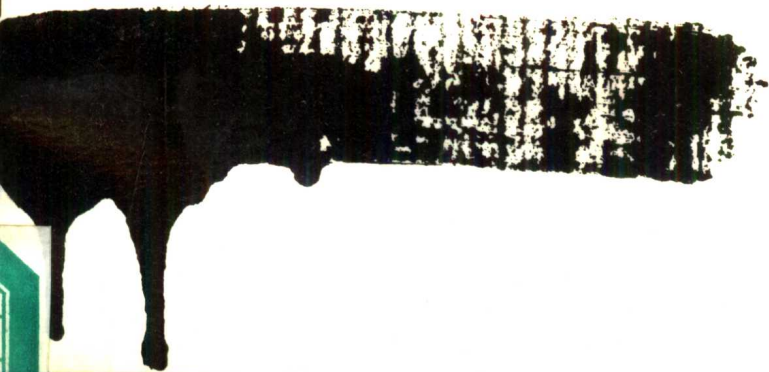


道

道教精萃

- 道教歷史
- 道教的神仙、宮觀與儀範
- 道教與我國傳統文化
- 道教養生秘法
- 道教與未來社會



B95
2
2

道

道教精萃

- 道教歷史
- 道教的神仙、宮觀與儀範
- 道教與我國傳統文化
- 道教養生秘法
- 道教與未來社會

056860
C99950



女子學院 0040678

Dàojiào Jīngcuī

道教精萃

刘国梁 著

责任编辑：左振坤

封面设计：王 潇

吉林文史出版社出版 850×1168毫米32开本 12.5印张 2插页 305千字
(长春市斯大林大街副136号) 1991年2月第1版 1991年2月第1次印刷
长春兴文印刷厂印刷 印数：1—7 260册 定价：6.80元
吉林省新华书店发行 ISBN 7-80528-378-8/G·94

自序

文化是人类认识和改造自然所取得的成果的结晶。当人类抽象思维能力有了一定程度的发展，能够用理性去认识和总结生产生活中的实践经验的时候，文化便开始产生了。可以说，有了人类便有了文化。由于人们在改造自然的同时必须改造社会，无疑的，文化也应该包括人们在认识和改造社会中创造并且积累的价值。

宗教是一种极其特殊的意识形态，它承认超自然、超社会力量量的真实存在，又对这种力量有一种异于寻常的感情，并且由这种特殊的宗教激情产生了一系列的行为。这样，宗教文化就既有宗教思想方面的内容，也包括与宗教行为紧密联系着的宗教仪范、禁忌、修炼、宗教崇拜的偶像，以及受上述各方面制约的宗教文学、美术、音乐、建筑、服饰、饮食等等。

道教是我国土生土长的宗教。道教文化是我国传统文化的重要组成部分，它在其产生和发展的过程中就继承了我国古代的巫术、儒家、墨家、道家、阴阳五行思想，又吸收了外来的佛教、摩尼教、火祆教，在我国传统文化中形成了包融广博，影响深远，独放异彩的一种宗教文化。首先，道教文化是物质文化与精神文化和谐的统一。道教追求长生成仙，企求达到人的主观精神与客观自然和谐统一的最高境界。它提倡自我完善的道德修养与健身方法，其外丹术开创了我国古代化学、药物学发展的新阶段，研制成功了黑色火药这样闻名于世的重大发明。它的内丹术

在于发掘人体内部蕴藏的潜能，对于医治疾病和延年益寿都有极大的益处，至今还得到国内外许多人的赞赏。其次，道教徒是道教文化的直接创造者。道教从产生之日起就重视劳动，提倡互助。随之发展起来的外丹炼制，就是道士们搞的化学试验。而道观经营生产，道士从事生产劳动，也几乎是每朝每代都有的现象。第三，与其他宗教文化不同，道教文化主要是为人而不是为神。道教崇尚天神、地祇和人鬼，定期对神灵进行祈祷，伴之而起的有道教音乐、美术和建筑的发展。但是，道教的核心还是炼丹以求人能长生，祀神念咒以求人能却病去灾、不死成仙。历代比较发达的道教医学，以及与我国古代化学有关的丹砂炼制、内丹修炼，无一不是为人的。正因为道教文化有上面这些特点，道教才对我国的传统思想、文学、音乐、美术、医学、化学、建筑、药膳、服饰、养生等各个方面产生了深远的影响，并且远播东南亚、欧洲、美洲，而与其他民族的文化相辉映。

