

宋代道教「水火煉度」研究 —— 以行煉方式為中心的考察*

劉陶

摘要

「水火煉度」是道教煉度亡靈的核心儀節，旨在以法師身中陰陽二炁為亡魂煉聚靈識，度其超升。本文通過爬梳宋代道教煉度文獻，圍繞「水火煉度」這一主題進行了較為細緻的考察。根據水火煉亡的方式及其特點，本文將宋代道教「水火煉度」分為三類：「外池沼」煉、「內外水火」煉，以及「內水火」煉。文中對三種煉法的概念作了界定，歸納了其特點。簡單地說，所謂「外池沼」煉，是指法師以煉度壇場的水池火沼為存煉亡魂之處。行煉時，一般設有專門的建池、變池等環節，且多遵循「內外合炁」之法變降「真水火」，這類煉法是宋代最常見的一種「水火煉」。「內外水火」煉是指煉度者既要存想亡魂於壇場池沼受煉，還要將其移入身中，內運陰陽二炁交合灌煉之。「內水火」煉則率為內事，主要以行煉者身中坎離交媾之炁行煉，在煉亡過程中甚少涉及外儀與外物（法器）。此外，在內法上，本文將「水火煉度」與內丹相關理論及方法進行了比較，總結了二者之間的異同。內丹修煉主張以「顛倒坎離」之法取「真水火」，而煉度儀中則是未濟與既濟兩種「水火」兼而行之。

關鍵詞：宋代、水火煉度、外池沼煉、內外水火煉、內水火煉

劉陶，四川大學道教與宗教文化研究所哲學博士，專業為宗教學。現任四川警察學院講師。研究方向為中國道教。

* 本文初稿承蒙兩位匿名評審人耐心細緻的賜教與指正，筆者在此深表感謝。

一、前言

如何安頓死後的世界？這是一切宗教必須解決的重要命題。道教作為中國唯一的本土宗教，對該命題也作出了自己的解答。其「解答」涉及義理與實踐兩個層面，兩者之間的關係相輔相成。就實踐層面而言，道教為解決生死問題發展出了一系列的修持方法和宗教儀軌。其中對中國傳統社會影響較大，且與民眾生活直接相關的當是各類科儀。誠如勞格文先生 (John Lagerwey) 所言：「從儀式的角度來觀察、詮釋道教，可以更準確、深刻地把握道教的本質。」¹ 本文的研究對象——煉度儀，是道教極為重要的度亡科儀之一，主張以法師身中陰陽二炁（水火）為亡魂煉聚靈識，度其超升。該儀式約形成於兩宋之交，沿用至今。在近千年的歷程中，煉度儀充分發揮了其安頓亡靈、慰藉生者的宗教功能，反映了道教獨特的生死觀、救度觀，以及懺罪意識等理念。

自上世紀八十年代以來，學術界展開了對煉度儀的討論。1983年，松本浩一指出宋代道教黃籙齋始有煉度儀。² 同年，Judith M. Boltz的研究頗具啟發性，主要涉及三方面：首先，她認為「煉度」這一概念汲取了四世紀上清經、靈寶經的傳統，以及佛教相關內容。研究指出上清經的「鍊氣」、「鍊形」屬於道徒個人修煉之法，而靈寶經中的「煉度」則致力於群體利益。其次，她注意到內法在煉度儀中的重要性，指出外部儀式的效果完全取決於法師存想的效力。儀式中，法師藉助內丹精思之法，將自身化為一個微觀宇宙，存想自己在這個內化的宇宙中救度煉獄幽魂。第三，她譯釋《靈寶無量度人上經大法》卷五七〈元始靈寶自然九天生化超度陰煉秘訣〉，並比照另一份內容相近的煉度文獻——《靈寶大煉內旨行持機要》，列出二者在文本上的細

¹ 勞格文著，蔡林波、李蘭譯：〈從儀式的角度解讀道教〉，《世界宗教文化研究》，第3期（2011），頁58。

² 松本浩一：〈道教と宗教儀禮〉，初刊於福井康順等監修：《道教》，第1卷，《道教とは何か》（東京：平河出版社，1983）。此據朱越利中譯本：《道教》，第1卷（上海：上海古籍出版社，1990），頁184-185。松本氏注意到，宋代道教黃籙齋儀較之唐代增加了破獄、召靈、咒食、煉度、升度等儀式。

微差別。³ 1986年，柳存仁先生撰文指出，煉度儀當產生於北宋末，提出懺謝、破獄、煉度是道教超度亡靈的三部曲。⁴ 九〇年代以後，煉度儀受到更為廣泛的關注，研究成果頗豐，其中以陳耀庭、劉仲宇、丸山宏、松本浩一、橫手裕的研究較具代表性。陳耀庭先生考察了煉度儀形成的歷史、儀式內容，以及其與施食儀的關係。⁵ 劉仲宇先生則著重討論了煉度的儀程結構，並將道教煉度與佛教焰口儀軌作了初步的比較。⁶ 此外，劉先生還就「太乙教蓬壺煉度科」展開個案研究，嘗試通過對「蓬壺煉」的研究以彌補太乙道現存文獻不足之憾。⁷ 丸山宏以高雄永安鄉為例，運用田野調查和文獻研究相結合的方法，探討道教功德儀禮的歷史發展，並從歷史與當代兩個層面對煉度儀作了考察。他認為六朝《度人經》是道教黃籙齋的理論根據，而《太上洞玄靈寶滅度五煉生尸經》則幾乎已具備宋代煉度的構成要素。⁸ 2006年，松本浩一在研究南宋道教黃籙齋時，再次論及煉度儀，並就兩部

³ Judith M. Boltz, "Opening the Gates of Purgatory: A Twelfth-Century Taoist Meditation Technique for the Salvation of Lost Souls," in Michel Strickmann, ed., *Tantric and Taoist Studies* (Bruxelles: Institut Belge des Hautes Études Chinoises, 1983), v. 2, 487-511. 感謝胡銳教授提供此文。

⁴ 柳存仁：〈五代至南宋時的道教齋醮〉，初刊於《明報月刊》，第241、242期（1986），收入氏著：《和風堂文集》（上海：上海古籍出版社，1991），頁753-780。

⁵ 陳耀庭：〈以生度死，以己度人——論煉度儀的形成及內容〉，收入《道家思想文化——海峽兩岸道家思想與道教文化研討會論文集》（臺北：宗教哲學出版社，1994），頁239-256。並見氏著：《道教禮儀》（北京：宗教文化出版社，2003），頁103-115。陳先生認為，南宋時期施食僅為煉度的一個節次，之後逐漸發展成一種獨立的、且不包含水火交煉的施食科儀。

⁶ 劉仲宇：〈道教科儀在近代的傳承和演變〉，《宗教學研究》，第2期（1996），頁51-55。並參氏著：《道教法術》（上海：上海文化出版社，2002），頁330-337。

⁷ 劉仲宇：〈太乙教的唯一傳世科儀——蓬壺煉度科〉，《宗教學研究》，第2期（2013），頁15-22。

⁸ 丸山宏：〈臺灣南部の功德について——道教儀禮史からの考察〉，收入野口鐵郎編：《中國史における教と國家》（東京：雄山閣出版，1994），頁15-47。此據張澤洪中譯文：〈論臺灣南部的功德儀禮——從道教儀禮史角度的考察〉，《宗教學研究》，第1期（1999），頁33-41。丸山氏對功德儀禮（包括煉度儀）的歷史考察是以金允中《上清靈寶大法》為主要材料，結合高雄永安的功德事例來探討該類儀式的歷史變遷。他進而指出，煉度儀的多樣化反映了從宋代至當代的歷史進程中，地方基層道士在儀禮方面的創造力。

南宋道書中的煉度儀作了介紹。⁹ 同年，橫手裕在研究明初道教南昌派時，對《太極祭煉內法》張宇初序文中提及的丹陽、南昌、洞陽等祭煉法作了初步的探討，並以專節介紹宋元道書所見南昌煉度之法。¹⁰

近年來，除探討煉度的儀式結構及歷史發展外，學者圍繞「煉度」這一主題展開多角度的考察，進一步拓寬了相關領域的研究。黎志添先生以四種當代廣東與江浙道教施食煉度科儀本為研究對象，嘗試從科儀出發，探索道教的罪過與懺悔意識。¹¹ 謝世維、劉屹二位學者，分別從宗教學和歷史學的角度，探討中古時期「煉度」觀念與喪葬儀式。謝氏梳理了早期天師道、上清派的「太陰練形」以及靈寶派「煉度」觀念的發展脈絡，認為「煉度」觀念是由六朝道教修仙思想轉變出來的產物，反映出道教從重視個人修煉轉向關注集體救度的過程。他同時指出，從六朝的「練形」與「煉度」到宋代的「煉度儀」，煉度的內涵與意義經過兩度本質性的轉變，¹² 這揭示了「煉度」一詞的含義在宋前與宋後存在較大差別。劉屹先生考察了中古道教「煉度」觀念的形成和「水火煉度」含義的演變，並就中古道教「煉度」說與尸解之道，以及從晉唐到宋明道教「煉度」思想與實踐所發生的變化作了初步的回答。¹³ 此外，陳文龍、王馳、祝逸雯、葉聰需幾位學者對煉度儀均有所創見。陳文龍追溯了煉度儀的來源，著重介紹了南宋上清靈寶大法煉度儀式的內容。¹⁴ 王馳對「清微煉度」作了個案研究，認為這種煉度法的

⁹ 松本浩一：《宋代之道教と民間信仰》（東京：汲古書院，2006），頁168-175。書中對蔣叔輿《無上黃籙大齋立成儀》、王契真《上清靈寶大法》所載煉度儀作了譯釋。

¹⁰ 橫手裕：〈張宇初の齋法觀とその周邊——南昌派考察序說〉，收入小林正美編：《道教の齋法儀禮の思想史研究》（東京：知泉書館，2006），頁117-135。感謝郭佳興同學提供此文。

¹¹ 黎志添：〈道教施食煉度科儀中的懺悔思想：以當代四種廣東與江浙道教科本作為中心考察〉，《中國文化研究所學報》，第57期（2013），頁277-298。

¹² 謝世維：〈練形與鍊度：六朝道教經典當中的死後修練與亡者救度〉，《中央研究院歷史語言研究所集刊》，第83本第4分（2012），頁739-777。並參氏著：《大梵彌羅：中古時期道教經典中的佛教》（臺北：臺灣商務印書館，2013），頁71-116。

¹³ 劉屹：〈死後成仙：晉唐至宋明道教的「煉度」主題〉，《唐研究》，第18卷（2012），頁225-247。並參氏著：《六朝道教古靈寶經的歷史學研究》（上海：上海古籍出版社，2018），頁713-732。

¹⁴ 陳文龍：〈王契真《上清靈寶大法》研究〉（北京：中國社會科學院博士論文，

產生與內丹學的滲透息息相關。¹⁵ 祝逸雯以《太極祭煉內法》為研究對象，對其文本源流、儀式特徵有較為細緻的析論，並將之與宋元時期其他祭煉儀進行比較，指出該法具有三教兼修的特色。¹⁶ 葉聰需探討了「太極煉度」的形塑過程與實踐意涵。¹⁷

由上不難看出，前賢分別從煉度儀的來源、結構、特點、歷史發展與宗教功能等方面作了解讀，為這類儀式的研究奠定了基礎。只是在這些研究中，有關具體的煉度之法似乎尚缺乏更深入的探討，例如：這類儀式究竟是如何施行的？煉度儀在內法上與內丹修煉存在何種聯繫與區別？為此，本文將以宋代道教水火煉度為研究對象，對其行煉方式與內法特點作一番考察，嘗試回答煉度儀是「怎樣煉」的問題，進而揭示煉度儀受內丹影響之具體表現。

宋代煉度儀品目繁多、儀節繁冗，諸家所述內法亦不盡相同。煉度者的身份亦有教內、教外之別，除道教法師（煉師）外，某些文人亦參與其中。¹⁸ 以救度對象劃分，宋代煉度儀可分為「生身受度」（度生）與「死魂受煉」（度亡）兩大類。「生身受度」儀上承唐末九幽齋，下啟元明預修黃籙齋，在道教預修齋科的發展歷程中具有承上啟下的作用。¹⁹ 「死魂受煉」的情況則比較複雜，廣義的度亡類煉度儀，通常包含破獄、攝召、天醫全形、沐浴蕩穢、水火煉、宣戒授籙、超度等諸多儀節，各儀節之間存在一種順時性的邏輯關聯。²⁰ 而狹義的煉度儀則僅指「水火煉度」。此外，就「水」與「火」的行煉順序來說，有先水

2011），並參氏著：《王契真〈上清靈寶大法〉研究》（濟南：齊魯書社，2015），頁275-321。

¹⁵ 王馳：〈宋元清微雷法研究〉（南京：南京大學博士論文，2014），頁208-219。

¹⁶ 祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，《漢學研究》，第34卷第4期（2016），頁35-62。

¹⁷ 葉聰需：〈宋元時期道教《太極煉度》考探〉（臺北：輔仁大學碩士論文，2017），頁89-138。

¹⁸ 比如，鄭所南本為儒士，其編集的《太極祭煉內法》在道門中頗具影響。參見祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，頁37-40。

¹⁹ 劉陶：〈宋代道教煉度儀研究〉（成都：四川大學博士論文，2017），頁68-100。

²⁰ 通常情況下，法師先行破獄之法以拔魂出獄；次攝召眾魂赴集壇場施予法食，以濟其飢渴之念；次行沐浴之法，以為亡魂蕩除陰穢；復以水火煉度行陶鑄冶煉之法，為亡魂聚其精神、煉就純陽；而後為其宣戒授籙，以示亡魂皈依大道；最後，發遣亡魂超升天界。諸儀節皆有相應的外儀與內法，尤以內法為重。

後火、先火後水、水火交煉等。²¹ 應當看到，無論是「生身受度」²² 還是「死魂受煉」，廣義或狹義的煉度儀，皆以「水火煉度」作為核心儀節，其重要性不言而喻。然而，由於宋代道門在「水火」的行煉方式及其內法上存在一定的差異，²³ 加之儀式品目甚多，限於篇幅，我們暫時無法逐一介紹這些儀式。有鑒於此，本文擬從行煉方式著手，就「死魂受煉」之「水火煉度」進行分類討論，對各類煉法的儀法特點及其與內丹之關聯作一番考探，以便對宋代道教「水火煉亡」之法有一整體之認識。

在正文開始之前，我們有必要對本文的參考資料略作交待。這些文獻主要有：路時中《無上玄元三天玉堂大法》、《靈寶玉鑿》、王契真《上清靈寶大法》、蔣叔輿《無上黃籙大齋立成儀》、金允中《上清靈寶大法》、鄭所南《太極祭煉內法》、《靈寶無量度人上經大法》，以及林靈真《靈寶領教濟度金書》等。路時中《玉堂大法》成書於南宋初，²⁴ 是宋代天心派的代表性著述之一。該派主張以「三光」為一切道法的基礎，將存取三光正炁作為日常修煉之法，並以之作為水火煉亡的前提，其稱：「大教以三光為主，是以水火之妙，我先得之，何難度

²¹ 「先水後火」是宋代道教水火煉度中較常見的一種行煉順序，這類儀式通常以「天一生水」釋其原理，主張五行之生水為先、火為後，故當先行水煉，次以火煉。「先火後水」則是基於「玉眸煉質、黃華蕩形」與「取坎填離」兩種說法。在《度人經》唐代註本中，出現了以「玉眸」指代火煉，用「黃華」表示水煉之說。更為重要的是，唐註中有一明顯的傾向：「火煉」之用重於「水煉」。這具體表現為兩點：其一，唐註中提及「火煉」的次數明顯多於「水煉」；其二，「火煉」的對象較之「水煉」更為廣泛，前者適用於生者與亡魂，而後者則僅涉死魂。宋人在註解《度人經》時，承襲了唐註「火煉重於水煉」之傾向，並有更進一步的發揮。如《元始無量度人上品妙經注》卷上明確提及「玉眸煉質」（火煉）為先，「黃華蕩形」（水煉）為次。部分道門中人遂因襲此說，並以之作為「先火後水」的行煉依據。至於「取坎填離」說，則是根據內丹修煉中先進陽火、後退陰符之序，以闡釋煉度「先火後水」之理。「水火交煉」則是將內丹心腎相交、坎離交媾之法引入煉度儀的一種表現。參見劉陶：〈宋代道教煉度儀研究〉，頁102-131。

²² [宋]路時中《無上玄元三天玉堂大法》卷二〇稱，受度者「以凡身度於未死之前，預備將死之路」，須憑借預修功德與水火預修煉度，方能令其死後不墜地府、逕登天界。《道藏》（北京：文物出版社，上海：上海書店，天津：天津古籍出版社，1988），第4冊，頁66上、頁72下-73上。

²³ 參見[宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷中，《道藏》，第10冊，頁456中-下。

²⁴ 李志鴻：《道教天心正法研究》（北京：社會科學文獻出版社，2011），頁37-49。並見丁培仁：《元前道派研究》（成都：四川人民出版社，2014），頁343-344。

