

YIDAO TONGXIAN

李宇林 / 编译

医 曲 道 通 心

任法融题



歐陽 曲道通 仙

李宇林 / 编译

任作书题



图书在版编目(CIP)数据

医道通仙/李宇林编译. - 北京:宗教文化出版社,2012.5

ISBN 978-7-80254-532-8

I. ①医… II. ①李… III. ①道教-中医学 IV. ①R-092

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第077046号

医道通仙

李宇林 编译

出版发行: 宗教文化出版社

地 址: 北京市西城区后海北沿44号(100009)

电 话: 64095215(发行部) 64095210(编辑部)

责任编辑: 赛勤

版式设计: 陶静

印 刷: 北京牛山世兴印刷厂

版权专有 不得翻印

版本记录: 880×1230毫米 32开本 15印张 350千字

2012年5月第1版 2012年5月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80254-532-8

定 价: 38.00元

序 言

天地之间人为贵,人之所以贵者,因有智慧和创造力。纵观人类几千年的生存变化,自早期人类动作以避寒,阴居以避暑,钻木取火与野兽群居,随着生产劳动和生活阅历的广博,逐渐发现学习效法自然,向自然界昆虫草木等学习,取长补短,发明创造,上自原始社会,奴隶社会,封建社会……几千年来,社会不断进步,人们的文明智慧不断提升,终至人类的文明有较大的飞跃,而能居统治地球之位,也都是人们向自然界学习的结果。

今天从中国文化来看,我国的中医、养生、音乐、易经、美术以及现代科技等等,无一不是人们向天地自然、万事万物学习的结晶,可以说自然界就是人类的老师,人类也离不开自然界而独自生存。人类从自然界中学到了运用自然,征服自然,改造自然的能力,并且掌握着超自然的智慧。

上古伏羲氏仰观天象,俯察地理,近取诸身,远取诸物而画八卦,以明天地自然之道,以类万物之情;神农氏尝味草木,以分上、中、下三品,区别有毒无毒,为本草之源;轩辕氏与岐伯等诸多智者,论述人类生理病理及摄养之法,从此医道与养

生之理明矣。

古人云：理国以养人为本，修身以治病为先。由此可知明医理，善治病的人，必通于调摄养生之道，古代的大医岐伯、扁鹊、华佗、孙思邈、李东垣、李时珍等等，不但通晓养生之道，还都有养生之术。不论古代、现代，古人、今人，都能理解生命在于调摄，不治已病治未病，防患于未然的道理。如果人们都能遵循自然规律去办事，效法天地阴阳消长之道，与时令节气相和，顺时以养生，做到饮食有节，起居有常，不随心所欲，调和心志，强健体魄，使形体和精神合一，达到精神饱满，身体健壮，就可以活到人生天假之年。如果不善养生，又不自爱惜，五色乱目，五音聋耳，五味爽口，畋猎狂心，而又役虑劳神，竭心殉物，起居无节，体疲于外，精丧于中，众邪致疾，怎得延年住世？若身心安和，神随气，气依味，味顺即元气清，元气清则神爽，神爽则无疾，加以导引，使流水不腐，户枢不蠹，使周身血脉不壅，关节不烦，古人谆谆告诫，摄养得法则寿同龟鹤，若恣情放逸则命比蜉蝣。

人的长寿或早夭，强壮与羸弱，固然有先天的禀赋，各有一定之份，然而若能保存和气、精神，加以锻炼，仍然可以使羸弱而返强壮，强壮而至不老。中医有“精足不思欲，气足不思食，神足不思睡”之说，精气神即是人身健康的根本，生命长寿的基础。《庄子》描绘邈姑射山之仙人说：肌肤若冰雪，绰约若处子，吸风饮露，乘云气，御飞龙，而游乎四海之外。所谓有神，医经认为，“血气者人之神”，又说：“阴阳不测之为神”。《黄庭经》认为，人的五脏六腑，四肢官窍都有神，这就是说，只

要有生命现象人物，都充满了神的因素。

长生不老，长生久视，修道成仙之说，只是人们对生命延续的一种理想寄托和愿望。生死事大，人们没有不乐于生而厌恶死的。古人崇拜天地，说：“天地之大德曰生。”万物依赖于天地而生存，万物与人一样，也因生活在天地之间而快乐。医道亦即天道，是维护关爱生命永驻的大道。追求健康长寿，是人们对医学和养生学的最终期望。

古代美好的神话传说，神仙故事以及今天人们所看到的《西游记》、《封神演义》等等，其对神仙的描绘，无一不与人类社会和自然雷同。人的七情六欲，美丑善恶，都一样反映在神仙世界里。

