

论道教内丹学的“两重天地”

戈国龙

任何一个大的宗教传统，都有对于宇宙的“本体”与“现象”，对于人生的“真实”与“梦幻”的两重划分，前者对应于宗教所追寻的那个解脱或超越的世界，后者则对应于世俗或经验的世界。在道教内丹学中，“两重天地”的概念可以看成是上述两重划分的一种表现形式，但内丹学又有自己鲜明的特色。“两重天地”是内丹学“阴阳交媾论”的理论体系中一个非常重要的主题，阴阳交媾的本体（药物）、功夫（火候）与境界都与“两重天地”密切相关，本文详细论述道教内丹学两重天地的理论体系与实践意义，由此可以理解内丹学修炼成仙所以可能的理论依据与实践功夫之要旨所在。

关键词：两重天地 先天阴阳·后天阴阳 先天一气 气神

作者 戈国龙，中国社会科学院世界宗教研究所研究员，中国社会科学院道家与道教文化研究中心主任。

在道教内丹学中，先天、后天的区分非常重要，这涉及到阴阳交媾的药物与火候，更涉及到阴阳交媾何以能成仙的本体论问题，构成了内丹学所谓的“两重天地”，而与之相对应的则是“四个阴阳”（即先天阴阳与后天阴阳）。“两重天地”是内丹学“阴阳交媾论”的理论体系中一个非常重要的主题，阴阳交媾的本体（药物）、功夫（火候）与境界都与两重天地密切相关，所以我们在本文中对此做一专题研究。

一、何谓两重天地

任何一个大的宗教传统，都有对于宇宙的“本体”与“现象”、对于人生的“真实”与“梦幻”的两重划分，前者对应于宗教所追寻的那个解脱或超越的世界，后者则对应于世俗或经验的世界。换言之，这也是宗教传统中圣与凡、染与净、此岸与彼岸的两重世界，宗教追求的共同特征是试图从世俗的、染污的、凡夫生活的此岸世界，通过不同的修行道路，达到解脱的、清净的、圣者觉悟的彼岸世界；而对于这两重世界相互关系的理解，则构成了一种宗教世界观、人生观的重要组成部分。其中，可大别为三种类型：一种是否定世俗世界（现象界），追求超越世界（本体界），现象与本体截然分立；一种是在世俗世界中，同时达到超越的境界，本体即在现象中体现；一种是在世俗世界即是超越世界，现象即本体，现象世界之外别无所谓超越世界。

若绝对地肯定现象界即本体界，完全否定本体界的存在，此种思想则易沦为世间一般的沉沦世俗的世界观，从而不再具有宗教的本质特征。宗教中的“不二论”只是否定将现象与本体作二元对立的理解，肯定在终极境界上现象与本体“圆融不二”的“大圆满”境界，但此种境界正是对世俗世界的一种超越的表现，并非将圣者解脱之境向下沉沦而等同于凡俗世界。这种情形下，亦可于超越层面圆融地说“现象即本体”“烦恼即菩提”，但其实有其特别意义，在某语

境下与第二种观点即“本体即在现象中”相似。

佛教所讲“一心开二门”，即由于人心之迷悟不同，世界亦对人开显为染、净两重世界。故佛教两重世界的划分并不是对客观世界的划分，而是在境界论上区分真实的世界对于人来说所显现的不同境界。当人在迷中，对本来是缘起性空的诸法起了实执，而离开了“诸法实相”，即呈现出自己的梦幻颠倒的世界；唯有通过觉悟，去掉由执着分别而造成的对实相的增减，回归诸法本来的样子，即可使原本的真实的世界呈现。故是否“有执”，是否领悟“空性”，乃是区分佛教圣、凡两重世界的根本。佛教所讲的空性，并不是现象不显现，而是一切现象的本质是缘起的，因为是缘起而无实体自性，故称为空。人将本空之现象执着为实有，故显现一虚妄的世界，非世界之真实面目也。若以“空”为本体，以“缘起”为现象，则佛教的观点实为现象与本体之“不二”，本体非现象之外的独立实在，本体即是现象的真实本性也。

道教作为中国三大传统宗教之一，继承了老庄道家的“道论”，对两重世界有自觉的划分。在道家，“道”有其本体义，而“万物”则相当于现象，但“道生万物”，万物本是道的开显，故道家的观点相当于“本体即在现象中体现”，非将本体现象两重世界截然割裂为二。值得注意的是，在道教内丹学中，本体与现象两重世界即是先天、后天两重世界，对于先天后天两重世界，内丹学有专有的名词以表现之，此即是作为本文研究主题的“两重天地”也。

我们将“两重天地”作为“阴阳交媾论”的一个专题，这并非我们的牵强附会，而是内丹学理论的一种本来面目。因为阴阳交媾的核心问题，即是“从后天返先天，以先天化后天”的问题，先天与后天的关系是阴阳交媾论的一个本质的问题。不仅先天与后天本身表现为一对阴阳关系，而且后天与先天各自本身又有其阴阳，故内丹学常将“两重天地”与“四个阴阳”并列而论，它们两者之间实是互为诠释的——如何理解先天后天的关系？答曰：通过阴阳交媾；如何理解阴阳交媾？答曰：通过两重天地！

