



柳州道教

季刊

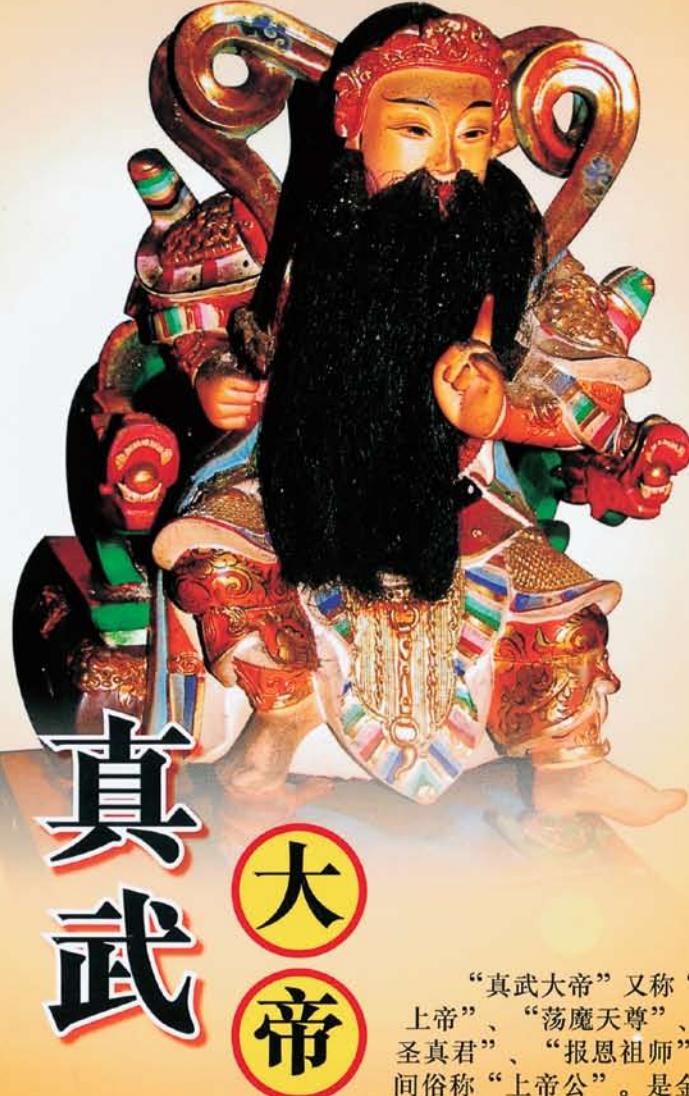
2

2006

总 6 期

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





◎ 黄信成

“真武大帝”又称“玄天上帝”、“荡魔天尊”、“佑圣真君”、“报恩祖师”，民间俗称“上帝公”。是金阙天帝之化身，托生于大罗境上无欲天宫，净乐国王，善胜皇后之子。

据道经记载：有一天，皇后做了一个非常神奇的梦，梦中皇后把太阳吞下，醒来以后，感觉怀孕。孕育了十四个月，于黄帝紫云元年三月初三日降生于皇宫中。生而神灵，聪明勇猛，但不愿继承王位。后来受紫虚元君的点化，入中国武当山修道，历时四十二年，于黄帝紫云五十七年九月初九日功成果满，白日升天。被玉皇上帝封为“玉虚

师相，玄天上帝，金阙化身，荡魔天尊”，并敕令镇守北方，统摄“玄武”之位。因此，后来将“太和山”改名为“武当山”，意思是“非玄武不足以当之”。

由于玄天上帝是镇守北方的神，也被称为“玄武大帝”，后因宋真宗皇帝为避免圣祖赵玄朗之名讳，于是改“玄武”为“真武”，因此，才有“真武大帝”之称号。

真武大帝的圣像，或披发黑衣，金甲玉带，仗剑怒目，足踏龟蛇，形象威武；或慈眉善目，顶罩毫光，形象庄严慈祥。真武大帝法力高强，能治水降火，解除水火之患；能驱妖却病，消除灾障，保佑众生安康。道门有科仪名叫《玄武灵真报恩法忏》，教导我们要时刻存孝心、尽孝道，报答父母的养育大恩，以尽人子的责任。《报恩宝诰》云：“……垂念我等众生，有相托生父母，怀胎十月，乳哺三年，辛苦百千，殷勤寸念。怜我父母日渐衰朽，我今持念平等，悉灭险峻贪嗔。礼帝为师，祈恩报本，愿我现在父母福寿增延，过去父母早得生天。”因此，道教又尊奉真武大帝为“报恩祖师”。

真武大帝在民间影响深广，信奉的善男信女众多。本地有多间宫庙供奉玄天上帝圣像。

玄天上帝宝诰：志心皈命礼，混元六天，传法教主。修真悟道，济度群迷。普为众生，消除灾障。八十二化，三教祖师。大慈大悲，救苦救难。三元都总管，九天游奕使。佐天罡北极，右垣大将军。镇天助顺，真武灵应。

福德衍庆，仁慈正烈，协运真君，治世福神，玉虚师相，玄天上帝，金阙化身，荡魔天尊。

玄天上帝圣诞日：三月初三日

Emperor Zhenwu

Zhenwu is named Emperor Zhenwu, the Founder or the Granddad in Heaven. This super god is evolved from the image of the ancient northern god, Xuanwu. In Taoist legends, it is said that Zhenwu, made up of the universal essential material of gas, is a copy version of Taiji. He was born in Country Jingle by the Queen on March 3, in the first year of Emperor Huang. Intelligent, valorous, uninterested in the world affairs but keen on cultivation, he left his parents at 15 and came to Wudang Mountain with a purpose of acquiring the true meaning of Taoism. After forty-two years' cultivation, he ascended to heaven on September 9, in the fifty-seventh year of Emperor Huang, escorted by five dragons. Zhenwu has a big bulk and an affable countenance. He may be bare-footed and hanging-haired while wearing a Taoist robe or armor. He may wear coronet and richly manufactured imperial robe with a stately air with the company of General Tortoise and General Snake. Sometimes he may stand on the backs of tortoise and snake watching heaven, the earth and waters, with a sword in hand.

目录

神仙介绍

- 真武大帝 黄信成 (封二)
关圣帝君 王信至 (封三)

- 目录/卷首语 3

道德经注解

- 道德经注解第十一、十二章 4

道学

- 道教与人的生存之道 姜爱红 6
道教外丹黄白术的科学思想价值 盖建民 8

凡人道语

- 道教文化节的重大意义 林纬毅 10

- 道总简讯 11

- 宫庙动态 12

宫庙特写

- 韭菜芭城隍庙附属三清宫 13

大德人生

- 承传道业创总会，弘扬教义立楷模
——陈国显道长与新加坡道教 徐李颖 19

养生之道

- 道法自然——道家美食养生之道 徐李颖 22

津津乐道

- 谈道教拜神的含义 黄信成 23

- 鸣谢/征稿启事 26

- 道总简讯 封底

卷首语

自中国汉代，黄老之学兴起、神仙方术流行，张道陵创教，《太平经》流传，道教便开始了它漫长而曲折的成长繁衍之路。从抽象的老庄哲学、神仙信仰到实用的符咒、炼丹、气功等等，道教其实已发展成为民间“百姓日用而不知”的一部分。就算是简单的拈香膜拜，也体现着天人合一的宇宙观；供品的摆设与祭祀的讲究则更是人伦观念的神圣化。即便是古代道教“外丹术”也具有一定的科学价值。道教哲学对人生的关怀和以道法自然为最高生存之道的出发点，实在值得工业化过程中付出了惨痛代价的人类借鉴和省思。为了振兴新加坡的道教，老一辈的正一派道士们历经沉浮，依然不懈地为道教理想而努力着。这短暂的发展史虽然和中国浩瀚悠久的历史无法相提并论，但作为海外的支脉也算是承袭了祖业的余韵。

本刊编委会

总策划：陈添来

主编：徐李颖

副主编：陈荣华

编辑委员：黄信成道长 陈信一道长 康信祈道长 陈川强 李金池

编辑顾问：陈国显道长 李焯然博士 游龙子大师 林纬毅博士

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 Fax: 6745 8213

道德经注解

康信祈道长提供

道祖太上老君所传《道德经》，虽然只有五千多字，但内容丰富，实在不可思议。在治国安邦、为人处世、修心养性、长生久视、人文管理等方面都有殊胜的法则。几千年来，大家都在研究《道德经》。认为《经》中的法则，不论用在哪里都行得通；《经》中的智慧，取之不尽，用之不完。因此，有研究著作流传下来的，古今名家就有数百家之多，注解文字洋洋洒洒达数千万之众。

近代以来，《道德经》已翻译成数十种语文，在世界各地流通，得到各国朋友的学习与运用。美国前总统里根(Regan)曾经在一篇国情咨文里引用了《道德经》“治大国若烹小鲜”的名言。而道祖“无为而治”的智慧，也被中外各类管理者广为运用。

据新加坡华文报章报导，2005年11月，在联合国教科文组织举办的“世界哲学日”前夕进行的调查显示，中国道家经典《道德经》荣膺最受欢迎的哲学著作的第一名。

本刊选择了两种注解版本。一为古圣注解，一为今贤白话文注解，并配以英文，方便读者研习。

道德真经注 河上公章句

第十一章

三十辐共一毂，古者车三十辐，法月数也。共一毂者，中有孔，故众辐凑之。治身者当除情去欲，使五藏空虚，神乃归之。治国者寡能，总众弱共扶强也。当其无，有车之用；无为空虚，毂中空虚，轮得转行；舆中空虚，人得载其上。埏埴以为器，埏，和也。埴，土也。和土以为饮食之器。当其无，有器之用；器中空虚，故有所受。凿户牖以为室，谓作室屋。当其无，有室之用。户牖空虚，人得以出入，室中空虚，人得以居处。故有之以为利，利，物也，利於形用。器中有物，室中有人，恐其屋破坏，腹中有神，畏其形消亡。无之以为用。言虚空者，谓盛受万物，故曰虚无能制有形。道者虚空也。

白话文

第（十一）章

三十条辐集中到一个毂，有了毂中间的空洞，才有车的作用。搏击陶泥作器皿，有了器皿中间的空虚，才有器皿的作用。开凿门窗造房屋，有了门窗四壁中间的空隙，才有房屋的作用。所以“有”所给人的便利，完全靠“无”起着决定性的作用。



Chapter 11

The thirty spokes unite in the one nave; but it is on the empty space (for the axle), that the use of the wheel depends. Clay is fashioned into vessels; but it is on their empty hollowness, that their use depends. The door and windows are cut out (from the walls) to form an apartment; but it is on the empty space (within), that its use depends. Therefore, what has a (positive) existence serves for profitable adaptation, and what has not that for (actual) usefulness.

