

# 道教医学的三境九重

——《吕祖医道還元》探微<sup>\*</sup>

程雅君

《吕祖医道還元》是“圣（清）光绪二十年，岁在甲午季秋，廿九戌刻，降着”，由“板藏粤东省城善书总局”印刷的一本道教医学孤本古籍。随着该古籍的整理和挖掘，促使学界对道教医学的内涵做更深入地解读。道教医学包括三种境界：“身”医学、“心”医学、“性命”医学。“三境”又各蕴含三重层次：“身”医学分为《脉理奥旨》、《症候源流》、《药法阐微》；“心”医学分为《天地心》、《五气心法》、《无碍心》，“性命”医学分为《性命洞源》、《修性复命》、《真体圆成》，共计九重。从《吕祖医道還元》探讨道教医学“三境九重”之内涵，不仅对道教道学研究必不可少，对中医学尤其中医哲学研究，也有相当的现实意义。

关键词：《吕祖医道還元》 道教医学 三境九重

作者：程雅君，1972年生，中医学博士，四川大学哲学博士后，中国社会科学院哲学博士后，四川大学道教与宗教文化研究所副研究员。

关于道教医学的定义，《中国大百科全书·宗教卷》云：“道教为追求长生成仙，继承和汲取中国中医学的成果，在内修外养过程中，积累的医药学知识和技术。它包括服食、外丹、内丹导引以及带有巫医色彩的仙丹灵药和符咒等，与中国的中医学既有联系又有区别，其医学和药物学的精华为中国医学的组成部分。”<sup>①</sup>日本学者吉元昭治所著的《道教与不老长寿医学》称：“所谓道教医学，可以说就是以道教为侧面的中国医学。这些被看作是道教经典中的主要内容。不过现在，就像道教湮灭在民间信仰（民俗宗教）之中那样，道教医学可以在民间医疗，或民间信仰中的信仰疗法中见到其踪迹。”<sup>②</sup>《中华道教大辞典》在“道教医学”条目中云：“道教医药学是在道教文化中发展起来的医药学。这不仅是因为道士以医术布道促进了它的发展，而且是由于这类医术和药物本身就含有道教修炼的特征。……道教医药学是以长生成仙为最高目标的医学。……是一种社会医学和宗教医学。”<sup>③</sup>胡孚琛先生认为：道教医药学大致包括三个部分的内容。其核心部分是仙药、本草、医方、针灸等，大致范围相当于世俗的中医学和中药学。道教医药学的中间层部分是导引、按摩、气法、辟谷、房中、存思、饮食疗养及起居禁忌等，这是靠自我摄养和

<sup>\*</sup> 本文为第42批中国博士后基金，2008年四川大学哲学社会科学青年学术人才基金，2009年国家社科基金（批号：09BZX036）“中医哲学史”阶段性成果之一。

① 《中国大百科全书·宗教卷》，北京：中国大百科全书出版社，1988年，第73页。

② [日]吉元昭治：《道教与不老长寿医学》，成都：成都出版社，1992年，第8页。

③ 胡孚琛主编：《中华道教大辞典》，北京：中国社会科学出版社，1995年，第878页。

调谐精、气、神来防病抗病的技术。道教医药学的外层部分是符水、药签、祝由、祭祀、斋醮等调整社会环境和心理环境的治疗方法，具有强烈的宗教特征。道教医学是一种社会医学，重视调节人的社会关系和心理因素。道教医学另一特征是带有宗教性和人神交通的巫术倾向。道教医学还有一些特征，那就是它重养生、重预防，将医药同人的饮食起居结合起来。以上都体现了道教医学区别于世俗医学的特色。<sup>①</sup> 上述关于道教医学的论述，都从不同的角度丰富了道教医学。但随着《吕祖医道还元》的挖掘和整理，将促使学界对道教医学的内涵做更深入地解读。

《吕祖医道还元》是“圣（清）光绪二十年，岁在甲午季秋，廿九戌刻，降着”，由“板藏粤东省城善书总局”<sup>②</sup> 印刷的一本孤本古籍。该书无疑是一本道教医学专著，如开篇即赋《纯阳吕祖仙师宝诰》“志心皈命礼”，云：

玉清内相，金阙选仙。化身三教之师，掌法判五雷之令。黄梁梦觉，忘世上之功名；宝剑光腾，扫人间之妖怪。四生六道，有感必孚；三界十方，无求不应。黄谷矶头留胜迹，玉清殿内炼丹砂。存芝像于山崖，显仙踪于古洞。阐法门之香火，作玄嗣之梯航。大圣大慈，大仁大孝。开山启教，元应祖师。天雷上相，灵宝真人。纯阳演正，警化孚佑帝君；三曹主宰，兴行妙道天尊。<sup>③</sup>

《医道还元自序》中又云：

吾自晚唐下尘，得遇钟离老祖，授以心性之学，皈依至道。并授济世救人妙术，令我遍行救济数十载，足迹几遍寰区。一旦叨蒙天恩，遂辞尘而归罗洞，迄今厕身金阙。救世之本愿未酬，时驾青鸾；度人之素怀欲白，适逢文武二帝，同在座中。谈及至道不明，人心日流于秽浊，致本真丧而疾病天伤，兴言及此，皆为太息。因协奏上皇，降旨敕吾垂书。俾迷昧者得所信，从而学习。统君民、上下、老杂、智愚而皆宜，故特择地于信宜焉。爰令法门弟子，秉木笔以待传。将吾所得医身医心医性命之道，毕达于世上。皇名是书为《医道还元》。<sup>④</sup>

