

仙与道

神仙信仰与
道家修身



干春松 | 著

超越生命：神仙信仰的心理、
社会构成

理性与迷信：神仙信仰的流变

仙风道骨：神仙的特征和品位

仙界灵境：中国古人的乌托邦

炼形与炼神：成仙方术种种

实用理性和享乐主义：神仙信
仰与中国人的心理

先天真圣

后天仙真

民间神灵

神仙与现代人的生存智慧

出版社
LISHING HOUSE

仙与道

于春松 著

神仙信仰与道家修身



版权所有 不得翻印

图书在版编目 (CIP) 数据

仙与道：神仙信仰与道家修身 / 干春松著. -- 海口：海南出版社，
2016.7

ISBN 978-7-5443-6626-7

I. ①仙… II. ①干… III. ①道教-研究-中国
IV. ①B958

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 149074 号

仙与道：神仙信仰与道家修身

作 者：干春松

策划编辑：安妮雨

责任编辑：文远怀 刘 铮

装帧设计：今亮后声 HOPESOUND
hopesound@163.com

责任印制：杨 程

印刷装订：北京市兆成印刷有限责任公司

读者服务：蔡爱霞

海南出版社 出版发行

地址：海口市金盘开发区建设三横路 2 号

邮编：570216

电话：0898-66830929

E-mail：hnbook@263.net

经销：全国新华书店经销

出版日期：2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷

开 本：710mm × 1000mm 1/16

印 张：17

字 数：230 千

书 号：ISBN 978-7-5443-6626-7

定 价：45.00 元

【版权所有 请勿翻印、转载，违者必究】

如有缺页、破损、倒装等印装质量问题，请寄回本社更换

引言

两千多年前，夕阳正伴随着农舍的炊烟向西边慢慢地沉下去，秋虫的鸣叫在凉爽的晚风中飘荡，倦懒的孔子坐在河边的石头上，任潺潺的河水从指尖流淌，不时有调皮的小鱼在水波中跳跃。一直默默无语的孔子望着不知疲倦东流而去的河水，一声沉重的叹息从他嘴里啾然而出：“逝者如斯夫！不舍昼夜。”差不多与此同时，希腊的哲人赫拉克里特在另外的一条河边也发出同样的慨叹：“人不能两次踏进同一条河流。”

每一个富于感情拥有健全理智的人，总会因为某一种突然的触发，如夏夜的星空、缤纷的落花、燕子的归程乃至自己头发中悄然生出的白发……而陷入对于自己生命的沉思。正如著名的印象派大师高更在太平洋的岛上所说的一句最平常不过的话：“我是谁，我们从哪里来，我们到哪里去。”而种种的思虑之中，最扣动人心的地方就是对生命的思考。有时，我们常常会莫名地感到一阵恐惧涌上心头。的确，我们的人生无时不笼罩在死亡的阴影之中，犹如在贝多芬的《命运》主题中那段命运之神不可阻止的脚步声，它使我们无奈、焦躁、绝望，苦心经营的人生顿显渺小，“尔曹身与名俱灭，不废江河万古流。”随着死亡的降临，孜孜以求的名誉、地位、财富，都将随风飘散。可以说对于生死问题的思考，耗费了人类历史上无数智者的思虑。人们无奈地面对一个与生俱来的难题，我们的灵魂需要一个安顿处。

叔本华说过：“虽也是贪生，却更是怕死。可死总是站在后台，无可避

免，并且随时准备走到台前来。”几千年来，人类一直与死亡的阴影作着顽强的抗争，所有的神话、宗教都几乎是人类与之相抗争的精神轨迹，这一切凝聚着一种共同的心声：以想象中的永恒来抗拒死亡、消解死亡。而中国人甚至希望通过一种修炼达到肉体的永生。因此，古人们本能地拒绝死亡的必然性。

