

道教神仙

张志坚◎著



与内丹学



宗教文化出版社

道教神仙

张志坚◎著



与内丹学



宗教文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

道教神仙与内丹学/张志坚编著. - 北京:宗教文化出版社,2003.11

ISBN 7-80123-580-0

I. 道... II. 张... III. 道教-简介 IV. B95

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 094824 号

道教神仙与内丹学

张志坚 编著

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: 霍克功

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

版权专有 不得翻印

版本记录: 850×1168 毫米 32 开本 16.25 印张 393 千字

2003 年 11 月第 1 版 2003 年 11 月第 1 次印刷

印 数: 1—7000

书 号: ISBN 7-80123-580-0/B·196

定 价: 34.80 元



作者（左）与全国人大常委、中国道教协会副会长、中国道教学院副院长张继禹合影



前言

本书主要介绍道教神仙与道教内丹学的基本内容。

神仙信仰是道教的基本信仰和显著特色。这是道教与其他宗教的最大区别之一。道教的其他内容和理论几乎都围绕着神仙信仰而展开。神仙信仰由神仙、仙境和成仙方术三方面组成。

道教是以信仰“三清”为最高尊神的多神教,有着庞大的神团体系。而成仙炼养方术是通向成仙道路的最重要的桥梁和纽带。在众多的成仙炼养方术中,内丹术是最核心、最主要和最重要的部分,是炼养方术的综合集成。

本书上编着重介绍道教中的多位神仙,包括先天真圣的三清、四御、三官大帝;后天仙真的彭祖、张三丰、五祖、七真、八仙;民俗神的财神、门神、土地神、药王;女神仙中的西王母、妈祖、麻姑等。此外,还介绍神仙的概念、来源、特征、属性、可学性和神仙境界等。

下编着重介绍道教内丹学的概念、形成、流派及各流派的代表人物、功理、功法、经典。

道教神仙与内丹学是紧密相连而不可分割的,都是道教的基本内容和重要组成部分。



在本书的成书过程中,得到了许多师长、朋友和道友的支持和帮助,在此表示衷心感谢。

因水平有限,书中定有不足之处,敬请方家、同道不吝赐教。

张志坚
2003年中秋节



目 录

前 言	(1)
-----------	-------

上 编 道教神仙

第一章 道教的神仙信仰	(2)
一、神仙的概念和来源	(3)
二、神仙的特征	(7)
三、神仙信仰的产生和形成	(10)
四、神仙实有,神仙可学	(13)
五、神仙的阴阳五行属性	(23)
六、神仙境界	(25)
第二章 先天真圣	(34)
一、三清	(34)
二、四御	(40)
三、东王公	(44)



四、南极仙翁·····	(46)
五、三官大帝·····	(48)
六、真武大帝·····	(50)
七、太乙救苦天尊·····	(52)
八、九天应元雷声普化天尊·····	(54)
九、二十八宿和四象·····	(55)
十、六十元辰·····	(59)
十一、四值功曹·····	(61)
十二、十殿阎王·····	(61)

第三章 后天仙真 ····· (64)

一、黄帝和广成子·····	(64)
二、尹喜·····	(67)
三、四大真人·····	(68)
四、张天师·····	(71)
五、王灵官·····	(75)
六、护法四元帅·····	(77)
七、许真君·····	(79)
八、三茅真君·····	(81)
九、安期生(千岁翁)·····	(83)
十、赤松子·····	(84)
十一、黄大仙·····	(85)
十二、彭祖·····	(86)
十三、容成公·····	(90)
十四、河上公·····	(90)
十五、李少君·····	(92)
十六、左慈·····	(95)



十七、张三丰	(98)
十八、五祖	(101)
十九、七真	(116)
二十、八仙	(131)
第四章 道教民俗神	(137)
一、土地神	(137)
二、城隍	(138)
三、门神	(140)
四、灶神	(141)
五、财神	(143)
六、文昌帝君	(147)
七、魁星	(148)
八、药王	(149)
九、姜太公	(159)
十、托塔天王	(160)
十一、哪吒太子	(161)
十二、岳飞	(161)
十三、风伯	(162)
十四、雨师	(163)
十五、电母	(163)
十六、雷神	(164)
十七、龙王	(167)
十八、五岳大帝	(167)
十九、太阳帝君	(174)
二十、杨府侯王	(174)



第五章 琼台女神仙	(176)
一、西王母	(176)
二、九天玄女	(178)
三、斗姆元君	(179)
四、太阴元君	(181)
五、碧霞元君	(182)
六、妈祖	(183)
七、麻姑元君	(185)
八、骊山老母	(186)

下编 内丹学

第一章 内丹学综述	(190)
一、钟吕派	(196)
二、先天派	(198)
三、南宗	(199)
四、北宗	(202)
五、中派	(203)
六、东派	(203)
七、西派	(204)
八、三丰派	(205)
九、伍柳派	(206)
十、女丹派	(206)
第二章 内丹经典精集	(209)
第一节 钟吕主要内炼著述	(209)



