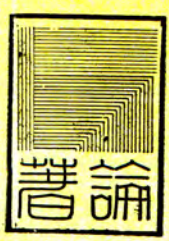
想思家佛的含蘊教眞全

玉美吳　大臺

一、全眞教興起的因緣

宋室南渡後，約當西元十二、三世紀之際，中國北部與西北部地區，正是遼、金、元三朝的勢力相互消長的時候。由於戰禍頻仍，人民生命安全受到很大的威脅。一個人當他現實生活有了朝不保夕之感，不能體認生存的意義和樂趣時，往往會轉而向精神界去尋求安慰和寄託。宗教使人類精神，超越現實而進於絕對界，解脫不可知而又驟然而來的生死禍福之恐怖，因而得到安心立命之所在，最適合於亂



士碩讀攻，所究研文中學大灣台業肄現，玉美吳：介簡者作

。一之文論學同獎受金學獎勒密爲文本

世的需要。魏晉南北朝時代，國土分裂，戰亂相乘，老莊思想和道教佛教的思想，盛極一時，就是很明顯的例證。同樣的，宋末戰亂又再度促成佛教道教的興起。道教自漢季興起，不僅得到民間的信仰，唐代因帝室與道教所託始的老子同姓，更深得帝王的提倡，遂與政治發生了相當的關係。北魏北周兩個武帝的排佛，都和道教有關。宋史（卷二十一）徽宗紀：

政和三年十月戊辰詔冬祀大禮及朝景靈宮，並以道士百人執威儀前導。

這是中唐以後，道教衰落後再度抬頭的開端。宋帝崇信道教的，實始於眞宗，（澶淵之役，眞宗藉寇準之力，幸獲和平，當時爲粉飾太平，假借祥瑞以鎭壓社會人心，因而不能不提道教。）而極於徽宗，因此有上述朝道宮的大典。徽宗本紀又載：

（政和）七年二月甲子，會道士二千餘人於上清寶籙宮，詔通眞先生林靈素，諭以帝君降臨事。

這與西方的「上帝下凡」之說相同，增加了道教在政治上的地位。它受寵於宋帝的情形，陸游老學庵筆記說：

政和後，道士有賜玉方符者，其次則金方符，（中略），背鑄御書曰：賜某人，奉以行教，有違天律，罪不汝貸。結於當心，每齋醮則服之。

陸游又說：

宣和中，會稽天寧觀道士張若水，官爲蕊珠殿校籍，贈其父爲朝奉大夫。

林靈素以侍晨恩，數視執政，則贈官必及三代矣。（卷九）

道教如此得寵，無怪陸游有「大抵當時道流濫恩，不可勝載」（同上）之歎！

到了金元之際，道教內部漸有不同的派系產生，全眞教就是其中的一支。它是陝西人王嚞（原名中孚，字久卿，號重陽眞人。）於金完顏亮正隆四年（西元一一五九年），金世宗大定七年（一一六七）間所創立的。創立之初，有「三教玉華會」、「三教平等會」、「三教金蓮會」等名稱。這一支道教的性質，與一般講求導引吐納、煉丹服食以求長生久視的道教不同。近人陳垣「南宋初河北新道

心想

從閱讀

王嚞作

雲集（

，可見

，本於

足之習

梓兩家

對三教

．

爲它們

的眞理

教考」說：

全眞不尙符籙燒煉，而以忍恥含垢，苦己利人爲宗。

全眞教所以具有這種「忍辱含垢，苦己利人」的特質，這要從它立教的動機及其宗旨說起。

元、商挺題甘河遇仙宮詩吟道：

子房志亡秦，曾進橋下履。佐漢開鴻基，屹然天一柱。要伴赤松遊，功成拂衣去。異人與異書，造物不輕付。重陽起全眞，高視仍濶步。矯矯英雄姿，乘勢或割據。妄跡復知非，收心活死墓。

可知王重陽創教的動機，絕不是消極地避世求仙，而是當時金國的力量已日趨强大，對於宋的侵陵也日益露骨，我民族的思想自也隨之而增高。王重陽很想利用宗教力量團結人心，抵禦異族，以保民族的傳統思想。所以，元、虞集非非子幽寶志說：

