

# 幾種道經中對女人身體描述 之初探\*

張 珣

## 一、前言：

人類學研究人的身體 (body) 有長遠的傳統。其淵源分別來自於：一、體質人類學探討人類 (Homo Sapiens) 與其它物種的不同；人與其它動物，或更限定範圍來說，與其它哺乳綱 (mammal) 的動物有何不同；人與其靈長目 (primate) 兄弟在身體上，在體質上有何異同。二、文化人類學質問文化與自然 (culture/nature) 之分野，始於何處？一般咸認為在於人類的性行為在時空及對象上是有所限制、有所區別的。亦即，人類有所謂的亂倫禁忌。因此社會規範、倫常道德便對人的身體作了許多壓抑及限制，文化與自然二者之間有所對立。三、結構學派認為人類一切知識源於分類 (classification)，而人的身體恰好是一切分類的原始。人體有上下前後左右，因此也對宇宙萬物作同樣的分類；人有男女陰陽之別，所以也對外界事物作陰陽判別。由人體本身而有了陰陽、五行、四方、八卦等等增衍的分類系統，乃至十天干、十二地支、廿四節氣、六十甲子等等複雜的時空分類系統。涂爾幹 (E. Durkheim) 首先提出原始分類的想法 (Durkheim 1963)，經過牟斯 (M. Mauss 1979) R. Hertz (1960) 及 Mary Douglas (1966) 的推衍，而把這套“人體是

---

\* 本文的改寫感謝李豐懋教授、李貞德教授、釋見暉、劉怡君等先生女士之意見。

一切分類系統的原始”的理論發展成熟。因此結構人類學家在探討不同文化時，認為該文化對身體的觀念提供了解對該文化知識體系的一個徑路。四、文化人類學家在初民社會（primitive society）中發現人體時常是表現一個人的社會階層、宗教信仰、性別角色、部落族群、家庭地位、年齡等等的最佳工具，例如紋身、裝飾、髮型、割除包皮、刺青。身體做為一個道具以表現種種象徵的意涵，Bryan Turner（1991:6）稱之為「身體象徵學」（body symbolism）。

上述人類學對身體的研究傳統，近年來由於其它學科學者的加入，如 M. Foucault（1986），J. Benthall 和 T. Polhemus（1975），Bryan Turner（1984）等，從西方社會制度史及觀念思想史等追溯人體乃至男女身體所受到社會文化的烙印及塑造。潮流所及，以‘Body’為書名的著作紛紛問世。例如 John O’Neill（1985）討論現代社會生態塑造出的五個身體面相：宗教的身體、社會的身體、政治的身體、消費的身體與醫療的身體。David Arnold（1993）探討印度舊有的身體觀及疾病醫療觀念與行為，在英國殖民主義下被轉變成現代醫療體系及國家醫療體系的經過。

其中尤以 M. Foucault 的理論認為身體是一切權力鬥爭的表現場所，最具震撼力。在各地民族誌撰寫中已被廣為應用，如 Jean Comaroff（1985）及 Aihwa Ong（1987）等。尤其被女性學（feminism）學者喜好，而多所發揮如：Susan Brownmiller（1984）和 Emily Martin（1987）。

雖然人體的探討在學術傳統中有長久淵源，學術著作中有豐富文獻，但引發筆者作此方面探討的，卻是來自臺灣宗教醫療田野中長久的一個現象，為何出入這些場所的多半為女性？在排除了許多因素諸如：一、並非所有來詢問的女人均為自己，而很多是為家中其它成員。二、並非所有問的問題均有關身體（或疾病）。三、女人素喜求助他人，傾訴病痛，即使在中西醫療場所亦然等等，仍發現有頗多女人會為了身心方面的困擾，而去找宗教醫療師。

在眾多的民間信仰或道教神壇中，我們也發現有許多醫療儀式是專為女人服務的，諸如進花園、栽花換斗、安胎、催生、送流蝦、拔度血湖等等儀式，或相關的咒語及符文。使我們對民間信仰，或說廣義的道教，有關婦女的身體的看法、處理婦女身體的方法、對婦女疾病的分類等問題有了興趣。

原想針對北市一個道教式神壇作相關法事的田野觀察，孰料該神壇在去年底（1995 年底）便遷移不知去向。道壇比起一般神壇來說，是比較不容易經人轉介而可作觀察，加上專作上述婦女儀式治療的在現代社會中也不是經常有的。因此轉而想由道教文獻的查閱著手，希望在文獻回顧中先有一個基本認識。尤其道教儀式的遵循古式是公認的，文獻在現今儀式中應有其地位。田野觀察則待日後。因此在輔大宗教研究所道教組學生的幫忙下，我們在有限的時間內，查閱了以下幾種道教經典（見表一）。初步將有關的文句均影印下來，再加以解讀。由於針對女人或女表一

經 名	時代·作者	西 元 年 代
黃帝內經素問(補註釋文)	唐·王冰次註	西元762年
素問六氣玄珠密語	原題王冰述	?
黃帝素問靈樞集註	南宋·史崧校釋	西元1155年
黃帝內經素問遺篇	北宋之前	北宋於西元960年建國
黃帝八十一難經(纂圖句解)	南宋李嗣註	西元1269年
無上秘要	北周武帝平北齊後	約西元577年
三洞珠囊	唐·王懸河編	西元683年武后臨朝
太上感應篇	北宋末	北宋亡於西元1127年
天原發微	宋·鮑雲龍撰	約西元1295年
抱朴子內篇	東晉·葛洪撰	約西元317年
道法會元	元末明初	明於西元1368年建國

