

专题: 科学探索的风格

## 内丹人体图风格探源 在《性命法诀明指》中西对话的视野中

郑 术

**摘要** 内丹家赵避尘于1933年出版《性命法诀明指》，首次将西方解剖学大量引入内丹经典，并和弟子一道企图制造高精度的内丹人体图。相比之下，传统内丹人体图缺乏逼真感和精确性。内丹家很晚才有提高图像精度的倾向，赵氏的新图又几乎是其时代的孤立，这些史实暗示了，内丹传统自身既不能、又不愿提高人体图的精度。本文立足于赵氏图文，探索这一现象的原因。首先从人体图背后的研究方法入手：对比赵氏文中所涉解剖学和内丹“反观内照”两种方法的特点，认为后者对意识、目光的操作和对身体感的依赖，在一定程度上解答了本文问题。进而从内丹心理学和哲学层面，寻找更深层的原因：建立在“元神-识神”意识理论上的“我是谁”的基本哲学沉思，通过影响研究方法的抉择，影响到了人体图的风格。

**关键词** 内丹人体图 赵避尘 解剖 反观内照 元神 识神

中国内丹是综合古代养生技术以及佛道、周易等思想而形成的身心修炼之学。它兴起于唐宋，至今仍有习练者。内丹借用外丹术语广做譬喻，实际的研究对象却是人体自身，发展出一套独特的人体观。作为中国传统人体观的组成部分，内丹与中医共享大部分人体知识，尤以经络研究见长，其奇经八脉理论对中医有所贡献<sup>①</sup>。

西方精致的解剖学随着西医东渐传入后，中国充满经络腧穴的身体开始与西方的解剖实体结构对话，中医是先行者。到1933年，内丹家赵避尘出版了内丹名著《性命法诀明指》<sup>②</sup>（以下简称《法诀》），第一次将近现代西方人体观大量引入内丹经典中，用以对传统内丹人体观进行解释和汇通。该书是一个丰富的信

作者简介：郑术，中科院自然科学史研究所博士研究生。电子邮件：zhengshu11@gmail.com。

① 参见盖建明和何振中等学者对此的较详细论述[盖建明等 2009]。

② 本文所用《性命法诀明指》是1933年刻板印刷本的影印本，由赵避尘弟子作新序，1988年由学术期刊出版社出版。书末加订了赵避尘注解的、内丹家赵一魁的《三字法决经》。赵一魁为赵避尘胞兄，二人丹法同属一个流派。

息库,既有传统内丹人体观和操作方法的独白<sup>①</sup>,又有西医元素的入侵和改造。后者的存在,为前者提供了强烈的对比,更能衬托出前者自身的特点。

本文拟置身这个比较的视野中追问:内丹的什么特点,使其在面对同一个人体的时候,呈现出与常规解剖学研究如此迥异的面貌。

在具体内容上,首先分析内丹人体图式的风格及其带来的困惑,再从图式背后的研究方法入手解答,最后向更基本的内丹哲学与心理层面探寻更深层的原因。

在研究方法上,以赵氏《法诀》为主要文献,兼顾赵氏引用到的其它内丹经典,尤其是与赵氏丹法有师承关系的内丹北宗和伍柳派丹经。由于赵氏在内丹修炼和人体解剖方面都有亲身实践,他对二者的观点都值得思考。本文既有透过赵氏目光的打量,又有作者自己的分析。

## 一 两种人体图

《法诀》一书附图较多,其中描绘人体内部结构的共计32幅,大致可分三类:西方人体解剖图、传统内丹人体图、以及两种图示之杂糅。本节主要考察的“两种人体图”,是指后两者,它们分别代表了被赵氏用西学知识改造前和改造后的内丹人体图。

《法诀》中共收录10幅传统内丹风格的人体内部图。选自《法诀》的图1是传统图式中较有代表性的,它涵盖了内丹人体观的关键要素,在风格上也能代言传统丹图。该图在人体内脏处留白的画法,在内丹图中相当普遍,《法诀》图式全部如此。为了更全面地反应内丹脏器图的特点,本文参考其它各个时期的丹经附图<sup>②</sup>,选取了宋代《修真太极混元指玄图》中的人体图(图2[佚名1988,页100])。另选著名丹图《修真图》(图3)和《内经图》(图4)<sup>③</sup>做补充说明。《法诀》开篇附有四幅精致的西式内丹人体图,为赵氏学生所作,最鲜明地体现了赵氏对传统丹图的改造,图5为其中一例。

