

全真道

道德修养论研究

陈明◎著

全真道 道德修养论研究

陈 明 ◎ 著



图书在版编目 (CIP) 数据

全真道道德修养论研究 / 陈明著. — 北京: 宗教文化出版社, 2018.3

ISBN 978-7-80254-981-4

I. ①全… II. ①陈… III. ①全真道—道德修养—研究 IV. ①B956.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 042939 号

全真道道德修养论研究

陈 明 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) 64095201 (编辑部)

责任编辑: 张秀秀

版式设计: 武俊东

印 刷: 北京信彩瑞禾印刷厂

版权专有 不得翻印

版本记录: 880×1230 毫米 32 开 12.75 印张 290 千字

2018 年 3 月第 1 版 2018 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80254-981-4

定 价: 68.00 元

目 录

第 1 章 导论	1
1.1 研究缘起	1
1.2 研究现状	15
第 2 章 全真道及其道德心性修养概述	25
2.1 全真道概述	25
2.2 全真道心性概述	30
第 3 章 全真道道德心性修养的道德蕴涵	38
3.1 丹阳派清净修行的道德蕴涵	41
3.2 龙门派内道外儒的道德蕴涵	47
3.3 盘山派功行双全的道德蕴涵	55
3.4 后期江南全真道本心即道的道德蕴涵	65
第 4 章 全真道道德心性修养的精神健康价值	72
4.1 精神健康的内涵及其道德与精神健康的关系	72
4.2 全真道道德心性修养对精神生命的提升	97
4.3 全真道道德心性修养的理想精神境界	110
第 5 章 全真道道德心性修养与后人本主义心理学共性探讨	128
5.1 后人本主义心理学与宗教的关系	128
5.2 人性论	143
5.3 后人本主义心理学与全真道人性论之共性	157
5.4 精神层次论	166

第6章 全真道道德心性修养的心理学分析	187
6.1 全真道精神境界的后人本主义心理学解读	187
6.2 宗教神秘主义的超个人心理学分析	198
第7章 全真道心性修炼的现代意义	211
7.1 现代人的精神问题	211
7.2 全真道心性修炼的意义	221
7.3 世俗化与精神价值追求的整合	230
结语：生命存在与心灵境界	240
附录 老庄是否具有仁道观	244
道德与精神健康：新视角下的伦理学与心理学的会通与融合	255
“东学西渐”视角下的超个人心理学人性论探讨	269
论后人本主义心理学与宗教的关系	283
论宗教神秘主义的超个人心理学诠释	299
全真道精神境界的后人本主义心理学解读	312
试论全真道修炼方式与精神健康	323
论“天人合一”的本质特征及其对西方心理学界的理论影响与贡献	331
当代西方心理学的哲学转向及其对道家思想的借鉴与融合研究	349
全真道研究综述	363
参考文献	373
后 记	382

第1章 导论

1.1 研究缘起

以全真道心性修炼为题，融合伦理学与西方后人本主义心理学的理论对全真道心性修炼思想进行诠释，这是将道学、伦理学与后人本主义心理学相融合的新探索。关于这个选题，主要基于如下原因：

第一，本文研究的理论出发点。

全真道吸取儒佛之精华，形成了颇具特色的心性道德修养理论和方法。在具体的修炼过程中，全真道心性修炼以伦理道德为修炼的出发点，追求明心见性，强调道德对修炼心性的重要作用，企图以心性道德修养来逐步提升修道者的精神生命、升华修道者的精神境界。因此，全真道的心性道德修炼蕴涵着丰富的伦理道德思想和心理学思想，它集修道、养德、固神于一体。本文通过诠释全真道的心性修炼，试图发掘出全真道是如何以伦理道德为媒介，通过心性修炼来净化和提升人的精神境界，并最终又使人“超越善恶”，使精神与道相合从而达到“天人合一”的理想精神境界。所以，在一定程度上，全真心性修炼思想对现代人的安身立命问题提供了借鉴。本文的选题正是基于对这一问题的思考，试图探讨如何通过一种特殊的道德修养和“自我完善”方式，而使现代

