Shangdi de jiyin

上帝的基因

破译史前文明密码

徐达斯■著



重庆出版集团 重庆出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

图书在版编目（CIP）数据

上帝的基因——破译史前文明密码／徐达斯著. —重庆：重庆出版社，2008.1
ISBN 978-7-5366-9376-0

Ⅰ. 上… Ⅱ. 徐… Ⅲ. 世界史：上古史 Ⅳ. K11

中国版本图书馆CIP数据核字（2007）第196621号

上帝的基因——破译史前文明密码

SHANGDI DE JIYIN —POYI SHIQIAN WENMING MIMA

徐达斯 著

出 版 人：罗小卫
策　　划：李　楠
责任编辑：周英斌　王　勤（特约）　万会海（特约）
责任校对：周英斌
装帧设计：章　英　王　琦

重庆出版集团
重庆出版社 出版

重庆长江二路205号　邮政编码：400016　http://www.cqph.com
杭州海得宝图文制作有限公司制版
杭州长命印刷有限公司印刷
重庆出版集团图书发行公司发行
E-MAIL:fxchu@cqph.com　邮购电话：023　68809452
全国新华书店经销

开本：700 mm×1 000 mm　1/16　印张：16.75　彩图：100页　字数：461千字
2008年4月第1版　2008年4月第1次印刷
ISBN 978-7-5366-9376-0
定价：48.00元

如有印装质量问题，请向本集团图书发行公司调换：023-68809955转8005

版权所有，侵权必究

目录

CONTENTS

第一章

世纪骗局的终结

第一节 大不列颠的阴谋/002

第二节 证据来自印度河谷——史前古城哈拉巴与摩亨佐·达罗/006

第三节 莎拉斯瓦提河作证/015

第四节 淹没在海底的史前神都杜瓦拉卡/018



第二章

破译史前全球文明密码

第一节 雅利安一个被误解的梵文词/022

第二节 吠陀文明的灵知文化基因/025

吠陀文本的来源/025

5000年前的科技、文化高峰——吠陀经的成就/026

天书奇谭：吠陀诸经的成因和流传/028

灵知文化基因：宇宙神人共融共存原则/031

史前世界语——梵语/039

史前超级文明圈的假设/042

第三节 通往冥府之路——揭开金字塔之谜/047

众神指引的升天之路/047

法老所崇拜的神灵/055

《搅拌乳海》/059

《末日审判》/066

第四节 西方效法东方的时代——希腊哲学的灵知渊源/068

阿波罗之谜/068

荷里奥杜罗斯石柱/078

真正的知识都是灵知/081





“理想国”并非空想/087

第五节 从灵知到宗教/091

解读基督神话/091

修炼瑜伽的亚当和夏娃/096

福音的真相/098

诺斯替：拒绝造物匠上帝/105

三位一体：“显教”与“秘教”/114

第六节 羽蛇和太阳鸟的世界/121

鹰踞扶桑：帕伦克石雕/121

风水术：天地对应/133

历法中的灵知/139

梵文在古代美洲/142

玛雅—中国文化连续体/143

第三章

吠陀文明在史前中国的足迹

第一节 再探三星堆/152

世界级的史前王都/152

来自热带和海洋/156

主宰东方的千眼神王/158

鹰王无处不在/163

可爱的青铜象神/164

黄金国度的文明之光/166

通天玉琮/170

天地人共同参与的宇宙庆典/172

青铜神树：通天之路/173

第二节 龙象西来：吠陀文明进入中国的路径/178

象牙之路/178

青铜之路/179

第四章

华夏文化的吠陀灵知基因

第一节 楚：最后的雅利安/188

敬与古希腊文化媲美/188

史前中国的瑜伽士/190





凌驾于君王之上的祭司/199

《楚辞》中隐秘的“升天之路”/203

爱上神灵的诗人/206

揭开诸神的面具/209

召唤灵魂的不死之说/212

楚文化里的天竺遗风/217

解答《天问》之问/219

无为之道：从《薄伽梵歌》到《老子》/221

第二节 打破天机——华夏上古神话索隐/230

藏在原始混沌大水里的“太一”/230

伏羲、女娲的身世之谜/238

黄帝真的游了华胥国/246

龙：托起宇宙的混沌神兽/253

马王堆帛画的宇宙图景/256

北斗帝车——鹰猪合体/258

伽鲁达：《山海经》里的太阳神鸟/268

通天法器的奥秘/282

第三节 上帝留下的世界地图/296

阴阳家的宇宙图景/296

色香味俱全的宇宙大水系/300

三星堆青铜坛城：大地之巅的神山景观/302

东君行天的轨迹/311

改变史前历史的昆仑神话/318

Shakti：宇宙阴性能量/320

宇宙的生殖器官/330

冥府画像：华夏原始精神世界/335

《梵歌》中的《易》说/342

附录1：吠陀宇宙图景下的“灵魂之路”/354

参考书目/359



需要全本请访问 www.ertongbook.com



吠陀宇宙图景下的"升天之路"