人身體的描述並不多，再加上有多處文句表示男女相同的，因此我們也把有關“人”、“人體”、“人身”等男女相共的部份也影印，作為瞭解女人身體的基礎。

任何對『道藏』稍有涉獵的學人均知『道藏』卷帙浩瀚，廣大精深，數量已很龐大，文字又處處玄機，很多涉及「練丹」道者使用之專用詞彙，因此行家是不輕易撰寫類似的題目，筆者是參與研究計劃，抽身不得，只好據實以報，將目前作的閱讀作一整理。因此是一個試探，而不是已有定論之作。其次，筆者雖然用了「道經」中的史料，不過其中除了部份代表道教的觀察，其實有不少是建基於本土的、民族文化的基本理念，也就代表了國人的普遍看法：例如從陰陽的思維模式思考男體、女體的平等、共存。另外，本文所使用之史料時間上下甚長，也有較多的不同來源，能力所限，只希望抽取其共有之思維結構，以與今日流行之女性身體觀對話，而暫不處理其間之細部差異，尙望方家原諒。

## 二、道教的身體

一個粗略的印象是，整體來說，道教的身體觀相當有獨特性，異於其它宗教。佛教禪宗認為身體是個“臭皮囊”，是個產生惡臭、唾液、痰、酸汗、尿尿的東西，充其量，我們只是利用這個身體來修學解脫之法。<sup>①</sup>原始基督教認為肉體阻礙靈魂的救贖，肉體產生的愛欲導致罪惡，引人走向撒旦，遠離上帝。儒家雖不致於有上述佛教基督教兩教對身體持極端負向的觀點，也只認為“身體髮膚受之父母，不可毀傷”，身體要珍惜是為了盡孝道，為了可以盡人子之責，傳宗接代，孝順父母，繼承香火。對比起來，道教對身體持相當正面的看法，道教發展出的一套套養生，

美容、健身、藥膳方法是對身體作積極的肯定。根據《正統道藏·太清部·疲字號》的葛洪《抱朴子內篇·論仙》：「若夫仙人，以藥物養生，以術數延命，使內疾不生，外患不入，雖久視不死，而舊身不改，苟有其道，無以為難也。」（卷2, 4a）認為身體正是成仙的寶貝，把人體做適當的調理可以使人體——現下這個身體——本身即可成為不朽。可以轉變這個會毀壞的身體，成為「金骨玉肌」而達到不壞的身體（Maspero 1981:434）。當然轉變過程極端不易，要學習種種道法：辟穀、服食、導引、行氣、房中術、存想、守一、內視等等（朱越利 1990:278-284）。葛洪《抱朴子內篇·論仙》：「按《仙經》云：『上士舉形昇虛，謂之天仙。中士遊於名山，謂之地仙。下士先死後蛻，謂之屍解仙。』」（卷2, 11a）即使下士的屍解也不是普通人的肉體死亡，而是不朽的身體在可見的形體死亡後進入的另一個境界。死亡的肉體被埋入土中，但真正埋入的是一把劍或一節竹杖，而身體已然蟬蛻了（Maspero, 1981:447；引《雲笈七籤》）。如魏華存托劍化形而去，昇天為南岳夫人。從屍解的例子來看可以說道教賦與肉體正面的價值，肉體不只是成仙的工具，肉體本身可經由修煉而轉化成“仙體”，不只是工具，而是成仙的根本。

這種「人的肉體經由服藥或修煉，達到長生，肉體永存，肉體昇天就是仙，就是道士或『道人』學道的最高目標」的想法，是異於其它宗教的，成為道教的人體觀特色之一。

其次，修煉的工夫之中，無論是斷穀食氣，或導引肢體骨節中的邪氣出去，而正氣長存，或吐納行氣，或胎息行氣均強調把人體中的氣與自然萬物的氣交通對流。人體的氣與外界的氣是息息相關，聲氣相通的。因此道家的身體觀特色之二在人體是自然界中一個「氣囊」，一個敏感而且高度自主的氣囊，可以使氣囊修煉成仙，也可以任其百病叢生。而此一氣囊與自然界時時處於可交通的狀態，所以人體與自然界是共生的活的有機體，比之今日最進步的環保生態意識有過之而無不及。

之所以如此，主要在道家氣化的宇宙觀引伸出的氣化的人觀。《道藏·太平部·叔字號》的北周編的道教類書《無上祕要·卷五·人品》

<sup>①</sup>《趙州錄》下：「僧問狗子還有佛性無？州曰有，僧曰既有，為什麼撞入這個皮袋？」。丁福保編《佛學大辭典》，頁888。《五燈會元》卷四，〈趙州從諗禪師〉頁198。

引用《洞真九丹上化胎精中記經》：

夫天地交運、二象合真，陰陽降氣，上應於九天，流丹九轉，結氣為精，精化成神，神變成人。故人象天地，氣法自然，自然之氣，皆是九天之精化為人身。含胎育養，九月氣盈，九天氣普，十月乃生。(5, 1a)

因此人的受胎是來自天地之精，自然之氣，所以可與天地通氣。道教身體觀特色之三在於人身內之神與外界之神是相應的。存想工夫中的一種是「存神」，亦即存思各種神仙。如思九宮法，是存思頭部九宮諸神。②思北斗七星法，是存想身中七神與北極七星之相應。人身各部位有不同身神主管，例如《無上祕要·卷五·身神品》引《洞真造形紫元二十四神經》：

