

寻访中国
传统文化

张剑峰 主编

从中国上古时期开始发端的道家医学取法天地自然，倡导修复后天而达先天。数千年来，道医文化像泉水一样浸润着中医、道家内丹、外丹、科技等领域。

道医



四川人民出版社

寻访中国
传统文化

道医

张剑峰 主编



四川人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

道医 / 张剑峰主编. — 成都: 四川人民出版社, 2015.5

(寻访中国传统文化)

ISBN 978-7-220-09188-9

I. ①道… II. ①张… III. ①散文集 - 中国 - 当代

IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 091780 号

DAO YI

道医

张剑峰 主编

特约编辑
责任编辑
封面设计
责任校对
版式设计
责任印制

张 芹
杨 娅
古润文化
蓝 海
朱 红
聂 敏

出版发行
网 址

E-mail

新浪微博

发行部业务电话

防盗版举报电话

照 排

印 刷

成品尺寸

印 张

字 数

版 次

印 次

书 号

定 价

四川人民出版社 (成都槐树街 2 号)

<http://www.scpph.com>

sichuanrmcbs@sina.com

@ 四川人民出版社官博

(028) 86259457 86259453

(028) 86259457

北京乐阅文化有限责任公司

三河市中晟雅豪印务有限公司

150mm × 230mm

14.5

160 千字

2015 年 5 月第 1 版

2015 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-220-09188-9

29.80 元

■ 版权所有 · 侵权必究

本书若出现印装质量问题, 请与我社发行部联系调换
电话: (028) 86259453

顾 问 任法融 高经纬 楼宇烈 霍松林 屈炳耀 侯海英
费秉勋 本 如 刘宏毅 方英文 一 灯 冯 哲
常鹤鸣 刘绥宾

学术顾问 樊光春 吴言生 朱 鸿 韩 星 李利安

编委会主任 刘世天

副 主 编 胡莎丽
刘 丹

执行编辑 吕 浩

特邀编辑 杨 丹 王 斌

读者服务 茹海燕 王 淼

法律顾问 路 宾

编辑部电话 029-85350752

投稿邮箱 wendao_cn@163.com

问道博客 <http://blog.sina.com.cn/wendaomagazine>

问道网站 <http://www.wendaozazhi.com.cn>

终南草堂 <http://www.wendaozazhi.com.cn/html/cottage.html>

道医文化问答 / 徐文兵 苏华仁道长

096

道家内证医学漫谈 / 徐文兵

076

踵武前贤 爝火相传 / 林浩 冯哲等

049

南山亭茶谭 / 南山如济

027

油麻菜终南山寻仙记 / 油麻菜

001

目
录

问道书简

219

天地有醍醐在其中 / 吴言生讲述

202

为传统文化「培土」 / 盛 日

177

华叶逸荣 经世致用 / 梁 冬

162

道家炼养漫谈 / 田堃建讲述

133

恬淡虚无 真气从之 / 南山散人

111

油麻菜终南山寻仙记

——南山隐修人

图文 / 油麻菜



海南之约

初识萧道长的时候，聊起他的传承，他说三十几年前拜过一位全真派的老道长为师，萧道长是全真派第二十二代传人，不过三十多年来，师父一直没有教过他什么。直到今年，萧道长说师父终于大发慈悲，开始给他传道。传道之前，已经99岁的老道长说：“我考验你三十多年了，现在开始正式传道给你，剩下的让老天去考验吧。”

几十年来，老道长云游四方，行踪不定。萧道长说，自从十几年前和师父在张家界分手后，一直没有消息，今年才在华山再次见到师父，“我们都是修长生的人，都相信只有神仙才能救世界”。时光荏苒，两个修长生的人就像激流中的两块礁石，遥遥相望，默默静守，任时光如流水，人海如潮来潮往……

其实，他们生活在另一个世界。在萧道长的小相机里，我看到一张他和师父唯一的合影。老道长头戴道冠，目光坚定，瘦小的身材把胸前那抹胡子反衬得更长更飘逸。这就是我想象中的修行人！我听说“医道通仙道”，中医的源头在道医，所以道家道医是我拍摄中医必不可少的一部分。我有一种直觉：老道长是为我打开传统医学里又一个隐秘花园的领路人。所以，我诚恳地请求萧道长：“有机会一定带我去见老师父啊！”

2010年倒数第三天，我终于接到萧道长从海南打来的电话，他说师父同意和我见上一面，不过不可以拍摄！让一个摄影师去见一个不可以被拍摄的对象，这真是一个难题，那我究竟为什么去呢？不过我还是听见自己在电话的这一头肯定地说：“好，我明天飞海口。”想起寻访雅克爷爷的那次经历，我相信自己有一种本事，能把十五分钟变成六个小时的本事。