第四章
华夏文化的吠陀灵知基因

楚：最后的雅利安

打破天机——华夏上古神话索隐

上帝留下的世界地图



第一节

楚：最后的雅利安

敢与古希腊文化媲美

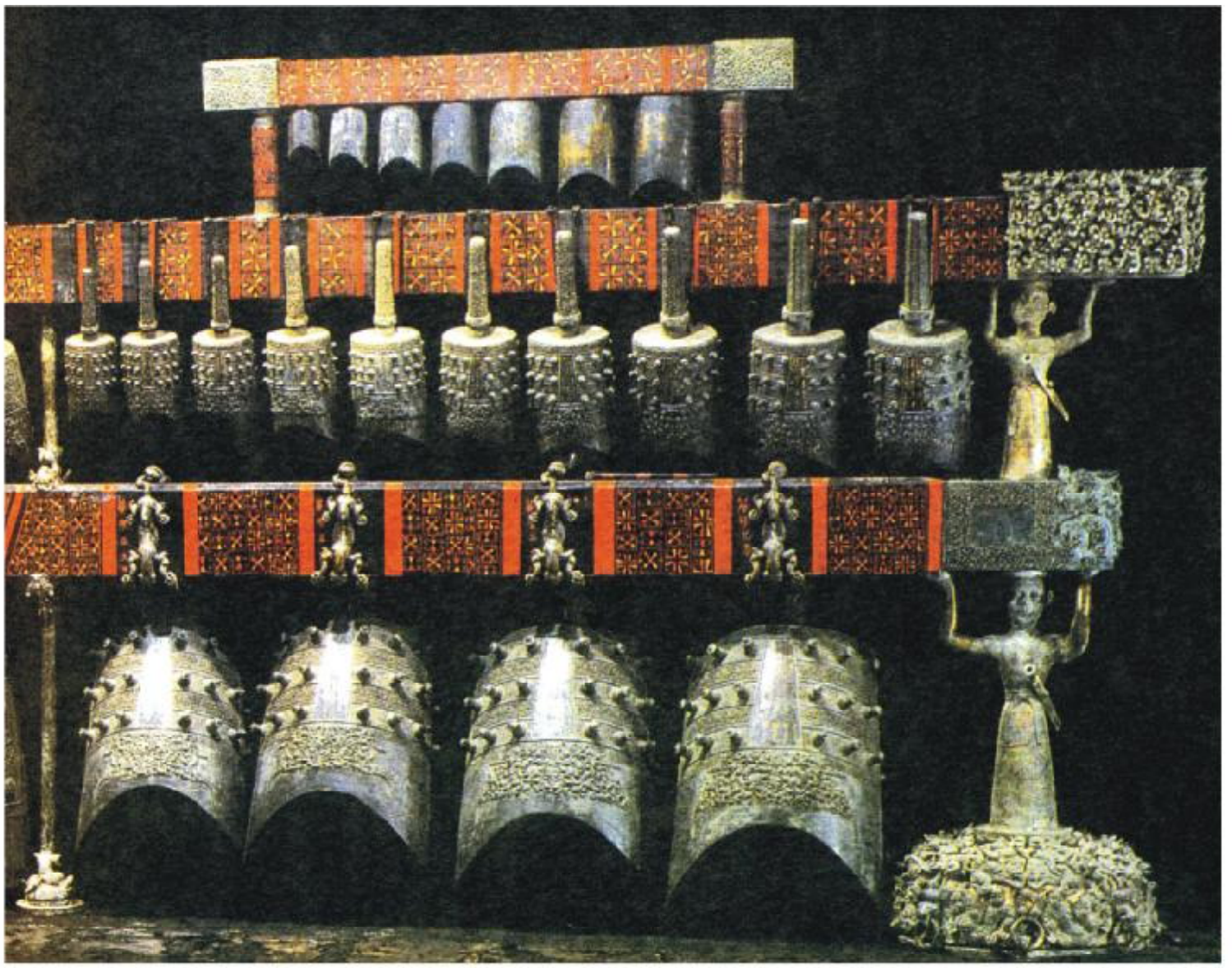
从公元前6世纪到公元前3世纪的楚文化，被认为可以与同时期的古希腊文化相媲美。的确，与古希腊一样，楚文化也拥有开明发达的政治经济制度，浪漫壮丽的音乐、戏剧，超凡脱俗的美术、诗歌，以及玄深博大的哲学，其浓厚的灵性气质与中原的礼法文化迥然不同。大量竹简帛书的出土更使楚文化的研究有了文献学的依据，为后人了解先秦时代的华夏精神世界提供了第一手资料，使楚文化研究成了国际性的显学。

自20世纪初以来，中国出土简牍总计34万余枚，而荆楚一地的简牍就占半数以上，多达18万余枚。20世纪40年代初，在湖南长沙出土了著名的楚帛书。从50年代起，荆楚简帛不断地出土面世，共计有50余批。其中自70年代以来，马王堆汉简帛书、睡虎地秦简、包山楚简、郭店楚简、张家山汉简、走马楼三国吴简、上海博物馆馆藏楚竹书、里耶秦简等大宗简帛陆续出土。每一次出土和发现，几乎都给中国文化的研究带来了富有开创性的，甚或转折性的改变。由于荆楚简帛的发现，中国上古文化和中古文化都必须予以重新定位和评估。

