

ZHONGHUA WENHUA FANCHOU PUJIDUBEN DAOXUE

中华文化范畴普及读本·道学

宋一夫◎主编



道

云游



吉林文史出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

云游/宋一夫主编. —长春: 吉林文史出版社, 1994. 8 (2009. 6 重印)

ISBN 978-7-80528-105-6

I. 云... II. 宋... III. 历史故事—作品集—中国 IV. I247.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 074345 号

Yunyou

云 游

主 编 宋一夫

责任编辑 王桂兰 张雪霜

封面设计 徐 超

出版发行 吉林文史出版社 (长春市人民大街 4646 号)

印 刷 北京市飞云印刷厂

开 本 850mm×1168mm 1/32

字 数 83 千字

版 次 1994 年 8 月第 1 版 2009 年 6 月第 2 次印刷

印 数 5 001—10 000 册

印 张 4

书 号 ISBN 978-7-80528-105-6

定 价 20.00 元

子规啼血唤东风（代序）

人的生命是有限的，而文化的发展是无限的，人类社会的进步，归根结蒂是文化的进步，是文化底蕴的枯涸与丰润。

中国古代的进步与中国近代的落后，致使清醒的仁人志士从五四时期起，就以其沸腾的热血和竭力地呐喊，要求中华民族文化的重新构筑，从那时起，这种要求愈来愈强烈了。

即将呈现给您的《中国文化范畴普及读本》就是我们全体编著人员，为重构中国文化而进行的潜心尝试。

面对案端一叠叠隽永的书稿，一幅幅精美的图画，集编辑和作者于一身的我们，激动之情难以平抑。同时，另一种思虑也油然而生。据新闻出版署统计，1992年我国出版图书八万种以上，而1993年则达九万种。按图书品种来说，我们早已进入图书出版大国的行列，可根据联合国教科文组织的统计分析，我国又是新版图书最没有信息量

的几个国家之一。大量图书选题陈旧、内容重复已成为当前图书出版事业的一大痼疾。那么，我们推出这套《中国文化范畴普及读本》，是文化的精品，还是在制造精神垃圾呢？

扪心自问，出版这套《中国文化范畴普及读本》，从主观上，著述者绝不仅仅为了一千字、一幅画几十元的稿费，出版者也绝非想的只是经济效益，想从读者腰包中掏出百八十元钱，而是一种强烈的责任感和使命感使然。

中国是四大文明古国之一，有近五千年的文明历史，就其文化典籍之多，世界上任何国家都无与伦比。可就现今中国来说，尚存在着大面积的文化沙漠地带。据有关普查资料，12岁以上人口中，有2.35亿人属于文盲或半文盲，就是说在我们每四个人中，就有一个文盲或半文盲。据联合国有关组织的资料，世界成年人中的文盲人数为8.24亿，而我国竟占了近三分之一。文盲意味着愚昧、无知、落后与丑陋。没有文化根基的民族是没有灵魂的民族。不使中国人整体文化素质大幅度提高，而去企盼经济的腾飞，只能是善良人的美好愿望。

中国人之所以是中国人，不仅仅是黄皮肤、黑眼睛，更重要的是中国文化。一个无知的、对本国文化毫不了解的人，不管他是大腕，还是大款，说他是中国人，但他决不是鲁迅所讲的“民族脊梁”的中国人。这种中国人决不能成为中华民族的再度崛起而肩负起历史与现实使命

的人。

尤其是我国改革已进入十分关键阶段，市场经济使人们看到了它会给中国的政治、经济、文化带来繁荣，但也会使已习惯于计划经济生活的我们，心态发生强烈的震撼。新价值观念与道德意识的冲突，社会利益与个人利益间的矛盾，像钟摆一样失衡于人们中间，引起人们种种的彷徨与困惑。当我们理智地对待这一切的时候，我们却从历史当中找到了另一个答案，那就是与我们毗邻的日本和韩国在告诉我们一个事实，他们是在继承和发扬传统文化的基础上，吸收外来文化才逐步平稳发展到现代化社会。而日本和韩国的传统文化，是大量地吸收和保存了中国古代的传统文化，这不能不引起我们的深思和反省。

中国人跻身于世界先进民族之林，其立足点无非是过去的中国和现今的中国。今天的中国是传统中国的延续，现代的中国人是传统的中国人的承传。同中国和中国人相伴而生结伴而来的中国传统文化，随着时代的变迁，也不断地凝聚，不断地消失，不断地更新，是一个不断分析扬弃和综合利用的无限进程。也正是这样一个无限进程，才使中华民族代代繁衍生息，使中华民族最终在世界先进民族之林获得比现在更为殊荣的地位！