全书约20万余字，有六序、九卷正文、一附。六序：《玉皇大天尊序》、《太上道祖序》、《如来佛祖序》、《文昌帝君序》、《关圣帝君序》、《医道还元自序》。九卷正文：《脉理奥旨》、《症候源流》、《药法阐微》、《天地心》、《五气心法》、《无碍心》、《性命洞源》、《修性复命》、《真体圆成》。一附：《吕祖奇症新方》。

《吕祖医道还元》九卷其实可以分为三大部分：“身部”、“心部”、“性命部”。前三卷属于“身部”：《脉理奥旨》、《症候源流》、《药法阐微》，主要讲“治身”；中三卷属于“心部”：《天地心》、《五气心法》、《无碍心》，主要讲“治心”；后三部属于“性命部”：《性命洞源》、《修性复命》、《真体圆成》，主要讲“治性命”。这三个部分呈递进关系。《玉皇大天尊序》云：“身心性命，统而会之则为道。不治身，无以及心；学不治心，何以入性命之微？”<sup>⑤</sup>《自序》云：“故先治身，继治心，终治性命，而统括之曰医。……由身及心，由心及性命，一一会通，又何疾病之不可已，又何患至道之不造其极耶？”<sup>⑥</sup>《太上道祖序》云：

人虽由性命乖离，致心受其病，而后牵连于百脉，然百脉既受其病，又何暇讲龙虎之交、龟蛇之会？救死尚恐不瞻。纵有三家相见之法，无从施两大绵交之妙，莫可措执。此与

① 胡孚琛：《道教医药学述要》，《中国中医基础医学杂志》1995年第4期。

② 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》“序论”，成都：巴蜀书社，2008年，第7页。

③ 同上，“纯阳吕祖仙师宝诰”，成都：巴蜀书社，2008年，第1页。

④ 同上，“医道还元自序”，成都：巴蜀书社，2008年，第10页。

⑤ 同上，“玉皇大天尊序”，成都：巴蜀书社，2008年，第3页。

⑥ 同上，“医道还元自序”，成都：巴蜀书社，2008年，第11页。

语禅，真是犹使饿殍荷千钧之任也。剥肤之灾未去，奚暇治心完性命？……调百脉使归安和，不异厥初此身之還元也；修五德以达到无碍，不愧本来此心之還元也；炼精归气，炼气归神，炼神化虚，反其当来，此性命之還元也。医中有道，道中亦要医，无非返本寻原之妙。……三教同源，于兹可见；万法归一，舍此安求。<sup>①</sup>

可见，《吕祖医道還元》是一本道教医学古籍。从《吕祖医道還元》看，道教医学包括三种境界：“身”医学、“心”医学、“性命”医学；每种境界又具体包括三重层次，共计九重内涵。

## 一、“身”境三重

《吕祖医道還元》前三卷《脉理奥旨》、《症候源流》、《药法阐微》主要是论述“身”医学的。所谓“身”医学即是以“身体”为研究对象，探讨“身体”之生理病理以及治疗的一门学科。

卷一《脉理奥旨》首重“脉”但并非仅限于“脉”，而是与“望”、“闻”等“四诊合参”的。并且关于脉诊，也分为平人脉象、各种病脉以及绝脉等几类。如《脉理奥旨总论》云：

洪濂未判，一气混元；太极初分，五行列位。阴阳贯乎万象，水火运于两间。天气轻清，常充盈而流转；地气重浊，实凝固而安贞。禀三才之末，身具百脉之关。上则符天，下则符地。天有晷度，人之脉窍同其源；地有山河，人之脉络合其妙。三百六十无非脉之贯通，八万四千尽是脉之穿透。同源异用，合一分三。内景和谐，诸灾不作；本真耗散，百病俱生。时手庸医，习古书而未化，强猜误认，视人命若无关悉，由脉源不分，脉理所以多错也。<sup>②</sup>

这一段话根据“天人同构，天人合一”原理，并按照“一生二，二生三，三生万物”的顺序推演之。“天气轻清，常充盈而流转；地气重浊，实凝固而安贞”，推演至二；“人禀三才之末，身具百脉之关。上则符天，下则符地”，推演至三；“天有晷度，人之脉窍同其源；地有山河，人之脉络合其妙。三百六十，无非脉之贯通；八万四千，尽是脉之穿透。”这两句则推演至万物。如此从整体到局部，越来越细分，后三句则重点把“天人同构，天人合一”原理，落实到“脉”上，而云“三百六十，无非脉之贯通；八万四千，尽是脉之穿透。”但这四句是言“天人”之同；“同源异用，合一分三”，则言“天人”之异。可见我们常谓的“天人同构，天人合一”，其真实内涵是“天人同构，同中有异；天人合一，合中有分。”而“时手庸医”之后文，则直指时弊，论述脉学之首重。又云：

