

道教“元神”与中国古典生命哲学

翟奎凤

【摘要】“元神”是道教内丹的重要标志性范畴,在魏晋南北朝早期道教经典中就已经开始出现,但多是“大神”的意思,其外在人格神意味比较浓厚。宋代“元精”“元气”“元神”的并列出现,标志着道教内丹理论的成熟。在丹道思想中,“元神”既与“道”“太极”“天地之性”等先天本体贯通,又与人的“精”“气”“心”等主体生命贯通。这在《永乐大典》被表述为“先天元神”“自己元神”,两者实际上是一体的。这种一体性表明中国哲学天人合一的思想特征。丹道各派多认为上丹田泥丸宫为“元神”所居之室。在丹道思想影响下,宋元明清时期的中医理论建构也多用“元神”一词,发展了道教元神思想,使之更富有现实性和养生意义。南宋之后的道教元神理论,吸收了佛教的“识神”说。在与“识神”的对比叙述中,“元神”越来越接近佛性。“元神”在明代心学一系的儒者特别是郝敬的著作中经常出现,被借来表述儒家思想。这从侧面反映了明后期儒佛道相融的思想图景。

【关键词】道教;内丹;元神;泥丸;识神

【作者简介】翟奎凤,哲学博士,山东大学儒学高等研究院教授(济南 250100)。

【原文出处】《现代哲学》(广州),2018.6.138~147

【基金项目】山东省“泰山学者工程专项经费资助”。

道家修行重视炼“神”,《庄子》《淮南子》等书中都有着丰富的养神思想。“神明”“精神”“形神”等词语在先秦两汉道家典籍中也经常出现。但“元神”一词出现得比较晚,它在魏晋南北朝道教形成时期开始出现,后来逐步成为道教的一个核心词语。早期上清经典《洞真太上素灵洞元大有妙经》一般认为作于晋代^①,其中“洞渊洞玄混化内真生官宝名”下云“太上神仙洞渊洞玄素耀阴晖元神太极元皇耀灵元化玉童,讳幽精,字变通,作飞云三建髻,衣素文裙”^②。这种人格化的“元神”在北周武帝敕纂的《无上秘要》及后来的道教典籍中也多有出现,这与当时道教流行的存思的修行方法有密切关系。六朝时《上清太上帝君九真中经》论九真法说“帝昌祖君,帝皇元神,镇守紫房,宫在泥丸,黄阙金室,混为九魂,魂生万变,乃成帝君”^③,陶弘景《真诰》“岂若守丹

真于绛宫,朝元神于泥丸,保津液而不亏,闭幽术于命门”^④,这里的“元神”仍未脱外在人格神的意味,但都把元神与泥丸(大脑中心的空灵处)联系对应起来,这与后世道教主流所说泥丸为元神所居之宫的看法是一致的。

唐代王悬河编《三洞珠囊》论辟谷引《吐纳经》说“绝谷不食,元神之道也”^⑤,从其下文所说辟谷坚持七天后“常欲轻举……上通神明”、八天后“神行八极”、九日后“神气日坚固”、十天后“诸神来至……若鸾云中微翔,道以得矣”来看,这里的“元神”大概是通神的意思^⑥。五代谭峭《化书》说“悲则雨泪,辛则雨涕;愤则结瘕,怒则结疽。心之所欲,气之所属,无所不育。邪苟为此,正必为彼。是以大人节悲辛,减愤怒;得灏气之门,所以收其根;知元神之囊,所以韬其光;若蚌内守,若石内藏,所以

为珠玉之房”^⑦，此“元神”可能与老子所说“谷神”的意思接近^⑧。《太清中黄真经》^⑨说“内养形神除嗜欲者，乃无相之真形也。太上言：真道养神，伪道养形。将灵谷元神入于天谷之中，密固根源，养之耳”^⑩，此“灵谷元神”大概可以与《化书》所说“元神”相通，天谷即泥丸宫。

一般认为道教内丹形成于唐末五代，以钟吕金丹为标志。后世所论元神也基本是在内丹的视野下展开的，上述可谓是道教前内丹时期的元神思想，也可以看作是内丹思想的酝酿期。下面具体分析道教内丹中的元神思想，及其影响下中医的元神思想。

一、道教内丹与中医的元神思想

“元神”是内丹形成发展的重要标志性范畴。唐末五代施肩吾所编《钟吕传道集》中多次出现“元神”一词，如钟离权说“若以耗散真气而走失元阳，元阳尽，纯阴成，元神离体，乃曰死矣”^⑪，又说“自凡而圣，运阴阳真正之气，而补炼本身之元神，其功不可以备纪”^⑫，这里“元神”是人的生命存在的最高主体，是修炼元神是成道的根本。施肩吾在《西山群仙会真记》中也说“以阴息投阳胎而生真气，真气生元神，神形合为一，与天地齐年”^⑬，这里主张元神从真气而生。钟离权还说“肾中生气，气中有真一之水。使水复还于下丹，则精养灵根，气自生矣。心中生液，液中有正阳之气。使气复还于中丹，则气养灵源，神自生矣。集灵为神，合神入道，以还上丹而后超脱”^⑭，这段话实际上已经表达了内丹“炼精化气，炼气化神，炼神还虚，炼虚合道”的中心思想。

精气神是道家道教养生三宝，更是内丹理论的基石。精气神学说渊源甚早，《太平经》中就有比较成熟的精气神思想^⑮，但内丹理论成熟当以元精、元气、元神观念的提出为标志。这一观念体系较早出现于托名张伯端的《金丹四百字》^⑯，其序文强调“炼精者炼元精，非淫佚所感之精；炼气者炼元气，非口鼻呼吸之气；炼神者炼元神，非心意念虑之神。故此

