

东方修道文库

仙道正传

徐兆仁 主编 · 中国人民大学出版社

DI03/27

《东方修道文库》

总 序

中国，乃至世界，都曾经兴起过、或者正在兴起宗教热、文化热、气功热。人们不禁要问：其中都有些什么背景？三大热潮之间又有些什么样的关系？

自从西方科学的劲风猛烈地刮入中国大地的上空以后，人们对于宗教的信仰就如云雾一般被吹散了；“文化大革命”十年“东风”的横扫，剩下的几丝残云也就不知踪影了。但是，压抑在人们心中的那种宗教情绪，又时时以狂热的形式倾泻出来。由于科学尚不能令人满意地解释宗教的理论及其现象，由于宗教理论的核心部分与人类生命问题有着密切的关系，因此，宗教气氛就时常笼罩在人类心理的天穹，难以消除，就像自然之风不能永远地将空中的云烟吹得精光一样。

正是东方宗教的神秘性，吸引着无数的中外学者与大众，去研究东方的传统文化。同时，又因为世界范围内的现代化进程，是在传统文化的大格局、大背景下展开的。尤其是中国大陆，现代化与传统文化之间的关系千丝万缕，密不可分。因此，文化热的广泛与持久，也就可想而知了。

至于气功热的规模和影响，在古今中外的历史上都是空前的。据目前不完整的统计，中国大陆的练功者，就达五千万之多；世

界各地练瑜伽者也多达几千万之众。这既反映了人们为了强身健体、驱除顽疾，以饱满的精神投入火热的现实生活的迫切要求；又反映了人们从较高的层次上探索人类生命奥秘的强烈愿望。人类社会是整个宇宙的组成部分，在科学极不发达的古代东方，人们通过称之为气功、瑜伽等的特殊修炼手段，激发人体内部的潜能，以便使生命燃烧起最辉煌的火焰，开发出最高的智慧，从而认识人类生命的实质，创造更多的精神与物质财富，进而与宇宙沟通有关信息，逐步破译大自然所隐含的密码。

尽管三大热潮的研究角度、出发点、层次、方法存在很大的悬殊，但其终极目标，却一同指向人类、社会、宇宙的真理。

人类中的个体，只有最大限度地认识到世界的真理，才有资格宣称自己是自由的，为真理而献身，则是壮烈的、伟大的。

人们在一般的、外向型的人生经历与思维方式中，是很难理解古人在特殊的、内向型的修道状态下所体验到的境界的。修道作为历史、文化的一个重要现象，值得史学界、文化界去进行深入研究。东方哲学中的许多理论，就是古代哲人在悟道修炼的过程中创发的，例如中国哲学中的元气说、天人感应说等等，便是突出的例证。还有祖国医学中的整体观、经络学说的出现，也与修道密切相关。武术技击的神奇威力、古籍记载中的人体特异功能也大多与修道有关。

在东方，以修道为主题的文化遗产是极其丰富、十分珍贵的。因为其中凝聚着的，是古人倾其毕生心血、乃至生命，去从事实践探索与理论总结的精华。只是由于时代的不同，其指导思想、表达方式等可能会有许多的错误，这些对于今天的人们来说，是不

难鉴别的。对此，我们没有必要采取盲目的、全盘接受的态度。但是，全盘歪曲、否定、批判、抛弃这一大批可以说是属于全人类的文化财富，除了无知、浅薄的特有表现——狂妄所带给某些人的某种心理满足之外，留给人们的只是他们愚蠢的、丑陋的形象。

当然，绝大部分生活在现代社会中的人们，对于修道的理解，总是夹带着浓厚的神秘色彩。在他们心目之中，修道者或是高卧在峰峦之巅，永远与白云为伴；或是深居在洞穴之中，终生不食人间烟火。这一点，大致要归功于历代文人墨客那些富有魅力的艺术描写，实际情况却不见得如此。

现代人自然不可能荒唐到全都涌向深山老林，隐居在青青翠竹之中，终日与潺潺流水为伍的地步。但是，古代东方修道的理论与实践，是完全可以融入我们的生活之中的。如果一个人在一天的二十四小时中抽出半个到一个小时，暂时告别喧哗、闹腾的现代生活，使全部身心回归到自然状态，进入上乘修道典籍所描绘的境界之中，则有可能获得疾病的消减、体力的恢复、心灵的净化、精神的沐浴、智慧的开发……。当然，所有这一切，都将取决于这个人所具备的艰苦卓绝、持之以恒的毅力和信心。

