

雙遣而達重玄

——莊子到唐代重玄學「坐忘」義理的嬗變及宗教旨趣

鄭涵曦*

提要：本文旨在探討「坐忘」概念在從莊子到唐代的詮釋脈絡中的義理嬗變及其宗教意趣。莊子「坐忘」構建了一種超越形骸與認知的體道路徑，這一思想為重玄學提供了思想基因。唐代成玄英吸收郭象「雙遣」與佛教中觀思想，提出「雙遣三絕」理論，以三重否定消解有無、言象執著，將遺忘作為重玄學的內涵，同時以「端坐而忘」賦予「坐忘」道教修行意味；司馬承禎則進一步將「坐忘」宗教化，在《坐忘論》中系統闡述了七階修行法，復歸於道教修仙之宗趣，推動重玄學從玄理思辨向宗教實踐的轉型。「坐忘」的演變顯示了老莊思想對於道教義理建構的核心價值和道教哲學的體系化，同時也體現了佛道交融的發展趨勢，為理解道教發展轉型提供了新的視角。

關鍵字：坐忘；重玄學；莊子；成玄英；司馬承禎

「忘」是莊子哲學中的一個重要概念，在《莊子》一書中與「忘」相通的有「吾喪我」（《莊子·齊物論》，下引《莊子》只注篇名）、「心齋」（《人間世》）、「外天下」「外物」「坐忘」（《大宗師》）、「外天地，遺萬物」（《天道》）等，這些用法都包含遺忘、遣除、捨棄等意思，更早在老子言說「為道日損，損之又損，以至於無為」（《道德經》第48章）中提及的「損」、「損之又損」就有不斷遺忘、減損的意思。在莊子有關「忘」的言辭中，以「坐忘」最為難解，在歷代注解中，莊子的「坐忘」或「無故而忘」，或「端坐而忘」，曹礎基注「靜坐而心亡」^①王叔岷在訓解「坐忘」時引曾國藩的「無故而忘曰坐忘」^②楊國榮先生以為：「作為一種心理現象，『忘』往往是在不知不覺的過程中發生的。」^③本文採納成玄英的「端坐而忘」之解，認為雖「端坐」，但並不意味著局限於這一身體姿勢，而意在強調形軀對於修行的作用，意圖在莊子「坐忘」中發掘道教修行所主張的形神雙修，煉形養神之旨趣。

「重玄」一辭源於《老子》首章「玄之又玄」一語，「又玄」即「重玄」，成玄英寫道：

所言玄者，深遠之名，亦是不滯之義；言至深至遠，不滯不著，既不滯有，亦不滯無，豈唯不滯於滯，亦乃不滯於不滯，百非四句，都無所滯，乃曰重玄。故《經》云：「玄之

* 作者簡介：鄭涵曦，女，四川閬中人，現為西南政法大學馬克思主義學院碩士研究生，研究方向為：道家哲學。

① 曹礎基著：《莊子淺注》，北京：中華書局，2007年，第87頁。

② 王叔岷著：《莊子校註》，北京：中華書局，2007年，第267頁

③ 楊國榮著：《莊子內篇釋義》，北京：中華書局，2021年，第261頁。

又玄，眾妙之門」。^①

「玄」即不滯、不著，不滯於有，亦不滯於無，而執著於「玄」亦是有所「滯」，故而「重玄」為「不滯於不滯」，不僅不滯於有無，亦不滯於前一階段的「不滯於有無」，「不滯」也就是遺忘，要忘掉一切執著，才能到達重玄，正如李剛先生所言：「如果忘不掉，排遣不開，說明對主體和外界都有所執著，只要有哪怕一丁點執著，都不能妙契重玄之境。」^②這裏遺忘的方法淵源於《莊子》的「坐忘」，成玄英將其注入到重玄方法論之中，進行重玄學義理體系的建構。重玄學的發展是一個繁雜的過程，盧國龍先生認為它「經歷了四個階段，三次宗趣轉變」，即第一階段「南北朝時期，宗趣在於經教體系的建立」；第二階段「隋及唐初，宗趣在於重玄的精神超越」；第三階段「高宗武周期，宗趣復由精神超越轉變為道性論和心性修養」；第四階段「盛唐時期，重玄宗趣最終由體道修性復歸於修仙，開導了唐宋內丹道之風氣」。^③孫登首托重玄，成玄英的《老子疏》《莊子疏》為重玄學的集大成者，最後以司馬承禎與吳筠為代表的道教學者將重玄與養生法結合，主張性命雙修。

