的，而是一切“成

---

① 见柳诒徵《中国文化史》上，中国大百科全书出版社，1988，第121页。

② 韦尔南《希腊思想的起源》，秦海鹰译，北京：三联书店，1996，第34页。

熟”的文化系统都具备的基本特征<sup>①</sup>。当然，并不是每一个“成熟”的文化系统都具有希腊意义上的一致性<sup>②</sup>。在这里，我们之所以要引证古希腊城邦的例子，正是要借此指出周礼的这样一个重要的特征：尽管周礼几乎涵盖了周代社会和文化生活的所有方面，然而，在这些功能各异、取径殊途的领域之间，它却成功的造就了某种一致性，这种一致性具有某种可以触摸的品质<sup>③</sup>。周礼的这种一致性使得纷繁复杂的宗教和文化成分，被融结为一个整体。

于是，作为一个整体的周礼，便构成了周人生活的基本底色。这一底色决定着周人对世界(天人关系)、人生(人际关系)以及自我的理解。人的一切行为和思想都可以在周礼中找到根据，可以说，它实际上构成了周代人的整个生活世界。

## 二

对生活世界的一致性的认同和感知，对于一个生活在此“世界”之中的个体来说，是极为重要的。此种认同和感知，使得个体处于“非反思”的生活状态。在此情形下，除非有特别的生存际遇

---

① 我们这里所说的“成熟”，并不意味着某文明已发展到了比较复杂的阶段。即使是一个相对单纯的文明，只要它的文化系统已经达到了一个相对稳定的阶段，即在一个相当长的时间里不再经历剧烈的变化并保持了强烈的认同感，我们就可以称之为“成熟”。

② 一致性并不只是一种主观的感受。我们可以在任何一座城市的最为杂乱无章的街道上，看到某种这座城市独有的一致性。这种在我们而言清晰可感的一致性是什么呢？它仅仅是由街边景观自身的协调一致产生的吗？抑或是我们赋予了它某种本不属于它的一致性？事实上，我们对于一致性的感受在很大程度上取决于我们将哪些东西视为一致的。然而，又是什么决定了我们将某些现象视为一致的呢？简单地说，恰恰是我们置身于其中的文化传统。在韦尔南的叙述中，我们可以清楚地体会到希腊城邦文化中体现出的一致性所具有的鲜明的几何特征，而这种特征，我们没有在其它的古代文化中发现。

③ 周礼中体现出的一致性，与希腊城邦有着显著的不同。希腊城邦文化的一致性更多地具有几何的特征，因此它既是空间的，也是逻辑的；而周礼的一致性则更多表现为一种“累积的一致性”，哪些东西被视为一致主要取决于历史的积淀，因此它是时间的和历史的。



的重大挫折，人们一般不会对生存的根本性问题提出质疑<sup>①</sup>。也正是这种认同感赋予了表面上杂乱无章的文化现象以某种非逻辑的一致性。而这种认同感的缺乏和丧失，则总是意味着这个文化正处于一场或隐或显的危机之中。

周代文化的一致性以及对此种一致性的认同感，在春秋末年开始面临全面的危机。整个社会文化的失范所造成的巨大断裂，既构成了社会人生的根本困境，又构成了思想学术的新的起点。《庄子》“道术将为天下裂”的描述，正道出了当时整体文化一致性的碎裂。在此种碎裂中，一方面，每个个体的生存际遇都处于无法预测地动荡不安之中，个体在命运面前的无力感至此臻于极致<sup>②</sup>；另一方面，由于对历史累积的一致性的认同感的丧失，每个个体都只能在碎裂中把捉到一些观念的片断，并以此为衡度整个社会人生的根据。与这一整体文化的碎裂相应的是，作为原有文化的传承者和阐释者的书写阶层内部产生了根本的分化。龚自珍《古史钩沉论》<sup>③</sup>云：

周之世官，大者史。史之外，无有语言焉；史之外，无有文字焉；史之外，无人伦品目焉。史存而周存，史亡而周亡。……是故儒者言《六经》。经之名，周之东有之。夫《六经》者，周史之宗子也；《易》也者，卜筮之史也；《书》也者，记言之史也；《春秋》也者，记动之史也；《风》也者，史所采于民，而编之竹帛，付之司乐者也；《雅》、《颂》也者，史所采于士大夫者

---

① 此种“非反思”的生活状态，我们可以通过庄子的一个隐喻来理解和把握，《庄子·大宗师》云：“孔子曰：鱼相造乎水，人相造乎道。相造乎水者，穿池而养给；相造乎道者，无事而生定。故曰：鱼相忘乎江湖，人相忘乎道术。”这个隐喻在《庄子·天运》中表达得更加清楚：“泉涸，鱼相与处于陆，相濡以湿，相濡以沫，不若相忘乎江湖。”在这个隐喻中，道术为人的生存提供了可能，就像水为鱼的生存提供了场所和资源。在这里，我们可以清楚地看出道的存在论性格，即它不是一个哲学的抽象，也不是一个知性的概念。道表征的是对个体生存于其中的文化整体的感知。可以说，道所指称的正是我们前面说的那种体现在一个成熟的文化系统中的可以感知的一致性。

② “命”所表征的个体无可如何的力量，正是这样一种社会性格的反应。在一个失范的社会共同体中，社会不再是一个个体可以经由它来界定自身的系统，而成了一只不可捉摸的手，个体在它漫不经意的抛掷中沉浮。

③ 转引自柳诒徵《中国文化史》，第196页。

也；《礼》也者，一代之律令，史职藏之故府，而时以诏王者也；小学也者，外史达之四方，瞽史谕之宾客之所为也。今夫宗伯虽掌礼，礼不可以口舌存，儒者得之史，非得之宗伯；乐虽司乐掌之，乐不可以口耳存，儒者得之史，非得之司乐。故曰：五六经者，周史之大宗也；……诸子也者，周史之小宗也。

“史”是周代书写阶层的通称<sup>①</sup>，这样一个书写阶层的解体成为整体文化碎裂的直接承载者，正是这样一个阶层的解体，使得文化的碎裂以学术的方式展现出来。而《六经》和诸子则正是在这一解体过程中产生的。

对于《六经》和诸子的产生，《庄子·天下篇》的论述颇值回味：

天下之治方术者多矣，皆以其有为不可加矣。古之所谓道术者，果恶乎在？曰：“无乎不在。”曰：“神由何降，明由何出？”“圣有所生，王有所成，皆原于一。”

无论是《六经》还是诸子，都源于一个文化整体（“皆原于一”）。而这个文化整体的承载者即统一的书写阶层的解体，使得由整体文化的碎裂而来的观念的断片在教育背景和思想旨趣各异的书写群体之间重新组合和汇拢。而每个群体都不再具有原有的综合性和涵盖性，而由他们糅合起来的观念系统开始渐趋单纯和一致。在这种意义上，《六经》和诸子的产生，意味着对整体文化碎裂后遗留的观念的碎片进行局部的缀补和缝合。“经”这个字的用法，已经暗含了这种意味<sup>②</sup>。

以“经”为标志的这样一个观念整合的运动，其根本的精神是什么呢？“经”在古文字中，除指称丝帛的纵线外，更有“常”和

① 蒙文通于此论述甚详，他在“周代学术发展论略”中说：“在讨论我国学术发展问题时，不少学者常用仓颉为黄帝史、夏有太史令终古、殷有内史向挚，《周礼·春官》有太史、小史、内史、外史、御史等等，来说明我国史学起源之早。而究其实，这些官职虽名为‘史’，而其职司只不过后世秘书、书记、司书之类，故其所职掌者多是典、志、图、法之属，还不是后世的历史编纂。”见《古学甄微》，巴蜀书社，1987。

② 《说文解字》卷十三：“经，织从（纵）丝也”，即丝帛的纵线。

“法”的意思<sup>①</sup>。由这两个字义所提示的方向，我们可以将春秋战国时期的这次思想和观念的整合运动的实质精神概括为两方面：其一，“日常性”，即它所整合的观念是以“日常性”为标准的；其二，条理性（法），即其整合的方式依据某种经验的逻辑。前者是观念选择的原则，后者则是观念整合的原则。“日常性”在孔子的思想中有着突出的表现，《论语·述而》云：“子不语怪、力、乱、神。”<sup>②</sup>在此意义上，以“日常性”为精神实质的观念整合运动，可以与韦伯所说的世界的“除魅”（disenchantment）联系起来<sup>③</sup>。在这一日常性的观念整合运动中，具有“日常性”品格的观念在某种特定的分类方式下汇聚成一个相对单纯和一贯的系统。而与此种品格相背的观念，则以某种潜在的方式，在某些特定的人群构成的观念空间中延续<sup>④</sup>。观念整合的“条理性”表现在这一时代在思想表达上，开始越来越多地依照一种特定的经验逻辑来展开。

### 三

在上述背景下考察纬书的起源和“纬”的精神实质，我们可以

---

① 参见阮元《经籍纂诂》卷二十四。

② 这句话从反面表明了孔子生活的时代，“怪、力、乱、神”的观念的大量存在。当然“日常性”显然是一个历史的概念，我们不能用后世的日常性观念来衡量古代的日常性观念。如《周易》代表的占筮系统即属于“日常性”的范围，相关的讨论将留待论《周易参同契》一节再做详述。

③ 在韦伯那里，“除魅”与理性化是一个过程的两个方面。在本文中，“日常性”是理性化的一种特殊形式，它指那些构成一般人生活的最习见的观念和行。

④ 为什么是具有“日常性”品格的观念、而非神异的观念在此时经过系统化而定型为经典，这是一个不得不加以考虑的问题。周代的书写阶层的特殊性格，可能对此有决定性的影响。我们在前面已经简单提过，“史”是周代书写阶层的通称，而且在周代，它属于一个官僚系统。属于某个官僚系统的书写阶层所特有的知识主义倾向，使得“日常性”的观念，更容易被系统化和定型化为经典，韦伯对此种官僚制的性格作过精彩的论述：“官僚对宗教的另一个态度是‘远鬼神’，以巫术来影响鬼神是为有教养的官吏所斥责的，不过一个迷信的官吏也尽可参加，就像我们今天的通灵术一样。不管哪种官吏，基本上都带着一种轻蔑的、不关心的态度允许这种精灵信仰的活动成为流行的民间宗教。”见马克斯·韦伯《宗教社会学》，第123页。

获得对该问题的一种全新的审理视角。关于纬书的起源，周予同先生曾有论述：“纬书发源于古代的阴阳家，起于嬴秦，出于西汉哀平，而大兴于东汉。”<sup>①</sup>这里所说的“古代阴阳家”正是从另一个侧面指称我们前面所讲的那样一个观念的资源，这一资源就是在整体文化的碎裂中被“日常化”的观念整合运动弃置的观念断片。这些观念具有隐秘的性格，从而与书写传统形成背离<sup>②</sup>。纬书之所以一直到西汉哀平年间才出现在文本的世界里，与这种隐秘的性格不无关系。

在考察纬书的问题时，我们必须将如下两个层面的问题分开；其一，构成纬书的观念内容及其来源；其二，此类观念之所以会形成纬书这样的特定形态，背后的精神实质和一般原则。纬书的观念内容殊为庞杂，钟肇鹏先生在《谶纬论略》一书中有非常详尽的考察，他一共将纬书的内容分为九类，分别是：其一，“对经典的解说。纬以配经，‘纬’的名称就是依附儒家经典的，因之纬书对于群经都有所解说。例如于《易纬·乾凿度》说：‘易者易也，变易也，不易也，管三成德，为道包龠’”；其二，“关于古代的典礼制度。如《礼纬·含文嘉》：‘殷爵三等，周爵五等’”；其三，“解说文字。汉儒通经贵在训诂举大义，说文解字为通经之梯航。纬以配经，故谶纬中解说文字的也不少。如《孝经纬》云：‘政者正也，正德名以行道’”；其四，“关于天文学。纬书中保存着大量的古代天文学知识。中国古代天文学的巨著《开元占经》中引用的谶纬就达八十余种。如《春秋·元命苞》说：‘天左旋，地右动’”；其五，“关于历法和气象的。如《尚书·考灵曜》说：‘日行一度，月行十三度九分之二’”；其六，“关于地理方面。《春秋·说题辞》云：‘淮出桐柏’”；其七，“关于古史及神话传说。如《春秋·元命苞》载：‘周先姜嫄，履大人迹，生后稷于扶桑，推种生，故后稷好农’”；其八，“符瑞。

<sup>①</sup> 参见周予同“纬书与经今古文学”，《经学史论著选集》，上海人民出版社，1983。

<sup>②</sup> 书写意味着放弃对隐秘的掌握和垄断。一种观念一旦以书写的形式记录和保存下来，它就已经处于公开的状态中了。这种情形与魏晋时期道教经典的纂辑过程非常相似。参见拙文“论早期《上清经》的出世及其与《太平经》的关系”，本书附录二。

符瑞亦称符命，刘勰所谓‘有天自天，乃称符谶’（《文心雕龙·正纬》）……谶纬中记载符瑞是大量的。《尚书中候》说黄帝之时‘河出龙图，赤文像字，以授轩辕’”；其九，记灾异。……《春秋·潜潭巴》说：“疾风拔木，谗臣恣，忠臣辱。”<sup>①</sup>

我们可以通过对以上内容的分析，来考察纬书这类特殊形态的文本背后的精神实质。按钟肇鹏先生对纬书中观念内容所作的分类，我们可以进一步区分出三个主要的类别来：其一，解说经典、记述古代典章制度及解说文字可以归为一类，这一类别是日常性观念整合运动遗漏的观念断片；其二，天文、气象和地理可以归为一类，这一类别属于通常意义上的自然知识；其三，关于古史的神话传说、符瑞和灾异可以划为一类，这一类属于非日常性的观念。其中，第一类可以看作日常性观念整合运动的余绪，而第二类、第三类则表现出与之不同的性格来<sup>②</sup>。

在这些分类的基础上，我们可以进一步思考“纬”的精神实质的问题。与“经”相对，“纬”在本义上意指丝帛的横线。在这种意义上，“纬”与“经”一样，都代表了某种观念断片的缝合和拼接。但不同的是，“纬”与“经”所代表的观念选择原则及观念整合原则有着根本的不同。“纬”整合的对象，主要是非日常性的观念，而“纬”的观念整合原则也带有更大的随意性。“纬”的精神实质是一种任意的联想，此种联想将原本不相联属的观念拼接起来，构成了一个既怪诞不经又包含无限丰富性的观念集合，这一观念集合成为后世许多宗教和哲学思想的来源。

---

① 以上引文引自钟肇鹏《谶纬论略》，辽宁教育出版社，1991。

② 将有关自然的知识看作某种非日常性的观念似乎有点奇怪，但我们要时刻留意“日常性”观念的历史性。我们注意到，在经典化运动中，其观念整合主要以与人的生活较为切近的观念为对象，即使涉及到自然知识，也主要是在“礼”（构成个体的最习见的观念和行为的规范整体）范围内，在先秦诸子中，无论老、庄，还是孔、孟，他们所关注主要都是切近的人事，而非自然的知识。在这种意义上，纬书中涉及的自然知识并不具备我们所说的日常性的性格。

## 第二章 匿名的拼接

### ——内丹观念起源中的“纬”的精神

#### 第一节 理论阐释

在上一章里，“纬”的精神实质被我们概括地理解为对源于周代文化整体的各种非日常性思想断片的拼接。之所以使用“拼接”这样一个概念，是要突出表明此种观念联结仅仅是一种生硬的牵合。由此种“拼接”牵合起来的思想断片之间，往往没有一以贯之的逻辑，由这些思想断片构成的集合，也并没有形成一个完整的系统。在道教的成长过程中，特别是在内丹观念的起源中<sup>①</sup>，此种“纬”的精神发挥了举足轻重的作用。

内丹观念与各种较为原始的长生技术的关系，是我们考察内丹观念的起源时首先需要面对的问题。甚至可以说，对这一问题的清理本身，就已经为我们对内丹观念起源的追问提供了解答，或至少提供了一个基本的线索<sup>②</sup>。在本书的导论部分，我们已经简略地涉及到了“内丹”和“外丹”这一对概念的相对性，“内”“外”对举暗示我们：这两个概念所指涉的观念系统是互相依赖、互相界定的，离开其中的任何一个概念，则另一个概念便没有存在的必要和可能，而这一点与道教史料是可以相互印证的，因为在较早的资料中，内外丹的概念几乎总是成对出现的。而两种观念系统一旦以

---

① 在作为内丹观念的“质料”的各种原始的长生技术当中，绝大多数都可以在上古找到思想的根源。

② 这里隐含的问题是，内丹与各种原始的长生技术之间是同还是异？如果是同，那么对内丹观念起源的考察就可以转换为对各种原始的长生技术的考察；如果是异，那么我们如何来理解各种原始的长生技术与后世成熟的内丹观念间的密切关系。于是，这里的问题就转变成这样的追问：内丹观念与各种原始的长生技术的分界点何在？一旦我们清楚了这个分界点，内丹观念的起源问题也就有了基本线索和出发点。



“内”和“外”对举的方式来相互区分和界定，就已经充分地暗示出了二者的相似性或同构性。这是我们考察内丹观念起源的另一个线索。将这两个线索联系起来加以思考，我们便会发现一个极具启发性的问题：即作为后世成熟的内丹观念的“质料”的各种原始技术，如服气、导引、房中、胎息、存想之类，与外丹烧炼术无论从外在形态上还是从内在思理上都有着根本的区别<sup>①</sup>，而由它们以一定的形式组成的观念复合体(内丹)为何会同外丹烧炼技术具有相似性或同构性，这种相似性或同构性的根源何在呢？顺着这个思路进一步思考，我们便会找出内丹观念起源的一个基点，即一种或多种原始的长生技术与外丹烧炼技术的拼接，这种拼接的结果是，此种长生技术开始被等同为某种特殊类型的外丹烧炼技术。在这里，我们已经可以清楚地看到“纬”的印迹了。

尽管思想断片的拼接已经是我们反复提及的一个基本观念了，但我们仍有必要进一步思考使这种观念的拼接成为可能的其他条件。这里，我们首先要考虑观念与写作主体之间的复杂关系。任何一个写作主体都被历史地置入一个先在的观念空间中，此种观念空间构成了他写作和思考的环境，而且也和他的写作和思考划定了边界。在这一环境中，可能会存在各种类型的观念复合体，其中既有坚硬完固的意识形态式的观念系统，也有处于游离状态的无法归类的观念断片，如格言、谚语、童谣、前代传下的规矩、家族的禁忌、口耳相传的经验等等，这些观念复合体彼此融结、相互渗透，在个体经验的消溶下成为左右个体行为(以及与行为相关的情感、判断)的完整的世界图景。这一世界图景与主体之间构成这样的关联：主体总是领会着这一世界图景的主体，反过来，这一世界图景又总是存在于主体的领会之中。当我们称某一主体为写作主体时，总是意味着这是一个从事书写的个体，即他在参与或从事某一文本的构成。写作主体随着写作的类型而有种种的不同，日记、申请

---

<sup>①</sup> 根据福柯的理论，我们可以将服气、导引等技术归入“自我的技术”，而把外丹烧炼技术归为“生产的技术”(针对物的技术)，这二者有着根本的不同，参见福柯“性与隐修”。

书、便条、记事本、回忆录、小说、学术著作，每一类都对应着一种特殊的写作主体或写作主体的特殊状态。写作总是在记录或揭示写作主体的世界或世界图景的一个部分。在写作行为中，写作主体完成着某种特殊类型的观念的拼接。在写作主体的各种类型中，作者是一个极为特殊的类型，这种类型意味着某种完整的写作过程、首尾完具的作品，以及最为重要的——在作品中或多或少包含有某些独特的内容（这些内容揭示了作者独特的见地和经验）。除作者这个类型外，其他各类写作主体总是或多或少地具有某种“匿名”的性质，他们或者是别人言论的记录者、或者是某种圣言的传达者，甚或只是一个填表员或记账先生，他们是谁并不重要，重要的是他们传达了什么。这些类型的写作主体我们可以给他们造一个专门的名称：弱写作主体。弱写作主体总是意味着这样的写作行为：他们只是将他们看到的、学到的以及辗转听到的东西写下来，几乎不作额外的加工。这样一来，弱写作主体的“作品”便具有更多“拼接”的痕迹<sup>①</sup>。

道教经典的成篇，很多情况下都可以看作是此类“弱写作主体”的作品。这种“弱写作主体”的写作特征，可以在有关王灵期造作经典的记述中清楚地看到，据《真诰叙录》记载：“复有王灵期者，才思猗拔，志规敷道。见葛巢甫造构灵宝，风教大行，深所忿嫉，于是诣许丞求受上经……王得经欣跃，退还寻究，知至法不可宣行，要言难以显泄，乃窃加损益，盛其藻丽。依王魏诸传题目开张造制，以备其录，并增重诡信，崇贵其道，凡五十余篇。竞侈之徒，闻其丰博，互来宗禀，传写既广，枝叶繁杂，新旧混淆，未易甄别。自非已见真经，实难证辨。”道教徒造作经典的复杂心态，在这一节中可以清楚地看出<sup>②</sup>。由于道教徒一般都相信自己所传达的是一种神圣的教义，所以他们根本不看重作品中有无自己的“创

---

① 以上分析中，福柯的影响是显而易见的，但我并不敢以为我恰当地理解了福柯，所以在此并不直接引证福柯的话。对于“作者”的讨论，参见福柯“什么是作者”（What Is Author）一文。

② 道教经典的造作与一般意义上的编造有着根本的不同，详细讨论参见拙文“论早期《上清经》的出世及其与《太平经》的关系”，见本书附录二。

作”<sup>①</sup>。他们所作的工作只是尽可能原封不动地传达圣言和教义、记录神圣的知识。这使得他们只能将辗转听到的或通过某一师承系统传承下来的神圣的教义和知识原原本本地记录下来，不事任何加工。这就使得“拼接”成为他们的写作的基本色调。而使内丹观念得以产生的外丹烧炼技术与各种原始的长生技术的拼接，也正是在这样一种写作主体类型的写作行为中，才成为可能的<sup>②</sup>。

## 第二节 丹道与众术

在上一节，我们一般地讨论了在内丹观念的形成过程中“纬”的精神的体现，即内丹观念产生于各种原始的长生技术与外丹烧炼技术的“拼接”。在这一节中我们将结合具体的史料作进一步的分析，从而具体地找出这种“拼接”的痕迹。由于早期道教经典的成书年代往往不易确定，在引证材料时，我们将尽可能使用年代较为确定的典籍，如果因某类材料的缺失而不得不引用一些年代尚未确证的史籍时，我们也将尽可能地依据现有的研究成果，给出其大致的成书时代。

---

① 上面引文中，王灵期之所以要“窃加损益”，是出于更加复杂的心态，必须与道教经典传承过程中的隐秘状况联系起来考察，参见本书附录二的相关讨论。

② 这种拼接的具体发生，还需要其他相应的条件。《抱朴子内篇·至理》云：“服药虽为长生之本，若能兼行气者，其益甚速，若不能得药，但行气而尽其理者，亦得数百岁。然又宜知房中之法，所以尔者，不知阴阳之术，屡为劳损，则行气难得力也。”这里，我们可以清楚看到，葛洪虽然主要强调金丹的重要，但也认为，在服药的同时，宜兼行其他道术，如服气、房中等。一般说来，只要炼得金丹大药，则其他小法一切不用，也可以成仙，如《真诰》即说：“若得金液神丹，不须他术也，立便仙矣”（卷一《甄命授》）。但由于神丹金液，“事大费重、不可卒办”（《抱朴子内篇·微旨》），因此一般炼制金丹的人，都兼行其他道法。《历世真仙体道通鉴》卷二十有这样的记载：“青谷先生者，不知何许人也，常修行九息服气之道，后合炉火大丹，服之得道。”以炼制金丹为最终目的，兼修服气等内养道法，这种情况在早期道教中应该是相当普遍的。同时修行内养法及烧炼术的人，或以现象的相近，或以偶然的附会，将内养术的某些现象和过程与金丹道中的一些名词、术语混同起来，从而开始了内养术与金丹道的合流。这样的解释，应当很接近问题的实质。

## 一、解胞散结与金丹

上清派道法中有解胞散结之法，概以为人之所以有死，是因为人身中的胞根结固。人要达到长生不死的目的，便须存念体内诸神，从而在身神的帮助下，解散胞结。由于人的胞结的产生，与其受气之初的情况有关，因此，凡以解胞散结为主要道法的典籍，往往首先讨论人的出生过程<sup>①</sup>。

《云笈七签》卷二十九载《太上九丹上化胎精中记》一卷<sup>②</sup>，其文述人之受气过程甚详：

凡阳气赤名曰玄丹，阴气黄名曰黄精，阴阳交接，二气降精，化神结胎，上应九天，九天之气，下布丹田，与精合凝，结会命门，要经九过，是为九丹。……故人禀九天之气，降阴阳之精，名曰九丹，合成人身，既得为人，便应返其本真，通理五藏，解散胞根，断灭死气，自然成仙也。

又云：

凡人生禀九天之气，气凝为精，精化成丹，丹变成人，结胎含秀，法则自然。

由上述两条材料，我们可以看到：一、阳气在这里已经被称为“玄丹”<sup>③</sup>，作为人生成的重要原料；二、“九丹”或“丹”是气化成形的一个过程。

① 实际上，由于道教以追求长生为目的，因此往往对人的生育过程颇为留意。道教典籍中谈及人受气成形之处甚多，其对人生育现象的具体理解，与其所用的道法和所追求的解脱方式有关。

② 《正统道藏》正一部“既”字号载《上清九丹上化胎精中记经》一卷、洞玄部玉诀类另有《上清胎精记解结行事诀》一篇，内容皆与此书略同。此篇当为早期上清经之一，其成书年代或在东晋以前。

③ “玄丹”在早期道籍中含义颇为广泛，拙文“《黄庭内景经》重考”曾对此做过详细讨论，参见本书附录一。“玄丹”似乎并非金丹道的专用名词，在早期道籍中，“玄丹”用于指称金丹者仅一见。《洞真太上道君元丹上经》云：“夫欲合药，凡药者合之，皆先斋戒清洁，药成则有验，名之为玄丹”。

《太上九丹上化胎精中记》中另有“九转”的说法，其文曰：

天地交运，二象含真，阴阳降气，上应九玄，流丹九转，结气为精，精化成神，神变成人。

材料中提及“流丹九转”，是其道法已开始借用金丹炼制的名词如九丹、九转<sup>①</sup>等来阐发自己的理论。

然而从上面几段材料的分析看，我们还没有看出有将解胞散结的方法视为炼丹过程的迹象。《太上九丹上化胎精中记》复曰：

凡修学之家，仰希神仙，当知炼身于九丹，解结于五神，引气于本生，灭根于三关，九炼十变，百节开明，断绝胞结，乃知本真。

这里，“炼身于九丹”的意义虽然不易索解，但九丹不仅仅是描述有关人生成的理论的名词，而是与具体的修炼过程有关，却可以确定无疑。与此文内容相类的《上清胎经记解结行事诀》一书又说：

仅以本命，上告高晨元父玄母，下映我身，八景齐晖，九天同真，共解上部四结胞根，回灵填户，九孔结仙，内胎炼化，九丹凝神，变青为赤，二气缠绵，寿同三光，永享亿年。

这里的“九丹凝神”显然已经是修炼中的一个阶段。

通过上述讨论，我们可以看到，在两晋时期的上清派存想法中已经有一些枝派开始了吸收金丹道理论的过程，而这无疑可以看作是内丹道教发展的萌芽阶段。

## 二、合气与金丹

男女合气之术渊源甚早，《汉书·艺文志》已著录之房中书凡八家，1973年出土的马王堆汉墓帛书中亦有房中或与房中有关的著

---

① “九转”或“七转”，在有些情况下也并非金丹道特有之名词。如《洞真上清神州七转七变舞天经》云：“诵之一遍，朗彻无间，七转八诵，三光齐真。”“七转”即为读诵七遍。

述七种<sup>①</sup>。就目前的材料看，合气之术与金丹道的合流在诸多内养术中是十分突出的，出现时代之早、理论形态之成熟，都颇为引人注目。

《抱朴子内篇·微旨》云：

夫阴阳之术，高可以治小疾，次可以免虚耗而已。其理自有极，安能致神仙而却祸福乎？人不可以阴阳不交，坐致疾患。若欲纵情恣欲，不能节宣，则伐年命。善其术者，则能却走马以补脑，还阴丹以朱肠，采玉液于金池，引三五于华梁，令人老有美色，终其所禀之天年。

这里，“阴丹”一词应当引起注意。

《抱朴子内篇·极言》复曰：

若年尚少壮而知还年，服阴丹以补脑，采玉液于玄谷者，不服药物，亦不失三百岁也，但不得仙耳。

上两条材料中均提及“阴丹”。这里所说“还阴丹以朱肠”、“服阴丹以补脑”，显是以房中合气为“阴丹”，这一点是可以无疑的。但是否可以因此即以为此时男女合气之术就已经被视为一种炼丹的过程呢？从上引材料，我们还不能完全确定。

按《真诰》卷九《甄命授》云：

君曰：阳丹九转，世人皆有此术，不复说之。

陶弘景注曰：此谓房中之事耳。阳丹或应作阴丹。

《真诰》一书为陶弘景所辑杨、许真书，则“君曰：阳丹九转”一条出于东晋，与抱朴子葛洪约略同时或稍晚。这里，陶弘景以为“阳丹”当作“阴丹”，应无可疑。此处不仅提及阴丹，且将之与“九转”相联，是房中之术已被视为炼丹过程的显证。

“阴丹”在道教典籍中除指房中合气之术外，还是外炼金丹的

<sup>①</sup> 参看李零《马王堆房中书研究》一文，《中国方术概观·房中卷》附录一，人民出版社，1993。

一种。

《抱朴子内篇·杂应》云：

或曰：“魏武帝曾收左元放而桎梏之，而得自然解脱，以何法乎？”抱朴子曰：“吾不能正知左君所施之事，然历览诸方书，有月三服薏苡子，和用三五阴丹，或以偶牙阳胞，或以七月七日东行跳脱虫……皆自解。

此处所言脱遁之法，前后诸方皆为外服方药，故“三五阴丹”亦当为外炼金丹<sup>①</sup>。这里，值得注意的是，作为外炼金丹的“阴丹”与“三五”联系在一起，其中“三五”与房中之术或有关联，道安《二教论》云：“备如《黄书》所说，三五七九，天罗地网，士女混漫。”或者合气之术与外炼金丹的联系即与此有关。

按《备急千金要方》卷二十七《养性》引有《仙经》之文<sup>②</sup>，其文曰：

《仙经》曰：令人长生不老，先与女戏，饮玉浆。玉浆，口中津也。使男女感动，以左手握持，思存丹田中有赤气，内黄外白，变为日月，徘徊丹田中，俱入泥垣。两半合成一团，闭气深内勿出入，但上下徐徐咽气，情动欲出，急退之，此非上士有智者不能行也。其丹田在脐下三寸，泥垣者，在头中对两目直入内，思作日月，想合径三寸许，两半放形而一，谓日月相翕者也。

《养性延命录》卷六《御女损益》亦征引《仙经》，其文如是：

① 阴丹之作为外丹尚其他明证。《历世真仙体道通鉴》卷七载：“帛举，字子高，尝入山采薪，见二白鸽飞下石上，即成二仙人，共语云：‘顷合阴丹，就河北王母索九剑酒服之至良。’子高闻仙人言，就访王母者，得九剑酒，还告仙人，乞阴丹服之，即翻然升虚。”又《太清金液神气经》云：“绛晨神丹，上真所始，琼蕊入口，气绝复起；地品阴丹，长生不死，无常变化，分形翳己。”关于阴丹，还有很多种说法，如《道枢》卷四《玉芝篇》云：“阳丹，精也；阴丹，血也。”又同书卷二十九《金虎铅汞篇》亦云：“内修得一者，阴丹也；外修得一者，阳丹也。”这是以“阴丹”和“阳丹”来区别外丹法和内丹法。这一区别还见于《云笈七签》卷六十四《王屋真人人口授阴丹秘决灵篇》：“夫阳丹可以上升，阴丹可以驻寿。阳丹者，还丹也；阴丹者，还精之术也。”

② 见《中国方术概观·房中卷》，人民中国出版社，1993。

《仙经》曰：男女俱仙之道，深内勿动，精思脐中赤色大如鸡子，乃徐徐出入，精动便退，一旦一夕可数十为之，令人益寿，男女各息意共存之，唯须猛念。

上述两条材料所言之道法实有相通之处。下文之“赤色大如鸡子”与上文之“思存丹田中有赤气……变为日月”，所指恐皆相同，惟后者所言较为简略而已。这两条材料中的描述，从现象上看与丹道实可相通，倘若此种假设可以成立，那么，我们便可以对男女合气之所以被称为“阴丹”有进一步的了解。然而，正如我们在第一节中所特别强调的那样，仅仅以现象的相似便擅作断言，是不严谨的，同时这样的断言也并无说服力。因此，要作上述推论，还需要在材料上寻求更为坚强的支持。

《云笈七签》卷五十六《元气论》中有如是一段文字：

若知玄之又玄，男女同修，夫妇俱仙，斯为妙道。《仙经》云：一阴一阳谓之道，三元二合谓之丹，溯流补脑谓之还，精化为气谓之转。一转一易一益，每转延一纪之寿，九转延一百八岁。

这里所引用的《仙经》中的文字，非常具体地用房中术的理论术语解释了金丹道中的名词，联系到我们上面引用的两条材料，便可以对“阴丹”有一个较为深入的了解。《仙经》成书甚早，《抱朴子内篇》中已经引用了《仙经》的文字，由此，我们可以断言，男女合气之术对金丹烧炼理论的吸收，当远早于东晋。

上面我们分别引证了几部早期道教经典中有关房中术与金丹道合流的文字，其中有一个十分有趣的现象，即诸家对于房中术的态度大相径庭。《仙经》以之为“男女俱仙之道”，《抱朴子内篇》则以为“阴阳之术”没有“致神仙而却祸致福”的功效。《真诰》对于合气之术的评价介于二者之间。《真诰》卷二载曰：

紫微夫人曰：夫黄书赤界，虽长生之秘要，实得生之下术也。非上宫天真、流耕晏景之夫所得言也。此道在长养分生而



已，非上道也。有怀于淫气，兼以行乎隐书者，适是握水官之笔，鸣三宫之鼓耳。

对于房中术，《真诰》的态度似乎颇有些为难。一方面，它要强调合气之术不是“上宫天真”所当为；另一方面，又承认合气术为“长生之秘要”。上述三种态度，虽有所差别，但有一点是共同的，即都没有从根本上否定合气之术的作用<sup>①</sup>。在《真诰》同一卷的另一条材料里，则有这样的说法：“色观谓之黄赤，上道谓之隐书。”这表明《真诰》所代表的上清派道法中有类似于房中的道术<sup>②</sup>。

阴丹房中之法，经过上清等道派的改造，开始向清修和内向的方向发展<sup>③</sup>。这种发展倾向使得阴丹渐渐脱离其原初的状态，演变

① 在对待房中术的态度上，颇可以看出南北道教的不同。我们一般习惯于用北周甄鸾《笑道论》中对房中术的描述来讨论当时房中术的发展状况，而事实上，这种处理是不无问题的。上面我们引证的三种道书，大体上皆可认为是南朝的道教经典，它们对待房中术的态度，虽然有程度不同的保留，但总体而言，是相当温和持中的。即使是年代晚于寇谦之的陶弘景，在《养性延命录》中对房中术也仍然颇有采纳。这种态度，与寇谦之“除去三张伪法”的强硬态度相去甚远。究其原因，盖因北朝之礼法，既经兵连祸结和外族文化的浸染以后，久已形荡然之势，道门中修习房中之徒，遂得以因时乘势，借修道之名以骋其不轨之实，故一辈有识守礼之士，起而荡除其弊，如寇谦之、崔浩，皆属此类。按《魏书·卢玄传》云：“（崔）浩大欲齐整人伦，分明士族。”而寇谦之对于房中术，也并非一概断禁。《老君音诵诫经》曰：“然房中求生之本，经契故有百余法，不在断禁之列。若夫妻乐法，但勤进问，清正之师，按而行之，任意所好，传一法亦可足矣。”是知如不违背礼法，房中之术并不须禁止。南朝则由于礼法俨然，房中之法亦不能逾越规矩而任意行之，故虽一辈清流亦不齿之，终因其并无大恶，而不加厚责。

② 此处所言之“隐书”，其详细意义难以明了，但《真诰》卷二中的一则材料，或可使我们窥见一些痕迹，其文如是：“夫真人之偶景者，所贵存乎匹偶，相爱在于二景，虽名之为夫妇，不行夫妇之迹也。是用虚名以示视听耳。苟有黄赤存于胸中，真人亦不得见，灵人亦不得接，徒勤劳于执事，亦有劳于三官矣。”“偶景”是否即为“隐书”，不敢断言，但总体说来，上清派对房中术的改造，是向着清修方向发展，这一倾向是可以无疑的。

③ 参见柏夷(Stephen Bokenkamp)《天师道婚姻仪式“合气”在上清、灵宝学派的演变》一文，《道家文化研究》第十六辑(1999)。另外，《太上玉佩金琅太极金书上经》中有一条材料应予以注意，其文如是：“欲修玄真法，存服日在口中……存日月中央有女子，头巾紫巾……口吐赤气，弥满日月光芒之间，令与芒霞并注，尽入我口，我咽之。存女亦口吐之。行之九十过，咽毕，存觉今日月之景亲薄我面上，令玉女之口置我口上，使气液来下，入于口中。我乃微祝曰：……。毕，存玉女之口津液，令注我口中，我又漱满而随咽之，又九十过。”这里，我们可以清楚地看到由外在的合气向想像中的合气过渡的痕迹。

成为具有较为成熟形态的内丹<sup>①</sup>。唐代出世的《长生胎元神用经》<sup>②</sup>中有这样一段文字：

即说阴丹七返，水唾血精脑，神气也。夫欲养神，先须养气，养气先须养脑，养脑先须养精，养精先须养血，养血先须养唾，养唾先须养水。水者，五华之津，五味之精，当在舌下，两齿之间，傍曰水池，咽下肺脉之主则化为唾，唾入心之间则化为血，血二百五十日入肾脉中则化为精，精入脑脉之中则化为泥丸宫。

这里的“阴丹”已显然不具有房中术的意义，而是作为一种完整意义上的内丹出现了。

### 三、守一与金丹

守一在早期道教的发展中占据着极为重要的地位，就目前我们可以看到的材料来说，守一存真之法与金丹道的合流似乎颇晚，但尽管如此，守一之法对金丹道理论的汲取仍对内丹道教的产生和发展起到了不容忽视的作用，至少，内丹道的最终理论形态受到了存真守一之术的深切影响。

《抱朴子内篇·微旨》中有一段文字颇耐寻味：

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

---

① 当然正如我们在最初论及研究线索时谈到的那样，并非所有的房中术都经历了这样的演进过程，其中很大一部分仍保持其原有的形态，直到其可资存在的条件根本消失。

② 参见《道藏提要》，任继愈主编，中国社会科学出版社，1991。

这一段材料是常常被引用来作为《抱朴子》一书中有内丹思想的根据的<sup>①</sup>。唐宋内丹道教中确有用类似的言语来描述内丹形象的情况，但这很可能是后起的现象，而在最初并没有炼丹的意义。其中，“中丹煌煌独无匹”的“中丹”，不能简单的理解为丹药，因为上文言“幽关”，下文言“命门”，皆为人身中的处所，故此“中丹”当理解为中丹田<sup>②</sup>，于上下文意似更通畅。我们不能仅仅依现象的相近而妄下断语。从材料本身看，我们可以明显看出的结论有两点：其一，此种道法可以用来“守身炼形”；其二，了解这一法术的人能够“不畏万鬼五兵”。

按《抱朴子内篇·地真》曰：

夫长生仙方，则唯有金丹；守形却恶，则独有真一，故古人尤重也。

这里，“守形”可与上文之“守身炼形”等同，“却恶”则与“不畏万鬼五兵”一意。由是可知，上面一段文字所言之内容，实为守真一法<sup>③</sup>。《太清真入络命诀》<sup>④</sup>曰：“一在无形甚难知，子不知一万事失，大如弹丸黄如橘，离娄绮户珠玉室，出为两半入为一，流照天下赤如日，子能守之万事毕。”在这里，守一与“两半为一”的同一尤为明显。

① 参见胡孚琛《魏晋神仙道教》附录“道教史上的内丹学”，人民出版社，1989。事实上，倘若一定要说《抱朴子内篇》里有内丹学痕迹的话，那么我们在前一节中讨论的“阴丹”相较而言似乎更有资格来充当这样的角色。

② 《胎息经》曰：“脐下三寸为气海，亦为下丹也。”是丹田可简称为“丹”的明证。

③ 事实上，“始青之下月与日、两半同升合成一”一段与《仙经》中谈及房中术的文字颇为相似，其文曰：“思存丹田中有赤气，内黄外白，变为日月，徘徊丹田中，俱入泥垣，两半合成一团。”另外，《洞真黄书》中亦有“两半成一”的说法：“阴家生气，两半成一，可共度厄消病。”但在《抱朴子内篇》里，这一段文字显然与房中术无关，因为抱朴子以为合气之术不能“致神仙而却祸福”，这与文中“知之不畏万鬼五兵”的言论不合。不同内养术之间现象的相近，或许是各种内养方术得以相互融合的原因。而各种已经被分别视为炼丹过程的内养术的合流，是内丹学最后能够形成一种大体统一的形态的重要原因。当然，仅仅是现象的相似是远远不够的。

④ 《道藏提要》云：“此书盖出于六朝时。”其说大体可依。

仅仅依靠上面的材料，我们还无法最终确认守一术是否已开始与金丹道合流，欲求显证，尚需进一步探究。

较抱朴子稍晚、定本于刘宋之前的《太上灵宝五符序》<sup>①</sup>一书，其中有两段材料与此问题有关，其文曰：

不但守雄复守雌，一在无形甚难知，子不知一万事失，大如鸡子黄，其色如甘橘，出为半，入为一，子能守之万事毕。

又曰：

子知真一之丹，万事延。知一者，无一之不知也；不知一者，无一能知也。一者，至贵无偶之号。

上面两条材料，其中第一条与上引《太清真人络命诀》之文基本相同，仅文字略异；第二条材料则非常明白地将“知一”称为“真一之丹”，这无疑是守一之术与金丹道合流的显证。

#### 四、服日精与食五牙

六朝道教中复有服日精、食五牙之法，其道法皆融合存想、食气及金丹术，情况较为特殊，单列于此，加以讨论。

按《洞真上清青要紫书金根众经》云：

闭眼存日中五色流霞，下冠兆身，洞焕一形，存见日中有一仙人，形长八寸，……下在兆身头顶之上，口引日中赤丹金精石景水母之英，灌溉兆形。

这是在想像之中服用外用丹药。所谓“赤丹金精石景水母之英”，即“真朱一两内著水中”，“真朱”即丹砂。事实上，上文所引道法是有实际的外丹砂服食过程相伴随的，因此也较接近外丹法。而更多的同类道法则并不需要有实际的丹砂服食过程相对应。如《云笈

<sup>①</sup> 参见《道藏提要》288页。

七签》卷十八《老子中经》<sup>①</sup>曰：

常自念己身在胃管中，童子服五色彩衣，坐珠玉之床，黄云赤气为帐，食黄金玉饵，服神丹芝草，饮醴泉。

这里便只有想像中的神丹服食，而无实际的服丹过程相对应。

上述两条材料均涉及存想中的丹药服食，而类似的描述在存思派经典中颇为常见。这类道法往往有一个共同之处，那就是所存想的服食对象是已成的外用丹药，这些想像中的丹药在存思者的观念中，并不需要经过人工的烧炼，而是成自天然或源于神明的恩赐。由此可知，这类道法的主旨是积感而来神明<sup>②</sup>，其关键在于存思者是否虔笃，而并不在于丹药的有无，更不在乎是否有炼丹的过程。虽然如此，但由于这些道法在施行的过程中，总是伴随着服气、咽液等内容，因此，想像中的丹药便不免和实际的气液联系起来，而使气液具有了玉液、金浆等外用丹药的名称，这对于内养术对金丹道的吸收和借鉴显然有一定的作用。

道法中又有食五牙法，其中，丹牙法中的现象颇易与丹道混同。

按《太上洞玄灵宝赤书玉诀妙经》曰：

修养丹牙，导引南方丹天之法……南方朱丹，服食朱丹，饮以丹池，毕以舌撩下齿之表，舐唇嗽口，令玉芝满口而三咽之，又引赤气三咽，令镇心宫之中，其道毕也。

从上引这一段文字看，由于修丹牙法所涉及的色彩多与朱、赤、丹等相关，因此，从现象的相似这一点上，是极易与炼丹术联系起来的。因此，虽然我们从现有的史料中还无法看到食丹牙法被视为一

<sup>①</sup> 据施舟人先生(Kristofer M. Schipper)的考证，《老子中经》的成书年代在东汉末年。参见《道家文化研究》第十六辑(1999)。

<sup>②</sup> 《太上玉佩金琅太极金书上经》云：“行之五年，太玄玉女将下降于子，与之语话，太玄玉女亦能分形为数十玉女，任子之驱使也。此积感结精，化生象见，精之至也，感之妙应也。”存思之术，其想像与真实的连接，要在于“自然妙气应感成形”，由妙气感应而使想像的世界化为真实，是其中的关键。

种炼丹术的例子，但在内丹观念的形成中，食丹牙法应当起到过一定的作用。当然，有关这一点，还有待进一步的史料梳理，方能证实。

### 第三节 《周易参同契》中的易理和丹道

一、《周易参同契》成篇问题的复杂性，可以从对该问题的研究结论的莫衷一是中折射出来。围绕《参同契》的众多研究构成了一个复杂的问题域，它几乎触及我们能够从实证角度对某个历史文献进行研究的所有可能的提问方式：成篇的年代、作者、传承的经过以及文本的性质。然而，如此丰富的研究究竟给我们带来了什么样的知识积累呢？在这些研究所触及的问题中，又有哪一个有了确定无疑的结论呢？这是不是暗示我们既有的研究方式无力承担我们的学术追求呢？我们能不能由此出发，来进一步考察实证研究的前提和边界呢？正是出于上述考虑，我开始试着绕开实证研究的进路来思考《参同契》的问题。

在思考中，我遇到的第一个问题便是：《周易参同契》作为一个标题，它指向的是一次有着明确的写作动机和终点的个体写作，还是一个开放的文本生成过程？如果是后者，那么，“魏伯阳”显然就成了某种简化的符号和标签，它的背后隐藏着一个远超出个体的漫长的写作和文本生成的过程。而在这种意义上，被视为作者的“魏伯阳”，恰恰掩盖了文本的“匿名性”<sup>①</sup>。换句话说，即使魏伯阳确与《参同契》的成篇过程有关，他与该文本的关系也只不过是某种“弱写作主体”与其作品的关系。

一旦我们意识到了《周易参同契》的“匿名性”，那么，该书的

---

① 关于《周易参同契》的成篇过程，马叙伦和陈国符两位先生皆有论述。汉代原有《易纬参同契》一书，其内容虽不可详考，但大抵与丹道无关。按《真诰》卷十二《稽神枢》注云：“《易参同契》云，桓帝时上虞淳于叔通受术于青州徐从事，仰观乾象，以处灾异，数有效验，以知术故郡举方正。”从这条材料看，《易参同契》的传承过程与淳于叔通有某种关联，然而淳于叔通似乎只通术数，不明丹道，这从某一个侧面反映出《易纬参同契》这部书的性质：只讲术数占卜，而不涉及丹道。

另外一个性质——“纬书”，也就有了格外重要的意义。在这里，“纬”的精神意味着原本并无直接关联的思想碎片的“拼接”。据彭晓《通真义》序记载，魏伯阳“博瞻文辞、通诸纬候”，这一点正透露出《参同契》的文本生成过程与“纬”的精神的关联<sup>①</sup>。如果《参同契》的文本构成，意味着某种意义上的“拼接”的话，那么这种“拼接”过程“连缀”了哪些思想碎片呢？陈显微《周易参同契解》云：“伏羲由其度而作《易》，黄老究其妙而得虚无自然之理，炉火盗其机而得烧金乾汞之方……虽分三道，则归一也。”也就是说，《参同契》是由《易》、黄老和丹道三种思想要素拼接而成的。

二、如果我们将《参同契》的文本组织原则理解为一种匿名的拼接，即《参同契》并非是一次完整的个体写作的产物，而是在文本传写过程中原本不相联属的思想要素偶然拼接的结果，那么，我们就有必要进一步追问：这种拼接是如何发生的？试图追索在《参同契》的文本构成中发挥过作用的人及其背后的心理的动机，无疑是一种奢望。这些匿名(或相当于匿名)的主体，早已淹没在历史的暗幕中了。然而，正是由于这样一种匿名的属性，我们才有可能超越“作者”的预设(作为一个统一完整的创作主体的作者)，并摆脱对“作者”的依赖。正是这种预设使我们相信这样一个纷繁错综的文本背后，有着一以贯之的逻辑和清晰明确的目标。其中，文本中清晰一贯的逻辑是在文本出现之前就已经存在于某个特定主体的头脑之中了，还是在文本生成的过程中逐渐显现的，甚至是在文本的拼接完成以后才被赋予的，这中间的差距是非常大的。而这些差别却只有在“作者”以某种匿名的方式消隐以后才能被我们认识到。文本的匿名性使得我们有可能进一步考察文本自身的运动痕迹。文本的自主性由于作者的消隐而被放大，大到足以让我们觉察。事实上，文本的这种自主性，即使是在动机明确的个体写作中也可以觉察到。写作的过程仿佛是在急流中行船，我们要达到的目标常常受文本的

---

<sup>①</sup> 我们这里强调《参同契》的“匿名性”，并不是一定要否定魏伯阳与《参同契》的关系，而是要否定被视为作者的魏伯阳背后暗涵的那种动机明确、首尾完整的个体写作。

自主性左右。

三、我们在前一节中曾经谈到,《参同契》的文本构成主要有三个方面的内容,即黄老、丹道<sup>①</sup>和《周易》。这三个方面的内容是如何拼接的呢?在这种拼接中,哪种因素起到了核心的作用呢?其中,丹道与《周易》的拼接最值得关注。事实上,无论是起源还是思维模式,丹道<sup>②</sup>和《周易》这两个思想传统都相去甚远。如果我们不带任何后世的眼光来考察《参同契》产生以前的观念史,我们会发现,这两种思想要素的拼接并不像我们现在看上去那样自然,而是相当突兀的。

关于《周易》。《周易》所代表的是一个古老的占筮传统<sup>③</sup>。占筮和龟卜之不同,王夫之曾有评论,他说:“大衍五十而用四十有九,分二,挂一,归奇,过揲,审七八九六之变,以求肖乎理,人谋也;分而为二,多寡成于无心,不测之神,鬼谋也……若龟之见兆,但有鬼谋,而无人谋。”(《周易内传·系辞上传》)王夫之此论,似乎明确地道出了占筮与龟卜的区别,但细加思索,则可发现这种看法只道出了问题的一个方面。以“鬼谋”和“人谋”来分别占筮与龟卜,实质上意味着认为在龟卜中完全不包含人为的因素。然

① 这里的丹道是指外丹烧炼技术。

② 《周易参同契》中论及的丹道,究竟是外丹还是内丹,仍是一个有争议的问题。本文在这里采用外丹说。

③ 有关《周易》一书的性质,朱伯昆先《易学哲学史》一书中有详细的议论:“上古时代,人们向天神或鬼神问吉凶祸福的方法主要有两种:龟卜和占筮。龟卜是将龟腹骨和兽骨钻孔火烤,周围出现的裂纹,称为‘卜’,依据卜兆的形状来断定人事的吉凶。殷人是迷信龟卜的,殷墟出土的甲骨文,就是明证。周人也是迷信龟卜的。《周礼·春官·宗伯》记载:‘太卜掌三兆之法,一曰玉兆,二曰瓦兆,三曰原兆。其经兆之体,皆百有二十,其颂皆千有二百’。‘原兆’,郑玄注谓象田地的裂纹。‘颂’,即卜辞,又称为‘繇’。这是说,龟兆有玉纹、瓦纹、田纹三大类型,其基本形状又各有一百二十种,断定其吉凶的辞句共三千六百条。周人说的龟卜之法,是从殷代发展来的。关于占筮,《周礼·春官·宗伯》记载说:‘掌三易之法,一曰连山,二曰归藏,三曰周易。其经卦皆八,其别皆六十有四’。……按此说法,占筮之法是,数蓍草变化的数目,得出八卦之象,依卦象推测吉凶。‘连山’、‘归藏’之法,已不清楚,后人种种解释,皆不足信。现传下来的占筮之法只有《周易》一种。”见朱伯昆《易学哲学史》上册,北京大学出版社,1986,第2页。



而，实际的情况却是，尽管在预兆的获得中，龟卜没有为“人谋”留下位置，然而，对于预兆的解释仍要由人来完成，这种解释即使有其相对的确定性，也仍然会留有很多可供发挥的余地。因此，仅仅用是否有人的参与来分别龟卜和占筮，是不无疑问的。但“鬼谋”与“人谋”的分别仍然为我们理解占筮的实质提供了线索，那就是如果我们将“人谋”理解为一种“理性”的思维方式、而将“鬼谋”理解为一种“巫术性”的思维的话<sup>①</sup>，我们就可以获得一种富有生长力的思考向度。

我们一般理解占筮时，都会将占筮等同为我们现代所谓的“算命”，是与对未来的理性判断截然不同的思考方式。这种看法在相当程度上忽略了古今观念的差异，是在用后世的观念来衡量古代的观念。我们现在习以为常的日常理性思考方式只是理性的历史展开中的一个极其特殊的例子，在这种特殊的理性思考方式产生之前，并不意味着人类就一直处于非理性的状态，而只是意味着，人们在以其他的理性方式生活着、思考着<sup>②</sup>。

涂尔干在谈及原始的图腾制度时，曾有过极其精到的分析，他说：“图腾制度的这个方面之所以往往会被人忽略，是因为目前通行的氏族观念过于狭窄。氏族通常仅仅被视为一种人类的群体。作为部分的简单分支，它看起来好像是这样，除了人以外别无他物。

---

① 此种“巫术性”思维方式体现在，古人认为龟卜具有勾通人与某种神秘力量的作用，这种思维方式从本质上讲，是巫术性的。而占筮则与此不同，占筮是一种经验主义的思考方式，这种方式具有较强的“日常性”性格，因而具有理性的特征。

② 马克斯·韦伯甚至在原始的巫术和宗教思维中发现了理性：“由宗教的或巫术的因素、所引起的行动之最基本的形式，是以此岸为取向的。‘使你可以得福……并使你的日子在地上得以长久’（《申命记》，4：40），这话表达了何以要履行宗教或巫术的行动的原因。甚至在腓尼基的滨海城市中所举行的活人献祭祀——虽然这在城市民族里并不寻常——也没有一丁点彼世的取向。进一步来说，宗教或巫术动机下的行为，相对而言，是理性的，从其最原初的表现看来特别是如此。它所遵循的是经验法则——虽然未必是根据手段与目标考量下的行动。钻木即能取火，依此，巫师的‘巫术’行为也可向上天召来雨水。由钻木所造成的火花，和由祈雨师的作法所召来的雨水一样，都是一种‘巫术般的’效应。因此，宗教或‘巫术’的行为或思考必然不可与日常生活里有目的的行动范畴划分开来，这特别是因为：即使是宗教与巫术的行为，其目的主要都是属于经济性的。”参见马克斯·韦伯《宗教社会学》。

但是，在作出这种推断时，我们却是用我们欧洲的观念代替了原始人对人和社会的观念。对澳洲人来说，他们本身就是事物，而宇宙中的每件事物都是部落的一部分，都是部落的构成要素。这就是说，每件事物都像人一样，是部落的正规成员，在社会组织的整个格局中都有一个确定的位置。菲松说：‘南澳洲的野蛮人把宇宙看成一个大部落，他自己属于其中的一个分支；所有属于他这一类的东西，不管是生物还是非生物，都和他一样，都是他所属的那个集体的一部分。’基于这一原则，一旦部落分为两个胞族，所有已知的事物就要在他们之间进行分配。……但分类还不止于此。由于每个胞族的人又分属一定数量的氏族，同样，归于每个胞族的人又分属一定数量的氏族，同样，归于每个胞族的事物就又被顺理成章地分配到了组成胞族的那些氏族去。例如，一种树被指定给了袋鼠，而且只属于袋鼠氏族，那么它就像这个氏族的人类成员一样，也以袋鼠为图腾；而另一种树就会属于蛇氏族；云属于一个图腾，那么太阳就会属于另一个图腾，如此等等，所有已知的事物就这样被安排进一种囊括整个自然的图表或系统分类之中了。”<sup>①</sup> 涂尔干的这一分析提示我们，古代人在对所知的事物进行分类时，有着与我们今天的分类系统迥乎不同的原则。这一点对于我们考察《周易》的问题极有帮助。《易·系辞传》云：

圣人有以见天下之赜，而拟诸其形容，象其物宜，是故谓之象。

这里，“象”之所以必要在于“天下之赜”，世间纷繁的事物，如果不以某种分类系统来作出起码的分类，那么，任何一种意义上的思考和在此基础上的判断都是绝无可能的，因此要“拟诸其形容”以“象其物宜”。这里，“象”所起的正是分类的作用，《周易》的卦象构成了一个对事物的分类系统。而且，“拟诸其形容”以“象其物宜”，正体现了一种经验的原则，从而最终体现出了“理性”的精神。当然，《周易》的分类原则与我们今天的分类原则是根本不同

<sup>①</sup> 参见涂尔干《宗教生活的基本形式》。

的，当然也不同于澳洲人的图腾制度。我们今天对事物的分类，已经从根柢里浸染了西方的观念，即我们的分类对象首先是指向物——一种空间中的几何存在。《周易》的分类原则与此不同，它并不直接指向物，而是指向事，指向内在于时间中的物与物的关系。正因为分类的对象不是“物”而是“事”，所以此种分类系统就不可避免地与某种特定的价值体系紧密相联，这种价值系统既包括“吉凶悔吝”之类的利害关系，也包括“厚德载物”之类的德性判断<sup>①</sup>。《周易》的六十四个卦象主要都是“象”事的，而非“象”物的<sup>②</sup>。《周易》的卦象构成了一个系统，将世间的“万事”加以分类，并在此基础上通过一种特殊的逻辑过程对将来的事作出判断<sup>③</sup>。这种判断与我们后来所说的“算命”之间虽有某种连续性，但从根本上讲却是完全异质的，前者是在经验的原则尚未发展成熟之前的一种原始的经验主义（是当时的一种日常性思考方式），而后者则是在成熟的经验原则发展出来以后、前述那种原始的经验主义的残留（已经变成一种非日常性的思考方式）。

关于丹道。外丹烧炼技术的兴起，与传统的服食术有着密切的

---

① 在初民阶段，德与福尚未分化，拥有社会优势者同时也被视为有德者。而苦难本身则成了德性缺乏的证明。参见马克斯·韦伯《宗教社会学》。

② 当然，这一点并不绝对，如坎象征水、离象征火之类，就是以卦象直接指称物的。这里，我们必须注意到，八卦是指物的，八卦重叠而成的六十四卦则指物与物的关系，即“事”。

③ 这种逻辑体现在占筮的两个环节中，首先，在获取卦象的过程中，要对蓍草的数字进行排列，这里的逻辑原则是相信数字与卦象之间有某种关系，经过某种特定的数字排列，人们可以得到包含着所问事情的答案的卦象；其二，在对所得卦象的解释中，卦象、卦爻辞以及所关涉的事情之间有一种逻辑的关系，在这个环节里，逻辑的原则往往并不一贯，在《左传》、《国语》等书上记载的占筮的例子中，有的时候是以“变卦”为依据来得出结论，这仍是通过某种数字的关系来推演（如得到某一阴爻的数字为六，这一阴爻就变为阳爻）；有的时候是以“卦象”为依据来得出结论，即以“八卦象征各种物象，再用八卦所象征的物象，说明重卦的卦象，以此解说一卦的卦辞和爻辞，论证所占之事的吉凶”（《易学哲学史》上，第22页）；有的时候则通过“取义”来作出判断，即“以卦名的意义和卦的德行说明重卦的卦象，以此解说卦爻辞，从而推断所占之事的吉凶”（同上，第24页）；有的时候则以个人的德行来配合卦象作出判断，如《左传·襄公九年》穆姜被贬一事中的筮例。这些逻辑原则虽无法归一，但其根柢里的都浸透着某种“理性”的精神。

关系。服食自然的灵药可以有益于年命<sup>①</sup>，这在中国古代是一种非常普遍的信念<sup>②</sup>。然而，正如王明先生指出的那样，对自然灵药的信仰与外丹烧炼技术是有着质的区别的<sup>③</sup>。外丹烧炼技术的实质是认为人可以通过某种技术达到对物的有效控制，由这种控制可以产生具有特殊作用的物质，这种物质可以改变人的形质，从而在根本上改变人的命运（“我命在我不在天”）。这种观念在本质上是一种技术至上主义的观点，即相信技术可以改变一切，技术是最为根本的<sup>④</sup>。

从上述简要的分析，我们可以看出，《周易》所代表的占筮传统与外丹烧炼技术在精神实质上，实在相差甚远。这里，我们有必要追问：如此异质的两个思想传统何以能够关联起来？是什么因素在二者的拼接中发挥了中介的作用？而二者拼接又产生了怎样的结果？

四、《周易》所体现的占筮的传统，在《周易参同契》的文本中仍有表现，《参同契》云：

玄精眇难睹，推度效符证；居则观其象，准拟其形容；立表以为范，占候定吉凶；发号顺时令，勿失爻动时；上察河图文，下序地形流，中稽于人情，参同考三才，动则循卦节，静则因象辞，乾坤用施行，天下然后治，可不慎乎？