老子道德經

十一章

陳翰彬時年七十有二敬書於京華

三十輻共一轂當其無有車之用埏埴以為器當其無有器之用鑿戶牖以為室當其無有室之用故有之以為利無之以為用

道德经注解

道德真经注 河上公章句

第十二章

五色令人目盲，贪好淫色，则伤精失明，不能视无色之色。五音令人耳聋，好听五音，则和气去心，不能听无声之声。五味令人口爽，爽，亡也。人嗜於五味，则亡，失於道味。驰骋田猎令人心发狂，人精神好安静，驰骋呼吸精神散亡，故发狂也。难得之货，令人行妨。妨，伤也。难得之货谓金银珠玉，心贪意欲，不知厌足，则行伤身辱也。是以圣人为腹，守五性，去六情，节志气，养神明。不为目。目不妄视，妄视则泄精於外。故去彼取此。去彼目之妄视，取此腹之养性。

老子道德經
十二章
五色令人目盲 五音令人耳聾 五味令人口爽 驰聘
畋獵令人心發狂 難得之貨令人行妨 是以聖人為
腹不為目 故去彼取此
陳翰彬時年七十有二敬書於京華

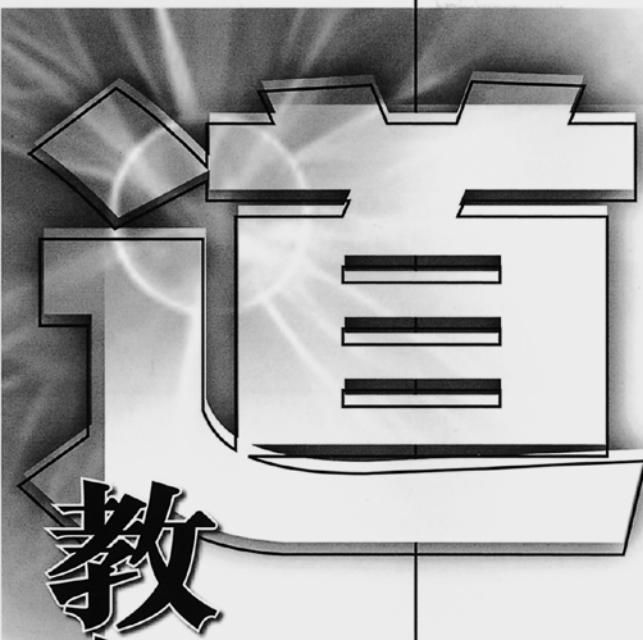
白话文

第(十二)章

缤纷的彩色，使人目盲；动听的音乐，使人耳聋；丰美的食品，使人口爽；驰马打猎，使人心发狂；稀有的商品，使人偷和抢。因此“圣人”只求肚子吃饱，不为看着好看。所以不要后者（目）而要前者（腹）。

Chapter 12

Colour's five hues from th' eyes their sight will take; Music's five notes the ears as deaf can make; The flavours five deprive the mouth of taste; The chariot course, and the wild hunting waste Make mad the mind; and objects rare and strange, Sought for, men's conduct will to evil change. Therefore the sage seeks to satisfy (the craving of) the belly, and not the (insatiable longing of the) eyes. He puts from him the latter, and prefers to seek the former.



教与人的生存之道

道教作为根植于中华民族的土生土长的宗教，已有将近两千年的历史。伴随着时代的发展变迁，虽然几经兴衰沉浮，但却仍然极强地影响着中国及海外华人社会。究其缘由，笔者认为最关键、最核心的是道教中渗透着人类最基本且永恒的问题——人的生存之道。人的生存之道，说到底就是如何才能够更好、更久地生存下去，主要涉及到自身养护与生存环境两方面的内容，而道教恰恰给了我们这些方面的启示和方法。以下笔者仅从道教的经典和教义中来解剖其中所蕴涵的生存之道。

世界四大宗教中，只有道教对现实人生的关注最为突出。这也是道教流传广泛、屹立不倒的原因。科技如此发达，却阻止不了战乱与恐怖活动的频繁发生，人类该如何生存，的确是一个值得我们好好思量的问题。

一 “重人贵生”的生存之道

道教奉“道”为至尊的信仰。道教宇宙观认为，“道”是“万物之宗”、“可以为天地母”。在道教生命观的语境中，生命来源于衍生万物的大道，“道”是生命的基因，“生道合一”是人生理想中的最高境界，亦是完美人生的具体体现。因此，“生”就是“道”的体现，“生”“道”本为一体，“尊道”就要“贵生”，正所谓“天地之性，万二千物，人命最重。”

“仙道贵生，长生久视”，也一直是道教教义的中心内容。无论是早期的老庄学派、方仙道，还是后世的所谓“道教”，都始终贯穿着追求健康、长寿、幸福的不懈努力，竭力倡导贵生精神，突出对人体自然生命保存、延长的意义。葛洪认为“天地之大德曰生。生，好物者也；是以道家之所至秘而重者，莫过乎长生之方也”，更是将身体的养护与延续置于一个极高的价值尺度之上。基于这样的认识，炼养躯体、健康长寿自然就是人生最重要的事情，“人最善者，莫若常欲乐生，汲汲若渴，乃后可也”。《度人经》更是开篇即倡“仙道贵生，无量度人”的宗旨。《西升经》言：“我命在我，不属天地”，即是鼓励人们自己的命运要自己掌握，这也包括自己的生命，其内在实质就是主张最大限度地发挥人的主观能动性，使人生自我的生命得到极大的延续和发展。《道德经》指出：“吾所以有大患，为我有身，及我无身，吾有何患？故贵以身为天下，若可托天下；爱以身为天下，若可寄天下。”亦即蕴涵着人要珍爱自己的生命，只有如此才有资格和可能受享托付天下的重任。这正是道教“一身系天下之安危”的人生观所展现出来的贵生观。道教经典《太平经》言：“凡天下死亡，非小事也。一死，终古不得复见天地日月也，脉骨成涂土。死命，重事也。人居天地之间，人人得一生，不得重生也。”也就是告诉我们，人生最可贵的就是生命，每个人仅仅只有一次，因此人应该热爱自己的生命。又言：故夫上士忿然恶死乐生，往学仙，勤能得寿耳，此上士是尚第一有志者也。”又说：“天下人乃俱受天地之性，五行为藏，四时为气，亦合阴阳，以传其类，俱乐生而恶死。”还有“事阴不得过阳”“事死不得过生”这些都明显地体现和强调了对生命的重视，且认为生的重要性是死所不能超越的。

“天地之大德曰生”还有什么比珍惜生命更可贵的！

◎姜爱红

编者按：“道学”中的这两篇文章，属于表达通俗的学术研究之作，为了进一步帮助读者准确迅速地抓住作者的观点，本刊编辑特别于空白之处作了旁批。道学博大精深而且流派众多，对于道的理解也是千差万别。编者旁批只是引路罢了，尽量忠于原文，读者完全可以有自己的体会，不必拘泥于批文。若有其他的观点，也欢迎读者来文与作者商榷。

对于如何贵生，最终长生成仙，道教文献中亦有大量的养生著作和养生方法记载，便是道教徒们努力研究和不断实践的体现。具体主要有以下几个方面：

第一、生命在于运动。魏晋著名的道学家葛洪言：“养生之方，唾不及远，行不疾步，耳不极听，目不久视，坐不至久，卧不及疲。……不欲甚劳甚遗，不欲起晚，不欲汗流，不欲多睡，不欲奔车走马，不欲极目远望。”既强调运动养生，又主张运动要适度。陶弘景在《养性延命录·教戒篇》称：“养性之道，莫久行、久坐、久视、久听……能中和者，必久寿也。”又言：“夫流水不腐，户枢不朽者，以其劳动故也。”这些都体现了生命在于运动的内在实质。

第二、养成良好的饮食生活习惯。葛洪曾言：“不欲极饥而食，食不过饱，不欲极渴而饮，饮不过多。凡食过则积聚，饮过则成痰癖。”主张饮食要适时，而且要适量。如果饮食不加以节制，久则“伤神损寿”。道教中著名的长寿之人彭祖曾言：“苟能节宣其宜适，抑扬其通塞者，可以增寿。一日之忌者暮无饱食，一月之忌者暮无大醉”，告诫说：“夜饱损一日之寿，夜醉损一月之寿”。

第三、要形成良好的作息习惯，给自己较充分的休息时间以养生。葛洪在《抱朴子内篇·极言》中有言：“寝息失时，伤也；……饱食即卧，伤也；……积伤至尽则早亡”。

第四、防病于未然。道学家葛洪曾提出“风湿不犯”，其蕴含着要防止患风湿，因为风湿在中医里是最常见的两种致病因素。从而我们可以看出这里隐藏有防患于未然之意。正所谓：不患小病就不会患中病，不患中病就不会患大病，不患大病就不会死。

好一个“防病于未然”！道家的养生之道内容丰富，涉及到衣食住行的各个方面，万变不离其宗，其核心思想仍是“道法自然”，莫走极端，莫违背自然规律。

这些是日常的衣食住行中的养生之法，对我们无疑有着很好的学习和借鉴意义。

二 “尊道贵德”及“不争”与“自胜”

对身体加以珍视和养护是人生存的基本之道。除此之外，就是要尽可能地给自我生存创造一个良好的自然与社会环境，因为，人是生活在社会和群体中的，是生活在一定的自然环境当中的，即人并不是孤立存在的。因此，处理好人与社会、自然的关系就变得极为重要。只有这样，人才能更好地生存下去。道家为此又提出了“尊道贵德”，提倡“修道养德”，即依自然之道而行；行善事；积功德；以得神佑，得道成神仙。

讲过了自我的养生，又来讲与他人的相处之道。

首先，“尊道贵德”。道教教义十分重视宣扬“善有善报，恶有恶报”的天道承负思想，主张扬善弃恶。俗语所讲的“善有善报，恶有恶报，不是不报，时候未到”或“善有善报，恶有恶报，善恶到头，自有报”以及“积善行德”。道教教义经典中都有相关精辟论述。例如，《太上感应篇》言：“故吉人语善、视善、行善、一日有三善，三年天必降之福，凶人语