在討論莊子到唐代重玄學的發展過程中，謹以《大宗師》中「坐忘」概念的義理嬗變為核心，從體系建構和規範化宗教實踐兩方面，闡釋道教重玄學所包含的「坐忘」意蘊。本文對「坐忘」的理解是將「坐」與「忘」二者並舉，一方面體現莊子的「忘」對於重玄學義理建構的奠基，另一方面強調莊子「坐忘」對於道教修行的啟示。現有成果多聚焦於莊子「坐忘」本身的哲學思想或重玄學本身的哲學特徵，對莊子「坐忘」如何作為思想紐帶勾連莊子與唐代重玄學的研究仍顯不足，本文在闡釋過程中以成玄英《莊子疏》和司馬承禎《坐忘論》為主，旨在回答以下問題：其一，莊子「忘」的遞歸邏輯如何為唐代重玄學提供方法論原型？其二，重玄學如何在繼承莊子思想的同時，完成道教哲學的體系化？其三，莊子「坐忘」之思想如何為道教修煉工夫所吸收，轉變為系統化的宗教實踐？對這些問題的探討，不僅有助於厘清重玄學的思想源流，更能為理解唐宋道教轉型提供新的視角。

一、莊子「坐忘」：重玄奠基與修煉隱意

在《莊子》一書中，「忘」字僅在內七篇就出現了二十多次，涉及篇目眾多，在《大宗師》中出現最為頻繁，本文所言「坐忘」即出自《大宗師》的孔顏對話：

顏回曰：「回益矣。」仲尼曰：「何謂也？」曰：「回忘仁義矣。」曰：「可矣，猶未也。」他日復見，曰：「回益矣。」曰：「何謂也？」曰：「回忘禮樂矣！」曰：「可矣，猶未也。」他日復見，曰：「回益矣！」曰：「何謂也？」曰：「回坐忘矣。」仲尼

^① (唐)成玄英：敦煌寫本成玄英《老子道德經義疏開題》殘卷，見《蒙文通全集》(道教甄微)，成都：巴蜀書社，2015年，第231頁。

^② 李剛、湯偉俠著：《重玄之道開啟眾妙之門——道教哲學論稿》，成都：巴蜀書社，2005年，第155頁。

^③ 盧國龍著：《中國重玄學》，北京：人民中國出版社，1993年，第3-4頁。

蹴然曰：「何謂坐忘？」顏回曰：「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘」。
 （《大宗師》）

在《說文解字》中：「忘」，不識也，從心，從亡。段玉裁注：「識者，意也。今所謂知識。所謂記憶也。」^①可見「忘」之本意為忘記、不記得，現代看來具有貶義色彩，而在莊子「坐忘」之中，「忘」之義更具有哲學深度，楊立華先生認為：「『忘』是抵達至德的唯一道路。當然，這一道路並不是普遍的。所謂『忘』，就是由有所知返歸無所知的過程。」^②莊子的「忘」不局限於簡單的「忘記」之義，「忘」是一種積極正面的體道行徑，具有超越的意味。

莊子的「坐忘」是一個逐層遞進的過程，陳霞對「忘」的論述表明「這是一個循序漸進地走向自由的精神旅程。」^③王博先生則表示：「這個脫落的過程，也就是莊子稱之為『忘』的過程。」^④「忘」是從外而內、從物到我、由淺而深的逐層遺忘。本文將「坐忘」分為三個階次，即「忘外物——忘形知——忘忘」：「忘外物」即「忘仁義」「忘禮樂」，王博先生認為「有仁義，那麼仁義就或為藩籬；有禮樂，那麼禮樂就構成了桎梏。」^⑤藩籬、桎梏都是外在於「我」的，正如仁義禮樂一樣都是無形的身外之物，這些道德禮教的束縛使人難以掙脫、無法自由，只有首先忘卻這些身外之物的拖累，才有可能返歸到「道」。如果說「忘仁義」「忘禮樂」是對外在物累的消解，那「坐忘」則是對內在形累的擺脫，形體、知識都是內在於「我」的，莊子所謂的「墮肢體，黜聰明」，並非主張捨棄身體或泯滅意識，而是強調超越形軀的局限與認知的分別。但是仍存在「我」這一主體來「忘」，便需要通過「坐忘」來進一步消解主體，徹底達到物我兩忘的「同於大通」，「忘忘」亦即忘「忘我」，而這一階段更是對前兩個階段進行更高層次的否定，從而徹底消除是非、有無、物我、主客的對立和執著。在莊子「坐忘」中要向本真狀態回歸，達到無形、無知、無所累的境界，從而與道同體，「坐忘」亦是「得道」。

