

超無為以自清

中國道教

徐兆仁◎著

道教是中國盛行的各大宗教中，
唯一產生於中國本土的宗教，
它蘊含著豐富的東方型哲理與中國傳統智慧，
也深深地薰陶並影響著中華文化。



中華文化寶庫·宗教類 035

超無為以自清

——中國道教



徐兆仁 著

超無爲以自清——中國道教

著者：徐兆仁

發行人：許燦輝

責任編輯：王延蕙、李冀燕

出版者：萬卷樓圖書有限公司

台北市羅斯福路二段 41 號 6 樓之 3

電話(02)23216565・23952992

FAX(02)23944113

劃撥帳號 15624015

出版登記證：新聞局局版臺業字第 5655 號

網站網址：<http://www.wanjuan.com.tw/>

E-mail：wanjuan@tpts5.seed.net.tw

經銷代理：紅螞蟻圖書有限公司

台北市內湖區文德路 210 巷 30 弄 25 號

電話(02)27999490

FAX(02)27995284

承印廠商：晟齊實業有限公司

電腦排版：浩瀚電腦排版股份有限公司

定價：200 元

出版日期：民國 90 年 6 月初版

(如有缺頁或破損，請寄回本社更換，謝謝)

◎版權所有 翻印必究◎

ISBN 957-739-354-3

總序(一)

林慶彰

根

據較新的考古報告，中華文化至少有八千年以上的歷史，影響所及的地區包括台灣、韓國、日本、越南等地，而構成如血親關係的中華文化圈。台灣雖與中華文化的母國有百年之久的隔絕，近來，政府高層更倡行「兩國論」，表示在政治上已一邊一國，但文化的臍帶，則很難加以剪斷。

也因台灣與中華文化有這種血緣關係，了解中華文化的豐富內涵，也成了台灣人一種不易拋卻的責任和義務。撇開這點不談，要了解中國的一動一靜，也應從最基礎的中華文化入手，才能掌握中華文化圈的相同點和相異性。這是一種「知己知彼」的工夫。國人應有這種寬闊的心胸，才不會侷限了放眼中國的視野。

要了解中華文化的方式有很多，可以直接到中國參觀考古出土的各種遺

迹，也可以觀賞山川的秀麗，更可以在大街小巷或窮鄉僻壤，訪視民情，也可以從古聖先賢留下的幾萬種圖書中去尋找，但這都不是最簡便的方法。如果能將中華文化的內涵，分門別類，每一門類請人撰寫簡易的人門書，應可收事半功倍之效。民國二、三十年間，王雲五、傅緯平主編的《中國文化史叢書》四十餘冊，則具備了這一構想的雛形，也發揮了傳播中華文化的作用。

但這套書的內容稍嫌深奧，且有不少書已嫌過時。爲了讓全世界想了解中華文化內涵的讀者，有更簡易、更全面性的人門書，我邀請了北京中國歷史博物館的劉如仲、李澤奉先生主編一套兩百冊的《中華文化寶庫》。

這套書完成後，台灣雖有出版社出版任繼愈主編的《中華文化史知識叢書》九十冊；劉如仲、李澤奉主編的《中國文化史叢書》六十六冊，但涵蓋面都不及這套《中華文化寶庫》。這套書即將陸續出版，是想全面了解中華文化最簡易的人門書，值得向讀者推介。

西元一九九九年八月 序於中央研究院中國文哲研究所

總序(二)

劉如仲 李澤奎

應

臺灣萬卷樓出版公司之邀，我們主編了這套《中華文化寶庫》。其以數千年來中國歷史、文化的內涵為主體，分類編選，圖文並茂，文字力求實而不華，簡明易懂。本套書大類爲人物、思想、經濟、科學、宗教、文化、文學藝術以及社會風俗等方面。時間從遠古到清末。

任何一個國家，都有其歷史發展的過程，不論它的時間有多長，年代有多久，各國的先民都在歷史的進程中不斷創造自己的歷史和文化。任何國家的人民都很尊重本國的歷史和文化。尊重本國的歷史文化，也是愛國的一種表現。既要尊重它，就要了解和學習它。