人类如何从现代享乐主义、经济主义和消费文化等多种价值观念的冲击下重新找寻自我、本真,使人返归本性,回归精神家园,做到安身立命,净化和提升精神境界。

道德是属人的道德,只有人才有道德。因此,怎样做人,或是做一个什么样的人;什么样的生活对人才是有意义的;人怎样才能生活得幸福、高尚、健康等等,这些问题不仅仅是现代道德建设的核心问题,也是现代人的心灵与精神健康的问题。因此,道德作为人的生活方式,“它最终关乎人的生存和存在方式,关乎人生及其生活世界的终极意义,关乎人类对自我本性及其生活世界之本性的理解,从而也最终影响甚至决定着人们的生活方式、行为方式和生活信念。”^①人的道德涵养与人的生命状态息息相关。不要小看人的道德涵养和道德力量,良好的道德涵养和道德力量能在不利的生存条件下可以拓展人的精神境界,这种境界会使人乐观向上,不以物喜,不为己悲。正如我们一句流俗语所说:高职不如高薪,高薪不如高寿,高寿不如高兴。高兴就是快乐,就是精神的愉悦,它比金钱来得更重要。

西方的柏拉图在他的《理想国》开篇就曾论述了美德与灵魂健康之间的关系:“美德就是灵魂的健康、美丽和幸福。罪恶就是灵魂的疾病、软弱和缺陷。”^②在柏拉图看来,人的灵魂健康在于对四主德恒久的持守,智慧有助于判断,勇敢使我们正确地应对危险,欲望的德性是节制,正义主宰人的行为并使内心和谐安

① 万俊人:《人为什么要有道德》J](上),《现代哲学》,2003年第1期,第65-75页。

② Plato, *Republic*, trans. F. M. Cornford, New York: Oxford University Press, 1945, 444e.

宁。而不道德则是缺乏健康自治的表现，是因为无知、怯弱、缺乏自控以及内心混乱。因此柏拉图认为“道德健康”与“道德疾病”不仅仅是隐喻，它们与善恶概念定义下的精神健康和病理学相关。^①

然而，人们或许认为，将道德和人的精神健康搅在一起会使人感到困惑甚至危险。之所以危险，是因为把道德与精神健康问题等同起来可能会赋予精神健康专业人士在道德问题上的特权。或许有人立即反驳认为这是夸大道德与精神健康的关系，难道人们道德上的瑕疵就是精神不健康的表现吗？这岂不是很危险的论调吗？而让人感觉困惑的则是因为道德与精神健康通常被认为是两码事，毫无相关性。但是，把道德健康纳入健康的大范畴，并非只是将道德简单地迎合心理学的判断标准或要求，事实上，道德与精神健康之间不仅有着理论上的可行性，并且也是有其道理及科学根据的。美国应用伦理学教授迈克·马丁（Mike W. Martin）就认为：“坚守道德有助于精神健康”；同时马丁还指出，“这并不意味着道德从属于与道德毫不相关的心理学标准，因为健康自身蕴涵着丰富的道德，而正确的道德价值观念体现并促进精神健康，正确的道德观念与精神健康在内涵上有一致性。正当的道德观在心理学上有着现实的需要与旨趣，它们不会引起过分的内疚、沮丧、焦虑、强迫、愤怒、仇恨，而是更加积极地促进幸福和自我实现。”^②因此，道德与精神健康之间有着相互促进、相互影响的关系。如孔子就曾提出过“仁者寿”的理论，“知者动，仁者静，动者乐，仁者寿。”（《论语·雍也》）“仁者寿”，

① Mike W. Martin, *From Morality to Mental Health: Virtue and Vice in a Therapeutic Culture*, oxford university press, p.17, 2006.