① *The Encyclopedia of Taoism* 的“赵避尘”词条,认为他是伍柳派十一代传人:“He was the eleventh master in the lineage of the Wu-Liu school.”[Pregadio 2008, p. 1243]。《中华道教大辞典》对其评价是:“此派丹法正宗,师传清楚。”[胡孚琛主编 1995, 页378]

② 相关经典包括,宋元期间的《修真太极混元图》、《修真太极混元指玄图》、《金液还丹印证图》、《上乘修真三要》、《玉清金荀清华秘文金宝内炼丹诀》和《上阳子金丹大要图》,明末清初的《性命主旨》和伍柳派丹经《金仙论证》、《慧命经》,以及清末至民国与赵避尘同时代丹家的《修道全旨》、《玄妙镜》、《道源精微歌》、《敲磬洞章》、《濛濛易考》等。

③ 《内经(景)图》和《修真图》于明清之后面世,版本较多,本文之图取自北京白云观所藏木刻板。关于成图年代,亦多有争论,当今学者元康就认为两者分别出于清代和民国[元康就 2001]。

这里简要解释图中所列出的内丹身体成分。图1和图2分别是左向和右向的侧面身体图。图1人体前后名为任脉和督脉的管道，是奇经八脉中最重要的两脉，为内丹炼精化气的主要通道；图2中督脉即最左的边界线。图2督脉由上自下的上关、中关和下关（又名玉枕、夹脊、尾闾），是内丹的关窍，即内气通过的重要关节孔窍。图1中子午卯酉四时表示四种火候（意念和呼吸的运用程度）的度数，不同度数对应着意念和呼吸运用的不同方式。图1中头为鼎，小腹为炉（由外丹炉鼎图像作譬喻），炉鼎是借外丹术语，比喻内丹精气神的炼化之处。图2还标示出心、肝、脾、胃、肾、大肠、小肠、膀胱等内脏。

可以看到，内丹身体观中最受重视的气脉、火候、炉鼎等元素，在这类传统丹图中并没有特别精确的定位。脏器方面也是如此。图2中内脏松散随意地分布着，并且只有标识，没有具体形状。图1几乎省却了全部脏腑，只标出了咽喉所在。在内丹图中，图3的表达可算非常详尽了，但脏腑也只是初具形态，肾和小肠的比例还被随意压缩，形态也被任意更改。图4则几乎隐去了所有身体结构，以耕牛、纺车、山水、幽径等填满身体。

而在经过赵氏改造的图5中，内丹的身体要素却被表现得大相径庭。在脏器方面，视觉上的逼真和精准是显而易见的。改图涵盖了十二指肠和幽门、隔膜等更细微的实体层次，小肠的纹理和肺表面的肺泡都一目了然，各器官构型和位置



图1 人体内部图选自《性命法诀明指》



图2 人体图选自《修真太极混元指玄图》



图3 修真图



图4 内经图

也比较准确。此外，赵氏师生力求在实体结构上，为内丹关窍、气脉和炉鼎等内丹身体要素建立精确的坐标。赵氏详细定义了黄庭、金炉、气穴、关元四者的精确位置：“四层网脂油皆连络小肠，首尾名曰黄庭，二层名曰金炉，三层名曰气穴，四层名曰关元是也。”<sup>①</sup> [赵避尘 1933，页 233]

图 5 的出现提醒人们，竟然可能存在一种如此逼真、精确的内丹图。在两种图式强烈的对比之下，传统内丹人体图显得随意而简单，明显缺乏经脉关窍的精确定位和脏腑的准确构型。

内丹作图的新思路在西学刺激下才得以出现的事实，在一定程度上说明，内丹体系内部的一些固有特点，使它靠一己之力难以发展出更加精准的人体图。

另一方面，即使面对类似刺激，内丹家也表现出一种不作为的倾向。其实，就人体解剖图而言，西方知识的介入只是提供了一个高精度的版本。西医东渐之前，中医解剖图已有一定的发展，其精确度虽然低于西方，但仍高于内丹，内丹图却很少借鉴这种近在咫尺的资源。西医东渐之后，中医家在 19 世纪就开始了中西汇通工作，而内丹家的类似行动推迟到了 20 世纪 30 年代。此外，赵氏的汇通几成孤例，因为与其同时代的其他丹家，大都仍就采用图 1 这样的传统图式。

<sup>①</sup> 现代学者对相关气穴关窍的看法与赵氏不同。但本文仅注重赵氏的努力方向，无意评判其具体结论。



丹经中只有极少附图显示出较为详尽的解剖结构,如《性命圭旨》所附《内照图》,但随即有民国丹家诟病其“皆以色身立说,误人不浅”<sup>①</sup>。

赵氏将内丹人体图向更加精准化的方向改造了。那么,是什么原因,使得其他传统内丹家对类似的改造既不能、也不为呢?

