



# 獅城道教

季刊

4

2009

总 20 期

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



## 中国-新加坡2009宗教文化展

China-Singapore Religious Cultural Exhibition 2009

携手共建美好世界 - 和平 合作 友谊 进步

Together Toward a Better World - Harmony, Friendship & Progress

OPENING CEREMONY

15th NOVEMBER 2009

11:00 AM - 12:00 PM

1101, 1102, 1103, 1104, 1105, 1106, 1107, 1108, 1109, 1110, 1111, 1112, 1113, 1114, 1115, 1116, 1117, 1118, 1119, 1120, 1121, 1122, 1123, 1124, 1125, 1126, 1127, 1128, 1129, 1130, 1131, 1132, 1133, 1134, 1135, 1136, 1137, 1138, 1139, 1140, 1141, 1142, 1143, 1144, 1145, 1146, 1147, 1148, 1149, 1150, 1151, 1152, 1153, 1154, 1155, 1156, 1157, 1158, 1159, 1160, 1161, 1162, 1163, 1164, 1165, 1166, 1167, 1168, 1169, 1170, 1171, 1172, 1173, 1174, 1175, 1176, 1177, 1178, 1179, 1180, 1181, 1182, 1183, 1184, 1185, 1186, 1187, 1188, 1189, 1190, 1191, 1192, 1193, 1194, 1195, 1196, 1197, 1198, 1199, 1200

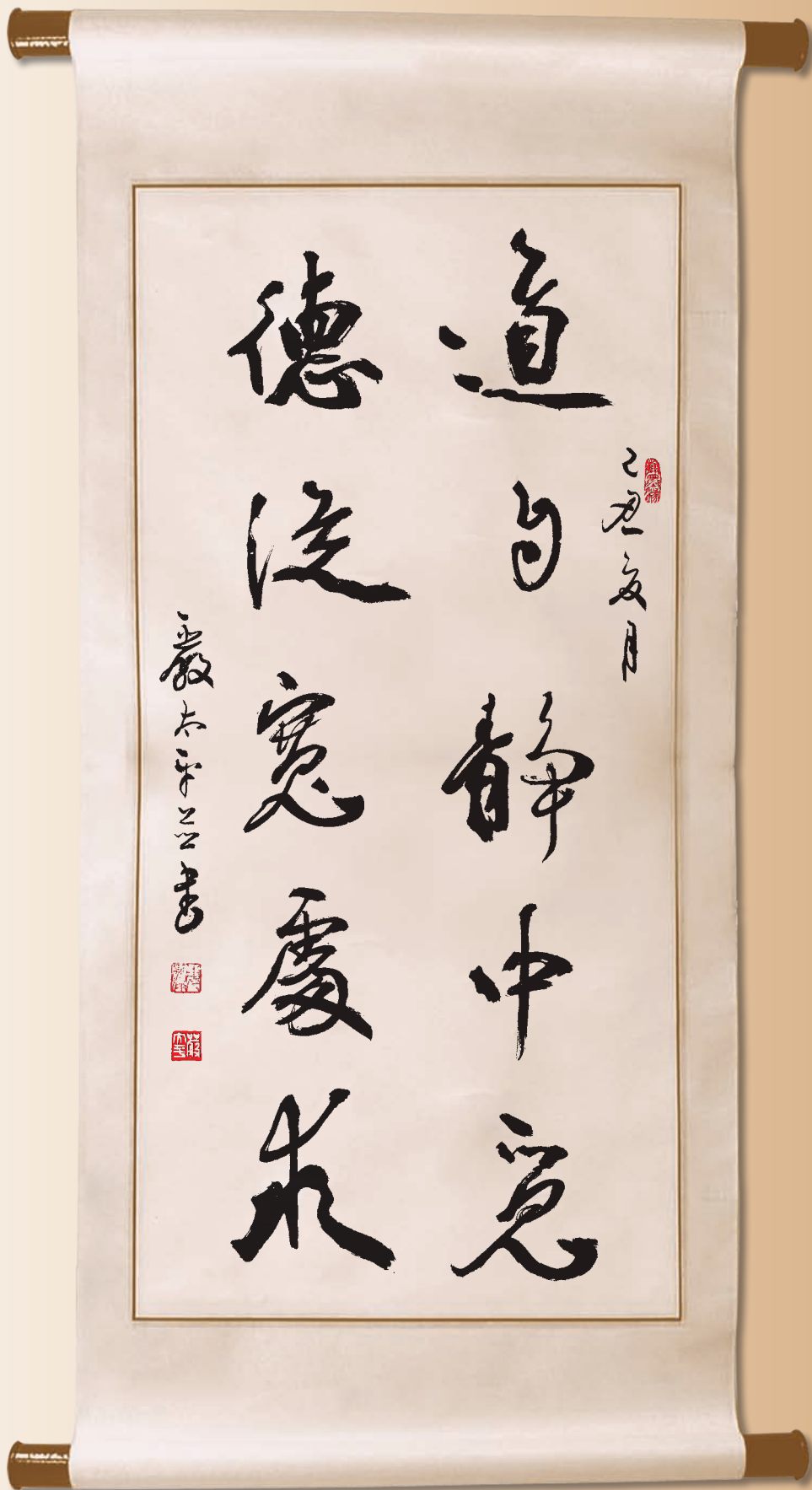




严太平

## 简介

严太平，1945年生，现为公安部消防局退休大校警官，全国公安书法家协会副会长，公安部机关书画协会副会长兼秘书长，北京市楹联学会书画艺术部副主任，中韩书画家联谊会副会长，中国楹联学会书法艺术委员会会员，中国书法家协会会员。编著出版了《草书导引》、《严太平书法作品集》、《赞梅作品集》。作品参加了中国书协组织的第五届书展、北京、东京展、翰墨颂辉煌、毛泽东同志诞辰110周年、中韩、吉隆坡、新加坡国际交流展、(2006箫山)国际书法名家作品展等重要的展出；在中国美术馆等处举办个展四次。常被大型书展聘为评委。十多次参加中国书法家协会组织的活动。被中国书协评为书法进万家先进个人。《当代中国书法艺术大成》等200多部书法集和专著刊有介绍。作品被人民大会堂、毛主席纪念堂、通州万春园公园等上百家纪念馆、博物馆、碑林收藏或被勒石、陈列。为公安部办公大楼大理石屏风书写了“人民公安为人民”。



# 卷首语

新加坡道教总会作为新加坡道教界的代表，参与了“中国—新加坡宗教文化展2009”，展示了新加坡道教在过去和现在的发展，以及对未来的展望。同时，道总也联合中国道教协会在展览期间，举行了道教文化表演，新加坡代表也在宗教和谐论坛上发表了“新加坡道教与宗教和谐”的演讲，仅刊于此供大家参考。

新加坡道教学院举办了“文化大讲堂”公开讲座活动，即“身心灵的治疗——佛教、道教与科学的对话”以及“太极拳学与和谐人生”。这两堂讲座，一则由内而外，即从心灵、思想出发以达到身心灵的健康；一则由外而内，通过打太极拳锻炼身体，进而把太极拳的理论应用到现实生活，以达到身心灵的健康。

新加坡道教学院也在如火如荼筹备将在2010年3月1日起开办的“一年制道教文化课程”。这项课程的目的是为了弘扬道教文化、提升公众的道教修养以及对正统道教的认识。有兴趣报读的各界人士，可以参考“招生简章”。

《狮城道教》作为新加坡唯一的道教季刊，截至目前已经出版5年共20期。自付梓以来，获得各界善长仁翁以及宫庙机构等的大力支持，感激不尽。为更好地传播本地道教的信息，本刊决定设立“《狮城道教》出版基金”，希望能够继续获得各界的支持。

## 名家书道

严太平书法作品 ..... 封二

目录，编委会，卷首语 ..... 3

## 道风道业

新加坡道教与宗教和谐 ..... 徐李颖 4

The Taoism and Religious Harmony in Singapore ..... Translated by Chong Fu 6

## 弘道宣教

寻找身心灵的健康之路——佛教、道教与科学的对话 ..... 崇融 7

太极拳学与和谐人生 ..... 水仙子 8

## 道总简讯

简讯汇编 ..... 9

中国—新加坡2009宗教文化展 ..... 11

## 宫庙介绍

洛阳大伯公宫 ..... 仇莉莲 13

## 会员动态

简讯汇编 ..... 17

“第三届国际城隍文化学术论坛暨2009世界城隍庙联谊大会”

在台北隆重举行 ..... 18

## 神仙真人

移民与移神：广泽尊王信仰在新加坡 ..... 林静 20

## 养生之道

三清道教图书馆道教养生类书籍推荐 ..... 刘艳 22

## 道经注解

《道德经》第39、40章 ..... 24

鸣谢·征稿 ..... 26

## 道教资讯

新加坡道教学院2010年“一年制道教文化课程”招生简章 ..... 封三

《狮城道教》成立出版基金 ..... 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

“中国—新加坡2009宗教文化展”活动剪影



# 新加坡道教与宗教和谐

■ 徐李颖

## 一、道教哲学中的“和谐”本源

### 1、道之本体：天人合一

道教以“道”为核心理念，吸收老庄思想之精髓，结合神仙信仰、修仙实践，形成了自己的宗教思想体系。

道教的核心理念脱胎自中国原初的“天人合一”的哲学思想。天人合一是中华文化体系的建立之基，即性与天道相统一。

中国哲学的两个主脉，儒家和道家的思想体系都由“天人合一”的思想孕育而出。儒家“建人伦、明教化”，发展文化的思路是由人之天，建立文化体系、规范社会秩序，使之符合天道自然；道家“发天道、明自然”，文化思路是由天之人，即以宇宙自然之理作为建设文化体系的范式，使社会机制等人文建设不违背天道自然。

