

明代初期（1368—1434）全真教南北宗風研究

目 錄

序引：全真教內丹修煉與明代社會

1、大歷史視野下的明王朝（1368—1644）

2、道教內丹修煉術對明代社會的滲透

一、明初北方全真教的清淨修煉宗風

1、明初的陝西重陽萬壽宮

2、明初北京白雲觀的坐鉢修煉

二、南方全真教的內丹修煉及其對正一派的滲透

1、元末明初的江西全真教高道

2、龍虎山正一派與內丹修煉

3、蘇、杭地區全真教的清修風尚

結 論

明代初期（1368—1434）全真教南北宗風研究

序引：全真教內丹修煉與明代社會

關於道教對明代社會的整體影響，目前學界尚未見有著述予以全面研究。這是一個既有價值，同時又很有難度的課題。之所以這麼說，乃是因為一方面明代的傳世文獻汗牛充棟，研究者要想在短時間內將各種文獻材料搜羅一遍，難度很大，另一方面這又是一個跨學科的題目，它不但牽涉道教，而且也涉及明代社會方方面面，舉凡政治、經濟、文化等都要加予考慮。這當然很不容易。然而明代社會又是一個很有個性魅力的社會，它是中國古代社會由傳統向現代轉型的啟動期。

1、大歷史視野下的明王朝（1368—1644）

從世界歷史大背景看，在明代延續的這二百七十六年（1368—1644）中，隨著航海貿易業的不斷發展，世界各文明板塊的聯繫愈來愈趨於緊密。全球化的第一浪已開始掀動。歐州尤其是西歐已開始經由地理發現、貿易增長、宗教改革、政制變革等重大歷史事件，開始步入由傳統社會向現代社會轉型的歷史進程。世界範圍內的現代化運動已開始進入第一階段。由此世界歷史的中心也轉入歐州。自此之後，我們就應從世界歷史的大視野來評判中國發生的歷史事件。從政治方面說，明王朝不但是由漢族建立的最後的一個統一王朝，而且還別具一格地取消了在中國歷史上延續近二千年的宰相制度，由皇帝本人直接執政。而皇帝一人又無法獨自應付繁重的政務，因此，與皇帝最為接近的宦官集團因分享皇權而獲得

其崇高地位。換句話說，宦官專權在明代是有其體制基礎的，絕非某位宦官的個人行為。從經濟方面說，明代的商品貨幣經濟特別發達，已經開始孕育衝破傳統社會結構框架，向現代社會轉型的諸多新經濟因素。對此，國內不少學者又稱之為資本主義萌芽。從思想文化方面說，明代社會的正統意識形態雖然仍然是傳統儒家思想，尤其是明代中期王陽明融合佛道創立的新儒學，對明代社會精英階層影響很大。但是我們也應看到佛、道二教對明代社會的實際影響比儒家要遠為巨大，這在下層民眾中表現尤為突出。因而明代思想界又呈現出多元化、多種文化價值形態並存的局面。這其實有利於呼應明代不斷壯大的新經濟因素，進而推動傳統社會向現代社會轉化。可惜由於此後滿清入主中原，打斷這一歷史演進歷程。

2、道教內丹修煉術對明代社會的滲透

關於明代道教發展狀況的總體估價，目前學界爭議頗大。出現兩種絕然相反的觀點。一種觀點認為明代道教總體上呈現沉寂狀態，是道教從停滯走向衰落的階段。¹另一種則認為明代是道教最具影響力的時代。²之所以出現這麼大的分歧，乃是因為學界對明代道教的研究目前尚處於起步階段，許多問題缺乏研究。僅從這些年中國大陸道教研究情形看，學術界對於明代道教的研究的確是一個相對薄弱的環節。眾所周知，在明代近三百年的歷史中，道教承元代以來教派融合的大趨勢，逐漸整合為相對集中的兩大道派：全真與正一。雖然關於明代道教兩大派的歷史發展及其對明代政治、思想的影響，學界已有一些論著問世。³然而相對於其它斷代而言，學界對明代道教的研究，無論是對全真教還是正一派，都顯得過於粗線條。在目前缺乏詳盡而充分的有關明代道教專題的、個案的研究條件下，冒然描述明代道教的歷史發展的全貌，其結果只能是作一些概略式的泛泛而

談，而且這種概略還往往失真。更遑論由此進一步討論道教與明代社會、政治的互動及其對明代歷史的深刻影響。因此當務之急是要將關注的重點放在個案、專題等細節性的研究主題上。只有在這之後，才能對明代道教的整體發展及其在道教史中的地位做出準確的估價。在此，我們擬將關注的重點放在明初全真道活動狀況及其傳承宗風這一問題。而從相關歷史文獻看，明初全真教最重要的一項活動就是內丹修煉。正是全真教的內丹修煉思想、實踐及其在社會中的廣泛傳播，對明代社會各階層產生深遠的影響。

道教對明代社會的滲透是多方面的，最突出的表現乃在於其內丹修煉思想及實踐對明代社會各階層的深刻影響。作為道教的一種重要修煉方法，內丹術自唐代中期創立之後，經歷宋、元時期幾百年的完善與發展，到明代早已走出道門，在社會中廣為傳播。由於內丹術乃是一種理論與實踐結合緊密的修煉方式，一旦選擇這種修煉方式，就要付之行動，與修煉者的日常生活密切相關。因而從一定意義上說，內丹修煉就是一種以體道為終極歸依的生活方式。不過，值得注意的是，內丹修煉術在向明代世俗社會傳播時，已作了一定程度的改造，此即由道教的根本證道之術變形為以養生延年為目的的養生術。這種變形乃是道教與中國傳統社會互動的結果。明代社會對道教內丹修煉術接納的廣度與深度在中國歷史上都堪稱空前絕後。其時社會各階層，上至皇帝、藩王，中至知識精英，下達底層民眾都有不少成員，通過不同方式參與內丹術的修煉與傳播。不過由於各自所處社會地位的差異，他們在內丹術中擇取的成份也不同。皇帝、藩王們主要是把修煉內丹作為一種養生方式。在他們看來，內丹術與房中術、外丹術、藥物服食術等傳統養生術並無不同。當然也有些藩王是通過內丹修煉過一種修道的生活。至於知識精英們，雖然也有出於養生延年為興趣進行內丹修煉實踐，但更多是意在

汲取其中思想養份。而對一般的生活於社會下層的普通民眾，則往往通過內丹修煉術的師徒相傳，以結成各種類型的民間社團。這其中有不少還演變成規模不等的民間宗教。因此，明清時期民間宗教的蓬勃發展與道教內丹修煉術的廣泛傳播密切相關。總之，道教內丹修煉術在明代社會廣泛傳播，業已成為一種強大的社會思潮和生活習尚。這種現象出現，表明道教這種在中國傳統社會中本來居於非主流地位的宗教信仰，在明代開始努力擴展其生存空間，與正統儒家思想意識展開競爭。

一、明初北方全真教的清淨修煉宗風

首先要說明的是，本文提到的明初乃是指太祖開國至明宣宗朱瞻基統治時期，即從公元 1368 至 1434 年，共計七十六年。我們之所以擇取這一段作為重點研究對象，一方面是因為它具有承先啟後的意義。另一方面也是因為目前這一階段全真教發展歷史尚未得到認真清理。眾所周知，宋元以來，道教各大道派無論是符籙派還是煉養派，均已普遍接納內丹術，將其視為證道了悟的根本修持方法。其中尤以全真教與內丹道南宗為甚。這兩派實際上都是以內丹修煉實踐為依託來建立其宗教組織的。像全真教祖王重陽在開教之初，就是以一位成功的內丹修煉者形象出現的。他在金代建立的小型全真教團，起初主要也只是在核心成員間秘密傳授一些內丹修煉功法。其性命雙修、三教合一的立教原則也是居於內丹修煉的實踐提出的。這與明代後期興起的民間宗教團體例如大成教、弘陽教、黃天教等，並無實質分別。只是由於其後丘處機善於抓住蒙古入侵、中原地區社會

結構破裂這一極為特殊的歷史機遇，以古稀高齡萬里西行，覲見一代天驕成吉思汗，並最終獲得他的信任。這樣全真教才得以成功進入蒙元王朝的政治體制中，為其承擔「告天祝壽」等國家祭祀職責。然而儘管全真教在元代已由一個民間內丹修煉組織轉變為政府認可的正統宗教，它仍然保持著以內丹修煉為教門核心的本色。性命雙修、功行合一其貫徹始終的兩大立教原則。相比之下，內丹道南宗就沒有遭遇這麼好的歷史機遇，因此儘管兩者起初都是在民間活動，但南宗始終沒有以一種新道派的形象為南宋政府所認可。因此等待它的命運只能是隨著南宋的覆亡而與北方全真教合流。

從內丹修煉術的歷史傳播看，有一點值得我們注意：這就是在元代，無論是北方的全真教，還是南方的內丹道南宗，都已經在本派宮觀中設立起固定的、用於教徒進行內丹修煉的場所，這就是鉢室，又名鉢堂、環室、環堵，南宗則多名為靜室。關於全真教鉢堂的起源，已有學者撰文予以討論。⁴在此我們要強調的一點：全真教在宮觀中設置專門鉢室用於內修，乃是吸收北宋末、金初民間內丹修煉團體的經驗。像北宋張孝純《高尚處士修真記》，就記載北宋末年高道劉卞功居家建造環堵，並終生坐環修道。此事在北宋後期影響很大，經宋徽宗表彰，並曾給馬丹陽留下極深印象。⁵其後在元代全真教，各大宮觀都普遍設置鉢堂、環室等場所，用於教徒居中修行。而內丹道南宗雖然由於缺乏隸屬本門的固定宮觀，但於居家修煉時也有較簡陋的修煉場所。因此，我們可以說，在元代全真教宮觀中內丹修煉已經制度化。這對於內丹修煉術在社會中的廣泛傳播，起到非常重要的推動作用。事實上，明代社會中內丹修煉之風的盛行，皆可溯源於全真教南北二宗對這種內修術的傳佈。

1、明初的陝西重陽萬壽宮

關於明代北方全真教的活動情況，由於缺乏完整的記載，學者們多不甚了了。清代熟諳全真教史的學者陳銘珪猜測說：

當明之世，全真之顯著者多出南方，而北方無聞焉。豈元末北方大亂，於時宮觀殘燬，徒眾星散，遂爾失傳耶？⁶

而洪武元年元順帝出奔後，長春法嗣，未聞有復令掌教者。北方全真之不振，實由於此。⁷

陳銘珪的猜測只有部份合理性。誠然全真教由於與元廷的密切合作關係，加之朱明王朝原本發跡於江南，由於地緣因素的影響，因而與同處江南的正一派有著天然的親近感。早在開國之初，朱元璋就以南京朝天宮為中心，招納大批南方正一派高道，形成以龍虎山四十二代天師張正常為核心的「朝天宮高道集團」。據此，朱元璋便確立起有明一代與正一派結盟的基調，並將國家祭祀的重任委託給他們。這就使正一教在明代政制中找到自己的位置。⁸因此入明之後，全真教的政治地位較正一派確實要低得多。⁹

然而，全真教乃是以內丹修持為核心創立起來的道派。它的根本生命力就在於其清淨修持的教風。它固然有其應世的一面，但更重要的是其通過內丹修煉以證脫生死這一大事因緣為目標的宗教精神。因此在明代，當它喪失政治地位時，並未甘於消沉，而是又重新回復其創教初期時清淨修行的傳統宗風。因此明人多稱其「清修道教」。¹⁰關於明代北方全真教的活動，儘管缺少完整的文獻記錄，但我們綜合明人碑刻、遊記、方志及《道藏》等相關材料的片斷記載，還是可以拼接出一幅畫面。總的看來，元代北方全真教的幾大勢力中心在明代並未完全毀於兵火，而仍然在教內保持相對活躍的狀態。它們分別是以祖庭重陽萬壽宮為核心

的終南山地區，以全真教總部——堂下長春宮（明英宗正統年間，始改名為白雲觀。）為中心的北京地區，以河南玄妙觀、湖北武當山為中心的中部地區，以及以嶗山太清宮為中心的東部地區。這些宮觀組成一張全真教門勢力網絡，教徒互相掛單、參遊，展開其清淨修持的內修生活。

終南重陽宮。該宮地處陝西終南山地區（今屬陝西戶縣），金元時期被全真教尊稱為祖庭。此地因為係全真教祖王（道號重陽子）煉化及遺蜕歸葬之地，因而在全真教門得到特別的尊崇。祖庭是全真教在關右地區的傳教中心。在金元全真教的發展中佔有舉足輕重的地位。在此需要特別指出的是，自蒙古太宗十二年（1240）之後，蒙元時期全真教的西部宮觀群體就以重陽萬壽宮為中心，以其周圍宗聖宮、太平宮、華清宮等為骨幹，輔之於數目眾多的下宮別院。形成一張縱橫交錯的宮觀網絡。因此蒙元時期全真教的祖庭有廣、狹二義，廣義地說祖庭乃指以重陽宮為中心的一組星羅棋佈的宮觀群體。狹義地說，祖庭就是指位於終南劉蔣村的大重陽萬壽宮。重陽宮在元代是一座十方宮觀，位於陝西終南山之北麓，東有澗水羽翼，西有甘水護衛，自然環境非常優美。¹¹明代全真教在西北地區的這張以重陽宮為中心宮觀網絡不再有記載，我推測它的完整性似已受到損壞，但重陽宮本身仍然在全真教內佔據重要地位。

據清修《陝西通志》記載，明代重陽宮仍保存完好。宮內藏有元時所建皇家護持聖旨碑、元成宗御賜御服、趙孟頫手書碑文真跡等鎮宮之寶。這些凝聚著歷史記憶的寶物，時刻喚起觀賞者追憶其昔日的輝煌。《陝西通志》述明代重陽宮云：「重陽宮在縣東六十里，地名舊為劉蔣村，今為祖庵鎮。元翰林劉祖謙記云：師咸陽人，姓王名，字知明，重陽其號。金正隆間遇至人於甘河，後於南時村掘地為隧，封高數尺，居三年，復自實之。遂遷於劉蔣村。成道時，門人建殿，

