

# 论唐中宗、睿宗时期佛道政策的嬗变

李金水

**摘要** 唐中宗奉行重佛轻道政策,而睿宗则崇道重佛,这些政策不仅与中宗、睿宗个人经历、性格有关,而且与当时的政治形势密切相关。

**关键词** 唐 中宗 睿宗 佛 道

武则天在以周代唐的夺权过程中得到了佛教徒的有力支持,所以她称帝后采取佞佛政策。不过,到了晚年,与日俱增的衰老,使她焦虑地面临着延生与皇位继承两大问题。这样,她一方面开始迷恋于道教的灵丹妙药和长生之术;另一方面,在狄仁杰等大臣的劝说下,于圣历二年(699)决定还政于以尊道为象征的李唐。因此,武则天晚年在重佛的同时也逐渐重道,采取佛道并重的政策。所以我们可以看到她在万岁通天元年(696)作出僧道并重的决定,规定:“自今后,僧入观,不礼拜天尊;道士入寺,不瞻仰佛像,各勒还俗,仍科违敕之罪。”<sup>①</sup>圣历元年(698)正月,她鉴于“僧既排斥老君,道士乃诽谤佛法”的现象,下敕“自今僧及道士敢毁谤佛道者,先决杖,既令还俗”。<sup>②</sup>那么,她这种佛道并重政策到了中宗、睿宗时期发生怎样的变化?变化的原因如何?下面试加论析。

## 一、中宗的重佛轻道

唐中宗李显是高宗第七子。神龙元年正月,张柬之等人率羽林兵诛张易之兄弟,逼武则天退位,拥立中宗复位。复位后的中宗昏庸无能,不思进取,张柬之等五王掌权。他们“复国号,依旧为唐。社稷、宗庙、陵寝、郊祀、行军旗帜、服色、天地、日月、寺宇、台阁、官名,并依永淳以前故事”<sup>③</sup>,试图全面恢复李唐的政治统治。同时,他们还恢复了老君“玄元皇帝”的称号;<sup>④</sup>科举考试依旧习《老子》,停习武则天所作《臣轨》;<sup>⑤</sup>令天下诸州各置“大唐中兴”观一所,<sup>⑥</sup>力图重新把道教置于佛教之上。但是张柬之等人没有彻底铲除武周的势力,武周余党的主要人物武三思与韦后相勾结,逐渐排挤以致于把张柬之等人或杀、或贬,相继镇压下去。这样,张柬之等人出于政治需要而试图把道教置于佛教之上的努力,随着朝中武、韦专政局面的形成而告失败。

武韦专政奉行的是重佛政策。武三思是武则天的侄子,武家有信佛的传统,<sup>⑦</sup>武三思自不例外,其信佛当无疑义。韦后是否信佛无直接资料可证,但她与“深崇释典”<sup>⑧</sup>的中宗朝夕相处,不能不受到影响。另外,从韦后与僧慧范的密切关系上也可以看出佛教对她的影响。《资治通鉴》卷208神龙元年条载:“先是,胡僧慧范以妖妄游权贵之门,与张易之兄弟善,韦后亦重之。及张易之诛,复称慧范预其谋,以功加银青光禄大夫,赐爵上庸县公,出入宫掖,上数微幸其舍。”慧范仗着韦后对他的宠信,“势倾内外,飞扬跋扈”。因此,信佛的武韦专政这种政局,是中

宗奉行重佛政策的客观原因。《资治通鉴》卷 208 景龙元年(707)载,中宗下敕改诸州中兴寺、观为龙兴,“自今奏事不得言中兴”。胡三省注云:“示袭武氏后,不改其政也。”所谓“不改其政”,当包括沿袭武后重佛的宗教政策在内。

