**社會理論學報** 第二十一卷第二期 (2018): 273–313

# 丹道身體、生命技藝與無器官身體—道家社會學論衡(1)

石計生
東吳大學社會學系[1]

**摘要** 流傳中國千年的道家，其基於氣化宇宙觀的丹道身體，乃是一種身體鍊金術：它基本上揉合符籙、存思、服食、外丹、房中術和內丹等操鍊技藝。房中術是能量吸血主義？中國人欠缺倫理主體的能力？東方身體只為保守求生？對於西方社會理論提出質疑，本文經由與福柯生命技藝、德勒茲無器官身體對話，以丹道身體比較討論倫理主體的快感養生術、去除器官層化束縛的情動身體的自我救贖與社會性。本文提出的「丹道身體二重性」批駁西方學者認為「房中術是能量吸血主義」「中國人欠缺倫理主體」，這是在引用有限文獻下的錯誤論點。而「東方身體只為保守求生」，本文提出的以宋代以降的內丹學為基礎的「丹道身體二重性」看似保守，著重朝向身體內部的行動，但若納入漢末六朝古道教如張角、張魯等的社會行動，則並非如此。

道既是一種修行法門，也是一種社會行動；前者是從東漢近兩千年，所衍伸的法門派別不可盡數，朝代更迭唯祖氣不滅，而後者以宗教形式觸發身體向外連結的動能，組織化形成社會運動。因此，道家社會學是從身體到行動、從行動到社會的論衡。道家社會學的行動有兩層意思：向內的身體操鍊與向外的社會參與。就義理特殊性而言，丹道身體的向內的身體行動，在天人合一大原則下其精氣神轉化，其生命技藝早就是倫理主體的展現；而向外的社會行動，德勒茲所謂的逃逸線多元體，其生產性和多樣性的欲望，在中國歷史中被馴服、地下化，丹道作為無器官身體，古道教曾充滿社會行動

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

能量的游牧民情動身體，宋代以降被內丹煉養被系統化，回到向內的身神的追求與修鍊。「丹道身體二重性」解釋力的限制，未來將以複雜理論與古道教研究，繼續發展我的道家社會學的論點。

**關鍵字：**丹道身體、生命技藝、無器官身體、德勒茲、道家社會學

## 一　前言：得氣與知言

做為受過西方完整訓練的社會學家，能夠得氣，回想起來，和一九八六年我二十四歲時的一個事件有關。那時即將從台灣大學畢業，狠讀書、激越創作、飲酒闊談，恃才傲物，卻在一次聚會時暈倒，送至醫院後被診斷出猛爆型肝炎：肝功能指數GPT，GOPT正常值為三、四十我高達三、四千。接下來的日子就是母親帶著我遍尋名醫，打針吃藥，但是頭暈、出現黃膽、手腳末稍神經麻木等症狀卻越來越嚴重，醫生說有性命之憂：「想自己大概像法國的詩人藍波，只能對這世界驚鴻一瞥。幸遇全真來靜師父，點關開竅，倒轉乾坤，乃能修習龍門氣功，忽忽十年，身康體健。方知詩之上有宗教。」[2] 這是我第一次和道家的接觸，迄今入道三十年；而且，此事件後我看待世界的眼光有很大的不同。

觸發德勒茲與瓜達里寫《千高原》是一九六九年的法國五月學潮風暴，這事前者稱之為「事件」(event)後者稱為「逃逸線」(line of flight)。理論上這些「事件」，都是情動(affect)的後果：從身體所具有的行動的力，以及被其他身體和行動所觸動的能力所激發，當其強度達到足以改變速度與方向的奇異點(singularities)，就會對個人生命或社會歷史產生轉向。[3] 情動，身體的行動與強度的鍛鍊，道家稱之為「鍊功」。鍊功就是認識身體的基礎，不

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

只是知識思考的探究道的本體，更重要是身體行動的驗證道的作用，故名「證悟」。西方情動的旅行煉金術(itinerant metallurgist)觀點，人的身體不斷運動與和外在產生異質連結，又配置像風一樣，不會停而繼續吹，在不斷的流變中，形成價值的永劫回歸。[4]以氣行為導引出發，道家的情動方向性一開始並非向外，而是向內逆行。過去千年來源遠流長的道家經圖，如《修真圖》[5]《內經圖》，與其中的圖說，如張三丰〈無根歌〉云：「順則亡，逆則仙」都反覆說明了丹道身體的特殊性。

丹道身體情動逆行的高強度鍛鍊，以下的記載歷歷如昨。來靜師父的「那種冷峻如電的眼神使我不敢逼視，甚至說話。那種冷峻如電的眼神使我每天旋轉鍊功十幾個小時，在指南宮的山上度過幾個寒暑。有天身體出現驚人的變化，我的頭頂突然流出很多黃色的膿水，腳上足三里穴道也冒出許多紅色的腫塊；吃驚之餘，才鼓起勇氣問師父原因。師父第一次對我露出笑容，說：『很好很好，肝毒已排出矣。』那粲然明朗的笑容開啟了我習道的學徒生涯。」[6]

得氣即得老祖宗祖氣，知言即知道通神之言。要探究中國丹道的前提必須得氣才能看得清楚，這是身體層次的觸發(trigger)；然後在知識領域裡才能理解講述丹道諸典籍的義理，通過前人的經驗結晶文字證悟己身變化。如上引言所述，我因師從全真派龍門宗第十三代傳人王來靜先生凡三十年乃得氣；且前半生造訪道教福地洞天，身受觸動博覽道法群經乃能知言。本文探討的道家社會學認為，道家是以黃帝《陰符經》、春秋時的老子《道德經》為代表所創立的以道為理論基礎的學派；道教則是東漢末年張到陵創立「五斗米教」（天師道）的以道為信仰的宗教。二者皆以黃、老的道為根基，道家是道教的哲學支柱，道教是道家的宗教形式。道既是一種修行法門，也是一種宗教社會行動；前者是從東漢近兩千年，所衍伸的法門派別不可盡數，朝代更迭唯祖

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

氣不滅，而後者以宗教形式觸發身體向外連結的動能，組織化形成社會運動。因此，**道家社會學是從身體到行動、從行動到社會的論衡。道家社會學的行動有兩層意思：向內的身體操鍊與向外的社會參與。**

身體操鍊並不必然是內丹，技術層次上相當多元，如東漢到魏晉南北朝盛行的服氣、存思、符水、咒祝等都是結合環境與身體的操作，最終有利養生且可鼓舞農民起義。而本文的丹道身體（Dandao body），聚焦在融合儒、釋、道、醫諸家菁華，是揉合外丹、房中術和內丹等方法所構成的身體操鍊的生命技藝。丹有朱砂，紅色與不死之藥的意思。外丹流行於魏晉南北朝，是種外在鍊金術（當時並無內丹之說），在自然環境中以鼎爐煉丹；隋代青霞子蘇玄朗到羅浮後，「自始道徒始知內丹矣」，[7] 到了宋代這在身體之內煉丹的內丹煉養被系統化。

東漢魏伯陽《周易參同契》：主論外丹與內丹兼及房中術。專論外丹則如晉朝葛洪《抱朴子外篇》。被列為道家養生醫學的「房中術」最早見於《黃帝內經》（素問篇）、魏晉南北朝時的葛洪《抱朴子內篇》、魏華存《黃庭經》、陶弘景《養性延命錄》等；具體系統論述，有隋唐之時的孫思邈《備急千金要方》的〈房中補益〉和宋代的日人丹波康賴《醫心方》、張君房《雲笈七籤》和曾慥《容成篇》的增刪整理等。在魏伯陽《參同契》所展現的精氣宇宙與生命論大原則，和葛洪、魏華存、陶弘景等的具體系統論述下，經歷唐朝服食「外丹仙葯紛紛致人於死命，致上下皆對外丹術失去了信心」[8] 的現實，外丹之術盛極而衰，逐漸轉向身體[9] 內部探究出路的內丹之學。「內丹學」經唐末五代以降的鍾離權、呂洞賓、陳摶、施肩吾等丹學家傳播、至宋代之後內丹學才真正具有成熟的論述與身體操作體系，其門派支流繁複龐雜[10]，大致上分為南、北、東、西、中等五大派：代表性人物至少包括南派的北宋張伯端（著有《悟真篇》）、白玉蟾

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

（著有《白玉蟾全集》）；北派的金代王重陽（創全真教，著有《重陽立教十五論》）、元代丘處機（創全真教龍門宗，著有《邱祖全書》）；中派的元代李道純（著有《中和集》）；東派的明代陸西星（著有《周易參同契測疏》）；西派的清代李西月（著有《三車秘旨》）；元明間的張三丰（創隱先派，著有《無樹根詞》）；明末伍守陽、柳華陽（創伍柳派，著有《仙佛合宗》、《慧命經》等）、清代的劉一明（著有《道書十二種》）、趙避塵（創千峰派，著有《性命法訣明指》）、全真派龍門宗的閩小艮（著有《金蓋心燈》）、與近世全真金蓮正宗的李仲亮（著有《全真太極曲線導引功：探索圓宇宙，體認生命圓》）、龍門宗的王來靜（著有《龍門丹訣》、《修丹問答》等）[11] 等。道家人才輩出，著書立文者眾，各有千秋，並且在中國的歷史傳承中，雖屢經戰亂，各派相互參照，交流，混合情況甚為普遍，又不斷引進佛學與儒學的新見解，致使流派支脈亦發龐雜。惟無論如何演變，方法如何千變萬化，可以確定的是關於「身體」及其展現的精神性的論述與驗證，正是諸家理論文獻的交叉點。「就『道法』之所同者而言，自是建立在共同的文化根柢上：諸如氣化的宇宙觀、大小宇宙的相互感應；而在實踐技術上則都基於『精、氣、神』的身體知識，並講究形與神、性與命合而為一的身心之學，關鍵所在就是修鍊程序上具有同一的基本的認知：煉精化氣、煉氣化神、煉神還虛，這就是丹道之所以為丹道的原因。」[12] 亦即，作為以內丹學為核心的丹道身體，可說是作為一種「對人體的精氣神的凝煉工程」[13] 的論述而展開。

從道家傳統而言，具體來說「丹道身體」首先是和重視人體自身修鍊的「內丹學」（或稱丹鼎派、丹道派[14]）的論述相符節。「內丹學」作為融合儒、釋、道、醫諸家菁華為一體的學問，究其源頭，我們可以發現是揉合外丹、房中術和內丹等方法所構成的有機生命韻律操練，在典籍源頭部分，首推被稱為「萬

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

古丹經之王」的《周易參同契》（簡稱《參同契》），它主論外丹與內丹兼及房中術；而專論外丹則如葛洪《抱朴子外篇》等；被列為道家養生醫學的「房中術」最早見於《黃帝內經》（素問篇），雖然《參同契》亦有提及，但主要還是在晉與南北朝時的葛洪《抱朴子內篇》、魏華存《黃庭經》、陶弘景《養性延命錄》的〈御女損益篇〉的具體系統論述，至隋唐之時的孫思邈《備急千金要方》的〈房中補益〉和宋代的日人丹波康賴[15]《醫心方》、張君房《雲笈七籤》和曾慥《容成篇》的增刪整理等，遂成完備道家房中醫學；從丹道身體觀之，在長生回歸質樸的前提下，房中術乃無法和內丹精氣神轉化、外丹爐火服葯等分離，這是「一而三、三而一」的三足鼎立關係。

