

《周易參同契》幾個功法的詮釋問題

Some Problems of Interpretation About the Methods of 《Chou I Tshan Thung Chhi》

方素真

Janus Fang

摘 要

《周易參同契》自來是煉丹之謎，或指為內外丹之術，或專研其外丹之說，或視為內丹術，三說各執論點，煉丹之謎更形幽邃難解，加上神仙說交插繚繞，迷糊荒唐更甚，因之論證功法的程序，常說而未盡，言而未切，後學者時墮入迷離揣測之際。

在《周易參同契》的 27、34、70、71、89 等章，直接表述，房中術、食氣術、導引、祭祀、不倒單、服食藥石，都與道乖殊，唯有「引內養性、黃老自然；抱一毋舍，棄捐八石」：才是修煉的法則，順此思路推展，筆者設定魏書所指的煉丹法，純粹是煉氣養神，完全不假藥物，上承老學專氣致柔的哲思，佐以歧黃的醫理思考，借爻象變化詮釋功法的抽象原理，所有具象的辭彙都只是假借性的符號，與字義的原始意涵未必相合。

本文順此思路，以內丹學的視角解讀功法的程序，分為四個主題：一、《周易參同契》承襲老學煉氣養神的宗旨；二、進火退火與時間的關係；三、龍虎交媾原理的可能性思考；四、大周天與小周天的再詮釋。

關鍵詞：黃老自然、煉氣養神、專氣致柔、龍虎交媾、內丹學

Abstract

《Chou I Tshan Thung Chhi》 has been an enigma of the science of physiological alchemy for a long time. Some people think that it is the combining of exoteric alchemy (wai tan) and esoteric alchemy (nei tan). Some think that it is only the exoteric alchemy or the science of cultivating the spirit by nature. These three sects have their own viewpoints. Therefore, the mystery of physiological alchemy becomes even harder to understand. It is more confusing and absurd when involved with fairy tales. The procedures of the method are often inexplicable. Students of it often get lost.

Chapters 27,34,70,71 and 89 in 《Chou I Tshan Thung Chhi》 clearly demonstrate that sexual activities, nourishing the chhi, gymnastics, worship, meditation without sleep and dietary have departed from Tao. The principles of cultivating the spirit should be “nourishing the mind by interior, nature of Huang-Di and Lao Tzu; ... always embracing oneness (Tao), ... disregarding dietary eight minerals.” In this way, I assume that physiological alchemy in this book means breathing exercises to cultivate the spirit without dietary. It inherits the philosophy of concentrating the chhi and being tender of Lao Tzu, aided by the thinking of Chinese medical science; and the abstract principles of using the changes of kua phase (divinatory symbols) to interpret the method. All these words are only borrowed symbols. It may not match with the original meaning of the words.

Here I try to interpret the procedures of the method from such viewpoints of cultivate the spirit by nature. It is divided into 4 themes: (1)

《Chou I Tshan Thung Chhi》 inherits Lao Tzu's philosophy of breathing exercises to cultivate the spirit. (2) The relationship between the advancing phase (chin Yang huo) & the retiring phase (thui Yin huo) with the heating-time. (3) The possible principle of the interaction between vital mercury and vital lead (Long-hu-jiao-gou). (4) Reinterpretations of Da-zhou-tian & Ziao-zhou-tian.

Key words : Nature of Huang-Di and Lao Tsu, Breathing exercises to

cultivate the spirit, Concentrating the chhi and being tender,
Long-hu-jiao-gou, The science of cultivate the spirit by
nature.

《周易參同契》¹幾個功法的詮釋問題

方素真

一、《周易參同契》承襲老學煉氣養神的宗旨

《周易參同契》以老學煉氣養神為主體精神，以卦象為符號說明煉丹功法的運作程式，時值黃老思潮之際，以御政譬喻煉丹期間的主客關係。且就前兩項說明其煉氣養神的宗旨。

(一)煉氣養神的宗旨

魏伯陽《周易參同契》二十七章記載：

履行步斗宿，六甲以日辰。陰道厭九一，濁亂弄元胞。
食氣鳴腸胃，吐正吸外邪。晝夜不臥寐，晦朔未嘗休。
身體日疲倦，恍惚狀若痴。百脈鼎沸馳，不得清瑩居。

¹ 李光地《榕村別集 鼎符自敘》卷二「參同契者，三道同契也。 三道者，大易、黃老、丹經也。觀變陰陽，發揮神氣，二編之中，奧旨備矣。」頁 7034。任法融《周易參同契釋義》「《參同契》是借《周易》卦爻象數之象徵性符號，又以天文律歷圖識等術語作比喻，其核心內容是以修煉內丹為主旨，長壽成仙為目的，其要意是以陰陽二者的配合、進退變化，闡明修煉的功理功法。魏伯陽又恐怕人們對陰陽二者的變化難以捉摸，故借八卦納甲之法、十二月消息卦、日月晦明朔望作為周天進退之火候。」西安西北大學，1993/09，頁 3

累土立壇宇，朝暮敬祭祀。鬼物見形象，夢寐感慨之。²

這段資料明顯表述：踩天罡步、按時吞符籙、房中術、食氣術、不倒單、導引、祭祀通靈等方法，違背生理運行與清明神明的原則，遠離煉丹明理的訴求，他的論點頗具科學思維，反對宗教與迷信的做法，可見先秦兩漢的醫學理念深入知識份子的思維邏輯。

從中醫學的發展而言，《黃帝內經》與《黃帝八十一難經》建立中醫學的理論基礎，它的成書年代或在秦漢之際，在文字著作定型前，必有一段觀念的蘊釀期，雖成書於秦漢之際，而假黃帝岐伯之言，可見口語相傳的淵源，只要有人類即有對治疾病的方法，如神農嘗百草、葛天氏之舞、帛書導引圖 等；都可看到醫學思維的原始發展。

先秦兩漢各家載籍收入醫藥學者，有《孔子家語》、《荀子》、《孔叢子》、《尸子》、《管子》、《晏子春秋》、《韓非子》、《淮南子》、《新語》、《新序》、《說苑》、《太玄經》、《方言》、《潛夫論》、《焦氏易林》 等，而《墨子》、《莊子》、《荀子》、《列子》、《關尹子》、《論衡》等書，有豐富的心理學資料；³可見醫學知識深入知識份子的世界。今回溯內丹學的形成，必與昔日的醫學發生互動，或以之為理論基底，徒憑迷信與狂想，焉能迷狂若是？秦王政廣招方士、淮南王結集群英，豈多巫術，而無科學論證？如果為是，何以愛因斯坦早年也為煉丹迷狂？

再參酌八十九章所述：

務在順理，宣耀精神。神化流通，四海和平。表以為曆，萬世可循。
序以御政，行之不繁。引內養性，黃老自然。含德之厚，歸根返元。
近在我心，不離己身。抱一毋舍，可以長存。配以服食，雄雌設陳。

² 見劉書二十七章，頁 50-51。

³ 參考李良松、郭洪濤《中國傳統文化與醫學》，廈門大學，1990/05。

挺除武都，八石棄捐⁴。

更能發現魏伯陽的煉丹術，以「抱一毋舍」為精神核心，再次主張「挺除武都，八石棄捐」，與七十章「廣求名藥，與道乖殊」又相呼應，可見此書非指涉外丹之學，不提倡遍尋補藥以加速長生的可能性。煉丹的方法以自然為準則，以專一凝神為養生的基底，所有鉛汞變化或鼎爐之說，當瞭解鉛汞非鉛汞，鼎爐非鼎臚，純以具象性辭彙以說明抽象性的煉氣養神的程序。筆者以為八十九章直接承續《道德經》的精神宗旨。可分釐出三種同質性的精神義涵：