號祖師庵。元季門徒道眾會葬祖師重陽真人，興建殿閣，名重陽宮。又有《敕藏御服碑》，王重陽手書《如夢令碑》。明知縣鄭達所書《蘇武慢詞碑》，今寶之。」¹²可見，重陽宮在清代還保存著不少元代建立的珍貴碑石，它們分別是王重陽手書《如夢令碑》、趙孟頫手書《敕藏御服碑》。此外，應該還有元成宗於大德七年親賜的御服一件，及蒙古字聖旨、令旨碑、李道謙書碑、姚燧書碑等教史遺跡文物。關於御服，據元趙世延《大元敕藏御服之碑》記載，成宗在大德七年（公元1303）夢遊重陽萬壽宮，「翼日，敕尚衣出嘗所御服一襲，遣集賢大學士臣獻可、近侍臣把海等，駟置於是宮。」¹³此御衣安置在宮中寥陽殿。這時正值孫德或擔任陝右教門提點兼領重陽萬壽宮事。這件事在當時不但對重陽宮，而且在整個朝廷也是一件廣為為人傳誦的奇事。就重陽宮而言，成宗賜予御服，等於得到了一件鎮宮之寶。趙孟頫手書《敕藏御服碑》就是記載這件御服的來歷。除趙孟頫外，當時朝中不少文臣都為之撰寫文記。據《石墨鐫華》載明趙子函《訪古遊記》記載，明代這件珍貴的御服仍保存下來。¹⁴此外，據《陝西通志》卷二十八記載，重陽宮在萬曆年間曾有過一次重修。

關於明代重陽宮的活動，我沒有發現太多的直接的文獻記載。僅據明尹文振《重修洪妙庵記》的記載，成祖永樂年間高道侯圓方，奉旨與禮部尚書胡濙一同尋訪張三丰：「久而復命將歸，給領《道藏》經，並護敕住持宗聖、重陽等宮，統理道眾。」¹⁵這裏提到侯圓方在尋訪張三丰之後，曾住持重陽宮。從給領《道藏》經之語看，侯圓方奉敕住持宗聖、重陽二宮，當在英宗正統末期，即1445至1449年之間，因為英宗向各大宮觀集中頒佈新修《道藏》就在這幾年。另外據碑文，侯圓方在宗聖宮留有傳承法系，其世系為唐襲淳—郝繼常—郝宗進、徐宗禮—馬明昌，此時已至武宗正德十年。我們不知道侯圓方在重陽宮是否也有類

似的傳承。不過從明代全真道士雲遊、參訪的軌跡看，它仍然是全真教徒心目中的修煉聖地。此外明初有不少高道都有在重陽宮學道的經歷。據明嘉靖十四年（1535）所刻的《重修（陝西）三原志》記載，明洪武年間，陝西全真派高道劉宗道就曾在終南重陽宮學道。他是陝西三原縣人，明初在西北地區頗負盛名，與第一代慶王關係密切。其文云：「劉宗道，三原浮陽鄉人，洪武十八年（1385）學道終南山重陽萬壽宮，後住邑之通玄觀。（洪武）三十三年（1400）歲旱，慶府召宗道禱雨，克應命。繪像製讚以賜其歸。越明年，無疾而卒。」¹⁶劉宗道是陝西本地人，在洪武十八年（1385）入重陽宮學道。考《明史太祖本紀》，洪武二年（1369），明軍就已有效控制陝西。而洪武十八年重陽宮早已恢復正常宗教活動。由此可見，元明易代並未使陝西重陽宮遭遇致命性的破壞。又從劉宗道隨後住居三原通玄觀看，明初陝西一帶全真教宮觀網絡仍然存在，重陽宮作為全真教宮觀網絡核心，與當地小宮觀依然有人員往來。此外，對於文中提到慶王舉辦祈雨醮一事，值得我們重視。根據美國學者王崗的研究，明代不少藩王有著累代相傳的好道傳統。他們或學道修煉，或刊刻道書，或舉辦醮儀，或贊助宮觀修建，構成推動明代道教活動的一支重要力量。¹⁷《重修（陝西）三原志》提到的這位慶王，當係慶靖王朱栴（1378—1438）。他是太祖第十六子，建文三年（1401）徙封寧夏。從他在建文二年於封地舉辦祈雨法事看，可能徙封前一年就已入居封地。慶王自號凝真子，對道教頗為喜好。關於劉宗道與慶王的交往，《陝西通志》也有記載：

劉慶道，三原人，為元通觀道士。能役使鬼神，祈禱雨澤。又能以數知人生死，名曰癸亥數。後慶王大集陝西僧道，修追薦事。眾既集，宗道徐至。是日，天甚晴霽，眾皆樹幡揭榜，具金袈裟法衣，作樂迎經於道。宗道但設

雨具，端坐而已。須臾，大雨驟至，眾幡榜俱盡，金衣俱濕。俄晴霽，宗道始行事。其日惟宗道一壇在焉。慶王以為神，以金冠瑰之。葬時有二鶴翔樞上，若送葬然。

文中元通觀，據上引《三原志》，當係通玄觀之誤。不過這裏記載的是追薦法事，而非祈雨醮。或許慶王在當時不只一次舉辦法事。由慶王贈送金冠來看，劉宗道得到慶王的尊崇是毫無疑問的。他無疑是明初西北地區享有盛名的全真高道。然而，儘管劉宗道曾學道於重陽宮，但卻是以祈醮、癸亥數知名於世。可見，明初重陽宮道士教育課程中除內丹修煉外，也包括祈醮、卜筮等法術。

除劉宗道外，明初還有不少全真高道也有在陝西重陽宮坐環修煉的經歷。眾所周知，全真教內丹修煉有一個很重要的環節就是雲遊參訪。早在金代，全真教祖王重陽就論述了雲遊參訪對於修道的重要性。他在《重陽立教十五論》區分了真雲遊與虛遊，其所謂真雲遊乃是：

二者參尋性命，求問妙玄，登峨險之高山，訪明師之不倦，渡喧轟之遠水，問道無厭。若一句相投，便有圓光內發，了生死之大事，作全真之丈夫。如此之人，乃真雲遊也。¹⁸

按照王重陽的理解，修煉內丹除坐環苦修外，還應外出雲遊訪師，修煉心性。這也是全真教入世修行的一部份。王重陽這一修行方法明顯受到唐宋以來佛教禪宗叢林制度的影響。不過在王重陽的時代，教徒雲遊訪師並未與宮觀制度結合起來。而在明代全真教宮觀中，雲遊訪師顯然已經制度化，成為全真教宮觀制度的重要組成部份。明陸道和編《全真清規》是對明代全真教宮觀制度的真實記錄，其中就專列「遊方禮師」條，其云：

既遊諸方，參訪師德，且要道具整肅。初到入院，便看西廊有「息肩」

二字，或「駐鶴」二字，於此便歇。或久住，擔子平放，或經過，頭高頭低，靠在壁上。便取氅衣搭在左手，或有直堂知客出來，便穿氅衣，稽首賓主。或問來歷，某州某觀，師某姓，答曰某處某州某姓。問答已畢，請入。若旦過，除鋪蓋外，並皆入包，鋪單了畢，洗足更衣。復見知客行禮，曰：即日恭惟知賓大德先生，起居多福，某久聞仙隱，特來瞻仰尊顏，荷蒙收錄，鋪單展鉢，不勝感激之至。稽首。領見主者，禮曰：即日恭惟提點真人，起居清福，某久聞道風廣博，特來座下瞻仰尊顏，荷蒙收錄，鋪單展鉢，不勝感激之至。稽首。或留茶畢，起身相謝，適間輕踐方丈，荷蒙煎點，下情無任激切屏營之至。稽首。行禮已畢，歸單。主者答曰：山門有幸，鶴駕來臨，有失迎接，不勝云云。又起單相留曰：院門寂寥，堂廚淡薄，故望高士久留鶴駕，起助道風，無任攀戀，望息之至。稽首。¹⁹

這是明代全真道士雲遊掛單所用的一套禮儀。它表明在明代全真道士雲遊掛單已成為一項制度。²⁰作為一座全真教的十方宮觀，陝西重陽宮正是四方全真道士掛單參訪的中心。從《太嶽太和志》的記載看，明初湖北武當山與終南重陽宮的聯繫甚為密切。其時武當山有不少全真高道或者來自重陽宮，或者由武當山至重陽宮掛單修道。他們分別是單道安、盧秋雲、丘玄清、李德、李素希、孫碧雲等。這些人中有幾位在太祖、成祖朝受到重用，個別如丘玄清甚至還在朝中居顯職。然而，有關他們的傳記，正史中卻少得可憐。

單道開，湖北均州人，活躍於元末明初。他曾師從元代武當山一代高道張守清。我們知道張守清曾於元仁宗皇慶元年（1312）赴京師祈雨，隨後即被元廷加封「體玄妙應太和真人」。²¹儘管是在武當山拜師學道，然而在洪武初年單道開卻來到終南山重陽宮居環修煉。《太嶽太和山志》記載：「洪武初遊方，遍覽西華、

終南諸名山，道化盛行，濟人為大。仍居環堵於重陽萬壽宮。」²²又其弟子李素希，字幽儼，號明始韜光大師。他係河南洛陽人，洪武初年至湖北武當，師從單道開。單道開去世後，他又攜其師冠履返藏重陽宮五華仙墓。李素希曾於永樂三年獻榔梅，成祖對之十分重視，將其視為「奉天靖難」的祥瑞。次年成祖還在京召見李素希：「賜座於便殿，諭以理國治身之道。師以道德奏對，上悅，禮待甚厚，賜還本山。」²³

又明初住持武當山五龍宮的全真高道盧秋雲，也曾居陝西重陽宮修道。盧秋雲，湖北光化人，《太嶽太和山志·張三丰傳》稱盧秋雲曾師從三丰真人。²⁴不過，在本傳中又說他從終南山大重陽萬壽宮高士遊：「悟全真之理。後歷江右諸名山，入龍虎，謁天師於上清宮，佩領教符，復歸武當五龍宮，住持有年矣！」²⁵盧秋雲仙逝於永樂八年（1410）。從盧秋雲遊歷的線路看，明初全真道士雲遊參訪的宮觀並不限於全真派，也包括正一派宮觀。此外又有武當山元和觀道士李德，自幼出家於陝西重陽萬壽宮，中年之後乃遊武當，師從紫霄宮高道曾仁智，從之習清微雷法。李德在明初還受到湘王朱柏的尊崇：「洪武二十三年，湘王殿下來謁武當天柱峰，見師有修煉之功，益嘉之，賜住荊州府長春觀。」²⁶李德之所以要到武當山紫霄宮學習清微雷法，乃是因為自元中期以來，武當山的全真道士就兼習清微雷法，例如上文提到的元代高道張守清就兼習清微雷法。其後元末明初全真高道兼習清微雷法者還有趙宜真、劉淵然等人。按：兼收並蓄多家道法乃是明代各道派的共通現象，例如正一派天師張宇初也修習內丹，我們不能因此就說他背叛正一派。

洪武年間由陝西重陽宮來武當山修道的高道還有丘玄清，他在洪武十八年（1385）曾擔任太常卿，成為明代首位道士出身的太常卿。丘玄清（1327—1393），

號雲谷，陝西富平人。幼從道士黃德禎出家，主要在陝西重陽宮全真教祖庭修道。據《太嶽太和山志》記載，他於洪武四年至湖北武當，師從全真派高道張三丰。²⁷後奉三丰之命，住持武當五龍宮。大約在洪武十年左右，太祖聞其有治才，於是詔任監察御史，十八年擢升太常卿。²⁸丘玄清深受太祖寵愛，太祖稱其繼任以來，「祀事嚴潔」。²⁹他還開創了明代道士在朝中擔任顯職的傳統。其後，有明一代居然出了六位禮部尚書。丘玄清有弟子燕善名、蒲善淵均居武當修道。蒲善淵還於洪武十五年擔任均州道正一職。³⁰從這兩位弟子的命名看，我推測他的道脈傳承在武當山一直存在。

最後還有孫碧雲（1345－1417），號虛玄子。陝西大荔人，十三歲即在華山修道，屬全真派。³¹他曾師從張三丰。我們雖然沒有找到他居留重陽宮的證據，但華山諸道觀在元代一直屬於西北全真教以祖庭為中心的勢力圈內。這從他於明初重建位於陝西鄠縣的志道觀一事也可看出，關於此事，《重修鄠縣志》載云：「志道觀，一名四真堂，舊志載秦渡仙柳在四真觀。宋沖（重）陽王真人演教之所。馬、譚、丘、劉自山東來，分志插柳，各自為宗，遂名四師堂。春夏之交，仙柳爭榮，綠葉茂密。更宋元，柳枯。洪武初，敕賜應夢真人孫碧雲遊覽終南、太華，經歷於此，仙柳枯而復榮。」³²至道觀元時係重陽宮下院，華山道觀在元時也屬全真宮觀網絡組成部份。他是在洪武二十七年（1394）奉詔入住朝天宮：「太祖皇帝因夢有徵，賜以衲衣御膳珍果之物。」³³據《太嶽太和山志》載，太祖曾向他詢問「三教優劣」，他回答說：「於道言之，則無優劣之辨。教雖分三，道乃一也。」³⁴