有一个外国神话说：月神曾经派一只虱子来传达他的一个担保，即人可以不死。不过月神的话听起来有些拗口：“像我死又在死中活一样，你也将死又在死中活。”多事的兔子担心虱子的能力，在半道上追上了虱子，说它可以把这句话带给人类。然而兔子却忘掉了话的内容，只好乱说一通，“像我死又在死中腐坏一样”云云。兔子返回月亮之后，月神非常生气，在气头上就刺了兔子的嘴一下，从此以后，兔子的嘴唇就裂开了。

兔子的嘴唇裂开当然只是小事一桩，可怜的人类从此便无法再摆脱死亡的厄运。其实我们只要稍加留意就会发现，几乎所有民族的神话中都有类似的原型，即人类只是因为一个“很偶然的原因”（例如偷吃了伊甸园的禁果之类），才导致死亡之不可避免。而按其“本来的面目”，人是可以永生的。古埃及法老的金字塔和木乃伊，中国秦始皇的兵马俑都是基于这样一种信念，他们因为一种偶然的原因离开这个世界，但是只要经过一个特殊的阶段，他们就可以因为神的召唤或在别的特定的条件下恢复生命。

这种永生的信念在不同的宗教中都不同程度地存在，如基督教对于复活的信念，佛教基于灵魂不灭而引出的对于来世摆脱轮回的教义。但显然这

些宗教都将目标定在来世或是上帝举行末日审判之时，对于自身的肉体往往持否定态度，如佛教将人体视为“臭皮囊”，认为人的欲望肯定是阻碍精神升华、灵魂走向彼岸的最大障碍。

但有一部分中国人则肯定现世的快乐，从早期的方士到后来的道士，一直将肉体不死作为最高理想并进行各种实验。

在中国的早期文献中，记录着中国人对于永生的信念。中国古人们认为在海上、山上或远方奇异的国度里，存在着这样一个世界：在那里泉水如美酒，涧水似蜜露，遍地是金玉异物，漫山仙草灵药。神仙们生活在这里，乘云驾雾，呼风唤雨，吐纳天地之精华，吸食宇宙之甘露。漠然虚静而恬适欢愉，淡泊无为而自得其乐。中国人还认为，一般人只要吃了不死之地的东西就可以像神仙一样长生不老，并一样能飞升漫游于天地之外。

这种肉体不死的信仰与逐渐形成的房中、食气、吐纳等成仙方术，与方士们连续不断的求取不死之药的努力一起，构成了世界上独一无二的神仙信仰，并在汉代以后，发展成为中国本土宗教道教的中心教义和中国民间信仰的核心内容之一，发展至魏晋、唐代而达到顶峰。

神仙信仰由神仙、仙境和成仙方术三方面组成。在长期的发展过程中，尤其是在成为道教的中心教义和终极理想之后，体系日渐完备。首先道教在与佛教的激烈斗争中，积极地吸收其思想观念和教规仪式，诸如道观的设立，经典的收集等等，到了宋明之后，道教（如全真教等）甚至由重生向厌

生转化，充分体现了佛教、特别是禅宗对于神仙信仰的影响。道教对于儒家的屈从是全方位的，这完全是为了在儒家主导的中国占据一席之地而不得不采取的姿态。从净明派对于忠孝的强调，到神仙谱系的完全等级化设计，神仙世界已经完全是人间秩序的翻版。神仙方士们利用自己的独门方术和对于房中术的阐扬，往往能迷惑君主而使自己处于既危险又有利的地位，这种上层路线影响着道教的教义。

神仙信仰系统化的重要步骤是神仙境界和成仙方术的完善。道教的神仙世界有三十六天、三岛十洲和洞天福地等，而成仙方术则是以外丹和内丹为核心的炼养体系。

中国的神仙信仰与古代的神话传说有密切的联系，但区别是明显的。所谓神仙指的是像神一样生活的人，其立足点在人而不在神。这浸透着中国人思维方式的独特韵味。而且，神与仙的形象和职能也有重大差别。天神一般具有奋斗牺牲和拯世济民的精神，如盘古之开天辟地，女媧之炼石补天，大禹治水三过家门而不入。而仙人则超脱悠闲，享受生活的乐趣。他们居高处远，踏雪无痕，乘云驾雾，潇洒自在，立足于个人的自由和解脱，因此有人认为他们是利己主义和个人主义的。

