

方仙道和黄老道的房中术

朱越利

提 要: 方仙道和黄老道继承马王堆帛书医药养生房中术的内容, 结合神仙方术和儒家宗法思想等, 推出了新的成仙房中术和广嗣术, 大大发展了马王堆帛书的阴阳大道与合气之术。两汉之际, 盖有涓彭派存在, 活动在北方。容成派活跃在汉末魏初, 影响很大。

朱越利, 中国道教研究所研究员。

主题词: 方仙道 黄老道 涓子 彭祖 涓彭派 容成御女派 容成御女术

两汉时期, 黄老思想与方仙道相结合, 演变为黄老道。方仙道方士钻研方术, 希冀飞升仙界。黄老道方士以黄帝和老子为旗帜, 不求功名利禄, 追求长生成仙。方仙道或黄老道倡导的房中术有涓彭之术和容成御女术等。《太平经》、《周易参同契》和《老子想尔注》阐述的房中术, 也与黄老道有关。涓彭之术托名彭祖, 容成御女术托名容成, 表明它们与马王堆帛书房中术可能存在着继承关系。

一、方仙道和黄老道的演变

方仙道形成于战国时期, 延续到秦汉时期。方仙道宣称人通过服食长生不老药或修炼, 可以成仙。不少方士自称能够找到长生不老药, 懂得修炼方术。据《史记·封禅书》记载, 秦始皇兼并天下时, 至海上, 数不清的方士纷纷进言说海上三神山有不死药。于是秦始皇多次出巡登海, 寻找仙人和不死药, 最后死于途中。汉武帝时, 大批海上燕齐怪迂之方士争先恐后地向他进言神事。汉武帝热衷于求仙, 留下许多生动的故事和传说。《汉书》的《郊祀志下》和《王莽传》说王莽兴神仙事, 任命方士为黄门郎, 数下诏称自己当仙。不过汉代多数皇帝听信儒家大臣之言, 对神仙方术不感兴趣, 方士们大多活跃在民间。

与方仙道流行的同时, 作为思想流派的黄老之学也在流传。黄老之学因尊崇黄帝与老子而得名。王充《论衡·自然篇》曰: “黄者, 黄帝也; 老者, 老子也”^①。

殷商王朝只有上帝而无黄帝, 但将黄土之神称为黄示。周人称上帝为皇天上帝。春秋士大夫揉合后土“黄示”与“皇天上帝”两个天神地祇为一神, 创造了“黄帝”。尽管春秋列国如有虞之后陈侯尊黄帝为始祖, 当时士大夫将黄帝奉为皇天上帝者还是不乏其人。春秋战国间士大夫记载了不少黄帝传说, 如《逸周书》、《国语》、《左传》、《管子》、《庄子》、《吕览》、《世本》等。战国中后期, “百家言黄帝”(《史记·五帝本纪》), 纷纷将黄帝塑造为圣王形象, 各种著作托名于黄帝, 黄帝遂被歌颂为中国一切文物的创造者。邹衍“先序今以上至黄帝”(《史记·孟子荀卿列传》), 将黄帝置于五德终始的起点, 定为中国历

史的开端。《大戴礼·五帝德》记载黄帝事迹的传说比较原始而且具体。《史记·五帝本纪》撷拾周秦传说，在《大戴礼》的基础上，又补充了擒蚩尤、巡狩四裔、获宝鼎、举风后力牧诸传说，黄帝更神乎其神了^②。

老子确有其人，但姓名和年代至司马迁时已经搞不清楚了，引起长期争论。《老子》一书的作者和年代自然也不那么确定。老子大约生活于春秋时期，《老子》一书由他或他的弟子们撰述而成。

黄老学派产生于战国时期，尊崇黄帝，以道家思想为主，研究自然之理和无为治国之道，道家创始人老子，故司马迁说他们本于黄老或学黄老。《庄子·知北游》以黄帝述说老子思想，已现黄老之学的端倪。那时的黄老之学兼融法家等诸家。其形成过程，有道家吸收法家者，也有法家吸收道家者。《史记·老子韩非列传》曰：“申子之学本于黄老而主刑名”，韩非“喜刑名法术之学，而其归本于黄老”^③。慎到等稷下道家被认为是黄老学派。《史记·孟子荀卿列传》曰：“慎到，赵人。田骈、接子，齐人。环渊，楚人。皆学黄老道德之术”^④。此外还有河上丈人传的黄老学派，一直传到西汉。《史记·乐毅传赞》曰：“乐臣公学黄帝、老子，其本师号曰河上丈人，不知其所出。河上丈人教安期生，安期生教毛萼公，毛萼公教乐瑕公，乐瑕公教乐臣公，乐臣公教盖公。盖公教于齐高密、胶西，为曹相国师”^⑤。

过去，学者们认为战国时黄老之学的老子之书是《老子》，无黄帝之书，只是借用黄帝的传说和威望而已。少数学者提出黄帝之书指《黄帝内经》。马王堆帛书出土后，不少学者很高兴找到了黄老之学中的黄帝之书《黄帝四经》，笔者以为是^⑥。近来有学者概括黄老之学的内涵说：“这个理论框架的思想特点是以道家学说为主体，吸收并融合了儒家、墨家、名家、法家的若干思想，而形成一种既不同于早期道家学说，也有别于其他各家学说的独特的思想学说体系。它大体上由以下几部分构成：一、无为而治 君人南面之术；二、以‘道’为本体的宇宙论；三、具有认识论色彩的形名法术之学；四、兼爱尚德、刑德相养的法治思想；五、衣食足、节民力以使、轻徭薄赋的经济思想与民本思想”^⑦。这一概括更准确了。