恶、视恶、行恶、一日有三恶，天必降之祸，故不勉而行之。”《老子想尔注》中也提到：“道设生以赏善，设死以威恶。”葛洪在《抱朴子·对俗》中说到：“人欲地仙，当立三百善；欲天仙，立千二百善。”老子言：“夫我有三宝，持而保之：一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先”。又言：“善者，吾善之；不善者，吾亦善之，德善。”这些都是在鼓励人们要做到与人为善，诸恶莫作，诸善奉行。《抱朴子·对俗》言：“欲求仙者，要当以忠孝和顺仁信为本。若德行不修，而但务方术，皆不得长生也。”《太上感应篇》有言：“积功累行，慈心于物；忠孝友悌，正己化人；矜孤恤寡，敬老怀幼”。文昌帝君《戒世子文》提倡“人生在世，贵尽忠孝节义等事，方于人道无愧”。此外，《道德经》还指出做人要讲“信”，和奉献精神，称“信者，吾信之；不信者，吾亦信之，德信”；“天长地久。天地所以能长且久者，以其不自生，故能长生。是以圣人后其身而身先；外其身而身存。非以其无私邪？故能成其私。”

其次，“不争”而“自强”。这主要是从道教的主要经典《道德经》中所体现出来的。关于“不争”，老子从“几于道”的水“水利万物而不争，……夫唯不争，故无尤”“以其不争，故天下莫能与之争”，说到“天之道，不争而善胜”，说到“圣人之道，为而不争”，从一般的不争说到胜敌用人的“不争之德”等等。这里老子所谓的“不争”，并不是什么都不做，因为人是要生存的。他是要我们避免或是不与人争，而去另辟蹊径，也就是现在所大力提倡的创新。这样就可以避免与别人的冲突和斗争，社会既会进步又会更加和谐。同时，老子还认为：“知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。知足者富，强行者有志。”也就是让我们既要自知，又要知道满足，还要自胜。即鼓励人应当努力进取，战胜自己不断进步，这样就不会停滞不前，丧失生存斗志。

与他人相处，道教强调的还是“不争”与“自胜”。与其与他人一争高下，倒不如努力提高自己。讲的仍是自我修行之道。

三 “天人一体”的生存之道

“天人合一”是作为一种原始宇宙观，道教继承了这一思想，《太平经》中明确提出了“天人一体”的论断，指出人要生存，就必须与自然和谐存在。首先，肯定人对自然的依赖性，指出“夫人命乃在天地，欲安者，乃当先安其天地，然后可得长安也。”因此，“自然之道不可违”，人要“观天之道，执天之行”，达到“天人合发，万变定基”。即人要尊重认识自然规律，要依自然规律行事，达到人与自然的共振的和谐之美。其次认为人与自然界之间也存在着因果报应关系。人们善待万物，就会有善报；虐待万物，就会有恶报。因此，人不但不能破坏自然，反而应该尽量保护自然，不然就要遭到大自然的报复。具体讲主要有以下几个方面：

再说与自然界的关

第一、提出保护环境，明确地禁止滥杀生。葛洪在《抱朴子内篇·微旨》中指出：“慈心于物，……仁逮

昆虫，……手不伤生”，“如此乃为有德，受福于天”。《流毒生戒》第三条指出：“含血之类，有急投人，能为开度，济其死厄，见世康强，不遭横恶。”第四条言：“施惠鸟兽有生之类，割口饲之，无所爱惜，世世饱满，常在福地。”第五条说：“度诸蠢动一切众生，咸使成就，无有夭伤，见世兴盛，不履众横。”道教认为：“野外一切飞禽走兽、鱼鳖虾蟹，不与人争饮，不与人争食，并不与人争居。随天地之造化而生，按四时之气化而活，皆有性命存焉。……如无故张弓射之，捕网取之，是于无罪处寻罪，无孽处造孽，将来定有奇祸也。戒之，戒之。”明确地提出禁止杀生，如《洞玄灵宝六戒十直》言：“道教五戒，一者不得杀生。”刘宋陆修静所撰《受持八戒斋文》也规定：“一者，不得杀生以自活。”《初真十戒》第二戒规定：“不得杀害含生以充滋味”。另外，在《妙林经二十戒》、《老君说一百八十戒》、《三百大戒》等戒律中也都有“不得杀生”的规定。除此之外，道教还有禁止杀生的具体规定。如《老君说一百八十戒》中言：“不得冬天发掘地中蛰藏虫物”，“不得妄上树探巢破卵”，“不得笼罩鸟兽”。《中级戒》中规定：“不得热水泼地致伤虫蚁。”需要指出的是，做到完全不杀生是对道教道门中人的要求。在世俗生活中，针对普通人道教并非是无条件地反对杀生，它所要求的是不要滥杀生。而我们所要借鉴的是道教的这种注意保护自然，保护生态的意识。

第二、道教还提出为保护植物而做的一系列规定。道教经典《太平经》有言：“慎无烧山破石，延及草木，折花伤枝，实于市里，金刃加之，茎根俱尽。”《老君说一百八十戒》中言：“不得焚烧田野山林”，“不得妄伐树木”，“不得妄摘花草”。

第三、更为难能可贵的是，道教居然在一千八百多年前就产生了保护水土资源，防止污染环境的意识。《老君说一百八十戒》中有言：“不得以毒药投渊池江海中”，“不得妄凿地毁山川”，“不得竭水泽”。又言：“不得以污秽之物投井中”，“不得妄开决陂湖”。《三百大戒》中也规定：“不得竭陂池”，“不得塞井及沟池”。

第四、道家在教导我们注意保护自然环境的基础上，还提出了更高的要求：即人应该“助天生物”，“助地养形”，使自然界更加完美。

道家的观念果然超越时空。若两千年来自道家的“自然观”能够得以实施，如今我们也不会有环保之忧了。

总之，人既是社会的人，又是自然的产物，因此人与自然世界息息相关。如果没有一个好的自然环境，人类常奔命于洪涝、旱害、飓风、沙尘暴等，并常忧心于地球上空的臭氧洞，偌大的地球上再也没有可以让人安睡的地方，那么，人的生存根本就无从谈起。所以，人要给自己生存的希望就要多关怀自然世界，就要与自然界和谐共处，道教所提供的我们的上述生存之道非常值得关注和借鉴的。

作者简介：姜爱红，厦门大学历史系硕士研究生。



◎盖建民

道教外丹黄白术的科学思想价值

编者按：道教外丹黄白术在历史上曾经备受推崇，而且在推动中国科学的发展上也有一定的贡献。在当代科技发展的大潮中，外丹术已结束了其历史使命。可是作为延续了两千年的道教法术之一，其中的科学成分与哲学观念仍然值得研究。本期特别刊登了这篇由中国厦门大学哲学系副教授盖建民撰写的有关外丹术科学思想价值的文章，以飨读者。

金丹术是道教的一种重要方术，包括外丹黄白术和内丹术。道教金丹思想是道教徒从事金丹活动的思想依据、思想方法。隋唐至北宋时期，道教外丹黄白术发展达到了高峰，出现了一批重要的外丹黄白术著作，外丹黄白术的理论与方法日臻完善；与此同时，道教内丹炼养也逐步兴盛，内外丹合修逐渐成为道徒修仙证真的一条主要途径和手段。

道教外丹黄白术是一种变化之术，认为各种物质之间都可以相互转化。意义上来说是一种变化之术。这种变化之术最直接的理论基础就是万物自然嬗变论，即认为各种物态、物质之间，包括有情之物（有机物）和无情之物（无机物）之间都可以相互转化。南唐道士谭峭著有《化书》六卷，分道化、术化、德化、仁化、食化、俭化六化，

共百余篇。其主题思想是自然万物之间可以互化，所谓“化化不问，由（犹，笔者注。）环之无穷。”《化书》卷一说：“虚化神，神化气，气化血，血化形，形化婴，婴化童，童化少，少化壮，壮化老，老化死。死复化为虚，虚复化为神，神复化为气，气复化为物。化化不问，由环之无穷。”《化书》认为，自然之道的一个重要规律就是变化，《化书》称之为道化。道化有两种变化趋势，一是从无到有的过程，《化书》名之为“道之委”：“道之委也，虚化神，神化气，气化形，形生而万物所以塞也。”二是从有到无的过程，《化书》名之为“道之用”：“道之用也，形化气，气化神，神化虚，虚明而万物通也。”不仅有无可以转化，有形之物和无形之物可以互化，而且存在“老枫化为羽人，朽麦化为蝴蝶，自无情而之有情也”；“贤女化为贞石，山蛇化为百合，自有情之无情也”，这段话若转换成近代化学的术语来说，就是无机物可以转化为有机物，有机物也可以转化为无机物。这一认识在五代时期是一个非常先进的科学思想，要知道西方近代化学一直到19世纪之前，始终认为无机物和有机物之间存在一条不可逾越的界限。直到1828年德国青年化学家维勒用无机小分子人工合成有机物尿素，才打破了这一陈旧的思想。道教认为只要通晓造化之源，在适宜的场合和时间里，选择适当的原材料，经过一定的中间手段处理，就完全能使物质的性质发生根本性的变化，炼制出仙丹和金银来。

外丹黄白术从内容上分炼丹术和炼金术两部分。它以丹砂、铅、汞、硫、砒霜为主要原料与其药物相配合，置于炉鼎之中。运用“飞”、“抽”、“伏”、“点”、“关”、“养”、“煅”、“炙”、“封”、“研”、“沐浴”、“渍”、“烧”、“淋”等手段加以烧炼，以求制得服饵后能使人长生不死、羽化登仙的仙丹以及能点化铜铁等贱金属为贵金属的丹药。从历史渊源上分析，外丹黄白术滥觞于春秋战国的神仙方士，在秦汉时便有了原始雏形。道教创兴后，原始外丹黄白术为道教所承袭并加以发扬光大。经过魏晋南北朝的不断充实和发展，道教外丹黄白术在隋唐、北宋发展到了鼎盛时期。

道教丹家从事炼丹作金活动有其特有的金丹理论思想和方法。道教丹家在长期的炼丹烧金实验中逐步形成一整套以阴阳五行说等道教哲学为统摄，以万物自然嬗变等金丹思想为核心，服食丹药以求长生不死为目标的系统化理论体系。具体说来，道教外丹黄白术理论体系由三个不同层次的概念、思想和经验方法构成。最高层次是道教的哲学思想，主要是道、阴阳五行说等，它构成了道教外丹黄白术理论的“硬核”；其次是中间层次的，由万物自然嬗变论、物质性质转移与改性论以及物质自然进化与人工调控论为核心的三大金丹思想构成；第三层次是由道教外丹黄白术的一些具体经验总结、操作方法、步骤等。

炼丹术是在道教阴阳五行相克相生的哲学思想上建立的，有一整套的操作方法，终极目标是服用丹药以求长生不死。

道教外丹黄白术在南宋金元时期仍有一定的持续发展，但随着服食外炼丹药中毒致死和伪造黄金事件的负面影响，外丹黄白术在社会上遭到越来越多的抨击和诟病；特别是随着道教心性论的兴盛，道教修仙思想开始从注重外炼服食以求举形升仙向内炼成仙转化，但道教中人从事外丹黄白术的努力和活动始终没有停止。从元明清直至民国时期，仍然有道门中人在不懈地探索，但最终也未能挽回道教外丹黄白术渐渐消亡这一历史趋势。