流行於東漢年間魏伯陽所著的《周易參同契》，他自己曾針對該書的意涵與推衍曾這樣說明：「命三相類，則大易之情性盡矣。大易情性，各如其度。黃老用究，較而可御。爐火之事，真有所據。三道由一，俱出徑路。枝莖華葉，果實垂布，正在根株。」「歌序大易，三聖遺言。察其旨趣，一統共倫。」「引內養性，黃老自然。含德之厚，歸根返元。近在我心，不離己身。抱一毋舍，可以長存。配以服食，雄雌設陳。挺除武都，八石棄捐。審用成物，世俗所珍。羅列三條，枝莖相連。同出異名，皆由一門。」[16]「惟昔聖賢，懷玄抱真。伏鍊九鼎，化跡隱淪。含精養神，通德三光，精液腠理，筋骨緻堅。眾邪辟除，正氣常存。累積長久，變形而仙。」[17]「五行相剋，更為父母。母含滋液，父主稟與。凝精流行，金石不朽。審專不泄，得成正道。」[18]雖然學界對於《參同契》的修鍊重心究竟是外丹還是內丹爭議很多[19]，俞琰著名的註釋「命三相類」為「參，三也；同，相也；契，類也[20]」則意指《參同契》乃藉由大易卦爻符號以談論黃帝、老子的行氣養生之學，再結合外丹爐火的鉛汞反應，體現宇宙陰陽交感之「三道由一」的包容三道的金丹論述。繼承中

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

國古代追求成仙的煉金術的「煉丹合葯」思維，魏伯陽在同類合體的理論基礎下，確立了一個「鉛汞合葯」的煉丹學說。鉛是金屬，汞也是金屬，它們「同類相似，同類合體」，其外丹燒煉有三大要素：「鼎器、葯物與火候」[21]。鼎器包括鼎和爐，是煉丹基本工具。鼎下為盆狀，鼎之上器為罩形，底部有三只支腳，上有水鼎以潤下，下則運火以炎上，符合乾坤定位之法，故「乾坤，謂鼎器也。乾為上釜，坤為下釜」「丹道以乾坤為鼎爐」[22]。就身體而言，首為天，屬乾，腹為地，屬坤，一上一下，即為鼎爐，通過精氣神的燒煉，最終可結成內丹。而「葯物」雖具體指向鉛汞等重金屬，但也暗喻人體的生命元素，如《玉皇心印妙經》所說：「上葯三品，神與氣精。」《參同契》則說「坎戊月精，離己日光。日月為易，剛柔相當。」戊己配坎離，表明日月之運行。就外丹而言，坎離就是鉛汞；就內丹而言，坎離就是先天之炁的陰陽之分，引伸為精氣神。精氣神轉化其「火候」則是《參同契》所言之「僅候日辰，審查消息」，因為葯物易知，火候難准。唯有掌握火候，配合月亮晦朔弦望的運行規律掌握身體韻律，才懂得陰陽和合之道，肯定「合陰陽」等外丹與房中術。而《修真圖》指出人體內丹之火候為：進陽火，退陰符。真氣之導引過督脈之尾閭，夾脊，玉枕三關，需飽足能量進陽火，復走任脈上丹，中丹，下丹三竅需徐徐退陰符。外丹內丹其理相同。

學者[23] 則根據原典參酌各家進一步提出《參同契》乃陰陽、外煉、內養一體觀的論述：爐火與黃老相通的證據在於古代理想的文化英雄，是透過黃老養性的「懷玄抱真」和爐火服食的「伏煉九鼎」雙管齊下修鍊積累，其目的是在於修練成仙，所謂「累積長久，變形為仙」。這個「變形為仙」重點不是肉身長存，而是精氣神的長存，即《參同契》所主張的修鍊時與精氣神的工夫和境界有關；其次，《參同契》作為一種精氣宇宙論、生命論，站在一個大原則下，主張一切皆為精氣神所滲化。而不論是內養

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

或服食，都是有效累積精氣的方法。 所謂「凝精流行，金石不朽」，因為陰陽精氣之作用，使得丹葯具有不朽的超越性質，根本就不在其外在之堅硬，而是其特稟天地靈氣所使然。魏伯陽在總結前人煉丹術和內養術的基礎上，結合自身的體驗，進行了論述概括，雖然將大易陰陽交合之道、黃老自然養性之道和爐火鉛汞煉丹之道合而為一。總的來說，不論《參同契》等經典均傳遞一個古樸的訊息：即「丹道身體」是為了追求拙樸長生的「身體的精神性」，而其方法乃統攝在對於身體的天、地、人多層次對應、陰陽、外煉、內養多面向共構的探索與實踐。

但從丹道身體源流來看，「房中術」相當於現代西方所謂的「性學」的探討，《參同契》對於男女合炁之「房中術」卻著墨不多，只是在討論煉丹時涉及了房事養生的觀點，如「男白女赤，金火相拘。則水定火，五行之初。」[24] 根據劉一明[25] 的註解，「蓋男之精白，屬金；女之血赤，屬火。金火之氣相拘，搏聚一處，金中有水之氣，則水定火，火去煉金，水去濟火，木去生火，金去生水，金、木、水、火，自相薰烝，自有真土，此五行所生之初也。」可以看出《參同契》乃藉男精女血比喻煉丹時金、火等五行變化，房事和諧「合陰陽」所產生連鎖反應結果，就是相對穩定，得以滋生萬物的「真土」的產生。其方法則是雌雄交媾時要合乎自然：「物無陰陽，違天背原。雌雞自卵，其雛不全。觀夫雌雄，交媾之時，剛柔相結，得其符節，非有工巧，以制禦之。雄不獨處，雌不孤居。假使二女共室，顏色甚姝，令蘇秦通言，張儀結媒，發辨利舌，奮書美辭，推心調諧，合為夫妻，弊發腐齒，終不可知。」

這個房事的自然，「雄不獨處，雌不孤居」，男女雙方既不能孤獨自存而繁衍後代，同性相處也不能結為夫妻，否則「弊發腐齒」後果不堪設想。魏伯陽的講法屬於房中術的原則提示，

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

而葛洪、魏華存和陶弘景三家則進一步論證道家房中醫學的理論基礎，從交替或揉合服葯、行氣與房中等角度切入：抱朴子〈至理〉曰：「服葯雖為長生知本，若能兼行氣者，其益甚速，若不能得葯，但行氣而進理者，亦得數百歲。然又宜知房中之術，所以爾者，不知陰陽之數，屢為勞損，則行氣難得力也。」[26]〈釋滯〉「或欲專守交接之術，以規神仙，而不作金丹之大葯，此愚之甚也。」[27] 魏華存〈黃庭內景玉經〉「長生至慎房中急，何為死作令神泣，忽之禍鄉三靈滅，但當吸氣煉子精，寸田尺宅可治生。若當海決百瀆傾，葉落樹枯失青春。氣亡液漏非己行，專閉御景乃長安，保我泥丸三奇靈。」[28] 陶弘景〈御女損益篇〉「上士別床，中士異被，服葯千裹，不如獨臥。」[29] 葛洪《抱朴子》認為外丹的服葯雖然是神仙長生之根本，但若能配合黃老的養生行氣之道，身體的受益就會增進快速；若又能懂得房中之術則更好了，因為房中術和行氣是相通的，都是「陰陽之數」的身體操練。男女和合的房中過於勞損，則「行氣難得力也」。所以對於丹道身體而言，房中不是為了追求縱欲享樂，而是在於成為長生之存在，故需融入金丹大葯之服葯與行氣的轉化，若只是專營「交接之術」，則甚為愚昧。魏華存在〈黃庭內景玉經〉也警告長生之道以慎行房事為要，若不謹慎則三魂七魄會隨縱欲而離散消滅，所以應「保精」「固精」，閉精勿洩、意守丹田，否則會像「海決百瀆」「葉落樹枯」，最終「氣亡液漏」。陶弘景〈養性延命錄〉則具體提出彭祖「服葯千裹，不如獨臥」的上策，外葯、房中均是輔助。綜論幾家之言，可以看到一條從外丹朝養生行氣（可視為尚未體系化的內丹學前身）的轉變過程，而房中術也從男女和合逐漸朝向個體的調理之路，這似乎也暗指丹道身體韻律終歸還是得回到對於自己身體本身的善待與「金丹」鍛煉培養。

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

## 二 「丹道身體二重性」：質疑西方社會理論

從理想狀態而言，丹道身體的和諧韻律的產生，「道」並非只是靜態的「原則」或道德訓示，「道」更是一種「道路」：是萬物所有存在的轉型與變化的根本，宇宙自然循環的自發規制過程；這個在混亂裡發現秩序的流變過程，道家以陰陽卦象推演與五行相生相剋來把握與詮釋。然而是什麼力量能貫穿三種身體讓這一切發生？答案就是氣。《抱扑子》曰：「夫人在氣中，氣在人中，自天地至于萬物無不須氣，以生者也。善行氣者，內以養身，外以却惡」[30]，內丹學只是把它複雜化，體系化而已。對於道家而言，「氣」的這些身體間流轉均集中於人體之中，經由能量型態的「精」的轉化為具神聖性與宰制能力的「神」，「氣」因此是有多重面貌的，又因為道家相信精、氣、神轉化具有優位性，是為了追求最高位階的兼具「神聖性」與「能量性」的「神」的律動過程，「這力量不是外加的，而是從肉身內在能量物本身，即氣的精神化（*spiritualization of ch'i*）而得」[31]，因此我們說丹道身體的韻律就是「身體的精神性」[32]，其實踐則是內丹為主體的修鍊過程。

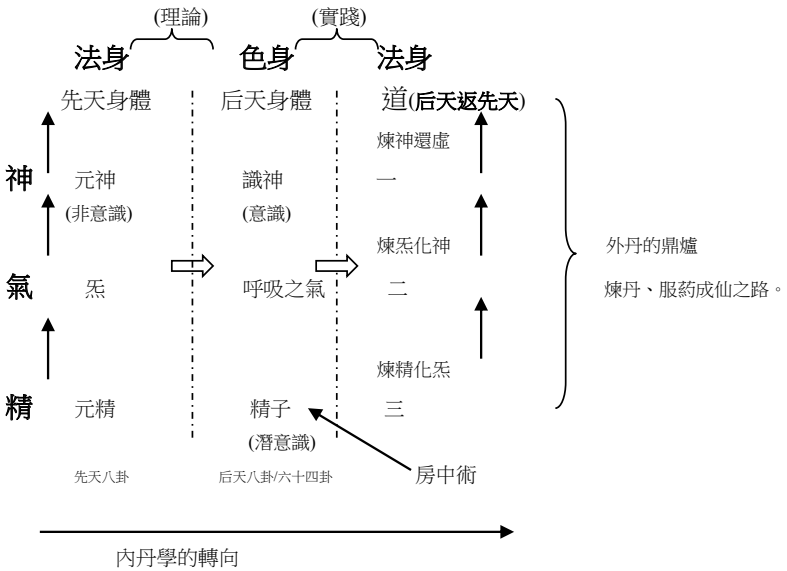
道家內丹學各派的功法各異，我以本身有實修經驗的北宋王重陽所創的全真道北宗所強調的周天運行，以氣走任督二脈而漸及於周身的經絡、穴道的身體操作，闡釋丹道身體的韻律為例，提出「丹道身體的兩重性」圖式，將人的身體剖為「法身」（理想身體）與「色身」（現實身體）兩種入手說明「身體的精神性」，氣的精神化轉化路徑。

