

《灵宝毕法》功法四题

丁培仁

《灵宝毕法》是钟吕金丹派秘典,其书奠定了宋元以降内丹学的理论功法,宋代内丹家“皆祖述钟吕”,盖有取于此书。然时人常推尊张伯端的《悟真篇》,殊不知张伯端语多恍忽,了不将功法示人。明代天师张宇初即评说:“张之书多文而隐”^①。而《灵宝毕法》则不然,名曰《秘传正阳真人灵宝毕法》,唯因“秘传”,反将内丹功法诀要“泄露”无遗。如所周知,普通内丹书不但含混、模糊,且多用隐名,而《灵宝毕法》一书不仅讲具体功法,且对内丹隐名、术语作释。此二者均属罕见之举,亦为本书的特色,对于修道者颇具操作意义。

《灵宝毕法》相传为钟离权得之于终南山,授予吕洞宾,故又名《钟离授吕公灵宝毕法》,郑樵于宋高宗绍兴年间撰成的《通志·艺文略》著录。据此可断两宋间此书已流传于世。尤袤《遂初堂书目》著录则为《钟离真人灵宝毕法》。按钟离权字云房,号“正阳子”,《伤世真仙体道通鉴》有传,系采自众说,但多神话。南宋释志磐《佛祖统纪》卷四十三记“钟离权字云房,自称汉时遇王玄甫得长生之道,避乱入终南山”云云,亦是传闻^②。实为五代道士,据宋人称其“五代时隐士”可定,亦可由此推定其书上限在五代。有关吕洞宾的传说也不出宋人的范围,较早的

物理之且哲也。^③(p1190-1191)这句话的意思是说,如果能在物欲纷然之际,邪念情欲初动之时,立即下手克服它们,并将自己的元神“回机内照,翕聚伏藏”,就能避免身心被克而崩溃的祸患。

“食其时”是获得圣功的需要,即要“契合日月”。由于“月廓满则人身之气血实,肌肉坚,月廓空则肌肉减,卫气去,形乃独居”^④(p1187),又由于人体的阴阳消长与日月运行相吻合,“阴火息时阳火消,理分卧立顺羲爻,更随黑白天边月,六候方终晦朔交。此应人身一月之小周天也。太阳自冬至一阳来,复每月行三十度,三百六十日与太阴十二次交会,此应人身一年之大周天也。”^⑤(p1186)因此,不仅采大药时要“应时而动”,他说:“天人合发造化之应时而动,在朔望前后各三日共二七日为小,两弦前后各三日共十四日为小。今天机阴符应大而不小,故大药之发生必

在会望之候也。”^⑥(p1186-1187)而且如想获得圣功,必须使人身之气机与天地之气机“自然牝牡相从”,即达到“天符”,人如果能“用不神之神,运无为之功,合天人之候,契日月之符,潜修默夺,混俗和光”,则“筋骨乃坚,神形俱妙”^⑦(p1187)。这种“契合日月”的“食其时”也就是“奉天时”,即掌握修炼的“火候”^⑧(p1192)。

“食其时”是人们“作圣作凡”入“先天”或“后天”的关口。他说:“失时动者,即天人合发之时也,故时之动介乎先天后天之际、作圣作凡之间。或因其时之动也,则情扰乎中,变先天为后天,此时动必溃之诫也;或因其时之动也,能运我自然之杀机,可以返后天为先天,岂非万化定基之始乎!至于知之者,即是知此时动之机也;修之者,即于机动之际及时下功行一得永得之道也。”^⑨(p1183)这句话的意思是说,倘能把握住时机,克服邪念物欲,可以返

后天为先天,可以由凡入圣;反之,则由先天入后天,由圣变凡了。张清夜还引《真铅铭》来作例证,《铭》曰:“一念之非,降而为漏,一念之见,守而成铅,升而接离,补而成乾,阴阳归化,是以还元,至虚至静,道法自然,人能行之,一飞升而仙。”^⑩(p1183-1184)张清夜认为修真成圣,还要“食时动机”,“失食时动机者,圣人直指人用功之际,机动有时,时至神知,阴阳旋运,地髓天饮,咽归五内,脏腑安舒,形神俱妙,与道为期矣。”^⑪(p1186)