道教炼丹术的衰落也是与道教理论的发展相关的，道教心性论的兴盛使得道教徒开始注重内在的修炼。

道教外丹黄白术在中国盛行了近二千年，道教金丹家顽强不息的实践和探索活动，客观上刺激、推动了中国古代科学的发展。著名的化学史专家袁翰青先生认为：“炼丹术是近代化学的先驱，它所用的实验器具和药物则成为化学发展初期所需要的物质准备。”虽然道教外丹黄白术最终未能达到预期的目的，但道教丹家顽强不息的实践和探索活动，客观上却刺激、推动了中国古代科学的发展。纵观整个世界化学发展史，正如在西方，在古希腊亚历山大里亚时期，“化学在炼金术的原始形式中出现了”一样，在东方，道教外丹黄白术则孕育了中国灿烂的古代化学，中国人引以自豪的四大发明之一黑火药就是最初在唐代道教炼丹家“伏火”实验中孕育出来的，在北宋时期率先应用于战争之中。而道教外丹黄白术中的金丹思想在中国古代化学思想史上则占有极重要的地位和意义。

道教外丹黄白术的理论体系中，阴阳五行说和万物自然嬗变论、物质性质转移与改性论、物质自然进化与人工调控论等金丹思想，就以思辨的形式反映了古代人类对自然界物质的基本组成、性质和相互变化结合方式的认识，这实质上是中国古代朴素的化学思想的萌芽和原始形式。

道教外丹术虽然有很多负面的影响，如致人死命、伪造黄金等等，但事物都有正反两面，炼丹术最大的贡献就是推动了中国古代科学的发展。

道教外丹黄白术金丹思想的形成，不仅巩固了人类对自然界物质元素组成与性质的认识，同时也以思辨的形式抽象概括了物质性质变化之规律。尽管在道教金丹思想中不乏臆测成份乃至神秘主义的色彩，但这些金丹思想无疑可视为中国古代朴素的物质组成论、物质结构论和物质反应论的原始形态。所以，如果我们要探究中国古代化学理论的思想渊源的话，那么我们就不得不追溯到古代道教外丹黄白术那里。

作者简介：盖建民，中国厦门大学人文学院哲学系、宗教教学研究所教授、博士生导师，新加坡道教总会、新加坡三清宫道教文化中心海外学术顾问。



道教文化节的

总统伉俪(左三、三)参加道教文化节

新加坡道教总会在今年3月11日至15日主办道教文化节，内容包括：世界和平祈祷大会、道教法事科仪、各种族音乐表演、武当山道教武术表演，等等。我有幸参加了在

3月13日举行的道教文化节千人宴，并利用参与宴会的机会对道教文化节的内容得以了解。根据我个人的参与和观察，认为这次道教文化节有着重大的意义。

首先，纳丹总统伉俪参加了千人宴，并在三清宫上香，海峡时报刊登了总统上香的照片。这说明了：道教作为我国多元文化一个组成部分，得到国家元首的认同；总统伉俪对道教三清道祖的上香敬礼，对于提高与肯定道教的地位有一定的作用；海峡时报的报道，也让一些不了解道教的英文读者对道教有了初步的认识。

其次是尊重不同宗教，祈求世界和平。由新加坡道教总会、新加坡宗教联谊会、兴都教基金会、拜火教、新加坡佛教居士林、天主教新加坡教区主教团、回教传道协会、锡克教中央管理局及巴哈依教灵修中心联合组办的祈求世界和平祈祷大会，虽然每年举行，今年却将它纳入道教文化节，并安排作为道教文化节的首要活动。这样凸显道教文化节对世界和平的重视，是一种善用时机的做法。道总会长陈添来在致词中，对于前些时候欧洲媒体因刊登亵渎回教先知漫画与回教世界起冲突的事件，表明了道总严正、鲜明的立场，这是道总作为新加坡一个正统道教组织所应当做的。他说：“我们坚持，媒体必须尊重所有宗教，绝对反对任何直接、间接、有意、无意有辱任何宗教先知的行为。新闻自由的普世价值，不能在这事件上被滥用；宗教只有异同，绝无优劣；只有包容，不容排斥。在宗教上唯我独尊的心态是不被接受的。”

陈添来在千人宴会上再次重复强调了道总的立场，并吁请会员庙宇配合新加坡政府对各宗教采取开明、平等、尊重、互容、共存的政策，共同努力建设一个具有新加坡特色的多元文化、多元宗教的和谐、和平的社会。这再次表现了道总的领导风范。陈添来在宴会上的致词也获得好评；和我同在贵宾桌上的几位朋

重大意义

◎林纬毅

友，听了演讲后都同声赞好，认为言之有物，不是一般常听到的客套话。

再次是道总开始重视文化与历史。平心而论，这次的道教文化节在文化层面上仍嫌贫乏，但也有一些可喜的现象。在千人宴上，发布了道总成立16年以来第一本会员名录。我翻看了的感觉是：不但印刷精美，还提供了大部分庙宇的简单历史、供祀神明及神诞日期；虽然简单，但作为一本名录，有这样的内容，已难能可贵，更何况名录是在短短的两个多月内完成。我有编辑社团刊物的经验，了解编辑会员名录过程中面对会员不能积极、全力配合的困难。而道总以这样的速度完成此书，也可见的道教总会会员们已经有了一定的凝聚力。

再阅读献辞，更使我感到欣慰。道总领导人认识到道教不能长时间停留在拜神求财的层次，而应该上升到文化的高度。我认为。道总的庙宇会员在民间宗教的基础上皈依正统道教，已经不能再停留在利用几十年前成立时的活动来吸引信众。随着我国人民教育、文化水平的普遍提高，唯有从文化层面才能吸引年轻人，尤其是文化精英的参与。唯有这样，新加坡的道教才能步上康庄大道。

更值得一提的是，这次的道教文化节体现了新加坡华人的两大宗教佛教与道教的合作及相互支持。新加坡佛教居士林林长李木源身体力行，大力协助道教美食节的筹款活动，充分体现出佛教对道教的支持。

我参加过多次的庙宇宴会，听到祝酒时以“道炁常存”取代“饮胜”，感受到道教同仁对道教的深厚冀望。然而，道炁常存不是单靠喊的，必须实践。从道教文化节的活动看，是向实践迈出了踏实的一步。

作者简介：林纬毅，新加坡国立大学哲学博士，本刊编辑顾问。



马来西亚道教总会庆祝道祖太上老君诞辰

出席马来西亚道教总会道祖太上老君诞辰暨成立十周年纪念联欢宴会

3月15日，在陈国显道长的带领下，新加坡道教总会理事出席了马来西亚道教总会庆祝道祖太上老君诞辰暨成立十周年纪念联欢宴会。宴会地点位于吉隆坡中华独中大礼堂，当晚出席者除了当地道教各宫庙

主持及众善男信女之外，还有来自海外的宫庙代表。马来西亚道教总会理事们的敬酒仪式将整个会场推向高潮。大家共同期盼在未来的日子里道教文化能更广泛传承下去。

新加坡多元宗教对谈会

4月22日，道教总会派出代表参加了由新加坡宗教联谊会及宏茂桥基层俱乐部所举行的“新加坡多元宗教对谈会”。除了道教外，拜火教、巴哈伊教及锡克教等宗教都派代表出席。

本次对谈会主要是为了促进各宗教之间的相互交流、加深彼此的了解，以达到宗教和谐共荣的目的。这也体现了我国以社区为单位的促进种族及宗教和谐活动的繁荣。

新加坡道教总会张再龙道长代表新加坡道教界发表了演说，着重介绍了道教的发展及其基本教义。张道长深入浅出的演讲深获好评。

世界佛教文化机构到访

世界佛教文化机构于5月7日至17日，进行第二阶段的世界朝圣之旅。本次朝圣活动共计71天，而这趟行程他们将拜访8个东南亚及南亚国家，包括泰国、寮国、越南、柬埔寨、新加坡、马来西亚、印尼、斯里兰卡。世界佛教文化机构总部设立于印度，该机构的宗旨是借助各宗教的力量一起共谋世界大同。

该代表团于新加坡期间也到新加坡道教总会访问。新加坡道教总会秘书长朱鸿山及委员林金发代表总会欢迎他们的莅临，并希望能进一步了解这个合作计划，以增进双方的交流。



世界佛教文化机构代表（左一、三、四、六、七）与道教总会工作人员



韭菜芭城隍庙妇女组及道教总会成员在义安城广场

心莲奉献—百万莲花计划

新加坡道教总会不仅在口号上支持政府的宗教和谐与共荣政策，更以积极的行动配合其他宗教的活动。参与佛教团体的“心莲奉献”计划就是其行动之一。

为庆祝佛历2550年卫塞节盛会，新加坡佛教界联合各宗教团体、商家等于三月间陆续展开“心莲奉献2006”（Project Million Lotus）计划。主办单位集众人之力用五彩缤纷的纸张摺成一百万朵莲花，设计成各种各样的造型陈列于义安城广场。5月6日，这一汇集了众人力量的卫塞节祈福活动在义安城开幕。当天纳丹总统携夫人主持了揭幕仪式。

道教总会发动会员共同参与折莲花活动。韭菜芭城隍庙妇女组踊跃参与，获得一致好评。

保赤官暨陈氏宗祠庆典

3月14日至18日保赤官暨陈氏宗祠为庆祝开漳圣王晋宫130年暨1350年圣诞千秋，一连五天礼聘新赛凤鸣剧团酬谢神恩并举行联欢宴会。

保赤官创建于1876年，为陈氏宗亲奉祀祖先的祠堂，是我国历史悠久的宗祠庙宇，也是吸引游客的旅游胜地之一。

陈氏宗祠——保赤官

韭菜芭城隍庙进香团赴中国安溪祖庙参与“城隍春巡”活动

3月底，韭菜芭城隍庙进香团赴中国安溪祖庙参加一年一度的“城隍春巡”活动。“城隍三巡会”是城隍文化中历史悠久、意义深厚的一部分，既体现了城隍理阴赞阳、赏善罚恶的神职，也表现了它公正无私、明察秋毫的品格，因而城隍爷深受百姓的敬仰与崇拜。安溪城隍庙于上世纪九十年代初恢复了城隍三巡会中的“春巡”活动，吸引了海内外众多城隍庙回祖庭谒祖。“春巡会”的游街队伍除了城隍神辇、八爷九爷，还有各个街道社区组织的游艺表演队伍，一路浩浩荡荡，环绕安溪县城，场面极为壮观。韭菜芭城隍庙的进香团与来自世界各地的朝拜者一同持香跟随，尽表虔诚。



