



“道教医学”概念内涵、研究对象和学术动态

盖建民*

道教医学是一种宗教医学,作为宗教与科学互动的产物,它是道教徒围绕其宗教信仰、教义和目的,为了解决其生与死这类宗教基本问题,在与传统医学相互交融过程中逐步发展起来的一种特殊体系,也是一门带有鲜明道教色彩的中华传统医学流派。道教医学作为中国传统医学的一个重要构成成分,以生命与疾病为核心,探讨道家、道教的生命观、疾病预防治疗观,注重在这种观念影响之下医家们所创造与发明的各种技术手段的运用。国内外道教医学研究包括两大方面:总体研究与道教医学分支内丹医学的研究。

道教与中国传统医学关系极为密切,所谓“古之修道者莫不兼修医术”,因此自古就有“医道通仙道”的说法。而民间广为流传的“十道九医”之说则充分反映了道教“尚医”的历史传统。道教医学是中国传统医学文化不可或缺的组成部分,也是道教学研究的一个极其重要的学术领域。本文拟就“道教医学”概念内涵、研究对象和学术界研究动态进行一番梳理,以求教于方家。

一、道教医学概念及研究对象

道教医学首先作为道教学研究的一个重要学术领域,近年来已获得国内外学术界的普遍认同,渐渐成为道教学研究的热点之一。三十多年来,经过国内外学者的孜孜不倦的努力,道教医学研究已经从起步阶段逐渐趋向深入。随着越

* 盖建民,四川大学道教与宗教文化研究所所长,教育部长江学者特聘教授。

JEWISH STUDIES

犹太研究

第14辑

来越多的学术成果问世,特别是《道教医学》^①一书的出版及其影响的扩大,道教医学逐渐确立了其作为祖国传统医学的一个流派的学术地位;此后道教医学相关的思想内容研究得到了继续关注与深入的探讨。可以说,经过多年的探索,学术界就道教医学这一道教学分支学科的基本概念、研究对象和研究的范围、内容达成共识,形成规范化的学术“范式”。但道教医学研究现阶段仍然还属于科学研究的“前科学阶段”,尚有许多问题需要作深入探讨。因此,我们需要回顾一下自20世纪80年代以来国内外学者对道教医学概念的内涵与外延等作出的界定和归纳,以了解其发展的概貌。具体如下:

1985年,丁贻庄在《〈中国大百科全书·宗教卷〉道教分支学科条目征求意见稿》“道教医药学”词条中,最早提出了道教医学概念与道教医学的主要内容构成:“道教医学:道教为追求长生成仙,继承和吸收中国传统医学的成果,并在内修外养过程中积累的有独创性的医学知识和技术。它包括服饵外丹、内丹导引以及带有巫医色彩的符讖仙药等,与中国的传统医学既有联系又有区别,其医学与药物学的精华为中国医学的组成部分。”^②1988年《中国大百科全书》出版时,这一词条定稿为:“道教医学:道教为追求长生成仙,继承和汲取中国传统医学的成果,在内修外养过程中,积累的医药学知识和技术。它包括服食、外丹、内丹、导引以及带有巫医色彩的仙丹灵药和符咒等,与中国的传统医学既有联系又有区别,其医学与药物学的精华为中国医学的组成部分。”“主要内容:道教医学丰富而庞杂,其中与中国传统医学具有共同核心的为服饵外丹,作为广义的中国医学的重要内容有导引、调息、辟谷、房中和内丹修炼等养生术。另外还有一些带有神秘的巫医色彩的符、讖、咒、祝、斋等等。三者浑然一体,构成了道教医学的特色;有精华,也有糟粕。在发展过程中,其精华部分对中国医学有很大贡献。”^③我们比较《征求意见稿》与《全书》之“道教医药学”词条可以看到:其一,《征求意见稿》正式收入《全书》时对“道教医学”的定义,删除了“有独创意义”。这一删除体现出当时研究中对“道教医学的特点”的研究还不够深入,未能发现道教医学中具有“独创意义”的内容。其实,通过对内丹医学思想的研究,我们发现“独创性”其实贯穿于内丹医学思想的各个组成部分之中,具有十分重要的意义。其二,“主要内容”基本上未作改变。其中,丁贻庄把服食、外丹列入共同核

① 盖建民:《道教医学导论》,(香港)中华道统出版社1999年版;《道教医学》,宗教文化出版社2001年版。

② 丁贻庄:《〈中国大百科全书·宗教卷〉道教分支学科条目征求意见稿》,《宗教学研究》1985年第2期。

③ 《中国大百科全书·宗教卷》,中国大百科全书出版社1988年版,第73~74页。



心部分,而把内丹仅作为“中国医学的重要内容”的次要方面。从实际上来分析,服食、外丹由于直接为中医学所取用,因而,成为中医学的核心构成是显而易见的。然而,从我们对内丹医学思想及其与中医学关系研究中,内丹医学思想则从更高层次影响中医学,对中医学的理论创新更具有重要启发意义,尚有直接取之于内丹学理论的部分,如关于命门的论述、奇经八脉、小儿三岁纯阳说等。可见,内丹部分亦为中医学的核心构成。

此外,《中国大百科全书》还界定了道教医学概念的内涵与外延:“道教为追求长生成仙,继承和汲取中国传统医学的成果,在内修外养过程中,积累的医药知识和技术。它包括服食、外丹、内丹、导引以及带有巫医色彩的仙丹灵药和符咒等,与中国的传统医学既有联系又有区别,其医学和药物学的精华,为中国医药学的组成部分。”^①

日本学者吉元昭治于《道教与不老长寿医学》(1988年出版,1992年大陆出了中译本)之中,以现代中医学为参照系,分析了道教与中医学关系,认为道教医学内容包括以下三个层次:(1)中心圆:此为与现在的中医学几乎相同的内容,也可以说是两者最接近的部分,包括汤液、本草、针灸等。另外,具有道教特色的外丹术应用矿物类药物,故亦可归入“本草学”范畴。(2)中间圆:此为具有道教医学特色的部分,包括导引、调息、内丹、辟谷、内视、房中等。可以说是所谓丹鼎派所支持的内容。相当于现在的运动体操疗法、呼吸疗法、精神医学疗法、性科学等。(3)外圆周:此为最具道教色彩的内容,与民间信仰、民间疗法密切相关。包括符、占、签、咒、斋、禁、祭祀、祈祷等,也是戒律的、伦理的内容。可以说是所谓符篆派所支持的内容,用现在的话来说,也可以称作“心理疗法”或“信仰疗法”。又说:“另外,换一个角度来看,所谓道教医学,就是‘精气神医学’。其中,又以气为中心,内丹术实际上就是对气的追求,导引、调息、吐纳等,都与气密切相关。”^②吉元昭治运用相当简洁的语言归纳了道教医学的内容,作出了相当明确的划分,但并未深入对“最有特色”展开充分的论证。