## 二 两种研究法

为解决人体图的风格差异问题,我们首先尝试认识它们的来源差异:考察制图者们以怎样不同的方法观察人体,才得出了不同的图式。

纵观《法诀》全书可以发现,赵氏对人体的考察与传统丹家不同之处,便是加入了西方解剖学手段。于是两种内丹图的方法对比,实际是传统内丹方法与解剖学方法的比较。

### 1. 解剖目视之法

据《法诀》所载,为了制作内丹人体图,赵避尘“到各处医院解剖室调查”[赵避尘 1933, 页 331],这些图是他亲自参与实验后由学生所绘。在赵避尘心目中,西方人体观也主要来自“卫生家以解剖方法,精密研究”[赵避尘 1933, 页 118]。解剖学为他所接触到的西方人体知识提供了经验基础。《法诀》一书有十余处直接谈到“解剖”二字。

赵氏在字里行间也进一步透露出他对西方解剖学特点的看法。本文对他的原文进行揣摩归纳,试将这些特点概括如下。

其一,人体解剖一般是研究者对他者死体的解剖。例如赵氏评价西方人体

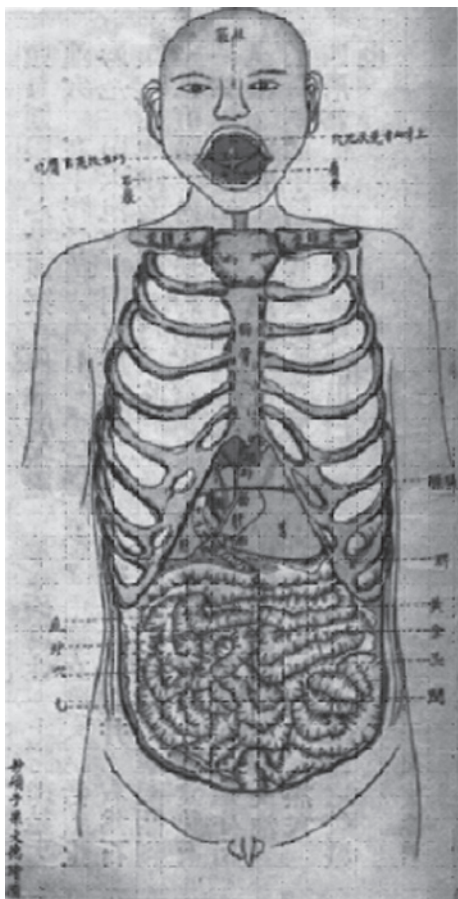


图5 选自《性命法诀明指》

<sup>①</sup> 胡海牙总编、武国忠主编:《中华仙学养生全书》(中),华夏出版社,2006年,第436页。

观道：“此为死后解剖，决非其人在世说法。”[赵避尘 933，页169]赵氏还从这一角度对比了中西对人体解剖态度的区别：“若看中国老医书，我国是礼义之国，人死之后，不忍尸解其体，故由羊猪内脏之生理想来。”[赵避尘 1933，页380]

其二，解剖依赖于人眼视力，提高解剖水平有赖于凭借工具增强人眼的能力。赵氏多次谈到解剖过程中的观察，不但描述了某种解剖成果的精确化是通过“用四十倍显微镜考察”，还提及自己“用爱克斯光镜”参与解剖。[赵避尘 1933，页131、75]

其三，解剖关注的对象是有形有像的人体实体结构。赵氏指出：“解剖学各书，率皆有形有像理论。”[赵避尘 1933，页105]

