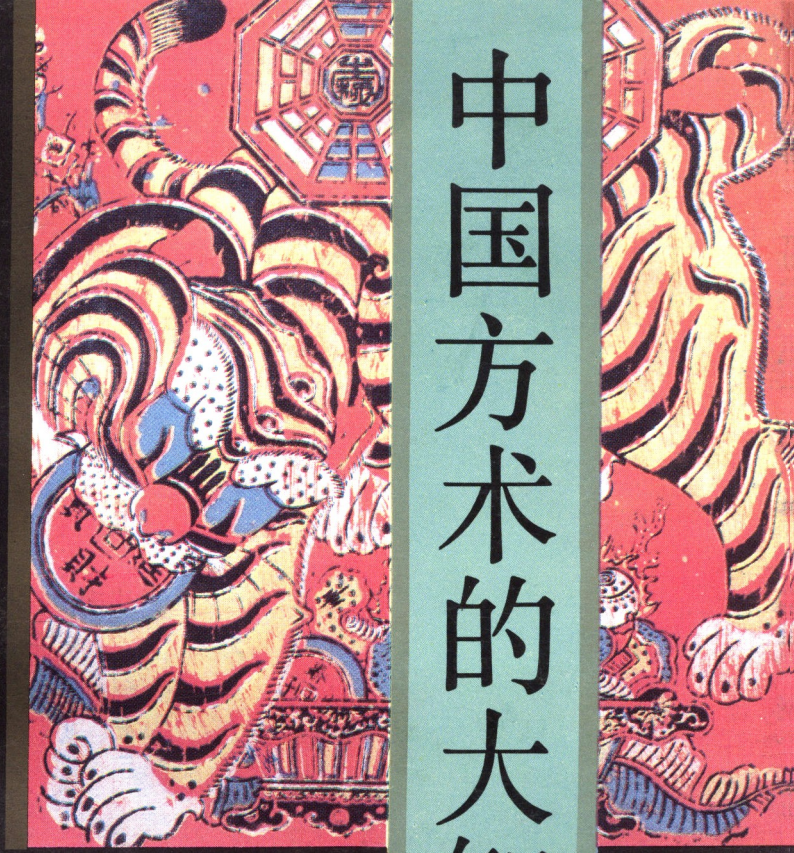


中国方术的大智慧

洪丕谟著

顾晓鸣 主编

中国的智慧

需要全本请访问 www.ertongbook.com

《中国的智慧》丛书

顾晓鸣主编

人·仁·众：人与人的智慧

顾 骏著

浙江人民出版社

《中国的智慧》丛书

总　　序

智慧，是在一般人看不到智慧的地方，看出智慧的能力。

但这种看出“智慧”的智慧，却并非生来俱有；我们聪明，完全靠的是人类的聪明——人类古往今来无数智者的智慧。于是，我们陷入了一个二律背反：

没有先人所积淀下来的智慧，我们大脑无论怎样发达，也不可能有智慧；

而如果没有个人自己的智慧，放在我们面前汗牛充栋的“智慧文献”，至多是名言警句和奇闻轶事，它们不会自动地转化成真正意义上的智慧。

智慧并不是单纯的“知识”，智慧是一种心灵素质和运筹能力。

这样，作者以自己的智慧，在积淀着人类和民族智慧的先人文献中，展现出可供现代人感知、领悟、吸纳的“智慧”，便也成了一种在更广大时空中的“大智慧”：靠着它，

既使今日今时的亿万个人成为植根于人类和民族智慧的真正智者，又使人类和民族的智慧长入未来，发扬光大。

《中国的智慧》丛书之境界当在斯也。为此，我们认真设计了编撰的方略：站在智慧人的肩上——作者和编者的智慧，除了得自多年来厚积薄发的学问体验和人生感悟之外，更有意识地借助现代世界范围哲学社会科学的新视野新方法，尤其各种文化解析的理论方法论，与中国传统文献相互观照，通过执中外、古今的"两端"，使之相互发明，呈现出一种既突现中国文化神髓和中国人知行方式，又充满现代意味的"智慧"——一种在世俗中进取成功，而又超越物界，卓然独立，安身立命的大智慧。