先天后天，从其基本的语义上来讲，先天即指天地未生以前，后天即是天地既判之后。但内丹学的先天后天渐成哲理名词，即指上文本体与现象二重世界，不可仅作经验论上的理解。有形的天地形成之前，从科学意义上说亦很可能仍是后天世界而非先天世界，故中国哲学中的“天地”并非实指有形的天体与地球，乃象征万物形成于其中的一阴一阳之广大场域。当然，此“天地”已是开启万物之端，故其中之“天”虽“无形”而可谓“有象”，非中国文化传统中象征“天道”、“天帝”之形上本体之“天”也。

以下举内丹学文献以明之。《金丹正宗》曰：

天地未判之先，一混沌而已，混沌既凿之后，阴阳生焉。得阳炁轻清而上者为天，得阴炁重浊而下者为地，得阴阳二炁之全而中者为人。三才之位一定，而先天后天分矣！切谓先天者，纯阳也，一本也；后天者，纯阴也，万殊也。原夫上帝降衷而为人，赋性受命，皆禀太乙含真、先天祖炁，至虚至灵，惟精惟一，纯粹中正，皆可神仙，皆可圣贤。^①

在道生万物的顺向演化中，从天地未判之前的混沌状态逐渐显现出阴阳，由阴阳分化进一步生成天、地、人，由此则先天后天两重天地得以分判了。若无人，世界的区分即无意义可言；区分两重天地，正是因为人可以顺可以逆，可以仙可以凡。先天之纯阳为仙，后天之纯阴为物，人则阴阳相杂，具先天之灵而杂后天之物，顺后天之化则为人，逆返先天之本真，则可为圣贤也。

刘一明在《修真辨难》指出：

一阴一阳之谓道，是就道之用言。无形无象，是就道之体言。太极未分之时，道包阴阳；太极既分以后，阴阳生道。若无阴阳，道气不见。惟阴阳迭运其中，道气长存，历万劫而不坏。在先天则为道，在后天则为阴阳。道者，阴阳之根本；阴阳者，道之发挥。所谓太

① 《金丹正宗》，两宋之交胡混成撰，一卷。

极分而为阴阳，阴阳合而成太极，一而二、二而一也。^①

这里明确地将两重天地的关系说为道与阴阳之间的体用关系，道是阴阳之体，阴阳是道之用，二者是一而二、二而一的关系。道展开为阴阳，阴阳合则为道。但这里所说的阴阳只是后天之阴阳，而先天亦可有其阴阳，故刘一明又说“两重天地，先天后天也。四个阴阳，先天后天阴阳也。先天阴阳以气言，后天阴阳以质言。先天阴阳，太极中所含之阴阳；后天阴阳，太极中生出生之阴阳。金丹大道，取其气而不取其质，于后天中返先天，故曰：先天大道。”^②先天为太极，太极中亦含阴阳，但只是以一种可能性而潜蕴其中，故是“以气言”；后天阴阳则是已从太极中生出生之阴阳，故“以质言”。内丹学修炼是要从后天中返先天，从形质之物而返其无形之气。

刘一明在《修真后辨》中还有一段“先后天阴阳”的专论，兹录于下并略作疏解：

先天阴阳，有无是也；后天阴阳，心肾是也。有无阴阳而无形，心肾阴阳而有象。有者，坎中之一阳为真阳，为妙有；无者，离中之一阴为真阴，为真空。阳而曰真，则非假阴可知；阴而曰真，则非假阳可知。有真阴真阳，则必有假阴假阳。真阴阳出于先天，在太极中运用；假阴阳出于后天，在一身内存藏。假阴阳，身存则存，身亡则亡，而有坏；真阴阳，出于无形，运于无象，而不朽。盖心肾阴阳乃父母交媾精血之所化，有气有质，所以随身而有。至于先天阴阳，从法身而出，乃虚无一气所生，有气无质，所以与天地而长久。此先天后天之别也。然先天阴阳虽生于先天，一自有身便藏于后天中，所以属于坎离。坎者，外阴而内阳，其外阴即后天之阴，内阳即先天之阳；离外阳而内阴，其外阳即后天之阳，内阴即先天之阴。此又先后天之别也。且后天阴阳，只行于一身，顺其造化。子时一阳生，肾中有一阳之气上升，而昼运血脉；午时一阴生，心中有一阴之气下降，而夜运血脉。阴阳迭运，昼夜旋转。人自先天埋藏，后天用事，思虑过度以伤神，淫欲取乐以耗精，精神衰败，暗消其气，气尽则死矣。至于先天阴阳，运于虚空，逆其造化；当活子时到，坎中一阳来复，即进阳火而生育法身；当活午时到，离中一阴来媾，即退阴符而温养法身。乃至法身成就，十月气足，脱出圣胎则仙矣。此又先后天之别也。噫！一身后天阴阳且不能了性命，彼以男女为阴阳，而行邪术者，其罪尚可言欤？学者果于先后天阴阳辨的分明，急求真师印证，庶几有造。倘不识阴阳真假，妄想一言半语即欲窃夺造化，超凡入圣，焉有是理？学者可不三思乎？^③

