

禪宗與宋元道教

晚唐以來，儒釋道三教思想融合，成爲中國文化思想發展的總趨勢。三教之中，以高度成熟的禪宗，對儒道二家之學影響最大，成爲三教融合思潮的推波助瀾者。禪一方面促成了宋明理學的形成，一方面促成了宋元道教的鼎革和興盛。

禪對宋元道教仙學的影響，主要表現爲內丹與禪的結合、融合，或道教內丹學的禪化。道教之學，發展至晚唐五代間，內丹說勃興，呈取代一切道教煉養方術之勢。內丹家中，以鍾離權、呂洞賓一系爲主流，門庭最盛。禪與內丹的結合，據傳肇始於呂洞賓。據『佛祖統紀』卷四三等載，呂洞賓曾於唐末參黃龍山晦機禪師，機鋒對答之下，被黃龍折服，有『自從一見黃龍後，始悔從前錯用心』的詩句。今人有據道書中提供的呂洞賓生年，與黃龍晦機生卒年相對照，謂呂洞賓不可能參黃龍者。然道書中的呂洞賓生年，並非可靠；參黃龍事，道書中亦承認不諱。從『純陽真人渾成集』所收呂洞賓詩如「回光對面是家山」、「眞性原來得自

由」，及「道樞·華陽篇」載呂洞賓「吾有觀心之法，一念不生，如持盤水」之說看，受禪影響之迹灼然可見。這是時代思潮使然，即使呂洞賓未曾參黃龍，也必有其他內丹大家參禪。

呂洞賓道統傳衍至北宋中期以後，分爲南北二宗，其說旨以禪道雙融、性命雙修爲特質，而在禪、道雙修的次第上有所不同。南宗祖師張伯端（九八七—一〇八二），一生窮研道教丹經，後於成都遇異人得丹訣，撰『悟眞篇』詩詞八十一首闡鍾呂系傳統內丹，之後又參究禪宗，「遂援佛經及『傳燈錄』，作歌頌三十五首，附之篇末」（『悟眞篇序』），稱「禪宗詩偈」或「悟眞篇外篇」、「悟眞篇拾遺」。『悟眞篇』內外篇先言內丹後言禪，表明了張伯端由內丹歸禪的思想歷程，其『外篇』序說得很明白：

「欲體夫至道，莫若明乎本心，故心者道之體也，道者心之用也。人能察心觀性，則圓明之體自現，無爲之用自成，不假施功，頓超彼岸，乃無上至眞妙覺之道也，此道直截了當，人人具

陳明暉

足，只因世人根性迷鈍，執有其身而惡死悅生，故卒難了悟。黃老悲其貪著，乃以修生之術順其所欲，漸次導之。

序中導禪宗明心見性為無上至真妙覺之道，而把道教傳統的修命養生之術作為引導貪生畏死的鈍根世人漸次趨向大道的方便法門。在晚年所寫的『悟真篇』內外篇之『後序』中，張伯端進一步表明：「此『悟真篇』者，先以神仙命脈誘其修煉，次以諸佛妙用廣其神通，終以真如覺性遣其幻妄，而歸於究竟空寂之本源矣。」以禪之心源覺海為究竟歸宿，據『歷世真仙體道通鑑·張用成傳』，張伯端本人末後終歸於佛，「與劉奉真之徒廣宣佛法，留偈而逝。」

張伯端「禪宗詩偈」的見地，與禪宗頗相一致。如『三界唯心頌』云：「無一物非我心，無一物是吾也」，「見物便見心，無物心不見，十方通塞中，真心無不遍，若生知識解，卻成顛倒見，視境能無心，始見菩提面。」又如『即心是佛頌』云：「佛即心兮心即佛，心佛從來皆妄說，若知無亦無心，始是真如法身佛，」與禪宗之哲學觀無異。其『讀雪竇禪師祖英集』一詩，對當時雲門宗巨擘雪竇重顯禪師推崇備至，稱之為師，似曾親炙雪竇者。張伯端自命通徹「達磨、六祖最上一乘之妙旨」，「佛祖統紀」亦稱「張平叔（伯端）明佛性」。後來深通禪宗的清雍正皇帝，對張伯端「禪宗詩偈」十分欣賞，編入其『御選語錄』中，作序褒揚；並封張伯端為「大慈圓通禪仙紫陽真人」。

張伯端後學，率皆循祖師之道，道、禪雙融，先修命後修性。四傳陳楠，分丹法為三品，謂三品中的上品天仙之道，「與禪法稍同」。其徒白玉蟾，曾在江南某禪寺說法。他融禪法於內丹中，形成以「忘」字為訣的丹法體系。南宗一系的著述，也多仿『悟真篇』之制，先言內丹，後講禪法，其講禪法的文字，詞旨或