從圖一的「丹道身體二重性」[33] 而言，理論上被內丹學稱為「人體三寶」的精、氣、神，有「先天」、「后天」身體之別，而且可以轉化。「先天」身體指的是「法身」，理想化的身體；「后天」身體指的是「色身」，在現實生活中的身體，兩

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

者並且直接和先天八卦與后天八卦 / 六十四卦等對應。「先天」身體指的是「復歸於嬰兒」理論上的完美，是嬰兒在臍帶尚未剪斷，人尚未和母體分離前的飽滿酣暢的存在狀態。故其三寶乃分別為非性慾態下自然產生的「元精」，不需靠口鼻呼吸的氣息「炁」（元氣、真氣），和極度清醒無有思慮的「元神」，它是非意識的。而「后天」身體就是「色身」、「肉身」的生理反應：「精」是精液，「氣」是呼吸之氣，而「神」則是忙碌思慮之神，受到意識力量支配的「識神」。丹道身體的實踐原理主要是從色身到法身的「轉向」(turn) 的過程。這個「轉向」是要將逐漸衰老的這個「色身」[34]，我提出的「丹道身體二重性」：是將人的身體分為「法身」（理想身體）與「色身」（現實身體）兩種入手，理論上被稱為「人體三寶」的精、氣、神，有「先天」、「后天」身體之別，而且可以相互轉化。「先天」身體指的是「法身」，理想化的身體；「后天」身體指的是「色身」，在現實生活中的身體，破體 (broken body)。典籍論「法身」如王常月《龍門心法》從戒律行特的角度，強調悟道以修正心性為先，其內丹實踐全真“先性後命”的修鍊思想。認為肉體總是要死的，不死的只是真性法身：「所說延生，不是卻病延年，長生不死乃是萬動不壞真性，亙古長有之法身；色身縱留千年，止名為妖，不名為道。法身去來常在，朝聞道夕死可矣；不死者我之法身，長生者吾之元氣」。「先天」身體就是「法身」，指的是「復歸於嬰兒」理論上的完美，是嬰兒在臍帶尚未剪斷，人尚未和母體分離前的飽滿酣暢的存在狀態。故其三寶乃分別為非性欲態下自然產生的「元精」，不需靠口鼻呼吸的氣息「炁」（元氣、真氣），和極度清醒無有思慮的「元神」，它是非意識的。而「后天」身體就是「色身」、「肉身」的生理反應：「精」是精液，「氣」是呼吸之氣，而「神」則是忙碌思慮之神，受到意識力量支配的「識神」。

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922




圖一：丹道身體二重性

「法身」就有兩種意思：(1)理論上先天完美無瑕的「法身」，在人出生之後剪斷臍帶後，元精、炁與元神間的關連和一體性就失聯瓦解了，必須靠後天現實生活中的「色身」的丹道身體操煉，重新建立三者聯繫的管道；(2)從色身到法身的轉向的過程，實踐上會面臨碰壁(block)：內在欲望與社會障礙。因此，**丹道身體需解決兩個問題：第一個問題是內在欲望碰壁：如何轉化物質-欲望流重返法身？丹道的主張性命雙修、先性後命或先命後性等，各家功法不同。其修鍊西方觀點則認為問題是：中國人欠缺倫理主體？房中術是能量吸血主義？第二個問題是社會障礙：內在修行與外在世界的不一致如何面對？西方觀點認為：因為能量吸血為保全自身，所以東方身體只為保守求生？**

重返「法身」，就是找到「元命真人」，身中彌賽亞。身中神，是經過修鍊後所形成的真正自我，是自己的真性、真我，是《修真圖》中所示的元命真人，所謂「元命者，有我身之元命

也，知道修其元命，可為真人矣」。王重陽所指出的，「性者是元神，命者是元氣」「元神乃不生不滅、無朽無壞之真靈」，或張三豐的「神要真神，方算先天。真神者，真念是他，真心是他，真意是也。如何辨得真？訣曰：玄關火發，杳冥沖醒，一靈獨覺者也」，或全真龍門丘處機的「煉性如秋月，晃朗身心自在閑」、或中派黃吉元的「是未生身處一輪明月」。這個「元命」「不生不滅」「無朽無壞」「一靈獨覺」「一輪圓滿的秋月」的元神，身中彌賽亞之所以難尋，是因為「色身」中的「識神」作用。「識神」者，明尹真人《性命圭旨》認為「天命之性者，元神也；氣質之性者，識神也」，南宗張伯端也認為「夫神者，有元神焉，有欲神焉。元神者，乃先天以來一點靈光也。欲神者，氣質之性也。…將生之際，而元性始入。…百姓日用，乃氣質之性勝本元之性。」色身，這個身體展現出來的「氣質」，在現實名利薰染下，是受制於意識或潛意識欲望的「識神」，用之以轉換精氣神，去找尋「一靈獨覺」的身神註定是困難重重。

而丹道身體二重性，就是歷代丹家經由房中術、外丹或內丹學間的結合與操作探索，排除長生障礙的可能。王來靜乃指出[35]：「內丹學的「逆轉任督」功夫，發軔於房中養生學的「還精神腦」之術。此術在丹道中又據功力不同分別稱作「子午周天」、「取坎填離」、「抽鉛添汞」、「運藥過關」等，尤以同類陰陽丹法所必需，內丹學蓋由先秦的服食、房中，行氣三派仙術融匯發展而來」。其中尤以房中流傳最久，也為東西方身體學研究所重視。圖一顯示，丹道身體源流的外丹「浪漫求死」的煉丹服葯主體，想要一蹴可幾完成成仙之路，唐代之後就已經式微，爾今服葯已成輔助行氣之用；房中術作為一種現在仍可操作的「色身轉向法身」或「後天返回先天」的直指身體韻律的性學操作方法，是可以和內丹學的精氣神轉化結合展現「轉向」：〈容成篇〉說「御女之戰，客主恍惚，同識不同意，同邪不同積，同

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

交不同體，同體不同交，是為對鏡不動也。夫能內外神交而體不動，得性之道也。動，則神去性衰已。不染不著，則留其原物，使氣定神住，和合成形，入於中宮，煅去其陰，而存其陽焉。紅雪者，血海之真物。本所以成人也，在于子宮。其為陽氣，出則為血。若龜入時，俟其運出而情動，則龜轉其頸，閉氣飲之，而用搐引焉。氣定神合，則氣入於關，以轆轤河車挽之，升於崑崙，朝於金闕，入于丹田，而復成丹矣。」[36] 全真龍門王來靜云：「解褲寬衣，兩掌搓三十六次（使熱高），男左女右手，中指達於陰蹻上（即罡前），另四指勾兩聖（乾為兩丸，坤為陰門。）於內，另掌捧於下，使熱氣歸於兩聖；自然放鬆，意移罡中作「九六」之旋，以意導氣，合空谷傳音之功，傳氣於尾閭仙骨之上，悠悠自在，導至脊椎上玉枕凡四十以上之修士養生，均應行此培元之功，使青春常在，亦可「無慾而剛」，乃養生極品。非修丹之士亦可以此法養生：雙手掌搓熱後，一掌托於下，另手指將睪丸輕輕互搓，使有熱感為宜，不可過份致生反效應。」[37] 全真道開出各派都需要有效解決這一人之所存的大慾，如內部經常使用的「五龍捧聖」法，就是一種典型的隱語詮釋，乃被使用以隱指如何運用在功法上，隱喻以五指對睪丸進行握固、點竅（如陰竅穴、海底）及按摩的手法，並配合呼吸運用進陽火、退陰符，以求掌握火候上的升降規律，有效煉化精氣為丹藥之苗，以免出家獨身而單用心性提昇，或錯誤地壓抑本然之慾。[38]

宋代曾慥〈容成篇〉指出房中男女交合的關鍵就是「內外神交而身體不動」，應該對鏡不動才算交合得體，若心動起慾念則「神去性衰」；其中「龜」指的是男性生殖器，在交合時當處於興奮之時，要能採取「龜轉其頸，閉氣飲之」的中斷性交之法，再繼續房事，為了是讓氣定神合後，能夠導引真氣沿著督脈上昇，經過周天導引所必經的轆轤等關竅，「升於崑崙，朝於金闕」，崑崙隱喻上丹田之泥丸宮，結成金丹。但值得注意的是王

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

來靜的「五龍捧聖」方法，雖也強調心性提昇之重要，在全真北派的內丹學的「我命由我不由天」的前提下[39]，其房中之術不只是男女交合，而可建立在經由功法操煉對於個人身體性器官的「握固、點竅（如陰竅穴、海底）及按摩的手法」，搭配內丹學的「進陽火、退陰符」的火候把握，「傳氣於尾閭仙骨之上，悠悠自在，導至脊椎上玉枕」，以便有效煉精化氣，完成丹道身體的的轉向。面對受會本身慾望干擾的重返「法身」過程，現代全真北派的內丹學即使未禁止有家室或必須出家，但顯然其房中和內丹結合採取比較嚴格的態度，似乎回歸彭祖「服葯千裹，不如獨臥」的修鍊，以不假外求、自身轉化的「金丹大道」為依歸。

## 挑戰西方觀點(1)：從性行為公式認為中國人欠缺倫理主體？

對於慾望與身體問題的關注，西方思想家傅柯在《主體解釋學》[40]（*L'Herme'neutique du Sujet*）書中，也提到「轉向」問題，他是在基督教傳統中，去論斷一種精神上的關心自己的轉向（turn, converse, convertere, metanoia）：圍繞自身旋轉的並轉向自己的整個生存活動有關。轉向自己，退向自身的最深處，退回自身（se retirer en soi）。這是種生命技藝（technê tou biou），有其限制與共同外延，在hôra，一個事件的特殊時機，即生命和生存中必須關心自己的那個時刻與季節。[41] 而傅柯的「轉向自己」的生活藝術，就是轉向自己的倫理化的身體。傅柯在其晚期著作《性史》三大卷書中提及的「倫理身體」（ethical body），是「個體通過把自己的行為準則普遍化，而且通過一種使自己的行為個性化並不斷調整行為的態度與追求。」[42] 而產生的自律身體，且能以作為生命技藝、同時也是戰略藝術的「養生法」（Dietetics），隨著節氣與自然變化而調整外在環境與內在慾望的搭配。他從對古希臘人的自我修養研究得知，相對於後來社會處處以外在於人的身

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

體的冰冷法律節制人們的慾望，古希臘人是按照古代西方養生法始祖希波克拉底(Hippocrates)的方法，讓「性活動」(*aphrodisiac*)能參天時、地利，關心自己身體變化與四季變化間的關係，注意飲食與睡眠和節氣之關連，方能關愛自己，達到對於身體連續活動的關注。而希波克拉底對性活動的分析，從開始到結束，此激烈的機械式行為直接導向射精。對性活動的反省連結到生育的原則：視性活動是為了繁衍後代，延續生命。古希臘人重視身體與靈魂的平衡。養生法必須根據一般性生存美學的原則，其中身體的平衡是正當的靈魂等級制的一個條件，是為了靈魂的和諧而建立身體的和諧，而讓自己看來像是一個真正的音樂家。養生術整體來說是生命技藝，包括運動，食物，飲料，睡眠和性關係等，都需要被估量控制，成為日常生活的常規。畢達哥拉斯學派(The Pythagoreans)養生術高度強調身體的愛護和保持靈魂的純潔與和諧，這召喚根本的道德堅定性。養生術作為一種戰略藝術(Dietetics as a strategic art)。養生術作為一種戰略藝術，它必須讓人能以合理的、有用的方法回應環境的變化。養生術必須瞄準身體及其活動：首先需要有安排日常事物先後順序的態度（如在不同情境下要吃怎樣的食物……）。第二，必須對外在環境有所警戒，一個對外在世界的元素，感覺謹慎以對的態度，如氣候，季節與一天的小時化等。養生術的實踐重新創造活動的地方，食物，沐浴，睡眠，自然活動（如走路）和劇烈運動（如跑步）等。還有，關於性關係的一些規範等。春天的時候，氣候比較溫暖和乾燥，人必須準備身體的成長，要多吃主熟或烤好的肉，搭配蔬菜；要洗澡；要減少性行為頻率和催吐，每月要催吐兩次，然後逐步降低頻率，這樣才能讓身體保持純粹。

