

光、死亡與重生 ——王重陽內丹密契經驗的內涵與特質*

蕭進銘**

淡江大學・東吳大學

摘要

經由內丹的修煉而密契於道體的經驗，乃是王重陽據以建立其宗教、哲學思想的根本基礎。是以，探討此經驗的詳細內容，便成為認識王重陽之思想言行的關鍵所在。本文之作，即在嘗試剖析王重陽內丹密契經驗的內涵、過程、特質及理論基礎，並進一步反省此種經驗的意義及可能性。藉由這樣的探討，除有助於了解王重陽本人的思想言行外，也可看到中國宗教、哲學理論形成方式的一種典範。此外，也有助於我們深入探索人類生命超越於經驗層次的深度內涵。

關鍵詞：光，內丹，死亡，重生，密契主義

壹、問題的重要性

在西方哲學傳統中，某一哲學體系是屬於思辨（speculative）哲學，抑或屬於密契（mystical）哲學，通常都有十分清楚地分辨及判定。比如，亞里斯多德與柏羅丁（Plotinus）二人，一為思辨型的哲學家，一為密契型的哲學家，這在西方哲學史當中，都有相當一致的見解。同樣形態的分判，亦可見之於基督宗教神學傳統當中，對於教理神學（dogmatic theology）與密契（神秘）神學（mystical

* 本文初稿曾在高雄道德院與如實佛學研究室共同主辦之「第五屆心靈改革研討會」（台北，2002）當中宣讀，並得到鄭燦山及胡其德兩位教授提供寶貴意見，今稿又經兩位審查者詳細審閱指正，特此致謝！

** 作者為淡江及東吳大學兼任講師。

*** 本文作者電子郵件信箱：freedom.wisdom@msa.hinet.net。

theology) 的認識。「神秘神學提供了直接領悟上帝的語境，這個上帝既借著基督已啓示了自己，又通過聖靈棲居在我們裡面；而教理神學則試圖把這種領會，用客觀準確的詞語具體地表達出來。這種表達，反過來又進而激發了人們對以基督教之特有方式啓示了自己的這位上帝有一種神秘（密契）主義的理解。」（註1）雖然思辨哲學與教理神學的目的及內涵並不全然一致，不過，兩者皆同樣相信或強調理性的思辨、想像及綜合的能力，並試圖藉助這樣的能力，來達到其對於形上或絕對存有的認識及闡釋。相較於此，密契形態的哲學與神學，則往往否定感官知覺與理性思辨能力在認識形上存有的可能，強調只有透過對於感性、理性以及後天經驗內容的否定及摒棄，進而徹底地遺忘自我，才有可能因此而契悟於形上的本體。（註2）思辨與密契的分判，正是植基於方法論及認識論的不同；如是的不同，其實也反映著人類之理性與直觀兩種不同的認識能力。法國的人類學家布留爾，甚至把人類的思想及意識發展演變的歷史，視為是此二種不同的認識方式相互攻詰、取代及相互輪替的歷史。（註3）

1. Andrew Louth 著，孫毅、游冠輝譯，《神學的靈泉——基督教神秘主義傳統的起源》，北京：中國致公出版社，2001，頁 1-2。
2. 西方哲學及神學兩位著名的密契主義者——柏羅丁及狄奧尼修斯，如下的兩段話語，便相當清楚而有力表達出這樣的認識論主張：「如有論者問：你們何以知道無限？我回答道：不是憑藉理性。分類、定義是理性的職能，因而無限不可能是它的對象。…我們惟有進入人不再是有限自我的境界時，才能體會無限，人的心靈才能從有限的意識解放出來。人不再有限時，他即與無限為一…他即瞭解合一，瞭解同一。」（W. T. Stace 著，楊儒賓譯，《冥契主義與哲學》，台北：正中書局，1998，頁 134）「我的朋友，我對你尋求觀照那神祕的事物時的忠告乃是：丟掉一切感知到的和理解到的東西，丟掉一切可以知覺的和可以理解的事物，及一切存在物與非存在物；把你的理解力也放在一邊；然後，盡你的一切力量努力向上，爭取與那超出一切存在和知識者合一。通過對你自身和萬物的全部徹底的拋棄；扔掉一切並從一切之中解脫出來，你將被提升到那在一切存在物之上的神聖幽暗者的光芒之中。」（Dionysius 著，包利民譯，《神秘神學》，北京：三聯書店，1998，頁 98-99）同樣的認識論主張，在佛、道二家哲學當中，亦顯為主流。比如《莊子》書中所謂的「以神遇而不以目視，官知止而神欲行」〈養生主〉、「墮肢體，黜聰明，離形去知」〈大宗師〉，以及僧璨〈信心銘〉一文中所說的，「非思量處，識情難測」，都是極具代表性的說法。
3. 布留爾在《原始思維》一書的最後結論當中，曾寓意深遠地說：「這種對客體的完全佔有經驗，這種比來源於智力活動的佔有更為完全的佔有的經驗，可能是那些所謂反唯智論的源頭，而且無疑是它們的主要來源。這些學說周期性地重新出現，而每次出現都獲得了新的支援。因為它們所給出的東西是純粹實證科學以及其他哲學學說都不能指望達到的東西：它們通過直覺、相互滲透、主體與客體的互通，完全的互滲與包含，簡而言之，通過普羅提諾（Plotinus）描寫成神魂顛倒的那種東西來保證著與上帝的本質的直接而密切的聯繫。它們教導說，服從於邏輯定律的認識無力克服兩重性，它不是真正的佔有，它只不過停留在表面上。然而要知道，即使在我們這樣一些民族中，對互滲的需要仍然無疑比對認識的渴望和對符合理性要求的希望更迫切更強烈。這就是說，唯智論學說及其反對者之間的論戰可能還要互有勝負地繼續無限期地進行下去。」（Lévy Bruhl 著，丁由譯，《原始思維》，北京：商務，1995，頁 450-451）我們在宋明心學與理學的相互批判，以及對於《老子》一書的兩種不同詮釋傳統當中，亦可見到類似的爭執。

西方哲學及基督教神學傳統當中所存在的如上分別，在中國古代哲學當中，是否亦可見到？對此問題，筆者持肯定的看法。比如，宋明儒學中心學與理學的對立；對於老莊思想的詮解中，王弼、郭象等玄學家的進路與內丹修行者的不同；佛教中顯宗與密宗的差別，^(註4)和西方哲學、神學傳統對於思辨與密契的分判，實有雷同近似的地方；造成分別的原因，皆和各自所強調之認識論或方法論的不同有關。而由於這樣的不同，因此，在理解兩者的方式上，亦應當有所差異。在許多西方學者的眼中，類似老莊、王陽明及禪宗這樣的人物或思想體系，乃是比較接近西方所謂「密契主義」(mysticism) 這樣的傳統。其中最主要的依據，便是他們皆同樣貶抑感官知覺及理性思辨的認識方式，而強調一種可以不假思索、立即而直接洞悟事物之本質的智性直觀或般若直觀。此外，他們在哲學體系的建構上，皆和某種獨特的密契經驗有關。比如，老、莊二人對於道的體證，王陽明三十七歲被流放至貴州龍場驛，於中夜之際對於「格物致知」要旨的頓悟，都是其哲學體系得以建立的關鍵性體驗。同樣的情況，亦可見之於禪宗及佛教。日本當代著名的禪師鈴木大拙說：「悟是禪的全部。禪以悟為始，以悟為終。沒有悟就沒有禪。」^(註5)「頓悟是佛教的根本本質，而佛教的所有宗派——小乘、大乘、唯識宗和中觀宗，就我看來，甚至於淨土宗——都淵源於許多世紀以前，佛在尼連禪河畔菩提樹下的開悟體驗。佛陀的開悟亦就是頓悟。」^(註6)「開悟」、「體道」等密契式的經驗，既是佛陀、老莊、陽明及禪宗諸大師所據以形成其哲學思想的根本基礎，那麼，仔細而深入去剖析及探究這些密契體驗的具體內涵及特質，顯然便成為理解其思想的最重要關鍵。^(註7)只是在中文學界，一直到今天，相關的論述都還相當有限，這和我們是否真正認清類似老莊、佛教等傳統哲學的特質，以及如何認定「哲學事業」的內涵，有著密不可分的關係。

-
4. 佛教顯宗與密宗的差別，較不能一刀切的將之分別劃歸為一屬於思辨，一屬於密契；因顯宗當中，有屬於密契的部分，密宗當中，也有屬於思辨的部分。不過，彼此仍各自有所偏重；一偏於思辨，一偏於密契。此處的區分，只是概略的，並非嚴格的。
 5. 鈴木大拙著，徐進夫譯，《開悟第一》，台北：志文出版社，1993，頁20。
 6. 鈴木大拙著，孟祥森譯，《禪學隨筆》，台北：志文出版社，2000，頁157。
 7. 比如，鈴木大拙即認為：「禪師們所強調的乃是一種體驗，而這種體驗要以最為禪宗的方式表達出來。…現代學禪的人所必須去做的，乃是對禪體驗做徹底的研究，並對禪體驗在禪宗史中所表達的方式做徹底的研究。」（《開悟第一》，頁63）鈴木大拙的這段話，事實上亦可運用在對於一切具有密契主義特質的中國宗教、哲學的研究上。

本文之作，係以全真道創始人王重陽的內丹密契經驗做為主要的探討對象。(註8)內丹修行的最終目的，乃在使生命完全融契於大道，(註9)抑或在體證宇宙、生命之終極實在 (ultimate reality)。(註10)從方法論及理論型態的角度來看，內丹的實踐正是一種不折不扣的密契主義；內丹修行者對於道的體認，皆和其在虛極靜篤的狀態當中，密契於先天道體的經驗有關。本文的主角王重陽，便是一個相當典型的範例。因此，正如對於開悟經驗的探討，乃是了解禪宗思想的關鍵所在一般，對於內丹經驗之實際內涵的剖析，也是了解類似王重陽這樣的內丹修行者的重要關鍵。這正是我們為何要選擇此主題的一個主要原因。除此之外，內丹經驗做為一種獨特而深刻的人類經驗，實展現出人類生命之超越於通常感官經驗

8. 目前學界有關王重陽的研究，已積累不少成果，舉其要者，如鄭素春的《全真教與大蒙古帝國》(台北：學生書局，1987)，張廣保的《金元全真道內丹心性論研究》(北京：三聯書店，1995)，李仲亮的《全真人之花——菊》(全真系列叢刊1)，台北：古道堂，1995)、〈重陽立教十五論，第一論住庵，今解〉(《全真人雜誌》第4期、冬季號，台北：全真人編輯委員會，1996年)、〈全真立教十五論〉第五論「蓋造」今解(《全真人雜誌》第5期、春季號，台北：全真人編輯委員會，1997年)、〈全真道祖師王重陽的蓮花世界〉(《丹道文化》第15期，台北：丹道文化研究會，1996年1月)、〈全真道祖師王重陽思維中的生與死〉(《丹道文化》第20期，台北：丹道文化研究會，1998年7月)、〈全真道祖師王重陽的「善死」修行〉(《輔仁宗教研究》，第三期，89-117頁，2001)，蜂屋邦夫的《金代道教の研究——王重陽と馬丹陽》(東京：汲古書屋，1992)，陳宏銘的《金元全真道士詞研究》(國立高雄師範大學國文系博士論文，1997)，張美櫻的《全真七子證道詞之意涵析論》(私立輔仁大學中文系博士論文，2000)唐代劍的《王嘉、丘處機評傳》(南京大學出版社，2000年)，梁淑芳的《王重陽詩歌中的義理世界》(台北：文津出版社，2002)，胡其德的〈王重陽創全真教的背景分析〉(《台灣宗教學會通訊》第八期，台北：台灣宗教學會，2001，頁26-33)、〈王重陽的「解脫」法門〉(《丹道研究》創刊號，台北：丹道文化教育基金會，2006，頁8-41)，白如祥的《王重陽道教思想研究》(濟南：山東大學哲學系博士論文，2002)等等。綜觀上述論著，實以文學、史學及思想史等角度的研究最多，其次則為宗教學、生死學及心性哲學。至於本文所採取的密契主義或密契經驗的進路，就筆者所見，尚未有之。德裔美籍道教學者 Livia Kohn 所寫的 *Early Chinese Mysticism*, (Princeton University Press, New Jersey, 1992) 一書，雖是從密契主義的角度來討論道教，但其主要的重心，係類似《西昇經》及上清等早期的道教經典及流派，並未特別論及內丹和王重陽。至於已故法國學者 Isabelle Robinet 所撰著的〈道教和密契主義〉一文，由於筆者不識法文，未能加以研讀，故不知其內容詳情。以筆者之見，對於王重陽這種以內丹修煉為主的宗教人物來說，從密契主義的角度切入加以研究，無疑是相當重要的關鍵。
9. 觀諸內丹的所有流派，無論其入手及修煉的方法、過程存在著多大的差異及不同，到最後都必然會以「合道」為終極目標。而「合一」、「同一」，抑或與終極實在達到完全的統一，正是密契主義最為核心及根本的一項特質。(《冥契主義與哲學》，頁160；Ben-Ami Scharfstein 著，徐進夫譯，《神秘經驗》，台北：天華，1982，頁190；Geoffrey Parrinder 著，舒曉輝、徐鈞堯譯，《世界宗教中的神祕主義》，北京：今日中國出版社，1992，頁13) 至於類似天眼、天耳、神足、神境、前知等神通異能，以及扶乩、降神、通靈、牽亡等法術，並不能被視為是密契主義或密契經驗。本文的主角王重陽，從其傳記及詩文記載當中，雖然可見擁有類似前知、出神、入夢及宿命通等神通異能，但這些都不屬於密契經驗，因此，完全排除在本文探討的範圍之外。本文的主題，既是王重陽的密契經驗，自然是王重陽的終極實在(比如，光、道)體證經驗為主要的探討對象。
10. 無論是從張伯端《悟真篇》一書的書名，還是從「全真」這樣的教名，都清楚地反映出，對於「終極實在」的探求，乃是內丹修行的根本目的所在。

及後天身心意識結構的一種可能。透過如是經驗的深入剖析及探討，正可使我們對於人類生命形成一種更為全面完整以及更為真實深刻的了解。最後，我們亦可從這樣的探討當中，看到中國古代的宗教家及哲學家所據以建立其宗教、哲學體系的典型範例。如是的範例，在中國宗教、哲學傳統當中，實相當具有代表性。因此，對於如是主題的探討，將可使我們更加清楚地了解中國宗教、哲學在方法論以及理論型態之不同於西方主流傳統的重要特質。

貳、王重陽內丹思想的要旨

一、內丹修煉的本質及根本目的

王重陽之所以於四十八歲以後開始從事內丹的修煉，據其自言，乃是得自唐末五代隱士呂洞賓的直接點化。^(註 11)有關此事的真假，就像摩西自言在西乃山上接受雅威神所傳十誡一般，幾已難以確切核實或證偽；但從今日被公認為最足以代表鍾離權及呂洞賓二人內丹思想的《鍾呂傳道集》及《靈寶畢法》二書來看，王重陽的丹法，的確和此二書的丹法，存在不少共通點。^(註 12)只是相較於《鍾呂傳道集》及《靈寶畢法》二書當中所呈現之嚴謹繁複及特別重視宇宙論的內丹修煉體系來說，王重陽的內丹思想，則明顯具有精要、綜攝、直指核心及偏向心性