东方修道的大部分文献，保存在中国、印度、阿拉伯、日本等国的佛教、道教，伊斯兰教等各种宗教经典之中，保存在儒学、武学、医学等典籍之中。本文库从卷帙浩繁的文献中，撷取精英，将一批在实践上切实可行，理论上较高学术水平的著作集中在一起，加以初步的整理，奉献给哲学界、史学界、科学界、宗教界、医学界、气功界、武术界。如果这套文库的问世，

能够引起各界的重视，进而为多学科的联合研究创造一些最基本、也是最必要的条件，我们的目的就算达到了。

愿《东方修道文库》的出版，能对东方文化的振兴，起到积极的作用。

徐兆仁

1988年7月序于北京

《 仙 道 正 传 》

前 言

在以儒、释、道为主干的中国古代传统文化中，存在着独立于三者之外的仙道学术系统。这一观点，已为近代著名道教学者陈樱宁先生所阐释。尽管不是所有的研究者都赞同此说，但是，我们认为陈说中起码有两点是需要加以肯定的：一是揭示了儒、释、道三大学术体系的共同点和结合点；二是总结了中国传统学术精华的一大核心。

仙道学术不注重儒家礼仪的繁文缛节，不讲究佛门寺院的清规戒律，不提倡道林术士的点石成金，而只注重对人类的身心性命及其与自然、天地、宇宙的特殊联系进行理论探索和实践体验。正因为如此，这一学术领域已接近或属于中国古代科学的范围，只是历史上的种种迷雾，影响了人们对于蕴藏其中的巨大学术价值的认识。

中国古代历史上最早将“仙”的内涵向世人披露的是战国（公元前476年—前221年）时代的庄周。他在《逍遥游》中说：

藐姑射之山，有神人居焉，肌肤若冰雪，绰约若处子，不食五谷，吸风饮露，乘云气，御飞龙，而游乎四海之外。姑射之山是神话传说中的山名，距离遥远。文中的神人又称

作仙人，他们的肌肤有如冰雪般晶莹、皎洁；体态轻盈，有如处女；不食五谷杂粮，而以清风、露水为吸饮之物；乘云气，驾飞龙，遨游于四海之外。

如果去掉这段文字中虚妄不实、肆意夸张的成份，我们可以体察到庄子的本意在于描述一种清清如风、盈盈如水、心无挂碍、超然脱世、与天地宇宙精神共相往来契合的境界。

汉代盛行神仙之说，追求形体不灭。汉末刘熙所著《释名》一书中对“仙”的概念所作的总结，就反映了这一时代特色：

老而不死曰仙。仙，迁也，迁入山也，故其制字人旁作山也。①

东汉许慎也说：

仙，长生仙去。②

一直到了东晋，这种观点仍占主导地位。例如，东晋著名道士葛洪就说：

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。苟其有道，无以为难也。③

钟离权、吕洞宾之学出，才赋予“仙”字真正有价值的内涵。钟、吕认为，所谓仙与人的分野，在于阴阳状况的不同：

纯阳而无阴者，仙也；阴阳相杂者，人也。④

负阴抱阳而为人也。⑤

① 刘熙：《释名》第三卷：《释长幼第十》。

② 许慎：《说文解字》八卷上。

③ 葛洪：《抱朴子内篇》卷二：《论仙》。

④⑤ 施肩吾：《钟吕传道集·论真仙》。

如果一个人保持“阴平阳秘”，“精神乃治”；相反，“阴阳离决，精气乃绝”。①

阴阳状况的变化不仅对于普通人有决定的意义，即便是上古真人、仙人、神人，也无一不在阴阳问题上下功夫：

上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数。②

黄帝曰：“余闻上古有真人者，提挈天地，把握阴阳，呼吸精气，独立守神，肌肉若一，故能寿敝天地，无有终时。”③

钟、吕认为，人们一旦“知之修炼，超凡入圣”④，便可以“脱质而为仙”⑤。这意味着只要善于摸索阴阳变化的规则、规律，进而加以改造，人类的精神就有可能进入一个全新的境界，也就是真人、仙人、神人的境界。