因此，读者诸君在《中国的智慧》丛书中有可能同时发现——

在中国古代文献、学派、思潮、史迹、故事、趣闻、风俗以及器物，也即中国传统有形和无形的各种文化中所体现的"中国的智慧"；

用以开掘和阐明"中国的智慧"的现代社会——文化分析的智慧；

作者在撰写、编者在总编《中国的智慧》过程中所体现的智慧。

而读者的阅读过程又是自己比照和反观自身智慧的过程：书中的智慧将激发你的智慧；你的智慧又最终使《中国的智慧》呈现出其内含的智慧。

因此，本丛书的20部书稿，不拘一格，多样而统一。各有专攻和风格的作者，扣住"中国的智慧"，把最具个性的个人视角、体验和技巧，与最具共性的问题、文体和文字结

合起来，既不庸俗，也不孤僻自赏，贴近日常意识而超越之，发挥玄思妙想而不卖弄学问。

同时，作为整套丛书，我们特别讲究独特的切入点：既顾及中国文化中最重要的文献、学派、人物和方方面面，又避开大而化之，有可能陈陈相因的选题方式。因此种题目，真知灼见之多使后来者难以落笔，陈词烂调泛滥又最易鱼目混珠，故我们以自成一格的方式切入，熔人物行迹与学理于一炉，既可读有趣，又便于出新意启新智。各书或以名著立题，或以学派立题，或以部类立题……我们完全瞩目于如何最有利于"中国的智慧"之阐述，同时，在构思、组稿和定编的过程中，花大力气于各部书稿之相互匹配、相映成趣。切入点各各不同、风格风味相异的各部书稿，组成错落有致的格局，似智慧之盛宴，文化之佳景也。

由此而呈现的"中国的智慧"也就不再是僵化的定义、机械的条文，而是研究、编撰和遣字造句过程本身，一种气韵生动、机趣勃勃的思考和探究的状态。于是，读者也是我们探寻"中国的智慧"工作中当然的一员，你我对于我们伟大祖国的文化和智慧的信念和热忱，是"中国的智慧"得以呈现的最根本前提，你我本是"中国的智慧"的组成部分！

这种兼具理性和感性的炽热心绪，这种胸中始终有着读者的创作心态，是本丛书编撰同仁不断相互勉励的工作精神。因此，我们深知学问和写作上都会有欠缺，但可望得到大家的支持和帮助，从而不断完善。

学名为"智人"的人之区别于动物之处，正在于不断超越迄今为止的"知"，在"不知"领域寻找无限的可能性。已有的"知"也就在这一过程中成为"新知"，每一代人的智力活动也

需要全本请访问 www.ertongbook.com

就构成了人类和民族智慧自身发展的动因。因此，“中国的智慧”呈现为眼下 20 部书稿的样态，只是它的某种形式而已；“中国的智慧”之呈现方式具有无限的可能性！

《中国的智慧》丛书正是自觉地提出这一命题，自觉地开展系统研究的大历程的第一步。正是时候，有志于此的朋友，且让我们携手同行！

在开发“中国的智慧”的过程中，呈现和把握“中国的智慧”，这就是《中国的智慧》丛书的大智慧。

心有灵犀一点通，浙江人民出版社和周向潮先生的睿智和信赖，最终使上述的种种想法形诸一本本在你眼前的文化品——我们这整整一代中国人智慧的汇集，才是真正活着的“中国的智慧”。

顾晓鸣

识于上海离斋

1991 年 3 月 22 日

目 录

《中国的智慧》丛书总序 …… 顾晓鸣

前言 …… (1)
第一章 学理机趣 …… (4)
一阴一阳之谓道 …… (4)
形而上者谓之道，形而下者谓之器 …… (7)
道法自然 …… (9)
无之以为用 …… (11)
潜龙勿用 …… (13)
亢龙有悔 …… (15)
泰卦和否卦，既济与未济 …… (18)
上善若水 …… (21)
人与天地相应 …… (24)
长生修炼，先立功德 …… (26)
日者司马季主的宏论 …… (28)
祸兮福所倚，福兮祸所伏 …… (31)
用志不分，乃凝于神 …… (34)
神游于牝牡骊黄之外 …… (36)
蜗牛角上争何事？ …… (38)
夫唯不争，故天下莫能与之争 …… (40)

