

丹道與易道

——內丹的性命修煉與先天易學

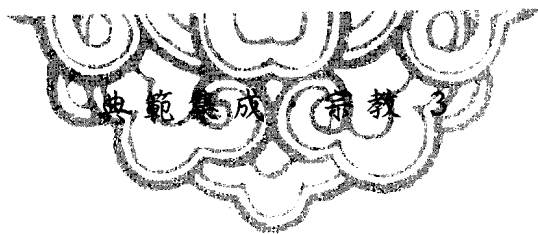


賴錫三 著



新文豐出版公司

國科會人文學研究中心補助出版



丹道與易道

——內丹的性命修煉與先天易學

賴錫三 著

新文豐出版公司

國家圖書館出版品預行編目資料

丹道與易道：內丹的性命修煉與先天易學／賴錫
三著。— 初版。— 臺北市：新文豐，民99.07
面； 公分。— (典範集成·宗教；3)
參考書目：面

ISBN 978-957-17-2114-9 (精裝)

1. 道教修鍊 2. 易學

235.2

99013022

典範集成·宗教3

丹道與易道——內丹的性命修煉與先天易學

作 者 賴 錫 三

發行人 高 本 釗

責任編輯 曾 小 瓔

出版者 新文豐出版股份有限公司

(總公司)臺北市萬華區雙園街96號

Tel: (02)2306-4629 Fax: (02)2302-3870

(業務部)臺北市中正區羅斯福路一段20號8樓

Tel: (02)2341-5293 Fax: (02)2356-8076

郵政劃撥 新文豐出版公司 01004426

電腦排版 柏羽數位科技有限公司

印 刷 新文化彩色印書館

出版日期 2010(民99)年7月初版

基 價 精裝 15.6 元

版權所有·翻印必究 (Printed in Taiwan)

新聞局局版臺業字第0649號

ISBN 978-957-17-2114-9 (精裝)

81000418 (精)

<http://www.swfc.com.tw>

e-mail: swfc@swfc.com.tw

凡有缺頁或破損者，請寄回更換

目次

導論	「內丹學」與「內丹易學」的同步建立……	1
第一章	從商周的「象卜」「數筮」到秦漢「數術」 系統的發展結構 ——從象數的商周義、《易傳》義到數術的「對 應宇宙論」……	39
一、	商代的龜卜象兆與互滲律的巫術思維……	39
二、	周代的筮占數測與道德人文精神的躍動……	50
三、	《易傳》的象數義、吉凶觀和聖人論……	59
四、	朝向漢代數術系統的「對應宇宙論」之發展……	75
第二章	易緯《乾鑿度》《乾坤鑿度》的「先天學」 與「後天學」 ——以神話的角度來詮釋易緯的道論、數術 和聖人觀……	83
一、	易緯的「先天學」與「後天學」……	83
二、	易緯的「道之三態」結構……	96
三、	易緯「先天學」的「超象數」內涵……	108
四、	易緯「後天學」的陰陽數術之學……	120
五、	易緯的聖人觀與文化觀……	129
六、	結論：易緯對內丹家的可能啓發……	136

第三章 《周易參同契》的「先天—後天學」與「內 養—外煉—一體觀」	139
一、丹道與易道之結合	139
二、「乾坤坎離」的宇宙生成論之結構與生化	146
三、「天地日月」的「對應宇宙論」之秩序軌則	149
四、「鼎爐、藥物」與「天地、陰陽」之同構對應	155
五、《周易參同契》的先天學	160
六、《參同契》的陰陽、外煉、內養之一體觀	174
七、結語	192
第四章 陳搏的內丹學與象數學 ——「後天象數」與「先天超象數」的統合	195
一、象數與超象數的爭論	195
二、陳搏的象數學與超象數學之迷	205
三、陳搏象數圖書學中的「超象數」之詮釋	214
四、陳搏學的「超象數」與「象數」之統合	237
五、結論	244
第五章 鍾呂丹法的易道與丹道 ——命修的象數與性修的超象數	249
一、鍾呂丹法的存有論結構與其對象數的界定	249
二、鍾呂丹法對象數的具體應用和超越	263
第六章 內丹學的「先天易」、「身中易」之秘密 ——以俞琰《易外別傳》為討論核心	325

