

# 〈警世〉一詩的版本、來源、文脈 與內丹密義\*

慈 明 修\*\*

## 提 要

〈警世〉堪稱最受文學界歡迎的道教詩之一，曾為崇禎本《金瓶梅》、《容與堂本水滸傳》和《西游補》等明代小說所引用，然而學術界對於該詩的作者和成文年代仍無定論，對於它匿藏於晦澀且鮮為人知的內丹隱語裏的本旨，更是缺乏具體認識。因此，本文先著眼於目前所知〈警世〉詩最早的版本——王元暉

---

本文 109.08.15 收稿，110.01.21 審查通過。

\* 本文原為謝聰輝教授「道教文化專題研究」課堂報告，已宣讀於「臺大中文系第 51 期《中國文學研究》暨第 41 屆論文發表會」（臺北：國立臺灣大學中文系，2020 年 11 月 6 日）。得益於謝聰輝、林永勝兩位先生的指導，以及論文討論人李忠達先生、編委會和匿名審查者的寶貴意見，謹致誌謝。另感謝臺大中文系碩士班同學陳有宜與陳占揚兩位協助潤飾行文語句。

\*\* 國立臺灣大學中文系碩士班四年級。

DOI:10.29419/SICL.202107\_(52).0005

《太上老君說常清靜經註》記載之內容——從而思考該詩出自宋代女詩人兼道士曹文逸之手的可能。接著，本文試圖進一步逐字逐句地解析〈警世〉的內丹密語，加以證實在其淺層的色情雙關語之下，實潛藏著深刻的丹道修煉口訣。

**關鍵詞：**〈警世〉、內丹、曹文逸、呂洞賓、二八佳人、道教文學

# **An Analysis of the Poem “A Warning to the Worldly”:**

## **Its Editions, Authorship, Intertextual Relationships, and Hidden Daoist Internal Alchemy Meaning**

Mattias Swenson Daly (Tz’u Ming-hsiu)\*

### Abstract

The poem “A Warning to the Worldly” (“*Jing Shi*”), which appears in the Chongwen-era *Jin Ping Mei*, the *Rongyu Hall Edition of the Water Margin (Rongyutang Ben Shuihu Zhuan)*, *Supplement to the Journey of the West (Xiyoubu)*, and other Ming dynasty writings, is arguably one of Daoism’s most widely enjoyed poems. Despite its popularity, this poem’s authorship and date of first publication remain unclear, and moreover its fundamental meaning remains shrouded behind the obscure, coded, and little-understood language of Daoist internal alchemy. In order to trace this poem’s origins, this paper focuses on its earliest extant version, which is contained in Wang Yuanhui’s *Annotated Classic of Eternal Clarity and Tranquility Spoken by Taishang Laojun (Taishang Laojun Shuo Chang Qingjing Jing Zhu)* and introduces the possibility of the poem having been authored by the Song dynasty poet and

---

\* M.A. student, Graduate Institute of Chinese Literature, National Taiwan University.

---

Daoist priestess Cao Wenyi (1040-1115). Subsequently, this paper embarks upon a character-by-character exegesis of the internal alchemy instructions hidden in “A Warning to the Worldly,” demonstrating that its author employed triple entendres to hide an alchemical formula behind the poem’s sexual wordplay.

**Keywords:** “A Warning to the Worldly” (“*Jing Shi*”); Internal alchemy; Cao Wenyi; Lü Dongbin; Daoist poetry; *Jin Ping Mei*

# 〈警世〉一詩的版本、來源、文脈 與內丹密義

慈 明 修

## 一、前言

由於〈警世〉出現在明代小說《金瓶梅》崇禎（1628-1644）本（亦稱《新刻繡像批評金瓶梅》）第一回〈西門慶熱結十弟兄·武二郎冷遇親哥嫂〉的開端，且被《容與堂本水滸傳》引用，也見於《全唐詩》，因此它很可能是最廣為人知的道教修煉歌訣。《金瓶梅》、《全唐詩》與《萬曆續道藏》收錄的《呂祖志》皆以為〈警世〉為八仙之一的呂洞賓（生卒年不詳）所作，如《金瓶梅》便說：

又詩曰：二八佳人體似酥，腰間仗劍斬愚夫。雖然不見人頭落，暗裡教君骨髓枯。這一首詩，是昔年大唐國時，一個修真煉性的英雄，入聖超凡的豪傑，到後來位居紫府，名列仙班，率領上八洞群仙，救拔四部洲

沉苦一位仙長，姓呂名岩，道號純陽子祖師所作。單道世上人，營營逐逐，急急巴巴，跳不出七情六慾關頭，打不破酒色財氣圈子。<sup>1</sup>

《金瓶梅》的作者沒有詳細地分析〈警世〉的象徵，但他明顯把它理解為一首勸人節制色欲的作品。這種詮釋為《增訂注釋全唐詩》所沿用，在其對〈警世〉唯一的注腳中，該書說明「二八佳人」乃「指十六歲正當妙齡的美女。」<sup>2</sup> 而張滌華編的《全唐詩大辭典》及張忠綱所編《全唐詩大辭典》也均持此說。在「二八」條目中，前者有注：「十六歲。謂青春少女，多指女子。」<sup>3</sup> 後者的說法則為：「十六歲。多借指青春少女。」<sup>4</sup>

明白「二八佳人」即是指青少年及美女後，略有基本中醫理論的讀者，便能輕易看懂〈警世〉詩最後三句的意旨。它的主旨彷彿在於末句「骨髓枯」所暗指的結局，乃一個男人因為房事過度而導致腎虧。《黃帝內經·素問》第一章〈上古天真論〉如下說明精與腎臟的關係：「腎者主水，受五藏六府之精而藏之」。同一篇亦論及房事過度的問題：「今世之人……以妄為常，醉以入房，以欲竭其精」。<sup>5</sup> 中醫還認為腎精與骨髓有密不可分的關係，因此《素問》的〈陰陽應象大論〉曰：「腎生骨髓」；<sup>6</sup> 〈脈要精微論〉也云：「骨者，髓之府」。<sup>7</sup> 〈警世〉第二句的「腰間仗劍」也與中醫有關。〈脈要精微論〉云：「腰者，腎之府」。<sup>8</sup> 在〈警世〉流行的時期，腰和腎兩個字在醫籍和道書裏面早已開始合為統一的概念，乃「腰

<sup>1</sup> 明·笑笑生著，齊煙、汝梅校：《新刻繡像批評金瓶梅》（香港：三聯書店，1990年），第1回，頁1。萬曆年間的《金瓶梅詞話》未收入〈警世〉一詩，也不介紹呂岩。

<sup>2</sup> 陳貽焮編：《增訂注釋全唐詩》（北京：文化藝術出版社，2001年），頁806。

<sup>3</sup> 張滌華編：《全唐詩大辭典》（太原：山西人民出版社，1992年），頁206。

<sup>4</sup> 張忠綱編：《全唐詩大辭典》（北京：語文出版社，2000年），頁580。

<sup>5</sup> 戰國·佚名著，清·張志聰集註：《黃帝內經素問靈樞合編》（重慶：善成堂，1903年），第1冊，頁5a。

<sup>6</sup> 同前註，頁10a。

<sup>7</sup> 同前註，頁14a。

<sup>8</sup> 同前註。

腎」。譬如，南宋醫家許叔微（1079-1154）在《類證普濟本事方》說：「白朮湯……治腰腎虛弱全不飲食」。<sup>9</sup> 就金元中醫四大家而言，劉完素（約 1100-1180）與張從正（1156-1228）皆引用了佚書《藥證病原》的「腰腎虛冷日增重」一句，<sup>10</sup> 而且朱震亨（1281-1358）另外有論：「腰者，腎之外候，一身所恃，以轉移闔闢者也。蓋諸經皆貫於腎而絡於腰脊，腎氣一虛，凡衝寒受濕、傷冷蓄熱、血澀氣滯、水積墮傷，與失志作勞，種種腰疼，疊見而層出矣。」<sup>11</sup> 道經不乏「腰腎」一詞。唐宋的修煉指南《太玄寶典》載：「凡自下丹田起，則升氣圍運之足心，發火交臍下，次動中丹田則守一定神，修到上丹田則般下玉精，以嚙華池，真精入心。如此行之，則耳目萬倍光明。下通腰腎，神火上升，故三宮有黃明之氣，謂之黃道」；<sup>12</sup> 而元代道士李道純（生卒年不詳）亦有介紹「摩腰腎」的功法。<sup>13</sup> 要言之，腰、腎、髓、精液與房事緊密的連結乃是古代中醫與養生的常識，而這常識則正是破解〈警世〉的關鍵。

以中醫臟象學說為基礎的詮釋方式好像完全可以令讀者通達〈警世〉的睿旨，再而令讀者得到一種滿足了好奇心的感覺。只不過，當讀者以為已經通曉了〈警世〉的堂奧，殊不知山外有山，詩外有詩。唯有熟讀丹道書籍的人才會知道，從「二八」到「骨髓枯」，〈警世〉充滿了內丹術，而且提示了「河車轉運」有關的內煉事項。本文要說明的是，〈警世〉追根究底是一首傳授內丹「防危」要領的

<sup>9</sup> 宋·許叔微：《類證普濟本事方》（臺北：臺灣商務印書館，1974年），第1冊，卷2，頁5b。

<sup>10</sup> 金·劉完素：《三消論》（北京：中國中醫藥出版社，2006年），頁274；金·張從正：《儒門事親》（北京：線裝書局，2006年），頁741。

<sup>11</sup> 元·朱震亨著，魯兆麟主校，彭建中點校：《丹溪心法》（瀋陽：遼寧科學技術出版社，1997年），頁82。

<sup>12</sup> 佚名：《太玄寶典》，收入《正統道藏》（臺北：新文豐出版公司，1985-1988年），第38冊，頁590。（本文注脚中提的《正統道藏》與《萬曆續道藏》皆為新文豐1985-1988年版）。

<sup>13</sup> 元·李道純撰，元·蔡志頤編：《中和集》，收入《道藏》第7冊，頁203。

秘訣。為了達到這個目標，下文會大量涉獵宋朝到清朝的內丹詩文，以便逐字逐句地揭發〈警世〉的密義。

在分析〈警世〉所隱含的意義之前，本文欲先討論〈警世〉的版本與出處，同時說明該詩與宋代女詩人兼道士曹文逸（1040-1115）的關係。接著，本文將詳細介紹丹道的象徵系統及其相關詞彙，以證實〈警世〉對於內丹的表達方式並不是獨一無二的新創，而是反映著一套從唐宋到明清一直傳承下來的道教切口。筆者希望，本文的撰寫除了能豐富學術界對該詩的認識，還能引起更多研究者對於散落在中國文學中內丹暗語的興趣，使這些文獻可以得到更全面的討論。

## 二、版本、作家與成文年代

〈警世〉的成文時間及其作者向來難以確定。孫越在其 2019 年的論文〈《金瓶梅》所引〈警世〉詩真偽考〉認為〈警世〉首出於萬曆年間（1572-1620）的《容與堂本水滸傳》。<sup>14</sup> 此說顯然不能成立，因為發行於正統十年（1445 年）的《道藏》早已有此詩。明朝第四十三代天師張宇初（1359-1410）、第四十四代天師張宇清（1362-1427）和邵以正（約 1368-1463）編纂的《正統道藏》收錄了《太上老君說常清靜經註》，即元代道人王元暉（生卒年不詳）對白玉蟾（1134-1229）校正的《清靜經》版本之注疏。據筆者所知，該書方是現存最早載有〈警世〉的文獻。該版本的特殊不僅是它的年份，更在於它還帶著一個作者名字，而且包含著均為後世之版本所刪除的內丹術語：

<sup>14</sup> 孫越：〈《金瓶梅》所引〈警世〉詩真偽考〉，《浙江師範大學學報》第 34 卷第 5 期（2019 年 5 月），頁 12。



二八佳人體似酥，腰間仗劍斬愚夫。分明不見人頭落，暗裏教賢骨髓枯。<sup>15</sup>

王元暉的〈警世〉與上文已經介紹的《金瓶梅》版本有兩大差異。第一，在後人寫「雖然」之處，王氏寫的卻是「分明」。因此，不但第三與第四句的邏輯結構不同於後世版本，上述所引詩文還保留了特別的修煉意涵（本文下節會討論「分明」一詞在內丹詩文中的用處）。第二，王元暉引用此詩之前另有四個字：「曹先生云」。<sup>16</sup> 也就是說，王元暉忍為〈警世〉並非呂洞賓所寫，而是出自一位姓曹的人之手。

王元暉在《太上老君說常清靜經註》總共三次引用了曹先生的文字。筆者認為王元暉寫在〈警世〉前的「曹先生」，與另外二次稱引的「曹先生」應是同一人。餘二次有「此物何曾有定位，隨時變化因心意，在體感熱即為汗，在鼻感風即為涕，在腎感情即為精，在眼感悲即為淚。縱橫流轉炁血中，到頭不出於神炁虛」與「混合為一復忘一，可與元化同出沒。透金貫石不為難，坐脫立亡猶倏忽」。<sup>17</sup> 這兩句皆摘自《道藏》在《群仙要語纂集》中所收錄的〈文逸曹仙姑大道歌〉，即著名北宋末女道士曹文逸所作的歌訣，一稱〈靈源大道歌〉。<sup>18</sup>