这种“天人合一”的世界观和由天道推演人事的思想体系，使道教在对人与自然、人与社会的关系问题上，特别看重二者的统一而非对立、顺势而非逆反。

“天人合一”的实现途径是“人法地，地法天，天法道，道法自然”，这是老子之学的重要观点。老庄从宇宙大化的运行规律，诸如阴阳消长、有无相生、周而复始等等，总结出一切文化的最根本原则，并称之为“道”。“道”即天人合一的原初状态，老庄认为，一切冲突都是天人裂变、背道而驰的结果。人与道的冲突来自于人把自己的意志、知识强加于自然，人不知自

我的局限，违背天道的自然法则，从而导致人与自然的冲突，与社会的矛盾，与大道背离。因此，道家的终极理想是使社会复归于宇宙自然的原始和谐。

因此，从宗教的哲学本性来看，道法自然的天道观决定了“和谐”是道教天然的宗教性格。

### 2、道之途径：生道合一

道，是超越性的终极实体。从宇宙论的角度来看，道是生化万物的本始力量；从人的角度来看，道通过人而显现出来。人通过对自然的观察来体悟道，通过生命的实践活动来显现道。道与人的生命之间存在着难以分割的联系。

道不但存在于玄冥宇宙之中，更存在于人身之中。《管子·内业》篇说：“夫道者所以充形也，而人不能固。其往不复，其来不舍。漠乎莫闻其音，卒乎乃在于心。冥冥乎不见其形，淫淫乎与我俱生。视之不见其形，听之不闻其声，而序其成谓之道。”

然而人被自我的智识所蒙蔽，被有限的心智所局限，无法顺从天道。老子就警告说：“五色令人目盲；五音令人耳聋；五味令人口爽；驰骋田猎，令人心发狂；难得之货，令人行妨。”因此，人必须摆脱自我为中心的局限，摒除一己私欲，方能使生命与大道相通，进而证道、体道。正如老子所言“不自见故名；不自是故彰；不自伐故有功；不自矜，故能长。”

这种无私无欲的“生道合一”的观念，可谓是道教生命哲学的根基。它提醒人们不要过度扩张自我主体意志，自我意志愈加彰显，与大道自然愈加背驰，人证道、悟道的能力必然减弱。

“生道合一”从体悟大道的角度再次强调了人与外物和谐的重要性。

### 3、道之实践：天人同构

道教哲学通过天道推演人事，也即是从对宇宙万物的认识，来反观人体自身。因此认为，人体与宇宙有着类似的结构，从而产生天人同构的思想。

道教的修行实践便是建立在天人同构的理论基础上。通过对宇宙和人体的认识，把人体和宇宙建立起对应关系，认为他们有着相同的构造和运行方式，从而形成独特的养生实践。如内丹、服食、导引等等修养身体的功夫，都是建立在对人体小宇宙的观点之上的。

综摄以上三点，基于天人合一、生道合一、天人同构的思想观，道教对人与外物的关系明确地建立起共生、互融的标准，这就是道教对社会发展的最高境界的期许。道教的宗教性格决定了它是一个深具包容性，无论是宇宙、社会、人群，还是种族、宗教，在道教这里，都是在“道”的统摄之下，不断接近大道、顺应大道的过程就是相互融合、包容共生的过程。

从道教自身的哲学理论上，看，“和谐”是一个不争的主题。哲学思想落实到具体的宗教活动上，就是道教信仰活动及其组织的运作和发展。以下就以新加坡道教的具体实例来说明道教对社会和谐贡献。

## 二、新加坡道教对社会和谐贡献

新加坡道教传承自中国南方闽粤琼一带的正一道。早期的道教庙宇大都奉祀闽粤琼移民祖籍地的乡土神，这些神明与百姓的日常生活息息相关。主持道教法事的多是正一派的火居道士。火居道士很少有意识地宣传道教义理，但在人们日常的信仰实践活动中，道教的基本精神始终贯通。

### 重生贵死：

重生贵死是中国传统文化的思想特征，《易传》中说“天之大德曰生”，即表现出对生命的极大尊重。华人南来新加坡，面对开埠初期恶劣的自然环境，生死问题是人们首要面对的问题。在新加坡早期的华人庙宇中，无论所拜主神为何，其配祀神明都少不了大伯公和注生娘娘。大伯公是土地之神，保佑移民在新的土地上安居乐业；注生娘娘为生育之神，保佑人们多生子嗣。至今不少庙宇中仍保留着这一奉祀习俗。对新生命的渴望，对子孙绵绵不绝的期待，既是华人对血脉的重视，更体现了对“生之大德”的祈求。

早期道教庙宇的另一重要功能是安置先人骨灰、灵位，使往生者继续享受后人的祭祀，得到神明的庇佑。生、死是人生的两大终极，而道教看重生命的可贵，追求长生不死。老子说：“死而不亡者曰寿”，即指不但要延长肉体生命，安享天年，更要在精神上香火以继。

道教信仰的开放与包容性正是立足于这种重生贵死、

以人为本的精神追求。新加坡的道教庙宇在社会功能上特别继承了“重生贵死”的精神，这不但符合道教的哲学意涵，更符合移民初期人们的精神需求。生命不分贵贱、种族、肤色、国别，均是“天之大德”的产物。因此，新加坡的道教显示出了对生命的极大包容性。

### 多神信仰：

道教是一个多神信仰的宗教。新加坡道教不但具备多神信仰的特征，更使众神平等的精神得到了更充分的体现。

道教神明谱系中尽管有等级体系之别，但因为新加坡庙宇多供奉乡土神，因而是以主神信仰为奉祀模式。如妈祖庙主祀妈祖、城隍庙主祀城隍、关帝庙主祀关公。主神之外，所有庙宇还供奉各种各样的副神，甚至有万神殿、众神殿。信仰神明之多，不胜枚举。主、副神的划分并非信仰等级体系的体现，而是信仰职能的细化。其一方面体现了道教的多神信仰特制，另一方面也反映了华人信仰的平等精神。他们更在乎神明的职能之别，而非地位之差。

这种根植在华人信仰中的平等精神，也使道教庙宇对其他宗教秉持了共生互融的态度。

### 多元宗教融合：

新加坡的道教庙宇不但供奉道教神明，还有佛教、儒教神明，甚至有印度神、马来神。三教和一、五教合一的情形普遍存在。这不但是多神信仰的产物，更是道教为多元宗教融合所作的努力。如洛阳大伯公宫，不但在形式上供奉华、巫、印三族神明，更举办各种活动宣传三族信仰文化，也在庙宇中举办不同族群的婚礼，以消除三教之间的误解和歧视。

新加坡道教对其他宗教的包容，并非建立在妥协、容忍的消极态度上；而是基于道教本身的宗教性格，和新加坡信众对神明信仰的理解。

综而言之，新加坡道教神明有职能之别，而无优劣之差；同样，道教也认为，不同宗教在信仰形式上有差别，而在精神追求上并无本质不同。这使道教在宗教和谐问题上做出了积极的贡献。



# The Taoism and Religious Harmony in **Singapore**

(Abstract)

■ Translated by Chong Fu

## 1. The origination of "Harmony" in Taoism philosophy.

### a) The gist of Tao: "the unity of man and nature".

The principal idea of Taoism is originated from the primitive philosophy of Chinese, i.e. the unity of man and nature. The unity of man and nature, which means the harmony between humanity and Tao (or nature), is the foundation on which the whole Chinese culture has been built.

Because of the Weltanschauung of the unity of man and nature, and the ideology of from nature to man, when dealing with such issues as the relationships between man and nature and man and society, Taoism especially value the unification rather than the opposition between man and nature.

Thus, from the philosophy characteristic of this religion, it is seen that Taoism has the natural character of harmony, which is determined by its Weltanschauung of the unity of man and nature.

### b) The trajectory of Tao: "the harmony between life and Tao".

The opinion of harmony between life and Tao promotes selflessness and freedom of self-interest, and reminds men not to expand their own subjective purposes unlimited. Man must discard self-desires in order to sense Tao. The more the subjective purposes are pursued, the further is man from Tao and the weaker is man's ability to verify Tao and sense Tao.

The importance of the harmony between man and nature is emphasized again by "the harmony between life and Tao" from the point of view of sensing Tao.

### c) The practice of Tao: "Isomorphism between man and nature".

The daily practice of Tao is based on the theory of "Isomorphism between man and nature". In Taoism, a correspondence is established between the universe and the human body from observations. It is believed that both the universe and the human body have the similar structure and functioning mode, and thus a specific practice route is formulated. For instance, these daily practices of Taoists, such as Nidan (内丹, nei dan), Eating and Drinking (服食, fu shi) and Breathing Exercises (导引, dao yin), all come from the

opinion of maintaining the inside universe of human body.

On a conclusion, harmony is an undisputed principle for Taoism.

## 2. The contributions of Taoism in Singapore.

When applying the philosophies to practical religious activities, it is about the operation and development of Taoist organizations. The contributions of the Taoism in Singapore to the whole society are subsequently introduced by substantial instances.

### a) Value birth and death.

The Singapore Taoist temples specially highlight a social function of valuing birth and death. Birth and death are two extremes of life. Taoism values life most and goes in for immortality. A life, irrespective of race, complexion, nationality and wealth, is the product of the Mother Nature. Hence, the Taoism in Singapore manifests its magnificent capacity for life.

### b) Polytheistic belief.

Taoism is a religion that allows polytheistic belief. The Taoism in Singapore not only has the characteristic of polytheistic belief, but also demonstrates a fair status for every deity.

### c) Multi-religion fusion.

In Singapore Taoist temples, deities from not only Taoism, but also from Buddhism, Confucianism, and even Hinduism, Muslim, are well worshiped. It is common to find three or even five different religious deities coexistent.

It is based on the religious characteristics of Taoism itself and the understanding of common devotees to the deities, that the Taoism in Singapore can contain and allow the other religions.

