

第八章 修道成仙論

杜光庭的修道成仙論是以道性論為基礎，希望修道之人能透過修心養性，以回歸到人本有的清淨道性，進而修道成仙。杜光庭改變了由魏晉神仙道教以煉製並服食丹藥來追求肉體長生的外丹系統，杜光庭從道性論的基礎上強調「理身之道，先理其心，心之理也，必在乎道。得道則心靜，失道則心亂。¹」這也開啓了後來道教的內丹系統。杜光庭希望眾人能透過去除情欲，恢復本來清淨道性，而能得道成仙。

第一節 修仙之途，千門萬行

中國道教信仰神仙，並相信神仙可由人透過修行而成，「得道成仙」也是每位修道者的目標，「得道成仙」表達了人們的一種美好理想，希望無限地延長生命，以至於長生不死。基於對死亡未知世界的恐懼，因此長生不死也就成爲了道教對世人的最大誘因。而透過怎樣的方法才能到達這理想的境界呢？杜光庭認爲，修道者根器有異，身體有別，成仙之途亦當有殊，而絕不拘於一法，取於一術。因此只有根據每個修道者自身的情況，選擇最適合自己的修道之途，方能達到這理想的境界。

杜光庭認爲由於道是無限廣大且具有各種不同面向，也因此修道成仙之途也不局限於單一途徑。同時，杜光庭認爲，人無論是聖賢，還是愚賤，無論他們的身體素質和社會地位是如何的不同，其身心活動的時空領域都是廣闊的。人既是社會群體中的人，又是自然的個體之人，人既有生物性的情欲，又有與生俱來的道性，人所具有的多面性之間又有著難以割裂的內在統一性。因此，道教只有提供不同的修證之理，才能滿足修道者多方面的需要，才能對廣大信眾產生強烈而持久的吸引力²。因此，杜光庭希望藉由眾多的修行方式，來適應每個人的不同需求，以達到宣揚道教，使更多人能接受道教。其言：

¹ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》)，第十四冊，頁404。

² 孫亦平：《杜光庭思想與唐宋道教的轉型》(南京：南京大學出版社，2004年7月)，頁231。

夫立功之義，蓋亦多途，或拯溺扶危，濟生度死，苟利於物，可以勤行。或內視養神，吐納鍊藏，服餌導引，猿經鳥伸，遺利忘名，退身讓物，皆修道之初門也。既得其門，務在勤久。勤而能久，可以積其善功矣。³

由這段敘述可以看出，杜光庭所詮釋的道教修道的方法，多是從內以養神，外以行善的方向來說，具有內外雙修的特點。作為一名修道人，應當透過「內視養神，吐納鍊藏，服餌導引，猿經鳥伸，遺利忘名，退身讓物。」等等的身心修煉，來內化自己的生命；而身為社會上的一份子，則應該以己之力「拯溺扶危，濟生度死。」以利於社會大眾。於此同時，杜光庭更說明，以上各種修道之法，僅為「修道之初門」，得其門後，更重要的是能夠「務在勤久」，只要能「勤而能久」則可積其善功矣。

杜光庭於《道德真經廣聖義》中，更列舉了許多當時道教中所使用的修道方法，對於修仙之途，也有更進一步的詳細說明，使有心修道之士，能更加明瞭，其言：

大道好生，誘人垂法，千門鍊性，萬行修心，因悟乃修，因修乃證。修證之理，泛舉其綱，則有吐納元和，咽漱雲液，茹松食栢，絕粒餌芝。或隱朝上清，密伺玄斗。或五金八石，或水玉流珠，陰鼎陽鑪，五華九轉。或素文丹籙，檄召鬼神，金鈕青絲，質盟天地，則有正一道德，昇玄洞神，靈寶明真，三清眾法，並革凡登道，證品昇真。又有奔二景，朝五辰，據極攀魁，驚網飛紀，吞日咽月，制魄拘魂，八道望雲，九真受事，昇玄卧斗，方諸洞房，左右靈飛，陰陽六甲，三部八景，二十四真，存服三元，注想三一，紫房黃闕，絳景朱嬰。紫虛南嶽之篇，青童東海之訣，內視五藏，下制六天，導引吞符，御風養氣，騰舉之道，溢於真經，或修勵一門，便可得道，遂能拔玄祖於長夜，飛我身於太虛，瞬息而歷九陔，那慙若士顧面而周六合，豈讓鴻蒙而世之大迷，不能耽味，即曰神仙之事，非積學可求。⁴

