

〈凡軀與真身：王喆對傳統道教身體觀的詮釋與轉移〉

陳盈慧*

（收稿日期：101 年 9 月 30 日；接受刊登日期：102 年 1 月 3 日）

提要

殊別於「神」所意指的乃是一有別於人的超越存在，古之所謂「仙」，主要乃是意指長生而高舉入山引修的人。由「人」至「仙」，承轉出道教之證道以成仙的終極關懷所在，而無論證道成仙的模式為何，皆不離對於證道成仙之主體，亦即人之本質的深切關注。繼衍道教對於人之所以為人的存在說明，全真道教創始人王喆著重闡論人之身體之作為四假凡軀的凡俗性質，然其理論之中亦綰貫形神俱妙的身體神聖質變說法。兼此凡聖兩及的理論面向，王喆不僅開展出應合道教之成仙信仰的身心關係多重解釋，亦對於傳統道教之長生不死的義涵作出具有改革意義的重詮。

關鍵詞：王喆、身體觀、四假凡軀、形神俱妙、長生不死

* 國立臺灣師範大學國文學系博士生。

一、前言

殊別於「神」所意指的乃是一有別於人的超越存在，古之所謂「仙」，《說文解字》中云：「仙，人在山上貌。」「僊，長生僊去。」¹根據許慎的解釋，「仙」的本義為象人在山上之形，段玉裁注之曰：「引申為高舉貌。」（「人在山上貌」句下注）；仙在上古又作「僊」，「僊」的本義為長生仙去。依此，則「仙」主要乃是意指長生而高舉入山引修的人。由「人」至「仙」，²承轉出道教之證道以成仙的終極關懷所在，而無論證道成仙的模式為何，皆不離對於證道成仙之主體，亦即人之本質的深切關注。

言及人之本質，中國思想之諸流派各有不同的認識與論說。³就儒釋道三教而言，儒家認為人之所以為人，最根本之處在於其能夠自覺地仁人愛人，因此異於飛禽走獸；儒家僅將人之本質歸結於內在的倫理道德意識，就個人而論的身體價值則闕如。而佛教一般將人之生命存在視為是色、受、想、行、識「五蘊」聚合的結果；「五蘊」若離散，則生命不復存在。依賴此「五蘊」因緣和合而有之人，其生命存在欠缺獨立不變的自我本性，因而虛幻不實。佛教由此推衍出人之身體亦是虛幻不實的說法。⁴至於道教，在早期即有人乃是形、氣、神之統一體說法，例如《太平經》中即云：「神者主生，精者主養，形者主

¹ 仙與僊兩字皆見東漢·許慎撰，清·段玉裁注：《說文解字注》（臺北：天工書局，1996年），八篇上，頁383。

² 道教神仙的來源有天神、有地祇、亦有人鬼。依其之所以形成的存在由來，可分為兩大類：一類為先天本有的神祇，另一類為後天學致的仙真，由神與人共同組成道教龐大複雜的神仙世界。關於「神」，《說文解字》中云：「神，天神引出萬物者也，從示，申聲。」「神」的本義乃是指一種具有引出萬物之能的超越存在。所謂「引出」，應當意指引發生出，萬物由此超越存在而引發生出，因此，「神」在上古時期的原始意義指向除了萬物之所從出的母體義之外，還有高於一切存有的超越義。而與「神」所意指的乃是一種有別於人的超越存在有所不同，「仙」雖長生，然所指終究是人，此乃是神與仙兩者之間最大的區別。秦漢以後，神、仙概念由區分逐漸至混同，此詳見蕭登福：《先秦兩漢冥界及神仙思想探原》（臺北：文津出版社，1990年8月），頁166。

³ 詳見李霞：《生死智慧——道家生命觀研究》（北京：人民出版社，2004年5月），頁198-222。

⁴ 此如林朝成、郭朝順所云：「一般說來，佛教的無我思想，可以從實踐的立場和理論的立場兩個面向來理解，從實踐的立場來說，無我即否定我執的意思。從理論的立場來說，無我就是分析我的要素（從蘊、處、界來分析），來論述我只是五蘊（六處）積集相合而成的東西，除了五蘊外，並沒有『我』。這是『分析的無我觀』。進一步，從無常來分析，一切事物都是變化無常，沒有自在不變的自我，這時無我便與無常、緣起有共同的意義。」語見林朝成、郭朝順：《佛學概論》（臺北：三民書局，2000年2月），頁143。

成。此三者乃成一神器，三者法君臣民，故不可相無也。」⁵又云：「故形體為家也，以氣為輿馬，精神為長吏，興衰往來，主理也。若有形體而無精神，若有田宅城郭而無長吏也。」⁶以家、宅、城等具有「容器」性質的概念形容身體，顯示出在道教的基本理解中，人之身體是精神的存在依托；身體之「有」是精神之「無」的存在形器依據。依此，可以推知傳統道教在言及人之本質時，對於人之身體不但不由貶黜之義立說，反而著重闡發其在個人生命之終極解脫課題上的重要地位。

目前對於道教身體觀的研究，就台灣學界而言，李豐楙以建立台灣本土身體文化為重要目的，從修養論切入研究道教的身心之學。例如其論作〈葛洪《抱朴子》內篇的「氣」、「炁」學說〉一文，即以葛洪為對象歸納出傳統道教身體觀的重要形上理論。⁷此外，台灣目前對於道教身體觀的論述主要著重於內丹與外丹的理論探索，例如鄭燦山撰有〈道教內丹的思想類型及其意義——以唐代鍾呂《靈寶畢法》為論述核心〉⁸等多篇論文探討內丹與胎息；賴賢宗與蕭進銘合著有《台灣的仙道信仰與丹道文化》⁹一書，結合修煉經驗解說台灣丹道法脈。而大陸學界方面，胡孚琛撰有〈道家和道教形、氣、神三重結構的人體觀〉¹⁰、〈道教內丹學揭秘〉¹¹等多篇論文。李剛所作〈道教的身體觀初探〉¹²一文，從成仙信仰出發，著重探討道教身體觀中的身體質變理論，亦即人體變為仙體的理論內容。戈國龍的主要研究層面為內丹學，有〈道教內丹學中的順逆問題〉¹³、〈論內丹學“性命雙修”的思想〉¹⁴等論文。中孚子亦有丹道方面的道教身體研究論文，例如：〈內丹學三要件、身體觀及人體關竅〉¹⁵、〈仙學修煉與精、氣、神〉¹⁶。而對應於西方傳統宗教的身體理解，張再林撰有〈中國古代宗教觀的身體性〉¹⁷等闡釋中國宗教身體觀的特點。至於日本學界，

⁵ 語見王明編：《太平經合校》（北京：中華書局，1960年），頁727。

⁶ 同上註，頁699。

⁷ 詳見楊儒賓編：《中國古代思想中的氣論及身體觀》（臺北：巨流圖書公司，1993年3月），頁517-539。

⁸ 鄭燦山：〈道教內丹的思想類型及其意義——以唐代鍾呂《靈寶畢法》為論述核心〉，《臺灣宗教研究》第9卷第1期（2010年），頁29-57。

⁹ 賴賢宗、蕭進銘編著：《台灣的仙道信仰與丹道文化》（臺北：博揚出版社，2010年8月）。

¹⁰ 胡孚琛：〈道家和道教形、氣、神三重結構的人體觀〉，楊儒賓主編，《中國古代思想中的氣論及身體觀》（臺北：巨流圖書公司，1993年3月），頁171-176。

¹¹ 胡孚琛：〈道教內丹學揭秘〉，《世界宗教研究》第4期（1997年），頁87-99。

¹² 李剛：〈道教的身體觀初探〉，《天府新論》第6期（2009年），頁33-40。

¹³ 戈國龍：〈道教內丹學中的順逆問題〉，《世界宗教研究》第4期（2000年），頁56-64。

¹⁴ 戈國龍：〈論內丹學“性命雙修”的思想〉，《道教研究》第1期（2001年），頁19-26、140。

¹⁵ 中孚子：〈內丹學三要件、身體觀及人體關竅〉，《性與命》第1期（1996年），頁62-73。

¹⁶ 中孚子：〈仙學修煉與精、氣、神〉，《性與命》第2期（1995年），頁25-35。

¹⁷ 張再林：〈中國古代宗教的身體性〉，《人文雜誌》第6期（2006年），頁28-33。

湯淺泰雄、蜂屋邦夫、窪德忠、石田秀實，以及栗山茂久等學者皆有論著探討道教煉養理論，其中石田秀實撰有〈由身體生成過程的認識來看中國古代身體觀的特質〉¹⁸一文；栗山茂久則結合中醫學闡論道教，提出了身體觀與身體感。¹⁹可謂之百花齊放而洋洋大觀。