② 同上，第6页。

正是仁者拥有着种种美德，从而主宰着人的精神系统，影响着人的生命价值，所以，“大德必得其寿”：仁人爱物，心底无私，才能宽容，也才能够海纳百川，自然身心健康，寿命延长。所以，在这里，孔子强调的是道德修养对人的机体和精神健康提升的意义和作用。

融合儒释道的全真道较前代道教的发展有了实质性的变革，一方面，全真道不再像前期道教那样追求肉体的飞升成仙，而是关注和尝试人的另一个层面的修行，对人的精神意识展开探索，通过加强道德修养，借助内丹心性调节手段，使人的心理、精神世界得到不断地丰富、提升和发展，从而最终在修养理论上提倡“性命双修”，并进一步强调以性统命的命题。内丹心性修炼理论和实践虽然是围绕得道成仙的宗教目的而展开的，但随着全真道内丹的成熟与发展，全真道得道成仙的内涵却较前代道教修炼理论有了实质性的变化，体现出追求自我精神世界的提升、追求品德完善和身心健康价值取向。^①与之相应，道德修炼在全真道心性修炼理论中占据着很重要的地位和作用。由于全真道特别强调道德伦理的力量在修炼中的作用与价值，因此，有学者更是认为全真道是典型的伦理性宗教。在全真道看来，道德是“澄心制欲”的法宝，是修炼的出发点，道德力量促进并提升人的精神健康。

第二，本论文研究的现实出发点。

随着生活质量和生活水平的不断提高和改善，健康、幸福似乎成为现代人类关注的焦点，这当然也是人类的共同愿望和追求。很多人认为人的健康与幸福的保障是以物质生活水平的提高和现

^① 吕锡琛：《全真道的心性道德修养论探析》[J]，《宗教学研究》，2001年2月，第18-22页。

发达的医疗技术水平为基础的。当然,这两者无疑明显地提高了人的幸福感和健康状态。但一切事物似乎都有它的两面性,物质生活的过分追求未必是有益于人的健康、快乐。如果物极必反,对物质生活的过分追求,而对精神生活的忽视,往往是不利于人的健康、幸福,甚至对人生有害无益。富裕了、有钱了,人就一定健康、幸福吗?那么“富贵病”^①又从何而来?

我们现在的生活水平确实提高了,但是为什么越来越多的人却依然感到精神空虚,生活无价值、无意义甚至焦虑呢?人的生命存在的真正意义究竟是在于金钱与财富还是精神价值?然而,当下一定程度上主宰和界定着人的生存内容和目标的却是享乐主义、经济主义、现代消费文化等等。这正如袁剑教授所批评的那样:

“对一个将经济增长视为至高无上的国度来说,要实现不断加码的经济增长速度,就必须在全民之中塑造一种对财富的一元价值观,甚至对财富的贪婪。换言之,除财富之外,就没有其他的价值。只有财富才能带来尊严、荣誉并表征自己的成功。反之,没有财富就没有尊严,就没有生命的意义。以此观察中国最近的三十年,这种财富的一元价值实际上成为了一种具有高度垄断性的价值观念。”^②现代人或是后现代人可能都认为人存在的目的就是现实地生活,享受生活,而对人生、对生活的意义和价值的思考对于现代人而言似乎是一种累赘,只有财富和金钱才能体现生命的价值

① 富贵病原指人们因生活水平提高后,开始出现高血压、高血脂等疾病,是因动物性脂肪摄入过多等原因而引发的。20世纪70年代以前,这种病曾被称为“富贵病”。而如今,这个词义发生了变化,意指万贯家财而精神空虚、无聊的有钱人的心理状态。

② 袁剑:《经济增长与我们这个时代的精神疾病》[J],《文化纵横》,2010年第4期。

和意义。

在享乐主义的价值观念引导下,“人生真正重要的是物质生活的富足和舒适,精神生活的丰富则只是物质生活的陪衬。所以享乐主义的表现就是:重物质享受和感官享受,轻精神超越。”^①可以说,现代人的价值观念和精神追求正面临着荒芜状态,精神的追求正逐渐被现代享乐主义、经济主义、工具理性主义等逐渐消解,即使存在精神的追求,那也是被物化、可见化、可衡量和计算化的精神追求和标准,所以,现代人只能在生产和消费所带来的尽情享乐中寻找他们的人生目的和意义。人们的需要和欲望、梦想和渴求,都被囿于对物质利益的追求之中了。现代性在这些世俗的价值观念指导下正逐渐被世俗化,现代性的概念也正随着现代化的过程逐渐偏离其轨道,万俊人教授曾从四个层面将现代性定义为:“市场经济、民主政治、科学理性和以现代进步主义为基本价值取向的历史目的论和文化价值观。”^②然而,人类无尽的欲望和理性的滥用使得这几个层面的基本价值取向和文化价值观已被扭曲,已被边缘化。