天地之间总是有正反两个方面，人类社会莫不尽然，老一辈们常说：“但行好事，莫问前程”，“天上没有无德的神仙”……所谓“德”的含义，《道德经》里说：“含德之厚，比于赤子，毒虫不螫，猛兽不据，攫鸟不搏，骨弱筋柔而握固，未知牝牡之合而腴作，精之至也，终日号而不嘎，和之至也。”“德”的大义就是和，和是中华文化的源泉，无论是天道、自然、人事、医道、养生等等，都以和为中心思想。天道自然界和谐，则风调雨顺，五谷丰登；人类社会和谐，则国富民强，繁荣昌盛；居家和谐，则长幼有序，幸福美满；身心和谐，则百疾不生，健康长寿。和谐与德就是仁爱、博爱，与万物和睦相处，与物无忤，就是和谐的本质。《道德经》说：“善者吾善之，不善者吾亦善之，德善也。”邱祖说：“昆虫草木尤不可伤。”医门中人说：“医者父母心。”道家所说的道法自然，雅量会和，无为自化就是博



爱,和谐与德的体现。今天道友们常讲:“德是道之基,德基坚固即为有道,有道即为德道。”如此医者与养生之家即可证“神仙”之道,医道通仙之说明矣。

《医道通仙》之书,摘取古人论述养生长寿之说,而又搜罗历代名医传记以及《神仙传》、《搜神记》等等故事,为医者和摄养之家,提供珍贵参考资料。

负信升

(作者系陕西省道教协会副会长)

前 言

延年益寿,长生久视,是每个人都要关注和向往的。敝人少小蒙昧,却喜听谈论奇异、神仙、故事,又因家世业医,接触药物病人较多,遂有研习医道,探究方术,养生度世之志。后因此入道而又习医。本人医道兼修,多年以来,甚感道学的浩淼精微,医学的博大渊深。而且二者同根同源相为依养,共同维系着中华医道养生文化,均可作为人类福祉的科学,造福于万代而不朽,是中华文明对人类做出的巨大贡献之一。

近些年来世人多有谈论颂扬“道医”的,不论是学文的抑或是行医的都讲“道医,为古、为源;儒医,为今、为流”,的确,道医与中华道学和仙学一脉相承。本人亦在体悟,确切的解释还没有形成。只是感到能提出道医之名,说明现代的中医正在回归,人们的医学知识和技能正在提升。因为儒家孔老夫子曾经说过:“形而上者为之道,形而下者为之器。”《史记》孔子问礼于老子,孔子感到老子的言论高深莫测,可望不可即,而有犹龙之叹。

近观网上关于道医的说法众多,而《中国大百科全书·宗教卷》所下的定义是:道教为追求长生成仙,继承和汲取中国



传统医学的成果,在内修外养过程中,积累的医药学知识和技术。它包括服食、外丹、内丹导引以及带有巫医色彩的仙丹灵药和符咒等,与中国的传统医学既有联系又能区别,其医学和药物学的精华为中国医学的组成部分。也算笼统地给了一个确切的定义,似曾不够全面概括。

本人只是一个道学学子,学问浅薄,何敢妄言议论,只是对道学的广博微妙深有感触而已。

道门中自古就有十道九医,医道通仙之说。此言由来已久,并非是空穴来风,不但道门中人,就是世间行医之人,也同样有此论调。盖因医学与道学,道学与仙学是一脉相承,由浅入深,由低到高的过程。明代龚廷贤《万病回春》里说:“医道古称仙道也,原为活人。”而后人把历代高明的医生都冠以神医、仙医、圣医的称号。可见“医道通仙”本非道家独创、自诩,实为世间同道公证、公认。

闲暇之余,纵览医、道诸书,对以上诸论深有体悟,内心赞许。翻阅案头书籍,始有编写《医道通仙》一书之意。并非人前逞能,自神其说,只是为了附会道医之说,勉励人们及早养生而已。前文是劝勉修养仙学之论,后文为历代道医记传,两者对比参合,希望可给予读者同道,医学与道学、道学与仙学的一些感悟。祈愿同道同修能去伪存真,去粗取精。