In conclusion, the Taoism in Singapore believes in a difference in functions, but not in being good or evil. The Taoism in Singapore also believes in that, for all religions, although there is a difference in practical religious activities, there is no essential difference in mental pursues based on which, the Taoism in Singapore contributes to religious harmony.

# 寻找身心灵的健康之路

## ——佛教、道教与科学的对话

■ 崇融

**2009**年11月14日，新加坡道教学院“文化大讲堂”活动邀请了周雁飞博士主讲一堂关于宗教、科学以及人类身心健康的讲座，吸引了百多人入场聆听。

人类的科学技术在近百多年来，取得了突飞猛进的发展。人类在征服自然界的道路上看似长驱直入、所向披靡；然而，貌似平静的大自然却一次次地向人类提出了警告，各种惨痛的天灾人祸不断提醒着人类，我们并不是自然的主宰，甚至人类自己造就的社会环境也日趋恶化：大小战争、金融风暴、政治动荡、精神疾病……

科学是人类智慧的结晶，但科学与物质远不是人类生活的全部。宗教、哲学、文艺是人格形成的重要因素。只有科学、技术、哲学、宗教、文艺、人格养成的教育回归一体，回归本位，均衡发展，人类才有希望。也就是说人类除了向外探索自然，还必须回归人的生命本身、通过科学的方法内视自我的心灵与精神。因此，认知科学与生命科学的出现就成为必然。

生命有两个层面：一个是知觉、思想的精神世界；一个是生理、身体的物理世界。研究前者的科学为认知学，研究两者整体及其相互关系的科学就是生命科学。东、西方对生命科学的探索都取得了一定的成就，在身心灵的整体疗愈中，中医、道医、西医各有不同的方法。

西方心理治疗中的催眠疗法是一种历史悠久的治疗方法，加入科学手段后，在心理治疗领域继续发挥着重要的作用。催眠师运用心理学等手段，在被催眠者头脑中唤起一种特殊意境，这种意境能使人的心理对生理的控制力量，发挥到最高水平，好比是潜能激发。催眠治疗就是心理医生运用不断重复的、单调的言语或动作等，向求治者的感官进行刺激，诱使其意识状态渐渐进入一种特殊境界的技术。催眠师利用催眠术与被催眠者的潜意识进行沟通。借由直接暗示与间接暗示，可以引发被催眠者原本具有但不被觉知的潜能。人们可以在被催眠的状态下，释放或转换不良的情绪，从而疗治心灵创伤或精神疾病。

在道教里，养生与修道同样具有精神治疗的作用。道教认为，人身之中有“精”、“气”、“神”，他们是人身的重要元素。仅仅保养身体的健康只是修道的第一步，修炼精气神的畅达，达到心灵的平和宁静，才是最高境界。因此，道教在外丹之外，更注重内丹的修炼，通过“精”、“气”、“神”的合一来达致“性命双修”。《玄宗直指万法同归》：“内丹者，自己之元气也；外丹者，天地之元气也。然此之丹本无内外，自己元气即天地之元气，天地元气即自己之元气也。内外不可须臾离了，可离非道也。”

在佛教里，唯识学对于人类的认知有一套系统的理论。这些理论与西方心理学、精神分析学有不少共同之处，如唯识学同弗洛伊德和荣格的精神分析学说一样，把人的心理结构分为三个层次。弗洛伊德认为人的心理结构是由意识、前意识和潜意识三个层次构成的，荣格则认为人的心理结构是由集体无意识、个人无意识和意识三个层次构成的，而佛教唯识论则认为人的心理结构是由第八识阿赖耶识、第七识末那识和第六识意识这三个层次构成的。因此，在现代精神治疗领域，也吸收借鉴了唯识学的内容。

总而言之，在当代科学领域，宗教的价值得到了新的重视。宗教与科学的结合不但不是天方夜谭，反而能够相辅相成，为客观世界与精神世界搭建起一条互通的桥梁。道教、佛教、科学，都是人类智慧的凝结，在寻求身心灵的健康之路上，三位一体的结合将会带给我们更深的启发。



# 太极拳学与和谐人生

■ 水仙子

2009年12月19日，新加坡道教学院特别邀请了刘嗣传道长前来主讲文化大讲堂活动，讲题为“太极拳学与和谐人生”。刘嗣传道长，现任广东省道教协会副会长兼秘书长，广东江门新会紫云观住持，致力于研究道教太极拳，代表著作有《武当三丰太极拳》一书。

刘嗣传道长在演讲中说，太极拳不但是生命科学的体现、人体力学的应用，更具有深厚的文化内涵。太极拳通过拳架、拳理，包含和辐射出人生哲学、社会价值。太极拳学表达了圆融社交、和缓气氛的人生方式，孕育着平衡生态、稳定发展的盛世宝典，表述着维持平衡、解决矛盾、致和倡谐的人生哲学和社会旋律。

太极拳涵括了自然、柔和、流畅、圆活等基本特点，但同时也有“中、灵、柔、轻、活、正、稳、舒、松、慢、匀、静、圆”等基本运动的规律和要求，在含而不露的柔劲内意中，又时时舍己从人地先化后发。此外，太极拳讲究“中和之道”，强调“中正安舒”、“无过无不及”，既不刻意追求，也不过于表现，具有自然和谐的运动特征。太极拳所追求的，是将动作与自然合为一体，达到“恬淡虚无”、“宁静自如”，甚至“不知身之为我，我之为身”的境界。可见，打拳讲究轻沉兼备、从容不迫，能容能化。

现今的社会无不强调和谐的重要性，但要达到此项目标，首先需要从个人身体与外界的平衡做起。太极拳在运动或斗争中求平衡，在交往或变换中求和谐。“和谐”与“平衡”是“太极拳学”的核心。人体内阴阳平衡的气血是人自身和谐的第一要素，血气方刚、性格急躁的人必定与人交往不和谐；清静

温和的心态也是自身和谐的表现，用平静的心情办事、用真诚和柔和的态度待人接物、用以柔克刚的方式处理矛盾冲突，才能在人与人的相处中达到和谐。

此外，太极拳强调身心同修，即锻炼身体与心性品德兼顾。通过太极拳运动，人体各系统生理机能内部或机能之间，通过各种阴阳交替的锻炼，即动与静、虚与实、开与合、吞和吐、刚与柔、攻与守、奇与正、上和下、前与后、左与右、进与退等，达到身体内（经络疏通）外（肢体）的协调与平衡。

总而言之，太极拳展示了阴阳平衡、对立统一的规律变化，从而达到自然的平衡与协调。而在人生哲理上，太极拳学更强调心与身一致的太极观、天人相应的和谐观及人与社会相依的整体观。所谓“天人合发，万变定基”，只要人类自身能按照“观天之道，执天之行”的规律生存和办事，在待人处世、办事理家、治国方面，都达符“中和”之道，那么人与人、人与社会、人与自然都能达到整体的统一与平衡，也就能达到真正的和谐。





## 亚洲文明博物馆组团参观三清宫



亚洲文明博物馆的30名外籍导游，于2009年9月28日到三清宫参观，同时学习有关道教的思想、文化与习俗等知识。亚洲文明博物馆的东南亚展区有一些关于新加坡道教的展览品，如广受奉祀的大、二爷伯神像、庙宇的庆典状况等。因此，博物馆认为，这些导游有必要了解基本的道教知识，以更好地为游客讲解。博物馆也考虑在未来继续与新加坡道教总会合作，组织宫庙及道教文化参观团，吸引对本地道教文化有兴趣的游客前来参加。

## 第九届道教音乐汇演在中国湖北武汉隆重举行

■ 王崇晖

2009年11月14日，第九届道教音乐汇演在武汉隆重举行。这届道教音乐汇演共有来自中国大陆、香港、澳门、台湾和新加坡等国家和地区的九个团体报名参加。新加坡道乐团是唯一一个来自中国以外的团体。也正是因为新加坡道乐团的参与，使得道教音乐汇演具有了国际性。新加坡道乐团这次派出了33人的团体参加演出，这也是新加坡道乐团第九次参与道教音乐汇演。除了新加坡道乐团外，其它八个团体分别是茅山道院经乐团、武当山道教功夫团、香港道乐团、北京白云观经乐团、台北松山慈惠堂国乐团、苏州姑苏仙乐团、武当山道教经乐团以及武汉长春观经乐团。

这届道教音乐汇演第一次采用电脑操控大型液晶屏幕作为舞台背景，这也是这届道教音乐汇演的一大突破。主办机构除了在舞台后方正中央安装了一个大型的液晶屏幕，在舞台的两侧也各树立起了两片长形的液晶板。当各个参演团体表演的时候，液晶屏幕就会呈现与演出内



北京白云观经乐团



武汉长春观经乐团



新加坡道乐团



武当山道教经乐团

容相关联的录像画面，两边的液晶板也会同时投影出与液晶屏幕相呼应的画面，为整个表演增添了不少美感，也让整个表演更具舞台性和可视性。

音乐汇演在晚上7点30分拉开帷幕。首先是来自中国道教协会及湖北省道教协会的领导人上台讲话，接着是向各个参演团体颁发纪念品。晚上8点30分，演出正式开始。新加坡道乐团作为开场表演团体，这次带去了三首道曲，分别是《磬鼓和鸣》、《祝香神咒》和《双吊挂韵》。三首道曲一气呵成，动静相宜，博得台下观众热烈的掌声。香港道乐团这次则和武汉音乐学院东方神韵合唱团联袂演出，表演了《韵、腔、赞》、《孚佑帝君（吕祖）心经》及《乐诵《道德经》（第一章）》。悠扬的乐曲及和声让人回旋于耳，久久未能散去。而最有看头的可以说是武当山道教功夫团呈现的武当太极功夫表演。优美的武当道乐配合时快时慢的武当功夫及太极拳、太极剑表演，让台下观众目不暇给，掌声此起彼伏。压轴节目是由武汉长春观所呈现的《颂长春》和《朝金阙》，参与人数是这次道教音乐汇演团体之首。节目除了表现道众朝真礼神，高功荡秽净坛、踏罡步斗、存思达帝外，还展现了道教传统的服饰威仪和刚柔相济的和谐音乐，以及崇尚和谐、天人合一、朴素自然的道教理念。演出最后在观众的喝彩声中圆满地落下帷幕。