胡孚琛先生则使用“道教医药学”的概念,指出:“道教医药学大致包括三个部分,其核心部分是仙药、本草、医方、针灸等,大致范围相当于世俗的中医药学。二者的区别仅在于道教医药学多以延年益寿、还春驻颜的疗效为追求的目标。中间层部分是导引、按摩、气法、辟谷、房中、存思、饮食疗养及起居禁忌等,这是靠自我摄养和调谐精、气、神来防病抗病的技术。外层部分是符水、药签、祝由、祭祀、斋醮等调整社会环境和心理环境的治疗方法,具有强烈的宗教特征。比较

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

② [日]吉元昭治:《道教与不老长寿医学》,成都出版社1992年版,第8~9页。

JEWISH STUDIES

犹太研究

第14辑

有特色的方面,道教医学认为人体以气为本,治病就须调气,养气便能健身;道教医学还将宗教神学引入医学,将身体各器官部位都配备身神来管理,从而把存神作为道教医学的治疗方法。还提到特别是唐代以后道教中内丹学取代外丹学成为修仙方术的主流,道教医药学逐渐减弱外丹黄白术的影响而发展出许多配合内丹、气法修炼的药方。内丹学无论清净孤修法或男女栽接法,皆从调节人的性功能入手,以补精筑基。因此,道教医药学特别注意中医学中关于肾脏的研究。”^①胡先生对道教医药学内容界定基本上与吉元昭治一致,但强调了内丹学作用,并特别提到了对中医肾研究的影响。

针对国内外学术界对道教医学定义的各种表述与界定,盖建民作出了一个简明的概括:“道教医学是一种宗教医学,作为宗教与科学互动的产物,它是道教徒围绕其宗教信仰、教义和目的,为了解决其生与死这类宗教基本问题,在与传统医学相互交融过程中逐步发展起来的一种特殊体系,也是一门带有鲜明道教色彩的中华传统医学流派。”^②此外,还概括了道教医学存在的四大特点:(1)道教医学在性质上属于宗教医学的范畴,它不同于一般的医学分支,带有明显的宗教神学特征;(2)道教医学在内容与形式上具有包罗宏富、多样性的特征。它与传统医学在基础理论和临床治疗手段上既有相合之外,也有相异之点;(3)道教医学具有精华与糟粕同在、科学与玄秘共存的双重性;(4)道教医学模式是一种熔生理治疗、心理治疗、社会治疗和信仰治疗为一炉的综合性医学模式,建立在道教宇宙论、人天观和身心观基础之上。^③上述论述对道教医学的概念、内涵、外延及具体特征作出了较为全面的概括,在学术界引起了较大关注与反响。

二、道教医学的对象与范围

道教医学作为中国传统医学的一个重要构成成分,以生命与疾病为核心,探讨道家、道教的生命观、疾病预防治疗观,注重在这种观念影响之下医家们所创造与发明的各种技术手段的运用。笔者认为道教医学的对象,主要有以下六个方面:

首先,道教医学形成、发展的历史。主要上溯其发生的自然与社会历史背景,厘清其发展阶段性,剖析其在发展过程中的各自特征。

第二,道教医学的体系与内容。以传统医学基础理论为参照系,着重突出道

① 胡孚琛:《道教医药学述要》,《中国中医基础医学杂志》1995年第4期。

② 盖建民:《道教医学概念辨析》,《宗教学研究》1997年第1期。

③ 参见盖建民:《道教医学导论》,中华道统出版社1999年版,第328~413页。



教医学理论体系的特征,及其对传统医学理论的创新性发展。

第三,道教医学的常见疗法。着重阐明道教医学从自身基础理论出发,在疾病预防与治疗方面的部分成就。

第四,道教医学心理疗法。对信仰疗法、祝由术、内丹心理疗法作深入的探讨,体现出道教医学心理疗法的特色。

第五,道教医学养生理论与方法。道教医学养生是传统医学养生学的核心与精髓部分,其理论以道家经典著述相关论述为核心,技术手段多种多样,富于实践性,是珍贵的医疗文化遗产。

第六,道教医学的历史地位及其现代价值。道教医学作为传统医学的一个重要流派,在中国医学史上具有重要的地位;是中医药文化的源头“活水”,也是中国传统文化重要组成部分。至今仍在中国乃至世界人民的医药卫生事业中发挥重要作用。^①

三、国内外道教医学研究综述

(一)道教医学的总体研究

国内外对道教医学已经作出了颇为深入的研究,主要有以下几个方面:

首先,关于道教与传统医学的关系。自20世纪80年代开始,部分学者探讨道教经典著述中的医学思想,部分道教医家在中国传统医学中的地位与影响,以及道教医学的某些特征等方面。如魏启鹏探讨了《太平经》与东汉医学的关系(《〈太平经〉与东汉医学》,《世界宗教研究》1981年第1期),郭起华发表了《从葛洪和陶弘景看道教对古代医学的影响》(《世界宗教研究》1982年第1期),钟肇鹏探讨了《道教与医学养生关系》(《世界宗教研究》1987年第1期),金棹(金正耀)《东汉道教的救世说与医学》(《世界宗教研究》1989年第1期)从宇宙论、治国论和治身理论三个角度考察了早期道教救世说与医学的联系;其他文章还有刘仲宇《道教对祖国医学贡献简述》(《上海教育学院学报》1987年第1期)、丁贻庄《道教与医学》(《大自然探索》1988年第4期)、陈森镇《道家道教对中医学发展前期的影响》(《厦门大学学报》1993年第1期)、江幼李《道文化与中医学学术的关系》(《中医杂志》1995年第8期)、李延斌等《儒、释、道三教对中医学发展的相关性探讨》(《上海中医药杂志》1996年第10期)、郭树森《中国道教医学论略》(《开放时代》1996年第6期)、刁宗广《儒、道思想对中医理论的影响》(《安徽大

