

## 練形與鍊度：六朝道教經典當中的 死後修練與亡者救度

謝世維\*

本文主要從道教經典當中探討中世紀時期對死亡救度觀念與儀式的轉變。太陰練形的概念與中國人本身注重身體的觀念有關，也就是經由魂神與肉體的修練，使精神與身體同登仙界，中古時期的天師道與上清經典對太陰練形有各種不同的描述。而這種觀念也進入死後的救度之中。在墓葬出土文物之中我們已經看到亡者屍體保存的重要性，這顯示著古代中國人認為死後狀態與屍身完整有一定的關聯性。早期文物可看到解注與安鎮尸形的重要，而後來發展的儀式強調的是使先祖脫離苦難，到達安樂之處。這種模式後來成為一種解救死者魂魄並使之與屍骨形體結合，進而免離囚徒之苦，上升天界的救度之法。這種模式在古靈寶經中被轉化為儀式，其中《太上洞玄靈寶滅度五鍊生尸妙經》就是一個救度死者的重要經典。這種罪謫倫理的轉變約發生於五世紀，隨著佛教觀念的深化，道教儀式的重心從為亡者首謝解謫轉向亡祖的解救，鍊度成為亡者救度的重要過程，也成為道教亡者救度儀式的特色。靈寶經典的亡者救度可以《度人經》作為開端，而《太上洞玄靈寶滅度五鍊生尸妙經》則是鍊度儀式的一個轉捩點，首次完整地結合靈寶天文與喪葬儀式，正式將鍊度救濟與地獄拔度的觀念以儀式的形式呈現。《太上洞玄靈寶滅度五鍊生尸妙經》也明確在祈願當中提出鍊屍—開府—出魂—沐浴—冠帶—遷上—供衣食等，一個完整的救度模式與程序。這些觀念在後來的道教喪葬儀式之中都被保留。從歷史發展來看，這種死亡救度儀式自五世紀初即已具備完整觀念，並已有儀式雛型。這個死者救度儀式之所以可以保存千年，主要是對生者而言，他們的親人先祖在儀式過程中，從地獄受到救度，並回復原形而昇遷天堂。這在注重孝道的華人社會中是相當重要的安慰與撫藉，也使得鍊度的觀念與儀式在華人社會中存續千年而未斷絕。

關鍵詞：道教 靈寶 練形 鍊度 死亡救度

---

\* 國立政治大學宗教研究所

## 前言

對生死的態度與關懷是建立在對於死亡的觀念，尤其是死後的世界與死後的狀態與歸向。這個觀念左右了人們對生死的態度，並發展出相應的行為。本文所探討的是死亡的觀念如何影響中古時期部分宗教團體或信仰者的行為與思維，並進而創造相對應的儀式，來解決中古時期中國人的死亡焦慮與死後想像。本文的討論主旨在於死後的「練形」觀念在中古道教所扮演的角色及其轉變。

中國早期的死亡觀念深深影響著人們的喪葬行為。從漢代出土的喪葬資料當中，學者試著探究這喪葬行為背後的生死觀。其中馬王堆漢墓與滿城漢墓研究成果較多，而這兩者都顯示強烈的保存遺體的願望與實踐。巫鴻從考古資料與文獻如《儀禮》等進行考察，認為喪禮包含兩個階段：在靈堂的第一階段，死者遺體從陰轉為陽，人們為他沐浴、更衣，並供上酒肉，這時遺體稱為「尸」；第二階段象徵從此界到彼界，人們為他沐浴，穿衣並仔細包紮，放入棺木之中，稱之為「柩」。<sup>1</sup> 其中不管是馬王堆馭侯夫人或是滿城漢墓玉人都試圖採用很特殊的方法，將遺體作完整的保存，使之永恆不朽。<sup>2</sup> 有學者認為這種強烈的遺體保存顯示著古代中國人對死後身體狀態的重視，這也關係到古代中國人的死後觀念。從漢代出土文物當中，也可以看到除了大量的法術性解注文物外，最常看到的就是祈願「安鎮尸形」的文字或文物。<sup>3</sup> 這也顯示當時的人相信，亡者身體狀態的不穩定會影響到生人。

西元二世紀逐漸成形的道教在其宗教實踐上具強烈的救贖性。道教的救贖不只關注現世的個人、家族及社會，更擴及到家族的過往先祖乃至所有亡魂。由於

---

<sup>1</sup> Wu Hung, "Art in a Ritual Context: Rethinking of Mawangdui," *Early China* 17 (1992): 111-144.

<sup>2</sup> Wu Hung, "The Prince of Jade Revisited: Material Symbolism of Jade as Observed in the Mancheng Tombs," in *Colloquies on Art and Archaeology in Asia*, ed. Rosemary E. Scott (London: Percival David Foundation of Chinese Art, 1997), pp. 147-170.

<sup>3</sup> Anna K. Seidel, "Traces of Han Religion in Funerary Texts Found in Tombs," 秋月觀瑛編，《道教と宗教文化》（東京：平河出版社，1987），頁 21-57。中譯文見索安 (Anna K. Seidel) 著，趙宏勃譯，〈從墓葬的葬儀文書看漢代宗教的軌迹〉，《法國漢學》7 (2002): 118-148；林富士，《漢代的巫者》（臺北：稻鄉出版社，1999），頁 83-85；劉屹，《敬天與崇道——中古經教道教形成的思想史背景》（北京：中華書局，2005），頁 53-60。

個人及累世累積下來的罪愆，人們相信在地下冥界尚未脫罪的眷屬、先祖與亡魂必然承受著悲慘的際遇。<sup>4</sup> 因此道教也保留了許多為亡者解注解謫的儀式，但是同時，道教也有一套對死後身體的觀念，六朝早期道經就有「太陰練形」的觀念，而西元五世紀出現的鍊度就是一個相當關鍵的概念，而這個觀念開展出新的亡者救度模式，並被保留在後來的喪葬儀式當中。

對於喪禮儀式中的鍊度，早期研究大都集中在當代道教功德儀式的研究。日本學者大淵忍爾在其巨著《中國人の宗教儀禮》當中對臺灣的功德儀禮作了仔細調查記錄，該書包含許多珍貴的科儀文書。<sup>5</sup> 之後，施舟人與勞格文分別對功德儀式作了相關的研究，前者注重在功德儀式中的戲劇表演；<sup>6</sup> 而後者集中在功德儀式的結構。<sup>7</sup> 九〇年代以後，日本學者詳細考察歷史與當代的功德儀式，其中以淺野春二、田仲一成、末成道男、松本浩一、丸山宏以及山田明廣的研究較為出色。淺野春二以各種不同的功德案例來考察功德科目種類，<sup>8</sup> 田仲一成以其戲劇史研究的專業對功德提出新的看法，<sup>9</sup> 末成道男的研究著重在客家系功德與福建系功德的比較。<sup>10</sup> 丸山宏以高雄永安為研究對象，考察功德儀式的歷史發展；同時也考察歷史與當代的鍊度。<sup>11</sup> 山田明廣則以高屏地區功德儀式作儀節比較，檢視不同道壇功德儀之區別。<sup>12</sup> 松本浩一注重宋代以後的喪儀發展，以及儀式經

<sup>4</sup> 黎志添，〈香港道教齋醮中的「祭幽」儀式與現代社會的意義關係〉，郭武主編，《道教教義與現代社會》（上海：上海古籍出版社，2003），頁466。

<sup>5</sup> 大淵忍爾，《中國人の宗教儀禮》（東京：福武書店，1983）；《中國人の宗教儀禮・道教篇》（東京：風響社，2005）。

<sup>6</sup> Kristofer Schipper, "Mu-lien Plays in Taoist Liturgical Context," in *Ritual Opera Operatic Ritual*, ed. David Johnson (Berkeley: University of California, 1989), pp. 126-154.

<sup>7</sup> John Lagerwey, *Taoist Ritual in Chinese Society and History* (New York: Macmillan, 1987).

<sup>8</sup> 淺野春二，〈台灣における道教儀礼の研究〉（東京：笠間書房，2005），頁281-362。

<sup>9</sup> 田仲一成，〈中國鄉村祭祀研究——地方劇的環境〉（東京：日本東京大學東洋文化研究所報告，1989）。

<sup>10</sup> 末成道男，〈由功德儀禮所看出的客家特徵〉，謝劍、鄭赤琰主編，《客家學國際研討會論文集》（香港：中文大學出版社，1994），頁253-260。

<sup>11</sup> 丸山宏，〈台灣南部の功德について——道教儀礼史からの考察——〉，野口鐵郎編，《中國史における教と國家》（東京：雄山閣出版，1994），頁15-47；後以〈臺南道教の功德儀礼——道教儀礼史からの考察〉，收入氏著，《道教儀礼文書の歴史的研究》（東京：汲古書院，2005），頁289-322；〈靈宝法の鍊度科儀に見える生死論について〉，《東洋：比較文化論集：宮澤正順博士古稀紀念》（東京：青史出版，2004），頁87-106。

<sup>12</sup> 山田明廣，《道教齋儀の研究》（大阪：日本關西大學中國文學研究所博士論文，2008）。

典的比較。<sup>13</sup> 此外，李豐楙與黎志添也分別對臺灣與廣東的功德儀式作過深入的剖析，<sup>14</sup> 大陸學者姜守誠也同樣以臺南與高屏地區作功德儀的比較。<sup>15</sup> 這些研究皆為今後的功德研究奠定了基礎。綜觀近來的研究，多以田野考察為基礎，進行儀式的分析或比較，進而順便進行歷史與文獻的考察。不過，這些研究較少溯及六朝時期從練形觀念到喪禮儀式的發展過程。

與六朝太陰練形觀念相關的研究，主要以麥谷邦夫、柏夷 (Stephen Bokenkamp)、賀碧萊 (Isabelle Robinet)、蔡霧溪 (Ursula-Angelika Cedzich)、史格偉 (Patrick Sigwalt)、倪輔乾 (Peter Nickerson) 與普雷加迪 (Fabrizio Pregadio) 最為重要。麥谷邦夫從漢代文獻至早期道教文獻廣泛考察初期道教的救濟思想。<sup>16</sup> 賀碧萊與蔡霧溪討論重心在於尸解的觀念，對於尸解成仙的觀念形成與太陰練形有深入的討論。<sup>17</sup> 柏夷從古代中國對亡逝祖先的信仰、崇拜和對其死後的憂慮，來探討佛教的輪迴和地獄觀如何能在五到六世紀普遍地傳播開來。同時這些觀念究竟是如何被質疑、調整，最終改頭換面得到接納，其研究重心在於三到六世紀中國得以逐步接納佛教輪迴和地獄觀念的土壤和前源，還有這些觀念又是如何在實際上有助於當時人解決其對已逝祖先的憂慮和想像，而獲得傳播開來的契機。<sup>18</sup> 史格偉的研究則是集中在《太上洞玄靈寶滅度五鍊生尸妙經》（以下簡稱《五鍊生尸經》），除了分析該經結構外，主要試圖重構《五鍊生尸經》當中所描述的喪禮儀節。<sup>19</sup> 倪輔乾關注的則是地獄的觀念、中世紀對地獄的描述與死者在地獄

<sup>13</sup> 松本浩一，《宋代の道教と民間信仰》（東京：汲古書院，2006）。

<sup>14</sup> 黎志添，《廣東地方道教研究：道觀、道士及科儀》（香港：香港中文大學，2007），頁209-239；李豐楙，〈複合與變革：臺灣道教拔度儀式中的目連戲〉，《民俗曲藝》94（1995）：83-116；〈道教齋儀與喪葬禮俗複合的魂魄觀〉，李豐楙、朱榮貴主編，《儀式、廟會與社區：道教、民間信仰與民間文化》（臺北：中央研究院中國文哲研究所籌備處，1996），頁459-484。

<sup>15</sup> 姜守誠，〈南臺灣靈寶放赦科儀之研究〉，《世界宗教學刊》15（2010）：71-209。

<sup>16</sup> 麥谷邦夫，〈初期道教における救濟思想〉，《東洋文化》57（1977）：19-63。

<sup>17</sup> Isabelle Robinet, "The Metamorphosis and the Deliverance from the Corpse in Taoism," *History of Religions* 19 (1979): 37-70; Ursula-Angelika Cedzich, "Corpse Deliverance, Substitute Bodies, Name Change, and Feigned Death: Aspects of Metamorphosis and Immortality in Early Medieval China," *Journal of Chinese Religions* 29 (2001): 1-68.

<sup>18</sup> Stephen R. Bokenkamp, *Ancestors and Anxiety: Daoism and the Birth of Rebirth in China* (Berkeley: University of California Press, 2007).

<sup>19</sup> Patrick Sigwalt, "Le rite funéraire Lingbao à travers le Wulian shengshi jing (Ve siècle)," *T'oung Pao* 92 (2006): 325-372.

的救度。而普雷加迪則從「形」的概念出發，探討早期道教各種有關「形」的變化，以及尸解觀念的來源。<sup>20</sup> 不過，在這些研究當中從太陰鍊形到鍊度觀念的形成與轉變似乎尚未有較仔細的探討。最近的研究則有張超然對中古時期道教喪禮的一系列探討，其研究對本文探討鍊形與鍊度的背景具有重要參考價值。<sup>21</sup>

筆者認為，雖然鍊度儀式在宋代才大體完備，但是鍊度觀念在四世紀末到五世紀初就已經形成，其中觀念的變化與成熟過程可以在古靈寶經以及同時期與稍早的道教經典當中一窺究竟。這種觀念的出現大大轉變了中世紀中國對死亡與死者救度的理解，也影響了往後的道教喪禮與功德儀式。因此本文從宋代鍊度儀出發，試圖在六朝道教經典的範疇當中，考察鍊形觀念的發展，從中探討中世紀時期中國人對於亡者救度觀念的轉變與發展。

## 一・宋代「鍊度」的轉變與發展

從現存文獻資料顯示，鍊度成為儀式節次可能是在宋代時期才開始。現存唐末杜光庭（850-933）的《太上黃籙齋儀》當中，我們並未發現有鍊度儀式。<sup>22</sup> 南宋道士金允中（fl. 1205-1225）《上清靈寶大法》卷十七提到「廣成先生編撰科儀，乃唐大順間，是時未行鍊度之儀，近世此科方盛。」<sup>23</sup> 王契真（fl. 1208-1250）《上清靈寶大法》也有相同的說法：「廣成古科，無煉度之儀，近世此科方盛。」<sup>24</sup> 文獻顯示北宋劉混康（1036-1108）對鍊度儀式的建立有著關鍵性的作

<sup>20</sup> Fabrizio Pregadio, "The Notion of 'Form' and the Ways of Libération in Daoism," *Cahiers d'Extrême-Asie* 14 (2004): 95-130.

