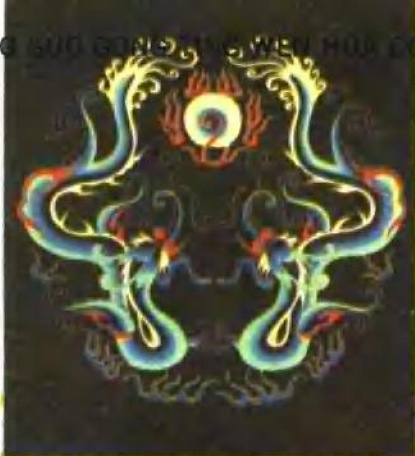


ZHONG GUO GONGTING WENHUA CONG SHU



李国荣

DI WANG YU LIAN DAN

帝王 与炼丹



中国宫廷文化丛书

版社

中国宫廷文化丛书

95
K220.9
47
2

帝王与炼丹

李国荣



中央民族大学出版社

C

092536

[京]新登字 184 号

责任编辑:柯彦

封面设计:世良

帝王与炼丹

李国荣

※

中央民族大学出版社出版

(北京西郊白石桥路 27 号)

(邮政编码:100081 电话 8420077—2447)

全国各地新华书店经销

华利国际合营印刷有限公司印刷

787×960 毫米 32 开 15.5 印张 300 千字

1994 年 4 月第 1 版 1994 年 4 月第 1 次印刷

印数:10000 册

ISBN 7—81001—367—X/K·63

定价:8.80 元

20
0.0588

《中国宫廷文化丛书》编委会

主编 王树卿

策划 公 白

编委 王树卿

邱 立

建 新

方 舟 公 白

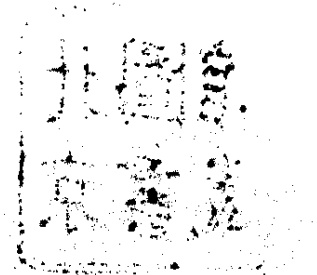
张 山 柯 彦

晓 兰

(以姓氏笔划为序)

宫廷是一种独特的文化形态。它以鲜明的界限和丰富的内容，构成认识古代社会的一个必要的窗口。

——策划手记



前 言

炼丹，一个玄奥诡秘的历史课题。它让多少帝王走火入魔，喜怒笑骂尽在其中，长生不老的企求总是伴着服丹丧命的悲剧在帝王之家屡屡重演；更有多少烧炼方士，或由献丹获宠而饱享富贵荣华，或因丹毒发作害了天子而招杀身之祸；还有多少皇家儿女、达官显贵、儒士文人，竞相交结道家迷恋丹术，乃至出尘脱俗进山修炼……炼丹将迷信与科学融于一炉，既有荒唐戏，亦有古科技，古人纷说，今人常议。

本书依据翔实的历史典籍与可靠的宫中医档，沿着历史的足迹，追寻丹道仙学在皇家宫苑的神幻踪影，备述两千年帝王炼丹求仙之秘史珍闻，读者览罢，当是余味无穷。

BA1/07

目 录

前言	(1)
绪章 玄奥诡秘的方术——炼丹	(1)
何为炼丹	(1)
丹与道	(10)
历代帝王是丹家最大的顾主	(14)
《西游记》《红楼梦》及“八仙”中的炼丹术	(21)
炼丹术的西传	(26)
第一章 从黄帝炼丹到秦皇汉武求仙 ——丹术的孕育萌发	(31)
黄帝炼丹访道的传说	(31)
燕齐“三神山”与荆楚“不死之药”	(37)
秦始皇“尚采不死药”	(44)
汉武帝自信“人也能成仙”	(55)
“万古丹经王”魏伯阳及其他两汉炼丹家	(66)
第二章 乱世帝王崇仙好丹尽百态 ——丹术扎根帝王家	(81)