钟、吕之后，仙道之学以其独特的形式、神奇的力量闯进世俗社会，并一度成为显学。

由于仙道学术的理论原则与实践方法大多是以十分隐秘、曲折的文字加以记录，各派传人不轻易公开其中的关键和隐喻的含义，结果，因理解偏差而造成的各种流弊也不断产生。这种状况，直到明清时代，才有了较大的改观。出现在这一时期的不少著作，敢于公开仙道之学的奥秘，指示实修深造的门径。收入本集的几部著作即属于这种类型。

《道乡集》一书，传自清代崂山白云洞道长王全启。民国二十二年（公元1933年），道人玄中子朱文彬“辑其残缺，重加校

①②③ 《黄帝内经·素问·上古天真论》。

④⑤ 施肩吾，《钟吕传道集·论真仙》。

阅”①，“付诸刳劂”②。此书与已刊《大成捷要》一书的性质相近。朱君以此二经为指导实修的经典。

我们以为，《道乡集》一书至少有这样三个特点：一、本书无论从形式到内容都力求通俗、简明，可以说，这部书属于道教文献中那种最能让人读懂的典籍之一。此书一改以往同类著作文字晦涩难懂、玄理变化莫测的风格，以平实得几乎近于鄙俚的语言阐述最高深的实修内容。例如书中指出：

此间无甚奥义，只在静观而已，观久则神与气合，便产真种矣。何谓真种？即生人之情种耳。

要知静观到至虚至极处，自然静中一动，此一动即天机也。能知动从何处动，迹而寻之，则知玄关。不在静中见，而欲动中求也。静者，阴也；动者，阳也。一动一静，而阴阳可以和合。

.....

真种、玄关、阴阳等概念的真实含义及其把握方法是十分明显的。这样的阐述很符合“大道简易”，“传大道于人间”的古训。

二、全书对于实修的难点、重点反复强调，不厌其烦，于谆谆教诲中，让学人领悟修道对于人生的重大现实意义，把握筑基、炼己等实修方法的关键。

三、全书传示的内修理论源远流长，诀法正宗。所集老子、钟离权、吕洞宾、张果、张三丰等名师宗匠的语录，均为画龙点

① 朱文彬：《〈大成〉〈道乡〉修真全集序》。

② 同上。

睛之论，表现出本书编纂者的真知灼见。

收入本集另一部内修名著是柳华阳真人的《金仙证论》。我们曾在本文库《内炼秘诀》一书中简要介绍过柳氏的生平、学识及其所著《金仙证论》，此不赘述。

由于道教伍柳派在内修理论与实践上均有重大建树，对于当时及后代产生了巨大的影响，从而引起日本学者的注目，将此书译为日文，流传东瀛。不过日译本没能将柳氏在书中的注文一一翻译过去，而是在不违背柳氏原意的基础上，结合译者的研究，考虑时代、国家、民族的因素，采取再创作的形式来代替。应该说，这样做是无可厚非的，尽管柳氏生前坚决反对别人对其著作重新加注。

《金仙证论》一书是柳华阳潜心印证三十年的研究成果，具有很高的理论见解及实修指导价值。柳氏唯恐学人错认门户，误入歧途，又对所论详加注释，认为已将内修秘谛反复诀明，泄漏无遗了，根本无须旁人再注。有鉴于此，全文刊布这一著作，是十分必要的。我们比勘传世的各种版本，将此书整理出来，以便学者披览。

儒、释、道三教原本十分注重心性的修养，而在具体实践过程中，各家又有不同的方式。总的来说，儒家主张存心养性，佛家要求明心见性，道家则提倡修心炼性。然而，世人更多的是偏重形体，忽略精神；注重目前，不顾将来；贪求一法一术，无视道德修养；不知形神不可须臾分离，性命必须双修双炼。其结果，只能限于小成，难臻化境。仙道文献中，不乏专论性理之作，本集所收《悟性穷原》、《性天正鹄》、《仙学正传》三种古籍，即可为学者指点心性修养的具体门径。