探讨中宗重佛的原因,还必须注意他的生活经历。显庆元年(656),中宗出生时,“端正奇特,神光满院,自庭烛天”,玄奘为其取法名为“佛光王”。高宗因其出生受过玄奘护念之故,令其“受三皈依服袈裟,虽保传养育,所居常近法师”。<sup>[1]</sup> 弦道元年(683)十二月,高宗去世后,他继位为帝。但来年二月即被武则天废为庐陵王;五月,被幽居于房陵。直至圣历元年(698)方被召还东都,复为太子为止,在房陵度过了 15 年失去人身自由、诚惶诚恐的痛苦生活。《旧唐书·后妃传》载:“嗣圣元年……(韦)后随从房州。时中宗惧不自安,每闻制使至,惶恐欲自杀。后劝王曰:‘祸福倚伏,何常之有,岂失一死,何遽如是!’”在惶惶不可终日 and 百无聊赖之中,中宗潜心于佛典。《宋高僧传·义净》载:“帝以昔居房部,幽厄无归,祈念药师,遂蒙降祉,荷兹往泽,重阐鸿猷。”武则天出于篡唐的政治需要,极力扶持佛教。深谙这一点的中宗,在幽居房州时,便投其所好,潜心于佛典之中,一方面藉此聊以自慰,祈盼佛的保护;另一方面也希望藉此避过身边耳目的刺探,保全性命。15 年的幽居与潜心于佛典,不仅使中宗“深崇释典”,从中找到了精神寄托,而且“精贯白业,游艺玄枢”<sup>[2]</sup>,成为一个虔诚的信佛者。可见,受武后崇佛的影响和 15 年的幽禁生活是中宗即位后奉行重佛政策的主观原因。

中宗重佛,首先表现为礼遇义学高僧。僧道亮“八岁出家,极具经业”,神龙元年,中宗召其与法席宗师十人,入长安大内坐夏安居,命受菩萨戒;<sup>[3]</sup> 神龙二年,赐嵩岳慧安禅师紫袈裟,为度弟子 14 人,并延入禁中供养;<sup>[4]</sup> 北宗初祖神秀神龙二年去世后,中宗赐谥曰大通禅师,并于相王旧邸造报恩寺;<sup>[5]</sup> 景龙二年,中宗遣使往泗州迎僧伽大师,“至京师,尊为国师,出居荐福寺。中宗及百僚皆称弟子,延入内道场,言谈造膝,占对休咎,契若合符”;<sup>[6]</sup> 僧实叉难陀因为武后译《华严经》、《大乘入楞伽经》、《文殊授记》等经而受武后礼遇,后以母老而辞归。中宗于景龙二年又征其入京,“帝屈万乘之尊,亲迎于开远门外,备两街法仪旌幢鼓吹以迎,载以青象,于大荐福寺安置”;<sup>[7]</sup> 僧玄奘“通大小乘学,尤明《法华》正典”。景龙三年二月八日,中宗于林光殿解斋,时诸学士同观盛集。玄奘告老还乡时,诏赐御诗,诸学士大僚奉和;<sup>[8]</sup> 僧道岸精通义律,中宗数次遣人征其入朝,“与大德数人同居内殿,帝因朝暇,躬阅清言”,“偏赐衣钵,特彰荣宠。因请如来法味,屈为菩萨戒。师亲率六宫,围绕供养,仍图画于林光宫,御制画赞。”<sup>[9]</sup>

其次,中宗重佛表现为爱好佛理,支持译经。神龙元年(705),僧义净在中宗的支持下,先后译出《孔雀王经》、《胜光天子》、《香王菩萨咒》、《一切庄严经》等四部佛经。<sup>[10]</sup> 神龙二年,敕菩提流志于佛光殿译经,中宗亲临法筵笔受,百僚侍坐,妃后同瞻。<sup>[11]</sup> 景龙元年,中宗又令僧译出《药师琉璃光佛本愿功德经》,并亲御法筵,手自笔受。亲作《大唐龙兴三藏圣教序》。<sup>[12]</sup> 景龙二年(708),中宗延僧文纲入道场行道,为他及韦后讲《四分律》,并为宫中内尼受戒。<sup>[13]</sup>

