

粹之以易象，廣之以禪悅——
試論郝大通暨其弟子「全真心性論」的修養功夫
Essence by Book of Changes's phenomenon,
broad by imperial sacrifices pleased - - Discusses
Hao Datong and its disciple “the entire sincerity
theory” tutelage time

張曉芬

Zhang Xiaofen

國立陸軍專科學校共同科國文專任助理教授
State-run army training school altogether classmate
Chinese specially appointed assistant professor

摘 要

自唐宋以來，儒、釋、道三教的學術文化均出現一個「由外向內」轉化與融合的趨勢。金元時期中國道學思想的集大成者，便是全真思想。全真道思想以修心為要，以身在紅塵中，心捨俗塵緣，為縛住心猿，安定心意的不二法門。創導者乃是王重陽與全真七子，大倡三教合一，吸收儒家的孝慈濟世，佛家禪宗的明心見性，並以道家的修心煉丹融合儒釋學說。其中，郝大通以「易道傳法」最為獨特，乃是郝氏異於其他全真六子思想的特殊所在。畫以三十三幅《易》圖，說明天道化生萬物的規律性與循環性，並以此作為人「心性修練」的理論依據，亦即所謂「人法天地」的指導原則。繼郝大通後，王志謹等高足更將其全真心性思想發揚光大，主張境上煉心，無論順、逆境，都要修得心安自在，清靜無為，功行雙全，與天道合一。其實，道不遠人，惟人能弘道，道由人顯，方顯出其意義與價值。惟人法天道之行，降心去病，盡去心性上的情塵、染習、煩惱與障礙，使自我本來真心本性呈現，方能達至與天地同源之「道」，如此，道由人成，「天人合一」的思想，方得以落實與實現。

關鍵詞：郝大通、太古集、王志謹、全真心性論、全真道、功行雙全

Abstract

Since the Tang Song, the Confucian, has released, the Confucianism, Buddhism, Daoism academic culture appears one “from outside to inside” transformed and the fusion tendency. The gold dollar time China Neo-Confucianism thought epitomizes, then is the entire real thought. All really said the thought take cultivates the mind as wants, take the body in the bustling place, the heart shed vulgar fatality of this world, as ties up the heart ape, stable regard only way. Creates leading is king Double Ninth Festival with all really seven, leads the Confucianism, Buddhism, Daoism to gather greatly one, absorbs the Confucianist to provide relief filial and loving, the Buddhist zen engages in introspection sees the nature, and cultivates the mind the refine the pill of immortality by Taoism to fuse the Confucian to release the theory. Among them, Hao Datong by “Yi Daochuan law” most unique, is Hao is at variance with other all really six sub-thought specially to be at. Picture by 33 "Easy" chart, explained the sun metaplasia myriad things the regularity and the cycle of operations, and “the disposition repair practices” the theory basis by this as the human, i.e. so-called “human law world” guiding principle. After continues Hao Datong, Wang Zhijin contour carries forward fully its entire sincerity thought, advocated on the boundary builds up the heart, regardless of along, the adverse circumstance, all must repair feels at ease comfortably, quietism and inaction, merit line complete in both, gathers with the sun one. Actually, a distant person, only the human cannot say greatly that, reveals by the human, only then appears its significance and the value. Only line of the human law sun, falls the heart to treat illness, goes to in the disposition the sentiment dust, dyes the custom, the worry and the barrier, causes the self-original sincerity natural disposition to present, from Fang Nengda to with world homology it “the road”, so, becomes by the human, “the beauty gathers one” the thought, the side can carry out and the realization.

Key words : Hao Datong, the antique collection, Wang Zhijin, the entire sincerity discusses, all really says, the merit line complete in both

壹、前言

宋元時期是中國道教發展的輝煌時代，南北方各有教團與教派，南方有淨明道與內修南宗，北方則是太一、真大與全真道¹。其中，尤以「全真道」在當時最受歡迎。然此派創始者即是咸陽（陝西省）王重陽（1112-1170），主心性修煉、清靜無為與功行雙全以達到永恆逍遙之境²；所謂「不尚符籙燒煉，而以忍恥含垢，苦己利人為宗」³。先後收其弟子馬鈺（1123-1183）、譚處端（1123-1185）、王處一（1142-1217）、劉處玄（1147-1203）、丘處機（1148-1227）、郝大通（1140-1212）、孫不二（1119-1182）等，號為「全真七子」⁴。「全真道」雖蔚為當時道教易學中，易學內丹學⁵的一個重要流派，但是其教義乃主儒釋道三教合一⁶，並非全以道教思想為主，而是強調「識心見性」，「修煉精氣」與「先性後

¹ 張廣保：《金元全真道內丹心性論研究》，（台北：文津出版社，1993年），頁1。

² 王重陽〈重陽真人授丹陽二十四訣〉云：「諸賢先求明心，心本是道，道即是心；心外無道，道外無心也。」又「是這真性不亂，萬緣不掛，不去不來，此是長生不死也。」又「心忘慮念，即超欲界；心忘諸界，即超色界；不著空見，即超無色界。離此三界，神居仙聖之鄉，性在玉清之境矣。」見白如祥輯校：《王重陽集》，（山東：齊魯書社，2005年），頁302、295、279。關於「真功真行」方面，王重陽〈三州五會化緣榜〉曰：「諸公各懷聰慧，每齋場中細細省悟，庶幾不流落於他門。功行乃別有真功真行。晉真人云：『若要真功者，須是澄心定意，打疊神情，無動無作，真清真靜，抱元守一，存神固氣，乃真功也。若要真行者，須是修仁蘊德，濟貧救苦，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。』伏願諸公，早垂照鑑。」《重陽教化集》卷3，《中華道藏》（第26冊），（北京：華夏出版社，2004年），頁381。另呂錫琛〈全真道心性思想的心理治療智慧〉一文亦云：「王重陽在《玉花社疏》中就曾強調“真功”與“真行”的結合，他所說的“真功”，指的是澄心定意、致虛守靜等心理調控能力的修煉；而所謂“真行”，則指積德修善、濟貧拔苦等道德實踐活動。」又「全真道不僅有一套口傳心授的修煉內丹的具體操作方法，而且更在精神的層面總結了心德互養的心理調治之方。」收入於丁鼎主編：《崑崙山與全真道——全真道與齊魯文化國際學術研討會論文集》，（北京：宗教文化出版社，2006年），頁119。

³ 陳垣〈南宋初河北新道教考〉，見陳氏《明季滇黔佛教考》（下），（北京：河北教育出版社，2000年），頁577。另劉精誠：《中國道教史》亦云：「全真道要求其信徒必須出家，並忍恥含垢，苦己利人，具有清修自苦精神。」（台北：文津出版社，1993年），頁246。實則元·徐琰〈廣寧通玄太古真人郝宗師道行碑〉即云：「以識心見性，除情去欲，忍恥含垢，苦己利人為之宗。」《甘水仙源錄》卷2，《中華道藏》（第47冊），同上注，頁144。

⁴ 陳銘珪：《長春道教源流》卷1載：「世稱道教，有南北二宗，其南宗謂自東華少陽君，得老聃之道，以授漢鍾離權，權授唐進士呂巖，巖授遼進士劉操，操授宋張伯端，伯端授石泰，泰授薛道光，道光授陳楠，南授白玉蟾，玉蟾授彭相。其北宗謂呂巖授金王喆，喆授七弟子，其一丘處機，餘為馬鈺、譚處端、劉處玄、王處一、郝大通及鈺之妻孫不二。」（台北：廣文書局，1989年），頁13-14；另全真七子資料概見元·樗櫟道人（秦安志）：《金蓮正宗記》；元·劉天素、謝西蟾：《金蓮正宗仙源像傳》；元·李道謙：《七真年譜》；元·趙道一：《歷世真仙體道通鑑續編》；趙道一：《歷世真仙體道通鑑後集》；李道謙：《甘水仙源錄》，皆見於《中華道藏》第47冊。