<sup>21</sup> 張超然，〈早期道教喪葬儀式的形成〉，《輔仁宗教研究》20（2010）：27-66；〈靈寶度亡經典的形成：從《元始五老赤書玉篇真文天書經》到《洞玄無量度人上品妙經》〉，《輔仁宗教研究》22（2011）：29-62。

<sup>22</sup> 杜光庭的《太上黃籙齋儀》曾遭到後代添修，但是從後代引用文獻看來，《太上黃籙齋儀》原作應無鍊度儀節，而在杜光庭的《東嶽濟度拜章大醮儀》以及《東嶽濟度上章大醮三時懺方儀》當中雖有提到煉度南宮，更生受化，並進行十方懺，但仍並未形成一個儀節。參見《道門科範大全集》（收入《正統道藏》〔臺北：新文豐出版公司據上海涵芬樓刊本影印，1985〕，第53冊），卷八四，頁4b-7b；卷八五，頁3a-12b。

<sup>23</sup> 金允中，《上清靈寶大法》（收入《正統道藏》第53冊），〈壇圖幕式品〉，卷一七，〈鍊度堂〉，頁19a。

<sup>24</sup> 王契真，《上清靈寶大法》（收入《正統道藏》第52冊），〈齋法宗旨門〉，卷五五，〈受煉司〉，頁30a。

用，<sup>25</sup> 而北宋末成書的《無上玄元三天玉堂大法》則是最早闡釋鍊度儀式的文獻之一，其內容揭示了修持者透過內鍊即可「煉形成真」進而救度死魂。<sup>26</sup> 南宋時期所編造的科儀書已經有大量的鍊度儀節程序與描述，足見南宋時江南地區鍊度儀式已經廣為流傳，並成為黃籙齋的重要儀節，甚至可以成為獨立的儀式。<sup>27</sup> 學者已經對南宋時期蔣叔輿（1162-1223）的《無上黃籙大齋立成儀》、金允中《上清靈寶大法》與王契真《上清靈寶大法》當中鍊度的儀節與方法都有詳細的討論。<sup>28</sup> 許多儀式書更保存了多種鍊度儀，《靈寶無量度人上經大法》當中就保存了三光煉度、南昌煉度、靈寶煉度、混元陰煉、九煉生屍等方法。<sup>29</sup> 王契真《上清靈寶大法》並企圖依層次整合當時不同傳統的鍊度之法。<sup>30</sup> 南宋林靈真（1239-1302）編的《靈寶領教濟度金書》當中有關鍊度儀式的記載就有二十餘處之多，並依照不同的齋法採用不同的鍊度儀。<sup>31</sup> 元代鄭所南（1239-1316）《太極祭鍊內法》保留了詳細的鍊度儀式程序與內容，其傳承屬於丹陽派，重視法師自身修煉，並行內在化的水火交鍊亡魂之祭鍊法。另外還有洞陽、通明、玉陽、陽晶諸派的祭鍊法。<sup>32</sup> 這顯示了宋代以後鍊度儀式的盛行與豐富多元。

從這些文獻與相關研究看來，似乎在唐末五代時期尚未有鍊度的儀式，直到宋代時期才開始流行。而這流行的原因，筆者認為與佛教普度、施食、破獄等儀式的普遍乃至道教內丹的發展有關，而宋代以後儀式出現佛教道教交流融合與交

<sup>25</sup> 金允中，《上清靈寶大法》，〈水火煉度品〉，卷三七，頁 1a。

<sup>26</sup> 《無上玄元三天玉堂大法》（收入《正統道藏》第 6 冊），卷一八，頁 1a-b。

<sup>27</sup> 宋元時期的道教儀式書內包含大量的鍊度儀式資料，由於宋元鍊度儀並非本文討論重心，筆者無法一一羅列，相關資料請參考祝逸雯，〈宋元時期道教鍊度文獻簡介〉，《香港中文大學道教文化研究中心通訊》20（2010）：1-3。

<sup>28</sup> 相關研究可參考松本浩一，《宋代の道教と民間信仰》，頁 168-175；陳文龍，《王契真《上清靈寶大法》研究》（北京：中國社會科學院研究生院博士論文，2011），頁 140-156；陳儷瓊，《宋代王契真《上清靈寶大法》中內丹與法術之研究》（臺北：輔仁大學宗教研究所碩士論文，2010）。

<sup>29</sup> 《靈寶無量度人上經大法》（收入《正統道藏》第 6 冊），卷五七至卷六二。

<sup>30</sup> 王契真，《上清靈寶大法》卷五九，頁 19b-20a。

<sup>31</sup> 《靈寶領教濟度金書》（收入《正統道藏》第 12 冊），〈目錄〉，頁 13a-20b。亦可參考蕭登福，《六朝道教靈寶派研究》（臺北：新文豐出版公司，2008），頁 1247-1272。

<sup>32</sup> 有關祭煉各派的考察，可參見橫手裕，〈張宇初の齋法觀とその周邊〉，小林正美編，《道教の齋法儀禮の思想史的研究》（東京：知泉書館，2006），頁 117-135；史孝進，〈論鍊度儀〉，上海市道教協會編，《上海道教文化探索》（上海：上海市道教協會，2001），頁 344-345。

互影響的現象，在這種宗教文化氛圍當中，道教在原有黃籙齋儀的基礎上繼續開展出新的救度儀節。<sup>33</sup>南宋以後的鍊度儀多與施食、破獄結合一起，而這三項是從北宋以後發展出來的。<sup>34</sup>南宋蔣叔興《無上黃籙大齋立成儀》即將全形、沐浴、設斛、鍊度、施戒、傳符等一系列儀式結合。<sup>35</sup>值得注意的是，佛教並無鍊度儀式。因而在佛道教儀式的比較之中，鍊度儀式確實是道教儀式的特點，也反映了道教的死後關懷。

不過，金允中認為鍊度之儀也不全然是當時的發明，他提到：「鍊度之儀，古法來（未）立。雖盛於近世，然自古經誥之中，修真之士，莫不服符，請炁內煉身神。故劉混康先生謂：『生人服之，可以鍊神；而鬼魂得之，亦可度化。是鍊度之本意也。』」<sup>36</sup>金允中將鍊度儀式與觀念追溯到上清的內鍊之法。而南宋以後盛行的鍊度科書，卻皆稱鍊度儀出於靈寶法，將鍊度追溯到葛玄。《太極祭鍊內法》當中至樂道人徐善政在元憲宗至正七年（1347）所寫的序文當中說到：

靈寶出書，自古高仙上士得之者，上可以消天災，保帝王；下可以濟拔死

<sup>33</sup> 學界已開始反省佛教與道教在度亡儀式的交互影響，因此道教鍊度不能簡單化約為佛教普渡的影響。其中水陸法會與黃籙齋的比較研究與歷史研究能彰顯此議題的複雜性。相關討論可以參考松本浩一，〈宋代的水陸齋與黃籙齋〉，發表於「第一屆道教仙道文化國際學術研討會」（高雄：高雄師範大學，2006），頁 641-645；Charles Orzech, "Fang Yankou and Pudu: Translation, Metaphor, and Religious Identity," in *Daoist Identity: History, Lineage, and Ritual*, ed. Livia Kohn and Harold Roth (Honolulu: University of Hawaii Press, 2002), p. 225; Edward Davis, *Society and the Supernatural in Song China* (Honolulu: University of Hawaii Press, 2001), pp. 172-173; Lai Chi Tim, "The Daoist Identity of the Yellow Register Retreat in the Southern Song: A Case Study of Jin Yunzhong's Great Rites of Lingbao" (International Conference on Buddhism and Daoism, Princeton University, October 8-9, 2010); John Lagerwey, "The Water-and-land and Yellow Register Fasts: A Comparison of Programs" (International Conference on Song Daoism 2011, Chinese University of Hong Kong, Sept. 22-23, 2011).

<sup>34</sup> 蔣叔興，《無上黃籙大齋立成儀》（收入《正統道藏》第 15 冊），〈儀範門〉，卷一，〈建齋總式第二〉，頁 11b；柳存仁，〈五代到南宋時的道教齋醮〉，氏著，《和風堂文集》（上海：上海古籍出版社，1991），卷中，頁 771；李豐楙，〈道教齋儀與喪葬禮俗複合的魂魄觀〉，頁 481；黎志添，〈香港道教齋醮中的「祭幽」儀式與現代社會的意義關係〉，頁 468；張澤洪，《道教齋醮科儀研究》（成都：巴蜀書社，1999），頁 174-175。張澤洪認為魏晉南北朝時無鍊度儀行世的記載，到了唐代施食科儀盛行，才有了鍊度儀。

<sup>35</sup> 蔣叔興，《無上黃籙大齋立成儀》卷二六至卷二八。

<sup>36</sup> 金允中，《上清靈寶大法》，〈水火煉度品〉，卷三七，頁 1a。

魂，開明長夜。其度人无量，著于秘典尚矣。其中祭鬼鍊度內法，自晉太極葛仙翁修此道於會稽上虞山中，功成道備，上升雲天，由是以來，靈寶之妙，師師相傳，祭鍊之法，從茲衍矣。<sup>37</sup>

這種說法當然是將作為靈寶法之一的鍊度之法，歸之於靈寶祖師葛玄，這種論點也成為元代以後的主流觀點。但是從鍊度的內涵來看，宋代鍊度儀透過高功道士的內鍊之法，或者是存想，再結合符咒與神靈的力量，進行亡魂的鍊度儀式程序，並與全形、沐浴、設斛、施戒、傳符等形成一系列的完整儀式，無論從儀式結構或操作來看，與六朝時期的鍊度在概念上有很大的差別。<sup>38</sup> 換言之，宋代是鍊度觀念轉變與擴展的重要時期。

學界現在不但已經瞭解宋代形成獨立儀節的鍊度科儀，而且也認知到宋代以後鍊度的多元性與複雜性。但這些觀念已存在於早期道教經典之中，而鍊度的觀念究竟如何形成，而又何以在道教儀式扮演著重要角色，乃至到當代鍊度仍是一個重要的儀式，這確實是一個值得探討的問題。學界目前對鍊度概念的實踐與發展情形掌握仍有限，本文即針對宋代以前的鍊度觀念與鍊度儀式作探討，試圖填補這段研究上的空缺，其討論重心放在三到五世紀間早期道教經典到古靈寶經當中所呈現鍊度觀念的轉變與發展，藉此釐清早期鍊形與鍊度觀念的形成與轉化。以下本文依天師道、上清、靈寶等中古時期江南道派之順序來討論與此議題有關的文獻，並分析漢末天師道至東晉南朝江南道派從鍊形到鍊度觀念的內涵及發展過程。

## 二・太陰鍊形的觀念

從漢代以來墓葬材料重視遺體保存的情形，除了說明對死後身體的重視觀念之外，也顯示死者身體狀態的穩定與否對生人有所影響。這種觀念與道教修煉觀念聯繫，就有死後身體鍊化的觀念。

---

<sup>37</sup> 徐善政，〈太極祭鍊內法序〉，見《太極祭鍊內法》（收入《正統道藏》第 17 冊），頁 2b-3a。

<sup>38</sup> 宋代以後的鍊度儀式，一部份必須仰賴法師自身內在修煉，進行內在化真水真火交鍊亡魂的祭鍊法，而部份的祭鍊儀式則靠法師存想，加上符咒以及太一救苦天尊或元始天尊等神明的力量。此處有關宋代鍊度與六朝鍊度觀念的根本差別，承蒙審查人細心指出，筆者按審查人建議特別在此處加以補充說明，並對審查人表示感謝。



早期的天師道似乎已經隱含了「練形」的觀念。其中，被視為三世紀天師道經典的《老子想爾注》已經有太陰練形的觀念。<sup>39</sup>《老子想爾注》中說到：「太陰，道積練形之宮也。世有不可處，賢者避去，託死過太陰中，而復一邊生像，沒而不殆也。俗人不能積善行，死便真死，屬地官去也。」<sup>40</sup>又說：「道人行備，道神歸之。避世託死，過太陰中，復生去，為不亡，故壽也。俗人無善功，死者屬地官，便為亡矣。」<sup>41</sup>

這當中幾個關鍵詞值得討論，首先是「太陰」這個詞彙。《太平經》當中已經有「太陰」作為地下官府的使用法。<sup>42</sup>在《老子想爾注》當中太陰是積功之人練形的處所，這顯示太陰並非一般俗人死後的歸屬地。俗人死後是歸屬到地官，而這種死後歸屬的不同決定了「真死」與「假死」，也就是俗與道的差異。因此，對天師道信徒而言，同樣的死亡現象卻有著道與俗的不同解釋。道人或賢者的死亡是為了避世，託死於太陰之中，同時一邊練形回復其像，進而成仙。這種方式是賢者或道人在「行備」，也就是在修道完成的狀態下進入太陰練形，而非是在未成道的情況下在死後繼續修煉。<sup>43</sup>這種區別《老子想爾注》有進一步的發揮：「不知長生之道，身皆尸行耳，非道所行，悉尸行也。道人所以得仙壽者，不行尸行，與俗別異，故能成其尸，令為仙士也。」<sup>44</sup>《老子想爾注》因此說：「尸

<sup>39</sup> 有關《老子想爾注》的時代與早期天師道的關係，參考 Stephen R. Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures* (Berkeley: University of California Press, 1997), pp. 29-37.

<sup>40</sup> 饒宗頤，《老子想爾注校證》（上海：上海古籍出版社，1991），頁 21。對這段引文的說明，亦可參考 Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures*, pp. 47-48.

