

道教

揭示中国人最隐秘的梦想

- ③ 从「道」之宇宙观到符咒的画法，丰富的细节满足您对道教的一切好奇
- ③ 500幅手绘插画，近百张示意图表，形象展现中国道教的博大精深
- ③ 全新编辑手法，给您阅读新体验，从任何一页读起都有新惊喜

张梦道◎编著

驱鬼镇魔

长生不老

得道成仙

返老还童

俗世之乐

采阴补阳

清凉境界



图书在版编目 (CIP) 数据

图解道教 / 张梦道编著.

— 西安: 陕西师范大学出版社, 2007.10

ISBN 978-7-5613-4009-7

I. 图… II. 张… III. 道教—图解

IV. B95-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 067644 号

图书代号: SK7N0457



项目创意 / 设计制作 / 紫圖圖書 ZITO®

插画 / 睿达点石书装

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和

• 中华人民共和国著作权法保护。

本书中所有文字、图片、示意图等著作权为北京紫图图书有限公司所有,

未事先获得北京紫图图书有限公司书面许可,

本书的任何部分不得以图表、声像、电子、影印、缩拍、录音或其他任何手段进行复制和转载,

除非在一些重要的评论及文章中作简单的摘引。违者必究。

图解道教

张梦道 / 编著

责任编辑 / 周宏

出版发行 / 陕西师范大学出版社

经销 / 新华书店

印刷 / 北京朝阳新艺印刷有限公司

版次 / 2007 年 10 月第 1 版

2007 年 10 月第 1 次印刷

开本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 21 印张

字数 / 170 千字

书号 / ISBN 978-7-5613-4009-7

定价 / 68.00 元

如有印装质量问题, 请寄回印刷厂调换



17

500 幅精美手绘插图

100 张浓缩精华示意图，全新呈现

最地道的汉民族心灵救治良方

图解道教

揭示中国人最隐秘的梦想

张梦道 / 编著



陕西师范大学出版社

群仙拜寿王母图

清代 佚名 丝帛画

此幅精美的清代丝帛画，描绘的是道教福祿寿三星和八仙在天宮瑤池為王母娘娘慶壽的情景，展現出道教中神仙和天宮的形象，也揭示出道教慶壽長生的主題。



王母娘娘 她是天上的最高女仙，源于西王母，明清时成为玉皇大帝的王后，地位仅次于玉皇大帝；传说她的圣诞是农历三月初三，每年的这一天，群仙都要到天宮的瑤池為她慶壽，俗稱蟠桃會。