通过卦爻辞来决定自己的行为，可以说是早期《易》学的实质。由于吉凶动止总是在时间之中展开的，因此《周易》中常常提到“时”，如“与时偕行”之类。然而在最初，《周易》与时间的关联还只停留在素朴的阶段，还没有与严格的天文历法结合起来。《周易》关注的时间只是人生中的一些偶然的时刻，时间本身并无特别的意义。然

---

① 这并不意味着相信服食可以使人长生甚至飞仙。长生观念的产生是与特定的时间观和死亡观密不可分的。

② 如《史记·封禅书》载方士李少君之言曰：“祠灶则致物，致物而丹砂可化为黄金，黄金成以为饮食器则益寿，益寿则海中蓬莱仙者乃可见。”

③ 王明《〈参同契〉考》，《道家 and 道教思想研究》，中国社会科学出版社，1984。

④ 这种观念与我们今天的科学主义具有某种亲和关系。

而，到了汉代，随着纳甲、六虚、十二消息的学说的出现<sup>①</sup>，《周易》的卦象以及卦爻辞开始与天干地支联系起来，从而与天文律历联系起来<sup>②</sup>。

外丹烧炼技术作为汉魏以后逐渐成熟起来的一种长生技术，其精神根柢是：通过某种特殊的方法炼制出来的丹砂，可以使人永生。通过技术来摆脱人的宿命，可以说是金丹烧炼术的实质。技术是所有问题的核心和关键。一个掌握了炼丹技术的人，不论其家世背景如何，都有可能将生命延至无穷<sup>③</sup>。甚至服丹者的品德，也不可能对丹砂的效用带来什么影响<sup>④</sup>。可以说，金丹烧炼术构成了中国古代思想中强调技术性因素的一个极端。金丹烧炼过程中，为使药品产生预期中的变化，火候是一个非常重要的因素。而火候则不可避免地与时间发生关联。这一时间最初只与运火的长短有关，而与天文历法并无必然地联系。

从上面的分析中，我们发现，丹道和《周易》这两个思想传统，都与时间有着密切的关系。由此，我们似可推测：正是由于二者与时间的密切关系，才使得它们有了拼接的可能。在这个意义上，时间也就成了在二者之间起缝合作用的“纬线”。这一点在《参同契》中显得十分突出，例如：

故易统天心，复卦建始萌；长子继父体，因母立兆基；消

---

① 参见朱伯崑《易学哲学史》上，第三章“汉代的象数之学”。

② 吉凶与天文历法的关系起源当甚早。如《史记·五帝本纪》云：“于是帝尧老……揖五瑞，择吉日，见五岳诸牧，班瑞。”虽然这条材料并不足以证明择吉之术可以追溯到尧舜时代，但却可以让我们知道，择吉之术在汉代就已经相当流行了。另外长沙子弹库战国楚墓出土的帛书中《丙篇》的内容，明显地与择吉之术有关。由于择吉之术与历忌之学在汉代十分流行，而作为占筮之术的《周易》又不可避免地吉凶悔吝等利害关系相联，所以卦气、纳甲之说在汉代产生也就不足为怪了。

③ 当然，在现实的情境里，家世背景对于能否炼制金丹，还是有着至关重要的影响的，因为金丹烧炼术与一般的长生技术不同，需要极其苛刻的外在条件，这些外在条件，无疑还是要依靠现实的资源来保障的。

④ 因为服食丹砂以后，人的心性也会发生相应的改变，《太清经天师中诀》云：“凌晨服者，面向东取井华水服方寸匕，日三服之，六十日易形，百日人不识，二百日通神，一年以上仙道成也。”这里所讲的“通神”，就是指心性的变化。

息应钟律，升降据斗枢；三日出为爽，震庚受西方；八日兑受丁，上弦平如绳；十五乾体就，盛满甲东方；蟾蜍与兔魄，日月无双明。蟾蜍视卦节，兔者吐生光；七八道已讫，屈折低下降；十六转受统，巽辛见平明；艮直于丙南，下弦二十三；坤乙三十日，东方丧其明；节尽相禅与，继体复生龙；壬癸配甲乙，乾坤括始终。

又如：

数在律历纪，月节有五六，经纬奉日使，兼并为六十，刚柔有表里，朔旦屯直事，至暮蒙当受，昼夜各一卦，用之依次序。

前一段材料是用纳甲之法，将八卦与月象联系起来，从而确定进符退火的火候；而后一段材料则以每月三十日昼夜各用一卦，计六十卦（乾坤坎离除外），再以每一爻对应一个时辰，以确定炼制丹药的火候<sup>①</sup>。二者拼接的结果是：与炼丹的火候有关的时间，其精确度大大地提高了。对时间的精准度要求的提高，有可能带来测量技术的提高。一种前所未有的严密精确的时间安排出现了。

同时，由于卦象和爻象的引入，阴阳观念被自然而然地引入了炼丹术中。阴阳观念的介入，从根本上改变了丹道的性质，即以往通过各种药物（如八石）相互作用来制造丹砂的方式，开始被理解为阴阳之间的复杂作用，而最终使得药品被化约为代表阴阳的铅和汞。这种阴阳观念的深入，与上面谈到的精确的时间安排相配合，使得时间的意义也发生了改变。最初，天文历法中的时间只是根据日月星辰的周期性运行来为人的行为提供参照。而在《参同契》中，时间意味着两种宇宙的根本力量——阴阳的作用和展开的过程，时间表征的只是阴阳的消长。

<sup>①</sup> 参见王明《〈周易参同契〉考证》，《道家 and 道教思想研究》，中国社会科学出版社，1984。

五、由于《周易》是一种通过预决吉凶来决定个人行为的占筮术，因此，它是直接指向人的，直接指向每一个个体的行为。因此，《周易》从实质上讲，就意味着一种“自我的技术”<sup>①</sup>。正因为如此，我们才可以理解为什么早在先秦时代，《周易》就已经与人的德性建立起了密不可分的关联。

而丹道虽然最终也服务于人，但它首先总是指向物的，是一种对物施加有效控制的技术。它通过控制物的变化，以达成自我的需要。

这两种技术的拼接带来了一种新的支配物的技术——这种技术摆脱了原有的粗糙的形态，而与一种精确的时间安排联系起来，与一种更为精致的形上学联系起来。而这种精致的物的技术，也为作为一种自我技术的内丹术摆脱原有的粗糙形态提供了可能。《周易参同契》对唐宋之际的钟吕系内丹道的产生有着举足轻重的作用。

#### 第四节 内丹概念的出现

在前面的讨论中，我们放弃了以往的研究思路，即不再简单地回溯内丹这个概念最早见于何处，而是尝试着追问内丹观念得以产生的更深层次的原因和线索。显然，这两个层次的追问是无法相互取代的。而且，即使我们仍坚持前面的提问方式，内丹概念的出现也仍然是我们无法回避的问题。因为随着内丹概念的出现，前述取径各异的观念拼接过程开始具有某种统一的面相。在这种意义上，内丹这个概念为这一纷繁多歧的过程提供了一个单一的表象，以这一表象为胚基，各种成分不同的技术拼接开始指向一种全新的技

---

<sup>①</sup> 关于自我的技术，参见米歇尔·福柯“性与隐修”一文，福柯谈到：“根据哈贝马斯的意见，我们可以区分出三种主要的技术类型：能够让人们去制造、改变和操纵事物的技术；能够让人们使用符号系统的技术；以及最后，能够让人们用以决定其他人的行为、强加某种特定的目的或目标的技术。也就是说，生产的技术、意义或交流的技术，以及支配的技术。然而，我越来越多地意识到，在所有的社会中都存在着另一种技术：能够让个体通过他们自己的手段在自己的身体上、灵魂上、思想上和行为上施加一定数量操作的技术，而这样做是为了改变自己、形塑自己，以获得某种完美的状态、幸福、净化以及超自然的力量。我们称之为‘自我的技术’。”

术，这是一种极其复杂的技术，但这种复杂不再是混乱的杂多，而是各种复杂因素融结后的纯一<sup>①</sup>。因此，在本书的讨论中，我们仍不得不对内丹概念的出现问题作一点必要的考察<sup>②</sup>。

① 这种技术出现在残唐五代的早期钟吕系内丹术中，代表性文献是《钟吕传道集》。

② 一般认为，内丹学的产生与“丹田”概念的出现有关（李零在《中国方术考》就曾表达过这样的观点）。“丹田”这一概念在东汉边韶《老子铭》中即已出现，倘若说这一概念的出现代表着内丹学的形成，那么，我们将无法解释下面这些现象：其一，从东汉一直到六朝这样一段不短的时间里，何以既无成形完整的内丹理论的形成，亦无确定可信的内丹概念的出现，所有的只是一些发展的雏形和潜在的萌芽。其二，何以早期丹经中无一例外地将“丹田”概念摈诸其视野之外，即使是相当一部分学者都认为颇具内丹特征的《周易参同契》也是如此。其三，何以“丹田”的概念在早期道教经典主要都出现在上清派存思著作中。为了使问题更加明确，我们先来讨论“丹田”这一概念的字面意义。一般看来，将“丹”解释为丹砂或丹药，“田”为生丹之田，是大体上可以讲通的，但这样一来，“丹田”便成为植丹之田，人体里既有生丹药的处所，内丹的观念便已经显然包含在里面了。这样早而成熟的内丹观念，实在令人兴奋，但是十分明显的是，它与现有材料显示给我们的思想史的一般演进不相协调，同时也使得上面提到的那些现象成为真正令人费解的谜团。实际上，即使是在唐宋以后业已成熟的内丹学中，我们也并没有看到像上面这样对于“丹田”的理解。面对这样的情形，我想，修正我们久已形成的观念，是惟一也是最好的办法。《道教义》（斯坦因一三〇〇～一四四三）中，有一段关于丹田的解释颇具启发性：“丹者取其朱阳感应上升之色，兼取丹信赤心之义也。上一居泥洹宫，中一居绛宫，下一居黄庭宫。若以无心为心，专心守一者，则三一之神于其身中，滋益智慧，至于成道，混合为一。如稼穡之收实，故所以称田。”这里将“丹”解释为赤色，“田”虽亦取其生长义，但详其上下文可知，其中亦应含有处所的意思。这样一来，如果我们将“丹”解为红色（按《太平经钞》丁部：“吾道乃丹青之信也，青者生仁而有心，赤者太阳，天之正色。”将此材料与上引材料相比，则可发现，赤色在道教传统中，是有其特殊含义的），从而把“丹田”的字面意思理解为红色的处所，则上面的诸多难题便可迎刃而解。然而这样做，是不是有些强作解人的味道呢？让我们先从材料上看起，再作结论。边韶《老子铭》中所提及的“丹田”（《老子铭》中“丹田”的提出，恐怕并非出于边韶的创造，当有其道家文本上的依据，但所依据的文本究竟是什么，我们现在已经无从得知了。“丹田”概念的出现，最初应当是偶然的，而传习既久，遂得以独立成为一专用名词，从而具有了其自身的独特意义），是目前所能看到的最早的有关“丹田”的材料：“由是世之好道者，触类而长之。以老子离合于混沌之气，与三光为终始，观天作璇，降什星随日九变，与时消息，规矩三光，四灵在旁，存想丹田，太一紫房，道成身化，蝉蜕渡世。又曰：大人之度，非凡所订，九等之叙，何足累名，同光日月，合之（此处有缺文）星，出入丹庐，上下黄庭。”其中与“丹田”相联系的上下文中，如“紫房、丹庐、黄庭”等，都是以色彩标明的特定处所，则“丹田”亦不应例外。《洞真高上玉帝大洞雌一玉检五老宝经》云：“出宴黄房之内，人登东晨之台，游戏丹田之下，寝宴凌青之霞。”这里，“黄房”与“丹田”显系相对之文，则“黄房”与“丹田”皆为以颜色相区别的处所，十分显见。上面，我们通过材料分析了“丹田”所应有的字面含义。然而，虽然我们的推论在实际的上下文中可以得到确证，但在字义的训诂上，我们却遇到了一些困难——我们无法找到将“田”释为与房、庐等相似处所



## 一、道教史传中的几处较早的内丹记载

《历世真仙体道通鉴》卷十载：

周秦之际，天下鼎沸，强侵弱，众暴寡，轮转征伐，人不遑安，扶风人马成子睹而叹曰：……我闻太上老君昔谓郁单天王曰：……乃授以神丹，告之曰：“太上道气为内丹，药为外丹；阴功为内丹，金石为外丹。”

又同书卷十四亦曰：

梅福，……汉成帝委任大将军王凤……，遂于岩上结庵，积年遇空同仙君，授以内外丹法，乃至鸡笼山修炼。……

又同书卷八《尹喜传》云：

天地之精华，阴阳之根本，二气之谓也。阳龙阴虎，木液金精，二气交会，炼而成者，谓之外丹；含和炼藏，吐故纳新，上入泥丸，下注丹田，循环不息，朝于绛宫，采于五府，

的例证。而如果使用“田”通常所具有的意义，则与作为颜色的“丹”的连接便显得很不自然。因此，要想使问题得到一个恰当的解决，还需要作进一步的讨论。据《登真隐诀》卷一载：“两眉间上却入三分为守寸双田。陶弘景注曰：双田也，左有青房，右有紫户，凡二神居之。”这里“双田”被解为“房”和“户”，是道教经典里有以房、户之类的处所释“田”的显证。当然，这样的例子是否具有普遍性还有待于进一步的材料发现。即使不另外寻求训诂上的支持，我们也能在道籍中找到相当多的例证，来证实作为色彩的“丹”与作为土地的“田”的连接，在道教经典中并不格外的怪异。《云笈七签》卷二十载有这样的文字：“气贯霄元，精入明堂，强胎益魂，朱山再开，奉近灵元，左采日华，右掇月根。”又卷一百四《玄洲上卿苏君传》曰：“林谨奉法术，施行道成，周观天下……分形散影，寢息丹陵。”既然“朱山”和“丹陵”在道籍中可以成立，那么，“丹”与“田”的连接也同样不显牵强。实际上，“丹田”“朱山”以及我们前面提到的“紫房”“黄庭”等，皆为道流想像中的境地（这类词语在上清经中十分常见，另外，我们还注意到，凡与存思有关的著述，都格外注意颜色的变化，这大概是由于在存思的过程中，颜色对于区别存思对象而言几乎是惟一的依据），现实中既没有真实的对应，我们也就不必作过多地追究了。通过上面的讨论，我们可以得知，“丹田”在相当长的时间里与丹法并无直接的关系，但由于“丹田”概念在守一存思房中等内养术中的重要性，使得它在内养术与金丹道合流的过程中，逐渐突显出来，以至于在后来的唐宋内丹学中，“丹田”甚至被等同于“丹”（见《钟吕传道集》），当然，这已经是后起的意义了。

以哺百神，此内丹也。

上述几条材料，皆将“内丹”出现的年代推至秦汉，其依托当属无疑。但其中仍有值得注意之处，即提起内丹时都是内外丹并举，无扬此抑彼的迹象。这一点应引起格外注意，因为较早的“内丹”概念都是与“外丹”概念并提的。上举材料虽为依托，但其作伪年代当亦不会甚晚。刘师培《读道藏记》谈及《历世真仙体道通鉴》一书时说：“所据之书匪一，然语皆有本。”上面三条材料，其前两条之出现年代似应更早，虽不能确定其具体年代，但作为较早出现的内丹记载，是大体可信的。

《历世真仙体道通鉴》复载：

邓郁之……于梁天监初，台司奏少微星见南楚长沙分，武帝敕监军采访诏之，问所修，曰：“贫道修炼金液而缺丹材”，帝赐金帛，许于南岳洞真福地，选其幽胜，置上中下三宫，以修内外丹。

这段材料明确提及年代，或者有其文献上的根据，然详其上下文义，其所言主要是外炼丹法，何以忽尔说及“内外丹”，不得其详，但大体说来，这一材料似乎不会出现得很晚。

## 二、《老子节解》

《老子节解》的出现年代不详，或当出于六朝后期<sup>①</sup>。《云笈七签》卷五十六《元气论》引《老子节解》之文曰：

唾者，溢为醴泉，聚流为华池府，散为津液，降为甘露，漱而饮之，溉藏润身…此所谓金浆也。可以养神明补元气矣。若乃清玉为醴，炼金为浆，化其本体，柔而不刚，色莹冰雪，气夺馨香，饮之一杯，寿与天长，此所谓外金浆也。

这里，虽未提出“内丹”的概念，但已将“金浆”与“外金浆”对

<sup>①</sup> 参见 Anna Seidel: *Chronicle of Taoist Studies in The West 1950—1990*。

举，而十分显然，“内丹”，至少是“内金浆”的概念已经呼之欲出了。这可以认为是一种较为原始的内丹概念。

### 三、《南岳思大禅师立誓愿文》

《大正藏》卷四十六载《南岳思大禅师立誓愿文》一篇，其中有如是一段文字：

为护法故求长寿命。不愿生天及余趣，愿诸贤佐助我。得好芝草及神丹。疗治众病除饥渴。常得经行修诸禅。愿得深山寂静处，足神丹药修此愿。藉外丹力修内丹。欲安众生先自安。

这里有两点需要加以说明：其一，从我们前述的早期内丹学发展线索看，内丹概念出现于六朝晚期是十分可能的。就《立誓愿文》本身言，似乎更强调外丹。这也很符合早期内丹学发展特征；其二，文中提及内丹时，亦为内外丹法并提。据汤用彤先生《隋唐佛教史稿》所说：“南岳大师（即慧思）……尚有《南岳禅师立誓愿文》，然证之以《道宣传》所言，颇不合，恐系后人附会伪造”，则《立誓愿文》的真伪问题尚存疑问。但从我们上面的分析看，即使这一材料为后人依托，其造作时间亦不甚晚。

### 四、苏元朗的问题

按《罗浮山志》载：

（苏）元朗不知何许人也，尝学道于句曲，得司命真秘，遂成地仙。生于晋太康时，隋开皇时来居罗浮，年已三百余岁矣。居青霞谷，修炼太丹，自号青霞子。作《太清石壁记》…弟子从游者闻朱真人服芝得仙，竟论灵芝……元朗笑曰：“灵芝在汝八景中，盍向黄房求诸。谚云：天地之先，无根灵草，一意制度，产成至宝。此之谓也。”乃著《旨道篇》示之，自此道徒始知内丹矣。又以《古文龙虎经》、《周易参同契》、《金碧潜通秘要》三书，文繁义隐，乃纂为《龙虎金液还丹通元论》，归

神丹于心炼。

关于苏元朗其人，陈国符先生在《道藏源流续考》中以为“盖有二人”。实际上，《罗浮山志》所载这一段文字，迹近神话传说，如言苏元朗“年已三百余岁”，其诞妄不经自不待言。有关这一条材料的真伪，目前尚无定论，但其中的诸多疑点，有必要在这里一一指出：

首先，仅“灵芝在汝八景中，盍向黄房求之”一语，并不足以使人知有内丹，因为类似的言论早见于东晋，而并没有人因此而知内丹。《真诰》卷二载许远游致王羲之书一通，其文曰：“玉醴金浆、交梨火枣，此则腾飞之药，不比于金丹也。……火枣交梨之树，已生君心中也。心中犹有荆棘相杂，是以二树不见，不审可剪荆棘，出此树，单生其实，几好也。”此一段材料，比之上文，恐只有过之，而断无不及，而《真诰》并无明确的内丹说。

其次，所谓“自此道徒始知内丹”亦有问题。内丹学的形成，是各种道法之间长期相互融合、相互汲取，最终发展而成的。尽管意识到内丹的先后会有不同，但总的说来，道流知有内丹之说，必不源于一途。

第三，如我们前面所说，早期内丹概念必与外丹概念并举，这一状况延至唐代，仍未有变化。例如，唐人所撰《通幽诀》曰：“气能存生，内丹也；药能固形，外丹也。”同为唐代著述的《上洞心丹经诀》亦云：“故修道之士，有内丹者可以延年，得外丹者可以升天，内丹成而外丹不应，外丹至而内丹未克，皆未得升举。”以内丹法斥外丹法，是宋金以后的现象。而这一条所谓隋开皇年间的材料，不但单提外丹，且有明显地排斥外丹法的倾向，这是很可怀疑的。

另外，文字中提及《太清石壁记》一书，今本《道藏》载其书。其文全言外丹事，而不涉及内丹。青霞子或为当时著名炼丹家，故依托在他名下的事迹甚广，彼此乖谬，不易甄别。或许因《太清石壁

记》中有所谓“造内丹法”<sup>①</sup>，后人遂以内丹事相依托，而造作上引一段故事。但既无显证，这里也只好存而不论、付之缺疑了。

### 五、内丹概念出现时间的推断

在考虑内丹概念出现的问题时，由于材料本身的限制，我们不得不保持审慎地存疑态度。在这里，比较恰当的方式是大致推定一个时间的范围，而不给出任何武断的结论。而在作出推定之前，我们先要找到一个确定的参照点，以资比较。而这一参照点的选择对象，只能是那些有确定史料记载的道教人物。在六朝后期，陶弘景无疑是一个很好的选择。这里有几方面的考虑：其一，陶弘景的生平在史传中有详细记载，十分确定；其二，陶弘景是当时最为博学的道教徒，对道教典籍的收集十分重视，而且与梁武帝有着非常密切的关系，有助于他调动当时所有的资源，这一点尤其重要。以陶弘景之博学，如果他并没有提到过内丹的概念，我们基本上就可以相信，在陶生活的时代，内丹的概念还没有出现。陶弘景卒于公元536年，我们可以以此为内丹概念的上限。至于内丹概念出现的下限，由于前面我们已经指出了《南岳思大师立誓愿文》和《罗浮山志》中关于苏元朗的记载中的问题，我们也只能给出一个十分含糊的界限。《正统道藏》中有《太上九要心印妙经》一卷，题为“仙人张果老述”，其中明确说“其内丹不得外丹则不成，其外丹不得内丹则无主”，张果老当即唐代道士张果，张果为武后玄宗时人，从《心印妙经》谈及内丹的语气看，此时内丹概念早已为人熟知，所以我们以武周末年之神龙元年为下限，即公元705年，应该是相当稳妥的。而内丹概念应该就是在这一百六十余年(536—705)产生的。

---

<sup>①</sup> 《太清石壁记》有“内丹法”及“造内丹法”，然其所载之道法，实为外丹法。其文曰：“内丹法：取生丹薄绵裹，至夜勿吃食，临卧以中指送丹尽指深内，便卧，少闻脐下雷鸣，惟须忍至三更已来，忍不得即于净地放出脉三五合，连三夜熟丹补之。”详其法，似将丹纳置体内，与服食略有不同，但其实质仍是外丹法。

### 第三章 内丹与外丹

#### ——两种技术的代兴

现存的道教史料清楚地表明，在唐宋之际，道教思想的发展出现了一次明显的断裂。思想演进的连续性在这里被打破。以此为分水岭，道教思想从总体上表现出与以往迥异的性格。此种断裂表现在以长生技术的演进为主线的道教传统里，就是内丹术继外丹术而兴起，成为诸多长生技术中的主流。而外丹术在经历了唐代的极盛期以后，迅速地衰落下去。

心智单纯的唯科学论者在这里露出了微笑，在他们看来，这无论如何是一次值得高兴的“进步”，尽管这仍然是在用另一“荒谬”的观念取代已有的“荒谬”观念，但这毕竟证明了：凡是荒谬的都不可能长久。几乎在各类的道教史中我们都可以看到类似的口吻和心态。在这里，我不想再重复“了解之同情”对于理解一种异质的思想传统的重要性，更无意于讨论思想史研究中“价值无涉”的必要和可能，因为所有这些，对于一个平正严谨的心灵来说，从来都并不陌生。心智简单的人总能看到同样简单的历史，那是谁也左右不了的。

我们在考察某种观念的兴盛和衰落时，应该考虑的不单是这种观念的内在品质，而是它的内在品质与构成它的外在环境的诸多因素之间的关系。只有这样，我们才能理解为什么很多荒谬的思想总是颇有市场、而众多深刻的理念却无人领会这类历史上常常发生的现象。观念的盛行有时就像时尚的流行，其兴其衰往往取决于理智之外的因素。

本章的讨论首先从道教史上的两个重要的现象入手，尝试重构唐宋之际内外丹道代兴的思想和社会结构的一般倾向，然后将这些倾向与内外丹道的内在品质联系起来加以考察，从而最终建立起对道教思想史上的这一重要关节点的新的理解。

## 第一节 长生观念之变迁

### 一、基本线索

尽管道教并不一般地以长生为其解脱的终极归宿，正如我们在导论中曾着重讨论的那样，但无论如何它仍是道教基本理论的核心问题之一，同时也在相当程度上构成了道教借以区别于其他教派学说的重要分野。中国古代思想对践履的突出强调，无疑是其最为显著的特征。在这一传统中，一种理论的产生，总有其实际的社会人生的目的，以魏晋玄学言，则“有无之辩”的根本问题在于如何理解“自然”与“名教”的关系，从而与一种社会人生态度紧密相联；以宋明理学言，则“理”“气”“心”“性”等问题的讨论，其最终的指向完全落实在个人的道德实践上面。由于中国古代思想的这种特质，使得践履所最终指向的目标对于一种学说的理论形态往往有着根本的影响。

在以技术性因素为主线的道教传统里，长生无疑是其核心的关注。而在我们通常的观念中，所谓长生，也就是肉身的不灭。这一概括式的理解，与道教发展的实际过程有着相当大的差距。就目前材料看，长生的具体形态在从汉末到唐宋的这一段历史进程里，发生了相当复杂的变化。这一变化，大致上可以分成三个阶段：第一个阶段是从东汉末年一直到西晋，在这个阶段里，由形神相即而达到肉身的永恒存在几乎是长生的惟一形态。第二个阶段是从两晋之际到隋唐初年，在这一时期，长生观念及其具体形态开始发生种种复杂的变化。变化的方面主要表现在长生样态的多样化以及为适应飞升的需要而产生的有关形体变化的讨论。形神同飞仍然是所有道法共同追求的目标，但此时的形体已不是先前所谓的“旧形”，而是既经神异变化以后的肉身。第三个阶段出现在唐以后，一般意义上的身体已经不再是永恒追求的对象，“无形”的长生追求成为这一时期的主题，但这种“无形”，与仅仅精神上的永存又完全不同，这既是一个时代的共同特征，同时也成为这一个时代所共同面

临的问题，因而，这一阶段的道教经典所讨论的问题多与此有关。长生观念与形态的上述变化，究其原因，可以分析如下：道教最初产生于秦汉时期的方士，而这些方技术数之士大体上都没有很高的理论和文化素养，这使得道教的早期理论形态往往显得比较粗糙<sup>①</sup>，这种情况，在早期天师道中仍未有所改变。魏晋以后，由于门阀氏族崇道之风的流行，更多文化的因素开始被带入道教中来，这些受过良好教育的士人，当然不满于道教理论的浅陋，而开始谋求改变<sup>②</sup>。道教的这种精英化取向有两条基本的路向，其一是对传统道家思想特别是老庄思想的吸收；其二是对道教原有理论加以改造和提高。这种改变既发生在魏晋这样一个佛家思想盛行的阶段，自然也就难免会受到佛教相关理论的影响。老庄思想以忘身无我为宗旨，佛法以涅槃寂灭为归的，这都与道教的肉身长生观念不相协调。依违于数者之间，是长生的观念和形态发生上述种种变化的重要原因。当然，由于白日飞升的虚幻无着，道教对长生飞仙的形式作出相应的改变，也是道教信仰得以长期维系的一个关键。

我们在前面提到中国古代学术特重践履的性质，而一种具体的实践方法，又总与它追求的目的直接相关。长生样态的变化，必然引起修炼方法的相应改变，从而为内外丹道的代兴提供了动力。

长生形态的变化，从早期有限肉身的长存到稍后无相真形的永生，再到唐宋内丹道教纯阳之体的成就，这一演进的历程同时也可以代表道教发展的一般进程，这是我们在研究的过程中所不得不加以注意的。

## 二、含形升举

### （一）从旧形不改到换骨易形

有形之躯的永恒存在，是相当长的时间里信道之徒的至高追求。严格说起来，肉身长存可以分为两种，一种是所谓的旧形长

---

① 这一点我们可以从道教早期经典《太平经》的状况里得到证实。

② 当然，与佛教及儒家竞胜，也是刺激其理论发展的原因，但这是以士人的加盟为首要前提的。



生，另一种则要经过易形换骨的变化。在这里，我们将首先探讨在“旧身不改”的情况下人的长生，亦即我们通常所说的肉身长存。

《黄帝内经·素问》<sup>①</sup>曰：

余闻上古有真人者，提挈天地，把握阴阳，呼吸精气，独立守神，肌肉若一，故能寿敝天地，无有终时。

这里谈及长生时，言语颇为简略，但其中既然提到“肌肉若一”，则其强调有形之躯的永生是可以无疑的。材料中没有提到身体的特殊改变，所以，一般来看，应该是主张旧形的长在。

《太平经》中也同样以为人的有形之躯可以长存。《太平经钞》壬部说：

人有一身，与精神常合并也。形者乃主死，精神者乃主生。常合则吉，去则凶。

这里，“形者乃主死”一语颇令人费解，但从总体上看，其强调“一身”与“精神”“合并”，是十分显然的。无形之精神与有形之躯体“常合”，才可以永存。

主张身神统一、“旧身”长存的观念，一直到《抱朴子内篇》成书时，仍然有着很大的影响。《抱朴子内篇·论仙》云：

若夫仙人，以药物养身，以术数延命，使内疾不生，外患不入，虽久视不死，而旧身不改，苟有其道，无以为难也。

这里，“虽久视不死，而旧形不改”，在最初的道教长生观念里是很具代表性的。以旧形的长生成仙为终极解脱的观念，随着道教理论的进一步深化，渐渐地失去了主流的地位，而为新的长生观念所替代。

---

<sup>①</sup> 《黄帝内经》为医家著述，与一般的道教经典有所不同。现存之《素问》当出于秦汉之际，然而后世有所改益，故其语有古近之别，不可一概而论。详细考证，参见《道藏提要》。

东晋以后，长生的观念与形态开始发生种种复杂的变化<sup>①</sup>。这些变化主要表现在长生形态的多样化上，以旧形永存为特征的长生观念，渐渐被由形体发生各种神异变化而导致长生的新的观念所替代。

按《上清三元玉检三元布经》载：

一人佩者，一形之神皆受号，自然玉仙也。无此文则形神不变，垢魂彷徨，彷徨不定，则神与邪交，神与邪交，则有灰落之期，形神不变则不得召仙官、命上真。

这里很明显，形神变化是飞仙成真的条件。

《太清经天师中诀》亦云：

凌晨服者，面向东取井华水服方寸匕，日三服之，六十日易形，百日人不识，二百日通神，一年以上仙道成也。

所谓“易形”、“通神”即是形神的变化。

《登真隐诀》卷二言之更详：

东华宫有服日月芒法……行之一年，疾病除；五年身有光彩；十八年必得道，行日中无影，辟百邪千恶灾气。

陶弘景注曰：日月常在身中与形合照，故能无影，万神映朗，岂邪恶之敢干乎？

《登真隐诀》卷二复曰：

太虚真人南岳赤君内法曰：以月五日夜半存日象在心中，日从口入也。使照一心之内，与日共光，相合会也。……使人开明聪察，百关解彻，面有玉光，体有金泽，行之十五年，太一遣保车来迎，上登太霄。

---

<sup>①</sup> 事实上，即使是在最初的阶段，长生也并非只有旧形永存或飞升这一种状态，如东汉王充的《论衡》一书里，即有关于尸解的记载。我们这里所描述的演进历程，更多地是从总体现象着眼。当然，我们在随后的讨论中将向读者表明早期道教经典中的尸解，实际上可以看作是旧形长生的一种变化。

这两条材料，对于形神的变化作了十分详细的说明，如“行日中无影”、“身有光彩”、“体有金泽”、“百关解彻”、“开明聪察”等等，皆为形神发生的种种神异的变化，这些变化是人飞仙成真的保障。

尽管从旧形长生到变化形神而致永存，其间已经发生很大的变化，但从根本上来说，这两个阶段的长生观念和形态仍有其一致性。这表现为形神俱飞仍是这一阶段道教追求的根本目标。

据《大洞炼真宝经修伏灵砂妙诀》所载：

每日清晨东向服一九，服至紫霞妙丹砂后，倏忽则含形而轻举，驾飞龙游于十天八极之外，岂不优游之哉？

又《灵宝自然九天生神三宝大有金书》曰：

所以能爱其形、保其神、贵其气、固其根，终不死坏而得神仙，骨肉同飞，上登三清，是与三气合德，九气齐并也。

由此，虽然形神开始有了各种各样的变化，但在形神相即不离、形神俱升这一点上并没有改变。

## （二）尸解

“尸解”一词最早见于汉王充《论衡·道虚篇》：

世学道之人，无少君之寿，年未至百，与人俱死，愚夫无知之人，尚谓之尸解而去，其实不死。

这里所说的尸解，只是指一般学道之人的死亡。至于尸解的具体内容则语焉未详。

《抱朴子内篇·论仙》亦有关于尸解的记载：

按《仙经》云，上士举形升虚，谓之天仙；中士游于名山，谓之地仙；下士先死后蜕，谓之尸解仙。今少君必尸解者也。近世壶公将费长房去，及道士李意期将两弟子去，皆托卒死，家殡埋之。积数年，而长房来归。又相识人见李意期将两弟子皆在郾县。其家发棺视之，三棺遂有竹枝一枚，有丹书符于枝，此皆尸解者也。

这里，“天仙”、“地仙”皆是以旧形而获长生，尸解仙则似乎是需要经过形体变化以后才可以长生不死，即文中所言“先死后蜕”。然而，在随后所举的有关尸解的例证里，我们发现情况并非如此。如费长房、李意期等，都是以竹杖和符书来代替自己的身体，也就是说，一般人所见到的死者，只是他们的替代品，而他们本人仍然是以旧形得以长存的。

《云笈七签》卷八十四有关于尸解的更为详细的讨论，其文曰：

若欲且遁潜名山，栖身高岫，或欲随时观化，逍遥林泽，或欲断儿子之情，令始终道毕，外割亲悲，内遏希尚，不愿真官，隐浪自足者，当修剑尸解之道。以曲晨飞精书剑左右面，先逆自托疾，然后当抱剑而卧。又以津和飞精，作丸如大豆，于是吞之，又以津和作一丸，如小豆，以口含缘，拭之于剑镡，密呼剑名字祝曰：良非子干，今以曲晨飞精相哺，以汝代身，使形无泄露，我当潜隐，汝暂入墓，五百年后来寻我路，今请别矣，慎勿相误，上登太极，言功八素。祝毕，因闭目咽气九十息，毕开目，忽见太一以天马来迎于寝卧之前，于是上马顾见所抱剑已变成我之死尸在彼中也。

由这一段材料，可以得出如下结论：其一，修尸解之道的目的主要在于“外割亲情”、“令始终道毕”。至于不愿做上界“真官”，而只想“逍遥林泽”，则实际上与上文之地仙并无分别，由是可知，所谓“天仙”“地仙”“尸解仙”的区别，并不严格。其二，如我们上面所说，尸解的过程中，并不需要有身体的相应变化相伴随，只是以某种代替品来代替自己的尸身。其三，修尸解之道也可以致“太一”来迎，实质上亦与飞升无别。

前面我们详细讨论了早期道教经典中关于尸解的一般记述，得知尸解实际上也是以旧形而获长生的。然而，随着道教的进一步发展，尸解的意义也开始发生了变化。

《坐忘论》云：

然虚无之道，力有浅深，深则兼被于形，浅则唯及于心，

被形者，神人也；及心者，但得慧觉，而身不免谢，何耶？慧是心用，用多则心劳，初得少慧，悦而多辩，神气漏泄，无灵润身，遂致早终，道故难备，经云尸解，此之谓也。

这里，尸解被看作为只是精神的永存，而与形体无关。当然，这种看法的出现是相当晚的。

### （三）太阴炼形

除尸解外，早期道教复有“太阴炼形”之法。据《真诰》卷四载：

若有人暂死，适太阴，权过三官者，肉既灰烂，血脉沉散者，而犹五藏自生，白骨如玉，七魄营侍，三魂守宅，三元权息，太神内闭，或三十年二十年，或十年三年，随意而出，当生之时，即便更收血肉，生津成液，复质成形，乃胜于昔未死之容也。真人炼形于太阴、易貌于三官者，此之谓也。天帝曰：太阴炼身形，胜服九转丹，形容端且严，面色似灵云，上登太极阙，受书为真人。

十分明显，所谓太阴炼形，实际上是一个死而更生的过程。这里令人感兴趣的是，虽然以太阴炼形而长生成仙的人需要经历一个真正的死亡过程，但它最终所能达到的“果位”却并不因此而降低，不但可以成为真人，而且比服“九转丹”而直接飞升还要高妙。

《云笈七签》卷八十六《上清九真中经内诀》云：

夫人修身中九真之道，身未升登，翳景示俗，暂入太阴，身经三官，三官不得摄也。则九真召魂，太一守骸，三元护气，太上摄魂，骨肉不朽，五藏不陨，能死能生，能阴能阳，出虚入无，天地俱生，是道士精静营形，感致九真之报应也。

这一段材料与前述略有不同，即以为在太阴炼形的过程中，身形是不会朽坏的。上述二者虽有些微差别，但总的来说，要经过一个真正死亡的过程，是太阴炼形的主要特点。

太阴炼形这一道法的形成或者与佛教的轮回观念有关。按《上

清太极隐注玉经宝诀》所说：

托形太阴之日，天帝云车迎人身神，不经太山三官地狱考罚之中也。上生天堂天帝之前，下生人间侯王之家，相好具足，灵颜炜烨，观者心悦，恒欲见闻，亦转女为男，结缘上清，仙道自克也。

这里的“托形太阴”，显然要经过一个转生的过程，这与正统道教的一般说法颇为不同，当是受了佛家轮回观的影响。

#### （四）地下主

《云笈七签》卷八十六《太微金简玉字经》云：

尸解地下主者，按《四极真科》，一百四十年乃得补真官。于是始得飞华，盖驾群龙、登太极、游九宫也。夫至忠至孝之人既终，皆受书为地下主者，一百四十年乃得受下仙之教，授以大道，从此渐进，得补仙官。

这里，地下主与上面所说的尸解和太阴炼形都不尽相同，首先，地下主必是已死之身，与尸解只以它物代作尸身，而已身并不真死不同。其次，它又与太阴炼形的神妙高超有所区别，因为成为地下主的人，是要经过很长时间渐进的过程，才能真正成仙的。当然，道教经典中涉及到的解脱理论，率多想像的成分，其浮妄荒诞之处甚多，很难以学理来严格加以衡量。

#### （五）小结

通过上面的讨论我们可以看到，整个汉魏六朝时期，以追求有形之躯的永存为其终极目的的观念始终在当时的道教思想中占据着主流的地位。尽管到了后期，长生样态已日趋多样化、以旧形不改的方式获致长生的观念也渐渐被代之以形体必须经过各种神异的变化才能永存的新观念，但有相有质的身形却始终没有在长生的视野里消失，这很可以被看作是这一阶段长生观念和形态的突出特征。

事实上，即使是在旧形长生的观念占主流的阶段，我们仍然可以看到一些与此相异的倾向。成书于汉代的《老子河上公章句》在注解“及吾无身、吾有何患”一句时说：

使吾无有身体，得道自然，轻举升云，出入无间，与道通神，当有何患？

《河上公章句》无疑是讲长生的，如在《无源》第四中说：

当湛然安静，故能长存不亡。

这里显然是有一点矛盾的。一般说来，我们是不能相信《河上公章句》里所讲的长生仅仅指精神的永存，然而它又明确说：“使吾无有身体、得道自然。”这里，老庄忘身无我的态度与道教肉身长存的观念之间的矛盾已初露端倪<sup>①</sup>。“真形无相”观念在唐以后被广泛接受，是同这一矛盾的紧张与调和有着不可分割的关联的。

### 三、真形无相

从追求有形之躯的长存到转而追求无相真形<sup>②</sup>的永生，这一转变在六朝时期就已经开始了，例如于晋代出世的《西升经》中就已经有了某种忽视形骸的倾向<sup>③</sup>。

长生观念中具体形骸的消解，大概有如下三种途径：其一是对形骸的忽忘，这从根本上说，只能算是忘形，而非真的无形；其二是粗糙的形体转化为精微的气或神，从而使具体的形体被真正地消解，但这种方式有一个前提，即相互转化的“形”“气”“神”必须是同质的，这使得在形神关系的问题上，唐宋之际的道教仍不得不采用较为质朴的气化论作为基础。这一状况，直到金元全真道才

---

① 对于老、庄思想的态度，早期道教中大致有如下几种倾向：其一，完全拒斥，如《抱朴子内篇》；其二，大体接受，如陶渊明的思想（参见陈寅恪先生《陶渊明之思想与清谈之关系》）；其三，依违其间；其四，借老庄之书发挥自家思想，如《老子想尔注》。这几种不同的态度也使得长生的观念及形态更趋复杂。

② 《太上中黄真经》注云：“‘内养形神除嗜欲’者，乃无相之真形也。太上言真道养神，伪道养形。将灵谷元神入于天谷之中，密固根源养之耳。”这里借“无相真形”表明此一阶段的长生观念和形态。

③ 我们注意到在早期道教中，对形骸长生的观念有所动摇的，多是与先秦道家思想有关的著作，前边提到的《老子河上公章句》以及这里提到的《西升经》都属于这种情况。这与后来的情况也可以形成一种对比，由之亦可见出思想演化的痕迹。

得以改变；其三是构成形体的元素发生了根本的变化，如阴阳合和而成的形体中阴浊之气被消尽，身体变为纯阳，而身形是由阴浊之气决定的，所以具体的形体便无法存在了<sup>①</sup>。这里，后两种情况的无形只是无相而并非无质。另外，神脱离形体的永生，虽然在早期道教中被排斥在长生的范围之外，此时也开始被接受进来，只是仍然不被作为终极的目的而已。

下面，我们将分别情况就唐代的诸家思想中与长生观念有关的部分加以讨论。

### （一）元神无质

于唐代成书的《玄珠心镜》及栖真子王损之所作《玄珠心镜注》<sup>②</sup>，对于长生的具体形态的讨论，有其颇为独到的地方。

按《玄珠心镜注》云：

大凡守一之人，爰自禀形受胎之始，元神形质本空无，其神本来通道，触物无碍，及禀胎受形之后，积气聚血，成此有碍肉身。身既生于世，日与天道疏远，步步行归死乡。是太上玉晨道君，哀末世之人，不知天道玄理，可以反本還元，却归初始未生之前。

这里，值得注意之处有三：其一，元神本自空无，与道相通；其二，肉身有碍；其三，解脱的办法是“反本還元”，归于“初始未生之前”。其中，元神与肉身的对立，是显而易见的。

又曰：

一之元可得者，获乎玄珠是也。即是守一之元，身中之纯阳精气，感化凝神，神名妙妙，真如法身，项负圆光，光焰周身，如彼火珠之状。

从这一材料中，我们可以得知，长生之身是由“纯阳精气”构成

---

<sup>①</sup> 在成熟的内丹学里，长生的形态实际上是后两者的结合，关于这一点我们在后面还要做更具体的讨论。

<sup>②</sup> 参见《道藏提要》。



的，这样的身体亦被比附为“真如法身”。

《玄珠心境注》复云：

寂然即骨肉为纯阳之精，阴气内消成元始正气，以资元神，当此之时，始觉天光内烛，焕然照蜕身之中，天光既舍于内，形影灭藏于外。

由此可知，已化为纯阳的长生之身是没有形影的。通常意义上的肉身是不能永恒的，同时也不是修行的终极目标，如《玄珠心境注》又说：“且虚空宫室，不处鸿毛，岂有下界肉身仙人得游无色之三界。”这里虽然说及“肉身仙人”，但与前面所言“上寿肉身仙人”联系起来看，则知所谓“肉身仙人”也只能得到“上寿”，而非真正的长生不死。具体的形体的永存既然不再是长生追求的目的，外身无我的超达态度就不再是长生追求不可逾越的障碍了。当然，形体在长生观念中的消解，并不意味着长生是指单纯的精神永生或者干脆是长生观念的简单消解，至少在道教的思想中我们不能这样认为。《玄珠心境注》所追求的长生是“元神”与“纯阳之精”、“元始正气”的结合，当然不是单纯的精神永恒所可涵盖。

## （二）真形无相

在道教解脱观念的发展中，形体消解的结果主要是无相，而非无质。唐张果《太上九要心印妙经》中有无相真相之说，甚值注意：

今时学道之人，使心运气，乱作万端，屈体劳形，非自然之道。圣人曰：凡是有相，皆是虚妄，无相之相，谓之真相。真相者，神气也。……神不离气，气不离神，神气不相离，道本自然也。

与早期道教所追求的形神相合不同，这里神气不离才是得道的关键。其中最为重要的分别就是形体的问题，自有形而趋无形的倾向，已展露无遗。

## （三）炼形化气

炼身化气、炼气化神、炼神归虚，是内丹修炼中至为关键的阶段。这种观念至迟在隋唐之际即已出现。

《云笈七签》卷十七《洞玄灵宝定观经》曰：

夫得道之人，凡有七候。一者心得定易觉诸尘漏；二者宿疾普销身心轻爽；三者填补天损还年复命；四者延数万岁名曰仙人；五者炼形为气名曰真人；六者炼气成神名曰神人；七者炼神合道名曰至人。

《云笈七签》卷三十三载孙思邈《养生枕中方》一卷，其中亦有七候之说，其文较《洞玄灵宝定观经》为详：

第四候炼身成气、气绕身光名曰真人，存亡自在，光明自照，昼夜常明，游诸洞宫，诸仙侍立；第五候炼气为神名曰神人，变通自在，作用无穷，力动乾坤，移山竭海；第六候炼神合色名曰至人，神既通灵，色形不定，对机施化，应物现形；第七候高超物外，迥出常伦……

上面两段材料，何者先出无法断定，但至少孙思邈活动的时代，这一思想就已经出现了。

《正统道藏》中又有《修真历验图钞》一卷，题名为“洞玄草衣子”。据陈国符先生的考证，“洞玄草衣子”当即张果。此书概出于唐代<sup>①</sup>。其中亦有一段材料与此有关：

夫至道之旨，以凝性炼形长生为上。所谓凝性者，心灵也。乃内观不动，湛然无为焉。虽云凝心一也，乃有二得。二得者，谓住心、空心。若凝住心，则身境与道同，形性俱超，此真长生不死、高真妙道也。若凝空心，即性超而身沈，此得脱腔尸解之下法也。盖凝住心，无心即真道自会，名曰虚无之身、实有之质；若凝空心，忘空即空无自合，名曰虚有之身、实无之质，此得性遗形之妙，不得炼形之要，名谓清灵善爽之鬼，故经诀云下仙脱腔尸解之法是也。凡此二说，成道之旨。若得性遗形，虽速成，然不契真道之旨，盖士保生者，以为

<sup>①</sup> 参见陈国符《道藏源流考》，中华书局，1963。

毙法而不修也。若凝住心，形性俱得者，寿延万岁，名曰仙人；又炼身成气万年，名曰真人；又万年炼气成神，名曰神人，又炼神三千年名曰至人……

这里值得特别提起注意的是，即使通过“凝住心”的修炼而形性俱得的人，也只能寿延万岁，而不能真的永生。真正的长生不死只有通过“炼身成气、炼气成神”的过程才能达到。

当然，炼形成气、炼气成神的观念，虽然出现较早，但直到内丹学兴起以后才被广泛的接受。

#### （四）坐忘的观念

司马承祯的《坐忘论》中亦有关于长生形态的讨论，其文曰：

上士纯信，克己勤行，虚心谷神，唯道来集。道有深力，徐易形神，形随道通，与神合一，谓之神人，神性虚融，体无变灭，形与道同，故无生死，隐则形同于神，显则神同于气。……然虚无之道，力有浅深，深则兼被于形，浅则惟及于心，被形者，神人也，及心者，但得慧觉，而身不免谢。

在此，身形仍是长生所必须顾及的，然而这里所说的“形”似乎与通常所说的不同，因为他说“形与道同”，“隐则形同于神、显则神同于气”，实际上神与形与气完全是相通的，这样的形体与无形的神、气已经没有什么大区别了。这样的理解，或许对于贯通整个《坐忘论》是有帮助的，因为司马承祯在《坐忘论》的另一处说：

若恶死者，应思我身是神之舍，身今老病，气力衰微，如屋朽坏，不堪居止，自须舍离，别处求安，身死神逝，亦复如是，若恋生恶死，拒违变化，则神识错乱，失其正业。

一般意义上的身形显然不是长生的对象。但“身神并一、则为真身”的所谓“真身”，却是可以永久存在的。

#### （五）化的观念

谭峭《化书》云：

胼趾可以割，陷吻可以补，则是耳目可以妄设，形容可以

伪置，既假又假，既惑又惑，所以知魂魄魅我，血气醉我，七窍因我，五根役我，惟神之有形，由形之有疵，苟无其疵，何所不可？

形体为无用之物，而神之所以陷溺，皆因形体的存在，如果舍却身形，便可以获得真正的解脱。

至于形神之间的关系，谭峭说：

太上者，虚无之神也，天地者，阴阳之神也，人虫者，血肉之神也，其同者神，其异者形。是故形不灵而气灵，语不灵而声灵，觉不灵而梦灵，生不灵而死灵。水至清而结冰不清，神至明而结形不明，冰泮返清，形散返明，能知真死者，可以游太上之京。

由上面两条材料，我们可以得出两点结论：其一，形是神的滞碍；其二，气与形有别，其区别为一者“灵”，一者不“灵”；其三，与冰和水的关系相似，神与形也同样是同质的<sup>①</sup>。最后一点至为重要，因为它可以帮助我们理解“炼形化气、炼气化神”的本质。

具体身形在长生观念中的消解，是唐以后道教发展的普遍倾向，这一点已经通过上述的讨论得到了证实。然而在讨论中我们注意到一个十分有趣的现象，即真正代表了后来道教长生观念发展方向的“炼形化气”和体变纯阳等观念，其理论根基竟然只是汉代的气化宇宙论；当然，以形气神同质为基础的“炼形化气”和体变纯阳是不是已经从根本上解决了问题，是可以继续讨论的，至少，在成熟的内丹思想里，建立在气化基础上的“命”体如何与心性结合，仍然是一个颇费思量的问题。

---

<sup>①</sup> 这一条材料令我们不由自主地想起张载的一段话：“气之聚散于太虚，犹冰凝释于水，知太虚即气则无无。”具体的气与太虚的关系，是冰和水这样的同质关系，这是气化宇宙观的代表性观念。谭峭将形与神理解成冰和水的关系，亦是此种气化宇宙观的表现。

#### 四、佛教法身观之影响

佛法最初传入，颇依附于道教神仙之说。故“汉代佛教，养生除欲，以守一修定为方法，以清静无为、住寿成道为鹄的。与《太平经》教同为黄老道术之支流”（见汤用彤《汉魏两晋南北朝佛教史》）。此种风气，至安世高、康僧会之时，仍未有根本改变，故安康二人皆重守意养气，思得神通。直到大乘般若学兴，汉代之旧佛道方为两晋新佛玄所取代。

然而，即使是在般若学大兴以后，延寿益算之信仰亦未能真正从佛教思想中剔除。汤用彤先生在论及北朝佛法时指出：

北朝佛教不脱汉世色彩，尤可于延寿益算说之盛行而可知之。延寿益算，为众生之所最贪爱，自为南北之所普信。而因其与道教之长生久视同科，为佛道混杂最重要之点。

由此可知，当时之一般佛教信仰中，对于延寿益算之说并不十分排斥。而且在解脱的最终目标上，佛道二教也存在着相当程度的混杂。

佛法解脱的最终目标，与涅槃、法身诸观念紧密相联。鸠摩罗什来华之前，中华佛教对于法身的理解往往与既有的形神观念相混淆，从而与神明住寿的思想牵缠不清。罗什东来，倡大乘般若学说，佛教思想始得真正发显。在此期间，犹有慧远与罗什关于法身问题的讨论（后人将其集为《大乘大义章》）。慧远的法身观，与中国哲学所固有的形神问题有密切关系。

东晋之前，对形神关系的探讨，大致可分为两类：其一是认为形神异质；其二是以为形神一气。而慧远显然持形神异质的观点，而这一观点，用他的话来说即“形尽神不灭”。按照吕澂先生的说法，慧远的神即犍子部的胜义我。它具有两方面的作用：一为轮回主体，二为涅槃主体。而作为涅槃主体的神亦即法身。这一思想，慧远并未明白说出。而与慧远来往甚密的宗炳在其所著《明佛论》中直接指出了这一点：

以形神相资，古人譬之薪火，薪蔽火微，薪尽火灭，虽有其妙，岂能独存？夫火者，薪之所生，神非形之所作，岂有精粗？感而得形随之，精神极，则超形独存。无形而独存，法身常住之谓也。

法身即精神至极，远离形色而独存。“冥神绝境谓之泥洹”，泥洹即冥神之境，法身即所冥之神<sup>①</sup>。慧远既持这样一种法身观，宜乎其犹关注于住寿之事（慧远曾以书咨罗什，问菩萨何以能住寿一劫）。以慧远对于佛法的理解，尚有此种疑问，由此可知当时中国之一般佛教信徒尚未能将佛家的最终解脱与道教的长生久视完全分开。

随着罗什等大德的东来，佛法的真义开始渐渐为中国的信徒所领会，对于佛家所追求的终极解脱的理解也逐渐脱离原来的色彩，而符合于佛教的本来面目。这样的情况，不仅发生在佛家内部，而且对于道教的解脱观念也有着很大的影响。成书于隋代的《本际经》<sup>②</sup>，可以说是一部受佛教影响极深的道经，其中即有与佛教法身观十分相像的思想，《本际经》卷二《咐嘱品》云：

宣说诸法悉是无常、苦恼、秽恶、无自在者，须臾变灭，犹如梦幻，汝等咸应生厌离想，虽复天仙，寿亿万劫，终必死坏，三清众圣，念念无常，是故世间无可保著。吾今所以为汝等故，权应见身，教导汝等，并得开度，诸未度者，为后世缘。功成事遂，誓愿充满，今当反神，还乎无为湛寂常恒不动之处。汝等若有疑罔之心，咨来启问，当为演说，是吾最后委决之辞。

又说：

是故我今升玄入妙，汝等肉眼，不能见我真实之身，谓言

① 以上关于慧远法身观的讨论，主要依据张志强兄的硕士论文，其中有部分文字系从该文中直接引出，盖以行文方便，非敢掠美。

② 据玄嶷《甄正论》云：“至如《本际经》五卷，乃是隋朝道士刘进喜造，道士李仲卿续成十卷。”此论据强兄考证以为“堪为谬说”。然细察强兄所依据据，似亦未能尽廓旧说。今权仍其旧，不别作详考。

灭尽，但修正观，自当见我，与今无异。若于空相未能明审，犹凭图像系录其心，当铸紫金写我真相，礼拜供养，如对真形，想念丹到，功德齐等。所以者何？身之与像，俱非实故。

真实之身不为肉眼所见，但不能因此便认为它不存在，真实之身是只有在修得正观以后才能见到的更高意义的实在。而一般意义上的身与像则虚假不真，无论可以保存多长的时间，终归还是要坏灭。这里的“真实之身”与我们前面谈到的无相真形基本相同，很类似于佛家的法身。

类似情况亦见于唐初著名道士成玄英的思想中<sup>①</sup>。

成玄英无疑相信长生飞仙的道教信仰。《度人经注》说：

若世人得道，则八景之神，共举兆身，入重天之上。重天者，诸天上界之天，即上清玄都之境也。（“八景冥合，气入玄玄”注）

又说：

学者若得轻升，亦能超度先祖。（“二官九署，十二河源”注）

作为道教信徒的成玄英，并不像我们通常所认为的那样，可以无视道教传统，而轻易放弃长生成仙的根本信仰。然而，与一般的道教信徒不同，成玄英并不认为长生飞仙即是道教所追求的终极解脱，因此他对“入重天之上”的“重天”加以解释说：“重天者，诸天上界之天，即上清玄都之境”，“重天”之上还有种种不同的层次，

---

① 在近年兴起的重玄学研究中，成玄英无疑是一个举足轻重的人物。然而对于成玄英的哲学思想与宗教思想之间的关系，既有的研究似皆未能给出令人信服的讨论。与这个问题的解决密切相关的是如何处理成玄英的三部作品《度人经注》《老子注》和《庄子疏》之间的关系：是将三者看作一个先后发展的顺序呢？还是将它们看成反映了作者不同思想侧面的并行关系。我个人倾向于后者。这样一来，我在处理成玄英的宗教思想时，主要依据的是《度人经注》，而不是《老子注》和《庄子疏》。这一区分主要是由《度人经》与《老子》《庄子》这三部书本身的性质造成的。

在每一不同的层次中，人的存在形态都各不相同。

成玄英注“无极昙誓天”说：

然此前一十八天，通名色界，若从此天升上，即至无色界天，形色都无，亦得同彼天人寿命。前明色界天中，犹有轻尘为累，此明无色之界，形相都无。学者修至此天，唯存心识，以入气观。

注“渊通元洞天”则说：

又以心识为患，若能舍除心识以至无为，即得升入妙成中天也。

关于“太文翰宠妙成天”，成玄英指出：

此天不使兼忘，若今空有都无，即失真中之应，以其空中有真，真中有应，生成万象，皆出于空，万法在心，亦无形相。应用则有，有即非无，将令学者观心若有若无，即生禁上天也。

在注“太素秀乐禁上天”时，成玄英对前四天做了总结：

此四天是无色界天，修学之者，若至此天，更能进修，即生四种民天也。

由“人重天之上”，到色界十八天，再到无色界四天，然后进入四种民天，在成玄英的思想里构成了一个依次递进的等级，等级随着修行境界的提高而提高。从最初的“共举兆身，人重天之上”，到昙誓天的“形相都无、惟存心识”，进而到元洞天的“以心识为患、舍除心识以至无为”，然后到妙成天的“观心若有若无”，我们看到，从有具体形相到形相都无，从惟存心识到舍除心识，其最终结果必然是形相心识双遣，而得玄之又玄的圆相。而这一圆相实与佛教的法身并无分别。

道教解脱思想与佛教法身观的进一步趋同在唐宋时期有其明显



的迹象，唐王损之《玄珠心镜注》云：

一之元可得者，获乎玄珠是也。即是守一之元，身中之纯阳精气，感化凝神，神名妙妙，真如法身，项负圆光，光焰周身，如彼火珠之状。

这里，由纯阳精气转聚而成的阳神，被直接等同于真如法身。北宋张伯端在《悟真篇》中也有同样的说法：

从来万法皆无相，无相之中有法身，法身即是天真佛，亦非人兮亦非物，浩然充塞天地间，只是希夷并恍惚。（《采珠歌》）

我们知道，“希夷”和“恍惚”是道家用来描述本体或本源的，在这里被用作对法身的描述，体现了佛教法身观对于道教解脱思想的影响。

通过上面的讨论，我们可以看出，佛教的法身观念对于道教解脱观的演变无疑产生了重要的影响，当然，对于这一影响的具体细节，还有待于进一步的研究。

## 第二节 修仙观念之下及

### 一、线索梳理

道教的基本信仰可以分疏成几个不同的层面：其一是单纯的神灵或神迹的崇拜，其目的往往重在祈福和消灾，而较少宗教意识的自觉。其二是利用宗教信仰的影响，作为实施其政治理想的工具，这一类人虽亦往往有宗教上的虔诚，但政治上的功用意识削弱了宗教上的精神需求，遂常以鬼道诬民惑众以达到其政治上的企图。其三是或由于对社会人生的独到理解和领悟而发生极为坚定的宗教虔诚，或由于认识到个人生存的种种局限和束缚而谋求宗教上的解脱，这一类人，无论是在个人宗教意识的自觉还是在教理的领会深

人上，都与前两者有根本的区别<sup>①</sup>。事实上，无论是以个人的长生飞仙为目的还是以众生的生死解脱为归宿，认识和领悟到个体或群体的一般困境无疑是首要的条件，这中间必然包含着深刻的理性自觉，而这种自觉则是修仙观念得以成立的基本前提。在我们上述道教信仰的三个层面中，严格说起来，恐怕只有最后一类人才算具有真正的“修仙观念”<sup>②</sup>。

整个魏晋南北朝时期，“修仙观念”大抵为士族阶层所专有<sup>③</sup>，这与当时的士族阶层几乎是文化传统的惟一承担者有密切的关系。个体自觉与文化修养和教育背景紧密相关，从而在相当程度上也与身世门第有着直接的对应关系，据《世说新语·伤逝》载：“王戎丧儿万子，山简往省之，王悲不自胜。简曰：‘孩抱中物，何至于此！’王曰：‘圣人忘情，最下不及情。情之所钟，正在我辈。’简服其言，更为之恻。”这里，“最下不及情”一语，很可以代表当时社会的一般情状。

由于士族内部发展的不均衡<sup>④</sup>和长期以来的枝蔓繁衍，使得一部分士人沦入社会下层，但在一般情况下，其原有的家世信仰和文化背景却并不因此而失去其影响力<sup>⑤</sup>，这样，一部分文化的因素

---

① 前两者分别构成了救赎性道教教团的客体和主体，而后者则构成以长生技术和长生追求为核心的道教的主体。

② 信仰神灵与相信自己可以成为神灵是有着质的分别的。而所谓修仙观念，即是相信自己可以通过某种特定的修行实践转凡为仙，这与一般的道教信仰有着根本的区别。

③ 陈寅恪在《天师道与滨海地域之关系》一文中考证了六朝时期的士大夫阶级与道教信仰的关系，得出结论以为：“东西晋南北朝时之士大夫，其行事遵周孔之名教（如严避家讳等），言论演老庄之自然。玄儒文史之学著于外表，传于后世者，亦未尝不使人想慕其高风盛况。然一考其内容，则多数之世家其安身立命之秘，遗家训子之传，实为惑世诬民之鬼道，良可慨矣。”多数士族之崇道，并不能就能直接表明修仙观念为士族所专有，但修道观念与士族之关系，却可由此窥见。