亡！」²⁵《靈寶玉鑒》撰人不詳，約出於南宋初，有學者認為該書屬東華派典籍，²⁶書中除靈寶法外，還收有神霄、混元等派道法。

宋代有兩部《上清靈寶大法》，分別體現了「革新」與「崇古」兩種傾向。²⁷王氏《大法》約成書於南宋淳熙八年(1181)至紹熙五年(1194)之間，最初可能僅有十卷，現存王氏《大法》有六十六卷，應為後人增補所致。²⁸王契真師承寧全真，屬天臺靈寶一系，該派對靈寶科儀頗有創新，也因此而招致金允中的批評。金氏《大法》的成書時間約為南宋寶慶元年(1225)前後，²⁹該書保存了較多古法，可以說是賡續了廣成舊制。³⁰蔣叔輿《無上黃籙大齋立成儀》成書於南宋嘉定癸未年(1223)，³¹蔣氏師承留用光，其與金允中的籍師同為田居實。³²金氏《大法》多次提及蔣氏《立成儀》，³³從金氏的評語中可以看出，蔣氏《立成儀》雖多主古科，但又參雜了「近世之式」，從浙東風俗而用之。³⁴金允中以紹繼古法自居，不過，他對於蔣氏因應世俗而作出變革的態度，並沒有像對天臺靈寶那樣過激，言辭上亦較溫和。這說明蔣氏《立成儀》雖對古法有所變革，但卻不屬於天臺靈寶的傳統。

鄭所南《太極祭煉內法》最初撰成於南宋咸淳六年(1270)，³⁵之後

²⁵ [宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷一八，《道藏》，第4冊，頁57上。

²⁶ 陳文龍：《王契真〈上清靈寶大法〉研究》，頁79-83。並見丁培仁：《元前道派研究》，頁423。

²⁷ 丁培仁：《元前道派研究》，頁424。

²⁸ 陳文龍：《王契真〈上清靈寶大法〉研究》，頁69-75。

²⁹ 王承文：《敦煌古靈寶經與晉唐道教》(北京：中華書局，2002)，頁570。

³⁰ 丁培仁：《元前道派研究》，頁424。

³¹ [宋]蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷五七，《道藏》，第9冊，頁728上。

³² 陳文龍：《王契真〈上清靈寶大法〉研究》，頁59。

³³ 參見[宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷一六、一九、二五、四〇，《道藏》，第31冊，頁432中-下、460上、506上、625下。

³⁴ [宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷四〇，《道藏》，第31冊，頁625下。

³⁵ 《太極祭煉內法》，凡三卷，卷上為《內法》，卷中與卷下為《議略》，後者為前者的釋文。據該書卷下載：「此祭煉說，在胸中久矣，集而成《祭煉議略》則庚午歲也。」「庚午歲」即公元1270年，這一年南宋年號為咸淳六年，元朝年號為至元七年。《道藏提要》亦推斷《太極祭煉內法》應成書於1270年，只是其依從的是元朝年號。此外，《道藏提要》稱「庚午歲」為「至元六年」，此說有誤。1264年，元世祖忽必烈改年號「中統」為「至元」，即至元元年，1270年應為至元七年。參見任繼愈：《道藏提要》(北京：中國社會科學出版社，1991)，頁397。

在其流傳過程中又出現了數個版本。³⁶ 鄭氏是文人而非道士，其《祭煉內法》以靈寶儀程內化為特點，主張於身內完成祭煉儀式。³⁷《靈寶無量度人上經大法》題為「天真皇人」撰，實際著者不詳，是一部成書於宋元之際，以靈寶為宗，兼攝天心、神霄等道法科儀的彙編著述。就煉度儀而言，書中既收錄有靈寶煉、南昌煉、九天煉等靈寶儀式，還有三光煉、混元陰煉等其他法派儀式。林靈真《靈寶領教濟度金書》成書於元代，主述齋醮科儀。林氏屬寧全真一系（天臺靈寶），其所輯法書在紹繼東華傳統的同時，又「準繩正一教法」有所變通，這與元代正一教地位的提升不無關聯。³⁸ 此書雖成於元代，但其所載煉度儀法內容豐富，相信並非短時間內所能形成，在一定程度上也能反映出宋代靈寶法煉度儀的情況。

以上，除《玉堂大法》和《太極祭煉內法》外，³⁹ 其餘文獻皆屬於靈寶法系統。《玉堂大法》重視「三光」在煉亡中的作用，《太極祭煉內法》則是通過靈寶儀程的內化來濟施亡靈。至於靈寶法中煉度儀的情況則比較複雜，因為，即使是名稱相近甚至相同的儀式，諸書所載內容亦非完全一致，它們在儀法上（符咒罡訣、奏申文檢、煉度神將、行煉方式、存想取炁等）或多或少都存在一定的差異。從共性上說，靈寶法的煉度儀大多有較穩定的儀程結構（如破獄、攝召、沐浴、施食、水火煉等），這些儀節亦是宋代黃籙齋晚朝的重要內容。其次，靈寶法煉度儀注重「演經為法」，即對靈寶經的引申和發揮，比如重用《度人經》、《洞玄靈寶自然九天生神章經》、《太上洞玄靈寶赤書玉訣妙經》等。⁴⁰ 復次，靈寶法煉度儀通常以水火煉為核心，並輔以其他煉法，如九天煉、五芽煉、混元陰煉等。⁴¹ 值得注意的是，其中某些煉法並

³⁶ 祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，頁38-40。

³⁷ 同上註，頁48。

³⁸ 丁培仁：《元前道派研究》，頁422。

³⁹ 祝逸雯博士指出，《太極祭煉內法》是以靈寶儀程內化為特點。而靈寶大法中的祭煉文獻，通常遵循著一套道教科儀獨有的官僚主義程序，需要神祇的臨場監督和神將功曹的協助。參見祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，頁48。

⁴⁰ 劉陶：〈宋代道教煉度儀研究〉，頁40-49、65-67。

⁴¹ 同上註，頁136-190。

非出自靈寶法。以九天煉為例，宋代有兩種較常見的九天煉，第一種是以《九天生神章經》為依據，主張以「九天九陽之炁」煉亡成仙。第二種是以「九陽梵炁」煉度亡魂。前者屬靈寶法，後者出自神霄法，某些靈寶煉度中同時使用了這兩種煉法。⁴² 類似的情況亦見於其他法派，如《玉堂大法》「三光煉度」中有水火煉、水火交煉和九天仙煉，其「九天」的概念本出於《九天生神章經》，但在經典闡釋和九符形制上又有別於同時期靈寶法的九天煉。⁴³ 這種不同法派之間互用其法、或對他派道法稍加改動「為我所用」的現象在宋代十分普遍，反映出宋代道教在法派上的門戶之見遠不如宗派那樣涇渭分明。⁴⁴ 一種煉度儀可以兼攝其他法派的煉亡之法，而一位行儀道士亦可以兼修諸法。

通過對上述諸書中煉度文獻的考察，本文認為，就行煉方式而言，宋代「水火煉度」大致可歸納為三種，即：「外池沼」煉、「內外水火」煉，以及「內水火」煉。下文將著重從概念、特點、內法等方面對這三種煉法展開討論。

二、「外池沼」煉

(a) 「外池沼」煉的含義及特點

所謂「外池沼」，即煉度壇場所設水池、火沼。一般以「圓器」為火沼、「方器」作水池，以象徵日精月華。如王契真《上清靈寶大法》卷五九云：「火池用圓爐盛真火，水池用方器盛真水。」⁴⁵ 《無上黃籙大齋立成儀》卷二七稱：「先以一方器，安壇之西北，以牌書云：南宮太陰水煉池。又以一圓器，安壇之東南，以牌書云：南宮太陽火煉池。」⁴⁶ 這種「火沼為圓」、「水池為方」以法日月的觀念，應當源於漢代道家

⁴² 劉陶：〈宋代道教煉度儀研究〉，頁151-152。

⁴³ 《玉堂大法》「九天煉」是以「九方」對應「九炁」，而靈寶法的「九天煉」則延續了《九天生神章經》「九炁受生」說，通常以「九月」對應「九炁」。參見劉陶：〈宋代道教煉度儀研究〉，頁162-164。

⁴⁴ 丁培仁：《元前道派研究》，頁424。

⁴⁵ [宋]王契真：《上清靈寶大法》，卷五九，《道藏》，第31冊，頁252中。

⁴⁶ [宋]蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷二七，《道藏》，第9冊，頁535下。

「陽燧取火於日，方諸取露於月」之說。⁴⁷

「外池沼」煉最明顯的特點是以壇場水池、火沼為煉亡之所，一般設有建水、火二池的環節，並有專門的布炁變池之法。⁴⁸ 大致而言，行煉時，法師先於壇場立水池、火沼，並於存想中以內外混合之炁變凡間水火為「真水火」，次存神召將引魂入池受煉更生。如《無上玄元三天玉堂大法》卷一八云：「吾身造化，隨念運行，即我陽神分形官將，合天之炁，運吾之神，寄委符形，借凡水火呼吸之，內與道合真。」⁴⁹ 就外像看，這類水火是有形、有限的。法師借助存想化其「有限」為「無限」，以之含容無量幽魂。不難看出，水火煉亡的場景實際上僅存在於法師的想像之中，是不可見的。但是，由於法師的存想是基於現實之物而展開，即以有形相的池沼水火為存想對象，意想亡魂入池受煉，故稱之為「外池沼」煉。這種水火煉亡的方式在宋代比較常見，儀式內容亦較繁瑣，所涉內法（炁法）亦不盡一致。以下擬就「外池沼」煉的主要儀法略作介紹。

(b) 「外池沼」煉的主要儀法

1. 建、變水火池

建池的關鍵步驟有二：其一，取太陽、太陰真精，此為有相水火；其二，於存想中將日月之精布入池沼。取太陽真火，是指法師於午時用陽燧或柳木炭、楊柴炭與苦竹等引火。⁵⁰ 以陽燧為例，法師在正午於

⁴⁷ [漢]劉安：《淮南鴻烈解》，卷一一，《道藏》，第28冊，頁44上。「方諸」即月下承露取水的方形器皿，「陽燧」即日下取火的圓形凹面銅鏡，二者所取水火上應日月之氣。

⁴⁸ 參見[宋]蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷二七，「火池法」與「水池法」，《道藏》，第9冊，頁536下-537中；卷三一，「火池法」與「水池法」，《道藏》，第9冊，頁560中-561上。[宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷一三，「變火池法」與「變水池法」，《道藏》，第31冊，頁417上-中。[宋]王契真：《上清靈寶大法》，卷五九，「立水池」與「立火池」，《道藏》，第31冊，頁250上-中。[宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷一八，「變煉」法，《道藏》，第4冊，頁57下-58上。[宋]《靈寶玉鑿》，卷三八，〈煉度更生門〉，《道藏》，第10冊，頁398下-402上。

⁴⁹ [宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷一八，《道藏》，第4冊，頁57中。

⁵⁰ 參見[宋]王契真：《上清靈寶大法》，卷五九，《道藏》，第31冊，頁252中。[宋]

日下，以陽燧取日中真火點燃取火符，⁵¹ 以此符火點燃傳光燭，此燭火用於分燈、破獄和煉度火池。建池時，法師將此火移入火沼當中，並藉助罡、訣、符誥、祝咒以行布炁之法，存想日精與身中之炁下注火沼。如《靈寶玉鑿》卷三八「太陽寶誥」和「建火沼符」皆用於建火沼。宣「太陽寶誥」前，法師存想太陽赤光入於下丹田（元宮），復自右腎上透崑崙，從左目而出，運此內外混合之炁布入「寶誥」，次步罡剔訣，存誥中之炁降入火沼。焚「建火沼符」時，法師取南炁，以目光虛書離卦入火沼中。⁵²

太陰真精，即東井黃華水，是指井宿之炁與太陰之精相激而成的黃色水華。此水應擇月臨井宿之日，於井宿方的水井處取之，盛於瓶中，每夜露天，並輔以祝咒存想，俟沐浴、水煉時用之。⁵³ 建池時，法師將此水盛入水池，並輔以罡、訣、符誥等行布炁之法，存想太陰真精與身中之炁注入水池。如《靈寶玉鑿》卷三八「太陰寶誥」、「建水池符」，前者寓有太陰之炁與法師身中之炁，後者則寓北方（主水）之炁，法師用此符誥投建水池，象徵池中之水乃太陰真精所化。

建池後，法師行變池之法，即將壇場池沼存變為日月，或流火神庭、天河東井等。⁵⁴ 行儀時亦需輔以變池用符誥，該環節旨在變降「真水火」。如《玉堂大法》卷二〇「變煉」法稱：「焚黃誥、赤籙之時，存各曜，各曜乃水池為月，火沼為日也，乘光入吾身，混合吾身之水火，俱入池中。」⁵⁵ 其「黃誥」用於變降真水，「赤籙」以請降真火，焚

蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷二七、卷三一，《道藏》，第9冊，頁535下、560上。[宋]寧全真授，[元]林靈真編：《靈寶領教濟度金書》，卷二八三，《道藏》，第8冊，頁492中-下。

⁵¹ 常見的取火符有「請火符」、「請真火符」、「慧光符」等。參見[宋]王契真：《上清靈寶大法》，卷五九，《道藏》，第31冊，頁252中。[宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷一三，《道藏》，第31冊，頁414上。[宋]寧全真授，[元]林靈真編：《靈寶領教濟度金書》，卷二八三，《道藏》，第8冊，頁492下。

⁵² [宋]《靈寶玉鑿》，卷三八，《道藏》，第10冊，頁399下-400上。

⁵³ [宋]寧全真授，[元]林靈真編：《靈寶領教濟度金書》，卷二八三，《道藏》，第8冊，頁498中-499上。並見[宋]王契真：《上清靈寶大法》，卷五九，《道藏》，第31冊，頁251下-252上。

⁵⁴ [宋]蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷三一，《道藏》，第9冊，頁560下-561上。

⁵⁵ [宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷一八，《道藏》，第4冊，頁57下。

誥籙時，法師存變水池火沼化為日月，這一過程即是變池。又如《靈寶玉鑿》卷三八中，法師以數道符變化池沼，並存想水池火沼分別化作「森羅淨霤」（東井黃華）⁵⁶ 與「流火神庭」。⁵⁷ 金氏《大法》卷一三「變水池」稱：「存真水自天而下，徑入[水]盂中，化成廣大水池。」⁵⁸ 這是通過存想將壇場水池化為可以含容無鞅眾魂的「真水池」。

由上可見，建池與變池之法皆有化凡為聖之義。不過，建池之法旨在取日中之火、井華之水，並通過存想、焚符、祝咒等儀法，將此水火存變為寓有太陽、太陰真精之物。而變池之法則是在此基礎上對有限之水火進一步聖化（如存變為日月、流火神庭、天河東井）。建、變池畢，法師遂行召將之法引魂入煉。該環節所涉神將名號甚多，常見的有「主水、主火大將軍」、「掌水、火池使者」、「煉度官君」等。這些將吏當隸屬於「南昌受煉司」，⁵⁹ 其職能主要有兩種：合炁煉魂與引魂入煉，詳如下。

2. 召將行煉

召將之法以炁化論為基礎，道教認為，宇宙萬物無一不由炁化而成，煉度官將亦不例外。基於此，「合炁煉魂」遂成為某些「外池沼」煉所召神將的職司之一。所謂「合炁煉魂」是指法師藉助存召「某將」及其所象徵之「炁」，混合身中之炁，以此「合炁」變化水火、蕩煉亡魂。如《靈寶玉鑿》卷三九云：「高功入科水鍊，鳴召：謹召主水大將軍王燕，速至壇所，合炁鍊魂。右神皂袍金介、冑綠仙帶，自北方乘雲而

⁵⁶ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》卷四稱：「淨霤者，丹池東井黃華，諸天真仙鍊形之所。故下世罪魂，若以淨霤黃華之泉，鍊其陰翳，即得升陽境。」《道藏》，第3冊，頁633上。

⁵⁷ 法師用「降真水符」、「十二河源符」、「月魄符」等變降真水，以化水池為淨霤；用「變火沼符」、「降真火符」、「擲火萬里符」、「日魂符」等，存變火沼化為流火神庭。[宋]《靈寶玉鑿》，卷三八，《道藏》，第10冊，頁400上-402上。

⁵⁸ [宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷一三，《道藏》，第31冊，頁417中。

⁵⁹ 「南昌受煉司」即南昌上宮，乃煉化度仙之所。上文「主火大將軍」、「主水大將軍」、「掌水池使者」、「掌火池使者」等神將，在王契真《上清靈寶大法》卷六五「南昌受煉司主職神將」，以及《靈寶無量度人上經大法》卷五七「煉度師尊官吏」中皆有跡可尋。《道藏》，第31冊，頁328下-329上；《道藏》，第3冊，頁945下-946上。

至。師吸炁歸中，化作金魁字，以陰斗訣發此字於水池，光明瑩徹，內如碧天皓月之狀，受鍊眾魂，俱入月中，黃華蕩形。」⁶⁰ 這是「水煉科」的存召之法，其中，法師既要存想「主水大將軍」的具體形象，如「皂袍金介、靑綠仙帶」，還要存取該將所象徵的北方之炁，如「自北方乘雲而至」一句。「北方」在五行中屬水，表示「主水大將軍王燕」乃北方炁所化。「師吸炁歸中」則表示法師於存想中將北方炁與身中炁混合（化作金魁字），並以此「合炁」變水池為皓月，存想亡魂入池受煉。又如《靈寶玉鑿》卷四〇載：「入火鍊科，……謹召主火大將軍趙仲明，速至壇所，合炁鍊魂。右神紅袍金介、靑綠仙帶，自南方乘雲而至。師吸炁歸中，化作金魁字，以陽斗訣發此字於火沼中，光明洞煥，如天邊曉日之狀，受鍊眾魂，俱入日中，玉眸鍊質。」⁶¹ 這是「火煉科」的存召之法，其存想布炁的理路與「水煉科」基本一致。不同的是，「主火大將軍」的方位在南方，象徵南方之炁（五行屬火），並且要將火沼存變為日。由上不難看出，這類召將之法的真正意圖在於取炁、合炁，進而灌煉亡魂，其存想內容較為豐富。

