

走近国学之美书系

江  
文  
◎  
编  
著



彩色典藏

说道悟人生 读懂道教之美  
最华美的精神世界

世界四大宗教之一贵生的大教  
无欲、守静、清静无为、贵生、养生、任自然



# 说道



## 重获个体永恒的逍遥和解脱

北岳文艺出版社

B95-49

4

走近国学之美  
书系

# 说道



说道悟人生 读懂道教之美

◎ 最华美的精神世界 ◎

世界四大宗教之一贵生的大教，无欲、守静、清静无为贵生、养生、任自然。

江文◎编著

彩色典藏

北岳文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

说道/江文编著. —太原: 北岳文艺出版社, 2008. 9  
(走近国学之美书系)

ISBN 978-7-5378-3040-9

I. 说… II. 江… III. 道教—通俗读物 IV. B95-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 148871 号



走近国学之美

说道

编著: 江文

\*

山西出版集团·北岳文艺出版社出版发行

太原市并州南路57号

www.bywy.com

\*

北京鑫富华彩色印刷有限公司印刷

开本: 787×1010 1/16 印张: 104 字数: 1200千字

2008年10月第1版 2008年10月北京第1次印刷

\*

ISBN 978-7-5378-3040-9

定价: 288.00元

因来稿较多, 对未能及时联系上的版权事宜  
表示歉意, 望见书后邮件告之以便奉上稿酬  
邮箱地址: djwh2008@163.com



誅空、拉祥！即  
利云、於道派此  
九氏公傳也

有以花

善習子下學秋實

### 三教图

此图绘佛、道、儒三教的创始人释迦牟尼、老子、孔子三人于一图之中，似正在辩经论道，体现了明代“三教合一”的社会思潮。画面中释迦跌坐于两株菩提树下成为画面主体，老子坐于蒲草之上，与一身士大夫打扮的孔子相对。三人用笔略有差别，以高古游丝描及铁线描绘写衣纹，质感不同。人物形象古拙，色彩明丽，为一幅上品之作。



## 前言

道教是中国固有的一种宗教，距今已有1800余年的历史。它的教义与中华本土文化紧密相连，深深扎根于中华沃土之中，具有鲜明的中国特色，并对中华文化的各个层面产生了深远影响。

道教的名称来源，一则起于古代之神道；二则起于《老子》的道论，首见于《老子·想尔注》。道家的最早起源可追溯到老庄，故道教奉老子为教主。但是，一般学术界认为，道教的第一部正式经典是《太平经》，完成于东汉，因此将东汉时期视作道教的初创时期。

道教正式有道教实体活动是在东汉末年太平道和五斗米道的出现，而《太平经》、《周易参同契》、《老子·想尔注》三书是道教信仰和理论形成的标志。汉末，张角成立太平道，后率“黄巾”起事失败，太平道衰败；与此同时出现的“五斗米道”（后更名为天师道，也即正一道）却发展起来。南北朝时期，北朝道教经寇谦之的改造，南朝道教经葛洪、陆修静、陶弘景的改造，并得到了皇帝的支持，有了较大发展，其中，陶弘景为代表的上清派是这一时期的著名道派。隋唐时期，道教得到进一步发展，产生了诸多小派，修炼方式由修炼外丹向修炼内丹转化。金元时期又产生了一个较大教派——全真教。此后，各派之间逐渐融合，发展至明清时，正一道成为符箓派的代表，全真道成为丹鼎派的代表。民国后，由于连年战火，道教受到冲击，宫观多被毁，其势渐微。道教界人士为维护本教成立过一些道教徒的群众组织；1912年，北京白云观成立了全真派的全国性组织“中央道教会”。同年，第六十二代正一天师张晓初也在上海筹建正一派的全国性教会组织“中华民国道教总会”，未成，仅成立上海分会。道教学者陈撄宁先生，创办“中华仙学院”，主编《仙学月报》、《扬善半月刊》等道教杂志，主张分清以炼养为主旨的传统“中华仙学”与道教的界限。1949年以后，中国大陆在北京白云观成立道教徒的群众组织“中国道教协会”，“文革”中受到冲击，终止活动。1980年，“中国道教协会”于重新开始活动，各地道教宫观逐步恢复。推动和开展道教工作，被列为中国道教协会的重要工作之一。该会主办的《中国道教》季刊已发行。近年来，道教的“天人合一”的思想、宇宙观日益受到重视，并引起了欧美人士的兴趣。