再次,中宗重佛还表现为频繁参与造寺度僧,糜费钱财。神龙元年,中宗刚复位,即诏天下试经度人。<sup>[14]</sup> 神龙二年(706),中宗为武则天追福,改中兴寺为圣善寺,寺内为武则天立报慈阁。景龙三年,以兴圣寺(高宗旧第)枯树复荣,因赦天下,赐百官封爵,普度僧尼道士凡数万。<sup>[15]</sup> 景龙四年,中宗下敕将圣善寺“开拓五十余步,以广僧房。计破百姓数十家”。临察御史宋务光上疏谏,中宗置之不理。<sup>[16]</sup>

不仅如此,中宗还纵容武韦集团大肆度僧立寺,使僧尼伪滥、造寺不止的局面更加恶化。

《旧唐书·姚崇传》载：“先是，中宗时，公主外戚皆奏请度人为僧尼，亦有出私财造寺者，富户强丁皆经营避役，远近充满。”《资治通鉴》卷209中宗景龙二年(708)也载：“上及皇后、公主多营佛寺。”景龙元年(707)，受韦后宠信的僧慧范“于东都圣善寺，长乐坡作大像，府库为之虚耗。”

关于中宗时期造寺度僧的情况及影响，可从当时大臣的上疏中得到说明。神龙二年，袁楚客上书中书令魏元忠论时政十失，其中即提到“今度人既多，缁衣半道，不本行业，专以重宝附权门，皆有定直。昔之卖官，钱入公府，今之卖度，钱入私门。以兹入道，徒为游食。”<sup>②</sup>

景龙二年(708)，辛替否上疏说：“……当今出财依势者尽度为沙门，避役奸论论者尽为沙门；其所未度，唯贫穷与善人。……臣以为出家者，舍尘俗，离朋党，无私爱。今殖货营生，非舍尘俗；拔亲树知，非离朋党；畜妻养孥，非无私爱。是致人以毁道，非广道以求人。伏见今之宫观台榭，京师之与洛阳，不增修饰，犹恐奢丽。陛下欲填池堑，捐苑囿，以贍贫人无产业者。今天下佛寺，盖无其数，一寺当陛下一宫，壮丽之甚矣！用度过之矣？是十分天下之财而佛有七八，陛下何有之矣！百姓何食之矣！臣窃痛之。”<sup>③</sup>

景龙三年(709)，韦嗣立也上疏说：“比者造寺极多，务取崇丽，大则用钱数百万，小则三五万，无虑所费千万以上，人力劳弊，怨嗟盈路。”<sup>④</sup>

从上可见，中宗时期造寺度僧过滥的情况与武后时期相比，有过之而无不及，成为中宗时期与斜封官、食封之家过滥相提并论的三大弊政之一。

相形之下，在中宗及武韦集团都信佛的情况下，道教地位比武后时期降低了。万岁通天元年(696)，武后与佛、道、儒谈论《老子化胡经》真伪，有僧人指出此是伪经，应予以废除。但武则天以“老君化胡，典诰攸著”为由，敷衍过去，未同意废除。到了中宗神龙元年(705)，僧道又一次辩论《化胡经》真伪，道士们仍希望中宗袒护。但中宗以“志款还淳，情存却伪”相标榜，毫不犹豫废除之。<sup>⑤</sup>一存一废，鲜明的态度对比，不正好说明了道教在两朝的不同地位吗？

自李唐建立以来，道教在政治斗争中一直是李唐政权的忠实拥护者。武则天建周时，道士就编造太上老君显灵，遣邬元崇向武则天传言：“国家祚永而享太平，不宜有所僭也。”<sup>⑥</sup>以警示武则天。然而，到了中宗时，有些道士为谋取私利，投向武韦集团，背弃了道教的政治传统。如道士史崇恩以修圣善寺功而加五品阶，除国子祭酒、同正。<sup>⑦</sup>术士郑普思、道士叶静能皆以妖妄为中宗所信重，郑普思被授予秘书监，叶静能为国子祭酒，后又加金紫光禄大夫。<sup>⑧</sup>当郑普思以谋妖逆为苏瓌所囚禁时，中宗迫于郑普思妻第五氏以鬼道为韦后所宠，不得不下敕释其罪。<sup>⑨</sup>景云元年(710)，韦后毒死中宗后，叶静能等“共劝韦后遵武后故事。”<sup>⑩</sup>这些事实说明中宗时期由于拥护李唐的政治势力相对弱小，从而导致道教地位的降低。

