國立政治大學中國文學系一〇五學年度

博士學位論文

北宋道士陳景元身心修煉思想研究

A Study on Daoist Priest Chen Jing Yuan's Practice of Balancing the Mind and Body

國立政治大學
National Chengchi University

指導教授：鄭燦山教授

研究生：方諾 Francis Charles Falzarano

中華民國一〇六年六月

國立政治大學
National Chengchi University

致謝

我在 2007 年的二月來到了台灣，而除了其中的一年，直到現在為止，台灣都是我的家。而在這十年多的過程當中，一直不間斷地在學習。無論是學習語言、思想、生活…等，都仰仗著其他人的幫忙和協助，一個人是不可能單獨完成如此的成就。我在台灣之期間中，有著無數人們協助過我，真是要道謝台灣的文化以及環境，養成這麼多願意這麼熱情的幫忙我的人才。

首先，要感謝我博士班之時，上過的課程裡的各位老師:陳逢源教授、江淑君教授，王基倫教授、劉述先教授、尉天驄教授、林啟屏教授、何信全教授、王志楣教授。讓我能夠獲得對於中國的歷史、思想和文學有這麼些深入的理解。

學術上有極多同學幫我翻閱論文和修正論文。這是一個很耗精神和時間的一件事情，所以我只能由衷地感謝這些人。感謝陳亞彤同學花時間幫我修正論文。感謝謝博霖同學給我的建議和評論，如果沒有他的用心，我的學術或許不會有這麼大的進步。感謝許從聖同學，花這麼多時間修正我的論文。感謝林慈涵、朱恩滋，余淑慧、謝昀儒，高譽庭等等所有幫助我修正過論文的同學。感謝李豐楙教授，在一開始即耗費時間與我討論我論文的方向。感謝康自強同學這麼細心的幫我修正我單篇以及學位論文。特別感謝慈蔡錦寬同學，這麼用心的修正我的論文，和關心我。特別要感謝竇敏慧同學特地和我見面，非常用心得修正我的論文。真是群很珍貴的朋友。也特別感謝曾暐傑同學，謝謝他花這麼多時間在回答我無數個問題和修正我的論文。還願意和我與我家人合照，真是個難得的回憶。特別感謝林玲宇同學，玲宇非常用心的協助我處理任何問題。她在工作上的服務態度和精神是非常值得佩服的。我真是很幸運有機會遇到這種人。如果沒有這些人的幫忙，我的論文的品質會和現在差很多，甚至我也可能無法畢業。

道謝口試的四位委員：賴賢宗、陳睿宏、謝世維和蔡振豐，這麼用心地看我的論文和提出建議。真是對我的論文有大的幫助，以及我寫作的技巧。

要和鄭燦山老師道謝，願意收我為學生。收一個外籍生的學生會比較困難，不僅會有稍微語言上的溝通問題，也在寫作上會需要更多個幫忙。所以要特別道謝老師指導我，協助我能夠完成我在台灣的目的，終於得到博士的學位。也感謝老師在課堂上介紹道教，讓我學到很可貴的智慧。如果沒有上老師的課，我應該寫不出這篇論文。

要特別感謝我在世界上，可能最好的朋友，吳盈盈學姊。吳盈盈不但在我們一起念碩士時候，花非常多時間和精神與我一起修正論文，而且到了博士後，到她已經忙著工作之時，還甘願地在各方面來幫忙我。這是一種不可思議的精神。一個人人值得佩服的服務精神和熱情。真是我一個非常重要、珍貴和永遠無法代替的朋友。言不盡我對她的感恩。

要由衷地感謝李老師。如果沒有李老師在生活上、健康上、思想上、智慧上等等地各方面上的指導，我在這輩子無法開通我的心，而有「生活」的可能性。一切的一切，大恩不及言謝。

Last but not least, I have to thank my family. Thanks to my parents for being accepting of me living thousands of miles away, making my time away from home easy on me as possible and at the same time respecting all the decisions I have made. For putting in the time and effort into raising me the right way and giving me all the opportunity I needed to do what I wanted to do in life. Words cannot express the gratitude I have towards my parents. Thank you to my brothers and sisters, who have always been supportive of me and are not only great siblings but also friends.

Thank you to my family members as well as Aunt Joyce, for taking that long trip to come visit me in Taiwan. It was my honor to be your tour guide.

國立政治大學
National Chengchi University

國立政治大學中國文學系博士班學位論文通過證明書

方諾 所撰寫之博士學位論文

題目：北宋道士陳景元身心修煉思想研究

經本委員會審議通過，評定為 86.3 分

學位論文考試委員會委員

主席

蔡振豐　　謝世維

陳睿宏　　鄭雅如

指導教授 鄭雅如　　系主任 曾守正

中華民國 106 年 6 月 9 日

國立政治大學
National Chengchi University

提要

陳景元(1035 宋仁宗景祐元年—1094 哲宗紹聖元年)為北宋著名的陳摶學派內丹道士，他的著作具有非常豐富的思想內涵。本研究著重於陳景元的身心修煉，運用「以經解經」為研究方法，而非從思想史的角度切入，能仔細地研究陳景元的思想脈絡，得以補充前輩學者的論點，推論出陳景元的思想體系各處的內丹特質之研究結果。因此在闡述道論及心論後，本文將著重歸納陳景元內丹核心的精、氣、神。

道論主要解釋道德之體用說法，說明陳景元如何通過道德解釋宇宙的生成，以及其與他的身心修煉的關係。同時也解釋了仁義禮樂與修煉五臟之氣的關係，描述陳景元如何從一個道士的角度解釋道論與道德，外在的行為和體內修煉之關係，及其與身心修煉的關聯。

其次，本文說明心的概念，以靈府、靈台、性、思慮等解說陳景元的心論內容。說明陳景元如何解釋性，和個人偏心的原因。討論陳景元心論的架構，和如何使心不散佚能量。然而，陳述達到心不散佚能量的運行，包含的性命雙修理念。

既明白修心為首要目的，也了解到透過修身才能達到其目標。而陳景元修身方法的一個關鍵是「精」。本文解釋陳景元的精與萬物生成的關係。文中描述腎中之精與其身心修煉的關係，能補充及鍊養身體的各種部位，如關節、韌帶等，此對心靈修煉的影響及協助。

「精」為一切的原質，而「氣」為一切的內容。說明元氣、純陽、純陰、魂魄、天地之氣、清濁等乃是宇宙變化的原因及方法，以及調和「氣」在陳景元身心修煉關鍵位置。將探討如何讓天地之氣能通於身心而達到沖和的修煉論，及陳景元的氣論與情緒的關係等的各個方面的聯繫。

「氣」為變化的內容，而「神」是道之作用，說明五臟之神、神鬼神帝、神明、神與精、神與心、神與魂魄、神與玄等的思想理念。闡明神與萬物生死變化之關係，而此變化的能量與心靈中能力的聯繫。描寫透過身心修煉調和身心之平衡，達到精氣神之養神、鍊形、養氣工夫論。

總和來說，本研究解釋陳景元的精、氣、神的身心修煉，說明陳景元道的內容，與入道的工夫論，詮釋陳景元的道論、心論、氣論、養氣、煉形、養神的精氣神內丹身心修煉的思想。

關鍵詞：陳景元，身心修煉，內丹，精氣神、養神、鍊形

國立政治大學
National Chengchi University

Abstract

Chen Jing Yuan (1035-1094) is a renowned inner alchemic Doaist priest who lived during the Song dynasty and his works are rich with substance. In this paper I primarily discuss Chen Jing Yuan's practice of balancing the mind and body through using Chen Jing Yuan's works to analyze his thought system rather than a historical approach to the subject. In this way, on the shoulders of past scholars, this paper delves deeper into the thought of Chen Jing Yuan and its inner alchemic properties, providing a more complete understanding of his though. In light of the fact that Chen Jing Yuan in an inn alchemic Doaist priest, this paper's chapter thus focus on the nucleus of inner alchemic thought or "Jing", "Qi" "Shen".

The first chapter discusses "DaoDe" in Chen Jing Yuan's thought system. Analyzing how from "DaoDe" this world comes into to being and through "DaoDe" one then can thus return to this beginning. This is done through practice and balancing the mind and heart. In balancing the mind and heart, one must balance the flow of energy through the five organs, and this chapter also discusses the relationship between the organs and the "five virtues".

Next this paper discusses the mind through the concepts of "Ling-Fu", "Ling-Tai", one's "Nature" and thought and how thought becomes to be. Thus analyzing how thought affects one's body and how one through practice one can prevent thought from blocking the flow of energy. This is the major focus of Chen Jung Yuan's practice.

Even though the mind is the main focus of practice, the body must also simultaneously be improved for one to return to "Dao". This chapter discusses the essence of the body (sperm and eggs), and how this essence is also simultaneously the essence of everything. So this chapter discusses the role of the essence or "Jing" in Chen Jing Yuan's practice, thus discussing this practice and its relationship to and its effects on the joints, organs, digestion etc.

So "Jing" is the essence of all things and "Qi" is the substance of all things. This paper thus sheds light on the concepts on the difference concepts associated with "Qi" in Chen Jing Yuan's thought. Shedding light on how if one improves the digestion of nutrition from food and absorption of energy from the air the energy within the body thus attains its natural flow, thus becoming in tune with change.

"Qi" is the substance and energy of all things and "Shen" is the main principle of balance in change. This paper analyses the different concepts associated with "Shen" in Chen Jing Yuan's thought and discusses how this balance acts in the creation of things. Also this paper discusses how one cultivates "Shen", thus through this balancing the relationship between the mind and the body and becoming one with change.

This paper thus discusses how one attains balance in and balance between the mind and body and how through the practice of inner alchemic Daoism this balance is actualized and "JingQiShen" is attained.

Keywords: Chen Jing Yuan, Inner Alchemy, JingQiShen, Daoism

國立政治大學
National Chengchi University

目錄

第一章、緒論 1
第一節、文獻回顧 1
一、陳景元之著作 1
二、近代文獻 1
第二節、研究取向與動機 6
一、陳景元思想的文獻問題 6
二、重玄派與陳景元思想關係 9
第三節、本文章節大要 15
一、本文架構的思想基礎 15
二、章節架構 16
第二章、時代背景 19
第一節、政治、經濟與文化情形 19
第二節、北宋三教合一的時代背景 20
第三節、三教之間交流 22
第四節、北宋內丹與外丹的發展關係 24
第五節、陳景元與三教之關係 26
第三章、道論 29
第一節、宇宙論 29
一、道通於一切 29
二、道與德的關係 30
第二節、人體觀 32
一、人體之描述及人體與境界之具體連結 32
二、常名與非常名 35
第三節、治身與治國 37
一、丹道修煉的詮釋 37
二、通天地萬物變化之工夫 41
三、治國之道德 45
第四節、小結 53
第四章、心——精神的主體 55
第一節、萬物本性於自然變化——性說 55
第二節、心靈 61

國立政治大學 National Chengchi University

一、心為靈府與靈臺 61
二、修煉靈臺之障礙 66
第三節、思慮 67
一、神變化為思維 67
二、思維產生之原因 70
三、心思妄想而生萬慮 71
四、聖人之思慮及其用 73
第四節、小結 76
第五章、精——一切的原質 79
第一節、「純精」為一切的原質 79
第二節、精為命之門 82
第三節、煉養真精之氣 84
一、赤子通真精之氣與其修練工夫 84
二、不動心而體會一切之理 85
三、沖氣以為和，形精不虧 87
四、 形全精復，與造化為一 88
第四節、小結 90
第六章、氣——「器」的內涵 91
第一節、 天地萬物之元氣 91
一、 元氣與道之體 91
二、元氣與一切生成關係的描述 92
三、元氣與治身治國修煉 93
四、天地之氣：天清氣、地濁質、人和 94
第二節、一切的兩邊——陰陽 95
一、純陰純陽 95
二、通天地、魂魄與鍊形的目的 96
三、調和陰陽的鬼神——魂魄 99
第三節、陰陽融合之沖和氣 100
一、 專任沖和氣之境界 101
二、以和氣為用的工夫 102
第四節、小結 105
第七章、神——道之作用 107
第一節、陰陽不測為神 107
第二節、神之又神為「重玄」 109

國立政治大學 National Chengchi University

一、玄與神的關係 109
二、神之又神與陳摶思想關係 112
第三節、神化天地——神鬼、神帝、神明 114
一、神鬼、神帝、生天、生地 114
二、神明與宇宙生成的關係 116
第四節、神生物到丹道入妙之養神修煉 117
第五節： 精氣神之養神丹道工夫 120
一、神明的體會 120
二、煉養五臟之神的工夫 121
三、守保神氣與一切合一之境界 122
四、天地及魂魄與養神之關係 124
第六節、小結 127
第八章、結論 129
參考書目 133

國立政治大學
National Chengchi University

國立政治大學
National Chengchi University

第一章、緒論

第一節、文獻回顧

一、陳景元之著作

陳景元各著作成書先後順序，爲《元始無量度人上品妙經四注》(43 歲)、《沖虛至德真經釋文》(45 歲)、《道德經注》 (51 歲)、《莊子注》、《西昇經集註》(59 歲)、《上清大洞真經玉訣音義》(59 歲)、《南華真經章句音義》(60 歲)。

陳景元主要著作集中在兩部書，其中一部是《道德真經藏室纂微篇》十卷，今存《道藏》第十三冊。根據蒙文通之說法《道德真經藏室纂微篇》曾有兩個版本，第一版本成書於仁宗至和二年(1055)，命名為：《纂微》，第二個版本在刪改前的基礎上而成書於宇熙五年(1072)。陳景元的《莊子注》為是他第二部現存較完成的主要著作。蒙文通認爲按《南華真經章句音義敘》所言，書中應有《章句》和《章義》二部分，然今本《章句》後無《章義》，所以褚伯秀所引疑爲《章義》。陳景元《元始無量度人上品妙經四注》一書是集齊之嚴東、唐之道士薛幽棲、李少微與成玄英四家註疏《度人經》之內容，刪去重復，精選密義而成。《例子沖虛至德真經釋文》是陳景元補遺《例子》之書本。《西升經集注》是陳景元集華陽韋處玄、句曲徐道邈、沖玄子、任真子李榮、劉仁會五家注釋而成。《上清大洞真經玉訣音義》是陳景元一字一句詳細考校之書，重點在於考證校訂，少有思想上的開展與發揮。

是故，本文以陳景元的老莊注為主要討論的文本，而不探討其他著作。

二、近代文獻

盧國龍著：〈論陳景元道家學術〉與〈論陳景元《莊子注》的思想主旨〉。盧國龍在論陳景元的道教思想研究繼承蒙文通對陳景元的說法，認為陳景元是屬於宋代的重玄派，而這個說法為他的思想的基礎。盧國龍進一步的解釋其點說明因為陳景元的思想關鍵是「重玄」的概念，所以陳摶派是屬於重玄派，或者有被重玄派影響說：

> 「重玄」宗旨得自張無夢傳授，張無夢則師事陳摶。據《仙鑒》卷四十八載,張無夢學窮《易》《老》，嘗隱華山，與種放劉海蟾結爲方外友，師事陳摶,無夢「多得微旨」，蓋三人同師而傳授啓發卻各有所重。種放傳《易》圖，劉海蟾傳內丹，張無夢雖亦涉於內丹之學，但因本好《易》《老》，所以於玄微義旨上更現突出。[1]

此觀點指出陳摶學派繼承隋唐重玄學，並提出「明體達用」之說法，認為「明體」是個通過哲學思辨，解說造化的元理；「達用」則是其原理的運用。這分成無為與道德、仁義禮的兩個部分。說明道與德之間的體用關係。

[1]盧國龍，〈論陳景元道家學術〉《道家文化研究》第 19 輯，(北京：生活，讀書，三聯書店，2002 年，六月。），頁 362。

對於陳景元的莊子思想，盧國龍使用「中正」來詮釋，也討論陳景元的莊子詮釋與歷代學者的差異，而最終認為陳氏與王安石最接近，並說明陳景元將天理與人事作為對應的基本範疇。「天理」是為對待具象萬殊之人事的一種原則，和貫穿於刑名禮法立之本；是以君王必須中正而讓人民自發展。君主自守簡易樸素，不以集權干擾社會，而社會能達到和諧。[2]

劉固盛著：〈論陳景元對《老子》思想的詮釋與發揮〉。劉固盛主要用「道氣」及人性等概念來討論陳景元的老子學說。認為這道氣的說法，是繼承重玄學派的「道氣」理念。在心性論上，討論因為人稟受氣之不同，就有不同之性。因此認為陳景元對二程有很大的影響及建構他們思想的作用。

李遠國著：〈論宋代重玄學的三大特徵——以陳摶、陳景元為中心〉。李遠國也將陳景元視為是繼承隋唐重玄於宋代，也覺得陳摶派與隋唐重玄有關係。李遠國解釋其繼承隋唐重玄在宋代有三個大特徵。一個是以儒入道——《易》、《老》相通之特徵。也是「明體達用」的道為體德為用。以此改造重玄學的「思辨學風」。第二個特徵是以佛入道——禪、老互融。認為陳景元以禪學之空觀解《老》。第三個特徵是以丹解《老》——形、神具妙。認為陳景元主張的工夫，其核心內容仍是清靜無為，而無為為用。

李佳諭著：《陳景元莊子思想研究》。以下是李佳諭詮釋陳景元的思想基礎：

> 陳氏在注《老》時的重玄色彩在注《莊子》並不明顯，這是因為他在注《莊》時的詮釋方式，已由重玄轉為以明體達用之學，所謂的中正為宗，其實就是一種明體達用之學的展現，以聖人具有修養及治國的雙重意義體現。此外，陳景元的人性論既繼承老、莊真性的看法，又開展出以稟氣清濁論性的方式，開宋明理學論性之先河。在陳景元的養生論中，則涵有道教的內丹之學。[3]

認為張無夢得陳摶微旨，繼承了陳摶的內丹術，以易，老作為內丹修煉的基礎，並將老莊的深旨傳給陳景元。認為陳摶的學說從「有無」問題，轉出明體達用之學，這種學術傾向，最後傳給了陳景元。再引用陳景元老子注之開題，所謂：「此經以重淵為宗，自然為體，道德為用，其要在乎治身、治國。」認為陳景元的對老子的看法，重玄的歸向，著眼於治身與治國之上。也從陳摶到陳景元，隋唐重玄學的色彩越來越淡，在陳摶的思想中，往往轉化佛家的概念解釋義理，而在陳景元的作品中，此一特色不明顯。

再者，李佳諭認為「謙德化下，下皆化而為謙退也。故聖人常以虛為身，以無為心，心形既空，物孰與爭」中「空」的使用，就是陳景元注中具有佛教色彩的證據。而其從道論來討論陳景元詮以陰陽，並標示「神」的存在，使陰陽能變化漠測，變化漠測是使道能生化萬物的關鍵。並由此闡述仁義禮智等為道的作用，即所謂的「可道」。「常道」的內涵是自然，能自己如此，變化無窮，與物接而不因於物，不能以知識、語言求之，又化育萬物，看似沒有作用的作用，才能稱做常道，而可道是道的顯。「可道」可彰顯而傳於人，「常道」之「道」則自然而然，不可接受，就兩者有名言的問題等，要用需靈明覺之心體會。

---

[2]盧國龍，〈論陳景元《莊子注》的思想主旨〉《道家文化研究》第 19 輯，(北京：生活，讀書，三聯書店，2002 年，六月。)頁 392。

[3]李佳諭：《陳景元莊子思想研究》，國立嘉義大學，2009 年，摘要。

李佳諭也解釋陳景元的宇宙論言：道與氣之關係，即是體與用等。道生元氣，元氣生萬物。渾然一體之氣從太初產生，雖已產生但是沒有迹。有形迹後，就屬於元氣。萬物稟受元氣而生叫做德，在元氣下落還未有徵兆在萬物有之上時，已有清濁之分，元氣運動無有間斷稱為命。陰氣陽氣一動一靜激盪，物生而理成，稱為形，形體保合精神，各有視聽自然法則，稱為性。就是強調道之獨化性，而氣之存在居中連接道與物。道堤共原理原則，實質生化透過氣之聚散離合發展，順此道為宗主，順物自然，故發展出自生獨化。

接著，李佳諭解釋體道的境界。她認為聖人境界之重點是在人的精神不受到外在世界的約束，能自由自在的與自然並行，能自治，就是不以外力強勢於物上，使物順其本然之性自生，自成自長，而是物我合一境界等。由此便可進一步在修養論中描述人性。陳景元有從現實人性的呈現來說，非就先天之性立論，由於元氣有恬淡、中庸、鐲濁辱之別，故現實中人性有善良、普通、邪惡之別。陳景元的人性論，有先天與後天之別——先天之性由天受，屬於純粹真樸的；後天之性受到稟氣不同而有不同的區別，此為李佳諭認為陳景元理論的成聖根据。

也就是說，先天的性不會被外在的因素有所損害，而此先天之性即為成聖的根據。是以修養的方法可分為後天與先天的性，在修養的方法上是「先天之性因受物累，所以遣物累便能復返本真」，而對後天的性而言「透過外天下、外死生等進程，方可體道」是以「忘」為中心的工夫修養論。

李佳諭認為陳景元的養生論源自於對生命的探求。解釋氣、形、神的範疇。解釋氣是生命、生死的根本。形就是萬物展現各自的生命情態。神內在於形之中，是生命的主宰。李佳諭說明神需透過形表現出來，而精可溝通形、神。也描寫精與神常連在一起使用表示精神，而且神單獨出現表示精神。反而形神的關係，是養生問題探究的核心。李佳諭也探討陳景元的政治思想。描述陳景元至德之世的特色就是君雖有位，卻不會使人民感覺到君王的統治力量，順民自然之性，使人人都能安其性。也說明陳氏的政治思想，實爲其道論的實踐，陳氏將遭分成常道與可道，常道代表的是天理，可道代表的是人事的明體達用之學。李佳諭也認為陳景元的思想特色是個儒道兼用道德論，而自然或名教都是道的一部分。

隋思喜著：《三教關系視野中的陳景元思想研究》。此書為目前最為完整的陳景元研究著作。雖然其核心思想類似前輩學者的著作，皆以陳景元為繼承隋唐重玄學的代表人物，但是他在陳景元丹道思想卻有突破性的貢獻。

而在本文寫作之前，隋思喜的《三教關系視野中的陳景元思想研究》可說是陳景元的精氣神思想最完善的著作；而本文在其著作基礎上，企圖更進一步對於陳景元研究的發展及論述。職是之故，本書的重點與大多更早期的著作對照，可見與李遠國、劉固盛、盧國龍等的研究方法一致。援用其方法來討論陳景元的思想內容及影響。因此在其文本中，隋思喜援引的文獻所提出的論點非常的豐富。隋思喜完整的敘述陳景元的經歷，根據及採用歷史文獻來說明陳景元的生平，對於陳景元的生平歷程提供一個清楚且可信的依據。(因此，本文不再討論陳景元的經歷，而注重在陳景元的道士身分)。下文，先討論隋思喜的道論內容。

隋思喜道論篇章名為「道、理、氣、物——道論思想之詮釋」。隋思喜與之前學者的思想一致，引用「明體達用」之學來詮釋陳景元體用的思想，認為「體用冥一」為陳景元道論的宗旨。而此體用之學的說法，也反映一種重玄的思維，可推出隋思喜是以重玄來詮釋道。隋思喜在論述中會提出多種不同的援引。在論述道論之時，舉出韓非子、李榮、成玄英等的說法，解釋常道和可道。在其中提出一個獨具一格的觀點：

> 道家道教關於「常道」與「可道」的解釋傳統在陳景元這裡得到了總結和概括，陳景元貫通諸家之注的原則是「隨註解釋義理相通」，諸家之注為陳景元思想之注腳。換句話說，陳景元是借諸家之注來詮釋自家的理解。就其內涵而言，陳景元對「常道」與「可道」的解釋包括了兩漢黃老道學的「自然」與「人為」的差異，魏晉玄學的「無形無名」與「直形有名」的區別，以及隋唐重玄學的「非常非可」所彰顯的至道之究竟義的內容。就其關係而言，陳景元主要以「重玄為宗」而突出了「體用」思維。[4]

因為隋思喜以盧國龍的言論為基礎，所以隋思喜認為陳景元「『重玄為宗』，突出了『體用』思維。」但本文不認同這點，雖然「重玄」在陳景元的理念中固然重要，但陳景元的重玄範疇是含在內丹的重玄概念。如此的理念須要加諸歷史文獻的依據才可成立。然而，隋思喜是從哲學史的研究取向去討論陳景元宏偉的理念，甚至概括其他不同家的思想。這種方式，雖與本文研究方向南轅北轍，但是個獨具一格的研究理路，在陳景元研究的歷程中，是為值得參考且不得不提的文獻。

如隋思喜曾用了一種比較的方式去解釋陳景元的思想及各種派別思想的異同，他說：

> 把「道」引申為「通」。以「通」解「道」是陳景元遵循了道教重玄學的理解，如成玄英說：「道以虛通為義」。李榮亦說道有「虛通」之用：「道玄德妙，理絕有無，有無既絕，名稱斯遣。然則虛通之用,於何不可，是以非無而無,無名為兩儀之本始也，非有非無,有名為萬物之父母焉。」[5]

隨思喜認為：陳景元提出「通」說：「且從訓釋曰：道，通也。」[6]從文字的解釋陳景元說道為通，並未提到成玄英及李榮，且在老莊註解中僅提到成玄英及李榮各一次，所以在歷史上沒有這方面的依據。陳景元除了在定義「道」之時未提到成玄英，他在老莊注中僅提到成玄英及李榮各一次，說：「數千牛見張君房、成玄英、文如海本，舊闕。」及引用李榮曰：「李榮曰：古者聖人刻木為契君執其左，臣執其右，合之以為信。不復制以法律，故不責於人。不責何怨和之有。」但是如果是純粹作思想的比較，可說虛通也含在陳景元思想脈絡。這種研究方法是非常豐富且複雜的論述方式，提拱給學者一個有深度的討論方式和觀點，可從歷史上各家的說法做哲學上的比較研究。

再者，隋思喜詮釋陳景元的思想，將「道」解釋為根本、本體，是實踐之道、境界之道和義理之道。雖然陳景元沒有說過「太極即氣」，但隋思喜使用「太極即氣」當作元氣的解釋，說明太極是未分之氣，所以是等於元氣，因此「太極即氣」是可以成立的。隋思喜即用此觀點切入陳景元道與氣關係的思想，以及後來太極之辯的關係：

---

[4]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，成都，巴蜀書社 2011 年，11 月，頁 105。

[5]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，成都，巴蜀書社 2011 年，11 月，頁 119。

[6]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

> 陳景元雖未明確提出「無極而太極」的說法，但他依據老莊經典詮釋而建兩思想理論體系的學術特徵以及作為陳摶後學的身份特點都促使他在闡述「道生萬物」、「太極即氣」等思想時無法回避「無極」與「太極」。等思想時無法回避「無極」與「太極」的內涵及其關係的問題，而這一問題恰恰也是宋明理學的核心命題之一。儒道關於「無極而太極」命題的理解與詮釋體現了北宋時期儒道思想「合一」特徵也體現了理學家出入《老》《莊》而「回歸孔孟」的學術致思之路。[7]

隋思喜解釋陳景元的自生自化與萬物獨化，提出幾點獨樹一幟的看法，例如陳景元的「桌然獨化」，顯然是陳景元受到郭象思想多樣的思路。另外提出陳景元思想與「有無之辯」的關係。還有「有無之體與體用之無有」，解釋陳景元為重玄學在宋代發展的一個重要人物，而他的思想包含歷代的言論內涵。此外，陳景元的體用思想融入佛家「理一分殊」的說法。

上述透過隋思喜第三章的內容說明隋思喜論述的特徵。得知隋思喜大作的研究方法是以各家的學說，而從各「哲學史」的角度來討論兩者的異同，表明陳景元三教的思想。用陳景元作為當代三教合一的例子來「助於學界更加全面地辨清三教河流思潮的發展演變情況及其理論特點。」[8]。也將陳景元的思想視為「宋明理學之『先覺』的地位」，因而在此說明陳景元的思想與無極太極之辯的關係。

由於隋思喜的研究十分重要，是以有必要再對其他章節作一梳理。在第四章「心、性、命、情——性命理論之建構」中，他也提出各派的說法，來說明、比較陳景元思想脈絡的三教特徵。第一個觀點是他的性二元論，隋思喜說：

> 歸納來看，陳景元所說的「性」包括自然之性與氣稟之性，這構成了陳景元對人的本質問題的解釋，所以他說「尊足謂性，性不虧則可以則可稱全矣」，認為可以通過全性之真而實現對人的生命本質的認識。同時，他基於「天地密移，而我常存，府藏氣異，則一體之中楚越也，動植道同，則天地之間不二」的理一分殊思想，既通過對氣稟之性的分析解釋了生命主體的現象差異問題。[9]

此處以「性」視為是有二元的特徵，與李佳諭的思想脈絡很相似。甚至有其「道性」、「自然性」和「物性」。而用此說法闡述理一分殊的思想，或陳景元與佛教聯繫之謂，以及與各種黨派的關係。對於心而言，隋思喜提出陳景元思想上的「學」與「悟」的差別，說明「陳景元以「悟」道為究竟解脫之途，將「學」看做「漸修」之過程，「學知」的前提是以無知之知的「天理」為指導原則」，認為心上的工夫注重在靜心，而本文繼承與發展此一論點。

在第五章「形、神、身、國——修道治國理論的展開」中，隋思喜討論養神的工夫與心的關係，以及陳景元儒道會通的傾向。他說：陳景元養神思想「主張遣靜恬淡、去欲主靜、精神解脫勒法論的心性煉養理論，表達了心體即道、修心即是冥道的觀點」，藉此說明陳景元是：

---

[7]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都，巴蜀書社 2011 年，11 月，頁 142。

[8]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都，巴蜀書社 2011 年，11 月，頁 1。

[9]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社)2011 年，11 月，頁 226。

> 認同的盍形之術的主要內容既包括陳摶學派的內丹修煉原理，也包括神仙道教的服食養氣之術，這體現了他對服食攝生、內丹煉養等修煉方術的認同和整合，這使得唐宋之際道教修煉方術由外丹向內丹的轉型特徵在陳景元身上表現得非常明顯。[10]

隋思喜提倡「『精』與『神』皆指『精氣』，又將『精神』連用，並將其與「心」聯繫在一起。[11]」的觀點，把這種概念混一起之說，也簡單地提出陳景元的用元氣與靜心的性命雙修之論：

> 如吳筠說：「神者，無形之至靈也。神禀於道，靜而合乎性;人禀於神，動而合乎情。故率性則神凝，馳情則神擾。凝久則神止，擾極則神遷。」這裡雖有將具體人心與神進行區別的意思，而從最根本的意義上來說，神、道、道性以及心體都是同一的，神即心之本體，亦即道，眾生解脫的基礎和可能性，即道性。陳景元對「心」與「神」的關係的說明便是繼承這一傳統而來，認為神隱而不見是因為心中充情欲，所以「養神」的關鍵就在於打掃心房，虛靜心室，從而實現生命的長存。而打歸心房、虛靜心室的過程在陳景元看來就是息去「妄心」、復歸「真心」的認識自我本來面目的過程。這一點將在下一節中詳細闡述合」。[12]

此處點出陳景元以自然為本而五德為末的政治思想，並以此解釋形為肉體而神會精神，皆是精氣，而通過如此解釋，來凸顯陳景元的三教思想，甚至將陳景元視為是以往學者的總合點，是為後來的宋明理學的一種「先覺」。

第二節、研究取向與動機

一、陳景元思想的文獻問題

陳景元(1035 宋仁宗景祐元年—1094 宋哲宗紹聖元年)，北宋中期人，陳景元的老莊註解是一部以陳摶學派思想為主的著作，屬於內丹道教的古代文獻；因此不能以一般視角來看待這部作品。陳景元的思想並不單純是一種學術的思想，而是個富含宗教意識的思維。所以不能只將陳景元視為學者或純脆的知識分子，也不能忽視他的內丹道士身分對其思想的影響及重要性。

內丹道士的身分與士大夫的身分區別很大，兩者學習的過程不一樣。士大夫的學習過程及教育，可說與現代的學者比較相似，儘管還是有著顯著的區別，但都是以傳道、授業、解惑傳統等為主要教育途徑。而在宗教的傳承底下，看到古代的修行人或隱士，尤其佛教與道教隱士修行的教育一定與現代學術的教育及方法有著更大的差異，他們特別強調思想中心等的法脈傳承，因此很難判斷影響的問題。

---

[10]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 339。
[11]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月，頁 341。
[12]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 290。

也就是說，如果思想家明確引用其師的說法，在這個狀況下即可以確認兩者之間有一定的關係及直接影響——不僅在文獻中有證據，歷史資料也能證明兩者之間的關係。如果在著作中，沒有明確引用其師的話語，但是在歷史文獻的記載中，有著兩者之間的傳承關係；那麼運用此文獻來確認兩者的師生關係，也比單純透過個人主觀詮釋兩人思維的相似性來判定兩人的關係來得可靠。

關於陳景元，他的思想被老師以外的人事物影響，是以很難確認其思想的來源。尤其因為陳景元是個道士，是個內丹修煉者，認為陳景元對老莊的理解皆是由於他的生命導師張無夢，是張無夢協助陳景元能夠看懂一切，而不是來自於一般的知識教育。那麼在以下陳景元提出不同家的說法時，並不顯然指出諸家對於陳景元的影響，而頂多是使用當時著名學者的說法來證明他自己的解釋，如此比較能夠被人接受，而不是如一般學術的相傳授受，有脈絡可依循。

因此陳景元在註解中提出不同家的說法之目的，並不在於展現其思想的來源與影響，而是一種對於當時思想的反省。陳景元在以下這段文字即提出了三家不同的說法：

> 道生一，一生二，二生三，三生萬物
>
> 道者，虛之虛，無之無，自然之然也。混洞太無，冥寂淵通，不可名言者也。然而動出變化，則謂之渾淪。渾淪者一也。渾淪一，氣未相離散，必有神明，潛兆於中。神明者二也。有神有明，則有分焉，是故清濁和三氣，噫然而出，各有所歸，是以清氣為天，濁氣為地，和氣為人。三才既具，萬物資生也。嚴君平曰：虛之虛生無之無，無之無生無，無生有形，故諸有形皆屬於物類，物類有宗，類有所祖。天地，物之大者，而人次之。夫天人之生也，形因於氣，氣因於和，和因於神明，神明因於道，道之自然萬物以存，故使天為天者，非天也。使人為人者，非人也。谷神子曰：夫道自然變而生神，神動而成和，和散而氣結，氣結而成形，故日道生一，一生二，二生三，三生萬物也。河上公曰：道始所生者一，一生陰陽，陰陽生和清濁三氣，分為天地人。天地人共生萬物。天施地化，人長養之。開元御注曰：道者，虛極之神宗。一者，沖和之精氣也。生者，動出也。言道動出和氣以生物，然於應化之理猶未足，更生陽氣，積陽氣以就一，故曰一生二。純陽又不能生，更生陰氣，積陰氣以就二，故曰二生三。三生萬物者，陰陽交泰，沖氣化醇，則褊生庶彙也。三家之說，大同小異，今備存之。[13]

如上述所說的，看著這段引文之時，必須要考量到陳景元引文的作用，及引文與文本思想的關係。不過從陳景元的引文脈絡而言，除了少數有直接批評的部分，引用可以說就是一種肯定。但進一步須要考量的問題是：陳景元引用文獻所表達的思想，是直接影響陳景元的思想架構嗎？是因為看了某人的著作才有這種思想，而將其引入自己的思想脈絡；或是因為閱讀道教經典文獻，而導致他思想的轉變？

由於他的生命導師傳承之教，陳景元企圖達到的是完滿的理，而其著作是透過文獻的引用，來表達一種神妙之完滿的宗教論述。換言之，陳景元的思想與自己的修煉境界已經到了成熟的階段，甚至這種成熟也不是一個來自於知識學術上的成熟，而是

[13]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 66-67。

因為體會道，而達到智慧的成熟；而使用不同文獻的現象，不是為了表現他本人的說法，而是透過引用當代的人可接受的說法，來取得當代修行者的認同。

接著，可以使用以上的引文進一步來探討這個問題。本文雖不能也不必完整引用陳景元著作中的援引情況；但此處所徵引的部分，足以呈現出陳景元使用前人的引文方式。從其文本的次序及內容而言，陳景元一般先提出他自己的學說，再接著引用其他學者的說法。在此，陳景元的說法為整段的重點，而接下來引文的文義與其所述都很相似，甚至皆是肯定陳景元先前提出的論述的說法。不過，可以看出陳景元在此也刻意去比較援引之間的異同，用以表明古代的嚴君平，河上公，開元御注三家思想之間「大同小異」。筆者在此能夠推論幾個陳景元透過這種引用方式的目的及用處：第一：陳景元在進行一個匯通的工作，提出給當代的人這三家的同一之處。提供一個對於老子「道生一，一生二，二生三，三生萬物」（歷代的人對這章的解釋有很多種）的共同註釋。第二：陳景元引用三個有名及主流的著作，來提出這三家的差異不大，而且他本人思想與其引文的意涵也一致，並用如此的方法證明他思維，而讓人比較能夠接受他的見解。第三：因為陳景元的註解往往置於文章前段，而在此陳景元先提出「道生一，一生二，二生三，三生萬物」的原理。運用該原理解開古代三家思想之間的同一性，並且肯定本人的思想意涵。

以下亦如此：

> 谷神不死，是謂玄牝。
>
> 夫大人以太虛為空谷，以造化為至神，空谷、至神乃道之體用，豈有死乎?不死之理既甚深冥，又能母養，故曰玄牝。或谷喻天地，神喻大道。今說者以山谷響應為喻，不其小哉。且人能懷豁無方，法太虛之廣，存任神真，資造化之靈，自然形與道合，何死之謂乎?如是，則冥然茂養，物受其賜，故曰玄牝。河上公《章句》：谷音育，訓養也。人能養神則不死。神謂五藏之神，肝藏魂，肺藏魄，心藏神，腎藏精，脾藏志。人能清靜虛空，以養其神，不為諸欲所染，使形完神全，故不死也。若觸情耽滯，為諸境所亂，使形殘神去，何道之可存哉?[14]
>
> 載營魄抱一，能無離乎。
>
> 道家以陽神曰魂，魂樂生，陰鬼曰魄，魄好殺，魂則遊，魄則靜。《白虎通》曰：魂者云云也，營者不定貌，故謂魂為營也。舊說載，乘也。營，魂也。又謂營，護陽氣也。魂為陽精，魄為陰靈。陽精喜動遊，故仙書有拘留之衍。陰靈喜浮惑，故仙書有制伏之法。使其形體常乘載陽精、陰靈，抱守太和純一之氣，令無散離，永保長年矣。夫道之抱一如鎰之含明，明豈離鑑乎。此教人養神也。今解曰：人欲抱一之衛，當令心無散離，若無散離者，即是乘載魂魄，抱守純一之道也。能如嬰兒乎。下皆以此義釋之。[15]

[14]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[15]宋，陳景元，〈道德真經藏室纂微篇〉《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1997 年），卷 2，頁 19。

在此兩個引文中，陳景元透過古代經典註解提出《老子》文義中的煉形養神的意涵。使用文獻的手法是為了用一個被當代肯定的說法來定義《老子》文本中的概念，並透過此定義表述個人偏向丹道修煉的思維。

而在以下陳景元也是用古代被肯定的說法證明自己的思想：

> 聖人無常心，以百姓心為心。

> 聖人體道虛心，物感斯應，感既不一，故應無常心。然百姓之心，常欲安其生而遂其性，聖人使人人得其所欲者，豈非以百姓心為心乎。莊子曰：至人用心若鑑，不將不迎，應而不藏，故能勝物而不傷，此聖人無常心也。[16]

這四個例子，皆偏向陳景元引用前人文獻來證明自己的理路。陳景元著作中缺乏的是他如何達到這種理則及思想內涵的依據，但這部分可以由歷史文獻來證明，不容易證明的是學者對他的思想所影響的部分。但如果用推理，照陳景元內丹背景及道士身分，其論述偏向於以「師傳」為主，而前人之說只為證明的工具。

是故，筆者選擇「以經解經」為主要詮釋的取向。就是引用陳景元老莊注的文獻，解釋及詮釋陳景元的思想。本文也使用陳摶與張無夢的文獻來補充陳景元內丹的思想內容，讓陳氏丹道思想基礎更顯明。而陳景元所引的古代文獻通常用以支撐其理論系統，是以可以說其引述的內容在某一程度即代表了陳景元的思想；是以本文也會引用陳景元著作中的引文，來補充已引用文獻的不清楚之處。

二、重玄派與陳景元思想關係

《老子》是一本影響深遠的經典，其後的注疏家不勝枚舉，宋代道士陳景元亦有所作《道德真經藏室纂微篇》。對於《道德真經藏室纂微篇》的特色，當代與以往學者皆以著蒙文通說法為主，認為陳景元及陳摶學派都是繼承重玄學的內丹派別。如蒙文通在〈校理老子成玄英疏叙録〉即說到此點，蒙文通說：

> 至陳摶有弟子張無夢，號鴻濛子，次有陳景元，作《道德真經藏室纂微篇》，依著其師說，次有薛致玄，作《藏室纂微開題科文疏》五卷，及《手鈔》二卷，祖述陳氏，此皆唐代道家餘緒而顯於宋者。解《老》之家，重玄一宗之外惟是二書所繫至鉅。[17]

蒙文通認為所謂的「陳摶學派」，包含張無夢、陳景元等，皆是屬於重玄之學。後代的學者根據蒙文通說法，繼續發展這個觀點。在陳鼓應主編的《道家文化研究》的第十九輯所錄盧國龍〈論陳景元道家學術〉與李遠國〈論宋代重玄學的三大特徵——以陳摶、陳景元為中心〉兩文，試著去探討陳摶派，甚至陳景元所作《道德真經藏室纂微篇》與重玄學派之間的關係。所謂「陳摶派是屬於重玄學」的邏輯有幾個論證理序。第一是因為陳景元的太老師是陳摶，試觀以下引文：

---

[16]宋，陳景元，〈道德真經藏室纂微篇〉《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1997 年），卷 7 頁 75。

[17]蒙文通：〈校理老子成玄英疏叙録〉《道書輯校十種》（四川：巴蜀書社，2001 年），頁 369。

> 真人姓陳氏，諱景元，字太初，玄號碧虛子。家世建昌。曾大父知遜，大父令忱，並事親以孝聞，皆養高不仕。先府君正擢進士第，解朐許玉切。山令，寓居高郵，以疾終。母夫人居貧無以歸。子男四人，真人季焉。逮除祥而伯仲繼夭，乃介然獨有方外志。慶曆二年，即高郵天慶觀禮崇道大師韓知止為師，三年，試經度為道士，十八負笈遊名山，抵天台，閱《三洞經》，遇高士張無夢，得老莊微旨爾。[18]

其次，關於陳景元思想的淵源、發展與轉化，可參以下之說：

> 陳景元的學術源流，籠統地說由繼承道教的義理學傳統而來，分言之有直接與間接兩個方面。如其《藏室纂微篇開題》說：「輒依師授之旨，略纂昔賢之微。」直接的一方面是師道傳承，得其解《老》宗旨;間接的一方面是思想理論的歷史淵源，前彥論疏可以爲師。這兩方面又有密切的聯繫，乃同一個以「重玄」解《老》的道教義理學傳統。[19]

李遠國認為陳景元的學說是以陳摶思想與重玄學派理論歷史淵源並用，組成《道德真經藏室纂微篇》。從文本詮釋觀點看比較不明顯，或者證據不足，如陳景元「道生一，一生二，二生三，三生萬物」的註解中使用三不同家的說法時，並不能由此確定其前人影響到陳景元的思想，只能說陳景元用他們的說法來證明三家之間沒有衝突，與他的說法無區別。甚至陳景元的思想並不是學術思想，而是一內丹師傳之深旨。

此可徵驗於《歷世真仙體道通鑑》中說張無夢的部分：

> 無夢年九十九，終于金陵。經三日，頂中有白氣勃勃然出，高三尺餘，移時方散，乃就棺，肢體柔輭，指甲不青，心胸尚暖，史君玉琪遣吏藏于悟空禪師塔前。有瓊臺詩集行於世。碧虛子陳景元嘗預弟子列，得老莊之深旨。[20]

此說並不含有陳景元思想有被老師之外者所影響。因為陳景元是道士，是個內丹修煉者，正如薛致玄在《科文疏》說：

> 輒依師授之旨，略纂昔賢之微，其如恍惚窅冥之理，在達者之自悟耳。[21]

因為陳景元的思想是因為張無夢的指導，陳景元略述古代聖賢的大意之理。此證明陳景元的老莊注解的思想，是由於張無夢與陳摶而傳承下來的妙道。而以前學者也認為陳景元的思想代表陳摶派的思想，但為什麼認為陳景元的思想屬於重玄學派是因為在《道德真經藏室纂微篇》開題中，陳景元說：

---

[18]薛致玄：《道德真經藏室纂微篇開題科文疏》，《正統道藏》，（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 121。

[19]盧國龍：〈陳景元的道家學術〉《道家文化研究》第 19 輯，2002 年），頁 361-362。

[20]元，趙道一撰：《歷世真仙體道通鑑》《續修四庫全書・子部・宗教類》，(上海：上海古籍出版社，1995 年)，卷 48，頁 22。

[21]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），開題，頁 4。

此皆起自先賢，且仍舊貫。此經以重淵[22]爲宗，自然爲體，道德爲用，其要在乎治身治國。[23]

因此，學者認為陳摶派繼承重玄學派，是重玄學派轉成內丹的痕跡。

再如李遠國云：

「重玄」宗旨得自張無夢傳授，張無夢則師事陳，據《仙鑒》卷四十八載張無夢學窮《易》《老》，嘗隱華山，與種放劉海蟾結爲方外友，師事陳摶，無夢「多得微旨」。蓋三人同師而傳授啓發卻各有所重。種放傳《易》圖，劉海蟾傳內丹，張無夢雖亦涉於內丹之學，但因本好《易》《老》，所以於玄微義旨上更現突出。[24]

李遠國更發展蒙文通的說法，找出理論的依據，說道：

總結以上所言，以陳摶、陳景元爲代表的宋代重玄學，以儒解《老》，以佛解《老》，以丹法解《老》，這是有別於隋唐重玄可以重陳法解學的鮮明特色。也正是因爲他們博採百家之說，融貫三教理法從而豐富與深化了道家理論領域的建設，在道教內丹學與養生學方面也頗多成果，應該引起學人的重視，尤其是宋代重玄學與宋代理學的關係，更是值得梳理。[25]

由以上引文可以得知，陳景元的老子詮釋以唐代重玄學派理論為主，陳摶派與陳景元是重玄學的發展，是內丹學發展的起源與演變。因此，學者以其作為宋明理學繼承重玄學的依據，此是研究者目的的關鍵。劉固盛有進行探討「重玄」範疇之內容，但是以歷代「重玄」範疇的定義為主，而不去探討陳景元本身如何去定義「重玄」範疇。換言之，是在接受蒙文通的說法上，試著去證明陳景元的「重玄」思想內容。如劉固盛說：

陳景元的上述思想，正是唐代以來重玄學派「道氣」理論的繼續發展。唐代重玄學家即已「道氣」連稱，成玄英說：「至道妙本，體絕形名，從本降跡，肇生元氣。」(《道德經開題序訣義疏》卷四)唐玄宗則說：「身是道氣之子。」(《唐玄宗禦注道德真經》卷三)杜光庭亦云：「陰陽雖廣，天地雖大，非道氣所育，大聖所運，無由生化成立矣。」(《道德真經廣聖義·釋疏題明道德義》)重玄之道體是高度抽象的「虛通妙理」，是難以捉摸、不可言說的空境，因此，重玄學家們不約而同地用具有客觀物質性的「氣」來限定道體，表明道雖然是一種虛無的精神理念，卻又有實在的內容貫通其中。這樣一來，儘管重玄

[22]淵字為唐時避高祖李淵名改字為玄。

[23]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），開題，頁 4。

[24]盧國龍，〈論陳景元道家學術〉《道家文化研究》第 19 輯，(北京：生活，讀書，三聯書店，2002 年，六月。），頁 361-362。

[25]李遠國：〈論宋代重玄學的三大特徵——以陳摶、陳景元為中心〉《道家文化研究》第 19 輯，2002 年），頁 355-356。

之道並未改變其精神本體的實質，但其虛無難測的缺陷在一定程度上得到了糾正和克服。由此，我們通過對陳景元道氣論的闡述，也就理解了他「以重玄為宗」的原因。[26]

劉先生如李遠國，以隨蒙文通對於陳景元說法為理論中心，表示陳景元之老子注是以重玄學為宗，認為陳景元所謂「重玄」是指歷史上的重玄學派，便因此結論，則引用成玄英等之說法解說「重玄為宗」的意思，但是也沒有去探討陳景元如何解說「重玄」二字之意思。後來諸學者因為有這句話，認為陳景元的思想與重玄學是有關係的，或者說他的思想是在繼承宋代的重玄學系統。

本文是從陳景元的原文，以陳景元解陳景元的方法，探討及闡述陳景元對於「重玄」的解釋，而不談論陳景元的思想與宋明理學的關係。因為以往的學者往往建構了一條重玄派的傳承體系：重玄學派影響了陳摶學派，而陳摶學派則又影響了宋明理學。所以「重玄為宗」在前輩學者思想史脈絡裡，是個關鍵點；而陳景元思想顯然是陳摶學派中的一個重點，所以是個不能不探討的對象。但學者們通常理所當然地將陳景元視為「重玄」的典範，卻沒有深入定義「重玄」的意義；因此，為了增補前輩學者的議論，必須深入地探論陳景元「重玄為宗」中「重玄」的思想意涵。

但是以「玄之又玄」為《老子》的主要思想，代表「玄之又玄」也等於陳景元的「重淵」或「重玄」的意思，故陳景元在「玄之又玄」說：「五千文之蘊發揮自此數言，實謂玄之又玄，神之又神也。」[27]。因此可知，「玄之又玄」是陳景元對於老子的核心思想，也可說是重玄為宗的意思；但是陳景元解釋重玄之時，選擇使用「神」來解釋。是以本文特別著重梳理陳景元「神」的範疇，說明「神之又神」的意涵以及它內丹性質；因為陳景元「重玄」思想是在表述內丹之道理，較不容易透過「重玄」證明陳景元和重玄派有關連，要由此串聯陳摶學派與重玄系統也不容易，畢竟陳景元與唐代本就有重玄學的風氣。鄭燦山老師也特別指出了這個關鍵：

基於中國哲學史研究之宏觀角度，而將道教重玄學看作魏晉玄學的支脈，自然是順遂平實之論。馬上擄獲學界眼光，而幾成共識。不過筆者以為其中恐怕潛藏著些許問題。湯一介認為，研究哲學史應抓住每個時代哲學思想的中心問題來展開。不能把哲學史的研究等同於「思想史」、「學術史」或「文化史」。湯教授的高見洵為的論，不過反過來，同理地我們也一樣不應該將「思想史」的研究等同於「哲學史」。然而，對於「重玄思想是對玄學貴無、崇有論的揚棄，是玄學理論的深化和發展」這樣子的命題，恐怕無法只是純粹就「哲學史」角度來考察而已，而必須具足許多歷史性的文獻典籍之證據，這個命題才能成立。也就是說，必須涉及許多「思想史」的材料。所以，道教重玄學與魏晉玄學的關係，這種帶有濃厚的「思想史」味道的議題，自然也無法化約成「哲學史」的問題而作出「哲學史」的論斷了。[28]

---

[26]劉固盛：〈論陳景元對《老子》思想的詮釋與發揮〉《宗教學研究》，2006 年第 2 期。

[27]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

[28]鄭燦山：〈唐初道士成玄英「重玄」的思維模式——以《道德經義疏》為討論核心〉，《國文學報》（50 期，2011 年 12 月），頁 32。

雖然鄭老師是討論重玄與玄學的關聯，此道理也可用在重玄與後代內丹之間關係。也就是說，哲學史上「以重玄為宗」的老子思想體系，並不能理所當然地將陳景元納入並將之與「重玄」系統做連結。而如果要串聯，需要構成更多的歷史證據。所以因為到目前為止，學界擁有的關於陳景元的歷史資料很有限，恐怕推崇這個學派傳承的思想史理念不夠有力。但是，甚至能確定陳景元身分是個道士，而且他的生命指導是張無夢及他太老師陳摶。這是學界不爭議的歷史事實。因此，本文以陳景元內丹背景為主，甚至試著表明陳景元思想體系各方面的丹道性質，期待能夠提供給未來學者一個關於陳景元思想脈絡的深入探討。