一、钟吕传道集	(209)
二、灵宝毕法	(254)
第二节 南宗张伯端主要内炼著述	(281)
一、悟真篇(薛道光注)	(281)
二、青华秘文	(349)
第三节 北宗王重阳主要内炼著述	(379)
一、立教十五论	(379)
二、五篇灵文(注)	(383)
第四节 北宗邱处机主要内炼著述	(395)
大丹直指	(395)
第五节 明朝张三丰主要内炼著述	(414)
一、大道论	(414)
二、玄机直讲	(421)
三、道言浅近说	(433)
第六节 清朝刘一明主要内炼著述	(442)
修真九要	(442)
第七节 曹文逸女丹著述	(455)
灵源大道歌(白话注解)	(455)
第八节 其他重要修炼经典	(476)
一、阴符经	(476)
二、道德经	(477)
三、太上老君说常清静经(注)	(494)
四、高上玉皇心印妙经(注)	(498)



上编 道教神仙



第一章 道教的神仙信仰

道教是中国土生土长的宗教，它深深植根于中国古代社会文化土壤之中，具有鲜明的民族特色。道教，以道立教，以道化人，追求宇宙和谐，国家太平和个人的长生久视，得道成仙。故道教所追求的理想境界是双重的。一是在世俗的，现实世界上，按道教教义建立一个理想的王国，即一个极大公平、极大太平、极其和平的世界，人人都安居乐业、竟享天年，世界上没有水旱灾害，没有战争，没有疫病。另一种理想境界为“仙境”。得道成仙便可以外生死，极虚静，快乐逍遥，无忧无虑，无拘无束，自由自在，不为物累，不为己困，在仙境过仙人的生活。道教宣扬的最高理想便是得道成仙，长生不死。

神仙信仰是道教的基本信仰和显著特色，这是道教与其他宗教的最大区别之一。道教的其他内容和理论几乎都围绕着神仙信仰而展开。如果抛开神仙信仰不谈论，那么即使其他方面谈得最好、最精彩，也只是喧宾夺主，抓芝麻，丢西瓜。离开了神仙信仰，道教就失去了存在的前提和基础；离开了神仙信仰，道教则成为一个空架子；离开了神仙信仰，道教则不能成为真正的道教。



神仙信仰由神仙、仙境和成仙方术三方面组成。道教是一种多神教,是以信仰“三清”为主神的多神教。道教庞大的神团体系,如三清、四御、东王公、西王母、彭祖、广成子、黄帝、张天师、八仙、五祖七真、土地、城隍等等。美好的仙境,如三十六天、三岛十洲、洞天福地等,共同构成了道教理想的世界。以内丹为核心的成仙炼养体系是通向成仙道路的最重要的桥梁和纽带。此三者的有机结合,奠定了道教存在的基石,充分表现了道教自身的特色。

一、神仙的概念和来源

道教神仙来源的多向性、多面性,决定了道教神仙的多元性、广泛性。

“神”和“仙”最初的含义是不同的,简单地说,从天而人的是神,由人而天的是仙。神多为先天的,而仙多是后天的。所以,“神仙”就有狭义和广义之分。

狭义的神仙一般指修炼得道,神通广大,变化莫测,而又长生不死之人。亦称“仙人”、“真人”或“仙真”。仙人是道教徒修炼的理想境界和最高的追求目标。《汉书·艺文志》:“神仙者,所以保性命之真而游求于外者。”《释名·释长幼》:“老而不死曰仙。仙,迁也,迁入山也。”《庄子·天地篇》:“千岁厌世,去而上仙,乘彼白云,至于帝乡,三患莫至,身常无殃。”《抱朴子内篇·论仙》:“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。而其或升天,或住地,去留各从其所好。”《神仙传·彭祖传》:“仙人者,或竦身入云,无翅而飞;或驾龙乘云,上造天阶;或化为鸟兽,游浮青云;或潜行江湖,翱翔名山;



或食元气；或茹芝草；或出入人间而人不识；或隐其身而莫之见。面生异骨，体有奇毛，率好深僻，不交俗流。”道经又说：“长生不死，延数万岁，名编仙录，养形以存生也。气专志一，不以好恶累其心，不以得失汨其和，游心于澹，合气于漠，其至也心静而神完，德全而不亏。故能出入虚无，独与道俱，寿同天地，飞升太虚，而为真仙矣。”