雖〈大道歌〉並不是〈警世〉的來源，可是筆者認為我們應該認真思考王元暉的看法。這位曹先生並非道教史的邊緣人物，而是一位馳譽當世的道士和詩人。曹文逸生於寶元三年（1040年），卒於政和五年（1115年），初名希蘊，諱

<sup>15</sup> 宋·白玉蟾正誤，元·王元暉註：《太上老君說常清靜經註》，收入《道藏》第28冊，頁798。

<sup>16</sup> 同前註。

<sup>17</sup> 第一句：同前註，頁802。第二句：因新文豐版《道藏》錯簡唐五代·杜光庭的《太上老君說常清靜經註》而缺之（請對照同上，頁801與826）。中文出版社與藝文印書館版本的《道藏》亦然。請參見：宋·白玉蟾正誤，元·王元暉註：《太上老君說常清靜經註》，收入《正統道藏》（北京：文物出版社、上海：上海書店、天津：天津古籍出版社，1988年），第17冊，頁171。

<sup>18</sup> 宋·曹文逸：〈文逸曹仙姑大道歌〉，收入元·董澐醇編：《群仙要語纂集》，收入《道藏》，第54冊，頁707。

道冲，字冲之，宋徽宗（1082-1135）敕封之為清虛文逸大師、道真仁靖先生，道教信徒稱之曹仙姑。<sup>19</sup> 曹氏的著作頗多，大略分兩類，一類是道經的注疏，另一類是詩詞。就注疏而言，她所編的《皇帝陰符經集解》尚存。<sup>20</sup> 她的《老子注》已佚，但彭耜（生卒年不詳）所編的《道德真經集注》卻引用此書多達一百五十次。<sup>21</sup> 宋代道人曾慥（生卒年不詳）編的《道樞》在〈修真指玄篇〉中也引用了曹文逸的注文，《道藏》亦收錄之。<sup>22</sup> 最後，《通志》的〈藝文略〉記載曹真人曾為《西昇經》作了兩卷的注釋，但此書已佚。<sup>23</sup>

曹文逸既是極有道行的修行人，又是馳譽文壇的詩人。她不僅被宋徽宗詔令入庭，而且蘇軾（1036-1101）曾為她的詩作寫下題跋：「近世有婦人曹希蘊者，頗能詩，雖格韻不高，然時有巧語。嘗作〈墨竹〉詩云：『記得小軒岑寂夜，月移疏影上東墻』，此語甚工。」<sup>24</sup> 《全宋詞》收錄了她的兩首詞，<sup>25</sup> 而且《全宋詩》收錄其三首七言詩。<sup>26</sup> 按照《宋史》的記載，《曹希蘊歌詩後集》二卷曾經流傳於世，但今世不傳。<sup>27</sup> 此外，《南嶽總勝集》收有她的一首七言修煉詩。<sup>28</sup>

<sup>19</sup> 明·李濂輯：《汴京遺蹟志》，收入王雲五編：《四庫全書珍本十集》（臺北：臺灣商務出版社，1980年），第2冊，卷11，頁23、20、16。

<sup>20</sup> 宋·曹文逸編：《黃帝陰符經集解》，收入《道藏》第4冊，頁17。

<sup>21</sup> 宋·彭耜編：《道德真經集注》，收入《道藏》第21冊，頁767。彭耜在第770頁介紹曹氏而曰：「道真人靜先生曹道冲，字希蘊，女道士。世號曹仙姑。賜號清虛文逸大師、道真仁靜先生。」王元暉於《太上老君說常清靜經註》稱曹氏為「先生」反映著當時由徽宗賜號而來的成規。

<sup>22</sup> 宋·曾慥集：《道樞》，收入《道藏》第35冊，頁334。

<sup>23</sup> 宋·鄭樵著，明·陳宗夔校：〈藝文略〉，《通志略》（臺北：臺灣中華書局，1965年），第4冊，頁12b。

<sup>24</sup> 宋·蘇軾：《東坡題跋》（臺北：臺灣商務印書館，1965年），頁49。

<sup>25</sup> 唐圭璋編：《全宋詞》（臺北：明倫出版社，1970年），第2冊，頁700。

<sup>26</sup> 傅璇琮編：《全宋詩》（北京：北京大學出版社，1992年），第7冊，頁4721。

<sup>27</sup> 元·脫脫編：《宋史·藝文志》（臺北：臺灣商務印書館，1966年），頁147。

<sup>28</sup> 宋·陳田夫：《南嶽總勝集》，收入《道藏》第18冊，頁561。

最後，清代的《羅浮山志會編》收錄其〈贈羅浮道士鄒葆光歌〉。<sup>29</sup>

筆者認為王元暉說〈警世〉出自曹道沖之筆不無可信。如上的記載足以證明曹仙姑曾經是文道雙修的名人，既會注釋道經又愛填詞作詩。在王元暉寫《太上老君說常清靜經註》的時代，無論在玄門還是文壇，曹氏尚有一定的知名度。還有，〈靈源大道歌〉、《南嶽總勝集》中的詩與〈贈羅浮道士鄒葆光歌〉均表明曹仙姑精通內丹理論與術語。也就是說，她完全有能力作〈警世〉，而且此詩或許曾經在出現在《宋史》記載的《曹希蘊歌詩後集》（或無蹤影的《前集》）裏面。

《太上老君說常清靜經註》在正統年間即收入《道藏》，而到了萬曆年間，《道藏》才將〈警世〉與呂洞賓連在一起的文獻。五代天師張國祥（？-1611）主編的《萬曆續道藏》所收錄的《呂祖志》有〈平康妓館〉之典故，內容如下：

平康妓館，一夜有男子過，被諸妓牽扯。男子連聲嗷叫殺人，夜巡捉數妓，並男子赴官。根虎妓說並不曾殺人，押下男子實供，因自稱為呂仙，寫詩二首，其一云：「二八佳人體似酥，腰間仗劍殺愚夫。雖然不取人頭落，暗裏能教骨髓枯。」其二云：「六幅紅裙卓地棚，就中險設陷人坑。王侯宰相渾遭陷，留得先生獨自醒。」詩成，回顧不見，乃知是為呂祖也。<sup>30</sup>

值得一提的是，〈警世〉只有在〈平康妓館〉與以下的詩歌一同出現。

萬曆朝的《容與堂本水滸傳》或許是〈警世〉首次見於在小說創作中，可是《水滸傳》的作者並沒有提供詩人的姓名。<sup>31</sup>《容與堂本水滸傳》的〈警世〉同

<sup>29</sup> 清·宋廣業編：《羅浮山志會編》（海南：海南出版社，2001年），頁251。

<sup>30</sup> 明·佚名：《呂祖志》，收入《萬曆續道藏》第60冊，頁542。

<sup>31</sup> 明·施耐庵、羅貫中著，凌賡、恆鶴、刁寧校點：《容與堂本水滸傳》（上海：中華書局、上海古籍社出版，1988年），第44回，頁655。換言之，《新刻繡像批評金瓶梅》是第一本將〈警世〉歸呂岩的小說。

《呂祖志》的版本一樣將「分明」改為「雖然」：

二八佳人體似酥，腰間仗劍斬愚夫。雖然不見人頭落，暗裡教君骨髓枯。<sup>32</sup>

《全唐詩》的〈警世〉版本頗近《水滸傳》，唯差一個「凡」字而已：

二八佳人體似酥，腰間仗劍斬凡夫。雖然不見人頭落，暗裏教君骨髓枯。<sup>33</sup>

另外，《全唐詩》沒有收錄〈平康妓館〉的第二首詩，而且其〈警世〉的第三與第四句和〈平康妓館〉的版本有所不同。由此觀之，雖然《全唐詩》所收呂岩詩多摘自《呂祖志》，但其中的〈警世〉詩卻來自其他文學創作，而非引自《道藏》。鑒於《全唐詩》的編者沒有按照《道藏》抄錄〈警世〉，王元暉所指出的「曹先生云」似乎便更具參考價值。

明代又另有兩個〈警世〉版本流傳。其一載於周臣（生卒年不詳）所編的《厚生訓纂》。此詩沒有署名，但顯然與〈警世〉同出一格：「二八嬌娥體似酥，笑中懸劍斬愚夫。雖然不見頭顱落，暗使精神即漸枯。」<sup>34</sup> 周臣所刊的詩與上面幾個版本大有出入，而且失去了大部分潛藏其中的內丹象徵。周氏憑記憶而寫，或有意修改，或是抄錄了已遭竄改的版本，而無論真相為何，這一版本都確實不是〈警世〉的原貌，因為《厚生訓纂》的〈引〉謂此書已在嘉靖己酉年（1549年）之後。<sup>35</sup> 另外，明末清初文學家董說（1620-1686）在其《西游補》也有近似〈警世〉的詩，曰：「二八佳人體似酥，呼吸精華天地枯。腰間插把飛蛟劍，

<sup>32</sup> 同前註，頁 655。

<sup>33</sup> 清·彭定求編：《全唐詩》（北京：中華書局，2003年），第 24 冊，頁 9702。據考察，〈警世〉的標題亦來自此集。

<sup>34</sup> 明·周臣輯：《新刻厚生訓纂》，收入明·胡文煥編：《壽養叢書》（北京：書目文獻出版社，1988年），頁 201。

<sup>35</sup> 同前註，頁 181。

單斬青青美丈夫。」<sup>36</sup> 雖然《西游補》的詩是董說為了符合小說情節而改寫的〈警世〉，但是它和周臣的詩可以證明這首詩在明朝流傳甚廣。

### 三、雙層象徵：外為醫，內為丹

儘管〈警世〉的作者和成文時間仍有討論空間，但筆者可以確定的是，該詩所使用的暗語實可見於無數宋元以來的道書，顯然該詩的作者必定精通內丹理論。正因如此，若想深入剖析這首詩謎，我們自然得旁通其他同類的內丹歌訣。

〈警世〉的最大成就，乃是在一套有完整邏輯關係的象徵裏面，又再嵌鑲了另一套同樣有嚴謹邏輯關係的象徵。換言之，在表層的傳統醫學概念之下，該詩還隱藏著深層的內丹密旨。所有出現在〈警世〉裏面的代號，在其他宋元明清的內丹詩文都可輕易見到，而它們的寫法與〈警世〉基本沒有差別。由於上文對〈警世〉的醫學意義已略有說明，加之本文所針對的問題在於內丹而不在中醫，因此不再細說腎、骨髓、精與房事的關係。為了闡明〈警世〉的丹道暗語，筆者將採取逐字逐句解讀的方式來詮釋該詩，以期揭露其隱藏的意蘊。

#### (一)「二八」

作為丹道術語的「二八」最早出自東漢魏伯陽（生卒年不詳）著的《參同契》。在〈龍虎兩弦章〉魏氏曰：

上弦兌數八，下弦艮亦八。兩弦合其精，乾坤體乃成。二八應一斤，易

<sup>36</sup> 明·董若雨（說）著，劉半農校：《西游補》（上海：北新書局，1929年），第15回，頁248。

道正不傾。<sup>37</sup>

這段文字和很多丹道文獻一樣，彷彿是無從揣摩的天書，可實際上它所代表的意義十分簡單。在《參同契直指箋注》中，清代道士劉一明（1734-1821）嘗詮釋魏伯陽的原意說：

魂魄相拘，陰中有陽，如坎，如月上弦之金八兩；陽中有陰，如離，如月下弦之水半斤。剛柔俱歸中正，金水相停，水火相濟，真性真情，兩弦之氣，合而為一，復於乾剛坤柔，易簡良知良能之本體，與天為徒，與地為配，金丹凝結，命基永固。<sup>38</sup>

雖然《參同契》也許不能列為內丹之書，但內丹家卻一直在用它的象徵來做內煉的符號。劉一明對魏伯陽原文的理解是：一個月之中有八天的「上弦月」和八天的「下弦月」。兩個弦月猶如兩塊半月；兩個八天之久的半月合而為一個滿月，猶如兩個八兩合而為一斤。滿月與一斤皆象徵一種「全」，而這種「全」在內丹裏面，就是從身體裏面的元精（以坎卦中之陽爻代之）上移到人的神靈之中以便「點心」（此時，坎卦之陽爻會取代離卦之陰爻；這樣離卦就變成一個「全」的乾卦，三爻皆陽）。兩個弦月合二為一個滿月，或兩個八兩合二為一全斤，是內丹修煉必經的關卡，因此該象徵被歷代的內丹詩文所因襲。比如，北宋張伯端（987-1082）的巨作《悟真篇》屢次出現該術語，其中一個例子曰：「月才天際半輪明，早有龍吟虎嘯聲。便好用功修二八，一時辰內管丹成」。<sup>39</sup> 如此的例子

<sup>37</sup> 東漢·魏伯陽著，宋·朱熹註，宋·黃瑞節附錄：《周易參同契》，收入《道藏》第34冊，頁244。

<sup>38</sup> 清·劉一明：《參同契直指箋注》，收入《道書十二種》（北京：中國中醫藥出版社，1990年），頁314。

<sup>39</sup> 宋·張伯端著，宋·薛道光、陸墅註，元·陳致虛註：《紫陽真人悟真篇三註》，收入《道藏》第4冊，頁403。

相當多見，在以下的論述中亦會經常出現。

## (二)「佳人」

為理解「佳人」在丹道歌訣中的含義，首先必須瞭解內丹詩文的文字遊戲傳統。此外，也要認識一個非常關鍵的概念：「飲刀圭」。

內丹家對文字遊戲的癖好，經常表現在呂洞賓的典故裏面。這些典故的架構都很接近：呂洞賓首先假扮一個凡人並與某某有緣人打交道；當他告別時，呂洞賓就會用不同的綽號來自稱，並留下一首詩（上引《呂祖志》中的〈平康妓館〉即類似的例子）。等到那位游方的奇人已經失蹤了，典故中的凡夫俗子們方會慢慢明瞭，剛才離開的奇人原來是混入群中的呂岩。呂祖所用的稱號，往往可以透過拆字遊戲而變成一個「呂」字，比方有「昌虛中」、「無心昌老」、「無上宮主」、「回道士」等等。<sup>40</sup>

