

道

教



纵

横

徐兆仁 著  
天津教育出版社

# 目 录

浮天沧海远,悟心大道近

——序言

凌大波而流风兮,览方外之荒忽

——中国道教的起源

- § 1. 岭色千重万重雨:道教是中国古代文化发展的产物 ..... 7
- § 2. 涛是连山喷雪来:原始道教 ..... 19

东风夜放花千树,更吹落,星如雨

——道教的繁荣与发展

- § 1. 信仰之花:魏晋南北朝时期的道教 ..... 29

- § 2. 超凡入圣:隋唐五代时期的道教 ..... 36
- § 3. 走向两极:宋辽金元时期的道教 ..... 43
- § 4. 根深叶茂:明清时期的道教 ..... 52

## 无人知此意,歌罢满帘风

### ——道教各派内修秘法

- § 1. 万古丹经王:丹鼎派修道祖典 ..... 63
- § 2. 应写《黄庭》换白鹅:上清派修道枢要 ... 69
- § 3. 大道可以言传:钟吕道要 ..... 75
- § 4. 更添波浪向人间:北七真修道心法 ..... 85
- § 5. 桃源不必在深山:南五祖修道诀要 ..... 92
- § 6. 江流天地外:三丰派道诀 ..... 100
- § 7. 明月何曾是两乡:中派道法 ..... 105
- § 8. 隔墙分送一枝春:东西派修道秘法 ..... 111
- § 9. 谁道沧浪吴楚分:伍柳派道法精华 ..... 116

## 唯待春风看牡丹

### ——道教与中国传统文化

- § 1. 智慧之光:道教与中国古代哲学 ..... 137
- § 2. 千峰云起:道教与中国古代文学艺术... 147
- § 3. 长无绝兮终古:道教与中国古代科技... 155

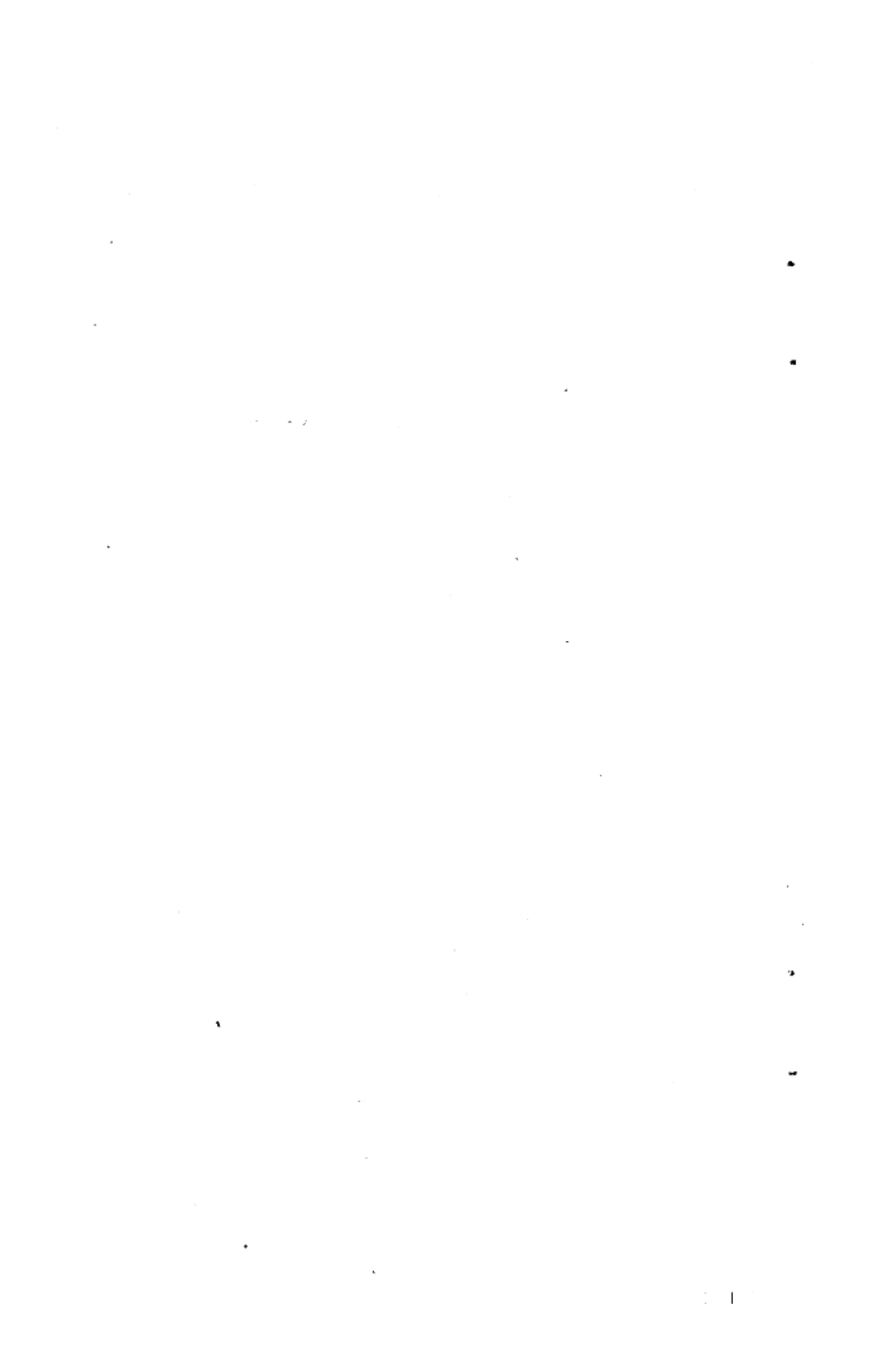
- § 4. 天地入斜晖:道教与中国传统文化特性  
..... 161
- § 5. 返照千山外:宗教超越心理与创造精神  
..... 170