在现代市场化的社会中,享乐主义催发了人的经济欲望的不断膨胀,人日益被物化、量化、工具化、技术化等等,导致了人文精神的丧失和道德意识的危机,使生命主体陷入了前所未有的困惑、紧张、焦虑、不安和迷茫之中。正如朱贻庭教授所指出的:“市场化和现代化过程导致人被世俗化,而世俗化发展的极致和社会

① 卢风:《从现代文明到生态文明》[M],北京:中央编译出版社,2009,第222页。

② 万俊人:《信仰危机的“现代性”根源及其文化解释》[J],《清华大学学报》,2001年第1期,第22-29页。

充分世俗化必将对人类自身造成巨大的危害。其一，如贝尔所指出的，‘享乐主义的生活缺乏意志和刚毅精神，更主要的是，大家争相奢侈，失掉了与他人同甘共苦和自我牺牲的能力，使人们失去了彼此亲如手足的团结感和集体情感。就是说，享乐主义掏空了人的德性和社会义务感，销蚀了社会、国家的凝聚力’；其二，享乐主义—物质主义必然会促使人类加剧对自然资源的掠夺性的索取从而加剧了对生态和环境的破坏，进而威胁着人类自身的生存。因此，世俗化的问题，在今天已经成为一个世界性的问题，必将成为21世纪人类自我反思的一大热点。”^①所以，现实生活中，在现代市场消费主义观念引导下，激起物欲的泛滥从而导致了人的道德困境，人过度地强调物质享乐带来的快感，但却掏空了精神的需求和价值理想。永无止境的感官享受导致道德心理混乱、身心失调、人格分裂等等问题。而道德心理失衡导致病态的人格，表现出对享乐的盲目追求、自我丧失、自我放纵，心被物、被名所役。而身为物累，导致身心失调，在现代社会中，这已不再是个人问题，而已逐渐蔓延成为了社会性的疾患。因此，我们应该清醒地认识到，试图通过科学理性和现代市场消费主义等理念来解决人生意义的根本问题，本身就是精神谬误。

那么如何有效地协调欲望与精神价值之间的平衡，把人从物欲横流的狂潮中挽回，从而重新生活到我们自己的文化品质特征之中呢？或是说我们还能不能重新生活到优良精神传统的特征之中——社会生活的道德化和个体意识的超脱空灵境界？这是我们今天面临的严峻问题。

① 朱贻庭：《西方世俗化价值观的反思》[J]，《探索与争鸣》，2000年10月，第15-16页。

做什么样的人，如何生活得高尚、健康、幸福；生活得有意义、有价值，应该永远是人类追寻的主题和生活的意义之所在。如何消解或冲淡物质主义和享乐主义盛行所造成的当今社会中心理失衡和道德危机的状况，这是我们今天面临的严峻挑战。卢风教授在他的《人类的家园——现代文化矛盾的哲学反思》一书中倡导“重建精神家园”，试图将“在丰饶中走向纵欲无度”的人重新唤回，他认为如果人类不能重建自己的精神家园，而一味在“丰饶中纵欲无度”，那么在不远的将来，人类不但不可能再有任何快乐可享，而且会沉入灭亡的深渊。这也正如曾钊新教授所指出的：“如果把个人的物质享受提高到丑恶的、至高无上的地位，则会毁掉不该毁掉的精神财富。”^①

