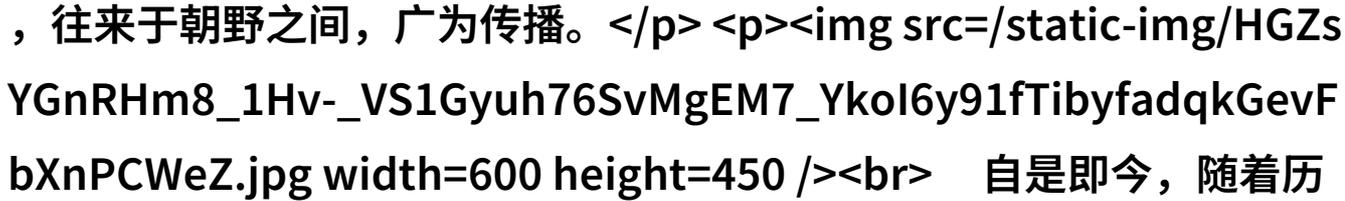


全真思想来源及基本戒律

 文 彭澹

全真派乃中国历史在几千年以来，修行人通过理论和实践，应运而生之教派。其思想，祖述老庄，兼容诸子百家；其运用，广纳三教九流之大义；其于道也，体用兼赅，权实互用；其修持也，慈俭修身、自度度他、济世利人；其宗旨，不离道德五千言之妙理，融入南华内外篇之箴言。

全真教者，自老庄传经、东华演教，修行人通过自我完善，结合理论实践，历经秦、汉、晋、魏、南北朝，以至于唐宋，孕育上千年，其成果渐渐成熟。重阳真人适逢其运，独具匠心，尊老庄之遗教，集历代真人达士之至要，冥心参悟，自我修证成真。于是远瞩，广开教化，度七真于齐东，阐道德于终南。嗣后七真于宋元之际，各自成真，在继承同时，各自开宗立派，往来于朝野之间，广为传播。



自是即今，随着历史推移，朝代更替，教门虽有兴有衰，然始终薪火相传，可见全真之教义，扎根深远，适用于社会各阶层。它不因教宗之争端、诋毁而荒废，不因宵小之无故贬斥、恶意攻讦而绝迹，其精神足以感染人与万物，其义理可使与霄汉同辉光。

道本清虚，无所谓无为、有为。道之用法象自然，因自然作用而生万物。天之道即自然之道，体天之道而行教化，是为道教。由此可见，天地之间，一切教门，包括五大宗教，无不体天道而行，因道而施教化。本来，各教圣人敷教，教义皆以天道为宗，旨在导人向善，通过修持完善自我，返璞归真，此至善之道也。然而，万物类聚群分，各随境遇而变化，人类也因根性之差殊，境遇之好坏，利益之大小，见识之远近而生心，于是难免生出伪善。教门之间亦因利益使然，不免互相诋毁，导致争端，朝野之间也不免于利益之大小，生出无故是非，互为贬斥。由是观之，真，善、美所在，伪、恶、丑所伏，仁义用之太过，假仁假义出焉。

全真之为教，本亦导人向善，通过慈俭修身，舍身向道，去妄归真。无奈，世人也因根性之利

钝，境遇之差殊，志向之大小而有别。况且天地生人，为人处世，自是各司其职，各尽所用，不可能皆为圣贤，不可能皆为帝王公卿，也不可能皆为百姓商贾，更不可能皆出家修行。即使依圣道而行，也不见得皆能有大成就，皆成圣贤仙佛。因此，任何教门之中，不免有不肖之徒，因利益而生出争端，以致危害社会；不免有知见偏激之辈彼此互相诋毁、攻讦，导致教相衰微。若本是教门虔诚，为爱教门心切，稍有言语之过错，情有可原，及时改过犹可，若执迷不改，将遗祸于自己之教门，让圣贤蒙羞。所谓宏教，实为败教，修行人不可不慎也。

“全真”一词的来源：全真一词最早来源于庄子，其后晋、魏、唐、宋历朝，修身之士皆有沿用。

《庄子·盗跖》：“子之道狂狂汲汲，诈巧虚伪事也，非可以全真也，奚足论哉！”