韭菜芭城隍庙进香团



“城隍春巡”的壮观场面



壹伍玖济正宫筹备中的新庙宇

壹伍玖济正宫庆典

3月31日至4月8日，壹伍玖济正宫一连九天庆祝泰国林姑娘及济公活佛诞辰。庆典期间，济正宫特准备丰富多彩的活动邀请善男信女参与：为林姑娘放水灯、卡拉OK欢唱、为济公找寻一只鞋子、过平安桥、壹壶酒歌舞秀及济公活佛与众神绕境活动等，吸引了许多民众参与。壹伍玖济正宫的新庙也已经于5月14日正式动工兴建，希望将来能服务更多信众。

芽笼联合宫二十五周年庆典

芽笼联合宫于4月2日举办庆祝大伯公及玄天上帝等众神千秋暨成立二十五周年纪念联欢宴会。特聘混元道坛资深道长启建清醮并带领善信过平安桥。联欢宴会当天分发红包给芽笼士乃及甘榜乌美所有领取福利金的贫困老人及中峇鲁体障协会和体障儿童协会等机构，以回馈社会，造福人群。

3月间芽笼联合宫理事会也组团前往中国武当山晋香并游览武当山名胜古迹，让大家对所供奉的玄天上帝有更深一层的认识。



芽笼联合宫

正华村金福宫庆典

4月6日至13日，正华村金福宫为庆祝福德正神暨众神圣诞千秋，特聘福建安溪广济坛道士启建法坛，举行“祈福拜斗清醮大法会”，并广邀信众过平安桥以保佑合家平安。该庙理事会也礼聘新月平加礼戏、南艺闽剧、歌艺闽剧团、新怡梨兴潮剧团等连宵助兴。金福宫众神千秋联欢宴会上，席开百桌广邀各界善男信女及社团代表等前来参与。当晚，理事会也为道教总会筹得一笔活动基金。



金福宫千人联欢宴会——“金福宫之夜”

4月11日至14日，真人宫庆祝保生大帝千秋举办文化展。活动期间吸引千名善信和民众参与。理事黄钿财先生表示今年和往年同样举行保生大帝文化展，但今年参与的宫庙及社团包括新加坡道教总会、延陵吴氏总会、镇南庙广寿堂、保生庙、鹏峰宫及青龙宫等，使得场面比往年更为隆重。

亮灯仪式由丹绒巴葛集选区国会议员兼拉丁马士基层组织顾问庄永昭先生主持；在坐贵宾则是丹绒巴葛集选区国会议员英兰妮小姐。当天晚上，真人宫还设宴招待300余位不同种族的老人，并请庄永昭议员及华社自助理事会执行理事长陈振泉先生颁发平安红包予在场所有老人。体现了该庙的慈善精神。

保生庙庆典

4月11日至15日，保生庙热烈庆祝保生大帝暨诸位众神千秋，特聘守玄静乙道坛启建清醮并带领善信们过平安桥，祈求消灾解难，财源广进。理事会也礼聘掌中班剧团一连两天演出助兴。13日及14日晚举行盛大联欢宴会及歌台秀，吸引了许多信众观看。

玉封至富财帛星君庙十周年庆典

位于樟宜路的星君庙于4月13日至15日在友诺土地铁站旁边的大草场举行庆祝谭公爷宝诞暨成立十周年庆典。

星君庙于2002年成功申请为正式社团，该庙最特别的一个项目就是“补运和加持”仪式，有祈福消灾的意义。星君庙庆典期间，特邀体育会及龙狮学院前来表演助兴。星君庙也献捐七百五十元予道教总会，以响应总会所推动的筹募活动基金计划。



洛阳大伯公宫捐献的救护车

洛阳大伯公宫赠送 20辆救护车给福利团体

洛阳大伯公宫于4月30日的联欢宴会上送出20辆总值100万元的救护车给本地20个社会福利团体。

洛阳大伯公宫总务李水欣表示，该庙在去年八月捐献一辆价值10万元的流动诊所车和15万元给本地康培福利基金后，有许多福利团体纷纷表示希望洛阳大伯公宫能提供他们救护车，所以今年理事会才决定送出100万元的救护车，以回馈社会。

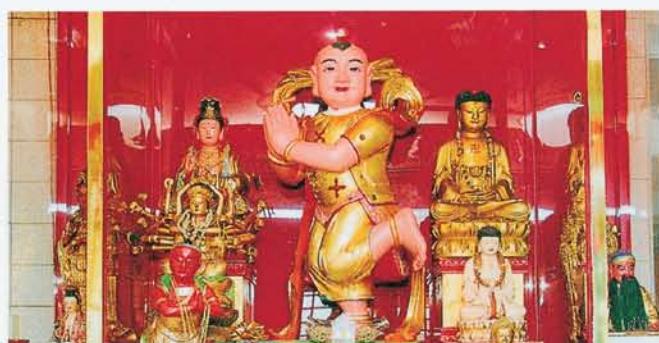
联欢宴会也邀请部长、议员、各宗教代表与及社区领袖出席。当天值得一提的还有洛阳大伯公宫不分种族及宗教广邀社区团体老人出席这场公益活动，以实际行动来支持我国的多元种族及宗教和谐政策。



凤玄宫

凤玄宫庆祝中坛元帅千秋

凤玄宫由4月28日起至5月5日庆祝中坛元帅暨众神千秋、建庙54周年及香友会第29届新理事宜誓就职举行一系列庆典活动，包括分发发财红包给善信，并聘请新燕玲歌剧团演出及舞狮舞龙表演助兴等。



芽笼峇鲁善世坛供奉的“善才童子”

竹云宫庆祝诸神千秋

竹云宫于5月9日至14日庆祝莲花三太子、大二爷伯暨诸神千秋举办一连六天的系列活动。庆典期间分发天公祈福灯供善信认挂，以祈求合家平安生意兴隆。竹云宫于1992年与福山亭及福灵宫获准组成菜市联合宫，一起为菜市的善信服务。



竹云宫诸神神像

韭菜芭城隍庙庆祝 清溪显佑伯主神诞

韭菜芭城隍庙于5月6日至7月23日，为庆祝“清溪显佑伯主”（城隍公）圣诞，特礼聘星马著名闽、潮剧团公演七十九天联宵助兴。农历五月廿八日（6月23日）城隍诞正日、特聘请混元道坛启建清醮一天，庇祝国泰民安、风调雨顺。当晚由该庙诵经团举行诵经法事，祝贺城隍伯主圣寿，并为民祈求平安吉祥。



韭菜芭城隍庙正殿



韭菜芭城隍庙戏台

芽笼峇鲁善世坛 庆祝善才童子千秋

刚获社团注册局批准的善世坛于5月4日起至8日一连五天在肯巴士路热烈庆祝38周年纪念暨善才童子千秋，并举行了千人联欢宴会。今年是善世坛首次举行连续五天的活动，主持人谢淑晴感谢善信的尊敬及信众们的热烈支持。在5月4日的千人宴会上，善世坛也捐献一千元予道教总会作为活动基金。

圭莱芭城隍庙附属 三清宫



圭菜芭城隍庙附属三清宫，巍峨雄伟，气势非凡，是膜拜、安灵、聚会和研究道教文化的中心地。

三清宫面朝东北，背靠勿洛双溪勿洛河，地形如花生，是一块极佳的风水宝地，可以荫旺子孙，福泽后裔。

整座建筑分成两栋大楼，都是三层高，一正一侧，互相连接，互为犄角。正殿宽13米，高13米，纵深9米，气势雄伟。其建筑构造，巧夺天工，结合了传统技艺与现代技术。门前的四条翔龙蟠柱，由整块巨石雕刻而成，刻功精湛，栩栩如生。

三清宫前部楼阁为殿宇神堂，供奉道、儒诸神，后部楼阁为怀思堂，是专门提供安奉先亲骨灰和神主牌的场所。

常年庆典/法会：

农历二月十五道祖圣诞

农历八月下旬孔子圣诞

农历七月中元普度法会

农历二月春祭 /

十一月冬祭神主牌升龛点主法会

三清宫地址：

21, Bedok North Ave 4, Singapore 489948

Tel: 6244 9595 Fax: 6442 7879

Email: info@sqg.com.sg

每日办公时间：

上午7:30至下午6:00

交通指南：

泛岛快速公路朝往樟宜机场方向，由4A出口处驶入四美道，在十字路口处转右，入樟宜路上段，然后靠右驶入勿洛北四道，直抵本宫。

川行巴士号码：2、9、10和17号等

电话：62449595





1. 风水绝佳

特殊风水格局的灵骨塔“怀思堂”可以安置2万多个先人的骨灰和神主牌位。分置于两个楼面，骨灰位价格从1700元起，神主牌的价格则从900元起。



三清宫“怀思堂”，是本地第一间由道教宫庙建设管理的设备完善的骨灰安置所。专供各姓人等安奉祖先的骨灰及神主牌位，是往生者理想的安息处。

注：本宫在30年契约期满后，负责续约的所有手续和费用，骨灰瓮及神主牌为永久性放置，不再另行付费。



2. 高功常驻

三清宫有高功道长常驻，晨昏焚香诵经，每年定期举行超度法会与祭祀仪式，为信徒提供了完善的法事服务。

3. 设备完善

一楼大厅可供善信租用作为法事场地，为祖先超度做功德。

一楼旁厅，设寄灵堂，刚往生者之魂帛可寄放在此，直至四十九天焚化。

二楼和三楼的旁厅设有“杏花村角落”，摆有花梨木沙发，让善信祭拜先人后能与亲人聚此叙旧话家常，维持家族凝聚力。

底层有宽敞的停车场，并备有电梯直抵各层楼阁。



寄灵堂



杏花村角落



一楼大厅可做法事及功德



宽敞的停车场



本宫职员竭诚为善信服务

4. 服务周到

本宫职员竭力为善信服务，办理定购骨灰瓮神主牌或一切点灯、租用场地等事宜。

本宫提供小巴运载初丧者之家属前往领取骨灰。

清明节期间的周六，怀思堂二十四小时全天候开放，让家属可以随时祭拜、缅怀亲人。



提供小巴为初丧者家属服务

三清宫“怀思堂”是往生者理想的安息之地，
是生者缅怀亲人的首选之处。

怀思堂开放时间：每日上午7点至下午7点

大罗宝殿、三祖殿、孔子殿



韭菜芭城隍庙附属三清宫前部楼阁为道教庙宇。正殿中供奉2公尺高的道教最高尊神“三清道祖”神像，即玉清元始天尊、上清灵宝天尊、太清道德天尊。左侧为“三祖殿”，供奉“全真三祖”吕纯阳祖师、王重阳祖师、邱长春祖师；右侧为“孔子殿”，供奉“大成至圣先师”孔子、亚圣孟子及七十二贤人。