道教以“道”名教，或言老庄学说，或言内外修炼，或言符箓方术，其教义就是以“道”或“道德”为核心，认为天地万物都有“道”而派生，即所谓“一生二，二生三，三生万物”，社会人生都应法“道”而行，最后回归自然。具体而言，是从“天”、“地”、“人”、“鬼”四个方面展开教义系统的。天，既指现实的宇宙，又指神仙所居之所。天界号称有三十六天，天堂有天门，内有琼楼玉宇，居有天神，天尊、天帝，骑有天马，饮有天河，侍奉有

天兵、天将、天女。其奉行者为天道。地，既指现实的地球和万物，又指鬼魂受难之地狱。其运行受之于地道。人，既指总称之人类，也指局限之个人。人之一言一行当奉行人道、人德。鬼，指人之所归。人能修善德，即可阴中超脱，脱离苦海，姓氏不录于鬼关，是名鬼仙。神仙，也是道教教义思想的偶像体现。道教是一种多神教，沿袭了中国古代对于日月、星辰、河海山岳以及祖先亡灵都奉祀的信仰习惯，形成了一个包括天神、地祇和人鬼的复杂的神灵系统。

道教徒有两种：一种是神职教徒，即“道曰道士”，“身心顺理，为道是从，故称道士等。从师承可分为“正一”道士、“全真”“殿主”、“知客”等。另一种是一般教徒，人最主要的组织形式。宫观是道士修道、祀神组织（如素食部、茶厂等）、教育组织（道学施诊所给药部等）。

道教仪式，除了日常的早晚功课，还有就是斋，祭祀之前，整洁身心；“醮”就是设类：黄箬、金箬、玉箬。黄箬，专用于超度受生的内容；玉箬，专用于消灾祈福，祈求四十九天不等。

道术是道教徒实践天道的重要宗教行房中等内容。外丹，指用丹炉或鼎烧炼铅汞等矿石，制成人服后能“长生不死”的丹药。唐以后渐被内丹术所代替。内丹，为行气、导引、呼吸吐纳之类的总称，指用人体作炉鼎，使精气神在体内凝结成丹而达到长生不死的目的。内丹之术自金元以后逐渐盛行，其渊源上溯至战国时代，对于中国的医学和养生学有过很大的影响。服食，指用服食药物以求长生。房中，指以男女房事求得长生。

信仰道教的主要是汉族，在羌族、白族、壮族中等少数民族中亦有传播。



士”。据《太霄琅书经》，“人行大道，号士。”他们按地域可分为茅山道士、罗浮道士等。按宫观中教务可分为“当家”、称“居士”或“信徒”。“宫观”是道家和举行仪式的场所。道教另有一些经济班、道教经学班等）、慈善组织（安老院、

大型的功德法事，统称为“斋醮”。“斋”坛修建祈禳法事。道教斋醮又可区分三亡录；金箬，除了超度外，还包含延寿国泰民安。道场以天为计，有一、三、七、

为，一般认为它有外丹、内丹、服食和



这是一幅煌煌巨制。图中佛祖侧卧于娑罗双树下圆寂涅槃。众多佛门弟子、道家神仙、志怪鬼异及凡界男女，纷纷前来吊唁。神情或悲恸，或穆然，或惊诧，与佛祖平和安详的神态形成鲜明对比。

构图以佛祖为中心，人物动势呈放射状，布势雄伟。人物众多，神貌各异，设色浓妍。

# 目录

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| <b>第一编 道之源</b> .....            | 1  |
| 原始宗教 .....                      | 1  |
| 神仙信仰和方土方术 .....                 | 3  |
| 黄老之学 .....                      | 5  |
| 儒家和墨家对道教的影响 .....               | 7  |
| 古代医学与养生 .....                   | 9  |
| 《易》与阴阳五行思想对道教的影响 .....          | 10 |
| 道教始祖人物 .....                    | 12 |
| 道教早期传说 .....                    | 16 |
| <br><b>第二编 道教在汉代的形成</b> .....   | 25 |
| 张陵创立正一盟威道 .....                 | 25 |
| 张角与太平道 .....                    | 34 |
| 张鲁对正一盟威道的发展 .....               | 41 |
| <br><b>第三编 曹魏道教的曲折发展</b> .....  | 47 |
| 在低谷中发展的曹魏道教 .....               | 47 |
| 崛起中的东晋道教 .....                  | 49 |
| 成熟中的南北朝道教 .....                 | 56 |
| <br><b>第四编 隋唐五代时期的道教</b> .....  | 71 |
| 隋唐时期的道教 .....                   | 71 |
| 五代时期的道教 .....                   | 81 |
| <br><b>第五编 宋朝道教的发展与分化</b> ..... | 83 |
| 北宋对道教的崇信 .....                  | 83 |