超无为以至清兮,与太初而为邻  
——道教的人生境界

- § 1. 陶然共忘机:天人合一..... 181
- § 2. 化作彩云飞:与道合真..... 204

**浮天沧海远，  
悟心大道近**

——序 言



生活在现代社会中的大多数人对于道教的印象是很模糊的。人们要是不参观历史博物馆，不游览名胜古迹，恐怕永远也想不起道教是怎么回事。

然而，当你面对波澜壮阔的大海，升腾起一种震撼人心的力量，荡漾出超迈、高远、无极的多种情感时；当你置身于名山大川，体会空灵、冲淡、自然、清奇、秀美、壮观的意蕴时；当你欣赏音乐、文学作品，感受到忘我、共鸣、物我合一、内外合一的境界时；当你确定人生目标，希望达到幸福、高超、完美时；当你从事科学研究，领略到直觉思维、整体性思考的无穷奥妙时；……我们就可以说，你十分熟悉道教。因为中华民族在审美观念、价值取向、心理素质、思维方式等方面无不受到道教文化的熏染和影响。作为宗教，道教已彻底地走向衰落，没有必要再去盲目复兴，狂热崇拜。作为文化，道教却又有无限的发展前途，其中的精华必须得到应有的继承，以振兴我们的民族文化。

道教中蕴含着丰富的东方型哲理和智慧，谁想要全面掌握这种智慧，确切了解中国的传统文化，真正体验人生的最高境界，谁就必须深入到道教文化的天地中，去遨游、去体味。

这本小册子,就是为使人们能够了解道教和  
道教文化而作。

