

清净家风：王重阳与七真的丹法关要^{*}

常 大 群

提 要：本文论述了王重阳与七真的清净丹法的特点，涉及清净的内涵、达到清净的方法和清净对于全真道结丹的意义等方面的内容。认为止念是全真道清净的重要内容，他们特别强调心性的修养，要舍弃俗行尘缘，出家修行，要用战胜之法，战胜无明烦恼，或用损用忘，或积功累行，来达到止念的目的。全真道在炼丹各个环节上都对清净提出了很高的要求，并从神气结合而结丹上论述了清净的意义。

常大群，1965年生，厦门大学海外教育学院、宗教学研究所副教授，历史学博士。

关键词：清净 王重阳 北派七真 丹法关要

“好相如知莫外持，心神便是汝真师。古人公案须搜获，自己家风要骋驰。”^①王重阳在这首诗里表达了自己的修炼志向，继承前人的思想，树立自己的家风。金大定七年（1167）七月，王重阳从陕西千里迢迢来到山东半岛传教，收马丹阳、谭长真、刘长生、丘长春、王玉阳、郝大通、孙不二为徒，创立全真道，相继建立三教七宝会、三教金莲会、三教三光会、三教玉华会、三教平等会等群众性修炼团体，开展了空前的传道活动，内丹修炼从而广为传播，至丘长春雪山见成吉思汗之后，全真道达到了极盛。可以说，全真道是中国道教在古代社会中后期的一个发展高峰，王重阳和七真创造了一个时代。

成仙，是全真道的修炼目的，内丹修炼是为达到这个目的的途径。而在内丹修炼上，王重阳及其弟子们都特别重视“清净”（在王重阳与七真的诗词著述中多用清净，有时也用“清静”）。它成为全真道最重要的修炼特点。正如王玉阳所说：“四大随缘游陆地，阐扬清净好家风。”^②

清净既是高层次的功夫，又是最终的人生目的。丘长春就把弃壳升仙后的身外之身叫“清静法身”，^③黄帝以火龙出，钟吕用红楼出，弃躯体

飞升为神仙，清静成了神仙的代名词，而在内丹功夫环节和层次上，王重阳和七真认为清净是最重要的。

王重阳在《重阳真人金关玉锁诀》中说，要修道“第一先须持戒清净。”^④在《玉花社疏》中，王重阳告诉修道徒众：“诸公如要修行，饥来吃饭，睡来合眼，也莫打坐，也莫学道，只要尘冗事屏除，只要心中清净两个字，其余都不是修行。”^⑤七真也同样把清净作为至上大法。马丹阳说：“但清净无为，最上乘法也。”又说：“夫道，但清净无为，逍遥自在，不染不着，此十二字若能咀嚼得破，便做个彻底道人。”认为“道以无心为体，忘言为用，以柔弱为本，清净为基。”^⑥丘长春说：“能常清净，天地悉皆归。”^⑦刘长生在《五言绝句颂》中多次提到清净：“清通神气灵”、“善清脱生死”、“心静至真灵”等。^⑧谭长真亦有“全真大道，无为清净”^⑨的概括，王玉阳《青童吟》曰：“清清静静全真理，默默虚虚守内容。”^⑩

除清净外，修法中有小术，有渐门，但都不是大道。王重阳要道众认得真性，学修仙之道，勿炼傍门小术。他说：“务要诸公得认真性，不晓真源，尽学傍门小术，此是作福养身之法，并不干修仙之道。”^⑪马丹阳说：“三十六导引，二

十四还丹，此乃入道之渐门，不可便为大道。若穷于炉灶，取象于龟蛇，乃无事生事，于性上添伪也，此皆误人甚矣。”^⑫王重阳说作福养身的小术，不是大道。而马丹阳把导引、还丹、炉灶或归于渐门或以“性上添伪”评价之。他接着说：“丹经子书，千经万论，可一言以蔽之曰：清静。”^⑬刘长生也说：“万经顿悟，清静功夫。”^⑭

