

学校编码: 10384

分类号_____密级_____

学 号: 10420061150167

UDC_____

厦 门 大 学

硕 士 学 位 论 文

《道枢》生命哲学思想研究

A Study of *Tao Shu's* Life Philosophy

逢礼文

指导教师姓名: 黄永锋 副教授

专业名称: 中国哲学

论文提交日期: 2009年4月

论文答辩日期: 2009年 月

学位授予日期: 2009年 月

答辩委员会主席: _____

评 阅 人: _____

2009年4月

厦门大学学位论文原创性声明

本人呈交的学位论文是本人在导师指导下，独立完成的研究成果。本人在论文写作中参考其他个人或集体已经发表的研究成果，均在文中以适当方式明确标明，并符合法律规范和《厦门大学研究生学术活动规范（试行）》。

另外，该学位论文为（ ）
课题（组）的研究成果，获得（ ）课题（组）
经费或实验室的资助，在（ ）实验室完成。

（请在以上括号内填写课题或课题组负责人或实验室名称，
未有此项声明内容的，可以不作特别声明。）

声明人（签名）：

200 年 月 日

厦门大学学位论文著作权使用声明

本人同意厦门大学根据《中华人民共和国学位条例暂行实施办法》等规定保留和使用此学位论文,并向主管部门或其指定机构送交学位论文(包括纸质版和电子版),允许学位论文进入厦门大学图书馆及其数据库被查阅、借阅。本人同意厦门大学将学位论文加入全国博士、硕士学位论文共建单位数据库进行检索,将学位论文的标题和摘要汇编出版,采用影印、缩印或者其它方式合理复制学位论文。

本学位论文属于:

() 1. 经厦门大学保密委员会审查核定的保密学位论文,于
年 月 日解密,解密后适用上述授权。

() 2. 不保密,适用上述授权。

(请在以上相应括号内打“√”或填上相应内容。保密学位论文应是已经厦门大学保密委员会审定过的学位论文,未经厦门大学保密委员会审定的学位论文均为公开学位论文。此声明栏不填写的,默认为公开学位论文,均适用上述授权。)

声明人(签名):

200 年 月 日

内容摘要

《道枢》是曾慥对南宋以前养生经典与方术进行广收辑录的成果，是一部重要的养生修炼专书，恰如《道藏提要》所说，“《道枢》堪称南宋前道教修炼方术之百科全书”。《道枢》是以生命为核心而展开的，其中所蕴含的生命哲学、生命智慧、生命技术等内容相当丰富，但学术界在此方面研究成果缺乏。本文在生命哲学视域中探究《道枢》，对该领域研究有所推进。

《道枢》以生命为旨归，其生命哲学体系相当完备。《道枢》生命哲学可以从本体论、人体修炼论和境界论等方面加以阐释。本体论上，其生命哲学最深层的基础在于其宇宙论，其核心是天人论。“道”被视为是宇宙万物之本，是一切生命的起源，道是万物发展变化的生机和动力。《道枢》不但在形而上的层面探究了生命的起源，还在形而下的层面关怀着生命的产生，认为人的生命直接产生于父母精血交合。人体修炼论上，《道枢》基于生命存在的脏腑经络物质基础理论和人体精、气、神本质结构理论，认为人的生命提升应该“法天象地”，应该根据阴阳之变换而进行调适、修养，讲究“性”与“命”的统一。在境界论上，《道枢》秉承道教一贯的重视生命、追求长生的思想，重人贵生，极力地想要挣脱生命的局限，提升生命，实现自我超越，达到生命的永恒。因此，提倡修心修性，无为无欲，“我命在我”，肯定人的地位，人的力量，人的智慧，人的自信。人应该积极主动的去认识“道”，并遵循“道”的规律去践履，只有与“道”合一，才能达到长生与神仙境界。

为了与“道”合一，《道枢》中包含了许多具体的应用功夫。就人生智慧而言，注重“无欲”、“谦”、“容”和“虚”、“静”、“神”的内、外环境智慧。就医学思想而言，《道枢》论述了病因观及其策应、信仰疗法及心理学依据和服食、房中等医学思想。就养生实践而言，在理论上阐述了养生的依据，更以修炼实践为基础阐述了各种养生方技的操作程序以及体验效应，重视内丹修炼，但也兼及服气、导引、胎息、服食、按摩、房中以及外丹等，大道小术，兼收并蓄。