曹操遍召天下方士	(81)
孙权召请葛玄方山炼丹	(90)
晋哀帝中毒“长生药”贾皇后命丧“金屑酒”	(96)
炼丹史上的辉煌人物——葛洪	(105)
刘宋小朝廷与道士陆修静	(135)
梁武帝赞助陶弘景茅山炼丹	(143)
北魏太武帝宠遇道士寇谦之	(152)
隋炀帝怒斩炼丹不成之嵩高道士	(165)
第三章 服丹升天的李唐六帝	
——发生在炼丹的“黄金时期”	(173)
“老子乃朕之始祖”	(173)
天竺丹药葬送唐太宗	(178)
“合还丹”的唐高宗与制“药金”的武则天	(188)
“慕长生”的唐明皇与“服杏丹”的杨贵妃	(202)
中晚唐相继丧命于丹药中毒的五位皇帝	(235)
从韩愈痛撰墓铭李白作诗吟丹说开去	(248)
“黄金时期”的炼丹业	(256)
第四章 宋元帝王的炼养双修	
——内丹大盛外丹犹行	(299)
五代君王“合炼仙丹”各显神通	(299)

宋初太祖太宗的崇道好丹·····	(304)
重道法轻炼养的宋真宗·····	(309)
索取“灵丹”自称“道君”的宋徽宗·····	(314)
宋理宗与《太上感应篇》·····	(322)
道人方士与后金的君主、元妃、女官们·····	(327)
一代天骄求长生雪山行宫召处机·····	(332)
忽必烈惟道必求广交众教祖·····	(336)
大放异彩的宋元内丹业·····	(342)
下坡路上的宋元外丹业·····	(367)
第五章 恋丹无悔的明清帝王	
——丹术衰而未亡·····	(387)
明太祖朱元璋对“金火大丹”的矛盾心态·····	(387)
永乐大帝朱棣心系武当张三丰·····	(395)
仁宗服丹致死与宪宗以丹纵欲·····	(403)
明世宗与他的“点化银”“灵芝山”及“仙药”“红铅”“秋石”·····	(409)
光宗“红丸”丧命及其他·····	(422)
清世祖交高道三赐紫衣康熙帝雅兴大西苑炼丹·····	(430)
死于丹药中毒的最后一位皇帝——雍正·····	(440)
炼丹术的回光返照·····	(467)
后记·····	(483)

绪 章 玄奥诡秘的方术 ——炼丹

何为炼丹

炼丹是道教企求长生不老的一种修炼方术。这是一个玄奥诡秘的历史课题。严格说来，丹又有外丹、内丹之分。

何为外丹？

外丹，是指以丹砂、铅、汞等天然矿物石药为原料，用炉鼎烧炼，以制出服后不死的丹药。因为丹的本意原指丹砂，丹砂是外丹烧炼的主要原料，所以人

们通常所说的炼丹术，往往在习惯上指的即是外丹。道家宣称，服食丹药可却病保生，不死成仙，故外丹术又叫仙丹术。炼丹方士们大多迷信服食黄金可致长生，说“服金者寿如金，服玉者寿如玉。”他们认为，自然界中的金和玉都是不容易发生朽坏变化的一类物质，服食金玉，就能把金玉的稳定性质转移到人体，人就可以不朽长生了，而且，仙丹炼成的标志之一，就是它能点铁成金，或者点铜成金、点锡成金等等，“金成者，药成也。”所以，汉魏以来，炼金制银一直是外丹术的重要内容。由此，外丹术又叫金丹术或黄白术。

中国古代外丹术，源远流长，代不乏人。战国时期，方士们四处寻求“仙药”，是炼制丹药的前奏。至迟在公元前2世纪的西汉武帝时，已有了炼丹术，司马迁的《史记》有方士“事化丹砂诸药齐（剂）为黄金”的明确记载。东汉炼丹家魏伯阳撰著《周易参同契》，这是世界上现存最早的一部炼丹著作，影响久远。东晋大炼丹家葛洪，可算是古代炼丹史上的一个关键性人物，他的《抱朴子内篇》集汉魏以来炼丹术之大成，把炼丹理论推向了高峰。葛洪之后，另一位重要的炼丹家是梁朝的陶弘景。隋朝有苏元明。唐朝是外丹术的“黄金时期”，炼丹活动达到鼎盛，其炼丹流派繁多，炼丹理论丰富，以孙思邈等为代表的一批炼丹家异常活跃。宋元时期，由于人们对丹药毒性的认识和内丹术的崛起，外丹术逐渐走了下坡路。但直至明清，外丹术仍是衰而不亡。