1. 「抱一毋舍」與「載營魄抱一」
2. 「含德之厚，歸根返元」與「含德之厚，比於赤子」、「歸根曰靜，是謂復命」
3. 「引內養性，黃老自然」，方法在順自然物理，目地在宣耀精神與神化流通。正是老子探索玄德的微妙，順著「天門開闔」，與自然萬物和諧地互動，「明白四達」，即思慮通透可與道合一的精神氣象。

從 1.與 2.可接焦於涵養生命能量，先從身體的自我觀照，齋精存養回歸赤子精全而腴作的生命能量，能量的蓄積方法在齋精，齋精須要致虛守靜的功夫，於虛極靜篤之中回歸於天地之心，這就是復命。所以致虛守靜的功夫是由形下的齋精養氣轉進形上的養神境界，復命的終極是我心接軌於天心，天心進駐我心而長久，不為生命實質的長存，而是讓身心靈保持純一無為的狀態，與宇宙的生命共舞，這樣虛靈的生命主體是德之至淳，轉而接合於 3.引內養性，神化流通，在無為而自然的生命態度下，撇開道德觀的主體意識，以純粹的真善美的道體情懷觀照一切

⁴ 武都，在甘肅成縣西，產雄黃、雌黃。八石：丹砂、雄黃、雌黃、空青、硫黃、雲母、戎鹽、硝石。《抱朴子 金丹》「五石：丹砂、雄黃、白礬、曾青、磁石。」見劉書，頁 173，68

的存有。

而李良松、郭洪濤《中國傳統文化與醫學》也指出：《道德經》10、12、16、20、25、55、81 等章的養身法影響煉丹術的發展，至於 45、59、77、81 等章啟迪《內經》的寫作。⁵照他們的論說，可見《道德經》彙集養身與醫學於一爐，此一主軸，正是魏書取法的精神所在。

在黃老盛行的兩漢時期，氣化的宇宙論與醫學的參雜，是當時思潮所繫，對老學的詮釋仍保有陰陽與道的原始風貌，《參同契》依循老子以「道」為主體，兼採觀照自然的態度，從七十章「廣求名藥，與道乖殊。」與七十一章「野葛一寸，巴豆一兩，入喉輒僵，不得俛仰。」完全棄絕藥物的使用，齋精抱一、神化流通，思無阻窒，才是全書的精神中心，與道教的外丹術以「藥石滋補」為宗的方法，門路殊異。

(二)卦象是素樸的表象符號

詹石窗〈論朱熹易學與道家的關係〉表示：朱熹、俞琰都主張先天圖之義貫穿於《周易參同契》之中。先天圖的卦位排列與《周易參同契》的納甲法不謀而合，該圖圖所列 64 卦，由北至東北、東南、西北、西南順時針而行，寓合月象之進退。坤、復之間，為月之晦，震為初三月象，一陽始生；兌為初八，月上弦象，二陽生；乾為十五日滿月象，純陽；巽為十八日之月象，一陰始生；艮為二十三日，月下弦，二陰生；坎離為日月。⁶

蕭漢明〈論俞琰易學中的道教易〉指出：俞琰「試圖以五行生成數方位圖為線索，探尋漢代象數易學的根底，但他的這一可貴嘗試似乎並

⁵ 見《中國傳統文化與醫學》，頁 87-89

⁶ 收入《道家文化研究》第十一輯，北京三聯，1997/10，頁 249

未成功，最後不得不十分牽強地將漢易象數與先天圖接上關係。」⁷又指出：宋代圖書易與漢代象數易，在主旨、立意、外表結構形態上，都存在明顯差異；俞氏對漢易象數資料的短缺，又不瞭解卦氣說、爻辰說；這是宋儒的普遍性現象。⁸

蕭氏之說否決朱、俞兩說的可信度，主張以漢代易學的角度詮釋，才能接合魏書的原始模式。以最樸素的觀點看待月亮盈虛與人類體氣的變化，應該較符合漢人氣化的宇宙觀。因此論納甲之說，必以京房的卦氣論為參考軸心，才能接合於魏書的原始理念。

歷來研究者多將魏書列為內外丹之學，或直指為外丹之書。筆者以為伯陽以具體物質詮釋抽象的煉丹概念，容易招惹文字義涵上的錯解，再加上具體與抽象間理念的轉化發生糾葛，助長傾向無何有之鄉的神秘詮釋；其次運用卦爻的符號說明，本是自然天象的詮釋記號，如閱讀十二辟卦進退火狀況，直接觀察卦象陰陽升降的變化，未精通易學的人極易看出其中變化，由復卦的一陽起爻，臨卦二陽爻，泰卦三陽三陰，大壯卦四陽爻，夬卦五陽爻，乾卦六陽爻，順此而觀，陽爻依次增加，此即進陽火之說；由乾卦轉進姤卦，陽氣盛極，轉而衰退，陰爻由初爻逐漸入侵，遯卦二陰爻，否卦三陰三陽，觀卦四陰爻，剝卦五陰爻，坤卦六陰爻，姤卦起陰爻，陽退陰長，迄於六陰，這個現象應是退陽火，或稱退符、進陰符。從一陽起至陽符全退，統稱進火退符，用以標示火候變化。

易學歷經各朝代俊逸多面向的闡述，卦象的詮釋千百種，光是符號的說明各有精妙，解《易》已是難題，再運思於丹法變化，其進階的管道受阻更甚，神秘面紗漸漸深垂。

⁷ 見《道家文化研究》第十一輯，頁 283

⁸ 同上，頁 276、283

蕭元瑞讀《參同契》有此感言：「妙運天輪，屯蒙常起於朝昏，既未愆於晦朔，恍惚水中金不定，飛揚火裏水難收，金木間隔既殊途，水火調和歸一性，七返返本，九還還元，結就玄珠，煉成至寶。不神之神所以神，調息定息至無息。二十四節氣，體天之消息；七十二候，隨時而卷舒。唯能得象忘言，不在執文泥象，悟之者簡而且易，迷之者繁而愈難，即《周易》象而參考之，自然契合，獨魏伯陽之著詳矣，宜究精微。」⁹於此說明，是採取得意忘言的進路參悟《參同契》，取象去辭為切入的訣竅，而卦象的一切詮釋盡可丟擲一旁。蕭氏之論頗為大膽，也說出泥辭害意的誤讀現象，他的說法確實可以印證十二辟卦的進退升降的變化。

二、進火退火與時間的關係

郭東升〈論《周易參同契》的外丹術〉，指出「《契》援十二卦，以喻爐火進退，與靈丹煉製過程頗為吻合。十二辟卦配以地支十二辰，非一定取一日十二辰，蓋鼎爐自有十二辰也。」¹⁰郭氏以化學實證得出十二辟卦始用的十二地支，非指一日的十二辰，此說甚是。可惜未明示「非一日十二辰」的理由，只詮釋為鼎爐自有十二辰。他留下兩個謎團：

- (一) 地支十二辰，何以非指「一日十二辰」？
- (二) 鼎爐十二辰所指者何？

⁹ 見《古本周易參同契集註》，上海古籍，1990/03，頁374

¹⁰ 見《道家文化研究》第十一輯，頁69

(一)地支十二辰，非十二時辰

1. 《周易參同契》未言配合十二時辰

文本十三章指出：十二消息卦配十二律，佐以月亮盈虧，說明「進陽火、退陰符」的狀況。是以月為主軸，擴散為十二月，配上十二律¹¹，如依此說明進退火的狀況，則十一月進陽火，以武火燒煉，五月退陰符，以文火燒煉；準此說法與蕭元瑞「二十四節氣，體天之消息；七十二候，隨時而卷舒。」之說，正可相呼應，而二十七章¹²反對按時辰吞陰符或不倒單的說法，也見一致之論。如果以每日十二時辰標示進退火狀態，則如劉國樑所言「從子時開始進火，用武火。午時開始退火，用文火。卯酉又稱沐浴，指不增進火，不減退火，維持原狀的時候。」¹³如按十二時辰煉丹，子時務必武火燒煉，半夜不睡覺是趨勢，為了日日持續不斷，勢必呈現「晝夜不臥寐，晦朔未嘗休」的狀況，對修煉者自以為是的方法，長年累積不休息，軀殼的疲憊度定然可觀，對清明腦袋、健壯身體不但無益，反而有虛耗體力，呈現迷糊神智的後果，與神仙的清明爽朗的氣象，完全不相侷合，正是魏書極力反對的煉法。