中華民族的歷史文化，包括中華民族大家庭中所有成員的優秀歷史和文化，而不是指單一的漢族歷史文化，它的形成與發展，是一部波瀾壯闊的史

詩，也是一軸綿延不斷的中國歷史畫卷。中國地廣人多，各地區歷史發展極不平衡，不同地區的歷史文化相差甚遠，又不與歷史的總體進程同步，因此，我們在編選和撰稿時，必須以其主體而言並兼顧各面。

中國的歷史發展過程比較清楚，每一個朝代差不多都有興衰更替之迹，其歷史文化又有其形成、發展、衰落的規律，但又呈現起伏交錯狀態。對各個方面，本套叢書力求全面、系統，但又實難做到，各書內容又多有交叉與互見，這可以多層次或多角度地進行描述，從不同方面或不同角度剖析同一歷史事件或文化，以增強其接觸歷史人物和歷史文化的機會，有助於加深對中國歷史文化的理解。

本套叢書從選題到確定體例，始終得到林慶彰先生和許鈺輝先生、中國歷史博物館的部份先生們的幫助，均在此致以衷心的感謝。

本套叢書內容廣泛，編審時間短促，疏漏錯誤之處，尚望各界學者同仁及各位讀者不吝賜教，俾能遵循改進。謝謝！

劉如仲 李澤奉

自序

生

活在現代社會中的大多數人對於道教的印象是很模糊的了。人們要是不參觀歷史博物館，不遊覽名勝古蹟，恐怕永遠也想不起道教是怎麼回事。

然而，當你面對波瀾壯闊的大海，昇騰起一種震撼人心的力量，蕩漾出超邁、高遠、無極的多種情感時；當你置身於名山大川，體會到空靈、沖淡、自然、清奇、秀美、壯觀的意蘊時；當你欣賞音樂、文學等藝術作品，感受到忘我、共鳴、物我合一、內外合一的境界時；當你確定人生目標，希望達到幸福、高超、完美時；當你從事科學研究，領略到直覺思維、整體性

思維的無窮奧妙時；……我們就可以說，你十分熟悉道教。因為中華民族在審美觀念、價值取向、心理素質、思維方式等方面，無不受到道教文化的薰染和影響。作為宗教，道教已徹底地走向衰落，沒有必要再去盲目復興、狂熱崇拜。作為文化，道教卻又有無限的發展前途，其中的精華必須得到應有的繼承，以振興我們的民族。

道教中蘊含著豐富的東方型哲理和智慧，誰想要全面掌握這種智慧，確切瞭解中國的傳統文化，真正體驗人生的最高境界，誰就必須深入到道教文化的天地中去遨遊、去體味。

這本小冊子，就是為使人們能夠瞭解道教和道教文化而作。

目錄

總序(一)

總序(二)

自序

一、中國道教的起源 1

(一)道教是中國古代文化發展的產物 1

(二)原始道教 1 2

二、道教的繁榮與發展 2 1

(一)魏晉南北朝時期的道教 2 1

(二)隋唐五代時期的道教 2 9

(三)宋遼金元時期的道教 3 8

(四) 明清時期的道教 48

三、道教各派內修祕法 55

(一) 丹鼎派修道祖典 55

(二) 上清派修道樞要 60

(三) 鍾、呂道要 66

(四) 北七真修道心法 69

(五) 南五祖修道訣要 77

(六) 三豐派道訣 83

(七) 中派道法 86

(八) 東、西派修道祕法 90

(九) 伍柳派道法精華 95

四、道教與中國傳統文化 101

(一) 道教與中國古代哲學 101

(二) 道教與中國古代文學、藝術	1 1 0
(三) 道教與中國古代科學技術	1 2 1
(四) 道教與中國傳統文化特性	1 2 7
(五) 宗教超越心理與創造精神	1 3 7
五、道教的人生境界	1 4 7
(一) 天人合一	1 4 7
(二) 與道合真	1 7 9

一、中國道教的起源

(一) 道教是中國古代文化發展的產物

如果將產生於東漢（西元二五—二二〇年）末年的道教比作一棵參天大樹，那麼它的根鬚則深入到中國古代文化的源頭。沿波以討源，我們不僅可以拉開道教這一宗教文化景觀的歷史帷幕，而且還能體察到道教與中國文化千絲萬縷的聯繫，引發出許許多多令人神往的思緒。……