④ 《世说新语·德行》载：“梁王、赵王，国之近属，贵重当时。裴令公岁请二国租钱数百万，以恤中表之贫者。或讥之曰：‘何以乞物行惠？’裴曰：‘损有余，补不足，天之道也。’”由此，则同在一族之人，贫富差距已经很大，士族与士族之间的不均衡可以想见。

⑤ 以葛洪为例，洪之父祖皆莅高位，而洪“少好学，家贫，躬自伐薪，以贸纸笔，夜辄写书诵习，以儒学知名”，家世承继之文化背景，其影响并不因家贫而有所减弱，洪之“少好学”，岂偶然哉？

遂得以向下传播。当然，在两晋南北朝时期，这样的情况还相对较少。而到了唐末和五代，社会既经频繁的动荡，旧的氏族阶层遂因而陵替。经济地位的保障既已荡然无存，社会地位的特殊也不复存在，然而其家世流传借以安身立命的信仰传统往往仍保持其一贯的影响，只是旧的信仰所依赖的物质条件既已变迁，其原有形态亦难以长期维系，在这样的情形下，新的信仰形态的兴起是理所当然的。

## 二、修道者身份的变化

六朝时期有据可考的修道之士多出氏族。

早期上清派的代表人物中除杨羲的身世<sup>①</sup>无法确证以外，其余诸人如魏华存、许迈等皆为士族中人。《太平广记》卷五十八《魏华存传》云：

魏夫人者，任城人也。晋司徒剧阳文康公舒之女。

《云笈七签》卷一百六《许迈真人传》云：

许迈字叔玄，小名映，丹阳句容人也，世为胄族，冠冕相承。

又《真诰》卷二十载：

华侨者，晋陵冠族，世事俗祷。

华侨与早期上清经的出世有关。

灵宝经的流传与丹阳葛氏有莫大之关联，而葛氏之为士族，绝无可疑。据《晋书·葛洪传》载：

葛洪，字稚川，丹阳句容人也。祖系，吴大鸿胪。父悌，吴平后，入晋为邵陵太守。

---

<sup>①</sup> 以杨氏得以交结魏氏和许氏、又得以为琅琊王司徒公府舍人的情况看，其出身虽非大族，但亦属士族阶层，应当是比较可信的。

葛氏复以金丹道名世，葛玄、葛洪都是有名的炼丹家。

鲍靓与三皇文的传授有关。《云笈七签》卷一百六《鲍靓真人传》云：

师左元放受中部法及三皇五岳勅召之要。

据《晋书·葛洪传》所说，鲍靓曾为南海太守，则鲍靓同样属于士大夫阶层，应该是没有问题的。

除上述之上清、灵宝等道派外，尚有帛家道。《真诰》卷四载：

许映本属事帛家之道，血食生民。

梁陶弘景《周氏冥通记》卷一注：

周家本事俗神祷，俗称是帛家道。

许氏之为士族，已详于前。周家之身世地位没有明确证据，然《冥通记》中有“外氏徐家、旧道祭酒”之言，显然其家世亦非卑贱。

上举诸人，都是严格意义上的习道修仙之士，而非一般的信道之徒。从现象上看，我们说魏晋南北朝时期，修仙观念为士族阶层所专有，是大体不错的。这一点，我们从陶弘景编撰的《真灵位业图》亦可得到验证。

唐宋以后，修道者的身份日趋复杂，这可以被看作是修仙观念下及所导致的现象。有关例证甚多，这里只举几处来辅证我们的结论。

按《乾隆济源县志》卷十一载<sup>①</sup>：

燕罗子，王屋里人。天福时，佃阳台道家田，后得烟霞养道之诀。

燕罗子即烟罗子。《修真十书》卷十八收烟罗子撰述多种，可知他是当时很有名的修炼家。但从他“佃阳台道家田”的经历看，其出身

<sup>①</sup> 转引自陈国符《道藏源流考》。

卑微可以显见。

《历世真仙体道通鉴》卷四十六载：

郭上灶者，不知何许人，宋真宗天禧中尝以庸雇沦汤涤器于汴州桥茶肆间，一日有青巾布袍而啜茶者，形貌瑰伟…郭思念曰：“必吕先生也。”

《历世真仙体道通鉴》卷四十九复载：

陈楠，字南木，号翠虚，惠州博罗县白水岩人，以盘栳箍桶为生。

上述之郭上灶、陈楠等，皆为宋代知名道士，而其所赖以谋生的职业，都处在社会的最底层。

北宋末著名道士林灵素，亦出身寒微。据《家世旧闻》载：

（林）少尝事僧为童子，嗜酒不检，僧笞辱之，发愤弃去为道士。

我们这里所举诸人都是史传中有明确记载的修道者，而不是传闻中的人物。这一时期的修仙之人，其身世远较六朝时期庞杂，这一点是很明显的。由魏晋南北朝到唐宋，修道者身世的变迁向我们表明了修仙观念自上及下的过程。

### 三、早期道教中的道民与祭酒

简单的举证史料以证明六朝时期修仙观念为士族阶层所专有，显然是不够充分的。为了更为明确的说明问题，我们有必要深入到早期道教的组织结构中，作进一步的探讨。

陈国符先生在《道藏源流考·中国外丹黄白术考论略稿》中说道：

道，道术也。道术即方术，方术士（方士）即道士。中国本有之道术，在汉、三国、晋，有金丹、仙药、黄白、房中、吐纳、导引、禁咒、符篆。其传布道术之组织亦称道，如太平道即于君道、帛家道，天师道即五斗米道、李氏道。此中太平

道、帛家道、天师道，皆分布祭酒，统率黎民。另有道士，修治道术，各率弟子若干，而不统率黎民。凡此种种，多不相统属。

陈先生对早期道教结构的分析是十分准确的，但“不统率黎民”的道士的出现恐怕相对较晚。在道教产生的初期，其组织结构是政教合一的。

据《三国志·张鲁传》载：

鲁遂据汉中，以鬼道教民，自号师君。其来学道者，初皆名鬼卒，受本道已信，号祭酒。各领部众，多者为治头大祭酒。皆教以诚信不欺诈，有病自首其过，大都黄巾相似。诸祭酒皆作义舍，如今之亭传，又置义米肉，悬于义舍，行路者皆量腹取足，若过多，鬼道辄病之。犯法者，三原，然后乃行刑。不置长吏，皆以祭酒为治。民夷便乐之。雄据巴汉垂三十年。

这条材料颇为习见，其中可值注意之处甚多，与本文有关而需加以特别表出者有二：其一，祭酒除政教的功能之外，尚有经济的职能。因为祭酒要“作义亭”、“置义米肉”，而这显然需要经济的基础以为保障。《要修科仪戒律钞》卷十引《太真科》之文曰：“家家立靖，崇仰信米五斗，以立造化和五性之气。家口命籍，系之于米。年年依会，十月一日，同集天师治，付天仓。及五十里亭中，以防凶年饥民往来之乏，行来之人不装粮也。”“义米肉”当即从道民所上之“信米”中来。但祭酒恐非一般之小民所可担当，或当为当地之富民大户。其二，祭酒既为实际上的“官长”，那么这一阶层的产生，恐怕不会仅仅是因为“受本道已信”这一条便可担当，应与其原有的经济和社会地位有关。

《三国志·张鲁传》注中复引《典略》之文：

熹平中……三辅有骆耀。光和中，东方有张角，汉中有张修。骆耀教民緇匿法。角为太平道。修为五斗米道。太平道者，师持九节杖，为符祝，教病人叩头思过，因以符水饮之，

得病者或日浅而愈者，则云此人信道，其或不愈，则为不信道。修法略与角同，加施静室，使病者处其中思过，又使人为奸令祭酒。

事实上，正如上述材料中所表明的那样，对于一般的道民而言，信道的目的显然只是祛灾祈福，根本没有更高的要求。我们在本章的第一节中，分析了道教信仰的几个层次，以之来衡量这里所谈的一般道民的信仰状态，则其处于简单的迷信层次，是很显见的。这样一来，我们可以很直接地得出这样的结论：在早期道教中，有修道资格的只有祭酒这一阶层，而修仙观念亦应为这一阶层所专有。

《上清三真旨要玉诀》云：

常以月十日十七日二十七日夜入定时，视北斗口中有大星，便称：“天师祭酒臣某稽首再拜，谨白通达，乞赐长生。”

此一道法显然是单独为祭酒所设。个人的修炼是天师祭酒的专利，上章祈福也只有祭酒才有资格，陈国符《道藏源流考》曰：

《赤松子章历》卷三三六所记章本，……有关日常生活者：如夫妻积病疗治章……道民遇以上诸事，即可诣天师治，请祭酒奏章，乞恩求福。

由此可见，修道的特权是完全由祭酒把持的。我们在前面曾推测大多数祭酒出身于士族高门，下面我们进一步考察这一问题。

《道门科略》云：

道家法服，犹世朝服，公侯士庶，各有品秩，五等之制，以别贵贱。

道教组织中的贵贱之别与世俗无别。

《正一法文处录仪》则曰：

书吏策生，慧解易悟，骨气合真，自然有分，先习散气。散气者，童男童女，咨问生气不死之方，粗知终始，便进散

化。散化《一将军箴》称散化童男童女祭酒。

散化童男童女祭酒恐怕是有资格参与修道的最低限度。这一段材料首先强调了能够成为散化祭酒的条件，其中所谓的“慧解易悟”、“骨气合真”，颇有类于当时的人物品题，而“童男童女”尚无较特殊的社会和经济地位，是不可能受到“慧解易悟”、“骨气合真”这样评价的。想来亦只有士族阶层的人才有这样的资格。

又《老君音诵诫经》云：

有祭酒之官，称父死子系。使道益荒浊。诫曰：道尊德贵，惟贤是授。若子胤不肖，岂有继承先业。

这时，祭酒已经是世袭的官业了。

现有的史料中记载的身为祭酒之人，多出身士族。《登真隐诀》卷下注云：

按夫人(指魏华存)于时已就研咏洞经，备行众妙。而方便宣告太清之小术、民间之杂事者，云以夫人在世尝为祭酒故也。

又《紫阳真人内传》末《周裴二真叙》载：

江乘令晋陵华侨，世奉俗神。……于是背俗入道，诣祭酒丹阳许治受奉道之法。

魏华存为士族中人，绝无可疑，而丹阳许治亦显然属于丹阳许氏之族。这两处提到的身为祭酒之人，都出身于氏族大姓。通过上面的考察，我们可以得出如下结论：其一，早期道教中，只有祭酒才有修仙的资格；其二，祭酒多由士族中人充任。

以上是道教组织中的情况，至于不直接关涉政事的道士，我们前面也曾说及，这里再略加讨论。真正意义上的道士不知起于何时，但大体看来总不会太早。道士的产生或与不领民户的散气祭酒有关，《老君音诵诫经》云：



若求生之人，一身自度，不化愚俗，不领民户，亦可直受中官上仙赤天《七十五将军策》，生起亦在外治祭酒上。

六朝时期，原有的道教组织虽然存在，但门阀士族中人既有正常的仕禄途径，实不必通过道教的组织方式获取政治上的满足，而信道较笃者更急于修炼飞仙，无意于世俗之累，故有一些人从原有的道教组织里疏离出来，最初他们仍是道教组织的一个部分，与其他祭酒的不同只在于是否领有民户。后来这一部分人渐渐分化独立为道士阶层。虽然道士这一阶层的形成或是受了佛教组织方式影响，但其根本原因，恐怕还是与旧有道教政教合一的组织方式的渐渐废弛和消亡有关。

#### 四、结语

唐宋以后，士族阶层的瓦解，使得文化的因素开始大规模地转移。传统的士族中人在这一过程中，虽然失去了社会经济上的特殊地位，但他们在文化上的优势仍然存在。只是以往的社会地位既已迁移，寄托于其上的文化形态亦必有所改变。关于文化传统对业已失落的士人的影响以及士人自身的文化优势，我们可以略举二例以为说明。赞宁《宋高僧传·慧能传》云：“其本世居范阳。厥考讳行瑫，武德中，流于新州。以百姓终于贬所。略述家系，避卢亭岛夷之不敏也”。饶宗颐先生在“谈六祖出生地（新州）及其传法谒”一文中以为：“六祖之父……实为世族大姓……颇疑其早年尝受家庭教育之熏陶，并非全不识之无者，故能听诵《金刚般若经》而凝神不去，阅读《涅槃经》而能辨析大义，因而有行者之称。”饶先生之言，可谓深得其实。六祖之能别出胜义或亦与此种背景有关，由此可见士族旧姓在文化上的优势。又《历世真仙体道通鉴》载：“许坚，字介石，庐江人也，或曰本晋许长史穆之裔，形陋而怪，长满七尺，帻巾芒鞋，短袜至屨，亦无赍装，惟自负布囊而过。”倘此说确实，则丹阳许氏之裔，虽经破落而不改家世之信仰，亦可说明文化传统对士人的影响。

### 第三节 内外丹法继起之原因

在研究内外丹道兴替的原因时，极容易为研究者注意到的便是外丹服食中的中毒现象。清人赵翼在《廿二史札记》中“唐诸帝多饵丹药”一条曰：“统计唐代服丹药者六君。”又曰：“武后时，张昌宗兄弟亦曾为之合丹药。萧至忠谓其有功于圣体。则武后之饵之可知。”唐韩愈撰《故太学博士李君墓志铭》亦云：“余不知服食说自何世起，杀人不可计，而世慕尚之益至，此其惑也。在文书所记及耳目闻传者不说，今直取目见亲与之游、而以药败者六七公，以为世诫。”中毒现象在史传中如此的突出，将内外丹道兴替的问题与此联系起来，便可以得出一个简单直接的解决：由于服食外丹导致的大量中毒的实例，使得人们放弃了对外丹服食的信仰，从而导致“内丹成仙说乘时而起”<sup>①</sup>。中毒说的影响十分广泛，而历来的研究者对此又未曾作过认真分疏，遂使得这样一种颇成问题的解释，几成定论。

在本节中，我们将首先从如下两个层面对中毒说作彻底全面地检讨：其一，人们对外丹服食中的中毒现象的认识，是否在唐宋以前即已出现。其二，假如早期金丹道的中毒现象已经为炼丹家所注意，那么他们对此是否已经给出了理论上的说明。倘若我们对这两个问题给出了肯定的回答，我们便可以得出这样的结论：中毒现象并没有给外丹烧炼学说造成无法解决的理论困难。而这也将会毫不牵强地解释何以金丹服食之术能够在从两汉至唐宋的数百年时间里久盛不衰，并且即使在宋以后，也仍然在一定范围内广有影响，甚至还有某种程度的发展<sup>②</sup>。其次我们将从道教的内外两方面对金丹服食之术的批评出发，看一看这些批评对金丹服食信仰是否会造成根本的影响。最后，中毒问题既然不是内外丹兴替的关键，我们还必须对内外丹道的代兴给出更为合理的解释。

① 参见任继愈主编《中国道教史》，上海人民出版社，1990。

② 参见胡孚琛：《中国外丹黄白术仙学述要》，《道家文化研究》第七辑。

## 一、对中毒说的检讨

### (一) 唐以前丹家已知外丹有毒

在唐以前外丹学发展的数百年中，服用外丹可能导致中毒早已为人所知。据《宋书·刘怀慎传》记载：

亮在梁州，忽服食修道，欲致长生。迎武当山道士孙道胤，令合仙药。至益州，秦豫元年药始成，而未出火毒。孙不听亮服，亮苦欲服，平旦开城取井华水服，至食鼓后，心动如刺，中间便绝。后人逢见，乘白马，将数十人，出关西行，共语分明，此乃道家所谓尸解也。

这一段材料，可以注意的有以下三点：(1) 丹药有“火毒”，且已为炼丹者所熟知；(2) 丹药的“火毒”可以消除；(3) 服食后的中毒现象，“心动如刺”、“中间便绝”，被“道家”看作为尸解。

又据《真诰》卷十：

太极真人遗带散白粉，服一刀圭，当即心痛如刺，三日欲饮，饮既足一斛，气乃绝，绝即是死也。既斂，失尸所在，但馀衣在耳。

这段材料与上段所引有相通之处。所谓“既斂，失尸所在，但馀衣在耳”，是道教对于尸解最为常见的描述。

又据《云笈七签》卷一百九《魏伯阳传》云：

伯阳入山时，将一白犬自随，又丹转数未足，和合未至，自有毒丹，毒丹服之皆暂死，伯阳故便以毒丹与白犬食之，犬即死。……伯阳便服丹，丹入口即死。弟子相顾谓曰：“所以作丹者，欲求长生耳。而服之即死，当奈此何？”惟一弟子曰：“师非凡人也，服丹而死，得无有意邪？”又服之，丹入口复死。余二弟子……遂不服，……二人去后，伯阳即起，将服丹弟子姓虞及白犬而去。

这段材料可与《云笈七签》卷一百十中的另一条材料合看：

毛伯道、刘道恭、谢稚坚、张兆期，皆后汉人时人也。同于王屋山学道三十余年，共合神丹。丹成，伯道先服，即死。次道恭服之又死。稚坚、兆期不敢服，弃药而归，未出山，忽见伯道、道恭各乘白鹿在山上，仙人执节以从之。

后一段故事复见于《真诰》。以上两段材料，当是同一故事的不同传说。其中对服丹中毒现象，以“暂死”解释，与前之尸解略有不同。这里特别值得注意的，在于服丹后的中毒现象又转发出一层新的作用，即作为试验修道之人信道坚笃与否的手段。

由上面的讨论，我们可以看出，远早于唐代，炼丹家即已对金丹的毒性有深入的认识。而对于中毒现象的解释，又皆与尸解和暂死联系在一起，可见，早在唐代以前，炼丹家已经对这类现象达成了相当一致的见解。

## （二）对中毒现象的种种解释

### 1. 尸解

我们在前面已经接触到了以尸解来看待服食丹药后中毒现象的实例。事实上，不仅是中毒后的身亡，所有修道而死的事例皆可以尸解加以解释。

《抱朴子内篇·论仙》云：

近世壶公将费长房去，及道士李意期将两弟子去，皆托卒死，家殡葬之。积数年而长房来归。又相识人见李意期将两弟子，皆在郾县。其家各发棺视之，三棺遂有竹杖一枚，以丹书符于杖，此皆尸解矣。

这里我们看到了道教典籍中对于尸解的较具普遍性的描述。其中有三个环节甚值注意：（1）托言卒死；（2）数年后归家或被相识的人见到；（3）发棺无尸。其中，尸身的神秘消失，是最为重要的一环。

而事实上，并非一定要符合上面三个条件方可被称作尸解。

《抱朴子内篇》卷九《道意》载李宽事曰：

吴曾有大疫，死者过半。宽所奉道室，名之为庐。宽亦得温病，托言入庐斋戒，遂死于庐中。而事宽者犹复谓之化形尸解之仙，非为真死也。

又《历世真仙体道通鉴》卷二十四：

《记纂渊海》云：南海太守鲍靓，通灵士也。东海徐宁师之，宁夜闻静室有琴声，怪其妙而问焉。靓曰：“嵇叔夜。”宁曰：“嵇临命东市，何得在此。”靓曰：“叔夜虽示终，而实尸解也。”

这里，无论是如李宽一般得瘟疫而死，还是如嵇康一样被杀而亡，皆可托言为尸解。事实上，所有的死亡现象，都可以尸解视之。

《真诰》卷四曰：

南人告云：得道去世，或显或隐，托体遗迹，道之隐也。或有再酣琼精而叩棺，一服刀圭而尸烂。鹿皮公吞玉华而流虫出户，仇季子咽金液而臭闻百里。黄帝火九鼎于荆山，尚有桥领之墓，季主服云散以潜升，犹头足异处；墨秋咽虹丹以投水，宁生服石脑而赴火，务光煎韭以入清冷之渊，柏成纳气而肠胃三腐。诸如此比，不可胜记。微乎，得道趣舍之迹，无常矣。命又云：即适潜畅，莫觉不真，如此之指，非真尸也。

既然尸解可以用来解释所有的死亡现象，则服丹后中毒身亡与服丹后尸解成仙便可以是对同一事实的两种看法。在门外人看来是中毒身亡，在道门中人看来却是得道升仙。事实上，在真正的道教信徒那里，服丹后的中毒现象，根本无法动摇他们对于金丹的信仰。

## 2. 暂死

服食金丹后的暂死现象，我们在前面已有所涉及，在此做进一步的讨论。

据《云笈七签》卷六十五《太清金液神丹经》中的“合丹法”载：

若心至诚竭，盛理尽容，旦服如三刀圭匕，立飞仙矣。但道士恐惧，或虑不精，便敢自服三刀圭，即看神丹烈验，初服

三刀主皆暂死，半日许乃生，如眠觉状也。

又《华阳陶隐居内传》云：

丹诀云：丹成无杂光彩，是毒丹，饵当暂死，须臾起云。

早期炼丹经典里对金丹所可能导致的不良结果已有充分的认识，只不过在炼丹家眼中，金丹的毒性所造成的死亡只是“暂死”，而非真正的死亡。“暂死”或与“尸解”有一定的关系，这里无暇详考。但总的说来，暂死作为金丹烧炼理论的一部分，是可以对服丹后的中毒现象给出部分解释的。

### 3. 服丹觉触

服食金丹后的种种负面影响，既然是金丹烧炼的实践过程中的显著现象，对这类现象的理论说明也必然是金丹炼制理论发展的一个不容忽视的部分。

《太清石壁记》中有“服丹觉触”一条，其文曰：

服丹后觉身面上痒如虫行，身面手足浮肿，见食臭吃食呕逆恶心，四肢微弱，或痢或吐，头痛腹痛，并请不怪，此是丹效，排病之验也。

这里，服丹后的种种不良结果，被视为“丹效”，认为这是排除病兆时的正常现象。

又《还丹众仙论》载“服食金丹应验候”一条曰：

初服丹砂令人四肢无力，腰膝沉重，脐下结痛，口中常有臭气，牙齿动摇，腥血满口，夜间焦渴，或吐或逆，日有微利，饮食无味，渐渐羸瘦，眼目劳闷，精神恍惚，身上疮肿，遍身疼痛，身上长似虫行，口中生疮。此者，并是驱逐诸病，或咽喉涩痛，胸膈气闷，下利青黄，恶水如蝶蝶衣，及似葵菜汁，或似紫草汁，腰间停滞，或下众虫，或皮肤肿，筋脉跳掣，或缓或急，旬日之间，风毒渐出，或腹内鸣吼，下利肉块，此是药攻击宿疾，直候苦饥，即吃淡面汤饼一两顿，或吃解丹毒药馭丹散。

《还丹众仙论》另载“三尸欲退候”、“变颜貌药生齿候”等条，都是讨论服丹后证验的材料，这里不一一列举。总之，服食丹药后的种种反常现象，在炼丹家眼里都属于正常的反应，并不能从根本上对金丹服食的信仰造成影响。

#### 4. 解毒

金丹的毒性既已为丹家熟知，种种解毒的方法自然也就应运而生。

《太清经天师口诀》云：

次作消毒灰法。用牛屎灰理石灰分等，取磁石碎之，用东流水熟煮，取汤将淋灰得汁，此灰能消金毒银毒，是名消毒灰也。

又《还丹众仙论》载“出丹火毒诀”一条：

入丹药在薄磁瓶中…下冷泉中二七日，取出，坐瓶入重汤中煮一日，出却冷气，后取出杀研如面，用楮汁为丸枣肉亦得丸绿豆大小，每服一九，并华水下，半月后加至二丸，到三十日加至三丸，更不得加之。

外丹典籍中谈到解毒方法的地方很多，这里仅条列一二，以为佐证。虽然这些方法的解毒效果，我们无法确知，但这一类努力表明炼丹家在试图寻找克服丹毒的方法，而没有想从根本上放弃外丹服食的信仰。

除上述四者外，服食者的德行不备亦可使丹药无效或产生极坏的结果。《还丹众仙论》云：“信行操不至，若得服食，必当至死，何也？无德行而食金丹，五藏坏烂，传之不得其人，殃及子孙。”当然，炼丹方法的不得当显然是更为直接的解释，这里不做更多讨论。

通过上面的分析，我们可以看到，金丹的毒性只能动摇一部分信仰极不坚定的道徒，对于真正有着坚笃信仰的人，不会起到任何作用，韩愈所说的“杀人不可计、而世慕尚之益至”，确乎反映出了事情的真实状况。而这一类信念坚定的人，又恰恰是外丹服食观

念得以广泛传布和发展的中坚力量。

### （三）内外两方面的批判

上面我们详细考察了外丹学理论本身对于中毒问题的解释，从中我们可以看出仅仅是外丹有毒这样一个简单的原因，并不能动摇金丹服食的信仰。下面我们将就唐宋之际围绕服食外丹后中毒现象的批评作进一步讨论，讨论的结果将使我们看到真正以外丹的毒性为口实的批评，并非来自道教的内部。

#### 1. 儒家史籍与道教经典

对于中毒现象渲染甚力的多是儒家史籍。而道教经典中，对于这种现象的直接批评并不多，而即使有所批评，亦多属不同派别的炼丹家相互之间的门户之争，其间的扬此抑彼，自然无法对金丹的信仰造成任何实质性的影响。

唐代对于炼养服食批评最力的莫过于韩愈。所撰《故太学博士李君墓志铭》云：

余不知服食说自何世起，杀人不可计，而世慕尚之益至，此其惑也。在文书所记及耳目闻传者不说，今直取目见亲与之游，而以药败者六七公，以为世诫。

这里，值得我们注意的是韩愈提及的“杀人不可记，而世慕尚之益至”这一事实，这实际上从侧面证实了大量的中毒现象根本没有动摇人们对金丹的信仰。关于这一点，我们随后将做更为详细的讨论。儒者对中毒现象的渲染，是否能够反映当时社会对这一问题的普遍态度，这一点甚值怀疑。不过有一点是可以肯定的，即同样的事实在道门中人眼里和在儒者眼中是完全不同的两种情形。

《历世真仙体道通鉴》卷三十二：

真人姓尹氏，名道全，天水人也。修洞真还神之道，佩五帝六甲左右灵飞之符。天仙降而谓曰：“飞升者，当有其材而后成其道。昔汉武帝亲受金母灵飞十二事及五岳真形图，才得尸解，而不能使形骨俱飞，尔得一而有升天之望，岂非积功宿分所植耶？”



汉武帝求长生而不得的故事，早已众所习知，而道教史传中竟仍然也有将之归入尸解之流的，由此益可证知，儒家的批评对于道教信仰本身影响甚微。

史书对于中毒问题的渲染，盖因史家多宗信儒学。史家的这一特点，道教中人亦有所认识。《云笈七签》卷一百三《续仙传》序云：

古今神仙，举世知之，然飞腾隐化，俗难可睹。先贤有言曰：“人间得仙之人且千不闻其一，况世书不载神仙之事，故多不传于世。”详其史意，以君臣父子理乱忠孝之道，激励终古也。若敦尚虚无自然之迹，则人无所拘制矣。

由此可见，史书中所讳言的，道教信徒恰恰要大肆宣扬；史书所极力渲染的，道教信徒偏偏要曲为解释。史书中的观念，实与道门中人的观念相去甚远。

## 2. 道教内部的批评出于门户之争

儒者对于金丹效用的攻讦，无法动摇对于金丹的信仰，前已论述。而道教内部的批评又往往出于不同门派之间的争论。

道籍中对于某些金丹毒性的认识有时亦甚深入。如《云笈七签》卷六十四《玄解录》云：

世人苦求得之，将为便成至药，不得深浅，竞学服饵，皆觅长生不死者也。并不悟金丹并诸石药，各有本性，怀大毒在其中，道士服之，从羲轩以来万不存一，未有不死者。

这一段批评，常被引用为对于外丹理论的批评。然而仔细推寻，则可发现，这类批评，实属外丹家之间的相互指责。

《玄解录》在对一部分外丹理论进行批驳以后，又继续说道：

真正之门有三焉。一曰神符上仙上丹，二曰白雪中仙上丹，三曰九转下仙上丹。

实际上，《玄解录》的作者之所以指出一部分炼丹术存在的问题，其目的在于点明只有上述三种丹药才是真正的金丹大药，而并非对外丹理论本身有所怀疑。

金丹炼制的派别很多。即以唐代的丹道流派而言，即可粗略地分为三派：主张金砂服食的传统一派，主张铅汞为至宝大药的时兴一派和主张硫汞转炼合成的晚起一派<sup>①</sup>。其中，铅汞派对于四黄八石排击甚力。道教典籍中对中毒问题强调较多的，多属此类著作。

《云笈七签》卷六十六《丹论诀旨心照·旨叙诀第一》云：

《参同契》云：诸术甚众，条有万余。即知大丹之妙，唯铅汞二物为至药也。非用四黄八石，若大丹有石药之气入二物中，即有大毒。

此为铅汞派丹家批评别派丹家以四黄八石入药十分明显。道教典籍中对金丹毒性的强调率多此类。

### 3. 内丹家批评外丹多不涉其毒性

唐宋之际的内丹家多强调内外丹兼修，只言内丹而排斥外丹的情况是在宋元以后才大量出现的。即使是对外丹说持否定态度的内丹家，他们对外丹的批评也往往并不着眼于外丹的毒性。

《修真十书》卷十五《钟吕传道集》载：

钟曰：“凡病有三等，时病以草木之药疗之自愈。身病、年病，所治之药而有二等，一曰内丹，次曰外丹。”……吕曰：“外丹之理出自广成子以内事为法则，纵有成就，九年方毕。又况药材难求，丹方难得，到底只能升腾，不见超凡入圣而返十洲者矣，敢告内药可得闻乎？”

这里值得特别注意的有三点：其一，外丹并非全无效果；其二，外丹的缺点并不在于别的，而主要在于“药材难得”、“丹方难求”以及炼制时间过长；其三，修炼外丹法其所得结果只能局限于“飞腾变化”，而不能“超凡入圣”，获得最后的解脱。

又《悟真篇》序云：

---

<sup>①</sup> 参见胡孚琛“中国外丹黄白术仙学述要”，《道家文化研究》第七辑；任继愈主编《中国道教史》第十章《唐代道教外丹》。

且今人以道门尚于修命而不知修命之法，理出两端，有易遇而难成，有难遇而易成者。如炼五芽之气服七曜之光……以至服炼金石草木之类，皆易遇而难成。已上诸法于修身之道率多夭裂，故施力虽多而求效莫验。若勤心苦志，日夕修持，止可以辟病免其非横，一旦不行则前功渐弃，此乃迁延岁月，事必难成，欲望一得永得，还婴返老，变化飞升，不亦难乎？

这里“服炼金石”被视为“易遇难成”之术。外丹炼制仅仅是因为效果不佳而被排斥，并没有提到中毒现象。

#### (四) 小结

从上面的讨论中，我们可以看到，外丹服食中的中毒问题并没有像我们通常想像的那样，可以简单地动摇人们对于丹药的信仰。首先，从理论上讲，炼丹家可以而且已经对中毒现象作出了各种各样的解释，这些解释足以使外丹服食的信仰不受到根本上的影响；其次，从历史的角度看，远早于唐代，炼丹家即已熟知金丹的毒性，何以中毒问题在长达几百年的外丹发展过程中，都没有遇到无法克服的困难，而偏偏在唐宋之际发生了问题呢？而且，在内丹学已经兴起以后，外丹学仍有其相当的规模和影响，至明代犹能有所复兴，这显然不能简单以中毒现象来加以解释。另外，历来对金丹效用的批评，无论是自发于内，还是来自于外，都不能对金丹信仰本身构成大的影响，来自儒家的批评，对于道教信徒影响甚小，而道教内部的攻讦，又多系不同外丹流派之间的争论和指摘，二者皆不能触及外丹信仰本身。而正史所记载的当时社会对中毒现象的反应亦多有儒者的渲染，未必是实际情况的反映。

综上所述，中毒问题虽然对外丹学的衰落不无影响，但如果进而以为外丹服食中的中毒现象是导致外丹学衰微的主要原因，恐怕便很难成立了。内外丹道兴替的原因，尚须从其他的方面着手加以考察。

## 二、内外丹法代兴的原因

从历史的痕迹看，我们可以很肯定地说，内外丹法的代兴实际

上是一个彼此相对的现象，外丹观念的衰落说到底相对于内丹观念的兴起而言的。正如我们在前面谈到的那样，外丹观念相对于内丹观念的衰落，更主要地应归因于外丹观念本身对当时社会 and 思想潮流的背离，而不是归因于其内在品质上的缺陷。

外丹观念衰落的原因，概括起来可以分为两点：其一，修仙观念自六朝至唐宋有一个明显的下渐过程，这一点，我们已详论于前。身份地位较低的修仙者的大量出现，使得外丹法“事大费重”的缺点格外突出地暴露出来，从而与社会潮流形成背离，而内丹法因其简易方便的特点，乘时而兴；其二，道教的解脱观念经历了由追求“含形升举”到转而追求“无相真形”的变化，到唐宋时期，通常意义上的形体已不再是大多数道教徒追求的目标。外丹服食以固形为目的，从而与这种理论的趋势行相背离，以钟吕系内丹道为代表的唐宋内丹道教则恰恰是以超离形质的解脱为其目标，这恰好迎合了道教理论发展的新趋势。对于上述结论，我们在下面的篇幅中将结合具体史料作详细的考察。

### （一）修仙观念的下及与内外丹的兴替

烧炼外丹的费用甚巨。《抱朴子内篇》卷六《微旨》云：

九丹金液，最是仙主，然事大费重，不可卒办也。

又《抱朴子内篇》卷四《金丹》云：

抱朴子曰：九丹诚为仙药之上法，然合作之，所用杂药甚多。若四方清通者，市之可具。若九域分隔，则物不可得也。又当起火昼夜数十日，饲服火力，不可令失其适，勤苦至难，故不及合金液之易也。合金液唯金为难得耳。古秤金一斤于今为二斤，率不过直三十许万，其所用杂药差易具。……抱朴子又曰：合此金液九丹，即当用钱，又宜入名山，绝人事，故能为之者少，且立千万人中，时当有一人得其径耳。

据此可知，炼制外丹所需的外在条件极多：首先需用大量财物；其次需要充足的人力和时间；第三，还需要入名山、隔绝人事。因此，只有极少的人能够做到。

史书中亦有因炼丹而耗费甚多的记载。《魏书·释老志》载曰：

天兴中，仪曹郎董谧因献服食经数十篇，于是置仙人博士，立仙坊，煮炼百药，封西山以供其薪蒸。

又《南史·隐逸传》云：

弘景既得神符秘诀，以为神丹可成，而苦无药物。帝给黄金、朱砂、曾青、雄黄等。后合飞丹，色如霜雪，服之体轻。

因无财力购置药品及器具而未能合丹的事例在道教史传的记载中也颇为常见。

《抱朴子内篇》卷四《金丹》云：

余师郑君，则余从祖仙公之弟子也，又于从祖受之，而家贫无用买药。

《抱朴子内篇》卷十六《黄白》云：

而余贫苦无财力，又遭多难之运，有不已之无赖，兼以道路梗塞，药物不可得，竟不遑合作之。

因外丹炼制所需甚多，故非一般人所能问津。而内丹则完全取人体内部的精气神为药物，故只要修行得法，人人皆可得而行之。又《云笈七签》卷一百四载曰：

若能呼吸御精，保固神气，精不脱则永久，气长存则不死，不用药石之费，又无营索之劳，取之于身耳，百姓日用而不知，此故为上品自然之药也。

这里，内丹的简易与外丹的繁难形成了鲜明的对照。修仙观念既已广泛地普及于一般民众，由于社会地位及经济情况的限制，外丹服食渐渐失去其原有的吸引力，内丹修炼遂乘时兴起。内外丹道的这一区别，我们还可以通过内外丹家对待人主的不同态度上窥测出来。

因外丹烧炼所需外部条件极多，故炼丹家多以炼丹之术干惑人主，以期获得种种便利；而内丹家则因所需药物皆取自身内，故无需与帝王发生交涉。外丹家与人主的关系，由前述陶弘景求药与葛洪求为句漏令二事，已可见一般，今更进而详论。

《抱朴子内篇》卷二《论仙》云：

按董仲舒所撰《李少君家录》云，少君有不死之方，而家贫无以市其药物，故出于汉，以假途求其财，道成而去。

这一段，是外丹家对待人主的态度与炼丹有关的明证。而内丹家的态度，则迥异于此。

《宋史·陈抟传》云：

周世宗好黄白术，有以抟名闻者。显德三年，命华州送至闕下，留止禁中月余，从容问其术，抟对曰：“陛下为四海之主，当以致治为念，奈何留意于黄白之事乎？”……太平兴国……九年复来朝……因遣中使送至中书，琪等从容问曰：“先生得玄默修养之道，可以教人乎？”对曰：“抟山野之人，于时无用，亦不知神仙黄白之事，吐纳养生之理，非有方术可传。假令白日冲天，亦何益于世。今圣上龙颜秀异，有天人表，博达古今，深究治乱，真有道仁圣之主也，正君臣协心同德，兴化致治之秋，勤行修炼，无出于此。”

这一段议论，与其后之张无梦答宋真宗，丘长春答成吉思汗，其宗旨一贯，是内丹家对待帝王的普遍态度。

## （二）解脱形态的变迁与内外丹的兴替

《通幽诀》云：

气能存生，内丹也；药能固形，外丹也。

外丹追求形体的永固和长存，由此可以略见。

据《大洞修炼真宝经修伏灵砂妙诀》载：

每日清晨东向服一九，服至此紫霞妙砂后，倏忽则含形而

轻举，驾飞龙游于十天八极之外，岂不优游之哉？

又云：

将紫金变化为砂，运火烧之一周，迥然透彻洞耀，名曰紫金还丹，得服之者，形神俱合，当日轻举。

这里，固形或含形显然是外丹学所追求的长生解脱的一部分<sup>①</sup>。这一情况与唐宋以后较为成熟的内丹学理论存在着根本的区别。

按《钟吕传道集》载：

钟曰：“神仙者，以地仙居尘世，用功不已，关节相连，抽铅添汞而金精炼顶、玉液还丹，炼形成气而五气朝元，三阳聚顶，功满忘形，胎仙自化，阴尽阳纯，身外有身，脱质升仙。”

这里的身外之身即“脱质”以后的“无相真形”，与通常意义上的肉身全然不同。唐宋内丹学所追求的长生解脱大都如是。

我们在前面曾专门讨论道教发展过程中的长生形态的变化，发现由六朝至唐宋，形体长存的观念渐趋淡化。外丹理论与道教长生观念的这一发展趋势渐相背离，从而使外丹术在理论的发展上失去了其原有的优势，它最终被内丹术替代，也就不可避免了。

---

<sup>①</sup> 事实上，外丹服食的信仰中一直有一个未被触及到的问题，即只要能够有机会服食金丹，无论服丹者的觉解程度如何，皆可以飞升，这里隐含着一个问题：是否愚人甚至大奸大恶之人服食金丹以后也可以成仙呢？如果是这样的话，仙人之中岂不是也有愚暗和奸恶之辈了吗？这个问题是强昱兄在他的博士论文未刊稿《成玄英、李荣重玄思想研究》一文中提到的，这个问题是十分重要的。但详细考察外丹学著作，可以看到，这个问题已经被意识到，并已经在外丹学理论内部得到了解决。《黄帝九鼎神丹经》云：“神药成，便为真人，上天入渊，变化恍惚，可以举家皆仙，何但一身。”既然是举家飞升，则不论贤愚，皆可成仙十分明白，丹经中也确有明言愚人服丹后升仙的言论。如果我们注意到金丹服食还有使人的心性发生改变的功能，上述问题便迎刃而解了。《大洞炼真宝经修伏灵砂妙诀》曰：“第三返药，服之一两即虚夷忘情，心合至精。”由此可知，服食外丹不仅仅有其身体上的功用，还有使心性清静的效果。之所以在这里讨论这一问题，是想向读者表明，外丹学理论并非如我们通常以为的那样粗略，它在许多方面的考虑都是细致而且周到的。

## 第四章 技术的巅峰

——早期钟吕系内丹法中的技术性因素

### 第一节 几种相关的过渡类型

关于金丹烧炼技术与其他类型的长生技术的拼接以及由此开始的内丹观念的演进和开展，我们在本书的第二章中已经做了十分详细的讨论。在成熟复杂的长生技术产生以前，我们在道教史料中还能看到各种各样过渡类型的存在。不同的技术性观念的拼接，在道教史料中是相当普遍的，其中有些可以归置在内丹观念下，有些则不能。下面，我们将举其中的两个较有特色的例子，结合材料做简要的讨论。

据《云笈七签》卷五十八“胎息口诀”载：

凡欲胎息，先须于静室中，勿令人入。正身端坐，以左脚搭右脚上，解缓衣带，徐徐按捺肢节，两手握固于两腿上，即吐纳三五过，令无结滞，涤虑清闲，虚心实腹，左右徐徐摇身，令脏叶舒展，讫还徐徐放着实，即鸣天鼓三十六过，漱满华池，然后存头戴朱雀，脚履玄武，左肩有青龙，右肩有白虎，然后想眉间一寸为明堂，却入二寸为洞房，却入三寸为丹田宫，宫中有神人，长二寸，戴青冠，披朱褐，执绛简；次存中丹田，中有神人，亦披朱褐；次存下丹田，中有神人，亦披朱褐，次存五脏，从心起，遍存五脏六腑……及见左脚中指第二节，是血液上源，其中涌出，通流一形，一夜绕身三万六千匝，至右脚中指第二节，则化尽。所以人若睡，必须侧卧拳足，阴魄全也。亦觉即须展两脚及两手，令气通遍浑身，阳气布也。若如此修行，即与经所言动息善时之义合矣，久久行之，口鼻俱无喘息，如婴儿在胎，以脐通气，故谓之胎息矣。



此处所讲的胎息术，已经开始摆脱其原本粗陋单纯的技术形态，而与六朝以来颇为盛行的存思术结合起来，成为一种复杂的技术复合体。

另据《云笈七签》卷六十“行气诀”载：

法曰：下丹田近后二穴通脊脉，上逢泥丸，泥丸脑宫津名也，每三连咽即速存下丹田，所得内元气，以意送之，令入二穴。因想见两条白气，夹脊双引，直入泥丸，熏蒸诸宫，森然遍下毛发面部头项两臂及巨手指，一时而下，入胸至中丹田。中丹田心宫，神也，灌五藏，却历入下丹田……若不回荡浊恶之气，则令人有不安，既有津液，则漱咽之，不堪溉灌五藏，发其光彩，终不能还精补脑。非交合则不能溯而上之，咽服内气，非吐纳则不能引而用之。是知回荡之道，运用之理，所以法天则地，想身中浊恶结滞邪气淤血，被正荣气荡涤，皆从手足指端出去，谓之散气。

这里谈到的服气法中，既掺杂有存思术的成分（如“因想见两条白气……历入下丹田”），又糅合了房中术的部分观念（如“不堪溉灌五藏……非交合则不能溯而上之”），也是一种复杂的长生技术。

在这些过渡类型中，我们可以看到思想演进过程中的偶然性<sup>①</sup>。具体到与长生技术有关的观念史中，我们可以看到，几种长生技术成分偶然地“拼接”起来形成一种新的技术，这种组合的样式是极其多样的，而且，这种拼接的具体发生也极其随意和偶然。然而，由此种偶然的拼接而形成的新的技术一经成形，它固有的

---

① 无视历史的偶然性，可以说是20世纪后半叶学术和思想的意识形态化留给我们的沉重的“遗产”。它形塑了我们对历史的理解。我们在面对每一个历史现象时，总是不假思索地想要去找寻它背后的必然性，结果，历史成了向我们证明某种客观的历史规律的证据。在这样一种理解方式中，历史的复杂性被化约了。当然，以历史为对象的学术研究总要寻求对历史现象的解释，但在此种解释中，我们必须意识到，在各种相关的历史现象的众多关联方式中，“因果”只是其中的一种。而且，当我们用“因果”来理解两种相关的现象之间的关联时，我们应该有足够的心理准备：在复杂的历史面前，任何明确的答案都可能是令我们失足的陷阱，我们历尽艰辛所发现的也许只不过是一些“偶因”而已。

“生长力”也就成了它能否展开为一种更为复杂的技术的“先天”的限制。正如我们在上面的分析中看到的，在“胎息”和“服气”的名义下产生的新技术，在达到更复杂的阶段之前就已经走完了它的全部路程。这种情形，与在内丹观念下演进和开展的长生技术形成了极大的反差。内丹观念何以能够成为一个基点，将各种长生技术吸收并整合为一种更为复杂的技术，其可能的原因有两点：其一，各种原始的长生技术与金丹烧炼术之间的巨大差别构成了一种张力，给由这两类技术拼接而成的新技术的成长提供了必要的动力（如果不开展得足够复杂，即无法消除二者之间的巨大差别）；其二，各种原始的长生技术都属于某种类型的“自我技术”，而金丹烧炼术则是一种指向物的技术，相对而言，控制和改变物的技术总要精确和复杂得多，而二者拼接所形成的新的自我技术也就更容易达到相对复杂的阶段。

## 第二节 钟吕系内丹法的技术性格

早期钟吕系的传承谱系颇为舛杂，很难做实证性的考证和梳理，试图对此问题作一细致完整的研究，对于本书的写作来说，既不明智，也无必要。钟吕系的传世经典，现在可见的除《钟吕传道集》和《西山群仙会真记》外，北宋曾慥所辑的《道枢》中也有大量早期钟吕系丹家的言论。由于《钟吕传道集》和《西山群仙会真记》在宋代的道籍中已见征引，且其中所述丹法与大多数《道枢》中题曰钟吕的丹诀十分相近，我们可以基本上确信，这两部道书的出世年代应当在五代到宋初之间。因此，我们在讨论早期钟吕系内丹学时，主要是以这两部书的材料为基础，而以《道枢》中的相关材料为补充。

在早期钟吕系的文献中，有大量批评原始的长生技术的文字，如《钟吕传道集》中说：

钟曰：以傍门小法易为见功，而俗流多得，互相传授，至死不悟，遂成风俗而败坏大道。有斋戒者，有休粮者，有采气者，有漱咽者，有离妻者，有断味者，有禅定者，有不语者，

有存想者，有采阴者，有服气者，有持净者，有息心者，有绝累者，有开顶者，有缩龟者，有绝迹者，有看读者，有烧炼者，有定息者，有导引者，有吐纳者，有采补者，有布施者，有供养者，有救济者，有入山者，有识性者，有不动者，有授持者，傍门小法，不可备陈。至如采日月之华，夺天地之气，心思意想，望结丹砂，屈体劳形，欲求超脱；多入少出，攻病可也，认为真胎息；绝念忘言，养性可也，指作太一含真气；金枪不倒，黄河逆流，养命之下法；形如槁木，心若死灰，集神之小术；奈何古今奉道之士，苦苦留心，往往挂意。以咽津为药，如何得造化？聚气为丹，如何得停留？指肝为龙而肺为虎，如何得交合？认坎为铅而离为汞，如何得抽添？四时浇灌，望长黄芽，一意不散，欲求大药，差年错月，废日乱时，不识五行根蒂，安知三才造化？

这一批评，可以分成两个部分：其一是原始的长生技术；其二是各类中间类型的长生技术。表面看起来，此类批评是“道”与“术”之间的碰撞，是“道”对“术”的排斥，如上引文字中对傍门小法的批评，正是因为这些傍门小法“败坏大道”。然而，早期钟吕系内丹法所说的“道”，却并没有摆脱根柢里的技术性格，即早期钟吕系内丹法只是一种新的、更为成熟和复杂的技术，而它对各种原始和中间类型的长生技术的批评，也是以一种技术性立场为出发点。

在本书的讨论中，生活中的技术性实践(自我技术)与生活样式一直是最为重要的分别。我们在前面的章节中，曾着重讨论过二者的区别，这里不再赘述。如果以这一区分来衡量这里的讨论，我们将可以更为清楚地理解早期钟吕系内丹法的技术性格。《钟吕传道集》云：

钟曰：道不远于人，而人自远于道矣。所以远于道者，养命不知法，所以不知法者，下功不识时，所以不识时者，不达天地之机也。

这一段话，明确地表现出了早期钟吕系内丹法的技术特征。这里，值得注意的是“时”的观念，早期钟吕系内丹法的出现，意味着一种前所未有的精确的时间安排(在前现代社会，整个社会的时间节奏相对缓慢，一般而言，人并不需要过分精确的时间安排)，人依照这一时间安排行动，目的是要完成对自我的改造(自我技术)。

### 第三节 钟吕系内丹法中的技术性因素

钟吕系内丹法首先是一个复杂的技术综合体，它将各种早期的技术性因素融合在一个节次分明、首尾一贯的实践过程中。按《钟吕传道集》载：

钟曰：法有十二科，匹配阴阳第一，聚散水火第二，交媾龙虎第三，烧炼丹药第四，肘后飞金精第五，玉液还丹第六，玉液炼形第七，金液还丹第八，金液炼形第九，朝元炼气第十，内观交换第十一，超脱分形第十二。其时则年中法天地阴阳升降之宜，月中法日月往来之数，日中有四正八卦十干十二支一百刻六十分，依法区分，自一日之后证验次序，以至脱质升仙，无差毫末。

钟吕系内丹法作为一种自我技术，已经与极其精密的时间划分结合起来了。在这里，人的行为依照精确的时间安排来展开。通过这样一种自我技术，人最终可以完成对自身的彻底改变。

早期钟吕系丹法中，我们可以找到各种原始的长生技术的痕迹。《钟吕传道集》云：

钟曰：肾气投心气，气极生液，液中有正阳之气，配合真一之水，名曰龙虎交媾，日得之黍火之大，名曰金丹大药，保送黄庭之中。且黄庭者，脾胃之下，膀胱之上，心之北而肾之南，肝之西而肺之东，上清下浊，外应四色，量容二升，路通八水，所得之药，昼夜在其中。若以采药不进火，药必耗散而不能住，若以进火不采药，阴中阳不能住，止于发举肾气，而

壮暖下元而已。若以采药有时而进火有数，必先于铅中作，借气进火，使大药坚固，永镇下田，名曰采补之法，而炼汞补丹，延年而益寿，可为地仙，若以采药而以元铅抽之于肘后飞金精，既抽铅，须添汞，不添汞，徒以还精补脑，而真气如何得生？真气不生，阳神如何得就也。

这里，我们可以清楚地看到男女合气之术的痕迹，但是此种“男女合气”之术，已经经过改造，而成为一种全新的技术系统中的一个成分。

《钟吕传道集》中也有明显的存思术的痕迹，在其论“内观”一节，可以清楚地看到：

钟曰：初以交合配阴阳而定坎离，其想也，九皇真人引一朱衣小儿上升，九皇真母引一皂衣小女下降，相见於黄屋之前，有一黄衣老姬接引如人间夫妇之礼，尽时欢悦，女子下降，儿子上升，如人间分离之事。既毕，黄姬抱一物，形若朱橘，下抛入黄屋，以金器盛留，然此儿者，是乾索于坤，其阳复还本位，以阳负阴，而会本乡；是此女者，是坤索于乾，其阴复还本位，以阴抱阳，而会本乡，是曰坎离相交而匹配阴阳者也。

从存想的内容看，这里所讲的存思术，已经与六朝时期的存思术有了很大的差别，这一方面是要照顾新的技术观念的一贯性，另一方面则是时代风尚所致<sup>①</sup>。

#### 第四节 对各类长生技术的总结

道教长生技术在早期钟吕系内丹术那里达到了前所未有的复杂程度，与此相伴随的是，对各类长生技术的总结也随之出现了。对

---

<sup>①</sup> 参见拙文《体验、想像和语言：肉身的放逐的及其影响》，《哲学门》第一辑，湖北教育出版社，2000。

此类总结作一简要的概述和分析，无疑将更有利于我们理解和把握早期钟吕系内丹术的一般特征。

《钟吕传道集》云：

法有三成，小成中成大成之不同也；仙有五等者，鬼仙人仙地仙神仙天仙之不等，皆是仙也。

这里，炼养的方法被分为“小成”、“中成”、“大成”三个层次，而炼养所能达到的结果则有五个等级，即“鬼仙”、“人仙”、“地仙”、“神仙”、“天仙”。其中，“鬼仙”的提法颇值注意。在传统的道教思想里，所谓“鬼”正是与“仙”完全对立的，而在这里，居然也被作为仙的一个的等级。

《钟吕传道集》进一步详细讨论了五等仙的具体内容及其炼养方法。其于“鬼仙”曰：

钟曰：鬼仙者，五仙之下一也。阴中超脱、神像不明、鬼关无姓、三山无名，虽不入轮回，又难返蓬瀛，终无所归，止于投胎就舍而已。吕曰：此是鬼仙，行何术用何功而致如此？钟曰：修持之人，始也不悟大道而欲速成，形如槁木，心若死灰，神识内守，一志不散，定中以出阴神，乃清灵之鬼，非纯阳之仙，以其一志阴灵不散，故曰鬼仙，虽曰仙，其实鬼也。古今崇释之徒，用功如此，乃曰得道，诚可笑也。

由这一条材料，我们可以看出，这里的“鬼仙”其实仍然只是“鬼”，即“纯阴而无阳者”。而修持“鬼仙”之道，实际上就是一般所认为的“禅定”，即“形如槁木、心若死灰、神识内守法一志不散”。这里，我们已经可以看到内丹道教融合佛教教法的努力。但这一融合仍然只是将佛家看成是道法中最低的一种，这与宋以后的内丹道教与佛法圆融一体的状况有很大差别。

关于人仙，《钟吕传道集》曰：

人仙者，五仙之下二也。修真之士，不悟大道，道中得一法，法中得一术，信心苦志，终世不移，五行之气，误交误

合，形质且固，八邪之疫不能为害，多安少病，乃曰人仙。吕曰：是此人仙，何术何功而致如此？钟曰：修持之人，始也或闻大道，业重福薄，一切魔难而改初心，止于小成法有功，终身不能改移，四时不能变换，如绝五味者，岂知有六气；忘七情者，岂知有十戒；行漱咽者，吐纳之为错；著采补者，笑清静以为愚。好即物以夺天地之气者，不肯休粮；好存想而采日月之精者，不肯导引；孤坐闭息，安知有自然；屈体劳形，不识于无为。采阴取妇人之气，与缩金龟者不同，养阳食女子之乳与炼丹者不同，以类推究，不可胜数，然而皆是道也。不能全于大道，止于大道中一法一术，功成安乐延年而已。

在“人仙”这一层次上，《钟吕传道集》把各种形态较为原始的道法都尽量涵括，如采补、漱咽、休粮、存想之流，认为依此修持之人，对于大道是有所领悟的，只是由于“业重福薄”，而止于小成法有功。对于小成法，《钟吕传道集》的态度有一点矛盾，如在《论大道》一节中说：“以傍门小法易为见功，而流俗多得，互相传授，至死不悟，遂成风俗而败坏大道”，则主要是把采补、漱咽之类当作旁门小道。虽然《钟吕传道集》并不赞同采补一类的方术，但我们从其中的论述中可以知道，这类方术在当时是颇有影响的，而且也正因为如此，《钟吕传道集》的作者才对这类方术采取了调和持中的态度。

关于地仙则曰：

地仙者，天地之半，神仙之才，不悟大道，止于小成之，不可见功，唯以长生住世而不死于人间者也。吕曰：其地仙如何下手？钟曰：始也法天地升降之理，取日月生成之数，身中用年月，日中用时刻，先要识龙虎，次要配坎离，辨水源清浊，分气候早晚，收真一，察二仪，列三才，分四象，别五运，定六气，聚七宝，序八卦，行九州，五行颠倒，气传子母而液行夫妇也。三田反复，烧成丹药，永镇下田，炼形住世而得长生不死，以作陆地神仙。

这里地仙的修炼方法已经是较为成熟的内丹术了。这种丹法强调“日月生成之数”及具体气液的运行。《钟吕传道集》认为，这一类丹法仍然未悟大道，只是小成法中比较高级的一种。

《钟吕传道集》对于神仙和天仙做了这样的描述：

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

神仙厌居三岛而传道人间，道上有功而人间有行，功行满足，受天书以返洞天，是曰天仙。

神仙与天仙的修炼方法，其重点一者在于“炼形成气”、“阴尽阳纯”和“脱质升仙”，一者在于积累功行。与地仙的形体长存不同，神仙这一层次是脱离具体形质的，这一点，实际上也可以看作是两种修炼方法的最根本的不同。

由前面的分析我们可以看出，《钟吕传道集》的五等论仙实际上是将当时的各种道法都网罗无遗，并按照自己的理解加以评判。就道法的内容而言，地仙法与神仙法是较为成熟的内丹法，而人仙法则是较为原始的道法或内丹法。



## 第五章 禁欲<sup>①</sup> 时代

### 第一节 禁欲时代的来临

#### 一、宋代儒学的禁欲取向<sup>②</sup>

宋代士风的转变及宋学的兴起，以庆历之际为变更之枢纽，

---

① 我们这里使用禁欲(asceticism)一词，与马克斯·韦伯在宗教社会学上的用法既有联系，又有差别。在韦伯那里，“asceticism”与“mysticism”是一对概念，构成了他对拒世(the rejections of the world)问题的讨论的两个极端。在“中间考察——宗教拒世的阶段与方向”一文中，韦伯说：“我们一再将‘禁欲’与‘神秘论’当作两极的概念来使用。为使此一用语法明确起见，我们实有必要再加以详细定义。关于拒世，我们在〈导论〉中曾提示二种对立的形态。一是行动的禁欲，亦即身当神的工具者的一种合乎神意的作为；一是神秘论中冥思性的充满圣灵。神秘论趋向一种救赎‘拥有’的状态，而非行动；个人并非神的工具，而是神的‘容器’。以此，尘世中的行动，便显然会危及绝对非理性的、彼世的宗教状态。行动的禁欲则施展于尘世生活中，以成其为世界之理性的缔造者，亦即是：谋求透过此世的‘志业’之功，以驯化被造物的堕落状态：此即入世的禁欲。与此恰成极端对比的是，以逃离现世为其彻底结论的神秘论；此即出世的冥思。不过，两者的对立也可以缓和下来。情形之一是，行动的禁欲仅限于行动者本身抑制与克服被造物堕落状态的问题。这时，对于确实合乎神意的、行动的救赎业绩之专注会激越到避免在俗世生活秩序中采取任何行动的地步，此即出世的禁欲。就其表面的态度观之，实接近于出世的冥思。另一种情形是，冥思的神秘论者还未得出必须逃离世界的结论，而是像入世的禁欲者一般，仍然置身于世俗的生活秩序中，此即入世的神秘论”，(《宗教与世界》，康乐、简惠美译，台北：远流出版事业股份有限公司)。我们在将宋代称为一个禁欲时代时，已经对整个宋代文化做了一个颇为冒险的概括式的描述，在做这样一种概括时，简单化的危险无时不在。尽管如此，这仍是一种值得尝试的努力。事实上，我们所说的禁欲与韦伯所说的四种类型都并不完全符合。我们在这里用禁欲所表征的，倒更贴近“拒世”这个概念，是一种外在表现上的把握，即从外在的行为特征上表现出来的对现世快乐的拒斥。

② 儒学的禁欲取向初看起来颇近似于韦伯所说的入世的禁欲，但如细加讨论，则可以看出二者的根本差异。宋代儒学普遍地强调作为世间万物的本体和一切价值的根据的“道”，并强调修养的目的在于“心与道一”，这样一来，在儒学中，人实际上就成了承载某种神圣物的器皿，而不是“神的工具”。

《宋元学案》所谓“庆历之际、学统四起”，正是这一时代特性的表征。钱穆先生在论及庆历知识群体的自觉时说：

与胡(瑗)、范(仲淹)同时前后，新思想、新精神蓬勃四起。

他们开始高唱华夷之防；又盛唱拥戴中央；他们重新抬出孔子儒学来矫正现实。他们用明白朴质的古文，来推翻当时的文体；他们因此辟佛老、尊儒学、尊六经。他们在政制上，几乎全体有一种革新的要求。他们更进一步看不起唐代，而大呼三代上古。他们说唐代乱日多，治日少。他们在私生活方面，亦表现出一种严肃的制节谨度，而又带有一种宗教狂的意味，与唐代的士大夫恰恰走上相反的路径，而互相映照。

钱穆在这里提到的宋代士风中隐含的宗教义蕴，可以看作理解宋代学术趣向的关键所在。

宋学的禁欲倾向首先体现在宋代士人对感官欲望的排斥上。如周敦颐《通书》云：“圣可学乎？曰：可。曰：有要乎？曰：有。请问焉。曰：一为要。一者，无欲也。”又如朱熹曾说：“只是一心，合道理底是天理，徇情欲底是人欲”（《朱子语类》七十八）。

这种禁欲的倾向也体现在“道”与“身”的对立中。如程颢所说：“大抵人有身，便有自私之理，宜其与道难一。”对道的崇重是以对肉身的排斥为代价的。

道与身的对立以及由此出发的对感官欲望的克制，是一种核心的倾向。这一倾向可以用来统贯宋代学术的其他一些特征。

其一，文道之辨：

宋学的兴起，可以推本于韩愈。钱穆先生曾经指出：“治宋学必始于唐，而以昌黎韩氏为之率。”（《中国近三百年学术史》）韩愈对宋学的影响是多方面的，但他所倡导的“文者贯道之器”（李汉语）的古文运动无疑是其中最为显著的。

崇道抑文在实质上并不仅仅是一个涉及到文学或文字的外在表现形式的现象，从根本上说，它首先是对表达内容的限制，它规定了哪些表达是合法的、应予提倡的——所谓贯道之文，哪些是偷薄

的、应该禁止的——所谓碍道之文。普适性的无差异的道体、“人同此心”的心体是关注的核心，文章应该以表达这样的道体和心体为内容。复杂多样的肉身感受、变幻无常的心理内容是需要排斥的，与此相关的文字，如风花雪月、朝云暮雨都是碍道之文，从这个意义上说，对文的压制意味着对繁复多变的心理感受和想像的排斥，而这在实质上也就是对肉身的排斥。

#### 其二，对多样化的排斥：

朱熹说：“天地之间，理一而已。”统贯在万物之间的普适的理，虽然因事物的不同而有不同的表现——所谓“理一分殊”，但这种不同仍然体现出某种一致的秩序。在这里，多样化和差异是受到排斥的。因而，在宋代，思想的多样化受到了前所未有的拒斥，指责他人的为异端或“曲学邪说”，成为攻击对手的最有效的手段，士人纷纷效法孟子，拒淫词，放邪说。

而身体的感受无疑是多样化的主要来源之一，对多样化的排斥必须从根源上入手，从这个角度看，反对的目标也指向身体。

#### 其三，对技术的排斥：

宋代的士人，特别是其中的道学群体，对治理技术往往也持排斥的态度。他们强调《大学》“格致诚正修齐治平”的线性逻辑，将一切治理的问题化约为道德的问题。他们对于汉唐的功业不屑一顾，以为那是霸术，而非王道，有关这一点，从朱熹对陈亮的批评中，可以清楚地看到。

#### 其四，二元对立的道德景观：

由于复杂性和多样性随着肉身一起被逐出了士群体的主流话语，对人性的判断和道德的评价开始变得越来越僵化，越来越缺乏必要的弹性。二元对立的道德景观成为宋代官修史的一个基本视点。欧阳修撰写《新唐书》，首次列出了奸臣传。而元代修撰的《宋史》，则更清楚地将奸臣传与道学传对立起来。这种二元的对立，在整个宋代呈逐渐加强的趋势，到了南宋，几乎已经成为各种不同的士群体的共识，这一点，在高宗对秦桧说的一段话中表达得最为清楚：“朝廷惟要辨君子小人，君子小人既辨，则治道无不成。”如果我们不了解这段话的上下文，我们完全可能将它看成是某个道学

家的言论，而不会想到这竟会是我们印象中著名的“昏君”和“奸相”之间的对话。

对道德的极端强调，无疑会导致士群体应对事变能力的减弱，如陈亮所说：“孝悌忠信常不足以应天下之变。”这种应对事变能力的衰退，一旦趋于极端，则明亡之际的种种现象，也就不难理解了（参见赵园《明清之际士大夫研究》）。

由上述种种，我们可以看出，禁欲倾向在某种程度上体现出了宋学的精神实质。

当然，由于宋学同时又是儒学的复兴运动，儒家思想中固有的人世倾向显然限制了这一禁欲倾向的展开。这里我们要注意的是，禁欲与入世并不构成非此即彼的对立关系，一种禁欲的宗教，完全可能同时又是入世的，如韦伯讨论的清教伦理。宋学的禁欲倾向及其动机，我们将在随后的讨论中进一步展开。

## 二、宋代道教与禅宗的禁欲特征

与这一时代的儒学相应，道教在这一时代也表现出了某种强烈的禁欲和苦行的倾向。此一期道教的禁欲倾向体现为两个方面：其一，在宗教的日常践履中体现出一种苦行的精神；其二，一种新的出世精神渐渐地成长起来。

在日常的宗教践履中的苦行精神，是我们在读这一时期的道教史传时最容易感受到的。如《续仙传》记谭峭事，称他：夏日穿乌裘，冬著绿布衫，或整天卧于霜雪中，人以为已死，视之，呼吸如故；状类疯癫。《玉清金笥青华秘文金宝内炼丹诀》在提到张伯端时说：“张子野人，身披百衲。”白玉蟾《快活歌》云：“破衲虽破破复补，身中自有长生宝；拄杖奚用岩头藤，草鞋不用田中藁；或狂走，或兀坐，或端立，或仰卧，时人但道我风颠，我本不颠谁识我，热时只饮华池雪，寒时独向丹中火。”至于金元时期兴起的全真道教，则更以苦行著称，如《甘水仙源录》卷九所载《陕州灵虚观记》云：“今所谓全真氏，虽为近出，大能备该黄帝、老聃之蕴，涉世制行，殊有可喜者，其逊让似儒，其勤苦似墨，其慈爱似佛，至于块守质朴，澹无营为，则又类夫修混沌者。”全真道徒率能力修

苦行，刘处玄门下的于道显，“年未二十，便能以苦行自立，丐食齐鲁间，虽腐败委弃，蝇蚋之余，食之不少厌。不置庐舍为定居计，城市道路，遇昏莫即止，风雨寒暑不恤。”

作为佛教的一个分支，禅宗的拒世取向一直是最为彻底的<sup>①</sup>。据余英时先生的考察，晚唐以来，禅宗出现了某种入世转向，其集中的表现是百丈怀海建立的“丛林清规”<sup>②</sup>。禅宗的入世转向虽然在一定程度上使得禅宗原本的拒世倾向有所减弱，但基本上仍体现出了人世苦行的基本精神<sup>③</sup>。

上述种种现象表明，在宋代，整个士群体的精神旨趣中呈现出一种内敛或禁欲的倾向，这一倾向蕴藏在士人的精神根底里，深刻地影响着宋代文化的性格。将这一时代称为“禁欲时代”，显然是不无根据的。

## 第二节 宋代文化中禁欲取向的动机和来源

余英时先生在《中国近世宗教伦理与商人精神》一文中以新禅宗为中国宗教的入世转向的源头，并将新道教和新儒学(Neo-confucianism)中的类似倾向看成是禅宗影响下的结果<sup>④</sup>。这种理解代表了一种很典型的思路，即当几种异质性的文化传统中表现出某种一

---

① 禅宗的拒世取向最初比较接近于韦伯所说的“出世的冥思”。

② 参见余英时《中国近世宗教伦理与商人精神》，《士与中国文化》，上海人民出版社，1987。

③ 禅宗的这种入世苦行的精神，与韦伯所说的“行动的禁欲”是有着根本差别的。因为禅宗并不停留在将自己仅仅看作“神的工具”的程度上，而是要成为神圣状态的拥有者。

④ 余英时在谈及新道教的人世转向时，显然预设了原始道教的拒世性，这种考虑很难说不是出于误解。从原始道教中对长生久视的追求看，将长生驻世作为一种终极关怀，这在实质上可以被看作是一种现世追求的延续。如《抱朴子内篇·明本》云：“夫得仙者，或升太清，或翔紫霄，或造玄洲，或栖板桐，听钧天之乐，享九芝之饌，出携松盖于倒景之表，入宴常阳于瑤房之中。”而在《对俗》中又说：得仙之人，“登虚蹑景，云輿霓盖，餐朝霞之沆瀣，吸玄黄之醇精，饮则玉醴金浆，食则翠芝朱英，居则瑤室瑰室，行则逍遥太清，掩耳而闻千里，闭目而见将来”。此种现世追求与上述技术性的解脱之路相结合，便形成了一种独特的非禁欲性的宗教形态。

致性或包含有某些一致的成分时，总是试图从其中选择某一传统作为此种成分的源头、而将其他传统中类似成分的出现看成是受前者影响的结果。沿着这种思路，我们几乎总可以找到材料上的支持，这一点更加深了这种思路的掩盖性。不从这种思路中摆脱出来，我们将始终在历史复杂性的门槛外徘徊。事实上，任何一个思想和文化传统都是由各种观念构成的一个历史复合体，这一历史复合体就像一架机器，它是由各种零件按照一种特定的逻辑组合而成的，而之所以要以这样的方式组成则决定于这架机器的功用。无论如何异质的文化传统之间总能找到相似之处，这取决于人类基本生存际遇的相似性。这些相似之处就仿佛不同种类的机器之间的零件的相似性，仅仅看到这些零件的相似甚至相同是远远不够的，我们必须进一步揭示出相同的零件在不同机器上发挥着怎样不同的作用。同样，我们仅仅看到儒、释、道这三个不同的传统在宋代表现出的某种一致的基调是远远不够的，我们也无意再去追问这一基调从哪里最先开始、又依次“影响”到了谁，而是要进一步探究这种外在的一致性具体在各自的传统中产生于何种动机。

### 一、宋学禁欲取向的动机及其来源

宋学根底里体现出的禁欲精神已详论于前，这一精神的根源及其动机则是我们下面将要概略性地加以讨论的。

宋学的兴起与佛道二教的“影响”有关，这已是学界普遍的共识。但这种“影响”究竟在何种层面上发生？“影响”的实质是什么？则是一个鲜有涉及的问题。而在思想史研究中常见的“影响”说，则更是一个笼罩性极强的概念，而此概念的意义在未经详细界定和检讨之前，便已经被广泛地接受，成为钩联各种思想史现象的主要“武器”。

与此相关，宋学的兴起也常被看成是对佛教刺激和挑战的“回应”。

无论是“影响”还是“回应”，都不能完满地回答这样的疑问：五代和宋初既不是佛教最初传入的时代，也远非它的鼎盛时期，为何在此前的数百年间，都未出现这样的“回应”，而偏偏在宋初这

短短的几十年间出现了各种“回应”性的理论整合呢(《宋元学案》所谓“庆历之际、学统四起”)?