概言之，赵氏对西方近现代人体研究方法的认识，或可归纳为：研究者解剖并观察他者的“有形之死质”。

## 2. 反观内照之法

本节探讨内丹图背后的研究方法，并总结其特点。

### (1) 身体感：人体图的经验基础

内丹家作图的根据是什么，是否也有评价丹图优劣的标准？

赵避尘的祖师柳华阳曾批判某些中医经脉图，并自己作图对其进行修改。他在《金仙证论》中对这样做的理由有一段自述：“因旧说谓督脉在脊骨外，而任脉止于上下唇，此二说皆俗医之妄指，岂知仙家说任督，实亲自在脉中所行过，以为证验，非但行一回也。金丹神炁之元妙，必要在脉中所行过数百回，方得成就……苟不亲自领会境遇，妄亿猜指，浅学信受，误丧厉志，岂不痛哉！故余将师所授之诀，以亲自领会之熟境尽画图以证其非，然而此图一出，游方之士与那假道学则无容身之地。”[伍冲虚等，页403]

由此看来，他认为内丹的经脉和关窍的存在和位置，是可以通过炼丹过程中的实际体验来“证验”的。而这种数百回“亲自在脉中所行过”的感受，便是他心目中内丹人体图的根据与判据。据《法诀》记载，赵避尘在内丹教学中也向学生力证这种说法，并在其祖师体验“数百回”要求的基础上说：“余曾亲自行过千有余次，以为证验。”[赵避尘 1933，页75]他进一步提出这种体验的普适性：“修丹之士，炼己筑基时期，皆要自一步至第六步亲身证验有效……愚夫愚妇，尚能修持……”[赵避尘 1933，页207]。实际上这种体验是炼丹者的共识，著名丹道

学者陈樱宁（1880-1969）主张将炼丹术改称“仙学”，划清与道教的界限，理由是“仙学之本身，产生于学术实验，不像宗教要依赖信仰”。[徐伯英等编 1978，页 941]

可见，这种体验被描述得可重复、有规律、在炼丹人群中具有普遍性。内丹的人体观和人体图，就这样被内丹家赋予了某种经验基础。

这到底是一种什么样的体验？《法诀》记载细节不多，但可透过它管窥一斑。总的来说，内丹经络气穴观的经验基础，是炼丹者对自己身体的主观感觉。这种经验不建立在视力之观上，而建立在身体之感上。例如，就气穴或关窍而言，有如“周身如蚁行，不知不觉，忽然丹田发热，通身苏麻”之感；就经脉而言，有督脉中“真阳之气自下往后，一点一点上升”之感。随着炼丹的进程，相当强烈的感觉可能出现，赵氏谈到了内丹修炼中经典的“六根震动”现象：眼有金光，脑后鸞鸣，右耳龙吟，左耳虎啸，丹田火炽，两肾汤煎，身涌鼻搐，马阴藏相。[赵避尘 1933，页 304、397]

值得注意的是，身体感受如此重要，以至于有的丹经暗示：内丹所设的所谓“炉”和“鼎”的身体部位，原本没有一个“客观”的存在，只有当相关主观体验出现后，它们的存在才突显出来。赵避尘所引用到的传统丹经说，“鼎原无鼎”，“炉原无炉”。赵氏还解说道：“鼎原无鼎，真气发时，与性合一，方为玉鼎之名”，“以形言之，神气动在丹田曰炉，冲气上升于顶曰鼎。无神气即无炉、鼎之可言”[赵避尘 1933，页 48、159]。这些引言该如何理解呢？考虑到丹经中的“神”和“性”，皆指丹家的意识，则“性与气合一”、“神气动在丹田”，可以解读为身体的气机出现在主观知觉的范围内，即丹田处身体感的出现。反之，如果“无神气”（没有身体感），则“无炉、鼎之可言”（炉鼎尚未存在）。

内丹家用身体感这一经验支持，使得内丹人体观的存在得到了一些解释。但内丹独特的身体感本身，在一定程度上也是难以理喻的。赵避尘的学生曾提出这样的要求：“乞师按人体解剖方式解之，俾弟子等省却一番困难。”[赵避尘 1933，页 268] 这正反映了炼丹体验的孤立处境：不论丹经的描述如何言之凿凿、栩栩如生，在炼丹群体之外的人群中，经脉气穴的身体感并不具有“普遍性”。