## 二、睿宗的崇道重佛

睿宗李旦是高宗第八子，中宗之弟，是一位恭谨退让，性格恬淡温和的皇帝。《旧唐书·睿宗纪》载：“(睿宗)及长，谦恭孝友，好学，工草隶，尤爱文字训诂之书……自则天初临朝及革命之际，王室屡有变故，帝每恭俭退让，竟免于祸。”《资治通鉴》也载：“相王(睿宗)宽厚恭谨，安恬好让，故经武韦之世，竟免于难。”李隆基率兵诛杀韦后之后，与刘幽求等谋立睿宗时，说：“王性恬淡，不以代事婴怀。虽有天下，犹让于人，况亲兄之子，安肯代之乎？”<sup>⑪</sup>对睿宗是否同意继位，表示担心。

睿宗恬淡温和的性格,不仅使他淡于政治功名,疏远权柄,在自武后以来血雨腥风的政治斗争中,苟全性命;而且使他极易接受道家无为的思想,对道教产生浓厚的兴趣。同时李唐王朝尊祖重道的传统也使得睿宗时出现崇道倾向;但由于深受武则天重佛的影响以及对太平公主的庇护,睿宗又有崇佛的倾向。因此,睿宗朝采取佛道并重的政策。

睿宗对道家无为思想的信奉,首先表现为他赞同司马承祯用无为思想治国的主张。《旧唐书·司马承祯传》载:“景云二年,睿宗令其兄承祯就天台山追之至京,引入宫中,问以阴阳术数之事。承祯对曰:‘道经之旨:“为道日损,损之又损,以至于无为。”且心目中所知见者,每损之尚未能已,岂复攻乎异端,而增其智虑哉!’帝曰:‘理身无为,则清高矣。理国无为,如何?’对曰:‘国犹身也。《老子》曰:“游心于澹,合气于漠,顺物自然而无私焉,而天下理。”是知天不言而信,不为而成。无为之旨,理之道也。’睿宗叹息曰:‘广成之言,即斯是也。’”

睿宗对道家无为思想的信奉,还表现为他具体运用无为思想来调和、解决太子李隆基与太平公主之间争权而产生的矛盾和斗争。

太平公主为睿宗之妹,沈敏多权略,受到武后爱幸,武后末年与中宗之世,先后参加诛张易之兄弟和武韦集团的斗争,立下大功。睿宗即位后,她频繁干政,“权倾人主”,“每入奏事,坐语移时,所言皆听,荐人或骤历清职,或至南北衙将相,权移人主,军国大政,事必参决,如不朝谒,则宰臣就第议其可否”;“其时宰相七人,五出公主门”;<sup>⑤</sup>生活奢侈,“田园遍于近甸膏腴,而市易造作器物,吴、蜀、岭南供送,相属于路,绮疏宝帐,音乐舆乘,同于宫掖。侍儿披罗绮,常数百人,苍头监姬,必盈千数,外州供狗马好滋味,不可纪极。”<sup>⑥</sup>

李隆基“性英断多艺”,早在中宗末年,面对王室多故,外戚专政的局面,“常阴引材力之士以相助”。<sup>⑦</sup>景云元年(710)六月,当他获悉韦后与安乐公主合谋毒死中宗,图谋临朝称制后,立即联合太平公主,率羽林军进宫,将韦后、安乐公生、武延秀等武韦之党一举消灭。他因在这场斗争中表现出非凡胆略和才干而深孚众望,被立为太子。这样,太平公主主要想长期干政,为所欲为,就不可能了。因此,二人产生尖锐的矛盾。《旧唐书·玄宗元献皇后传》载:“(杨)后景云元年八月,选入太子宫。时太平公主用事,尤忌东宫。宫中左右持两端,而潜附太平者,必阴伺察,事虽纤芥,皆闻于上,太子心不自安。后方娠,太子密谓张说曰:‘用事者不欲吾多息胤,恐祸及此妇人,其如之何?’密令说怀去胎药而入。太子于曲室躬自煮药,醺然似寐,梦神人覆鼎,既寤如梦,如是者三。太子异之,告说,说曰:‘天命也,无宜他虑。’既而太平诛,后果生肃宗。”