先天阴阳是真阴阳，后天阴阳是假阴阳，故阴阳交媾本身亦有不同的层次。在早期丹经中，常常把阴阳交媾直接即说为“心肾交媾”，这显然非成熟的内丹学的说法。盖心肾交媾虽于身体健康颇具养生功效，但毕竟属于后天阴阳交媾，只是“世间法”，不是成仙之道。故内丹学的阴阳交媾必是真阴真阳交媾，而以“坎离”或“有无”象之。坎中一阳爻代表真阳，离中一阴爻代表真阴，取坎填离即是真阴真阳之交媾也。明此真阴真阳之区分，则后天阴阳交媾尚不能成丹，何况以男女为阴阳而行交媾，此后天色身之中焉有成仙之道乎！故内丹学“男女”层面的阴阳交媾必另有其理，绝非行淫之邪术也。此当于“论男女阴阳”一文中专论之，此处不赘。

真阴真阳亦可以“有无”而论之。“无为者，非防危守城之方、温养沐浴之事，乃得丹之后，脱胎神化之功也；有为者，非采战提吸之术、九一动摇之法，乃安静虚无之道，守雌不雄，寂然不动，感而遂通，此即未得丹之前，炼己筑基之事也。”^④就功夫论而言，有无表现为有为和无为。有为为后天功夫，无为为先天功夫；有为是从后天返先天之功夫，无为是以先天化后天的功夫。在无为的先天境界中，自然会有转化后天的功效，“形神无为，而精气自然有所为；是

①② 刘一明《道书十二种》，羽者等点校，书目文献出版社，1996年，第328页。

③ 同上，第360-361页。

④ 《张三丰全集》，方春阳点校，浙江古籍出版社，1990年，第8页。

犹天地无为，而万物自然化育也。”^①从阴阳交媾的角度看，有为无为亦不可偏重，宜有无双运：“夫功夫下手，不可执于有为，有为都是后天，今之道门，多流此弊，故世间罕全真；亦不可着于无为，无为便落顽空，今之释门，多中此弊，故天下少佛子。此道之不行，由于道之不明也。”^②

以上略叙内丹学“两重天地”“四个阴阳”的概念，明其宗教学意义上的重要地位，以下当从两重天地的角度论述内丹学成仙可能的依据。

二、成仙所以可能的依据

早期道教传承了各种各样的修炼方术，但多为养生延年之术，成熟形态的内丹学作为道教圆满的成仙之道，必以超越的“证道”为归，而不再局限于世间一般的养生修炼方法。从阴阳交媾的角度看，阴阳交媾实际上涵盖了世间、出世间诸种修炼方法，因为一切修炼都是某种阴阳之间的“双修”或“瑜伽”，故内丹学的阴阳交媾特重两重天地之区分，以先天之道为阴阳交媾的归宿，以和传统的修炼方术区别开来。

“唯先天真一之气，可炼还丹，乃自虚无中来。”^③内丹学的终极目标是证道成仙，而成仙意味着返本还原，重返于永恒无限的本体世界，故任何后天经验世界中生灭变化的事物，都不可能作为内丹学修炼成仙的最终依据。“我师数指先天一气，自虚无中来。致虚续曰：既自虚无中来，却非天之所降，地之所出，又非我身所有，亦非精，亦非血，非草木，非金石，是皆非也。”^④先天一气不是经验世界的现象之物，乃“自虚无中来”之超越之物，是内丹学炼丹的真正的“大药”。

泛泛地说，内丹学修炼的药物是“精气神”三品大药；但一切后天的有为法的修炼，不过是为了“感召”先天而采取的方便法门，炼丹的最终的药物必是“先天一气”。先天一气是从“气”一边来说先天本体世界，它是无限的能量之海、负熵之源，决不是精气神三分法之中的“气”，而是转化后天精气神的根本所在。关于“精气神”与“先天一气”两者之间的相互关系的理解，是内丹学一个非常重要的主题，本文后一节将专论之；此处先述先天一气作为内丹学修炼成仙所以可能的依据。

翁葆光注《悟真篇》“西江月”词“外药还如内药，外通内亦须通”一句曰：

所谓内外二药者，以人之一身禀天地之秀气而有生，托阴阳陶铸而成形。故一形之中，以精气神为主。神生于气，气生于精。此三者后天地生，至阴之物也。修真之士，若执己身而修之，无过炼治精气神三物而已。奈何三物一致，俱后天地生，纯阴而无阳，安能化形为纯阳，而出乎天地之外也哉。