(一)重玄學派人物的引文和字彙「重玄」使用頻率問題

前文提及之學者皆贊同以下幾個觀點：第一是陳景元繼承隋唐重玄在宋代。上述已論到「重玄」在陳景元的思想脈絡中的意涵，不完全符合思想史上聯繫的依據，甚至可以說，前輩學者並未釐清「玄之又玄」與神之關係。以及重玄派與陳景元及陳摶學派未有歷史上的依據，而純粹以思辨的內涵作為證明其之間的關係是不足的。陳景元的兩個主要著作為《道德真經藏室纂微篇》與莊子注，而這兩部註解中僅出現重玄代表人物、李榮與成玄英兩次說：「數千牛見張君房、成玄英、文如海本，舊闕。」及引用李榮曰：「李榮曰：古者聖人刻木為契君執其左，臣執其右，合之以為信。不復制以法律，故不責於人。不責何怨和之有。」顯然可知陳景元援引重玄派的內容不多，因此未能推論陳景元繼承重玄派。並且「重淵」在陳景元老子與莊子注出現僅兩次，「重玄」則從未出現過。

「重淵」第一次在老子注的開題，第二次在無名之「樸，亦將不欲，不欲以靜，天下將自正」的注解，而且是在陳景元援引中提出來的：

> 陸希聲曰：首篇以常道為體，常名為用，而極之以重淵。此篇以無為為體，無不為為用，而統之以兼忘，始末相貫，而盡其體用也。[29]

這註解處於道經最後一章註解中的最後一句話，陳氏以陸希聲解釋道與德篇兩者之區分，甚至重複他說的：「五千文之蘊發揮自此數言，實謂玄之又玄，神之又神也。」那麼因為「重淵」或「重玄」在陳景元思想脈絡理頭有神的內涵，就不能以為與「重玄」有關聯，這在歷史脈絡中的依據是不足的。

另一原因是因為用「重玄」詮釋老子不代表是屬於重玄派，「重玄」這個詞源於老子說的：「同謂之玄，玄之又玄，眾妙之門」，並不是文本之外的有意識的創發，用「重玄」來表達就僅是因為第一章的文本之結論，並沒有一個很明顯的歷史上的影響根據。進一步而論，「重淵」或「重玄」僅出現兩次，且根本沒有專門討論此一語彙的篇章，如此便不能以陳景元所謂：「重玄為宗」當思想史上的依據。隋思喜隨著其論點而用成玄英等人的寫作與陳景元的作比較，認為如此能表明及加強其說法，但因為這種方法過度主觀而目前缺少歷史依據，因此並不理想。

[29]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 5，頁 58。

(二) 明體達用的問題

第二是明體達用的詮釋方法。李遠國解釋此觀點說：

> 在師承先師心法的基礎上，陳景元廣泛而深入地探討了體用之學。他一改隋唐重玄家「玄之又玄」的思辨學風，將明體達用之學作爲宋代重玄理論的核心，使道家之學煥然二新。誠如薛致玄所評價的那樣：「而後道家之學,翕然一變,自茲始也。」[30]

李佳諭亦說：

> 無夢得陳摶微旨繼承了陳摶的內丹術，以《易》、《老》作爲內丹修煉的基礎，並將《老》、《莊》的深旨傳給陳景元。陳摶的學說從有無問題，轉出明體達用之學。這種學術傾向，最後傳給了陳景元，《道德真經藏室纂微開題》云：「此經以重淵爲宗，自然爲體，道德爲用，其要在乎治身治國。」重淵即重玄之意，此段話反映出陳景元對《老子》的看法，重玄的歸向，著眼於治身與治國之上從陳摶到陳景元，隋唐重玄的色彩也愈來愈淡，在陳摶的思想中逃趨繇的概念解釋義理，而在陳景元的作品中，上二特色不明顯，不過也還有重玄的例子，如注《老子》第六十六章「天下莫能與之爭」云：「謙德化下，下皆化而爲謙退也。故聖人常以虛爲身，以無爲心，心形即空，物孰與爭。」謙退、虛身無爲都是《老子》中重要的思想，心形即空，帶有佛家的色彩，以雙遣破執，故與物無爭。[31]

李遠國、劉固盛、李佳諭、隋思喜等等皆提出「明體達用」之學，認為是個轉折重玄派的思辨之明體哲學到陳摶派的達用，甚至體用合一之學說。除了上述已說明的陳摶派與重玄派並未有聯繫之依據，這個詞本身也有問題。從古至今，中國哲學主要特徵是一種明體達用之學，則如《老子》《莊子》四書五經皆在討論如何明體及達用。這個詞包含的範圍太廣大，並非凸顯陳摶派及陳景元獨特之特色。所以，因為明體達用的內涵指涉極為廣大，在使用上比然有其合理性；但同樣的，也可以說中國的經書及注解無一不是屬於明體達用之學，是故不能以明體達用當作一個學派或學說的特色。所以本文移除陳景元與重玄派之關係，亦不討論陳景元如何發展其思想，避免再陷入前輩學者思想史上的討論進路。此外，本文也不用其「明體達用」之詞，詮釋陳景元在歷史上的位置及意義。

---

[30]李遠國：〈論宋代重玄學的三大特徵——以陳摶、陳景元為中心〉《道家文化研究》第 19 輯，2002 年），頁 339。

[31]李佳諭：《陳景元莊子思想研究》，國立嘉義大學，2009 年，頁 29。

第三節、本文章節大要

一、本文架構的思想基礎

陳景元是「輒依師授之旨，略纂昔賢之微，其如恍惚窅冥之理，在達者之自悟耳。」[32]而他的老師與太老師皆是內丹隱士，所以本文以丹道為主，解釋陳景元丹道思想的內涵以及思想脈絡的丹道基礎。賴賢宗說明陳摶思想關鍵說：

> 「無極圖」是陳摶所傳的包含內丹修煉原理的圖示。讀它的順序是從下而上，也就是所謂的「此圖由下而上，以明逆則成丹之法」。在「無極圖」中，最下一圈稱為玄牝之門（元牝之門），是內丹修煉的起點，丹道南宗以為這是指人身的下丹田的命門與兩腎空隙之處，北宗龍門派則以安神祖竅起手功夫，到了真水之中存養真金的時候，則下照金鼎，煉化還丹。丹道南宗和北宗的這兩種修煉法，就其性功理境而言，乃是丹道象徵詮釋學之昇途同歸。[33]

賴賢宗於此指出陳摶所傳之無極圖提出「玄牝」是為丹道修煉之起點，所謂「不死之理既甚深冥，又能母養，故曰玄牝」[34]，玄牝是養育形體之氣，因此陳景元解釋「玄牝之門」說「此日玄牝之門者，示人鍊形之衍也。」[35]亦說「鍊形則呼吸太和，導接血氣，飲難終之泉，咀延年之草，使其支節宣暢而不勤勞」[36]則可知，鍊形為陳景元身心修煉關鍵之一，而其關鍵在於調和血氣之鍊形養氣之丹道身心修煉，而此為本文主要議題之一。李遠國亦說明陳摶的「無極圖」提出陳摶思想的關鍵詞說：

> 《無極圖》第二圈為煉精化氣，煉氣化神，即煉有形之精，化為無形之氣，煉依希之氣，化為莫渺之神，神氣合一，沒任、督運轉；再用綿密秘寂照之功，入定之力，使元神發育成長。在此過程中，口中津液往往增多，其味甘美清香，此即丹家所說的「玉液」，「醍醐」。[37]

所以陳摶的思想關鍵可說在精氣神，因此本文取用精氣神為探討的主要關鍵詞。李遠國也說：

---

[32]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），開題，頁 4。

[33] 賴賢宗：《道家詮釋學》(北京，北京大學出版社，2010 年)，頁 205-206。

[34]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[35]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[36]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[37]李遠國：〈論宋代重玄學的三大特徵——以陳摶、陳景元為中心〉，《道家文化研究》，第 19 輯，(北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月)，頁 350。

> 《無極圖》第三圈為五氣朝元，即調動元神，內煉五臟，使精、神、魂、魄、意相與混融，化為一氣，聚於丹田，三才和合而成「聖胎」，即取坎填離，水火既濟，龍虎相交，這是第四圈所示，為丹術之核心。[38]

李遠國解釋陳摶的丹術核心，而大多此概念皆存於陳景元思想，因此本文在解釋精氣神之時也會提到魂魄、五臟、丹田等，表明陳景元的丹道思想體系。隋思喜也討論了陳摶的丹道學說：

> 陳摶提出的「煉精化氣，練氣化神」，原則也體現在陳景元提出的「專氣致柔」之術中。按照陳摶的學說，內丹煉養的藥物是由精、氣、神構成的,這是生命的三大基本要。存精，養神，此乃三德之神，不可不知」。其中「煉精化氣」的基本內涵就是「煉有形之精，化為微茫之氣」，使元氣純和無雜。張無夢將煉精化氣的功夫概括為「守一盒元氣」，他說：「十時中子作頭，一菑甜運用勿停留。法輪有象從難轉，神水無涯向北流。姹女捉烏歸絳室，嬰兒驅兔上瓊樓。但知守-含元氣，莫知滄溟幾度秋。」在陳景元對「專氣致柔」的解釋中，他指出：「專，一也，任也。氣者，沖和妙氣，又自然之氣也。」這樣，所謂「專氣」也就是「一氣」，使自身雜染之氣複歸自然沖和妙氣的過程。[39]

隋思喜則由此提出陳摶與張無夢的「精氣神」——丹道的學說與陳景元養氣的關係，並指出陳景元解釋老子的「專氣致柔」的工夫使用了內丹的精氣神的思想的解釋。以上述學者的學說為基礎，本文將以道、心、精、氣、神歸納陳景元的思想，以發展前輩學者對陳景元丹道身心修煉的論述，而避免以思想史的角度來切入問題，以探尋陳景元「重玄」——「玄之又玄，神之又玄」之本意，以陳景元解陳景元，並論述其與丹道之關係。

二、章節架構

本文討論陳景元之身心修煉思想脈絡，論述陳景元如何闡述大宇宙之生成及其本體和萬物的形成。是人在其中得於命，而照著陳景元之說法，是人必須透過身心修煉才能回歸其本。

在緒論中，本文梳理從古至今之陳景元研究的狀況，以及為何本文不探討歷代個學者推崇之「重玄」與陳景元的歷史性問題，且不論述「明體達用」之詞的原因。由此闡明本文對前學者之評價、繼承與思想上的突破。

第二章探討時代背景，描述陳景元的所處時代，與其時期的經濟、政治及思想風氣。其討論的重點在當代的思想風氣，描寫當代的三教合一的狀況，而且在此環境之下，內丹從外丹發展出來並在北宋興盛的情形。說明陳景元之思想與其三教合一風氣的關係，提供讀者對於陳景元時代背景基本理解。

第三章為本文的核心及基本思想，即分析陳景元的道論。此章的核心架構是自上而下，再自下迴上的思考進路。因此，首先說明陳景元的宇宙論，表述陳景元的宇宙及本體論中的道、德和勢，而從此萬物(包含人)的生成之思想，說明陳景元的人體

---

[38]李遠國：〈論宋代重玄學的三大特徵——以陳摶、陳景元為中心〉，《道家文化研究》，第 19 輯，(北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月)，頁 350。

[39]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 344。

觀，和人體與宇宙的關係。這是自上而下之思想脈絡，作為本文論述宇宙論、本體論、人體觀等的基礎。再來，分析陳景元身心修煉中的治身治國與道德的理念，描述人如何從下而回到上的回歸道之身心修煉，提供讀者本文身心修煉的思想基礎。接下來的五個章節詳細地闡述其自上而下和自下迴上之思想理路，來闡明陳景元身心修煉之宗旨及內丹性質。

因為心在陳景元身心修煉為重點，是以第四章首先剖析了心之修煉，說明宇宙的能量運行與心性的關係，思慮的來源，而且修煉心的目的與方法。提供讀者對於陳景元心性理念的釐清，說明陳景元身心修煉的目的在修煉至通道，而後續之章節更仔細地說明如何透過身體及心理之同時修煉達到心合於道之境界。所以第四章主要敘述修心之工夫終點目的及方法。

第五章則闡述精為宇宙及身體的原質，探析陳景元宇宙本體論中的精，而萬物由此如何生成。則是發展及更詳細地闡釋道章之思想脈絡基礎，而討論精為重點的宇宙本體論。再次，解說用其精的身心修煉工夫，說明自下之身體回歸上道之思想裡路，又更仔細地闡明道章之思想架構基礎。

第六章討論其精之氣，及氣如何發展出天地萬物的過程。第六章則探析天地萬物之元氣，梳理自從元氣至萬物的宇宙生成、本體論中之氣論。探討這自上而下的氣論脈絡中，陰陽、沖、和、魂魄等各範疇， 並陳景元身心修煉的養氣工夫，及其自下迴上之修煉思想脈絡。

第七章闡釋神，神是道變化一切之作用，是精、氣自然運行，而此章論述陳景元宇宙、本體論中之神，即陳景元如何表述神化成一切的自上至下的「玄之又玄、神之又神」宇宙本體理念。籍此，描寫陳景元養神工夫的身心修煉，描述陳景元如何描寫回於其本體之自然平衡。

National Chengchi University

國立政治大學
National Chengchi University

第二章、時代背景

本章探討陳景元當代的政治、經濟、思想等之潮流，也就是北宋之三教合一之情形及宋代的內丹發展。在此基礎上進一步論述陳景元思想脈絡與此潮流的關係，亦即陳景元思想中之三教合一性質，以及陳景元與宋代內丹發展在思想上的關係。

第一節、政治、經濟與文化情形

在宋代的歷史當中，政治上有競爭的方面，也有和平方面。對他國而言，當代是維持著一種和平的狀態，亦可說是思想發達的時期，所以柳詒徵說：「有宋一代。武功不競，而學術特昌。上承漢唐，下啟明清，紹述創造。靡所不備。」[1]是在外交和平之下，發展了國家的學術品質，在科技方面，也有進一步的發展。

中國的物質文化在宋代就此展開，各種交流的活動頻仍，貨幣比以往更要普及。火藥的發明，火焰器的使用，包含航海使用的指南針、天文時鐘、鼓風爐、水力紡織機、船隻使用不漏水艙壁等，都於宋代出現，[2]可以說宋代是個思想及科技高速進步的時代。但是宋代除了武功不競，外交的關係也不理想，並無強勢資源。

故如劉志琴所說：

> 儘管宋遼夏金元都實行大一統中央集權制度，但除元外，其餘都並不是大一統國家。宋朝建立不久，就被迫與遼國訂立澶淵之盟，每年輸絹輸銀。不久又與西夏訂約，年年繳納絹銀茶……北宋一直和遼夏對峙，南宋始終同金夏並存。宋朝既無大一統的實力，也無其雄心。甚至沒出現過能勝此任的皇帝。它只是以漢族爲主體、繼承了先進的漢文化而被視爲華夏正統的一個中原的統一國家。誠然，它是當時中國的中心，但它對遼夏金並無控制支配權，根本一統不了它們。當時的中國也是三足鼎立的多元政治。這種形勢，使兩宋的政治、經濟、文化發展顯得極不平衡。兩宋政治外交軟弱無力，經濟文化卻高度成熟。由於多元政治給大一統專制帶來的縫隙和衝擊，以及宋朝對士人的寬容政策，使宋代的學術和科技有較大的自由發展餘地。[3]

所以在宋、遼、金、三國聯盟之下，雖以宋國為中心，但其實宋王朝沒有勢力來統治兩個國家，造成國家各方面不平衡的發展。但雖然國家對外的勢力很弱，卻很支持國內的士大夫，因此有了上述文化及科技的進展。而士大夫不僅對於文化及科技有影響，也有政治權，因此柳詒徵說「宋之政治，士大夫之政治也。政治之純出於士大夫之手者。惟宋為然。」[4]在這個士大夫之治下也有互相之競爭。國內的士大夫也分為兩個黨派——新舊兩黨，各自持有不同的政見，皆是以救國為核心，然而各自因為方法與主張不同，而走向兩個極端；漸漸地變得無法避免互相報復攻擊，不再單純為政見

[1]柳詒徵：《中國文化史》(台北：正中書局，1948 年)，頁 204。
[2]黃仁宇：《中國大歷史》(台北：聯經出版事業公司，1993 年)，頁 152。
[3]劉志琴、吳廷嘉：《中國文化史概論》，(台北：文津出版社，1994 年)，頁 281。
[4]柳詒徵：《中國文化史》(台北：正中書局，1948 年)，頁 223。

而爭論。在黨派分別建立的一開始，應該是以國為第一，無自私及功名利祿的雜念。而後來士大夫與士大夫開始分黨派爭政權。[5]

包弼德認為在這個文化及科技進步時代，當時的思想家各個不同定義及思想，皆對當時文化有所影響。包弼德先生對於此期間大致上的情形說：

> 北宋年間(960-1126)，人們一直想對「道」與「聖人」作出富有說服力的解釋，最終激發出了一種百家爭鳴的思想文化。這些觀念在改變政府與社會的關係方面用心深遠，這一點在公元 11 世紀得到了印證。但是，當天或宇宙運行之理不再被當做道德生活的終極依據，這也就帶來了一個更加不確定的世界，其中規範性的典範至多不過是臨時的，聖人的意圖也成了需要闡釋的東西。在 11 世紀晚期，以人事為中心的傾向受到挑戰，這種挑戰在南宋支配了思想生活。構建道學，即狹義的新儒學(Neo-Confucianism)的道德哲學家主張，每個個體都被內在地賦予了天地完整的運行模式；因此，個人有必要實現其本性(nature)中的「天理」，因為天理是道德世界真實的基礎。[6]

所以當時文人的思想對於政府及社會有大的影響，證明當代是個士大夫為主的時期。陳景元確實對道及聖人的關係有大的意見，甚至使用天理為基礎的論述，闡明社會及政治的理想，但不是個注重在詳細的解釋，而是提出這個理想的原則，尤其是個人與自然界關係為主的說法。然而，在這個「百家爭鳴的思想文化」時代背景當中，儒釋道的思想也蓬勃發展，自然也產生了三教融合的情形。

第二節、北宋三教合一的時代背景

李玉用言：「三教在衝突中融合，在融合中發展，一定義上決定著漢代以來中國思想學術的特點及其發展方向。儒佛道『三教合一」便是唐宋以降中國傳統思想文化的主流和顯著特色。」[7]換言之儒釋道的「三教合一」是由於佛教傳進來中國，此後彼此之間經過衝突及融合，而真正在魏晉時期融合至宋代而得共識，故言：

> 經過魏晉南北朝時的「三教並存」隋唐時期的「三教鼎立」，「三教合一」思想在宋元這個中國古代最發達的時期也進入了一個新的縱深發展階段，在適宜的社會歷史文化背景下，這一思想成爲整個思想界的共識，儒、佛、道三家從不同角度一致主張融合統一系統表達了「三教合一」的思想理論。[8]

宋代以前三教的交流歷經兩個階段才到了和諧之致或「三教合一」，如此就是三教不同立場合為統一之思想理論。

此外宋代「三教合一」的思想成熟因素還有士大夫知識權力階層的引導：

---

[5]柳詒徵：《中國文化史》(台北：正中書局，1948 年)，頁 227。
[6]包弼德：《斯文：唐宋思想的轉型》(南京：江蘇人民出版：新華經銷，2001)，頁 3。
[7]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北，花木蘭文化出版社，2013 年)，摘要。
[8]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北，花木蘭文化出版社，2013 年)，頁 35。

> 士大夫參禪戀道之風盛行，這是儒家「三教合一」思想在具體實踐中的體現。文人士大夫參禪戀道早在唐代就成爲風尚，宋元時代，此風更加熾盛，成爲當時社會生活的重要內容。作爲思想界的獨特群體，官僚士大夫以高度的傳統文化的修養和對佛、道理論的精湛造詣，在參禪學佛、儒道兼修的過程中，與禪僧詩文相酬，同隱道參玄悟道：既接受佛學影響，又注意道教方術，把三教會歸視爲一家之學的要，有力地推動和促進了「三教合一」思潮的發展。以蘇軾、蘇轍爲領袖，以官僚士大夫爲主體的北宋蜀學其成員自身體現的便是儒、佛、道「三教合一」的生動形象。[9]

北宋的當權者本身推崇「三教合一」之思潮，而因為當權者的有權位與勢力，對於當時的思潮與風氣有著關鍵性影響；所以，不僅是哲學家及修煉者在當時皆推崇三教合一的思潮。也正因為有當權者勢力的保證，大力推崇三教的融合，使得以往三教之間衝突能夠開始交融，因此中國思想及文化能夠繼續發展，而達到由於三教共生的新思潮。然而不僅只是大夫如此，由於宋初皇帝宋太宗(976-997)的提倡，可視作宋初不排佛老之風氣衍伸：

> 佛屠氏之教有裨於政治，達者自悟淵微，愚者妄生誣謗，朕於此道，微識宗旨。凡為君治人，即是修行之地，行一好事，天下獲利，即釋氏所謂利他者也。[10]

由於從上位者的倡導因素，士民階層風行草偃，開始不隨著韓愈排佛運動起舞[11]，不視佛教為對國家有所傷害之思維。此後的宋真宗(997-1022)不但喜好道教，也如宋太宗一樣而編出解佛之書，在〈崇釋論〉一篇，提到佛老之關係：

> 釋氏戒律之書與周孔荀孟，迹異而道同。大指勸人之善禁人之惡。不殺則仁矣；不盜則廉矣；不惑則信矣；不妄則正矣；不醉則莊矣[12]

亦言：

> 三教之設，其旨一也，大抵皆勸人為善。惟達識者能總貫之。滯情偏見，觸目分別，則於道遠矣。[13]

此闡述皇帝三教合一的志向，持續宋太宗的三教合一精神，而在此精神之下三教開始融合為一。

---

[9]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北，花木蘭文化出版社，2013 年)，頁 36。
[10]宋，李燾：《續資治通鑑長編》，北京：中華書局，1979 年，卷 24，頁 554。
[11]即便韓愈晚年不再排佛，甚至接納了佛教，但是這樣的思維並沒有對於後代學者有深刻的影響；宋代學者多透過韓愈的排佛論述來進行反思與轉化。或許可以說，這樣三教合一的思潮，在唐末時期，韓愈晚年即已逐步形成，只是並未成形；但韓愈思想的轉變似乎可以給我們一個宋代三教合一的來源與線索。
[12]宋，宋真宗：〈崇釋論〉，《佛祖統紀》卷 44，大正藏，第 49 冊，2035 經，頁 402。
[13]宋，宋真宗：〈崇釋論〉，《佛祖統紀》卷 44，大正藏，第 49 冊，2035 經，頁 405。

儘管如此，在宋仁宗(1010-1063)年間，由於延續唐代韓愈所提倡的古文運動大興，推崇排佛老的風氣，使士大夫開始批判佛老的義理，而繼承唐代韓愈的思想精神，則持續儒家對於佛道的排斥，歐陽脩(1007-1072)有〈本論〉云：

> 由是言之，佛所以為吾患者，乘其闕廢之時而來，此其受患之本也。補其闕、修其廢，使王政明而禮義充，則雖有佛，無所施於吾民矣，此亦自然之勢也。[14]

歐陽脩繼承韓愈以來的古文風氣，排斥佛教，認為佛教不足用於治國之道，不能施於中國的民眾。韓愈曾經也如此說：「佛本夷狄之人，與中國言語不通，衣服殊制。口不道先王之法言，身不服先王之法行，不知君臣之義、父子之情。」[15]歐陽脩與韓愈，兩者強調「佛」是夷狄之人，與中國先王之道不可同日而語。「佛」之語言與中國不同，佛的法行與先王之道不同，不知道臣君之義，父子情，故「無所施於吾民矣」。是在儒家排斥佛道的情勢下，三教之關係由於衝突到融合

第三節、三教之間交流

從上述可知，宋初的思潮是個「三教合一」興盛時代，直到北宋中葉由於唐韓愈的古文運動興盛於宋以來，開始儒家排佛道的風潮。由於韓愈、柳宗元等儒家運動開啟排佛道的學風。在反佛道之浪潮下，三教逐漸具體地融合，轉化成三教合一之共識。因此李玉用言：「三教在衝突中融合，在融合中發展，一定義上決定著漢代以來中國思想學術的特點及其發展方向。儒佛道「三教合一」便是唐宋以降中國傳統思想文化的主流和顯著特色。」[16]那麼三教之間的融合由於三者之間之衝突而展開，三者在衝突中的融合並且影響彼此的發展，彼此互相相成而成為新思潮。

如宋明理學表象雖如儒家，內容仍含有三教融合之旨，此內涵是人人無法避免的。因為過往的任何思潮與運動，皆會對於文化傳統有所影響；而當時的風潮即在過往的運動與風潮中衝突與融合，進而形成新的文化發展。那麼是在不同學派之中，會不自覺地引入不同系統之思維，此即是李玉用所說：「儒、佛、道三教爲了各自的發展，從不同角度吸納和融攝其他二教，共同促成了『三教合一」文化現象的形成和發展。」[17]那麼三教合一的文化在北宋得以繼續發展，正是由於唐代思潮的主流是為佛道思想，而韓愈等學者在此情境中，開始對於佛道思想的反抗與批判，責怪佛教為當代政治混亂主要原因：

> 漢明帝時始有佛法，明帝在位，才十八年耳。其後亂亡相繼，運祚不長。宋、齊、梁、陳、元魏已下，事佛漸謹，年代尤促。唯梁武帝在位四十八年，前後三度捨身施佛，宗廟之祭，不用牲牢，晝日一食，止於菜果。其後竟為侯景所逼，餓死台城，國亦尋滅。事佛求福，乃更得禍。由此觀之，佛不足信，亦可知矣。[18]

---

[14] 宋，歐陽修撰，李逸安點校：《歐陽修全集》(台北：中華書局，2001 年)，第 2 冊，頁 288-290。
[15]唐，韓愈：《韓愈散文選注》(上海，上海古籍出版社，1986 年)，頁 129。
[16]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北，花木蘭文化出版社，2013 年)，摘要。
[17]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北，花木蘭文化出版社，2013 年)，頁 35。
[18]唐，韓愈：《韓愈散文選注》(上海：上海古籍出版社，1986 年)，頁 128。

如此的強烈批評可概括韓愈對於佛教的觀點，不過雖然在唐代儒家最主要的代表人物如韓愈、李翱、皇甫湜沒有推動三教之融合，他還是引起後代對於儒家新生的古文運動，讓儒家能夠與佛道有融合的機會。尤其自北宋開始，當時的儒者開始「爲了突破儒學的停滯僵化，重振儒學的正統地位，宋元儒家學者如周敦頤、張載、二程、朱熹、陸九淵、吳澄等大都出入於佛老，以反佛、道爲表面旗幟，以援佛、道爲實際內容，把與佛、道的斥與用結合起來」如此看來宋明理學雖然在表面上反佛老，但是其理論內容涵蓋佛道的理論，以其建構儒家的新哲學系統，實際上反而更推動了三教在深層的合成的運動。美國學者葛艾儒在《張載的思想》中表示：「儘管(宋代儒者)受到佛教的影響已經很深了，卻還是視佛教為應該排斥的惡源。張載排佛，但重新解釋的儒學已和孔孟不同。」[19]

那麼宋明理學是得自於韓愈反佛道二氏之學的精神，延續其精神推崇儒家的學說，但是在實際上也融入佛老於其中。那麼在其實在這當中，儒家思想重新回歸成為主流的思潮：「釋氏之學在學術上的地位從此一蹶不振，被長於修心養性的宋學改造之後而復興的儒家傳統文化，再度取得了獨尊天下的地位。」[20]為了應變時代反佛的風氣，釋氏之學開始使用調和的方式，減少兩教之間的衝突，希望兩者能夠融通而不爭，則建立佛教在宋代的「三教合一」思想。[21]儒家古文運動也如此，繼承韓愈排佛的精神，但也同時與佛教有所來往。故與歐陽脩同時的契嵩(1007-1072)，對於儒家排佛當時風起有所，基於護教的立場寫成〈輔教編〉：

> 然佛，吾道也，儒亦竊嘗聞之。若老氏則予頗存意，不已而言之。諸教也，亦猶同水以涉，而厲揭有深淺。儒者，聖人之治世者也。佛者，聖人之治出世者也。[22]

契嵩在此闡述「儒者，聖人之治世者也。佛者，聖人之治出世者也。」的外儒內佛的三教合一思想，是在儒家排斥之下建立一個能融合儒家思想，相對應於回應儒家的質疑與挑戰，試圖避免彼此的矛盾及衝突。同時代雖然有歐陽脩在表面上積極批評佛教對政治的影響，但他自身也不排斥與釋者來往及學習。是故在〈上歐陽侍郎書〉釋其事：「若某者山林幽鄙之人，無狀今以其書奏之天子，因而得幸下風。閣下不即斥去，引之與語溫然。乃以其讀書為文而見問。」[23]此就是宋明理學與古文運動的儒排佛道的精神。則是在外排佛老，但也同時建立「三教合一」儒釋道思想體系。

宋代之時道教也如此，也是因應儒佛勢力及對道教的排斥：

> 道教「三教合一」思想促使道教得以借助儒、佛之勢而張揚和推廣。在三教關係中，道教因其宗教素質不高和教理、教義的欠完備，而一直處於弱勢的地位，既受佛教的打擊、排擠，也被儒家所輕視和反對。在這樣一種生存壓力下，道教的「三教合一」思想有利於其從深度和廣度上吸儒納佛以提升自身素

[19]葛艾儒：《張載的思想》，(上海：古籍，2010 年。)，頁 17。
[20]陳植鍔：《北宋文化史述論》，(北京：中國社會科學出版社 1992 年版)，頁 342。
[21]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北，花木蘭文化出版社，2013 年)，頁 37。
[22]宋，契嵩：〈輔教編〉，《鐔津文集》卷 1，大正藏第 52 冊，2115 經，頁 651。
[23]宋，契嵩：〈輔教編〉，《鐔津文集》卷 1，大正藏第 52 冊，2115 經、頁 696。

質，深化道教教義教理，以促進道教和道教哲學的發展，從而也爲自己在三教關係中爭得有利之席位。[24]

道教在與儒佛的衝突之中，同時就融通了儒佛的一些範疇；也因為與佛教交流而「倣佛教信仰的理論性和艱儀禮的系統完整」[25]。是三教彼此互相排斥及融合而發展各自的心性論，及彼此吸收而互相完成彼此的內容，故賴永海先生言：

儒家憑藉著自己在中華民族的心理習慣、思維方式等方面根深蒂固的影響，以及王道政治與宗法制度的優勢，公開地或暗地裏把釋、道二教的有關思想內容漸漸地納入自己的學說體系與思維模式中，經過唐朝五代之醞釀孕育，至宋明時期終於基本上吞併掉釋、道二教，建立起一個冶儒’釋、道三教於一爐，以心性義理爲綱骨的理學體系。[26]

所以，在宋代三教是以心性作為融合理學的體系，而在其三教之間的衝突與融合，彼此互相引起中國思想新發展的「三教合一」。下一節討論當代丹道大略的概說，及列出陳景元的思想，說明陳景元的思想與當代內丹發展類似之處。

第四節、北宋內丹與外丹的發展關係

外丹在唐代之前便開始發展，至唐代達到頂盛，然而晚唐五代之時，外丹開始衰弱，丹道之學的發展因此開始由外丹術轉向為內在化的內丹學。那麼學者目前認為外丹衰落的其中兩個原因為：

蓋唐代乃是外丹術最爲發達及鼎盛的時期，此乃意味著，外丹的理論及方法，皆得到前所未有的實驗及檢證。如果說外丹的理論及方法本身不存在問題，實難以解釋，爲何在皇室的大力支持之下，擁有最好的藥材、設備及煉丹人員的煉丹活動，所煅製出來的丹藥，仍導致那麼多的皇帝、大臣的死亡？……外丹的理論及方法，的確存在一些認識上的限制及難題。[27]

學者認為外丹因為理論上的問題，實際服食丹藥之後造成君臣死亡的後果，此就是外丹衰落的其中一個原因。而在唐末之三教合一之情形之下，則是外丹轉向衰退消失的另一個關鍵。接著引用任繼愈討論外丹衰落的原因：

內丹說，實際上是心性之學在道教理論上的表現，它適應時代思潮而生，不能簡單地認定內丹說的興起是由於外丹毒性強烈，服用者多暴死，才轉向內丹的。內丹說在道教，佛性說在佛教，心性說在儒教，三教的說法有差異，而他們所探討的實際上是同樣的問題。[28]

---

[24]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北，花木蘭文化出版社，2013 年)，頁 134。
[25]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北，花木蘭文化出版社，2013 年)，頁 132。
[26]賴永海：《中國佛教文化論》，北京：中國青年出版社，1999 年版，頁 158。
[27]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 270。
[28]任繼愈主編：《中國道教史》，〈序〉(台北：桂冠圖書股份有限公司，1991 年)，頁 6。

唐末與北宋的思潮主要著重心性之學，而道教在其三教合一的情勢下，其外丹的衰落不僅是因為以往治療效果的失敗，也由於唐末宋初的內丹開始因應當代的思潮，而使用道教之說法討論心性之議題，則是「外在因素來看，佛教心性論的興起和影響，內丹理論和方法的逐漸成熟以及缺乏國家經濟的有力支援，也都是導致內丹取代外丹的重要原因。」[29]外丹家因為以往的治療失敗，開始缺乏有權位者在金錢上的支援，故無法持續研究及檢驗丹藥之使用。而且因為受到佛教心性學說興起的影響，而道教之中僅有內丹學派應變這風氣的改變，融合佛教心性之說於道教之思想及使用外丹術的術語來闡述此學說。

蕭進銘指出，雖然外丹術走向衰落，然而對於內丹學的影響還是很大：

道教的煉養理論，自從《參同契》首先結合黃老及爐火二事，確立內修與外煉並行的修行體系之後，影響所及，不僅魏晉、隋唐的道教宗師如葛洪、陶弘景、孫思邈等人奉行不渝，即便是在外丹衰落、內丹道興起之後，仍然具有深刻的影響力著名的內丹修煉者。[30]

如上所言內丹主要透過外丹的術語闡述心性之學，尤其是丹道的性命雙修的丹道修煉之說：

> 三家「三教合一」之旨趣，雖可用「心性」二字以蔽之，但對「心性」的理解上，還是有相當大的理論差異的：儒家理學所言之「心性」，更多是一種道德本體意義上的「心性」，佛教禪宗歸趨之「心性」則是一種「不思善、不思惡」的超道德本體意義上的「心性」;而道教尤其宋元道教在討論「心性」問題時重視性命、身心間的融合、雙修，使用的概念、範疇都是兩兩對應、環環相扣的圓融系統，所以其「心性」視野要比佛教禪宗更爲開闊，比儒家理學更爲飄逸。[31]

那麼在內丹的性命雙說中，內丹道借用及轉化外丹術的術語，「內化」外丹之說而給於丹道本身與他教不異的學說：「正因內丹理論術語的建構，承繼於外丹處甚多，因此，對於外丹之理論及術語的精確把握，便成爲內丹的一個關鍵所在。」[32]內丹轉而內化外丹術的術語其中有四個主要範疇，則是金液，鼎爐，藥物，火候。

內丹將原本在外丹系統指具體的物品，轉化為自身心內在性命修煉的術語，已與原先外丹術語指涉意義不同，如金液：

> 「金液還丹」，乃沿襲自外丹的語言是外丹煅煉所追求的長生大藥;用於此處，其內涵已由外轉內指謂由人體內之元精、元炁元神所凝結而成的玄妙存有，進一步說，即指人之本體眞性。[33]

---

[29]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 271。
[30]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 271。
[31]李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》(新北：花木蘭文化出版社，2013 年)，頁 42-43。
[32]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 272。
[33]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 273。

「金液還丹」外丹術語原來指外丹使用的藥品，使用來讓身軀能夠長生不老之術。在內丹的系統，「金液」的意涵轉化為精液含有的元氣之陰陽不測的神，交錯化合為身軀，則道之體妙通物質之謂，此就是在形容丹道核心思維的精氣神之說，而此三者則包含一切。則反映出：

> 即是道教「大、小宇宙同理同構」的認識。這一個淵源甚古，也曾經是相當普遍的思維，在道教從外丹到內丹的移轉當中，實被發揮得淋漓盡致。透過對這個案例的深入剖析及探索，不僅對於道教、中國或人類思想歷史的研究有意義，也會對人類生命與外在宇宙關係的思索有所啓發[34]

如蕭進銘說的內丹思想盡致了「大小宇宙同理同構」的體系，精氣神的思維也與外丹不異。宇宙的元精或真精之精氣，效法自然之道，衍生延伸進而瀰漫到天地萬物的無數變化。

而陳景元的老莊思想正是在這樣的脈絡下朝向內丹發展的思想，在北宋三教合一的主流風氣之中，如其他的內丹家，引用轉折外丹的術語及發展其術語為內化的說法，並以儒家的學說融入內丹思維，表述煉形功夫與五常的關係，凸顯陳摶學派重視身心修煉以及與世俗交流並用的修煉傾向；如此思維就如當時「已經不再是一種道教內部的秘密修煉法門，相反地它已經開始變成一種社會時尚，成為一般民眾的生活方式」，與世俗往來內丹思潮。

第五節、陳景元與三教之關係

在陳景元的思想脈絡可看見儒道同源之概念。陳景元認為體內的五臟與五德有聯繫，因此陳氏曰：

> 肝木仁也，肺金義也，心火禮也，腎水智也，脾土信也。夫含識之徒，稟生之類，仁義之性，物皆有之，少之與多，自然已定，雖顏孔相去一分，終莫之及，況異於斯者乎。今性多仁義者，必相矜而失性；性少仁義者，又相企而喪真。奔馳於矜企之塗，流蕩於是非之境，上下夸企，豈是道德之正邪?若乃人安其性，多少之情為一，物守其分，仁義之理自齊，任官各當其材，天下無不理矣。。。於仁義之行下孟切。崔云駢枝贅疣雖非性之正，亦出於形，不可去也。五藏之情，雖非道德之正，亦列於性，不可治也。今設仁義之教，以治五藏之情，猶削駢枝贅疣也。既傷自然之理，更益其疾矣。[35]

> 夫五行均則五常無偏，乃道德之正；今多於仁義，是五藏之氣稟受又有少之者，故非道德之正也。且駢枝之於手足，皆無用之指，何足央齧哉！若夫駢枝於五藏之情，淫僻於仁義之行，多方於聰明之用者，乃駢枝於有用之處，所以重增其弊也。[36]

---

[34]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 269。
[35]宋，陳景元：《南華真經章句音義》(台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 5，頁 27。
[36]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 23，頁 787。

陳景元認為顏孔之思想或儒家的思想淵源，闡述五德的重要性，但未提五德與五臟的關係。表示陳景元之思想不異於《白虎通》、《黃帝內經》等，認為體內五臟之間的關係與個人的五德有個密切關係，人若「安其性」或五臟之氣能通達自然仁義之理會「自齊」。所以陳景元認為「自然」為體及五德為用，而顏孔專注在五德之用，亦包含其體，因為如果要通達其用，必須「安其性」歸於自然之理。這是陳景元儒道同源思想之概述。隋思喜亦說：「陳景元這是在運用『自然無為』的精神統率『仁義禮』等內容，遵循了道家道教思想傳統中的『名教出於自然』的融通儒道的基本思想。」[37]

李佳諭亦說：

> 陳氏認爲不論自然或名教，都是道的一部分，不可偏廢，過度關注名教，會導致真性的喪失，在以自然爲根本的原則下，可以適度輔以名教建立社會秩序所謂的無爲而治，就是順民之性興政，不悖道去性。[38]

所以陳景元以儒道視為同源的思想，然而佛教在當時的興盛以及融合二教的思想，或許衍生出對陳景元思想脈絡上的影響，但實際的例證並不明顯，當透過某些詞彙的共通性時，尚無法判定是否有直接受到佛教影響，或許可視為文化共融的可能性推論。

國立政治大學 National Chengchi University

[37]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年)，頁 378。
[38] 李佳諭：《陳景元莊子思想研究》，國立嘉義大學，碩士論文，2009 年，頁 99。

國立政治大學
National Chengchi University

第三章、道論

陳景元思想脈絡的核心是道論，而本文以其道論為基礎，則在道論中說明從上而下產生天地萬物之宇宙本體論，再來說明人體的產生。梳理陳景元的人體觀，便回歸於宇宙本體之「治身治國」、身心修煉論。而此為本文思想架構之基礎。

第一節、宇宙論

首先論述陳景元的宇宙論，解說陳景元道、德、勢的思想，而陳氏透過此範疇描述一切生成及本體的思想。

一、道通於一切

本文首討論陳景元之「道」云:

> 道，可道，非常道。
>
> 夫道者，杳然難言，非心口所能辯。故心困焉，不能知。口闢焉，不能議。在人靈府自悟爾，謂之無為自然。今標道者，已是強名，便屬可道。既云可道，有變有遷，有言有說，是曰教典。何異糟粕，嘗試舉揚，且從訓釋曰：道，通也。萬物得之，無所不通。亦曰：道，蹈也。取道路以為稱。《說文》曰：一達謂之道。先賢令人體而行之，故日道也。至於仁、義、禮、智、信，皆道之用。用則謂之可道。可道既彰，即非常道。常道者，自然而然，隨感應變，核物不窮，不可以言傳，不可以智索，但體冥造化，含光藏暉，無為而無不為，默通其極耳。嚴君平曰：可道之道，道德彰而非自然也。今之行者，晝不操燭，為日明也。日明者，不道之道常也。操燭者，可道之道彰也。夫著於竹帛，鏤於金石，可傳於人者，可道之道也。若乃可傳而不可受，可得而不可見，自本自根，未有天地，自古以固存，神鬼、神帝，生天生地者，常道之道也。五千文之蘊發揮自此數言，實謂玄之又玄，神之又神也。[1]

在這段文字中，陳景元闡述了「道」不可用「言說」的緣由。道不可用言說的原因，取決於「常道」所隱含的「無常」之特性，由於「道」是不斷地處於變化狀態中的，故而沒有一「定型」之面貌。道不斷地在變化，則是因為道體本身不會發生留滯的現象，因此陳景元說：「道，通也。」道能通達所有之物，而因為物質皆有生與滅，可知「道」不留滯在任何物之中。道是以物之名完成自身之體，因此而能夠無常。換言之，道效法自然，自然就是自然現象變化之意思，而自然之陰陽流變，就是道所效法之，所以可說是物質變化的法則。因此如筆者前文所云，道是在法天上之氣與地上之質交錯循環，是個不斷地在變動自然之法則。是故陳景元在說明道的性質時，使用了「杳然」這個詞彙。杳然即是「幽寂」之義，也正表示道是物質之法則，而其法之全

[1]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

體需要物質才能呈現，因為其本身就是變化之體現。變化不僅無形，也不僅有形，是個「非無非有」之循環氣機與物質的表現，是故，道通於一切。此可說是類似於劉固盛提出陳景元以氣引入道論：

> 陳氏還強調了「氣」的重要作用。將「氣」引入道論，「道氣」相連，「是陳氏對老子之道的重要發揮。他解釋老子「曲則全」章云：「經曰：道生一。一者，道之子，謂太極也。太極即混元，亦太和純一之氣也。」可見，太極就是「一」，就是「太和純一之氣」。這樣，陳氏便把「氣」引入了他的宇宙本體論，天地萬物都是通過「氣」的作用而生成的。[2]

劉固盛解釋陳景元將氣引入道論，形容純道是通過「一」之和氣生成一切——太極的宇宙本體。是說明道於陰陽兩邊之交錯通「太和純一之氣」，而由於「太和純一之氣」之連接一切眾物皆生成。人是萬物之一，所以也是由和氣生成，而陳景元認為要逆回生成一切的和氣狀態，體會通道的境界。

二、道與德的關係

(一) 道生器的要素

陳景元解釋器說：「道本無物，物感道生，形而上者謂之道。形而下者謂之器」器是道體的用器，這本體之物質呈現，則說：「夫虛無之道，寂然不動，則曰無欲。感孕萬物，則曰有欲。」動與靜是指形而上之體和形而下之用器，而在形而下的器才有「動」。「動」是形而下之「器」效法道的意思。「靜」指形而上的道，這道是一切變化的根本理則。這理則用萬物為器以呈現它本身的體。在道變化過程中，它能於物質之中體覺察自己，覺察自己為個獨特生命體而「有欲」。陳景元定義欲說：「欲者，遂境生心。」[3]，所以「欲」是生心的意思。所以在道之作用上，變化的能量覺察自己而生「我」，而這「我」是器。陳景元的大道是通「無欲」之體與「有欲」之器，以其欲效法本體的理則，生成道之理。本處即先論道如何產生萬物之「道德勢」之說法。

> 道生之，德畜之。

> 道者，虛無之體。德者，自然之用。道體虛無，運動而生物、物從道受氣，故曰生之。德用自然，包含而畜物，物自德養形，故曰畜之。[4]

道與德在陳景元的思想有體與用之關係，道就是「虛無之體」。虛無之體是一切變化之理。德就是「自然之用」，自然的用指在物質自然循環之下生成的自然現象。因此說：「道體虛無，運動而生物、物從道受氣，故曰生之。」道是物質變化的之理，這

---

[2]劉固盛：〈論陳景元對《老子》思想的詮釋與發揮〉《宗教學研究》第 2 期，2006 年。

[3]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977），卷 1，頁 7。

[4]宋，陳景元，《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，19），卷 7，頁 77。

理施著萬物的循環，是由此循環之中物質受於氣而衍生。這是「有欲」的生命體結合之謂。而這生命體本身物質發展是德：「德用自然，包含而畜物，物自德養形，故曰畜之。」德效法自然之理而養成個獨特物體。

又言：

> 是以萬物莫不尊道而貴德。
>
> 夫道降純精而生物之性，德含和氣而養物之形，故萬物無不尊仰於道，而貴重於德也。[5]

道降純精是自然變化中生性，這性是陰陽在變化中交錯而考察的獨特本性，而是由於這本性萬物生長，說：「故萬物無不尊仰於道，而貴重於德也。」萬物的形體是由於這本性而實成的德表。因德是受於道元氣之精，而養育其精之氣為物之形體，德可說是在養育道之精。也可說德得於道元氣之精而生物之形體，因此陳景元以「得」詮釋德說:「物得以生謂之德也。」[6]。因此，萬物的根源是道，德是物質得於道之精華而養成萬物之形體。

也就是說，什麼都是由於道，所以陳景元曰：

> 故道生之，畜之，長之，育之，成之，熟之，養之，覆之。
>
> 上言道生德畜，此不言德者，以道無不貫而略其文也。夫受其精之謂生，函其氣之謂畜，遂其形之謂長，字其村之謂育，輔其功之謂成，終其時之謂熟，保其和之謂養，護其傷之謂覆。此八者皆大道之元功，峭翹蜨動之物，得不尊之、貴之乎。[7]

上述說明道與德之區分，而以上是陳景元的道貫通一切現象的說法：「上言道生德畜，此不言德者，以道無不貫而略其文也」。道是創生一切之精華，所以道包含氣和理，所以一切物皆原於道。德是物得道之精華，而養成形體。所以因為物的根源是道，因此，德也是由於道。

換言之，「道」是「體」和「德」是「體」之「用」。道透過德化育它的精華，則說:「夫受其精之謂生」。道之精涵蓋陰陽兩氣的理，所以道透過德，養育源於道之氣：「函其氣之謂畜」。因為形體之架構源於道，所以養育之途徑則是順道之哩，便云：「遂其形之謂長」，形體成長是遂道之理則，而物和物之間的關係變成一個環境，則說：「字其村之謂育，輔其功之謂成」道透過德養成各物之形體而撫育「村」——環境，是各物的互動交織變成個環境。道透過德成其功，是隨著環境成物質的獨特性「輔其功」。「輔其功」的過程有三個階段：「終其時之謂熟，保其和之謂養，

---

[5]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 77。

[6]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 59。

[7]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 78。

護其傷之謂覆」，熟指陰陽透過自然之變化而熟成，是在萬物(含人)陰陽養成到成熟之氣的。「覆」和「養」是保守陰陽之和諧及防守傷害的意思。

因此可知，自然的理是由於道，精華也是由於道，氣由於道，德由於道，物由於道，環境由於道等等，故陳景元說：「此八者皆大道之元功，峭翹蜎動之物，得不尊之、貴之乎。」一切由於道之元功。

(二) 德順環境養育形體之理

德是隨順時間與空間所形成的趨勢之脈絡，因此陳景元說：

> 物形之，勢成之。

> 凡動植之類，皆本道而生，因德而養，物質方具，故曰形之。物既形矣，則隨四時之勢而成之。[8]

萬物之造化過程有三大段，一個是道，一個德，一個勢。道是包含一切之元精，而由於其精一切生成。道之精受於德是而養氣成現象。因此：「凡動植之類，皆本道而生」動物與植物之根本就是道，都是由於道之精而生之，但是「因德而養，物質方具，故曰形之。」物有德、得道之元精而養陰陽之理為形，化萬方之物的具體物，化成物質界的形而下變化，此變化就是勢：「物既形矣，則隨四時之勢而成之。」是形體隨著時間地理實成理而成為獨特的生命體。四時就是四季的變化，四季變化是地球上物質循環。是因為這個循環不斷地在變化，自然的理無常，所以道之精隨著時間與地理的無常一直生成獨特的物體。

陳景元的「道德勢」展示陳景元的存有論。認為物雖然有自己的發展，但是這發展的根源仍然是道，而道是一切的根源，所以我們體質皆隨著道而發展。但是，因為人執著在外相，執著在德與勢就會失去通道，而迷失於自己的性質，忘了我本身及萬物皆是效法道，而開始有所欲求。所以陳景元認為要先逆回道，看見德與勢的奧妙，才能有道德或教典。

第二節、人體觀

上一節描述陳景元的宇宙觀，解說陳景元如何透過道德勢說明天地及萬物的生成。所以上一節說明大宇宙的生成，而此節描述陳景元的人體觀，首先解說陳景元對人體的各處描述，再來探討這個暫定的身體與變化之關係、或常語非常名，闡釋人體與這大宇宙的關係，再次陳景元對通達其常名之體的修煉描寫。

一、人體之描述及人體與境界之具體連結

陳景元解說人體言：

[8]宋，陳景元，《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 77。

不窺牖，見天道。

夫人七尺之軀，四肢、九竅、五藏、六府，賅而存焉。是以身之元氣與天道相通也。人君守形清靜，則天氣高明而自正，人君縱其多欲，則天氣昏暝而煩濁。人君者，與二儀同其德，日月參其明，先天而天弗違，後天而奉天時，不假窺牖望，而天道自明矣。嚴君平曰：是以聖人不出戶，上原父母，下揆子孫，危寧利害反於己，故明於死生之說，察於是非之理，通於利害之原，達於治亂之本。以己知家，以家知彼，事得其綱，物得其紀，動知所之，靜知所守，道德為父，神明為母，清靜為師，太和為友，天下為家，萬物為體，眡彼如己，紙己如彼，心不敢生，志不敢舉，捐棄知故，絕滅三五，因而不作巖居穴處，不殺群類，不食生草，未成不服，未終不採，天地人物，各保其有，此所謂以一體之中，法天地萬物也。[9]

七尺或成年的身軀有四肢之兩手兩腿。有九竅，九竅的意思是兩眼、兩耳、兩鼻孔及口及排尿口、肛門的合稱。五藏或五臟及六府指：「夫心肺肝脾腎謂之五藏，大小腸膀胱三焦謂之六府。」此賅括陳景元對身軀的一切。那麼身軀生成的根源之氣或元氣就是同於天地之氣，後天形成的身軀形體亦是天地氣的集結處，所以形體清淨，則能通達天地之元氣，而能體會一切。