关键词：曾慥；《道枢》；内丹；养生；生命哲学

Abstract

Tao Shu is a book on health care which is compiled by Zeng Zao. It is mentioned as “an encyclopaedia of Taoist’s ways of health-caring before Southern Song Dynasty” in the book *The Summary of Taoism Classics*. What *Tao Shu* mainly concerns is life, in which we can discover life philosophy, life wisdom and longevity pursuing etc. But scholars are seldom do research on these field. This dissertation will probe into *Tao Shu* from the angle of life philosophy.

With its focus on life, *Tao Shu* forms his own system of life philosophy. We can analyze its life philosophy from the aspect of ontology, the theory of body-culturing and the theory of ideal state. From the angle of ontology, its life philosophy focus on the relationship between human and nature and its deepest foundation is cosmology. “Tao” is treated as the nature of everything in the world, the origin of life and the motive or vital force of the development of everything there. *Tao Shu* not only studies the origin of life from the angle of metaphysics but also care about the origin of life in physical world. It holds that human’s life is produced by the way of love-making of his parents. From the angle of body-culturing, *Tao Shu* holds that the improving of human life should “imitate nature” and adjust, culture according to the change of “yin” and “yang”, and care about the unity of “xing” and “ming” with its base on its the material basic theory of meridians and collaterals and the structural theory of appearance, qi and sprit. From the angle of ideal state, *Tao Shu* insists the traditional idea of life-valuing, longevity-pursuing, life-improving, self-transcendence and immortality-achieving. So it proposes mind and disposition culturing, desire-control, and think highly of the status of human being and its power, wisdom and self-confidence. Furthermore, human should enquire Tao actively and obey the law of Tao. Only by uniting with Tao can people achieve longevity and the ideal state of gods.

About the question of how to unite with Tao, *Tao Shu* expatiates for us many practical ways in detail. So far as to the wisdom of life, we should pay attention to both the wisdoms of inner environment and external environment. As far as its medicinal idea, *Tao Shu* discuss the concept of the origin of illness and its diagnosis,

therapy of belief and its psychological base, treatment of dieting, love-making and so on. About the health-caring, *Tao Shu* not only shows us the theoretical base but also expounds the process of varied ways of health-caring and its efficiency on the base of practicing. It hold that we not only should value the Neidan culturing but also should take breath-control, dieting, massage, love-making etc. as complement.

Key words: Zeng Zao; *Tao Shu*; Neidan; health care; life philosophy.

廈門大學博碩

目 录

导 论	1
一、《道枢》研究回顾与评介	1
二、《道枢》学术研究的空间	6
第一章 《道枢》与生命哲学的关联	8
第一节 生命哲学的内涵	8
第二节 道教生命哲学的指向	10
第三节 《道枢》生命哲学的提出	11
第二章 《道枢》生命哲学整体智慧	13
第一节 生命的起源和整体性	13
一、“道”与“气”：生命的起源	13
二、“法天象地”：生命整体性	17
第二节 生命的存在	25
一、人体生命结构：脏腑经络物质基础理论	25
二、人体本质结构：形、气、神结构理论与性命观	27
第三节 生命的超越	29
一、生命的局限性	29
二、生命超越的可能性	32
三、《道枢》生命超越思想的现代性意义	35
第三章 《道枢》生命哲学具体应用	39
第一节 《道枢》之人生智慧	39
一、《道枢》的外环境智慧	39
二、《道枢》的内环境智慧	41
第二节 《道枢》之医学思想	43
一、《道枢》医学思想特色	44
二、以服食为载体的医学思想	47

三、以房中术为载体的医学思想.....	48
第三节 《道枢》之养生实践	50
一、静定修心养性.....	50
二、养生方术及外丹.....	53
三、炼养高阶之内丹.....	56
结 语.....	64
参考文献.....	67
后 记.....	70