就傳統道教的基本設想而言，長生不死以至成仙之所以可能，其關鍵在於凡軀的轉化，此轉化表現為凡軀在存在時間上的無限延長，構成了以肉體飛昇為主要修煉目標的煉養方法與教義論述；煉養方法形成以外丹修煉為核心的工夫理論，而教義論述則成為傳統道教的信仰歷史脈絡。爰及全真道教，以證道成仙為核心命題所展開的教義內容既承繼傳統道教又有所變革：就承繼方面而言，全真道教創始人王喆²⁰保留了傳統道教對成仙的終極追求，並且其成仙理論仍然著重對身體元素的闡發；就變革方面而言，王喆改易了傳統道教對於凡軀轉化的外丹煉養方式，由外轉內，企圖從精氣神等層次來說明成仙的進路，此變革之跡日後圓熟於王喆其後眾徒，成為全真道教在解脫課題上能夠別樹一幟的主要教義特徵所在。至於王喆如何闡發成仙理論中的身體元素，並且維持了道教的基本思維？其又如何回應當時社會潮流的需求而重構了道教原有成仙觀念的內涵？在傳統道教身體觀之詮釋與轉移之間，王喆如何鋪排出全真道教的教義基礎？此乃是本文所要探析的主要重點所在。以下分為人之本質的存在說明，四假凡軀的凡俗性質，形神俱妙的神聖質變，以及長生不死的身體反思四大方面展開分析。

二、人之本質的存在說明：

成仙理論之主體為人，既由成仙以言終極解脫思想，不能不對人之本質作一探究與說明。而就全真道教創始人王喆而言，其以天地萬物皆陰陽二氣交融而生：

有天地，有日月，有水火，有陰陽，謂之真道。《經》云：純陽而不生，純陰而不

¹⁸ 石田秀實：〈由身體生成過程的認識來看中國古代身體觀的特質〉，楊儒賓主編，《中國古代思想中的氣論及身體觀》（臺北：巨流圖書公司，1993年3月），頁177-192。

¹⁹ 詳見栗山茂久：〈身體觀與身體感——道教圖解和中國醫學的目光〉，《古今論衡》第3期（1989年），頁147-154。

²⁰ 關於王喆之姓名問題，王喆曾於《重陽教化集·贈丹陽詩》自注云：「在關中名并兩吉，字知明；到寧海又添一吉，字智明。」語見金·王重陽著，白如祥輯校：《王重陽集》（濟南：齊魯書社，2005年），頁234。又王喆原名中孚，字允卿。生於北宋政和二年（1112年）；卒於金大定十年（1170年）。

長，陰陽和合者，能生萬物。²¹（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 282。）

王喆不離傳統道教原旨，以真道含具創生化育之義，而其創生化育之能展現於陰陽和合，亦即通過陰陽和合，真道得以創生化育天地之間的萬物。依此，則萬物作為天地之間的存在，其性質既非純陽，亦非純陰，而皆是陰陽交融並存。又人同於萬物存在於天地之間，王喆說明其性質云：

今修行者，不知身從何得，性命緣何生。訣曰：皆不離陰陽所生。（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 281。）

不只天地萬物乃陰陽交融而生，人身性命亦是如此。王喆析論人之存在本質，以人身性命相應於天地萬物而由陰陽二氣交融所生。此以人之陰陽與天地萬物之陰陽對比呼應，既呈露由「人」至「仙」之所以可能的天人相應思惟圖模，亦點出人之本質中包含了氣的存在。

又王喆云：

性者是元神，命者是元氣，名曰性命也。（〈重陽授丹陽二十四訣〉，頁 294。）

性者神也，命者氣也。性若見命，如禽得風，飄飄輕舉，省力易成。（〈重陽立教十五論〉，頁 278。）

精血者是肉身之根本；真氣者是性命之根本。故曰：有血者能生真氣也，真氣壯實者自然長久，聚精血成形也。（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 280。）

王喆以元神、元氣分釋性、命，顯示在氣之外，神亦被抽剝出來而為人之本質；又聚精凝血而身體（形）得以成，形亦是人之所以為人的重要本質。綜此可以推知，王喆基本上將人視為形、氣、神的統一體，此與傳統道教以形、氣、神三重結構來剖判人之本質具有相承的關係。然而，唐末以後內丹理論漸興，以性、命兩重結構融合原有形、氣、神三重結構來解說人之本質的詮釋亦隨之流行，及至王喆發展了內丹道派學說，並且將性、命概念

²¹ 此段見金·王重陽著，白如祥輯校：《王重陽集》（濟南：齊魯書社，2005年6月），頁294。又本文所徵引之王喆言論皆徵引此本；以下若有再徵引者，僅於引文後標明書名、篇名與頁數。

加以深化，成為其煉養教義中的核心概念，因而構成將性命之煉養歸入成仙證真信仰中的內丹學說。又考之王喆對性、命的定義，其以神釋性、以氣釋命，明顯以性優先於命，亦即在人之本質上，性比命更加精微、輕清，王喆在論及「超三界」時云：

離此三界，神居仙聖之鄉，性在玉清之境矣。（〈重陽立教十五論〉，頁 279。）

神、性在此互釋相合而成為「神性」概念，顯示出王喆在理解人之本質時跳脫全然的道德意義，而顯示為從人之所以為人的精神存在來定義神、性的理論傾向。不過，由於王喆的理論發展尚未完熟，因此對於「神性」概念並無系統化詮釋，而僅是在修仙煉養的層面上揭示出神、性的主體地位。此如王喆所云：

捉住心猿治住神，自無夢惱內中真。（《重陽全真集（卷之十）·問多夢》，頁 142。）

莫將外景心中蘊，好把靈丹性上求。（《重陽全真集（卷之二）·于公求詩》，頁 142。）

或結合心猿意馬說而以神、性為需要對治的對象，或結合修煉靈丹說而以神、性為成仙證真的依據，王喆對神、性的詮釋角度基本上具有一定程度的相悖性，然此相悖性又並非無法相融相合，主要原因即在於王喆雖兼融儒、佛二道而構成其教義內容，然依舊保有道家、道教之天地萬物一體的思想特質，而以神、性所具有的正、反雙重面向乃是相反而相成的。此為王喆在融攝多元思想後所理解的神、性義涵的重要特色。

與性相提並舉，王喆提出了命的概念，並且以氣釋命。值得注意的是，在王喆的理解中，形亦歸屬於命的範圍，王喆云：

既有此身，則陰繫陽，五行之內，死生貴賤，莫能逃也。（〈五篇靈文注〉，頁 305-頁 306。）

人之身體（形）上應天地之道交融陰陽而生有，無所逃於死生貴賤的生命輪轉限制，既具有生命義，亦具有命限義，自然歸屬於命的範圍。而在王喆的理解中，人之形亦具有正反雙重面向，其云：