傅柯所談論的*aphrodisia*，是引起某種形式快感的活動、舉止和接觸，這種活動是由一種把各種「性活動」、相關的快感和它們所引起的針對它的欲望力量，與性活動一起形成的一個牢固的

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

統一體。這個統一體的解體（至少是部分的解體）後來成了肉體倫理和現代性觀念的基本特徵之一。性活動是從整體考量的，因為這種活動的重要性不在於它所採用的各種方式，人們應該追問的只是是否應該進行性活動，它的頻率和怎樣的情況下進行。對性活動的置疑主要是根據環境和數量來進行的。性行為在個人與世界，體質與氣候，身體素質與季節特性的交叉點上，多少帶來一些有害結果，必須多少加以限制精簡。人應該謹慎行事。重點不是人人皆宜，而是抓到恰當時間和頻率。[43] 傅柯從理論上已經理解，以統治說明古希臘修養論的關於人的慾望與自由的可能，是將自由理解為「在施加於他人的權力中施加於我自身的權力」；衍生其意即為：「一個人如果無法統治自我，如何能夠統治他人？」傅柯論斷的古希臘「倫理身體」的「自我治理」(self governance)技術是將 *aphrodisia* 置於「力量的遊戲」(game of force)——理性與性活動的流動平衡狀態——的論點中，最終為古希臘人建構倫理主體。aphrodisia引起某種形式快感的活動、舉止和接觸，這種活動是由一種把各種「性活動」、相關的歡愉(pleasure)和它們所引起的針對它的欲望(desire)力量，與性活動的行為(act)一起形成的一個牢固的統一體。這點，對應**福科生命技藝論點所發展出來的性行為公式**(M. Foucault's technique of existence and 'Formula' of Sexuality)[44] 可以瞭解，他的西方論點如何高度評價古希臘人的倫理主體，而貶抑中國人如何欠缺這樣的主體：

福科所分析的性活動是一種自我治理的藝術，一種生命技藝，在希臘人、中國人和基督徒均可見。就其性行為而言，可建立一條包括行為、歡愉和欲望三極的公式做比較：**行為—歡愉—欲望**(**acts — pleasure — desire**)。

就性活動而言，希臘人的渴望主題（暴力，耗費與死亡）發生在這樣的反省：其目標並非在行為的條件，也不是欲望藝術的創造，而是發展生命技藝。此技藝是按照自然的需要去安排性

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

活動。古希臘生命技藝：從整體考量自我與性行為的關係，用正確的方法控制，限制和安排性活動的能力。古希臘生命技藝：這種技藝提供讓自身塑造成一個善於自我控制的主體的可能，成為一個能治病的醫生，行舟於礁石間的舵手和控制城邦的政治家一樣，成為善於把握尺度和時機的精明而謹慎的人。性活動是所有歡愉中最為暴力，最費體力的活動，而且因為它參與生與死的遊戲中，它是建構主體的倫理構成的秘密領域。一個主體必須能減輕在他身上釋放的狂亂力量並控制他的身體能量，且能把自己的生活雕塑為傑作，超越短暫的生命。歡愉的快感養生需要讓自我成為藝術的整體。就性活動的三極而言，希臘人的公式主要是行為的控制（配合快感養生，自然韻律運作的生命技藝），歡愉和欲望只是輔助。福科將欲望放入括弧，他認為若考慮斯多葛學派的倫理(the Stoic ethics)，對於欲望的節制哲學，欲望是被譴責的。因此，希臘人的公式為：行為—歡愉—（欲望）(acts—pleasure—(desire))。而基督徒強調欲望及其去除，行為趨向中性化。性活動只有在要繁衍後代時才進行，或者，要盡婚姻責任時。所有的歡愉和欲望都必須排除，至少理論上非常重要。基督徒的公式因此為：(pleasure)—(desire)—(acts)(歡愉)—(欲望)—（行為）。中國人的公式是歡愉為首，釋放欲望，但行為被限制。限制的原因是為了讓性行為持久且保持歡愉的強度。不是希臘人的能合乎快感養生術的性活動的倫理主體。中國人的公式因此是歡愉—欲望 —（行為）(pleasure—desire—(acts))**因此，福科就性活動形式的討論而言，中國人欠缺倫理主體。**

事實上，丹道身體是倫理主體：福科陷入化約觀點。上述福科生命技藝是按照自然的需要去安排性活動，古希臘人被他高度讚揚擁有這要的生命技藝：能從整體考量自我與性行為的關係，用正確的方法控制，限制和安排性活動的能力，中國人卻欠缺這樣的能力。問題在於福科引用文獻有限，視中國道家房中術為

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

「性技術」操作和「歡愉能量」的釋放，忽略本文所述的丹道身體房中，外丹與內丹的「三而一，一而三」的氣化的宇宙論。希臘人的能合乎快感養生術的性活動的倫理主體，中國道家「天人合一」的丹道實踐早就是如此。作為丹道身體的房中，其性活動講究「男唱女和，合炁通神」、「以人療人」的性平衡(sexual equilibrium)。西方理論認為中國人欠缺倫理主體所蘊含附帶的問題是，房中術是否是能量吸血主義？

## 問題(2)：房中術是能量吸血主義？

西方觀點認為，行房時，中國人為了達到持久和歡愉的強度，控制性交行為（男性不射精），這種採陰補陽的房中術被西方學者統稱為能量吸血主義(energy vampirism)，它等於性技術(sexual skills)加上歡愉能量釋放(pleasure energy)。[45] 但丹道身體房中術的基本觀點是「以人療人」：第一原則是根據陰陽直觀進行，第二是「保腎固氣，以人療人」，有許多方法和層次能實踐房中術。

丹道導引本來講究「天人合一」，如五代《眞氣還元銘》：「言人性命生死，由人自已。若能知自然之道，運動元和之氣，外吞二景、內服五芽，動制百靈，靜安五藏，則寒溫飢渴不能侵，五兵白刃不能近，死生在手、變化由心。地不能埋，天不能煞。此之為我命在我也，不在於天」。性活動也不例外。在比較古中國的「自我治理」生命技藝時。《性史》第二卷「快感養生法」章節中，傅柯比較了中國古代，中世紀基督教和古希臘人間關於「把性行為等同於『男性的』射精方式，認為性行為是與激烈的衝動、體力消耗和死亡關連在一起」[46] 的這一主題的恐懼與擔憂。關於中國部分，傅柯引用荷蘭漢學家高羅佩(Robert van Gulik)[47] 的關於中國古代道家「房中術」文獻並指出，中國古代

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

對於失去自身精液的恐懼是要求人們使用一些保留精液的方法，如性交時吸收女人的生命之泉後，把它內化為自己的東西，安排得當的性活動，以增強生命力和恢復青春的效果。取消或無限延遲性行為的終點讓它達到快感的高潮，獲得最強的生命力效果。[48] 通過「性愛技巧」的提升，讓生命得以延續的消除因為射精而帶來衰老或死亡的效果；而同樣的擔心基督教則以「視無法抑制的性慾為人對上帝背叛的原罪」、「制訂性行為的各種管理規則」來解決；而傅柯認為古希臘人在此問題上則具有價值優位性，是以反思的形式來面對這個擔憂；其目的並非建立性愛技巧，也不是對性行為進行規範，而是通過 *aphrodisia* 建立一種生命技藝，儘量按照自然的要求來安排性活動，與從（社會）整體上加以考量自我與性活動的關係，以及恰當地支配、限制與安排性活動的能力，以讓自我成為的支配自己行為的主體的可能。

顯然，在《性史》第二卷中，由於傅柯對於丹道身體文獻的掌握不足或者誤讀[49]，導致了上述化約丹道身體為「房中術」，產生了以提昇「性愛技巧」為保精之道的狹隘論述，無視丹道身體乃「身體的精神性」轉向，甚或以訛傳訛，遂至現代產生中國房中術乃「能量的吸血主義」[50] 之說。綜觀學者討論李歐塔與傅柯的「能量的吸血主義」的論點[51] 與所引用的史料，乃房中採補派或陰陽栽接內丹功夫的一部份進行斷章取義論述，例如引《醫心方》第二十八卷《房內記》的二十〈治傷〉篇：夫陰陽之道，精液為珍，即能愛之，性命可保。凡施寫之後，當取女氣以自補，復建者內息九也。厭一者以左手煞陰下，還精復液也。取氣者九淺一深也，以口當敵，氣呼以口吸，如此三反復淺也，九淺一深。九九八十一，陽數滿矣。

以此李歐塔就批評高羅佩的《中國古代房內考》所提出「美化」詮釋，而結合佛洛依德精神分析的「力比多」(libido) 能量論和馬克思的經濟學聲稱中國房中術是一種把精液是為是「資本」，

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

生命資本的累積以便於達成「能量利益極大化」的目標；而傅柯則在這個脈絡下，也相信房中術是種能量管理學，其「性愛藝術」是種以「歡愉」為中心，「慾望」為次要，而「行為」為需要節制的對象的能量管理，但古希臘的「性活動」則因為重視「行為」，即性活動的數量、節奏、時刻以及情境，這雖是生命過程中需要被運用、轉化的生命資源與能量，卻被古希臘人的「生命技藝」所管理，「這種技術所要加工的，不是要求人們消除性行為的自然本性，也不想增加它們的快感效果，而是試圖盡量按照自然的要求安排性活動。……是自我與作為整體的性活動的關係，以及恰當地支配、限制與安排性活動的能力。在這技藝中，重要的是使自己成為支配自己行為的主人的可能。[52]」

藉此，傅柯對於房中術的討論，認為中國不具備有自我治理成為倫理主體的能力，而只是在「歡愉」的能量累積上達成「自我創造」的重要取向。

姑不論「能量的吸血主義」的論證傅柯自己所謂的主體化在倫理學和能量論(力量論)兩面間擺蕩之問題，我認為要解決傅柯的將房中術視為「性愛技巧」、「快感能量」的化約論，應回歸到文獻與房中全貌本身。首先，李歐塔從《醫心方》第二十八卷《房內記》的二十〈治傷〉篇的斷章取義，乃未看清楚，丹道身體的採補之術「身體的精神性」意涵在此是為了避免「極情逞欲」的損傷的「治傷」之道、是為了「保守求生」的身體操煉方法，並非為了原始慾望「資本」的積累或能量利益極大化，該篇開宗明義即已說明：「沖和子曰：夫極情逞欲，必有損傷之病，斯乃交驗之著明者也。[53]」而整體而言，房中術大致分為陰陽合炁的修仙術，交歡銷魂的秘戲術、調諧身心的醫療術、優生布胎的種子（生育後代）等四大門類，包含有性藝術、性心理學和性醫學等多項內容，其基本理論，和道教哲學、術數學、中醫學的基本理論是相通的，即都是以陰陽五行學說、天人感應原理、