腦神，名覺元，字道都。  
 髮神，名玄文華，字道行。  
 皮膚神，名通衆，字道連。  
 目神，名虛監生，字道童。  
 項神，名靈謨蓋，字道周。  
 脊神，名蓋歷輔，字道柱。  
 鼻神，名沖龍玉，字道微。  
 舌神，名始梁峙，字道岐。  
 右上部八神君  
 喉神，名百流放，字道通。  
 肺神，名素靈生，字道平。

心神，名煥陽昌，字道明。  
 肝神，名開君章，字道青。  
 膽神，名龍德拘，字道放。  
 左腎神，名春元直，字道卿。  
 右腎神，名象他元，字道主。  
 脾神，名寶元全，字道騫。  
 右為中部八神君  
 胃神，名同末育，字道展。  
 窮腸神，名兆滕康，字道還。  
 大小腸神，名逢送留，字道廚。  
 胴神，名受辱，字道虛。  
 胃高神，名廣瑛宅，字道神。  
 兩脅神，名辟傲馬，字道成。  
 左陰左陽神，名扶流起，字道圭。  
 右陰右陽神，名色表明，字道生。  
 右為下部八神君。(5, 8a-9b)

除了有明確名字的身神，尚有未列出名字的，全身共有三萬六千身神。《無上祕要·卷五·身神品》引《洞神經》：

凡人不知存神，動止任意，意思事僻，神散形枯，仙真聖人，守神無替，常存自在，名在左契，志學之士，當知人身之中，自有三萬六千神。(5, 14b)

筆者根據文獻粗淺地認為，這些身神可有幾種功能：一、身神作為人與天之間，一個影響相應的中介（mediator）。將個人的善行、惡行奏報給上天，作為獎罰個人之依據。《無上祕要卷五·身神品》引《洞真三元品誠經》：

② 道教重視大腦的功用與修持，分大腦為九宮，見《上清洞真九宮紫房圖》。另外，李遠國（1996）也有討論。

凡人身中亦有三宮、六府、一百二十關節、三萬六千神。人身行惡，身神亦奏之三宮，人身行善，則慶其仙名。生死罪福，莫不先由身神影響相應。(5, 12a-b)

身神功能之二：個人身神之去留，影響個人健康與否。《無上祕要·卷五·身神品》引《洞真三元品誠經》：

人稟氣而生，氣結成神，人能養氣，神則長存，內思守真，真不離身。(5, 12b)

同一品中，引《洞神經》：

……神住則形成，神去則形壞。(5, 14b)  
……能念身神，康強無病。病三呼之，常衛子身。(5, 14b)

又據《道藏·太平部·懷字號》的《三洞珠囊·卷一·救導品》：

《太平經第三十三》云，真人問曰：凡人何故數有病乎？神人答曰：肝神去出遊，不時還，目無明也。心神去不在，其唇青白也。肺神去不在，其鼻不通也。腎神去不在，其耳聾也。脾神去不在，令人口不知甘也。頭神去不在，令人冥也。腹神去不在，令人腹中央甚不調，無所能化也。四肢神去，令人不能自移也。(1, 21a)

身神功能之三：身神可促使人透過反省而能趨吉避凶。《無上祕要·卷五·身神品》引《洞神經》：

……欲臥之時，左手撫心，右手撫臍，各二七，陰咒曰：欲具身神，從頭起，經歷四肢，至踝子。咒竟，存之委悉乃眠，必得吉

夢，彷彿見神。若有罪過，應致災厄，神來語人，或示形象，倚託物類，使人思惟，自解意趣，吉凶善惡，了然知之，避禍就福，所向諧也。(5, 14b-15a)

身神功能之四：自身之身神不散，則上天可降下相應數目之身神，天人合一，而為個人成仙條件之一。《無上祕要·卷五·身神品》引《洞神經》：

領一萬八千神，人存之，則一萬八千神不散。不散者，天降一萬八千神附身中，合三萬六千，俱舉一身，上昇三天，則成神仙，變化無窮矣。(5, 14a-b)

以上這些人身內之神與外界的神：天上諸神、地上諸神、星宿諸神、山川諸神是相應的，是可以一一對應的。頭象天，腳象地，日月即兩眼，血管是河川，膀胱是海洋，毛髮是星辰，牙齒的磨動是打雷。因此一個有修煉的道人會先「內觀」自己身內的神，再呼請身外的神來相助，可事半功倍。(Maspero 1981:435-440)

這樣的人體觀，即人體本身已具足宇宙諸神是道教人體觀特色之三。可以說把人體的地位抬得很高，人體是道教修煉的對象及目標。

另外，尚有一些有關人體的描述，諸如人壽與五行之相感有關。《無上祕要·卷五·人品》引《洞神監乾經》：

天老曰：人生於陰陽，長於元氣，未必盡備，感五常之性，得之者十未有一也。感其火者明，感其金者剛，感其水者清，感其木者王，感其土者仁。不感者亡。故天地五行，五五二十五行。人生感得其一者，可壽一百年。感得二者，可壽一百二十年。感得三者，可壽一百三十年……。(5, 7a-b)

### 三、道教的女人身體觀

在眾多文獻中，筆者發現若不加以區分面相 (dimension)，則有些描述會有矛盾。例如男女同為氣所化生，如何分男女？又有些描述明指女體“氣濁”，男體“氣清”，那麼是女體劣於男體？另一些陳述又否認女體劣於男體，而說男女等一。在此，筆者借用 K. Schipper (1993:103-104) 的架構，以本體的、象徵的、實證的三個層面來討論道教對女人身體的論述。

#### (甲) 本體的層面

在 Schipper 所謂本體的 (ontological) 層面，人無論男女，均為「九天之精，化為人身」(《無上祕要·人品》，5, 1a)。回到《無上祕要·卷五·人品》引《洞真九丹上化胎精中記經》所謂：