二

什么是清静呢？马丹阳解释说：“清静者，清为清其心源，净为净其炁海。心源清则外物不能挠，故情定而神明生焉。炁海净，则邪欲不能干，故精全而腹实矣。是以澄心如澄水，养炁如养儿，炁秀则神灵，神灵则炁变，乃清静所致也。”^⑮

无论是“清其心源”也好，还是“净其炁海”，都是从心意上用功夫，使心意清静，因为“炁海净，则邪欲不能干”，而邪欲不能干是用心意的结果。由心意清静而致神明生、精全而腹实到神灵而气变。刘长生说：“道通明性命，意定真清静。”^⑯谭长真说“心清意静为精专”，^⑰都是指要在心意上用功，达到清静。王重阳说得更直接，他在回答“多见今人清静，休妻亦不能成道”的问题时，说这样的人“身清心不清，其身净意不净”，他接着指出了真清静的标准：“若论真清静者，眼内无泪，鼻内无脓，口内无唾，不炼大小便。男子养精，女子定血，万邪归正，万病不生，方可是丹田清静。”^⑱这些都要在心意上用功夫才能达到，心意的状态影响身体的状态，身体的无垢、无病，精血气定，以至丹田清静，是心清意净的结果。这一点我们也可以从中医经典《黄帝内经》中找到证据：《黄帝内经·素问·上古天真论》中说：“恬憺虚无，真气从之，精神内守，病安从来。”身心具有着密切的关系，马丹阳曾向师父发问：“何者名为清静？”王重阳回答说：“有内外清静。内清静者，心不起杂念；外清静者，诸尘不染。”^⑲

古语说：大道教人先止念，念头不止是枉然。止念是心性的功夫，心死而神活，王重阳说：“心生则性灭，心灭则性现也。”^⑳心就是识神，是一般的意识活动，思虑之神，为阴，是不能结丹的。净而不染的神叫元神，为先天纯阳，

“世人未得先天地之阳神与身中精气神相配，终不仙也”^㉑。全真道重视心意的功夫，认识到只有达到意识活动的清静状态才能结丹。除此之外，别无他途。王重阳把本来真性作为金丹，认为只要心意清静，除去妄想，就能结丹。他的《金丹》诗云：“本来真性唤金丹，四假为炉炼作团。不染不思除妄想，自然滚出入仙坛。”^㉒

丘长春在谈到他与马丹阳修炼的不同时，认为他与丹阳悟道有浅深，得道有迟速。丹阳悟死，得道速，他悟万有皆虚幻，得道迟。^㉓他曾经说，看七真中其他几位“福慧相貌皆胜自己”，就决心“下三年志，要炼心如寒灰”，又下十年志，还是不能使心清静，自知福小。“再加志，着一对麻鞋，系了却解，解了却系，每夜走至十七八遭，不教昏了性子。后习至五十日不动心，真心常明，便似个水晶塔子”。但是，有一天，心意又起杂念，不能控制，竟急得哭了起来。^㉔这一段长春的自述，说明他下十几年功夫炼的就是止念，但修炼之难，磨难之多，难以想像。

三

王重阳和七真深知止念之难，所以特别强调修心。按照道教的观点，人受先天气而成，本来真性是纯洁的，但后天的污染使人有了各种各样的欲望，无法回归先天、超越生死。修炼内丹就是要逆人生而动，返还本来真性。王重阳在《唐公求修行》一诗中吟道：“修行切忌顺人情，顺着人情道不成，奉报同流如省悟，心间悟得是前程。学道修真非草草，时时只把心田扫，悟超全在绝尘情，天若有情天亦老。”^㉕人情浓厚道情薄，不清心，不寡欲，不能远离俗行，是止不了念，结不了丹的。

在《化丹阳》中，王重阳对丹阳说，凡人修道先须依此十二个字，断“酒色财气，攀缘爱念，忧愁思虑”。^㉖酒色财气、攀缘爱念、忧愁思虑是俗行尘缘，要炼得“心意不随猿马转”，缚住心猿意马，舍弃这些俗行尘缘就成了关键。马丹阳在《示门人》中说：“欲要元初一点明，须教猿马两停停。”^㉗要“不得无明暂起”，而“逍遥物外闲居”，才能“常清常净是功夫，相称全真门户”。^㉘