一、前言：內丹學與內丹易學的隱晦性與一體性	325
二、從《易外別傳》的〈并敘〉、〈後記〉論內丹易學的全幅面貌	331
三、《易外別傳》的先天易學、環中之秘的分析	335
四、《易外別傳》的後天「身中之易」之分析	348
第七章 陸西星的丹道與易道	361
一、丹道與易道的關連性：道教先天易學的遺忘與重探之必要	361
二、《金丹大旨論》中的「圖」與「述」之分析和詮釋	370
三、結論：「道通爲一」的表達方式	411
第八章 陸西星的男女雙修觀與身體心性論	
——內丹男女雙修的批判性反思	413
一、先天與後天的顛倒關鍵：從《金丹大旨圖》的陰陽圖式談起	413
二、《周易參同契》的陰陽世界觀、藥物觀對陸西星雙修觀的影響	417
三、陸西星男女雙修觀的宇宙論圖式和身體觀基礎	426
四、男女雙修有爲採補前的道基資糧：煉己性修之無爲築基	432
五、無爲性修的空觀與命修採藥的時辰	438
六、性修的意識轉化歷程中之心、性兩層結構	443

七、心性工夫的結穴在於煉神：澄神、養神、凝神、藏神	449
八、結論：內丹男女雙修觀的一點批判性省思	458
第九章 論《太乙金華宗旨》的心性、身體、魂魄觀——內丹學的「氣、光」身心修證與冥契體驗	473
一、導論：《金華宗旨》的特殊遭遇與當代學術價值	473
二、《金華宗旨》的冥契存有論之結構	480
三、《金華宗旨》的天心玄竅與冥契存有論的關係	489
四、《金華宗旨》的心性論與魂魄觀	493
五、《金華宗旨》的工夫論與身體觀	501
六、《金華宗旨》的光之體驗—元神、祖氣、性光的三位一體	513
七、結論	524
第十章 內丹家的神祕主義——「精、氣、神、虛」系統下的道論與氣論	527
一、神祕主義的基本結構和表達系統的多元性	527
二、無極之道：無極＝虛＝歸寂無氣＝○（即道即無極即虛）	537
三、太極之道：太極＝神＝純陽一氣（即太極即元神）	551

四、天地之道：天地＝陰陽二氣＝識心	573
五、「玄關一竅」與太極（神）、無極（虛）、天地（識） 的關係	586
六、先天之氣與後天之氣	600
七、流動的身體和場所的身體	605
附錄一 榮格對西方鍊金術的神話、心理學詮釋 ——與彭曉《周易參同契分章通真義》的初 步對話	613
一、前言：榮格對鍊金術與丹道研究的意義	613
二、榮格對西方鍊金術的神話、心理學詮釋	615
三、彭曉《周易參同契分章通真義》與榮格詮釋的 鍊金術之對話	630
四、結論：《周易參同契》被轉譯成內丹與促成內丹 發展的機緣	642
附錄二 《夢溪筆談》〈象數〉門中的「象數」與 「環中」 ——論沈括的命理觀與象數觀	647
一、前言	647
二、「象數」在曆算、五運六氣範疇中的推算價值和 限制	649
三、「象數」與「超象數」在命理範疇的推算與神通 之意義	657
四、「超越象數」與「環中」	665