……陽氣赤，名曰玄丹，陰氣黃，名曰黃精。陰陽既交，二氣降精，化神結胎，上應於九天，九天之氣則下布丹田，與精合凝，結會命門，要須九過，是為丹田。上化下凝，以成於人。一月受氣，二月受靈，三月合變，四月凝精，五月首體，六月化成形，七月神位布，八月九孔明，九月九天氣普，乃有音聲，十月司命勒籍，受命而生。故人皆稟九天之氣，陽降陰之精，名曰九丹，合成人身。凡人受生，結氣九丹，上化於胞胎之中，而法九天之氣……。(5, 1a-b)

又曰：

凡人生皆稟九天之氣，氣凝為精，精化成丹，丹結成人。結胎含秀，法則自然。假令七月生，則十月胎受波梨荅怒天之氣。十一

月生則受梵摩迦夷天之氣。十二月生，則受梵寶天之氣……。(5, 2a-b)

又引《洞真九真中經》：

太上曰：夫人受生，結精積氣，受胎歛血，黃白幽凝，丹紫合煙，所以凝骨，吐津散布，流液四度，會化九宮，一結五神，命其形體。太一定其符籍，忽爾而立，恍爾而成，罔爾而具，脫爾而生。(5, 3a)

又引《洞真太丹隱書》：

夫人受生於天，魂結成於元靈，轉輪於九氣，挺命太一，開闢三道，積神幽宮。所以玄液七纏，流津敷澤。日月映其六虛，口耳運其神器，雲行雨施，德擬天地。胞胎內匝，五因來具。立人之道，其如此也……。(5, 3b)

在這個層面，是不分男女，凡人均具相同之作用而生成。

#### (乙) 象徵的層面

在象徵的 (symbolic) 層面，身體被“神化”，身體各器官、肢節、毛髮，均有諸神，此僅見於道教的，不共於其它思想或信仰的。在《無上祕要·卷五·身神品》中所載的，除了筆者前面抄錄的，是出自《洞真造形紫元二十四神經》，另有出自《洞神經》的，如下：

頭髮神，字尋之。兩目神，字英明。項上神，字東王父。顛戶神，字泥丸君。眉間神，字元光。兩耳神，字嬌女。人中神，字太一。鼻孔神，字通盧。口中神，字丹珠。上元神，字威成。中元神，

字黃子。下元神，字命光子。肩背神，字朱雀。兩脾神，字隱。陰神，字窮史。女子，字丹成。兩膝神，字樞公。兩脛神，字隨孔子。兩足神，字戴天柱。右一十九神兆姓為姓名，名即字，字即名也。肝，老子君。肺，太和君。心，太尉公。脾，子丹母。腎，司徒司空司命司錄司隸廷尉。膽，太上道君。胃，諫議大夫。臍，太一。大小腸，元梁使者。玄谷，大將軍。三焦，左社右稷風伯雨師雷公霹靂。(5, 12b-14a)

另外《三洞珠囊·卷七·二十七中法門名數品》說人身中有二十七生氣君：

按《老子枕中闡經》云：人身中自有二十七生氣君者：髮為青城君，頭為三臺君，兩眉為八極君，左目為瞻明君，右目為玄明君，左耳為聽明君，右耳為決明君，鼻為周天妙戶君，口為牙門君，脣為玉戶君，齒為二十八元士君，舌為無極君，咽為校尉君，喉為九卿君，肝為絳宮君，肺為華蓋君，膽為長命君，心為丹田君，臍為紫白君，胃為太倉君，脾為黃庭君，左腎為玄妙君，右腎為元正君，大腸為食母君，小腸為道引君，腸為衛道君，三焦為玄先君，左股為小車君，右股為徘徊君，左足為雷電君，右足為雲氣君，二十七生氣，常當世隱甲身君，勿得妄出也。今若細數，乃有三十一君，不詳之。(7, 24a-b)

在這個層面同樣地，也沒有男女之分別，凡人均具同樣的身神或生氣君。

### (丙) 實證的層面

在實證的 (empirical) 層面，則男女的身體便有極大不同，要面對男女身體不同的組織構造 (如子宮、卵巢、睪丸之異)、運作功能 (排經、生育、排精之異) 便要有不同的論述了。也是在這個層面，我們可以看到標示女子、女人身體等等之文句。例如：《女丹心法》所言最具體：

大道無極，生化太極兩儀。兩極出而陰陽立，陰陽乃宇宙萬化之主根，仙宗妙訣修真悟道，有乾坤二道之分。乾為天，坤為地，故乾道為男，坤道為女。乾坤二道，陰陽有分，男女有別，身體之結構與組織也各有不同之處。(邱豐森 1991:序)

我們向來接受的「乾為天，坤為地，故乾道為男，坤道為女」。在《道藏·太清部·情字號》的《天原發微·卷二》有一個意象上的理由；似乎可以用來說明男在上、女在下投射到天地，因天在上地在下，所以男為天，女為地。

觀雌雄交媾之時，剛柔相結而不可解，得其符節，非有工巧以制御之。若男生而伏，女偃其軀，本胞胎受氣之初而然，死復效之。此非父母教令其然，皆造化自然之妙。(2, 17a)

關於男女生理周期之差異，《道藏·太玄部·慎字號》的《黃帝內經素問(補註釋文)·卷一·上古天真論》：

岐伯曰：女子七歲，腎氣盛，齒更髮長。二七而天癸至，任脈通，太衝脈盛，月事以時下，故有子。三七腎氣平均，故真牙生而長極。四七筋骨堅，髮長極，身體盛壯。五七陽明脈衰，面始焦，髮始墮。六七三陽脈衰於上，面皆焦，髮始白。七七任脈虛，太衝脈衰少，天癸竭，地道不通，故形壞而無子也。(1, 7b-9a)③