^① 参见盖建民、何振中:《道教医学精义》,宗教文化出版社2014年版,第3~4页。

JEWISH STUDIES

犹太研究

第14辑

学学报》1998年第1期)、刘翠清《中医与道教》(《河南中医药学刊》1998年第6期)、郑晓红《道家对中医养生康复思想的影响》(《南京中医药大学学报》1999年第1期)、王志萍等《试论道教文化与中医学思想的发展》(《中医文献杂志》1999年第2期)。此外,杨宇还着重翻译介绍了日本学者在道教与中国传统医学关系研究方面的成果(《宗教学研究》1988年第2~3期,《四川大学学报》1992年第3期)。盖建民博士学位论文对道教与传统医学关系进行了系统研究,在此基础上出版了道教医学研究专著《道教医学导论》,这是国内外第一部系统研究道教医学的专著,填补了学术空白。^①此外,台湾学者林富士著有《疾病终结者——中国早期的道教医学》[(台北)三民书局2001年版],陆续发表有关早期道教与医学的论文,如《试论中国早期道教对于医药的态度》(《台湾宗教研究》2000年第1期);《“疾病”与“修道”:中国早期道士“修道”因缘考释之一》(《汉学研究》2001年第1期);《略论早期道教与房中术的关系》(《“中央研究院”历史语言研究所集刊》2001年第2期);《中国早期道士的医疗活动及其医术考释:以汉魏晋南北朝时期的“传记”资料为主的初步探讨》(《“中央研究院”历史语言研究所集刊》2002年第1期);《中国早期道士的医者形象:以〈神仙传〉为主的初步考察》(《世界宗教学刊》2003年第2期)等。

第二,关于道教医家的研究。盖建民发表了系列论文:《道教医家杨上善、王冰考论》(《宗教学研究》1997年第3期)依据道书文献和相关史料对杨上善、王冰的道教医家色彩作了辨析,同类文章还有《唐代女道医胡愷及其道教医学思想》(《中国道教》1999年第1期)、《魏晋南北朝的道教医家及其医学创获》(《中国道教》1999年第3期)等。他还运用统计学原理对历代知名道医及其占同时代医家的比例进行了统计分析(《道教医学导论》第473~481页)。其他论文还有高兴华等《试论葛洪对古代化学和医学的贡献》(《四川大学学报》1979年第4期)、姜春华《道家和医家》(《中国哲学史》1988年第5期)、陈克勤《论孙思邈在针灸学术上的贡献》、谢文宗《孙思邈对祖国医学的重要贡献》、姚远《中国历史上一位伟大的医学家——纪念孙思邈诞生1400周年》(以上均刊于《西北大学学报》1981年第4期)等。

第三,关于道教医学思想研究。卢国龙探讨了道教贵生思想学说的渊源(《世界宗教研究》1991年第3期),黄渭铭发表了《道教养生思想的特点与方法》(《厦门大学学报》1993年第1期),卿希泰、盖建民对道教生育观及其现代意义作了专题研究,指出道教生育观强调宝精节育、注重人口生态平衡,有现实意义

^① 参见《中国道教》1999年第4期、《世界宗教研究》1999年第2期、《宗教学研究》1999年第4期,李养正等《道教医学导论》评介。



(《道教生育观考论》，《中国哲学史》1998年第2期)。这方面的成果还有盖建民《道教医学思想简论》(《宗教学研究》1995年第3期)，《道教房中术的性医学思想及其现代价值》(《宗教学研究》1996年第1期)，盖建民、詹石窗《道教医学模式及其现代意义》(《厦门大学学报》1999年第1期)，王晓《道教医学的哲学思考》(《江西社会科学》1999年第6期)等。

第四，关于道教医学文献研究。这方面的成果颇多。朱越利《〈养性延命录〉考》(《世界宗教研究》1986年第1期)对中国第一部养生集的资料来源进行了详细考证，并对《养性延命录》所保存的先秦至两晋的思想材料、医书佚文和道经佚文进行了考辨。盖建民对宋元明清道教医学文献作了系统考析(《宋元道教医学考论》《宗教学研究》1998年第4期；《明清道教医学论析》，《宗教学研究》2000年第1期)。

第五，道教医学养生术与传统医学融通关系的研究。

综合论述：丁贻庄对道教养生资料进行了汇编整理(《宗教学研究》总第1、5、9期，1982年8月、1984年4月、1987年4月)。王家祐《彭山道教铜印与道教养生》(《文史杂志》1993年第6期)，李远国系统整理并出版了多部有关道教养生术的著作，其中《中国道教养生长寿术》(四川科技出版社1992年版)介绍了道与长寿、饮食养生术、气功养生术、房中养生术与养生方等；《道教练养法》(北京燕山出版社1993年版)介绍了道教练养法的源流、理论、各种方法等。陈耀庭、李子微、刘仲宇合编《道家养生术》分总论、守一、存思、导引、吐纳服气、胎息、服食、内丹、房中、起居、其他类，分类介绍并辑录道家(尤其是道教)有关养生的理论与方法(《道家养生术》，复旦大学出版社1992年版)，具有知识性和实用性。郝勤、杨光文《道在养生——道教长寿术》(四川人民出版社1994年版)。

盖建民对道教符咒治病术所内蕴的医药、心理治疗因素的合理“内核”作了系统研究(《道教符咒治病术的理性批判》，《世界宗教研究》1999年第4期)。

孟乃昌《道教与中国医药学》(北京燕山出版社1993年版)，以道教服食术为主部分；刘国梁《道教营养学散论》(《中华文化论坛》1994年第2期)，谢彦红、胡孚琛《道教服饵派的仙药、美容方及食疗方》(《中国中医基础医学杂志》1998年第3期)，蒋力生《论道教服食方的价值和影响》(《江西社会科学》1996年第12期)，拜根兴《唐代道教徒养生饮食述论》(《陕西师范大学学报》1998年第4期)，王明辉等《道教医学中的食养与药方》(《药膳食疗研究》1999年第2期)，盖建民《药王孙思邈及其食疗学思想》(《中国道教》1997年第4期)。