涵谷子所著《悟性穷原》一书，“扫除三千六百旁门，指归玄关金丹大道”^①，将性命双修、铅汞交媾、抱元守一、取坎填离等内修原则提高到宇宙演变总体进程的高度进行考察，从而使学者端正认识，正确把握铅汞、水火、坎离、龙虎、阴阳、性命、太极、无极之间的微妙关系。

涵谷子推崇无极先天大道之学，要求学者注重伦理道德修养，认为这是心性锻炼的入门所在，而心性在修道过程中始终起着重要的作用。涵谷子在书中指出：“由身不动，万尘不染，而元精自凝。由心不动，清浊自分而元炁方聚。由意不动，三昧大定而元神混合。此际三家相合，打成一片，结成一团。如此景象，而大丹成矣。”相反，学者如果不辨明道之真伪、理之是非，不识根本，不抓关键，便一头扎到炼金石草木、服天气元气、诵经念佛、斋戒沐浴之中，就很有可能坠入泥淖，难于自拔。

《性天正鹄》一书选自《证道秘书十七种》，道教东派济一子傅金铨这一重要论著对于心性修养作了深入的阐述。心性锻炼是修道的前提，不仅东派作如是观，其余各派也概莫能外。古往今来，成功的修道者都经历过心性磨炼的艰难道路，也深知这一层功夫的必要性，傅金铨在书中的几段论述，即可用来说明这一点：

欲求学道，先讲炼心。欲得心清，先期绝欲。天心见而天理全，浑然大中，偏倚不着，神明其德矣。

方寸之中不起一念，即是修道正机、修心之法，为万圣

^① 希真子：《悟性穷原·原叙》。

之总路。

若不识知性真本体，侈谈炼心养性，便很可能错认识神，以贼为子。虽差之毫厘，必失之千里。

济一子在这部著作中广泛吸取儒、释、道三家性学精要，具体披露了炼心养性的方法、步骤，变玄虚之论为平实之说，从而将性理之学推进到一个新的阶段。

《仙学正传》一书为清代和阳子郑昌时著。郑昌时少有奇疾，医不能愈，后经异人救治，并授以咽津炼气之法。郑氏由儒入道，曾往罗浮山修真数年，通辟谷术。年六十，得黄帝九门法。闭户潜修一年，成就元珠法象。

郑昌时通晓儒学，复博览道经，以道证儒，独有心得。他认为《周易》、《中庸》二书直发丹经隐秘，镂明大道踪迹，为天地宇宙间的精妙之品。在郑氏心目中，仙通于儒，儒通于仙，仙儒一道，并行不悖。后世那些长年蛰居深山，避世事如蛇蝎者，即便有所成就，也不过多延寿算，绝非高仙；而皓首穷经，修一艺以名世，指清静为异端者，充其量不过一老死章句之下的守经生而已，并非真儒。郑氏极力赞同张洪阳之论：“非高仙不能成真儒，非真儒不能成高仙”，这表明郑氏之学气象博大，后世学者从其“宇宙同一道，万圣同一心”的主张中，可以体悟到仙学正脉的意蕴。

郑昌时在《仙学正传》一书中传示了修养圣德、培植浩气、格物致知、锻炼铅汞、改造形神、契合大道的门径、方法，论者以为“其发泄天机，无余蕴矣”。不过学者在总结其实修方法时，不要疏忽郑氏提倡儒道合一论的深刻用意：重视身心性命，加强道德涵养；而且对待具体方法，要遵循这样一个原则：

法以法不法，得法无法法。
心法两忘时，碧天光皎洁。

徐兆仁

1991年4月15日写于
中国人民大学历史系

目 录

道乡集	1
《大成》、《道乡》修真全集序一	1
《大成》、《道乡》修真全集序二	3
上卷	5
三丰真人降诗(5) 绿衣大仙降诗(5) 太上至尊降诗(5) 赐诗一首(6) 孚佑帝师降(7)	
太上至尊降(10) 青大帝君降(10) 青大帝君降(11)	
太上至尊降(12) 太上至尊降(13) 太上至尊降(13) 孚佑帝师降(15) 赐诗一首(16) 赐守慧诗(17) 果老大仙降(18) 果老大仙师降(20)	
孚佑帝师降(21) 孚佑帝师降(23) 朱仙翁降(25)	
孚佑帝师降(26) 正阳帝君降(27) 孚佑帝师降(28)	
孚佑帝师降(30) 孚佑帝师降(31) 兰大仙师降(32)	
曹大仙师降(33) 青大帝君降(34) 太上至尊降, 速迎(34) 孚佑帝师训(35) 孚佑帝师训(35)	
诗(36) 孚佑帝师训(38) 孚佑帝师训(39) 阿弥陀佛训(40) 弥勒佛训(40) 龙氏记语赠田君(41)	
南屏济祖训(41) 孚佑帝师训(42) 青大帝君训(43)	
青大帝君训(44) 孚佑帝师训(45) 孚佑帝师训(46)	