北坎命根活五黄，而通九紫；南离神室宰白璧，而守青松。其动也，若换宿移星；其生也，如长虹闪电。清清淑淑，洋洋悠悠。十二辰动数有常，上下关周行不滞。略言其概，大象如斯。至若究乎命之源本，必审乎脉之根苗。土釜润温，息息之来不暴；金钟鸣响，点点之报有神。火得水而不熄，象如燕飞下上；水得火而可治，形若鹄行往来。藏魂宫安，那有钝刀刮竹；载意垣稳，岂见竞弩张弦。其至如宾，知五脏之完固；其去似客，识六腑之平和。兴衰虽按四时，端的实凭三指。此乃以平等而论之，先知无病所流露也。<sup>③</sup>

这段话其实是用道教的术语来论述“平人之脉”，所谓“以平等而论之，先知无病所流露也”，正是写照。

来长去短，阴海泉涸何疑；去疾来迟，阳关气亏莫错。察来撒豆抛珠，知命基之立；按去转绳扭索，有暴客之相侵。铁尺横空水土败，灯笼悬象火德非。纯阴自有本相，张举则

① 程雅君、程雅群：《医道還元注疏》“太上道祖序”，成都：巴蜀书社，2008年，第5页。

② 同上，卷一“脉理奥旨”，成都：巴蜀书社，2008年，第1页。

③ 同上，第1—2页。

难速生；纯阳宜守旧规，消沮而期将至。频频到手辨实与虚。间间通音问寒与热。江中竹筏，须按部位以究其端；池底藕莲，亦依方所以原其疾。猛虎下山，当知攻法；微羊宿草，间宜施威。葱里试问有否，石内那见空焉。滑等油车之转，男妇作用当分；涩如石路之行，阴阳盈亏宜辨。络不流通，定是两端首鼠；关苟蔽塞，好比一个惊鸿。三阴贼劫敲到，密而且微；三阳敌攻打来，重亦兼疾。<sup>①</sup>

这段话是关于“病脉”的总纲。所谓的“撒豆抛珠”、“转绳扭索”、“铁尺横空”、“灯笼悬象”、“频频到手”、“间间通音”、“江中竹筏”、“池底藕莲”、“猛虎下山”、“微羊宿草”、“滑等油车”、“涩如石路”等等，其实都是用形象化的文字对病脉的一种描述。

不仅如此，在《脉理奥旨》里，还分别论述了各种“绝脉”及预后，如“鱼戏波，难逃十日；鸟啄木，莫度三朝。暴然半刻不来，将作行尸之体；倏尔几声乱应，急求保命之丹。”<sup>②</sup>又如“其或暴脱根株，难窥源本；兼辨声色，可究情由”，<sup>③</sup>则说明了脉诊当与望诊、闻诊“合参”。而关于切脉的要旨方法，更有精辟论述：

脉合而一箭破的，脉殊而九窍当参。载籍备详，勤稽自得。窍窍皆统于三焦，滴滴咸归于六部。察其两旁，大小攸辨；究其三驿，强弱暗分。独盛一指，当问贼由谁唆；兼变两关，还寻恶从何起。左冲右突似败兵，细观何宫之异；忽来即去如狂鸟，详搜攸伏之缘。按部位以参求，凭灵苗为照燎。<sup>④</sup>

总之，本卷从“天人同构、天人合一”哲理到脉理。在论述脉理的时候，首先谈脉学的重要性，分别论述常人脉象、各种病脉以及几种绝脉及预后，其次论述闻诊、望诊等与脉诊合参，再其次论述切脉的要旨方法，并论述了如何根据脉象来防治调理，最后以“医未病之病，见在机先；逐既灾之灾，法在指下”<sup>⑤</sup>来总结全篇，点明全篇之要旨。

值得一提的是：《脉理奥旨》在很多方面与现在所谓的中医学不同或说深刻。如“水中寓有真火，合而润暖乎脾胃”，<sup>⑥</sup>此言肾与脾胃之关系。这“润暖”二字可谓传神，因为肾脏的本质是“水中寓有真火”之脏，水能润，火能暖，所以肾脏能“润暖”脾胃。时医在温中健脾时兼顾温肾，而在养胃阴时却常常忽略滋养肾阴，观此可鉴。又如“十二辰动数有常，上下关周行不滞。略言其概，大象如斯”，<sup>⑦</sup>这其实涉及到对中医整体观的认识问题。但什么是中医的整体观？我们认为中医整体观应该从时间、空间、时空三个维度去看<sup>⑧</sup>，而“十二辰动数有常，上下关周行不滞”，“人之脉络，亦按十二辰，动发不悖”，<sup>⑨</sup>“一日之间，息息相通，无止时也。即以一息而论，亦是四至为常”等，正说明了这个问题。再如“火得水而不燧，象如燕飞下上；水得火而可治，形若鹅行往来。”<sup>⑩</sup>这里说的是人肾中水火生理状态下的脉象。需要注意的是其特征“象如燕飞下上”，即“乃脉之自下而来时。方来是下也，既到是上也。”“形若鹅行往来”，即“脉之不可过疾与过徐”。换言之，什么才是生理的肾脏之脉？可能不是现在教科书上所说的“有根”那么简单。观此方可知道怎样判断肾中水火之平衡态。