陳景元更詳細地解說身軀言：

百骸戶皆切。感萬百骨節也。六藏江南古藏本作五藏六府。夫心肺肝脾腎謂之五藏，大小腸膀胱三焦謂之六府。身別有九藏氣，天地人。天候，頭角之氣。人候，耳目之氣。地候，口齒之氣。三部各有天地人，三三而九，神藏五，形氣四，故曰九。舊本云六藏者，謂腎有兩藏也，其左為腎，右為命門也。命門者謂精神之所含也，男子以藏精，女子以繫胞。其氣與腎通，故言藏有六也。賅古來切。司馬云備也。簡文云兼也。其遞音弟。真君太一尊也。苶然乃結切。簡文云疲病困之狀。芒乎莫剛切。芒昧也。成心謂妄成是非之心也。與有如字，黨與之與也。神禹史記云謚法，泉源流通曰禹，又受禪成功曰禹。字文命，鯀之子，啟之父也。神禹者，謂大禹治水有神功，故謂之神禹。東巡狩至于會稽而崩，年百歲也。吹也如字，又叱瑞切。猶鳴也。鷇音苦豆切。司馬云烏子欲出，卵中而鳴曰鷇音。一云破卵出鷇曰鷇。[10]

在此陳景元引九藏之氣，而九藏之氣之基本是三種不同氣，此三種氣是天地與人之候。頭角是天候，兩眼、兩耳之氣是人候、口齒是地候，而此三部位中亦分為天地人而成九，此是氣在體內運行之脈。陳景元認為神藏五是指五臟之神，因此在他章援引河上公說：「谷音育，訓養也。人能養神則不死。神謂五藏之神，肝藏魂，肺藏魄，心藏神，腎藏精，脾藏志。」[11]在陳景元身體觀中，腎分為左右腎，而此是命之門及

[9]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 73。

[10]宋，陳景元：《南華真經章句音義》第 27 冊(台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 2，頁 9。

[11]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

腎。在女子就是胞或卵與在男生是精子。生命之元氣通於腎之精與胞而成命，故稱為命之門。

陳景元多解釋其脈與三氣說：

> 未知牝牡之合而朘作，精之至。
>
> 朘者，赤子之命源也。赤子情欲未萌陽德自動者，真精之氣運行之所至也。以況至人虛心無情，氣運自動，而諸欲莫幹也。朘作，古本為全作。王弼曰：作，長也。無物以損其身，故能全長也。《上清洞真品》曰：人之生也。稟天地之氣為神為形，受元一之氣為液為精，天氣減耗，神將散矣。地氣減耗，形將病矣。元氣減耗，命將竭矣。故帝一迴元之道，泝流百脈，上補泥丸，腦實則神全，神全則形全。形全者百關調於內，邪氣亡於外，髓凝為骨，腸化為筋，純粹不雜，長生可致矣。[12]

從陳景元的原文與援引可看出陳景元之天地與元氣為神形與精及液。那麼身軀內有經脈、及九藏之氣、腦袋、骨髓、腸、筋或韌帶。所以人如果修煉身心至「帝一迴元之道」，腦袋之神能全，則能補上百脈、九(九藏之氣)，及韌帶與骨髓。這是人以元一之氣為用，亦說明體內有天地之元氣，而修煉的目的是以元氣為用。

因此陳景元也說：

> 目徹為明，耳徹為聰，鼻徹為顫，口徹為甘，心徹為知，知徹為德。凡道不欲壅，壅則哽，哽而不止則鈔，珍則衆害生。物之有知者恃息，其不殷，非天之罪。天之穿之，日夜無降，人則顧塞其竇。胞有重閬，心有天遊。室無空虛，則婦姑勃磎；心無天遊，則六鑿相攘。大林丘山之善於人也。亦神者不勝。德溢乎名，名溢乎暴，謀稽乎識，知出乎爭，柴生乎守，官事果乎衆宜，春雨日時，草木怒生，跳耨於是乎始脩，草木之到植者過半而不知其然。
>
> 碧虛註：人能收視反聽，納息漱液，虛中藏用，則六事俱徹，妙極無加。不然，則哽礙騰踐，上下錯亂，諸疾作矣。凡動物有知者，皆恃息而生。其六根壅閼而氣息弱者，由欲惡之孽所致，非天之罪也。元氣貫通萬物人之竅穴，晝夜昇降，與之無窮；乃為嗜欲所窒，空竅結滯，神明何所託哉！身內有丹田、三官、金堂玉室，胞有重閬也。心中有竅，謂之天府，神遊息於其間。室隘則婦姑反戾，心礙則欲惡紛紜。是故茂林為丘山之美，林伐則氣象損；奇才為士人之美，才役則精神耗。名夸者虧德，志暴者損名。謀貴深靜，稽乎誸急，則淺陋矣。智當晦藏，出乎爭，則與物競矣。若能柴立不移而自保守，免為物所害也。官事果乎衆宜，在私則央乎自殉。德形則名知顯而暴爭興，春澤則草木生銚鎒起。衆人逆道以求生，猶草木反根而欲秀也。[13]

---

[12]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[13]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 89，頁 403。

所以元氣貫通於人之軀體，所以人只要讓其元氣運行不滯，而能通達神於身心。則說：「乃為嗜欲所窒，空竅結滯，神明何所託哉！」所以修煉形體與心靈皆重要，因為身中存有一切之元氣及其元氣及神。陳景元認為神的游動與止息在於身內的：「丹田、三官、金堂玉室，胞有重閬也。心中有竅，謂之天府，神遊息於其間。」。陳景元身體觀也有丹田，三官等，而神遊動與止息於心與體內的丹田及三官之間。所以因為陳景元對身體的觀念是軀體自然面貌與天地之根源無區別，所以他身心修煉的目的是在體內養成自然之理，而使身心回歸於原來的和諧，而體內之精華、元氣、神能通於體內，這是人軀體與境界具體的連結。

二、常名與非常名

首先看陳景元對「名，可名，非常名。」之註解：

> 道者，體也。名者，用也。用因體生，名自道出。既標其名，即可稱用。稱用既立，故曰可名。可名既著，即非常名。常名者，謂應用無方，支離其德也。嚴君平曰：可名之名，功名顯而非素真也。例子居鄭圃四十年，人無識者。國君卿大夫視之猶衆庶，此真守常名者也。[14]

道與名、體與用之關係是個「主從」關係，天地萬物效法道之理則，而物質上的變化是生死成長衰敗等，皆是變化之痕跡，即為陳景元所謂：「道者，體也。名者，用也。用因體生，名自道出。既標其名，即可稱用。稱用既立，故曰可名。」一切皆是由道之精氣所生，德受於道之精，精中含有神而神變化成形，環境的趨勢與形體之物質互相影響而成長為各種「名」。因此名是為「用」，應變作用源於道之理所衍生的各種現象。各種現象成為各獨特性質的生命體，這即為陳景元言「立」的意涵。是「名」之性質暫時建立而可用語言命名——「可名」。此「可名」之暫時生命體在「著」，「著」是呈現道體之意味，因此為非恆常的，所以陳景元：「可名既著，即非常名。」人如果執於「著」會失去「通道」之狀態。「名」生死循環的理則「常名」，是個超乎生死的恆常之理。因此陳景元用「常名」表示自然之理則。陳景元說：「常名者，謂應用無方，支離其德也。」常名是永遠不定之理則，是道生生不息的無限擴展——無方。在此「德」指「下德」之意思。

陳景元描述「下德」言:

> 上德不德是以有德；

> 德者，得也。內得於心，外得於物，常得而無喪，利而不害，物得以生謂之德也。本由蘊道故有德，有德而無名，道之深也。有德而有名，道之淺也。道有深淺，故德有上下。所謂上德者，至德也。至德者，深矣，遠矣，與物互矣，人不見其跡，則謂之不德，以其含光匿耀，支離所為，使百姓日用而不知，其德全矣，故曰有德也。[15]

---

[14]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

[15]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 77。

物得生之功能是陳景元所為「德」的意思。在「內」於心得到生命，在「外」得於物質的能量。所以「德」也可說是個「動詞」，是得於道之「原動力」而培養出個形體。陳景元詮老子之「上德」之時，其實是說明人的不同境界。上德者是「有德而無名」，是說有得於上，而不執著於「名」。下德者是「有德而有名」。是有得於下，而執著於名的意思。

所以陳景元描述下德之時說::「下德者，跡用漸彰至一朵散，因循任物，物保其安己，天下稱之，歸美於己，遠於至德也，不喪己遠於至德也，故曰無德也。」[16]所以得於下或「下德」，是保護自己的基本功能。是執著在物質對「自己」的優勢，任用物維持自己的安樂，僅追求自己喜愛之美處。並未能「至德」，而「至德」等得於上。「至德」是等於得到一切之理，所以陳景元解釋「至德」說:「與物互矣」。需要「喪己」才能通達(得)一切之理，所以陳景元說:「不喪己遠於至德也」。也是說，「喪己」或放下自己。無我就沒有內外的相對，而因為沒有相對。也就是之籬下德之偏心(支離其德)，而通達一切。

陳景元解釋「支離德」與道之境界關係說：

> 孰能安以久動之徐生。
>
> 言有道之士，支離其德，當其安以久而動之則徐全其生矣。舊說云至人外示混濁，不異凡流，內本澄清，同乎道體，徐徐而登，假於清真也。復為學人恐安此徐清之道，久而不遷住於諸境，故勉之令動，別求勝法，逮及徐徐漸生，不住諸相，以至生生不絕也。一本作孰能濁以靜之而徐清。孰能安以動之而徐生。[17]

體會「支離德」是陳景元有道境界之謂。上述德是物質，所以支離德是脫離肉體上的欲求。要透過修煉欲求上的執著，逐漸地修煉到一定程度，而能完全體會生一切的本體，因此說：「言有道之士，支離其德，當其安以久，而動之則徐全其生矣。」所以陳景元之體會道境界是動靜合一的狀態，翻出他通體用的思想，是心性與身軀通達道之作用。不執著在外界的事物而動心，是維持這狀態的關鍵之一，則說：「至人外示混濁，不異凡流，內本澄清，同乎道體，徐徐而登，假於清真也。」至人是達到融入環境的最高境界，是能順著當下的潮流，則不凸顯自己的才能。這種融入的境界需要放下身段，維持一種謙卑的心態，所以不會與外界衝突，而能夠維持心靈安頓的狀態。因此再說「復為學人恐安此徐清之道，久而不遷住於諸境，故勉之令動，別求勝法，逮及徐徐漸生，不住諸相，以至生生不絕也。」人修煉久了後，環境會逐漸地不影響到心的情緒，不動情緒就不會有所欲求，則不會逾越環境之法(規律)，而逐漸得到安頓，釋放心對外相的執著，通達道生生不絕之變化理則。陳景元描述其無方、生生不絕之道體。

---

[16]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 77。

[17]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 29。

第三節、治身與治國

一、丹道修煉的詮釋

陳景元在修煉丹道的過程中，首先以治身為本，故陳景元言：「骨者體之幹。夫淳和足則體潤，精神壯則骨彊，亦自然之理也。」[18]則對大小宇宙關係論述也說：

> 道為真精之體，一為妙物之用，既得道體，以知妙用，體用相須，會歸虛極也。既知其子，復守其母，沒身不殆。既知妙物之用，復守真精之體，體用冥一，應感不窮，然後可以無為無不為，故沒身不殆矣。[19]

陳景元思想充滿大小宇宙的同理同構觀點，用精氣神解說人的身軀產生。因此宇宙之真精即時即刻在衍生變化萬物。真精的宇宙的原質同時也是同於男女之精、胞，因此精、胞：「命門者謂精神之所含也，男子以藏精，女子以繫胞。其氣與腎通，故言藏有六也。[20]」因此精胞之中包含之精氣，則是精液含有的氣與胞交錯而成和氣。這就是「負，背也。抱，向也。動物則畏死而趣生，植物則背寒而向暖，物之皮質，周包於外，皮質陰氣之所結，故日負陰。骨髓充實於內，骨髓陽氣之所聚也，故曰抱陽。充和之氣運行於其間，所以成乎形精也。[21]」職是之故人體的命門或精胞包含宇宙之元氣及神。此就是大與小的宇宙合一之思維，各種物體皆由於陰陽兩氣之和諧而成之，人則是由於精與胞化合物體而成骨髓及外質，是在其兩者之間交錯的和諧為和氣。

此就是包含外丹轉為內丹的藥物及鼎爐，如：

> 內丹的鼎爐之說，外丹立基在宇宙論的基礎之上，企圖於模仿宇宙造化的鼎爐當中，不斷地冶煉昇華，以求掌握宇宙造化的根本力量；如是的思維、舉措，在內丹亦可見到，只是物質條件有所不同罷了。在內丹看來，人的身體即是宇宙造化之縮影，凡外在所有的事物，身體內在亦有之[22]

身心則是由於宇宙變化之神妙不測的作用而來，身心是與各種物體及天地等同一致，因此可以說物體之產生與天地之始是一樣，各種物體之元氣都一致，只是變化出之形體有所區別，這是道生生不息的原則。

藥物之說：

> 這幾段文字的主要重點有三：第一是煉製金丹所需的「藥物」比如，鉛汞、雄黃、雌黃、硫黃等等，並不是如外丹所以爲的存在於人身之外，反之，而是內

---

[18]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 12。

[19]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷七，頁 78。

[20]宋，陳景元：《南華真經章句音義》第 27 冊(台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 2，頁 9。

[21]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 67。

[22]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 275。

在於自己。第二，藥物的配合須陰陽二者兼備，孤陰或孤陽皆不足以合成神丹;《易繫辭傳》言：「一陰一陽之謂道」，唯有陰陽二者相[23]

與

且就藥物而論之：曰乾坤、坎離、陰陽、鉛汞、木金精、丹砂水銀、日魂月魄、烏精兔髓、青龍白虎、玄龜赤蛇、交梨火棗、黃芽白雪、雌雄黑白，若是之不一者，皆藥物名也。[24]

陳景元在老莊註解內也提出此點，而在以下本章簡單列出其中兩例：

始，道也，本也，無名也。母，養也，有名也。夫道外包乾坤，內滿宇宙，萬物資之以生，由之以成，所以成者子也，所以生者母也。子者一也，一者沖氣，為道之子。[25]

珠璣祈機二音。或云王者諸侯之棺。以沙畫棺，四時之色，左蒼龍，右白虎，上著金銀日月玉衣珠璧以飾棺也。沙謂朱砂，塗之也。黃疏云圓者為珠，不圓為璣。連璧桓譚新論曰，通曆數家筭法，推考其紀，從上古天元已來，訖十一月甲子夜半朔冬至，日月若連璧。齋音資。烏鳶以全切。螻音褸。蟻魚綺切。徵成也，應也。[26]

強調道的本體能夠創生，道能包含整個天地宇宙，並且創生萬物，進而長養萬物，從如此始與道的概念中體現出大小宇宙同構，又如王者諸侯的棺材用朱砂塗在棺木之上，且以四時的顏色配合四靈的圖像裝飾，仿造模仿天地日月的結構，就如同內丹學將外丹術中借用天文術語如日魂月魄、烏精兔髓、青龍白虎、玄龜赤蛇之類的用意一般，將大小宇宙的同理同構連結。

而在下面的引文之中陳景元提出魂魄：

紛給宛轉，欲化未化之間。魂魄不守，則百骸潰散，神歸真宅也。不形之形，不化者能化；形之不形，化物者不化也。在形屬粗，人皆知之；得道者，粗妙皆忘矣。言論，則徒語其糟粕，而元所值，故聽止於耳，而以不得為得也。[27]

以上是簡單列出陳景元使用外丹術語的例子，本文會著重解釋魂魄，沖和之氣，陰陽，五行，五藏等在陳景元身心修煉的涵義。不過仍可知，陳景元思想已如外丹轉向內丹發展一般，往此方向前進，而可謂當代內丹代表者之一。

那麼關於外丹火候的內丹轉化，蕭進銘先生表示：

---

[23]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 280。
[24]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》(台北：新文豐，2009 年)，頁 282。
[25]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7 頁 78。
[26]宋，陳景元：《南華真經章句音義》(台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 40，頁 86。
[27]宋，褚伯秀撰：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 67，頁 257。

外丹家對於火候的問題，有著相當繁複的一套理論，魏伯陽之所以特別援引漢易的納甲、卦氣及十二消息卦等思想來講爐火，正是欲藉此來說明煉丹過程中的火候問題。後來的外丹家承繼這樣的思維，也同樣強調，火候務必要取法天地的時令、規律。由外丹發展到內丹，有關火候的問題，內丹家有所繼承，亦有所批判。外丹的火，源自於有形的爐具；內丹的火，其關鍵在於心念的作用。[28]

如此外丹的火候轉折為內丹的火的概念，此火指心念，但是此心念的原意，就是如何轉為心念是本文中會加以探討的問題。那麼陳景元也討論：

知天之所為，知人之所為者，至矣。知天之所為者，天而生也；知人之所為者，以其知之所知，以養其知之所不知，終其天年而不中道夭者，是知之盛也。雖然，有患。未知有所待而後當，其所待者特未定也。庸詛知吾所謂天之非人乎？人之非天乎？且有真人而後有真知。何謂真人？古之真人，不逆寡，不雄成，不謨士。若然者，過而弗悔，當而不自得也；若然者，登高不慄，入水不濡，入火不熱，是知之能登假於道也若此。

碧虛註：神凝者不夢。心空者無憂。無所嗜，故不甘也。真人火在水下，故其息無所不之。眾人水火相亢，故不寧極。嗜欲深者天機淺，真水濁則天光昏。為道者無悅惡，自任者無訢距。不忘始則存其本，不求終則不預謀，不用心而棄大道，不益生以致不祥。此真人之行也。[29]

水火兩者，亦為陰陽。因此性命雙修的目的是調整陰陽水火為和諧之交錯，並「真人火在水下，故其息無所不之。眾人水火相亢，故不寧極」水火之和諧，如若火於水下，氣旋之息將能夠流動自然，而若水火相抵，則將無法達到寧靜至極之性。此亦是通過性命修煉調整陰陽五行流變於身心的火候，因此蕭進銘提到「火候務必要取法天地的時令、規律」是當修煉時，調整水火五行的流變以致和諧，故能體會造化宇宙的沖和之氣，此就是身心效法天地之時令與規律。

陳景元的思維都涵蓋心性之內丹道教之論，水火調整的火候之說，使身軀同於天地規律，性命雙修的心性及肉體之雙方重視的「身心間的融合、性命雙修」等，如陳景元在〈養正性命〉篇言：

駢枝，與生俱生，故出乎性，而為生，德之餘。贅疣，生後而有，是出乎形而為性之外累，故皆曰侈。夫五行均則五常無偏，乃道德之正；今多於仁義，是五藏之氣稟受又有少之者，故非道德之正也。且駢枝之於手足，皆無用之指，何足央齧哉！若夫駢枝於五藏之情，淫僻於仁義之行，多方於聰明之用者，乃駢枝於有用之處，所以重增其弊也。[30]

---

[28]蕭進銘：《反身體道：內丹密契主義研究》，(台北：新文豐，2009 年)，頁 283-284。

[29]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 14，頁 216。

[30]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 23，頁 787。

在此可知，陳景元的「性」是個重要概念，形體的成長乃出於性，是由於形體的性質，五行變化之道發展而成其形質，如果五行均勻，其化成也涉及到五藏之間的和諧交錯，而如果此體內流變能夠得陰陽沖和，五常的仁義禮智就可不偏不倚，而能不傷物，此就是陳景元以五常引入他丹道之說的世俗上的學說，也是包含此藥物的概說。

而因提出五行含有火候，是人調和體內的陰陽五行五藏的五常的五性，修煉身心而體會此沖和，也就是與大小宇宙同一的生命根源。

> 「無極圖」是陳摶所傳的包含內丹修煉原理的圖示。讀它的順序是從下而上，也就是所謂的「此圖由下而上，以明逆則成丹之法」。在「無極圖」中，最下一圈稱為玄牝之門（元牝之門），是內丹修煉的起點，丹道南宗以為這是指人身的下丹田的命門與兩腎空隙之處，北宗龍門派則以安神祖竅起手功夫，到了真水之中存養真金的時候，則下照金鼎，煉化還丹。丹道南宗和北宗的這兩種修煉法，就其性功理境而言，乃是丹道象徵詮釋學之昇途同歸。[31]

張廣保先生提出北宋時期繼承而發展晚唐特點，而且當時對於以往的內丹家的看法，並其發展的主要特點；

> 北宋時期承晚唐、五代之緒，內丹道得到進一步的發展。從內丹道發展的整個歷史過程來看，有宋一代乃是內丹道獲得長足進步並開始正式取代外丹道之重要時期。北宋時期內丹道的發展有兩個顯著的特點：其一內丹道已開始走出狹隘的師徒口口相授的密傳階段而向社會各階層廣泛滲入。從我們掌握的這一時期的有關文獻來看，當時社會各階層上自朝廷官宦，下至販夫走卒、里巷村夫都有人從事內丹的修煉。可以說，內丹道已經不再是一種道教內部的秘密修煉法門，相反地它已經開始變成一種社會時尚，成為一般民眾的生活方式。[32]

這點在陳景元的思想很明顯，陳景元的丹道論則是一個治身治國的理論，認為人要修煉身心，進而與世俗社會交流融合，此乃陳景元以為成道的要旨，故言：

> 動作反身，思慮復神，藏我於無心，載形於無身，不便生者，不以役志，不利天者，不以滑神，事易而神不變，內流而外不化，覆視反聽，與神推移，上與天道，下與世交，神守不擾，生氣不勞，趣拾屈伸，正得中道。[33]

在此顯然能看出陳景元對於世俗交流的重要性，認為不能逃避入世，要與之相交才能完備其修煉之通道。就是不只有內丹修煉的意涵，也是從內丹修煉擴展到世俗的交流，但是與世俗交流的法則不脫離內丹道，而後章節闡述此點。

同時，宋代的幾個丹道道士也開始批評以往煉丹的道士，張廣保描述：

---

[31] 賴賢宗：《道家詮釋學》(北京，北京大學出版社，2010 年)，頁 205-206。

[32]張廣保：《唐宋內丹道教》，(上海：上海文化出版社，2001 年)，頁 278。

[33]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 3，頁 29-30。

從內丹道自身的學理與功法之演變來看，北宋時期的內丹道已進入第三期的發展。此期的內丹大家如張伯端等對唐、五代以來盛行的各種內丹學派尤其是鍾呂內丹道派都有所批評。他們在論述丹道理論時通過參證傳統內丹理論，又證之於各自的內修踐履，因而對有關內丹修煉的許多問題都提出新的見解。通過他們的艱苦努力，內丹道得以以更顯明的形態彰顯於世。[34]

因此在北宋的內丹學者開始批評以往之內丹學說，提出自己的觀點，甚至開始發展內丹的新論點，甚至使內丹修煉之道開始更加彰顯於世，故此點與世俗化的內丹特質能作為內丹在北宋興盛的主要原因。而陳景元的引入世俗與性命修煉的丹道之法，也就是代表內丹在北宋發展的精神。

二、通天地萬物變化之工夫

陳景元以「通」釋「道」之涵義很廣闊，能包含「精氣神」、「心性」及變化等之概念。本處淺談「通」在陳景元思想脈絡涉及的各個方面，而在其他章節將再行論述。首先討論陳景元之「通」會涉及到宇宙本體通達一切變化的意思，而陳景元的「通」會牽涉到其丹道修煉工夫論，是透過修煉使身心中的變化達到通順之境界。因此陳景元說：

天地之所以生生者，為其有道也。道之高深久老，固不可以心思言議而無所不在焉。老君自天地、谷神、萬物、侯王，而言得一。漆園自稀韋至傳說皆言得之，斯又忘其一矣。是以道之通變，千聖莫窮也。[35]

因為道包含時間和空間的一切變化，心思無法用議論掌握，但身心能通「道」的話，等於通一切變化之理，譬如「四時」的變化：

若然者，其心志，其容寂，其顙頯；凄然似秋，煖然似春，喜怒通四時，與物有宜而不知其極。故聖人之用兵也，亡國而不失人心；利澤施乎萬世，不為愛人，故樂通物，非聖人也；有親，非仁也；天時，非賢也；利害不通，非君子也；行名失已，非士也；亡身不真，非役人也。若狐不偕、務光、伯夷、叔齊、箕子、胥餘、紀他、申徒狄，是役人之役，適人之適，而不自適其適者也。

碧虛註：心志，一之而已。容寂，反照也。顙如頯之不動，敦兮若朴也。知天則通四時，知人則與物宜。忘外利，則得內利。慎內害，則遠外害。身名兩全謂之善士，忘身徇物受役多矣，若狐不・偕之徒，皆受役亡身者也。[36]

---

[34]張廣保：《唐宋內丹道教》，(上海：上海文化出版社，2001 年)，頁 278。

[35]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 16，頁 737。

[36]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 16，頁 722。

心靈之志能夠達到「一」，就能夠使身心之氣流不散，而四時是一切變化的四個階段，指四季之變化。陳景元的重點是四時變化對體內的影響，認為如果能「知」天理，能通天地之四時循環的理於身心。相對來說，若不通四時，體內的氣則會不順，會引發生病與加速死亡。

所以修道就是在使身軀能夠通四時：

> 古之至人假而行之，寄而居之，遊於自得之場，冷於莽蒼之野，連牆而不相往來，是謂采真之遊。。。有鑒則知止，知止則不辱。怨恩等八者，名實之所係。名當其實，則器不濫矣。逆變則塞，塞則名實虧。名正則實正，或矯而為之，是靈府之不通也。[37]

如果不透過修煉使思維(知)停止，就會將「名」當成事實。心靈會滯留在對「名」慾望追求，便阻礙體內氣流動，則氣無法通於心靈，就有病苦之可能性。

則不能因為外界而動心，陳景元便說：

> 五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽。
>
> 五色之設，本以彰五行之象，黼黻文章，別尊卑之飾，斯則五色之用也。而後世為錦繡之麗，青黃悅目，逐物外遷，傷精喪明，不能徹視無色之色，非盲而何。五音之設，本以彰五行之聲，金石絲竹，通天地之氣，斯則五音之用也。[38]

是故人如果能與世交而不動心，便完善的通天地之氣。其氣是五行之氣變化於身心。五音、五色等皆是在彰顯五行變化陰陽的原則。在五行化合中，五音、五色、五味等，組成不同現象或頻率。上述已論之，天地以四時循環，所以四時中的變化的內容是五行。因而人通天地之氣是在於通達四時化五行。

人要虛靈府，使體內五行不滯，如此身能通四時的變化，而通天地之氣。

> 目徹為明，耳徹為聰，鼻徹為顫，口徹為甘，心徹為知，知徹為德。凡道不欲壅，壅則哽，哽而不止則鈔，珍則衆害生。物之有知者恃息，其不殷，非天之罪。天之穿之，日夜無降，人則顧塞其竇。胞有重閬，心有天遊。室無空虛，則婦姑勃磎；心無天遊，則六鑿相攘。大林丘山之善於人也。亦神者不勝。德溢乎名，名溢乎暴，謀稽乎識，知出乎爭，柴生乎守，官事果乎衆宜，春雨日時，草木怒生，跳耨於是乎始脩，草木之到植者過半而不知其然。
>
> 碧虛註：人能收視反聽，納息漱液，虛中藏用，則六事俱徹，妙極無加。不然，則哽礙騰踐，上下錯亂，諸疾作矣。凡動物有知者，皆恃息而生。其六根壅閼而氣息弱者，由欲惡之孽所致，非天之罪也。元氣貫通萬物人之竅穴，晝

---

[37]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 46，頁 110。

[38]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 2，頁 23。

夜昇降，與之無窮；乃為嗜欲所窒，空竅結滯，神明何所託哉！身內有丹田、三官、金堂玉室，胞有重閬也。心中有竅，謂之天府，神遊息於其間。[39]

天地不仁，以萬物為芻狗。聖人不仁，以百姓為芻狗。

故天地無情，視萬物如芻狗，不責萬物之報。聖人無情，視百姓如芻狗，不責百姓之報。蓋天地之自然也。君平曰：天高而清明，地厚而順寧，陰陽交通，和氣流行，怕然無為，萬物自生焉。天地非傾，心移意，勞精神，務有事，悽悽惻惻，流愛加利，布恩施厚，成遂萬物，而有以為也。此所謂天地不仁，以萬物為芻狗也。明王聖主，秉道統和，清靜不改，一以變化，神明默達，與道同儀，天下應之，萬物自化。聖人非竭智盡能，擾心滑志，損精費神，不釋思慮，徨徨顯顯，仁生事利，領理萬民，而有以為也。此所謂聖人不仁，以百姓為芻狗也。[40]

陰陽交通順暢(交通)，是等於體內氣流有符合「道」的意思，因此說：「陰陽交通，和氣運行，怕然無為，萬物自生焉」，「和氣」是陰陽交錯之和諧，元氣通過「和氣」即時即刻衍生萬物(含人)。所以人要透過修煉調和體內的氣流，「和氣」才能流通於身心而養生，如此是陰陽交錯之通，也就是身心有「道」之謂。是要修煉到「無思無慮」才能夠修煉身心，因此言：「天地非傾，心移意，勞精神，務有事」。如果執著在「名」，「神」會廢弛於外，而五行無法於體內循環平衡，則不能達到陰陽交錯的和諧、「通道」：「聖人非竭智盡能，擾心滑志，損精費神，不釋思慮」。因為人的智慧及能力不足，會對外界有欲求而動心，會消耗軀體的各種精華——損失本身的精液，骨髓，韌帶等。損失「精」，而神會廢於外求，造成身心營養不足而不能釋放思慮。因此言：「蚊蝱著於皮膚，則精神騷動，思慮不通。外傷蜂蔓之毒，則中心為之慘痛，末害於耳目，而百節為之不用。此言愛利存於胸中，豈得無屈撓純和耗蠹血氣乎。」如果思慮不通，外在的誘惑會損害到陰陽之通道，而不能以和氣養身軀內之關節。如此病死之原因，也是陳景元所謂「通」之重點，是要透過性命雙修，修煉身心能夠順通天地、五行、四時等的所有變化，而逆凡人最終遭遇病苦的自然生命過程。因此「元氣貫通萬物人之竅穴，晝夜昇降，與之無窮；乃為嗜欲所窒，空竅結滯，神明何所託哉！」神化元氣為一切，而身心有「道」就是通達神化氣之通道。如果欲望留滯神化氣之通道，能量不能託交。因此再言：「身內有丹田、三官、金堂玉室，胞有重閬也。心中有竅，謂之天府，神遊息於其間。」「神」遊動身心，為心與軀體的關聯。如果心不散「神」，神能化氣，而人能明白一切，是陳景元所說：「知通於神，知常曰明也。[41]」的意思。如此等於「通」道，因此亦曰：「即照而忘，同乎大通也。體同太空，則無好惡；心同造化，則無斷常矣。[42]」是陳景元的「大通」，是個「忘我」而通達大道於身心的境界。「忘我」是在釋放自我的偏心，如果沒有偏心

[39]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 89，頁 403。

[40]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 13-14。

[41]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 35，頁 26。

[42]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 19，頁 761。

就不會欲求，沒有欲求就不會動心，不動心就不會生思維，心不會散神化氣之通道，而在陳景元思想脈絡，身心通達「神」是等於通達造化之理，或吾與一切無區別。我與造化的理無區別，心身不會失去「常道」和諧。也就是陳景元說的：「以偏見應群動，群動何由而應。分別為明，明者受役；神則冥漠虛通，無物不應。分別有盡，冥漠無窮，是為明不勝神也。[43]」的意思。

陳景元在以下解釋「神」是合於大道之通的思想：

> 知常曰明。不知常，妄作兇。
>
> 此言常道之難，如此知猶悟也。悟常道者，神變無方，性無所不通，氣無所不同，不知萬物之為我，我之為萬物，故能蹈水火，貫金石，反山川，移城邑，乘虛不墜，觸實不破，千變萬化，不可窮極，此神合常道者也。[44]

常道就是在通神，精與氣如果能「交通」而和諧是在通神的意思，身心能與萬物之根源同一。頓悟常道，是在養成「通」於一切之總體，性就能夠通其精氣神，如此氣就不會分散，而中和之氣能流通於身心，便軀體能以中合之氣為用，而身心與一切不異，所以能夠「蹈水火，貫金石，反山川」能夠入世，而「移城邑，乘虛不墜，觸實不破」、不動心散神。心火不勝於水，水不勝於火，而兩者能夠調和。能夠與外界交流而不動心，而其身心之神能合常道、能通一切：「千變萬化，不可窮極，此神合常道者也。」因此陳景元之「道」解釋為「通」的意思是身心能夠通一切的變化，如天地、陰陽、四時、五行、精、氣、神、知、思慮等。並為了達到此「通道」，要透過身心修煉。因此陳景元也言：「身中真水亦如之，若純粹靜一，動合天理，雖不煉形而神已王矣[45]」調和身軀的水火，讓真水中之氣流通於身軀而純粹靜一，則身心能合於天理，便是煉形之目的。換言之，養神及煉形之目的皆是在順通氣流，而使其精氣通神，陳景元則說：「善養素者守保神氣，故能混合冥一，通乎天理矣。野語四事，貴精為上，謂虛其靈府，塞其六鑿也。」能夠以其神氣為用，就是以天地之陰陽「交通」沖和之氣為用，使心靈能夠通外界之氣。身心不阻礙氣之流通而維持神氣之和諧，因此陳景元說：「質不為塵染，則素；神不為事撓，則純。體備純素，非真而何？[46]」如此煉形養神養氣之性命雙修丹道修煉，修煉之目的是在達到「通」，是身軀之精氣通神而守神氣便「至道」：

> 化復則精得位，與虛無通，魂休魄息，各得所安，志寧氣順，血豚和平，此皆暫爾復靜，猶能精神，況久歸至道者乎。[47]

---

[43]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 102，頁 488。

[44]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社），卷 3，頁 30-31。

[45]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 48，頁 127。

[46]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 48，頁 127。

[47]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 3，頁 30。

身軀受之氣能夠不廢於外而精就能得位於身軀，就是身軀之精華能養生，這是在通兩氣之妙合，因此是「與虛無通」，身心通屬於「虛無」之本體。因為通達虛無的變化於身心，陰陽之兩邊（魂魄）能夠不衝突而達到「休息」。並身心各個部位安平，如此心志不凸顯，也就是情緒能寧靜而不阻礙氣之順通，而身軀之血流不被心志影響而害身，並平衡地順流於身軀，則身心能夠維持而不脫離清靜之狀態。是修煉者逐漸地透過性命雙修，使其精氣能通神，維持通神之和諧狀態久了後，逐漸地能夠成道——「至道」。那麼在陳景元的思維「至道」就是在通達一切，因此用「通」來解道。

三、治國之道德

陳景元言：「至於仁、義、禮、智、信，皆道之用。用則謂之可道。可道既彰，即非常道。」仁義禮智信皆不等於道之體，但是可說是道體運行之德表。陳景元討論之五常是與他內丹修煉有聯繫之，則與陰陽、五藏、五行在體內流動有直接關係。甚至需要能夠體會道才能以五常為用而不傷害身心。劉固盛也討論陳景元的仁義理智的思想說：

> 關於陳景元社會政治思想中儒道相容的特點，我們還可以進一步的討論。他說：「君子以無為自然為心，道德仁義為用。」(卷五)顯然，陳氏的「無為」並非毫無作為，而是在道家自然精神的基礎上，滲入儒家的理想追求。因此，他把儒家的綱常名教納入可道之中，認為「仁義禮智，皆道之用，用則謂之可道」[48]

劉先生也認為陳景元的「仁義禮智」之基礎是道家自然基礎。本文發展這點，說明其實這個自然的基礎其實與內丹的修煉有關係的基礎，表明陳景元的「可道」與他內丹修煉的關係。不過這個可道的教典直接涉及到陳氏的自然治的方法。

陳景元描述「治」理想、或自然治說：

> 人法地，地法天，天法道，道法自然。
>
> 此戒王者，當法象二儀，取則至道，天下自然治矣。夫王者守雌靜則與陰同德，所載無私，是法地也。又不可守地不變。將運剛健則與陽同波，所覆至公；是法天也。復不可執天不移。將因無為，與道同體，其所任物，咸歸自然，謂王者法天地則至道也。非天地至道之相法也，宜察聖人垂教之深旨，不必專事空言也。
>
> 混成之道，是謂彊名，彊名四大，王居其一，王者以重制輕，故次之以重為輕根。[49]

陳景元認為理想之治是「自然治」，自然治的意思是聖者因為能通於自然之理，通於陰陽循環的常道。通是不固執在陰或陽、是非等之兩邊，不偏不倚便不妄作而能守中——維持平衡的狀態。陳景元在此段不說「聖」而說「戒王」：「此戒王者，當法象二儀，取則至道，天下自然治矣。」自然之治是道之用，是使身心能夠通二儀之陰陽

---

[48]劉固盛：〈論陳景元對《老子》思想的詮釋與發揮〉《宗教學研究》第 2 期，2006 年。

[49]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 4，頁 42。

和諧於身心，便其身當陰陽之施者，如此是至道之用，也是其身心能用道之境界。不能過於靜，就不能法天理而治天下，就是不會知道怎麼「動」而失去動靜的平衡。因此說：「夫王者守雌靜則與陰同德，所載無私，是法地也。又不可守地不變。」王子能釋放自我的慾望而體會地的「順」性質。是聖者需要靜就能靜，相對來講說也是如此：「將運剛健則與陽同波，所覆至公；是法天也。復不可執天不移。」聖王如果需要改變天下之道，就需要如天之虛氣。能用其不移的天理，改正環境，讓人間的陰陽循環達到自然之平衡。所以聖者對天是個柔弱的「順者」，對天下他是「治者」，以其天理落實於人間。這是逆回自己的私人性質——德，而成道的理，看清道生成的陰陽兩邊的交錯，而在兩邊之中道順著陰陽，而從上原改善人間的陰陽之間的衝突。因此，聖人要「將因無為，與道同體，其所任物，咸歸自然，謂王者法天地則至道也。」任物是聖通而人體會道，與一切的本體合一，則能與變化之理同一，而用這理調和環境來法天地。是聖人用其道約束環境的規矩，使人間環境能夠順自然之理則。

在以下陳景元說明隨著變化之通道:

> 躁勝寒，靜勝熱。
>
> 躁，動也。言春夏陽氣發於地上，萬物因之以生，物極則反，故夏至則一陰生乎其中，氣動極則寒，寒則萬物以衰，明躁為死本，盛為衰原，喻功成不缺者必敗，持滿不沖者必傾，有為剛躁者必死。君平曰：天地之動，一進一退，而萬物成遂，變化不可閉塞，屈伸不可障蔽。故陰之至也，地裂而冰凝，清風颶厲，霜雪皛皛，魚鼈蟄伏，萬物宛拳，當此之時，處溫室，臨爐火，重狐貉，襲毳綿，猶不能御也。及至定神安精，動體勞形，則是理泄汗流，捐衣出室，煖有餘身矣。靜勝熱者，謂秋冬陽氣靜於寒泉之下，否極則泰，故冬至則一陽生乎其中，熱則和氣發生也。萬物因之以生，生託靜而起，故知靜為生本亦為躁。嚴君平曰：陽之至也，煎沙爛石，飛鳥絕，水蟲疾，萬物枯槁，江河消竭，當此之時，入沉清泉，出衣稀紐，遊燕高臺，服食寒石，猶不能任也。及至解心釋意，託神清靜，形捐四海之外，遊志無有之內，心平氣和，凍有餘身矣。此言躁為死本靜為生根者，以況君王。躁強則拒敵飾非犯物之性，以致家國凋敝，是謂躁強，則寂然而寒薄，寒薄則衰滅矣。靜理則垂拱無為全物之真，以致社稷永安，是謂靜理，則煦然而人和，人和則隆盛矣。[50]

在此陳景元應變變化之常道。對於陽則說「物極則反，故夏至則一陰生乎其中，氣動極則寒，寒則萬物以衰」這就是物極必反之謂，是物之氣升到極點而開始衰敗，是夏天之時暑氣動命，就是屬於生之氣，物質生成之後，必然會開始衰敗往生，這就是自然必然之道。再說「明躁為死本，盛為衰原，喻功成不缺者必敗，持滿不沖者必傾，有為剛躁者必死。」因躁為死之本，所以執著在陽會造成病死之後果。如果過度陽就不會有「缺」，這「缺」指陰陽無法互交，因為需要有缺才能有交錯的可能性，而需要交錯才能達到平衡。是持滿自我的慾望，所以會過度剛強而易躁動而過度「有為」，有為就容易發生衝突而傷害身體。所以偏於陽的「陽剛有為」的人造成身體的衰敗而病死之苦，因此說：「此言躁為死本靜為生根者，以況君王。躁強則拒敵飾非犯物之性，以致家國凋敝，是謂躁強，則寂然而寒薄，寒薄則衰滅矣。」國王要心靜

[50]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 70-71。

才能通道，通道而能指導國家的相對，讓國家的兩邊能夠達到平衡，則萬物的自然理能通於人間。因此，君主要學會應變天地之進退，所以陳景元援引君萍說：「天地之動，一進一退，而萬物成遂，變化不可閉塞，屈伸不可障蔽。」順著天地之進退是在通氣的自然運行。那麼陳景元已論了不能偏於陽，因為躁為死之本，但是也不能偏於陰：「故陰之至也，地裂而冰凝，清風颶厲，霜雪皛皛，魚鼈蟄伏，萬物宛拳，當此之時，處溫室，臨爐火，重狐貉，襲毳綿，猶不能御也。」是人如果執著在「陰」就會造成無法駕御變化之運行——無法適應變化所以會造成身體的傷害。所以過強的剛健有為及過陰：「地裂而冰凝」的固執都造成身心的傷害，因為陳景元認為生死、陰陽都是在德之下，都是道分為德的兩邊，而在兩這之間相對人容易被傷害，因此陳景元關於過陰說：「及至定神安精，動體勞形，則是理泄汙流，捐衣出室，煖有餘身矣。」。所以陳景元的動靜是指心，心要清淨才能達到四時變化的和平於身心。因此說「靜勝熱者，謂秋冬陽氣靜於寒泉之下，否極則泰，故冬至則一陽生乎其中，熱則和氣發生也。萬物因之以生，生託靜而起，故知靜為生本亦為躁。」指心靜而身體的陰陽能達到和諧，這是他動靜、陰陽兩者並重的思想。但是達到兩者的平衡是以靜入手。從靜生動，從冷生熱，而兩者化和為和氣，而這和氣通於物質的根源或道。這是陳景元說的：「及至解心釋意，託神清靜，形捐四海之外，遊志無有之內，心平氣和，凍有餘身矣。」的意思。

所以理想治身治國的道德是指世交的進退。人要知道如何去應對人事物的變化。如果這狀況需要我靜我就靜，需要我動我就動，這個適應變化的目的是維持自己與環境陰陽運行的平衡——通道。在以下，陳景元說明聖人用教典的理想治國之方法。

(一)、名教的治國理想

陳景元說明有名言:

> 有名，萬物之母。
>
> 有名者指天地而言也。天施地化，茂養萬物。亭之毒之，如母養子。故曰有名，萬物之母。夫大道杳冥，豈繫乎有名無名哉。聖人約用立教，以明本跡同異爾。凡日新之道，皆日無名，是故始萬物者，為無名。成萬物者，為有名也。嚴君平曰：有名者之為化也。尊道德，貴神明，師太和，則天地，故為萬物母，此用道者也。[51]

有名與上述的「德」類似，兩者皆養育萬物，但在此陳景元很清楚地表示有名是指天地。是天地的施與化所養成萬物的萬物之母。所以德與名是謂(天地、陰陽、清濁等)，而聖者需要通達兩邊的平衡於其身心，因為兩氣之平衡等於陳景元的一氣，而元一之氣生一切。所以如果區分道德與勢，分散於天地，而從天地的交錯所成物質。勢是在形而下的地上變化的趨勢。所以有名或德是萬物之母。而聖人用道來治德的兩邊在人間的循環，讓這循環能夠順著自然的趨勢而達到平衡，而上述已論之說明是指變化之平衡的意思。所以陳景元說：「聖人約用立教，以明本跡同異爾。」聖人用自然的心建立教典的自然法約束民間，讓道德勢之本末(本跡同異)的陰陽循環顯明大道的

[51]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

平衡。因此再言：「凡日新之道，皆日無名，是故始萬物者，為無名。成萬物者，為有名也。」日新之道指道即時即刻的變化，這無名的變化的理不斷地在造化有名之物，而聖者建立名教調和有名與無名之間的平衡，而人間能夠效法自然之道。故陳景元援引君平說：「有名者之為化也。尊道德，貴神明，師太和，則天地，故為萬物母，此用道者也。」所以有名、天地謂太和、神明、道德等的用器。這些點都是指陰陽平衡，神是道之作用，道之作用是個平衡或和諧的運行，太和指這和諧本身，道德是無有的合體(後章節會更清楚說明此點)。聖人也如此，體用自然的法則治國，建立教典調整人間，使其自然的法運行通於人間，使人世能「不違」大自然的循環，給人成道之方向與可能性。所以聖人雖然無私還要當民眾的方向。

這是陳景元的「不言之教」之宗指，因此陳景元言：

> 不言之教，煖然似春，鎮以無名之樸，而使人自化。德化有序，人安其居，其道簡易，無所施為[52]

聖者約用建立教是使用不言之教。不言之教則是個如春天之不冷不熱之陰陽平衡。是身心當通其平衡的和諧，所以能「以無名之樸」。**體用無名之理，使人間的陰陽循環有平衡**，如此是用道化德之德化，而在德化有合乎無名的自然次序。自然次序不是個剛硬的制度，而是應變當下環境自然趨勢的次序。如此人生活在合乎自然的環境，所以能心比較容易安頓。安頓在這個「其道簡易，無所施為」的平易之治。體會無名之道而用本地自然的理則治國的「不言之教」。而以下闡述德化讓人安的思想內容。

(二)、自然為本，名教為用

陳景元認為名教的根本是自然，而盧國龍先提出此點說：「天理是自然本體所顯現的一種理則[53]」且說天理是「貫穿於刑名禮法，是刑名禮法所立之本[54]」。後者李佳諭也比較完整的討論這點，解釋陳景元自然為五德思想之本得概念：

> 陳氏的政治思想，實爲其道論的實踐，陳氏將道分成常道與可道常道代表的是天理，可道代表的是人事，故其政治思想爲明體達用之學，表現出的特色是儒道兼用，莊子對儒家的仁義禮樂有深刻體察，批判僞仁、僞義造成社會問題，陳氏認爲不論自然或名教，都是道的一部分，不可偏廢，過度關注名教，會導致真性的喪失，在以自然爲根本的原則下，可以適度輔以名教建立社會秩序所謂的無爲而治。。。[55]

所五德的實踐一定要以自然為原則才不會喪失真性。這點本文也贊成，且多闡述何謂五德自然真性。

---

[52]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 82，頁 355。

[53]盧國龍，〈論陳景元《莊子注》的思想主旨〉《道家文化研究》第 19 輯，(北京：生活，讀書，三聯書店，2002 年，六月。)，頁 388。

[54]盧國龍，〈論陳景元《莊子注》的思想主旨〉《道家文化研究》第 19 輯，(北京：生活，讀書，三聯書店，2002 年，六月。)，頁 388。

[55]李佳諭：《陳景元莊子思想研究》，國立嘉義大學，2009 年，頁 99。

在以下陳景元說明身心與五德的關係：

> 田子方侍坐於魏文侯，數稱谿工。文侯曰：谿工，子之師邪？子方曰：非也，無擇之里人也；稱道數當，故無擇稱之。文侯曰：然則子無師邪？子方曰：有。曰：子之師誰邪？子方曰：東郭順子。文侯曰：然則夫子何故未嘗稱之。子方曰：其為人也真，人貌而天虛，緣而葆真，清而容物。物無道，正容以悟之，使人之意也消。無擇何足以稱之！子方出，文侯儻然，終日不言，召前立臣而語之曰：遠矣，全德之君子！始吾以聖知之言仁義之行為至矣，吾聞子方之師，吾形解而不欲動，口鉗而不欲言，吾所學者真土梗耳，夫魏真為我累耳！
>
> 碧虛註：赤宅七竅，人也；不形好惡，天也。虛緣保真，混俗也；清而容物，天合也。正容悟物，以身率導也。使人意消，方寸之地虛矣。聖知仁義，名教也；子方之師，道德也。悟所學為土便，因真而別妄也。知魏國為我累，有大物者難忘也。[56]

這裡的天如同老子的「天地不仁」的天。天沒有偏私之心，而能通於地。聖人也要如此。要能如天的不偏不倚的融入環境而守著陰陽的和諧(虛緣保真，混俗也)。聖者沒有的偏私之心，因為沒有愛與厭惡的心理上反應，所以心靈能清淨不動，而接受——包容一切，不只包含個人喜愛的，則能夠合乎天理。身心合乎天理而：「正容悟物，以身率導也。使人意消，方寸之地虛矣。」身心合乎自然天理就是身心在率道，是成道而當道，用其身心行為之不言之教調整人間的環境，使其環境能夠協助民眾安性而不生思惟，則是使人「意消」，是在意消之狀態人之道德才能自然而然的表現出來。如此就能達到真正的太平，使人間與大地一樣虛靜，就是能夠在不知不覺中的效法天理。而在人間聖人是負責通天理，當天與地的通道，使天下之歸於自然的方向。所以聖人通理之教是仁義的名教，而其名教的本體是道德。是因應兩邊的平衡而不「妄」——不因為偏心妄想妄作而失去這個平衡。這是陳景元說的：「聖知仁義，名教也；子方之師，道德也。悟所學為土便，因真而別妄也。」的意思。

陳景元在以下闡述仁義之相對說：

> 絕仁棄義，民復孝慈；
>
> 仁者愛物，則人親之。義者宜物，則人譽之。而仁義之弊在乎親譽，親譽既行，則趺尚奔競之心生，而性命之和失矣。性命之和失，則孝慈之行何由而有。今使絕而棄之，是欲人全性命，而復孝慈也。[57]

陳景元對於純粹仁義之治之中心評價是如果以仁義為本就會失去真。則是仁義雖然很重要，但是仁義是等於化約道之用的一種名教手段。因此仁義是末而不是本，是個來自於欲望的一個用器。因此言：「仁者愛物，則人親之。義者宜物，則人譽之。而仁

---

[56]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 63，頁 223-224。

[57]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 3，頁 33。

義之弊在乎親譽，親譽既行，則趺尚奔競之心生」這句的後面之「則趺尚奔競之心生」。仁愛本身是有偏愛，義本身對人有宜，而因為人自然性偏愛與宜，如此會產生人的偏見，一有偏見就有是，有是就會有非，而人民就會開始爭辯是非。因此有偏愛及義之傾向就有「趺尚奔競之心生」，人民會被君主汙染，而造成整國在爭辯是非，而失去性命之安和，因此言：「而性命之和失矣。性命之和失，則孝慈之行何由而有。」治國者主要工作是調整環境，使環境能夠符合自然之規律而安性命。性命安而心之分比心不會發生而真正的孝慈才會衍生，因此言：「今使絕而棄之，是欲人全性命，而復孝慈也。」。因此治國者是不能以用為本，而自我之主見則不生心，不生心而體內的氣運行能順而通達沖和之氣，君主便體會道，用道為本而教典為用來調整人間的環境。

調和到陰陽達到平衡，這平衡是自然，所以一個國家能效法自然代表這個道家有道。因為道是陰陽平和的理。並且人活在其自然規律之中，能夠得到各自自然之位而得安和。人之性命安和而仁慈就會衍生，如此國家達到陰陽交錯的安和。那麼國家安和是因為君主的修養。而在陳景元的思想脈絡，君主的修養與丹道修煉之法並無二致。說明仁義禮智信的完善運用由於五行於五臟之間運行的和諧。

(三)、仁義禮智與五藏的關係

> 文云肝木仁也。肺金義也，心火禮也，腎水智也，脾土信也。夫含識之徒，禀生之類，仁義之性，物皆有之，少之與多，自然已定，雖顏孔相去一分，終莫之及，况異於斯者乎。今性多仁義者，必相矜而失性；性少仁義者，又相企而喪真。奔馳於矜企之塗，流蕩於是非之境，上下夸企，豈是道德之正邪?若乃人安其性，多少之情為一，物守其分，仁義之理自齊，任官各當其材，天下無不理矣。。。於仁義之行下孟切。崔云駢枝贅疣雖非性之正，亦出於形，不可去也。五藏之情，雖非道德之正，亦列於性，不可治也。今設仁義之教，以治五藏之情，猶削駢枝贅疣也。既傷自然之理，更益其疾矣。[58]