以气法导引为主：丁贻庄《唐代服气养生论》(《四川中医杂志》1989年第5期)，张钦《道教行气术研究的一点心得》(《宗教学研究》1996年第4期)。

以身心疗法为主：王庆余、旷文楠所著《道医窥秘——道教医学康复术》(四

JEWISH STUDIES

犹太研究

第14辑

川人民出版社 1994 年版)侧重于道医治疗技术,重点介绍了道医七诊、道医与运气学说、道医点穴、按摩术、道医气功诊疗及道医方药举要等。

郑晓江《道家与道教精神疗法之现代价值》(《中国道教》1996 年第 4 期),《道教玄武信仰疗法考论》(《道韵》第 4 辑,台湾中华大道出版社 1999 年版)。

(二)道教医学分支内丹医学的研究

新中国成立以后,道教内丹炼养术作为祖国医学与传统养生学的重要内容得到了继承与发展,特别以其独特、有效的养生效果得到了重视。早在 20 世纪 50 年代起就出现了一批主要以“新气功”或“气功养生”为名的著述,其中选择了内丹炼养术中能够促进身体健康的方面,作为大众化与推广的内容。比较有影响的如:蒋维乔的《中国的呼吸习静养生法》《气功防治法》(上海卫生出版社 1956 年版)。周潜川撰写的《气功药饵疗法与救治偏差手术》(山西人民出版社 1959 年版)、《峨嵋十二桩释密》(山西人民出版社 1960 年版);刘贵珍的《气功疗法实践》(河北人民出版社 1957 年版),成都市中医药研究所编著的《五禽气功》(四川人民出版社 1962 年版),胡耀贞的《气功》《因是子静坐法》《保健气功》《五禽戏》(人民体育出版社 1963 年版)等。

20 世纪 80 年代以来,“气功热”几乎遍及全国各个角落,大量气功养生、武功及丹道实践著述得到出版,经过校点或影印出版的丹经文献著述也被公之于众,还形成了众多的气功养生的组织和科研机构。这些在客观上都起到普及道教内丹学知识的作用。许多致力于丹道修炼和传播的人士朴实地把自己的练功体会和心得公之于众以供交流,他们通俗地介绍丹功修炼的层次过程,其中有一些著作描述了作者自身在丹道修炼中发生生理、心理变化现象和过程,颇有参考价值。新的内丹学的研究基本上是与道教学者培养同时进行的,大部分集中于 80 年代以后,内丹学概念的提出也相对滞后;但作为后起的概念有着一个明显的优势,即内丹学概念的内涵更加准确和广泛,成为各类技术手段的最高综合。胡孚琛先生认为内丹学概念实际上包容了现代气功、养生、武术等各种炼养术法。近二三十年来,内丹学在早期道教学者奠定的基础之上(如陈樱宁的仙学)得到了进一步深入发展,并出现了一系列道教内丹学研究著作。虽然内丹医学思想研究迄今还没有专门的著作,然而,内丹医学思想实际上融入了各种养生、气功、内丹学及其思想研究的著述之中,并且其相关内容的研究可以说是成果卓著,并初具规模。在已经出版的相关著作中,现当代学者从养生技术角度出发主要运用气功(导引)或内丹学术语对养生或内炼技术作出总结,有的从丹道修炼角度论述,有的从气功武术角度论述,也有的从养生学角度论述,有的从中医学角度论述,还有的从现代科学角度进行剖析。其中部分学者所论述的功理内容揭示了部分内丹医学基础理论,也有学者把涉及内丹医学思想的内容直接纳入



中医学基础理论构成成分。现代学者与炼养家从不同角度阐释和论证了内丹医学思想的某些具体方面,他们的成果成为我们进一步进行系统总结的基础和出发点。各家的内丹医学思想成果多具综合性,为研究的方便以下简要回顾只述及其著述中的某些主要方面:

首先,道教医学及相关研究中涉及内丹医学思想体系构成问题。近二十多年来,随着道教医学研究的深入,中外学者就道教医学的具体内容和形式的结构提出了具体构想。比较重要的论著及其观点如:80年代末,日本道教学者吉元昭治在《道教与不老长寿医学》(成都出版社1992年版)第八章“道教医学的基础医学”中介绍了道教医学的理论基础,同时也是内丹医学思想的出发点,其主要有关:天人关系、内景脏腑解剖生理、经络穴位和人体内之身神系统。吉元氏的论述比较全面地概括了道教医学的特点,可惜极其简略。王庆余、旷文楠的《道医窥秘——道教医学康复术》(四川人民出版社1994年版)从道教医学的生命观、生理观以及气功疗疾的气要素方面论述了道教医学的基础,并主要从诊法、导引按摩术、气功疗法等方面阐述了道教医学的部分技术内容。然而,书中所述以中医学基础理论为主要依据,除了所介绍气功疗法与祝由符水法有明显道教医学特色外,其他技术手段与中医学疗法并无多大的区别。

盖建民在《道教医学》第四章“方术与科学——道教医学体系及其特点”中详细归纳了道教医学体系中具有宗教神学特点的内容,如道教病因病理学说中的鬼神致病理论,三尸九虫说;治疗手段、方法中的服气疗病术与存思神灵微咒语配合,及身神说等,重点介绍了道教符咒治病术源流、程序及其医学内涵。还探讨了道教医学模式的两个基本特点即作为一门宗教医学,并不排斥世俗医学,而是采取积极的态度,重视并广泛运用传统中医学的药物、针灸疗法从生理上治疗疾病;善于运用信仰疗法和各种自然疗法对病人进行心理治疗。并对最能体现道教医学特色的符咒治病术的内容要素及其医学内涵作了较详尽的阐释。

值得注意的是,也有学者认为内丹术(或称“内功术”)存在自身发展的理论体系,可以说是内丹医学思想体系的雏形。王卜雄、周世荣的《中国气功学术发展史》(湖南科学技术出版社1989年版)第四章“隋唐五代时期”之第六节“内丹术系统的形成”中提出:“内丹术……基本理论也像中医学其他各分科一样有阴阳、五行、八卦(其实中医经典著述《内经》的体系中并没有,至金元以后才受内丹学的影响而引入中医学)、藏象、经络等等学说。”并着重论述了历代经络导引术的发展及以任督二脉为中心的经络导引法的具体运用。正如王卜雄所述,内丹医学思想的基本理论与中医学的基本理论是相一致的,也是上述道教医学在建构自己的内容体系时,把中医学当成参照系统。很显然,内丹医学思想的理论体系有着自身发生发展的阶段性规律,有着适应内丹炼养鲜明的特点,还在治疗理