|                 |     |
|-----------------|-----|
| 道教内丹理论的发展 ..... | 93  |
| 道教内部宗派演变 .....  | 105 |

## 第六编 明清道教的曲折发展 .....

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 明朝道教 .....      | 125 |
| 清朝道教的曲折发展 ..... | 137 |

## 第七编 道教在近现代的影响 .....

## 第八编 道教的仙山名胜 .....

|            |     |
|------------|-----|
| 道教名胜 ..... | 149 |
| 道教名山 ..... | 167 |
| 道教名观 ..... | 181 |

## 第九编 道教神仙 .....

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 修仙的途径 .....     | 189 |
| 神仙的等级 .....     | 193 |
| 先天尊神 .....      | 194 |
| 星君 .....        | 228 |
| 山川河海及雷部诸神 ..... | 249 |
| 土地神和地方保护神 ..... | 257 |
| 冥司神灵 .....      | 263 |
| 得道仙真 .....      | 265 |

## 后记：道教文化与中国民间习俗 .....

273



## 第一编 道之源

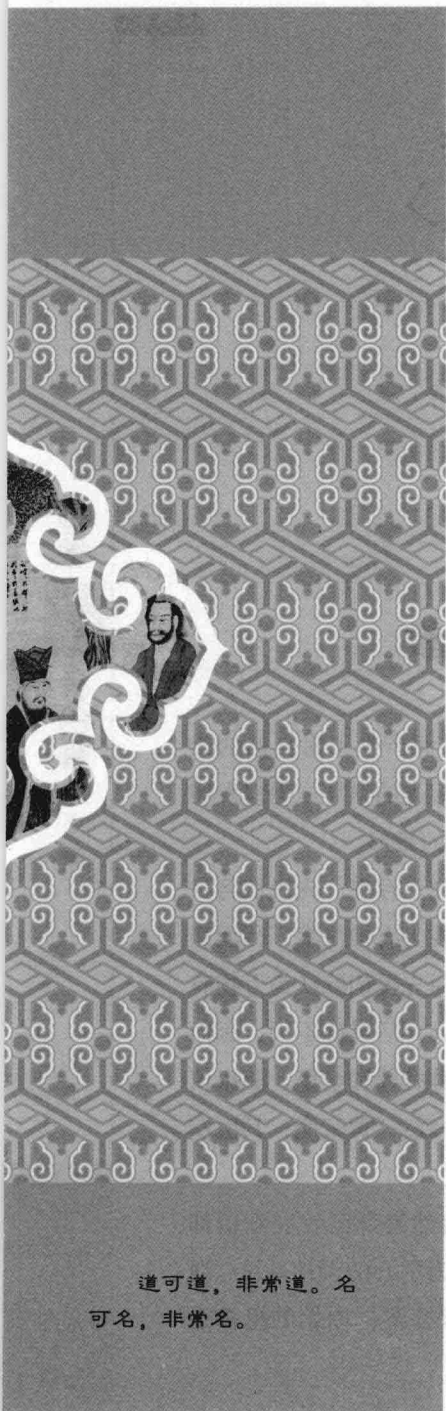


### 原始宗教

古代先民认为万物有灵，进而产生了对自然的崇拜、图腾的崇拜、灵魂的崇拜、祖先的崇拜，慢慢发展到祖先与天神合一，成为至上神的雏形。

鬼神崇拜早在原始社会时期便已存在。先民们将日月星辰、风雨雷电、山川河岳皆视为有神主宰，因而产生敬畏感，乃对之顶礼膜拜。那时先民们除认为万物有灵而产生对自然崇拜外，还认为人死后灵魂不灭，因而又产生了对鬼神的崇拜。各种丧葬礼仪和祭鬼、驱鬼仪式随之逐渐形成。《竹书纪年》中载：“黄帝崩，其臣左彻取衣冠几杖而庙祀之”。