任何一种文化都不会孤立自生，它必然是对以前文化的继承和发展。道教文化继承了我国古代民间巫术、神仙传说和成仙方术，在其孕育产生的过程中杂揉了先秦的道家、儒家、墨家、阴阳五行家的哲学思想，直到东晋至隋唐时期才走上了独立发展的道路，成为一种完整的、系统的宗教文化，同时对传统的儒家思想与外来的佛教产生影响，并在化学、药理学、养生学方面创造出惊人的奇迹。正象任何一种阶级的文化有其发展与衰落一样，作为封建主义文化重要组成部分的道教文化虽然在隋唐和宋、元时期达到了鼎盛阶段。但在明清时期，随着中国封建文化的衰落和逐渐走向崩溃，道教文化也逐渐在衰落。在中国近代社会中只有它的养生术与斋醮音乐仍然有夺目的光彩。因此，从道教的历史发展来看，它大约可以分为四个时期，即：孕育产生与早期道教时期（先秦——西晋）、发展与兴旺时期（东晋——五代）、鼎盛与

潜寂时期（宋——鸦片战争）、沉寂与新生时期（鸦片战争——中华人民共和国）。

运用马克思主义观点对传统文化进行批判和清理是应该的。但是，理论上的批判必须与具体的实际工作结合起来。在当前，一是要依靠专业人员进行调查和整理，抢救一批临近灭亡的文化。提倡20世纪五十年代音乐舞蹈研究部门深入苏州、长沙、西安等地调查整理宗教音乐的务实精神，学习彝族学者刘尧汉不辞辛苦，率先深入少数民族地区，抢救彝族文化的治学作风。二是要相信广大人民群众随着物质文化生活水平与政治觉悟的提高，他们对传统文化中的精华与糟粕有一个长期自然判断的过程，道教中画符念咒为人治病的废弃，武当拳术的发掘，气功的推广，斋醮音乐蜚声国外，这不正是当代人民对道教文化在进行批判与选择吗？三是要用法律和行政命令禁止封建迷信，有目的有步骤地改变民俗中的陈规陋习。

不同文化间的相互吸收和排斥是必然的。中国传统文化吸收并融化了传入中国的佛教文化，又吸取了西方近代资产阶级文化，在这种吸收和融合中充满了尖锐的斗争。在人类历史上，一种民族文化吞并另一种民族文化的先例是有的。但是，中华民族的文化从来没有被异民族的文化取代过。在全世界形成统一的整体文化之前，中华民族的文化决不会被任何一种外来文化取代。在形成世界性的统一文化的过程中，中华民族文化的精萃必然成为这种统一文化中的重要组成部分。

在撰写《道教精萃》中，我注意了下列的问题。

第一，道教文化的涵盖面。道教文化的内涵和外延都很广，它包融了宗教、哲学、历史、文学、音乐、美术、建筑、医学、化学、生物、天文、服饰和膳食等方面的知识。所以拙作论述的内容十分广泛，既有道教哲学、历史方面的内容，也有文学、音

乐、美术、建筑、化学、医学、道教服饰和饮食，还包含了道教的宫观、仪范、神仙、禁忌、修炼方术、道教组织和道职，同时涉及到道教与民间风俗，企图使读者一览拙作，便象步入道教文化的宫殿，引起无穷无尽的遐想。