荆楚简帛大都出于墓葬和古井，书籍、文书各具特色，种类甚多，内容主要涉及如下数端：

道家思想

荆楚是老庄道家思想的发源地。荆楚简帛所出《老子》就有郭店楚简本和马王堆帛书本。竹简《老子》属于选本，抄写于战国中期，是所见最早的本子，与今传本相比，没有关于“道”的理论，以及“小国寡民”理想社会的阐述，没有“绝仁弃义”“绝圣弃智”等与儒家主要学说相抵牾的内容。马王堆帛书《老子》有甲、乙本，分别抄写于刘邦称帝前和称帝后，除“德经”在前“道经”在后与今本不同外，内容结构基本一致，能解决今本章节、字句的许多争议，是所见最早的全本《老子》。道家著作还有郭店楚简本《太一生水》和上海博物馆馆藏楚简《恒先》篇，这是两篇荆楚传习的十分珍贵的先秦道家佚籍，分别阐述道家的宇宙生成论及道家虚静理论和天地起源问题。道家在战国中后期分为黄老学派和庄子一派，黄老学派在战国时代影响颇大，因其著作失传而导致后世知之甚少。马王堆帛书《黄帝内经》的发现，使世人获得了重新认识黄老学派的机会。荆楚简帛所显示出的原始道家的面目与后来的道家似乎有着本质上的差异，最重要的是，道家和儒家的思想在黄老学派里并不互相排斥，而是显示出互相融合的局面，似乎都出自一个更古老的传统。



马王堆楚墓出土的大型编钟，应该是昔日用来祭祀娱神的乐器。

儒学

郭店楚简和上海博物馆馆藏楚竹书中的《缁衣》（各一篇）、《性情论》（《性自命出》）、《五行》、《唐虞之道》、《忠信之道》、《穷达以时》、《六德》、《成之闻之》、《尊德义》、《性自命出》、《子羔》、《民之父母》、《武王践作》等篇都不同程度体现出注重心性、民本的特征。其核心内容是“耸善而抑恶”，追求“心”之“善”，开后世思孟学派心性学和性情论的先河。学者认为郭店楚简中的儒学与后世宋学的内圣精神遥遥相接，而与中原儒学重礼制、重治平的外王路径有所不同。

方术

这部分内容占的比例很大。20世纪40年代初在长沙出土的战国时代的楚帛书，讲一年十二个月的宜忌，属于“月讳”一类的历忌数术书，其所配的图，应是所见楚国最早的一种“式”（数术家用以占验时日的一种工具）或“图式”。江陵九店战国楚简《日书》，是目前发现的最早选择时日吉凶的数术书。云梦睡虎地秦简《日书》，也分甲、乙两种，内容更为丰富。马王堆帛书的数术书超过半数，《五星占》《天文气象杂占》主要以星象云气占行师用兵，与天文关系最为密切。其中30幅彗星图是世界天文学史上最早对彗星所作的精确观测和准确描绘。两种《阴阳五行》和3种《刑德》更是令人关注的数术书。周家台秦简和张家山汉简均发现

有历谱。前者为秦始皇三十四、三十六、三十七年及秦二世元年的历谱；后者为汉高祖五年至吕后二年间历谱。这些历谱或存全年日干支，或存各月朔日干支，是研究秦汉时期历法演变过程的珍贵资料。湘西龙山里耶秦简中的木牍乘法口诀表，是迄今发现的我国最早的乘法口诀表，算术史上的珍贵实物。张家山汉简《算数书》是早于《九章算术》的一部数学著作，比较集中地反映了战国晚期至西汉早期数学发展的水平，书中保留了一些不见于《九章算术》的数学史资料，弥足珍贵，在数学史上占有十分重要的地位。湘西张家界市（原大庸市）古人堤遗址也出土了东汉简牍乘法表。

诗歌音乐

楚地本就有当时占中国文学半壁江山的楚辞楚赋。上海博物馆馆藏战国楚竹书有诗、赋、音乐方面的简文。《诗论》是儒家文学评论性质的论文佚篇。楚简中除《诗论》所见《诗经》诗篇外，还新发现了6篇佚诗，十分珍贵。《诗乐》（或称《曲目》）有7支简，记40种诗的篇名和演奏、吟唱诗曲诗词时的音高，写在一篇或一组（数篇）篇名前，由宫、商、徵、羽4个音阶与穆、和等9个变化音调组合而成，如宫音有宫穆、宫群、宫汁、宫祝。楚地流传的这种诗曲的调名来源尚难考究。

史前中国的瑜伽士

这些楚文化的成就和特征，如果追溯上去，明显都与在史前中国文化中占据重要位置的“巫”密切相关。有关巫的本义的描述，最重要也最早的文献记载就出自楚地。《国语·楚语》载：