杜光庭於此描述了許多的修道之法門，有行氣、服食、辟穀、存思、注想、內視、金丹、符籙、導引等等。杜光庭以「大道好生，誘人垂法，千門鍊性，萬行修心。」來說明修道成仙絕非單一途徑，修道之人可以依據自身不同的情況，選擇自身合

³ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》)，第十四冊，頁494。

⁴ 同註3，第十四冊，頁383。

適之法門，則能「修勵一門，便可得道。」

在杜光庭之前，道教中對修仙成道一般有四種說法：一曰飛升，二曰隱化，三曰尸解，四曰鬼仙，都比較注重追求肉體的永存。⁵杜光庭雖然還是依循的前人的分類，將修道成仙的層次分為四的部分，其先言：「夫神仙之上者，雲車羽蓋，形神俱飛；其次牝谷幽林，隱景潛化；其次解形托象，蛇蛻蟬飛。⁶」並且對第四種「鬼仙」有詳盡的解釋，杜光庭云：

又有積功未備，累德未彰，或至孝至忠、至貞至烈，或心不忘道、功未及人、寒棲獨煉於己身、善行不加於幽顯者，太上以其有志、太極以其推誠，限盡而終，魂神受福者，得為善爽之鬼。地司不制，鬼錄不書，逍遙福鄉，逸樂遂志，年充數足，得為鬼仙。然後升陰景之中，居王者之秩，積功累德，亦入仙階矣。⁷

杜光庭所要強調的是，人要在生前行善，積功累德，死後亦有機會能成仙得道。卿希泰說：「這對於道教的神仙思想來說，無疑是一個發展。他既克服了以往只講即身成仙，白日飛升，事實上不能兌現，雖然借造神話傳說，也令人難以信服的困難；又解決了由於成仙的要求太高，使人可望而不可及，只有極少數所謂稟賦特殊或前世在天上掛了號的人，才被說成能升入天界的這一困境。現在杜光庭明確倡導在生行善，死後成仙的說教，雖然在生行了善，死後能否成仙，能無從證明，但卻容易吸引那些相信靈魂不死的人，且又簡便可行。這就更有利於道教的廣泛傳布和發展。⁸」就如杜光庭所言：「如此則善不徒施，仙固可學，功無巨細，行無洪纖，在立功而不休，為善而不倦也。修習之士，得不勸哉！」杜光庭這樣的描述成仙之途，不但每人皆可行，亦可給修道之士精神上的鼓勵，讓他們不要認為修道成仙是遙遠渺茫，而失去信心放棄努力，只要你能「立功而不休，為善而不倦」如此一來，成仙之途不遠矣。

在許多的修仙之途中，道教修仙之士大多會煉丹製藥，認為煉丹製藥是「仙道之極⁹」。杜光庭亦對丹藥有所研究，其曾言：

⁵ 孫亦平：《杜光庭思想與唐宋道教的轉型》（南京：南京大學出版社，2004年7月），頁233。

⁶ （唐）杜光庭：《墉城集仙錄序》（上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年（明）張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》），第十八冊，頁166。

⁷ 同註6，頁4303。

⁸ 卿希泰主編：《中國道教史》（成都，四川人民出版社，1996年），第二卷，頁441。

⁹ 葛洪說：「余考覽養生之書，鳩集久視之方，曾所披涉篇卷，以千計矣，莫不以還丹金液為大要焉。然此二事，蓋仙道之極也。服此不仙，則古無仙矣。」王明著：《抱朴子內篇校釋》（北京：中華書局，1985年），卷四，頁70。