西汉前期诸帝，采纳黄老学派的思想，以黄老清静无为之术治国，实行休养生息的政策，经济得到恢复，黄老学者的政治地位颇高，黄老之学度过了一段难得的政治辉煌时期。《史记·儒林列传》曰：“然孝文帝本好刑名之言。及至孝景，不任儒者，而窦太后又好黄老之术”^⑧。

然好景不长，至汉武帝尊儒术而黜黄老，黄老治国之术恢复为黄老之学。黄老学者们采取用之则行、舍之则藏的态度，复从庙堂返回书斋，降至民间，去重作学问。如西汉成帝时严君平著《老子指归》，东汉人托名著《老子河上公注》。《后汉书·杨厚传》记载杨厚“修黄老，教授门生，上名录者三千余人”^⑨。《后汉书·方术列传》说折像“能通《京氏易》，好黄老言”^⑩。

东汉以来，还有一些黄老学者在民间另找书本学问以外的出路。如汉安帝时黄老学者矫慎隐居山谷，修导引之术（《后汉书·逸民列传》）。《列仙传》卷上载崔文子世好黄老，能作黄散赤丸。作为黄老道方术最为人们熟知的即徐从事、淳于叔通、魏伯阳等著《周易参同契》，讲述烧炼、养性之术。明代王祚《青岩丛录》将之称为“一变而为神仙方技之术”^⑪。黄老学者变成了黄老方士，黄老方术可称为黄老道。

黄帝在先秦时期就已经与方术发生了联系。马王堆房中术帛书中出现了黄帝，描写黄帝热衷于求教房中术。《庄子》中出现了黄帝向方士求道的寓言。现存最早的中医学经典被称为《黄帝内经》。西汉方仙道继续依托黄帝。《汉书·艺文志》神仙家著录了十部著作，有四部托名黄帝。它们是《黄帝杂子步引》12卷、《黄帝岐伯按摩》10卷、《黄帝杂子芝菌》18卷和《黄帝杂子十九家方》21卷^⑫。小序定义曰：“神仙者，所以保性命之真，而游求于外者也。”紧接着批评这些著作说：“然而或者专以为务，则诞欺怪迂之文弥以益多，非圣王之所以教也”^⑬。东汉黄老方士使黄帝与更多的方术发生了联系。《列仙传·黄帝传》增加了黄帝能劾百神以及尸解等内容^⑭。《列仙传》还记载黄帝的陶正宁封子、马医马师皇等都成了仙。

西汉方仙道也开始了神化老子的进程。王充《论衡·道虚篇》曰：“世或以老子之道可以度世，恬淡无欲，养精爱气。夫人以精神为寿命，精神不伤，则寿命长而不死成事。老子行之逾百，度世为真人矣”^⑮。东汉黄老方士继续神化。边韶《老子铭》曰：老子“出入丹庐，上下黄庭。背弃流俗，含景匿形。苞元神化，呼吸至精”^⑯。《列仙传·老子传》曰：“老子……好养精气，贵接而不施”^⑰。老子似乎也精通房中术。

王裒又说黄老之学“再变而为米巫祭酒之教”^⑱。所谓教，是指一部分黄老方士，师徒授术，祭祀神灵，形成宗教团体^⑲。这种团体，也被称为黄老道。作为黄老道团体为人们熟知的如太平道，它已经是具备雏形的民间宗教团体了。太平道的主要经典是《太平经》。《后汉书·皇甫嵩传》曰：“张角自称‘大贤良师’，奉事黄老道”^⑳。张角奉事的黄老道即太平道。西蜀张陵创立的五斗米道也是由黄老道发展而来，该教要求信徒奉诵《老子想尔注》。张角以太平道发动起义，张陵创立五斗米道，已经进入道教阶段了。

方仙道神化黄帝是很自然的事。《史记·封禅书》载方士公孙卿劝说汉武帝求仙曰：黄帝得宝鼎，封泰山，且战且学仙，百余岁然后得与神通。后黄帝采首山铜，铸鼎于荆山下。鼎既成，黄帝骑龙升天，坠乌号弓，遗鼎湖^㉑。黄老道也要求祭祀黄帝。尤其突出的是对老子的崇奉和神化。《后汉书·祭祀志中》曰：“桓帝即位十八年，好神仙事。延熹八年，初使中常侍之陈国苦县祠老子。九年，亲祠老子于濯龙”^㉒。东汉还出现了《老子变化经》和《老子化胡经》等。由于黄老道的活动，黄帝和老子并列为方术之祖，一起受到供奉并影响到上层。《后汉书·王涣传》：“延熹中，桓帝事黄老道，悉毁诸房祀”^㉓。另外，黄老道还吸收了国家宗法宗教和其它民间祭祀的崇拜内容^㉔。

方仙道和黄老道继承马王堆帛书医药养生房中术的内容，结合神仙方术和儒家宗法思想等，推出了新的成仙房中术和广嗣术，大大发展了马王堆帛书的阴阳大道与合气之术。

二、涓子与彭祖

今有《列仙传》一书，为东汉人所作^㉕。其载神仙故事起自神农，截至西汉成帝，自然多为虚构，实反映了两汉方仙道和黄老道的神仙信仰和各种方术。其《琴高传》曰：“琴高者，赵人也。以鼓琴为宋康王舍人。行涓彭之术。浮游冀州、汲郡之间二百年”^㉖。