孔殿祭孔 声名远播

每年农历八月廿七日孔子诞前后，三清宫都会举行名为“金榜题名，开点慧眼”的祭孔仪式，参与的家长和学生非



常踊跃，去年的祭孔人数已达到2300多人，受到海内外多家媒体的广泛报道，引起热烈反响。

真武分灵全真南渡

今年3月13日，韭菜芭城隍庙三清宫特别邀请中国武当山道教协会为“真武大帝”分灵主持开光法事。

韭菜芭城隍庙三清宫于大罗宝殿内特别设立真武大帝神龕。真武大帝，又称玄天上帝，荡魔天尊，在民间被广为奉祀，影响广泛。相传武当山是道教真武大帝修炼之所，它作为道教圣地在道教界有着崇高的地位。

此次三清宫邀请武当山道长为真武大帝分灵开光，意义非凡。这也是我国首间道教宫庙有了从武当圣地分灵而来的真武大帝。武当道长也赠送了真武大帝玉玺和令旗予韭菜芭城隍庙三清宫，意味着真武大帝正式分灵到新加坡。



总统揭幕我国“道教第一碑”

3月13日，我国总统纳丹阁下为三清宫“道德经碑”主持揭牌仪式。三清宫“道德经碑”全文铭刻老子《道德经》五千言，是由中国著名书法家陈翰彬先生书写，堪称我国“道教第一碑”。

该碑长13.5米，高3.2米，石材取自中国福建，经名匠雕刻而成。书法上乘，工艺精湛，气势宏伟，集书道韵趣和雕刻艺术于一身，令观者赏心悦目、叹为观止。



三清宫“道教第一碑”由纳丹总统揭幕，使道德经碑除了具有文化、艺术和历史价值，更体现了宗教和谐的意义。

承传道业创总会，弘扬教义立楷模 陈国显道长与新加坡道教

◎徐李颖



陈国显道长
身着道袍

提起新加坡道教，一定要说说祖籍福建泉州的陈国显道长。

陈国显，1946年出生于新加坡，祖籍福建泉州，是目前新加坡道教界最有威望的资深道长之一。

陈道长身材高大，总是面带笑容，说话和蔼可亲。主持法事时穿上道袍的陈道长看起来极其威严，可是一旦脱去道袍，陈道长就是一个慈祥的长者了。

陈道长出生于道教之家，一生以道教为业，并传道予众多弟子。陈国显道长还推动了新加坡道教团体，如新加坡三清道教会、新加坡道教总会的建立与发展，是新加坡道教总会的创会会长。为新加坡道教的发展做出了很大贡献。至今陈道长仍然热心于道教事业。可以说陈道长的一生传奇与新加坡道教的发展是紧密相连的。

一、祖传道业

陈国显的父亲陈高追（辉荣）（1900-1974）来自泉州市东岳乡的道士世家。其家族世代为道士，历任泉州东岳庙主持数百年。道业的传承据说自宋朝已开始，其堂号“炼真堂”就可追溯至宋朝陈家的二房，至今已传有二十四代。

陈高追的父亲陈妈恩，很早亡故，其道法乃受自其祖父，即泉州东岳行宫主持陈禧胜。

1925年，中国兵荒马乱，到处抓壮丁，陈高追为逃壮丁而南渡新加坡。南来新加坡后，最初的十几年里他并未从事道业，而是改当主厨，曾在著名的福建华侨先贤李光前的南益树胶厂工作。小坡六马路布连拾街（Prinsep Street）扶生堂的董姓相命师熟识陈氏，深知其道业底细，常劝说陈高追恢复祖传道业，后来因偶然机缘，陈氏才重拾旧业并于四十年代在小

坡的赛阿威路（Syed Alwi Road）设立了“混元道坛”。陈姓混元坛在新加坡各闽南道坛中算是较有规模与名望的一个。

陈国显是陈高追的第三子，也是继承混元道坛与陈氏道业者。陈国显自其父于1974年逝世后便担任“混元道坛”主持人。陈国显家中排行第十，上有七姊二兄，下有一弟。家中手足众多，可说是一个大家庭。他的大哥小时染上耳疾无法诵念经文，二哥学业优秀不可能放弃学业，而小弟则出生太晚，没有机会跟父亲学道。因此陈国显就成了传承父亲道业的唯一合适人选。

在陈国显之前，陈高追还收过好几个徒弟，有林忠铭、林忠坛兄弟，余丁财等。目前，林忠铭、林忠坛已经去世，余丁财是陈国显在世的唯一师兄。

陈国显中学毕业后，道缘成熟，又因从小耳濡目染对道教已有初步的了解，遂正式跟随父亲学道，弘扬道法。十多年后，在父亲严格调教之下，陈国显基本上已经能够独当一面了。陈高追年纪渐长，不便常常出外做法事，于是将混元道坛的事务交由陈国显打理。七十年代，陈高追去世后，陈国显正式成为混元道坛的主持人。他的弟弟陈国铭也开始跟他学习道法，成为陈家道业的又一位传人。

新加坡的道士最主要的工作一是为亡人超度诵经，称为“斋坛”；二是为庙里的节日法会主持科仪，称为“祈福”。陈国显回忆说，在六七十年代，因为社会经济还不发达，道业不是很兴旺，华人社会对道士和道教不甚了解；而现在人民生活好了，庙宇越建越多，道业逐渐繁荣，吸引了不少年轻人投身高道业。显示了道教在我国的巨大潜力。陈国显希望年轻一代道士能把道业真正作为一种人生修行，注重道士的形象，成为一位有修养的道士。这也是陈国显努力培养青年后进的一大动力。

二、授篆

陈国显的父亲陈高追曾到江西龙虎山嗣汉天师府授篆，是新加坡最早到龙虎山授篆的本地道士之一。

道教正一派授篆，是正一道士修真入道必经的阶梯，是道教正一派传统的教仪规范。“篆”通常指记录有关天官功曹、十方神仙名属，召役神吏，施行法术的牒文。正一道士只有得受法篆，才能名登天曹，才能有道位神职。有了道位神职的道士，其斋醮中的章词，才能奉达天庭，才能得到神灵护佑，反之斋醮章词无效。

通过授篆，不仅使正一道士取得职卷牒文，有了修道行法的凭证，同时也起到规范正一道士行为的作

1964年嗣汉天师府第六十三代天师莅新访问

星洲道教会欢迎第六十三代嗣汉天师摄影留念于甲辰年

第二排站立者：	叶添成	陈国显	林忠坛	余丁财	黄森树	陈松柏
(从左至右)	卓木水	林再添	张清湖	张福安	洪永宗	
前排坐者	嗣汉天师府代表	许移山	张启珍	郑金福	张恩溥 (第六十三代天师)	
(从左至右)	赵家灼	陈高迨	林忠铭	黄猷建		

用。“授”的意义是戒除情性，止塞愆非，制断恶根，发生道业，从凡入圣，自始及终，先从戒箓，然始登真”。通过授箓，重申教戒规仪，勉励受箓道士勤进修行，不断提高自己的品德情操，清正心身，累功积德。师徒相授是道教传承的传统方式，教内，只有持箓者方可为人师。所以授箓对正一道士来说，既是对其身份的确认也是对道行的肯定。道士受箓后，颁发给职牒文，以证明其法职，简称为“职牒”。

1964年嗣汉天师府第六十三代天师张恩溥由台湾来到新加坡，受到本地道士的热烈欢迎。陈国显就是当时在正一派第六十三代天师张恩溥的主持下授箓的，道号“鼎达”，属正一派“鼎”字辈，算是本地受箓较早比较高的辈份了。在新加坡“鼎”字辈的道长仅有寥寥数位。中国自九十年代开始会恢复正一派授箓制度后，本地道士多数前往中国龙虎山天师府授箓。

三、建立三清道教会

新加坡的道士最初都来自中国东南沿海的福建、广东、海南等省份，传承的是道教正一派道法。正一派大都是伙居道士，可结婚生子。因此来到南洋后，道士们大都在住家设立道坛。

早期三帮道士以各自的方言诵经，分别服务本方言群人士，因此各自为政，互不往来，道教内部一团散沙，既无组织也无宏远目标。

陈国显继承“混元道坛”后，对道教的现状深感痛惜，立志尽其所能团结新加坡三帮道士，使道教走向更有修养的层次。

于是，陈国显与师兄林忠铭、余丁财商量，希望能够利用父亲已经奠定下的威望，将道士们团结起来。陈国显遂以晚辈的身份联络老一辈的道士们，先把闽南帮的道长集合在一起。

1974年农历八月廿一日，这群闽南籍道士非正式成立了“庆祝道祖圣诞同盟”委员会。该委员会议定，每年筹备一场庆祝道祖太上老君的庆典，由各道坛坛主轮流主办，日间举行祝寿法事，聘请戏班酬神；夜间宴请各界人士，并聘请醒狮团以及南音团表演助兴。

翌年，第一届的道教活动就在陈国显的“混元道坛”首先举行了。

后来陈国显利用自己的人际网络游说广东与海南籍贯的道士加入。1978年，粤籍道士首先加入了该同盟；琼籍道士也于翌年加入。随后他召集了闽帮的余丁财师兄、已故林忠铭师兄、已故黄森树老道长、张清湖道长，联合了广东帮的何育祥道长、已故胡炎强道长、已故陈荣基道长、黎志衡道长，及海南帮王经初道长、王经师道长、已故张业燊道长、张家麟道长、韩大光道长等人，筹备成立新加坡三清道教会。

“新加坡三清道教会”于1979年12月7日正式注册成立，成为新加坡首个由闽、粤、琼三帮道士联合组成的道教团体。

新加坡三清道教会成立后，以研究和弘扬道教为宗旨，积极推广道教文化、联络道教善信，提供社会服务。最初成立之时，会员分道士与信徒两种，后被废除，至今已无此区分。

三清道教会正式成立之后，除了延续每年农历二月十五庆祝道祖圣诞的活动，还积极与中国大陆、香港和台湾的道教界联系。1985年在劳动公园首次举行了盛大的“全国水陆空超度大法会”，吸引近万人前往参拜。此外，该会还在陈国显的带领下成立诵经班，招收了三十多学员，以闽南语教授学员诵经。（道教总会成立后，诵经班归于道教总会。之后新加坡发起讲华语运动，1992年道教总会邀请中国道教协会北京白云观监院黄信阳道长，陈信一道长前来教授华语诵经。开创了以

华语诵经的先例。)

三清道教会的成立初步使新加坡的道士凝聚了起来，并为道教总会的成立奠定了基础。

1999年举办了为期三天的道教宣弘大会暨新加坡三清道教会成立二十周年庆典。中国道教协会副会长张继禹、任法融，中国道教学院副院长李养正教授，著名荷兰籍道教学者施舟人教授等应邀参加了此次庆典。