神气精者，与天地同其根，与万物同其体，得之者生，失之者死”^⑰。白玉蟾的再传弟子李道纯《中和集》云“以外药言之，交合之精，先要不漏，呼吸之气，更要细细，至于无息。思虑之神，贵在安静。以内药言之，炼精炼元精，抽坎中之元阳也，元精固，则交合之精自不泄矣。炼气炼元气，补离中之元阴也，元气住，则呼吸之气自不出入。炼神炼元神也，坎离合体成乾也，元神凝则思虑之神泰定。其上更有炼虚一着，非易轻言，贵在默会心通可也”^⑱，此元精、元气、元神说于《金丹四百字》而言有着明显针对性，可以看作是对其思想的进一步阐发。《玉清金笥青华秘文金宝内炼丹诀》（简称《青华秘文》）论幻丹云“幻丹者，未静心田，遽采一阳。故斯时也，一阳奕生，非真阳也；气非元气，乃呼吸之气也；精亦非元精，乃淫佚之精也；神亦非元神，乃情欲之念也。夫人方学道，更欲为仙，得非欲念乎？以欲念而交会阳生，此幻丹之所以有也”^⑲，此论元精、元气、元神，与《中和集》《金丹四百字》可谓一脉相承。《青华秘文》题为紫阳真人张伯端撰、远师真人王邦叔授、东和希古渔人刘元一受，有学者认为“盖源出張伯端口述，而南王邦叔笔录者”^⑳。后人怀疑《青华秘文》非张伯端作的一个重要原因是其中一段引用到北宋张载的话：“夫神者，有元神焉，有欲神焉。元神者，乃先天以来一点灵光也。欲神者，气质之性也。元神者，先天之性也。形而后有气质之性，善返之，则天地之性存焉。”^㉑“天地之性”“气质之性”的说法是北宋大儒的重要发明，之后为朱熹所大力称颂阐扬^㉒。张伯端要早于张载，因此《青华秘文》当为后人托名张伯端所作，明代《正统道藏》已收录此书，说明该书在明之前已是道门中流行的经典。王邦采、刘元一事迹不可考，《青华秘文》与他们的关系非常大。白玉蟾对朱子非常敬重，他的丹道思想融合理学的一些词汇，《青华秘文》与白玉蟾一系关系应该非常密切。“元神、欲神”的说法，与之类似的是“元神、识神”，后者在道门中讨论更多^㉓。

尽管《青华秘文》作者有争议，但其丹道思想的丰富深刻颇为后人重视。《青华秘文》以元神为“先天

以来一点灵光”“先天之性”“本元之性”，《性命圭旨》进一步说“命蒂元气，性根元神”^③，伍守阳也说“元神，即元性”^④，这把元神、元气与性命密切关联在一起，内丹之道实际上就是性命之道，正是在这点上，儒、道、佛在宋明时期有着深度对话和融合。以元神为灵光、太极，《性命圭旨》说“原人自父母之生以前，本体太虚而已矣，其余之所谓无极者乎？既而父母媾精，而后一点灵光而已矣，其余之所谓太极者乎？而一点灵光，原从太虚中来者，我之元神也”^⑤，李道纯直接说“太极者，元神也”^⑥，黄元吉说“尤要知元神无迹，元气中之至灵处，即元神也”^⑦，“混沌沌之中，忽有一点灵光发现，此即我之元神也”^⑧。以元神为元气之至灵，此种由气而神的主张，丘处机曾强调说“气真方可现元神”^⑨，孙不二也说“圆通此灵炁，活泼一元神”^⑩。相反，《青华秘文》说“元神见而元气生，元气生则元精产”^⑪，阳道生说“元神见则元气生，元性复则元气生”^⑫，皆主张由神而气。从理上讲，元神应该是非阴非阳、超越阴阳属性的，但一些道士认为元神为真阴、阴精，如张三丰说“阳里真阴，即是自家元神，属三魂；下窍真阳，即是身中元气，属七魄”^⑬，又说“龙为真性，汞为灵知，又为元神，俱属阴；虎为真情，铅为真知，又为元精，俱属阳”^⑭。这样看来，元神为阴，而元精元气为阳，黄元吉也说“先天之神为离中之空阴，则元神即阴之精也”^⑮。但伍守阳认为“盖谓阳神，即元神之所成就纯全而显灵者，常依精炁而为用”^⑯，这样来看，元神当属阳。

一般认为，元神在泥丸、上田、脑（也称鄞鄂、天谷），如《道枢》说“天谷者，泥丸之宫也。上赤下玄，左青右白，其中有黄焉，斯元神之府也，谷神真一之至灵者也”^⑰，《青华秘文》说“神室者，元神所居之室，鄞鄂是也”^⑱，俞琰《周易参同契发挥》说“巍巍尊高，谓泥丸宫在昆仑峰顶，乃元神所居之位”^⑲，“自朝至暮，元神常栖于泥丸也”^⑳，“脑为上田，乃元神所居之宫。人能握元神，栖于本宫，则真气自升，真息自定，所谓一窍开而百窍齐开，大关通而百关尽通也”^㉑。但阳道生《真诠》反对此说“元太虚曰：‘自古及今谁不知心为神室，何又有人说神栖于泥丸宫？此仙宗

误认图象之过。’盖泥丸为清虚之府，神栖泥丸者，言元神清莹，超出精气之上，非居脑也”^㉒，又说“盖神返绛宫，无为自然，故谓之移神入乾鼎，亦非神栖泥丸。迨夫温养之时，只是神常无为，气自升降，亦未尝朝朝暮暮栖泥丸也。此皆由于仙宗设譬，画图种种著相，后人执泥丸遂至淆讹，流于用意搬运而不自觉”^㉓。绛宫为心室，“朝朝暮暮栖泥丸”显然是批评俞琰的。那么，元神在心，还是在脑呢？对此，黄元吉有综合发挥：“究竟元神在人身中，藏于何所，长于何地？有曰‘方寸之地为元神之居’，有曰‘玄关之内为元神之宅’，又曰‘天谷元神，守之自真。’此三处，皆元神之所栖。但不知下手之初，何处为始？《易》云：‘洗心退藏于密’是。又闻古云：‘方寸之地，吾身之堂也。玄窍之内，吾身之室也。’众人则守神于方寸之地，耳目得入而摇其精；修士集神于玄窍之间，耳目无门而窥其隙。如此看来，下手之时，即当集神于玄关窍中，虚无圈内，庶几混沌沌，杳杳冥冥，无人无我，何地何天，方能养成不二元神。若不藏于隐幽之地，而常于方寸中了了灵灵，未有不驰于尘情俗虑，而日夜无休息也。何谓天谷？盖人头有九宫，中有一所，名曰天谷，清静无尘，能将元神安置其中，毫不外驰，则成真证圣即在此矣。所以《黄庭经》云：‘子欲不死修昆仑。’是可见守此天谷有无限妙蕴也。”^㉔黄元吉认为元神集于玄关一窍，乃头中天谷，虽有调和之意，但大体上亦主脑而非心。从理上说，元神无方所，但就其功能展现的集中区域而言，应在上田玄窍即泥丸宫。

