

国学第一才子龚鹏程重磅作序

全球儿童读经教育推广第一人王财贵鼎力题签

历史上道家西派经典的首次重大结集！

丹道文明大系



1卷

丹道養生道家西派集成

陈毓照 张利民◎主编

王財貴題



中国时代经济出版社

丹道養生道家流派集成

丹道文明大系 陈毓照 张利民◎主编

I



中国时代经济出版社

《丹道养生道家西派集成》

编委会

主 编：陈毓照 张利民

执行主编：武德立 周 斌

编委会：傅海青 吴海峰 黄志强 刘健成 罗同兵
车海林 武华龙 赵 阳 马 斌 杨玉华
吴道有 刘 雯 吴鲲鹏 华志讯 宋 涛
郭和鑫 马永基 邓子琪 王 雪 易先德

龚鹏程序

大江西派是清朝咸丰道光年间李涵虚所创，又称西派，与丹道的北、南、东、中各派分流竞爽，流传甚广。此派奉吕洞宾张三丰为远祖，历代英杰辈出，著述亦甚多。

今，陈毓照先生所辑《中国道家西派典籍汇编》，经张利民先生整理后，编为《丹道养生道家西派集成》，行将付梓。此书总集了西派这两百年来的成果，粲然大备。凡分七集：一为李涵虚集，收了道祖李氏所有著作；二为柯怀经集；三为汪东亭集；四为魏尧集；五为徐海印集；六为银合宗集；七为陈毓照集。洋洋近二百万言，可谓漪坎盛哉！其中李涵虚《黄庭经注》，汪东亭《三教一贯》，魏尧《一贯天机直讲》《大道真传》，徐海印《天乐集》等，或仅行于海外，或为罕秘之本，挖掘整理，殊为不易，读来颇钦辑者之劳。

关于西派源流和丹道内涵，张利民先生在书前的概述，已有详细说明，原不需要再来做什么补充了。但我1989年于台北指南宫办中华道教学院时，内丹一课，就是聘请西派马炳文先生来教授的。我间亦尝与马老纵论西派掌故与功法，故与西派还算小有渊源。可是对大陆的西派传承，实尚懵然。今得读此《集成》，颇讶其人才之盛，历劫以还，不唯传承未绝、宗风不替，抑且推陈出新、蔚然大观，令人崇仰。故不免略申管见，钩玄提要，以为读者助。

言丹法者，每不信经籍文字。不是说经籍文献只是糟粕，就是说秘要真诀，唯赖口授心传，不录于文字。或则以天机不可妄泄为由，认为丹书所载多隐辞谲譬，读之徒乱人意，不如抛却书本，用功于实修要更好些。不说别

人，汪东亭《体真山人语录》便有：“抛下丹书做工夫，不拘长短，依一刻有一刻的好处”“不读丹书，工夫总做得快”等语，颇有废智用修，实行入而不赖理人的态度。

许多修道人都对此等语深信不疑，奉为圭臬。殊不知自古无不读书的神仙，丹书中这些话亦非实语，乃是诡辞，正言若反，教人珍惜我此处所传之丹经诀法而已。犹如张伯端《悟真篇·后序》大谈“不遇至人授之口诀，纵揣量百种，终莫能著其功而成其事”，“大丹之法，天意秘惜，不许轻传于非其人也”，可是接着就推销自己的著作，“所歌咏大丹药物火候细微之旨，无不悉备。倘好事者夙有仙骨，观之则智虑自明，可以寻文解义，岂须伯端区区之口授之？”

丹家真诀，实况如此，丹经岂可废乎？所谓口诀，大抵即写成韵文或短语摘要的文字，取便诵念，非真有不立文字的秘诀可以举示于人也。

西派丹法，世夙重其实修之证验，但寻文解义、藉智起修恐怕才是此派之真相。怎么说呢？李涵虚弟子李道山撰其小传就说他：“奉三真之命，著有《太上十三经注解》《大洞老仙经发明》，二注《无根树》，名曰《道言十五种》，又曰《守身切要》。将吕祖年谱、圣迹、丹经、救世等书删订，名曰《海山奇遇》。撰集丰祖全书，名曰《三丰全集》。自著另有《九层炼心文终经》《后天申述》，俱刊行于世”。可见著作宏富本来就是西派的传统，而且，西派的功法，自始便与他们整理古贤著作的工作密不可分。拣择、整理、诠释旧典，跟他们自己的著作，一直有种“互文”的关系，交光互摄，互为说明，互为指涉。