③ 至於男子，則「丈夫八歲腎氣實，髮長齒更。二八腎氣盛，天癸至，精氣溢瀉，陰陽和，故能有子。三八腎氣平均，筋骨勁強，故真牙生而長極，以其好用故爾。四八筋骨隆盛，肌肉滿壯。五八腎氣衰，髮墮齒槁。六八陽氣衰竭於上，面焦髮鬢斑白。七八肝氣衰，筋不能動，天癸竭，精少，腎藏衰，形體皆極。八八則齒髮去。」

關於脈象上男女之差異，據《道藏·太玄部·籍字號》的《黃帝八十一難經（篆圖句解）·卷三·十九難》：

男子生於寅，寅為木陽也。女子生於申，申為金陰也。故男脈在關上，女脈在關下。是以男子尺脈常弱，女子尺脈常盛。(3, 16b-17b)

關於男女在血氣及運氣上之差異，據《道藏·太玄部·業字號》的《黃帝素問靈樞集註·卷十九·五音五味第六十五》：

黃帝曰：婦人無鬚者，無血氣乎？  
岐伯曰：衝脈、任脈皆起於胞中，上循背裏，為經絡之海，其浮而外者，循腹右上行，會於咽喉，別而絡唇口，血氣盛則充膚熱肉，血獨盛則澹滲皮膚，生毫毛。今婦人之生，有餘於氣，不足於血，以其數脫血也。衝任之脈，不榮口唇，故鬚不生焉。(19, 2b-3a)

更多的有關女人身體的描述，是在女丹功法中，及有關女人的疾病中敘述。因此，我們便進入女丹層面來看道教對女人身體之描述。

#### 四、由道教女丹功法看女人身體

如果粗淺地比較，基督教相信夏娃的身體是亞當身上的肋骨轉變生成的，而亞當的身體是上帝直接照祂的形體製造出來的。因此女身原低於男身（圖一）。道教則以九天之氣，化為人身，故男女同源。唯秉陽氣而生者為男身，秉陰氣而生者為女身。沒有孰先孰後，孰優孰劣之分，只有陰陽之分（圖二）。陰陽之分可以是純粹現象之說明，不含價值好壞判斷。有些時候「女修道三年可成，男則要九年」（邱豐森 1991:4）。因

此，男女身體之優劣在修道煉功的角度看，會有不同切入點。



賀龍驤在《道藏輯要續編》五卷序，(59a) 說到男女屬性之異：

屢綱有三，一曰秉性，二曰形體，三曰工法。如男屬陽，陽則清。女屬陰，陰則濁。男性剛，女性柔；男情急，女情緩；男念雜，女念純；男主動，動則氣易洩。女主靜，靜則氣易斂。……男氣難伏，女氣易伏，此秉性之不同也！

說到形體之不同則如下：

男喉有結，女喉無結。男乳無汁、小，女乳有汁、大。男基凸，女基凹。男曰精室，女曰子宮。男命在氣穴中，女命在乳房中。男以腰為腎，女以血為腎。男為精，其色白名白虎。女為血，其色赤名赤龍。男精陽中有陰，女血陰中有陽。男精之氣充足，女血之氣些微。此形體之不同也。

說到男女工法不同及結果不同如下：

男先煉本元，後煉形質，女先煉形質，後煉本元。男陽從上洩，女陽從上升。男修成不漏精，謂之降白虎。女修成不漏經，謂之斬赤龍。……男修曰太陽煉氣，女修成不漏經，謂之斬赤龍。……男修曰太陽煉氣，女修曰太陰煉形。男曰胎，女曰息。男白虎降，則莖縮如童體。女赤龍斬，則乳縮如男體……此工法之不同也。



其次，清淨散人孫不二的《坤道工夫次第》（正統道藏·洞真部·補遺，方法類，108a-110b）詳述女功祕訣有：收心、養氣、行功、斬龍、養丹、胎息、符火、接藥、煉神、服食、辟穀、面壁、出神、沖舉等重要步驟。乃至其它的《坤寧經》、《坤元經》、《女功正法》、《女真太陰煉形訣要》也都強調斬赤龍、保元精、斷欲障、斬情魔之重要。<sup>④</sup>

這套女功可由男仙傳女仙，亦可由男傳女，女傳男。如賀龍驤所言男女工法有同有不同，「不同者皆在赤龍未斬之前，同者在赤龍已斬之後。所以斬赤龍後的煉藥還丹火候宜參看男丹經」（道藏輯要五卷，續編，60a）

這是一個很重要的概念，即女人在斬斷赤龍後，某個程度上，其身體與男人同，可用同一工法來修煉，達到成仙的共同目的。在這個概念下，男女身體差異只是表面器官及生理功能差異，可經由修煉，回返“自然”，到達深層“氣”的相同。在這個概念下，女人身體比男人身體“不利”在於“女子二七、經行血虧，雖是月月信水再生，實是月月皆有傷耗（邱豐森 1991:64）。因女人無法控制地，必須月月傷耗本身元氣，所以女人的身體構造是一個不適用於保元氣的設計，「色身有漏，則本難全」（邱豐森 1991:22）。如果保元氣是每個人修煉應該達到的目的的話。而男人如果漏精也會傷元氣，但因男體的漏精可經由刻意修煉，及自我節欲，而減少之。因此，在這個“保元氣”的前提下，女體比男體‘拙劣’。女身要到斬赤龍後才可開始進入更上階層之修煉。