徐兆仁

1991年9月20日

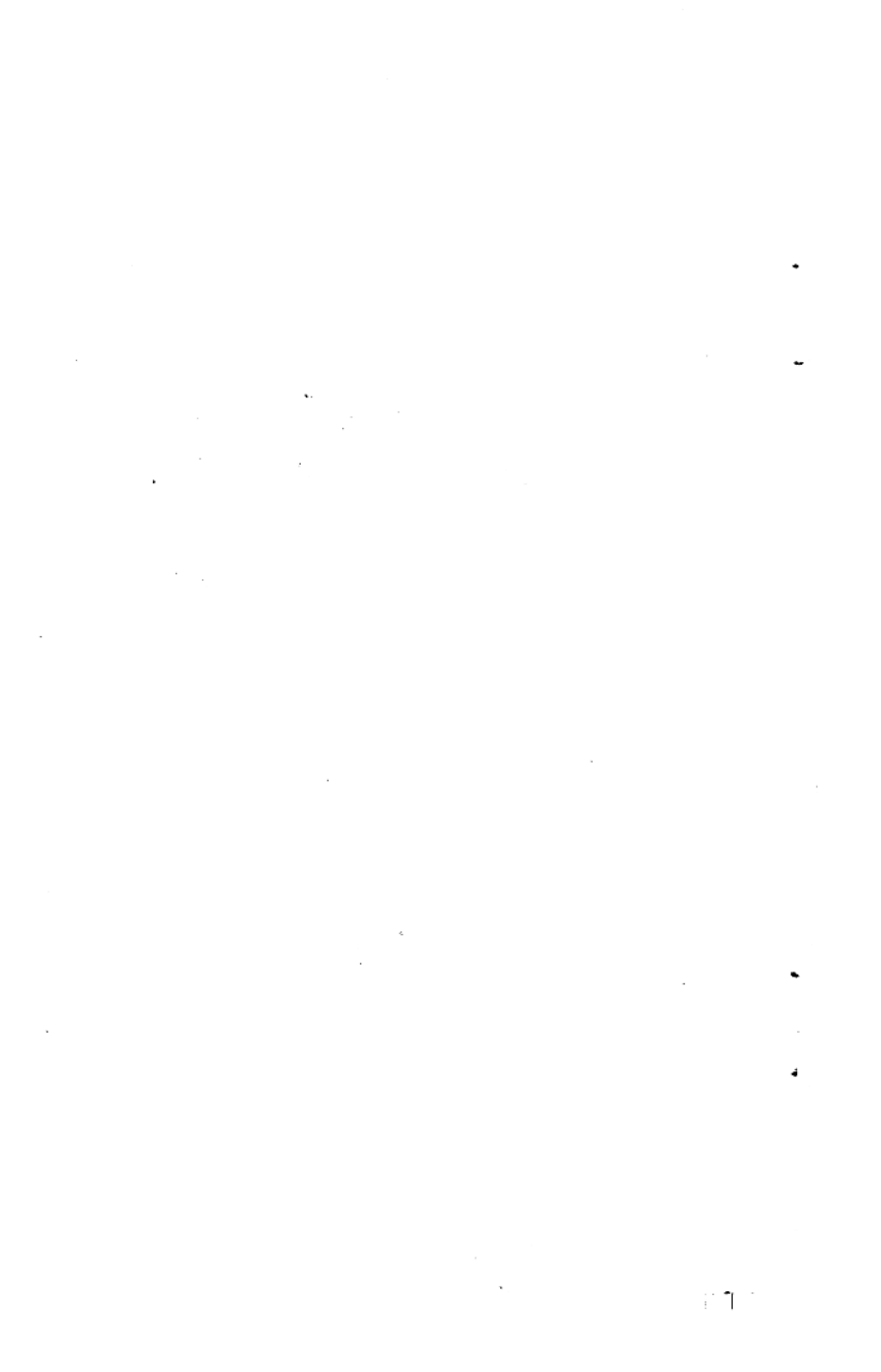
序于 北京·中国

人民大学历史系



凌大波而流风兮，  
览方外之荒忽

——中国道教的起源



## § 1. 岭色千重万重雨： 道教是中国古代文化发展的产物

人类文化史上，要数中国道教的酝酿时间最久。如果将产生于东汉（25—220）末年的道教比作一棵参天大树，那么它的根须则深入到中国古代文化的源头。沿波以讨源，我们不仅可以拉开道教这一宗教文化景观的历史帷幕，而且还能体察到道教与中国文化千丝万缕的联系，产生许多令人神往的思维……

道教最根本的信仰是神，这一点与世界上所有宗教的主旋律一样。由于道教是从中国本土产生的宗教，因而势必要受原始宗教和历史文化传统的影响，从而使其宗教信仰带上明显的民族文化烙印，而与世界其他宗教区别开来。

道教的信仰，实际上是中华远古民族宗教信仰的历史沉淀。

我们从一万八千年前处于旧石器时代晚期、活动于北京周口店一带的山顶洞人遗址中发现，

原始人类开始萌生以鲜血为生命和灵魂的观念。这一结论的根据是山顶洞人遗骸周围撒有含赤铁矿成份的红色粉末。无独有偶，在莫斯科东北部的逊戈，发现两万多年前的人类遗骸身上撒有红色赭石粉。民族学研究结果表明，红色代表鲜血。生者为死者撒上红色粉末，是祝愿死者在另一个世界中得以再生。