類禪師的「上堂法語」，或類禪師的悟道詩偈。

北宗全真道，建立於金初，創始人黃真，自稱「悟徹『心經』無罣礙」，對佛法有所體悟。他所開全真道，在教團建制、出家、戒律、叢林觀庵等及教義上，皆效仿禪宗，在教義方面，高唱三教歸一，所奉主要經典中有佛教的『般若心經』，以融合禪與內丹為全部教義之特質。雖承鍾呂內丹說，以成仙超生死為鵠的，而向佛教涅槃義靠攏，以「本來真性」為超出生死的根本，以識心見性、真性不迷亂為長生不死，重精神解脫，否定道教傳統的肉體長生說。王嘉『授丹陽二十四訣』云：「是這真性不亂，萬緣不掛，不去不來，此是長生不死也。」王嘉『立教十五論』斥欲圖肉身不死而離凡世者為「大愚不達道理」，謂真性不迷，現前精神超出三界，名曰真人，真人「性滿乾坤」，名曰法身。其法身義，顯然有取於佛法。在修習次第上，與南宗之先命後性相反，北宗以明心見性為首務。王嘉『授丹陽二十四訣』教學仙者「先求明心，心本是道，道本是心。」其明心見性的實踐法則，多取於禪宗，以無心、無念、無著為要，括之以「清淨」二字。『授丹陽二十四訣』說：「內清淨者，心不起雜念；外清淨者，諸塵不染著。」與南禪的「無念為宗」相近。全真後學多融攝禪宗以發揮本派的明心見性說。如金元間全真道士王志謹『盤仙語錄』仿北宋圓悟克勤禪師語錄中掃帚掃塵、塵雖去而迹猶存之喻說：「朝日掃心地，掃着越不淨，欲要心地淨，撇下掃帚柄。」意謂不僅須清淨心地，掃除妄念，而且連清淨心地之念亦須泯絕，達「寂無所寂」，始近於見性，近禪法能所雙亡、心法雙泯意。又據全真七真之一的王處一之說，謂達寂無所寂，僅屬知中見性，尚須由此力行濟世傳道之「真行」，在行中磨煉，方得造於「玄之又玄」的「重玄」境地，尹志平『北游語錄』稱達「重玄」境者，「則言辭舉

動，凡所出者，無非玄妙。」分見性爲知中見、行中見兩層，與達摩祖師之理入、行入二入，不無關係。

全真道還吸收、效仿禪宗的打坐、參究、機鋒、公案、圓相等。王嘉《立教十五論》論打坐云：

凡打坐者，非言形體端然，瞑目合眼，此是假坐也。眞坐者，須要十二辰行住坐卧一切動靜中間，心如泰山，不動不搖，把斷四門眼耳鼻，不令外景入內。但有絲毫動靜思念，即不名靜坐。

雖不拘坐的形式，卻教人把清淨心地的功夫貫徹於十二時辰一切動靜中，念念不染不動，這顯然是受了南禪破除執着坐相之說的影響。然不得有絲毫動靜思念，與慧能大師無念行之「不斷百思想」有所不同，有墮於靜寂一面之嫌。王嘉《全真集·玉花社疏》還說：「諸公如要修行，饑來吃飯睡來合眼，也莫打坐，也莫學道，只要塵冗事摒除，只要心中清淨兩個字。」更近禪師口氣，「饑來吃飯睡來合眼」，取自禪宗燈錄。元初全真道士李道純的《道德會元》還採用臨濟禪參看話頭公案之法，教人於二六時中着力較勘「不與諸緣作對的」（指《道德經》首句之「道」）是個甚麼，以期於較勘不得處摸着鼻孔，明本心地。其《蜚蟾子語錄》卷一取禪宗文殊出不得女子定、洞山寶鏡三昧五位顯訣等，及老、易、孟之語，作爲道門公案，供學道者參究。另一道士苗善時則只選老莊文列易等語，編爲《玄門大公案》六十四則。全真道士們還常用禪宗的圓相，以○表眞性。他們的悟道詩偈，也不乏類似禪詩、頗具禪意者，如元代祈志誠《西雲集》有詩云：「師傳秘語悟心開，物外家風物裏培，走遍世間覓不得，鳥從花裏帶將來。」王志坦《道禪集》詩皆具禪味，有云：「識心達本承當下，猶落玄

門第二機。」全真家師資間傳付或論述心性時，常效仿禪門的機鋒。如《盤山語錄》述王志謹答其徒心性之問云：

或問曰：「如何是定性？師乃移位近前，正身默坐良久，云：『汝問甚麼定性？』」

盡管較爲明白淺顯，但其方式明顯模仿禪師。

宋元道教內丹法程，皆以性命雙修爲綱、禪道雙融爲實質。根據對性命二者的側重及修習次第的不同，其丹法大略可分爲三類，三類丹道無不受禪之影響，理論、方法與傳統道教內丹有所不同，可謂道、禪結合、融合的新內丹。三類丹法中的第一類，最爲接近禪。比類丹法是在道家「守神」「坐忘」一類功夫的基礎上，向禪靠攏，只修性不修命，或以性兼命。在理論上，唱眞性一元論，以眞性爲金丹，王嘉《金丹》詩即云：「本來眞性喚金丹。」修法上，只管明心見性，煉神還虛，以清淨心地爲要。陳楠稱之爲上品丹法，其修煉「以精神魂魄意爲藥材」，「以清淨自然爲妙用」，「以定慧爲水火」，法則簡易，不論卦爻斤兩，而於剎那之間便可結丹，有似禪宗之頓悟。然唯宜於上士修學，傳付唯以心傳心，與禪之傳授相同。李道純《中和集》稱之爲最上一乘，謂其修煉「以太虛爲鼎，太極爲爐，清淨爲丹基，無爲爲丹田」，大略同陳楠之上品丹法，謂生而知之的上根利器方堪入此門：「學道之人夙有根性，一直了性，自然了命。」雖然不着意於煉化精氣（修命），只要了性，精氣神便會自然煉化，結爲大丹。此乃無爲之頓法，不斤斤於守竅調息的氣功。《眞詮》《唱道眞言》《性命圭旨》《樂育堂語錄》等道書均述此法，尊爲最上金丹。這可謂禪宗影響下內丹中出現的一種極端傾向，爲禪化的內丹。