至殷商时代，史前时期的自然崇拜已发展到信仰上天和天命，初步形成了以上天为中心的天神系统，遇事便由巫祝通过卜筮向上天请求答案。原始的鬼神崇



道可道，非常道。名  
可名，非常名。



拜发展到以血缘为基础，与宗法关系相结合的祖先崇拜，其祭祖活动定期举行。这时期已出现专门从事沟通鬼神和人类的宗教职业者——巫祝。其中巫以歌舞降神，并有一套符咒驱鬼的巫术；祝以言辞悦神，是宗教祭祀活动中负责迎神祈祷的司仪者。他们替人治病、卜筮吉凶，画符念咒等。当时国家和社会均受巫祝支配。

周代鬼神崇拜进一步发展，所崇拜的鬼神已形成天神、人鬼、地祇三个系统。并把崇拜祖宗神灵与祭祀天地并列，称为“敬天尊祖”。盖所谓万物本乎天，人本乎祖。

后世道教所以成为多神教，即源于古代之鬼神崇拜；后世道教做斋醮法事，也与古人鬼神祭祀礼仪和礼制有密切的关系。

人们崇拜神灵就要举行祭祀活动，而祭祀活动离不开“礼乐文明”，礼乐文明随着春秋时期的“礼崩乐坏”，



逐渐由上层走向民间，被后来的民间方士和巫祝所继承，道教成立后，演变为道教的斋醮科仪。所以说，夏商周三代的礼乐文明有相当的一部分被道教保存下来。道教实际上是礼乐文明的继承者。



## 神仙信仰和方士方术

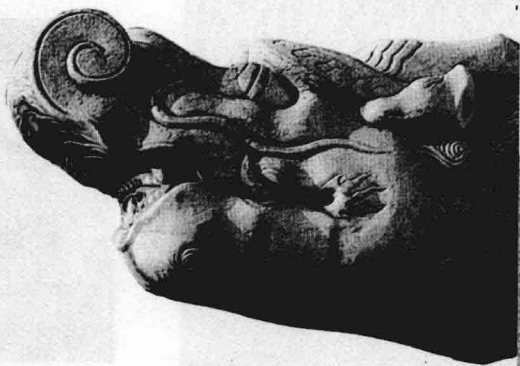
神仙信仰可上溯到我国原始社会时期。其证据之一便是《山海经》。该经记载了我国原始社会时期的神话及宗教信仰，其内容相当丰富和系统。它为道教仙学的渊源提供了依据。《山海经》中，提出了长生信仰；提出了神仙与羽士之存在；描述了神仙天都；记载了祭祀的祀礼及奇异的方术。

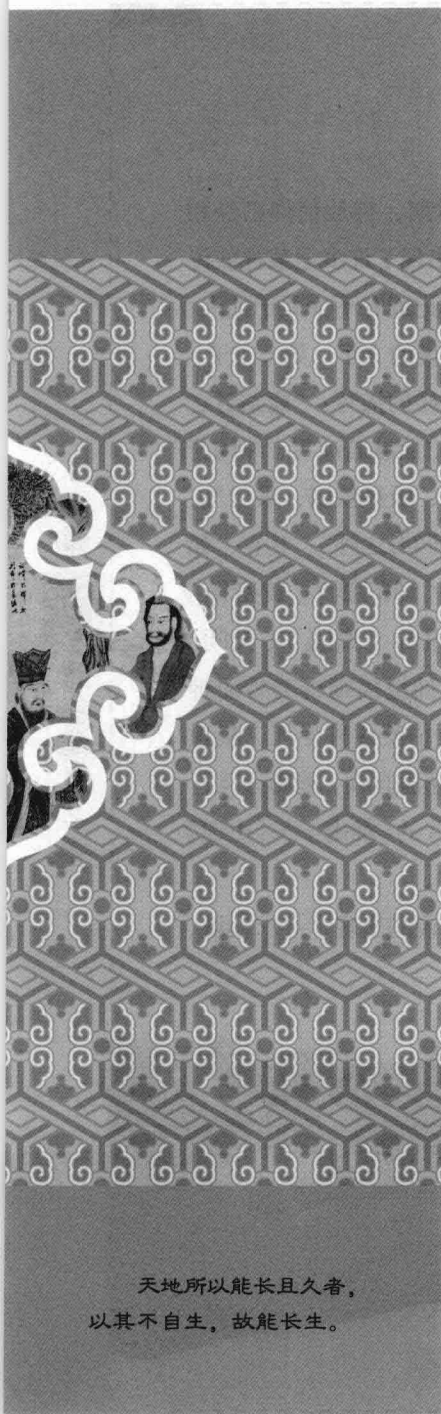
在远古时代，已有人开始学仙。史载轩辕黄帝“且战且学仙”，“黄帝問道于广成子”，后修道成功，于鼎湖白日