实际上，内丹学说本身也包含了试图解释和突破这种困境的努力。内丹家认为，内炼经验的达成是有条件的。“常规”的、无内丹感受的人，一旦达到了这种条件，就进入了内丹体验的场域，一系列的身体感会逐步展开。正如胡孚琛先生形容的，内丹“把人体看作一架卷扬机，内中布满很多机关消息，丹家谓之关窍，

一旦发动起来,它会自动运转”[胡孚琛2009,页86]。下面我们来考察触动这种“卷扬机”开关的入手方法。

## (2) 意与目:入手方法

明代中医家李时珍信任丹家声称的体验,并提到了实现这种体验的方法:“紫阳八脉经所载经脉,稍与医家之说不同,然‘内景隧道’,惟反观者能照察之,其言必不谬也。”[王罗珍1990,页29]这种“反观者能照察之”所指的方法,是炼丹操作的基本方法之一,不但是丹家引发关窍、气穴体验的入手方法,也贯穿着内丹修炼的全程。《法诀》中该法的称谓有“反观内照”、“回光内照”、“回光返照”、“内照”等。此外,诸种内丹经典中类似“返观内照”、“反(返)观”、“观照”、“回光”等等都是它的别称。

《中华道教大辞典》对“返观”词条的解释是:“把原向外的意念和眼光返视意注于体内某一部位。”[胡孚琛主编1995,页1227]这一概括指出了该方法中涉及炼丹者意识与眼的作用。其中“某一部位”,即内丹身体观中的一些“关窍”。胡孚琛先生总结道:“头部两目间的祖窍穴、鼻孔外方寸之地的虚无窍、胸部两乳间的膻中穴、肛前阴后的会阴穴(阴蹻)和肚脐部位的丹田穴,皆是炼丹的秘窍”[胡孚琛2009,页29]。这些总结与《法诀》丹法若合符节。下面结合赵氏原文,先一睹“反观”之法在赵氏丹法中的具体操作,再归纳其特点。

作为内丹北宗支派的赵避尘丹法,承接了北宗特点,将反观内照上述“两目间的祖窍穴”作为第一步入手方法,称为“安神祖窍”;进而反观“肚脐部位的丹田穴”,称为“凝神入气穴”。

“扫除一切杂念……含眼光,凝耳韵……用功之时,两眼归中守一,养于祖窍之内,勿勤勿怠,谓之安神祖窍……寂然无思无虑……”。后来见光的体验自动发生,“一点真阳,从中而发出……昔我师了空曰:‘金机飞电,虚室生白,圆圆陀陀玄关生’”。赵氏还解释了这种光感的来源:“是灵光,实为神气,由于黄庭所发者……神气上腾而成这个○为不空。”[赵避尘1933,页8-16]

再来看“凝神入气穴”法。该法起始操作是“将两眼归并一处,下视气穴”。具体要求为“学者要知凝神入气穴,必须静室端坐,返观内照。知而不守,先存后忘。虚心凝神……存养寂照,虚灵不昧”。某时体验突然出现,“忽然下身融和,真阳升起”。渐渐感觉还可由气穴过渡到经脉(此处为任督二脉),之后可以“使气意自尾闾关一吸,升到头顶,一呼降到真气穴……”。[赵避尘1933,页144-145、58]



下面对这上述过程进行分析，归纳它们所体现的反观内照之法的特点。

其一，反观过程强调收视敛光，眼的常规视觉功能被摒弃了，真正的角色是一种引导意识的工具。可以看到，不论“安守祖窍”还是“凝神气穴”，眼的作用都被强调。两眼“归中”、“下视”、“见光”之说，容易让人误读为视觉的应用，其实不然，因为这些操作的第一步骤便是“垂帘”、“含眼光”，即双目微闭，摒弃外视。即使是所谓“内视”、“见光”，也被赵氏解释为一种黄庭穴中“神气上腾”的感应，而非通常所谓视觉。这正如《太乙金华宗旨》所言：“眼光自照，目惟内视而不外视。不外视而惺然者，即内视也，非实有内视。”[托名吕洞宾 1999]通常注意力总是跟随眼光而动，丹经也认识到“眼者，神游之宅也”，“眼之所至，心亦至焉”。所以观想双目“下视”丹田，可以更有效地引导意识降至丹田。这便是反观中眼的真正作用。