孫碧雲在成祖主政期間繼續獲得重用，永樂十年（1412），成祖召他進京，特授道錄司右正一。按道錄司左右正一乃是明中央政府具體管理道教的實際首

腦，一般都由高道擔任。成祖評價他說：

敕道士孫碧雲：道教以虛無自然為宗，以杳冥恍惚為體，高妙超乎萬品，精微入乎無倫。爾資性淳誠，精修妙道，志遊寥廓，心慕清虛，操之彌堅，守之彌固。³⁵

在成祖朝，孫碧雲主要為朝廷完成兩樁大事。其一奉敕為永樂年間武當山的大規模宮觀建設進行規劃，「相其廣狹，定其規制」。其二奉敕尋訪張三丰。這兩件事不僅是永樂朝發生的道教事件，而且也是當時的兩樁具有深遠歷史意義的政治事件，對其後明代的歷史進程產生重大影響。尤其是對武當山宮觀群的建設，費時六年，動用軍夫二十餘萬，耗銀以百萬計，終於建成八宮、二觀、三十六庵堂、七十二岩廟宮觀群。按成祖之所以花這麼大代價興建武當山，並非全然出於對真武大帝的私人信仰，而是意在為明廷確立起一尊護國神。這從王朝國家祭祀的角度看，意義極為深遠。我們知道在中國古代史中，自北魏始，歷代王朝都要確立自己的護國神。例如北魏崇奉元始天尊，唐代尊太上老君，宋代尤其是北宋力挺玉皇大帝，明代至成祖時則確立真武大帝為本朝護國神。由此來看，道教天界眾神的榮枯升降實與地上王朝歷史變遷息息相關，換句話說，天界的事是由地上的事來決定，而非相反。明白這一歷史背景，再看成祖永樂年間興建武當山，其實乃是繼承中國歷代相承的政治傳統，為王朝確立自己的國家保護神。這在當時社會信仰背景下，尤其是「奉天靖難」之後，王朝的政治合法性產生重大危機時，樹立真武大帝充當國家保護神，對於重建社會統一性的心理基礎是很有必要的。自此之後，武當山道教宮觀就成為皇家私廟，成為皇室溝通神人之間的特殊通道。難怪自成祖之後，明代諸帝在即位之初，都要派專使至武當建醮告天，而武當山在有明一代也都得到皇家的特殊庇護。

至於孫碧雲自身的道教修持，由於他早在一一直在全真教勢力較集中的陝西住居，因此無疑注重內丹修煉。《太嶽太和山志》稱他「儒釋諸子史書，罔不熟誦。」³⁶他的私人著述，後人編成《碧雲集》三卷。這說明他在華山全真教宮觀修煉期間，受到很好的古典教育。關於這點，證之於同出身於陝西重陽宮的明初高道丘玄清，更可確定明初陝西全真教宮觀對道士的教育是成功的。³⁷這充分說明元代全真教以文傳道的風尚還在沿續。關於孫碧雲的內丹修煉素養，成祖的御賜詩中有透露。其詩云：

太華山高九千仞，幽人學道巢其巔。雲邊一臥知幾年，緣岸鐵鎖嘗攀緣。
世間萬物無所累，饑食瓊芝渴乳泉。煉龍還丹握化權，三關透徹玄中玄。高
奔日月呼紫煙，絳宮瑤闕長周旋。玉華靈芽植丹田，明珠一點方寸圓。左挹
神公右白轅，夜開明堂相與言。窈冥恍惚合自然，洪崖赤松舊相識。只今邂逅
契心期，青瞳綠發煙霞姿。³⁸

成祖這首詩化用上清派《黃庭經》一系經典語句，對孫碧雲內丹修煉的境界、行持功法及修煉地點都作了交待。不過，如果此詩真係成祖親作，那麼只表明他對上清派存思修煉法有很深理解，用於描述孫碧雲全真派內丹修煉，就不見得完全合適。孫碧雲其後並未如敕住持武當南岩宮，而是一直活躍於西北一帶弘道，先是應肅王朱 之請，住持蘭州白雲觀，未久又返歸華山。門人為他在華山專建萬壽宮。

以終南山重陽萬壽宮為核心的陝西全真教區，在明初不僅如前文所述與湖北武當教區保持密切來往，而且還幅射到中國南方的東部沿海地區。對此，元末明初全真高道何道全（1319—1399）撰著的《隨機應化錄》提供了不少信息。此書前收靈通子撰於建文三年（1401，原文避諱題洪武辛巳）的序文一篇，據此可知

原書編成於此年之前。又從文中行文屢言師行、師至看，此書係由門徒筆錄而成。又靈通子序文還提到何道全有門徒賈道玄、徒孫壽通子，可見何道全當時是有自己教團的。³⁹

何道全（1319—1399），道號無垢子，原籍浙江四明，出生於元仁宗延佑六年。據序文，他是自幼修習全真道，早年一直在東部沿海一帶活動。然而在當地似乎並未有大的影響。其後，他即按當時全真教通例，四處遊方訪道，最終居於陝西終南山圭峰，並於建文元年逝於陝西長安邸舍。從靈通子序文中提到何道全仙逝之後，王公贈以羽化之儀禮看，他在陝西道俗兩界享有盛名。關於何道全，除《隨機應化錄》外，很少再有文獻有記錄。我檢閱明何喬遠的《名山藏》，找到一條他與明初高道王宗道交往的記錄：「宗道字景雲，一字景仙。與雲水道士何無垢者居數年。遊嵩、華，一日獨坐庵前……」⁴⁰按王宗道係張三丰弟子，活躍於明初，永樂三年（1405），成祖召見，令其尋訪張三丰「遣使乘傳召見文華殿，給全真牒，足跡遍天下。」⁴¹這是成祖為尋訪張三丰派遣的首位特使。值得重視的是，現存《隨機應化錄》記錄的有關何道全遊方訪道期間的活動，為我們瞭解元末明初全真道士的雲遊活動提供了一份珍貴的記錄。

考何道全自浙江出發的遊歷路線是：先經過淮楚，應當包括武當山，再西渡黃河，遊歷地域包括今江蘇、山東、安徽、湖北、河南、陝西，重點是在陝西。從他接訪的對象看，既有道士如張庵主、蘇提點，也有僧人如秀峰和尚、老僧，甚至世俗官吏如何御史、鄧指揮等。這說明何道全弘道說法的對象相當廣泛。又從其宣說的內容看，可以說是不拘一格，其中既有道經，又有釋典、儒書。這說明全真教仍然秉承王重陽創教時確立的三教合一宗旨，這與明代風靡朝野的三教合一思潮是合拍的。不過在本文中我們關注的重點還是他的坐環修煉實踐。我們

注意到何道全有著深厚的坐環體驗，例如他於洪武二十一年（1388）曾於華陽峪望鄉台、長安北關元君祠兩次入環坐靜。⁴²《隨機應化錄》還提到洪武十九年（1386）舊曆九月十五日，在長安全真教宮觀丹陽萬壽宮舉辦的一次坐鉢活動。⁴³此外，他還多次回答道士有關坐鉢的疑問。這說明當時道教中坐環之風盛行。由於我們難於判斷這些道士的派別，我們不能說坐環修煉僅存於全真教。總之，由《隨機應化錄》有關坐鉢的記載看，坐鉢修煉是明初全真教的重要修煉活動。這證之於同為明初全真高道王道淵有關全真家風的描述，應當是可靠的。關於明初全真家風，王道淵是這樣描述的：

不戀功名，不求富貴，不惹閑非。蓋一間茅屋，依山傍水，甘貧守道。
靜掩柴扉，讀會丹經，燒殘寶篆，終日逍遙任自為，真堪悅。遇饑來吃飯，
冷卻穿衣，箇中消息誰知？自裏面惺惺外若癡。且藏鋒挫銳，先人後己，和
光混俗，豈辨高低！處世隨緣，樂天知命，白雲壺中配坎離。時來到，與十
洲仙子，同駕雲歸。⁴⁴

正因為有這種通過內丹修煉獲得的內在快樂的支撐，全真教才能在明代喪失政治地位後依然生存下去，並且由於它將傳播的重點轉向民間社會，反而使它在明代社會發揮著較元代更強的社會影響力。這或許是對其所喪失的政治地位的一種補償吧！其實一種真正有生命力的宗教往往在其自身中就孕藏著發展的內在動力，而不需要仰仗統治者的鼻息生存。

明初陝西還有幾位全真高道頗為活躍，儘管未必與重陽宮有何關涉。他們是陝西耀州三原縣龍陽宮道士趙人鑄、韓城縣橫山觀道士郝淨元。就中尤以趙人鑄享有重名，他在洪武十五年（1382）曾受到太祖詔見：「洪武十五年秋，洪惟太祖高皇帝詔天下郡縣，凡有道之士，貢名京師。眾推趙公人鑄，薦之於朝，面奉

玉音，署其職，授之印，俾長本邑道流。」⁴⁵對於洪武十五年秋這次詔選有道之士，《明實錄》也有記載。⁴⁶從《明太祖實錄》看，洪武十五年九月，吏部在各地訪求經明行修之士七百餘人。但《實錄》沒有交待這七百餘人都是甚麼身份，由趙人鑄個案看，應包括道士在內。然而對於趙人鑄卻未見他書提及，幸虧嘉靖十四年所刻《重修三原志》，才使這位高道不致湮沒。又趙人鑄還曾與其它高道一同主持龍陽宮的修復。按龍陽宮位於陝西耀州三原縣，距長安九十餘里。該宮在明代頗負盛名，係一方名觀。據明張山《重修龍陽宮記》、劉健《三原縣龍陽宮創建玉皇閣記》、王承裕《復修龍陽宮記》的記載，⁴⁷龍陽宮自太祖洪武年直至世宗嘉靖年間的一百多年，一直依靠道俗兩界的合作得到良好繕修，從而成為當地民眾登臨休閒、經商販貨的集散地。曾擔任過孝宗朝內閣大學士的劉健記載說：「（龍陽宮）日中軒敞清幽，市廛之林壑也。居民及商賈，或疲於奔走，輒憩此以銷喧煩之氣，而至佳辰令序尤甚。士民填塞，累日而後已。觀遊之勝，冠一邑焉。」⁴⁸這是明代全真教宮觀與當地社群合作，通過廣泛介入社區生活以求得生存空間的成功例證。

另一位明初陝西韓城高道係全真道士郝淨元。他師承元代全真教王玉陽一系高道吳翠岩，洪武年間於韓城創建橫山觀：「明郝淨元，洪武中創建橫山觀，事翠岩真人。每兀坐石穴中。一日獵者逐雉入穴，啟衣履之跡，及問雉所在，答以無有。獵者歎曰：『淨元欲仙，再待數年。』言已忽不見。久之，淨元化去。傳有秘書在石碑穴下。」⁴⁹可見郝淨元仍秉承元代全真教清修宗風，主要以坐環修煉著稱於世。

2、明初北京白雲觀的坐鉢修煉

北京白雲觀在元代名為長春宮，明代英宗正統年間（1436—1448）始改名白雲觀。元代長春宮係全真教的總部，掌教大宗師的駐蹕之所。在此需要特別強調的是，元代全真教的掌教大宗師不僅為整個全真教門的實際領袖，而且在政府的政治體制中也佔據很高地位。大宗師一般都知集賢院事，參與國家祭祀、宗教事務的商討、決策。就全真教內部說，掌教大宗師有權任命路、州、縣地方道官，在大蒙古國時，甚至有權賜予宮額、紫衣師號。⁵⁰大宗師這種崇高的政治地位有助於強化元代全真教的整體認同。長春宮也由此獲得教門中心——堂下這一尊貴地位。然而，元明易代之後，全真教已經喪失其在朝廷政治體制中的地位。與此相連，明代長春宮（白雲觀）在全真教門的中心地位也受到挑戰。

關於明代洪武時期長春宮的運行情況，由於史料的缺乏，我們今天已不得而知。清人陳銘珪曾懷疑元明易代之際，由於戰亂原因，北方全真教宮觀受到破壞，因而徒眾星散。⁵¹這僅是一種推測，尚需獲得歷史材料予以證實。根據胡濬撰於英宗正統九年（1444）的《白雲觀重修記》，洪武二十七年（1394），時為燕王的朱棣曾對長春宮進行重修，並於次年正月十九日，丘處機降誕之日，親臨長春宮行香：「白雲觀在都城西南三里許，乃長春丘真人藏蛻之所，歲久傾圮。洪武二十七年，太宗文皇帝居潛邸時，命中官董工，重建前後二殿，廊廡廚庫，及道侶藏修之室。落成之次年正月十九日，適真人降誕之辰，太宗文皇帝車駕親臨降香。越明年是日，仁宗昭皇帝為世子時，亦詣觀瞻禮，屢建金籙大齋。」⁵²此記成祖為燕王時，對其封地北京長春宮大加修繕。此舉當與明代藩王崇道風尚有關。考明代藩王多有好道傳統，燕王朱棣重修其封地之長春宮，在當時絕非個案。因為在五年後的建文元年（1399），太祖十四子、肅王朱 也對封地的蘭州金天觀大加重修。⁵³此外，太祖第二十三子唐定王也早於洪武四年（1371），為其王邸所在

地的南陽玄妙觀之重修提供支助，並題寫「玄妙觀」觀額。⁵⁴又朱元璋第二十子韓王朱松也於成祖永樂年間，在其封地甘肅平涼崆峒山重修真武殿，並將其擴建為太靈宮。此宮與其周圍的靈官洞、子孫宮、十大帥殿總稱為太和宮。由此可見，明初藩王創修、重修道觀乃是一種時尚，朱棣重修白雲觀，並非個案。其中的原因，肅王朱 一作了解釋：「洪惟皇考，奉天受命以定海宇，肆類上帝，宜於塚土，禋於六宗，望於山川，享於宗社。遂命羽士，奉祀百神，欽崇大典。」⁵⁵這就說得很清楚：太祖因係奉天受命，因此極為重視國家祭祀大典，但同時又將奉祀百神的重任交由道教打理，因此藩王們就封之後，自然要對封內著名道觀加以修繕，以便其承擔為王國告天祝釐事務。

在成祖奉天靖之難之前的長春宮，承擔的就是這種角色。這從朱棣父子多次到長春宮建醮行香，就可明白。這說明燕邸時期的長春宮仍具有很高的政治地位，只是其後隨著朱棣登上皇帝寶座，因為已經有朝天宮、神樂觀這兩大國家宮觀存在，且它們係太祖在南京創立的，因此長春宮才未上升至國家宮觀地位。那麼明代白雲觀的宗派歸屬是否改變呢？是否仍是全真道徒嚮往的修煉聖地呢？這個問題比較複雜，不容易回答。從明代白雲觀的歷任住持派別歸屬看，既有全真派，也有正一派。屬於正一派的有李時中、倪正道等。永樂四年（1406）擔任長春宮住持的李時中，就是正一派。他早年在茅山學道，洪武初年奉命擔任北京崇真萬壽宮住持。我們知道這個宮觀是元代玄教的總部，係正一天師在京城的地點。永樂元年（1402），他又升至道錄司右正一，這是當時道錄司的高級道職。那麼他在永樂四年擔任長春宮住持時，乃是以道錄司右正一兼任。由此可見白雲觀住持地位相當高。不過不久，他就被調往武當山興聖五龍宮任提點。他仙逝於永樂十六年（1418）。⁵⁶