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

藏象經絡理論、精氣神形的人體觀等為基礎。它的原則首先「提法於陰陽，合於術數」；其次為「保精固腎，以人療人」，如孫思邈《房內補益》「人生四十已下，多有放恣。四十以上，即覺氣力一時衰退。衰退既至，眾並蜂起，久而不治，遂至不救。所以彭祖曰：“以人療人，真得其真”，故年至四十，須識房中之術」[54]，因之「以人療人」是房中醫療術的基本思想；房中術採補和栽接之法甚多，層次有高低深淺，但都以天人感應的原則掌握時機而用功。另外，從兩性獲益的「男唱女和，合炁通神」心態，也是房中養生學的基本原則，如《洞玄子》云:「夫天左旋而地右旋，春夏謝而秋冬襲，男唱而女和，上為而下從，此物事之常理也。若男搖而女不應，女動而男不從，非直損于男子，亦乃害于女人。」《玄女經》也說：「陰陽者相感而應耳，故陽不得陰則不喜，陰不得陽則不起。男欲接而女不樂，女欲接而男不欲，二心不和，精氣不盛，加以卒上暴下，愛樂未施。男欲求女，女欲求男，俱有悅心，故女質振感，男莖強。[55]」

是以，房中術是一種男女從心理、生理到技術都須相互配合的性活動，只有男歡女樂，情感相融，才可以引發性高潮的到來，否則反而帶來傷損，這是房中醫學的根本觀點。性交時精、氣、神的運用，是進行養生保健，優生種子，銷魂享樂的關鍵技術，也是陰陽採補和栽接之道的要害功夫。男女神交炁合，可以留正去邪，達到房中術所追求的採炁、交歡、療疾、種子四個不同的目標[56]，丹道身體房中術所為者並非能量與快感追求的「浪漫求死」，而是存精保氣與全形精神的「保守求生」。根本上，西方「能量的吸血主義」所誇大丹道身體的累積能量的部分，貶抑道家自我治理的倫理主體可能，乃因忽略本文所揭示之丹道身體源流的揉合外丹、房中術、內丹方法之外，也對宋代以降的不假外求、自身轉化「內丹學」傳統一無所悉所造成。類似西方古代醫宗希波克拉底的節氣養生論點，丹道身體呼應自然和諧與韻

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

律的追求之外，還超越傅柯的「倫理身體」的知識實踐觀，丹道身體認為控制欲望的理性和追求感官快樂的性活動，不會經由知識上的或者社會上的理解就完成身體平衡的「自我治理」，經由人自己身體的「色身」到「法身」的內丹操煉與轉化，朝向人的樸初的發展，「周天導引」等丹道身體方法看來才是真正可以實踐與操作的「生命技藝」——使自己成為支配自己行為的主人的可能。亦即，傅柯理論所蘊含的「自我統治」問題，丹道身體是真正在身體層次上體系化實踐者；丹道身體的轉向，不只是理論思辯，也是精神性的提昇的具體身體的操作化過程，如圖一所示，這涉及「精→氣→神」轉化，複雜的說法是煉精化氣、煉炁化神、煉神還虛。這是把老子《道德經》的「道生一、一生二、二生三」的宇宙論、社會論和人體生成論的逆轉過程[57]，也是道家求「道」的返回自然，反璞歸真的過程，這是承認自己的身體活在這有慾望必須節慾、這會覆蓋崩壞的紅花柳綠「社會」中，而企圖透過內丹為核心之操作逆溯回去「一」的世界的人。

丹道大家呂洞賓《太乙金華宗旨》德譯本譯者魏禮賢(Richard Wilhelm)、榮格(C. G. Jung)，關於轉化性能量(Transforming Sexual)提供我們對於丹道身體進一步的認識。榮格轉化性能量對於道家的身體鍊金術學說，詮釋陰陽的性兩極可以被質變為精神的整體，他從呂洞賓《太乙金華宗旨》文本所獲得的主要鍊金術概念，將陰陽性活動納入其阿尼瑪-阿尼瑪斯的原型(anima-animus arch)論述中，被導向生理／心理男性／女性的四重性別／性關係論述。當代道家研究發現「性不只是兩極，而是有四重。不管性偏好，一方面，每個人都有生理上的男女認同，另一方面，隱藏在外表下還有心理上的還有支配的性偏好（男中有女，女中有男）。因為有內在心理的男或女，其能量的複雜性形成四種性認同，產生四種不同的性關係。」[58] 如果其關係是穩定且有愛，則伴侶就能自然產生氣，維持長久穩定。丹道身體的房中操

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

鍊讓伴侶雙方均獲益：獲得性活動的歡愉而且不會犧牲任何一方的生命能量。丹道身體的性平衡操作需要找到性伴侶並形成深刻的動態關係才能發生。丹道身體所追求的是性平衡（sexual equilibrium）。西方理論所謂能量吸血主義的延遲射精，是房中藝術性轉化的一環，它類似外丹和內丹的「火候」，讓藥物（精氣神）能夠在最佳時機得以陰陽合和轉化，還精補腦；此外，還要配合日月星辰運行，選擇時間。如陶弘景在《養性延年錄》談「王相日」：「大吉之兆，三日，五日，九日，二十日，此王相生氣之日，交會各五倍，血氣不傷，令人無病」。其延遲射精或擇日行房，均和內丹學的精氣神轉化進陽火、退陰符的火候掌握相互呼應。

## 二　丹道做為無器官身體的社會行動

丹道身體的從身體到行動是否只是上述的向內身體操鍊——控制色身欲望，逆行回到法身——的過程？類似東漢末年張角「太平道」的農民起義，這樣介入社會的社會行動如何能被解釋？ 德勒茲的無器官身體理論提供了某種解答。

德勒茲理論的無器官身體（Body without Organs; BwOs），認為身體不能被定義為形態、器官、功能或主體，而是，根據動力學來看，是和運動與停止的無數微粒關係，或動態地看，是和情動（affection）的能量和被感動來說－亦即，身體是一個微粒運動和強度的決定關係，是物質能量的流動。而情動是有能力去行動或在遭遇中被感染而行動的身體。它是一種旅行的煉金術，是一種讓身體暖暖的生成能力，在遭遇配置時產生的力量。丹道身體作為旅行的鍊金術，葛洪《抱朴子》就曾說明情動身體如何能被外丹來鍛鍊：「夫金丹之為物，燒之越久，變化越妙。黃金入火，

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

百煉不消，埋之，華天不朽。服此二物，煉人身體，故能令人不老不死。此蓋假求外物以自堅固。」靠著金丹（從丹砂煉得還丹）和黃金等外物來讓自己的道心日堅，是把丹道身體的光波理解為能使人得道昇天的金丹大藥。與道結合，走向玄道就是與光結合，他在〈暢玄〉篇說「夫玄道者，得之乎內，守之者外，用之者神，忘之者器……高不可登，深不可測。乘流光，策飛景，凌六虛，貫涵溶。出乎無上，入乎無下。經乎汗漫之門，遊乎窈渺之野。逍遙恍惚之中，倘佯彷彿之表。咽九華於雲端，咀六氣於丹霞，徘徊茫昧，翱翔希微，……此得之者也。」情動通過身體向外，是一種武器，通過身體複數連結的觸動，產生異質連結，能夠自由行動，是情緒向外流動的效果。可以生成游牧民、戰爭機器等。無器官身體可以被理解為是蛋。你總是攜帶著它有如你的實驗環境，你連結的周遭。蛋是純粹強度的環境(milieu of pure intensity)，是零強度的生產原則。[59] 無器官身體停止表達，停止成為器官的功能結構的一部份，進入容貫平面 (plane of consistency)，這樣的新空間打開新連結的場域、創造力和嶄新的生成，形成行為的新類型和觸發，如丹道身體的打坐狀態與冥想狀態。而強度和無器官身體的關係是複雜的，而理解一個無器官身體的關鍵在於理解任何一個身體其去層化的限制何在，亦即由色身返回法身的社會性障礙。

### 問題(3)：丹道身體是否只為保守求生？

西方關於房中術能量吸血主義，並不是所有人都是這樣主張。德勒茲在《千高原》就批判李歐塔與福科等化約論點，指出「問題不在於將欲望體驗為一種內在的欠缺，也不在於將愉悅延遲以便於產生一種無法外在化的剩餘價值，相反，問題在於**建構一種具強度的無器官身體－（即中國的）道**，一個內在

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

性的場域，在其中，欲望無所欠缺，並從此不再與外在的或超越的標準相關。整個流通循環最終可能導向生育（在能量恰好之時射精），這正是儒家所理解的。然而，這只是對欲望配置的一方面說法，這方面朝向層、有機體、國家、家庭……［等層化空間 plane of stratification］；另一方面則不然，這方面就是去層化 (de-stratified) 的道的方面，它勾勒出一個欲望自身所特有的容貫平面 (plane of consistency)。混沌, 自由馳騁的平面，也就是道家的無極」[60] 這個在其中欲望無所欠缺的內在性的場域，這無器官身體，不就是我們前述的有著先天之炁的法身—元命真人嗎？

德勒茲的身體理論一出，立刻讓我們重新思考李歐塔與福科等西方社會理論：認定中國人欠缺倫理身體，陷入能量吸血主義狹隘觀點，且為了延長生命則勢必隱含著保守求生的社會行為。這是前述丹道身體需解決的第二個問題：**社會障礙，內在修行與外在世界的不一致如何面對？邏輯上西方觀點討論認為，因為中國人房中能量吸血，所以東方身體自私自利只為保守求生**。也就是，我們可以進一步追問：道家社會學若討論從身體到行動，行動到社會的話，我們如何看待其歷程？「身體到行動」部分，內在欲望的控制，丹道身體認為控制欲望的理性和追求感官快樂的性活動，不能經由知識上的或者社會上的理解就完成身體平衡的「自我治理」，而是經由「色身」返「法身」的外丹、房中與內丹等「生命技藝」操練與轉化，使自己成為支配自己行為的主人的可能。這立基於「天人合一」的平衡的觀點，面對社會障礙時，是否就是保守求生，使得丹道身體的社會行動趨於保守？這引發我進一步思考以下問題：**丹道身體究竟是以何種方式進行社會行動？保守求生，浪漫求死或其他？我既有的「丹道身體二重性」論點，是否足以解釋其社會行為？**這些問題在和德勒茲無器官身體進一步對話後，指向未來我將用複雜理論探索丹道身體。

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

從我所熟悉的全真派龍門宗丹道身體來說，其社會行動是一種「距世」救贖：虛入實出，以假修真。丹道身體是以假修真，如丘處機所言：「有為無為一而已，於道同也。如修行全拋世事，心地下功，無為也；接待興緣，求積功行，有為也。心地下功，上也，其次莫如積功累行。兩者共出一道，人不明此理莫通乎大同。」丘祖所闡釋的「道」，不只是出世的「心地下功」的無為之道而已；還包括入世的「積功累行」的有為之道，兩者共出一道，但「心地下功，上也」意指修鍊心性為上乘之法，入世的「積功累行」是面對內外在世界不一致的作法。兩者同出一道，都是要從「丹道身體二重性」的色身返回法身以追求終極解脫。這說明道家「距世」精神為「虛入實出」，看起來和其他人一樣是在現實世界裡的生活行走，其傑出者如張良、諸葛亮之積功累行，是為成全回到自身心性的修鍊追求，找到身中神，元命真人，身中彌賽亞。**道家「距世」救贖，乃是和社會世界保持有彈性距離的入世態度，虛入實出，以假修真。但是，這個解釋並未能涵蓋二千年來道家的多樣化的社會行動。**