在此情形下,睿宗先是试图缓和二者之间的矛盾。如当太平公主到处宣扬“太子非长,不当立”的谣言时,他立即下诏制止,避免矛盾激化。在政事的处理上,他自己采取“无为”态度,以调和姑侄二人意见为宗旨,即如《资治通鉴》卷210所载:“每宰相奏事,上辄问:‘尝与太平议否?’又问:‘与三郎议否?’然后可之。三郎,谓太子也。”

先天元年(712)七月,彗星出西方。太平公主使术者言于睿宗:“慧所以除旧布新,又帝座及心前星皆有变,皇太子当为天子。”企图以此来挑拨睿宗父子关系,促使睿宗废除李隆基的太子地位。此时睿宗深知自己已无法调和姑侄之间的矛盾,将计就计,采取彻底无为、一劳永逸的做法,将帝位传给李隆基,以断绝太平公主借自己之手谋害李隆基的企图。<sup>⑧</sup>

众所周知,李唐政权在创立过程中,曾得到道教的鼎力相助,李唐政权建立后,老子就被尊为李唐的祖先,尊祖而重道一直是李唐的传统。武周政权建立后,武则天废弃了它。睿宗继位后,重新确认了李唐与道教的同宗关系。他强调说:“元元皇帝,朕之始祖,无为所庇,不亦无远

乎?”<sup>④</sup>就是明证。

总之,对道家无为思想的信奉与政治上尊祖的需要,使睿宗表现出不同于中宗的崇道倾向。他在位时间虽短(710年6月~712年7月),但仍有一些崇道行为。景云元年(710),睿宗答允女儿西域、昌隆公主入道,并准备为她们各修一座道观。二年四月,作玄元皇帝庙。他还曾派道士叶法善将绣像幡花去南岳夫人魏夫人仙坛修法事,于坛西置洞灵观,度女道士七人。<sup>⑤</sup>同年六月,派太清观道士杨太希“于名山斫烧香供养”。<sup>⑥</sup>台州始丰县五台山有废桐柏观一所,他下敕重建,并选取道士三人去观中居住,于五台中辟封内40里,为禽兽草木长生之福庭,禁断采捕者。<sup>⑦</sup>可以看出,道教在中宗的支持下,地位明显上升。

不过,应该指出,睿宗在崇道的同时也重佛。在武则天崇佛的影响下,他也参与立寺、度僧、译经等活动。睿宗为藩王时,曾为武后立招福寺、荷泽寺,以讨好武则天。景云元年(710),高祖旧第兴圣寺有柿树枯瘁岁久,至是重荣,乃大赦天下,赐百官封爵,普度僧道三万人;<sup>⑧</sup>同年,他舍昔日旧宅为安国寺;先天元年(712),于景行坊立华严寺;<sup>⑨</sup>景云二年,敕菩提流志同法藏尘外等于北苑甘露寺译《大宝积经》,令张说等人临护。此经译成后,睿宗亲制圣教序冠于经首。<sup>⑩</sup>此外,睿宗与僧人也有一定的来往。他曾请沙门法藏从受菩萨戒,令其行道祈雪。<sup>⑪</sup>景云二年贤首法师亡,睿宗赠鸿胪卿,葬神和原。<sup>⑫</sup>先天二年,又请沙门文纲于别殿为菩萨戒师,妃主环阶,侍从罗拜。<sup>⑬</sup>

睿宗的重佛,除了受武后崇佛政策的影响之外,更重要的原因是对干政的太平公主崇佛的庇护。

如前所述,胡僧慧范本张易之之党,中宗复位后,韦后称其参与夺权,以功加授银青光禄大夫,赐爵上庸县公。神龙三年,慧范于东都作圣善寺长乐坡作大像,府库为之虚耗,御史大夫魏传弓奏发其奸赃四十万,中宗被迫将其贬黜。睿宗时,慧范又受到太平公主宠信,到处作威作福,兴风作浪,怨声载道。御史大夫薛谦光与殿中侍御史慕容珣因其逼夺百姓店肆,州县不能理而向睿宗告发,睿宗却轻信太平公主的谣言,反而贬薛谦光为岐州刺史;<sup>⑭</sup>殿中侍御史崔隐甫以慧范倚太平公主势胁人子女而向睿宗告发,也因太平公主从中作梗而被贬邛州司马。<sup>⑮</sup>先天二年慧范又参与太平公主谋废太子李隆基的斗争,失败后从其家中搜出家财数十万缗。<sup>⑯</sup>