宣德十年（1435）以道錄司右正義身份擔任長春宮住持的倪正道也屬於正一派。胡滢《白雲觀重修記》提到倪正道先受業於崇真萬壽宮，永樂十五年（1417）曾住持北京洪恩靈濟宮，我們知道這是成祖在北京創立的以祭祀二徐真君為主神的一座國家宮觀，其地位崇高。倪正道從靈濟宮主持調任長春宮住持，說明在宣宗朝長春宮仍係數一數二的大宮觀。倪正道在任期間為長春宮的重建作出了重大貢獻。他於英宗正統三年（1438），會同太監曹銓及朝中達貴，共同創建玉皇閣。正統五年（1440），「復建處順堂，以奉長春真人，暨營方丈道舍，廚庫鉢堂，以展四方修真之士。」⁵⁷正統八年（1443），又在玉皇閣前創建衍慶殿以奉侍真武大帝，這表明白雲觀供侍神靈中已滲入真武神。這次還重修四帥殿、山門，並新建靈星門。⁵⁸經過累次重修，白雲觀已較元時規模有所擴大。胡滢《白雲觀重修記》記云：「初觀基隘窄，則易民地以廣之，繚以周垣，樹植嘉木，以為蔭映。規模廓大，雄偉壯麗，金碧交輝。」⁵⁹這裏我們要特別指出的是，明代北京白雲觀與太監的來往極為密切。其彼此淵源可追溯至朱棣居燕邸時，因為洪武二十七年那次對長春宮的重修就是由太監負責的。其後宣宗、英宗朝的幾次擴建也得到太監的大力協助。⁶⁰因此，白雲觀在明代的一支重要支持力量是來自明朝宮廷的太監集團，且他們的這種支持還呈現世代延續性。關於這一問題值得撰寫專文研究。又白雲觀還於正統十二年（1447）獲賜《道藏》一部，其時住持仍為倪正道。⁶¹從兩位來自正一派的住持對白雲觀重修舉動看，宗派歸屬的不同並未妨礙他們對宮觀的修繕。

明代出於全真派的白雲觀住持主要是劉淵然一系的傳承。不過他們並非源於白雲觀，而是從外面插入白雲觀的。劉淵然在明代的傳承為趙宜真、劉淵然、邵以正、俞道純（另還有一位普毅杜真人）、李得晟。該派開宗之祖、元末明初高

道趙宜真，兼得全真教南北二宗之傳，同時又兼傳清微、淨明派道法，堪稱元末明初集道教大成者。他的傳教基地本來在江西雩都，與北京白雲觀關係不大。然而至其弟子劉淵然時，本來居住在南京朝天宮。永樂初年應成祖之邀北上，擔任左正一。其後貶居龍虎山、雲南。⁶²仁宗洪熙元年（1425），重返北京，受命掌天下道教事，可能在這時其勢力已逐漸滲入白雲觀。因為我們發現到其弟子邵以正時，已正式認同全真傳承，同時有意識地接續白雲觀傳承法脈。

邵以正，號承康子，別號止止道人，祖籍江蘇姑蘇，洪武間徙雲南，師事劉淵然。淵然於宣德七年退休時，推薦邵以正在朝中主持醮事：「自朝廷有大修建、大禳祈，必命真人主之。」⁶³他在代宗景泰年間（1450—1456）被封為真人，景泰四年誥命領道教事。⁶⁴邵以正逝於英宗天順六年（1462），逝前仍任領道教事，賜號悟玄養素凝神沖默闡微振法通妙真人。⁶⁵他是繼周思得、吳大節之後擔任道錄司正一的道門領袖。景泰七年（1456），邵以正主持白雲觀的擴建，並將本門傳承世系與金元全真教宗師譜相聯：「（邵以正）念真人（按指丘處機）與先師劉真人，偶得長春之號，而師祖趙真人又受北派金丹之傳於真人（亦指丘處機），而以正實嗣派雲孫也。乃謀新三殿三楹，既像真人於其中，復圖十八大師暨祖師、先師之像於其壁。經始於景泰丙子，落成四年。」⁶⁶在此值得注意的是，邵以正於明代宗景泰七年（1456）時，就直接將本宗接續丘處機及十八大師之後，而越過元代歷代掌教宗師及前此明代白雲觀住持。這就相當於一次宗派嫁接，而前此的白雲觀傳承無疑就中斷了。⁶⁷邵以正是繼周思得、吳大節之後擔任道錄司正一的道門領袖。⁶⁸他博覽道經，是明初少數幾位精通道典的高道，並曾參與《正統道藏》的編輯。邵以正編有《玄宗內典諸經注》，此書末有其撰於天順四年的後序，其云：

予自受道於先師長春真人以來，每取諸經及先正注釋之言，印證之。言殊理同，若合符節。而今之學者務此者鮮，有慕高虛以為別有至道，而可以駕空凌虛。有不究至道，泥於丹書，以意猜度，燒煉丹砂。或惑於傍蹊曲徑、採取等術，自謂可以登直（應為真）出世。千門萬戶，迷誑後來。殊不知陰陽須採自家真，豈可外吾身而求之他人也。

特取歷代聖師之經，諸老注解之書凡十一卷，總而名曰《玄宗內典諸經注》。敬壽梓以廣其傳於世。……實道德之筌蹄，乃金丹之橐籥。⁶⁹

可見此書編輯乃出於糾正當時內丹修煉風尚中的偏頗現象，意在以道來御術。觀其所選諸經傳如《陰符》、《清靜》、《洞古》、《大通》、《消災》、《定觀》、《胎息》、《心印》、《五廚》等九經，及《入藥鏡》、《青天歌》等注釋，都係內丹家崇重的經傳。可見此書編輯的目的很明確。這表明邵以正仍秉承師授，傳承內丹之學。此外，必須指出的是，此書編輯對後世影響甚大。明代中期之後，道教頗熱衷於編輯內丹經傳，如嘉靖年間涵蟾子編、清虛子續輯《金丹正理大全》，萬曆年間彭好古編大型道書《道言內外秘訣全書》都與邵以正開啟風尚有關。此外邵以正還編有《道德經集解》，今已佚失。據王直《重修三清殿記》，邵以正還曾於英宗天順末資助茅山崇禧萬壽宮重修三清殿。⁷⁰又於宣宗宣德、英宗正統年間，幫助其同門蔣日和興造雲南真慶觀。⁷¹

邵以正仙逝後，其弟子喻道純接掌其在朝中的職位。據成化十二年立石的商輅〈龍泉觀通妙真人祠堂記〉，喻道純其時已擔任掌道教事，並被加封十八字真人號。他出資托雲南沐氏為邵以正在龍泉觀建祠宇。不過，關於他的其它事跡，我們所知甚少。該宗在朝中的傳承一直延至世宗嘉靖朝的李得晟。他在武宗正德年間對白雲觀處順堂加以重修時，仍然繼承先輩傳統對這一宗系傳承進一步予以

確認。他在撰於正德十一年（1516）的《長春殿增塑七真仙範紀略》說：「得晟於正德己巳（1509）拜謁祠下，瞻簷牖脫落，日就傾圮，思繼先志，召匠鳩材，以堅易朽，補缺為完。比昔加壯麗焉。復命匠氏，埏植仙像六軀，通原像為北派七真也。」⁷²這又進一步為全真七子增塑聖像，顯然意在強化其接續全真教傳承的認同。此外我們注意到這次修繕時，他還將包括自己在內的本宗五位宗師的圖像直接繪於十八大師之後。⁷³

李得晟在世宗嘉靖朝享有很高盛譽，這時他已被奉為真人，這是明代道士的高級封號。嘉靖十一年（1532）世宗因儲嗣未立，朝夕戰懼。聽說安徽齊雲山為真武遊歷之地，靈應昭著。於是委派妙應真人李得晟，組建一高道祈嗣團，至齊雲山祈嗣。在這次齊雲山祈嗣活動中，他修建金籙祈恩求嗣繼緒保國大齋七晝夜，修設九天監生醮禮三千六百分位。可見這時李得晟已是當朝道教領袖。⁷⁴據載，其後世宗果然誕育龍嗣。他的年輩高於世宗朝正一派高道邵元節（？—1539）。

白雲觀在明代雖然沒有像朝天宮、神樂觀、靈濟宮、顯靈宮等一樣進入國家宮觀行列，由此承擔國家祭祀事務，就這點看，它的政治地位與元代相比，確實要低。然而我們也注意到它在明代很注重向當地社區民眾滲透，通過與北京地域文化的結合，以拓展自己的生存空間。而這一發展方向的轉變又與其注重內丹修煉的宮觀文化密切相關。我們知道自蒙元初期始，白雲觀（長春宮）作為全真教總部，就十分注重道眾的坐鉢修煉，並在宮觀中形成嚴格的坐鉢制度。明代白雲觀仍然延續這一傳統，這從英宗正統五年（1440）倪正道重修白雲觀時，興建的諸項目中可以看出。這次在重建處順堂以供奉丘長春時，也同時修建了供道眾內修的鉢堂。

所謂坐鉢就是全真教徒集中於宮觀的特定場所例如鉢室、環室、靜室，以修煉內丹。這在元明全真教的宮觀中是道徒宮觀生活的重要組成部份。對於它的妙處，明陸道和的《全真清規》「鉢室賦」說：

原夫坐鉢習定，入室修功。有虛中而洞達，從實處以圓通。會天地於半升鑑內，潛情性於一鉢室中。融玄元之祖氣，鼓浩劫之真風。萬法徹通兮肅清絳闕，諸塵清淨兮皎清靈宮。⁷⁵

關於明代全真教宮觀的坐鉢制度，明陸道和的《全真清規》有載述。從書中的介紹看，坐鉢的時間集中於農曆十月初一至來年正月中旬，前後共計百日。這個時間長度是由內丹修煉程序決定的。全真道士的坐鉢修煉既嚴格又痛苦，稱之為苦修，一點也不過份。坐鉢修煉是在主鉢、副鉢來監督下進行的，違犯規矩要受懲罰：

鉢有動靜，動則許容徐徐運動，靜則不然。如有神昏點頭，搖撼身屈，主鉢先行巡牌，以牌掛在昏者身上，三擊而退。然後輕輕取牌，徐徐起身，巡究他人後犯者替。或鉢未終，鐘未鳴，靜牌未換，無故出入，語話動搖，不依規矩者，並行責罰。⁷⁶

在坐鉢期間，道士的生活完全圍繞靜坐修煉來展開，既不能消遣休閒，也不能互相攀談，甚至幾乎沒有睡眠時間。對此，我們從陸道和開列的日程安排中可以看出：

每日至五更寅時(早上3—5點鐘)，聞開靜板響，各請洗漱，朝真禮聖。卯時早齋，辰時混坐，巳時靜鐘三通，各各靜坐，如法用功。午時赴齋，未時混坐，申時如前入靜，酉時晚參，戌時混坐茶湯，亥時如前入靜，用功如法。子時歌詠，教演詩詞，以敵睡魔。丑時(晚上3—5點)放參，各請隨

意。⁷⁷

我們看這一天的時間安排，只有在晚上 3—5 點兩小時，修煉者可以自由安排。恐怕睡眠只有在這一段進行，其餘大部份時間都在靜坐。那麼修煉者如何能渡過這百日坐鉢苦修，倘若我們不明白修煉者在靜坐時，身心之中產生的內在感覺，當然就根本無法理解。對此明代初期，一位具有精深坐鉢體驗的高道何道全，這樣描述他的坐鉢體驗：

百日內磨煉心中無絲毫塵翳，要節飲食，薄滋味，敵魔戰睡，調息綿綿，精神內守。入希夷域，無何有鄉。若得湛兮若癡，久久自然結就虛無靈胎，可以保養。若養成至寶，方可調神出殼，從近至遠，往來純熟，要住則隨緣，要去則脫殼矣！⁷⁸

可見正是坐鉢者在打坐時獲得的特殊心理體驗，即修煉時產生的內景，才使他們得以戰勝睡魔，完成百日坐鉢修煉。因此從這一角度看，全真教的坐鉢修煉是一樁很有特色的宗教修煉法，它是教徒獲取特殊宗教體驗的重要手段之一。從現有資料看，坐鉢是明代全真教徒最主要的修煉項目，在南北全真教中都很盛行。但大型的、集中的坐鉢活動似乎多在大宮觀中舉行。白雲觀就屬於這種宮觀，它在明代是各地全真道士交流內丹修煉心得的聖地。

明末劉侗、于奕正並非全真道士，他們在《帝京景物略》中記述了每年正月十九日，北京白雲觀慶祝燕九節的盛況：「今都人正月十九，致漿祠下，遊冶紛選，走馬蒲博，謂之燕九節。又曰宴丘。相傳是日，真人必來，或化冠紳，或化遊士冶女，或化乞丐。故羽士十百，結圍松下，冀幸一遇之。」⁷⁹又《白雲觀志》錄明劉郊祖《白雲觀重修碑》亦云：「先是真人（丘處機）於金皇統八年正月十九日降生，至今都城人及期謁款，輻擊肩摩頂。四方羽士亦來聚舍，談葆煉之術

者，無慮以千數。俗謂之燕邱云。」⁸⁰沈德符《萬曆野獲編補遺》則記載在農曆正月十九日，丘處機降誕日，「四方全真道人不期而集者不下數萬，狀貌詭異，衣冠瑰僻，分曹而談出世之業。」數萬全真道士在正月十九日聚集於白雲觀，既是為了慶祝丘祖的誕辰，同時也意在交流修煉心得。這相當於每年定期舉辦的道教修煉研討會。這種現象的出現表明白雲觀在明代仍然是全真道士心目中的聖地。此外，《白雲觀志》還記載明代山東嶗山高道丘玄清，於世宗嘉靖三十七年（1558）至白雲觀坐鉢，大著靈異，並獲贈護國天師號。其後，他開創金山派。