涓彭之术中的“涓”，指涓子。《列仙传·涓子传》曰：“涓子者，齐人也。好饵术，接食其精。至三百年，乃现于齐。箸《天人经》四十八篇。后钓于荷泽，得鲤鱼，腹中有符。隐于宕山。能致风雨。受伯阳九仙法。淮南山（王）安少得其文，不能解其旨也。其

《琴心》三篇，有条理焉。”^②《列仙传·老子传》说“老子姓李名耳，字伯阳”^③，所谓涓子受伯阳九仙法，大概暗示涓子行的是黄老之术。与老子神仙故事相联系，指的是受老子“好养精气，贵接而不施”之法。若如此，所谓涓子“接食其精”，大概是“行接阴之道而食其精”的意思。

涓子至六朝仍有影响。六朝道经《真诰》卷 5《甄命授第一》陶弘景注曰：“此所谓《黄书赤界》，《三一经》涓子所说《黄赤内真》者，非今世中天师所演也”^④。这是把涓子视为黄赤之道的著作者。但《道藏》有《金阙帝君三元真一经》，署“涓子授东海青童君”，讲述守三一法，称人身中有三丹田，住众神^⑤。《洞真太上道君元丹上经》说，太上帝君将玄丹上经传太帝君、太上天帝君和太微天帝君。太帝君传西王母为一支，太上天帝君传南极上元君为另一支。第三支为太微天帝君传金阙圣君，金阙圣君传上相青童君，上相青童君传涓子^⑥。《真诰》卷 10《协昌期第二》九华真妃曰：“五斗内一，涓子内法，昔所授于峨嵋台中，本其外守一。玄一之属，莫有逮其踪者也。”陶弘景注曰：“五斗真一，即今《苏传》中分至日所存用者是也”^⑦。无论涓子传青童君，还是青童君传涓子，还是涓子内法，都表明六朝上清经派接纳了涓子，此时的涓子之道盖包括三一、守一的内容。

晋代的刘涓子著我国第一部外科学专著《刘涓子》，与汉代涓子非是一人。

涓彭之术中的“彭”，指彭祖。王谟辑本《世本·五帝世系》称彭祖为颛顼后裔，为陆终第三子，“曰篯铿，是为彭祖是也。”宋衷注曰：“彭祖姓篯名铿，在商为守藏史，在周为柱下史，年八百岁”^⑧。《大戴礼记·五帝德》说帝尧“举舜、彭祖而任之”^⑨，《楚辞·天问》曰：“彭铿斟雉，帝何飧”^⑩？这是说彭祖善于烹调，为帝尧烧制雉羹。《史记·楚世家》称彭祖氏，殷之时尝为侯伯，殷之末世灭彭祖氏^⑪。《列仙传·彭祖传》曰：“彭祖者，殷大夫也……历夏至殷末八百余岁”^⑫。先秦及两汉大量著作如《论语》、《国语》、《荀子》、《吕氏春秋》、《列子》以及汉代《淮南子》、《潜夫论》、《逸周书》等都说到彭祖。彭祖还以长寿闻名，并具有方士的形象。《庄子·逍遥游》曰：“彭祖乃今以久特闻”^⑬。张家山汉简《引书》述彭祖养生之道。《庄子·刻意》曰：“此道引之士、养形之人、彭祖寿考者之所好也”^⑭。马王堆帛书《十问》述彭祖的接阴之道。《列仙传·彭祖传》曰：“常食桂芝，善导引行气”^⑮。不知“桂芝”是否隐语。《神仙传·彭祖传》说彭祖殷末已七百六十岁，丧四十九妻，失五十四子，载彭祖述交接之道甚详^⑯。此为魏晋时对彭祖的塑造，但亦有两汉的影子。

涓彭并称，表明涓子之术与彭祖之术同类，很可能是因为涓子继承了彭祖的接阴之道，故后人如此称。

三、涓彭派

《云笈七签》卷 104 收录周季通集《玄洲上卿苏君传》^⑰，其曰：“琴高初为周康王门下舍人，以内行补精术及丹法，能水游飞行”^⑱。涓彭之术被改称为内行补精术及丹法，亦包含着接阴之道的意味。

琴高的弟子名叫苏林。《玄洲上卿苏君传》曰：“先师姓苏，讳林，字子玄，濮阳曲水人也……师琴高先生，时年二十一。受炼气益命之道”^⑲。炼气益命之道大概就是涓彭之术的异称。署名“周真人撰”《太上洞房内经序》曰：“昔苏子玄者，外国人也。善行三一，为中岳仙人”^⑳。所谓外国人，不知何据。

苏林的第二位老师是华山仙人仇先生。《玄洲上卿苏君传》曰：“仇先生者，汤王时木匠也，服胎食之法、还神守魂之事，大理其益”^④。《列仙传》卷上《仇生传》曰：“仇生者不知何所人也。当殷汤时，为木正三十余年而更壮，皆知其奇人也，咸共师奉之。常食松脂。在尸乡北山上，自作石室。至周武王幸其室而祀之”^⑤。他将苏林推荐给涓子。

苏林的第三位老师是涓子。《玄洲上卿苏君传》说，涓子首先教苏林服食药物，除去三尸，然后传授洞房三元真一之道。汉元帝神爵二年苏林登天成仙而去^⑥。

汉元帝无神爵年号，元帝盖为宣帝之误。汉宣帝神爵二年为公元前60年，苏林盖死于此年。所谓琴高为宋康王门下舍人、仇先生为汤王时木匠和涓子三百年现于齐等玄虚之辞和神话不足为凭。剥去这些外衣，我们看到的是苏林先后向三位老师学道，三位老师涓子、仇先生和琴高盖都是西汉人。

