

作者簡介

謝群教授，成都人。

研究方向為舞美藝術與宗教哲學。

國家級社會科學基金重點項目《道藏源流考》整理出版的主要參加人，著有《女丹經典》（中醫古籍出版社，2019）、《坐進此道：〈悟真篇〉研究與實踐》（臺北：花木蘭文化事業有限公司，2023），《庭前柏樹子》（臺北：花木蘭文化事業有限公司，2025）

學密法於圓照法師、元音老人；學丹道於臺灣西派宗師馬炳文；在朱越利先生悉心指導下，系統地研究宗教經典；在李遠國先生悉心指導下，深入研修道教秘諱、符籙、雷法。

全真道華山派祥真曹師關門弟子

（國家一級學會）全國老子道學文化研究會副會長

兼大自然環境保護委員會 會長

（香港青松觀）《道教學譯叢》編委

劉嘉童，男，1999 年生。

（北京）中華女子學院（文化傳播學院藝術系）畢業，（布里斯班）昆士蘭大學社會學碩士在讀。

（與謝群教授合）著有《坐進此道：〈悟真篇〉研究與實踐》（臺北：花木蘭文化事業有限公司，2023）、《庭前柏樹子》（臺北：花木蘭文化事業有限公司，2025）

全真道華山派第二十四代弟子

孫豪，男，1996 年生。

河南工業大學（信息科學與工程學院計算機科學與技術專業）畢業。

2024 年獲鄭州大學管理學碩士學位。

全真道華山派第二十四代弟子

張旖珈，女，1988 年生。

奧地利維也納大學企業管理專業在讀。

全真道華山派第二十四代弟子

提 要

人類在克服文化異化過程中，一些思想家開始從中國傳統文化中尋找智慧，中國傳統文化的「天人合一」思想被關注。在修行文化的視野下，內丹術不僅是一種宗教文化和精神信仰，也是一種「個人體驗」，即以人之自我身心為工具，通過「修煉」以達到「身心和諧」，乃至「天人合一」的理想境界。從「神仙不死」的長生追求出發，內丹術就建立起了「我命在我」、「神仙可學」的生命主體論，主張發揮主觀能動的作用，直至到達長生不死的理想境界。

於是，在理性未能達到的夢想之域，人們就需要信仰來「指導」了。這時就遇到了區分信仰與迷信的困難，人們往往由於崇拜有限的對象而陷入迷信。修行文化也有其「迷津」——諸如它內含的一些迷惑人心的逆天之「夢」。即如書稿中稱為的「內丹學派」，以「自然」之道來反抗「自然」之命運，而其文化本質上是「反自然」的，就像「永動機」一樣，任何違反自然規律的企圖或者理想，自古至今還沒有被人類發明和實現。



目 次

序 不惑之惑邂逅新禪學 董光壁	
壹、走投無路	1
貳、破本參	17
參、勘婆	29
肆、東門西門南門北門	61
伍、外面全是自己人	81
陸、打不得、打不得	97
柒、吃茶去	103
捌、眾妙之門——我聞兩派大師說「道竅」	159
玖、人依空界立，山入鏡中來——內丹西派折衷 佛道之見趣漫談	165
拾、至此得一復忘一，可與化元同出沒	173
附錄一 無為居士修道內景	191
附錄二 明一子內丹功經驗談	203
附錄三 我的經歷	217
後記 丹道和禪那的關係可好了	259