81

在此我們還注意到白雲觀每年正月十九日的燕九節，已經走出全真道門，成為明代北京民眾共同慶祝的節日。這一天不但四方全真道士雲集，而且都中士女也連袂嬉遊，摩肩接踵：「至期，傾城男女如往遊，技巧笙歌，珠玉錦繡，充塞道路，應接不給。備極一時之盛云。」⁸²這真是神人同樂，道俗共慶。它表明白雲觀的修煉文化已滲入明代北京的民俗中，成為社會民眾生活中一部份。甚至直到今天，在北京白雲觀的廟會中仍能發現當年燕九節的痕跡。

二、南方全真教的內丹修煉及其對正一派的滲透

公元 1279 年，元世祖忽必烈成功地對南宋實行軍事征服，從而再次統一中國。伴隨著政治統一，北方全真教也以中部武當山為基地，大規模地向江南地區滲透。在此之前，南宋內丹修煉的風尚，主要由內丹道南宗一系來推動。由於南北二宗都是道教受到自唐中期以後，中國社會興起的內丹修煉的風尚刺激而創建

的新道派，其區別主要在於北方全真教抓住金元易代歷史機遇，成功地在新朝政治體制中找到自己的位置，從而最終脫棄其民間性，完成由民間宗教向體制道教的過渡。相比之下，南宗由於缺乏這種機遇，因而沒有完成這種身份的轉變，始終保持其民間本色。不過由於南北二宗無論在立教宗旨、了證目標，還是在修煉功法方面，都有其相似之處，因而它們之間的融合乃是順理成章之事。

自元代中期之後，內丹道南北二宗在江南地區就已成功合流。其時在南方較為活躍的幾支內丹修煉教團，例如趙友欽、陳致虛一系，李月溪、金志揚一系，徐弘道、丁野鶴一系等均已完成南北合流的歷史進程。自此之後，南宗就正式退出歷史舞台，道教形成全真與正一分立的大格局。

1、元末明初的江西全真教高道

明初南方社會中內丹修煉之風盛行，從道教自身看，各大教派無論是全真教，還是正一派都接受內丹修煉術，承認它是道教最基本的修煉方法之一。⁸³值得注意的是，以正一教為代表的新舊符籙派還將內丹修煉與其行持的各種祈醮法術相結合。當然我們也應看到，盛行於各新符籙中的基本法術雷法，同樣也很盛行，不少全真派高道也兼行雷法。因此在明代，道法的相互融合往往衝破教派之間的藩籬。這是一個大的趨勢。在明初江南地區，最有影響力的全真教團乃是金志揚一系。其自南宋以來的傳承譜系是白玉蟾（1194—1229？）——李月溪（？——？）——金志揚（1276—1336）——張天全、李玄——趙宜真（？—1382）——劉淵然（1351—1432）。這一系自李月溪開始就與北宗合流。據張宇初《峴泉集》載，李月溪雖師事白玉蟾，顯係南宗嫡傳，但他又北遊燕趙齊楚，從全真宗師李志常參學（1193—1256）。⁸⁴此時元朝尚未平宋，可見南北宗的融合步伐早於

政治融合。李月溪的弟子金志揚門徒眾多，是元中後期江南全真道最有影響力的高道。值得特別提及的是他的弟子中，不少在明初都還健在，直接推動其時全真內丹修煉的傳播。這一系傳教的中心區域在江西、福建一帶，其中不少內丹高道都是江西人。並對正一教基地龍虎山呈現強勢滲透之勢。

金志揚這一系傳到元後期趙宜真手上，又經歷第二次南北混融。趙宜真（？—1382），道號原陽子，江西安福人，宋宗室之後。他少曾習舉業，博通經史百家言，後因病棄儒習道。一身兼得全真、清微、清明三派之傳，可算是元末明初道教各大道派大融合的典型體現。單從內丹道的傳承看，《逍遙山萬壽宮志》稱他先師張廣濟得北宗之傳，後又師李玄一，從之學南派之學：

（趙宜真）復師張廣濟得長春丘真人北派之傳，師李玄一得紫清白真人南派之學。⁸⁵

這裏提到的趙宜真師李玄一，證之於他的著作《原陽子法語》應當係事實。但將趙宜真師李玄一放在師張廣濟之後，值得商榷。考《原陽子法語》屢屢提到其師李先生，例如：「宜真亦嘗師太清道士李先生，得之已三十年，鮮有談及者。」⁸⁶。又有題為「記疇昔李尊師授玄一之道」的詩云：「滕王高閣仲秋間，重拜仙翁受大還。」⁸⁷可見這位李先生就是李玄一。又此書還提到他是在早年師從李玄一，並從之修習一種類似功過格的修行功夫。⁸⁸這與上引《逍遙山萬壽宮志》記載不同。又張宇初《峴泉集》「趙原陽傳」，記其師承次序也有問題：「初師郡之有道者曰曾塵外，嗣諸法要。間有缺文，必考述盡詳。復師吉之太宇觀張天全，別號鐵玄，張師龍虎山金野庵，得金液內外丹訣。後復師南昌李玄一，玄一薦之師蒲衣馮先生，馮亦師野庵云。」⁸⁹在此張宇初把李玄一置於最後，這與上引趙宜真自記有別。不過他得內丹道南北宗之傳，當可靠。

此外趙宜真又兼傳淨明、清微道法，並被尊為二派之祖。關於他傳淨明法、清微法，《逍遙山萬壽宮志》稱他：「從真君（許遜）受淨明忠孝道法、清微諸階雷教，間有缺文，悉加參考訂正。」⁹⁰《淨明宗教錄》則載他從曾真人受淨明道法，⁹¹據上引張宇初《峴泉集》「趙原陽傳」之語，當係曾塵外。趙宜真著有《原陽子法語》、《靈寶歸空訣》、《仙傳外科集驗方》等。又《道法會元》卷7收其《祈禱說》及清微雷法序跋數篇。他被尊為淨明道第五代祖師。趙宜真又兼傳清微雷法。⁹²這裏有一個問題：趙宜真既然一身兼三傳，那麼他究竟歸屬全真、淨明，還是清微？對此學術界分歧頗大，我認為這其實是個假問題，因為各道派之間的互相融攝乃是元中後期以後，道教發展的新特點。像元中後期武當山張道貴、張守清，原本係全真道士，但其後也都傳承清微道法。而明初龍虎山以天師為首的正一派高道，也不乏修習內丹道者。因此，趙宜真大可一身兼三任。不過，從這一系在明代傳承看，其歷經劉淵然、邵以正、喻道純、李得晟等。他們都自覺將本系與全真教傳教譜系相接，並在武宗時白雲觀處順堂的重建中體現出來。據此，我認為這一系對全真教歸屬較為強勢。

趙宜真的內丹修煉思想大體上還是北宗以性統命的基調，《真道歸一偈》云：「攝情還性歸一元，元一并忘忘亦去，囊括三界入虛空，粉碎虛空絕倫悟。」⁹³可見還是將修煉的重點放在心性修了證。又其《還丹金液歌敘》也說：

所謂內者，自性法身，本來具足，不假於外，自然之真。其世修之功，則攝情歸性，攝性還元。有為之為，出於無為，無證之證，所以實證。胎圓神化，脫體登真。⁹⁴

這也是秉承全真教祖王重陽「本來真性號金丹」的思路，將內丹修煉落實在心性修煉基礎之上。這表明趙宜真雖兼南北二宗之傳，但更偏好北宗以性統命的

原則。不過與明初北方全真教相較，趙宜真的內丹修煉思想還是有自身特色的。此即他贊成內外丹兼修，不像傳統北宗那樣排斥外丹合煉：

修煉外丹，雖屬有作，得而服，全無所為，不須修習，即形返太無，神歸大定，復還太極混然之初，而與道合真矣。⁹⁵

對外丹神效這麼頌揚，這種思想在元明北方全真教中很少見，但在明初南方卻很盛行。總的來說，明代社會中，外丹合煉之風有抬頭趨勢。

趙宜真一系南方傳承對於明初全真內丹修煉的傳播做出重大貢獻，並且由於其弟子劉淵然在明初的傳道活動，趙宜真顯然在明代全真教傳承中已經另立門戶。劉淵然（1351—1432），號體玄子，江西贛縣人。師承元末明初全真派高道趙宜真，同時兼傳淨明、清微等法，被尊為淨明派第六代嗣師。關於他傳承趙宜真內丹道法之事，陳循《龍泉觀長春真人祠記》載云：

既而又受金火返還大丹之訣，棲神煉氣，玄悟超然。⁹⁶

這種貫通全真、淨明、清微等三宗道法的作法，顯係繼承其師的傳統，此後在這一系傳承中一直維持這一傳統。他於洪武二十六年（1393）奉詔入京，館於朝天宮。據稱深得太祖寵信：「旋蒙賜號高道，命建西山道院於朝天宮居之，日被顧問。」⁹⁷劉淵然在洪武後期曾多次奉命祭祀名山洞府，並主持金籙大醮。不僅如此，他在成祖、仁宗、宣宗等統治時期一直得到重用，甚至於宣宗宣德間先於天師晉封大真人，領天下道教事，是當時道門的實際領袖。此外，他傳承的這一系高道如邵以正、喻道純、李得晟等，在明代以北京白雲觀為基地，長期活躍於明代宮廷中，且一律擁有真人封號，對明代政治產生不小的影響。

2、龍虎山正一派與內丹修煉

儘管龍虎山做為歷代天師的駐蹕之地，一直是道教正一派的大本營。歷史上正一派擅長符籙法術，對內丹煉養不太熱衷。因此，元代以前雖然內丹修煉之風盛行，但正一派除極個別外（例如三十代虛靖天師張繼先），一直未見有以內丹修煉名世的高道。然而自元後期開始，南方就有一些以內丹修煉著稱的全真道士在龍虎山活動，並在正一道中積極傳播內丹修煉法。⁹⁸到明初，這一勢頭愈演愈烈，龍虎山逐漸成了江南地區內丹學傳播的主要基地之一。之所以出現這種現象，乃是因為元政府對南人採取歧視政策，人為形成南北心理隔膜，因而南方地區與中央政府產生離心力。加之蒙元統治者由於秉承與中原王朝不同的政治傳統，對傳統儒家文化也缺乏認同。因而他們在建立政權之後，並沒有像歷史上的中原王朝一樣馬上恢復科舉考試，這就使得多數讀書人找不到進身之階。又由於蒙古土著文化中根深蒂固的薩滿教傳統，使他們對道教更有親近感，因而對之加予扶植。這就在中國歷史上形成罕見的道士社會地位在儒生之上局面。在這種形勢下，許多讀書人都以歸依道門為遁世之策，並以這種方式表達他們對華夏文化的認同。當時由於龍虎山作為道教聖地的盛譽已經確立，於是這批儒生出身的特殊道士都到這裏來棲隱。這其中就有不少是精於內丹修煉的全真高道。

自元中後期始，金志揚一系的全真內丹高道就頻繁出入龍虎山，在正一道士中傳播內丹修煉術。前文業已提到金志揚的老師李月溪既承南宗白玉蟾之傳，又從北宗李志常問學，乃是一位南北宗兼修的內丹高道。因此金志揚的全真身份是毋庸置疑的。考白玉蟾傳教的重要據點之一乃是福建武夷山的止止庵，金志揚在元後期即往來於武夷山、龍虎山之間。關於他的傳記主要有元趙道一《歷世真仙體道通鑑續編》卷五「金蓬頭」、明張宇初《峴泉集》卷四「金野庵傳」，兩相對照，大體相同，只是《峴泉集》略詳。這可能是張宇初採用了趙道一之書。不過

金志揚傳記都存在一處重大錯誤。此即稱金志揚曾參全真宗師李志常，對此趙道一《歷世真仙體道通鑑續編》載云：

（金志揚）遂師全真道士李月溪，月溪乃真常李真人之徒，真常又長春丘真人之高弟也。一見器之，命遊燕趙齊楚，求正乎先德焉，得參事真常李真人。南至袁州……⁹⁹

張宇初《峴泉集》亦記：

金蓬頭永嘉人也，名志陽，號野庵，因蓬首中作一髻，世呼蓬頭。……遂師全真李月溪。月溪，白紫清徒也。一見器之，命遊燕趙齊楚求正焉，及參先德李真常，益有省。行經袁州……¹⁰⁰

兩傳都提到金志揚從李志常參學，這是錯誤的。按金志揚生於元世祖至元十三年、南宋端宗景炎元年即公元 1276，逝於元順帝後至元二年，即公元 1336，而李志常仙逝於蒙古憲宗六年，即公元 1256，也就是說金志揚出生時，李志常已仙逝二十年，兩人根本無從會面。趙道一、張宇初之所以記錯，是因為他們在行文時誤將李月溪參學李志常誤記在金志揚身上。

從傳記看，金志揚當在中年四處參學之後，來到龍虎山。起初應龍虎山先天觀主傅師正之邀，居住於先天觀之蓬萊庵，其後又命徒於山峰之頂築天瑞庵。此後天瑞庵就成為他在龍虎山傳播內丹道法的基地。他在當時追隨者眾多，領導一個規模不小的教團，在龍虎山周圍影響很大：「時四方聞其道者，無遠近，有疾患輒叩之，以所供果服之，無不驗。由是禮者日集。」¹⁰¹又從其招龍行法諸事看，他似乎也兼習雷法。¹⁰²如果這一推測合理，那麼其徒孫趙宜真兼行清微雷法就很有淵源。金志陽後來又返回武夷山，但他在龍虎山天瑞庵的傳承並沒有中斷。其弟子方從義就一直在龍虎山活動。

方從義，字無隅，道號方壺子、金門羽客。江西貴溪人，活躍於元末明初。他與四十二代天師是中表親，因此長期住居江西龍虎山，並曾擔任龍虎山上清宮提點。他不僅精於內丹修持，而且擅長繪畫、博通詩文，畫有《神嶽瓊林圖》、《雲林圖》、《鍾山隱居圖》等，均為鑑賞家所珍視。他是元末明初享有盛譽道士畫家。《江西通志》載云：