卷二《症候源流》其本质是以“医易相通”为总纲来论述医学。故开篇即云：

易象包罗天地，不外休征咎征；人身调理阴阳，当稽无病有病。俯察仰观，可识两间之

①②③ 程雅君、程雅群：《医道還元注疏》卷一“脉理奥旨”，成都：巴蜀书社，2008年，第2页。

④ 同上，第3页。

⑤ 同上，第4页。

⑥ 同上，第16页。

⑦ 同上，第18页。

⑧ 程雅君：《中医整体观的三重内涵》，《哲学研究》2009年第8期。

⑨ 程雅君、程雅群：《医道還元注疏》卷一“脉理奥旨”，成都：巴蜀书社，2008年，第18页。

⑩ 同上，第20页。

变；寒来暑往，悉凭四序之迁。奇正相生，祥殃互异。风狂雷迅，自是天气不平；川竭山崩，孰非地灵失守。人禀其气以成形。脉络依然契合；身因乎气之作，症候自贵详分。万态千般，曷胜枚举。赅原括委，自获统宗。百脉推本乎五行，诸灾咸归于八卦。<sup>①</sup>

在“诸灾咸归于八卦”之后分别论述了乾、兑、离、震、坎、艮、坤、巽八卦的“症候源流”。《吕祖医道还元》的八卦是紧密联系中医五行五脏观的，如“中男构衅，欲耳不问”，“吕真人曰：中男者，何？坎为中男，于五行为水。在人则肾是也。肾水为生身之源，而其脉络则通于耳孔。从耳孔上下左右量出一寸，皆肾窍之所管。”“少女蒙尘，掩鼻而过”，“吕真人曰：何谓少女？在易卦，则兑为少女，属金。在人，则肺金是也。肺主乎气，昼夜呼吸，即须臾不可离。其窍则通达于鼻。曰蒙尘者，乃人之肺金有所蔽塞。肺本至清至洁，一尘不可染。谓之蒙尘，则有所染矣。”<sup>②</sup>

《症候源流》在很多方面对现在的中医学有启迪。如“握枢则才堪调燮，失职则患自频仍”，<sup>③</sup>这14字是总括肺金“握枢”之重要地位，强调肺金在治疗多种疾病中的重要性，不亚于脾肾。肺金之所以如此重要，主要是因为肺金的主气功能，因为“天地不外一气之默运。人身亦不外一气之旋转”，而肺主气司呼吸，所以称肺金“握枢”，即把握中枢关键之意。

卷三《药法阐微》开篇即云：

盖谓药物繁生，何止飞潜动植；丹方妙用，恒施水火阴阳。五气清浊，化成声形色味；九星正变，造就时地性情。道合君臣，何须重作本草；事关人命，慎勿轻投古方。纵教读尽方书，未必能窥原本；若非殷勤救世，何劳详发玄微？疾亦多门，固贵因端竟委；药求妙法，尤在运巧制宜。味若轻清，急需则或相倍蓰；品如重浊，过用则立见灾非。善走多耗本真，太和易生恶积。或降或升，有时交相为用；作通作塞，亦间准类以施。除灾如除盗，攻守自有权衡；调药似调兵，后先岂无节度？按刚柔之妙用，别进退之机关。春夏相生，和同大造，秋冬交济，气合化工。性禀中五，每贯彻乎八方；关膈有三，实统融于一气。生生法乎河洛，在在妙其屈伸。真诀无多，全凭领悟；奇功至广，试为详言。<sup>④</sup>

这里首先说明了药物“何止飞潜动植”，但用药的原则是“恒施水火阴阳”，突出了五行中水火的重要性。同时提出了“五气”“君臣”“轻清”“重浊”“善走”“太和”以及升降、通塞、刚柔等药物之“品性”诸多概念。如果说上述与中医学并无多大差异的话，下面则“详言”了道教药法之“真诀”，如吕真人对“五气清浊，化成声形色味；九星正变，造就时地性情”一句注曰：

五气者，即水火木金土五行之气，此承上文所言。水火二气，已备五行，特揭示之，以起下文作用之意，乃通章之大旨也。气有清浊，清者轻而上浮，自其微者言之，气之轻清，鼓铸流行，落于冥忘之间，久久凝而为丹，此内药也。自期显者言之，品物亦有禀乎气之轻清，惟其气属轻清，故可佐人之真元，此外药也。如下文所言用药之妙，即指外药而言。气有浊者，深言之，浊气降于下，从下流而发去，别浊即所以扬清，亦讲内药之妙用。浅言之，物禀重浊之气，则性多下行，亦足调人之根本，乃系外药之功。<sup>⑤</sup>

吕真人这里着重阐释了外药与内药的妙用。关于内药、外药，《悟真篇》西江月词云：“内药还同外药，内通外亦须通；丹头和合类相同，温养两般作用。内有天然真火，炉中赫赫长红，外

① 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》卷二“症候源流”，成都：巴蜀书社，2008年，第64页。

② 同上，第75—76页。

③ 同上，第90页。

④ 同上，卷三“药法阐微”，成都：巴蜀书社，2008年，第132页。

⑤ 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》卷三“药法阐微”，成都：巴蜀书社，2008年，第137页。