道家方士烧炼金丹，一般都有师承传授，在炼什

么丹，以什么药物为主要原料等问题上，往往各有主张说法，由此形成了外丹的不同流派。大致讲，外丹术有三大派别：

一是主张炼制和服饵黄金、丹砂的金砂派。这一派历史最久，据晋代炼丹家葛洪《抱朴子内篇》载，其传承关系是汉末著名方士左慈传给葛洪的从祖父葛玄，葛玄复传郑隐，郑隐再传葛洪。此后，南北朝的陶弘景、唐代的孙思邈、张果等大炼丹家都属此派。金砂派认为，丹砂是“益人万倍于五谷”的上品神药，烧之愈久，变化愈妙；黄金入火，百炼不消，埋之毕天不朽。服此二物，炼人身体，故能令人不老不死。

二是主张以铅汞为至宝大药的铅汞派。其发端至迟可追溯至东汉魏伯阳，中经隋代苏元明重新发挥《周易参同契》之太易丹道，至唐代达到鼎盛，唐时属于此派的炼丹家有郭虚舟、刘知古、金陵子等一大批人。宋时炼丹家程了一也属此派。这一派炼丹家“只论铅汞之妙，龙虎之真”，宣称“唯有铅汞可造还丹。”

三是主张用硫黄和水银合炼以求神丹大药的硫汞派。此派兴起于唐，宣扬“硫黄是太阳之精，水银是太阴之精，”二者合炼，乃为“大药之祖，金丹之宗”。

在炼丹史上，外丹术的三大流派，既彼此攻讦贬斥，又相互吸收融合。

不论哪种流派的外丹家，其目的都是一个，即用炉鼎烧炼方法合成“长生不死”的丹药。道家方士炼丹，有一套神秘仪式和众多禁忌讲究，一般是寻觅清静幽僻的名山作为炼丹处所，入山之后，选好炼丹地

点，依次作屋、筑坛、安炉、置鼎（即安置于丹炉内的药物烹炼室），调配药料，然后便可升火炼丹了。炼丹过程中，火候即丹炉温度的控制至为重要，所谓“万卷丹经，秘在火候”，“凡修丹最难于火候也”。一炉大丹，一般需一年炼成，但在时限上也不尽一致。丹成开鼎，须斋戒沐浴，虔诚祷告。取丹之后，也不能马上服食，还须大祭天地鬼神一番，以示神圣。

“服食求神仙，多为药所误。”外丹术企图通过烧炼神丹大药以求成仙不死是荒唐可笑的，这是根本不可能实现的幻想，因为人总是要死的，不可能长生不老。因此，作为一门学科，外丹术是建立在一种荒诞的反科学的理论基础之上的。而且，就丹药本身而言，从它产生的那天起，不仅没有给人们带来延年益寿的好处，相反，“欲求长生，反致速死”，服食丹药的人往往提前结束了性命，原来所谓的神丹大药竟带有毒性。科学地说，丹药中所含有的铅、汞、硫、砷等一类物质，都是含有毒素的。铅，服后可导致人的性格改变，神经错乱。汞（即水银），中毒后手脚发麻，口腔麻痹。硫和砷，其氧化物都是剧毒。正因如此，自古以来，从帝王百官到道士女冠，服丹丧命者数不胜数，仅是唐朝，就有唐太宗等6位皇帝死于丹毒。对于丹药的毒性，历代有识之士和一些冷静的炼丹家早有认识，唐时《玄解录》说：“金丹并诸石药各有本性，怀大毒在其中。”北宋沈括等人更明确提出，对金丹大药“不可不戒”，“生金有毒，至于杀人。”从这个角度上讲，旨在长生的丹药无异于害人的毒药。

炼制和服食丹药以求长生不老是荒唐的宗教迷信，然而，真理与谬误往往仅是一步之差。在将近二千年的烧炼实践中，很多虔诚的方士放性岩岭，逸志林泉，曾长期奋斗于深山古观，在与烟尘、毒气进行搏斗中，他们意想不到地在客观上孕育了原始科学，为古代科技的发展作出了诸多贡献。