此外,无论是“影响”还是“回应”,都在理论上隐含了一个预设:即对于佛教在那个时代的刺激和挑战,历史上可以找到一个既成的人群,作为“受影响”的或“回应”的主体。然而,在实际上,宋学的产生与“宋学群体”的形成几乎是同步的。探索宋学的产生,在某种程度上,也就是在探究“宋学群体”的形成过程。既然作为“回应”的主体的“宋学群体”,在宋学产生之前并不存在,那么,“自觉”的“回应”也就成了一个悬空的虚构。“刺激/回应”这一解释框架,至少在表达上是不无疑问的。

“治宋学必始于唐,而以昌黎韩氏为之率。”(钱穆语)韩愈在《原道》一文中这样写道:

周道衰,孔子没,火于秦,黄老于汉,佛于晋、魏、梁、隋之间,其言道德仁义者,不入于杨,则入于墨,不入于老,则入于佛。入于彼,必出于此。入者主之,出者奴之;入者附之,出者污之。噫!后之人其欲闻仁义道德之说,孰从而听之?老者曰:孔子,吾师之弟子也。佛者曰:孔子,吾师之弟子也。为孔子者,习闻其说,乐其诞而自小也,亦曰:吾师亦尝师之云尔。不惟举之于其口,而又笔之于其书。噫!后之人虽欲闻仁义道德之说,其孰从而求之?

这一段文字可与韩愈另一段阐述“道统”的文字合观:“尧以是传之舜,舜以是传之禹,禹以是传之汤,汤以是传之文武周公,文武周公传之孔子,孔子传之孟轲。轲之死,不得其传焉。”“道统”观念的产生,一般以为是出于对佛教“法统”观的模仿<sup>①</sup>。由此似可推知,“道统”说完全出于韩愈个人的臆造。然而,从我们上面单独引出的那段材料看,则韩愈所讲的“道统”还并不完全是一种主观的建构,而是有真实的历史情实相对应的。这一历史情实就是,在相当长的历史时期里(当然并不像韩愈所说的那样确定),儒者已

<sup>①</sup> 参见邓广铭《略谈宋学》,《邓广铭治史丛稿》,北京大学出版社,1997。

失去了基本的“身份认同”，换言之，已经没有什么人能够清醒地认识到自己作为儒者的身份并以儒家为标榜了，因此，“道统”说的提出就不能简单地理解为对佛教的模仿，而是出于重新凝聚“身份认同”的切实需要。

佛教作为一种外来的宗教，其传播和兴起当然会引起本土文化的相应调整。这种调整即使可以被看作一种对外来的刺激和挑战的某种“回应”，那也只是各种重新凝聚“文化身份认同”的努力的一种表象。在佛教几个世纪以来的东渐过程中，受到冲击最大的无疑要算民间的道教传统。因此，在从魏晋至隋唐的数百年间，思想史舞台上竞胜的几乎总是佛道二家，最早用“华夷之辨”来凝聚本土文化身份认同的正是道教（参见顾欢《夷夏论》）。一般而言，儒家的修养对于人们只意味着日常的行为准则和治国的施政纲领。孔子和六经作为一种符号象征，只是大而化之地勾勒出一个十分草率的边界。这一情况一直到唐代仍未有所改变，儒者原有领域已被侵割殆尽，在民间的日常生活领域，佛道二教的信仰业已普及；而在朝廷的政治权力方面，因科举以文学取士，儒学（即经学）也已失去了其原有的吸引力。而尤为令人担心的是，很少有人对于这种侵袭有明确而清醒的认识，同时也很少有人还能自觉地意识到自己作为儒者的身份。

与重新凝聚儒者的身份认同相表里的，是这样一种潜在的需要：在政治和伦理生活中重建某种“合理性”的秩序。由于佛道二教的勃兴，无论在政治生活，还是在人伦领域，都浸染了某种宗教的迷狂。韩愈在《论佛骨表》中指出：

焚顶烧指，百十为群，解衣散钱，自朝至暮，转相仿效，  
惟恐后时，老少奔波，弃其业次。

宗教迷狂已经浸染了世俗的生活，同时更破坏了既有的经济秩序，即《原道》云：“古之为民者四，今之为民者六……农之家一，而食粟之家六；工之家一，而用器之家六；贾之家一，而资焉之家六”。政俗两方面理性精神的丧失是问题的关键所在。如何在世俗领域摆脱宗教迷狂的影响，重塑合理性的世俗生活，恐怕是韩愈更为关注



的。在这个意义上，韩愈对佛道二教的反对，可以被理解为一种“除魅”的尝试<sup>①</sup>。而他以儒学为标榜，从根本上讲，是为这一潜在的目的服务的。

宋学的兴起，也应在同样的意义上来理解。

在世俗生活领域重塑理性的秩序，首先要为这一合理性的生活提供一个完整的可理解的世界图景。同时，由于这种对合理性生活的要求是以儒学复兴的面目出现的，重新凝聚儒者的身份认同自身也就开始独立成为单独的目的，而这当然要求一种新的理论的整合。而这就使我们能够比较容易地理解这样的思想史现象：北宋的儒者特别热衷于宇宙论和本体论的建构。

在“新儒学”的理论整合中，禁欲成为一种必要的工具。因为要想提供一种一以贯之的生活方式，就必然要试着克服现实的多样性。而生活的多样性欲求无疑是此种整合的最大敌人。

## 二、新道教中禁欲取向的动机及其来源

在导论中，我们已经概括式地梳理了道教发展的一般线索，即道教从汉末一直到唐宋的数百年的演化发展中，一直是在这两条互不相容的线索中进行的。当然，作为一种救赎宗教的道教与以长生追求为终极关怀的道教之间，在实际的历史演进中，并不是全无交涉的。我们在道教史上，不断地看到有人试图将二者归于一途。但因这两种进路在根本上的歧异，使得这种努力的结果总是不了了之。

道教史上几次重要的“清整道教”的努力，主要都是延着救赎宗教的方向进行的，如北魏寇谦之的“除去三张伪法、租钱米税，及男女合气之术”，“专以礼度为首”；刘宋陆修静对“斋戒”“礼法”的强调，都是将救赎当作解脱之本，而志在塑造出一种统一完备的宗教生活态度。

与此约略同时，试图在“技术”层面整合道教理论的努力构成了道教发展史上的另一道景观。其中，葛洪与陶弘景在这一方向上

<sup>①</sup> 参见马克斯·韦伯：《学术与政治》，冯克利译，北京：三联书店，1998。

的努力最为重要。然而，因各种长生技术繁复多样，而每种技术背后都有一整套完整的知识系统或世界图景，这些知识系统或世界图景之间往往相互冲突，要想将所有这些技术归并为一，是十分困难的。而葛洪和陶弘景所作的理论整合，也只是突出地强调某一种特殊的长生技术(如金丹烧炼术)。

肇端于宋代的“新道教”，从根源上讲，可以说源出于技术性的道教传统，但其理论整合的方向则与葛洪和陶弘景有较大的不同。

金元时期“新道教”的兴起，是道教史上最为彰显的事件，它的基本特点，可以从如下几个方面见出：一、强调在世间的苦行，如袁桷《清容居士集》卷十九云：“北祖全真，其学首以耐劳苦、力耕作，故凡居处饮食，非其所自为不敢享。蓬垢疏粝，绝忧患美羨，人所不堪者能安之”，又吴澄《许州天宝宫碑》记真大道教云：“吾教之兴，自金人得中土时，有刘祖师避俗出家，绝去嗜欲，屏弃酒肉，勤力耕种，自给衣食，耐艰难辛苦，朴简慈闵，志在利物，戒行严洁，一时翕然宗之”。其二，对各种具体的长生技术持排斥的态度，如马丹阳云：“三十六道引二十四还丹，此乃入道之渐门，不可便为大道，若穷于炉灶，取象于龟蛇，乃无事生事，于性上添伪，此皆误人之甚矣。故道家留丹经子书，千经万论，可一言以蔽之，曰：清静”，又赵清琳《大道延祥观碑》云：“其教以无为清静为宗……平日恬淡，无他技。彼言飞升化炼之术，长生久视之事，则曰吾不得而知，惟以一瓣香朝夕恳礼天地”。其三，尽管有严格的宗教组织，却并无人格性的创世神，同时也没有特别强调救赎的教义。

入世苦行在上述这些特征中无疑是最为根本的，而它又与对技术性的长生术的排斥有密切的关联。

我们在前面的论述中详细讨论过：以长生技术为核心的道教，其根柢里隐含着一种精神，即相信这世界在本质上是可以以“技术”性的方式理解和把握的，换言之，以长生技术为核心的道教中贯注着一种“合理性”的精神。在这样一种意义上，宋元内丹道教或者说“新道教”对长生技术的排斥究竟意味着什么呢？白玉蟾的

一段文字向我们透露出了其中的底蕴：

翠虚真人与我言，他所见识大不然，恐人缘浅赋分薄，自无寿命归黄泉；人身只有三般物，精神与气常保全；其精不是交感精，乃是玉皇口中涎；其气即非呼吸气，乃知却是太素烟；其神即非思虑神，可与元始相比肩。我闻其言我亦怖，且怖且疑且擎拳，但知即日动止间，一物相处常团圆；此物根蒂乃精气，精气恐是身中填；岂知此精此神气，根于父母未生前；三者未尝相返离，结为一块大无边；人之生死空自尔，此物湛寂何伤焉。（白玉蟾《上清集》）

通过对长生技术的否定，最终获得的是对世界本根的一种神秘主义的把握，这种对“道”的神秘把握，使个体获得了某种神圣的超越性。而此种神圣的超越性，是无法以理智来计度的。

对技术性的长生术的排斥肇端于残唐五代的钟吕系内丹学，《钟吕传道集》将采补、漱咽等养生技术视为旁门小法，如在“论大道”一节中说：“以旁门小法易为见功，而流俗多得，互相传授，至死不悟，遂成风俗而败坏大道”。钟吕虽然对所谓旁门小法持排斥的态度，却并不从总体上放弃技术性的长生术，如《钟吕传道集》论地仙一节说：“始也法天地升降之理，取日月生成之数，身中用年月，日中用时刻，先要识龙虎，次要配坎离，辨水源清浊，分气候早晚，收真一，察二仪，列三才，分四象，别五运，定六气，聚七宝，序八卦，行九州，五行颠倒，气传子母而液行夫妇也。三田反复，烧成丹药，永镇下田，炼形住世而得长生不死，以作陆地神仙。”这无疑仍是一种由一整套知识系统支持的长生技术。到了宋代，内丹道教中的技术性因素被进一步削减，如张伯端在《悟真篇》序中，对于各种长生技术作了系统的批判，在张伯端开启的金丹南宗的传统里，从技术性的道教土壤里成长出来的内丹术已被化约为可以在日常的“行住坐卧”中施行的“清静自然”的道法，这一点在《修仙辨惑论》中表现得最为清楚，比方说：“夫天仙之学，以身为铅，以心为汞，以定为水，以慧为火，在片晌之间可以凝结，十月成胎，此乃上品炼丹之法，本无卦爻，亦无斤两，其法简易，故

以心传之，甚易成也。……上品丹法以精神魂魄意为药材，以行住坐卧为火候，以清净自然为运用。”通过否定技术性的长生术，修道的需要得以与日常的生活现实达成某种“妥协”，一种整体性的宗教生活初见端倪。对技术性因素的否定和化约，其背后的动力何在？这恐怕不是一个三言两语能够说清楚的问题，在这里，我们只能做一些初步的推测。首先，对技术性因素的化约必然始于对这些因素背后的知识系统的化约，这也就是说，与各种技术性因素相关联的知识系统在此时开始变得难以理解，如《修仙辨惑论》在言及“下品丹法”时特别指出“其法繁难”的缺点。这中间可以隐约地看出一种知识传承的中断，而此种中断则不能不归因为原有社会结构的变迁，虽然这一变迁的详细情形一时还无法说清；其次，各种技术性的因素必须与“行住坐卧”的日常生活协调起来，统合成一种“自足”的宗教生活形态，而这又与原有的供养系统的变化密切相关；第三，技术性因素中隐含着的某种合理性精神，在将世界的本质“理性化”的同时，也将宗教的世界图景“凡俗化”了，从根源上重新赋与这一世界图景以某种“神秘”的本性，对于宗教生活的统合和重建是十分必要的，这种需要落实在具体的宗教践履上，也就是一种入世苦行的姿态。入世苦行作为一种宗教实践，与各种技术性的因素是难以相容的，而与日常生活却有着某种亲和关系。在这里，入世苦行成了建立一种“自足”的宗教生活的工具，它像一把“剃刀”，将种种无法在日常生活中实践的复杂烦琐的“知识”和“技术”统统剃去，生活与宗教践履变得协调一致，从而，一种禁欲的表象普遍地出现了。

## 第六章 作为个体的世界图景和 生活样态的内丹

——论两宋金丹南宗的内丹理论及实践

### 第一节 概 论

在早期钟吕系丹法那里，作为一种长生技术的内丹在技术的复杂性上已经达到了顶峰。正如我们在导论中指出的那样，这种技术实质上是一种自我的技术。为了更清楚地把握从早期钟吕系内丹法到金丹南宗的丹道观念这一转变的实质，我们这里引入另一个重要区分，即自我技术与生活方式的区分。技术性的实践总是服务于某种既定的目标，在达成此目标以后便不再发挥作用，它并不能贯穿生活的始终；而生活方式则与此不同，生活方式是与个体生活的具体展开始终相伴的。作为一种技术性实践的内丹法，与作为一种生活方式的内丹道之间，有着明显的分别。而由早期钟吕系内丹法到金丹南道的丹道理论的转变，正体现了从一种自我技术向一种生活方式的过渡。这一过渡产生的原因，我们在前一章讨论禁欲时代的问题时，曾做过一些基本的考察。事实上，在研究过程中对原因的追问，有时候会成为一个极富诱惑力的陷阱，使我们在追问的快意中忘记了思想固有的界限。当我们将一种现象理解为另一伴生现象的“原因”时，我们的意思是前者导致了后者的发生，前者相对于后者不仅是逻辑的在先，而且也是时间上的在先，如我们说某人死于车祸，车祸在时间上和逻辑上都先于死亡。然而，一旦我们将情况由这类简单自明的事情移置到一个复杂的历史情境中时，我们便会发现随着情境的复杂化，那种在简单自明的场景里适用的方式变得不再适合。在复杂而具体的历史情境中，众多相互牵连的现象纠缠在一起，我们几乎无法找到一个恰当的衡量尺度，来具体量化某

种现象对另一现象的作用，从而确定一者是另一者的原因。因此，在更多的情况下，我们都会以这一方式来代替对原因的追问：试图仅仅揭示出历史中相互伴生的现象之间具体的关系，我们通过对某一现象的考察，揭示其固有的倾向，从而确定它更有利于哪种现象的产生，而对另一现象的出现则会有抑制的作用。具体到我们这里的思考，我们显然不能简单地认为禁欲时代是我们上面提到的这一过渡的原因，事实上，由自我技术向生活方式的转变，本身就是禁欲时代的一个基本的特征，我们在这里，更多地看到了由诸多各具倾向的现象共同构成的一个合力，这一合力在确定了一个基调的同时，也给参与其中的每一现象本身带来了改变。

在金丹南宗的文献中，我们可以清楚地看到这种过渡的痕迹。比如，在较早的内丹观念里，内丹的修炼在过程上与外丹的炼制十分相似，如强调药物火候的分别，以身中的具体物质为药材，按照具体的卦象配合节气时间的变化作进火退火的工夫，《修仙辨惑论》中所提到的三品丹法中的中下二品，都属于这类丹法：“中品丹法以肝心脾肺肾为药材，以年月日时为火候，以抱元守一为运用；下品丹法以精血髓气液为药材，以闭咽搐摩为火候，以存想升降为运用。”南宗的丹道理论则与此不同，它虽然仍延用了药物火候这些概念，但其意义已与原有的含义有了很大的不同。按《丹髓歌》云：“药非物，火非候，分明只是一点阳，炼作万劫无穷尽。”药物、火候本是达到某种目的的技术性手段，在这里，却被与修炼所要达至的目标“阳”等同起来。南宗反对以药材为个别的器物、以火候为具体的时间的观念，《修仙辨惑论》云：“夫岂知混沌未分以前，乌有年月日时？父母未生以前，乌有精血气液？”年月日时这样具体的时间和精血气液这样有形质的器物都是后天的，而金丹的修炼则是要回复到人的本根。技术性手段的目的化，使得金丹南宗得以超越作为自我技术的内丹，而成为一种生活的样式。

本章将首先讨论这一特定的生活样态背后的世界图景，然后考察这一生活样态的实践特征。另外，我们还将在既有研究的基础上，通过与禅宗、早期钟吕系内丹法和金元全道的比较，以进一步彰显出金丹南宗在理论和实践两方面的特色。

## 第二节 性命诸说及其背后的世界图景

以性命观来统贯南宗的形上学系统和由其支撑的一个完整的世界图景，主要是为了照应道教史发展的一般传统。在道教思想史中，性命问题是表征某一思想系统的重要判准，如我们在谈及南宗的思想特征时，习惯于概括为先命后性。实际上，南宗的形上学观念是由一个相当复杂的概念系统来表达的，除了“性命”这一对概念以外，较为重要的还有“神气”、“阴阳”、“玄关一窍”、“药物火候”等，当然最为核心的还是“心”的概念。南宗的这套复杂的概念系统，令人惊异地表达出了某种单纯的内容：这些概念构成了世界的两极，一极是玄妙的宇宙本体，这一宇宙本体既是世间万事万物得以产生的根源，又是万事万物得以存在的原因，万事万物生灭不已，而这一神秘本体却不会生灭增减；另外一极则只是暂时性的“被造物”。在这一两极的世界图景中，“心”处于核心的地位，它是某一类特殊的“被造物”（人）摆脱“被造状态”以回归本体的桥梁。这一单纯的世界图景使得建立在其上的完整单纯的生活样态成为可能，它使生活中原本纷杂零乱的动机和行为获得了某种单一的意义。

### 一、性命

在南宗的思想传统里，使用“性”“命”这两个概念较多的，只有张伯端。然而张伯端并没有对“性”“命”这两个概念给出明确的界定。他在言及“性”“命”时，更多地是指两种不同的修持进路，如《悟真篇》序云：“但以命术寓诸易象，性法混诸微言耳。”张伯端对于“性”的理解，较偏重于佛家“慧”和“觉”的方面，所以他常常以“本源真觉之性”、“真如觉性”等说法来指称“性”，有时甚至直接援用佛家经典，将“性”等同于“正觉三昧”。他在《悟真篇·禅宗歌颂》中如是说道：

夫学道之人，不通性理，独修金丹，如此既性命之道未

备，则运心不普，物我难齐，又焉能究竟圆通，迥超三界。故《楞严经》云：“有十种仙，皆于人中炼心，坚固精粹，寿千万岁，若不修正觉三昧，则报尽还来散入诸趣”，是以弥勒菩萨《金刚经颂》云：“饶君百万劫，终久落空亡”。故此《悟真篇》中先以神仙命术诱其修炼，次以诸佛妙用广其神通，终以真如觉性遣其幻妄，而归于究竟空寂之本源矣。

由此，我们可以看出，张伯端在谈到“性”的时候，更主要的是强调其觉悟的层面，其间受禅宗影响的痕迹十分显著。

张伯端以下，如石泰、白玉蟾等，在论及“性”“命”时，更倾向于将“性”“命”等同于“神”“气”。石泰《还源篇》云：

气是形中命，心为性内神；能知神气穴，即是得仙人。

这里，“心为性内神”显然应作“神为心内性”，因为“神气”“心形”“性命”在内丹学传统中都是两两相对的概念。很显然，这里的“性命”即指“神气”。白玉蟾也有同样的说法：“神即性也，气即命也”（《海琼白真人语录》）。

《修真十书·金丹大成集》载萧廷芝<sup>①</sup>《无极图说》一篇，其文仿周敦颐《太极图说》，祖述南宗丹法，其于“性命”则曰：

纯乾三，性也，两乾而成坤三，命也，犹精与气也。…然则形中之精，寂然不动，盖刚健中正纯粹精者存，乃性之所寄也，为命之根矣。心中之神，感而遂通，盖喜怒哀乐爱恶欲者存，乃命之所寄也，为性之枢矣。

这里不仅将“性”解释为“心中之神”，而且更将“命”具体地理解为形中的精气。

事实上，将“性命”理解为“神气”，更能彰显道教本身的特点，这一方面是由于以“神气”释“性命”在道教的传统中有着相当长久的渊源，另一方面则在于，“神气”作为构成人的基本成分，

<sup>①</sup> 据《道藏提要》：“萧廷芝，宋人，字元瑞，号紫虚了真子。”



与气化的宇宙观相一致，从而与以“慧”“觉”释“性”的缘起观区别开来。

白玉蟾在“性命”问题上还有“神乃形之命”、“性乃神之命”的说法：

形中以神为君，神乃形之命也；神中以性为极，性乃神之命也。自形中之神以合神中之性，此谓之归根复命也。

所谓“神中以性为极”，其中的“神”当指“心”。性是最根本的，修持的最终目的不过是使“心”或“神”合乎“神中之性”，这里的“心”“神”当即通常意义上的念虑之心<sup>①</sup>，而“性”则是本体意义上的本然之性。实际上，类似的说法在张伯端以下的南宗诸祖中并不多见，相较而言，他们并不过多强调性的意义，而是将本然之心作为修持的最终目的和根据。白玉蟾曾如是说道：“是臣此身皮毛骨血涕泪涎之末，不能成真，臣有一灵之天，本来之性，元命之神，神而无方，大不可测，可以上宾帝梵，立侍玉宸。”其中虽然言及“本来之性”，但又说此“一灵之天”是“神而无方、大不可测”，则其所说“本来之性”，实际上是更接近于“心”的概念。

## 二、神气

在前面的讨论中我们已经指出“神气”的概念比“性命”的概念更能彰显出南宗<sup>②</sup>的理论特点，在随后的讨论中，我们将会更为清楚的展现“神气”在南宗理论中的重要性。

《静余玄问》中有一段白玉蟾与弟子彭耜的问答，其文如下：

耜问：《参同契》所论日月龙虎，是精血么？曰：非也。是

---

① 在金丹南宗的思想中，心的概念有两种含义：其一，通常意义上的念虑之心；其二，本然的心体。对于概念界定的不严格，是中国古代思想史上的一个突出的特征，因此要确定某一概念的具体含义，必须对上下文的理路详加考察，方能得出其恰要的含义。

② 这里，我们为研究的方便而笼统地以“南宗”指称张伯端到白玉蟾的全部理论发展，但在实际上，张伯端的思想理论与石泰和白玉蟾等人还是有着一一定差别的，有关这一点，我们将在后面的讨论中详细展开。

精气么？曰：非也。耜曰：如是则是甚么字？先生云：只是神气二字。

这里，“神气”被作为贯穿其丹道理论的核心概念来加以强调。石泰的《还源篇》对于“神气”的强调也十分突出，如说：“惟留神与气，片晌结玄珠”，又说：“气神难捉摸，化作一团金”。在南宗的丹道理论中，“神气”、“性命”、“形神”、“身心”等对等的概念所表达的虽然都是人的形质和性灵的分别，但它们各自所强调的侧重点却有所不同。“神气”这一对概念，相对而言更具构成论的特点，这样一来，以这一对概念为核心概念的南宗丹法显然更具气化论的色彩。

南宗丹道理论的气化论色彩更主要地还表现在其关于“神气”关系的论述中。白玉蟾云：

人之一念，聚则成神，散则成气，神聚则谓之魂，气聚则谓之魄。（《海琼白真人语录》）

这一表述，虽然很令人费解，但有一点是可以确定的，即“神”和“气”在实质上是同质的。事实上，“神”“气”“形”之间的相互转化，是唐以来内丹学的普遍共识，白玉蟾在《快活歌》<sup>①</sup>中说：“忘形化气气化神，斯乃大道透三关。”从广泛意义的“气”的观点看，“神”也是气的一种，只不过在形态上较为精微而已。这里，我们仍可以看到汉代元气论的影子。

### 三、阴阳

“阴”“阳”是中国传统哲学中的重要概念，同时也是贯穿整个内丹学理论的基本概念，内丹典籍往往用种种譬喻来指代“阴”“阳”这两个概念。如《丹髓歌》所说：“真阴阳，真阴阳，阴阳都只两个字，譬喻丹书几万章”。在传统的中国哲学中，“阴”“阳”往往指两种相对立的力量，而在气化的宇宙观里，“阴”“阳”更多的

<sup>①</sup> 见《修真十书·上清集》。

指阴阳二气，而且阴阳二气的所有性质和作用，皆一一相反<sup>①</sup>。一般说来，阴阳二气无疑是同一层次的概念。在南宗的阴阳观念中，显然也有这一思想传统的延续。白玉蟾《玄关显秘论》<sup>②</sup>云：

古者虚无生自然，自然生大道，大道生一气，一气分阴阳，阴阳为天地，天地生万物，则是造化之根也。

这里的阴阳观念与传统的观念完全一致。

在南宗的阴阳观念中，阳是人长生成仙的保障和根由，而阴则是长生的障碍。《悟真篇》序曰：

养正持盈，要在守雌抱一，自然复阳生之气，剥阴杀之形。

《丹髓歌》亦云：“九转炼成十月胎，纯阳无阴命不死”。这样一种阳善阴恶或阳尊阴卑的观念，实与汉代儒学思想有关<sup>③</sup>。汉代儒学往往以善恶来判分阴阳，其中尤以董仲舒更为突出，董仲舒说：“阳气仁而阴气戾，阳气宽而阴气急，阳气爱而阴气恶，阳气生而阴气杀。”（《春秋繁露·阳尊阴卑》）这里虽然强调了阴阳之间的善恶尊卑，但从根本上说，阴阳无疑仍是同一层次的概念。

然而，南宗的丹道理论中对“阳”的突出强调，使得在很多地方，“阴”“阳”的平行关系被完全打破，“阳”被作为本根意义上的概念，而与“阴”区别开来。石泰《丹髓歌》后序云：

钟离谓四大一身皆属阴也，如是则不可就身中而求，特可寻身中一点阳精可也。然此阳精在乎一窍，常人不可得而猜度也。只此一窍，则是玄牝之门。

① 参见《张岱年文集》第二卷《中国哲学大纲》，清华大学出版社，1990。

② 见于《正统道藏》正一部弁字号《海琼问道集》。

③ 汤用彤先生在论及王弼与何晏思想的不同时，曾指出何晏主阳善阴恶，是受了汉代儒学的影响；而王弼主阳动阴静，则是道家思想的表现。关于此类述，详见《王弼圣人有情义释》，《魏晋玄学论稿》。

“玄牝”这一概念来源于《老子》，在道教典籍中，这一概念往往具有本源的意义，主要是指万物的最初来源。在内丹学中，“玄牝”既被看作人之所以生成的根源，同时也是人的现实存在和解脱的根据。这里，“阳精”在“玄牝”之中，这在实际上也就是说“阳精”即是“玄牝”。人一身中所有有形有相的东西都属于“阴”，而“阳”则是无形无相却又最为真实的存在。关于这一点，白玉蟾与彭耜的一段问答表达得更为清楚。据《静余玄问》载：

盖四大一身皆属阴，且道阳在甚处。耜问：阳在甚处？先生云：在乎杳杳冥冥恍惚之中，释氏有云：“不属中间与内外是也”。邵康节亦曰：“见时似有觅时无”。自内求之皆属阴也，自外求之，则又非正阳。

“阳”是杳杳冥冥恍惚惚惚的，无形体可得，亦无具体方所可求。在相当的意义上，“阳”在这里已经获得了某种形而上的本质。“阳”的无形相方所与“阴”的有形象器质的分别，颇近似于道器的分别。

“阳”是人长生成仙的根据。《丹髓歌》云：

药非物，火非候，分明只是一点阳，炼作万劫无穷尽。

正因为“阳”不具有一般的物的特征，所以“纯阳无阴”的真身，才能够历万劫而不朽。

“纯阳无阴”的身外之身，又被称为“阳神”。白玉蟾说：

丹者，心也；心者，神也。阳神谓之阳丹，阴神谓之阴丹，其实皆内丹也。脱胎换骨，身外有身，聚则成形，散则成气，此阳神也；一念清灵，魂识未散，如梦如影，其类乎鬼，此阴神也。今之修丹者，可不知此？（《海琼白真人语录》）

“阳神”在内丹学里即真身或法身，从聚则成形、散则成气的描述看，“阳神”当与元气有关。而“阴神”则主要是指人的性灵。阳神与阴灵的区别是内丹学里十分重要的观念，有关这一问题，我们在以后的篇幅中还会有更为详细的讨论。

#### 四、先天后天

在南宗的基本理论中，先天后天的分别，既指本源和派生的关系，同时也兼有体用的意义。白玉蟾《快活歌》云：

精水神火与意土，炼使魂魄归其根，先天一气今常存，散在万物与人身。

这里的“先天一气”是万物的根源，而在万物既生之后，先天一气又分散在万物和人之中，作为万物存在的根据。先天一气与万物的关系在这里虽然并没有被突出的强调。但我们仅从上面的分析中已经可以看出，先天一气与万物的关系很接近于朱子“理一分殊”的说法，当然与“理一分殊”比较起来，无论是内容还是形式都不免显得过于粗糙。

元精、元气、元神是南宗丹法中的重要概念。白玉蟾在《毕竟恁地歌》<sup>①</sup>中对此有详细论述：

翠虚真人与我言，他所见识大不然……人身只有三般物，精神与气常保全，其精不是交感精，乃是玉皇口中涎；其气即非呼吸气，乃知却是太素烟；其神即非思虑神，可与元始相比肩。我闻其言我亦怖，且怖且疑且擎拳，但知即日动止间，一物相处常团圆；此物根蒂乃精气，精气恐是身中慎（当作填），岂知此精此神气，根于父母未生前；三者未尝相远离，结成一块大无边，人之生死空寂尔，此物湛寂何伤焉。

这里的精气神与通常意义上的交感之精、呼吸之气和思虑之神是不同的，它们都是“根于父母未生前”的先天之物。先天的元精元气元神相互融合，而结成本然的道（此物），无论人的具体生死如何变幻，这一本然之体都是“湛寂”无伤的。本然之体的凝结是永生的根源。南宗的全部修持过程，无非是向这一本然之体的复归，而这也就是所谓的“返本还源”之道。

<sup>①</sup> 载于《修真十书·上清集》。

## 五、玄关一窍

“玄关一窍”在南宗的典籍里也被称作“玄牝”，如《还源篇》说：“一孔玄关窍，三关要路头。”又说：“一窍名玄牝，中藏气与神，有谁知此窍，更莫外寻真。”这里，“玄关一窍”与“玄牝”显然并无区别。

在早期的内丹学传统里，“玄牝”或“玄关一窍”往往被当作身体某一个特定的部位，这一观念，直到宋代仍颇具影响，张伯端《悟真篇》云：“玄牝之门世罕知，休将口鼻妄施为。”白玉蟾在《海琼君万法归一歌》中也指斥了这种观念：“妄将口鼻为玄牝。”在南宗的丹道理论中，“玄牝”或“玄关一窍”并不是身体中的任何具体器官，按《金丹四百字》序<sup>①</sup>云：

要须知夫身中一窍，名曰玄牝。此窍者，非心非肾非口鼻也，非脾胃也，非谷道也，非膀胱也，非丹田也，非泥丸也。能知此一窍，则冬至在此矣，药物在此矣，火候亦在此矣，沐浴在此矣，结胎在此矣，脱体亦在此矣。夫此一窍亦无边傍，更无内外，乃神气之根，虚无之谷，在身中而求，不可求于他也。此之一窍，不可以私意揣度，是必心传口授，苟或不耳，皆妄为矣。

这里“玄牝”被描述为“无边傍”、“无内外”，而且以为“此之一窍”是“神气之根”、“虚无之谷”，由此则所谓“玄关一窍”在南宗的丹法里实际上具有本体的意义。“玄关一窍”的本体意义，在《修仙辨惑论》的另一段材料中表现得更为清楚，其文曰：“但能凝然静定……自然见玄关一窍，其大无外，其小无内。”按“其大无外、其小无内”的思想源于惠施“历物之意”中的一个命题，南宗借用这一命题来表现本体的普遍性和包容性。白玉蟾在《玄关显秘论》中也使用了这一命题，他说：

---

<sup>①</sup> 《金丹四百字》实际上可以算作是白玉蟾的作品，详细考证见本章有关南宗的史迹考证一节。

古者虚无生自然，自然生大道，大道生一气，一气分阴阳，阴阳为天地，天地生万物，则是造化之根也。此乃真一之气，万象之先，太虚太无太空太玄，杳杳冥冥，非尺寸之所可量；浩浩荡荡，非涯岸之所可测，其大无外，其小无内，大包天地，小入毫芒，上无复色，下无复渊，一物圆明，千古显露，不可得而名者。

这里对于“真一之气”的描述与“玄关一窍”完全相同。事实上，“玄关一窍”、“真一之气”、“先天一气”、“阳精”、“本然之性”、“元命之神”等概念在南宗的丹道理论中是基本相同的，都是具有本根意义的概念。当作为造化的根本出现时，往往被称作“先天一气”、“真一之气”、“虚无”、“自然”；而作为人或物的存在根据时，则名之曰“玄关一窍”、“本然之性”、“元命之神”。“玄牝”或“玄关一窍”实际上是“先天一气”“散在万物与人身”<sup>①</sup>（白玉蟾《快活歌》中语）的结果，它既是人能生存的根本原因，也是人长生解脱的现实根据。

“玄牝”实际上也就是所谓“丹头”。白玉蟾说：

丹头本自生前结，真净妙明光皎洁，在外即非砂与硫，在内即非精与血，火药元来一处居，看时似有觅时无，教君终日默如愚，炼成一颗如意珠。（《海琼问道集》）

生前即已存在的圆明本体，在经过炼养以后被复原和再现，即所

---

① 关于先天一分散在万物之中这一思想，我们在“先天后天”一节中已有所涉及，其中谈到它与“理一分殊”的相似之处。事实上，有关这一思想的其他材料在南宗的典籍中根本无法找到，这使得我们无法讨论与这一思想有关的诸多问题，如产生万物的先天一气与散在万物中的元气是同是异？如果是同，那么是全体相同，还是部分相同？是否在质和量两方面都相同？如果是异，那么是量异还是质异？所有这些问题，由于材料的缺乏，我们都无法作更为深入的讨论了。但这种缺如并不成为一个遗憾，因为我们上面所提到的诸多恐怕过于现代的问题，也可能根本就不是内丹学本身的问题。中国传统思想在本质上是一种践履和体悟的思想，将它过分的哲学化恐怕很难说不是一个误区。

谓：“父母未生之前，尽有无穷活路；身心不动之后，复有无极真机。”（《谢张紫阳书》）化生的起点与炼养的最终结果完全等同，张伯端在《悟真篇》中所说“劝君穷取生身处，返本还元是药王”，表达的也正是这一道理。

## 六、心

对于“心”的突出强调，在相当程度上可以被视为南宗丹道理论最为突出的特点。众多有关“心”的不同层次的讨论，使得南宗的思想境界超拔于诸家早期钟吕系内丹流派，也使得它最终能与金元时期兴起的全真道共同开出道教发展的新气象。金丹南宗与全真道的终于合流，与二者都达到了相当的理论高度是分不开的。

### （一）心即是道

“心”在金丹南宗的丹法理论中，与我们前面谈到的“玄关一窍”等概念相近，都是具有本体意义的概念。在这个意义上强调的“心”，与一般的念虚之心不同。这个本体意义上的“心”实际上更接近于陆王心学中“本心”的概念。当然在南宗的典籍中除使用“本心”一词以外，还经常用“天心”来表达这一内涵。《海琼君万法归一歌》云：“不识天心两字真，只会三光符水熟。”这里的“天心”即是本体意义上的本然之心。正是在这样的层面上，南宗提出了“此心即道”、“心外无别道”的思想。白玉蟾在《谢张紫阳书》中如是说道：

尝闻天下无二道，圣人无两心。道之大，不可得而形容，若形容此道，则空寂虚无、妙湛渊默也；心之广，不可得而比喻，若比喻此心，则清静灵明、冲和温粹也。会万化而归一道，则天下皆自化而万物皆自如也；会百为而归一心，则圣人自无为而百为自无著也。推此心而与道合，此心即道也；体此道而与心会，此道即心也。道融于心，心融于道也。心外无别道，道外无别物也。

本然的心体，“清静灵明、冲和温粹”，是道的完整体现，在这个意义上，心与道是同一的。达到此种境界的“心”，已超脱了个体的



范围，而变成天地万物共同的本质和根源，即所谓“天心”，从这一角度来理解，也可以说是“心外无别道”。有趣的是，这里所提到的“心外无别道，道外无别物”的命题，竟已隐含了“心外无物”的意思。但这一种“心外无物”的意义，与王阳明所提出的“心外无物”的思想相去尚远。

关于“心”与“道”的关系，张伯端在《悟真篇》后序还提出过“心为道体”、“道为心用”的说法，他说：

夫欲免夫患者，莫若体夫至道，欲体夫至道，莫若明夫本心，故心者道之体，道者心之用也。人能察心观性，则圆明之体自现，无为之用自成，不假施功，顿超彼岸。

心体道用的说法显然更突出了“心”的本体意义，这里的“心”无疑是指“本心”，也即圆明之体。与此类似地，南宋萧廷芝在《金丹大成集》中又提出了“道体心用”的说法，他说：

道以心为用也。或者疑之，至人辨焉。夫道者，心之体；心者，道之用。道融于心，心会于道。道外无余心，心外无余道也。能知运用者，以道观心，心即道也，以心贯道，道即心也。是心也，非人心之心，乃天心之心也。

在这一段材料中，萧廷芝明确指出，这里所讲的“心”是“天心”而非“人心”。天心和人心的分别颇近似于宋明理学中道心和人心的区分，但相较而言，后者更具道德的意味。事实上，无论是“心体道用”还是“道体心用”，所强调的都是心与道的同一性。

南宗“此心即道”、“心外无别道”的思想与南宋时期的陆学十分接近。实际上，真正在南宗的丹法中提出“此心即道”这一命题的是白玉蟾。白玉蟾的生存年代比陆象山和杨简都要晚得多，这一命题的提出或许是受了象山心学思想的影响。

## （二）心即是丹

在南宗的丹道理论中，丹实际上是指人的根源和本体。我们在前面谈到的“玄关一窍”、“阳精”、“先天一气”等等，实际都可以看作金丹，也即南宗丹法的真正归宿。本心或天心既然是具有本体

的道的意义的概念，那么复原这样的本然之心，实际上也就是炼成了金丹。白玉蟾很明确指出：“丹者，心也”（《静余玄问》）。《修真十书·白先生金丹火候图》中画了这样的“金丹图”：

### 金丹图



色同朱橘 形如弹丸

关于心为丹的思想，白玉蟾在《谢张紫阳书》有更为详细的表述，他说：

此道之在天下，不容以物物，不容以化化，故凡物物化化之理在天下而不在此道也，此道如如也，以此心会此道可也；此心之在圣人，不容以知知，不容以识识，（此处缺“知知识识”四字）之理在圣人而不在此心也，此心如如也，以此道而会之此心可也。道此道以脉此心，心此心以髓此道，吾不知孰为道，孰为心也，但见恍恍惚惚，杳杳冥冥，似物非物，似象非象，以耳听之则眼闻，以眼视之则耳见，吾恐此而名之曰阴阳之髓、混沌之精、虚空之根、太极之蒂也。前辈不知，强名曰道……此而非金丹乎？

由此可见，南宗所说的金丹可以说就是本心。《金丹大成集》在谈及金丹形像时也说：“形若弹丸，色同朱橘。……《元枢歌》曰：君不见一粒金丹何赫赤，大如弹丸黄如橘，人人分上本圆成，夜夜灵光常满室。盖人人具足，个个圆成，当知非有形之物也。”这里所描述的金丹实际上也指本心，本心是每一个人都圆具的，是人可以长生成仙的根据。

### （三）本然心境

由于对“心”的突出强调，使得关于本然之心的状态的描述，成为南宗典籍中十分重要的一个话题。白玉蟾在《静余玄问》中有这样的说法：

心常如愚，常要活泼泼，如走盘珠，故曰圆通。

这里对“心”的状态的描述，初看起来近乎矛盾。然而，在实际上，这里所说的“愚”并非指暗昧不通，而是指“心”的淡然静定、无思无虑、一念不生的状态，因此白玉蟾又说：“此心呆，又不是死，又不凝。”（《静余玄问》）这里一方面要做到心无杂念，即“心田无草秽”（《还源篇》语）；另一方面，又要作到应机自如。白玉蟾用“走盘珠”来比喻这一活泼泼的自由境界，这一比喻又见于《修仙辨惑论》，其文曰：“然天仙之学，如水精盘中之珠，转漉漉地、活泼泼地，自然圆陀陀、光烁烁，所谓天仙，此乃金仙也。”这种圆通的境界实际上也就是所谓“真空”。

事实上，“心”的灵明静定、一念不着是“心”得以自如活泼的根由，张伯端《悟真篇》后序云：

此非心境朗然，神珠廓明，则何以使诸相顿离，纤尘不染，心源自在，决定无生哉？

所谓“诸相顿离”，即是指心不受外物的诱惑，不执著于外相，而这必须在从根本上慧觉到一切外相的虚幻不真才可能达到。由此慧觉而生一念不起的定境，达到这一境界的心才可能做到“心源自在”，从而摆脱一切束缚，回复到自由自在的心的本然状态。对于这样一种状态，张伯端延用了传统的明镜之喻，他说：“达人心若明镜，鉴而不纳，随机应物，和而不唱，故能持物而无伤也，此所谓无上至真之妙道也。”像明镜一样不著于一物同时又能明鉴万物，正是本然之心的境界。

#### （四）心作主宰

南宗往往强调“心”的主宰作用。白玉蟾曾经说过：“此心本是通神藏，一念差时万状生。”（《海琼君万法归一歌》），心是一切的主宰和枢纽。《海琼白真人语录》记载了一段白玉蟾的话，其中对心的作用作了很好的概括：

是故形以心为君，心者神之舍。心宁则神灵，心荒则神狂。虚其心而正气凝，淡其心则阳和集，血气不挠，自然流通，志意无为，万缘自息。心悲则阴气凝，心喜则阳气散。念

起则神奔，念住则神逸。夫人之一身，其心之神发于目而能视，视久则心神离，不在乎贪而丧心也。……心无杂念，意不外走，心常归一，意自如如。

由这条材料，我们可以看出，意、念、神、气等实际上都受到心的宰制，心宁、心荒、心喜、心悲都会引起神、气等的变化。所以一切的修炼都必须从心入手。

### （五）心外无法

南宗从陈楠开始兼传雷法，因此我们在白玉蟾的著述中常可以看到关于法的记述。法可以包括两个方面的内容：一是指斋醮、祈雨等与仪式有关的法术；二是指个人以成仙为目的的修炼的方法。白玉蟾所谈到的法，往往更多地指前者。关于心与法的关系，白玉蟾说：

万法从心生，心心即是法。语嘿与动静，皆法所使然。无疑真心，守一是正法，守一而无疑，法法皆心法。法是心之臣，心是法之主，无疑则心正，心正则法灵，守一则心专，心专则法验。非法之灵验，盖汝心所以。（《海琼白真人语录》）

又说：“法法从心生，心外无别法。”（同前）所有的法都根源于心，法的灵验与否，与心的状态有关，只要心做到了诚正，法的灵验自然而然也就包含在其中了。而心的正和专实际上决定于人能否做到“守一”和“不起念”，白玉蟾说：“不问灵不灵，不问验不验；信手行将去，莫起一切念。”法是次要的，一切都决定于心。如果不能领悟到本然的心体，即所谓“不识天心两字真”，而是“只会三光符水熟”，那么所做的一切道法都是毫无意义的。

### 七、药物火候

由于内丹学是在金丹烧炼理论的基础上发展而来的，所以无论是在概念的使用还是具体的修炼方法上，都与金丹烧炼有着或多或少的关联。在早期的内丹学中，内丹的修炼在过程上与外丹的炼制是十分相似的，如强调药物火候的分别，以身中的具体物质为药

材，按照具体的卦象配合节气时间的变化作进火退火的工夫，《修仙辨惑论》中所提到的三品丹法中的中下二品，都属于这类丹法：“中品丹法以肝心脾肺肾为药材，以年月日时为火候，以抱元守一为运用；下品丹法以精血髓气液为药材，以闭咽搐摩为火候，以存想升降为运用。”南宗的丹法虽然仍延用了药物火候这些概念，但其意义已与原有的含义有了很大的不同。按《丹髓歌》云：

药非物，火非候，分明只是一点阳，炼作万劫无穷尽。

南宗反对以药材为个别的器物、以火候为具体的时间的观念，《修仙辨惑论》云：“夫岂知混沌未分以前，乌有年月日时？父母未生以前，乌有精血气液？”年月日时这样具体的时间和精血气液这样有形质的器物都是后天的，而金丹的修炼则是要回复到人的本根。只要领悟和回复到了这一本体，那么种种诸如药物、火候、结胎、脱体等分别便不重要了，按《金丹四百字序》云：“要须知夫身中一窍，名曰玄牝……能知此窍，则冬至在此矣，药物在此矣，火候亦在此矣；沐浴在此矣，结胎在此矣，脱体亦在此矣”。药物和火候等后天的分别，只是为把握先天本体的一些权设，一旦先天本体已得，则一切节次和分别便全无必要了。

## 八、真形幻形

唐以后的道教开始渐渐摒弃形体长存的追求，而转入到以无相真形为解脱目标的发展阶段，关于这一点，前文已详细讨论过。南宗的丹法以本然之体的获得为最终的目的，而这样的本然之体实际上也就是“真形”或“法身”，从而与一般意义上的形体即“幻形”区别开来。张伯端在《悟真篇》中说：

从来万法皆无相，无相之中有法身，法身即是天真佛，亦非人兮亦非物，浩然充塞天地间，只是希夷并恍惚。（《禅宗歌颂·采珠歌》）

这里值得注意的是张伯端将佛家的“法身”与道家的“希夷恍惚”和儒家的“浩然之气”联系起来，从而使这一概念有了更为丰富的

内涵。与此“无相”法身相对立的是所谓“幻形”，张伯端说：“老氏以炼养为真，若得其要枢，则立跻圣位，如其未明本性，则犹滞于幻形。”（《悟真篇序》）法身或真形又被称为“无生”，而幻形则为“有生”，如张伯端说：“释氏以空寂为宗，若顿悟圆通，则直超彼岸，如其习漏未尽，则尚徇于有生。”（《悟真篇序》）又说：“丹是色身至宝，炼成变化无穷，更能性上究真宗，决了无生妙用。”（《悟真篇》）事实上，真形法身也就是万物的造化根源和人的本真之体，与“玄关一窍”和“天心”相同，这样的真形也就是内丹学中常说的“身外有身”。白玉蟾在《谢张紫阳书》中说：

人但能心中无心，念中无念，纯清绝点，谓之纯阳。当此之时，三尸消灭，六贼乞降，身外有身，犹未奇特，虚空粉碎，方露全身也。

心中全无一点念虑的本然心境，即是身外之身，也即是真形法身。南宗用种种不同的概念所描述的本真之体，如“玄牝”“阳精”和“先天一气”“真一之气”等，实际上都是人在修炼身心的过程中对本源心境的体悟。这种体悟的获得，是南宗的最终目标。

### 第三节 炼养实践 —— 一种新的个体生活样态

南宗的炼养理论与其性命观有密切的关联。通过前面的讨论，我们基本上可以很确信地得出这样的结论，即南宗的丹法是以追求人的本然根源为最终目的的。人的本然根源如“本心”、“阳精”等，在实质上是与万物的造化根源如“先天一气”、“虚无”完全等同的。如果细加分疏，则作为人存在根据的本然根源与作为万物来源的造化根源是有区别的，但在南宗的丹道理论中，并没有对此作出应有的分疏。这样一来，回复到人的本然根源，在南宗的丹法里实际上也就是达到了万化根源的高度。由于人的本然根源实即人的本源心体，所以南宗的全部炼养理论其实都是围绕着炼心展开的。尽管如此，其中仍有种种不同的分别，需要详加讨论。

### 一、修性修命

长期以来，学术界习惯于用先命后性的说法，来概括南宗的丹法特点<sup>①</sup>。这种说法，是有其根据的。《悟真篇·禅宗歌颂》序云：

故此《悟真篇》中先以神仙命术诱其修炼，次以诸佛妙用广其神通，终以真如觉性遣其幻妄而归于究竟空寂之本源矣。

这里，修命与修性有着明显的先后次序。类似的材料在《悟真篇》中还有很多，如说：“丹是色身至宝，炼成变化无穷，更能性上究真宗，决了无生妙用”。由这些材料可以看出，张伯端是认为炼养过程应有先后顺序的。

当然先命后性的说法，并不表明张伯端对于修命更为重视。事实上，在张伯端看来，单炼命功或独通性理都不是终极的法门。对于单炼命功，张伯端说：

夫学道之人，不通性理，独修金丹，如此既性命之道未备，则运心不普，物我难齐，又焉能究竟圆通，迥超三界。故《楞严经》云：“有十种仙，皆于人中炼心，坚固精粹，寿千万岁，若不修正觉三昧，则报尽还来散入诸趣。”是以弥勒菩萨《金刚经颂》云：“饶君百万劫，终久落空亡”。（《悟真篇·禅宗歌颂》序）

张伯端这里所说的性理，实际上是指“正觉三昧”，即彻悟真如的慧觉。而他引《楞严经》“于人中炼心、坚固精粹”指修命，实际上是指触境不动的禅定，白玉蟾《快活歌》所说“对景无心是大还”，也是指这一定的工夫。这里，张伯端显然认为单炼命功的作法是不彻底的。

对于独通性理，《悟真篇》云：

饶君了悟真如性，未免抛身却入身，何似更兼修大药，顿

---

<sup>①</sup> 参见任继愈主编《中国道教史》。

超无漏作真人。

这里所谓“了悟真如性”，是指仅修慧觉。《悟真篇序》中有一条材料可与此互释：“其中惟闭息一法，如能忘机绝虑，即与二乘坐禅颇同。若勤而行之，可以出定出神，奈何精神属阴，宅舍难固，不免长用迁徙之法。”这里所谓“迁徙之法”与“抛身入身”同意，但其中“忘机绝虑”的“坐禅”法，更接近于“定”的一面，这与“了悟真如性”的慧觉有明显的不同。这两条材料之间，似乎有一点矛盾。但无论如何，张伯端反对独通性理，是可以肯定的。

对于修性修命，张伯端是同样重视的。《悟真篇》说：

虚心实腹义俱深，只为虚心要识心，莫若炼铅先实腹，且教守取满堂金。

“虚心”即是修性，“实腹”即是修命。之所以强调“先实腹”，实际上是一种方便法门，是由于修命比较容易把握，而修性则难以捉摸。而对于真正妙悟圆通的人来说，自然可以一悟百悟，获得最终的解脱。《悟真篇序》云：“释氏以空寂为宗，若顿悟圆通，则直超彼岸……；老氏以炼养为真，若得其要枢，则立跻圣位……”，无论是修性还是修命，只要能把握真筌，所能达到的结果都是一样的，并没有什么高下之分。

## 二、修心

其实，无论是修性还是修命，说到底都是心的修炼。张伯端所说“了了心猿方寸机，三千功行与天齐”，即强调了炼心的重要性。白玉蟾有时亦强调修炼应自炼形开始，他说：

今夫修此理者，不若先炼形。炼形之妙，在乎凝神，神凝则气聚，气聚则丹成，丹成则形固，形固则神全。（《海琼问道集·玄关显秘论》）

这里虽然强调“炼形”，但真正的下手处仍在“凝神”，也就是炼心的工夫。白玉蟾又说：“先学无心，次学忘形”，起手的工夫也是炼



心。

心是一切万法的根源，《大道歌》<sup>①</sup>云：

大道不离方寸地，工夫细密有行持，非存思，非举意，非是身中运精气，一关要锁百关牢，转身一路真容易。无心之心无有形，无中养就婴儿灵，学仙学到婴儿处，月在寒潭静处明。

所有工夫都离不开对寸心的把握。

对于具体的炼心工夫，《修仙辨惑论》云：

但能凝然静定，念中无念，工夫纯粹，打成一片，终日默默，如鸡抱卵，则神归气复，自然见玄关一窍，其大无外，其小无内。

心的修炼主要是要做到心无念虑，心无念虑，即为清静，白玉蟾说：“人能常清静，天地悉皆归，世人未必知此。能于喧中得静，浊中得清，作平等观，了一切念，动无质碍，得大安乐，是谓之道。”心的修炼并不是一味的向壁枯坐，而是要做到“于喧中得静、浊中得清”，这种说法，与程颢《定性书》所说“动亦定、静亦定”的心法颇相近似。

通过这样心的修炼所达到的本然心体就是“丹”，就是“玄关一窍”，炼心实际上是金丹南宗的不二法门。

### 三、忘

《庄子》一书中有“坐忘”之说，其内容是“堕肢体、黜聪明、离形去知、同于大通”，即通过忘身无我的修炼过程，而达到与道同一的境界。“坐忘”在后来的道教中被发展为一套炼养理论。司马承祯的《坐忘论》集中体现了这一理论的发展。金丹南宗在炼养方法上继承了坐忘的思想，同时又将这一思想与隋唐以来开始流行的炼形化气、炼气化神的观念结合起来，形成了“忘形养气”的修养