這種文字遊戲不但出現在呂洞賓相關的作品裏面。金代的王重陽（1113-1170）在其詩詞裏面也有相似的例子，譬如屢次出現「真慈」一詞。在《重陽全真集》〈修行〉一詩的開頭，王重陽寫了：

這箇修行總不知，元來只是認真慈。赤衣上士遊山水，烏帽先生入火池。<sup>41</sup>

只要讀者懂得拆字，就可以用該詩的第二句來解開「真慈」之謎。首先，在陰陽五行象徵系統裏面，「赤」代表火而「烏」代表水；火是「炎上」之物，而水則是「潤下」的，故它們的常態即火處上而水處下。那麼，在一個「慈」字裏面，下面有屬於五行火的「心」是很好理解的。可是，部分讀者可能會忽略，「慈」

<sup>40</sup> 「無心昌」見於佚名：《繪圖七真傳二十九回》（出版年、地、社皆不詳），頁 3a。其他典故來自：清·劉體恕輯：《呂洞賓全集》（北京：華夏出版社，2009 年），頁 25-30。

<sup>41</sup> 金·王喆：《重陽全真集》，收入《道藏》第 43 冊，頁 420。

字的上半部分是一個「茲」字，而「茲」乃兩個並列的「玄」，或者說「玄之又玄」。衆所周知，「玄之又玄」出自《道德經》的第一章，可是少為人知的是此成語在內丹學別有密義。唐代的《太上混元真錄》有一句：「玄之又玄，謂左右腎也」。<sup>42</sup> 這個說法與五行學說有關。關於「玄」字，《說文解字》云：「黑而有赤色者為玄」。<sup>43</sup> 黑色相應五行水，腎臟亦然，故「茲」或「玄之又玄」就能代表兩個腎臟。王重陽所寫的「赤衣上士遊山水，烏帽先生入火池」呼應著「認真慈」。赤衣上士代表的是五行火，烏帽先生即五行水。在人身中，心屬火而腎屬水，所以當「慈」字裏面屬於火的「心」字下移，而屬水的「茲」篡火的本位，修士就得到了內丹學所追求的「顛倒」，相當於《易經》中「水火既濟」的卦象。明白了這一點後，王重陽所謂「這箇修行總不知，元來只是認真慈」的窗紙便自然點破了。

內丹的字謎傳統至清代仍沒有淡化。為戲「丹」字，清代或清前的養真子（生卒年不詳）在其《養真集》中有曰：「日月交光，陰陽和氣，自然而成，故丹之為字象日月。」<sup>44</sup> 此說法不是養真子獨有的。清朝傅金銓（19世紀）的《道海津梁》亦有道：「丹之為字，日頭月腳，中一點為黍米。一畫乃得一也。漢以前謂之道，漢以後謂之丹。丹之義，至深切也。合乾坤，運日月，採烏兔之真精，成水火之妙用，一闔一閉，往來不窮。」<sup>45</sup> 誠然，該論述多半會令訓詁學者不禁莞爾，但不容否認的是，玩文字的習氣在內丹裏面根深蒂固。甚至可以說，如果不帶著文字遊戲的意識閱讀丹經，學者很有可能因此忽略一部分「言外之

<sup>42</sup> 宋·佚名：《太上混元真錄》，收入《道藏》第32冊，頁628。

<sup>43</sup> 東漢·許慎撰，清·段玉裁注：《說文解字注》（臺北：天工書局，1987年），頁159。

<sup>44</sup> 清·養真子著，王士端注：《養真集》，收入清·彭定求輯：《道藏輯要》（成都：巴蜀書社，1992年），鸞集，第9冊，頁49a。（本文所參考收錄《道藏輯要》的書籍皆來自巴蜀書社版本）。

<sup>45</sup> 清·傅金銓：《道海津梁》，收入胡道靜、陳耀庭、林萬清編：《藏外道書》（成都：巴蜀書社，1994年），第11冊，頁372。



意」。

因此，關於〈警世〉一詩，筆者主張其中的「佳人」也同樣反映著這類以拆字為基礎的文字遊戲。也就是說，筆者認為在〈警世〉及其同類的內丹詩文中，「佳」可以作為「圭」的詩性代號。為了理解這一點，首先需要把「圭」字拆開來看，因為它的丹道意涵本來便藏在一種字謎中。明代的伍沖虛（1574-？）在《天仙正理直論》論之曰：

離心中之神曰己土，坎腎中之炁曰戊土，上下二土成圭字，戊己合一者稱刀圭。以喻神炁合一者，亦稱刀圭。然刀圭由得二土合煉而成，又必先知採取二土之時，方能成二土之圭，不知採時，必不成二土之圭也。<sup>46</sup>

伍沖虛之所以如是說，是因為丹道的象徵系統混合了五行與八卦。換言之，丹家皆以八卦的「坎」與「離」來相應五行的「水」和「火」。但他們又反過來以五行的「土」來代表坎與離各在三爻裏有的中爻，因為五行土的位置即「中」。故「圭」字在內丹學意味著坎與離兩卦的兩個中爻。這兩個「中」不外乎上文討論「真慈」時所提的「赤衣上士」和「烏帽先生」。

丹道所講究的「圭」，最常在「飲刀圭」一詞裏面出現。譬如，張伯端在《悟真篇》曰：「敲竹喚龜吞玉芝，鼓琴招鳳飲刀圭。近來透體金光現，不與凡人話此規。」<sup>47</sup> 更早，唐朝的崔希範（生卒年不詳）在《入藥鏡》也有寫「飲刀圭，窺天巧，辨朔望，知昏曉。」<sup>48</sup> 崔氏的原文恐怕太窳邃了，但元代道人王玠（生卒年不詳）在《崔公入藥鏡註解》對「飲刀圭」有如下的注解：

飲者，宴也。刀者，水中金也。圭者，戊己真土也。言作丹採藥之時，

<sup>46</sup> 明·伍沖虛：《天仙正理直論》，收入《道藏輯要》，畢集，第4冊，頁26a。

<sup>47</sup> 宋·張伯端著，宋·薛道光、陸墅註，元·陳致虛註：《紫陽真人悟真篇三註》，頁421。

<sup>48</sup> 唐·崔希範著，元·王玠註：《崔公入藥鏡註解》，收入《道藏》第4冊，頁233。

必採水中之金，金不得自昇，必假戊土化火，逼逐金行，度上泥丸。金至此化為真液，如瓊漿甘露，一滴落于黃庭，宴之味之，津液甘美。故曰飲刀圭也。<sup>49</sup>

王玠的解釋亦離不開坎離二卦。也就是說，他所講的「水」並非具象的水液，而是外有兩陰爻內有一陽爻的坎卦。因此，「水中金」亦非具象的金屬，而是坎卦中間的陽爻。此爻所代表是人體的元精，王玠亦稱之「藥」。王玠認為，「採藥」的意思是煉元精為元氣並令之「昇」，以便「度上泥丸」。<sup>50</sup> 就可能發生的修煉體徵而言，藏於人體軀幹下方的「水中之金」到達了頭顱之後，就會令口腔產生具異常美香的唾液。吞之入腹為「飲」，故全過程可以叫「飲刀圭」。<sup>51</sup>

需要強調的是，雖然「飲刀圭」是指內丹修煉的一個步驟，但它的每一個字都有獨特的意義。南宋的李簡易（生卒年不詳）在其《玉谿子丹經指要》的〈飲刀圭〉寫了：「甯真人曰：『大藥不離真戊己，仙家故曰一刀圭。』刀者金之喻。圭者二土之喻。飲刀圭者，流戊就己也。」<sup>52</sup> 按照李簡易的解釋，「圭」字意味著深藏於修煉者身與心（即坎與離）中的元精與元神（即兩卦的中爻）被激發了，

<sup>49</sup> 同前註，頁 234。

<sup>50</sup> 泥丸即大腦深處，元神之府。因為元神是虛無的，所以內丹以離卦之中陰爻來象之。原因在於，那個陰爻中斷的地方象徵著「虛無」。

<sup>51</sup> 《說文》解釋「圭」為「瑞玉也。上圓下方」（請見東漢·許慎撰，清·段玉裁注：《說文解字注》，頁 693），但是內丹詩文的「圭」字不能按照它的本義來解。另外，「刀圭」一詞在古代既指一種量藥的器具，也可以做藥的量詞。如《太平廣記·裴航》有一句「昨有神仙遺靈丹一刀圭，但須玉杵臼，搗之百日，方可就吞」（請參宋·李昉編：《太平廣記》，臺北：臺灣中華書局，1961年，頁 314）。此詞與內丹顯然有關，但筆者懷疑它的原意與上述的五行、八卦意象無關。還有，連王玠所取的號也與此文字遊戲有關。《說文》解「玠」為「大圭也」（見東漢·許慎撰，清·段玉裁注：《說文解字注》，頁 12）。另外，有讀者提醒王玠描繪的過程不完全符合其他丹家的理解。拙見，各家的說法的確莫衷一是，而且「飲」、「吞」、「採」等字雖然可以用來描繪功法中的動作或體徵，但其要害在於卦象。簡言之，「飲刀圭」主要意味著坎中之陽爻被離卦所「吞」。此理在下段有得到展示。

<sup>52</sup> 宋·李簡易纂：《玉谿子丹經指要》，收入《道藏》第 7 冊，頁 71。

但尚未交合。「刀」字專指坎卦中的中爻，乃元精。在內丹學裏面，「戊」與「己」是坎與離之中央的別稱，所以上文「流戊就己」的其意思是坎卦中爻所代表的元精因為化為元氣而離開了坎卦，再而升入離卦以便與它中央所代表的元神相互交融。作為動詞的「飲」字是指精氣由坎歸離的過程，屬於兩卦的交合。

因此，「飲刀圭」乃是一個過程，達到「圭」之境是取得「刀」的前提，而最後利用「刀」的動作叫做「飲」。兩位著名的元代道人，陳致虛（1290-?）與李道純亦是如此詮釋「飲刀圭」的。陳氏在《上陽子金丹大要》曰：「言戊土與己土一處相交，則金花自結，卻吞入腹中，此為飲刀圭也。刀者，乃戊土中之鉛也。圭者，乃戊己二土合為一圭也。」<sup>53</sup> 同樣，為了闡明張伯端《悟真篇》的「鼓琴招鳳飲刀圭」一句，李道純在《中和集》的〈金丹或問〉云：「鼓琴者，虛心也。招鳳者，養神也。虛心養神，心明神化，二土成圭，採而飲之，性圓明也。」<sup>54</sup> 當陳與李用「吞」與「採」來解釋「飲」，他們很明顯認為修煉者步入了「圭」境之後才得以「飲」其所產生的「刀」。

回到〈警世〉用的「佳人」一詞，在《呂祖志》的另外一首號稱呂洞賓所寫的詩，我們可以見到作為修煉符號的「佳」字。這一首無名詩曰：「杳杳冥冥莫問涯，雕蟲篆刻道之華。守中絕學方知奧，抱一無言始見佳。」<sup>55</sup> 筆者認為該詩的前二十五個字（從「杳杳」到「無言」）在教修士引入無為、無念、無言的狀態。「始見佳」意味著，由於修煉者切入了先天的狀態，所以「圭」字所代表坎與離卦的兩個中爻都被激發了。若參閱這一詩前後的兩首，其與內丹的關係就更明顯。前面一首曰：「尋常水火三回進，真箇夫妻一處收。藥就功成身羽化，更拋塵室出凡流。」<sup>56</sup> 其中有已論的「水」、「火」和「藥」等關鍵詞彙，以及

<sup>53</sup> 元·陳致虛：《上陽子金丹大要》，收入《道藏》第40冊，頁438。

<sup>54</sup> 元·李道純：《中和集》，頁217。

<sup>55</sup> 明·佚名：《呂祖志》，頁559。

<sup>56</sup> 同前註，頁559。三首詩摘自《呂祖志》的〈七言律詩六十首〉，組詩每首論內丹。

「夫妻」二字，同樣是「陰中陽」與「陽中陰」的別稱。<sup>57</sup> 後面一首曰：「自有物如黃菊蕊，更無色似碧桃花。休將心地虛勞用，煮鐵燒金轉轉差。」<sup>58</sup> 其「黃菊蕊」近似「外藥」的別稱之一，<sup>59</sup> 而該詩「金」字應是所謂的「水中金」。鑒於本段討論的「佳」字所出現的語境上談水火、夫妻的結合，下論外藥的產生，以它視同「圭」或許無過。

這樣的解釋或許仍不充分，因此為了進一步探索「佳」與「圭」的關係，我們不妨參考其他以「二八佳人」代表內丹修煉的歌訣。《正統道藏》收錄的《洞元子內丹訣》是一部北宋的道書，作者不詳。在其〈未濟篇第五〉一章中有相關的詩，全文如下：