在化学方面。炼丹家们在长期的炼丹活动中，利用各种各样的试验手段，接触和研究的是物质变化的客观规律，从事的是改变物质属性的原始状态的化学实验工作。长期的炼丹实践使他们记录和总结了不少朴素的化学知识，为近代实验化学做了奠基工作。炼丹家们在漫长的时间里，不断摸索并逐渐总结和掌握了关于汞的制取还原，升汞、甘汞、汞齐的制做的汞化学知识；关于炼制铅霜、铅粉、铅丹的铅化学知识；关于精制硫黄的硫化学知识；关于升华雄雌二黄、炼取砒霜、制做单质砷以及利用红铜与铁促使丹砂的分解、利用炭作为丹砂的还原剂等方面的化学知识。特别是，中国古代四大发明之一火药，也是出于炼丹家之手。火药的基本成份硝石、硫黄和炭是炼丹家们常常使用的东西，东晋葛洪、南北朝陶弘景都有这方面的记载。到了唐朝，炼丹家孙思邈便有了明确的火药配方，火药遂从丹炉走向社会应用，走向唐末战争，走向西方。由此可以说，炼丹术是近代化学的“原始形式”，古代炼丹家是近代化学的先驱。

在医药学方面。本来，炼丹家的目标是制作长生不死的丹药，医药家则是研究却病延年的药方，一个

是幻想，一个是科学，可在古代，他们的炼制方法却是相同的，彼此常常相互借鉴利用，更有趣的是，古代炼丹家中有不少人，其本身就是我国历史上著名的医药家。如东晋炼丹家葛洪所著《肘后备急方》，提出了不少治疗疾病的药物和方剂，记载了天花、肺癆、麻瘋等病状，其《抱朴子》中的“仙药”、“极言”篇，对医药学有着卓越的见解和贡献。南朝梁时炼丹家陶弘景著有《本草经集注》7卷，订证魏晋以来本草学中之种种舛谬，并吸收了历代名医的宝贵经验，是对我国医药学的第一次总结，成为一部药物学名著。他还撰有《药总诀》、《肘后方一百》、《效验方》等医药方面的书。唐代炼丹家孙思邈被后人奉为“药王”，其《千金方》是我国最早的一部临床实用医学百科全书。整个看来，中国古代医药化学成就主要是从炼丹的活动中取得的，人工合成的矿物药剂的最早丹方也主要见于炼丹家的著述。

在冶金学方面。炼丹家们在点化“药金”、“药银”过程中，发明了砷白铜。最早是西汉茅山派炼金术，以雄黄为药剂，炼制“丹阳伪金”；后来隋代炼丹家苏元明提出以伏火砒霜“点铜成银”，这实际就是砷白铜。到了唐代，炼丹家炼制砷白铜（药银）的技术则已相当成熟，丹书多有详尽记载。在冶金史上占有一席之地之“灌钢”法，是梁代陶弘景在炼丹中发明的，他记录了“杂炼生铁（生铁与熟铁混炼）”等制钢的技术。另外，水法炼铜技术，原本也是由炼丹家的“点金术”发展而来的，唐时已推广为一种产铜的工艺，

两宋时进一步发展为胆水浸铜，此乃现代水法冶金的先声。

外丹术就是这样，把迷信与科学融于一炉。

何为内丹？

内丹，是通过内炼以求养生延年长生久视的一种修养方术。内指身体内部，丹指小而圆的精神意识的产物。内丹家认为，维持人之生命惟精、气、神而已，若能保持精、气、神常住身中，人就会不老不死。炼内丹就是把人体的某些部位比作炉鼎，以精、气、神为对象，掌握其运行方法，经过一定的炼养步骤，使精、气、神在体内聚凝不散而成丹，便可求得长生。这种功法，就叫内丹术。内丹，在古书里也称内象、阴丹、内气等等。