也正是基于此，我们才撰写和编辑出版了这套《中国文化范畴普及读本》。我们将中国传统文化的产生到流变，进行有重点、有区别地纵横向梳理。我们所说的文化精华

既指作为某种文化思想体系的基本内核或精髓，这是我们必须了解的；同时也指作为人类进步的思想观念或行为规范，至今仍有着重要意义，这是我们应该承传发扬的。我们在撰写与编辑过程中，既注意传统文化的精华性，又确保传统文化的完整性和科学性，以及采用故事和图画以达到文化的普及性。既要体现精华，又要考虑不使文化体系支离破碎，既要照顾到“阳春白雪”，又要想到“下里巴人”。这些，均颇费我们的心血。

当然，对任何一种传统文化，其固有价值与现实的实践价值存在明显的二律背反，这或许使有的人感到传统文化是一种过时的束缚，但是，当我们赞叹现代意识进步时，又有哪一株当代文明的参天大树不是根植于传统文化精髓的沃土之中呢？我们不去僵化地恪守传统文化，而要用渊远流长、营养丰富的文化精华，去激发中华民族昂然崛起的生命冲动……

“子规夜半犹啼血，不信东风唤不回”。相信我们这套《中国文化范畴普及读本》，能在民族文化的优化和重构中成为一种催化剂。如此，我们也就无愧于国人，不负自己。

是为序。

“云游”学说的解析

云游是道教修炼方式的一种。道教的追求和最高理想是得道成仙，长生不老。要想得道，就必须经过千辛万苦的磨砺和修炼，修炼的方式方法有多种多样，云游仅是其一。其它如抱一、守静、坐忘、服食丹药、养气炼神、仪式戒法等等。道士在具体实践中，也不是仅靠单一的方法修行，而是采用多种方法相辅相成而行。方法是手段，不是目的，为什么要采用某一方法修炼，是受道教的信仰，追求的目的和道学的一些基本观念决定的。老子在《道德经》第二十五章中阐述什么是“道”时说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”从而“道法自然”这一基本观念，就决定了道教的一切思维方式，信仰准则，追求途径及其修炼和生活方式等等。

正是出于“道法自然”，道家认识世界乃至社会生活，均主张一切全凭自然而然，遵循客观事物发展规律而行。对任何问题，常采取人与自然的简单类比，如说

“欲作服食仙，宜以同类者”，如黄金本是自然之物，它有耐磨、抗腐、经炼等特性谓之不朽，那么人若服食，生命也将长生不朽。所谓“金性不败朽，故为万物宝，方士服食之，寿命得长久”。服食炼丹的修炼方法，就是效法自然的结果。而炼丹的过程也得效法自然，就如传说伏羲氏效法天象画成变化乾坤的八卦一样，炼丹时效法天象，依八卦而动，反之，不法自然，就不会炼成丹药。

云游也遵循“道法自然”这个基本观念，道家认为只有投身到大自然里去，云游四方，登山涉水，访山川名胜，才能体悟到天人合一或“道”的真谛。庄子在《南华真经·达生篇》中引列子问关尹子：“为什么圣人能够做到潜行不窒，蹈火不热，行乎万物之上而不慄？”关尹子回答说：“是纯气之守，非知巧果敢之列。”这句话是什么意思呢？关尹子是说因为圣人修炼有不为外物所侵伤的保守纯和之气，这气是养于恬淡之心而达到的，不是运用心智或果敢行动而取得的。归根结底，还是“道法自然”保守一股纯和之气。为此养气炼形，弃世无累，形全精复，与天为一，这纯和之气，本是大自然所固，人之呼吸自然而然，天人合一。

神话传说我中华鼻祖黄帝，曾云游崆峒山，访仙人广成子问治世之道，在洞府前的石案上，就镌刻着鲜明的“道法自然”四个大字。黄帝就是在云游中得道飞仙

的。如说云游始于何时，当然应从黄帝时期始。后来又传说西周时期老子云游西出函谷关，为关令尹喜宣讲大道而留下一部有五千言的《道德经》，之后又云游西域诸国，所谓云游流沙，广泛宣传教义。关尹子云游蜀地，在四川成都青羊肆与老子相遇而成仙，周穆乘八骏而云游天下，在昆仑山遇西王氏，战国时有《山海经》问世。凡此等等，尽管是神话传说，可见，当道教还未创立之前，在道家、方士们中已广为流传着云游访道成仙的故事了。