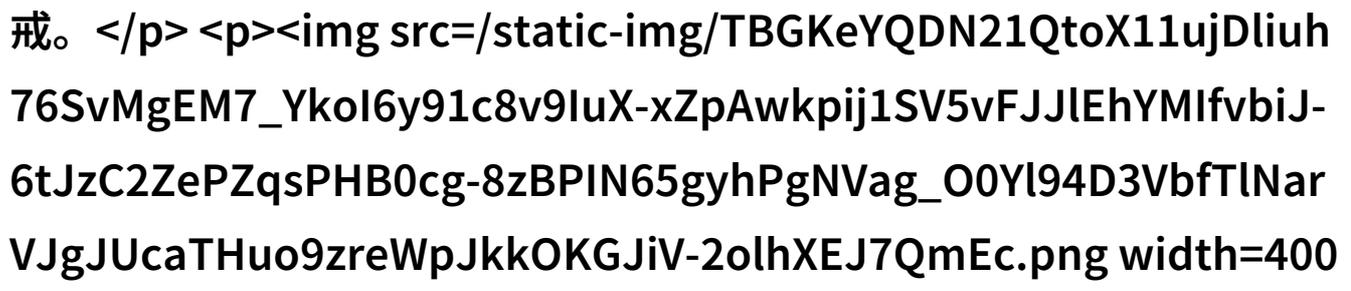
《晋书·嵇康传》嗟余薄祜，少遭不造，哀茆靡识，越在襁褓。母兄鞠育，有慈无威，恃爱肆姐，不训不师。爰及冠带，凭宠自放，抗心希古，任其所尚。托好《庄》《老》，贱物贵身，志在守朴，养素全真。

《唐高祖李渊·沙汰佛道诏》：门下：释迦阐教，清静为先，远离尘垢，断除贪欲。……近代已来，多立寺舍，不求闲旷之境，唯趣喧杂之方。……徒长轻慢之心，有亏崇敬之义。且老氏垂化，本实冲虚，养志无为，遗情物外。全真守一，是为元门

《晋书》卷九十二〈文苑列传·曹毗〉：著对儒以自释。其辞曰：或问曹子曰：「夫宝以含珍为贵，士以藏器为峻，麟以绝迹标奇，松以负霜称隽，是以兰生幽涧，玉辉千仞。故子州浮沧澜而龙蟠，吴季忽万乘以解印，虞公潜崇岩以颐神，梁生适南越以保慎，固能全真养和，夷迹洞润，陵冬扬芳，披雪独振也

由以上语典可见，自庄子以来，历代修真之士，都在以“全真”为准则，逐渐完善自我。由此推知，无论东华帝君、钟离正阳帝君、吕祖、以及后面的南宗北派各位宗师的修行，都没有离开全真思想。所以后世修行之不明理者，无故强分宗派，恶意攻击全真教，都是败家子弟，替祖师丢人现眼。世俗或有为利益而诋毁全真者，虽口说弘道，而实际是败道之徒。知

错者，速速忏悔，以免深陷恶途，迷失自我。怙恶不悛者，亦当引以为戒。



全真的定义：

全真者，保全天性、修缮我性、齐物格致，舍妄归真也。即是全精、全气、全神也。也即全其先天性命也。

1、全者：《说文》完也。《玉篇》具也。天地无全功。——《列子·天瑞》。唯全人能之。——《庄子·庚桑楚》。

2、真者：仙人变形而登天也。——《说文》。夫免乎外内之刑者，唯真人能之。——《庄子·列御寇》 归其真宅。——《列子·天瑞》。注：“太虚之域。”而已反其真，而我犹为人豨。——《庄子·大宗师》

3、本性、本原也。谨守而勿失，是谓反其真。——《庄子·秋水》 见利而忘其真。——《庄子·山水》 窈兮冥兮，其中有精，其精甚真，其中有信。——《老子道德经》 《庄子·马蹄》：“马，蹄可以践霜雪，毛可以御风寒，齧草饮水，翘足而陆：此马之真性也。”