青大帝君降(46) 果老大仙师训(47) 柳真人诗(48)
 果老大仙师训(48) 孚佑帝师训(49) 孚佑帝师训
 (50) 果老大仙师训(51) 孚佑帝师训(52) 柳真
 人训(53) 孚佑帝师训(53) 柳大仙师训(56) 通
 玄真人训(57) 通玄真人训(58) 果老大仙师训
 (60) 白云真人训(61) 纯阳帝君诗(63) 宏教
 真人诗(63) 纯阳祖师诗(64)

下卷.....65

孚佑帝师训(65) 青大帝君训(67) 张真人训(70)
 孚佑帝师训(73) 孚佑帝师训(74) 孚佑帝师训(76)
 孚佑帝师训(78) 果老大仙师训(79) 正阳帝君降
 (四月十五日生日) (80) 赐李生诗(80) 赐赵
 生诗(80) 孚佑帝师训(82) 南屏济祖降(85) 孚
 佑帝师训(85) 孚佑帝师训(86) 宏教真人训(87)
 孚佑帝师训(88) 宏教真人训(89) 孚佑帝师训
 (89) 墨林仙翁降(92) 孚佑帝师训(92) 宏教
 真人降(93) 宏教真人训(94) 孚佑帝师训(95)
 武圣帝君训(二十四日生日) (97) 宏教真人训
 (98) 南屏济祖降(99) 孚佑帝师训(100) 孚佑
 帝师训(101) 赐诗一首(102) 孚佑帝师训(102)
 孚佑帝师训(105) 孚佑帝师训(107) 孚佑帝师训
 (112) 宏教真人训(113) 正阳帝君训(114)
 果老大仙师训(114) 兰大仙师训(115) 李大仙师
 训(116) 曹大仙师训(116) 韩大仙诗训(117)
 何大仙师训(118) 孚佑帝君训(119) 宏教真人训

(120) 宏教真人训 (120) 张祖师训 (121)	
南屏济佛降 (122) 周将军降 (123) 圣帝降, 速迎	
(123) 柳大仙师降 (124) 帝师降, 速迎 (124)	
绿衣大仙降 (126) 太上至尊降 (126) 宏教真人降	
(127) 赠言 (127) 青大帝君降 (128) 墨林仙翁	
降 (128)	
金仙证论	129
序一	129
序二	130
《金仙证论》、《慧命经》合刻序	132
义 例	133
序炼丹第一	137
正道浅说第二	142
炼己直论第三	148
小周天药物直论第四	154
小周天鼎器直论第五	158
风火经第六	160
效验说第七	185
总说第八	186
图第九	189
图说第十	190
顾命说第十一	191
风火炼精赋第十二	192
禅机赋第十三	193
妙诀歌第十四	194

论道德冲和第十五	196
火候次序第十六	197
任督二脉图第十七	199
决疑第十八	200
危险说第十九	203
后危险说第二十	215
增注说	217
悟性穷原	219
原叙	219
重刊《悟性穷原》序	220
西江月八首并注	221
其一 (221) 其二(223) 其三(225) 其四 (228)	
其五 (230) 其六 (233) 其七(235) 其八 (238)	
指玄访道篇	241
性天正鹄	243
仙学正传	260
序	260
古月氏序	261
自序	263
又序	264
上卷	267
1.默念歌诀(267) 2.土德颂(269) 3.虚中歌(269)	
4.真铅歌(270) 5.春夏秋冬 五绝四首象四象(270)	
6.沁园春 五首象五行(271) 7.西江月 八首象八	
卦(273) 8.五律 二十四首象二十四气(274)	