莊子「坐忘」的這種「去執」內涵實有後世重玄學的邏輯基因。在莊子這段經典對話中，顏回所謂的「忘仁義」「忘禮樂」至「坐忘」的表述看似存在遞進的邏輯，但細察莊子文本可以發現，此處實為對執著對象的範疇擴展，主張對內外執著的同步消解。而後世研究者將莊子的「坐忘」解讀為「忘外物——忘形知——忘忘」的三階漸進過程，此為重玄學對莊子思想的創造性詮釋，為重玄學「雙遣三絕」的提供原型。李剛先生認為：「『重玄』境界取之於老子，而進入重玄之境的體證方法則采之於莊子。」^⑥如何進入重玄之域？便是要通過莊子式的「坐忘」來遣除一切執著。郭象在《大宗師注》中將「坐忘」解為：「夫坐忘者，奚所不忘哉！既忘其跡，又忘其所以跡者，內不覺其一身，外不識有天地，然後曠然與變化為體而無不通也。」^⑦這裏的「既忘又忘」與成玄英在《齊

① (漢)許慎撰，(清)段玉裁注：《說文解字注》，上海：上海古籍出版社，1981年，第909頁。

② 楊立華著：《莊子哲學研究》，北京：北京大學出版社，2020年，第160頁。

③ 陳霞：〈「相忘」與「自適」——論莊子之「忘」〉，《中國哲學》2012年8期，第46-51頁。

④ 王博著：《莊子哲學》，北京：北京大學出版社，2004年，第99頁。

⑤ 王博著：《莊子哲學》，北京：北京大學出版社，2004年，第99頁。

⑥ 李剛、湯偉俠著：《重玄之道開啟眾妙之門——道教哲學論稿》，成都：巴蜀書社，2005年，第156-157頁。

⑦ (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經注疏》，北京：中華書局，1998年，第163頁。

物論疏》中所言「身心俱遣，物我兼忘」、「子綦境智兩忘，物我雙絕」^①異曲同工，成玄英在《莊子疏》中反復強調「物我雙忘」，在他看來，莊子式的「坐忘」由外而內、忘物忘我的逐層遺忘工夫，是進入重玄境域的前提。道教學者孟安排認為：「達觀兼忘，同歸於玄。既曰兼忘，又忘其所忘。知泯於有無，神凝於重玄，窮理盡性者之所體也。」^②孟安排的這段話體現了莊子坐忘之階次及其所隱含的重玄蘊味：通過「達觀兼忘」超越有無對立，達到「無執無滯」。「達觀兼忘」指對事物洞察後放下執著，既不執著於「有」，也不執著於「無」；「又忘其所忘」則進一步強調連「忘」的過程本身也要放下，徹底消解主客之分。最終，「知泯於有無」表明認知超越對立，從而「神凝於重玄」。這是「窮理盡性者」對宇宙本質的徹底體悟，既是對道的回歸，也是對自我解脫的實現。