4、真诚；诚实，情感真切； 真者，精诚之至也。——真在内者，神动于外，是所以贵真也。——《庄子·渔父》 重阳真人云：所谓全真者，纯真不假之意也。人谁无真心？一转便非了。人谁无真意？一杂便亡了。人谁无真情？一偏便差了。初心为真，变幻即为假心；始意为真，计较即为假意。至情为真，乖戾即为假情。所谓初心者，即固有之心也；所谓始意者，即朕兆之意也。 所谓至情者，即本性之情也。心中有真意真情，情中方见真心真意，由真心发而为真意，由真意发而为真情。是情即自然景象，无时非天机之呈露，然则人可不真哉。入不真心，即无真意，无真意

即无真情。 验真道先验真情， 验真情即可知心真与未真， 知意真与未真， 故修真之道， 必以意始， 意诚心亦诚， 即心所发之情亦诚矣， 诚斯真也。 诚若不真， 见之于言， 则言不由衷， 非真言也。 见之于行， 则行不率性， 非真行也。 修之者， 修去心外之心， 意外之意， 情外之情， 当于举念发言时， 提起天良， 放下人心， 不许疑二其心， 混杂其意， 方为真心真意真情， 一毫不假， 是真道。 真道遍行， 故谓之全真也。 —

— 《七真传》 </p> <p> 全真教的思想</p> <p> 全真教的思想主要有以下几个方面：
 （一）三教合一思想比较突出。如重阳真人在山东所创之五会皆以“三教”二字冠首；规定以三教之经书《道德经》、《般若心经》、《孝经》为全真道士必修的经典。他和七的诗文中，三教合一言论更是俯拾皆是。如“儒门释户道相通，三教从来一祖风”，“天下无二道，圣人不两心”，“教虽分三，道则唯一”等等。尤以融合禅宗理论最为突出。马丹阳真人《神光灿》：“禅为宗，道为祖”，清初柳守元《玄言正旨序》：玄宗（指全真道）“与禅宗实为相近”。
 （二）教义中，出世入世并重。在重阳真人和七诗文中，指出人生是“苦海”，家庭是“牢狱”、“火宅”，夫妻恩爱为“金枷玉锁”，劝人“跳出樊笼”，看破功名富贵，学道炼丹，以离“苦海”。实则以有为入世为基础，修行无为之事，以期超越生死，证道成真。
 （三）在成仙信仰和理论上，有异于前代修行人肉身万载不死、享乐无尽的追求，。认为人之肉体早晚是要坏死的，只有“死而不忘”的精神才能永恒。重阳真人《金关玉锁诀》：“唯一灵是真，肉身四大是假，”《立教十五论》：“欲永不死而离凡世者，大愚不达道理也。”刘处玄真人《至真语录》：“万形至其百年则身死，其性不死也。……阴阳之外则其神不死也。”因此在内丹理论上，主张先性后命，以性兼命。以澄心遣欲为真功，以明心见性为首务。
 （四）在方法上，主内丹，兼用符篆，形成独具特色的内丹理论

。在教制教规上，规定道士须出家住道观，不鼓励蓄妻室。为了约束道士言行，制定各项清规戒律，督促道众严格遵守。全真道在宋金时代的发展有限，至蒙元前期，以成吉思汗之召见、尊奉丘处机真人为契机，在长春真人及其们的推动下，全真道发展至鼎盛。当时全真道宫观遍布北方各省区，“虽十室之邑，必有一席之奉”。此鼎盛局面，自长春真人起，历经尹志平真人、李志常真人两任掌教，大约三十年。至元宪宗五年（1255），佛道因《化胡经》之争起，元室袒佛，全真逐渐衰落。全真道鼎盛局面因之结束。在张志敬、王志坦、祁志诚、张志仙几任掌教中，处境都较困难。又经历约三十年，元成宗即位，弛焚经之禁，全真道获得正常发展。元世祖至元十三年（1276）平定江南，全国统一，全真道成为中国道教主流。