⁵ 章偉文：《宋元道教易學初探》云：「在宋元明清道教易學中，易學內丹學是其中一個重要流派。內丹學相對於外丹學而言。外丹學從東漢後期魏伯陽著的《周易參同契》，到東晉葛洪著《抱朴子》等都是。內丹學則是在外丹學發展的基礎上確立起來的道教學術形式。內丹學採用外丹學的術語，將丹道理論中具有重要意義的鼎器、藥物、火候等落實於人身之中，以人身的丹田為修持的鼎器，以人身的精氣神為修煉的藥物，以修煉過程中修煉者的意念與呼吸的調節為火候，由此形成的道教修持理論體系，即是內丹學。內丹學中，由於修持理念和修持方法所側重的方面各不相同，形成了不同的流派。如對性命關係從不同角度思考，有先性後命和先命後性的不同，由此形成了創于金元時期中國北方的全真北派，此派創始人為王重陽及其弟子……」（成都：巴蜀書社，2005年），頁53-54。

⁶ 全真道創始者——王重陽云：「儒門釋戶道相通，三教從來一祖風。」又「三教者，如鼎之三

命」為要⁷。學者研究指出：其理論的出現可謂對唐宋以來我國思想界三教合一，凸顯「心性論」這一主流趨勢，做了充分的回應⁸。

郝大通乃七子之一，以易學著稱。著作有《太古集》、《三教入易論》、《心經解》、《救苦經解》、《示教直言》等，今以《太古集》四卷為其代表作⁹。然是書現存四卷，共列有三十三幅《易》圖。並以此表現其天道之宇宙生成觀，即所謂「道教易圖理論」，說明天道化生萬物的規律性與循環性，作為人「心性修練」的理論依據，亦即所謂「人法天地」的指導原則¹⁰。其宇宙論是一具有《易》道特徵的道教宇宙論，對於天、地、人與萬物生化的關係，均以《易》理表現，此「易道傳法」乃是郝氏異於其他全真六子思想的特殊所在。除此之外，郝氏更以王重陽「修善積德」、「清靜無為」與「明心見性」的全真思想弘揚于世，因此，郝氏的思想實融合儒家《易》理、道教無為，乃至佛家禪宗的心性理論。其弟子姬志真《終南山棲雲觀碑》云：

全真之旨，醞釀有年，薪焰相傳，古今不絕。……其教以重玄向上為宗，以無為清淨為常，以法相應感為末。摭實去華，還淳返樸。¹¹

所謂「重玄向上」為「明體」，意指通過明心見性的方式，以直探虛無本體（道體）；「無為清淨」為功夫，以日常修為，除情去慾，降心離塵，得本來真心、真性呈現；「法相應感」乃藉境驗心，在日常應物中體會道性之恆常。務使「繁華落盡見真純」。總之，郝氏全真心性論思想，在應物、出世、證道三方面承繼王重陽啟教理論，以完成其全真心性論的統一整體。

在今學術界，對於全真道研究，較多偏重於王重陽與全真七子中的馬丹陽、

足身同歸一，無二無三。三教者，不離道也。喻曰：『似一根樹生三枝也。』」前者見《重陽全真集》卷1，後者見《重陽真人金關玉鎖訣》，《中華道藏》第26冊，頁277、頁398；劉精誠：《中國道教史》亦云：「全真教對唐宋以來道教的一個重大變革，是它的立教宗旨是儒釋道三教合一，『三教圓融』。以《道德經》、《般若波羅密多心經》、《孝經》為主要經典，在《道德經》基礎上，融會三教『理性命之學』。」同注3，頁244。

⁷ 章偉文：《宋元道教易學初探》亦云：「內丹學中，由於修持理念和修持方法所側重的方面各不相同，形成了不同流派。如對性命關係從不同角度思考，有先性後命與先命後性的不同，由此形成了金元時期中國北方的全真北派，此派創始者即是王重陽及其弟子馬鈺、譚處端、劉處玄、丘處機、王處一、郝大通、孫不二等，強調以「識心見性」為目標。同時輔以「精氣的修煉」，此為先性後命的內丹學說。」同注5，頁54。丁培仁〈全真道散論〉云：「全真道初起時，即摒棄了肉體成仙，認為只有一種一靈真性才永恆不滅，正是這一點決定了其外部諸多特徵有別於歸道教。北宋以來，內丹修煉風行，全真道承襲之，煉養方式以內丹為主，而內丹修煉又著重強調修性，先修性，後修命。」收入丁鼎主編《崑崙山與全真道——全真道與齊魯文化國際學術研討會論文集》，（北京：宗教文化出版社，2006年），頁45。

⁸ 高良荃〈金元時期全真教的基本思想及理論建樹〉，《臨沂師範學院學報》第25卷第1期，2003年2月），頁57。文中亦云：「全真教的基本思想包括三教合一，返本歸原；性命雙修，先性後命；積功累行，功行雙全三個方面。三教合一，返本歸原為其基本指導理論；性命雙修，先性後命為修行宗旨；積功累行，功行雙全為具體修行門徑，它們是互相聯繫，不可分割的。」

⁹ 今郝太古《太古集》，載《中華道藏》第26冊，（北京：華夏出版社，2004年），頁687-703。下文凡引《太古集》不再詳註。

¹⁰ 章偉文：《宋元道教易圖初探》云：「通過對《太古集》所載三十三圖的三部分內容……我們對郝大通的易圖思想基本有一個大體的瞭解。他的思想主要有三個方面，第一個方面，是關於宇宙萬物生成的道教宇宙思想。第二個方面，是認為天地宇宙造化生成萬物雖然複雜多變，但有其規律可循，此規律也是內丹修煉所應遵循的規律。第三個方面，是法天地造化生物的原理以論還丹之爐鼎的思想。」同注5，頁286。

¹¹ 元·姬志真：《雲山集》卷7，《中華道藏》第27冊，頁48。

丘處機等人著作，對於郝大通這一系嫡傳研究，則是屈指可數¹²。然對於郝大通的研究，也大多集中在其天道論、形上本體、或宇宙化生之形成有關，對其全真心性論的修養工夫，更是寥寥無幾¹³。然我們知道，郝大通長於以《易》闡述天道之理，藉由《易》之卦爻符號配合天干地支、五行、節候等，說明宇宙化生之自然規律，進而由此說明人應法此自然之道行內丹修煉，達至超生了死之境。因此，天道宏遠，獨人能法天地之道、彰顯乃至成就此化生之則，亦惟有人可與天道融合成一和諧整體，是以人道之實踐意義方彰顯出價值來。相對而言，郝氏論此天道與宇宙化生之理，實為人們修行作一本體的依據，如此，人可依自修而了脫生死，解脫痛苦，否則，一切都是枉然。是以郝大通暨其弟子的全真心性論修養功夫，實有研究的重要性，在此，本論文針對此作一研究。

貳、法天地自然之道

郝大通主「道」為天地造化的根源，所謂：

道沖而無慾，神定而氣和，為造化之根源，窮陰陽之返復。

又：

元之一氣，先天地生，**既著三才**，浸成萬物。……**虛無之神，統遇萬靈，先天地祖，運日月精**。列光垂象，造物變形。推遷歲紀，應用生成。¹⁴

「道」——虛無之神，先天地生，統御萬物，滋生陰陽二氣，二氣沖和則萬物生，萬物之中又以「人」為最，與天地並稱「三才」。然陰陽有返復，故萬物有生死，其終始之源在於「道」。其弟子姬志真亦云：