四假身軀宜鍛煉，一靈真性細詳參。（《重陽分梨十化集（卷下）·望蓬萊》，頁 272。）

莫端身，休打坐。擺髓搖筋，噓咽稠粘唾。外用修持無應和，贏得勞神，枉了空摧挫。（《重陽全真集（卷之十四）·蘇幕遮》，頁 72。）

修行須借色身修，莫殢凡軀做本求。（《重陽全真集（卷之十）·諸散人求問》，頁 143。）

身體（形）為人之本質，卻為四假凡軀而並非長存恆久之有，與神、氣相較，乃屬於性質重濁的外在層次。對於如此凡軀，王喆既提出「宜鍛煉」的說法，又言「莫端身，休打坐。」兩種看似矛盾悖反的觀點，回歸到修仙煉養的層面上則成為憑藉凡軀修煉而證真成仙的折衷觀點。依此，則構成了王喆有別於傳統道教的身體思維，亦即不再以形的保存作為成仙的首先要求，而通過人在凡塵俗世之存在樣態的揭示，彰顯出身體之凡俗義蘊，從而展開四假凡軀的身體論述。

三、四假凡軀的凡俗性質：

王喆轉減傳統道教中身體（形）之於終極解脫的永存價值與不朽可能，著重闡論人之身體的凡俗性質，或發揮於生理意義的肉體說明，或建構內容於肉體的假幻不實，而皆成為王喆以至於全真道教之修煉理論的轉向關鍵所在。

（一）生理意義的肉體：

王喆言人之身體的凡俗性質，首先就生理意義的肉體加以發揮：

重陽注曰：人之一身，外有四肢百骸，內有五臟六腑，至于涕、唾、津、精、氣、血、液者，俱是有形之物，皆屬後天陰濁。（〈五篇靈文注〉，頁 303。）

此處單就生理性質之肉體以言人之身體，王喆析分肉體之構造為外有手腳軀幹四肢百骸、

內有體內器官五臟六腑，各種體液流貫當中，皆為後天所生而性質屬於陰濁。此析分本為中性描述而不具貶黜意味，然對於肉體性質屬於陰濁的認定卻帶引出人之身體的凡俗性質，而與證道成仙區隔為二，使得肉體落在以成仙作為目標的修煉課題上說時，成為必須加以超越的對象。

然而，對於肉體的陰濁性質分判，就王喆的修煉理論而言，尚不足以表明其與盛行於魏晉南北朝時期之肉體成仙說的主要區別所在。肉體成仙說直接轉化而昇華肉體以言成仙，縱使其以服食藥餌、外丹修煉為手段，亦具超脫原有凡俗肉體之義而顯出由「人」至「仙」的歷程。王喆之所以能夠形成打破之前肉體成仙說的理論變革，乃是因為在生理意義的肉體說明之外，其又就肉體的假幻不實加以充分闡發。

（二）肉體的假幻不實：

王喆以「四假凡軀」、「走骨行尸」等等概念說明人之身體，提攝人之身體就肉體層面而言的假幻不實，從而反顯出其強調心性修煉的立場。王喆云：

胎生卵濕化生人，迷惑安知四假因。正是泥團為土塊，聚為身體散為塵。（《重陽全真集（卷之二）·活死人墓贈寧伯功》，頁 35。）

思算思算，四假凡軀，干甚廝玩。元來是、走骨行尸，更誇張體段。明靈慧性真燦爛，這骨骸須換。害風子、不借人身，與神仙結伴。（《重陽全真集（卷之三）·黃鶯兒》，頁 54。）

靈昏性味著凡體，自畫自描自傳起。借他俗狀做形軀，攢聚火風并地水。……（《重陽全真集（卷之八）·傳神頌》，頁 139。）

言骸骨肌肉由火、風、地、水假合而成，肉體在王喆的說法中只是四大六塵一時的聚生，其隨時變換更移而終究將散歸為塵土。「四假」概念乃是因襲自佛教，王喆在創教之初即呼應唐末以後三教合一論的思潮，屢屢表述佛、教二道相通的思想，亦挪用佛教概念闡發自身理論，諸如「三界」、「四假」、「明心見性」等等皆在王喆的重詮之下成為具有修仙意義的概念。就「四假」而言，王喆借用佛教概念，將肉體更加精細地析解為四種基本構成要素，由此解釋肉體的存在乃是暫時的、有限的，從而對顯出神性（本來真性）的無

限性。易言之，此肉體既然為昏昧靈性所著附，其之於人即是一迷根惑因，人因此而貪溺凡塵俗世；又就長生成仙的終極解脫層面而言，其聚散無端而並非恆存不變，亦是人之所以遮斷隔絕於神仙境界的關鍵原由。因此，王喆提攝肉體以「四假凡軀」、「走骨行尸」，認為在以長生成仙作為目標的修煉之中，肉體乃是一必須加以超越的對象。具體言之，醒覺於肉體的假幻不實，既可超拔於此世生而為人之時的名利糾葛，亦是將來冊列仙階之所以可能的根本修煉。由此可知，王喆通過佛教「四假」概念的運用，發展了身體（形）的凡俗面向理論，從而轉移了肉體成仙說的根本依據。王喆云：

惟一靈是真，肉身四大是假。（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 281。）

于身四假乃為賓，裡面靈真是舊親。（《重陽全真集（卷之二）·述懷》，頁 38。）

真假相對、主賓對舉，王喆以「四假」解釋肉體的存在本質，通過身體（形）之凡俗性質的強調，重新認定了身體（形）在修仙煉養理論當中的地位，身體（形）的保存不再是成仙的必要條件。易言之，既由負面意義以言人之肉體，則王喆在構築其成仙理論時即無可避免地轉減了人之身體的永存價值，此較之生理意義的肉體，更加強調凡俗肉體與神仙境界的判然對立，從而呈顯出王喆對於身體之凡俗性質的漸次闡論，亦形成其對於肉體成仙說的理論變革關鍵。

此外，值得注意的是，王喆所強調的身體（形）的凡俗性質若落在其修仙煉養理論來說，則自然形成「重性輕命」的理論傾向，此乃是在性、命雙修的基本主張之中又區分出性、命的主從地位，後經王喆後學的發展，終於形成全真道「先性後命」的煉養次序。此亦是王喆言「四假凡軀」之理論作用的具體展現。

四、形神俱妙的神聖質變：

王喆雖以「四假凡軀」闡論人之身體的凡俗性質，然人之身體在其認知中並非僅有假幻不實的負面意義而已。《重陽教化集·劉孝友序》中云：

有生最靈者人，人生至重者命。（《重陽教化集·劉孝友序》，頁 219。）

此雖非王喆本人所言，然由以人最靈之尊人而以命最重之貴生，乃是綰貫整個全真道教的基本思想，王喆之思想亦不離於此。既然尊人貴生，則可以推知王喆對於人之身體尚有由正面意義以立論的說法。而觀之王喆諸作，其正面意義的身體論述呈構於修煉歷程之中，基本上可以分為修煉的不離身體，以及形神俱妙的成就兩大層面來論。

（一）修煉的不離身體：

王喆認為，人不能離開身體而言修煉。其云：

修煉事，子細好鋪陳。外做四肢安樂法，內觀五臟倒顛因。便是得全真。堅守定，營殼要申申。二氣合和開本性，三田搬運助靈神。只此喚仙人。（《重陽全真集（卷之四）·望蓬萊》，頁 76。）

以四肢之運動與五臟之觀察作為得以證獲全真的修煉內容，足見王喆對於人之身體由內而外的全面關照。而且，王喆認為修煉身體並非朝夕之事，必須一而再、再而三不斷持續，如此方能完成修真之煉而證道成仙。依此，可以推知王喆雖著重闡論身體作為四假凡軀的凡俗性質，然其並未全然摒斥身體之於學道修仙的價值，反而賦予以全真具體內容的高度意義。之所以如此，乃是因為在王喆的修煉理論中，人之身體不僅是安頓的形器依據，亦具有世界縮影的意義。

1. 安頓的形器依據：

王喆論出家投庵之要云：

凡出家者，先須投庵。庵者舍也，一身依倚。身有依倚，心漸得安，氣神和暢，入真道矣！凡有動作，不可過勞，過勞則損氣；不可不動，不動則氣血凝滯，須要動靜得其中，然後可以守常安分。此是住庵之法。（《重陽立教十五論》，頁 275。）