方壺子，姓方氏，名無隅，龍虎山人。學仙於金蓬頭，結社於張孟循、盧伯良。其畫冠絕一時，尤精於竹。張宇初稱為壺仙。嘗於高石徐氏畫青山白雲圖。學士虞集題句。¹⁰³

《御定佩文齋書畫譜》將趙孟頫、吳鎮、黃公望、王叔明評為元代四大畫家，而將高彥敬、倪元鎮、方方壺列為品之逸者。¹⁰⁴他與其時江南知名文士如虞集、危素、宋濂等人都有密切來往。關於他的師承，危素在《山庵圖序》中，說他曾師從金志揚：

方方壺者，早棄塵世，深求性命之學。從先生（金志揚）最久。先生既去人世，方壺子稍出而遊觀天下名山，至於京師。曾未旬日，即思南還，與之交遊之素者，爭挽留之。¹⁰⁵

又趙道一《歷世真仙體道通鑑續編》、張宇初《峴泉集》在羅列金志揚諸弟子時，都提到方從義。¹⁰⁶可見他曾從金志揚學習內丹修煉，並於此深有體驗。他與四十二、四十三兩代天師張正常、張宇初均有交往，並曾擔任龍虎山上清宮提點，對內丹道在正一派總部的傳播居功甚大。從張宇初《登方壺真人玄室》詩看，宇初對他的修煉道行大加讚賞：「靈嶽產嘉瑞，遊仙處琳宮。壯志稱卓瑩，神都謁飛龍。論交玉堂士，曠視金馬蹤。翰墨立倍價，還思林外蹤。金仙瀛海姿，龍井巢高峰。秘授足投轄，凝神守環中。崎嶇遍川壑，早謝塵氛蒙。閩越泛秋籟，

雲迷燕岱容。東歸振凋逸，問學時相從。」¹⁰⁷他是宇初的前輩，宇初熱衷內丹道或與他有關。

金志揚一系與龍虎山之間的聯繫在其後繼續得以維持，其再傳弟子趙宜真也在元順帝至正十二年（1352）攜弟子雲遊時，至龍虎山憑弔漢天師遺跡，並在龍虎山宣道。四十二代天師張正常對他很賞識：「時天師冲虛公深嘉禮之，欲留不可。宮之學者，多師焉。」¹⁰⁸可見趙宜真在龍虎山上清宮也有不少追隨者。此外，我們也注意到，趙宜真高徒劉淵然在明永樂初年遇貶時，也曾住居龍虎山。¹⁰⁹而《明史》本傳更明載張宇初曾從劉淵然學道法，其後又因事失和，以致互相攻訐。¹¹⁰根據《峴泉集》記錄的張宇初學道經歷，我們可以判斷，他曾從劉淵然習內丹術。

四十三代天師張宇初是明代少數精通內丹道的天師。他雖然秉承正一祖風，重視符籙法術，但又對內丹修煉評價極高，主張將內丹與符籙結合起來。例如在《授法普說》中，他就表達這種看法：

故參學者必須先究夫玄關妙用，水火真源，歸根復命之妙，則可會萬於一，百慮而一致矣。苟不內明性天道法，心地雷霆，其能靜則金丹，動則霹靂乎？……果能抱元守一，御晉凝神，六識淨消，一真獨露，我即雷霆大法王，當何符咒是訣云乎哉！雖上賓王境，超出萬幻，亦不難矣！其為濟利之功，泥丸葦草皆可寓晉棲神。是故談笑風霆，特吾餘事耳。¹¹¹

這就將內丹修煉置於道法行持的核心位置。照此說法只有內煉有成，才能使外法有靈。當然從道教史來看，這一看法並不是他的首創，宋元時期的新符籙派都有類似說法。但他以天師的身份重申此說，意義就不一樣。對於推動內丹道在道教各派的傳播，無疑有著積極作用。

從《峴泉集》看，張宇初頗精於內丹道的理論。他說：

若夫乾坤坎離，金精木液，火龍水虎，水中之金，火中之木，返還顛倒之砂，鼎爐藥物之論，皆嘗聞其概矣！獨百日立基，十月胎圓，脫胎神化之機，火符下手之功，卒未之決其疑也。¹¹²

看來他是熟悉內丹經書的。又對於內丹道南北二宗，他也發表頗為獨到的評論。認為「張之書多文而隱，王之書皆直而約。張氏之傳必內外合而後成，王氏則修內而已。」¹¹³這頗有點揚北抑南的味道。不過他對南宗諸祖仍然很尊重。¹¹⁴此外，張宇初於內丹道的領略，並非僅限於紙面，而有著深厚的內丹修煉體驗。關於這點，他在《與倪孟冲論火候書》中，稱自己於內丹火候問題，曾參討數十載。期間與南北修士往返參究，終究還是沒有解開疑團。

除張宇初外，龍虎山兼修內丹的高道還有鄧仲修，他也曾師從金志揚練習內丹。鄧仲修，號雲林子，江西臨川人。關於他的傳記，宋濂撰有《鄧煉師神谷碑》、《贈雲林道士鄧君序》。查繼佐《罪惟錄》也載有他的傳記。他於元時入龍虎山上清宮學道：「遇異人仙岩石上，出青囊書，授縱閉陰陽麾斥鬼物之法。又從隱者金志揚傳性命之說，龍虎大丹之秘。」¹¹⁵可見，他是雷法、內丹兼修。這與趙宜真的路數一樣，但他在金志揚一系中的輩份高於趙宜真，由此可見，以內丹兼修雷法在金門中並不始於趙宜真。蓋因當時雷法、內丹均為道門中最流行的兩大修煉法門。他在當時南方道門中聲譽很高，曾提點溫州玄妙觀、杭州龍翔宮等知名宮觀。又龍虎山還有張若霖亦從金志揚、桂心淵煉兼習內丹。據宋濂《大上清正一萬壽宮住持提點張公碑銘》載：張若霖（1305—1372），字修文，號鐵礦子。江西貴溪人，青年時入龍虎山修道，曾師事龍虎山高道周貴德，又從元末著名內丹派高道桂心淵、金志陽問道：「傳其三皇內文、九鼎丹法，所謂延齡住世者，

頗領其幽玄。歸參天道運化。三洞四輔，海嶽洞府，日月星斗諸書，或合或離，類有以取捨之。」¹¹⁶

他龍虎山資望甚高，洪武年間，四十二代天師張正常幾次入京朝覲，張友霖均為輔行。洪武四年（1471），張友霖出任龍虎山核心宮觀大上清正一萬壽宮提點。又鄰近龍虎山的安徽浦陽仙華山，明洪武三年，道士葛道慶於中創建混成道院：「修真之士，采鉛汞而煉黃庭者，於於而來矣！」¹¹⁷看來混成道院也是以內丹修煉為宗旨。

3、蘇、杭地區全真教的清修風尚

關於元明時期江浙地區全真教傳播歷史狀況，吳亞魁在《江南全真道教》中已做了很好復建，這是一部相當成功的有關地域性全真道教研究之作。¹¹⁸本文相關研究就是建立在他的研究工作基礎之上。

元末明初的浙江、江蘇地區也是南方全真教活躍的中心地帶，其中尤以杭州、蘇州兩地區，全真教宮觀較為集中。像杭州的重陽庵、紫陽庵、葆真觀，蘇州的佑聖道院、福濟觀等，在當時江浙一帶都享有盛譽，係全真內丹修煉的中心。其中出現的幾位在元末明初以內丹修持、建觀立庵著稱的全真高道，例如彭通微、倪玄素、郭宗衡等值得我們特別關注。此外江浙地區的全真教與南方其它地區，例如江西龍虎山、湖北武當山全真教的聯繫，也是一個有意思的研究課題，它對於我們把握元末明初南方全真教勢力網絡的分佈及其與北方全真宮觀的關係很有助益。

在展開對元末明初的蘇杭地區全真教研究之前，讓我們先來討論一下明初活躍於京都南京的神秘全真高道冷謙。他在明初與張三丰齊名，其歷史形象也同樣

若隱若現。冷謙是明初制訂國家祭樂的頭號功臣。他於洪武年間曾在太常寺任職，長期擔任太常寺協律郎一職。冷謙，字啟敬，武陵人，一云錢塘人。《明史》載云：「知音，善鼓瑟。以黃冠隱吳山，召為協律郎，令協樂章樂譜，俾樂生習之。取石靈璧以製磬，采桐梓湖州以製琴瑟。乃考正四廟雅樂，命謙校定音律及編鐘、編磬等器，遂定樂舞之制。」¹¹⁹他為明初國家祭祀中樂舞制度的制訂作出重要貢獻。何喬遠《名山藏》說：「高帝初，為協律郎，郊廟樂章，多所撰定。」

120

冷謙的道教師承不明，何喬遠《名山藏》說他曾與張三丰同學於元初高僧劉秉忠，這不可靠。不過他精於道教內丹修煉術，這應當沒有問題。《四庫存目叢書》子部道家類收有一種署名冷謙撰作的《修齡要指》一卷，其內容多述養生調攝之事，是一部質量很高、且具操作性的養生學著述。從書中所述內丹修煉功法看，注重心性修煉，當屬全真派無疑。例如書中「無心得大還」條云：

大還之道，聖道也，無心者，常清常靜也。「人能常清靜，天地悉皆歸。」

何聖道之不可傳，大還之不可得哉！《清靜經》已備言之矣！修真之士，體而行下之，欲造夫清真靈妙之境，若反掌耳。

按全真教自王重陽開教始，即看重《清靜經》。《修齡要指》援引《清靜經》以鋪陳內丹道，正符合全真本色。《四庫存目叢書提要》作者懷疑此書為依託，又沒有擺出甚麼理由、史實，應屬猜測之辭。

重陽庵與紫陽庵是元明時期杭州的兩大全真教著名宮觀。重陽庵位於杭州吳山青衣洞。其作為全真教宮觀的歷史可溯至元大德年間（1297—1307），開創祖師為全真高道冉無為。重陽庵的基本架構由元中期始，經過逐漸擴建，至明末已包括三清閣、玄帝殿、五祖七真堂、雲水鉢堂、龍虎丹室、天醫祠等。又從庵中

保存的，大德年間由三十八代天師廣微子張與材親書，並刻於石壁之上的「青衣洞天吳山福地十方大重陽庵」十五字看，重陽庵在作為江南核心地區的杭州有著十分重要地位。¹²¹對此，我們從太祖洪武二十四年清整道教之後，重陽庵兼併附近全真庵觀十一所一事中，更可確證。考《明太祖實錄》，洪武二十四年（1391），太祖敕諭清理釋道二教：

今之學佛者，曰禪，曰講，曰瑜珈，學道者曰正一，曰全真。皆不循本俗，污教敗行，為害甚大。自今天下僧道，凡各府州縣，寺觀甚多，但存其寬大可容眾者一所，並而居之。毋雜處於外，與民相混。¹²²

關於這清理道教敕令執行的情況，正史沒有記載。我們從道教方面的記錄看，其執行是有行動的。《太嶽太和山志》載明初龍虎山高道邵慶芳之行事有：「洪武二十四年，以道行薦於朝，奉命差往廣東清理道教。」¹²³據此，這次清理道教仍係由各地挑選道士來執行。至於有關清理結果，《重陽庵集》載杭州情形云：「國初歸併全真庵觀十有一，悉統之茲山。率徒祝釐，必資人望。」¹²⁴這一方面說明這次清整政令至少在道教中是有效貫徹的，另一方面也表明重陽庵在杭州全真教宮觀的核心地位。重陽庵在明代一直傳承不絕，對此周鼎《重陽庵記》有很好記載。吳亞魁也指出由冉無為至梅志暹等，有一條脈絡大致清晰的傳承鏈結，即冉無為—劉碧虛—江鐵庵—楊古岩—孫守素—鍾本清—何志遠—梅志暹—駱仲仁—潘崇正—沈月川……—陳曰可……。一直可以追溯至明萬曆年間，前後計近三百年。¹²⁵

從重陽庵的傳教宗風看，此宗在明代仍秉持全真教清淨修持的傳統風尚。明萬曆年間所撰的《吳山重陽庵天醫行宮記》描述說：「吳山重陽庵，十方大叢林也，不宮觀之額以榮，而庵以自名，何邪？其教以全真為宗，習靜是尚。雖宏麗

其殿廡，鏗鉤其鼓鐘，而一龕一鉢之安，不改其開山創始者之本心也。」¹²⁶這說明一直到明代後期，重陽庵秉守著全真教自創教始奠定的清淨修持風尚。從我們前文對北方明代全真教傳教宗風的論述看，二者是相同的。此外，從重陽庵的宗系傳承看，至少到楊古岩時，就已滲入金志揚一系的傳承，因為楊古岩正是出於金志揚一派。¹²⁷又另一件值得注意的事是，自梅志暹始，該宗亦兼習雷法。又楊古岩另一名弟子倪玄素也兼習雷法。其說見後。而梅志暹即活躍於明英宗統治時。將此事與前述金志揚一系鄧仲修、趙宜真、劉淵然、邵以正兼傳清微雷法，可見金志揚一系後學在修習內丹之餘，多兼習雷法。

明代杭州另一處有著深厚歷史淵源的全真名觀是紫陽庵。其位於杭州瑞石山，自然景觀奇偉：「紫陽奇偉卓絕之觀，甲於東南，兼有江山之勝。」¹²⁸不過，與重陽庵不同，紫陽庵在元代中期的開創者徐弘道，卻係一名南宗高道。只是到其弟子，活躍於元延祐年間的丁野鶴時，才公開打起全真教的招牌。明馮夢禎《史方伯重修紫陽庵記》云：

野鶴所證，蓋得北真之道者，而紫陽則張平叔別號，又南真也。南真修行神俱妙之術，北真兼契虛無。其歸雖同，入處稍別。豈有師南而徒北也。

129

文中馮夢禎對此表示不理解，其實這正是元中後期江南道教南宗大規模改宗全真的一個例證。只不過時易境遷，明代人已不容易理解。此外，從紫陽庵於明永樂年間重修列仙堂的神位佈局看，也是南北宗祖師同處一堂：