王重阳教导道众，要达清静之理，必须行战

胜之法：“第一，先战退无名烦恼。第二，夜间境中要战退三尸阴鬼。第三，战退万法。”^⑧马丹阳则教人用损、用忘。他修心重在用损、用忘，要事事休、放心放念，以至于无为清静，这是自老子以来道家一直强调的基本方法之一。老子说：“为学日益，为道日损，损之又损，以至于无为。”而“无为而无不为”。^⑨老子把“为学”与“为道”对比，认为“为学”要天天有所增加，学得越多，知得就越多，就越有成就。而“为道”正好相反，脑中的尘缘俗气越多，脑中的占位就越多，意识就不容易安静，从而影响修道。所以，道家一直强调要损去意识中占位的东西，达于清静，才能成道。损到无为的地步，生命中的潜在东西就会被发掘出来，从而修出成就，而无所不能为。

如何用损、用忘呢？在《示门人》一诗中，马丹阳要人首先认识到名缰利锁的危害和人生的辛苦，要“休心景”、“灭意春”，把心意休掉。“损损休心无染人，闲闲养气不言辛”，只有损掉心意的世俗污染，做个闲人，才能脱离辛苦，做一个物外逍遥快活仙。^⑩在《赠任守一》中他说：“物物般般认，常常战战兢兢，心心念念恐沉沉，得得来来损损。日日清清净净，时时湛湛澄澄，惺惺洒洒这灵灵，灿灿辉辉永永。”^⑪要摆脱“沉沉”的命运，好的方法就是用“损损”。而损损的目的是保持清静，心地湛然，意识里十分清醒洒脱而得永生。要放下所有的事，只做修仙这一件事；要忘掉所有的事，只想修仙这一件事。不但是从事上放，更重要的是从心里放，心里放下，闲静轻松，方可进入修道的状态。他有一诗《赠黄县马从仕》：“为人须要笑哈哈，对月临风好抱怀。闲闲闲愁闲放下，自宽自乐自无灾。无为清静登仙路，坦荡逍遥上宝台。若悟如斯为活计，大家云步赴蓬莱。”^⑫在这首诗中，我们感受到修道本是十分轻松愉快的事，心里放下，轻松惬意，把杯临风，坦坦荡荡，宽舒愉悦，好一个道家风度！这全在于心意完全放开，没有什么不通畅的地方，也没有任何世事可以使之忧愁思虑。马丹阳说自己“马家巷内马风狂，得遇修仙万事忘”。除养气全神外，什么事都忘了。^⑬他对宁海军孙执说：“愿公开悟万缘休，慎勿尘埃性上留。”^⑭他说修道的人在悟道之后，认为世上万

事都可以放下。他对高陵刘伯虎说：“彭城物外细搜求，悟一之时万事休。”修道之人行住坐卧都在修炼，而不做其他的事：“坐卧不妨牵白鹿，住行无疑引青牛。”^⑮修心要用损、用忘，要损到“死灰比我心，槁木类我形”^⑯的地步才行。

马丹阳用无为法，而丘长春则用有为法，丹阳损之又损二年半得道，长春靠长时间积功累行，得道用了十几年。

尘缘俗情是外在的东西，最终是过眼烟云，而内修性命才是根本。丘长春要人向内用功，不要向外求而舍本逐末。《弃本逐末》一诗这样写道：“一念无生即自由，千灾散尽复何忧？不堪下劣众生性，日夜奔驰向外求。”^⑰王玉阳也要人们生道心，去人心，“不必浮华错用功”。^⑱要内向性地运用意识，全身心地做内功，