身體有所依憑倚靠，內心才能漸得安頓。依此，則庵舍是身體之依倚，而身體是內心之依倚。如此由外而內層層相依互倚構成人之生命的全幅安頓，進而可以氣神和暢以入於修煉之真道。此論承繼傳統道教對於身體的「容器」性質說法，而更加強調身心之間的連結互動。又王喆為弟子丹陽闡解所謂「清靜」云：

丹陽問：「何者名為清靜？」祖師答曰：「有內外清靜。內清靜者，心不起雜念。外清靜者，諸塵不染者，為清靜也。」（〈重陽真人授丹陽二十四訣〉，頁 295。）

相應於上述投庵之要所論，筆者以為此內外之分至少可由兩個層次來說：一是人之內心與外在環境的內外之分；²²二是人之內心與人之身體的內外之分。前者之分映顯王喆對於傳統道教洞有關洞天福地之地理空間思維的承襲脈絡，其以人之存於天覆地載間若言內心修煉必與所處環境產生緊密關聯，以清靜作為目的之修煉除了講求內心之不起雜念，亦必須講求所處環境的不染塵污，所謂清靜由此擘分為內心妄念之止息與環境塵污之掃除兩途，全真道教因此衍構成遠離凡塵俗世而擇居清靜場所出家修行的修煉主張。而後者之分實為王喆在論及修煉時所必蘊之理，此人之內心與人之身體的內外之分應合於上文所述，即由庵舍、身體與內心三方面所構成的由外而內層層倚靠關係。又此區分將修煉收攝至個體生命的角度來說，以內心與身體的同達清靜作為修煉目的的完成，彰顯出人之身體之於全真道教修煉歷程的決定性價值。易言之，身體作為人之所以為人的構成要素之一，在王喆的修煉理論統攝之下，並非完全被定之以負面意義，而是在四假凡軀的意義賦予之中，又結合了身體乃是內心安頓之形器依據的正面說法。

2. 世界縮影的意義：

王喆由氣以論人身與天地同構，其云：

然人之生也，稟父精母血，天之陽氣，地之陰氣，日之陽魂，月之陰魄，火之陽神，水之陰精。人之一身造化，與天地同一氣也，天地乃人之大父母。（〈五篇靈文注〉，頁 302。）

每一生命的存在根源本就襲自父母精血的交孕，然若推擴言之，人之生命亦是稟合天地日月之精氣而有，依此就存在本質而言，人身與天地實皆出於一氣之聚散流轉，相對於廣大天地之微小人身如同一具體而微的世界縮影。而人身既為天地之縮影，其運行之理自然與天地同步，王喆云：

²² 關於全真道教對於「清靜」的內外之分，一般僅認為是人之內心與外在環境的內外之分。例如李大華：〈全真“優遊”說及其現代性反思〉中即云：「內環境是心上的環境，要不斷地除卻雜念，才可能得到修煉的清靜之地；外環境是身體所處的環境，也要選擇遠離塵世的地方，切斷與世俗生活的牽連，才能使身心有個清靜安頓之處。」語見陳鼓應先生主編：《道家文化研究——“多元視野下的全真教”專號》第二十三輯（北京：三聯書店，2008年4月），頁442。

夫人之一身，皆具天地之理。天地所以含養萬物，萬物所以盈天地間。其天地之高明廣大，未嘗為萬物所蔽。修行之人，凡應萬事，亦當體之。（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 280。）

人身與天地不僅是構造形態相同，在活動意義上亦具有一致指向。天地高明廣大而不為萬物所蔽，人身之應對萬事亦當順應此理而不為萬事所蔽；而由於應對萬事必然涉及內心，亦即以內心作為應對取捨的主體，因此，在活動意義之層面上，所謂人身與天地同構可以推展出內心乃是內化之外在世界的觀點。針對人身與天地同構的觀點，張廣保有云：

顧名思義全真內丹道所謂的人體小天地思想乃是指人體與其位居的外部世界有著相同的組織構造。亦即人與天地存在著同構性。按照這種觀點，人的身體是一個具體而微的天地模型。²³

此說以人身為具體而微的天地模型，強調了身體乃是外在世界縮影的理論，亦即人體組織構造與外在世界相同。然而，在王喆以至全真道教的理解中，所謂人身與天地同構不僅意指身體乃是外在世界的縮影，更向內收攝而成為內心乃是外在世界之內化的觀念。由於王喆以後道教的修煉理論發展趨勢逐漸由外丹轉向內丹，而內丹修煉功法以體內之精氣神為基本要素，若僅以組織構造的相同來論人身與天地同構，王喆實無法開出「本來真性喚金丹。」（《重陽全真集（卷之二）·金丹》，頁 30。），「藥從外來，依形而生，採取之法，只是忘情忘形，委志虛無，一念不生。」（〈五篇靈文注〉，頁 305。），「養甲爭如養性，修身爭似修心。」（《重陽全真集（卷之三）·西江月》，頁 65。）的煉養理論。此觀念不僅為王喆修煉理論之所具，亦是全真道教內丹學的基礎思想。

而對應於以身體作為內心安頓之形器依據的說法，人身與天地同構之說更加著重於說明人之身體與外在環境關聯如何，因而構成與身心依倚關係互相補充的身體理論面向。以身體與天地同構而將其視為外在世界的縮影，映顯出身體之於內丹修煉歷程的神聖性質：人之內心固然由修煉之所必對而表顯出其優先性，人之身體亦是參與生命歷程的重要主體，而為證道成仙之所以可能的形器依據。易言之，身體在王喆的修煉理論中，不再僅是單純的一般意義的肉體，只能被動地隨生死遷滅，而是可以轉化質變、可以超脫凡俗的神聖存在。又此質變依程度而言有大小之別，小質變為身體體質的改變，此成就了道教一脈

²³ 語見張廣保：《道家的根本道論與道教的心性學》（成都：巴蜀書社，2008 年 11 月），頁 396。

的醫學理論，而成為道教特出於其他宗教之處；大質變則為身體的超凡脫俗而臻仙真之境，此蘊義於道教的神仙思想，在由「人」至「仙」的修煉歷程中架構出道教獨特的身體觀，縱使之後王喆以至全真道教扭轉了傳統道教對於人之身體的某些觀點，然身體之於證道成仙的正面價值仍在其多重詮釋中獲得保留。

（二）形神俱妙的成就：

戈國龍在〈從全真道解脫觀的形成看道教的“民族性”與“世界性”〉一文中云：

內丹修煉的神仙並不執著於有形肉體的不死，而是要把這一後天的形體加以修煉和轉化，提取身體的精華而融合到精神之中，最後超出肉身而“脫質昇仙”。²⁴

作為全真道教創始人，王喆之思想亦自有其演變歷程，然無論演變歷程如何，皆始終肯定形神俱妙的修煉成就。由於形神俱妙之於王喆以至全真道教並非是一落於純粹思辨層次的玄思妙想，而是一真實體證的理想生命狀態，因此其中所謂之形、神即必然是實指人之所具，而為可以修煉積提的主體。又王喆劃分仙階云：

重陽注曰：仙有五等。²⁵鬼仙不足取，人仙不必論，地仙住世長年，神仙出入有無，隱顯莫測，身外有身。能二其身者，是謂神仙。天仙者，列於神仙之上。（〈五篇靈文注〉，頁 302。）

王喆將仙階劃分為五等，由下至上為鬼仙、人仙、地仙、神仙與天仙。此劃分不僅是位階上的層級區分，亦具有學道修仙歷程的始末意義。易言之，五等仙階的區分除了應由仙境與人域之下貫如實複製或向上理想投射關係以論道教中的天人對應，亦應就人之修煉以論工夫深淺與境界高低；而後者為王喆思想之所著重。其中神仙一類王喆以「能二其身」作

²⁴ 語見熊鐵基·麥子飛主編，《全真道與老莊學國際學術研討會論文集》（上冊）（武漢：華中師範大學出版社，2009年5月），頁280。

²⁵ 《道教義樞·位業義》援引《玄門大義》云：「位業者，登仙學道，階業不同；證果成真，高卑有別。三乘七號，從此可明；十轉九宮，因茲用辯。此其致也。」繼衍神、仙之意義區分的細密化，在六朝時期已經充分展現。然若就人之證道成仙的面向而言，不同層級的神仙階位乃是代表著高低分別的修道成就。承此傳統，王喆亦由「五等仙說」區分出高低不同的修道成就。