昔者汴宋之將亡，而道士家之說詭幻益甚。乃有豪傑之士（指王嚞等）佯狂玩世，志之所存，則求返其眞，謂之全眞。

豪傑之士生於亂世，壯志不得伸展，又不肯苟且偷生，於是轉向精神界去尋求守眞的方法，他們的行爲實與一般黃冠道士不同。虞集接著又說：

士有識變亂之機者，往往從之（中略）。濶飲谷食，耐辛苦、寒暑，堅忍人之所不能堪，力行人之所不能守，以自致於道。」（同上）

他們之所以能堅忍行事，完全建立在他們特有的宗教信仰上。

二、全眞教旨述要

金、完顏璹全眞教祖碑說：

其教名之曰全眞，屏去妄幻，獨全其眞者、神仙也。

要屏除一切幻妄之想，才能守全得眞。因此，全眞教徒修持之法「大略以識心見性，除情去欲。忍恥含垢，苦己利人爲宗旨。」要求作內心的澄淨工夫，使心中無情無欲，出而應世，才能犧牲自己，爲人羣謀福利。

所以他們都能夠表現出「耐勞苦，力耕作」，「凡居處服食，非其所自爲不敢享」的堅忍精神。做到「所行之事，先人後己，與萬物無私」的境地

。他們的精神與作爲是可佩服的，金人辛愿（敬之）嘉許道：

涉世倘行殊有可嘉：其遜讓似儒；其勤苦似墨；其慈愛似佛；至於塊守質樸，澹無營爲，則又類夫修混沌者。

全眞教徒具有儒、墨、釋、道的基本精神，與辛愿同時的元遺山更具體地說明：

全眞道有取於佛老之間，故其憔悴寒餓，痛自鞭剝，若枯寂頭陀。然及其有得也，樹林水鳥竹木瓦石之所感觸，則能事顯脫戒律自解；心光燁然，普照六合，亦與頭陀得道者無異。

遺山這些話是表章全眞教徒的精神境界，也正是全眞教徒的理想；綜合儒、墨、佛淑世救人的精神。實際上，全眞教是先作超世脫俗的修持，而後回到現世，實地從事救世救人的活動。而全眞教祖王重陽教人並誦道德經、心經和孝經，更可證明全眞教的確是合儒、釋、道三教爲一體的新宗教，只是他既提倡民族思想，便不能不以中國土產的道教爲護身符，來施展他們的抱負。