<sup>41</sup> 饒宗頤，《老子想爾注校證》，頁 43。

<sup>42</sup> 「隨疏之者眾多，事事相關，更及（及更）明堂，拘校前後，上其姓名，主者任錄。如過負輒白司官，司官白於太陰。太陰之吏取召家先，去人考掠治之。」《太平經》（收入《正統道藏》第 41 冊），〈不承天書言病當解謫戒第二百二〉，卷一一四，頁 40b；王明，《太平經合校》（北京：中華書局，1960），頁 624。亦參考林富士，《中國中古時期的宗教與醫療》（臺北：聯經出版社，2008），頁 87-126, 163-204。

<sup>43</sup> 此處「太陰」的討論亦可見 Robinet, "Metamorphosis and Deliverance from the Corpse in Taoism," pp. 63-66; Kristofer Schipper, *L'empereur Wou des Han dans la légende taoïste* (Paris: École Française d'Extrême-Orient, 1965), p. 114; Anna K. Seidel, "Post-mortem Immortality, or: the Taoist Resurrection of the Body," in *Gilgul: Essays on Transformation, Revolution and Permanence in the History of Religions*, ed. S. Shaked, D. Shulman, and G. G. Stroumsa (Leiden: E. J. Brill, 1987), pp. 230-232; Dominic Steavu-Balint, "The Three Sovereigns Traditions: Talismans, Elixirs, and Meditation in Early Medieval China" (PhD diss., Stanford University, 2010), pp. 242-251.

<sup>44</sup> 朱謙之案：「《老子想爾注》本作『以其无尸，故能成其尸』，注：『不知長生之道，身

死為弊，尸生為成。」<sup>45</sup> 道人成仙的方法即是要成其尸，即便死後也可以練其形而成為仙士。

後期的天師道經典延續這種看法，《老君說一百八十戒》中老君曰：「人生雖有壽萬年，不持戒律，與瓦石何異？寧一旦持戒，終身為道德之人而死，不犯惡而生。持戒而死，滅度練形，上備天官，尸解昇仙。」<sup>46</sup> 這段文字提到透過滅度死亡，而能練形，並經由尸解而昇仙成為天官，其先決條件就是持守道戒。從這裡可以看出，對於奉守道戒的道民而言，其所認知的死亡只是一種過度，經由死亡的形式，進行「練形」，進而尸解昇仙。這種觀念符合《老子想爾注》當中「太陰練形」的思想。只是《老子想爾注》所呈現的是賢者的主動選擇，而《老君說一百八十戒》則有普遍化傾向，對於天師道的道民而言，一個奉守道戒的道民，他們的死亡並非世俗所認知的死亡，而是一種前往更高境界的過度形式，經由死亡而繼續練形，進而尸解而成仙。

東晉時期成書的《正一天師告趙昇口訣》所代表的可能是藉王長、趙昇的師承而興起的新天師道，<sup>47</sup> 其中也反映了練形的觀念，但是與末世太平思想結合。口訣中提到即使道民有名上「太玄紫簿」的人，死後還是必須經過土戶，而魂魄登到紫府，直到太平之世降臨，亡者的魂精會回到其尸首，而其白骨復生，血氣更流，身形恢復並與魂神重新結合，此時只要出示「九光萬稱生符」，即能夠避過三官拷楚，與太平聖君一起降臨於太平之世。<sup>48</sup>

天師道的練形觀念還可以從《赤松子章曆》當中所保存的章文看出來。首先當要注意的是，現存六卷本《赤松子章曆》包含了許多不同類型的宗教指導，其中一大部分是各種章奏儀式文書，這些文書是六朝末到隋唐間天師道上章章文範

---

皆尸行耳，非道所行，悉尸行也。道人所以得仙壽者，不行尸行，與俗別異，故能成其尸，令為仙士也。」此為神仙家言，可與《後漢書·方術傳》相參證，非《老子》本文。」朱謙之，《老子校釋》（北京：中華書局，1984），〈補注·七章〉，頁 336-337；饒宗頤，《老子想爾注校證》，頁 10。大淵忍爾認為在《想爾注》當中賢者與道人並無太大差別。大淵忍爾，《初期の道教：道教史の研究》（東京：創文社，1991），頁 299-301。

<sup>45</sup> 饒宗頤，《老子想爾注校證》，頁 19。

<sup>46</sup> 見《太上老君經律》（收入《正統道藏》第 30 冊），〈老君說一百八十戒并序〉，頁 4a。

<sup>47</sup> 見張超然，〈入道與行道：趙昇一系天師教團的黃赤教法〉，《臺灣宗教研究》3.1 (2003)：49-87。

<sup>48</sup> 《正一天師告趙昇口訣》（收入《正統道藏》第 55 冊），頁 4a-b。

本的集合，也是天師道士上章的參考手冊，<sup>49</sup> 因此在歷史過程當中很可能受到各時期道士的修正更改以符合其時代需要。從這個觀點來看，現存的《赤松子章曆》保留了歷史發展的軌跡，但卻很難辨識這些章文的原貌，其中有少數保留漢中舊儀的原貌，章文當中卻也免不了摻雜四世紀以後《上清經》與《靈寶經》所發展出來的觀念，其間也透露佛教地獄與輪迴觀念的流行。<sup>50</sup> 不過，從章文結構本身還是可以看出這些章文最初的目的以及隱含在其中的練形觀念。

其中，〈上清言功章〉當中即表達了與《老子想爾注》相類似的觀念，也就是託命太陰，受煉而更生的概念，章文提到：「仰受太陽之恩，謬蒙師道之澤，賜署治籙，進叨老君道德五千文尊經、洞神、洞玄、洞淵、洞真等法，奉受之日，要當供養寶文，修功立德，行合神仙，長生度世，永壽無極，縱不得仙度，託命太陰，受煉更生，化為真人，免脫三塗。」<sup>51</sup>

此處長生度世是道教修練者的最高理想，若不能達到這個目標，則可以透過死亡的形式，託命於太陰，然後在太陰之中受煉而再生，成為真人，如此則可以免於淪入下三道。比較特別的是，這段章文強調經典的重要性，並提到供養經

<sup>49</sup> 傅飛嵐將《赤松子章曆》的內容大致分為四類：章儀目錄與信物、曆法指示、上章文本、科儀指示。見傅飛嵐 (Franciscus Verellen) 著，呂鵬志譯，〈天師道上章科儀——《赤松子章曆》和《元辰章醮立成儀》研究〉，黎志添主編，《道教研究與中國宗教文化》（香港：中華書局，2003），頁 39。在這四類當中，數量最多是收錄於第三卷到第六卷的各種章奏儀式文書。亦參見 Franciscus Verellen, "The Heavenly Master Liturgical Agenda According to Chisong zi's Petition Almanac," *Cahiers d'Extrême-Asie* 14 (2004): 291-343. 丸山宏在其著作中將《赤松子章曆》章名與章文作一整理，依據其所整理，《赤松子章曆》卷一當中記載了一百三十四個章名，但是對照章文，現在只存六十六個章文，有六十八個只存章名未保留章文。丸山宏對之加以整理並編號。參見丸山宏，《道教儀禮文書の歴史的研究》，頁 68-75。

<sup>50</sup> 有關《赤松子章曆》的年代，倪輔乾認為其內容所涵蓋的大約是六世紀到晚唐之間的文獻，Peter Nickerson, "The Great Petition for Sepulchral Complaints," in Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures*, p. 238. 傅飛嵐則認為其時間跨越了東漢末至唐代的天師道文獻。Verellen, "The Heavenly Master Liturgical Agenda According to Chisong zi's Petition Almanac," p. 292. 施舟人也認為《赤松子章曆》包含了早期天師道到晚唐的章文，並被歷代道士所增刪使用。見 Kristofer Schipper and Franciscus Verellen, eds., *The Taoist Canon* (Chicago and London: The University of Chicago Press, 2004), pp. 134-135. 同時可參考丸山宏，《道教儀禮文書の歴史的研究》，頁 64；王宗昱，〈《赤松子章曆》的成書年代〉，in *Foundations of Daoist Ritual: A Berlin Symposium*, ed. Florian C. Reiter (Wiesbaden: Harrassowitz Verlag Wiesbaden, 2009), pp. 207-216.

<sup>51</sup> 《赤松子章曆》（收入《正統道藏》第 18 冊），〈上清言功章〉，卷四，頁 20b。

典，以及修建功德的重要，並暗示這些是長生度世或受煉更生的條件。這種總括《道德經》以及三洞經典的供養同時提到功德與輪迴，而且已經不再重視三官的考罰，卻擔憂淪為下三塗。顯然在六朝時期是較晚形成的概念，不過託命太陰、受煉更生仍然是相當核心的概念。

另一個章文〈為亡人首悔贖罪解謫章〉提到：「謹請〈太玄真符〉，攝下《女青詔書》，地下二千石、丘丞、墓伯、十二塚神、泰山二十四獄、中都大獄、天一北獄、皇丘天九平獄、天地水三官、河侯、河伯、將佐、掾吏等一切，放某等魂魄，使還附尸骨，免離囚徒困苦之中，得上屬天曹和樂之地。斷絕殃注，滅除死籍。」<sup>52</sup> 這段文字顯示祭酒透過〈太玄真符〉並以《女青詔書》來命令地下神祇釋放亡者的魂魄，使之還附於屍骨之上，進而昇上天曹。其中提到魂神與屍骨結合的過程，雖然未提到練形，但也隱含了魂神必須結合身體才能得昇天界。

綜觀這些材料似乎可以推測天師道確實有死後練形，身體復生，進而飛昇成仙的思想。從時代來區分，我們可以進一步發現《老子想爾注》是賢者或道人在「行備」，也就是在修道完成的狀態下主動選擇進入太陰練形，而非是在未成道的情況下在死後繼續修煉。而屬於南方天師道傳統的《老君說一百八十戒》、《赤松子章曆》、《正一天師告趙昇口訣》等則表現出道民是在被動、未完成修煉的狀態下進行練形。《老君說一百八十戒》中提到「持戒而死，滅度練形，上備天官，尸解昇仙」，是指在持戒而死的人，仍可以透過練形而得到尸解。其中「滅度」一詞的運用若不是直接援用自當時佛典，就是受到靈寶經典的影響。而《正一天師告趙昇口訣》也是指道民有名上「太玄紫籙」的人在被動狀態下有機會避開三官拷楚而得以再生於太平之世。同理，《赤松子章曆》當中「縱不得仙度，託命太陰，受煉更生，化為真人，免脫三塗」，也是被動性的選擇。其中「更生」、「三塗」亦可能是轉化了佛教經典當中的概念，或者是從靈寶經典當中援用而來。<sup>53</sup> 因此，儘管這些材料時期不一，但是練形而成仙的概念似乎一直在天師道傳統扮演一定的重要角色，只是南方天師道的經典在當時的宗教環境下作了轉化。這可能是在宗教競爭過程中的互相援用，也很可能是為了吸收信徒，因而將早期天師道傳統的「太陰練形」方士修煉之法轉化為一般持戒修德的道民

<sup>52</sup> 《赤松子章曆》，〈為亡人首悔贖罪解謫章〉，卷六，頁 12a-b。

<sup>53</sup> 此處有關太陰練形的主動性與被動性關係及時代區分，承蒙審查人細心指出，筆者依審查人建議特別在此處加以補充說明，並對審查人表示感謝。

死後歸屬。這種轉化可以推測是在南方佛教以及靈寶法傳布之氛圍下所形成。有關南方天師道與靈寶傳統之間的關連，下文會有進一步的分析。

太陰練形在方士傳統當中，被認為是一種尸解的方法，四世紀中葉的上清經典《紫陽真人內傳》當中將這種託死而到太陰之中的仙人視為下仙之次，也就是仙人當中的下品。其中提到：

藥有數種，仙有數品：有乘雲駕龍，白日昇天，與太極真人為友，拜為仙官之主，其位可司真公、定元公、太生公，及中黃大夫、九氣丈人、仙都公，此位皆上仙也；或為仙卿，或為仙大夫，上仙之次也；遊行五嶽，或造太清，役使鬼神，中仙也；或受封一山，總領鬼神，或遊翔小有，群集清虛之宮，中仙之次也；若食穀不死，日中無影，下仙也；或白日尸解，過死太陰，然後乃下仙之次也。<sup>54</sup>

至於人託死後如何在太陰而成為仙人，《紫陽真人內傳》雖未詳述，但是後來的上清經典則有相關的討論。《真誥》當中有好幾則有關過死太陰而成仙的記載與論述。其中在保命君語語中提到許掾「養魂太陰，藏魄于地，四靈守精，五老保藏」，十六年之後即能飛昇東華與保命君會面。<sup>55</sup> 而陶弘景在這一條文獻後也提到擔任鎮南將軍的張係師，也就是張魯，在建安二十一年（216）過世後，葬於鄴城之東，其後魏甘露四年（259）時，遇水而開棺，張係師的屍體仍栩栩如生，甚至復活。這種託死太陰的方法似乎也被稱為「夜解」。<sup>56</sup>

在右英夫人語語當中，對這個方法有更進一步的描繪。右英夫人認為古代仙人能昇仙太微天，但是「自世事乖玄，斯業未就，便當暫履太陰，潛生冥鄉，外身棄質，養胎虛宅，陶氣絕籛，受精玄漠，故改容於三陰之館，童顏於九鍊之

<sup>54</sup> 見《紫陽真人內傳》（收入《正統道藏》第9冊），頁5a-b。亦可參考 Julius N. Tsai, "Reading the 'Inner Biography of the Perfected Person of Purple Solarity': Religion and Society in an Early Daoist Hagiography," *Journal of the Royal Asiatic Society*, 2nd ser., 18.2 (2008): 193-220；張超然，《系譜、教法及其整合：東晉南朝道教上清經派的基礎研究》（臺北：國立政治大學中國文學研究所博士論文，2008），第二章，〈由仙而真：《紫陽真人內傳》所標示的新修道路徑〉，頁23-46。

<sup>55</sup> 見陶弘景，《真誥》（收入《正統道藏》第35冊），卷四，頁14b。〈保命告〉云：「許子遂能委形冥化，從張鎮南之夜解也，所以養魂太陰，藏魄于地，四靈守精，五老保藏。復十六年，殆觀我於東華矣。」

<sup>56</sup> 陶弘景，《真誥》卷四，頁14b。「按張係師為鎮南將軍，建安二十一年亡，葬鄴東。復四十四年，至魏甘露四年，遇水棺開，見尸如生，出著牀上，因舉塵尾，覆面大笑咤。又亡，仍更殯葬。其外書事跡，亦略如此。」