苏林的弟子为周义山。《云笈七签》卷106《紫阳真人周君内传》^⑦说，周义山字季通，汝阴人，汉丞相周勃七世孙，祖父周玄于西汉昭帝元凤元年（前80年）为青州刺史^⑧。据此推测，周义山当为西汉末东汉初人。《通志略·诸子类·道家》著录“《周义山内传》一卷”，注曰：“后汉人，居紫阳山”^⑨。《紫阳真人周君内传》记载苏林对周义山说：“子少知还阳，精髓不泄，又知导引服炁、吞景咽浆，不复须阴丹内术补胎之益也”^⑩。苏林是说，由于周义山保持了童真之体，真精饱满，所以不需要靠阴丹内术补精。苏林又说：“我受涓子秘要，是中仙耳。子名上金书，当为真人。我之道非子非真人所学也”^⑪。将苏林前后两段话对照一听，可知阴丹内术原来就是涓子秘要。

阴丹一词是由金丹之称生出的。炼五金八石为长生不老药称为金丹或其它各种丹名，由此延伸，以房中术助外丹术炼成之丹，则称阴丹。《太清金液神丹经》卷上^⑫讲述绛晨丹、神丹和阴丹等三种丹的炼法。经中清虚真人曰：“三丹要道，太皇所纪，秘之玉堂，不示凡子。绛晨、神丹，上真所始，琼蕊入口，气绝复起。地品阴丹，长生不死，无常圆化，分形翳己，招召行厨，神灵为使，一品万金，寿至无已。秘之秘之，勿传其旨”^⑬。可知后世所谓的天元、地元、人元三丹，早在西汉就已肇端倪。在叙述烧炼阴丹所需药物和炼法之前，清虚真人传授一段七言韵文。此文虽然使用了不少隐语庾辞，但仍可读出要人先行房中术以促金丹的中心内容。其曰：“阴丹大道结灵文，玉策表图列五晨，二七应偶阴阳陈。名珠极辉发华烟，幽光潜液为朱津。玄泉结气通九晨，三七足以清且醇。流霞五色郁蕃婉，能知其要升太玄。文宝诚秘在吾篇，藏之玉堂授大贤”^⑭。所谓“二七应偶阴阳”是指与14岁的少女行房中术，“玄泉结气……三七足”是说行房中术的少女不能超过21岁。古有以性交促庄稼生长，以性交求国富民安（见《太平经》）等性巫术。外丹术引进此种巫术，不足为奇。

外丹可称阴丹，接阴食阴而成仙的房中术自然更可以称为阴丹。六朝道经《洞真太上说智慧消魔真经》就提到“阴丹内御房中之术”^⑮。相反，房中术的名称也可貌似外丹。《真诰》即将房中术称为“阳丹九转”。陶弘景惟恐人们误以为外丹，特地注曰：“此谓房中之事耳。阳丹或应作阴丹”^⑯。

《紫阳真人周君内传》说周义山没有学涓彭之术，这种说法令人生疑，大概是作者为尊者讳。元赵道一编《历世真仙体道通鉴》卷14《周义山传》全录《紫阳真人周君内传》，但“遇赵伯玄受三九素语”一句变为“遇赵伯玄受二九素女术”^⑰。疑问并不是以这句话为据。而是因为《内传》抬高周义山，又出自六朝好隐讳黄赤之道的上清派之手。

以上仙传透露出,两汉之际,涓子、琴高、苏林师徒传习涓彭之术,当时盖有涓彭派存在。此术内容不详,盖继承彭祖接阴之道而来。涓子的《天人经》和《琴心》已佚。《列仙传》全书末尾的赞语引《周书序》,记载涓子答桑螭问,论述世有神仙。

琴高是赵人,浮游冀州涿郡之间。涓子是齐人,后钓于荷泽,隐于宕山。苏林是濮阳曲水人。周义山是汝阴人,生于范阳,16岁时又随父到陈留,在陈留师事苏林后,又到各处求道。涓彭派活动在北方。

《列仙传》卷下《女丸传》记载了另一有趣故事:“女丸者,陈市上沽酒妇人也,作酒常美。遇仙人过其家饮酒,以素书五卷为质。丸开视其书,乃养性交接之术。丸私写其文要,更设房室,纳诸年少,饮美酒,与止宿,行文书之法。如此三十年,颜色更如二十。时仙人岁复来过,笑谓丸曰:‘盗道无私,有翅不飞。’遂弃家追仙人去,莫知所之云”^⑩。此故事包含着采阳补阴的意思,与食阴术正相对。这一方面表明两汉时期黄老道房中术的多样性,一方面曲折地反映了神仙方术家男女平等的思想。

四、容成御女派

《后汉书·方术列传》曰:“汉世异术之士甚众,虽云不经,而亦有不可诬,故简其美者列于传末”^⑪。在附于传末的异术之士中,有四位行容成御妇人法。他们是冷寿光、甘始、东郭延年和封君达。冷寿光与华陀同时,甘始和东郭延年被曹操收录,封君达之师鲁女生与华陀同时,四人都是汉末魏初时人。故且称为“容成御女派”。