> 昭王问于观射父曰：《周书》所谓重黎实使天地不通者，何也？若无然，民将能登天乎？对曰：非此之谓也。古者民神不杂；民之精爽不携贰者，而又能齐肃衷正，其智能上下比义，其圣能光远宣朗，其明能光照之，其聪能听彻之，如是则明神降之，在男曰觋，在女曰巫。是使制神之处位次主，而为之牲器时服，而后使先圣之后之有光烈，而能知山川之号，高祖之主，宗庙之事，昭穆之世，齐敬之勤，礼节之宜，威仪之则，容貌之崇，忠信之质，禋洁之服，而敬恭神明者以为之祝。使名姓之后，能知四时之生，牺牲之物，玉帛之类，采服之仪，彝器之量，次主之度，屏摄之位，云物之所，上下之神，氏姓之所出，而心率旧典者为之宗。于是乎有天地神明类物之官，是谓五官，各司其序，不相乱也。民是以能有忠信，神是以能有明德。民神异业，敬而不渎，故神降之嘉生，民以物享，祸灾不至，求用不匮。

从这段文字来看，到楚昭王的时代，人们对巫的精神和使命已经很隔膜了，以至昭王会问出“民将能登天乎”这样的幼稚问题。一国之君尚且如此，何况普通人乎？现代人就更不必提了。大多数学者都将这里的“巫”与西方所谓的“magic”以及后世的“巫”混为一谈，即便张光直先生也将“巫”与“萨满”等同起来。但我们从这段文字来分析，“巫”的概念与“magic”或“萨满”的概念是在完全不同的层面上展开的。

要理解这一点，需要对这段文字有深刻的理解。我们先来解释这段话的大意：

在上古人与神不相混淆。在人之中（民者，人也），只有纯洁贞守（搏贰，就是匹偶，也就是结婚的意思，不搏贰，就是保持贞操不婚配）以至于洁净精微（精）、真心无瑕（爽），并且持身严谨，虔诚恭敬（齐肃：齐者，戒也；肃，诚敬之意），内心中正无私（衷正：中正），其智慧之高足以能按神人之间应有的名分而行事（上下比义：义者，宜也，有行事恰如其分的意思；上下，就是天人之际、神人之分），其纯粹博大（圣者，中正而诚，大而化之之谓）足以洞见过去未来（光远）、宣化朗照众生（宣朗），其目光明照超越世俗之见，其听觉微妙直抵天意人心，这种人，无所不知的神（明神）就会降临于他心中。在这类人中，是男人就叫“觋”，是女人就叫“巫”。

这部分是讲巫觋应该达到的灵性标准和精神境界。首要的是贞守，避免来自色欲、身体的污染和执著，如此心灵才能“精爽”。这里的“精”，是在心灵层面的东西，即古人所谓“易之教，洁净精微”的境界，不是精明、精细的意思；“爽”，是心灵清爽通达自在的意思。将色欲以及感官享受视为心灵纯洁自由的大敌，人神相通的障碍，是一切高级灵知的共同特征。尤其在将灵魂解脱(mukti)视为终极目标的瑜伽体系里更是如此。瑜伽灵知的最高经典《薄伽梵歌》里对此反复强调：

阿尊拿问道：维施尼的后裔啊，人即使不愿为恶，却身不由己，是什么力量在驱使他们呢？

至尊人格神说：只是色欲呀，阿尊拿。色欲产生了与物质激情属性的接触，随后又转化为嗔怒，它是这个世界上吞没一切的罪恶的大敌。

正如火被浓烟遮蔽，镜被尘土覆盖，又如胎儿被子宫所包裹，灵魂也同样被不同程度的色欲所覆盖。

因此，有智慧的生物的纯粹知觉便被他永恒的敌人——色欲所蒙蔽，这色欲像烈火般燃烧，永无满足。

色欲盘踞于感官、心意以及智性之中，并通过这些，蒙蔽了生物的真正知识，因而使生物限于困惑。

因此，阿尊拿啊，你首先要节制感官，去遏制这罪恶的显著象征（色欲），然后再铲除这知识和自觉的毁灭者。

色欲被认为是万恶的根源，遮蔽了灵魂内在的知识之光，带来感官、心意、智性的污染。因此，克制了色欲和感官的人，自然能打破躯体的束缚和自私的心态，博大其心量而与万物为一体，获得心灵的聪明圣智，于是而能精爽齐肃，光远宣朗。这里的聪明圣智绝对不能从普通的生理或世俗层面来理解。恰恰相反，这里的聪明圣智不是世智小慧，而是通乎神明的圣智——《薄伽梵歌》所谓的“知识和自觉”，也即是灵知。最后的境界便是“明神降之”，获得资格与无所不知的至上之神相遇。犹如《薄伽梵歌》所说的：