篇中文字多为直译或意译,因编者学识浅薄,孤陋寡闻。若有不尽如人意,词不达意之处,敬请批评指正,是吾愿也。

二〇一二年元月
于北京白云观道医馆

目 录

◆ 序 言	贡信升(1)
◆ 前 言	(1)
◆ 一 医道通仙	(1)
摄养为要	(1)
养生大宗旨	(2)
及早觉悟	(4)
精气神说	(6)
魂魄阴阳	(9)
摄养道术	(10)
经典论人	(15)
道书论仙	(18)
◆ 二 抱朴子论仙	(22)
神仙有无	(22)
对俗开释	(25)
微言大义	(33)
儒道难易	(36)
儒道先后	(39)

儒道不同	(41)
超脱世俗	(42)
服食仙药	(44)
辨难诘问	(46)
人贵有恒	(48)
未然防患	(50)
日常禁忌	(53)
勤求师长	(55)
❖ 三 修仙辨惑论	(64)
❖ 四 大道论	(68)
❖ 五 养生论	(78)
❖ 六 保真养生论	(83)
❖ 七 阴德延寿论	(87)
❖ 八 神仙可学论	(89)
❖ 九 历代道医记传	(96)
· 先秦时期 ·	
轩辕黄帝	(96)
岐伯	(107)
马师皇	(111)
上古诸医	(112)
方回	(113)
彭祖	(113)
白石生	(118)

玉子	(119)
马鸣生	(120)
扁鹊	(120)
负局先生	(127)
秦医缓、和	(127)
徐福	(130)
赤须子	(131)
山图	(132)
崔文子	(132)
沈羲	(133)
· 汉魏时期	
仓公	(134)
伯山甫	(152)
壶翁	(153)
李八百	(154)
李少君	(155)
刘子南	(159)
吕恭	(160)
沈建	(161)
王远	(162)
玄俗	(166)
朱璜	(166)
费长房	(167)
郭玉	(168)
韩康	(170)



栾巴	(171)
王遥	(172)
张陵	(173)
封君达	(177)
刘平阿	(178)
瑕丘仲	(179)
张鲁	(179)
张仲景	(179)
董奉	(181)
华佗	(185)
于吉	(192)
葛玄	(193)
· 两晋时期 ·	
尹轨	(197)
曹德休	(199)
杜曷	(200)
公孙知叔	(202)
刘无名	(202)
路大安	(204)
许逊	(206)
叶千韶	(209)
郑思远	(211)
钟离嘉	(211)
周广	(212)
鲍姑	(213)

葛洪	(214)
王篡	(217)
曾亭	(220)
刘涓子	(220)
· 南北朝时期 ·	
邓郁之	(222)
范伯慈	(223)
韩越	(223)
姜伯真	(224)
刘恒	(224)
马荣	(225)
卖药翁	(225)
陶弘景	(227)
王锡	(234)
许裔宗	(234)
张岳	(235)
甄叔 甄立言	(237)
腹痕病	(238)
黄卢子	(238)
徐嗣伯	(239)
徐文伯	(240)
徐之才	(241)
赵炳	(242)
侯楷	(242)
尹通	(242)

· 隋唐五代 ·

陈休复	(244)
崔言	(244)
风纲	(245)
辅神通	(245)
胡惠超	(246)
鸡师	(248)
李处士	(248)
李吉甫	(250)
李老	(251)
李筌 贾耽	(251)
李元	(252)
李元基	(252)
李云卿	(253)
梁革	(254)
梁新 赵鄂	(255)
刘玄和	(257)
刘知古	(258)
王山人	(259)
卢元钦	(261)
吕祖	(261)
马自然	(283)
孟说	(288)
摸先生	(289)
潘师正	(289)

秦鸣鹤	(291)
叔师	(292)
石旻	(292)
释玄照	(293)
孙思邈	(296)
王叡	(302)
王十八	(303)
王守一	(305)
王彦伯	(306)
韦古	(306)
许仲源	(307)
轩辕集	(308)
薛肇	(309)
叶法善	(311)
叶藏质	(318)
益州老父	(319)
京城名医	(320)
翟法言	(321)
张宝藏	(322)
张士平	(323)
张氲	(324)
赵瞿	(325)
治针道士	(327)
周隐克	(327)
陈惠虚	(328)



陈寨	(330)
尔朱	(331)
高骈	(331)
广陵木工	(332)
教坊乐人子	(333)
李客	(333)
李真	(334)
罗万象	(335)
申光逊	(335)
孙光宪	(336)
谭紫霄	(336)
陶俊	(339)
田令孜	(339)
王老	(340)
夏侯	(341)
徐明府	(342)
颜燧	(342)
殷文祥	(343)
于遘	(345)
渔人妻	(346)
虞洮	(346)
张螯	(347)
赵尊师	(348)
郑邈	(349)
紫花梨	(350)