

招真以鍊形 含道以鍊氣

——淺析吳筠的鍊養觀（二）

張懿鳳 撰

三、形動而心靜 神凝而跡移

心要能夠「澹而虛」，「靜」是吳筠關注的焦點，其在《心目論》裡已經點明：「人之所生者神，所託者形，方寸之中，實曰靈府。靜則神生而形和，躁則神勞而形斃，深根寧極，可以修其性情哉。」¹可知形與神的修鍊關鍵在於「心靜」，因為「靜」是天地之心，²是「性」之本，³吳筠在《形神可固論》與《玄綱論》中不斷強調「心靜」鍊養的重要，例如在《形神可固論·服炁》一文謂心靜可使神（炁）安居，身長存，⁴《玄綱論·形動心靜章》則謂「形動而心靜，神凝而跡移者，無為也。」無為即能與道相通，⁵在《玄綱論·神清意平章》謂心靜可避免「陽和之氣發洩，陰邪之氣乘襲」，靜默專一得使「神不散，陽靈全」，⁶甚至主張「心靜」昇華為「至靜」，使靜不知其靜，出乎靜，方能契於至虛。⁷另外值得注意的是，「至靜」與吳筠強調的人中之「性」有著絕對的聯繫，「性本至凝」，⁸「至靜」是「性」的本質亦是「道」的本質，⁹故「性」在至靜的狀態下與「道」是相通的，而「性」往往又與「神」聯繫在一起，「率性則神凝，神稟於道，靜則合乎性。」¹⁰有時甚至可與「神」互釋合用：

¹【唐】吳筠，《宗玄先生文集》，卷中，心目論，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁787。

²【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，超動靜章第六，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁809。

³【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，會天理章第二十五，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁815。

⁴【唐】吳筠，《宗玄先生文集》，卷中，形神可固論，服炁，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁790。

⁵【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，形動心靜章第十五，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁813。

⁶【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，神清意平章第十六，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁813。

⁷【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，超動靜章第六，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁810。

⁸【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，會天理章第二十五，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁815-816。

⁹【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，道德章第一，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁808。

¹⁰【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，率性凝神章第二十七，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，

死生於人，最大者也。誰能無情？情動性虧，祇以速死。令其當生不悅，將死不懼，翛然自適，憂樂兩忘，則情滅而性在，形歿而神存，猶愈於形性都亡，……夫人所以死者，形也。其不亡者，性也。聖人所以不尚形骸者，乃神之宅，性之具也。其所貴者，神性爾。

11

並與「形」、「情」概念相對。上面提到「性」與「道」相通的前提必須是在「至靜」的狀態下，換言之，「性」也有可能存在「非至靜」的狀態，此即「性動」，性動則靜必有所虧，「情」即由此而生，「情」所指的就是聲色嗜慾，這是吳筠一再強調必須忘卻捨去的，心鍊工夫做足勿使性動，則可全乎性，「性全則形全，形全則氣全，氣全則神全，神全則道全，道全則神王，神王則氣靈，氣靈則形超，形超則性微，性微則返覆流通，與道為一。」¹²有同於無，則有不滅矣。

吳筠繼承發揚老子的道本體思維並結合元氣化生之理發展精、炁、神、形等概念，建構了一套宇宙生成本原體系，透過有與無之間的關係辯證，合理論證人經由修鍊可以自有返無，為其神仙可學思想奠定了系統的理論基礎，進而構築出一幅深具層次的修鍊圖景，引導人循著這條以道為主軸的系統，次第修鍊，藉著心性靜定的鍊養工夫，使身心狀態逐漸轉化，進入與道冥合的境界，這種人體自身依循著天地造化之理返本修鍊的模式，正是內丹修鍊的基本精神，吳筠對於促進後世內丹理論的發展與興起莫不具有重要貢獻。

頁 816。

¹¹【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，長生可貴章第三十，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁 817。

¹²【唐】吳筠，《宗玄先生玄綱論》，同有無章第七，收錄於《正統道藏》，第三十九冊，頁 810。