那些超越了因疑虑而萌生的双重性的人，那些心意执著于内在追求的人，那些忙于造福

需要全本请访问 www.ertongbook.com

众生的人，那些脱离了一切罪恶的人，在至尊处获得解脱。

那些远离嗔怒以及一切物质欲望的人，那些自觉自律并恒常追求完美的人，必能很快在至尊处获得解脱。

旨在解脱的超然主义者，摒弃一切外在的感官对象，将眼神集中于两眉之间，呼吸停滞于鼻孔之内，并这样控制住心意、感官和智性，从而远离欲望、恐惧和嗔怒。常处此境之人必已解脱无疑。

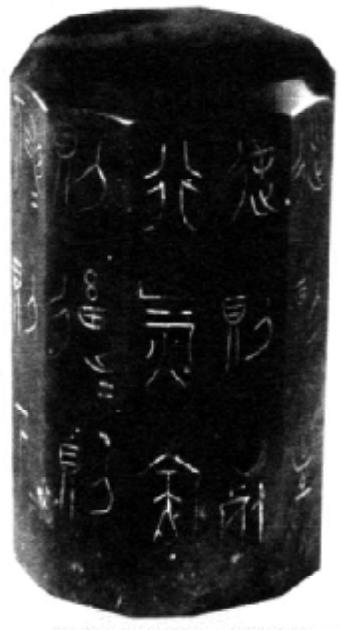
一个完全知觉我的人，知道我是一切献祭和苦修的最终受益者；知道我是一切星宿的至尊主，知道我是众生的赐福者和祝愿者。这样的人必达平和，远离物质痛苦的折磨。

这里的“超越了因疑虑而萌生的双重性”，即是观射父所谓的“精爽”“光照”；“心意执著于内在追求”，即是观射父所谓的“齐肃衷正”“微彻”；“忙于造福众生”即是“光远宣朗”；“那些脱离了一切罪恶的人”，巫觋“上下比义”，明人、神之分，守人、神之义，故脱离一切罪恶；“知道我是众生的赐福者和祝愿者”意为觉悟到神的临在；“明神降之”，就是“见”到、觉悟到神的意思。

这样高超纯粹的心灵境界，不可能是天生的，也不可能通过理性的心智达到，必定需要通过某种特殊的手段或方法，经长期的修炼才能达到。5000年前的吠陀灵知巨著《薄伽梵歌》透露了各种神奇的“通天手段”，最基本的是呼吸技术：

旨在解脱的超然主义者，摒弃一切外在的感官对象，将眼神集中于两眉之间，呼吸停滞于鼻孔之内，并这样控制住心意、感官和智性，从而远离欲望、恐惧和嗔怒。常处此境之人必已解脱无疑。

控制呼吸以达到专注，是神定瑜伽的程序。楚文化里，确实存在一套这样的神秘主义修炼体系。楚地的出土文物和古文献里都可以找到有关的记载。长沙马王堆出土了一件战国初期的玉器，其上刻有《行气铭》，可以说是中国最早的关于神定瑜伽修炼方法的铭文。此器是一玉柱，青玉，有灰黑色晕斑。十二面棱柱体，高5.2厘米，宽3.4厘米。中空但未穿顶，顶部为圆形平面，一面下部有一孔与内腹相通，棱面经抛光。在十二面中，每面自上而下阴文篆刻三字，有重文符号，共计45字，记述了“行气”的要领。



长沙马王堆出土的战国初期的玉杖首，其上刻有《行气铭》。

全文为：“行气，深则蓄，蓄则伸，伸则下，下则定，定则固，固则萌，萌则长，长则退，退则夫。天儿春在上；地儿春在下。顺则生，逆则死。”郭沫若释其文为：“这是深呼吸的一个回合。吸气深入则多其量，使它往下伸，往下伸则定而固；然后呼出，如草木之萌芽，往上长，与深入时的径路相反而退进，退到绝顶。这样天机便朝上动，地机便朝下动。顺此行之则生，逆此行之则死。”

修习呼吸技术是瑜伽术的关键："行气"相当于瑜伽体系里的"调息"（pranayama）。Prana是"气"，它意味着能量——从天地万物中吸纳必不可少的能量，而这种能量最初是通过呼吸获得的。Yama意思是"行"，pranayama即调节控制气的运行。在钵颠阇利的瑜伽体系里，呼吸被认为可以影响到心意和精神能量的运行，实际上，所有的身体能量，所有的感觉官能，还有心智都被认为是Prana力量的表达。

这似乎可以使我们对玉铭文里的"顺则生，逆则死"有更深刻的理解。

儒道两家都有对气的认识，例如《庄子·知北游》篇："人之生，气之聚也，聚则为生，散则为死。"《韩诗外传》八："然身何贵也？莫贵于气。人得气则生，失气则死。"尤其《韩诗外传》的说法，与吠陀《奥义书》的观点相通：

婆拉伽瓦靠近导师问道：

"尊敬的先生，身体中一共汇集了多少能量？哪一种最明显？哪一种最伟大？"