精神家园的重建已不再是少数精神贵族的事情，而是关乎人类生死存亡的事情。连西方人本心理学之父及后人本心理学家奠基人马斯洛都深刻地意识到物质主义和科学理性主义对人类精神价值的摧毁，所以他指出“应该把人类生活‘再度神圣化及灵性化’，必须在人类生活中发展出灵性的倾向，才能与物质发展制衡。换句话说，人类必须重新发掘、进入及发展他的超越或灵性层面的生活（这并不限于宗教形式）。不论东方或西方文化都拥有这一层面的传统。”^②人类必须从物欲泛滥的狂潮中返回本性，实现本真的生存状态，以此获得身心和谐，达到自我完善，这才是我们今天所面临的严峻挑战。所以，本文正是基于对这些问题的反思，试图通过论述道德与精神健康之间的关系，挖掘并发扬全真道心

① 曾钊新：《道德与心理》[M]，武汉：湖北教育出版社，1989，第10页。

② 李安德著，若水译：《超个人心理学》[M]，台湾：桂冠图书股份有限公司，1992，第189页。

性修炼中对名、利、欲的理性认识和阐述的基础之上的道德理论架构，通过建构正当的价值观念来达到安身立命。因此，以上是本文以道德和精神健康为题对道德研究和现代道德建设具有的主要理论价值的思考。

第三，本文的文化背景思考。

对本文的文化背景的思考，应该说是笔者自入学以来，就一直在苦苦思索的问题。同时，本文所论述的内容也涉及中国文化与西方文化之间的关系问题，因此，在这里有必要对中西文化之间的关系作一简要说明。

应该说，自鸦片战争以后，中国就陷入中西文化之争中，实质上，中西文化之争的后果是西方文化的大举入侵。自西学入侵后，中国思想文化界对西方文化便惶惶不安、惊恐万状，并出现势不两立的情绪。一些知识分子对自己的传统文化视如珍宝，拼命固守，而另一些知识分子对自己的传统文化则弃如敝履，引以为耻。中西文化的高下之争似乎成了中国现代精神的心病。直到今天，近百年的中西文化碰撞，这种势不两立的情绪依然没有改变。

难道中国文化就真的比西方文化落后吗？或是西方文化就一定比中国文化优秀吗？一位西方学者曾经总结说：中国文化的精神是坚持道德化的社会生活和具有悠久传统的审美情怀。这位学者对中国文化精神的概括应该是较为准确的。那么我们的文化传统还欠缺什么呢？难道是“晚清”知识分子们所说的科技、制度？还是“五四”新文化运动所提倡的科学、民主？即是如此，那么西方文化有欠缺吗？事实上，西方文化的弊病遭到激烈抨击，这正如西方心理学家舒尔茨所指出的：“当前的许多社会批评家认为西方文化，特别是美国文化，已经使人失去了人性、失去了人格和个性，甚至到这样的程度，竟把人看做巨大社会机器的一个

无限小的部分。据说人已不再被看做人类了，而是看成人世上、统计上和平均意义上的人了。作为个体，我们也成为失去个性和缺少能力去主动决定我们自己生活过程的人了。”^①这样看来，西方文化也并非是这样优越，所有文化都存在着优长和不足。如果所有文化有其优点，也有其缺点，那么中国文化究竟欠缺什么？“中国传统精神究竟欠缺什么？与晚清知识人的观点不同，‘五四’知识人的基本论断是：科学和民主的理性精神。中国精神传统专注人生、趋重实际，于政法、商业至为擅长，于数理、名学极为欠缺；或曰国人只讲天理人伦，不求科学精神，不能征服自然；再不然就说，中国先哲对科学不是不知，而是知而不为……无论诋毁还是维护中国精神传统，‘五四’学人都同意，中国精神欠缺科学理性。与此相应的道德优势观点当然有理由作出这样的对比：西方精神一味追求支配自然，以致科学发达而人心沦丧；中国的道德一超脱精神悠然玄远，‘反身而诚，乐莫大焉’。”^②

这样看来，中国文化传统存在欠缺，同样西方文化也存在欠缺。著名的宗教心理学家艾伦·威尔逊·瓦茨（Alan Wilson Watts）就对西方文化狭隘的思维方式进行过批判，瓦茨指出：“将整体看做部分的总和，试图把一部分观察或研究所得的结果聚合起来，然后去建构一个所谓的‘整体’，这种做法恰恰反映出西方人思想上的一种病态，当现实被割裂成为许多没有联系的部分时，上