在《莊子》「坐忘」的歷代注解中，似乎更重視「忘」字，而對「坐」字的闡述較少，成玄英在《大宗師疏》中將「坐忘」訓為「虛心無著，故能端坐而忘。」^③這是對崔譏說法的補充繼承。然而，莊子所言「坐忘」，此處「坐」字實為意指一種精神上的「安坐」、「安然處之」的狀態，強調的是內心虛明與自然無為的，形體的作用在於不成為其負累。而非刻意規定了身體姿勢。吳根友先生以為：「將『坐忘』訓釋成『端坐而忘』，實際是把『坐忘』等同於佛家的坐禪、禪定，這是經典在流傳過程中的一種誤讀。」^④吳先生的說法雖然存在其道理，但任何一種思想在歷史發展中都不可能一成不變，儘管成玄英的「端坐而忘」對於佛家思想有所吸納，但似乎不可簡單的將二者等同起來，成玄英「端坐而忘」體現了煉形的意蘊，而這在莊子哲學中也是不可忽視的問題意識——莊子如何對待形體？羅安憲先生在其對於莊子形體觀的論述中表示：「莊子對於形體採取的是重視而不執著、超越而不忽視的心態」，並將其形體觀分為兩個層面：「第一層為『養形』，第二層為『忘形』。」^⑤作為生命，無法脫離形體而獨立存在，莊子首先肯定形體，強調保養身體，莊子道：「緣督以為經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。」（《養生主》）只有重視養護身體，避免「勞形」，才能「形全精復，與天為一」（《達生》）由此可見，莊子對於形體很是重視。但莊子並不執著於形體，在「養形」的基礎上莊子主張「忘形」，在「坐忘」工夫中則表達為「墮肢體」「離形」（《大宗師》）這並非是對於形體的否定，而是消解對形骸的依附以及過多的身體欲望，以滌除對於形體的執著，正如《德充符》中所舉的那些形殘而德充的人物，「忘形」而能「充其德」。王夫之在《德充符》題解指出：「內本虛而無形之可執，外忘其形，則內之虛白者充可驗也。」^⑥莊子對於形體的態度具有雙重性，一方面主張「緣督以為經，可以保身」（《養生主》），另一方面則強調「德有所長而形有所忘」（《德充符》），要擺脫對於形骸的依附，達成「同于大通」的渾然之境。莊子的形體觀是對於形體的超越，也是從更高層次肯定了形體。這種雙重態度為後世道教的詮釋預留了空間，但莊子本身則是側重於精神自由而非宗教修煉。因而成玄英所疏「端坐而忘」所體現的對於「形體」的重視是對莊子的「養形」進行了道教詮釋，進而使之發展為具有

① (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經注疏》，北京：中華書局，1998年，第24頁。

② (唐)孟安排：《道教義樞》，見《正統道藏》，上海：上海書店出版社，1988年，第24冊第835頁。

③ (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經注疏》，中華書局，1998年，第163頁。

④ 吳根友、黃燕強：〈《莊子》「坐忘」非「端坐而忘」〉，《哲學研究》2017年6期，第38-45頁。

⑤ 羅安憲、武剛剛：〈「養形」與「忘形」——莊子形體觀探究〉，《甘肅社會科學》2025年1期，第45-54頁。

⑥ (清)王夫之著：《莊子解》，見《船山全書·單行本之十二》，長沙：嶽麓書社，2010年，第144頁。

宗教修行意味的「煉形以養神」，司馬承禎則更為直接地對「坐忘」進行實踐性的改造，演變為《坐忘論》的七階修行指南。

二、成玄英「雙遣三絕」：否定式的漸悟重玄

成玄英是唐代道教的代表性人物，他對重玄學思想進行理論化、系統化的構建，在《莊子疏》中得以完整體現，盧國龍先生稱成玄英：「以《莊子疏》闡發重玄之道最為暢快」^①。成玄英的《莊子疏》是在郭象《莊子注》的基礎上進行的，因而其重玄學思想也是對郭象玄學思想的繼承發展。董恩林先生以為：「重玄學的內涵是遣有、遣無、遣其遣的三重否定，並不僅僅是有、無雙遣。」^②而何謂「遣」？羅中樞先生在闡述成玄英的重玄方法時指出：「『遣』即排遣、否定，也就是『絕』、『非』、『損』、『忘』之意。」^③可以說重玄學的內涵就在於「忘」，而成玄英的這種遺忘之說則可直接追溯至郭象的「雙遣法」。郭象在面對王弼「貴無」和裴頠「崇有」的思想衝突時，借「雙遣」來遣去是非，實現「獨化於玄冥」，意圖以此消解有無之爭，但是郭象並未解決本體論問題，只是將其擱置了，正如盧國龍先生所言：「向郭《莊》學雖將理想與現實、名教與自然同一起來了，但作為一個理論問題，有無二論之交挫並未因此消解。」^④