注:

- [1] 杨润六:《自牧道人别传》,蒙文通:《道书辑校十种》,巴蜀书社出版社,2001年版。
- [2] 沈裕云:《朝符发秘·序》,蒙文通:《道书辑校十种》,巴蜀书社出版社,2001年版。
- [3] 张清夜:《朝符发秘》,蒙文通:《道书辑校十种》,巴蜀书社出版社,2001年版。

(作者单位:厦门大学哲学系)

是宋《国史》的记载(元脱脱主编的《宋史·陈抟传》本此)和宋真宗时人杨亿的《杨文公谈苑》(参《宋朝事实类苑》卷四十三)。据此,吕洞宾当亦为五代,与陈抟同时,往来于陈抟斋中^③,宋初又“多游人间,颇有见之者”。钟吕金丹派的另一名著《钟吕传道集》,题为“正阳真人钟离权云房述,纯阳真人吕洞宾集,华阳真人施肩吾希圣传”。陈振孙《直斋书录解题》著录为《钟吕传道记》,“施肩吾撰”。此书与《灵宝毕法》同一思想体系,而且明明白白是在为《灵宝毕法》作解。在《道藏》中收于《修真十书》卷十四至十六,而两宋间人曾慥所编《道枢》亦有节要。《道枢》卷三十九《传道上篇》相当于《修真十书》卷十四;卷四十《传道中篇》相当于《修真十书》卷十五及十六第一篇“论还丹”;卷四十《传道下篇》相当于《修真十书》卷十六“论炼形”。末谓钟离于是择吉日授纯阳子《灵宝毕法》。(可见过去有人认为《钟吕传道集》出南宋光、宁时,是不对的。)考吕洞宾弟子华阳子施肩吾(非唐代栖真子施肩吾)为宋真宗时人,其作《西山群仙会真记》在北宋大中祥符六年(1013)之前,而他传道于李竦也在此前后^④。凡此种种,可以推断《灵宝毕法》制作年代的下限当在宋真宗以前。显然我们不能遽定这部丹书就是钟离权亲著,但它属于钟吕金丹派的功法经典还是可以断言的。我们今天研究它,也主要着眼于其内丹功法价值。

笔者分别四题,略论其丹法观念。

一、丹法结构

《灵宝毕法序》云:“仆志慕前贤,心怀大道,不意运起刀兵,时危世乱,始以逃生,寄迹江湖岩谷,退而识性留心,唯在清静希夷。历看丹经,累参道友,止言养命之小端,不说真仙之大道。因于终南山石壁间获收《灵宝经》三十卷,上部《金诰书》,元始所著;中部《玉录》,元皇所述;下部《真源义》,太上所传。共数千言。”这里所说“灵宝经”非指作为三洞之一的洞玄部《灵宝经》,而是取义于道教传统中“灵宝”一词的神圣意味。号称三十卷却仅数千言,可见并非实际卷数。根据著录,宋代此书为十卷。今本三卷,分为十篇,这十篇就是原来的卷数。每篇又分六仪,即六种编例。除了序中提到的托于三清(元始天尊、元皇天尊、太上老君)的《金诰》、《玉书》、《真原》之外,还有《比喻》、《真诀》和《道要》。书中把内丹功法分成小、中、大三乘,即三种层次。匹配阴阳、聚散水火、交媾龙虎、烧炼丹约为小乘安乐延年法四门;肘后飞金