2. 姤卦，正值五月，時值端陽，節氣在夏至

¹¹

卦名	復	臨	泰	大壯	夬	乾	姤	遯	否	觀	剝	坤
月份	十一	十二	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十
曆法	黃鐘	大呂	太簇	夾鐘	姑洗	仲呂	蕤賓	林鐘	夷則	南呂	無射	應鐘

¹² 「履行步斗宿，六甲以日辰。 夢寐感慨之。心歡意悅喜，自謂必延期。遽以天命死，腐露其形骸。舉措輒有為，悖逆失樞機。諸術甚眾多，千條有萬餘。前卻違黃老，曲折戾九都。」見劉書，頁 50-51

¹³ 見劉書，頁 46

馬濟人〈道家內丹學〉指出：十二消息卦的陽息陰消，就是進陽火(武火)、退陰符(文火)，子丑寅卯辰巳六陽時，用武火；午未申酉戌亥六陰時，行文火；卯酉為沐浴，因真氣薰蒸宛如沐浴，此時不進火不退火，保持當下情狀。子時或冬至一陽起，都是譬喻之辭，全看煉功者產生景象而定。就連龍虎交媾的位址，也採取任督二脈即黃道的任何位址都有可能。14既然以譬喻處理進退火，又模糊交媾位址，則陷入言而未言，這種採取不確定性的看法，一切準之個別體質的差異性，頗有客觀詮釋的傾向。卻留下諸多疑點，天體與萬物的互通點又在何處？套用消息卦既不得為詮釋依據，魏書何以強言？

筆者以為用時辰設論，如(2:1:1)所分析，確實不符合衛生之道；而進退火之說也當有其意義，否則言而無用，豈是務實而客觀者所願為？因此除去時辰，剩下節氣與月份之議，應有可觀之處。

如以節候之說論證，端午值夏至，陽氣最勝，火氣勝，先天火陽高漲，再用武火燒煉勢必火上加油，乾烈焚身，固有退火之說；至於亥、子、丑，處於冬月時節，遇上小雪、大雪、冬至、小寒、大寒，寒氣侵襲太甚，如不以武火燒煉，火種必瀕臨冰點，以節氣或月份的邏輯思考，則武火、文火與進退火候之說，必得合理的詮釋，其進退火與身體溫度的調解有其緊密的關係，而反對「晝夜不臥寐，晦朔未嘗休」的思考，也豁然開朗。

(二)鼎爐十二辰，是十二律、十二月

劉國樑說「十二消息卦，是指復卦至坤卦，陰陽遞變，循環不息。此法據說為西漢孟喜所傳，後漢荀爽《易注》及虞翻《易注》亦用之解釋卦變。具體是用十二消息卦分主一年十二月。還以泰、大壯、夬

14 見《道教與煉丹》，台北文津，1997/11，頁 141-144，

配春，乾、姤、遯配夏，否、觀、剝配秋，坤、復、臨配冬，謂十二卦消息相變通而周於四時。」¹⁵循此十二消息卦為十二月，已見分明，劉氏於〈導讀〉結尾又附上後蜀彭曉《周易參同契分章通真義》的說法，他說：「此喻一年十二月，一日十二辰，運陰陽進退之火符，合乾坤坎離之精氣，周而復始，妙用無窮，因而聖女靈男交陰陽於神室；飛龍伏虎媾魂魄於母胞，是以神變無方，化生純粹者也。」¹⁶於此又將十二月之說夾雜於十二時辰，看其全書的說明，確實夾纏於十二時辰的說法。

從劉氏的說法，可推證兩漢卦氣說完全指向十二月的詮釋，彭曉夾纏十二時辰之說，乃後起之論，應該參考孟喜初創「卦氣說」¹⁷，京房創發「八卦六位」條例納五行、天干、地支，鄭玄爻辰說配十二律、廿八宿、廿四節氣，荀爽陰陽升降條例；¹⁸才符合魏伯陽的時代語言，後起之說聊且參考則可，做為憑據只有繳繞思考的純粹性。明朝楊慎《古文參同契序》也指出：

《參同契》為丹經之祖，然考隋唐《經籍志》皆不載其目。惟《神仙傳》云：「魏伯陽，上虞人，通貫詩律，文辭瞻博，修真養志，約《周易》作《參同契》。」徐氏景休箋註。桓帝時，以授淳于叔通，因行于世。五代之時，蜀永康道士彭曉分為九十章，以應

¹⁵ 見劉書，頁 9-10

¹⁶ 見劉書，頁 11

¹⁷ 卦氣說創於孟喜，至京房(焦延壽弟子)大行其道。卦氣說的基本法則，(1)以坎離震兌為四正卦，餘六十卦，卦主六日七分，則三百六十爻，共 365 日又 1/4，合周天之數。(2)內辟卦：復臨泰大壯夬乾姤遯否觀剝坤，稱消息卦，顯示陽長陰消的狀況。(3)四正卦，主春夏秋冬四時；爻主廿四節氣。十二辟卦，主十二辰；爻主七十二候。(4)十二辟卦象君，餘卦象臣，四正卦象方伯。每五卦配以公、辟、侯、大夫、卿，周行不已；一年四季的二至二分，風雨寒溫的變遷，均以應合卦爻為節度。參考張善文《象數與義理》，遼寧教育，1997/04，頁 80

¹⁸ 參考張善文《象數與義理》，第五章〈漢代象數學的深沉內蘊〉。

火候之九轉。餘《鼎器歌》一篇，以應真鉛之得一。其說穿鑿，且非魏公之本義也。其書散亂衡決，後之讀者，不知孰為經？孰為註？亦不知孰為魏？孰為徐與淳于？自彭始矣！朱子作《考異》及解，亦據彭本。元、俞玉吾所註，又據朱本，玉吾欲分三言四言五言各為一類，而未果；蓋亦知其序之錯亂，而非魏公之初文。然均之未有定據爾！¹⁹

從楊慎之考證，點明《神仙傳》指魏書修真養志的主軸，與筆者主張煉氣養神，屬於同路人。其次印證於蕭道明否決朱、俞之說的可信度，見(1:2)論述；其失真的理由，是採取彭曉獨發己見，為說明火候九轉而將古本上中下篇撕裂為九十章，這種錯亂的版本，最易引起誤讀現象。朱、俞順此彭本立說，若乏基源問題推論，本諸失真資料論證，難免缺乏客觀性，而招惹非議。

至於邵雍《擊壤集 冬至吟》：「冬至子之半，天心無改移。」《太平經》：「萬物始萌於北，元氣始於子。」²⁰劉氏都解釋「子」為冬至，以節氣詮釋；而「天心」就是「復卦」之位，間接表明「子」在卦象為「復」，在節氣為「冬至」，月份與節氣之說明矣。且略去夾纏十二時辰之處，今採其月份與節氣之說為當。馬濟人也表述，古代內丹著作，較多以一個月或一年的卦象詮釋陽息陰消的火候過程。²¹這是比較合理的詮釋。