成玄英繼承郭象的雙遣之說，將其發展為「既而遣之又遣，方至重玄也」^⑤，將雙遣視為實現重玄的路徑，這裏的「遣之又遣」即遣有無、遣非有非無，可見「雙遣」實則包含董先生所說的三重否定，這種三重否定在成玄英的《莊子疏》中也有所表述：「一者絕有，二者絕無，三者非有非無，故謂之三絕也。夫玄冥之境，雖妙未極，故至乎三絕，方造重玄也。」「三絕」首先要遺忘外物，捨棄世俗的束縛，不累於外物，也就是「絕有」，為何要絕？成玄英以為：「夫情苟滯於有，則所在皆物也；情苟尚無，則所在皆虛也。是知有無在心，不在乎境。」^⑥；其次便要遺忘「無」，成玄英「絕有」之理由也可用於「絕無」，有無是相生相待的，二者「同出而異名」（《道德經》第1章）因而「無」也要絕去。然而「非有非無」只是達到了第一層「玄」，仍是滯於名言概念之中，成玄英認為：「如其執言不能契理，既乖虛通之道，故盡是滯礙之物也。」^⑦故而最後要連「非有非無」也遺忘掉，以至於「非非有非無」，而重玄之妙不能以言象指稱，所以成玄英又指出：

夫道，超此四句，離彼百非，名言道斷，心知處滅，雖復三絕，未窮其妙。而三絕之外，道之根本，所謂重玄之域，眾妙之門，意亦難得而差言之矣。是以不本而本，本無所

① 盧國龍著：《中國重玄學》，北京：人民中國出版社，1993年，第236-237頁。

② 董恩林：〈試論重玄學的內涵與源流〉，《華東師範大學學報》2002年3期，第69-73頁。

③ 羅中樞：〈道教的認識方法研究——論成玄英重玄方法的「三絕兼忘」思想〉，《社會科學研究》2010年6期，第1-6頁。

④ 盧國龍著：《中國重玄學》，北京：人民中國出版社，1993年，緒論第2頁。

⑤ (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經注疏》，北京：中華書局，1998年，第41頁。

⑥ (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經注疏》，北京：中華書局，1998年，第516頁。

⑦ (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經注疏》，北京：中華書局，1998年，第517頁。

本，疑名為本，亦無的可本，故謂之疑始也。^①

「三絕」為達至「重玄」的方法，而非等於「重玄」，強昱說：「而在三絕的範圍，無不是以主體自身的感知能力所作的價值判斷，但任何判斷都有偏差，不能玄同一切，故對重玄有所不足。」^②「三絕」工夫是對言象的棄絕，而在三絕之外才顯重玄之域。顯然，成玄英在此吸納了佛教中觀思想，但又與其存在本質差異，二者在目的論和本體問題上存在不可調和的衝突。佛教中觀學派否定一切實有，龍樹提出「眾因緣生法，我說即是空」（《中論》）以「空有双遣」破除一切本體執著。成建華先生指出「龍樹強調中觀是龍樹強調中觀是『空觀』的進一步發展，是對空的最全面、最正確的認識」。^③成玄英則明確肯定「道」的實存性與生成性，其「雙遣三絕」並非解構本體，而是通過否定言象執著契入作為最高本體的「重玄之道」。張耀南先生以為：「佛教中有『四句百非』學說，也有『離四句絕百非』學說，這是兩個不同層次之境界……狹義的『中觀』或『四句百非』對應『玄』，『離四句絕百非』對應『重玄』。成玄英『重玄學』之核心，是以『離四句絕百非』為格式『化莊』與『化道』。」^④所謂「四句」，即「有」「無」「亦有亦無」「非有非無」，只達到了遺忘有無的第一層「玄」，因此「離四句」是在此基礎上遺忘「非有非無」，所得到的非「非有非無」，同樣的「百非」之外再「絕」所得結果與「離四句」相同，也就是「重玄」。前文成玄英在論述「三絕之外，重玄之域」時便採取了此格式，並且在字面上明確指出「超此四句，離彼百非」。成玄英援引佛教術語結構，將其內核進行替換，道教重玄的終極目標是「契道長生」，中觀思想則在於否定本體。此外，成玄英始終堅持其道教徒的基本立場，承認道是作為超然物外的最高本體，不滯於有無之言象。強昱說：「成玄英的論述，把道排除在精神意識的範圍，同時肯定了道的存在的客觀性。非物質非意識的客觀形上存在道，雖感性不能把握，但無處不在，是一切存在者存在的根據和本源。」^⑤