<sup>①</sup> 载于《修真十书·上清集》。

理论。白玉蟾说：

忘形养气乃金液，对景无心是大还。忘形化气气化神，斯乃大道透三关。（《修真十书·上清集》）

无论是“忘形养气”还是“忘形化气”，其间“忘”的作用是贯彻始终的。

对于“忘”，白玉蟾有更为详细的解说：

故宋齐丘云：忘形以养气，忘气以养神，忘神以养虚。只此忘之一字，则是无物也。本来无一物，何处有尘埃，其斯之谓乎？如能味此理，就于忘之一字上做工夫，可以入大道之渊微，夺自然之妙用；立丹基于顷刻，运造化于一身也。然此道视之寂寥而无所睹，听之杳冥而无所闻，惟以心视之则有象，以心听之则有声。若学道之士，冥心凝神，致虚守静，则虚室生白，信乎自然也。（《海琼问道集》）

这里的“忘”，与我们通常所说的忽忘并不完全相同。要真正做到“忘形”、“忘气”和“忘神”，首先必须慧觉到“形”“气”“神”的虚幻不真，即“本来无一物”，能够领悟到这一境地，然后才能做到真正的“忘”。事实上“忘”的工夫，仍然是炼心的法门，“心中无心、念中无念”（《金丹大成集》）即是“忘”，做到这一点以后“身入无形、与道为一”（同上），其实就是南宗丹法所最后追求的与虚同体的境界。

#### 四、返本还原

南宗的丹法，简单说起来，可以一言以蔽之曰：返本还原。白玉蟾《谢张紫阳书》云：

如七返九还之秘，世所不传。夫七返九还者，乃返本还原之义也。人但能心中无心，念中无念，纯清绝点，谓之纯阳。

所谓“本”“源”，也即“生身处”，是人和万物化生的根源，《悟真篇》云：“劝君穷取生身处，返本还元是药王”。这一化生万物的根

源，用南宗的话来说，也就是“天心”、“纯阳”和“玄关一窍”。只要悟到了这一虚无本体，则一切烦琐的修行方法就都不再必要，《罗浮翠虚吟》中所说：“不假想化与行持、则有些儿奇又奇”，正是把握住了南宗丹法易简无为的特色。这种易简无为与禅法十分接近，据《修仙辨惑论》云：

或者疑曰：此法与禅法稍同。殊不知终日谈演问答乃是乾慧，长年枯兀昏沉乃是顽空。

南宗虽然强调禅道合一，但有些时候，也强调禅道的区别，这里是将禅法说成“枯兀昏沉”的顽空之境，而认为自家的丹法是妙悟圆通的自由境界。其中有无“乾慧”是二者区别的根本所在。

## 第四节 南宗与禅

### 一、诸祖评禅

与早期钟吕系内丹学相比，南宗对于佛家特别是禅宗，采取了更为宽容的态度。我们在前面论及诸家判道时，曾经提到过早期钟吕系内丹学对于禅宗的贬抑态度（如在《钟吕传道集》中禅宗被归入最低的等级“鬼仙”之列）。与这种一厢情愿地贬抑姿态不同，南宗诸祖对于禅宗往往持赞赏的态度。

张伯端于禅法造诣极深，这一点由《悟真篇》后所附《禅宗歌颂》可以看出。张伯端认为，释道二家，其行迹虽有差异，但说到极处，却并无根本上的不同。《悟真篇序》云：

故老释以性命学开方便门，教人修种以逃生死。释氏以空寂为宗，若顿悟圆通，则直超彼岸，如其习漏未尽，则尚循于有生；老氏以炼养为真，若得其要枢，则立跻圣位，如其未明本性，则犹滞于幻形。

佛道二教都是为了让入摆脱生死轮回而确立的教法，从根本上讲，佛与道在解脱的层次上，并无高下之别。《悟真篇》复云：“释氏教

人修极乐，亦缘极乐是金方，大都色相惟兹实，余二非真漫度量”。这里，张伯端显然将佛家的教法与丹道等量齐观了。

然而，张伯端在很多情况下，似乎并没有将这种佛道如一的观念贯彻始终，时而抑佛就道，时而贬道崇佛。《悟真篇》云：

饶君了悟真如性，未免抛身却入身；何似更兼修大药，顿超无漏作真人。

这里，显然是以为“修大药”的丹道，高于“了悟真如性”的佛法。而《悟真篇》序中对此更有所发明：“其中惟闭息一法，如能忘机绝虑，即与二乘坐禅颇同。若勤而行之，可以出定出神，奈何精神属阴，宅舍难固，不免长用迁徙之法”。这样一种对于禅宗的评价，实与《钟吕传道集》中“鬼仙”的说法一脉相承。这里，值得注意的是，张伯端认为只能做到阴神出窍的禅定法属于“二乘”，即并非禅法的最高境界。

在另外的一些材料中，我们又可以看到张伯端更加推重佛法的一面。《悟真篇·禅宗歌颂》序云：

夫学道之人，不通性理，独修金丹，如此既性命之道未备，则运心不普，物我难齐，又焉能究竟圆通，迥超三界。故《楞严经》云：有十种仙，皆于人中炼心，坚固精粹，寿千万岁，若不修正觉三昧，则报尽还来散入诸趣。……故此《悟真篇》中先以神仙命术诱其修炼，次以诸佛妙用广其神通，终以真如觉性遣其幻妄而归于究竟空寂之本源矣。

这里，了悟真如觉性又显然比独修金丹高明。

事实上，张伯端这些看起来相互矛盾的言论是可以相互融通的。正如他将禅法分为“二乘”“一乘”一样，道法也同样有不同层次的分别。就张伯端而言，佛法虽然更偏重觉悟的一面，但如果能真地了悟真如、圆通自在，那么神仙命术自然而然便包含在里面了；丹道虽然更重长生，但如果要达到至高境界，最终还是要在“正觉三昧”上下功夫。正如我们前面在涉及到性命先后的问题时所说的那样，张伯端实际上是要性命兼修、禅道并进的，独修一者

是不可能彻底获得解脱的<sup>①</sup>。当然，张伯端在表达的时候，确实有未能一贯的地方，如“了悟真如性”，按理说已经是彻上彻下的觉悟了，应该与独修一者的二乘禅不同，而在《悟真篇》仍不加区别地泛泛指称，这样一来，发生混乱就难以避免了。

张伯端禅道一如的思想，为陈楠、白玉蟾等人所继承。《修仙辨惑论》云：

若晓得《金刚》《圆觉》二经，则金丹之义自明，何必分别老释之异同哉？

由此可见，认为佛老不二，是南宗诸祖的共识。

当然，作为道教一脉，不论怎样相信佛道如一，但最终总会认为道高于释。《海琼白真人语录》载有白玉蟾与弟子的一段对话，可为显证：

进云：必竟神仙如何般若，答云：真钆不换金。

进云：且道老胡与老聃有何优劣，答云：必竟水须朝海去，到头云定觅山归。

这里，很显然，白玉蟾最终还是认为道高于释。

相较而言，金元全真道在这方面要更为彻底一些。王重阳曾有诗云：

释道从来是一家，两般体貌理无差；识心见性全真觉，知汞通铅结善芽；马子欲令川拔棹，猿儿莫似浪淘沙；慧灯放出腾霄外，照断繁云见彩霞。

事实上，正如我们后面将要谈到的，金元全真道与金丹南宗的理论差异，与二者在理论基础上的不同有关。相较而言，全真道更接近

---

<sup>①</sup> 关于性命双修，我们前面已着重讨论过。张伯端此处引《楞严经》“人中炼心”来解说命功，无疑证实了我们关于修命即是修心的假设。实际上，并非一提命功，就一定是指导引、吐纳之类的术法，南宗与全真道所说命功往往指心的“定”的方面修炼，而性功则更倾向于“慧”的觉照，性命双修，实际上也就是定慧双修。

禅宗，而南宗则始终不忘其道家的背景。

## 二、丹禅同异

《历世真仙体道通鉴》卷四十九载《张紫阳传》一篇，其中有张紫阳与某禅师神游洛阳观花故事，紫阳折花而返，禅师则空手而归，其间有张紫阳一段议论，颇可见出丹道与禅法之不同，其文如下：

弟子问紫阳曰：彼禅师者，与吾师同此神游，何以有折花之异？紫阳曰：我金丹大道，性命兼修，是故聚则成形，散则成气，所至之地，真神见形，谓之阳神。彼之所修，欲速见功，不复修命，直修性宗，故所至之地，人见无复形影，谓之阴神。

这一段议论与前述《钟吕传道集》以禅法为“鬼仙”之道基本相同。这里，一个很重要的分别即阴神与阳神的分别。南宗一般以为阳神是性命双修的结果，而阴神则是由于贪图速进而只修性功所致。然而，如果详加辨析，则其间尚有许多曲折之处，未可一概而论。

张伯端在《悟真篇》序中曾以为“惟闭息一法，如能忘机绝虑，即与二乘坐禅颇同；若勤而行之，可以出定出神。奈何精神属阴，宅舍难固，不免长用迁徙之法”。这里所说的“二乘坐禅”，当即以定为目的的禅定工夫。既然张伯端认为忘机绝虑的坐禅法并非究竟法门，这样一来，我们便可由此推测所谓阴神阳神的区别，即在于有无“慧”的觉悟，这种看法与《修仙辨惑论》甚为一致。《修仙辨惑论》云：

或者疑曰：此法与禅法稍同，殊不知终日谈演问答乃是乾慧，长年枯兀昏沉乃是顽空。

《修仙辨惑论》显然是对“长年枯兀昏沉”的坐禅法颇有微词，而更倾心于被称为“乾慧”的觉悟。以这样的思路思考下去，我们会发现丹道和禅法的分别正在于有无慧觉的彻悟，但令我们吃惊的是，此种慧解变成了丹法的特长，而不再是禅门的真谛了。

这样的结论与我们通常的理解完全不同。我们一般都是认为，

南宗的内丹思想里，往往更重命的修炼，丹道与禅法的不同主要在于前者有修命的工夫，而不是所谓乾慧。这样的理解是有其文献上的根据的。《悟真篇》云：

饶君了悟真如性，未免抛身却入身，何似更兼修大药，顿超无漏作真人。

这里十分显然，禅法的不足之处在于未能“兼修大药”，所以最终只能达到“抛身入身”的境界。所谓“抛身入身”，与上文“迁徙法”同义，同是指道教出阴神的说法。

这样一来，上述说法显然有无法调和之处。

与这一问题相关联的，宋代内丹学中关于“性”属阴还是“命”属阴的评论也有不一致的地方。由于宋代内丹学以消尽群阴、遍体纯阳为修炼的最终目的，所以究竟何者为阴的问题是十分重要的。《道枢》卷二十四《九转金丹篇》云：

自冬至炼阳胎，内结于丹田，谓之命焉；自夏至炼成阴息，内结于绛宫，谓之性焉。……炼纯阳者，轻举而为仙，炼纯阴者，凝寂而为鬼。

《九转金丹篇》复云：“阴者，性也，无中来者也；阳者，命也，有中生者也”。这是以性为阴而以命为阳。

《道枢》卷十九《崇真篇》与此完全相反，其文曰：

神本在心，属于南方丙丁之火，心中有性，性属于阳焉；肾者，能生元阳真气，泄而为精，秘而为真气，属于北方壬癸之水，水为命，命属于阴焉。

这里显然是以命为阴、性为阳。

以性为阴命为阳，与以命为阴性为阳，其间的区别实不可以道里计。命为阳，修命显然是根本；性为阳，则修炼的重点便当然地转为修性。在这样基本的问题上无法归一，反映了当时内丹思想的混乱状况。

性命阴阳的问题，虽然没有在南宗的思想里彰显出来，但我们

上面所分析的在定慧问题上的混淆，在相当程度上反映了南宗思想不够准确和清晰的弱点。当然这种含混的状况，亦可以归于这样的解释。南宗受禅法的影响甚深<sup>①</sup>，是众所共知的实情。而其作为道门一脉，又终须与禅法保持一定的距离。于是便有了如上种种近乎一厢情愿的议论。此种议论既为权设，其间的矛盾恐怕在所难免。除此以外，在内丹的修炼过程中，实际上可能很难说清何者是修命，何者是修性，正如我们前面所谈到的，无论是修性还修命，归根到底都不过是心的修炼。从理论上讲，当然是要性命兼修，但既然在实际过程中无法清楚地区分修性还是修命，那么，只要能说清楚单修一者的缺点也就足够了。

## 第五节 南宗与早期钟吕系内丹学

### 一、钟吕渊源

一般以为，张伯端所开启的南宗丹法，是五代至宋初兴起的钟吕系内丹学的一个支派<sup>②</sup>。然而如我们前面所述，张伯端的师承并没有确定可信的记载，陆思诚所说张氏得法于刘海蟾的说法（见《悟真篇记》）完全出于猜测，并无其他史料上的支持<sup>③</sup>。从丹法的角度来看，南宗虽然有明显受到早期钟吕系内丹术影响的痕迹，但就最终的形态而言，金丹南宗对早期钟吕系内丹学的发展远多于对它的承袭。

南宗丹法明显承袭早期钟吕系内丹学的地方有三处：其一是阴阳观念；其二是强调无形无质的真身的获得是解脱的根本；其三是反对独修阴灵。下面我们将对此作进一步分析。

① 张伯端于《悟真篇》后作《禅宗歌颂》，阐发所谓“本源真觉之性”，张伯端的再传弟子薛道光更出身于禅门，这些情况，是南宗与禅法极有渊源的明证。

② 参见南宋李简易《玉溪子丹经指要》卷首之《混元仙派之图》。

③ 《道枢》卷二十一载《修真要诀篇》，其中记载有刘海蟾弟子王庭扬的诗，其第四首曰：“不在市廛不在山，不拘名利不拘闲，世人要见长生药，只透心灰是大还”，其中所谓“只透心灰是大还”，与南宗丹法的易简超然十分近似。张伯端及金丹南宗一脉，虽不必源出于刘海蟾，但二者之传承当不无关系。



### (一) 阴阳观念

早期钟吕系内丹强调炼阳消阴，以阴浊尽去、遍体纯阳为修炼的最终目的<sup>①</sup>。《钟吕传道集》云：

仙非一也。纯阴而无阳者，鬼也；纯阳无阴者，仙也；阴阳相杂者，人也。惟人可以为鬼、可以为仙。

事实上，正如我们在分析南宗的阴阳观念时所说的那样，对阳的突出强调，在很大程度上禀承了汉代儒学的遗风。在《钟吕传道集》中，阳或元阳实际上也就是真气。《钟吕传道集》说：“凡身中以火言者，君火臣火民火而已，三火以元阳为本而生真气，真气聚而得安，真气弱而成病。若以耗散真气而走失元阳，元阳尽，纯阴成，元神离体，乃曰死矣。”元阳是人得以存在的根据，这与南宗的丹法理论完全相同。如《丹髓歌》说：“真婴儿，真赤子，九转炼成十月胎，纯阳无阴命不死。”

南宗对早期钟吕系内丹学阴阳观念的承袭，更多地还表现在对人身中具体阴阳的分析上。石泰《丹髓歌》后序云：“钟离谓四大一身皆属阴也，如是则不可就身中而求，特可寻身中一点阳精可也”。此处所言“四大一身皆属阴”不见于《钟吕传道集》，然而类似的说法在《钟吕传道集》中却相当普遍，如说：

以己身受气之初，乃父母真气两停而即精血为胎胞，寄质在母纯阴之宫，阴中生阴，因形造形，胎完气足而堂堂六尺之躯皆属阴也。所有一点元阳而已。

身体中一切有形有象的器官，都只是阴而非阳，阳只是始生之时的一点真气，是人所以生存的本源和根据。至于阴和阳的区别，《钟吕传道集》云：“形象阴也，阴则有体”，有形无形是阴阳的根本分别。这种阴阳观念，完全被金丹南宗继承下来。当然，在南宗那里，“阳”更具超越的本根义，它往往被等同于“玄关一窍”，不特

<sup>①</sup> 道教中对阳的突出强调是从唐代开始的，《玄珠心镜注》云：“寂然即骨肉为纯阳之精，阴气内消成元始正气。”后来的内丹学中对纯阳的理解与此十分相似。

是个人生化的起点，而更成为万物生化的根源。有关这一点，我们已在前面详细讨论过，这里不再重复。

## （二）身外之身

在唐以来的道教发展中，形体渐渐退出长生追求的视野，无形的长生成道教解脱的主流，这一倾向，对于内丹学的兴起也起到了极大的推动作用（详见“内外丹道之兴替”一章）。当然以钟吕系内丹为代表的唐宋内丹学，并不是简单地否定形体的长存，而是通过“判道”的方式，将片面追求肉身长存的道法归入较低的等级，一方面肯定它有一定的效果和作用，另一方面又指出它并非终极的解脱法门。《钟吕传道集》云：

必欲超凡入圣，以炼形化气而身外有身。吕曰：形象阴也，阴则有体。以有为无，使形化气而超凡躯，以入圣品，乃炼之上法也。

有形体的长存，并不是彻底的解脱，只有炼形化气而后获得的身外之身，才是永恒存在的真身。南宗承继了这一思想，而且将之推向极端，《悟真篇序》云：“如其未明本性，则犹滞于幻形。”这就完全否认了肉身长存的解脱义。《悟真篇·采珠歌》云：“从来万法皆无相，无相之中有法身，法身即是天真佛，亦非人兮亦非物，浩然充塞天地间，只是希夷并恍惚。”无相真身才是最后追求的目标。

事实上，身外之身与纯阳之体在实质上是完全相同的，因为所谓身外之身即是摆脱了形体以后的无相真身，而纯阳之体亦是以脱质离形为言的，因为“形象阴也、阴则有体”，而消尽群阴，即是消除有碍的具体形质，回复到无形无质的最终解脱状态。

## （三）阳神阴神

早期钟吕系内丹学称只修性灵的禅定法为出“阴神”。《西山群仙会真记》云：

少学无知之徒，止于定中而出阴神，一日误出天门，不能回返本躯，名曰尸解坐化，迷惑世人，深为有识者之所笑也。

这里所说的“阴神”，其特点在于能出而不能入。所谓“阴神”，也

即《钟吕传道集》中的“鬼仙”：“钟曰：修持之人，始也不悟大道而欲速成，形如槁木，心若死灰，神识内守，一志不散，定中以出阴神，乃清灵之鬼，非纯阳之仙。以其一志阴灵不散，故曰鬼仙，虽曰仙，其实鬼也。古今崇释之徒，用功到此，乃曰得道，诚可笑也。”上述两条材料所说的内容，基本上没有什么差别，二者都将禅定归入出阴神的法门。

事实上，从早期钟吕系的相关论述看，所谓阴神，实际上就是我们一般所说的精神脱离肉体以后的存在，《西山群仙会真记》云：“昔达磨六祖禅师，虽是阴神出壳。”这里的“阴神出壳”，即是脱离身形的精神存在。我们前面说过，早期钟吕系内丹学强调无具体形质的“阳神”为解脱的终极目标。既然“阴神”“阳神”都以脱离身形为目的，那么二者究竟有什么区别呢？司马承祯《坐忘论》<sup>①</sup>云：

然虚无之道，力有浅深，深则兼被于形，浅则唯及于心。  
被形者，神人也，及心者，但得慧觉而身不免谢。

这里所说的“及心者”，实际上可以用来理解钟吕有关“阴神”的说法。“阴神”只是“神”的慧觉的一面，而非“神”的全体。而所谓慧觉，也即心识，《道枢·坐忘篇》云：“由是观之，心识者，为阴阳所陶铸，安能自定哉？所以贵乎形神俱全者，盖以此也”。“阳神”与此不同，虽然形体同样是舍弃的对象，但身形中的真气亘古长在，而且作为“心识”或“慧觉”的依托，人的性灵与真气的结合，才是内丹道教所追求的无相真身，也就是阳神。

早期钟吕系内丹学关于“阴神”的看法，也为金丹南宗所继承。《悟真篇》云：

饶君了悟真如性，未免抛身却入身，何似更兼修大药，顿超无漏作真人。

---

<sup>①</sup> 虽然司马承祯并不能算作早期钟吕系内丹流派中的人物，但因所处时代相近，且思想特征亦颇相类似，故征引其文以为佐证。

这里所说的“了悟真如性”，即是指佛家的禅定。张伯端在《悟真篇序》中又说：“其中惟闭息一法，如能忘机绝虑，即与二乘坐禅法颇同。若勤而行之，可以出定出神。奈何精神属阴，宅舍难固，不免长用迁徙之法”。这两条材料，与早期钟吕系的说法完全相同。值得注意的是，在阴阳问题上，无论是早期钟吕系内丹学，还是金丹南宗，都不免有令人费解的地方，一方面，精神或心识属阴，另一方面，有形有相的形体也属阴。事实上，由于长生在事实上的虚无缥缈，使得内丹学理论在很多地方颇具类于臆想的随意性，很难严格的用现代的眼光来加以衡量。

从上述三点看，南宗的丹法与早期钟吕系内丹学确有一定的关联，在相当的意义上，将金丹南宗视为钟吕系内丹的一个支派，也并非全无根据。当然，金丹南宗在理论上的进一步发展，使得它与早期钟吕系内丹学在最终的理论形态上，还是存在着相当大的差别。

## 二、新格独唱

与早期钟吕系内丹相比，金丹南宗的丹道理论显得更为易简和圆融。这一点，既表现在其性命观念上，又体现在具体的炼养方法中。在下面的篇幅里，我们将着重讨论金丹南宗独具特色的地方。

### （一）性命同异

在早期钟吕系内丹学中，性命问题更多地被转换为神气问题。这种情况，在金丹南宗的丹道理论里，仍有相当程度的表现。我们这里标出“性命同异”这一问题，如果说得准确一点，应该用“神气同异”来加以表述。而之所以采用了“性命同异”这一说法，主要是为了结构协调一些。

从早期钟吕系关于神气问题的论述看，在很多地方“神”“气”是可以相互转化的，因而从本质上讲，“神”“气”是相同的。谭峭《化书》云：

虚化神，神化气，气化血，血化形，形化婴，婴化童，童化少，少化壮，壮化老，老化死，死复化为虚，虚复化为神，

神复化为气，气复化为物，化化不间，由环之无穷。

由“虚”而化生出“神”，由“神”而化生成“气”，最后产生出形体，这里，“神”“气”“形”完全是同一本质的不同表现形态。“神”“气”“形”的这一关系，被谭峭比喻为冰水的关系，《化书》云：“是故形不灵而气灵，语不灵而声灵，觉不灵而梦灵，生不灵而死灵。水至清而结冰不清，神至明而结形不明，冰泮返清，形散返明，能知真死者，可以游太上之京。”神气是至明至灵的，而一旦结成形体，便愚滞不通，神气凝结成形，就好像水凝结成冰一样。虚——神——气——形这一化生脉络，虽然“神”在“气”之先，但这在实际上只是表明“神”是“气”的更为精微的存在形态，而不是说精神实体产生物质实体。谭峭这里所描述的情况，令我们联想起张载的宇宙构成学说，张载说：“太虚不能无气，气不能不聚而为万物，万物不能不散而为太虚。……气之聚散于太虚，犹冰凝释于水。”由此我们可以看出，《化书》中所描述神气形的关系，同张载一样，都是建立在气化宇宙观的基础之上的。

谭峭的这一说法，在早期钟吕系内丹学中颇具代表性，实际上，这种理论正是钟吕派丹法“炼形成气”、“炼气成神”的基础。《钟吕传道集》云：“炼形成气而轻举如飞，炼气成神而脱胎如蜕。”这里所说的“炼形成气”“炼气成神”，表明了物质性的实体“气”与精神性的实体“神”在本质上是完全相同的，可以相互转化生成。在中国古代关于“神”“气”的讨论中，不外有两种：其一是将“神”看作形态精微的“气”，在这样的理解中，“神”可以脱离具体的形质而独立存在；其二是将“神”看作是形质的一种作用，在这样的理解下，“神”只能依附于形体，当某一具体的形体消亡时，作为此具体形体的作用的“神”，也不复存在。早期钟吕系内丹学无疑禀承了前者。如果我们将“神”“气”置换为“性”“命”（这在道教发展史上是有其根据的），我们便可以方便地将早期钟吕系的性命观称为“性命同”。

与此不同，金丹南宗并不强调“神”“气”的同质性。白玉蟾云：

忘形养气乃金液，对景无心是大还。忘形化气气化神，斯乃大道透三关。（《修真十书·上清集》）

如果说“忘形化气”还多多少少透露出一些形气神相互转化的气息，那么在“忘形养气”“忘气养神”的说法中，形气神的相互区别的一面表露得更为充分。与“炼形化气”“炼气化神”不同的是，“忘形养气”“忘气养神”的说法更突出了“心”的作用，白玉蟾说：“故宋齐丘云：忘形以养气，忘气以养神，忘神以养虚。只此忘之一字，则是无物也。本来无一物，何处有尘埃，其斯之谓乎？如能味此理，就于忘之一字上做工夫，可以入大道之渊微，夺自然之妙用；立丹基于顷刻，运造化于一身也。然此道视之寂寥而无所睹，听之杳冥而无所闻，惟以心视之则有象，以心听之则有声。若学道之士，冥心凝神，致虚守静，则虚室生白，信乎自然也。”（《海琼问道集》）“心”是一切转化的枢纽，无论是“忘形”还是“忘气”，都是在心的作用下完成的。对“心”的突出强调，既是金丹南宗的主要特色，同时也是它得以从众多内丹流派中脱颖而出、独创新格的主要原因。虽然在神气形的关系上，南宗并不反对早期钟吕系内丹学形气神同质异态的气化论基础，但“忘形养气”“忘气养神”的修持理论，却更多地强调了形气神相互区别的一面。

## （二）片饷成丹

早期钟吕系内丹学强调成丹的节次和时间。《钟吕传道集》云：

抽铅添汞，一百日药力全，二百日圣胎坚，三百日胎仙完而真气生，真气既生，炼气成神，功满忘形而胎仙自化，乃曰神仙。

要真正地达到修炼的结果，必须要经过相要长时间的渐次修炼。

与此不同，金丹南宗强调片饷成丹。《悟真篇》序云：

都来片饷工夫，永保无穷逸乐。

金丹南宗的丹道理论，反对一定要经过长时间的渐修才能得道的方法。《悟真篇》云：“赫赤金丹一日成，古仙此语实堪听；若言九载

三年者，尽是推延挨日程”。经由片刻的修炼即可得道，这颇类似于慧能以下的南宗禅顿悟成佛的说法。虽然炼丹的成败归结于片晌的证悟，但在丹成以后，犹需作长时间的“温养”工夫，才能最终炼就身外真身，石泰《还源篇》云：“口诀无多子，修丹在片时；温温行火候，十月产婴儿。”这里需要说明的是，金丹南宗所说的“十月”，并不是确且的数字，而只是一个比喻。由于修炼的最终目的是要炼成遍体纯阳的真身，而这一真身的成长过程在金丹南宗的丹法理论里，被等同于人的化育过程。南宗常常以男儿有孕来喻指内丹的炼养。其中所以强调“十月”，实际上是以人生育过程中的十月胎完，比喻修炼的功德圆满。在片晌修丹之后，尚需长时间的温养过程，这很可以被看作是一种“顿悟渐修”的炼养法门。而所谓“温养”，就是“终日默默、如鸡抱卵”（《修仙辨惑论》），而这在实际上也就是保持心的凝然静定的状态。

### （三）扫除言象

早期钟吕系内丹学，在很多方面都与汉代学术有某种相似性。这种相似性不仅表现在阴阳观念和形神观念上，还表现在对于名象的执著。《钟吕传道集》云：

始也法天地升降之理，取日月生成之数，身中用年月，日中用时刻。先要识龙虎，次要配坎离，辨水源清浊，分气候早晚，收真一、察二仪、列三才、分四象、别五运、定六气、聚七宝、序八卦、行九州，五行颠倒，气传子母而液行夫妇也。

我们知道，内丹学是在袭取外丹学理论的基础上发展而来的。内丹学在发展的初期，总是试图把炼养过程与外丹烧炼的过程严格的对应起来。因此，对于火候、药物、五行、卦气之类，往往执为实有。钟吕系内丹与唐代外丹的发展，有着密切的关联，因此对于时刻、气候之类，颇为强调。《修仙辨惑论》将此类丹法归入下品丹法：“此乃下品炼丹之法，既有卦爻，又有斤两，其法繁难，故以文字传之，恐难成也”。与这种繁难的修炼方法不同，金丹南宗主张一种既无卦爻、又无斤两的易简之道，《修仙辨惑论》云：“此乃上品炼丹之法，本无卦爻，亦无斤两，其法简易，故以心传之，甚

易成也。”

南宗的丹道理论，对于火候、药物、卦气、斤两之类，不遗余力的加以扫除。白玉蟾《谢张紫阳书》云：

今夫知金丹之妙也，夫何用泥象之安炉，著相而造鼎…二八九三皆阴阳之异义，斤铢两数乃混沌之余事，要之配合而调和，抽添而运用。故此药物非金石草木之料，此火候非年月日时之数。

南宗以复归生化的本根为修炼的最终归宿，即所谓“七返者返本、九还者还源”（《丹髓歌》后序），而生化的本根是先天之物，时刻斤两则是后天的分别，《修仙辨惑论》云：“夫岂知混沌未分以前，乌有年月日时；父母未生以前，乌有精血气液”，年月日时等后天的分别，对于把握先天的本根，是没有用处的<sup>①</sup>。由此，南宗将卦象斤两之说，举而廓清，形成了它易简圆融的丹道理论。

事实上，由早期钟吕系内丹学向金丹南宗的演变，颇近似于两汉经学向魏晋玄学的转变过程。汤用彤先生在《魏晋玄学论稿》中以为“得意忘言”是魏晋玄学籍以扫除两汉经学的繁琐名相的根本方法，由此开启了魏晋的玄风。无独有偶，南宗在试图摆脱早期钟吕系内丹的繁难言象时，同样采用了“得象忘言”的方法，《悟真篇》云：

卦中设象本仪形，得象忘言意自明；后世迷徒惟泥象，却行卦气忘飞升。

这里，卦象只是一种权说和方便，不能执泥。一旦泥于言荃，则无法把握真正的道，从而也无法求得最终的解脱。

---

① 如果细加分疏，这样的说法也不无问题。这里首先要问的是，先天与后天的区分，是不是仅仅指时间阶段的前后？如果不是的话，我们便不能说后天的分别对于把握先天的本根全无用处。在南宗的相关论述中，我们可以明确地找到先天的本根在化生万物以后即分散在万物中，作为万物根据的记载。由于在南宗的丹法理论中，并没有明确的意识到这一问题，我们也不能妄加揣度，在此仅将问题提出，而不更作详细讨论。



#### (四) 无为有为

早期钟吕系内丹也讲不执著于外物的心的修养，如《钟吕传道集》云：

若以奉道之人，身外现在而不认不执，则心不退而志不移；梦寐之间不认不著，则神不迷而魂不散；内观之时若见如是，当审其虚实，辨其真伪，不可随波逐流，认贼为子，急起三昧真火以焚身，一挥群魔自散，用紫河车搬运自己之阳神，超内院而反天官，然后以求超脱。

但总的说来，早期钟吕系内丹并不更多的强调心在炼养过程中的重要性。存想等内养方术，在早期钟吕系内丹中仍然占有相当重要的地位。《钟吕传道集》云：“如阳升也，多想为男为龙为火……若此之类，皆内观存想如是，以应阳升之象也。”对应着不同的修炼阶段，有不同的存想内容。对于存想的重要性，《钟吕传道集》说：“殊不知内观之法，乃阴阳变换之法。”

与早期钟吕系内丹学不同，金丹南宗只强调心的修炼，而于存想之类内养方术持否定态度。《翠虚篇·罗浮翠虚吟》云：

不假想化与行持，则有些儿奇又奇。……何须内观及鉴形，或听灵响视泓池，吞霞饮露服元气，功效不验心神疲。

这里十分明显，内观、鉴形、吞霞、服气等方术，在陈楠看来，都是无意义的。对于真正的修炼，白玉蟾总结说：“大道不离方寸地，工夫细密有行持。非存思，存举意，非是身中运精气。”事实上，不依赖于外物的内在的修炼，其形态变化无论如何复杂，说到底都不外乎如下三种：其一，形体的动作，如熊经鸟伸、五禽戏、八段锦之类；其二，用意念引导体内的精气，如存想、导引之类；其三，心性的修炼。南宗既反对存思、导引之类的方术，实际上，也就将自家的炼养法门引上了心性修炼的道路，这一简易无为的方式与早期钟吕系内丹的繁琐有为形成了鲜明的对照。

## 第六节 南宗与全真道

### 一、基本取向的一致

金丹南宗与金元全真道都被认为是钟吕系内丹学的流派，而受到后来道教信徒的尊崇。我们在前一章中，比较了金丹南宗与早期钟吕系内丹学的异同，发现尽管南宗的丹法理论在很多方面都与早期钟吕系内丹有着千丝万缕的牵连，但二者的最终理论形态仍存在着相当大的差异。

王重阳甘河证道的时间是金正隆四年(公元1159年)，这一年比张伯端成都遇仙晚了整整九十年。肇始于残唐五代的钟吕系内丹学，经过了一百多年的演化发展，已渐趋完备，整体上的突破也酝酿成熟。于是，到了公元11世纪前后，一南一北，一先一后，由张伯端开启的金丹南宗和王重阳创立的金元全真道，将道教发展到了一个新的高度。

金丹南宗与金元全真道作为发展最为成熟的内丹流派，它们在很多问题的取向上都是接近一致的。如果对两种理论加以概括，我们可以将它们最大的特色归结为四个字：易简无为。

与南宗一样，全真道强调刹那成丹的顿悟<sup>①</sup>。《重阳全真集》卷二《述怀》云：

金丹顷刻刹那成，不在三年九转行；同辈若能先悟此，碧霞深处是前程。

这与我们前述的南宗的丹道理论，完全相同。与此相关联地，全真道反对执泥言象的渐修法，马丹阳云：“三十六道引二十四还丹，

---

<sup>①</sup> 对于顿悟，丘处机曾说：“所以道刹那悟道，须凭长劫炼磨，顿悟一心，必假圆修万行”，顿悟是长时间渐修的结果。至于对道的领悟，是依靠瞬间的彻底觉照，还是一点一滴的渐进，全真诸子的说法也不尽相同，如刘长生云：“要明万法，出得万物之壳，一分尘尽则明一分道，十分法尽则明十分道。”这显然是讲道可以通过一点一滴渐进的把握的。

此乃入道之渐门，不可便为大道，若穷于炉灶，取象于龟蛇，乃无事生事，于性上添伪也，此皆误人之甚矣。故道家留丹经子书，千经万论，可一言以蔽之曰：清静。”

对于各种内养方术，全真道也持否定态度。丘处机曾说：

有一等道人，丹田搬运，亦是下等门户，尔乃教初根小器人。若性到虚空，豁达灵明，乃是大道，此处下手，决要端的工夫。（《真仙直指语录》卷上）

“丹田搬运”之类的法术，在全真道看来是“有心有为”的，因而不是不彻底的。马丹阳云：“人若行有心有为之功，尽是术法；若行无心无为之功，乃无尽清虚也”（《真仙直指语录》）。全真之道，只是不思不虑的无为<sup>①</sup>，一切有作，皆同幻妄。有关于这一点，《丹阳真人语录》中的一段材料颇具代表性，其文曰：“学道人行住坐卧，不得少顷心不在道。行则措足于坦途，住则凝情于太虚，坐则匀鼻端之息，睡则抱脐下之珠。久而调息，无有间断，而终日如愚，方是端的功夫，非干造作行持也。”除去日常的行住坐卧以外，并无其他特殊的修炼方法，而这也正是王重阳所说：“害风人间有何凭，术法俱无总不能；每日作为只此是，上头吃饭下头登。”这种无心无为的修炼法，与南宗的炼养理论基本一致。

对于修炼的最终目标和结果，金元全真道的说法也与金丹南宗有一致之处。全真道也将返本作为修炼的终极目的，《重阳全集》卷二《述怀》云：

唤出元初子细看，莹然结就紫金丹；明明圆妙应无比，五道霞光做一攒。

“元初”既是成丹的根据，同时也是修行的最后目标。谭长真将“元初”说成是“父母未生时真性本来面目”，这更与以追求“父母

---

① 《丹阳真人语录》载：“仆问：‘吾师之道，有作为否？’师曰：‘无也。虽歌词中每咏龙虎婴姁，皆寄言尔。是要道之妙，不过养气。’”各种言象、种种譬喻，都只是方便，并没有实质的意义，这一点也与南宗的立场相同。

未生以前”的金丹南宗的立场相合。以返本为目的的修持，其最终结果是无相真形的获得，王重阳说：“聚成无相成无漏，结作丹九作备周。”（《重阳全真集》卷九《诸散人求问》）即表达了这一层意思。

由上述种种，我们可以看出，在理论的基本取向上，金丹南宗与金元全真道是相当一致的。后来金丹南宗得以与金元全真道合流，与二者理论取向的相近是不无关系的。

## 二、先命后性与先性后命

涉及到金丹南宗与金元全真道的关系，其中最为引人注目的是先命后性与先性后命的分别。

张伯端在《悟真篇》中确实表达过先命后性的意思，《悟真篇》云：

丹是色身至宝，炼成变化无穷，更能性上究真宗，决了无生妙用。

我们在前面已经谈到过，张伯端之所以强调先修命功，主要是因为命功比较容易把握。而如果真正从解脱的角度看，在性理上了悟，才是彻上彻下的，《悟真篇》后序云：“其如篇末歌颂，谈见性之法，即上之所谓无为妙觉之道也”。事实上，命功性理的区别只是一种方便，并没有绝对的意义，因为真正的修行之道，了命必通于性，尽性必至于命，亦即《悟真篇》序所说：“释氏以空寂为宗，若顿悟圆通，则直超彼岸，如其习漏未尽，则尚徇于有生；老氏以炼养为真，若得其枢要，则立跻圣位，如其未明本性，则犹滞于幻形。”如能真正了悟，则并无所谓性命之别，亦无所谓先后之异。

在修性与修命的问题上，有一种误解必须加以澄清。一般以为，命功就是种种与养生有关的方术，如搬运、胎息之类。这一理解，对于早期钟吕系内丹学而言，是适合的。但如以此来理解金丹南宗和金元全真道，则难免有误。事实上，无论是金丹南宗还是金

元全真道，对于各种具体的养生术，都竭力加以排斥<sup>①</sup>，但它们同时又都强调性命双修。在南宗和全真道那里，修命实际上是指修炼方法中更强调质料的方面(如养气)，而修性则是修炼中更强调慧觉的方面(如明心见性)。实际上，不依赖于外物的内在的修炼，其形态变化无论如何复杂，说到底都不外乎如下三种：其一，形体的动作，如熊经鸟伸、五禽戏、八段锦之类；其二，用意引导体内的精气，如存想、导引之类；其三，心性的修炼。前两者是金丹南宗<sup>②</sup>与金元全真道共同反对的，这样一来，它们所讲的只能是第三者，即心性的修炼，或者说其整个炼养过程全依赖一心之运用。

与南宗不同，全真道强调修炼应先从修性入手。郝大通说：

修真之士，若不降心，虽出家多年，无有是处。为不见性，既不见性，岂能养命，性命不备，安得成真？（《真仙直指语录》）

这里，“见性”不但在修炼的节次上先于“养命”，从理论上讲，“见性”也较“养命”更为根本。我们这里要问的是，是不是在已经“见性”以后还需要单独的“养命”工夫呢？事实上，在绝大多数场合，全真道是讲只要明悟真性，即为彻上彻下的，如马丹阳说：“夫道但清净无为，逍遥自在，不染不着，此十二字，若能咬嚼得破，便做个彻底道人。”（《丹阳真人语录》）由此我们似乎可以得出这样的结论，即全真道虽然也讲先性后命，但在修性与修命的关系上，更主要的是讲以性统命<sup>③</sup>。

无论是修性还是修命，其真正的工夫只在修心这一件事上，刘

---

① 清人陈铭珪认为全真道不论命功，此说之谬，张广保兄已有详论（参见《金元全真道内丹心性学》）。事实上，排斥以养生为目的的各种方术，并不等于排斥命功，这一点对于理解金丹南宗和金元全真道，甚为重要。

② 南宗在张伯端那里，命功性理颇有打作两截之嫌。这一弱点，在从陈楠到白玉蟾的发展过程，得到了较好的克服。

③ 《崔公入药镜注解》云：“主者命也，客者性也。有身则有命，有命则有性，性依命立，命从性修，是以命为性之母，故为主，性为命之子，故为客，日逐之间，借身为用。”这里，“性依命立，命从性修”的说法很值得注意，事实上修命的工夫须从性地上入手，是理解金丹南宗和金元全真道炼养法的关键。

长生说：

如尘心绝尽则可全于性，色心绝尽则可全于命，无明心尽则可保于冲和。修行人十二时中，只要内搜己过，方可得神气内安，神气安则为真功；不见他人非则为真行。天长地久，入道多年，内养精气，精气盛则神思气、气思神，自然神气相见。（《真仙直指语录》）

这里，去除尘心即是修性，绝尽色心即是修命，归根结蒂，都是心的修炼。

### 三、心为丹与性为丹

南宗<sup>①</sup>有明确的“心为丹”的说法，如白玉蟾说：“丹者，心也”（《静余玄问》）。正如我们前面所分析的那样，这里的心显然是指本然的心体。心为丹或心为道，是南宗丹法理论中最具特色的一部分。

与此既相近似又相区别的是，全真道明确提出了“性为丹”的观念。王重阳说：

本来真性唤金丹，四假为炉炼作团；不染不思除妄想，自然袞出入仙坛。（《重阳全真集》卷二《金丹》）

“真性”又被称作“元初”，如说“唯许元初自讨论”（《重阳全真集》卷一《王公问五门》）、“元初光彩决重收”（《重阳全真集》卷九《于公求诗》），所谓“元初”也就是“父母未生时真性本来面目”。真性是亘劫长存，没有生灭增减的。作为人最根本的存在根据，真性也是人长生的根由，故又被称作“亘劫容颜”。真性是人人全具

---

<sup>①</sup> 这里笼统地讲南宗，是需要加以分析的。实际上，从张伯端到白玉蟾，南宗的丹法理论还是发生了一定变化的。比如张伯端并不十分强调心的重要性，而在陈楠和白玉蟾那里，心的作用却被提高到了本体的高度。由于我们在论文中，主要是将南宗作为一个整体来加以研究，所以有些说法未免失于笼统。然而，在所有需要辨析和说明的地方，我们都将给出必要的分析。

的，王重阳说：“家家有性现精研”（《重阳全真集》卷一《吕公求指诀》）。金丹的修炼过程，就是将人人全具的真性从“爱欲”的蒙蔽下解脱和彰显出来。对此，《重阳全真集》有非常明确的论述：“如金如玉又如珠，兀兀腾腾五色铺，万道光明俱未显，一团尘垢尽皆涂。频频洗涤分圆相，细细磨揩现本初，不灭不生闭朗耀，方知却得旧规模。”“本初”真性的“万道光明”之所以未能彰显，是因为被尘垢所蒙蔽，在经过“磨揩”“洗涤”的修炼工夫以后，其“不灭不生”的朗耀本性才能恢复原初的状态，即所谓“旧规模”。这种对性的认识，很接近于宋明理学中程朱一派的说法。朱子也曾经用宝珠在浊水之中来比喻本性的蒙蔽，这与上引材料是相当接近的。我们知道，自从张载区分了天命之性与气质之性以后，宋明理学对于人性的讨论，一直在这一框架下进行。而张载所开启的关学传统，更对此有突出的强调。王重阳在中岁以前，主要在陕西一带活动，其得道亦在陕西，由此我们是否可以推测在王重阳对性的突出强调中包含有关学的遗韵呢？当然这只是一种猜测，还没有确凿无疑的证据。

至此我们发现，金丹南宗与全真道的“心为丹”和“性为丹”的区别，颇近似于宋明理学中“心即理”与“性即理”的分野。

循着“心为丹”和“性为丹”的区分，继续对南宗与全真道作深入的考查，我们便会发现二者之间在理论上存在着相当大的差别。

全真道对于人与万物产生根源的看法，更多的是采用佛家的缘起性空观。马丹阳说：

一切男女，从无始已来，为种种恩爱贪欲，不出轮回世界；一切胎卵湿化，种种性相，皆因爱欲而生性命，性因爱而生，命因欲而有，皆因爱欲而起逆顺、生嫉妒，从此轮回，绵绵不断。法言：欲净其土，当净其心，若心清静，轮回自息。（《丹阳真人语录》）

一切生物都是由于贪欲而人生死轮回，这样一来，“生”与“死”一样，都是无自性，因而是虚幻不真，不应执著的。王重阳对此也

有相同的认识，他说：“胎生卵湿化生人，迷惑安知四假因；正是泥团为土块，聚为身体散为尘”（《重阳全真集》卷二），一切人物的产生，就像泥土聚成土块一样，是假合而成，并不真实。基于这样的认识，一切现世的问题，即在于对虚幻不真的外相的执著。由此，明心见性的慧觉便是解决问题的根本所在。本来的真性是觉悟的根源，得见自性，即获解脱，所以王重阳说：“得性见金丹”（《重阳全真集》卷九《四得颂》）。

南宗与此不同，在万物化生的问题上，主要是受气化生成论的影响<sup>①</sup>。白玉蟾说：

古者虚无生自然，自然生大道，大道生一气，一气分阴阳，阴阳为天地，天地生万物，则是造化之根也。此乃真一之气，万象之先，太虚太无太空太玄，杳杳冥冥，非尺寸之所可量；浩浩荡荡，非涯岸之所可测，其大无外，其小无内，大包天地，小入毫芒，上无复色，下无复渊，一物圆明，千古显露，不可得而名者。（《海琼问道集·玄关显秘论》）

万物是由虚无的本根中生化出来的，由虚无至万物的产生，是一个自然而然的過程，因而万物并不是虚假不真的，只是与生化的本根比较起来，具体的人和事物的存在都只是暂时的，不具有永恒的意义。而要真正的获至长生，就只有复归到生化的根源上来。金丹南宗确也强调慧觉，但这一慧觉只是要觉悟到所有一切现世追求的暂时性和本然之体的永恒性，从而放弃一切现世的荣华，追求一种本

① 这一论断并不包括张伯端在内。在南宗的发展史上，张伯端的思想最接近禅宗。张伯端说：“切以人之生也，皆缘妄情而有其身，有其身则有患，若其无身，患从何有”（《悟真篇后序》），这里更多的是采用了佛家的缘起说，当然这里已经表露出他试图融合佛道的倾向。张伯端融汇佛道的倾向，在另一处表现得更加明显，他说：“从来万法皆无相，无相之中有法身，法身即是天真佛，亦非人兮亦非物，浩然充塞天地间，只是希夷并恍惚。”（《悟真篇·禅宗歌颂》），这里“希夷”“恍惚”无疑是道家用来描述本根的词语，在张伯端这里，被等同于佛家的法身。当然，不论张伯端如何试图会禅道于一炉，他在万物化生方面仍主要持缘起说，这一点也可以用来解释为何他比陈楠和白玉蟾等人更重视慧觉之“性”。从石泰到白玉蟾，南宗最终回复到原始道家的立场，即更多地从生成论的角度，而不是从缘起观的角度看待人与万物的生成。



根意义的存在。

如果将上面两者作一比较，我们可以得出如下结论：其一，二者虽然都强调要放弃在有形有质的器物层面的追求，包括身体，但全真道主要是从缘起观的角度，认为一切有形有质的器物都是假合而成，因而是虚幻不真的。金丹南宗则是从生成论的角度，认为一切有形有质的东西都是暂时的，因而没有必要执著<sup>①</sup>；其二，二者同样讲在人的现实存在中有本然性的根源为其根据，但在全真道那里主要是讲本然真性为物欲所蒙蔽，从而无法认识到一切外相的虚幻不真。在南宗那里，作为万物生化的来源的本根，在生化万物以后，又散在万物之中，而人之所以认识不到这一根源，是被暂时的得失所迷惑；其三，二者同样讲返本，全真道主要是讲回复到作为觉悟根据的本然真性，而南宗则是要回复到生化的起点；其四，全真道在缘起观的基础上，否认生的意义，追求超出生死轮回的不生不灭的存在状态；南宗则在生成论的基础上，肯定生的意义，追求只有回复到生化根源这一层次才能达到的永生。

当然，为了讨论的方便，我们在上面更多地强调了二者的主流倾向，而忽略了一些具体的枝节。实际上，全真道有的时候也讲生成，而南宗也并非全然不讲缘起。这可以表明，佛道二家，虽然经过了数百年的合流，但一方面二者理论取向上的歧异仍然未能消除，而另一方面，这种歧异却已经开始被并行无碍的接受下来，这又恰恰向我们表明了三教合一的不可逆转。

---

① 从生成论的角度看，具体的器物层面的存在，不只有暂时性这一种缺陷。在早期钟吕系内丹学中还指出有形质的器物是滞碍不通的，如《化书》云：“是故形不灵而灵，语不灵而声灵，觉不灵而梦灵，生不灵而死灵。水至清而结冰不清，神至明而结形不明，冰泮返清，形散返明，能知真死者，可以游太上之京。”形质是滞碍不通的，这也与缘起观的说法不同。

## 第七章 新道教的诞生

### ——内丹观念的最后归宿

#### 第一节 新道教教团组织形成的动因

入世苦行以及对技术性因素的排斥，尽管在宋代就已完整地出现，但这些因素还只是作为个体生活样态体现在个人化的修行实践中，它们被整合进一种宗教组织中去，则是直到金元时期的全真道和真大道，也就是一般所说的“新道教”兴起时才最终完成的。

各种技术性因素以禁欲苦行为枢纽，实现了根本性的转换，融结为一种新的把握世界本质的方式。这一方式必然与一种统一的世界图景相联。尽管这一转换最初只是在个人的宗教实践和宗教生活中实现的，但由于一种统一的世界图景的建立，在此基础上建构和组织宗教团体也就有了可能。然而此种可能仍须在某种诱因的作用下，才有可能变为一种现实的动力，从而真正实现新的组织化过程，最终导致新道教的产生。

关于新道教的产生，陈垣先生以为是北宋灭亡后，中原地区的宋遗民抗拒女真人统治的结果<sup>①</sup>。但从我们接触到的大量史料看，新道教诸派与女真及蒙元朝廷均有颇为密切的关系，如王处一即曾应女真朝廷之召，而丘处机也曾因元太祖之请而远赴漠北，简单地将新道教目之为遗民团体，显然是不无疑问的。而余英时先生在谈及此一问题时，则又认为“以入世苦行的新宗教伦理而言，惠能以下的禅宗是这一个伟大的历史运动的发端，儒家和道教则是闻风而起的后继者”<sup>②</sup>。新道教中是否体现了一种入世苦行的所谓“新

---

① 参见陈垣《南宋初河北新道教考》，中华书局，1962。

② 见余英时《中国近世宗教伦理与商人精神》，《士与中国文化》，上海人民出版社，1987。

宗教伦理”，我们在论“禁欲时代”一章时已有讨论，不再赘述。这里，我们主要考察的是道教中的新因素、新精神是在怎样或隐或显的动机的驱使下，而开始其组织化进程的。

新道教的产生，以王重阳的全真道影响最广。全真教仍以内丹修炼为解脱的根本<sup>①</sup>，但王重阳主张融儒释道于一炉，倡导“儒门释户道相通，三教从来一祖风”的三教合一思想，并以《道德经》《般若经》和《孝经》为全真道徒必修经典。这是一般道教史的通识，并无疑义。但这些表面的现象和结果，究竟是哪些潜在因素相互作用和纠结所致，则尚须更进一步的考察。道教中的新因素、新精神组织化为新的道教教团，无疑与女真人入主中原有关，这一点，我们可以从同样出现了新因素、新精神的南宋道教的情形得到证实，以金丹南宗为例，在所有宋代兴起的内丹流派中，金丹南宗的传承无疑是最有统系的，其教法也最为一贯，然而，金丹南宗却始终停留在秘传宗教的阶段上，而没有组织化为宗教教团。在新道教的产生与女真人统治有关这一点上，陈垣先生的结论无疑是极具建设性的。但是，我们在这里要追问的是，女真人的统治带来的哪些变化，具体地导致了新道教的产生。“遗民说”的问题，我们已在上面作了分析，显然，从相关的史料看，全真道等新道教教团并没有对女真朝廷表现出明显地抗拒姿态，而是持相当合作的态度。这表明即使新道教教团组织的形成确与“遗民”有关，也并不像陈垣先生所暗示的那样，是出于“对抗”异族统治的“政治”考虑，而是别有所图。

事实上，在王重阳为全真道徒选定的三部必须修习的经典中，对《孝经》的提倡是相当突兀的。全真道对《般若心经》的强调显然有其理论上的需要和根据，因为全真道的丹道思想正是以佛家的缘起性空观为基础的<sup>②</sup>，它强调《般若心经》的重要性不足为怪。但全真道重视离家清修（如马丹阳入道之前已经娶妻，而王重阳则力劝其

---

① 参见张广保《金元全真道内丹心性学》，三联书店，1994；另见拙文“性命先后——关于金丹南宗与金元全真道的比较研究”，《中国哲学史》，1999年第3期。

② 参见拙文“性命先后——关于金丹南宗与金元全真道的比较研究”。

离家清修)<sup>①</sup>，其教理与世间的伦理生活在根本上是相互抵牾的。这一现象非常重要，如果细加考察，我们将会找到进一步探究的基本线索。对于《孝经》的提倡，只有联系女真人入主中原后的日常生活秩序的变化才能得到恰当的解释。而这一解释，同时也将给我们前面提到的新道教教团组织形成的问题带来启发。按赵翼《廿二史札记》“金末种人被害之惨”条云：“金制：以种人设明安穆昆(旧名猛安谋克)分领之，使散处中原。世宗虑种人为民害，乃令明安穆昆自为保聚。其土地与民，犬牙相入者互易之，使种人与汉民，各有界址。”从这条材料看，原本中原的女真人与汉民是混居的，只是到了金世宗(公元1161—1190年在位)时，才“自为保聚”，改变了这种“土地与民”“犬牙相入”的状况，此种改变政策是否得到了彻底的执行，尚未可知，而即使是得到了完全的施行，女真人与汉民的居处亦非泾渭分明。此种异族混居的情况，其文化和习俗上的差异必甚显著。女真先祖崛起于东北一隅，其生活习俗当甚鄙野，入中原后，虽经汉化，其种种陋俗当非短时间内可以尽除。在此种情形下，以汉族固有的人伦纲常为号召，不能不看作是一种类似近代民族主义精神的反应。在这个意义上，王重阳以《孝经》为号召，便很可理解。而从宗教方面看，女真族的原始信仰为萨满教，据《三朝北盟会编》记载：“兀室(完颜希尹)奸猾而有才……国人号为珊蛮，珊蛮者，女真语巫姬也，以其通变如神。”这里珊蛮即是萨满。按女真人的习俗，无论是治病祭神、秋收祭祖，还是年节喜庆，都要请萨满跳神，老萨满要跳三昼夜，新萨满要跳九昼夜，而民众则随之歌舞<sup>②</sup>，此种景象对于周遭之汉人当形成极大的冲击。萨满的行为实为巫术，据《多桑蒙古史》云：“珊蛮者，其幼稚宗教之教师也。兼幻人、解梦人、卜人、星者、医师于一身，此辈自以各有其亲狎之神灵，告彼以过去现在未来之秘密。击鼓诵咒，逐渐激昂，以至迷惘，及神灵之附身也，则舞跃瞑眩，妄言吉凶，人生大事皆询此辈巫师，信之甚切。”盖萨满教以巫术为主，道教传统

<sup>①</sup> 参见《金元全真道内丹心性学》，第10页。

<sup>②</sup> 参见张践《中国宋辽金夏宗教史》，人民出版社《中国全史》系列。

中的新精神强烈地排斥以往的技术性因素，尽管以前的种种技术性因素已与原始的巫术有了质的分别，但在行为方式上，仍有巫术的特征。新道教力求与此种巫术气氛划开界线，因此，原有的对于技术性长生术的排斥得到更进一步地加强。在这里，我们已可得出这样的结论：即新道教教团组织的产生实际上可以看作是对异族的宗教和文化习俗的回应。而新道教组织产生以后，便迅速成为凝聚汉民族的宗教和文化习俗的基本力量，从而在很短的时间里，就发展出了相当庞大的教团组织。要言之，新道教的产生正是此种试图在文化和宗教两方面重塑“身份认同”的努力的结果。而这无疑也是由一种“遗民”心态所致，但此种“遗民”心态与陈垣先生所强调的政治上对抗异族统治却相去甚远。

在文化和宗教上重塑“身份认同”的需要提供了根本上的动力，从而把自晚唐五代以来道教传统中发展出的新因素新精神组织化为金元时期的新道教教团组织。

## 第二节 新道教伦理精神的实质

在两宋的金丹南宗那里，内丹观念完成了从技术性实践到生活样态的转变。在某种意义上，我们可以说金元时期兴起的全真道仍然延续了这一演进的方向。然而，与金丹南宗仅仅作为一种个体的生活样态不同，全真道将这样一种生活方式以真正意义上的教团宗教的形式体现出来。为了适应教团组织的需要，以个体的炼养实践为核心的生活样式不得不作出种种相应的调整。

在整个新道教运动中<sup>①</sup>，全真道的独特之处在于，它在根本上属于以长生技术为主线的道教传统，而且是这一演进线索的最后归

---

<sup>①</sup> 金元时期的新道教并不只是全真道一支，而是包括真大道等在内的一个影响广泛的运动。详细讨论参见陈垣《南宋初河北新道教考》；詹时窗《南宋金元的道教》，上海古籍出版社，1989。

宿。总的来说,以长生技术为主线的道教传统往往并不重视戒律<sup>①</sup>。这种倾向在金丹南宗那里,被推到了极致。金丹南宗在精神根柢里的极端拒世,使得一切妨碍自己从世俗世界中解脱出来的规矩(既包括世界的礼法、也包括宗教的规仪)都受到根本的蔑视,如果在金丹南宗那里我们还能看到某种随顺的态度的话,那也绝不意味着接受现世,而恰是最深刻地抵触现世的表现。全真道在草创之时,体现的也是同样的精神。然而全真道作为一个教团宗教,教团组织的存在使得它不得不作出必要的调整,从而使共同体生活得以维持。在这一调整中,全真道融合了以救赎为主线的道教传统中有关共同体生活的一部分内容,打造出了自己独具特色的宗教伦理。

在具体地讨论全真道的宗教伦理时,我们有必要先来考察一下以救赎为核心观念的教团性宗教的宗教伦理,从而建立一个参照系,来进一步突显全真道伦理精神的实质。在进行这一考察之前,我们先来看一下韦伯关于巫术伦理与宗教伦理的论述,这一论述对于理解我们下面的讨论,将是至关重要的。马克斯·韦伯在《宗教社会学》一书中说<sup>②</sup>:

在早期阶段,宗教伦理继续与巫术伦理共有另外一个特征,换言之,它经常是由来自极为分歧之动机与诱因的、异质性的诫命与禁令之复合体所构成。从我们今天的观点来看,在此复合体内无所谓“重要”与“不重要”的伦理要求之区分;任何违反伦理的行为皆构成“罪恶”。稍后,这些伦理观念可能会出现一种体系化,此种体系化乃源自理性的期望,期望由于实践令神喜悦的行为而得以为自己确保个人外在环境的安乐,以及认为罪恶乃是一种反神的(邪恶的)统一的力量,人若落入其掌握即会沈沦。“善”乃被视为一种导致圣洁之心境、

---

① 因为在极端地技术主义倾向中,只要能够真正地理解和掌握技术,其他的一切都可以无须考虑,这种倾向我们在葛洪的《抱朴子内篇》中可以清楚地看到。然而,在较为和缓的技术主义那里,戒律仍有其地位,因为,一般以为,人能否有机会掌握长生技术,与他本人甚至他祖上的德行有关,从而与戒律或一般意义上的伦理有关。

② 马克斯·韦伯:《宗教社会学》,第56页。

以及由此心境而来之首尾一贯的行为的统合能力。在此一转化过程中，同样也发展出一种救赎的期待，救赎成为一种非理性的憧憬，冀望能达到真正的、不为其他目的的“善”，以便得到这种德行之善的意识。一连串几乎是无穷尽的、极为分歧的观念演化(不断地与纯粹巫术观念有所混杂)，导致虔敬升华为——借着其引发的持续的动机——一种特殊生活态度之恒久的基础。

从早期以救赎为核心观念的教团性道教组织到新道教的教团组织之间，并不构成一条完整的、一以贯之的演进线索，这一点我们在前面已作过详细论述。然而，在作为宗教共同体生活的一般准则的宗教伦理上，二者之间却似乎存在着某种显见的连续性。当然，在下面的分析中，我们将会看到，表面的相似并不能弥合其根柢里的断裂。对于早期的教团性道教组织的宗教伦理的分析，我们将以《女青鬼律》为个案来加以展开。

出于讨论的需要，我们将尽可能完整而不是片断地引证相关的材料。下面是《女青鬼律》卷三的内容：

道律禁忌。天师曰：“视天下男女，日用不忠，行善不报，灾害日兴，天考鬼贼，五毒流行，皆生于不信，不念守一行善，身招其祸。念子不得久世长生，吾受太上教敕严切，令以示天民，令知禁忌，不犯鬼神。灵书《女青玄都鬼律》，令使汝曹皆悉知闻，逆者还顺，恶者还善，改往修来，当依鬼律令。”