¹² 據後學觀察，今學術界上有關「全真七子思想」的研究成果，可見牟鍾鑑等著：《全真七子與齊魯文化》，（濟南：齊魯書社，2005年），附錄四，「全真道研究論著要目」，頁367-385。乃至丁鼎主編：《崑崙山與全真道——全真道與齊魯文化國際學術研討會論文集》，（北京：宗教文化出版社，2006年）對全真道探索頗多。在「全真道研究論著要目」與《論文集》中，針對郝大通思想研究者僅見二文，即張應超：〈郝大通——全真華山派開派祖師〉，《中國道教》1993年第4期），頁45-46；章偉文：〈試論郝大通的道教易圖學思想〉，收入丁鼎主編：《崑崙山與全真道——全真道與齊魯文化國際學術研討會論文集》，頁215-230。之後，大陸學界專門對郝大通思想研究者是章偉文：《郝大通學案》，（濟南：齊魯書社，2010年）以及氏著：《宋元道教易學初探》「第六章 郝大通《太古集》的道教易圖思想」，（成都：巴蜀書社，2005年），頁283-318；還有李延倉：〈郝大通的「易學天道」論〉一文，《周易研究》2010年第3期），頁54-61。台灣學界多是單篇專文探討，也僅有李克和文著、張華譯：〈道教人物（24）——郝大通〉簡介，《道教月刊》2009年第2期），頁56；陳伯適〈郝大通《太古集》的天道觀——以其《易》圖中的宇宙時空圖式為主體〉（上下），《興大中文學報》第27期、第28期），頁129-156、115-123；王詩評〈郝大通易圖學中的內丹思想〉，（高師大經學研究所主辦：《第六屆青年經學學術研會會議論文集》2010年），頁1-24；沈信甫〈郝大通《太古集》的道教象數易圖詮釋——以形上宇宙化生為中心的探討〉，《輔大中研所學刊》第25期）

¹³ 由前注可以發現今兩岸學界上，大多以郝大通天道觀、宇宙本體與生化原則、道教易圖學或內丹思想研究為主。針對郝大通「心性論」思想研究，惟章偉文《郝大通學案》第一部分第四章「郝大通全真內丹心性理論」，（成都：巴蜀書社，2010年），頁115-183。

¹⁴ 前者見郝大通：《郝太古真人語錄》，同注9，《中華道藏》第26冊，頁707；後者見《太古集》，同注9，《中華道藏》第26冊，頁689-701。

道運而有氣，氣變而有形。形之變而有巨細洪纖，飛潛動植。氣之運則有昇沉消長，生滅廢興。若萬象之斡旋，無首無尾；若四時之代謝，不古不今。此天理之常然，造物者之無盡藏也。¹⁵

道運生氣，氣變有形，是以為造物之本。氣運之規律，如四時之代謝，此即天理之常，亦所謂道斡旋萬象也。是以「道無棄物，物無非道」，「道無增損，用有行藏」¹⁶。不論天地、日月、星辰、四時皆因道而各自成就其性，東西南北上下六合，世間萬有，皆有道一以貫之。然道生萬物，必以氣運方可行，姬志真云：

嘗試言之，天地一氣，物我同根，方萬化之弛張，布眾形而區別，雜以五行之生剋，均以四序之推遷，其變日新，化亦罔極，此氣動用之常也。殊不知氣之所役，時之所運，數之所存，理之所在，一債一起，有始有終，得失存亡，天之所造，孰能禦之？¹⁷

主天地萬物與人皆一氣所化，同源同根。氣化流行，則有五行生剋，四序推移，此乃「氣」化所成，因氣之變日新而不息，是以物之化亦罔極而無限，於變之中存其常。然氣之所役、時之所運、數之所存、理之所在，皆天之所造，非人力可變，故人必順天，法天之行，不可逆天而行；所謂：「順天者昌，逆天者亡也。」人類社會的發展亦順此規律運行，方為治國之本。

由天地自然之理，規律運行不悖，是以亦為人所效法之準則。畢竟人能弘道，非道弘人，道由人顯，才有其意義。人與萬物皆「道」之所生，為「三才」之一，是以人道好修行，藉修練自身達至「神定氣和」境界，則可與「天道」相通。加上「人道」源出于天地之道，是以人道可透過體悟以掌握天理，上達天道之境。相對而言，天地之道，惟有人道之介入才彰顯出意義。所以天道掌握在於人之法天，力行天道而彰顯。郝大通云：

易之道，以乾為門，以坤為戶。以北辰為樞機，以日月為運化。以四時為職宰，以五行為變通。以虛靜為體，以應動為用。以剛柔為基，以清淨為正。以雲雨為利，以萬象為法。以品類為一，以吉凶為常。以生死為元，以有無為教。故知教之與化，必在乎人；體之善用，必在乎心；變而又通，必在乎神。以一神總無量之神，以一法包無邊之法，以一心統無數之心，自古及今，綿綿若存。¹⁸

以易道作天地之道闡發。道體言之於虛無，但其作用於器物。器物應道之動而能為用。此乃郝氏對《周易參同契》所作之釋義，以《周易參同契》所言之道說明天地之道；所謂以乾坤為門戶，以北辰為樞機，法日月之變化，行天地四時之序，和合變通五行，是以修道人必須以天地萬法為象，以虛靜為體，以應動為用，以剛柔為基，以清淨為正，以雲雨為利，以品類為一，以吉凶為常，以生死為元，以有無為教。教化之業，必由人力行以成，人必須用心體悟大化之道體，自然變通之則，所以修真之士修持時，必須以一己之神總無量之神，以一法包無邊之法，以一心統無數之心，從而與道相契。此理自古及今，綿綿常存。

¹⁵ 元·姬志真：《雲山集》卷7，《中華道藏》第27冊，頁53。

¹⁶ 同上注，頁55。

¹⁷ 同上注，頁54。

¹⁸ 郝大通：〈周易參同契簡要釋義並序〉，《太古集》卷1，《中華道藏》第26冊，頁690。

然人們該如何上通天理，下達人事，法天地自然之道，發揮出天命賜予我們的「本真」？郝大通弟子王志謹云：

眾人愛的休愛，人都非底莫非，……不是好伴休合，無益之言莫說；遇事成時休喜，遇事壞時莫憂；勝如己者學之，不如己者救之；人損己者福也，己損人者禍也；言過行者虛也，形勝言者實也；有欲情者人事也，無塵心者仙道也；肯低下者高也，肯貧窮者富也。返常合道，順理合人，正道宜行，邪門莫入，通道明德，體用圖成，是謂全真也。¹⁹

道教以人具有：「精、氣、神」三大先天根本要素；然欲全其本真，必先做到「全精、全氣、全神」方是全真境界。志謹從日常生活中談及，以心性修煉的方式，達到全真之境，上與天道合一。因此，修持者必須凡事忍讓不爭、寵辱不驚、安分守己、謙下守拙、救貧濟困、清靜寡欲、順理合人、腳踏實地、正己成人才行。如此，「身定則無欲，故精全」，「心淨則無念，則氣全」，「意識則身心合而返虛也。」²⁰

參、降心見性以修道

郝大通承繼其師王重陽的「性真命假」、「先性後命」理論，以為修行重在修心見性，所謂修行在修心，然修心必先降心，方能見真性，見真性才能了命，超脫了死，終究性命雙修，方為真修道。郝大通《郝太古真人語錄》云：

修真之士，若不降心，雖出家多年，無有是處，為不見性。既不見性，豈能養命？性命不備，安得成真？²¹

原來明心見性是修行的關鍵，修真之士必先通過降心、去慾，明心以見性，養命以成真。所以在修行次第上，郝大通主張修行者先識性命宗主，通過降心以求見性；然修行人之所以無法明瞭自己本性，端在於心高氣傲，「愛扮面孔」，無法屈尊就駕，是以無法降心，而心無法降服，郝大通以為在於有「心病」。郝氏在此列舉了修行人易犯的五種「心病」，其云：

第一心病，見他通達性命之理，自己欲參，不肯低下，他人不肯說，心生怨謗。²²

「心高氣傲」是修行人第一心病，雖欲聞道、修道，但不肯低下參問，不肯向通達性命者虛心請教，見他人不說，則心生怨謗。此根源在於有人我之心，分別之見，求法不得則生怨謗，此為一種心病。