知足不辱，知止不殆 …… (42)
吾将曳尾于涂中 …… (44)
人力与天命 …… (47)
《周易》卦爻的辩证机趣 …… (50)
“梅花易数”的理趣 …… (53)
“为腹不为目”和“难得之货令人行妨” …… (55)
死的宏论 …… (57)
第二章　方术机理 …… (61)
“杂而多端”的道教方术 …… (61)
姑布子卿为孔子看相的启迪 …… (63)
修心补相又补命 …… (65)
江湖算命的模棱术 …… (69)
“人可以貌相”和“人不可以貌相” …… (71)
面相与健康 …… (75)
从手相的科学成份看取思路 …… (77)
荀况反对看相 …… (80)
占筮家的活泛思维 …… (82)
测字和思维锻炼 …… (84)
从占梦术的方法论看“拿来主义” …… (88)
阳宅风水中的理性思维 …… (91)
住场好不如肚场好 …… (94)
坟地好不如心地好 …… (96)
张居正不信风水的智慧光环 …… (98)
九九消寒图 …… (102)
中国古代炼丹术的贡献 …… (104)
道教宫观和洞天福地 …… (106)
道教斋醮中的“青词” …… (109)
“能解诸恶之缚”的道教戒律 …… (111)

第三章　医药智趣……（115）
从中医学家成材中获得开启 ……（115）
望闻问切，四诊合参 ……（117）
望而知之谓之神 ……（119）
中医“八纲辨证”的意义 ……（121）
“异病同治”和“同病异治” ……（124）
“逆者正治，从者反治”的医理 ……（126）
上工治未病 ……（129）
从中医“壮火散气，少火生气”说开去 ……（131）
用药如用兵 ……（134）
中药命名的妙思 ……（135）
中医方剂组合的原则性和灵活性 ……（138）
煎药之法，最宜深讲 ……（140）
优生和胎教 ……（142）
道教符箓治病的合理成分 ……（144）
祝由治病的心理效应 ……（147）
正气存内，邪不可干 ……（150）
得神者昌，失神者亡 ……（152）
第四章　养生智慧……（155）
我命在我，不属天地 ……（155）
道家清静无为的养生观 ……（157）
吾闻庖丁之言，得养生焉 ……（160）
吹呴呼吸，吐故纳新 ……（161）
“存思”功法 ……（164）
香汤沐浴 ……（166）
性命双修 ……（169）
生命在于运动 ……（171）
养静之道 ……（173）

调摄你的情绪 …… (176)
睡里乾坤 …… (178)
“合房有术”和“合房有禁” …… (181)
女子修炼法 …… (183)
安生之本，必资于食 …… (185)
进补利弊两点论 …… (187)
孔圣人养生有方 …… (190)
诗人陆游的养生经 …… (192)
丘处机四时养生法 …… (193)
张道陵七试赵升 …… (195)
“识心见性”王重阳 …… (198)
生活中的养生智慧 …… (200)

前　言

承《中国的智慧丛书》主编顾晓鸣博士和浙江人民出版社青睐，继拙撰《中国佛门的大智慧》后，又向鄙人约写《中国方术的大智慧》。在下本属才疏学浅，不学面墙之辈，因碍于友情，于是稍事休憩，便又重振旗鼓，在晓鸣先生的建议下，把分类大纲切割为"学理机趣、方术机理、医药智趣、养生智慧"四个块面，以与《中国佛门的大智慧》专主人生哲理的格局拉大反差。至于所写内容，由于考虑到丛书主编要求的涵盖范围，所以医卜星相，养生修炼之外，旁及各种"方术"，只要内中包孕智慧光芒，都委诸笔底，作一番洒脱尽情的发挥。

由此，展现在读者眼前的这个本子，尽管文字不多，文笔滞涩，可却颇得落英缤纷之趣，饶有看头：既有老子、庄子、孔子、姑布子卿、荀子、张道陵、丘处机、王重阳等各家人物的逸闻趣事，又有中医、养生、占筮、星命、相术、风水、符丹等各类方术的操作智慧；既有《周易》、《老子》、《庄子》、《列子》、《黄帝内经》等众多典籍中的微言奥义，又有道器、阴阳、五行、四时、卦爻、动静、性命、否泰、祸福等纷呈哲理性的机趣和指归。

由于自古以来，道家思想，方术操作繁花似锦，姿彩瑰异，所以机趣百出，涵盖面广。如就《易·系辞上》所说"一阴一阳

需要全本请访问 www.ertongbook.com

之谓道”来说，所谓“道”，就是天地宇宙，万事万物的变化规律。这种变化规律，看去虽似无穷无尽，无边无际，可是智慧的古哲，却偏偏抽出阴阳以作为其纲纪，从而把观察宇宙，把握宇宙，改造宇宙的万古宝钥，握在了自己的手里。由此开悟社会芸芸众生，如果你能拨动自己的智慧之弦，掌握并顺应阴阳对立、统一、消长、转化、渗透、依存的规律，你将在这五光十色的无穷世界里，执简驭繁地生活、工作得比以前更加明智，更加自在，更加洒脱，更加高效，更加不怨天尤人。