11. 在《重陽分梨十化集》的卷下當中，有著如下的一段接語：「丹陽問余不住飲冷水何故？答曰：我自甘河得遇純陽真人，因飲水焉，故作是詞。」（王重陽著，《重陽分梨十化集》，《正統道藏》第 43 冊，頁 577 上）引語中的「余」，顯然即是王重陽本人。這是王重陽所有的著作當中，唯一一處明言，其於甘河鎮所遇到之神仙即是呂洞賓的文字。在此之外，王重陽雖曾多次論及他在甘河遇仙之事，但都未直接說明此神仙即是呂洞賓。至於將鍾呂二人尊為師父的論述，於王重陽的著作當中，倒是屢有所見。比如，《重陽全真集》卷九的〈了了歌〉所說的「漢正陽兮為的祖，唐純陽兮做師父。燕國海蟾兮是叔主，終南重陽兮弟子。聚為弟子便歸依，侍奉三師合聖機」（《重陽全真集》，頁 483 上）便是其中相當完整的論述。事實上，從正陽（鍾離權的號）、純陽（呂洞賓的號）及重陽這三個名號，似乎也可見出，三者之間，具有一脈相承的關係。

12. 比如，在有關內丹修煉的最終目的、玄關的開啓、性命及神氣的雙修、道、陰陽及五行的宇宙觀、身體觀、坎離、乾坤交媾以及煉己築基、煉精化氣、煉氣化神、煉神還虛的修丹階段論等方面的論述，兩者之間都存在不少共通處，當然也有所微細的差異。惟有關鍾呂二人及王重陽丹法之關係和異同之細緻比較，乃是一相當複雜的問題，實無法以三兩語道盡，也非本文之主題，日後若有機會，筆者將另撰專文處理。

論等特質。(註 13)以對內丹修煉之本質及歸趣的相關論述來說，《鍾呂傳道集》一書之第一章及第二章，除詳盡的陳述小成、中成及大成三個內丹修煉的完整次第之外，亦藉由對其他為數眾多之傍門小道的嚴厲批判，來凸顯內丹修練的最終目的，乃在「窮理、盡性以至於命」以及「全命、保生以合於道」。(註 14)這樣的目的及思想，和王重陽之所論，大致相同，但王重陽的說法，便顯得相當的直接及簡要。以下所見兩段文字，即是其中的典型代表：

本來真性喚金丹，四假為爐煉作團。不染不思除妄想，自然袞出入仙壇。

(註 15)

起置玉花、金蓮社於兩州，務要諸公認真性、養真氣。諸公不曉根源，盡學旁門小術，此乃是作福養生之法，並不干修性命入道之事。稍為失錯，轉乖人道。(註 16)

題名為〈金丹〉的第一首七言絕句，內容主旨，即在論述內丹的本質、追求及修行法。文中類似本來真性及四假等名相，無疑帶有濃厚的佛教色彩，此乃王重陽援佛入道之一實例。在詩文起始，重陽即單刀直入地指出，古來所謂的「金丹」，即是「本來真性」；此種詮釋，除了明確地彰顯出內丹之不同於外丹的特質外，亦清楚地指點出，內丹修煉的本質及最終追求，乃在體悟元始真性或生命真正的實相。緊接而下，他則進一步道出，欲證悟本來真性，抑或修煉金丹、長生成仙之法，必須從不染不思著手。不染者，不黏著、沾染任何經驗事物；不思者，停止後天的思維、想像、推理等作用，藉由身心對經驗事物的完全超離，即能體證具有先天及形上特質的本來真性。由此亦可充分見出，在王重陽的理解中，內丹修煉的根本目的，乃在體證自性或究竟實在；內丹的追求，本質上乃是一形而上的

13.《鍾呂傳道集》及《靈寶畢法》二書，出現於五代，此時乃是理論繁複之外丹論著餘風猶存，以及道教修煉法術由強調外丹轉向內丹的關鍵性轉折時期，因此，《鍾呂傳道集》及《靈寶畢法》二書，仍明顯地帶有強調宇宙論及理論嚴整繁複的過渡特質，這和外丹論著的影響有關。至於王重陽所身處的時代，已是深受禪宗及儒家心性之學影響的時代，且內丹思想的發展亦已十分成熟，處在這樣的時代氛圍當中，其本人又深受禪宗思想的影響，因此，王重陽的丹法，除了帶有濃厚的心性論色彩以及特別重視心性的修煉之外，也具有直接、簡易及綜攝的特質。

14.蕭天石主編，《鍾呂傳道集》，台北：自由出版社，1984，頁 120。

15.《重陽全真集》，頁 429 上。

16.《重陽教化集》，頁 465 下。

追求。

至於〈三州五會化緣榜〉一文所言，除了完全呼應〈金丹〉一詩的說法之外，亦和《鍾呂傳道集》一書第二章〈論大道第二〉的論述，有所異曲同工之處。在重陽看來，修丹的真正目的，絕非只在追求身康體健、益壽延年，亦非在追求肉體的長生，反之，而是在復返於宇宙、生命之形上源頭，在體證大道以及見到自己本來而真實的面目。換言之，在王重陽的眼中，內丹的追求，乃是一種形而上或內在靈性的追求，是一種終極性、本質性及根源性的關懷。內丹之不同於一般養生氣功（比如，叩齒、吞津、八段錦、五禽戲等功法）的地方，就在於一般的養生氣功只局限在後天及形而下的層次，其所追求的，只是肉體的健康及長壽；然而，內丹的修煉，自始至終，皆以老子所謂的「歸根復命」為最高目標。重陽批判那些不知生命之有形上根源的旁門小術，只是「作福養生之法，並不干修性命入道之事」，即清楚地傳達出這樣的認識。^(註17)當人能真正回返宇宙、生命之形上源頭，即能擺脫肉體身軀及狹隘自我意識之侷限，得到真正的平安、智慧、喜悅、自在與滿足；此外，也能了解宇宙、生命的真正實相，了解真正的自己。這正是重陽所以為修丹之真正目的及本質所在。

二、內丹修煉的基礎及要旨

內丹修煉的背後，存在幾項重要的理論預設：一是宇宙、生命的創生，是根據道—陰陽—五行，或老子《道德經》第四十一章所謂的「道生一，一生二，二生三，三生萬物」這樣的次序來進行；而且，此創生的過程有被逆轉操作的可能。二是先天與後天，形上與形下的兩層存有論、身體觀及意識觀。其中，先天為後天的基礎，形上為形下的根源。修丹的目的，即在由形下返回形上，由後天復歸於先天。三是精、氣、神的宇宙觀與生命觀。在丹家看來，精氣神三者，乃是宇宙、生命的最根本組成物，此三者皆有後天與先天之分。宇宙、生命的創生，乃是依循著虛化神、神化氣、氣化精、精化形這樣的規律來進行。內丹的修煉，即

17. 重陽如是的思想及批判，不僅和《鍾呂傳道集》第二章之說，如出一轍，在張伯端《悟真篇》一書的〈自序〉及詩文當中，亦可見到完全一致的說法。比如，如下所見之詩文，便是典型之例證：「陽裡陰精質不剛，獨修一物轉羸尪。勞形按影皆非道，服氣餐霞總是狂。舉世漫求鉛汞伏，何時得見龍虎降？勸君窮取生身處，返本還元是藥王。」（張伯端著，王沐淺解，《悟真篇淺解》，北京：中華書局，1990，頁16）

試圖逆轉這樣的過程，使已經分化離散的神氣，重新凝聚團結在一起，回復到混沌未分的整體統一狀態。四、相信人可以完全主宰自己的生命，人類後天的身心結構及機能，是有可能加以變轉，並且不斷地純化昇華及向上提升。所謂「我命由我不由天」一語，正是此思想最直接有力的表現。以上四者，皆互有關聯，而且在《道德經》以及其後的道經當中，皆早已發展得十分完整。王重陽所從事的內丹修煉，正是立基在這樣的理論基礎之上。比如，見於如下的詩詞，即清楚反映出這樣的思想：

五行違，脫陰陽，超造化。(註 18)

但把五行顛倒使，便教他日遇神仙。(註 19)

靜中勘破五行因，由此能捐四假身。返見本初真面目，白雲穩駕一仙神。

(註 20)

真大道，能結坎和離。認取五行不到處，須知父母未生時，此理勿難知。

(註 21)

從以上四段文字皆可清楚見出，內丹的修煉，乃是立基在道—陰陽—五行的宇宙創生論，以及此創生的過程是有可能加以顛倒及逆轉的思維之上。所謂「但把五行顛倒使，便教他日遇神仙」之說，最能提綱挈領地表達出內丹「逆煉」的思維。一個人只要能回返到宇宙、生命的根本源頭，即能擺脫陰陽五行力量的制約，獲得真正徹底的解脫及自由。此思維最早的源頭，仍在於老子的《道德經》。該經的第十六、二十八及四十八章所謂的「致虛極，守靜篤。…夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜，靜曰復命。」、「復歸於樸，復歸於嬰兒」、「爲學日益，爲道日損。損之又損，以至於無爲」等經文，首先清楚而完整地表達出這樣的追求。其後的莊子，更將此思維，做了更進一步的發揮。比如〈大宗師〉篇的「墮肢體，黜聰明，離形去智，同於大通」之說，便是此思維的進一步延伸及發展。至於內丹的修煉，便完全依循這樣的原則來進行。所謂「順則凡，逆則仙，只在中間顛

18. 《重陽全真集》，頁 522 上。

19. 同上書，頁 495 上。

20. 同上書，頁 432 下。

21. 同上書，頁 452 下。

倒顛」，「修丹追求來時路」等說法，都是老子「復歸」思想的翻版。在內丹的修煉上，此原則確實是貫穿全程。從收視返聽、閉目垂簾等逆反感官知覺的作用，到息心止慮、棄俗絕緣、三花聚頂、五氣朝元，無一不體現出這樣的思維。王重陽所謂的「如通顛倒法，何慮不圓成」一語，便有如畫龍點睛一般的點出「顛倒」或「復歸」思想，在內丹修煉過程當中所扮演之關鍵性角色。^(註 22)當然，有人不免會質疑，宇宙、生命既已被創生，其機能及結構既已被確立下來，又如何加以逆轉及顛倒呢？^(註 23)對此，內丹的修行者或許會以實際操作的可能來答覆。類似收視返聽、凝神意守等工夫，顯然都是一般人所能做到，而內丹修行的方法又不外乎此，因此，逆轉宇宙、生命的創生過程，自然也不是一件不可能的事。

其次，從精氣神的觀點來看，內丹修煉的核心，乃在於先天神氣的重新凝聚團結。神氣二字，實為內丹修煉的關鍵所在。丹道所強調的「性命雙修」，即是經由神氣二者的混合交融來成就的。其中，「命」之源頭在於臍輪之後、兩腎之前的命門穴，而「性」則居於頭頂中央的泥丸宮。內丹之修煉，一言以蔽之，即以純淨之心神，混融兩腎中間所含藏的元氣，再進一步使其與泥丸宮中的元神相結合，終而使生命回復到混然未分的統一狀態。此說法在內丹早期的經典《入藥鏡》以及張伯端的《悟真篇》當中，皆已有相當清楚而一貫的表達：

22. 老莊及內丹「復歸」或「返回源頭」的思維，並非其所獨有；反之，而是世界宗教、哲學當中一個相當普遍的思維或共法。與內丹思想十分相近的瑜伽不說，即如猶太教的密契主義傳統卡巴拉（Kabbalah），亦以這樣的思維做為核心。著名的猶太教密契主義研究者 Scholem 說：「喀巴拉信徒一致認為，通向上帝的神秘道路是我們從上帝流溢出來的道路的倒轉。認識創造過程的歷程，也是認識人自身回到一切存在之根的歷程。因此，對 Maaseh Berehith，即對創造的奧秘解釋，總是喀巴拉偏愛的內容，在這一點上，喀巴拉與新柏拉圖主義最為接近。對此有人很有道理地說，『前進與回歸構成一次運動，舒張和收縮是宇宙的生命搏動。』這正是喀巴拉的信仰。」（G. G. Scholem 著，涂笑非譯，《猶太教神秘主義主流》，成都：四川人民出版社，2000，頁 20）此外，儒學及禪宗的「復性」和「歸根得旨，隨照失宗」（宋普濟著，蘇淵雷點校，《五燈會元》，北京：中華書局，1994，頁 49）之說，無疑也含蘊這樣的認識。當然，雖然同樣具有「復歸」或「返回源頭」的思維，但內丹的返還之道，自具有其本身所獨有的特質。筆者以為，內丹返還之道之不同於儒學、禪學或猶太教密契主義的特質，即體現在它獨特的人體觀及氣脈、關竅學說上頭。在內丹的認識中，由精、氣、神、質所構成的人體，除是外在大宇宙的具體縮影外，類似玄關、三丹田及命門炁穴等關竅以及奇經八脈等先天脈，乃是人體精氣神的源頭及運行徑路。是以歸根返元之道，乃必須從這些重要之關竅及氣脈的開啓著手。惟有關啓這些關竅及氣脈，人方能轉化後天的身心，終而與宇宙萬物之根本源頭相融合。如是之說，顯是儒、佛學所不具有。
23. 內丹的身體觀與現代醫學生理學的身體觀最大的不同，就在於前者並不認為肉身或物質身是人唯一的身體，以及此身體的功能、組織，是固定而不可變轉的。內丹家以為，人除了這個肉身之外，尚有氣身、神身及道身（法身）的存在，肉身只是人之眾多身體當中最表層、最粗鈍及最受限制的一個。修煉的根本目的，即在轉化此肉身的組織、結構，使其蛻變為氣身、神身及道身。無此肉身，即無一切的制約及痛苦，生命之自在、解脫及逍遙，即由此而獲得。

是性命，非神氣；水鄉鉛，只一味。歸根竅，復命關；貫尾閭，通泥丸。

(註 24)

萬卷丹經語總同，金丹只此是根宗。依他坤位生成體，種向乾家交感宮。

莫怪天機俱漏泄，都緣學者自迷蒙。若人了得詩中意，立見三清太上翁。

(註 25)

《入藥鏡》一文所言及之「歸根竅」、「復命關」，當即指命門炁穴而言。而「貫尾閭，通泥丸」一句所描述的，正是先天炁被喚醒後，先下行至尾閭，然後再沿著脊柱督脈，上昇到頭頂的泥丸宮與元神相結合的情況。《悟真篇》之七言律詩所闡述的，同樣是這個原理。至於王重陽所傳承的內丹之道，實亦離不開此原則。如下的詩文，便是最好的說明：

丹陽又問：「何名見性命？」祖師答曰：「性者，是元神；命者，是元氣。名曰性命。」(註 26)

夫玉花者，乃氣之宗；金蓮者，乃神之祖。氣神相結，謂之神仙。《陰符經》云：「神是氣之子，氣是神之母」。子母相見，得做神仙。(註 27)

性者，神也；命者，氣也。性若見命，如禽得風，飄飄輕舉，省力易成。

《陰符經》云：「禽之制在氣是也。」…性命是修行之根本，謹緊鍛鍊矣。

(註 28)