李涵虚以后，徐颂尧《天乐集·道派》说：“李祖传陕西吴天秩，吴太师传湖北柯葆真及我师汪体真山人”。汪氏叫人勿读丹书，但实际是要人勿乱读，在《体真山人教外别传》中他就开了一大张书单，从初入门的《金仙论证》《慧命经》开始，列了古经典籍数十种，并说：

以上诸家书目，皆不是误人杀人之书也。余三十余年，日日在手，时时捧读，若有虚言，永入地狱。同志速急下功，苦读十年，再去求师。初遇虚心下问，必要细谈之五日，再以书印证，乃时自有主宰。……潜虚曰：“试金者必以石，丹经是试师之石，岂可缺焉？”其中最紧要者，是《阴符》《道德》《参同》《入药镜》《悟真篇》。……夫不能读书，必入旁门。

其《体真心易》卷七评述古今道书时，又把上述内容讲了一次，且说

《阴符》注以李涵虚、陆潜虚、刘悟元为好；《道德经》注以李涵虚、王一清、陆潜虚为好；《悟真篇》以朱元育最好；《庄子》注以陆潜虚最好等等，表明了对历来道法之拣择。

西派此一传统，至陈毓照而更显。陈氏不但选译了《参同》《悟真》等书，拣择了历来之丹法诗诀。他本人亦颇擅文采、精于吟咏，引述古贤，辄相唱和，继承并发挥着诠释古典和自述心得的互文作用。

因此，看这套《集成》，一不能如世上囫囵道人，视为糟粕筌蹄；二不能仅以为是资料文献，而应知这同时也是西派理论及修行法门特色之所在。就像李涵虚的道法，跟他编辑的《张三丰全集》是分不开的那样。

二

正因西派丹法是由诠释古贤而来，故其中有吸收有扬弃，这其中最明显的是《道德》《黄庭》两经。《道德经》自河上公注以来，便认为它兼有治身与治国之道，而且治身如治国。道教自太平道及张道陵天师道以降，也不乏政教合一的形态。但西派丹道仅论治身，于经世治民之术皆虚言之。

李涵虚《道窍谈·第三十九章十功成名遂身退论》引老子语谓“此乃修身之道”。又说“人以尽忠为功名，又以全孝为功名，尽忠全孝之后便应退身保命，抱一还虚。”《道情诗·满江红》则说：“天运泰，贤人育，君道盛，才臣作，笑我侪疏懒，何须献璞？……倒不如，奉养山林，早抽足”，都表明了出世治身才是他的价值取向，不在意治国安民之事。

蕲向如此，无怪乎柯怀经《葆真山人养性编·济世》说：“闲寻逸乐作生涯，或命轻车、或踏飞车，其中意味胜乌纱。净煮青茶、渴饮青茶，济人疗病有丹砂，不是医家，却是仙家，功成果熟最堪夸，落得兴赊，曷不兴赊？”题名济世，可是内容实是避世。

以此宗旨注《道德经》，自然就与河上公迥异。第三章：“圣人处无为之事，行不言之教”云云，河上公把章题标为“安民”，注谓此章：“说圣人治国与治身”，李涵虚则注：“是承上文治身之事言之”。第十章：“爱国治民，能无为乎”云云，河上公注：“治身者爱气则身全，治民者爱民则国安”“治身者呼吸精气，无令耳闻。治国者布德施惠，无令下知”，兼说治身与治国，李涵虚则云：“民安国富，乃能行无为之政乎？治身者以精定为国安，铅定为

国定。炼己则精定，还丹则铅足。炼己、还丹，始可行抱一无为之道，亦如是也”，只以治国为借喻，故专就治身一面去阐述，说：“八月十五日，魂尽注于月魄，月乃满而为纯干，圣人当此，即运河车以载之，干金遂为我有”等等。廿六章：“重为轻根，静为躁君”云云，河上公注：“人君不重则不尊，治身不重则失神”，李涵虚则注：“重者，水也。轻者，火也。水中生火，故以重为轻之根”……。