除「合炁煉魂」外，「外池沼」煉中還有部分神將僅扮演「引領員」的角色，主要職責是引導亡魂入池受煉，其存召之法甚為簡易。這類神將在宋代「外池沼」煉中較為常見。如蔣氏《立成儀》卷二七「火池法」稱：「指揮掌火池使者、鍊度官童將吏、日中陽精，速降池中伺候，引亡魂等入火池。」⁶² 其「水池法」云：「指揮掌水池使者、蕩形官童將吏、月中黃華靈根，速降池中伺候，引亡魂等入水池。」⁶³ 文中所召將吏僅起到引魂入池之用，無涉變化水火、合炁煉魂之事。又如《靈寶無量度人上經大法》卷六一云：「謹召掌水池使者，鍊度一行官君將吏，引領所度亡魂入水池受煉。……謹召掌火池使者，同九光童子、火鈴靈童、鍊度使者、火府將吏，引領所度亡魂入火池受煉。」⁶⁴ 顯然，其「鍊度官將」的職司為「引魂入池」，而不涉具體的行煉事宜。

⁶⁰ [宋]《靈寶玉鑿》，卷三九，《道藏》，第10冊，頁405上。

⁶¹ 同上註，頁410上。

⁶² [宋]蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷二七，《道藏》，第9冊，頁537上。

⁶³ 同上註，頁537中。

⁶⁴ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》，卷六一，《道藏》，第3冊，頁957下-958中。

由上文可見，無論是建、變池環節，還是召將行煉，均涉及極為複雜繁瑣的存想內容，這尤其體現在「炁法」的表述上。比如，就方位而言，有南方炁、北方炁、西北炁等；以訣目而言，有以「真火訣」取「午炁」，以「真水訣」取「北炁」等；以表義而言，或存「流火神庭」之烈焰，⁶⁵ 或存「絳宮赤炁」入注火池以變降真火，⁶⁶ 又有存想日精月華流布水池火沼等。某些「外池沼」煉在建、變池之際甚至需要存取數種「炁」，這些「炁」名稱各異，存想之法亦不相同，著實令人目眩。然而，在討論煉度儀乃至其他道教科儀時，炁法的研究實乃不可迴避之對象，這是了解道教儀式至關重要的一環。為此，本文有必要對「外池沼」煉的炁法特點進行提煉、歸納，以便從「內法」的角度對該類煉法作進一步說明。

3. 炁法特點

「外池沼」煉大多遵循「內外合炁」之法變化水火以煉度亡靈。所謂「內炁」，即煉度者身中陰陽二炁，而「外炁」則指自然界之炁與意存外境所取之炁。內外混合之炁在宋代煉度儀中十分普遍，不僅是水火煉度，其他儀節諸如變神、破獄、攝召等亦循「合炁」之法。就「外池沼」煉而言，其建池、變池、行煉以及其煉度符法皆以「內外合炁」行事。如《靈寶玉鑿》卷一〈水火煉度說〉云：

鍊度者，以我身中之陰陽造化，混合天地陰陽之造化，為淪於幽冥者，復其一初之陰陽造化也。……所設有形之火水者，假天之象、地之形、日精月華之真炁，又假諸符篆以神其變化，使死魂復得真精合凝之妙，而仙化成人也。⁶⁷

上文稱，煉度就是以法師身中陰陽二炁，混合「天地陰陽」寓於壇場池沼和煉度符篆中，以為亡魂煉聚真精，度其超升。文中「混合」二字，表示「身中陰陽」與「天地陰陽」（日月真炁）有內外之別，前者言內炁，後者為自然界之炁。值得注意的是，「內」與「外」不僅是指身

⁶⁵ [宋]蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷二七，《道藏》，第9冊，頁537上。

⁶⁶ [宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷一三，《道藏》，第31冊，頁417上。

⁶⁷ [宋]《靈寶玉鑿》，卷一，《道藏》，第10冊，頁145中。

內、身外之別，還體現在存想內容上，即以行者「心繫之境」來判定。如《無上玄元三天玉堂大法》卷三〇云：

早朝，則思上丹田之陽神，朝元尊於泥丸。午朝，則思中丹田之陽神，朝於絳宮。晚朝，則思下丹田之陽神，朝於丹田。復從本處乘炁而出，早則乘泥丸之青炁朝元始，午則乘心中之黃炁朝道君，晚則乘腎中之白炁朝老君，使內炁以合外炁，外神以符內神，則一瞬之間，報應如響矣。⁶⁸

上文為「一日三朝」之法，依先內後外之序行事。文中「三田陽神」為身中之神，象徵「三田之炁」。行持時，當先思「三田陽神」，次存三神乘三炁各從三田而出，朝覲「元始」、「道君」、「老君」，此「三尊」乃行者存想的身外之神。上文稱此過程為「使內炁以合外炁，外神以符內神」，其「內炁」、「內神」即「三田陽神」與「三田之炁」；而「外炁」、「外神」則指「三尊」及其所象徵之炁。顯然，其「內」與「外」是根據行者之存想繫於身內或身外來判定。換言之，這是以存想的客體作為判定標準。因為，從存想主體的角度來說，無論所存對象為何，都是主體意念中事，皆屬「內事」，也就無所謂內外之別了。這種以意存之境判定內、外炁之說，亦見於煉度儀中。如《太極祭煉內法議略》卷中稱：

今人行持，多是存想作用外事，豈知天地萬化盡備在我身中。若曰：吸天門炁、三清祖炁、十方生炁、東方青炁、西方白炁，及想金光百千萬道降注兆身之類。至如遽然存想太一天尊、朱陵火府、天河東井者，皆外事也。有取合炁者，如噓出肝炁，存想與東方青炁來相接，吸之仍噓出者，謂取天地至靈之炁合自己至靈之炁，凡此之類，皆謂之合炁。以內炁而合外炁，是亦外事，豈若運我身中真造化耶。⁶⁹

鄭所南指出，宋元之際有相當一部分祭煉儀（煉度儀）率為「存想作用外事」（意存外境），並對這類存想取炁之法頗有微辭。在鄭氏看

⁶⁸ [宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷三〇，《道藏》，第4冊，頁120上。

⁶⁹ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷中，《道藏》，第10冊，頁448中。

來，天地萬物悉備於「我」身，一身之中已含容天宮及眾真、地獄與幽魂，「祭煉」之事蓋取決於「我身中真造化」。所謂「真造化」，是指煉度者於深潛靜定中行坎離交媾之道，以蕩除陰翳、息滅妄念，進而現證元神。⁷⁰ 他主張行煉者必須以自煉元陽作為祭煉幽魂的前提。「太極祭煉」在內法上實有取決於內丹道，這種取向亦造就了其重內事而輕外儀之特點，相關內容詳見後文。

依鄭氏所言，凡是心繫外境皆屬「外事」，意存此境所取之炁即屬「外炁」。

此外，上文所謂「內外合炁」，是指身中之炁混合意存外境之炁，亦被鄭氏視為「外事」，這與其專於內事而不重外儀的觀點不無聯繫。此類「合炁」與《靈寶玉鑿》所言「合炁」有所區別，後者主張以身內陰陽混合天地陰陽。換言之，「內炁」與「外炁」是根據身內身外與意存之境兩個層面來劃分的，下文將對內外之炁作進一步析論。

(i) 外炁

「外池沼」煉的外炁大致有兩種：其一，自然界之炁；其二，意存外境之炁。前者常用於建池，後者多見於變池、入煉等環節。

建水、火池時，通常要求取「日中真火」與「黃華真水」，二者寓有自然界的日月真精，如王氏《大法》卷五九〈取真火法〉稱：「凡欲取陽精真火，先以楊柴炭，用苦竹當日午面日，截竹取火，……以符[請火符]引火燒炭用之。」⁷¹ 這是說，法師於午時以苦竹取太陽真火，此火中寓有當日太陽真精。取火之後，法師還要將心中赤炁布入火中。由此可知，其「陽精真火」蓋由太陽真精(外)與身中之火(心中赤炁)混合所化。又如「黃華真水」，本指井宿之炁與太陰真精相激而成之黃色水華。早期上清經中已有「黃華浴魂」之說，最初是指「天人」以「東井黃華」沐浴自煉，⁷² 後世又將「黃華」的用途拓展至度亡科儀。

⁷⁰ [宋]鄭所南《太極祭煉內法議略》卷中稱：「蓋自己造化之出現者，即我之元神也，與遽然存想太一天尊不同。」《道藏》，第10冊，頁450上。

⁷¹ [宋]王契真：《上清靈寶大法》，卷五九，《道藏》，第31冊，頁252中。

⁷² 如《上清黃氣陽精三道順行經》云：「諸上仙萬帝皆以立秋之日，悉詣廣靈之堂、東井之泉，沐浴自鍊，更受津源通真之容也。」又稱：「秋分之日，月宿東井之上、廣靈之堂，沐浴東井之池，以鍊月魂，明八朗之芒。當此之日，月受陽精於

在煉度儀中，「黃華真水」用於沐浴和水煉兩個儀節。取「黃華水」，需於月亮運行至東井之日，在位於井宿方的水井處取水，此水之中寓有太陰真精與井宿之炁，當屬自然界之炁。如王氏《大法》卷五九〈取真水法〉云：「凡取東井黃華神水，以月內井宿之日，用月將加臨宿直之上，逆數看井宿在何方，便於本方上取之。」⁷³ 取水時，要輔以存想、祝咒、焚符等儀法；取水畢，法師還要運雙腎之炁注入水中，這一過程即以內外之炁變化真水。

其次，意存外境之炁，這是「外池沼」煉中最为常見的一類「外炁」。這裏所說的「外境」通常具有聖化的特點，比如存想天宮、仙真、神將及其所象徵之炁。如蔣氏《立成儀》卷二七稱：「師行水池法，……存天河東井之水，自水池西北角流入，湛然澄清。取西北炁一口，吹池中。」⁷⁴ 其「東井之水」是指法師存想中的太陰真精，有別於上文所說的「東井黃華」。法師以此東井炁混合西北炁變化水池。又如《靈寶玉鑿》卷四〇云：「謹召主火大將軍趙仲明，速至壇所，合炁鍊魂。右神紅袍金介、冑綠仙帶，自南方乘雲而至。師吸炁歸中，化作金魁字，以陽斗訣發此字於火沼中，光明洞煥，如天邊曉日之狀，受鍊眾魂，俱入日中，玉眸鍊質。」⁷⁵ 其「主火大將軍」象徵南方之炁，法師存此炁與身中之炁混合（吸炁歸中，化作金魁字），以之變化火沼，煉化亡魂。

在「外池沼」煉中，通常會同時涉及以上兩種炁法。以太陽真精為例，建池時，法師要於午時面日取火，此火寓有日中之炁；變池時，又要存變火沼為日，這是存想中的太陽真精。天地陰陽——日中之炁與意存外境——日中真精，皆屬外炁。但是，前者要受時空（午時、取火方位）及其他條件的限制（如以陽燧、苦竹取火）；後者則繫於意念之中，除必要的法器（火沼、符誥）外，少有外部條件的制約。

日暉，吐黃氣於玉池。秋分之日，諸天人悉採環樹之花，以拂日月之光，月以黃氣灌天人之容。」《道藏》，第1冊，頁824下、826中。

⁷³ [宋]王契真：《上清靈寶大法》，卷五九，《道藏》，第31冊，頁251下-252上。

⁷⁴ [宋]蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷二七，《道藏》，第9冊，頁537上-中。

⁷⁵ [宋]《靈寶玉鑿》，卷四〇，《道藏》，第10冊，頁410上。

(ii) 內炁

內炁，即煉度者身中陰陽二炁，其存想以「繫念於身」為特點。「外池沼」煉所涉內炁有兩種，即心腎未交與心腎相交之炁。前者未行陰陽升降、坎離交媾之法。在這類炁法中，腎屬陰、主水，心屬陽、主火，卦象呈離上坎下之勢（火上水下）。而後者則受到內丹道的影響，以腎為真陽（陰中求陽），以心為真陰（陽中求陰），卦象呈坎上離下之象（水上火下），即以腎中真火與心中真液相交之陰陽正炁為「水火」。

從現存宋代煉度文獻看，部分「外池沼」煉在行煉過程中並未涉及「坎離交媾」之道。如金氏《大法》卷一三「變火池」法稱：「存身中絳宮赤炁騰出，漸盛徧滿身外，注入爐中化成真火。」⁷⁶ 絳宮，即心宮，亦稱朱陵火府，其炁色赤，五行屬火，法師存絳宮之炁以變化真火。其「變水池」法云：「存下田黑炁騰出，漸盛徧身，注入盂中化成真水。」⁷⁷ 「下田黑炁」即腎中之炁，其炁色黑，五行屬水，以此炁變化真水。不難看出，上文「真水火」分別取自腎、心二宮，腎為陰（水），心為陽（火），在其存想過程中並未體現出「升降陰陽」、「顛倒坎離」之法。所謂「顛倒坎離」，是以腎為真陽，心為真陰，於腎宮取真火，於心府取真水。如《玉宸經法煉度內旨》稱：「諸家之說，惟用心火腎水，離火坎水，皆指後天之水火，非先天之真水真火已。……夫真火者，坎中之陽也；真水者，離中之陰也。此之陰陽，得乾坤之中炁。」⁷⁸ 文中所謂「後天水火」應指未濟之水火，上引金氏《大法》即屬此類；而「先天水火」則為既濟之水火，即法師以腎中真陽燻蒸心宮真液，遂運此交混之炁煉度亡靈。

就整體上說，未涉坎離交媾的「外池沼」煉尤其注重「內」與「外」的和合，其中某些儀式的存想方式更接近於早期道教的存神之法。如蔣氏《立成儀》卷二七云：「取北方水炁五口，運自己腎炁五道，相交吹入水池。」⁷⁹ 其「北方水炁」即意存外境所取之炁，「腎炁」即內炁，法師以內外合炁變降真水。這一過程中強調的是內外之合，而非心腎

⁷⁶ [宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷一三，《道藏》，第31冊，頁417上。

⁷⁷ 同上註，頁417中。

⁷⁸ [宋]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁773上。

⁷⁹ [宋]蔣叔輿：《無上黃籙大齋立成儀》，卷二七，《道藏》，第9冊，頁541上。

之交，其間未涉顛倒坎離之法。又如《靈寶無量度人上經大法》卷三七云：「右法[指水煉法]以水一器，正北叩齒九通，思男玉童三人從心出，女玉女七人從腎出，唾津七口。」⁸⁰這也是在說變化真水之法，雖然其存思的對象——玉童、玉女，分別象徵著心腎之炁，但其間並不存在升降陰陽之道。在「坎離交媾」中，內炁的運行軌跡一般是自下丹田循督脈而上至泥丸，復自泥丸沿任脈而降下。而文中存玉童、玉女自心、腎二宮出，這類存神法實際上與早期道教出身神之法並無二致。因此，儘管其水煉法同時提到了心腎之炁，但在炁法上不屬於「坎離交媾」。又如《度人經大法》卷五八稱：「取日光一道入池[火池]，存日光中有童陽君，冠飛天冠，衣朱陵丹衣下降。又存自己左目中有童陽君一人，與上合成一人而入池內，日光五色燦爛，內外皆明。」⁸¹文中有兩位「童陽君」，其「日光童陽」屬外炁（意存外境），象徵太陽真精；「左目童陽」屬內炁，象徵法師身中陽炁。法師存想兩童陽君合二為一降入火池，表示以內外合炁變化真火。顯然，這是藉助「存神」與「合炁」變化火池，其中無涉「既濟水火」之法。⁸²

除「心腎未交之炁」外，亦有部分「外池沼」煉吸納了內丹「顛倒坎離」之道，主張以「心腎相交之炁」煉化亡魂。下文將以《無上玄元三天玉堂大法》「三光煉度」和「玉宸經法煉度儀」為例介紹這類炁法。

《玉堂大法》卷一八「三光煉度」，是一種兼含「未濟」與「既濟」兩種炁法的「外池沼」煉。該儀式有水煉、火煉、水火交煉三個環節，前兩個環節不涉既濟陰陽之法，唯「交煉」是以「坎離交媾」之炁行事。

水、火二煉時，法師以「心腎未交之炁」變降「真水火」。如其稱：「先存吾身中腎間一點光明，如豆大，良久長成，飛出水波，波間官將皆衣玄衣，玉女乘水炁立于吾身之右，委入水池之側。存心間一丸如橘大，良久迸出真火，火間官將赤衣，玉童乘光，立于吾身之左，委入火池之側。」⁸³這是水火二煉的召將之法，其水、火煉官將分別