睿宗时采取的佛道并重政策还可从下面的具体事例中得到证明。

太极元年,史崇玄奉睿宗命为玉真、金仙公主修道观,引起众僧的妒忌,众僧“以钱数数十万赂狂人段谦冒入天门,升太极殿,自称天子”,官府捉住审问,段诬称是受史崇玄指使而来,睿宗将其流岭南,并下敕“浮屠、方士无两竞”<sup>⑰</sup>。

睿宗为西域、昌隆公主入道而修金仙、女真观,引起原梯、魏知古、李义、辛替否等大臣的激烈反对。辛替否说:“正往见明诏,自今已后,一依贞观故事。且贞观之时,岂有今日之造寺营观,加僧尼道士,益无用之劳,行不急之务,而乱政者。……”韦湊也说:“臣窃计即时库物,如此日常用,备支一世,殊恐不足,而观寺兴物,土木所料,动支巨万,更空竭之,必不支一世矣。”<sup>⑱</sup>疏中造寺与立观、僧尼与道士相提并论,这说明睿宗采取的是佛道并重政策。

景云二年(711),睿宗的《僧道齐行并进敕》更是其佛道道并重政策的明证。敕文说:“朕闻释及玄宗,理均迹异,拯人救俗,教别功齐。岂有于其中间,妄生彼我?不遵善下之旨,相高无上之法,有殊圣教,颇失道源。自今每缘法事集会,僧尼、道士女冠等,宜齐行并进。”<sup>⑲</sup>

## 结 语

综上所述,武后崇佛的影响和长期的幽禁生活的阴影,是中宗采取重佛轻道政策的主观原因;武、韦信佛和专政是中宗采取重佛轻道政策的客观原因。到了睿宗时期,尊祖的需要与其本人的性格,使睿宗表现出重道的倾向。但这种倾向在太平公主的不断干政下不仅没有得到发展,反而由于太平公主的崇佛而不得不转向佛道并重。这说明中宗、睿宗时期的佛道政策不仅与中宗的个人经历、睿宗的性格有关,更重要的是与当时的政治形势密切相关。到了玄宗时期,随着李唐政治势力的不断加强,政权的逐步巩固,道教的地位最终恢复如唐初。