## 新加坡道教总会率团到龙虎山受箓



中国江西省龙虎山嗣汉天师府于2009年12月1日期间为海外道教徒举行授箓传度仪式，新加坡道教总会也在会长陈添来BBM的率领下共襄盛举。

庄严肃穆的授箓仪式由三大师即传度师邱裕松、监度师张金涛、保举师曾广亮主持。共有超过百名来自新加坡、马来西亚、港澳台等地的道教徒，专程到龙虎山受领箓牒。

## 符喜泉部长及多名国会议员与道总进行午餐交流会

社会发展、青年及体育部政务部长符喜泉女士、洪茂诚BBM国会议员、潘惜玉国会议员、李玉云国会议员及志愿福利团体的代表，于2009年12月9日，中午12点与道教总会会长陈添来BBM及会员宫庙的代表进行午餐交流会。

会长陈添来BBM在交流会上致词时，对社会发展、青年及体育部、各区议员们对道教总会举办的活动所给予的支持及鼓励表示感谢之余，也衷心期盼未来能够继续获得他们的支持。会上，各宫庙代表也积极发表有关本地道教机构所面临的各种问题，如延续地皮租约等。



## 中国宗教局王作安局长率团拜访新加坡道教总会



中国宗教局联同中国道教协会于2009年12月16日拜访了新加坡道教总会。中国宗教局局长王作安先生致词时表示，道教是中国本土的重要文化，对新加坡道教总会积极弘扬本土文化以及培养道教专业人员的努力，他表示赞扬，也表示感谢。他并且希望，新加坡道教总会与中国道教协会的友好关系能更上一层楼，同时期望在未来，能有更多的机会与道总合作，共同推广道教文化。

## 台北松山慈惠堂拜访新加坡道教总会

台湾松山慈惠堂在郭叶子堂主的带领下，一行六人于2009年12月22日早上10点造访新加坡道教总会，并且参观了三清宫、三清宫道教文化中心及三清道教图书馆。道总会长陈添来BBM与郭堂主一行人进行了友好交流，并为对方简单介绍了新加坡道教界的最新情况，包括道总在弘扬道教文化、学术方面的努力。





## 中国—新加坡2009宗教文化展

新加坡宗教联谊会及中国宗教局于2009年12月16日至22日期间，假新加坡国际会议及展览中心（新达城603展厅）联合主办了盛大的“中国—新加坡2009宗教文化展”。至少有15个来自新加坡及中国的宗教团体参加了这项题为“携手共建美好世界——和平合作 友谊进步”的展览，新加坡道教总会也共襄盛举。

12月15日，这项宗教文化展在新达城举行了隆重的开幕仪式。新加坡国务资政吴作栋，社会发展、青年及体育部政务部长符喜泉女士，中国驻新加坡大使张小康女士，中国国家宗教事务局局长王作安及新加坡道教总会会长陈添来BBM都出席了这项盛会。

这项跨国的文化展览，是新加坡与中国宗教交流史上的第一次，也是国际上第一次的宗教联展。此项展览至少展出了一千件来自新中两国多个宗教的物品，体现了两国宗教文化在不同历史阶段的发展成就，也展现了两国宗教界在各自国家的发展历程及贡献。来自新加坡的展览品，包括了有350年历史的可兰经、150年历史的犹太教手工丝绸沙厘、百年以上的兴都教银带、200年历史的锡克教经书、纳丹总统书法作品、丰子恺的佛陀画像、贝叶真经、丝绸千字心经、200年历史的佛像、前总统王



国务资政吴作栋先生在新加坡道教总会会长陈添来BBM的陪同下参观道教展厅

鼎昌赠送的古玉佛、150年的香炉等等。中国方面则有中国五大宗教（佛教、道教、伊斯兰教、天主教及基督教）过去六十年发展情况的图片展、以佛教文化为主题的景德镇陶瓷艺术品、中国书画、剪纸工艺品、宗教经典及书籍等。此外，中国也安排了佛经现场刻印、禅茶茶艺、道教飞钹等文化活动。

除了一系列珍贵的展览品，大会也在展览期间，每天安排了多项宗教表演、座谈会及研讨会。其中于12月16日早上9点举办的各宗教和谐论坛，更是云集了14名不同宗教的代表，针对“宗教与社会和谐”的主题发表演说。其他的演出项目还包括了具有各宗教特色的歌舞、唱诗班、武术及太极表演等等。

新加坡道教总会筹办了有关本地道教的展览。道教总会的展览厅里，三面大大的看板详细地解说了道教在新加坡的起源、发展及未来的展望，同时也详细介绍了新加坡道教总会自成立以来所扮演的角色以及贡献等。其中新加坡道教学院及三清道教图书馆的成立以及新加坡道教在学



国务资政吴作栋先生带领中新政要、宗教领袖在开幕典礼上剪彩



新加坡道教展览厅



来自北京白云观的王云道长现场挥毫，展示道教书法艺术



鹤形功

术方面的发展，也是展览的重点之一。

在道教文化及习俗方面，展览厅则利用多个橱窗、摆设等，清楚展出道教的各种疏文、牒、法器以及有关道教研究的各类书籍等等。大大的老子像前面，也设了一张桌子，上面摆放着水果、花、茶等各种祭祀品，让观众更了解道教神龛的摆设方式。此外，已经被归为新加坡历史文物，具有上百年历史的万山福德祠的香炉，也是展览品之一。而为了更清楚地展示道教服饰的特点及穿戴方式，道总也特别“请”来了三位模特儿。三位金发碧眼，但却穿戴着道教服饰的洋人模特儿，也突显了道教走向国际化的发展趋势。

除了静态的展览品，新加坡道教总会也联同中国道教协会在12月20日举办了道教文化表演。表演项目多姿多彩，吸引了许多人驻足欣赏。

打头炮的演出项目是来自新加坡菲莱芭城隍庙附属武当城隍道教养生院的武当太极拳表演。养生院的两位武术教练，即来自太极拳发源地中国武当山的张晓君及王晓天道长，展示了龙华拳、拂尘、朴刀、太乙玄门剑、武当太极剑及太极十三式。两位道长虎虎生威的表演获得满堂的掌声。而学有所成的养生院学员，也为观众表演集体武当太极拳以及五行功之中的龟形功、鹤形功，展示多个月来认真学习的成果。

来自中国重庆市道教协会的副会长李一道长，及广东省道教协会副会长刘嗣传道长，则不吝与现场的观众分享他们多年的研究成果，分别主讲了太乙养生术及有关太极拳学的讲座。此外，中国道教协会副会长唐诚青道长以及北京白云观道长王云在现场挥毫，向观众展示道教书画。两位热心的道长，也循众要求，即兴为现场的观众题字及作画。

作为道教文化里重要一环的道教音乐，也是当天的表演项目之一。参与演出的道乐团，有新加坡道乐团、已经被列入中国第一批国家级非物质文化遗产代表作名录的苏州姑苏仙乐团，以及特别为此项演出远道而来的澳门道乐团。三个道乐团都有不同的表演风格：新加坡道乐团的表

演是道教音乐与道教科仪的相结合；苏州姑苏仙乐团则继承了中国传统的祭祀音乐和宫廷音乐，并融合了江南丝竹、昆曲及吴韵唱腔的精华，苏州道教音乐更被列入中国第一批国家级非物质文化遗产代表作名录；澳门道乐则为澳门吴氏家族五代传承，以敲击乐为主，是宗教与民俗共溶的独特结合体。精彩的道乐表演，可谓是天籁之音。而当优美的旋律渐渐远去，也为这场精彩的道教文化表演，轻轻地画上了休止符。

这次的展览共吸引了至少数万人参观。新加坡总统纳丹阁下、新加坡外交部部长再诺先生、印度驻新加坡大使拉哈文先生等，纷纷在这项宗教文化展期间，专程到现场参观，并与各宗教团体进行友好交流。这项展览会在12月22日下午，圆满落幕。