全真道还特别强调出家，认为爱恋家业、妻儿，只能“忙里偷闲道上参”，一边忙着名利爱恋，一边参玄悟道，这种“欲求家道两全美”的作法，到头来只能是一场空。^⑲王重阳认为妻子对自己有损害，儿女是还从前债的，他们像豺狼虎豹一样。在《如梦令》一词中他说：“悟彻儿孙伟貌，夺衣日夺餐肴。笑欣慰怨类咆哮，正是豺狼虎豹。”^⑳他度马丹阳夫妇，让他们分离，并用分梨的方法劝告两人，看破夫妻关系的实质，不要相互为害。丹阳出家后又劝化他人，把妻妾说成是贪财竞气的小人、偷盗精气的窃贼、败人性命的活鬼。他写道：“人皆好色，妻常设计，巧笑语言作伪。日日梳妆，图要见他欢喜。时时耳边低呢，紧唆人争财竞气……昼要衣食，入夜偷盗精髓，悟来心惊胆颤，怕追魂取命活鬼！”^㉑马丹阳还有《养家苦》的组诗 12 首，举出养家的种种人生之苦：火坑深、镇常忙、贍他人、似蜂虻、特贪饕、恋尘缘、没程头等。^㉒出家是去俗行尘缘，断气财酒色、攀缘爱念、忧愁思虑的最直接的办法。

四

清静的主要内涵是止念，那么止念对于全真道结丹的意义是什么呢？

止念清静是全真道丹法修炼的要求。据传王重阳在甘河酒肆遇仙，授以《五篇灵文》，现收入《道藏辑要》胃二。该文认为修炼之要在于

“静工之道”，即在去妄念上下功夫，观一身皆空，寂然不动之中，忽然一点真阳发动于恍惚之中，若有若无。在静定中，真阳发生，有了这一步，后面才可按部就班地修炼，这是其后一切修炼程序的基础。

丘长春道藏本《大丹直指》较系统地叙述了丹法体系，从理论到炼丹次序都写得较为详细。如人从先天到后天的变化，从生命生成到受尘缘污染而忘本来面目，以致神气耗散；炼丹各步的口诀、图示、行持、释义、应验、注意的问题等，都一一做了交代。另外还有一本传于民间的《丘祖秘传大丹直指》，为陈撄宁在民国年间从山东青岛某道友手中得到，进行了校正整理。陈撄宁说：“余观篇中所有工法口诀，乃北派真传。”田诚阳将陈撄宁校注过的《丘祖秘传大丹直指》收入《仙学详述》一书中，并说：“余观此文，与通行本丘祖《大丹直指》全不相同，但篇中字句，皆直言丹诀，不加文饰，殊非刻意造作者所能为。内丹口诀，素来秘而不宣，得此抄本，可谓珍逾拱璧。”^④

道藏本《大丹直指》从功法体系，到丹法用语，都与《钟吕传道集》、《灵宝毕法》接近。如大中小三成法，从延年、长生到超凡入圣；从人出生到死亡谈修炼之道；五行颠倒、三田反复；五气朝元、玉液还丹；身外有身、肘后飞金晶、河车搬运、大河车、小河车；玉液炼形、金液炼形；大还丹、小还丹；三田既济等等。可以看作是与钟吕丹法一脉相传的全真内丹修炼法。陈撄宁所得抄本《丘祖秘传大丹直指》则简单得多，缺少《钟吕传道集》、《大丹直指》的许多炼丹节次，而且内容也有很大出入。如无大中小三成法的分类，得丹只谈结大丹，多出合日月、天地之炁两种方法，重视奇经八脉和活子时等，比《大丹直指》缺少很多的内容。但从现有内容上看，可以肯定是全真派丹法。至于是不是丘处机所传，还不好下结论。它可以看作是对道藏本《大丹直指》的补充。

道藏本《大丹直指》列具体修炼步骤有九个，都是在意念静定的基础上做功夫。如第一步“五行颠倒龙虎交媾”，要求“闭目内视中宫，绝虑忘思冥心”^⑤然后才能行混气与中宫法，在中宫凝结一物，为药物。第二步“五行颠倒周天火

候”，意守中宫，一阳自生至三阳，膀胱至济和暖，“到此只要把捉一尘不著，方得龙虎交媾”，^⑥渐而阳气向上，遍满全身。第四步“三田返复金液还丹”，在肘后飞金精，上中下三田返复时，“如行火至金木两停欲飞不飞之时，欲济不济之际，最要正意守持，一念不生”，^⑦如果一生思念则三关闭而不通。第七步“五气朝元炼神入顶”，炼五脏气“内观所炼之脏，鼻息绵绵若存，静极气生，气极神现，如梦非梦”，^⑧五脏之气与神相合。