一曰白雪，二曰雄雌，三曰白華，四曰金液，五曰丹華，六曰五色，七曰泥汞，八曰金精，九曰九鼎，皆名九轉還丹。得一丹者可以長生，不必盡須作也。神丹之道，三化五轉至九而止。若草木之藥，埋之則腐，煮之則爛，燒之則焦，不能自生，何能生人。金丹之道，即反於此，燒之愈精，冷之愈妙，故能令人長生。因使老君鍊丹，以示世人修道之本。

由此可以看出，在古人的認知裡，金丹與草木之藥是兩個對比，一則極為穩固，一則極易腐壞。也因為金丹具有穩固不壞的特質，因此古人認為，如果人服食了穩固不壞的金丹，就可以向金丹一樣具有穩固長久，不易腐壞的特質。所以葛洪也說：

夫金丹之為物，燒之愈久，變化愈妙。黃金入火，百煉不消，埋之，畢天不朽。服此之物，煉人身體，故能令人不老不死。此蓋假求外物以自堅固，有如脂之養火而不可靈，銅青塗腳，入水不腐，此是借銅之勁以捍其肉也¹⁰。

人雖是脆弱的，但可以藉由煉金丹，服金丹，達到「不老不死」，而「假求外物以自堅固」，正是這種似乎可信的邏輯和強烈的求長生的願望相結合，也促使了中國煉丹術的出現和發展。雖然杜光庭在描述丹藥的特性時，不免沿用了道教長久以來的觀點，認為煉丹製藥能使人長生不死，但其實杜光庭本身並不提倡服食丹藥，甚至認為其有害處，其曾言：「或餌金石，以毒其中，……本欲希生，反之於死。¹¹」因為經過幾個朝代，杜光庭發現煉丹術所產生的負面效果很大，所以其較為注重「食氣辟穀」。

「食氣辟穀」是古人所描繪的一種理想中的狀態。例如，《楚辭·遠遊》說：「餐六氣而飲沆瀣兮，漱正陽而含朝霞。保神明之清澄，精氣入而粗穢除。」描述了以食氣為主的神人。《莊子·逍遙遊》云：「肌膚若冰雪，綽約若處子，不食五穀，吸風飲露。」莊子所說的藐姑神人亦為食氣辟穀之士。而在道教的經書中，《太平經》亦言：「第一者食風氣，第二者食藥味，第三者少食，裁通腸胃。¹²」《太平經》也將食氣至於首位，視為最理想的狀態。而杜光庭在解釋《道德經》中的「谷神不死，是為玄牝」時，將食氣辟穀視為是不死之道。其言：

¹⁰ 王明著：《抱朴子內篇校釋》（北京：中華書局，1985年），卷四，頁71。

¹¹ （唐）杜光庭：《道德真經廣聖義》（上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年（明）張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十四冊，頁555。

¹² 王明編：《太平經合校》（北平，中華書局，1960年），頁717。

夫玄，天也。於人為鼻。牝，地也，於人為口。元和之氣，慧照之神，在人身中出入，鼻口呼吸相應，以養於身。故云谷神也。又天之五氣，從鼻而入，其神曰魂，上與天通。地之五味，從口而入，其神曰魄，下與地通。言人食氣則與天為徒，久而不已，可以長生。陽鍊陰也。食味則與地為徒，久而不已，生疾致死。陰鍊陽也。老君令人養神寶形，絕穀食氣，為不死之道。¹³

所謂的玄牝，杜光庭說：「玄牝，則吐納元和。鍊神鍊氣，形氣長久，天地齊靈，綿綿永存，長生之道也。¹⁴」杜光庭認為，玄牝在人身中即為鼻與口也，人可以透過鼻與口來資運元和之氣與慧照之神，並能以之養身。而天之五氣和地之五味，是透過鼻與口進入人身，由鼻入之神曰魂，由口入之神曰魄。人若長久食天之五氣，因為陽鍊陰之故，則可保長生。人若長久食地之五味，因為陰鍊陽之故，則生疾致死。因此若能養神寶形，絕穀食氣，則可長生不死。

