



獅城道教

季刊

3

2009

总 19 期

Published by Taoist Federation (Singapore) 新加坡道教总会出版 (非卖品)



向台湾莫拉克台风罹难者

奠

解囊捐款幸勿云天萬里心

太上老君十四字养生诀

这幅联语原刻在古楼观说经台老子祠大门内《道德经》碑石之侧。上联右上角标明“太上老君作”。根据道士相传，上联读作“玉炉烧炼延年药”，下联读作“正道行修益寿丹”，属道家关于养生修炼的联语。兹按照字的构造，结合道家修养丹法，试作探讨释义如下：

贍

读音：玉(yu)

字义：此字是珍贵之意。家有珍宝为宝，天有日、月、星三光为宝，人有精、气、神三品为宝。相传老君对修炼丹法，以及宇宙自然之道有所研究，故造作此字。会意身内有宝，珍贵如玉。故老君造此字叫人固守三宝，恬淡世情，积精累气，以求长生。

𠂔

读音：炉(lu)

字义：是冶炼的器具。道家的养生炼丹共有外丹及内丹两种，而此字是指练内丹而言。从字的构成应理解为：以人身固有的精、气、神，经过阴阳交会的作用，就可以练就养生的真丹，即内丹。此字反映了道家关于修养的基本方法。

𤇗

读音：烧(shao)

字义：按张道忠注释：一、内、火。一者取其天一生水之意，比之时令，四季冬在尾，每逢冬至节到，寒冷至极，在天干为壬癸，在地支为亥子，在卦为坎，在四方为正北。按老君太极图意，阴极生阳，故曰“冬至一阳生”。水者万物之所伏生，喻人身亦有阴极生阳治理。所以每逢半夜子时，寢寐静极，真阳冲动，肾水沸腾，岂不是天一生水么？

火者在时令为夏，在四方为正南，在卦为离，在天干为丙丁，在地支为巳午，在三光为日，在人身则为心神。故修炼家在天一生水，真阳冲动时，必须立即用心意（火）招摄使其不致泄漏。心火下降，肾水上腾，阴阳交会成为烧炼之意。

𣎵

读音：炼(lian)

字义：此字由“木”、“石”、“土”组成。按道家阴阳五行的说法，木能生火，所以木是火源，石系金属，金能生水，所以金是水源。道家《丹经》中说：“木为火之元神，金为水之元精。土能簇五行”。

道家把物质中的金、木、水、火、土，喻为人的肺、肝、肾、心、脾。金、木、水、火，在四季各有旺、相、休、囚的不同变化，只有土属中央，旺于四季。金、木、水、火皆依于土。所以说“土能生万物”。《丹经》又称土为“土釜”、“媒聘”、“黄婆”，意思是用人的心意来招摄人身内的水火，使之归源，去其糟粕，取其精华（元神、元精）。只有经过这样的提炼，真炁（气）才能正常运转。

（下接第8页）

贍 𠂔 𤇗 𣎵
傳 德 誠 泮 儵 𣎵
𣎵 𣎵 𣎵 𣎵 𣎵 𣎵

古樓觀太上老君十四字養生訣
玉爐燒煉延年藥
正道行修益壽丹
戊子秋賈維勝書

贾维胜

艺术 简历



贾维胜教授，1937年3月生，原籍安徽省蚌埠市。1961年毕业于华东师范大学，任职于北京中医药大学。幼读私塾，师从马春景先生，长期钻研书法理论，进行书法教学与创作。书作以隶、行见长，发表作品约50幅，两次在京举办个展。数百幅作品为日、新、德、韩及台、港地区知名人士和国内书画团体、博物馆收藏。代表作及辞条收录于《北京书法家名鉴》、《中国当代书法家辞典》、《中国当代艺术界名人录》、《当代书画名家精英大典》、《当代书画家荐览》等辞书。现为北京书法家协会会员、北京海峡两岸书画家联谊会会员，任全国卫生书画协会常务理事、全国杏林书画协会常务理事兼副秘书长、卫生部老卫生工作者书画研究会常务副会长。

卷首语

最近一起年轻乩童携友坠楼以重生为“屠魔者”来拯救世界的审讯，大大震撼了狮城。此事反映出道教及“乩童”文化虽在本地非常普遍，但本地信徒对此仍有许多误解。道教是非常重视生命的宗教，反对任何伤害生命的行为。新加坡道教总会一直将“宣导教义，弘扬正道”当做首要任务，此后也定将采取更多措施，积极推广、宣传道教教义。

新加坡道教学院积极举办活动，为宣扬道教教义尽一分力。“文化大讲堂”讲座活动讲解了庄子“逍遥无待与齐物天籁的人生境界”的人生观；而第五期短期课程，则以文学赏析来探讨道家讲究真、自然以及质朴纯真的审美观，同时也得以从中一窥道家学说对历朝文人学士的影响。

台湾因为“莫拉克”风灾来袭，导致中南部多处地区陷入灾情。新加坡道教总会联合属下会员宫庙与新加坡佛教居士林、新加坡回教传道协会及新加坡兴都教基金会，积极展开筹款赈灾活动，获得属下庙宇及各界人士热心支持。

名家书道

太上老君十四字养生诀 封二

目录，编委会，卷首语 3

道风道业

宣导教义、弘扬正道 崇融 4

学人道语

“逍遥无待”与“齐物天籁”的人生境界
——林纬毅博士主讲“庄子思想” 徐李颖 6

弘道宣教

新加坡道教学院第五期短期课程：道家文化与文学欣赏 仇莉莲 9
Recommendation of new books in San Qing Taoist Library 22

会员动态

简讯汇编 10

道总简讯

新加坡道教总会联合佛教居士林、回教传道协会及兴都教基金会
举办赈灾法会为台湾莫拉克灾害难民筹集援助款项 奉善 12
简讯汇编 17

宫庙介绍

三清宫举行“太上黄箓大斋法会” 水仙子 14
实龙岗北协灵坛庆29周年纪念暨张公圣君千秋圣诞 仇莉莲 16

闻道悟德

道教教我们如何安身立命 (续) 黄信成 19

道经注解

《道德经》第37、38章 24

鸣谢·征稿 26

神仙真人

黑白无常——勾魂摄魄的使者 封三

道教资讯

中国—新加坡宗教文化展2009 /
新加坡道教学院“一年制道教专业课程”招生简章 封底

本刊编委会

总策划：陈添来BBM

主 编：三清宫道教文化中心

编辑委员：黄信成道长 陈信一道长 陈川强PBM

李金池 庄光栋 仇莉莲

编辑顾问：陈国显道长 李焯然博士 游龙子大师

林纬毅博士 徐李颖博士

出 版：新加坡道教总会 Taoist Federation (Singapore) 21 Bedok North Ave 4, Singapore 489948

印 刷：先锋印刷装订私人有限公司 PCL Printers (Pte) Ltd Tel: 6745 8733 Website: www.pcl.com.sg



封面说明

新加坡道教总会联合其他宗教组织为台湾莫拉克风灾难民举办赈灾筹款活动。

宣导教义、弘

去年8月23日凌晨发生两名男生坠楼案件，本月在验尸庭研讯，揭发了许多连死者家人都意想不到的诱因。8名中学生深信第三次世界大战即将来临，决定集体跳楼，以重生为“屠魔者”拯救世界，结果两名率先跳下的学生没有拯救世界，只给自己的母亲留下难以抚平的悲痛，给亲人朋友无限的震惊和遗憾。

自杀的男生之一是乩童，家是一间“住家庙”，事发约两三年前，他开始相信自己能与神明沟通，每周五在家扶乩，让神明附体，为信徒解难。

这起悲剧的发生把道教推倒了风尖浪口。对此，新加坡道教总会会长陈添来BBM先生在接受媒体访问时，认为这起意外事件对道教组织敲响了警钟，新加坡道教总会将加强宣传的力度，把宣传正确的教义、弘扬正道作为义不容辞的责任。

道教并非此事件的直接诱因

小乩童们设立神坛、跳神扶乩，同时沉迷于线上游戏，并深信第三次世界大战即将来临，决定集体跳楼，以重生为“屠魔者”来拯救世界。他们的行为反映出年青人对道教的误解很深，再加上缺乏正确的引导，以致误入歧途，酿成惨祸。

首先，他们自杀的理由跟道教完全没有关系。虽然“圣龙府”有道教色彩，但我们知道任何宗教都是需要师徒相传的，他们自己设立神坛，并没有得到正确的教导。

其次，道教里从来没有世界末日的说法，也没有“屠魔者”，这完全是电脑游戏中的虚构角色。

另外，青少年非常容易受到朋友和周围环境的影响，而自身又缺乏对事物的判断力。这个年龄的人正是建立价值观的时候，很需要正确的引导和教育。

乩童文化非道教主流

自杀的中学生中，有一位是乩童。乩童其实就是“灵媒”，是人与鬼神沟通的媒介。在东西方文化中都有“灵媒”的存在。而且灵媒在人类社会文化中有

悠久的历史。但因其神秘性和巫术性，往往不为外界所了解。“乩童”在中国历史上被称为“巫”或“巫覡”，在中国南方闽台及新、马一带，则称之为乩童。随着社会的发展，乩童虽然不属于主流文化，但因为仍有一部分信徒有信仰的需求，因此许多神坛、庙宇中，仍然看得到乩童的身影，它是道教民间俗信仰的一部份。

乩童与道士的不同

道教是历史悠久、制度完备、教义严格的正统宗教，在华人社会，儒释道三教鼎立，它是华人传统文化不可缺少的一部份。

乩童文化只是道教俗信仰的一部分，它与道教有关，但并不是道教的主流。

乩童的来源一般有三种方式，第一是由神明挑选，被神明选中的人担任乩童；第二是由老年乩童传承给新人；第三是个人自行感应，如受到现场情境的影响而“起童”，成为乩童。由此看来，乩童的产生带有很大的“偶然性”，并不是通过漫长的学习而产生的。所以一般上并没有严格的年龄限制，也没有严格的训练，缺乏制度规范。

而一个正规的道士首先要经过入教拜师仪式，然后开始漫长的学习、修行生活。在掌握了所有道教知识后，道士还必须经过受箓仪式，以获得道士的资格。

此外，道教还特别注重自我修行，与自然身心合一，让心灵纯净无染，达到肉体与心灵的洁净。

因此，在正统道教里，只有受过严格训练、经过自我修行的道士方具备与神沟通的能力。道士必须掌握相关的科仪、符咒，并严格执行戒律、清洁身心，才能役使神明、传达神的旨意。

也就是说，道教有一套完整的学科体系，有深刻的哲理、完备的教义、充分的仪式、严格的戒律，可以通过认真的学习和严格的修行来成为“道士”。

仙道贵生，无量度人

这件事反映了本地道教徒对道教的误解依然很深。不

扬正道

■ 崇融

少信徒对道教的认识还停留在烧香祈祷、问神卜卦上。而对真正的道教教义、道教戒律、道教历史，知之甚少。

道教是一个非常重视生命、热爱生命的宗教，道教修炼的根本目的就是求得健康、求得长生。道教的核心价值观念就是“仙道贵生，无量度人”，道士不但追求生命的长久和身心的逍遥自在，还要以慈悲的胸怀帮助身边的人一起摆脱烦恼，达到身心的平和宁静，成就生命的圆满。因此，自杀是道教坚决反对的行为。

信徒应尽量参与正规道教庙宇的活动

首先，正规庙宇基本上都注册为法定的社团组织，受理事会的管理，举办各种活动都要服从国家法令、受到管理者和信众的监督，很少有违规之举。

其次，庙宇的法事都由受过训练的专业道士来完成。大型庙宇一般都有庆典法会、超度法会等大型的斋醮科仪，满足民众祭祀神明、超度祖先的需要。此外也有解签问事的服务。无论是日常诵经还是大型法会，正规庙宇都会聘请专业道士来主持。平时的解签服务或者由道士、或者由资深的修行者来主持。