我们知道中国神话的重要特征之一是神人同一，而非西方神话思维之神人同构，并非将人与神看做是两种截然不同的存在。因此在中国人的观念中，神和人之间并非存在不可跨越的界限，这既为神仙可学而成思想的出现奠定了基础，同时也使得道教徒可以毫无困难地将神话人物改变成神仙。

所以，中国的神和仙其实从来就没有分得很清楚，而中国人对于信仰的随意态度助长了这种混乱，在三教合流的趋势之下，道教将民间的神灵、佛教的菩萨、道教的神仙通通归拢到自己的阵营中，致使宋明之后的神仙谱系中既有七星二十八宿、雷公、风神、雨师、电母等自然神，又有如来、观音等佛教的菩萨，又有各种学道成仙的人。各种各样的行业保护神也加入了神仙行列，如厕所神紫姑、门神、财神等，凡是在人所需要的地方就会有相应的神存在。神仙信仰逐渐失去其独树一帜的独立性而融化在众神共处、儒释道三教教义杂陈的中国民间信仰的大熔炉中。

神仙信仰可以说是理想主义和功利主义的奇妙结合。其理想性体现在不甘心接受人终有一死的必然性，幻想着通过自己的努力或某种奇异的经历达到肉体不死的目标。这体现了中国人对于自然生命的崇尚和反抗死亡的勇气。而其功利性体现在肉体不死的目的只是为了延续快乐，正如有的学者所指出的，神仙信仰的产生标志着古代中国人的“精神世界已从浑沌茫昧的原始信仰中逐渐洞识宇宙秩序的自然和谐与人生秩序的安排。在现实社会里，人类永远无法脱离自然与人文的轨道。于是乡民的内在心灵，不再如原始生民般对自然现象充满了好奇心，也不渴望有创世英雄的无比伟大的力量，而是希望重建宇宙的秩序，提升外在的生命，回归一个和谐自足的乐园。”^① 中国人向来主张“神道设教”，也就是说对于宗教缺乏必要的虔诚而多关注宗教的教化作用。因此在中国宗教中，特别是在神仙信仰中，强调

① 郑志明：《中国社会和宗教》，第11页，台湾学生书局，1989。

以自己的力量来获得超越，而非西方宗教那样期待上帝的拯救。

在众多的神仙传说所虚构出来的神仙中，有的是从中国的神话传说中借鉴过来的，如西王母、东王公、后羿等，有些是早先自然崇拜的遗存。这都体现着道教的驳杂性。不过神仙队伍中的大部分则都是历史上实有其人的，不同的时期根据不同的神仙理念、不同的道德理想塑造出不同类型的神仙，真可谓江山代有神仙出。在这些神仙中，有些是与神仙信仰关系密切的帝王将相，有些是解民于倒悬的清官廉吏，有些是忠士烈妇，体现了神仙信仰与现实道德的妥协性。神仙中更多的是那些掌握了一些神奇法术的方士、道士，或声名远扬的隐士。他们或祈雨免灾，或能变形遁身，但他们的共同前提是忠义刚烈，体恤民意，蕴含着正义战胜邪恶，体现了中国古代老百姓的所喜所恶和对于美好生活的向往。很多人完全是因为深受民众的喜爱而被尊奉为神仙的。如三国时期义勇双全的关羽，沿海地区渔民心目中的保护神妈祖等。

神仙传说一般收录于汉魏的志怪小说、唐代传奇、宋代话本以及史籍的“方技传”中。大量的则存在于方士和后世道教徒所作的神仙传记中。著名的如刘向的《列仙传》、葛洪的《神仙传》、明代的《三教源流搜神大全》《历代神仙通鉴》等，总计共有五百多位。各种神仙传奇在民间广为流传，深为人们所喜闻乐见，像《西游记》《封神演义》等小说都浸润着中国神仙信仰的丰富内涵，成为我国文学宝库中的重要组成部分。以求仙证道为目的的种种神仙方术也为中国的医药、化学的发展作出了不可磨灭的贡献。