按照修行与功德的深浅，“仙”又分为不同等级。《仙经》中分为三等：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，《三坛圆满天仙大戒略说》称仙有九品：一是混元无始金仙，二是洞元太初金仙，三是灵元造经真仙，四是天仙，五是地仙，六是水仙，七是神仙，八是人仙，九是鬼仙。《墉城集仙录》将世之升天之仙也分为九品：第一上仙，第二次仙，第三太上真人，第四飞天真人，第五灵仙，第六真人，第七灵人，第八飞仙，第九仙人。《云笈七签》卷三《道教三洞宗元》说：“太清境有九仙，上清境有九真，玉清境有九圣，三九二十七位也，其九仙者，第一上仙，二高仙，三太仙，四玄仙，五天仙，六真仙，七神仙，八灵仙，九至仙；真圣二境，其号次亦以上、高、太、玄、天、真、神、灵、至，而为次第。”又说玉清、上清、太清三境，每境各有左、中、右三宫，宫中各有仙王、仙公、仙卿、仙伯、仙大夫。《天隐子》中将仙分为五类：在人称人仙，在天称天仙，在地称地仙，在水称水仙，能神通变化称神仙。《仙术·秘库》亦称“法有三乘，仙分五等”，其五等仙是天仙、神仙、地仙、人仙、鬼仙。那么何谓鬼仙呢？鬼仙，又称“灵鬼”。指修道者未能炼至纯阳，死后出阴神，乃为鬼仙。《钟吕传道集》：“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，止于投胎夺舍而已。”又曰：“修持之人，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。”《墉城集仙录叙》说：有积功未备，累德未彰，或至孝、至忠、至贞、至烈。或心不忘道，功未及人，寒栖独炼于己身，善行不加于幽显者，太上以其有志，太极以其推诚，限尽而终，鬼受福者，得为善爽魂。地司不制，鬼录不书，逍遥福乡，逸乐遂志。年充数足，得为鬼仙。然而升阴景之中，居王者之秩，积功累德，亦入仙界。还有一类称“散仙”，是指不任仙职的仙人，如钟离权、吕洞宾、曹国舅、张果老、何仙姑、蓝采和、韩湘子、铁拐李八仙，皆为散仙。

道教所崇奉的仙真在神仙体系中占有突出地位。道教仙真的崇拜大体上包括：古仙人，如赤松子、广成子、彭祖、黄帝等；道家、道教史上杰出人物，如老子、庄子、张天师、葛洪、寇谦之、陶弘景、陆修静、杜光庭、王重阳、邱处机、张三丰等，他们皆修炼得道成仙；历代流传的高道、神异人物，如八仙等等。

广义的神仙内涵，继承了长生不死成仙之说，包容了中国古代宗教、古老神话、民间信奉的众神，逐步形成了一个完整的神仙体系。即先天之圣、后天仙真和道教民俗神。这里的“先天之圣”是一个广义的概念，“先天”并非仅仅指“先天地而生”之意，而是“自然”之意。即广义的先天之圣既指出现于天地未判前的神灵，又指天地初判后的自然存在之神。此类神属神异类，并非可学也，而是自然，本来就存在的。他们都是太上无极大道之道炁直接所化生。其中包括：三清、四御、五老、五帝、太乙救苦天尊、东王公、西王母、真武大帝、二十八宿等等。后天仙真是指修炼得道、长生不死之人。如黄帝、彭祖、八仙、三茅真君、张道陵、王重阳和“全真七子”、张三丰等。民俗神主要是指可以不必经内丹修炼但有功于社稷、护国佑民而为民众所崇敬的“有功于民”的有道之士，包括圣贤英杰功臣等，如财神比干、赵公明、岳



飞、关圣帝君、妈祖、钟馗、城隍、文昌帝君等等。道教初创时，五斗米道所崇信的“天地水三官”以及神仙谱系的诸天帝、日月星君、风伯、雨师、诸山神、水府等，均是继承中国古代宗教祭祀崇拜演化而来。

“神”和“仙”在内涵上虽说有所不同，但皆含道性，都由道炁所化生，都属于“道”的信仰，二者的概念，到南宋金元以降已经没有严格的区分，往往相混而用，通称为“神仙”。

道教神仙体系的构建是一个历史发展的渐进过程。道教经典《太平经》中的神仙体系分为六等：“一为神人，二为真人，三为仙人，四为道人，五为圣人，六为贤人，此皆助天治也。神人主天，真人主地，仙人主风雨，道人主教化吉凶，圣人主治百姓，贤人辅助圣人，理万民录也，给助六合之不足也。”道教初期五斗米道尊老子为太上老君，并崇拜天地水三官。两晋南北朝时，除继续崇奉太上老君之外，还奉元始天王、元始天尊、太上大道君、太上玉晨大道君为至上神。并且崇拜其他名目繁多的道君、天尊、天帝、帝君、真君、仙君、山岳神、海神、仙真众圣等等，但皆无统序。南北朝后期，为了更好地传播和发展道教，一些高道试图进行神仙谱系的排列，梁陶弘景在《洞玄灵宝真灵位业图》中，共列五十多位神仙，分成七个神团，由天间、人间、阴间三大体系组成，以玉清、上清、太极、太清、九宫、洞天、太阴七阶为框架，设了七个中位，每个中位一般设一个主神，又设左位、右位、女真位、地仙散位等。至唐代，确立了道教“三清”最高神，即玉清元始天尊，上清灵宝天尊、太清道德天尊为最高神，道教神仙体系步入了新的格局。北宋时则形成了以“三清”及以玉皇大帝为首的“四御”神仙体系新格局，即“三清”为“教门之尊”，“四御”为“昊天三界之尊”。一般认为，道教神仙体系在两宋才比较定型，并大致流传至今。宋以来的神仙谱系，可以概括为十个层次，最高