其二，反观过程中，炼丹者意识的关注点不出自身之外，意识的内容是宁静无思虑的。反观内照的“反”与“内”，都强调意识的内守。伍守阳在《仙佛合宗·真意》中谈到：“返观内照者，返回其驰外之真意，以观照于内也。”[伍冲虚等，页106]《还乡集》解释“返照”时更直接地说：“放心腔子里(身体内)，凝神神气中。”[胡孚琛主编 1995，页1227]丹家白玉蟾在《修道真言》中强调意识内守的重要性：“心乃一身之主，故主人要时时在家。一时不在，则百骸乱矣。”意识的方向和范围还不足以保证反观的成效，由于“忽然元气自动”的感受，只能在静到极点的发生在情况下(即“静极动生”)，炼丹者意识的虚静程度非常重要。赵避尘形容理想意识状态为“心内空空洞洞，虚虚灵灵……如暗月当空，洁白无滓”[赵避尘 1933，页139]。丹家张三丰更是强调，在收心反观之前就要先确保内心已然澄净，然后再“收已清之心，而入其内也”。

### 3. 内丹方法与图式风格

上文对内丹与解剖学研究方法的特点，分别做了归纳。现在通过两者的对比，解答第一节中提出的问题：是什么原因使得传统内丹家对人体图的精准化既不能也不为呢？

本文认为，这在某种程度上是因为“反观内照”方法的影响。

其一，人体图的精准化有赖于解剖学的进步，而“反观内照”中意识与目光的应用方式抑制了解剖学发展的基本动力，使丹家“不能”发展解剖学。

从意识运用的角度考察。解剖学的开展所依赖的条件之一，是研究者以自己

为原点，将意识投向他者。这种外向的意识携带的探索欲和攻击性，为研究者手中的解剖刀提供了动力。而“反观”之法，要求意识方向发生由外至内的逆转，意识状态变为安静空虚，这就消解了对解剖对象探索与进攻的动力。

从目光运用的角度考察。解剖学所依赖的另一个条件是视力之运用。而“反观”之法摒弃了外向的视觉功能，将其转化为一种意识引导的工具。

如果仅有以上两点，只能说明“反观”方法本身不能促生解剖学的成果。而在炼丹过程之外，丹家仍可进行大量解剖活动研究人体。而实际情况是，内丹要求将意识状态转变的时间大量延长。如赵氏谈到，在某些阶段要“终日二目下视丹田”、“终日对境无心”，白玉蟾也形容意识要“时时在家”。当这种炼丹方式扩展为生活习惯，解剖动力被进一步消解。

其二，“反观内照”的实践中，身体感成为人体图的经验基础，图的功能更在于表达身体感，客观精度的意义变得有限。这便造成了丹家对追求图式精度的“不为”。

以“炉”和“鼎”为例。前文分析过，内经暗示，所谓“炉”和“鼎”，原本没有一个“客观”的存在，只有当相关主观身体感出现后，它们的存在才突显出来。这意味着，不论“炉”和“鼎”在客观人体图上被标示得如何精确，如果炼丹者没有升起对它们的主观身体感，那些精准化的努力就是在描述一个并不存在的事物，对丹家来讲意义有限。以此推论，与其致力于意义有限的精确构图，不如致力于“炉鼎”的本质，即表达炼丹者的主观身体感。

这便是为什么，不同于赵氏的图4那样精确探求“金炉”与小肠的位置关系，传统丹家选择在图1的大致位置画出一个金炉——炉的图像极易使人心领神会到光、热等主观感受。推广开来，经脉关窍的作图也是如此。图1中以任督二脉的大致走向配合火候度数，不在于讨论经脉的准确位置，而在于表达经脉不同路段的不同气机感受。图4更是淋漓尽致地体现了这种思路。它忽略了实体构造，完全以意象化的手法来表达炼丹者气行经脉的感受：以耕牛、纺车的工作来比喻气机势能的增强，以山水幽径的崎岖变化，来比喻气通关窍的难易程度。

至此，本文从内丹操作方式的角度，探讨了传统内丹人体图风格的成因。可以发现，“反观内照”方法中，身体感是意识和目光运用的效验，目光又充当了意识的向导，所以归根到底，内丹图的面貌取决于炼丹者意识的运用。由此可以进一步追问内丹图更深刻的成因：在意识的内与外、静与动之间，内丹为何选择内向、虚静的意识？

### 三 内丹图的经验主体

内丹选择运用特定状态的意识，暗示了丹家认为，在对人体的考察活动中，这种意识状态才是可以信赖的经验主体。这涉及到内丹对人类意识结构的特殊理解，以及对“我是谁”这个基本哲学问题的讨论。下面对内丹意识论进行剖析。