成玄英作為重玄學的集大成者，他評價《莊子》為：「夫《莊子》者，所以申道德之深根，述重玄之妙旨，暢無為之恬淡，明獨化之窅冥，鉗鍵九流，括囊百氏，諒區中之至教，實象外之微言者也。」^⑥成玄英極力推崇莊子，對莊子「坐忘」這一思想極為重視，在其闡述重玄時，一個「忘」字點明了重玄學「不滯於不滯」的妙處所在。觀莊子「坐忘」之旨歸，本就在於逐層遣除一切執著，而後與道相通，這一說法在成玄英的疏解中也能得到體現：

大通，猶大道也。道能通生萬物，故謂道為大通也。外則離析於形體，一一虛假，此解墮肢體也。內則除去心識，恍然無知，此解黜聰明也。既而枯木死灰，冥同大道，如此

^① (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經注疏》，北京：中華書局，1998年，第150頁。

^② 強昱著：《從魏晉玄學到唐初重玄學》，上海：上海文化出版社，2002年，第384頁。

^③ 成建華：〈中觀佛教的理論內涵及其特質〉，《法源》，2024年1期，第18-30頁。

^④ 張耀南、錢爽：〈「離四句絕百非」與成玄英「重玄學」〉，《宗教學研究》2019年3期，第29-33頁。

^⑤ 強昱著：《從魏晉玄學到唐初重玄學》，上海：上海文化出版社，2002年，第277頁。

^⑥ (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經疏序》，《南華真經注疏》，北京：中華書局，1998年，第1頁。

之益，謂之坐忘也。既同於大道，則無是非好惡；冥於變化，故不執滯於守常也。^①

無論是所謂是非物我分別，還是言象心識，都是滯礙，只有徹底破除一切執著，才能同於大道。所謂「坐忘」，「虛心無著」而已，是在超越一切個體存在和知性活動後所獲得的心靈的解脫與自由。可見，重玄的內涵早已蘊含在莊子的「坐忘」之中，就是要通過從有到無、從外而內、由淺入深的逐層遺忘，以此來擺脫一切二元對立和言象束縛，以超言絕象的直覺體悟去把握重玄之妙，因此成玄英也並未定義重玄到底是什麼，只是不斷用否定式的表達闡述重玄不是什麼。正如李剛先生所言：「所謂『重玄』就是非『非有非無』，非境智，非言教，非物我，就是否定一切，以入於至虛至空之境界，這是修道的終極狀態。」^②

三、司馬承禎「坐忘合道」：重玄的宗教旨趣轉向

在盧國龍先生梳理的重玄學四個發展階段中，前三個階段構建了重玄學的心性論哲學，但重玄學者大多始終停留在理論空談層面，並未給以具體的心性修煉指示。盧國龍先生以為：「道教是一門特別注重行為修煉的宗教，並不滿足於理論思辨，但修煉行為又不能停滯於方術，沒有理論的宗教是不具備長久的說服力的，所以又必須對方術做出理論性的總結。」^③唐朝高道司馬承禎在《坐忘論》中給出具體修煉指南，對道教修行階次進行了闡發，分為「敬信、斷緣、收心、簡事、真觀、泰定、得道」七個階次，集中體現了其「坐忘合道」的思想，將重玄學的心性論與道教修持相結合，復歸於修道成仙之旨趣。姜約評其為：「為道士提供了一條修煉長生久視之道的可循之徑，使得道教修煉理論從朦朧、混沌走向了清晰、明朗。」^④司馬承禎說「觀夫修煉形氣，養和心靈，歸根契於伯陽，遺照齊於莊叟。」^⑤可見司馬承禎推崇老莊，其修道旨趣也宗於老莊。司馬承禎的「坐忘」淵源於《莊子》，他說：「夫坐忘者，何所不忘哉，內不覺其一身，外不知乎宇宙，與道冥一，萬慮皆遺，莊云：『同於大通』。」^⑥既要忘外物，也要忘我，無所不忘方可與道合一，這裏直接繼承了莊子「坐忘」的思想，並且在具體論述中也多借莊言，故而可說司馬承禎《坐忘論》淵源在莊。