圣人知己之真气后天地生，本属阴阳，难擒易失。乃采先天一气，真阴真阳，二八同类之物，擒在一时辰内，炼成一颗至阳之丹，号曰真铅。此造化在外，故曰外药。以此阳丹点己阴汞，犹猫捕鼠。阳丹是天地之母气，己汞是天地之子气，以母气伏子气，岂非同类乎。此造化在内，故曰内药乎。

以先天阳丹点己阴汞，化为纯阳，更假阴阳符火，运用抽添，十月功足，形化为气，气化为神，神与道合而无形，变化不测，故能出乎天地之外，立乎造化之表，捉挈天地，陶铸

①④ (元)陈致虚《上阳子金丹大要》“自序”。

② 《张三丰全集》，第9页。

③ (元)陈致虚《上阳子金丹大要》卷三。

阴阳，而不为阴阳陶铸者，先天地生之一气使之然也。^①

以上数条，乃翁注之中心思想也。翁特重先天一气，而以人之一身精气神皆属“纯阴”之物，此语亦有未妥处，盖精气神本身亦分先后天也。唯后天之精气神，属后天阴阳之范畴，按照内丹学两重天地之超越的区分，凡后天阴阳即属于“崇阳抑阴”语境下的“阴”也。故必觅得先天之真阴真阳（此即属于“崇阳抑阴”语境下的“阳”也），感召先天一气以为外药，而炼成“一粒至阳之丹”，此是外丹思维在内丹学中之继续与表现也。此所谓“外药”只是强调先天一气造化在外，若就内丹学之“内在”重要性而言，则先天一气反而宜称“内药”，“交感之精，呼吸之气，思虑之神，皆外药也。先天至精，虚无元气，不坏元神，此内药也。”^②李道纯以先天精气神为内药，以后天精气神为外药，此是从内在性、重要性而言先天为“内”、后天为“外”。不过，究极而言，此种内外之分其实不能用之于先天一气，成熟的内丹学不再如此拘执，而重天人一贯，内外一体，道非外来亦非局限于内，而是统内外而为一者也。以先天之阳转化后天之阴，即是以先天之超越阴阳对待之“阳”转化后天阴阳对待之“阴”也。以先天一气为内丹学修炼的超越的材料，它不仅是内丹学成仙的终极依据，更是转化后天一身之阴的力量源泉。

内丹学先天后天之划分，甚为重要。先天为超越的永恒的层面，后天为经验的生灭的层面。凡后天经验层面之物，皆不可为修道成仙之超越的依据；必以先天本原之物为依据，内丹学方可达成其超越成仙之境界。此即内丹学现象、本体界之区分，但不是客观地将现象与本体截然分成二段，而更是“修道现象学”意义上的境界论的区分。因为后天现象即本于先天本体而呈现，本体即潜藏万有现象之种子，故有道生万物之顺向演化与万物合道之逆向演化。此有似于佛教之染净两重世界的划分：于众生遍计执之染污心中呈现的现象的世界，是“空前假”的层次；若经过空观之净化，于无执之本心中则呈现本体的世界，此是“空后假”的层次，虽有呈现而如如，本来清净。内丹学对先天后天两重天地的区分，其目标不是客观地研究对象世界，而是在修道的意义上心灵向本原世界的复归。在此复归先天的过程中，依心气无二的原理，生命沟通了无限的能量之海（先天一气），而有后天精气神相应的转化。

《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要》载：

夫混沌未显之前，虚无寂寞，无名可宗，强名曰道。道降而生一气，非动非静，非浊非清，邈不可测，圣人强言，谓之混元真一之气。一气既判，化为阴阳。阴阳者，天地也，男女者也。天地絪縕，万物化醇。男女媾精，万物化生。故自有天地以来，未有一物不因阴阳相交而得其形者。

夫欲修炼者，若以金石草木之象名，万有不同之器类，以至一身精神气血液之属，而为丹质者，此皆后天天地生滓质之物也。滓质之物有形可睹，安能生有形而入于无形也哉。后天天地生者也，皆不离乎天地之内，而有形者未尝不坏，安能变化而超乎天地之外也哉。

不超乎天地之外而有形者，未始不堕于阴阳生死之数者也。夫阳主生，阴主死，一死一生，一往一复，此理之自然也。设使煅炼得法，服饵有功，寿等龟龄，年齐鹤算，及其数尽，未有不亡。若箭之射空，力尽必坠，谓其有形未有不坏之理也。是故圣人采先天一气为丹，炼形还归于一气，炼气归神，炼神合道，而归于无形之形，故能超乎天地之外，立乎造化之表，掌握阴阳，挈提天地。^③