乘龙升天。

到了战国时期，神仙信仰已经相当广泛。这时，出现了许多记载神仙传说的著作，书中记载有不少关于仙人、仙境、仙药等传说的文字。如《庄子·逍遥游》中有这样的描写：“藐姑射之山，有神人居焉，肌肤若冰雪，绰约若处子，不食五谷，吸风饮露，乘云气，御风龙，而游乎四海之外”。其它，如《列子》书中的《汤问篇》《黄帝篇》《周穆王》，屈原的《离骚》《天问》《九歌》等都将仙境描画得美妙而神秘，其仙人也被描绘成外生死、极虚静、不为物累、超脱自在，能腾云飞行的神奇人物。汉代的《淮南子》《史记》中亦有类似描述。

伴随神仙之说的出现，寻求仙境、





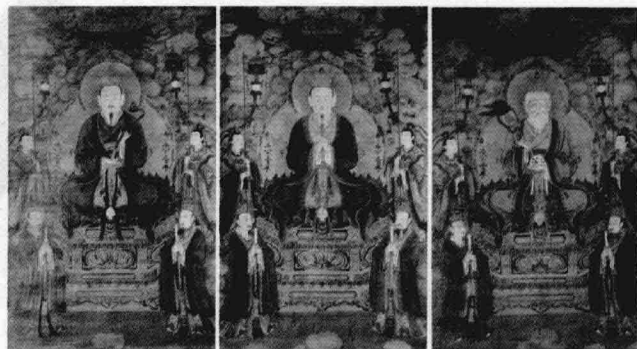
天地所以能长且久者，  
以其不自生，故能长生。



仙人，传布成仙之方的方士便出现了。他们将神仙学说及方术与邹衍（战国时期著名方士）的阴阳五行学说糅合起来形成了方仙道，主要流行于燕齐的上层社会，其法形解销化，依托鬼神，企望长生成仙。

从战国（前275—前221）中后期到汉武帝（刘彻，前140—前87）时，在方士（亦称“神仙家”）们与帝王将相之鼓动下，掀起了中国历史上有名的入海求长生不死药事件。齐威王、齐宣王和燕昭王、秦始皇、汉武帝等都曾派方士到海上神山寻求神仙及不死药，其规模越来越大。那时最著名的方士有宋毋忌、正伯侨、邹衍、徐福、卢生、李少君等人。

我国独有的神仙信仰沿袭而下，到东汉、中、晚期为道教所继承，成为道教信仰的核心内容。



汉武帝后，方仙道逐渐与黄老学结合并向黄老道演变。



## 黄老之学

西汉时期，文帝景帝两代（前179—前141）以“清静无为”之学治理天下，与民修养生息，对于社会的各种生产活动及老百姓的生活，尽量不加干涉，任其自然发展，遂形成了以黄老道家思想为主的政治学说，世称“人君南面之术”，史学界称这一时期为“文景之治”。由此，黄老之学蔚然而兴。