厦门大学博硕

Contents

Introduction	1
1.1 Review on <i>Tao Shu</i>	1
1.2 The foreground of research on <i>Tao Shu</i>	6
Chapter 1 The relationship between <i>Tao Shu</i> and life philosophy ...	8
Subchapter 1 The connotation of life philosophy	8
Subchapter 2 Taoism's life philosophy	10
Subchapter 3 The forming of <i>Tao Shu's</i> life philosophy	11
Chapter 2 The whole idea of <i>Tao Shu's</i> life philosophy	13
Subchapter 1 The origin of life and wholeness	13
1.1 "Tao" and "qi": the origin of life	13
1.2 "The imitation of nature": the wholeness of life	17
Subchapter 2 The existence of life	25
1.1 The life structure of human body: the material basic theory of meridians and collaterals	25
1.2 The essential structure of human body: the structural theory of appearance, qi and sprit and the concept of life	27
Subchapter 3 The pursuit of immortality	29
1.1 The limitation of life	29
1.2 The possibility of pursuing immortality	32
1.3 <i>Tao Shu's</i> idea of pursuing immortality and its modern sense	35
Chapter 3 <i>Tao Shu's</i> life philosophy and its specific application	39
Subchapter 1 <i>Tao Shu's</i> life wisdom	39
1.1 <i>Tao Shu's</i> wisdom in external environment	39
1.2 <i>Tao Shu's</i> wisdom in inner environment	41
Subchapter 2 <i>Tao Shu's</i> medicinal idea	43
1.1 The characteristic of <i>Tao Shu's</i> medicinal idea	44
1.2 The medicinal idea based on dieting	47
1.3 The medicinal idea based on love-making	48
Subchapter 3 <i>Tao Shu's</i> and health-caring practice	50

1.1 The maintenance of mind's equilibrium	50
1.2 The way of health caring and Waidan.....	53
1.3 The way of health caring and Neidan	56
Conclusion	64
Bibliography	67
Postscript	70

廈門大學博碩

导 论

一、《道枢》研究回顾与评介

中国近现代道教学术研究史上，直接将《道枢》作为研究课题的并不多见，更不用说进行深入而系统的研究了。但学者们在进行其它道教课题研究时，也或多或少地涉及了《道枢》研究的若干问题。从总体上来说，人们对《道枢》的研究还处于比较基础的阶段。下面，本文将尝试着对《道枢》部分科研成果进行回顾与评介，以概观目前学界在《道枢》研究问题上所取得的进展和研究现状，并对这些学术研究成果之间的关系进行评析。

其一，《道枢》的综论性介绍。任继愈^①的《道藏提要》^②、朱越利的《道藏分类解题》^③等工具书；盖建民的《道教医学》^④、《道教科学思想发凡》^⑤等学术著作，都对《道枢》有所涉及并作了综合性介绍。他们都指出《道枢》的作者是南宋初道教学者曾慥，《道枢》成书于绍兴年间，但是对成书的具体时间则都没有详述。仅《道藏提要》认为此书早于曾慥编撰的另一部道教著作《集仙传》，即早于绍兴二十一年（1151年），却又没有指出其所依据为何。

今本三家版《道藏》为四十二卷《道枢》，一百零八篇^⑥。然而，据南宋《直斋书录解題》著录此书为二十卷，一百二十二篇。因此《道藏提要》认为今本与宋本之篇、卷有所出入；《道藏分类解题》则进一步认为“今本似非足本”。不过，他们都没有对《道枢》的版本源流作进一步的详细考证论述。

关于《道枢》的内容，这些著作也有概括性论及，都认为《道枢》广收博采，以服气、内丹为主，兼及其它养生术。《道藏提要》认为《道枢》堪称南宋前道教修炼方术之百科全书，并对其特点进行总结：（一）所辑著作时限远长，上起汉魏，下迄北宋。（二）所论以论述服气、内丹为多，又广收博采，大道小术，莫不备载，且不拘门户，书中亦辑录释子、儒士之说。（三）各篇长短亦颇为自