杜光庭雖談及肉體上的長生不死，然卻是更注重心性上的修練。如果細究杜光庭的著作，就會發現，他雖然強調仙道多途，但他的著作卻很少涉及金丹、符籙等道術，對如何煉氣也沒有做細緻的說明，而是從「理身之道，先理其心」出發，花費了大量的筆墨強調人需要心性的修練，通過「性命雙修」來達到長生成仙。¹⁵杜光庭試著將修道的重心，由外在的金石丹藥導向內在的心性修練。雖然杜光庭還是會談及對於外在身體的修練，但他更加重視心性上的修練。杜光庭於《道德真經廣聖義》中，曾言：「無身者，非頓無此身也，但修道之士，能忘其身爾。¹⁶」而所謂的忘身，其亦有一番解釋：

妄想顛倒，皆從心起，強生分別，繫念我身，觸境生迷，舉心皆妄。以此流浪，淪乎生死。但當定志觀身，盡皆虛假。既知虛假，妄想漸除。妄想既除，內外清淨。自悟真道，謂之忘身。¹⁷

杜光庭認為人無法悟得真道，是因為心中具有顛倒妄想之心，而沉淪於生死之中，

¹³ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十四冊，頁359。

¹⁴ 同註13，第十四冊，頁359。

¹⁵ 孫亦平：《杜光庭思想與唐宋道教的轉型》(南京：南京大學出版社，2004年7月)，頁238。

¹⁶ 同註13，第十四冊，頁376。

¹⁷ 同註13，第十四冊，頁376。

如人能定志觀身，知一切皆為虛假，則能去除顛倒妄想之心，而達到清淨之境，與道相合，便能忘身悟道。

另外，杜光庭所強調修心煉性的觀點中，也融攝了佛教的思想，其言：

修道之身，外絕眾緣，內染一氣，除垢止念，守一凝神，以慧照自觀，證了實相，不滯空有，深入妙門，可以得道。¹⁸

這裡，用佛教的「實相」來表述「道」，由於「道」就蘊含在人心中，因此，修道也就是修心，通過修心而「慧照自觀」，就能「證了實相」¹⁹。杜光庭一樣在強調，修道之人需斷絕外緣、除垢止念，並內染一氣、守一寧神，如此修心煉性才能得道。

杜光庭在《道德真經廣聖義》中也提到，欲理身者，就必須要注重心性上的修練，其言：

理身者，以心為帝王，藏府為諸侯。若安靜心王，抱守真道，則天地元精之氣納化身中，為玉漿甘露，三一之神與己飲之，混合相守，內外均和，不煩吐納存修，各處玉堂瓊室，陰陽三萬六千神，森然備足，栖止不散，則身無危殆之禍，命無殞落之期，超登上清。²⁰

杜光庭融合了道教和道家的思想，希望藉安靜心王，並由自身具有之道出發，與天地元精之氣相合，進而達到混合相守、內外均和，自身之中皆充滿天地元精之氣，備足不散，最後使災禍不降於身，生命不會有終止的一天，而達至與道相合之上清境界。這樣以修練心性為主的修道方式，也開啓了後來的道教內丹派的思想。

杜光庭特別注重心性上的修練，而他從人的自身心性中出發，藉由心性的修練而能與道相溝通，這也促使了唐末五代以身為爐鼎，心為神室的內丹心性學迅速地發展。杜光庭對心性修練的說法讓內丹心性學在唐末五代的興盛，也成為宋代以後成為道教內丹修練系統的基礎。

¹⁸ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十四冊，頁510。

¹⁹ 孫亦平：《杜光庭思想與唐宋道教的轉型》(南京：南京大學出版社，2004年7月)，頁239。

²⁰ 同註18，第十四冊，頁443-444。

第二節 道果所極，起於煉心

在杜光庭的想法中，「道」是一切萬事萬物的根基，「道」非只是一個存於形而上的最高主體，萬事萬物皆有道，離道則萬物無以生，其言：

道以至柔，無乎不在，貫通萬物，流注群形。得之則生，失之則死。故保養道存則生全而柔弱，馳騁氣散則枯槁而堅強。²¹

所以人需透過保養才能道存進而生全與道一般柔弱，反之，人若馳騁則氣散最後會變成枯槁堅強。因此如何保養心性，也就是杜光庭所注重之處，其云：

寡欲則行清，多欲則神濁。欲深濁極，自思復其清矣。此廢欲清神之權也。不貪則儉約，極貪則殃身。因貪獲殃，自思復其儉矣。此修儉奪貪之權也。皆先極其侈心，使自困於貪欲，然後返性修道也。²²