以上所引三段文字，都精要的指出，元神、元氣二者，正是內丹修煉的根本基礎及核心；神氣或性命雙修，乃是王重陽內丹思想的根本要旨。事實上，王重陽在山東傳教時所創立之幾個會社的名稱——七寶會、(註 29) 玉花會及金蓮會——早已透露出如上的思維。「七寶」者，乃是內丹煉養的名詞。《元始天尊說得道了身經》云：「精鍊成日精，血鍊就月華，炁鍊成黃金，髓鍊就白玉，腦鍊成丹砂，腎鍊

24. 崔希範著，《入藥鏡》，收於《鍾呂傳道全集》一書，頁 93-95。

25. 《悟真篇淺解》，頁 28。

26. 王重陽著，《重陽真人授馬丹陽二十四訣》，《正統道藏》第 43 冊，頁 495 上。

27. 《重陽教化集》，頁 564。

28. 《重陽立教十五論》，頁 239 上。

29. 七寶會創立於金大定八年（西元 1168 年）八月，也即是王重陽來到山東的次年。其地點位在寧海州文登縣姜實（氏）庵，此會乃是重陽所創立的第一個會社。

就碑礫，心鍊就成珊瑚，此是七寶。居身不散，功成行滿，跨鳳乘鸞，飛昇金闕，上朝玉帝，永爲真神仙矣。」^(註30)是以，「七寶」即指由人身內的精、血、炁、髓、腦、腎、心所煉化而成之類似日精、月華、黃金、白玉、丹砂、碑礫及珊瑚般的美妙物質。王重陽在〈活死人贈寧伯公三十首〉當中所謂的，「陽人不合戀陰人，都被陰人損善因。鍊取純陽身七寶，無生路上不生塵。」^(註31)，顯然完全承繼此旨。以「七寶」做爲第一個設立會社之名，自然也點出內丹修煉的基礎及目標。

至於玉花、金蓮兩名稱，亦是如此。玉花，其原型或即是菊花。王重陽本人，非常喜歡用花朵或植物，來象徵內在神氣凝結開顯時之景象，抑或象徵修丹所證得之境界。^(註32)在其著作當中，如是之例，實不勝枚舉。比如，「剔正心靈事事通，便令生出玉花叢。」^(註33)「一團眞實漸生光，四象方能盡屬陽。五葉金蓮開爛熳，萬絲瓊蕊密舒張。」^(註34)「偏宜用坎迎離，聚珍寶成丹轉最奇，結玉花蕊，光瑩透頂。」^(註35)都是其中顯例。是以，玉花、金蓮二詞的使用，並非無端；在王重陽的體證中，玉花即是氣或命的象徵，而金蓮即是神或性的象徵。以此二花做爲會社的名稱，自然含蘊著內丹修煉的根本基礎，以及所追求的目標，正在於元神及元炁。王重陽內丹思想的要旨，實不離此二者。

如果性命或神氣雙修的教旨，還算不上是王重陽個人所獨創，那麼，「平等」思想的提出及強調，則是王重陽在內丹理論上的獨特貢獻。向來討論王重陽的論著，並未特別重視其「平等」之說，但從其將「平等」一詞做爲山東五會社最後的名稱，以及〈三州五會化緣榜〉一文及其他有關平等的論述來看，我們實可以說，「平等」二字，正是王重陽一生思想的最後總結及所最強調者。^(註36)王重陽內

30.《正統道藏》第2冊，頁396下。

31.《重陽全真集》，頁431下。

32.王重陽之如是的喜好，自然很容易讓人想起精神分析學者容格對於《金華宗旨》一書之著名的詮釋。在容格看來，代表人之集體無意識的曼荼羅，往往都以類似花或輪狀之物來表現，容格說：「曼荼羅的圖形都以花、十字或輪子的形狀顯現出來，而且明顯地帶有傾向四方發展的趨勢。…金華是光，天光是道。金花乃是種曼荼羅的象徵。」（容格著，楊儒賓譯，《黃金之花的祕密——道教內丹學引論》，台北：商鼎文化，2002）有關王重陽內丹經驗中之花或其他意象使用，以及容格對於內丹經驗的詮釋問題，筆者將另撰一文來討論。

33.《重陽全真集》，卷一，〈宋公問修行〉，頁420上。

34.《重陽全真集》，卷二，〈述懷〉三十六首其六，頁432下。

35.《重陽全真集》，卷三，〈沁園春〉，頁443下。

36.有關王重陽的「平等」觀，筆者在〈重陽思想六說〉中的「說平等」一文，有較爲詳細之論述。詳參蕭進銘主編，《丹道文化》第26期，〈王重陽專輯〉，台北：丹道文化教育基金會，2002，頁74-77。

丹思想的核心關鍵所在，正在於「平等」二字；此二字，實可用來綜攝重陽內丹的思想。在重陽看來，修煉內丹，必須以無偏無倚、無執無著、清淨無染的平等心做為其根本基礎；如是的平等心，不僅通貫整個修煉的過程，而為內丹修煉的不二基礎，而且也是內丹悟道證道、與道合同後所體現之究竟意識及心境，「平等」二字在王重陽思想當中的重要性，由此可見。以下，即以王重陽設立「平等會」時，為此會所撰寫之〈三州五會化緣榜〉一文為例，做更進一步的申論及說明。

山東五會當中的「平等會」，係創立於王重陽仙逝前兩個月，在掖縣設立平等會後，王重陽即帶著馬鈺、劉長生、譚處端及丘處機等四位弟子，離開山東，準備返回陝西。但抵達汴梁後，即逝世於旅店當中。因此，以「平等」二字題其所創立會社的名稱，不僅不是偶然，甚且還含蘊著其思想的最後結論。此從其〈三州五會化緣榜〉一文之所言，最可說明此點：

竊以平等者，道德之祖，清靜之元。首看萊州，終歸平等，為玉花、金蓮之根本，作三光七寶之宗源。普濟群生，遍拔黎庶。銀鑿沖盈於八極，彩霞蒸滿於十方。漸生良因，用投吉化，有緣固蒂，無果重生。人人願吐於黃芽，箇箇不遊於黑路。

在此文開始，王重陽即開宗明義指出，「平等」二字乃是「道德之祖，清靜之元」。言下意謂，平等實要比道德及清靜更為基礎，只有心合平等，無所分別、偏倚及貪著，方有道德及清靜之可言。如是說法，在道家、道教的思想史當中，頗具新意及開創性，值得進一步解析。綜觀重陽之有關平等的論述，其所謂的「平等」，實具有無為無執、無好無惡、無所分別、無所偏倚及一視同仁之基本意涵。《重陽全真集》卷一〈王公求放生〉，以及〈禪門初洪潤乞無相〉二詩中，王重陽言，「知公能作自身觀，物命於人無兩般。只是形骸分別異，便令飛走復全完」，^(註 37)「修行須是辨西東，勘破凡軀物物同」，^(註 38)此二詩除了在強調萬物平等，當一視同仁、無所分別對待的宗旨外，也指點出，後天或經驗的身心意識及作用，正是分別心產生的根源，若能打破或轉化後天的身心意識，即能自然體現出一種

37. 《正統道藏》第 43 冊，《重陽鎮集》，頁 416 下。

38. 《正統道藏》第 43 冊，《重陽鎮集》，頁 418 下。

統體及無分別意識。下文在分析王重陽內丹密契經驗特質時，即指出，「平等包容」乃是重陽體證道體之後所自然展現出來的一種特質，可相佐證。而重陽此說，亦可和莊子的「齊物」之論，相互呼應。

除了如上所言，王重陽也認為，對於榮枯及美醜有所分別、造作的意識，乃是業報輪迴的根本原因，因此，若要長生成仙、超越解脫，以及徹底杜絕果報、不再輪迴生死，便有必要從落實平等及無所偏黨的意識做起。如下二闕詞，即清楚傳達出如是的思維：「今世豐華，此生貧窘，算來總是前緣。榮枯好醜，無黨亦無偏。只在靈明布種，惟招召、善惡相傳。花開謝，開為福地，謝為禍心田。英賢，如速省，時臻命至，減勢藏權。若能還使盡，卻復如然。好把根源取正，休著染，也莫孜煎。推真妙，不論貴賤，便是大羅天。」「智慧皆全，痴頑總至，兩般至是殊方。一能明哲，一個性迷荒。盡是靈中分定，各分別，此理昭彰。還知否，上人九竅，下沒膏肓。彷徨，思這事，暗中積行，便得賢良。稍胡為做作，愚癡來匡。奉勸諸公速悟，行平等、永永清涼。真誠顯，唯邀本有，前路趁仙鄉。」^(註 39)此二闕詞皆同樣在強調分別、造作乃輪迴果報之因，無分別造作、常行平等，即能超越果報、解脫成仙。重陽如是的論述，除有將「平等」和老子所說的「無為」相互等同外，也可將佛家因緣果報及開悟解脫的思想含攝進來。換句話說，對於博通三教、力主三教一家的王重陽來說，「平等」二字，實可綜攝釋、道二家的思想要旨，為釋、道二家思想的根本義諦，其之所以如此強調「平等」二字，將此二字做為其思想的最後結論，視為是道德及清靜之根本源頭，其故亦在於此。

經由上面的剖析便不難了解，為何王重陽會進一步說，平等乃是「玉花、金蓮之根本，三光、七寶之宗源」。如上所言，玉花、金蓮、三光、七寶四者，一方面既是王重陽所創立之前四會社的名稱，另一方面亦代表著生命內在的元神、元氣及修煉所證得之境界。將最後一會社題名為「平等」，實含蘊著，無論是神、氣、或三光、七寶的修煉，都要以清淨無染、無所偏依的平等意識做為其根本基礎；平等心正是內丹修煉過程當中最重要的前提，沒有平等心，即無開顯元神、元氣及三光、七寶之可能。此外也表示，十方同體、萬物齊觀之平等意識的建立及顯露，乃是內丹修煉的最終歸趨及最終目的所在。王重陽之所以在其生命的最後，

39.《正統道藏》第 43 冊，頁 446 上。

拈出「平等」二字來總結其內丹及整體思想，顯有其獨到處。儘管平等的思想，與老、莊的「無爲」與「齊物」之論，以及佛教的「中道」學說，皆有所雷同，但類似王重陽這樣單獨拈出「平等」二字，做為內丹修煉及所有道德的根本基礎，卻是王重陽本人的獨創，這也是王重陽在內丹理論及三教思想的比較、融通上的重要貢獻所在。

參、王重陽內丹密契經驗的內涵與特質

「密契經驗」之定義為何，向來的研究者皆各有其主張。William James 在其《宗教經驗之種種》一書中率先指出，如果某種經驗具有不可言說 (Ineffability)、知悟性 (Noetic Quality)、頃現性 (Transiency) 及被動性 (Passivity) 等四種特質，便可被稱為「密契經驗」。(註 40) James 此說，固有其開創之功，且影響深遠；但最大的不足，即未明確指出密契經驗的核心內涵及特質為何。James 之後的研究者，比如 W.T. Stace、W. J. Wainwright、Ben-Ami Scharfstein 及 Geoffrey Parrindar 等人，都一致指出，合一、同一或一體的觀念及意識，乃是密契經驗的核心本質；(註 41)而 James 在論述密契經驗時，卻未指出此點。本文贊同如上數位學者的觀點，把合一、同一或一體的意識或狀態，視為是密契經驗之核心本質，並將「密契經驗」一詞界定為：對於宇宙、生命之終極實在（比如，道、梵、空、上帝、安拉、自性、佛性…）的體證及合一的經驗。藉由這樣的一種經驗，經驗者往往會產生類似統一、真實、絕對、永恆、自在、光明、至樂、不可言說、了然徹悟等等非通常經驗所能擁有的感受。誠如上文所論，內丹係以悟道、體道或證悟宇宙、生命之究竟實相為最終目標，是以，內丹本質上即是一種密契主義，內丹的密契經驗，即是證悟道體及究竟實相，並與此實相達到完全

40. William James 著，蔡佳怡、劉宏信譯，《宗教經驗之種種》，台北：立緒出版社，2001，頁 458。

41. Stace 言，「統體或太一乃是各型各派的冥契主義的核心經驗與核心概念」（氏著，楊儒賓譯，《冥契主義與哲學》，台北：正中書局，1998，頁 73）。Parrindar 言，「對神秘主義思想來說，其基本核心在於結合。但不僅有各不相同的結合種類，也有對所結合對象的不同理解。」（Parrinder 著，舒曉輝、徐鈞堯譯，《世界宗教中的神祕主義》，北京：今日中國出版社，1992，頁 13）Wainwright 及 Scharfstein 在界定密契經驗時都一致指出，合一的 (unitary) 或同一、同一境性，乃是密契經驗的第一項特質（詳參 W. J. Wainwright, *Mysticism*, Sussex: The Harvester Press, p.1 及 Ben-Ami Scharfstein 著，徐進夫譯，《神祕經驗》，台北：天華出版事業有限公司，1982，頁 190）。

統一的經驗。從較寬鬆的角度來看，整個內丹修煉的經驗，都可稱為「密契經驗」；但如果從較為嚴格的定義來說，只有內丹修煉最後的「煉虛合道」、「與道合同」的極致經驗，才是所謂的「密契經驗」。為了全面了解內丹修煉經驗的完整過程，在下文當中，我們首先剖析王重陽所以為內丹修煉的完整過程及內丹經驗的完整內涵，然後再進一步分析其內丹密契經驗的核心內涵及特質。

一、內丹修煉的完整過程及具體內涵

內丹修煉的過程，乃是由後天返歸於先天，由形下躍乎形上，由有限變轉為無限，終而與大道達到完全統一，使生命獲得絕對的真實與自由的過程。正如宇宙、生命的創生曾經歷太極—陰陽—五行或虛化神、神化氣、氣化精、精化形這樣的過程一般，生命的逆轉回歸，由後天返乎先天，亦同樣要一一重覆這樣的次第。約出現於唐末五代之際的《化書》，便對此順逆宇宙創生的過程，做了如下相當系統及精要的表達：

道之委也，虛化神，神化氣，氣化形，形生而萬物所以塞也。道之用也，形化氣，氣化神，神化虛，虛明而萬物所以通也。是以古聖人窮通塞之端，得造化之源，忘形以養氣，忘氣以養神，忘神以養虛。虛實相通，是謂大同。（註 42）

《化書》中之此說，實已為內丹的修煉，奠定了完整的理論基礎。成書年代約與《化書》相當的《鍾呂傳道集》一書，即有了更為精緻、完整的論述。該書之〈論河車第十二〉一文最後有言曰：

修真之士，既聞大道，得遇明師，曉達天地升降之理，日月往來之數。始也配陰陽，次則聚水火，然後採藥進火，添汞抽鉛，則小河車當行矣。及乎肘后飛金晶入頂，黃庭大藥漸成，一撞三關，直超內院，後起前收，上補下煉，則大河車固當行矣。及乎金液、玉液還丹而後煉形，煉形而後煉氣，煉氣而後煉神，煉神合道，方曰道成。以出凡入仙，乃曰紫河