四、成立新加坡道教总会

三清道教会是以道士和信士为主的社团，虽然将三大方言群的道士联合了起来，但对众多道教宫观庙宇来说，仍然缺乏凝聚力。1988年政府发布宗教调查报告书，认为新加坡华人道教的信仰人数，有日趋式微的趋势。为了振兴道教，陈国显与李金池、苏建成等同道开始了创建道教总会的努力。

1988年，三清道教会广邀各道教宫庙团体的负责人，在大巴窑幸福楼召开座谈会议，商讨如何应对道教徒流失的问题。席间大家一致同意筹组道教总机构，并成立筹备委员会，而新加坡三清道教会被推举负起筹组新加坡道教总会的使命。

1989年6月筹委会向社团注册官申请注册，1990年2月注册被批准，同年3月11日，在裕廊东通淮庙的临时会所宣布正式成立“新加坡道教总会”，陈国显成为创会会长。从此，道教总会开始了宣传道教文化、弘扬道教传统、增强道教组织凝聚力的一系列活动。比如每月一次巡回礼斗及小型道教讲座会。即轮流每月在一间庙举行礼斗法会，并在法会开始之前，由陈国显和其他同道向信徒们传授一些道教知识和祭拜的正确方法。这种宣道活动在当时广受欢迎。道教的社会影响力日益扩大。

新加坡道教总会还与中国大陆、台湾、香港道教界展开密切的交流活动。

1990年，道教总会假福建会馆大厦礼堂举行画展，筹募活动基金。

1991年举办“道教与传统文化研究会”邀请多位学者和本地民俗学家举行讲座会。

1992年主办“传度大典”（入教仪式），由台湾中华道教会秘书长张柽和地母庙护天宫主任委员李益义主持。

1993年主办“护国祈安大清醮”及超度大法会。同时邀请北京白云观道乐团和台湾中华道教会协办。

1994年6月举办“道教文化月”。在义顺元龙圣庙庙前广场举行。广邀北京白云观、台北中华道教总会、香港信善玄宫及马来西亚代表团参加。法会为期五天。关于这次大法会的场景，白云观的网站上有这样一段描述：

法会活动的场所设在义顺区元龙圣庙的对面，又称为“道教城”。道教城设置了中坛和四个诵经坛，以及道教文化展与书画展览。四个诵经坛由各团自己布置诵经活动场地。中坛为总坛，供奉三清神像，四周鲜花簇簇，香烟缭绕，岩石叠翠，泉水细流，仙乐悠悠，称“蓬莱仙境”。这次道教文化月活动还包括介绍道教文化、历史，举办讲座，内容十分丰富。

6月24日早上九点，道教城门前，锣鼓齐鸣，狮舞



陈国显道长（中）在主持法事科仪

龙跃，上万善男信女夹道欢迎，各经团成员走进道教城，“太上慈悲黄箓超度大会”典礼开始。新加坡道教总会会长陈业茂、副会长陈国显和法会总策划陈军荣先生等道总理事一同与香港代表罗紫彦、黎显华，台湾代表张柽，北京代表黄信阳等参加了剪彩仪式与上香礼拜仪式。九点三十分开坛诵经，各坛经乐朗朗，经师们虔诚礼诵，经过五天五夜，超度法会圆满结束。这次法会得到新加坡政府和各基层组织的支持，并派人到会祝贺。各家报社作了报道与宣传，新加坡国立大学还派专人对各坛跟踪记录，进行道教科仪研究。这五天五夜的法会，接待了十五万多香客、游人。对新加坡人民了解中国传统道教具有深刻的影响。

从这段描述我们可以想象当年道教文化月活动的盛况。

1995年再次举办“道教文化月”，在位于我国东北部的淡滨尼联合宫旁大操场举行。邀请北京白云观、武当山、龙虎山的道教团体共同参与。同时还主办了道教讲座会，由海内外学者及宗教人士从宗教义理、哲学、历史、音乐等不同角度发表演讲。

这一连串的活动记载了道教总会曾经的辉煌，也是陈国显及其同道们一路来不懈努力的结果。如今，陈国显道长依然活跃在道教总会里，他希望道教总会能够再展雄风，将新加坡的道教推向更高的境界。

值得一提的是，陈国显道长是唯一由新加坡总统颁发PBM奖章的道长（1997年），体现了国家对他为道教界所作贡献的充分肯定和赞扬。

后记：五月的一天，陈国显道长接受了我的访问，回顾了他这大半辈子在道教界的风云历史。尽管很多事情的日期记不清了，可是与他共同奋斗的几位道教界前辈和同仁的名字，他却一遍遍地提起，丝毫不曾忘却。对往日的回忆也触动了他内心深处的情感。比如他一次次地提到自己的父亲，一个多才多艺品格正直威严无私的人；比如初创道教总会时遇到的艰辛，而中途的挫折几乎让他和他的同道们多年来的努力毁于一旦。可是关于挫折的细节他不肯多讲，我也不忍多问。总之，道教总会能坚持走到今天实属不易。如今陈国显最常说的一句话就是：让年轻人放开去做吧。他知道新加坡的道教事业才刚刚起步，只要有年轻人的踊跃参与，道教的未来才会充满希望。

道法自然—— 道家美食养生之道

◎徐李颖

道教养生文化博大精深，源远流长，旨在追求延年益寿、长生不老。道家这种养生的思想，也体现在崇尚清静无为、素朴自然，反对凡事走极端，做事情要适中、适度。道门中人这种对待宇宙、自然和人生的态度必然会贯穿于日常起居饮食之中。

道家以“道法自然”为最高境界。从饮食上来说，道法自然便是要顺应身体的自然状况，避免暴饮暴食。中国宋代文学家苏东坡曾讲过：已饥方食，未饱先止。因为过量的饮食，会引起人的胃肠超负荷运转，必将使胃肠功能逐渐衰退，而引发胃肠方面的疾患。现在很多病人口中都有异味，也是由于饮食无度所致。所以饮食无度，也是今天人们生病的一个主要原因。

另外，偏素避荤也是道家养生成效法自然的一个方面。过量食用荤食会使人的消化器官负担加重，增加血液粘度，胆固醇升高；同时也容易造成营养失衡。素食中富含维生素、无机盐及多种微量元素，这些营养素对人体的健康长寿，有着很重要的作用。如果食用科学，还可预防、治疗某些疾病，清理人体内沉淀的垃圾。道家讲中和之道，荤素合理搭配，少食多餐，方为养生之道。

道家有“秕谷”之法，即不吃五谷及肉类食品，只食水果，以去除体内秽物，目的是超凡入圣，进入成仙之道。对普通人而言，不需要如此极端，但也可以每星期选择一天不进五谷及肉类食品，只吃水果，以达到清理肠胃的目的。

在中国，道教的饮食养生之法也日益受到重视。如四川青羊宫素食养生堂根据道教秘传仙方，集美食益寿、祛病延年、滋补养颜诸功效之精华于一体，以川菜为主，博取众家之长，自成一派，形成了独特的道教养生素食菜系，影响甚广。

在我们提倡“健康生活方式”的时候，道家的美食养生理念或许可以给我们很多启示。

最后就为大家介绍几盘简单易做，又符合科学饮食观念的小菜，有兴趣的不妨在自家一试。

科学养生家宴菜十种

第一道菜是香菇母鸡汤。母鸡富含多种人体所必须的氨基酸。香菇是侧耳科植物蕈的子实体，富含芸芝多糖K蛋白、氨基酸、碳水化合物及维生素，对各种病毒有很好的过滤作用，是抗癌食品。香菇母鸡汤被世界定为最佳汤食。



第二道菜是番茄炒鸡蛋。番茄是茄科植物番茄的新鲜果实，含多种维生素、胡萝卜素、烟酸、苹果酸，柠檬酸以及钙、磷、铁等微量元素，有清热防毒、生津健脾之功效。

第三道菜是黑木耳财鱼片。黑木耳是耳科植物的子实体，含蛋白质、糖、粗纤维、和胡萝卜素，有活血、降脂、防心脑血管疾病之药用价值。财鱼，又名黑鱼，为鳢科鱼类；肉质鲜美，含蛋白质、脂肪、钙、铁、磷、维生素B1、B2和烟酸等营养物质，有补脾益气、清热解毒、利水消肿的药用价值。

第四道菜是芹菜炒豆干。芹菜是伞科植物芹菜的茎。营养成份有蛋白质、碳水化合物、维生素及矿物质、钙的含量也比较高，具有清热平肝、润肝止咳之功效。芹菜中有一种挥发性芹菜油，气味芳香，增进食欲。

第五道菜是芦笋炒瘦肉。芦笋是禾本科植物的嫩苗，含多种糖类、维生素B1、B2、及维生素C。有清肺解毒利尿功效，甜脆可口。

第六道菜是清蒸鱼。鱼为鳢科鱼类，肉质细嫩最宜清蒸。《本经逢源》称鱼能开胃进食、下水气、病人食之，无发毒之虑，食品中之有益者也。尤其是鱼的鳔（俗称鱼肚）有“水人参”之称。

第七道、第八道菜分别是炒绿豆芽和莴笋叶。《本草纲目》称绿豆芽解热毒，利三焦。莴笋为菊科植物莴笋的茎叶。含蛋白质、糖、胡萝卜素、维生素B1、B2及铁、磷、钙等多种营养成分。《本草拾遗》称莴笋利五脏、通经脉、开胸膈、杀虫蛇毒。

第九道菜是大蒜蜜饯。用蒜与蜜泡制而成。大蒜为百合科草本植物大蒜的鳞茎、含蛋白质、脂肪、碳水化合物及维生素、矿物质等。《本草纲目》说大蒜其气熏烈、能通五脏、达诸窍、去寒湿、辟邪恶、消肿之功效。是“天然抗生素”有消灭细菌和病毒的能力。蜂蜜被民间称为白花糖，含有丰富的微量元素和多种杀灭细菌病毒的活性酶，是“天然免疫药物”。

第十道菜是萝卜炖猪蹄。萝卜是十字花科植物莱菔的菜根。含葡萄糖、蔗糖、果糖和氨基酸、芥子油、木质素等营养成分。有生津清热、消食化气的作用。在民间有“土人参”之美名。猪蹄富含蛋白质和胶质。用萝卜炖猪蹄不仅美味可口，而且养颜健体。

这十道菜，科学养生，美味可口，经济实惠，老少皆宜。■

(本食谱摘自四川成都青羊宫网站)

谈道教

拜神的含义

◎黃信成

以前一提到“拜神”，不了解的人就会认为拜神是迷信，是没有文化知识的老爷爷、老奶奶所做的事。现在不同了，当今社会，虽然科技发展日新月异，但是，在家拜神或来神庙拜神的人却越来越多了，特别是有知识、有文化的年轻人加入拜神行列的也越来越多。这说明了有越来越多的人认识到神明关系到每一个人的命运，也就是每个人的命运跟神明有密切的关系。