三、龍虎交媾原理的可能性思考

劉知古《日月玄樞論》：

¹⁹ 參酌蕭登福《周秦兩漢早期道教》，台北文津，1998/06，頁310

²⁰ 兩條資料，詳見劉書，頁23-24

²¹ 見《道教與煉丹》，頁145

夫「流珠為龍」，龍即日也；「黃芽為虎」，虎即月也。此二物者，日月精氣，咸有變化之理，故餌之者亦能變化。所謂變化者，變丹砂為水銀，自陽返陰也；水銀覆為丹砂，自陰返陽也。故流珠丹亦名火青丹。變黑鉛為黃丹，自陰返陽也；化黃丹為鉛丹，自陽返陰也。²²

盧國龍解釋此段資料：劉知古「以為鉛汞所以能變化，根源在於其所蘊涵的日月精氣，或者乾脆說，發生變化的是日月精氣。」

盧氏的分析確認：還丹所要煉化的，不是鉛汞二物的形質，而是其中的陰陽精氣。如《金華玉女說丹經》所說「太陽元精，既非水銀，亦非鉛華，也不是二者的合成之物。」它「託水銀之胎，而非水銀之形。」又《太平廣記 奇事記》言點金術「水銀受太陰之氣，固流蕩而不凝定，微遇純陽之氣合，則化黃金於倏忽也。」²³

上列資料呈現兩個概念：(A)龍是流珠、是日；虎是黃芽、是月。(B)龍虎變化，即鉛汞變化。

任法融《周易參同契釋義》說出：木火合稱青龍，為人身真汞、肝膽，肝木能生金火，屬陽主生。金水合稱白虎，為人身真鉛、肺腑，肺金能生腎水，屬陰主殺。並運用龍虎生剋原理說明坎離互動訊息²⁴。這些詮釋都有些模糊，突顯了兩個問題：

(一)龍虎為日月，為離坎，為木火、金水，為真汞真鉛，這些或為星辰、或為卦象、或為五行物，或為化合物，於人身體內所指者何？

²² 轉錄於盧國龍〈論唐五代道教的生機觀〉，收入《道家文化研究》第十一輯，頁104；或見《全唐文》卷三三四。

²³ 見盧文，頁104-105

²⁴ 見任法融《周易參同契釋義》，頁8-9

(二)龍虎變化的程序者何？它運作的位址何在？變化後的模樣若何？

(一)太陽流珠為元神，即純一陽氣；龍與虎，就是神與氣

從盧國龍摘錄的點金術之說：水銀受太陰之氣，固流蕩而不凝定，微遇純陽之氣合，則化黃金於倏忽也。這種煉功中的景象詮釋，就是李遠國在〈陳搏易學思想探微〉²⁵，分解功法為煉己修心、煉精化氣、煉氣化神、取坎填離四步驟，其中的煉氣化神。神就是元神，即元陽之氣，在歷經煉精化氣的三百回合之後，粹煉出純陽之氣。筆者以為真氣在薰蒸的過程中，氣行於面門之際，有黃金般的珠光放射或網狀飄忽氣象，這種黃金般的珠光或網狀現象，就是丹家所說的「太陽流珠」。這純一陽氣歷經水火薰蒸而成，而薰蒸的材料就是心火與腎水，心之神與腎之氣彼此相濡相沫，心火腎水交融一氣，即龍虎交媾。

馬濟人《道教與煉丹》整理元人王頤中的資料如下²⁶：

修此之要，不離神氣，神氣是龍是虎；龍虎是鉛汞，鉛汞是水火，水火是嬰，嬰是真陰真陽，真陰真陽即神氣。種種名相，皆不可著，止是神氣二字而已。王頤中《丹陽真人語錄》

簡表如下：

²⁵ 《道家文化研究》第十一輯，頁183-185。筆者整理出四步驟如下：(1)煉己修心；(2)煉精化氣：靜極氣動丹田(玄牝)，採腎間精氣，運煉於任督二脈；玉液還丹，歷三百回合而完成此段煉養。(3)煉氣化神；以真氣薰蒸，以目內照，綿密寂然，沖和丹田，氣由微動而盡化，氣神合一，終留元神。(4)取坎填離，轉為先天乾卦：五氣朝元，聚於丹鼎，即水火既濟；坎卦陰中含陽，為水，水中生氣，謂之真氣，或叫虎；離卦陽中含陰，為火，火中生液，謂之真水，或稱龍。

²⁶ 見《道教與煉丹》，頁129-130

坎——鉛——虎——月——玉兔——嬰兒——精氣
離——汞——龍——日——金烏——女——神

從上列資料明確顯示出，兩組詞組，每一組包容卦象、礦物、星辰、生物或微粒子，都是同指異名。明顯指出龍為真汞，為人體內的元神，屬於陽氣；虎為真鉛，為人體內的精氣，屬於陰氣；元神與精氣也只是人體內微粒子的組合。龍虎交媾，即坎離變化，也是日月精氣的變化，就是元神與精氣的交融。這些異名同指的互置現象，都只為了詮釋上的便利，如同佛家的隨相說法，因緣所生法縱然千變萬化，詮釋的主題始終不變，完全指向人體內的生化變化；或許可以判讀為基因的更新活動。

(二)龍虎交媾原理

文本六十九章「子當右轉，午乃東旋。卯酉界隔，主定二名。龍呼於虎，虎吸龍精。兩相飲食，俱相貪便。遂相銜嚙，咀嚼相吞。熒惑守西，太平經天。」²⁷說明龍虎交媾的過程及方位的變化程序。

1.龍虎交媾的位址 在東南之鄉?抑西南之鄉?

在火候的運作上，十二消息卦的運轉方向採順時針的走向，是由子轉卯；然而丹道的運轉流向則為逆向操作，是由子轉酉；所以魏書在六十九章直接表述：「子當右轉，午乃東旋」，於此路徑的詮釋，可看出後天卦象圖的位序，於子月右轉，即元神從玄武坎子之位向西逆轉，西為虎位，元神吸虎位金氣，轉向朱雀離午之位，侵入東南方，東方為龍位木氣，所以文本所述「龍呼於虎，虎吸龍精」。如果將卦象圖與人體相

²⁷ 子當右轉自北經西向南，午乃東旋自南而東向北。卯屬木，居主位酉屬金，居客位界隔，主定二名。龍呼於虎，虎吸龍精或言南方離龍與北方坎虎(白虎)，前為離中木液，即真汞；後為坎中真金，即真鉛。。兩相飲食，俱相貪便。遂相銜嚙，咀嚼相吞。熒惑守西火星守西位，太平經天太白金星，或言坎中真金，即真鉛，過午移到東方卯位。此段注釋，參考劉書。

應的位置圖，則朱雀為頭部，玄武為腎部、這一部份是毫無異議，然而人體於煉功之際，是面向卯位？或面向酉位？面向方位不同，詮釋龍虎交媾的位址就有東西的差異。

唯一可以明確地說明，內氣運行始終於任督二脈之間²⁸，如照馬濟人之說，面向十二消息卦的酉位，則交媾位址可能在西南之鄉。筆者以為當面向卯位，今以任督二脈為黃道，則元神順督脈逆行，吸虎位金氣，上行於泥丸宮，氣行頂門，轉向兩眼與眉心之間，正是火龍之位，東南之方。也是丹家所稱三光之處。所謂三光：在天為日月辰，在人為兩眼與眉心，而左眼為日，右眼為月。坎離在東南之鄉交會，相濡相沫，抽坎中陽以填離，又抽離中陰以填坎，坎離回復坤乾之象，元神在此回復赤子般原始之精氣，轉現於兩眼之中，左眼又是太陽為乾為日，右眼也是太陰為坤為月。「龍呼於虎，虎吸龍精」的位址，很顯明地，是處於東南之鄉²⁹。

淺顯言之，純陽氣的元神，延督脈逆行，吸吮虎位金氣，上行頂門，下走眉心，在泥丸宮燒煉，此時離位在左眼，坎位在右眼，元神侵入左眼，逼退陰爻，填離為乾；陰爻退位，轉填坎位，而得坤，則左眼成日，右眼成月，如此回復先天的乾與坤。這是筆者目前設定逆轉金丹的可能性方位。³⁰《性命圭旨》有內氣節律與地支、卦象的說明：