JEWISH STUDIES

犹太研究

第14辑

论和方法上具有特殊性。孟乃昌的《道教与中国医药学》(北京燕山出版社 1993 年版)提出“传统医学和道家内功是在相对独立的两个体系内发展的”,遗憾的是孟先生并未对所说的“独立”体系作出具体的概括。

其次,现代气功养生学或气功学术史,从各个方面探讨了内丹学的核心作用,也涉及内丹医学思想的相关内容。

李少波的《真气运行法》(甘肃人民出版社 1980 年版)最重视任督二脉,书中专论以真气通任督二脉而养生,作者试图用现代中医学的观点对真气本质、相关的经络、脏腑和真气运行的机制给予现代的阐释,并在实践中推广之。张弘强、杜文杰的《从气摄生图说》(甘肃科学技术出版社 1988 年版)是《真气运行法》的续写,以传统医学的精气神概念和现代医学成就来阐释“真气运行法”,试图对人体内的真气作出符合现代中医学和科学的解释,还对真气作出了概念的界定。林中鹏主编的《中华气功学》(北京体育学院出版社 1988 年版)以内丹功法为核心构建其理论体系,其临床应用部分建立起气功现代治疗体系,治疗的病种基本上包括所有的疾病,以及开发智力、体育中的运用,还有对气功之“外气”的现代研究。其中大部分内容仍然属于试验性、对有些疾病的治疗只是辅助性的。

李远国的《道教气功养生学》(四川省社会科学院出版社 1988 年版)以当代气功养生实践与内丹经典文献为依据,对内丹术(或称“内炼”)的源流作出比较系统的介绍。第 3 章中对《陈先生内丹诀》阐释内丹医学的心肾胆以及任督二脉的思想,指出把心肾精气交媾而得内丹是此书的特色,又认为以炼胆为内丹炼养术入手之功,先通任脉,后通督脉,是汉唐以来内丹功法中颇具特色的一种。胡孚琛先生认为,“陈朴丹诀古朴可信,保留了内丹形成初期的原始风貌,且不借用铅汞等外丹术语,其学术价值不亚于《钟吕传道集》”^①。

李志庸把自己所编著《中国气功史》(河南科学技术出版社 1988 年版)称为“中国医学分科史之一”。首先,书中把内丹功夫远源上溯到《周易》,并以艮卦为例。其次,把《内经》的医学思想列为气功和内丹功夫的理论原则,把《难经》提出“命门与肾间动气说”作为“丹田学说的开拓”。此外,还对武术气功(即武术内功)作出初步定义。

王松龄《中国气功的史理法》(华夏出版社 1989 年版)试图从理论高度对当时流行的气功进行理论的总结,把内丹学作为其理论的核心。

王卜雄、周世荣的《中国气功学术发展史》比较全面地阐述了中国气功学术发展史,指出唐代道医胡愔的《黄庭内景五脏六腑补泻图》是一本名副其实的气

^① 胡孚琛:《丹道法诀十二讲》下卷,社会科学文献出版社 2009 年版,第 841 页。



功疗法专著。并特别考述了在气功、武术史上影响较大的《易筋经》与《洗髓经》二书乃出于道教内丹术系统,还论述了历代经络导引术的发展以及以任督二脉为中心的经络导引法的具体运用。

第三,以丹道为主的养生学理论研究与实践从各个侧面探讨了部分内丹医学的基础理论相关内容。

韩秋生依据内丹学经典文献如钟离权的《灵宝毕法》、尹真人弟子撰的《性命圭旨》等书,以《人体生命再生工程》为题编著了一系列著作,用来指导养生长寿实践。《人体生命再生工程》(第一期救护生命工程)、《人体生命再生工程》(第二期延益生命工程)(鹭江出版社 1988 年版);《丹道入门:人体生命再生工程二期续册》(鹭江出版社 1990 年版)等。

王沐在《内丹养生功法指要》(东方出版社 2008 年,此书 1990 年初版,此系修订版)“内丹功法的缘起”中,追溯内丹功法起源:现存文献中记载内丹功法的,以东周安王时期的“行气玉佩铭”为最早(公元前 380 年制成,距今已 2300 多年)。在这个文物上,系统地记载了古代的行气方法——最初的内丹功法。此物现存天津市历史博物馆,其内丹功法似为近代的小周天丹功,包括行气、炼、化的过程,这说明我国战国初期丹功已成系统。书中还对内丹流派、内丹功夫的关窍及其功用、丹功的进程、女丹功等,都作了具体的阐释,内容十分丰富。

李锡堃在《丹道养生功——中国传统生命哲学》(北京出版社 1990 年版)“现象论”一章中,列举练功中出现的念中自觉现象,其实是对内丹炼养过程生理与心理现象的归纳与总结。书中还提出修习其功法的练功时间取时,即子、午、卯、酉四个正时。在此四正时中取自自然之气,又叫作盗天地之真炁来补自己的亏损,将失去的真炁夺回来,使自己的生机得到恢复,生化功能加强。这是内丹术中不可缺少的步骤。这种功法就是丹经中所说的抽添之法。

《周易参同契》作为第一部内丹经典著述,对内丹学及其所寓有的内丹医学思想具有奠基的意义。萧汉明、郭东升《〈周易参同契〉研究》(上海文化出版社 2001 年版)也阐发了其重要内涵,特别是第八章“《周易参同契》的人体生命模型”论述了生命的气化特征、炼己全神而变换体质的功能、炼养术上运转河车(小周天)、调火候结丹及还虚合道功夫的五个方面。

王沐在《悟真篇浅解》(中华书局 1990 年版)附录“悟真篇丹法要旨”及“悟真篇丹法源流”中,认为《悟真篇》“在丹法方面既总结了宋朝以前的丹法丹诀,又继承了《参同契》的修炼奥义”;又说:“如果在研究中加以洗炼,去掉宗教色彩和长生的幻想,则一些具体操作方法,在养生上还是值得重视的。”并指出内丹炼养对人体体质改善的作用,说:“(丹经)以人身精气神为基础,运用道功,使其互化,聚集丹田,互为凝结。然后静坐调息,以意导引,逐步加深,使五官百骸,充满活力。