蟠桃 传说是王母娘娘亲手在蟠桃园栽下的桃树结出的仙桃，三千年才长成。

福祿寿三星 福星即三官中的天官大帝，手持天书；祿星是对北斗的司祿星的神化，身穿官服，手持如意；寿星即南极仙翁，手托蟠桃。

吕洞宾 八仙之一，原本是儒生，在长安酒肆中遇钟离权度他成仙，并传其天遁剑法，可威镇群魔。

钟离权 八仙之一，又名汉钟离，相传是汉朝的术士，手持大蒲扇，能使人起死回生；在一场饥荒里，他用仙术救活无数人。

蓝采和 八仙之一，原本是男扮女装的歌者，高唱人生无常，每当有人给他钱，他就分给穷人，后在酒楼醉酒驾云升天；手捧花篮，其神果异花，可广通神明。

张果老 八仙之一，传说他倒骑毛驴，不骑时，可把毛驴折起来放进口袋，其手中所持渔鼓，能占星卜卦。

韩湘子 八仙之一，相传是唐代文人韩愈的侄子，以吹奏笛子而闻名，随吕洞宾学道，得道成仙，其所吹的笛音，能令百花盛开。

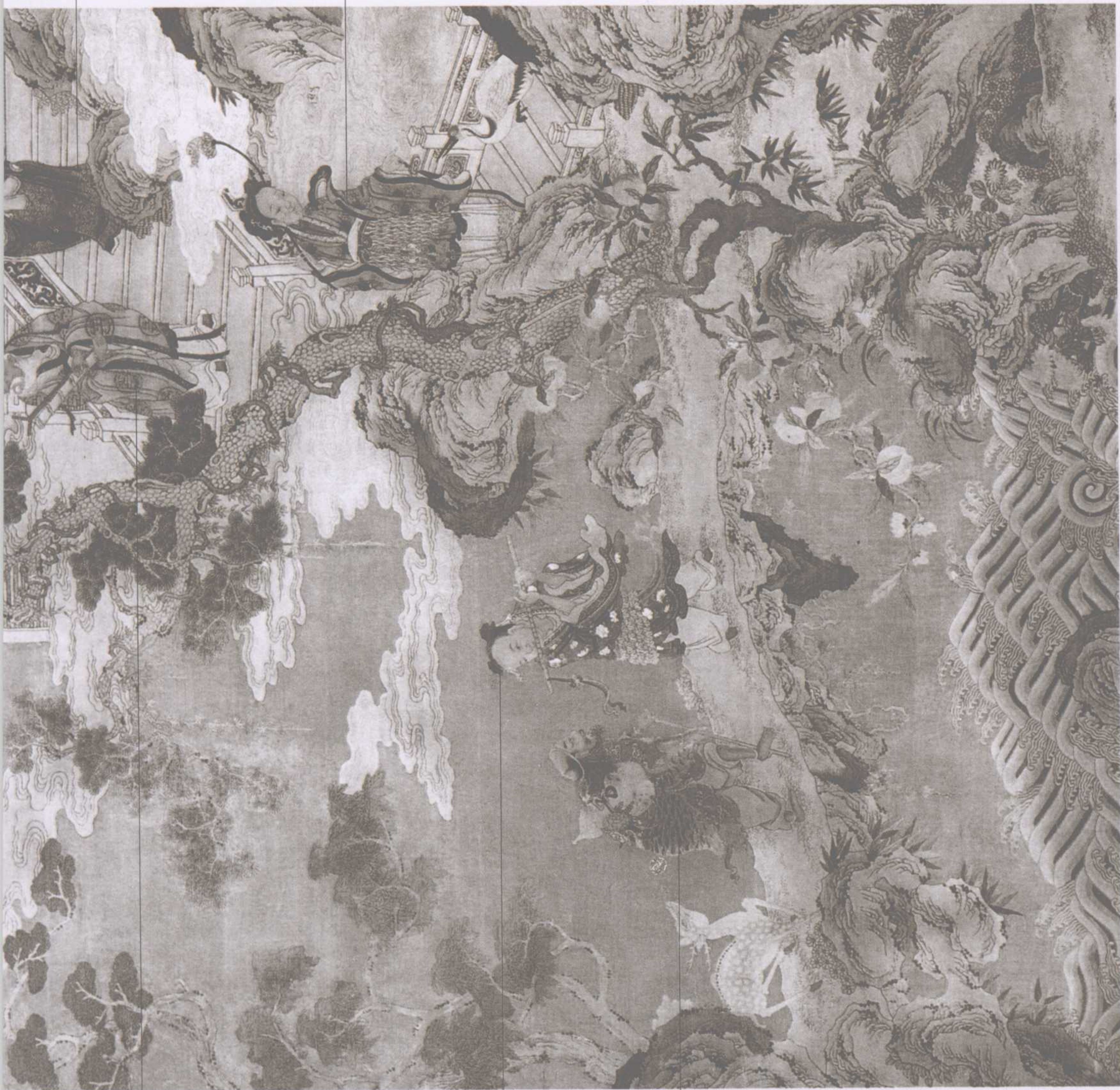
李铁拐 八仙之一，因其形象是拄着铁拐的跛脚乞丐，所以又被称为乞丐仙，其身后所背的大葫芦里面装着仙丹神药，可以普济众生，传说他曾从王母娘娘那里学得医术和长生不死之术。