炉增减要勤功，绝妙无过真种。”<sup>①</sup>可见内药、外药之名分，实是道教之术语。

不仅如此，《药法阐微》还有很多微妙之处，迄今尤有现实意义。如：

在有形之药与无象之药，合而用之，方可调治。

有形之药，即温补命门之方也……无象之药，即绝妄缘，却思虑，塞欲海，久久养复一点元阳。<sup>②</sup>

这其实是论述命门火衰的治疗原则，“在有形之药与无象之药，合而用之，方可调治。”“有形之药，即温补命门之方也。”无象之药，“即绝妄缘，却思虑，塞欲海，久久养复一点元阳。”值得注意的是：此言“有形之品”，是指血肉有情之品。《医门法律·寓意草》云“下虚者，不但真阴虚，究竟真阳亦虚，何也？阳气以潜藏为贵，潜则弗亢，潜则可久，易道也。盏中加油，则灯愈明；炉中覆灰，则火不熄。”<sup>③</sup>此言“盏中加油”，即是以血肉有情之品填补真阴，俾精血得补，“则灯愈明”。所以其实这种“命门火衰”证，其本质是“真阴虚”之证，准确地说，是以阴虚为本的阴阳俱虚证。否则治疗为什么首先要填补真阴？认清这一点，对于临床处方用药很有价值。如遇到“真阴虚”之证，至少要用两类药组方：一是血肉有情之品的填补真阴药，如紫河车、龟板等；一是推动先天运化的药，如附子、肉桂。时医有只主张只用附子、肉桂来温阳，而忽略用血肉有情来填补真阴者，其实对病人是有害的。为什么？譬如灯里无油而不明，只靠扇风来鼓动，则油耗日重，早晚必生不虞之故。所以先贤首重“盏中加油”。又如：

纵教读尽方书，未心能窥原本；若非殷勤救世，何劳详发玄微？<sup>④</sup>

这句话十分切中时弊。对于一个病，十个中医可能有十种辨证，而且即使中医辨证一致，处方用药又各自不同。有喜补的，有喜泻的，有喜寒的，有喜热的，有主阴虚而滋阴的，有主阳虚而温阳的，即使同主阴虚，用药有主张草木金石，有主张精血有形的。而且不管哪种理法方药，似乎都可以找到师承依据。导致这种弊病的不是中医本身体系的问题，而是现在中医“祇识得万派枝分耳，其原本究罔然无所得，”<sup>⑤</sup>要纯正中医内部的思想，对中医形成统一认识，正是该书强调的——医道还元！这不能不说是道教医学对中医学的启迪和贡献。

## 二、“心”境三重

《吕祖医道还元》中三卷属于“心部”：《天地心》、《五气心法》、《无碍心》，主要讲“治心”。所谓“心”医学主要以“心”为研究对象，与“身”一起，构成道教的“身心医学”。但道教“身心医学”与现代西医之“身心医学”还有很大不同。

卷四《天地心》开篇即云：

浩浩穹苍，茫茫下土。既包含于无外，亦发育而靡穷。孰为主宰？依然主宰若存。谁是纲维？自觉纲维不坠。华工迭运，亘古常新。弭悖害之虞，往来自通消息。还静虚之体，布濩足见玄微。声臭皆无，旋来妙机一点。质形常寂，流出大用千般。按实数以穷推，仍然陈迹。逞聪明而臆说，莫究真元。阖辟互为其根，动静统归于签。生生杀杀，不假安排。始始终终，俨如布置。无为而无不为，不一而归至一。是以道求散殊，宜观万物之理。倘若道寻

①（宋）张伯端撰，翁葆光注，元·戴起宗疏：《悟真篇注疏》卷中“七言绝句六十四首以象八八六十四卦之数”，《钦定四库全书》子部，道家类。

② 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》卷三“药法阐微”，成都：巴蜀书社，2008年，第168—169页。

③（清）喻昌撰：《医门法律》卷三“寓意草”，《钦定四库全书》子部，医家类。

④⑤ 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》卷三“药法阐微”，成都：巴蜀书社，2008年，第144页。

源本，当究天地之心。<sup>①</sup>

从“是以道求散殊，宜观万物之理。倘若道寻源本，当究天地之心”可见，“天地心”即是“道”，万物从“道”出发，复归于“道”。为什么要追求天地心或说道心呢？是因为：“欲究其无形，必于有形之体段，举以发其端也”，<sup>②</sup>即借无形推究有形。“欲言人之玄奥，先即天地以推详，知天地便可达乎人也”，<sup>③</sup>即参天地推详人。“必究明天地之心，然后可以修心”，<sup>④</sup>即体悟天地心推究人心。那么，怎么才能悟天地心，入门功夫又是什么？“人之修心，不外尽人以合乎天地，造到无上境，亦不过从此着手。”<sup>⑤</sup>

《天地心》更将“心”与疾病做了更为直接和深入地阐释：

人苟能除其杀机，则此心蔼然，有一团中和之气，真元自不夺，血气亦觉和平，反杀从何而来？<sup>⑥</sup>

这句话可谓一语道破“心病”之症结所在真谛。《遵生八笺》有云：“西方圣人使我戒杀茹素，岂果异道者哉？人能不杀，则性慈而善念举，茹素则心清而肠胃厚，无嗔无贪，罔不由此，即宣尼恶衣恶食之戒，食无求饱之言，谓非同一道耶？余录诸经法言，觉彼饮食知忌，俾得人元之寿。”<sup>⑦</sup>相对于《遵生八笺》的这段话，《吕祖医道还元》似乎更深入一点，与道教的联系也更紧密一些。两者也可以互为注疏。