澳门道乐团颁发纪念品给新加坡道教总会代表



再诺部长参观宗教文化展



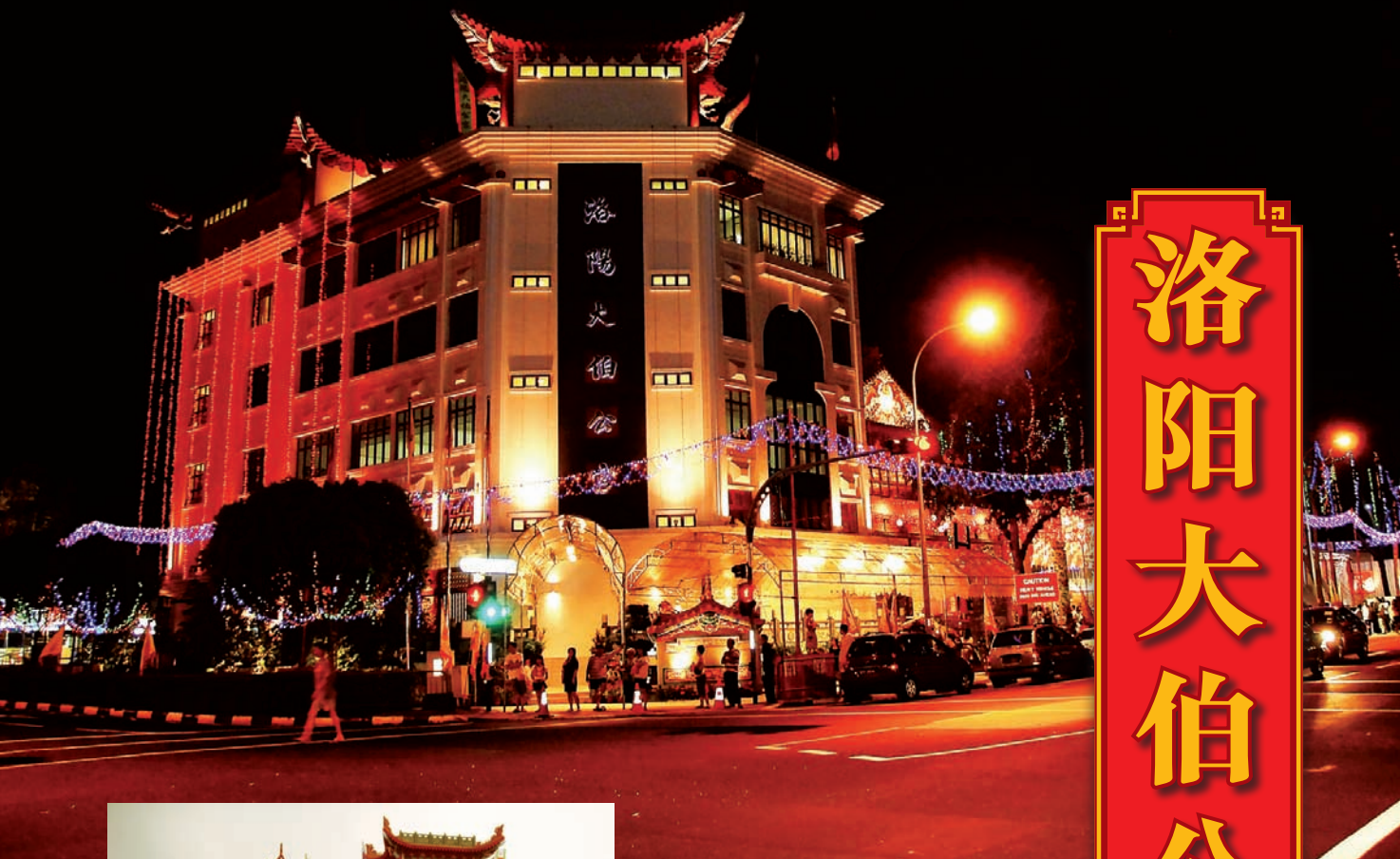
苏州姑苏仙乐团



新加坡道乐团



澳门道乐团



# 洛阳大伯公宫

■ 仇莉莲

大伯公，也称为福德正神，是新加坡庙宇里最常被奉祀的一位神明。而主祀大伯公的众多庙宇之中，洛阳大伯公宫又是最负盛名的庙宇之一。

20余年前，洛阳大伯公宫不过是罗央渔村里，一所临海的锌板小庙，除了渔村里的居民，鲜少有信徒前往烧香。一场午夜大火，吞噬了该庙和供奉在庙里的神像。唯一的“幸存者”，是一尊除了被烟火熏黑以外，其他部分完好无缺的木刻大伯公金身。火患过后，该庙的善信齐心协力，在原庙附近重建了新庙宇。该庙的知名度也在火患后大幅增长，重建后更是香火鼎盛。2007年，由于租约到期，洛阳大伯公宫于是由罗央大道的海边迁到位于罗央大道靠近大马路交接处的现址。

洛阳大伯公宫除了奉祀大伯公为主神，也供奉妈祖、太岁、关公、张天师、地藏王菩萨、大二爷伯等道教神明。此外，该宫最为特别之处，就是在同一屋檐下，也奉祀了马来神祇拿督公以及兴都教象神甘尼莎。许多到宫里祈福的善信，不仅向自己所奉祀的神明祈求福佑，同时也会膜拜庙里的其他种族、宗教所奉祀的神明，是各种族、宗教和谐的最佳表现。

洛阳大伯公宫不仅巍峨壮观，在其建筑上也充分显现了各种族及宗教和谐的特色。该宫的正面，挂着黑底金字的“洛阳大伯公宫”牌匾，雕梁画栋、金碧辉煌，展示传统华人建筑的特色。庙的最右边，却是一座展现出丰富的兴都教庙宇色彩的塔，塔上装饰着色彩鲜艳的各式浮雕。而在这两者之间



的，却是回教堂建筑中最常见到的金黄色圆顶。由此可见，洛阳大伯公宫是一座结合了道教、回教以及兴都教建筑特色的庙宇。

洛阳大伯公宫每年举办的庆典超过十项。除了隆重庆祝宫里所奉祀的神明的圣诞千秋，包括大伯公和印度甘尼莎象神，洛阳大伯公宫的常年庆典包括了各种民俗节日，如庆赞中元和中秋节庆典，往往吸引了数以千计的善信前往参加。

每年农历七月十五中元节，洛阳大伯公宫都举办盛大的庆赞中元普渡法会。2009年，该宫更不惜耗资万元，于9月16日及17日（农历七月廿八、廿九）一连两天举办庆赞中元庆典。道教相信中元节是地官赦罪的日子，“道士于是夜诵经，饿节囚徒亦得解脱”。因此，该宫特别聘请了混元道坛的资深道长主持庆中元普渡法会，以便超度无主孤魂。道长在法会圆满结束后，诵经引导焚烧高达数公尺的“巨无霸”大士爷与冥屋纸料祭物等。该宫也在过后举办庆中元千人宴，招待参加“福份”的善信和各界嘉宾，并在晚会上喊标福物。

洛阳大伯公宫也在庆典期间安排了精彩的大型“洛阳大伯公宫歌舞秀”，邀请了来自新、马、港、台的歌唱艺人呈现歌舞表演，把该宫庆中元庆典推向高峰。当晚的歌舞节目包括大马黑旋风模仿迈克杰逊及大马黑猫组合之劲歌热舞表演等，演唱艺人有台湾歌星雅雅、香港歌星百美蕙、“跑台歌后”林晓婷、宝贝姐妹、“大马姚苏蓉”方

芳与“新加坡费玉清”谢胜之，并且由“搞笑天后”刘玲玲与台湾名嘴蓝天担任司仪。强大的艺人阵容、著名旅者大乐队的伴奏以及犹如演唱会的舞台效果，使得该歌舞秀吸引了超过8千名观众，现场座无虚席。洛阳大伯公宫为避免现场发生不愉快事件，还特别聘请了3名保安机构的辅警维持秩序。

洛阳大伯公宫也在10月2日、3日（农历八月十四、十五）举行盛大的中秋联欢晚会，即使当天下着大雨，数以万计的善信风雨无阻地扶老携幼参加，现场摩肩接踵，热闹非凡。该宫也特别为庆典准备了万份各族风味小吃，如：叻沙、虾面、鸡饭、炒苏东面、拉车面、扣肉包、炸鸡翅与薯条、广东点心、炒米粉、炸鱼圆及甜品等等，免费招待来自各界的男女老少。为了使参与这项庆典的其他种族及宗教信仰的朋友也能一尝月饼的美味，共同庆祝“月圆人团圆”的美好佳节，该宫还特别准备了上万个“哈拉迷你月饼”，免费赠送给到场的各界人士。

除了丰富的美食，洛阳大伯公宫也准备了数万个设计独特的十二生肖及其它多姿多彩的灯笼，免费赠送给参与庆典的各族同胞、善信与孩童。该宫也特别在这个“月圆人团圆”的佳节里，邀请了舞狮助兴，敲锣打鼓的喧闹声，更使得这场盛会生色不少。而为了将中秋盛会的气氛推向高潮，该宫也准备了两晚精彩的歌舞秀助兴，分别由“搞笑天后”刘玲玲及“明珠姐妹”担任司仪。两晚的“洛阳大伯公宫歌舞秀”，节目多





姿多彩，表演的艺人众多，包括李健汉、佩莎、珍妮、黄美琪、谢胜之、小凤凤、李宝恩、江音洁、庄玉清、春夏秋冬、凯莉等，还有来自澳洲的洋人多娜献唱多首华语及方言歌曲。只见现场的小朋友们提着免费分发的灯笼玩得不亦乐乎，而大人们也尽情享受精彩的歌舞秀，再加上司仪等逗笑的话语及动作，使得笑声络绎不绝，现场和乐融融。

洛阳大伯公宫香火鼎盛，因此每年中秋佳节，该宫都举办万人中秋晚会，回馈广大善信与各界人士的支持。此外，该宫更致力于慈善事业，对本地教育及慈善事业有诸多贡献，也大力推广华族传统文化，以实际行动回馈善信及社会人士多年来对该宫的爱护与支持。

# 洛阳大伯公宫

## 2009年举行万人盛大中秋联欢晚会

2009-10-2





## 芽笼联合宫庆中秋佳节

芽笼联合宫在9月24日(农历八月初八)举办中秋联欢晚会。庆典节目包括自由卡拉歌唱、猜灯谜游戏、四方格数字游戏以及幸运抽奖等。当天也有儿童提灯会，该宫并免费赠送灯笼和礼物给参加该活动的儿童。

## 金凤庙庆祝青天大帝千秋

金凤庙在10月1日(农历八月十三)开始，举办千人宴以及两晚精彩的“金凤庙之夜”歌舞节目等，庆祝青天大帝、二三将军暨众神千秋。该庙也在今年特别从中国订制了一尊“天狗”供奉在庙里，准备在庆典后择吉日，由青天大帝为“天狗”开光。

## 圣家庙庆祝齐天大圣宝诞千秋

圣家庙于10月3日(农历八月十五)开始举办一连九天的庆典，庆祝齐天大圣宝诞千秋。丰富的庆典节目包括千人晚宴、过平安桥、两晚的丽星舞台秀、九天加礼戏等。该庙也特聘资深道长主持礼斗法会，为善信消灾祈福。