戶，然後知神仙為奇，死而不亡，去來之事，理之深也。」<sup>57</sup> 這當中提到幾個特點，首先，由於現世的不完美，使得修練無法在現世當中完成，因而必須在太陰中持續修練，這似乎是為無法於當世完成修練昇仙而設計的方法。其次，這裡特別強調出「改容」，也就是在鍊形的過程當中改變其外觀，甚至使其外貌比原本更加年輕，這個目的除顯示神仙以「童顏」的外像表現其非凡的成就外，也表達了鍊形成仙這個方法必須改變容貌，以避開三官的考察，因而這是「死而不亡」。

這種方法在《真誥》當中也稱為「九真之道」，其方法在《九真中經》當中有所記載。《真誥》當中有云：

若其人斃死，適太陰，權過三官者，肉既灰爛，血沉脈散者，而猶五藏自生，白骨如玉，七魄營侍，三魂守宅，三元權息，太神內閉，或三十年、二十年，或十年、三年，隨意而出。當生之時，即更收血育肉，生津成液，復質成形，乃勝於昔未死之容也。真人鍊形於太陰，易貌於三官者，此之謂也。天帝曰：「太陰鍊身形，勝服九轉丹。形容端且嚴，面色似靈雲。上登太極闕，受書為真人。」<sup>58</sup>

亡者是暫時死亡，到達太陰，並能夠「權過三官」或者「易貌於三官」，也就是透過巧妙的方式逃過三官考察，因而魂魄能繼續存在。此時雖然屍首腐壞，但是五臟還存在著，而魂魄三元暫時停止運作，並守於屍首。經過一段時間之後可以再生，此時會開始恢復血肉，生出津液，最後回復人形，此時的形貌會不同而且更勝於生前的面貌，再生之後即可以上昇太極天成為真人。這段記載以趙成子的事蹟當作一個靈驗性的見證。該文提到，趙成子死後五、六年左右，後人到山中，看到趙成子的死尸在石室中，雖然肉已腐朽但是枯骨還在，同時看到屍首的腹中五臟自生如故，血液裹於內，紫包結絡於外。作者認為趙成子的實例驗證了得道之士能藉著死亡暫遊於太陰，太乙之神會守護其屍體，三魂七魄會營衛其骨肉，等待著時候到來能夠再生而登真。<sup>59</sup>

<sup>57</sup> 見陶弘景，《真誥》卷四，頁14b-15a。

<sup>58</sup> 陶弘景，《真誥》卷四，頁16a-b。當中陶弘景特別註明此條是長史抄寫《九真經》後「服五石腴」事。

<sup>59</sup> 有關趙成子故事的討論，可以參見 Cedzich, "Corpse Deliverance, Substitute Bodies, Name Change, and Feigned Death," pp. 18-20; Robinet, "The Metamorphosis and the Deliverance from the Corpse in Taoism," pp. 63-64; 吉川忠夫，〈日中無影：尸解仙考〉，氏編，《中國中古道教史研究》（東京：同朋舍，1993），頁175-216。

這種方法不只在《真誥》當中有所討論，也被記載於《上清九真中經內訣》之中。《上清九真中經內訣》云：「夫人修身中九真之道，身未昇登，翳景示俗，暫入太陰。身經三官，三官不得攝也。則九真召魂，太一守骸，三元護氣，太上攝魂。骨肉不朽，五藏不隕。能死能生，能陰能陽。出虛入無，天地俱生。是道士精靜營形，感致九真之氣應也。三元飛精以盈虛，太一抱尸而反質，微乎深哉！」<sup>60</sup> 這段經文的敘述具體表現了太陰練形之法，同時也印證了《真誥》當中的論述與趙成子的事例。經文特別提到這種成真之道是「道士精靜營形，感致九真之氣應也」，顯示這是一種個人修鍊之法，獲得九真之氣感應所致。

此外，陶弘景在《登真隱訣》當中說明了太陰練形主要仰賴服五石之法：

服五石，鎮五藏，若暫死，白骨如玉，七魄營侍，二魂守宅，<sup>61</sup> 三元歡息，大神內閉，外注皮肉，假來附身。故並應散朽，但使藏府不壞，色狀如生，骨髓不枯，筋腦相注，魂魄鎮守，三宮晏靜，大神既不輪遊九變，恒內閉於洞房。須當生之日，乃復周流也。或四十年、二十年、十年、三年，隨意而出。當生之時，即便收血育肉，生津成液，復質成形，乃勝於昔未死之容。真人鍊身於大（太）陰，易貌於三官，此之謂也。<sup>62</sup>

這段文獻清楚標示服五石之法。然而此「五石」究竟所指為何，由於《登真隱訣》未具體說明，因此有不同的看法。如果從上清的傳統本身來看，上清經典當中有《洞真太極帝君填生五藏上經》，所提到的「五石」是五枚白石英，其中又說：「白石英，精白無有礪礪者五枚，先好輿磨石上礪護，使正圓如雀卵之小小者」，並提供完整的鍊藥之法。<sup>63</sup> 筆者認為從上清傳統的角度，服五石之法所服的很可能就是這五枚白石英。

<sup>60</sup> 見《雲笈七籤》（收入《正統道藏》第38冊），〈尸解·修九真中道〉，卷八六，頁8b。有關《九真中經》參見 Isabelle Robinet, "Introduction au Kieou-tchen tchong-king," *Society for the Study of Chinese Religions Bulletin* 7 (1979): 24-45; *La revelation du Shangqing dans l'histoire du taoisme* (Paris: Ecole Française d'Extrême Orient), vol. 2, pp. 67-83.

<sup>61</sup> 此處原文「二魂守宅」當為「三魂守宅」之誤。

<sup>62</sup> 見《三洞珠囊》（收入《正統道藏》第42冊），〈服食品·登真隱訣第七〉，卷三，頁7a-8a。

<sup>63</sup> 見《無上秘要》（收入《正統道藏》第42冊），〈尸解品〉，卷八七，頁7a-12b；《雲笈七籤》，〈方藥品·太上巨勝腴煮五石英法〉，卷七四，頁7b-13a。承蒙審查人指出鎮生五藏訣所云的「五石」指的是五枚白石英，並不包括黑巨勝腴、白蜜、薤菜等非礦物性原料，筆者依審查人建議特別在此處加以補充說明，並對審查人表示感謝。

不過，蔡霧溪認為五石法與葛洪《抱朴子》當中「九光丹法」有關。<sup>64</sup> 如果依照蔡霧溪的推測，則《抱朴子》似乎也提供了另一種五石的內容。《抱朴子》云：「九光丹與九轉異法，大都相似耳。作之法：當以諸藥合火之，以轉五石。五石者，丹砂、雄黃、白凡、曾青、慈石也。一石輒五轉，而各成五色，五石而二十五色，色各一兩，而異器盛之。欲起死人，未滿三日者，取青丹一刀圭和水，以浴死人，又以一刀圭，發其口，內死人立生也。」<sup>65</sup> 在此處五石很明顯是金丹煉製的原料，煉製成具五行色的礦物性丹藥，在人死後還未滿三日的時候，以一刀圭份量的青丹放入死者口中，就能讓亡者起死回生。

蔡霧溪的推測也不是完全沒有道理，因為《抱朴子》所載五種顏色之礦石組成的五石，其實代表一個更悠久的傳統，醫藥史與科技史已經有相當豐富的研究成果。<sup>66</sup> 如果追溯這五石的使用，我們可以發現許多鎮墓陶瓶當中都裝有五石。河南洛陽唐寺門出土 M1:64 號有一個朱書陶瓶，其年代為永康元年（167）。其中有一段文字：「眾（家）為距（具）五石瓶十八物，雄〔黃〕神藥，絕鉤注重復咎央（殃），便死利生，不得相防（妨）。如律令。」此處清楚提到「五石瓶」，其中含有雄黃等十八種材料，而且這是一種「神藥」。學者認為這是一種壓鎮神藥，其目的是解除復注殃禍。<sup>67</sup>

另一個例子是永平初三年（60）出土於陝西咸陽教育學院 M2:20 號陶瓶。此陶瓶外腹有朱書八行：「永平初三年十月九日丙申，黃神使者買地置根，為人立先，除央（殃）去咎，利後子孫。令死人無適（適），生人無患。建立大鎮，慈、蠶、雄黃、曾青、丹砂，五石會精，眾藥輔神，塚墓安寧。解□為盟。如律

<sup>64</sup> Cedzich, "Corpse Deliverance, Substitute Bodies, Name Change, and Feigned Death," p. 20.

<sup>65</sup> 葛洪，《抱朴子·內篇》（收入《正統道藏》第47冊），〈金丹品〉，卷四，頁11a；李零，〈五石考〉，氏著，《中國方術續考》（北京：東方出版社，2000），頁341-349。

<sup>66</sup> 最早研究五石的當屬余嘉錫與魯迅，參見余嘉錫，〈寒食散考〉，《余嘉錫論學雜著》（北京：中華書局，1963），頁181-226；魯迅，〈魏晉風度及文章與藥及酒關係〉，《魯迅全集》（北京：人民文學出版社，1963），第三卷，頁379-395。參見劉昭瑞，《考古發現與早期道教研究》（北京：文物出版社，2007），頁291-296。有關五石散的研究，可參考王奎克，〈五石散新考〉，趙匡華主編，《中國古代化學史研究》（北京：北京大學出版社，1985），頁80-87；姜生等主編，《中國道教科學技術史（漢魏兩晉卷）》（北京：科學出版社，2002），頁310-312；Carole Morgan, "Inscribed Stones: A Note on a Tang and Song Dynasty Burial Rite," *T'oung Pao* 82 (1996): 317-348.

<sup>67</sup> 張勳燦，《中國道教考古》（北京：線裝書局，2006），頁118-123。



令！」<sup>68</sup> 這段文字除了提到透過黃神使者，向冥界買地，為生人建立其先人的墳地。更重要的是提到為除殃去咎，讓死生都無患，舉行一種鎮壓的法術，並明確提到五石的內容，並會合此五石的精華來製成神藥，使塚墓能安寧。值得注意的是這個西元六〇年陶瓶文字所提到的五石與《抱朴子》是一致的。

從其他出土文物可以看出來東漢時期以五石來解注除殃並非特例，但是從陶瓶上的文字來看，這五石的作用主要是法術性的壓鎮、解注，似乎並無讓死者復活之意。這五種元素在藥材上本有驅邪避鬼的功效，其中雄黃與丹砂都具備「煞精魅邪惡鬼」的作用，因此早期的五石可能是從藥材的本質與特性去從事法術性的施用。從這個角度來看，《抱朴子》當中的「九光丹法」似乎採用了原來喪葬習俗與民間方術的五石壓鎮，轉化成為一種煉丹術，使法術性的材料轉化成為煉丹術的原料，並提供煉製方法與使死者復活的功能。這種轉化也顯示對死亡觀念的轉變。

而上清經典的服五石法其傳統可能與《抱朴子》當中的「九光丹法」並不相同，服五石法是將服食與尸解的觀念結合。在這個傳統中，服五石的作用能鎮守五臟，使亡者形骸腐化後五臟仍能保存，魂魄能守住，在特定時間後能回復其形而復活。並在練形過程中進而轉易其形貌，避過三官考察而昇仙。這個觀念的轉變使服食與死亡成仙連結，因此透過服食而達到儀式性死亡，進而達到修煉的宗教目的。從這個發展與轉變，我們可以看到一個對生死觀念的轉變，如何影響了信仰者的宗教行為。

從這些文獻看來，上清的「太陰鍊形」屬於一種尸解的道法，透過個人的修練或服食五石，經由死亡而到太陰之中，鍊其身形，回復人形而昇登天界，成為仙真。這種修練屬於個人的身心修持，《上清九真中經內訣》當中特別提到這種成真之道是「道士精靜營形，感致九真之氣應也」。《真誥》當中仙真指出尸解可「或十年、三年，隨意而出」等皆顯示這種修練比較偏向由修行者主動性選擇的，接近於《老子想爾注》的傳統，而非如南方天師道傳統的《老君說一百八十戒》、《赤松子章曆》、《正一天師告趙昇口訣》偏向被動性，在未成道的情況下死後繼續修練。同時這是一種個人修練之法，無法藉由他人之力或誦念、儀式等方式達到。而且這種修練帶有秘技特質，不但方法傳承上屬於密傳，在修練上也是偏向個人密持獨修，並非在公開場合進行的。這兩個特點與稍後出現的靈寶

---

<sup>68</sup> 張勛燎，《中國道教考古》，頁 133-136。

經的鍊度觀念有相當大的不同。

### 三・靈寶經當中的鍊度觀

太陰鍊形的概念與中國人本身注重身體的觀念有關，鍊形的概念主要是落在死後身體的煉化之上，也就是經由死後肉體的修鍊，使精神與身體同登仙界。而這種觀念也進入死後的救度之中。在墓葬出土文物之中我們已經看到亡者屍體保存的重要性，這顯示著古代中國人認為死後狀態與屍身完整有一定的關聯性。早期文物可看到解注與安鎮尸形的重要，目的是安頓死者並避免其注氣影響生人。而後來發展的儀式強調的是使先祖脫離苦難，到達安樂之處。這當中的觀念轉折除了佛教「功德」觀念的導入，也將原來道教個人修煉的方法轉向集體救度。其中從個人修持的「鍊形」到集體拯救的「鍊度」，建立了道教度亡儀式的基本架構。

在六朝靈寶經典中，「鍊度」包含兩個部份，其中「鍊」的部份，有些經典提到鍊形，另一些經典則側重在鍊魂；「度」的部份則多指度昇於南宮。這與「太陰鍊形」著重在身體煉化有顯著的差異。這種模式後來成為一種解救死者魂魄，進而免離囚徒之苦、上升天界的救度之法。在古靈寶經中這種集體救度相當普遍，其中《五鍊生尸經》就是一部救度死者的重要經典，正式地使用「鍊度」一詞，這種救度模式同時也在後來的南方天師道流行。<sup>69</sup> 倪輔乾認為這種罪謫倫理的轉變約發生於五世紀，隨著佛教觀念的深化，道教儀式的重心從為亡者首謝解謫轉向亡祖的解救。<sup>70</sup>

目前學界相對同意《元始五老赤書玉篇真文天書經》是古靈寶經當中最早的經典，而《靈寶無量度人上品妙經》（以下簡稱《度人經》）則稍後才被作出。其中，現存的《度人經》當中又雜揉許多後來所逐步加添的經文。目前學界公認

<sup>69</sup> 《赤松子章曆》，〈齋亡人衣物解罪謫遷達章〉，卷六，頁 14a；〈新亡遷達開通道路收除土殃斷絕復達章〉，頁 20a。

<sup>70</sup> 參見《太上洞玄靈寶滅度五鍊生尸妙經》（收入《正統道藏》第 10 冊），頁 3a, 3b, 4a, 4b, 7b, 8a 等。亦見黎志添，〈《女青鬼律》與早期天師道地下世界的官僚化問題〉，氏編，《道教研究與中國宗教文化》（香港：中華書局，2003），頁 22-24；Peter Nickerson, “Taoism, Death, and Bureaucracy in Early Medieval China” (PhD diss., University of California, Berkeley, 1996), pp. 198-220; Sigwalt, “Le rite funéraire Lingbao à travers le Wulian shengshi jing,” pp. 325-372.