① 以上数条，皆见（北宋）张伯端撰，（南宋）翁葆光注，（元）戴起宗疏《紫阳真人悟真篇注疏》卷七。

② （元）李道纯《中和集》卷三。

③ 以上数条，皆见《紫阳真人悟真直指详说三乘秘要》，题翁葆光述，出于南宋，编成于元代，一卷。按：《三乘秘要》盖后人所集也，其中有“直指详说”一篇，“三乘秘要”一篇（即集翁葆光《悟真篇注疏》上、中、下三卷卷首按语也），其余白云子序、戴起宗叙文、本末事迹、悟真篇拾遗等，皆后人辑录而作为戴本《悟真篇注疏》之附录也。其中之“薛紫贤事迹”保留有《悟真篇》薛道光注之序文，于考证薛注之存在有价值。又，《悟真篇拾遗》即《悟真篇》外集之禅宗偈颂，《中华道藏》误作“翁葆光述”。

先天一气又名虚无一气、真一之气等等，我们说先天一气为本体界之超越之物，但“先天一气”与“道”仍有不同的意味。道是纯粹的“0”的层次，先天一气或可说为“1”的混沌层次。此“1”尚未流于二元对立之后天世界，是先天到后天的“临界”状态，它既保留了先天无限的场域，又作为后天世界开显演化的现实潜能而存在。亦即道通过先天一气而向阴阳转化，至阴阳则为“2”的后天世界了。一切后天的存在者都是由此“阴阳相交”而成为有形之物，而只要是后天有形之物，就是经验世界的生灭变化之物，包括人身后天的精气神皆在阴阳对待流转之中，故皆不可作为内丹学成仙的超越性的材料。欲修炼成仙，则必须借由阴阳交媾，以先天一气为还丹之根本，而重返纯粹的先天之道。

“阳主生，阴主死”，此中所说的阴与阳即是“崇阳抑阴”语境下的阴阳，此时后天阴阳皆称为“阴”，只先天阴阳可称为“阳”^①。在此语境中，以先天一气之“阳”转化后天一身之“阴”，阴尽阳纯即是仙也。陈致虚曰：

大修行人，拟太极未分之前，体而求之，即造真际。是以高仙上圣，于后天地已有形质之中，而求先天地未生之气，乃以此气炼成纯阳，故名曰丹。夫纯阳者，乾也；纯阴，坤也；阴中阳者，坎也；阳中阴者，离也。喻人之身亦如离卦，却向坎心取出阳爻，而实离中之阴，则成乾卦，故曰纯阳。以其坎中心爻属金，故曰金丹。须求先天未形者是，若后天地已有形者，人也物也，非金丹也。

盖念虑绝则阴消，幻缘空则阳长。故阴尽阳纯则金丹药熟，丹熟则飞神仙境。此谓之神仙矣。^②

坎离交媾即是真阴真阳交媾，通过阴阳交媾而回归先天纯阳，此是阴阳交媾之基本理论。而所谓的“纯阳”，最终还是要通过“修心”来体现，后天思虑属于“阴”，心空性现则为“阳”。故以总说先天一气为修炼成仙之依据，然若落实下来，则必涉及精气神之阴阳转化，精气神之先天后天及其与先天一气之间的关系，我们下文再详论之。

三、精气神与两重天地

如前所述，内丹学以为后天人身包括精气神在内的一切都属于“阴”，不能作为炼丹成仙的材料。既然内丹学明确地给出了两重天地的划分，强调只有先天一气才是内丹学炼丹成仙之所以可能的最终的依据，是终极的“大药”，那么传统内丹学以精气神为三品大药的说法难道是错误的吗？实际上，以精气神为药物乃是内丹学的基本观点，当然不会是错误的说法，李道纯即明确指出“学神仙法，不必多为，但炼精气神三宝为丹头，三宝会于中宫，金丹成矣。”^③ 这表明在内丹学的整体理论体系中对“药物”有不同层次、不同语境下的说法，它们实有着内在的统一。这样一来，如何理解先天一气与精气神之间的关系，便成了一个重要的问题。

陈致虚指出“圣人言修炼合丹者，炼精气神而已。唯此三者，千古之上，万世之下，无以易之。而精、气、神有后天地，有先天地。”^④ 首先必须明确，修炼本质上即是修精气神三者，此是不可变易的根本原则，只不过精气神三者皆有先天、后天这两重天地的区分，当内丹学否定精气神为炼丹成仙之材料（药物）时，其所指必是后天之精气神；当内丹学以精气神为炼丹成仙之三品大药时，其所指必是先天之精气神。