42. 譚峭著，丁禎彥、李似珍點校，《化書》，北京：中華書局，1996，頁1。

車也。(註 43)

《鍾呂傳道集》中之此說，實標誌著內丹修煉理論的完整與成熟。後世的丹家及丹道流派（文始派除外），基本上都是立基在這樣的基礎，做更進一步的修正與發展。比如，明代出現之《性命圭旨》一書，即將修丹的次第，分成如下九個階段：一、涵養本源，救護命寶。二、安神祖竅，翕聚先天。三、蟄藏氣穴，眾妙歸根。四、天人合發，採藥歸壺。五、乾坤交媾，去礦留金。六、靈丹入鼎，長養聖胎。七、嬰兒現身，脫離苦海。八、移神內院，端拱冥心。九、本體虛空，超出三界。(註 44)《性命圭旨》之此說，實可視為一種總結性的說法。

做為鍾呂派重要傳人的王重陽，雖未留下有關內丹的系統性專著，(註 45)不過，在其《重陽全真集》、《重陽教化集》等著作當中，隨處皆可見到王重陽自述其修煉內丹的過程以及描述各式各樣身心反應與感受的詩詞。(註 46)透過這些詩詞，我們可以發現，王重陽所從事的內丹修煉，其方法與過程、次第，和上文所提到的鍾呂派丹法，並沒有太大的差別。(註 47)《全真集》卷八題名為〈五更令〉的這闕詞，便把王重陽對於內丹修煉過程的看法，相當完整的表述出來：

一更初，鼓聲儻。槌槌要，敲著心猿意馬。細細而、擊動錚錚，使俱齊擒下。

萬象森羅空裡掛。潑焰焰神輝，惺惺灑灑。明光射入寶瓶宮，早兒嬌女

43. 鍾離權著，《鍾呂傳道全集》，台北：自由出版社，1984，頁 143-144。

44. 《天元丹法》，86 頁。

45. 由清代彭定求所編輯的《道藏輯要》（成都：青羊宮藏版）當中，收有一篇題為王重陽所撰之《五篇靈文註》（胄集函之二）內丹專書。該書相當系統的陳述內丹修煉的理論及過程次第，不過，從文字的使用習慣以及直接引用《悟真篇》之詩文等角度來看，當非王重陽本人所親註。早期各種有關王重陽的傳記，也都未提及王重陽曾留下這樣的一部著作。不過，《五篇靈文註》雖然不是王重陽本人所撰著，但其所闡述的內丹理論及思想，和王重陽本人在其著作當中所言及的內丹，的確存在不少共通處，因此，此書也可被視為王重陽所傳丹法的集成。

46. 比如，《重陽全真集》卷七的〈五更出舍郎〉、卷八的〈得道陽〉、〈行香子〉、〈如夢令〉、卷九的〈鐵罐歌〉、〈西江月〉、卷十三的〈川撥棹〉等詩詞，都完整的闡述整個內丹修煉的次第及過程。

47. 王重陽在內丹次第及過程論的見解上，實和鍾、呂一系的內丹傳承十分接近，由此亦可印證王重陽的丹法和鍾呂二人，確實存在著密切的關連。此外，從〈五更令〉這樣的詞賦來看，屬於張伯端所創立的內丹南宗，和王重陽所創立的北宗，在丹法上，並未有太大的差別。兩者皆同樣主張性命雙修，其下手的功法以及關於工夫次第的論述，雷同處亦有不少。因此，向來有關南北宗「先性後命」與「先命後性」差異的論述，實有重新檢討的必要。當然，從事有關道教及內丹研究的人都知道，實際傳承在道門當中的內丹功法，和載之於典籍文獻當中的內丹理論，往往存在著相當大的落差，因此，有關南北宗丹法的異同，仍有待更進一步的探究及檢討。

姥。

二更分，鼓聲按。勻勻打，自然虎龍交換。精氣神、各住丹房，也並無錯亂。

撞透重樓知片段。這玉液瓊漿，往來澆灌。便須教溉出黃芽，漸生來好看。

三更端，鼓聲正。鼕鼕響，韻音轉令鳴瑩。其中便、聒現靈根，會通賢道聖。

慢慢來迴遊捷徑。傳銀箭這番，穿成雅令。用親鎬鎬上紅心，現清清靜靜。

四更高，鼓聲銳。忽然間，振動天花偏墜。前面卻、有箇真人，戴星冠月帔。

得此妙玄成吉利。望北斗杓星，西南正指。看看底剔綻瓊花，做祥祥瑞瑞。

五更終，鼓聲閑，被那人、搆動做成顛倒。金盤內、托出神珠，放霞光萬道。

窈窈冥冥真箇好。從此復通他，當初至寶。如今卻歸去何方，住十洲三島。(註 48)

第一段所講述的，乃是內丹修煉的築基及煉精化炁階段。此階段的重點，在於「煉己」及「凝神入炁穴」，進而使心火下降、腎水上升，達到神炁交融、坎離交媾的目標。前言，內丹的修煉，係在使生命由後天返乎先天，由形下進乎形上。人的生命及心意，在未經鍛鍊之前，皆侷限在後天及經驗的層次；因此，如果要返回到先天的狀態，一定要先設法澄淨自己後天紛亂不定的心意，使其由後天轉化為先天，此即內丹所謂的「煉己」工夫。因此，煉己工夫乃是內丹修煉最基礎，也最重要的工夫，由此工夫亦可見出內丹修煉的形上特質。(註 49) 在煉己工夫進行

48.《重陽全真集》，頁 482。

49. 有關內丹「煉己」說之形上意涵的分析，請參閱拙稿〈從外丹到內丹——兩種形上學的轉移〉（《清華學報》，第 36 卷第 1 期，頁 63-65，清華大學出版，2006）一文。

的過程中，心意亦同時凝神聚守位於腎前臍後的「寶瓶宮」^(註 50)（即詩文所謂「明光射入寶瓶宮」），待煉己工夫完成，先天而純粹的心意完全呈顯，即可使其與隱藏於兩腎當中同屬先天的元炁相結合，丹經所謂的「神炁（龍虎、嬰姹）交融」、「坎離交媾」以及前引《鍾呂傳道集》中所謂的「配陰陽，聚水火」，即指此而言。

次一段所描述的，乃是內丹修煉之產藥、採藥及運轉河車、鍛鍊丹種的階段。承續前一工夫，神炁二者在寶瓶宮中不斷交融、凝結後，最後終於由寶瓶宮中衝出，此即一陽來復、產藥採藥之時。遭逢此時，行者應當立即摒氣凝神、收攝六根，並同時以意導氣，將其引入任督二脈當中，進而使其通關展竅，終而上行至頭，與頭頂泥丸宮中之元神相結合，「黃芽」大藥之生，由此而來。黃芽已生之後，猶須加以持續的鍛煉，終至完全純淨為止。此階段實等同於《鍾呂傳道集》所說的，「採藥進火，添汞抽鉛，則小河車當行矣。及乎肘后，飛金晶入頂，黃庭大藥漸成，一撞三關，直超內院，後起前收，上補下煉，則大河車固當行矣。」

第三段所言，即相當於《性命圭旨》一書所說的「靈丹入鼎，長養聖胎」階段。到此階段，完全止火，不再運轉周天，專做凝神養胎之功。第四段，即為「聖胎現形，陽神出現」的階段。陽神即真人，即自己之本來面目或先天無染之純粹生命。丹經言，當陽神出現時，有天花亂墜、毫光萬丈之種種吉祥玄妙景象，王重陽著作當中，更是充斥著類似的描述。最後一段，即指神同太虛，與道合真、入於永恆的最終階段。在重陽的體悟中，修煉至此階段，方徹底了悟宇宙、生命的究竟實相，生命亦能因此而獲得究竟的智慧、自在及解脫，此即內丹修煉的最終目的。所謂的「內丹密契經驗」，亦特別指此最終的經驗而言。在下文中，我們將進一步剖析及詮釋王重陽內丹密契經驗的內涵及特質。

二、王重陽內丹密契經驗的內涵

1. 死亡與重生

綜觀世界幾個主要宗教的創立以及發展演變的過程，不難發現，一個宗教或

50. 在《重陽全真集》當中，「寶瓶宮」一詞總共出現 3 次，但都未清楚交待此宮到底位在何處，只知其為內丹修煉的初始下手地。筆者以為，寶瓶之寶字，有寶貴之意，瓶則為圓形中空之物，因此，重陽所謂的「寶瓶宮」，即相當於甚多丹經所言之「壺中」，乃指人體中空虛不著形體之處。進一步來說，即是指臍後腎前之「命門炁穴」。

新的宗教支派的出現，皆和該教創教者及宗派創始人的開悟、證道或與神相遇的特殊經驗有關。佛教的釋迦牟尼在菩提樹下的證悟經驗，摩西在何烈山、西乃山上與耶和華的兩次相遇，穆罕默德於希拉山上受到哲布勒伊天使（即《聖經》中的天使長迦百利）的啓示，六祖惠能聽聞《金剛經》而頓悟，民國時代中國北方的大善人王鳳儀因「黑夜見白天」而洞悟天理^(註 51)…皆是其中之著例。William James 即一箭中的地指出，「個人的宗教經驗是以密契的意識狀態為其根基與中心」，^(註 52)而「個人的宗教又比神學或教會來得根本」。因為，「教會一旦建立，就在變成二手貨的傳統中維持下去；但每一個創會的創始者是因為與神聖的直接溝通才擁有其魅力」。^(註 53)此外，鈴木大拙亦說：「神秘主義儘管經常受到誤解和貶抑，它卻無可置疑的是宗教生活的靈魂；宗教信仰中的活力、魅力、莊嚴與穩定性都是來自神秘主義。沒有它，則宗教生活就無別於道德生活。」^(註 54)是以，James 在其不朽的名著《宗教經驗之種種》一書當中，便把對於密契經驗及密契意識的分析與探討，視為是了解宗教及宗教經驗的核心關鍵所在；而鈴木大拙亦把對於「開悟」體驗的解釋，看做是了解禪宗的關鍵。James 及鈴木大拙這樣的認識，無疑亦可用在王重陽身上。無論是就王重陽個人的生命及思想歷程，還是就全真教整個發展過程來看，王重陽四十八歲之時，於甘河鎮偶遇神仙異人，以及隨後於南時村掘「活死人」墓潛心修行二年有餘的事跡，無疑都是其生命最具關鍵的轉捩點。只有當我們了解王重陽在這兩年多的時間當中，生命、意識到底經歷了什麼樣的變化，我們才有可能深入了解王重陽本人的思想以及全真教創教背後的原始初衷及理論根基。在這點上，《全真集》卷二所收錄的〈活死人贈甯伯功〉三十首，以及此三十首之後的〈述懷〉詩，正可為我們了解王重陽在四十八歲至五十歲這段時間，生命、意識所歷經之實際轉化情況的重要依據。

王重陽在「活死人墓」隱修期間，所從事之內丹修行的根本內涵，以及生命、意識所經歷的巨大轉變，其實正可從「活死人墓」的挖掘與填埋，以及重陽、害風、活死人這些新名號的取用透顯出來。首先來看「活死人墓」的挖掘與填埋這

51. 王鳳儀述，《王鳳儀言行錄》，台中：聖德雜誌社，1971，頁 47。

52. 《宗教經驗之種種》，頁 457。

53. 同上書，頁 34。

54. 《禪學隨筆》，頁 16。

件事背後所代表的意義。在《重陽全真集》卷二〈活死人〉詩開始，有一「引語」曰：

先生（指王重陽）初離俗，忽一日，自穿一墓，築塚高數尺，上掛一方牌，寫「王公靈位」字，下深丈餘，獨居止二年餘，忽然卻填了。

此一引語，雖非重陽本人所親撰，但應當離事實不遠，許多與王重陽有關的傳記，內容皆與此大致相同。在原始思維以及原始神話傳說當中，「土地」往往象徵著母親、等同於母親；而人類的生命，正是源自於大地母親的子宮及血肉。^(註 55)在中國傳統文化中，天地亦常被尊稱為大父及大母，人則自比為天地之子。^(註 56)是以，從神話象徵的角度來說，王重陽之挖掘「活死人墓」，正猶如反轉生命降生及育化的一般過程，重新返回到母親的子宮一般；而其最後填埋「活死人墓」的舉動，則象徵一個全新生命在母體當中已經孕育完成，並且從母親的產道當中再次降生一般。^(註 57)至於王重陽的前身——過去的王世雄、王德威，則已被埋葬在「活死人墓」當中。整個挖掘及填埋「活死人墓」這件事，正恰恰代表一個生命之「死亡與重生」的完整過程。^(註 58)如是的詮釋，從王重陽本人對於「活死人」一詞的理解中，實可得到更進一步的確證及支持。

在一般的用法中，「活死人」是一個帶有貶抑及諷刺意味的詞語。當一個人醉生夢死、麻木不仁，有如行屍走肉一般時，往往會被稱為「活死人」。不過，王重

55. Mircea Eliade, *Myths, Dreams and Mysteries*, translated by Philip Mariret, New York: Harper & Row, Publishers, 1960, p.163.