《度人經》當中的〈元始洞玄〉與〈元洞玉曆〉以及「道君中序」屬於相對較早的經文。<sup>71</sup> 在《度人經》的〈元始洞玄〉章當中，元始天尊以「元始符命」的最高權威自地府救度亡魂，命令北酆地府之兵護衛亡魂，並攝制鬼魔，命其保舉亡魂，使亡魂可以昇度至南宮，進行鍊化而成人。隨後以生人的形式繼續存在，並不斷更生，最後能夠超越三界，達到上清之境：

元始符命，時刻昇遷。北都寒池，部衛形魂。制魔保舉，度品南宮。死魂受鍊，仙化成人。生身受度，劫劫長存。隨劫輪轉，與天齊年。永度三途，五苦八難。超凌三界，逍遙上清。

這段經文成為救度亡者的基礎，也是透過誦持《度人經》作死亡的救度的主要依據，即透過《度人經》的誦持而產生功德，進而救度亡者。《度人經》當中有兩段與死者救度有關的經文，其中一段出現於「道君中序」：

道言：夫末學道淺，或仙品未充，運應減度，身經太陰。臨過之時，同學至人為其行香誦經十過，以度尸形如法，魂神逕上南宮，隨其學功，計日而得更生，轉輪不減，便得神仙。<sup>72</sup>

<sup>71</sup> 學界對於《度人經》經文結構與形成脈絡已逐漸有共識。首先在篇章分節方面承襲唐代道士張萬福的《洞玄靈寶無量度人經訣音義》將經文分為五個篇章：一、道君前序；二、經文二章：「元始洞玄」章、「三洞玉曆」章；三、道君中序；四、大梵隱語（靈書中篇）；五、道君後序。（9a-b）這種經典面貌可推測是八世紀時《度人經》的形式。福井康順與大淵忍爾首先指出張萬福所述的五部分中「道君前序」由於並沒有出現於南齊（479-502）嚴東的注文，但是在梁代（502-557）宋文明《靈寶經義疏》所據經文已有「道君前序」，因此這一部分可能並非《度人經》原有，而是梁、陳之際才增加的部分。見大淵忍爾，《道教とその經典——道教史の研究・其の二》（東京：創文社，1997），頁 163-164；福井康順，〈靈寶經の研究〉，氏著，《福井康順著作集・第二卷道教思想研究》（京都：法藏館，1987），頁 386-387。亦參考砂山稔，〈《靈寶度人經》四注の成立と各注の思想について——《度人經》解釋と重玄派〉，氏著，《隋唐道教思想史研究》（東京：平河出版社，1990），頁 278。福井康順同時也懷疑嚴東之前既已包括在內的「大梵隱語」及其「道君後序」是否為《度人經》原有。參看福井康順，〈靈寶經の研究〉，頁 430。的確從《度人經》「經文二章」與「道君中序」皆未提及「大梵隱語」以及傳譯「大梵隱語」的天真皇人，而與「大梵隱語」相關的神話則是在《諸天內音自然玉字》（HY97）中有詳細記錄。因此《度人經》中「大梵隱語」及「道君後序」的形成時期可能與《諸天內音》相近。依據這些學者的討論，可推測最原初《度人經》可能只有「經文二章」與「道君中序」兩個部分。相關討論亦可參考張超然，〈靈寶度亡經典的形成〉，頁 41-43。有關《度人經》注本，除砂山稔的研究外，亦可參考蕭登福，《六朝道教靈寶派研究》，頁 1043-1079。

<sup>72</sup> 見《靈寶無量度人上品妙經》（收入《正統道藏》第 1 冊），〈元始無量度人上品妙

這段文字標誌了誦念《度人經》作為濟度亡者的重要方法。其主旨是修學者需要為即將亡故的同學進行行香、誦經的儀式，使其尸形得到救度，並拔度其魂神，昇上南宮，隨著亡者生前的功德，在一定期限內得以更生，以此方式持續存在於人間，最後達到神仙的階位。這不但是靈寶度亡儀式的完成，也是道教最初的喪儀型態。此外，這段文字清楚指出學道者在修練尚未完備，而到了臨終之時，會「身經太陰」，並透過儀式將其魂神遷上南宮，然後等待更生。這種經過太陰、魂神更生的程序模式正是早期天師道與上清當中「太陰練形」的基本元素，但是靈寶經典援用這些修練元素將之作關鍵性的轉化。將原本修練者主動性選擇轉化為被動性的普遍狀態，並透過同學至人的行香誦經的儀式程序來將亡者魂神上遷，同時導入功德觀念，由修道者的功德決定其何時得以更生，再經由輪轉而成仙。此處明顯標誌出靈寶經的作者如何將早期個人修煉的模式，導入新的概念與儀式，轉化為集體性、普遍性救度方法。稍後形成的「道君前序」進一步將救度的對象擴大並加以區分：

道言：凡誦是經十過，諸天齊到，億曾萬祖，幽魂苦爽，皆即受度，上昇朱宮。格皆九年，受化更生，得為貴人；而好學至經，功滿德就，皆得神仙，飛昇金闕，遊宴玉京也。上學之士，修誦是經，皆即受度，飛昇南宮。世人受誦，則延壽長年，後皆得作尸解之道，魂神暫滅，不經地獄，即得返形，遊行太空。<sup>73</sup>

這段文字有三個值得注意的重點。其一，該經將誦經的功德分為三個層次：首先，上學之士如果修誦《度人經》，即可獲得救度，並直接飛昇到南宮；第二層次是一般世間之人請靈寶道士誦經，或者參加靈寶齋，則可以得到延年之效，並在死後能透過尸解，魂神暫時消逝，如此可以不經過地獄，隨後魂神返回身形，進而得到昇度；第三層次則是針對那些已經死亡許久的祖先，透過誦經使這些幽魂受度，上昇到南宮，經過九年的修練，再更生轉世成為貴人，接著修學經典，達到一定功德，即得飛昇成仙。經文的這種安排似乎意味著久遠以前的祖先由於屍骸已經散失，必須透過輪迴的方式，再次轉生成人，然後經由經典的修學而達到飛昇。這個程序正好對應上一段〈元始洞玄〉章透過「元始符命」救度亡魂的過程。足見對亡魂的救度確實為《度人經》核心特色。至於一般人則可以透過修誦或受誦的方式直接以現有的肉身飛昇或尸解。

---

經》，卷一，〈第三無色界魔王歌〉，頁 14a。

<sup>73</sup> 見《度人經》卷一，頁 4a-b。

其二，《度人經》當中所展現的觀念與上清經當中的鍊形觀已經有所差別。上清經當中的尸解之道其魂神皆是營衛著五臟，守在身體之中，待一定時間後再復生。而靈寶經當中已經開始呈現魂神與身體分離再結合的過程。這一點在《五鍊生尸經》當中會有更清楚的表述。

其三，《度人經》在此已經提出誦經的行道之法，也就是在行道之日沐浴齋戒，然後進入靜室面東進行一連串的儀式：扣齒、啟聞、心拜、存思、密咒、引炁等，隨即誦讀《度人經》。<sup>74</sup> 上清經的尸解之道是藉由修鍊或服五石而達到，而《度人經》則完全仰賴誦經來達到成仙或救度的目的。這標誌了從四世紀到五世紀間，靈寶經吸收、轉化天師道與上清經的觀念後，對死後觀念與亡者救度產生極大的轉變。換言之，靈寶經已經以一套誦經儀式吸收、轉化初期天師道「太陰鍊形」的觀念以及上清經派對此的修鍊觀點。

此外同經的〈三界魔王歌章〉云：「此三界之上，飛空之中，魔王歌音，音參洞章，誦之百遍，名度南宮；誦之千遍，魔王保迎；萬遍道備，飛昇太空，過度三界，位登仙公，有聞靈音，魔王敬形，敕制地祇，侍衛送迎，拔出地戶，五苦八難，七祖昇遷，永離鬼官，魂度朱陵，受鍊更生，是謂无量，普度无窮，有祕上天文，諸天共所崇，泄慢墮地獄，禍及七祖翁。」<sup>75</sup> 因此，不管是誦持《度人經》或是唱誦其中的魔王歌章，都會產生功德，而使亡者能夠出離地府，魂登上南宮而受鍊更生或成仙。靈寶經顯然轉化了佛教的功德觀，將念誦經典的功德賦予極大的力量，而成為救度祖先的最快捷之道。這種方法大大改變了中國人對待與處理死亡的態度與方法，從原本對鬼注的焦慮轉而對救度亡魂方法的投入。在這當中，鍊化的步驟與過程依然重要，但是方法已經從持戒修鍊與服食轉而變成功德的建立與儀式的實行。

《太上洞玄靈寶業報因緣經》雖被認為是隋代時期的經典，但是也反映了功德觀念的發展，其中一段經文具體體現鍊形的觀念。<sup>76</sup> 此段經文主要以佛教故事

<sup>74</sup> 參考蕭登福，《六朝道教靈寶派研究》，頁 1086-1113。

<sup>75</sup> 《度人經》，〈元始无量度人上品妙經〉，卷一，〈第三無色界魔王歌〉，頁 13a-b。

<sup>76</sup> 見《太上洞玄靈寶業報因緣經》（收入《正統道藏》第 10 冊），〈生神品第十九〉，卷八，頁 9a-10a，「道君曰：『昔妙範國王身死，請道士尊德三百六十人，來到宮中，懺悔受戒，捨其衣服，玩弄臥具，幃帳金銀，車馬寶蓋，綾羅錦綺，器具僮僕，總入靈觀玄壇，女冠道士。至誠感徹，諸天大悅，吾遣好生真人，乘三輪鳳車，仙童玉女，迎入火鍊池中，鍊其真形，三年之中，更生王宮，十四年還紹王位，大發道心，廣建功德，壽七百年，吾遣玄通真人坐蓮華座，飛雲之輿，迎入方諸宮中，令學經法，壽得八千歲，今為青

的模式，表現鍊形的思想。其一是妙範國王經過鍊形的修練而終成真人。國王在死後以布施宮觀玄壇的女冠與道士，於是諸天將國王迎入火鍊池中鍊形三年而復活，國王恢復王位後乃發道心廣建功德，於是玄通真人將之迎入方諸宮之中學習經法，得壽八千歲，最後成為青華侍童。第二個故事是描寫同華國王死後，請來道士四萬六千人，為其作轉經行道、造像寫經、度人立觀、燒香散華等等功德，同時為他作生神五鍊的儀式，一百日後，太上道君就派遣化命真人與八風使者等來迎接國王，使他度入南昌宮之中，在南昌宮中再修經法一萬年，最後成為火光真人。第三個故事則說明有一名女子死亡後，家中父母親屬為她作造像、造經、作幡、燃燈、轉經、建齋、布施、放生、救貧、燒香、散華等種種功德，一百年後，太上道君即派遣司命，將她的魂神返還到家中，她復活之後即大建功德，供養三寶，並請求道士授與真經，如此即得壽三百年，死後太上道君又派遣化命真人，為她下風火鍊形，將她的身體轉為男子身，再讓他進入金華山中，服食仙丹，經過七萬多年後，昇入西靈宮中，成為無上法師。

這三段故事的重點在於鍊形是成為仙真的過程，透過身形的恢復，死者得以繼續修練，最終成為仙真。值得我們關注的是，鍊形的條件不再是個人的存思冥想與精神修練，也不再是透過服食五石的方法，而是透過「功德」。這種功德可以透過布施、轉經、造像、寫經、立觀、燒香、燃燈、散花等方式而獲得。換言之，靈寶經典對死後救度的宗教實踐已出現重要的轉變，即以功德來替代過去的身體修練或服食。這種援用佛教功德觀念的宗教實踐也對死者的處理以及信眾實踐產生改變。首先，這種功德觀無須接受特定傳承的經典教法或口訣，也無須仰賴複雜的存思冥想或丹藥配方，只需做經典誦讀或各種布施來建立其功德。其次，也由於功德觀念的方便性與簡易性，使更多的信仰者可以透過這個方法使其過世的親人得到救度。其三，為完成這種功德而救度亡者，信眾因此需要採用某

---

華侍童。同華國王身死，請道士四萬六千人，轉經行道，造像寫經，度人立觀，燒香散華，并作生神五鍊，一百日中，吾遣化命真人與八風使者、雷電將軍，夜中來迎，登雲龍之輿，度入南昌宮中，更修經法一萬年中，得為火光真人，主此火池。昔有賢者，命終之時，家人請道士女冠，懺悔受戒，即時亡者，承此經威力，不經地獄，即得受生於賢善之門。又有女子身亡，家中父母眷屬，造像造經，作幡華蓋，廣燃燈燭，轉誦此經，建齋行道，夜後觀想，晝夜不倦，布施放生，救貧度厄，燒香散華，一百年中，吾遣司命，返其魂神，復還家中，大建功德，供養三寶，咨求道士，請受真經，壽得三百年，吾遣化命真人下度，風火鍊形，返為男子身，入金華山中，服御仙丹，七萬餘年，今得昇為西靈宮中，為無上法師矣。』」

種宗教儀式，包括轉經、懺悔、燃燈等，因而需要延請專業的道教儀式專家來進行這些儀式。以上這三點為道教創造了新的死亡救濟模式，並為後來道教死亡儀式建立了基礎。

但是，值得我們格外關注的是，雖然靈寶經採用了佛教功德與輪迴的觀念，不過在救度過程當中鍊形更生仍然是很重要的階段與主題。而這個觀念也一直保留，成為道教儀式與佛教儀式最大的差異，也是道教儀式最大特色。