《典论》载左慈善补导之术,《神仙传》载刘京教皇甫隆交接之道,《孙真人备急千金要方》载蒯京述炼精术,《抱朴子内篇》说王图欲以行气入室求仙。左慈曾戏曹操,黄初三年(222年)刘京进衡山,皇甫隆为他的弟子,蒯京与皇甫隆同时,王图为魏国军督,也都是汉末魏初人,故且也列入容成派。

第一位冷寿光。《后汉书·方术列传》曰:“寿光年可百五六十岁,行容成公御妇人法,常屈颈鹄息,头发尽白,而色理如三四十时,死于江陵”^⑫。《神仙传》有《灵寿光传》,当即冷寿光传。其曰:“灵寿光者,扶风人也。年七十时,得朱英丸方。合服之,转更少壮,如年二十。时至建安元年(196年),已二百二十岁矣”^⑬。

第二、三、四位甘始、东郭延年和封君达。《后汉书·方术列传》曰:“基始、东郭延年、封君达三人者,皆方士也。率能行容成御妇人术,或饮小便,或自倒悬,爱啬精气,不极视大言。甘始、元放、延年皆为操所录,问其术而行之。君达号‘青牛师’。凡此数人,皆百余岁及二百岁也”^⑭。

曹植曾与甘始单独交谈,考察他的方术。曹植在《辩道论》中对甘始所述黄白术、杂术等怪言表示怀疑,但承认他“老而有少容,自诸术士咸共归之”^⑮。《神仙传·甘始传》曰:“甘始者,太原人也。善行气,不饮食,又服天门冬。行房中之事,依容成、玄素之法。更演益之,为一卷,用之甚有近效。治病不用针灸汤药。在人间三百余岁,乃入王屋山仙去也”^⑯。

《神仙传》、《汉武帝外传》等均将东郭延年记载为东郭延。《神仙传·东郭延传》载:东郭延是山阳人,服灵飞散,身皆生光,能远望和预言。在乡里四百岁不老。建安二十一年(216年),一旦,有几十个人骑着虎豹来迎接他。他辞别邻居,说是到昆仑台去了^⑰。

《神仙传·封君达传》载:封君达是陇西人。他首先服用黄精五十余年,接着又入鸟鼠

山服炼水银百余年，往来乡里，容貌好象是三十多岁的人。他经常骑着一头青牛。他听到有病危者，不管认识还是不认识，便去救人，药到病除，应手皆愈。治愈病人后，从不留姓名。人们都认识他是骑青牛的，故称为“青牛道士”。后二百余年，入玄丘山仙去^⑧。《汉武帝外传》说他向鱼女生求得《五岳真形图》。临去，以《五岳真形图》传左慈^⑨。《历世真仙体道通鉴》卷21称，君达为字，名封衡。封君达著有《容成养气术》12卷、《墨子隐形法》一篇、《灵宝卫生经》一卷^⑩。

第五位左慈。《后汉书·方术列传》称左慈字元放，庐江人，少有神道。他善于变化术，曾为曹操从铜盘中钓鱼，立取千里外蜀姜，升酒斤脯令百官醉饱。曹操欲杀他，他令市人皆变为左慈，又走入羊群变为羊，曹操奈何不得^⑪。《神仙传》卷8《左慈传》亦述左慈变化故事。魏文帝曹丕《典论》曰：“庐江左慈知补导之术……左慈到，（众人）又竞受其补导之术。至寺人严峻往从问受，奄竖真无事于斯术也。人之逐声，乃至于是”^⑫！曹丕的感慨告诉我们，左慈的补导术是一种房中术。《汉武帝外传》载封君达曾将《五岳真形图》授予左慈。封君达行容成御女术，著有《容成养气术》，左慈的补导术大概亦属于容成术之类。

第六、七位刘京与皇甫隆。《神仙传·刘京传》载：刘京，字太玄，南阳人。曾任汉文帝侍郎。后弃世，从邯郸张君学道，受饵朱英丸方，按方制丸服用。一百三十岁时，看起来就象三十多岁的人。后师事蓟子训。子训向他传授五帝灵飞六甲、十二事神仙、十洲真形等符籙秘诀。刘京按诀行法，能役使鬼神，立起风雨，召致行厨，坐在立亡，预知人的吉凶日期，为人祭天延寿。皇甫隆拜他为师，追随左右。刘京以云母九子丸和交接之道二方教皇甫隆。皇甫隆照着去做，面色肌肤一天比一天年轻，头发不白，牙齿不掉，三百多岁，不知能否成仙。黄初三年（222年），刘京进了衡山，从此不再露面。刘京曾向皇甫隆讲解炼精术和交接之道，说乘奔牛惊马未足喻交接之道的险坠^⑬。刘京任汉文帝侍郎的经历，大概出于虚构。黄初三年不再露面，说明他活到了魏初。皇甫隆为他的弟子，当与他同时，或许比他年轻，总之是汉末魏初时人。《汉武帝外传》全录《神仙传·刘京传》，又载：鲁女生将《五岳真形图》传蓟子训，子训传封君达^⑭。子训又是刘京之师，这样算来，刘京和封君达同出一门，为师兄师弟关系。封君达行容成御女术，刘京和皇甫隆的交接之道大概不出其园囿。