在此，我們很驚訝於一個不受一般社會科學常說的男尊女卑社會制度影響的男女身體觀。道教認為只要在可保元氣的要求下，男女身體平等。女身不是因為基督教的“引誘”男人而成為要詛咒不可欲的 body，女身不是因為有經血可生育，可威脅男姓氏族團體，而成為該管束的 body。女身也不是佛教的“業報而受”的處罰，而令人厭離的身體。女身是一個自自然然的造化之物，赤龍使女身月月耗損源自元始的九天之

精九天之氣，所以斬除赤龍即可保元氣，即可修仙。這是沒有罪惡、污穢等價值判斷的女性身體觀。不追究誕生為女身的原因是否為“前世業報”，不嘆息女身之“傷耗”，不責怪女身之“污穢”，而直接採取行動地，指出問題，解決問題。這樣的“多言無益，起而行之”的身體行動觀，與前述，道教視身體為積極正面可煉用之成仙的根本，不謀而合。道經不浪費篇幅在探討男女身體差異之因，而直接指出二者不同之實，進而提出不同的修行法。

「赤脈最能害道」（邱豐森 1991:8），赤脈是使女人身體難以修道之主因，也是女人身體種種傷害及疾病之來源。既然男女同乘九天之氣而生，何以女人有赤脈？「赤脈本身後天之陰氣所化，陰氣動而濁血流。」（邱豐森 1991:8）。

斬赤龍在女子修行上具關鍵性的重要，可有不同層面的理解。在實證的層面是指月經的收回與消失，女修煉者到某個程度即可達到。在更高層面是指斬斷七情六欲，不再作身體的奴隸，不再受情緒的控制，取得自身的完全自主。女人能控制自身的月經，讓它來去自如，即能控制自己情緒、念頭、思想，而能完全控制自己的身體。能完全控制自己的身體了，才能進一步轉化元氣，達到修煉的最終目的。可以說是「形」（物）「神」（心）兼修的一套修煉法。

## 五、由女人疾病及道教醫療儀式看女人身體

畢竟在中國父系社會結構下，香火傳承，多子多孫多福氣的價值要求下，道教也得面對世俗社會人士的需要。並非每個女人均有條件或能力走修行的道路，相反的，多數女人走“儒家”的結婚生育的道路。在結婚生育的這條被中國文化偏好與鼓勵的道路上，多數的女人走得很辛苦。

何以女人會走得辛苦，難以修道保元氣？「爾諸婦女，各有本來，其根原固，何甘我伐，自受恙傷。……致令無始以來，一點靈根，逐漸

<sup>④</sup> 上四書，見邱豐森編《女丹心法與導引神功》，1991年，臺北：玄真道學出版社。

消燦。不知護惜栽培，日見刈根撥本。……但婦女有虧損之虞，血氣不和，則本難聚；色身有漏，則本難全；孕育多生，則本難固；愛情染著，則本難堅；愚濁混淆，則本難清；神志昏亂，則本難安；貪私擾念，則本難淨；僞妄櫻心，則本難植；如斯種種，喪絕本原，故修功不能精進……」（邱豐森 1991:22）。從文獻中，我們無法知道：(1)為何女人陰氣動，濁血流，就有赤脈？(2)赤脈為何使女人月月虧損？假使每月流出的是濁血，應該不會有虧損才對？現代觀念以為新陳代謝反而有助益。我們推想除非濁血也是血，才使女人有虧損，所以要把濁血轉化成“清血”，進一步“清血”轉化成元氣。

除了自身的月經使女人虧損，生育亦使女人傷元氣。在賀龍驤《道藏輯要續篇》的〈婦女方〉中，列有婦女主要面臨的前九項問題：「求子第一，妊娠惡阻第二，養胎第三，妊娠諸病第四，產難第五，子死腹中第六，逆生第七，胞胎不出第八，下乳第九，」可說均與生產有關。

再如臺灣目前道壇有做的幾項儀式：進花園、栽花換斗、安胎、催生、送流蝦、拔度血湖，亦均與生育有關。在《黃帝內經素問·卷 28》，有關婦女懷胎時之症及處理法，在《大慈孚生九天衛房聖母元君靈應寶籤》內容多數關於婦女生產平安之籤。《道法會元》、《道壇作法》的卷一，卷二與婦女有關的亦是。

尤其在《道藏·洞真部·宿字號》的《原始天尊濟度血湖真經，上卷》，說明女人不同於男人：

……稟五行之秀，為萬物之靈，得生男子，驚天駭地，貴亦難勝。只緣貪婪愛慾，迷失本真，一念之差，降生女質，五濁形漏，匹配夫妻，陰陽結聚，以為胎孕，冤家債主，互相償報，是故生產有諸惡難。或月水流行，洗浣污衣，或育男女，血污地神。污水傾注，溪河池井，世人不知不覺，汲水飲食，供獻神明，冒觸三光。或誤服毒藥，損子墮胎。或男女數多，故行溺死。冤仇報對，魔鬼相攻。或致子死腹中，母亡產後。或母子俱亡，至傷性命。

或遭刑戮兵解難逃。或疾染惡鬼，橫傷非命，死入酆都血湖地獄，備受諸苦。

另外，《道藏·洞玄部·被字號》的《太一救苦天尊說拔度血湖寶懺》中，說明女人

……產死，或懷六甲，命屬三元，墮子落胎，因而悶絕，或母存子喪，或母喪子存，或母子俱喪。男女未分而俱死，或胚胎方成而遽死，或染患而將臨產月，或懷娠而失墜高低，或藥餌誤毒而中傷，或癩疽痢疾而身殞，或崩漏至死，或淋瀝而亡，或懷胞胎而竟不分娩，或生男女而月內傾亡……。