再如受启于呼吸吹呴，吐故纳新的养生智慧，你可由此幡然悟出，不仅生命的意义在于新陈代谢，即使世界上的任何事情，也无不都在新陈替换的代谢中获得新生，获得发展。推而广之，如要应顺社会发展，促进社会发展，作为社会的一分子，非但你的知识需要随时随地，不断更新，就是你的思想观念，也非得剔除陈腐，有所吐纳不可。否则你将因为不适应新的时代节奏而遭到无情淘汰。

又比如对于没有自己独立系统的占梦术，因为其术广泛吸取占筮、五行、拆字、附会等术，加以融会，所以属于我国古方术中典型的“拿来主义”。由于社会上各人所处环境不同，从事职业不同，研究课题不同，对于“拿来主义”，又尽可不妨因人而异，各拿所需，即使对于某些反面或有害的东西，“也不当众摔在茅厕里，以见其彻底革命”，只要你运用脑髓，放出眼光去拿，相信总会有所获益。即以拙撰本书的写成来看，就是对于我国古代道教方术、医卜星相，运用自己的脑髓，放出自己的眼光，广泛采取“拿来主义”的结果。在这个世界上，要是你时时处处自作聪明，自以为是，固执己见，否定“拿来”，那就注定变得孤家寡人，什么事也干不成了。

诚然笔者自知，智慧有限，功底浅薄，当此书成付梓之际，难免有众芳芜秽，力不从心之感。因此当你在阅读这本小书时，又不妨拿出你的才智和眼光，作一番去粗取精，适合个人情况的“拿来”，以启发你人生和操作智慧的方方面面，哪怕是一点一滴也好。因为说到底，就整个道教系统“杂而多端”的方术来看，也无非是广泛“拿来”，加以融会的结果。

对于本书的问世，虽然在书的海洋中只不过是添了一朵不起眼的细碎小花，可是作为笔者来说，还是要打心底里说一声：愿你喜爱她！

1991年7月31日，洪丕谟于沪西百尺楼挥汗写竟

第一章

学理机趣

一阴一阳之谓道

《易·系辞上》说："一阴一阳之谓道。"所谓"道"，就是宇宙万物的变化规律。

我国古代哲学认为，天底下一切事物的属性，差不多都可用阴阳五行进行归纳，而尤以阴阳为其纲纪。

在长期的生产和生活实践中，人们逐渐认识到自然界众多事物的种种变化，无不具有矛盾对立统一的两个方面。而这两个方面的内在联系、相互作用和不断运动，正是你生活周围万事万物得以生长、变化、消亡和重新生长的根源。也正因为这样，所以《素问·阴阳应象大论》说："阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。"一阴一阳之谓道，阴阳是统摄万物的。

结合具体事物，运用阴阳对立统一，相反相成的"道"来作"纲纪"性的概括，可见古人把握世间万物的非凡能力和超人智慧。他们是怎样用自己的聪明才智，对如此复杂的天下事物作出纲纪性的把握呢？这就是：天为阳，地为阴；日为阳，月为

阴；火为阳，水为阴；明为阳，暗为阴；动为阳，静为阴；热为阳，寒为阴；出为阳，入为阴；上为阳，下为阴；升为阳，降为阴；向为阳，背为阴；表为阳，里为阴；成为阳，败为阴；生为阳，死为阴；乃至雄为阳，雌为阴；男为阳，女为阴等等，直到无穷无尽，网罗万象，大至天地日月，小至每一具体物象的表里内外，靡不都在牢笼之中，所以有"神明之府"之称。

妙还妙在，不仅世界上的任何事物，都具有阴阳对立统一的两个方面，并且在两个方面的任何一方，又都可以用阴阳来作再一次的划分，以至无穷。太极图是群经之首《易经》描述的宇宙模式图样，图象外表的圆形，代表着天地混沌原始状态，由无极派生的太极。图中分为黑白两方，就是所谓"太极生两仪"的阴阳两个方面了。其中明亮的白色代表阳，阴暗的黑色代表阴。然而奇迹出现了，在白色的一方里竟有着一个小小的黑点，而黑色的一方里也同样有着一个小小的白点。这就明白无误地向人们展示了阳中有阴，阴中有阳的道理。对于这种道理，《素问·金匮真言论》举一昼夜的时间划分为例，告诉人们："平旦至日中，天之阳，阳中之阳也；日中至黄昏，天之阳，阳中之阴也。合夜至鸡鸣，天之阴，阴中之阴也；鸡鸣至平旦，天之阴，阴中之阳也。"这种阳中有阴，阴中有阳，阳中有阳，阴中有阴的现象，说明天地间的阴阳，并不是绝对割裂的，而是分中有合，合中有分。