卷五《五气心法》其实是介绍具体的修心方法。吕真人对“佛土之宫，神洲之宇，七宝罗全以供养，五气交济而氤氲”注曰：

此一篇分别人心五德使修心者知所从入。故篇内逐段推演，反复详剖其妙用。何谓佛土之宫、神洲之宇？佛土者，佛国之土，至清至洁。盖佛国安于无为，无杀生害物，秽浊无从着于土，所以土洁。佛土既极其洁，则佛所处之宫可知，言此以比人之心。佛经所云清净土，即此义也。宫本四面墙垣而中虚，人心亦有此意概，故以为喻。人主惟本来清净明洁，乃可以佛土之宫拟之神洲者，即所谓三大之神洲。仙真所寓之区，亦不尘不扰，宇亦宫也。人心本来不染一尘，自不啻神洲之宇。此二句原以比人最初之心。句中佛字与神字，最宜细玩。盖人心清洁无尘，内具一点灵光，即佛与神字真种，故此二字，未可大略看过也。何谓七宝罗全供养？此即佛宫神宇内之事。七宝者，珊瑚、玛瑙、金、银、琥珀、珠、玉是也。佛土宫，神洲宇，皆用此结成。异采流光，晶莹朗澈。不分昼夜，皆无晦冥。供养者，即安妥之谓。言此以比人本然之心，光明不昧。盖人心不着物累，中藏一点真灵，有普照大千景象，一如佛土神洲之宫宇，以奇珍结成晶莹景况。心不昧而真灵安妥，亦如七宝宫宇，安妥神佛焉。何谓五气交济而氤氲？五气者，即水火金木土之五气。盖佛土神洲不分四时，五气无倚毗，有一种阳和清淑气象。无过寒，亦无过暑，百毒不至其地。古佛圣神居此，其乐孰加。氤氲即气候无偏之，谓人心本具五气之德，无乖无戾，有一段纯和气，亦如佛土神洲之五气氤氲。故古经云：“收合氤氲见本来”，是此意也。此一节，首揭人心粹然之本体，以立通篇提纲。下文乃即五气妙用，逐节推详。皆所心发明心学之门径也。<sup>⑧</sup>

《五气心法》其本质是论述如何用“修心”的方法来预防和治疗疾病。这点可谓道教医学的一大特色，也是其他世俗医学可能难以达到的境界。如吕真人曰：

① 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》卷四“天地心”，成都：巴蜀书社，2008年，第235页。

② 同上，第237页。

③④ 同上，第238页。

⑤ 同上，第235页。

⑥ 同上，第276页。

⑦（明）高濂撰：《遵生八笺》卷十“延年却病笺下”，《钦定四库全书》子部，杂家类。

⑧ 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》卷五“五气心法”，成都：巴蜀书社，2008年，第295页。

有一种人，论其志亦欲上达，但空口中言道，而不知道之所寄安在，罔然枯修，置五德之妙用于度外，不肯细为考求，只一味闭目死坐，或虚谈邪术，殊不知本元已失，欲因此而成圣贤仙佛，是直捉月于水中耳，老死岂能有成耶？<sup>①</sup>

若“置五德之妙用于度外”，“成圣贤仙佛，是直捉月于水中耳，老死岂能有成耶？”充分说明了“修心”的重要性，而修心的要津就是“五气心法”，目的是“五德之妙用”。这种细致入微的剖析，可能即使是现在西医的“身心医学”也是有所不及的。

卷六《无碍心》是在《五气心法》基础上的再深入。如吕真人对“人身之内，有灵谷焉。太阳出入于其间，神龙隐约乎其下”注曰：

此篇欲详发人心无碍境界，俾修心者，得所印证，合三教而一以贯之，故首揭明心中之藏，以为无碍印心本原，人身内何谓灵谷？盖指心中之窍而言，人心之窍，中空无物，如谷焉。惟其中空如谷，而真灵寓之，谷中既有真灵，故曰灵谷。人所以灵者心，心所以灵者，以其虚而无物，而真灵得寓，儒云至虚至灵，活泼泼地，释云极乐国，道云杳冥之乡，皆此灵谷也。但人同此灵谷而不能保其灵者，缘无形之私，袭入于其中，则空者实，真灵遂无所藏而散，一至真灵散，则此谷成为死谷，邪秽丛集，心遂不能无碍。欲印心于无碍者，不可不先将此关头究明也。何谓太阳出入其间？太阳者，即指人之元神。盖一心本为藏神之区，神为本然之阳火，故谓之太阳。其出也，由此而后应于五官百骸；其入也，则反而归于此。但人多出少入，或出而应于目，则目视无制，乱色摇之；出而应于耳，则耳听无度，奸声动之；至于百体，莫不皆然。愈出而愈纷，愈纷而愈扰。昼夜不静，久而衰耗，求其长为碍心而不可得，何况无碍？学者欲臻无碍境，当先从入字实实落落用功，不至散失其元神。天地所以能光明普照者，有太阳耳。人亦何莫不然？观此便知收神为修心要紧关头，惟一入字诀赅之，但不发明，人无从着手耳。何谓神龙隐约其下？神龙者，指人之识神而言，凡识是就只非，及一切利害之私见皆是。盖人之识神，顷刻摇掉千里，如龙神焉。识神与太阳之元神，所别者，在阴阳耳。元神有阳无阴，识神则阳少阴多，识神亦藏于心中，但较元神则在底位，故曰隐约其一。此识神亦人人所具，即三彭之统会也。但人皆从此运用，日事虞度，则识神愈觉张侈，遂以为智过万夫，殊不知智为私智，并非光芒普照之慧，实一凡夫耳。且识神妄动，而元神亦易耗散，所以三教圣人，皆物来自照，慧光遍及，此神智异于私智也。人苟知识神不可妄用，于无所著处，养就神光，自能普照无碍。修心之士，切勿认假为真，庶不致终坠于冥冥也。此一节详别人心神明，使人知正途与歧趋，不可不细为辨也。<sup>②</sup>