道教在初创时期，可分为两派，其一是东汉张陵（公元34—156年），学道云游于四川鹤鸣山，编写道书和道篆，自称得太上老君亲授，深悟正一大法，初创五斗米道，确立道教组织形式，广收道徒，凡入道者皆交五斗米，或者病人请医也要交纳五斗米，做为教团活动经费。张陵自称天师，又称正一天师道。另一派张角（？—184年）为首在河北创立太平道，以《太平经》为主要经典，《太平经》是继承《道德经》的思想精髓，以“气”作为万物构成之母，追求“太平”的社会理想。主要传教活动是持九节杖，画符念咒，教病人思过，饮符水以治病。后来发展为聚众戴黄巾为标帜，组织发动农民起义，后被封建统治阶级镇压下去，广大道徒转入五斗米道。看来道教在其初创时期，均未明确提出云游为道教修炼方式。及至魏晋，道教经过葛洪、寇

谦之等人的改革与整顿。如西晋葛洪所著《抱朴子》可谓道教理论权威著作，但本书多言神仙方药鬼怪变化，养生延年及禳灾却祸之事，尤其论证神仙之确有，服食丹药可以成仙，系统地论述了战国以来神仙家的理论，探索多种长生方术，提出了“玄”是天地万物之母，“一”是天地万物的本质的思想。却没有把云游标题立目特论之。唯在他所著的《神仙传》一类著述中，谈了一些仙人飞升，上天入地，游乎八极，飘乎六合，记载了一些神话故事。此期间教派林立多起，南方有张天师传系符篆派，江南有茅氏三兄弟传系的茅山派，主要修炼以炉鼎炼丹，又称丹鼎派，还有以杨羲《上清经》为主存思炼气为修持方式，不主金丹术的上清派等，这些教派信仰虽大同而小异，修炼方法也形形色色，五花八门，极不统一。到了北魏时期，著名道士寇谦之（公元365—448年），他曾在华山、嵩山修道七年，自称“遇大神，乘云驾龙，导从百灵……集止山顶，称太上老君。谓谦之曰：‘自天师张陵去世以来，地上旷诚……上谷寇谦之，立身直理，行合自然，才任轨范，首处师位，吾故来观汝，赐汝《云中音诵新科之诫》20卷……汝宣吾新科，清整道教，除去三张伪法，租米钱税及男女合气之术……专以礼度为首，加之以服食闭炼。’”经过葛洪和寇谦之的改革和整顿，除去了天师道初创期以“治、方”为编制的组织形式，采用符篆的方法传教，

提倡和完善了道教仪式和修炼方法，著有《云中音诵新科之诫》一书，音诵指念经膜拜的仪式，科诫指修持之戒律。经过此番整顿，道教无论在教义、科仪规范、神仙谱系以及宫观设置等方面都已逐渐完备。就是如此，也未有将云游专题专门论述之。

到了隋唐五代，乃至宋元时期，道教受到统治阶级的推崇，发展到兴盛时期，道徒遍地，从宫廷到民间；天下名山无不有宫观楼台的建筑，道教著作也大量涌现，道士的修炼方法更是多种多样，五花八门，也从来未有统一，纯粹取法自然，任之道徒受师主的传授，各自独立实践。云游道士，屡见不鲜，而且扩大到知识阶层，有些诗人如晋之嵇康，唐之李白等人也参与云游之列。

在道教发展史上，首先最明确地提出“云游”为道家修持戒法的是明代正一道第43代天师张宇初，在他所著的《道门十规》一书中的第七条便是“云水参访”。张天师说：“凡行持道法之士，必有戒行为先。”规戒欲修持真功，参究性命，须先离情舍爱，远离尘俗，选择山明水秀，形全气固的佳境，创庵舍，用茅屋盖草房，只求挡风避雨即可，草衣木食，簞食瓢饮，风餐露宿，水迹云踪。把真功苦行，槁木死灰，看作是磨砺身心分内的事。就把“云游”的目的，艰苦辛劳之情状说得清清楚楚。

既然“云水参访”定为道士修行的一条戒律，这就不仅仅依靠寇谦之当初所定的服食内炼，而是公开提出走向社会、走向大自然，去寻访高道，传授修行“道要”，有如佛门一样，偶有高道启迪指点，便会彻悟大悟。云游是邀会道友，切磋道艺，领悟道性的极好机会，同时也是面向大众，宣传教义，发展道众的最好形式。