⁸⁰ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》，卷三七，《道藏》，第3冊，頁825上。

⁸¹ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》，卷五八，《道藏》，第3冊，頁947下。

⁸² 需要說明的是，該法屬「生身受度品」，其煉度的對象為生者。這類儀式仍以「水火煉」為核心儀節，亦有建、變池等環節，旨在為受度者煉俱身神、去除尸魄，以圖令其死後不經地府而逕升天界。

⁸³ [宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷一八，《道藏》，第4冊，頁57中。

出於腎、心二府之說，暗示著真水取於腎，真火取自心。召將畢，法師焚「黃誥」、「赤籙」，並「存各曜，各曜乃水池為月，火沼為日也，乘光入吾身，混合吾身之水火俱入池中，但見光明晃曜，不覩凡界，然後行事。」⁸⁴ 這是以「內外合炁」之法變化水、火二池。具體地說，法師藉助「黃誥」、「赤籙」布炁於池，⁸⁵ 存想二池為日月，並以此存想中的日月真精混合身中「水火」變化池沼，其「合炁」之法與前述數種「外池沼」煉基本一致。需要指出的是，文中並未就「吾身之水火」作具體說明。不過，根據其「召將」的存想內容，即水、火煉將吏出於腎、心之說，筆者推斷，其「吾身之水火」亦當分別出自腎、心二府，而非於坎（腎）中求真陽，離（心）中求真陰。換言之，「三光煉度」的水、火二煉，蓋以內外合炁之法冶煉亡魂，其以腎為真水、心為真火，呈水下火上之勢，表明其內炁應屬「未濟之水火」。

水、火二煉畢，法師遂行水火交煉以令亡靈煉質成真、超凌三界。在「交煉」環節中，《玉堂大法》明確提到了「既濟陰陽」，其稱：「交煉之法，其造化尤為至妙，故全奪造化交合之妙，借篆符運用之功，既濟陰陽，和同魂魄，陰消陽長，自然成其真，豈小小法力也耶！」⁸⁶ 其「既濟陰陽」即坎離交媾、心腎相交的另一種表述。只是，文中並未言明「交煉」之內法，僅云「借篆符運用之功，既濟陰陽」，這說明篆符與「既濟陰陽」之間當存在密切聯繫。該「交煉法」共使用三道符，即「水火既濟合煉成真玉符」、「全真備道返陽合體大符」及「混合全形符」。⁸⁷ 本文根據三符的名稱及其咒語推斷，此三符當寓有「心腎相交之炁」。具體地說，書符時，法師行坎離交媾之法將心腎相交之炁布入「交煉三符」中。行煉時，又藉助焚符、祝咒、存想等方式，將符中所寓之陰陽正炁布入池沼以煉化亡魂。這一推斷的依據，

⁸⁴ [宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷一八，《道藏》，第4冊，頁57下。

⁸⁵ 即「素華真玄玉光黃誥」和「元陽自然鍊魂赤籙」，前者用於變降真水，後者用以變降真火。《玉堂大法》中僅載有「玉光黃誥」的書寫內法，如其稱：「此『黃誥』者，即是變真水之法也。當引月芒灌筆書之，焚時，存月華入混水池。」這表明法師在書誥與焚誥時的存想對象為太陰真精。據此可推，與之對應的「赤籙」，其書籙、焚籙時存想的對象當為太陽真精。換言之，「黃誥」與「赤籙」所寓之炁為法師存想中的日精月華，而非坎離交媾之炁。《道藏》，第4冊，頁57下-58上。

⁸⁶ [宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷一八，《道藏》，第4冊，頁59上。

⁸⁷ 同上註，頁59中-60上。

在於《玉堂大法》十分重視道符在煉度儀中的運用，如其稱：「假吾身修持之造化，借水火交媾之玄功，因呪以度之，仗符以生之，故聚殘為全魄，煉尸為陽質，一時之內，得遂超凌。」⁸⁸又云：「運吾之神，寄委符形，借凡水火呼吸之。」⁸⁹不難看出，符的神聖效率率由炁所賦予，是法師煉度亡靈的重要法器。其「交煉三符」煉質成真的功能，當取決於法師心腎交媾之炁。其次，「交煉三符」所附咒語亦能輔證以上推斷。如「水火既濟合煉成真玉符」有「坤母覆乾父」、「碧海生赤焰，火中迸天淵」等咒語。所謂「坤母覆乾父」，其「覆」字當釋為循環往復，即陰而復陽之義。這個過程中涉及一個重要概念——「取坎填離」。為便於理解，我們用卦象來闡釋其反陰復陽之理。乾坤二卦乃坎離之體，象徵先天；坎離二卦為乾坤之用，象徵後天。陰陽交感，乾陷於坤以成坎，乾則成離。欲返還先天純陽（乾），須將坎卦☵中間的陽爻，移填離卦☲中間之陰爻，遂演為☰。從坤卦的角度看，其經歷了☷（先天）→離卦☲（後天）→乾卦☰（取坎填離）的三次轉變，是謂「坤母覆乾父」。不難看出，這一過程旨在強調陰陽（坎離、水火、心腎）之交合。而「碧海生赤焰，火中迸天淵」當解為水中藏真火（坎、腎含真陽），火中藏真液（離、心藏真陰）。此外，焚「全真備道返陽合體大符」時，法師存「日月交光，引魂立中，然後備通。」⁹⁰焚符，即意味著將符中所寓之炁布入池沼。其「日月」應有兩層含義：一指水池火沼，此為太陽、太陰真精之外像；二指法師身中陰陽正炁。「日月交光」是指法師以符為媒介，將身中陰陽相交之炁布入水池火沼，即以「我」既濟之水火，混合太陽、太陰真精以灌煉亡魂。由此可知，「三光煉度」的「交煉」法，實有取於內丹道的相關理論與方法。只是，《玉堂大法》是以道符作為內炁之媒介，通過寓炁於符以行煉亡之事；而內丹修煉則鮮涉符法，並且內丹之炁機升降運轉亦更為複雜。

綜上所述，《玉堂大法》「三光煉度」是一種包含了「未濟」與「既濟」兩種內炁的「外池沼」煉。在煉亡過程中，注重寓炁於符、借符行煉，

⁸⁸ [宋]路時中：《無上玄元三天玉堂大法》，卷一八，《道藏》，第4冊，頁57上。

⁸⁹ 同上註，頁57中。

⁹⁰ 同上註，頁59中。

其書符(交煉三符)內法運用了內丹「坎離交媾」之道。

相較於「三光煉度」中「未濟」與「既濟」兼而有之的情況，「玉宸經法煉度儀」則可謂是一種更為典型的以既濟之炁煉度亡靈的儀式，其行煉過程中所涉內炁率為心腎相交之炁。該儀式由元明時期道士趙宜真撰集，收錄於《道法會元》。需要說明的是，雖然「玉宸經法煉度儀」出現時間略晚，但其關於炁法的記載，有助於我們更好地了解「坎離交媾」之法在煉亡儀式中的情形，故以之為例介紹如下。

「玉宸經法煉度儀」屬於「外池沼」煉，其水火煉度大致分為兩個部分，即建、變池與行煉。⁹¹ 建、變水火池時，法師以內外合炁變降「真水火」，存想火池化為朱陵火府，水池變為玄冥水府。如其「建火池法」稱：「師焚『真火符』，掐日君訣，取太陽炁合己真火，呵布火池，化為朱陵火府。」⁹² 其變化火池的關鍵在於以「太陽炁合己真火」，其中，「太陽炁」乃外炁，即法師意存太陽(外境)所取之炁，而「己之真火」則指腎中真火。⁹³ 變池時，法師存內外混合之炁降布火池，變化真火。其「建水池法」與「建火池法」相類，亦以內外合炁變化水池，只是外炁的存想對象變為「月華」，內炁則指「己之真水」，即心中真液。不難看出，該儀式以內外合炁變化池沼的做法與其他「外池沼」煉基本一致。兩者的區別在於：首先，就「內炁」而言，部分「外池沼」煉在變池環節，多以腎為水府，心為火府；真水出於腎，真火出自心，為水火未濟之象。而「玉宸經法煉度儀」是於腎中取真火，心中取真水，呈水上火下之勢，乃水火既濟之象。其次，「玉宸經法煉度儀」在建水、火池後，還要行「混合水火」之法，這一環節鮮見於其他「外池沼」煉中。所謂「混合水火」，是指法師存想池中水火與身中水火相混融，使陰陽正炁充盈己身，以蕩除自身一切陰翳，返歸清淨靈明之

⁹¹ 「玉宸經法煉度儀」的儀節依次為：存神啟告、建火池、建水池、混合水火、解釋(解冤釋結)、醫治、沐浴化衣、咒食(施食)、火煉、水煉、混煉超度。

⁹² [元]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁774下。

⁹³ 《玉宸經法煉度內旨》云：「心火腎水，離火坎水，皆指後天之水火，非先天之真水真火已。……夫真火者，坎中之陽也；真水者，離中之陰也。」所謂「坎中之陽」，意即真火出於腎；「離中之陰」，意為真水出於心。此種炁法呈水上火下之勢，乃水火既濟之象。由此可知，「玉宸經法煉度儀」之「真火」，蓋指腎中真火；「真水」乃心府真液。[元]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁773上。

性。如其稱：「師中立，舉手結五嶽印，如蓮座，迎降三境慧光、諸天梵炁、日精月華，照耀水火爐鼎，交映兆身。師內視規中，吸呼定息，良久，身心合一，表裏洞徹，如日月合璧初出海之狀。」⁹⁴ 這是說，法師立於水火二池之間，通過結印與存想，⁹⁵ 請降梵炁、日月精炁等下布二池與己身。而後，法師定息凝神，返觀內照。文中「日月合璧」之喻，表示法師通過內視定息以返太極之性，得沖和之炁。眾所周知，道教以陰陽兩極立論，二炁在天為日月，在人為心腎，在時為子午，在卦為坎離。其「日月合璧」既象徵陰陽互含、兩儀未判之性，亦象徵乾坤沖和之炁。由上可見，「混合水火」雖為「內外水火」混融之義，但其關鍵在於內視定息之法，目的是使法師身心清淨、正炁充盈，以便為之後的攝召、解釋、醫治等一系列儀節奠定內法基礎。

行煉時，「玉宸經法煉度儀」按照火煉、水煉、混煉超度的順序煉度亡靈，⁹⁶ 這三個環節皆以心腎相交之炁行事。如其「火煉」法稱：

焚火鍊符，召主火神君、火府將吏、太玄左神，引魂聚集於日光境內受鍊。師密運坎中真炁，如日輪上升南宮，發炎炎流金之火，自天目而出，仍呵布成大火，適空炎炎。眾魂欣悅，皆在其中育鍊形魂，悉化嬰兒之狀。⁹⁷

火煉時，先焚符召將，引魂入「日光境內」。「日光」指火池，法師存召主火神君等引魂入於火池。隨後，內運腎中真陽（坎中真炁）上升「南宮」，即南昌上宮朱陵火府，在人指絳宮心府。這是說，法師運腎中真火交於絳宮，想此相交之炁變為流金之火，自兩眉正中的天目穴（印堂）而出，遂以此真火治煉亡魂。次行水煉法，法師以絳宮真陰之炁布入水池，存想亡魂於其中受煉。其稱：

⁹⁴ [元]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁775上。

⁹⁵ 通常情況下，雙手稱「印」，單手謂「訣」。

⁹⁶ 其「先火後水」的行煉順序，亦是遵循內丹修煉先進陽火、後退陰符之說。如其稱：「故修鍊之工要，不可不先火而後水也。……鍊度之法，蓋取諸此而推以及人，則運吾身純陽之道炁，而點化純陰之鬼魂，則是以我之陽而鍊彼之陰。」

[元]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁773中。

⁹⁷ [元]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁776中。

焚水鍊符，召主水神君、水府將吏、太玄右神，引魂森集於月華境內受鍊。師密運離中真液，如月輪流降玉池，為洋溢黃華之水，即以赤龍攪水，仍吹布成淨霧，汪洋潤澤，眾魂欣悅，皆在其中澡育精魄，即顏色膏潤，體相端嚴。⁹⁸

上文「月華」指水池，法師先存召主水神君等引魂入池，次內運心中真水（離中真液）降注「玉池」。「玉池」指舌下，其「真水」應即陰陽二炁交媾後自泥丸降注口中之津液。復以「赤龍」攪水，即以舌攪津液，遂存此真液之炁布入水池，化為東井黃華之池（淨霤），⁹⁹存想亡魂於池中澡育精魄。

水煉畢，遂行「混煉超度」法。即法師返觀內照，運心腎二炁相交於黃道（中宮），存想身中火鈴自泥丸透頂而出，一切幽魂乘「火鈴之光」上升霄極，俱獲解脫。如其稱：

師復攢簇五行，和合四象，追二炁於黃道，會三性於元宮，調燮火符，交媾水火，即得身心合一，性命混融，表裏洞明，了無掛碍。在會受度仙魂亦皆如是。師速命火鈴大將攝引上升，卻運自己火鈴上入泥丸，透出頂門，烜赫如日，一一眾魂乘火鈴光，冉冉騰空上升霄極，萬化寂然。¹⁰⁰

上文「混煉超度」在內法上與「金液還丹」之法有相近之處。文中「五行、四象、二炁、三性」之說，當出自張伯端《悟真篇》。《紫陽真人悟真篇三注》云：「夫煉金液還丹者，則難遇而易成。要須洞曉陰陽，深達造化，方能追二氣於黃道，會三性於元宮，攢簇五行，合和

⁹⁸ [元]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁776中。

⁹⁹ 「淨霤」通常有三種釋義：第一，指元始天尊治下玄都玉京山玉清殿下的「森羅」、「淨霤」兩池沼，在人則為泥丸九宮之一。參見[宋]陳椿榮集註：《太上洞玄靈寶無量度人上品經法》，卷二，《道藏》，第2冊，頁484上。第二，指玉京山三清殿下之雨池。參見[宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷三，《道藏》，第31冊，頁361中。第三，以「淨霤」為東井黃華之池、仙人煉形之所。參見[宋元]《靈寶無量度人上經大法》，卷四，《道藏》，第3冊，頁633上。上文「淨霤」應為第三義，即東井黃華之池。

¹⁰⁰ [元]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁776下。

四象，龍吟虎嘯，……始得玄珠成象。」¹⁰¹ 所謂「追二氣於黃道」，是指行者內運陰陽正炁相交於黃道。「黃道」，亦名黃庭、黃房、黃婆、明堂，為中宮，其五行屬土，丹書中常稱作「戊己真土」。其位於脾胃之下，膀胱之上，心北之，腎之南，肝之西，肺之東。「黃道」是內丹的一個重要概念，乃採藥烹煉、玄珠成象之所。所謂「會三性於元宮」，是指將精、氣、神三寶會於中宮（黃道），務令行者身、心、意相混融，此即「三家相見結嬰兒」。¹⁰² 而「攢簇五行」則指行者運五臟之炁入於中宮。「四象」即青龍、白虎、朱雀、玄武，常用於表示四方，或二十八星宿四方七宿之四神。在內丹著述中，「四象」則象徵人的四種感官：青龍——眼、白虎——鼻、玄武——耳、朱雀——口。「合和四象」即凝耳韻、含眼光、緘舌氣、調鼻息，以使心無妄念、意不散亂。如下圖所示：



《修真十書雜著指玄篇》卷一「和合四象圖」¹⁰³

¹⁰¹ [北宋]張伯端著，[南宋]薛道光、陸墅、[元]陳致虛註：《紫陽真人悟真篇三注》，〈悟真篇序〉，《道藏》，第2冊，頁973下。

¹⁰² [元]李道純：《中和集》，卷二，《道藏》，第4冊，頁489下。內丹著述隱語頗多、晦澀難明，且多涉易理、術數。為便於讀者理解「水火」之內法，同時，鑒於內丹道法的延續性與傳承性，本文除運用宋代內丹材料外，還使用了幾部元代釋義清晰、圖文結合的內丹道書，如《中和集》、《修真十書》等。前者成書於元初，後者乃宋元丹道著述之彙編，二書有關內法的闡釋相對較為明了。

¹⁰³ [元]《修真十書雜著指玄篇》，卷一，《道藏》，第4冊，頁606中。

此外，在超度之際，上文還提到亡魂乘「火鈴」之光上升天界。其「火鈴」有兩層所指：一指法師存召的「火鈴大將」，其專轄攝引亡魂升天之事；二指法師身中坎離相交後的正陽之炁，即「自己火鈴」，這類「火鈴」常見於超度環節，¹⁰⁴ 是法師陽神的象徵。文中「火鈴」自泥丸透出頂門之說，應即陽神躍頂之義，似與內丹「調神出殼」有異曲同工之處。不過，內丹修煉雖以煉毓陽神為旨歸，但「玄珠成象」並非一蹴而就，修行者需耗費較長時間涵養、調和體內陽炁，¹⁰⁵ 方能證得陽神出殼之境。因此，「火鈴透頂」可能借鑑了內丹「陽神出殼」的概念，但其行持之目的、方式、用途等方面仍有別於內丹。