凡此均可见西派专说治身，故其注《阴符》也自出手眼，谓相传此经“上有神仙抱一之道，中有富国安民之术，下有强兵战胜之术”的上中下，乃言三等之义，而“仙家谓强兵战胜，乃还丹向上之事”。于是三等变成两等，强兵战胜之术也成了内炼之法，整个诠释方向就趋于治身，与富国民安不甚相关了。

李涵虚所注《太上十三经》，除《道德》《阴符》外，还有《玉枢》《日月》《护命》《大通》《赤文洞古》《定观》《五厨》《明镜匣》《金谷》《清静》，对经典的选择和注解，也都这样，显示了治身的目的。

《太上十三经注》有吕洞宾序。李涵虚据称是在峨眉遇吕祖及张三丰而得道的，其宗法吕祖自无疑义。但学吕洞宾的，例如清代年辈略晚于李氏的郑观应就表明要学其救世，《上张三丰祖师疏文》中录吕祖剑仙诗云：“三清剑术妙通灵，剪怪诛妖没影形……”，又说：“剑仙静则金丹，动则霹雳，凌虚隐遁，除暴安良。……务使五大洲生民安居乐业”。李涵虚及他所开创的西派却不是这种风格，以治身炼养、超凡成仙为职志。

《道德经注》乃是西派在方向上的点明。通过注解，表明了此派重在治身，且以水火精铅的炼己还丹为主。可是如何修炼呢？这主要就要看李涵虚的《黄庭经注》了。

李涵虚道号紫霞，可能采用的就是《黄庭经》开头第一句：“上清紫霞虚皇前”。《黄庭》又名《紫霄篇》，李氏丹法与这部经典的关系也极密切。但形成于魏晋的黄庭服气内视法，毕竟与受唐末五代以来内丹修炼法影响过的人不尽契合，因此李涵虚注便也充满了通过诠释以改造《黄庭》理论的性质。例如《内景》第三章：“口为玉池太和宫”，注就说：“人皆以口为吃饭之口，执文泥字，不知道窍者也”，建议把口认定为滋生玉液的孔窍，将此玉液采而服之，才能炼己成丹。故他不是服气，也不咽津，所重乃是玉液炼己。

《黄庭》又是讲五脏六腑的，说“肺之为气三焦起，清液醴泉通之腑”（《外景·廿一章》），描述内在血气如何运行于五脏六腑之间。李涵虚则不重

五脏六腑，也不讲血气，而要说真元一气：“三焦为真元一气，有藏无府。……三焦无状空有名”，把三焦虚化。论肾，则说兼内肾外肾，跟《黄庭》只说内肾不同。因外肾在他这派丹法十分重要，故曰：“两肾，兼内肾外肾而言”（《内景注·十二章》）“运河车而还精补脑。……有时在内肾，即上文命门合精之解。有时在外肾，更为修养生资”（《十五章》）。此外，他说任督二脉：“左旋于督脉之后，右回于任脉之前”（《廿章》）；说阴跷脉：“上通泥丸，下透涌泉，真气聚散，皆从此关窍尻脉周流，一身通贯，和气上朝。……在坤地尾闾之前，膀胱之后，小肠之下，灵龟之上，此乃天地逐日生气根、产铅之地也”（《十五章》），也都是《黄庭》原来所无的。

李涵虚的注解，细说当然还有许多重点，但仅此即足以表明他丹法上的特色了。这些特色均是依旧文作新解而来，此一风格尔后遂成了西派论道之共同手法。如汪东亭主要是依伍柳仙宗之书及《西游记》，谓：“熟读《西游记》，一切火候功夫，无不俱明”（《体真山人真诀语录》），陈毓照则以“心息相依”宗旨，遍解群经，谓“玄牝为呼吸、守一之一为人中”。

三

通观这种论述风格，既依经典又不着于经典，看似藉教悟宗，实多六经注我，颇类儒家陆九渊之心学。他们本非朱子“道问学”一路，对朱子亦不甚以为然，如汪东亭便说：“凡是得道的，都要驳朱子，郑和阳驳得很厉害”“你要驳朱子是外道，总须引出《易经》来作证据”（语录下）。他另作《太极图说》及《体真心易》，正缘于此。柯怀经则有《心学》一篇，说：