訣曰：玄宮門戶深關鎖，二八佳人矜嫵娜。長怨良媒不到門，支頤獨守粧樓坐。不教父母知端的，潛出閨門銜顏色。信步尋房到太陽，直入龍宮無氣力。便得陽郎駕火輪，非時結佩旋成親。一陰一陽遞相制，長生之道必終濟。<sup>60</sup>

此詩前兩聯所描述的狀態乃修士雖然已經達到「圭」的境界，但由於「良媒」未

<sup>57</sup> 請參見宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，收入《道藏》，第4冊，〈陰中陽〉、〈陽中陰〉，頁453、454。

<sup>58</sup> 同前註，頁559。

<sup>59</sup> 至此，翁葆光在《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》的〈外藥〉章有「玉蕊」、「黃芽」、「金華」與「天生芽」等詞。另，〈陽〉章將「花」與「玉」作內丹中「陽」的暗號。（宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，頁545、554）。

<sup>60</sup> 宋·佚名：《洞元子內丹訣》，收入《道藏》，第40冊，頁774。

起作用，<sup>61</sup> 所以坎中的元精被封在「玄宮」內，<sup>62</sup> 而無法溝通離卦的元神。這種孤陰於下、獨陽在上的地步相當於《易經》的「火水未濟」卦，故該詩名為〈未濟篇〉。接下來三聯隱含的意義為「良媒」已起作用，故坎精方得以上入離中（「潛出閨門銜顏色……直入龍宮無氣力」）。最後一聯歸納了全詩，說第一句的「玄宮」（坎卦）與第八句的「龍宮」（離卦）一旦交媾，「長生之道必終濟」。這個意象呼應著《易經》的「水火既濟」，此時體內的水與火既「相制」又「成親」。參照本文先前的討論，可知這個結果無異於歷代道士們對於「飲刀圭」的闡述。

從《洞元子內丹訣》的詩我們可以知道，在北宋已經有道人在修煉功法中使用「二八佳人」一詞。宋後的例子證明該術語一直被元明內丹家沿襲。如，金代的王重陽在〈達達歌〉裏面有寫：「修持便要發佳謨，會做搜尋廣擺鋪。二八佳人安手腳，六分公子下功夫。」<sup>63</sup> 元代年間，王重陽的弟子郝大通（1140-1212）有詩曰：「日精東畔月華西，正是丹天壯盛時。二八佳人呈雅態，九三君子騁容儀。」<sup>64</sup>

在明代還有丹訣用「佳人」來代表內煉家所追求的「圭」。在《張三丰先生全集》出現了如下的詩：

三更裏，活子時，仙家美景現華池。靈龜吸盡金烏髓，丹鳳啣來玉兔脂。  
玄明酒，醉如癡，羣陰盡，豔陽期。一枝春色金花麗，佳人有意心相許，

<sup>61</sup> 胡孚琛編：《中華道教大辭典》（北京：中國社會科學出版社，1995年），頁1220。「良婆」乃「媒婆」，意味著唯獨能溝通水火精華的「真意」。略而言之，「真意」乃「無念」；修士常持這個無所作為的心態方能令體內的氣機自然而然的運行。第四聯的「信步」與「無氣力」有此無為的意味。

<sup>62</sup> 「玄」色相應五行的北方與水，於是丹家以「玄宮」指著坎卦及其相關的身體部位。《道樞》收錄的《金玄八素篇》曰：「自胃絕至臍絕是為下丹田，其名曰玄宮。」（宋·曾慥集：《道樞》，頁356）。〈未濟篇〉不含「飲刀圭」之「刀」的別號，可是「玄宮門戶深關鎖」一句暗指著坎卦內部的「刀」，或說「水中金」，乃元精。

<sup>63</sup> 金·王喆：《重陽全真集》，頁486。

<sup>64</sup> 元·郝大通：《太古集》，收入《道藏》，第43冊，頁709。

郎君把玩兩情怡。得過了還元返本，壽與天齊。<sup>65</sup>

張三丰（1247-？）詩的「三更」（晚上 23 點至凌晨 1 點鐘）與「活子時」在內丹裏面皆指坎離的陰陽初交的現象，相當於子時陽氣初生之狀。該詩的「佳人」指顯然也是內丹用語，與十六歲的美女不相干。總上所述，以「二八佳人」來影射內丹術的下手階段並非〈警世〉所獨創，而是源自於傳承數百年的內丹詩文傳統。

### （三）「體似酥」

〈警世〉「二八佳人」四個字後面就是「體似酥」，乍看是詩人在強調年輕女性之妖嬈。從〈警世〉淺層「醫義」的角度來講，這樣理解並無不妥，可是明喻之下還有深藏的玄機。筆者主張「酥」應理解為上述之「刀」的同義詞。

在內丹文獻中，「酥」字不算很常見，而且一旦它出現，外行人恐怕難以揣度其真義。我們不妨藉由宋代道人翁葆光（生卒年不詳）的《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》來認識這個字在內丹學中的特殊定義——該書的後面幾章作為內丹詩文專用術語的分類詞彙集——「刀圭」和「皇酥」都列出於〈外藥〉一章，也就是說翁氏認為它們是一個叫「外藥」之術語的同義詞。<sup>66</sup> 同時，「刀圭」一詞雖可見於〈陰中陽〉一章，然「皇酥」卻並非如此；可知翁葆光認為「刀圭」和「皇酥」雖然近義，但「皇酥」與「陰中陽」（乃坎卦內爻）有所不同。<sup>67</sup> 討論此一小小的矛盾雖看似鑽牛角尖，但筆者以為，理解「皇酥」和「陰中陽」的異同正能幫助我們解讀〈警世〉詩。

簡單復述「水中金」的大意，它是坎卦內的陽爻所代表的元精。翁葆光之所

<sup>65</sup> 明·張三丰：《張三丰真人全集》，《道藏輯要》，畢集，第 8 冊，頁 50b。

<sup>66</sup> 宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，頁 455。

<sup>67</sup> 同前註，頁 454。

以會認為「刀圭」既能指「水中金」又能指「外藥」，是因為兩個概念都與元精密不可分。只不過，「水中金」與「刀圭」是被激發元精的一個總稱，而「外藥」（或者說「皇酥」）僅指被興起的元精可以引發的特殊生理狀態，乃性喚起。對此，《天仙正理直論》載著如下的問答：「藥本一炁生，非有外內之異，而何有外內之名者？以初之發生總出於身外，而遂曰外藥。若不曰外，則人不知採之於外而還於內，將何以還丹？」<sup>68</sup> 伍冲虛透過十分婉轉的語句，指出當稱之為「藥」的元精被激起時，它可以在體外導致性喚起的生理反應，而且修煉者必須把這個反應「採」回來以便「還丹」。若以「飲刀圭」三個字言之，「飲」乃「採」，「刀」即「藥」，而「圭」乃元精的潛在妙用賴之以興的佳境。<sup>69</sup>

到底可不可以因為翁葆光以「皇酥」為「外藥」的別稱而判斷〈警世〉的「體似酥」與此有關？為了回答這個問題，我們最好要看其他內丹詩歌是否將「酥」置於「二八」、「佳人」及其同義詞（乃坎離二卦中爻的種種別名，如「戊己」、「水火」、「鉛汞」、「龍虎」等等）的同一句或同一聯當中。其實，自宋至明，這樣用「酥」字的歌訣不勝枚舉。如下我按年代提出若干例子。

北宋潛真子（生卒年不詳）的《還丹顯妙通幽集》載著一首長篇七言內丹詩，〈紫煙真人解大丹頌〉。其中一段非常接近〈警世〉所暗含的密義：

大道空留兩卷經，自然匹配作儀刑，天生牝牡從前有，何得他州問藥名。  
用鉛須得汞相和，二姓為親女唱歌，鍊到紫河車動地，白雲相伴鶴來過。  
甲乙神驅造化圖，青龍知是子鉛酥，分明制出何難會，卻道仙家誑我徒。  
真龍白虎合為胎，十月懷耽始滿開，此是鉛芽真口訣，世人何處覓三才。

<sup>68</sup> 明·伍冲虛：《天仙正理直論》，頁 9b。

<sup>69</sup> 內丹亦有「內藥」之說。這也是被激發的元精，可是由於修煉者的年齡以及身體狀態的不同，所以它不會引起性喚起的體外表現，然而只會在體內產生能量。因此「刀圭」可指內、外兩種「藥」，可是翁葆光所講的「內藥」與「外藥」的同義詞不能互用。

這首詩除了應用本文已論的「藥」、「鉛汞」、「龍虎」外，在上段引文之前甚至有一聯曰：「此物皆從二八圓，吉年吉月入鑪安」。<sup>71</sup> 紫煙真人將「鉛」與「酥」合併而寫乃是很重要的綫索，因為「鉛」是坎卦陽爻的別稱，而那爻所代表的能量是「外藥」的本源。

北宋道人周方（生卒年不詳）的〈至真子龍虎大丹詩〉也是一首長篇七言詩。其最後四聯曰：「烏兔奔騰下玉虛，河車般運向瓊壺。鍊丹須按三才鼎，養藥令安四象爐。鉛汞烹為流液質，虎龍鍛作降真酥。軒皇昔日青雲路，留得蹤由許丈夫。」<sup>72</sup> 因為周方的詩與〈紫煙真人解大丹頌〉如出一轍，所以周方的「真酥」姑且不論。另外，南宋曾慥（？-1155 或 1164）所編的《道樞》收入一部《參同契》，其正文與魏伯陽之書不符，但其應該是南宋之前的著作。該《參同契》包含一位「元陽子」的注文，或許是有此號的晚唐道人羊參微（生卒年不詳）所寫的。元陽子對該《參同契》原文的「採取者當用二八之真焉，其藥之中有酪有酥」一句注釋說：

二八者，卯酉也，十有六之數也。是為金木相克，上用于卯，下用于酉。卯者，龍之血也；酉者，虎之血也；二體相合，則為酪、為酥、為日月的魂魄。南宮者，日也、離也；北宮者，月也、坎也。于是成水火之本基，合鉛汞之類者也。<sup>73</sup>

<sup>70</sup> 宋·潛真子：《還丹顯妙通幽集》，收入《道藏》，第 6 冊，頁 890。

<sup>71</sup> 同前註，頁 889。

<sup>72</sup> 宋·周方：《至真子龍虎大丹詩》，收入《道藏》，第 7 冊，頁 859。應以「降」讀為「降伏」之義，這樣「真酥」與「外藥」以及我下一節介紹〈警世〉之「劍」的關係會比較明顯。

<sup>73</sup> 宋·曾慥集：《道樞》，頁 458。



雖然《參同契》用了其他丹訣所沒有的「酪」字，但元陽子的歸類方法還是清楚地把「酥」與坎卦連在一起，因為對應它的「酉」、「虎血」和「月魄」在內丹的象徵系統裏面都影射著坎卦之陽爻。關鍵的是，按照元陽子的邏輯，修煉者的「二體相合」之後，才「有酪有酥」。這個思路與上述的「刀圭」一致。

北宋的石泰（1022-1158）和南宋的陳楠（?-1213）分別為內丹南宗的第二代和第四代祖師們。兩位所作的丹訣也包含「酥」字。石泰在《還源篇》的〈五言絕句〉曰：「呂承鍾口訣，葛授鄭心傳。總沒閑言語，都來只汞鉛。汞鉛歸一鼎，日月要同爐。進火須防忌，教君結玉酥。」<sup>74</sup> 石泰的徒孫陳楠在〈金丹詩訣一百首〉回應了他的師爺而曰：「兩處擒來共一爐，一泓真水結真酥。刀圭滋味吞歸腹，澆灌黃芽產玉符。」<sup>75</sup> 他們的詩文足以證明，到晚宋「酥」字已經進入了內丹的主流思想，而且在意義上從來沒有離開過坎卦內的「水中金」。

著名的南宋內丹修煉者、高功、詩人與書法家白玉蟾在其詩中也襲用了他師父陳楠和師祖石泰的「酥」字。其〈道闡元樞歌〉曰：「分明一未水中金，但向華池著意尋。八兩金兮八兩水，一物浮兮一物沉。攢簇五行在庚甲，四象五行要和合。夜半金烏入廣寒，白如酥兮黃如蠟。」<sup>76</sup> 這五十六個字包含著本文已經討論過的許多象徵。較關鍵的是倒數第二句。其中的「半夜」即上節提到的「活子時」；按照《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，「金烏」同「外藥」；<sup>77</sup> 而「廣寒」即月亮，在這裏意味著對應月亮之坎卦的陽爻已經充盈了，因此修士的「外藥」（「酥」）蓬勃了。白玉蟾詩中的象徵與「刀圭」和〈警世〉的「二八佳人」不同，但其暗含的內境是一樣的。

<sup>74</sup> 宋·石泰：《還源篇》，收入《道藏》，第40冊，頁735。

<sup>75</sup> 宋·陳楠：《翠虛篇》，收入《道藏》，第40冊，頁728。

<sup>76</sup> 宋·白玉蟾撰，宋·留元長輯：《海瓊問道集》，收入《道藏》，第55冊，頁711。

<sup>77</sup> 宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，頁455。內丹書籍較常以「金烏」為離卦的中爻，該書亦有如是記載。若以「夜半金烏入廣寒」的「金烏」解為離卦的陰爻，此句近似「意守下田」的火候，意旨也在交合坎離。