五、結論.....	671
參考書目.....	675

導論

「內丹學」與「內丹易學」的 同步建立

本書所涉主題有二：一是以艱難晦澀聞名的內丹，二是罕有學者觸及的內丹易學。前者因內證體驗、秘密傳承與語言迷霧等因素，造成內丹驪珠難被學術理性之光探照；後者則在前者的宗教體驗基礎上，以創造性詮釋姿態跨界到易學領地，蘊釀出內丹易學的奇異之光，但也因此造成了難上加難的探究困窘。平實說，對比於宋元明後的儒家理學、佛門禪學的現代學術研究景況，內丹研究水平明顯落後許多，從「內丹」（宗教體驗）到「內丹『學』」（宗教體驗的理解與詮釋）這一條智思省察之路，恐怕還有一段迂迴幽徑要走；然而宗教體驗再如何深奧神聖、不可言說，它終究也在歷史時空的語言文化脈絡中，有所「言不盡意」地隱喻（metaphor）了，或「立象以盡意」地象徵（symbol）了，據此便有了「指月之指」的語言軌跡可研究考察，甚至反省批判。換言之，宗教與語言之間各有屬於不同類型的「不即不離」關係，然而就算從「不即」的語言限制面說，也不必將宗教體驗設限為「絕對它者」的研究禁地，因為「不即」同時扣連著「不離」，如此便反而要求學者在辯證弔詭中儘量釐清其中的複雜關係。

因此，筆者不僅對內丹的宗教體驗有興趣，也對內丹學的

語言反思有興味，如此便走上了一條詩人佛洛斯特（R. Frost）所謂「人跡罕至」的道路了。本書將丹道與易道之路匯合起來，非是筆者好難或喜異，而是因為內丹宗教體驗的工夫和境界之完整說明，是不可能離開易學的，雖然這種意義的易學（如命修工夫涉及內丹義的象數易學，而性修境界更使開創出內丹義的先天易學），已是經由內丹家的創造性應用和詮釋了，但它既決定了內丹修煉的世界觀結構與身體圖式，再則它也為易學史的發展起了奇異的溯源新說，所謂「易外別傳」的伏羲未畫前之先天易源。總之，為求將內丹建立成一門嚴格意味的內丹學，內丹易學這個秘窟是一不得不探勘的寶地。因此，筆者不但走上人煙罕至的幽徑，也步入一條迷霧森森的冒險之旅。本書不敢說是完成冒險旅程所帶回的寶物，但可看成是這趟幽徑之旅的林中尋訪，行之既久，終也在體驗與語言交纏的迷宮中，拉出一條屬於自己的阿麗雅杜妮（Ariadne）絲線；循線往返，讓筆者不至於迷幻於雲深不知處。內丹畢竟隱晦，內丹易學畢竟玄秘，因此本書的線索指標也曲曲折折，然為避免讀者在一開始閱讀本書時，就掉入見樹不見林的困難，筆者實有義務在此導論中，預先交代本書各篇文章的基本內容，尤其是彼此之間的發展和結構關係，以及本書總體圖式的用意，以便將那條貫穿作者問題意識的曲折絲線，給拉拔出來。

除了那條問題意識的探索軸線之交代外，另一需要稍作說明的是詮釋方法。因為本書觸及多種領域的詮釋語彙，雖在運用的過程中，已隨文脈註解交待，但這種隨文附註的方式卻未能說明方法之間的過渡和轉譯如何可能？本書雖自覺選擇幾種詮釋方法來探討並建構內丹學，並嘗試將之熔為一爐，以企

圖為內丹學的現代性論述，提出整合式的說明效果；但這種跨域整合的詮釋運用，有必要預先澄清各種詮釋之間如何整合的基礎性所在。換言之，支撐本書橫面的論證結構，其所涉及的詮釋方法之基礎反省，也是導論所要交代的另一重點。

一、本書各章的問題意識和內容導讀

本書涉及問題主軸之一是探討：道教內丹家的先天學與後天學之發展和結構。所謂先天、後天，簡單說，「先天」層次是「先」於天地這一宇宙生成循環的本體之道，而「後天」就是天地本身這一宇宙生成循環層次。先天乃是內丹修煉家所渴求的超時空、超吉凶、超分別、超生死……的本體樂園，而後天則是就眼前時空限定、主客對立、吉凶禍福、變化循環、有生有死……的現象宇宙。用中國傳統哲學的概念說，先天乃是「道」的世界，後天則是「物」的世界；而內丹家的工夫和境界，也就在於從後天逆返先天、由物逆超回道¹。