世界著名的仰韶文化墓葬中，有三分之一是瓮棺葬。对于那些夭折的幼儿，一般以瓮为葬具，以盆、钵为盖。盆、钵底部凿有小孔，研究者以为其用途是特意供弱小灵魂出入，以便得到族人的照拂。

这表明原始人类中存在着灵魂以及灵魂可以游离于肉体之外的观念。这类观念直接产生于人类个体对于生、死、睡眠、梦幻等生理现象的体验、猜测。

另一方面，自然界所表现出来的那种恢宏的气势和格局，超人的、神秘的力量，难以捉摸的有趣性、规律性，使得原始人类产生恐惧、敬畏、依赖、仰慕的心境。对宇宙力量的人格化过程，也就是神或上帝产生的过程。

原始宗教产生于人类生产力水平极其低下，科学极不发达的时代。可想而知，当科学的发展尚不能令人满意地、明白透彻地揭露人类生命及宇

宙的核心奥秘时，宗教的领地便始终存在。

在黄河流域仰韶文化影响下发展起来的中国大陆北方地区新石器时代原始文化的重要分支——红山文化遗址中，出土了大批原始图腾和人形的陶像。其中，辽东半岛黄海沿岸丹东地区后洼新石器时代遗址中，发掘了四十多件六千年前的龙、虎等动物形、植物形、人形或人兽合一的石雕、陶塑艺术品。这批大陆目前发现最早的雕像充分反映了原始人类对于祖先生殖、图腾、自然崇拜的原始宗教信仰观念。

此外，近几年发现的辽宁西部山区五千年前大型祭坛、女神庙和积石冢群址十分完整地反映出远古人类的原始信仰观念。

坛、庙、冢的范围约有 50 平方公里，其布局、性质与北京的天坛、太庙、明十陵相似。祭坛遗址内的圆形和方形祭坛，象征着天圆地方。女神庙是由一个多室和单室“庙堂”组成的建筑物，其中有大型女神塑像、众星捧月般的济济诸神、猪龙形神兽、大鸟塑像残部、各种陶质祭品。积石冢分布在近三十个山巅、高坡上，面对着河川和太阳，并与远处的女神庙、祭坛遥相呼应。冢的占地面积一般为三、四百平方米，最大的一个达一千多平方米。冢内数十人列“棺”而“葬”，覆盖以打制巨石，随葬以精美玉器。坛、庙、冢规模宏伟、制度严明，与山

河、大地、日月星空浑然一体，无声地寄托着建造者的情怀，记述着生活在神州大地上的人类对大自然，包括对天体、土地、山、石、河、水、火，对动植物、鬼魂、祖先，对图腾、灵物、偶像崇拜的原始宗教形式。

1990年在新疆发现举世罕见的“生殖崇拜”大型岩画，表明原始社会后期，父系氏族阶段，原始人类宗教信仰内容的新的侧重点，即出于对人口繁衍、部族昌盛的强烈愿望，在宗教巫术活动中，将生殖崇拜与祖先崇拜密切地联系在一起。

如果说，原始人类的异己力量是大自然，那么，进入文明、阶级社会之后，异己力量中又增加了国家这架巨大的、神秘的“机器”。殷商时代，从君王到奴隶，都在战战兢兢中度过，宗教信仰中充满了血与火。已经出土的十多万片甲骨卜辞、青铜器、玉骨器上气象森严，格调深沉的雕铸造形，大型墓葬以及祭祀场内令人毛骨悚然的人殉、人牲白骨，一方面表明人们对于最高、最大、无所不有的神——上帝的敬畏；一方面又表明天神、地祇、人鬼的宗教信仰格局已成定型。对祖先崇拜的规模逐渐扩大，程度日益加深。最后，上帝的庄严形象与神圣权力转移到人间君王身上，自然宗教逐渐变成人为的宗教，成为王权统治的精神工具。