内丹术源于古代行气、导引、守一、胎息等炼养方术，其修炼方法与今天人们所说的气功大致相通。内丹术的渊源，可追溯到战国和秦汉之际的气功养生。这个时期的有关典籍，或言“导引蓄气”，“可以治疾”；或言“养气自守”，“性命可延”。其炼气方术有服气炼气、吐纳导引、静坐调息等多种。东汉时有魏伯阳的炼丹专著《周易参同契》，因内丹与外丹的炼养过程相似，术语相同，而有人把此书视作内丹著作，不管怎样，后来的内丹炼养理论确是从这部书中引伸发挥出来的。到了魏晋南北朝和隋唐时期，在与外丹术发展的同时，行气、运气和布气的炼养方法日渐丰富。《黄庭经》、《养性延命录》、《坐忘论》、《天隐子》等道家经籍，提出了日渐充实而完整的内丹理论。“内丹”之

名，就是在隋代开始正式出现的。但隋唐时期，外丹盛行，内丹不著。由于外丹在漫长的历史进程中不见长生效用，却屡伤人命，在唐朝尤其突出，于是自五代开始，以外丹术的衰微为契机，内丹术应运而勃兴。内丹渐渐成为道家的占居上风的主要炼养术。

现在一般地认为，唐末五代时期的钟离权、吕洞宾是内丹学说的代表人物，是宋元内丹流派的祖师。在《钟吕传道集》中，总结了各种修炼方法，把内丹等修炼的成果分为自低至高的五种仙，而以“天仙”为内丹所期的最高目标，宣扬内炼成功，精、气、神在丹田中凝成不坏的“阳神”，可从顶门上自由出入，飞升天界，从而自主生死、超出生死。钟、吕二人阐发的内丹旨要，影响深远，在他们之后的道家隐士的内丹修炼中，一直占据着主导和支配地位。宋元时期，内丹派虽分为南北二宗，但他们都尊奉钟离权、吕洞宾。以张伯端为代表的两宋内丹派南宗，主张先命后性的功运丹法，不提倡出家。张伯端的《悟真篇》，把内丹功法用诗、词、赋的形式阐发出来，把内丹口诀、炼功体会含蓄地道破，促进了内丹的盛行。以王重阳为代表的金元内丹派北宗，亦即全真道，主张先性后命的清修丹法，强调苦炼心性，清修自苦，不娶妻妾。元时，内丹派南宗逐渐合流于全真道北宗。全真道的内丹功法，一直流传至明清。今天修炼内丹术的道士或居士，大多是全真道的传人了。

有关内丹修炼的功法，据内丹家解释，修炼的药物——精、气、神，是指人体先天秉赋的元精、元气、

和元神。精是基础，气是动力，神是主宰。修炼内丹一般分为四个步骤，首先是筑基，即保养身体，打好丹鼎的基础；第二是炼精化气，主要是以精气为丹药，用意识去导引，去推动它形成初步的凝结；第三阶段是炼气化神，使精、气、神凝结为一，结成圣胎，可以在体内循行；最后阶段是炼神还虚，据说丹药炼成后，可从脑户出入，化为身外之身，永世长存。

内丹功法的关键，在于运转大小周天，就是指在精神意志的导引下，运丹药沿任督二脉循环。先从背面经过督脉上升，称为通三关，即通过尾闾、夹脊、玉枕三个部位，然后沿着前面三丹田下降，三丹田指脑部泥丸、胸部黄庭和腹部脐内。通三关，内丹术语称为“进火”；降三田，内丹术语称为“退符”。内丹家们认为，人身就是一个小天地，天行一周三百六十度，所以称作周天功法。

修炼内丹是在精神意识的严格控制下进行的，因此最忌意散，必须做到视听言行均中正无邪，提倡清静无为，寡欲远烦。通过修炼归于静虚，达到销魂忘我的境地。

修炼内丹，确实具有不可思议与不可言喻的功效。最明显的是，炼丹成功之后，从心理行为上超凡脱俗，造就了冷静、豁达的气质，更普遍的是，增加了体力，使身心健康，精神倍增，有病治病疗病，无病却病防病，可收养生延寿之功。历史上，修炼内丹的高道多是百岁以上的老寿星。

旨在修身养性的内丹，是我国传统文化的一份宝