中医与道家关系密切。受道家影响，中医在明清时期也多谈元神。南宋刘昉《幼幼新书》引《颅凶经》说：“二月为胎，形兆分也……八月元神具，降真灵也。”^㉕这是中医谈元神比较早的出处。到了明代，中医开始大谈元神。中医谈元神，更多是与人的具体生理机能联系起来。明初医学家戴原礼说“人以胃气为本，无胃气则死，盖元精、元气、元神不可一日无水谷以养之”^㉖，这与道教所说“绝谷不食，元神之道也”有很大不同，显示了中医的现实立场。养生家杜巽才认为“人身元神出入目中，五脏精华亦聚于

目”^⑧，强调了目与元神的密切关联。李时珍说“脑为元神之府，而鼻为命门之窍”^⑨，此说与道家以元神栖于泥丸上田一致。此种观点派生出“脑主元神”说，与《黄帝内经》“心主神明”说有所不同，到底是“脑主神”还是“心主神”，至今中医界争论不休。李时珍还认为“草还丹”可以“益元阳，补元气，固元精，壮元神”^⑩，张璐认为“参附可以壮元神”^⑪，《寿世正编》所载《孙真人养生歌》曰“用心不已走元神”，又说“五辛不节损元神”^⑫，因此，思虑、药物、食物都会影响元神。一些医家认为脉与元神关系甚大，李中梓说“脉本身中之元神，和会后天谷气以周流于一身者也”^⑬，万全说“曰元精、曰元气、曰元神者，本身之真精、真气、真脉也”^⑭，这样元神随脉息流贯全身，脏气也有其元神。张介宾说“若此者，呼之不应，遣之不动，此以脏气元神尽去，无可得而使也”^⑮，“久痢阳虚，或因攻击寒凉太过，致竭脾肾元神而滑脱不止者，本原已败；虽峻用温补诸药，亦必不能奏效矣”^⑯。有学者强调“心主神明”也是血脉作为中介的，因为“血藏神”，由此来说，“心主神”与“脑主神”是可以贯通的。元神在中医看来是生命力的根本，明代的吴崐注《黄帝内经素问》“气归精也”为“真阳之气依于元精”，注“精归化”为“元精依于元神”^⑰，此亦可见道教内丹对明代中医发展产生很大影响。明代的徐谦认为“天庭印堂，元神所归也，气血又元神之所统也”^⑱，此以天庭印堂为元神所归，与主流道教泥丸说有所不同，但无论如何，元神可谓是生命力的根本所在，养生贵在养元神。

二、道、佛、儒交融下的元神思想

道教的发展深受佛教影响，在元神问题上，道佛交融的最大观点是元神、识神说。“识神”一词在魏晋南北朝的佛教典籍中就已经出现，但多在纯佛教的语境下使用，元神与识神的关联出现可能较早见于南宋蒋叔舆《无上黄箓大斋立成仪》“或入地狱，镬汤火然，万劫长夜，受无极苦，惟是受业识神，罪魂尸魄，受此业报，于汝元神，有何荣悴？”^⑲业报轮回的是

识神，而元神则清静自在，此元神类似于佛教所说不生不灭的法性真如。到了明代，道门中谈论元神、识神逐渐多起来。陆西星说“盖人有元神，有识神，元神则虚静恬淡，寂寞无为，乃本然之性，识神则见境生情，贪着其事，气质之性是也”^⑳，此以元神为本然之性、识神为气质之性，类似于宋儒天命之性、气质之性的说法。《性命圭旨》明确以元神为天命之性、识神为气质之性，其《八识归元篇》说“释氏谓人之受生，必从父精母血与前生之识神三相合而后成胎。精气受之父母，神识不受之父母也。盖从无始劫流来，亦谓之生灭性。故曰：生灭与不生灭和合而成八识也。盖造化间有个万古不移之真宰，又有个与时推移之气运。真宰与气运合是谓天命之性。天命之性者，元神也。气质之性者，识神也。故儒家有变化气质之言，禅宗有返识为智之法”^㉑，又说“今人妄认方寸中，有个昭昭灵灵之物，浑然与物同体，便以为元神在是。殊不知此即生生死死之识神，劫劫轮回之种子耳”^㉒，提出要“变种性为佛性，化识神为元神”^㉓。融汇儒、道、佛是《性命圭旨》的重要风格，但从这段话可见在理论形态上，佛对道的深刻影响，其谓“真宰与气运合是谓天命之性”，与儒家的理解并不一致。形成于清代的《太乙金华宗旨》，其第二章专门论元神、识神，说“惟元神真性，则超元会而上之，其精气则随天地而败坏矣，然有元神在，即无极也，生天生地皆由此矣。学人但能守护元神，则超生在阴阳之外，不在三界之中，此惟见性方可，所谓本来面目也。凡人投胎时，元神居方寸，而识神则居下心。下面血肉心，形如大桃，有肺以覆翼之，肝佐之，大小肠承之”^㉔，又说“一切好色动气皆魄之所为，即识神也”^㉕。以上材料可见，道家是积极融摄了佛家的“识神”观念，但佛家对道家的元神观念并无积极回应，甚至认为“元精元气，不出元神，元神者识之别名也”“知虚空亦是神识幻出，无上道眼方能觑破，天仙现种种胜境毕竟不十分光明，不十分正大。岂如净土一切如来同共光明，遍彻一切”^㉖。道教有“炼神还虚”之说，这显然是贬低道教。