56. 《黃帝內經·寶命全形論篇第二十五》曰：「夫人生於地，懸命於天，天地合氣，命之曰人。人能應四時者，天地為之父母；知萬物者，謂之天子。」

57. 審查者對於筆者如是的詮釋，有所質疑，以為「論證不足，較為牽強」。對此，筆者的答覆是，儘管王重陽本人的著作當中，的確未特別顯露出其挖墳「活死人墓」的行為本身即含蘊著「大地之母」的意識，但其為何一開始會先選擇挖掘地穴，而非類似後來的搭設茅庵，做為其初始修丹的場域，也絕非無因。一來，內丹的修煉，十分講究「地」（法、財、侶、地四者之一）的因素，其之所以選擇在地底當中掘洞修煉，極有可能是考慮到地底的環境，特別有助於其內丹的煉就。再者，土地的確是蘊育和維繫人類後天生命，以及人類死後所回歸及埋葬的根本場域及母體。即使王重陽本人並不一定具有明顯之「大地之母」的意識，但從其先掘墓以象徵性的埋葬自己，再進而填墓、出墓以象徵生命之重生的舉措來看，將之詮釋為其如是舉措已隱含著對於土地之做為蘊育人類生命之母體、源頭的認識，應當不致於太過牽強。且即令其本人意識當中並無如此認知，但正如原始民族在講述其神話時，對於神話背後所隱含的意義，通常亦無自覺一般，後人在對於神話的詮釋，本在嘗試挖掘其背後所隱含的意蘊，只要詮釋的內容合理、得宜，即使傳述神話者本人並無自覺，仍應當不妨做這樣的詮釋。

58. 梁淑芳在《王重陽詩歌中的義理世界》一書的 40-41 頁當中，亦表達出同樣的詮釋。

陽之所以會用「活死人」這個字眼來稱呼從「活死人墓」當中重新走出的自己，其意義顯然和一般的用法有所不同。究其內涵，「活死人」一詞所代表的，乃是一個過去或後天的自我已經瓦解、消亡抑或得到徹底轉化的全新生命。換句話說，「活死人」的真正意涵，正是各個宗教當中所最為強調以及積極去尋求的新生、重生與二次誕生。(註 59)是以，當王重陽在歷經「活死人」階段之後，便已不再使用昔日的王世雄與王德威等姓名，取而代之的，是王重陽與王害風；這樣的舉措，和佛教出家眾之改俗姓為「釋」姓以及基督教的「洗禮」(註 60)一般，皆同樣意味著一個全新生命的出現。〈活死人贈甯伯功〉當中如下的幾首詩，都清楚地傳達出這樣的思想：

活死人兮活死人，火風地水要知因。墓中日服真丹藥，換了凡軀一點塵。

活死人兮活死人，死中得活是良因。墓中閑寂真虛靜，隔斷凡間世上塵。

(註 61)

活死人兮活死人，晝眠夜寢自知因。墓中有箇真童子，笑煞泥團塵裡塵。

(註 62)

第一首詩所表達的，是透過內丹的修證、先天大藥的獲得，因而能徹底轉化由地水火風四大所構成的肉身假體。第二首詩則道出「活死人」所代表的，正是「死中得活」；死於過去的自我及種種，活出一個全然新穎的生命。也因為這樣的轉變，使其能超離塵世之羈絆，不再為俗世事物所染污，此正猶如耶穌所說的「我不屬於世界」(註 63)一般。最後一首詩，則明確指出一個具有真實、本體性質之全新

59. 耶穌說：「人若不重生，就不能見神的國。」（聖經公會印行，《新約聖經·約翰福音》，3:4）而印度教的傳統亦認為，「父母由愛結合給小兒以生命，因為小兒成形在母胎，所以這種出生只應被看做是純人世的。但閱讀過聖典全文的教師，根據法律，通過娑毗陀利讚歌給了他的生命，才是真正而不會老死的」（馬香雪轉譯，《摩奴法典》，北京：商務，1995，頁 43）。這樣的生命，也是一個「再生」的生命；一個經過「梵行期」的婆羅門、刹帝利及吠舍等種姓，皆被冠以「再生族」的稱呼。基督教及印度教如是的思想，在其他各宗教當中，亦都可見到。博通世界各大宗教的 Eliade 即認為，「通往靈性生命之路，總是伴隨死於凡俗情境，而後接著新生。」（Mircea Eliade 著，楊素娥譯，《聖與俗——宗教的本質》，台北：桂冠，2001，頁 240）

60. 基督宗教早期的教父 John Chrysostom 在論及洗禮的意義與價值時，即曾如此說到：「它呈現死亡與埋葬、生命與復活。…當人將自己的頭投入水中，如同進入墓穴一樣，舊人便被浸沒，完全被埋葬了起來；當我們出了水之後，新人便同時出現了。」（《聖與俗——宗教的本質》，頁 176）

61. 《重陽全真集》，頁 430 下。

62. 同上書，頁 431 上。

63. 《新約聖經·約翰福音》，17:14。

生命（即道家所謂「真人」、「元神」）的出現。

其次，再從「重陽」及「害風」這兩字眼來看。「重陽」與「害風」二字，就像「活死人」一語般，同樣代表一個已完全超越後天經驗層次，不再為後天經驗內容所限囿的純粹或形上生命。在王重陽的詩文集當中，曾多次提到重陽與害風這兩個字的涵義。比如，《全真集》卷一〈修行〉其五以及卷二〈活死人贈甯伯功〉其廿四所說的，「玄關奪得不追尋，鍊就重陽滅盡陰」，^(註 64)「陽人不合戀陰人，都被陰人損善因。鍊取純陽身七寶，無生路上不生塵」等語，便把屬於後天經驗層次的生命，稱為「陰」或「陰人」；而把先天、形上層次的生命，稱為「陽」或「陽人」。是以，「重陽」或「純陽」所代表的，正是已徹底轉化後天生命、意識的內涵，不再為後天經驗內容所染污的純粹生命。

至於「害風」一詞，乃是陝西土話，其意為「瘋狂」；王重陽之所以稱悟道後的自己為「害風」，背後亦有其特殊的含意。從「認得心花便害風，玲瓏玄妙汞鉛通」^(註 65)一語，便可見出，其取名「害風」，和取用王嘉、重陽、活死人、沒地埋等名稱一樣，都具有深刻的意義。「害風」之意，顯非一般意義下的「瘋狂」，而是和內丹修煉最後所導致之超常的生命或意識狀態有關。崔希範《入藥鏡》一文開始說，「先天氣，後天氣，得之者，常似醉」，^(註 66)王重陽所說的「害風」，和崔希範所說的「醉」，應當有其異曲同工之處；兩者皆同樣代表一種超越通常意識層次的精神、意識狀態，也代表一種嶄新人格形態的出現。進而言之，當一個人的生命，已不再為後天經驗的內容所侷限，他對於生命及世界的看法，亦會與俗世之人呈現出相當根本的差異。這就像一個精神錯亂的瘋子，從不會去理會世間的價值及評議一般。悟道後的重陽之所以會「害風」，亦同時含蘊這樣的意思。事實上，瘋狂或迷狂的現象，在原始的薩滿教（Shamanism）當中，乃是一個相當普遍的情況。考諸薩滿（Shaman）一詞在通古斯族語的原意，即是瘋狂之意。Eliade 對於充斥在薩滿教當中的瘋狂（madness）現象，曾有過相當精闢的詮釋及論析。Eliade 說：

64. 《重陽全真集》卷一，頁 420 下。

65. 《重陽全真集》卷一，〈永學道人〉。汞和鉛，一為陽，一為陰，一為元神，一為元氣。「心花」乃是汞鉛或元神、元氣二者的合成物，也是生命真正的基礎。內丹修煉至此，已臻至脫胎換骨之境；原有的生命及意識，也歷經徹底的轉化。是以，「害風」一詞，便是指謂那一個經過徹底轉化的生命或意識。

66. 《鍾呂傳道全集》，頁 93。

未來的薩滿，常常冒著被誤認為瘋子的危險。然而，他的瘋狂，事實上是在成就一種神秘的作用。瘋狂向他揭露了一般人所無法接觸到的實在面向，只有當一個「瘋子」真正經歷及進入這個隱蔽的實在面向，他才能成為一個薩滿。…對於身處於原始文化的人來說，「返歸混沌」(return to chaos) 實等同於為全新的創造做準備。同樣的象徵意義，亦可在未來薩滿的陷入瘋狂或心理上的混沌看到。它代表著俗世之人，已在瓦解崩潰的進程當中；而一個嶄新的人格，即將誕生。在我們看來，所有的折磨、迷狂或入會禮儀，以及其所伴隨及延續的「返歸混沌」現象，正代表著一種神秘的死亡與重生歷程。究極來說，即代表著一種全新人格的誕生。(註 67)

Eliade 曾寫過一本有關薩滿教的專書，(註 68)書中詳細剖析成為一個薩滿的入門儀式，以及成為薩滿過程中所歷經之種種意識及精神的變化情形。在他看來，原意為「瘋狂」的「薩滿」一詞，就像上文分析王重陽之自取名為「害風」一樣，並非是一般或病理學意義下的瘋狂或精神病，反之而是代表一種超越通常意識狀態的超常意識。藉由如是一種狀態的進入，薩滿方足以成為一個可以溝通人神的靈媒，並且洞見一般人所無法覺察到的神秘世界。成為薩滿的歷程，即是一個意識「返歸混沌」及生命經歷「死亡與重生」之巨大變化的過程；「薩滿」一詞所代表的，正是一個和一般生命所完全不同的全新的意識及全新人格型態。雖然內丹的修煉方式和原始薩滿的入門禮儀，並不能等同而論，但 Eliade 對於薩滿教「瘋狂」現象的精闢詮釋，和王重陽本人之對於「害風」一詞的理解，無疑十分接近，兩者皆同樣代表一種超越經驗及凡俗之嶄新的人格型態及超常意識。

總而言之，無論是從「活死人墓」的挖掘與填埋，還是從重陽、害風及活死人這樣的稱號來看，都在顯示，內丹修行所帶給王重陽本人的，乃是一個生命之「死亡與重生」的劇烈蛻變；王重陽內丹密契經驗的實質內涵，正可由「死亡與重生」這一詞語來加以概括。此一詞語，若進一步加以說明，即是後天肉體身

67. *Myths, Dreams and Mysteries*, pp.80-81.

68. Mircea Eliade, *Shamanism: Archaic Technique of Ecstasy*, translated by Willard R. Trask, Princeton University Press, 1974.

軀及意識的瓦解、消亡與轉化，以及一個具有本質意義、全然真實、永恆無限且不再墮入輪迴變遷之新生命的出現。這個全新生命的出現，也同時代表著一種全新的意識、全新的世界觀以及全新的人生路向。五十歲之後的王重陽的所有思想、言行及作為，正源自於他在「活死人墓」當中所經歷的這種奇特經驗及轉變。如果我們不能了解這種經驗的真正內涵，那麼，我們也自然無法了解五十歲之後的王重陽，為何會有完全不同於以前的行徑與表現。

2. 對光的體證乃是王重陽內丹密契經驗最為核心、關鍵的內涵

上一節，我們主要是透過「活死人墓」的挖掘和填埋，以及活死人、害風與重陽等名號，來具體闡述王重陽在「活死人墓」期間所經歷之內丹經驗的主要內涵及意義；不過，若再進一步檢視及探究，實可發現王重陽整個「死亡與重生」的歷程當中，還存在一個相當關鍵的重要環節，此即對於光、道或終極實在的體證。如果缺乏這樣的一個環節，則王重陽「死亡與重生」的轉化及蛻變，便不可能成就。換言之，正是透過對光、道、本性或宇宙、生命終極實在的體證，才使王重陽生命的徹底轉化成為可能；對於具有終極實在性質之光的體證，恰是王重陽內丹密契經驗最為關鍵、最為重要的核心。以下即是針對此點的進一步申論。

在世界各大宗教當中，「光」無疑都是一項十分重要的現象及主題。^(註 69)將光等同於絕對存有或人的真實本性的傾向，著實相當普遍；而在各種型態的宗教經驗或特別是密契經驗當中，體驗到一種性質獨特的無限明光，乃是極為共通的現象。此外，對於「瀕死經驗」(Near Death Experience) 的研究，也發現光幾乎是所有曾經瀕臨死亡之人所共同經驗到的事物。^(註 70)已故的宗教學者 Eliade，將光視為一種具有形上與本體性質的存有，證悟了光便等於開悟或見到自己的真實

69. 有關此點，Eliade 在其所撰的 *Experiences of the Mystic Light (The Two and the One, translated by J. M. Cohen, Chicago: University of Chicago Press, 1979, pp.19-77)* 一文當中，有相當全面而詳盡的探討。

70. Raymond A. Moody 著，長安譯，《來生》，台北：方智出版社，1991，頁 65。「瀕死經驗」當中所經歷到的光，和密契經驗所經歷之光，是否有其共通性？是否也可被看做是終極實在？對此問題，從知名之《西藏度亡經》一書的描述來看，答案顯然是肯定的。在該書當中，認為每一個人在瀕臨死亡的那一剎那，都會經歷到一種明光，此明光即是「實相明光」或「法身無漏之心」。其言如下：「亡者呼出最後一口氣後，生命力或靈力即行下降而入智慧脈輪之中，能知的神識即可體會法爾本然的根本明光。…所有一切的有情眾生，都可在這個時候一瞥實相明光的中陰境相，而此實相明光就是法身無漏之心。」（蓮華生大士原著，徐進夫譯，《西藏度亡經》，台北：天華出版社，1992，頁 43-44）此外，從許多經歷過「瀕死經驗」之人，待其回魂之後，通常也會伴隨人生觀及世界觀的徹底轉變來看，「瀕死經驗」過程當中所經歷之光，和 Eliade 對於光之體驗的剖析，顯然也有若合符節的地方。

本性，原來的生命亦因此得到徹底地轉化及改變的說法，實相當準確地道出宗教對於光的普遍認識。(註 71)從王重陽自述其內丹修煉經驗的種種詩文來看，光確實是一項非常核心、非常關鍵的現象與主題；其重要的程度，幾乎可以將內丹的修煉完全等同於對光的修煉。(註 72)比如，撰寫於「活死人」墓期間之三十六首〈述懷〉詩當中，便有三十首左右都提及光；而《重陽全真集》、《重陽教化集》及《重陽分梨十化集》等王重陽最主要的著作當中，有關內在之光的描述，更是隨處可見。(註 73)光即道、即本性、即真人、即生命、宇宙之終極實在，正是重陽內丹密契經驗的重大體悟及發現；(註 74)其所經歷之「死亡與重生」的蛻變經驗，正是在

-
71. Eliade 的說法是，「所有類型的光的體驗，都有著共同的因素：它們使一個人脫離其世俗的宇宙或歷史的狀況，將他投入一個在質上完全不同的宇宙，一個具有根本區別之超越的神聖世界。這個神聖超越的宇宙構造，依據人的文化和宗教信仰而有所不同。儘管如此，共同的因素還是存在的。就是說，通過與光的會合，而被啓示出來的宇宙，與世俗的宇宙形成對立並超越後者。因為，它在本質上是精神性的。換言之，惟有具有靈魂者，才能達到它。對光的體驗，通過揭示靈魂的世界，而從根本上改變了主體的存在狀況。證見這種光，也就突破了主體的存在，向他揭示出，或者使他較以前更為清楚地看見了那個精神的、神聖的、自由的世界；簡而言之，這是作為神的創造物的存在，或是由於神的臨在而聖化了的世界。」(Eliade 著，《神秘主義、巫術與文化風尚》，北京：光明日報，1990，頁 128) Eliade 如是說法，無疑可以在王重陽的內丹密契經驗當中，得到相當有力的印證及支持。
72. 王重陽的弟子丘處機，即明確地將內丹與內在之光的修煉，完全等同起來。以下的一段對話，即清楚顯示出此點：「或問曰：『回光與金丹工夫是一是二？』師（即處機）曰：『回光不止金丹，即宗門真訣也。摩頂者，此也；受記者，此也；楞嚴二十四位圓通，原有諦觀鼻端。心空漏盡，出入息化為光明，證菩薩果。吾宗皆是此法。』」(蕭天石主編，《呂祖心法傳道集、邱祖全書節輯合刊》，台北：自由出版社，1998，頁 259-260。) 丘處機如是的一種思想，無疑可在王重陽的著作當中，找到其源頭。《重陽全真集》所謂，「要行行，如臥臥，只把心頭一點猜破。返照迴光親看過，五色霞光，覆燾明珠顆。」(《正統道藏》第 43 冊，頁 451 上)，便是最典型的例證。
73. 在王重陽的這些著作當中，隨處可見重陽對於自己於內丹修煉過程當中所經歷之種種奇妙內景的描述。由於這些內景，都是一些實際可見（屬內觀、內視，而非以肉眼見之），但又很難以一般的語言來直接描述（依 William James 的研究，難以言說正是密契經驗的最主要的特質之一）的景象，所以重陽用了一大堆形象及隱喻的語言，來設法描述自己所實際經歷到的經驗及現象。比如，屬於植物類的有瓊花、玉樹、黃芽、玉花、白蓮、金蓮、金花、丹橘、紫靈芝等等字眼，屬於金屬礦物類的有，黃金、白玉、金丹、明珠、寶珠、珍珠等等，屬於自然現象的有，日、月、火、彩霞、霞光等等。無論是植物、礦物或自然現象，我們可以清楚地看到一個共同的特質，即這些事物都是一些自身光明燦爛，甚至會散發著炫耀光芒的東西。
74. 《重陽全真集》卷一「任公問本性」一詩，對於本性與光之關係的論述，最為清楚、直接。該詩係為答覆一位任姓先生的詢問而寫，其全文為：「如金如玉又如珠，兀兀騰騰五色鋪。萬道光明俱未顯，一團塵垢盡皆塗。頻頻洗滌分圓相，細細磨揩現本初。不滅不生閒朗耀，方知卻得舊規模。」(《正統道藏》第 43 冊，頁 417)。由此可見，在王重陽的體證當中，生命、宇宙的本體、本性或終極實在，即是一個閃耀著無限明光的存有。王重陽如是的體認，雖可在《莊子》一書當中，發現一些蛛絲馬跡（比如，「瞻彼闕者，虛室生白，吉祥止止。」〈人間世〉「宇泰定者，發乎天光。」〈庚桑楚〉「上神乘光，與形滅亡，此謂照曠。」〈天地〉等文），但若放在整個道家、道教，甚至整個中國宗教、哲學思想當中，無疑仍具有獨特的意義及價值。只是現今有關中國宗教、哲學的討論，都尚未深入探討此重要主題。有關此點，筆者在〈王重陽的形上思想及養生意涵〉（發表於玄奘人文社會學院主辦：第一屆道教學術研討會，2002）一文當中，有較完整之論述。