由于阴阳两种力量的对垒和相互渗透，所以它们彼此之间，既相互牵制，又相互消长。阴盛则阳衰，阳盛则阴衰，就是这种盛衰消长的对垒，构成了客观世界相对的动态平衡，而不是绝对的寂静平衡。如以一年四季的天时变化为例，古人观察到从冬至到夏至，白昼一天天地长起来，气温也一天天地升高

起来，从而窥知这段时期，正处在一个阳长阴消的过程之中。反之，从夏至到冬至，黑夜开始一天天长起来，气温也一天天地降下去。这又让人感到这一时期，正处在阴长阳消的阶段。先哲有云："冬至四十五日，阳气微上，阴气微下；夏至四十五日，阴气微上，阳气微下。"就是这一阴阳交互消长，你来我往规律的具体体现。

古人明智地察觉到，阴阳变化不尽体现在你中有我，我中有你，相互消长，你来我往上，还在极大程度上体现在相互依存和相互转化上。阳根于阴，阴根于阳，孤阳不生，独阴不长，任何一方如果失掉对另一方的依存，就没有什么阴阳可言。比如没有明就无所谓暗，没有热就无所谓冷，没有上就无所谓下，没有右就无所谓左，等等。又如从体、用两头来说，物体是阴，作用是阳。阴是阳的物质基础，阳是阴的作用体现。这种关系，也可用质和能的关系来加以阐明，没有阴的质量，就无所谓阳的能量。"无阳则阴无以生，无阴则阳无以化"，这就是阴阳互根，对立统一的道理。

把智慧的触角探及到阴阳的转化，可以测知自然界物极必反的规律。天底下的任何事物，当它发展到尽头的时候，就会走向反面。比如白天发展到中午的顶峰，就开始走下坡路，最后终至被黑夜所吞没；而黑夜发展到子夜的极限，也势必不可抗拒地要开始发生转化，直至最后被白天所代替。一天如此，一年四季也同样如此，冬去春来，夏去秋来，循环往复，如环无端。生命的尽头是死亡，死亡的反面是新生。物极谓之变，物生谓之化，生生死死，变变化化，自然界的阴阳变幻转化，就是这样的不可抗拒，任你哀叹也无济于事。

《素问·阴阳离合论》说："阴阳者，数之可十，推之可百，

数之可千，推之可万。万之大，不可胜数，然其要一也。”天下事物的千变万化虽然多得不可胜数，足以让愚者目瞪口呆，可是智者却掌握它的要妙：阴阳对立统一的规律。

拨动你的智慧之弦，掌握并顺应阴阳对立、统一、消长、转化、渗透、依存的规律，你将在这五光十色的无穷世界中，执简驭繁地生活得比以前更明智，更自在，更洒脱，更不怨天尤人。

形而上者谓之道，形而下者谓之器

清朝末年，改良主义者郑观应著《盛世危言》，内中列有《道器》一篇，提出当今世界，“道”是伦理纲常，“器”为科学技术，“道”是中国的好，“器”是西洋的好。两者比较下来，“道”为根本，“器”为枝末。由此可知郑观应的良苦用心，就是要在不触动封建统治的前提下进行改良，引进西方科学技术，走富国强兵之路。

“道”和“器”原为我国哲学的一对基本范畴，这真是一个有趣的问题。《易·系辞上》说：“是故形而上者谓之道，形而下者谓之器。”唐朝孔颖达《周易正义》注解说：“道在形之上，形在道之下。故自形外已(以)上者谓之道也，自形内而下谓者之器也。形虽处道、器两畔之际，形在器不在道也。既有形质，可为器用，故云‘形而下者谓之器’也。”孔颖达的意思是说，“道”抽象而居于形之上，“器”具体而居于形之下，“形”虽然处于“道”和“器”两者之间，可是“形”属于“器”而不属于“道”。说明白点就是，“道”为作用，没有物质形象；“器”为器物，具有物质形象。在《周易》一书中，我们可以把事物的阴阳变化之理看成为“道”，六十四卦，三百八十四爻的构成形式看成为“器”。

需要全本请访问 www.ertongbook.com