¹⁹ 王志謹：《盤山語錄》，《中華道藏》第26冊，同注2，頁793。

²⁰ 全真教論全真意義的代表——李道純：〈全真活法〉云：「全真道人，當行全真之道。所謂全真者，全其本真也。全精、全氣、全神方謂之全真。才有欠缺，便不全也；才有汗點，使不真也。全精可以得身，欲全其精，先要身安定，安定則無欲，故精全也。全氣可以養心，欲全其氣，先要心清靜，心清靜則無念，故氣全也。全神可以通虛，欲全其神，先要意識，意識則身心合而返虛也。」《中和集》，《中華道藏》第27冊，同注2，頁293。

²¹ 郝大通：《郝太古真人語錄》，同注9，《中華道藏》第26冊，頁708。

²² 同上注，頁708。

第二心病，他人有緣，不思自己無，復不能化人生善，徒生惡念，損人道緣。²³

第二心病在於「心生惡念，損人道緣。」見他人有修道之緣，自己卻無，不思自己為何無此仙緣，徒生惡念以損他人道緣。此病源在於「忌妒心生」一見不得人好，是一心病矣。章偉文先生研究指出：郝氏以為「道緣」有無，端在於是否己能化人向善，因此之因，得此之果。若只是詬病他人有此仙緣而損之，則與修仙背道而馳²⁴。

第三心病，見他人看經書，自己不能而生謗心，此等之人，永不得大智慧，天眼自昧之徒也。²⁵

第三心病，指不習或不通經書，昧卻自有根本智慧。尤其見人讀經書而有心得，自己不懂，不通經書之奧，而生謗心。這種情況，太古以為關鍵在「智慧」不起，不能發起本有之智，把原本具備的「天眼」蒙蔽了，不懂深入經藏之重要。此本心不明，不能生起大智慧，則心生謗意，「天眼」蒙蔽，一大心病。

第四心病，緣未起行，而強起緣動眾，擾亂他人，是不良之人也。²⁶

第四心病，是指「強起緣動眾，擾亂他人。」指的是不明因緣際會，強欲別人從己，在緣未至時而強行，擾亂他人修行的階次與規律，此乃不識時務者，是謂「不良之人也」。

第五心病，是心不足，反致心亂，是不足之人也。²⁷

第五心病在說明「心不修，欲不止」乃「不足之人」也。若修行人不知安貧樂道，心無法知足，讓嗜慾強盛，則心亂不得定，**畢竟「少欲多安」、「常樂我淨」也。**然此「不知足者」在修行中謂之「心不足者」，亦是一病。

為何郝太古要從「心病」講起？據王廷琦先生研究指出：在全真道中，由郝大通所樹立的「盤山派」，是一吸收儒家與禪宗的心性思想，建立起以心為起點，以心性道三者合一為修養特色的心性理論的宗派²⁸。所以他們強調：修行要從修心做起²⁹，**郝氏看出修心若不降心，是無法修得成的；而人心不能「降」主因在**

²³ 同上注，頁 708。

²⁴ 見章偉文：《郝大通學案》，（濟南：齊魯書社，2010 年），頁 165。

²⁵ 郝大通：《郝太古真人語錄》，同注 9，《中華道藏》第 26 冊，頁 708。

²⁶ 同上注，頁 708。

²⁷ 同上注，頁 708。

²⁸ 見王廷琦〈金元全真心學初探〉；另聶清〈初期全真教心性論與禪宗的關聯〉云：「全真一派在道教中的位置與禪宗在佛教的地位類似：全從心地下工，既摒棄外物點化，也無須禮拜祈福，所以他們施行的關鍵都落實於心想運用。」二者皆收入於丁鼎主編：《崑崙山與全真道——全真道與齊魯文化國際學術研討會論文集》，（北京：宗教文化出版社，2006 年），頁 131、頁 141。

²⁹ 郝太古云：「**欲入吾教，先要修心**，心不外游，自然神定，自然氣和。氣神既和，三田自結。三田自結，芝草自生。要得完備，勤慎而行。」《郝太古真人語錄》，同注 9，《中華道藏》第 26 冊，頁 708；另據尹志平（全真弟子就郝太古問學有得者，但為丘處機的弟子）云：「**修行治心為重**，既明損益，把世人一切所行事，心上都顛倒行過，則身中之氣亦自隨之，百骸自理，

於「心」有這些好惡、分別、貪瞋、驕傲、浮躁、忌妒、無明、愚痴等毛病，所以必先剷除這些毛病，進而養氣、調習、修身、養性，方臻入「仙道」。郝太古云：

今之學者，是非利害，好惡貪瞋，不離於心。心既如是，性豈能定？氣豈能和？自然走失，去道遠矣。³⁰

以見「煉心」、「降心」對「修道」重要；畢竟性由心起，相由心生（心改，相就改），心是性的載體³¹，是以全真道強調當「心念」修至無為清淨時，則顯出「表裡瑩澈，一塵不染」³²的「本性」。如此，心性透過艱苦的修煉，返回先天的「真心」、「真性」時，則能達到人與道的感通與同一，即所謂「天人合一」之境³³。郝氏又云：

若不煉心，認物為我底，則一向慳貪，習性窄礙，罪過尋俗，誤却前程矣。³⁴

修心為進入道門的首要條件。然修心在於「煉心」，磨去「心」被塵染的惡習，如好惡貪瞋等染著，一如禪宗神秀所云：「身是菩提樹，心如明鏡臺，時時勤拂拭，莫使惹塵埃。」³⁵無法頓悟，則要漸修，使心修得澄澈光明之境，則能與天道相通（見如來）。倘若不煉心，則易為外物所迷，逐物不止，「都要順我」，或「我得」，如此，則慳貪惡習染著不斷，人我是非爭執不休，紛紛擾擾，則與「道」遠矣，是謂沉淪與墮落於「苦海」中輪迴不已，誤却自我靈性的光明前程。是以修心是要在世上堅忍地吃苦了苦，去除習染，返本歸真，才行，而不是來盡享：世上的錦衣玉食、功名富貴等。針對這修心的染著與障礙，郝氏提出了對治的方法，其云：

除此五病，低下參訪，必得其真。……勇猛剛強，不肯而低心而下意；遊

性自止，習自調，命自固，去仙道不遠。」《北游語錄》，《中華道藏》第26冊，頁729；呂錫琛先生：〈全真道心性思想的心理治療智慧〉云：「一、修道即修心……修心是全真道修道的核心內容，能否顯現出“真心”、“真性”，取決於主體對於“心”的把握，故煉心就有著十分重要的意義。」收入於丁鼎主編：《崑崙山與全真道——全真道與齊魯文化國際學術研討會論文集》，（北京：宗教文化出版社，2006年），頁116。

³⁰ 郝大通：《郝太古真人語錄》，同注9，《中華道藏》第26冊，頁708。

³¹ 朱熹云：「性便是許多道理，得之於天而具於心者。」《朱子語錄》卷98，（北京：中華書局，1999年。）頁2514。

³² 王志謹：《盤山語錄》，同注19，頁798。

³³ 馬鈺云：「凡學道之人，切須法天之道，斡旋己身中造化，十二時中，常清常淨，不起絲毫塵念，則方是修性。……但自澄心遣欲，萬象不染，神識沖和，便是道也。」《丹陽真人語錄》，趙衛東輯校：《馬鈺集》，（山東：齊魯書社，2005年），頁249；又王廷琦：〈金元全真心學初探〉云：「盤山派認為，性是心與道之間的中介，因為“性本於道，情生於心”。在盤山派看來，真心、真性與道是同一個玄妙的實體，是從不同角度考察得出的不同名稱。也就是說，心、性、道是三者合一，或者說是一體三名的。但道最為根本。本心、真心受形氣所染而轉化為人心，只有殷勤煉心，去其所染，才能彰顯真心、真性，才能結成金丹，道才會呈現。王志謹等人把這一返歸尋道的修行是為每個人的“本份上事”。」收入於丁鼎主編：《崑崙山與全真道——全真道與齊魯文化國際學術研討會論文集》，（北京：宗教文化出版社，2006年），頁123。