杜光庭在此言人需寡欲不貪，若能寡欲不貪，則能行清儉約，遠離災殃。亦從另一角度來說，人若因極貪而招致災殃，便可從中獲得教訓，使其心歸於清儉，這也是一個權宜之法。杜光庭也曾說人該如何修心去除貪欲，其言：「人能調伏其心，內安其神，外除其欲，則自然清靜。²³」人只要能透過調伏其心，的修心煉性，便能安其神、除其欲，使人達到自然清靜的境界。

對於貪欲，杜光庭認為其為「三業十惡」中，對人心修養危害最大的欲望，其言：

²¹ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》)，第十四冊，頁482。

²² 同註21，第十四冊，頁452。

²³ (唐)杜光庭：《太上老君說常清靜經注》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》)，第十七冊，頁184。

夫罪之與禍，皆起於身。身之生惡，由于心想。故身心口為三業焉。三業之中，共生十惡。十惡之內，貪罪愈深。故生死忿爭，皆因貪致。貪者，心業之一也。²⁴

杜光庭認為人之所以會有罪禍，都是因為人有身體。人的身體之所以會產生罪禍，都是因為「心想」而起。而十惡中的貪罪所產生的禍害更為最大的，因為一切的生死忿爭，皆是因為貪欲所致。而所謂的「三業十惡」是杜光庭受佛教影響的觀點，其曾這麼解釋：「人之稟生，有三業十惡。三業者，一身、二心、三口，業也。十惡者，身業有三惡，一殺生，二偷盜，三邪淫；心業亦有三惡，一貪欲，二嗔怒，三愚癡；口業有四惡，一兩舌，二惡口，三妄言，四綺語。此三業十惡，合為十有三矣。人能制伏三業十惡，則可得道長生。²⁵」杜光庭雖引用佛教的用語，然欲表達人若能修練其心，則可得道長生的道教思想。

杜光庭覺得，人因為種種的欲望，使得心性無法清靜，也讓人無法與本有的自然道性相結合，因此，杜光庭也就強調人必須去除種種的欲望塵念，修心煉性，以追求清靜，歸返道性，其言：

六根起於六識，六識恣於六情，六情生於六欲。六欲謂之六塵，六塵謂之六染，六染謂之六入。從根而生，染有輕重，皆在修鍊，漸而制之。所以理身所務，眼絕五色，耳絕五聲，鼻絕五香，口絕五味，身絕五觸，心絕五緣，即六塵淨矣。六塵淨則世利不能動，聲色不能誘，自歸柔弱之道。

26

杜光庭認為，修道者必須去除眼、耳、鼻、舌、身、意，六根²⁷所產生的種種欲望。進而達到六塵清淨，使得「世利不能動，聲色不能誘」，如此修心煉性後，便可歸於自然道性。杜光庭的修道成仙論，也就是透過修心煉性，以去除妄想欲望，達到清靜之境，歸返本身自然道性。

²⁴ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十四冊，頁490。

²⁵ 同註24，第十四冊，頁498。

²⁶ 同註24，第十四冊，頁482。

²⁷ 杜光庭曾於《太上清靜經》說：「六欲者，六根也。六根者，是眼、耳、口、鼻、心、意也。欲者，染著之貌、情愛之喻。觀境而染謂之欲，故眼見耳聞，意知心覺。世人若能斷其情，去其欲，澄其心，忘其慮而安其神，則六欲自然消滅，豈能生乎？內神不出，六識不動，則六根自然清靜，故不生也。」(唐)杜光庭：《太上老君說常清靜經注》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十七冊，頁184。