為其工夫要穴與境界描述，除了顯出身體之由陰濁積提為純陽的修煉層面轉變意義，亦一定程度地保留了身體之於由「人」至「仙」之境界飛躍的存在價值。王喆云：

陰滓盡消，一神可化百神萬神，形神俱妙，出有入無，煉神與太虛同體，反乎無極之真道，合乎元始之妙境。（〈五篇靈文注〉，頁314。）

以神仙乃是純陽性質之存在為道教各派的通義，王喆依此由人之陰濁盡消而言轉質成仙，闡發通過煉神還虛之修煉程序，而得以與道合真證獲神妙境界的成仙思想。值得注意的是，此處王喆並提形神俱妙與出入有無，而應合於上述神仙一類的位階，依此則王喆所謂形神俱妙應當可與「身外有身」互為詮解，而呈現為王喆之以人從有身以至於無身而成仙的身體質變論述。王喆云：

惟一靈是真，肉身四大是假，相借煉假成真，²⁶感合為一。（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁281。）

氣神交結為珍寶，靈性分明作大仙。（《重陽全真集（卷之四）·瑞鷓鴣》，頁89。）

王喆由真假之辨提出身體是假幻，一靈方為真實的說法，然此分判並未因為假幻不實而完全摒斥身體，原因在於修真必須即幻，煉假可以成真，人之身體在由「人」至「仙」的修煉歷程中，既是不可或缺的精神載體，亦是可以積提的修煉主體。依此，則就形神俱妙的成就而言，身體並非僅有作為精神之爐的承載價值，尚有作為修煉主體的質變意義。

而就具體的實修方式來論，王喆云：

凡人修道，先須依此一十二個字，斷酒色財氣、攀緣愛念、憂愁思慮。（《重陽教化集（卷之二）·化丹陽》，頁239。）

²⁶ 此如張廣保所云：「人的肉身存在對於全真教的內丹修煉並非毫不相干。肉體作為精氣神等內丹修煉藥物之載體，仍然在內丹過程修煉中扮演了重要角色。內丹道有一種“即幻以修真”的說法，較好說明了肉體在內丹修煉過程中的作用。」語見張廣保：《道家的根本道論與道教的心性學》（成都：巴蜀書社，2008年11月），頁386。

丹陽問：「何名太上七返？」師曰：「一者少言語養內炁，二者戒心性養精炁，三者薄滋味養血氣，四者戒嗔怒養肺氣，五者美飲食養胃氣，六者少思慮養肝氣，七者寡嗜欲養心氣是也。」（〈重陽真人授丹陽二十四訣〉，頁 297。）

一日十二時辰中，得坐莫越，其人功成果滿，男子煉形如童男，女子煉形如童女。《經》云：「形神俱妙，與道合真。」此是抽胎換骨之法，陰陽顛倒五行真訣。（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 291。）

如前所言，王喆在修仙煉養的次序上具有「重性輕命」的傾向，其認為人之修道首重除情去欲，收心降念，從而體證自身的神性（真性），以作為之後修煉的精氣的內在基礎。而神性（真性）既獲證得，繼之可以修煉命、氣；關於氣的修煉，除了〈重陽真人金關玉鎖訣〉中有「蘆芽穿膝之法」²⁷、「刀圭之法」²⁸等等闡論煉運元氣的步驟，王喆亦提出「太上七返」的實修方法，以少言語、戒心性、薄滋味、戒嗔怒、美飲食、少思慮以及寡嗜欲，推動精氣的運轉變化。而觀之「太上七返」的修煉內容，皆為日常生活中可以輕易實踐的方法，顯示出王喆在以人皆可以成仙的基本前提之下，將修仙煉養之神秘性削減而轉為平易淺顯的理論用心，所謂成仙不再是虛無縹緲的抽象概念，而是人人可以為之的落實目標。此與張伯端（987 A.D.-1082 A.D.）為代表的南宗一脈所主張的「先命後性」在修養進路上有所區別，所謂「先命後性」，即以命功作為修仙煉養的基礎，修煉至極則自然臻達心念寂然的虛靜心性狀態；此乃是將性功的基礎作用取消，而將修性煉心視為境界之呈現的理論模式。

而王喆雖在具體的實修方式上有先修性後修命的步驟區別，然就證道成仙的終極目標而言，「形神俱妙」乃是其不變的境界追求。王喆云：「識心見性全真覺，知汞通鉛結善芽。」（《重陽全真集（卷之一）·答戰公問先釋後道》，頁 4。）又云：「氣神相結，謂之神仙。」（《重陽教化集（卷之三）·三州五會化緣榜》，頁 255。）王喆結合煉心與煉氣兩大基本環節，而形成性功與命功雙修並煉的修仙煉養說，此與企圖藉由「金丹黃白

²⁷ 王喆云：「先用蘆芽穿膝之法，烹氣沖寶爐骨，運氣直至湧泉，補于二足，然後七返還丹之法。」（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 283。）所謂蘆芽，乃是指丹田元氣，而以意領氣，氣通三關，即是所謂穿膝。

²⁸ 王喆云：「刀圭者，一也。有水有氣，能生萬物也。炁為圭、為雲，水為雨。又曰：出炁為刀，入炁為圭。行功為萬有，驗者為刀圭，是返老還童也。」（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 289。）依此，則所謂刀圭乃是具有生化作用的元氣。

術」²⁹、「服煉外氣法」³⁰等方法所達到的「形神俱妙」有所不同。就服藥、導引等方法而言，其對於「形神俱妙」的理側重於原有身體（形）的恆久保存，亦即將形之質變置於修仙煉養的主要地位。而王喆之言「形神俱妙」則有不同詮釋，其旨在打通形神之間的隔閡，使形神能夠彼此轉化相互融通，從而獲致脫去凡質而證道成仙的成就；而此成就之所以可能乃是憑藉心氣並煉、性命雙修的修煉方法。易言之，王喆對於傳統道教之「形神俱妙」的重詮，乃是在所謂成仙的定義上將原有身體（形）的長存不死加以取消，並且在具體的煉養方法方面由重形轉移為重性（心）。

王喆既然取消了恆久保存原有身體（形）的可能，則其對於身體（形）在修仙煉養的定位如何說明？此可由其所言「抽胎換骨」的修煉方法來論。王喆所謂「抽胎換骨」亦即「脫胎換骨」，乃是指修煉證道後凡胎轉聖胎、俗骨化仙骨的存在狀態；此種內丹修煉有所成就的具體描述，與身體（形）密切相關。又王喆在立教之初即已立下了出家住庵、雲遊苦修的修行規範，至其後學的發展而成為全真道教的傳統教制。而無論是出家住庵，或是雲遊苦修，其所針對的皆是身體「形」所耽處的逸樂狀態，亦即通過種種苦身之法以保持生命的本真，並且達到定精血、養精氣之目的。依此，則王喆闡述通貫形、氣、神、道的「形神俱妙」理論，依此建構了身體「形」的正面意義。

五、長生不死的身體反思：

突破肉體成仙說的原有設想，王喆兼及身體之凡俗性質與神聖質變兩種理論面向，展開應合於道教之成仙信仰的身心關係多重解釋，亦對於傳統道教之長生不死的義涵作出具有改革意義的重詮。

²⁹ 唐宋以前，煉丹術多指外丹，而外丹之所謂金丹基本上乃是指以丹砂、硫黃等原料所燒煉而成的丹藥；外丹家認為此種丹藥服之可以令人脫去凡質而成仙，乃是不死之仙藥。又所謂黃白乃是指黃金與白銀，丹砂通過燒煉過程可為藥金（色黃）、藥銀（色白），因此早期金丹術又稱為黃白術。道教初始時期金丹、黃白並無分別，之後才逐漸分流。