《丘祖秘传大丹直指》共分15节，依次是论三宝三要、论三关三田、论奇经八脉、论坎离水火、论呼吸、论玄窍、论塞兑垂帘、论回光调息、论采药、论交媾、论河车、论采真阳之炁、论合日月真炁，论接天地之炁、论得丹等。从以上15节可以看出明确的炼丹顺序。论采真阳之炁一节说，神气凝结，以之精气通身，把一身阴气炼为阳气。并继续用功，于寂然不动之中，再次出现活子时，采腹中真阳之气上至顶下归腹，往复运行，“前后数回，片晌功夫，一得永得，其炁常自周流矣”。^⑨最后的“论得丹”一节说“如欲得丹，必须弃世大静，小静三日，中静五天，大静七日”，静中自然生动，所谓“大死再活”^⑩而结丹。

孙不二的《女功内丹次第》诗14首为女子丹法的经典之作，收入《孙不二元君法语》。14首诗依次为收心、养气、行功、斩龙、养丹、胎息、符火、接药、炼神、服食、辟谷、面壁、出神、冲举。从初下手处，至最后弃壳飞升做天仙，与全真七子丹功目的和基本过程都相同，只是用诗的形式，显得过于简单。就女性炼丹的最大不同点而言是其中的斩龙，又叫斩赤龙，即女性把月经炼没有了。这是丹功中炼精化气阶段，与男子炼得没有精液漏出是一个道理。男子炼精化气，炼化了精液，出现了马阴藏相，生死器收缩，为结小丹的标志；女子则炼到身如童女童男，如王重阳所言：“令妇人如童男。”^⑪

在第四节“斩龙”中，孙不二说：“静极能生动，阴阳相与模。风中擒玉兔，月里捉金乌。捉眼细缁候，留心顺逆途。鹊桥重过处，丹气复旧炉。”^⑫在身心极静处，一阳发动，下冲会阴，出现活子时。

关于斩赤龙,《西王母女修正途十则》有较详细的说明。首先,它认为女子月信损伤先天元气,“当十三四五岁时,元炁充足,真血盈满,有阴中之一阳,月圆之光正旺。至天癸一降,元炁道破,真血遂泄。”而到结婚生育后,“元炁渐损,真血渐亏”。这是女子修丹的难处之一。女子要想修成必须不使先天真炁化为月信,这就是斩赤龙。而当修炼至静出现活子时,又必须十分注意,顺逆之途,仙凡从此两分。在这个时候出现的情况,它说:“若夫子宫体得一阵热炁盘旋,此时泉扉更宜紧闭,莫教放松。得有逸趣,最忌念起。稍有恋情,便致遍体酥麻,非惟急宜定情,仙凡从此两分。”^⑤

以上我们看到从功法上全真道对清净的运用情况。首先,没有清净,就无法出现真阳发动的活子时,丹道周天法的炼丹药物就不能产生。其次,在修炼的各个环节上,都对意念的清净提出了很高的要求,它贯穿炼丹的始终。

在功理上,全真道认为炼丹就是养气,结丹就是神气结合,要养气,要神气结合,只有清净才能做到。

人可以分为身心两个部分,它们互相联系,又互不同,共同组成人的生命体。关于身心的关系,历代修炼者多有议论,因为它是修炼不可回避的问题。修仙家要从一个普通人的生命修到仙人层次,实际上是超越了人的生命状态,而这一过程又必须凭借着人的意识和身体,这就是全真道所说修假而达真。而在身心关系中,人的精神活动占主导地位,可以说,精神状态是决定是否修成的关键因素。所以,修仙家着重修心,要使人心定意清,达到心意的清净,身中内气才能发动,神意才能与气结合,再依内丹方法在体内运行,少则一年半载,即可结丹。而心意不定、不清是无法做到神与气合的。