杜光庭對於修道者需致力於修心煉性之功，是非常強調的。杜光庭所言之「心」主要是指人的一種心念活動或心理狀態，其含義十分複雜，其中比較普遍的說法有「妄心」、「邪心」、「善心」、「正心」等。杜光庭認為，人心之所以有正邪之分、善惡之別，就在於「心神本來清靜，皆因世欲之所牽也。」²⁸人之心本應清靜，因受到世上外在事物的影響而產生許多欲望，而塵蔽了清靜道性，應透過修心煉性，使得被塵蔽的清靜道性，復歸清靜。

杜光庭在《太上清靜經》中，透過「無心」、「忘形」來作為去除世欲，已達修心煉性的目的。其言：

心者，形之主，形者，心之舍。形無主則不安，心無舍則不立。心處於內，形見於外。內外相承，不可相離。心形俱用，不可觀執。凝然混沌，有若無形，亦非無也。若非無心，豈能忘於形體乎？心忘形體，故曰無心。本經云：吾有大患，為吾有身。及吾無身，吾有何患？心之與形，動無所染，靜而無著，此謂形無其形也。²⁹

杜光庭認為人具有身形，會使心執著於形體而無法清靜。因此其強調人需修心煉性以達「無心」，「無心」之後才能「忘形」，如能「無心忘形」就可「動無所染，靜而無著」，進而能除去一切塵念欲望，欲望既除，則「形無其形」，心以不為形所累，形亦不為心之礙，便能達到清靜自然道性之境。

另外，杜光庭亦採用了唐代道教中「五時七候」的學說，用以表達心由動至靜的五個階段，以及隨著修心煉性可得的七種果身，來說明修心煉性的過程就是去除塵欲，以達到回復本自清靜的自然道性，與道冥合。其言：

夫欲修道，先能捨事，外事都絕，無起於心，然後安坐，內觀心起。若覺一念心起，即須除滅，隨動隨滅，務令安靜，惟滅動心，不滅照心。於此修之，務其長久。久而習者，則心有五時，身有七候。心五時者，第一時心動多靜少，第二時心動靜相半，第三時心靜多動少，第四時心無事時靜，事觸還動，第五時心與道冥，觸亦不動。心至於此，始得安樂，罪垢滅盡，無復煩惱。此五者於所修之中，即為行相。其七候者，即為修行所得之果身。七候者，心得定已覺無諸塵漏，舉動順時，容色和悅，一也。宿病普

²⁸ 孫亦平：《杜光庭思想與唐宋道教的轉型》（南京：南京大學出版社，2004年7月），頁244。

²⁹ （唐）杜光庭：《太上老君說常清靜經注》（上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年（明）張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》），第十七冊，頁184。

消，身心輕爽，二也。填補天損，迴年復命，三也。延數千歲，名曰仙人，四也。鍊形為氣，名曰真人，五也。鍊氣成神，名曰神人，六也。鍊神合道，名曰聖人，七也。³⁰

「五時」主要是講修心的過程，心逐漸由動而靜，最終達到事觸不動，心與道冥的境界。「七候」則以性命雙修為進路，展現了內丹修煉的全過程，既注重身體的修練，也主張心靈的超越，最終長生成仙，合道成聖³¹。杜光庭認為如欲修道，必先修心煉性，務必使其清靜，一有起心動念，即刻消除，務令心處於清靜。另外，杜光庭也描述了「五時」，其為修心煉性時，心境轉換的過程，及「七候」，其為修心煉性後，每個階段可印證的成果。杜光庭的目的是為了讓修道之士，在修心煉性的過程中，能更加具有目標性。

杜光庭不僅保留了道教固有的想法，由修養清虛守靜的自然之道，便可延年益壽的觀點，並進一步將煉丹服藥的外丹系統導至著注於修心煉性的內丹系統。同時，也融攝了佛教思想，將修仙之道的重點擺在道果所極，起於煉心。其言：「物以茂盛為動作，凋落為歸根；人以逐欲而動則遷情，息念而靜則合道。遷情則流遁，合道則還元。所以靜而致道者，是復歸所稟妙本之性命也。³²」人因為追求欲望而導致情慾茂盛，需藉由修心煉性，使得欲望消除而能合於清靜之道性，能合於清靜之道性，則可歸返於自身所秉之妙本之性命也。