曹国舅 八仙之一，相传为宋仁宗曹皇后弟弟，因胞弟被杀而羞愧修道，后受钟离权和吕洞宾点化后悟道成仙。

何仙姑 八仙中唯一的女仙，自幼入深山修炼，遇吕洞宾授她仙术，会腾去驾雾，常飞越群山采摘仙果给母亲，后被吕洞宾邀入八仙，手持荷花，可修身养性。



韩湘子



道行十四像

元代 陈芝田绘 绢本设色

此图原名《吴全节十四像》，描绘的是元代玄教第二代掌教吴全节在不同时期的十四张画像。吴全节（公元1269—1346年），字成季，号闲闲，饶州（今江西波阳）人。他十三岁入江西龙虎山学道，元至元二十四年（公元1287年），随玄教教主张留孙至京师崇真宫，受到元统治者的宠信；至治二年（公元1322年），继张留孙之后任玄教掌教，参与宫廷政事，举荐贤能，疏解朝臣关系，得到元室信任，为玄教的发展提供了良好的政治环境。



内观像 元武宗至大四年（公元1311年）辛亥，吴全节还朝后居环枢堂时作。



存思像 元仁宗皇庆二年（公元1313年）癸丑，吴全节大醮长春宫奉命致玉简于嵩山时作。



飞步像 元仁宗延祐元年（公元1314年）甲寅，吴全节父母八十大寿，皇帝赐其法衣，回家为父母庆寿，在游云锦山时，因为旱情，郡守请他祈得大雨后作。



咏归像 元仁宗延祐二年（公元1315年）乙卯，吴全节从上京到南屏山游玩，见白云东飞，悠然思亲时作。



燕坐像 元仁宗延祐年间（公元1314—1320年），吴全节在朝廷里则论道讲法，闲时则燕居修道时作。