司馬承禎在《坐忘論》中，將七階次集中表述為：

識見不凡，明指大道，先導人以敬信，使心不狂惑。次則令斷其緣業，收心簡事，體寂內明。故又次之以真觀，中外無有，然後可以躋於泰定，氣泰神定，故曰得道。前悉序坐忘之階漸，其坐忘總說，不過無物無我，一念不生。^⑦

① (晉)郭象注，(唐)成玄英疏：《南華真經注疏》，北京：中華書局，1998年，第163-164頁。

② 李剛、湯偉俠著：《重玄之道開啟眾妙之門——道教哲學論稿》，成都：巴蜀書社，2005年，第160頁。

③ 盧國龍著：《中國重玄學》，北京：人民中國出版社，1993年，第367頁。

④ 姜約：〈司馬承禎《坐忘論》修道階次思想研究〉，《宗教學研究》2015年2期，第46-50頁。

⑤ (唐)司馬承禎：《天隱子》，《正統道藏》，北京：文物出版社、上海書店、天津古籍出版社聯合影印本，1988年，第21冊，第699頁。

⑥ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第892頁。

⑦ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第891頁。

顯然，這裏的七個階次並非是平行並列的關係，而分「先」、「次」、「又次」、「然後」，是一個循序漸進的漸悟修道過程，承襲了成玄英「雙遣三絕」的漸進思維，將其轉譯為具體心法，將「坐忘」拆解為清晰的修行階次，有意規避莊子「坐忘」的并行否定。司馬承禎認為：「人之修真達性，不能頓悟，必須漸而進之，安而行之，故設漸門。」^①修道本非頓悟，而是逐步漸悟，不僅七階次修行總體如此，在不同的環節也反復強調漸進思維。在「斷緣」中指出「恬簡日就，塵累日薄，跡彌遠俗，心彌近道」、「舊緣漸斷，新緣莫結」^②斷除塵緣俗事也需要循序漸進，越遠離塵俗，便能越趨近於道；「泰定」中言明「漸之以日損有為」^③所謂「為道日損」，修道工夫便是不斷漸損，司馬承禎將漸進思維貫徹始終。另一方面，所謂「無物無我，一念不生」，司馬承禎的《坐忘論》也是在不斷遺忘外物，破除內心的執著。「斷緣」、「簡事」就是在「離形」，並非是對形體的解離，而是要遠離各種功名利祿和塵俗之事對於形體的拖累，這些凡事不利於養生，而修道之人需養形養生，司馬承禎在開篇就說：「夫人之所貴者生，生之所貴者道。」^④「收心」、「真觀」與「去知」相應，這裏重點在於「心」，要破除心中的各種欲念，他認為心為形神的主宰，修道必須要先收心，其「真觀」的修煉重點也在於「心」，因為「所有計念，從妄心生，若枯體灰心，則萬病俱泯。」^⑤所謂「泰定」，司馬承禎表述為：「形如槁木，心若死灰，無感無求，寂泊之至，無心於定，而無所不定，故曰泰定。」^⑥至「泰定」已經達到精神修養的最高階段，枯木死灰之形神無心於定，亦無心於道，不僅不執著於形知，連道也不再執著，遍遣所執，在此似乎已經與莊子的「坐忘」相通。而最後階段的「得道」則是對宗教旨趣的回歸，得道者形神合一、與道相通、不生不滅而得長生，司馬承禎認為：「形隨道通，與神為一，謂之神人。神性虛融，體無變滅。形與道同，故無生死。」^⑦道是不生不滅的，形神與道同，自然也就不生不滅。值得注意的是，莊子的「坐忘」在於精神的絕對超越與自由，而司馬承禎則秉持著道教長生久視之旨歸，對莊學進行了創造性重構，將「同於大通」轉譯為「形神與道同久」。早在崔譏、成玄英的「端坐而忘」之說中就已賦予莊子「坐忘」煉形的意蘊，司馬承禎則沿用此說，他指出：「夫欲修道成真，先去邪僻之行，外事都絕，無以幹心，然後端坐，內觀正覺」^⑧《坐忘論》兼顧修身與修心，將「端坐」視為修道的程式之一，「端坐」是對形體的安定，如此才有可能進一步去體悟大道，這是道教形神雙修、煉形養神的特質。