## 三清宫庆祝孔圣先师诞辰

莪菜芭城隍庙附属庙三清宫在2009年10月11日(农历八月廿三)举办祭孔典礼，有超过三千名善信参与了这项盛事。

莪菜芭城隍庙诵经团在诸位高功道长的带领下，启建道场，讽诵仙经，祈降福祥。诸位道长也为莘莘学子开点智慧眼，以促学子聪明智慧，学业进步，金榜题名。



## 后港斗母宫庆祝九皇圣诞 率队走进不同宗教庙宇

后港斗母宫由10月17日开始举办为期13天的庆祝活动，庆祝九皇大帝圣诞。该宫在庆典期间举行圣驾出巡游行、祝寿祈福法会以及礼聘著名闽、潮剧及歌台公演等常年活动外，今年更首次举办“种族和谐，宗教互信”友好交流活动。该宫的游行队伍在活动中拜访了四间不同宗教的庙宇，即圣母无镡圣心堂、巴阿维回教堂、新加坡佛教居士林以及兴都教基金会，进行友好交流，并创下了舞龙舞狮走进其他宗教庙宇的先例。



后港斗母宫也在11月1日(农历九月十五)开始一连5天，举办丽星舞台秀、新艺声木偶等活动，庆祝慈航真人(南海观音佛祖)圣诞。

## 武当城隍道教养生院 组团到中国考察

新加坡莪菜芭城隍庙附属的武当城隍道教养生院，于2009年11月13日至20日举办了“寻根谒祖，太极之旅——中国湖北武汉、武当山、北京游”，吸引超过一百多名来自养生院的学员参加。

这次行程的特点，以参观道教圣地及宫庙为主。学员们在为期8天的旅程中，参观了武汉长春观、武当山紫霄宫及北京白云观等。在太极拳的发源地武当山上，学员们不仅得以欣赏到武当山壮丽的雪景，更在大雪飘飘之中，于紫霄殿前集体打太极拳，并同武当山道教功夫团进行了武术交流。



## 淡滨尼联合宫庆祝晋宫十八周年

淡滨尼联合宫举办多项活动，庆祝该宫晋宫十八周年。庆祝活动由11月15日开始(农历九月廿九)，为期6天。该宫所举行之活动包括联欢宴会、拜斗仪式、福建金月鸿闽剧团以及为庆祝朱邢李大人千秋而礼聘的新赛风闽剧团的表演。

## 崇义庙办礼斗祈福法会

崇义庙于12月1日、2日(农历十月十五及十六)特别聘请道长主持“礼斗祈福袪灾法会”，祈求风调雨顺、合境平安、国运昌隆，同时消灾解厄并增福添寿。

# “第三届国际城隍文化学术论坛 暨2009世界城隍庙联谊大会” 在台北隆重举行



“第三届国际城隍文化学术论坛暨2009世界城隍庙联谊大会”于2009年11月23至26日在台北隆重举行。新加坡韭菜芭城隍庙派出三十余人的代表团出席盛会。

23日下午，在台湾省城隍庙前，以热火朝天的民俗表演作为欢迎仪式，迎接来自中国大陆、香港、新加坡、马来西亚、菲律宾、印尼等国家和地区的代表团。

当日晚间，在欢迎晚宴上，主办方特别邀请到台北市市长郝龙斌先生。郝龙斌先生在欢迎辞中说，台湾是一个移民社会，在早期移民垦荒的阶段中，宗教信仰一直都是“外出人”精神寄托的重点。而民间深信“城隍爷”就是各地的地方守护神，能守护社稷、庇佑信众平安。另外，城隍信仰中最重要的核心精神“守护”、“公正”，更深深影响了台湾社会的生活文化，成为台湾社会安定的重要基石。



台北市市长郝龙斌先生致词



今年国际城隍文化学术论坛共有来自亚洲七个国家及地区的代表，齐聚台北交换经验，郝龙斌先生也期许在过程中，透过彼此的交流，把城隍信仰传到世界各地。

24日，“第三届国际城隍文化学术论坛”在典华会议中心举行。台湾国立空中大学/国立台北大学民艺所吴永猛教授发表《问“境”平安——谈台湾城隍信仰的演变》主题演讲。之后，台湾谢宗荣教授、苏州城隍庙住持员信常道长、新加坡道教总会会长陈添来BBM先生、新加坡道教学院学术主任徐李颖博士分别发言，介绍了台湾、中国、新加坡的城隍信仰本土化的特色。在下半场交流的时段，世界各地城隍庙代表讨论了城隍信仰的积极意义，并为推动城隍信仰的进一步传播献计献策。

学术论坛结束后，主办方安排与会嘉宾参访台湾四大主要城市城隍庙：台湾省城隍庙、新竹都城隍庙、嘉义市城隍庙、左营凤邑旧城城隍庙(高雄)。参访活动使与会嘉宾对台湾城隍庙信仰之兴盛繁荣赞赏不已。

这次由台湾城隍庙联谊会主办之“第三届国际城隍文化学术论坛暨2009世界城隍庙联谊大会”圆满落幕，深获好评。新加坡代表团在参访中学习到宝贵的经验。



2009世界城隍庙联谊大会代表参访台湾四大城市城隍庙

## 移民与移神：

## 广泽尊王信仰在新加坡

■ 林静

文化地理学认为：文化现象的传播方式主要有扩展扩散与迁移扩散两种。扩展扩散指文化现象由起源地区蔓延至周边地区，通过蚕食手段来逐渐扩大自身领地的传播方式。迁移扩散指持有某种文化的人、群体“迁移到新的地方，遂使该文化传播到该地”的传播方式。福建宗教信仰跨越浩瀚的大海，向东南亚等地的传播方式，主要是依靠迁移扩散的传播方式。我们知道，宋以后特别是明清时期，福建沿海地区特别是闽南一带人多地少的矛盾逐渐显现并日益尖锐，出现再次移民浪潮，移民的路线主要有省内再次移民、向周边省份包括台湾岛移民、向海外移民等，移民的方式多以家族人口迁徙为主。广泽尊王信仰也是在这样的历史背景下，随着闽南移民传播到东南亚等地。

广泽尊王又称郭圣王、郭王公、圣王公等，俗名郭忠福，五代古南安地人（其出生地在现今安溪县金岩镇）。传说郭忠自小就极为孝顺父母，称“郭孝子”。16岁在南安诗山的凤山上坐化升天，百姓尊之为神，立庙祭祀。



广泽尊王的祖庙南安凤山寺

广泽尊王生前虽然只是一位小牧童，但他成为神后，百姓就赋予各种职能，几乎成为万能的神灵，除了在闽南地区有较大影响外，在福建各地甚至浙江、广东、江苏、四川等地都有广泽尊王庙。据乡老说，过去交通不便，外省香客步行到南安进香，有的人把小鸡放在篮子里，沿途喂养，到凤山寺时小鸡已经长大，可以作为祭品了。从这里可以看出，信仰者有多么虔诚！

传说广泽尊王最善于庇佑移居外地的人，越是远方的人祈求越灵验，因此，移民台湾和海外的闽南人对广泽尊王特别信奉，把他作为移民的保护神，仅新加坡主祀广泽尊王的凤山寺至少10座。最早的是建于1836年的水廊头凤山寺（今名新加坡凤山寺），由南安人梁壬癸发起建造。1907年因市区改造，迁于今址（莫罕默摩苏丹路）。承担建造此凤山寺的是著名的建筑师林云龙，凤山寺背山面海，气势非凡，雕梁画栋，工艺精湛，具有鲜明的闽南宫庙特色，1978年被新加坡政府列为受保护的历史古迹。该凤山寺每年农历二月廿二，要举办千人宴，演戏酬神。八月廿二，举行盛大的纪念广泽尊王坐化的祭典。



从南安分灵的广泽尊王神像

樟宜凤山寺也是一座有特色的供奉广泽尊王的宫庙。该庙的建造时间不详，但庙内发现一块1927年的匾额，推测该庙有上百年的历史了。近代以来，新加坡进行大规模的城市改建和扩建，几乎所有的宫庙寺院都搬迁过，唯樟宜凤山寺百年来原地不动，只是在原地上修建、扩建。现存的樟宜凤山寺是1987年扩建的，为三层建筑，红墙环绕，屋顶覆盖着古色古香的琉璃瓦，殿堂内盘踞着许多形态各异的祥龙雕塑。殿堂两侧，各有一面大鼓和一个大钟，每逢初一十五或重大庆典，钟鼓齐鸣，响彻云霄，信徒便闻声云集。



新加坡凤山寺

新加坡的广泽尊王信仰与南安凤山寺保持着十分密切的关系：

1. 为了表示渊源有自，不忘本原，新加坡所有的供奉广泽尊王的宫庙都冠以“凤山”。
2. 新加坡的广泽尊王信徒奉南安凤山寺为祖庙，每年前往祖庙进香谒祖，以示饮水思源。一些神像也要到祖庙开光，才算正宗，俗信才有灵验。
3. 新加坡的广泽尊王信仰中保留着许许多多闽南的风俗，如十三太保信仰、躺龙床祈子、庆典演戏酬神等。