永樂間重修列仙堂於台上，中設老君，旁列十子，左右環坐南宗北派聖像。¹³⁰

這說明南北宗之交融已經固化於宮觀規制。因為紫陽庵列仙台在永樂年間係

重修，我們不知其前的神靈配置，我推測當係沿襲，也就是南宗北派聖像同處一堂早在元代就是如此。此外，從《紫陽庵集》所收明代諸記分析，紫陽庵在明代除短暫衰落外，一直代代相傳，其清淨修行的全真宗風亦未改變。

關於明初蘇州全真教傳播狀況，我們不能不提及高道倪玄素及其創建的蘇州佑聖道院。倪玄素，號無德，師承金志揚一系的全真高道楊古岩。明李翊《續吳郡志》載云：

倪玄素，號無德，其先杭州人也。脫俗人衣，從楊古岩老仙，習全真家風。深明知心見性之理，坐環煉丹之要。古岩之學，出金蓬頭之派也。至前元至正間，避苗寇亂，與同學桂心淵隨師至吳下，於府城西白蓮涇畔，立棲止之所。住逾年。師化去後，於洪武年間，買地建佑聖道院，即今之南濠九天閣玄武殿。創造一新，以奉香火。於是守全真教，學正一宗，往來武當山中，遇至人教以禹步飛岡之法，五雷金晶之書，修煉不怠。¹³¹

據李翊文中所記，倪玄素師承金志揚一系全真高道楊古岩，以坐環內煉見長。這說明全真教傳統的清淨修煉風尚，在金志揚一系全真後學中仍得以維持。不過文中提到他與同學桂心淵在元至正間（1341—1368），隨師至吳下。這條記載有誤，按桂心淵與金志揚同輩，且兩人並無師承關係，據元楊維禎《東維子文集》之〈改危素先生碑〉，他逝於元至正元年，地點是江西廬山（1341）。¹³²此時不可能與倪玄素至蘇州。此外，從文中提到倪玄素往來於蘇州、武當山之間看，當時蘇州全真道與武當道教聯繫較緊。又從他在武當山遇至人兼習雷法看，他與同輩同門的趙宜真經歷相似。這說明以內丹道兼習雷法乃系金志揚一系的特點。趙宜真絕非個案，因此我們不能據此否定趙宜真、倪玄素的全真歸屬。¹³³

除佑聖道院外，蘇州還有一所著名的全真教宮觀福濟觀，係由劉淵然門徒郭

宗衡創建。由該觀殿宇規制及崇奉神靈看，其歸屬全真教應無可懷疑：「(福濟觀)中建元天之殿為祝釐所，旁作二翌宇，一祠純陽及南五祖、北七真，一祠長春諸師。」¹³⁴這裏值得注意的是福濟觀中已為長春(即劉淵然)專建祠宇，且接續南五祖、北七真法脈。這與該系其它宮觀如雲南龍泉觀的長春祠宇，及上述在白雲觀李得晟將劉淵然繪於全真十八大師之後做法如出一轍。這充分證明兩點：其一劉淵然一系在明代已單獨成派，其二這一派的全真歸屬應無可疑。

元末明初在南方還有一位全真派高道頗為活躍，此人即彭通微(1307—1395)。號素雲先生。關於他的求道、弘法活動，吳亞魁《江南全真道教》述之甚詳。¹³⁵由於他晚年傳道的中心地區是松江一帶，因此明崇禎《松江府志》述其生平行事甚詳。他是河南汝陽人，少年時從本地紫潭長生庵全真道士劉月淵出家。其後又四處遊歷訪道。元順帝至正四年(1344)，彭通微朝禮武當山，師從紫霄宮全真高道太和真人張守清：「悉以煉氣棲神秘旨授之。」¹³⁶其後他又四處遊歷參訪，其遊歷地區主要陝西終南山、福建武夷山、江西龍虎山。我們知道：這在元末明初都是全真教勢力分佈集中的地區。他於順帝至正十三年(1353)，抵達松江，以後就一直在此傳道授徒。彭素雲仙逝於太祖洪武二十八年(1395)，在當時即享有盛譽。據《元明事類鈔》載，洪武二十八年太祖曾遣使詔見，不幸地是當使者抵達其住居的細林山崇真道院時，他已解化：「彭素雲母夢一黃冠，食以大桃，而有娠。及長，得煉氣棲神之術。明祖召之，值其羽化。啟龕視之，正坐不倚，長爪繞身。相傳其爪甲隨風而化，變為金蛇，兒童捕置器中，或倏不見。」¹³⁷他在松江創建兩座道院即真聖堂與崇真道院。

從彭通微學道、訪道、弘道的歷程看，元末明初位於中原腹地的河南，全真教徒也頗為活躍。此外陝西終南山、湖北武當山、江西龍虎山及蘇杭一帶都是當

時全真教徒分佈較集中地區。其時全真教徒由於業已體制化的遊方參訪的需要，上述地區已成為教徒參訪掛單的重點。這樣通過這種方式，元末明初全真教實際已組成一張宮觀網絡，全真道士於其間來往穿梭，遊方參訪，以展開其修道生活。

結論

以上我們以內丹修煉為主線，以宮觀存在狀況及高道活動為鋪陳，對明初（1368—1434）六十六年南北全真教的存在狀況、傳教宗風進行研究。通過研究我們發現明初全真教雖然喪失其在元代的政治地位，但仍然以內丹修煉、傳播為中心在社會中廣泛活動。由於在內丹修煉中，教徒必須經歷雲遊訪道、坐鉢一節，因此在全真道各宮觀之間存在著密切聯繫。在明初，西北全真教以祖庭陝西重陽宮為中心的教區仍然有著中心地位，許多全真教高道都曾有過住居重陽宮坐鉢修煉的經歷。就中重陽宮與武當山全真教的關係尤為密切，正是逐過武當山這一全真教中部重鎮的中介，重陽宮將其觸鬚延伸至各地。至於北方全真教中心白雲觀，在明初由於宦官的支持也得到很好的修繕，且係北方全真教徒交流內丹修煉心得的中心。南方全真教也像北方一樣注重坐環清修，其活動的重點區域主要在江蘇、浙江、江西、福建一帶，其傳佈中心則集中於武夷山、龍虎山、蘇州、杭州。就中最具影響的全真宗系乃是經過元代南北宗交融之後的金志揚一系，其在明初的代表為趙宜真、劉淵然。該派傳承的特點乃是以內丹道為基礎，兼傳清微雷法。此外，該派對正一派中心龍虎山的滲透，值得我們重視。

¹任繼愈主編《中國道教史》第四編「明清道教」說：「明清兩代（1368—1911）五百多年，是道教從停滯走向衰落的階段。在內部，教團的腐化，在外部，理學的強力排斥，民間宗教的爭奪地盤，失去統治者崇奉扶植等多種因素，促使道教漸趨衰落，大體上與整個封建社會的衰落同步。」任繼愈主編《中國道教史》第 579 頁，上海人民出版社 1990 年 6 月。

²柳存仁說：「然而在整個中國思想史中，道教的勢力之大，道教空氣瀰漫籠罩於上下各階層、各方面，卻沒有比這三百年更濃厚，更盛的了。」〈明儒與道教〉，載《和風堂文集》卷中，上海古籍出版社 1991。

³關於明代道教的研究，中文著述中除分別由任繼愈、卿希泰主編的兩種《中國道教史》中相關章節外，屬於斷代研究的作品還有：莊宏誼《明代道教正一派》，台北：台灣學生書局 1986。陳兵〈明代全真道〉，《世界宗教研究》1992 年第 1 期。王志忠《明清全真教論稿》，成都：巴蜀書社 2000。唐大潮《明清之際道教「三教合一」思想論》，北京：宗教文化出版社 2000。吳亞魁《江南全真道教》，香港：中華書局 2006。有關道教與明代政治的論題，學者們主要關注明代皇帝與道教的關係、明代的道教管理制度等。圍繞此近年來發表的中文作品有：楊啟樵〈明代諸帝之崇尚方術及其影響〉，載《明清史抉奧》，香港：廣角境出版社 1984 年。羅卡〈明太祖與道教〉，《宗教學研究》1988 年第 1 期。楊立志〈明成祖與武當道教〉，《江漢論壇》1990 年第 12 期。曾召南〈明代前中期諸帝崇道淺析〉，《四川大學學報》1991 年第 4 期；〈試論明寧獻王朱權的道教思想〉，《宗教學研究》1998 年第 4 期。石衍豐〈明世宗崇信的道士邵元節與陶仲文〉，《世界宗教研究》1992 年第 2 期；〈明世宗崇尚道教之特點〉，《宗教學研究》1995 年第 1—2 期。李建軍〈明世宗與道教〉，《雲南師範大學學報》（哲社版）1992 年第 5 期。陳寶良〈嘉靖皇帝與道教〉，《北方論叢》1992 年第 3 期；〈明太祖與儒佛道三教〉，《福建論壇》1993 年第 5 期。暴洪昌〈明代對僧道的管理〉，《北方論叢》，1986 年第 5 期。趙亮〈明代道教管理制度〉，《世界宗教研究》1990 年第 3 期。陳連營〈試論明初洪武年間對佛道二教的整頓和管理〉，《史學月刊》1991 年第 3 期。唐怡

〈明代道教管理制度芻議〉，《宗教與世界》1997年第2期。趙軼峰《明代國家宗教管理制度與政策研究》，北京：中國社會科學出版社2008。此外，有關道教對明代精英階層思想的影響，柳存仁先生曾撰有〈明儒與道教〉、〈王陽明與道教〉、〈王陽明與佛道二教〉等論文，載《和風堂文集》，上海：上海古籍出版社1991，可算是這一領域的拓荒之作，值得我們重視。

⁴〔日〕桑田利亞《明代全真道與坐鉢》；〔法〕高萬桑〈全真道的環堵考〉，《全真弘道集》第126-156，〔香港〕青松出版社2004年7月版；張廣保《金元全真教史新研究》第五章〈金元全真教的修煉生活〉，〔香港〕青松出版社2008年12月版。

⁵〈高尚處士修真記〉，陳垣《道家金石略》，文物出版社1988年，第1007頁。

⁶陳銘珪《長春道教源流》卷七，載《藏外道書》第31冊，第119頁。

⁷陳銘珪《長春道教源流》卷七。同卷中，他還引明王世貞《遊白雲觀記》：「全真之教遍天下，蓋與元相終始，明興而其道始小屈，以劉淵然之見崇，不能盡復其盛也。」（《藏外道書》第31冊，第128頁）

⁸張廣保《明代的幾座國家宮觀與國家祭典》，待刊。

⁹朱元璋曾就全真與正一的社會作用，評論二派之優劣說：「朕觀釋道之教，各有二徒，僧有禪有教，道有正一有全真。禪與全真務以修身養性，獨為自己而已。教與正一專以超脫，特為孝子慈親之設。益人倫，厚風俗。其功大矣哉！」朱元璋《御制玄教立成齋醮儀文序》。按此評論未必公允，因為全真教早在元代就兼主齋醮科儀，並曾多次為元廷主持國家祭典。

¹⁰明成化十一年周鼎撰《重陽庵記》即稱全真教為清修道教，其文云：「（重陽宮）國朝洪武二十四年，清修道教立為全真叢林。」《重陽庵集》，載《藏外道書》第20冊，第416頁。

¹¹張廣保《金元全真教史新研究》第一章〈祖庭與堂下——全真教各宗系的整合〉，〔香港〕青松出版社2008年12月版。

¹²《陝西通志》，卷二十八，同卷又云：「重陽萬壽宮在蔡家莊，創自萬曆元年。」按此記重陽宮創自萬曆元年（1573），有誤，當係重修。《四庫全書》本，《關中勝跡圖志》卷七亦記：「重陽宮，《通志》在藍屋縣東六十里祖庵鎮，元劉祖謙碑記：師姓王，名，字知明，重陽其號，咸陽人。金正隆間遇至人於甘河，後於南時村掘地為隧，封高數尺，居三年，復自實之。遂遷於劉蔣村成道。時門人建殿，號祖師庵。……內有趙孟俯書《敕藏御服碑》。」

¹³陳垣《道家金石略》，文物出版社1988年6月版，第745頁。

¹⁴明《石墨鐫華》卷七：「余自髫年耽古法書，沈右丞箕仲又謂余集帖，數經臨摹，其丰神無復存者，獨漢唐古碑為可重耳。余心是其言。而胃足一隅，以不能博收為恨。今五十矣中壽，余將就木焉！其於腐肉朽骨何有？且余最喜山水，探奇攬勝，又以不得同志為恨。戊午夏四月，作石墨鐫華，示王甥允濂。允濂曰：丈人於近道古碑，恐有遺者。寧可令歐陽修、趙明誠諸君見乎。因歷數所見數種，余謝不敏，要允濂，欲與偕出從九嶷而東遊城南……允濂又請曰：丈人居近南山，如重陽宮、宗聖觀、仙遊寺，據勝地，宜多古碑，盍先一觀乎！余領之。翌日，乘二小馬，搨工與二僕負楮墨，從由南時村成道宮，成道謂王重陽，重陽名，成道於此。有仙遺《海棠花記》。記所留海棠『活死人墓』字，出趙秉文書。又《道行》諸碑皆不足觀。南出得小徑，望重陽宮，樓閣出樹杪，旭日初升，溪水與林光相射。不覺灑然。至觀，諸碑林立，唯趙承旨所書《敕藏御服》、《孫德或道行》二碑可錄。李道謙書《教祖碑》，王元美所稱精勁有法者，暨姚燧書《重陽仙跡碑》次之。蒙古字碑甚多，多不能識。……余為一詩已，呼道士出所藏御服，製以宮段，正秋香色，針工精密，可左右衽，元服也。此服賜孫德或者，碑載甚明。」