我对道家一直有种特别的好感，喜欢他们那种飘飘欲仙的优雅，天人合一的包容。也许因为读过《大道行》、南怀瑾的《老子他说》、蔡志忠的漫画《庄子》《列子》等书种下的种子，再加上拍摄中医以来，梁冬、苑天舒、顾瑞荣等兄长多次在我耳边提及山中的故事，使我对道家有无比的向往。年初的时候，我就想象今年一定会住进一家有挺拔的松树和青砖的道观，真正走进道家世界。

此后，五月在武夷山见到任法融道长，七月在成都拜访陈云鹤道长，八月和李道长失之交臂，十月在福建福安的小道观结缘萧道长开始辟谷。这一年我和道家的缘分不浅，没想到，年终的最后两天还和道家有了一个未了的约会。

上网查了要去的玉蟾宫，它位于海南省定安县文笔峰山麓，是道教南宗五祖白玉蟾的最终归隐之所，被道教奉为“南宗宗坛”。真是有缘，我知道白玉蟾真人祖籍是福建闽清，生于海南琼山，在福建武夷山得道，并于武夷山止止庵传道授法，最后又归隐海南。如此说来，我和白真人可以攀攀老乡了：我家住在闽清二十公里外的闽侯，工作初期曾经在武夷山保护区下基层锻炼过一年。而海南，那可是我两次帆船航海几经生死鬼门关的地方啊。





试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook005.com

确定好航班时又收到萧道长的消息：振林医生已经抵达海南。世界真小，上个月我还和振林大哥在东北的家中一起搓药丸，前天把他送上去厦门的火车，没想到明天又要在海南相聚，人生何处不相逢？更何况我们都是“走千里的命”。

振林大哥为了学医求道，四处寻访高人，但凡听说谁有自己没有但又想学到的本事，立刻就会奔去，不惜一切代价学到手。半年前在萧道长的引荐下，振林大哥已经在西安拜见过老道长，磕过大头之后被老道长委婉拒绝：“以后到了终南山再说吧。”

我指着家里墙壁上满满当当的相框问儿子：“你知道爸爸的朋友中哪个最穷？”

“萧道长！”儿子回答得毫不迟疑。

“你知道爸爸的朋友中哪一个活得最快乐？”

儿子迟疑了很久：“萧道长？”

萧道长

晚上八点半抵达海口，没想到萧道长亲自到机场接我！我知道现在正是他师父给弟子们传道的时间，萧道长追随师父三十多年才等来这个机会。远远地在人群里看到他的身影时，我都有点歉疚了。刚认识萧道长的时候，他说自己一生只有两个好朋友，因为总在深山或是道观中修行，平

日更是不跟人说话。短短半年，他的变化这么大。出世入世，我想这也是一种“超脱人生，不忘人性”的觉悟吧！

“最近睡眠好点了吗？”来海南之前，萧道长在湖南闭了一个二十一天的黑关加辟谷，不可思议的是，他说在二十一天漫长的黑暗中，居然一分钟都没有睡觉！“昨天睡了两个多小时。”萧道长永远一团和气，看上去气色和平日没什么两样。其实，这次闭关，长时间不能睡着，他也有点紧张，所以跑到海南找师父，他说在师父身边心里踏实多了。萧道长说，师父这次非常慈悲，又传给他不少心法。

二十几天不吃不睡，头脑依旧清晰，精神还很饱满！要不是曾经在萧道长的指导下，亲身经历了五天的道家辟谷，要不是这几个月了解萧道长的为人，我一定会认为身边的这个人是修道导致走火入魔，神志出问题了。

“道长，你也会生病吗？”问出这种问题，我都觉得自己有点傻。

“今年有过一次感冒吧！那次七天黑关出来，身子还有点虚就出门了，不过就咳嗽了两天。”永远光脚穿鞋好像不怕冷的萧道长说：

“修行人的毛孔都是打开的，所以一般不住在别人家，怕染上病气。不过我们经络通畅，身体通透，所以即便有病气也容易排走。”

我看过萧道长的随身行李：一个旧的山寨军用背包，里面是两件换洗的衣服和几本书，还有一大袋生花生（他的主要食物），一个随身斜挎布包。“占有的越多，被占有的也越多。”道理谁都知道，可是这种生活的减法又有几人学得会？

机场距离玉蟾宫只有一个小时的高速路车程，很快就要见到老道长了，我还真有点紧张。见面时，我该作揖、鞠躬，还是磕头啊？一百岁

的老人家，他还看得清、听得见、走得动吗？每晚还给弟子上课吗？每年还至少有半年时间在终南山修行吗？这不是活神仙吗？

“师父姓张，张至顺，全真龙门派第二十一代传人，至是他的辈分，道号米晶子……”终于知道一些老道长的消息了。道教主要分成正一和全真两个大的道派，正一派以符箓见长，全真派则以内丹见长，相对正一派来说，全真派的规矩似乎更多一些。萧道长说他是第二十二代传人，理字辈，师父给他取了道号“弘阳子”。