陳景元仁義禮智信之內涵是切合他的丹道養神工夫論，說明五臟和五行及五常(仁義禮智信)的關係。上述已論陳氏的五常的本性是自然運行的平衡，是要通達自然才能德化人間。而要透過煉形養神的修煉才能養成五常的本性——五行運形的平衡。因此陳景元援引此句：「肝木仁也。肺金義也，心火禮也，腎水智也，脾土信也。」。這是所有生物皆有的本性，所以陳景元說：「夫含識之徒，禀生之類，仁義之性，物皆有之，少之與多，自然已定。」所以陳景元認為修煉五臟之間的氣，是養成五德的自然性，而僅只修掉仁義之情。不修掉會造成相對的衝突會造成：「今性多仁義者，必相矜而失性；性少仁義者，又相企而喪真。」如果重於仁義，會造成相對而會失去性之安寧，這是情緒上衝突的來源。如果人少仁義，會失去與世俗交流互動的真實，則無法順事而世交。這也開出陳景元平衡的想法，人不能偏一邊而應該隨順著變化。不能過於執著在仁義含有的相對，也不能脫離世間，如此會無法學會隨著變化之法。因為如此會：「奔馳於矜企之塗，流蕩於是非之境，上下夸企，豈是道德之正邪?」所以道德的原則如果是仁義，會有是非的相對。有企圖的途徑或謀思，會順著是非的波蕩，這波蕩是指衝突，而上下如果有衝突，而如果陳景元的道德是平衡的意思，怎麼能在

[58]宋，陳景元：《南華真經章句音義》(台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 5，頁 27。

衝突之相對之下維持道德?。如此人間則：「若乃人安其性，多少之情為一，物守其分，仁義之理自齊，任官各當其材，天下無不理矣」。聖人用仁義的目的是安頓天下過度極端之處。是聖者調和環境下的物，使事物能夠不引起人過度用心而傷害自然。而人與人以及人與環境之能夠達到平衡之狀交流。這是人民能夠安於自然而其次第就會「自齊」。僅止混沌是沒有次序的，因此天下效法自然之道，自然含有的次第自然而然的呈現，因為自然中必然有次序。如此是是個通自然平衡之理的國家。

接著，有通自然之「有道」之國之作用，能幫助人體內五行的運行，反而會幫助人情緒的穩定。因此說：「於仁義之行下孟切。崔云駢枝贅疣雖非性之正，亦出於形，不可去也。五藏之情，雖非道德之正，亦列於性，不可治也。」雖然仁義之行不是性命之正，但是五行皆由於形，都是然自然的表現，因此不能治。用法律制定仁義只會造成人與人競爭是非，過度的競爭就無法達到平衡之國家。是五臟之情與五常皆是在循環天地氣的運行(五行)，因此皆是變化之情，變化是要通於身軀而不滯，如果來「治」，這是用「滯」之方法來制定由自然之情。因此仁義的用必須合乎自然的平衡，如此德能夠自然顯現。則：「今設仁義之教，以治五藏之情，猶削駢枝贅疣也。既傷自然之理，更益其疾矣。」仁義之教如果用來壓制五臟之情，五臟之情則是情緒之來源，而用仁義之制只會壓制其情，不會解決其情之本，造成更大的傷害。所以陳景元治國的理想不是在壓制人的情緒，而是用環境的自然序協助人體內、五藏氣的運行，而人的情緒能夠安頓下來。人情緒安頓，而國家能達到平衡——有道。所以陳景元治國之法，是用自然之理養育民眾五臟之間的氣，這是他不言之教的內容。

以下多闡述五臟與道德的關係曰：

> 駢拇枝指，出乎性哉！而侈於德。附贅縣疣，出乎形哉，而侈於性。多方乎仁義而用之者，列於五藏哉！而非道德之正也。是故駢於足者，連無用之肉；枝於手者，樹無用之指；多方駢枝於五藏之情者，淫僻於仁義之行，而多方於聰明之用也。
>
> 駢枝，與生俱生，故出乎性，而為生，德之餘。贅疣，生後而有，是出乎形而為性之外累，故皆曰侈。夫五行均則五常無偏，乃道德之正；今多於仁義，是五藏之氣稟受又有少之者，故非道德之正也。且駢枝之於手足，皆無用之指，何足央齧哉！若夫駢枝於五藏之情，淫僻於仁義之行，多方於聰明之用者，乃駢枝於有用之處，所以重增其弊也。[59]

性是元氣順著理而考察之本性之，而由於其性之理身體成形，因此德是由於性出之，是衍生物體之謂，因此言：「駢枝，與生俱生，故出乎性，而為生，德之餘。贅疣，生後而有，是出乎形而為性之外累，故皆曰侈。」形體上之五行交錯而成之德相，那麼五行之氣運行於五藏之間，五行之運行不平衡而五常有分。有分則是代表會有意識及情緒上之波動，有波動就不能維持自然之道。自然之運行不偏不倚之而流通一切，有偏就會有滯，如此就不能合乎自然。因此如果：「夫五行均則五常無偏，乃道德之正；」，五行能夠流通於身心，描述其五行之和諧狀態，如果能達到和諧，五常就不會有偏而德能夠正。正在此指身心與行為皆能夠通和諧之道。相對來說，若沒有達到和諧則：「今多於仁義，是五藏之氣稟受又有少之者，故非道德之正也。且駢枝之於

[59]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 23，頁 787。

手足，皆無用之指，何足央齧哉！」是因為執著於仁義之情，體內的氣會不順，而五臟的營養會不足(少者)，如此無法通和氣。是人要修煉身心，煉形體內之氣，協助五行通於五臟而達於平衡，則平衡的和諧氣能養身心，則人的情緒不會很強勢，則人不會過於陽剛躁動，所以比較能夠順事的趨勢——有道德。則不會：「夫駢枝於五藏之情，淫僻於仁義之行，多方於聰明之用者，乃駢枝於有用之處，所以重增其弊也。」氣之不通於身而心思惟會衍生，如此聰明之意思，因此用思惟之聰明行仁義，是執著於追求利益的慾望，並更蒙蔽自己，讓自己無法看清順事之道德而傷害自己及環境。

因此可知，陳景元的基本思維是人如果用心看人事物及做事情不可能沒有目的，而這目的的源頭都來自慾望，而以慾望為做事情的本，僅會造成自己及環境的傷害。所以陳景元注重為了達到道的平衡，人要先逆反自己的本性，而除掉自我的偏見，如此能忘去自我的欲求而完善地應對當下的需要。

(四)、仁義禮樂之運用

國家有道是先從聖人自己的修煉起，要頓悟陰陽的順通，而養成身心氣的平衡。這平衡不能只是由於自己的修煉，聖者也要能用真理適應變化，隨著自然及人世的進退，此是道德之謂。在治國上的道理也一致，聖人要體會道之平衡，使用不言之教條和環境，讓環境的人與人及人與自然之間的交錯有平衡。上述僅討論這大致上的議論與仁義之用，以下討論仁義禮的之區分與用說：

> 繕性於俗，俗學以求復其初；滑欲於俗思，以求致其明；謂之蔽蒙之民。古之治道者，以恬養知；生而無以知為也，謂之以知養恬。知與恬交相養，而和理出其性。夫德，和也；道，理也。德無不容，仁也；道無不理，義也；義明而物親，忠也；中純實而反乎情，樂也；信行容體而順乎文，禮也。禮樂褊行，則天下亂矣。彼正而蒙己德，德則不冒，冒則物必失其性也。
>
> 碧虛註：處塗而避汙，在垢而求照，非蔽蒙而何？躁競鈴昏，恬靜爻知。有知不役，善保靜也。知而不用，故能和。恬而自葆，故有理。雖假種習而本乎天然自得，故能和眾己，通故能治物。上仁與德同，以含容為本；上義與道同，以通理為原。處中和而不淫者，樂也；整容貌而中節者，禮也。禮以應物，樂以正性。自檢則真，率人則亂。彼自正者，以蒙養己德，德固則守恬而不冒，此乃各正性命，恬知相養者也。[60]

上述討論仁義本身的相對，也討論人五臟之氣運行與仁義之關係。在這陳景元討論要使心身之情靜說：「恬而自葆，故有理。雖假種習而本乎天然自得」這與上述一致，而我們也知道這個「恬而自葆」指體內的氣通順而營養足夠的狀態，因此氣能達到自然之平衡。達到如此需要能夠隨著人事物的進退，而維持這個自然平衡，是體會一切本體，所以能知道一切的理，而通治天下之道(雖假種習而本乎天然自得,故能和眾己，通故能治物。)所以重點是要安頓自己的心性，如此不會對外有欲求而躁動，因為能完善的用仁義禮樂。在此情況下，因為心靜，仁義禮樂不會產生對立，而能成道之用的。陳景元說：「上仁與德同，以含容為本」所以上仁是最高愛物之心境，等於一種

[60]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 49，頁 131。

忘我的狀態。是心靜而吾忘我與他的分別，忘我而吾能隨著德表的變化。「上義與道同，以通理為原。」陳景元定義相對中的義為「宜物」，而上義是最高的宜物的方法，這方法是通達自然的理，如此能夠調和事物而不造成任何傷害。高尚的禮樂也是如此：「處中和而不淫者，樂也；整容貌而中節者，禮也。」真正的樂不是情緒上的喜怒相對上的樂，而是陰陽運行的和諧之謂。禮是「整」而有條理的外在表現，「整」指能夠隨著環境變化的意思，所以是個適應變化的行為上的節制目的是維持「守中」而不生偏心，如此能維持中和的氣於體內的順暢運行。因此說「禮以應物，樂以正性。」所以禮是適應事物的變化，而樂是用中和之狀態修性。

在此可知，陳景元的理想仁義禮樂是表示聖人理想的境界，而這境界的關鍵是減少內外的相對，而維持平衡的和諧，這是最高的道德。

第四節、小結

道論是本文思想脈絡的總綱，描寫整篇的從上而下和從下迴上的宇宙本體和身心修煉論的思想樞紐。而本章討論三個大的論點如下:

第一是何謂道德。道德可分為兩種，第一是宇宙論的道德，第二是人間上的道德，但雖然有其分，兩者不能完全區別。道是一切的根源，而德是「得」的意思。物得於道之精氣而養成生命，和「勢」是萬物在環境中，變化之趨勢。這是上而下的宇宙本體論，是德得於道之根源，養成道之純精為物體，從此本體生成和變化一切。

第二是陳景元的人體觀。人體也從「道德勢」產生。本章梳理陳氏對身體的描述，表明人體與境界具體的連結。此，涉及到「德」之分。陳景元在解釋老子之上下德之時，說明「下德」是人僅注重自己的好處，以保持自己的安樂為目的，執著於對外的欲求。「上德」是人不執著於欲求，而回歸到變化之體。前者得於自己暫時的安樂，後者得於一切或道。陳景元「得道」之工夫，是透過身體和心靈之修煉，從達到自己的暫時安樂的「下德」，回歸到通達一切的「至德」。陳景元認為身體的「自然」面貌已通達天地之根源，但因為心對外有欲求，人才會執著在「名」，而失去自然之狀態。所以要在體內的五臟六腑、丹田、筋等等，養成自然之理，反而讓「精氣神」通於體內。

第三是隨著環境之趨勢和體內修煉的關係。如果要煉養體內之自然理，也需要能夠隨著環境之趨勢。隨著環境之趨勢需要先放下自己，才不會執著在自己的欲求，而違背環境之規矩。養成內外不衝突的情形，需要「五常」之間的平衡，不能偏仁或偏義，不然會造成相對。而因為「五常」和「五臟」有關係，人必須同時修正行為、鍊形養氣，和修煉心性。

所以陳景元的治身治國之道德，關鍵在調和相對。無論是體內或內外，都必須要透過修煉去調和。調和後而身心能回歸自然，而精氣能通於身體，並達到神，反而回歸於「道德勢」之自然道。

國立政治大學
National Chengchi University

第四章、心——精神的主體

第一節、萬物本性於自然變化——性說

陳景元以為「心」的運作來自於「性」，因此陳景元說：「性亦恬憺，縱心所好，不違自然，任性所為，不逆萬物，故無為而無不為。」[1]顯然陳景元的「性」是修心的一個關鍵。性如果恬憺或恬靜，心就不會障礙自然。心是自我與外界交流的功能。所以陳景元說「性受自然之至妙，命得元氣之精微，神貫天地，明並日月。無思無慮，心自無為，忘功忘名跡，無以為用也，謂無用己為而自得也。」[2]因為人的思維具有違背自然的可能性，陳景元的工夫注重在修練性，而回歸其性之本，讓性能夠受到自然之至妙，如此其生命或身軀能達於元氣之精微。

這在陳景元思想脈絡中是通達性之本體，因此陳景元言：

> 故有無之相生，難易之相成，長短之相形，高下之相傾，音聲之相和，前後之相隨。
>
> 此六事因矜美善動入有為。有為既彰，偏執斯起，殘賊互生，物失其性，故結以聖人無為，而玄德不去。夫有無之性，本不相生，今言有必出於無，論無必生於有，故曰有無之相生也。[3]

此「六事」都是在形容相對和合的世界，因為人會有「矜美善動」本身的物質會失去和合的平衡——失去通於「神之又神」之萬物玄通，就會落入「有為」。那麼「矜美善動」就是在形容人因為有慾望的念頭癖好之事，而如果有癖好就會起偏執的心，而失去「六事」和合之和諧狀態，這是生命的本質或本性，並是失去玄德之妙為，而人間就不會合乎天理，而違背自然之理則。而體會天之理就是玄德，玄德是無有，難易等各種相對的接合，是兩者互相呼應——「相生」。「本」是「中和」，是和諧，因為「偏執」之故而失去和諧。玄德是在體會有與無之和諧，此和諧就是陳景元所言：「皆受氣於天，察性於自然，中和濁辱，形類萬狀」自然的大道產生的個別性質，運作在人之中的「理則」，成為人的本質或本性，本性為身心生成的原型。

上述說明陳景元身心修煉其中關鍵是「安其性」及性之本能通於身體。而以下闡述陳景元性的概念，尤其表述性之理則是由於自我考察：

> 同謂之玄，玄之又玄，

---

[1]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 59。

[2]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 59。

[3]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 9。

> 玄者，深妙也，冥也，天也。所謂天者，自然也。言此無名有名，無欲有欲，皆受氣於天，察性於自然，中和濁辱，形類萬狀，蓋由玄之又玄，神之又神，所謂自然而然也。若乃通悟深妙，洞達冥默者，是謂有玄德也。[4]

陳景元用自然之天來解釋「玄之又玄」，而自然之天就是萬物之根本。因此天的能量衍生萬物，無名與有名，無欲與有欲，就是形而上與形而下兩邊描述氣體、液體及固體之物，無名的就是等於氣體之物類，那麼有名及無名之物皆是源於天。物的氣、能量都是由於天，天之氣在物質之中是幽冥的，也是自然循環的理則。「察性於自然」指物質生成的理，順著天地等交錯變化的自然，「中和」為隨順理而組成形體之狀態，故而可說是陳景元「性說」的展現。所以從第一個「玄」或天的幽冥自然現象的本體，效法有名無名等的各個不同的物質狀態，方而受於天之能，便地化其能量，組成為萬物之外型，是「又玄」。道自然而然的變化通於先天和後天，「無」與「有」，便是「神之又神」之玄通。玄指天冥幽杳然的能量，冥幽杳然的能量是基於天之能量，可比喻為太陽的光線，此太陽的光雖然是全部的根源，但我們在物質上看不到太陽的踪跡。這樣的光就是自然的循環的本質，而且是在施物。若說地是「濁」而化物的形，那麼道的作用就是神，先天之道不斷變化，生成萬物，於是先天之道便是藉由玄妙變化連通後天在物中之道。此就是陳景元萬物本體之解釋。而人如果能通達至道，就是通達了物本身之道，可以體會萬物皆是太陽照射的光線所變化之展現。如此，等於吾與萬理之根本同一，是故能隨時隨地隨順各個地方的道，此就是玄德。

那麼能如果要回歸其根本，性要靜，因此陳景元說：

> 不見可欲，使民心不亂。
>
> 可欲者，謂外物惑情，令人生可尚愛欲之心也。而日不見者，非遠絕不見也，謂不以見為見，而為無為也。若乃人君見外物，而無可尚愛欲之心者，是不為色塵所染亂，則性原清靜恬澹，而復其真一矣。人君能守乎真一則使民心不亂，而淳樸之風可致矣。[5]

物質皆是生於中和，人是萬物之一，便亦生於中和，此就是人的本性，而是自然變化的法則。那麼性就是思維及行為的本源，是有與無交錯，而無像的能量考察性之理則而衍生一個物體，人只要頓悟有與無之接合，就能穿透形而上與形而下的貫通性，而融合貫通一切。是有思維能意識到我與外界的分別就會有欲。欲就是內心的念頭，而其念頭喜愛之事就是欲望，有欲望的貪圖而性不能清，不清而如陳景元所謂：「下士者，受性濁辱，目欲視色，耳欲聽聲，口欲察味，志氣欲盈，聞其恬憺無為，則大笑而非之，若不為下士所非笑，則不足以為上道也。[6]」人之性就是無像與有像的中和，而如果人不懂性之妙本——濁辱，就會執著在五官的爽快感，而不能覺察自己的根源與萬物是同等的。是人會濁辱物質現象，其與「而無可尚愛欲之心者，是不為色塵所

---

[4]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 8。

[5]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 11。

[6]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 64。

染亂，則性原清靜恬澹」為反之。聖人能不濁辱於有質之外界，便其性能靜，就是清楚性本就是由於道，而元氣就是開元生命的本質。

而人如果能清靜本性，就不會跨越元氣於物質自我覺察原有的軌道——理。因此陳景元言：

> 無為，則無不治矣。
>
> 為無為，猶言行無為之道也。無為者，謂不越其性分也。性分不越則天理自全，全則所為皆無為也。物物無為，則貴尚貴求之心，泯然都忘，故淳風大行，誰云不治。[7]

天理是「無」與「有」化合為物質，考察自性的理則而化成各物的不同性質，其性質就是理的法。因此無為就是如以上不貪圖外界，並性能靜而身心「性分不越則天理自全」。性分就是本性順著塵含有之理而組成物體的架構的意思。

此就是陳景元以下所謂自然之妙的意思：

> 上德無為，而無以為；
>
> 夫有上德者，性受自然之至妙，命得元氣之精微，神貫天地，明並日月。無思無慮，心自無為，忘功忘名跡，無以為用也，謂無用己為而自得也。古本作上德無為而無不為，言上德之人，心既寂默，性亦恬憺，縱心所好，不違自然，任性所為，不逆萬物，故無為而無不為。[8]

如此在形容精氣神之理想狀態。性受自然之妙，就是因為心能寂靜，性就恬憺——性恬靜而念頭不生，故能順著天性中的軌道，也就是性不阻礙元氣的精微。因為吾人能不對外界有所趣向，故心能寂靜，性能寧，念頭不生而精氣神不會被念頭產生所想要的欲念影響。精神便能貫通性本，而上述已論之，性就是天地化合的中和之性，甚至是由於天之能力。是以，人如果無欲，能頓悟到性體與形體之妙合，並形體不跨越天理——「不違自然，任性所為，不逆萬物」。人性若靜，行為不會違背萬物自然之理，則能與物不衝突。

因此陳氏亦言：

> 人生而靜，天之性。今言致虛極守靜篤者，使人修之，復於妙本也。非止於人，蓋萬物之並動，作者未有不始於寂然，而發於無形，生於和氣，而應於變化，及觀其復也，盡反於杳冥，而歸於無朕，以全其形真也。[9]

---

[7]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 12。

[8]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 59。

[9]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 3，頁 29。

人的本性源於天，天就指天與地交錯的和諧，而陳景元描述的工夫是在修煉心身至通達寧靜之性而通天。那麼此天性不只是人擁有的，天性是萬物皆擁有的本性。那麼陳景元所謂「生於和氣，而應於變化」指地秉受天之氣，而氣順著地理，衍生無數的變化。因為物質的天生的理不斷地在變化，理也不會再重複，而能生生不息之。那麼陳景元是在表述人要透過修煉性功的性命雙修，使其性能歸於天之性。如此代表是的性靜，就是等於天之性，也是人的性靜，就能順著天地之交錯，應變兩邊互相變化，觀照氣質的循環，觀照氣分分合合的歸復，此就是返歸於天杳然冥幽之體，復於無我之物質本體，也是物質真實的面貌——形真。人如果要達到形真，就是要透過「致虛極守靜篤」的修煉工夫，而此就是等於陳景元的丹道性命工夫，使其性命能靜順，如此能觀照形體上的物質皆是在循環天地交錯的理則，並沒有一個永恆的物體，每一個物體僅是非恆常的「名」，而達到無我。無我就是吾人與沒有自我的凸顯，能通達天之性，並與地理之變化合一——成道。也就是：「既損其非，又損其是，故曰損之又損。若乃是非都忘，欲利自泯，性與道合，以至無為，已既無為，不與物競，而任萬物之自為也。自為則無不為矣。」[10]的意思。修掉性上衍生念頭——欲要的慾望，就沒有癖好之傾向，就不沒有是也沒有非，如此就忘掉自我，而吾欲不會被個人慾望收縮。性便能靜，而吾能悟形本由於光水等衍生出來的純潔之性，並能順著天性與地混合之理則之道，如此才是無為，也就是不與本身以及外界物質之理有衝突——競。因此又言：「夫虛名浮利，得之乎輕羽，而性命形神，亡之若太山。達人校量誰者是病。莊子曰：養志者忘形，養形者忘利，致道者亡心心矣。」[11]表示如果能忘——不在性命分成神思與形體執著，就能如莊子所說的致道，也就是等於以上說的「性與道合」。精氣神形就是在表述人身心之架構，而陳景元修煉工夫之性工，是在使其性能靜。如此人之本性與不二，而自然之理通於身心。因此，陳景元與道家、道教等，強調赤子，而陳景元言：「明赤子之全和，喻至人之純德，赤子未知喜怒，而拳握至堅者，其真性專一故也。」[12]赤子未知性之分，而能專一真性——性靜。因此陳景元言：「性靜，則動不妄矣。無為，則所責不在己，責不在己，則俞樂而無憂，年壽長矣，明於此者，謂虛靜等八目是道之密用，無為之事也。」[13]又言：「朘者，赤子之命源也。赤子情欲未萌陽德自動者，真精之氣運行之所至也。」[14]可知性靜是牽涉到心態，而雖然陳景元說有性分，不指是分為不同的性，是其本性是成為軀體，而心生思維後，才會分散軀體上的感受，故性之純錯之本質會分，此就是性由於德勢成長身軀，而由此心生思維之慾望。

此與以往學者之說法有稍微不同：

> 「心性」是宋代儒、釋、道三教共同關心的時代課題，對此，陳景元也提出了自己的看法，不過，他探討的重點是「性」，「心」方面的內容較少。他在注

[10]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 74。

[11]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 69。

[12]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 8，頁 82。

[13]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 40，頁 66。

[14]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

解《老子》「其安易持」章云：「人生而靜，天之性也。」這裡所說的「性」，乃指人生來所具有的一種先天的本性，它清靜、純粹而不雜，因而是既真又善的。在陳景元那裡，「性」有時又與「命」連在一起，「命」也是一種人們無法擺脫的先天的規定性，性與命是相互關聯的，性命並稱，含義一致。[15]

劉固盛在此詮釋陳景元的思想的目的是在發展思想史的範疇，就是陳景元是發展唐代重玄學之說，不過在此解說缺乏陳景元丹道內涵的知識而已。「人生而靜，天之性也。」不是一個哲學範疇，性則是由於天之，是萬物皆是由於天上之光混合地之濁質衍生的形體。那麼是因為心分為思維，人逐漸的不靜。不過人生的時候「靜」，指當人是嬰兒時，隋思喜也提出此點：「嬰兒指的是元氣純和的理想狀態，也是人養氣煉形所要努力達到的主要目標[16]」(本文在他章會更仔細闡述此點)是嬰兒精氣有神，就是氣充滿於軀體，乃神未分散為思維前的解說。因此人生之時性靜，此就是由於天之能量變化的性，因此是純而不雜的天之性就是嬰兒心未分之謂。此就是在陳景元思想脈絡的其中一個要點。是人生成於陰陽之和諧氣，這說性只是在表述身體生長的本質，是由於性成身心，因此說「性」：「乃指人生來所具有的一種先天的本性，它清靜、純粹而不雜，因而是既真又善的。」也可說的，但是陳景元所謂人之清靜的性，本身不能分，是人心因為靜，才能夠有全和而合於天之性。

盧氏繼續言：

我們再看一下他的以下解釋就清楚了：「夫聖人稟氣純粹，天性高明，內懷真知，萬事自悟，雖能通知而不以知自矜，是德之上也。中下之士，受氣昏濁，屬性剛強，內多機智，而事誇大，實不知道而強辯飾說以為知之，是德之病也。」(卷九)「人君守形清靜，則元氣高明而自正；人君縱其多欲，則元氣昏暝而煩濁。」(卷七)原來，陳氏所說的人們所受之性不同，乃指其所稟元氣不同。那麼，人們稟受不同元氣所呈現出來的不同人性，就並非是個體先天之本性，而是其在現實生活中表現出來的各種真實的品性狀態。元氣有純粹、平淡、昏濁之區別，現實中的具體人性便也有真善、普通、邪惡之分野。如此看來，陳氏對人性的解釋看似矛盾而並非矛盾，相反，這一解釋正體現了他在該問題上的精妙見解。人性問題是一個歷史上一直爭論不休的問題，孟子的「性善論」，荀子的「性惡論」，以及從董仲舒到韓愈的「性三品說」都沒有對人性的善惡起源問題作出比較具令人信服的解釋。[17]

在此盧先生表示元氣有分，認為人稟受不同種元氣，而由於如此有三不同種人性。可說是在氣體上有不同，但卻又不完全如此。但是不完全是如此。本文道章已論之，各種生命體之生長過程，是由於道德勢等等的過程(雖然此三者包含很多範疇，上述已論之，所以不重複討論)，人之形體是由於道之理則，其理則之元氣生成一切等等，而且是隨順地之情勢養成形之個人性質。元氣是隨順變化之根元氣，其氣本身不分，而是體察性於自然之天地之氣交錯，此就是當下之情勢，而是由於其情勢性成心及形體。因此元氣不是有分，是每個人的心之本質不同，因此形體會不同，是由於此不同，各

[15]劉固盛：〈論陳景元對《老子》思想的詮釋與發揮〉《宗教學研究》第 2 期，2006 年。
[16]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 341。
[17]劉固盛：〈論陳景元對《老子》思想的詮釋與發揮〉《宗教學研究》第 2 期，2006 年。

種人格呈現。那麼在其人格上，人還是要逆成自然之性質，修煉身心才能夠「稟氣純粹」，此就是通和氣之謂。因此重點是在人的修煉及身心境界轉變。如果太執著在軀體本身的慾望則：「則元氣昏暝而煩濁」，煩濁就說人會有煩惱是因為元氣之氣流被濁質阻礙，濁質就是地受於清氣(天之氣)之謂，人如果慾望太強則會向外強求，就會太執著於軀體爽快地享受，故會偏於濁之質，而清之氣不能通暢於身軀。此為丹道修煉性命雙修之謂。與盧先生之基本理論不一致，是性又善又真，但此為形容精胞混合之和諧，這和諧就是一切物質之總體元之氣，故是天之性也是真又是善。但是因為德勢之自然身心發展，身心會開始耗用氣而開始生心思維，因為如此人要修煉身心，而逆成德之自然發展。因此本文強調男女精胞交錯之過程，此與嬰兒全和的關係，及其本身之全和與修煉之關係，並此皆與心有大的關係。

陳景元的「性」是造成萬物差異的本質，並且是由陰陽之交錯而成。而隋思喜認為陳景元的思想脈絡是「性」，可分為先天之性與後天之性，而其詮釋方法在大致上是合理的。但如果將「性」分別來看便有兩種可能性：先天之性是萬物的本體，後天之性是萬物個別的性質。不過本文進一步的闡述陳景元理論中的先天之性和後天之性是相同的，即是性是由陰與陽的交錯，進而合成萬物，藉此考察理之原則。萬物皆無任何重複之處，皆是彰顯地化和天理而形成各種物體的，而各物體的本質就是「性」，那麼性如果能靜，便能歸於宇宙的根源，性不靜，人就會著迷於變化的外貌，因而產生的物質現象稱「性分」。

因這思想脈絡以至有性靜與性分之別，此類似於劉固盛及以往學者性分之說：

> 他指出人的構成主要包括「性」與「形」兩部分，其中「性」是「道降純精而生」，「形」是「德含和氣而養」。在陳景元的思想中「性」指本質，如他說：「己性也，生則己類，死則失類，」可見，性有本質規定之義，他認為「性」廣義狹義之別。狹義之「性」指的是道性，亦即自然之性；廣義之「性」則包括氣稟之性和自然之性。「道降純精而生」之「性」指的就是狹義的道性；而所謂「形」即指形體言，而形體言，而形體之質即是氣稟之性。如陳景元說：「神奇者性，臭腐者形，萬類皆以性存為倚天為惡，性之化為形，形之复乎性，不出一氣耳。」所謂「一氣」指作為萬物之始基的元氣，其構成萬物之形體並賦予萬物之規定性即是氣稟之性。這樣，自然之性與氣稟之性就共同構成了陳景元所謂的廣義之「性」，因此具有性二元論的特徵。這也體現在他對「性」概念的內涵的解釋上。在解釋「性」概念的內涵時，陳景元直接繼承了莊子的說法《莊子天地篇》中說：「留動而生物，物成生理謂之形，形體保神，各有儀則謂之性」莊子沒有進行深入細緻的詮釋。[18]

隋思喜提出的幾個看法很值得注意：一個是性為「本質」的思想。性是一個物體養成的規定。第二是性是氣秉之「性」。所以形是形體和性是形體養成的本質，這些說法與本文無區別。而且隋思喜與本文對「性」字的解釋有差別，但是在邏輯上有些類似之處。則是隋思喜的「道性」類似於本文的「神」。

接著，至於隋思喜「二性」之說法。隋思喜認為性包含人二元的特徵。將性的涵義分為「本質」的性及自然的「道性」。但是陳景元將性分成兩種性的意涵，從文本來看不明顯，也沒有提出道性這詞。本文對「夫道降純精而生物之性，德含和氣而養

[18]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 226。

物之形，故萬物無不尊仰於道，而貴重於德也。」[19]的解釋是自然運行陰陽(自然是兩邊運行的平衡和諧)，而陰陽合成而生物之性。物之性是一個生命體生成的規律，因此陳景元說：「皆受氣於天，察性於自然，中和濁辱，形類萬狀」所以天之氣與地之濁質結合的中和氣生成萬物的形體。自然是物質變化之謂，所以性是天之能量(氣)考察於陰陽變化中的理，此為萬物生成的因素，而身體的精(原質)包含其因素[20]。

是以，本文認為「性」在陳景元的思想脈絡的意涵是察於自然變化的本質，不包含二元之說，甚至本文的二元是指陰陽。所以在丹道修煉之中，人要修性，讓這個形體生成的規律能夠合乎自然平衡。隋思喜也認為陳景元心性思維源於陳摶派說：

> 其一，他所謂的養神之理主要是二獨主張遣靜恬淡、去欲主靜、精神解脫勒法論的心性煉養理論，表達了心體即道、修心即是冥道的觀點。在這二點上他徹了陳摶學派的心性思想特點。如張無夢說：「道在丹田達者知分明悟了更何疑。乾男自逐龍潛坎，坤女須隨虎隱離。但守清虛除嗜欲，自然恬淡合希夷。仙經不是閑言語，看取千年胎息龜」，指出陳摶學派在心性論上主張清虛恬淡，守靜除欲的基本觀點。其二，他認同的盍形之術的主要內容既包括陳摶學派的內丹修煉原理，也包括神仙道教的服食養氣之術，這體現了他對服食攝生、內丹煉養等修煉方術的認同和整合，這使得唐宋之際道教修煉方術由外丹向內丹的轉型特徵在陳景元身上表現得非常明顯。[21]

隋思喜提出了陳景元心性論也認為陳景元思想的心性論源於陳摶派的。但是指出「陳摶學派在心性論上主張清虛恬淡，守靜除欲的基本觀點」不夠，因為多數中國古代聖賢也主張清虛恬淡，守靜除欲的基本觀點。這不是一個很顯然的特點。不過因為歷史的關係，不能不說陳景元的心性論不源於陳摶派，甚至張無夢是他的生命導師，而不像現代的老師與學生的關係。所以本文也讚稱隋思喜的觀點，並多闡述陳景元的丹道心性思想內涵。

第二節、心靈

一、心為靈府與靈臺

陳景元在《老子》第一章的第一句，提出「靈府」，表示「靈」字在陳景元思維的重要性。本文描述陳景元之靈範疇以及靈之府與臺之意涵：

> 道，可道，非常道。

[19]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 77。
[20]同本文頁 82 所述。
[21]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 339。

> 夫道者，杳然難言，非心口所能辯。故心困焉，不能知。口闢焉，不能議。在人靈府自悟爾，謂之無為自然。[22]

人要在「靈府」頓悟到自己的本然，或我們的身軀的由來及作用，身軀的由來是由於衍生天地之能量，身體的作用是在循環代謝天地能量。自悟是頓悟身軀在自然當中的關係，萬物的根源來自道，便自己、自我不突出而人能「無為」，並能依照著自然之然。是故悟自在靈府，是在頓悟性之根本，如此自然的全體，便隨著這個本體就是「自」然無為。

心靈在陳景元思維是分成為靈府與靈臺：

> 靈府，靈臺皆心也。真君，處于內謂之府，真宰游於上謂之臺。不見其誠己而發謂，不自照其內而外馳也。[23]

雖然陳景元說「靈府，靈臺皆心也。」，但兩者不能混為一談，還是要區分靈府與靈臺為心的兩個部分。以及「真君」或性(真君等於性，以下會解)與靈府靈臺放一起討論，為陳景元的心性思想的內容。元氣，則是萬物由生之根源之氣藏於靈府。此是形容宇宙生成能量聚集於心靈。心靈是身軀之控制端，身軀之各部分之運作根源由於心，便心之能量是由元氣而生成之。生成之後，腦袋四肢皆能運作，此為我們身體與大自然的元本氣合一之謂。真君或性是天地交錯而自察之「規劃」，身心的形成是照著自然的「規劃」而生成物質之呈現。靈臺是人心對於外界感受之心。如果其心過度享受外界的感受，會滯留於環境的變化。而失去體會「一」的狀態。陳景元說的：「己」是吾人形體及思維上自我所認知的個性。「自」是身軀生成之能量動於物質之謂。是故要「誠己」：「不見其誠己而發謂，不自照其內而外馳也。」要能夠體會「己」是在運行「自」，兩者皆是生命能量。

能夠自悟則能體會「己」與物之根本能量合一，便沒有自己與物隔膜，故達到「無我」而能體會自然之道。

> 昔者，往古也。一者，元氣也。元氣為大道之子。。。上下無常，古今不二，故曰一也。藏乎心內則曰靈府，升之心上則曰靈臺，寂然不動則謂之真君，制御形軀則謂之真宰，卷之則隱入毫竅，舒之則充塞太空。[24]

陳景元解釋靈為心靈之府與臺，真君(性以下會解)就是身心變化運作者之本，身軀成性之理為物質。真君施心靈之作息之身軀控制端，控制身軀之生命能量及成長。真君就是寂靜之能量，是由其能量之氣身軀運作，真宰是其能量動作於身軀，因此言：「寂然不動則謂之真君，制御形軀則謂之真宰」所以「真君，處于內謂之府」是其能量處於靈府而為其身心之根元之氣，「真宰游於上謂之臺」真宰是其元氣動於身軀而成其根本。兩者皆是元氣之流動，而人如果能修掉自留滯於己，就能誠己而放心便隨著元氣之運行。因此不能傷身也不能享受外界的感受因此言：「卷之則隱入毫竅，舒

---

[22]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

[23]宋，陳景元：《南華真經章句音義》(台北：臺灣商務，1983 年)，卷 11，頁 66。

[24]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷六，頁 61。

之則充塞太空」結論陳景元修煉工夫是在修煉性命，並需要不偏不移內心之思維與感官之感受而隨著元氣之流動，如此則能至虛空心靈身軀。

陳景元在下闡述虛靈府言：

> 魯哀公問於仲尼曰：衛有惡人焉，曰哀駘它。丈夫與之處者，思而不能去。婦人見之，請於父母曰：與人為妻，寧為夫子妾者，數十而未止也。未嘗有聞其唱者也，常和人而已矣。無君人之位，以濟乎人之死，無聚祿以望人之腹。又以惡駭天下，和而不唱，知不出乎四域，且而雌雄合乎前，是必有異乎人者也。寡人召而觀之，果以惡駭天下。與寡人處，不至以月數，而寡人有意乎其為人也；不至乎期年，而寡人信之。國無宰，而寡人傳國焉。悶然而後應，氾而若辭。寡人醜乎，卒授之國。無幾何也，去寡人而行，寡人卹焉若有亡也，若無與樂是國也。是何人者也？仲尼曰：丘也嘗使於楚矣，適見豚子食於其死母者，少焉胸若皆棄之而走。不見己焉爾，不得類焉爾。所愛其母者，非愛其形者也，愛使其形者也。戰而死者，其人之葬也不以霎資；刖者之屨，無為愛之；皆無其本矣。為天子之諸御，不爪剪，不穿耳；取妻者止於外，不得復使。形全猶足以為爾，而況全德之人乎？今哀胎它未言而信，無功而親，使人授己國，唯恐其不受也，是必才全而德不形者也。哀公曰：何謂才全？仲尼曰：死生、存亡、窮達、貧富、賢與不肖、毀譽、飢渴、寒暑，是事之變，命之行也；日夜相代乎前，而知不能規乎其始者也。故不足以滑和，不可入於靈府。使之和豫通，而不失於兌；使日夜無卻而與物為春，是接而生時乎心者也。是之謂才全。何謂德不形？曰：平者，水停之盛也。其可以為法也，內保之而外不蕩也。德者，成和之脩也。德不形者，物不能離也。一及公異日以告閔子曰：始也吾以南面而君天下，執民之紀而憂其死，吾自以為至通矣。今聞至人之言，恐吾無其實，輕用吾身而亡吾國，吾與孔丘非君臣也，德友而已矣。
>
> 碧虛註：權勢聚祿，可以活人，故眾歸之。今匹夫而眾歸者，以德為丘也。己，性也，生則己類，死則失類，豚母亡其己性，豚子失其己類，故棄而走，喻哀公鮮德而至人遠之也。嬰以旌武，屨以飾足，戰死、刖足皆忘其本，飾安用哉？死生至寒暑十六目，是為塵網，凡涉世者，莫能逃，委之天命，是日德充。然猶為方內之士，彼遊方之外者，修然縣解，入於大妙。故仲尼得以忘言，哀公絕其所問也。炎涼事變，晨夕不停，雖巧歷規度，莫定乎前，誰復計其終乎？靈府既虛，自然和理，閑豫通達，不滯常有，兌悅之懷，虛妙之心，未嘗間斷也。春氣茂養，同聖賢育物之心。水停之盛，為大匠之所取法。德在內則成身，施於外則和物。成和之理，非脩莫就也。執民之紀而憂其死，未能芻狗萬物。忘國則身富，忘勢則德充矣。[25]

陳景元描述靈府「虛」之含意，心靈如果虛空則能合乎理，其理便是有與無微妙同一之理則。陳景元把人的解釋為兩個部分，一個是自、一個是己。「自」是變化的理則，「己」是這「自」生成地獨特生命體的「本性」。因此陳景元說：「己，性也，生則己類，死則失類」。所以「自」為「本」，「己」為末，「自」為主，「己」為

[25]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 12，頁 707。

彼此相從的體用關係。所以要修煉身心，讓「自」之理則流通於「己」，體會道之體用妙一的境界，則通達一切。因此陳景元則言：「靈府既虛，閑豫通達，不滯常有」，「虛空」之心靈指不留滯於靈臺對外界感受。「常有」是外物的變化。虛指心沒有偏心則不執著，而「己」的需求不會留滯「自」之理，而能通於兩者之同一：「兌悅之懷，虛妙之心，未嘗間斷也」「兌悅之懷」是「己」感受上的心——靈臺，「虛妙之心」是「自」之化成一切的理。兩者都是由於神化元氣而生成的，因此「未嘗間斷」。相對來說，如「自」不通達於「自己」，人不能完善地順著變化，因此言：「有鑒則知止，知止則不辱。怨恩等八者，名實之所係。名當其實，則器不濫矣。逆變則塞，塞則名實虧。名正則實正，或矯而為之，是靈府之不通也。[26]」陳景元解釋「鑒」言：「不滯於常，物來斯應，鑒物斯廣，不伐應用之心[27]」是常心不生而靈臺能夠世交而不執著，則靈臺不阻礙氣之運行，便氣不缺而人能釋放心思維。如果靈府不空虛而生思維——不寂靜，造成偏於固執之「常心」。有「常心」之限縮而氣不能充滿，不能順著事物及物之來往，造成滯。有滯就「逆變則塞，塞則名實虧。」，違逆變化就是違背「自」之成長，造成身體氣之耗用——無法通靈府中之能量。

隋思喜解釋陳景元對於思維與悟之想法言：

> 其一，陳景元以「悟」道為究竟解脫之途，將「學」看做「漸修」之過程，「學知」的前提是以無知之知的「天理」為指導原則。他說：「欲得智慧明白四達天下者，先須收視反聽，常守無知，即是明白四達之原」，認為只有這樣才能實現認識論的最高境界：「若夫能忘其視聽、冥其循搏，混一都無，則至矣盡矣，不可以加矣。」漸學之過程雖能實現「日益明達」，但卻不是真正的「知道」，真正的知道要「遣照坐忘」而「體合自然」因此蘊涵丕能以「分別心」認識「道」的思想，所以道由心悟的思想躍然於字裡行間之中，而且也隱含著漸修成頓悟的思想。如他說：「學道雖有序，其要在乎獨化論程則九年而悟，不出乎旦暮耳」需要指出的是，雖然陳景元從解脫究竟的角度區分了「學知」與「悟知」的究竟性問題，但並未因非究竟性的認知「道」便否定學知的價值和作用，而是把它看做實現「悟知」之後必要經歷的應用的階段和過程，這是陳景元「從體起用，可道漸分」思想的進一步發揮。[28]

在此能看出本文及隋思喜之主張異同，那麼「學知」之前提為無知之知同於本文的思想，而是由於無知之知則能夠冥於天理，也是一切變化之原則。「欲」是「欲者，遂境生心。妙者，要又微之極也。」[29]欲則是應變變化之心，而陳景元強調要首先透過修煉，才能夠完善的應變變化，如此心之欲能夠遂境而不生心思——「無知」，換言之，不透過意識上的認知或思維感應變化，心則不會生思維，而心能夠通達一切變化。此變化則是由於元氣神變透過天之氣與地化合而成名相之理。因此如果心能夠虛或不生思維，此遂境之感應心或靈臺不會造動而妄想(生思維)，則「若夫能忘其視

---

[26]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 46，頁 110。

[27]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 5，頁 55。

[28]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 272-273。

[29]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

聽、冥其循搏也」[30]，使身心通元氣之神變的天理，而能夠冥一一切變化，指不能用知識認識道——不能用「分別心」來認知「道」，此則是學道之過程不等於「學知」。

陳景元提出的論點則是：

> 為道日損。
>
> 夫道因為學日益，既益即損，而知子守母復初歸根也。復初歸根，先去智原，乘要執本日損，云為漸入虛妙也。[31]

道就是修煉身心依循之法則，及學習的原則。而是因為學習有道，它的「利益」或作用是在逐漸損失身心的阻礙。如此便為逐漸地修煉身心，使彼此互相進步而不受元氣之神成為身心的阻礙。如此智之原本(因身心耗用而氣不足)之氣足夠，所以心不分散為分別心，此過程是逐漸成道之性命雙修的丹道。所以學道不等於學知，而是身心能用道，道是通一切之總體的意思，因此學道有序指人經過修煉之時逐漸的過程，照著道的次序逐漸的移除自己的阻礙，因此「若夫能忘其視聽、冥其循搏，混一都無，則至矣盡矣，不可以加矣。」則是失去智原而不在加上自我的。

隋思喜再言：

> 其二，陳景元從「學」、「悟」並重的立場出發，提出了「悟常道」與「用常道」的體用一貫之說，所以在認識論上又分出「體道」與「用道」兩條思路。其中，「體道」即是「大道由心」的悟道過程，這樣，知識論上的認知過程也就轉化為內在的精神性的心性修養過程，「用道」即是「治身理國」的實踐過程，從而將所認知的知識轉化為指導具體實踐的基本原則。基於心性解脫與經世治國的雙重追求，陳景元提出了既要「自知」又要「知人」的觀點。他說：「夫知人者智，自知者明，不知人則無以通利害而處人間，不自知則無以知天命而冥自然。」[32]

如此為目前學者的觀點，而此正是與本文的主張有異同之處。陳景元有治身與治國之法，但是治身就在「失去智原」，指喪失思維的原因，如此能夠「冥其循搏，混一都無」，則是身心通神氣而能夠冥一一切循序之廣博之生生不息變化，是道神化為一切名相的意思。所以以上的見解沒有錯，是自知與知人之區分是個人修煉兩個過程，而知人是與世交的意味。因此本文會多闡述此論點，解釋為何可不用學知去應變世俗而知人，為何兩者到底是涵蓋於自知。是去知人不以認知上的思維，而是以天理去應變世俗的變化，如此能夠通利害。利害則是知道如何應變當下環境的道理，故不被傷害。此皆由於修煉身心，而心不生思維，而不是一個意識上的認知。此就是涉及到靈臺上的阻礙，且無思無慮，而本文章探討此兩點，且用丹道之身性雙修之原則，解釋如何能夠無思無慮而適於世俗。

---

[31]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 74。

[32]隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 272-273。

二、修煉靈臺之障礙

靈臺是創生能量通過內心對外界之感受，如果性不靜，靈臺之升心會留滯在「自己」對外界的欲求，便耗用氣至命結了。陳景元丹道修煉工夫目的，是使身心能夠不過度耗氣而傷身，如此氣能流通而達到「神」，而工夫在維持性靜之狀態，修煉靈臺到不執著於外界的境界。因此陳景元認為不能以心上的思維邏輯了解萬物，反而要修煉性命，使性靜便不生思維，則不執著在靈臺透過五官對於外界的感受，而直接覺於自之本然、自然。

陳景元在以下說明此點：

> 東野稷以御見莊公，進退中繩，左右旋中規。莊公以為文弗過也，使之鈞百而反。顏闔遇之，入見曰：稷之馬將敗。公密而不應。少焉，果敗而反。公曰：子何以知之？曰：其馬力竭矣，而猶求焉，故日敗。工捶旋而蓋規矩，指與物化而不以心稽，故其靈臺一而不栓。忘足，屨之適也；忘要，帶之適也；知忘是非，心之適也；不內變，不外從，事會之適也。始乎適而未嘗不適者，忘適之適也。
>
> 碧虛註：御中規繩，如組織文繡使之回還如鈞，百往百反皆復故迸也，韓嬰日舜工於使人，造父工於使馬，不窮其民，故無逸民，不窮其馬，故無逸馬。馬之蹶敗，由策御之過分；民之知竭，由政教之苛察。故達命者，不務知之所無奈何也。工唾之應物無滯而性不雜者，指與物化也。心無稽留，故其靈臺一而不極也。忘足忘腰，末也。心忘是非，則本亦忘矣，況於末乎？內外在我，所遇皆然，自適而常適，乃無適之適，工捶之妙亦猶是也。[33]

「達命」是在「誠己」，形容在性分後覺悟兩氣之同一之本性。也可說是體會身心皆是通變化的理則。因為思維之認知是由於「己」，自己之心思發展而氣流衰敗，造成神分散而耗氣，因此思維透過靈臺感應世界，僅會造成留滯而生命之衰敗，因此言：「故達命者，不務知之所無奈何也。工唾之應物無滯而性不雜者，指與物化也。」心不生而能不滯於靈臺而性不會「雜」，雜的意思是留滯於外界而性成思維，不分就能「誠己」、「達命」，能夠照體會變化之理。此為形容靈臺如果「無稽留」——入世而不留滯於變化，靈臺能夠透過五官感受外界而不落實於分心之兩極。也是能夠動於世俗而仍自照。「靈臺一而不極」的極指心比對成的「是非」價值觀。如果人心思執著在「是非」，會有偏心，所以感受外界時候，會接受一半而已，若僅接受一半，則無法通達一切。因此要忘掉「是非之心」而直接覺悟變化之理，歸於自己的根本——「自」，而能「內外在我，所遇皆然，自適而常適，乃無適之適，工捶之妙亦猶是也。」忘掉「是非心」分析外界的障礙，則不執著在「名」，而合乎自然無常的變化。

在陳景元思想脈絡，如此是「成性」於身心之謂，如陳景元以下的解釋「成性」：

---

[33]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 59，頁 199。

備物以將形，藏不虞以生心，敬中以達彼，若是而萬惡至者，皆天也，而非人也，不足以滑成，不可內於靈臺，靈臺者有持，而不知其所持，而不可持者也。不見其誠己而發，每發而不當，業入而不舍，每更為失。為不善乎顯明之中者，人得而誅之；為不善乎幽間之中者，鬼得而誅之。明乎人，明乎鬼者，然後能獨行。券內者，行乎元名；券外者，志乎期費。行乎元名，唯庸有光；志乎期費者，唯賈人也，人見其跂，猶之魁然。與物窮者，物入焉；與物且者，其身之不能容，焉能容人？不能容人者元親，元親者盡人。兵莫僭于志，糢鄒為下；寇莫大於陰陽，元所逃於天地之間。非陰陽賊之，心則使之也。

碧虛註：賢愚之性莫移，為備物。進退之儀有漸，為將形。括囊不安之意，以生應物之心，內自恭肅，外弗見侮。元為而禍臨者，天命也；有繫而獲罪者，人事也。處息而不憂者，靈臺不桎，成性不虧也。有持則真性存，不知其所持元主也；不可持者，隨其成心而師之。不誠己，則所發皆妄，道業難入，更致重失也。[34]

性是天地之氣交錯而成形之理，性、真君存於靈府而養成於身軀。而靈臺是透過身軀五官與外界接觸，若因接觸而留滯於外界的感受，生命的能量就會廢於外，而身體會開始耗氣，此為自然身心之變化過程。那麼靈臺與世交而有所滯留就造成「桎」。「桎」是阻礙的意思，是靈臺感受外界而留滯於感受，便阻礙中和之氣之流通於身心，便身體開始耗氣。所以靈臺不桎性之生命能量能夠不虧、能通於靈府靈臺及身軀，則吾能「處息而不憂」——放心，讓元氣——神氣通於身心自化，如此性能完成，而不會被意識間斷。因此陳景元修煉工夫是要「廓其靈臺」，因此言：

迎之不見其首，隨之不見其後。

夫道先乎天地，長於上古，湛然何來，莫知其始，故迎之不見其首。而又終古不息，後乎億劫，寂爾常存，莫知其終，故隨之不見其後。此使人廓其靈臺，而法其道體也。[35]

是人如果能寬闊其靈臺，透過修煉工夫之性命雙修，使其性不卡在靈臺與外界之感受而能效法「自」，自也是其道體，是萬物生成之道體。便放心、忘心與形之間斷，而吾就能合乎道體之「一」化於己及萬化。

第三節、思慮

一、神變化為思維

神是道之作用，而在以下陳景元描述神與思維之關係：

[34]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 72，293。

[35]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 2，頁 27。

未知牝牡之合而朘作，精之至。

朘者，赤子之命源也。赤子情欲未萌陽德自動者，真精之氣運行之所至也。以況至人虛心無情，氣運自動，而諸欲莫幹也。朘作，古本為全作。王弼曰：作，長也。無物以損其身，故能全長也。《上清洞真品》曰：人之生也。稟天地之氣為神為形，受元一之氣為液為精，天氣減耗，神將散矣。地氣減耗，形將病矣。元氣減耗，命將竭矣。故帝一迴元之道，泝流百脈，上補泥丸，腦實則神全，神全則形全。形全者百關調於內，邪氣亡於外，髓凝為骨，腸化為筋，純粹不雜，長生可致矣。[36]