一者，不得自东自西自南自北，出入来去，去无所关，还无所白，任意恣心，皆负律令，除算三十二。

二者，不得呼天无神，言道师旨，败刑乱政，自言己是，道人言非，皆负鬼律，天夺算一十三。

三者，不得持真入伪，奸乱圣明，饮酒食肉，呼嗟无道，夺算千三百。

四者，不得传宣恶语，道说他人，妄作一法，不信天道，虚言无实，天夺算千二百。

五者，不得传虚，两舌妄语，喜怒无常，专行逆然，不慎

阴阳，天夺算百三十二。

六者，不得轻慢老人，骂詈亲戚，夫妻咒诅，自相煞害，毒心造凶，不孝五逆，天夺算一百八十。

七者，不得受道不知，轻慢传非其人，贪财受利，取人自益，借物不还，以为私宝，天夺算一千八百。

八者，不得斗争言语，因醉淫色，假托大道，妄言鬼语，要结男女，饮酒食寅，天夺算三百。

九者，不得游行东西，周合男女，消灾不解，因成邪乱，天夺算万三千，死殃流七世。

十者，不得传道童女，因入生门，伤神犯气，逆恶无道，身死无后，不得反男为女，阴阳倒错，天夺算三百。

十一者，不得露合阴阳，触犯三光，因酒往还，承威相接，天夺三百。

十二者，不得一个气生，一个气死，逼犯真人，天夺算三十三。

十三者，不得一父子别居，室家离散，天夺算二十二。

十四者，不得嗜欲恶失，男女聚集，妄道邪言，天夺算百二十。

十五者，不得同法相嫉，更相道说，不信三五，评论天气长短，天夺算八百二十三。

十六者，不得逃遁父母，游行四方，位立真气，自相收合，天夺算三百二十。

十七者，不得灭天所生，妄煞走兽，弹射飞鸟，指南作北，任心所从，不依《鬼律》，天夺算三千。

十八者，不得干知人事，宣布他家，藏善出恶，奸人妇女，谋图人婿，逆戾三光，阴贼咒诅，不孝五逆，天夺算千二百二十。

十九者，不得行道之日，贪色淫心，行气有长，自解不已，私共约誓，因生不孝，奸心五内，无道之子，天夺算三万。

二十者，不得思神不报，因行生气，取降元气，贪淫爱



色，手足不离，弥日竟夕，如此无道，天夺算三百四十二。

二十一者，不得以赤气妄传俗人，口手胸心，更相交接，委道自叛，师主无法，天夺算三百。

二十二者，不得妄以经书授与俗人，道父母名讳，泄漏真要，谄语俗人，天夺算三百。

上述戒规可以分为几类：第一类是与维护宗教共同体生活直接相关的诫命，如第五条、第六条、第十三条、第十六条、第十八条；第二类是与道法传授及维护道法正统性有关，如第二条、第三条、第七条、第十条、第二十条、第二十一条、第二十二条；第三类则是一些巫术性的禁忌，如第十一条、第十七条。《女青鬼律》具有典型早期宗教伦理的特征，它的确是“由来自极为分歧之动机与诱因的、异质性的诫命与禁令之复合体所构成”的，各类戒律之间既没有清晰可见的逻辑关系，也没有明确的关联，只是一种偶然的拼凑。当然，《女青鬼律》已经开始脱离巫术伦理的阶段，而更多地体现为一种宗教伦理，因为其中主要的戒律都与宗教共同体的维持有关，而属于巫术性禁忌的只有极少数的几条而已。

与此不同，全真道的戒律中所体现出的完全是另一种宗教伦理。关于全真道的教规，我们主要以《全真清规》为资料：

指蒙规式。大凡初真童蒙，出家寻问明师，然后投礼。既然出家，听从师训，长心成人。师接弟子，先问悟透善根浅深，又观祖上门风善恶，便看本人才不才，方可收录。先要脱俗，改妆衣服，仙风道气，教而训之，后必有异。……明师接人，教而训之，先从有为，后学无为。……有志之人，亲奉明师，朝参暮礼，听而从之。习学经典，遵守清规。日至黄昏，烧香上灯，礼谢天地，朝拜圣贤，侍奉师尊，诸事既了，收敛身心，端身静坐，无起妄想，竖起脊梁，右脚在下，抄手静默，心不外想，瞑目而坐，或一更二更，此为功课，睡至五更，未开静时，切障忽来，个个鲜知，中开气逆，巡行专在于警提，挂牌务存于救正。当扑克返以谦柔，休昧己而强硬，本为生死修持，毋生人我辨竟，切宜起离错散，抖搜精神，恭身

先拜仙圣，回首次谢志仁；当生欢喜，毋起怒嗔，自然心中安泰快乐，壶内熙春，克己报德，实于上士；强怀反恨，真是小人。莫自是，徒为虚诈，当省非，厚养朴淳；详夫先圣规矩，祖师钵义。金返本乃钵之源，情归性乃钵之理，钵圆混以象乾元，中虚犹太始，森罗悉备其中，造化皆全，个里因有透漏不觉而沉，由无点滴，忽然而起，冰澄湛而悟归源，钵浮沉而明返己，大抵以无喻有，假实体虚，琢磨必从师友，了达须下功夫，当参明父母未生之始，常返照身心彻动之初，实纯志士，须谦卑而遵近，怪友狂朋，必柔顺以远疏……苦志业修，废寝忘餐，常寂照甘心，磨炼返真，观舍身努力，养得气神一定，自然性命双全。噫！脱生灭之境界，超造化之乾坤，游泳先天而逍遥大象，彷徨无极而快乐真元，绰绰然全真而最上，巍巍乎独立以尊先。

教主重阳帝君责罚榜。……一、犯国法遣出；二、偷盗财物遣送尊长者烧毁衣钵罚出；三、说是谈非扰堂闹众者竹篦罚出；四、酒色财气食荤但犯一者罚出；五、奸滑慵狡忌妒欺瞒者罚出；六、猖狂骄傲不随众者罚斋；七、高言大语作事躁暴者罚香；八、说怪事戏言无故出庵门者罚油；九、干事不专、奸滑慵懒者罚茶；十、犯事轻者并行罚拜。

我们征引的《全真清规》的内容包括两个部分，一部分是“指蒙规式”，很显然，仅仅从题目上就可看出，这一部分是教导初入道者如何开始自己的修行实践；另一部分则是“教主重阳帝君责罚榜”，由十条最基本的戒规构成。我们先对后者作一简要的分析。从“教主重阳帝君责罚榜”所列的十条戒规看，大致上有两类内容：其一，与维持共同体生活有关，如“犯国法遣出”、“偷盗财物……罚出”等，这一部分内容是最为主要的；其二，与维持一种端谨严肃的修行生活有关，如“猖狂骄傲不随众者罚斋”、“高言大语作事躁暴者罚香”以及“说怪事戏言无故出庵门者罚油”等三条。这十条戒规，主要是维持共同体生活的一般性行为规范，是任何一种共同体生活得以维系的一些基本的行为准则，在这些行为准则背后，并

不需要有清晰明确的宗教目的。尽管这些戒规并不能从某一特定的宗教目标中合乎逻辑地导出，但它们从根本上仍从属于宗教目的，因为之所以要维系现世的共同体生活，其最终目的还是要求得宗教上的解脱。

相较而言，“指规蒙式”便完全不同，它既提供了一种特定的行为模式，又为这种行为模式提供了宗教上的理由。而它之所以倡导这种特定的生活样态，是与最终的宗教目标相一致的。它之所以强调“有志之人，亲奉明师，朝参暮礼，听而从之。习学经典，遵守清规。日至黄昏，烧香上灯，礼谢天地，朝拜圣贤，侍奉师尊，诸事既了，收敛身心，端身静坐，无起妄想，竖起脊梁，右脚在下，抄手静默，心不外想，瞑目而坐，或一更二更，此为功课，睡至五更，未开静时，切障忽来，个个鲜知，中开气迸，巡行专在于警提，挂牌务存于救正。当扑克返以谦柔，休昧己而强硬，本为生死修持，毋生人我辩竟，切宜起离错散，抖搜精神，恭身先拜仙圣，回首次谢志仁，当生欢喜，毋起怒嗔，自然心中安泰快乐，壶内熙春，克己报德，实于上士；强怀反恨，真是小人。莫自是，徒为虚诈，当省非，厚养朴淳；详夫先圣规矩，祖师钵义”，是为了“脱生灭之境界，超造化之乾坤”，最终超离此岸。它所提倡的宗教生活规范，直接根源于一种统一完整的世界图景。

以长生技术为主线的道教传统经过了长期的演进，最终形成了新的教团宗教——全真道。在全真道那里，宗教教团的组织原则和最终目的都从属于特定的宗教目标及与之相关的修行实践，而且从根本上导源于一种统一完整的世界图景。在这里，技术性道教传统中的个体修行实践与救赎性道教传统中对规仪的强调被统一为一个整体，技术性道教传统终于完全摆脱了原有的巫术色彩，最终完成了向严格意义上的教团宗教的转化。

## 附录一：《黄庭内景经》重考

王明先生 1948 年发表于《国立中央历史语言研究所集刊》的《〈黄庭经〉考》一文<sup>①</sup>，对《黄庭内景经》的成书、性质以及思想源流都作了考察。然而，随着许多重要相关资料的发现，对该文的大部分结论作重新审查，显然是有其必要性的。

《黄庭内景经》与《上清经》渊源甚深，它的成书亦与早期《上清经》传承有关。如果不能对《黄庭内景经》与《上清经》的关系给以足够的重视，便无法准确地把握住《黄庭内景经》的主要性质及思想倾向，同时也无法正确地认识《黄庭内景经》的成书过程。鉴于上述问题，本文将讨论的重心放在以下几个方面：一、《黄庭内景经》与《上清经》的渊源；二、《黄庭内景经》的成书；三、《黄庭内景经》的性质。而在作上述考察之前，又必须首先对早期上清派经典的“出世”问题作一必要的清理<sup>②</sup>，以便使本文的讨论建立在更为可靠的基础之上。

### 一、《上清经》“出世”始末

陈国符先生在《道藏源流考·三洞四辅经之渊源及传授》一节中论曰：

据梁陶弘景《真诰叙录》，《上清经》乃晋哀帝兴宁年间扶乩降笔，杨羲用隶字写出，以传许谧，许谧惟是《紫阳真人周君内传》、《清灵真人裴君内传》、《清虚真人王君内传》、《南岳夫人内传》并已先言授经事，则似真经已先行出世，考诸真传实皆出于晋代，且所记真经，撰传时尚未出世，故当从《真诰》之说。

又曰：

---

① 刊于王明《道家与道教思想研究》一书，中国社会科学出版社，1984。

② 有关这一问题的详细考察，参见拙文《论道教早期上清经的‘出世’及其与〈太平经〉的关系》，《北京大学学报》，1999 年第 1 期。

道书述道经出世之源，多谓上真降授。实则或由扶乩，或由世人撰述，依托天真。

然而扶乩之事，荒唐怪诞，殆不可信，则陈国符先生当是以此三十一卷上清真经，皆由杨羲撰述。

据《太平广记》卷五十八《魏夫人传》所载，魏夫人卒于晋成帝咸和九年（公元334年），下距晋哀帝兴宁三年<sup>①</sup>（公元365）已三十年，则授经事显是依托，可以无疑。但是否可以因其依托，便断言《上清经》出于杨羲，则尚需详考。

陈国符先生引述《真诰叙录》，曰：

伏寻《上清真经》出世之源，始于晋哀帝兴宁二年太岁甲子，紫虚元君上真司命南岳魏夫人下降，授弟子琅琊王司徒公府舍人杨某，使作隶字写出，以传护军长史句容许某并其弟三息上计掾某某，二许又更起写，修行得道。

按《真诰》卷二十《真诰叙录》载：

杨书《王君传》一卷，本在句容葛永真间。

陶弘景既然得见《王君传》，而又有“伏寻上清真经出世之源，始于晋哀帝兴宁二年太岁甲子”的结论，这从表面上看来，似乎是在说，《王君传》所载诸经，撰传时尚未存在。然而这一结论，与陶弘景作为道教信徒的背景十分不符。因为，倘诸经在魏夫人作《王君传》时并不存在，而魏夫人却言其实有，则是魏夫人欺诳。这在作为上清派信徒的陶弘景而言无疑是无法接受的。这也就是说，陶弘景显然是认为上清诸经在魏夫人那里已有成书。

《真诰叙录》末有陶弘景自注，其文曰：

<sup>①</sup> 《真诰叙录》以为降神发生在“晋哀帝兴宁二年太岁甲子”，而《真诰世谱》则以为发生在“晋哀帝兴宁三年乙丑”，《魏夫人传》显然依据后说。本文未对此作详细考查，姑依后者。

魏夫人小息为会稽时，携夫人中箱法衣，并有经自随供养。后仍留山阴，于今尚在，未获寻求之。

这就是说，魏夫人的一部分经书，由其次子刘瑕携至会稽山阴，及其歿后，经留在焉。

这样一来，陶弘景对上清诸经是否早有成书的看法，至少从表面上看，显然有矛盾之处。而这一矛盾的解决，要在于对“出世之源”一语的理解。

《真诰叙录》云：

朗子洪，洪弟真，罕子智等，犹共遵向。末年事佛，乃弛废之尔。

陶弘景注曰：此当是经运应出所致也。

又云：

景和既猖狂，楼(惠明)谓上经不可出世。

由上面两条材料，显然可以看出，“不可出世”或“经运应出”并不是指诸经的是否存在，而是在说业已存在的上清派经典是否应该流布于世。这样一来，“伏寻上清真经出世之源”便不是寻讨上清诸经的成书之始，而是在追溯上清诸经得以在世间传布的渊源。

由上面讨论，我们可以看出，陈国符先生的结论，确实有进一步检讨的必要。

### (一) 关于诸真传记

陈国符先生以为“诸真传实皆出于晋代，且所记真经，撰传时尚未出世”。陈先生的结论，可以分析如下：一、倘若诸真传皆撰于晋哀帝兴宁三年以后，则显然与“所记真经，撰传时尚未出世”抵牾，因为《真诰叙录》中明确记述了晋哀帝兴宁年间上清真经的出世，诸真传若撰于是年之后，显然不能说“撰传时”诸经尚未出世；二、只要诸真传中有成篇于兴宁三年以前，那么陈先生的讨论便存在显而易见的逻辑问题。因为“所记真经，撰传时尚未出世”一句，其根据在《真诰》中，以依据《真诰》得出的结论，证明“故当

从《真诰》之说”，这是典型的循环论证，其论证结论是无效的。以上是从逻辑分析的角度对陈国符先生的论证所做的检讨，下面，我们将详细讨论诸真传记及其相关问题，以为辅证。

《云笈七签》卷一百六有《清虚真人王君内传》一篇，篇名下题曰：“弟子南岳夫人魏华存撰”，篇首复有“华存师清虚真人王君讳褒字子登”一句。又《真诰叙录》言有杨书《王君传》一卷，则此传为魏夫人所作，当可无疑。《王君内传》云：

西城真人遂以即日授君《太上宝文》、《八素秘书》、《大洞真经》、《灵书八道》、《紫度炎光》、《石精玉马》、《神真虎文》、《高仙羽玄》凡三十一卷。

推详其语意，则王褒已有此三十一卷上清真经是十分显见的。

《太平广记》卷五十八有《魏夫人传》一篇，此传亦载于《顾氏文房小说》，两传相比，文字全同。史料中关于《魏夫人传》的记载，按其出现年代的先后，可列表于下：

葛洪《神仙传》	中候上仙范邈，字度世，旧名冰，服虹景丹得道，撰《魏夫人传》。
《真诰》	王清虚令弟子范邈作内传传世。
《隋书·经籍志》	《南岳夫人内传》（不著撰人）
《旧唐书·经籍志》	《紫虚元君南岳夫人内传》一卷 范邈撰
《新唐书·经籍志》	《紫虚元君南岳夫人内传》 范邈撰 《紫虚元君南岳魏夫人内传》 项宗撰

按葛洪卒于晋哀帝兴宁元年（公元 363 年），则范邈作《魏夫人传》当早于此时。由此可知，《魏夫人传》的成文年代也早于晋哀帝兴宁三年。

《太平广记》所载之《魏夫人传》，其中有“玄宗敕道士蔡伟编入《后仙传》，大历三年戊申鲁国公颜真卿重加修葺，立碑以纪其事焉”一段，则可推知此传当是项宗所撰。然《新唐书》并载范邈及项宗两种传文，则是项宗补撰《魏夫人传》时，范邈之文尚在。项《传》概依据范《传》而有所增加，其后则范《传》既与项《传》无别，而项

《传》内容更为丰富，遂独行于世。如此，则项宗所撰《魏夫人传》，其关于上清经传承的记载，是可以依据的。

《魏夫人传》云：

后众真下降，而清虚真人王君为之师，授以《太上宝文》、《八素隐书》、《大洞真经》、《灵书八道》、《紫度炎光》、《石精金马》、《神虎真文》、《高仙羽玄》等经，凡三十一卷。

则魏夫人得授上清真经也十分明了。

上述两传皆早于兴宁三年成篇。倘若确如陈国符先生所说“撰传之时”真经尚未成书，则只能是王褒与魏华存皆仅知篇名，而实未有其经文。然王魏二人既知真经名目，为何不依之造作，而必要等杨羲至兴宁三年开始伪造呢？这在道理上无论如何也讲不通。

## （二）降授始末

魏夫人降神授经之事始见于《真诰叙录》：

伏寻《上清真经》出世之源，始于晋哀帝兴宁二年太岁甲子，紫虚元君上真司命南岳夫人下降，授弟子琅琊王司徒公府舍人杨某，使作隶字写出。

此事亦见于《太平广记》卷五十八《魏夫人传》：

陶贞白《真诰》所呼南真，即夫人也，以晋兴宁三年乙丑，降杨家。

按范邈撰《魏夫人传》之事载于葛洪《神仙传》，且云邈已“服弘景丹得道”，则范邈根本不可能知道兴宁三年降授之事。此文当是项宗补撰时依《真胄世谱》所增。降神授经事乃是依托，自无疑义，则杨羲获上清真经当另有途径。

据《真诰》末所附《真胄世谱》所言：

杨先以永和五年己酉岁受中黄制虎豹符，六年庚戌，就魏夫人长子刘璞受《灵宝五符》，时年二十一，兴宁三年乙丑，众真降授，年三十六。



据此，则杨羲曾从刘璞处得授道经。此事载《魏夫人传》中，则曰：

夫人令璞传法于司徒琅琊王舍人杨羲，护军长史许穆，穆子玉斧，并皆升仙。

按魏夫人卒于晋成帝咸和九年，杨羲时方四岁，则“夫人令璞传法”之事，甚为虚妄，其真相当如《真诰》所说，“就魏夫人长子刘璞”处受学。

然依《真诰》所说，则杨羲似乎仅从刘璞处得《灵宝五符》，而未及他书。而杨羲既托言兴宁三年降授，则其实际得到上清真经的年代，当与此有关。

按魏夫人晋武帝咸宁元年(公元275年)“适南阳刘幼彦”，以太康九年(公元288年)<sup>①</sup>遇众真降临。据《魏夫人传》，则诸者降神之时二子已“粗立”。假设此时刘瑕五岁，则刘璞至少应长刘瑕一岁，则刘璞当生于太康三年(公元282年)以前，至兴宁三年(公元365年)，则刘璞至少也是八十三岁高龄，或者璞即卒于是年前后。

按魏夫人卒时寿八十三岁，魏舒(魏夫人父)亦住世八十二岁<sup>②</sup>，据此，上面的推断是极有可能成立的。兴宁三年恰是杨羲托言魏夫人降授之岁。或许在刘璞死后，杨羲因早与刘璞较为密切的关系(从刘处得授《灵宝五符》)，而得到魏夫人的遗经，遂据为己有，而托言降授。

通过上面简要的讨论，我们可以得出如下结论：一、三十一卷上清真经并非始出于杨羲；二、上清诸经的成书不会晚于晋武帝太康九年(这一年魏华存得到了王褒传授的经书)。

## 二、《黄庭内景经》与上清派经典

《黄庭内景经》多言存神之法，与上清系诸经的关系至为密切，书中的主要思想皆可于上清系经典中找到根源。考察《黄庭内景经》与上清诸经的关系，对于了解其学说的性质及其成书过程，都有着重要的意义。

①② 参见王明《《黄庭经》考》。

### (一)《紫度炎光》

《正统道藏》<sup>①</sup>第五十六册正一部明字号有《上清回神飞霄登空招五星上法经》一卷，实由两篇道法组成，其一为《回神飞霄登空招五星上法》；其二为《镇神养生内思飞仙上法》。其中，《镇神养生内思飞仙上法》中一段经文与《黄庭内景经》之间有密切的关系，很有考察的必要。

《镇神养生内思飞仙上法》云：

每以平旦，东向平坐，临目内存，形色朗然，呼其正讳，还镇本宫。叩齿三十六通，乃存发神，名苍华字太元，形长二寸一分；脑神，名精根字泥丸，形长一寸一分；眼神，名明上字英玄，形长三寸；鼻神，名玉陇字灵坚，形长二寸五分；耳神，名空闲字幽田，形长三寸一分；舌神，名通命字正伦，形长七寸；齿神，名峰字罗千，形长一寸五分。面部七神，同衣飞罗裙，并婴儿之形，存之审正，罗列一面，各镇其宫。

而《黄庭内景经·至道章》曰：

至道不烦决存真，泥丸百节皆有神。发神苍华字太元，脑神精根字泥丸，眼神明上字英玄，鼻神玉垄字灵坚，耳神空闲字幽田，舌神通命字正伦，齿神铘峰字罗千，一面之神宗泥丸，泥丸九真皆有房，方圆一寸处此中，同服紫衣飞罗裳。

两相比较，则经文中所载面部七神名讳及排列顺序，比与《黄庭内景经·至道章》相同，唯个别字句略异。另外，《镇神养生内思飞仙上法》详述面部七神尺寸，而《黄庭内景经》无之。

《镇神养生内思飞仙上法》复详记五脏六腑之神：

次思心神，名丹元字守灵，形长九寸；肺神，名皓华字虚成，长八寸；肝神，名龙烟字合苍明，长七寸；肾神，名玄冥字育婴，长三寸六分；脾神，名常在字魂庭，长七寸三分；胆

<sup>①</sup> 本文所用《正统道藏》为台湾艺文印书馆缩印本。

神，名龙曜字威明，长三寸六分。六府真神，同著丹锦飞裙，处五脏之内，六府之宫，形若婴儿，色如华童，存之审正，罗列之形，从朝至暮，思念勿忘。

按《黄庭内景经·心神章》则云：

心神丹元字守灵，肺神皓华字虚成，肝神龙烟字含明，肾郁导烟主浊清，肾神玄冥字育婴，脾神常在字魂停，胆神龙耀字威明，六腑五脏神体精，皆在心内运天经，昼夜存之自长生。

比较之下，则六腑之神名讳及排列次序与《黄庭内景经·心神章》也基本相同。只有肝神“合苍明”，《心神章》作“含明”。《镇神养生内思飞仙上法》复详载六腑神尺寸，而《心神章》亦无。

《正统道藏》第十一册洞玄部玉诀类逊字号《登真隐诀》卷下《诵黄庭经法》后附《存神别法》一篇，亦详述面部七神与六腑之神名讳尺寸，与《镇神养生内思飞仙上法》全同，今举其述面部之神名讳一段抄录于下：

存神别法。清虚真人曰：凡修《黄庭内经》，应依帝君填神混化玄真之道……发神苍华字太元，形长二寸一分；脑神经根字泥丸，形长一寸一分；眼神明上字英玄，形长三寸；鼻神玉垄字灵坚，形长二寸五分；耳神空闲字幽田，形长三寸一分；舌神通命字正伦，形长七寸；齿神铘峰字罗千，形长一寸五分。已上面部分七神，同衣紫衣飞罗裙，并婴儿之形，存之审正，罗列一面，各填其宫。

按《镇神养生内思飞仙上法》首句曰：

太微天帝君镇神内思解胞散结固魂凝魄混化玄真之道。

其首段末句云：

存之审正，罗列一面，各镇其宫。

两相比较，则《登真隐诀》中所谓“填神”、“各填其宫”当依

《镇神养生内思飞仙上法》所云作“镇神”和“各镇其官”，“填”字当系讹误。

这两段文字显然出自一源。

按《登真隐诀》正文中夹双行小字，是陶弘景的注文。《存神别法》“帝君填神混化玄真之道”一句的注文说：

按裴君学道乃(当作及)有所受说，都不阙(当作关)黄庭家事，此云帝君填神混化玄真，是今世中伪经，窃用《紫度炎光》卷中法，其神形长短祝说皆同。

这也就是说，上面引述的文字出自《紫度炎光》经。

《正统道藏》第五十五册正一部广字号有《洞真太上紫度炎光神玄变经》一卷，未见上面引述的文字。然而，在其卷首载《太微帝君记》一篇，其文如下：

太微帝君生于始清之端，曜灵彻玄气未凝之始……是以得御《紫度炎光》回神飞霄登空之法。

此文复见于《云笈七签》卷一百三。《镇神养生内思飞仙上法》恰好在《上清回神飞霄登空招五星上法经》中，而《镇神养生内思飞仙上法》又正是“太微天帝君镇神内思解胞散结固魂凝魄混化玄真之道”。由此，我们可以推定《上清回神飞霄登空招五星上法经》的两篇道法原系《上清紫度炎光神玄变经》的经文<sup>①</sup>。

为使问题更加明确，我们将《紫度炎光经》、《上清回神飞霄登空招五星上法经》与《存神别法》之间的关系列于下表，以备考索。

① 《道藏提要》云：“按《真诰·甄命授》称：‘道有紫度炎光，夜照神烛’，‘仙道有流金之铃，以摄鬼神’，是此书前三篇源出甚早。”推寻陶弘景《登真隐诀》卷下《存神别法》注中之言，则陶弘景显然已见到《紫度炎光经》之全本。按现存之《紫度炎光神玄变经》，其前三篇分别为《招无洞视观天上法》、《流金火铃》、《帝君夜照神烛》，《夜照神烛》是《紫度炎光》之原文，绝无疑问；而《招无洞视观天上法》与《登空招五星上法》、《内思飞仙上法》题目风格一致，亦是《紫度炎光》原有篇目；《流金火铃》一篇，托言太微天帝君，亦与《内思飞仙上法》相同，当属《紫度炎光经》之文。盖《上清紫度炎光神玄变经》原由此五篇道法构成，而其余诸篇，则或托言中央黄老，或托言太极真人，皆为后来混入，而非原有经文。

《登真隐诀》卷下之《存神别法》	“帝君 <sub>填</sub> 神 <sub>混</sub> 化 <sub>玄</sub> 真 <sub>之</sub> 道”。 详列面部七神及六腑之神。
《存神别法》之陶弘景注	“此云帝君 <sub>填</sub> 神 <sub>混</sub> 化 <sub>玄</sub> 真 <sub>之</sub> 道……窃用 《紫度炎光》卷中法”。
《太上洞真紫度炎光神玄变经》	“得以御《紫度炎光》回神飞霄登空 之法”。
《上清回神飞霄登空招五星上法经》	“太微天帝君镇神……混化 <sub>玄</sub> 真 <sub>之</sub> 道” 详列诸神名讳。
所得结论	《上清回神飞霄登空招五星上法经》 原属于《紫度炎光神玄变经》

陶弘景无疑见到了杨许所传《紫度炎光经》全帙，否则，他便无从断言《存神别法》是“窃用《紫度炎光》卷中法”而成。

按《紫度炎光》见于《云笈七签》卷一百六《清虚真人王君内传》：

遂以即日授君《太上宝文》……《紫度炎光》……凡三十一卷。

又同卷有《紫阳真人周君内传》亦有《紫度炎光》之名：

乃登鸟鼠山遇墨翟子受《紫度炎光内视中经》。

由此可见，《紫度炎光》无疑是早期上清派经典，而上清诸经之早出，已详证于前。今本三十六章《黄庭内景经》身内诸神名讳皆源于《紫度炎光》。然此点需联系《黄庭内景经》的成书过程来加以讨论，详见下节。

## （二）《隐地八术》

《黄庭内景经·五行章》曰：

可用隐地回八术，伏牛幽阙罗品列。

“隐地回八术”显然与上清派《隐地八术经》有关。

按《云笈七签》卷一百六《紫阳真人周君内传》云：

乃登陆泽山，潜入伊水洞室遇李子耳受隐地八术。

又《真诰》卷五云：

君曰：道有丹景道精隐地八术。

按《正统道藏》第五十六册正一部承字号有《上清丹景道精隐地八术经》二卷，其文曰：

隐地八化玄真之术：一曰藏影匿形；二曰乘虚御空；三曰隐轮飞霄；四曰出有入无；五曰飞临八方；六曰解形遁变；七曰回晨转玄；八曰隐地舞天。

《黄庭内景经》有“隐景藏形与世殊”一语，显与《隐地八术》之“藏影匿形”法有关。

《黄庭内景经·五行章》所谓“隐地回八术”根源于《隐地八术经》，明白无疑。

### （三）《郁仪结璘》

《黄庭内景经·高奔章》云：

高奔日月吾上道，郁仪结璘善相保。

《云笈七签》卷一百五《清灵真人裴君传》云：

太素真人授《太上郁仪文》；太素真人授《太上结璘文》。

又曰：

峨嵋山北洞石室户枢刻石书字曰：郁仪引日精，结璘致月神，得道处上宾，位称大夫真。凡二十字，下仙见之，甚自不解其意义，是何等事也。如此，仙人自有不见其篇目录者多矣。其金液九丹，盖小术也。

《正统道藏》第十一册洞玄部灵图类国字号有《太上玉晨郁仪结璘奔日月图》一卷，正文前有上引《裴君传》文，盖此书即《裴君传》所言之有《太上郁仪文》、《太上结璘文》。此经亦属早期上清派经

典。

《高奔章》所云“郁仪结璘善相保”，源出于此，当可无疑。

#### (四) 白元、无英、桃孩及三关

《黄庭内景经》有白元、无英之名：

急存白元和液气。 (《肺部章》)

百病所种存无英。 (《肝部章》)

左神公子必神语，右有白元并立处。 (《灵台章》)

按《上清大洞真经》云：

谨请左无英公子玄充叔字合符子，常守兆左腋之下……谨  
请右白元洞阳君郁灵标字玄夷绝，常守兆右腋之下肺之后户。

《上清太上天龙蹻经》<sup>①</sup>卷五云：

第八洞房宫，左有无英公子，右有白元君，中有黄老三魂  
据之。

又《上清道宝经》<sup>②</sup>亦言及无英公子，其注曰：

无英公子，字合符子，一名元素君，一名神公子，守我左  
腋下肝之后户；右白元洞阳君，一名朱精，一名启成，守我腋  
下，肺之后户。

无英、白英复见于《紫阳真人周君内传》：

无英君处其左，白元君处其右，黄老君出其中。

由此可以看出，《黄庭内景经》中“无英”“白元”二名亦源于  
《上清经》。

《黄庭内景经》又言及桃孩、桃康二神名：

桃孩合延生华芒，男女徊九有桃康。 (《脾长章》)

①② 《正统道藏》第五十六册正一部达字号。

《上清大洞真经》云：

谨请命门桃君孩道康字合精延，常守兆脐中之关，命门内宫，死气之门。

两相比较，则《黄庭内景经》显系将“桃君孩道康字合精延”一名分为“桃孩合延”和“桃康”。则“桃孩”“桃康”二名亦与《上清经》渊源甚深。

《黄庭内景经》中复有“三关”之说：

三关之中精气深，九微之中幽且阴。口为天关精神机，足为地关生命柴，手为人关把盛衰。

《上清太上开天》卷五云：

脑有九宫，三清通贯，面为尺宅，真人之宫。上关七户，七元相通，身为玉树，足为地关，口为心关，手为天关，眉是白元。

其“三关说”与《黄庭内景经》略有不同，即以“口”为“心关”，而非“天关”，复无“人关”之称。表面看来，《黄庭内景经》之“天关”“地关”“人关”与三才相应，甚为贯畅，然细加思索，则可发现，情况并非如此。

《龙蹯经》所言“三关”之前有“身为玉树”一语，三关说显然与这一比喻有关。以人身为“玉树”，足象树根，故曰地关；手象枝叶，故云天关，前后一致，十分合理。

而“口为心关”一句，则与《龙蹯经》所言“中日绛宫心之朱渊”有关。口与心联系紧密，《上清道宝经》<sup>①</sup>云：“口神天一君字丹朱，为明堂官，口者，绛宫之朱渊，素灵。”这样一来，“口为心关”便很可理解。《黄庭内景经》曰“含气养精口如朱”（《隐景章》），此句或与“口是绛宫心之朱渊”有关。《黄庭内景经》中既已

<sup>①</sup> 《正统道藏》第五十六册正一部达字号。





又《黄庭内景经》中屡言存日月斗星之法，亦与《上清经》宗旨一贯。除已见于前文之“郁仪”、“结璘”，尚有：

出日入月呼吸存。 (《上有章》)

内夹日月列宿陈，七曜九元冠生门。(《灵台章》)

五斗焕明是七元，日月飞行六合间。(《三关章》)

三明出华生死际，洞房灵象斗日月，

父曰泥丸母雌一，三光焕明入子室。(《五行章》)

要复精思存七元，日月之华救老残。(《肝气章》)

存日月斗星之法实为《上清经》主要方法，与存身中之神亦有密切关系。这也就更进一步地明确了《黄庭内景经》作为上清系存思派经典的性质。

然而《黄庭内景经》中也屡屡提及服气、咽液的重要性，如说：

含漱金醴吞玉英。 (《脾长章》)

呼吸元气以求仙。 (《呼吸章》)

按上清派存思法中，存神的同时，多伴有服气、咽液和叩齿等方法。《上清大洞真经》云：

次思玉光从兆泥丸中入，兆乃口吸神云，咽津三过，结作三神。

又曰：

因闭气九息，咽气九过，使布满肝腑之中，结作九神。

由此可见，《黄庭内景经》中的这类言论，亦与上清经宗旨不相违背。

又《黄庭内景经》首句即曰“上清紫霞虚皇前”，《灵台章》又有“上清真人当吾前”之语，益可证知，《黄庭内景经》是上清系经典，

而不是如王明先生所说，是所谓内丹派著作<sup>①</sup>。

### 三、《黄庭内景经》的成书

前文论述《黄庭内景经》与上清经的关系，以为《内景经》中许多内容皆袭自上清经。上清诸经出世甚早，已详证于第一节。然欲证明是《黄庭内景经》抄袭上清经，而非相反，则尚须结合《黄庭经》成书过程加以讨论。

#### （一）《黄庭内景经》与《黄庭外景经》

《内景经》与《外景经》的成书先后问题，历来已有争论，总其结论，大概有三种：（1）以为《外景经》先出，而《内景经》只是《外景经》的“义疏”。持此说者，有欧阳永叔《集古录跋尾·黄庭经四首》；（2）以为《内景经》先出，而《外景经》“本《黄庭内经》之旨，缀纂成篇”。<sup>②</sup>持此说者，有王明先生“《黄庭经》考”；（3）亦以为《外景经》早出，然《内景经》非《外景经》之“义疏”，而是由“《黄庭经》（指《外景经》）推演而出”。持此说者，有清光绪中，邛郡敕斋主人所撰《黄庭经签注》。

《集古录跋尾》之所以有此结论，盖因《外景经》存永和刻石一篇。欧阳永叔云：

余尝患世人不识其真，多以内景三十六章为本经，因取永和刻石一篇，为之注解。

王明先生对此驳曰：“因晋永和刻石，为《黄庭外景经》，在相传之《黄庭经》刻石中，虽属古品，但不能因《黄庭外篇》有古刻石，即妄断未曾刻石之《黄庭内篇》为晚出之‘义疏’”。以永和刻石为据，遂断言《外景经》先出，显然有证据不足的嫌疑，王明先生所驳固是，然而他自己用来立论的根据，也未见稳妥。

---

① 存想法对于内丹理论的形成有重要意义，但存神、存日月之术还远远不是内丹术，甚至不能算作内丹术的雏形，有关这一问题，我们将在另外的文章里专门提出详加讨论。

② 见王明《〈黄庭经〉考》。

王明先生在“《黄庭经》考”一文中，以为《内景经》先出，其根据如下：

一、《外景经》首有“老君闲居作七言”一句，此句当模仿《内景经》“闲居蕊珠作七言”所造。

二、《外景经》“文彩可观”，《内景经》“浑朴典奥”。《内景经》“犹如《庄子》内篇”，《外景经》“譬如《庄子》外篇”。

按《黄庭外景经》首句“老君闲居作七言，解说身形与诸神”一句，不见于《绛贴》卷三王羲之所书之《黄庭经》；晁公武《郡斋读书志》卷十六云：《黄庭外景经》三卷，“叙为老子所作，与法贴所载晋王羲之所书本正同，而文句颇异：其首有‘老子闲居作七言，解说神形及诸神’两句；其末有‘吾言毕矣勿妄陈’一句；且改‘渊’为‘泉’，改‘治’为‘理’，疑唐人诞者附益之。”<sup>①</sup>由此可知，《黄庭外景经》头两句是唐人增窜。既然此两句为唐人所增，则实不能因其仿“闲居蕊宫作七言”而断言《外景经》迟出。至于后一条证据，则纯系无根之谈。以“文彩可观”和“浑朴典奥”来证明其成书之先后，实在如胡适之先生所说，是一把双刃的剑，可以两面割的。鉴于这种情况，我们有必要对《黄庭内景经》与《黄庭外景经》的关系重新作出考察。

史传中常有“《黄庭内景经》”、“《黄庭内篇》”、“《黄庭经》”之名，难以确定其所指究竟为何种《黄庭》传本，在下面的考察中，为叙述方便，我们以“今本三十六章《黄庭内景经》”指称《正统道藏》中所保存的通行本《黄庭内景经》，以示区别。凡未作这种特殊说明的“《黄庭内景经》”，则或与三十六章《黄庭内景经》有别，或为无法确知。

## （二）《黄庭内景经》的不同版本

《正统道藏》第十一册洞玄部玉诀类逊字号载《登真隐诀》三卷。其卷下有《诵黄庭经法》和《存神别法》两篇道法，正文下夹双行小字，是陶弘景的注文。依陶弘景注，《存神别法》是窃《紫度炎光》之

<sup>①</sup> 转引自《〈黄庭经〉考》一文。

文，二者之间的关系，已详论于本文第二节中。

按《登真隐诀》卷下《存神别法》云：

清虚(依陶弘景注当作清灵)真人曰：凡修黄庭内经，应依帝君填(当作镇)神混化玄真之道。

陶弘景注曰：按裴君学道乃(当作及)有所受说，都不关黄庭家事。

而《真诰》卷九《协昌期》则云：

山世远受孟先生法，暮卧先读《黄庭内景经》一过乃眠，使人魂魄自炼制，恒行此二十一年，亦仙矣，是为合万过。……

六月一日清灵真人言。(陶注：右四条杨书)。

由此可知，杨羲已知裴清灵与《黄庭经》的传承有关。而弘景以为其“不关黄庭家事”，当是一时失察所致。

《正统道藏》第三十一册洞神部方法类凤字号《黄庭遁甲缘身经》一卷，卷尾有《诵黄庭经诀》一篇，其文字与《存神别法》全同，惟“清灵真人曰”至“今故抄经中要节相示”一段后多六十八字，其文曰：

常当口味玄虚，习咏灵间，读辄三过，别寝清身，慈真深信，勤精日新，委质就道，日非已泯，履化无恐，奉修多真，恒存五脏神形，不明遍数。既周，龙驾来现，太上岂虚？世远即其人也。

详其语意，则“抄经中要节”之人即是“世远”。按“世远”，当即《真诰》卷九《协昌期》所言之山世远。则《登真隐诀》中所载，已有脱漏。

又《云笈七签》卷十一有《推诵黄庭内景经法》一篇，其中亦有上引“清虚真人曰”一段，其文字与《存神别法》同，亦无“世远即其人也”一段。然于六腑神名及祝说后有“紫微真人曰”一段，其文如下：

紫微真人曰：昔孟先生诵《黄庭》，修此道八年，黄庭真人降之，此妙之极也。

由上述材料，我们可以推得如下结论：(1)《存神别法》、《诵黄庭经诀》与《推诵黄庭内景经法》当系同一文本之不同抄本；(2)孟先生传山世远《黄庭内景经》一事当属实有；(3)裴清灵与此一传承也有关系；(4)《黄庭内景经》中原附有《存神别法》这样的文章。

然以今本三十六章《黄庭内景经》中之观念与之比较，则发现推论(4)很成问题。

《存神别法》云：

不修此法，虽诵万遍，真神不守，终无感效，亦损气疲神，无益于年命也，今故抄经中要诀相示。

很显然，《存神别法》以为，仅靠诵《黄庭经》，并不能达到长生久视的效果。

而今本三十六章《黄庭内景经》则云：

是曰玉书可精研，咏之万过升三天。

即以为，只要诵《黄庭内景经》万遍，不特可以长生，而且能飞升成仙。

上述两种观念实在不可调和。因此，《存神别法》绝无附在今本三十六章《黄庭内景经》中的道理。

然而推论(4)又确有其极为可靠的证据：

《存神别法》云：

“清虚”（当作清灵）真人云：凡修《黄庭内篇》，应依帝君填（当作镇）神混化玄真之道。

《黄庭遁甲缘身经》云：

清灵真人云：凡修《黄庭内景经》，应依帝君填（当作镇）神混化玄真之道。

上引文字在《云笈七签》卷十二作：“凡修《黄庭内景玉经》”。按《真诰》云：

山世远受孟先生法，暮卧先读《黄庭内景经》一过乃眠。

联系上面山世远与孟先生事，可以推知，《黄庭内景经》除目前所见三十六章本外，当别有传本。而且此传本中，应该没有仅仅依靠诵读《黄庭经》即可长生成仙的观念。

### （三）今本《黄庭外景经》是《黄庭内景经》的早期传本

按《登真隐诀》卷下《诵黄庭经法》云：

诵东华玉篇《黄庭内景经》云十读四拜，天神下降，役使六丁，七祖飞升，我登上清。

陶弘景注曰：按《黄庭》是调和五脏制炼魂魄，非升化七祖之法。又内《黄庭》只是不死而已，何上清之可腾？

按陶弘景于《诵黄庭经法》一篇的注文中，对此篇道法排击甚力，此处以“《黄庭》”之宗旨驳斥“七祖飞升，我登上清”之说，与全篇注文风格一贯。由此可见，陶弘景所说的“《黄庭》”，显然与今本三十六章《黄庭内景经》有别。陶弘景显然见过三十六章《黄庭内景经》，因其注《存神别法》面部七神一段有“经曰：泥丸九真皆有神，方圆一寸处其中，同服紫衣飞罗裙”。又云：“非各别住俱脑中。”此数句皆见于今本三十六章《黄庭内景经》。因此，他所说的只能“调和五脏、制炼魂魄”，而且“只是不死而已”，不能飞腾上清的“《黄庭》”绝不可能是指今本三十六章《黄庭内景经》。如此，弘景据以反驳《诵黄庭经法》一文的，当是《诵黄庭经法》所依附之《黄庭内景经》传本。此种《黄庭内景经》传本也显然为陶弘景所亲见。

由此述讨论，则《黄庭内景经》之别种传本应符合下面两个条件：（1）其经文中无仅靠读《黄庭经》即可长生的观念；（2）其经中只言调和五脏、制炼魂魄，不言七祖上升；只言长生不死，不言飞升上清。

今本《黄庭外景经》恰好符合此种要求。

《黄庭外景经》云：

审能修之可长存。	（《上部经第一》）
闭子精门可长活。	（《上部经第一》）
期成还年可长生。	（《下部经第三》）

很明显，此经只讲长生，而不言飞升上清。

《黄庭外景经》复云：

六府修治洁如素。	（《上部经第一》）
通利六府调五行。	（《下部经第三》）

则此经亦言调和五脏六腑。

《黄庭外景经》亦曰：

还魂返魄道自然。	（《中部经第二》）
----------	-----------

由此可知，制炼魂魄也是此经的主要内容。

而且陶弘景曾明确以《黄庭》指称今本《黄庭外景经》。弘景与梁武帝论书启云：

逸少有名之迹，不过数首，《黄庭》、《劝进》、《像赞》、《洛神》，此等不审犹得不？

由此，我们可以推断，今本《黄庭外景经》去掉开头唐人增窜的两句，就是我们要找寻的《黄庭内景经》的别种传本。

按关于“外景”、“内景”之名，今本三十六章《黄庭内景玉经》梁丘子注云：

内者，心也。景者，象也。外象谕即日月星辰云霞之象，内象谕即血肉筋骨脏腑之象也。

然以今本《黄庭外景经》观之，其中未言日月星辰云霞之事，则以“外景”称之，应当不是出于对书的性质的判定。

盖《黄庭外景经》最初只被称作《黄庭经》。



王羲之书《黄庭外景经》换鹅，此事见于前引陶弘景与梁武帝论书启。书中只言“《黄庭》”。

又欧阳永叔《集古录跋尾·黄庭经四首》云：“今《道藏》别有三十六章，名曰《内景》，而谓此一篇为《外景》，又分上、中、下三部者，皆非也。……因取永和刻石一篇，为之注解。”则欧阳修所见之“永和刻石”亦只有《黄庭经》之名，而无《外景》之称。又，今本《黄庭外景经》如去掉“老子闲居作七言”等二句，那么它的首句就变成了“上有黄庭下关元”。按古书命名的通例，往往取该书首句的关键词来为全书命名，本书被称为《黄庭经》也就很容易理解了。王明先生认为“所谓《黄庭经》，实即《黄庭内景经》也”。详其上下文义，他显然是以为《黄庭经》就是今本三十六章《黄庭内景经》，这无疑是不能成立的。

《黄庭经》（即今本《黄庭外景经》）与《登真隐诀》卷下《诵黄庭经法》和《存神别法》，曾并为一帙，而被冠以《黄庭内景经》或《黄庭内篇》之名，作为《黄庭内景经》的早期传本加以传布。陶弘景显然见过这种传本。

按《存神别法》“今故抄经中要节相示”一句陶弘景注曰：

《黄庭》之序，已备载诵读之法，若此二事不知修者，便无感效，则兼应说之。

可见，《诵黄庭经法》原在此种传本的序文中，而《存神别法》则当附于经文之后。

#### （四）《黄庭内景经》的成书过程

由上面的讨论，可以推定《黄庭内景经》的成书过程如下：

最早成书的应是《黄庭经》（即今本《黄庭外景经》），这是《黄庭内景经》的第一个阶段。因此经首句为“上有黄庭下关元”，而得“《黄庭》”之名，又因经文中多述“血肉筋骨脏腑”而有“内景”之名。此经主旨多言存息保精之事，又及身内之神，然未述诸神名讳，与《黄帝内经》及《老子河上公章句》情形近似。

《老子河上公章句·守道第五十九》云：

人能保身中之道，使精气不劳，五神不苦，则可以长久。

人能以气为根，以精为蒂，如树根不深则拔，蒂不坚则落，言当深藏其气，固守其精，使无漏泄。

《黄庭外景经》云：

急固子精以自持。 (《上部经第一》)

闭子精门可长活。 (《上部经第一》)

又《老子河上公章句·成象第六》：

人能养神则不死，神谓五藏神也。肝藏魂，肺藏魄，心藏神，脾藏意，肾藏精与念，五藏尽伤则五神去。

而《黄庭外景经》亦曰：

专守心神转相呼。 (《下部经第三》)

脾中之神主中宫。 (同上)

《黄庭经》(即今本《黄庭外景经》)与《老子河上公章句》、《黄帝内经素问》皆言保爱精气，亦言五脏之神，然神形、名讳、长短、服色皆无，亦无存思之法，与上清经性质不同，或竟出于汉代，此系推测，未敢断言。

《黄庭内景经》发展的第二阶段，即《黄庭经》(今本《黄庭外景经》)与上清经的合流。

《登真隐诀》卷下《存神别法》云：

清虚(当作清灵)真人云：凡修《黄庭内经》，当依帝君填神混化玄真之道。

“帝君填神混化玄真之道”是《紫度炎光神玄变经》之文，已详证于前。清灵真人与《黄庭内景经》的关系，则有《真诰》之言为据。《真诰》卷九《协昌期》杨羲所记六月一日裴清灵言：

山世远受孟先生法，暮卧先读《黄庭内景经》。

按裴清灵见于葛洪《上真众仙记》。《云笈七签》卷一百五有《清灵真人裴君传》。裴清灵、周紫阳皆与华侨有关。据《裴周二真叙》言：“江乘令晋陵华侨奉道数年，见二人往来其家，一人姓周，一人姓裴，先后教授侨经书。周自作传，裴君未成。”而《真诰》卷十四注云：“今有华撰《周君传》。”

《真诰》卷十二《真诰叙录》复云：

华侨者，晋陵冠族，……裴清灵、周紫阳至，皆使通传旨意于长史。而侨性轻躁，多漏说冥旨，被责，仍以杨君代之。

或许杨羲所记裴清灵之言来源于华侨。

又《黄庭遁甲缘身经》卷末《诵黄庭经诀》云：

清灵真人云：凡修《黄庭内景经》，当依……世远即其人也。

推详其文义，“清灵真人云”一段当是山世远所记。《黄庭经》（今本《黄庭外景经》）与上清经的合流，当与裴清灵有关。

或者裴清灵得《黄庭经》（今本《黄庭外景经》），因其中颇言身内之神，如“横下三寸神所居”、“诸神皆会相求索”，而无诸神名讳形色，遂援《紫度炎光》经中“帝君镇神混化玄真之道”以为附益。至此，修《黄庭》之法，开始伴有存思之术。《黄庭经》开始与上清经合流。

《黄庭内景经》成书的第三阶段，即今本三十六章《黄庭内景经》的出现。三十六章《黄庭内景经》的成书，如王明先生所言，当与魏夫人有关。

然而在三十六章《黄庭内景经》出现以前，尚有一过渡阶段，不容忽视。

《存神别法》的附入，使得《黄庭经》（即今本《黄庭外景经》）与上清经合流。而《登真隐诀》中复有《诵黄庭经法》载于“《黄庭》之序”中。《诵黄庭经法》与《存神别法》的不同在于：（1）《存神别法》以为仅诵经“无益于年命”。《诵黄庭经法》以为诵经可以“七祖飞升，我登上清”；（2）《诵黄庭经法》有《东华玉篇》之名，又有太上大道

君和扶桑大帝之称。实际上,《存神别法》和《诵黄庭经法》同附于一书,显有抵忤。真实的情形应该是两篇道法分别附入《黄庭经》。这样一来,《黄庭经》在流传中还有其他的传本。《诵黄庭经法》的附入,盖因《黄庭经》(今本《黄庭外景经》)未托名上神<sup>①</sup>,道流因而附会于青华大神方诸青童、扶桑大帝和太上玉晨君,以神化此经。又有妄人,因此二篇道法分别附于《黄庭经》(今本《黄庭外景经》),遂将两种传本合并。《黄庭经》与《存神别法》、《诵黄庭经法》并为一帙,得以流传。

前述《黄庭内景经》早期传本既竟,次述三十六章《黄庭内景经》的成书。

按《太平广记》卷五十八《魏夫人传》云:

于是景林真人又授夫人《黄庭内景经》,令昼夜存念,读之万遍后,乃能洞观鬼神,安适六府,调和三魂,五脏生华,色返婴孩,乃不死之道也。

此段有一点值得引起注意:(1)“令昼夜存念”,正是《存神别法》的道术;(2)“洞观鬼神”“安适六府”“调和三魂”等恰是今本《黄庭外景经》法;(3)“乃不死之道”,显与三十六章《黄庭内景经》宗旨不同,而与今本《黄庭外景经》一贯。由此可见,景林真人所授《黄庭内景经》实际上也是上面提到的早期传本,而不是今本三十六章《黄庭内景经》。

陶弘景无疑见过今本三十六章《黄庭内景经》,而且在《登真隐诀》卷下《存神别法》注中言及“今世中伪经”,则陶弘景见到的显然是杨许真经,否则他是无法断言其他传本的真伪的。杨许曾手书《黄庭经》,这是绝无疑问的,因为《真诰》卷二十《真诰叙录》明确记载:“王兴先为孔写,辄复私缮一通。后将还东修学,始济浙江,便遇风沦漂,唯有《黄庭》一篇得存。”

杨羲得魏夫人经书事,已详论于前。则杨许手书之《黄庭》应该是魏夫人之藏本。按此种《黄庭》传本,当即陶弘景所亲见之三十六章

<sup>①</sup> 现存《黄庭外景经》有“老君闲居作七言”一句,此系唐人增窜,已详论于前。

章《黄庭内景经》。显然，魏夫人得授《黄庭内景经》早期传本以后，即加以整理，而成现存之三十六章《黄庭内景经》。

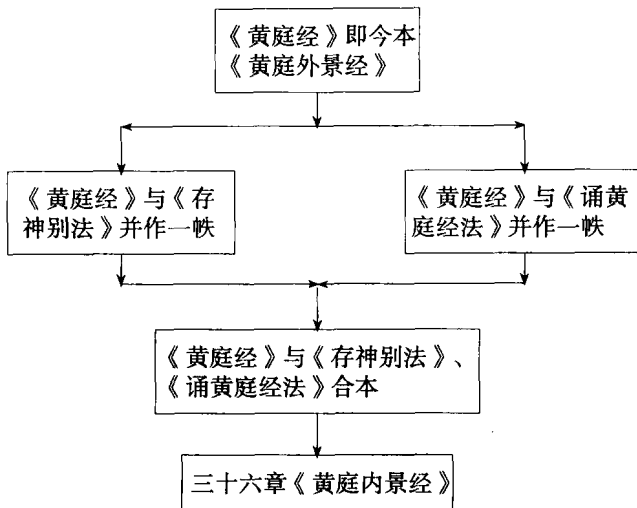
按《太平广记》卷五十八《魏夫人传》云：

夫人善隶书，……又述《黄庭内景注》。

魏夫人所述《黄庭内景注》未见他书著录，则此所谓《黄庭内景注》很可能就是今本三十六章《黄庭内景经》。欧阳永叔《集古录跋尾》所言“盖《内景》者，乃此一篇（指今本《黄庭外景经》）之义疏尔”，确为卓见。魏夫人将《存神别法》与《诵黄庭经法》以七言形式“述”出，融入《黄庭经》（今本《黄庭外景经》）经文之中，复牵合其它上清经法，如《郁仪结璘》《隐地八术》等，对《黄庭经》部分经文加以解释、增扩，遂成今本三十六章《黄庭内景经》。魏夫人对《黄庭内景经》的整理，于旧义上更加新解，实在已不能简单地称之为“义疏”。

以上讨论《黄庭内景经》成书过程。然本文所敷述之先后次序，固甚合情理，而王明先生所说：“今见《黄庭外景经》者，殆系东晋能文之士，本《黄庭内经》之旨，缀纂成篇。”又说：“外经则力减内篇脏腑色像神名。”即以三十六章《黄庭内景经》为最早出现的《黄庭》传本，这种可能性是否存在呢？答案是否定的。倘《黄庭外景经》是依《黄庭内景经》缀纂而成，其力减“内篇之脏腑色像神名”（不管出于什么用心）是可能的，但断无将三十六章《内景经》所依托之大神（如太上玉晨大道君）亦一并减去的道理（《外景经》头两句系唐人增窜，非原经所有，则《外景经》本无依托之神）。从道教典籍演生的通例看，未详作者之经典，多托言高真上神；甚至作者已知之书，亦托迹神授，断无已托源上真，反力加删除的道理。

为清楚计，我们将《黄庭经》成书始末表示如下图：



我们为叙述方便，对《黄庭经》实际的成书过程作了如上简化。然而这并不是说，一种新的传本出现，旧的传本便立即消失，事实上，有诸多证据表明，各种传本在相当长的时间里是并行无碍的。这在客观上也就造成了欧阳修所说的“今家家异本”<sup>①</sup>的情况。三十六章《黄庭内景经》既出，其他传本便只在一定范围内流传，而知者渐少。《黄庭经》《即今本《黄庭外景经》》应当一直有单行本存在（这可以用王羲之所书《黄庭》与永和刻石为证）。至唐代，遂有无知道流将此经依托于太上老君，致使经书传授之渊流益为隐晦。

讨论《黄庭内景经》成书既竟，现在让我们回过头来考虑一下本节开始时所提到的问题：为何是《黄庭内景经》抄袭上清经而非相反。对这一问题，除上述讨论外，另有一条材料可为辅证。

《太平御览》卷六七八《南岳魏夫人内传》：

王君又知曰：子若不在山中隐身斋戒，则《大洞真经》不可妄读也；至于《虎经龙文》、《八素隐文》之属，奇秘玄奥，若不斋戒绝世，不可施行。子今且可诵《黄庭内经》，步摄七元，存

① 欧阳修《集古录跋尾》。

五星之神而已，人间行之，亦足感通变化。

则《黄庭内经》在上清派中实非至为重要之经典，其宝贵程度远不及上清真经。因此，《隐地八术》、《紫度炎光》及《郁仪结璘》绝不可能依《黄庭内景经》而造作，实甚明显。

#### 四、几个相关问题

前面讨论了《黄庭内景经》的性质及成书过程，下面我们将附论几个相关问题。

##### （一）九转八琼丹

《黄庭内景经·肝气章》云：

七玄英华开命门，通利天道存玄根，百二十年犹可还，过此守道诚独难，唯待九转八琼丹，要复精思存七元，日月之华救老残，肝气周流终无端。

王明先生以为“八琼”，即梁丘子注中所说“八素之琼液”，而“九转”则指调气咽津之节次。因此认为，九转八琼丹是指内丹，而非外药<sup>①</sup>。这种说法，语涉牵强，实非的论。

推详此节文义，“百二十年犹可还，过此守道诚独难”，似言修道应及时，不宜过晚，晚则难矣。“百二十年”，当系夸张之语。梁丘子注“百二十年犹可还”一句曰：“当急修行，时不可失。”注“过此守道诚独难”则曰：“去死近矣。”其后之“唯待九转八琼丹，要复精思存七元，日月之华救老残”，似言倘修道过晚，便只有靠服“九转八琼丹”，同时存思七元，方可挽回了。梁丘子注九转八琼丹显以外丹视之，又于“要复精思存七元”一句注中说：“虽服神丹，兼习黄庭之道。”此注极为稳妥。事实上，强调在服食金丹的同时，补以存思之法，是魏晋时期长生术的主要倾向，葛洪《抱朴子内篇》亦以此二法为最根本。然二者之间孰轻孰重，则因各家倾向不同，而有所偏重。《黄庭内景经》因属上清派典籍，故多言存

<sup>①</sup> 见王明《〈黄庭经〉考》。

思，然亦重视服食金丹；而《抱朴子内篇》则极言金丹之效，然亦不否认存思的重要。王明先生之所以一定要将九转八琼丹解释为内丹，实与其将《黄庭内景经》看作内丹典籍有关。《黄庭内景经》之非内丹经典，已详论于前。实际上，九转八琼丹一语，在上下文中，并无不协调之处。

王明先生引《广弘明集》卷十三唐释法琳《辩正论》之语，以释“九转”，其文曰：

《阳气黄精经》云：流丹九转，结气成精，精化成神，神变成人。阳气赤，名曰玄丹。阴气黄，名曰黄精。阴阳交合……上应九天，九天之气，下于丹田，与神合凝，临于命门，要须九过，是为九丹。

按《正统道藏》第五十六册正一部既字号有《上清九丹上化胎精中记经》一卷，其中有《辩正论》中所引一段文字。

以“九过”解“九转”，表面看来似乎可通。然而在金丹的炼制理论中，“转”“返”“还”是有其特定含义的。按李叔还《道教大辞典》释“九还丹”云：“矿烧之成水银，积变又还成丹砂，故名还丹也”。九转实指经过九次这样的还转变化，与“九过”尚有很大的区别。

“八琼”在道教典籍中亦有特定意义。按《云笈七签》卷一百四《玄洲上卿苏君传》云：

制仙丸者，太上八琼飞精之丹也。

《黄庭内景玉经》梁丘子注曰：

八琼，丹砂、雄黄、雌黄、空青、硫黄、云母、戎盐、消石等物是也。

此处所谓“八琼”，显系外药。王明先生以“八素琼”解之，实属牵强。

## （二）玄丹

《黄庭内景经·三关章》云：



若得三宫存玄丹，太一流珠安昆仑。

胡孚琛先生以为“《黄庭经》中的‘玄丹’就是内丹”<sup>①</sup>。此语实涉武断。

按玄丹为头中九宫之一。《洞真太上道君元丹上经》<sup>②</sup>云：

两眉间上，却入三寸为丹田宫，却入四寸为流珠宫……丹田上一寸为玄丹宫。

《黄庭内景经》中，“玄丹”与“流珠”对举，正与上段引文一致，或者此处“玄丹”即指宫名，而非所谓内丹。

又《云笈七签》卷一百《玄洲上卿苏君传》云：

守玄丹五百年……夫玄丹者，泥丸之神也。

则“玄丹”又是泥丸之神的名讳，亦与所谓内丹无涉。

另《上清握中诀》<sup>③</sup>有“存玄丹法”及“存玄白法”：

守玄丹法。其月一日三日七日十一日十五日夜半所存，即与三一同法……先存北极辰星出一紫气如弦，来下玄丹宫……又存北半魁中出一赤气如弦，来下玄丹宫。

守玄白法。常平旦坐卧任意，存泥丸中有黑气，心中有白气，脐中有黄气，三气俱出，如小豆，渐大，缠绕合共成一，以覆身，因变成火，火又烧身，使内外洞彻如一，旦行至日中乃止，于是服气一百二十过，都毕。

按上述二法，皆存思之术，亦非内丹修炼明矣。以上三种“玄丹”之义，皆可解释《黄庭内景经》中“若得三宫存玄丹”一语，且都与内丹意义区别甚大。实不知以内丹释玄丹，其根据何在。

① 《道教史上的内丹学》，《世界宗教研究》，1989年第2期。

② 《正统道藏》第五十五册正一部内字号。

③ 《正统道藏》第四册洞真部玉诀类成字号。

### (三) 丹田

《黄庭内景经》中有“丹田”概念，复有“三田”之说，其文曰：

回黄炯紫入丹田。 (《上有章》)

三田之中精气微。 (《黄庭章》)