我在閱讀和研究德勒茲無器官身體時，指向兩種表現可能：(1)前面提過的，成為一個內在性的場域，欲望無所欠缺，強度為零的身體。也就是道本身，法身或稱為元命真人。(2)通過情動而產生配置的強度身體，向外異質連結成為游牧民與戰爭機器。這個面向，超出了我所說的「積功累行」「虛入實出」的「距世」救贖，而是一種起義，一種暴亂，一種革命，一種讓丹道身體和宗教、意識型態結合的社會運動、社會抵抗。這樣的道家社會學的行動到社會的面向，在宋代以後被系統化為內丹學的丹道身體幾乎看不到這樣的情動與激情，這種「失衡」是直接和總是要回到均衡的「色身」返「法身」的「逆法」相違背；而能夠發現這樣情動異質連結的丹道身體，是在東漢末道教興起到魏晉南北朝，約公元二到六世紀時的中國。如張角的太平道、黃巾

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

農民起義；張道陵、張魯的天師道，此時道作為一種戰爭機器，卻被貶抑為鬼道。

比較而言，無器官身體（Body without Organs, BwOs）與丹道身體的相同之處在於：道是零強度的無器官身體：無器官身體作為一個內在性的場域，欲望無所欠缺、強度為零的身體，就是丹道身體所要追求的法身中的元命真人。丹道身體的打坐就是無器官身體的蛋的零強度狀態。容貫平面就是所有無器官身體的總體，一個純粹內在性的多元體。容貫平面就是無極本身，就是道的太極陰陽所生成的萬物的本源總稱。內在性的場域或容貫平面必須被建構起來。就丹道身體而言，必須通過丹道身體的修鍊由色身重返法身，面見元命真人。丹道身體房中術「以人療人」就是一種無器官身體的差異配置與異質連結。

若將丹道做為無器官身體的社會行動，我們將根據以下問題繼續研究：「丹道身體二重性」是建立在在一個人的身體操鍊上，色身返法身的過程，會遭遇「碰壁」：內在欲望與社會障礙。無器官身體是身體的製圖實驗，其情動創造是由物質能量流－強度的內在關聯（經度）決定生產的觸發（緯度）。歷代丹家「丹道身體」的製圖實驗主要解決內在欲望碰壁問題，但社會性障礙的碰壁著墨甚少；「外混俗物，內修真學」的全真的「距世」救贖，其行動的邏輯，距世的動力學為何？它是否足以解釋變異數極大的二千年丹道身體的社會行動？

道既是零強度的無器官身體，也可以是具強度的情動身體，存於生活真實，能組合欲望資本、配置身體行動並產生差異連結而在社會中行動的身體。情動身體在丹道身體則被稱為「鬼道」，不被正統丹道所討論，其游牧民、戰爭機器的生成機制為何？或者它有自己的社會連結與生成方式？

就身體的社會性而言，一個無器官身體是被強度所增殖。一方面：機體主義的僵化線（molar line）特質，人受到標準準則訓練

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

反應和生產，而無器官身體是身體的製圖實驗 (experimentation of cartography)：物質能量流－強度的內在關聯（經度）能決定生產的觸發（緯度）。另一方面：在一個身體器官內的流的強度，會現實化為一系列的奇異點指向器官間的連結機率的模式，零強度的流。無器官身體是「一種內捲演化 (involuted evolution)，它的改變來自於異質元素間的纏繞、摺疊或內陷—內捲演化比演化更會突然發生，而且衝擊更大。」[61] 無器官身體強度的差異意味著在一個蛋 (egg) 或胚胎中，包含在具體化之前，所有的虛擬物質會經歷差異化，對任何身體的組織和結構而言，首要的是方向，軸線，速度和韻律等。無器官身體的產生在於相對應的強度 (intensity)，沒有強度，無器官身體是空洞的。通過每個無器官身體所產生的強度加以結合（如丹道身體房中術的以人療人），並由此形成由所有強度連續性構成的連續體。這過程需要配置、需要一個龐大的絕對機器以達到容貫平面。「強度的連續區域就是高原，高原被構成的方式使它不會被任何外在的終點所中斷，它也不容許自身朝向一個最高點。一座高原就是一個內在性的片段，每個無器官身體都是高原所構成。每個無器官身體就是一座高原，它與其他高原互通於容貫平面上。它就是一種過渡的組成。」[62] 道於是可以被作為一種戰爭機器。「道」作為「無器官身體」，是欲望的連結，流的結合與強度的連續體。德勒茲強調其結合形成小型機器，集體機器，「無器官身體」不是有機體，也非主體，它是純粹強度的結合，非意識型態，它是純粹的物質問題，是強度的原點，生產的母體 (matrix)，是融合的多元體。德勒茲基於生成 (becoming) 哲學用動物，植物和分子等概念描述人的歷史與活動，擺明就是否定以人為中心的主體思維，使用「機器」並不意外。去主體的狀態，和丹道身體歷代所描述過的「白日昇天」「蟬蛻」「出神」「坐忘」等類似，但中國不用「機器」描述，丹道身體的語彙更多是隱語、謎語和廋語，迂迴

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

地講那狀態。比較清楚的是光，呂洞賓所謂的「回光」（太乙金華宗旨）表述。

德勒茲的根莖論中，主體就是是一隻手，由眾多的線所組成。其一是分子線，一種 '僵硬的分割線' (rigid segmentary line)，是主體通過社會制度中的二元對立所建構的穩定的範疇與認同；其二是克分子線，擺脫分子線的僵硬，認同產生了縫隙或精神開始崩潰；其三是逃逸線，成功擺脫分子線式認同而產生「解領域化」(deterritorialization) 的運動。裂縫變成斷裂，主體走向多樣化的過程走向瓦解或創造，衍生為毀滅線或創造線。德勒茲根莖論和福科的微觀權力 (micro-power) 的區分基本有兩點：(1)「解領域化」之逃逸線上所形成的那種「配置」(assemblages) 根本上而言是**欲望配置**，而非福科認為的**權力配置**。根莖本質上是平面的，而非層級化的；它們總是不斷地分解，擴散播撒著，只有當受制於社會語言的力量，專斷式的能指，政治暴君，規範化的制度或是大量的日常微觀實踐時，才會成為組織化的統一體，基礎和層級化結構。權力不過是欲望流的附帶表現。(2) 因此，根莖論之逃逸線本質上是積極的，創造性的，它並不是抵抗或反抗之線。欲望完全是肯定的，而非一種抗拒其他力量的欲望。福科於此則是一種否定性看法，他將欲望和匱乏，一起和鬥爭與抵抗的對立關係聯繫在一起。[63] **這樣說來，若福科所探討的欲望目的是為了自由的話，他的「逃逸線」是抵抗。**

比較而言，就丹道身體而言，我認為走的是一種非常奇特的逃逸線：**唯有通過層級化空間的穩定性作用，人才能產生「以假修真」的逃逸**。一方面，從各種經圖來看，丹道身體非常重視身體地景之小宇宙內的層級關係和功能性分化的穩定性（如機在目、識神 / 元神、君臣隱喻，陰符經，修真圖等），同時也要維持身體與外在世界的平衡（天地人，人法地，地法天，天法道，道法自然。老子。參考太乙金華宗旨）。丹道身體這內外均是

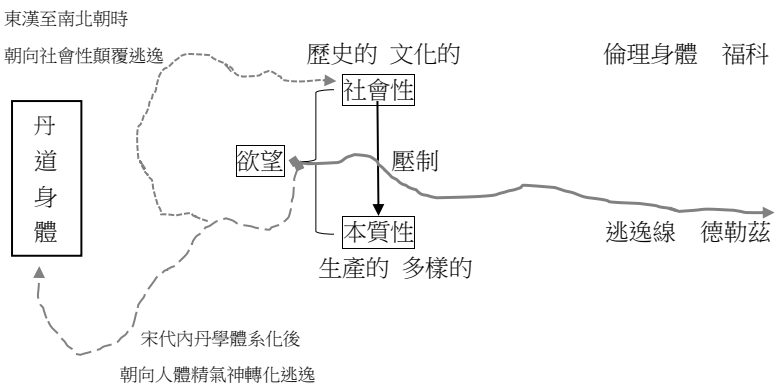
DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

的層級化空間，表面上看起來是德勒茲所稱的僵硬分割的分子線所創造，不利逃逸。丹道身體事實上也是德勒茲所說的游牧(nomad)思想，因為強調精、氣、神「由任返督」地不斷在體內的上下循環轉化，在我所說的「丹道身體二重性」中清楚顯示，「煉精化氣」的氣所轉化的正是欲望本身，因此氣所構成的丹道身體是德勒茲的欲望配置而非福科的權力配置。但是，丹道身體的逃逸線又並非如德勒茲所言朝向「非層級化的、總是不斷地分解，擴散播撒」，而是穩定地在體內層級空間運行，直到「化氣為神」、「煉神還虛」。事實上氣的運行本質上就是德勒茲所說的**「保持運動」的游牧者，只是力圖保持星辰般的軌道穩定運行，**其中還有虛實之分。氣這種流通方式打破了德勒茲所區分的樹狀(tree)與根莖(rhizome)的二分，自由穿梭於兩者之間。這顯示了丹道身體的獨特性，德勒茲游牧式自我(nomad-self)企圖擺脫一切克分子線的區割，並且謹慎地解組自身；福科則在古希臘倫理學中找到aphrodisiac 倫理主體來肯定自我。丹道身體則以身中逃逸線的轉化方式，在層級化的空間裡穩定運行，提升，自我解構而超越。是以此身之假修鍊超越之真，尋找超越性的主體。

**欲望**本質上非善非惡，它只是**動態的和生產的**；欲望機器既可以沿著革命機器這一路線前進，也可以沿著法西斯主義機器的路線前進；逃逸線既可以是解放的創造線，也可以轉變為毀滅線。從圖二：「逃逸線與丹道身體—無器官身體」來看，欲望一直是東西方思想家討論的一個核心問題。福科從他的古希臘研究所強調的倫理身體，欲望是一歷史文化建構下的產物，受到理性的節制，其逃逸線是在城邦的社會性眼光與身體的歷史承載裡產生性活動aphrodisiac。古羅馬之後迄今，欲望逐漸喪失其社會性成為個人化的享樂。而德勒茲的觀點比較複雜，一方面他也認為欲望不可脫離歷史與社會的作用；但是，另一方面，更重視的是那不受歷史文化影響的，充滿生產與多樣性的欲望。它受到各式各

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

樣社會體制的壓制，從而激發逃逸與解放的可能。亦即，社會性對本質性欲望的壓制造就了欲望主體的逃逸線，而且這種逃逸線是在社會場域裡進行。張角等借「太平道」起義，其丹道身體的社會行動基本上就是建立在這樣的邏輯上，並非保守求生，而是浪漫求死。