关于元神、识神，明代阳明后学查铎对此也多有

阐发。他说“神一而已，然有元神，有识神。识神者，从神发知也。《阴符经》云：‘人知神之谓神，不知不神之所以神。’神之谓神，识神也，有为也，人心也。不神之所以神，元神也，无为也，天心也。世人皆识神用事，不知有元神，若神神相守，则识神为用，而元神为主，其实总是一神，惟一切用神处，不离根也，非以神守神之谓也”^⑥，这里以元神为天心、识神为人心，类似宋儒道心、人心之说。查铎还说“元神即天命之性，识神即周子神发知也。人多认发处为知，故其知多至离根，譬之石中有火，击石火出，人但见击出之火，不知火原蕴于石中，击出之火有起灭，石中之火原无起灭，若是击出之火，犹是真体，间不容发。今人多从延烧燎原处认火，虽亦是火，离根远矣。故元神、识神原是一个，但有体用之别耳。能默识此体，于一切发处，时时委顺于神，不以己意参之，此即所谓不识不知、顺帝之则也”^⑦，此明确以元神为体、识神为用。查铎生前大力宣讲王畿、钱德洪之学，他的元神、识神说融合了佛老的一些思想，但总体上还是代表了儒家对此问题的汇通与融合。此外，明代的魏校曾说“三代而下学圣人甚难甚难，知识神之谓神，不知全其元神也”^⑧。可见，元神、识神说对明代儒学的相关讨论也产生了一定影响。

儒门中泛论元神之处也颇多。元代大儒吴澄在《曾君希辙以道法游诸方征予赋诗》中说“静守元神非寂照，动驱祖气因想取”^⑨，许谦在《题金月华药物火候二图》中说“两图先后互体用，守中谓可存元神”^⑩，这反映了吴、许两位大儒对道教有较深了解，也从侧面说明了元神一词在道教中的广泛流行。明代陈献章（白沙）说：“元神诚有宅，灏气亦有门，神气人所资，孰谓老氏言？下化固其迹，上化归其根。至要云在兹，自余安足论。”^⑪“元神诚有宅，灏气亦有门”为唐代道士谭峭《化书》原文，在白沙看来，这是儒道可以共享的真理。王阳明与弟子也多次论及元神问题，如有学生问“仙家元气、元神、元精”，王阳明说“只是一件，流行为气，凝聚为精，妙用为神”^⑫；学生陆原静问“元神、元气、元精，必各有寄藏发生之处？”阳明回答说“夫良知一也，以其妙用而言谓之

神，以其流行而言谓之气，以其凝聚而言谓之精，安可以形象方所求哉？”^⑬阳明对道家的元神思想进行儒家化解释，以良知来统贯精气神，把精气神看作是良知存在与展开的不同状态，元神为良知之妙用。一些阳明后学及晚明儒者也喜欢用元神一词来阐发其思想，王畿说“良知虚寂明通，是无始以来不坏元神，本无生，本无死”^⑭，魏校说“人心元神，昭昭灵灵，收敛停畜，因其真机，引而伸之，触类而长之，自有无穷之妙，若专内遗外，日用间分本末作两段事，如此仍是支离也”^⑮，此元神也类于阳明之良知。

明代儒者论及元神最多的当属郝敬。他把元神与《中庸》的“中”“诚”等观念贯通起来，说“中者在中之义，宛然在中，不容拟议，是乃万事万物元神，无处不在，而无迹可寻”“是名曰中，此太一元神，天之所以为命，人之所以为性”^⑯，又说“元神，即是诚”^⑰。元神又类似于道，郝敬说“一段元神，与天地相终始，其来无首，其卒无尾”^⑱，“日用横来直去，无非本命元神”^⑲。这种元神也可以说是仁、良知、明德。他说“阳者天地之元气，人心之元神，即仁也，元神清虚，洞朗如镜”^⑳，“知者太虚之元神，在人为明德”^㉑，“聪明睿知，知之元神；文理密察，知之旁通”^㉒。郝敬所说“知”即阳明之良知。同时，郝敬还从易象数学的角度把元神理解为“一”。他说“一者天地之元神，数之至尊”^㉓，“一者万化之祖炁，八卦之元神”^㉔，“天下之理统于一，天下之数生于一，一者造化元神，万事万物之权舆也”^㉕，“数者道之节目，一者数之元神，易所以穷神知化者”^㉖。从这些材料来看，郝敬更多是从本体的角度来理解“元神”。

在晚明，三教合一蔚然成风，儒学融入不少佛老的元素，元神一词就具体展现了道家对儒学的深刻影响。邹元标在诗作《马上吟》中说：“时逢闲处练元神，过眼浮荣未是真。”^㉗郑善夫甚至认为“静坐养元神，元是吾儒底事”^㉘，直接把养元神看作儒家应有的修养功夫。王文禄说“《大学》孔门元理，《中庸》孔门元神”^㉙，也从侧面反映了元神一词在当时社会思想文化界的广泛影响。戴洵说“主人翁盖即释家之本来面目，仙家之元神，儒家之独也”^㉚，如此理解，则元

神是贯穿主客的本体。晚明林兆恩倡三一教,融汇儒、道、佛于一体,他的《元神实义》一文专论元神。他说“元神无知也,而无所不知;无觉也,而无所不觉;无识也,而无所不识。而识神虽曰有所于知,而知非其所知;虽曰有所于觉,而觉非其所觉”^⑧,此论让我们想起僧肇的《般若无知论》,此元神可谓即是佛性,他自己也明确说“余之所谓元神者,非今汝之所谓元神,乃释迦之所谓元神也”^⑨。元神的佛性化,亦可见明末三教汇通中佛教思想势力的强大。