對於內在本體之光的體證下而促成的。以下所引的四首詩，即可充分印證上面的說法：

一團真實漸生光，四象方能盡屬陽。五葉金蓮開爛熳，萬絲瓊蕊密舒張。

(註 75)

自從收得水中金，便用刀圭剖盡陰。一朵瓊花開向日，晶陽返照運天心。

(註 76)

喚出元初子細看，瑩然結就紫金丹。明明圓妙應無比，五道霞光做一攢。

驀然捉住這元初，幻化方知不屬余。一箇光明真了了，五般彩豔自如如。

(註 77)

第一首詩開始即言，「一團真實漸生光」，此「一團真實」當是指內丹修煉過程中，藉由心氣下降，腎水上升，坎、離二物交媾之際，同時招攝肝、脾、肺等臟腑之氣所凝結而成的光狀物體。緊接而言的「四象方能盡屬陽，五葉金蓮開爛熳」一語，即是在對「一團真實」一詞的具體內容，做更進一步的闡述；此具體內容即是指肝心脾肺腎等五臟之氣凝結時的具體光景。(註 78)最後的「萬絲瓊蕊密舒張」之說，則是在描繪此光狀物體所呈現出來之千變萬化的奇妙景象。總括來說，第一首詩所描述的，正是內丹修煉過程當中所出現之「和合四象」及「五氣朝元」的奇妙內景；(註 79)而從光、陽、金蓮、爛熳、瓊蕊等語詞來看，此奇妙內景的核心關鍵，顯然是光。在王重陽的體證當中，無論是五行之氣，還是由五行氣所凝結而成的生命本體，皆閃耀著五彩繽紛、炫人眼目的無限明光，王重陽即

75.《重陽全真集》，頁 432 下。

76. 同上書，頁 433 上。

77. 同上書，頁 433 下。

78.《重陽全真集》卷十二，〈臨江仙〉「說四象」一詞言，「性命陰陽如何論？心脾腎肺刀圭。更兼南北與東西，甲庚丁與癸，雀武虎龍齊。子午沖和連卯酉，春冬秋夏相攜。白青赤黑吐虹蜺，坎離並震兌，水火木金躋。」(《正統道藏》第 43 冊，頁 516 下)因此，就內在臟腑來說，四象當指中央脾土之外的心腎肝肺四臟(王重陽此闕詞，似以「心脾腎肺」為四象，但就整闕詞所論及之四季、四色、四卦、四行的相互匹配來看，應當是指「心脾腎肺」。蓋脾屬中央土，地位特殊，於內丹修煉當中，乃是導引其他四臟之氣相凝結的媒介，故不特別列出)，就五行來說，則是水火木金四行。「四象」再加上中央脾土，即成五，「五葉金蓮」之說，即由此而來。

79.前言，內丹修煉背後的根本預設，即在於逆反宇宙、生命的創生，既是依循太極—陰陽—五行這樣的次序，則逆修內煉的過程，即是由五而歸於二，由二而歸於一。「四象盡陽」、「五氣朝元」所指涉的，即是將原已分化至五臟當中的五行之氣，重新復合凝聚為一體的內景。

常以蓮花、瓊花或菊花來象徵這樣的內在光景；^(註 80)而從這些充斥著光之意象的象徵語詞，正可見出，在王重陽的形上學或內丹修證當中，光無疑是比人之肉身要來的真實的存在，甚至光本身即是道，即是生命的本體，即是究竟的實在。

至於第二首開始所謂的「水中金」，亦同樣含蘊著光的意象。水者，在五行的顏色匹配當中，係屬於黑色，在內在臟腑，則指腎。「水中金」這個名相，既可寬泛的指謂在混沌幽暗的修煉內景當中所顯現的金黃色光明物質，亦可進一步指謂於兩腎命門處由元神、元炁所凝結而成的金丹、藥物，抑或指玄關開顯時所出現之玄妙光狀事物。^(註 81)丹家於內觀、內煉至於虛極靜篤之際，往往能在一片混沌幽暗的內景當中，開始覺察到一團，甚或一整片的明光；依丹家的說法，此即陰盡陽生、一陽來復，先天藥物、神氣或玄關產生的關鍵時刻。於此之際，迅速採煉，即能逐漸由後天返回先天。「收得水中金」一語，即表示已採得了閃耀著金黃色光芒的先天大藥；行者若將此藥物，再進一步的純化及淬煉，生命即能徹底由陰濁轉為純陽，由後天躍入於先天，此詩最後二句，「一朵瓊花開向日，晶陽返照運天心」，即在描述此狀態。當然，類似這樣的二句詩，亦同樣反映出無比豐富之光的意象。

第三、第四首詩則指出，人的元初本性，即是一團如如真實、圓妙無比的明

80. 出生於喀什米爾地區的一位瑜伽師 Gopi Krishna，曾經論及為何許多的密教修行者，都會將「蓮花」當做一種非常重要的意象，他的說法，對於我們理解王重陽的「金蓮」及「玉花」之說，有相當的助益。Gopi Krishna 說：「古代的宗師們之所以會發明 Chakra 和蓮花這樣的意象，必定是他們發現神經中樞在覺醒時刻所呈現的光輝狀態，與旋轉發亮的輪盤或陽光下晶瑩欲滴的盛開蓮花極其類似的緣故。頭部周圍的光圈，不時放射著虹彩，而且被一股流經脊髓的光束支撐著，簡直像極了一朵盛開的蓮。而它那細長的花莖深入水中，藉著無數根纖維吸取養分的情形，與 Sushumna 管道透過無數神經纖維，從各個器官吸收精微有機質以供養 Kundalini 之火的運作過程更是如出一轍。那種光景確實類似一朵璀璨光燦的蓮，而它的廣大壯偉正好比千重蓮瓣。在缺乏生理知識的當時，大師們也的確無法想出更好的辦法來表示覺醒時用作強大能源基地的各個神經叢位置，並教導學徒為有朝一日可能出現的光輝景象作好心理準備。」(Gopi Krishna 著，王瑞徽譯，《拙火——人體潛能進化的奧秘》，台北：千華出版社，1993，頁 162。)以 Gopi Krishna 如上之言，對照王重陽所謂「五葉金蓮開爛熳，萬絲瓊蕊密舒張」之說，的確可以發現高度的類似性。
81. 在王重陽的各種著作當中，「水中金」一詞出現近十次，筆者以為，重陽運用此詞時，意義並不單一，有時指煉精化炁階段所產生之小藥，有時指煉炁化神階段所採取的大藥，有時則用做內丹所煉成之金丹、藥物的代稱，但無論是何者，都同樣指內丹修煉過程中，某個重要階段成就時所採取到的光狀物質。比如，見於《重陽全真集》卷一所言之「玄關奪得不追尋，鍊就重陽滅盡陰。從此頻添木上火，由斯再煮水中金」(《正統道藏》第 43 冊，頁 420 下)詩句，和「自從得水中金」一詩的說法十分接近，乃指一陽來復、玄關開顯之際，所採得的藥物。至於卷九之「鐵罐深，鐵罐深，凡塵俗垢不能侵。作用焚燒木上火，行持煎煮水中金」(《正統道藏》第 43 冊，頁 487 上)一語中「水中金」，則當指腎中之元氣而言。「焚燒木上火，煎煮水中金」一語，即指以心神凝注於命門炁穴，使神炁得以融合，凝結成藥物。

光。因為體證到這樣的明光，所以才能擺脫妄幻，躍入於永恆與無限當中。從以上的這幾首詩，無疑可以清楚地看到，具有形上及本體性質之內在明光的體證，與王重陽於內丹修煉過程當中所經歷之「死亡與重生」過程的密切關係。在王重陽的體認中，宇宙、生命的實相或本體，即是一種具有無限及永恆性質的璀璨明光。在內丹煉養的過程當中，由於後天經驗內容的捨棄，以及將意念凝聚於生命之形上本源（即玄牝、玄關），由是而能逐漸開顯這種具有形上本體性質的無限明光。後天經驗自我的轉化及「死亡」，先天、形上生命的呈顯，便是由此而得。是以，生命內在之無限明光的體證，正是王重陽「死亡與重生」過程當中，最具關鍵性的機制及內涵。當然，除了這樣的內容之外，類似人與宇宙萬物實為一密不可分的統一整體，此世界並不是惟一的世界，在此世界之外，另有一真實永恆的神仙世界，後天的肉身並不具有實在性，人在此肉身之外，尚有一真實的主宰及本體，且此本體乃是永恆、無限及無生滅的，人在後天的虛妄意識及覺知能力之外，另有一先天而純粹的意識及認識方式；此種意識具有一種無限微妙的感通能力，現象界的一切，皆受到陰陽規律的支配及左右，只有擺脫陰陽規律的支配，才能免於輪迴，獲得真正的解脫及自由…等等，都可說是王重陽在內丹修證經驗最後所體悟到的一些內容。如是的內容，和其對於光及本體的體證，顯然都有密切的連帶關係。

二、王重陽內丹密契經驗的特質

內丹經驗的核心及最終目標，乃是契合於大道，與大道達致完全的統一，這和 mysticism 一字的意義，正好相符，因此，在本文一開始，即將王重陽所傳承的內丹煉養之道，視為是一種密契主義。在西方，有關密契主義及密契經驗的著作，已為數眾多，William James 即提出，如果某種經驗具有不可言說、知悟性、頃現性及被動性等四項特質，即可被認定為「密契經驗」。^(註 82) James 之後，類似 W. Stace 及 Scharfstein 等學者，亦先後提出更多項的內容，以補充 James 說法之不足。此外，已故的日本禪師鈴木大拙，亦根據其實際的禪修經驗，對於禪

82. 《宗教經驗之種種》，頁 458-459。

宗的「開悟」之說，歸納出非理性、直覺性、權威性…等八項特質。(註 83)其說除了在指出禪宗的開悟經驗與其他形態的密契經驗之不同外，亦具有補充 James 之說法的意義。

仔細檢視 James 在《宗教經驗之種種》一書當中所提出的如上主張，其最大的問題，應當是遺漏了密契經驗所特有之「合一」(union) 的特質。(註 84)此特質可以說是「密契經驗」最重要的標誌，W. Stace 及 Scharfstein 二人，皆將其列為密契經驗或密契主義之首要特質，甚至以此來判定某種經驗是否為密契經驗的根本依據，但 James 却未將其列入，無疑是一個相當大的缺憾。其次，則為「頃現性」這項主張。James 以為，「密契狀態無法維持很久。除了極少的例子之外，它的極限是半小時，多一兩個小時，之後就漸漸入日常生活的狀態。當經驗消褪時，通常只剩下模糊的記憶；但當它再度發生，卻可以被認出來。」(註 85)如是的主張，若考慮東方的佛、道教及印度教傳統當中的密契經驗，便有修正的必要。比如，對於王重陽來說，「與道合同」的經驗，絕非只持續短暫的時間，在此經驗結束之後，生命便又回復到日常狀態。相反地，這樣的經驗，乃是一得永得，且連帶的會使原有的生命及意識，帶來根本而徹底的轉變。佛家禪宗的開悟之說，顯然亦是如此。事實上，James 之所以會得出這樣的結論，和他書中所搜集到密契經驗實例，主要皆為基督教以及偶發型態的密契主義有關。若使其生於今日，擁有更大的方便去了解東方宗教的密契傳統，那麼，應該就會修正這樣的說法。最後，若就密契經驗的特質來看，James 所舉出的四項，亦較為不足。例如，W. Stace 在《密契主義與哲學》一書當中，就列舉了七項，而 Scharfstein 更一舉歸納出十項之多，(註 86)由此可見 James 之說確實有較為不足的地方。然而，無論如何，James 的研究還是相當具有開創性及深刻性；後世有關密契主義及密契經驗的研究，正是立基在這樣可貴的基礎之上。以下，即針對王重陽的內丹密契經驗做更進一步的討論。

83. 《開悟第一》，頁 25-31。

84. Louis Dupré 為《宗教百科全書》所撰寫的「密契主義」條目，即主張應在 James 所列舉的四項特質之外，再加上「結合」(integration) 一特質。詳參 Mircea Eliade ed. *Encyclopedia of Religion*, New York: Macmillan, 1995, p.246。

85. 《宗教經驗之種種》，頁 459。

86. 《神祕經驗》，頁 189-226。

在王重陽所遺留下來的各種著作當中，隨處皆可見到其自述心境、感受的詩文。透過這些詩文，我們可以歸納出，王重陽所經歷之密契於道體的經驗，實具有如下的幾項主要特質：

一、統一整體：內丹體道的經驗，即是一種與宇宙萬物混融為一的統一經驗。透過內丹的修煉，使原本框限著生命，使自己與世界相互區隔、對立的虛妄自我，被徹底的瓦解、打破，整個人亦因此而融入全體宇宙當中，不再有任何的間隙及分別。換句話說，到了這時候，人即宇宙，宇宙即人，兩者已經完全的統一在一起。比如，類似「透入晴空傳不二」，^(註 87)「搜出從來端的事，休分南北與西東」，^(註 88)「慈悲清淨俱雙立，頓悟全無物物靡」^(註 89)等詩詞，都傳達出如是統一感受。

二、真實絕對：王重陽以「全真」一詞，來稱呼自己所創立之宗派的名稱，即直接地指點出，「全然的真實」正是其體悟及傳教的核心所在。所謂「存神養浩全真性」，^(註 90)「驀然捉住這元初，幻化方知不屬余。一箇光明真了了，五般彩豔自如如」，^(註 91)都清楚地顯示出其內在真實絕對的心境與感受。