“对了，师父收振林作弟子了！”因为正在给弟子们传道，张道长本来不同意振林医生和我，后来是萧道长跟师父说，用自己的人头担保：振林一定是个好人，姓黄的记者肯定不是坏人，师父才勉强点头的。看来，振林大哥趁热打铁，用诚心感动了老道长收他做弟子，道号“震阳子”，也是理字辈的！“我这次才知道师父以前是个道医，当了将近二十年的医生，‘文化大革命’以后就不再看病了。”

老道长是道医？还会采药制药？他熟知终南山一带四百多种中药！我忍不住哈哈大笑起来，知道自己为什么到海南来了。

附：太上混元邱祖真人百代派全真龙门派字辈表

道德通玄静，真常守太清，一阳来复本，合教永圆明，
至理宗诚信，崇高嗣法兴，世景荣惟懋，希微衍自宁，
未修正仁义，超升云会登，太妙中黄贵，圣体全用功，
虚空乾坤秀，金木性相逢，山海龙虎交，莲开现宝心，
行满丹书诏，月盈祥光生，万古续仙号，三界都是亲。



南山老道

海南玉蟾宫的夜景很迷人，深蓝的天幕下，玉蟾宫殿沿着文笔山南坡顺势而上，接近山顶，还有几块兽形的巨石守护着这片道家南宗圣地，这份宁静的画面和道经里传说天宫“八角垂芒”的景象有几分相似。

“师父在等着你。”看我拎着各种相机镜头准备大拍一场的样子，萧道长笑着拦住我，“带上摄像机，我们见师父去。”带上摄像机？直觉告诉我这是个好消息。

多年拍摄纪录片的记者生涯，因不需要时效新闻，很少涉及时代主旋律，更没有官样文章，我有幸一直在拍摄自己喜欢的户外运动、野生动物、传统文化题材。慢慢地，我的生存方式和待人接物都与电视新闻媒体的大部队脱离，这有点像一个学院派的医生不待在大医院却跑到民间做游医。因为好奇，因为喜欢而工作，我的手边随时都能抓到摄像机，背包里的相机永远不缺电。

我推开黄色门帘，一眼看见盘坐在太师椅上的老道长，鼻梁挺拔，一缕长须，像是一位从古代水墨画里走出来的老者，他正平静地望着我，好像已经等了很久。他就是我要找的那个人吗？不需要介绍，没有客套，刚才进门时一对眼，就把该说的都说了。我认认真真地给老道长磕了三个头，这好像是一件很自然的

事，振林大哥又顺手拉过一把椅子，让我坐在老道长的身边。老爷子点点头笑道：“很好，你也坐下吧，我们接着上课。”

我可以加入听课？可以拍照？还可以录像？萧道长悄悄耳语：“师父看到你很开心，你的福报真大。”

我从来就不是一个好学生，老道长在讲解“守时、回光”的玄机时，我像个保姆一样惦记着我的相机、摄像机，更多的时候，脑袋里哗哗地转着，继续我的终南山之梦。

最早跟我说起终南山的是中医小帅，他说终南山是中国的龙脉所在，“天下修道，终南为冠”，有很多高人在那里隐修，他这两年一定也会进山修行。有这么神奇的地方？我说，以后我见到的你，不会就是住在树上吧？他呵呵笑起来：“很有可能。”

再次说起终南山的是艾医生，当谈起将来云游计划的时候，他叮嘱我，如果去终南山的主峰太白山时，一定要叫上他，传说那是神仙住的地方。世上真的有神仙吗？

2009年十月，我终于遇见了一个从太白山下来的人——萧道长！二十多年来，他年年都上太白山修行，他的茅草屋在岩壁下。那里的气场很不一样！据萧道长描述，终南山非常大，有儒、释、道各种隐修的人，大家基本不往来。我最关心的是终南山到底有没有神仙？“没见过，我这个人福报不够。”萧道长呵呵笑着，不过他确信那里一定有神仙。

终南山也称太一、太乙、南山、橘山、楚山、秦山、周南山、地肺山，在道教典籍中秦岭为大地的肺部。终南山诸峰之一的华山，山中有洞可通地心。印象最深的就是小时候读过的陶渊明《饮酒》里的“采菊东篱下，悠然见南山”；王维《终南山》里的“欲投人处宿，隔水问樵夫”。但是终南山究竟在哪里一直很模糊，网上说终南山是