在內丹的歷史中，明清時期即從「密」至「顯」的轉折點，而且明朝的伍沖虛是這個鉅變的發起者之一。在《天仙正理直論》伍氏為了注解《海瓊白真人語錄》中〈華陽吟三十首〉的一聯有曰：「白玉蟾云：『祇將戊己作丹爐，煉得紅丸作玉酥。』蓋戊為腎中炁，名白金者，曰戊。己即心中之本性，曰己。戊己原屬土，故曰土釜，即鼎器之別喻也。張紫陽曰：『送歸土釜牢封固』，是也。」<sup>78</sup> 願意擺脫保密傳統的伍沖虛，開宗明義地在這段注解告訴我們「酥」是戊己二土（乃「圭」）練成後所出現的結果（同「刀」，亦同「外藥」）。既然〈警世〉首句中最後的字是指性喚起，那麼自然就會出現一個問題：該詩的作者認為修煉者應該如何處理「二八」成「佳」以後所產生的「酥」？這正是〈警世〉的第二句要回答的問題。

#### （四）「腰間仗劍斬『愚夫／凡夫』」

清朝全真道士閔一得（1758-1836）在《修真辯難參証》有一段白話論述曰：

方其時到陽生，功到交媾地位，童男值之，但覺遍體酥麻而氣機向上。其曾漏者，氣機易以向下。向上者，不化精即化氣，故安穩。若一向下，念觸凡趣，則必直注玉莖，大危大險。此亦至情，極宜急行兜勒，後透尾閭上升，乃可無漏。無如人心至活，氣極至靈，行到此步，倘真童耳聞心知，有此交媾一事者，念自及莖，氣則立注。<sup>79</sup>

閔一得所講的內境乃男性修煉者因為達到「圭」而產生了「藥」。閔氏認為此時可能會發生兩種後果。如果煉內丹的人是「童男」（乃從未射精的男生），他所產生的「藥」屬「內藥」，因此不會導致體外的勃起。此時，他只會感到「遍體酥

<sup>78</sup> 明·伍沖虛：《天仙正理直論》，頁 20a。

<sup>79</sup> 清·劉一明著，清·閔一得注：《修真辯難參証》，收入《藏外道書》，第 10 冊，頁 283。

麻」，但因為他有童真的身體，所以他的「氣機」自然而然會「向上」並完成「飲刀圭」的效果。可是成年男人不同。閔氏認為「曾漏者，氣機易以向下」，所以當他產「藥」時，後來縱欲或發生夢遺的可能性較大，這叫「大危大險」。

性喚起乃是初步修內丹的成年男人都面臨的困難。因為內丹修煉會補充生命力，所以當男性修士進入先天狀態時，他較容易發生所謂「外藥」的陽具勃起現象。回到〈警世〉，筆者認為其「斬愚夫／凡夫」有雙重意義：第一，修士要剋制與勃起俱來的凡情；第二，他要用特定的功法令陰莖鬆軟，以便使元精能化為元氣而上升補腦。「劍」影射著修士此時需要把持的智慧。下面舉例說明。

宋代道人曾慥編纂的《道樞》對內丹中「劍」字有一段扼要的解釋。《道樞》中的〈九仙篇〉曰：「光辯天師曰：神仙之劍何謂也？先收日月之精華，後起心火鍛之。日月者，腎也。於是肺為風鞴，肝為爐炭，脾為土模，膽為礪石。一息氣中，為法自成矣。」<sup>80</sup> 在〈九仙篇〉裏面，所謂的「劍」就是整個內丹修煉過程的代號。這個過程起自收斂位於「腰間」的腎臟精氣，但它取決於修士能否以代表定力的「心火」來提煉這個精華。按照〈九仙篇〉的說明，好像五臟六腑都要參與打造這把劍的流程。可是，如同本文引用的其他歌訣，在〈九仙篇〉相應坎離二卦的心與腎才是主角。

或許讀者會問，〈九仙篇〉為什麼會用具有殺傷力的劍來象徵追求長生久視的修煉功夫呢？其實，在內丹詩文裏面，諸如刀、劍或鎗的兵器經常與「殺」或「斬」一起出現。所殺或斬的對象包括「三尸」與「六賊」。<sup>81</sup> 譬如，王重陽的〈醴泉覓錢〉是一首載「殺三尸」的內丹詩，其部分內容如下：

<sup>80</sup> 宋·曾慥集：《道樞》，頁 431。

<sup>81</sup> 「三尸」與「六賊」是歷史悠久的道教修行術語，遠古老於內丹學。本文不細論之，但簡而言之，筆者認為在內丹詩文中它們泛指情欲，故意義上接近不同〈警世〉版本的「愚夫」或「凡夫」。

猿馬住，性命自然知。一粒刀圭開四象，兩般鎗法殺三尸。神水溉華池。  
公看取，便是坎和離。土馬趕回金虎子，鐵牛耕出玉龍兒。方見遇明師。<sup>82</sup>

這一首詩有類似〈警世〉的意象。猶如〈警世〉教人「二八佳人」出現即要「仗劍斬愚夫」，〈體泉覓錢〉教人體長「刀圭開四象」隨即要持鎗「殺三尸」。

王重陽的高徒馬丹陽在詩文中論及非常相似的概念。其贈答詩〈寄長安王姑〉說：

奇哉慧劍，無影無形，純鋼斬鐵截釘。劈碎恩山，斫斷愛慾塵情。勦除  
三尸六賊。不須彈，神鬼皆驚。常把握，鎮龜蛇二物，足下安寧。此劍  
人人皆有。但專心向道，自顯功能。更以常清常靜，滌刀光明，自然通  
玄通妙，又何愁性不靈靈？功行滿也，須當攜去蓬瀛。<sup>83</sup>

上文相當〈警世〉的內容是「鎮龜蛇二物」。在內丹修煉中，「龜蛇」也是坎離內陰陽二爻的別稱，同「圭」和「二八」一樣。<sup>84</sup> 馬丹陽的師父也用過「慧劍」二字。他的〈了了修行〉曰：「慧劍空中舉，光芒射太虛。勦除馬院蒂，斬斷水鄉蕖。」<sup>85</sup> 〈了了修行〉同樣秘藏著內丹象徵。「水鄉」即腎，在此應是外腎，而意味著蓮花的「蕖」，彷彿在暗指《天仙正理直論》所講的「以初之發生總出於身

<sup>82</sup> 金·王喆：《重陽全真集》，頁 453。

<sup>83</sup> 金·馬鈺：《丹陽神光燦》，收入《道藏》，第 43 冊，頁 322。

<sup>84</sup> 劉一明在其《象言破疑》卷下曰：「日中有金烏，為陽中之陰；月中有玉兔，為陰中之陽。日在卦為離，外陽內陰，喻其剛中有柔之義；月在卦為坎，坎外陰內陽，喻其柔中有剛之義。金丹之道，惟取剛中之柔，柔中之剛，兩味真陰真陽大藥，熔化一氣而成丹。曰藥物者，以其真陰真陽能以返老還童，延年益壽也。至於龜蛇盤結，水火相濟，亦是此理，不過隨便取象，以証真陰真陽合一之道耳。」見清·劉一明：《象言破疑》，收入《道書十二種》，頁 190。請另參胡孚琛：《中華道教大辭典》，頁 1215，〈龜蛇〉條。

<sup>85</sup> 金·王喆：《重陽全真集》，頁 242。

外」。<sup>86</sup> 清代的內丹家沿用了「斬三尸」的說法。劉一明《象言破疑·破疑詩》的〈火候〉一詩曰：「運火工夫本沒時，朝乾夕惕斬三尸。防危慮險常清靜，應物不迷損益之。」<sup>87</sup> 這首詩自然也得作丹訣看，因為「防危」乃是典型的內丹術語，它意味著性慾襲來時，修士要用常清常靜之心以及內煉功法來預防精液外漏之危害。<sup>88</sup>

張伯端的《悟真篇》以及清朝劉一明對該詩的注解也有呼應〈警世〉中「仗劍斬愚夫／凡夫」的文字。兩位道人的原文如下，張氏詩文置上，劉氏注文置下：

我見時人說性，只誇口急酬機。及逢境界轉癡迷，又與愚人何異。  
說的便須行的，方名言行無虧。能將慧劍斬摩尼，此號如來正智。

此詞重在能將慧劍斬摩尼，此號如來正智二句。如來正智，無處不通，即慧劍也。因其正智能以除妄歸誠，故號慧劍；因其正智圓明不昧，無時不在，故號摩尼。斬摩尼非斷絕之謂，乃採取之義，不使光輝外用耳。以體言則為摩尼，以用言則為慧劍。慧劍、摩尼、正智，總是一個，不是三物。這個正智，不是口說成的，須要身體力行度煉出來，方為得真。若身不能行，只圖口說，機鋒應便，以為見性，及至逢境遇事，即便昏迷，濟得甚事？故曰能將慧劍斬摩尼，此號如來正智言。言行無虧者，

<sup>86</sup> 上文所引的呂洞賓詩曰：「自有物如黃菊蕊，更無色似碧桃花」。吾疑其「黃菊蕊」、「碧桃花」及王重陽的「葦」皆以花苞來隱射勃起。依據在宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，〈外藥〉，頁 455。

<sup>87</sup> 清·劉一明：《象言破疑》，頁 204。

<sup>88</sup> 胡孚琛編：《中華道教大辭典》，頁 1225。

方是正智；口急酬應者，不是正智也。<sup>89</sup>

上面詩文和注疏除了「劍」以外不包含〈警世〉的其他象徵，但是它能證明自宋至清，在內丹修煉者的普通用語裏，「劍」往往代表智慧（劉氏以它為「體」），而「殺」或「斬」往往意味著剋服欲望和妄想的功能（劉氏以此為「用」）。因此，筆者認為〈警世〉中「腰間仗劍」之意是「但這個發生時，你應該用你的智慧來應付。」即便上面的例子都沒有用〈警世〉不同版本中的「愚夫」或「凡夫」，但筆者認為我們仍能依它們來判斷〈警世〉的「劍」反映著內丹學的玄旨。

### （五）「『雖然／分明』不見人頭落」

用「人頭落」來表示修煉境界的內丹詩文不少，但該說法最早應該來自佛教，後來才被道教吸收。北宋禪師釋道原（生卒年不詳）編的《景德傳燈錄》載著如下的典故：

龍牙問：「學人仗鎢錙劍擬取師頭時如何？」師引頸。龍牙曰：「頭落也。」師微笑。龍牙後到洞山舉前語。洞山曰：「德山道什麼？」云：「德山無語。」洞山曰：「莫道無語。且將德山落底頭呈似老僧。」龍牙省過懺謝。

90

該典故與〈警世〉第二、三句的意境很相似。首先，它所提的「鎢錙劍」亦是智慧的代表。<sup>91</sup> 另外，即便有人揮這把劍，不會看見人頭真實地下落。考慮到〈警

<sup>89</sup> 清·劉一明：《悟真直指》，收入《道書十二種》，頁401。需要一提的是，上文的「摩尼」與「凡夫」、「三蟲」、「六賤」等，其不代表凡情。若張氏原來以它為「斬」的對象，應是有「見佛殺佛」之禪意。這樣解，劉氏的詮釋或許有誤。

<sup>90</sup> 宋·釋道原編：《景德傳燈錄》（臺北：新文豐出版社，1981年），頁280。筆者感謝東海大學中文系助理教授李忠達提出此典故。

<sup>91</sup> 慈怡主編，星雲大師監修：《佛光大辭典》（北京：書目文獻出版社，1989年），頁6711。曰：「禪林用語。又作莫邪劍。原為古代之名劍。蓋『莫邪』乃吳（一說楚，

世)問世之前既有《景德傳燈錄》，判斷它的作者及其他內丹家受了這個典故的影響應是妥切的。還有，在下引四首包含「人頭落」的內丹詩詞中，兩首帶「劍」字，一首提「刀」，還有一首提「鋒」。鐵器每每與「人頭落」同時出現，從象徵和文風的角度看，這幾首詩詞與〈警世〉頗為相似。

首先，〈警世〉不是唯一托呂洞賓的名字並包含「人頭落」三字的詩。在《呂祖志》的〈贈劍客五首〉第一首曰：「先生先生貌孿惡，拔劍當空氣雲錯。連喝三回急急去，欵然空裏人頭落。」<sup>92</sup> 王重陽有一首〈述懷〉寫法頗相近：「午前子後正交鋒，奪得金精顯戰功。一顆人頭當下落，提來歡喜獻丁公。」<sup>93</sup> 〈述懷〉的詞彙看上去很晦澀，實則均屬內丹慣用的代碼。子與午作為時辰的符號，原指一日的陰與陽之極。在內丹中，子與午的意義則在於「物極必反」之理，也就是說它們代表修煉者有「陰極生陽」與「陽極生陰」。新生陰陽所處之位就是坎與離的中爻，所以內丹的「子午」相當本文已提的「圭」、「二八」、「龜蛇」等等。〈述懷〉第二句的「金精」即坎中之陽爻；「戰功」指的是「野戰」，乃坎離溝通的暗號；<sup>94</sup> 因為天干的「丁」相應火，所以「丁公」進而對應離卦與心神。鑒於〈述懷〉的詞彙全是內丹用語，可知所謂「人頭當下落」當與修煉有關，而且已經不屬禪宗專有的意象。

按照道教仙傳的記載，上段所引的呂洞賓與王重陽兩位是師徒。此一說法雖然難以證實，然王重陽、譚處端（1123-1185）和玄全子（生卒年不詳）作為

---

或謂韓）之著名鑄劍匠干將之妻子。夫妻二人為協助吳王闔閭，遂鑄陰陽二劍，陽劍稱干將，陰劍稱莫邪。於禪林中，鑄劍轉指自身本來具有之智慧，或師家自由自在接化學人之般若智見。碧巖錄第九則（大四八·一四九上）：「明鏡當臺，妍醜自辨；鑄劍在手，殺活臨時。」