马丹阳认为炼丹就是养气,气聚而不散,即为结丹。而要使气聚,须是清净才行。他在归化升仙的前 10 日,回答“吾师之道有作为否”,在说了“无也”之后,又说:“虽歌词中每咏龙虎婴姁,皆寄言尔。是以要道这妙,不过养炁。人但汨没名利,往往消耗其炁。学道者无他,务在养炁而已。夫心液下降,肾气上升,至于脾,元炁氤氲不散,则丹聚矣。若肝与肺往来之路也。

习静至久,当自知之。”^⑥

气不好驾御,要控制它才能聚它养它,而控制气的方法就是清净。马钰说:“炁之难御,迅若奔马,唯静者为易。”要清净无心为妙。^⑦他解释“人能常清净,天地悉皆归”时说,天地“盖指身中之天地也。人之膈已上为天,膈已下为地。若天炁降地脉通,上下冲和,精炁自固矣。”^⑧清净之后,自然天地之气上下冲和,精气固而聚,从而结丹。“道无形名,是神炁之祖也,……夫修此之要,不离神炁。神炁是性命,性命是龙虎,龙虎是铅汞,铅汞是水火,水火是婴姁,婴姁是真阴真阳,真阴真阳即是神炁。种种名相,皆不可着,止是神炁二字而已。欲要养炁全神,须当屏尽万缘,表里清净,久久精专神凝炁冲。三年不漏下丹结,六年不漏中丹结,九年不漏上丹结,是名三丹圆备,九转功成。”^⑨

马丹阳认为修炼内丹全靠清净:“心清意净天堂路,意乱心荒地狱门。斡旋决仗无为力,造化全凭清净功。一袖拂开沙世界,三丹结就大罗仙。”^⑩真功清净就可一证元初,“此外并无作做”。^⑪清净之后并非无有作为,在清净之后,需神气相合,结成小丹,然后再结大丹。在《赠安静散人俱守极》中,马丹阳谈到清净之后“气神凝”:“休要寻龙寻虎,不须搜姁搜婴,勿劳讲论汞铅精,尽是虚名惑恁。只要心中清静,无为便是功成。慈悲相助气神凝,如此神仙有准。”^⑫

在内丹学上,婴儿指肾中阳气,姁女指精神,或叫心中神意,而龙为神意,虎为肾阳,汞为神意,铅为肾阳,婴儿姁女、龙虎、铅汞就是神和气。结丹需要在清净的基础上,使神气结合为一,马丹阳正是从结内丹的这个实质出发,说以上这些话的。

马丹阳把性命也归结为神气,神气相合、性命双修而脱生死。在《真一吟》中,他说:“命清得长生,性静能久视。命乃气之名,性乃神之字。气是神之母,神是气之子,子母成真一,真一脱生死。”^⑬马丹阳强调的神气相结合,多用婴儿姁女、铅汞等几对概念,多数情况下叙述两者相合而结丹,十分简明。如“炼汞烹铅,行满功圆做个蓬瀛赤脚仙”,^⑭“婴姁女姁来相聚,更有真龙虎,自然显出祥光,覆载一个灵明主”。^⑮

(责任编辑:唐大潮)

