

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

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
第七章 新道教的诞生		
	——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
附录一：《黄庭内景经》重考		170
附录二：论早期《上清经》的“出世”及其与《太平经》的关系		202
附录三：关于金丹南宗的史迹考证		216
附录四：两宋丹道流派考述		241
参考文献		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。”^①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

^① 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。^①

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。^② 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^①，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

^① 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。”^①

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

^① 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^①。在这里，我们陷入了一种两难的境地：我们既

^① 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，后人因之为名搬运者，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，除非一盞醍醐饮。”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^①。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^②；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^③。

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