"这些能量，"圣人回答道，"有以太、气、火、水、土——这五种元素构成了身体；此外，还有语言、心智、眼睛、耳朵和其他感官。正当这些能量沾沾自喜道：'我们构成并支撑起了身体'时，气息，这一至高的最初的能量对它们说，'别再欺骗自己了。是我将自己分成五部分，这才构成并支撑起了身体。'可它们并不相信。为了证明自己的话，气息做出要离开身体的样子。当它上升到即将离去的时候，其他的元素意识到如果它走的话它们也会散去；所以当气息再次回到座位上时，其他元素也都各就其位。就像蜜蜂都跟随蜂后进进出出，语言、心智、视觉、听觉以及其他感官也都回到自己的位置上。各种能量认识到了错误，它们这样赞美气息：'作为火，他炽热燃烧；作为太阳，他照耀大地；作为云朵，他降下雨露；作为因陀罗，他统领诸神；作为风，他吹拂万物；作为月亮，他滋养一切。他是可见又是不可见的。他是不朽的生命。'"

最后一段赞美诗，将气视为宇宙展示的生命之所在，与《抱朴子·至理》的"夫人在气中，气在人中，自天地至于万物，无不须气以生者也"的意思是一样的。《大戴礼记·易本命》篇谓，"食气者神明而寿"，俨然将气作为一种食物，并带来心灵之光明，无疑也来自"行气"的体验。

关于瑜伽的修炼技术，我们可以参考2000年前古印度六派哲学之一瑜伽行派的代表人物钵颠阇利所著的《瑜伽经》。书中指出："可以通过调节呼吸使心意安稳"，即由气可以作用于心。

瑜伽体系的呼吸技术相当精深复杂，《瑜伽经》列出四种调息，先是吸气、呼气，在某段时间内中止呼吸，这些全靠意志力的控制，是一种有意的训练。第四种调息是无心的、自然的。当一个人通过练习完全控制了气息，或者他不是通过调息，而是通过敬爱上帝达到某种精神境界时，一旦他进入深度的专注状态，就能在任何时候自主地停止呼吸。这种自然的呼吸停顿可以持续好几秒，或好几分钟，他甚至觉察不到。在三昧境界中，呼吸可以完全停止几个小时。《行气铭》上所说的呼吸技术，应该就是前三种调息方法。第四种更高级的调息方法则



道家的导引术与瑜伽姿势非常接近。

五禽戏图示

与道家的“胎息”颇为接近，即不用口鼻呼吸，全靠丹田中的内息在体内氤氲流行，好像胎儿在母体中不用口鼻呼吸一样。《抱朴子·释滞》谈及修炼胎息之法：

初学行气，鼻中引气而闭之，阴以心数至一百二十，乃以口微吐之，及引之，皆不欲令己耳闻其气出入之声，常令入多出少，以鸿毛著鼻口之上，吐气而鸿毛不动为候也。渐习转增其心数，久久可以至千，至千则老者更少，日还一日矣。

按葛洪的说法，练到这个地步，“则成仙矣”。

瑜伽的修行分为八步，“瑜伽八支是：持戒、精进、坐法、调息、摄心、凝神、入定、三昧”（《瑜伽经》）。调息之前是坐法，即练习各种模仿动植物或自然现象的坐姿或动作，例如有“猫式”“狗式”“莲花式”等等姿势。在道家的养生术里也有，称为“导引”。如《庄子·刻意》篇“吹嘘呼吸，吐故纳新，熊经鸟申，为寿而已，此导引之士，养形之人，彭祖寿考之所好”。《淮南子》里还有“鸟视虎顾”之类的名目。从瑜伽八支来看，其实“导引”是“行气”的前一个阶段，而“行气”到极高的阶段，便进入心性的修持，即由摄心、凝神、入定以至三昧的境界。“养形之人”因执于对身体的修炼而未进入凝摄心神的阶段，所以受到庄子的批评。庄子推崇的是由“踵息”（深长至于脚踵的呼吸），“缘督以为经”（疏通督脉让气运行）达到“心斋”“坐忘”的“真人”境界，即由调息而至于入定三昧。“当所有的精神涣散消除，心注一处之时，便进入了三昧境界”（《瑜伽经》），这与《老子》的“载营魄抱一”（营者，魂也）的宗旨是一致的。

闻一多先生认为道家、道教的前身就是巫教，而《庄子》又与古巫教最为接近。

我常疑心这哲学或玄学的道家思想必有一个前身，而这个前身很可能是某种富有神秘思想的原始宗教，或更具体地讲，一种巫教。这种宗教，在基本性质上恐怕与后来的道教无大差别，虽则在形式上与组织上尽可截然不同。这个不知名的古代宗教，我们可暂称为古道教。我以为与其说新道教是堕落了的道家，不如说它是古道教的复活。不，古道教也许从来就没有死过，新道教只是古道教正常的、自然的组织而已。（闻一多《道教的精神》）