而私人神坛因为缺乏监管制度，难免会出现个别鱼目混珠之徒，缺乏正确引导的年轻人，因不够成熟、理性，更容易受到迷惑。

开办学院，宣导正确教义

这件事也引起道教组织对宣传正确道教教义的重视。事实上，新加坡道教总会、新加坡道教学院一直都有开办文化课程及各种讲座，出版定期刊物，来宣传正确教义。

三清宫道教文化中心、新加坡道教总会共同主办的“新加坡道教学院”已于去年年底成立。这一年来开办了五次短期课程及各种文化讲座。新加坡道教总会也定期出版文化季刊《狮城道教》免费赠送给庙宇和信徒。

新加坡道教学院计划于明年年初开办“道教专业课程”，学制一年，面向社会公众人士招生，任何有兴趣的人，包括乩童，都可以来学习道教基本知识。



新加坡道教总会会长陈添来BBM先生在接受媒体访问时，认为这起意外事件对道教组织敲响了警钟，新加坡道教总会将加强宣传的力度，把宣传正确的教义、弘扬正道作为义不容辞的责任。

此外，新加坡道教学院的长期计划是开办2—3年制“道教大专课程”，培养教内具有高文化水准的道士。课程内容包括科仪法事和文化课程。科仪法事将由龙虎山资深道长教授；文化课程由专家学者授课。

为吸引年轻人，新加坡道教总会也成立了青年团，目前有团员80人。青年团积极地组织《道德经》展览、道教圣迹旅游等活动，让年轻人对道教建立正确的认识。

总之，小乩童集体跳楼的事件，值得所有成年人反思。对于年轻人，关怀他们的心灵和精神健康至关重要。而这件事也给道教组织敲响了警钟，宣传正确教义已成为当务之急。



“逍遥无待”与“齐物天籁”

——林纬毅博士主讲“庄子思想”

6月14日，新加坡道教学院举办第二场“文化大讲堂”，特别邀请林纬毅博士主讲“庄子思想”。

林纬毅博士，1970年毕业于南洋大学中文系，获得荣誉文学士（第一等）学位，1973年获文学硕士学位。二十多年后，林纬毅凭借坚强的毅力，再次迈入高等学府，2002年如愿以偿获得新加坡国立大学哲学博士学位，了却三十年前的夙愿。他目前担任国际儒学联合会理事、新加坡儒学会理事、马来西亚孔学研究会学术顾问、中国人民大学孔子研究院研究员、新加坡亚洲文化研究会理事。曾兼任任教于新加坡国立大学、新加坡开放大学、马来西亚韩江学院、南方学院。教导中国哲学史、中国文化史、古籍导读、四库总叙疏导、《韩非子》、《论语》、《左传》、文字学等课程。

林纬毅博士有着深厚的中国哲学素养，尤其精通先秦哲学。新加坡道教学院首次邀请他主讲道家哲学，他便选择了《庄子》。

关于《庄子》，前人已有很多的论著，从不同的角度进行过丰富的阐释。而林纬毅博士的演讲切入点则是《庄子·养生主》的“吾生也有涯，而知也无涯；以有涯随无涯，殆矣；已而为知者，殆而已矣”。从而引发出人生的两种困境：生有涯，知无涯。进而就《庄子·逍遥游》和《庄子·齐物论》的观点，谈庄子“逍遥无待之游”和“天籁齐物之论”，以化解人生之困境。

作为道家思想的代表人物，庄子对于人生、对于生死有着特别的看法。他不希望人执着于生死、执着于

外物，因为人生有限。他说：“吾生也有涯，而知也无涯。以有涯随无涯，殆矣；已而为知者，殆而已矣。”

（〈养生主〉）人生受到种种桎梏，最大者莫过于“生有涯”，即天生的命限。在有限的人生里，我们不去追求逍遥自在的生活，反而被“知无涯”困扰，不停向外索取，人生将疲困不堪。

人在现实生活上为什么会有这两大困苦呢？〈齐物论〉中说：“一受其成形，不亡以待尽，与物相刃相靡，其行尽如驰，而莫之能止，不亦悲乎？终身役役，而不见其成功，惘然疲役，而不知其所归，可不哀邪？人谓不死奚益？其形化，其心与之然，可不谓大哀乎？人之生也，固若是芒乎？其我独芒，而人亦有不芒者乎？”是说人一旦从父母那里受精血形成肉体，便不参与变化而等待形体耗尽。和外物接触、互相摩擦，驰骋追逐于其中，而不能止步，这不是很可悲的吗？终生劳劳碌碌而不得有什么成就，疲惫困苦不知道究竟为的是什么，这不是很可哀的吗？这样的人生虽然不死，但又有什么意思呢？人的形体逐渐枯竭衰老，而人的精神又困缚于其中随之销毁，这不是莫大的悲哀吗？

庄子认为肉体的消亡固然可悲，但是如果人的“心”、人的精神受制于物质世界，一并消亡，则是更大的悲哀。所以第二种困苦，就来自于人的“成心”。

心有所执著，便会产生学派的争论，主观的是非争执、意气之见，这就是“成心”。〈齐物论〉说：“夫随其成心而师之，谁独且无师乎？奚必知代而心自取者

有之？”如果依据自己的成见作为判断的标准，那么谁没有一个标准呢？何必一定要了解自然变化之理的智者才有呢？就是愚人也是有的。所以各家各派所见，不是宇宙的全部，不是物质的本真，只是主观的偏见。

《齐物论》：“物无非彼，物无非是。自彼则不见，自知则知之。故曰：彼出于是，是亦因彼。彼是，方生之说也。虽然，方生方死，方死方生；方可方不可，方不可方可；因是因非，因非因是。是以圣人不由而照之于天，亦因是也。”

“彼”与“此”都是相对的概念，各种事物相对于他物是“彼”，相对于自己是“此”。所以说：彼方是出于此方的对待而来的，此方也是因着彼方的对待而成的。彼和此是相对而生的。虽然这样，但是任何事物随起就随灭，随灭就随起；刚说可就转向不可，刚说不可就转向可了。有因而认为非的，就有因而认为是的。因此圣人不走划分正误是非的道路，而观照于事物的本然，这也就是顺着自然的道理。

这就是庄子所主张的消除物、我的差别。物、我是相对成立的，是不断变化的。在变化的过程中，是、

而听之以气。耳止於听，心止於符。气也者，虚而待物者也。唯道集虚。虚者，心斋也。”

心斋就是“虚而待物”的意思。物象进来第一关要通过感官，如耳。所以，人与物接触，不要用耳去听，而要用心去听。因为耳的功能仅止於听，它接受一切听到的东西，没有反省选择的能力。这样，心无法直接感受物象，而是受到了耳的困扰。心要突破困境、超越感官，必须用“气”听，气就是虚而待物。心斋由耳而心，由心而气的工夫修养，是由外而内，由有心而无心的超拔解消的历程。

在“心斋”的“虚而待物”之外，庄子又开拓出“坐忘”的“同於大通”的工夫境界。

《大宗师》：“仲尼蹴然曰：‘何谓坐忘？’颜回曰：‘堕肢体，黜聪明，离形去知，同於大通，此谓坐忘。’”

堕肢体就是离形，也就是无听之以耳；黜聪明，就是去知，也就是无听之以心。而听之以气的虚而待物，就可以跃登坐忘的境界。

通过心斋、坐忘的修养工夫，可达到“离形去知”。“离形”主要表现在逍遥无待之游，“去知”则主要表现在天籁齐物之论。以下通过《逍遥游》和《齐物论》中的两个寓言故事，来说明“离形去知”。

《逍遥游》中描述了一只名为鲲的大鱼，鲲的巨大，不知有几千里。化成鸟，名为鹏，鹏的背，也不知有几千里大。它奋起而飞，翅膀像天边的云。这只鸟，海动风起时就迁往南海。当鹏迁往南海的时候，水花激起达三千里，翼拍旋风而直上九万里高空。蝉和小鸠讥笑大鹏说：“我尽全力而飞，碰到榆树和檀树就停下来，有时飞不上去而投落地面就是了，何必要飞九万里而往南海去呢？”

可惜小鸠不知大鹏鸟的心胸怀抱，不明白“水击三千里，搏扶摇而上者九万里”的壮志。小鸟的飞，没有风险、突起而飞，就算一时冲不上树枝头上，掉落於地，爬起身来就是了，飞得那么高远，还不是一样的飞吗？这是小麻雀的飞的极致，与大鹏振翅怒飞的壮阔形成锐比。

这就是小智和大智的区别了。若能够顺应自然的规律，把握六气的变化，以游于无穷的境域，他还有什么依待的呢！就像大鹏展翅，可以自由翱翔，不必依待外物。人的心灵像大鹏一样自由翱翔于广阔无边之境，何处不能自得自在呢？

在《齐物论》里庄子通过南郭子綦的口，借助“天籁、地籁、人籁”阐述了物我齐一的观念。

当宇宙长风吹起时，风本是无声的；这一无声之声就是天籁。风吹向大地万窍，由于万窍自身形状的不同，发出万种不同的声音，这是地籁。人以乐器奏出乐章就是人籁。地籁、人籁虽然有万种不同，但都从天籁而来。假如宇宙长风止息，万窍即归於寂静。所以，地籁、人籁之所以千差万别，乃是由于各个窍孔的自然形状不同，鼓动他们发生本源是一致的，那就是天籁。如此，三籁一本同源，和谐共存。

如果人们能够领悟“逍遥无待”与“齐物天籁”的境界，并通过心斋与坐忘的修养工夫，让心虚静而观照万物，人生将不再被外物所束缚，回到“无用之用”的自然之境、本源之境，去实现自在自得的逍遥人生。

”的人生境界

■ 徐李颖

非、彼、此、物、我……有可能互相转化，并没有绝对的存在。他说：“是亦彼也，彼亦是也。彼亦一是非，此亦一是非。果且有彼是乎哉？果且无彼是乎哉？彼是莫得其偶，谓之道枢。枢始得其环中，以应无穷。是亦一无穷，非亦一无穷也。故曰莫若以明。”此也就是彼，彼也就是此。



林纬毅博士

彼有它的是非，此也有

它的是非。果真有彼此的分别吗？果真没有彼此的分别吗？彼此不相对待，就是道的枢纽。合于大道的枢纽才像得入环的中心，以顺应事物无穷无尽的变化。“是”的变化是无穷的，“非”的变化也是无穷的。所以说不用明静的心境去观照事物的实况。

在庄子看来，人生的困苦，“有涯”与“无涯”的矛盾，就是来自心知的执迷，来自于人对于外物的困扰。故修养工夫应从心上做起。庄子提出人生修养一在心斋，二在坐忘。

什么是心斋？“心斋”是心的斋戒。《大宗师》中说：“若一志，无听之以耳，而听之以心；无听之以心，

(上接第2页)

愈

读音：延(yan)

字义：这个字由“心”、“命”两字组成，含有延长寿命的意思。道家认为只有性（心）命双修才能延年益寿。

修性就是修养心神，宁心静虑，使万念俱空，心旷神怡。修命指的是修炼精气，慎房事、戒淫欲，求得精满气足。人的心神和精气有紧密的联系，如果心神不宁，精气必然耗损，损之又损，寿命定会短促。故此字教人平日清静心神，固守精气，才是延长寿命的根本，亦即道家倡导的养生之道。

稿

读音：年(nian)

字义：此字是由“千”、“万”两字组成。“千万”意喻长久，人如能依照老君养生之法，久持不懈地修养，就能身强体健，延长寿命。

聚

读音：药(yao)

字义：此字由“自”、“家”、“水”组成，指的就是内丹的元素。道家经典《玉皇心印经》中说：上药三品，神与气、精。

自、家、水者，即人体内之精液，为三品上药之源泉。药人不分贤愚，自家皆具有，只是常人因房事不慎，淫欲过度，以致“药”源枯竭，多疾寿夭。因此，修炼家把清心寡欲、筑基、炼精，作为养生最根本的功夫。