²⁸馬濟人指出：「督脈為陽脈之海，任脈為陰脈之海」，則督脈在東，任脈在西，順此邏輯，則元神自尾椎上行，按陽長卦象循行，經崑崙轉入任脈，按陰消卦象而行。」又列出小周天循環示意圖為證。見《道教與煉丹》，台北文津，1997/11，頁 172-173，182。筆者以為這般說法，無法逆轉金丹，也難以說明龍虎交媾原理，此說待考。

²⁹筆者以為此處所指的東南之鄉，可能就是西醫所言的下視丘的位置；如果此說為是，則龍虎交媾是否具有活絡灰質地帶的功能，轉而抗老化？這一點是否就是道教長生論者發現的生理現象？這個論題與註 32 的推論，都值得深入討論。

³⁰此處抽坎填離與抽離填坎，筆者以為這是行氣流程，先左眼，次右眼，具有調整下

人之元氣，逐日發生。子時復，氣到尾閭；丑時臨，氣到腎堂；寅時泰，氣到懸樞；卯時大壯，氣到夾脊；辰時夬，氣到陶道；巳時乾，氣到玉枕；午時姤，氣到泥丸；未時遯，氣到明堂；申時否，氣到臆中；酉時觀，氣到中腕；戌時剝，氣到神闕；亥時坤，氣歸氣海。³¹

此資料就十二時辰而論，雖與筆者持論相左，若去除時辰部份，其內氣運行的節律，如筆者所述是以面向卯位的方位運行，則逆轉經午在泥丸，過午至未，內氣周旋於明堂，即兩眼之間，就十二消息卦位而言，正是東南之位。循此而論。龍虎交媾位址不在西南，有可能是位處東南之鄉。

2. 龍虎交媾的流程

按照李遠國之說，龍虎交媾的階段，應是完成百日築基、煉精化氣、煉氣化神的後段程序。筆者以為粹取而得的純陽元神，擬挺進煉神還虛的階段所產生的升降變化，就是龍虎交媾的流程，其順序如后：

- 一、人面朝東，任脈在東，督脈在西。
- 二、卦象：坎北，乾西北，兌西，坤西南、離午，巽東南，震東，艮東北。
- 三、元神(真鉛)，由尾椎逆行，經乾轉兌，吸虎位金氣。
- 四、坎中真金，經坤轉離入巽，是龍虎交融的階段；於此卦位，丹家多指以武火煉養，如牛車衝鋒陷陣，筆者以為在初關挾外氣以武火則可，至於通過中關、攀越上關，牛車之說休矣，此時完全以真元之氣煉養，若存若亡，當然是文火為當。
- 五、火中木液，受到水中真金澆灌
- 六、真汞無法揮發，凝固下沉，轉入泥丸³²。

視丘的功能，有回復青春視力的可能性。

³¹ 轉錄於馬濟人《道教與煉丹》，頁 177

³² 丹田分上中下，等同於谷神分天谷、應谷、靈谷；上丹田即泥丸宮，藏神之府，分九宮，由眉間入一寸為明堂 洞房 丹田 流珠 玉帝；明堂上一寸為丹玄 極真丹玄 太皇。簡圖：

七、元神若有似無，氤氳浮沉於上丹田³³，煉成金丹。

既然本階段屬於煉氣還神至煉神還虛的接駁地帶，在處理龍虎交媾的原理，須知其中運化區域，煉精化氣在下丹田薰蒸，而煉氣化神則轉到中丹田，煉神還虛應以上丹田的泥丸宮為薰蒸地帶，按此邏輯思考，才有可能將元神送入日月，好讓陰陽精氣補足虛耗的眼力，恢復赤子般清澈而凝聚的眼神。

順此推理，此中難解的關鍵，就是以十二消息卦圖為基底，而人體逆向煉丹，因此體內氣脈運行轉西向西，午乃東旋，與自然卦氣歷三百回合³⁴運轉之後，於太白金星轉進離火，粹煉出的陰陽精氣，聚藏於日月，而有火龍金睛之喻，元神既吸了金氣，於此再吸龍精。此處正是卦氣與氣脈交會的時辰，就在過午：³⁵即「太平經天」轉東的時辰。在二十四候中值夏至、小暑、大暑之間，陽氣最勝，以文火薰蒸即得五氣朝元之象，剛好氣行三光與泥丸宮之間，而百會穴又居此地，適巧轉運真一之氣於百脈之中，活潑的純陽之氣，流通百脈，人類原生的動能，或能再次激發，轉回青春的生理能量。

3. 龍虎變化後的生理氣象 真人³⁶形貌

每宮間隔一寸	天庭宮	極真宮	丹玄宮	太皇宮	
眉間入一寸	明堂宮	洞房宮	丹田宮	流珠宮	玉帝宮

中丹田為絳宮，藏氣之府；下丹田為關元，藏氣之府。參考馬濟人〈道教內丹學〉，收入牟鍾鑑《道教通論——兼論道家學說》，齊魯書社，1993/12，頁 637-640

³³ 劉國樑指為中丹田，如註 34 所示。

³⁴ 三百回合之說，暫採李遠國的說法，筆者擬再究竟其說。

³⁵ 劉國樑指出，太平應為太白之誤，本文準此說法而論

³⁶ 劉國樑註解「真人」，就是元神，真一之氣，神明，聖胎。24 章「真人至妙，若有若無。髣髴大淵，乍沉乍浮。」語譯為「真一之氣好微妙，似有似無捉迷藏。中丹田裏升又降，時沉時浮露本相。」頁 45-46。劉氏的詮釋在丹書裏，可以肯認；在《莊

當真汞金丹在真鉛的壓制下，逼進泥丸為金丹，擴散於四肢百骸，筋脈氣血通達，所有的體內細胞重新活化，如同赤子般生機能量源源不絕，且看三十二章所述：

金砂入五內，霧散若風雨。薰蒸達四肢，顏色悅澤好。
髮白皆變黑，齒落生舊所。老翁復丁壯，耆嫗成？女。
改形免世厄，號之曰真人。

上述形貌變化的特徵，(a)肌理溫潤有色澤；(b)白髮轉黑，牙齒具備再生功能；(c)老弱化為健美的青春模樣；(d)強身年輕化之後，疾病自能退避三舍。這些年輕化的特徵，其中的催化劑就是「真人」發揮的功效，按劉國樑的詮釋：真人就是元神，經過龍虎變化後粹煉出的純陽之氣，這純陽之氣就是源源不絕的生機，即生命的原動力。

醫家龔居中《紅爐點雪》都指出：下丹田為真元之氣化育之處，即氣稟根源之地。龔居中說：「根地否塞，則水火不能升降，心火炎爍，腎水枯竭，百病由此而生。 養氣助陽，眼目光明，疝痔消滅，身輕力健，百病咸除，功簡而效速。」³⁷這是醫學上肯認生命力的源頭，可以透過養氣之法協助開發氣海中的純陽真氣，以保持青春的生機，間接地祛病延年。

四、大周天與小周天的再詮釋

論及大小周天之際，除了剖析功法階段外，也當述及經絡現象，以及周天概念的始末，方能有一個總體的詮釋，且分述如后：

子》《淮南子》除了有此物質性的義涵外，尚有精神通達，屬於境界上的表述。《淮南子 精神訓》：「所謂真人者，性合於道也。 治其內，不識其外，明白太素，？為復朴，體本抱神，以游于天地之樊。」