圖二：逃逸線與丹道身體 — 無器官身體

從東方觀點來看，丹道身體產生了第三種逃逸線解釋的可能。其一，和福科的「尊古」比較起來，丹道身體雖然也承受社會性的文化雕塑，但是，通過各門氣功功法的口傳心授，雖然隱密，但其對於倫理身體乃至 aphrodisiac 的追求即使到當代仍然被保留下來，成為中華文化的一部份。其二，丹道身體也承認德勒茲的思考，社會性對本質性欲望的壓制造就了欲望主體的逃逸線，**但其方向可以朝向內在或外在社會場域。我們可以說宋代之後體系化內丹學主要是朝向人的身體本身逃逸；從東漢末到魏晉南北朝的道教初建立時期則明顯向著社會場域逃逸，在亂世抵抗既有腐敗政權。**社會為外，身體為內；社會為層級化空間，身體為層級化空間；逃逸線的建立是虛實交織，實雖是層級化，虛卻是平滑空間的建立是落於精氣神轉化張子房的適時而變而心無所

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

繫的「機」轉之中，兩種交織為社會與身體的回光呂洞賓。而其逃逸引發更為複雜的理論性問題。小結圖二，德勒茲的逃逸線是社會場域裡，欲望從層級化空間逃脫，在平滑空間裡創造解放的可能，但是丹道身體的逃逸，越靠近當代，卻是越逃入身體，另一個層級化空間，並且以假修真，最終解構社會與身體的層級化空間，自我消解。真正具備有游牧民，戰爭機器情動身體能量的是東漢至魏晉南北朝之間的「太平道」農民起義與張道陵、張魯政教合一的「五斗米道」。無器官身體的逃逸線建立從歷史上看來，是從生產多樣的社會行動抵抗到馴服於周流身體的丹道身體操作，在穩定的任督二脈身體小宇宙軌道上逆行。

德勒茲論點中，逃逸線是經由游牧民或戰爭機器在平滑空間馳騁產生作用。而生產性和多樣性的欲望，在古道教中國歷史中被馴服或地下化，丹道作為無器官身體，充滿社會行動能量的游牧民高強度的情動身體，被內化為對於體內元命真人的追求與修鍊。

## 三　結論：朝向複雜理論的道家社會學

比較而言，丹道身體與無器官身體都是立基於欲望及其轉化的討論。丹道身體一方面是修鍊的身體，追求的是超越肉身束縛的轉化，找到《修真圖》泥丸宮裡的真正自我—「元命真人」，那是一團可以自由遨遊的光。丹道身體的光的流動仍然被隱喻在「人」，某種主體意義下被理解，但那有機體意義下的身體是假，從器官束縛轉化的光團才是真，所以說是以假修真。丹道身體的目的論是光，但光本身就是非目的論的，它是可以和任何形體交織的生成狀態，而不是以人為中心的存有。也是建立在這種哲學基礎上，德勒茲的無器官身體則被他形容為純粹強度的

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

介質、波的流動與強度的連續體，它超越一與多是融合性的多元體，這是去主體的身體，有機體和意義也是假，波的流動是真。現代物理學對於光解釋可以是波動或粒子，因此，從任何角度看有丹道身體與無器官身體都是同一件事情，追求去主體的自我，如果將之放在「人」上看，更長遠來看是成為多元體。

德勒茲的將「道」等同於「一個強度性的無器官身體」的說法，遠比高羅佩（性榨取）、利歐塔（力比多經濟學的資本）或福科（非倫理身體）高明，更貼近丹道身體本意。因為上述三人的理解確實僅僅停留在朝向生育、有機體的保存、家庭主義和國家體系維持的「層級化」面向去，但是，另一方面，丹道身體整個修鍊過 程，「以假修真」確實是在朝向「去層級化」，亦即，去建構德勒茲所謂的無器官身體，一個純粹內在的多元體。所謂的得道，就是一個欲望無所缺乏的身體，自給自足，不為外在或超越性力量所動搖。德勒茲的生成是囊括所有的層的狀態，那麼作為強度性，作為波的無器官身體能在層化平面的各層和可以融合具無限的零點的容貫平面間悠游是自然之事，那麼丹道身體的光波也就能夠在家庭主義與修道間移動，這是一個配置 (assemblage) 狀態，也是自然之事。

我提出「丹道身體二重性」已經批駁西方學者認為「房中術是能量吸血主義」「中國人欠缺倫理主體」的論點，是在引用有限文獻下的錯誤論點。而「東方身體只為保守求生」問題上，以宋代以降的內丹學為基礎的「丹道身體二重性」看似保守，著重朝向身體內部的行動，但若納入六朝古道教的社會行動，則並非如此。本文認為，道既是一種修行法門，也是一種社會行動；前者是從東漢近兩千年，所衍伸的法門派別不可盡數，朝代更迭唯祖氣不滅，而後者以宗教形式觸發身體向外連結的動能，組織化形成社會運動。因此，道家社會學是從身體到行動、從行動到社會的論衡。道家社會學的行動有兩層意思：向內的身體操鍊與

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

向外的社會參與。就義理特殊性而言，丹道身體的向內的身體行動，在天人合一大原則下其精氣神轉化，其生命技藝早就是倫理主體的展現；而向外的社會行動，德勒茲所謂的逃逸線多元體，其生產性和多樣性的欲望，在中國歷史中被馴服、地下化，正統道藏不談，成為古道教懸案。

本文已經點出，丹道身體絕非只是西方認定的保守求生，而有能從社會行動中浪漫求死的面向，它可被視為具備強度的無器官身體；如真正成為游牧民，戰爭機器情動身體能量的古道教，東漢至魏晉南北朝之間的「太平道」農民起義與張道陵、張魯政教合一的「五斗米道」。這個部分，本文的「丹道身體二重性」解釋力就有限制，未來將以複雜理論 (complexity theory) 與古道教研究，繼續發展我的道家社會學的論點。

## 注釋

1 本文作者於2018年6月10日，應邀在北京大學社會學系的理科5號樓201室，初次以本文題目「丹道身體、生命技藝與無器官身體—道家社會學論衡」演講，特別感謝北京大學社會學系謝立中教授的深刻評論，啟發了這樣的身體-行動-社會的道家社會學思考架構，並得以持續發展與深入探究。

2 奎澤石頭，詩集《在芝加哥的微光中》，自序，p. 32，臺北：書林出版社，1999。

3 這段話是我從閱讀德勒茲與瓜達里寫《千高原》第十二高原，與E. W. Holland 《導讀》延伸。

4 這段話是從閱讀P. Goodchild: Deleuze and Guattari, an Introduction to the Politics of Desire 的談論戰爭機器一節延伸，p. 167–168. Sage publication, London,1996.

5 《修真圖》又稱《丹成九轉圖》，遠溯老子、呂純陽、陳摶、張三豐祖師一脈。幾百年來，在丹道界有著深刻地影響，爲儒釋道三家所推崇。該圖是圓融三教的修持規範。但本圖究竟是何人而作，並無人知

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

曉。傳世的版本包括北京白雲觀的拓片、明末清初「龍虎堂」藏版、武當山藏版和古籍《內外功圖說》中的紅豆山房藏版等。

6 石計生，〈彷彿是邀請，彷彿是離別〉，頁50，《成為抒情的理由》，臺北：寶瓶文化，2005。

7 陳國符，《道教源流考》修訂版，中華書局出版，2014。

8 在盛唐三百年間，包括唐太宗以降幾代皇帝、著名詩人李白、杜甫和白居易等，和數不清的王宮貴族與百姓平民，均迷戀於煉丹服葯之術，以求長生不老，雖然砷葯中毒者眾，前仆後繼者卻不絕如縷。李白及其所象徵的唐代外丹浪漫主義表現在他不悔的求道煉丹精神；據說他就是求仙訪道、採葯煉丹過度，於六十一歲時服用丹葯造成胸背生瘡慢性中毒而死。而杜甫三十三歲時遇見李白，也被葛洪煉丹成仙之事吸引，故於《贈李白》詩中產生這樣的名句：「秋來相顧尚飄蓬，未就丹砂愧葛洪，痛飲狂歌空度日，飛揚跋扈為誰雄」。家資較貧，又無名師指點的杜甫，或還羨慕著李白的迷戀浪漫乎。可參蒙紹榮、張興強等：《歷史上的煉丹術》，p. 312，上海：上海科技教育出版社，1995。

9 相對於盛唐詩人李白所代表的外丹讓人產生「安得不死葯，高飛至蓬瀛」的至死不休的迷戀，某種程度而言，宋代以降的內丹學也因為喪失了外丹具體化的煉丹鼎爐的實驗性空間場域、具體可見的鉛汞葯物和行路飲酒、求仙訪道、採葯煉丹的旅行樂趣，轉向身體內在反而成為一種經由靜坐、禁忌與冥思等「我命由我不由天」的迴異存在美學。

10 完整的道家系譜學可以參看文山逸叟蕭天石《道海玄微》的「道家丹鼎派源流簡表」，p.619, 台北：自由出版社，2002。

11 這些絕對不可能完全涵蓋道家人物與著作，這裡只是作者在詮釋「道家身體」的現代意涵時所必須做的異中求同基本引用文獻與篩選工作。也特別說明近世的道人李仲亮與王來靜，因緣際會俱為道家全真派道長金鳳山人嫡傳：前者創立古道堂，為著名中醫，上承王重陽金蓮正宗正統；後者因戰亂之故流徙至台灣，屬龍門宗第十三代掌門，現均在台北。本文作者石計生從王來靜、李仲亮先生學道已凡二十餘年，亦曾於1999–2001年間擔任台北市丹道研究會理事長，2005年導師訓練所結業，為宣道師。

12 參李豐楙：《丹道、科學與政治—戰後台灣丹道的現代化》，p. 9，丹道、思想、科學的相遇學術研討會，國立中正大學中文系主辦，財團法人丹道文化教育基金會協辦，台北：金山青年活動中心，2007.12。

13 參胡孚琛、呂錫琛著，《道學通論—道家、道學、丹道》，p. 541, 中國社會科學文獻出版社，2004。

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

14 可參蕭天石著，《道海玄微》，p. 619，「道家丹鼎派源流簡表」，台北：自由出版社，2002。

15 丹波康賴（912–995）乃東漢靈帝之後，入籍日本的阿留王的八世孫，他醫術精湛，被賜姓丹波，累遷針博士、左衛門佐。他於日本永觀二年（即北宋太平興國七年；西元984年）撰成《醫心方》30卷，這是日本現在最早的醫書，成為後來宮廷醫學的秘典，奠定了醫家丹波氏不可動搖的歷史地位。該書薈集中國醫學典籍達204種，其中大半在中國亡佚，集當時日本漢醫之大成，內容廣及醫學的各個領域，乃至於養生、房中（性醫學）等。參丹波康賴著，《醫心方》，高文鑄等校注研究，北京市：華夏，新華書店經銷，1996。