陳景元認為人嬰兒之時性命穩定，和能充滿於體內，便精氣能神，如此是因為「赤子情欲未萌陽德自動者」欲是「生心」的意味，嬰兒未能生心因此「真精之氣運行之所至也」，真精之氣是和之氣能運行於身軀，這樣氣及形不缺而神不分為思維。氣缺而生心(有欲)是人自然的發展，這發展就是死亡的源頭，是因為神分為思維——生心身軀耗氣，而身體逐漸的老化至死。因此要虛心，便六情不會傷害身軀而老化身體。因此言：「以況至人虛心無情，氣運自動，而諸欲莫幹也。」使心靈能夠不留滯於外界，就不會耗氣，不耗氣而和氣能夠流通於身軀，如此「欲」不會生念頭，也就是精氣有神的意思。不透過身心修煉虛心，則會順著自然之道至老病死過程。「人之生也。稟天地之氣為神為形，受元一之氣為液為精，天氣減耗，神將散矣。地氣減耗，形將病矣。元氣減耗，命將竭矣。」人生命過程就是如此，天地之理交錯成神成形。神與形總稱為性，性是天地交錯而考察理，神則順著其理而成形之。神自然的發展是由生致死，生死就是天地之氣分解及解合，因此神「天氣減耗，神將散矣」，是因為自然之發展人身開始耗用天之氣，造成神散，神散是生心思的意思，思維耗用身軀之氣，便地氣耗用，耗用而形成病。形成病而元氣耗用，盡用元氣就等於死亡，此就是自然老死病之過程。神就是心之功能及施者，為了避免散神，人要透過修煉煉形，養神而定性。因此陳景元言：「故帝一迴元之道，泝流百脈，上補泥丸，腦實則神全，神全則形全。形全者百關調於內，邪氣亡於外，髓凝為骨，腸化為筋，純粹不雜，長生可致矣。」至人虛心靈而和氣能流動於身心，如此腦袋能充滿天之氣而不缺，不缺氣而神不散即充實，神不散而充實則形能夠保全。保全的好處就是飲食皆能完善的代謝，骨髓不抽而骨頭不衰，飲食能完善分解而養韌帶。這就是氣流純粹，純粹就是順暢順通的意思，因此身體能夠拉長，使身軀的分解減速。因此陳景元言：「工唾之應物無滯而性不雜者，指與物化也。心無稽留，故其靈臺一而不極也。」上述一致，人與世界互動而心不留滯在對外的欲求，如此思維不滯留性，而性能靜，靈臺則就不會分散於思維之極端，如此神全而形體亦全，則可養生。

陳景元說明「神」會為心之主說：

谷神不死，是謂玄牝。

夫大人以太虛為空谷，以造化為至神，空谷、至神乃道之體用，豈有死乎。不死之理既甚深冥，又能母養，故曰玄牝。或谷喻天地，神喻大道。今說者以山

[36]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

谷響應為喻，不其小哉。且人能懷豁無方，法太虛之廣，存任神真，資造化之靈，自然形與道合，何死之謂乎。如是，則冥然茂養，物受其賜，故曰玄牝。河上公《章句》：谷音育，訓養也。人能養神則不死。神謂五藏之神，肝藏魂，肺藏魄，心藏神，腎藏精，脾藏志。人能清靜虛空，以養其神，不為諸欲所染，使形完神全，故不死也。若觸情耽滯，為諸境所亂，使形殘神去，何道之可存哉。[37]

那麼身軀是由於神化氣組成，而神主要儲存於心，因此「心」之神是「神」。養神是在修煉五藏之神，使心之神能通達於身軀，使體內能夠養神而使其神全，也就是使神不散，而氣維持和氣，而和氣養身軀，如此身心能夠合於大道之變化，也就是性與形能夠一。是在其養神之下，人能夠使氣通於身心而達到和諧。

那麼失去神即會耗用氣而造成生活上的困苦，甚至加速身心之衰敗：

無狎其所居

古本作狎，習也。所居謂所處也。言畏慎之人，凡居處當擇善鄰，無習惡友，清淨自守，卑退自持，災禍莫干，形全神王，斯畏慎之深也。開元御本作狹者，謂寬其所居之處，不可強梁自處，在乎和光容衆，不逢於物也。舊說曰神所居者心也。人當忘情去欲，寬柔其懷，使靈府閑豫，神棲於心，身乃存也。[38]

畏慎之人描述一個能夠尊敬天地之法的人，不依著惡性之習性做事，就是不執著在身軀慾望之傾向，而能夠很明白的如何「清淨自守」，清淨自守的意思是身心清淨而不執著於外界，就是不會被個人習性之影響而受阻礙，因此能夠清淨而守能量自然運行之狀態。不妄作及執著於個性之習性，因此不阻礙就是：「卑退自持，災禍莫干」的意思，因為如此神能量流通於身軀並成於形體，因此言：「形全神王」。形全神王是養神煉形之目的，是最尊敬天道之方法，因為其身心皆是由於天地而生之，並尊敬其身軀等於尊敬天地，是：「斯畏慎之深也。」是謹慎之敬畏天地理及生理之法，不在外形及內心違背其法，不違背而神不被阻礙而形能全其神，如此成道之謂。因此亦言「謂寬其所居之處，不可強梁自處，在乎和光容衆，不逢於物也。舊說曰神所居者心也。」不可感染自處，自處就是身軀之意思，自之生命能量源於天，因此陳景元以光為喻，喻光之和氣能包容眾物，而是由於光和萬理形成。身軀就是其萬理之一，是光和與地之氣化合而成形體，其就是我們生命能量的源頭，而其能量就是儲存於心，心則控制身軀。人之行為及身心狀態要清淨而能夠通其「光和」，其就是天理在身心，這就是敬畏天地於其身之謂。和光之理而如天包容大第一樣而包容衆生。不違背物質之天性，不違背天理。為了做到如此的境界，人要修煉身心致神王形全而思維不生，思維不生而慾望不衍生，因為慾望就是由於思維，因此言：「舊說曰神所居者心也。人當忘情去欲，寬柔其懷，使靈府閑豫，神棲於心，身乃存也。」神指道之作用，是運行萬物的循環，因此處於心靈，這就是萬物衍生的根本，而如果人忘情去欲，也就是要能夠養神煉形到神不散而念頭不生，能夠寬闊柔軟其觀懷，不執著於自己的習性

[37]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[38]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 9，頁 105-106。

而使靈府能夠悠閑逸豫，是心靈能夠不阻礙能量之運行，則神能夠棲止於心而不廢於外，而能夠養生。

陳景元描述神與變化的關係說：

> 惚兮恍，其中有象，恍兮惚，其中有物。
>
> 象者，氣象。物者，神物，即莊子之所謂真君，今之所謂性者也。夫道，恍惚不定，謂其無邪?惚然自無形之中，悅爾變其氣象，將為萬物之朕兆也。謂其有邪?恍然自有象之初，惚爾而化歸於無有也。然而至無之中，有神物焉。神物者，陰陽不測，妙萬物以為言者也。千變萬化，無所窮極，經營天地，造化陰陽，因氣立質，而為萬類，治身治國，鍊粗入妙，未有不由神物者也。[39]

萬象皆是陰陽二氣的現象。是天地之氣化合而成物體，物體就是氣之神變，或陰陽不測的結合為個物體，而神化「理」為物質就是神物，也是陰陽交錯而察性。是在陰陽化合之神變中有物質之個性衍在其中。神變氣之過程就是個「恍惚不定」的「無常」自然法則，如此道。那麼「無」就是「惚然自無形之中，悅爾變其氣象，將為萬物之朕兆也。」就是神施氣象的變化，拖氣循環之理。「有」是「恍然自有象之初，惚爾而化歸於無有也。然而至無之中，有神物焉。」是無拖氣之化合而察性之物，是氣化合而考察各物之個性而由其初始物質之形體衍生。生就是氣之結合，死就是氣之分解而持續化為下個生命體。是同時有物及無物，皆是在道之「恍惚不定」之無常變化循環之中。神物或性就是神變氣為物體，而形成性為各物的個性。因此言：「神物者，陰陽不測，妙萬物以為言者也。千變萬化，無所窮極，經營天地，造化陰陽，因氣立質，而為萬類，治身治國，鍊粗入妙，未有不由神物者也。」(性等於「神物」)性便是形體之原本，而形是照性而成之，「神化」陰陽為物質(神物)之名(言)的生命形體。皆是生生不息之衍生天地交錯之理，其理造化化合陰陽而察性，性就是陰陽不測之化合，而從其氣化合之理物質建立而成各物之萬物類別。如此身心及國家由來之根源，人要養神養氣煉形而使自然之性成於形體，如此就能入萬物妙合之總體，同時成道而體會一切。

二、思維產生之原因

陳景元在以下描述為何人產生思維：

> 無獸其所生。
>
> 獸，惡也。道所生形，故曰所生。夫人不可獸惡其道，當服勤尊仰，畏道畏天，則可永保元吉。若縱其欲，獸道慢德，禍不旋踵矣。舊說身所生者神也。人由神而生，所生謂神也。神明託虛好靜，人能洗心息慮，神自歸之。若嗜欲

[39]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 3，頁 37。

黷神，營為滑性，則神氣散越而生亡。故勸令無馱所生之神，以存長久之道也。[40]

修煉身心等於逆著身心自然成長病死的發展，人若不修煉身心就是順著自然生成。生成之道可說是在「化死」，人神氣養成形，靈臺是在形體上五官與外界之感受，人性就會自然而然之享受及著於外界，執著於外在之享受而心會耗天之氣，氣耗越多思慮越多，而彼此互相消耗，最後生病至死，這就是自然生成之必然，但是如果有逆成自然，就能夠免病而長壽。如果人用思慮認識宇宙，僅會造成惡，惡是等於人不恭敬天地及本身之形體。陳景元用其詞註解「無獸所生」，是因為是人的獸性，人的自然性質不恭敬身心天地，而享受靈臺透五官感受之樂悲。因此言：「馱，惡也。道所生形，故曰所生。夫人不可馱惡其道，當服勤尊仰，畏道畏天，則可永保元吉。」就是人要在其道，人要在天下之各方面懂得尊敬天地。尊敬天地就是在尊敬自己之形體，因為形體就是由於天地而生之，甚至身軀不脫離天地之理，尤其是衍伸其理則，因此人要即時即刻敬畏天地之勤勞之服務萬物及尊仰天理於其身心及社會等，就是敬畏天地，不照著自己的慾望而養身心，如此永保吉祥之方法。因此：「若縱其欲，馱道慢德，禍不旋踵矣。」對於慾望及動物之本性陳景元亦言：「動物則畏死而趣生，植物則背寒而向暖，物之皮質，周包於外，皮質陰氣之所結，故日負陰。」。那麼人類也是動物，因此有其畏死趣生之心，是因為人畏懼死亡才會執著在「生」，執著在生就是我們慾望的宗旨，是天下肉弱強食之基本原則。死亡則是變化而已，人如果能夠看穿變化在其身，就不會畏懼死，不畏懼死就不會執著於生，就不會追求放縱生活上的娛樂與執著於思維念頭想要的慾望。因此陳景元又言：「目貴其生者，謂身欲安逸，口欲厚味，形欲美服，目欲好色，耳欲音聲，若不得，則大憂以懼，以至乎過責分外而輕入死地也。」是五官以生為貴，生就是靈臺透過五官之享受，享受是因為不想面對恐懼，而想躲於「安逸」之地，但是如果享受著生活，神會廢於外而生病至死，此就是大憂之根源，此根源就是恐懼。不能戒恐懼而躲於五官享受之安，身心會衰敗而人生就會是痛苦之，就會入病死之地，如此人自然不尊敬天地獸性之性質。那麼「趣生」為不尊敬天地之死地，而陳景元言：「人由神而生，所生謂神也。神明託虛好靜，人能洗心息慮，神自歸之。」神是道之作用，則是變化身心，心為身之主，而神為心之主。人如果不動心——「息慮」，心不留滯神，則歸於自然之狀態。相對來說，思維若更執著，會增加身體衰敗之速，因此言：「若嗜欲黷神，營為滑性，則神氣散越而生亡」，造成脫離生死之中道，則不能養身，並僅能害身而增加死亡之速。

三、心思妄想而生萬慮

陳景元對於慮之定義言：「不慮以為大樽司馬云樽如酒器，縛之於身，浮於江湖，可以自渡，所謂腰舟也。慮，謀思也。蓬之心郭云蓬生非直達者。向云蓬者短而不暢，曲士之謂也。」慮便是謀思的意思，是因為妄想——思，進而衍生慮之謀思。是留滯於思之妄想念頭，衍生思維之萬分。換言之，慮是「思」衍生的變化，及是神散為思維念頭，而從其念頭生思考之萬變萬慮，而人自然使用「慮」來與外界互動，便造成身、天下等故方面的衰敗增速。因此陳景元言：

[40]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 9，頁 105。

陰陽和則君臣合德，日月明則姦佞莫進，故治道日新，化無凝滯，鬼無靈響，法令不差，慮而知則不妙矣。[41]

人與自然互動之理想，是能夠使人間的一切效法自然，校法自然是在使天下「化而無滯」，就是能夠即時即刻應順自然的變化之日新。日新就是在表示天下無常之意思，而是天地不斷地即時即刻重新衍生更新物。那麼思維妄想，而人生常心之固執，固執就會有留滯，留滯就有常有為而不能隨著無常之日新變化即「慮而知則不妙矣」。因此陳景元又言：

樸散則為器，聖人用之，則為官長，故大制不割。

復於道樸，則渾淪寶冥視聽無得，此乃體冥真理也。若於治道，則當散而為器。河上公曰：萬物之樸散，則為器，用若道，散則為神明，流為日月，分為五行也。夫人真心之散，則為念慮，念慮一動，則百行彰而庶事生。庶事者，村器也。聖人就其材器，因其賢能，而用為百官之元長，故能大制群物，任之自然，而不割傷也。陸希聲曰：於乎大道，廢有仁義，大樸散而為器，聖人能用其器，故可以為群村之帥。夫唯大道不器，故能用此成器，大制不割，故能宰此群物。若未冥於道，而欲用天下之器，見制於物，而欲宰天下之材，吾必見其殆矣[42]

要先說明：真人心散之謂，非是與一般人心生思慮之一致。可知道是如此，因為開頭陳景元就描述真人「復於道樸」，道樸就是回復於心原本和諧之狀態、(也可說是等於赤子全和之狀態)。且下一句言：「渾淪寶冥視聽無得」渾淪就是無分別的意思，便是能冥一內外，而視聽——與外界互動，但不散神而維持虛無之心靈，也就是無得，無得而純一氣能夠順暢流通於身心。就是身心能夠體會一切之根源，便與宇宙之真理合一，因此說「此乃體冥真理也)」。合乎真理是氣能達到自然之狀態，則達到和之氣，便靈臺之升心不會阻礙其流通，因此聖人能以其真理為用，也就是以生性命之能量為用。「夫人真心之散，則為念慮，念慮一動，則百行彰而庶事生。庶事者，村器也。聖人就其材器，因其賢能，而用為百官之元長，故能大制群物，任之自然，而不割傷也。」聖人之靈臺能夠不滯而成性，因此能夠成道，能與自然之流變合一，聖人就是有器量，能夠為「萬物之樸散」之器，而用其身心來治天下，治天下割傷自然的璇還，甚至當百姓要前往之指標。用自然之樸之分散結合之自然理則治天下，使人間比較能有合乎道之可能性，因此言：「萬物之樸散，則為器，用若道，散則為神明，流為日月，分為五行也。」如此人間環境之道能法自然。

[41]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 45，頁 102。

[42]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 4，頁 46。

四、聖人之思慮及其用

陳景元再解釋聖人之思慮言：

> 取天下，常以無事。及其有事，不足以取天下。
>
> 聖賢行道，先修身心，然後及乎天下。上言治身以無為，此言治天下以無事。故聖賢之用心，常慮一物之失所，將欲救弊亂之要，在於取天下人之心。取天下人之心，當以無事為衛，無為為教，無欲為寶，自然俗化清靜，民皆樂推而不厭也。若以有為有事，政煩民勞，重足而立，側自而詆，則百姓望而畏之，何足以取天下人之心哉。[43]

聖賢皆必須先透過性命修煉，修正身心留滯於外之偏愛。修煉身心致使神能不散為思慮，能維持無思無慮之不妄想，便不迷失於百慮之分化，如此體內之氣達到自然之神化，而外行能夠呈現自然之理則：「聖賢行道，先修身心，然後及乎天下。上言治身以無為，此言治天下以無事。」的意思。是聖人身心能通元氣之神變而隨理，因此聖人用心不是在用自「己」之思維邏輯，是用神變之天理來治國，聖人常慮一物之先所，一物之先所是生命能量之變化之名相循環之理則。是聖人因為神於身不分散，神能夠通於身心，神是萬物之根源，因此聖人之心感於萬物根源，所以能夠明白如何調整萬象之理則為能萬善合乎天之理則，使人間符合自然之理則，使民眾比較清楚如何行道：「將欲救弊亂之要，在於取天下人之心。取天下人之心，當以無事為衛，無為為教，無欲為寶，自然俗化清靜，民皆樂推而不厭也。」是聖人之心不執著於慾望，聖人之「欲」之用心，不分為思維而通天理變化(神)之理，是包容大地之心，而用其理則來救亂世，用天下人之核心來救民眾，調整國家環境的情形，體會天變化之理，無自為為教，無欲而不違背自然之理，自然而然之民俗之風氣會化成清淨通自然之道，有道而民眾能夠安，故不厭。是表述人如果活在法自然之道之下，就比較能夠行道，而達到樂。因此陳景元亦言「先賢或以謂無欲者，體道內觀化及群品無所思存，忘其本跡也。有欲者，從本起用施於可道，立教應物，成濟衆務，見物所終了知歸趣，前以約身為說，後以化民為言，修身治國此兩者同。理無不備也。」[44]聖人的「有欲」能慮物之先所，用其「欲」自然而然指導物之變化而不違背天理，如此才是無為。是用著教典來調整人間，但其用照自然之理而用之，使人間能合乎自然之道，使物合乎天地交錯之自然之理，便國家的道法自然。此是用不聖人之「有欲」之「將欲救弊亂之要」之法，如此才是道之圓滿。是天地之能量生我，而我用其能量來救民眾，完成能量的循環代謝。

如此，是聖人之「慮」，而聖人之慮可說是「無思無慮」:

> 諄芒將東之大壑，適遇苑風於東海之濱。苑風曰：子將奚之？曰：將之大壑。曰：奚為焉？曰：夫大壑之為物也，注焉而不滿，酌焉而不竭；吾將遊焉。苑風曰：夫子無意于橫目之民乎？願聞聖治。諄芒曰：聖治乎，官施而不失其

---

[43]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 74-75。

[44]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 8。

宜，拔舉而不失其能，畢見其情事而行其所為，行言自為而天下化，手撓顧指，四方之民莫不俱，至此之謂聖治。願聞德人。曰：德人者，居無思，行無慮，不藏是非美惡。四海之內共利之之為悅，共給之之為安；怊乎若嬰兒之失其母也，儻乎若行而失其道也。財用有餘而不知其所自來，飲食取足而不知其所從，此謂德人之容。願聞神人。曰：上神乘光，與形滅亡，此謂照曠。致命盡情，天地樂而萬事銷亡，萬物復情，此之謂混冥。

碧虛註：大壑，即東海。注不滿，酌不竭，以喻道源無窮。無所宜無所能，不見其情，行所不為者，治之要也。行言自為而天下化，蓋不治者聖治之妙也。無思無慮，用心若鏡，故四海願共利給之。嬰兒失母，所託皆親也。行而失道，所向皆安也。遊心於澹，故物饒而自至。合氣於漠，故腹充而忘知。此有德者之容也。上乘元氣之光，乃無光也；光既無矣，形何有哉？此謂照曠，太虛一體也。得天命則物情盡，樂內忘外，萬物復情，各歸其根，此謂混冥，靜曰復命之謂也。[45]

是故聖人修煉靈府靈臺，使靈府靈臺虛空不滯，元氣之神變能夠順通於身心，而營養夠用到神不散為思維，因此心不生而己不分離自。就是個性之需求不會阻礙天之能量於身心之流通，因此：「無所宜無所能，不見其情，行所不為者，治之要也。行言自為而天下化，蓋不治者聖治之妙也。」聖治之妙法是身心通了神變，通神就是在成性，也就是陰陽之神化為物質之根源，通其根源而能夠「不見其情，行所不為者」，是不留滯在對於物質之名之執著，依照元氣神變之理則而「不為」，就是合乎天理之治法。如此的治法可說是不治：「行言自為而天下化，蓋不治者聖治之妙也。」因為聖者用之方法是以物質的本性使其物體自然而然的變化，所以聖人治之妙在此。有思有慮就沒有辦法通神於身心，不能體用萬物之根源，不能看見天之理於物：「無思無慮，用心若鏡，故四海願共利給之。」神不散為思慮而能如上述所謂「誠己」，自己能通神氣而心如是鏡子一般，能夠自然而然之直覺當下之自然理則，而反射出自然之天理，並隨道的變化。因為：「嬰兒失母，所託皆親也。行而失道，所向皆安也。」一般人無法行而守道，因此會不安，所以會自然而然向有道的人，自然而然往道之方向走。聖人就是當個方向，身心：「遊心於澹」心不生思維而行為無謀慮，能夠維持和諧狀態而：「故物饒而自至。合氣於漠，故腹充而忘知。」身軀之物質之營養夠用了而形能全，而自之生命根源能成於己，能成於己因為物質不阻礙而合於氣流變之理，因此氣能寂靜流順，便身軀能充滿氣之能量，能量不廢於外，而忘思維——放心，如此就能有包容一切之德：「此有德者之容也。」是聖者在身心通元氣，使身心度阻礙元氣之神變而其氣能有神而行為有條理，行為就能自然而然之合乎自然天理。是萬物皆是由於元氣之光指無質之氣，而這氣施有質之物。是在物質出生就是在得一切之能量，充滿能量而樂在其身而不求於外，如此能量能夠完善的代謝而歸根源。如此之狀態就是混冥於元氣神變，氣能夠順暢代謝，則回復性命之元：「上乘元氣之光，乃無光也；光既無矣，形何有哉？此謂照曠，太虛一體也。得天命則物情盡，樂內忘外，萬物復情，各歸其根，此謂混冥，靜曰復命之謂也。」是聖者之心能夠讓天地之氣流於身心，而思維不留滯其運行之神。

思維阻礙其運行因而身軀就會受到傷害：

[45]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 38，頁 51。

揣而銳之，不可長保。

揣，度也。又治也。銳，銛利也。言人但知銛利欲心，而貪趣富貴，殊不知揣度妄情，思治僑恣，禍患之來，不可長保。[46]

欲望是在一個情境當中的思維衍生，是因為留滯於事情的變動有所執著及妄想或「思」，衍生慮之萬慮之思維。是人用思慮來試著去掌握當下，但是不能因為當下皆不斷地在經過。陳景元言：「言人但知銛利欲心，而貪趣富貴，殊不知揣度妄情，思治僑恣，禍患之來，不可長保。」是人的欲心貪取外界的誘惑，並在其追求外貨之中無法達到平衡並妄想外作等，因此無法恣意，造成個人身心的禍患。如此就沒有辦法長久保持氣和諧之流通於身心。沒有和氣之流通而身心無法完善著分解天地之氣，造成身心缺少氣量而氣不能通神成性。如此神分散元氣，而心生思慮，此是靈不虛的意思。接著因為靈不虛，思慮不斷地在禍患，追求外在的誘惑，造成能量枉費於外在之增。

陳景元認為的上德者就不如此，而是由於無思無慮之體會天下：

上德無為，而無以為；

夫有上德者，性受自然之至妙，命得元氣之精微，神貫天地，明並日月，無思無慮，心自無為，忘功忘名跡，無以為用也，謂無用己為而自得也。古本作上德無為而無不為，言上德之人，心既寂默，性亦恬憺，縱心所好，不違自然，任性所為，不逆萬物，故無為而無不為。[47]

上德之聖者，性是天地之理衍發之身本質，如果能通靈臺之感官之心而成性，性能夠不分為陰陽之相對立，而「至妙」。「至妙」就是靈臺感受外界而心不執著於對外的欲求，不執著則心思不破壞氣之流變和諧，因此身心能夠完善之吸收與代謝天地之氣，便身心不缺營養而神能夠不分散為思維，精氣有神之變不測之萬物及天地生成之根，是故內身之神能夠貫通天地，貫通天地的一切能量循環，而能夠隨著陰陽在各個環境的變化，如順著日月的循環。是能夠順著兩邊而不滯是因為自無思無慮，而心不超過「自」，不超過生命的能量於身心及各個環境的流通。放心誠己而忘物質名相便隨著物質之理則，以其理則為用，用來改善調整天下，將生命的能量給天下，不用「己」——獸性之趣生來取天下。是修煉身心致能通和氣而思維不生，是故「己」之慾望不阻礙「自」，而其身能為用來還給天下能量，完成元氣之循環。

是故有而反無，實而歸虛，心無所載，志無所彰，無為如塞，不憂如狂，抱真履素，捐棄聰明，不知為首，空虛為常，則神明極而自然窮矣。動作反身，思慮復神，藏我於無心，載形於無身，不便生者，不以役志，不利天者，不以滑

[46]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 2，頁 18。

[47]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 59。

神，事易而神不變，內流而外不化，覆視反聽，與神推移，上與天道，下與世交，神守不擾，生氣不勞，趣拾屈伸，正得中道。[48]

生是無形之照理察性，氣立體成實現之物體，物體之氣分解後而分解為虛無之氣，通其物體(有)而歸返本體「無」，是「無有」之(神)妙合：「是故有而反無，實而歸虛」。修煉性命致神不散為思維：「心無所載」。神不散為思維就不會有固執志向之志氣發洩「志無所彰」，不會有個性之習性執著而造成與環境衝突，不會因為衝突而產生情緒波動「無為如塞，不憂如狂」心無所載，身心受於天地之氣、因為思維不散氣，並和氣能夠養身心，通過身軀而返還自然之氣循環。就能：「抱真履素，」，靈臺之心能夠不阻礙神流變於身心而不散，便能夠釋放代謝心取用之能量：「捐棄聰明」，而能成性之無有秒和於身心：「不知為首」如此能夠沒有常心固執，而隨著變化的無常：「空虛為常」，就是無思無慮之欲為常心，如此內心之能量之神不廢於外，而能成於性，能顯明於行為上，成萬物根本能量，窮極完成元氣之神變：「則神明極而自然窮矣。」能夠行為而能量不廢於外，而思慮能有神，有神而不分散，即不傷身之營養：「動作反身，思慮復神，藏我於無心，載形於無身」個體個性之志向不凸顯，而形體就為天理之器，而不生個人的思維及自我：「不便生者，不以役志」。就不會欲求外界之誘惑，如此氣流之神和不廢：「不利天者，不以滑神」。不廢、不以滑神因為靈臺與世俗互交而不滯，變身氣能維持全神之狀態，而神氣能流通於身心內：「事易而神不變，內流而外不化」靈臺不執著於五官感受而視聽不阻礙神變，而行為能夠隨著神變動：「覆視反聽，與神推移」。如此能與著天之能量行，而隨著環境當下的情勢：「上與天道，下與世交」。如此神能透過心而不散神「神守不擾」，故不耗氣隨勞用其身：「生氣不勞」，身心城天之神變能量，而行為能衍伸天之理則：「趣拾屈伸」，如此是正中之道：「正得中道」，即時即刻，隨時隨地完善地效法自然。

第四節、小結

心是陳景元身心修煉最主要的對象。也是說，如果能修煉心靈，就能成道。本章將心分為三部分。第一是性，第二是心靈之靈府和靈臺，第三是思慮。

性是由於「無有」陰陽交錯，進而合成萬物。萬物皆無任何重複之處，皆是彰顯地化和天理而形成各種物體的，而各物體的本質就是「性」、或本性。這本性是人身上問題的產生的源頭，所以要透過性命雙修，修煉自我的本性。陳景元修煉之原則是修煉者必須用性之本能來修煉性。也就是用自然之真理讓「性靜」。那麼讓性靜工夫之重點在身心修煉，性靜是目的，性靜而性能成道於其身心。

修心是陳景元修煉的關鍵目的，並要修煉心才能讓性靜而性成於其身並成道。心靈是身體的控制台，所以心對外有所求，就會影響到體內的能量和氣之順暢流變。陳景元以莊子的靈府和靈臺解釋心。靈府可說是內心，而性之本處於內心，因此人在靈府頓悟到自己的本然。靈臺是心透過五官和外界接觸之心，也可說是五官之功能，就是:「靈府，靈臺皆心也。真君，處于內謂之府，真宰游於上謂之臺。不見其誠己而發謂，不自照其內而外馳也。」陳景元認為人要透過身心修煉，使靈臺不留滯於對外的欲求，如此靈府中之真君(性)能回歸自然之狀態，而身心回歸道之本體。

[48]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 3，頁 29-30。

靈臺與外界接觸而人生心就是陳景元「欲」的意思。人有「欲」，而執著對外的欲求，會產生妄想的狀況，這是陳景元「思」的意思。心追求念頭的慾望，就會產生「慮」。「慮」可說是謀思的意思。人使用「慮」來與外界互動，會忽視大道。這是陳景元的身心修煉論，強調透過修心之工夫，修掉慾望上的執著。如此，心之能量不分散蕩亂為思慮，而自我不會突顯。也是說，「無思無慮」，而沒有自為，則能「直覺」一切。

國立政治大學
National Chengchi University

國立政治大學
National Chengchi University

第五章、精——一切的原質

以往學者對於陳景元「精」之解釋，提出兩個主要觀點。隋思喜說：

> 陳摶提出的「煉精化氣，練氣化神」，原則也體現在陳景元提出的「專氣致柔」之術中。按照陳摶的學說，內丹煉養的藥物是由精、氣、神構成的，這是生命的三大基本要素。[1]

陳景元的「精氣神」是照著陳摶的丹道修煉工夫之法，是從陳摶到陳景元傳承下來的內丹道義。

接著，學界關於陳景元「精」的說法僅是：

> 「精」與「神」皆指「精氣」，又將「精神」連用，並將其與「心」聯繫在一起。[2]

以及對於生命的本源狀態的理解如下：

> 嬰兒指的是元氣純和的理想狀態，也是人養氣鍊形所要努力達到的主要目標[3]

隋思喜的見解提出幾個很重要的觀點，一是將「精」與「神」分開，以便解釋陳景元的思想，也較符合陳景元丹道思想脈絡。第二是「精」與「神」及「精氣」有所關聯。第三是養氣鍊形的目的是達到嬰兒狀態中的元氣純和。但是本文不將「精氣」與「精氣神」混為一起，欲說明「精」、「氣」與「神」之間的異同。本章欲藉闡述隋思喜對於嬰兒的學說，進而解釋嬰兒生成過程與陳氏「精氣神」修煉的關係，並了解真精之氣如何為陳景元修煉道的依據。

第一節、「純精」為一切的原質

陳景元思想脈絡中，提及「精」是一切的根源。無論是先天或後天，皆含在「精」的定義之中。本節首先解釋「精」在陳景元宇宙論的學說，說明「精」是一切的根源，而後天的「精」指萬物具體的原質，乃取精隨之義。陳景元解釋關於「道」、「德」、「勢」[4]是物質產生的過程三要素。道是一切變化之理；德是得於道之理則而生成的自然現象；而「勢」則是化成各種物體的趨勢。那麼「精」是這個物體生成的原本，因此陳景元在其註解提到：

> 是以萬物莫不尊道而貴德。

---

[1] 隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都 ：巴蜀書社)，2011 年，11 月)，頁 344。
[2] 隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都 ：巴蜀書社)，2011 年，11 月)，頁 341。
[3] 隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都 ：巴蜀書社)，2011 年，11 月)，頁 341。
[4] 同本文第三章之第一節所述。

夫道降純精而生物之性，德含和氣而養物之形，故萬物無不尊仰於道，而貴重於德也。[5]

道之純精是在形容生命的原質，生命的原質是天與地交錯而成和氣，和氣是道之用，而和氣能養成萬物之形，其物便能順著環境的變化而成為一個獨特的物體。陳景元在開題中陳景元解釋「德」言：「道者德之欽，有道則必有德，德，得也。內得於心，外得於物，得而不喪也，故物得以生，謂之德。[6]」道欽賜於德，而物有德、得於道之理，所以物得於道之純精即形成各種現象。所以道生物之性，而物得於和氣而養成物之形體。性是生成的「規定」[7]，而和氣是形體的本質。

在以下陳景元更清楚地說明純精與物之關係：

道之尊，德之貴，夫莫之爵，而常自然。

爵者，錫命也。公侯伯子男之例是也。世之所以尊貴者，皆因王者爵命故也。而道以純精生物，物共尊之若父。德以和氣養物，物共貴之若母。萬物咸被道德生成之功，而尊貴若父母者，又非假於爵命，而常自然有所攝伏也。[8]

在此陳景元說明精與物質之間的關係，描述道之體如父親。德之氣如母親，父母為性命之根源。性命之生成，乃是物體 自己自然而然之勢，並非「錫命」而來，物質乃受自然所攝伏，並非刻意控制的過程。萬物出世是受環境的情勢順勢而生，此就是道德生成之功，是天之氣與地之質互相交錯，並氣順著其理而成形的不同性質，此都是與當下環境有關係的養育過程。純精與地上的不同形勢會影響物質變化的起伏，而純精就是其起伏影響之源頭，是物質產生之根源。然而在「勢」的發展中，陳景元言：

故道生之畜之，長之育之，成之熟之，養之覆之。

上言道生德畜，此不言德者，以道無不貫而略其文也。夫受其精之謂生，函其氣之謂畜，遂其形之謂長，字其村之謂育，輔其功之謂成，終其時之謂熟，保其和之謂養，護其傷之謂覆。此八者皆大道之元功，峭翹蜎動之物得不尊之貴之乎。[9]

此段表述德與勢能養成物質之形體，精乃是道之發展中的起源。重點是「純精」如何衍生一切，這就是道之全體的描述。第一是「夫受其精之謂生」，地上濁質受於天上清虛之氣，此陰陽交錯就是萬物衍生的開元。再來「函其氣之謂畜」，述氣承載而化萬物之「精」，「精」是順著氣的理則而畜養育成。精為物質之精華，因此道之精是氣的法則，而因有精，形體才會有變化的法則，故是道真正的在法「畜」。再次言：

---

[5]宋，陳景元，《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社），卷 7，頁 77。
[6]宋，陳景元，《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社），開題，頁 3。
[7]同本文第四章之第一節所述。
[8]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 77-78。
[9]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 78。

「遂其形之謂長」，精是形體的精華，而形體是由於道之精而長，以及「字其村之謂育」，情勢養育成長形精在環境中的名及個別性質的發展。再來道透精「輔其功之謂成」，此就是在形容在環境中物質的成長到一定的程度，成長到豐滿之年度，引導直到「終其時之謂熟」。熟就是在物質上的陰陽彼此互相呼應，是物質達到和諧的狀態，因此則言：「保其和之謂養」，保持和諧而道能防護「傷」。因此言「此八者皆大道之元功，峭翹蜨動之物得不尊之貴之乎。」是大道透過精所產生物質的生命，物質則再化成生命的精華。此就是道透過精「峭翹蜨動之物」，而通於宇宙的萬象。

物質是生於道，但是養育於德，表述物質的形體的運作是由於德。也就是物的生成過程由於無物，則說：

> 造物者無物，有形皆自造，而天門亦無有也。蓋有不能生物，所生在於無；動不能化形，所化在乎靜。[10]

造化本身沒有物質，而物之形體呈現造化之理，則生成而自化。天門、或萬物之根本，亦非有物質。所以物質真正的生者並非是物質，而其實是造化。比如動物透過交媾之關係而生成下一代，但是其「生」僅是造物者之用，真正的生者才是無形之變化。所以這物之造物者就是一切的本體，而成長物為其體之用。陳景元在以下解釋此點：

> 天下有始，以為天下母。既得其母，以知其子。
>
> 始，道也，本也，無名也。母，養也，有名也。夫道外包乾坤，內滿宇宙，萬物資之以生，由之以成，所以成者子也，所以生者母也。子者一也，一者沖氣，為道之子。道為真精之體，一為妙物之用，既得道體，以知妙用，體用相須，會歸虛極也。既知其子，復守其母，沒身不殆。既知妙物之用，復守真精之體，體用冥一，應感不窮，然後可以無為無不為，故沒身不殆矣。[11]

道是一切的根源，而「母」得於道而養其理為個形體，則是物的本質。但是陳景元認為物之始涵蓋物的本質，而其本質含有本元。因此陳景元解釋「乾坤」說：「乾坤以簡易為德。簡易者，萬物之宗本。宗本不失，－則人事和；人事和，則天理順而陰宣暢矣！」[12]是無形之道透過乾坤——陰陽之氣衍生萬物，因此不是道本身在衍生，道只是提供物質的根本而已，不過如上述之觀點，道之純精其實是包含一切理之根源，因此它內涵宇宙，而道是透過德養成萬物，是透過一氣以天地彰顯道原本的能量，進而透過天地兩者之間的交錯培養成長萬物。再來陳景元就提出此與本章主題的關係：「道為真精之體，一為妙物之用，既得道體，以知妙用，體用相須，會歸虛極也。」真精是大道與宇宙的關鍵橋梁。道是一切變化的本體，而精是各種物體的根源，而一氣是實成其根源的載體，兩者的本體與用器互相需要，而無名化為有名的非無非有的

---

[10]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 73，頁 297。

[11]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7 頁 78。

[12]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 41，頁 70。

變化理則是「虛極」。就是天理與地之陰與濁質交錯，並順著理形成萬化之個別性質。因此人要透過修煉「事和」，就是精氣神不耗氣，而精氣神能維持和諧的通道，如此天理不被神思間斷，而身軀之物質陰、濁氣能順暢(人事和，則天理順而陰宣暢矣)。此過程的第一步就是在將道體之真精轉化為用，如此體內的氣不會向外求，因為精包含一切的能量。所以修煉者要體內得精子之能量，修煉其能量而用來和合體內之氣，最終使精氣通神之和諧。真精就是物質的精華，而人體的精華就是精，而是由於精與胞才能成形與身軀。那麼是真精與純一之氣兩者彼此需要對方，精是物質生成的能量，但是其能量自己無法產生，因此需要透過氣養成形。而宇宙就是充滿道之能量，因為天地萬物之理取用道體之真精能量而生。我們身體的元氣載命的能量，而其能量就是由於精胞之化合為形體。那麼元氣減耗後，精含有的能量要轉換會下一個生命體，此轉換也就是萬物總體氣質轉換——「虛極」的意思。所以說在人工夫便是物質之名相之生死，僅是氣的轉換而已，並沒有真實存在的永固。因此：「既知妙物之用，復守真精之體，體用冥一，應感不窮，然後可以無為無不為，故沒身不殆矣。」是人要守身軀之精華才能體會達到中和之妙用，覺悟而體會天地之真精，並應變造化的轉化，不留滯物質之名相，便明知精與氣兩者之冥一。在下節中，先描述陳景元對於生命產生之「命門」，再探討此與陳景元性命雙修之關係，尤其當成工夫的主幹。

第二節、精為命之門

上述論述陳景元「純精」與「真精」之概念，描述精為一切的根源，而本章描寫人體生成過程與精之關係，以及其思想。命之起源是神，神是生命發動的變動者，而精是命之門。是精帶有道虛無體的能量，而是從精之能量與女子之胞之化合形體能衍生出來。因此，陳景元言：

> 六藏者，謂腎有兩藏也，其左為腎，右為命門也。命門者謂精神之所含也，男子以藏精，女子以繫胞。其氣與腎通，故言藏有六也。[13]

肉體的「精」即肉體之原質，含有軀體的原質(精)及原質形成身軀的神(道之作用)。腎之兩藏，腎通命的根源，腎主要的「神」是精，精液是身軀的精華，其精華也是腎右邊的命門。命之門是男生的精子和女生的胞，而神是生命體之變化，因此言「命門者謂精神之所含也」。神是道的作用，因此會作用在思維，思維是身軀的控制台。如果這個能量耗用，神會開始分散於思維意識而身軀會開始耗元氣。此分散是自然的生理，而元氣終點間斷，而其名相會分解而化為下一個生命體。那麼精與胞是兩者之交錯是在化合宇宙之純一和諧之氣，而是從此和諧物質之胞胎生。因此赤子：「朘者，赤子之命源也。赤子情欲未萌、陽德自動者，真精之氣運行之所至也。以況至人虛心無情，氣運自動，而諸欲莫幹也。」[14]赤子未有慾望，所以慾望不會影響「真精之氣」。真精之氣是指氣自然的運行，而這也是陳景元修煉的目的。修煉身心到無情，無情是指一個人不因為對外的欲求而動心，如此氣能達到自然而然的運行，體內之氣達到自然的平衡而心欲不會再影響到氣。

---

[13]宋，陳景元：《南華真經章句音義》第 27 冊 (台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 2，頁 9。

[14]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

關於形體與精氣神，陳景元描述形全言：「神全則形全。形全者百關調於內，邪氣亡於外，」能維持順暢的氣，天地之氣不會耗用，是天地的陰陽氣不會產生相對，相對是身體衰敗的其中一個因素。氣的神化通於身心而陰陽會融和為和氣。陳景元所謂「百關」是指體內所有的關節。這和氣運行於身軀所有的關節，養成關節的骨髓等，維持骨頭關節的健康，移除、分解出來邪之氣，及赤子中的「真精之氣運行之所至也」一致，是逆回剛出生之中和，所以在本章註後中亦言：

> 終日號而不嗄，和之至。
>
> 號，啼也。啼極無聲日嗄，又聲嘶也。赤子終日嗥啼，而啞不嘶散者，天和之氣至全也。故真人之息以踵其啦不哇，和氣全也。[15]
>
> 知和曰常，知常日明。
>
> 赤子以和全真，至人知和為貴，故用之為常道，知常不變，守之自明，此含德之厚者也。杜光庭曰：五常備具日和，夫人於身和則德充而合真。[16]

是在赤子之時，人的神思未完全成長，並精氣神能通順，是「天和」的意思，是真人能逆思維對於氣的間斷，踵則是體會到赤子精氣神的氣之和一，但是不會如赤子經過生理的自然發展而失去氣之中和，其中和維持神不廢於外的狀態，而天地之氣之循環不耗，便中和之氣能全。那麼陳景元所謂「赤子以和全真」的意思，是身軀之純精以一之氣結合實成之身軀而呈現赤子的全和，「真人」也是透過「精氣神」的修煉，達通身軀與氣的神變，覺悟身心與一切為一。因此言「至人知和為貴，故用之為常道，知常不變，守之自明，此含德之厚者也」知常不變，是指氣不耗而能覺悟身軀與萬物之純精的結合，此結合是自」，自是吾之本然即「大我」，而至人是能「守之自明」。能守著精氣神的中和，而明瞭自之大我與己之身軀的接合，而此兩者之結合是「含德之厚」的意思。是覺悟道之虛無之純精，並用其身軀體用道，充實道之虛無體於其身軀。因此言：「五常備具日和，夫人於身和則德充而合真。」備具是表述五形與五性等等於身軀的完備，而此完備是由於身軀之和諧。

因此陳景元云：

> 肝木仁也。肺金義也，心火禮也，腎水智也，脾土信也。夫含識之徒，稟生之類，仁義之性，物皆有之，少之與多，自然已定，雖顏孔相去一分，終莫之及，況異於斯者乎。[17]

五常是指孔子所謂的五德，但亦含五臟與五行之旨。因此如果吾能維持精氣能通於中和之氣，並體內的五臟能被養，而五常之德能「充而合真」，如此自然已定之意味。

---

[15]宋，陳景元，《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社），卷 8，頁 82-83。
[16]宋，陳景元，《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社），卷 8，頁 83。
[17]宋，陳景元：《南華真經章句音義》(台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 5，頁 27。

第三節、煉養真精之氣

一、赤子通真精之氣與其修練工夫

命之起源是神，神是生命發動的變動者，而精是命之門。陳景元認為這個原質主要的內容是和氣。至於人具體的「精」，陳景元在以下此點說：

> 未知牝牡之合而朘作，精之至。

> 朘者，赤子之命源也。赤子情欲未萌，陽德自動者，真精之氣運行之所至也。以況至人虛心無情，氣運自動，而諸欲莫幹也。朘作，古本為全作。王弼曰：作，長也。無物以損其身，故能全長也。《上清洞真品》曰：人之生也。稟天地之氣為神為形，受元一之氣為液為精，天氣減耗，神將散矣。地氣減耗，形將病矣。元氣減耗，命將竭矣。故帝一迴元之道，泝流百脈，上補泥丸，腦實則神全，神全則形全。形全者，百關調於內，邪氣亡於外，髓凝為骨，腸化為筋，純粹不雜，長生可致矣。[18]

朘者，說文解字言：「朘，赤子陰也。」是男生殖器，而因男之生殖器含有精子即是命源。人出生之時候，對外的情欲未發展，而在此狀況下，「真精」之氣能夠通暢於身心。陳景元所言：「道為真精之體，一為妙物之用，既得道體，以知妙用，體用相須，會歸虛極也。」亦說「道以純精生物，物共尊之若父。德以和氣養物，物共貴之若母。」在此兩句能發現陳景元論述精之時有提出：純精、真精、真精之體，而以上提出真精之氣。這些範疇可分為體與用——道與德之關係來論述。陳氏認為道為體，而體的主要是萬物生成的根源。德為用，得於道之理而和氣養成物之形體。因為人是萬物之一，我們本身皆有其和氣，而此和氣則是以上所謂「真精之氣」。這是養成形體之氣，並因為赤子為有慾望的障礙，其真精之氣能運行不滯。在此陳景元描述他工夫的目的，是在人的情欲已經發展後，修練身心到能通達這種「真精之氣」之運行順暢。如此是目的，而達成此目的最主要的條件是虛化心理上的「欲」，因此陳氏說「以況至人虛心無情，氣運自動，而諸欲莫幹也。」這種狀況與赤子的狀態很類似，是因為至人「虛心」——修練心到不會執著而造成氣運行留滯，氣即「自動」。所以赤子生於一種陽德——生命的力量，不被情慾阻礙，並能自然而然的運行而養形體。到了人透過修煉之後，心亦不阻礙此運行，則心靈上的欲望皆不干擾其流動，而氣能達到自然之狀態。陳景元再引用《上清洞真品》描述精、液與神之關係，說「人之生也。稟天地之氣為神為形，受元一之氣為液為精，天氣減耗，神將散矣。地氣減耗，形將病矣。元氣減耗，命將竭矣。」所以「神」與形體是由於天地之氣，化萬物的作用，而「精」是形體的精華的基本能量。神是道之作用，因此陳景元說「神者，妙萬物以為言也」及「《陰陽書》曰：地震者，陰氣有餘，臣道失職也。夫神者，靈變也。凡物精通皆有其神，陰陽不測者也。」。所以神是道之作用，是變化道之體為物，而物運行能力由於心，因此神是心靈之變化。所以物之精通神變化之理。所以身心耗損天之氣神散。形體損耗地之氣而得病。身體損失元氣而死亡。所以天地元之氣

[18]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

是身心主要的營養。而如果「虛心無情」身心能夠回歸命門之本元狀態，因此陳景元說：「故帝一迴元之道，泝流百脈，上補泥九，腦實則神全，神全則形全。」所以回歸於元之道，指回歸赤子之狀態——真精之氣運行之至。是用精氣「泝流」順暢百脈中氣之流動。如此能補足「九」之留滯(泥)。從陳景元的原本來看，筆者認為「九」指九藏氣與其神，因為陳景元說：「身別有九藏氣，天地人。天候，頭角之氣。人候，耳目之氣。地候，口齒之氣。三部各有天地人，三三而九，神藏五，形氣四，故曰九[19]」所以補上九藏之氣，使腦實飽滿，則如此九藏之氣能補上，讓其五神能全滿。在此陳景元以不同的說法解釋他原本的論點，則是：「赤子情欲未萌，陽德自動者，真精之氣運行之所至也。以況至人虛心無情，氣運自動，而諸欲莫幹也。」沒有情欲，而氣能回歸自然之流動。而在此情況下，形體會自然而然的自動調整，則說：「形全者，百關調於內，邪氣亡於外，髓凝為骨，腸化為筋，純粹不雜，長生可致矣。」。如此骨髓凝集於骨頭，感善骨頭關節之處，使骨頭之精液(髓)改良骨頭的狀況。原本骨頭內的髓是舍於體內而不動的，慢慢的因為神思分散於外而耗用，成了死亡的根源。陳景元說：「腸化為筋」，筋是指韌帶，而腸化為筋的意思是腸能消化氣而用補助韌帶，加強骨頭及骨頭之間的關節。兩者能加強骨頭及韌帶，改善身軀骨頭之中及骨與骨之前液體之精。骨頭之精液是骨髓，而韌帶是關節的水液。

是故，赤子是人暫時通達真精之自然流動——通真精之體的用。

二、不動心而體會一切之理

陳景元曾說無心是合於道，動心就真水失照：

> 動心則真水失照，慕高則至理有乖。急欲反本，妙道已喪矣！彼無不聰，故知不能符；彼無不明，故視不能偶；彼無不辯，故說不能契。象罔，恍惚也，人無心而合道，道無心而合人，亦強云得之耳。黃帝欺日乃可以得之乎，言實無所得也。[20]

陳景元認為如果動心思維，體內則為失去真水之狀態。真水是氣順暢到和諧，所以如果動心，就會無法合道。所以要修掉心對外的享受。他用「收視反聽」解釋此點說：

> 目徹為明，耳徹為聰，鼻徹為顫，口徹為甘，心徹為知，知徹為德。凡道不欲壅，壅則哽，哽而不止則鈔，珍則衆害生。物之有知者恃息，其不殷，非天之罪。天之穿之，日夜無降，人則顧塞其竇。胞有重閬，心有天遊。室無空虛，則婦姑勃磎；心無天遊，則六鑿相攘。大林丘山之善於人也。亦神者不勝。德溢乎名，名溢乎暴，謀稽乎識，知出乎爭，柴生乎守，官事果乎衆宜，春雨日時，草木怒生，跳耨於是乎始脩，草木之到植者過半而不知其然。
>
> 人能收視反聽，納息漱液，虛中藏用，則六事俱徹，妙極無加。不然，則哽礙騰踐，上下錯亂，諸疾作矣。凡動物有知者，皆恃息而生。其六根壅閼而氣息弱者，由欲惡之孽所致，非天之罪也。元氣貫通萬物人之竅穴，晝夜昇降，與

[19]宋，陳景元：《南華真經章句音義》第 27 冊 (台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 2，頁 9。
[20]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 35，頁 27。

之無窮；乃為嗜欲所窒，空竅結滯，神明何所託哉！身內有丹田、三官、金堂玉室，胞有重閬也。心中有竅，謂之天府，神遊息於其間。室隘則婦姑反戾，心礙則欲惡紛紜。是故茂林為丘山之美，林伐則氣象損；奇才為士人之美，才役則精神耗。[21]

陳景元的丹道工夫是在調整上下陰陽的氣。是人不因為外界動心，能通軀體之元氣而養生。因此，要「人能收視反聽，納息漱液，虛中藏用。」是心不因為外界的感受(視聽)動心，不消耗體內之力量。不則陰陽流變不和諧，造成「上下錯亂」。照著陳摶的說法可知，上下錯亂是指兩丹田之間的氣不順，故陰陽不能達神。所以說：「元氣貫通萬物人之竅穴，晝夜昇降，與之無窮；乃為嗜欲所窒，空竅結滯，神明何所託哉！」其意如果陰陽之氣順於身心，陰陽就能調和而通元氣之神。相對而言，如果動心或「嗜欲」氣留滯於陰陽就無法達到神。是氣需要通於血管，順通於身心及丹田等。可得知上下亂是在說丹天之間的氣，故陳景元說：「身內有丹田、三官、金堂玉室，胞有重閬也。心中有竅，謂之天府，神遊息於其間。」即神運行體內之氣。若人的心不動，神就能順暢地運行氣於體內氣於血氣，而達到精神清明的狀態，不會分散為思維而傷身。如陳景元說的：「室隘則婦姑反戾，心礙則欲惡紛紜。是故茂林為丘山之美，林伐則氣象損；奇才為士人之美，才役則精神耗。」亦如陳摶說的：「從無入有，從有入無，將無質氣，結為陰氣交感是也。大丹無藥，五行真氣是矣！[22]」達到這境界需要透過養神鍊形之修煉，逐漸地虛空心靈，心靈愈不生思慮，愈不阻礙氣的流通，而不破壞陰陽諧調狀態。因此亦言：「神不為事撓，則純。體備純素，非真而何？」如果在一個外境之下，不被外事屈撓，心之注意力不會留滯於名，則能體會純粹素樸的元氣，它是一切根源之氣，這工夫是以元氣為用，而體會一切變化之理的根本即「合道」。