黄老学大约产生于战国中期的齐国。汉代黄老学的内容比较庞杂，除上述“人君南面之术”外，还有阴阳五行思想和神仙思想。

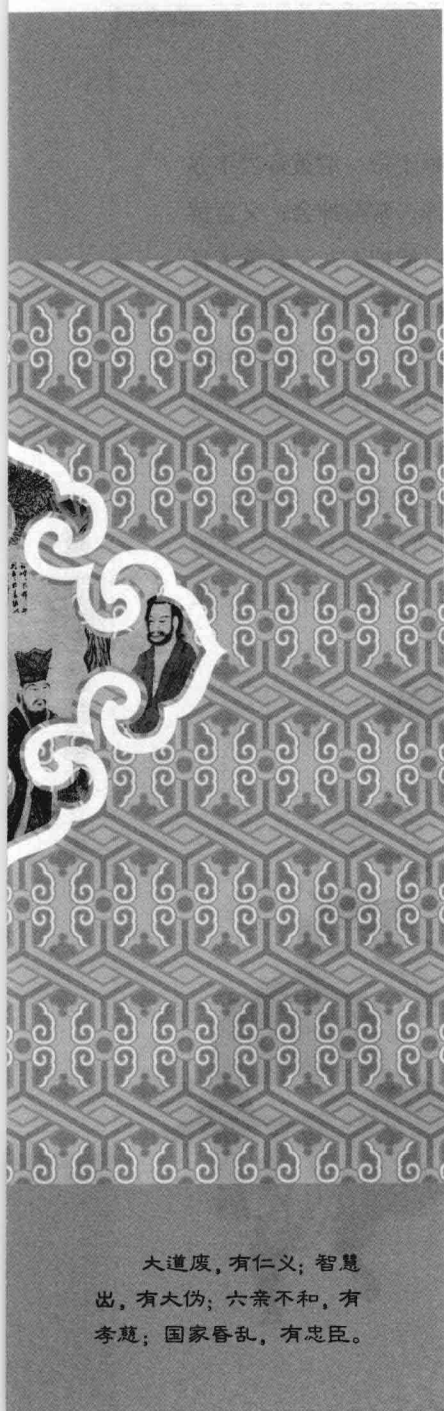
汉武帝刘彻继位以后，罢黜百家，独尊儒术，但又崇信神仙。这时，方士们便以黄帝附和神仙学说，开始将神仙学与黄老学相结合，言神仙者都托名黄帝。

汉武帝元鼎四年（前113），汾阴方

士于土中得宝鼎献于帝，谓黄帝当年亦得宝鼎，广事封禅，常与神会；又言黄帝为五城十二楼以候神人；又言黄帝且战且学仙，然后有神通，最后骑龙上天。汉武帝听后十分羡慕，感叹不已地说：“嗟呼！诚得如黄帝，吾视去妻子如脱屣耳！”（《资治通鉴·汉纪十二》）这时，帝王臣子业已把黄帝奉为神明。

到东汉，人们除继续推崇黄帝外，更是尊崇老子。据《后汉书·楚王英》记载：“英晚节更喜黄老，学为浮屠（佛陀），斋





大道废，有仁义；智慧  
出，有大伪；六亲不和，有  
孝慈；国家昏乱，有忠臣。



戒祭祀”。汉明帝永平八年（65）给楚王英诏书说：“楚王诵黄老之微言，尚浮屠之仁祠，洁斋三月，与神为誓”。永平年间（58—75）做过重泉令和元年间（84—86）做过益州太守的王阜，在《老子圣母碑》中赞曰：“老子者，道也，乃生于无形之先，起于太初之前，行于太素之元，浮游六虚，出入幽冥，观混合之未判，窥清浊之未分。”这时，已将老子尊为“道”的化身。

至东汉桓帝时（147—167），神仙学和黄老学相结合已正式形成黄老道。老子已成为崇拜的最高神灵。

黄老道继方仙道之后兴起，并由此过渡到道教，是道教产生的重要一环。黄老道所尊崇的黄帝、老子，乃后来道教所信仰的至尊之神。黄老学说成为后世道教的理论基础。

道教创立的时候，奉老子为教主，以老子《道德经》为主要经典。道教信仰老子之“道”，认为道教徒如能真心修持其“道”便可长生久视，万古长存而成为神仙。道家哲学是道教教义的理论基础之一，《魏书·释



老志》在谈到道教的本源和宗旨时称：“道家之源，出于老子，其自言也，先天地生，以资万类。上处玉京，为神王之宗；下在紫微，为飞仙之主。千变万化，有德不德，随感应物，厥迹无常……其为教也，咸蠲去邪累，澡雪心神，积行树功，累德增寿，乃至白日升天，长生世上。”