心为人之主宰，本来虚灵，因气禀所拘，物欲所蔽，故不能正其心、养其心、精一其心。此心学之不明，由来久矣。余闻一老人谈及“履虎尾”之法，即主宰之心法也。以天地为炉，以阴阳为炭，以造化用工，主宰定而无往不利矣。……孔子曰：“易有太极”，华阳云：“道曰先天”，兹数人之言行，非有非无。有者，道之窍；无者，道之妙。道之窍妙，实有形可睹、有象可观、有数可推。所以言于外者理可凭，行于内者道可据，内外贯通，斯为明理达道之心学也。俾后有志于心学者，须正其心、养其心、精一其心，则心学之法无不明矣。

我之所以要特别介绍这一文，是因丹道之性功，历来皆深受佛教禅宗影

响，故甚至有号称是“仙佛合宗”的。雍正帝还把《悟真篇》收入《大藏经》跟《御选语录》中，并封张伯端为禅仙。西派论性命双修，也颇有这一面。如银道源《合宗明道集》即说伏心伏气，可参考禅家工夫；又说丹道通佛道者，《楞严经》也。徐颂尧则著有《通明禅与天台止观》《洞宗参同契副墨》《玄禅合参》等。《洞宗》一书指的不是道家的《周易参同契》，而是曹洞宗石头希迁的《参同契》，足证他与佛教渊源之深。他的法号海印子，更是根据《华严妄尽还原观》“言海印者，真如本觉也”而来。但是，西派的心性之学，除了受佛教影响之外，正如此文所显示，恐怕还与儒家，尤其是宋明理学家论心性有十分密切的关系。

很少人注意这层关系，但其实证据很不少。如李涵虚《道窍论》十九章〈性命顺逆〉云：

性命之理，有顺有逆。顺成之性命得之天，以一兼二。逆成之命造乎人，以一合二。以一兼二者，即气以赋理，气理合而性命浑全。以一合二者，举水以灭火，水火交，而性命长在。天命之谓性，命中有性焉，顺成也，孟子以形色谓天性，盖其所命者，有是形即有是性。良知良能，皆于所命之形体寄之。尽性以至命，性中造命焉，逆成也。……今而知上德清静，守其顺成之道，而结仙胎，即天以全人也。并可知下德返还，修其逆成之理，而结圣胎，又尽人而合天也。

此文不仅大用儒家术语，而且在历来丹家皆言逆而成丹的传统中，独申顺成亦可结仙胎之理，事实上即是指人发挥良知良能即能天人合一。把这称为上德，而将逆修成丹称为下德，意中亦不无轩轻。此即可看出他论丹法的特点。

在逆修成丹方面，历来均言精气神，李涵虚则特别提出“心”。三十一章为《真心说》，云：

金丹之道，贵得真神、真气、真精，而后能成造化。然不用其真心，亦不能得此真精真气真神也。真心者，识念未起之前，人欲未交之会，阴气未染之萌也。……一心专向，致虚极而守静笃，并可以认其玄关矣。此性命双修之第一义也。真心之用，岂不妙哉？

不但强调真心的作用，且由人欲未交处说真心，此心便近于儒家讲的本心良知。真心如何作用于修道，他也采儒家之说云：“下手学道者，必须摄念归静，行住坐卧皆在腔子里，则守静始能笃也。盖有念为妄心，无念为真心。

人能收念于平日，而还其所止之地，方能专心于临时，而坚其入定之基。圣人云：‘知止而后有定，定而后能静’是也”（《三十二章·心神直说》）。在他的理论中，心静才能调息，调息才能凝神，故静心乃修道第一功。而静心之术，前文以致虚极守静笃言之，不免令人疑其仍用老氏法，此则明揭其本于儒学。因特别重视心，故李涵虚另作有《收心法》《循途录》。

《循途录》又名《九层炼心文终经》，以九层方法炼心，是具体功法之描述。《收心法》则曰：“下手功夫先静心，次缄口，次调息。心静则气平，不调之调为上”，并大引孔孟语以释，如弟子问是否人人都可学道，涵虚答：可以，举勤、诚、恒三字诀为说。恒，引孔子曰：“人而无恒，不可以作巫医”。诚，引孟子曰：“至诚而不动者，未之有也。不诚，未有能动者也”。又云：“孔门之道，推至诚如神，论至神无息，皆静中大体大用。故以诚入静，静心不乱，以诚入定，定心不移。以诚守中，中心不偏。以诚入杳冥，则通微无碍矣”。此外，更区分儒道养气之不同，但是说道家还丹可兼有儒家之美：