“丹田”与内外丹法的关系，不可不辨。

丹田之称不见于《黄帝内经素问篇》及《黄帝内经灵枢篇》，其起源似与上古医书无关。丹田之名多见于上清存思派经典之中。

《上清九丹上化胎精中记经》<sup>①</sup>云：

又思道一内神，名逮无马字道极生，形长二寸二分……在兆脐下丹田之中，总统三部二十四真。

《上清大洞真经》<sup>②</sup>卷三亦云：

谨请绛宫心丹田宫中一元丹皇神运珠，字子南丹。

上清系经典中，到处可见丹田之名，由此可以推知“丹田”一名的起源，应与存思过程有关。

按《太上飞行九晨玉经》<sup>③</sup>云：

中有至尊，号曰赤子，治在丹元绛房之中。

又《上清五常变通万化郁冥经》<sup>④</sup>云：

上有赤皇，五帝明显，……出入朱宫，紫房绛城。

这里“绛房”“朱宫”“紫房”“绛城”，皆存诸神所处之所。在存思过程中，颜色是异常突出的现象，身内身外诸神，常以服色加以区

① 《正统道藏》第五十六册正一部既字号。

② 《正统道藏》第一册洞真部本文类荒字号。

③ 《正统道藏》第十一册洞玄部玉诀类逊字号。

④ 《正统道藏》第九册洞玄部本文类人字号。

别，其所处之住所宫阙，亦有颜色之异。盖“丹田”与“朱宫”“紫房”等一样，是以颜色相区别的处所，其来源是出于存思过程的需要，而与丹法无关。

## 五、小结

《黄庭内景经》是一部存思派的经典。尽管最早的《黄庭》传本尚带有一点医学养生的色彩，但当它与上清经合流后，性质便发生了根本性的变化。《黄庭内景经》未涉及内丹，它后来被看做内丹派典籍，是因为它对内丹学的形成有一定的影响。另外《黄庭内景经》中也确有许多可为内丹家附会的思想材料。不过这些是很晚出的事情<sup>①</sup>，这是研究《黄庭内景经》的学者是所应特别注意的。

---

<sup>①</sup> 至早不会早于唐代。因唐梁丘子注《黄庭内景玉经》时，仍主要将《黄庭内景经》看做存思派典籍。

## 附录二：论早期《上清经》的“出世”及其与《太平经》的关系

有关早期上清经的“出世”，在历来的研究中，是一个令人颇为迷惑的问题。一方面，道教史籍往往将经典的出现年代推之上古，从而神化其教派学说，其所言固不可信；而另一方面，学者复因其载记之怪诞不经而甄别过甚，仅依少数可以据信之载籍为立说之基，此间虽有其不得已之处，但因道冠羽流率多隐秘其事，行迹见于正史者恒不多见，倘若仅以此类记载为根据，而不广为搜罗、旁加采纳，则其所得之结论亦难见公允。早期道教经典的“出”与“未出”，因道流之间或以抗衡佛教而造作图书，或以相互夸示而日多浮妄，至使真相难明而渊源益晦。本文拟以《上清经》为例，对历来道籍中所载之“出”与“未出”及其与事实真相的关系加以研究，与此相关联，本文还将附带讨论《上清经》与《太平经》的关系，希可借此见微索隐，发前人未至于万一。

### 一、方法之检讨

对道教典籍中的史料加以还原，是道教研究中十分重要的方法。之所以特别强调还原法对道教这一特定领域内的运用，其中一个众所周知的原因，就是道教徒出于神化教门的目的，对有关道教的历史资料做了过多的编造。将这些史料加以合理的还原，是保证道教研究维持其严肃性的前提。然而，在具体的研究中，对于史料的还原，无疑是需要被严格限制的。其中一个十分重要的约束就是，我们不能完全无视一条材料在最初形成时所具有的含义。

在以往对于上清经的研究中，一种十分典型的思路是根据道教典籍中记载的“出”与“未出”来判断道经的成书年代。这种方法，由于早期道教经典多只见于专门的道书，而没有相应时代的正史的著录，的确有其不得已之处。但在没有对“出”或“未出”的

本来意义进行认真的考察之前，便简单地将“出”理解为经书的存在，“未出”理解为经典没有成书，这样的处理方式，显然是有失检点的。

道教史籍中明确著明某经“已出”、某经“未出”的，最早见于刘宋时期陆修静的《三洞经书目录》，此录久已亡佚，但敦煌道经中发现了他的《上清紫微金格目》，可借以窥见该目录的一部分原貌。继陆修静之后，齐梁时期的陶弘景编集《真诰》，亦沿用了“已出”“未出”的说法。陆修静和陶弘景在杨许真经的传承过程中，具有极其重要的地位，二者作为杨许一系上清经的收集者，见过的早期上清真经数量最多，因此弄清他们所说“已出”和“未出”的确定含义，对于上清经历史的研究是十分重要的。

两晋南北朝时期道经的伪造是一个十分显著的现象，但这种情形的严重程度，不同的人有不同的看法。如果考虑到这个阶段正是道教发展渐趋成熟的时期，经典的大量出现本来就是一个理所当然的现象，那么就绝不能将这个时期出现的典籍一概视为伪造。经书的出现盖有两种途径：其一，道法经过长其传授，不断地得到发展，最终在适当地时机被形诸文字，整理成书；其二，或出于与佛教争夺地位的目的，或出于道教本身各门派的门户之争，而凭空编造经典。这里，前一种经书的出现显然不能被视为伪造。而且，即使是作伪而成的道经，也需详究其作伪的本意，不可一概而论。

基于上述思考，本文在对上清经的“出世”问题进行考察时，首先通过对大量材料的分析，以证实陆修静和陶弘景所说的“已出”“未出”，与道经是否已有成书，并不直接等同；在这一讨论的基础上对早期上清经出现的几种不同的情况加以讨论，便有了一个相对而言比较可靠的出发点。

## 二、《真诰》中所言“出世之源”与元始生经的道教传说

对于上清诸经的源起，讨论较为详细的，莫过于陈国符的《道藏源流考》。其“三洞四辅经之渊源及传授”一节论曰：

据梁陶弘景《真诰叙录》，《上清经》乃晋哀帝兴宁年间扶乩

降笔，杨羲用录字写出，以传许谧、许翮。惟是《紫阳真人周君内传》、《清灵真人裴君内传》、《清虚真人王君内传》、《南岳夫人内传》并已先言授经事，则似真经已先行出世，考诸真传实皆出于晋代，且所记真经，撰传时尚未出世，故当从《真诰》之说。

陈先生的这段议论本于《真诰叙录》，原文如下：

伏寻《上清真经》出世之源，始于晋哀帝兴宁二年太岁甲子，紫虚元君上真司命南岳魏夫人下降，授弟子琅琊王司徒公府舍人杨某，使作录字写出，以传护军长史许某并其第三息上计掾某某，二许又更起写，修行得道。

陈国符先生以为“诸真传实皆出于晋代，且所记真经，撰传时尚未出世”。陈先生的结论，可以分析如下：（1）倘若陈先生以为诸真传皆撰于晋哀帝兴宁二年以后，则“所记真经，撰传时尚未出世”一语显然自相矛盾；（2）倘若诸真传中有成篇于晋兴宁二年以前的篇章，则陈先生的结论也有问题。因为“所记真经，撰传时尚未出世”一句，其依据在于《真诰》。以根据《真诰》得出的结论，证明“故当从《真诰》之说”，这显然是逻辑上的循环论证，当是陈先生偶然失察所致。

因陈国符先生的看法影响较大，故在此单独提出并加以分析，指出其问题所在，以便在此基础上进一步展开讨论。

### （一）道籍中关于经文生成的一般表述

《高上太霄琅书琼文帝章经》曰：

《太霄琅书》乃九天王飞霄之曲，《琼文帝章》乃九天之上文，并以元始之初，生于自然空洞之中，虚皇玉帝受之于九玄，于是天仍记名焉。

又曰：

《太霄琅书》乃九天王飞霄之曲，《琼文帝章》乃高灵玄映之道、九天之精，洞监于万气，总统于众经。

这段话诞妄不经，自属无疑。但由此也可看出，道教早期经典的成书经道教徒神化，不特被托之上古，更被推至元始之先。这类载记，在早期道经特别是上清经中并不鲜见。

《真诰·运象篇》云：

造文之既肇矣，乃是五色初萌，文章画定之时，秀人民之交，别阴阳之分，则有三元八会、群方飞天之书，又有八龙云篆、明光之章也。其后逮二皇之世，演八会之文为龙凤之章，拘省云篆之迹以为顺形梵书，分破二道，壤真从易，配列本支，乃为六十四种之书也。遂播之于三十六天十方上下也。各各取其篇类，异而用之。间典虽均，蔚迹隔矣。校而论之，八会之书是书之至真，建文章之祖也；云篆明光是其根宗所起，有书而始也。

这里，“三元八会”、“云篆明光”之形成不但被描绘为与“阴阳之分”同时，而且被看做是世上一切文字图籍的根本。

由上述材料的分析可以作如是推论：早期上清派经典在该派的传说中，是在天地未生之前就已经存在了的。而且这一看法，可以代表虔信上清道法的道教徒的观念。因此所谓“出”与“未出”的记录，与道经的成书与否并不完全等同。而当道教典籍中言及某经书“未出”时，其可能的含义有三：其一，此经书仍为云篆天书，尚未转写为世间通行的文字；其二，此经书尚存于“天宫”；其三，此经书尚未流布于世。究竟何者更接近其真实含义，我将在后的讨论中作更详细的分析。

## （二）经书的传授与经书的出世

道法的传授，是道门中至重至大的事。这不仅仅表现为仪轨的郑重，如歃血盟誓之类，更表现在选择传授者的谨慎。

《高上太霄琅书琼文帝章经》云：

铸金为简，刻玉结篇，金镂玉字以明主文，秘于九天之上，大有之宫，西华玉女、金晨玉童各三千人侍卫典香，如是

九帝上圣，一月悉三登玉阶，朝宴神真，运周万劫，传于太真王，其道高妙，众经之宗，神挺奇秀，精冠九天，玉慧虚朗，洞趣入玄，自非上真之士，不得参闻，皆受已成真人，不传于中仙。

上清经之传承，极重受经者的仙阶和品第。因此像《太霄琅书》这样重要的经典，非但一般人不能与闻，即使是阶次较低的仙人也不在传授之列。上述材料虽属于道流为神化本门派经籍虚构的传说，但也从一个侧面反映了早期道教经典传授的真实过程。

《高上太霄琅书琼文帝章经》又有这样的记述：

云雾子不修他道……致三元下教，位登太真王，以传太华真人……紫阳真人、西城王君、中皇先生、赵伯玄、山仲宗等一十八人，并修此道，面发金容，项负圆光，乘空登霄……出入帝庭，由琼文以致上真。王君今封一通于西城山中，有金名帝简、绿字紫清合真之人，当得此文，得者宝秘，勿妄轻传，汇露灵篇，九祖被拷，永责鬼官，长闭地狱，万劫不原。

类似的材料亦见于《上清黄气阳精三道顺行经》，其文曰：

若有金名玉字、列奏玄图应得此文，师当依盟对斋九十日或二十七日或三日，弟子贵上金七两、黄纹四十尺、青缙三十二尺，告盟而传，无盟轻汇，师被考没身，弟子轻窥天真，失盟刑残，七祖获罪，三掠不原，天文妙重，紫书丹字甚秘，故以盟信宝之，不得轻传……南极上元君受之于高上，投盟于太空，以传太微天帝君，天帝君传西龟王母，王母传金阙帝君，帝君以付上相青童君，使授后学得为真人者，今封一通于西城山。

由上述材料可以推论如下：（1）可以获许传授经书的人，必须是“金名帝简”的“合真之人”，而非一般的世俗之人；（2）传授经书之前需按一定的规矩“盟誓”；（3）轻泄经书会遭到很严厉的惩罚，遭至征罚的原因，或者因为所传非人，或者因为未经盟誓而



轻易传授。

如果说上面的记载类近传说，难以完全据信的话，那么诸真传的记载应当较为可靠。诸真传记中言及经书传授之处甚多。《王君内传》曰：

西城真人遂以即日授君《太上宝文》、《八素秘书》、《大洞真经》、《灵书宝文》、《紫度炎光》、《石精玉马》、《神真虎文》、《高仙羽玄》，凡三十一卷，依科立盟，结誓而付。

这里，我们又看到了盟誓而授的情况。按文中已标明经书的具体卷数，则是此三十一卷道经已有成书。

真经的已有成书，不仅有类似上面的记述可为依据，在《真诰叙录》末的陶弘景注中，也可以寻到痕迹。其文曰：

魏夫人小息为会稽时，携夫人中箱法衣，并有经自随供养。后仍留山阴，于今尚在，未获寻求之。

这条材料是陶弘景以为魏夫人收有经书的明证。

在上面这些记述中提到的上清经显然已有了一段传授的历史，如《太霄琅书》由云雾子传给紫阳真人、西城王君、赵伯玄、山仲宗，《黄气阳精》传给苏子林、王褒、魏华存等人，《太上宝文》、《八素秘书》等三十一卷上清真经传给王褒。其传授之事是否确实，既无法确证，也没有证实的必要。在这里，我想要知道的是，既然道籍中记载了这些传授的事例，且受经者也并非完全的神化人物，那么，道经在这些“金名帝简”的“合真之人”之间的传授，是否可以算作“出世”呢？

按《真诰》卷五《甄命授》所载：

道有黄气阳精藏天隐月。

以《真诰》通例，凡未注明“在世”的，即是“未出”。

又《真诰》卷九《协昌期》曰：

《紫度炎光内视中方》曰：……

陶弘景注云：……此四经（按：包括《紫度炎光》）并未出世。

这样一来，道经在已成真仙或者虽暂时尚未成真但最必将飞仙的人之间传授，并不能算作“出世”。由此可以推断，所谓道经“出世”，实际上是指经书开始在世间流布，因为，上清派经典早有成书的记载已详于上引材料，而且，通过分析我们知道，陶弘景对此并不怀疑。

《真诰叙录》曰：

伏寻《上清真经》出世之源，始于晋哀帝兴宁二年太岁甲子。

由“源”和“始于”这样的用语推测，晋哀帝兴宁二年的降授，也同样不能算作经书的出世。如果这个推测可以成立，那么“出世”是指经书开始在世间流布的断语便有了更为坚强的支持。

按《真诰叙录》云：

朗子洪，洪弟真，罕子智等，犹共遵向。末年事佛，乃弛废之尔。

陶弘景注曰：上当是经运应出所致也。

既云“经运应出”，则在陶弘景而言，此时经书尚未“出世”是可以无疑的。而杨许真经在此时显然早有成书。

《真诰叙录》复曰：

景和既猖狂，楼谓上经不可出世，乃料简取真经真授及杂授十余篇乃（疑应作仍）留置钟间，惟以《谿落符》及真授二十许小篇并何公所摹二录等将至都，爰即以呈。

由此可知，至楼惠明“出都令嘉兴父季真启敕封取”之时，真经仍未“出世”。

这样一来，我们在前一小节推断出的“出世”的三种可能的含义中，只有最后一种可以成立，即经书即使已经以书籍的方式存

在，但如果仅在少数“合真”之人中间流传，还不能算已经“出世”，只有当这些典籍已进入一般意义上的民间时，才算真的“出世”。

通过以上讨论，我们可以看出，道籍记录的经典的“出”与“未出”之所以如此混乱，原因主要在于经典的传授与经典的“出世”是显然不同的两条线索。一方面，经书民经在道徒之间秘密流传；另一方面，由于经书尚未在一般意义上的民间流通，故仍然不能算作“出世”。

### （三）经书的出世与经书的造作

前面一节我们讨论了经书“出世”与经书传授的不同。如果顺着这个线索继续追问，我们便不能回避道教徒何以不将经书广泛传播，以光大教门，反而要隐秘其事的问题。按《真诰叙录》言：

复有王灵期者，才思猗拔，志规敷道。见葛巢甫造构灵宝，风教大行，深所忿嫉，于是指许丞求受上经……王得经欣跃，退还寻究，知至法不可宣行，要言难以显泄，乃窃加损益，盛其藻丽。依王魏诸传题目开张造制，以备其录，并增重诡信崇贵其道，凡五十余篇。竞侈之徒，闻其丰博，互来宗禀，传写既广，枝叶繁杂，新旧混淆，未易甄别。自非已见真经，实难证辨。

这一段记载，是道教徒伪造道经的较早的记录。按王灵期既得真经，为何不按照经书的本来面貌加以传布，而要窃加损益呢？王灵期在“退还寻究”以后知道“至法不可宣行、要言难以显泄”，其原因何在？《真诰叙录》言王灵期“才思猗拔、志规敷道”，就是说他是以广宣教门为己任的，这样一为，他不宣传真经，而要“开张造制”便更加令人费解。我们在前面谈到了经书盟誓而授的情况，得知在道经的传授中，妄传非人或未经盟誓而授都会遭至天谴，不仅殃及自身，而且祸连七祖。这种情况，直到宋以后仍有发生，北宋时期的张伯端在元丰元年所撰《悟真篇》后序中称：“三传非人，三遭祸患，皆不愈两句”。我们可以认为，王灵期之所以认为“至法不可宣行、要言难以显泄”，与经书授受的这种状况有关。

《真诰叙录》中另有一条材料颇有意思，其文如下：

马朗既见许所传王经卷目增多，复欲更受，营理诡信，克日当度。忽梦见有一玉碗，从天来下，坠地破碎，觉而发疑云：“此经当在天为定，下地不复堪用”，于是便停。

这里，“营理诡信”与前“增重诡信、崇贵其道”相较，可知“诡信”即盟誓需要的信物，而增重“诡信”则指在原有的信物上有所增加。马朗所疑“此经当在天为宝，下地不复堪用”，正充分表达了道教徒在传播经典时的普遍心态。

至此，我们已经可以清楚地看到，在经典的造作与传播上，并不像我们从前认为的那么简单：道教徒为了达到与佛教徒或教内其他门派争夺地位的目的，可以肆无忌惮地编造道经。事实上，由于早期道经在传授时所要求的隐秘性（这种禁忌出于何种目的尚无法确知），使得道教徒往往是在一种极端为难的处境下授受经书：一方面，妄授经书的严重后果使得道经的传授范围受到极大限制；另一方面，倘若一直维持这种状况，道教又无法扩大自身的影响。这可以解释王灵期为何采取如此曲折的方式传布道经。同样，这也可以解释为什么王魏杨许等人并不广泛宣扬其门派的道法这一难以理解的现象。

事实上，上清派经典的伪造并非始于王灵期，陶弘景在《真诰叙录》注文中有如下一段言论：

自灵期已前，上经已往往舛杂。弘农杨洗隆安和四年庚子岁于海陵再遇隐盟上经二十余篇，有数卷非真。其云，寻经已来一十二年。此则杨君去后，便已动作。故灵宝经中得取以相揉。

这段材料，至少可以给我们如下提示：第一，隆安庚子岁即公元400年，上溯12年即公元388年，而兴宁二年即公元364年，杨羲卒于太元十二年，当公元388年前后，而在此之前，除对二许有传授的事实以外，并无经书授受的事迹，由此似可推测，上清经的传授非仅杨许一途。而所谓“隐盟”，当是指未经盟誓而得的经

书；第二，灵宝经中杂有上清派道法，陶弘景以为这是由于上清经早有伪造，故灵宝经可以袭而取之，事实上，上清灵宝二派，其道法虽有区别，但既同为早期道教支派，其渊源恐皆与天师道有关，故道法上有重复之处，是完全可以理解的，陶弘景的说法恐有门户之见的嫌疑。

在陶弘景看来，凡非杨许所传的经书，便是出于伪造。而这种思路，无疑左右了我们从前的研究和思考。但从上面的分析，以及诸真传中枝蔓复杂的传承记录来看，早期上清经可能不只有一个传授系统。

#### （四）一般结论

上清经的形成，大概经历了道法的秘密传授和形诸文字这两过程。诸真传记以及其他经传中谈到的传授过程，虽然不免有虚构的一面，但也不会完全没有真实情况的相对应。上清派经典的真正成书，当在此派道既经长期传授业已成熟之后。而经书之出，大致可有三途：其一，转相传授的道法经部分人员整理，编写成书，在上清经的形成历史中，与此有关的大致有王褒、魏华存、杨羲等人，但此时经书仍只在少数人之间传播，尚未流入一般意义上的民间，即尚未“出世”。其二，出于各种目的的伪造，如王灵期，《真诰叙录》以为灵期“志规敷道”，但既得杨许直化后，又不敢显宣道法，只能“窃加损益”之后加以宣行。其三，除杨许一系和出于各种目的的伪造外，上清经应当还有别的传授和成书系统。

### 三、早期上清经与《太平经》的关系

《太平经》的出现与道教的产生有着密切的关系，这是学术界公认的事实。然而，降至两晋南北朝，随着道教自身的发展，枝蔓繁仍的道派流别开始出现。在这些后起流派形成的过程中，《太平经》起到了怎样的作用，则是一个颇费思量的问题。上清派道法的源起与上清经的成书关系至密，其与《太平经》或隐或显的渊源关系，倘能加钩沉索隐之功，庶可使源流分判，陈迹炳然。

#### （一）《太平经》中的存神观念

就现有的材料看，纬书中关于体内神的记载，是有关存思身内

诸神的最早记述。《龙鱼河图》云：

发神名寿长，耳神名娇女，目神名珠玑，鼻神名勇卢，齿神名丹朱。夜卧三呼之，亦患亦便呼之九过，恶鬼自却。

按“耳神娇女”亦见于《老子中经》（参见《云笈七签》卷十九）。此处所言头诸神，仅涉及名讳，而未提及神的形象。这一点与《太平经》颇为不同。

现存之《太平经》残卷中，更多的是强调神的形象。如《太平经钞》乙部之《以乐却灾法》云：

夫人神乃内生，返游于外，游不以时，还为身害，即能追之以还，自治不败也。追之如何，使空室内傍无人，画象随其藏色，与四时气相应，悬之窗光之中而思之。上有藏象，下有十乡，卧即念以近悬象，思之不止，五藏神能报二十四气，五行神且来救助之，万疾皆愈。男思男，女思女，皆以一尺为法，随四时转移。

由是可以知道《太平经》中存神法的大致内容。其中一个很重要的部分，便是将体内神画为画像，然后“思之不止”，以愈“万疾”。汤用彤先生在《读太平经书所见》一文中说：“汉代之宫阙（如甘阳宫）庙宇（如老子庙）或早有此类画像或石刻，且间流行于民间，而方士或得此类之秘本，造《太平经》者，根据此项图事，而写出神之关貌”。这一推测或可帮助我们进一步了解存神观念的起源。

上清经中关于存思身内诸神形象的观念似应与此有关。

《正统道藏》第五十六册正一部明字号有《上清回神飞霄登空招五星上法经》一卷，实由两篇道法组成，其一为《回神飞霄登空招五星上法》；其二为《镇神养生内思飞仙上法》<sup>①</sup>。据《镇神养生内思飞仙上法》云：

<sup>①</sup> 此经原为《紫度炎光神玄变经》之一部，后散乱而独立成篇。有关此问题的详细考证，见拙文“《黄庭内景经》重考”。

每以平旦，乐向平坐，临目内存，形色朗然，呼其正讳，还镇本宫。叩齿三十六通，乃存发神，名苍华神太元，形长二寸一分；……面部七神，同衣飞罗裙，并婴儿之形，存之审正，罗列一面，各镇其宫。

这里，对身形长短、服饰形象的强调，在上清经中是很具代表性的。将其与《太平经》中的悬象存思法相比较，区别只在于一者的存思对象为具体的画像，而另一者的对象是凭空想像的产物，后者显然是前者长期发展的结果。

## （二）《太平经》与诸神名讳

与上清派存思法密切相关的众神名讳，是上清派道法中的不传之秘（参见《高上太霄琅书琼文帝章经》）。如《上清回神飞霄登空招五星上法经》载：

每以平旦，乐向平坐，临目内存，形色朗然，呼其正讳，还镇本宫。叩齿三十六通，乃存发神，名苍华神太元，形长二寸一分……罗列一面，各镇其宫。

这里，存思有两方面的内容：其一是存想神的形象，即“临目内存、形色朗然”；其二是呼叫神的名字，即“呼其正讳”。上清经中对于神名的强调，或亦渊源于《太平经》。按《太平经》卷五十《诸乐古文是非诀第六十七》云：

欲知古圣人文书审不也，此比若呼人，得其姓字者皆应。鬼神亦然，不得姓字不应，虽欲相应和，无缘得达，故不应也。

鬼神与人相同，不知道名字便无法呼叫。这也就向我们解释了在存想的过程中，何以如此关注神的正讳。上清经对于神名的强调，应该与《太平经》中的这一观念有关。

## （三）“承负”与“解胞散结”

《太平经》中屡屡谈及“承负”的问题，如《解承负诀》曰：

天地开辟以来，凶气不绝，绝者而后复起，何也？夫寿

命，天之重宝也。所以私有德，不可伪致。欲知其宝，乃天地六合八远万物，都得无所冤结，悉大喜，乃得增寿也。一事不悦，辄有伤死亡者。凡人之行，或有力行善，反常得恶，或有力行恶，反得善，因自言为贤者非也。力行善反得恶者，是承负先人之过，流灾前后积来害此人也。

“承负”的起因是有所“冤结”，有“冤结”即有“事不悦”，因此，有“伤死亡”的事情发生。可以说，整部《太平经》就是为解除“承负”而出现的。

上清经显然受到了《太平经》的影响。《上清九丹上化胎精中记经》曰：

故人象天地，气法自然，自然之气，皆九天之精，化为人身，含胎育养，九月气盈，九天气普，十月乃生。其结胎受化，有吉有凶，有寿有天，有短有长，缘禀宿根。结气不纯，藏胃积滞，六府败伤，形神不固，体不受灵，死气入窍，何由得存。

这里，我们看到，人的自然寿命的长短，是由“宿根”决定的。而“宿根”当即人的“承负”。与《太平经》一样，上清经的目的也是为了了解脱人的“承负”之厄。所不同的是，在这里，个人长生的目的更加彰显出来，取代了《太平经》为社会谋求“太平”的目的。

我们在前面谈到，《太平经》一书的主要目的，是为了解除“承负”。这在个人而言，是解脱自身的疾苦；在社会而言是，则是谋求“太平”治世。上清经无疑更多地继承了个人解脱的一面，而灵宝经则更强调道教经典的救世力量。事实上，上清与灵宝二派，从最终的宗教解脱来看，都与《太平经》的“承负”观念密切相关。

#### 四、结语

从西汉末年的纬书到《太平经》，再到晋哀帝兴宁年间上清经的“出世”，前后经历了近四百年的时间。上清经与太平道的关系已详



论于前，纬书和《太平经》中已经有了的包括存思形象和诸神正讳两方面内容的相当成熟的存想之法，在我们以往的道教史研究中，竟然经历了三百余年的空白，到东晋才突然发展成熟为上清经系统，这是何等令人难以置信的结论。然而，就是这样的观念，至今仍在左右着我们对道教史的认识。由此看来，如果不从根本上检讨这些我们信之不疑的方法和结论，任何希图在道教研究中开出新天地的努力，都将成为泡影。

在本文的写作中，作者一直试图将道法的传授和道经的形成看做一个连续的过程，而不是在某一个突发的时间（如晋哀帝兴宁二年）、在某种特定目的的支配下（如与佛教之间的竞争）被凭空造作出来的。这样来看待道经形成的历史，或许更接近历史上的真实情况。

## 附录三：关于金丹南宗的史迹考证

### 一、金丹南宗的历史传承

对于有宋一代的内丹道教来说，由张伯端开启的金丹南宗无疑是其中至为彰显的一脉。南宗的传承相对而言较为清楚，白玉蟾在《谢张紫阳书》<sup>①</sup>中述其丹法传授之由曰：

先师泥丸先生翠虚真人出于祖师毗陵和尚薛君之门，而毗陵一线实自祖师杏林先生石君所传也。石君承袭紫阳祖师之道，以今日单传而观，则曩者天台一夜西华之梦，无非后世蒙福，万灵幸甚耶！

由张伯端、石泰、薛道光、陈楠直至白玉蟾的传授统系在宋元时期即已定型并被广泛地接受，如元至元丙子（公元 1336 年）戴起宗辩《悟真篇》薛注之伪<sup>②</sup>时说：“真人（张伯端）传至杏林（石泰）、杏林传紫贤（薛道光）为第三传，此世之知也”，又如成于元代的《混元仙派之图》<sup>③</sup>亦详列张伯端以下南宗诸祖。南宗的传授经过，从目前所掌握的材料看，是大体上可信的，但其间的细微之处，尤有不可不辨者。今将南宗诸祖的生平事迹及授受事实详细考订于后，以备查考。

#### （一）张伯端之生卒年及得法经过

有关张伯端的史记资料，其确定可信者，有他本人自撰的《悟真篇序》、《悟真篇》后序和陆思诚所撰《悟真篇记》<sup>④</sup>，其中皆未言及生

---

① 载《正统道藏》洞真部方法类《修真十书》卷六《杂著指玄篇》。

② 载《正统道藏》洞真部玉诀类《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要》。

③ 载《正统道藏》洞真部方法类《玉溪子丹经指要》卷首，据《道藏提要》所言，此图当成于元代。

④ 《悟真篇记》载陆洗死后，张伯端转徙秦、陇，事扶风马处厚，考之《宋史·马默传》则有所不合，有关考证，见柳存仁《和风堂文集》中“张伯端与《悟真篇》”一文。

年及卒年。《悟真篇》序作于熙宁乙卯(公元1075年)，其文曰：

仆以至人未遇，口诀难逢，遂至寝食不安，精神疲瘁。虽  
询求遍于海岳，请益尽于贤愚，皆莫能通晓真宗，开照心腑。  
后至熙宁己酉岁，因随龙图陆公入成都，以夙志不回，初诚愈  
恪，遂感真人授金丹药物火候之诀。

这一记述与《悟真篇记》所载相合，当属确实无疑<sup>①</sup>。

最早提及张伯端卒年及寿数的是元戴起宗所作的《紫阳真人悟真篇注疏》，其中明确说张伯端在世九十六岁，于元丰五年壬戌三月初五日尸解。而戴起宗的这一说法显然与翁葆光所撰《悟真篇序》<sup>②</sup>有关，其文曰：

天台仙翁道成受命于上帝，为紫玄真人，默相皇都，时常  
显没…少偕我祖肆业辟雍…忽至击竹有感，顿悟无生，直超真  
空清净性海。晚年遇青城丈人于成都，尽得金丹妙旨。…向在  
元丰间，与刘奉真之徒广宣佛法，亦以无生留偈入寂，奉真之

① 《道家金石略》载《刘真人歌并序》一篇，其中述桂林刘真人事迹云：“仙翁姓刘，名景，字仲远，桂林人也…皇佑间还乡……乃栖于所居南溪山云阳石室中。……天台张平叔真人赠以长歌，叙以神仙造化之妙，公警悟，即与平叔、施肩吾从游，人莫知其契也。元丰八年九月……一夕无恙而逝。……后游山士大夫惟见张真人歌……”，按陆思诚《悟真篇记》云：“治平中，先大父龙图公谿帅桂林，取置帐下，典机要事。公移他镇皆以自随，最后公薨于成都，平叔转徙秦、陇。”按张伯端自述其得道在随陆洗至蜀之时，且云：“当年且主公倾背。”是张伯端到桂林在得道之前，而刘景之与“平叔、施肩吾从游”，当属伪妄。但张伯端在桂林时与刘景交游，并“赠以长歌”、“叙以神仙造化之妙”则或有其事实根据。

② 《正统道藏》洞真部玉诀类岁字号《紫阳真人悟真篇注疏》首列“戴起宗序”，后有“武陵紫阳翁陈达灵序”，其后方是“翁葆光序”。陈序与翁序之间有双排小字，为空白玄子戴起宗对陈达灵序所作注解。然翁序之首段有“紫阳陈仙翁，武夷人，有语录传世……以此观之，紫阳之道与悟真同”一段，与后之序文颇不相类，考之洞真部玉诀类吕字号《悟真篇注疏》前所载之翁序，则并无此一段文字。按陈达灵序言：“无名(即翁葆光)与授毫而笺之，字字浑金，句句璞玉，有功斯道隆矣。一日出以示余，余为序其大概云尔。”据此则陈达灵之于翁葆光不过一般友人，实无在《悟真篇》序首以大段文字加以赞颂的可能。此一段文字当系前面戴起宗注文之一部分，刻书时误入翁序之中。《紫阳真人悟真篇注疏》所载之翁葆光序与《悟真篇注疏》所载之翁葆光序大体皆同，但其间亦有出入较大之处，如《注疏》序文首句为“先子尝谓余曰”，《注疏》则为“夫子尝谓余曰”，柳存仁先生以为当从《注疏》之文，是也。

徒已焚其蛻，获舍利千百，其在如芡。后七年，奉真之徒到王屋山复会仙翁。

其中只谈及张伯端卒于元丰年间，至于具体年份及享寿多少，则未说及。陈达灵序中关于张伯端的言论实出于翁葆光序：“堂堂我宋，挺生悟真，出掌仙籍，密赞皇家，不然安得获加紫玄之号于九霄耶？悟真仙翁闻道于青城之上……。”戴起宗所言张伯端生卒年份，是否还有别的依据，现在已无从得知，但至少我们上面所引的这些出现年代远早于戴起宗的材料中皆无如此明确的记载。柳存仁先生在“张伯端与《悟真篇》”一文<sup>①</sup>中对一般认为的张伯端生卒年颇存怀疑，以为应将他的活动年代向后推延。按《悟真篇记》，张伯端治平中归陆洗帐下“典机要事”。治平年间为公元1064—1067年，距熙宁己酉（公元1069年）不过三五年，倘依戴起宗之说，张伯端在熙宁己酉时已八十二岁，则入陆洗帐下至少已七十七岁，实不知以如此老耄之年，何以能得陆洗赏识，而于军镇之中“典机要事”？故疑张伯端随陆洗之时尚为中年，亦即张伯端得法为中年，而非晚岁。

事实上，张伯端的具体生卒年月并不如我们通常想像的那样重要，尚无确定可信之根据，我们大可不必依据一些似是而非的史料，强作解人。关于张伯端的传说，早在宋元时期即已十分芜杂，如《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要》载《悟真篇本末事迹》<sup>②</sup>一篇，其中《张真人本末》云：

陆公其蛻，得其舍利千百，若鸡头实者，色皆绀碧，既而复有见之者云。政和中，通姓名谒黄君冕仲尚书于延平…语不契而去。继而使人寓书于黄，叙述甚异…平叔自谓与黄皆紫微天官，号九皇真人，因校劫运之籍，遂谪于人间，今垣中可见者六星而已，潜耀者三，平叔、冕仲、洎扬于先生也。

① 载于《和风堂文集》，上海古籍出版社。

② 此篇正文后虽有“商丘老圃今是翁元王真一……政和岁次乙未中秋日记”之语，但此文断乎不可能成于政和乙未岁，其详细考证见于下文。但戴起宗在元至元丙子辨《悟真篇》薛道光注之伪时，已引用其文，则其写就之时亦在宋元之际。

这里，“陆公其蜕、得其舍利千百”一段，显与戴起宗《悟真篇注疏序》所说相同，其中“陆公”当为偶然差误。

此类传说，当与钟吕之传说等量观之，皆为神话之变态，不可据以为实证。现存之《紫阳真人悟真篇三注》卷首有元人张士弘所著《紫阳真人悟真篇筌蹄》，其中有对于这类传说的批评，其文曰：“书之来历，且有数说，是亦后人各述得书之由，所不足信。或云：垣中三星潜耀降世，又云烧其蜕得舍利子千百，此皆杜撰，有所不取”，以上述传说之荒唐诞妄，宜乎其不之信也。

以往据以为实的张伯端具体生卒年月，已如前所说，无切实根据。然而其得法的具体情由，尚有数说，需加厘清。据《悟真篇序》及《悟真篇》后序所言，张伯端于熙宁己酉得至人传授，至于传道之人究竟是谁，则并未有所透露。陆思诚在《悟真篇记》中怀疑是刘海蟾，但其说并无根据。《紫阳真人悟真篇注疏》所载翁葆光注云：“晚年遇青城丈人于成都，尽得金丹妙旨”。有关青城丈人的传说，由来甚早。《还丹肘后诀》<sup>①</sup>卷下有记于乾符乙未岁（公元875年）的一般材料，其文曰：

余自知命之年，从銓與西幸，当天宝丁亥（公元747年）十一月遇青城丈人授以真元丹诀，旨意百不能晓…及肃宗至德丁酉岁銜命裡于嵩岳，复遇丈人，始授神水黄芽之要…今天子蒙尘，奸臣窃位，余西迈，又值钟离公，得偕行同宿。

这里，值得注意的是，写这段材料的人第一次遇到青城丈人是在“从銓與西幸”之时，这与张伯端在蜀得法相同。《还丹肘后诀》卷下复有“都来片晌工夫、永得真铅至宝”之语<sup>②</sup>，这与张伯端所强调的“都来片晌工夫、永保无穷逸乐”的易简之法指归相同。《紫阳真人悟真篇三注·上阳子悟真篇注序》云：“致虚首闻赵老师之旨，未敢自足，后遇青城老仙之秘，方知阴阳造化，顺则人逆则仙之理，无复更议，至如象月出庚阳生火候之奥，青城之训为最的而易

① 载《正统道藏》洞神部众术类斯字号。

② 此语出现在上引志于乾符乙未岁的文字之前，当出自同一人之手。

行。”其中，陈致虚特别强调了“青城”所传丹法的特点是“易行”，这也与前之所述相同。从天宝丁亥(公元747年)到陈致虚所处之元代，前后相距近五百年，所谓青城丈人绝不可能只是一个人。或者其时另有青城一派丹法，而张伯端开启的内丹南宗与此派有关，文献不足，无法指实，姑暂存之，容日后别作详细研究。

## (二) 紫阳之称的由来

张伯端号紫阳，这是有关南宗的文字材料的一般说法。但也有与此不同者，《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要》一书中有白云子撰于宋嘉泰甲子(公元1204年)的一则文献，其中如是说道：

圣宋龙兴，异人间出，紫玄真人张公，少游辟雍，夙禀灵骨，立志精勤，艰辛不替，得道于青城真人，尽得金丹奥旨…于兹有幸自天，得遇紫阳仙翁陈公亲传悟真适孙无名真人释义，密以见授。

按此段材料实源于《紫阳真人悟真篇注疏》卷首之翁序<sup>①</sup>及陈序。而由于白云子所记之文字成于宋嘉泰甲子(公元1204年)，其意义与《悟真篇注疏》所载之序文又自不同。这可以证翁注及序文之早出。这里可以注意的有两点：其一，张伯端被称为紫玄真人；其二，被称为紫阳仙翁的是陈达灵。在翁葆光、陈达灵、戴起宗这一系的传说里，张伯端常被称为“悟真”或“悟真翁”，如空玄子戴起宗在陈达灵序后注曰：“以此观之，紫阳之道与悟真同”，此处“紫阳”指陈达灵，“悟真”指张伯端。这说明，翁葆光、陈达灵活动的时代，张伯端的“紫阳真人”称号尚不为人所知。否则，陈达灵既信仰内丹之道，应无明知张伯端号“紫阳”而不知避讳之理。

最早称张伯端为紫阳真人的，恐怕应属载于《紫阳真人悟真直指详说》中的《张真人本末》，其文曰：

平叔曰紫阳真人，晃仲曰紫元真人，于公曰紫华真人。

① 《正统道藏》洞真部玉诀类吕字号《悟真篇注疏》所载之翁序与《注疏》不同，其文曰：“天台仙翁道成，授命紫阳真人之号于上帝。”但详考《注疏》之翁注与陈注并上引白云子之语，可知其文原本作“紫玄真人”，而非“紫阳”。

按《张真人本末》是《悟真篇本末事迹》的一部分，此篇后有“商丘老圃今是翁元王真一既缮写注解《悟真篇》诗曲并与当时承受事迹，因编详记于后，虽言不文饰而直书实录，庶几备见本末云。政和岁次乙未中秋日记”。则此篇似应成于政和乙未（公元1115年），然详考之，则所谓“政和乙未”显系依托。《张真人本末》复云：

平叔明序仙契，力欲振拔而黄公竟不契而没，惟自号曰紫元翁而已。

这即是说，此篇作成之时黄冕仲已“不契而没”。考《宋人传记资料索引》“黄裳”条云：“黄裳字冕仲，一作勉仲，一云字道夫，号演山，延平人。…喜道家玄秘之书，自号紫玄翁。建炎四年卒，年八十。”建炎四年为公元1130年，晚于政和乙未十五年，倘《悟真篇本末事迹》作于政和乙未岁，则作者无论如何不可能看到黄裳“不契而没”。是知此篇为后人依托。然因元戴起宗在辨《悟真篇》薛注之伪时已引此篇文字，则其成篇亦不甚晚。

《修真十书》载石泰《还源篇序》，其文曰：“昔年以驿中遇先师张紫阳先生。”紫阳之称或是南宗为神化张伯端而造构出来的，在最初并没有很大的影响，如《悟真篇记》中提及张伯端只称“平叔”。至于翁葆光、陈达灵称张伯端为紫玄，其目的当与南宗构造“紫阳真人”之名的目的相同。南宗在白玉蟾以后渐渐倡盛，被奉为丹法之正宗，故“紫阳”之名遂成定说。

### （三）张伯端与石泰的传承

张伯端在《悟真篇》后序中谈及自己的传法过程说：

伯端向己酉岁于成都遇师授丹法，当年且主公倾背，自后三传与人，三遭祸患，皆不逾两旬。近方忆师之所戒云：“异日有与汝解纆脱锁者，当宜授之，余不许尔”。后欲解名籍，而患此道人不知信，遂撰此《悟真篇》叙丹药本末，既成而求学者湊然而来，观而意动，心不甚怪，乃择而授之。然而所授者皆非有巨势强力能持危拯溺、慷慨特达能仁明道之士。初再罹患，心犹未知，竟至于三，乃省前过。故知大丹之法至简至

易，虽愚昧小人，得而行之，则立超圣地，是以天意秘惜，不许轻传于其非人也。而伯端不遵师语，屡泄天机，以其有身，故每膺谴患，此天之深戒，如此之神且速，敢不恐惧克责？自今以往，当钳口结舌，虽鼎镬居前，刀剑加项亦无复敢言矣。

详味此节文义，则可知张伯端的传法经过：初，“欲解名籍”，而“患此道人不知信”，故撰《悟真篇》；其后，《悟真篇》“既成”，而前来学道的人“湊然而来”，遂择而授之；次后，三传非人，而三遭祸患；最后，下决心“钳口结舌”，“无复敢言”。这样一来，张伯端最初传授道法是在《悟真篇》成书以后，撰写《悟真篇》后序以前。按《悟真篇》序作于熙宁乙卯，即公元1075年，而《悟真篇》后序成于元丰改元岁，即公元1078年，张伯端所谓“三传非人”，当即在此四年之间。另外，我们注意到，张伯端在《悟真篇》后序中所忆及的师言，几乎是用谶语的方式预言了他的传法过程：“异日有与汝解纆脱锁者，当宜授之，余不许尔”，这样一个能为张伯端“解纆脱锁”的人，在他作《悟真篇》后序的1078年，虽然还没有出现，但在后来关于石泰与张伯端之间传承事迹的传说里，这一谶言得到了不折不扣的完全实现。

《悟真篇事迹本末·薛紫贤事迹》云：

（薛道光）崇宁丙戌岁（公元1106年）冬，寓郿县青镇，听讲佛事。适遇凤翔府扶风县杏林驿人石泰，字得之，年八十五矣。绿发朱颜，神宇不凡，夜事缝纫。道源……心甚异之，偶举张平叔诗曲。石瞿然曰：“识斯人乎？”曰：“吾师也”。遂将语着于平叔者：“平叔先生旧名伯端，始于成都宿天回寺遇异人，改名用成。凤州太守怒按以事，坐黥窜，行由汾境。会天大雪，与护送者俱饮酒村肆。吾适肆中，既揖而坐，见邀同席。吾笑顾此众客方欢，彼客独未成饮，盍来相就？于是会饮。酒酣，问其故，且以告。吾念之，曰：‘汾守故人也，乐善忘势。不远百里，能迂玉趾，有因缘可免此行’。平叔恳诸护送者，许之诺，遂复于汾。吾为之先一见，获免。平叔德之曰：‘子平生学道，无所得闻。今将丹法用传于子以成道’。”



石泰在这里无疑是以替张伯端“解纆脱锁”之人的面目出现的，这样的巧合反不免令人心存疑虑。按石泰《还源篇》序云：“泰素慕真宗，遍游胜境……昔年以驿中遇先师张紫阳先生。”此处所言“驿中”，与上文之饮酒村肆略有出入，但所说“素慕真宗”，则与上文“平生学道”之语完全契合。据《悟真篇记》，张伯端在陆诜死后“转徙秦陇久之”，故在凤州遇到石泰是有可能的。又按《悟真篇》后序：“初再罹患，心犹未觉，竟至于三，乃省前过……自今以往，当钳口结舌，虽鼎镬居前，刀剑加项，亦无复敢言矣。”详味其语气，则可知此《悟真篇后序》是张伯端在第三次遇到祸患以后为反省而作，此时当已从祸患中解脱。既然张伯端在得道时曾被告戒：“异日有与汝解纆脱锁者，当宜授之。”而他又在反省此言之后立誓“不复敢言”，那么，他如何承当“当宜授之”的责任呢？比较可能的解释便是：此时张伯端已完成了传道的使命，亦即张伯端第三次遭逢祸患之时，终于有人为他“解纆脱锁”，使得他回忆起师言，将道法传付为他“解纆脱锁”之人，并决定从此“钳口结舌”。虽然如此，他犹恐“此道无人知信”，遂在《悟真篇》后序中，反复叮咛，期望读《悟真篇》的人可以自悟。这样一来，我们便可以更清楚的理解为什么张伯端要写《悟真篇》后序：事实上，作于熙宁乙卯的《悟真篇》序是在《悟真篇》完成以后写的，已经可以算是“后序”，在正常情况下，是不必要再写《后序》这样的文字的，而且从《后序》所表达的思想看，与《悟真篇序》并没有很大的不同。这种情况只有在他感觉到已经完成了传法的任务、决定“钳口结舌”以后，出于广渡世人心，才合乎情理的出现。

如果我们上面的分析可以成立，那么石泰遇到张伯端即在《悟真篇后序》成篇之时，亦即元丰改元岁——公元 1078 年。

#### （四）薛道光其人

薛道光的事迹亦载于《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要·悟真篇本末事迹》，其《薛紫贤事迹》所云石泰遇张伯端事，已详考于前。其述薛道光得法之由，则曰：

道源姓薛名式，陕府鸡足山人也，尝为僧。……崇宁丙戌

岁冬寓郾县青镇听讲佛事，适遇凤翔府扶风县杏林驿人石泰字得之…源闻石泰说是语，已稽首皈依，请因受业，卒学大丹及复受得口诀真要，且戒往通邑大都依有德有力者，可即图之。道源遂来京师，弃僧伽，梨幅巾缝掖，和光同尘，混于常俗，覩了此事。岂患学仙道流，得遇平叔诗曲，随其所见，致有差殊，而意之所疑，又须展转心生迷谬，莫能晓悟，孰从而语之参同哉？致使不敢下手修炼者多矣。呜呼，岂平叔先之本心哉？于是慨然首为训释，条达宗旨，通玄究微，开蒙发昧……。初平叔…不得已述诗曲，始以流传世之奇人，使读之自悟。诗曲中之意，亦隐深不可识。道源因以推广其意为注解，明白真要，洞阐玄微，法事悉备，表里焕然，余蕴无所藏矣。……然而道源既欲以是垂世传后，则亦将缄默，自此隐矣。获斯文者，宜加秘密，天之所宝，在在处处，自有神物营卫护持，若有志士，信道明真，言行无玷，审是修行，然后付焉。金玉堆裹不可传焉，父子至亲亦勿与之，盖轻泄慢漏，身则受殃，门户有灾，子孙不祥。岂止如是，又将祸延九玄七祖，阴谴冥责，长役鬼官，永不受生，念兹慎兹无忽。

这里，值得注意的有如下几点：其一，薛道光“尝为僧”，这一点与白玉蟾的说法相符，《海琼白真人语录》云：“所以昔毗陵薛真人向禅宗了彻大事，然后被杏林真人穿却鼻孔。”其二，薛道光曾为《悟真篇》作注。《正统道藏》现存《紫阳真人悟真篇三注》一书，其中即包含题名为薛道光的注文，然而注文内容与《紫阳真人悟真篇注疏》中题名为翁葆光的注文相同之处甚多。元戴起宗在至元丙子（公元1336年）撰文以为根本没有薛道光的注本，世传之薛注实际上是误将翁葆光的注本当成薛注，这篇文章也保存在《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要》一书中。薛注之有无，关系甚大，我们将在后文单独提出详加讨论。这里，我们需要指出的是，上引《薛紫贤事迹》一文虽题曰“政和岁次乙未”，但正如我们在前一节中指出的那样，“政和乙未”显系依托。

今《正统道藏》中所存之《紫阳真人悟真篇三注》前有陆思诚《悟

真篇记》一篇，其中有大段文字完全被窜乱，柳存仁先生以为“其势必为当年修藏时刻写者误入、而易去《悟真篇记》此五面文字”。然详考此“五面”增窜文字之后，有一段题为“乾道五年乙丑中秋日孙薛式谨书”的文字，按《悟真篇三注》卷首分别载有陆子野和陈致虚的序，则此一段题为薛式所作的文字，当即薛道光作《悟真篇注》时写的序文。这样一来，这“五面”窜入的文字所“易去”的，就不仅仅如柳先生所说是《悟真篇记》，而且也包含了薛道光的序文。薛道光的序文关涉甚大，因刻书之误而失去，实甚可惜。然而，当我们详细对比这一段残留的文字与《薛紫贤事迹》的异同时，却得到了意外的收获。现将其文抄录于下：

审是修行然后付焉，金玉堆裹不可与焉，父子至亲亦勿与焉。盖轻泄妄漏，身则受殃，祸连九祖，门户有灾，子孙不祥。岂止如是，又将受种种恶报，或沉九地，永不受生，切戒毋忽。

这一段文字与我们前面所引《薛紫贤事迹》的最后一部分(加线部分)相比较，除个别字句略有差殊外，基本相同。这样一来，我们可以基本上肯定地说，《薛紫贤事迹》实际上是根据薛道光《悟真篇注》的序文略加改动而成的。这也正是《薛紫贤事迹》后所载“商丘老圃今是翁元王真一既缮写注解《悟真篇》诗曲并与当时承受事迹，因编详记于后，虽言不文饰而直书实录，庶几备见本末云”所描述的情况，而正由于这种“言不文饰而直书实录”的做法，使得我们现在读《薛紫贤事迹》，仍能明显感觉到它作为一篇序言的文风。由此，则薛道光注《悟真篇》的事应属确实。

薛序成于“乾道五年乙丑”，即公元1169年。《薛紫贤事迹》中有“然而道源既欲以是垂世传后，则亦将缄默，自此隐矣”之言，则薛道光或在此年内解化。

然《正统道藏》中有题名薛道光的《还丹复命篇》一卷，其序文曰：

宣和庚子岁，得至人口诀……依师口诀，辄成五字一十六首以表二八一斤之数，七字绝句三十首，以应三十日之大功，

续西江月九首，以应九转之法……靖康丙午秋序。

这里，可资怀疑者有二：其一，所谓“三十日之大功”，在南宗丹法中并无着落，对于修炼的日程，南宗诸祖皆强调“片晌工夫”而结大丹，十月温养而脱凡骨，并无用功三十日的提法；其二，所谓“九转之法”，在南宗的丹法里也不被过多的强调，南宗诸祖率都强调“七返九还”，而其所言“七返九还”，又是指“七返者返本、九还者还原”。《道藏提要》疑其为后人伪托，深有所见。

### （五）陈楠与白玉蟾

陈楠得法于薛道光，这一点在他的《罗浮翠虚吟》<sup>①</sup> 有明确的表述：

道光禅师薛紫贤，付我归根复命篇；指示铅汞两个字，所谓真的玄中玄。

其中所言之“归根复命篇”，当与《悟真篇》中所言“真人授我‘指玄篇’”中的“指玄篇”意指相同，都是传法之意，非实有其书。《静余玄问》亦载有白玉蟾关于陈楠得道的言论：

先师得雷书于黎母山中，不言其人姓氏，恐是神人所授也。丹法却是道光和尚所传。

由是可知，南宗自陈楠始，兼传雷法<sup>②</sup>。

关于陈楠解化的时间，《罗浮翠虚吟》中有所暗示，其文曰：

嘉定壬申八月秋……吾将蜕形归玉阙。

这样一来，嘉定壬申（公元 1212 年）陈楠已预示了自己行将解化，

① 元俞琰《席上腐谈》卷下据文辞格调，疑为白玉蟾所作。这一说法并无确切依据，无从证实。

② 《海琼白真人语录》载：“今都天大雷，尽出神霄玉枢之上……向者天遣狼牙猛吏雷部判官辛汉臣授之先师陈翠虚，翠虚以授予我，今以付子，子宜秘之。”又《静余玄问》载：“先师（指白玉蟾）尝醉云：我是雷部辛判官弟子，干道光和尚甚事？”这里，关于师承的记载与上文颇有出入。其实究竟怎样，不得而知。

则其卒年当即在是年前后。《静余玄问》中记载有白玉蟾对陈楠解化之由的准确记述，其文云：

先师嘉定六年四月十四日在漳州梁山与一蓑桶老子犄角入水而逝。

嘉定六年为公元1213年，晚于《罗浮翠虚吟》成篇仅半年时间，这与我们上引的材料相合。

然而《修真十书》卷六载白玉蟾《谢仙师寄书词》所言，则又与上述情况有所不合，其文曰：

恭惟圣师泥丸翁翠虚真人……说刀圭于癸酉秋月之夕，尽坎离于乙亥春雨之天。

按癸酉秋月当即嘉定六年秋，乙亥春雨则为嘉定八年春。按上述材料所说，陈楠于嘉定六年春即已解化，那么“癸酉秋月”和“乙亥春雨”的传道便全无着落。

白玉蟾幼年即遇到陈楠，据《修仙辨惑论》载：

海南白玉蟾自幼事陈泥丸，忽已九年。偶一日在乎岩阿松阴之下，风清月朗，夜静烟寒。

按《修真十书·上清集》所载《毕竟凭地歌》云：“开禧元年中秋夜，焚香跪地口相传”。开禧元年即公元1205年，或者白玉蟾初遇陈楠即在是年，自此年后推九年，即为嘉定癸酉年，按上述“风清月朗、夜静烟寒”的描述，则当为秋月。由此，则“癸酉秋月”的传法当实有其事。《上清集·云游歌》亦曰：“偶然一日天开眼，陈泥丸公知我懒，癸酉中秋野外晴，独坐松荫说长短”，这里所描述的正与上文相同。

由此，则陈楠之卒年当略迟于嘉定六年，或在嘉定八年前后。《静余玄问》为白玉蟾的弟子彭耜所记，传写时偶有差误也是可以理解的。

我们在前面通过讨论以为，薛道光当卒于乾道五年（公元1169年）或稍后，设陈楠享年八十，依其卒于嘉定八年（公元1215年）前

推，则其出生于公元 1135 年前后。这样一来，薛道光传道于陈楠的时间当在公元 1155 年至公元 1169 年。

### (六) 南宗传承之大事年表

年代	事件
熙宁己酉(公元 1069 年)	张伯端于成都遇至人得授丹法。
熙宁乙卯(公元 1075 年)	《悟真篇》成书，作《悟真篇序》。
熙宁乙卯~元丰改元岁	三传非人、三罹祸患。
元丰改元岁(公元 1078 年)	作《悟真篇后序》。石泰得法疑是在是年。
崇宁丙戌(公元 1106 年)	薛道光遇石泰，得传道法。
约当公元 1155 年至 1169 年之间	薛道光传道于陈楠。
乾道五年(公元 1169 年)	薛道光作《悟真篇注》，疑薛道光即卒于是年或稍后。
开禧元年(公元 1205 年)	白玉蟾遇见陈楠，遂师事之。
嘉定壬申(公元 1212 年)	陈楠作《罗浮翠虚吟》。
嘉定癸酉(公元 1213 年)	陈楠付法于白玉蟾。
约当嘉定八年(公元 1215 年)前后	陈楠卒。

### (七) 余论

除南宗外，道籍中还记载有其他的支派，也被认为是继承了张伯端的丹法。《紫阳真人悟真篇注疏》“陈达灵序”曰：

悟真仙翁闻道于青城之上，饵丹于荆湖之间，一传而广益子出焉，再传而无名子出焉。

戴起宗承继这一说法，以为“真人(张伯端)传石杏林、杏林传紫贤为第三传，此世之知也；真人传广益子、广益子传无名子亦三传，此世之罕知也”。关于广益子其人，戴起宗有详细记述<sup>①</sup>：

一传而广益子出焉。刘永年自号顺理广益子，于绍兴壬申年刊行《参同契分章通真义》，其自序云：“永年绍兴戊午尝遇至人亲授口诀，仍训永年但看《参同契》，与我诀同。”

<sup>①</sup> 见于《紫阳真人悟真篇注疏》“陈达灵序”后面的双排小字的空玄子戴起宗注。

按绍兴戊午为公元 1138 年，我们在前面提到过戴起宗在《紫阳真人悟真篇注疏》中明确指出张伯端卒于元丰五年，即公元 1082 年。关于张伯端的生卒年月，我们在前面讨论过，以为传统的说法可信性很小。但张氏的具体生卒年是一回事，戴起宗的言论不一致则是另一回事。戴氏一方面以为张伯端卒于公元 1082 年，另一方面却又相信刘永年在公元 1138 年，即张氏已亡后的五十六年所遇见的“至人”是张伯端，由此我们不得不相信张伯端确有起死回生的能力。

事实上，作为当事人的翁葆光，对于自己与张伯端的关系说得十分的含混，远远没有陈达灵和戴起宗那样信心十足，《紫阳真人悟真篇注疏》“翁葆光序”曰：

余固不才，幸踵仙翁之颜铸，既承真荫，寅夕不忘。

同样的话，在《悟真篇注释》中的表达颇有些不同：

愚固不敏，陪仙翁之遗躅，既承真荫，寅夕不忘。

实际上，这两种表达都不甚明了，很难知其确定的意旨。但是总的说来，我们可以大体上说翁葆光的丹法在传承上与张伯端似乎有某种关系，只是很难讲便是直接的师承关系。如果确如陈达灵所说，翁葆光在序文中为何没有提及广益子的情况呢？这实在令人颇感疑惑。

戴起宗特别强调刘永年、翁葆光这一系的传承，有其特别的原因。在《悟真篇注疏序》中，他如是说到：

盖予于《参同契》夙蒙玄教，以缘未合，无他用工，惟于《悟真篇》，自此虽知旨而悟真又有内外之分，一时之玄，又未能洞明。

戴起宗并没有明确说出“夙蒙玄教”的确切所指，但他与《参同契》的传承有某种关系，是可以肯定的。这一背景很可能提供了他对刊刻《周易参同契分章通真义》的刘永年这一系格外同情的根据。

另外，翁葆光和陈达灵在神化张伯端的过程里，似有政治的企图。如陈序曰：“堂堂我宋，挺生悟真，出掌仙籍，密赞皇家。”翁

序亦曰：“天台仙翁道成受命于上帝，为紫玄真人，默相皇都。”这种较为明显的政治企图令人对其所说的传承过程深表怀疑。

从目前所有材料看，我们还无法看到由张伯端、刘永年到翁葆光这一脉的传承有什么确实的根据。

## 二、南宗五祖的著述

### （一）《金丹四百字》

《修真十书》卷五载《金丹四百字》并序，题曰：“紫阳张真人撰”。其序文有“今因马自然去、讲此数语、汝其味之”一句，则似乎此篇文字是张伯端托马自然转致白玉蟾的。《修真十书》卷六载白玉蟾《谢张紫阳书》，其文曰：

昨到武夷，见马自然口述谆谕，出示宝翰凡四百言，字字药石，仰认爱育，甘露洒心，毛骨豁然。

关于马自然的情况，详见第一章。道籍之出现与成书过程，率多神秘，如扶乩、降神之类，不一而足。像《金丹四百字》这样的文字，具我们看来，显然是白玉蟾或马自然托张伯端之名所造。但此类依托既经过某种神秘仪式的处理，则在道教信徒如白玉蟾之流的眼中，实际上也就等同于张伯端所撰。此固为欺人，实亦为自欺。《金丹四百字》中所述宗旨，与《修真十书》卷一所载《白先生金丹火候图》相同，当视为白玉蟾的作品来加以考察。

《修真十书》中所载之《金丹四百字》含注，然不题注者之名。《正统道藏》太玄部唱字号亦载《金丹四百字》一卷，其注文题为“蕴空居士黄自如注”，其后序曰：

先达者得兔忘蹄，后学者画蛇添足，明眼人难瞒，毋吝点化云。淳佑改元岁次辛丑纯阳月纯阳日盱江城西蕴空居士黄自如序。

两种注文全同，唯上引序文不载于《修真十书》。《修真十书》亦载序文一种，其文曰：“予注《金丹四百字》后，口占律诗五首……是予有望于先达也。再序。”由此可知，黄自如注《金丹四百字》后，先



写了一篇序文，即载于今《正统道藏》所存单行本中之序文；其后，又因自占五言律诗，而再序一篇，载于《修真十书》之中。将两本合一，庶为全帙。

## （二）《玉清金笥青华秘文金宝内炼丹诀》

《正统道藏》洞真部方法类称字号载《青华秘文》三卷，题为“紫阳真人张平叔撰”。篇首有上天廷表，其文曰：

迹者表奏天廷，欲将青华真人玉清金笥长生度世金宝内炼丹秘旨，画图立论，传诸缘士，俯伏茅庐恭伺天罚逾三旬焉，今不至，始敢斋沐焚香，精思著述，三日而成。

详其文意，则此文似为张伯端亲笔撰述，故所谓门人王邦叔辑录<sup>①</sup>云云，于例不合。《青华秘文》卷中复云：

余从师一十年，凡有所得，尽底陈露，愿与同志之士共宝之。此乃玉清金笥东极青华长生度世上品内炼金丹宝诀，玄律至严，某不识避就，撰为此书，亦前三旬表奏天廷，继得报应，始敢下笔吐露。