三、全眞教旨中所含的佛家思想

要徹底了解全眞教義，最直接的方法是從閱讀各全眞教祖的著作下手。如：重陽全眞集（王喜作）、重陽教化集、磻溪集（丘處機作）、水雲集（譚處端作）等書，都是直接的資料。

前面說過，王重陽教人誦讀心經等三種，可見內典也是全眞教典之一。稍後的元遺山說：

貞元正隆以來，又有眞家之教（中略），本於淵靜之說，而無黃冠禮禫之妄；參以禪定之習，而無頭陀縛律之苦。

這一段話說明了全眞教的實質：融合了道、釋兩家思想，而取其菁華。茲再就重陽全眞集等書對三教的看法，以說明全眞教旨，三教平等的眞義：

道、釋、儒經理最深。

全眞教所以獨取儒、釋、道之神髓，實是因爲它們的經典蘊含著最深的道理，且有相通之處：

儒門釋戶道相通，三教從來一祖風。

悟徹便令知出入，曉明應許覺寬洪。

他們以爲儒、釋、道三位一體，能徹悟三家的眞理

，自然可以知道三者可以相通，而不相排斥。金、譚處端說得更詳細些，他說：

三教由來總一家，道禪清靜不相差。
仲尼百行通幽理，悟者人人跨彩霞。

再從三教的共同點來看：

心中端正莫生邪，三教搜來做一家。
義理顯時何有異，妙玄通後更無加。

三教均要人「心中端正」，這就是全眞教所以要合三教爲一教的原因。而他們對三教的取捨，則是修道家之眞，持佛家之矜憫、慈悲，行儒家之孝。三者具備，就可以成仙。

現專就全眞教旨中，有取於佛理（含禪理）之處，加以闡述，以證明它與佛家的血緣關係。

全眞教徒大抵是一羣不肯盲從世俗的豪傑志士，在國、族衰落、不能有所作爲的時代裏，轉而要求擺脫塵世。

欲入全眞門戶，（中略）中朝塵事般般屏了。

所以，他們採取了佛家的出家方法，只因爲出家最能遠離塵事的羈絆，放棄一切慾望才能夠淑性守眞。

要出家當然要先有拋妻棄子的決心與勇氣，所謂「修行門戶敍次通，知先須屏子休妻。」這正是佛家的去情、割愛與戒色之教。全眞教徒認爲情愛縈繞於心時，往往容易蒙蔽了本性，而無法做更高的修持工夫。至於要戒色的原因，丘處機說得極爲透闢：

勞生有萬種，最大無過色，不唯喪命根，復乃銷陰德。還能戒此一，酷勝其他百。慕道修仙人，從來是標格。

色之害如此之大，若不能戒色，則其他修持工夫都沒有著落。

當決心出家後，第二步就要明師。先知道何人的修持工夫最深，投禮從學才有助益。他方面，老師接受弟子前，也須先勘驗他的根性深淺。這用的是禪宗的法子。

如果客觀環境不容許出家，也不必勉強。在家作出家的修持，只要修練工夫深，與出家是沒有兩樣的：出家和不出家只不過是形式上的區別而已。全眞教徒「身在凡而心在聖境」與佛教的在家居士相似。他們都不是完全遺落世事，正同佛教徒以大

悲故，不住涅槃，而從事救助生靈，維護文化的努力一樣。例如丘處機的事功，就是一個明證。（詳下章）

前面說過全眞的旨義是屏去妄幻，求歸全眞的，這正是佛家求見眞如自性的目標。

十二時中念念清靜，不被一切虛幻舊愛境界矇昧眞源。

人的自性就像一面鏡子，如不勤加拂拭，隨時會被塵土蒙蔽不明。因此，明心自性先要滅除貪、嗔、癡的毒素，方能除惡爲善。

衆善的奉行，全由慈悲心而起，全眞教祖說：

慈悲慈悲不可捨，作善緣敲盞。

這話充分地說明慈悲心是得到善緣的原動力，所以他勸人要「靜處常常生智慧，閒居每每起慈悲。」也就是勸人隨時注意，不讓這種根本的原動力中斷，能在悲智雙運下，渡到涅槃彼岸。

從慈悲心渡到涅槃彼岸的過程中，有許許多多的修持工夫，才能達成。

一、戒殺生：人所以異於禽獸，完全在於和平不殺，一犯殺生的禁忌，就淪落地獄，永受折磨。全眞家與佛家都在追求自由自在的極樂世界，殺生是第一個被屏棄於天堂門外的。再者，當一個人殺生時，往往先萌發一股殺氣，這是最有碍於除惡爲善，保持清靜的修持工夫，所以戒殺與去瞋是一體的兩面。

二、除葷：爲戒殺生而採取素食，而且素食對身心有極大的益處。澹泊寡欲可以益壽延年。

三、亲財去酒：酒能亂性，財物更能迷人心竅，所以都須戒除。這也是佛家的戒律中，很重要的一條。

四、忘名利：世人熙來攘往，只爲名利，殊不知名利都是身外物，轉頭成空。奔走追求，徒然地戕害精神而已。

以上戒財、色，去酒、除葷、忘名利等修養，都是要使身心能安於清貧。正與顏回簞食瓢飲，不改其樂的精神相一致。佛家與全眞徒都是要把人類的慾望減至最低限度，甚至完全滅盡。他們認爲慾望是萬惡之源。