（五）重阳真人“其逊让似儒，其勤苦似墨，其慈爱似佛”的全真道教，除了直接把数以万计的汉族遗民在刀口下拯救出来，更为当时中国北方的众多遗民提供了心灵的避难所。“遗民泪尽胡尘里”，当备受歧视的北方遗民对懦弱腐朽的南宋小朝廷彻底失去信心时，越来越多的北方遗民尤其是汉族知识分子归入全真道。（图33）

重阳真人开创了内丹北宗并以道派教团形式弘扬丹道学，从而在道文化发展史上第一次正式地将丹派与道派合二为一、相得益彰，具有里程碑式的意义。重阳真人推广修持自身阴阳的清静丹法，以广度有缘，体现出普度众生的豪气。重阳真人创立全真道，革故鼎新，以卓然不俗而又至真至纯的“全真家风”，上承中唐以来日渐兴盛的钟吕及陈抟、张伯端的内丹学，以三教合一为宗，以性命双修、功行并重为门径，融汇中国禅宗的心性理论，将传统道教从教义、戒律，到宫观组织、修行方式等方面都进行全面革新，可以说是开中国道文化千百年来未有之局面，从而促成了中国道教的新生。

全真道尽管比东汉时张道陵创立的天师道要晚出1000余年，却发展迅速，成为中国道教史上可与天师道相比肩的影响最大的教派。自金元以后，道教的发展，全真道成为主流，而由丘处机真人开创的龙门派又成为全真道的一枝奇葩，直到近现代，全真道保持了八百多年延续发展。而重阳真人引儒入

道，力倡“三教合一的宗旨”，不仅提升了道学对中华传统文化的统摄与融合功用，更于衰危乱世中保存了中华道学文化之命脉。金元时期，北方汉族遗民连生存尚且无法保证，更谈不到汉民族文化的保存和延续，重阳真人融汇儒释道三教经典精华，提炼升华为全真教义，传播给道众，继而散播到全国各地，自此以后，有全真道思想的影响、内丹学不会失传、中华民族的传统文 化则无灭绝之虞。同时，重阳真人发起带动的内丹修行风潮，是一种在异族统治下，保护民族文化、救亡图存的，也是道教的宗教改革运动，更是一种“内在灵性的觉醒”运动。在当今人类生命深为物质文明所迷惑的时代中，全真道的“返本还原，求其本真”的内丹修行，仍有重大的启示作用。

回首重阳真人创教至今的八百年来，全真道沐风栉雨，与世浮沉，书写了波澜壮阔的历史画卷，尤其是全真道的历代宗师们，更是屹立潮头，执掌着全真道教发展的方向。从重阳真人弃家修道，焚庵东行，投谭捉马，招徒布道，立会创教，力行全真；到马祖丹阳真人力挽危局，开肇门风，团结众师弟，巩固、发展教务。谭祖处端真人力倡在家修行，使全真道更合民情。刘祖处玄真人广建宫观，大行斋醮，促使全真道向积极入世修行转变。至丘祖长春真人，万里西行，一言止杀，救万民于水火，自此，全真教盛极一时，丘祖的声誉亦远播四海。及尹志平真人宠膺上命，簪裳接迹，宫观相望，抚慰遗民，群盗罗拜受教，悉为良民，虽遐方远裔，深山大泽，皆有其人。又命编纂《元藏》，全真道的鼎盛局面得以继续发展。李志常真含妙用，动应玄机，通明中正，价重一时，元武宗在至大三年（1310）（图34），加封全真教的祖师和重要，北五祖由真君升帝君；北七真由真人升真君。其后，孙德彧、兰道元、孙履道、完颜德明等相继掌教。自苗道一起、每任掌教皆授封为真人、演教大宗师、知集贤院道教事。这是除玄教以外，其他道派掌教皆未获得过的褒封。在《道藏》第24册元彭致中编《鸣鹤余音》卷三中找到一首题名王重阳的《满庭芳》词，词中说：“汝奉全真，继分五祖，略将宗派称扬。老君金口，亲付与西王，圣母赐东华教主，东华降、钟离承当。传玄理，富春刘相，吕祖悟黄梁。登