在古靈寶經當中正式提出「鍊度」一詞，且對其思想有深入發揮，進而發展成儀式，最重要的莫過於《五鍊生尸經》。《五鍊生尸經》屬於古靈寶經之一，這部經典關懷的是死後的狀態，以及處理死後靈魂與身體不穩定的焦慮。這種不穩定的情況尤其是會發生在死後到轉世之間的中介狀態，類似佛教稱之為「中陰」的時期。該經在起始的成經神話當中說到：「幽魂始開，未入轉輪，尸神奔落，腐骸無津，沈淪九土，縱橫地官，飛爽傍惶，不能得還，土府促會，形尸無寧，更受愁迫。」<sup>77</sup> 這是描述剛剛過世的亡者，其魂魄剛離開身體，而尚未進入輪迴，處於一種極端不穩定的狀態。這種尸魂不穩定，甚至受到土府逼迫的狀況，非但對亡者是很大的苦難，對生者也會有很大的影響，這也就是鬼注的觀念。經中提到：「如宿緣未絕，不得還者，形尸故宅，幽在九泉，為眾靈所迫，不相容受，飛魂無泊，還逮子孫。」這些受到過去因緣影響的亡魂，不但尸神離散，並受地官逼迫，進而影響到後世子孫，這也是死者親屬最感焦慮的地方。而這部經典就是在這種焦慮心理背景下所設計的一套儀式，使亡者尸魂能得到安定，進而獲得救度。基於這種關懷，於是上智童子與輪天童子請求元始天尊開有一切，使那些宿緣未斷的亡者也能得到赦免，並得到安鎮撫卹，生死無怨。於是元始天尊申明〈九幽玉匱女青玉文〉，並令一切神靈護衛亡者的形骸，待魂神歸返，使「應度者度，應生者生，應轉者轉，應還者還」。也就是在安鎮尸形，加以鍊度之後，使死者得到度化、更生、轉世或回到人間。<sup>78</sup>

其開度之法，就是使用五方元始符命，使五方靈官在死者託尸太陰時，能飭鍊其身形，並使五嶽能開啟地府，使亡者魂神上生南宮。經中各列出五方天文，並在各方真文後敘述天文用法。以下為〈靈寶青帝鍊度五仙安靈鎮神九氣天文〉之相關敘述：

<sup>77</sup> 《五鍊生尸經》，頁 1a。

<sup>78</sup> 《五鍊生尸經》之成經神話與經典創作根源的討論，可參見張超然，〈早期道教喪葬儀式的形成〉，頁 39。

東方九氣青天承〈元始符命〉，告下東方無極世界土府神鄉諸靈官：今有太上清信弟子某甲，減度五仙，託尸太陰。今於某界安宮立室，庇形后土，明承正法，安慰撫卹，青靈哺飴，九氣朝華，精光充溢，鍊飭形骸，骨芳肉香，億劫不灰。東嶽泰山，明開長夜九幽之府，出某甲魂神，沐浴冠帶，遷上南宮，供給衣食，長在光明，魔無干犯，一切神靈，侍衛安鎮，悉如元始盟真舊典女青文。

黑書此文於青石上，師拜黃繒章畢。埋文於亡者尸形所在東鄉極墓界。臨埋時，師雲行禹步九步，至所在，東向讀大字及文畢。叩齒二十四通，嚥氣九過呪曰：「元始符命，普告東方無極世界土府神鄉、洞空洞無洞玄洞元九氣總司、三界神官一切冥靈無極神王。今日大慶，青天始陽，高駕臨正，萬道開通，甲乙受度，託尸玄房，太上清信，魂應上升。五仙沐浴，拂飭衣裳，形庇靈嶽，地為開張。請以玉女，安鎮神宮，一切侍衛，供給自然，須魂反尸，上帝奉迎，一如明真舊典施行。」畢，便埋文土中也。<sup>79</sup>

這是一段在墳地舉行的喪葬儀式，其關鍵就是透過五方元始符命，使五方靈官在死者託尸太陰時，能飭鍊其身形，並使五嶽能開啟地府，使亡者魂神上升南宮。在這個階段，尸形安鎮於墓地，而魂神經過沐浴更衣而上升南宮。最後，魂神返回尸形，死者獲救度，上帝來迎。其方法就是由其師將天文以五色書寫在五色石上，然後拜黃繒章。將之埋在死者尸形所在，也就是基地的五個方位。

《五鍊生尸經》的這套儀式展現了幾個特點：首先，五方天文名稱為〈靈寶青帝鍊度五仙安靈鎮神九氣天文〉等五個方位天文，這是靈寶經典具體運用到「鍊度」一詞，<sup>80</sup>並且在用法上給與程序性的描寫。筆者認為，這可以視為靈寶「鍊度」概念的具體表現。其次，早期道教在經典當中描寫於墓地舉行儀式是非常少見的，<sup>81</sup>其中許多涉及亡者的上章儀式都不是喪葬儀式本身，其上章地點可能是在靜室，並非在靈堂或墳地。而上清經典當中也鮮少有針對喪葬儀式而發

<sup>79</sup> 《五鍊生尸經》，頁 7b-8b。

<sup>80</sup> 靈寶經典最早使用「鍊度」一詞，可能是在《洞玄靈寶二十四生圖經》中〈真人沐浴東井圖〉的頌文：「鍊度五仙形」，但是並無相關內容的描述。參見《洞玄靈寶二十四生圖經》（收入《正統道藏》第 57 冊），頁 4b。亦參見《無上秘要》，〈生神品第十九〉，卷六六，頁 4a-b。

<sup>81</sup> 張超然先生認為，早期天師道似乎未涉入喪禮，可能只有在停殯期間作上章儀式，以祈求解注，或在埋葬之後作灑淨宅舍的上章。參見張超然，〈早期道教喪葬儀式的形成〉，頁 30-35。



展的儀式，其中最接近與最明顯的可能是「建吉塚之法」，這是一種在墳地施行的解注之法，不過這個方法較看不出與道教的直接聯繫。<sup>82</sup> 從這個角度來看，《五鍊生尸經》應該是第一部針對墳地喪葬儀式而設計的道教經典。

其三，《五鍊生尸經》非常重視鍊形，並且有一系列的程序。這與之前的經典只提到託命太陰、受鍊更生或度入南宮等抽象描述很不同，經文清楚提到幾個程序，即鍊飭形骸、骨肉不壞，並使五方神鄉諸靈官鎮守尸形；同時透過符命從九幽之府中拔出魂神，沐浴冠帶之後遷上南宮，並供給衣食等，使亡者能夠長在光明。這種分別處理「尸形」與「魂神」為的是使這些生前功行未滿的修行者能夠「託命太陰」繼續修行，等待修功滿，魂神即可返回尸形，然後可以更生成人。<sup>83</sup> 這已經清楚勾勒出救度亡者的幾個步驟。

其四，也是最重要的一部份，就是《五鍊生尸經》在鍊形的基礎上引入了靈寶真文的信仰，藉由靈寶真文來安鎮尸形，這是一種新的結合，也將靈寶真文的救度觀念推向喪葬儀式。《五鍊生尸經》當中扮演關鍵角色的天文，其實就是「大梵隱語」，這也是《度人經》以及《太上洞玄靈寶諸天內音自然玉字》（以下簡稱《諸天內音》）等古靈寶經典所崇奉的核心天文。由此可知，《五鍊生尸經》是建立在「諸天內音自然玉字」的救度力量，進一步提供安鎮並鍊度亡者的救度之法。不過，《度人經》強調的是誦經的功德，並未提到天文的救度，而《諸天內音》在發揮《度人經》天文思想的同時，也開展了天文的救度力量。《諸天內音》強調天文能「度死骸於長夜，鍊生魂於朱宮」，<sup>84</sup>「下拔長夜，九幽之房，拔度苦魂，朽骸生光」。<sup>85</sup> 同時說：「三十二天大梵隱語無量之音……

<sup>82</sup> 陶弘景，《真誥》，〈協昌期第二〉，卷一〇，〈大洞真經高上內章遏邪大祝上法〉，頁17a-b。「題其文曰：「天帝告土下冢中王氣、五方諸神趙公明等：某國公侯甲乙，年如千歲，生值清真之氣，死歸神宮，翳身冥鄉，潛寧沖虛，辟斥諸禁忌，不得妄為害氣。當令子孫昌熾，文詠九功，武備七德，世世貴王，與天地無窮。一如土下九天律令。」

<sup>83</sup> 見《太上洞玄靈寶滅度五鍊生尸妙經》敦煌參校本（收入《中華道藏》〔北京：華夏出版社，2004〕，第3冊），卷一，頁753b, 754c, 755a；〈靈寶鍊度五仙安靈鎮神黃章法〉，卷二，頁760a, 761a。丸山宏認為《五鍊生尸經》當中明確在祈願中提出鍊屍—開府—出魂—沐浴—冠帶—遷上—供衣食等，一個完整的救度模式與程序。這些觀念在後來的道教喪葬儀式之中都被保留。參見丸山宏，《道教儀禮文書の歴史的研究》，頁304-306。

<sup>84</sup> 《太上洞玄靈寶諸天內音自然玉字》（收入《正統道藏》第3冊），〈大梵隱語無量洞章玉訣〉，卷一，頁1b。

<sup>85</sup> 《諸天內音》，〈諸天內音自然玉字大梵隱語無量洞章玉訣第二〉，卷二，〈太極平育賈奕天音玉訣第八〉，頁17a。

上演諸天之玄奧，讚大有之開明；中理自然之炁，普度學仙之人；下度生死之命，拔出長夜之魂。」<sup>86</sup> 因此，《五鍊生尸經》在神學上可說是與《諸天內音》有相承的關係。<sup>87</sup> 五方天文在這裡有雙重目的，一方面是安鎮尸形，二方面是透過五方生氣，使死者的身體能再生。

在這裡，死者能夠藉由鍊形而昇上南宮，其最主要即是借助五方天文的力量。也就是五方氣透過元始符命，使諸靈官鍊飭尸形，並使五嶽開度亡者魂神，上昇到南宮。這與上清經當中修鍊者透過服食五石，以五石鎮守五臟，進而鍊形的形式有很大的差別與轉變。但是，這兩種方法卻有一個相連繫的共同點，那就是透過「五石」這個關鍵詞。只是在《五鍊生尸經》當中，五石不再是用來服食，而是將五方真文鐫刻在五石上，進而埋在墓地。

《五鍊生尸經》卷下為〈靈寶鍊度五仙安靈鎮神黃籙章〉，此章後分出而單行。這個〈靈寶鍊度五仙安靈鎮神黃籙章〉所記錄的儀式應該是其師在埋天文於墳地五方之前所必須進行的儀式，也就是「拜黃籙章」的儀節。而在黃籙章之後，本經最後還藉由天真皇人舉出七個案例，來驗證以真文安鎮尸形的效驗。其中前四者是他界國土的道士，分別是鄭仁安、晃信然、浩敷明以及王度明，在死後由後人以真文安鎮尸形，經過一段時間鍊度後，重新更生，因而成仙。後三者則是近世成道之人，分別是衍門子、高丘子與洪崖先生，此三者的老師分別受有靈寶滅度五鍊之法的傳承，因而此三者能以所受天文，以鎮其墓，鍊度尸形，並在一定的時間之後，形體飛昇，而成為真人。這些故事除了強調靈寶滅度五鍊之法的靈驗性之外，更重要的是提到靈寶滅度五鍊之法的傳承。每則故事都強調這些透過鍊度之法而飛昇的真人，皆有靈寶滅度五鍊之法的師承，並列出其師的名號。這顯示當時靈寶經典已經很重視天文、經典與法訣的傳授，而這種傳承必須來自靈寶道士。另外，這種靈寶法的傳授與喪禮結合為一。換言之，要進行這種獨特喪禮必須先獲得靈寶經典的傳承，拜靈寶道士為師。因此，靈寶儀式介入並改造喪葬儀式，其原始的目的或許想藉此擴展靈寶經的信仰群眾吧。

《五鍊生尸經》的出現對中古時期中國人的生死關懷可說是產生重大的轉變，這種影響力可分兩個層面來討論，其一是對其他道教傳統的影響，其二是對

<sup>86</sup> 《諸天內音》，〈大梵隱語無量洞章〉，卷三，頁3b。

<sup>87</sup> 這種相承關係勞格文教授已經注意到，見 John Lagerwey, "Daoist Ritual From the Second through the Sixth Centuries," in *Foundations of Daoist Ritual: A Berlin Symposium*, ed. Florian C. Reiter (Wiesbaden: Harrassowitz Verlag Wiesbaden, 2009), p. 149.