³⁴ 郝大通：《郝太古真人語錄》，同注9，《中華道藏》第26冊，頁708。

³⁵ 丁福保居士：《六祖壇經箋註》，（台北：天華書版社，1992年），頁90。

歷他方，不如獨坐而守道；浮名浮利，不如逍遙而寂淡；飽食珍饈，不如糲飯而塞肚；羅綺盈箱，不如粗衣而遮體；榮華宴樂，不如超然而守靜；當春登臺，不如安閑而有素；非義得財，不如貧窮而自樂；口能辯論，不如終日以無言；說古談今，不如抱元而守一；多技多能，不如絕學以守拙；常懷舊怨，不如洗心而悔過。道氣綿綿，行之得仙，得意忘言，出入涓涓太虛妙本，得魚忘筌，牢栓意馬，壓定心猿。守拙而萬物皆成，守道而千祥自降也。³⁶

又：

既是出家，需要忘憂絕慮，知足常足。一日二升之糧，積之何用？一年端布之裝，身外何求？一日之閑，一日之仙。³⁷

為什麼要「修行」？原來人與天地同此一「道」，所謂「三才³⁸」是也，且「惟人道獨能法則於天道³⁹」，但人惟有返回原自清淨的本心本性，才能上通天理，下度群迷，得到解脫⁴⁰（如下圖所示）。所以人要「修行」，就在於修煉為俗世所染的俗心頑性，盡去心性上的情塵、染習、煩惱與障礙，使之由凡轉聖，使自我本來真心本性呈現，達至與天地同源之「道」，方能替天行道，救渡眾生，了脫世俗的生死輪迴，獲得大自在之解脫。

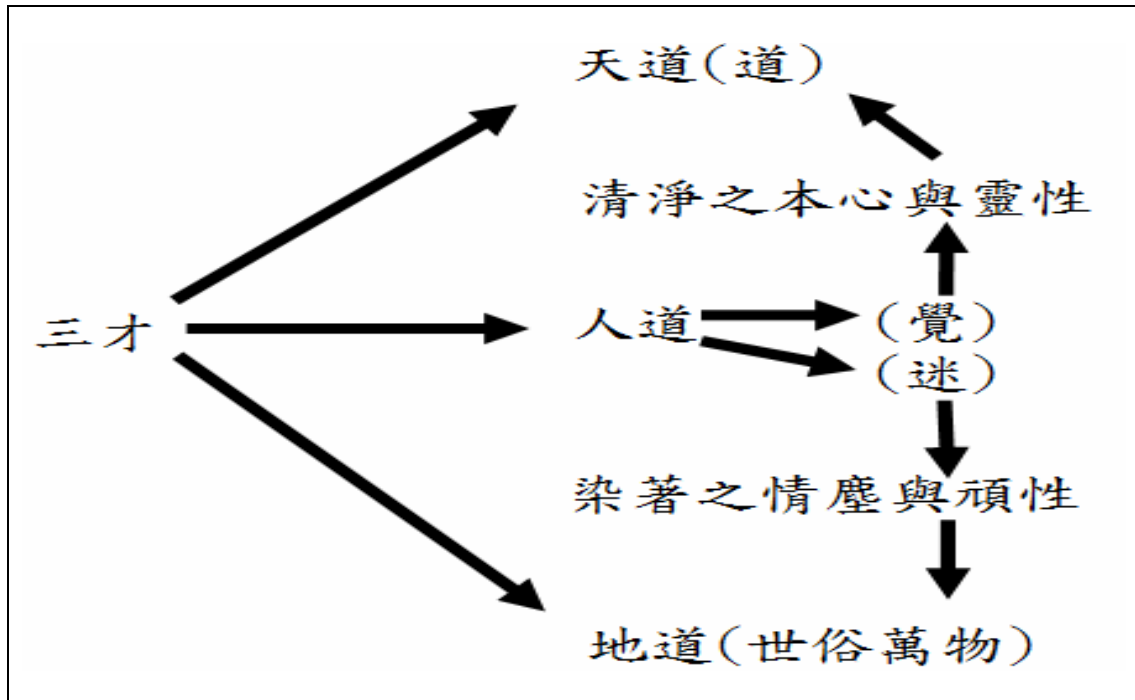
³⁶ 郝大通：《郝太古真人語》，同注9，《中華道藏》第26冊，頁708。

³⁷ 同上注，頁708。

³⁸ 魏·王弼等注，唐·孔穎達疏：《周易正義·繫辭傳下》云：「《易》之為書也，廣大悉備。有天道焉，有人道焉，有地道焉。兼三才而兩之，故六。六者，非它也，三才之道也。」又《說卦》亦言：「是以立天之道，曰陰與陽；立地之道，曰柔與剛；立人之道，曰仁與義。兼三才而兩之……」收入《十三經注疏》，（台北：藝文印書館，1993年），頁174、182。

³⁹ 郝大通：〈三才象三壇之圖〉云：「《易》曰：『有天道焉，有人道焉，有地道焉。』天道廣矣，地道大矣，人道備矣。天道雖廣，若不以人法之，而天道不能顯著。地道雖大，若不以人則之，而地道不能成就。惟人道獨能法則於天道，變化於萬有，興廢於萬事者，亦自此而然也。」《太古集》卷3，第33圖，《中華道藏》第26冊，頁700-701。

⁴⁰ 元·王志謹（郝氏大弟子）云：「如何是自己本分事？只這主張形骸底一點靈明，從道裏稟受得來，自古即今，清淨常然，更嫌少甚？自激理得明白，便是超凡入聖底憑據。若信得及便截日下功理會去。自家亦有如此公案，更數他別人珍寶作甚麼？快便自受用去，管取今已後，不被他人瞞也。」《盤山語錄》，《中華道藏》第26冊，頁787。按：原來每個人都有自己本分事——真心本性，此從道中稟受得來，自古及今，常清常淨，無少欠餘，乃成聖的根基，因此，人人皆可成聖成賢。只是修行人要理會用功於自己心性，不為外物所牽引，則遇事不動心，心不動則難為他人所瞞，以自作主宰矣。



(三才——天地人關係圖)

然郝大通認為：修行要能夠低聲下氣、安閑守靜、貧窮自樂、忘憂絕慮、知足常足、抱元守一、牢栓意馬、壓定心猿、絕學守拙、得魚忘筌、得意忘言等等。就是要習慣過一種「艱貧」的生活，所謂糲飯塞肚、粗衣遮體、守靜安閑、安貧樂道等⁴¹。對此，其得意門生——王志謹以為：

或問曰：學道之人，甘受貧寒，其理安在？答云：若但認貧苦飢寒為是，則街頭貧子艱難之人盡是神仙也。蓋修行人以道德為心，以清淨為念，剷除詐偽，貪求妄作，一時遣盡，忘形忘我。身外之物，未嘗用心。故有云：遮皮蓋肉衣，更選甚好弱，填腸塞肚飯，更擇甚精粗。惟救生死、煉心為事，故不念形骸之苦也。⁴²

原來修道者自願甘於過貧苦生活，端在於欲藉此孤苦的境界，使自我捨去矯飾、虛榮、貪求、妄作等俗心邪念，藉苦煉心，忘形忘我，以達對身外之物不動於心的境界。然並非世上貧苦者就是修道人也。畢竟修道者必是**有好道、悟道根器之人**；無一番了悟難以走上修行之路矣。既是悟道者就應懂得「萬般帶不去，惟有業隨身」⁴³與「萬法皆空」、「世事無常」之理，是以對外境必須能隨緣自處，