靖

读音：正(zheng)

字义：张道忠注：“一、止、主、月，正者真也，一并止为正，主者注也，注月为青，青者东方之色也，五方之首，四正之初也，人能行真正不染邪曲者为仙之本也”。此字指人外形纯一，止于正大光明，不染邪曲，以此作为修德之本。“青”，在五行属木，木为青色，在四季为春，在四方为东，属万物生发一方。又春为一岁之首，草木应春而生，枝叶青葱，隐含人循道养生，就能生机旺盛，如草木逢春。

傳

读音：道(dao)

字义：此字由“人”、“道”、“寸”组成。“人”指人体。“道”指宇宙万物运行的规律。“寸”是小的长度单位，喻“寸心”、“方寸”，即个人的心。整个字含有道法自然之意，就是寸心不离常理，寸步不违天道。

此字教人修炼时要顺乎人身阴阳之道，要清静心神，革除邪思妄为，使人常处于无邪思、无妄为的清静状态，循道而行，返朴归真。

德

读音：行(xing)

字义：此字由“人”、“法”、“心”组成。“人”指人体。“法”是师法的意思。“心”指人的心性而言。人心本来是清静的，然而不能保持者，是因私欲牵绕。此字是教人降心止念，绝去私欲，宁心澄虑，取法自然清静之意。修养家把此意称之为还“本来面目”。

诚

读音：修(xiu)

字义：此字由“至”、“成”合成。“至”指达到，“成”指成功。此字喻有坚持不懈的意志和决心。意即如能遵循自然之道，久持不懈，诚心修炼，就一定能够成功。

湊

读音：益(yi)

字义：此字由“水”、“天”、“井”组成，是指人用功到虚极静笃时，阴阳交会，心平气和，只觉口内上颚有分外香甜的津液，自然由上降下，滋润百骸。故《道德经》云：“天地相合，以降甘露”。

儔

读音：寿(shou)

字义：此字由“在”、“人”、“内”三字组成。“人”指道家的所谓真身（修养家称内产婴儿）。“内”之人身内的精、气、神就凝聚成一种结晶物。故道教《丹经·参同契》说金丹长成以后的形态类若鸡子，所以叫丹，又因它长成以后，和婴儿一样，所以又叫做“婴儿”。但这时的丹在人身内，还没有成熟，似妇妊娠，尚未分娩，所以是“在”、“人”、“内”。如果人身内成就此丹，便可长寿在望。

九真

读音：丹(dan)

字义：此字由“九”、“真”组成。“九”喻练功长久，“真”是真实之意。修炼家修炼功成时谓“九转成丹”。所以道教《丹经》中说“三千功满”。所谓“三千”就是三千天，将近九年。这里的“九”，不能理解为绝对的九次或九年，确切地说，“九”就是“久”的谐音，隐喻长久不断修炼。“炼丹”必须是久修久炼，真丹才能炼就。

前面我们对联语的十四个字分别作了阐释。现在再把十四个字分为上、下两联，总括起来说说全联所包含的意义。

人们知道，道家的养生修炼，是为了清心寡欲，凝神静虑，保持气血调和，从而达到防病祛病，使生命延长到应有极度、避免夭折的目的。道家把养生修炼叫做“炼丹”。丹有内外之分。简言之，内丹就是自身的修炼，外丹就是经过提炼的药物，服之可以保健。但最根本最重要的是自身的修炼。

这幅联语概括了道家养生进行自身修炼的基本内容。上联：“玉炉烧炼延年药”，意思就是：“延年药”这个对于人来说最宝贵的东西，不须外求，自身就有原料，就有最好的冶炼炉，可以烧炼出来。意义既深刻又易懂，一语道破了道家修炼的奥秘。下联：“正道行修益寿丹”。“益寿丹”与上联的“延年药”意思基本相同。“道”是方法，也可作“规律”解。“正”是区别词，与“邪”对立。“正道”就是正常的方法或固有的规律。“行修”含有下苦功夫修炼的意思。这一联的意义，就是按正常的方法下苦功夫修炼，就能炼就益寿的真丹来。这里还须指出，上联的“烧炼”、下联的“行修”是这幅联语的关键所在，必须理解其重要意义。养生的道理纵有千条万条，但炼功深浅程度全在自己，因之取得结果也是各不相同的。

道家文化与文学欣赏

■ 仇莉莲

新加坡道教学院在7月20日至25日，晚上7点至10点，在新加坡道教学院“玄妙堂”举办了为期六天的第五期短期课程，特别邀请了郭丹教授前来主讲“道家文化与文学欣赏”。

郭丹教授，福建龙岩人，1987年毕业于江西师范大学中文系硕士研究生，毕业后到福建师大工作，曾任福建师大中文系副主任、文学院副院长，现任福建师范大学文学院教授、中国古代文学专业博士生导师；福建师大学术委员会委员；并且身兼多项社会兼职，包括教育部全国高校中文学科教学指导委员会第二届委员、中国《诗经》学会理事、中国古代散文学会理事、中国屈原学会常务理事、福建省社科联委员、福建工程学院、龙岩学院兼职教授等。

郭丹教授的研究专业为先秦两汉经学与文学、中国古代文学批评史，已经出版的著作包括《古代文学精华》、《春秋左传直解》、《客家人服饰文化》、《左传漫谈》、《史传文学：文与史交融的时代画卷》、《先秦两汉文论全编》、《魏晋南北朝文论全编》、《左传国策研究》、《左传战国策讲演录》等著作及古籍整理著作15种，在《光明日报》、《文学遗产》等刊物上发表学术论文80余篇。郭丹教授多年来承担国家社会科学基金、国家古籍整理委员会、福建省社会科学规划科研项目十余项，在教学科研方面获得国家级省部级的奖励多项。已指导12届硕士研究生和7届博士研究生。

郭丹教授的演讲主要分为道家文化的特点以及文学欣赏两个部分，其中前者又分为道家思想文化之特征以及道家文化与中国古代审美思想，后者则论及道家文化影响下的中国古代文学创作与文学欣赏。他的演讲生动风趣，引人入胜。

在第一个部分，郭丹教授首先阐述了中国古代农耕社会及宗法社会的特点，以及儒家文化的基本特征。他认为，儒家文化是以人为中心的伦理型文化，将伦理道德外化为一种可操作性的行为规范，因此讲究“礼”、礼节、礼仪；该文化存在一种忧患意

识，因此鼓励积极用世。儒家文化强调中庸思想，因此在审美观上则强调中和之美。

之后，郭教授谈到了道家思想文化的特征。郭丹教授说，道家的代表人物是老子，以“道”的学说为思想核心。老子说：“道法自然”，因此道，就是自然。道家在政治方面，主张清静无为；在道德方面，主张返朴归真；而在人生观方面，道家主张有高远的志向，但应该大智若愚，含而不露，在修身处世（养生）方面，道家则强调要少私寡欲、宽容大度、“功遂自退”以及“君子之交淡如水”。

有鉴于道家思想的以上几点特征，道家在审美方面，也强调真、自然以及质朴纯素为美，因此，郭丹教授认为，道家的审美观强调“大巧若拙，大音希声，大象无形，一如天籁”、“韵外之旨，弦外之音，含蓄悠远，情味隽永”。

课程的第二部分为文学欣赏。郭教授和学员们分享了不少富有艺术价值的历代文学作品，包括《诗经》里的《关雎》及《蒹葭》、庄子的《逍遥游》、《养生主》及《秋水》、陶渊明的《归去来兮辞》、《桃花源记》、《归园田居》及《饮酒》、王维的《山居秋暝》、《酬张少府》、《鹿柴》、《竹里馆》、《辛夷坞》及《鸟鸣涧》、李白的《玉阶怨》、《春思》、《独坐敬亭山》及《春夜洛城闻笛》、常建的《题破山寺禅院》、白居易的《琵琶行》、杜牧的《泊秦淮》、李商隐的《锦瑟》、苏轼的《水龙吟·次韵章质夫杨花词》及《江城子·十年生死两茫茫》以及李清照的《如梦令·昨夜雨疏风骤》及《一剪梅·红藕香残玉簟秋》。这些文学作品都充分展现了道家的文化，同时也符合道家讲究真、自然以及质朴纯素的审美观。

在郭丹教授为期六天的课程里，众多学员不仅对道家文化以及道家的审美观有了更进一步的认识，并且在以道家审美赏析历代文学作品的同时，也更了解了道家文化对这些作品的影响。

金洞府庆祝金面大人千秋

金洞府在7月5日至10日（农历五月十三至十八）举办庆典，庆祝金面大人、善财童子千秋暨39周年纪念。庆典包括“金洞府*舞台秀”及掌中班演出助兴，出席者包括马林百列集选区国会议员花蒂玛医生及林谋泉律师。

天德财庆众天阴神千秋

天德财在7月6日至11日（农历五月十四至十九）举办一系列众天阴神千秋庆祝活动，包括龙狮队表演助兴、拜孔子以及两晚精彩的“天德财之夜”歌台秀。

此外，天德财也在庆典期间，特别邀请新加坡道教总会举办道教文化展览，以促进信众对新加坡道教文化发展的了解，同时加深他们对道教的认识。



多名天德财的信众驻足围观小型道教文化展。

善灵坛道教会庆祝玉封南海善才爷千秋暨创立26周年纪念

新加坡善灵坛道教会从7月22日（农历六月初一）开始举办5天的庆典，庆祝玉封南海善才爷千秋暨创立26周年纪念。庆典节目琳琅满目，包括“善灵坛之夜”歌舞秀、南仙龙狮体育会表演助兴、“明珠歌台歌舞秀”、观音娘娘开财库、过平安桥仪式以及每晚的幸运大抽奖等。新加坡慈惠堂诵经团经生也莅坛诵经祈福。

忠义庙庆祝协天大帝暨众神千秋

惹兰加由忠义庙在7月31日至8月2日（农历六月初十至十二）举办协天大帝暨众神千秋庆典，并进行了祝寿祭祀仪式，祈求风调雨顺、国泰民安。

此外，该庙位于盛港西道与惹兰加由大路交界处的四层楼高的新庙，目前已完成四分之三的工程，估计将在今年底竣工。

天慈宫举行“玉皇上帝”圣驾升座大典

天慈宫在8月1日（农历六月十一），为新奉请的“玉皇上帝”金身，举行隆重的圣驾升座大典。新增设的“玉皇上帝”金身，以红木雕刻而成，雕工精细，耗时将近一年才完成。该金身高达8英尺，是新加坡东北部最大尊的“玉皇上帝”金身。天慈宫供奉的其他神明还有中坛大元帅、观音佛祖、城隍爷、大伯公等。

除了升座大典，天慈宫也在7月28日至8月2日（农历六月初七至六月十二）举办成立22周年、晋宫3周年、三十三天统天大元帅（中坛大元帅）、观音佛祖、玄天上帝及众神千秋圣诞庆典。

崇义庙举办“关帝公开财库”仪式

崇义庙在8月14日（农历六月廿四）举办“关帝公开财库”仪式，邀请道长在当地早上9时诵经祈福。崇义庙每年都在关帝公的诞辰庆典后举办这项仪式，让各界善信向“财神”关帝公请财库红包，祈求生意兴隆、合家平安、事事顺利。

洛阳大伯公宫庆祝象神诞辰

洛阳大伯公宫在8月23日（农历七月初四）举行“火供”祈福庆典，庆祝象神甘尼沙的诞辰。该宫并且特别邀请印度歌台呈现歌舞，表演助兴的包括本地著名印族艺人。

洛阳大伯公宫不只供奉主神大伯公与诸位神明，还奉祀兴都教的象神甘尼沙及马来神明拿督公。此次象神诞辰庆典吸引了不少善信及兴都教徒到该庙以牛奶为象神沐浴，以表对象神的敬意。