樟宜凤山寺

# 三清道教图书馆 道教养生类书籍推荐

■ 刘艳

## 《黄帝内经养生智慧》

曲黎敏著，鹭江出版社，2008年3月

《黄帝内经》是中国最著名的中医典籍。曲黎敏教授在本书中对它进行了举重若轻、深入浅出、生动活泼的解读。

《黄帝内经》的基本思想属于道家。它并不抽象地追求精神超越，而是认为人的精神活动都必然地有“物质基础”，只有“物质基础”和谐了，才能达到高层次的精神境界。这一

“物质基础”并非西方的物质概念，而是指的“元气”及其衍生物。根据天人合一原则，元气按照自然界春夏秋冬四时运行的规律衍生出肝心肺肾脾等五脏六腑，并按每日十二时辰规律衍生出十二经络。经络脏腑是元气运行的轨迹和中间状态，是动态而非静态。所以中医强调整体和谐的生活状态而不局限于局部的病变，它通过元气运行过程中前后的关联去分析和解决问题，而不是头痛医头、脚痛医脚，最终强调的是由医入道，生活方式要合于道，自然就能够防患于未然，治未病而不治已病。

根据上述基本原理，本书具体介绍了很多切实好用的养生智慧，如：十二时辰养生法、四季养生法、正确的饮食习惯、如何对待七情六欲、如何对治亚健康等等。

## 《黄帝内经养生智慧II》

曲黎敏著，鹭江出版社，2008年7月

在第一部的基础上，详细阐释了人体五脏六腑的功



能、病变及相关中医对治，讲授了中医望闻问切常识等，让读者在轻松阅读中真正学习到中医与养生的智慧，潜移默化地引导读者体悟生命、认识自我、认识自然，培养读者对人体智慧和生命智慧的认知。

## 《养生十二说》

曲黎敏著，中国对外翻译出版公司，2008年3月

本书以中医圣典之最——《黄帝内经》的理论为基础，结合儒释道等中国传统文化，突出了人体这一组织生理和心理系统在元气统摄下与时空相应的和谐运转过程，阐明违背这一运转过程是造成疾病的主要原因。所以中医的根本还是在于顺应身体的自然运转过程，按照正确的生活方式生活。“医道即生存之道”，中医不仅仅是救人之术，更是解决人类生命困境之道。

在具体介绍人体运转过程时，本书从日常生活中司空见惯但往往不明就里的种种现象和细节入手，详细解说男人女人的生命节律；一年二十四节气、一天十二时辰的自然与人体规律及养生要诀；如何对待自古以来就困扰着人们的人生四惑即酒色财气；“三高症”、情志病、忧郁症、亚健康等当下常见病症的中医对治法等等。



本书的一大特点，是将医理医道和具体的养生智慧和  
方法结合起来，将理论性和趣味性结合起来，以人性关怀  
为指归，令人回味无穷。

## 《道教养生之道》

任修瑾主编，甘肃文化出版社，2006年1月

中国道教养生文化源远流长，有关文献汗牛充栋，其核心在于内丹术的修习。本书根据经典介绍了内丹术的原理和方法，主要包括筑基、炼精化气、炼气化神、炼神还虚、炼虚合道几个过程。其编写特点在于，从入门功夫讲起，细致地、系统地介绍了张三丰一系的内丹术修炼方法。针对女性则介绍了《孙不二女功内丹法》。



为引导修习者逐步深入，达到比较高级的境界，本书也编入了《万神圭旨》，详细论述了内丹原理和一些细节手法，也对内丹术的一些名称术语进行了解释，颇有“泄露天机”的意味。对于想要真正入内丹术之门的修行者，本书是难得的好书。

## 《道家养生学概要》

萧天石著，华夏出版社，2007年4月

如果说南怀瑾是近代佛教最著名的居士，那么本书作者萧天石就是近代道教最著名的居士。本书是萧天石的代表作之一。书中反复强调了性命双修这一道教修行的大总则，并且开千古以来前人未开之口，传千古以来前人不传之诀。

性命双修是总则，道家特色在于修命。道家的修命，其实就是以气为核心的精气神之间的一个和谐化过程。和谐的基础是清心寡欲。寡欲目的在于维持旺盛的“精”力，清心则使“神”思明利，清心寡欲使得神完精足，是气的修行的一个必要的前提。正式修行是以“气”为核心，进行激发和调节。通过激发可以从“精”中提取“气”，通过调节可以将“气”和“神”凝聚成某种微细身，也就是人的第二个身体，就初步完成了修炼成仙的过程。临终时若修行得力，有可能将精完全转化为气，将肉身完全转化为微细身，称为肉身飞升。修行过程中，若要使“气”和“神”获得真正的和谐，达到至高的境界，必须要修性，也就是要有类似于禅宗的明心见性。所以整体

来说，性命双修是道家的修行总则。

萧天石在本书中广泛地一一列举了丹道各派的修真要旨，让读者对道家丹道派的全貌能有一个大致的了解，既能够帮助读者找到丹道各派的交集及丹道的核心，也能够帮助读者了解修行中具体的五花八门的手法，对于丹道的名词术语有一个真正的了解。

知易行难，其实若把理论和实践结合起来，很多丹道名词术语和诀窍自然不难理解。当今浮躁的社会风气不会永远持续下去，若能偷得浮生半日闲，用来修身养性，也许恰好走在了时代前沿呢。



## 《张其成讲读〈黄帝内经〉养生大道》

张其成著，广西科学技术出版社，2008年7月



介绍《黄帝内经》的书很多，本书的特点，是将《黄帝内经》和传统的儒释道结合得比较紧密，特别是和道家内丹术的修行结合起来讲述了养生的原则和方法。

本书从黄帝本人开始，以广泛的视角系统地介绍了《黄帝内经》。从功能解剖角度，介绍了脏腑经络养生；从时间角度，介绍了顺时阶段养生；从形神角度，对体质和情志进行了分类并介绍了针对性的养生方法。通过广视角的观察，作者归纳出养生保健的三大原则：治未病、辩证求本和整体调和。

本书对于获得健康、快乐和完美的人生有很大的助益。

### 三清道教图书馆(三清宫二楼) San Qing Taoist Library

21, Bedok North Ave 4 Singapore 489948  
电话: 6449 2115 网址: www.taoistcs.org  
开放时间: 9.00am - 5.30pm  
星期一至星期天 (公共假日除外)

# 道德经注解 (连载)

第39、40章

## 法本第三十九

昔之得一者，昔，往也。一，无为，道之子也。天得一以清，地得一以宁，言天得一故能垂象清明。地得一故能安静不动摇。神得一以灵，言神得一故能变化无为。谷得一以盈，言谷得一故能盈满而不枯竭也。万物得一以生，言万物皆须道以生成也。侯王得一以为天下正。言侯王得一故能为天下平正。其致之。致，戒也。故下六事也。天无以清将恐裂，言天当有阴阳弛张，昼夜更用，不可但欲清明无已时，恐发裂不为天也。地无以宁将恐发，言地当有高下刚柔，气节五行，不可但欲安静，无已时，恐发泄不为地也。神无以灵将恐歇，言神当有王相死因休废，不可但欲灵变无已时，将恐灵歇不为神也。谷无以盈，将恐竭，言谷当有盈缩虚实，不可但欲盈满无已时，将恐枯竭不为谷也。万物无以生将恐灭，言万物当随时生死，不可但欲长生无已时，将恐灭亡不为物也。侯王无以贵高将恐蹶。言侯王当屈己以下于人，汲汲求贤，不可但欲贵高于人无已时，将恐颠蹶失其位也。故贵必以贱为本，言必欲尊贵，当以薄贱为本，若禹稷躬稼，舜陶河滨，周公下白屋也。高必以下为基。言必欲尊贵，当以下为本基，犹筑墙造功，因卑成高，不下坚固，后必倾危。是以侯王自谓曰孤寡不穀。孤寡喻孤独，不穀喻不能如。车毂为众辐所凑也。此非以贱为本耶？言侯王至尊贵，能以孤寡自称，言以贱为本，以晓于人也。非乎？嗟叹之辞。故致数车无车，致，就也。言人就车数之，为辐、为轮、为毂、为舆，无有名车者故成为车，以喻侯王不以尊号自名，故能成其贵也。不欲碌碌如玉，落落如石。碌碌，喻少，落落喻多，玉少故贵，石多故贱。言不欲如玉，为人所贵，如石，为人所贱，当处其中也。

## 道德真经注河上公章句

### 老子道德经

三十九章

昔之得一者天得一以清地得一以宁神得一以灵谷得一以盈万物得一以生侯王得一以为天下真其致之天无以清将恐裂地无以宁将恐发神无以灵将恐歇谷无以盈将恐竭地无以宁将恐发神无以灵王无以贵高将恐蹶故贵以贱为本高以下为基是以侯王自谓孤寡不穀此非以贱为本耶非乎故致数与无与不欲碌碌如玉落落如石

陳翰彬時年七十有二敬書於京華



## 第三十九章

从来凡是得到唯一的原则的——天得到这个原则，因而清明，地得到这个原则，因而稳定，神得到这个原则，因而神灵，河谷得到这个原则，因而充盈，万物得到这个原则，因而滋生，侯王得到这个原则，因而为天下的首领。——他们都从这个原则而得到他们所要得到的。天不能保持清明，怕要破裂；地不能保持稳定，怕要震动；神不能保持神灵，怕要绝灭；河谷不能保持充盈，怕要枯竭；万物不能成长滋生，怕要消灭；侯王不能保持地位的尊贵，怕要亡国。所以贵以贱为根本，高以下为基础。因此，侯王自称为“孤”、“寡”、“不谷”。这不是贵以贱为根本吗？不是吗？所以追求过多的荣誉就没有荣誉。不想做什么高贵的美玉，或下贱的坚石。

## 白话文

## Chapter 39

In ancient time there were those acquiring the Oneness (TAO)  
With oneness, the Heaven is clear,  
With oneness, the Earth is stable.  
With oneness, the deities having spiritual power,  
With oneness, the valleys were made full.  
With oneness, all creatures and things could live and grow.  
With oneness, the rulers can rule the world with justice and peace.  
All creatures and things having close relationship with oneness (TAO).  
Without clarity, the Heaven will break.  
Without stability, the Earth will have disasters like earthquakes and flood.  
Without spiritual power, the deities may lose their mythical abilities.  
Without being filled, the valleys would dry up.  
Without this ceaseless power and energy all things might no longer live.  
Without justice and humanity to rule, the ruler may face downfall.  
Truly speaking, humility is the root from which nobility or greatness grow.  
And the nobility or greatness must be built from the foundation of the lower.  
That is why the rulers call themselves "the worthless and lonely ones".  
Is it a proof to show that they are in need of the support from ordinary people?  
Hence, taking down various connected parts of a chariot, there would be no chariot\*.  
I do not wish to be looked upon as valuable as jade and to look down on others as worthless stones.