第二，历史的发展与现实状况的结合。拙作关于道教历史的部分始秦汉迄当代，系统地叙述了道教在我国孕育产生、发展与兴旺、鼎盛与潜寂、沉寂与新生的历史，在《道教的宫观、神仙与仪范》，以及《道教与我国传统文化》中，也注意到道教文化某些侧面的历史演进与现实的状况，力图使读者从洞察道教文化的兴衰，以及它与其他文化的交融中领略一些中国传统文化发展的规律和特点。尤其在《道教与未来社会》中，探索了道教文化与当代人体科学，以及随着人体科学的发展将给现代自然科学与社会科学带来新变化等等问题，可以发人深省，激励开拓进取精神。

目 录

道 教 历 史

- 一、寻根溯源····· (1)
 - 1. 道教产生的历史条件····· (1)
 - 2. 道教的思想渊源····· (3)
- 二、道教的前奏曲····· (8)
 - 1. 秦末汉初神仙方术的活跃与黄老思想的宗教化
····· (8)
 - 2. 淮南王刘安和门客编撰《淮南中编》等书····· (15)
 - 3. 《老子河上公章句》的作者与思想····· (16)
- 三、道教祖师张道陵····· (23)
 - 1. 张道陵创立五斗米道和张鲁对五斗米道的改革
····· (23)
 - 2. 张道陵《老子想尔注》的思想····· (28)
- 四、丹经之王——《周易参同契》····· (33)
 - 1. 魏伯阳的生平和《周易参同契》的思想渊源·· (33)
 - 2. 《周易参同契》的主要思想····· (43)
- 五、太平道趣闻····· (45)
 - 1. 于吉创立太平道的历史····· (45)
 - 2. 张角的太平道与黄巾起义····· (46)
 - 3. 太平道的思想渊源及其流布····· (47)

4. 《太平经》的成书年代与主要思想·····	(52)
六、贬抑并笼络道教的曹魏与西晋·····	(60)
1. 曹魏政权对道教的镇压与笼络·····	(60)
2. 西晋时期道教在民间的发展及农民起义军对道教的利用·····	(61)
七、东晋道教初放异彩·····	(64)
1. 东晋时期封建统治阶级对道教的提倡和道教发生的新变化·····	(64)
2. 玄学与道教·····	(71)
3. 葛洪的道教思想·····	(76)
4. 《黄庭经》的基本思想及其传布·····	(87)
八、南朝北朝道教纳新换颜·····	(95)
1. 寇谦之对天师道的改造·····	(95)
2. 陆修静充实了官方道教的内容·····	(99)
3. 《阴符经》的成书年代及其基本思想·····	(101)
4. 《太上洞渊神咒经》的援佛入道思想·····	(103)
5. 《灵宝度人经》融佛教、火祆教、摩尼教于道教·····	(114)
6. 陶弘景融合佛、儒、道·····	(117)
7. 魏晋南北朝时期的道教教派·····	(122)
8. 南北朝时期的佛道斗争·····	(127)
九、隋唐五代道教理论再升华·····	(129)
1. 隋唐时代崇尚道教的盛况和《开元道藏》的编纂·····	(129)
2. 成玄英的思想体系·····	(130)
3. 司马承祯的道教理论·····	(136)
4. 王玄览的道体论·····	(138)

5. 杜光庭的老君为天地根本与融佛儒入道思想	(140)
6. 谭峭《化书》的基本思想	(142)
十、理学家离不开道教	(144)
1. 道教对理学的影响	(144)
2. 理学对道教的反作用	(170)
十一、宋元道派齐争艳	(173)
1. 陈抟的学术思想	(173)
2. 张伯端《悟真篇》的基本思想	(185)
3. 陈景元的道教理论	(192)
4. 俞琰的道教修炼思想	(195)
5. 全真道的创立和王重阳的道教思想	(197)
6. 丘长春对全真道的改革	(203)
7. 刘德仁创立的真大道教	(205)
8. 肖抱珍创立的太一教	(208)
9. 流行于南方的正一派、茅山派和净明派	(208)
十二、明代道教潜伏发展	(210)
1. 明代统治者对道教的抑制与道教的潜伏发展	(210)
2. 赵宜真的心学	(212)
3. 张宇初“必求濂洛关闽之绪”的崇儒思想	(215)
4. 朱权“世界即吾心”的思想	(218)
5. 陆西星的“三教同一”思想	(220)
6. 王文禄的“专气抱神”说	(222)
7. 程以甯的虚静论	(223)
8. 王一清的“无分别”说	(224)
9. 伍守阳在道教理论上的建树	(225)