³⁰ 外氣乃是相對於內氣而言，而服煉外氣則指呼吸自然太和之氣，以攝取天地之精氣而成就長生不死之仙道；此與道教之導引、胎息等修煉方術相關。

（一）身心的多重關係：

王喆論人之身體兼具凡俗性質與神聖質變兩種理論面向，其所言之身心關係因此並非單一化的關係，而是依循著由「人」至「仙」之修煉歷程層層進展的多重關係。此身心的多重關係既是王喆對於肉體成仙說與靈魂成仙說的擇取呈現，亦是其對於所謂證道成仙而長生不死的反思透顯。

1. 就人之存在而言的平行關係：

王喆就人之存在而言身心關係：

重陽注曰：內三寶者，精、氣、神是也；外三寶者，耳、目、口是也。……所謂固三寶者，目不妄視，耳不妄聽，口不妄言，是為外三寶不漏也；目不視則神在心，耳不聽而精在腎，口不言而氣在丹田，是為內三寶自合也。（〈五篇靈文注〉，頁303。）

精、氣、神為「內三寶」，耳、目、口為「外三寶」；內、外三寶的關係即精神與身體的關係。就人之存在而言，內、外三寶對舉，精神與身體平行並存。因此，若言人之證道成仙，則精神與身體皆為必須加以考量的對象，而不能偏廢一方。此論呈現出王喆對於人之存在的觀察同於傳統道教，皆認為同時具備精神與肉體方為一完整之人。

2. 就學道修仙而言的主從關係：

由前文所述人之身體乃是內心安頓的形器依據而言，身與心似乎因為身體對於精神之決定性質而形成身為主、心為從的關係。然而，就學道修仙的修煉歷程而言，王喆之論身心關係並非僅止於此。王喆云：

離凡世者，非身離也，言心地也。身如藕根，心似蓮花，根在泥而花在虛空矣！得道之人，身在凡而心在聖境矣！今之人，欲永不死而離凡世者，大愚不達道理也。（〈重陽立教十五論〉，頁279。）

身如藕根植於凡塵俗世，心似蓮花綻於虛空聖境；王喆在此以人之內在精神的超凡入聖說明學道修仙的具體內容，從而形成了其後全真道教由全內在心性之真以論長生成仙的理論趨向，並為轉化肉體成仙說之肉體永存的思想萌發。然而，王喆在此固然將身心關係發展為心為主、身為從的關係，身心關係卻並未因此截然二分而斷裂隔絕。反之，人不能離開凡塵俗世而言學道修仙，因此在身心之間具有一微妙銜接，如同根在泥土而花在虛空；身

因此乃是心之遊離以至於昇華、超脫的基礎。³¹依此，則就學道修仙而言，身與心並非是單純的一主一從關係，而是互為主從，形神相生。

3. 就脫殼成仙而言的有無關係：

以人從有身以至於無身而成仙，為王喆對於由「人」至「仙」之身體變化的精微論述，而當中「脫殼」為歷程關鍵。王喆在分別真、假打坐時即曾提出此「脫殼成仙」的命題：

凡打坐者，非形體端然、瞑目合眼謂之打坐，此假打坐也。十二時辰行住坐臥一切動中，心似泰山，不搖不動，把斷四門眼、耳、鼻、舌、口，不令內入外出者，此名真打坐也。能如此者，雖身處塵世，已名列於仙官，不須遠參，便是肉身聖賢。三年行滿，脫殼成仙，一粒丹成，神游八極矣。（〈重陽祖師論打坐〉，頁300。）

就道教成仙思想的發展歷程而言，一般皆以外丹服食與內丹修煉作為兩大演變標誌，亦即從唐宋以後道教的煉養觀念主流逐漸從外丹演變為內丹，而外丹與內丹為兩大基本類型。然而，從外丹演變至內丹，並非一蹴而幾的觀念發展，而是在客觀環境影響與主觀教義反思的因素之下歷經許多過渡期終於臻達的結果。此過渡期既代表著外丹服食與內丹修煉之間的演變趨勢，然若上溯地看，則亦呈現出內丹修煉對外丹服食的相承關係。易言之，外丹服食與內丹修煉並非兩條平行而不相涉的修煉進路；反之，兩者乃是彼此相承而有所轉折的關係，而此關係具顯於道教各派對於身體的認知內容。就王喆而言，其所建構的全真教義應合煉養觀念的時代發展而反對服食固形，並且轉而提倡內丹、心性修煉，因此其成仙思想以「脫殼成仙」為最終目標。然而，筆者認為，王喆所言之「脫殼」，實際上乃是一種與肉體成仙有所相承而逐漸趨於內化與純化的成仙思想：其中軌跡就長生成仙模式而言可追溯至「蟬蛻」，再至「飛昇」。

由「飛昇」至「蟬蛻」再至「脫殼」，皆以人身作為修煉主體或基礎，亦皆經歷身體之神聖質變的過程。所異之處在於，「飛昇」之長生成仙模式雖有身體質變，然其乃是就人之原本的肉體直接轉化而昇華，並不因此棄絕本有的身體；而長生成仙模式演變至「蟬蛻」，所謂「蟬蛻」，基本上是對於「尸解」的狀態形容，而所謂「尸解」，乃是指經歷死

³¹ 此如李大華：〈全真“優遊”說及其現代性反思〉中所云：「重陽的這個比喻是創造性的，他既明確了一個價值與追求的向度，又把身心的關係講明瞭，心最終一定要出凡塵，心境必定遊離出來；而身為凡塵，卻並非不重要，沒有了身便沒有了心的遊離，身根必須深植於凡塵的泥土之中。」語見陳鼓應先生主編，《道家文化研究——“多元視野下的全真教”專號》第二十三輯（北京：三聯書店，2008年4月），頁439。

亡過程之後再蛻化重生而成仙。³²以「蟬蛻」言「尸解」，所形容的乃是人死後猶如金蟬脫殼，肉體蛻化而重生成仙的狀態。較之「飛昇」，「蟬蛻」之長生成仙模式對於肉體恆存的可能性已經產生動搖，因此不再堅持人之白日飛昇而成仙的理論途轍，轉而以人之死後作為身體質變的時機。至於「脫殼」之長生成仙模式，本有的身體被視為四假凡軀而最終必須加以棄絕超越，在證道成仙當下似乎僅存內在精神之有。王喆云：

昨日青巾，今朝紅角，脂腮粉面別軀殼。改頭換面有誰知，更形易體無人覺。奉勸諸公，詞中想邈，百年迅速如雷電。早為下手煉精神，頓安爐灶成丹藥。（《重陽教化集（卷之二）·踏雲行》，頁242。）

王喆常以詩詞形式表達其思想，以及教化弟子，成為全真道教獨特的經典傳承特徵之一。更有學者認為詩詞乃研究王喆全真思想的第一手資料，比「重陽立教十五論」更為可信。³³前引「論打坐」中已點出脫殼成仙的解脫形式，為全真道教在道教身體觀遷變歷程中的重要變革；而再根據王喆自作的詩詞來看，凡軀會逐漸隨著時間流逝而遞改，從中無法定立長生成仙的解脫理論，從而依循長生成仙目的所開展出的煉養理論，自然也就不能以凡軀作為直接的主體。因此，欲成丹藥，應由煉養精神作為下手處。然而，王喆所謂精神，是否僅是一般認知的單純相對於外在凡軀的內在活動？應當非是。主要理由在於，若僅以所謂精神乃是生命的內在活動，則修養此精神所能獲致的成就，將推向美學體驗與道德感悟，而無法合理地證成道教長生成仙的終極解脫。依此，則往下可以進一步引伸出一個問題：在王喆以至於全真道教的認知、體悟之中，究竟所煉之「精神」，亦即棄絕超越四假凡軀的主體為何？