看云像 元仁宗延祐三年（公元1316年）丙辰，吴全节静息林下，见晴空飞云变化无迹时作。



泥丸像 元仁宗延祐四年（公元1317年）丁巳，吴全节修大洞法时作。



观泉像 元成宗大德年间（公元1297—1307年），吴全节奉诏求贤江南，在过庐山时，观飞瀑时作。



朝元像 元仁宗延祐五年（公元1318年）戊午夏，吴全节奉诏建大醮于上京时作。



青城像 元成宗大德元年（公元1297年）丁酉，吴全节代祀江涛于青城山，见满目青绿，终日留恋而忘归时作。



听松像 元仁宗延祐五年（公元1318年）戊午秋，吴全节登北京西山听松风时作。



衡岳像 元世祖至元年间（公元1264—1294年），吴全节奉诏祀衡岳后，登上顶峰看远方日出时作。



上清像 元晋宗泰定四年（公元1327年）丁卯，吴全节祀江南三山还朝后，设醮于崇真宫时作。

说法像 元文宗至顺二年（公元1331年）辛未夏，吴全节奉诏大醮于长春宫，专主斋法时作。



道家长生不死梦

明代 周臣绘 绢本设色

此图呈现了一个书生退隐山林后，梦见自己长生不死的情境，表现的是道教的隐居、长生不死和自然的思想。

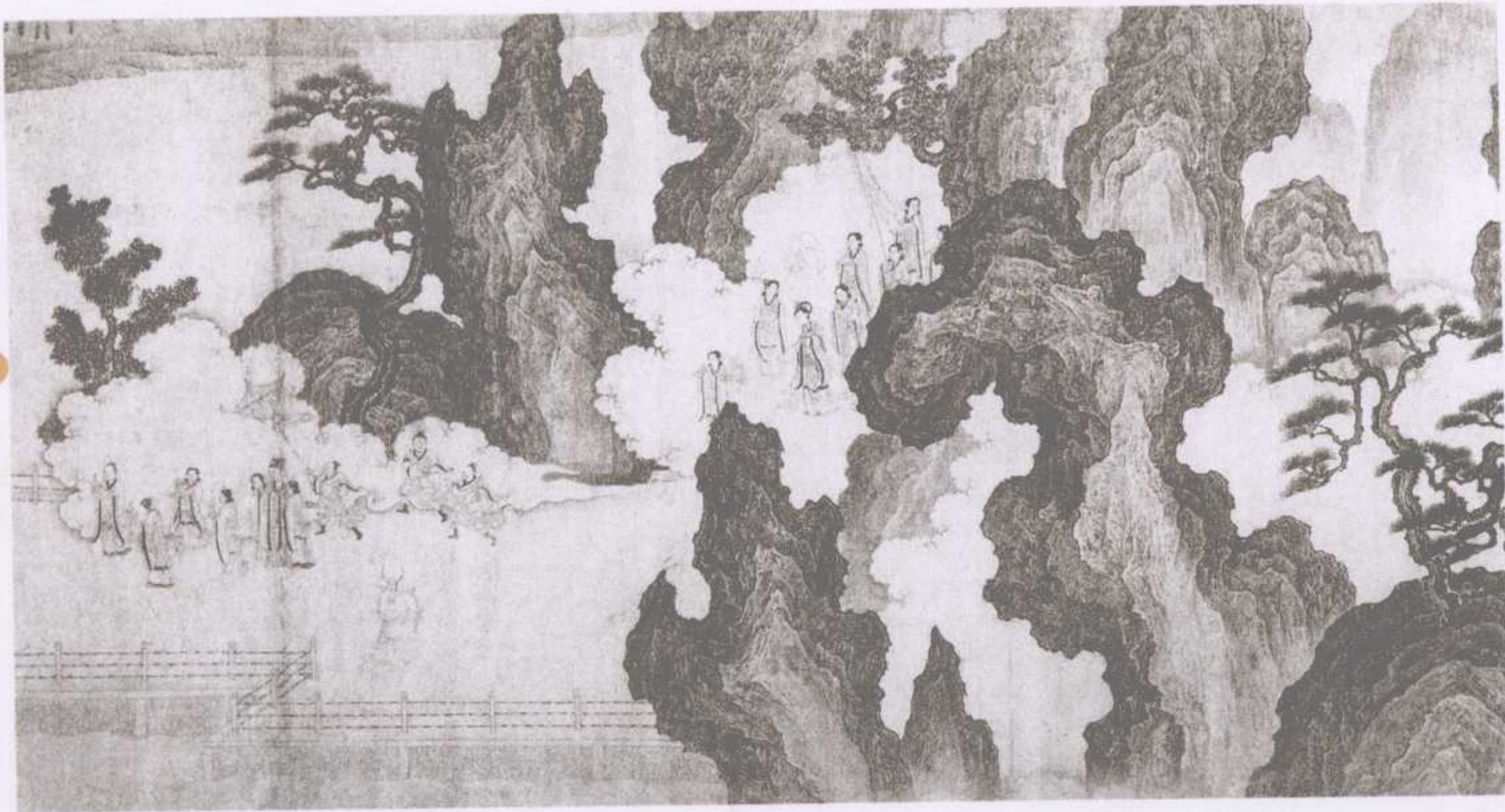
周臣，字舜卿，号东村，吴（今江苏苏州人），时代中期著名职业画家，擅长画人物和山水，画法严整工细；唐寅和仇英曾从其学画，风格上极为接近，但名气却超过了他。