闻先生不愧是天才的诗人和学者，用诗人的敏感和直觉认识到巫道同源的本质。

在最高的修炼境界里，“行气”所唤起的精神能量可以使人与神相遇。依据瑜伽的生理学，脊骨的底部储藏着大量精神能量。这个能量源被称为军荼利尼(Kundalini)，它是“盘绕在那里的”，因此，它有时也被称做“蛇能”。当军荼利尼被“行气”唤醒的时候，据说它沿着脊骨通过六个意识中枢，最终抵达第七个中枢，即大脑中枢。每当它上升一个中枢时，就会给人不同程度的启迪。现代瑜伽大师罗摩克利希那(Ramakrishna)清楚地阐述了这一过程：

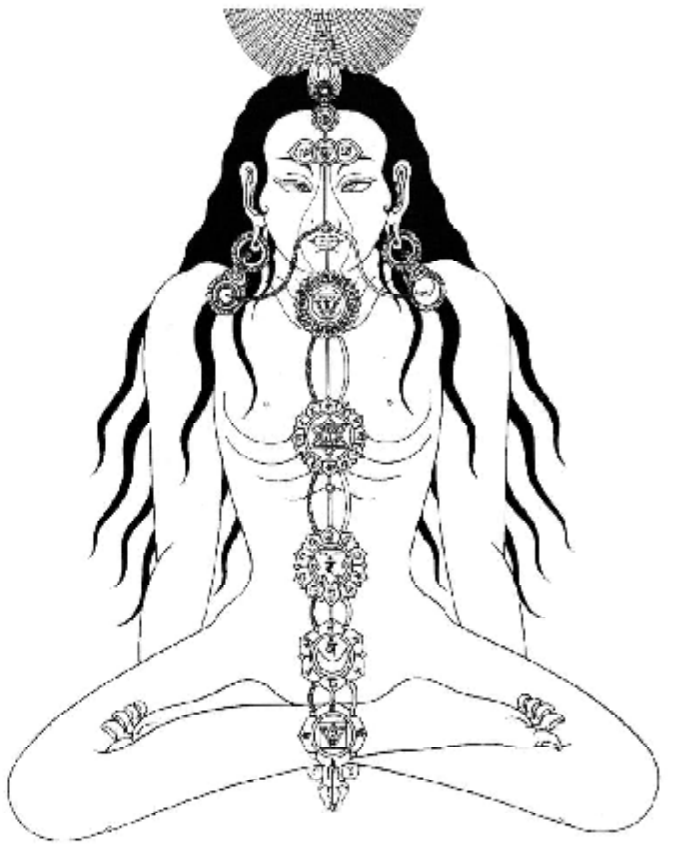
经典中提到了七个意识中枢。心智可能停留在其中一处。当它依附于世俗时，就停留在较低的三个中枢——肚脐、生殖器官、排泄器官。此时的心智没有更高的灵性追求或视野，它陷于性欲和贪婪的渴求中。

第四个中枢位于心脏。当心智开始在那里居住时，人第一次体验到了灵性觉醒。这时的他看到四周光芒环绕。见到这神圣之光，他惊讶不已，说道：“啊！多么有福！”他的心智再也不想回到更低的中枢中去了。

第五个中枢位于喉咙。到达这一中枢的心智摆脱了无明和错觉。除了上帝，他不再乐于听闻或谈论任何事。

第六个中枢位于前额。当心智抵达这一中枢时，就能不分昼夜地直接见到上帝。即便如此，修习者的心中依然留有自我的痕迹……正如灯中的火光；看似能触及光明但其实不能，因为隔着玻璃。

第七个中枢位于头顶。当心智抵达这里时就进入了三昧。人认识了梵，与梵相联。



“蛇能”沿着七个能量中枢逐次上升

调息行气的目的就是唤起军荼利尼，从而摆脱躯体欲念达至心灵的纯粹，最终进入神圣的光明，并与上帝相遇——“明神降之”，犹如《薄伽梵歌》所云：

真正的瑜伽士在众生中看到我（至尊人格神），也在我中看到众生。自觉者的的确确到处看到我，到处看到同一个至尊主。

看到我无处不在，而且在我身上看到一切，这样的人永远不会失去我，我也永远不会失去他。

这样的瑜伽士，虔诚地为超灵服务，知道我和超灵本为同一，因此在各种情况下，总在我之中。

“这样，对内在光辉的遮蔽就被去除了”(《瑜伽经》)。经过调息修习，心灵被净化，在内在的灵性之光的照耀下，“超灵”——“明神”降临了。观射夫所谓“其明能光照之，其聪能听彻之”就是这个意

思。

巫或者瑜伽的修炼方法细微精奥，绝对是一门常人难以掌握的技术，更何况发明。瑜伽术非常古老，印度河谷出土的瑜伽师趺坐印章表明，瑜伽的历史至少可以上溯到5000年前的新石器时代晚期。而观射夫所追忆的“古者民神不杂”的年代也应该是非常久远的。无法想象中印两地在互相隔绝的情况下在史前时期就各自创立了一套如此复杂而又如此接近的修炼体系。最有可能的情况是，楚地曾经受到雅利安吠陀文化圈的影响或甚至本来最早就属于雅利安吠陀文化圈，因而分享了同一套修炼身心的技术。这套技术，可以说是史前灵知文明的核心技术之一。