第八位蒯京。《孙真人备急千金要方》卷81载魏武帝与皇甫隆问答养生术，皇甫隆介绍有一位道人名叫蒯京，已经178岁高龄，身体却依然健壮。蒯京谈自己养生的秘诀，叫做炼精，即每天早晨吞食自己口中唾液。《三洞群仙录》卷18引《修真秘诀》，介绍的也是这一段。但在《神仙传》和《汉武帝外传》中，这一段却是刘京对皇甫隆讲的。蒯京，刘京，名同姓不同，不知哪一个姓名为真，哪一个姓名为讹。若《千金要方》的“蒯”字不误，则汉末魏初著名的黄老道士中还有一位蒯京，与刘京齐名。皇甫隆在魏武帝面前推荐蒯京秘诀，蒯京大概与皇甫隆同一门派。陶弘景《养性延命录》辑“蒯道人言”一段，述房中贵精术。

第九位王图。东晋葛洪《抱朴子内篇·金丹》说，曹魏时军督王图著《道机经》，止欲以行气入室求仙^⑮。《三国志·魏书·曹操传》建安十八年裴松之注引《劝进表》中有领护军将军王图^⑯。曹操的军吏争先恐后地向甘始、左慈学习行气、补导之术，王图作为曹操的将领，行气入室之术大概也是容成御女术。他不仅学业有成，身体力行，而且能够著书

立说,发扬光大。《抱朴子内篇·金丹》指出,《道机经》的作者是曹魏军督王图。《三国志·魏书·武帝记》载,建安十八年(213年)天子派遣御使大夫郗虑持节册封曹操为魏公,曹操三次谦辞。裴松之记载,文臣武将上《劝进表》,其中之一人为“领护军将军王图”^⑦。此王图与《道机经》作者是否同一人,难以遽定。李零认为上成公为房中家(《东汉魏晋南北朝房中经典流派考》,《中国文化》第15、16期合订本,第148页,1997年12月)。

这么多的房中家集中在曹魏,应当说形成了一个派别。

马王堆帛书房中术中有容成的接阴之道。《列仙传·容成公传》曰:“容成公者,自称黄帝师,见于周穆王。能善补导之事,取精于玄牝。其要谷神不死、守生养气者也。发白更黑,齿落更生。事与老子同。亦云老子师也”^⑧。“取精于玄牝”,大概即食阴术。《神仙传·容成公传》曰:“容成公,行玄素之道,延寿无极”^⑨。这是魏晋时对容成公的塑造。

容成派活跃在汉末魏初,影响很大。如曹植在《辩道论》中严厉地批评甘始的方术“辞繁寡实,颇切怪言”,甚至将他比为汉武帝时栾大等行骗术士。但仍承认甘始年老却有少年般的容貌,许多术士全都拜在他的门下。在容成派的推行下,容成御女术盛行于曹魏上层。前面说过,魏文帝曹丕《典论》说,庐江左慈懂得补导之术,魏国的军吏们争先恐后地向他学习补导术,连宦官也去凑热闹^⑩。在《抱朴子内篇·金丹》中,葛洪说,他周旋徐、豫、荆、襄、江、广数州之间,遇到过的流移俗道士有几百人,他们人人都有一册《道机经》,奉为至宝^⑪。

五、容成御女术

容成御女派的著作皆亡佚,其术只能从一鳞半爪的佚文稍知一二。

1、戒淫。《养性延命录》卷上引《道机经》曰:“人生而命有长短者,非自然也,皆由将身不谨,饮食过差,淫佚无度,忤逆阴阳,魂神不守,精竭命衰,百病萌生,故不终其寿”^⑫。这里所说的“淫”,是指交接的次数过多。戒淫就是在量上掌握一定的度。在《汉武帝外传》中,刘京严肃地劝戒皇甫隆说:“交接之道至难,非上士不能行之。乘奔牛惊马未足谕其险坠矣。卿性多淫,得无当用此自戒乎”^⑬?这里说的“淫”,除了过量以外,还有“动情”的含义。动情则射精,精泄则危。戒淫就是戒情。胡海牙先生对我说:“修炼房中术时,就象蚂蚁在锅底烧红的热锅沿儿上不停地绕圈儿跑,绝对不能动心,稍一动心就掉到锅里。心术不正的人没有不掉下去的。成功者不多。”这一比喻同乘奔牛惊马的比喻,异曲同工。

2、多御女。青牛道士曰:“数数易女则益多,一夕易十人以上尤佳。常御一女,女精气转弱,不能大益人,亦使女瘦病也”^⑭。多御女是为了多食阴,完全以男子为中心。而且,能够一夕更换性交女性十人以上,只有那些享受一夫多妻制,或倚仗封建政治特权、金钱收买以及邪恶势力进行性压榨的人才作得到,才那样作。不过《养性延命录》卷上引青牛道士论养性和饮食的三段话,贯穿的却是事事有节制的思想,要人“慎房室”^⑮。

3、禁忌。《养性延命录》卷下引《道机经》曰:“房中禁忌:日月晦朔,上下弦望,日月蚀,大风,恶雨,地动,雷电,霹雳,大寒暑,春夏秋冬节变之日,送迎五日之中,不行阴阳。本命行年月日,忌晦禁之尤重。新沐头,新行,疲倦,大喜怒,皆不可行房室”^⑯。这里指出,在气候恶劣、季节转换、体力不足和心情不静等情况下,应避免房事,

是有科学道理的。晦、朔、弦、望、四至诸日，月亮引力变化，气温寒热转换，中医认为是人的关口。日蚀、月蚀，传统思想认为是不祥的天谴。本命年以十二为周期，与人体的周期变化有关。