又神之力量不被外事屈撓，不專注於外事而耗氣，能夠維持神氣之和諧，此是身心修煉之養神、鍊形、養氣之目的。如陳景元描述神氣具體的運行：

谷神不死，是謂玄牝。

河上公《章句》：谷音育，訓養也。人能養神則不死。神謂五藏之神，肝藏魂，肺藏魄，心藏神，腎藏精，脾藏志。人能清靜虛空，以養其神，不為諸欲所染，使形完神全，故不死也。若觸情耽滯，為諸境所亂，使形殘神去，何道之可存哉。[23]

在此，陳景元認為人要用造化至神，造化指大道之純精透過元氣不斷變化出來的物質。陳景元不認為神僅比喻大道，因此言「今說者以山谷響應為喻，不其小哉。」神在陳景元的思維脈絡，不只指大道而已，也是大道的變動者，身軀是由於大道衍生。神在施妙有的變不測之變化之理，順著地理形成各種不同的物體。人下一代的衍生，是由於精與胞之化和為身軀，因此在精中含有神之變化能量。所以精氣神此三者皆在

[21]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 89，頁 403。
[22]宋，陳摶：《陰真君還丹歌註〉《正統道藏》第 4 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），第 9，頁 225。
[23]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

演變大道，此三者都存於身軀。人要煉養體內五臟之氣，因此說：「神謂五藏之神，肝藏魂，肺藏魄，心藏神，腎藏精，脾藏志。」那麼煉養　　五臟之氣的主要關鍵是靜心思維，因此陳景元再言：「人能清靜虛空，以養其神，不為諸欲所染，使形完神全，故不死也。若觸情耽滯，為諸境所亂，使形殘神去，何道之可存哉。」「欲」是心生的念頭[24]，「神全」是指五臟之氣能夠順通而達到存道之境。如果人執著於外界的感受(若觸情耽滯)，這會影響到五臟之氣，造成失去氣運行之自然道(為諸境所亂，使形殘神去)。

陳摶也描述此不動心結果，解釋修煉陰陽是人先不動心而能隨著變化，以不識別陰陽合為一之狀態，陳摶說：

> 溫養者，令人無喜怒也；火候者，以心火四季之月，加減行之兩數，其法在口傳。養陰陽者，別識真陰真陽，居人二命，探合為命級從。訝云：二物同一體。[25]

在此形容人調和情緒的波動，則不享受或因為外在的事情的喜悅，且不因為外界的事情有憤怒或怨恨。因為不動心，心之火合乎勢與四季之月，或合乎自然的理。是在養陰陽之氣，到不識別真陰與真陽。不識別真因真陽指達到陰陽運行之和諧的意思。所以說是「居人二命，探合為命級從。訝云：二物同一體。」人之二命是指陰與陽的兩個生命要素。探和是陳摶說的：「人以調伏，探上丹田玉泉中水，以心火修煉之，入下丹田[26]」的意思。是調和陰陽在體內的運行，讓兩者能達到自然的和諧，而在和諧之狀態中，人能體會這陰陽不識別的同一即「二物同一體」之狀態。是心火不因為外在的享受或喜恕，則不影響到氣的自然運行，便能不識別陰陽之氣，而真陰真陽之氣能通於身心。

三、沖氣以為和，形精不虧

陳景元丹道修煉之鍊形工夫是在於身心之和諧，使氣自然運行不受身心之影響，不因氣之衰散而分離，其和氣方可養護關節，及身軀各處之精，陳景元所言：「髓凝為骨」[27]，此謂骨頭之精則是骨髓：

> 萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。
>
> 負，背也。抱，向也。動物則畏死而趣生，植物則背寒而向暖，物之皮質，周包於外，皮質陰氣之所結，故曰負陰。骨髓充實於內，骨髓陽氣之所聚也，故曰抱陽。沖和之氣運行於其間，所以成乎形精也。沖和之氣盛全，則形精不虧，而生理王也。沖和之氣衰散，則形精相離，而入於死地矣。故大人虛其靈

[24]陳景元在第一卷曰：「欲者，遂境生心。妙者，要又微之極也。」。
[25]宋，陳摶：《陰真君還丹歌註〉《正統道藏》第 4 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），第 6，頁 223。
[26]宋，陳摶：《陰真君還丹歌註〉《正統道藏》第 4 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），第 2，頁 221。
[27]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

府，則純白來並，君子不動乎心，則浩然之氣可養。純白浩然者，沖氣之異名。沖氣柔弱，可以調和陰陽，故曰沖氣以為和。[28]

陳景元首先討論動物及植物的自然反射。生物皆有皆有求生之本能，畏懼生命之消殞，然而會盡力地掌握生存的機會。植物為了生存，自然而然如太陽的溫暖(動物則畏死而趣生，植物則背寒而向暖)，此都是自然的規律，是天生的本能，也就是以兩者描述負陰及抱陽。動物及植物都是取陽氣的能量，因為外在的皮質是陰氣結成，身軀之原來需要求於外補陽氣。那麼體內的骨髓是由於陽氣舉成，因為「受元一之氣為液為精」。元一之氣成為精子及精液。骨頭的精液是骨髓，其骨髓舍於骨頭之內，而骨頭與皮質衍生從精子與骨髓之理。因為精與液皆由於元一之沖氣，元一之氣在陳景元的思維屬陽，因元氣是在創始萬物，在精與液聚集陽氣。那麼皮質由於骨髓之陽而結實，骨髓由於沖氣之聚集，因此兩者都是受於沖氣而生之，並兩者皆是在養成中氣之軀體，而陰陽是在運轉沖氣，因此沖氣還是存於兩者之間。故陳景元言：「沖和之氣運行於其間，所以成乎形精也。沖和之氣盛全，則形精不虧，而生理王也。」沖和之氣指陰陽相沖的和諧。沖和氣盛全而形體的精華不虧，精華不虧而身體之氣旺盛。反之則 是因為體內的陰陽和諧遭受破壞，生理才衰敗致亡。然而皆是因為動心，相沖之氣方才失去和諧。故調和氣至和諧需要虛空其心，如陳景元所言：「大人虛其靈府，則純白來並，君子不動乎心，則浩然之氣可養。沖氣之異名。沖氣柔弱，可以調和陰陽，故曰沖氣以為和。」說明修煉的心要在虛靜之狀態，使陰陽的對沖能夠比較柔弱而達到和諧。

這是鍊形重點之一，在維持身軀循環的平衡，使身軀完善的吸收能量，如此身軀能補助本身的關節及骨頭。而如果要鍊形需要「虛心無情」。如此身心的氣才能增加，步步減少思慮，增加吸收的能量至能夠充滿身心的需求，充滿而神不分，而精氣能自動而神全，並真精之氣自動運行於體內，而吾合乎造化中和之氣。

四、 形全精復，與造化為一

如上所述，如果要維持靜心的狀態，要透過身軀與心理的修煉。如陳景元在描述人若維持無心的狀態則能隨著一切變化。他說：「故能無心而一變化，廣大而極根源，調適物理，上遂化元也。夫道可以言論至極。」[29]人無心的念頭，就能與一切變化合一，則隨著時間地所有的變化而不發生衝突。不與外界發生衝突，陳景元認為：

達生之情者，不務生之所無以為；達命之情者，不務知之所無奈何。養形必先之以物，物有餘而形不養者有之矣；有生必先無離形，形不離而生亡者有之矣。生之來不能卻，其去不能止。悲夫！世之人以為養形足以存生；而養形果不足以存生，則世奚足為哉！雖不足為而不可不為者，其為不免矣。夫欲免為形者，莫如棄世。棄世則無累，無累則正平，正平則與彼更生，更生則幾矣。事奚足？棄生奚足遺？棄事則形不勞，遺生則精不虧。夫形全精復，與天為

[28]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 67。

[29]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 106，頁 515-516。

一。天地者，萬物之父母也，合則成體，散則成始，形精不虧，是謂能移；精而又精，反以相天。

。。。理皆自爾，雖不足為，然有生之所未免也。夫為形之息，莫大於世綠，忘綠則無累，無累則不危而德業日新，同彼再生，庶幾乎道矣！在世非事不立，有身非生莫存，則事奚足棄，生奚足遺哉？至於形全精復，與造化為一，合則成韋物之體、散則歸太無之先也，善達生者忘形故形全，忘生故精復。形精既壯，與化推移，研妙不已，歸輔其自然而已。[30]

陳景元說明人若修煉身心到「形全精復」之狀態，則能與造化為一，而人能夠與萬物的本體合一，則回復自己的根源即精。所以陳景元養和氣的關鍵在養生，然養生的關鍵是在超越個人的自我，與變化之道合一，而回歸萬物先天之「精」，並超越自我的關鍵是煉養身心到虛無之狀態，陳景元就說：

道通，其分也，其成也，毀也。所惡乎分者，其分也以備；所惡乎備者，其有以備。故出而不反，見其鬼；出而得，是謂得死。滅而有實，鬼之一也。以有形者象無形者而定矣。出無本，入竅。有實而無乎處，有長而無本剽，有所出而無竅者有實。有實而無乎處者，宇也。有長而無本剽者，宙也。有乎生，有乎死，有乎出，有乎入，入出而無見形，是謂天門。天門者，無有也，萬物出乎無有。有不能以有為有，必出乎無有，而無有一無有。聖人藏乎是。

碧虛註：大道通徹，有無咸備，然而物各有分，不可一藥論也。如魚得水則生，蟻得水則死，本分已定，物之素備也。所以惡備者，雖惡而宿業莫逃，故曰其有以備。真蕩而不反，則陰氣來舍，故見其鬼。開兌濟事曰出而得。若乃失者同於失，是謂得死也。天光已滅，雖有實性而與冥冥之物不二矣。學道者以虛為身，以無為心，非定而何？造化無本，太虛無竅；雖無本竅，而理則有實，而未識何處。妙本無夭，是謂有長，而不見始末，觀其卓然獨化，是無竅而有實也。四方上下莫窮，有實亦莫窮；往古來今無際，有實亦無際。有生死出入之名，無生死出入之逵，故曰天門。造物者無物，有形皆自造，而天門亦無有也。蓋有不能生物，所生在於無；動不能化形，所化在乎靜。有無皆不免涉迸，故寄至無妙有之理而混為一無有。聖人藏乎是，與造化俱也。[31]

聖人之身心如道一致，道因為沒有常貌能通達一切，而不斷地生成獨特的萬物。所以道無定貌，道就是變化的理，而物質之實成其理。所以聖人「以虛為身」，是試圖虛化對肉體的執有。「身」是指本身的立場，而「以虛為身」是使吾沒有這個立場的偏見[32]，沒有偏見就會執著在一邊，接受一切而放心——「無心」。無心是吾沒有一個思

[30]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 58，頁 184。

[31]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 73，頁 297。

[32]陳景元說：「為名尸則形必瘁，為謀府則神必殆，為事任則才必竭，為知主則識必昏。體未盡則有窮，有跡則不足遊矣。盡其所受乎天，則任之而已。有見有得，則不妙。無見亦虛而已。用心若鏡，物來斯鑑，彼自來往而妍醜無隱，無心於勝物，故物亦不能害也。」所以人沒有偏見的問題，就不會傷形神，而能無心而順其自然的流變。

維上的主見，或吾「無本」，則合乎造化的「非定」之本體(聖人藏乎是，與造化俱也)。此與上述的「氣自動」無區別，所以陳景元說：「心定者，造化不能移，陰陽不能改，與太虛不二也。聖人之心能養天下者，太和而已矣。」[33]心如果定，定是動心的意思，在如此的狀況下，陰陽造化能自然而然，人則處於陰陽變化之太和，而用其養天下。陳景元解釋太虛說：「夫太虛造化，萬類由之以出入。既有出入之名，故謂之門。」太虛就是陰陽變化的和諧，所以為萬物之出入，因為萬物由於和氣而生，而陰陽養物之形體。所以聖人「虛身無心」則能接受陰陽所有的變化，而入於陰陽太和之境界。

第四節、小結

陳景元思想脈絡中，提及「精」是一切的根源。無論是先天或後天，皆含在「精」的定義之中。「精」是一切的根源，所以陳景元說「精」是「命門」。並陳景元在詮釋精的過程中解說「純精」、「真精」、「真精之體」、「真精之氣」、「精胞」。

「精」是人體的命門。命門有兩種，一是男生的「精子」，二是女生的「胞」或卵，精胞包含軀體的精華和形成之理或神，而生命由於其兩者之交錯產生。

精胞含有「精」和「神」。神是化「真精之體」為物質。「精」是身軀之精華，是等於「真精之氣」或精氣。「精」中之「神」化真精之氣為各種形體。是以，當人是嬰兒，真精之氣流通於身軀，便是身心通於自然的「全和」。回歸「全和」是陳景元身心修煉其中一個目的。

因為嬰兒未有「欲」，真精之氣能夠有平衡的運行。但人在成長過程中，會開始有慾望，這是身心衰敗和老化之源頭。人一有過多的慾望，不能維持「全和」的狀態，就會執著在自己的欲求。

陳景元的身心修煉和精的關係有幾點。慾望會破壞真精之氣的運行，而失去「全和」狀態，就會有衝突而傷身。身體有傷害因而連累了心理，使心的營養狀態更差，反而更嚴重的傷身，終致無以為繼的身心俱敗後果。為了調和身心至全和的壯代，要養育體內中之精氣。運用「精」——和諧之生產能量、生命的基礎，來調和體內的對沖或養生。這是身心互補的修煉方式，從養身心到無心，真精之氣則流通於體內，便回歸於嬰兒之全和，體會真精之體。

[33]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 41，頁 70。

第六章、氣——「器」的內涵

人出生是由於男女「精胞」交錯致和，在嬰兒自然成長過程，分別心就開始發展，造成身體逐漸衰敗，此就是自然生死之道。陳景元丹道修煉是要逆自然衰敗的病苦，使身心不受病症侵擾而能夠隨順生死及一切變化，也是等於上述已論之「通」(陳景元以通解道)，一個超乎陰陽之境界。所以是要透過養神、養氣、鍊形，的身心修煉工夫，逐漸使身軀能夠分解營養之氣而化成骨髓及韌帶來用，改善身體能量的吸收，讓身心的營養足夠，則逆自然衰敗之病苦。「在陳景元看來， 人的形體是由陰氣、 陽氣以及由陰陽之氣相沖作用而成的和氣構成的， 若純任氣循自然之理流動變化， 則陰陽二氣相沖和諧運動自然能使形體復歸嬰兒般的元氣精微純和之狀態」[1]本章闡述此點，發揮陰陽、沖、和氣之意涵及之間的關係，元氣及身軀之形成，天地之氣、兩氣之魂魄、殺生之運動理則等之思想，擴展前學者提出的理論。本章首先論述「元氣」。

第一節、天地萬物之元氣

上一章討論「精」，精可分為兩種精，先天與後天之精，先天之精是一切的根源，而後天之精是物體的本質，而精氣存於人之腎臟。本節進一層之說精之內容，闡述此「精」之氣體性質的元氣。

一、 元氣與道之體

陳景元說明元氣與道之體之關係曰：

> 天下之物生於有，有生於無。
>
> 有，一也。一者，元氣也。言天下萬物皆生於元氣。元氣屬有光而無象，雖有光景出于虛無。虛無者，道之體也。《列子》曰：有形者生於無形，則天地安從生。又曰：形動不生形，而生影。聲動不生聲，而生響，無動不生無，而生有。是故物生於有，有生於無，而萬物莫不獨化也。嚴君平曰：天地生於太和，太和生於虛冥，是謂反復虛靜之原也。
>
> 物之將動，先反乎虛靜之原，能虛靜動用者，其唯上士乎。故次之以上士聞道。[2]

在這段陳景元描述元氣與道體之關係，是道體為「無」而元氣為「有」，「有」指一切的意思，「無」是變化之理則：「有，一也。一者，元氣也。言天下萬物皆生於元氣。」，所以元氣為一之氣，而一之氣能生成一切而不彰顯，則陳景元說：「元氣屬有光而無象」。陳景元以光喻萬物之根，因為光能涵蓋萬物，但光本身「無象」，因

---

[1] 隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都 ：巴蜀書社，2011 年，11 月)，頁 291。

[2]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 63-64。

此需要地的濁質實化無像之光能，而兩之間有「主從」關係。因為物質之根源是天，所以雖然天地有分，但「光能」(元氣)包含萬物。所以萬物為光能之載體，形成光中之理，本身卻仍為「一」而不分。因此，說：「雖有光景出于虛無。虛無者，道之體也。」(光能比喻元氣)元氣出於虛無，虛無指道體之理，元氣出動理而形成萬物。陳景元解釋道之體說：「體冥造化，含光藏暉，無為而無不為，默通其極耳」所以載道之體與物質之間有元氣或「一者」。道體與造化冥一，是萬物為道之用，而道為萬物之體，而萬物是由於元氣而得生之「一」卻未分之氣。。

二、元氣與一切生成關係的描述

萬物（包含人類）皆效法理而生於元氣。那麼元氣是天地的根元，且道透過元氣衍生一切現象，是一直在進行中的生成過程。陳景元在以下描述元氣與一切生成的關係：

> 昔之得一者：天得一，以清；地得一，以寧；神得一，以靈；谷得一，以盈；萬物得一，以生；侯王得一，以為天下正；其致之一也。
>
> 昔者，往古也。一者，元氣也。元氣為大道之子，神明之母，太和之宗，天地之祖，結為靈物，散為光耀，在陰則與陰同德，在陽則與陽同波，居玉京而不清，處瓦號而不溷，上下無常，古今不二，故曰一也。藏乎心內則曰靈府，升之心上則曰靈臺，寂然不動則謂之真君，制御形軀則謂之真宰，卷之則隱入毫竅，舒之則充塞太空。[3]

大道是一切之理與現象的總稱，在天地開闢前的根元，也是驅使萬物生死的循環。元氣是大道開啟擴展之種子，道生生不息之通過元氣變化一切。陳景元認為道之作用是氣的變化，所以道的作用之根元是元氣。以上的引文註解老子「一」的概念，而在陳景元的思想脈絡中「一」指元氣。所以道透過「一」之元氣呈現虛無之道體——一切的理，因此說：「昔者，往古也。一者，元氣也。元氣為大道之子」，此表示元氣是個和諧之氣，所以一切現象是由於一種和諧之氣生成的，而道能夠維持「一」才能生成萬象，即為通於一切而不滯。這是陳景元很重要的一個觀點，是他修煉之宗旨。從個人修煉來說，吾能維持氣的和諧即能妙通一切的元氣，通達一氣循環之理。元氣是道變化一切的本元，神是道之作用。「神明」之「明」，是神化元氣顯明道體為天地萬物，因此元氣是「神明之母」，是其顯明的本元氣。元氣也是「太和之宗」，是陰陽的和諧通元氣生成萬物，因此和諧之宗旨元氣——「一」。是在其「宗」之下一切現象變化。和氣亦與開闢天地的元氣無區別，則開闢天地之氣也是一種和諧之氣，因此描述元氣之時說是「天地之祖」——天地之始祖。天的清氣與地的濁質結合為和氣，和氣通元氣之一氣生成萬物，所以元氣不但是先天之根源氣，且是萬物生成的本源氣，因此說：「質結為靈物」。是兩氣結合為無像之「靈物」，則描述元氣或「一」之狀態。元氣散為像，陳景元便說：「散為光耀」，形容元氣散為陰陽，而陰陽生成各種萬物，說：「在陰則與陰同德，在陽則與陽同波，居玉京而不清，處瓦號而不溷，上下無常，古今不二，故曰一也。」是陰陽效法元氣變化的理則，元氣散為

[3]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷六，頁 61。

陰陽，而陰陽不別於元氣，皆生於同一之根源，而其元氣無象，而有象之物展現元氣之理，則元氣包含一切，陳景元就說：「故曰一也」。 在萬物產生過程中，元氣是各生命體的生氣，而這氣藏於萬物體內之能量，因此陳景元說元氣：「藏乎心內則曰靈府，升之心上則曰靈臺，寂然不動則謂之真君，制御形軀則謂之真宰，卷之則隱入毫竅，舒之則充塞太空。」萬物(包含人)之生成、生長、體力、意念、思維等的一切皆由於元氣，天地亦由於元氣，則天地之根源與人體之元氣沒有分別，皆是其「一」。

關於身心修煉，因為體內各處皆由於天地之元氣，甚至元氣存於心中，身體存有超乎陰陽及生死之氣，而修煉之目的是覺悟其「一本」，而通達天地之理於身心。

三、元氣與治身治國修煉

陳景元治身治國之工夫的目的是通達元氣(一)於身心，並體會一切之理，而陳景元在「不窺牖，見天道。」注中描述此點，說：

> 不窺牖，見天道。
>
> 夫人七尺之軀，四支、九竅、五藏、六府，賅而存焉。是以身之元氣與天道相通也。人君守形清靜，則天氣高明而自正，人君縱其多欲，則天氣昏暝而煩濁。人君者，與二儀同其德，日月參其明，先天而天弗違，後天而奉天時，不假窺牖望，而天道自明矣。嚴君平曰：是以聖人不出戶，上原父母，下揆子孫，危寧利害反於己，故明於死生之說，察於是非之理，通於利害之原，達於治亂之本。以己知家，以家知彼，事得其綱，物得其紀，動知所之，靜知所守，道德為父，神明為母，清靜為師，太和為友，天下為家，萬物為體，眡彼如己，紙己如彼，心不敢生，志不敢舉，捐棄知故，絕滅三五，因而不作巖居穴處，不殺群類，不食生草，未成不服，未終不採，天地人物，各保其有，此所謂以一體之中，法天地萬物也。[4]

天地之元氣變化而生成萬物，所以人身軀也是如此，是：「夫人七尺之軀，四支、九竅、五藏、六府，賅而存焉。是以身之元氣與天道相通也。」因為身軀之元氣是同於天地之元氣，陳景元說身軀的各部位原本通於天道。身軀是呈現天地的理與天地萬物一致。因此身軀清靜的原貌是完美的狀態，而陳氏修煉是要通達及維持其狀態，因此說：「人君守形清靜，則天氣高明而自正，人君縱其多欲，則天氣昏暝而煩濁。」因為陳景元認為身軀原狀合乎天道——合乎「天氣」之變化，所以要守著心及形之清靜(若心不靜形也不能清靜)，能通天之氣的高明。天之氣的高明是身軀能完善的吸收及不留滯天之氣，天之氣足而自會正。 這是身體的元氣通達天道圓滿變化於身體。相對來說，如果心思的欲求有波動，身體無法完全吸收天之氣，而失去天地交錯自然之理，造成無明的煩惱(昏暝而煩濁)。無明的煩惱阻礙體內的氣，這是凡人的狀態，因此需要透過修煉而超凡入聖，讓身心的元氣不散於體內而通天道，且人能體會一切的理，所以陳景元說：「人君者，與二儀同其德，日月參其明，先天而天弗違，後天而奉天時，不假窺牖望，而天道自明矣。」二儀(陰陽)同其德指陰陽通順，陳景元解釋「德」說是「得」，是身心得於陰陽之同一，陳景元以日月表示陰陽之相對，而如果

[4]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 73。

陰陽的相對循環達到平衡就會「參其明」。「明」如老子說的「明曰知常」，是體會陰陽的恆常變化之理。所以身軀達到陰陽之明，則能通先天之元氣於後天之身軀，如此身行能符合「天時」——天道。是「弗違」元一氣之流動，所以不散為兩氣的相對而傷身。陳景元再說明其相對援引嚴君平，說：「是以聖人不出戶，上原父母，下揆子孫，危寧利害反於己，故明於死生之說，察於是非之理，通於利害之原，達於治亂之本。」上原指形而上的先天氣，子孫是後天的物。陰陽的相對有危機與安寧、利益與傷害、生與死、是與非。人都追求安寧與利益的「生道」，並以其為「是」。所有的人試著避免傷害、危機的「死道」，並以其為「非」，但其實都是違反自己的。陳景元認為只要有不平衡的陰陽運行就有兩邊的「違」，而「違」是傷身的最大原質。所以要「明」生死之恆常循環，察覺「是非」或偏心之中道，明白生死是效法大道的循環，則接通「利害」之同一。是不因為利益或傷害動心，所以能維持心靜而體內之氣入順，而達到兩氣運行的自然平衡——利害之原。「亂」能說是上述「違」中衝突是的意思，如果要治亂，要通利害之源。所以陳景元認為需要以元氣(一)為用才能修煉身心，這是他丹道修煉的宗旨。使用宇宙的根源治療後天上的相對衝突而通元氣的理，就能用其身行治國之亂，便說：「以己知家，以家知彼，事得其綱，物得其紀」用其通達元氣之身行讓事物得於兩邊平衡的綱紀。在此平衡之下「動知所之，靜知所守，」是知道怎麼對應人事物——隨著自然進退之道，故能夠動於世俗而不因利害之相對遭遇傷害，體會平衡，這平衡之道是自然的理，所以是：「天下為家，萬物為體」，是體會相對上之「一」，而吾無外沒有相對之比較，則無自我意識，能夠與一切合一，說：「眡彼如己，紙己如彼」。如此氣能夠通而體內營養足，則心思不生，心思不生而不會以偏心的障礙看待世界，故志不會過強，所以較不會露出情緒：「心不敢生，志不敢舉，捐棄知故，絕滅三五」，不動心思及情緒而天地人與五行能融入平衡的和諧，故體會元「一」之氣，則行為不違犯自然之道，效法一切的理，因此陳景元說：「因而不作巖居穴處，不殺群類，不食生草，未成不服，未終不採，天地人物，各保其有，此所謂以一體之中，法天地萬物也。」。

四、天地之氣：天清氣、地濁質、人和

陳景元，在「道生一，一生二，二生三，三生萬物。」註中解說宇宙之本體。本節說明其三者之間相成之理，及其與天地人三種氣之關係，(但本節注重在清濁)由此去更徹底了解宇宙的兩氣互動交錯的原理：

> 道者，虛之虛，無之無，自然之然也。混洞太無，冥寂淵通，不可名言者也。然而動出變化，則謂之渾淪。渾淪者一也。渾淪一，氣未相離散，必有神明，潛兆于中。神明者二也。有神有明，則有分焉，是故清濁和三氣，噫然而出，各有所歸，是以清氣為天，濁氣為地，和氣為人。三才既具，萬物資生也。。。開元御注曰：道者，虛極之神宗。一者，沖和之精氣也。生者，動出也。言道動出和氣以生物，然於應化之理猶未足，更生陽氣，積陽氣以就一，故曰一生二。純陽又不能生，更生陰氣，積陰氣以就二，故曰二生三。三生萬物者，陰陽交泰，沖氣化醇，則褊生庶彙也。。。[5]

[5]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 66-67。

從此段引文可見陳景元對於天地之氣的特質描述。首先陳景元解釋「一生二」言：「道者，虛之虛，無之無，自然之然也。混洞太無，冥寂淵通，不可名言者也。然而動出變化，則謂之渾淪。渾淪者一也。」道者則是上述已論之，是一切變化之理則，由於其理則一氣生，一氣之「渾淪」則是包含一切變化之種子，是由於其一氣含有的理則，最終物質能自然而然之變化彰顯出來，動出(呈現)及成變化之質。值得問是為何道生一？在援引中陳景元解釋：「言道動出和氣以生物，然於應化之理猶未足，更生陽氣，積陽氣以就一」是因為道是一切變化之理則，而變化的運行自於應力，而其理則之本身無應用的對象而不足以運行變化，更生陽氣或渾淪或元氣等等。所以圓滿虛無之理需要變化，變化則需要對應，對象能夠持續對應是因為各自有缺口，兩邊的缺口是透過彼此的彌補與分化，運行實成虛之理。那麼一之氣含有二，是含於渾淪之一則有神亦有明。神是道的作用，而是因為有變化則必須有變化之客體。因此援引曰：「純陽又不能生，更生陰氣，積陰氣以就二」元一之氣只有氣而沒有物質，所以無法獨立生成具體物質。元氣通於天的純陽，因為純陽本身僅是能量之虛氣，所以從一之中則有二，其二是陰氣。從這可知，虛無含一，一含二，二含三，三含萬物，虛無包含一切，而一切效法虛無之道。故：「有神有明，則有分焉，是故清濁和三氣，噫然而出」。道之作用或神之基本功能是變化一切，及基本的法則是變化一氣為物質(器)，顯明(明)大道之理。為了彰顯道之理，陰陽兩氣成為三。為了持續變化，一氣中的清與濁分化出來，而因為彼此的缺口而交錯融合為和氣，此是三。故：「是故清濁和三氣，噫然而出，各有所歸，是以清氣為天，濁氣為地，和氣為人。三才既具，萬物資生也。」其中的人不指人類[6]，而是指一切清濁化和的和氣，因此和氣是生成萬物之本。

結論，變化需要對應才能運行，這運行的動力是在彌補兩邊的缺口。應力的需要是元氣生成天地的原因，彌補缺口是天地交錯的原因。天地交錯而化和為和氣，而由於和氣生成萬物並具體化虛無之理。本節論述元氣與及天地萬物如何從元氣生成，而下一節接著探討陰陽生成物質的邏輯。

第二節、一切的兩邊——陰陽

一、純陰純陽

在以下陳景元說明純陽和純陰:

> 昔之得一者：天得一，以清；地得一，以寧；神得一，以靈；谷得一，以盈；萬物得一，以生；侯王得一，以為天下正；其致之一也。
>
> ……夫天者，純陽之氣也。且天得之，故能剛健運動，穹窿廣覆，垂象清明，萬物資始焉。地者，純陰之質也。且地得之，故能信順柔弱，盤磚厚載，安寧不動，萬物資生焉。神者，妙萬物以為言也。且神得之，故能通變無方，反覆不窮，正直靈響，應物無盡焉。谷者，漢之絕深者也。且谷得之，故能氣運水

[6]陳景元說：「三生萬物者，陰陽交泰，沖氣化醇，則褊生庶彙也」，陰陽的交泰是清濁交錯的異稱，沖氣是指沖和之氣。在陳景元的思想中清為天、濁為地、和為人，因為「沖氣化醇」，「人」的意思是醇樸之物質，是由於醇樸的物質庶彙或萬物生成。所以人是清濁化和的和氣。

注，盈滿不竭焉。萬者，數之大。物者，形之可見也。物得之，故能生生成成而不歇滅焉。侯者，五等之爵。王者，君之通稱。得之，故能永有大寶，無思不服，而為天下正焉。夫上五事能致清寧靈盈，生者皆由君道正使然也。正者，得其沖一之謂。沖一，失則凡物喪亡，在下文也。[7]

純陽與純陰述天地成未混合之氣，因此稱為純的。陳景元解釋純陽之功能曰：「夫天者，純陽之氣也。且天得之，故能剛健運動，穹窿廣覆，垂象清明，萬物資始焉。」天是純陽之能量，其能量之性質是屬於清虛且是游動的勢力。地化天的能力的物質，這物質的本性屬於純陰：「地者，純陰之質也。且地得之，故能信順柔弱，盤礴厚載，安寧不動，萬物資生焉。」所以純陽與純陰是指兩種運行之理，純陽為動、剛等，純陰為柔、順、靜等。所以天之氣雖然是個虛性的能量，但是它的理不會變，而會不斷地施著變化的運行。地是物質，物質受於天之氣才能運行變化，因此我們看見的物質上變動僅是物質順著天之氣的勢力的感應。所以地之質屬於純陰，天之氣屬於純陽。地則是純粹物質，受於純陽之清氣則濁，濁與清化合為萬物。根據上述，純陰的缺陷是它本身沒有「動力」，所以它有個實體但是沒能量，只是個空物。純陽的缺陷是它沒有物質，所以不能自己實成。所以純陽分為純陰就有「二」。而三是「神」。神則是道化和氣的作用：「且神得之，故能通變無方，反覆不窮，正直靈響，應物無盡焉。」神運行和氣生成萬物，這是道之作用，而此作用是個平衡的運行，而谷是和氣化為物質的精華：「谷者，漢之絕深者也。且谷得之，故能氣運水注，盈滿不竭焉。」谷者是指水。神是道化一切的作用，所以是各種生命體運行的能量，而水是靜態的質。所以是動靜、陰陽兩者之交錯又來重複。水彌補運行的缺口，而以運行的能量瀰漫一切。此就是生成萬物之謂，故陳景元說：「物得之，故能生生成成而不歇滅焉。」是谷水受於和氣而生成萬物，而萬物的「生生成成」是指陰陽不斷地交錯的意思，來彌補彼此的缺陷，而永遠在對應。物質形而下之運行含有五種行為原則說：「侯者，五等之爵。」五等則是如五行、五味、五聲等各種屬五之變化運行，此就是形而下之理之五種行為。如果此「五等」之間交錯有平衡，就會和為根源之一氣。「王者，君之通稱。得之，故能永有大寶，無思不服，而為天下正焉。」王者自身達道五藏的五行運行的和諧，所以本身之氣足夠，所以能用「無思不服」——全心不散為思慮，調和陰陽的五等運行，使各種五等的運行能夠達到平衡的和諧，如此能夠治國，則國家有道的意思。而陳景元便說；「夫上五事能致清寧靈盈，正者，得其沖一之謂。沖一，失則凡物喪亡」。所以陳景元治天下的理想是維持陰陽交錯的平衡和諧。維持這個和鞋是「正」，失去其平衡而國家喪亡。這個道理涵蓋陳景元治身治國的思想。治身治國的關鍵是維持平衡的和諧。下一節說明治身與天地之氣的關係，甚至解釋陳景元通天地的鍊形目的。

二、通天地、魂魄與鍊形的目的

陳景元說明鍊形和其目的云:

玄牝之門，是謂天地根。

[7]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 61-62。

夫太虛造化，萬類由之以出入。既有出入之名，故謂之門。根者，本也。天地雖大，不能逃其有形，有形之類，咸以虛空太和為其根本，故曰天地根。河上公曰：不死之道在於玄牝。玄，天也。於人為鼻。牝，地也。於人為口。天食人以五氣，從鼻入，藏於心，五氣清微為精，神，聰，明，音聲，五性。其鬼曰魂。魂者雄也。主出入人鼻，與天通，故鼻為玄也。地食人以五味，從口入，藏於胃，五味濁辱為形、骸、骨、肉、血、脈、六情。其鬼曰魄，魄者雌也，主出入人口，與地通，故口為牝也。根者元也，言鼻口之門，乃是通天地之元氣所從往來也。上言谷神不死者，勸人養神之理。此曰玄牝之門者，示人鍊形之衍也。故形神俱妙者，方與道同也。夫人有身有神，則有生有死。有生有死不可言道也。流動無常，豈得言靜也。若乃空其形神，忘其物我，是以出無根，故氣聚不以為生，入無竅，故氣散不以為死。不死不生，其谷之神也。生死無常；其浮動之物也。幽深雌靜，湛然不動，其玄牝之謂也。[8]

陳景元描述人之存生營養的來源，解釋人在環境中秉受天地之氣的邏輯，且此與人鍊形法的關係。人從天地之氣與物質吸收營養。陳景元首先說明其營養的根本：「夫太虛造化，萬類由之以出入。既有出入之名，故謂之門。根者，本也。天地雖大，不能逃其有形，有形之類，咸以虛空太和為其根本，故曰天地根。」一個生命體以造化出生而往生，這是萬物的出入，也就是生死的循環。在此也重複上述的道理，是天地都有缺口，所以必然交錯，而由於其交錯的和氣萬物生成。和氣為生的根本，所以身軀所吸收的氣的方向及動力，是交錯及回歸和諧的根本，這是物自然的運行。所以天地的氣是具體地養育萬物，而維持此「培養」為性命雙修之基礎及要點之一。陳景元援引河上公解釋其「養育」說：「河上公曰：不死之道在於玄牝。玄，天也。於人為鼻。牝，地也。於人為口。」天地養育萬物不是個比喻，是天之氣為「玄」，「玄」則是無質體之清氣，或空氣。是人從鼻孔吸收氣。「牝」則是地，地是化天之清氣的濁氣。濁氣之物質效法及載天之氣，但是也含有物質之形質。天是屬於陽，地是屬於陰，天施地而地化天之清氣。心身也是如此，心存元氣之能量，而其能量之神施形體。形體受其能量而化之。因此天食人——培養人生命能量：「天食人以五氣，從鼻入，藏於心，五氣清微為精，神，聰，明，音聲，五性。其鬼曰魂。魂者雄也。主出入人鼻，與天通，故鼻為玄也。」是從鼻子吸收空中之清微氣，而其氣能夠養身心之能量——「精，神，聰，明，音聲，五性」。精則是形體之精，此指身軀之骨頭關節、精液等的各種精液，神就是元氣存於身軀之運行者。

清微養聰及明，此是養人心的功能。如果養成致高境界則與天地之通，故：

人攝聰畜明，建國子民，達道之意，知天之心，莫大乎自知。[9]

音聲則是語言之能量， 因此言「音聲之鳴，本不相和，是猶天籟自鳴自已。而世謂音律聲氣合成歌曲，以相和鳴，故曰音聲之相和。[10]」音聲則是人之聲音，而此是由於天之氣而養之，是養兩者之間相成故言：

---

[8]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[9]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 5。頁 53。

[10]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 9。

五音之設，本以彰五行之聲，金石絲竹，通天地之氣，斯則五音之用也。[11]

若通天地之氣，音就能得用。是身心通五行，而身心之氣達到自然之理。而陳景元說的五常之性也則是五行，因此言：

肝木仁也。肺金義也，心火禮也，腎水智也，脾土信也。夫含識之徒，禀生之類，仁義之性，物皆有之，少之與多，自然已定[12]

則是由於清微之氣能夠養五常及五性，而頓和道體(上述論之)。天之氣存於心靈為營養，其營養是屬於雄、動、陽氣，甚至是培養心與藏之間的氣。因此可知，心靈與氣有大的關係，反而心能控制五藏之氣。心運行之能量則是：「其鬼曰魂。魂者雄也」，魂在陳景元的思為：「道家以陽神曰魂，魂樂生・・・魂則遊[13]」因此天之氣是養生命之施著，陽之神或陽之變化者，其變化者之理則是樂生，而是身軀之運行這，因此是「游」。那麼地之氣則相反，因為地食之受於天之陽氣而養成之物質飲食，則化清之氣為物質的營養。則：「地食人以五味，從口入，藏於胃，五味濁辱為形、骸、骨、肉、血、脈、六情。其鬼曰魄，魄者雌也，主出入人口，與地通」人用口飲食、主「雌」——陰之物食營養。那麼陰氣之鬼是「魄」，而引文解釋魄說：「陰鬼曰魄，魄好殺，魂則遊，魄則靜」。因此飲食是培養軀體，但是此營養的代謝不夠好則會造成傷害。人自然則有飲食肉體上依賴，故是由此人則往生，其是自然生死之道之原則，而陳景元認為要透過鍊形使飲食不過於傷害身體，則能夠不生慾望。是地之濁質則是六情(喜、怒、哀、樂、愛、惡)產生之原因，六情則是因為天地之氣不通而思惟慾望之生之。 是在此兩之通，人之身軀能夠通陰陽天地之氣，兩者能交錯而結合，如此身軀能通元氣，因此言：「根者元也，言鼻口之門，乃是通天地之元氣所從往來也。」是如果鍊形，天地之氣能通於鼻口而結合，如此身軀之肉體與心體能通元氣。人吸五氣及飲食之時能夠以其營養之元氣為用。則魂魄之生殺游靜能夠相合而不爭而不傷身，而人能體會自然。因此：「上言谷神不死者，勸人養神之理。此曰玄牝之門者，示人鍊形之衍也。故形神俱妙者，方與道同也。[14]」陳景元的工夫之二是養神及鍊形(後章討會養神)。故要鍊形使天地之氣能通於形體，則能通達陰陽的平衡。上述已論之，一切變化的兩個方向是分合，而至於軀體而言，身體吸收天地之氣，所以這兩種氣要身軀達到和諧，而由於這和諧身心得到營養。

但是因為人的思維及身心的衝突，這些氣無法達到平衡的和諧而傷身，所以陳景元說：

---

[11]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 2，頁 23。

[12]宋，陳景元：《南華真經章句音義》(台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 5，頁 27。

[13]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[14]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

稟天地之氣為神為形，受元一之氣為液為精，天氣減耗，神將散矣。地氣減耗，形將病矣。元氣減耗，命將竭矣。[15]

所以陳景元丹道修煉在養神養氣，讓天地的氣能夠通順於身軀，如此天地能完善的培育身軀。而如果不養神鍊形養氣，稟受之天之氣不能夠養神形，則神散為思維而耗用地氣，造成病症而耗用元氣，這是往生之原因，因此：「夫人有身有神，則有生有死。有生有死不可言道也。流動無常，豈得言靜也。[16]」。因此鍊形「空其形神」，使體內的天地氣流通神之變化，故形神不有生死之對立，故氣足而思維不生，思維之慾望不間斷氣之運行，則物質之氣能夠通神而成和，則通於一切之本體，而忘後天之我，則說：「忘其物我，是以出無根」。也就成元氣之往來之理，而體會生死循環之理，故：「氣聚不以為生，入無竅，故氣散不以為死。不死不生，其谷之神也。生死無常；其浮動之物也。幽深雌靜，湛然不動，其玄牝之謂也。[17]」那麼陰陽之氣流能夠順暢於體內，生理則得於長生。故曰：「皮質陰氣之所結，故日負陰。骨髓充實於內，骨髓陽氣之所聚也，故曰抱陽。充和之氣運行於其間，所以成乎形精也。沖和之氣盛全，則形精不虧，而生理王也。沖和之氣衰散，則形精相離，而入於死地矣。[18]」就在身體內的陰氣組成為軀體，陽氣聚於骨髓或骨頭之精液，而為身軀中的精，陰養肉體，而陽養肉體之精，和氣是陰陽交錯之和諧。因此人如果透過丹道修煉，使形體能夠完善之通氣，能夠維培養精和形，而身心之氣能旺盛，並得於長生。

鍊形之工夫主要是在修煉肉體內阻礙氣之處，讓身軀能夠完備地分解、消化五味之鬼，如此減少「地食」之鬼產生的「六情」。所以要用飲食之元氣養生，故陳景元說：「形全者百關調於內，邪氣亡於外，髓凝為骨，腸化為筋，純粹不雜，長生可致矣。」鍊形到一定的程度則能夠分解吸收之邪氣，以天地之氣的和諧養骨頭之髓與韌帶。如此形不會阻礙神之通，而腦袋之營養夠，則思維不會聲而六情不會有過多影響。如果六情生而影響到身心，耗用天之氣而地氣缺，則散為思維而無法「俱妙道」。如此「六情」不阻礙氣之通道而心不會執著在相對的衝突。這目的並不是在追求肉體的永固[19]，而是在追求吾自己與環境衡平的和諧狀態，這是陳景元的養神鍊形工夫的目的。肉體之永固僅是丹道修煉的一個成果。那麼如果要維持陰陽的平衡，人需要修煉陰陽的鬼神或魂魄，讓兩者不衝突。

三、調和陰陽的鬼神——魂魄

在以下陳景元解釋魂魄言:

載營魄抱一，能無離乎。

---

[15]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 8，頁 82。

[16]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[17]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[18]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 67。

道家以陽神曰魂，魂樂生，陰鬼曰魄，魄好殺，魂則遊，魄則靜。《白虎通》曰：魂者云云也，營者不定貌，故謂魂為營也。舊說載，乘也。營，魂也。又謂營，護陽氣也。魂為陽精，魄為陰靈。陽精喜動遊，故仙書有拘留之衍。陰靈喜浮惑，故仙書有制伏之法。使其形體常乘載陽精、陰靈，抱守太和純一之氣，令無散離，永保長年矣。夫道之抱一如鎰之含明，明豈離鑑乎。此教人養神也。今解曰：人欲抱一之衛，當令心無散離，若無散離者，即是乘載魂魄抱守純一之道也。能如嬰兒乎。下皆以此義釋之。[20]

魂魄是陰陽的兩個功能。魂是陽氣的功能，或陽氣之神。陽氣是生力所以魂是「樂生」與「游」。魄是陰之鬼，因此魄好殺則靜。「魂」是萬物生成的力量，故謂神。魄是物質分解的本能，所以為「鬼」。陳景元修煉論關鍵在維持平衡的和諧，所以人要修煉身心，以調和魂魄的動靜、殺生相對的衝突，讓體內的陰陽運行達到平衡。陳景元解釋這調和的修煉說：「 魂為陽精，魄為陰靈。陽精喜動遊，故仙書有拘留之衍。陰靈喜浮惑，故仙書有制伏之法。」因此陳景元的修煉的方法是為了調和兩邊的偏激而達到平衡。因為魂喜愛躁動，所以要用拘束的方法，避免躁動對身體的傷害。魄對浮世容易迷惑，所以要用制伏對外的欲求，如此「陰」能靜。所以修煉結果是陽不過度好動，而陰能靜，如此能如純陰陽的自然交錯，而達到全然的和諧。因此陳景元說：「使其形體常乘載陽精、陰靈，抱守太和純一之氣」是形體中的魂魄不衝突而達到平衡，即守著和純一之氣。以下討論心修煉與魂魄的關係。

第三節、陰陽融合之沖和氣

上述已論述元氣，元氣是一切的根源氣，並天地之根源氣與各種物體的根源氣不二。陰陽是氣運行的兩邊，而變化的內容是陰陽交錯的過程。接著，本節描寫沖和之氣，所以首先定義此詞，再次說明其思想脈絡的意涵。陳景元在「道沖，而用之或不盈。」注中定義沖字說「盈古本作滿。沖，虛也，又中也，或不定之辭，又常也。言道以沖虛為用，夫和氣沖虛，故為通用。[21]」陳景元提供五種定義，而本文從此五種定義取共同的定義。陳景元提出盈古本之滿是形容沖氣是種圓滿而包含一切之氣，因此陳景元以「一」及「沖一」表述沖氣。如：「失至明之道，致陰陽繆戾，紀綱弛絕，沖一不運，將恐有開裂之兆。且陽氣之亢也，必為災衰，沖和之散也，必致開裂。[22]」。陳景元對「虛」說「虛者，沖漠之謂」，莫是漠然的意思，即寂靜無聲之義，則一種兩氣合一之狀態，因此在陳景元提出漠之兩次中說：「行而失道，所向皆安也。遊心於澹，故物饒而自至。合氣於漠，故腹充而忘知。此有德者之容也。上乘元氣之光，乃無光也；光既無矣，形何有哉？此謂照曠，太虛一體也。」[23]及「若乃遊心於

[20]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 2，頁 19。

[21]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 12。

[22]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 62。

[23]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 38，頁 51。

澹，合氣於漠，順物自然而無容私者，則可復太古之風矣。」[24]在此兩者之中可知，心寂靜則兩氣能合和及歸於於漠之狀態，所以漠是指兩氣合和不分之狀態。這是「太虛一體」之狀態，因此陳景元亦以「虛」定義沖，表示這陰陽合和為一的「虛」氣。是在陰陽相沖之中而和合之「太虛一體」，陳景元即以「中」解釋「沖」。這在陰陽相沖中之氣本身是個虛無未分散之狀態，因此有「不定」的意思。是在太虛一體分為用才有暫定的物體，因此陳氏言：「沖氣混成，故動於無方。」[25]，是衍生一切的精氣，而這精氣的內容是陰陽相沖之「合氣」。因此陳景元有援引開元御注曰：道者，虛極之神宗。一者，沖和之精氣也。」[26]所以精氣是陰陽相沖之中，合和至合諧之狀態而為物的和諧之精氣。而本章即是論述此沖和之氣在陳景元身心修煉中的意義。

一、 專任沖和氣之境界

上述已討論元氣、天地之氣、清濁之氣、陰陽、魂魄等等。是元氣中陰陽交錯而化成一切。那麼在一切互動之間有兩個功能，這是魂魄。魂為生而魄為殺等，而這兩邊平衡的運行是自然之道。那麼本節探討維持「和」的自然境界，並其陳景元丹道工夫的脈絡的關係。

隋思喜解釋陳景元氣論中的和氣，即和氣與嬰兒的關係說：

> 「道以沖和妙氣賦予萬物構成其形體時， 本身已經預設『自然』之理為萬物自生自化的理論前提，人也是如此。在陳景元看來， 人的形體是由陰氣、陽氣以及由陰陽之氣相互作用而成的沖和之氣構成的，若純任氣循自然之理流動變化，則陰陽二氣沖和運動自然能使形體復歸嬰兒般的元氣精微純和之狀態」[27]

隋思喜的說法與本文一致，不過本文加以討論形的「精」、「魂魄」等與沖和氣之關係，而多闡述人如何調和陰陽為中和之氣，以發展以前研究的貢獻。甚至解釋為什麼嬰兒的心態是個「全和」之狀態。

那麼維持沖和之氣，就是陳景元工夫其中一個目的，因此陳景元說：

> 專氣致柔，能如嬰兒乎。
>
> 舊說曰專，一也，任也。氣者沖和妙氣，又自然之氣也。夫人卓然獨化，稟自然沖和妙氣，氣降形生，自無染雜。若乃專任沖妙，知見都忘，氣自純和，形自柔弱，不為衆惡所害，是得嬰兒之全和也。此教人養氣也。今解曰：能如嬰兒乎者，言人欲專氣致柔之衛，當如嬰兒純和，若能如嬰兒純和，即是得專氣致柔之衛也。[28]

---

[24]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 2，頁 24。

[25] ，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 45，頁 102。

[26]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 66-67。

[27] 隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，（成都 ：巴蜀書社，2011 年，11 月），頁 291。

[28]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社），卷 2，頁 19-20。

陳景元的工夫可說是「任」「一」的沖和妙氣。「任一之氣」是描述透過丹道修煉，調和陰陽的魂魄相對達到交錯的平衡，因此陳景元亦言：「使其形體常乘載陽精、陰靈，抱守太和純一之氣[29]」(上述已論之，陽精陰靈指魂魄)所以「任」是在「乘載」魂魄，順通體內魂魄運行，如此陰陽能彼此彌補而通達元氣。上述已論之，變化需要應力，一之氣才會分為二。而分成的對象彼此需要有缺口，甚至兩者有個互補的關係，所以變化的運行是在會合與分散。會合而通達到和諧，分散是為了持續變化的運行，便回歸和諧。會合與分散也就是生死、動靜等的魂魄，。所以陰陽與一切的根元是「一氣」，因為生死魂魄等一切皆以「一氣」為交錯——循環的原因，所以陰陽變化的應力是魂魄，這應力不因為思維發生衝突，魂魄的對應能達到平衡，而通達元一之氣，這是自然運行的大道，也是陳景元說的「任」、「抱一」、「專氣」的工夫。陳景元形容體會這境界的人說：「若乃專任沖妙，知見都忘，氣自純和，形自柔弱，不為衆惡所害，是得嬰兒之全和也。」所以因為體會兩邊的沖和，就能忘掉自我及一切的分化。能這樣因為兩氣不發生衝突，而身心的營養充足，而神不散為思維，沒有思維的分辨，自我不會凸顯。所以體內的氣能達到自然平衡的純和，而形體上的五藏等不生六情而造成情緒上的固執(形自柔弱)。因此，能夠隨著惡劣的環境，而不與其環境發生衝突，所以本身也沒有被傷害(不為衆惡所害)。各種物質皆是由於陰陽相沖和諧之氣生成，因為嬰兒的心靈未成熟，所以不會阻礙和氣，所以嬰兒生出的狀態是個全和狀態。那麼，因為腦袋發展，心思逐漸的阻礙氣運行的全和，因而陳景元的丹道修煉法是在修煉身心，為了調和陰陽的魂魄生殺衝突，使兩邊得於和諧，而回歸重入嬰兒的全和狀態。此是陳景元養氣的工夫論，則說「是得嬰兒之全和也。此教人養氣也」。表示他認為老子的工夫是個養氣致「太和之元氣」之工夫。

二、以和氣為用的工夫

聖人養氣致「太和一元之氣」的工夫，需要透過養氣的工夫，使心靈不留滯於魂魄相對，身心之氣便達到太和之平衡，而用這太和之氣的修煉說：

> 萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。
>
> 負，背也。抱，向也。動物則畏死而趣生，植物則背寒而向暖，物之皮質，周包于外，皮質陰氣之所結，故日負陰。骨髓充實于內，骨髓陽氣之所聚也，故曰抱陽。充和之氣運行于其間，所以成乎形精也。沖和之氣盛全，則形精不虧，而生理王也。沖和之氣衰散，則形精相離，而入于死地矣。故大人虛其靈府，則純白來并，君子不動乎心，則浩然之氣可養。純白浩然者，沖氣之異名。沖氣柔弱，可以調和陰陽，故曰沖氣以為和。[30]