正是殷商时代上帝崇拜与祖先崇拜的结合，

使得原始宗教信仰出现一大转折,从而决定了中国古代宗教“人神共构”的特点。在中国古代原始宗教中,天、地、人、神构成一个巨大的系统,巫覡是沟通人神消息的中介。人的世界与神的世界往往是相通的,神被历史化、人化;人,尤其是英雄、伟人、帝王将相,则不断地被神化。商周以降,尤其是春秋战国以来,尽管自然神话十分贫乏,但关于现实社会中人的神话内容却极其丰富。

原始宗教在其信仰与崇拜的形式、内容方面的发展、演变,总是在历史文化的制约,又同时对古代中国社会产生不可估量的影响。例如,中国古代君主专制体制的形成与不断加强的历史现象,就可以从中寻找到一个原因。

宗教学奠基人麦克斯·缪勒(M. Max · Muller)认为,宗教是领悟无限的主观才能。而在鬼神信仰、崇拜中对于灵魂无限、永恒的探求,在极为虔诚的宗教信仰气氛下产生的特殊心理体验效应,都极大地丰富了后来出现的道教的内容,同时也刺激了道教的发展,从而不仅使领悟无限的主观才能得到培养、锻炼,并且使新颖、神奇的体悟方法、理论在宗教实践中得以创立、印证。

道教理论的核心骨架是中国传统文化中的道、阴阳、五行、八卦等思想。在中国历史上第一个阐述道的深刻涵义、并将道升华为古典哲学最高

范畴的是老子。根据《史记》作者司马迁的记载，老子为东周时期的皇家图书馆官员，归隐之前，著有《道德经》五千言。因其修道而养寿，活到一百六十岁（一说二百余岁）。孔子曾问礼于老子，并且十分推崇老子，以乘风云而上天的龙来比喻他。

老子《道德经》一书共七十三次提到道，道在各章中的涵义也很不一致。唐君毅先生在《中国哲学原论》中将道的义项分为虚理之道、形上之道、道相之道、同德之道、修德之道、生活之道、事物及心境、人格状态之道。陈鼓应先生在《老子注释及评介》中将道的涵义概括为三大类：1. 作为实存意义的“道”，包括道体的描述和宇宙的生成。2. 作为规律性的“道”，包括对立转化的规律和循环运动的规律。3. 作为生活准则的“道”。大陆学术界最近又有阐释道的内涵的新说，即兼包“有”、“无”的一体二元说；“静观”、“玄览”的直觉主义说；物质、能量、信息、三位一体说。在中国哲学史上，“道”还有更为广阔的涵义。张立文先生在《中国哲学范畴发展史·天道篇》中考其原变，概括为八义：1. 道为道路、规律；2. 道为自然界万物的本体或本原；3. 道为一、为原初的混沌状态。4. 道为无、为本；5. 道为理、为太极。6. 道为心。7. 道为气。8. 道为人道。

所有以上解释，都对道之义蕴作了积极有益



的探索。但是，我们认为这些探索还没能穷尽道的最高的、最核心的、最玄奥的涵义，而正是这一涵义，才使得宗教家们选择了老子之道，并大笔书写在自己的旗帜上，作为所创宗教的标志。

细研《道德经》，不难发现，老子所说的道包涵超越、无限、永恒之意。他说：“道乃久”，即得道才能长久。他又讲，道是不可以言说的，“道可道，非常‘道’”。既然常“道”不是通过语言文字去认识的，老子本人又从何而知呢？《道德经》中透露了“致虚极、守静笃”、“守中”、“专气致柔”等认识道的特殊方法。老子没有直接交待这些方法的来源，他本人是掌握了这些方法的，并且“勤而行之”，实践有素，能够察知“谷神不死”、“玄牝之门”、“天地之根”，……达到了一种高深的境界：而语言则无法全面、逼真地描述超越、无限、永恒即道的境界。道的真实内涵只有靠实践才能体悟得到。老子将其亲身体悟作了如下记载：“道之为物，唯恍唯惚。惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物。窈兮冥兮，其中有精；其精甚真，其中有信。”这段常人罕能描述的内容太离奇了，因而引起千古聚讼，众说纷纭，仁者见仁，智者见智，至今未能取得一致结论。

由于得道之人在身体素质以及智慧上都有特异的表现，因而引起社会各阶层人们的共同兴趣