³² 所謂「尸解」，《中華道教大辭典》·「尸解仙」條中云：「道教神仙譜系中的一種。指由尸解而成的仙人。」語見胡孚琛主編：《中華道教大辭典》（上、下）（北京：中國社會科學出版社，2000年5月），頁1437。又「尸解」之概念本身複雜多元，例如《真誥》卷四引《劍經》中云：「白日去謂之上尸解，夜半去謂之下尸解，向曉向暮之際而謂之地下主者也。」又《真誥》卷十三中云：「白日尸解，自是仙，非尸解之例也。」此處以白日尸解者白日飛昇，為肉身成道，非「尸解」之例。具「尸解」之名而非「尸解」之例，「尸解」涵義之複雜可見一斑。然就「尸解」之基本涵義而言，凡是藉由死亡歷程而肉體蛻化重生成仙者，皆可歸之於「尸解」；其具體呈現出道教對於「身體」的獨特觀點。

³³ 根據日本學者蜂屋邦夫：《金代道教研究——王重陽與馬丹陽》（北京：中國社會科學出版社，2007年6月），頁20-21。一書之中的考證，「重陽立教十五論」並非王喆自作，乃為王喆之後的作品。而王樹人：〈全真道教之文化底蘊初探——王重陽詩魂育全真評析〉熊鐵基·麥子飛主編，《全真道與老莊學國際學術研討會論文集》（上冊）（武漢：華中師範大學出版社，2009年5月），頁16-17一文中亦同意此說。

（二）長生不死的重詮：

全真道教在王喆的重詮之下，對於長生不死的定義產生變化，肉體永恆保存之可能性被完全取消。王喆回應弟子丹陽所問云：

丹陽又問：何者名為長生不死？

祖師答道：是這真性不亂，萬緣不挂，不去不來，此是長生不死也。（〈重陽真人授丹陽二十四訣〉，頁 295。）

王喆拈出真性之恆持作為所謂長生不死的具體內容，並且由萬緣不挂之言指出長生不死之鬆解凡塵俗世羈絆，以及其灑然自在之生命狀態，再由不去不來之語指出長生不死既是遣去一切執著，亦是超離所有相對之境。此處王喆純然由精神層面之超凡脫俗以論所謂長生不死，對於原本以肉體恆存為理論核心的長生成仙說重新加以詮釋，從而呈顯出其思想的改革意義。又王喆云：

四般假合終歸土，一個真靈真上天。不減不生超達去，無為無漏大羅仙。（《重陽教化集（卷之一）·贈丹陽》，頁 228。）

王喆認為，由四大假合而成的凡俗肉體終究會滅歸於塵土，唯有「真靈」足以作為證臻超離生死之仙境的主體。而值得進一步探究的是，王喆此處之「真靈」所指為何？其純粹是指稱人之內在精神？抑或精神與身體之雙重凝結？針對此，道教學界基本上有兩種不同的說法：

李剛云：

早期全真道解決生命終極去向的新見解，就是“聖胎圓成”，“陽神出殼”。所謂“聖胎”非肉體凡胎，而是早期全真道的“純陽長生體”，精氣神在丹田中凝成不壞的陽神。這樣的聖胎，實際上指人的精神生命，早期全真道主張的，正是精神超越飛昇，精神不死。正因為早期全真道注重精神生命的永存，故對肉體持一種貶斥態度，把肉身看成虛假不實的東西。³⁴

³⁴ 語見李剛：《何以“中國根柢全在道教”：道教哲學論稿之二》（成都：巴蜀書社，2008 年 11 月），頁 197。

又張廣保云：《金元全真道內丹心性學》：

全真的終極實體——陽神就不單單靈魂，而是包含著靈與肉，性與命兩種因素的結晶體。由此可見，全真的解脫論是靈與肉的雙重解脫，肉體對靈魂的解脫不再是可有可無的，而是具有不可或缺的作用。³⁵

或以「聖胎」（同於「真靈」）純粹是人之精神的超越飛昇，或以「陽神」（同於「真靈」）乃是人之精神與身體的雙重凝結，此兩種看似悖反之說反映出王喆在理論變革之初的思想特徵，亦呈顯出在全真道教初期，既摒斥凡俗肉體以彌合肉體成仙說之罅漏，又在「陽神」（真靈、法身、聖胎）概念中融攝了身體之因素的思想發展態勢。此如王喆所云：

問曰：不死之人何也？答曰：不死者，為其人身清靜無垢，惜真炁在丹田，精血不衰，其人不死也。（〈重陽真人金關玉鎖訣〉，頁 281。）

與前文所述對於長生不死的定義有別，此處王喆之言長生不死除了以內在真炁之積提作為內容，亦強調外在身體之清靜無垢。更可說明王喆在重新詮解長生不死之義涵時，對於身體（形）之因素的融攝。而且，就實踐層面而言，王喆以長生不死之所以可能，必須功行兩全，亦即真功真行皆有成就。所謂真功真行，王喆引晉真人之說云：

晉真人云：「若要真功者，須是澄心定意，打疊精神，無動無作，真清真淨，抱元守一，存神固氣，乃是真功也。若要真行者，須是修仁蘊德，濟貧拔苦，見人患難，常行拯救之心，或化誘善人，入道修行。所行之事，先人後己，與萬物無私，乃真行也。」（《重陽全真集（卷之十）·玉花社疏》，頁 159。）

真功強調精、元、一、神、氣等概念，為道教內丹修煉的具體內容；而真功著重濟世救人、化世度人，明顯與傳統道教的成仙觀念產生差別，亦與單純的個體內丹修煉有所不同，其更重視身體與外在世界的緊密互動。而王喆既以真功真行必須兩全方能成就得道真人，則其成仙思想必然不能完全摒棄身體因素。依此，王喆由「陽神」（真靈、法身、聖胎）的提出作為理論核心，重新闡發了道教成仙說當中身體因素的價值所在，既維持了傳統道教

³⁵ 語見張廣保：《金元全真道內丹心性學》（北京：生活·讀書·新知三聯書店，1995 年 4 月），頁 261。

固形養身的基本思維，亦重構了成仙觀念的內涵，將「蟬蛻」（尸解）中身體質變的觀點進一步加以反思、擴充，開展出煉有形至真形、真身（陽神）的形神合一觀，成為內丹術發展至金元時期的重要理論，從而鋪排出全真道教兼修性命、融合三教的教義基礎。

六、結語：

針對王喆之以精神覺悟重詮所謂長生不死，張廣保曾經提出如下評價：

王重陽將終極解脫歸結為精神的醒悟，既與道教傳統的追求長生成仙的思想相悖，也與他本人的內丹修煉實踐相矛盾。它表明王重陽對內丹道以性命雙修為特徵的修煉與禪宗單純追求心性開悟的心性修煉二者之間的區別，尚未形成明確的認識。全真道這一認識的形成只有在後來的發展中，尤其是在丘處機的內丹思想中才變得明朗。³⁶

依張廣保之說，由於王喆混淆了性命雙修與心性開悟之間的區別，因此將所謂長生不死全然歸結於精神的覺悟，而取消了肉身長存的可能；此與其內丹修煉實踐互相矛盾。

然而，若就王喆創教前後的道教發展而言，傳統道教至此在外丹理論的實際運用上已是百弊叢生而使其神仙信仰陷入發展危機，³⁷因此，理論上不再以肉身長存說明證道成仙乃是不得不然的發展。又針對王喆本身之思想而言，其思想萌現全真道教之變革端倪，身體（形）之於終極解脫的永存價值與不朽可能被轉減，成為由白日飛昇之肉體永存至脫殼成仙之陽神不死的理論模式。從而別出於傳統道教之以肉體白日飛昇指說成仙的思想。然而，王喆對於人之本質的認識與論說基本上卻與傳統道教互相符應，而以人為形、氣、神之統一體；又身體之「容器」性質說法，亦在其身心關係的論說中獲得保留。而且，特別值得注意的是，依循著由「飛昇」至「蟬蛻」以至「脫殼」之長生成仙模式的發展軌跡，「脫殼」之長生成仙模式實與傳統道教之肉體成仙說有所相承。