仙，弘誓愿，行缘甘水，复度重阳，过山东游历，直至东洋，见七朵金莲出水，邱刘谭、马郝孙王，吾门弟，天元庆会，万朵玉莲芳。

全真派的戒律：全真派在古代戒律所规定戒条很多，包括三皈五戒、初真十戒、女真九戒，中极三百大戒、天仙一千二百大戒等等。而今，随着时代变迁，很多戒条已经不再用来约束修行人，教门中，一般来说，除了常规禁忌外，基本能守三皈五戒，就是好修行人。若有持戒精严者可以自我谨持，可以因地制宜。实际上，三皈五戒乃为主要戒律，它涵盖很多方面，能把持好，就很难得。李炳南居士授菩萨戒，其后坦言，自己一生未曾守好五戒，可见守好五戒之难。我等后学，切莫轻视戒律，须知修道，以戒为师。无论在家出家，在修持中，自我把持，千万别自己不持戒，却以种种理由，贬斥戒律。如此以往，过咎增多，终生难以补救。更且，有不畏因果之辈，凭空诋毁戒律，认为古代没有戒律，是全真派多事，打着维护道家正本清源旗子，企图将道教和全真派毁灭，此等人更是无知，所有无明知见，皆是利益使然，实在不配作道家门下。

道教三皈：皈依道、皈依经、皈依师。

道教五戒：一戒杀生，二戒偷盗，三戒邪淫，四戒妄语，酒肉。此三皈五戒为学道者入道之初，首要遵守之规律也。

初真十戒：天真言：出家超俗，皆宿有良契，故能独拔常伦。若慎终如始，精至修练，当福延七祖，庆流一门。所谓九层之台，起于累土，千里之行，始于足下，乃至功成德就，白日。于是乎，开度之时，宜受初真之戒。其戒有十尔，当受之。

第一戒者，不得阴贼潜谋，害物利己，当行阴德，广济群生。

第二戒者，不得杀害含生，以充滋味，当行慈惠，以及昆虫。

第三戒者，不得淫邪败真，秽慢灵气，当守贞操，使无缺犯。

第四戒者，不得败人成功，离人骨肉，当以道助物，令九族雍和。

第五戒者，不得谗毁贤良，露才扬己，当称人之美善，不自伐其功能。

第六戒者，不得饮酒过差，食肉违禁，当调和气性，专务清虚。

第七戒者，不得贪求无厌，积财不散，当行节俭，惠恤贫穷。

第八戒者，不得交游非贤，居处秽杂，当慕胜己，栖集清虚。

第九戒者，不

得不忠不孝，不仁不信，当尽节君亲，推诚万物。
 第十戒者，不得轻忽言笑，举动非真，当持重寡词，以道德为务。
 小解：初真十戒是道教人道者必须遵守的金科玉律，是人道的门户，是修道的起点。它要求“十恶不生，无思无为，一念修道，去掉凡心，以戒为师”。 “十戒”注重道的品德修养，把忠、孝、济世、守身、节俭、利人以及清修作为修道养性的前提和洁身戒行的道德规范，目的是促使道端正品行，成为受世人敬仰的楷模。具体来讲，初真十戒又这样几个方面的要求：对贞操方面来讲，要独拔常伦，顿息尘缘，断绝，精修道行，这样就有希望得道成仙并且为祖先和家族带来荣耀对于财物方面来讲，告诫信徒贫富早已经注定，如果命里注定与财富有缘的话，即使花光了现有的钱财，还是有办法重新获得，而如果命里注定要忍受贫困之苦的话，无论怎样算计也还是没有办法变得富有。一旦懂得这个道理，就应当一切顺其自然，不贪占不属于自己的钱财，不收取不义之财。应该合理合法地获取自己应得的财富，而不应当陷入对财富贪得无厌的之中。能做到“十戒”的人，则心领神会，精神分明，修道积德的第一步就已经完成了。
 道教的清规戒律，不是随着宋元全真教的兴起才有，早在唐代就已经有明文条令，后世修行人不可因戒律肆意诋毁全真，应该遏欲存诚，尽量去遵守，潜心修悟以致证道成真。

[下载本文pdf文件](/pdf/8322-全真思想来源及基本戒律.pdf)