石牛洞欢庆创立21周年纪念及众神千秋

石牛洞从9月7日（农历七月十九）开始举办一连8天的庆典和祭祀仪式，庆祝创立21周年、法主圣君及众仙佛神明列圣千秋圣诞。庆典节目包括过平安桥、千人宴及龙狮大汇演等。

目前，石牛洞也正在筹募基金，准备在乌美四路兴建新庙宇。

多间庙宇庆祝中元节

韭菜芭城隍庙举办歌台、千人宴等庆祝中元。该庙在8月31日（农历七月十二）特聘丽星舞台秀打造万元高级歌台，准备了多张座椅及约50台风扇，让至少3千名观众舒服



马林百列集选区花蒂玛医生(右一)派发红包给马来同胞。

欣赏歌台。而该庙今年度的投标活动，总标价高达61万元，其中发财炉的标价为25万8888元，创下了新高。

此外，该庙也在9月3日，请来马林百列集选区的国会议员花蒂玛医生，派米和红包给175户贫苦人家。这些家庭有华人，也有马来人和印度人家庭，每户人家可以获得100元红包和一包10公斤的白米。该庙还特地准备了自助餐及娱乐节目，并请来异族歌星登台表演，希望此举可以让异族同胞对中元节有进一步的了解。

洛阳大伯公宫在9月16日及17日（农历七月廿八、廿九），特别聘请混元道坛资深道长主持普渡法会，以超度无主孤魂。该宫也举办“洛阳大伯公宫歌舞秀”及庆中元千人宴，招待参加该宫“福份”的善信与各界嘉宾。歌舞秀耗资万元打造，不止有特别的舞台效果入台前的火焰等，也设有活动升降设备，犹如演唱会现场。

武当城隍道教养生院参与“第八届全国武术观摩会”及总统府表演

韭菜芭城隍庙属下武当城隍道教养生院联同中国武当道教功夫团参与新加坡武术龙狮总会于9月19日在新加坡室内体育馆举办的“第八届全国武术观摩会”。代表武当城隍道教养生院参与表演的是两位武术教练张晓君及王晓利道长，当天的特别嘉宾是新加坡总理李显龙先生。

此外，两位武术教练联同中国武当道教功夫团也在第二天，即9月20日下午获邀到新加坡总统府，为新加坡总统纳丹阁下及夫人表演。表演项目包括太极拳、逍遥扇、龙华拳、太乙五行拳、玄武拳及集体太极剑。



全体表演者和纳丹总统伉俪合影。



武当城隍道教养生院联同中国武当道教功夫团在“第八届全国武术观摩会”上表演。

菲菜芭城隍庙诵经团诸位道长启坛诵经超度遇难者亡魂。



新加坡道教总会联合佛教居士林、回教传道协会及兴都教基金会

举办赈灾法会

为台湾莫拉克灾害难民筹集援助款项

■ 奉善

今年8月，来势汹汹的台风“莫拉克”一举侵袭了台湾中南部，连带的十一至十四级的强劲阵风及多场暴雨，以迅雷不及掩耳的速度引发了台湾一百年来最严重的水灾。所引爆的土石流及洪水淹没了多座村庄，导致台湾许多地区生灵涂炭，灾区满目疮痍。

获知有关消息后，新加坡道教总会联合属下会员宫庙与新加坡佛教居士林、新加坡回教传道协会及新加坡兴都教基金会，即刻商议联合主办筹款募捐活动援助灾民，让他们早日重建家园；同时也筹备祈福追荐法会，祭奠“莫拉克”灾害的罹难者。

是项“赈灾法会”在8月29日上午10点假三清宫举行。出席法会的包括驻新加坡台北代表处代表史亚平女士、阿裕尼集选区国会议员兼新加坡道教总会名誉顾问杨木光先生、新加坡道教总会会长陈添来BBM先生、新加坡佛教居士林李木源BBM林长、新加坡回教传道协会会长阿布巴卡BBM先生及新加坡兴都教基金会会长那拉PBM先生。道总的会员宫庙代表、各宗教代表以及多名道友也踊跃出席了这项法会。

道总会长陈添来BBM致词时表示，“莫拉克”风灾使得台湾民众的生命和财产损失惨重。一方有难，八方支援。所有的人应该本着慈悲为怀的精神，同心同德，为亡者祈祷，为生者祈福，同时筹集善款，希望帮助灾民渡过难关，重建家园。陈会长同时也向捐献善款、踊跃奉献爱心的各宗教信众，以及参与法会的所有宗教师表



道教总会会长陈添来BBM(左三)代表主办当局，在阿裕尼集选区国会议员杨木光先生(左四)的见证下，将善款转交给驻新加坡台北代表处代表史亚平女士(左五)。

鸣谢

示衷心及诚挚的谢意。

驻新加坡台北代表处代表史亚平女士致词表示，台湾对于新加坡各宗教团体的热心救助感到非常感动，同时也非常感恩。该代表处必在最短的时间内，将捐款送达灾区，使灾民能够早日获得援助。

法会中，各宗教代表也为所有风灾的罹难者献上鲜花致哀，并且联同所有参与法会者，为不幸的风灾遇难者默哀一分钟。

天灾无情，人间有爱。许多商翁善信及民众积极响应各宗教团体的号召，纷纷为灾区奉献爱心。个人的力量往往有所局限，但我们相信，只要把大家的爱心一点点集合起来，就是灾民们在这艰难时期中的小小亮光，无限希望！

主办当局将把所筹得的善款尽数转交给驻新加坡台北代表处，希望善款能早日抵达灾区，发挥救助功能。

衷心感谢所有捐款者的善心，同时也祝愿台湾“莫拉克”风灾的生还者得以早日获得援助并脱离困境；罹难者的亡灵解脱苦厄，早日安息。

新加坡道教总会联合新加坡佛教居士林、新加坡回教传道协会及新加坡兴都教基金会为台湾莫拉克风灾筹款活动共筹得S\$201,080。新加坡道教总会会长陈添来BBM先生、新加坡佛教居士林李木源BBM林长、新加坡回教传道协会会长阿布巴卡BBM先生及新加坡兴都教基金会会长那拉PBM先生于8月29日赈灾法会当天，在阿裕尼集选区国会议员兼新加坡道教总会名誉顾问杨木光先生的见证下，在三清宫将所有款项及以下捐款者名录交给驻新加坡台北代表处代表史亚平女士。我们深深感谢各捐款机构、宫庙、善男信女们的慷慨乐捐！诸位的慈悲善举具有无量功德！

新加坡佛教居士林	\$70,000.00
荳菜芭城隍庙	\$30,000.00
洛阳大伯公宫	\$30,000.00
净宗学会	\$30,000.00
方荣贵	\$5,000.00
三清宫道教文化中心	\$4,879.00
兴都教基金会 (Hindu Endowment Board)	\$3,000.00
回教传道协会 (Jamiyah Singapore)	\$3,000.00
菜市联合宫	\$3,000.00
大士伯公宫	\$2,000.00
主庵坛	\$1,600.00
树头伯公暨广进殿	\$1000.00
通淮庙	\$1000.00
万山福德祠	\$1000.00
斗母星君圣宫	\$1000.00
崇义庙	\$1000.00
芽笼联合宫	\$1000.00
道教新加坡青松观	\$1000.00
淡滨尼联合宫	\$1000.00
顺西宫水池林	\$1000.00
后港斗母宫	\$1000.00
凤山宫	\$1000.00
慈圣坛	\$845.00
张德宫	\$530.00
灵山柴阴坛理事会	\$500.00
裕廊总宫	\$500.00
葱茅园九皇宫	\$500.00
南海宫	\$500.00
实龙岗北协灵坛	\$500.00
灵宝皇坛	\$500.00
王建新	\$300.00
北善坛	\$300.00
修本堂	\$200.00
济府宫	\$200.00
风火院	\$200.00
感天大帝庙(加冷桥头)	\$200.00
龙德堂	\$100.00
玄武山佛寺	\$100.00
王加发	\$100.00
王加强	\$100.00
另有75位善信共捐	\$1426.00

(版位所限，恕不一一详列)

总共筹得：

S\$201,080.00

新加坡道教总会、新加坡佛教居士林、
新加坡回教传道协会及新加坡兴都教基金会 同启



三清宮舉行

“太上黃籙大齋法會”

■ 水仙子

适逢7月中元节，坐落于勿洛北四道的茝菜芭城隍庙附属三清宫在9月11日至9月13日（农历七月廿三至廿五）举办常年超度法会，以超度各姓祖先亡灵上升仙界。

三清宫设有怀思堂，供奉各姓祖先及亲人骨灰瓮和神主牌位，是本地道教管理规范、设备完善的骨灰塔。三清宫举办超度法会的目的，是为了继承发扬华人的传统文化，缅怀先祖，以知恩报本。三清宫并因此特别邀请来自中国江苏省金坛市茅山乾元观的高功道长，前来该宫启建“太上黄籙大斋法会”，让善信可以上荐亡灵超升天界，下祈阳眷合家平安，共沾法泽。这项法会获得善信的热烈反应，共有至少三千名善信报名参加，以

为先亲追荐超度。

法会的地点在该宫的一楼大厅。为了方便善信前来祭拜，该宫早在法会前就搭好了帐篷，并且准备了多张供桌，摆上丰富的供品，同时也让善信摆放其他的供品。而道场内的布置也非常讲究，金黄色的装饰华丽而又不失庄严，而众灵的牌位由三清宫及茝菜芭城隍庙成员分工制成，制作讲究，在法会开始之前便已经整齐地排列在大堂的架子上。在大堂一角的布告栏上，也贴上了灵牌的排列顺序，方便善信找到先人灵牌的位置。

茅山乾元观的“太上黄籙大斋法会”是一项非常讲究、程序繁杂的法会，需时三天才能完成。为期三天的“太上黄籙大斋法会”法会在每天的早上八点开始，



工作人员收集灵牌准备焚化送灵。



众灵的牌位制作精美，排列整齐。

法会程序表

第一天: 11.09.2009 (农历七月廿三) 星期五

上午	8.00am-9.30am	开坛	安灵摄召
	10.00am-11.30am	请水	
		净坛	
		扬幡	
		挂榜	
		斋供	
下午	2.00pm-8.30pm	拜东狱忏	
		呈东狱表	
		安位	
		普灯	

第二天: 12.09.2009 (农历七月廿四) 星期六

上午	8.00am	开经	安灵
	9.00am-11.30am	朝十王	
		斋供	
下午	2.00pm-6.30pm	破丰都	
		破地狱 (血湖)	
		诵救苦	
		生天经、血湖经	
晚上	7.30pm - 9.30 pm	由茝菜芭城隍庙诵经团诵经超度	

第三天: 13.09.2009 (农历七月廿五) 星期天

上午	8.00am	开经	安灵
	9.00am-11.30am	引亡沐浴梳妆	
		渡桥	斋供
下午	12.30pm-4.00pm	炼渡	
		谢幡	
		落榜	
		送灵	

除了最后一天在下午四点就结束以外，另外两天都在晚上八、九点以后才结束。法会期间，三清宫人山人海，挤得水泄不通，连三清宫的地下停车场也早早宣告满座。体恤到善信为了参加法会，无暇兼顾膳食，茝菜芭城隍庙的妇女组成员，每天清晨义不容辞地来到三清宫，为诸位善信准备“平安米粉”、咖喱菜及绿豆汤。期间，茝菜芭城隍庙的男性成员，也齐聚三清宫，为前来参加法会的诸位善信服务；而茝菜芭城隍庙诵经团也在黄信成道长的带领下，到三清宫为众灵诵经超度。