三、文学与生活世界中的元神

唐代文学家的作品中出现已有“元神”一词,当然这些文学家本身与道教的关系就很密切。如诗仙李白是当时著名道士胡紫阳的好友。紫阳仙逝后,李白在《汉东紫阳先生碑铭》中说“劫运颓落,终归于无。惟元神不灭,湛然清都”^⑩,言下之意,常人去世后,元神散灭,但得道成仙后,元神不灭。唐代著名诗僧寒山在《昨到云霞观》诗中云:“心月自精明,万象何能比,欲知仙丹术,身内元神是。”^⑪显然,寒山这里是针对外丹来强调内丹才是真正的仙丹,元神象征大道金丹。这也反映了唐代内丹思潮的兴起;内丹重视心性修炼,而恰在心性上,佛道两家有着很强的共鸣,据考寒山与道教也有密切关系^⑫。

元代杂剧戏曲兴起后,神仙道化剧开始涌现,“元神”一词也跟着出现在戏曲戏剧中,如元末明初贾仲明杂剧《吕洞宾桃柳升仙梦》第四折说“争奈俗缘未退,故着你元神磨障,今日绕得行满也”^⑬,透露出修炼元神是当时内丹修行的共识。

明清时期神魔小说兴盛,著名的如《西游记》《封神演义》等小说就充满浓郁的佛道气息,“元神”在这些小说中出现的频率比较高,颇能反映道教的思想意蕴。《西游记》出现“元神”一词达17次,有三回的题目都带元神,如第2回“悟彻菩提真妙理,断魔归本合元神”、第33回“外道迷真性,元神助本心”、第82回“姹女求阳,元神护道”。这些元神是丹道思想的体现,也融合了佛家的智慧。《西游记》多处讲“出元

神”,如第27回“那怪见棍子起时,依然抖擞,又出化了元神,脱真儿去了,把个假尸首又打死在山路之下”^⑭,元神真身能自由出入在道门中也算是很高的功夫了。有两回讲“养元神”,如54回“女帝真情,指望和谐同到老;圣僧假意,牢藏情意养元神”;还有说勾人元神的,如40回“叫人一声,人不答应还可;若答应一声,他就把人元神绰去,当夜跟来,断然伤人性命”,这里的元神就有点类似灵魂。从这些来看,《西游记》确实折射寓意着很深的道教内丹修炼要旨和奥秘,虽然也融合了佛教特别是禅宗的精神,但主体是讲道教内丹修炼,这也是宋明以来丹禅合一思潮的反映。《封神演义》中出现“元神”一词达24次,多处讲“运元神”。如第34回《飞虎归周见子牙》“且言乾元山金光洞有太乙真人闲坐碧游床,正运元神,忽心血来潮。——看官但凡神仙,烦恼、嗔怒、爱欲三事永忘。其心如石,再不动摇;心血来潮者,心中忽动耳”,这段话对神仙运元神时“心中忽动”的原因作了解释,运元神大概如老子所说“致虚极,守静笃”,心中忽动,是因缘的自然感通。元神是生命之主,通过法术可以把人的元神“拜掉”。如第48回《陆压献计射公明》“古云:‘神仙不寝’,乃是清静六根,如何今日六七日只是昏睡!且不说汤营乱纷纷计议不一。且说子牙拜掉了赵公明元神,散而不归,——但神仙以元神为主,游八极,任逍遥,今一旦被子牙拜去,不觉昏沉,只是要睡”,神仙没了离了元神也就不神了,走了元神,只能昏睡。当然,也可以自己主动把元神遁出,如第75回《土行孙盗骑陷身》“杨戩运动八九元功,将元神遁出,以左肩迎来”。《封神演义》中也多次把元神与泥丸宫作关联性叙述,如第47回《公明辅佐闻太师》“把黄龙真人泥丸宫上用符印压住元神,轻易不得脱逃”,看来泥丸宫与元神的密切关联在明清道门中已成为常识。同时,在《封神演义》也有客观意义上的宇宙、造化“元神”,如第99回《姜子牙归国封神》“乃敕封尔掌人间之时症,主生死之修短,秉阴阳之顺逆,立造化之元神”^⑮。

《西游记》《封神演义》的作者一直有争议。从上述讨论看,其作者一定对道教内丹有着相当深入的

了解,从侧面说明了道教内丹元神思想的深刻影响。鉴于佛教对元神并无太多讨论,甚至流露出对道教的元神说有些不屑,那么,《西游记》《封神演义》中“元神”一词的反复出现,说明这两部小说与道教内丹派关系是比较密切的。《三宝太监西洋记通俗演义》(简称《西洋记》),也是明代的一部神魔小说,里面出现“元神”也有十余次,比较有意思的是第12回《张天师单展家门,金碧峰两班赌胜》,讲和尚与道士斗法,比赛“出神游览”：“天师得了旨意,越加精神,就于金阶之下,闭目定息,出了元神”“只见天师面部失色,形若死尸”;与此同时,和尚也出神,“原来天师出神去了,长老站在丹墀之中,眼若垂帘,半醒半睡,也在出神”;显然,此和尚出神更加自如,而且跑得快,比天师的元神回来得早。天师吹嘘说他出神去扬州赏琼花了,和尚就问他可否带些琼花回来,天师说“人之神气出游,止可见物知事而已,何能带得对象来也”,意思是元神出游是很难把实体物带回来的,但是和尚向大家展示了他随天师神游扬州带来的两瓣新鲜的琼花,于是大众哗然,可见和尚比天师功力高强。天师为什么回来得迟呢?原来“长老把根九环锡杖横在半路中间,天师的元神遇着个毒龙作耗,沿路稽迟,及至长老收起了锡杖,天师才得回来”^②。几番神游较量,天师均败下阵来。