10. 张洪阳的“绝识忘情”论·····	(226)
十三、鸦片战争前清代道教趋向民间化·····	(227)
1. 鸦片战争前的清代道教概况·····	(227)
2. 朱元育的性命双修论·····	(229)
3. 王士端的忘己化物思想·····	(230)
4. 徐大椿的“元气不伤”论·····	(230)
5. 刘一明的道教思想·····	(231)
6. 闵小艮的修道理论·····	(240)
7. 傅金铨的性命论·····	(244)
8. 张清液的道教思想·····	(245)
9. 李涵虚的道教修炼理论·····	(246)
十四、道教在近代的沉寂·····	(247)
1. 道教与太平天国暨义和团起义·····	(247)
2. 杨文会以佛释道的思想·····	(248)
3. 刘名瑞、黄元吉的道教思想·····	(250)
十五、现代道教又新生·····	(254)
1. 脚踏实地的陈撄宁·····	(254)
2. 百折不挠的易心莹·····	(259)
3. 解放以来道教的发展·····	(261)

道教的神仙、宫观与仪范

一、道教的宫观·····	(267)
二、道教组织与道职·····	(278)
三、道教与神仙·····	(282)
1. 道教神仙系统·····	(283)
2. 道教神仙的由来·····	(292)
3. 道教神仙学说的社会价值·····	(294)

四、道教仪范·····	(295)
五、道教禁忌·····	(308)

道教与我国传统文化

一、道教与文人·····	(313)
二、道教文学·····	(317)
三、道教音乐·····	(323)
四、道教美术·····	(328)
五、道教建筑·····	(335)
六、道教医学·····	(338)
七、道教的服饰与饮食·····	(343)
八、道教与我国古代化学·····	(347)
九、道教对儒家、佛教思想的影响·····	(352)
1. 道教对儒家思想的影响·····	(352)
2. 道教对佛教的影响·····	(353)

道教养生秘法

一、道教的养生理论·····	(357)
二、道教养生秘法·····	(359)

道教与未来社会

结 束 语·····	(387)
------------	---------

主要参考书目·····	(388)
后 记·····	(389)

道教历史

一、寻 根 溯 源

1. 道教产生的历史条件

道教在东汉末年孕育产生不是偶然的，是由当时的历史条件决定的。

首先，汉末的政治、经济状况为宗教的产生提供了客观条件。

东汉末年，土地兼并愈来愈严重，“百姓饥荒，更相啖食”；外戚专政，宦官当权，“凡贪淫放纵，僭凌横恣，挠乱内外，螫噬民化”，无恶不作，致使“农桑失所，兆民呼嗟于昊天，贫穷转死于沟壑”（仲长统：《昌言》）。这样，就使当时统治阶级与广大人民的矛盾十分尖锐，农民起义连绵不断。据史书记载，顺帝在位年间，农民起义就有十余起之多。其中规模较大的有扬州章河领导的起义，广陵张婴等领导农民在扬、徐等州起义。