³⁰ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十四冊，頁561。

³¹ 孫亦平：《杜光庭思想與唐宋道教的轉型》(南京：南京大學出版社，2004年7月)，頁246。

³² (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十四冊，頁386。

第三節 理國理身，亦為仙途

在一般觀念中，認為道教以得道成仙為最高的理想目標，道教只是追求個體生命的長存，其超然世外，並不注重國家和社會的治理。然事實上，道教早在初創之時，就既關注人的長生成仙，又關注人賴以生存的社會的太平。道教典籍《太平經》中，便言：「中和氣得，萬物資生，人民和調，王治太平。」其即以「道」為中心來開展理國理身的思想。《老子想爾注》亦云：「治國之君，務修道德，忠臣輔佐，務在行道，道普德溢，太平至矣。吏民懷慕，則易治矣，悉如通道，皆仙壽矣。」這樣內以修心煉性，外以治國太平的思想，是道教早期最高的理想狀態，也影響了後來道教理論的思想。

杜光庭認為「理身可企於神仙³³」，因此，在《道德真經廣聖義》中，理身可至神仙的論述不少，其言：

理身則德充人服，道契神明，享壽長生，其私大矣。亦由其不以徇私逐欲，成此大私也。《靈寶經》云：居世之人，貪歡逐欲，前樂後苦。何哉？極而逸樂，而墜於三塗也。學道之士，絕利忘名，寒栖鍊行，終得仙道，先苦後樂。何者？積其功行，昇乎九天也。³⁴

理身者，功務及物，柔以制性，處濁順俗，委迹謙光，則神仙可冀矣。³⁵

理身者，寶氣養神，氣全神王。形神交固，則命紀遐延，斯神仙可致也。

³⁶

這幾段論述都明確的說出，只要透過修心煉性，專心修持，積其功行，則人亦可得仙道，可致神仙。杜光庭雖說理身可為神仙，然杜光庭又是如何來詮釋修仙得道的過程，其曾云：

³³ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十四冊，頁490。

³⁴ 同註33，第十四冊，頁231。

³⁵ 同註33，第十四冊，頁236。

³⁶ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》，第十四冊，頁267。

初地修行者，謂從凡覺悟，回向正道，捨凡從信，初入法門謂之初地。《本際經》云：夫為學者，初修十事以為階梯。如人緣梯，從初一枕至第二枕，乃至於頂。昇階之人，自下至高，要須先習此十行法，然後乃能深入正觀。一者初地之人，先因善欲，有欲樂心，乃能進趣。二者親近善友導引其心，深信正道。三者筵詣明師，師有妙法，廣能宣告，示以要術。四者既聞正教，能受讀誦。五者能出家，專行柔弱，永斷有為，離諸桎梏。六者參受正戒，防身口心。七者幽隱山林，棲遁獨處，求離囂塵，修寂靜志。八者當念大道是真法王，能度眾生，越生死海，猶如船師拯濟沈溺。九者當念經教是妙醫方，能示眾生理煩惱藥。十者當念法師是真父母，善能生我法身慧命。以是十法品。初地因次以小乘柔伏之法，又進中乘進修之法，後入大乘觀行之法。以此法故貴愛師資。師者，父也。我若無師，不能得道。是故應當遠近隨逐，心眼觀想，恒在目前，不替須臾，無他雜想，非師不度，非師不仙。既了悟己，學相皆空。諸方便門，本無文字。解了大道，貴愛兼忘。入眾妙門，達真常境。³⁷

這裡大約可分成三種境界：小乘、中乘、大乘。小乘修煉有十個階段，自要先有善欲、引親友入正道、尋明師、受正教、出家離桎梏、受正戒、隱山林、渡眾生、去眾生煩惱，最後念明師為真父母，徹底忘卻世俗人情，這樣才達到小乘之境。然後再進中乘進修之法，杜光庭說：