儒家道家养气各有不同。养自然之气，可以得生。养浩然之气，则可生可死，古来仁人志士，见危授命，杀身成仁之类是也。养之时，纯是义理之心，充乎宇宙，故孟子曰：“其为气也，至大至刚，以直养而无害，则塞乎天地之间，是集义所生者”。道家养气，独葆其真，不必见危而早退，不必杀身而早隐。《易》所谓“见机而作，不俟终日之君子也”。道家初功，须养其自然之气，……是集精所生者。道家还丹，亦是浩然之气。其气得手，亦能见危授命，杀身成仁，古来所谓刀解，究竟有神奇莫测处。”

认为道家养气最初是自然之气，与儒家养浩然之气不同，但究竟处便有浩然之气。

李涵虚这些见解，西派后学大抵遵循之。如魏尧《一贯天机直讲》卷首发端就说：“大道本在中庸，并非高尚难行之事，故孔子称时中之圣，而《大学》《中庸》二书，为圣门心传法言，千古不易。惟其平庸，人愈鲜知。虽慧如颜、闵，非师莫识其理。此三教圣人，所以咸以中字象之也”。接着便以本心良知解释先天真阳：“先天真阳，本太极之理炁，资始万物者也。至无而含至有，至虚而实至灵，圣人之生知灵知，皆善养此炁而已”（《第三讲》）。具体炼己功法则依《大学》之“定静安虑得”而来，如“然内养之道，重在安字，所谓安者，由勉企安也。下手炼己，六识外驰，必不能静，勉强习定，

损之又损，以至于无为。久而久之，则身心大定，自然无为”（《第五讲》）云云。第七讲更解释他这本书为何名为《一贯天机直讲》：

《大学》之道，须先明白“明德”，即明白先天一点，太乙含真气、元始祖炁也。……学大人之道，当……还我虚灵，虚灵即明德之本体也。此即穷理尽性之义耳。“在明明德”一句，属于知；下句“在亲民”，属于能；三句“在止于至善”，则为知能合一，大道下手之工夫也。只此三句，已将最上一乘之道，完全包罗无遗。孔门传道，仅此而已，是即一贯之道也。

此书第八讲的小标题是：“大学工夫，中庸性理。火候详明，虑安静止”，说：“知止者，止于良知之境也；又以此良知，而止于至善之地也”，总摄宗旨，尤为明晰。

徐海印《天乐集》也一样说中，且以中为玄关一窍，说：“玄关一窍者，至玄至要之机关也。非印堂、非凶门、非肚脐、非膀胱、非两肾、非肾前脐后、非两肾中间。上至顶门，下至脚跟，四大一身，才着一处，便不是也。亦不可离了此身，向外寻之。所以圣人只一中字示人，只此中字便是也”（《二十三，玄关点睛》）。又认为西派要诀只一定字：“自涵虚祖，一传而至吴天秩公，再传而至汪师，其间不过五六十年。予参汪师，首尾四年，蒙师一再传授，知西派相承要旨，乃在大定真空，其余返还口诀，火候细微，皆大定真空之绪余也”。

徐海印整理的《汪祖语录真诠札记》第一则也说：“大凡下手工夫，先须清静。清者清心。清心者，虚其心也。静者静气”。

汪东亭《体真山人性命要旨·太极图说》的结尾则是：“老氏根深固蒂，守中抱一，以命而全性也。释氏和合凝集，决定成就，以性而全命也，孔子尽性以至命，孟子养性以立命，皆为性命双修”。