晶、玉液还丹、金液还丹为中乘长生不死法三门;朝元、内观、超脱为上乘超凡入圣法三门。这三乘对应于天仙、地仙和天仙这三种成仙层次。比较而言,《钟吕传道集》则是对《灵宝毕法》内丹功法的理论阐释,全书以钟吕对话的专论形式展开,有论真仙、大道、天地、日月、四时、五行、水火、龙虎、丹药、铅汞、抽添、河车、还丹、炼形、朝元、内观、魔难、证验那专论。这些名目大多是《灵宝毕法》讲过的,但也有小异。如水火等,《灵宝毕法》比较偏重气液关系,始终贯穿着阴阳互含的思想,一如中医学讲八纲,阴阳为总纲。《钟吕传道集》则分论之,且将前著所说心火、肾气之火、膀胱之气“三火”称为“君火”、“臣火”、“民火”。《灵宝毕法》是在玉液还丹、金液还丹二项之下附带讲玉液炼形利金液炼形,《钟吕传道集》则将还丹、炼形分为二项。《灵宝毕法》公“内观第九”篇附带讲“魔”,《钟吕传道集》则把“魔难”作为一个独立专题,并分释“十魔九难”。尽管有此小异,《钟吕传道集》涉及功法的基本结构跟《灵宝毕法》是一致的,其中所讲“法有十二科”即是后者的十法门。正如该集《论证验》总结的那样:“法有十二科:匹配阴阳第一,聚散水火第二,交媾龙虎第三,烧炼丹药第四,肘后飞金精第五,玉液还丹第六,玉液炼形第七,金液还丹第八,金液炼形第九,朝元炼炁第十,内观交换第十一,超脱分形第十二。”

这里涉及到一个问题:宋代以后内丹功法通常分为“筑基”、“炼精化气”、“炼气化神”、“炼神合道”(或“炼神返虚”)四步,那么在《灵宝毕法》中是否有此观念或此观念当型?我们知道,同为钟吕金丹派著作的《西山群仙会真记》已有这方面比较清晰的观念,只是提法稍异,作“炼法入道”、“炼形化炁”、“炼炁成神”、“炼神合道”、“炼道入圣”。更早,在唐初道经《洞玄灵宝定观经》中即有得道七候之说,其第五至第七(也是最高层次的征候)为:“五者炼形为气,名曰真人;六者炼气成神,名曰神人;七者炼神合道,名曰至人。”司马承祯《坐忘论》末附《坐忘枢翼》,其“身有七候”全抄自《定观经》。但是《定观经》和《坐忘论》却并非标准的内丹书,所以那里的形→气→神→道只是表明修炼所达到的层次,而并非丹法结构本身。同样的观念也体现于五代谭峭的《化书》中,此书设想宇宙生成是由虚化神、神化气、气化形,形生万物而变得闭塞不通,因此修道就是以形化气、气化神到神返虚的过程。这种顺则生物成人、逆则返虚复命

的观念对后世内丹道影响甚巨。内丹家将它转换为可操作的功法,这就形成了内丹从时间上渐次展开的丹法结构。我认为从《灵宝毕法》起,是形成了这样的内在结构的。因为它的小乘四门即相当于筑基功夫,中乘三门皆是炼精化气,大乘三门中的朝元则是炼气成神,即炼五脏之气以朝元,内观为炼神,超脱即返虚。

应当说明的是:通常所谓“炼精化气”以下,《钟吕传道集·论还丹》作“炼形成气,炼气成神,炼神合道”,其实“炼形成气”就是“炼精化气”,即炼“形中之精以生气”(同书《论炼形》)。诚如《灵宝毕法·超脱第十》所言:“道本无也,以言有者非道也;道本虚也,以言实者非道也。”《钟吕传道集·论朝元》也说:“道本无形。”“炼神合道”即是“炼神返虚”。