五、破執著：世事固然無常，而是非的分別也是和眞性大道無關的。凡事順其自然，不必勞神

苦思。因爲心有思慮，則情牽意鎖。有是非的分別，則產生執著。這麼一來，都使眞性無從顯現。所謂：

憂愁思慮忘，五葉玉蓮芳。
是非絕盡方通妙，人我俱忘始悟玄。

在在都說明了忘思慮、絕是非之後，使心性澄湛，無任何煎熬，得到自性空寂恬淡。終於遠超色、欲、與無色三界而達最高境界。至此，清淨自在的佛性方才顯現。

六、靜坐：這是破執與保持內心清靜的方法。靜坐不只是形體端然，瞑目閉眼而已，要眞正地做到收斂身心，端身靜坐，心不起妄想才行。「重陽立教十五論」第七論打坐中，對靜坐的意義有極詳細的說明。

眞坐者須要（中略）一切動靜中間心如泰山，不動不搖，把斷四門：眼、耳、口、鼻，不令外景入內，但有絲毫動靜思念，卽不名靜坐。

因此打坐，最主要還是在於內心的修持，這是得之於佛家的方法。

以上種種修持方法，最終目的是要免除罪障，使人不落入輪廻之中。佛家以爲一有罪障，就會落入六道輪廻中，一入輪廻就產生痛苦。追根究柢，罪障起於「無明」，因此只有以修行方法祛除「無明」，才能得到大自在、大解脫。全眞教徒勸人勤修佛法，而邁向「全眞」的無上境界。那麼，佛法何處求得？

修行休向法中求，著法尋求不自由。
認取自家心是佛，何須向外覓？

萬法無常，如何去求？所以不必向外求師問法，自己的心就是佛心，自己就是自己的眞師。佛性本來無差別，只因迷悟不同罷了，所以只要各自觀心，卽能自見本性，菩薩戒經說道：

我本元自性清淨，若識自心見性，皆成佛道。

全眞教這種「認取自家心是佛」的內修教旨，正是取之佛家教義的。

由上所述，足見全眞道是因襲宋元以來禪宗的心法，配合道教主張清靜修行的方法，它雖然屬於道教的宗派，實是融會儒、佛、道三家精神的新興

教派。至於它的作爲則是暗中在作振衰起弊以求民族復興的工作。

四、全眞教對當時的貢獻

全眞教盛行於金元之際，至元初幾成國教，這是因爲當時正是邊陲民族入侵中原，中原文化受到重大刺激。應運而生的全眞教，負起振衰起弊的工作，在中國文化史上是最富時代意義的。元遺山清眞觀記說：

> 嗚呼！自神州陸沈之禍之後，生聚已久而未復其半，蚩蚩之與居，泯泯之與徒，爲之教者，獨全眞道而已。（遺山集卷三十五）

在這紛然變亂之時，全眞教徒仍能屹立不動，作著他們理想中的工作。遺山接著又說：

> 從是而後，黃冠之人十分天下之二，聲焰隆盛，鼓動海岳，雖凶暴驁悍甚愚無知之徒，皆與之俱化，銜鋒茹毒，遲回顧盼，若有物掣之而不得逞。父不能召其子，兄不能克其弟。禮義無以制其本，刑罰無以懲其末，所謂全眞家者乃能救之。蕩然大壞不收之後，殺心熾然如大火，聚力爲撲滅之。

當禮義道德不足以維繫人心，刑罰無所施行的亂世，全眞教徒却能應用修持內心的教義，來維繫道德的血脈不亡，眞是一大貢獻。其中具體的例證很多，例如重陽弟子丘處機以高年，遠赴西域成吉思汗行營，爲他講解全眞教理達三次之多，勸其勿殺害生靈等，都被接受了。因而爲中原免除一次屠殺之大禍。全眞教在當時不但得到羣衆的皈依，同時也得到帝王的尊信，於此可見。

在這種上下交信的情況下，他們對民族文化的貢獻，其功是不可埋沒的。可惜自丘處機以後，由李志常、尹清和掌法，又變而爲禳神驅怪的迷信團體，不復有「淵靜之習，禪定之業」的嚴肅主張與修行，遂一蹶不振。我們今日研究全眞教理，對於王喆創教及丘處機發揚之功，益發引起思古之幽情了。