<sup>92</sup> 明·佚名：《呂祖志》，頁 554。有讀者曾提該詩的「劍」抑或無比喻性。可是鑒於《呂祖志》收錄的詩幾乎都以各種代號談論修煉，何況該詩含「空」、「喝」等回應禪宗的字，所以吾認為不應排除「劍」與「人頭落」為譬喻的可能性。

<sup>93</sup> 金·王喆：《重陽全真集》，頁 432。

<sup>94</sup> 閔智亭、李養正主編：《中國道教大辭典》（臺中：東久出版社，1997 年），頁 1034。

全真教第一至第三代的人物確是真實的歷史。「人頭落」於三人的詩詞中反復出現，已然能證明這三個字是早期全真教公用的暗語。譚處端有一闕〈南柯子〉，詞云：

雲去南山靜，風來渭水寒。凌波凝結一團團。萬里晴空，清爽此時觀。  
雄劍鳴開匣，人頭落玉盤。一輪明月上欄杆。了了從斯，心意始閑安。<sup>95</sup>

譚氏另有一闕〈菩薩蠻〉：

慧刀揮處人頭落，虹霓萬道衝雲腳。滅盡我人心，何勞向外尋。  
白蓮生火裏，法忍無生死。忍辱兩皆空，龜毛兔角同。<sup>96</sup>

至於玄全子，他的師父雖是馬丹陽而非譚處端，但由於王重陽仙逝後，馬、譚二人曾一起守孝三年，並且丹陽羽化之後是由處端接班掌教，因此可以推知玄全子有足夠的機緣接觸傳自王重陽傳予譚處端的內丹隱語。正因如此，在玄全子的《真仙直指語錄》有如下的文字：

丘曰：聖賢提挈過也，後來眼裏見者，耳裏聞者，不得執著。又曰：空中只見人頭落，乃金丹就也。<sup>97</sup>

上面一句的「丘曰」是值得留意的線索，因為它說明玄全子認為除了譚處端以外，王重陽的另外一位弟子丘處機（1148-1227）也會以「人頭落」來喻內丹修煉。<sup>98</sup>

如上的例子皆由全真北宗的傳承而來，可是南宗白玉蟾的詩文也有非常近

<sup>95</sup> 金·譚處端：《水雲集》，收入《道藏》第43冊，頁678。

<sup>96</sup> 同前註，頁678。此詞所有上下闕不對稱。所有《道藏》版本同。

<sup>97</sup> 元·全玄子集：《真仙直指語錄》，收入《道藏》第55冊，頁678。

<sup>98</sup> 丘處機現存的著作不含這三個字。



似的意象。《新刻瓊瑄白先生集》有〈摧殘〉一詩曰：「螺江一別幾經秋，顛到而今益可羞。既不將身葬魚腹，愛談飛劍取人頭。時時仰面把天覷，處處逢人欲語休。萬一頑仙如可學，壺公石下乞優游。」<sup>99</sup> 〈摧殘〉雖然沒有「人頭落」一說，可是其「取人頭」近似《景德傳燈錄》的「將德山落底頭呈似老僧」，表示著宋元內丹學的南北二宗皆為文字禪所影響。

最後剩一個問題，即為什麼大部分〈警世〉版本「雖然不見人頭落」中的「雖然」，在王元暉的版本中偏偏做「分明」？筆者認為這個差異的存在絕對不是因為王元暉版本有訛字。正好相反，看起來再平凡不過的兩個字其實深有玄義。換言之，「分明不見人頭落」中的「分明」也是宋元明內丹學的常用名詞。

欲瞭解「分明」之意義，不妨回到《呂祖志》。其〈七言律詩六十首〉有一首詩曰：「返本還元道氣平，虛非形質轉分明。水中白雪微微結，火裏金蓮漸漸生。聖汞論時非有體，真鉛窮看亦無名，吾今為報修行者，莫向燒金問至精。」

<sup>100</sup> 另外，卷四的〈贈喬二郎〉有如下六聯：

水火都來兩平間，掛候翻成地天泰。一浮一沉陽煉陰，陰盡方知此理深。  
到底根元是何物，分明只是水中金。喬公喬公急下手，莫逐烏飛兼兔走。  
何如修煉作真人，塵世浮生終不久。大道長生沒得來，自古至今有有有。

<sup>101</sup>

〈贈喬二郎〉帶有的「水火」、「烏兔」和「水中金」說明該詩在講坎離二卦的交接。「水中金」所出現的全句為「分明只是水中金」。這一句的「分明」很容易理解為「顯然」，可是如果比較上面兩首詩的「分明」，我們會發現它有特別的意涵。

<sup>99</sup> 宋·白玉蟾：《白海瓊真人集》，收入《道藏輯要》，婁集，第6冊，頁38b。

<sup>100</sup> 明·佚名：《呂祖志》，頁556。

<sup>101</sup> 同前註，頁550。

在〈七言律詩六十首〉裏面，有「分明」一聯的第一句曰：「返本還元道氣平」。  
 〈贈喬二郎〉帶「分明」一聯的第一句曰：「到底根元是何物」。這兩句有非常近似的意象，即前句的「本元」與後句的「根元」；由此可知，作者在討論內丹修煉最根本的原料以及令之顯現的狀態（「道氣平」）。誠然，在〈贈喬二郎〉裏面，「到底根元是何物」的答案（「分明只是水中金」）好像可以翻成「顯然只不過是坎水所藏的精華」。可是，〈七言律詩六十首〉不能這樣詮釋。其帶「分明」的一聯曰：「返本還元道氣平，虛非形質轉分明。」筆者認為這裏的「分明」是專門形容一種個別物態的詞。這樣，這一聯的意思「只要修煉者返回其本元，平和的道氣就會令那個存在於虛無當中的物體分明顯現」。

除了上引的兩首詩意外，還有其他內丹詩文中以「分明」來描述坎卦「水中金」的物態。《呂祖志》卷五的一首七言律詩有一聯曰：「火種丹田金自生，重重樓閣自分明」。<sup>102</sup> 小腹中的「丹田」是人身屬於坎水的部位。該詩的「火」乃離火，即人的心意。「火種丹田金自生」乃「意守丹田」之意，而「金自生」意味著坎卦的中爻開始發揮功能。「重重樓閣」或許指「十二重樓」（道教對喉嚨的別稱），但無論怎麼詮釋它，從這兩句的前後邏輯關係可看出，「分明」是發生在坎離交媾之後的變化。

白玉蟾詩〈道闡元樞歌〉有相關的片段曰：

大冶真金色不變，爭奈塵埃尋不見，生來死去幾萬遍，所以如今用修鍊。  
 分明一未水中金，但向華池著意尋。八兩金兮八兩水，一物浮兮一物沉。  
 攢簇五行在庚甲，四象五行要和合。夜半金烏入廣寒，白如酥兮黃如蠟。  
 金精木液本虛無，嫩時須採老時枯。<sup>103</sup>

<sup>102</sup> 同前註，頁 563。

<sup>103</sup> 宋·白玉蟾撰，宋·留元長輯：《海瓊問道集》，頁 711。

值得注意的是，在這裏「分明」又與「水中金」出現於同一句中，而且該詩亦有其他〈警世〉用過的內丹詞彙，包括「二八」與「酥」。白玉蟾在〈道闡元樞歌〉同呂洞賓一樣把「分明」和坎卦相關的象徵一起運用，不太可能是偶然的巧合。在《新刻瓊瑯白先生集》中〈華陽吟三十首〉的第二十二白玉蟾也用了「分明」，曰：「昨夜三更雷撼山，九天門戶未曾關。曹溪路上分明見，有箇金烏入廣寒。」<sup>104</sup> 這首的「三更」等同於本文已經介紹的「活子時」。白玉蟾所見的「分明」也來自「金烏」所象徵的坎卦之中的陽爻，而「曹溪路」乃溝通人體坎離兩位的督脈。<sup>105</sup>

數百年以後，明代的張三丰同樣用「分明」做內丹術語。《張三丰真人全集》的〈龍虎還丹指迷歌〉全文如下：

饒君到處問仙梯，一陽初動始稱奇。水淹崑崙翻碧海，虎嘯岩頭是祖基。  
直指逍遙捷徑處，一輪明月照須彌。水中虎，火中龍，八卦五行顯耀中。  
捉得龍兮生紫霧，伏了虎兮金花露。二象何緣立道根，只因久假曹溪路。  
男配女，陰配陽，交媾分明戰一場。戊己土，作黃房，神氣清兮是藥王。  
煉得紫金丹粒就，跨鶴乘鸞朝玉皇。<sup>106</sup>

張三丰的歌訣與呂、白二仙的詩文非常相近。從此得知，儘管內丹的傳承經歷過幾個朝代的更替，它的象徵系統一直相當穩定。〈龍虎還丹指迷歌〉的「分明」

<sup>104</sup> 宋·白玉蟾：《白海瓊真人集》，收入《道藏輯要》，婁集，第3冊，頁15b。

<sup>105</sup> 《道藏》收錄的許多文獻以「曹溪」做督脈、脊柱的代號。譬如，宋代的《法海遺珠》曰：「然後運曹溪之水，自尾閭升上崑崙，逆上天河……」。宋·佚名：《法海遺珠》，收入《正統道藏》，第45冊，頁537b。另，王重陽曰：「腎俞二穴是腰。腿入曹溪地。夾脊止雙關。夾脊是也。」金·王重陽：《重陽真人金關玉鎖訣》，收入《正統道藏》，第43冊，頁594a。還有，元代的金月岩曰：「人身脊骨有二十四節，從下數起。第一節下名尾閭穴，又名龍虎穴，又名曹溪路……」。元·金月岩編：《抱一子三峰老人丹訣》，收入《正統道藏》，第8冊，頁99。

<sup>106</sup> 明·張三丰：《張三丰真人全集》，頁12b。

緊貼著許多涉及「溝通坎離」的詞彙，包括已經解析的「龍虎」、「戊己」、「戰（野戰）」、「漕溪路」等等，證明了這個詞在內丹詩文裏面有固定的指向。

鑒於《太上老君說常清靜經註》中的〈警世〉是現存最早的版本，何況「分明」是歷代內丹家慣用的詞彙，筆者認為「分明不見人頭落」應該是〈警世〉第三句的原始面貌。至於為什麼後人統統將〈警世〉該句的「分明」改為「雖然」，這應該是因為引用過它的明代小說家不通曉內丹學，因此為了讓〈警世〉的邏輯讀起來更通順而錯解了它的原意。

#### （六）「暗裏教君骨髓枯」

簡而言之，筆者認為〈警世〉末句的內丹意涵，講的就是「飲刀圭」三字的「飲」，也是《天仙正理直論》的「採」，《崔公入藥鏡註解》的「昇」以及《上陽子金丹大要》的「吞」。換句話說，這一句圍繞著「二八」（坎與離的先天潛能被激發）與「產藥」（坎卦中爻代表的元精被喚起為「酥」）以後，修士必須要採取的措施：將坎之元精升華以便滋養離卦中爻代表的元神。可是，由於中國傳統醫學非常忌諱骨髓的損壞，而且很多傳統養生功法（如少林寺的「洗髓經」）都致力於滋補骨髓以及保養與骨髓相關的腎精與腎氣，所以〈警世〉的第四句似乎也就在叮囑人要呵護骨髓。只是，正如內丹學的「二八佳人」不是十六歲的姑娘，〈警世〉的「骨髓」也不見得是生物組織。

「骨髓枯」如同「二八」是有多層含義的詞彙。猶如代表元精和元神的「二八」來自《參同契》對曆學和度量衡符號的認識，「骨髓」來自臟腑系統的五行分法。可是，正如「二八」在內丹裏面不代表上下弦月或兩個半斤，〈警世〉的「骨髓」亦不是人體的髓質。筆者認為由於「骨」在五行中屬腎，何況腎屬水，所以詩中的「骨」相當於「坎卦」的代號，而「髓」則為坎中陽爻的符號，乃元精。下面我會舉例說明〈警世〉的作家如何借用「骨髓」一詞的五行屬性（骨屬

水)和八卦卦象(水即坎,坎中陽爻為它的「髓」)。同時,我也會闡釋「枯」字在這首詩裏面代表何種物態。

「骨髓枯」三個字可見於《黃帝內經·靈樞》的〈根結〉篇。其曰：

形氣不足，病氣不足，此陰陽氣俱不足也，不可刺之，刺之則重不足。重不足則陰陽俱竭，血氣皆盡，五藏空虛，筋骨髓枯，老者絕滅，壯者不復矣。<sup>107</sup>

另，《難經》第二十四難〈經脈診候〉有接近的說法：

足少陰氣絕，即骨枯。少陰者，冬脈也，伏行而溫於骨髓。故骨髓不溫，即肉不著骨；骨肉不相親，即肉濡而卻；肉濡而卻，故齒長而枯，髮無潤澤者，骨先死。戊日篤，己日死。<sup>108</sup>