从内丹修炼的体位程序来说,《灵宝毕法》也是大体合乎精→气→神→虚这种从下炼至上的丹池法构的。如“小乘”一段讲“小炼形”等功法,重视心肾相交,意在通过“勒阳关而炼丹药”(具体地说,“以肚微胁脐肾”,使之渐热),以“炼汞补丹田”(又名“成圣胎”、“胎仙完”),说白了就是聚精、固精。文中指出可补因肾虚而导致的晚年亏损,表明了这就是筑基功夫。其重点在于下丹田精区。“中乘”之法虽要领在“五行颠倒,三田返覆”,自在打通上中下三丹田、心肾肝肺脾五脏,但重心实在中丹田气区。“道要”说肘后飞金晶:“飞金晶入脑,下田返上田;采药,下田返中田;烧药进火,中田返下田。乃曰三元用事。”玉液还丹一段,“比喻”说:“金玉之气凝于空而为瑞气祥烟者,比于气炼形也。”这是说,在前炼精化气的基础上有两种气,一种是金液之气,一种是玉液之气,在还丹后用以炼形。“真诀”说:“若不行此玉液还丹之法,而于三百日养就内丹,真气才生,艮卦飞金晶,一撞三关,上至泥丸,当行金液还丹之法,自顶中前下金水一注,下还黄庭,变金成丹,名曰金丹。”“金”既指金液,又指金精(“飞金晶”又名“飞金精”),则“丹”当指精所化之气,亦指化气的中丹田^④。黄庭居身中央,于此变金成丹,可知重点在于中丹田气区。“大乘”之法则中移上,重心自在上丹田神区。朝元“道要”说:“气全可以内观,炁后聚阳神以入天,神炼之而合道,入圣超凡。”内观“金诰”说“观乎神而不观乎形,形无不备而神得见矣。”至于超脱,则是将阳神超脱于圣躯而入虚,是钟吕内丹道最为神秘、最具宗教意味的一幕。这

一段功法被《钟吕传道集》概括为五气朝元、三阳聚顶,乃炼气成神,非止于炼形住世。总之,正如《钟吕传道集》所总结的那样:“丹田有三:上田神舍,中田气府,下田精区。精中生气,气在中丹;气中生神,神在上丹;真水、真气合而成精,精在下丹。”^⑤钟吕金丹派的丹法结构,就身体部位而言,乃是,下而上的修炼程式。这一点在《灵宝毕法》中已初见端倪,到华阳子施肩吾编《钟吕传道集》时就更为明确了。

二、时

《灵宝毕法》基于天人合一观念,特重修炼的时。其中言及“时”之处颇多,例如:匹配阴阳一段论人“气散难生液,液少难生气”,于是要求“当其(指修炼者)气旺之时,日用卯卦,而于气也,多入少出,强留在腹,……”又言“又于日入用乾卦之时,以聚元气”;早朝则用震卦;是为乾艮震三元用事之法^⑦。诸如此类,可以说每一节特定的功法都有时的规定。这种时取法于天地自然的循环,诚如“比喻”所说:“以月外比太空,以心肾比天地,以气液比阴阳,以子午比冬夏。子时乃曰坎卦,肾中气生;午时乃曰离,气到心,肾气与心气相合而太极生液。……离卦,心中液生。”《钟吕传道集》对此解说道:“人之一日,如日月之一月,如天地之一年。”“大道长养万物,万物之中最灵最贵者人也。”“人身亦同天地,‘不知交合之时’;‘月中不知损益,日中又无行持’,就会‘端坐候死’。又言:‘身中用年,年中用月,月中用日,日中用时,盖以五藏之气,月上有盛衰,日上有进退,时上有交合,运行五气而气传六候,金木水火土分列无差,东西南北中生成有数,炼金生真气,炼气含阳神,炼神合大道。’”^⑧

然而《灵宝毕法》所谓“时”实乃身中活子午。何以见得?因为上文讲的十分清楚:子时是作为“肾中气生”即阴中生阳的自我感觉的标识,同理,午时是“心中液生”即阳中生阴的标识。正因为它们描述的是心肾、气液的关系,而这种关系可以概括为阴阳关系,所以可用《周易》表示阴阳互含的坎()离()二卦象征性地显示出来。换言之,所谓“时”是对身体某种修炼事件的描述的浓缩记号。记时并非根据外部的昼夜变化,而是依赖于自我感觉的身体状况和精神状况。