4、老年人慎房事。《养性延命录》卷下引“蒯道人言”：“人年六十，便当都绝房内。若能接而不施者，可御女耳。若自度不办者，都远之为上。服药百种，不如此事可得久年也”^⑧。蒯京认为老年人也可以过性生活，是有道理的。

5、与季节协调。《养性延命录》卷下引“道人刘京云”：“春三日一施精，夏及秋一月再施精，冬常闭精勿施。夫天道冬藏其阳。人能法之，故得长生。冬一施当春百”^⑨。

6、发欲、疏迟与勿泄多交。《玉房指要》引道人刘京言：“凡御女之道，务欲先徐徐嬉戏，使神和意感，良久乃可交接。弱而内之，坚强急退。进退之间，欲令疏迟。亦勿高自投掷，颠倒五藏，伤绝络脉，致生百病也。但接而勿施，能一日一夕数十交而不失精者，诸病甚愈，年寿日益”^⑩。

7、内丹术。《上清仙府琼林经》引《道机经》曰：“人以身为国，神以君，精为臣，气为民。炁变为精，精化为神，神化为婴儿”^⑪。

该派的容成御女术同服食、医药、变化术、符篆等结合得很紧密。

(责任编辑：丕 仁)

①《论衡》卷18，第2页正。《百子全书》第6册。月第1版。

浙江人民出版社，1984年5月第1版。

②参阅丁山著《中国古代宗教与神话考》，第420—426页。上海文艺出版社1988年3月据龙门联合书局1961年版影印。

③《史记》卷63，7/2146。中华书局，1959年9月第1版。

④《史记》卷74，7/2347。

⑤《史记》卷80，7/2436。

⑥近有学者认为古人所说黄老之黄是泛指黄帝书，《老子》在战国末期和西汉初的黄老之术中被用于刑名法术，但它内在的东西是养生（李零撰《说“黄老”》，《道家文化研究》第5辑，第149—152页），此可备一说。

⑦赵吉惠撰《论荀学是稷下黄老之学》，《道家文化研究》第4辑，第108页。

⑧《史记》卷121，10/3117。

⑨《后汉书》卷30上，4/1050。中华书局，1965年5月第1版。

⑩《后汉书》卷82上，10/2720。

⑪上海涵芬楼影印明隆庆刻本《百陵学山》，盈字号，第6页。王云五主编铅印本《百陵学山》，第3册。台湾商务印书馆，1969年2月台1版。

⑫《汉书》卷30，6/1779。中华书局，1962年6

⑬《汉书》卷30，6/1780。

⑭《列仙传》卷上，第2页上。上海古籍出版社，1990年9月第1版。

⑮《论衡》卷7，第4页反。

⑯洪适《隶释》卷3，第36页上。中华书局，1985年11月第1版。

⑰《列仙传》卷上，第3页下。

⑱上海涵芬楼影印明隆庆刻本《百陵学山》，盈字号，第6页。王云五主编铅印本《百陵学山》，第3册。

⑲有学者说，战国到汉代，黄老学逐渐分成几个流派。一是黄老与刑名法术结合的道德法学家，二是黄老与阴阳五行结合的阴阳数学家，三是黄老与养生之术结合的神仙方技家。尚黄老与说神仙的两股思潮，差不多同时兴起于齐楚，而神仙方士与黄老术士在历史进程中逐渐合流（参阅卿希泰主编《中国道教史》第1卷，第64—69页。四川人民出版社，1988年4月第1版）。

⑳《后汉书》卷71，8/2299。

㉑《史记》卷28，4/1394。

㉒《后汉书》志8，11/3188。

㉓《后汉书》卷76，9/2470。

㉔有学者说西汉黄老之学尊崇太一神，构成国家宗

教的理论基础,为东汉道教的直接起源(参阅王葆撰《西汉国家宗教与黄老学派的宗教思想》,《道家文化研究》第2辑)。

②⑤《列仙传》二卷,旧本题汉刘向撰。《汉书·艺文志》没有著录,葛洪《神仙传》序称此书为刘向撰,《隋书·经籍志》著录,宋陈振孙《书录解题》认为绝对不是刘向撰,黄伯思《东观余论》疑是东汉人撰,《四库全书提要》以为或魏晋间方士伪托之作。余嘉锡《四库提要辨证》考证说:“此书盖明帝以后顺帝以前人之所作也”(余嘉锡《四库提要辨证》3—1207。中华书局,1980年5月第1版)。余的考证可信。

②⑥《列仙传》卷上,第9页上。

②⑦《列仙传》卷上,第4页上。

②⑧《列仙传》卷上,第3页上。《全三国文》卷52“涓子齐子”条,把齐人误为齐子,传文又误为“不接宾客,服食甚精”(见严可均辑《全上古三代秦汉三国六朝文》,第2册,第1345页。中华书局,1958年12月第1版)。“涓子”条又见《全晋文》卷139(见严可均辑《全上古三代秦汉三国六朝文》,第2册,第2263页)。《抱朴子内篇·极言》将涓子作为黄帝诸师之一,曰:“(黄帝)入金谷而谕涓子”(王明《抱朴子内篇校释》卷13,第241页。中华书局,1985年3月第2版)。

②⑨《道藏》20/516中。文物出版社、上海书店、天津古籍出版社,1988年3月第1版。

③⑩《道藏》4/548下—550下。

③⑪《道藏》33/614上。

③⑫《道藏》20/547。涓子至唐宋仍有影响。南宋曾慥《道枢》卷13《内想篇》篇名注曰:“涓子得道以授苏林,存三守一,自得于心。”全篇为涓子述内想法,要点为静坐存思两肾,思二气入精海结为婴儿,婴儿出入顶门(《道藏》20/677上)。