由上可見，「玉宸經法煉度儀」運用了內丹相關理論與內法。其煉亡之水火與內丹主張的「坎中真陽、離中真陰」並無二致。其「混煉超度」法亦有取於內丹「金液還丹」之法。然而，作為一種度亡儀式，「玉宸經法煉度儀」與專注於自我修煉的內丹術仍有一定的區別，這主要體現在以下四個方面：其一，該儀式有一套較為複雜的存想內容，如存想煉度諸真、火府將吏、水府神將等。而內丹注重的是內觀返照，非以神真為存念對象。其二，煉度亡靈時，一般要使用燭燈（破獄用）、符篆、水池、火沼等物，而內丹修煉中幾乎不涉此類法器。其三，「玉宸經法煉度儀」行儀主體為高功和道眾，前者在儀式中起主導作用，後者起輔助作用。比如，高功行水火煉時，道眾於壇場諷誦〈洞玄靈寶本章〉、〈元洞玉歷寶章〉，¹⁰⁶ 通過團隊的相互協作以完成整個儀式。而內丹則屬於個人修煉的範疇。其四，「混煉超度」乃儀式的終結環節，雖然其內法與金液還丹法相近，但二者在救度對象及用途上有所區別。「混煉超度」以內丹炁法為基礎，法師行「混煉」之法雖亦能起到自煉形神之用，但儀式的終極目標旨在超度無量幽魂。換言之，儘管「玉宸經法煉度儀」試圖將法師與亡魂、個體與群體的利益兼

¹⁰⁴ 宋鄭所南《太極祭煉內法議略》卷中云：「凡坎離交邁、水火既濟之後，造化皆上朝泥丸，……運我一點靈光化為火鈴，上透泥丸，現前幽魂皆隨我一念而生天，正是祭煉幽魂要緊處。」《道藏》，第10冊，頁449下。

¹⁰⁵ 元李道純《中和集》卷三云：「澄心定意，性寂神靈，二物成團，三元輻輳，謂之成胎。愛護靈根，謂之溫養。所謂溫養者，如龍養珠，如雞覆子，謹謹護持，勿令差失，毫髮有差，前功俱廢也。」《道藏》，第4冊，頁499中。

¹⁰⁶ [元]《道法會元》，卷一七，《道藏》，第28冊，頁776中。

而顧之，但在實踐中更側重於「群體利益」，即令無執亡靈俱獲解脫。而內丹修煉中不存在主、客體之分，修煉的主體與獲度的客體為同一人。並且，內丹修持強調物我兩忘、絕去對待，即泯除一切主、客觀的分別。

綜上所述，「玉宸經法煉度儀」是一種以內丹炁法為基礎，融入了存神召將、布炁建池、變化水火等一系列內容的度亡儀式。該儀式以壇場池沼為煉亡之所，屬於「外池沼」煉，對高功的內法修為有較高要求，同時還需要一千道眾的相互協作，從而實現「內法」與「外儀」之契合。

以上討論了宋代道教最常見的一種水火煉——「外池沼」煉，對其主要儀法及炁法特點作了歸納，並與內丹相關內容進行比較，揭示了「外池沼」煉受內丹影響之具體表現。下文將介紹第二種煉法——「內外水火」煉。

三、「內外水火」煉

(a) 「內外水火」煉的含義及特點

所謂「內外水火」煉，是指法師既要存想亡魂在壇場水池火沼受煉（即「外池沼」煉），還要存想亡魂由池沼移入身中，內運心腎相交之炁行陶鑄冶煉之法（即「內水火」煉）。這類煉法的特點是將存煉亡魂的場景分為內、外兩個部分，一般遵循先外後內之序行煉。如《靈寶玉鑿》中的「靈寶九煉返生儀」即屬此類，¹⁰⁷ 其水火煉度由水火煉和水火交煉構成。

¹⁰⁷ 《靈寶玉鑿》中沒有「靈寶九煉返生儀」這一稱謂，該稱謂是我們根據其卷三八開篇所題「靈寶九煉返生符法」，並結合該卷及之後五卷內容而命名，詳如下。《靈寶玉鑿》卷三八至卷四三《煉度更生門》，此六卷所載實為一場黃籙普度大齋中的數種連續性的煉亡儀法。卷三八開篇題有「靈寶九煉返生符法」，但事實上該卷內容乃水火煉度的預備環節，即建變水、火池之法，並列有建變池沼所用符誥及祝咒。卷三九述「水煉法」及其所用符咒。卷四〇載「火煉法」與「水火交煉」以及相應符咒。卷四一述「太陰混元化形煉」及其符咒。卷四二載「陰尸九煉」及其符誥、祝咒。卷四三述「五芽煉」及其符咒。這幾種煉法前後相續，法師須依次第如法行煉。如卷四〇末稱：「鍊至此矣，當滅水火有形之相，返其清淨自然之質，庶得更生再造，聚炁回靈，次第而行，不失於次序矣。」這是說「水火交煉」應以「無相水火」（內水火）行事，交煉之後「次第而行」之儀即卷四一的「太陰混元化形

水、火二煉時，法師藉助焚符祝咒、存神召將以及內外合炁變化壇場水火，存想亡魂於水、火二池煅煉，此即「外池沼」煉，其水火為有相之物。¹⁰⁸ 水火交煉時，法師以心腎為水池火沼，以心腎相交之炁為「真水火」，存想亡魂於「內水火」中蕩煉形神，其水火乃無相之物。如《靈寶玉鑿》卷四〇云：

師舌拄上腭，自中運祖炁下丹田，過尾閭，上透泥丸，化成元始上帝，內誦《中篇》一遍，心腎二炁相交，水池火沼煉化形神清淨，俱入洞陽流火之中，焚鍊有生以來有為之身悉為灰燼。存性，次存灰燼中，微有一縷真炁，如露珠，即是太極以前一點靈明中和之性。¹⁰⁹

上文所述率為法師身內之事，其「水池火沼」應指心腎二府，而非壇場池沼。如其稱：「鍊至此矣，當滅水火有形之相，返其清淨自然之質。」¹¹⁰ 這是說，交煉之際不以有相之水火為存想對象，其「清淨自然之質」即上文所謂「靈明中和之性」。是知，上文「水池火沼」蓋指身內池沼，表徵心腎陰陽二炁。交煉時，法師先變神為「元始上帝」，次以心腎相交之炁化為「洞陽流火」，此火象徵坎離交媾後的正陽之炁。「俱入洞陽流火」則意味著法師以正陽之炁煉化自己與亡魂之形神，以返清淨靈明之性。這類「焚身」說亦見於其他煉度儀，如《太極祭煉內

煉」，此法旨在為亡魂攝炁取靈、全形復性。「太陰混元化形煉」煉畢後，其卷末云：「師行九轉生神之道」，此即卷四二「陰尸九煉法」。又，據卷三八稱：「是故靈寶大法有受鍊更生之道。外則置設水火，內則交媾坎離，九炁以生其神，五芽以寓其炁。」其「九炁生神」即「陰尸九煉」，「九煉」之後還要以「五芽寓其炁」，即卷四三「五芽煉」。由上可知，《靈寶玉鑿》卷三八至卷四三諸種儀法共同構成一場黃籙齋的煉亡儀式，這些煉法極為重視符、誥、咒、訣的運用。同時，據卷三八開篇所題「靈寶九煉返生符法」，而該卷內容僅述建、變池之法，不涉具體的行煉儀式（如火水煉、水火交煉、陰尸九煉等），也沒有以「靈寶九煉」或「九煉返生」為名的符篆。因此，本文認為，「靈寶九煉返生符法」應當是對卷三八至卷四三所有煉法及其煉度符法的統稱。換言之，「靈寶九煉返生符法」之題應解為「靈寶九煉返生儀及其書符內法」，該儀式由水火煉、太陰混元化形煉、陰尸九煉、五芽煉組成，煉亡時須依次第施行。

¹⁰⁸ [宋]《靈寶玉鑿》，卷三九、卷四〇，《道藏》，第10冊，頁405上、410上。

¹⁰⁹ [宋]《靈寶玉鑿》，卷四〇，《道藏》，第10冊，頁414下。

¹¹⁰ 同上註，頁415上。

法議略》卷中云：「存自己為火焚蕩俱盡者，是表蕩滌一切惡念也。」¹¹¹ 其「焚身」旨在以身中之陽煉除己身陰翳及一切雜念，以令元神自現。上文「焚身」的目的在於復返「靈明中和之性」，文中「存性」一說應即「煉神」之義。¹¹² 由上不難看出，該「交煉法」在本質上應屬於法師自煉形神之法，但從相關咒語看，該法的主旨仍以遷拔亡魂為目的，如其稱：「水火既濟五行合并，死魂受鍊仙化成人。」¹¹³ 也就是說，《靈寶玉鑿》其實是將「自煉」與「煉亡」同時融合於「水火交煉」中，以法師自煉作為遷拔亡靈的必要途徑，這一過程是由法師於內觀中完成。

在「靈寶九煉返生儀」中，法師存煉亡靈之所包括壇場池沼和身內池沼（內水火）兩個部分，依先外後內之序行煉。然而值得注意的是，《靈寶玉鑿》並未言明「外」與「內」的銜接環節，即以何種方式實現「由外及內」。對此，另一部稍晚問世、同屬於東華派典籍的《靈寶領教濟度金書》提供了相關線索，¹¹⁴ 詳如下。

(b) 「由外及內」之方式

《靈寶領教濟度金書》（以下簡稱《濟度金書》）卷二八四「水火煉度」亦屬「內外水火」煉。其水火煉度的程序大致分為三步：建變水火池、水火二煉（「外池沼」煉）、五炁交煉（「內水火」煉）。法師不僅要存想亡魂於壇場池沼受煉，還要存想亡魂入於身中，內運五臟之炁交合灌煉之。

建、變池時，法師亦以內外合炁變降「真水火」。¹¹⁵ 次入水火煉，即「外池沼」煉，主要借助召將與焚符兩種方式行煉。¹¹⁶ 正煉之際，

¹¹¹ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷中，《道藏》，第10冊，頁448下。

¹¹² 北宋張伯端撰、南宋翁葆光註、元戴起宗疏《紫陽真人悟真篇註疏》卷八云：「存性即玉液鍊己之功，修命則金液還丹之道。」《道藏》，第2冊，頁967中。又如元李道純《中和集》卷六稱：「學道在乎存性。若欲存性，必先以慧劍斬群魔，火符消六慾。次以定力忘情絕慮，釋累清心，至於心清累釋、慮絕情忘，是謂存性。真性既存，則無造化。」《道藏》，第4冊，頁523上。

¹¹³ [宋]《靈寶玉鑿》，卷四〇，《道藏》，第10冊，頁415上。

¹¹⁴ 據陳文龍博士考證，《靈寶玉鑿》與《靈寶領教濟度金書》同屬於東華派典籍，前者出於宋代，後者成書於元代。參見氏著：《王契真〈上清靈寶大法〉研究》，頁77-88、95。

¹¹⁵ [宋]寧全真授，[元]林靈真編：《靈寶領教濟度金書》，卷二八四，《道藏》，第8冊，頁501上-中。

¹¹⁶ 同上註，頁501中。

法師以十四道符(水、火煉各七道)，¹¹⁷ 依次行事。煉度諸符的效力，來自於法師書符與焚符時的存想布炁之法。以「日精符」為例，該符用於火煉，書符時，法師「掐日君訣，即卯文，念密呪九遍，存見紅日一輪紫光九芒，吸引日中太陽真炁注入符中」。¹¹⁸ 焚符時，「存日中有玉童三人，與亡魂冶鍊」。¹¹⁹ 其餘十三符的行用方式與之相類，皆重寓炁於符、以符行煉。需要指出的是，《濟度金書》卷二八一《書篆旨訣品》中煉度諸符的書符內法，與卷二八四《存思玄妙品》「水火煉度」中諸符焚用存想之法，均未見水火既濟之說。此外，其建池環節亦不涉坎離交媾之法。由此可知，《濟度金書》卷二八四「水火煉度」中，建、變池與水火煉兩個環節之「真水火」，實非取自心腎相交之炁。

水火煉後，遂行「五炁交煉」法。「五炁」即五臟之炁，行煉時，法師存己身五臟之炁化為虹橋自口中出，接引「外池沿」受煉眾魂入於身內黃庭之中，運五臟之炁交合灌煉之。煉畢，又存五炁化為虹橋，身中受煉眾魂乘此橋復歸壇前，再由法師宣戒授籙、召將送魂。如《濟度金書》卷二八四云：

二鍊[水火煉]既畢，然後交鍊。焚符，存見亡魂出在火池邊，存五藏之炁擁成虹橋，自玉池出[玉池即口]，徑接火池。以口吸引亡魂，自虹橋來，咽液三過，存亡魂隨咽入我黃庭中。運心中真水在上，腎中真火在下，肝中真金在水上，肺中真木在火下，脾中真土在中，五臟之炁交合灌鍊。良久，復以五臟之炁擁我虹橋，再自玉池出，接于壇前，亡魂並隨此橋，出在壇前，貌如嬰兒，不問男女，並衣仙衣、道冠、朱履，形貌雍容，普得歡適。¹²⁰

¹¹⁷ 「水煉七符」即水煉符、月華符、月簡符、真水煉形符、黃華蕩形符、太陰玄生符、水煉變仙符；「火煉七符」即火煉符、日精符、日簡符、真火煉形符、玉眸煉質符、太陽玄生符、火煉變仙符。[宋]寧全真授，[元]林靈真編：《靈寶領教濟度金書》，卷二八四，《道藏》，第8冊，頁500下-501下。

¹¹⁸ [宋]寧全真授，[元]林靈真編：《靈寶領教濟度金書》，卷二八一，《道藏》，第8冊，頁476下。

¹¹⁹ [宋]寧全真授，[元]林靈真編：《靈寶領教濟度金書》，卷二八四，《道藏》，第8冊，頁501中。

¹²⁰ 同上註，頁501下。

上文中，法師存煉的場景包括身外和身內兩個部分，兩種場景相互聯繫，其特點為先外後內、外內相續。法師藉助存想煉炁之法，實現外、內兩種煉亡場景的轉換。在由外及內的過程中，五臟之炁起到了至關重要的作用。它既是銜接外、內的媒介，如法師存五炁化為虹橋以接引亡魂；同時也是法師內煉亡魂的重要方式，即以五臟之炁行交合灌煉之法。其次，文中「運心中真水在上，腎中真火在下」一句，表明「五炁交煉」時須行顛倒坎離之法。此外，值得注意的是，上文以「黃庭」為煉亡之處，用五臟之炁交煉亡魂。這透露出「五炁交合」之處即是「黃庭」（中宮），即「五炁」會於中宮，這其實是將內丹「攢簇五行」之法運用於煉亡儀式中。¹²¹ 由上可見，《濟度金書》卷三八四「水火煉度」中，唯「五炁交煉」環節才真正涉及內丹「水火」之概念，其行煉過程效法了內丹「攢簇五行」之說。

內丹修煉亦以五臟之炁的升降運轉，作為取「真水火」以及煉炁成丹之途徑。如《玉清金笥青華秘文金寶內煉丹訣》卷中云：「夫五行之用，不可缺一。……脾氣與胃氣相接而歸於心縷，肝氣與膽氣相接，從大、小腸接於腎縷，肺氣伏心氣而通於鼻。是氣也，皆靜定之餘，元氣周流，自東而西，自南而北之氣也。……忽然有一物，超然而出，不內不外，金丹之事，不言可知矣！」¹²² 又如《鐘呂傳道集·論水火》稱：「心生液，非自生也。因肺液降於心液行，液行夫婦，自上而下以還下田，乃曰婦還夫宮。腎生氣，非自生也。因膀胱氣升而腎氣行，氣行子母，自下而上以朝中元，乃曰夫返婦室。」¹²³ 應當看到，內丹之「水火」雖然著眼於心腎二宮，但「水火」之所得並非僅限於心腎之炁。大致而言，「水火」乃五臟之炁升降運轉的結果，而五臟之炁則是採「真水火」不可或缺之途徑。

由上不難看出，《濟度金書》之「五炁交煉」旨在通過五臟之炁的

¹²¹ [元]李道純《中和集》卷三云：「使精、神、魂、魄、意各安其位，謂之『五氣朝元』，運入中宮，謂之『攢簇五行』。」精、神、魂、魄、意分別對應腎、心、肝、肺、脾五臟，「攢簇五行」就是將五臟之氣交匯於中宮（黃庭）。《道藏》，第4冊，頁499上。

¹²² [宋]張伯端：《玉清金笥青華秘文金寶內煉丹訣》，卷中，《道藏》，第4冊，頁370下。

¹²³ [元]《修真十書》，卷一五，《道藏》，第4冊，頁665中。

運轉而得心腎相交之水火，法師運此水火以內煉亡魂。該「交煉法」不僅吸納了內丹炁法，即以五臟之炁作為取「真水火」之途徑，還在此基礎上作了更進一步的發揮，即以五臟之炁作為銜接法師身外、身內兩種煉亡場景之媒介。而這種以炁為媒介、連接「外池沼」與「內水火」的方式，亦為我們理解前述「靈寶九煉返生儀」提供了重要參考。

前文提及，《靈寶玉鑿》「靈寶九煉返生儀」屬「內外水火」煉，其水火二煉環節為「外池沼」煉，炁法上主內外合炁；其水火交煉率為內事，炁法上主心腎相交之炁，其煉亡場景亦有內、外之別。只是，《靈寶玉鑿》沒有說明由「外」及「內」的轉換過程。而《濟度金書》卷二八四「水火煉度」法則提示我們，在「外池沼」與「內水火」之間，應當存在某種聯繫方式（如藉助存想煉炁），將外、內兩種煉亡場景統一起來。據此可推，在「內外水火」煉中，「外池沼」與「內水火」之間不是割裂、分立的關係，而是一種「外內相續」的煉法。只是，這種內外有別、外內相續的煉亡場景，僅存在於法師的存想當中。¹²⁴