即以肘后飞金晶为例。“比喻”说:“阴阳升降在天地之内,比心肾气液交合之法;日月运转在天地之外,比肘后飞金晶之事也。日月交合比进火之法

加减。阳升阴降,无异于日月之魂魄;日往月来,无异于心肾之气液。”⁹⁹以下即言“人之午时”当岁之夏至、月十六日,“人之子时”当岁之冬至、月之旦。“真诀”言行肘后飞金精“当正子时,非始非终”,后文又说:“自丑行之,至寅终而可止,乃曰肘后飞金晶。”同样是肘后飞金晶,单行时用坎卦来象征;而行金液、玉液还丹、炼形时,择时又自不同:“方行还丹炼形之法,凡用艮卦飞金晶入脑,止于选卦而已。”艮卦()是东北方卦,时序上次于坎卦(正北方卦)。可见是表示修炼的进一步深化。

但是这种身中活时用于炼五脏,必须考虑春夏秋冬四时禁忌。正如书中所说:“天地有五帝而比人之有五脏也。……凡春夏秋冬之时不同,而心肺肝肾之旺有月。”因此,“凡春二月,……真气随天度运而在肝。若遇木日甲乙,救土于辰戌丑未之时,依时起火炼脾气;余日兑卦时,损金以耗肺气,是时不可下功也。……”¹⁰⁰按五行说,木在四时为春,在人五脏为肝,故春天木气旺,肝气亦旺;若遇木日甲乙更旺。而土在五脏为脾,木旺则克土,故于代表土的辰戌丑未之时救土炼脾气。兑卦是西方之卦,于四季代表秋天,而二者均为金行。肺主金行。五行金克木。故说“余日兑卦时,损金以挽肺气,是时不可下功”。这体现出五脏平衡的观念;夏、秋、冬依此类推,各有禁忌。所谓“五行颠倒”,其中的一项内容,就是要考虑四时对五脏旺衰的影响。

严格的程式化也是《灵宝毕法》有关“时”的观念的一项内容,因前文讨论其功法结构已言及之,这里不再赘述。

三、肘后飞金晶

肘后飞金晶在《灵宝毕法》内丹功法体系中占有突出的地位,它是玉液还丹炼形、金液还丹炼形乃至五气朝元、三阳聚顶的前提条件。“肘后飞金晶”又名“肘后”飞金精,“晶”即指精。《灵宝毕法》说“又曰抽铅”。关此,《钟吕传道集》解释说:“既以采药为添汞,添汞必须抽铅,所以抽铅非在外也。自下田入上田,名曰肘后飞金晶,又曰起河车而走龙虎,又曰还精补脑,而长生不死。”¹⁰¹若用阴阳消长象征的方式,可以说添汞乃是采(坎)中的一阳添(离)中的一阴;抽铅则是抽(离)中的二阳(正阳之气)以进火;主旨皆在修得纯阳(阳神)。所谓“三卦”(又称“三花聚顶”)的“三阳”指的正是这种以乾卦()来象征的纯阳或阳神。所谓“河车”,是精水

中车轮转动比喻来指谓精气在身中的循环往来,即后世所说“周天”。肘后飞金晶是河车的第一步,“龙虎”喻气液(真一之水和正阳之炁),故说“起河车而走龙虎”。而称肘后飞金精为还精补脑,显然是从实质意义上指明它的功效等同于道教房中术。

然而最令一些研读钟吕金丹派著作者不解的,恐怕还是词组“肘后飞金晶”中“肘后”一词的意义。其实,答案就在《灵宝毕法》本文之中。兹录其文如下:

真诀曰:坎卦阳生,当正子时,非始非终,艮卦肾气交、肝气未交之前,静室中披衣握固,正坐盘膝,蹲下腹肚,须臾升身,前出胸而微偃头于后,后闭夹脊双关,肘后微扇一二,伸腰,尾闾穴如火相,自腰而起,拥企夹脊。慎勿开关,即时甚热气壮。渐次开夹脊关,而放气过关,仍仰面,脑后紧偃,以闭上关。慎勿开之,即觉热极气壮。渐次入顶,以补泥丸髓海。须身耐寒暑,方为长生之基。次用还丹之法。如是前件,出胸伸腰闭夹脊,蹉而升之腰间。火不起,当静坐内观,如法再作,以至火起为度。¹⁰²

这是从背部督脉引精气入脑的修炼方法,其中打通三关是关键。《灵宝毕法》说:“烧药勒阳关,始一百日飞金晶入脑。三关一撞,直入上宫泥丸。”“背后尾闾穴曰下关,夹脊曰中关,脑下曰下关。始飞金晶以通三关。”文中讲得明白,“肘后”是指配合起身出胸、偃头于后,用意念闭夹脊双关等一系列动作,手肘向后微扇一二,然后伸腰,以便使尾闾穴下关如火相的精气自腰而起,放气过夹脊中关。结合下文来看,若火气不壮,还可用手搓动腰间,以助精气升上,而这也是肘后的动作。“肘后”一词,表明此乃背部的功法。

四、玉液与金液

玉液还丹和金液还丹是继肘后飞金晶之后的两种功法。在《灵宝毕法》中,玉液炼形和金液炼形附着于此二名目之下,实则为四节功法。到《钟吕传道集》有专门“论还丹”、“论炼形”,这一点就更明确了¹⁰³。然而为何分别为“玉液”、“金液”?亟须澄清。因为如果仅从《钟吕传道集》中孤立地寻摘出“金液乃肺液也”、“玉液乃肾液也”这两句话,不仅无法了解其实质,而且易生误解。《钟吕传道集》上下文是这样的:

前贤往圣,多以肺液入下田而曰金液丹,心

液入下田而曰玉液还丹。此论非不妙矣,然而未臻玄机。……金液乃肺液也。肺液为胎胞,含龙虎,保送在黄庭之中。大药将成,抽之时后,飞起其肺液入上宫而下还中丹,自中丹而还下田,故曰金液还丹也。玉液乃肾液也。肾液随元气以上升而朝于心,积之而为金水,举之而满玉池,散而为琼花,炼而为白雪。若以纳之,自中田而入下田,有药则沐浴胎仙;若以升之,自中田而入四支(肢),炼形则便迁坐骨;不升不纳,周而复还。故曰玉液还丹者也。^⑭

《钟吕传道集》侧重于理论阐释,对“玉液”和“金液”是从脏腑、丹田之间的功能关系去作解释,并未从功法上加以说明。《灵宝毕法》书中表明,“玉液”、“金液”都不过是一种比喻:

“金液”、“玉液”固然是一种比喻,但在内丹功法中却有某些实际意义。“玉液”实因“玉池”而得名,而“玉池”是口腔的隐名^⑮。“重楼”又名“十二重楼”,出《黄庭外景经》,指喉颈。“真诀”说,毕金晶后,“既罢离卦,添入咽法炼形。咽法者,以舌搅上腭两颊之间,先咽了恶浊之津,次退舌尖以满玉池,津生不漱而咽。……乃玉液还丹之法。”“金液”的命名,则与飞金晶和肺均有关,前者涉及功法,后者涉及理论。文中又从五脏关系方面阐发说:“所谓金液者,肾气合心气而不上升,薰蒸于肺,肺为华盖,下罩二气。即日而取肺液在下田,自尾闾穴升之,乃曰飞金晶,入脑中以补泥丸。补足,自上复下,降而入下田,乃曰金液还丹。既还下田,复升,遍满四体,前后上升,乃曰金液炼形。”前引《钟吕传道集》与这一段论述吻合,只是略去了具体功法,但特别点出“金液乃肺液也”。结合《灵宝毕法》来看,可知:之所以命名为“金液”,乃是由于认为金晶系心肾二气相交于肺,形成肺液。而肺在五行中属金,故名此液为“金液”。若不结合理论、功法,融汇贯通来读,就易发生误解。