三、快樂喜悅：歡喜、快樂及喜悅等字眼，乃是王重陽的詩文集當中，十分常見的字眼。這充分顯示出，王重陽從其內丹實踐當中，獲得一種真實無比、綿延永恆的快樂及喜悅。從此角度來看，內丹之道亦可說是一條獲得喜悅的道路。比如，「奪得仙丹超造化，有餘真樂證無餘」，^(註 92)「光輝燦爛知分付，果證無餘樂有餘」，^(註 93)「吉吉吉人王嘉總，無思無慮樂陶陶」^(註 94)等語，都充分表達出其内心無限幸福愉悅的感受。

四、光明清淨：正如前文所說的一般，在王重陽的體認當中，本性即是道，即是一種光耀璀璨的無限明光，因此，合道或體道，便等於是將生命完全融入這光耀異常的無限明光一般。重陽的詩詞作品當中，有關此景的描述甚多，以下所引

87.《重陽全真集》，頁 490 上。

88. 同上書，頁 432 上。

89. 同上書，頁 421 下。

90. 同上書，頁 431 上。

91. 同上書，頁 433 下。

92. 同上書，頁 414 上。

93. 同上書，頁 416 上。

94. 同上書，頁 414 下。

出的，即是其中數例：「搜開本有自分明，放出真光滅盡情」，(註 95) 「明光一點絕塵埃，瑩徹那分內外」，(註 96) 「一顆明珠，萬道霞光照」。(註 97)

五、自在逍遙：絕待逍遙本是莊子的根本追求，在王重陽的《全真集》等著作當中，亦處處表現出這樣的心境。比如，「妙妙玄玄無罣礙，惺惺了了永逍遙」，(註 98) 「此箇大丹歸物外，逍遙來往入虛無」，(註 99) 「靈明一點，逍遙自在」(註 100) 等語，都是當中的顯例。

六、安詳靜定：虛極靜篤本為道家所追求的境界，此境界的進入，亦被視為契悟道體的重要前提。此外，虛靜亦可被視為做道之一種根本的特質。王重陽在〈三州五會化緣榜〉一文當中曾言，「諸公如要修行，饑來吃飯，睡來合眼。也莫打坐，也莫學道，只要塵凡事屏除，只用心中清靜兩箇字，其餘都不是修行。」(註 101) 此可見其對於「清靜」重視的程度。在其自述悟道的心境當中，虛靜、平安、靜定等字眼，出現的頻率相當的高。比如，「墓中閨寂真虛靜，隔斷凡間世上塵」，(註 102) 「炎涼尋自在，覓逍遙，漸漸歸禪定」，(註 103) 「今日卻歸元本路，自然清靜永恬然」(註 104) 等語，都是例證。

七、了然徹悟：James 在論及密契經驗之「知悟性」這樣的特質時，曾說，「雖然密契狀態近似感覺狀態，但對那些經驗此種狀態的人而言，它也是一種知性狀態。密契狀態是對於推論理智所無法探測之深刻真理的洞悟。它們是洞見、啓示，雖然無法言傳，但充滿意義與重要性，通常對於未來還帶著一種奇特的權威感。」(註 105) James 之此說，無論是在老子或王重陽身上，皆可得到印證。在老子的體證當中，道乃是萬事萬物的根本原因，復歸於道，即能了悟一切，所謂「得母而知子」、「執古之道，以御今之有」等說，都傳達出這樣的認識。王重陽承繼

95. 同上書，頁 418 下。

96. 同上書，頁 488 上。

97. 同上書，頁 447 下。

98. 同上書，頁 486 上。

99. 同上書，頁 421 上。

100. 同上書，頁 445 下。

101. 《重陽教化集》，頁 564 下。

102. 《重陽全真集》，頁 430 下。

103. 同上書，頁 440 上。

104. 同上書，頁 461 下。

105. 《宗教經驗之種種》，頁 458。

老子的思想，亦有完全一致的說法。所謂「東西南北皆圓轉，到此方知處處通」，(註 106)「萬般神應還誰見，一箇真靈只自欽」(註 107)等語，皆表達出其體道之後，了悟一切、神應無方的境界。

八、玄妙深奧：在《道德經》當中，老子常以「玄」字來表現道之無形無相、無窮無盡、變化多端且又恍惚難測的特質。而一個修道有成之人，在老子的眼中，亦具有著「微妙玄通，深不可測」的人格特性。類似這樣的一些描述，在王重陽的對於道的體悟當中，亦同樣可以見到。比如，「全得得，窈默與冥昏，慧性來回清淨路，真靈出入妙玄門」，(註 108)「二道合和歸本類，想玄玄，尋密秘」，(註 109)「勘破行功無作用，於斯便可認玄玄」(註 110)等語，都是極具代表性的例子。

九、平等包容：自我的消融、瓦解或徹底轉化，乃是體道、悟道的根本前提。人在消融自我之後，生命完全混同於宇宙萬物，不再存有任何的分別及差異。於是，一種平等、包容的無限意識，亦自然而產生。王重陽本人，甚至將「平等」視為是「道德之祖，清靜之元，…玉花、金蓮之根本，三光、七寶之宗源」，(註 111)其對於平等的重視與強調，由此可見一斑。所謂「平等常施為大道，清淨不退得真慈」，(註 112)「知公能作自身觀，物命於人沒兩般」(註 113)等語，都清楚地表現出王重陽所強調的平等包容之心。

十、永恆不朽：在老子的描述中，道具有「周行而不殆」，「自今及古，其名不去」這樣一種永恆常在，無毀無亡的特質。人若回歸於道，亦能與大道同其不朽。此點在王重陽的著作當中，亦多有所見。以下的詩詞，即充分傳達出這樣的思想：「不滅不生閒朗耀，方知卻得舊規模」，(註 114)「復住空中超造化，得歸物外越乾坤，那論若亡存」，(註 115)「徹中央大羅天，歸去永除遷變」。(註 116)王重陽

106. 《重陽全真集》，頁 413 下。

107. 同上書，頁 420 下。

108. 同上書，頁 453 下。

109. 同上書，頁 454 下。

110. 同上書，頁 489 下。

111. 《重陽教化集》，頁 564 上。

112. 《重陽全真集》，頁 417 上。

113. 同上書，頁 416 下。

114. 同上書，頁 417 上。

115. 同上書，頁 453。

116. 同上書，頁 458 上。

對於道教所追求的「長生不死」理想，亦可從如上的詩詞來理解。

十一、不可言說：不可言說，乃是 James 所列舉密契經驗之第一項特徵，而老子《道德經》的第一章，亦開宗明義的指出，永恆的常道，乃離於言詮（「道可道，非常道」）的主張。在王重陽的密契經驗當中，「不可言說」亦同樣是一項非常重要的特性。比如，「窈默昏冥非有說，自然秘密穩神仙」，^(註 117)「唯願回頭通此著，果登無漏絕談論」，^(註 118)「從茲默默與昏昏，又更冥冥還杳杳」^(註 119)等語，即充分表現出道之不可以言詮的特質。

十二、充實滿足：人之所以會有空虛匱乏、心中無主之感，乃是因為生命不斷順任感官，追逐外境，不知節制反照。修丹所走的，正是一條回歸逆反的道路。若是生命能收視返聽、回光返照，復歸於生命之根本源頭——道，即能感到充實滿全，不再有空虛、匱乏的感受產生。在王重陽的詩文集當中，亦屢屢可見這樣的心境抒發。比如，「養就神和氣，自不寒不饑不寐」，^(註 120)「養成元氣常充滿，結住靈神莫漏津」，^(註 121)「識未知鉛，氣滿精牢神聚」^(註 122)等語，都充分表達出充實滿足的心境。

十三、獨立絕待：一個擁有密契經驗的人，往往會有超然脫俗、獨立絕待，昂然高舉於世界之上，不再為世俗之事所羈絆與染污的心情產生。此點在王重陽的著作當中，亦常見到。所謂「精神氣候誰能比，日月星辰自可同」，^(註 123)「從此逍遙，真自在如然，斷卻絲麻出世纏」^(註 124)等語，都傳達出這樣的感受。

十四、脫胎換骨：相對於日常經驗或通常的感官經驗來說，密契經驗乃是一種具有超常、超驗、深度、根源、終極以及形而上等特質的經驗，其所反映的乃是一種超越於通常經驗層次的實在。因此，當一個人因某種機緣而得以碰觸到此類經驗時，往往會有擺脫了原有的生命及意識，進入到另一個時空的感受；於是，類似「脫胎換骨」或「我已不再是原來的我」這樣的感受，也會因之而產生。這

117. 同上書，頁 415 上。

118. 同上書，頁 487 上。

119. 同上書，頁 496 上。

120. 同上書，頁 450 下。

121. 同上書，頁 491 上。

122. 同上書，頁 442 上。

123. 同上書，頁 417 上。

124. 同上書，頁 444 上。

在許多經歷過密契經驗的人身上，實為相當共通的現象。王重陽的「活死人」之說，便是其中相當具有代表性的說法。

以上，我們從王重陽為數眾多的體道詩詞當中，歸納整理出內丹密契經驗的十四項主要特徵。這些特徵，彼此皆互有關聯，且在老莊的書中，基本上皆可見到。把內丹之道的淵源追溯到老子身上的王重陽，具有和老子一樣的體驗和感受，自不是意外之事。若和其他宗教或非宗教的密契經驗相比較，王重陽的體驗，其共通處亦有不少。然限於主題及篇幅，有關王重陽內丹密契經驗的內涵與特質，和其他密契主義的比較，只能另撰他文來處理。(註 125)

肆、對於王重陽內丹經驗的進一步反省及檢討

一、內丹密契經驗之真實性問題

對於重陽來說，回歸於道、與道相合契的經驗，正是人類所有內外經驗當中，最真實深刻、最具根源性及終極性意義的生命經驗。人因契悟於道，由是而能轉虛妄為真實，化相對為絕對，且從此活在一種如如真實的境況當中，而一切的思想及言行，亦因此具有絕對真實的意義。若是生命未曾經歷這樣一種徹底的蛻變與轉化，則所見所思、所言所行，皆不免帶有相對及虛妄的性質。王重陽如是一般的存有論思想，正好與現代世界的觀點截然相反。在這個只相信人的理性和感官，相信數字及測量的時代當中，經驗及物質的世界，自不免被認定是唯一的實在；至於那一個被古代許多宗教、哲學傳統視為超越感官經驗、無法被觀察、測量及認識，但卻是一切現象之根源及基礎的形上本體（比如，道、梵、神、上帝等），反而成了一種虛妄不實的假設，甚且遭到被徹底摒棄及遺忘的命運。因此，類似王重陽這樣一種經由神秘玄奧且超越於感官經驗層次的密契經驗所發展出來的存有論觀點，在這個時代當中，自然會被投以懷疑及不信任的眼光。

然問題是，感性與理性真是人類從事認識活動的惟一管道嗎？經由感性與理性所建構起來的科學知識，是否真的具有絕對性，因此可做為評判其他一切認知

125. 詳參拙文〈密契經驗的比較研究——以王重陽、王鳳儀、虛雲法師及 Gopi Krishna 為核心的討論〉，發表於 2006 年 5 月 9 日，文化大學哲學系、三清道家道教基金會合辦之「道文化國際研討會」。

的根本標準？對於這兩個問題，無論是從科學心理學、創造心理學、科學哲學，還是從哲學認識論、科學知識的演化以及人類意識的發展情況來看，答案都是否定的。科學理論的提出及建構，除了要藉助感官知覺以及理性的推理思辨之外，更重要的乃是一種難以具體言明或無法確切掌握的準確靈感、洞見及直觀。這是大部分的科學家都會承認的事實；而從整個科學發現的歷史當中，亦可找到無數的案例來支持這樣的說法。因此，單就科學域本身來看，都必然要肯定，人類有外於感官知覺及理性思辨能力的認識管道與能力，且此能力的重要性，相對於感性及理性來說，實有過之而無不及。除此之外，人類藝術的創作、各種知識領域的發現，以及原始式思維的存在，也都可以支持如上的結論。

其次，從康德《純粹理性批判》一書當中的論證、量子力學的出現，以及科學知識本身乃是一個不斷發展演進的歷程來看，科學知識之具有相對性、局部性以及無法認識終極實在，乃是一個相當明顯的事實，因此，並沒有理由以現今的科學知識，來評判具有絕對及原初性質之密契經驗內容（比如，體會到光的存在）的真實與否。James 所謂的「密契者是刀槍不入的」^(註 126)以及「理性主義即使對它發牢騷，也是徒勞」^(註 127)等語，也同樣表達出密契經驗的實際內涵，並非科學、理性抑或沒有此類經驗的人所能置喙的看法；^(註 128)不過，他也同時認為，「對於那些沒有直接經驗的人，這些密契經驗沒有任何權威要他們毫無批判地接受這些經驗的啓示。」^(註 129)當然，當我們否定了可以從現代科學知識的角度來駁斥密契經驗之內容時，並不代表密契經驗的內容皆已得到了證明。由於「密契經驗對那些經驗者來說是一種對事實的直接知覺，就像我們有的任何感官經驗一樣」，^(註 130)因此，我們大概只能從經驗者在經歷密契經驗之後，所帶來的實際轉變（比如，快樂喜悅、清淨光明…等特質），來間接推論密契經驗之實際的真實性。^(註 131)

126. 《宗教經驗之種種》，頁 498。

127. 同上出處。

128. 做為一個實用主義的哲學家，James 比較是從密契經驗所帶來的實際效益，來看其是否有真實性的問題。在他的認識當中，密契經驗帶給實際經驗者的轉變，顯是正面而有益的，因此，自亦有其真實性。（《宗教經驗之種種》，頁 498）

129. 《宗教經驗之種種》，頁 498。

130. 同上書，頁 499。

131. 在今天，有關靜坐、氣功、瑜伽或太極拳的修行所帶給身心意識的實際轉變情況，已可透過一些現代科學儀器（比如，腦波儀 EEG）來加以觀測及記錄（李嗣涔著，《人體身心靈科學——氣功、特異功能及信息場》，自印本，2001）。這樣的可能，也為透過科學的方式來了解、驗證或否證密契經驗提供一個新

除此之外，類似王重陽這樣一種經過長期專注的修煉而引發的密契經驗，相較於那一些具有突發、偶然及短暫性質的密契經驗，則更多了一種方法論、工夫論與具體操作過程的保障及說明。這樣的保障及說明，不只提供了他人理解密契經驗之詳細過程及其內涵的管道，而且，也使密契經驗的發生，具有了類似現代科學所強調的「可重複性」。所以，除非我們能具體地指出這樣一種方法論、工夫論或操作方法（比如，收視返聽、專注意守）的虛妄不實，否則即無法有力的反駁密契經驗的實際可能性。

二、王重陽內丹經驗的啓示與價值

「人性的探究」(A Study of Human Nature)，乃是 William James 為《宗教經驗之種種》一書所擬的副標題。James 之所以會為該書加上這樣一個副標題，正充分顯示出，當他在探討這些奇偉瑰怪的宗教經驗時，他並未把這些經驗單單視之為專屬於少數人或宗教徒才可能擁有的經驗，也不認為這樣的探討只對宗教研究有意義；反之，而是看到了這些經驗的背後所涵蘊的普遍意義與價值。透過對這些經驗的探討，我們有可能更加深入而完整地了解宇宙、生命，以及人類生命、意識之更為深層、更為真實的內涵。是以，他在該書當中，曾一再地表達出如下一般的結論性觀點及見解：