JEWISH STUDIES

犹太研究

第14辑

因而在行功中气血通畅,经络内摩,使生机活跃,充分发挥生命力的本能,所以能健身防病,推迟衰老。”王沐对丹法修炼的生理基础,如精气神、脉、关窍等均作了详细的解释,还阐明了内丹炼养各个阶段的精气神运化凝炼之要旨。

《黄庭经医疏》(安徽科学技术出版社 1991 年版)是一部学者以中医学视角阐述内丹学经典著述的范例。周楣声在“自序”中说:“道者道也,理也;医者理也,亦道也。以医之道而通道之道,则道理愈明;以道之理而明医之理,则医理更彻。”因而,他把《黄庭经》作为阐明医理的著述,透过身体神的意象,认为其本质在于论述人的形体、脏腑的功能,是对中医经典著述相关论断之发挥;在某些方面,如对肾命门、脐、脑的功能认识都更加深入。

周汝明于 1992 年编著了《中国安堂山道家内功内丹术》《平衡功》(四川科学技术出版社 1992 年版),1994 年又出版了《超凡入圣》,属于对内丹炼养功夫进行普及一类。其中,《平衡功》从中医学角度对内丹功基础进行了阐述,《超凡入圣》则以浅显易懂的语言介绍了内丹功夫的具体程序及修习要点。

郝勤的《龙虎丹道——道教内丹术》(四川人民出版社 1994 年版)一书共分六个部分,对内丹炼养术作了比较全面的介绍,涉及内丹医学思想的各个方面。指出内丹的特性在于“化于人身而无形,内照则见其形态”,初步探讨了内丹医学的哲学思想,包括丹道宇宙观、内丹生命观、内丹实践观。此外,他在“内丹源流之早期内丹论”中论述了行气与房中术(性修炼)的关系,指出“还精补脑”来自于双修术。

杜献琛编著的《内丹探秘》(中医古籍出版社 1994 年版)中,对内丹炼养术基本要素、炼丹程序等进行了简明扼要的阐释,特别对内丹炼养中的天人之间的节律作了比较具体的说明。

梅自强在《颠倒之术——养生内丹功九层十法真传》(人民体育出版社 1993 年版)中,对内丹医学的关窍思想颇有阐发,如说明了三关九窍、任督二脉在修真中的具体用法,其秘传的“三中”之窍颇有新意。

关于上清派与道教内炼研究,主要有张崇富《上清派修道思想研究》(巴蜀书社 2004 年版)及萧登福《六朝道教上清派研究》(文津出版社有限公司 2005 年版)等人的研究成果。张崇富阐述上清派人体观主要有生命生成论、身体神观以及胞结论三个方面,其中胞结论其实是一种病因分析的假说。萧登福对上清派的身神的源流及其神灵体系作了非常深入的考察,展现了道教内炼术通过神格化的形式对身体各部位,包括脏腑功能的深入探究;很大程度上反映了祖国传统医学关于身体部位功能、脏腑功能以及某些重要穴位(包括关窍)的认知是通过内观体验而得出的,或者说至少经过了内观体验的验证。

张广保在《唐宋内丹道教》(上海文化出版社 2001 年版)中,对精气神、丹田、



内丹、外丹、纯阳等内丹学相关基础概念作出了考析。并且他还认为内丹道有广义、狭义之分，广义内丹道应包括道教中流行的大多数内修方术，即凡是通过内修以实现终极了证的方术，严格地说都属于内丹道的指称范畴。至于狭义的内丹道则专指那种将内修之事解释为炼丹过程的方术。

当代学者在对部分明清内丹家的研究中，体现了丹家对生命哲学以及在生理、心理意义上的探索。丁常春《伍守阳内丹思想研究》(四川大学道教与宗教文化研究所博士学位论文，2006年)对明代伍守阳(约1574~1644)内丹思想进行了较为深入的研究，涉及内丹炼养的基本哲学依据，如顺逆关系等；对内丹炼养的生理学基础精气神也作了比较深入的考察，还论析了内丹炼养的具体程序，其中火候法的运用与生命时间观有密切的联系。谢正强《傅金铨内丹思想研究》(巴蜀书社2005年版)在阐述傅金铨(生活于嘉道年间)的内丹思想时，突出了内丹学对生命本质的探索，认为内丹理论的基础在于形、气、神的身体观。还考察了先天真气、后天气在身心超越中的作用，并着重于对内丹双修派的生理、心理结构的探讨，体现了傅氏的内丹思想特色。霍克功在《内丹解码——李西月西派内丹学研究》(人民出版社2008年版)中，对清代西派丹家李西月(1806~1856)的内丹思想形成、发展的渊源进行了比较深入的分析、研究，特别还就西派的双修理论作了系统的探讨。该书以祖国传统医学为依据，探讨了内丹学之生理学、心理学基础，其中论述了内丹学特有的经脉、腧穴以及心理感知、心神特征等方面内容，部分体现了内丹医学思想的特色。

张其成译注《金丹养生的秘密》(华夏出版社2005年版)前半部分就是对此书的诠释，并对内丹三要素、内丹炼养的派别、原理、程序等方面均作了由浅入深的说明。

贾跃胜、田合禄在《医易养生保健学》(山西科学技术出版社2006年版)“金丹养生”部分(包括第五章“金丹养生源流”与第六章“金丹养生的易理与中医生理——周易参同契揭秘”)，尝试运用现代中医学基础理论及生理学知识以阐释内丹修炼过程的机制，包括入静、金丹、火候、药物等，以及龙虎交媾、坎离交媾、乾坤交媾、炼神还虚、五气朝元等的生理变化，以及关窍的生理作用等方面。

杨玉辉《道教人学研究》(人民卫生出版社2004年版)以道教的大视野观照，在人的生命基础精气神、性、命及其关系都体现了内丹医学思想的观点；在人体脏腑、经络认识上，主要运用了中医学的相关认识；对奇经八脉(包括中黄之脉)及关窍的论述，尚不失内丹炼养之道的本色。