笔者认为这段话有如下几个方面值得注意：心窍贵如空谷，空则灵，实乃死。无形之私蒙蔽心灵，心不得无碍。出入决定凡圣，多出则凡，多入则圣。“收神为修心要紧关头”。元神有阳无阴，识神则阳少阴多。正途要收神以养元神；歧途则出神妄用识神。显而易见，这几乎全部属于道教修炼之范畴了。而这种修炼的体悟则“祇可得而知，不可得而言”，正如吕真人所云：

静极而神室开宕，冲漠中莫可测其际涯，内有不可名状之真元，于静极中贯澈上下，祇可得而知，不可得而言。<sup>③</sup>

这里说的是道教修炼之境界，但不限于道教，因为中国哲学的很多境界，只能靠“内证”，且这种内证需要修炼才可证得。现在所谓的科学性有一大要素就是“可重复性”，中国哲学的可重复性则以修炼为前提，在如法修炼的前提下，当然有可重复性，而不如法修炼，甚至不修炼，当然不可重复这个境界。

① 程雅君、程雅群：《医道還元注疏》卷五“五气心法”，成都：巴蜀书社，2008年，第305页。

② 同上，卷六“无碍心”，成都：巴蜀书社，2008年，第339页。

③ 程雅君、程雅群：《医道還元注疏》卷六“无碍心”，成都：巴蜀书社，2008年，第352页。



从道教医学的“心”境三重可见，道教医学与现代西医之身心医学最大的不同是：道教医学走的是“内证”“内修”的路子，而西医则走了“外求”“外医”的路子。

### 三、“性命”境三重

如果说“身”医学、“心”医学与现在医学还有重合之处的话，那“性命”医学则构成道教医学的特色，也是最高境界。“性命”医学以道教“性命”为研究对象，主要与道教内丹关系密切。《吕祖医道还元》后三卷《性命洞源》、《修性复命》、《真体圆成》分别论述了“性命”境界之三重内涵。其中《性命洞源》说的是内丹基础理论，《修性复命》说的是内丹修炼方法，《真体圆成》说的是丹成境界。所以《医道还元》后三卷其实就是内丹学卷。

卷七《性命洞源》主要论述道教“性命”的渊源。何谓性命？《性命洞源总论》有云：

究之性者，命之本，性定则命可修，命者，性之基，命立而性始尽。性中之命，生发无穷。命里之性，回旋靡既，盈虚消长，互为其根，剥复升沉，迭相作用，到神气之相，抱见性命之归根，门曰希夷不外抱元守一，功臻融化，是谓炼药还丹。此则天地之秘机，亦即人身之妙谛也。<sup>①</sup>

这里所谓的“炼药还丹”、“天地之秘机”、“人身之妙谛”说的就是道教内丹学。内丹学又被称为“性命学”，是一套以“性命双修”为特征的如何“成仙”的学问。“从道受生谓之性，自一禀形谓之命”；<sup>②</sup> 张伯端《悟真篇》自序言“故老释以性命学，开方便门，教人修种，以逃生死”；<sup>③</sup>《乐育堂语录》原跋称“非阐明性命之学，无以唤醒群迷”；<sup>④</sup> 其余如“神仙之学，不过修炼性命返本还源而已”；<sup>⑤</sup>“炼丹之要，只是性命二字”；<sup>⑥</sup>“夫学之大，莫大于性命”；<sup>⑦</sup> 内丹学文献中对性命问题的强调比比皆是，真可谓“内外通来性命两个字，了却万卷丹书”。<sup>⑧</sup> 著名道家养生学家陆锦川先生说：“道家所说的修真修道，其实也是养生理论的发展，也是剖析生命及生存奥秘的性命之学…… 人类的生命仍然存在着至今犹不能为人们所认识的诸多奥秘，因此这一探索还远远没有完结，还需要后人作进一步的探险。”<sup>⑨</sup>

内丹修炼的关键在于“炼药还丹”四字，吕真人注曰：

炼药，即初功炼精气使之合凝，炼神使与精气融结也。还丹者，即三宝融合，还归至一也。所以丹书独创为筑丹炉一说，及采药进火等语，世人不察，遂误以为外物，不知丹字之义，乃借外物以取喻，医家以火炼药成丹，释道家以神驭气而成真一之至道，即儒者，亦无外此妙理，总之不外一性命之微。盖炼到与天地同其真元，或以长生于虚灵之世，此真元即谓之保命金丹，非有形质可凭也。苟按形质求之，则误之又误矣。<sup>⑩</sup>