除「外池沼」煉、「內外水火」煉外，宋代道教還有一種較為特別的煉法——「內水火」煉。其特點表現為「重內輕外」，即以內事為重，鮮涉外儀及外物（法器），儀式內容亦較前兩類煉法更為簡易。

四、「內水火」煉

(a) 「內水火」煉的含義

「內水火」煉，一般以法師身中坎離交媾之炁煉化亡靈，儀式中無建池、變池等環節，不以壇場池沼為煉亡之所，法師一身即含容天宮天尊、煉度諸神、地獄幽魂、水池火沼等，整個煉亡過程率為身內之事。這類煉法在宋元道書中比較少見，較具代表性的有《靈寶無量度人上經大法》卷五七〈元始靈寶自然九天生化超度陰煉秘訣〉（以下簡稱「陰煉法」）、《靈寶大煉內旨行持機要》、鄭所南《太極祭煉內法》，

¹²⁴ 上文關於「內」與「外」的劃分，是依據法師存想的對象或內容來判定，即以存想之客體為劃分標準。若以存想之主體為標準，則無所謂「內外」之別。因為，無論其所存之對象為何，皆屬於主體意識中事，在此意義上說，其所存皆為內事。承蒙評審人提示，筆者在此處加以補充說明，並向評審人致謝。

以及《道法會元》卷二一〇〈丹陽祭煉內旨〉。

「內水火」煉通常有兩種情況：其一，不設水池火沼，只以身中水火行事，如「陰煉法」、《靈寶大煉內旨行持機要》、〈丹陽祭煉內旨〉即屬此類。¹²⁵ 其二，設有水池火沼，但無建池、變池之法，無布炁於池、變降「真水火」等內容，亦不存二池為煉亡之處。其「池沼」僅是一種象徵而已，儀式中真正起作用的是法師身中陰陽二炁，如《太極祭煉內法》。下文將以《靈寶無量度人上經大法》卷五七「陰煉法」與《太極祭煉內法》為例，探討「內水火」煉的兩種類型，以便進一步了解「內水火」煉的行煉方式及其特點。

(b) 「內水火」煉的行煉方式

1. 不設池沼的「內水火」煉

關於「陰煉法」，已有學者指出該法受內丹存思術的影響，並注意到其大部分內容與《靈寶大煉內旨行持機要》重合。¹²⁶ 內丹存思以返觀內照為特點，「陰煉法」的煉亡過程確繫於法師身內，由法師於靜定中完成。¹²⁷ 該法共有六個步驟，依次為：變神、破獄、水煉、施食、火煉與超度，每一環節均伴隨存想煉炁，其間無涉外物，如壇場池沼、符籙、燭燈、幡幢等法器。就內法而言，其身內煉亡的炁機轉應是對內丹周天循行的模擬。為便於論述，下文將對「陰煉法」六個步驟略作介紹，從而揭示各環節在內法上的關聯。

「陰煉法」第一步為「變神」，此變神法從下丹田（水府、雙腎中間）

¹²⁵ 「丹陽祭煉」不設水池火沼，儀式內容及所涉外物亦甚簡易。其祭煉儀程依次為變神（丹陽內煉）、破獄召魂、沐浴、施食、水火煉、宣戒、授籙、發遣（祝白生天）等八項。整個煉亡過程是由法師一人於「端坐靜默」中完成。儀式所涉外物主要有淨飯、竹枝水盂、沐浴池、丹陽符及升天寶籙。其淨飯與竹枝水盂用於施食環節，丹陽符與沐浴池用於為亡靈濯形蕩質，升天寶籙用以超度亡魂。其中，既無建、變水火池的儀法，也無存想亡魂入池受煉的內容。《道藏》，第30冊，頁320下-321上。其次，「丹陽祭煉」之水火皆出自「黃庭」，其水火二煉有取於內丹炁法。《道藏》，第30冊，頁315上。

¹²⁶ Judith M. Boltz, "Opening the Gates of Purgatory: A Twelfth-Century Taoist Meditation Technique for the Salvation of Lost Souls," 487-511.

¹²⁷ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》，卷五七，《道藏》，第3冊，頁944下。

著手。¹²⁸法師存聚「九炁」於下田化為「嬰兒」（象徵聖胎法身），次運五臟之炁載「嬰兒」沿督脈（夾脊雙關）升入泥丸，化為「黍米寶珠」，珠中化現「元始上帝」，這一過程即是變神。¹²⁹

其次，行破獄之法。「陰煉法」中有兩處關於破獄的記載，其一云：「元始放眉間白毫祥光，下照酆都九幽諸獄，自泥丸而照及臍之下也。……一一光中，皆有救苦天尊，隨光入諸地獄。所有酆都諸獄，承天尊道力，陽光所及，一時照破，頓滅重昏，化為淨土。」¹³⁰「元始」乃法師元神所變，居於泥丸上田。破獄時，法師存此「元始上帝」放大光明，自泥丸下照臍下，臍下即諸獄之所在。其二稱：「存兩腎為酆都宮門，以至諸獄悉開，自內兩腎而下，所謂大小腸胃者，皆幽陰積結，真陽不及，皆地獄也。」¹³¹這裏對身內諸獄的具體位置作了更進一步的說明，指出大、小腸乃人體藏污納穢之處，即「幽陰積結」之地，其性屬陰，故視為地獄。不難看出，文中以泥丸陽光下照臍下幽獄，這一破獄過程實指法師返光內照，運己之陽以破己之陰，以「我」之慧光蕩滌己之穢垢。當中「元始上帝」與「地獄幽魂」各有其表義，前者象徵法師身中真陽之炁，後者喻指身內陰翳染垢。

復次，行水煉之法。破獄畢，法師存想眾魂於「水府」洗煉，其稱：「存元始上帝命赤龍奮鼓靈池之浪，下灌東井如瀑布。急存舌為赤龍，攪華池，候神水滿溢，左顧咽直入府前，天河也。次存水府前大海無量無邊，一切罪魂入浴，祥風和炁。」¹³²文中「神水」、「天河」即「真水」，實指法師華池甘津。此「甘津」乃下田之炁歷督脈上入泥丸，炁化為液，入於口中，又沿任脈復歸於下田。行煉時，法師存想「真水」下灌「水府」（咽津），眾魂於府中（下田）浴煉，這一存煉場景其實就是在說內炁自任脈而降的過程。此外，需要指出的是，雖然上

¹²⁸ 《靈寶無量度人上經大法》卷五七記作「丹田」、「水府」。《道藏》，第3冊，頁945上。《靈寶大煉內旨行持機要》稱：「水府，經云：兩部水王對生門，即水部。聚九炁之光結一嬰兒，此造化正在兩腎中間一點明，即此處也。」其中「兩部水王」指左右二腎，「生門」即兩腎中間，這一區域可統稱為「水府」。《道藏》，第6冊，頁556上。

¹²⁹ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》，卷五七，《道藏》，第3冊，頁944下-945上。

¹³⁰ 同上註，頁945上。

¹³¹ 同上註。

¹³² 同上註，頁945中。

文僅云「罪魂入浴」，就字面看該環節似指「沐浴」。但事實上，在「陰煉法」的語境中浴煉之義同於水煉。¹³³

第四，施食。水煉後，法師存變為救苦天尊，以甘露法水為亡靈開通咽喉，施以法食。如其稱：

觀寶珠中千真萬聖，異口同音誦《救苦經》大梵語。次存太一救苦天尊、十方救苦天尊，隨誦步景雲而下，以甘露法水遍洒諸魂，即得身心清涼，……以甘露玉膏，玄空散哺諸魂，享以法食，一一飽滿訖。¹³⁴

上文「寶珠」在「陰煉法」中共出現兩次，皆喻指元神。其一，變神時，法師存運九炁依次化為嬰兒、黍米寶珠及元始上帝，三者名異而實同，皆為法師元神所變。其二，施食時，法師存變的主神由元始上帝變為太乙、十方救苦天尊，「救苦天尊」亦出於「寶珠」，即由元神所化。這說明法師可根據儀程的需要，將己之元神靈活地存變為任一神真。「元神」與眾神之間存在著類似「一多相即」¹³⁵的關係：「我」之元神即是眾神，眾神攝於「我」之元神。二者相即相入的基礎在於先天一炁，即元神與眾神率由先天之炁所化，是故凡聖皆備於我身而不假外求。

變神為救苦天尊後，法師遂以「甘露法水」為亡魂開咽喉，施予「甘露玉膏」以令其飽滿。此處所言「甘露」與前述「水煉」真水相同，皆指法師存煉內炁的產物。上文中，「太一、十方救苦天尊」為法師元

¹³³ 此證據有二：第一，《度人經大法》卷三五〈自煉形神品〉稱：「一為泉曲之府，是名腎宮，此主天一水位之精，則當存水神為水沼，以洗滌孤魂；二為陽明之府，是名心宮，此屬地二火位之精，則存火神為火池。」文中將泉曲之府（水府）與陽明之府相對應，前者存為水沼，後者存為火池。「水沼」通常用於水煉亡魂，而文中則稱「洗滌孤魂」，這說明在其語境中，水煉與浴煉是同義。《道藏》，第3冊，頁800中。第二，《太極祭煉內法議略》卷中稱：「沐浴與水鍊自是兩義，沐浴則滌體，水鍊則生精，今人多不能辨之。」儘管這是在表達鄭氏對將沐浴與水煉混為一談的不滿，但其中透露出當時確有將沐浴與水煉等而視之的情況。《道藏》，第10冊，頁456上。據此可知，「陰煉法」所謂「浴魂」應即水煉。

¹³⁴ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》，卷五七，《道藏》，第3冊，頁945中-下。

¹³⁵ 「一多相即」本是華嚴十玄門的重要概念，華嚴宗認為世間一切法性相不二，事事無礙，是故一可以攝多，多亦可以容一，是謂「一即一切，一切即一」。需要說明的是，本文只是概念上的借鑑，即借用「一多相即」一詞以闡明「神」與「我」的關係，與華嚴義理有著本質的區別。

神所變，居於泥丸宮中，「步景雲而下」則暗示著其內炁自上而下的運行軌跡，即從泥丸沿任脈降至下田。¹³⁶ 這種「內甘露」施食之法亦見於其他煉度儀，如《太極祭煉內法議略》卷下云：「甘露者，乃我清淨天中真造化也。身心清淨，造化朝頂，自上而潤下者，即甘露也。」¹³⁷ 其「造化」即元神，施食時，法師存己元神化為太乙救苦天尊。¹³⁸ 這與「陰煉法」存寶珠（元神）化為「太一、十方救苦天尊」相類。其次，將「造化朝頂，自上而潤下者」，與「陰煉法」中「救苦天尊步景雲而下」比較可見，二者雖表述方式有異，但皆表徵元神現於泥丸，其炁亦隨之化為「甘露」真津，自泥丸而降以濟施「我」身中眾魂。換言之，「陰煉法」施食之甘露與水煉儀節之真水相同，乃法師內炁升降運轉產生的華池甘津。其產生與施用過程皆於存想中完成，而其存想的空間囿於法師一身，即運「我」之元神，以「我」之津液濟施身中眾魂。

第五，行火煉。施食畢，法師存脊骨為升天法橋，接引眾魂自水府上入絳宮火池受煉。其稱：

存脊骨為升天大法橋，接至朱陵府，絳宮也，下通水府。玉童玉女手執幢幡，飛香散花，引諸亡魂升橋，至朱陵火府。府中有長生大君，帝王服；司馬大神，星官服；韓君丈人，白玉冠、青衣皂練；司命司錄、延壽益算度厄尊神，星官服。監度諸魂，入大火池，猛火煉度。一經火煉，並衣天衣。¹³⁹

上文中，法師存想亡魂自下田升入絳宮（中田）受煉，表明「火煉」

¹³⁶ 在破獄和水煉儀節中，法師先存想兩腎為豐都宮門。破獄時，存諸魂集於豐都宮前；水煉時，法師存想眾魂於水府（下田）洗煉。煉畢，遂行施食之法。需要說明的是，儘管《度人經大法》未明確記載亡魂受食之處，但通過聯繫上下文可知，下田水府應即法師存想施食之所。換言之，救苦天尊「步景雲而下」之處即是水府，而「太一、十方救苦天尊」是由法師泥丸宮中元神所變。故可推知，其內炁的運行軌跡是從水府沿督脈升入泥丸，次第化為「嬰兒」、「寶珠」、「元始上帝」、「救苦天尊」；復自泥丸沿任脈還歸下田，即「救苦天尊步景雲而下至水府」。

¹³⁷ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷下，《道藏》，第10冊，頁458下。

¹³⁸ [宋]鄭所南《太極祭煉內法議略》卷中云：「太一天尊即是自己元神」，又稱：「蓋自己造化之出現者，即我之元神也。與遽然存想太一天尊不同。」《道藏》，第10冊，頁448下、450上。

¹³⁹ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》，卷五七，《道藏》，第3冊，頁945下。

是以下田為炁機發動處，這與某些煉度儀直接存想心府、心火有明顯的區別。此外，上文稱亡魂從「水府」移至「火府」，這應是坎離相見、既濟陰陽之義，即下田之炁上交於中田。文中「大火池」、「猛火」位於絳宮，當象徵著陰陽交媾之純陽正炁，此「火」不僅用於火煉，還用以超度亡魂，詳如下。

第六，行「火龍負魂」法超度眾魂。「火龍」即法師絳宮正陽之炁所化，超度之際，法師存想火龍負載諸魂，自火池（絳宮）歷十二重樓（喉嚨）透出頂門，飛空而上，面朝元始。¹⁴⁰ 此「火龍負魂」說又稱「龍負長庚瓶」，¹⁴¹ 亦見於其他煉度儀。¹⁴² 將「陰煉法」之「火龍」與其他煉度儀比較，可以發現它們之間有三個共通的特徵：其一，皆為法師體內陽炁所化；其二，「火龍」象徵升騰之義，以「向上」的軌跡運行；其三，「火龍」用於水火煉後，這意味著其所負之魂的性質已由「陰」返「陽」，即「火龍」與「眾魂」的性質皆屬陽。這些特徵提示我們，「火龍負魂」說與前述「火鈴透頂」法相類，極有可能受到內丹「調神出殼」之啟發。

「火龍」一詞在內丹著述中通常有兩種用法：其一，將「火龍」與

¹⁴⁰ [宋元]《靈寶無量度人上經大法》卷五七云：「有百千火龍自火池中乘火焰躍出，載諸亡者，歷十二重樓，飛空而上，直至玉清境，面拜元始上帝，致身寶光之中。」《道藏》，第3冊，頁945下。

¹⁴¹ 「龍負長庚瓶」（「庚」亦作「綆」）約出現於晉末，《洞玄靈寶二十四生圖經》〈上部第一真炁頌〉即有此句。《道藏》，第34冊，頁338中。宋代以降，此頌又被稱作「東井咒」、「東井頌」、「沐浴東井咒」等，通常出現於煉度儀「沐浴」或「超度」儀節中，大致有兩種用法：其一，用作「沐浴」咒頌。參見蔣叔興：《無上黃籙大齋立成儀》，卷二六，《道藏》，第9冊，頁532下-533上；《靈寶無量度人上經大法》，卷五九，《道藏》，第3冊，頁951上；金允中：《上清靈寶大法》，卷三八，《道藏》，第31冊，頁605下-606上。其二，將「龍負長庚瓶」一句單列出來，用以表示亡靈獲度超升。如王契真《上清靈寶大法》卷五九〈九天煉度〉將「火龍負嬰兒而上」釋為「龍負長庚瓶」，以示超度亡靈。《道藏》，第31冊，頁251中。

¹⁴² [宋]王契真《上清靈寶大法》卷五九〈靈寶大煉〉稱：「官吏引魂自脊骨天階而上，登朱陵火府。師焚度橋符，存諸魂度橋而去，再為陽光所鍊，骨相不凡。火沼中有無限火龍，各乘載嬰兒上昇，鬱羅蕭臺隨品受生。」同卷〈九天煉度〉云：「師存水火二池，結為流火之庭，在心府官君，次第引魂上登流火之庭，運化無限火龍，此乃『龍負長庚瓶』，各載嬰兒上昇，……隨品受化。」《道藏》，第31冊，頁250下、251中。

「水虎」相對，以闡明五行顛倒、水火既濟之義。¹⁴³ 其二，以「火龍」喻指「調神出殼」。如《道樞》卷三八曰：「出殼之法，吾得三焉。……純陽子曰：如正陽子之法，內觀紫河之車，般神入于天宮，留戀而不能超出，故起真火於其中，而化火龍躍出于昏衢，乃棄殼之妙者也。」¹⁴⁴ 這是說，陽神出殼有三法，「火龍躍頂」乃其中之一。其「火龍」起於真火，乃行者身中純陽之炁所化。又如《大丹直指》卷下曰：「古今上真，皆傳棄殼之法，誠非難矣。功到自然內丹成就，純陽氣生而本靈神現，內觀識認，棄殼超脫。次第相須，自然化火龍而出頂中，身外有身，並無異相。」¹⁴⁵ 所謂「本靈神現」，即陽神顯現之義。「棄殼超脫」就是升神出頂，即以陽神所化火龍衝出頂門，以令行者身外生身，與道合真。「陽神出殼」是內丹修煉的最高證境，證得此境即意味著得道成仙，行者即可擺脫凡軀一切束縛，寄神於無限之中，不生不滅。