上述已說明，彌補本身的缺口為變化動力，所以萬物需要交錯才能彌補缺口而體會「全和」之狀態，所以要靜心而不有偏心，陰陽即能通達平衡。但是因為人的本性會

---

[29]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 2，頁 19。

[30]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 67。

偏愛生，則會造成陰陽不平衡，因此腦袋的慾望執著在一邊，因此陳景元說：「動物則畏死而趣生」動物(含人)的慾望偏向於取趣生之爽，而植物也如此：「則背寒而向暖」。在此要分明清楚這理的本性與上述自然的差異。本性指陰陽的氣通過慾望，而造成這個氣的分化，但自然是陰陽變化的平衡。兩者皆是一種自然，萬物都需要死亡而轉變，這是道轉換元氣的方法。所以欲會給你生命，會讓你有自我的感受，但是因為慾望元氣會分散到往生。所以欲及慾望能維持自然的運行，而人有慾望因為本身有缺口，則會向外求。陳景元認為要透過丹道修煉讓天地的陰陽於體內交錯而不產生魂魄的衝突，則兩者能融合為一體而達到和諧。如此，人能夠被天地養成滿足而不需要向外欲求。所以陳景元說：「皮質陰氣之所結，故日負陰。骨髓充實于內，骨髓陽氣之所聚也，故曰抱陽。充和之氣運行于其間，所以成乎形精也。」和氣運行於外皮與骨髓其間，表示和氣包含體內的一切氣，所以如果心不動，陰陽能交錯而達到和諧之充滿營養之氣。所以說「故大人虛其靈府，則純白來并，君子不動乎心，則浩然之氣可養。純白浩然者，沖氣之異名。沖氣柔弱，可以調和陰陽，故曰沖氣以為和。」。所以養氣的目的是養和氣，和氣是天地氣交錯之和諧，而精中也存有其和諧之氣(上述已論之)。所以如果要成聖，是要養精氣：「沖和之氣盛全，則形精不虧，而生理王也。」如果沖和氣運行於體內，形體與骨髓就不會虧損，是故能逐漸養育身心，而最終達到體內的和氣盛旺而人能夠放心。則能避免「沖和之氣衰散，則形精相離，而入于死地矣。」——凡人陰陽衝突的相對狀態，而是由於其狀態病苦生成。

> 和其光，同其塵，湛兮似或存。
>
> 虛極之道，以沖和為用，其所施用，無乎不可。在光則能和，與光而不別。在塵則能同，與塵而不異。應物則混於光塵，歸根則湛然不染，尋其妙本杳然而虛，約其施為昭然而實，故曰湛兮似或存。[31]

「沖和」是萬物之精氣，是由於天地交錯而生成萬物。那麼如體內的和氣一般，和氣運行在一去之內，因此陳景元以光與塵為喻說：「在光則能和，與光而不別。在塵則能同，與塵而不異。」光能是一切生物之原本及能量，功能運行元氣之沖和氣，而是由於光能一切生成。光能為大宇宙的「精」，類似於骨髓為形體的「精」，兩者皆屬「陽」。塵世則是由於光能而形成的物質，這是大宇宙的「外皮」，類似於形體的外皮，兩者皆是屬「陰」。不過，因為天地無心，陰陽能通暢地運行，而維持和諧所以陳氏說：「應物則混於光塵，歸根則湛然不染，尋其妙本杳然而虛，約其施為昭然而實」這解釋自然運行的平衡。而人如果能維持沖和到充滿，能通達與「無有」、「生死」等的大道自然循環合一。

劉固盛解釋其章言：

> 由於道體自然玄虛而又變化莫測，所以它能夠無所不在，遍及萬物群生，主宰著世界的一切。[32]

---

[31]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 13。

[32]劉固盛：〈論陳景元對《老子》思想的詮釋與發揮〉《宗教學研究》第 2 期，2006 年。

道體則是虛無之體，其體不能支離一切。變化莫測則是神之謂，變化莫測也就是形容道之作用。兩氣達到「神」等於達於變化的和諧。因此上述描述：「元氣為大道之子，神明之母，太和之宗，天地之祖，結為靈物，散為光耀，在陰則與陰同德，在陽則與陽同波……」道之元氣是神明之母，表述在元氣之中含有陰陽，因為：「有神有明，則有分焉」。因此元氣包含一切變化，雖然元氣為「一」，其一含二，是兩種氣的和諧，而神化和氣擴展與變化物質。自然之理在天地、清濁、陰陽、魂魄、五行等的分解與結合之平衡。分解是：「尋其妙本杳然而虛」——一個實體的物質分解而回歸未成形之虛氣。結合是「約其施為昭然而實」——陰陽結合而形成個實體。結論，萬物之生命若似存在而不是為真實存在，因為一個生命體僅是氣暫時的結合而已，終會分解而回歸虛無之狀態。因此，陳景元說：「故曰湛兮似或存。」。

是故，體會分合之間的自然道才是真正的存在。以下描述此「真」存在的超乎陰陽之境，說：

> 黃帝立，為天子十九年，令行天下。聞廣成子在於空同之上，故往見之，曰：我聞吾子達於至道，敢問至道之精。吾欲取天地之精，以佐五穀，以養民人；吾又欲官陰陽，以遂旱生，為之奈何？廣成子曰：而所欲問者，物之質也；而所欲官者，物之殘也。自而治天下，雲氣不待族而雨，草木不待黃而落；日月之光，益以荒矣。而佞人之心萬翕者，又奚足以語至道？黃帝退，捐天下，築特室，席白茅，閒居三月，復往邀之。廣成子南首而外，黃帝順下風膝行而進，再拜稽首而問曰：聞吾子達於至道，敢問治身奈何而可以長久？廣成子蹶然而起曰：善哉問乎！來，吾語汝至道。至道之精，窈窈冥冥；至道之極，昏昏默默。無視無聽，抱神以靜，形將自正；必靜必清，無勞汝形，無搖汝精，乃可以長生。目無所見耳無所聞，心無所知，汝神將守形，形乃長生。慎汝內，閉汝外，多知為敗。我為汝遂於大明之上矣，至彼至陽之原也；為汝入於窈冥之門矣，至彼至陰之原也。天地有官，陰陽有藏，慎守汝身，物將自壯。我守其一以處其和，故我脩身千二百歲矣，吾形未嘗衰。黃帝再拜稽首曰：廣成子之謂天矣！廣成子曰：來，余語汝。彼其物無窮，而人皆以為終；彼其物無測，而人皆以為極。得吾道者，上為皇而下為王，失吾道者上見光而下為土。今夫百昌皆生於土而反於土，故余將去汝，入無窮之門，遊無極之野；吾與日月參光，與天地為常。當我緡乎；遠我昏乎。人其盡死，而我獨存乎！
>
> 碧虛註：有所欲，有所取，非精妙也，乃粗質爾；有所法，有所治，非全真也，必傷殘矣。自而治天下，陽災陰沙，二景失明，又奚足以語至道哉！黃帝退，捐天下，膝行而問修身，廣成始告以窈窈冥冥，強名道之精；昏昏默默，強名道之極。不以色為色，不以聲為聲，故神靜而形正。靜則神不勞，清則精不搖。不妄視故無見，不妄聽故無聞，不妄想故無思。三者皆真，故神住形留也。慎內則虛心，閉外則塞兌。益懼夫多知之為敗，故能超乎陰陽，會乎道域也。三辰煥明，五嶽安鎮，天地有官也；四時資生，萬物結成，陰陽有藏也。自治則物化而日強，純一則沖和之所聚，故脩身千二百歲而形未嘗衰。[33]

[33]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 31，頁 840。

陳景元的「欲」是指心生的念頭，而心如果生念頭就會有所「取」。取是指求之意思，是收取念頭想要的感受，因此失去精妙之萬物與我合一之狀態。如此身軀「乃粗質爾」。那麼「有所法，有所治，非全真也，必傷殘矣。」法是指想法，有想法就會治或控制，則失去「全真」或自然之平衡，而「傷殘」身心。所以言：「不以色為色，不以聲為聲，故神靜而形正。」不執著在「名」(色)，神就有自然之法，而形能正。形正指上述言之調整身心之氣，而能超乎陰陽，因此言：「靜則神不勞，清則精不搖。不妄視故無見，不妄聽故無聞，不妄想故無思。三者皆真，故神住形留也。慎內則虛心，閉外則塞兌。益懼夫多知之為敗，故能超乎陰陽，會乎道域也。」不過於欲求外界，即無思無慮，能保留陰陽和諧之神，而超乎陰陽之相對，也就是身內保留陰陽相沖之和諧，這是道之自然狀態，而是陳景元養神養氣之身心修煉目的。而此和氣聚集於身軀。因此言：「三辰煥明，五嶽安鎮，天地有官也；四時資生，萬物結成，陰陽有藏也。自治則物化而日強，純一則沖和之所聚，故脩身千二百歲而形未嘗衰。」則不自治而讓自然變化之理通於身心，人便能超乎陰陽相沖對身體的傷害，體會陰陽之和諧，因此能得於長壽，體證超乎陰陽相對之「道域」，便達到與一切合一之境界。

第四節、小結

本章分析陳景元「氣」的思想脈絡，將「氣」分為元氣、清氣、濁、陰陽、沖氣、和氣、沖和氣、魂魄。氣主要是指萬物的基本內涵，也是說天地萬物皆是以氣形成。陳景元之「道」是事物之理和物質的總稱。性是理考察之本性，心是運行本性之控制台，精包含體和用，就是包含軀體的精華和神，而本章論述這「用器」之內容或氣。

元氣是指「一」之氣，是一切生成最根源之氣。本文提出兩種元氣，但是執得注意的是，各物的元氣接等同。所以元氣之「一」包含兩個意思，一個是陰陽不相對之「一」，因未進入相對，各物的元氣不二。元氣是理之用器，理化元氣為各種物體。天地之元氣和萬物的元氣不二，陰陽交錯而生天地。天之清氣的「純陽」或純粹陽性，是創生的力量，和地之濁質的「純陰」或純粹陰性，是養成能量的載體。所以道透過元氣生成天地，天地分散和具體化陰陽，並透過清濁之交錯，產生和氣，這和氣就是萬物的元氣，也是等於元氣，皆是陰陽不相對之氣——「一」氣。

陳景元說明變化的運行於應力，道之本體，如果無應用的對象，不足以運行變化，更生陽氣或渾淪或元氣等等。元一之氣只有氣而沒有物質，所以透過天地之清濁，分散為能量和質。質需要能量運行，能量需要質具體化，因此兩者自然而然交錯而成物。所以氣上的變化，是陰陽不斷地相沖，這是陳景元沖氣之意思。一切皆為陰陽相沖之果，而陰陽相沖自然狀態，合成和氣，這是陰陽的沖和。陰陽沖和是指陰陽、清濁、魂魄等對沖之平衡，有平衡而不生相對，不相對而是「沖虛」之和氣。魂魄是陰陽的生殺動靜之本能，這是是陰陽對沖的內容。動和靜、生和死對沖在物質上，運行生死循環。

陳景元的身心修煉工夫，主要在面對魂魄、陰陽等等之對沖。體內運行之氣由於天地，天之氣提供心靈之能量，地之六味培養形體之營養。是因為地之營養代謝不良，六情產生，而六情破壞氣相沖之和諧。是以，身體之修煉或鍊形之工夫，是修練身軀之氣，養氣到能夠順暢流變於身心。如此，天地之氣能夠完善之分解，而天地之氣的魂魄能夠不產生衝突，如天地之大道一般，則是體會自然之大道。

國立政治大學
National Chengchi University

第七章、神——道之作用

第一節、陰陽不測為神

神在陳景元的思想脈絡是個很主要的概念，甚至「神」能概陳景元思想脈絡各方面。因此本章專門描寫「神」，表述神在陳景元的定義，神在天地人之間之關係，以及體內神的解釋。重點是神從生天生地直到物質體內的聯繫，而陳景元如何去描述此問題。那麼本章的第一節首先概說陳景元對神的定義再後者進行論述陳景元思想脈絡如何詮釋此概念。可從陳景元對於「神」之幾種描寫，知道陳景元對神的廣泛定義，知道陳景元思想脈絡的「神」範疇是道變化一切的作用。本文首先闡述神為道變化一切的作用的定義，再來以此定義擴展到陳景元思想各方面，說明其「神之又神」之思想。

本文先證明神為道變化之「陰陽不測」的作用意味：

> 夫大塊載我以形，勞我以生，佚我以老，息我以死。故善吾生者，乃所以善吾死也。夫藏舟於壑，藏山於澤，謂之固矣。然而夜半有力者負之而走，昧者不知也。藏小大有宜，猶有所遯，若夫藏天下於天下，而不得所遲，是恒物之大情也。特犯人之形而猶喜之。若人之形者，萬化而未始有極也，其為樂可勝計邪？故聖人將遊於物之所不得遯而皆存。善夫善老，善始善終，人猶效之，況萬物之所係而一化之所待乎？
>
> 碧虛註：大塊，元氣也。我者，靈物之稱，靈物本無。生、老、死，於何而有？由其有形也，則是我本不載，為有形故；我本不勞，為有生故；我本不佚，為有老故；我本不息，為有死故。觀此道之善能生物，則鈴亦善能死物矣。今且以樂天為善吾生，知命為善吾死，又何咎焉！夜半有力者，陰陽不測之神。負之而走，造化不停之謂也。且藏物者寧無衛而物將逃也，曷能禁之？然物不在藏，理有不遷者，庸詎知之乎？夫，飛不知沈，則沈藏矣；此不知彼，則彼藏矣。是謂自藏，非物藏也。此常物之大情，而非假借達人。以宇宙為一室，則失天下之有矣，非藏而何！一天下者，動植萬類之總名。所謂藏者，密移而不覺也。夢為鳥而厲天，夢為魚而沒淵，所化無極，樂亦無極，何獨遇人形而喜之乎？物之所不得逐者，造化也。聖人道於無心無化之途，則物皆存矣。人之倣傚徒美其迹，至一無述，萬化所宗。有善有待，皆非懸解也。[1]

陳景元定義「神」之時說：「夜半有力者，陰陽不測之神。」可知神是變化氣之作用，是個神妙不能觀測、不能分辨的陰陽變化作用。「神」是在陰陽和諧之「不測」中綿延衍生、變化萬物，也可說是在化元氣為物質，因此陳景元言：「命得元氣之純和，神配陰陽」，物體得於陰陽純和之元氣而有生命，神則化純和中的陰陽為各種生命體。是通兩氣流變之和諧，則陰陽兩者達到平衡，故說是「不測」。靈物是無形與有形轉變的總體，是由於這總體「生老死」產生。所以陳景元說「唯有無名靈物，統

[1]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 16，頁 733-34。

御一體」[2]。證明靈物是指形而上的「靈」(無)與物質總和體。在陳景元的思想脈絡，「靈物」化物的變動者的稱呼是神。因此陳景元言：「今且以樂天為善吾生，知命為善吾死，又何咎焉！夜半有力者，陰陽不測之神。負之而走，造化不停之謂也。」「神」是變化靈物之體、負著靈物之和諧，以其和諧為用來造化物質的循環。因此可知，陰陽雖然會組成有形之各種生命體，但是這生命體是在萬物變化本體之下，獲得暫時的存在。並因僅有暫時的存在，萬物之生死就是個轉化，是在轉化無形之理則，所以無有不能說有「分」，是兩者之間互相形成的。

在 陳景元思想脈絡，神化元氣為天地之氣不別於萬物的元氣，因此陳景元認為神之理則即時即刻變化一切之「日用」理則。

> 淵兮似萬物之宗。
>
> 淵，深靜也。兮者，深欺詠道之詞也。明此，沖虛之道，不虧不盈，體性凝湛，深不可測，故謂之淵也。夫不測之理，非有非無，難以定名，故寄言似也。群生日用，注酌湛然，體含萬象，善惡斯保，動植咸歸，故為萬物之宗。[3]

沖虛之道指陰陽相沖而妙合而未呈現為物之本則謂「虛」，是在兩邊之中的深靜，因此說會不虧不「神」是陰陽不測之理，因此「神」之理是個「非無非有」體。「神」在即時即刻變動、生成、及養成等萬物，這是陳景元說的：「日用」的意味，而「群生」是萬物生產養育之意思。神衍生及變化物質之法，如陳景元說的：「注酌湛然，體含萬象，善惡斯保，動植咸歸」「湛然」是「深靜」的意思，是描述神之陰陽不測。雖然動出一切，還是不落實於分別，就是變動陰陽兩氣組成物質的和諧之理。所以陳景元解釋成陰陽不測，此是生成物體的根源，神不斷地在陰陽之生死變化——「日用」。因此，神是理與物的接合的「非無非有」的變化，此就是「不測」的另外涵意。

在陳景元的思想脈絡「神」有很大的地位，甚至用「神」詮釋老子全書的思想。下一節從陳景元詮釋《老子》中心思想的「神之又神」，說明他「重玄」的含意。

> 如吳筠說：「神者， 無形之至靈也。 神禀於道， 靜而合乎性; 人禀於神， 動而合乎情。 故率性則神凝， 馳情則神擾。 凝久則神止， 擾極則神遷。」這裡雖有將具體人心與神進行區別的意思， 而從最根本的意義上來說， 神、 道、 道性以及心體都是同一的， 神即心之本體， 亦即道，眾生解脫的基礎和可能性，即道性。陳景元對「 心」 與「 神」的關係的說明便是繼承這一傳統而來， 認為神隱而不見是因為心 中充情欲， 所以「 養神」 的關鍵就在於打掃心房， 虛靜心室， 從而實現生命的長存。而打歸心房 、 虛靜心室的過程在陳景元看來就是息去「妄心」、 復歸「真心」的認識自我本來面目的過程 。這一點將在下一節中詳細闡述合 」。[4]

---

[2]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 9，頁 686。

[3]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 13。

[4] 隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，(成都 ：巴蜀書社，2011 年，11 月) ，頁 290。

隋思喜對於道及養身的說法合乎本文的思想體系。關於道，的確能說道與「神」、「性」等者是同一的，是因為道在陳景元的思想包含一切的本末，所以什麼都是道。因此在原則如此的解釋沒有大的問題。至於「養神」，陳景元「養神」的關鍵顯然在「打掃心房， 虛靜心室」，就是息去「妄心」的修煉工夫。這思想在陳景元的原典很明顯。

雖然什麼都是「道」，使用如此的解法太籠統，造成無法分辨各個範疇的本意。甚至吳筠明確地區分「道」、「神」及「性」。因此如果要完整的解釋引文的思想內容， 必須討論「道」、「神」及「性」之間的異同及思想脈絡，不則解釋沒有直接針對原文的內容，反而缺少對於原典的見解。不能直接說：「這裡雖有將具體人心與神進行區別的意思， 而從最根本的意義上來說， 神、 道、 道性以及心體都是同一的」，而不證明為何是如此，要證明或者作論述，因為原文不涵蓋此義。如果是從一個歷史角度說陳景元是繼承吳筠的思想傳統，恐怕歷史依據不夠，因為陳景元老莊注僅引吳筠一次。[5]如果僅認為是思想上類似，那麼必須進行討論神性及道之異同。 是故本文繼承與補增隋思喜對「神」及「養神」的解釋，以提出陳景元的「重玄」新詮釋。而在其詮釋中，本文多闡述道、性與神的區分，說明「道」是變化之理，而「神」是運形其理的作用。則「神」是照著道之理而生成一切，而「性」是身心察於自然的本性。

上述是神基本概說之描述，神是道之作用，其作用是化陰陽不測為用，即時即刻變化無形之理為有形之物。那麼在陳景元的思想脈絡「神」有很大的地位，甚至用「神」詮釋老子全書的思想。下一節則闡述此點，及描述「神」在陳氏思想之層次。那麼第二節則從陳景元詮釋《老子》之宗旨時以神為主之思想之神之又神。

第二節、神之又神為「重玄」

一、玄與神的關係

上述已解釋陳景元「神」的定義，說明幾點：１、神為陰陽不測之意，是一切的本體的作用。神是化萬物的理則。２、神變化生死。神運行物質分分合合的交易軌道。３、神是道生物的生生不息的作用。４、神之理是個「日用」的作用。神即時即刻在生物，不斷地在重新神化同一之元氣為物質。接著以其定義，討論陳景元「神之又神」的思想，闡述陳景元《老子》思想的核心，來補增前學者的貢獻。

陳景元老子注在〈開題〉中提出「重玄」來詮釋《老子》思想，本文從此開始探討「神之又神」的涵意，再來討論正文論述「神」之處。陳景元在〈開題〉中詮釋老子的宗旨說：

> 故下經四十有四章。此皆起自先賢，且仍舊貫，此經以重淵為宗，自然為體，道德為用，其要在乎治身、治國。治國則我無為而民自化，我無欲而民自樸。治身則塞其兌閉其門，谷神不死，少私寡欲。此其要旨，可得而言也。若夫視之不見，聽之不聞，淵之又淵，衆妙之門，殆不可得而言傳也。故遊其廊廡

[5] 陳景元註解「建德若偷」說「夫建立陰德之人，不顯其功，畏人之知，故若偷竊耳。吳筠《元綱論》曰：功欲陰，過欲陽，功陰則能全，過陽則易改，此之謂也。」。此為吳筠在老莊註解中唯一次的出現。

者，皆自以謂升堂睹奧，及其研精覃思，然後於道，知其秋毫之端，萬分未得處一焉。輒依師授之旨，略纂昔賢之微，其如悅惚杳冥在達者之自悟耳。[6]

淵字則是玄字[7]，此「重玄」是指「玄之又玄」，但陳景元以內丹道教立場的「神之又神」解「玄之又玄」。陳景元說「此經以重淵為宗，自然為體，道德為用，其要在乎治身、治國。」表示自然與道德的要點在治身、治國。並陳景元用「治國則我無為而民自化，我無欲而民自樸。治身則塞其兌閉其門，谷神不死，少私寡欲。此其要旨，可得而言也。」解釋老子的「道德自然」的要點(治身治國)。所以本文首先探討陳景元對此句的解釋，證明陳景元對「治身治國」的解釋含有濃厚「神」涵義，再來直接討論陳景元對「重玄」或「玄之又玄」的解法。

陳景元在莊子注中解釋「我無為而民自化，我無欲而民自樸」說：

天地雖大，其化均也；萬物雖多，其治一也；人卒雖眾，其主君也。君原於德而成於天，故曰，玄古之君天下，無為也，天德而已矣。以道觀言而天下之君正，以道觀分而君臣之義明，以道觀能而天下之官治，以道汎觀而萬物之應備。故通於天地者，德也；行於萬物者，道也；上治人者，事也；能有所藝者，技也。技兼於事，事兼於義，義兼於德，德兼於道，道兼於天。故曰，古之畜天下者，無欲而天下足，無為而萬物化，淵靜而百姓定。《記》曰：通於一而萬事畢。無心得而鬼神服。

陳碧虛註：天地無心所以均化，物物自治所以齊一。眾各異業。唯君無為，原於不德，成於自然也。天德者，自治而有妙用存焉。以自然之道觀世之言教，清靜無為者，其君必正；職分不越者，君臣義明；方能稱任者，其官必治周覽萬物咸得應用者，庶可備具矣。道者，虛通昇乎上；德者，柔順降乎下；義者，流行通乎物；事者，應治役乎人；技者，隨能應乎藝。故技兼於事則治，事兼於義則適，義兼於德則順，德兼於道則通，道兼於天則合乎自然矣！無欲而天下足三句，即《道德經》無欲而民自樸，無為而民自化，好靜而民自正。混玆三者，通乎一真，則事無不畢，神無不服矣。[8]

陳景元首先描寫自然現象之間關係。是天理通於地，地受於天上能量，以化合為萬物，並是因為兩者「無心」，這能量才能有均化。均勻指變化的平衡。再言「物物自治所以齊一。眾各異業」，物之「自治所以齊一」指萬物之本性效法理而形成，此是齊一的意味。齊一在解釋道之「均勻之變化」是氣與物質變化元「一」之氣的平衡。一之變化平衡指陰陽的平衡，這與上述陰陽不測之神一致，因此最後提出「神無不服矣」。因為道本身有理而無質，所以不能自我呈現，而是透過天理應變地理而成萬物。萬物各種不同性質產生，是因為各個環境的不同，而且各地與天之關係皆不一——「眾各異業」。陳景元的君主「唯君無為，原於不德，成於自然也。天德者，自治而有妙用存焉。」表示君主因為不被個人思維留滯則無自為，無自為而能通於自然，

[6]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），開題，頁 4。

[7] 淵字為唐時避高祖李淵名改字為玄。

[8]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 34，頁 19。

則自治而通天理的「妙用」。因此再言：「以自然之道觀世之言教，清靜無為者，其君必正，職分不越者，君臣義明；方能稱任者，其官必治周覽萬物咸得應用者，庶可備具矣。」陳景元認未需要用天德之自然之理當「言教」之原則治人世，此就是自然之治，認為君主要不動心思，才能以自然均勻變化之理為用。用自然之理分配給臣子合適之職業，合適而臣子能明白如何用道，是君臣兩者為自然之體，而百姓為自然而然的應變上面，其完成道德的體用。所以陳景元說：「故技兼於事則治，事兼於義則適，義兼於德則順，德兼於道則通，道兼於天則合乎自然矣！無欲而天下足三句」。此是陳景元對「治國則我無為而民自化，我無欲而民自樸」的基本解釋，陳景元在此後面加「神」來闡述他治國思想，說：「混玆三者，通乎一真，則事無不畢，神無不服矣。」所以上解釋的以自然均化治國，則能通於「一」，「一」之真理，這等於上述之均化，一個平衡的變化原則，而是由於此原則一切生及變化，則通於一之真理便萬事便「無不畢」，能行萬事皆通達自然的變化之對應平衡，所以在理想國家制度之下「神無不服」。因此可知，「玄之又玄」的治國之一面，顯然與「神」有大的關係，畢竟治國之理想是通達「神」的理則。

在陳景元用老子之說的：「治身則塞其兌閉其門，谷神不死，少私寡欲。」解釋「治身治國」(道德自然之要)中的「治身」，並其注解不但以「神」為中心，呈現陳景元內丹之特質，陳景元解釋谷神不死說：「上言谷神不死者，勸人養神之理。此日玄牝之門者，示人鍊形之衍也。」[9]陳景元認為老子谷神不死是在「勸人養神之理」，「玄牝之門」表示人需要同時鍊形才能成道。養神是指性工之要，鍊形是指命工，畢竟是個性命雙修的內丹修煉方法。為了養神就要如陳景元在開提所提出的：「塞其兌，閉其門，終身不勤。」，陳景元對此的解釋為：

> 此明絕欲守母之行。兌，悅也，謂耳目悅聲色，鼻口悅香味，六根各有所悅，門以出入為義。夫耳目諸根乃色塵之所由也。若塞其愛悅之門，則禍患息而身不勤勞也。又解兌，目也。緘無厭之目，則諸境自絕。門，江也。杜多言之口，則衆禍莫幹。諸境絕則嗜欲之源塞，衆禍息則云為之路閉。如是則恬憺安逸，終身不勤也。[10]

欲在陳景元的思想是人因為環境動心而有思慮，因此陳景元說：「欲者，遂境生心。[11]」，是因為耳目色聲香味之享受——悅會動心，而思慮耗用氣而間斷神之和諧。那麼此「六根」皆由色塵之地之氣衍生之，因此要塞色塵之貪圖，才能虛空身軀，就在「諸境絕則嗜欲之源塞，衆禍息則云為之路閉。如是則恬憺安逸，終身不勤也」，人在隨時隨地能順著環境的變化而心不生思維，不生思維而精氣能神，身心不會勤勞而耗氣。

因此「治身治國」之要點皆在神，治身是個養神鍊形的工夫，治國是使君臣與白姓皆通達應變平衡之理。所以陳景元的思想要點，是個要透過性命雙修，養神鍊形而於身心通理之神化，而以天理治國，讓國家合於神變之平衡。

---

[9] 宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[10]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 7，頁 78。

[11]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

關於「重玄」或「玄之又玄」，陳景元在老子第一章不但用「神」解釋「玄之又玄」，而且用「神」詮釋老子之道。陳景元說：

> 同謂之玄，玄之又玄
>
> 玄者深妙也，冥也，天也。所謂天者，自然也。言此無名有名，無欲有欲，皆受氣於天，察性於自然，中和濁辱，形類萬狀，蓋由玄之又玄，神之又神，所謂自然而然也。若乃通悟深妙，洞達冥默者，是謂有玄德也。[12]

玄是自然天，自然天是一切的元氣，也可說是自然之氣，所以說：「無名有名，無欲有欲，皆受氣於天」是解釋無與有，精與形等皆受氣於天，天在此是指天上的氣。一切受氣於天，而於天地交錯的自然之理中，各物考察各自本性。所以此本性於「中和」的濁質(濁質受天氣)而化合各個萬物之形狀。值得注意的是，此並不是說是一次就生萬物，是即時即刻天地之氣交錯而考察各個物體之性，並依此生物。所以萬物是由於天地交錯的和諧，所以是天之氣考察性於自然而生物，且因為「玄」為天為自然，是能包含氣之本末。是一切由於氣之中和生之，繼承天地在地，重複此氣之循環，因此用此範疇解釋「玄之又玄」。再來陳景元加「神之又神」以解釋「玄之又玄」及詮釋老子思想。「神之又神」是以上說的氣生成一切的變化者，是神照著道之理，變化元氣之中和，生成一切，因此是「玄之又玄，神之又神」。陳景元修煉工夫是人要透過性命雙修，修煉精氣至能通神之不二，如此就能通於元氣的神變，通達自然道德之法則。

二、神之又神與陳摶思想關係

關於「神之又神」詮釋陳景元說是「重玄為宗」，前學者重視之處與本文不同。前學者以陳景元所謂「重玄為宗」為陳景元屬於宋代重玄派的依據。因此學者提極多種觀點例證作陳景元與重玄派等不同派別的聯繫。譬如前言中已論劉先生「道性」說法，此特殊而不存於陳景元思想中的詞，是特用來表明陳景元與重玄派之關聯，為了完成思想史流變的說法，提高道教在中國思想發展的地位。本文與前者不一樣，是討論重玄之範疇在陳景元的思想脈絡中的意涵，及說明陳景元的「神之又神」說法之丹道意涵。可如陳景元太老師陳摶所說的：

> 其四曰真空，何也?知色不色，知空不空，於是真空一變而生真道，真道一變而生真神，真神一變而物無不備矣。是為神仙者也。[13]

在第四空，心已經不執著於空色或物質的「名」，這是人修煉氣到能開始通和諧之「一」變。如此身心中開始有「真道」。真道是「氣」流通的意思。氣開始流通則能開始通「真神」，真神是變化之理，因此真神一變於身心，身心能開始通於一切物質的理則。所以張廣保解釋此段說：「 真空為神仙之境界， 相當於內丹道的煉氣化神，

---

[12]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 8。

[13]李遠國：〈陳摶佚文匯編〉《道家文化研究》第 19 輯 (北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年），頁 395。

練神合道階段」[14]所以是煉氣到氣能通神的修煉階段，此階段的內涵是通達氣於身心阻礙之處，開通而氣之運行能達到順暢的萌芽，並神開始流通於身心。陳摶的「五空」是人鍊身心到神能夠化氣，則是身心之氣開通，而順著神化道之理則運行，並與一切之理合一而成道。

> 其五曰不空，何也?天者高且清矣，而有日月星辰焉。地者靜且甯也，而有山川草木焉。人者虛且無也，而為仙焉。三者出虛而後成者也。一神變而千神形矣，一氣化而九氣如矣。故動者靜為基，有者無為本，斯元龍回首之高真者也。[15]

「虛」的意思是心及身軀不留滯天地之氣運行於身心，「無」是體內的氣通達陰陽不測的神化，而成其神化於身心，因此陳摶再說「三者虛而後成」，陰陽交錯為和之三氣，而成其三氣為一之沖和氣於身心，通一切的根源氣，與其根源氣的神變。所以說「一神變而千神形矣」，是道之神變通於形體之意思，是陰陽不測的氣流通於身心，因此一氣也通，所以說：「一氣化而九氣如矣。」神化一氣於身心。因此可知，神化氣——身心完成道之神變，體會一切之根源。所以是個不如凡人之狀況，凡人是因應形體的本性化氣，不達到和氣之神化，而卡於陰陽不平衡的運行到老病死。反而陳摶之類的高真者與凡人顛倒，是逆成其原本之性，神化通於體內的氣，並成一氣之神變。所以這「一神」變「千神之形」形，形是由於氣而形成形體，所以可說是神變氣為形，而氣化神而成其無的「一氣化九氣」，是神重來變一之氣為形及氣之一切的「玄之又玄，神之又神」的思想。因此陳景元在「道生一，一生二，二生三，三生萬物」寫：「開元御注曰：道者，虛極之神宗。一者，沖和之精氣也。生者，動出也。言道動出和氣以生物，然於應化之理猶未足，更生陽氣，積陽氣以就一，故曰一生二。」陳景元以其證明本文的說法，是道為神宗的生者，此合於陳摶的說法，也是陳景元老子詮釋的核心思想曰：「五千文之蘊發揮自此數言，實謂玄之又玄，神之又神也。[16]」玄是：「玄者，深妙也，冥也，天也。所謂天者，自然也。言此無名有名，無欲有欲，皆受氣於天，察性於自然[17]」而神是「神之又神，所謂自然而然也。若乃通悟深妙洞達冥默者，是謂有玄德也」[18]玄是天也是自然之氣，而無欲有欲的萬物，受氣於天，而神變化氣，是氣的自然變化，也是一切的神變，變化一氣的萬化的「一神變而千神形矣，一氣化而九氣如矣」思想。而陳景元的有「玄德」是達到五空的境界，而精氣有神之「高真者」。

張廣保解釋陳摶五空說：

> 此所論五空， 於頑空、性空皆斥為離道之見， 而將法空解釋為 道之初階， 真空為神仙之境界， 相當於內丹道的煉氣化神，練神合道階段。不空的境界， 他

---

[14]張廣保《唐宋內丹道教》，(上海：上海文化出版社， 2001 年)，頁 277。

[15]李遠國：〈陳摶佚文匯編〉《道家文化研究》第 19 輯 (北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年），頁 395。

[16]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

[17] 宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 8。

[18] 宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 8。

形容為亢龍回首，實際上相當於內丹道的粉碎虛空之後的境界 。陳摶擇取佛教五空概念來解程內丹修煉的五種境界，從兩者的深層義理根基來看，存在著會通的可能性 。不過這種仙佛會通之說，並非正統內丹道所倡導者，這也可看成陳摶內丹道的特色之一。此外五空理論實際上也是一種陳摶內丹道的判教說，與鍾呂丹道區分鬼仙、人仙、地仙、神仙、天仙等五仙說有異曲同工之妙。[19]

所以張廣保認為四空是「氣化神」的內丹境界，而本文解釋第五空為神變氣。是體內之氣有神而能相沖至和，體會一切的根本，或回首的意思。雖然陳摶使用佛教術語，此思想內容還是屬於內丹的說法。陳摶的說法能同於陳景元「玄之又玄，神之又神」之說，並為陳景元「神」概念解釋具有內丹修煉性質的依據。本文闡述陳景元「玄之又玄，神之又神」說法在他思想各方面，以闡明其思想的內丹特質。

下一節探討陳景元對「神鬼」、「神帝」、神明衍生天地的說法。從大宇宙到小宇宙，說明「神之又神」串聯性的特質，並證明陳景元「重玄為宗」的丹道意涵，以發展前學者的論點。

第三節、神化天地——神鬼、神帝、神明

一、神鬼、神帝、生天、生地

「神之又神」之思想是描述從天地之始至物之衍生，神即時即刻在變化氣。陳景元解釋莊子「神鬼神帝」的概念，以「神之又神」原始之描述，意指即時即刻演變物質之氣。陳景元照莊子「神鬼神帝」描述「生天生地」者，是天地的原始，因此是萬物最原初之頭。以下是本節討論「神鬼神帝」整體的邏輯：

道可道，非常道。

……若乃可傳而不可受，可得而不可見，自本自根，未有天地，自古以固存，神鬼、神帝，生天生地者，常道之道也。五千文之蘊發揮自此數言，實謂玄之又玄，神之又神也。[20]

在有天地生前已有自然之理則，因為神是變化道之理則，其理則之變化者是「神鬼、神地」。是自然之法透過神之陰陽不測生天生地，由於生天地之能量萬物各自亦生，因此陳景元說用神及玄詮釋老子《道德經》說「五千文之蘊發揮自此數言，實謂玄之又玄，神之又神也。」是表示生天地萬物，皆是神變化元氣之顯明。因此「神」在陳景元的思為能涉及到及包含一切，無論是天地萬物的生者，治身治國之法等等一切變化皆由於神及玄氣。

「神鬼神帝」生天生地源於莊子，陳景元在註解中之解釋「神鬼」與「神帝」之意味為何：

---

[19]張廣保：《唐宋內丹道教》(上海：上海文化出版社，2001 年)，頁 277。

[20]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

夫道，有情有信，無為無形；可傳而不可受，可得而不可見；自本自根，未有天地，自古以固存；神鬼神帝，生天生地；在太極之先而不為高，在六極之下而不為深，先天地生而不為久，長於上古而不為老。狶韋氏得之，以挈天地；伏戲得之，以襲氣母；維斗得之，終古不武；日月得之，終古不息；堪坏得之，以襲崑崙；馮夷得之，以遊大川，肩吾得之，以處大山；黃帝得之，以登雲天；顓頊得之，以處玄官；禺強得之，立乎北極；西王母得之，坐乎少廣，莫知其始，莫知其終；彭祖得之，上及有虞，下及五伯，傅說得之，以相武丁，奄有天下，乘東維，騎箕尾，而比於列星。

碧虛註：常善救物，有情也。感而遂通，有信也。有情而無為，有信而無形，所以可傳不可受，可得不可見也。鬼為陰主，帝為陽君，陰陽之所以不測者，為其有神也。天地之所以生生者，為其有道也。道之高深久老，固不可以心思言議而無所不在焉。老君自天地、谷神、萬物、侯王，而言得一。漆園自稀韋至傳說皆言得之，斯又忘其一矣。是以道之通變，千聖莫窮也。[21]

「神鬼神帝」是道的理則變化動出天地的命名，此創造者，透過天地而通於萬化，神化氣為萬物，因此神本身不彰顯，但是其理則彰顯於物質上，所以莊子說：「在太極之先而不為高，在六極之下而不為深，」。陳景元的註解「神鬼神帝」的思想也不脫於此邏輯，說明鬼與帝之意味說：「鬼為陰主，帝為陽君，陰陽之所以不測者，為其有神也。」，鬼與帝是天地產生者的兩個因素，鬼是陰之主或為陰之理，帝則為反，而神是道之作用，而道之作用是陰陽不測的變化——神化，及通於天地而生萬物的「玄之又玄，神之又神」之過程。

「神」是道之作用，則變化一氣為天地萬物，因此陳景元說：

天唯道，善貸且成。

貸，施與也。夫歎美獨有此妙道，能神鬼神帝，生天生地，善以沖和妙氣施與萬物，且成實而復於自然也。君平曰：道之為化也，始於無有，終於無終，存於不存，貸於不貸，動而萬物成，靜而天下遂也。陸希聲曰：夫唯善濟貸於萬物，而不責其報，是以萬物受其成，而不知其德，故下士聞此道而笑之，不信其能若此耳。[22]

妙道是陰陽妙合的意思，是陰陽不測的陰陽妙合，運行道之理則生成一切。而在此引文中，陳景元闡述，神是變化陰陽相沖的和氣為萬物。所以是鬼之陰主與帝之陽君有神不測而妙合為天地。透過天上能量與地交錯，兩者之氣化合而通生天地之沖和妙氣，而由此沖和氣萬物生，實成妙道之理或有神之氣——「神氣」。

因此「玄之又玄，神之又神」神為陰陽不測之理，這個理則是道之作用，是透過陰陽相沖的和氣生天生地。上述已論之，萬物受氣於天，而「玄」有天亦自然之意味。所以神不斷地變化「玄」之氣衍生各種物體，並「玄」一直重來之生滅滅生及神

[21]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 16，頁 737。

[22]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 66。

變一切，是「玄之又玄，神之又神」的大義。是神化道之理則而顯明道之物質，此是陳景元神明的意思。下一節闡述神如何顯明道的物質，則是對從氣之沖和虛氣到萬物而回歸「一」之循環的解釋。

二、神明與宇宙生成的關係

在以下陳景元說明神明與宇宙之關係：

道生一，一生二，二生三，三生萬物

道者，虛之虛，無之無，自然之然也。混洞太無，冥寂淵通，不可名言者也。然而動出變化，則謂之渾淪。渾淪者一也。渾淪一，氣未相離散，必有神明，潛兆於中。神明者二也。有神有明，則有分焉，是故清濁和三氣，噫然而出，各有所歸，是以清氣為天，濁氣為地，和氣為人。三才既具，萬物資生也。嚴君平曰：虛之虛生無之無，無之無生無，無生有形，故諸有形皆屬於物類，物類有宗，類有所祖。天地，物之大者，而人次之。夫天人之生也，形因於氣，氣因於和，和因於神明，神明因於道，道之自然萬物以存，故使天為天者，非天也。使人為人者，非人也。谷神子曰：夫道自然變而生神，神動而成和，和散而氣結，氣結而成形，故曰道生一，一生二，二生三，三生萬物也。河上公曰：道始所生者一，一生陰陽，陰陽生和清濁三氣，分為天地人。天地人共生萬物。天施地化，人長養之。開元御注曰：道者，虛極之神宗。一者，沖和之精氣也。生者，動出也。言道動出和氣以生物，然於應化之理猶未足，更生陽氣，積陽氣以就一，故曰一生二。純陽又不能生，更生陰氣，積陰氣以就二，故曰二生三。三生萬物者，陰陽交泰，沖氣化醇，則褊生庶彙也。三家之說，大同小異，今備存之。[23]

陳景元的宇宙論是從「渾淪」或「一」開始解釋，渾淪就能說是陰陽和諧而為一之渾沌，因此陳景元解釋「渾淪」說是「氣未離散」或陰陽沖和之「一」。沖和之一氣之中有「神」與「明」，神是造化道之理則，運行陰陽之沖和為物質。明是神變化出來的客體或天地萬物、一切。「一」之氣最初的顯明是天地，天地是「一」氣散為清與濁氣而化合為和氣，和氣是陰陽和諧之氣，因此與根源之一氣沒有區別，便可說是在通一切的元氣。由於和氣萬物衍生，是故萬物是由於天地之元氣而生。元氣透過一切而維持沖和之「一」，就是神變。在陳景元援引中，神為道變化一切的作用，因此言：「氣因於和，和因於神明，神明因於道」，神明是照著道之理本，變化陰陽不測的和氣，而陰陽兩氣是因和氣而成形，所以神是透過和氣之中的兩氣成和隻物質， 因此亦言「夫道自然變而生神，神動而成和」，亦言 ：「道者，虛極之神宗。一者，沖和之精氣也。生者，動出也」。神是照著道成一切，因此可知是神之本，所以陳景說道是神之宗體。所以神是照著道之理變化和氣而動出天地，並透過天地生成萬物，因此陳景元說：「 自本自根，未有天地，自古以固存，神鬼、神帝，生天生地者，常道

[23]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 66-67。

之道也。」[24]常道之道，是變化道之運行通道的意思。神即時即刻變化精氣之沖和，透過和氣生地及各種物體，動出「神宗」的理本。

接著《開元御注》解釋無形生有形言之原因，及如何生，說：「道動出和氣以生物，然於應化之理猶未足，更生陽氣，積陽氣以就一，故曰一生二。純陽又不能生，更生陰氣，積陰氣以就二，故曰二生三。三生萬物者，陰陽交泰，沖氣化醇，則褊生庶彙也。」沖和之「一」氣的應變的理不足，就是因是「一」本身沒有客體可以變化，所以才需要生陽。值得注意的是，「一」是氣未散的意思，代表兩氣相沖為一之和諧，其實是陰陽和諧的意思，而並不是個純粹「一」之氣，所以是個「一」含「二」的思想。但是當陰陽是在沖和狀態之中。就沒有應化的對象，因此不能生成變化之理。在此我們可了解，道需要有兩邊的應化、應變等，才能衍生物質，這就可說是陳景元解釋道之其中主要特點。所以因為「一」之時沒有應化的可能，要從「一」之沖和動出「陽」之創造力，就有「二」。孤陰不生，獨陽不長，不過因為陽本身與沖和之氣很像，而陽本身也沒有質，所以無法自己生物質，這就是陽之缺陷或陳景元說的：「未足」的意思。在此陽氣是無形無質的生產能量，是純陽之氣本身是無形之清氣。清氣缺少物質，所以本身無法應化而生成能量的名。所以純陽分為陰陽。是創生的能量需要陰氣之濁質才能生成物質顯明。是從陰陽之「交泰」——相沖至和諧而通元「一」之氣，便由此沖和之氣萬化生成。是故神從「一」變化理到萬物之過程中的因素，是應化的理不足。是因為「不足」則必須分，分成後，要應化而結合，才能成和諧之氣，結合而生萬物，此就是物質之總體分分合合之謂。是神明「成和」來顯明「道」之名，因此命名為「神明」，是「妙」「無」、理為「有」、物質——妙有，顯明「神」之「宗」。

此是陳景元「玄之又玄，神之又神」的思想。是一切，包含天地及各種物質皆是由於同一之和氣生，是同一之和氣不斷地神變而又生成新的生命體(玄之又玄，神之又神)。接著下一節解釋陳景元如何從「神氣」察性的思想到養神入妙的丹道工夫論。

第四節、神生物到丹道入妙之養神修煉

陳景元的「玄之又玄，神之又神」的思想，是以自然相和氣及神(包含神鬼、神帝、神明等)為中點說法。是在其中神明「妙有」一切，切合有無、清與濁等原質化為各種生命體，此在陳景元的思想則是「神物」，而神物在陳景元的思想也是性的意思，是天地交錯而察性，神化「無」為「有」之妙合，而此思想是陳景元治身治國的丹道修煉依據，畢竟能完成從大到小的「玄之又玄，神之又神」丹道思想：

> 惚兮恍，其中有象，恍兮惚，其中有物。
>
> 象者，氣象。物者，神物，即莊子之所謂真君，今之所謂性者也。夫道，恍惚不定，謂其無邪，惚然自無形之中，恍爾變其氣象，將為萬物之朕兆也。謂其有邪，恍然自有象之初，惚爾而化歸於無有也。然而至無之中，有神物焉。神

[24]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 7。

物者，陰陽不測，妙萬物以為言者也。千變萬化，無所窮極，經營天地，造化陰陽，因氣立質，而為萬類，治身治國，鍊粗入妙，未有不由神物者也。[25]

氣象指陰陽中和之三氣，三氣化合為物體，是神明切合清與濁為物質生命體。此中和之氣是陳景元說的：「象者，氣象。物者，神物，即莊子之所謂真君，今之所謂性者也。」陳景元以神物為真君及性[26]，便神照著性而成軀體。此是個「神物」，是神照著各物的本性，變化和氣為個生命體。可知道是如此，因此陳景元曾說：「玄者深妙也，冥也，天也。所謂天者，自然也。言此無名有名，無欲有欲，皆受氣於天，察性於自然，中和濁辱，形類萬狀，蓋由玄之又玄，神之又神，所謂自然而然也。[27]」「玄」是天之氣，而物受於氣之生命力。物受於天或玄之氣，是物之質及天之清氣交錯，交錯而察於道在自然現象中的應化之理物質的本性，則照著其理衍伸生各命體。是一切由於「神」化「玄」或自然之和氣的「非無非有」之總體，因此陳景元再言：「然而至無之中，有神物焉。神物者，陰陽不測，妙萬物以為言者也。」

在陳景元思想中，「神物者」不但是個生成一切的本體，且是「治身治國」的要點，因此陳景說：「千變萬化，無所窮極，經營天地，造化陰陽，因氣立質，而為萬類，治身治國，鍊粗入妙，未有不由神物者也。」天地是神之器，以造化陰陽之理，因應陰陽兩氣在天地中應化之理察本性，性為物質的本質，其本質構成物之物質體，所以人的身軀是由於神化氣而生成之，因此陳景元的修煉是鍊養其神的流通於身心，使身軀成一切之總體，體悟到「神物者」。

在此可看出陳景元內丹道士身分，是要透過治身治國之工夫修鍊，使陰陽在身軀的氣至能夠入妙，「入妙」是陰陽流變的和諧，是鍊養到入於陰陽和諧狀態，而身心以和氣為用，逐漸的體會及成「神物者」之「妙有」於身軀，此是陳景元精氣神的性命工夫。因為身心之本質為「性」，所以要修煉由性流程的陰陽的不平衡，使身心能同於「玄」之神變，而成「玄之又玄，神之又神」之常道運行於身心。至於治國，神化氣為物質，這是「神物」的妙合，其妙合以性為主，而性是因應陰陽應化之理而察覺到的。所以物質體生後，也繼承此應化之理，是各種物體之間順著其應化之理，而逐漸的成環境，並在人間是人人應化到成人間世的大環境或國家，因此國家也是由於「神物者」而成之。國家及身軀兩者都有生死，死亡是由於陰陽不平衡而失去沖和之氣，所以在治身及治國之中，人及君主皆要使陰陽能流通於人間及身軀，如此氣可通達「神」。

所以陳景元認為是小宇宙與大宇宙的生產皆是由於同一個能量，而陳景元是認為必須鍊養身心及治國，以妙通氣不測的神，而吾即是體悟宇宙與我同一的根源。故陳景元說：「谷神不死者，勸人養神之理。此日玄牝之門者，示人鍊形之衍也。故形神俱妙者，方與道同也。」[28]此是陳景元內丹性命雙修的思想依據。治國與治身，老子自然道德的要點，是個神化氣的丹道思想。陳景元在「谷神不死，是謂玄牝。」的注解中，說明養神之工夫，而從此說明，可更清楚瞭解這是個內丹之法：

---

[25]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 3，頁 37。

[26]同本文第四章之第二節所述。

[27]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 8。

[28]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

上言谷神不死者，勸人養神之理。此日玄牝之門者，示人鍊形之衍也。故形神俱妙者，方與道同也。夫人有身有神，則有生有死。有生有死不可言道也。流動無常，豈得言靜也。若乃空其形神，忘其物我，是以出無根，故氣聚不以為生，入無竅，故氣散不以為死。不死不生，其谷之神也。生死無常；其浮動之物也。幽深雌靜，湛然不動，其玄牝之謂也。[29]

神是指氣通於身軀，此是神化氣之一切變化之生命力。鍊形使其身軀能不阻礙氣之運行，而同時養神，使心靈不滯神化氣之運行，則精氣能通於體內而達到「神物者」之「神明妙有」。因此陳景元也說了：「志者心之事。事在心日志，欲令舉心行事，當守謙靜柔弱，則道全矣。」[30]與「骨者體之幹。夫淳和足則體潤，精神壯則骨彊，亦自然之理也。[31]」「欲」[32]是指思維，若無思無慮道能全，道全是靠著「體之幹」之精中之氣養成身軀為健康的狀態。精是身軀之精液，包含精子、骨髓等。這是身軀的原質。因為是身軀的原質是包含和氣。可知是如此因為一切由於神化和氣而生之。精神狀是指軀體的精子中之氣能流形於身心養身而調和身心中之陰陽不平衡。神是此精中之元氣的變化者。神變體內之氣，而精中氣化神於氣。此是與陳摶說的「 一神變而千神形矣，一氣化而九氣如矣。故動者靜為基，有者無為本」一致之思想。到了聖人境界是等於能維持此神變之通道之性命雙修的理想治身之道說：「聖人道德內充，五神安靜，愴怕自足，貴愛不生，故日實其腹。」[33]五神流通於五藏，而體內的道能「充」或「全」於德或形體，達到丹道經氣有神的境界。五神是「神謂五藏之神，肝藏魂，肺藏魄，心藏神，腎藏精，脾藏志。[34]」。五神之流通源於心，因此要修煉心，使神能通達心，而流通於內藏之順暢，完成五藏之間聯繫。人如果能夠控制欲望而「正」自己，修正自己是在虛空身心對氣之阻礙，而讓身心通和諧之精中元氣，這是陳景元說：「若乃空其形神，忘其物我，是以出無根，故氣聚不以為生，入無竅，故氣散不以為死。不死不生，其谷之神也。生死無常；其浮動之物也。幽深雌靜，湛然不動，其玄牝之謂也。」的意思。形體內氣通達和諧就通神，通神就通於道之理則，通道之理則就合乎一切之「無常」及「無體」之本體。此是「玄牝」，玄通神氣於軀體即通達自然道德之理。因此陳景元丹道修煉之要點，是達到此「玄之又玄，神之又神」之理於身心，並以其理來治國，使國亦通其理則，而身之精氣及國家「神無不服」。