通过瑜伽修习，心意达到专注，即庄子所谓的“坐忘”（《庄子·大宗师》：“黜肢体，黜聪明，离形去智，同于大通，此谓坐忘。”坐者，打坐；忘者，忘却身心，故精纯专注进入无分别的境界），瑜伽师除了获得灵性之光的启迪，还开启了神奇无比的超自然力量。例如《瑜伽经》所列举的：

通过专念于两种业——它们产生的后果有快有慢　或通过识别死亡的预兆，瑜伽师能够得知死亡的准确时间。

专念于太阳，便获得全宇宙的知识。

专念于北极星，便获得星空运动的知识。

专念于脐轮，便获得身体构造的知识。

专念于头的光辉，便能获得超人的视力。

由于自然而然的觉悟，人获得了知识，拥有了超自然的听觉、触觉、视觉、味觉和嗅觉。

专念于耳朵和以太的关系，便能获得超自然的听力。

通过控制掌管肺部以及上半身的气息，瑜伽师可以在水面、沼泽或荆棘上行走，他随时可以死亡。

专念于身体和以太的关系，或冥想棉花的轻盈，瑜伽师可以在空中飞行。

专念于或粗糙或精微的元素形态，专念于它们中的本质特征和固有的德，以及它们带给个人的体验，便能控制元素。

这几乎是通天彻地的本领了，然而却也正是巫所宣扬的。巫的本义，就是掌握乾坤枢纽的圣人智者。张光直先生对巫的本义与本领的解读是：

甲骨文中的“巫”字一般是写成：十，最简单的解释，就是两“工”相交，“工”字在解释巫上面是一个很重要的概念。据我个人的看法，“工”就是矩。《周髀算经》上说，“环矩以为圆，合矩以为方…… 方属地，圆属天，天圆地方，是故知地者智，知天者圣。”矩显然是古代科学、技术、思想上的一个很重要的工具，那么使矩的专家也就是掌握天、地的专家。能够掌天握地的巫就是具备圣人、智者的起码资格。巫不但能掌握方圆，更要紧的是能进一步贯通天地。贯通天地是中国古代宇宙观里一个最重要的动力和焦点。这种“天人合一”的宇宙观将宇宙分为不同的层次。古代宗教和仪式的主要任务是使生人（活人）能够贯通不同的层次，能上天入地，能贯通明暗、阴阳、生死，巫的任务就是执行这项任务。（张光直《青铜挥尘》）

能够贯通不同的层次，能上天入地，能贯通明暗、阴阳、生死，应该就是庄子所说的“同于大通”的境界。在《庄子》一书



南北朝羽人青铜灯座。羽人头上的山字形帽，是“真人”与天地沟通的象征。

里，对这类超自然神通的描述可谓淋漓尽致。我们且看《逍遥游》篇：

夫列子御风而行，泠然善也，旬有五日而后反，彼于致福者未数数然也。此虽免乎行，犹有所待者也。若夫乘天地之正，而御六气之辩（变）以游无穷者，彼且恶乎待哉？

……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，御飞龙，而游乎四海之外；其神凝，使物不疵疠而年谷熟……之人也，大浸稽天而不溺，大旱金石流，土山焦而不热。

“御气”就是瑜伽里的“控制气息”，能够产生如此不可思议的超自然力量，也难怪让人觉得“大而无当，往而不返”，以至于“惊怖其言，犹河汉而无极也。大有径庭，不近人情焉”。然而庄子并不以为这是神话或寓言，犹如闻一多先生的推断：“其实庄子所谓“神人”“真人”之类，在他自己是真心相信确有其“人”的。他并且相信本然的“人”就是那样具有超越性的，现在的人之所以不能那样，乃是被后天的道德仁义之类所斫伤的结果。他称这本然的“人”为“真人”或“神人”或“天”，理自便在于此。”(闻一多《道教的精神》)

更早的“古之巫书”《山海经》里不但罗列出诸巫的名字，也记载了巫的超自然能力：

大荒之中有山，名曰丰沮玉门，日月所入。有灵山，巫咸、巫即、巫盼、巫彭、巫姑、巫真、巫礼、巫抵、巫谢、巫罗十巫从此升降，百药爰在。

开明东有巫彭、巫抵、巫阳、巫履、巫凡、巫相，夹窫窳之尸皆操不死之药以距之。窫窳者，蛇身人面，贰负臣所杀也。

群巫升降于日月所入的灵山，操不死之药，与庄子所推崇的“真人”或“神人”应该是同一个级别的。

《山海经》里多次提到“不死之药”“白药”等等仙药，在瑜伽体系里也有使用，作为开启超自然力量的手段。例如《瑜伽经》里就讲到：“超自然力量可能生来就有，也可以通过药物、念诵曼陀罗（Mantra, 咒语）、苦行以及三昧获得。”后世道家的“服食”之法应该就来源于此。东汉《神农

需要全本请访问 www.ertongbook.com