明末冯梦龙纂辑白话短篇小说《警世通言》《醒世恒言》颇能反映社会生活之情景,其中一些语句用到元神,如“魏生渐觉清爽,但元神不能骤复”^③，“奴又与上元夫人求得玉雪丹二粒,员外试服一粒,管取百病消除,元神复旧”^④，“那知县一来是新起病的人,元神未复”^⑤。元神的影响甚至及于文学评论,如范凤翼《范勋卿诗文集》文集卷二“夫人心之日月是文章,而元神之鼓吹是诗赋,文章亦有光之鼓吹而诗赋亦有声之日月也,故诗赋与文章固二而一者也”^⑥。以至于影响到茶文化,茶也有其元神,明代张源《茶录》“今时制茶,不暇罗磨,全具元体。此汤须纯熟,元神始发也”^⑦。

清代纪昀的笔记小说《阅微草堂笔记》中所载鬼怪狐仙讽喻故事里,也多处有“元神”一词的出现,如

《姑妄听之(四)》“狐哀鸣曰:……以剽窃之功为猎取之计,乘人酣睡,仰鼻息以收余气,如蜂采蕊,无损于花,凑合渐多,融结为一,亦可元神不散,岁久通灵,即我辈是也”^⑧。这虽然是对一些没有自己思想的老学究的嘲讽,但此“元神”也反映了宋明以来道教内丹思想的一般性观念。袁枚《子不语》所载《仙人顶门无发》更是一则调侃故事:“癸巳秋,张明府在毗陵,遇杨道人者,童颜鹤发,惟顶门方寸一毛不生,怪而问之,笑曰:‘汝不见街道上两边生草,而当中所践踏之地不生草乎?’初不解所谓,既而思之,知凶门地方,故是元神出入处,故不生发也。道人夜坐僧寺门外,僧招之内宿,决意不可。次早视之,见太阳东升,道人坐墙上吸日光,其顶门上有一小儿,圆满清秀,亦向日光舞蹈而吞吸之。”^⑨这个故事也部分折射了道教演元神、婴儿出窍的丹道思想。此外,宋明时期,一些史书及文人书信文章中也常出现“元神”一词,如黄克缙《数马集》云“惟愿益颐元神,为苍生自重,某不胜恳祷之至”^⑩等,比较接近中医养生意义上的元神。无论如何,从宋元特别是明清时期“元神”一词在多领域广泛运用看,足见道教内丹在当时社会的盛行。

四、结语

《永乐大典》卷2948、2949全是论神的条目,其中论“元神”列了三条义项,概括精辟,可以用来作为本文的结尾。一是“受厘元神”。这个词较早见于《宋史》载颜延之《天地郊迎送神歌》,其中曰“告成大报,受厘元神”。《永乐大典》引《海录碎事》的解释说“厘福,元大也”,那么元神就是大神的意思,与道教初期的人格神的元神观类似。二是“自己元神”。《道法精微》曰:“虚靖天师张君曰:‘神若出,便收来。神返身中气自回,如此朝朝还暮暮,自然赤子产真胎。’萨真人曰:‘时人错认墨和朱,一点灵光便是符。精神不散元阳住,万怪千妖尽扫除。’王景阳曰:‘空劫之前是我身,无形无象亦无名。黄金透石俱无碍,一点灵光到处明。’饶碧虚曰:‘人言心下一陀空,精气元神

聚此中。何以痴人容易感，盖缘不识主人翁。’又：‘自己元神即先天一气之体，先天一气即自己元神之用。故神不可离于气，气不可离于神。神乃气之子，气乃神之母。子母相亲，如磁吸铁。’刘真人曰：‘非法非真非色，无形无相无情。本来一物冷清清，有甚闲名杂姓。动则鬼神潜伏，静时天地交并，视之不见听无声，默叩须还相应。’又《心传录》云：‘一人各具一乾坤，中有巍巍一至尊。统御万灵三界伏，不知徒尔弄精神。’”三是“先天元神”。《道法精微》曰：“先天元神，太极之祖也。虚无自然，包含万象。视之不见，听之不闻，变化无方，去来无碍。清静则存，浊躁则亡。《玉皇心印经》云：‘神能入石，神能飞形。’太上曰：‘虚业静神，道自来居。’《道德经》云：‘谷神不死，是谓玄牝。玄牝之门，是谓天地根’，前有之矣。《心传录》云：‘灵台清静才方现，略有纤毫便不见。出离生死永长存，争奈凡夫不识面。’”^⑧这三种元神观应该说与“神”的人格义^⑨、本体义、主体义^⑩基本相应。当然，主体义的“自己元神”与本体义的“先天元神”是内在贯通一体的，这种主体即本体的生命哲学体现了中国哲学天人合一的基本理念。

注释：

- ①参见夏先忠：《六朝上清经用韵研究》，成都：西南交通大学出版社，2010年，第191页。
- ②《大有妙经》，明正统《道藏》本。
- ③《九真中经》卷上，明正统《道藏》本。
- ④[梁]陶弘景撰、赵益点校：《真诰》卷6《甄命授第二》，北京：中华书局，2011年，第98页。
- ⑤[唐]王题河编：《三洞珠囊》卷4，明正统《道藏》本。
- ⑥《大戴礼记·易本命》曰“食谷者智惠而巧，食气者神明而寿，不食者不死而神”“绝谷不食，元神之道”，与此“不食者不死而神”的思想非常类似。
- ⑦[唐]谭峭撰，丁祜彦、李似珍点校：《化书》，北京：中华书局，1996年，第23页。
- ⑧杜甫《冬日洛城北谒玄元皇帝庙》诗云：“谷神如不死，养拙更何乡？”清仇兆鳌注曰：“谷神，谓身中空窍处有元神也，即丹田之说。故庾信诗云：‘虚无养谷神。’旧解谷为养，则谷