³⁷ 見馬濟人《道教與煉丹》，頁 121

(一)大小周天與功法關係

內氣煉養，通常分為四階段，百日築基 小周天(煉精化氣) 大周天(煉氣化神) 煉神還虛，而各家對大周天與小周天設定的義涵不一，說法雜陳，約可分為三種：

(A)小周天 煉精化氣、坎離交媾；大周天 煉氣化神、乾坤交媾。持此說者《規中指南》與馬濟人《道教與煉丹》。

(B)小周天 煉精化氣，即百日築基，稱初關；大周天 煉氣化神，十月胎圓，一年小成，稱中關，哺乳三、四年；煉神還虛，稱上關，約九至十二年。此說見俞琰《周易參同契發揮》，劉國樑《周易參同契今註今譯》。

(C) 煉己修心 煉精化氣 煉氣化神 取坎填離。李遠國在〈陳搏易學思想探微〉，詮釋小周天與大周天，與前兩說都同指煉精化氣、煉氣化神，他特別參照太極圖設論，標示小周天乾鼎在上丹田，坤爐在下丹田；大周天鼎下移至中丹田，爐在下丹田，陳搏《指玄篇》說明大周天非運氣循環，而是洗心滌慮，以真氣薰蒸，以目內照，綿密寂然，沖和丹田，由有為到無為，『氣』由微動到不動而盡化，氣神合一，最後又餘元神而已。大周天之後，調動元神，讓五氣朝元，聚氣於頂，進行抽坎填離的階段。此說抽坎填離階段明確置於大周天之後，與(A)說刻意分出坎離交媾、乾坤交媾以配小大周天，完全迥異，也突顯此說嚴密地參酌太極圖而另發新意。

劉國樑有特別指示：大小周天於圓滿之境，必注意其間的呼吸變化；在小周天的功法中，要防止氣在下鵲橋(尾閭、穀道處)走漏(放屁)。 每次吸氣終了，恰是氣到百會，呼氣終了，恰好氣歸下丹田。

在大周天的功法中，要防止氣在上鵲橋(印堂、鼻竅處)走漏。³⁸筆者以為這些看法聊備參考，稟持「若有似無」的精神主體對待，讓真一之氣循行於所當行，無須刻意運心火以推進，畢竟著力點常左右於意念的強弱，萬一遭蒙外力牽引，易惹來無法抗拒的變化，不論何種功力皆難處理得當，避免的方法，就是遵循二十章至二十二章的條例而行：

辰極受正，優游任下。明堂佈政，國無害道。內以養己，安靜虛無。
原本隱明，內照形軀。閉塞其兌，築固靈株。三光陸沉，溫養子珠。

39

視之不見，近而易求。

黃中漸通理，潤澤達肌膚。初正則終修，幹立未可持。

一者以掩蔽，世人莫知之。

上德無為，不以察求。下德為之，其用不休。上閉則稱有，下閉則

³⁸ 參考劉國樑《新譯周易參同契》，頁 75-76。另外，李遠國〈陳搏易學思想探微〉詮釋大小周天也呈現些微差異。說明如后：「藥物在其運煉之中，經過了督脈、頭頂、氣管、任脈、會陰等處，完成一個循環，即為煉精化氣—小周天。在這個循環過程中，口中津液往往增多，其味甘清香，如同陳搏《指玄篇》所言『但能息息皆相顧，換盡形骸玉液流。』煉精化氣三百次後，精與氣合煉而成為陽氣，作為丹母，為三歸二；煉氣化神則將氣與神合煉，則為二歸一，稱為中關，或大周天。大周天將鼎下移，以黃庭中丹田為鼎，下丹田為爐，元氣祇氤氳二田之虛境，不在任督運轉，不固定於一田，任其自然靈活，用綿密寂照之功，入定之力，使元神發育成長而已。陳搏《指玄篇》：『必知會合東西路，切在沖和上下田。』即是指明大周天非運氣循環而是洗心滌慮，以真氣薰蒸，以目內照，綿密寂然，沖和丹田，由有為到無為，『氣』亦微動到不動而盡化，氣神合一，最後又餘元神而已。」見《道家文化研究》第十一輯，北京三聯，1997/10，頁 183-184

³⁹ 按陸西星註：「靈株，即靈根；引《黃庭經》『玉池清水灌靈根為證。』天有三光，日月眾星；人有三光，兩目一心。」見仇兆鰲《古本周易參同契集註》，上海古籍，1990/03，頁 139

稱無。

無者以奉上，上有神德居。此兩孔穴法，金氣亦相須。

上述資料顯示的「優游任下」、「安靜虛無」、「閉塞其兌」、「三光陸沉」、「視之不見」、「一者以掩蔽」、「上德無為」等辭，都指向專一無為狀態，放棄一切官能的牽引。循此思考，蕭元瑞「唯能得象忘言，不在執文泥象，悟之者簡而且易，迷之者繁而愈難」的看法⁴⁰，或更貼近功法的運用技巧。

陸西星註：「人生而靜，天之性也。感於物而動，性之欲也。既有欲也，則耳目口鼻，誘於聲色臭味，而真性迷矣。真性既迷，則元精元？因以耗失，而大命隨之。故養己者以安靜虛無為本焉，由此閉塞其兌，使氣不上洩，則蒂固而根深，三光陸沉，使神不外馳，則性定而明湛。果能收視返聽，閉口勿談，則心息相依，神氣相守，自然打成一片，可以行臨爐採藥之事矣。」陸氏的解析，以養己修心為臨爐採藥築基，堵住官能(含兩目一心)往外馳逐的欲望，回歸真性的虛靈狀態，做到塞兌齋精的功夫，元精元？保持充盈飽滿，神氣合一自然可期。至於「察求者，辨庚甲而知水源之清濁，象屯蒙而準火候之消息，此皆察察之政，不得已而用之者。」⁴¹無為是煉丹法則，不得已輔之以有為法，運心火以導氣是下德之為，是等而下之的做法，非煉丹之正宗。張三豐《道言淺近說》指出：「無為之後，繼以有為。有為之後，復返無為。」他的理論也是依循無為的法則運作，參以「有為」只是方便門，若執泥其中不知返於「無為」，則為煉丹大忌。

(二)大周天、小周天與經絡關係

⁴⁰ 見本論文(1:2)末段所述。

⁴¹ 見《古本周易參同契集註》，頁 137-138，136

丹家在詮釋功法中除了舉證八卦圖說明外，也經常論證小周天的初關現象就是下丹田的煉精化氣，而得一股溫暖的內氣，周行於修煉者的任督二脈。開始由尾閭關至夾脊關，如羊車輕柔徐行；次由夾脊至玉枕關，如鹿車迅捷急奔；末由玉枕轉泥丸，玉枕關極細微，最難通行，當似牛車奮猛衝刺；再運精氣直上崑崙抵頭頂。三車的譬喻⁴²是丹家採《法華經》用詞，對於作用力的說明有其淺顯之處，然而煉氣者執泥其運氣強弱，容易落入想像的坎陷，而非真實氣動現象，反而脫軌於自然氣動的變化，產生歧出或扭曲的現象，對身體百害無利。《黃帝內經太素》卷九：「脈之卒然動者，皆邪氣居之，流於本末。」⁴³可見循自然軌跡的重要性。

1. 經絡與身體關係

《內經靈樞 海論》將經絡系統分為經脈與絡脈。「經」循行於機體深處的直行主幹，又分正經十二條，奇經八條；再依陰陽分殊，可得手足三陽經與三陰經兩類。「絡」分佈於肌表的分支；主要有十五條，從十經脈分出一別絡，由任督二脈分出脾之大絡，加上順行於十二經與任督二脈者，共十五條。