道貫萬法，而演為三乘。初法以戒檢心，以律檢行，以存修靜其內，以齊潔嚴其外。然漸進中道，習於無為，隳體黜聰，忘形絕念。而次登大乘之行，次來次滅，隨念隨忘，不滯有無，玄葬中道。證此道者，鍊凡以登仙，超俗而度世，凌倒景之上，享無窮之齡。³⁸

小乘之法主要是以戒律來規律內心與自身行為，希望藉以達到內在心性平靜，外在行為嚴謹，之後便可漸進至中乘之法，而中乘之法主無為，要達到隳體黜聰、忘形絕念之境，才合於中乘之道。到了中乘之境後，接著可入大乘之法，其需達至次來次滅、隨念隨忘、不滯有無、玄葬中道，達此之境變可鍊凡登仙，享無窮之齡。

³⁷ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》)，第十四冊，頁318。

³⁸ 同註37，第十四冊，頁410。

杜光庭所謂的真常之境，也就是理身之最高境界。然杜光庭不但著重於自身修煉，其亦以蒼生為己念，故其云：「天地有傾淪，而真道無淪壞，法音周普，拯度羣生，此聖人一乘之用也。³⁹」聖人之法音周普，拯度羣生可謂是大乘之用，所以杜光庭士推崇聖人治理天下的大乘之用，其更說明了聖人之類型：

夫聖人者，與天地合其德，日月合其明，四時合其序，鬼神合其吉凶，謂之聖人也。略而言之，凡有五種。一曰得道之聖，太上老君諸天大聖是也。二曰有天下之位兼得仙之聖，伏羲、黃帝、顓頊、少昊、堯、舜是也。三曰有天下之位而無得仙之聖，殷湯文武是也。皆廓清六合，不言昇天矣。四曰博瞻之聖，無天下之位，周公、孔子制作禮樂，垂範百王，而無九五之位，而皆具天地合德之美也。五曰有獨長之聖，而無博瞻之名，亦不具上眾美者，謂伯牙、師文為鼓琴之聖，子卿、綏明能巷之聖，鐘期、延州知音之聖，韓娥、秦青樞謂之聖，龔叔、文摯智洞之聖，離朱、師曠視聽之聖，張芝、鍾繇草書之聖。今經中明者，指言理天下之聖也。理天下之聖，垂衣裳恭己南面而已矣。何為哉？所謂處無為之事也，原天地之美，達萬物之理，順四時之行，君無為於上，物自化於下，可謂行不言之教也。理國如此，則人安其居，樂其俗，與道合矣。⁴⁰

杜光庭先言何謂聖人，聖人者，是與天地合德、與日月合明，與四時合序、與鬼神合吉凶。並且，聖人大約有五種，一、得道之聖，如太上老君之諸天大聖。二、有天下之位兼得仙之聖，如伏羲、黃帝、顓頊、少昊、堯、舜是也。三、天下之位而無得仙之聖，如殷湯文武，未登仙位者。四、博瞻之聖而無天下之位，如周公、孔子，雖無君王之位，然卻合德天地。五、有獨長之聖而無博瞻之名，亦不具上眾美者，此類聖人皆有各自獨長之才。就以上來看，杜光庭所謂第二種聖人，也就是伏羲、黃帝、顓頊、少昊、堯、舜等人，其就是有天下之位並達至成仙之境，也就是說，聖人治理天下能原天地之美，達萬物之理，順四時之行，使人安其居，樂其俗，而與道合，亦可以得仙位。

由此可知，杜光庭所言的真常之境並不單只是傳統以來道教學者所說的精神解脫，而是以精神解脫為本，更兼以理國理身為用。換句話說，杜光庭的神仙非單純超然於世外，而是積極地希望在人世間實現的神仙世界。

³⁹ (唐)杜光庭：《道德真經廣聖義》(上海：上海書店、文物出版社、天津古籍出版社聯合出版，1994年(明)張宇初編撰、李一氓主編：《道藏》)，第十四冊，頁410。

⁴⁰ 同註39，第十四冊，頁210。