神上不当更加养字矣。”[唐]杜甫著、[清]仇兆鳌注：《杜诗详注》第1册，北京：中华书局，1979年，第93页。）

⑨任继愈主编的《道藏提要》，谓此书“当出于北宋以前”。（任继愈主编：《道藏提要》，北京：中国社会科学出版社，1991年，第583页。）

⑩[唐]九仙君撰、中黄真人注：《中黄经》卷上，明正统《道藏》本。

⑪沈志刚：《钟吕丹道经典译解》，北京：宗教文化出版社，2008年，第55页。

⑫沈志刚：《钟吕丹道经典译解》，前揭书，第87页。

⑬[唐]施肩吾：《西山群仙会真记》卷5，明正统《道藏》本。

⑭沈志刚：《钟吕丹道经典译解》，前揭书，第95页。

⑮精气神源流的详细考察，参见钟肇鹏：《论精气神》，陈鼓应主编：《道家文化研究》第9辑，上海：上海古籍出版社，1996年，第201—224页。

⑯今人多认为此书是“白玉蟾神通之笔”，“《金丹四百字》极有可能是白玉蟾所作而通过马自然为中介而托于张伯端”。（丁培仁：《北宋内丹道述略》，《中国道教》2003年第5期；盖建民：《道教金丹派南宗考论——道派、历史、文献与思想综合研究》上册，北京：社会科学文献出版社，2013年，第106页。）

⑰[清]闵一得著、董沛文主编、汪登伟点校：《古书隐楼藏书道教龙门派闵一得内丹修炼秘籍》下册，北京：宗教文化出版社，2010年，第906页。

⑱[元]李道纯撰，[明]蒋信编，张灿辉、刘晓林点校：《李道纯集》，长沙：岳麓书社，2010年，第50页。

⑲《青华秘文》卷上，明正统《道藏》本。

⑳陈兵：《金丹派南宗浅探》，《世界宗教研究》1985年第4期。

㉑《青华秘文》卷上，明正统《道藏》本。

㉒天地之性、气质之性的说法为张载所提出，后为朱子所大力阐扬，朱子认为张载此说极为有功于圣门。

㉓与元神对举的识神，应该与《青华秘文》《中和集》所说“欲神”“思虑神”相当，但《青华秘文》没用流行的“识神”一词，似亦表明《青华秘文》形成于“元神”“识神”在明代流行之前。

㉔《性命主旨·元集·性命说》作者不详，成书时间是宋至明朝。参见冯国超主编：《性命主旨》，长春：吉林人民出版社，2005年，第37页。

㉕伍冲虚《天仙正理直论增注》本序并注。[明]伍冲虚，

[清]柳华阳著、静虚子校订：《伍柳天仙法脉》，北京：宗教文化出版社，2012年，第8页。）

②⑥冯国超主编：《性命圭旨·乾坤交媾去矿留金》，前掲书，第209页。

②⑦[元]李道纯，[明]蒋信编著，张灿辉、刘晓林点校：《李道纯集》，前掲书，第179页。

②⑧[清]黄元吉著、蒋门马校注：《乐育堂语录》卷1，北京：宗教文化出版社，2003年，第253页。

②⑨同上，第414页。

②⑩[元]丘处机撰、赵卫东辑校：《丘处机集·大丹直指》，济南：齐鲁书社，2005年，第127页。

③⑪《孙不二女功内丹次第诗十四首》第13，徐兆仁主编：《金丹集成》，北京：中国人民大学出版社，1990年，第213页。

③⑫《青华秘文》卷上，明正统《道藏》本。

③⑬[明]阳道生：《真诠》下之上，明嘉靖刻本。

③⑭[明]张三丰撰、方春阳点校，《张三丰全集》卷2《返还证验说》，杭州：浙江古籍出版社，1990年，第11页。

③⑮同上，第412页。

③⑯[清]黄元吉著、蒋门马校注：《乐育堂语录》，前掲书，第379页。

③⑰[明]伍冲虚，[清]柳华阳著、静虚子校订：《伍柳天仙法脉》，前掲书，第66页。

③⑱[宋]曾慥编：《道枢》卷9，北京：中央编译出版社，2016年，第86页。

③⑲《青华秘文》卷中，明正统《道藏》本。

④⑩[东汉]魏伯阳等撰，周全彬、盛克琦编校：《参同集注：万古丹经王〈周易参同契〉注解集成》第1册，北京：宗教文化出版社，2013年，第362页。

④⑪同上，第404页。

④⑫同上，第436页。

④⑬[明]阳道生：《真诠》下之下，明嘉靖刻本。

④⑭[明]阳道生：《真诠》下之下，明嘉靖刻本。

④⑮[清]黄元吉著、蒋门马校注：《乐育堂语录》卷2，北京：宗教文化出版社，2003年，第27页。

④⑯[宋]刘昉：《幼幼新书》卷2，北京：人民卫生出版社，1987年，第23页。

④⑰[明]戴原礼：《推求师意》卷下，清文渊阁《四库全书》本。

④⑱[明]杜巽才：《霞外杂俎》，明嘉靖刻医药摄生类八种本。

④⑲[清]李时珍编纂，刘衡如、刘山水校注：《本草纲目》下册，北京：华夏出版社，2011年，第1301页。

⑤⑩同上，第1404页。

⑤⑪[清]张璐撰、胡双元等校注：《张氏医通》，太原：山西科学技术出版社，2010年，第428页。

⑤⑫《寿世正编》卷上，[清]佚名辑，清刻化材三书本。“五辛不节损元神”，明代高濂《遵生八笺》（明万历刻本）所载《孙真人卫生歌》曰：“五辛不节反伤神。”