① 由于本文涉及人物较多，在前辈学者名后未加“先生”等尊称，只为行文方便，非敢不敬，特此说明。

② 任继愈：《道藏提要》，北京：中国社会科学出版社，2005年。

③ 朱越利：《道藏分类解题》，北京：华夏出版社，1996年。

④ 盖建民：《道教医学》，北京：宗教文化出版社，2001年。

⑤ 盖建民：《道教科学思想发凡》，北京：社会科学文献出版社，2005年。

⑥ 若将上、中、下篇各算一篇，凡一百一十八篇。

由，或综合一家系统之说，或汇辑数家相近之言，或尽述某一方术之一点。各篇有径用原篇名者；有另立篇名者；亦有同名而实异者。《道教医学》、《道教科学思想发凡》则以医学养生为视角，对《道枢》的医学养生思想作了归纳，并强调指出曾慥本人结合个人修炼心得予以融会贯通，以兼容并蓄为特色，以清心寡欲为旨要，主张通过水火既济、坎离配合之法，内炼长生。

其二，《道枢》研究考据成果。在对《道枢》的考证研究方面，黄永锋对《道枢》的一系列专门研究比较突出。亦有学者，在进行其它学术研究时也涉及到了《道枢》考据等方面的研究。

黄永锋《道枢》研究成果主要有：（一）《曾慥生平考辨》^①，对曾慥的生平作了专门的考辨。其文根据现存晋江曾氏族谱及有关史料认为，曾慥为曾公亮四世从孙，不是其五世孙；指正了《福建通志》、《江西通志》等地方志记载曾慥生平的讹误及自相矛盾之处，认为曾慥是福建晋江人，并非江西德兴人，并厘清了曾慥的宦迹。这些研究不但具有重要的史料价值，更为研究道教学者曾慥以及他的著作，特别是《道枢》的研究，提供了研究背景。（二）《〈道枢〉成书及其流传三题》^②，梳理《道枢》的资料来源，罗列出《道枢》所引名称可考的道书四十三部，姓名可查的作者八十七人，亦点明《道枢》漏收了许多重要道经以及只录文字、不收图谱等方面的欠缺；论述其编纂体例，指出曾慥作《道枢》，既辑录旧籍，又有独立创作，所以学术界沿称《道枢》为类书的确有失偏颇，称《道枢》为准类书或养生方面的专书比较合适；深入探究《道枢》版本源流，查明《道枢》有一个宋刊本、两个明刊本、一个清刊本^③，近代以来《正统道藏》本《道枢》又有四个影印本，《重刊道藏辑要》本《道枢》亦有两个影印本。关于《道枢》的卷数、篇数，不同的版本分法各异。卷数有四十二卷、二十卷以及不分卷三说；篇数原有一百二十二篇，现存一百零八篇。就其文字而言，《道枢》各版本也是同中见异，各有长短。黄永锋的这篇文章将《道枢》的资料来源、编撰体例及版本源流详细的呈现在我们面前，为我们更为深入的研究《道枢》提供了依据，奠定了基础，其学术价值非同一般。另外，值得补充说明的是，在《道枢》是否为

① 参见《宗教学研究》2004年第1期，第138-140页。

② 参见《宗教学研究》2009年第1期。

③ 一个宋刊本，指尤袤《遂初堂书目》与陈振孙《直斋书录解题》所著录的《道枢》，实际上是同一刊本；两个明刊本，即天一阁抄本和《正统道藏》本；一个清刊本，即《重刊道藏辑要》本。

类书这一问题上，无独有偶，朱越利在《道藏分类解题》中，将《道枢》置位于第十三部医药卫生，第二十六类气功，四内丹 1295 号^①，而并不是将此书置位于第十五部综合性图书，第三十一类类书之中。可见，《道藏分类解题》一方面肯定了《道枢》的内丹学价值，而另一方面也不认为《道枢》是类书。（三）《〈至游子〉考析》^②，对《至游子》的归属问题进行考证，指明《至游子》的作者是曾慥，该书是《道枢》的一部分，并非他书。并指出前人对此问题纠缠不清的原因在于近代以前《道枢》和《至游子》都流传不广，以致于人们无法轻易将两书比照而得出正确结论。（四）《〈道枢〉及其养生思想考析》^③，对《道枢》的成书背景等进行分析，进而认为《道枢》编纂于绍兴二十一年（1151 年）前后，是曾慥“晚学养生，潜心至道”的成果之一。此文还论述了兼容并用是《道枢》的养生主导思想，这是对《道枢》内容的研究，下详。如上所述，我们可以看出黄永锋对《道枢》的作者生平、成书时间、成书背景、版本源流、资料来源、编撰体例、养生学成就等问题作了较系统细致的探究，成绩斐然。