兩部醫籍的看法非常明確：凡是患「筋骨髓枯」或「骨枯」的人都生命垂危。考慮到《內經》和《難經》自古迄今皆是中醫理論的主幹，〈警世〉的最後一句很容易被理解為勸人養護骨髓的叮嚀。可是，內丹理論的主幹在於卦象而不在於醫理。因此，當我們在閱讀〈警世〉詩中那些看似與醫學有關的詞彙時，也不得不考慮該詞彙是否暗藏卦象。筆者主張，猶如「圭」字的兩個「土」的五行、五方屬性被內丹家借用以做坎離二卦中爻的別稱，「骨」的五行屬性以及「髓」的解剖位置（乃骨之內）被借用以做坎卦內部陽爻的暗號。

用「髓」字來代表坎離二卦內爻的內丹文獻不止有〈警世〉。翁葆光《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》的〈陽中陰〉和〈陰中陽〉兩章分別列出了翁氏所認識的元神（相應離卦內爻）與元精（相應坎卦內爻）的代號。兩章各載七十四

<sup>107</sup> 戰國·佚名著，清·張志聰集註：《黃帝內經素問靈樞合編》，第9冊，頁68b。

<sup>108</sup> 東漢·佚名著，〔日〕丹波元胤集註：《黃帝八十一難經疏證》（東都：青雲堂版，1884年），第9冊，頁45b。

個同義詞，而「髓」字在兩章都有出現。<sup>109</sup>〈陽中陰〉有「烏髓」和「赤鳳髓」兩個名詞。「烏」影射著傳說中太陽裏面的烏鴉，而「赤鳳」按照五行的顏色與神獸影射著火。太陽和火都相應離卦，所以在內丹學中，「烏髓」和「赤鳳髓」與兩種神禽的生理髓質無關，而是「離卦藏的精髓」，乃「元神」，或者說該章標題的「陽中陰」。同樣，〈陰中陽〉有「黑鉛髓」和「兔髓半斤」兩個名詞。「黑」來自於五行水的顏色，而「兔」影射著傳說中月亮裏面的兔子。因為水和月亮都相應坎卦，所以此處的「髓」一樣不是生理解剖學的髓質，而為「坎卦藏的精髓」，即「元精」，或者說該章標題的「陰中陽」。

當然，翁葆光列出的同義詞不足以用來決定〈警世〉的「骨髓」是一個丹道名詞。考慮到「骨髓」後面的「枯」是古代醫家非常忌諱的病變，讀者或許會反詰，著重養生的內丹家怎麼可能以「枯」字來代表修煉者所追求的某種目標？為了回答這個問題，我們只好釐清內丹詩文「枯」字的意義。同時，為了認識這個「枯」字，我們也需要探索與之關係密切的「北海」一詞。

「北海」兩個字很容易令熟悉五行學說的讀者聯想到五方和五材；北方屬五行水，「海」亦然。《素問》的〈陰陽應象大論〉對「北」、「水」與「骨髓」的五行關係有如此的論述：「北方生寒，寒生水，水生鹹，鹹生腎，腎生骨髓，髓生肝，腎主耳。其在天為寒，在地為水，在體為骨，在藏為腎，在色為黑。」<sup>110</sup>〈陰陽應象大論〉未涉及八卦的象徵系統，但是內丹著作普遍借五行的水火來指涉八卦的坎離。問題是，在內丹書籍裏面，「北海」是否被用來代表坎卦？

其實，《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》本身有答案。它有一句曰：「得真一之炁，歸於交感之宮，結成一粒大如黍珠，號曰金丹。現在北海之中，赫然光透簾幃。」<sup>111</sup>以「北海」做「坎水」的代號不是翁葆光的獨創。然而，這個手

<sup>109</sup> 宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，頁 453、454。

<sup>110</sup> 戰國·佚名著，清·張志聰集註：《黃帝內經素問靈樞合編》，第 1 冊，頁 10a。

<sup>111</sup> 宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，頁 441。

法和「人頭落」一樣可以見於呂傳王、王傳七子的全真脈絡裏面。《呂祖志》有如下一首無名詩曰：

金丹一粒定長生，須得真鉛煉甲庚。火取南方赤鳳髓，水求北海黑龜精。  
鼎追四季中央合，藥遣三元八卦行。齋戒興功成九轉，定應入口鬼神驚。

112

在這首詩裏面有兩點需要注意。首先，第四句除了「北海」以外還用了另外兩個代表坎水的象徵：「黑」和「龜」。其次，第三和第四句的「赤鳳髓」和「黑龜精」不應解釋為生理學的髓質和精液，它們指的是坎與離的「精髓」，乃兩卦的中爻。筆者認為〈警世〉的「髓」與此非常相似。

王重陽從呂洞賓繼承了「北海」的內丹意涵。不僅如此，他也把「北海」和「枯」連在一起。在〈玉蝴蝶〉王氏如下填詞：

捉住玉山赤鳳，神舟同泛，激浪漂浮。便使烏龜，開口顯出嘉謨。吸洪濤、枯乾北海，吐巨波、澆溉西湖。自舒敷，水紋花面，皆是金鋪。  
光珠盈盈照耀，恰如明月，晃晃方隅。普偏騰輝，盡成霞彩覆環紆。見圓珠、深深漸現，結寶丹、空外超踰。得瓊途，大羅天上，永永惺甦。<sup>113</sup>

王重陽的徒弟劉處玄（1147-1203）在《黃庭內景玉經註》中注解《內景經》的「琳條萬尋可蔭仗」時，繼續沿用他師父的「枯乾北海」。劉處玄寫過一首小詩，全文為：「玉條垂芳，裊浸波心，枯乾北海，瓊樹無陰。」<sup>114</sup>

假如〈警世〉的「骨髓」和《呂祖志》一詩中的「北海黑龜精」指涉著同一個對象，尚存在一個問題：「枯」到底是什麼意思？我們可以從雲峰散人（生卒

<sup>112</sup> 明：佚名：《呂祖志》，頁 561。

<sup>113</sup> 金·王喆：《重陽全真集》，頁 444。

<sup>114</sup> 金·劉處玄解：《黃庭內景玉經註》，收入《道藏》第 11 冊，頁 177。

年不詳)之《黃帝陰符經講義圖說》中的一段文字開始解謎。其曰：「烹坎離髓，奪乾坤精，陰邪潛消，純陽乃成，天地相畢，出死入生。」<sup>115</sup> 此句的開頭是一個「烹」字，它代表內丹的修煉功夫（內丹理論來自外丹，而外丹乃金屬煉製的不死藥，故「烹」與「煉」同義）。雲峰散人的意思是，第一步的功夫（「烹坎離髓」）完成之後，坎卦中的陽爻所代表的「元精」需要進入離卦中的陰爻所代表的「元神」以徹底點化之（「陰邪潛消，純陽乃成」）。從初步到圓滿之間有一個必經的橋樑，雲峰散人以「奪乾坤精」來表達它。筆者主張，此一橋樑即是上引幾首詩的「枯」所影射的過程。

南宋的內丹南宗祖師陳楠在其《金丹詩訣》把「奪乾坤精」的原理寫得比較清楚明白。此接近三千字的長篇歌訣最後四句曰：「離坎名為水火精，本是乾坤兩卦成。但取坎精點離穴，純乾便可攝飛瓊。」<sup>116</sup> 我們可以用此文的「本是乾坤兩卦成」來理解雲峰散人的「奪乾坤精」；「本是乾坤」的意思即是坎與離中間的陰與陽來自八卦的乾與坤，所以這兩爻可以回歸它們原來的位置。「取坎精點離穴」描述的就是這個坎中陽爻的回歸，其結果乃雲峰散人講的「純陽」以及陳楠講的「純乾」。《道藏》收錄吳悟（生卒年不詳）的《指歸集》也表達了這個意思。它有一句曰：「張天師曰：『鉛抽髓，汞抽精，精髓相合，丹必成。』」<sup>117</sup> 這一句很明確地說明，修煉者需要把坎卦「髓」（上句的「鉛」是坎卦中陽爻的別稱）<sup>118</sup>「抽」出來才可以結丹。

內丹文獻讀起來非常晦澀，但實際上它們所論述的意境大同小異，只是表達方式有所不同而已。不過，儘管不同文獻的表達方式往往有所差異，它從不會

<sup>115</sup> 宋·夏元鼎：《黃帝陰符經講義圖說》，收入《道藏》第3冊，頁844。

<sup>116</sup> 宋·陳楠：《翠虛篇》，頁730。

<sup>117</sup> 宋·吳悞：《指歸集》，收入《道藏》第32冊，頁270。

<sup>118</sup> 譬如，在宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》的〈陰中陽〉有「真鉛」、「黑鉛」、「黃芽鉛」、「黑鉛髓」、「鉛中真銀」與「鉛內產砂」六個同義詞。宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，頁454。



脫離有著陰陽、五行或八卦屬性的象徵系統。比方說，明代的張三丰在〈玄要篇下〉如下描寫上段引文所講的內功：

三更裏活子時，仙家美景現華池。靈龜吸盡金烏髓，丹鳳啣來玉兔脂。  
 玄明酒醉如癡，羣陰盡豔陽期。一枝春色金花麗，佳人有意心相許。郎  
 君把玩兩情怡，得遇了，還元返本，壽與天齊。<sup>119</sup>

張三丰詩中的「靈龜吸盡金烏髓」意味著修煉者以虛無的元神（金烏即太陽；太陽相應離卦；其「髓」乃離卦中的陰爻）意守下丹田（水獸的龜乃坎卦），以至於下丹田「吸盡」元神。「丹鳳啣來玉兔脂」的意義與前句正好相反。「丹鳳」（赤色的鳳凰）指涉著離卦，而「兔」所影射的月亮是坎卦的代號。「兔脂」意味著藏於坎卦裏面的陽爻，所以「啣」的意思是它回到離卦裏面了。

在上面兩段的引文用「抽」、「取」、「奪」與「啣來」來表達坎卦之陽爻上達離卦的意境。除此之外，「枯乾北海」的「枯」亦是此義。鍾離權和呂洞賓在《鍾呂傳道集》的〈論水火〉如下用「枯」字：

神聚多魔，般真火以焚身，則三尸絕迹。藥就海枯，運霞漿而沐浴，而入水無波。若此河車之作用也。呂曰：河車本北方之正氣，運轉無窮，而負載陰陽各有成就。所用工不一也。尊師當為細說。鍾曰：五行巡還，周而復始，默契顛倒之術。以龍虎相交而變黃芽者，小河車也。肘後飛金精，還精入泥丸，抽鉛添汞而成大藥者，大河車也。<sup>120</sup>

按照〈論水火〉的論述，「河車之作用」之一乃令「海枯」。後面幾句「北方正

<sup>119</sup> 明·張三丰：《張三丰真人全集》，頁 50a。

<sup>120</sup> 宋·石泰輯：《修真十書》，收入《道藏》第 7 冊，頁 482。

氣」、「還精入泥丸」、「抽鉛添汞」(前指坎而汞指離)<sup>121</sup> 皆指著「北方」坎水之「精髓」上達元神所處的離卦。而之所以「海」會「枯」,是因其精髓要「飛……入泥丸」了。

當「海枯」出現在呂洞賓的詩中(如:「水中鉛一兩,火內汞三銖。吃了瑤台寶,升天任海枯」),<sup>122</sup> 它的含義等同於〈論水火〉的「還精入泥丸,抽鉛添汞而成大藥者,大河車也」。入明後,張三丰亦有詩文沿襲該寫法:「三更裏調理,巍巍全不動。一枕孤眠,識破黃梁夢。白鴉來朝,太極光明洞。海水枯乾,顆顆珍珠弄。」<sup>123</sup> 不過,內丹詩文的「枯」不一定要配合「海」字用。金元時期的馬丹陽在〈十報恩〉寫過:「山洞二願報師恩,立誓修行志鍊心。火焰滅除火養木,水銀枯盡水生金」。<sup>124</sup> 他在〈贈清風散人明月散人〉亦曰:「鍊到無心正用功,玉堂深處弄清風。倒顛顛倒結殷紅,萬派寒泉枯藥鼎。一輪明月出圭峰,本來面目赴仙宮。」<sup>125</sup> 筆者認為〈警世〉的作者和馬丹陽一樣配合了「枯」和其他屬於五行、八卦水的字。馬氏直接用了「水」以及屬水的「寒泉」,而〈警世〉用的是「骨」。

清朝的劉一明在《通關文》的〈色欲關〉一章將〈警示〉與上文討論的「海」與聯係起來。〈色欲關〉的開頭曰:

呂祖云:「二八佳人體似酥,腰中仗劍斬愚夫。雖然不見人頭落,暗裡教君骨髓枯。」邱祖云:「從正修持須謹慎,掃除色欲自歸真。」又云:「割

<sup>121</sup> 至於「鉛」字,請參見宋·翁葆光:《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》,〈陰中陽〉,頁454。至於「汞」,此書的〈陰中陽〉有「真汞」、「火汞」、「流汞父」、「砂裏汞」、「砂中真汞」、「砂中生汞」和「汞為砂中水」六個同義詞。宋·翁葆光:《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》,頁455。

<sup>122</sup> 唐·呂岩:《孚佑上帝純陽呂祖天師詩集》,《道藏輯要》室集,第6冊,頁27b。

<sup>123</sup> 明·張三丰:《張三丰真人全集》,頁52b。

<sup>124</sup> 金·馬鈺:《洞玄金玉集》,收入《道藏》第43冊,頁264。

<sup>125</sup> 金·馬鈺:《漸悟集》,收入《道藏》第43冊,頁66。

斷絲蘿乾金海，打開玉鎖出樊籠。」此皆祖師大慈大悲，教人去色欲而趨生路也。<sup>126</sup>

劉一明以為屬「邱祖云」的文字實際上是《西游記》第二十三與八十三回的詩，應非全真祖師丘（邱）處機的真跡。<sup>127</sup> 但重點的是，生於《正統道藏》刊行之後三百餘年的劉一明認為帶「乾金海」三個字的對聯可用來回應〈警世〉。