以上讨论的勒阳关、飞金晶、金液还丹、玉液还丹等法,按照作者的观点,“止于炼形住世、长生不死而已,不能超脱也”。尚有朝元、内观和超脱等更深层次的道教修炼功法,值得深入研究,容当另文讨论。

注:

①张宇初:《觐泉集》卷二。

②又有称唐代前期钟离权传道者,如宋王常集《真一金丹诀》首云,大唐显庆五年(660)庚申岁正月一日壬寅朔,荆湖北路草泽大贤

处士钟离权于鲁国邹城(今在山东)东南崆峒山遇仙,授之丹诀。至麟德元年(664)三月二十五日科试,有鄂州进士吕洞宾访见钟离,问及登科得失。因经数举不第其名,再谒钟离,得真一金丹炼形之道,入终南山修炼功成。真人施肩吾不可隐吕先生之机,乃图于海中邹山石室。此与宋代更为流行的岳州石刻吕洞宾自传唐末传道说(见两宋间人吴曾《能改斋漫录》卷十八《钟仙鬼怪》)不同。但皆称唐代。估计是从唐《异闻集》所载沈既济《枕中记》开元中道者吕翁事敷衍、变型而来,且能与栖真子施肩吾生当唐代一事吻合(实则传钟吕之道的华阳子施肩吾系北宋时人)。

③《能改斋漫录》卷十八进指出《枕中记》吕翁非吕洞宾之后,案引《体朝(指宋朝)国史》称:“关中逸人吕洞宾,年百余岁,而状貌如婴儿。世传有剑术,时至陈抟室”(此段为《宋史》所本)。又《雅言系述》有吕洞宾传云:“关右人。咸通(860—874)初,举进士不第。值巢贼为梗,携家隐居终南,学老子法。”从时间上推,后者与《宋朝国史》并无冲突。

④参拙稿《华阳子施肩吾的丹道见想》,载《社会科学研究》1990年第4页。昔人多据《上阳子金丹大要》将钟吕丹道谱系下接刘海蟾、张伯端。实则此说更晚出,且张伯端《悟真篇》自序并未称其丹法传自刘,故“刘海蟾传道”说实属附会。过去研究者以刘鉴泉先生较为公允,将施肩吾置刘海蟾前,说:“唐时传丹诀者最多,纷从无统,洎钟吕施刘显,而道始正矣。”(《道教征略》上册,图书集刊第1期第44页)但其传授图仍是调和诸说。

⑤《钟吕传道集·论还丹》云:“丹乃丹田也。”故下丹田精可称丹,中丹田气可称丹,上丹田神亦称丹。所谓“内丹”,概指以三丹田为本位的精、气、神。

⑥⑦《修真十书》卷十六《钟吕传道集·论还丹》。

⑦《灵宝毕法》卷上。

⑧《修真十书》卷十四《钟吕传道集·论四时》。

⑨⑫《灵宝毕法》卷中。

⑩《灵宝毕法》卷下。

⑪《修真十书》卷十五《钟吕传道集·论抽添》。

⑬《钟吕传道集·论还丹》关于还丹有更为复杂的一套说法:细分之,“有小还丹,有大还丹,有七返还丹,有九转还丹,有金液还丹,有玉液还丹;有以下丹还上丹,有以上丹还中丹,有以中丹还下丹;有以阳还阴丹,有以阴还阳丹。不止于名号不同,亦以时候差别而下手处各异也”。

⑭“玉池”一名出《黄庭外景经》:“呼吸庐间入丹田,玉池清水灌灵根。”

(作者单位:四川大学宗教所)