这项超度法会在最后一天的落榜及送灵仪式后结束。



供桌上摆满各式供品。



法会现场一片人山人海。



茝菜芭城隍庙诵经团正在诵经超度。



现场有免费素食供善信享用。



道长正在主持破丰都仪式。



道长带领善信举行渡桥仪式。





协灵坛现届理事合照

实龙岗北协灵坛庆29周年纪念暨张公圣君千秋圣诞

■ 仇莉莲

实龙岗北协灵坛创立于1980年，原是惹兰岳窑乡村内的小庙，后来迁到目前位于实龙岗北一道的家。2004年，该坛加入了新加坡唯一全国性的道教团体，成为新加坡道教总会的会员。2007年正式注册为社团，是协灵坛的另一里程碑。而该坛于去年所物色到的位于宏茂桥五道的新家，估计将在2010年建竣，为该坛带来新的面貌。

协灵坛供奉的主神是张公圣君，即“法主公”。除了主神以外，协灵坛也奉祀张公圣君的左右手柳源将军和张沙将军、大二爷伯及五营将军等神明。今年，实龙岗北协灵坛迎来了29周年纪念。适逢主神张公圣君暨众神千秋圣诞，协灵坛因此举办了一系列的活动，大事庆祝。

庆典活动在8月13日（农历六月廿三）掀开序幕。当天晚上的大会贵宾，阿裕尼集选区国会议员杨木光先生莅临该坛，为协灵坛特别从中国定制，精美壮观的新牌楼主持剪彩仪式。这座木雕的新牌楼耗时5个月在中国雕铸，包括了张公圣君的主殿、大二爷伯殿以及五营将军殿。新牌楼是由多名热心人士喜敬，全长66英尺，雕工精细，看起来犹如一座庙宇，非常宏伟堂皇。

当天，杨木光先生也为小型道教文化展主持开幕仪式。这项小型道教文化展，是该坛特别安排的，展出了道教服饰、经典、法器，同时也有展览板，为大众解释道教的教义、源流等。该坛并且特别邀请了新加坡道教总会青年团的成员，到该坛为善信讲解道教渊源和法器知识，以便让大众对道教文化有更深一层的了解。

此外，协灵坛也在庆典期间，安排慈善活动以发挥道教“众善奉行”的美德。在8月15日，该坛不分种



总理公署部长、财政部兼交通部第二部长暨阿裕尼集选区国会议员陈惠华女士参观小型道教文化展。

族、宗教，分发了“爱心米”给150名实龙岗区内需要协助的人士。总理公署部长、财政部兼交通部第二部长暨阿裕尼集选区国会议员陈惠华女士为该坛主持了分发仪式。陈惠华女士也是实龙岗北协灵坛的名誉顾问。当天的座上嘉宾还有新加坡道教总会会长兼该坛名誉顾问陈添来BBM。陈惠华女士也同时参观了协灵坛新雕铸的精致牌楼以及小型道教文化展。

协灵坛其他的民俗庆典活动，还有“补财库”仪式及“过平安桥”仪式，让善信补财库之余，也补运。而为了筹募新会所基金，该坛还特别以雕刻主神和多尊神明金身的樟木，雕出“有求必应，心想事成”的限量版圣杯。这些圣杯只有200个，而善信只要捐献50元的新会所基金，就能获赠一个；而只要捐款每方英尺200元或以上者，不仅能获赠一个樟木圣杯，其大名也将被刻在新会所的乐捐榜上。

协灵坛也为庆典准备了多项娱乐节目助兴，包括著名龙狮团表演、双明凤剧团呈现贺寿剧、荣华娱乐制作的“协灵坛欢乐之夜”以及千人宴等。庆典共为期六天，在8月19日（农历六月廿九）恭送众神后正式结束。

道总参与多项“种族和谐”活动

新加坡道教总会参与了多项为配合7月21日新加坡“种族宗教和谐日”而举办的相关活动：

“全国年度橙丝带庆祝会”

道教总会在7月18日受邀出席由Onepeople.Sg在碧山为促进种族和谐而举办的“全国年度橙丝带庆祝会”。会长陈添来BBM带领副会长方荣贵夫妇、刘爱芳，财政林锡辉，秘书长朱鸿山，副秘书长郭亚光，委员洪新铭、洪国成、高荣骏，特别委员胡钱华夫妇、甄福常，青年团代表龙仕庚、朱丽萱、洪盛荣及陈荣华等出席了这项活动。

内阁资政李光耀是当天的大会贵宾，他在会上发表讲话，希望大家牢记种族和谐始终是确保国家持续稳定与经济增长的关键基础。



Onepeople.Sg种族宗教和谐活动

道总参加新加坡宗教联谊会种树活动



盛港河畔公园种树活动

道教总会也应邀出席了新加坡宗教联谊会于7月19日在盛港河畔公园主办的种树活动。道教总会的副会长方荣贵、刘爱芳、副秘书长朱鸿山、副秘书长郭亚光、委员洪新铭、高荣骏、林金忠、洪国成、特别委员胡钱华夫妇、甄福常、青年团龙仕庚、朱丽萱、洪盛荣及陈德伟共同出席了这项活动。他们以及大会贵宾副总理兼国防部长张志贤，及其他各宗教的领袖一同种下了10棵新树，象征新加坡过去在维持种族及宗教和谐方面所取得的成就。

后港购物中心“多元种族文化展”

道教总会财政林锡辉、青年团代表庄光栋、龙仕庚、陈德伟、叶文欣、朱丽萱及洪盛荣也在7月26日代表道总出席由Aljunied GRC为配合种族宗教和谐日，而

在后港购物中心所主办的多元种族宗教文化展。道总青年团在文化展上展出了多种道教的经典、法器及服装等，引来了多名公众驻足围观。

友诺士民众俱乐部“马国宗教和谐之旅”

友诺士民众俱乐部配合7月21日的新加坡“种族宗教和谐日”而特别举办了“马国宗教和谐之旅”活动，期望借两国之间的宗教交流活动，使“种族及宗教和谐”观念跨越种族、国界，共同建立和平、稳定的区域环境。道教总会会长陈添来BBM有幸成为“马国宗教和谐之旅”筹备委员会的主席，负责安排该团到檳城参观各宗教的庙宇。

该团在7月17日中午抵达檳城。当天，在外交部高级政务部长、阿裕尼集选区国会议员再诺先生的带领之下，

该团参访了檳城的回教堂及佛教的檀香寺；在7月18日则参访了当地的天主教堂以及闻名海内外的道教庙宇北海斗母宫。7月19日，该团告别了檳城，南下云顶参观一间著名的印度庙宇后，启程回返新加坡。

此次的“马国宗教和谐之旅”的行程，不仅促进了两国之间各宗教界的情谊，加深多元宗教之间的了解，同时也让再诺先生对新马道教界之间深厚的友谊留下深刻的印象。

道总举办多项小型道教文化展览

天德财在7月6日至11日举办众神千秋庆典期间，特别邀请道教总会在该庙举行小型的道教文化展览，以提升善信对道教及其文化内涵的了解。这是道总首次应会员官庙的邀请到庙里举办小型道教文化展览，显示本地庙宇逐渐重视道教各方面的文化意涵，而不再只满足于民俗活动。

之后，道总也应实龙岗北协灵坛的邀请，在8月13日至

18日该庙举办庆典期间，于该庙举办小型道教文化展览，以协助提升信众对道家文化、道教渊源及法器等方面的了解。这项活动获得许多信众的热烈回响。

除了会员官庙，道教总会也应牛车水商联会之邀请，举办“道教与中元节”展览。这项展览的举办，是为了配合该商联会为中元节所主办的“中元节之旅”活动，希望通过“道教与中元节”展览，让更多人了解中元节的历史渊源和文化习俗。



牛车水“中元节之旅”的参加者及游客在聚精会神聆听庄光栋道长讲解中元节的历史渊源。

该项展览由8月28日开始，为期五天，地点在佛牙寺旁边的空地。道教总会为此特别准备了多个展览看板，提供大众有关中元节、超幽法事、道教服装、神明等讯息，以提高大众对本地民俗文化的认识。该项展览不仅吸引了多名公众围观，就连许多外国旅客也纷纷驻足参观。

道总代表新加坡参加欧亚宗教论坛

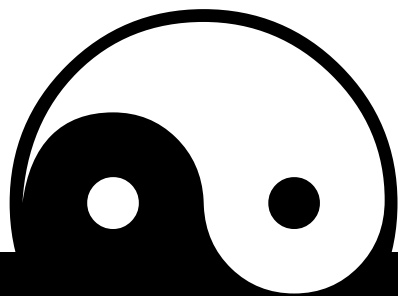
道教总会青年团的秘书长庄光栋获新加坡社会发展、青年及体育部派为代表，参加9月9日至12日于印尼日惹（Yogyakarta）的欧亚宗教论坛（ASEM Interfaith/Intercultural Retreat For Religious Leaders）。

这项活动的目的，是为了提供一个平台让亚洲及欧洲的各宗教领袖能够进一步交流，同时促进亚洲及欧洲各地各宗教组织的合作，以营造一个宗教和谐的区域。



庄光栋道长代表新加坡道教总会出席在印尼的欧亚宗教论坛。

出席这项活动的，还有罗马尼亚、奥地利、印尼等国的宗教领袖。除了参访印尼各宗教的庙宇，庄光栋也代表新加坡发表讲话，介绍新加坡道教的来源，以及新加坡在促进宗教及种族和谐方面的努力。



道教

教我们如何安身立命（续）

（接第18期）

■ 黄信成

这是一位能看到神鬼灵异之类的具有“阴阳眼”的女信徒，跟笔者讲述的她亲眼所见的真实故事。说它“真实”，是因为她所看到的情景跟“中元普度”的道场内容相吻合，比如：高举令牌时神明来了；摇动灵幡时鬼魂来了；法事临近尾声时，鬼魂跪下来叩拜等，这些都与法事内容与程序相契合，因此是真实可信的。至于她说笔者“很有法力”，笔者倒认为，这主要是在作法事时，笔者心志精诚、神气专一，并且依师秘传，默运神智所致。道经言“诚心可格九重天”，道教祖师传下的经忏科仪，只要秉持至诚之心，依科演范，就一定能如道经所说“经通天界，福临人间”，“诵经功德，不可思议”。因此，才会收到降格神真、超度鬼魂的功效。

下面再给诸位讲一个笔者亲身经历的故事：2009年5月的一天，早晨六点半左右，我正准备要练太极拳，这时有一位年龄约二十多岁的小伙子来庙找我，他说，他有一位同住一个组屋单位的朋友甲某，在凌晨夜班放工回家的路上，被一位红衣女鬼跟上，并附上了身。女鬼附身后，甲某就失去了理智，并大喊大叫，说：“为什么会这样？为什么会这样？”等话。因此，小伙子要我去看一下，帮他们解燃眉之急。我当时半信半疑：“这是真的吗？会不会是其它什么病态？”小伙子说：“其实，甲某在这之前曾有三三次遇到这个女鬼的经历，庆幸的是，前三次都在进家门之前甩掉了，没被女鬼跟上。而这一次却没那么幸运，被女鬼跟上了，就在甲某匆匆踏进家门的一刻，只说了一句：‘她又跟来了！’话音刚落，女鬼果真跟来了——附上他的身了，接着就乱喊乱叫了。所以，这肯定是女鬼作祟，不是其它毛病！”并再次乞求说：“道长，大清早的，我们也不知道该找谁好，就请您帮帮忙吧。”看小伙子如此急切，我心想：甲某的病态，如果真的是因为女鬼的缘故，我可以诵经化解，这

样既能够超度女鬼，又能够化解甲某的灾厄，一举两得，阴阳两利，何乐而不为呢？于是，我先请示陈添来会长，陈会长在听完我的简述后，关心地问：“你可以吗？”我说：“试试看吧。”