第二，汉末农民起义普遍利用方术迷信，是道教得以产生的群众基础。

自汉光武以后，到东汉末年，利用谶纬符命起事的，络绎不绝。广大劳苦大众处于水深火热之中，在当时的条件下极易接受

宗教的诱惑。因此，当张角利用太平道发动起义时，老百姓“或弃卖财产，流移奔赴，填塞道路，未至病死者，亦以万数”（《资治通鉴》卷第五十八）。张角是太平道的骨干，有人还认为他是太平道的创始人。他布道“十余年间，众徒数十万，连结郡国，自青、徐、幽、冀、荆、扬、兖、豫八州之人，莫不毕应。”

（《后汉书·皇甫嵩传》）太平道如此迅速地传播，并在短期内得到数十万群众的信奉，说明道教的产生和传布有着广大的群众基础。

第三，儒家思想衰落，老庄思想受到重视，适宜于道教孕育而生。

自汉武帝以后，董仲舒提出“罢黜百家，独尊儒术”，儒家思想成为我国封建社会的统治思想，此后沿着董仲舒天人感应目的论发展而有越来越神学意味越浓厚的谶纬迷信之类。但是，由于儒家思想没有把世界二重化为现实世界和超现实世界，它只要求在现实世界中实现其“治国平天下”的理想，从而使人们摆脱现实社会中存在的苦难，这就使这种有神论不可能成为宗教。加之儒家思想受到农民起义的冲击和唯物主义思想家的批判，它再也不能维系人心。因此，统治阶级力图重新编制维护封建统治的政治思想和哲学理论。过去崇尚经学的一些思想家也开始崇奉老庄。例如《后汉书·马融传》说：“融既饥困，乃悔而叹息，谓其友人曰：‘古人有言：左手据天下之图，右手刎其喉，愚夫不为。’所以然者，生贵于天下也。今以曲俗咫尺之差，灭无资之躯，殆非老庄所谓也。”“老庄所谓”，即指“生贵天下”。这说明马融冲破了儒家经学的桎梏，开始崇奉老庄。儒家思想的衰落，老庄思想受到重视，这就为道教的产生提供了客观的条件。

第四，两汉之际佛教的传入加快了道教的建立过程。佛教作为一种完整意义上的宗教，其教义、教会组织系统、教规教仪和

礼拜的祭祀对象等，是道教创立时可以借鉴的样板。

第五，先秦即有的天人合一论，为道教的生产提供了理论基础。例如，《老子》提出“人法地，地法天，天法道，道法自然”；《庄子》提出“天地与我并生，万物与我为一”。这种思想促使人们效法自然而幻想长生不死。

在两汉，神仙家很流行，而神仙家又往往托言黄老。所以，当时就有把黄帝老子神化而礼拜祠祀的“黄老道”和要求长生不死的“方仙道”。《史记·乐毅列传》记载有“乐臣公《史记集解》作巨公）善修黄帝、老子之言，显闻于齐，称贤师”。司马迁谓“乐臣公学黄帝、老子，其本师号曰河上丈人，不知其所出”。《史记·封禅书》有所谓“黄帝仙登于天”的说法。汉明帝时，楚王英已对黄老和浮屠同样礼拜；汉桓帝还于宫中“立黄老浮屠之祠”。不过，“黄老道”和“方仙道”只是一种方术，它没有固定的组织，养生求仙也只是个人的修炼。佛教在两汉之际的传入，使“黄老道”和“方仙道”在吸收我国古代巫术、道家、儒家（主要是《周易》）、墨家、阴阳五行学说等思想的基础上，孕育产生了我国土生土长的宗教——道教。

2. 道教的思想渊源

道教是承袭古代的巫术、神仙方术和先秦道家、儒家、墨家、阴阳五行和汉初黄老思想孕育产生的。

（1）先秦道家思想的影响

先秦道家对道教的影响主要表现在：早期道教学者接受了老子《道德经》和《庄子》“道”为万物之源的思想，揉和了《管子》书中唯物派的“精气入舍”说和《庄子》“神将守形”、“形全精复”的思想，创立了“道”生万物和长生不死的理论。