神仙信仰作为具有享乐倾向的宗教信仰，它追求的是一种虚无飘渺的境界，以为人们的现实生活提供安慰，这反映了人们由于无法掌握自己的命运而屈服于自然的局限性。神仙信仰由于和巫术、民间方术有着密不可分的联系，因此其内容芜杂，甚至有着许多迷信、卑琐的观念，可以被看做是人类认识自然历程的一个缩影。

本书从结构上分为两部分：

第一部分通过对神仙信仰的文化、心理根源的发掘揭示神仙信仰的来源、变化，介绍神仙信仰的内容，如成仙的境界、成仙的方术等等。

第二部分则根据对历代的神仙传说和这些被尊为神仙的历史、传说人物的真实史实的对照，介绍了这些在民间影响巨大的神仙。根据不同的原则，人们对于神仙的分类多种多样。本书借鉴前人的意见，将神仙分为三类：把出现在天地未判前的神灵称为先天真圣；而因为遇仙或通过修道而成仙的称为后天仙真；对那些有功于国家、护国佑民而为民众所景仰的，或是从自然崇拜中脱胎而来的神灵则称为民间神灵，分别予以介绍。另外，为了便于读者对神仙信仰有感性的了解，书中还配置了几十幅插图。

目 录

引 言

上 篇

第一章 超越生命：神仙信仰的心理、社会构成

- 一 生死玄机 /004
- 二 帝王与神仙 /010
- 三 巫师、方士、道士与神仙 /018
- 四 梦与神仙 梦境与仙境 /025

第二章 理性与迷信：神仙信仰的流变

- 一 贵生与长生 /033
- 二 天与人 神与人 /036
- 三 阴阳五行和精气 /040
- 四 道家与神仙 /044
- 五 道教与神仙 /048

第三章 仙风道骨：神仙的特征和品位

- 一 神仙的形象 /054
- 二 神仙的品位和神仙谱系 /064

第四章 仙界灵境：中国古人的乌托邦

- 一 三十六天 /075
- 二 三岛十洲 /077
- 三 洞天福地 /080

第五章 炼形与炼神：成仙方术种种

- 一 服气 /090
- 二 导引 /092
- 三 行气和胎息 /093
- 四 存思、守一、内视 /095
- 五 房中术 /097
- 六 外丹 /101
- 七 内丹 /105
- 八 外炼方术 /108

第六章 实用理性和享乐主义：神仙信仰与中国人的心理

- 一 入世与出世 /116
- 二 心灵与肉体 /123

下 篇

第七章 先天真圣

- 一 三清与元始天尊 /128
- 二 玉皇大帝与四御 /131
- 三 太上老君 /134
- 四 西王母（王母娘娘） /136
- 五 东王公 /140

第八章 后天仙真

- 一 华夏始祖——黄帝 /144
- 二 月宫孤栖——嫦娥 /147
- 三 房中之祖——彭祖 /148
- 四 封神之神——姜太公 /150
- 五 纵横始祖——鬼谷子 /152
- 六 文始真人——尹喜 /155
- 七 南华真人——庄子 /158
- 八 求仙使者——徐福 /159
- 九 茅山仙祖——三茅真君 /161
- 十 万古丹王——魏伯阳 /163
- 十一 太极真人——刘安 /164
- 十二 诙谐岁星——东方朔 /166
- 十三 太平教主——干吉 /168
- 十四 役使鬼神——费长房 /170
- 十五 首席天师——张道陵 /173
- 十六 太极左仙公——葛玄 /175
- 十七 竹林狂士——嵇康 /178
- 十八 水府仙伯——郭璞 /180
- 十九 净明教祖——许逊 /183
- 二十 雅恤民意——麻姑 /187
- 二十一 蓬莱水监——陶弘景 /189
- 二十二 天师——寇谦之 /191
- 二十三 情仙——裴航 /193
- 二十四 扶摇子——陈抟 /196
- 二十五 王重阳和“全真七子” /198
- 二十六 显化真人——张三丰 /200
- 二十七 八仙 /201