于是，我让小伙子买了一些香烛、金银纸等，坐着小伙子的车，来到他们的住处。我一进门，就看到甲某坐在与门正对着的椅子上，距正门约三米远，他眼神呆滞，身体颤动，口中还喃喃自语。我听不懂他讲些什么，但确实感觉到他的神智与常人不同，我就问他：“你怎么回事啊？”听我这么一问，看我是道长的打扮，甲某起初愣了一下，接着厉声地说：“我要报仇！我要报仇！”“你有什么仇要报啊？”我问。甲某还是说“我要报仇！”我说：“我是庙里的师父，来给你诵经，再化金银财帛给你……”没等我把话说完，甲某噌的一声从椅子上站起来，站成马步状，紧握双拳，振动双臂，激动地说：“我要报仇！你们不要过来！都给我出去！都给我出去！”还边说边向我做发功的动作。这时甲某的三位朋友都吓得往两边退。我心想，这是我学道二十多年来首次见识鬼魂，而面对的还是一位有怨气在身的厉鬼。我本来想诵经化解，对甲某和女鬼都有利，而今女鬼如此激动，不听劝告，怎么办好呢？难道非得用严厉的不成？但又一转念，想到女厉鬼有怨恨、有怨气，对她宜抚恤安慰，不可强行驱逐。于是，我耐心开导说：“冤家宜解不宜结，我是庙里的师父，我来的目的不是与你结怨结仇的，而是给你诵经超度，给你焚化金银钱帛，护送你到神仙的世界，让你重新修行，过着逍遥快乐的日子，以后不要在人间影响人们的生活。”听了我的劝告，甲某虽然嘴上还是说“我要报仇”的话，但激动的情绪明显平复了下来。我趁此机会，手掐密诀、口诵神咒，向甲某身上弹去，弹了两下，女鬼就马上退离了甲某的身体，甲某立刻恢

复了正常的神态。

甲某神智清醒后，室友问他，他表示不知道当时所发生在他身上的事。我见女鬼脱离了甲某的身体，随即焚香诵经，默运神智。诵经毕，告明女鬼跟随香烟下楼，到楼下领取金银财帛。于是，我让小伙子拿着祭拜的物品在前，我手执燃着的香枝在后，我们不坐电梯，从他们所处的七楼走到一楼。下楼时，我确实感觉到女鬼跟着我下楼，因为虽然天气炎热，而且我还身着经衣，但还是能感觉到有一股阴阴凉气伴随着我。来到楼下，小伙子燃烛烧香，焚化金银纸，我则诵经回向，掐决念咒超度鬼魂。法事完毕，小伙子送我回庙，再三感激我的同时，还说如果有事会再来找我。至今四个多月过去了，也不见他再来找我，料知甲某已经安好如初了。

以上两个故事，一个是笔者亲耳所闻的，一个是笔者亲身经历的。但不论是哪一个故事，都可证明，除了我们居住的这个世界，虚空法界中存在着神仙的世界和鬼魂的世界，神仙和鬼魂与我们都有关系，对我们都会产生影响，这一点是不容置疑的。因此，若要达到阴阳两界平衡、清泰，促进人与神、鬼的和谐，道教主张，在敬天地、礼神明，拜祖先的同时，也要普度一切孤魂，超度各类恶鬼，使之脱离苦趣，诞登道岸。这是道教慈悲救世、利济众生的精神所在。

因此，为人处事、安身立命，持守“慈”宝，将能达到如《道德经》第54章所说的“修之于身，其德乃真；修之于家，其德乃余；修之于乡，其德乃长；修之于国，其德乃丰；修之于天下，其德乃普”的境界。如此则可达致“身和、人和、地和与天和”，具备“四和”，人生自然就心安理得、神魂安和、身心祥和，焕发生命光辉，提升生命价值！

二、安身立命之“俭”宝：俭以修身，俭以养德。

道教提倡“崇俭抑奢”，华人也素有“勤俭持家”的优良传统。“俭”与“奢”相反义，道祖在《道德经》第29章中教导我们要“去甚，去奢，去泰。”即去除过分的贪欲，去除奢侈的生活，去除极端的行为，并且教导我们安身立命要奉行“俭”宝。“俭”宝的内涵，可衍生为“节俭、简约、俭朴、俭啬”等意。

节俭：是指对物质追求的节制及个人贪欲的抑制。凡人的贪欲是永不满足的，身外的物质是无量无边的，以永不满足的贪欲之心，来追求无量无边的身外之物，是产生人生苦恼的根源。身外之物，即使求之得之，已是费心劳神；求之不得，更会令人垂头丧气。这样既无助于身心安宁；也无益于修道养德。道祖太上老君以其至善圆满的智慧，洞察了世间万象，因此，在《道德经》第12章中说“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋畋猎，令人心发狂，难得之货，令人行妨。是以圣人，为腹不为目，故去彼取此。”“五色”、“五

音”、“五味”、“驰骋畋猎”及“难得之货”，这些都会撩拨人们的贪欲之心，倘若人们没有认识到它的害处，不懂得去掌控和节制，就容易沉湎其中，被声色美味、名闻利养、奇珍异宝所迷惑，导致目不明、耳不聪、心发狂，神识错乱，是非不分，善恶难辨。所以，道祖教我们要“为腹不为目”，即注重内在的道德修养，去除对外在浮华骄奢的贪求，少私寡欲，奉俭戒奢！

简约：唐代高道司马承祯真人说“简则益生”，简约的生活有益于身心健康。其在《坐忘论》中还说：“知生之有分，不务分之所无；识事之有当，不任事之非当。任非当则伤于智力，务过分则弊于形神。身且不安，何能及道？是以修道之人，莫若断简事物。”这里司马真人开示我们：要我们知道生命中哪些是应该拥有的，哪些是不应该拥有的；是我们的自然会来，不是我们的也不要强求。这也与“命里有时终须有，命里无时莫强求”这句话相呼应。还要我们认识到做事哪些是正当的，哪些是不正当的；正当的事当然要做，不正当的事不可妄动，正如《太上感应篇》所说“是道则进，非道则退”。此外，做了不正当的事，或做事的分寸拿捏不当，都会伤害到我们的智力和心力；追求过分的东西，或过量的东西，同样会损伤到我们的身心与德行。身心都不安了，怎么能得到“道”呢？所以，修道的人最好要断绝扰乱身心的事物，最好要把事物化繁为简，看破放下，不被外物牵累。唐代高道孙思邈真人也给我们总结了人生十二少妙法，即：少思、少念、少笑、少言、少喜、少怒、少乐、少愁、少好、少恶、少事、少机。这些都是道教真人修仙的心得、悟道的体验，我们遵而行之，自然有益于身心。

俭朴：“朴”就是质朴无华，纯真而无杂质，像初生的婴儿，纯净纯善，德性圆明，如道祖所说“含德之厚，比于赤子。”《道德经》第19章中说：“见素抱朴。”因此，道教提倡“抱朴”，赤子的纯朴是修道之人追求的目标。东晋高道葛洪真人取号“抱朴子”，北京大学国学大师季羡林先生把居处取名为“抱朴居”。这些都是道祖“抱朴”思想的遵行者。《庄子》说：“同乎无欲，是谓素朴。”道经云“素朴纯一，足以知天。”可见“见素抱朴，少私寡欲”是使人们明晓天理、契合天性的。可是，人们久居凡世，受环境的熏染，本来“含德之厚”的天性被蒙蔽了，“性本善”被染污了。于是尘心大作，妄念横飞，追逐名利富贵，贪图声色美味，如此则真朴之性渐行渐远，宁静之心也随之躁动不安。若要恢复圆明真性、宁静心境，就应遵行道祖的教诲。道祖在《道德经》第37章中说：“化而欲作，吾将镇之以无名之朴。”“无名之朴，夫亦将不欲，不欲以静。天下将自定。”因此，“无名之朴”、“俭朴”是人们复得真性、安定身心与化解欲念的法宝。

俭啬：“啬”为爱惜、珍惜、收敛、蓄养之意。《道德经》第59章说：“治人事天莫若啬。”《河上公注》曰：“啬，爱也，治国者当爱民财，不为奢泰；治

身者当爱精气，而不为放逸。“啬”是治国治身的共通之道。因此，管理者应该爱惜贤才，任人唯贤，以使才尽其用；修身者应当珍惜“精气神”三宝，使“三宝”充盈，德行内充。因为“精气神”是人们生命的能量，是修道证仙的“上药”，《玉皇心经》说：“上药三品，神与气精。”因此，珍惜“三宝”，修炼“三宝”，就是使“精气神”聚而不散、盈而不亏，这样可以积蓄生命能量，也可以积累德行。所以，道祖在《道德经》第59章中还说：“夫唯啬，是谓早服，早服谓之重积德。重积德则无不克”。其意为：俭啬“三宝”，积蓄生命能量，这叫早做准备，早做准备，叫做重视积德。重视积德，就德行广大；德行广大，就没有办不成的事。否则，无谓地消耗“三宝”，既是消耗自身的生命能量，也是损耗自身的德行。消耗“三宝”的行为包括：虚荣心、名利心、是非心、嫉妒心、憎恨心、痴慢心等，立身处世者，对此不可不慎也。

《道德经》第67章中说：“俭，故能广。”为人处世，安身立命离不开“俭”，奉行“俭”宝，时时以“节俭、简约、俭朴、俭啬”为生活准则，处处谨言慎行，慈爱一切，勿以小善而不为，自然成就广大德行。如此，则如诸葛亮先生在《诫子书》中所说的“静以修身，俭以养德”了。

三、安身立命之“不敢为天下先”宝：此宝处世，消业增福。

“不敢为天下先”，包含有忍让、不争、处下、柔和等意。凡人安身立命，遵循此宝，可致业根消除，福缘增长。

忍让：人生在世，安身立命离不开“忍”字，“忍”字是心上一把刀，可以想象忍的滋味是很难受的，但是，能“忍”是自我约束力和抑制力的表现，“忍”能磨练人的心性，所以能忍则心安。而不忍的结果是很危险的，小不忍则乱大谋，生活中有多少人因小事不忍而误了大事的。因此，先贤告诫我们说：“忍一时风平浪静，退一步海阔天空。”忍让是一种美德，忍让是一种度量；人有多大的量，就有多大的福。所以，为人处世，不可没有度量，也不可没有忍让。

不争：当今世界，人人讲竞争，处处讲竞争，时时讲竞争，而且还争得脸红耳赤，争得你死我活，争得没完没了，以为“争”才是正常的。如果提倡“不争”，或许有人就认为是消极的。殊不知祖说：“不争而善胜”，“上善若水，水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。”凡人的“争”，争得到也烦恼重重，争不到又痛苦不堪；“上善”的人，“不争”而又“善胜”，这是一种境界。因为上善的人，像水一样，善利万物而不争，处世谦卑，顺其自然，安时处顺，乐天知命，知足常乐。只因“不争”，才没有“争”的苦恼，没有“争”的忐忑不安，也没有“争”的过失。因此，“不

争而善胜”，不争而快乐，不争而契合道德。

处下：俗话说：“人往高处走，水往低处流”。凡人往往要高攀，不愿低就，殊不知“高处不胜寒”，爬得越高，跌得越痛。道教教我们立身处世，不要好高骛远，要沉稳处下，向“水”学习，水甘处卑下，“润物细无声”，才能成就“善利万物”的大德。道祖太上老君说：大江大海之所以能成为百谷之王，也是因为江海能够善于处下的缘故。道祖“处下”的智慧，我们用于安身立命，就是要放下身段，而不是自抬身价；要把自己看得渺小，而不是把自己看得高大；要把自己看得微不足道，而不是把自己看成“世界没有我不行”，这样才能谦恭柔顺，才能心平气和，才能恭敬天地神明，礼敬周遭一切人。如此“处下”，可以培养诚敬心，抑制傲慢心，有益于身心修养，其乐无穷。