题字 这是明代四大才子之一的唐伯虎为此画所题诗句，内容是“闲来隐几枕书眠，梦入壶中别有天。仿佛希夷亲面目，大还真诀得亲传。”可谓是对此图的绝佳描述。

閑來隱几枕書眠
夢入壺中別有天
彷彿希夷親面目
大還真訣得親傳
晉昌唐寅為
東原先生寫圖

仙山 山的旷古不衰，让人联想起长生不死以及超凡脱俗。长生不死是许多人比较关心的事，是精神超然解脱、不畏惧死亡的境界。

梦境 梦中的书生正在云雾中飞翔，逍遥自在，这正是道教中得道成仙时的情境，是道教修炼的最终目的所在。



天宫 道教认为神仙们都住在天上，那里有琼楼玉宇，神仙们逍遥自在，书生正是体味到世俗的纷乱，才隐居于深山，梦中的他飘飘欲仙，正飞向那向往中的逍遥天官。

灵气 山水中的风就如气一样，流过山峰树木，就像山水在呼吸，山水因风而有了生命，而风声就是山水的灵气，也是自然的灵气，有了灵气的山水正是道教的仙境所在。

青山 成仙是道教的最终目的，“仙”字由一个人和一座山组成，因此道教中的仙人多在山中，而山是自然的造化，清幽安谧之地，正是修道成仙之绝佳之地。

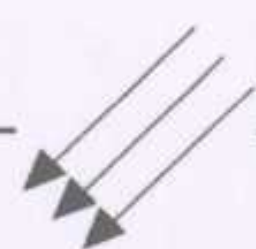


书生梦 退隐山林的书生，摆脱了官僚体制的束缚而悠然入梦，有一种与自然相亲近而飘飘欲仙的感觉。

松树 因松树四季长青，所以它象征长寿，道教的本质就是追求长生，而这与松树的本性恰好相合。

曲水 仁者乐山，智者乐水，道教崇尚自然无为、柔弱不争的智慧，而水的顺任自然、柔弱处下的本性，最能体现这种智慧。

编者序



道教是中国的根柢

道教是中国土生土长的宗教，源于黄帝和老子，创教于张道陵，至今已有1800多年的历史。它追求宇宙和谐、国家太平，相信修道积德定能安乐幸福、长生久视；以神仙信仰为核心内容，修道成仙为终极追求目标，尊奉老子为道祖，张道陵为教祖。

道教以东汉五斗米道和太平道等民间团体的创立开始，后经魏晋南北朝数百年的改造发展渐趋完备，并得到统治者的承认，成为正统宗教。隋唐和北宋时期，由于统治阶层的尊崇，道教发展到极盛；南宋金元时期，道教兼容儒佛思想，宣扬三教合一，宗派林立。明清两代，因中国传统社会日趋没落，道教也陷入停滞僵化状态；直到共和国成立后，道教才又重新焕发了生机，呈现新的景象。

道教以它的清静无为、修道成仙的特质，使现世的人们求得了生命的宁谧和圆满，上至帝王将相，下至黎民百姓，甚至是学究天人的李白、苏东坡，都对它如痴如醉，可以说是地地道道的汉民族的心灵救治良方，是漂泊无依的灵魂的精神家园。也许正基于此，鲁迅先生认为“中国的根柢全在道教”。

道教对中国文化产生过全面而深刻的影响，其神仙信仰和崇尚自然无为的思想，对中国文学艺术浪漫主义色彩和自然主义审美观的形成影响尤深；民俗神崇拜活动与中国普通民众的日常生活和娱乐水乳交融；服药炼丹方术对中国古代化学和药物学有突出贡献；行气、房中、存神、内丹等养生方术对中国传统医学和人体科学有密切关系……总之，道教中许多优秀的文化遗产，至今仍吸引着许许多多的中国民众。

为了让大家更多的了解道教，认识中国文化的根柢，我们出版了《图解道教》一书，本书分多个专题对道教进行全方位的解读，主要有道教历史、教义、宗派、经典、神仙、仙境、道术、科仪、文化等九个方面，使大家对道教有全面的认识，并进而体味中国文化的博大精深。

本书最具特色且最让我们引以为豪的地方，是通过一张张生动的图解与表格，使大家能够准确又轻松地掌握我们所想要传达的重点，不会再有枯燥乏味之感。在形象化的图表中，您会对我们的本土宗教更有兴趣。

在我们最初“图解”这本书时，对有些内容作了深入地探讨，譬如：

- 如何精挑细选最能代表道教特色的内容？
- 如何图解道教的教义？
- 道教炼丹术是什么样的？
- 道教内丹术是如何修炼的？
- 如何图解道教的斋醮科仪？

作为本书的编者，我们在编写过程中，尽量广泛地搜集资料，参考各方观点，使其内容更加丰富，细节更明晰。但由于编者能力水平有限，且某些资料也很难搜集齐全，我们在编写本书时，难免有一些疏漏，有些观点也有待商榷。