\* A metaphor symbolizing returning to the void of TAO where cosmic energy is produced.



# 道德经注解 (连载)

## 去用第四十

### 道德真经注河上公章句

反者道之动，反，本也。本者道之所以动，动生万物，背之则亡。弱者道之用。柔弱者道之所常用也。故能长久也。天下万物生于有，万物皆从天地生，天地有形位，故言生于有也。有生于无。天地神明，蛄飞蠕虫，皆从道生。道无形，故言生于无也。此言本胜于华，弱胜于强，谦虚胜于盈满也。



老子道德经

四十章

反者道之动 弱者道之用 天下万物生于有 有生于无

陈翰彬时年七十有二敬书于京华



## 白话文

### 第四十章

向相反的方向变化，是“道”的运动。

柔弱是“道”的作用。

天下万物生于[看得见的]具体事物(有)，而具体事物(有)由看不见的“道”产生。

### Chapter 40

Cycle of reversion is the evolution or action of TAO.

Weakness or gentleness is the operation of TAO.

Myriad things and creatures of the world come from Being, And Being comes from non-being (TAO).

# 鸣谢

洛阳大伯公宫赞助《狮城道教》第二十期出版费用四千元  
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：6449 2115



(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



洛阳大伯公宫赞助

## 《狮城道教》征稿启事

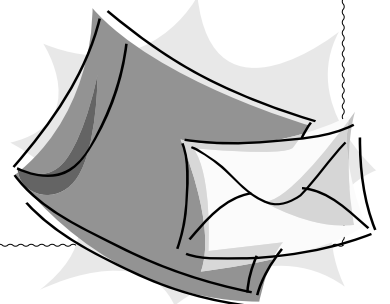
1. 本刊为新加坡道教总会之出版物，园地公开，欢迎道内道外诸位友人赐稿。
2. 凡弘扬道教及中华文化之论著，宣扬人间真善美，抒发心灵感悟等各类文学创作，一概欢迎。
3. 涉及个人恩怨是非、政治问题等与本刊主旨无关的稿件，恕不刊载。
4. 惠稿请注明真实姓名、地址、电话等个人信息；发表时用笔名听便。
5. 编辑部有权对来稿删改；如不愿被删改者，请于稿内注明。
6. 稿件以图文并茂者为优，单投文字稿或图片稿者亦受欢迎。
7. 来稿一经发表，文责自负。
8. 请勿一稿多投，转引之文字或图片，请于稿内注明。
9. 来稿一经刊登，将按址寄奉薄酬，以申谢忱，若却酬者亦请注明，以便本刊给予刊名致谢。

### 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](mailto:xly@sqq.com.sg)  
电话：6449 2115  
传真：6449 0191



# 新加坡道教学院

## 2010年“一年制道教文化课程”招生简章

新加坡道教学院为弘扬道教文化、提升公众的道教修养以及对正统道教的认识，将于2010年开办“一年制道教文化课程”，详情如下：

### 课程目标：

- > 提升学员对道教历史文化的了解
- > 普及道家道教哲学
- > 学习道教斋醮科仪及修炼功夫
- > 浸濡道教艺术，颐养身心

### 课程特色：

- > 本地唯一的道教文化课程
- > 全方位教授道教历史、哲学、教义、艺术和科仪等
- > 由海内外的专家学者、资深道长前来授课
- > 中文授课

### 课程对象：

- > 对道教及其文化感兴趣的社会各界人士

### 课程内容(上学期)：

周二	7:30pm—9:30pm	道教经典选读
周三	7:30pm—9:30pm	道教通史
周四	7:30pm—9:30pm	斋醮科仪
周六	9:00am—11:00am	道家道教哲学
周六	1:00pm—3:00pm	书法

注：如有海外教师来新授课或举办短期课程，上课时间会有所调整，敬请留意道教学院通告。

### 学制

- > 一个学年共有两个学期
- 上学期：2010年3月1日—2010年7月31日
- 下学期：2010年8月30日—2011年1月30日
- 假期：2010年8月1日—2010年8月29日  
2011年1月31日—2011年2月27日

### 修课类型

- > 本学院课程分为两种修课方式：
  - 其一：全部选修，一年内修满五门课，考试合格，可获道教学院颁发“一年制道教文化课程证书”
  - 其二：部分选修，学员可自由选择科目，该科目考试合格，可获道教学院颁发“XX课程结业证书”

### 课程费用

- > 全部选修：每学期新币500元，学期末出勤率达90%及以上者，可获新币300元“出勤奖”；学期末出勤率达80%~90%者，可获新币150元“出勤奖”
- > 部分选修：每门课一学期新币100元，无“出勤奖”

### 授课形式

- > 面授
- > 小组讨论
- > 作业
- > 期末考试

### 报名程序

- > 索取表格方式：
  - 亲临本学院索取
  - 通过电邮或网上下载
  - 致函本学院，并附上回邮信封索取表格(请预先写上收信人姓名及回邮地址，并贴上足够邮资之邮票)
- > 将填妥的“报名表格”正本，随同下列文件一同呈交本院：
  - 身份证明复印件1份
    1. 新加坡公民/永久居民：身份证复印本1份(前后)
    2. 新加坡工作准证/学生准证等其他准证持有人：准证复印本1份(前后)及护照复印本1份
  - 最高学历资格证书复印本1份
  - 4张申请人近照(护照照片规格，白底)
  - 已皈依/受箓的申请人需提供皈依/受箓证书复印本1份
- > 呈交方式：邮寄或直接呈交到本学院办公室，惟不接受电子报名
- > 申请人应自行确保表格填写完整，并呈交所有所需文件。任何没有完整填写之报名表格，或没有附上所需文件之申请，恕不受理。
- > 本院在决定录取后，会于2010年2月28日以前寄出录取通知书及课程时间表。学员在收到本院入学通知书后，须在开学前缴付学费，否则将被取消其入学资格。
- > 报名截止日期：2010年1月31日(邮寄表格以邮戳为凭)

### 需知

- > 学员必须确保每个科目最少75%的出席率，否则不能参加考试，并且可能因此不及格而无法获颁证书。

### 联络信息

- > 电话：(65) 6449 2115
- > 传真：(65) 6449 0191
- > 地址：新加坡道教学院(三清宫二楼)  
21, Bedok North Ave 4 Singapore 489948
- > 网址：www.taoistcs.org
- > 电邮：info@taoistcollege.org.sg

注：本学院保留更改以上资料的权力。

## 《狮城道教》 成立出版基金

《狮城道教》作为新加坡唯一的道教季刊，自2005年创刊以来，有幸获得各宫庙及善心人士的慷慨解囊，赞助出版费用，本刊得以连续五年顺利出版。

本刊自创刊五年来，共出版20期，每一期均由一间属下庙宇提供四千块赞助基金，季刊会在中间四版彩页重点报道该庙的历史、活动等。

考虑到一次捐献4千元的确是一笔不菲的花费，经与理事会商议，决定灵活处理助印方式，每达1千元的捐款额，《狮城道教》将赠送内页彩色版面1页，依次递增，最高每期4千元，赠送内页彩色版面4页。

捐款额（新元）	赠送版面
1,000	内页彩色版面1页
2,000	内页彩色版面2页
3,000	内页彩色版面3页
4,000	内页彩色版面4页

除此之外，本刊亦将设立“《狮城道教》出版基金”，欢迎各界人士慷慨解囊，数额不限，积少成多；本刊将定期刊登乐捐芳名录。

捐款支票可寄至：

新加坡道教总会（三清宫三楼）

21, Bedok North Ave 4, Singapore 489948

欲了解详情者，敬请联络新加坡道教总会秘书处，电话：6242 2115

## Funding for the Journal of Taoism in Singapore

The Journal of Taoism in Singapore, as the only quarterly journal on Taoism published in Singapore, was initiated in 2005. Thanks to the generous donations from many temples and hearted devotees, publication fees were raised to make sure that the journal has been successfully published for the past consecutive five years.

Totally 20 issues of the journal have been published since the inaugural. An amount of S\$4000 was donated by one of the temples registered with the Taoist Federation Singapore (TFS), to sponsor the publication of each individual issue. As a reward, there are four colorful pages as highlight, in the middle of that issue, to introduce the relative history, activities and etc of the sponsor temple.

Upon the consideration that a one-time donation of S\$4000 is a considerable amount, a new and more flexible sponsoring mechanism has been proposed, with the approval of the general committee of TFS. Under the new sponsoring mechanism, whenever an amount of S\$1000 has been donated, there will be one colorful page rewarded to introduce the sponsor temple, to appear in one issue of the Journal of Taoism in Singapore. The maximum donation for one issue will remain as S\$4000, with four colorful pages to be rewarded. The sponsoring mechanism is explained in details in the following table.

Donation amount (in S\$)	Colorful pages rewarded
1,000	1
2,000	2
3,000	3
4,000	4

Besides the new sponsoring mechanism, a funding will also be set up for aiding the publication of the journal. We welcome donations from generous hearted individuals and organizations at any amount. The donor name list will be published in the journal periodically.

A donation cheque can be mailed to:

Taoist Federation Singapore (San Qing Gong Level 3),  
21, Bedok North Avenue 4  
Singapore 489948.

You can also contact us by (Tel) 6242 2115 for the above issues in more details.