马炳文之师吴君确另据宋儒最喜欢谈的一个话题“颜子所好何学”来发挥，把修道跟儒家的克己复礼完全结合起来。

陈毓照讲性命双修，则说一般炼家从性宫下手的守印堂，从命宫下手的守肚脐，性命双修却是心息相依。心是性，是神，息是命是气，心息神气合一，就是性命双修。

他们对心的理解和静心之功法未必仍循李涵虚故辙，但西派之为心学，却仍不妨视为一种特征。我们当重视这个特点，不仅因近世论西派者多忽略

了它的儒家渊源，亦因论西派者多侧重于其玉液炼己之法，不知炼己还虚，首在静心也。

四

静心以后，涵虚之法，是凝神于阴蹻，气归于脐下。待一阳既生，也就是男人阳具忽然胀硬起来后，将此元精移至尾闾，透过腰脊，升至玉枕，钻入泥丸，再下降流入气管，降下气海，至于心地，落于黄庭。这称为“转河车”。凝神定观时，眼并不闭，住定一处，精气至头顶时还要以目光上视，让神气相息于顶中。玉液炼己之道，细说十分复杂，大要则是如此。此后再修，温养烹炼，便可再成金液大丹，变化成仙。

银道源之法，大抵本于涵虚，也是先息心，再以神注阴蹻，继而开展展窍，行河车，得药而养之，然后再修金液大丹。但认为金液大丹非功法技艺所能奏效，仍须在性地上用功，《太上感应篇》云：“欲成天仙，必积一千三百善”。人之命可分后天命先天命。后天命有涯，凡父凡母之气也；先天命无涯，天性无止境耳，故唯有用功于尽性，才能寿命无涯。

李涵虚等人注重阴蹻是受南宗张伯端影响的。张以阴蹻为任督二脉的总枢，且其说法不同于医家。医家讲的阴蹻，是足少阴的别脉，由足踝内然谷穴起，上至睛明穴，并非一窍。张则说阴蹻在尾闾之前，是生死窍。静心时，神注此窍，待一阳来复，乃导引以入尾闾，转河车。这“一阳来复”也讲得很隐晦，未直就外肾阳具说。西派后来的发展就颇有不同。

吴天秩以后，汪东亭、魏尧、徐颂尧、蔡潜谷乃至陈毓照等，号西派别传，既是别传，自然有与祖师不尽相同之处。不同何在？一、不太讲阴蹻；二、直接就外肾勃起说；三、讲心息相依，且是在身外依，非身内依；四、不谈河车。

这四者是相关的。先是用心息相依之法。息是气息。在呼吸时，将心神定在身外，而非阴蹻，让气息若有意若无意，绵绵若存。汪氏《语录》曰：“将神放在身外，与气息相依，则神凝气和身心两静”，即指此。这时眼光可定视身外以凝其神。

如此，渐至阳生，外肾微动，注意力刚发现它要勃起了，便须速将注意力移在身外，这叫“速即在外边依”，直到阳定，身心亦定，才能罢工，这叫“从无阳生做到有阳生，又要从阳生做到无阳生”。外阳举时，便称为活子时。

其理论是说如此修炼即能使玄窍充盈，炉内自有药物发生，即真一之气、先天真铅，炼得药以后，再采之。采之之法，是用目光返视于鼎中，耳朵返听于鼎中，心亦注于鼎中，七日而大药萌生。生后上冲于心，下转丹田，再下尾闾，然后上升夹脊，穿玉枕、贯项门，降印堂，过十二重楼，再入于神室之中，完成大周天。此说与转河车不同。转河车是“运气功夫，所以开关筑基”（李涵虚《三车秘旨》）以得药，此法则是得药以后藉周天以成大药。故汪氏基本上不用转河车这个术语。

魏尧也不说河车，但他讲的周天跟汪东亭、徐海印亦不同。《大道真传》口诀第二讲：“小周天起点在阳生，阳生之时即起火之候，阳落之时即止火之候”。

汪氏以后，最重要最雄辩的西派理论家是陈毓照。著述宏博，要旨也是心息相依，以至心息相忘，于是混沌恍惚之间，先天一气自虚无中来，阳生而药产。反对在身内存想搬运，也不太讲通行任督二脉，并把玄关定在人中穴，说神在身外就是注想人中外面寸径之虚空。

五

不过，陈毓照最特殊之处不在他讲的“大定真空”或他标榜的“无”，而在于他明揭阴阳双修之法。

道教本有房中术之传统，内丹学兴起后，大谈龙虎交媾、阴阳抽添、结胎成丹，整个话语系统充满着性意象与性描述，取象男女，匹配铅汞。或云此乃象喻，用以形容人体内的阴阳两气自成圣胎。但也有人说这不是拟喻，本来就要匹配阴阳才能补亏为盈，故男女交媾乃实事而非虚说。如此，就分化为清修与双修两系。