以上婦女死後墮入血湖地獄中，無有出期。必須請道士專家設壇求懺超度之。《太一救苦天尊說拔度血湖寶懺》繼續說到「……自從前世乃至今生，受身女流，過多罪咎……生男育女，墮子落胎之罪，憎嫌男女太多，用水浸棄撇之罪……」。這些不是女性身體質地優劣問題，而是女性身體功能（生育）及因此一功能衍生之行為（墮胎、難產而死）而造成的周邊效應，回過來影響對女人身體優劣之判。

若純就女性身體來探討道教對其之觀點，那麼，怎麼解釋《女丹工法》中的女身觀及《寶懺》中的女身觀？二者顯然有極大差異。亦即道教在修練救贖上的，及法術上的女身觀有何不同？

可能有以下推論：一、《女丹工法》主張『元氣說』。只要與“赤龍”、與“經血”、“生育”乃至男女淫欲隔絕，加以斬斷，即可具有一個“保元氣”的女身，也沒有與生育有關之諸疾病及罪行（墮胎、難產而死）。則只有一個結果，即女性可分二種，一是修道的保元氣，一是結婚生育的損元氣。二、修正第一種的「堅持元氣說」，而認為只要女人肯修煉，即使結婚生子，有意識地「作功」，也可把與生育有關之病或罪行減至最低，因此女人結婚生子後，仍可煉仙，如孫不二元君即為一實例。

三、《寶懺》中的說法，則「元氣說」不再被堅持。甚而有的加入「業報說」的成分，認為「受生女身，是前世過錯」，唯有轉為男身，才有修道之可能。關於男受罰轉女身，女修道轉男身，《無上祕要·卷15》有兩則故事說明青靈始老君，及赤明天帶二位聖神之本跡。<sup>⑤</sup>在這個說法下，男身女身就不平等了。

在修練及救贖層面上，道教視身體為一鼎爐來加以煉度，對月經無污穢觀念，只在意將之修煉成一種元氣，也不強調男女之差異。法術層面上，可能與漢代「觸血忌」觀念有關（蕭登福 1995:306）對女人排洩出的月經有污穢想法，而對於產難等「非常」死亡原因致死的婦女更有牽血藏、拔度血湖等儀式，男女有絕對之差異。

似乎「業報說」、「女身生理本質（比男身）污穢」之說法，被後來道教接受，《女丹》也有同樣主張（邱豐森 1991:33）。但目前所閱讀道教資料中，沒有看到「女身比男身污穢」之詳細理由。在佛教的《慈悲血盆懺》——雖此懺於『藏經』中沒被收錄——則有一些說法。<sup>⑥</sup>唯道教文獻方面還須進一步查閱其與佛教說法間之關係。<sup>⑦</sup>

但總體來說，道教主張男女身都有「漏」，男漏精，女漏經，因此男要「降白虎」，女要「斬赤龍」。雙方均要修煉以回返歸復到初生時的「純陰」或「純陽」。經過降白虎與斬赤龍，一個「中性化」的過渡階段，再到達最後的，最有生命力的「純陰」或「純陽」的狀態。就這一點來說男女是平等的。

⑤ 《無上祕要》，（卷15，1a-2b）；（卷15，9b-11a）。

⑥ 惟婦人身。有五百蟲。鑽其骨節。諸蟲動時。身體懈倦。復有八萬陰蟲。鑽其尿道。其蟲有十二頭。有十二口者。至飲食時。各受腥血。晝夜流動。倦人筋骨。至於半月。流不淨水。是諸蟲等。各吐濃血。從蟲口中。各出血濃。有紅赤色。彼之蛆蟲。口如針鋒。常來惱人。食啖腥血。互相動作。動已復動。惱其婦人。令彼女人。身不自安。

⑦ 見蕭登福〈道教血湖地獄對佛教血盆經的影響〉，《道教與佛教》第七章。

## 六、結論

本文不是為衛生保健而談女人身體，也不是為藝術而談女人身體，也不是為哲學談女人身體。而是人類學相信身體常是由社會文化建構的一個表徵。一套對身體的知識及價值常可解析出背後一套社會文化知識及價值觀點。基於此一信念，乃嘗試由筆者閱讀的有限道教經典中來探討道教的女性身體觀。

初步可以說有以下結論，男女同乘先天九天之氣而生，但後天之氣則不同。女人後天陰氣使之有赤脈，每月有月經，流出的雖是濁血，久而久之，亦傷元氣，也會使女人難以全其本。其次女人生育亦傷元氣，生越多胎越傷元氣。若能不婚不育地修煉，並能斬赤龍，則可回復本真，修仙有望。若不能避免婚育，則亦盡其所能固本保元。

這種保元氣說，當然包括去除愛欲，消除欲火而煉出真火。這與一般出世宗教可銜接，認為俗世有害修道，愛情家庭有害修道。而對身體作一種“控制”、“有效地運用”，“有特定目標的運用”。雖不似佛教、基督教的視身體為累贅、障礙、誘惑、墮落，而是賦與正面肯定意義。但相同的是不能任其“自然地”讓身體蠢動。而是管束之於一定軌道中。道教的「自然」，應該不是現今我們說的“Nature”，現今的 nature 應讓動物交配，物種繁殖生養，是從地球生命來說。道教的“自然”是先天之氣的，正是男女要藉嚴格的節制才可達到。而不是順遂身體本欲地吃喝睡眠。