內丹所以稱為內丹，乃在於其逆返的憑藉，已非外丹依賴金屬礦物一類的丹藥服食²，而是以人自身內在的精、氣、神

¹ 以上只是先澄清先天與後天，道與物，聖與俗的存有學區分 (ontological difference)，暫不涉及先天與後天的存有學隸屬 (ontological co-belongingness) 之問題。因為後者涉及圓融體系的境界表達，此圓境時強調聖與俗的二分架構將被統合超越，這尤其在東方義理系統中特別明顯。此問題，本書亦將隨文有所討論。總之，存有學差異強調的是道與物的區分；存有學隸屬則強調道與物的統一；基本上，內丹家著重的是先天、後天兩層世界的存有學區分或差異。

² 對於丹砂等礦物的神秘信仰，乃是淵源流長的傳統，此如在考古學上所發現的現象：礦石、丹砂、金玉等，幾乎早在新石器時代就成為墓葬品，

為提升轉化的關鍵³。內丹家以自身精、氣、神為修煉對象的內藥典範（paradigm）之轉向⁴，可以說，一方面批判了漢唐以來的外丹服食之主流外藥典範，另一方面也修正地繼承了《周易參同契》的內養外煉一體觀的典範，並部分遙承了老莊的性養內修的典範⁵（其中細節詳見本書）。

並與來生的死後延續發生著密切的關係。參見李零，〈煉丹術的起源和服食、祝由〉，收入李零，《中國方術考》（北京：中國人民出版社，1993），頁 288-298。另外勞榘也說：「依照丹字字形的結構，中間一點是代表朱砂，而四周包圍的部分是代表包圍朱砂的礦石。這個丹字是一個非常古老的字……在中國，從新石器時代的墓葬，經過了殷墟時期，再轉到春秋戰國，從考古的發現，證明了朱砂被採用的普遍情形……朱砂這種朱紅色彩，被古人特別欣賞……當然也有對朱紅設想上的神祕成分。」見〈道教中外丹與內丹的發展〉，收入《中央研究院歷史語言研究所集刊》第 59 卷第 4 期（1998.12），頁 977-978。

³ 目前最早有關內丹一詞的文獻記載有二：一是梁·釋慧思《南岳慧思大禪師立誓願文》：「願得深山寂靜處，足神丹藥修此願，藉外丹力修內丹。」另一是《羅浮山志》記載蘇玄朗曾對弟子說：「『靈芝在汝八景中，盍向黃房求諸？諺云：天地之先，無根靈草，一意制度，產成至寶。此之謂也。』」後作《旨道篇》以曉諭門弟子，自此道徒始知內丹矣。」暫且不考慮上述釋慧思與蘇玄朗語脈下的內丹到底何義，但至少他們都轉向以人自身的內在為修煉對象；若以後來內丹家的觀點來看，丹要不就是指上中下三丹田一類，要不就是指精氣神三藥物一類，要不就是指修煉到心性意識與身體能量合一的圓滿境界這一類。

⁴ 據孔恩的觀點，典範是屬於世界觀層次的基本預設，所以典範間有其不可共量性的特質。換言之，內丹家基本上會認為內丹是以人自身的內在空間為鼎爐，而這一內在鼎爐的世界，已和外丹所投射的外在鼎爐不可同日而語了，所以內丹家對外丹基本上有一定程度的批判性。參見孔恩（Thomas Kuhn）著，程樹德、傅大為、王道遷、錢永祥譯，《科學革命的結構》（臺北：新橋譯叢，1991），頁 165-190。