第九章 民间神灵

- 一 钟馗 /220
- 二 财神赵公明 /221
- 三 关圣帝君关羽 /223
- 四 天妃娘娘（妈祖）/225
- 五 灶神 /227
- 六 城隍 /229
- 七 土地神 /231
- 八 门神 /232
- 九 东岳大帝和碧霞元君 /234
- 十 酆都大帝 /235
- 十一 文昌帝君 /237

结 语

神仙与现代人的生存智慧

- 一 珍重生命 /241
- 二 享受生活 /243
- 三 神仙境界：中国人的智慧 /248

主要参考文献

后 记

上
篇



▲ 第一章 ▲

超越生命：神仙信仰的心理、社会构成

伟大的波斯王薛西斯（Xerxes）看着自己统率的雄武的军队浩浩荡荡向希腊进发时，突然心头一酸，潸然泪下。他转过身对自己的叔父说：“当我想到人生的短暂，想到再过一百年后，这支浩浩荡荡的大军中没有任何一个人还在世间，便感到一阵突然的悲哀。”而他的叔父回答说：“然而人生中还有比这更可悲的事情，人生固然短暂，但无论在这大军之中或别的地方都找不出一个人觉得自己已真正得到幸福，而且他们还不止一次地感到活着不如死去。灾难会降临到他们头上，疾病会时时困扰他们，使短暂的生命似乎也漫长难捱了。”^①的确，人的一生如白驹过隙，稍纵即逝。而即便在这短短一生中，无数的磨难、意外会不时地跟人们开一个不大不小的玩笑，让人们打消日益滋长的狂妄之气。而幸福是如此的难觅，以致于人们慨叹人生不如意者常八九。即便是我们本来认为幸福的事，当其真正出现的时候，又会显得那么的无趣或容易被超越。性格古怪的叔本华在描述人生的本质的时候用了两个形容词：“痛苦”和“无聊”。他说

① 希罗多德：《历史》。转引自朱光潜：《悲剧心理学》，第1页，北京，人民文学出版社，1983。

人生就像一座钟摆，在痛苦和无聊之中来回摆动，“在人们把一切痛苦和折磨都认为是地狱之后，给天堂留下来的除闲着无聊之外就再也没有什么了。”^① 在日常生活中，我们经常会听到这样的说法：幸福不在于结果，而在于追求幸福的过程。其实这是一种典型的自我安慰，其荒谬性在于因为幸福难觅，进而不相信幸福之目标存在。

不过人生本来就带有一些荒谬性，所以说人需要安慰，并且应该学会安慰自己，尽管我们知道安慰并不能真正解决问题。伴随着人类成长的宗教和部分取代宗教功能的各类心理治疗都是以给人提供安慰为其根本目的的。中国人的宗教意识与西方人不同，如果说西方宗教是典型的“救赎式”的，也就是希望上帝或真主将自己从现实的苦难中拯救出来的话，中国的宗教则更追求一种当下的安慰效果，所以我们不会出现排他性的宗教仇视，而是人们在各种信仰中来回穿梭。出了佛教的寺庙转身就会进道教的宫观，经常性的是在一座山上既有庙又有观，根本不存在“一山难容二虎”的“地盘感”。人们常说中国文化是儒道互补，也是这个意思。说白了就是儒家旨在鼓励人们去干点什么，而道家则是告诉人们干不成也没什么，最好是什么都不干。从这个意义上说，道家思想是安慰性的。

总的说来，中国人比较容易安慰自己，中国文化的中庸品性有效地防止自己走极端。因此，我们看到各种宗教在中国虽略有争斗，可归根到底还是和气一团，相安无事，少有西方人对于异教徒那种不共戴天的激烈情绪。可是，有一部分中国人在一个问题上倒是走了极端，就是坚信肉体不死，并积极实践。这就是本书所要告诉你的中国神仙信仰。

^① 《作为意志和表象的世界》，第427页，北京，商务印书馆，1986。