其它研究成果主要有：（一）在《道枢》成书年代的考证方面。金正耀的《〈上张安道养生诀论〉作者辨误——兼论〈道枢〉和〈苏沈良方〉之成书年代》^④，认为《道枢》为曾慥晚年之作，成书在绍兴十一年（1141 年）其自请充任秘阁修撰提举洪州玉隆观至绍兴二十一年（1151 年）此十年间。文章还据《道枢》卷三十五《众妙篇》中不仅抄录《养生诀》，还抄录苏轼《养生说》、《养生说（胎息法）》及《续养生论》，论述了《上张安道养生诀论》的真正作者是富弼，以及《苏沈良方》的成书年限是 1141-1151 年间，且晚于《道枢》，并指出《道枢》的研究价值非同一般。值得指出的是，金正耀在确定《道枢》成书的上限时，是通过对曾慥生平的考证而得出的结论，清晰合理，这也是学术界对《道枢》成书时间上限研究最早、最合理的论断。至于《道枢》成书下限，金正耀很果断的确定为 1151 年，且论证合理、充分。据宋晁公武《昭德先生郡斋读书志》^⑤中有对《苏沈良方》的记载，可知《苏沈良方》不晚于 1151 年。又据《道枢》卷三十五《众妙篇》可证，《道枢》编纂期间，《苏沈良方》尚未刊行。由此，《道枢》成书下

① 参见朱越利：《道藏分类解题》，北京：华夏出版社，1996 年，第 311 页。

② 参见《中国道教》2003 年第 5 期，第 35-36 页。

③ 参见《自然辩证法通讯》2004 年第 6 期，第 84-89 页。

④ 参见陈鼓应主编：《道家文化研究》第十六辑，北京：三联书店，1999 年，第 314-322 页。

⑤ 成于 1151 年。

限就为 1151 年。金正耀这一论证和结论就显得比黄永锋“1151 年前后”之说更为精确，也为我们继续研究《道枢》及相关道书的成书时间提供了思路和方法。另外，《道藏提要》中认为《道枢》成书早于《集仙传》，但是没有提供依据，难辨这一论断是否属实。然而，根据金正耀“1141-1151 年”之说，至少我们可以认为《道枢》不晚于《集仙传》。（二）在《道枢》的资料来源考证方面。尹志华的《〈灵源大道歌〉与〈至真歌〉、〈道枢·灵源篇〉的关系考》^①，推测认为《道枢》卷十六《灵源篇》是曾慥据曹仙姑《灵源大道歌》改写为散文体，不再认为《灵源篇》是何仙姑对《灵源大道歌》某些歌词的简释或曹仙姑将散文体的《灵源篇》改写成诗歌体的《灵源大道歌》，并说明了《灵源篇》开篇的“何真人曰”及其注释“何仙姑也”，而非“曹仙姑”的两种可能性。丁培仁的《〈灵宝毕法〉再研究—附论钟吕金丹派的丹书与西部区域性》^②，在其附论中，从明道藏所收和宋代的著录^③来看钟吕金丹派的著述时，明确指出了二者之间的对应、参照关系。此外，文中还指出《道枢》的许多篇对研究古代内丹家的思想多有帮助。由此我们不但可以直接对《道枢》的资料来源进行考辨，而且还可以直接得出曾慥《道枢》与内丹（特别是钟吕丹法）的关系极为密切，这就为我们攫取《道枢》人文智慧提供了依据和思路。另外，丁培仁的《华阳子施肩吾的丹道思想》、《道史小考二则》，此两篇论文在进行考证工作时也充分借鉴了《道枢》部分篇章进行研究。钦伟刚的《南宋初期〈参同契〉文献实态的考察（上）》^④，以曾慥《道枢》为线索展开论考，叙述南宋绍兴年间道教《参同契》类文献的实态。文中还对金正耀关于《道枢》卷三十四《参同契下篇》的论文作了简介，指出《道枢》之《参同契下篇》，实际上就是《金碧五相类参同契》在宋代的别传本、别刊本，且根据金正耀的论述还可以知道，《参同契下篇》主要叙述了“神符、白雪、金液大还丹”的炼丹术。