北宗全真，本系出家道士，故多主清修，南宗则世多谓其为双修。实则南宗内部亦分两系。张伯端《悟真篇》以后，石泰、陈楠、白玉蟾属清修，刘永年、翁葆光、陈致虚、赵缘督便是双修的。

清修好抑或双修好？彼此互诋，相持不下。社会上虽因双修可能涉及伦理争议（例如采阴补阳，大户人家花钱买女孩做鼎器，或采女人月经炼制红铅等），主流舆论较支持清修，但双修亦不能绝。经典文献中也确实有不少地方是用清修法勉强解释不通的，如张三丰《无根树词》之三：“无根树，花正青，花酒神仙古到今。烟花寨，酒肉林，不断荤腥不断淫。犯淫丧失长生宝，

酒肉穿肠道在心。打开门，说与君，无花无酒道不成”，李涵虚注：“善炼己者，逢食便食，不另需索，故不断荤腥而荤腥已忘。见色非色，不恋娇娥，斯不犯淫欲而淫欲乃绝”，表明食色不必禁，只要不耽溺于食色即可。之四说得明白：“无根树，花正孤，借问阴阳得类无？雌鸡卵，难抱雏，背了阴阳造化炉。女子无夫为怨女，男子无妻是旷夫。叹迷途，太模糊，静坐孤修气转枯”。

李涵虚以后，柯怀经《养性编》痛斥“采阴补阳而用女鼎者”。汪东亭亦说：“三丰祖师云：‘万般渣质皆非类，真阴真阳正栽接’，又云：‘阴阳交，铅汞接’，要知是用本身铅汞栽接，切莫猜到女人身上”（《性命要旨》）。上阳子曰：“‘男子用女，固属无妨。女人用男，此大乱之道’，上古女真，果如是乎？罪过罪过！若谓神交体不交，气交形不交。请问入室之时若不动心，阳物可能硬乎？若谓男不宽衣、女不解带。请问过气之时，女子不脱裤，囊箭从何处送进阴户？男子不脱裤，阳物从何处插入囊箭？又谓‘五千四百生黄道，则是女子首经’，又‘内有血珠一粒，名金刚子，人得服之，即可成仙’，若果如是，则天下人皆做神仙，每人只要买一女子，候三日期到，即用嘴配合阴户舔之味之吸之吞之，……果如是乎？愚人愚到此，至矣尽矣”（《教外别传》），完全反对男女双修。

陈毓照早期承汪氏说，主清修法，其后逐渐发展其“人元阴阳双修体系”。所说甚为精微繁密，足供有心人参考。

若不涉及它的实际功法，仅就理论意义言之，则其说除正视双修之价值与意义外，技术上重新重视了阴跷，固精守阳、敲竹唤龟均须着意于此。其次是重提还精补脑，他称为醒脑通灵。此术不仅用于性交时，也可用于平日对肾功能的调理。

再者，他介绍如何将睾丸内性能量吸入会阴，再入尾闾，上升至玉枕、百会，流下舌中。这种情况，描述起来类似李涵虚之转河车。但转河车时，这个元精的感觉是热的，所以说它：“霎时间真气温温，从尾闾骨尖两孔中，透过腰脊，升至玉枕，钻入泥丸”，又称它是“阳火”（《三车秘旨》）。陈毓照所感觉的睾丸中性能量却是冷的。这是他与李涵虚极为不同之处。

我以为他这种说法或是由魏尧处衍来。魏氏描述行功时：“阳生先到四肢，感觉甚灵，即觉四肢酥麻，此外象也。到此时，须定在外边，即‘凝神入气穴’之谓。此时感觉玄空中，有一团氤氲之气，微微凝聚。此时心已觉知阳生矣，……必须定在虚中，将神凝入氤氲之气中。少时阳物缩回，玉液