16 可參彭曉《周易參同契分章通真義》，頁1472–1473，洪丕謨編，《道藏氣功要集》下冊，上海：上海書店，1995。

17 可參彭曉《周易參同契分章通真義》，頁1470，洪丕謨編，《道藏氣功要集》下冊，上海：上海書店，1995。

18 可參彭曉《周易參同契分章通真義》，頁 1468，洪丕謨編，《道藏氣功要集》下冊，上海：上海書店，1995。

19 外丹指向爐火煉丹之事沒有爭議，但內丹若等同於東漢《參同契》的「黃老養性」則語意和內涵上應會有出入，因為「內丹」一辭很晚才有，而嚴格成熟的內丹意涵是到唐末宋初才形成；我認為「黃老養性」可以說是較為素樸的內丹說法 / 煉功方法，雖內涵有實質差別，但形式上大致上可以被放在同一個語言範疇，即「內丹」來概括。而主張《參同契》外丹說的包括王明（見其《周易參同契》考證，《道家和道教思想研究》（北京：中國社會科學出版社，1990），頁241–292。）、龔鵬程（見其〈道教內丹學的興起〉，《揭諦》，第2期，1977）、張廣保（見其〈《周易參同契》的丹道與易道〉）和蒙紹榮、張興強等（見其《歷史上的煉丹術》，p. 28–35，上海：上海科技教育出版社，1995）等。而《參同契》內丹說的如陳國符（見其《道藏源流考》，附錄六〈說周易參同契與外丹內丹〉，台北：祥生出版，1975）；《參同契》內外丹兼備者如胡孚琛（見其〈中國科學史上的《周易參同契》〉，《魏晉神仙道教－抱朴子內篇研究》附錄）、盧國龍（見其〈《參同契》與唐宋內丹道之流變〉，收入《道家文化研究》第 11輯（北京：三聯書店），頁121–158）等。

20 參見俞琰《周易參同契發揮》，頁455–456，《正統道藏》（臺北：新文豐出版公司，1977），第 34 冊，頁355。

21 參詹石窗，《易學與道教符號揭秘》，p. 150-2，北京：中國書店。

22 參《周易參同契直指》，清代劉一明直指，台北：武陵出版社，1996。

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

23 請參賴錫三〈《周易參同契》的「先天—後天學」與「內養—外煉一體觀」〉，p. 129–138，《漢學研究》第20卷第2期，2002年12月。

24 參《周易參同契直指》，清代劉一明直指，台北：武陵出版社，1996。

25 參《周易參同契直指》，清代劉一明直指，台北：武陵出版社，1996。

26 參葛洪《抱朴子內篇》〈至理篇〉，p. 103，中國子學名著集成編印基金會印行，珍本初編，道家子部。

27 參葛洪《抱朴子內篇》〈至理篇〉，p. 145，中國子學名著集成編印基金會印行，珍本初編，道家子部。

28 參魏華存〈太上黃庭內景玉經〉一卷，北京：華夏出版社，2004。

29 參陶弘景〈養性延命錄〉二卷，：中國醫藥科技出版，2017。

30 參葛洪《抱朴子內篇》〈至理篇〉，p. 145，中國子學名著集成編印基金會印行，珍本初編，道家子部。

31 Kristofer Schipper: *The Taoist Body.* P.41, 1982.

32 這氣的精神化過程，日本丹道學者石田秀實則異曲同工地提出「精神的身體化」觀點。參《氣，流動的身體》，p.133–169，台北：武陵出版社，1996。

33 因應理論發展，本文修改2008年時提出的「道家身體的二重性」為「丹道身體的二重性」，並且本文有部分內容脫胎於彼時論點增刪修訂而成。參石計生，2008.06，保守求生：論丹道身體轉向及其比較文化實踐，中正大學中文學術年刊，2008年第一期（總第十一期），頁137–184。

34 從色身來看，后天六十四卦可對應人的年齡，而看到不同年紀時所面對的處境與考驗的可能。如24歲是姤卦，40歲是否卦，48歲是觀卦，64歲是坤卦等。參胡孚琛、呂錫琛著，《道學通論—道家、道學、丹道》，p. 561, 中國社會科學文獻出版社，2004。

35 引自全真道龍門宗黃龍丹院王來靜宗師之內部口傳心授講話，2005年3月。

36 宋代曾慥四十二卷《道樞》之卷三《容成篇》，論及崔希范的《入葯鏡》（只剩刪節本）原文。引自《中國古代房內考：中國古代的性與社會》，Robert Hans van Gulik（高羅佩）(1910–1967)著，李零，郭曉蕙等譯，p. 295，上海：人民出版社，1999。

37 石計生筆記：全真道龍門宗黃龍丹院王來靜宗師之內部口傳心授講話，2008年1月6日。

38 李豐楙引全真道龍門宗黃龍丹院王來靜宗師之內部口傳心授講話。參李豐楙：《丹道、科學與政治—戰後台灣丹道的現代化》，p. 11，丹道、思想、科學的相遇學術研討會，國立中正大學中文系主辦，財團法

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

人丹道文化教育基金會協辦，台北：金山青年活動中心，2007.12。本法的具體詳細操作方式可參《龍門丹訣》王來靜著，p. 121，丹院講座之十：五龍捧聖。台北：丹道文化出版社，2003。

39 王來靜宗師嘗言：「房事是人體全身高度興奮的活動，是大腦中樞神經系統一系列緊張複雜的活動過程。縱欲過度，勢必使人高度消耗體內能量，易於疲勞，使身體抵抗力下降，增加了疾病發生的可能性。」（參《修丹問答》王來靜編著，上冊之 p. 86，台北：丹道文化出版社，2005）。

40 Michel Foucault, *The Hermeneutics of the Subject: Lectures at the Collège de France, 1981–1982*, F. Gros (ed.), G. Bruchell trans., New York: Picador press, 2005. 中譯本，《主體解釋學 — 法蘭西學院演講系列，1981–1982》。M. Foucault著，余碧平譯，上海人民出版社，2005。

41 參前揭書，M. Foucault, p. 90-1, 2005。

42 參 Michel Foucault: *The history of sexuality*. P.84, Robert Hurley (trans.), New York: Pantheon Books, 1986.

43 Foucault: The Diet of Pleasures 快感養生法 p. 109–116。

44 Hubert L. Dreyfus, Paul Rabinow — Michel Foucault: Beyond Structuralism and Hermeneutics, With an Afterword by and an Interview with Michel Foucault. University 0f Chicago press, 1983.

45 參何乏筆 (Fabian HEUBEL)，〈能量的吸血主義 — 李歐塔、傅柯、德勒茲與中國房中術〉，中國文哲研究集刊，第二十五期，頁259–286。

46 參 Michel Foucault: *The history of sexuality*. P.181-3, Robert Hurley (trans.), New York: Pantheon Books, 1986.

47 引自《中國古代房內考：中國古代的性與社會》，Robert Hans van Gulik（高羅佩）(1910–1967) 著，李零，郭曉惠等譯，上海：人民出版社，1999。高羅佩是荷蘭著名東方學家，另著有《秘戲圖考 — 附論漢代至清代的中國性生活》(1992) 等。

48 參 Michel Foucault: *The history of sexuality*. Robert Hurley (trans.), p.181-2, New York: Pantheon Books, 1986. 傅柯與高羅佩均未詳細註明其原文為何，推測應引自《素女經》原文段落，「黃帝問素女曰：今欲長不交接，為之奈何？素女曰：不可。天地有開闔，陰陽有施化，人法陰陽，隨四時。今欲不交接，神氣不宣布，陰陽閉隔，何以自補？練氣數行，去故納新，以自助也。能動而不施，所謂還精。還精補益，生道乃著。」參《中國古代房內考：中國古代的性與社會》，Robert Hans van Gulik（高羅佩）著，頁183–4，上海：人民出版社，1999。

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

49 傅柯引用高羅佩資料主要是《醫心方》的段落：「把性結合說成是『戰鬥』，這一觀點在西方文獻也廣為人知，而中國人特有的觀點是，『勝利』屬於在性交中順利獲得對方元氣以補自己元氣的一方。」，卻沒看到其他段落說的很清楚：「道家認為性交對男人和女人都有神奇的力量。雖然有些道士只是自願地一心搾取女方以增強自己的元氣，而不顧女方的健康，甚至損害她的健康，但總的原則卻是雙方當應分享性修煉帶來的益處。總之，道教確實更能體貼婦女，而且從來都比儒教更多地考慮婦女的生理需要和情感需要。」參《中國古代房內考：中國古代的性與社會》，Robert Hans van Gulik（高羅佩）著，頁117–9，205，上海：人民出版社，1999。

50 參何乏筆 (Fabian HEUBEL)，〈能量的吸血主義—李歐塔、傅柯、德勒茲與中國房中術〉，中國文哲研究集刊，第二十五期，頁259–286。

51 參何乏筆 (Fabian HEUBEL)，〈能量的吸血主義—李歐塔、傅柯、德勒茲與中國房中術〉，中國文哲研究集刊，第二十五期，頁263, 275–6。

52 參Michel Foucault: *The history of sexuality*. Robert Hurley (trans.), p. 138–8, New York : Pantheon Books, 1986.

53 參《中國古代房內考：中國古代的性與社會》，Robert Hans van Gulik（高羅佩）著，頁193，上海：人民出版社，1999。

54 參孫思邈《備急千金要方》之《房內補益》篇，轉引自《中國古代房內考：中國古代的性與社會》，Robert Hans van Gulik（高羅佩）著，頁253–4，上海：人民出版社，1999。

55 參《中國古代房內考：中國古代的性與社會》，Robert Hans van Gulik（高羅佩）著，頁171–2，上海：人民出版社，1999。

56 引自全真道龍門宗黃龍丹院王來靜宗師之內部口傳心授講話「房中養生學的基本內容」，2005年3月。

57 就研究老子哲學學者的共識而言，「道生一、一生二、二生三」本來是具有存有論、宇宙論和人體生成論等內容，這裡，作者創造性地把「一生二」解釋為「社會論」，是將「陰陽分化」賦予對立矛盾的社會意涵。賴錫三曾在〈《莊子》精氣神的功夫和境界—身體的精神化與形上化之實現〉（p. 139–140，《漢學研究》第22卷第2期，2004年12月）一文中，從「形」與「氣」、「神」的關係下手，論證「《莊子》的神就是「道生一」的「一」，而《老子》所謂的「一生二」，就是離開與神為一的伊甸園，而進入生死是非的二元世界。……而「神化氣」（即一生二）的「氣」，則是指根源神氣分殊化所成的陰陽二氣……但從存有的光譜來說，陰陽二氣較接近的仍然是物，因為它們同屬形下層次。」……「順此『陰陽』兩大氣勢相生相成，所形

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

成的就是『天地』這個紅花柳綠的形物場域…它是一個充滿『生殺、欲惡、雌雄、安危、禍福、緩急、聚散』的二元相立相生的世界」，這「由陰陽聚散、死生離合所顯現的天地世界（「物」的世界），也會覆蓋崩壞的。」從本文作者看來，這個會覆蓋崩壞的紅花柳綠世界就是「社會」，而在其中存活的人的身體就是「社會身體」，而企圖透過內丹之操作逆溯回去「一」的世界的人，就是具備丹道身體的修鍊者社會行動的一種。

58 Michael Winn: Transforming Sexual Energy with Water-and-Fire Alchemy. In: *Daoist Body Cultivation: Traditional Models and Contemporary Practices.* p. 169, Livia Kohn (ed.), Three Pines press, 2006.

59 Gilles Deleuze and Felix Guattari: A Thousand Plateaus: Capitalism and Schizophrenia. Brian Massumi (trans), p. 164, 181, 1987.

60 Gilles Deleuze and Felix Guattari: A Thousand Plateaus: Capitalism and Schizophrenia. Brian Massumi (trans), p. 157, 1987.

61 Philip Goodchild, Deleuze and Guattari, an Introduction to the Politics of Desire. p. 167, London: Sage publication.

62 Gilles Deleuze and Felix Guattari: A Thousand Plateaus: Capitalism and Schizophrenia. Brian Massumi (trans), p. 219, 1987.

63 參考下書論點發展，Best, Steven and Douglas Keller，後現代理論：批判性的執疑，張志斌譯。P.131，北京：中央編譯出版社，1999。

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU 1922

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY · PKU
1922