### 注:

- ①《全唐文》卷 96《僧道并重敕》,中华书局 1982 年影印本,第 990 页。
- ②《唐大诏令集》卷 113《条流佛道二教制》,学林出版社 1992 年版,第 538 页
- ③④⑤⑥《旧唐书》卷 7《中宗本纪》,中华书局 1975 年版,第 136、136、137、137 页
- ⑦陈寅恪:《武曩与佛教》,《陈寅恪史学论文选集》,上海古籍出版社 1992 年版。
- ⑧⑩⑫《宋高僧传》卷 1《义净传》,中华书局 1987 年版,第 2 页。
- ⑪《大慈恩寺三藏法师传》卷 9,中华书局 1983 年版,第 196~200 页。
- ⑬⑭《宋高僧传》卷 14《道岸传》,第 336 页。
- ⑮《宋高僧传》卷 8《道亮传》,第 183 页。
- ⑯⑰《佛祖统纪》卷 40,江苏广陵刻印社 1992 年版,第 1661 页。
- ⑱《宋高僧传》卷 8《神秀传》,第 176~178 页。
- ⑲《宋高僧传》卷 18《僧伽传》,第 449 页;《佛祖统纪》卷 40,第 1662 页。
- ⑳《宋高僧传》卷 2《实叉难陀传》,第 32 页。
- ㉑《宋高僧传》卷 14《玄奘传》,第 337 页。
- ㉒《宋高僧传》卷 14《文纲传》,第 337 页。
- ㉓《佛祖统纪》卷 40,第 1653 页。
- ㉔《佛祖通载》卷 12,文渊阁四库全书,台湾商务印书馆,子部 360,释家类,第 1054—456 页。
- ㉕②④《唐会要》卷 48,中华书局 1955 年版,第 848、849 页。
- ②⑤《新唐书》卷 122《魏元忠传》,中华书局 1975 年版,第 4346 页。
- ②⑥《旧唐书》卷 101《辛替否传》,第 3158 页;《唐会要》卷 48,第 851 页。
- ②⑦《资治通鉴》卷 209“中宗景龙三年”,中华书局 1956 年版,第 6634 页。
- ②⑧《宋高僧传》卷 17《法明传》,第 415 页。
- ②⑨杜光庭:《历代崇道记》,《全唐文》卷 933,中华书局 1982 年影印本,第 9715 页。
- ③⑩《资治通鉴》卷 208“中宗神龙二年”,第 6598 页。
- ③⑪《资治通鉴》卷 208“中宗神龙元年”,第 6589 页。
- ③⑫《旧唐书》卷 88《苏瓌传》,第 2878 页。
- ③⑬⑭《资治通鉴》卷 209“睿宗景云元年”,第 6643、6649 页。
- ③⑮⑯《旧唐书》卷 183《外戚·太平公主传》,第 4739 页。
- ③⑰《旧唐书》卷 8《玄宗本纪》,第 166 页。
- ③⑱《资治通鉴》卷 201“玄宗先天元年”,第 6673 页。
- ③⑲《全唐文》卷 18《令西域昌隆公主入道制》,第 216 页。

(下转第 121 页)

性和交感缩血管中枢的紧张活动,中止脑垂体不断发出的电化信号和脑垂体分泌肾上腺素和去甲肾上腺素的激素递质进入血液,从而推动血液循环。中国科学院科研人员对坚持练太极拳的知识分子的心电图的测试分析表明,太极拳的健身功能是多方面而且明显的。比如改善心律不齐、传导阻滞等症状,以特有的方式促进供血和刺激心肌传导,预防心脏的各种疾病的发生,有效调节人体内脏包括心脏的自律活动等。英国的科学家曾对 126 位心脏病病人做了试验,让他们打太极拳或做增氧健身运动。英国医学协会的《研究生医学杂志》发表了该项研究报告,宣称这两种运动方式都会使血压降低,但只有太极拳可以使血压大幅度降低。报告表明了打太极拳有助于心脏病病人尽快康复。

精、气、神在人体中的作用既各自独立又相互联系。太极拳运动所追求的是精、气、神的不断生化,是练精化气、气化成神、神能聚气、气能生精的相辅相成的过程。正是在三者互为因果的不断转化中,加速了人体的新陈代谢,培植了人体的生命力,增强了人体抵御疾病的能力。

作者 厦门大学体育教学部讲师 责任编辑 冈 阳

---

(上接第 117 页)

- ⑩《颜鲁公文集》卷 9《南岳夫人魏夫人仙坛碑铭》,四部丛刊本。  
⑪《全唐文》卷 19《赐岱岳观敕》,第 224 页。  
⑫《全唐文》卷 19《复建桐柏观敕》,第 224 页。  
⑬⑭⑮⑯《佛祖统纪》卷 40,第 1664、1664、1664、1665 页。  
⑰《宋高僧传》卷 14《文纲传》,第 333 页。  
⑱《旧唐书》卷 101《薛登传》,第 3141 页。  
⑲《新唐书》卷 130《崔隐甫传》,第 4497 页。  
⑳《新唐书》卷 83《太平公主传》,第 3652 页。  
㉑《新唐书》卷 83《金仙公主传》,第 3656 页。  
㉒《唐会要》卷 50,中华书局 1955 年版,第 874 页。  
㉓《唐大诏令集》卷 113《僧道齐行并进敕》,学林出版社 1992 年版,第 538 页。

作者 厦门大学成人教育学院助教 责任编辑 慕 牧