① [美]舒尔茨著，杨立能等译：《现代心理学史》[M]，北京：人民教育出版社，1981，第407页。

② 刘小枫：《拯救与逍遥》（修订本二版）[M]，上海：华东师范大学出版社，2007，（序言）第3页。

帝就会被看成是‘宇宙的自我’和‘至高无上的部分’。”^①“在瓦茨看来，西方人看世界的方式是一种狭隘的知觉方式，如同一盏明亮而耀眼的聚焦闪光灯，将光束不断地投向茫茫的宇宙——一点一点地观察现实，一次又一次地对整个进行分割，然后将观察与思考的结果用某一词汇或概念加以命名。由于将世界划分成为关于现实的若干词汇，所以，‘世界似乎也就自然地与我们关于世界的观念相对应，与我们一次一次命名的词汇相对应。’”^②瓦茨在对西方文化进行批判的同时，他提倡向东方文化学习，尤其对中国道教中具有辩证色彩的整体思维方式非常赞赏，他在《道家学说》一文中，对中国古代以道家为代表的整体思维方式进行了这样的描述：

道是某种秩序，这种秩序不同于我们在校舍里或者在街区中按照几何学原理安排每一件事情时所称的秩序。那是一种非常天然的秩序，当你看到一株植物时，很显然，这种植物便具有秩序。我们马上会认识到那不是一种杂乱的东西，但它并不对称，也不具有几何图形的外观。……在汉语中，这被称为力……由于道是过程，我们也可把力称作水道，力的形式也就是流水的形式……通过流水的形式，你将从中国艺术中马上辨认出各种主题思想，包括阴阳圆圈中的S曲线。由于老子把道比作水，所以力也就是流动的艺术，即奇妙的液体舞蹈的形式：“大

① A. W. Watts: *Nature, Man, and Woman*, New York, Random House, 1970, p.88.

② 陈永胜：《瓦茨的神秘体验宗教心理观探究》[J]，《世界宗教研究》，2010年第2期，第25-30页。

道泛兮，其可左右。万物持之以生而不辞，功成而不有。”

瓦茨强调，中国的道教主张用阴阳对立统一的方式来解释人的心灵。这种内在的和谐是一种“潜意识的智慧”，是“比西方线型逻辑所能提供的东西更加高超的智慧”^③。这种潜意识被看成是与“道”（一种宇宙法则）相协调的天生的智慧。

所以，中西文化之间各有所长，也各有各自的不足之处，并且，中西文化之间的特征是相互都不具备的。但不管如何，中西文化品质之间的差异犹如刘小枫教授所说的：“西方文化精神并不具有中国文化精神中所有的某些品质，反之亦然，但这些不同的精神品质又恰恰关涉到人类共同的精神话题。最为根本性的精神品质差异就是拯救与逍遥。在中国精神中，恬然之乐逍遥是最高精神境界。庄子等就不必说了，孔子的‘吾与点也’同样如此；在西方精神中，受难的人类通过耶稣基督的上帝之爱得到拯救，人与亲临困难深渊的上帝重新和好是最高境界。这两种精神品质的差异引导出‘乐感文化’与‘爱感文化’、超脱与救赎的精神冲突。”^④然而，中西文化品质之间的这种差异也并非绝对，“五四”学人更是认为中国文化的特质在一定程度上甚至可以取代西方的基督教精神。晚清和“五四”知识分子对西方基督教的想法虽然不同，但立场却是一致的，那就是都认为中国的道德—超脱精神足以替代西方的基督教精神。

事实上，人们对“全球化”的话题已不再感兴趣，现在的人

③ 陈永胜：《瓦茨的神秘体验宗教心理观探究》[J]，《世界宗教研究》，2010年第2期，第25-30页。

④ 刘小枫：《拯救与逍遥》（修订本二版）[M]，上海：华东师范大学出版社，2007年，（序言）第30页。