第二類丹法先修命後修性，爲南宗張伯端一系之路徑。其修

煉從傳統內丹修命法入手，循序煉精化炁、煉炁化神、煉神還虛。然精炁神之煉化，據張伯端『青華種文』，須於靜坐至恍惚杳冥之際體認元性、真心，從真心中生「真意」，照察精炁之運行。見真心以「忘」「覺」二字為訣：「心者萬化樞紐，必須忘之而始覺之。……但於忘中生一覺意，即真心也。恍惚之中始見真心。真心既見，就此真心生一真意，加以反光內照，庶百竅備陳，元精吐華。要在乎無中生有，有中生無。到這境地，並真心忘而棄之。」這種於忘心中覺心以見真心之法，脫胎於禪之參究，非鍾呂傳統丹法中所本有。

第三類丹法先修性後修命，為北宋一系的基本路徑。明末北宗龍門派的伍守陽，分修煉過程為築基、初開煉精化炁、中開煉炁化神、上開煉神還虛四節。築基以煉己為首為主，煉己指鍛煉心意，收心攝念，做「對景無心」的功夫，為初步修性。至上開煉神還虛而了性，並仿達磨之九年面壁，稱上關為「九年關」。元代以來，丹書中多在煉神還虛上加上一「粉碎虛空」以為究竟，李道純『中和集』即謂到此「一個字也用不着」，唯有以圓相○表示。

禪對宋元道教的影響，集中表現在道教諸派所高唱的三教歸一論。「天下無二道，聖人不兩心」，成為這一時期道書中常見的口號。他們把三教的同源一致之點歸諸於對心性的體證，一般都確認三教雖施設相同，而心性說殊無二致。只有題為張伯端述的『青華秘文』，對三教心性說作了較細緻的分析比較，認為有淺深粗細之差。孔子言心性，教人非禮勿視聽言動，以禮為防，以喜怒哀樂為妄心，以忠恕慈順恤恭敬謹為真心，最為粗淺。道教則以儒家所謂真心亦為妄心，「混然返其初而原其始，卻就無妄心中生一真念，奮天地有為而終於無為也。」從靜極恍惚、一念未生的原始真心中生真意煉化精炁，以無為心為宰做有為功夫，

終至於無為，是道教內丹心性說的特質。「若釋氏之所謂真心，則又異焉：放下六情，了無一念，性地廓然，真元自見。一見之頃，往來自在。蓋靜之極，而至於極之極，故見太極，則須用一言半句之間，如死一場再生相似，然後可造化至機而為不生不死之根本，豈易窺其門戶耶！」認為釋氏真心說最為徹底究竟。這裏所言釋氏真心說，出當時臨濟禪法，所謂「大死一回，絕後再甦」，始透重關。『青華秘文』用靜極而見太極之說釋其理，自屬道教眼光，然總的說來還是抓住了釋氏真心說的特質，可謂別具慧眼。大體而言，宋元道教諸派內丹學雖高談心性，盛倡三教一致，而其心性說與識心見性法門，多如明人王世貞所評，「似禪而稍粗」。至內丹家之末流，僅以守上丹田為性功，以眉間閃現的白光為性光，則離其祖師張伯端、王嘉之見性說甚遠，去禪宗之見性說則更過十萬八千。

禪宗對宋元道教的影響，還通過禪化的內丹，見之於宋代以來的符籙道派，促成了清微神霄、淨明等新符籙道派的誕生和舊符籙道派教義的更新。這些符籙道派，率皆倡修內丹，並依內丹理論建立符籙咒術之哲理，強調「內道外法」、「內丹外用」、「內煉成丹，外用成法」，以由內煉中所見證之元神、真心或「一點靈光」為書符念咒、存想作法之本，為作法靈驗的關鍵，如北宋末神霄派名道士薩守堅『內天罡訣法』云：「一點靈光便是符，時人枉費墨和朱，上土得之勤秘守，飛仙也只在功夫。」（『道法會元』卷六七）元代鄒鐵壁『雷法秘旨』以無心之真心為感通神靈、作法靈驗之訣要。

禪宗在教制方面，對宋元道教的影響尤深。全真道等新道派出家之制，多仿佛教。其叢林觀庵、道士住庵、雲游之則，及戒律、清規，與禪宗多所相近，帶有濃厚的禪化色彩。（完）