* 本文为笔者合作承担国家十五社科基金项目（项目批准号：01BZJ008）“全真七子与齐鲁文化”的阶段性成果。

- ①《永学道人》，《道藏》，文物出版社、上海书店、天津古籍出版社，1988年，第25册，第696页。
- ②《赠惠先生修殿》，《云光集》卷1，《道藏》第25册，第652页。
- ③《大丹直指》卷下，《道藏》第4册，第401页。
- ④《道藏》第25册，第798页。
- ⑤《重阳全真集》卷10，《道藏》第25册，第747页。
- ⑥《丹阳真人语录》，《道藏》第23册，第702、703页。
- ⑦《真仙直指语录》卷上，《道藏》第32册，第437页。
- ⑧《仙乐集》卷5，《道藏》第25册，第448、450页。
- ⑨《望海潮》，《水云集》卷下，《道藏》第25册，第859页。
- ⑩《云光集》卷3，《道藏》第25册，第678页。
- ⑪《玉花社疏》，《重阳全真集》卷10，《道藏》第25册，第747页。
- ⑫《丹阳真人语录》，《道藏》第23册，第703页。
- ⑬《丹阳真人语录》，《道藏》第23册，第703页。
- ⑭《上敬奉三教道众并述怀》，《仙乐集》卷3，《道藏》第25册，第437页。
- ⑮《丹阳真人语录》，《道藏》第23册，第703页。
- ⑯《仙乐集》卷5，《道藏》第25册，第450页。
- ⑰《畅道》，《水云集》卷上，《道藏》第25册，第848页。
- ⑱《重阳真人金关玉锁诀》，《道藏》第25册，第799页。
- ⑲《重阳真人授丹阳二十四诀》，《道藏》第25册，第807页。
- ⑳《重阳真人授丹阳二十四诀》，《道藏》第25册，第808页。
- ㉑陈致虚：《金丹大要·上药》卷4，《道藏》第24册，第14页。
- ㉒《重阳全真集》卷2，《道藏》第25册，第701页。
- ㉓《清和真人北游语录》卷1，《道藏》第33册，第157页。
- ㉔《真仙直指语录》卷下，《道藏》第32册，第443页。
- ㉕《重阳全真集》卷2，《道藏》第25册，第704页。
- ㉖《重阳教化集》卷2，《道藏》第25册，第780页。
- ㉗《洞玄金玉集》卷1，《道藏》第25册，第565页。
- ㉘《渐悟集》卷上，《道藏》第25册，第462页。
- ㉙《重阳真人金关玉锁诀》，《道藏》第25册，第798页。
- ㉚《道德经》第48章。
- ㉛《洞玄金玉集》卷3，《道藏》第25册，第576页。
- ㉜《渐悟集》卷上，《道藏》第25册，第463页。
- ㉝《洞玄金玉集》卷3，《道藏》第25册，第581页。
- ㉞《过修善村求斋》，《道藏》第25册，第581页。
- ㉟《和宁海军孙公执殿试》，《洞玄金玉集》卷3，《道藏》第25册，第581页。
- ㊱《寄呈高陵刘伯虎殿试》，《洞玄金玉集》卷3，《道藏》第25册，第580页。
- ㊲《五言长篇·借古韵》，《洞玄金玉集》卷5，《道藏》第25册，第587页。
- ㊳《磻溪集》，《道藏》第25册，第818页。
- ㊴《赠内侍局司丞》，《云光集》卷1，《道藏》第25册，第651页。
- ㊵马丹阳，《道友问在家能修行否》，《洞玄金玉集》卷7，《道藏》第25册，第595页。
- ㊶《重阳全真集》卷8，《道藏》第25册，第733页。
- ㊷《丹阳神光灿》，《道藏》第25册，第631页。
- ㊸《渐悟集》卷下，《道藏》第25册，第476页。
- ㊹田诚阳编著：《仙学详述》，北京：宗教文化出版社，1999年，第333页。
- ㊺《道藏》第4册，第393页。
- ㊻《道藏》第4册，第394页。
- ㊼《道藏》第4册，第396页。
- ㊽《道藏》第4册，第399页。
- ㊾《仙学详述》第345页。
- ㊿《仙学详述》第346页。
- ①《金关玉锁诀》，《道藏》第25册，第801页。
- ②《道藏精华》第5集，第193、194页。
- ③《道藏精华》第5集，第202页。
- ④《丹阳真人语录》，《道藏》第23册，第702页。
- ⑤《丹阳真人语录》，《道藏》第23册，第702页。
- ⑥《丹阳真人语录》，《道藏》第23册，第703页。
- ⑦《丹阳真人语录》，《道藏》第23册，第706页。
- ⑧《联句》，《洞玄金玉集》卷6，《道藏》第25册，第593页。
- ⑨《赠孙先生》，《渐悟集》卷上，《道藏》第25册，第464页。
- ⑩《渐悟集》卷上，《道藏》第25册，第464页。
- ⑪《洞玄金玉集》卷5，《道藏》第25册，第589页。
- ⑫《誓死赤脚夏不饮水冬不向火》，《渐悟集》卷上，《道藏》第25册，第455页。
- ⑬《探春令赠王知玄》，《渐悟集》卷上，《道藏》第25册，第455页。