「陰煉法」亦以「火龍」表徵純陽之炁，其所負之魂經由水火煉化，已從陰尸轉變為陽質。「火龍」與「眾魂」皆屬陽質，其「負魂」之目的在於度亡超升，即以火龍載魂透頂而出。不難看出，「火龍負魂」與「調神出殼」皆以純陽之炁行事。不過，「調神出殼」須以內丹成就為前提，其「火龍躍頂」乃丹熟炁足的自然顯現，而非刻意存想之結果。至於「陰煉法」中則未對此有明確的限定要求，並且其存想內容亦十分豐富，這與內丹以無念為念之主張仍有區別：前者為「有相存想」，後者可謂「無相存想」。據此可推，「火龍負魂」法可能受到內丹「火龍躍頂」的啟發，在借鑑後者的同時，又從宗教儀式的角度對其加以改造、簡化。將一種原本精深玄妙、次第修證的修真之道，轉化為一種簡便易行的度亡之法；將個人修行的最高證境，演繹為度亡成仙之津梁。

以上是關於「陰煉法」六個步驟的簡要介紹，該法由法師於靜定中完成，其煉亡場景繫於法師一身，所存變的對象皆為身內之物。在其

¹⁴³ [元]《修真十書金丹大成集》卷十〈金丹問答〉曰：「何謂火龍、水虎？答曰：虎，西方金也，金生水，反藏形於水。龍，東方木也，木生火，反受剋於火。太白真君曰：五行不順行，虎向水中生，五行顛倒術，龍從火裏出是也。」《道藏》，第4冊，頁639上—中。

¹⁴⁴ [宋]曾慥：《道樞》，卷三八，《道藏》，第20冊，頁822下。

¹⁴⁵ [金]丘處機：《大丹直指》，卷下，《道藏》，第4冊，頁402上—中。

繁雜的存想表象之下，實際上是炁循任督、光透三田之法。行煉伊始，即以下田之炁歷督脈入泥丸行變神之法；水煉之時，以泥丸中炁化甘津沿任脈而降復歸下田，用此真水浴煉身中獄魂；火煉之際，運下田之炁交於中田，發絳宮之火燒煉亡魂；最後，以坎離相交之正陽之炁超度亡魂。不難看出，這一過程相當於一次小周天的運行，只是，這個過程被種種「有相存想」所掩蓋。事實上，「陰煉法」各環節在內法上環環相扣，每一種存煉場景皆有其特定的意涵。就本質上說，「陰煉法」應視為法師自煉元陽之法，其所煉亡魂乃身中陰翳之象徵。「自煉」與「煉亡」是合二而一的關係：自煉即是度亡，度亡即是煉己。

綜上所述，「陰煉法」在內法上將內丹周天循行之道融入其中，並在此基礎上，藉助「有相存想」的方式將「自煉元陽」推己及他，進而演變為一種煉度亡靈的儀法。此外，其煉亡過程悉皆內事，不涉外儀，亦無需藉助任何外物或法器，這種做法即使是在「內水火」煉中也顯得極為特別。比如，「太極祭煉」、「丹陽祭煉」在行煉過程中仍需運用少許法器（沐浴池、丹陽符、生天寶籙等）。下文將以《太極祭煉內法》為例，對第二種「內水火」煉略作討論。

2. 設有外池的「內水火」煉

明正統《道藏》收有鄭所南《太極祭煉內法》三卷，卷上為《內法》，卷中與卷下為《議略》，後者為前者的釋文。¹⁴⁶ 據其卷下載：「此祭鍊說，在胸中久矣，集而成《祭鍊議略》，則庚午歲也。」¹⁴⁷ 「庚午歲」為1270年，即南宋咸淳六年，可知此書最初成於南宋末年，後來在其流傳過

¹⁴⁶ 《太極祭煉內法議略》卷下稱「太極祭煉」源於葛仙公，並稱葛玄因度鬼而獲受「太極左宮仙公之職」，這種說法屢見於宋元道書。經考證，「仙公祭鬼」說當出自唐代《太上洞玄靈寶淨供妙經》，該經應是現存較早的一部專述施食祭鬼的道經。經中「仙公淨供祭鬼」的故事，應即後世葛仙公創祭煉法之說的原型。《淨供妙經》糅合了佛教功德說與早期道教為防崇禍而祭祀先亡的觀念，其「淨供」之概念明顯受到《金剛般若波羅蜜經》「無住相布施」的影響，同時還透露出佛教中觀與道教重玄學的特點。這提示我們，道教施食之法最初即與佛教有著千絲萬縷的聯繫，而這種聯繫並非僅限於以往學界所認為的唐密焰口一繫，其他大乘經典的影響亦不容忽視。參見劉陶：〈宋代道教煉度儀研究〉，頁263-274。

¹⁴⁷ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷下，《道藏》，第10冊，頁472上。

程中又出現了數個版本。¹⁴⁸ 鄭所南的身份是文人，而非道士，¹⁴⁹ 他自稱「始於儒，中於道，終於釋」，¹⁵⁰ 其《祭煉內法》亦體現了「理貫三教」的特色。有學者注意到，《太極祭煉內法》雖然繼承了靈寶儀式的程序，但卻以一種近乎完全內在化的形式呈現出來。¹⁵¹ 陳文龍博士認為，《祭煉內法》應與東華派之上清靈寶大法有密切關聯。¹⁵² 本文無意於探究《祭煉內法》與其他法派之關係，而是將重點放在其行煉方式和內法特點上。關於這一話題，祝逸雯博士已有所論及，¹⁵³ 本文擬在此基礎上作更進一步的說明。

《太極祭煉內法》主張祭煉者於默坐真定之中，以身中水火祭煉幽魂。正煉程序大致有八個步驟，即：變神、召魂、沐浴、施食、水煉、火煉、宣戒、超度。¹⁵⁴ 其行儀時間較為靈活，既適用於「二十八會日」，也可於每夜行之。¹⁵⁵ 該法將內丹技術融入其中，¹⁵⁶ 以內事為重，對外物（法器）、外儀的要求甚簡。如《太極祭煉內法議略》卷下稱：

祭鍊時，闢一靜室，置一淨几，小小一盂飯，一小盂水，又一盂水作沐浴池，焚丹陽符投之於水，并一炷香，外像以香爐為火，以水盂為水，及先焚寶籙外，更無他物。不要燈燭，方靜打坐一更許，乃行持作用。純是以我一團精神祭鍊幽冥，豈獨鬼神得濟，我之精神亦豁然

¹⁴⁸ 參見祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，頁38–40。

¹⁴⁹ 宋代道書編纂者並不僅限於道士，皇帝、官員乃至普通文人亦參與其中。參見陳文龍：《王契真〈上清靈寶大法〉研究》，頁209–212。

¹⁵⁰ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷下，《道藏》，第10冊，頁472上。

¹⁵¹ 祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，頁48。

¹⁵² 陳文龍：《王契真〈上清靈寶大法〉研究》，頁78–79。

¹⁵³ 祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，頁35–62。

¹⁵⁴ 「正煉」即祭煉當日的的所有儀節。在祭煉前一日，行煉者需發「城隍牒」奏申「本府城隍主者」，奏告本壇將於某日奉行太極祭煉法以拔度孤魂一事。[宋]鄭所南：《太極祭煉內法》，卷上，《道藏》，第10冊，頁442下。

¹⁵⁵ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法》，卷上，《道藏》，第10冊，頁442下。

¹⁵⁶ Isabelle Robinet, *Taoism: Growth of a Religion*, trans. Phyllis Brooks (Stanford, CA: Stanford University Press, 1997), 183. 並見祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，頁41–42。

清爽。¹⁵⁷

上文表明，「太極祭煉」的關鍵在於「以我之精神」祭煉幽冥。「精神」指既濟之水火，即煉度者運心腎相交之陰陽正炁行煉。同時，文中還列出了祭煉所需一應外物，包括淨水、淨飯、香爐、寶籙與丹陽符，明確提到以水盂、香爐為水火之外像。值得注意的是，除「外像水火」外，其餘「外物」或法器皆寓有相應的內法，它們在儀式中的效用皆由內法所賦予。因此，「太極祭煉」的特點可用「重內輕外」以概之。相較於同時期的其他祭煉儀，該法的特別之處，在於它將內丹修煉之法運用於祭煉過程中，一次煉亡即是一次自煉。¹⁵⁸同時，它對祭煉者的內法修為有較高的要求，拒斥「存想外事」（意存外境）和「內外合炁」。¹⁵⁹限於篇幅，本文重點以「太極祭煉」變神（內煉法）、水煉、火煉三個儀節為考察對象，對其行煉方式和內法特點展開討論。

「太極祭煉」變神、¹⁶⁰水煉、火煉三個環節皆從下丹田（雙腎中間）著手，¹⁶¹這與「陰煉法」無異。不同的是，前者以「焚身煉神」作為變神之法，而後者則無此說。《太極祭煉內法》卷上云：

存我下丹田真炁如火，如大紅玉丸，左右九轉，甚是分明。良久，自覺玉池水滿，即腎水上升之外候也。共真火一丸，始升上絳宮心府，號曰「南昌上宮」，亦號曰「朱陵火府流火之庭」，即發炎炎流金之火。存想己身盡為火所焚。良久，鍊形如嬰兒狀，端坐絳宮中，己身復完如故。嬰兒漸登十二層[重]樓，上金闕玉房之中，乃頂門泥丸宮，嬰

¹⁵⁷ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷下，《道藏》，第10冊，頁462中。

¹⁵⁸ 鄭所南主張將「煉毓陽神」與「祭煉陰鬼」合二為一。在祭煉儀式中，「非惟鬼神獲大利益，而我一身精神亦大充盈，神仙可覬也」。《道藏》，第10冊，頁448中、449下。

¹⁵⁹ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷中，《道藏》，第10冊，頁448中。

¹⁶⁰ 筆者曾將宋代煉度儀的變神之法歸納為兩種：「存想變神」與「以神變神」。前者是傳統存神之法的延續，其「存」的成分居多，「變」的比重較少，這類存變之法比較常見。後者在內法上有取於內丹道，在煉度儀中出現的頻率不多，注重以內炁的升降運轉將「我之元神」變為「煉度大神」，即「元神化神」。《太極祭煉內法》的變神之法即屬「以神變神」。參見劉陶：〈宋代道教煉度儀研究〉，頁192-204。

¹⁶¹ [宋]鄭所南《太極祭煉內法》卷上云：「兩腎中間曰丹田。」《道藏》，第10冊，頁443上。

兒即化成天尊聖像，端坐宮中，左手執碧玉盃，右手執空青枝，號曰「太一救苦天尊」。¹⁶²

上文「內煉法」是「太極祭煉」起始儀節，其變神之法先以下田真炁帶動腎水上升，又運下田之炁（真火一丸）自任脈依次上入絳宮、泥丸，最後變神為太一救苦天尊。其中有一重要環節，即存絳宮真火焚身化為「嬰兒」，鄭氏對此解釋云：「存自己為火焚蕩俱盡者，是表蕩滌一切惡念也。己身復完如故者，是表天真之不壞也。」¹⁶³ 其「焚身」應從兩方面理解：其一，從「法身」的層面說，「焚身」意味著滅盡一切妄念心識，旨在令「識神」退位，以使元神（嬰兒）自現，此即「聖胎法身」。其二，從「色身」的層面說，「己身復完如故」則表示滅盡陰翳妄識的清淨之身，這是對「有漏色身」的一種超越。¹⁶⁴ 這類「焚身」說與內丹「內觀起火」非常接近。如《修真太極混元指玄圖》稱：「內觀起火鍊形質，又曰焚身。……內丹起火，鬼神不敢近，水火不能害，自己見之，炎炎萬丈於火中矣！」¹⁶⁵ 所謂「內觀起火鍊形質」，就是以丹中純陽之炁「燒煉」己身，以滅除生理及心理上的一切陰穢之物，比如以「丹中之火」滅尸魄、降魔障、殺五鬼、下九蟲、除疾病等。同時，「丹中之火」還用以煉集陽神，以防「陰魔」隨附於炁上竄泥丸。¹⁶⁶ 「太極祭煉」以「焚身」滅除妄識、煉就「嬰兒」以及超越「有漏色身」之說，與「內觀起火」降魔除障（幻境、妄念）、煉集陽神以及火煉形質幾乎如出一轍。然而，應當看到，「內觀起火」必須以內丹成就為前提，即「有丹而後可為也」。¹⁶⁷ 這是否也意味著行「太極祭煉」者當具備一定

¹⁶² [宋]鄭所南：《太極祭煉內法》，卷上，《道藏》，第10冊，頁443上。

¹⁶³ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷中，《道藏》，第10冊，頁448下。

¹⁶⁴ 前述「內外水火」煉中，《靈寶玉鑿》卷四〇「交煉法」亦有「焚身」之說，但其與「太極祭煉」之「焚身」略有區別。《玉鑿》是先「變神」，次「焚身」。其「焚身」不是用於變神，而是表示以「心腎相交」之炁（洞陽流火）煉化法師與亡魂之形神，以返其清淨自然之性。此外，《玉鑿》中亦沒有存「己身復完如故」或類似之說。是知，《玉鑿》中的「焚身」應當從「法身」的層面理解。

¹⁶⁵ [宋]《修真太極混元指玄圖》，《道藏》，第3冊，頁102上。該書撰人不詳，明正統《道藏》另有宋人講道存撰《修真太極混元圖》，兩書之間是否存在聯繫有待進一步考證。

¹⁶⁶ [金]丘處機：《大丹直指》，卷下，《道藏》，第4冊，頁400中-下。

¹⁶⁷ [宋]曾慥：《道樞》，卷一三，《道藏》，第20冊，頁674上。

的內丹基礎呢？¹⁶⁸ 這個問題需要結合水火煉來討論，容後詳說。

《太極祭煉內法》中有關水火煉的內容可分作外、內兩個部分，即外像水火與身內水火。所謂「外像水火」，是指以水盂、香爐為水火之外像。行儀時，需備兩盂淨水和一香爐，兩盂淨水用途各異：其一，作沐浴池，以為亡靈蕩穢完形，「丹陽符」在此儀節中起至關重要的作用。具體地說，行煉者應於祭煉當日書「丹陽符」，書符時需將坎離交媾之炁與五行相生真炁布於符中。¹⁶⁹ 祭煉當夜，行煉者於默坐內煉之前焚符於池。¹⁷⁰ 至沐浴儀節時，行煉者存變沐浴池化為汪洋，眾魂於池中俱獲清淨、秉炁完形。從表面上看，此存變沐浴池之法，似與「外池沼」煉、「內外水火」煉的建、變水池法相近，皆以存想布炁變化水池，並想亡魂入池受煉。然而值得注意的是，「太極祭煉」中「沐浴」與「水煉」的意義、用途及其內法是有區別的。如其稱：「沐浴與水鍊自是兩義，沐浴則滌體，水鍊則生精，今人多不能辨之。未食之前，以其業穢，則濯之淨質，非浴則不能使之潔淨享食也。」¹⁷¹ 這表明，沐浴其實是為施食儀節做準備，旨在為亡靈蕩穢滌體，以便令其清淨享食。因此，不能將其存變沐浴池之法，完全等同於「外池沼」煉、「內外水火」煉的建、變池之法。

其二，用作水池，為外像之設，這是「太極祭煉」有別於其他「內水火」煉之處。前已述及，「內水火」煉是以身中水火行事，而非以壇場池沼為煉亡之所，一般不設水、火二池，無建、變池之法，亦沒有亡魂入外池受煉的存想內容，如「陰煉法」、《靈寶大煉內旨行持機要》、〈丹陽祭煉內旨〉皆是如此。應當看到，儘管「太極祭煉」以水盂、香爐為水火二池，但其意義與作用實有別於「外池沼」煉和「內外水火」煉。如其稱：「水火即精神之外名，如世人竟想以水為水池，以

¹⁶⁸ 鄭所南稱撰此祭煉法「以指初學者之路」，但又云此法「非深定者不足以至之，如不永斷妻妾念者，決不可入定，縱能入定，斷斷落於魔道，可畏可畏」。此外，其書中屢次提到「泰定」、「真定」、「深潛靜定」、「深靜之天」，以及「念而無念」、「一心不動」、「百脈歸源」等，這又非一般初學者所能達到之境界。《道藏》，第10冊，頁467下、471上。

¹⁶⁹ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法》，卷上，《道藏》，第10冊，頁445下-446上。

¹⁷⁰ 「太極祭煉」是坐煉法，其「丹陽符」和「生天寶籙」的焚用需在「默坐」之前進行，入坐後祭煉者不得妄動。

¹⁷¹ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷中，《道藏》，第10冊，頁456上。

火為火沼者，可謂惑甚。若外象，設外水火卻無妨。」¹⁷²這裏明確指出，「水火」即精神，水火煉度就是運「我」身中坎離交媾之炁冶煉陰魂，以令其精生神全，復返陽質。同時，鄭氏還批評那些將壇場池沼存想為煉亡之所的做法，認為水盂與香爐只是「水火」的外像，在煉亡過程中並無任何實際的意義，這種觀點明顯有別於「外池沼」煉與「內外水火」煉。¹⁷³