一般喪葬儀式的影響。

在第一個層面，我們可以看到天師道在原有太陰鍊形的觀念背景下，也接受了《五鍊生尸經》的概念。其中，《赤松子章曆》保留一篇〈滅度三塗五苦鍊尸受度適意更生章〉，這是一篇與死亡鍊度相關的章文，儀式的主旨是以《明真科》與《五鍊生尸經》所揭示的救度之法，拔度九幽之魂，使其「還復故形，上補仙真」，因此這是以正一章奏的形式實踐東晉南朝靈寶經救度之道的儀式。<sup>88</sup>從亡者救度的觀點來看，此章文針對形神分離的亡者，透過儀式將亡者魂神自九幽地獄之中拔出，使之返回塚墓，然後加以煉養，並與尸形結合，再依個人功德，得以轉世、度仙或者是更生。

這篇章文有幾點值得注意：首先，本章文並無一般天師道章文當中的「請官」。而出現在章文一開始的是一段祭酒，也就是儀式執行者的懺悔。這段懺悔文字顯示祭酒本身雖然是已受過《三景真經》，法位相當高的道士，但是在文字中卻充滿著罪的意識，恐懼著自己在末劫驅除來臨之際，善緣未至，結縛未解，而未能得救。這雖然是一種章文的套式，但是如此洋溢著罪感與懺悔的章文確實是相當少見的。其次，〈滅度三塗五苦鍊尸受度適意更生章〉章文當中富含輪迴思想，這一點也是其他天師道章文較少強調的。其中屢屢提到「先身」、「前身」等前世觀念，並強調「宿世因緣」、「先功」等即前世功德的重要。其中也提到「人道」、「三塗」等六道的觀念。至於最終的救度，章文提到在魂神與形體結合後，使其「應轉者轉，應度者度，應生者生」，也就是讓死者得以轉世、度仙或者是更生。其三，此章文明顯受到靈寶經的影響，除了其中反覆提到輪迴的觀念之外，最重要的是受到《五鍊生尸經》的影響，其中諸多文字與觀念很明顯來自《五鍊生尸經》。從這個觀察可以判斷，這篇章文是在《五鍊生尸經》所記載的儀式出現後而發展出天師道處理死亡的上章儀式。<sup>89</sup>因此，從歷史發展角度來看，這篇章文最初出現的時代不會早於五世紀上半葉。其四，與《五鍊生尸經》相較來看，這篇章文體現出儀式地點與空間的不同。《五鍊生尸經》當中所記載的儀式很明顯是在墓地舉行，但是〈滅度三塗五苦鍊尸受度適意更生章〉提到「今停柩殯宮，須待良辰，遷還蒿里」，顯示這上章儀式是在從死亡到遷葬之

<sup>88</sup> 有關《赤松子章曆》中的章儀參見呂鵬志，《唐前道教儀式史綱》（北京：中華書局，2008），頁 211-220。有關《明真科》與「明真齋」，參見呂鵬志，〈靈寶六齋考〉，《文史》3（2011）：85-125。

<sup>89</sup> 相關討論亦參見張超然，〈早期道教喪葬儀式的形成〉，頁 51-53。

間所舉行的救度儀式。而上章儀式的地點很可能就在殯宮或靜室。<sup>90</sup>

這篇章文體現出幾個步驟：

首先，死者曾登壇結盟，奉受《三景洞經》，因此是一位道民，依據教義，此道民死後雖然形滅，應在尸解。但是由於功德不足，因此道民先「託滅太陰，形寄土官」。不過這段期間可能會被土府所驅逼，進而產生考對，甚至注連生人。因此必須進行此開度的儀式。

其次，依照明真科、正一之科為亡者設齋，並拜章。祈願元始天尊原諒並解除亡者前世與在世的罪過，並免除其種種在地獄中的考罰。

其三，以此章告下三官，以亡者在世之時所做的功德，求三官能將亡者的魂神從地獄中拔度而出，並恢復其原有的形體。

其四，如果死者的神魄分散，尸肉腐朽，則祈求五帝還其肌膚，恢復其魂神，潤澤其血氣，並使亡者得以轉世、度世或更生。

其五，祈願當地的真靈正神，符令其所屬的九土地官，能使亡者形安神守，並消除其罪源。

最後，祈願本章文送達之後，亡者能受生鍊尸，回復故形，並能上補真仙之位。

總的來看，本章文除了祈願元始天尊之外，還將章文傳達至三官、五帝以及當地所屬山嶽的真靈正神。而整個儀式是透過上章的方式表達祈願，很難判斷是否有實際的科儀演練，至少可以確知沒有徵兆顯示鍊度形成單獨的儀式科目。<sup>91</sup>這種具有鍊度觀念的章文在《赤松子章曆》當中並不多見，而這個章文是明顯與《五鍊生尸經》有關聯的。這似乎可以推測天師道在原有的太陰鍊形背景下，進一步受到《五鍊生尸經》的影響，而發展出具有《五鍊生尸經》特色的章文。

然而究竟在經典描述之外，實際上執行靈寶滅度五鍊之法的喪葬儀式會有多少呢？也就是說在屬於規範文類的經典之外，我們究竟能從其他描述文類當中找到多少執行這項儀式的實質證據？這就牽涉到《五鍊生尸經》影響下的第二個層面，也就是喪禮儀式的轉變。以目前所存碑刻文獻紀錄以及出土材料來看，確實

<sup>90</sup> 張超然認為這種現象與天師道祭酒不參與墓地喪葬儀式以避污穢的教義有關。參見張超然，〈早期道教喪葬儀式的形成〉，頁 31-34。

<sup>91</sup> 張澤洪認為魏晉南北朝時無鍊度儀行世的記載，只有在《赤松子章曆》當中保留部分與鍊度有關的章文，但是齋醮當中並無鍊度儀，到了唐代施食科儀盛行，才有了鍊度儀。見張澤洪，《道教齋醮科儀研究》，頁 174。

可以找到幾個採用《五鍊生尸經》當中所提到的天文與儀式的例子，而時代多集中在唐宋時期。其中以唐中宗定陵（707）出土兩方鍊度真文石刻、唐睿宗橋陵（716）兩方鍊度真文石刻、唐玄宗子壽王李瑁女之墓（758）四方鍊度真文石刻等較為重要。此外還有唐代「女道士李鎮墓文」一方鍊度真文石刻。拓片方面可看到「梁王鎮墓石」、「延陵鎮墓石」、「崔鎮墓石記」、金仙公主墓等。宋代則集中在中葉仁宗到南宋寧宗之間，現有資料包括田世中夫婦墓、房府君墓、張確夫婦墓、王宜人墓、宋興仁夫婦墓、劉氏十三娘子墓、成都紫荊路、南三環路、三橋村、十陵鎮等地出土材料等等。<sup>92</sup> 這些碑刻或出土資料記錄了靈寶鍊度儀式的使用以及鍊度觀念的流傳。從現有資料來看，唐代多出現在皇室墓室之中，或者是道士墓中，區域集中在陝西或河南；而宋代則出現在四川的各種墓室之中。因此，以這些零星的文獻來看，靈寶鍊度真文的喪葬儀式確實在魏晉南北朝以後實際被使用著，而且有從皇室轉向民間的傾向。而宋代鍊度儀式轉向民間也可能與宋代時期鍊度儀式開始普遍並走向精緻化有關。

## 結論

本文所討論的文獻為六朝時期的天師、上清、靈寶三個道派，而在概念上則是兩個範疇，亦即天師、上清的「太陰鍊形」與靈寶的「鍊度」，而從以上對各種文獻資料的論述與分析看來，我們大致可以理出由「鍊形」到「鍊度」觀念的發展脈絡，從中反映出道教從重視個人修鍊朝向關注集體鍊度與救濟的過程。而這種發展也必須置放在一個更大的觀念轉變階段，那就是對佛教輪迴觀念的普遍接受，以及功德概念的普及。可以確知的是，在六朝時期鍊度觀念已經形成，而且具有程序性，但是並未成為一個儀式科目。鍊度大多是儀式當中的祈願文的一種表述，也就是一種對亡者歸宿的期許，並非是具有操作程序的儀式過程。儘管如此，六朝時期有關鍊形的觀念與轉變是相當豐富而多元的。這種觀念的發展並非延續性的，而是在原來的語彙與模式上作根本性的轉化，並標誌著亡者救度觀念的根本改變，鍊度與功德概念的結合即成為道教度亡儀式的基本模式。因此，道教死者救濟的開展並不能化約為佛教影響，而是在特定的宗教文化氛圍當中，將諸多元素加以整合的結果。在這種過程當中，早期天師道以來的「鍊形」、

---

<sup>92</sup> 張勛燎，《中國道教考古》，頁 1534-1579。

「更生」等觀念仍佔關鍵性的位置。

其次，在類似的概念之下，各經典傳統仍有其特色與詮釋。筆者認為在「練形」與「鍊度」兩個概念下，不同的經典作者仍有不同程度的詮釋與發展。《老子想爾注》稱「太陰，道積練形之宮也」。其中太陰是積功之人練形的處所，道人或賢者的死亡是為了避世，主動地託死於太陰之中，同時一邊練形回復其像，進而成仙。《老君說一百八十戒》強調持戒的重要，「持戒而死，減度練形，上備天官，尸解昇仙」。透過減度死亡，而能繼續練形，並經由尸解而昇仙，其先決條件就是持守道戒。從這裡可以看出，對於奉守道戒的道民而言，其所認知的死亡只是一種過度，經由死亡的形式，進行「練形」，進而尸解昇仙。《正一天師告趙昇口訣》云：「十鍊九轉，名上太玄紫簿者，命終亦經土戶，魂魄即登紫府。」雖未提到「練形」，但是死後再生的模式雷同，強調的是魂魄登上紫府，等待太平之世，亡者的魂精會回到其尸首，而使白骨復生，血氣更流，身形恢復並與魂神重新結合，亦能藉此避開三官拷楚，再次重生。《赤松子章曆》的〈上清言功章〉當中強調供養經典、修造功德，在世若不能得仙則「託命太陰，受煉更生，化為真人，免脫三塗」。在太陰之中受煉而再生，成為真人，如此則可以免於淪入下三道。《真誥》當中保命君的誥語提及：「養魂太陰，藏魄于地，四靈守精，五老保藏」，描寫的是還未更生的狀態，魂、魄分處二處，精與五臟則保存於尸中。而《真誥》中的「九真之道」則稱：「真人鍊形於太陰，易貌於三官」（《登真隱訣》則稱「真人鍊身於太（太）陰」），強調的是形體的修練與改變。以上都是在「太陰練形」的模式下作不同的側重，就連古靈寶經當中不同的經典，其強調的重點也不一樣。《度人經》當中提到死者的「死魂受鍊，仙化成人」側重在鍊魂，同時指出未修道完成的人，將會「運應減度，身經太陰」，需要透過行香誦經來度其尸形，使其魂神升上南宮，然後依照其功德而得更生。因此同樣是以經過太陰的模式，但偏重在鍊魂，讓魂神升到南宮。而在《五鍊生尸經》當中，〈靈寶青帝鍊度五仙安靈鎮神九氣天文〉等五方天文，是具體使用到「鍊度」一詞，而且有程序上的描述，其章文提到亡者「減度五仙，託尸太陰」，並期望神靈能「鍊飭形骸，骨芳肉香，億劫不灰」，同時救度亡者魂神，使其沐浴冠帶，遷上南宮，供給衣食，長在光明。最後魂神返回屍身，上帝即來迎接。此處明顯的側重在身體的鍊飭，以及魂神的救度，兩者分別處置，再結合而完成死者救濟。

以上所列各經典其概念之間都有細微的差別與不同面向的強調；而在用語

上，六朝道經早期多用「鍊形」，少數用到「受煉」，四世紀中到五世紀後則用到「鍊形」、「鍊魂」與「鍊度」。筆者從觀念叢的角度來看，每個個體或社群在宗教文化氛圍當中，即使共享同一個概念，個體仍然會有自身的詮釋與演繹，因而形成觀念叢。不同傳統的經典作者在發揮「鍊形」概念時，會針對當時的時空與經典的設計，去側重不同的面向，甚至在意涵上會有不同程度的改變。因此，在「太陰鍊形」所共享的死後想像下，不同傳統會重新塑造這個概念，而對這個概念進行改造的靈寶傳統，賦予「太陰鍊形」新的意義。在靈寶傳統中，《度人經》導入誦經功德的救度模式，而《五鍊生尸經》則正式運用「鍊度」的概念，並透過喪葬儀式程序達到亡者救度，進而形塑道教的亡者救度儀式。

其三，六朝的「鍊形」與「鍊度」再到宋代的「鍊度儀」，其內涵與意義經過兩度本質性的轉變，說明道教的救度觀念並不是連續性發展或生成關係，<sup>93</sup> 而是在特定時空環境下，援用新的元素，產生本質性的轉變，進而開展出新的概念與結構。這也說明道教的亡者救度一直是與時並進的活傳統，不斷注入新的活力，以符合市場需求。但是對死後魂神的處置與身體的關懷，仍一直是道教亡者救度的核心，這一點一直是道教與佛教救度儀式的根本差別，也可以看出道教與佛教對死後關懷的基本觀念之差異。

（本文於民國一〇〇年二月二十一日收稿；一〇一年二月十六日通過刊登）

## 後記

本文初稿蒙三位匿名評論員深入而細緻的賜教與指正，在此深表感謝。本文的撰寫乃在初稿的基礎上依據評論人的意見與建議加以修改而成。為了對評論人的意見表示尊重與感謝，在每一條修改的段落亦會加註說明其來自評審人的評論內容與建議。本文撰寫之初亦受益於臺灣道教讀書會成員之相關議題的研討，讀書會成員包括張超然、鄭燦山與謝聰輝等。筆者對讀書會成員的寶貴意見特表感謝之忱。

---

<sup>93</sup> 承蒙審查人指出鍊度觀念不必然存在連續性的生成關係，其間仍有衝突與差異。筆者依審查人建議特別在此處加以補充說明，並對審查人表示感謝。

## 引用書目

### 一・傳統文獻

《三洞珠囊》，收入《正統道藏》，臺北：新文豐出版公司據上海涵芬樓刊本影印，1985，第42冊。

《太上老君經律》，收入《正統道藏》第30冊。

《太上洞玄靈寶業報因緣經》，收入《正統道藏》第10冊。

《太上洞玄靈寶滅度五鍊生尸妙經》，收入《正統道藏》第10冊。

《太上洞玄靈寶滅度五鍊生尸妙經》敦煌參校本，收入《中華道藏》，北京：華夏出版社，2004，第3冊。

《太上洞玄靈寶諸天內音自然玉字》，收入《正統道藏》第3冊。

《太平經》，收入《正統道藏》第41冊。

《正一天師告趙昇口訣》，收入《正統道藏》第55冊。

《赤松子章曆》，收入《正統道藏》第18冊。

《洞玄靈寶二十四生圖經》，收入《正統道藏》第57冊。

《紫陽真人內傳》，收入《正統道藏》第9冊。

《雲笈七籤》，收入《正統道藏》第38冊。

《無上玄元三天玉堂大法》，收入《正統道藏》第6冊。

《無上秘要》，收入《正統道藏》第42冊。

《道門科範大全集》，收入《正統道藏》第53冊。

《靈寶無量度人上品妙經》，收入《正統道藏》第1冊。

《靈寶無量度人上經大法》，收入《正統道藏》第6冊。

王明，《太平經合校》，北京：中華書局，1960。

王契真（南宋），《上清靈寶大法》，收入《正統道藏》第52冊。

朱謙之，《老子校釋》，北京：中華書局，1984。

林靈真（1239-1302），《靈寶領教濟度金書》，收入《正統道藏》第12冊。

金允中（南宋），《上清靈寶大法》，收入《正統道藏》第53冊。

徐善政（元），〈太極祭鍊內法序〉，見《太極祭鍊內法》，收入《正統道藏》第17冊。

陶弘景（456-536），《真誥》，收入《正統道藏》第35冊。

葛洪，《抱朴子·內篇》，收入《正統道藏》第47冊。

蔣叔輿（南宋），《無上黃籙大齋立成儀》，收入《正統道藏》第15冊。



饒宗頤，《老子想爾注校證》，上海：上海古籍出版社，1991。

## 二・近人論著

王宗昱

- 2009 〈《赤松子章曆》的成書年代〉. In *Foundations of Daoist Ritual: A Berlin Symposium*, edited by Florian C. Reiter. Wiesbaden: Harrassowitz Verlag Wiesbaden, pp. 207-216.