性命之“功”，从道家修炼学而言，有性功和命功之分别。扼要言之，性功为精神修炼，命功为肉体修炼。就整个筑基炼己、炼精化炁、炼炁化神、炼神还虚、炼虚合道的修炼过程而言，

① 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》，卷七“性命洞源”，成都：巴蜀书社，2008年，第388页。

② 洪丕谟主编：《西山群仙会真记》，《道藏气功要集（上）》，上海：上海书店，1991年，第402页。

③ 王沐：《悟真篇浅解》，北京：中华书局，1990年，第1页。

④ 李一氓主编：《藏外道书》第25册，成都：巴蜀书社，1992年，第751页。

⑤ 洪丕谟主编：《崔公入药镜注解》，《道藏气功要集（上）》，上海：上海书店，1991年，第75页。

⑥ 徐兆仁主编：《天元丹法·中和集》，《东方修道文库》，北京：中国人民出版社，1988年，第46页。

⑦ 徐兆仁主编：《天元丹法·性命主旨》，《东方修道文库》，北京：中国人民出版社，1988年，第79页。

⑧ 徐兆仁主编：《太极道诀》，《东方修道文库》，北京：中国人民出版社，1988年，第9页。

⑨ 陆锦川：《仿佛谈道录·三宗五秘》，北京：华夏出版社，1997年，第11页。

⑩ 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》卷七“性命洞源”，成都：巴蜀书社，2008年，第464—465页。

可谓精、炁为命之本，神为性命各半，虚、道为性之体，因此可谓炼精化炁是命功，炼炁化神是性功与命功各半，炼神还虚全是性功。至于筑基炼己，有从入静养神入手的，可谓性功；有从炼炁炼精入手的，可谓命功。但是就命功修炼而言，所有肉体上的每一个修炼环节，离不开精神上的作用，就性功修炼而言，所有性功过程之中的每一个环节，如收心、止念、入静、聚性、凝神等等，离开肉体，依然无法修证。可见，有为的命功与无为的性功不能绝对分开。上乘功夫的内丹修炼，更是性命混融，合而为一，顿悟直超，无有性命之别，惟有天人感通而已。如此，性功和命功之说，是为了启示初学而认为划分的说法。

道教关于“性命”的认识，有不少值得现代医学反思的地方。因为现在医学对生命的认知显然还没有达到道教“性命”的境界。如“天何以能覆，地何以能载？此其中便有性命存焉。”<sup>①</sup>可见道教对生命的认知不仅有天覆地载的宽度，且具备“非有形质可凭”的深度。而在还原论思想指导下，西医认为“人如机器”，人是各种“零件”组装起来的而已。显而易见，用还原论思想是无法认知道教“性命”的，认识论的差别导致了对生命的认知迥然不同。

卷八《修性复命》主要论述内丹修炼方法。故开篇即云：“金丹大道，原系天地秘机；白雪奇功，允推神仙手段。旁门邪术，以伪杂真；正道妙行，修性复命。”吕真人注曰：“性命之学，其奥妙前篇剖晰详矣。故此篇复承前篇，将修性复命妙机，再为详剖，特名为修性复命。”<sup>②</sup>这里明确将“神仙手段”作为“正道妙行，修性复命”之方法途径。这就带有显著的道教医学特征。因为神仙信仰是道教与其他宗教的最大区别之一，也是道教的基本信仰和显著特色。道教神仙是个系统，包括神仙、仙境和成仙方术三要素。成仙方术是通达仙境，成仙证真的必要桥梁和纽带。在成仙炼养方术中，内丹学是最核心、最主要和最重的部分，是炼养方术之集大成者。

卷九《真体圆成》说的丹成境界，开篇即云：

万物有坏期，统归大幻；人身亦虚器，当求至真。既禀气而成形，实含灵而负异。冥冥沉坠，与世尽属如斯；赫赫英光，凡人何修得此。总在性命归本位，自从虚灵结真身。异却浊血凡躯，毫光万丈；可入清虚乐境，寿算亿年。真借假成，拘精制液；假凭真立，积德累功。法既备于前篇，疑欲释乎后学。<sup>③</sup>

这里一方面提出“万物有坏期”，又认为人可以“寿算亿年”，其原因在于人身“既禀气而成形，实含灵而负异”，所以如果“性命归本位”，就能达到“赫赫英光”、“毫光万丈”、“虚灵结真身”的境界。

在本卷中，颇能说明这种境界的是“光透泥丸照顶明”<sup>④</sup>七字。《王重阳集》云：

此药神功别有欢，专医性命完全，名唤紫金丹。服之一粒，永保安康。宝结三田搬运过，明珠透出泥丸。五彩九霞光，共至并攒，捧入仙坛。<sup>⑤</sup>

综上所述，《吕祖医道还元》作为一本道教医学古籍，赋予道教医学三种境界九重内涵。我们认为，对道教医学“三境九重”内涵的解读，不仅对道教道学研究必不可少，对中医学尤其是中医哲学的研究，有相当的现实意义。

（责任编辑 于光）

① 程雅君、程雅群：《医道还元注疏》卷五“五气心法”，成都：巴蜀书社，2008年，第409页。

② 同上，卷八“修性复命”，成都：巴蜀书社，2008年，第485—486页。

③ 同上，第537页。

④ 同上，第554页。

⑤ （金）王重阳：《王重阳集》，白如祥辑校，济南：齐鲁书社，2005年，第106页。