⁴¹ 章偉文：《郝大通學案》，同注 24，頁 172。

⁴² 元·王志謹：《盤山語錄》，《中華道藏》第 26 冊，頁 796。

⁴³ 宋元時期，儒釋道三教合一且盛行，修行者於佛理應有所體悟；牟宗三云：「明末以前二千多年來中國的三教所代表的文化生命，不但在發展成長的過程中未有停頓，而且高潮迭起。」《中國哲學的特質》，（上海：上海古籍出版社，1997 年），頁 84。另據楊軍：《宋元三教融合與道教發展研究》指出：「王重陽在創教時就將儒釋道三教」歸一，作為全真建教的宗旨。」（成都：巴蜀書社，2009 年），頁 176。據《終南山神仙重陽子王真人全真教祖碑》記載：「重陽傳教，勸人誦《道德》、《清淨經》、《般若心經》及《孝經》，云可以修證。」見陳垣編纂、陳智超、曾慶瑛校補：《道家金石略》，（北京：文物出版社，1988 年），頁 452。而王重陽亦云：「離凡世者，非身離也，言心地也。……今之人欲永不死而離凡世者，大愚，不達道理也。」《重

無所謂比較、計較與撿擇，更不會慕功名富貴等俗世之有，而是自甘於「清貧生活」，且樂在其中，才是！因為欲脫生死流轉，必須萬緣放下，淨業往生，是以絕不貪生怕死，而顧念形骸受苦也。

然世人不明天道者，則被慾心所引，喜耽於享樂生活，欲求坐享榮華富貴，酒色財氣等，難以甘受貧寒等苦，然一旦求不得或榮華不再時，則憂悲煩惱，痛苦不已，彷彿沉淪苦海中，永無解脫與自在。是以修行者絕不追求外在物質享受，而是以明心見性，了脫生死為上，必安分隨緣，順、逆、苦、樂、冷、暖皆好，抱樸含淳，除情去慾，於物無私，捨己修道矣。因此，人問：「初心學人，修煉心地，如何入門？」王志謹答曰：

把從來恩愛眷戀，圖謀較計，前思後算，坑人陷人底心，一刀兩段去。又把所著底酒色財氣，是非人我，攀緣愛念，私心邪心，利心慾心，一一罷盡。外無所累，則身輕快。內無所染，則心輕快。久久純熟，自無妄念。更時時刻刻護持照顧，慎言語，節飲食，省睡眠，表裏相助，塵垢淨盡，一物不留。他時自然顯露自己本命元神，受用自在，便是個無上道人也。

44

畢竟「有慾情者，人事也；無塵心者，仙道也。⁴⁵」世人是凡夫俗子時，「心」受世俗影響，總愛向外看，攀緣、貪奪、算計、享樂種種，無不利慾薰心；但悟道的修行人則不同，所謂愛戀攀緣、人我是非、圖謀計較、酒色財氣等等，一律「一刀兩斷」，「放下屠刀，立地成佛」矣。使心外無所染，內無所累，無有妄念雜思，身心輕快；所謂「心不逐物，謂之安心。心不愛物，謂之虛心。心安而虛，便是清靜。清靜便是道也。⁴⁶」仙道是無塵無情（慾）的，而人事則是充滿有情有慾的，是以從人事至仙道，必要罷去私心邪念、慾心妄念等，使心安而虛，進而清靜。所謂「養心怡然常思靜」、「清靜便是道也。」然如何「安」心不逐物，「虛」心不貪物？王志謹強調要透過：慎言語、節飲食、省睡眠等戒律功夫，來護持、守住這真性、本心，達至這本自清靜的「不生不滅」的道體，方能成就道功，與天道合一。

郝大通以修道首重修心性。強調修行者不宜一味追求外在物質享受，宜常保心性清靜與純真；一旦本性、真心被蒙蔽，則心逐外物，性變而生塵情，則成生死流轉。是以修心之門，首在「降心」，所謂「除此五病，低下參訪，必得其真。」然為何有的修道者，不肯低心下意？其弟子王志謹以為：

修行人有一分工夫，便生一分勝心，有十分工夫，便生十分勝心。既有勝心，則有我相，我相、勝心作大障礙，如何得到心空境滅也？欲要重添決裂，把自己身心挫在萬物之下，常居人後，自念千萬不如人，然後可以遣卻勝人底心。心同太虛，則無我也，無我則與道相應矣。⁴⁷

陽立教十五論》，《中華道藏》第 26 冊，頁 154。此句「萬般帶不去，惟有業隨身。」出自佛經：〈信因必有果〉（一）云：「萬般帶不去，惟有業隨身，假使百千劫，所造業不亡，因緣和合時，果報還自受，」《佛說阿彌陀經·十信》，《大正新修大藏經》（中華大藏經）第 9 冊，（北京：中華書局，1984 年），頁 9-565。

⁴⁴ 同注 42，頁 785。

⁴⁵ 同上注，頁 793。

⁴⁶ 同上注，頁 785。

⁴⁷ 同上注，頁 791-792。

「心」本具覺性，但必須塵心頓歇，俗慮消亡，方能顯出真實本心本性。然做到此，必須韜光養晦，謙卑以拙；倘若修行人驕矜自誇，優越感重，則是著「我相」，此「我相」、「勝心」乃修行大障礙，必須撤除。民初印光大師說得好，其云：

縱有修持，總覺我工夫很淺，不自矜誇。只管自家，不管人家；只看好樣子不看壞樣子。看一切人皆是菩薩，惟我一人實是凡夫。汝果能依我說而行，決定可生西方極樂世界。⁴⁸

這就是真實的「修行」；做到「心同太虛」——「無我」境界，定要去掉我執；著我相乃我執重，執著深則無法「無我」矣，是以去執必忘我，忘我必先卑下，了卻「勝人之心」，反璞歸真，則近道矣。

肆、應物不昧藉境修心

郝大通主張「修行」在日常生活中，所謂：

日用者，靜處煉氣，鬧處煉神，行住坐臥，皆是道也。晝夜見前，須要不昧。若睡了一時，無了一時，日日有功無睡，千日功夫了也。⁴⁹

「道」不離日用常行。生活處事中，無論動靜，皆可煉氣煉神修煉自己，因此，道不遠人，行住坐臥皆是道也。有心修道，必是念念分明，時時惕勵自己，不敢墮入昏沉中。是以昏昧一時，則人生少了一時，若日日進功累德，則近道矣。《清和真人北遊語錄》載：

太古得道之後，嘗問於眾曰：教言中何者最切於道？或對以不來不去。太古笑曰：此教法也，來去分明即是也。⁵⁰

郝大通以為「不來不去」只是教法，不是「道」；教言中最切近「道」之義者是「來去分明」。畢竟「道」不可言說，言說的即非「道」，然「道」在行住坐臥中體現，不分晝夜、動靜，惟心性不昧，方可見道；然心性不昧直是當下體悟，「來去分明」也。承繼郝大通此論者，是其大弟子：王志謹，王氏在郝大通的基論上又進一步闡發，其云：

道無不在，頭頭皆是，色色俱真，惟在自己，臨時驅用，更別有甚麼。

又：

大凡初機學道之人，若便向言不得處理會，無著落，沒依倚，必生疑惑。為心上沒工夫，便信不及，信不及必不能行，行不得則胡學亂學，久而退

⁴⁸ 印光大師：〈復葉福備書〉，《印光大師文鈔薈華錄》，《中華大藏經》漢文部 20，（北京：中華書局，1986 年），頁 1296。王志謹：《盤山語錄》云：「師有云：『修行之人，但見人用事好處，自己倣效去，不可見他人過，卻失了自己，也不得遞相是非。但存是非，自心不正，久進不得。』」，同注 19，頁 794。