總上所論，若以〈警世〉的「骨」字視為坎卦的代號，以「髓」字視為坎卦中間陽爻所代表的元精，「枯」字的意思便可理解為抽出坎卦的陽爻，以令之點化離卦中的陰爻，從而使離卦變成純陽之乾卦。筆者主張，由於〈警世〉從頭到尾充滿了內丹學的符號，而且從第一句到第四句皆符合內丹功夫論的邏輯，於是「骨髓」有「顯義」和「密義」兩層。前者乃醫家所惜的髓質，後者乃仙家所煉的「坎卦之精髓」。

#### 四、結論

無論如何詮釋它，也無論它由誰所作，〈警世〉毫無疑問是一首道教色彩濃厚的詩。鑒於它被崇禎本《金瓶梅》、《容與堂本水滸傳》和《西游補》等明代小說所引，〈警世〉堪稱最受文學界歡迎的道詩之一。在此基礎上，〈警世〉的背景便已相當值得探索，可是這首詩的深度遠超過其用來挑逗文人的色情雙關語。實際上，〈警世〉追根究底是一首傳授內丹「防危」要領的秘訣，字字句句按照內丹學固定的象徵系統影射著一連串的内丹功夫邏輯。但最有趣的是，〈警世〉的意旨並非單一層次，且其內丹「密義」被掩藏在既晦澀又少為人知的道教隱語

<sup>126</sup> 清·劉一明：《通關文》，收入《道書十二種》，頁 210。

<sup>127</sup> 明·吳承恩著，徐少知校，周中明、朱彤注：《西游記校注》（臺北：里仁書局，1996 年），第 1 冊，第 23 回，頁 454；第 3 冊，第 43 回，頁 1478。

裏面。正因如此，即便參透〈警世〉淺層的雙關語，讀者也未必能夠深入領會，這首詩於「顯義」的表象下還潛藏著深刻的道教秘傳口訣。筆者認為這一點是〈警世〉作者最大的成就，因為它既實現了道教的「大隱隱於市」、「真人不露相」精神，又使這首詩能在再公開不過的小說裏面掩瞞「法不傳六耳」的道教機密。換言之，相當「假旗行動」，〈警世〉不僅瞞過了無數的讀者，甚至未曾令其覺察到自己在閱讀時究竟錯過了什麼。

本文對於〈警世〉來龍去脈的研究主要有兩個成果。首先，本文所引的詩文證明了〈警世〉為了掩藏其本旨運用了一個從宋朝到清朝有一定穩定性的象徵系統。因此，一旦我們有能力解析〈警世〉的密文，我們就有能力處理其他散落於中國文學中的內丹暗語，並可以更準確和深入地分析文學著作中源於道教之引文的意涵。另外，本文對於王元暉《太上老君說常清靜經註》的研究更證明了〈警世〉的成文年代不晚於明代正統年間，因此證實了孫越在《《金瓶梅》所引〈警世〉詩真偽考》謂〈警世〉首見於萬曆年間是錯誤的。本文亦期待透過提出〈警世〉為宋代女性詩人兼道士曹文逸所作的可能，能夠進一步豐富學界對曹文逸的認識，並突顯她在道教甚至文學界的重要性。

附錄一、〈警世〉明代版本比較

作者	出處	年時	全文
曹文逸？	《太上老君說常清靜經註》	明代正統十年（1445）前	二八佳人體似酥，腰間仗劍斬愚夫。 分明不見人頭落，暗裏教賢骨髓枯。
呂洞賓	《容與堂本水滸傳》	明代萬曆朝（1572-1620）	二八佳人體似酥，腰間仗劍斬愚夫。雖然不見人頭落，暗裡教君骨髓枯。
呂洞賓	《呂祖志·平康妓館》	明代萬曆三十五年（1607）	其一云： 二八佳人體似酥，腰間仗劍殺愚夫。雖然不取人頭落，暗裏能教骨髓枯。 其二云： 六幅紅裙卓地棚，就中險設陷人坑。王侯宰相渾遭陷，留得先生獨自醒。
不詳	《新刻繡像批評金瓶梅》	明代崇禎朝（1628-1644）	二八佳人體似酥，腰間仗劍斬愚夫。雖然不見人頭落，暗裡教君骨髓枯。

周臣	《厚生訓纂》	嘉靖己酉年 (1549) 之後	二八嬌娥體似酥，笑中懸劍斬 愚夫。雖然不見頭顱落，暗使 精神即漸枯。
董說	《西游補》	明末或清初	二八佳人體似酥，呼吸精華天 地枯。腰間插把飛蛟劍，單斬 青青美丈夫。
呂洞賓	全唐詩	清代康熙四十 四年(1705)	二八佳人體似酥，腰間仗劍斬 凡夫。雖然不見人頭落，暗裏 教君骨髓枯。

## 徵引書目

### 一、傳統文獻

- 戰國·佚名著，清·張志聰集註：《黃帝內經素問靈樞合編》，重慶：善成堂，1903年。
- 東漢·許慎撰，清·段玉裁注：《說文解字注》，臺北：天工書局，1987年。
- 東漢·魏伯陽著，宋·朱熹註，宋·黃瑞節附錄：《周易參同契》，收入《正統道藏》第34冊，臺北：新文豐出版公司，1985-88年。
- 東漢·佚名著，〔日〕丹波元胤集註：《黃帝八十一難經疏證》，東都：青雲堂版，1884年。
- 唐·呂岩：《孚佑上帝純陽呂祖天師詩集》，收入清·彭定求輯：《道藏輯要》室集，第6冊，成都：巴蜀書社，1992年。
- 唐·崔希範著，元·王玠註：《崔公入藥鏡註解》，收入《正統道藏》第4冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 佚名：《太玄寶典》，收入《正統道藏》第38冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·佚名：《太上混元真錄》，收入《正統道藏》第32冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·白玉蟾撰，宋·留元長輯：《海瓊問道集》，收入《正統道藏》第55冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·白玉蟾正誤，元·王元暉註：《太上老君說常清靜經註》，收入《正統道藏》第28冊，臺北：新文豐出版公司，1985-88年。

- 宋·白玉蟾正誤，元·王元暉註：《太上老君說常清靜經註》，收入《正統道藏》第 17 冊，北京：文物出版社、上海：上海書店、天津：天津古籍出版社，1988 年。
- 宋·白玉蟾：《白海瓊真人集》，收入清·彭定求輯：《道藏輯要》婁集，第 6 冊，成都：巴蜀書社，1992 年。
- 宋·石泰輯：《修真十書》，收入《正統道藏》第 7 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 宋·石泰：《還源篇》，收入《正統道藏》第 40 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 宋·李昉編：《太平廣記》，臺北：臺灣中華書局，1961 年。
- 宋·李簡易纂：《玉谿子丹經指要》，收入《正統道藏》第 7 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 宋·吳悞：《指歸集》，收入《正統道藏》第 32 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 宋·佚名：《法海遺珠》，收入《正統道藏》第 44 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 宋·周方：《至真子龍虎大丹詩》，收入《正統道藏》第 7 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 宋·佚名：《洞元子內丹訣》，收入《正統道藏》第 40 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 宋·夏元鼎：《黃帝陰符經講義圖說》，收入《正統道藏》第 3 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 宋·翁葆光：《紫陽真人悟真直指詳說三乘秘要》，收入《正統道藏》第 4 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。



- 宋·許叔微：《類證普濟本事方》，臺北：臺灣商務印書館，1974年。
- 宋·曹文逸：〈文逸曹仙姑大道歌〉，收入元·董滄醇編：《群仙要語纂集》，收入《正統道藏》第54冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·曹文逸編：《黃帝陰符經集解》，收入《正統道藏》第4冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·陳田夫：《南嶽總勝集》，收入《正統道藏》第18冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·陳楠：《翠虛篇》，收入《正統道藏》第40冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·張伯端著，宋·薛道光、陸墅註，元·陳致虛註：《紫陽真人悟真篇三註》，收入《正統道藏》第4冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·彭耜編：《道德真經集注》，收入《正統道藏》第21冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·曾慥集：《道樞》，收入《正統道藏》第35冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·鄭樵著，明·陳宗夔校：《通志略》，臺北：臺灣中華書局，1965年。
- 宋·潛真子：《還丹顯妙通幽集》，收入《正統道藏》第6冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 宋·蘇軾：《東坡題跋》，臺北：臺灣商務印書館，1965年。
- 宋·釋道原編：《景德傳燈錄》，臺北：新文豐出版社，1981年。
- 金·王喆：《重陽全真集》，收入《正統道藏》第43冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 金·王喆：《重陽真人金關玉鎖訣》，收入《正統道藏》第43冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。

- 金·馬鈺：《丹陽神光燦》，收入《正統道藏》第 43 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- \_\_\_\_\_：《洞玄金玉集》，收入《正統道藏》第 43 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- \_\_\_\_\_：《漸悟集》，收入《正統道藏》第 43 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 金·張從正：《儒門事親》，北京：線裝書局，2006 年。
- 金·劉完素：《三消論》，北京：中國中醫藥出版社，2006 年。
- 金·劉處玄解：《黃庭內景玉經註》，收入《正統道藏》第 11 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 金·譚處端：《水雲集》，收入《正統道藏》第 43 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 元·全玄子集：《真仙直指語錄》，收入《正統道藏》第 55 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 元·朱震亨著，魯兆麟主校，彭建中點校：《丹溪心法》，瀋陽：遼寧科學技術出版社，1997 年。
- 元·李道純撰，元·蔡志頤編：《中和集》，收入《正統道藏》第 7 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 元·金月岩編：《抱一子三峰老人丹訣》，收入《正統道藏》第 8 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 元·郝大通：《太古集》，收入《正統道藏》第 43 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。
- 元·陳致虛：《上陽子金丹大要》，收入《正統道藏》第 40 冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988 年。

- 元·脫脫編：《宋史》，臺北：臺灣商務印書館，1966年。
- 明·伍冲虛：《天仙正理直論》，收入清·彭定求輯：《道藏輯要》畢集，第4冊，成都：巴蜀書社，1992年。
- 明·吳承恩著，徐少知校，周中明、朱彤注：《西游記校注》，臺北：里仁書局，1996年。
- 明·佚名：《呂祖志》，收入《萬曆續道藏》第60冊，臺北：新文豐出版公司，1985-1988年。
- 明·李濂輯：《汴京遺蹟志》，收入王雲五編：《四庫全書珍本十集》，臺北：臺灣商務出版社，1980年。
- 明·周臣輯：《新刻厚生訓纂》，收入明·胡文煥編：《壽養叢書》，北京：書目文獻出版社，1988年。
- 明·笑笑生著，齊煙、汝梅校：《新刻繡像批評金瓶梅》，香港：三聯書店，1990年。
- 明·施耐庵、羅貫中著，凌賡、恆鶴、刁寧校點：《容與堂本水滸傳》，上海：中華書局、上海古籍社出版，1988年。
- 明·張三丰：《張三丰真人全集》，收入清·彭定求輯：《道藏輯要》畢集，第8冊，成都：巴蜀書社，1992年。
- 明·董若雨（說）著，劉半農校：《西游補》，上海：北新書局，1929年。
- 明清·佚名著：《繪圖七真傳二十九回》，出版時間、出版社不詳，此書藏於國立臺灣大學圖書館楊雲萍文庫。
- 清·宋廣業編：《羅浮山志會編》，海南：海南出版社，2001年。
- 清·彭定求編：《全唐詩》，北京：中華書局，2003年。
- 清·傅金銓：《道海津梁》，收入胡道靜、陳耀庭、林萬清編：《藏外道書》第11冊，成都：巴蜀書社，1994年。

- 清·養真子著，王士端注：《養真集》，收入清·彭定求輯：《道藏輯要》芻集，第9冊，成都：巴蜀書社，1992年。
- 清·劉一明：《道書十二種》，北京：中國中醫藥出版社，1990年。
- 清·劉一明著，清·閔一得注：《修真辯難參証》，收入胡道靜、陳耀庭、林萬清編：《藏外道書》第10冊，成都：巴蜀書社，1994年。
- 清·劉體恕輯：《呂洞賓全集》，北京：華夏出版社，2009年。

## 二、近人論著

### (一) 專書

- 胡孚琛編：《中華道教大辭典》，北京：中國社會科學出版社，1995年。
- 唐圭璋編：《全宋詞》，臺北：明倫出版社，1970年。
- 陳貽焮編：《增訂注釋全唐詩》，北京：文化藝術出版社，2001年。
- 傅璇琮編：《全宋詩》，北京：北京大學出版社，1992年。
- 張忠綱編：《全唐詩大辭典》，北京：語文出版社，2000年。
- 張滌華編：《全唐詩大辭典》，太原：山西人民出版社，1992年。
- 閔智亭、李養正主編：《中國道教大辭典》，臺中：東久出版社，1997年。
- 慈怡主編，星雲大師監修：《佛光大辭典》，北京：書目文獻出版社，1989年。

### (二) 單篇論文

- 孫越：《〈金瓶梅〉所引〈警世〉詩真偽考》，《浙江師範大學學報》第34卷第5期，2019年5月，頁10-14。