老子当初云游西秦，出函谷关留下传世不朽之作《道德经》。南朝刘宋时期道士陆修静，弃家修道于云梦山，后来又游名山，南至衡水湘江、九嶷、浮罗，西至巫峡、峨嵋，遍访仙踪道书，辨别道经真伪，整理经戒、方药、符篆、图谱等书 1128 卷。泰始七年（公元 471 年）又撰定《三洞经书目录》，为我国最早的道教经书总目。陆修静极重视宗教仪式的作用，到处参访仪式斋法，精心编成《洞玄灵宝斋法》百余卷。东晋道士许迈云游名山胜水，采集服气，定慧双修，炼内丹而成功。北齐徐仙姑战胜自我，云游中排除各方干扰修道成仙，唐代孙思邈和宋代道士甄栖真云游民间，送医送药，为民解除疾病之痛，为道教尽其社会责任的必要形式。吕洞宾仗剑云游，除暴安良，扫尽人间不平。南宋道士白玉蟾云游参访修炼，摆脱名利场上的纷争。金元道士王重阳云游山东创全真道教。马钰和孙不二夫妇共舍家资，云游陕西河南，弘扬全真教法。丘处机西游大

雪山，宣传教化，说服成吉思汗，休战、行孝、戒杀，成为道教史上一大壮举。其徒弟李志常随师西游，写下历史地理名著《长春真人西游记》。清初道士王常月云游江南，广度道徒，使全真道中兴。张教智云游北京，拜谒华山张老律师，使他大开眼界，心灵启悟，彻悟《三皇玉诀文》，得任白云观住持。凡此游例，不胜枚举，云游虽属一种修炼方法，在道教的传播和发展中，它确积极推波助澜，起到不可低估的作用。

云游，原本是人们社会生活的一种行为，为有目的追求而游动。它早于道教的产生，便在古代的道家、神仙家和方士们中广泛地实践着。但当道教形成以后，便自觉不自觉地被道教引为一种独特的修炼方法，纳入修仙的轨道。随着道教的兴盛，有过辉煌时期，随同道教的衰微，也随而淡化。“云游”一词，也成为道教史上一个专用名词，和道士云游一样，皆成过去。

目 录

云游”云游”学说的解析	1
老聃出聃出关西游秦国	1
尹喜云禧云游四川成仙	5
长道陵道陵游居鹄鸣山	9
许迈炼内丹而云游	13
钱之书之书法得力云游	16
许逊云逊云游为民除害	20
嵇康随康随从孙登云游	24
余仙姑仙姑云游古禅寺	27
小思邈思邈云游峨嵋山	31
李太白太白好入名山游	35
丽山老仙老母八方释惑	39
李铁拐铁拐魂游西华山	43
长果老果老骑驴游中条	47
钟离权离权浪迹游江湖	50
吕洞宾洞宾仗剑游四方	53

蓝采和持板踏歌游	57
刘海蟾云游终南山	61
甄栖真云游送医药	64
白玉蟾云游传内丹	67
萨真人云游大江南	71
王重阳云游创全真	74
马钰散家资助云游	78
丘处机西游大雪山	82
李志常随师游雪山	86
张三丰游处无恒定	90
铁冠子周颠游市井	94
赵真嵩云游吴越地	97
常月云游全真中兴	101
谭守诚云游潇湘水	105
张教智云游东西岳	108

老聃出关西游秦国

老聃一生潜心道学，崇尚自然。恬淡清静，与天地并生，与万物齐一的心灵境界是他的最高理想。他追求这种境界，但不拘泥于形式。他也曾做过周王朝廷的守藏史，即管理国家的政治、经济、文化、历史等方面文献、档案的官。据说一直任职到东周敬王时期。这使他有接触那些记载着从三皇五帝到周，人类社会兴衰成败的经验教训的珍贵资料。总结这些经验教训，更加深了他对天道的本质的理解，使他时时产生一种到大自然中去体验天道的强烈冲动。他要云游天下。恰在此时，一场宫廷内乱，使周王室的珍贵典籍、资料丧失殆尽，再也不需要他这个守藏史了。于是，他骑一头老青牛，离开东都洛阳，开始了云游天下的历程。

一天，将近日暮时分，老聃骑着青牛来到函谷关下要求过关。这函谷关归秦国管辖，是入秦西游的门户。关令尹喜见他仙风道骨，气宇非凡，暗忖道：“这必是