自降，此液由气而化，自顶下到丹田。此凉液最为宝贵，遍体清凉，心中快乐，难以言喻。……到此而周天一度矣”（《十五讲》），已说玉液的感觉是凉的，与李涵虚不同。

也就是说，整个西派，理论内部是有变化的。他们的共同点，是藉旧文以阐新义，重在治身。炼养之法，系由玉液还丹入，期于金液大丹成。修持之道，则首在静心，以俟阳生，然后定之养之。在这个大匡廓之内，功法内容和对玄关、心、息、河车、玉液、金液之看法则不尽一致。对于是否可以阴阳双修，意见尤其两歧。过去，由于没有这样的文献集成，论西派者，或囿于闻见，或受限于师友经验，谈来谈去，总不免各执一端、管中窥豹。到现在才能通览全局，了解西派的发展过程，探索其内部的理论歧义，实在还要多谢陈毓照、张利民两位的辛劳。

己丑端阳写于北京小西天如来藏

张义尚(原)序

1988年10月，中国气功科学研究会第一届气功学传统理论学术研讨会，开会于青岛，见到了《西派功诀泄密（片断）》的论文，并于游览崂山的登山途中会见了供稿者陈天乐毓照先生，知道他是西派汪东亭先生一支传人，以余亦系西派别支门下，故当时感到分外亲切。可惜未能详叙。承先生不弃，斯虽彼此远隔数千里，鱼雁频传，受到不少教益和启发。

先生在文革后之气功热潮中，已于浙江成立了“中国东方无派气功研究院”，研究人体生命科学，发扬祖国宝贵文化遗产。为了进一步深入探讨发掘，现又汇集西派所有比较有价值的著作合为一编，命名《大江西派典籍汇编》，且以征求愚见。

据个人所知和史籍记载，李祖涵虚源出孙教鸾真人门下之郑朴山先生，后又于峨嵋山禅院亲见吕祖、三丰二真人。从李祖自著《道窍谈》《三车秘旨》《文终经》及注疏《无根树》、编次《三丰全集》等观之，确是参同、悟真之一脉。今陈先生承先启后，乐育英才，偃愚随喜赞叹之不暇，何用饶舌！

不过大道虽一，而法则无量，理虽一而诀则活。忆愚稚年多病，稍长，习练少林气功而获痊，因之深钻气功武术，涉猎丹经佛典，于道家之丹鼎派及藏密之无上瑜伽，尤饶有兴味。道家之性命双修，三个阴阳，形神俱妙；佛密之心气不二，即生即身，现证三身四智、虹体光明。他们都强调动静交练，勤修苦行，无为之后，继以有为，有为之后，复返无为，故道家有导引术，佛密有金刚拳，这都说明锻炼肉体之精气神以至还虚合道之重要；因性之与命，是二是一，身调则脉调，脉调则气调，气调则心调，所谓“脉解心通”故。何况衡以五祖七真之修行，其师同也，而各人所走之路，则并非一辙。例如北七真中之玉阳子王处一先生，隐于山东文登县之铁查山云光洞，先生夜立洞口，东临大海，偏翘一足而独立，如是九年，从无昏睡，卒成七真中之皎皎者；可见坐必双脚，行必金丹，胶执迹象，不知自解作活计者，

皆是自己画地自限也；又何况所谓金丹大药，能顿超无漏作真人者，亦不过同类阴阳中之至高至捷法门耳，若非积德累行，绝不能遇真师；苟无大德，至道不凝，即知亦难行乎！

须知佛法八万四千法门，法门堪以证果，道法亦如是也。二十一世纪，是人体生命科学的世纪，希有志修身者，以西派七字为南针，放开眼界，身体力行，并于外行方面，严格祛除我执妄念，随喜功德，恒顺众生，忏悔业障，与日常生活，打成一片，作生命科学之闯将，创人类美好之未来，庶不负毓照先生汇编问世之苦心也。

至愚昧无知之伪气功辈，禁人服药，不知医道同流、黄老并称，“金丹正是药中王”；见性明心，解脱证果，纯赖自悟；脱胎换骨，转变质能，专由苦行；道家南北东西中，印度八十四大成就，足以为证，仙佛不能代庖也。

愚学浅行肤，综上信手写来，语意不周，只是家里人说家里话，用以就正于先生；尤愿读先生之书者，大家携起手来，躬行实践，同登圣域，则幸甚矣。希共勉之！

谨序于古忠州镇蜗居之南窗

2000年6月18日