我们诚恳地希望大家能提出宝贵意见，以便我们在此基础上更上一层楼，为大家带来更好的阅读享受。

编者谨识

2007年9月

目录

群仙拜寿王母图 / 4

道行十四像 / 6

道家长生不死梦 / 8

编者序：道教是中国的根柢 / 10

本书内容导航 / 18

第1章

盛衰不息 道教历程

- 1. 道教的起源：原始宗教崇拜 / 22
- 2. 先秦仙道活动：方士寻仙和圣哲的思考 / 24
- 3. 秦汉道教：新道家和寻仙 / 26
- 4. 汉末教团的兴起：道教的正式创立 / 28
- 5. 魏晋南北朝的勃兴：道教分化与改革 / 30
- 6. 隋唐盛况：道教的繁荣期 / 34
- 7. 北宋承唐崇道：真徽两朝的高潮期 / 38
- 8. 宋金元的对峙：纷呈的道派 / 40
- 9. 明清的衰落：道教走向世俗化 / 42

第2章

玄之又玄 道教教义

- 1. 尊道贵德：只有高尚的德行才可得道 / 48
- 2. 仙道贵生：道教信仰的核心宗旨 / 50
- 3. 三洞宗元：道化万物的信仰宗元 / 52
- 4. 清静寡欲：无欲以待万物 / 54
- 5. 自然无为：行为的最高法则 / 56
- 6. 柔弱不争：顺其自然的处世观 / 58



第3章

枝繁叶茂 道教派别

7. 返朴归真：修行和修炼的目的 / 60

8. 天道承负：道教的善恶报应观 / 62

1. 符箓派：道教的主流派别 / 66

2. 天师道：政教合一的道教派别 / 68

3. 太平道：除尽不平方太平的道派 / 70

4. 金丹派：信奉“丹经之王”的道派 / 72

5. 上清派：信奉《上清经》的道派 / 74

6. 灵宝派：最早以“三清”为主神的道派 / 76

7. 楼观派：老子写《道德经》处兴起的道派 / 78

8. 全真道：“活死人”创立的内丹派 / 80

9. 太一道：尊奉“太一”神的道派 / 82

10. 真大道教：以老子《道德经》为本的道派 / 84

11. 金丹南宗：吕洞宾一脉相传的内丹派 / 86

12. 正一道：三个道派的联盟 / 88

13. 净明道：信奉“许真君”的道派 / 90

14. 武当道：因武术而名闻天下的道派 / 92

第4章

神奇授书 道教经典

1. 经籍起源：妙气生书与神仙授书 / 96

2. 三洞四辅：道书的分类方法 / 98

3. 《道藏》：道教经籍的总集 / 100

4. 《道德真经》：不可不看道教圣典 / 104

5. 《南华真经》：让道教充满神秘的经典 / 106
6. 《太平经》：最早问世的道书 / 108
7. 《老子想尔注》：五斗米道的重要秘典 / 110
8. 《周易参同契》：炼丹者奉持的丹经之王 / 112
9. 《黄庭经》：教义与医学一体的修真古籍 / 114
10. 《上清真经》：上清派经系第一经 / 116
11. 《度人经》：道教万法之宗 / 118
12. 《阴符经》：蕴含深奥哲理的经书 / 120
13. 《玉皇经》：皇权与神权相合的经书 / 122
14. 《心印妙经》：道教徒早晚必诵功课 / 124

第5章 . . . 神妙莫测 神仙信仰

1. 神仙信仰：道教的最高理想 / 128
2. 三清：宇宙万物的创造者 / 130
3. 四御：统率天地的领袖 / 132
4. 东王公与西王母：太阳神和太阴神 / 134
5. 南极仙翁：执掌人间寿命长短的神仙 / 136
6. 太乙救苦天尊：下地狱人的救星 / 138
7. 三官大帝：主宰人间祸福的大神 / 140
8. 真武大帝：北方天界的重要天神 / 142
9. 四象二十八宿：太上老君的护卫神 / 144
10. 六十元辰：本命年必拜的本命神 / 158
11. 十殿阎王：生死轮回的操纵者 / 164
12. 王灵官：道教最高护法神 / 168