Chengchi University

[29] 宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 8。

[30]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 12。

[31]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 12。

[32] 陳景元定義「欲」曰：「欲者，遂境生心」，是心因為環境而生思維的意思。

[33] 宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 12

[34] 宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

第五節： 精氣神之養神丹道工夫

一、神明的體會

關於陳景元思想中的「神明」是指陰陽變化之沖和，來顯明道之神宗，及妙有道的物質。而在陳景元思想脈絡，神明也是指一種境界，是個可體會的狀態。以下闡述「神明」的體會，說明神明在陳景元丹道工夫中之意涵，陳景元在「故有之以為利，無之以為用。」解釋神明的境界與體會說：

> 故有之以為利，無之以為用。
>
> 此解上三事，明有無相資俱不可廢，故有之以為利，利在乎器也。無之以為用，用在乎空也。夫器之為利也，必存其外，外資空用而成。空之為用也，必虛其內，內藉器利而就。故無藉有以為利，而有籍無以為用也。無則同乎道，有則成乎器。形而上者曰道。道，無形也。道雖無形，必資有，以彰其功。形而下者曰器。器，有體也。器雖有體，必資無，以成其用。故器非道不能應用，道非器不能顯功。亦如轂中有輻，器中有物，室中有人，咸因無以利有，因有以用無也。若夫治身，則神為存生之利，虛為致神之用，故無能致用，有能利物，利物在乎有，而致用在乎無，無者虛靜之謂，有者神明之謂也。神明則妙有，虛靜則至無。妙有之利，在乎存生；至無之用，在乎致神。存生致神之利用，不出乎妙有至無也[35]

陳景元的工夫主要強調「神虛」、「有無」兩者之間之和諧，是在使「有」通「無」，而以無為用，因此陳景元說：「明有無相資俱不可廢，故有之以為利，利在乎器也。無之以為用，用在乎空也。」「無有」在丹道工夫之下，形容修煉身心到通達陰陽流變之神，使形體之元氣通於軀體，並以元氣為用來養生。空是指身心無阻礙的意思，是如果沒有阻礙就能通無之理則，而以無為用。陳景元再說如何達到空說：「空之為用也，必虛其內，內藉器利而就。故無藉有以為利，而有籍無以為用也。」在此陳景元描述他的工夫，是人要虛空內心，則是使心靈能夠通而不阻礙氣之運行，是不拘執於「有」、或不執著在五官對於外界的慾望而動心，就能利用道之理則於身軀，因此陳景元也說「無則同乎道，有則成乎器。」那麼道是一切的理或「無」，「有」是一切的質，便陳景元說：「形而上者曰道。道，無形也。道雖無形，必資有，以彰其功。形而下者日器。器，有體也。器雖有體，必資無，以成其用。」所以人之身軀是道之器，是個形而下之軀體。如果修煉其身心，可資無形之理，而同於道。神是造化無形之理，照道之理則，生成一切。因此可知，我們的軀體的根源是「無」或一切的理，但是因為陰陽氣之運行不平衡，則無法通神變化和氣之元氣的變化之理、或道。因此要修煉身心，治身而養神，因此陳景元說：「若夫治身，則神為存生之利，虛為致神之用，故無能致用，有能利物，利物在乎有，而致用在乎無，無者虛靜之謂，有者神明之謂也。」治身是解開身心留滯氣之運行之處。「神」是元氣變化之理，「神」是造化各種生命體的生死，所以在「神」從有生之利，所以要修煉

[35]宋，陳景元，〈道德真經藏室纂微篇〉《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1997 年），卷 2，頁 22。

身心到可通神之氣之運行和諧。要是不動心氣之運行自然而然達到和諧，因此陳景元說：「君子不動乎心，則浩然之氣可養。純白浩然者，沖氣之異名。沖氣柔弱，可以調和陰陽，故曰沖氣以為和。」[36]此說提出儒道的浩然之氣及沖和氣，認為兩者異名同實。強調「虛心養氣」，虛靜心念以養成沖和之氣。吾能調整身軀陰陽之變化，此身軀不耗氣，則能以和之氣為用養生，和之氣養生調和陰陽，調和到達到沖和之氣，並神有明而吾體會「無有」為一的妙有或神明。因此陳景元說：「神明則妙有，虛靜則至無。妙有之利，在乎存生；至無之用，在乎致神。存生致神之利用，不出乎妙有至無也。」神明妙有是在「明有無相資俱不可廢」，明是體會宇宙根源與其身心之同一，和氣因神化成我的理則由於道之神宗之理本。神是變化其理本為物質之器，完成道之理。所以有「神明」是在通則體會一切之根源的變化之理於身心，而為了達到完善之通，要調和陰陽，使體內氣之運行順暢，因此陳景元說「沖氣柔弱，可以調和陰陽」致神之用是在達到全身體會陰陽不測的沖和氣運行。是在通達「理」的神化於身心。

值得注意的是，原本達到陰陽之沖和並不是個終點站，那僅只是稍微接觸其沖和的意思，並真正的工夫在以其沖和氣為用來培養陰陽的氣之運行，陰陽的氣之運行完全通的時候，等於神就能通於身心，是明陰陽不測之沖和，此是陳景元工夫的過程，也是神明體會的工夫。下一段，闡述神與心及他五藏的關係。

二、煉養五臟之神的工夫

> 谷神不死，是謂玄牝。
>
> 夫大人以太虛為空谷，以造化為至神，空谷、至神乃道之體用，豈有死乎。不死之理既甚深冥，又能母養，故曰玄牝。或谷喻天地，神喻大道。今說者以山谷響應為喻，不其小哉。且人能懷豁無方，法太虛之廣，存任神真，資造化之靈，自然形與道合，何死之謂乎。如是，則冥然茂養，物受其賜，故曰玄牝。河上公《章句》：谷音育，訓養也。人能養神則不死。神謂五藏之神，肝藏魂，肺藏魄，心藏神，腎藏精，脾藏志。人能清靜虛空，以養其神，不為諸欲所染，使形完神全，故不死也。若觸情耽滯，為諸境所亂，使形殘神去，何道之可存哉。[37]

陳景元的「神」化氣，因此如果人要通達物質造化之理就要「至神」。陳景元說「至神」是道之作用，道是神之宗體，而神是變化物之宗，也是照著道之理，以氣組成萬物，物體以神氣為命，而由此運作，因此神是道之體用。因為人用神氣運行，及心是全身之控制台，「神」集中於驅動形體之心，再流通全身。因此可知，因為若「至神」，身心不會破壞氣的自然變化，則與造化之神合一。 所以陳景元的養神工夫是在練養心與五藏氣通暢，通暢而能達到和諧。因此，人如果在環境中動心（若觸情耽滯，為諸境所亂）是損失神之主要原因，則是「殘神去」的意思。失去神指失去陰陽不測之和諧，並是因為五藏之氣運行不平衡，體內之氣「亂」了。亂的意思是失去自

[36]宋，陳景元，《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 6，頁 67。

[37]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

然的神化氣或神氣，而陰陽不能「不測」則有相沖，反而造成有病、有死。相對來說：「人能清靜虛空，以養其神，不為諸欲所染，使形完神全，故不死也。」陳景元定義欲說：心不因為境生欲(為欲所染)，五臟之氣通達自然之運行——神氣，則是形完神全之狀態——通道之作用。通道之作用是通生死變化之道，故陳景元說「使形完神全，故不死也」。所以陳景元養神工夫是在讓神不廢於外求，以其養生，故又言：「神所居者心也。人當忘情去欲，寬柔其懷，使靈府閑豫，神棲於心，身乃存也。[38]」。

三、守保神氣與一切合一之境界

陳景元認為體內的真水要能夠靜修靜持才能達到神旺，陳景元說：

> 故曰，形勞而不休則弊，精用而不已，則勞，勞則竭。水之性，不雜則清，莫動則平；鬱閉而不流，亦不能清；天德之象也。故曰，純粹而不雜，靜一而不變，啖而無為，動而以天行，此養神之道也。夫有干、越之劍者，柙而藏之，不敢用也，寶之至也。精神四達並流，無所不極，上際於天，下蟠於地，化育萬物，不可為象，其名為同帝。純素之道，唯神是守；守而勿失，與神為一；一之精通，合于天倫。野語有之曰：衆人重利，廉士重名，賢士尚志，聖人貴精。故素也者，謂其無所與雜也；純也者，謂其不虧其神也。能體純素，謂之真人。
>
> 碧虛註：形勞精用，越分而傷性故也。水性不雜則清，莫動則平；身中真水亦如之，若純粹靜一，動合天理，雖不鍊形而神已王矣。利劍外物，尚知珍貴精神。搖蕩而不收，得不謂之倒置乎？善攝御者可伴造化，善養素者守保神氣，故能混合冥一，通乎天理矣。野語四事，貴精為上，謂虛其靈府，塞其六鑿也。質不為塵染，則素；神不為事撓，則純。體備純素，非真而何？[39]

陳景元的身心修煉的關鍵在維持身心的平衡，而如果身心之氣不平衡辛勞形體，而開始耗用精或元氣。那麼傷害形體本性之緣故就是超過天理之本分或「越分」。所以維持通達天理為身心修養其中主要條件，而通達天理與體內氣流變有關係。如果身軀本身之真水「若純粹靜一」。真水是氣通於體內之水液。如果心不影響氣之流動，水液中之氣能通於自然之法而成真或真水，如此就是「動合天理，雖不鍊形而神已王矣。」則氣之流變合於天理或自然之神。這是一個完美之狀態，但如果是一般的修煉者，需要「善攝御者可伴造化，善養素者守保神氣」，所以要學會依隨造化，要煉養身心之神氣，神氣是指氣自然的平衡，回歸真水之狀態而冥合一切，則通達天理。那麼不通達天理的主要因素是因為外事而動心，所以需要虛其靈府，塞耳、目等六孔(六鑿)，則是不因為外界動情，如此能保守神，而軀體能純素而不阻礙氣，則真水能通於體內。

---

[38]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 9，頁 105-106。

[39]宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》《正統道藏》第 25-26 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 48，頁 127。

陳摶亦討論真水，說真氣水，說明真氣水於體內流動之路線，何謂不傷身及至神之狀態，說：

> 世人用之，而不知收取，氣候若差錯，萬般工力徒勞施。
>
> 安排者，探上真氣水，安於下元；探下陰氣水，運於上元，安排各著鑪室，自神化之功。若安排不著去處，於身有禍。[40]

所以真氣水、或真水是心中之氣，而此氣如果運行到下丹田則為「安排」。而下陰氣或腎中之氣，是從下元運行到上，因此張廣保認為陳摶對於上下丹田的氣之運行有特別重視[41]。這是上下氣之運行和諧的意思，是由於其和諧養生，養生是身心能通氣之運行，用虛無之氣安頓身心，故說：「安排各著鑪室」，使精氣通達上下，故致「神化之功」，則有道而能通神。相對來說，不用此方法修煉身心，身軀中「安排不著去處」或亂，則不能虛無氣之氣之運行，故於身有禍，就是會阻礙氣之運行，由此身體產生傷害。所以養生之丹道，是在化腎中之虛無氣、或精中之和氣，以心火修煉精之氣才能通「神化之功」，因此陳摶說：

> 朱雀調養生金華。
>
> 人以調伏，探上丹田玉泉中水，以心火修煉之，入下丹田，鎳之玉牢之關。玉牢之關，別有陰丹之法，自然別生其魂，日月久深，自然色煥以結成，號曰金池也。[42]

為了調和身中的精氣，要用心火修煉丹田中之水液，開通氣之運行。在此「別」的意思是轉折，所以是轉折陰丹之法流，而自然而然魂生。則是從陰中陽生，則保持日月(魂魄)的和諧(久深)，如此身軀(色)能通神氣之自然運行，此等於上述說之「神化之功」。是心火不因為外在的享受或喜怒，則不阻礙水液中的氣之運行，便由於精中的元氣或虛無氣，運行到丹田，並調和軀體上的波動至於平衡。

此與張無夢說的意思一致：

> 十二時中子作頭，抽添運用勿停留。
> 法輸有象從南轉，神水無涯向北流。
> 詫女捉烏歸絳室，嬰兒驅兔上瓊樓。
> 但知守一含元氣，莫問滄淇幾度秋。[43]

從張無夢說神氣流通於南北，指腎之氣通於下丹天於往上，而心中之能量由上而運行到下。而因為上下之氣之運行和諧，故身軀能守「一」，而此一含有一切之元氣，則能體會道之理，此就是精氣有神的意思，而從上述的說明，可知三者的思想為同。則陳景元的神概念明顯於他的老師及太老師留下來的文獻。

---

[40]宋，陳摶：《陰真君還丹歌註〉《正統道藏》第 4 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），第 1，頁 221。
[41]張廣保《唐宋內丹道教》（上海： 上海文化出版社，2001 年），頁 273。
[42]宋，陳摶：《陰真君還丹歌註〉《正統道藏》第 4 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），第 2，頁 221。
[43]宋，曾慥輯、張無夢：〈鴻濛篇〉《道樞》（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 13，頁 287。

回復解釋上述之援引，身體中之真水指氣之順通，是身軀的水液不濁就能通純和之氣，人就不需要鍊形而神能往來於身軀。故陳景元說「真水亦如之，若純粹靜一，動合天理，雖不鍊形而神已王矣。」要透過養神鍊形，通達純一之道，或前段張無夢說的：「法輸有象從南轉，神水無涯向北流」水液通氣之神，而人能「守一含元氣」。此亦同於陳摶的以心火修煉精中之水，修煉成兩丹天之間的水液通氣，最終達成陰陽不測。也是同於陳景元養神鍊形丹道工夫，讓氣達到神而能「合一」之工夫，因此陳景元亦言：「利劍，外物，尚知珍貴精神。搖蕩而不收，得不謂之倒置乎？善攝御者可伴造化，善養素者守保神氣，故能混合冥一」陳摶亦說：「北方黑帝，極尊也，人之下元陰也。正氣者屬水，人之血也。河車者，北方氣之運行歸南方，以火煉水成塵，得變為河車下元精也。[44]」可知「塵」指水火平衡和諧之意思，是水火之氣要順暢，才能達到神之狀態。所以陳景元、陳摶與張無夢皆說的一致。是從「精」開始修煉，因此貴「精」，如果要貴精，要虛空心靈，是使心不生思維，不生思維而水火能流通不滯於身心之水液等，則能達到自然本然的和諧，就是素樸的和諧、「則素」。是氣之運行通而神不費於外在的誘惑，則能通於身心，便能體會神氣，如張無夢說的「法輸有象從南轉，神水無涯向北流。」之「守一」及陳摶說的「從無入有，從有入無，將無質氣，結為陰氣交感是也。大丹無藥，五行真氣是矣！」之精氣有神的境界，達到這境界需要透過養神鍊形之修煉，逐漸地虛心靈，最終至不動心，而陰陽能達成神之和諧。因此亦言：「神不為事撓，則純。體備純素，非真而何？」如果在一個外境之下，不被外事屈撓，心之注意力不會留滯於名，則能體會純粹素樸的元氣，則是一切的根源之氣，便是體會元氣的神變，以及與一切變化的理為一或「合道」。心不專注於外事而耗氣，神則不被外事屈撓，則能夠維持神氣之和諧，如此性工之養神及命工的養氣鍊形之目的。

四、天地及魂魄與養神之關係

人之命是由於精與胞交錯的化合，是精與胞含有軀體的精華及神[45]，神為道之作用，這作用是在變化天地萬物，則生出道的理則。男生的精子及女生的胞皆有生命的根本或精，神化精氣為軀體。是神透過天地、雄雌、男女、等等的陰陽交錯，變化及演化萬象，來顯明無形之理。因此陳景元引用《上清洞真品》說：「人之生也。稟天地之氣為神為形，受元一之氣為液為精[46]」此是描述人身軀的生產是由於天、地、元一之三氣聚合，身軀之精，及液或液體的骨髓等，皆是生命的根本。神化天之清氣為心之能量，這是主於心之運動力。而地之濁質長成其能量的物質形體。元氣為身心之精，兩氣為身心之氣及神，三者皆為陳景元丹道修煉主要客體。精為天之創生能量，胞為地之屬濁之本質，而兩者交錯為生命之元氣，此三氣就是在通天地生成的三氣，也是生命體的根本。人如果耗其三本，最終造成老病死之狀況，故說：「天氣減耗，神將散矣。地氣減耗，形將病矣。元氣減耗，命將竭矣。[47]」天之氣補養人之腦力，地氣補養人之血肉，元氣則是生命的精華。過度消耗受於天之氣，會分散神流通於身心。過度消耗受於地之氣，形體上會生病。神散、身體生病，而身心會過度消耗元

---

[44]宋，陳摶：《陰真君還丹歌註》《正統道藏》第 4 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），第 5，頁 223。
[45]同本文 82 頁所述。
[46]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。
[47]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

氣，則生命會結束，因此要透過養神的工夫，而解脫老病死之苦。因此陳景元再說：「故帝一迴元之道，泝流百脈，上補泥丸，腦實則神全，神全則形全。[48]」就如果回歸到一元之道，自然而然會培養百脈與腦袋。神全為主，形全為輔。神全與腦袋有關，形全比較與軀體有關，而雖然最終的目的是修煉心，卻非同時修身則達不到其目的。陳景元再說：「形全者百關調於內，邪氣亡於外，髓凝為骨，腸化為筋，純粹不雜，長生可致矣。」腦袋能夠不缺氣而「神全」，「神全」而氣能通順於軀體，身體則不缺氣，並在此狀況之下，軀體能回復自然的陰陽協調之平衡，便邪氣能夠代謝出來，而骨髓凝結為骨骼，維持氣之陰陽循環之平衡，增生骨頭的韌帶(筋)。這就是養神養氣鍊形三者並用的丹道身心修煉工夫。

接著，討論陳景元說明人如何吸收天地之氣與此兩者之「鬼」的關係。

> 玄牝之門，是謂天地根。
>
> 夫太虛造化，萬類由之以出入。既有出入之名，故謂之門。根者，本也。天地雖大，不能逃其有形，有形之類，咸以虛空太和為其根本，故曰天地根。河上公曰：不死之道在於玄牝。玄，天也。於人為鼻。牝，地也。於人為口。天食人以五氣，從鼻入，藏於心，五氣清微，為精、神、聰、明、音聲五性。其鬼曰魂。魂者雄也。主出入人鼻，與天通，故鼻為玄也。地食人以五味，從口入，藏於胃，五味濁辱，為形、骸、骨、肉、血、脈六情。其鬼曰魄，魄者雌也，主出入人口，與地通，故口為牝也。根者元也，言鼻口之門，乃是通天地之元氣所從往來也。上言谷神不死者，勸人養神之理。此曰玄牝之門者，示人鍊形之衍也。故形神俱妙者，方與道同也。夫人有身有神，則有生有死。有生有死不可言道也。流動無常，豈得言靜也。若乃空其形神，忘其物我，是以出無根，故氣聚不以為生，入無竅，故氣散不以為死。不死不生，其谷之神也。生死無常；其浮動之物也。幽深雌靜，湛然不動，其玄牝之謂也。[49]

此表述人生存的糧食是由於天地之氣，而吸收其氣與陳景元的丹道修煉是個關鍵。如果要維持精氣神，需要完善的吸收及代謝天地之氣。上述說明人要透過丹道修煉鍊形使神真而「至神」，「至神」是體會道體之作用，如此人能「資造化之靈」或與造化合一。「資造化之靈」可說是「太虛造化」的異名。因為陳景元認為萬物由於天地交錯的和氣而生，故說「有形之類，咸以虛空太和為其根本」，並體會其根本就是陳景元工夫的目的。所以陳景元討論養神鍊形的丹道工夫，養成身心氣之運行之通暢，使體內的陰陽能如天地之氣一般交錯為和氣，那麼體內的氣是來自於哪裡? 身心的氣，或養育身心的氣的來源是天地。是鼻子吸收天之清氣，及口飲食地之濁質，則兩者為身體的營養。所以陳景元丹道工夫是在讓天地之氣不滯於身軀之內，避免身體阻礙氣之運行。要是阻礙氣之運行，身心吸收的營養會不足，而造成身心之傷害，及體內波動的增加。清與陽氣通於天，濁與陰氣通於地，人是從鼻子及口吸收天地之氣而其能量藏於五藏。天地之兩氣交錯之沖和是萬物之本，此即「有形之類，咸以虛空太和為其根本」。天之氣是主陽而地是主陰，因為天之氣是純粹無質之氣，而由於地之營養

---

[48]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

[49]宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1977 年），卷 1，頁 15。

是有質的飲食。地之飲食的根本是陽、是天，是地化成天之清氣為萬物，因此天是能量，而地是能量的載體。心是運用能量來控制及運動身軀，而身軀是其運行能量的載體。因此天之氣是養育心基本功能與能量，便說：「精神，聰明，音聲，五性」，鼻子吸收的營養是屬於雄、動、陽氣。天之氣是養育生命之精神，聰明之對應環境之功能，音聲之溝通功能，及五性。五性是氣運行於五藏的五行流變為五常之性，是故故陳景元說：「文云肝木仁也。肺金義也，心火禮也，腎水智也，脾土信也。夫含識之徒，稟生之類，仁義之性，物皆有之，少之與多，自然已定」[50]五性是指仁義禮智信之本性，這本性就是五行，而五行流動於體內的五臟及全身。所以鍊形是在培養身軀吸收能量的功能，養神是在培養氣順暢於五藏。兩者皆是在培養其五性的順通，五行之運行達到平衡，五德有自然之道，並能維持天氣不缺之狀態而至神全。因此河上公亦對五性說：「守五性，去六情，節志氣，養神明」[51]。「守五性」是守著五行之自然性，如此六情不會產生，而人之志能有節奏，能隨順外事的變化，如此外界不會影響到心，而能逐漸地培養到「神明妙有」的陰陽不測之和諧，明白天地、無形有形之神明。

陳景元認為要透過養神鍊形氣才能達到神。關於天地之氣，天之氣入於鼻子而地之濁質入於口，因此地食可說是飲食的營養。是地之濁質受氣於天，將天之清氣化合為物質，物質為所有動物的軀體及營養。「從口入，藏於胃，五味濁辱為形、骸、骨、肉、血、脈、六情。其鬼曰魄，魄者雌也，主出入人口，與地通，故口為牝也。」上述已論陳景元鍊形之目的是在使身軀完善地分解氣，現在能看出這氣是指飲食之氣，這氣的流動性質名是「魄」。人是從口飲食主「雌」之氣——屬於陰之物食營養，就是人活在世界依賴此氣，因此需要飲食陰氣之鬼，如果不能完善的分解其鬼會產生六情：「喜、怒、哀、樂、愛、惡」。六情是因為外境交流而動心之情緒。要鍊形至能完善消化濁氣，不則情緒會傷身及消耗氣，而失去神，而氣無法達到自然之中和元氣。因此言：「主出入人口，與地通，故口為牝也。根者元也，言鼻口之門，乃是通天地之元氣所從往來也。」天地之氣若能順通於身心，能達到氣自然之神，而通生成一切的元氣，並通達元氣於身體，即可以元氣為用，如上述論之，讓氣培養百脈等等。相對來看，如果不能完全吸收及分解氣，會造成氣之滯留於身心並且消耗，會加速身軀的成老病死的過程。由於鼻口吸收天地之氣，天之氣培養陰陽的運行就是屬於五行，而此五行便流於五藏，如果這個運行通順，陰陽則能達到和諧，這和諧就是沖和之氣，是培養沖和氣運行之神」。如果能夠鍊形，使身軀的氣之運行沒有阻礙，身心就會有神明。因此陳景元亦說：「神明則妙有，虛靜則至無。妙有之利，在乎存生；至無之用，在乎致神。存生致神之利用，不出乎妙有至無也」[52]所以養氣之神是培養陰陽透過五行之運行平衡。因此在體內能守五性而不耗氣，故存生。關於天之氣：「其鬼曰魂。魂者雄也。」，雄是陽之意思，而雄之鬼或魂是陽氣變動之性質或陽之鬼。那麼天之氣所含有的營養性質就是其鬼，而因為屬陽則存於心，變成腦袋的精神。所以陳景元便是提出丹道的鍊形工夫言：「上言谷神不死者，勸人養神之理。此日玄牝之門者，示人鍊形之衍也。」陳景元的鍊形的命工，也要培養神之性工，性工便是養神之工夫，是在通天地之氣。「養神」工夫的目的是通達心與藏府之間氣之運行，鍊形使其形體不間斷神之中和，而吾能：「出無根，故氣聚不以為生，入無竅，故氣散不以為死。」。是鍊形之工夫主要是在養其肉體分解、消化五味之鬼，減

[50]宋，陳景元：《南華真經章句音義》(台北：新文豐出版社，1977 年)，卷 5，頁 27。

[51] 河上公等：《老子河上公注》《老子四種》（台北市：大安出版社），頁 14。

[52]宋，陳景元，〈道德真經藏室纂微篇〉《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1997 年），卷 2，頁 22。

少地食之鬼產生的六情。六情就是由於心動，如果天地之氣不足則會有動心，身軀就會有留滯於外，造成情緒波動及累積陰氣，如此就會更早死。因此要鍊形，使其身軀皆能通天地之氣的自然神化，而和氣養生，逐漸地體會一切的元氣，則達通無形與有形合一之「神明」境界。

再此，本文解釋「天地之鬼」——魂魄與「養神」「鍊形」的關係，尤其魂魄之性質描述，闡述此兩個性質在陳景元養神鍊形之意涵：

> 載營魄抱一，能無離乎。
>
> 道家以陽神曰魂，魂樂生，陰鬼曰魄，魄好殺，魂則遊，魄則靜。《白虎通》曰：魂者云云也，營者不定貌，故謂魂為營也。舊說載，乘也。營，魂也。又謂營，護陽氣也。魂為陽精，魄為陰靈。陽精喜動遊，故仙書有拘留之衍。陰靈喜浮惑，故仙書有制伏之法。使其形體常乘載陽精、陰靈，抱守太和純一之氣，令無散離，永保長年矣。夫道之抱一如鑑之含明，明豈離鑑乎。此教人養神也。今解曰：人欲抱一之衛，當令心無散離，若無散離者，即是乘載魂魄抱守純一之道也。能如嬰兒乎。[53]

因此可知，如果飲食之鬼或魂如果不能遊於身軀而被消化，天之氣的鬼或魄則不能靜。如此就會造成魄之鬼儲存於身軀便殺，也就是氣在一個物質分解的意思。因此人需要鍊形而順通飲食在身軀的氣之運行，才能有辦法治身。治身是性命雙修的養神鍊形之謂。人需要進行修鍊到兩個結果。第一是使其形體常乘載「陽精」，使身軀能通天之五氣於身軀，第二個是使其形體常乘載「陰靈」，陰靈是指能夠從消化飲食之濁氣，用來補助身軀，不造成氣之阻礙而成六情的躁動，就能「抱守太和純一之氣，令無散離，永保長年矣。」。此就達到透過身心修煉的陰陽之神，而身心能夠儲存及保持純和氣，象嬰兒一般能夠完全吸收中和之氣。這是在「魂魄抱守純一之道也」，是調和魂魄之相沖，而通達兩者之和諧，逐漸地靜心並精氣至神之平衡。

第六節、小結

本文解釋神為道之作用，「道之作用」指道生成和變化一切的理。這理則是「陰陽不測」的，非有陰陽相對的神化。是以，陳景元所謂「神」，包含自然平衡的意思。也是說，神是各種相對互相化成的平衡點。所以陰陽、天地、魂魄等等各種相對，變化的輪軸是神。這是道化物之真理，是兩邊互相相沖之分分合合，生死循環的平衡理則。

「神鬼神帝」是陰陽的自然變化，自然而然達到和諧之元氣，元氣則神化為天為地，顯明「神」——「神明」。天地之清濁區分，交錯而回歸先天之和諧，這回歸和諧則是往「神之方向」。是從其和諧之氣萬物生成。

也是說，道之作用，可說是變化一切，道之自然變化，皆是有平衡之核心理則，而此是神。神是自然變化的平衡——變化之輪軸。變化之用，或變化的對象就是萬物，所以萬物的運行和行為，皆包含在變化。因此，人體內的運行和外在行為，皆是

[53]宋，陳景元，〈道德真經藏室纂微篇〉《正統道藏》第 23 冊（台北：新文豐出版社，1997 年），卷 2，頁 19。

涵蓋於變化，而變化之輪軸是神。人體的內外運行的控制台是「心」，神是變化的輪軸，所以在五臟之神中，心之神是「神」。軀體的發展由於心，而變化的核心為神，這是道之作用。是故，陳景元養神工夫，是在修掉心靈之慾望執著，用鍊形之方法，讓軀體中之氣達到和諧。是修心養氣至有「神」，則是身心中有「神明」，體悟到陰陽的相對沖和，通達能量在身心、五臟六腑、上下丹田的運行，而達到流變的和諧。也就是，回歸於自然變化的平衡——神。

是故，陳景元以「神之又神」，詮釋「重玄」或「玄之又玄」，是表示陰陽和諧之神，生天生地，清濁和諧之神，又生萬物。是人經過身心修煉工夫，用鍊形之命工修煉身軀，用修煉心性之性命，讓身通達心之能量，而身心又歸回到自然之神化。是體悟到玄或天之氣，自然變化的「神」(玄之又玄，神之又神)，而成道之理。

國立政治大學
National Chengchi University

第八章、結論

宋代道士陳景元的思想為陳摶派之內丹思想脈絡，故陳景元寫老莊注中包含非常豐富的內丹思想，甚至用了他的丹道基礎說明治身、治國之道。本文從大範圍入手，首先說明陳景元對「道」的意涵之闡述，再以說明道與陳氏思想之關係。然值得注意的是，道雖能概括陳景元思想的一切，但道的深度與廣度卻不僅是如此而已。

本文道論先說明陳景元思想的「總綱」，接續各章節以釋「總綱」之概念詳細，擴展陳景元思想，說明陳景元如何解說從上而下之宇宙論，至從下迴上之身心修煉目的，闡明其如何解釋人如何通達道。

至於道之宇宙論，道之「體」指萬物的本體。陳氏解釋這本體是無法脫離變化，是個「無常」之體，即無常貌之總體。此本體為一切變化之理，因此體本身非物質，而以萬物為用，呈現本身之理。可見陳景元體用的思想，本體的用器是萬物。從陳氏解釋器的思想脈絡能夠釐清何為理，及它基本的概念，且可得知此理如何以物質為用以造化一切。陳景元並用「道」、「德」、「勢」解釋道生成宇宙之三個概念。道為一切之理，德為物得道而形成，勢則是環節中之趨勢。不過值得注意的是，「道」、「德」、「勢」雖分為三，「道」卻包含「德」和「勢」，因物質與環境趨勢的原質及原因皆是道，因此道通於一切。

「上德」或「至德」和「下德」為德之分。上德是人放下自己，而得(德)於一切，「下德」是人基本保存自己的安樂。要透過身心修煉，修掉下德之障礙，回歸於自然——「至德」，「至德」而能通達一切之理，並順著各環境中之變化。一個人不與環境發生衝突的善行，則環境不致破壞內心的平靜，而能即時即刻與道通。是以，道德是在放下自己的偏心，修掉自為，而得於一切之道。此道也不脫離人間社會，所以陳景元的道德，亦包含順著人間中的規範。

值得注意的是，陳景元的性命雙修也涉及到五德。陳景元認為五德要隸屬於自然之上才能稱為是真正的五德，並認為一般的仁義是在相對中的兩個範疇。他定義「仁」為愛物，「義」為宜物，皆是有主觀意識的仁義。主觀意識指人有欲而動心，則用思惟之聰明行仁義，執著於追求利益的慾望，於是更蒙蔽自己，讓自己無法看清道德而傷害自身及環境。因此，陳氏引出五德與五臟相關的說法：「肝，木仁也；肺，金義也；心，火禮也；腎，水智也；脾，土信也。」表示人如果要達到上仁及上義等的自然道德，必須要透過性命修煉，煉養五臟之間的氣。如此氣才能達到平衡，而慾望上的愛物及宜物不能做為行為的基礎。陳景元的「上仁」是最高愛物之心境，是心靜而忘我與他的分別，忘我則能隨著變化而變通。「上義」是最高「宜物」的方法，這方法是通達自然的理，如此能夠調和事物而不造成任何傷害。而真正的樂不是情緒上的喜怒、苦樂方面的樂（相對上的樂），而是陰陽運行的和諧。禮是在各個環境下的規局「守中」的節制。所以禮是適應事物的變化，而樂是用中和之狀態的修性。陳景元理想的「仁義禮樂」等同聖人理想的境界，此境界的關鍵是減少內外的衝突，而維持平衡的和諧，是體會自然於人世的道德。

因此可知，放下自己為得道最主要因素，而如果要放下自己，必須要先修心之執著。是修心之執著而讓性靜，性靜而能通於自然之本性，因為身體的原本面貌，通於自然之道。

性為軀體生成之因、本質之原理，而軀體在生成後，理是由心所執行，又是因為心人失去自然，故修性工夫主要是針對心靈的修煉。天地展開道的變化過程中，天下的物質是不斷地互動。是陰陽交錯，而透過物體考察本身獨特之性，而本性卻為物體

生成之本質。變成人僻好之偏心或人的個性。所以陳景元的修心工夫的目的，是修掉偏心之障礙，而從主觀的自我，回歸於客觀的大道。

陳景元所說的心分成兩個部分，一是靈府，二是靈臺。靈臺是心透過四肢五官感應環境之覺者；靈府是指內心，是性本之住宅。他的修心工夫是讓藏於內心的氣通於靈臺的感受。如果不達通就會發生執著及過度慾望，則會妄想或思慮，而思慮造成妄作。其因人心的發展，及環境的誘惑，使人容易迷惘而阻礙「氣」順流的和諧。當修煉身心到不會因為環境有所波動，便能維持靈府與靈臺之間的通暢。

陳景元認為人必須適應環境（包括人際關係）的變化，以避免外在的衝突，讓外在不破壞內心。如果透過思慮認知人事物地，那麼心思的分別功能會收縮消息，收縮在吾欲求之點，而失去完整的立場，造成人與世界的一種隔膜。換言之，此隔膜是因固執在所認知的自我，若能處於境而不動心，維持靜心狀態，則「無思無慮」，而能量就不會被收縮，便順暢於身心而維自然平衡。這就是他以心修練的丹道修煉法。

然修心欲達一定程度時，必須性命雙修，不能單修煉心靈，因為能量要通於身軀才能達到自然平衡。如果能量不通順，心的營養不足夠，則造成思慮。其因人未修性時會執著於外界，則不斷地消耗能量，能量不足時就會有所思慮，這樣更消耗能量，甚至傷害身軀以致病亡。而鍊養形體的目的，是養育人出生時的和諧之狀態。而達到此狀態需要運用精氣養生。

至於人的出生，精是男生腎中的「精子」與女生的「胞」或卵，此兩個「命門」。故胞育成「精」之精氣，而成性中理則以形質呈現。「精」包含天上的創生力量，而胞含有地養育之質，所以精胞交錯至和諧是通於天地之根源氣。當人是嬰兒的時候，能夠體會一切的「全和」(全和通於天地之根源氣)，因為嬰兒的心未發展思維，不阻礙體內氣之通道。

「精」不僅是指精胞，也是指身軀各部的本質，譬如骨頭內的骨髓是骨頭的「精華」，而韌帶是關節的精華。若欲養生，須養育體內精華，用「精」含有和諧之氣煉養軀體。以男人而言，精氣存於腎，因此要養育腎中之氣，須用精氣養育體內中陰陽的平衡，以彌補體內的精液、骨髓及骨頭之關節部。修養體內的氣，便能有機會降伏心的波動，而逆回相對的執著，而達通嬰兒的全和。

精中包含一切的精華及理(神)，而身軀之元氣(和氣)是原質的內容，從陳景元的元氣解釋，可以了解精的內涵。陳景元的元氣是指天地及萬物的原質和根原。元氣是陰陽和諧，而不相對之「一氣」。則元氣是大道開啟擴展之種子，道不斷地變化元氣進而生成一切。一切變化的運行來自於應力，而其理則若無應用的對象，就不足以運行變化。故圓滿虛無之理需要變化，變化則需要對應對象，而所遇對象能夠持續對應，是因各自有缺口，其兩邊的缺口是透過彼此的彌補與分化以運行而實成理。是陰陽交錯之相沖原理。

變化的運行需要創生出屬於「生」之純陽。純陽如天上的光，是一種清微創生運行的氣，而處於天(上)。因為天之氣本身屬於一種虛之氣，因此無法有應化的可能性，這就是陽的缺口，所以從純陽生純陰，純陰濁質的氣，功能是養育能量的實體。而純陰處於地(下)，因為濁質本身僅是個載體，它本身沒有生命，必須透過陽。這就是陰陽合和的應力種子，兩邊彌補彼此為變化運行的原因，在交錯中產生魂魄。魂為陽氣之功能，或陽氣之神。陽氣是生力，所以魂是「樂生」及「游」；魄是陰之鬼，因此魄好殺則靜。「魂」是萬物生成的力量，故謂神；魄是物質分解的本能，所以為「鬼」。

此陰陽應力之相沖也產生於萬物之形體和環境。而陰陽若不平衡，會將造成身體的傷害。陳景元以「沖」表示陰陽之交錯之相沖。也就是說「沖」是陰陽、天地、清

濁、魂魄等各對相沖之謂。因此人需要透過身心修煉，修掉慾望執著之相對。如果不執著於相對，氣能相沖而不衝突，通達身軀出生之自然「全和」，也是說，達到陰陽相沖之和諧(沖和)。那麼身中之氣的來源是天地，所以鍊形是在順通源於天地之氣，而陳景元引用河上公之說法，說明人如何吸收氣和他練形之道。

描述從鼻口呼吸是人吸收天之氣的主要方法。而天之氣入於鼻子之後，存於心靈及培養心之氣；地之氣或飲食入於口，是存於軀體及培養形體的氣。天之氣培養五性，五性是指五行，五行為「金水木火土」，其為兩氣的五種運行，也是五常之性。地之氣若不完善的被消化就會造成六情，有六情而心不能靜，造成體內的氣不順。所以情緒波動的原因是體內不能完全的分解飲食，而這會直接影響心及氣運行。陳景元鍊形是在鍊養形體上阻礙氣之處。為了調和沖氣之衝突，要培養腎中之氣，以開啟元氣運行的養生法。用腎中之氣修煉肉體吸收天地之氣的能量，以增加心及身軀的營養，便慢慢地心能靜，而軀體不流於六情，此氣能達到和諧養生，以補強骨頭的骨髓及韌帶等的身體各種精華，補充到極點，魂魄不衝突，身軀能夠維持自然的平衡。這修煉方法的過程，故其言養身體上的氣為養氣之鍊形之命工。那麼陳景元的工夫論，無論是性工或命工，甚至身和心之修煉，皆是為了達到平衡，這平衡是個「精氣神」之境界。

神是道之作用，「道之作用」指道生成和變化一切的理。這理則是「陰陽不測」的，非有陰陽相對的神化。是以，陳景元所謂「神」，包含自然平衡的意思。也是說，神是各種相對互相化成的平衡點。所以陰陽、天地、魂魄等等各種相對，變化的輪軸是神。這是道化物之真理，是兩邊互相相沖之分分合合，生死循環的平衡理則。

「神鬼」與「神帝」是陰陽之神化為元氣，生成天地，並以天地之「清濁」為用。清濁交錯而神化為「和氣」，「和氣」等同於「元氣」，而由此萬物生。所以天地為大道的顯明，道的作用是神，兩者的合和稱為神明。所以神是一切變化的平衡輪軸。

至於人、神是變化之輪軸，而變化之用是萬物。所以萬物之生死和運行，皆歸屬「神」。而因為心是身體的控制台，所以神是通過心變化身心。因此，心中的「神」是神。如果用精氣調和身體之氣，增加身體吸收的能量，逐漸能靜心，而修掉慾望之執著。使五臟和上下丹田之氣達到沖和，而通達自然之神——「精氣神」之境界。所以陳景元以「神之又神」解釋「重玄」之意。「玄」天之自然氣，和神是一切變化，包含先天和後天，甚至各物體變化之輪軸，所以神是自然氣的變化平衡點。因此，陳景元的身心修煉工夫，是養育體內氣之神化，通達變化之神與身心。就是從個體之身心，迴到自然之神化，這「神之又神」身心修煉論。

國立政治大學
National Chengchi University

參考書目

一、古籍

漢、魏，河上公、王弼等：《老子四種》，台北：大安出版社，1999 年。

魏，王弼：《老子註》，台北：藝文印書館，2001 年。

晉，郭象：《莊子》，台北：藝文印書館，2000 年。

唐，韓愈：《韓愈散文選注》上海，上海古籍出版社，1986 年。

宋，陳摶：《陰真君還丹歌註》，《正統道藏》第 4 冊，台北：新文豐出版社，1977 年。

宋，陳摶： 《河洛理數 》，北京：九州出版社，2010 年。

宋，曾慥輯、張無夢：《鴻濛篇》，《道樞》，《正統道藏》，第 35 冊，台北：新文豐出版社，1977 年。

宋，曾慥：《道樞》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年。

宋，契嵩：《輔教編》，《鐔津文集》卷 1，大正藏，第 52 冊， 2115 經。

宋，陳葆光：《三洞群仙錄》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年。

宋，李燾：《續資治通鑑長編》，北京：中華書局，1979 年。

宋，歐陽修撰，李逸安點校：《歐陽修全集》，台北：中華書局，2001 年。

宋，宋真宗：《崇釋論》，《佛祖統紀》卷 44，大正藏第 49 冊，2035 經。

宋，陳景元：《元始無量度人上品妙經四注》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年，影明刊本。

宋，陳景元：《列子沖虛至德真經釋文》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年，影明刊本。

宋，陳景元：《西昇經集註》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年。

宋，陳景元：《南華真經章句音義》，《正統道藏》，27 冊，台北 ： 藝文印書館，1967。

國立政治大學 National Chengchi University

宋，陳景元：《南華真經章句餘事雜錄》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年。

宋，陳景元：《莊子闕誤》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年。

宋，陳景元：《莊子闕誤》，台北：臺灣商務印書館，1986 年。

宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年。

宋，陳景元：《道德真經藏室纂微篇》，《正統道藏》，第二十三冊，台北：新文豐出版社。

宋，褚伯秀：《南華真經義海纂微》，台北 ： 臺灣商務， 1983 年。

元，趙道一：《歷世真仙體道通鑑》，《正統道藏》，第八冊，台北：新文豐出版社。

元，薛致玄：《道德真經藏室纂微開題科文疏》，《正統道藏》，台北：新文豐出版社，1985 年。

元，脫脫：《宋史》，《百衲本二十四史》，台北：臺灣商務印書館，1967 年。

清，彭文勤等纂輯、 賀龍驤校勘：《道藏輯要》，台北：考正，1971 年。

清，薛雪：《醫經原旨》，上海：上海古籍出版社，2002 年。

二、專書

孔又專：《陳摶道教思想研究》，成都： 巴蜀書社出版， 新華書店經銷，2009 年。

孔令宏：《 宋代道教思想研究》， 北京：宗教文化，2002 年。

孔令宏：《宋代理學與道家、道教》，北京：中華書局，2006 年。

孔令宏、韓松濤：《江西道教史》，北京：中華，2011 年。

包弼德：《 斯文 ： 唐宋思想的轉型 》，南京 ： 江蘇人民出版 、新華經銷，2001。

江淑君：《宋代老子學的義理向度》，台北：台灣學生書局，2010 年，三月。

任繼愈主編：《中國道教史 》，台北：桂冠， 1991 年。

國立政治大學 National Chengchi University

任繼愈：《中國哲學發展史．魏晉南北朝》，北京：人民出版社，1998 年。

李玉用：《宋元道教「三教合一」思想研究》，新北：花木蘭文化，2013 年、三月。

李剛：《重玄之道開啟眾妙之門—道教哲學論稿》，成都：巴蜀書社，2005 年 4 月。

林聰舜導讀：《郭象注莊 / 郭象原注》，台北 ： 金楓印行 、久博圖書總經銷，1987。

柳詒徵：《中國文化史》，台北，正中書局，1948 年。

姚瀛艇：《宋代文化史》，開封：河南大學出版社，1999年。

卿希泰主編：《中國道教史》，成都：人民出版社，1992 年。

卿希泰主编：《中國道教史(修订本)》，成都：四川人民， 1996 年。

陳鼓應：《莊子今註今譯》，台北：臺灣商務印書館，1981 年。

陳植鍔 ：《 北宋文化史述論 》，北京： 中國社會科學出版社， 1992 年。

陳鼓應：《老莊新論》，台北：五南圖書出版公司，1999 年。

張廣保《唐宋內丹道教》，上海：上海文化出版社， 2001 年。

黃仁宇：《中國大歷史》，台北：聯經出版事業公司，1993 年。

董恩林：《唐代老學：重玄思辨中的理身理國之道》，北京：中國社會科學出版社，2002 年 5 月。

隋思喜：《三教關系視野中的陳景元思想研究》，成都：巴蜀書社 2011 年、11 月。

葛艾儒：《張載的思想》，上海：古籍，2010 年。

熊禮匯：《新譯淮南子》 台北：三民書局， 1997。

蒙文通：《古史甄微》，台北：商務印書館，1968 年。

蒙文通：《古學甄微》，成都：巴蜀書社，1987 年。

蒙文通：《道書輯校十種》，成都：巴蜀書社，2001 年。

國立政治大學 National Chengchi University

鄭燦山：《東晉唐初道教道德經學：關於道德經與重玄思想暨太玄部之討論》，台北：學生書局，2009 年。

蔡振豐：《魏晉名士與玄學清談》，台北 ： 黎明文化，1997 年。

劉子健：《兩宋史研究彙編》，台北：聯經出版事業公司，1987 年 1 月。

劉笑敢：《莊子哲學及其演變》，北京：中國社會科學出版社，1988 年。

劉志琴、吳廷嘉著：《中國文化史概論》，台北：文津出版社，1994 年。

盧國龍：《中國重玄學》，北京：人民中國出版社，1993 年。

賴永海 ：《 中國佛教文化論 》，北京：中國青年出版社， 1999 年。

賴賢宗：《道家詮釋學》，北京：北京大學出版社，2010 年。

蕭進銘：《反身體道： 內丹密契主義研究》，台北：新文豐，2009 年。

錢穆：《國史大綱》，台北 ： 臺灣商務印書館，1994 年。

韓復智：《中國史論集》，台北：茂昌圖書有限公司，1989。

三、單篇論文

尹志華：〈北宋道士陳景元人性論及其歷史意義〉，《中國道教》第 5 期，2003 年。

王慶節：〈「恆」與道的時間性〉《解釋學、海德格爾與儒道今釋》，北京：中國人民大學出版社，2004 年 9 月。

王宜峨：〈略述陳摶道教思想及其影響〉，《北京圖書館館刊》，第 3 期，1998 年。

孔令宏：〈道家、道教與宋明理學的關係研究述要〉，《河北學刊》，第 3 期，1998 年。

宇汝松：〈南北朝道教重玄學初探〉《中國道教》，第 4 期，2006 年。

李遠國：〈陳摶佚文匯編〉《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

李遠國：〈論宋代重玄學的三大特徵——以陳摶、陳景元為中心〉，《 道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

國立政治大學 National Chengchi University

李剛：〈道教重玄學之界定及其所討論的主要理論課題〉，《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

李養正：〈試論支遁、僧肇與道家(道教)重玄思想的關係〉，《宗教學研究》，第 2 期，1997 年。

李大華：〈道教「重玄」哲學論〉，《哲學研究》，第 9 期，1994 年。

林啟屏：〈古代文獻中的「德」及其分化--以先學為討論中心秦儒〉，《清華學報》，第 1 期，2005 年 6 月。

林永勝：〈乞啓重玄之關-論重玄派研究之爭議焦點〉，《清華學報》，第 34 卷，第 2 期，2004 年。

林文彬：〈成玄英《道德經義疏》重玄思想之探析〉《興大中文學報》，第 29 期，2011 年 6 月。

林永勝：〈二重的道論：以南朝重玄學派的道論為線索〉《清華學報》，第 42 卷，第 2 期，2012 年 6 月。

若水：〈《莊子》與道教重玄學〉，《中國道教》，第 6 期，2001 年。

胡興榮：〈李榮老子注的重玄思想〉，《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

姚彥淇：〈試析成玄英《莊子疏》中「重玄」、「至論」與「體用」的關係〉《高師大國文學報》，第 20 期，2014 年 5 月。

強昱：《從魏晉玄學到初唐重玄學》，上海：上海文化出版社，2002 年。

強昱：〈成玄英李榮著述行年考〉，《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

強昱：〈成玄英建立重玄學的方法〉，《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

崔珍皙：〈重玄學的心性論〉，《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

張成權：〈「重玄」學：超越魏晉玄學的道家哲學〉，《安徽大學學報》(哲學社會科學版)，第 2 期，1995 年。

國立政治大學 National Chengchi University

張敬梅：〈從「玄之又玄」到「重玄」的演變〉，《宗教學研究》，第 1 期，2004 年。

張愛民：〈論宋代陳景元對莊子思想的繼承與發展〉，《臨沂師範學院學報》第 27 卷，第 4 期，2005 年。

黃海德：〈李榮及其老子注考辨〉，《世界宗教研究》，第 4 期，1987 年。

湯一介：〈論魏晉玄學到初唐重玄學〉，《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

馮娟、楊超：〈陳景元道藏音注研究——有關聲母系統的研究〉，《西華師範大學學報（哲學社會科學版）》，2005 年，第 2 期，2005 年。

董恩林：〈試論重玄學的內涵與源流〉，《華中師範大學學報(人文社會科學版)》，第 3 期，2002 年。

趙中偉：〈道契重玄，智境雙絕--成玄英「重玄」思想的創造詮釋〉《輔仁國文學報》，第 31 期，2010 年 10 月。

鄭燦山：〈唐初道士成玄英「重玄」的思維模式——以《道德經義疏》為討論核心〉，《國文學報》，第 50 期，2011 年 12 月。

劉又銘：〈明清自然氣本論者的論語詮釋〉，《 臺灣東亞文明研究學刊》，第 2 期，2007 年 12 月。

劉固盛：〈論陳摶學派與重玄餘緒〉，《宗教學研究》，第 3 期，2004 年。

劉雪梅：〈論「重玄」一詞的佛教使用路向〉，《河北大學學報(哲學社會科學出版社)》，第 3 期，2004 年。

劉固盛：〈論陳景元對《老子》思想的詮釋與發揮〉，《宗教學研究》，第 2 期，2006 年。

劉固盛：〈唐代重玄學派道論的特點〉，《西南民族大學學報（人文社會科學出版社）》，第 186 期，2007 年。

盧國龍：〈論陳景元《莊子注》的思想主旨〉，《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

盧國龍：〈論陳景元的道家學術〉，《道家文化研究》，第 19 輯，北京：生活、讀書、新知三聯書店，2002 年 6 月。

國立政治大學 National Chengchi University

盧桂珍：〈王弼、郭象性情論研考〉，《臺大中文學報》25 期，2006 年。

鍾振宇：〈莊子的氣化現象學〉《中國文哲研究集刊》第 42 期，2013 年 3 月。

羅中樞：〈論成玄英重玄方法的「三絕兼忘」思想〉，《社會科學研究》，第 6 期，2010 年。

四、學位論文

李明杰：《陳景元道教哲學思想研究》，山東大學，碩士論文，2012 年。

李佳諭：《陳景元莊子思想研究》，國立嘉義大學，碩士論文，2009 年。

呂慧鈴：《重玄與道性：唐代老子學詮釋向度研究》，國立臺灣師範大學，博士論文，2016 年。

林東毅：《李榮重玄思想研究》東海大學，碩士論文，2011 年。

曾祥佳：《陳景元思想研究》，四川省社會科學院研究生學院，碩士論文，2010 年。

詹民紳：《從道家重玄學到宋明理學心體論的成立》，華梵大學，碩士論文，2014 年。

蔣淑珍：《成玄英與郭象對《莊子・逍遙遊》詮釋之比較研究》，國立臺南大學，碩士論文，2000 年。

簡光明：《宋代莊學研究》，國立臺灣師範大學，博士論文，1997 年。

顏銘俊：《玄學、重玄學思想演變之研究——以王弼、郭象、成玄英思想為核心之考察》，國立臺南大學，碩士論文，2008 年。

國立政治大學 National Chengchi University