因此不能誤以為道教要追求的身體，是一個恢復今人所定義的“自然”（nature）的身體，而是要回返一個經過高度自律、節制的、保有先天之氣的身體。亦即前述男女均經一「中性化」階段之修煉，再回到原生之「純陰」或「純陽」。事實上這樣的身體不會是今人定義下的“自然”身體，而應已是“超越”自然的身體了。因此女人的身體不是在有月經的狀態下可欲，不是今人所謂的有月經才有性愛滋潤的身體，而是要斬

赤龍後的身體才可貴。有月經的女體是“自然”，能使月經來去自如，則是超越“自然”了。

現今的“有月經才是女人”，“能享受性愛的才是女人”，“有高聳雙峰的才是女人”等觀念，恰恰是道教「女丹工法」中所要摒棄的（如前引文所謂的，赤龍斬則乳縮如男體）。這裡呈現出一個有趣的對比。現今觀念是“突顯男女不同”進而爭取男女平等，亦即一個異中求平等的過程。道教則以男女本質原就平等（九天之氣），差異只在後天形體，因此把形體中差異的部份，以特別工法修煉成沒差異（中性化）後，男女雙方便進入一個相同工法追求相同目標的階段。既沒有男尊女卑也沒有女尊男卑之分，端視一個人願意走修行路與否。當然這樣的論述，一般不修道的婦女便在我們查閱的道家文獻中找不到位置了，亦即女人便被分為二種，一種修道的（Taoist）、一種不修道的（laity）。而現今的流行論述是針對一般婦女的，與現代生活可以配合，在爭取男女同工同酬、男女醫療、法律、政治平等種種現實考量下很適用。

現今的追求男女在現實生活中的平等，是強調平等，可以進一步發展出各種以男女平等為訴求的社會運動。是一個預設有“行動”（action）、有“社會”（society）的一種思想方式。相對的，道教文獻中呈現的男女在自己的元氣及壽命的保固和追求中，是一個“無為的”，不預設“社會”的思想方式。

道教的女仙很多（唐·杜光庭；元·趙道一；詹石窗，1992；宋今，1994），男女都可修，女子經由修煉成仙的，在仙傳中的記載也很多。道教對女性身體的看法—由本文有限的回溯—可看到女性有其位置。至於後期受佛教“業報說”影響的道教經文，筆者傾向於視其為雜揉的道教，而不是道教核心觀念。

## 參考書目

- 普濟（宋）  
《五燈會元》。臺北：文津出版社。
- 趙道一（元）  
《歷世真仙體道通鑑》上、中、下三冊。臺北：自由出版社。  
《正統道藏》（明）（日本中文出版社，據涵芬樓本重編影印）。
- 賀龍驤（清）  
《道藏輯要》。臺北：新文豐出版公司。
- 丁福保 編  
1974 《佛學大辭典》。臺北：新文豐出版公司。
- 朱越利  
1990 《道教答問》。臺北：貫雅文化事業有限公司。
- 宋今、王宇、李倩  
1994 《華夏女仙》。山西：北岳文藝出版社。
- 李遠國  
1996 〈身神說—道教獨特的人體觀(-)〉，《性與命》，4:24-37。臺北：中國性命雙修協會出版。
- 邱豐森 編  
1991 《女丹心法與導引神功》，玄真靜坐靈修寶鑑。第九冊。玄真道學出版社。
- 峨帽居士  
1983 《道壇作法》，卷2、3。臺北：逸群圖書公司。
- 布朗米勒（Susan Brownmiller），陳蒼多譯  
1991 《女性奇論》。臺北：森大。
- 詹石窗  
1992 《道教與女性》。臺北：世界文物出版社。

蕭登福

1995 《道教與佛教》。臺北：東大。

Arnold, David

1993 *Colonizing the Body*. Berkeley and Los Angeles, California: University of California Press.

Benthall, J and T. Polhemus (eds.)

1975 *The Body as a Medium of Expression: An Anthology*. New York: Dutton.

Brownmiller, Susan

1984 *Femininity*. New York: Linden Press. (有中譯本)

Comaroff, Jean

1985 *Body of Power, Spirit of Resistance*. Chicago: The University of Chicago Press.

Douglas, Mary

1966 *Purity and Danger*. London: Ark Paperbacks.

Durkheim, Emile and Marcel Mauss

1963 *Primitive Classification*. Chicago.: The University of Chicago Press.

Foucault, Michel

1986 *The History of Sexuality*. New York: Pantheon Books.

Hertz, Robert

1909/1960 *Death and the Right Hand*. Glencoe, Illinois: The Free Press.

Mauss, Marcel

1979 *Sociology and Psychology*. London: R.K.P.

Maspero, Henri

1981 *Taoism and Chinese Religion*. The University of Massachusetts Press.

Martin, Emily

1987 *The Woman in the Body*. Boston: Beacon Press.

O'Neill, John

1986 *Five Bodies: The Human Shape of Modern Society*. Ithaca: Cornell University Press.

Ong, Aihwa

1987 *Spirits of Resistance and Capitalist Discipline*. Albany: SUNY Press.

Schipper, Kristofer

1993 *The Taoist Body*. Berkeley: University of California Press.

Seaman, Gary.

1981 The Sexual Politics of Karmic Retribution, in Emily Martin Ahern, and Hill Gates, eds., *The Anthropology of Taiwanese Society*. California: Stanford University Press.

Turner, Bryan S.

1984 *The Body and Society*. New York: Basil Blackwell.

1991 *The Body: Social Process and Cultural Theory*. London: Sage Publication.