③⑬秦嘉谟等辑《世本八种》,第4—5页。上海商务印书馆。1957年12月初版。

③⑭《大戴礼记》卷7,《四库全书》128/472下。台湾商务印书馆影印本。

③⑮朱熹《楚辞集注》卷3,第70页。上海古籍出版社,1979年10月第1版。

③⑯《史记》卷40,5/1690。

③⑰《列仙传》卷上,第6页上。

③⑱《庄子》卷上,第1页正。《百子全书》第8册。

③⑲《庄子》卷中,第12页反。《百子全书》第8

册。

④⑩《列仙传》卷上,第6页上。

④⑪《神仙传》卷1,第6页下—9页上。上海古籍出版社,1990年9月第1版。关于彭祖的考证,较早者为清代俞正燮《彭祖长年论》(见《癸巳类稿》),近现代有王国维、钱钟书等撰论著。这些资料由朱浩熙汇入其著作《彭祖》(作家出版社,1994年4月第1版),可参阅。

④⑫陈国符说此传晋代出世(参阅陈国符著《道藏源流考》上册,第11页。中华书局,1963年12月第1版)。

④⑬《道藏》22/704中。

④⑭《道藏》22/704中。

④⑮《道藏》2/874下。

④⑯《道藏》22/704中。

④⑰《列仙传》卷上,第5页下—6页上。

④⑱《道藏》22/704中—705中。

④⑲撰人未详。参阅陈国符《道藏源流考》上册,8—9页。

⑤⑩《道藏》22/722上。

⑤⑪《通志》卷67,《四库全书》374/382上。

⑤⑫《道藏》22/722中。

⑤⑬《道藏》22/723上。

⑤⑭陈国符说《太清金液神丹经》卷上和卷中第1至4页在西汉末东汉初出世(陈国符著《道藏源流考》,第291页。明文书局,1983年3月初版)。

⑤⑮《道藏》18/777上中。

⑤⑯《道藏》18/779中。

⑤⑰《道藏》33/601下。

⑤⑱《道藏》20/529下。

⑤⑲《道藏》5/181。

⑥⑩《列仙传》卷下,第22页下。

⑥⑪《后汉书》卷82下,10/2740。

⑥⑫《后汉书》卷82下,10/2740。

⑥⑬《神仙传》卷7,第38页上下。

⑥⑭《后汉书》卷82下,10/2750。

⑥⑮《后汉书》卷82下,10/2750。

⑥⑯《神仙传》卷10,第58页下。

⑥⑰《神仙传》卷7,第38页上。

⑥⑱《神仙传》卷10,第58页上。

⑥⑲《道藏》5/60上。

⑦⑩《道藏》5/219上。

⑦⑪《后汉书》卷82下,10/2747。

- ⑦《后汉书》卷82下, 10/2748。
⑧《神仙传》卷7, 第38页下—39页上。
⑨《道藏》5/59上。
⑩王明《抱朴子内篇校释》卷4, 第70页。中华书局, 1985年3月第2版。
⑪《三国志》卷1, 第1—40页。中华书局, 1959年12月第1版。
⑫《三国志》卷1, 第1—40页。
⑬《列仙传》卷上, 第2页下。
⑭《神仙传》卷7, 第40页上。
⑮《后汉书》卷82上, 10/2748。
⑯《后汉书》卷82上, 10/2750。
⑰王明《抱朴子内篇校释》卷4, 第70页。
⑱《道藏》18/476上。
⑲《道藏》5/64上。
⑳丹波康赖辑《医心方》卷28, 第6页反。北京图书馆藏日本安政元年—万延元年(清文宗咸丰四年—十年, 公元1854年—1860年)刻本。
㉑《道藏》18/478上—479中。
㉒《道藏》18/485上。
㉓《道藏》18/485上。
㉔《道藏》18/484下—485上。
㉕《医心方》卷28, 第10页正。
㉖《道藏》34/295上。

中国宗教学会秘书处关于 更换学会会员证的通知

一、2001年以前制发的蓝色软皮“中国宗教学会会员证”自即日起停止发放和使用, 吸收新会员工作同时暂停。

二、持有以上样式“会员证”的个人, 请于2002年6月30日之前将原证交回学会秘书处, 秘书处核准后, 将重新发放新证; 未交回的原证自动失效。

三、向学会秘书处交回原证时, 应保持证件完整无损, 请附本人近期一寸正面免冠照片一张, 背面注明姓名、出生年月, 另纸写明所在单位、职务或职称、通讯地址、邮政编码、联系电话。

四、中国宗教学会宗教经济学分会成员和宗教经济学分会代管机构的成员不经中国宗教学会秘书处审核, 不能自动具备中国宗教学会会员的身份。

五、中国宗教学会秘书处联系地址: 北京建国门内大街5号中国社会科学院世界宗教研究所科研处(或办公室), 邮政编码100732, 电话(010) 65138521(科研处)、65138329(办公室), 传真65221532。原有的联系地址(北京建国门内大街5号一号楼一层)、通讯处(北京4058信箱)、邮政编码(100001)以及相应的电话、传真、电子信箱, 不再承担学会秘书处的联络工作和其它职能。

六、本通知不另行文, 请有关个人相互转告; 如有问题, 可向学会秘书处询问。

中国宗教学会秘书处
2002年2月20日