柔和：道教教我们安身立命要谦恭柔和，不要强横暴戾。道祖《道德经》第42章中说：“强梁者不得其死，吾将以为教父。”这是指好逞强、耍威风，蛮横无理的人，没有好下场，道祖将它作为施教的根本。《道德经》第76章中还说：“人之生也柔弱，其死也坚强；万物草木其生也柔脆，其死也枯槁。故坚强者死之徒，柔弱者生之徒。”这段经文，道祖给我们讲了一个活生生的例子，其中蕴含着深刻的道理：人活着的时候，身体是柔软的，而死了的时候，身体是僵硬的；万物草木活着的时候，枝干是柔韧的，而死了的时候，枝干是枯槁的。从这个现象可以得出“柔弱”是属于生的范畴，而“坚强”是属于死的范畴。以此来教育我们，处世为人应秉持柔弱、柔和的原则，抛弃蛮横强暴的作为。待人和善，“良言一句三冬暖”，则广结善缘；待人刚强，“恶语伤人六月寒”，则处处结怨。真是一念之差，两重天地。所以，道祖《道德经》第76章中还说：“坚强处下，柔弱处上。”安身立命者，不可不察也！

道祖说：“不敢为天下先，故能成器长。”人们奉行此宝，以忍让、不争、处下、柔和为处世要诀，即可克服争强好胜、自大高傲的弱点，修养谦恭、良善、温和的德性。克服弱点则罪咎剔除，修养德性则福慧增长。如此就能够赢得人们的尊敬与爱戴，就能够成就道德大业。

总之，道教教我们安身立命以道祖太上老君的“三宝”：“慈、俭、不敢为天下先”为人生准则；以“道法自然”、“唯道是从”为人生的最高境界；以慈爱、清静、温和为待人接物的要旨；参透人生真相，放下对万物的执著。不因命运通达、物质丰厚而得意忘形；也不因时运不济、穷困潦倒而怨天尤人。过着俭朴、恬淡、知足、和乐的生活，享受着无拘无束、随遇而安、逍遥自在，“与天地精神共往来”的艺术人生。如此则身心合乎道，行为合乎德，内性圆明，外功成就。在世则身安心泰、知命乐天；辞世则神超三界，名列仙班！

这就是道教教我们安身立命的根本所在！

(完)

Recommendation of new books in San Qing Taoist Library

Master Alfred Huang, The Complete I Ching: The definitive Translation, First paperback edition 2004, Inner Traditions International



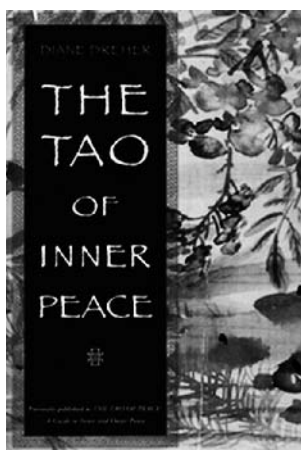
For more than three thousand years the I Ching has been the most important book of divination in the world. Revered by the Chinese as the Classic of Classics and consulted as a source of ancient wisdom, it has been embraced by the West in the last fifty years but has always been translated by Westerners who brought their own cultural biases to the work, distorting or misunderstanding its true meaning.

In *The Complete I Ching*

Master Alfred Huang has restored the true essence of the I Ching by emphasizing the unity of Heaven and humanity and the Tao of Change, and, even more important, by including translations of the Ten Wings, the commentaries by Confucius, that is essential to the I Ching's insights. Previous English translations have either given these commentaries a minor place in the book or have left them out altogether. But the Chinese say that the I Ching needs the Ten Wings to fly. Restored to their central place in the book by Master Huang, the I Ching at last flies in English.

Other features of this translation are a new emphasis on the intricate web of interrelations among the names and sequence of the sixty-four hexagrams, the preservation of the original poetic style, the introduction of several new methods of divination, and special information of the historical events out of which the I Ching was born.

Diane Dreher, The Tao of the Inner Peace, revised edition 2000, Penguin Group



A book that has been translated more often than any other except the Bible, the Tao Te Ching has been a spiritual guide for centuries, helping millions of people seeking the path to peace within themselves, with each other, and with the natural world around them. The Tao of Inner Peace adapts the ancient principles of Tao to today's world by showing us how to integrate the many facets of our everyday lives

to create balanced, dynamic, harmonious whole.

Written in an easy-to-apply workbook style, complete with exercises, questionnaires, journal-keeping techniques, and affirmations, *The Tao of Inner Peace* demystifies the Tao and reveals how it can be a powerful source of growth and inspiration – and an indispensable tool for facing the challenges of the new century, including incorporate greater joy, fulfilment, and creativity into your daily life, find your centre, heal the body and spirit, build self-acceptance and self-esteem, face your fears, resolve conflict, understand life as a larger process of changes and challenges, rediscover your connection to the environment, develop faith in the cycles of the natural world and more.

James Miller, Daoism: A Beginner's Guide, 2008, Oneworld Publications

From the writing of the seminal *Daode Jing* to 21st century T'ai Chi, martial arts, and meditation, *Daoism: A Beginner's Guide* spans the centuries and crosses the globe to provide an engaging



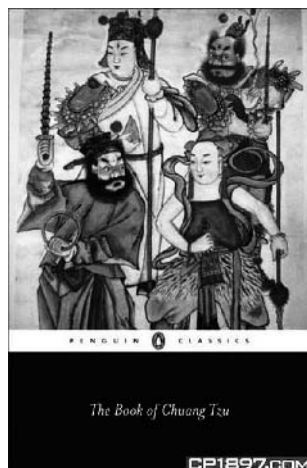
insight into this ancient religious and philosophical system.

Placing a clear emphasis on Daoism as a living, changing culture, Miller focuses on the principal themes in Daoist thought in order to explain how Daoism in reinvented by each new generation. Complete with a timeline of key events and a helpful glossary, this sympathetic introduction will prove invaluable to both students and general readers who wish to learn more not only about the

origins and nature of a profound tradition, but also about its role and relevance in our modern world.

Translated by Martin Palmer with Elizabeth Breuilly, Chang Wai Ming and Jay Ramsay, The Book of Chuang Tzu, 2006, Penguin Group

One of the great founders of Taoism, Chuang Tzu lived in the fourth century BC and is one of the most intriguing and entertaining of Chinese philosophers. He was firmly opposed to Confucian values of order, control and hierarchy, believing the perfect state to be where primal innate nature rules. The *Book of Chuang Tzu* perceives the Tao - the Way of Nature – not as a term to be explained but as a path to walk; a journey towards the edge or reality, and beyond to the world of nature. Radical and subversive, employing wit, humour and shock tactics, *The Book of Chuang Tzu* is



concerned not with government but with life and the growth of the individual spirit.

Martin Palmer's lyrical translation conveys the passion and tone of Chuang Tzu's writing, while his introduction places Chuang Tzu's ideas and terminology in context, and discusses his key themes. This edition also includes an index.

Ellen M. Chen, *The Tao Te Ching: A New Translation with Commentary*, 1999, Paragon House

The Tao Te Ching: A New Translation with Commentary is a thoroughly contemporary study of a classical book, one which is perhaps humanity's earliest extant religious text. Professor Ellen Chen's new translation and commentary on the Tao Te Jing is the first to treat this sacred and influential collection of writings as religious philosophy, having as its central message the value of peace.

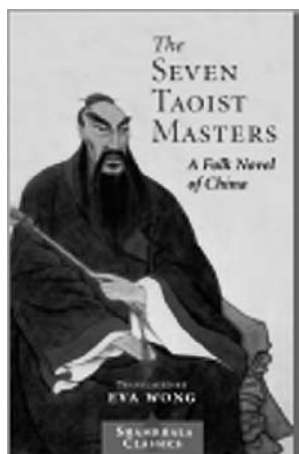
This new translation of the Tao Te Jing is valuable and unique in that it interprets the writings from internal texture evidence and portrays the text as coherent, self-consistent, organic whole; it situates the Tao Te Jing in the context of ancient Chinese thought and religions, as well as places it in dialogue with traditional Western philosophies. It also critically incorporates the best insights of important past commentaries on the text. In addition, Chen's well-documented translation is a sensitive and accurate one, which attempts to supply consistent English equivalents for often-used key phrases in the Chinese.



The Tao Te Ching: A New Translation with Commentary probes the intricate history of the Tao Te Jing, as well as of Lao Tzu – who is traditionally believed to be its author. In her introduction, Professor Chen considers fascinating evidence for the authorship and dating of the text, places the work in a social and historical context. Professor Chen makes it clear that this book, whose profound comprehension of mankind's place in the natural universe is of supreme value in

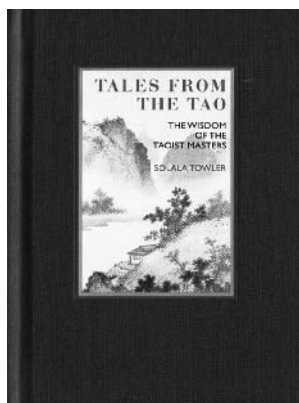
this day of nuclear peril, is essential in establishing a consciousness of reconciliation among all creatures of our planet. The Tao Te Ching: A New Translation with Commentary is a refreshing and challenging discussion of the classic Tao Te Jing, a work whose vision of peace is the tantamount expression of our times and, in Ellen Chen's superbly rendered translation, a vision that must surely emerge and endure.

Eva Wong, *Seven Taoist Masters: A Folk Novel of China*, 2004, Shambhala Publications



This tale of adventure interweaves history and legend to vibrantly present the fundamentals of Taoism. Written by an unknown author, seven Taoist master is the story of six men and one woman who overcome tremendous hardships on the journey to self-mastery. These characters and their teacher, Wang Ch'ung – yang, are all historical figures who lived in the Southern Sung (1127-1279) and Yuan (1271-1368) dynasties. And Wang is regarded as the greatest patriarch of the complete Reality school, a branch of Taoism that has a strong affinity with Zen Buddhism. This novel brings to life the essentials of Taoist philosophy and practice, both through Wang's instructions – on such topics as the four obstacles of anger, greed, lust, and drunkenness – and through the characters' entertaining experiences.

Solala Towler, *Tales from the Tao: The Wisdom of the Taoist Master*, 2007, Duncan Baird Publishers



This unique collection brings together the most inspiring, illuminating and downright funny stories from the classical works of Taoist masters, alongside new writing inspired by traditional tales. Set against a backdrop of the most basic human experiences – including birth, death, loss, pleasure, and how to surrender to the most fundamental experience of the tao itself.

Interwoven with classic Taoist quotations and illustrated with beautiful photography throughout, these engrossing narratives are as relevant today as they were in the great dynasties of ancient China.

San Qing Taoist Library

21, Bedok North Ave 4

Singapore 489948

Tel: 6244 9595

Website: www.taoistcs.org

Opening hour: 9.30am - 5.30pm

Monday - Sunday

(Except Public Holiday)

道德经注解 (连载)

第37、38章

为政第三十七

道常无为，而无不为。道以无为为常也。侯王若能守之，万物将自化。言侯王而能守道，万物将自化效于己也。化而欲作，吾将镇之以无名之朴。吾，身也。无名之朴，道也。万物已化效于己也。复欲作巧伪者，侯王当镇抚以道德。无名之朴，亦将不欲。不欲以静，言侯王镇抚以道德，民亦将不欲，故当以清静导化。天下将自定。能如是者，天下将自正定也。

道德真经注河上公章句

老子道德经
三十七章
道常無為而無不為侯王若能守之萬物將自化化而欲作吾將鎮之以無名之樸無名之樸夫亦將不欲不欲以靜天下將自定
陳翰彬時年七十有二敬書於京華



第三十七章

“道”经常是无为的
而没有任何事物不是它所化。
侯王若能保有它，
万物将自动向他归化。
“万物自动”归化了，如有欲望发生时，
我将用“无名之朴”来镇服它。
“无名之朴”
也不过是根绝欲望。
根绝欲望，可以得到安静，
天下将会自然稳定。

白话文

Chapter 37

Tao being non-active*,
Yet through it everything is done.
If the ruler can keep the TAO,
All things will grow and transform naturally.
Should such growth and transformation become an object of passion,
I would restrain it by nameless original simplicity,
Which can curb the desires of men.
When the desires or passions are curbed, there will be peace and quietude,
And the world will be peaceful and in order.