⁵ 關於內丹和老莊道家的關係，筆者認為可以從存有論、工夫論、身心境

就上述這一點，還有必要再加以說明。首先，本書的問題意識和發展脈絡，是以所謂萬古丹經王的《周易參同契》為中心；因為在歷史事實的層面上，《周易參同契》確實在外丹轉向內丹典範的演變過程中，佔有相當重要的關鍵性地位。幾乎歷來重要的內丹家都曾直接注解或必間接引論《周易參同契》的觀點，並試圖透過這一經典的再詮釋活動，一方面建立內丹家自己的理論系統，另一方面使得《周易參同契》成為一部內丹作品的丹經王。然而，據本書對《周易參同契》的研究和詮釋，筆者認為《周易參同契》的修煉典範，既不是一味偏向燒煉服食的純外丹著作，也不是完全內修的純內丹著作，而是以外煉和內養為一體的綜合式典範⁶。而且，它影響深遠的另一重要課題則是，《周易參同契》是第一部將煉丹與易經卦爻象數結合，結果使得煉丹從純粹技術昇華為具有理論高度的第一部作品⁷，而且從此以後，也就開啓了丹道和易道的不解之緣

界等核心主題中，找到許多連續性的足跡。參見拙文，〈《莊子》精、氣、神的工夫和境界——身體的精神化與形上化之實現〉，收入《莊子靈光的當代詮釋》（新竹：清華大學出版社，2008），頁119-166。

- ⁶ 所謂內養—外煉一體的綜合式典範，絕不是讓《周易參同契》一書，成為了非自覺、允許矛盾的雜採叢書，相反地，筆者認為《周易參同契》的作者自覺地以內養—外煉為一體來契入神仙之道，兩者在作者心目中並非矛盾不可融通，詳細論證，參見本書第三章〈《周易參同契》的「先天—後天學」與「內養—外煉」一體觀〉。
- ⁷ 王明指出：「所謂金丹思想，指論修煉金丹服餌金丹而言，欲明金丹理論正式成立於《參同契》。最簡便之法，莫如證說《參同契》以前無成熟之金丹思想，有之亦似鑄金之事黃冶變化之類，未可遽認為金液還丹之祖也。」〈《周易參同契》考証〉，收入王明編，《道家 and 道教思想研究》（北京：中國社會科學出版社，1990），頁275。

8。換言之，《周易參同契》在易學史上、道教史上、尤其在易學和內、外丹史的關係上，可以說佔據了最重要、甚至關鍵性的意義和地位。

本書認為：《周易參同契》除了承繼易傳天地陰陽的宇宙生成之論述，並以坎離二卦來開發陰中即陽、陽中即陰的動態生成之結構，更重要的是將易學的卦爻象數，運用到燒煉丹藥的火候中。如此一來，便形成《周易參同契》將黃老養性內修與丹藥外煉服食融為一爐的外煉、內養一體觀；並且在外煉的火候調御上，運用易學的卦爻象數之觀念，及漢代那種對應宇宙論的數術系統⁹，以期在符應天地（大鼎爐）的感應原則下，援引天地之氣來助成鼎爐（小天地）的丹藥煉造。

比較起來，漢唐那些不用易經卦爻象數的外丹作品，基本上都比較傾向於技術性的操作，缺乏《周易參同契》的理論性高度。雖然在唐代中晚期之後，外丹由於操作和服食的雙重失敗挫折，曾試圖在理論層面上進一步解釋丹藥之性質，以企圖安頓求仙不成的不安焦慮，此時，才大大地援用了《周易參同契》的丹藥元氣論，結果使得在魏晉六朝沉閤三、四百年的《周

⁸ 據陳國符考證，在《參同契》前後之際的古丹經並不使用易理，如：「太清金液神丹經（西漢末東漢初出世）、黃帝九鼎神丹經或九轉流珠神仙九丹經（亦於西漢末東漢初出）。……以上諸古丹經皆不用易理。東晉葛洪抱朴子金丹篇黃白篇，皆不用易理。」陳國符，《道藏源流續考》（臺北：明文書局，1983），頁352-353。

⁹ 關於《周易參同契》燒煉火候與漢代數術對應系統的關係，參見王明，《〈周易參同契〉考証》一文，另參見張廣保，《〈周易參同契〉的丹道與易道》，《宗教哲學》，第4卷第3期（1998.07）。