① 参见戈国龙《论道教内丹学的阴阳哲理》，《世界宗教研究》2018年第5期。

② 以上两条，见《上阳子金丹大要》卷五。

③（元）李道纯《中和集》卷三。

④《上阳子金丹大要》卷三。

如《青华秘文》云：“丹有幻丹者，盖学道之士，不知正理，而妄为采取交会，故成幻丹。幻丹者，未静心田，遂采一阳，故斯时也，一阳实非真阳也，乃呼吸之气也；精亦非元精，乃淫泆之精也；神亦非元神，乃情欲之念也。夫人方学道，便欲为仙，得非欲念乎？以欲念而交会阳生，此幻丹之所以有也。”^①以后天精气神作为炼丹之药物，其所成便是“幻丹”也。故《青华秘文》强调“夫金丹之道，贵乎药物，药物在乎精气神，神始用神光，精始用精华，气即用元气。精非气不盈，神非气不充，精因气融，气凭精用，气因神见，神凭气用。”^②必以先天精气神为药物，才是“金丹之道”。陈致虚亦指出“一切学人将此经语，直以为身中之物，乃运气般精，以为养神，谓之修行，非也。此精也者，非交感之精，乃金精也。此气也者，非呼吸之气，是铅之气也。此神也者，非思虑之神，乃金刚之神也。”^③此处所谓的“金精”“铅气”和“金刚之神”等，不过是先天精气神的不同代号罢了。

在具体探究精气神之先天后天两重天地之前，我们先看一下精气神三者本身的关系。精与气可归为一组，属于“命”的方面，“神”属于“性”的方面。在精气神三者之中，神是能动的一面，对精气起主宰的作用；而精气则对神有反作用，但精气不具有能动意识，只是客观地起到影响神的作用。“心王乃一身之君，万神为之听命。”^④说到底，修炼还是要靠心或神的能动意识作用。而神本身又分为先天元神和后天识神，炼丹最终要靠元神的观照作用（真意，“今以先天地之神而言，其神号无位真人……修仙求佛者，必要此神主之方得。”^⑤“无位真人”本是禅家语，指先天本性，即内丹学所谓的元神。无论修仙成佛，必须以元神为主导。

那么，精气神之先天与后天之间又是什么样的关系呢？如何理解先天精气神与先天一气二者之间的关系？内丹学文献中有关精气神之先天后天的论述，可谓比比皆是，以下略举文献以明之。

李道纯曰：

精气神之用有二，其体则一。以外药言之，交合之精，先要不漏，呼吸之气，更要细细。至于无思虑之神，贵在安静。以内药言之，炼精炼元精，抽坎中之元阳也。元精固，则交合之精自不泄。炼气炼元气，补离中之元阴也。元气住，则呼吸之气自不出入。炼神炼元神也，坎离合体成乾也，元神凝则思虑之神泰定。^⑥

后天精气神又称交合精、呼吸气和思虑神，而先天精气神则称为元精、元气和元神。内丹学两重天地之区分并非将先天后天两者截然对立，在内丹学整体系统中，先天与后天两者是有机统一的。保养后天精气神乃是修炼先天精气神的基础，而只有修炼先天精气神，才能真正地转化后天的精气神并使之得以安养。内丹学将后天精气神修炼纳入到其超越成仙的整体系统之中而加以升华，并不是完全否定或排斥传统的诸种修炼养生方术。《还真集》对此有更细致的论述：

夫人身有三宝者，皆从天地中来，居先天而生，妙体混成，在后天而化，因质感合。非

① 《玉清金笱青华秘文金宝内炼丹诀》卷上，简称《青华秘文》，上、中、下三卷，原题紫阳真人张平叔撰。然其文风不类伯端，应系后人伪托。但此文颇多精义，为内丹学之重要经典。此书虽非张伯端亲著，然此书多处有伯端亲著之口气说话，则至少作者乃有意识地托名张伯端所作也。不像《大丹直指》一书中并无与丘处机有关之任何信息提示，则谈不上伪托，只是后人错误地归之于丘处机名下而已。《青华秘文》对丹法论述较细，虽多繁琐之谈，然其丹法思想亦独具一格，作者当为一有师承之丹家，有意伪托张伯端祖师而作。《道藏辑要》本增“小序”一篇，谓明代道士李朴野掘地得之，故《道藏提要》谓“然有人疑为明代道士李朴野所著”。然明初之经典入《正统道藏》，亦可疑也。此书之作者，未可确考。

② 《玉清金笱青华秘文金宝内炼丹诀》卷下。

③ 《上阳子金丹大要》卷十三。

④⑤ 《上阳子金丹大要》卷四。

⑥ 《中和集》卷三。

先天不能生后天，非后天不能成先天。此二者之理，一体而分化，不可先后损先也。是故以元精炼交感精，以元气炼呼吸气，以元神炼思虑神，三物混成，与道合真。自然元精固而交感之精不漏，元气住而呼吸之气不出，元神全而思虑之神不起。修仙之法无他，全此三者而已矣。祖师所谓：精全不思欲，气全不思食，神全不思睡。又曰：三真三全，必定飞仙；三全三真，必定飞升。斯言尽矣，学者味之。^①

后天本从先天中来，要回归先天亦必自后天着手。而要转化后天，恰恰又需要从先天下功夫。常常有人说自己静不下来，后天思虑之神总是不断地胡思乱想，此时光以后天识神去平息它自己，则易造成愈想静愈无法静下来的结果。必须先认出自己的元神，以元神之真意默默地观照自己的念头，有此主宰，则不求静而渐渐平定识神之妄动矣！神之先后天关系如此，精与气亦如此，皆是从后天中觅先天，以先天化后天。道教所谓的“真人”，即是精气神三全之人也。