这里，“余”显然应为张伯端自称。考张伯端得法之由，《悟真篇序》云：“后至熙宁己酉岁…感真人授金丹药物火候之诀”，《悟真篇记》亦云：“最后公薨于成都，平叔转徙秦陇”。《悟真篇序》成于熙宁乙卯，即张伯端成都遇师后的第七年，《悟真篇后序》成于元丰改元岁，即成都遇师后的第十年。而《悟真篇序》及《悟真篇后序》皆未提及另有《青华秘文》的撰述。故所谓“余从师一十年”实与张伯端的生平事迹无涉。对于“从师一十年”，最通常的理解应为跟从师父学习了十年的时间，这在我们知道的张伯端的一生行迹中全无着落；而既使我们勉强将它解释为“从师十年以来”（这里考虑到古籍传写中遗漏的情况），也仍然与史实无法调和。

又《青华秘文》既不见于诸家目录，又未见元以前道书的征引。

<sup>①</sup> 《道藏提要》云：《青华秘文》“门人王邦叔辑录”，然而在通行的《正统道藏》影印本中，找不到有“王邦叔辑录”的记载，此说根据不知何在。

综合上述两点，我们很难相信《青华秘文》为张伯端亲作；同时也不能接受该书成于宋代、为其弟子编集的说法，因为如我们前面所说，张伯端晚年（指写《悟真篇后序》、立誓不言以后）是否再有传人，是很可疑的，而且《青华秘文》倘成书较早，应无长期淹没无闻、不见征引之理。《道藏提要》曰：“然有人疑为明代道士李朴野所著，而托名张紫阳者”，此说或得其实。

### （三）《丹髓歌》

《修真十书》卷七有《丹髓歌》三十四章，题曰“薛道光”撰。然其后有“杏林石泰得之序”，序文之首句云：

夫炼金丹之士，须知冬至不在子时。

这与《丹髓歌》首章“炼丹不用寻冬至、身中自有一阳生”正相符合。则此《丹髓歌》当为石泰所著。《丹髓歌》亦见于《正统道藏》太玄部妇字号《还丹复命篇》，其中无石泰序。从《丹髓歌》绝无借佛家文字以明内丹之旨的特点看，与薛道光的身世背景不相符合。薛道光尝为僧，于禅法造诣颇深。他曾为《悟真篇》作注（有关这一点的详细证明见于后文），从现在残留的可以确信为薛道光的部分注文看，他在谈及内丹时，对佛家思想的运用之多，甚至超过了对禅宗颇有心得的张伯端本人。与此不同，石泰的《还源篇》中几乎没有佛家言语，这与《丹髓歌》的特点是相同的。据此，则《丹髓歌》当为石泰所著。

### （四）《还丹复命篇》

《正统道藏》太玄部妇字号载《还丹复命篇》一卷，题为薛道光撰。此篇当为他人依托，详细讨论见前文论“薛道光其人”一节。陈楠《翠虚篇·罗浮翠虚吟》云：“道光禅师薛紫贤，付我归根复命篇。”按“归根复命”为南宗之终极归指，此处言“归根复命篇”，当为传法之代名词，非谓实有其书。后人依此语而造《还丹复命篇》，托名薛道光，以资玄惑。

《道藏提要》曰：“戴起宗、王阳明等以为后人伪托”。此语有误。戴起宗在辨《悟真篇》薛注之伪时，实际上是相信薛道光著《还丹复命篇》的，不仅如此，他还以《复命篇》序为证实薛道光生活年代的根据。

### (五)《悟真篇》薛注

#### (1) 问题的缘起：

最先怀疑薛道光曾经作过《悟真篇注》的是戴起宗，他详细叙说了这一怀疑产生的过程<sup>①</sup>：

泰定丁卯在瑞阳见薛紫贤注《悟真篇》，读之惘然，恨未见全本。天历癸巳归升，获全本。反复读之数年，见其端倪。继蒙远方道友寄至数本，勘仇皆同。注文所驳旁门，或本作“或者”，或本作叶文叔，此其疑也。近刊行《悟真篇解》诸家节文，其中所引象川翁、无名子二人之注，比之所获紫贤之注，又皆同，疑其文同而人异，此疑也。……文叔果是哉？何紫贤、公辅皆斥之，此其疑也。因以年月考之，道光作《复命篇》，自叙宣和庚子岁得遇至人口诀。今之商丘今是翁元王真一在政和乙未记薛紫贤事迹。叶文叔注在绍兴三十一年辛巳，相隔四十七年，文叔于政和乙未或未生、或童幼，安得紫贤于四十七年之前豫指名而斥之者，又皆文叔之谬，非他人所注，此其疑也。以是数疑，疑其非紫贤之注而未决，然其所注与诸家不同而宝得真人之旨。……至顺壬申秋，武陵故友传至象川翁葆光解，喜跃不已，读之累月，则前之所疑，涣然冰释，确然如世传紫贤之注，实为无名子注。

戴起宗产生怀疑的原因主要是因为：一，世传之几种薛注本，在涉及到所要驳斥的旁门时，有的本子作“或者”，有的本子作“叶文叔”；二，在《悟真篇解诸家节文》一书中有“象川翁”和“无名子”两个人的注，其注文与薛注皆同；三，从年代上看，商丘今是翁元王真一在政和乙未岁即已作“薛紫贤事迹”，其中已有关于薛道光注《悟真篇》的记载，而叶文叔在政和乙未岁可能尚未出世或出世未久，薛注中不应该提及叶注中的观点。由于有上述疑问，戴起宗在得到武陵故友传至的象川翁葆光的注文本以后，就断定本来并没有薛道光的《悟真篇注》，世传之薛注，实为翁葆光的注本。

<sup>①</sup> 见《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要》。

他更在此基础上进一步提出证据：一、“今无名子之注，详尽而无留蕴，世传紫贤之注大同而多阙略，假使紫贤有注，无名子安得不援其文而反窃其全文而易以己名而传世乎？”二、“无名子于释月圆之义，止引紫贤二语，可见紫贤之未有注也。”三、“今讹为紫贤之注者，于‘始于有作人事觉’之注，引‘无是子曰’，无是即无名之讹也，可见紫贤之未尝有注也。”

## （2）对戴氏所列证据之驳斥：

在戴起宗提出的证据中，真正有力的三条：一、年代问题；二、在传为翁葆光的注本中，引有薛道光的话；三、在传为薛道光的注本中，引有“无是子曰”，而戴认为“无是子”即“无名子”。

关于年代问题。所谓“商丘今是翁元王真一”在“政和乙未”作“薛紫贤事迹”一事，我们已在前文论及“紫阳之称的来由”一节中，详加讨论，以为“政和乙未”岁显然是依托。在“薛道光其人”一节中，我们又详细考察了“商丘今是翁元王真一”所作的“薛紫贤事迹”的来由，即“薛紫贤事迹”实际上是根据薛道光本人在乾道五年为《悟真篇注》所作序文写成的。这样一来，我们可以知道薛注成书的确切时间是乾道五年，即公元1169年。这一时间只比翁葆光注的成书时间（公元1173年）早四年，而这样一来，即使薛注中提及叶文叔的错谬之处，在时间上也并无困难。而且，据戴起宗所言，在他最初所获得的几种薛注本中，在驳斥“旁门”时，有的注本只泛泛的提“或者”，而并不直接提出叶文叔之名。由此看来，关于年代的问题，并不能成为真正的证据。

关于引文问题。据戴起宗所言，在题为无名子的注本中，引用了两句薛道光的话。考今本《紫阳真人悟真篇注疏》，在“不识玄中颠倒颠”一诗的注文中，确引有薛道光的话，其文曰：

亦如道光禅师谓：灵丹一粒，其重一斤。

然而在同样题名为翁葆光作的《悟真篇注释》一书中，这一段文字却有很大的不同，其中“道光禅师谓”作“《大丹火记》曰”。这样一来，我们便不免对戴起宗的结论有所怀疑。即使引文中的“道光禅师谓”一段确如戴说，也无法证实薛道光的注本是否存在。因为，

既然戴起宗也知道薛道光 and 翁葆光被很多人误认为是同一个人，他们的注本发生混乱，而导致薛注误入翁注之中，是完全可能的。这一点我们将在讨论薛、翁二注如何混而为一的过程时，再作详细说明。

关于传为薛紫贤的注本中引用“无是子曰”的问题，与无名子注本中引“道光禅师谓”情况相同，不另作讨论。

(3) 从今存之三种《悟真篇注》的对校中进一步证实薛注的存在：

《正统道藏》中有题名为翁葆光的注文两种，一为《紫阳真人悟真篇注疏》中的翁葆光注，一为《悟真篇注释》；题名为薛道光注的有一种，即《紫阳真人悟真篇三注》中的薛道光注。经过认真的对校，我们可以进一步确信薛道光注《悟真篇》是确有其事的。我们下面将三种注本中差别较大，且可以借以看出问题实质的部分列表显出。在图表中，《紫阳真人悟真篇注疏》简称《注疏》，《悟真篇注释》简称《注释》，《紫阳真人悟真篇三注》简称《三注》。

《悟真篇》 诗句	题为翁葆光之注文	题为薛道光之注文
诗“梦谒西华到九天”	《注疏》云：“高象先忽尔魂升玉京，上帝怜之，命西华真人指示丹诀，其篇略曰：叔通从事魏伯阳，相将笑入无为乡……叔通姓淳于氏。” 《注释》云：“高象先日思神，不觉魂升玉京，上帝矜之，命西华夫人指示丹诀，其篇略曰：叔通从事魏伯阳，相将笑入无为乡……炼铅汞而已。”	《三注》云：“我如来云：惟此一事实，余二即皆非。金丹之道，除汞铅之外，别无妙法。” 《三注》之陆子野注云：“高象先日夕思真，不觉魂升玉京，上帝遂命西华太乙夫人指示金丹诀。……又云：叔通从事魏伯阳，相将笑入无为乡。……只是炼铅制汞耳。”
诗“饶君了悟真如性”	《注释》云：“大用未现前…号曰真人。”	《三注》云：“我如来法门，悟性为先，然非上乘之妙义；金丹之道，得药为上，然必炼性为先。若以悟性为偏，万无是理。若不炼性而求药，恐致险危。”

续表

《悟真篇》 诗句	题为翁葆光之注文	题为薛道光之注文
词“丹是色身至宝”	《注释》云：“仙翁作丹书一卷，恐后不信，又作西江月十二章，使人明西来之意，会西归之旨也。安得圆明了悟之人，又闻至道。丹是色身妙宝，度此色身，即是空身，空此幻身，则玉符保神、金液炼形，形神俱妙，与道合真，乌知达磨西来为悟真翁耶？悟真翁为达磨耶？”	《三注》云：“此道正是我达磨祖师西来底意，祖祖相传皆此道也。故六祖出曹溪一派，马祖指为西江水，无非此意。但后之人无心行道，唯以口谈佛祖，无可奈何拄杖棒喝，百般譬喻，使上根者行其道，中器者悟其性，下根者记其言。道人所适，盖欲世人先其性，然后修命。存性即玉液炼己之功，修命即金液还丹之道，愚者却谓我教禅宗，一言之下，顿悟成佛，此乃诬惑迷愚，安有是理哉？要知金丹即我教中最上一乘之妙。”
诗“鉴形闭息思神法”	《注疏》云：“鉴形闭息思神法……如移居也。陈上阳子曰：……岂不惧乎？” 《注释》云：“鉴形闭息思神之法……不免投胎夺舍者也。”	《三注》云：“凡此数事皆道教之傍门尔，依此修行， <u>不能见如来</u> 。”
诗“投胎夺舍及移居”	《注疏》云：“真金起屋何枯之有……特阴灵之鬼耳。（注文中另起一行）道光曰：投胎夺舍，是执空之徒；降龙伏虎，是还丹之妙。” 《注释》云：“投胎夺舍移居之法……死作阴冥善爽鬼是也。”	《三注》云：“投胎夺舍，是执空之徒；降龙伏虎，是还丹之妙。”

在诗“梦谒西华到九天”的注文中，我们可以注意到，题曰翁葆光的注文与题曰薛道光的注文相去甚远，其中的一个突出的特点是在题名为薛道光的注文中提到“我如来”说法。这一情况在诗“饶君了悟真如性”和词“丹是色身至宝”的薛道光注中表现得更为突出，其中屡次提到“我如来法门”、“我达磨祖师”、“我教禅宗”，而这一点在诗“鉴形闭息思神法”的注文中则更突出地被强

调为“不能见如来”。而这些特点在题名为翁葆光的注文中是无法看到的。题曰翁葆光的注文在提及佛教和佛祖时只称“释氏”和“佛”，如诗“释氏教人修极乐”的翁注曰：“释氏化人修极乐净土者…佛自周末时人灭……岂知轩皇驾龙升天之至道者欤？”薛道光尝为僧，于禅宗悟入极深，关于这一点可参见前文“薛道光其人”一节，这里，上述题名为薛道光的注文所表现出的特点，正与薛道光的身份相符。由此，我们可以确信，这些注文即为残留下来的薛道光注。

事实上，在对校的过程中，我们可以看到在很多地方题曰翁葆光的注文与题曰薛道光的注文有着无法混同的区别，上表所列只是其中表现得较为突出的数条而已。这一状况，让我们充分相信，薛道光注是确曾存在过的。至于翁注和薛注如何混而为一，我们将在后面专门讨论。

上表中还有一个情况，有必要在此单独指出。在诗“梦谒西华到九天”的注文中，题曰翁注的文字与题曰薛注的文字绝然不同，这一点已在前面论及。而如果我们题曰翁注的文字与《三注》中的陆子野注相比较，则可发现，这一首诗的翁注竟然是袭自陆子野的注文。《注疏》本的翁注中常常混有陆子野和上阳子陈致虚的注文，如诗“不求大道出迷途”、“学仙须是学天仙”注中混有陆子野的注文，“阳里阴精质不刚”注中混有上阳子注，此类情况在《注疏》中甚多。案《注疏》成于至元年间，即公元1335年前后。而上阳子天历二年（公元1329年）才从赵友钦学道，而作《悟真篇注》更在其遇“青城老仙”之后，当亦不甚早于至元年，由此，则《注疏》中所存上阳子之注，或是后来混入。但不论如何，从《注疏》和《注释》在“梦谒西华到九天”一诗注文中袭取陆子野注的情况，可知今存之《注疏》和《注释》皆出于陆注之后。

#### （4）目前可知之题名薛注或翁注的传本：

除《正统道藏》中现存的三种注本之外，我们还可以从戴起宗等人的记述中得知题名为薛注或翁注的其他传本。

“节本”之薛注。戴起宗云：“泰定丁卯在瑞阳见薛紫贤注《悟真篇》，读之惘然，恨未见全本。”由是可知，当时有“节本”之薛

注。

全本之薛注。戴起宗云：“天历癸巳归升，获全本。”由此知当时亦有薛注之全本。

《悟真篇解诸家节文》。戴起宗云：“近刊行《悟真篇解诸家节文》，其中所引象川翁、无名子二人之注，比之所获紫贤注，又皆同。”今《修真十书》中所存之《悟真篇》附有诸家注文，其中无名子和象川翁即析为二人，如在“南北宗源翻卦象”一诗注中，即分别载“象川翁曰”和“无名子曰”。或者今《修真十书》所载之《悟真篇》即为《悟真篇解诸家节文》。

全本翁注。戴起宗云：“至顺壬申秋，武陵故友传至象川翁葆光解，喜跃不已。”今存之《悟真篇注释》即为翁葆光注的全本，然此本与注疏本虽大体相同，其间差异亦复甚夥。此本或为戴起宗未曾见过之翁注本。

子虚子所传翁注。戴起宗云：“世之又传别本，有淳熙改元九月子虚子小序在陈紫阳序之前，其于无名子之序，节去‘谨依仙翁之秘旨’一段，又易其后文分三乘秘要论名贯卷首，其于注文增‘又曰’。”此是翁注之又一传本<sup>①</sup>。

#### (5) 薛注与翁注是如何混而为一的：

从翁注成书——公元 1173 年到戴起宗辨薛注之伪——公元 1335 年，其间不过一百六十余年，倘如戴起宗所言，本来并无薛注，那么为何会在如此短的时间里出现这么多文字互有差异、题属各不相同的传本呢？我们在上文中已详细论证了薛注的存在，在此我们将对薛注与翁注混而为一的过程加以讨论，这一讨论也将给如此多歧的传本系统给出合乎情理的说明。

翁葆光这个人在当时一定没有什么声望，知道他生平的人很少。这从当时的人把象川翁和无名子析为二人的情况可以看出。

<sup>①</sup> 关于这一传本，戴起宗以为是依托，辨析甚详。参见《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要》。按淳熙改元即公元 1174 年，翁葆光《悟真篇注》成于此前一年。这样一来，此一注本是翁注的最早传本。如果不像戴起宗那样，将之归结为依托，我们或可借此见出翁注的原貌。今传之《注疏》本中有“别本注曰”，或者即指此本。



翁葆光与薛道光的相似之处甚多，加上修炼内丹之人，率多隐秘其事，两个人的混同是情理之中的事。据戴起宗分析，混同的原因主要是两个人的名字相近：“或者又曰：紫贤为僧，一名道光，一名葆光，是又以光字之同而讹以二人为一人也。”除此之外，我们还可以分析出如下几条原因：其一，二者所承之丹法甚为相近。薛道光为张伯端的正宗传人，而翁葆光与张伯端的关系虽不甚明朗，但其丹法传承与张伯端一系有较密切的关系，是可以相信的，这是二人之注混同的关键；其二，二者都自称是张伯端的再传。今存之薛道光《悟真篇注》序的残留部分有“孙薛式”，此处“孙”字之前或有遗漏的文字，但不论所遗漏的文字是什么，其表示再传的意思应该是很明显的。而据《注疏》本陈紫阳序言：“吾知夫五陵之内，坐进此道者，非悟真的子，即悟真的孙。”而宋嘉泰甲子中秋白云子所记的关于《悟真篇注》文字中提到：“得遇紫阳仙翁陈公亲传悟真适孙无名真人释义。”这里的“悟真适孙”与前面提到的“悟真的孙”显然同义。“悟真的孙”与“孙”，既同指再传，其发生混淆也甚为容易；其三，两种注本的成书时间大体相近。据我们前面的考证，薛注成于公元1169年，而翁注稍晚，成书于公元1173年，时间如此相近，宜乎其混淆也；其四，翁注与薛注的写作宗旨也甚相近。按《薛紫贤事迹》曰：“岂患学仙道流，得遇平叔诗曲，随其所见，致有差殊，而意之所疑，又须转生迷谬，莫能晓悟，孰从而参同哉？……于是慨然首为训释。”而翁葆光亦曰：“今之学者，多取傍门非类而证之……致使学者为之惑误”。按薛注与翁注在宗旨上都是为纠正当时对《悟真篇》的误解，两个人的注文中都不免涉及对错误见解的批评。

由上述种种，翁注与薛注被看成是同一个人的注文，两种注本遂发生混淆。或援无名子之注文以入薛注，戴起宗所云：“今讹为紫贤之注者，于‘始于有作人事觉’之注，引‘无是子曰’，‘无是’即‘无名’之讹也。”正是这一情况的反应；或采薛注以入无名子之注，如诗“投胎夺舍及移居”的注文，《注疏》本在翁注后另起一行，有“道光曰”一段，此段文字即为《三注》本中的薛道光注文。

薛道光注《悟真篇》，其基本做法是“条达宗旨、通玄究微”，故薛注恐甚为简略；而翁葆光注则“攒集异名、一一指其至当、罔敢遗漏纤微”，故翁注较为详细。这一点，我们可以通过今存之题名为翁葆光的注文大都比题名为薛道光的注文详悉的现象中看出。因薛注原本简略，故虽采翁注入于其中，亦应大为删削，以适应其原有之构架；而翁注既本详悉，则不妨将本为简略的薛注尽量含纳。故而虽经混同，其原来的一详一略的特点却并未根本改变，这也就导致了戴起宗所说“世传之紫贤注大同而多缺略”的现象。虽然两注之大部皆已混同，但终有少数宗旨相去较远的，遂得以独立保存下来。我们在校勘表中所列诸条，当即归于此类。

薛注与翁注成书后的一百余年间，由于两注或被混同为一、或者单独流传，而造成种种传本的歧异。

#### (六)《翠虚篇》

《正统道藏》太玄部妇字号收陈楠《翠虚篇》一卷。《修真十书》卷十七亦有《翠虚篇》，题曰“泥丸先生陈朴传”，然其所载并非南宗丹法。《正统道藏》太玄部妇字号复收《陈先生内丹诀》一卷，为北宋陈朴所作。详考其内容，则可发现此《陈先生内丹诀》与《修真十书》中所收之《翠虚篇》完全相同。由是可知，《修真十书》中所收的《翠虚篇》实际上是陈朴的作品，而编者误将其编入，讹以《翠虚篇》之名，并在“陈朴”的名字前加“泥丸先生”。

《正统道藏》中所存之《翠虚篇》，其首篇为《紫庭经》，此篇亦见于《修真十书》卷三，然篇名为“庭经”，题为“翠虚真人述”；其中另有《罗浮翠虚吟》一篇，亦见于《海琼传道集》。由此，我们可以相信，《正统道藏》中的《翠虚篇》即为陈楠所作。然元俞琰《席上腐谈》卷下据其文辞格调，疑为白玉蟾所作，此说无从证实。姑存之。

## 附录四：两宋丹道流派考述

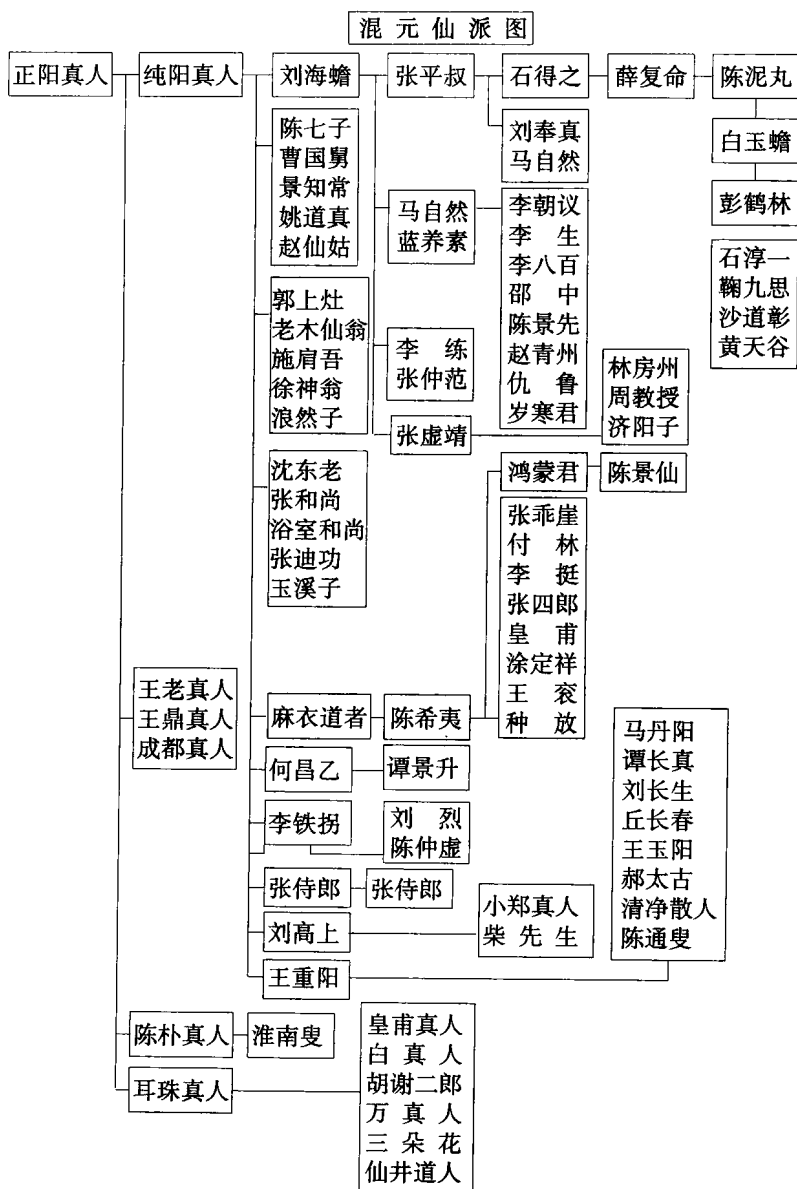
两宋丹道流派，其源流大都晦而不明，即使是历来颇为彰显的道派，如金丹南宗，其传承过程及生平事迹，亦颇有歧异，令人难以尽信<sup>①</sup>。这一点，与金元时期全真道教的情况相去甚远<sup>②</sup>。张君房辑《云笈七签》，其中收内丹书三卷，所记载的大都是唐代的内丹法，而于钟吕一系丹法，则并未提及。由此可见，钟吕一系的丹法在宋初尚未为人显知。此种情况与我们前面提到的内外道丹的区别不无联系。盖内丹家既不依赖于外在条件，以为修炼之资，则其隐没于风尘之间，不汲汲乎闻达于世，便很可理解。道教发展至宋代，确实给人一种耳目一新之感，一辈以修道解脱为事的道徒，尘垢名达，糠秕富贵，其豁然洒脱的态度，令人于千古之下，犹想慕其神概。然而这种隐者的姿态，也使得绝大多数修道之人的行迹难以考见。南宋李简易《玉溪子丹经指要》卷首有“混元仙派之图”一篇，是目前全面记述宋代丹道流派的最早资料。此图或是李简易的弟子所绘，为神化其道门，故将李简易直接列入吕纯阳门下。本节将首先对《混元仙派图》加以考订，而后对其中一些重要人物的思想加以阐发。

---

① 参见柳存仁《张伯端与〈悟真篇〉》一文，《和风堂集》，上海古籍出版社；另见本文第二章附录“关于南宗的史迹考证”。

② 全真道的历史资料，无论从其可靠性还是全面性上，在道教史中都是独有的，仅存于《道藏》中的，就有《甘泉仙源录》、《金莲正宗记》等数种。

## 一、《混元仙派图》



## 二、《混元仙派图》考略

《混元仙派图》中所提人物及传承，率多依托附会，难以尽信，现据目前所见之材料，略加排比考订，以正源流：

### （一）王老真人

按王老真人即王老志，据《宋史·方技下》载：

王老志，……为转运小吏，不受赂谢。遇异人于丐中，自言吾所谓钟离先生也，予之丹，服之而狂。遂弃妻子，结草庐田间，时为人言休咎。……政和三年，召至京师，馆于蔡京第。……明年，见其师，责以擅处富贵，乃丐归……归濮而死。

《混元仙派图》将王老志列在钟离权之下，其所据材料，或与《宋史》相同。此处所言钟离先生，当指钟离权，然而钟离权最晚也是唐末五代人，绝不可能至北宋末年仍然健在。这里的传承显系依托。至于其中“予之丹”一语，则似乎是指外丹黄白之法，而非钟吕系内丹之道。将王老志列入“混元仙派”之中，令人难以确信。

### （二）王鼎真人

据《历世真仙体道通鉴》载：

王鼎，襄阳人也，其初盖寄迹医卜中，以养妻子，尝有诗云：也有山妻也有儿，也为卜筮也为医。后遇钟离先生得道，作诗云：假里淘真十八年，今朝始遇汉朝贤。遂自号王同子，人不见其饮食也。……宋真宗祥符中召至禁中，麻衣草履，长揖而已，后去，不知所之。

王鼎见宋真宗事，不见于《宋史·真宗本纪》，其真伪无从详考。但传中所记得道后的情形，如“人不见其饮食”，及被召至禁中以后“麻衣草履，长揖而已”的态度，都与内丹家的一般情形相类似。无论其具体事迹是否确实，但说他是两宋内丹道教中人，还是相当可信的。

### (三) 陈朴真人

今《正统道藏》中有陈朴所作《陈先生内丹诀》一卷，此书《通志·艺文略》有著录。《修真十书》卷十七所载《翠虚篇》，题曰：“泥丸先生陈朴著”，其实即是《陈先生内丹诀》（详见第二章附录“关于南宋的史迹考证”）。关于陈朴的行迹，《陈先生内丹诀序》中有简要记述：

先生名朴，字冲用，唐末五代人也。五代离乱，避世入蜀，隐居青城大面山，受道于钟离先生，与吕洞宾同师也。先生才质奇伟，德行高妙，积年累功，今不知其几百岁，或出世间，为性不常，以歌酒为乐。元丰戊午间，游南都，宋城张方平官保以其年高，传接气之术，延寿一纪，盘桓南都，不啻半载，携一无底土罐，游于市，人少有识之者。淮南叟敬信尊崇，或师事之，先生怜其至诚，授以内丹诀，因以记之。

就《陈先生内丹诀》中所述丹法言，陈朴所传丹道与钟吕一系丹法绝然不同，“受道于钟离先生，与吕洞宾同师”云云，盖属依托。元丰戊午即公元1078年，由此前推80年，则断定陈朴为北宋初人是较为可信的。

### (四) 耳珠真人

《历世真仙体道通》所载之尔珠洞，当即此处所说之耳珠真人。关于尔珠洞，《仙鉴》曰：

尔朱洞，字通微，不知何许人也。少遇异人授還元抱一之道，炼大丹不死之方。因自号归元子。唐懿宗朝至蓬州。……其后通微再见于世，有成都胡二郎、仙井道士遇焉。据《五代史补》云：尔朱先生，功行甚至，遇异人与药丸云：君见浮石而后服之，则仙道成矣。先生如教，每遇一石，必投诸水。……先生豁然而悟，遂服其药，即时轻举矣。

这段材料中所说尔朱洞传法于胡二郎和仙井道人，与《混元仙派图》所记相同。但通篇看来，并没有学道于钟离权的明确记载，只言“少遇异人授還元抱一之道”。而且从其成道的经过看，他所修习的

主要还是外丹法。

### （五）纯阳真人

关于吕洞宾的记载和传说很多，亦往往颇为舛杂。但总体说来，可以约略断定，吕洞宾为唐末五代时人。宋代题为钟吕所述的内丹著作已经很多，除《钟吕传道集》外，曾慥《道枢》中还有很多钟吕的内丹著述，这些著述，其间虽亦偶有背谬之处，但总体上讲，还是相当一致的。钟吕的丹法，与宋代丹道流派，如金丹南宗，有着相当大的联系，有关这一点，我们后面还有独立的章节加以讨论。《历世真仙体道通鉴》卷四十五有《吕岳传》一篇，其中载有他的自传，很有意思，我们在此引述如下：

不知何年，其自作传云：吾乃京兆人，唐末累举进士不第，因游华山，遇钟离子，传授延命之术，寻遇苦竹道人，传授日月交并之法，再遇钟离，尽获金丹之妙。吾得年五十道始成，第一度郭上灶，第二度赵仙姑，法名何，二人性通利，吾授之以归根复命法。…世言吾卖墨飞剑取人头，吾闻哂之，实有三剑，一断烦恼，二断贪嗔，三断色欲，是吾之剑法也。世有传吾之神，不若传吾之法，传吾之法，不若传吾之行。何以见？为人若反是，虽携手接武，终不成道。

这一段叙述，似出于宋人之手，而非吕纯阳自撰。因文中所提“郭上灶”，据《历世真仙体道通鉴》所载，郭上灶为宋真宗和宋仁宗时代的人，纵使吕纯阳确享高寿，其时尚在，则所谓“第一传郭上灶”，亦无着落，因《宋史》中已有陈抟与吕纯阳交往的记载，而且，《历世真仙体道通鉴》卷四十五《施肩吾传》亦早有“再遇吕洞宾传授内炼金液还丹大道”的记载。上引材料所发挥的思想，如“归根复命”，“一断烦恼，二断贪嗔，三断色欲”等，与宋代受禅法更深刻影响的丹道思想甚相契合。

### （六）施肩吾

《历世真仙体道通鉴》卷四十五《施肩吾传》云：

施君名肩吾，字希圣，号华阳，睦之分水人，世家严陵七

里濂。……唐宪宗元和十五年登进士第。……文宗太和中，乃自严陵入西山访道，栖静真矣。初，希圣遇旌阳授以五种内丹诀及外丹神方，后再遇吕洞宾传授内炼金液还丹大道，于是终隐西山。……琼山白玉蟾跋《施华阳文集》云：“李真多以太乙刀圭火符之诀传之吕洞宾，吕即施之师也。施有上足李文英，昔施君授李一十六字，世罕知者，‘一灵妙有，法界圆通，离种种边，允执厥中’，予偶得之，故并以告胡栖真，使补其遗”云。

卿希泰主编之《中国道教》，其中有关于施肩吾生平的论述，以为有两个施肩吾，所处时代不同，一者在唐，一者在宋，这种说法，不知其根据何在。详其文意，似乎是因为宋李竦《指元图序》（作于大中祥符七年）中有“仆游江南，于南京应天府遇华阳施真人肩吾希圣者”的记载，但宋人文集中往往有自承遇见钟吕等人的文字，其详情虽不可确知，但总的说来，大都不可据以为实。同名又同字，其生平行迹又颇为相似，这样的巧合实在令人难以置信。而《历世真仙体道通鉴》中亦并无所谓“华阳子”与“栖真子”的分别。施肩吾著有《钟吕传道集》（《直斋书录解題》著录为《钟吕传道记》）和《西山群仙会真记》等书，其中的丹道思想十分一致，是研究早期钟吕系内丹学的重要文献。

### （七）刘海蟾

刘海蟾的事迹屡见于宋代碑传，详情参见《道家金石略》。虽然，这些碑传材料的细节是否真实，往往难以确定，但有一点是可以肯定的，即刘海蟾在北宋时已广有声名。《历世真仙体道通鉴》云：

刘玄英，字宗成，号海蟾子，初名操，字昭远，后得道，改称焉。……仕燕主刘守光为相。……一日，忽有道人来谒，海蟾乃邀坐堂上，待以宾礼，问其氏族名字，俱不对，但自称正阳子，海蟾顺风请益，道人为演清静无为之宗、金液还丹之要。……一旦遽辞燕地，远泛秦川，陶真于秦华之前，遁迹于终南之下，韬光隐晦，莫测其所以然。一云为燕丞相，一旦遽



悟，弃官学道，后遇吕洞宾得金丹之秘旨，自此往来终南泰华间，复结张无梦、种放，访陈希夷先生为方外友，亦间作诗，有诗集行于世。

《混元仙派图》显然是采用后一种说法。有人认为张伯端的丹法就是受刘海蟾的传授，这一说法目前还找不到确切的根据。但刘海蟾的丹法对于宋代内丹学的影响还是确定无疑的。

#### （八）陈希夷、张无梦（鸿蒙君）、陈景元

陈抟及其与宋皇室的关系，见于《宋史·隐逸传》，这一点，目前已为学界所熟知。关于陈抟与吕纯阳的关系，亦见于《宋史》：

华阴隐士李琪，自言唐开元中郎官，已数百岁，人罕见者；关西逸人吕洞宾有剑术，百余岁而童颜，步履轻疾，顷刻数百里，世以为神仙：皆数来持斋中，人咸异之。

至于陈抟的具体师承，《宋史》中没有明确的记载。但他与钟吕一系的丹法有着较为密切的关系，是可以肯定的。陈抟的弟子，《宋史》中提到的只有贾德升一人。而见于其他史传的，则还有张无梦、种放等人。张无梦与陈抟的师承关系，见于《高道传》<sup>①</sup>，其文曰：“好清虚，穷《老》《易》，入华山与刘海蟾、种放结方外友，事陈希夷先生，无梦多得微旨”。此文亦见于《历世真仙体道通鉴》卷四十八《张无梦传》，文字全同，盖《仙鉴》之文皆袭自《高道传》。据《仙鉴》所言，张无梦曾被宋真宗召对，问以长久之策，而张无梦答曰：“臣，野人也，但于山中尝诵《老子》《周易》而已，不知其他也。”然而张无梦被宋真宗召对之事，亦不见于《宋史·真宗本纪》。张无梦著有《還元篇》，久已佚失，只在《道枢》中存有节录，另有《学仙辨真诀》一篇，可借此略见其思想之梗概。

《混元仙派图》中所说之陈景仙，当即陈景元。陈景元为北宋著名道士。陈景元与张无梦的师承关系，见于《历世真仙体道通鉴》：

道士陈景元，字太虚，师号真靖，自称碧虚子，建昌之南

<sup>①</sup> 引自蒙文通《古学甄微》“道教史琐谈”一文。

城人。师高邮道士韩知己，已而别其师，游天台山，遇鸿蒙先生张无梦，授秘术。自幼读书，至老不倦。

蒙文通先生在“道教史琐谈”一文（载《古学甄微》）中提到：“杨仲庚言：陈景元‘师事天台山鸿蒙子张无梦，得老子心印，有《道德经藏室纂微篇》，盖摭诸家之精华，而参以师传之秘’。”陈景元著述甚多，但都与丹道思想没有直接的关系。

种放与陈抟的师承关系不见于《宋史·隐逸传》。而《宋史》卷四三五《儒林传·朱震》则引朱震之言曰：

陈抟以《先天图》传种放，放传穆修，修传李之才，之才传邵雍；放以《河图》《洛书》传李溉，溉传许坚，许坚传范谔昌，谔昌传刘牧。

朱震所述的这一传承系统，历来颇多争议，而《先天图》之有无亦颇成问题。而且，即使这一传承系统确实可靠，那也是易学之间的传授，而不直接涉及丹道。《混元仙派图》将种放列入丹道一脉，恐怕并不可信。

### （九）涂定辞

《混元仙派图》陈抟门下有涂定祥，《历世真仙体道通鉴》作涂定辞。《仙鉴》载有小传一篇：

涂定辞者，蓬之良山龙谿里人也。……宋真宗咸平中，定辞隶役于郡…偶有书生自称东专者，揖定辞而坐，相得甚欢，遂留饮浹日，及告行，书生曰：“吾陈抟也…”

按《宋史·陈抟传》载：“（抟）端拱……二年秋七月……如期而卒”，端拱二年为公元989年，而“宋真宗咸平中”为公元998至1003，去陈抟之死已十年有余，则此段材料显系依托。涂定辞即使确属内丹一脉，也与陈抟并无关联。

### (十) 马自然

唐道士马湘字自然，与这里所讲的自然并不是同一个人<sup>①</sup>。然而，据《混元仙派图》，则宋代也有两个马自然：其一为刘海蟾的弟子；其二则师从张伯端。关于前一个马自然，《历世真仙体道通鉴》云：

马自然，不知何许人也。少习修真炼气之方，年六十有四，至建昌酒垆见四道人，衣百结而仪观甚伟，有童在旁，自然问其氏名，答曰：钟离先生、吕先生、刘海蟾、陈七子也。……独海蟾留，乃为自然演金丹之秘。

《正统道藏》太平部交字号有题曰《马自然金丹口诀》的七言诗一篇，其中略述修道经过，自谓云游海上，未遇明师，“六十四年都大休”，后终于遇到刘海蟾，得授金丹大道。这与《仙鉴》的说法是基本相同的。《仙鉴》中复有刘海蟾所授道法的记载，思想意旨与《金丹口诀》基本相同。这一传承关系基本上是可信的。

至于作为张伯端弟子的马自然，则只见于《修真十书·金丹四百字》：

今因马自然去，讲此数语，汝其味之。

《金丹四百字》的成书过程，可能经过了某种道教仪式的处理，具体情形无法确知，这句话有两种可能：其一，马自然是扶乩降神的对象，而非现实中的人；其二，马自然是像《真诰》里华侨一样的人物，可以作为人神之间的媒介，是现实中的人。《混元仙派图》所依据的，应当就是《金丹四百字》中的这一段话。

### (十一) 刘奉真

《混元仙派图》将刘奉真列在张伯端门下，其根据大概与翁葆光所撰《悟真篇序》有关，其文曰：

天台仙翁道成，受命于上帝，为紫玄真人，默相皇都，时

<sup>①</sup> 参见《道藏提要》。

常显没……少偕我祖肄业辟雍……忽至击竹有感，顿悟无生，直超真空清静性海。晚年遇青城丈人于成都，尽得金丹妙旨。……向在元丰间，与刘奉真之徒广宣佛法，亦以无生留偈入寂，奉真之徒已焚其蜕，获舍利千百，其在如焚。后七年，奉真之徒到王屋山复会仙翁。

这一段材料，迹近神话，其可信度甚低（详细考证见第二章附录）。刘奉真与张伯端的师承关系，恐怕也是出于后来的依托。

### （十二）沈东老

沈东老的事迹见于《仙鉴》：

吴兴之东林沈东老，能酿八仙白酒，一日有客，自号回道人……乃囑其族人曰：“回道人曩年间此月十九日尝诵予曰：‘此去五年，复遇今日当化去，意在明年，今乃熙宁之五年也’。”

此处所言之“回道人”即指吕纯阳，后世有关吕纯阳的故事，往往以“回”这样“吕”字的变形，来神化其行迹。熙宁五年向前推四年，即是熙宁二年，公元1069年，上距北宋立国已逾百年，吕纯阳纵享高寿，亦不至此。这段故事全为依托是显见的。而且，即使是在这个故事中，也并没有传授丹法的记述。

### （十三）刘烈

刘烈的事迹亦见于《历世真仙体道通鉴》：

道士刘烈，号虚谷子。初生时，母感异梦，长而有超卓之才，肄业于庐山太平兴国宫，交游不杂，王公大人叹其貌有太古淳风，必异日之道器也。……每日端然检阅道藏经史，一览随记，士大夫愿纳交焉，如晦庵朱文公与谈易、论还丹旨。……乾道九年六月……十六夜…端坐而化。

《道枢》卷十九有《返真篇》，为虚谷子刘烈所作，可以借之略见其思想的梗概。

上面我们对《混元仙派图》作了简要的考证，对其中较为确实的

人物的史传材料进行了疏理。由于我们在第二章有关于金丹南宗的详细考证，而金元全真道则已有张广保的相关考证可兹利用<sup>①</sup>，故在此不再涉及。

### 三、两宋丹道思想概述

作为两宋内丹道教中最为彰显的流派，金丹南宗显然是研究两宋内丹思想的重点。主要说宋代的其他流派。

#### （一）陈抟的学派

《正统道藏》中题名为陈抟的作品，只有《阴真君还丹歌注》一篇。然而注文中所论丹法较为简陋，涉及阴丹及外丹法，与钟吕系丹法全不相类，亦与张无梦的思想了不相关，很可能是依托之作。陈抟的著作不行于世，为我们了解陈抟这一系的丹道思想，带来了很大的障碍。《道枢》卷十三《鸿蒙篇》<sup>②</sup>，是张无梦所著《还元篇》的节录。《还元篇》今已不存，仅有此节录尚在，可以借此了解张无梦，进而也了解陈抟的丹道思想。

张无梦的思想中，突出的特点是对心的强调：

国犹心也，心无为则气和，气和则万宝结矣。心有为则气乱，气乱则英华散矣。游玄牝之门，访赤水之珠者，必放旷天倪，囚千邪，翦万异，归乎抱朴守静，静之复静，以至于一。

心的修炼是长生久视的关键。只要心能做到无思无为，自然就可以凝结万宝，归根反朴。但是，这里并没有关于心的修炼的具体说明。

长生的根本，就在于自己的身内，而不需要向外寻求：

---

① 参见《金元全真道内丹心性学》“历史篇”。

② 《鸿蒙篇》卷首有张无梦的一段言论，应该就是《还元篇》的序文，其中有一段文字，颇值注意：“道者，一之体也，一之与道，盖自然而然者焉。是以至神无方，至道无体，无为而无不为，斯合于理矣。故得其道者，见造化之功，顾鬼神之妙，而无所不变焉。粪虫变蝉，腐草变萤，雀入水变蛤，雉入水变蜃，田鼠变鴽，鱼变龙，此其小者耳；其大者，人可以变仙也”。这里，对“变”的强调是非常突出的。五代时人谭峭曾作《化书》，其中主要是讲天地之间变化的现象和道理。谭峭与陈抟为友，而张无梦则师从陈抟，故非常强调“变”的思想。由此，更加可以证实陈抟、谭峭和张无梦之间的关系。

自家神气自家身，何必区区问外人；这个形骸俱是假，只因修炼得成真。

而这一根本，是无形无象的：“老子明开众妙门，一开一阖应乾坤；只于罔象无形处，有个长生不死根。”这种思想，与金丹南宗已颇为相近。

由上述这些简要的分析，我们可以看出，陈抟和张无梦的丹道思想，实际上起到了上承钟吕，下启张伯端的作用。

## （二）刘海蟾

《正统道藏》中题名为刘海蟾的作品，只有《黄帝阴符经集解》一书，然而此书实际上是南宋道流所造<sup>①</sup>。《道枢》卷十二载有《还金篇》，为海蟾子所述；同书卷二十一有《修真要诀篇》，为刘海蟾弟子王庭扬所作；又《马自然金丹口诀》为刘海蟾弟子马自然所作，这三篇作品可以用来了解刘海蟾的思想。

《还金篇》云：

金丹者，天地之气、宇宙之灵也，乾坤之祖、日月之精也。其于恍惚之中，括在二仪，杳冥之内，包含一物。配甲庚、定离坎、绝水火、布炎凉、列君臣、走龙虎、使阴阳、还铅汞，区分有定，节候无差，九转则为金液，三年则为琼丹，故吾所谓还者，还返七源之妙有，明九转之天关也。

这里，我们可以得出以下几个结论：其一，与钟吕及金丹南宗相同，刘海蟾也将金丹等同于天地之根；其二，在强调“节候无差”、“三年则为琼丹”这一点上，与金丹南宗不同，而较接近于早期钟吕系内丹。王庭扬《修真要诀篇》中也有“千日而成功”的说法，由此可知，刘海蟾的丹法，基本上延续了早期钟吕系内丹学的传统，与张伯端所开启的南宗一脉所强调的“都来片晌工夫、永保无穷逸乐”，有一定的距离。这也可以从一个侧面证实，张伯端与刘海蟾之间并没有直接的师承关系。

<sup>①</sup> 参见《道藏提要》。

与整个钟吕一系的丹法相同，刘海蟾也重视心的修炼，这一点从王庭扬的说法中可以看出：

不在市廛不在山，不拘名利不拘闲；世人要见长生药，只透心灰是大还。

心的修炼是长生的根本，由此而进一步排斥各种炼养之方：

世之修身养命者众矣，而少至于道者，何也？莫测圣人之旨而惑于闻者也。故辟谷咽嗽、吞霞服气、般载曳己、饮乳闭息之论，非所谓要道也。

我们在“诸家判道”一节中，曾专门讨论过指斥旁门的问题，这里再次提及，可以略见当时之风尚所向。

从上述讨论可见，刘海蟾的丹法基本延续了早期钟吕系内丹学的传统，而没有作更进一步的发展。

### （三）陈朴

陈朴的事迹已详于前，《正统道藏》中有陈朴所作《陈先生内丹诀》一卷，可以确定是陈朴本人的作品。陈朴的丹法，与钟吕系内丹学很不相同。这表明，除钟吕系内丹学以外，两宋还有其他较为成熟的内丹系统，只是大都不甚彰显而已。《道藏提要》对此书的评价非常中肯，在此加以引述：

本诀（即《陈先生内丹诀》）所述内丹法则及每一阶段之身心证验，较为详明，然其说与钟吕内丹派诸家不同，而自成一家。谓天一真水藏之于胆，为人性命之根，阴阳和合，降而为丹。其下手以静坐闭息为主，使真气周流，水火相交，结成玄珠。每一转行功之月日时辰多不同。以特重换形，谓此功法能使行者形神俱妙，丹成三转成地仙；丹成六转，换尽凡形而成仙质，飞举上升犹如流星；丹成九转，功行俱全，帝诏降下，飞列仙班。所述丹成时发诸神通，则与钟吕之说相近。

陈朴的丹法大略如此。他的丹法，在宋代还是有着一一定影响的。

内丹学发展至宋代，已日趋成熟，与此同时，性理的因素在各

家内丹思想中，也日渐增多，对于心性的注重，渐渐成为内丹思想的主流，而金丹南宗和金元全真道则是这种趋势的最终结果。这中间除去道教理论自身的成长外，禅宗思想的渗透和浸染无疑也是一个重要的原因。



## 参 考 文 献

### 一、资料类：

#### 《道藏》部分：

- |                     |                   |
|---------------------|-------------------|
| 《灵宝无量度人上品妙经》        | 《上清大洞真经》          |
| 《高上玉皇心经》            | 《高上玉皇胎息经》         |
| 《元始五老赤书玉篇真文天书经》     | 《太上诸天灵书度命妙经》      |
| 《元始天尊说得道了身经》        | 《黄帝阴符经》           |
| 《上清黄气阳精三道顺行经》       | 《太上太玄女青三元品诫拔罪妙经》  |
| 《太上导引三光九变妙经》        | 《高上太霄琅书琼文帝章经》     |
| 《太上玉佩金铛太极金书上经》      | 《元始天尊说玄微妙经》       |
| 《玉清胎元内养真经》          | 《玉清无上内景真经》        |
| 《三洞神符经》             | 《洞真太微黄书天地君石景金阳素经》 |
| 《白羽黑翮灵飞玉符》          | 《上清玉宫灵飞六甲左右上经》    |
| 《元始无量度人上品妙经四注》      | 《元始无量度人上品妙经内义》    |
| 《太上灵宝诸天内音自然玉字》      | 《诸天灵宝度命妙经义疏》      |
| 《上清大洞真经玉诀音义》        | 《黄帝阴符经注解》         |
| 《阴符经三皇玉诀》           | 《太清真人络命诀》         |
| 《太上洞房内经注》           | 《阴真君还丹歌注》         |
| 《崔公入药镜注解》           | 《吕纯阳真人沁园春丹词注解》    |
| 《学仙辨真诀》             | 《太上洞真凝神修行经诀》      |
| 《紫阳真人〈悟真篇〉注疏》       | 《紫阳真人〈悟真篇〉三注》     |
| 《紫阳真人〈悟真篇〉直指详说三乘秘要》 | 《紫阳真人〈悟真篇〉拾遗》     |
| 《紫阳真人〈悟真篇〉讲义》       | 《修真历验钞图》          |
| 《上清洞真九宫紫房图》         | 《灵宝自然九天生神三宝大有金书》  |
| 《元始上真众仙记》           | 《太上洞真智慧上品大诫》      |
| 《太上九要心印妙经》          | 《紫元君授道传心法》        |
| 《龙虎中丹诀》             | 《诸真论还丹诀》          |
| 《真一金丹诀》             | 《还丹秘诀养赤子神方》       |
| 《还丹众仙论》             | 《修真妙用至理论》         |
| 《丹经极论》              | 《金晶论》             |

- 《还丹显妙通幽集》  
《还丹金液歌注》  
《玉溪子丹经指要》  
《全真集玄秘要》  
《三天易髓》  
《陶真人内丹赋》  
《还丹歌诀》  
《乾元子三始论》  
《破迷正道歌》  
《洞玄灵宝本相运度劫期经》  
《洞玄灵宝诸天世界造化经》  
《太上洞玄灵宝三元无量寿经》  
《太上玄一真人说妙通转神人宝经》  
《上清三元玉检三元布经》  
《太上灵宝五符序》  
《洞玄灵宝定观经注》  
《上清紫微君皇初紫灵道君洞房上经》  
《上清胎精记解结行事诀》  
《固气还神九转琼丹论》  
《上清三真旨要玉诀》  
《上清太极隐注玉经宝诀》  
《上清修行经诀》  
《太上玉晨郁仪结璘奔日月图》  
《玄珠心镜注》  
《太上日月混元经》  
《混元八景真经》  
《无上妙道文始真经》  
《西升经集注》  
《南华真经章句余事》  
《老君音颂诫经》  
《女青鬼律》  
《养生辨疑诀》  
《紫庭内秘诀修行法》  
《太清金液神丹经》  
《元阳子金液集》  
《玉清金笱青华秘文金宝内炼丹诀》  
《西山群仙会真记》  
《中和集》  
《金阙帝君三元真一经》  
《修真十书》  
《金液还丹有问诀》  
《至真子龙虎大丹诗》  
《太上升玄消灾护命妙经颂》  
《洞玄灵宝丹水飞术运度小劫妙经》  
《太上灵宝天地运度自然妙经》  
《太上洞玄灵宝真一劝诫法轮妙经》  
《太上洞玄灵宝赤书玉诀妙经》  
《太上洞玄灵宝灭度五炼生尸妙经》  
《洞玄灵宝自然九天生神玉章经解》  
《上清丹元玉真帝皇飞仙上经》  
《上清紫微帝君南极元君玉经宝诀》  
《上清华晨三奔玉诀》  
《登真隐诀》  
《上清明堂元真经诀》  
《上清太上八素真经》  
《太上飞行九晨玉经》  
《玄珠歌》  
《皇天上清金阙帝君灵书紫文上经》  
《太上浩元经》  
《西升经》  
《道德真经藏室纂微篇》  
《南华真经章句音义》  
《南华真经余事杂录》  
《正一法文天师教戒科经》  
《养性延命录》  
《太清元极至妙神珠玉颗经》  
《太上老君大存思图注诀》  
《太清金液神气经》

- 《太清石壁记》  
 《太清修丹秘诀》  
 《张真人金石灵砂论》  
 《太极真人九转还丹金丹经要诀》  
 《大洞炼真宝经九还金丹妙诀》  
 《纯阳吕真人药石制》  
 《阴真君金石五相类》  
 《龙虎还丹诀》  
 《还金述》  
 《丹方鉴源》  
 《悬解录》  
 《丹论诀旨心鉴》  
 《金木万灵论》  
 《玉清内书》  
 《太上长文大洞灵宝幽玄上品妙经发挥》  
 《周易参同契》  
 《大还心鉴》  
 《坐忘论》  
 《玄珠录》  
 《纯阳真人浑成集》  
 《清庵莹蟾子语录》  
 《上阳子金丹大要列仙志》  
 《金丹直指》  
 《金丹四百字》  
 《龙虎元旨》  
 《内丹秘诀》  
 《翠虚篇》  
 《证道歌》  
 《洞元子内丹诀》  
 《太上洞玄灵宝飞行三界通微内思妙经》  
 《陆先生道门科略》  
 《葆光集》  
 《丹阳神光灿》  
 《重阳教化集》
- 《太清经天师口诀》  
 《黄帝九鼎神丹经诀》  
 《魏伯阳七返丹砂诀》  
 《大洞炼真宝经修伏灵砂妙诀》  
 《石药尔雅》  
 《金碧五相类参同契》  
 《还丹肘后诀》  
 《指归集》  
 《大丹铅汞论》  
 《大还丹照鉴》  
 《太白经》  
 《大丹篇》  
 《红铅入黑铅论》  
 《上洞心丹经诀》  
 《古文龙虎经注疏》  
 《先天玄妙玉女太上圣母资传仙道》  
 《周易参同契分章通真义》  
 《化书》  
 《南统大君内丹九章经》  
 《丹阳真人语录》  
 《上阳子金丹大要》  
 《上阳子金丹大要仙派》  
 《真人高象先金丹歌》  
 《龙虎还丹诀颂》  
 《龙虎还丹歌诀》  
 《还丹复命篇》  
 《还源篇》  
 《陈先生内丹诀》  
 《太极左仙公说神符经》  
 《太上灵宝升玄内教经中和品述义疏》  
 《渐悟集》  
 《洞玄金玉集》  
 《重阳全真集》  
 《重阳真人金关玉锁诀》

- 《马自然金丹口诀》  
 《潘溪集》  
 《丹阳真人直言》  
 《真仙直指语录》  
 《上清黄书过度仪》  
 《海琼问道集》  
 《洞真高上玉帝大洞雌一玉检五老宝经》  
 《洞真上清青要紫书金根众经》  
 《洞真上清开天三图七星移度经》  
 《洞真太上三九素语玉精真诀》  
 《洞真上清神州七转七变舞天经》  
 《洞真黄书》  
 《洞真太上丹景道精经》  
 《上清太上玉清隐书灭魔神慧高玄真经》  
 《上清太上开天龙蹻经》  
 《上清丹景道精隐地八术经》  
 《上清回神飞霄登空招五星上法经》  
 《上清太上帝君九真中经》  
 《上清玉帝七圣玄经回天九霄经》  
 《上清九丹上化胎精中记经》  
 《道枢》  
 《重阳真人授丹阳二十四诀》  
 《秘传正阳真人灵宝毕法》  
 《静余玄问》  
 《群仙要语纂集》  
 《海琼白真人语录》  
 《海琼传道集》  
 《洞真太上素灵洞元大有妙经》  
 《洞真上清太微帝君步天纲飞地纪金简玉字上经》  
 《洞真太上三元流珠经》  
 《太上九赤班符五帝内真经》  
 《洞真太上紫度炎光神玄变经》  
 《洞真太上道君元丹上经》  
 《洞真太上太霄琅书》  
 《上清高士灭魔玉帝神慧玉清隐书》  
 《上清高士金元羽章玉清隐书经》  
 《上清天关三图经》  
 《上清外国放品青童内文》  
 《上清金真玉光八景飞经》  
 《上清太上黄书四十四方经》  
 《太上老君开天经》  
 《历世真仙体道通鉴》

#### 史传：

- 《晋书》，中华书局，1982  
 《南史》，中华书局，1982  
 《北史》，中华书局，1982  
 《宋史》，中华书局，1985

#### 其他：

- 王 明：《抱朴子内篇校释》，中华书局，1985  
 王 明：《太平经合校》，中华书局，1960  
 陈 垣：《道家金石略》，文物出版社，1988  
 饶宗颐：《老子想尔注校证》，上海古籍出版社，1991  
 徐震堉：《世说新语校笺》，中华书局，1984  
 苏 舆：《春秋繁露义证》，中华书局，1992

《云笈七签》，书目文献出版社，1992

《弘明集》《广弘明集》，上海古籍出版社，1991

## 二、论著类：

汤用彤：《汉魏两晋南北朝佛教史》，河北教育出版社，1996

《汤用彤学术论文集》，中华书局，1981

《理学·佛学·玄学》，北京大学出版社，1991

《隋唐佛教史稿》，中华书局，1982

陈寅恪：《陈寅恪史学论文选集》，上海古籍出版社，1992

冯友兰：《中国哲学史》，中华书局，1961

张岱年：《中国哲学大纲》，《张岱年文集》卷二，清华大学出版社，1990

蒙文通：《古学甄微》，巴蜀书社，1987

陈垣：《南宋初河北新道教考》，中华书局，1962

吕澂：《印度佛学源流略讲》，上海人民出版社，1979

《中国佛学源流略讲》，中华书局，1979

马叙伦：《读书续记》，北京市中国书店，1985

许地山：《道教史》，上海书店，1991

《道教、因明及其它》，中国社会科学出版社，1994

牟宗三：《中国哲学十九讲》，上海古籍出版社，1998年；

《心体与性体》，上海古籍出版社，2000年；

王明：《道家与道教思想研究》，中国社会科学出版社，1984

任继愈：《中国道教史》，上海人民出版社，1990

《道藏提要》，中国社会科学出版社，1991

汤一介：《魏晋南北朝时期的道教》，陕西师范大学出版社，1988

《郭象与魏晋玄学》，湖北人民出版社，1983

陈国符：《道藏源流考》，中华书局，1963

《道藏源流续考》，明文书局，1983

柳存仁：《和风堂集》，上海古籍出版社，1991

《道教史探源》，北京大学出版社，2000

唐长孺：《魏晋南北朝史论丛》，三联书店，1955

《魏晋南北朝史论丛续编》，三联书店，1959

许抗生：《魏晋思想史》，桂冠图书公司，1992

陈来：《朱熹哲学研究》，中国社会科学出版社，1988

《有无之境》，人民出版社，1991

方立天：《慧远及其佛学》，中国人民大学出版社，1984

- 吉冈义丰：《道教经典史论》，五月书店，1988
- 福井康顺等：《道教》，上海古籍出版社，1990
- 安居香山：《纬书与中国神秘思想》，河北出版社，1991
- 小野泽精一等：《气的思想》，上海人民出版社，1990
- 注德忠：《道教史》，上海译文出版社，1987
- 陈鼓应：《庄子今注今译》，中华书局，1983
- 《老子注译及评价》，中华书局，1984
- 李 零：《中国方术考》，人民中国出版社，1993
- 陈樱宁：《道教与养生》，华文出版社，1989
- 李养正：《道教经史论稿》，华夏出版社，1993
- 牟宗鉴：《道教通论：兼论道家学说》齐鲁书社，1991
- 《〈吕氏春秋〉与〈淮南子〉思想研究》，齐鲁书社，1991
- 卿希泰：《中国道教》，知识出版社，1994
- 朱越利：《道经总论》，辽宁教育出版社，1991
- 张广保：《金元全真道内丹心性学》三联书店，1995
- 胡孚琛：《魏晋神仙道教》，人民出版社，1989
- 金正耀：《道教与科技》，是中国社会科学出版社，1991
- 马克斯·韦伯(Weber, Max)：《儒教与道教》，商务印书馆，1996
- 《新教伦理与资本主义精神》，北京：三联书店，1987
- 《宗教社会学》，台北：远流出版事业股份有限公司；
- From Max Weber: Essays in sociology.* New York: Oxford university press, 1946.
- 涂尔干：《宗教生活的基本形式》，上海：上海人民出版社，1999
- 福 柯(Foucault, Michel)：《规训与惩罚》，北京：三联书店，1999年；
- 《疯癫与文明》，北京：三联书店，1999年；
- The archaeology of knowledge and the discourse on language*, New York: Pantheon Books, 1972;
- Kristofer Schipper: *The Taoist Body*, University of California Press, 1993;
- Anna Seidel: *Chronicle of Taoist Studies In The West 1950—1990*;
- Isabelle Robinet: *Taoist Meditation*, 1993, State University of New York Press;
- Livia Kohn: *Taoist Meditation and Longevity Techniques*, 1989, Center for Chinese Studies The University of Michigan .