* non-active Tao with quiescence represents the state of unspoiled nature, the source of all cosmic power.

道德经注解 (连载)

论德第三十八

上德不德，上德，谓太古无名号之君，德大无上，故言上德也。不德者，言不以德教民，因循自然，养人性命，其德不见，故言不德也。是以有德；言其德合于天地，和气流衍，民德以全也。下德不失德，下德，谓号谥之君，德不及上德，故言下德也。不失德者，其德可见，其功可称也。是以无德。以有名号及其身故。上德无为，言法道安静，无所施为也。而无以为，言以无名号为也。下德为之，言为教令，施政事也，而有以为。言以为已取名号也，上仁为之，上仁谓行仁之君，其仁无上，故言上仁。为之者，为仁恩也。而无以为；功成事立，无以执为，上义为之，为义以断害也，而有以为。动作以为己，救人以为威，贼下以自奉也。上礼为之，谓上礼之君，其礼无上，故言上礼。为之者，言为礼制度，序威仪也。而莫之应，言礼华盛实衰，盛伪烦多，动则离道，不可得应也。则攘臂而仍之。言礼烦多不可应，上下怨争，故攘臂相仍引也。故失道而后德，言道衰而德化生也。失德而后仁，言德衰而仁爱见也。失仁而后义，言仁衰而义分明也。失义而后礼。言义衰则施礼聘行玉帛也。夫礼者，忠信之薄，言礼废本治末，忠信日以衰薄也。而乱之首。礼者贱质贵文，故正直日以少，邪乱日以生。前识者，道之华。而愚之始，不知而言知为前识，此人失道之实，得道之华。人之愚暗之倡始也。是以大丈夫处其厚，大丈夫谓得道之君也。处其厚者，谓处身于敦朴。不处其薄，不处身违道，为世烦乱也。居其实，处忠信也。不居其华。不尚华言也。故去彼取此。去彼华薄，取此实厚。

道德真经注河上公章句

老子道德经

三十八章

上德不德是以有德下德不失德是以无德上德无德而無以為下德為之而有以為上仁為之而無以為上義為之而有以為上禮為之而莫之應則攘臂而仍之故失道而後德失德而後仁失仁而後義失義而後禮夫禮者忠信之薄而亂之首前識者道之華而愚之始是以大丈夫處其厚不居其薄處其實不居其華故去彼取此

陳翰彬時年七十有二敬書於京華

第三十八章

“上德”不在于表现为形式上的“德”，因此就是有“德”。

“下德”死守着形式上的“德”，因此就是没有“德”。

“上德”无所表现，并不故意表现它的“德”。

“下德”有所表现，并故意表现它的“德”。

“上仁”有所表现，但非故意表现它的“仁”。

“上义”有所表现，并故意表现它的“义”。

“上礼”有所表现，而得不到回答时，

就伸拳捋臂，敌对报复。

所以

丧失了“道”而后才有“德”，

丧失了“德”而后才有“仁”，

丧失了“仁”而后才有“义”，

丧失了“义”而后才有“礼”。

“礼”这个东西，它是

忠信的不足，是大乱的祸首。

所谓先见之明，它是

“道”的虚华，是愚昧的开始。

因此，大丈夫

立身丰厚而不居于浅薄，

存心朴实而不居于虚华。

所以要舍弃后者，采取前者。

Chapter 38

A man of highest virtue, after doing a lot of good things, will not display them and claim credit. His virtue is real.

A man of lower virtue, after doing something good, will show off and claim merit.

His virtue is considered not perfect.

The man of highest virtue acts in accord with "Doctrine of Nature" (TAO), without any ulterior motive.

The man of lower virtue acts with ulterior motive.

The most benevolent person acts, without any motive for he has a purified mind.

The righteous person sometimes acts without real understanding 'The Nature' (TAO).

Therefore his performance is considered on occasion having motive.

Those having highest sense of propriety act and show its performance but find no response from others,

Then they would try to do it with force of arm.

Therefore:

After TAO is lost, then comes to the doctrine of virtue.

After virtue is lost, then comes to the doctrine of benevolence.

After benevolence is lost, then comes to the doctrine of righteousness.

After righteousness is lost, then comes to the doctrine of propriety.

Now, propriety* is only the husk of loyalty and faith.

It is the beginning leading to disorder.

Keeping on argument with mundane knowledge without knowing the true self or the Nature is just flowering of TAO.

This is the origin of stupidity and blind followers of Taoism.

Therefore the great noble man manages affairs in accord with TAO in top priority.

Then comes next to handle affairs with benevolence and righteousness.

Then he considers what is fundamental.

And disregards what is superficial and flowery.

Therefore he prefers to what is inner (purity of mind) to what is outer.

* Propriety may also mean Confucian doctrine of rite characterized by rituals and good manners. It is a pity that rituals are, sometimes, means of affection.

鸣谢

菲莱芭城隍庙附属三清宫赞助《狮城道教》第十九期出版费用三千元
实龙岗北协灵坛赞助《狮城道教》第十九期出版费用一千元
谨此致谢！



各宫庙团体或个人有意赞助《狮城道教》出版费用，
请与本刊编辑部联络，电话：6244 9595



(创刊号)



菲莱芭城隍庙赞助



凤山宫赞助



大士伯公宫赞助



洛阳大伯公宫赞助



菲莱芭城隍庙附属三清宫赞助



灵宝皇坛赞助



后港斗母宫赞助



菜市联合宫赞助



洛阳大伯公宫赞助



洛阳大伯公宫赞助



洛阳大伯公宫赞助



菲莱芭城隍庙赞助



林国文先生赞助
(福安庙代表)



竹云宫赞助



新加坡道教学院赞助



大士伯公宫赞助



淡滨尼联合宫赞助



菲莱芭城隍庙附属三清宫及实龙岗北协灵坛赞助

《狮城道教》征稿启事

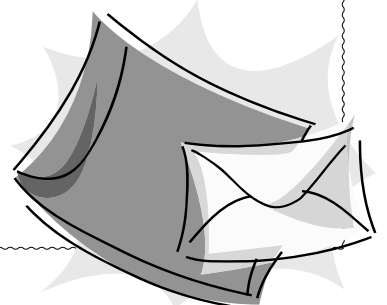
1. 本刊为新加坡道教总会之出版物，园地公开，欢迎道内道外诸位友人赐稿。
2. 凡弘扬道教及中华文化之论著，宣扬人间真善美，抒发心灵感悟等各类文学创作，一概欢迎。
3. 涉及个人恩怨是非、政治问题等与本刊主旨无关的稿件，恕不刊载。
4. 惠稿请注明真实姓名、地址、电话等个人信息；发表时用笔名听便。
5. 编辑部有权对来稿删改；如不愿被删改者，请于稿内注明。
6. 稿件以图文并茂者为优，单投文字稿或图片稿者亦受欢迎。
7. 来稿一经发表，文责自负。
8. 请勿一稿多投，转引之文字或图片，请于稿内注明。
9. 来稿一经刊登，将按址寄奉薄酬，以申谢忱，若却酬者亦请注明，以便本刊给予刊名致谢。

来函请寄

《狮城道教》编辑部
三清宫道教文化中心
San Qing Gong Taoist Cultural Centre
21, Bedok North Ave 4 Singapore 489948

电邮请寄

xly@sqq.com.sg
电话：6244 9595
传真：6442 7879





黑白无常

——勾魂摄魄的使者

黑白无常，又称大二爷伯、八爷九爷等，是新加坡非常普遍的信仰之一，不仅在许多大大小小的华人庙宇中都有奉祀，甚至在新加坡亚洲文明博物馆也能找到他们的踪影。

有关黑白无常的传说非常多。较为著名的说法为黑白无常来自福建，情同手足，分别名为范无救及谢必安。范无救身矮脸黑，谢必安则身高脸白。一天两人经过一座桥时，突然下起雨来。谢必安让范无救躲在桥下避雨，待他回家取伞。岂料谢必安走后，雷雨倾盆，河水暴涨，范无救不愿失约，竟因此而溺毙。临死之前，范无救以为好友谢必安不守信约，因此带着满脸怒气死去。一方面，谢必安取伞赶到桥头，却得知好友已死，痛不欲生，当下吊死在河边的树上。这件事传到城隍爷的耳里，深为他们守信的品德和深厚友谊所感动，便召他们俩来辅助城隍爷(也有说是阎王)。

由于黑无常范无救抱怒溺毙，因此脸上常挂怒容，加上他黝黑的肤色及一身黑的打扮，让人觉得格外威严；而白无常谢必安抱着对好友的愧疚吊死，因此一脸愁容，口吐长舌。他们被城隍爷召为使者后，专门负责勾魂摄魄，接引刚刚死去的人，带领他们的魂魄到地府接受判官的审判。而传说生前作恶之人，死后将遭到黑白无常以铁链和枷锁锁住恶人的魂魄，以免他们在往阴间的路途中逃跑。

虽然黑白无常乃是阴神，但是他们所戴的帽子上，却分别写着“天下太平”以及“一见发财”的字样。这不仅缓冲了他们作为阴神的阴森形象，同时也使得新马一带的信众相信黑白无常可以为虔诚的信徒带来发财的机会。这也是为什么黑白无常作为阴府中负责勾魂摄魄的使者，在新马一带却广受奉祀的重要因素之一。



中国 — 新加坡宗教文化展2009

China — Singapore Religious Cultural Exhibition 2009

携手共建美好世界 — 和平 合作 友谊 进步

Together Towards A Better World — Harmony Cooperation Friendship & Progress

日期 : 2009年12月16日至22日

开放时间 : 上午10时30分至晚上8时

地点 : 新加坡国际会议及展览中心, 新达城603展厅

主办单位 : 中国 — 新加坡2009宗教文化展中国组织委员会, 中国 — 新加坡2009宗教文化展新加坡组织委员会

承办单位 : 新加坡宗教联谊会

支持单位 : 中华宗教文化交流协会
中国佛教协会
中国道教协会
中国伊斯兰教协会
中国天主教爱国会
中国天主教主教团
中国基督教协会
中国基督教三自爱国运动委员会

Date : 16th to 22nd December 2009

Opening Hour : 10.30am to 8.00pm

Venue : Convention Hall 603, Suntec Singapore International Convention & Exhibition Centre

Organizers : 2009 China — Singapore Religious Cultural Exhibition China Organizing Committee
2009 China — Singapore Religious Cultural Exhibition Singapore Organizing Committee

Undertaken by : Inter-Religious Organization Singapore

Supported by : Chinese Religions and Cultural Exchange Association
The Buddhist Association of China
China Taoist Association
The Islamic Association of China
Chinese Catholic Patriotic Association
Chinese Catholic Bishop Conference
China Christian Council
The Three-self Patriotic Movement of Protestant Church in China

新加坡道教学院

“一年制道教专业课程”

招生简章

新加坡道教学院将于2010年开办“一年制道教专业课程”，中学及以上学历人士均可报读，年龄不限。课程将开设：道教通史、道教经典选读、科仪与诵经、中国哲学、道教文化……等科目。由资深道长及专家学者授课。学习期满考试合格者将获颁新加坡道教学院道教专业证书。

有意报读或欲咨询详情者，敬请拨打电话：6244 9595，或者亲临本学院：三清宫二楼 (21, Bedok North Ave 4 Singapore 489948)

电邮：lilian@taoistcollege.org.sg

网址：www.taoistcs.org

报名截止日期：2010年1月31日