經絡主要功能有三：(a)溝通表裏；(b)通行氣血；(c)感應傳導；(d)調節人體各部份機體的平衡。內丹學中視經絡為煉精化氣、煉氣化神的渠道。

⁴² 施肩吾《西山群仙會真記》指為小河車、大河車、紫河車。李涵虛《三車秘旨》分析為三件河車：(1)運氣，子小周天子午運火；(2)運精，即玉液河車運水溫養；(3)精氣兼運，即大周運先天精水。陸潛虛《玄膚論》指出：河車即任督二脈；在《三極至命筌蹄》則分為羊車、鹿車、牛車。所以河車就是周天，黃道、天經。參見馬濟人《道教與煉丹》，頁 154。以上資料可做參考，勿執泥太深而左右分析的客觀性。

⁴³ 見《增補珍本醫書集成》二，臺灣世界，民 25 年裘吉正編，民 50 年增補。頁 99

如按《內經》之說，丹家所言小周天循行的模態，也止於任督二脈，其餘正經十條、奇經八條，或未見氣感現象；俟任督二脈通氣無阻之後，百脈自然暢通；而陰閉的奇經八脈，在內氣旺盛的催逼下，會自然洞開，發揮調節與平衡生理機能的功用。

2. 奇經八脈與修煉的關係

李時珍《奇經八脈考》⁴⁴：

八脈散在群書者，略而不悉。醫不知此，罔探病機；仙不知此，難安爐鼎。

是故醫而知八脈，則十二經、十五絡之大旨得矣；仙而知乎八脈，則龍虎升降，玄牝幽微之竅妙得矣。

紫陽《八脈經》：人有此八脈，俱屬陰神，閉而不開，惟神仙以陽氣衝開，故能得道。

紫陽《八脈經》所載經脈，稍與醫家不同，然內景隧道，惟反觀者能照察之，其言必不謬也。看李時珍的三條資料，奇經八脈是陰閉的經脈，在平常人身上是無所照察的，將奇經八脈列為醫家與仙家必備的常識，而仙與醫的主要差異，在於反觀察照能力的有無，循此而論，醫者有養生活人之術，未必有長生的潛能；尋仙道者或有長生的渴望，若不知循醫理徹入奇經八脈的內景隧道，龍虎升降說也止於紙上談兵，迷離糊塗

⁴⁴ 整理於馬濟人《道教與煉丹》，頁 172-175。另外摘錄陽脈之海與陰脈之海的詮釋，陽脈之海：(a)督脈循行背部正中，脈氣多與十二正經脈中的手足三陽的六條陽經交會於大椎穴。(b)帶脈出於第二腰椎，繞腰一轉，陽維脈與督脈交會於風府、啞門，由此督脈得統率帶脈。陰脈之海：(a)任脈循行胸腹正中，與三陰經交會於中極、關元；與陰維脈交會於天突、廉泉；與衝脈交會於陰交穴。(b)足三陰連接手三陰，如此，任脈與手足三陰經的六條陰經連成一氣。頁 173-174

罷了。再加上一般丹家，視氣通奇經八脈，是打通中關的主要現象，這個進階百難得一，何況龍虎交媾於上關的階段，更加艱困；個中的脈絡也就特別神秘不解。

(三)大小周天的釋名問題

周天之說原是天文學用語，即地球繞行太陽一周，365 又 1/4 天。

《周易參同契》言「關鍵有低昂兮，周天遂奔走。」多數註家詮釋為「害？」，馬濟人以「存疑」處理；⁴⁵可見大小周天之論，當是後起之言，其說仍然混沌。今可粗分為三類：醫家以五運六氣論大小周，或以營衛論氣脈周行；丹家則以任督二脈氣行為小周天，八脈氣行為大周天。《黃帝內經》無「周天」，有「天周廿八宿」；由此或可推衍，「周天」應是「天周」一語的翻轉，而為丹家的創新語彙。

1. 論五運六氣

而羅東逸《內經博議 天道部》有小周、大周之說，「時一日有十二，十二者陰陽兩從六也，以五乘六，故五日一周甲子為一候也。一周甲子，氣亦一周矣，故可以為候，此小周也。推之為七十二，而大周矣；此從時而起者也。日者甲乙至癸為旬日，天數五，故二五為小周，以五加六，故六十日為備一周，又歷六甲子，為大一周成歲也；此以日為起者。月者，歷十二辰恆主，今以紀時，又用五行以紀六氣，而四時始備。凡五歲一周，歷三十年而備周，此以日為起者也。歲者，十二年為一紀，六十歲一周，此一周者，又合年月之大而周之也。以五加六，小者為小周，大者為大周，然應天之氣，動而不息，故五氣而右遷，應地之氣，靜而守位，故六期而環會，此五運六氣，主歲之常期，起于天地自為之

⁴⁵ 見《道教與煉丹》，頁 153

六氣也。」⁴⁶

2.論營衛氣脈周行

《黃帝內經 太素》論營衛五十周，由黃帝設問，岐伯與伯高分別作答：⁴⁷

岐伯曰：天周廿八宿，宿卅六分，人氣行一周，一千八分，日行廿八分，人經脈上下，左右前後，廿八脈，周身十六丈二尺，以應廿八宿，漏水下百刻，以分晝夜，故人一呼脈再動，氣行三寸，一吸脈氣再動，氣行三寸。呼吸定息，氣行六寸；十息氣行六尺，日行二分；二百七十息，氣行六丈二尺，氣行交通於中，一周於身，下水二刻，日行廿分。五百卅十息，氣行再周於身，下水四刻，日行卅十分。二千七百息，氣行十周於身，下水廿刻，日行五宿廿分。一萬三千五百息，氣行五十營於身，水下百刻，日行廿八宿，漏水皆盡，脈終矣。 氣行凡八百一十丈。

伯高曰：歲有十二月，日有十二辰，子午為經，卯酉為緯。天周二八宿，而面有七星，四七廿八星。房卯為緯，虛張為經，是故房至畢為陽，昂至尾為陰，陽主晝，陰主夜，故衛氣之行，一日一夜，五十周於身。晝日行於陽廿五周，夜行於陰廿五周，於五藏。是故平旦陰氣盡，陽氣出於目，目張，則氣上行於頭，循項下足太陽，循背下至小指之端。其散者，別於目兌眚，下手太陽，下至小指之端外側。其散者，別目兌眚，下足少陽，注小指次指之間，以上循手少陽之分，下至小指次指之

⁴⁶ 見羅東逸《內經博議》，頁 8-9，收入《增補珍本醫書集成》一，臺灣世界，民 25 年編，民 50 年增補。

⁴⁷ 見《增補珍本醫書集成》二，卷十二，頁 161-164

間。別者，至耳前，合於頤脈，注於陽明，下行至附上，入五指之間。其散者，從耳下，下手陽明，入大指之間，入掌中。是故日行一舍，人氣行一周於身，與十分身之八，日行二舍，人氣行三周於身。與十分身之六，日行三舍，人氣行於身五周。與十分身之四，日行四舍，人氣行七周於身。與十分身之二，日行五舍，人氣行於身九周。日行六舍，人氣行於身十周，與十分身之八，日行七舍，人氣行於身十二周。與十分身之六，日行十四舍，人氣行廿五周於身。有奇分十分身之四，陽盡而陰受氣矣。其始入於陰，常從足少陰注於腎，腎注於心，心注於肺，肺注於肝，肝注於脾，脾復注於腎為一周。是故夜行一舍，人氣行於陰藏一周，與十分藏之八，亦如陽之行廿五周，而復合於目。陰陽一日一夜合，有奇分十分身之二，與十分藏之二，是故人之所以臥起之時有早晏者，奇分不盡故也。

岐伯論營氣，以呼吸脈息，論氣行五十周，恰是一萬三千五百息，脈長八百一十丈。至於伯高則以天周廿八宿，論衛氣運行於五藏，日夜各行廿五周，當平旦陰氣盡，陽氣出於目。陰藏一周，由腎 心 肺 肝 脾 腎，這種運轉流程，是按照五行剋制原理而論。至於陽行廿五周，復合於目，這句話最有意思，與抽坎填離、抽離填坎，日月之精轉於目，是否有交集之處？俟結論部分再論述。