首先，内丹将人类意识区分为“元神”与“识神”两种状态：“夫神者，有元神焉，有欲神焉（识神）。”

元神又称天心、先天之性，是通同于先天之道的意识状态。就来源讲，元神在父精母血结合的刹那，作为“先天以来一点灵光”[张伯端 1988，页 374]，从虚无道境进入胎胞，在人降生以后便居于头部正中的“泥丸宫”。就元神的心理特点来讲，或可概括为“灵明”但“虚静”：能够清醒灵活的觉知，但没有思虑内容的搅动。例如，赵避尘认为“元神恶动而好静，恶实而好虚”[赵避尘 1993，页 374]，医家张锡纯形容元神“无思无虑，自然虚灵也”。[张锡纯，页 339]

在《法诀》一书中，赵避尘还根据传统丹经中元神的特点，汇通西方脑解剖知识，试图为元神的意识状态提供一种现代理解。参考“泥丸宫”的位置，赵氏认为元神居于大脑中心的“水房”，即现代脑解剖结构中的间脑第三脑室：“（大脑）中间有一胞……解剖学曰水房”，“正在大脑中心，内藏一胞，为先天真性所居之处，即元神室也”。赵氏又说：“小脑主运动、敏捷，大脑主精神、记忆，中脑主性命、真气。”[赵避尘 1933，图注、页 48、87]此句“中脑”应该是指大脑中心。这便暗示了，赵氏企图将大脑和元神的功能区分开来。元神主要起着感受和调控身体元气的能力，不同于大脑的思虑功能。

识神又称欲神、人心、气质之性、思虑之神等。赵氏描述识神“昼居二目，藏于泥丸。夜居胃肾，蓄于丹田”[赵避尘 1933，页 221]。识神的特征之一是思虑不断，张伯端描述道：“一念未已，一念续之。尽日之中，全无顷暇。”[张伯端 1988]《法诀》也形容道：“心猿意马，无有间断，难以入定。”[赵避尘 1933，页 208]识神的另一个特征是追逐自身之外事物，《仙学真诠·丹事》形容其“每日只在外面驰鹜……可见此神一向只照外边，自己一个身子都反不曾管顾”。

其次，识神不断与元神竞争意识主体的角色，二者此消彼长，此显彼隐，一方“主事”则另一方“失位”。而常人意识一般是“识神主事”。丹经《清华秘文》、

《象言破疑》等，都清晰描述了常人一生中，意识结构里的识神由微而盛，以至最终“日用常行，无非气质（识神）”的变化。赵氏在《法诀》中继承了这些看法：胎儿在母腹中时无知无识，属于元神主事的阶段；出生以后识神开始接管意识，“自落生之时，元神失位，识神主事”；约十六岁开始识神完全占据主导：“知识渐开……脑内终日盘旋七情六欲、名绳利索。机诈日深，钩心斗角，层出不穷”。[赵避尘 1933，页 221、60—61]

第三，内丹有好元神恶识神的鲜明价值取向。丹家认为元神才是炼丹者的“真我”、“本来面目”，而识神是假我；识神显现而元神不彰，是“真者退位，假者当权”。丹经[张伯端 1988]中还用诸多相应的比喻来对比元神和识神。如以元神为“人君”，识神为“小人”，识神干扰元神是“人君之不明，而小人用事以蠹国也”；又如以元神为明月，被乌云遮蔽而成识神：“所蔽之后，如云掩月”。与“真”、“假”对比对应的价值判断是，元神不生不灭、“有益于”、“能成道”，而识神有生有灭、“有损于人”、“能败道”。内丹修炼旨在扭转这种识神胜元神、执假为真的意识状况，使元神彰显，让丹家复归真我。赵避尘也指出，内丹修炼要确保元神占据炼丹者意识的“主人公”位置，使“识神退位，元神主事”。相应的，内丹设计的种种修炼方法，都是为提供“斩伏识神杂念的有效手段”。丹家要每日使用这些方法“与识神拼命挣扎”，让“人心（识神）死而元神活”。[赵避尘 1933，页 208]