其三，《道枢》思想、内容研究概述。对于《道枢》这方面的研究，学者们暂时没有投入太多关注，成果也不多。不但没有专著，就是专门的学术研究论文也凤毛麟角。

① 参见《中国道教》2008 年第 3 期，第 34-38 页。

② 参见《宗教学研究》2007 年第 3 期，第 29-40 页。

③ 其中涉及《道枢》卷、篇较多。其对应参照关系，如“《肘后三成篇》一卷，称纯阳子（吕洞宾）撰，《直斋书录解题》著录。参《道枢》卷二十五《肘后三成篇》。”等等。

④ 参见《宗教学研究》2003 年第 4 期，第 10-15 页。

黄永锋的《〈道枢〉及其养生思想考析》^①，指出兼容并蓄是曾慥编撰《道枢》的指导思想。曾慥《道枢》甄录养生理法，三教汇集，不拘门户，但佛道两家关系更为密切；既以内丹炼养为要，祖述钟吕，又备载诸术，博采众长。黄永锋的《曾慥丹道养生思想初探》^②，从《道枢》的编撰特点总结了曾慥养生的指导思想；以曾慥“水火既济、坎离配合”内炼功法等为视角，对曾慥的养生思想作了考察，并着力论述了《道枢》卷七《水火篇》、《坎离篇》，卷十一《泥金篇》等。

除了上述黄永锋对《道枢》文本内容的专题研究外，一些道教学专著也对《道枢》的文本内容及思想的研究有所涉域。在这些研究中既有对《道枢》中某些篇目的研究，当然这方面的研究都非常透彻。而更多的则是对《道枢》文本篇、句之引注和分析，侧重的是专著中的专题，而并非《道枢》本身。但这样的研究也是非常有价值的，它们为全面研究《道枢》提供了范例。张钦的《道教练养心理学引论》^③，涉及守一、存想术的身心炼养内容之研究时，认为《道枢》卷三十《真一篇》把“真一”引入内丹并将“真一”的内涵解读为心肾之真性相融状态；涉及存想术调控、开发心理的个例研究时，以心理调控为视域对《道枢》卷十三《内想篇》的内想之术及其特点进行了较为充分的研究；涉及服气术调控、开发心理的个例研究时，认为《道枢》卷八《服雾篇》中的“服雾方”是一种比较特殊的服外气之功法，在运用想象力上有其特点；涉及胎息术炼养身心的个例研究时，对《道枢》卷十四《胎息篇》的宝冠胎息法及特点进行了论述。杨玉辉的《道教养生学》^④，研究人体的本质结构时，从形、气、神或性命角度对《道枢》卷三十《三住篇》、《七神篇》，卷十四《胎息篇》，卷四《西升篇》，卷二《坐忘篇下》，卷三十五《众妙篇》，卷六《虚白问篇》等进行了部分引证和分析；研究人体的脏腑时，则非常重视《道枢》卷二十三《金玄八素篇》的五脏理论。在其它研究中，还论述了《道枢》卷三《阴符篇》的排除感官干扰达到虚静，特别提到了《道枢》卷三十五《众妙篇》八段锦的练习方法。张广保的《唐宋内丹道教》^⑤，在阐释中唐时期的内丹道、钟吕一系内丹道、陈抟的内丹思想等时，常常以《道枢》为原始材料进行研究，下文多有涉及，兹不详述。

① 参见《自然辩证法通讯》2004年第6期，第84-89页。

② 参见《道韵》第十辑，台湾中华大道出版社，2000年，第321-331页。

③ 参见张钦：《道教练养心理学引论》，成都：巴蜀书社，1999年。

④ 参见杨玉辉：《道教养生学》，北京：宗教文化出版社，2006年。

⑤ 参见张广保：《唐宋内丹道教》，上海：上海文化出版社，2001年。

Degree papers are in the "[Xiamen University Electronic Theses and Dissertations Database](#)". Full texts are available in the following ways:

1. If your library is a CALIS member libraries, please log on <http://etd.calis.edu.cn/> and submit requests online, or consult the interlibrary loan department in your library.
2. For users of non-CALIS member libraries, please mail to etd@xmu.edu.cn for delivery details.

廈門大學博碩