原初真理永遠是建立於出自衝動的信仰；可以用言語道出的哲學，只是把它轉化為華麗的公式而已。那些非理性而直接的確信，是我們內心較為深刻的部分，可以用理性來辯駁的部分，只是一種表面的展示。直覺引導，理智跟隨其後。（註 132）

若干年前，我自己對於氧化亞氮所引起的迷醉狀態做過一些觀察，還把結果付印成書。當時有一個結論壓迫在我心中，但我對此真理的想法，始終沒有動搖過。這個結論就是，日常的覺醒意識，也就是我們所稱的

的契機。不過，由於密契經驗的類型極多，特別是對那些具有偶發及短暫性質的密契經驗，能否透過現代科學儀器的測試，嘗試歸納出當人進入密契狀態時，大腦腦波所普遍呈現的振動情況，便很成問題。再者，即使我們有可能歸納出當人進入密契狀態時，大腦腦波所普遍呈現的振幅情況，並藉此來評斷某人是否真的具有密契經驗，但這樣的評斷，仍顯然具有相對性；而且，我們仍無法藉由這樣的方式，具體的評斷某位真正擁有密契經驗之人所宣稱之各項體驗內容的真實與否。

132. 《宗教經驗之種種》，頁 89–90。

理性意識，只不過是一種特殊的意識狀態，在其周圍還存在著許多全然不同的可能意識狀態，彼此之間只以極薄的帷幕互相隔開。我們可能終其一生沒有感覺到這些意識狀態的存在；但只要施予所需要的刺激，一觸之間它們就可以完全呈現；它們是心靈的特定型態，也許某處正是應用與適應的範圍。任何關於宇宙整體的討論，如果忽略其他形式之意識狀態的話，是不會有什麼結論的。（註 133）

我所受過的全部教育都使我相信，我們現有意識的世界，只是許多存在的意識世界之一，而且其他的世界，必然也包含對我們生命有意義的經驗。（註 134）

James 之所以會得出如上的一些結論，和他對於宗教密契經驗的探討，有著相當密切的關係。正因為他堅信這樣的一些結論，因此，他便將自己定位在「超自然主義」這樣的哲學流派上。這一個哲學流派，「相信在與理想的感通之中，新的力量會進入世界，並為這個世界帶來新的變化。」

James 因探討宗教密契經驗所得出的如上結論，顯然亦可以從王重陽本人的內丹經驗當中得到支持與印證。在王重陽的體認當中，立基於肉體身軀之上的後天生命及意識，因其不斷流轉變遷，因此，並無終極的實在性，抑或擁有固定不變的本質。我們之所以會覺得其有真實性，且以為它就是我們生命、意識的全部，乃是源自於一種虛妄的無明及迷執。事實上，在這個虛妄不實的後天生命及意識之後，還存在一個真實、永恆、純粹、無限的本體，此方為人類生命的真實面目或真正本質。內丹修煉的根本目的，即在由後天返歸先天，摒棄妄幻、體證真實，了知生命之真正實相。王重陽的所有著作當中所一再反覆宣揚的中心主題，正是這樣的一種認識；其一手創立的全真道教所孜孜追求的，亦在於此。以下所引出的詩詞，便是其中相當具有代表性的說法：

胎生卵濕化成人，迷惑安知四假因。正是泥團為土塊，聚為身體化為塵。

（註 135）

133. 同上書，頁 465。

134. 同上書，頁 611。

135. 《重陽全真集》，頁 431 下。

靜中勘破五行因，由此能捐四假身。返見本初真面目，白雲穩駕一仙神。

(註 136)

本初面目，稟三光精秀，分來團聚。得得成形，唯自在，應占逍遙門戶。

一箇靈明，因何墮落，撲入凡胎處。輪迴販骨，幾時休歇停住？搜獲虛幻身軀，榮華富貴，莫也非堅固。頓悟如如，緣合後，深謝真師垂顧。

祕訣親傳依從做，徹達了，憑遭遇雲朋霞友，並歸蓬島瓊路。(註 137)

王重陽如是的體認，和《老子》一書當中身與神、有與無、器與樸、子與母，以及內丹家識神與元神、本元之性與氣質之性的區分，顯有一脈相承的關係。透過王重陽這樣一位人物的實際體證及探討，使我們看到人類生命之更為根本、深刻及真實的內涵及可能；這樣的內涵及可能，乃是大部分人的一生所難以想像，以及所未曾去開發和觸及的。在王重陽看來，這也正是我們之所以活得盲目、痛苦、狹隘、不安、空虛、貧乏、不踏實、不自在及缺乏意義，以及人類社會為何一直充滿著衝突、對立甚至戰爭的主要原因。(註 138) 人類生命如果要跳脫種種存在的困境，徹底解決存在的根本問題，只有設法打破後天狹隘、相對、虛妄而有限的自我意識，復歸於存有之本源，開顯那一個混同無分、無窮無盡之先天純粹意識方有可能。在王重陽身上，這樣的一種可能，乃是藉由內丹的逐步修煉而成

136. 同上書，頁 432 下。

137. 同上書，頁 442 下。

138. 審查者以為，筆者此處之論述及詮釋，恐犯了「範疇謬誤」的問題。對此質疑，筆者的答覆是，類似這樣的詮釋，在各宗教當中，實相當普遍。比如，佛家即把「無明」視為是業報輪迴和生滅法界存在，以及人類生命、社會之一切問題的根本原因；而莊子則將是非或分別心的呈顯，視為是大道虧缺、愛執產生、人民及君臣爭相奪利和爭戰的主要原因；至於猶太教、基督教的經典中，亞當、夏娃因吃了分別善惡的果實，因而開始有死亡，以及開始承受種種苦難，最後並被神逐出伊甸樂園的神話，亦同樣含蘊著分別或自我意識的呈現，乃是生命之所以有死亡及種種苦難的原初根源。各大宗教之所以會出現如是一種觀點，其原因正在於，宗教本身乃是一種「終極性的探求及關懷」，宗教的思維，乃是一種類似形上學般的根源性、徹底性及整體性的思維。這樣的關懷及思維，務求深深宇宙、生命的本質、實相，以及生命問題的根本原因，並尋求問題的根本解決之道。無論是佛家的「無明」說，還是老莊有關的「是非」及「有為」之心的說法，皆有十分嚴謹、縝密的分析及論證，指出其為生命之各種問題的根本源頭。至於這樣的觀點，是否會落入邏輯上所謂「範疇謬誤」，筆者並不認為。以戰爭一事為例，此事表面上來看，似是與宗教無關的另一個範疇，宗教的教義也似乎無法解決戰爭的問題，但如果我們深入去探索戰爭在人性上的成因，則會發現，無論是佛家所說的「無明」、「分別」，還是老莊所說的「是非」、「有為」之心，的確都是導致人類彼此爭戰或對立的根本原因。筆者當然贊同，防止戰爭的發生，並不能只單純地訴諸「般若智慧」、平等心及無分別心，各種防止戰爭產生之機制的建立，絕對是必要的，但如果想要徹底根絕戰爭的問題（雖然這樣的理想的，在有限的存在界當中，是不可能真正達到的），就像要使生命得到真正的平安、自在及解脫一般，無疑必須從心性的統一、清明及無分別做起。

就的；王重陽內丹經驗的可貴，即在於為我們展示了人性、意識的這種深層內涵及可能，豐富及深化我們對於自身生命的認識，以及明確指出達到這種可能的方法。無論是從生命的自在解脫，還是從宇宙、生命實相的體證以及哲學形上學的建構等角度來看，這樣的經驗，都具有相當可貴的意義及價值。

伍、結論

對於中國以及印度的宗教、哲學傳統來說，密契主義都是相當根本而重要的一支；而密契主義的核心，就在於與終極實在達到完全的融合與統一的經驗。因此，仔細去探究這種經驗的具體內涵、特質及過程，無疑是了解中國及印度宗教、哲學的關鍵所在。在這一點上，鈴木大拙對於禪宗開悟經驗的剖析及詮釋，便是一個極具啟發性的典範。只是在中文學界，仍未見到可與之相互輝映的論著。本文主要的探討對象——王重陽，乃是一個相當典型的密契主義式人物。由於其死後留下大量有關修丹、修道的資料，因此，正可做為我們了解密契經驗的形成過程以及其具體內涵與特質的重要根據。透過這樣一種典型的深入剖析及探討，除了有助我們了解王重陽本人的宗教、哲學思想之外，也可以由此看到中國的宗教、哲學傳統所據以建立其思想、理論的主要方式。再者，這樣的探討，亦極有益我們去思考宇宙、生命的本質性問題；我們甚至可以立基在這樣的基礎上，建立起一種屬於內丹的深度心理學。

在本文當中，我們首先概要地論述王重陽內丹思想的基本要旨。其次，即深入剖析、探討王重陽內丹密契經驗的內涵與特質。此亦是本文最核心的論述。最後，再針對王重陽的內丹經驗，做進一步的反省及檢討。誠如本文開始所言，有關王重陽的研究，雖已累積不少成果，但大都偏向文學、歷史及思想史等層面。至於了解王重陽最核心的關鍵所在——內丹，泰半的論著，雖都曾言及，但仍不免停留在初步介紹的層次。本文嘗試從密契主義的角度切入，一來在彌補現今研究的不足，二來，亦視密契主義的角度，乃是理解重陽內丹思想的重要關鍵所在。然礙於自身學力及時間、篇幅的限制，於內丹及其相應經驗的詮解，仍存在許多可以努力的空間，日後作者將繼續針對相關主題（比如，王重陽內丹經驗的語言問題），做更深入的探討。

引用書目

一、傳統文獻

- 唐·鍾離權，1984，《鍾呂傳道全集》，台北：自由出版社。
- 五代·崔希範，1984，《入藥鏡》，收於蕭天石主編之《鍾呂傳道全集》，台北：自由出版社。
- 五代·譚峭，丁禎彥、李似珍點校，1996，《化書》，北京：中華書局。
- 金·王重陽，1988，《重陽全真集》，《正統道藏》第43冊，台北：新文豐出版公司。
- ，1988，《重陽教化集》，《正統道藏》第43冊，台北：新文豐出版公司。
- ，1988，《重陽真人授馬丹陽二十四訣》，《正統道藏》第43冊，台北：新文豐出版公司。
- ，1988，《重陽立教十五論》，《正統道藏》第54冊，台北：新文豐出版公司。
- 金·邱處機，1998，《邱祖語錄》，收於蕭天石主編，《呂祖心法傳道集、邱祖全書節輯合刊》，台北：自由出版社。

二、近人論著

- 王 沐，1990，《悟眞篇淺解》，北京：中華書局。
- 王鳳儀，1971，《王鳳儀言行錄》，台中：聖德雜誌社。
- 任繼愈主編，1990，《中國道教史》，上海人民出版社。
- 李嗣涔，2001，《人體身心靈科學——氣功、特異功能及信息場》，自印本。
- 鈴木大拙，1993，《開悟第一》，徐進夫譯，台北：志文出版社。
- ，2000，《禪學隨筆》，孟祥森譯，台北：志文出版社。
- 胡其德，2001，〈王重陽創全真教的背景分析〉，《台灣宗教學會通訊》8:26-33，台北：台灣宗教學會。
- ，2006，〈王重陽的「解脫」法門〉，《丹道研究》創刊號，台北：丹道文化教育基金會。
- 蕭天石，1990，《道家養生學概要》，台北：自由出版社。
- 蕭進銘，2002，〈王重陽的形上思想及養生意涵〉，玄奘人文社會學院主辦：第一屆道教學術研討會。
- ，2006，〈從外丹到內丹——兩種形上學的轉移〉，收於清華大學出版《清華學報》，第36卷第1期，頁31-71。
- ，2006，〈密契經驗的比較研究——以王重陽、王鳳儀、虛雲法師及 Gopi Krishna 為核心的討論〉，文化大學哲學系、三清道家道教基金會合辦之「道文化國際研討會」。
- ，2006，〈玄牝考〉，收於《丹道研究》(創刊號)，台北：丹道文化教育基金會。
- Brühl, Lévy, 1995, 丁由譯，《原始思維》，北京：商務印書館。
- Dionysius, 1998, 包利民譯，《神秘神學》，北京：三聯書店。
- Eliade, Mircea, 1960. *Myths, Dreams and Mysteries*, translated by Philip Mariret, New York: Harper & Row Publishers.
- , 1974. *Shamanism: Archaic Technique of Ecstasy*, translated by Willard R. Trask, New Jersey: Princeton University Press.
- , 1979. *The Two and the One*, translated by J. M. Cohen, Chicago: University of Chicago Press.
- , 1987. *Encyclopedia of Religion*, New York: Macmillan。
- , 1990,《神秘主義、巫術與文化風尚》，北京：光明日報。
- , 2001, 楊素娥譯，《聖與俗——宗教的本質》，台北：桂冠。

- James, William , 2001 , 蔡佳怡、劉宏信譯，《宗教經驗之種種》，台北：立緒出版社。
- Jung, C. G. , 2002 , 楊儒賓譯，《黃金之花的祕密——道教內丹學引論》，台北：商鼎文化。
- Moody, Raymond A. , 長安譯，《來生》，台北：方智出版社。
- Kohn, Livia, 1992. *Early Chinese Mysticism*, New Jersey: Princeton University Press.
- Krishina, Gopi , 1993 , 王瑞徽譯，《拙火——人體潛能進化的奧秘》，台北：千華出版社。
- Louth , Andrew , 2001 , 孫毅、游冠輝譯，《神學的靈泉——基督教神秘主義傳統的起源》，北京：
中國致公出版社。
- Parrinder, Geoffrey , 1992 , 舒曉煒、徐鈞堯譯，《世界宗教中的神祕主義》，北京：今日中國出版
社。
- Scharfstein, Ben-Ami , 1982 , 徐進夫譯，《神秘經驗》，台北：天華出版事業有限公司。
- Scholem, G. G. , 2000 , 涂笑非譯，《猶太教神秘主義主流》，成都：四川人民出版社。
- Stace, W. T. , 1998 , 楊儒賓譯，《冥契主義與哲學》，台北：正中書局。
- 蓮華生大士原著，1992 , 徐進夫譯，《西藏度亡經》，台北：天華出版社。

Light, Death and Rebirth: The Content and Characteristics of Wang Chong-yang's Neidan Mystical Experience

Chin-ming Hsiao

Tamkang University · Soochow University

ABSTRACT

Wang Chong-yang is the founder of the Taoist Quanzheng sect. He established his religious and philosophical thought through inner alchemy practice. If we want to understand Wang's thought and behavior, we must explore the mystical experience of Wang's Neidan practice.

This article tries to analyze the source, content, characteristics and theoretical foundation of Wang's Neidan mystical experience; it also examines the meaning and possibility of such experience. Through this exploration, we can understand Wang's thought and behavior, and see a paradigm of establishing Chinese religion and philosophy. In addition, such an exploration can help us to realize the transcendental experience of human beings.

Key words: light, Neidan (inner alchemy), death, rebirth, mysticism

(收稿日期：2006.10.17；修正稿日期：2007.1.1；通過刊登日期：2007.5.23)