《丹道法诀十二讲》(上、中、下)(社会科学文献出版社2009年版)是胡孚琛先生经过二十多年的丹道调研并结合自己的研究而总结出来的一部揭示内丹炼养之道秘密的理论著作，对内丹炼养术的内涵、入门诀窍及其在养生、武功等方

JEWISH STUDIES

犹太研究

第14辑

面的运用,对现代科学的意义等方面,进行了比较深入的探讨。

此外,蒋力生在《道教养生内容述要》(《江西中医学院学报》2003年第1期)一文中提出“内丹养生”思想,认为以内丹为代表的道教丹功,由于其理论精深、内容完备、操练规范,最终发展成为道教养生的最高级形式,流传颇广,影响很大。道教内丹因为其本身所蕴有的科学性和巨大的实用价值,不仅在中国古代养生学中占有极为重要的地位,而且对现代保健养生也具有难以估量的科学价值。

第四,内丹学的哲学思想及思维方式研究同样也揭示了内丹医学的生命哲学及其思维特征。詹石窗先生在《易学与道教思想关系研究》(厦门大学出版社2001年版)中,归纳了早期内丹经典《周易参同契》中易学象数思维的四大特征,揭示了易学在道教内丹学炼养体系构建中的特殊地位。还对宋至元代内丹养生学对易学的应用与发挥作出了概述,特别阐释了张伯端《悟真篇》颠倒阴阳(坎离)、三五和合、火候进退理论中的象数运用,元李道纯《中和集》心易的基本观点。同年出版的《易学与道教符号揭秘》(中国书店2001年版)对金丹养生理论的易学符号特征作了专题研究,还就《参同契》的“纳甲法”作了深入的探讨。上述二书认为易学哲学的象数思维、符号思维也是内丹医学思想生命哲学观的重要内容。

杨立华在《匿名的拼接:内丹观念下道教长生技术的开展》(北京大学出版社2002年版)一书中,就内丹炼养术作为长生技术进行深入分析,探讨了内丹概念发生的“各种原始的长生技术”与外丹术的诸构成要素的来源,历史上长生实践由外丹道向内丹道的思想观念的变化与根本原因,还评述了钟吕道、金丹南宗、全真道的内丹技术特征。最后,概括了内丹学的理论与实践对新道教创立的作用。其中,还提出了一个颇为新颖的观点,认为内丹炼养实践作为“自我技术向生活方式的转变,本身就是禁欲时代的一个基本特征”。

戈国龙着重探讨了内丹学的哲学思想,《道教内丹学探微》(巴蜀书社2001年版)提炼出道教内丹炼养哲学的顺逆、性命、阴阳、有无四个范畴,进行了较为深入的探讨。戈国龙《道教内丹学溯源:修道·炼丹·方术·佛学》(宗教文化出版社2004年版)从大道层面讨论内丹之道,认为内丹之道与自然之道(天道)是相同的,往返成仙在于超越自我,得到解脱而复归自然,即与所谓道法自然是一致的;性命双修是从有人无,从命到性是层次上的提升。

沈文华《内丹生命哲学研究》(厦门大学博士学位论文,2006年)认为内丹学是在生命存在、生命本质和生命意义上的体验与实践,是生命实现自我(真我)的哲学,也是生命的超越学。因而,重视内丹炼养术中“神”的层面探讨,并在探讨性命双修之命功时,注意到了内丹炼养术对经脉(特别是任督二脉、中黄之脉)及



关窍的深入认知。

第五,内丹学与中医学相互关系研究,揭示了内丹医学思想的影响。孟乃昌的《道教与中国医药学》对道教与中医药的关系作了比较深入的研究,涉及中医哲学、基础理论、中药学等方面。第四、五章“道家内丹理论影响下命门学说的建立”着重探讨了内丹医学思想的关窍重要构成“命门”的渊源及其对中医命门学说建立的作用,在第四章引言部分还介绍了“中国内功夫”对中医学影响的几个方面。他说:“道家(教)内功夫源远流长,传授实有端绪,理论典籍历代不乏传世名著,成就较高,对中医药学理论的形成和发展影响也最大,这样影响下所发展的中国医药理论学说,现在可以确定的主要有:《内经·素问》关于真人、至人、贤人、圣人水平学说的论述(参前);水火相济和交通心肾的学说;命门学说的二千年来的演化和定型;金元诸家的水火寒热之争;基础医学生理学的“气机升降出入”学说;药理理论的升降沉浮理论及运用;脾为中土的作用及脾胃学说的形成和运用;脏象学说的内景论的发展。”第六章论述了道家内丹理论影响下的气机升降出入和药性升降沉浮学说。何振中的硕士学位论文《论道教内丹学思想对明清中医水火学说的影响》(福建师范大学,2007年)也对内丹医学的命门水火思想的源流及其形成、明清中医药对水火思想的运用与发展等方面作了一些探索。

何振中后来在其博士学位论文基础上,出版了《道教内丹医学思想研究》(巴蜀书社2014年版)。该书首次提出内丹医学概念,围绕内丹医学的基础理论、生命哲学思想及其思维方式、中医学融摄内丹医学思想、武术内功融通内丹医学思想等四个方面,作出原创性的建构与理论阐释,提炼并总结了内丹医学的具体思想内容,具体而微地分析了明清时期中医药家对内丹医学思想的汲取,客观公允地评析了内丹医学思想的历史地位、影响及其现代价值。首先,作者以现代中医学理论为参照系,力图还原出一个与内丹炼养行为相对应的内丹医学的基础理论体系。它主要包括:形神思想、脏象思想、经脉与关窍思想、病因病机及诊疗思想和改善身心素质的模式。其次,内丹医学的生命哲学基本观点以及相应的思维方式主要包括:阴阳论、水火论、生命生成论、先后天论、时间节律观、象数思维、逆推思维及内观思维等方面。再次,在深入研读、挖掘《道藏》内外史料和中医古籍文献的基础上,剖析了明清时期中医药家对内丹医学思想的汲取,进而评述其影响及现代价值。再次,通过分析武术内功对内丹医学思想的融通,进一步阐明其影响及价值。该书对内丹炼养术所蕴含的医学思想作出深度的挖掘与研究,以期揭示出道家、道教独特生命观、疾病预防治疗观及其具体结构内涵。