⑤⑬[明]李中梓撰、包来发校注：《诊家正眼》卷上，北京：中国中医药出版社，2008年，第14页。

⑤⑭[明]万全：《万氏家传养生四要》卷4，清乾隆六年敷文堂刻万密斋书本。

⑤⑮[明]张介宾著，孙玉信、朱平生校注：《景岳全书》卷2，上海：第二军医大学出版社，2006年，第29页。

⑤⑯[明]张介宾著，孙玉信、朱平生校注：《景岳全书》卷24，第510页。

⑤⑰[明]吴崐注、山东中医院中医文献研究室点校：《内经素问吴注》，济南：山东科学技术出版社，1984年，第21页。

⑤⑱[明]徐谦：《仁端录》卷5，清文渊阁《四库全书》本。

⑤⑲[宋]蒋叔舆编：《无上黄箓大斋立成仪》卷28，明正统《道藏》本。

⑥⑩[明]陆西星撰、蒋门马点校：《南华真经副墨》，北京：中华书局，2010年，第434页。

⑥⑪冯国超主编：《性命圭旨·元集》，长春：吉林人民出版社，2005年，第94页。

⑥⑫同上，第104页。

⑥⑬同上，第230页。

⑥⑭徐兆仁主编：《全真秘要》，北京：中国人民大学出版社，1988年，第200页。

⑥⑮同上，第202页。

⑥⑯[清]彭希涑：《净土圣贤录》卷8之《袁列星》，清刻本。

⑥⑰[明]查铎：《查先生阐道集》卷2《与舒继峰司寇书》，清光绪十六年涇川查氏济阳家塾刻本。

⑥⑱[明]查铎：《查先生阐道集》卷2《再与舒继峰书》，清光绪十六年涇川查氏济阳家塾刻本。

⑥⑲[明]魏校：《庄渠遗书》卷15《复毛希兼》，清文渊阁《四库全书》本。

⑦⑩[元]吴澄：《吴文正集》卷98，清文渊阁《四库全书》本。

⑦⑪[元]许谦：《白云集》卷1，《四部丛刊续编》景明正统本。

⑦⑱[明]陈献章撰、孙通海点校：《陈献章集》卷5《赠世卿》，北京：中华书局，1987年，第300页。

⑦⑲[明]王守仁撰、萧无陂校释：《传习录》上，长沙：岳麓书

社,2012年,第32页。

⑦同上,第95页。

⑧[明]王畿撰、吴震编校:《王畿集》卷5《天柱山房会语》,南京:凤凰出版社,2007年,第119页。

⑨[明]魏校:《庄渠遗书》卷4《答唐应德》,清文渊阁《四库全书》本。

⑩[明]郝敬:《礼记通解》卷18,明九部经解本。

⑪[明]郝敬:《礼记通解》卷18,明九部经解本。

⑫[明]郝敬:《论语详解》卷8,明九部经解本。

⑬[明]郝敬:《论语详解》卷7,明九部经解本。

⑭[明]郝敬:《周易正解》卷8,明郝氏九经解本。

⑮[明]郝敬:《谈经》卷8,明崇祯山草堂集增修本。

⑯[明]郝敬:《礼记通解》卷19,明九部经解本。

⑰[明]郝敬:《周易正解》卷18,明郝氏九经解本。

⑱[明]郝敬:《谈经》卷1,明崇祯山草堂集增修本。

⑲[明]郝敬:《谈经》卷1,明崇祯山草堂集增修本。

⑳[明]郝敬:《论语详解》卷4,明九部经解本。

㉑[明]邹元标:《愿学集》卷1,文渊阁《四库全书》补配清文津阁《四库全书》本。

㉒[明]郑善夫:《少谷集》卷22,文渊阁《四库全书》补配清文津阁《四库全书》本。

㉓[明]王文禄:《海沂子》卷3,明百陵学山本。

㉔[明]朱谏:《雁山志》卷2,明万历刻本。

㉕[明]林兆恩:《三教正宗统论》第8册,明万历刻本,《四库禁毁书丛刊·子部第19册》,北京:北京出版社,1997年,第186页。

㉖同上,第187页。

㉗瞿蜕园、朱金城校注:《李白集校注》卷30,上海:上海古籍出版社,1980年,第1736页。

㉘[清]彭定求等编:《全唐诗(下)》卷860,郑州:中州古籍出版社,1996年,第4922页。

㉙参见刘长东:《略论寒山与道教的关系》,《传统文化与现代化》1996年第6期。

㉚张月中、王钢主编:《全元曲(下)》,郑州:中州古籍出版社,1996年,第1481页。

㉛《西游记》的引文出处是:[明]吴承恩著、黄肃秋注释、李

洪甫校订:《西游记(下)》,北京:人民文学出版社,2010年,第671、492页。

㉜《封神演义》引文出处是:[明]许仲琳著、李时人校点:《封神演义》,杭州:浙江古籍出版社,2011年,第191、281、446、273、611页。

㉝[明]罗懋登:《三宝太监西洋记》,北京:华夏出版社1995,第101页。

㉞[明]冯梦龙:《警世通言》卷27,北京:华夏出版社,2013年,第284页。

㉟[明]冯梦龙:《警世通言》卷30,北京:华夏出版社,2013年,第320页。

㊱[明]冯梦龙:《醒世恒言》卷29,北京:华夏出版社,2013年,第428页。

㊲[明]范凤翼:《范勋卿诗文集》卷2《拙存堂逸稿序》,明崇祯刻本。

㊳陈祖架、朱自振编《中国茶叶历史资料选辑》,北京:农业出版社,1981年,第140页。

㊴[清]纪昀:《阅微草堂笔记》,杭州:浙江古籍出版社,2010年,第306页。

㊵[清]袁枚撰,申孟、甘林点校:《子不语》,上海:上海古籍出版社,1998年,第317页。

㊶[明]黄克缙:《数马集》卷32,清刻本。

㊷[明]解缙等纂:《永乐大典(第2册)》卷2948,北京:中华书局,1986年,第1515页。

㊸关于人格义的元神,除早期道教及祭祀中所说“受厘元神”为天神、大神外,唐宋元明时期还有一种祭“本命元神”的观念。宋洪遵《翰苑群书》卷5载有“祭本命元神”,元代王恽《秋涧集》卷63也有“祭元神祝文”清代钱泳《履园丛话》卷14《鼻中人》一文说“有唐与鸣者,东乡人,偶画卧椅上睡熟,忽鼻中出两小人,可二寸许,行地上疾如飞,家人惊异,将攫之,仍跃入鼻中,而寤询之,具述梦状始知短人者,即唐之元神也”。此类怪诞及术数之元神,本文不再具体讨论。(参见陈于柱、张福慧:《敦煌具注历日见载“本命元神”考辨》,《敦煌学辑刊》2010年第4期。)

㊹关于“神”在中国哲学的三种义含,参见翟奎凤:《先秦神观念演变的三个阶段》,《社会科学研究》2014年第2期。