- 13. 黄帝：骑龙升天的民族祖先 / 170
- 14. 彭祖：最长寿的仙真 / 172
- 15. 四大真人：修真得道的仙人 / 174
- 16. 安期生：秦皇汉武的“偶像神” / 176
- 17. 五岳大帝：职掌五岳的山神 / 178
- 18. 八仙：代表最广泛信道者的神仙集团 / 180
- 19. 土地神：庇护一方百姓的神仙 / 182
- 20. 城隍：守护全城的“市长神” / 184
- 21. 财神：滚滚财源的操纵者 / 186
- 22. 门神：守卫门户的神灵 / 188
- 23. 雷公电母：惩恶扬善的“神仙组合” / 190
- 24. 龙王：确保风调雨顺的神灵 / 192
- 25. 文昌帝君：主管考试运的忠孝神 / 194
- 26. 琼台女仙：各司其职的女神 / 196

第6章

魅力无穷 神仙境界

- 1. 神仙境界：天上人间的奇妙之地 / 200
- 2. 天界：天神的乐园 / 202
- 3. 仙山：与天界相通的神秘空间 / 204
- 4. 三岛十洲：大海中的神仙处所 / 206
- 5. 洞天福地：凡人与神灵的近距离接触 / 208
- 6. 名山大川：凡人可以进入的神圣之地 / 210
- 7. 宫观圣迹：人间的“天宫” / 212
- 8. 地狱：惩戒罪恶的“地下神殿” / 216

第7章

丰富多彩 道教之术

1. 道术：无术不成道 / 220
2. 服食：仙药可让人长生不死 / 222
3. 辟谷：超凡脱俗的捷径 / 224
4. 外丹术：取天地精华的仙术 / 226
5. 导引：具有仿生特点的炼形术 / 230
6. 行气：通畅血脉的炼气术 / 232
7. 炼神：集中意念的心理调整术 / 234
8. 食疗：医食同源的保健方法 / 236
9. 啸法：炼形又炼气的特异方技 / 238
10. 内丹术：结“圣胎”的大成仙术 / 240
11. 符箓：天神赐给执法者的信物 / 244
12. 咒语：人神沟通的神秘语言 / 248
13. 禹步与手诀：神秘权力的肢体动作 / 250
14. 雷法：万法具于一心 / 252
15. 占验：预知祸福吉凶的占卜法 / 254

第8章

为神而舞 道教礼仪

1. 科仪：独具特色的道教形式 / 260
2. 戒律：道教里的不可为 / 262
3. 早晚功课：道教徒的必修课 / 264
4. 传戒授箓：道士的资格考试 / 266
5. 敬神礼仪：向神致敬的形式 / 268
6. 道士饮食：素食有利于长生成仙 / 270

7. 斋醮：科仪中的主体活动 / 272
8. 坛场：斋醮科仪的场所 / 276
9. 称谓：道士的多种类别 / 278
10. 服饰：道士身份的象征 / 280
11. 法器：科仪所需的作法器具 / 282

第9章

神人世间 道教文化与民俗

1. 神秘数字：玄虚奥妙的意象 / 286
2. 道教文学：生命理想的象征表达 / 290
3. 道教艺术：充满生命的气息和律动 / 294
4. 婚礼民俗：月下老人与男女姻缘 / 298
5. 生育民俗：送子娘娘与传宗接代 / 300
6. 寿庆民俗：延年益寿与送寿桃 / 302
7. 庙会：神仙生日的庆祝会 / 304
8. 民间节日：道教信仰的民俗化 / 306
9. 民间的斋醮法事：超度亡灵和祈福的活动 / 308

附录

- 一、道教张天师世系表 / 310
- 二、道教节日表 / 312
- 三、道教词目速查 / 314