精气神之先天后天两者是辩证统一的关系，现在我们要追问：以先天精气神为炼丹之大药和以先天一气为炼丹之大药，这两者之间到底是什么关系？我们引用相关文献来说明这一问题。刘一明在《修真后辨》中对精气神之先天后天两重天地有专题的论述：

先天精气神

紫清翁云：其精不是交感精，乃是玉皇口中涎；其气即非呼吸气，乃知却是太素烟；其神即非思虑神，可与元始相比肩。是即所谓元精、元气、元神也。精气神而曰元，是本来之物。人未有此身，先有此物。既有此物，而后无形生形，无质生质，乃从父母未交之时而来者。方交之时，父精未施，母血未包，情合意投，其中杳冥有物，隔碍潜通，混而为一，氤氲不散；既而精泄血受，精血相融，包此一点之真，变化成形，已有精气神寓于形内。虽名为三，其实是一。一者混元之义，三者分灵之谓。一是体，三是用。盖混元之体，纯一不杂为精，融通血脉为气，虚灵活动为神。三而一，一而三。所谓上药三品者用也，所谓具足圆成者体也。不得言三，亦不得言一。学人多不知三而是一，一而是三，或抱元守一而落于着空，或炼药三品而失于执相。着空执象皆非還元妙理。還元者，即還元精、元气、元神也。若欲修道，先要知的此三物在混元中潜藏。离乎混元，便非先天精气神本体。失却本体，不是元物。心印经曰：上药三品，神与气精。恍恍惚惚，杳杳冥冥，视之不见，听之不闻。从无守有，顷刻而成。曰恍惚、曰杳冥、曰有无，则为无形之物可知。惟此元精如珠如露，纯粹不杂，滋润百骸；元气如烟如雾，贯穿百脉；元神至灵至圣，主宰万事。知之可以延年益寿，长生不老。学者若能识得此三药，则修道有望。^②

后天精气神

后天之精，交感之精；后天之气，呼吸之气；后天之神，思虑之神。三物有形有象，生身已后之物。男女交媾，精血融和，结为胚胎，胎中只有元气，并无呼吸之气。及其十月胎完，脱出其胞，落地之时，“哇”的一声，纳受天地有形之气，入于丹田，与元气相合，从此气自口鼻出入，外接天地之气以为气，此呼吸气之根也。后天之神，亦于此而生。此神乃历劫轮回之识神。生时先来，死时先去。转人转兽是这个，为善为恶是这个，生来死去亦是这个，出此入彼，移旧住新无不是这个。当落地“哇”的一声，即此神入窍之时也。所以婴儿落地，不“哇”者不活，盖以无神入窍也。初生之时，神气相御，以为后天根本，生长幻身。至于交感之精，尤系后有之物。在母胎时无此精，初生身亦无此精；及至二八之年，元阳气足，满而必溢，极而必返，阳极则阴生，阴生则阳消，阴气用事，阳气退位，无形之阴又生有形之阴；肾中窍开，真水亏而欲火潜生。稍有触动，其火上炎，蒸炙一身，激

① (元)王玠《还真集》卷上。

② 刘一明《道书十二种》，第355页。

发百骸血脉，五脏六腑津液，尽皆沸腾上涌，聚会于头顶百会穴。此穴乃百脉聚会之处，其气血从此穴下降夹脊，至肾膈过后，始化为白；过尾闾，达阴窍，始泄焉。此精不但生时并无，即生后亦无，特气血所化耳。其肾窍不过是出精之门，精何尝在肾也。所谓交感之精者，因有交有感而有精，不交不感即无精。至于梦遗，亦由感而有；间有不感而遗者，是气虚而血脉不固，邪火催逼而出之；此交感之精之所由来也。当阳极生阴，不但精从此有，即思虑之神从此而发，呼吸之气从此而暴。学者须要识得此三者皆生身以后所有，而非生身以前之物。以生身以后之物，而欲保全性命，延年益寿，超出乎阴阳之外，能乎否耶？学者当三思之。^①

刘一明所论精气神之先后天关系，已经非常系统而精要。其论后天精气神部分，大抵是一种“经验论”的进路，从当时的“科学常识”出发，论述了后天人体精气神的由来及其生理学、心理学上的意义。此种论述当然未必是在“科学”意义能成立的真理，但也大致有其现实层面的立论依据。刘一明强调，后天精气神皆是生身以后所形成，不能作为炼丹成仙之依据。由于我们此处重点在关注“两重天地”，关注先天精气神与先天一气两者之间的关系，故不对“后天精气神”这一部分作过多的阐释。