王奎克

- 1985 〈五石散新考〉，趙匡華主編，《中國古代化學史研究》，北京：北京大學出版社，頁 80-87。

史孝進

- 2001 〈論煉度儀〉，上海市道教協會編，《上海道教文化探索》，上海：上海市道教協會，頁 344-348。

余嘉錫

- 1963 〈寒食散考〉，《余嘉錫論學雜著》，北京：中華書局，頁 181-226。

李零

- 2000 〈五石考〉，氏著，《中國方術續考》，北京：東方出版社，頁 341-349。

李豐楙

- 1995 〈複合與變革：臺灣道教拔度儀式中的目連戲〉，《民俗曲藝》94：83-116。  
1996 〈道教齋儀與喪葬禮俗複合的魂魄觀〉，李豐楙、朱榮貴主編，《儀式、廟會與社區：道教、民間信仰與民間文化》，臺北：中央研究院中國文哲研究所籌備處，頁 459-484。

呂鵬志

- 2008 《唐前道教儀式史綱》，北京：中華書局。  
2011 〈靈寶六齋考〉，《文史》3：85-125。

林富士

- 1999 《漢代的巫者》，臺北：稻鄉出版社。  
2008 《中國中古時期的宗教與醫療》，臺北：聯經出版社。

姜生等主編

- 2002 《中國道教科學技術史（漢魏兩晉卷）》，北京：科學出版社。

姜守誠

- 2010 〈南臺灣靈寶放赦科儀之研究〉，《世界宗教學刊》15：71-209。

謝世維

柳存仁

- 1991 〈五代到南宋時的道教齋醮〉，氏著，《和風堂文集》，上海：上海古籍出版社，卷中，頁 753-780。

祝逸雯

- 2010 〈宋元時期道教鍊度文獻簡介〉，《香港中文大學道教文化研究中心通訊》20：1-3。

陳文龍

- 2011 《王契真《上清靈寶大法》研究》，北京：中國社會科學院研究生院博士論文。

陳儷瓊

- 2010 《宋代王契真《上清靈寶大法》中內丹與法術之研究》，臺北：輔仁大學宗教研究所碩士論文。

張超然

- 2003 〈入道與行道：趙昇一系天師教團的黃赤教法〉，《臺灣宗教研究》3.1：49-87。
- 2008 《系譜、教法及其整合：東晉南朝道教上清經派的基礎研究》，臺北：國立政治大學中國文學研究所博士論文。
- 2010 〈早期道教喪葬儀式的形成〉，《輔仁宗教研究》20：27-66。
- 2011 〈靈寶度亡經典的形成：從《元始五老赤書玉篇真文天書經》到《洞玄無量度人上品妙經》〉，《輔仁宗教研究》22：29-62。

張勛燎

- 2006 《中國道教考古》，北京：線裝書局。

張澤洪

- 1999 《道教齋醮科儀研究》，成都：巴蜀書社。

傅飛嵐 (Franciscus Verellen) 著，呂鵬志譯

- 2003 〈天師道上章科儀——《赤松子章曆》和《元辰章醮立成儀》研究〉，黎志添主編，《道教研究與中國宗教文化》，香港：中華書局，頁 37-71。

魯迅

- 1963 〈魏晉風度及文章與藥及酒關係〉，《魯迅全集》，北京：人民文學出版社，第三卷，頁 181-226。

黎志添

- 2003a 〈《女青鬼律》與早期天師道地下世界的官僚化問題〉，氏編，《道教研究與中國宗教文化》，香港：中華書局，頁 2-36。

- 2003b 〈香港道教齋醮中的「祭幽」儀式與現代社會的意義關係〉，郭武主編，《道教教義與現代社會》，上海：上海古籍出版社，頁 458-481。
- 2007 《廣東地方道教研究：道觀、道士及科儀》，香港：香港中文大學。
- 劉屹
- 2005 《敬天與崇道——中古經道教形成的思想史背景》，北京：中華書局。
- 劉昭瑞
- 2007 《考古發現與早期道教研究》，北京：文物出版社。
- 蕭登福
- 2008 《六朝道教靈寶派研究》，臺北：新文豐出版公司。
- 丸山宏
- 1994 〈台灣南部の功德について——道教儀礼史からの考察——〉，野口鐵郎編，《中國史における教と國家》，東京：雄山閣出版，頁 15-47。
- 2004 〈靈寶法の鍊度科儀に見える生死論について〉，《東洋：比較文化論集：宮澤正順博士古稀紀念》，東京：青史出版，頁 87-106。
- 2005 《道教儀礼文書の歴史的研究》，東京：汲古書院。
- 山田明廣
- 2008 《道教齋儀の研究》，大阪：日本關西大學中國文學研究所博士論文。
- 大淵忍爾
- 1983 《中国人の宗教儀禮》，東京：福武書店。
- 1991 《初期の道教：道教史の研究》，東京：創文社。
- 1997 《道教とその經典——道教史の研究・其の二》，東京：創文社。
- 2005 《中国人の宗教儀禮・道教篇》，東京：風響社。
- 田仲一成
- 1989 《中國鄉村祭祀研究——地方劇的環境》，東京：日本東京大學東洋文化研究所報告。
- 末成道男
- 1994 〈由功德儀禮所看出的客家特徵〉，謝劍、鄭赤琰主編，《客家學國際研討會論文集》，香港：中文大學出版社，頁 253-260。
- 吉川忠夫
- 1993 〈日中無影：尸解仙考〉，氏編，《中國中古道教史研究》，東京：同朋舍，頁 175-216。

謝世維

松本浩一

- 2006a 《宋代の道教と民間信仰》，東京：汲古書院。
- 2006b 〈宋代の水陸齋與黃籙齋〉，發表於「第一屆道教仙道文化國際學術研討會」，高雄：高雄師範大學，頁 641-645。

砂山稔

- 1990 〈《靈寶度人經》四注の成立と各注の思想について——《度人經》解釋と重玄派〉，氏著，《隋唐道教思想史研究》，東京：平河出版社，頁 272-304。

浅野春二

- 2005 《台灣における道教儀礼の研究》，東京：笠間書房。

麥谷邦夫

- 1977 〈初期道教における救済思想〉，《東洋文化》57：19-63。

福井康順

- 1987 〈靈寶經の研究〉，氏著，《福井康順著作集・第二卷道教思想研究》，京都：法藏館，頁 341-447。

横手裕

- 2006 〈張宇初の齋法觀とその周邊〉，小林正美編，《道教の齋法儀禮の思想史的研究》，東京：知泉書館，頁 117-135。

Bokenkamp, Stephen R. (柏夷)

- 1997 *Early Daoist Scriptures*. Berkeley: University of California Press.
- 2007 *Ancestors and Anxiety: Daoism and the Birth of Rebirth in China*. Berkeley: University of California Press.

Cedzich, Ursula-Angelika (蔡霧溪)

- 2001 “Corpse Deliverance, Substitute Bodies, Name Change, and Feigned Death: Aspects of Metamorphosis and Immortality in Early Medieval China.” *Journal of Chinese Religions* 29: 1-68.

Davis, Edward

- 2001 *Society and the Supernatural in Song China*. Honolulu: University of Hawaii Press.

Lagerwey, John (勞格文)

- 1987 *Taoist Ritual in Chinese Society and History*. New York: Macmillan.
- 2009 “Daoist Ritual From the Second through the Sixth Centuries.” In *Foundations of Daoist Ritual: A Berlin Symposium*, edited by Florian C. Reiter. Wiesbaden: Harrassowitz Verlag Wiesbaden, pp. 135-164.

- 2011 “The Water-and-land and Yellow Register Fasts: A Comparison of Programs.” International Conference on Song Daoism 2011, Chinese University of Hong Kong, Sept. 22-23.
- Lai Chi Tim (黎志添)
- 2010 “The Daoist Identity of the Yellow Register Retreat in the Southern Song: A Case Study of Jin Yunzhong’s Great Rites of Lingbao.” International Conference on Buddhism and Daoism, Princeton University, October 8-9.
- Morgan, Carole
- 1996 “Inscribed Stones: A Note on a Tang and Song Dynasty Burial Rite.” *T’oung Pao* 82: 317-348.
- Nickerson, Peter (倪輔乾)
- 1996 “Taoism, Death, and Bureaucracy in Early Medieval China.” PhD diss., University of California, Berkeley.
- 1997 “The Great Petition for Sepulchral Complaints.” In Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures*, pp. 230-274.
- Orzech, Charles
- 2002 “Fang Yankou and Pudu: Translation, Metaphor, and Religious Identity.” In *Daoist Identity: History, Lineage, and Ritual*, edited by Livia Kohn and Harold Roth. Honolulu: University of Hawaii Press, pp. 213-234.
- Pregadio, Fabrizio (普雷加迪)
- 2004 “The Notion of ‘Form’ and the Ways of Libertation in Daoism.” *Cahiers d’Extrême-Asie* 14: 95-130.
- Robinet, Isabelle (賀碧萊)
- 1979a “Introduction au Kieou-tchen tchong-king.” *Society for the Study of Chinese Religions Bulletin* 7: 24-45.
- 1979b “The Metamorphosis and the Deliverance from the Corpse in Taoism.” *History of Religions* 19: 37-70.
- 1984 *La revelation du Shangqing dans l’histoire du taoisme*. Paris: Ecole Française d’Extrême Orient, vol. 2.
- Schipper, Kristofer, and Franciscus Verellen, eds.
- 2004 *The Taoist Canon*. Chicago and London: The University of Chicago Press.

Schipper, Kristofer (施舟人)

- 1965 *L'empereur Wou des Han dans la légende taoïste*. Paris: École Française d'Extrême-Orient.
- 1989 "Mu-lien Plays in Taoist Liturgical Context." In *Ritual Opera Operatic Ritual*, edited by David Johnson. Berkeley: University of California, pp. 126-154.

Seidel, Anna K. (索安)

- 1987a "Post-mortem Immortality, or: the Taoist Resurrection of the Body." In *Gilgul: Essays on Transformation, Revolution and Permanence in the History of Religions*, edited by S. Shaked, D. Shulman, and G. G. Stroumsa. Leiden: E. J. Brill, pp. 223-237.
- 1987b "Traces of Han Religion in Funerary Texts Found in Tombs." 秋月觀瑛編, 《道教と宗教文化》, 東京: 平河出版社, 頁 21-57。中譯文見索安 (Anna K. Seidel) 著, 趙宏勃譯, 〈從墓葬的葬儀文書看漢代宗教的軌迹〉, 《法國漢學》7 (2002): 118-148。

Sigwalt, Patrick (史格偉)

- 2006 "Le rite funéraire Lingbao à travers le Wulian shengshi jing (Ve siècle)." *T'oung Pao* 92: 325-372.

Steavu-Balint, Dominic

- 2010 "The Three Sovereigns Traditions: Talismans, Elixirs, and Meditation in Early Medieval China." PhD diss., Stanford University.

Tsai, Julius N. (蔡南亭)

- 2008 "Reading the 'Inner Biography of the Perfected Person of Purple Solarity': Religion and Society in an Early Daoist Hagiography." *Journal of the Royal Asiatic Society*, 2nd ser., 18.2: 193-220.

Verellen, Franciscus (傅飛嵐)

- 2004 "The Heavenly Master Liturgical Agenda According to Chisong zi's Petition Almanac." *Cahiers d'Extrême-Asie* 14: 291-343.

Wu, Hung (巫鴻)

- 1992 "Art in a Ritual Context: Rethinking of Mawangdui." *Early China* 17: 111-144.
- 1997 "The Prince of Jade Revisited: Material Symbolism of Jade as Observed in the Mancheng Tombs." In *Colloquies on Art and Archaeology in Asia*, edited by Rosemary E. Scott. London: Percival David Foundation of Chinese Art, pp. 147-170.

## The Concepts of Refinement of the Body and Death Salvation in Medieval Chinese Daoist Scriptures

Shu-wei Hsieh

Graduate Institute of Religious Studies, National Chengchi University

This paper aims to investigate the transformation of the concept of death salvation in Medieval China. The Daoist idea of refinement of the body is closely related to the concept of the afterlife in Medieval China. From excavations of Han dynasty tombs, it is evident that specific preservation methods were used to preserve the body of the dead. It was believed that the soul of the deceased would not disappear; rather, it would dwell in a statue or the corpse. This paper begins with the relationship between early Daoism and Han grave contracts, placing the early development of the Daoist concept of body refinement after death in a historical context. The investigation includes an examination of the thought of early Celestial Masters regarding the refinement of the body in Grand Yin. It also includes the *Lingbao* Purification Rites, which, despite being touted as able to aid the dead, were only actually used for the salvation of long-dead ancestors. One of the important processes was to refine the bodies of ancestors. The further development of body refinement after death appears in the *Scripture of Salvation* and the *Scripture of Five Refinements of Living Beings and Corpses* in the Eastern Jin and early Southern Dynasties. It was only at this time that Daoist refinement of the body, particularly the rituals preserved in *Lingbao* scriptures, came to be considered a complete ritual of death salvation, which could offer salvation for ancestors. The ritual of body refinement became an individual rite in funerary rituals during the Song dynasty, and it is still preserved in contemporary Daoist rituals. The ritual not only offered support to those unable to complete cultivation during their own lifetimes; it also provided a means of salvation for ancestors suffering in hell. Based on the concept of body refinement, the rituals for salvation of the dead can perform a vital function by relating filial piety and Chinese culture in a proper way.

**Keywords:** Daoism, *Lingbao*, refinement of body, death salvation