此外，司馬承禎《坐忘論》也是對重玄學心性論的突破。盧國龍先生認為：「及高宗朝，重玄學好講心性修養，但也多闡發其理趣，不甚重踐履功夫，重玄理趣還沒有落實到存修實踐上。」^⑨司馬承禎在《坐忘論》中也多談心性，他認為：「夫心者一身之主，百神之帥，靜則生慧，動則成昏」、「心不受外名曰虛心，心不逐外名曰安心，心安而虛，道自來居」^⑩司馬承禎宗於老莊，以虛靜為心，

① (唐)司馬承禎：《天隱子》，《道藏》，第21冊，第699頁。

② (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第892頁。

③ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第896頁。

④ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第892頁。

⑤ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第895頁。

⑥ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第896頁。

⑦ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第896頁。

⑧ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第897頁。

⑨ 盧國龍著：《中國重玄學》，北京：人民中國出版社，1993年，第368頁。

⑩ (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第892-893頁。

心之妄動和心有所著都會使人偏離大道，司馬承禎繼承重玄理論，認為：「收心離境，住無所有。因住無所有，不著一物，自入虛無，心乃合道」、「若執心住空，還是有所」^①司馬承禎的修心是要不斷虛靜而不著一物，復歸於道，而非執心住空，執心住空似乎仍是滯於不滯，而不著一物才合重玄「不滯於不滯」。司馬承禎在《坐忘論》中對於心性論的闡發無疑是對此前重玄學者思想的繼承，通過七階次第修行將終極目標鎖定為「形神俱妙」，這是重玄學從心性論向宗教實踐的關鍵轉折。但是《坐忘論》本身仍是一部理論化的修行指南，主要闡述了心性修養的具體原則，并未指出具體的形體上的操作方式，其宗教實踐并未在教內大規模流行起來。而其真正價值實現在於後世內丹學吸收了《坐忘論》的心法，例如《坐忘論》所主張的形神雙修、五時七候等思想為後世道教所吸收，在道教修煉從外求轉向內求以修道成仙的過程中，起到了重要的理論作用，為內丹道提供了重要的理論基礎。在這個意義上，《坐忘論》在道教修煉由外丹轉向內丹、由方術雜陳走向心性主導的系統化、理論化修煉的過程中具有重要意義，搭起了重玄學與到內丹實踐的橋梁。

結 語

本文以「坐忘」貫穿全文，闡述了由莊子「坐忘」思想到重玄學義理體系以及道教修仙旨趣復歸的發展過程。莊子的「坐忘」不僅為個體超越形骸與認知束縛提供了方法論，更為後世道教的重玄學理論建構和規範化宗教實踐奠定了基礎。成玄英在繼承莊子思想的基礎上，吸收郭象「雙遣」法，提出「雙遣三絕」，盧國龍先生稱：「真正將莊子的思想學說引入道教的，成玄英是第一人。」^②成玄英的重玄旨趣在於精神的超越和心靈的絕對解脫，他通過「遣有」「遣無」「遣非有非無」的三重否定，將「坐忘」發展為一種超言絕象的體道路徑，既消解了有無、物我的二元對立，又融攝佛教「離四句絕百非」的思辨邏輯，實現了佛道思想的交融。至司馬承禎，重玄學從玄理思辨轉向宗教實踐，他在《坐忘論》中系統提出七階修行法，將莊子的「坐忘」具體化為可操作的宗教實踐指南，將重玄心性論與道教修持相結合，彌合了重玄學思辨清談與宗教實踐的鴻溝，促使道教從理論玄辯轉向修道成仙，並開導了唐宋內丹道之風。老莊思想為道教義理的發展提供了思想底蘊，當代在進行道教研究時，需進一步挖掘「坐忘」等概念的智慧，構建兼具哲學深度與現實價值的道教義理體系。

① (唐)司馬承禎：《坐忘論》，《道藏》，第22冊，第893頁。

② 盧國龍著：《中國重玄學》，北京：人民中國出版社，1993年，第239頁。