³⁶ 語見張廣保：《道家的根本道論與道教的心性學》（成都：巴蜀書社，2008年11月），頁385-386。

³⁷ 根據唐代劍的歸納，王喆所處時代的傳統道教在發展上已經陷入停滯，而原因主要有三：一是外丹之弊；二是齋醮耗財；三是佞道干政。詳見唐代劍：《王嚳丘處機評傳》（南京：南京大學出版社，2000年6月），頁61-77。

不過，不可否認的是，由於王喆之思想在全真道教中畢竟屬於草創階段，因此，其思想無可避免地存在著模糊性質，例如其對於「陽神」（真靈、法身、聖胎）概念的說明不夠具體即為一顯例。此或與道教所欲刻意營造之宗教神祕氛圍有關，然亦不可說與王喆之思想本身尚在雛形全然無涉。又就全真道教之基本精神言，其思想理論並不以個人之證道成仙為唯一關懷，而亦重視匡救世俗之宗教實踐，因此，其思想理論之建構即以能否為大眾所普遍接受作為主要考量；此或為王喆在其修煉思想理論中加入了心性修養成分，並且主要以精神覺悟說明解脫內容的根本原因。而此亦使得王喆以及之後的全真道教在身體觀上與傳統道教產生了歧義。

王喆以及之後的全真道教與傳統道教雖有歧義，然王喆遠離肉體成仙說而別開陽神不死的理論端緒，認為肉體終究會腐爛滅壞而無法永存，然仍舊不離探究人恆久存在之可能的本懷，此為全真道教在以王喆為起始的別開生面之下，依然可以被視為道教之一脈的主要因由。

徵引文獻

古籍

東漢·許慎撰，清·段玉裁注：《說文解字注》（臺北：天工書局，1996年），八篇上，頁383。

* 金·王重陽著，白如祥輯校：《王重陽集》（濟南：齊魯書社，2005年）。

近人論著

王樹人：〈全真道教之文化底蘊初探——王重陽詩魂育全真評析〉，熊鐵基·麥子飛主編，《全真道與老莊學國際學術研討會論文集》（上冊）（武漢：華中師範大學出版社，2009年5月），頁16-35。

* 戈國龍：〈從全真道解脫觀的形成看道教的“民族性”與“世界性”〉，熊鐵基·麥子飛主編，《全真道與老莊學國際學術研討會論文集》（上冊）（武漢：華中師範大學出版社，2009年5月），頁274-284。

李霞：《生死智慧——道家生命觀研究》（北京：人民出版社，2004年5月），頁198-222。

李大華：〈全真“優遊”說及其現代性反思〉，陳鼓應主編，《道家文化研究——“多元視野下的全真教”專號》第二十三輯（北京：三聯書店，2008年4月），頁430-448。

* 李剛：《何以“中國根柢全在道教”：道教哲學論稿之二》（成都：巴蜀書社，2008年11月），頁197。

* 李剛：〈道教的身體觀初探〉，《天府新論》第6期（2009年），頁33-40。

周俐：〈皮若蟬蛻解化托象——“尸解”傳說透視〉，《東南文化》第1期總第111期（1996年），頁97-99。

胡孚琛主編：《中華道教大辭典》（上、下冊）（北京：中國社會科學出版社，2000年5月），頁1437。

* 唐代劍：《王嘉丘處機評傳》（南京：南京大學出版社，2000年6月），頁61-77。

* 張廣保：《金元全真道內丹心性學》（北京：生活·讀書·新知三聯書店，1995年4月），頁261。

* 張廣保：《道家的根本道論與道教的心性學》（成都：巴蜀書社，2008年11月）。

楊玉輝：《道教人學研究》（北京：人民出版社，2004年11月）。

* 熊鐵基：〈試論王重陽的“全真”思想〉，《世界宗教研究》第2期（2008年），頁60-99。

劉永海·武善忠：〈論宋元道教對傳統成仙思想的革新——以元代道教史籍為例〉，《淮陰師範

學院學報》第 31 卷（2009 年），頁 456-460。

* 陳霞：〈形神俱妙——道教身體觀的現代闡釋〉，《哲學動態》第 4 期（2005 年），頁 35-39。

盧國龍：《道教哲學》（北京：華夏出版社，2007 年 1 月）。

蓋建民：〈全真道與中國傳統醫學稽考〉，陳鼓應先生主編，《道家文化研究——“多元視野下的全真教”專號》第二十三輯（北京：三聯書店，2008 年 4 月），頁 449-480。

蕭登福：《先秦兩漢冥界及神仙思想探原》（臺北：文津出版社，1990 年 8 月），頁 166。

（日）蜂屋邦夫著・張澤洪譯：〈全真教草創期的信仰對象〉，《宗教學研究》第 4 期（2000 年），頁 27-37。

*（日）蜂屋邦夫：《金代道教研究——王重陽與馬丹陽》（北京：中國社會科學出版社，2007 年 6 月），頁 20-21。

（說明：徵引文獻前標示 * 號者，已列入 Selected Bibliography）

Selected Bibliography

- Cheng, xia, “‘Xing shen ju miao’: A Modern Interpretation of Daoist Concept of the Body,” *Zhexue Dong Tai* 4(2005), pp. 35-39.
- Ge, guo-long, “A Quan-zhen Daoist Perspective on Daoist Nationality and Universality,” in Xiong, tie-ji and Mai, zi-fei, ed., *A Collection of Papers of Quan-zhen Daoism and Lao-zhuang Philosophy International Conference, Book 1* (Wu-han: Huazhong Normal University Press, 2009), pp. 274-284.
- Hachiya Kunio (Jpn.), *A study of Daoism in Jin Dynasty* (Bei-jing: China Social Sciences Press, 2007)
- Li, gang, *Why is Chinese Culture Rooted in Daoism: Daoist Philosophy Monograph 2* (Cheng-dou: Ba-shu Press, 2008), p. 197.
- Li, gang, “A Preliminary Discussion of the Taoist Bodily Perspective,” *Tian Fu New Idea*, 6 (2009), pp. 33-40.
- Tang, dai-jiang, *Critical Biography of Wang Zhe and Qiu Chu-ji* (Nan-jing: Nan-jing University Press, 2000), pp. 61-77.
- Wang, chong-yang, *A Collection of Wang Chong-yang*, ed. Ru-xiang (Ji-nan: Qilu Press, 2005)
- Xiong, tie-ji, “An Attempt to Interpret Wang Zhe’s Concept of Quan-zhen,” *World Religion Studies*, 2 (2008), pp. 60-99.
- Zhang, guang-bao, *Xin-xing Philosophy of Nei-dan of Quan-zhen Daoism in Jin and Yuan Dynasties* (Bei-jing: SDX Joint Publishing Company, 1995), p. 261.
- Zhang, guang-bao, *The Root Philosophy and Xin-xing Philosophy of Daoism* (Cheng-dou: Ba-shu Press, 2008)

The Secular Body and the Ultimate Body: Wang Zhe's Interpretations and Reforming of Traditional Taoist Bodily Perspective

Chen, Ying-hui

(Received September 30, 2012 ; Accepted January 3, 2013)

Abstract

Different from gods, transcendent beings above human reach, celestial beings or “shang” in ancient times refer to hermits who practice meditation in high mountains and enjoy longevity. The exploration of the transformation from mortals into shangs testify to the ultimate concern of Taoism: transformation into shangs after the epiphany. Whichever patterns such transformation may follow, it focuses on the nature of the subject during the transformation, the human body. Inheriting Taoist exposition of the existence of human being, Wang Zhe, the founder of Quan-zhen Taoism, stressed on the secular body as a combination of four elements; which understanding is intermixed with his theory of holy bodily transubstantiation: achieving physical and spiritual immortality. With consideration of secular and holy levels in his theory, not only did Wang Zhe develop multiple explanations of the connection between the mind and the body, which is consistent with the core belief of Taoism, transforming into shangs, but he also reinterpreted the Taoist doctrine of immortality, a revolutionary contribution to Taoism.

Keywords: Wang Zhe, bodily perspective, the secular body as a combination of four elements, achieving physical and spiritual immortality, immortality