水火二煉時，法師於默坐靜定中祭煉幽魂，這一過程中不涉符、咒、訣等外儀及外物。如其「水煉作用」稱：「不念呪、不用符、不掐訣。先想兩腎中間有一點極明，須臾，如大月輪，注視良久，水火交媾，玉池水生。……須臾，覺真水自頂中流於舌上而下，滿口甘潤香美，是自己黃華真水也。即見滿前化成汗漫黃色水華之水，其水自然無邊無際，一切幽魂皆在其中鍊育精髓。」¹⁷⁴其「黃華真水」即華池甘津。取真水時，法師於靜定之中降運心火，腎中真炁沿夾脊上入泥丸，遂炁化為津入於口中。水煉時，先煉自己「黃華真水」，當華池津滿即為「黃華」之徵候，於此時存想周圍一切皆化為黃華，眾魂於其中澡煉精髓。火煉時，亦不涉外事，其存想對象為身中之物。如其「火煉作用」稱：「不念呪、不用符、不掐訣。存想兩腎中間一點真炁，須臾，如大紅日輪，注視良久，水火交媾，玉池水升，其日輪竟升於絳宮，發燦爛流金之火，即見飛燄化成大火，遍空炎炎，一切幽魂皆喜悅入火冶煉。」¹⁷⁵其「流金之火」象徵坎離交媾之後升入絳宮的純陽正炁。行儀時，祭煉者存想絳宮陽炁化為大火煉化眾魂。

由上可見，「太極祭煉」是以心腎相交之炁為「水火」，水火煉亡的過程中不涉外事，亦不存水盂、香爐為煉亡之所。更為重要的是，其「焚身」變神與水火煉度，皆以下丹田（雙腎中間）作為炁機發動處，並以之為水火之源。這提示我們，行「太極祭煉」者當具有較高的內法修為，甚至應具備一定的內丹成就。為便於論述，筆者借用《清微丹訣》所言以釋之。

¹⁷² [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷中，《道藏》，第10冊，頁456上。

¹⁷³ 《太極祭煉內法》中既無布炁於池、變降「真水火」等內容，亦不存外像二池（水盂、香爐）為煉亡之處，更無存神召將引魂入池受煉之說。而這些內容正是「外池沼」煉與「內外水火」煉中不可缺少的環節。

¹⁷⁴ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法》，卷上，《道藏》，第10冊，頁444下—445上。

¹⁷⁵ 同上註，頁445上。

《清微丹訣》云：

玄關一竅乃先天一炁，此乃萬法英華，金丹之樞紐，在于靈寶謂之玄珠，在于神霄謂之真王，在于雷法謂之雷祖，在于煉度謂之水火。……此是真一之炁，變化無量大神，可降伏六天魔鬼，可追九地精靈，煉度亡靈以生天。¹⁷⁶

文中所謂「玄關一竅」，前對臍，後對腎，位置上接近於「太極祭煉」之丹田（兩腎中間），內丹採藥、結丹、火候、脫胎俱在此竅。上文「先天一炁」、「萬法英華」、「金丹樞紐」云云，旨在突顯「玄關一竅」的重要性。「先天一炁」即元始祖炁，亦稱元炁，與後天之氣相對。道教認為先天之炁唯於至靜真定中方現，但因世人逐物迷方，漸失本真，故而主張行者內安其神，外摒其欲，藉助後天之氣的呼吸存運以復返先天。文中稱「先天一炁」為萬法之本（英華），而「玄珠」、「雷祖」、「水火」乃至「變化無量大神」蓋為「先天一炁」之用。這與「太極祭煉」於默坐深定中以下田之炁作為變神、水火之源的行煉方式基本一致，也就是說，「太極祭煉」是以「先天之炁」行煉，此炁即行煉者在真定之中體內自然出現的「腎間動炁」。先天既現，後天則隱，外息斷絕，這說明「太極祭煉」的行煉者極有可能是在胎息的狀態下施行該法。此外，鄭氏稱該祭煉法與「默朝上帝法」同理。所謂「默朝上帝」，是指祭煉者交媾坎離，以「我之精神」上朝於泥丸。¹⁷⁷「默朝」的特點在於閉息行炁、三田往返。¹⁷⁸在「太極祭煉」中，變神與超度首尾兩個環節均涉及「精神」上朝泥丸，如其稱：「吾默朝泥丸，則千萬億魂悉隨吾而生天。」¹⁷⁹這或可進一步證明，「太極祭煉」正煉諸儀節自始至終皆是在胎息狀態下完成的。¹⁸⁰

¹⁷⁶ 《清微丹訣》，《道藏》，第4冊，頁964中。該書著者不詳，疑由元代清微派道士所撰。參見任繼愈：《道藏提要》，頁206。

¹⁷⁷ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷中，《道藏》，第10冊，頁449下-450上。

¹⁷⁸ [元]李道純《中和集》卷三云：「默朝上帝，舌拄上腭，三田還返，閉息行氣……」《道藏》，第4冊，頁497下。

¹⁷⁹ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷下，《道藏》，第10冊，頁464中。

¹⁸⁰ 祝逸雯博士注意到，「太極祭煉」中的「內煉法」是以「閉息」行事。筆者受此啟發，在重新釋讀《太極祭煉內法》後，進一步推斷該祭煉法不僅是「內煉」變神，其餘

其次，「太極祭煉」以「焚身煉神」作為起始儀節，「焚身」不僅是為了變神，更重要的是借「丹中之火」滅盡身內一切（生理與心理的）陰穢之物，以使祭煉者身中正炁充盈，進而以「我」之陽以煉「彼」之陰。同時，在變神之後諸項儀節中，如水火煉、超度（火鈴透頂）等，¹⁸¹ 皆會涉及「內炁」在三田（上田、中田、下田）的升降往返，其將「焚身」置於首，亦有防止身內「陰翳」隨炁竄入上田之用意。

復次，鄭所南稱「此內鍊法乃是神鍊，大勝於炁鍊」，¹⁸² 並批評其他祭煉法「皆非入泰定而祭鍊也」。¹⁸³ 從字面上看，「神鍊」應指行者於真定中以「元神」所變太乙救苦天尊行煉，而「炁鍊」則可能指那些以存想合炁之法行煉的儀式。這兩種煉法的區別在於前者行煉的主體是「我之元神」（身中真造化），而後者行煉的主體為「我之識神」（意念存想）。雖然二者同屬於「我」，但在修證的層面說，「神鍊」與「炁鍊」有本質的差別。¹⁸⁴

由上可知，「太極祭煉」以丹中起火煉集陽神，於胎息定觀中以「我之元神」祭幽煉亡，這意味著行此法者當具備較高的內法修為，甚

儀節亦應當是在胎息的狀態下進行。參見祝逸雯：〈鄭思肖《太極祭煉內法》研究——在法師身中完成的濟度儀式〉，頁42。

¹⁸¹ 鄭氏關於「火鈴透頂」的說法亦與內丹「調神出殼」極為接近。其稱：「運我一點靈光化為火鈴，上透泥丸，現前幽魂皆隨我一念而生天，正是祭煉幽魂要緊處。……若度眾魂生天，則念念升我之造化於泥丸上，苟力行之，則頂門微動。如無慾事，能勤行數年，火鈴自然常現後，頂門當豁然，初如萬蟻集而甚痒，後如巨石裂而大開。」所謂「靈光」、「造化」皆象徵祭煉者之元神，「火鈴透頂」即以「我」之元神自絳宮上入泥丸透出頂門，幽魂亦隨之而生天。文中「勤行數年」一句，暗示著該法很可能是將祭煉幽魂與修煉內丹融為一體的儀式。同時，結合該祭煉法可每夜行之的特點，以及鄭氏將「煉毓陽神」與「祭煉陰鬼」合二為一的主張，筆者認為，一次「祭煉」或可視為一次內丹煉養。《道藏》，第10冊，頁449下。

¹⁸² [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷下，《道藏》，第10冊，頁467上。

¹⁸³ 同上註。

¹⁸⁴ 鄭所南特別強調「意識」（識神）與「元神」的區別，甚至在誦經之法中亦作此區分，如其稱：「有一內鍊法，不打坐，不入真定境界，但存鍊嬰兒化為元始天尊，端坐絳宮中朗誦《度人經》，謂之元始天尊親行鍊度。殊不知，乃『我之意識』誦也，非我元神也，非真元始天尊親口誦經說法也。」文中前一位「元始」是煉度者以意念（識神）存想所變，其「元始誦經」乃「意識」。後一位「元始」為「我之元神」所變，是謂「真元始」，其「元始誦經」為「神誦」。《道藏》，第10冊，頁467下。

至已有一定的內丹成就。唯有如此，方能自如地運用「先天之炁」行祭煉之事。

此外，需要指出的是，「太極祭煉」雖鮮涉外儀，但並非對外儀持全然否定之態度。如其稱：「欲設壇場威儀者，自使有道心人，攝行科儀法事。我則別闢一靜室，竟不干涉一毫醮事，只獨自於靜室打坐，愈久愈靜愈妙，密行內鍊祭煉，一如上法，則內有實效，外可美觀。昔多有宗師建大黃籙亦如此行，若必欲好看者，此法亦兩得之。」¹⁸⁵ 這表明鄭所南並非完全否定外儀，他提出由一位「有道心人」闡演科法，再由「我」於靜室中密行祭煉。即一場祭煉儀由兩位祭煉者共同完成，一主外、一主內，以此「內有實效，外可美觀」的兩全之法，在內法與外儀之間作一折中。¹⁸⁶ 對於行儀主體而言，「內法」是最為重要的一環。儀式的成功與否取決於那位在靜室中密行祭煉之人，而壇場演科者所發揮的效用則居於次要地位。對於齋主而言，壇場威儀則能給予他們心靈上的慰藉和感觀上的滿足。不過，這類「兩全之法」並非由鄭所南首創，其稱「昔多有宗師建大黃籙亦如此行」。是知，在鄭氏之前，道門中已有宗師以此種方式建黃籙大齋。

以上，我們從行煉方式著手，對宋代道教水火煉亡之法進行了討論，並對其內法特點——尤其是「水火煉度」受內丹影響之具體表現——作了介紹。需要說明的是，本文只是從行煉方式的角度，對宋代「水火煉度」作初步分類與析論。這種分類方式並不能囊括宋代所有的煉度儀，尚有極少數儀式難以歸入本文的三種煉法中，如金氏《大法》卷三七〈水火煉度〉和《高上神霄玉清真王紫書大法》卷一一〈煉度法〉。前者以水池、火沼為外像水火，但這僅是「以備典式而已」，¹⁸⁷ 並不以之為存變對象，在煉亡過程中無任何實際意義。其次，金氏

¹⁸⁵ [宋]鄭所南：《太極祭煉內法議略》，卷下，《道藏》，第10冊，頁471上。

¹⁸⁶ 「丹陽祭煉」亦有類似的說法，如其稱：「至大鍊日，廣設醮筵，曲盡威儀，以塞俗眼，但令知有罪福，清潔高士攝行法事，師乃入室靜默志誠懇奏，只作一籙，密行祭煉，廣度沉滯，庶得兩全其美。」這也是由兩位祭煉者共同完成一場儀式，即由「清潔高士」闡演科儀以慰藉齋主（以塞俗眼），「師」則入室密行祭煉，以此為「兩全其美」之法。[元]《道法會元》，卷二一〇，《道藏》，第30冊，頁316下。

¹⁸⁷ [宋]金允中：《上清靈寶大法》，卷三七，《道藏》，第31冊，頁587上。

《大法》卷三七的「變池」，是指法師執劍「畫地成池」，¹⁸⁸ 此「無形之池」即是存煉亡魂之所。這不同於「外池沼」煉以「有形池沼」作為存變對象和煉亡之處。《紫書大法》則設有十八個火池、九個水池，無建、變池之法，注重以符行煉，行煉過程甚簡。最特別的是該法似將火煉作為水煉失誤後的一種補救性措施，¹⁸⁹ 其與神霄煉度的關係亦有待進一步的研究。

五、結論

本文根據宋代道教水火煉亡的方式，將這一時期的「水火煉度」分為「外池沼」煉、「內外水火」煉、「內水火」煉三類。其中「外池沼」煉是宋代最為常見的一種煉法，這類儀式一般設有建池、變池等環節，法師以壇場池沼為存變對象，以內外合炁變化水火，存想亡魂入池受煉。「外池沼」煉儀節程序較為繁瑣，存思內容亦較豐富，重視罡訣符誥的運用。「內外水火」煉一般遵循先外後內之序行煉，煉度者既要存想亡魂於壇場池沼受煉，還要藉助存想煉炁之法將亡魂移入身中，內運心腎相交之炁為其煉聚靈識。「內水火」煉主要以身內既濟之水火行事，一般不涉壇場威儀，這類儀式對煉度者的內法修為有較高的要求。

其次，本文對三種煉法的內法進行了考察。入宋後，受內丹道的影響，道教科儀愈加重視內法在儀式中的作用，認為外儀必須藉助內煉之法方能發揮其神聖效力，是謂「道體法用」。煉度儀即是這一背景下的產物，作為其核心儀節的「水火煉度」亦受到內丹道的影響。這種影響主要表現在兩個方面：一是概念上的借鑑，二是內法上的吸收。從概念上說，煉度儀與內丹道皆以「水火」表徵陰陽二炁。不過，在內法上，前者有「未濟」與「既濟」兩種水火，而後者則主張行坎離交媾之道，取「既濟」之水火以內煉元陽。

¹⁸⁸ 同上註，頁588中、589上。

¹⁸⁹ [宋]《高上神霄玉清真王紫書大法》，卷一一，《道藏》，第28冊，頁654下-655上。

復次，由於內丹理論的介入，賦予了煉度儀一種較為特別的救度觀。該儀式主張煉度者以自煉元陽作為救度亡魂之前提，這種「修度結合」的觀念亦貫徹於「水火煉度」中。在實踐中，「修」與「度」有兩種結合方式：其一，煉度者需於平時自煉元陽，以俟臨事而用之，這種方式多見於「外池沼」與「內外水火」煉中。其二，將自煉與煉亡合二而一，一次煉亡即是一次自煉，在行煉過程中體現出「鬼神即我」、「我即鬼神」之觀念。此種「即修即度」的方式為「內水火」煉所重。

第四，儘管煉度儀在概念和內法上皆受內丹之影響，但是作為一種度亡儀式，其目的側重於煉亡成仙，而內丹修煉則以個人成仙為終極目標。此外，煉度儀在存想方式上仍與內丹有較大差別。大致地說，煉度之存想注重「繫念一境」以求感應，其「境」包括身內與身外之境，如天尊、神真、幽魂、心府腎宮等，這類存想方式可謂「有相存想」。而內丹之精思強調不以意求，主張由外絕緣境漸至內伏散動，於返觀內照中涵養精炁神，這一過程中鮮涉複雜的存想「畫面」，其存想方式可謂「無相存想」。前者是道教傳統存神之法的延續與發展，後者則是對前者的一種超越。不過，需要注意的是，二者在實踐中並非是一種「非此即彼」的關係。事實上，某些煉度儀同時運用了這兩種存想方式，如「太極祭煉」、「丹陽祭煉」、「玉宸經法煉度儀」等。

A Study of the Rite of “Sublimation through Water and Fire” in Song Daoism: The Way of Practising the Rite

Liu Tao

Abstract

“Sublimation through water and fire” (水火煉度) is the core rite in Daoist rites of “salvation through refinement,” which aims at sublimating and recovering the dead, thus promising them salvation, through the yin *qi* and yang *qi* within the officiant’s body. With a close reading of Song literature on “salvation through refinement,” this paper gives a detailed study of “sublimation through water and fire.” According to its manner of practice and characteristics, “sublimation through water and fire” in Song Daoism can be divided into three categories: sublimation outside the officiant’s body (「外池沼」煉), sublimation outside and inside the officiant’s body (「內外水火」煉), and sublimation inside the officiant’s body (「內水火」煉). The paper defines these three types of sublimation, summarizing their characteristics. Put it simply, “sublimation outside the officiant’s body” means the officiant visualizes the sublimation of the dead in separate ponds of water and fire, during which process there are generally the sections of building, visualizing and transforming the ponds, and the methodology of converging the inner and outer *qi* to visualize and make “real water and fire” (真水火) is often adopted. It is the most popular kind of “sublimation through water and fire” in the Song dynasty. “Sublimation outside and inside the officiant’s body” means the officiant not only meditates on the dead being refined in ritual ponds, but also moves them inside his body to sublimate them with his combined inner yin *qi* and yang *qi*. “Sublimation inside the officiant’s body” is an inner practice with

yin *qi* and yang *qi* integrating with each other within the officiant’s body. Outer rituals and instruments are rarely involved in the process.

In addition, this paper compares the inner practice of the sublimation rite with the related theory and method of inner alchemy, summarizing their similarities and differences. In a word, inner alchemy advocates attaining “real water and fire” by reversing trigram Kan with trigram Li (顛倒坎離), while in “salvation through refinement,” both the *jiji* 既濟 hexagram (with Kan 坎 above and Li 離 below) and the *weiji* 未濟 hexagram (with Li above and Kan below) are used.

Keywords: Song dynasty, sublimation through water and fire, sublimation outside the officiant’s body, sublimation outside and inside the officiant’s body, sublimation inside the officiant’s body

COPYRIGHTED MATERIAL OF
THE CHINESE UNIVERSITY OF HONG KONG PRESS