《老子》认为：道是混沌未分的原始状态，世界万物都由它

产生。《老子》说：“有物混成，先天地生”；“道之为物，惟恍惟惚”；“道生一，一生二，二生三，三生万物。”《庄子》认为：“道”就是气。它说：“是故天地者，形之大者也；阴阳者，气之大者也；道者为之公。”（《则阳》）就是说，所谓“道”，乃是天地阴阳之间共同的东西。又说：“人之生，气之聚也。聚则为生，散则为死。……故曰，通天下一气耳。”（《知北游》）因此道就是气，是构成万物的材料。这些思想后来由早期道教学者加以改造，提出了“元气行道，以生万物，天地大小”，“无不由道而生者也”（王明：《太平经合校》第16页，中华书局1960年第一版）的观点。

《管子》书中唯物派（指《白心》、《内业》、《心术上》、《心术下》的作者）提出的“精气入舍”说和《庄子》的形神观也影响了道教。道教学者以之为根据，杜撰出了长生不死的理论。《管子》书中的唯物派认为，精神是流散在天地之间的“精气”入居形体中的结果，而不是物质形体所具有的一种属性。这种可以导至“形”、“神”二元论的“精气入舍”说也为道教的成仙理论提供了依据。当时，由于科学不发达，人们不可能认识生命就是蛋白体的存在方式，而是认为形神合一则生，形神分离则亡。如果人们始终保持形神合一，精神不衰，那么也就能长生不死了。《庄子·在宥》说：“无视无听，抱神以静，形将自正。必静必清，无劳女形，无摇女精，乃可以长生。目无所见，耳无所闻，心无所知，女神将守形，形乃长生。”早期道教的成仙理论，就是从这些思想中寻找了理论依据，又吸收了《周易》和两汉时期的唯心主义“精气”说创立起来的。所以，《老子河上公章句》说：“人能养神则不死”（《成象》第六）；《老子想尔注》说：“气疆志为恶，气去骨枯，弱其恶志，气归髓满”；“身为精车，精落故当载营之。神成气来，载营人身，欲

全此功无离一。”在这些道教思想家看来，人们只要“内无思虑，外无政事，则精神不去”（《老子河上公章句·能为第十》），只要做到“专守精气使不乱，则形体能应之而柔顺矣”

（同上）。这样，道教学者就杜撰出了“古仙士实精以生，今人失精以死”（《老子想尔注》）的神话。

此外，《庄子》中的养生说也为道教所吸收：其深呼吸法为道教吸收后衍变为“调息”，潜心养静的方法——坐忘，道教学者以之为蓝本而撰写了《坐忘论》。《大宗师》中谈到“登高不慄，入水不濡，入火不热”的神仙方术，以及《刻意篇》中谈到的“吹响呼吸，吐故纳新，熊经鸟申”等吐纳导引，也都被道教吸收。

（2）儒家思想的影响

在东晋著名道教思想家葛洪“援儒入道”之前，儒家对道教的影响主要是《周易》。从东汉末年魏伯阳撰《周易参同契》

“歌咏《大易》”，至宋末元初道士俞琰著《周易集说》、《易外别传》等，许多道教学者都以阐发《周易》的思想说明道教的理论。而汉—西晋时期，《周易》对早期道教的影响主要是：

第一，早期道教关于“天地人共生万物也。天施地化人长养之”（《老子河上公章句·道化第四十二》）、“元气恍惚自然，共凝成一，名为天也；分而生阴而成地，名为二也；因为上天下地，阴阳相合施生人，名为三也。三统共生，长养凡物……”（王明：《太平经合校》第305页）的宇宙生成论是在《周易》“天地感而万物化生”的思想影响下形成的。《周易》认为，天地或者阴阳二气的细缊蒸郁，生成了宇宙万物。早期道教学者认为，“道始所生者一也。一生阴与阳。阴阳生和气、清、浊三气，分为天地人也。天地人共生万物也。”（《老子河上公章句·道化第四十二》）早期道教的这种宇宙生成论就是在《周易》上述思