¹⁵王忠信編《樓觀台道教碑石》第163頁，三秦出版社1995。

¹⁶嘉靖十四年刻《重修三原志》卷六。

¹⁷王崗〈明代王侯與道教關係探究：以蘭州和昆明為例〉，黎志添主編《道教研究與中國宗教文化》，〔香港〕中華書局2003。

¹⁸《重陽立教十五論》，《正統道藏》第32冊，三家本。

¹⁹《全真清規》，《正統道藏》第32冊，三家本。

²⁰從蒙元時期尹志平所撰《北遊錄》看，早在蒙元時期全真教就已形成掛單參遊宮觀制。

²¹《太嶽太和山志》卷5。

²²《太嶽太和山志》卷6。

²³《太嶽太和山志》卷7。

²⁴《太嶽太和山志》卷6。

²⁵《太嶽太和山志》卷7。

²⁶《太嶽太和山志》卷7。

- ²⁷《太嶽太和山志》卷7。
- ²⁸《太祖實錄》卷225，洪武二十六年二月庚寅。
- ²⁹《太嶽太和山志》卷2。
- ³⁰《太嶽太和山志》卷7。
- ³¹明趙廷瑞修、嘉靖二十一年刻《陝西通志》卷36：「孫碧雲，其先馮翊人，世本儒業，年十三，入華山修道。洪武初，遇張真仙，授以道術。至洪武甲戌（1394），太祖皇帝因夢有征，賜以衲衣、禦膳、珍果之物。未幾壬辰（1412），成祖文皇帝屢賜敕賚，授以道錄司道錄，號玄虛子（應為虛玄子之誤）。」
- ³²《重修鄠縣志》卷9。
- ³³《陝西通志》卷36
- ³⁴《太嶽太和山志》卷2
- ³⁵《太嶽太和山志》卷2
- ³⁶《太嶽太和山志》卷7。
- ³⁷《太嶽太和山志》卷7稱丘玄清：「平昔公餘，《黃庭》、《道德》不輟於口，閑則凝神坐忘。」
- ³⁸《陝西通志》卷97。
- ³⁹《隨機應化錄》靈通子序云：「賈道玄者，何君之門人也，序。」《道藏》第24冊，三家本。
- ⁴⁰何喬遠《名山藏》列傳五，方外記「張君寶」。
- ⁴¹何喬遠《名山藏》列傳五，方外記「張君寶」。
- ⁴²《隨機應化錄》卷下，《道藏》第24冊，三家本
- ⁴³《隨機應化錄》卷上：「當月十五日，全真道人董孤雲、王夷山、何懶雲三人，赴丹陽萬壽宮作主鉢。」將這一記載與陸道和《全真清規》記載相證，可知陸道和記載的明代全真教坐鉢制度是可靠的。《道藏》第24冊，三家本
- ⁴⁴王道淵《還真集》卷下，《道藏》第24冊，三家本。
- ⁴⁵嘉靖十四年刻《重修三原志》卷13。
- ⁴⁶《明太祖實錄》卷145載：「（洪武十五年五月）丁丑，遣行人賚敕諭天下郡縣訪求經明行修之士，年七十以下，三十以上。有司以幣聘之。」
- ⁴⁷嘉靖十四年刻《重修三原志》卷13。
- ⁴⁸劉健《三原縣龍陽宮創建玉皇閣記》，嘉靖十四年刻《重修三原志》卷13。
- ⁴⁹乾隆《韓城縣志》卷3。
- ⁵⁰張廣保〈蒙元時期全真教大宗師的傳承〉，《金元全真教史新研究》，〔香港〕青松出版社2008年12月版。
- ⁵¹陳銘珪《長春道教源流》卷六。
- ⁵²小柳司氣太《白雲觀志》卷4，《藏外道書》第20冊。
- ⁵³朱《金天觀記銘》，《隴右金石錄》，卷6。
- ⁵⁴劉迅在《護城保國：十九世紀中葉清剿太平軍時期的南陽玄妙觀》一文中說：「1371、1439，玄妙觀經歷兩次大修，唐定王不僅為修復工程捐助善款，而且還在山門上題寫了『玄妙觀』匾額。」香港青松觀60周年國際學術研討會論文。
- ⁵⁵朱《金天觀記銘》，《隴右金石錄》，卷6。
- ⁵⁶《太嶽太和山志》卷7
- ⁵⁷胡澄《白雲觀重修記》，小柳司氣太《白雲觀志》卷4，《藏外道書》第20冊。
- ⁵⁸同上。
- ⁵⁹同上。
- ⁶⁰同上。
- ⁶¹許彬《賜經之碑》，小柳司氣太《白雲觀志》卷4，《藏外道書》第20冊。
- ⁶²陳循〈龍泉觀長春真人祠記〉，陳垣《道家金石略》，文物出版社1988年6月版，第1260頁。
- ⁶³同上。
- ⁶⁴陳循〈龍泉觀長春真人祠記〉：「真人既沒，以正歷遷演法正一，賜號守玄冲靖高士，誥命領道教事。」陳垣《道家金石略》，文物出版社1988年6月版，第1260頁。
- ⁶⁵商輅〈龍泉觀通妙真人祠堂記〉，陳垣《道家金石略》，文物出版社1988年6月版，第1266頁。
- ⁶⁶小柳司氣太《白雲觀志》卷一，《中國道觀志叢刊》第1冊，江蘇古籍出版社2000。
- ⁶⁷商輅〈龍泉觀通妙真人祠堂記〉，陳垣《道家金石略》，文物出版社1988年6月版，第1266頁。
- ⁶⁸周思得（1359—1451），字養真，號素庵野人，神霄派高道。深受成祖寵信，宣德十年獲賜「履

和養素崇教弘道高士」，管道錄司事，兼朝天宮、大德觀任持，二品。他於英宗正統十年退職，其徒周道寧、周道玉任道錄司至靈，梅道基、王道弘任玄義。據周思得《和道錄正一吳大節韻一首》，吳大節早於思得任正一之職。

⁶⁹《玄宗內典諸經注》，《藏外道書》第7冊。

⁷⁰陳垣《道家金石略》，文物出版社1988年6月版，第1260頁。按據明楊一清〈大茅峰聖祐觀記〉，邵以正在茅山也有傳承，茅山聖祐萬壽宮住持湯知愚就曾師事邵以正，從他受清微秘法。可見邵以正仍然秉承劉淵然傳教風格，內丹與清微雷法雙修。《道家金石略》，文物出版社1988年6月版，第1271頁。

⁷¹周敘《重建真慶觀記》、金問《真慶觀興造記》，陳垣《道家金石略》，文物出版社1988年6月版，第1253、1257頁。

⁷²小柳司氣太《白雲觀志》卷一，《中國道觀志叢刊》第1冊，江蘇古籍出版社2000。

⁷³李得晟《長春殿增塑七真仙範紀略》：「若夫原陽趙真人，學北派金丹之傳者，及門弟子受業也劉真人，封號相類，異世同符也。至如通妙邵真人、普毅杜真人，下及得晟，濫廁妙應真人，皆嗣派雲孫，蒙其餘澤者也，繪形於群師之後。」應注意這位普毅杜真人當係他的老師，與俞道純同屬一輩，而俞道純則被取代。

⁷⁴《齊雲山志》卷1。

⁷⁵陸道和《全真清規》，《道藏》第32冊，三家本。

⁷⁶陸道和《全真清規》，《道藏》第32冊，三家本。

⁷⁷陸道和《全真清規》，《道藏》第32冊，三家本。

⁷⁸何道全《隨機應化錄》卷上，《道藏》第24冊，三家本。

⁷⁹明劉侗、于奕正《帝京景物略》卷3，北京古籍出版社1980。

⁸⁰小柳司氣太《白雲觀志》卷4，《中國道觀志叢刊》第1冊，江蘇古籍出版社2000。

⁸¹小柳司氣太《白雲觀志》：「丘玄清，號海嶽山人，青州府壽光縣人。明世宗嘉靖三十七年（1558）蒙命至白雲觀坐鉢堂，大著靈異。玄清本龍門派四代孫，後別立法派，名金山派，因在澇山修真，亦曰澇山派。」《白雲觀志》卷3，《中國道觀志叢刊》第1冊，江蘇古籍出版社2000。

⁸²明沈榜《宛署雜記》卷19，北京古籍出版社1980。

⁸³例如四十三代天師張宇初在《道門十規》中，認為正一派科教也可以用性命之學來統括：「近世以禪為性宗，道為命宗，全真為性命雙修，正一則唯習科教。孰知學道之本，非性命二事而何？雖科教之設，亦惟性命之學而已。」《道藏》第32冊，三家本。

⁸⁴張宇初《峴泉集》卷4，《道藏》第33冊，三家本。

⁸⁵《逍遙山萬壽宮志》卷5，《藏外道書》第20冊。

⁸⁶趙宜真《原陽子法語》卷上，《道藏》第24冊，三家本。

⁸⁷同上。

⁸⁸趙宜真《原陽子法語》卷下「日記題辭」：「吾少從李尊師問道，首蒙授以日記一帙，令每日但有舉意發言，接人應事，皆書於帙中。其不書者即不可為，既為之，不問得失，必當書之。合於理則為合天心。」《道藏》第24冊，三家本。

⁸⁹張宇初《峴泉集》卷4，《道藏》第33冊，三家本。

⁹⁰《逍遙山萬壽宮志》卷5，按此記趙宜真傳淨明道法，缺乏證據支持，不知《逍遙山萬壽宮志》依據何種材料，待考。《藏外道書》第20冊。

⁹¹《淨明宗教錄》卷7。

⁹²《歷世真仙體道通鑑續編》卷5「黃雷淵」，《道藏》第5冊，三家本。

⁹³趙宜真《原陽子法語》卷上，《道藏》第24冊，三家本。

⁹⁴同上。

⁹⁵同上。

⁹⁶〈龍泉觀長春真人祠記〉，陳垣《道家金石略》第1261頁。

⁹⁷〈龍泉觀長春真人祠記〉，陳垣《道家金石略》第1261頁。

⁹⁸據《龍虎山志》記載，較早進入龍虎山傳播內丹道的全真道士，係元李珣，字雙玉，他從北宋德方得金丹道。道將成，乃入龍虎山。元代趙友欽、陳致虛即傳承其所傳內丹道法。《龍虎山志》卷7，《藏外道書》第19冊。

⁹⁹趙道一《歷世真仙體道通鑑續編》卷5。

¹⁰⁰張宇初《峴泉集》卷4，《道藏》第33冊，三家本。

¹⁰¹張宇初《峴泉集》卷4，《道藏》第33冊，三家本。

¹⁰²「嘗天旱，叩龍井，召龍出語，龍出聽諭，時漸小，躍入袖中，乃警以偈，龍騰奮入水，未頃，天雨。」張宇初《峴泉集》卷4，《道藏》第33冊，三家本。

¹⁰³《江西通志》卷160，四庫本

¹⁰⁴《禦定佩文齋書畫譜》卷18

¹⁰⁵危素《說學齋稿》卷2

¹⁰⁶趙道一《歷世真仙體道通鑑續編》卷5：「所受弟子則勞養素、郭處常、李西來、張天全、殷破衲、方方壺，皆以道聞於世。」張宇初所記略同。又《龍虎山志》卷7記方從義亦雲：「出家於混成院，學仙於金蓬頭。」，《藏外道書》第19冊。

¹⁰⁷張宇初《峴泉集》卷9，《道藏》第33冊，三家本

¹⁰⁸張宇初《峴泉集》卷4，《道藏》第33冊，三家本

¹⁰⁹陳循《龍泉觀長春真人祠記》，陳垣《道家金石略》第1261

¹¹⁰《明史》卷299，列傳187

¹¹¹張宇初《峴泉集》卷7，《道藏》第33冊，三家本。

¹¹²張宇初《峴泉集》卷4，《道藏》第33冊，三家本。

¹¹³〈丹纂要序〉載《峴泉集》卷2，《道藏》第33冊，三家本。

¹¹⁴〈還真集序〉：「若宋之張紫陽、石杏林、陳泥丸、白紫清、李玉溪、李清庵，皆一時傑出，凡其辭旨亦不下伯陽，而互有深造默會者焉。」〈丹纂要序〉載《峴泉集》卷2，《道藏》第33冊，三家本。

¹¹⁵查繼佐《罪惟錄》卷26。

¹¹⁶宋濂〈大上清正一萬壽宮住持提點張公碑銘〉，《宋文憲集》卷11。

¹¹⁷宋濂〈混成道院記〉，陳垣《道家金石略》第1235。

¹¹⁸吳亞魁《江南全真道教》，〔香港〕中華書局2006。

¹¹⁹《明史》卷61《樂一》

¹²⁰何喬遠《名山藏》列傳五「方外記」

¹²¹參見《重陽庵集》，《藏外道書》第20冊

¹²²《太祖實錄》卷184，又見《明史》卷74《職官志三·僧、道錄司》。

¹²³《太嶽太和山志》卷7。

¹²⁴周鼎《重陽庵記》，《重陽庵集》，《藏外道書》第20冊。

¹²⁵吳亞魁《江南全真道教》第93頁，〔香港〕中華書局2006。

¹²⁶《重陽庵集》，《藏外道書》第20冊。

¹²⁷明李翊《續吳郡志》：「古岩之學，出金蓬頭之派也。」

¹²⁸明聶大年〈重創紫陽道院記〉，《紫陽庵集》，《藏外道書》第20冊。

¹²⁹《紫陽庵集》，《藏外道書》第20冊。

¹³⁰范涑〈紫陽庵碑記〉，《紫陽庵集》，《藏外道書》第20冊。

¹³¹明李翊《續吳郡志》「倪玄素」，《中國方志叢書》本。

¹³²元楊維禎《東維子文集》卷24。

¹³³按：施舟人教授「*Master Chao I-chen (?-1382) and Ching-wei School of Taoism*」一文，系學界較早研究趙宜真的重要論文。然而施教授似過於強調趙宜真宗系傳承中的清微因素，而忽視其全真歸屬。In Akizuki Kanei' ed, *Dokyo to Shukyo Bunko*, Tokyo: Shuppansha, 1987.

¹³⁴徐有貞〈重建福濟觀碑〉，陳垣《道家金石略》第1254。

¹³⁵吳亞魁《江南全真道教》第179-181頁，〔香港〕中華書局2006。

¹³⁶崇禎《松江府志》卷45。

¹³⁷《元明事類鈔》，卷28。