⁴⁹ 郝大通：《郝太古真人語》，同注 9，《中華道藏》第 26 冊，頁 708。

⁵⁰ 元·王志謹：《盤山語錄》，《中華道藏》第 26 冊，頁 734。

息。今且說與汝等，眼前見得底，耳裏聽得底，信得及處行去，從粗入妙亦不誤汝。雖是聲色，便是道之用也。⁵¹

天地萬物皆有道，道在物之中，只要人心不被外物所迷惑，不逐物而去，就可以體物之道，萬化隨機，心不為物轉。然初學道者，若先去體會一個言語不及處，無著無落的形上本體，則「心」難能對之有所感，結果可能心生疑惑而不能自行，行不得其正，則胡亂學習，久而退卻且怠慢。不如就眼所見的，耳所聽得等聲色日用中體會，畢竟「道」在日用常行中蘊藏，是以修道、體道、悟道等必也須在日常生活中進行。由此信得及，信得及則從粗入精，亦是由道之用悟得道之體。

「信得及處」實亦在強調修道者於世上修行，方是真，是以應事待物，應無所執著，宜如風、雲任去留，如水隨方就圓，包容萬物⁵²。然在日用中，如何做到「應物不昧」？郝大通強調「鬧處煉神，靜處煉氣」，弟子王志謹闡釋：

凡日用者，心無雜念，意不外遊，放而不逸，制而不拘，明心識法，去智離空，十二時中，念念現前。若滯現前，亦非其理，若離現前，無有是處。會動靜，知去來，般般放下，無掛無礙，便是個逍遙自在底人也。但說皆非，自當消息。⁵³

吾們的心意皆應物而有，會產生任何反應與情緒等，但是修行人則是應物物但不「逸」，制物物而不為物所「拘」——「觀自在」也。明心識性，既不住於「智」，亦不住於「空」，十二時中，心與意皆明明白白，清清楚楚。心與意既不被現前之物所膠著，但又不離現前之物而覺；倘若修行者離現前之物而別去覓個清淨之所，則修煉無有是處⁵⁴，是以修行人必須要能會通動靜，知物來去，般般放下，方能應物不昧，無掛無礙。王志謹以為修行不離世，須應外緣以驗真心，以悟真道；其云：

往昔在山東住持，終日杜門不接人事，十有餘年，以靜為心，全無功行，向沒人處獨坐，無人觸著，不遇境，不遇物，此心如何見得成壞？便是空過時光。若天不利物，則四時不行，地不利物，則萬物不生。不能自利利他，有何功德？⁵⁵

修行之本由修心做起，然心是否為外物所迷，不接觸外物，則無從驗證。若自心明瞭，諸境萬塵不逐，如此才是真修實德；若終日杜門不接人事，以靜為心，由於無外緣接觸，此心修煉之成壞，不能驗知，更無法知曉是否悟道，王氏以為這是「空過時光」。所以王氏強調修行人的「心」要在萬事萬物之應對中「修」，藉境修心；面對稱、毀、譏、罵種種，吾心是否能「如如不動」、「安定自在」？不僅如此，還要渡化眾生，感化「心懷怨恨」者，法天地所為，利益萬物而不為

⁵¹ 同上注，頁 795、頁 784。

⁵² 章偉文《郝大通學案》云：「如何是信得及處？王志謹舉日常所見之虛空及天、地、日、月、山、水、風、雲等外境來說明之。……道人心就應法雲、風之所為，歷物、應物而不滯、不礙。……亦當如山之不動不搖，如水之隨方就圓，包容萬物。」同注 24，頁 177。

⁵³ 元·王志謹：《盤山語錄》，《中華道藏》第 26 冊，頁 795。

⁵⁴ 整理自章偉文：《郝大通學案》，同注 24，頁 178。

⁵⁵ 同注 42，頁 794。

己功，如是，方為真修積德。然如何在順逆境中，養成「不動真心」？王氏指出：

修行人修心為主，逢著逆境歡喜過去，遇著順境無心過去，一切塵境，干己什事？凡在眾中，雖三歲小童不敢欺著，不敢觸犯著。常時饒著一切人，逆著自己，觸犯自己。常是忍者。忍過饒過，自有功課。一切在處安穩。一切境界裏，平常過去。更為動心處，向諸境萬緣裏，心得安穩。更不沾一塵，淨淨灑灑，晝夜不昧。便合聖賢心也。⁵⁶

修行在修煉此心，然心修最好方式不是離群索居，面壁思過；相反的，要在人我事境上修，所謂境上煉心，亦即在塵世紛擾中，要能使心「自作得主」，不逐外境，方是實修。無論身處順境或逆境，皆要坦然面對，寵辱不驚，所謂「以淡處順，以樂處逆」；面對橫逆、打擊我們者，要能寬饒與忍耐度過，一切皆視過眼雲煙，自然平淡過去；終使「心修」到：不被一切塵境所縛，不被一切念處搬弄，達至「事不礙心，心不礙事。」之大自在境界，方是真修行。若「根器不足」，如所謂「玄關不通，心地不明」者，則要力行「功課」，王氏云：

修行之人若玄關不通，心地不明，忙忙業識，不能無為者，蓋為無福德故。乃當於有為處，教門中隨分用力，立功立事，接待方來，低下存心，恭敬師友，常行方便，屏去私邪，久久緣熟，日進一日，自有透得處。⁵⁷

要一位玄關不通，心地不明的修行人馬上做到「法天地之無為」、「常樂我淨」之境，這是相當困難的，「蓋為無福德故也。」於是必須由「有為」入「無為」；「漸修」至「頓悟」。在教法中努力依持與遵守，立功立業；接待應事，更要低聲下氣；恭敬師友，常予人方便，以去除自私自利等邪念，行之久久，日進其功，自能「有為」達於「無為」之境。總之，應物在於順其自然，不強求不委過，安以待命，使內功與外行皆以自心自性而轉，如此，則有「功行」。所謂「功行」，王志謹云：

合口為功，開口為行。如何是合口為功？默而得之，無思無慮，緘口忘言，不求人知，韜光晦跡，此是合口為功也。如何是開口為行？施諸方便，教人行持，利益群生，指引正道，是開口為行也。⁵⁸

為「人」最易造業所在，就是「口」，「口」能弘法利生，亦能造謠是非，在此，王志謹把握這端倪，以「合口」為功，「開口」為行做「功行」說明，實表示修行切近人身，非玄高渺遠，端在從「口」做起；這「口」似簡單，但一放逸便是造業破功；所謂散心雜話最容易，論人是非便是是非人。是以修行人修己利眾，宜善用「口」行善利生，教化眾群，指引正道，施諸方便，方是「行」之修；而平時則應「靜坐常思己過，閒談莫論人非」，常懺悔、反省、慚愧己所思、所言、所行，改過修身向善，默默行善，不求人知，韜光養晦，便是修心之功。所謂「功在心地之修，行在應事之效」。⁵⁹

總之，修行在人事擾擾中，非離群索居，自圖清靜；所謂：不即動靜，不離

⁵⁶ 同上注，《盤山語錄》，《中華道藏》第26冊，頁796。

⁵⁷ 同上注，頁794。

⁵⁸ 同上注，頁789。

⁵⁹ 見章偉文先生：《郝大通學案》，同注24，頁180。

動靜，才可謂功夫有成。雖在稠人鬧市，紛紛擾擾中，亦要保持自心清靜；雖在環堵靜室，無人鄉里，對聖對真，亦不敢起私毫妄念，無論動靜紛擾種種，皆能安定自在，和光同塵，不為俗染，均能以「道」一體同觀之。如此，修行便是做到郝氏們所謂「應物不昧」，「藉境修行」地步。

伍、結語

王重陽暨其全真七子，開創所謂「全真道」，全真道的修持法門大異於當時一般的道教修持方式——講究長生不死，白日昇天，或者，外丹燒煉，符籙驅鬼；相反的，全真道強調「藉境修心」以達天人合一之境，主以「清靜無為」為修道之本，所謂忘情去慾，心地清靜，反璞歸真；並吸收佛教禪宗「明心見性」之論，強調「性命雙修」，先性後命，以性為主，並滌蕩妄心、透悟本心為要；進而不忘儒家的為人處事之本，孝悌忠信，與人為善，發揚儒家的道德倫理，安貧樂道，所謂功行雙全，行功了願，應物不昧，以全其本真，方是全真道的修行者。是以全真道立教宗旨是儒釋道三教合一，所謂「三教圓融」也。以《道德經》、《般若波羅蜜多心經》、《孝經》為主要經典，在《道德經》基礎上，融會三教「理性命」之學。