營衛之說，或論脈息與氣行長短，或言氣行臟腑，都有日夜五十周之說，其周行的軌道雖因人而異，卻有不變的流程進展，如《難經》所言，榮行脈中，衛行脈外，五十周而復始，榮衛相會，陰陽相貫，如環之無端，彼此相隨。⁴⁸

⁴⁸ 三十難曰：榮氣之行，常與衛氣相隨不？然！經言：人受氣於穀，穀入於胃，乃傳於五藏六府，五藏六府，皆受於氣，其清者為榮，濁者為衛。榮行脈中，衛行脈外，榮周不息，五十而復大會；陰陽相貫，如環之無端，故知榮衛相隨也。見清代葉霖《難

從以上五運六氣或營衛陰陽氣脈周行，前者利用五行與六爻氣的變化，說明五日一候，剛好六十時辰為一甲子，就甲子為一周以計算時、日、月、歲，按此推出的甲子，當然日甲子小於月甲子，月甲子小於歲甲子，這樣推算六十年的大周大於六十月的小周，如此演算五日一候的時甲子，就是最小周。後者營衛氣脈，是營衛各日行五十周而相會，則每日營之陽氣、衛之陰氣，每日相交一次；岐伯以天周廿八宿，當指氣行八百一十丈，為脈長一周之論。

這兩種算法雖有小周、大周與日行五十周交會之說，雖取象於天上星宿與歲曆，若免強詮釋於大小周天之說，絕非同義涵的套用，而是採取引伸義的詮釋觀點，既言時間又言脈息周行，兩者在煉丹的運氣與火候不可或缺，詞組的翻轉以別於醫家的用語，又有互通義涵的指趣。

五、結論

筆者曾推敲扁鵲的六不治論與荀子治氣養心說有同源的脈絡傾向；如果扁鵲為魯公扈與趙齊嬰換心有可能性的話；則司馬遷記載扁鵲得長桑君的秘藥和以上池之水，服食三十日得見鬼物，如同隨身攜帶 X 光儀器以透視人體，再深研所留禁方書以行醫；⁴⁹這段習醫的養成教育或有可能性。如果此命題為真，則先秦醫學的盛況與高度，必有可觀之處，妄以今日科技為高之定見，恐有其失真之處。畢竟東西醫學的思考邏輯有其出入，以不同的邏輯思考互評優劣，難免墮入思考的坎陷，也為了避免偽科學之論，容後專文研究。

既然設定煉丹術非憑空而論，當以醫學為基底，本文在探索功法之際，儘可能以醫書論證，「龍虎交媾的可能性原理」這一部份，最是模

經正義》卷三，頁 59，收入《增補珍本醫書集成》一。

⁴⁹ 此處資料，參考《史記 扁鵲倉公列傳》、《列子 湯問》、《荀子 修身》。

糊所在，筆者藉體證以分殊其間變化，也只是一曲之見，貽笑方家。而葉霖《難經正義》指出：

夫坤為萬物之母，而能生物，然坤本純陰，必待乾與之交，而得其陽，然後始能生萬物也。十支之次序，世人皆以子為首，因坤臨十月亥，坤為純陰之卦，陰極則陽生，故十一月冬至，一陽生於地上，為地雷復也。不知造化端倪，實不在子而在午，蓋天地交而萬物生，是乾坤交媾之初，即為萬物造端之始。然交必陽體充足，而後能交，乾之六陽乃充足於四月之巳，次為午。故乾至五月建午，始與坤交，是則乾足於巳而動於午。巳午皆火，故伏羲乾卦居正南，乾之外體屬火，乾中含蓄陰精屬金，故五行家言庚金長生在巳，所謂長生者，乃指生之之原而言也。乾之初，動於午，每年五月夏至之時，乾上九之一陽已升至天頂極高不得不轉而向下，向下即感動坤陰之氣，上升而交，故天地三交，五月建午為第一交，六月未為第二交，七月申為第三交，所謂坤三索於乾也。⁵⁰

葉氏之論，以姤、遯、否三卦卦位為天地交的時段，歸究原因是夏至陽氣天頂極高，動於午，交於午、未、申；天地之交，就在五、六、七月，連交三次。如按逆轉金煉丹「太白經天」的說法，此時應走向十二消息卦的午、巳、辰位，在此產生「龍虎變化」。

另外《黃帝內經 太素》指出：伯高則以天周廿八宿，論衛氣運行於五藏，日夜各行廿五周，當平旦陰氣盡，陽氣出於目。又陽行廿五周，復合於目。⁵¹循此思考衛氣一周復合於目，是否標示龍虎交會處，就在

⁵⁰ 《增補珍本醫書集成》一，《難經正義》卷一，頁 13-14

⁵¹ 詳見本文(4:3:2)論述。

兩目所在⁵²。此兩條資料的顯示，有強化筆者(3:2:1)與(3:2:2)的設定與論證。

參考書目

一、專書

《黃帝內經 太素》，收入《增補珍本醫書集成》二，臺灣世界，民 25 年裘吉正編，民 50 年增補。

葉霖《難經正義》，收入《增補珍本醫書集成》一

羅東逸《內經博議》，收入《增補珍本醫書集成》一

仇兆鰲《古本周易參同契集註》，上海古籍，1990/03

任法融《周易參同契釋義》，西安西北大學，1993/09

何宗旺《中華煉丹術》，台北文津，民 84/12

李良松、郭洪濤《中國傳統文化與醫學》，廈門大學，1990/05

馬濟人《道教與煉丹》，台北文津，1997/11

⁵² 另外，陳櫻寧編《女子道學小叢書五種 女功正法》，第九節〈陽神光圓〉：「玉液還丹，陽神未純；赤水得珠，陽神光圓。比如王母坐昆侖宮，聽空中無絃微妙音。心即朱鳥，翔空直下，至誠皈依，意根返元。虎伏龍降，水火濟也。清靜寶瓶，喻肺之液；楊柳枝兒，喻肝之尾；華池精液，比如甘露；泥丸頂上，穩坐昆侖。一切世界，定慧圓通；任他南溟，波浪滾滾；元陽氣足，神火光圓；大藥沖關，吾只常清而常靜。心定意淨，寂然而已。如此九轉，即得七返，功歸臍內，陽神現頂，寶光上升，形神俱妙，功德圓滿。」四川青城山常道經書社，1994/08。此段資料顯示：虎伏龍降，水火相濟，就在「泥丸頂上」；而九轉七返之後，功歸臍內，「陽神現頂，寶光上升」。這兩處的指示，大藥完成於昆侖頂上，泥丸宮內，正是兩目入腦內側所在，可參考本文註 34。此處說明含糊不足為據，聊備參考。

張善文《象數與義理》，遼寧教育，1997/04

陳櫻寧編《女子道學小叢書五種 女功正法》，四川青城山常道經書社，
1994/08。

劉國樑《新譯周易參同契》，台北三民，民 89/10

蕭登福《周秦兩漢早期道教》，台北文津，1998/06

二、論文

李遠國〈陳搏易學思想探微〉，收入《道家文化研究》第十一輯，北京
三聯，1997/10；或見台北文史哲，民 89/08

馬濟人〈道教內丹學〉，收入牟鍾鑑《道教通論——兼論道家學說》，
齊魯書社，1993/12

郭東升〈論《周易參同契》的外丹術〉，收入《道家文化研究》第十一
輯

詹石窗〈論朱熹易學與道家的關係〉，收入《道家文化研究》第十一輯

盧國龍〈論唐五代道教的生機觀〉，收入《道家文化研究》第十一輯

蕭漢明〈論俞琰易學中的道教易〉，收入《道家文化研究》第十一輯