道教最根本的信仰是神，這一點與世界上所有宗教的主旋律一樣。只是

由於道教是從中國本土產生出來的宗教，因而勢必要受原始宗教和歷史文化傳統的影響，從而使其宗教信仰帶上明顯的民族文化烙印，而與世界其他宗教區別開來。

道教的信仰，實際上是中華遠古民族宗教信仰的歷史沈澱。

世界著名的仰韶文化墓葬中，有三分之一是甕棺葬。對於那些夭折的幼兒，一般以甕為葬具，以盆、鉢加蓋。盆、鉢底部鑿有小孔，研究者以為其用途是特意供弱小靈魂出入，以便得到族人的照拂。這表明原始人類中存在著靈魂以及靈魂可以游離於肉體之外的觀念。這類觀念直接產生於人類個體對於生、死、睡眠、夢幻等生理現象的體驗、猜測。

另一方面，自然界所表現出來的那種恢宏的氣勢和格局，超人的、神祕的力量，難以捉摸的有序性、規律性，都使得原始人類產生恐懼、敬畏、依賴、仰慕的心境。這種宇宙力量的人格化過程，也就是神或上帝產生的過程。原始宗教產生於人類生產力水平極其低下、科學極不發達的時代。可想

而知，當科學的發展尚不能令人滿意地、明白透徹地揭露人類生命及宇宙的核心奧秘時，宗教的領地便始終存在。

在黃河流域仰韶文化影響下發展起來的中國大陸北方地區新石器時代原始文化的重要分支——紅山文化遺址中，出土了大批原始圖騰和人形陶像。其中，遼東半島黃海沿岸丹東地區後窪新石器時代遺址中，發掘了四十多件六千年前的龍、虎等動物形、植物形、人形或人獸合一的石雕、陶塑藝術品。這批大陸目前發現最早的雕像充分反映了原始人類對於祖先生殖、自然、圖騰崇拜的原始宗教信仰觀念。

此外，近幾年發現的遼寧西部山區五千年前大型祭壇、女神廟和積石塚羣址，則十分完整地反映出遠古人類的原始信仰觀念。壇、廟、塚規模宏偉、制度嚴明，與山河、大地、日月星空渾然一體，寄託著建造者的情懷，記述著生活在神州大地上的人類對大自然，包括天體、土地、山、石、河、水、火，對動植物、鬼魂、祖先圖騰、靈物、偶像崇拜的原始宗教形式。

宗教信仰中充滿了血與火。已經出土的十萬片甲骨卜辭、青銅器、玉器上氣象森嚴，格調深沈的雕鑄造形，大型墓葬以及祭祀場內令人毛骨悚然的人殉、人性白骨，……一方面表明人們對於上帝的敬畏；一方面又表明天神、地祇、人鬼的宗教信仰格局已成定型。對祖先崇拜的規模逐漸擴大、程度日益加深。最後，上帝的莊嚴形象與神聖權力轉移到人間君王身上，自然宗教逐漸變成人為的宗教，成為王權統治的精神工具。

正是殷商時代上帝崇拜與祖先崇拜的結合，使得原始宗教信仰出現一大轉折，從而決定了中國古代宗教「人神共構」的特點。在中國古代原始宗教中，天、地、人、神構成一個巨大的系統，巫覡是溝通人神消息的中介。人的世界與神的世界往往是相通的，神被歷史化、人化；人，尤其是英雄、偉人、帝王將相，則不斷地被神化。商周以降，尤其是春秋戰國以來，儘管自然神話十分貧乏，但關於現實社會中人的神話內容卻極其豐富。

道教理論的核心骨架是中國傳統文化中的道、陰陽、五行、八卦等思

想。

在中國歷史上第一個闡述道的深刻涵義，並將道昇華為古典哲學最高範疇的是老子。根據《史記》作者司馬遷的記載，老子為東周時期的皇家圖書館官員，歸隱之前，著有《道德經》五千言。因其修道而養壽，活到一百六十餘歲（一說二百餘歲）。



福建泉州老君岩

老子《道德經》一書共七十三次提到道，道在各章中的涵義也很不一致。細研《道德經》，不難發現，老子所說的道包涵超越、無限、永恆之意。他說：「道乃久」，即得道才能長久。他又講，道是不可以言說的，「道可道，非常『道』」。既然常「道」不是經由語言文字去認識的，