第六,部分著述较多地涉及了内丹医学的心理学思想。《太乙金华宗旨》是一部托名吕洞宾写成的内丹学著述,明清以来流传较广。20世纪二三十年德国传教士兼汉学家卫礼贤把该书与《慧命经》译成德文。他还运用当时的心理学

JEWISH STUDIES

犹太研究

第14辑

概念进行注释,在西方学界影响很大。荣格把二书所介绍的内丹修炼体验的心理现象与自己分析心理学研究成果进行类比验证,认为“内丹修行就是从有意识的状态返回到心灵深处的无意识状态”^①,与其“集体无意识”观点是一致的。他们的研究着重分析了内丹学中最基本的心理学术语,如魂、魄、光等常见概念及部分内丹心理过程的某些意识特征。荣格的观点对当代学者研究内丹心理的各种问题具有启发作用,可以说,迄今为止的不多的研究都建立在这一基础之上。这方面的研究成果主要有:张钦在其博士学位论文《道教练养心理学引论》(巴蜀书社 1999 年版)中对道教练养心理的基本概念和内丹炼养的心理过程作了初步的梳理。陈霞在《金丹派南宗内丹修炼与荣格精神分析》[《道韵》(五),中华大道出版社 1999 年版]一文中就内丹炼养的识神、元神与荣格精神分析中的意识与无意识进行了对比研究,认为东西两种心理调节都强调伦理上的转变是实现身心和谐的关键。郭健、杨玉辉的《误解与契合》[《四川大学学报(哲社版)》2002 年第 5 期]就通过对荣格所解读的主要心理概念如“魂”(元神)、“魄”(识神)、“超脱”“阳神”等重新进行了阐释,揭示其更为确切的内丹心理内涵。阳明的《现代文明视野中的道教内丹学》(《湖南科技学院学报》2006 年第 4 期)回顾了内丹学现代研究中关于心理学研究的部分,认为荣格的关于从意识层次到无意识层次的飞跃与道教内丹学从识神作用向元神作用的复归是一致的,而且得到了荣格医疗实践经验的验证。魏小巍在《道教的宗教体验——以内丹修炼为例》(《现代哲学》2007 年第 3 期)一文中,阐述了内丹修炼心理内在体证特征。戈国龙的《道教内丹学中“顺逆”问题的现代诠释》(《宗教学研究》1998 年第 3 期)回顾了精神分析研究关于意识与潜意识的认知后认为,内丹学的返本还源不是回到原始的混沌,当然也就不是回到混沌的无意识,而是进化到更完全的意识;提出“虚意识”就是无限的意识,就是不执着于任何意识对象而返还无对象化的纯粹意识。而最有意义的研究当属胡孚琛先生《道学通论》(社会科学文献出版社 2004 年版)把丹道修炼的要旨归纳为“凝炼常意识,净化潜意识,开发元意识”,并提出内丹具有六个方面的功效中前四个方面,其实质就是内丹功夫对修行者心理素质的影响,可以归纳为个人心理和心灵气质行为方面的变化。胡先生之论其实是对内丹文献中关于内丹功夫进程中改变人心理、心灵具体特点的总结,或者说是内丹修炼改变人的先天禀赋尝试的总结。这一结论其实是建立在历代无数内丹家的成功与失败的经验的基础之上的。

由于人的心性行为的共性,把儒、释、道包涵在内的 20 世纪 80 年代以后气

① 张钦:《内丹学的西传及对分析心理学的影响》,《宗教学研究》1999 年第 2 期。



功研究中,相关气功心理机制的探讨即涉及内丹心理,但注重于实践运用。如王米渠《气功心态奥秘》(成都出版社 1991 年版)把气功定义为:“通过内向性运用意识的锻炼(调心),增强对自身生命运动的调节、控制和运用的能力,以达到身心和谐(内环境),天人一致(外环境)。”认为气功疗法可用于与心理密切相关具体疾病的治疗,如失眠症、神经衰弱症及癌症的辅助治疗等,还可用于怡情、益智等方面。王极盛《中国气功心理学》(中国社会科学出版社 1989 年版)运用现代心理学理念对气功进行了研究,特别阐述了开发智力,优化情绪、意志和性格,防治心身疾病以及气功对痛症的治疗等具体运用方面问题。

此外,近年来随着道教医学研究的深入,道教医学的养生、医疗思想在社会上引起了人们的重视,陆续出版了一些介绍道教医学的通俗性著述。例如熊春景编著的《道医学》(团结出版社 2009 年版)、祝守明编的《道医概论》《道医讲义》(中医古籍出版社 2009 年版)。《道医学》使用了中医学常用概念,结合现代科学试图对道教内炼术(以内丹为核心)作出通俗性的阐释;并提出了一些力求反映其现代性的新概念,阐述道医学作为“一种自身实证基础上的医学技术”的内在特征。但是其中作者提出的不少观点,尚需进一步验证。书中不得不运用传统道学的概念,显得仍未足够明确,削弱了其现代科学阐释的说服力。祝守明则试图建立一个新的“道医”概念,但并没有建立一个科学的定义。如称“道医是以老子《道德经》的‘道’为基本理论,老子《道德经》的‘道’为核心内容,以形神兼治为手段的医学及发展出来的‘道医学’流派”。还称,“道医包括中医”。这一定义以所谓“‘道医学’流派”界定“道医”,是一种循环定义。此外,所谓形神兼治也是中医学从来就提倡的,并非“道医”所独有的。本书引述了多年以来现代道教医学的研究成果,以说明“道医”的主要特点,因而不失为一部普及道教医学的简要读本;并且由于作者是位具有丰富医疗实践的道医,书中所介绍的关于道医医疗技术内容是以其自身的医疗实践为依据,也有一定的参考价值。

从以上简要的学术回顾可以看出,现代养生学、气功、道教医学及内丹学的相关研究已经就内丹医学的生命哲学观、内丹炼养的物质基础精气神、脏腑经络的生理特性,内丹炼养中的病因病机分析,内丹炼养改善人体体质之生理、心理特征及其与祖国传统医学之间的联系等各方面作了广泛探讨,有些部分的研究还相当的深入。这使得我们有机会在前人研究的基础上,对内丹医学思想及其影响作进一步探新与发现。