由以上分析可推知，内丹家认为人类意识中存在两种“自我”，即一真一假，一元神一识神两种状态。虽然清虚宁静的元神才是与道合一的“真我”，但常人的元神被后天积习、创伤所遮蔽后，误认那个变动不安、思虑算计的“识神”为自我。

西方哲学家笛卡尔在提出“我思故我在”时，首先确定那个具有怀疑功能的意识为真我，才以此为原点推导出哲学与科学。内丹家在怀疑种种常规现象为“假”的同时，似乎也在企图寻找一个原点，一个可以信赖的真我，由此展开对世界和生命的观察记录。显然只有所谓真我的元神所察觉到的，才是“真”的人体观。换言之，元神才是为内丹人体观提供经验基础的、合法的研究主体。强调元神的运用是“反观内照”方法意识选取的原因。由此，建立在内丹元神一识神意识论上的真我的追问，是内丹抗拒精准化构图的更深层原因。

至此，本文已从内丹操作方法和意识理论两方面，来考察传统内丹人体图特点之成因。可以看出，答案的主线是，内丹家“我是谁”的基本哲学沉思，影响

到研究方法的抉择,进而影响到了人体图的风格。当然,对内丹人体图的探索角度是多元的,本文仅是其中一例。

致谢 感谢导师孙小淳老师,以及参加作者博士论文开题报告的廖育群、罗桂环、张大庆等老师,本文的写作受到他们的指导和启发。

## 参考文献

- 盖建明、何振中 2009. 道教内丹学视野下的“奇经八脉”初探.《厦门大学学报》.(3): 91 — 98.
- 胡孚琛主编 1995.《中华道教大辞典》.北京:中国社会科学出版社.
- 2009.《丹道法诀十二讲》.北京:社会科学文献出版社.
- Pregadio, F. 2008. *The encyclopedia of Taoism*. Routledge.
- 托名吕洞宾 1999.《金华宗旨》.见龚鹏程,陈廖安主编.《中华续道藏》(20).台北:新文丰出版公司.页 818 — 845.
- 席春生主编 2004.《中国传统道家养生文化经典》.北京:宗教文化出版社.
- 徐伯英、袁介圭、李乐球等编 1978.《中华仙学》.香港:陈湘记书局.
- [明]伍冲虚、[清]柳华阳著.静虚子校订.《伍柳天仙法脉》(伍冲虚柳华阳的内丹四著).北京:宗教文化出版社.
- 佚名 1988.修真太极混元指玄图.《道藏》(三).文物出版社/上海书店/天津古籍出版社.页 99 — 102.
- 元康就 2001.《内景图》与《修真图》初探.《中国道教》.(1): 25 — 31.
- [宋]张伯端 1988.《玉清金笥青华秘文金宝内炼丹诀》(四).《道藏》.文物出版社/上海书店/天津古籍出版社.页 363 — 378.
- 张锡纯 2002.《医学衷中参西录》(下).石家庄:河北科学技术出版社.
- 赵避尘 1988.《性命法诀明指》.北京:学术期刊出版社.

## Why Are Traditional Alchemical Illustrations in Such a Style?

In the Context of Sino-Western Dialog in *Xingming Fajue Mingzhi*

ZHENG Shu

**Abstract:** Inner alchemist Zhao Bichen was the first to introduce Western anatomy into alchemical classics, with which he and his disciples tried to create highly accurate new alchemical pictures of human body. Traditional pictures in inner alchemy seem to



have been rough and inaccurate in comparison. The fact that the attempt at improving visual accuracy came so late and Zhao's works were almost the only case in his time, implies both inability and reluctance of inner alchemy to change its own style. Based on the text of Zhao's book, this article explores the causes of this phenomenon. First, it inquires into the method of studying human body behind the pictures. Comparative study of anatomical method and alchemical method "inner observation" (*Fanguan Neizhao*), both described by Zhao, shows that the latter's special application of mind and eyes, as well as its reliance on bodily feeling, could answer the question to some extent. Then this article explores deeper from alchemical, psychological and philosophical perspectives. The basic philosophical contemplation of "Who am I", based on the "original spirit (*Yuanshen*)—cognitive spirit (*Shishen*)" theory of human mind, influenced the choice of alchemical method, which in turn influenced the picture of human body.

**Keywords:** pictures of human body, Zhao Bichen, anatomy, Inner Observation (*Fanguan Neizhao*), Original Spirit (*Yuanshen*), Cognitive Spirit (*Shishen*)