重陽之後，全真七子分別繼承師業，在當時山東、河南、河北和陝西等地修煉傳道，創立七派⁶⁰。其中，郝大通創「華山派」，亦有學者稱為「盤山派」⁶¹。不論他們宗派分支，其宗教思想、修煉方式大致相同。皆師承王重陽的三教合一思想，以清靜寡欲為修道之本，以煉氣養神為修煉之要，以忍恥含垢、苦己利人為宗旨。

郝大通精通易理，以《易》道論天地宇宙生成之理，是其獨到之處，尤其擅以易圖表現出道教宇宙論的思想，利用《易》的卦爻象和卦數，組成不同的易圖，論宇宙萬物化生之理與道教內丹修煉之理，並作為人們修心煉性、明心見性的根據。所謂「粹之以易象，廣之以禪悅也」⁶²正是其修道的特點。而其《易》學更是不同於一般經學家之言，而是深入理蘊，發天人相通之旨。其之所以如此，志在以此闡揚全真教義，化導有緣之人。

畢竟學道之要有三：一是悟理，二是弘教，三是付畀得人⁶³。郝大通承繼重陽全真道之旨，參悟性命之理，弘揚全真之道，且在傳教事業上成就顯著，其門下弟子中高人輩出，是以能將道業不斷向前推進。據學者研究，可知郝大通所授門徒中，以范圓曦、王志謹等人影響最大，嫡傳最廣⁶⁴。然范圓曦以整理郝氏著作等文獻，奠定弘傳教法的理論基礎；而王志謹則是對其全真心性理論的建構與

⁶⁰ 劉精誠《中國道教史》云：「其弟子馬鈺等七人分別繼承師業，……創立七派。馬鈺創全真遇仙派，譚處端創南無派，劉處立創隨山派，丘處機創龍門派，王處一創崑山派，**郝大通創華山派**，孫不二創清靜派。」同注3，頁246。另張應超〈郝大通——全真華山派開派祖師〉亦云：「華山派是全真道中一個重要而且流傳至今的道教宗派，創立者為王重陽的嫡傳弟子，全真道“北七真”之一的郝大通。」（《中國道教》1993年第4期），頁45。

⁶¹ 王廷琦〈金元全真心學初探〉云：「以郝大通為先導，以王志謹為代表的盤山派，吸收儒家與禪宗的心性思想，建立起以心為起點，以心性道三者合一為特色的具有濃厚禪宗色彩的心性理論。」收入丁鼎主編：《崑崙山與全真道——全真道與齊魯文化國際學術研討會論文集》，頁131。

⁶² 范圓曦《太古集·序》，《中華道藏》第26冊，頁688。

⁶³ 元·李道謙：《甘水仙源錄》卷4，《中華道藏》第47冊，頁142-143。

⁶⁴ 見章偉文：《郝大通學案》，同注24，頁29-31。

闡揚，功勞最大。王氏之後，其高足姬志真等更創立系統的盤山派心性論思想，對全真道的教義發展作出了重要貢獻⁶⁵。

不論如何，郝氏一系將全真教義發揚光大，更將其最高信仰之「道」，轉向落實於人們的心性本體，是以「真常之道」即是吾人的「心性本體」，那麼，體道就是「體究自己」，「體究自己」就是「了悟本心本性」，「了悟本心本性」就是要通過修煉功夫，發顯與掌握自己所稟的先天之心性，盡而超脫宿命的擺佈與生死之輪迴。畢竟心、性與道三者關係是「理一分殊」的，即是指宇宙間只有一個最高的理，萬物承襲上天所傳之道，而有各自的理，只是最高的體現。亦即普遍規律，即是「道」是「理一」，而具體事物的規律，即是「心性」則是「分殊」。經由「分殊」的「心性」修證，以臻於「理一」的「道」。

然修煉功夫絕不是輕鬆、簡單、享受的，而是需要在萬塵中吃苦磨練，立志作主，且洗心滌慮以求其真，方能得其真功真行與恆常的法身慧命。畢竟「道」是個抽象概念，但卻是造化之主，萬有的本體；既然蔚為化生萬物的主宰，必有生成萬有的規律與定理，如此，「推天道以明人事」⁶⁶，那麼，人類社會的組織、規劃與運行，則應法天道之行，方有其制度與規律。加上天、地、人謂之「三才」，惟人能弘道，獨貴於萬物，是以人應法天道自然之則，順應無為，逆來以順受，心量放如虛空，方能一心與道相應。

郝氏所謂修道不是修持某道理，其以為「修道志在修心」；所謂「萬法惟心造」，凡事一念之間，言行舉止之善或惡，發端在於「心」，一念善則善，一念惡而趨惡，是以修心為要。然心修不成的關鍵，郝氏提出人有「心病」，所謂好惡、分別、貪瞋、驕傲、浮躁、忌妒、無明、愚痴等毛病，因此，修行必先「降心」、「去病」才行。吾人之心之所以有此障蔽，關鍵在於被俗世染污，是以修行則在於盡去心性上的情塵、染習、煩惱與障礙，使之由凡轉聖，使自我本來真心本性呈現，方能達至與天地同源之「道」，獲得大自在之解脫。然如何盡去心性上的染濁？其強調「藉苦煉心」，自甘「清貧生活」，由苦境中修去俗心頑性，恢復清靜恬淡之狀，方以見真心本性。

由於凡人皆貪生怕死，是以輪迴流轉；而貪生怕死的關鍵即在於「畏苦」與「貪樂」；俗人慾望如「無底洞」永無法滿足之時，喜愛奢望世俗的榮華富貴多一點，如錢多一點、房子多一點、子孫多一點、功名利祿多一點等等，殊不知努力追求的這些世俗之物，最後都帶不走；悟道者領悟了，懂得隨緣放下，不攀戀紅塵種種，志在修己利人，超脫了死。因此，欲超脫生死輪迴，達至天人合一的永恆之境，就必須「不畏苦」與「不貪樂」，放下紅塵中的所有的愛、欲、享、樂，乃至自身擁有的「身體」，以滌除後天障蔽，復返先天之靜寂湛然，方能與道契合，同於大通。

忍辱苦行是全真弟子貫穿日常生活中的修行原則。主要藉此「刻苦自勵」方式助人降低俗慾，使自心靈明淨寂，不為外物所囿，達至實修真行的目的，以合於天道。然修行並非離群索居，相反的，藉境煉心，所謂「大士入俗，小士居真」。且「道」不離日用常行。生活處事，行住坐臥皆是道也。有心修道，必是念念分明，時時惕勵自己，絕不散心妄想、多言雜話，或是攀緣愛念，而是時時守住這本真之心與性。是以修行人必須要能會通動靜，知物來去，應物不昧，無掛無礙，應外緣以驗真心，以悟真道，達至「事不礙心，心不礙事。」之大自在境界，方

⁶⁵ 同上注，頁 44。

⁶⁶ 清·紀筠編《四庫全書總目提要·經部一·易類一》云：「故《易》之為書，推天道以明人事者也。」見《四庫全書總目提要》，（石家莊：河北人民出版社，2000 年），頁 50。

是真修行。

總之，在人的心性修養方面，全真弟子以每個個體的心性原都是清淨的，而後天等習染乃破壞此本自清淨的本體。因此，他們主張個體心性修養必須法道性的自然無為，虛靈玄靜，清心寡慾，以返回先天的道的狀態。因此，在理想的人格塑造上，全真道徒主理想的人是能與天道相通、相合的人，是以鼓舞人們應修行，應修至參天地之化，與天地大化同在，生生不息，融合為一。