易參同契》重獲天光¹⁰。有趣的是，此書一旦復甦而得開光，從此便躍上另一主流舞台，約在唐末五代後，漸漸成爲內丹家心目中的萬古丹經王。從此內丹家乃特尊《周易參同契》的內養面向，徹底將原本外煉服食的語言轉譯成內煉的隱喻，而原本外煉的卦爻象數之火候系統，也就同時被轉化成內煉的火候系統。總之，在內丹家性命雙修的原則下，《周易參同契》引內養性的面向在內丹家的性修中得到了保存和發揚，而《周易參同契》的外煉語言和火候系統，則在內丹家的命修系統中得到了典範轉譯和隱喻代換。所以筆者才會強調，內丹家批判了外丹的典範、修正地繼承了《周易參同契》的外煉內養一體觀之典範。

《周易參同契》原本是想藉由外煉服食和引內養性雙管齊下的方式，來達到後天返先天的效果。外煉服食是想直接造成身體的轉化，而引內養性則是想透過心性的提昇並帶動身體的轉化。總言之，在這兩者加乘作用的帶動下，以期造成身體與意識的提昇轉化，而達致神仙的先天境界¹¹。換言之，《周易參同契》雖承繼了易傳宇宙生成論的天地陰陽之論述，及運用其象數觀念和漢代所形成的數術對應系統；但是它畢竟不同於易傳式的儒家立場，它的終極目標並非要在天地這個時空場域

¹⁰ 參見盧國龍，〈《參同契》與唐宋內丹道之流變〉，收入《道家文化研究》第11輯（北京：三聯書局，1997年10月）。

¹¹ 要注意的是，《周易參同契》所謂的神仙長生，並不是指一般漢代那類肉體長生久視的神仙，而是一種精氣神狀態。所以《周易參同契》的外煉服食和引內養性，實關連到元氣化的回歸和提昇，也就是在元氣論的共通基礎上，才使得其修煉典範，不以外煉和內養為矛盾二途。詳細討論，請參見本書第三章。

中去建構歷史文化，而是要回歸先天的本體場域¹²。可見《周易參同契》雖具有宇宙生成論的天地陰陽之論述，而且也利用象數卦爻於外丹伏煉的火候中，但它的終極徼向仍在於超越天地、超越陰陽、超越象數。這也是《周易參同契》雖運用象數於煉丹術，終究又超越了象數¹³。

同樣地，內丹家雖然修正地承繼了《周易參同契》的典範，而將天地陰陽層次的象數火候系統轉化到內煉中的命修系統來，但內丹家性命雙修的終極境界，仍然是在超陰陽、超象數的先天本體境界。有趣的是，內丹家雖然儘其可能地利用象數在宇宙生成論中的觀念和意義，並運用象數所形成的對應數術系統於命修的火候中；然而當內丹家達致先天境界時，卻又回頭過來挖掘並開發易學的基礎源頭，強調超越陰陽之易、回歸太極還未分化為陰陽之前的先天風光，也就是宣揚伏羲未畫前的先天易之課題，而這是現本易經、易傳系統所缺乏或遺忘的，故內丹家在此乃宣稱有一「易外別傳」的秘學有待揭露。可見，宋元之後所興起的先天易學、易外別傳之溯源和新說，就是在內丹宗教體驗和世界觀圖式的啓發下，所發展出來的創造性詮釋，而其中的關鍵者就是內丹祖師陳搏¹⁴。

¹² 關於易傳式的儒家立場，參見本書第一章〈從商周的「象卜」「數筮」到秦漢「數術」系統的發展結構——從象數的商周義、《易傳》義到數術的「對應宇宙論」〉。另外，關於《周易參同契》的終極立場，請參見本書第三章。

¹³ 關於《周易參同契》的先天學和超象數的討論，參見本書第三章。

¹⁴ 詳細情形，請參見本書第四章〈陳搏的內丹學與象數學——「後天象數」與「先天超象數」的統合〉。