## 儒家和墨家对道教的影响

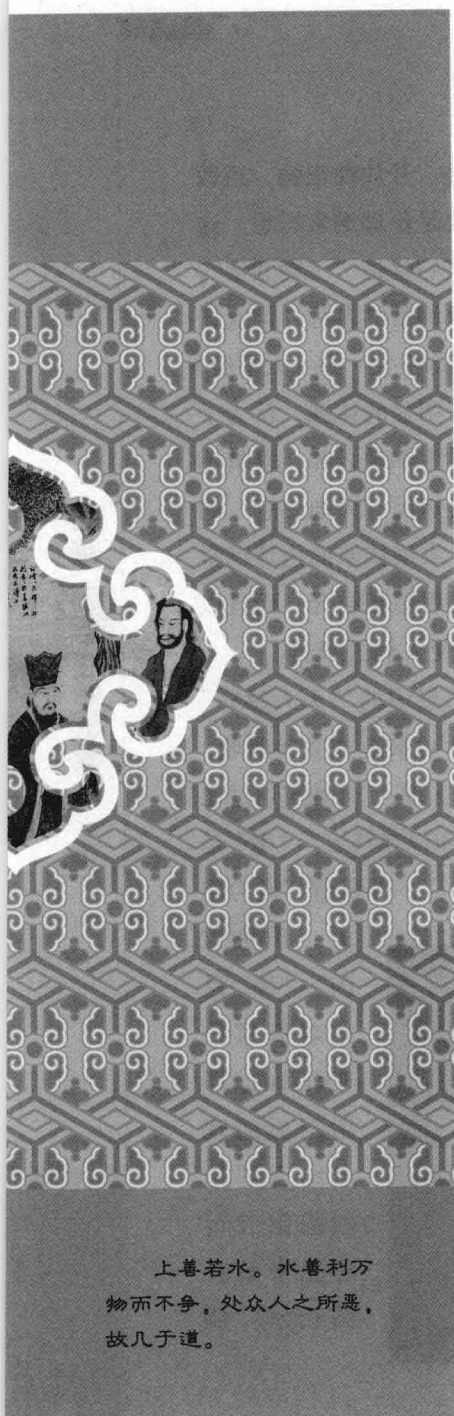
司马炎在《论六家要旨》中说：“道家采儒墨之善，撮名法之要”。后人也评说道家“杂而多端”，这些正说

明道教的包容性、开放性很强。道教吸收儒家的主要是伦理纲常思想。这种伦理纲常的核心就是“三纲五常”，道家虽很少谈及纲常的名称，但宣扬这种思想的力度却很大。在《太平经》中这种思想就有明显的体现，认为子女不孝父母，学生不敬老师，官员不忠于君主，都是违反“天地之意”的行为。道教继承发展儒家的伦理纲常往往与长生成仙思想相结合，而且以“神”的威力驱使人们去奉行。

先秦儒家思想中的“天人感应”思想和谶纬神学也被道教直接吸收。如《河图纪命符》说：“天地有司过之神，随人所犯轻重以夺其纪。”“谶”是一种宗教性的预言，即所谓“诡为隐

语，预决吉凶”。“纬”是相对儒家经典而言的，即用图谶的观点结合邹衍的阴阳五行思想来解释儒家经典。儒





上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。



家的谶纬神学在汉代一度盛行，儒生与方士逐渐合流后，极大的推动了道教对“黄老”的神化，对道教的孕育和出现，起了很大的作用。

道教吸收墨家思想源远流长，墨家主张尊天、明

鬼、兼爱、非攻，具有严密的组织。创始人墨子（约前480—前420），名翟，其“天志”、“明鬼”系“墨子”一书的篇章。其组织主要组成者是手工业者和农民，其首领称“巨子”。墨家多侠。墨家所说的“天”是有意志的能赏善罚恶的最高神。天子如果做了利于老百姓的善事，“天”就会奖赏他；如果天子做了有损于国家和老百姓的事，“天”就会惩罚他。所以说要按“天意”去做事，想按“天意”行事，就要兼爱和非攻。在先秦诸家中，墨家最重技术，在他们的实践活动中，涉及到冶炼、医药、养生以及宗教方术等方面。正因如此，在以后的发展过程中，自然会有不少墨家之徒流为方仙之士，也使后世一些从事种种奇异之术的方士都托言来自墨家。

墨家的尊天、明鬼和兼爱、互助思想都被道教所吸收，特别是墨家的严密组织性，对道教影响最大。战国中期兴起墨家学派，实际上已经形成一个有宗教信仰、政治主张、共同经济关系，并有严密组织、严