值得注意的是，上文所论“先天精气神”的部分，其所说的“三而一，一而三”的关系，已经很完整地回答了我们先前所提出来的疑问，即以先天精气神为三品大药和以先天一气为根本大药之间有无矛盾？如无矛盾，又将如何理解二者之间的关系？以下试作疏解。

内丹学所说的先天一气，可以说是宇宙的一种统一能场，它是万事万物最根源的创造力，也是永恒而无限的整体场有，是人所以诞生又所以回归的超越性的依据，其实也就是道。不说道而说为虚无一气、真一之气等，是从丹道修炼的更直观更形象的角度，也就是从道作用于人体所显发的功能性的妙用上讲，它是一种无形的能量，是人体后天精气神的统一的本源。气是一种能量的作用，而贯以先天、虚无、真一、天然等限定词，就是说这不是一般的气而是道一层面上的气。道中寓神、寓气、寓精，精气神都潜蕴其中，为什么又只说为气呢？这正是道教也是内丹学的一个特质，即从气、从能量的角度来诠释道。

一般儒家偏重从道德的创造性上来诠释道，道是人的道德行为所以可能的先天依据，人依其道德自律实践道德行为而与道相通相感，成为体道的圣人。佛家则偏重从心性的觉悟上来诠释道，道是缘起性空的中道义，人通过其心性的觉悟，破除对万法实有的执着，回归道本性空的实相，而成为觉悟的佛。在丹道学中，修道虽也包含心性的觉悟和道德的修养等义，但更突出人体能量的转化与升华作用，故特重从气一方面来诠释道体。人通过精气神的修炼与道的能量场相沟通相统一，从而使人的身心都发生变化的作用，成就一种心与物、神与气相统一的更高的生命形态。

因为重视“气”的作用，而“神”又是能动的主宰，所以内丹学特重神与气之间的相互作用，此即内丹学重视阴阳交媾的一个重要的原因，因为神气交媾即是阴阳交媾的一个主要的方面。

如果说先天一气是从气的角度来诠释道，那么，依此模式，自然亦可从精或从神的角度来诠释道。“粤若太易未分，莫之名状，太极既始，遂有混成。中含真一之精，实为天地之母。四象因之而建立，万物由之以生成。”^② 此处“真一之精”即是从“精”一角度来诠释道，此种情形下，道可称为“先天至精”“先天至神”等，要注意这时都不是分开说的精气神，而都是对本体层面的道的不同视角的诠释。先天之道可以分别以精、以气、以神的角度加以诠释，此时所言之

① 刘一明《道书十二种》，第356页。

② 《龙虎精微论》，不署撰人，疑出于宋代，一卷。

精气神则不同于三品大药所谓之精气神也。

以先天一气为“一”，以先天精气神为“三”，则先天一气与精气神之间的关系即是刘一明上文所说的“一而三，三而一”的关系。精气神三者，其体是一，故先天一气为先天精气神之统一本体；精气神乃由此统一本体所生的作用，其用为三。先天精气神既已分开地言之，则在某种意义上已属“阴阳”分判之后了，但此仍属真阴真阳，未落后天形质，与先天一气离犹未远，总体上仍可归于同一层次。如此，我们说以先天一气为炼丹成仙之根本大药，和说以先天精气神为三品大药，两者是统一的。一者，就其体言；三者，就其用言。

先天一气既是道一层面的能量场，则它无时不在，无处不在，一切万物生化的作用都离不开它。它无形无象，不可捉摸，却又非离开人的生命而存在于一个别的地方，它就在我们的生命中体现。问题不是我们要去创造它，而是我们要去发现它。但发现它不是通过有为的方式去起心动念、去寻觅，因为你越寻觅就越离开了那个自然的本来的状态，而与道分离了。正是人的妄念分别使人自己离开了虚无的境界，只要万缘放下，一念不生，回到那个虚静无为的“混沌”状态，先天之气就自然呈现出来并发生作用。既然先天一气随时都在，就不需要等待某个特定的气机状态下才能与之相通，不要认为气机清明时就有道，气机一昏浊时道就离开了，那个先天一气不随气机的清明与否而或有或无，你只要不动心，去掉妄念的浮云，就能显现先天一气的的作用，如日月一样光明洞达。

但是光从心性上讲无思无虑、清净无为，直接从性功入手而与道为一，这是从最高一层的功法上来讲的，对于一般的人尤其是年纪大的人，往往要从后天的精气神的修炼入手。其方法是神光返照，神与气交媾合一，通过阴阳交媾，产生身体的真气发动，以此来感召先天一气。人体气机的发动虽不等于先天元气，但也离不开它的作用，通过有形的后天气机的发动，可以找到先天元气显发的契机，从有为到无为，从有形到无形，精化气，气化神，神还虚，这是从后天返先天的渐修之路。

由以上论述，我们可以大致明白精气神之先天后天之间的关系、精气神之间的阴阳交媾与先天一气之间的关系，对内丹学“阴阳交媾论”中的“两重天地”，有一清晰透彻的了解。

(责任编辑: 于 光)