或许有人会问：现代科学技术越来越发达，为什么拜神的人却越来越多呢？道理很简单，这是因为科技的发展，尽管给人们带来了外在的生活上的便利和物质上的满足和享受，但是解决不了人们内在的精神上的空虚与无助、内心上的焦躁与烦恼，而学道、拜神却能缓解这些难题。比如我接触过很多拜神的人，其中有不少年轻人对我说：来庙宇拜神以后，精神上有了依托和安慰，自信心、上进心都强多了；内心的压力和烦恼减轻了，心里上也轻松舒服多了；有神明的保佑和关怀，事业上顺利多了；以前怕别人说拜神是迷信而不敢来拜，现在认识到拜神不是迷信，可以敢来拜了。这些年轻人通过拜神不仅提高了对拜神的认识，也坚定了对神明的信仰，真是难能可贵啊！

“拜神”不是迷信，而是我们华人的优良传统

我在这里也要郑重地重申：拜神不是迷信，而是华人的优良传统。早在三千多年前，我们的先祖就有“敬天地、礼神明、拜祖先”的思想，而这一思想经过一代又一代的传承，又经过道教的继承和发扬，现在已深入人心，成为我们华人的一种价值观。大家知道吗？世界上凡是有华人的地方，就有神庙；凡是有神庙，就有拜神的人。拜神已成为华人生活的一部分，所以说“拜神”是华人的优良传统，绝不是迷信，这一点不容质疑。

但是，“拜神”在代代相传的过程中，因为只注重仪式的传承，不重视拜神含义的传授，因此导致大多数



人都不了解拜神的真正内涵。甚至当有人问起“你为什么要拜神”时，又不能给予令人满意的答复，这样就让人产生“拜神是迷信”的错误认知。为了纠正这种错误的认知，也为了使人们了解道教拜神的含义，包括怎样拜神，拜神为什么要敬香、点蜡、烧金纸等等，我在这里向大家作一个介绍。

一. 我们为什么要拜神？

(一) 拜神是饮水思源、不忘根本的思想体现

道经说：一切万物都有神灵，天地之间神明无处不在，因此有句话叫“举头三尺有神明”。而神明又时时刻刻关爱我们，保佑我们，为我们做事。比如：老天爷(也叫天公、即玉皇上帝)高高在上，覆盖着我们，又总管一切(玉帝总管三界：天上、地下、空间；十方：东、南、西、北、东南、东北、西南、西北、上、下；四生：胎、卵、湿、化；六道：天道、人道、魔灵道、地狱道、畜生道、饿鬼道)；地母(后土皇地祇)低低处下，托载着我们，养育我们；太阳公公、太阴娘娘照耀着我们，给我们光明；太岁爷(六十太岁星君)是我们的本命神，掌管我们的命运；城隍公是城池保护神，奖善罚恶，护国安邦；送子娘娘为我们送来龙儿凤女，传宗接代，注生娘娘保佑临产的母亲分娩顺利，使母子平安；财神爷掌管财库，让我们手中有钱；大伯公、土地公赐福又赐财，并保佑一方平安；妈祖是海上保护神，保佑渔民、商人等平安顺利；关公具备忠义的品德，是我们学习的榜样；观音有大慈大悲、救苦救难的情怀，也是我们做人的楷模(道教也有拜观音的，道教称观音为“慈航普渡天尊”)；孔子公是“万世师表”，能保佑读书人金榜题名；文昌帝君掌管禄位，是为官者和读书人都要拜的；还有道教最高尊神三清道祖，为我们传道宣经，教我们懂道理，修道德、成神仙……等等。可见哪一位神明跟我们没有关系？哪一位神明不是在关爱我们？世界上又有哪一个人不在神明的保佑之列？道教神明大多具有不同的职权，不同的特点，从不同的方面关爱、保佑我们，多有人情味，多么亲切呀！因此，我们虔诚拜神，在祈求神明保佑的同时，也是感谢神明的大恩大德。这不仅弘扬了我们饮水思源、不忘根本的优良传统，也能促进社会的和谐。

(二) 拜神是培养感恩、报恩的思想

当今社会有相当一部分人不懂得感恩，也不懂得报恩。更悲哀的是这部分人并不以此为羞耻，好象理应如此。这些例子，我们经常从报纸上或电视上能看到或听到。可见，传统而优良的感恩、报恩的思想，已逐渐被现代人淡化，这是非常令人忧心的事，我们应该引以重视。

古人说“受人滴水恩，当以涌泉报”，做人本应具有感恩、报恩的思想，我们不仅要报答神明保佑的恩，而且还要报答国家栽培的恩、父母养育的恩、师长教育的恩等等。总之，凡是有恩于我们的人，我们都要尽心尽力报答。而诚心拜神则是报答神恩的表现形式之一，同时也能培养感恩、报恩的思想。因为拜神的人都明白，既要诚心拜神，就要为人正直、善良，知恩必报，不做忘恩负义的人。

在拜神的同时，我们华人还特别注重祭拜祖先。大家要知道祭拜祖先也是“崇德报本、传扬孝道”的思想体现。因为祖先是我们根本，如果没有祖先和列祖列宗，就没有父母；没有父母，哪有我们？因此我们一定要懂得报恩，不能忘本。做人如果不知报恩、不尽孝道，这将愧对天地神明，也有违自己良心，有辱自己人格！

(三) 拜神是要以神明为榜样，做一个有道德的人

道祖太上老君在《道德经》第25章中说：“道大、天大、地大、人亦大。宇中有四大，而人居其一焉。人法地、地法天、天法道、道法自然。”这是说宇宙中有四大：即道、天、地和人。人既然是“四大”之一，人的道德品质就应该与“道、天、地”的道德一样才可以。如何才能一样呢？道祖教导我们要向“道”学习、向天地神明学习。学什么呢？学习“道”、学习天地神明的道德，比如天公、地母养育我们，成就万物，但又不求回报，这就是天地无私奉献和博爱的大德，是我们要学习的。同时，我们还要学习道祖教导的“道德”；学习孔夫子传授的“仁义”；学习关公的忠义、包公的正义；学习观音、妈祖的慈悲等等。总之，我们要以神明为榜样，在为人处事上，在举心运念间，以慈悲为怀，道德为本，与人为善，助人为乐，谨慎言行，检点身心，把自己修成具有高尚道德的人。这样才能体现出我们拜神的人的优良品德。

二. 拜神为什么要敬香？

“敬香”也称“上香”，俗称“烧香”。敬香有以下几点含义：

(一) 以香传信 求神赐福

道经说“宝香焚在金炉内，香烟缭绕达上苍”。这说明了“香”是人与神之间的通讯物，我们通过烧香，香烟袅袅能把我们的祈愿信息传达给神明，从而祈求神明保佑。因此道经中说“三炷真香通信去，三界神明降福来。”



(二) 心假香传 寸诚感神

道经中《祝香咒》云“道由心学，心假香传。香焚玉炉，心存帝前。真灵下盼，仙旆临轩。令臣关告，径达九天。”可见，向神明上香，是对神明表示诚敬，并祈请神明向世人施恩降福。

向神明敬香时，要用左手插香（左手为阳、为大，表示对神明尊敬），同时默念《上香咒》：“常焚心香，得大清静”。三炷香插在香炉中的总宽度最好不要超过一寸，这叫“寸诚感神”，寸代表“寸心”，是指真心诚意。道经说“寸心可达九重天”，这是指真心诚意，能够感动九天之上的神明。

(三) 修持“三香” 荡除“三业”

因为“香”的本质是香而不臭。我们向神明敬香，就是表示要持守“香”的本质，做人要修持“三香”——即心香、身香、口香。“心香”是指心地善良、心存善念，不生邪念、不生恶念；“身香”是指做人要身正品端，纯朴善良，不做恶事、不做亏心事；“口香”是指积累口德，不出口伤人，不口出狂言、口出脏话等。“心香”是心善而不恶，故无“心业”；“身香”是身正而不邪，故无“身业”；“口香”是口净而不脏，故无“口业”。这就是修持“三香”，荡除“三业”的含义。

(四) 消灭细菌 净化空气

以前有一种香，点燃以后，香烟弥漫于空气中，能消灭空气中的细菌，起到净化空气的作用，保护人们身体健康。

三. 拜神点燃蜡烛是什么含义？

点燃蜡烛或点燃神灯的含义，有以下几点：

(一) 代表赤子之心纯而不杂

敬神一般用红色蜡烛，红色是心的颜色，因此表示对神明的真心诚意。道经中有“丹心”、“赤诚”等都

是指我们至真至诚之心，用如此诚敬的心来拜神，就是“拜神如神在”，没有半点的不敬之意。

(二) 祈求前途光明，开启人生智慧

道教认为，“世上一个人，天上一颗星”，意思是说世上的每一个人都有一颗天星注照本命。天上的星光灿烂，代表所注照的这个人鸿运当头，前途光明；天上的星光暗淡，代表所注照的这个人运程坎坷，前途昏暗。因此，向神明敬献蜡烛，或于神前点燃神灯，是祈求本命星辰光彩、命运亨通，消除黑暗和不顺。而光明又象征智慧，黑暗又象征迷茫，因此又有破除人生迷茫，开启人生智慧的含义。

(三) 学习蜡烛心地光明、无私奉献的精神

“蜡烛成灰泪始干”，这句诗是赞颂蜡烛无私和奉献的品德；而蜡烛“燃烧自己，照亮别人”，又是心地光明，苦己利他的精神。向神明敬献蜡烛，点燃蜡烛，就是要学习蜡烛的高尚品德，把自己修持成坦荡无私、光明磊落、苦己利他、勇于奉献的人。

道祖告诫我们说“人之迷，其日固久”，虽然不是一朝一夕可以破除迷茫，但只要叩开智慧大门，让智慧光芒照亮心地，人生的迷茫肯定会越来越少，人生的快乐也随之越来越多。

四. 拜神为什么要焚化金纸？

(一) 代表敬神之心永远不变

有句俗话说得好“真金不怕火炼”，其它物品燃烧以后，都化成灰烬了，唯有“金”烧炼以后，虽然熔化了，但还是金，本质不变。“金”永不变质的优点，也是拜神的人要学习的。因此，拜神的人一定要真心不改，永恒不变。

(二) 祈求保佑“土生金”

这一点比较传统。我们拜神时所化的金纸，是一张土黄色的方纸上，中央印有一块方方的类似金膜。金膜印在黄纸上，黄色属土，故按道教五行的理论叫“土生金”。大家都知道，道教是产生于中国的古老宗教。中国自古就是农业国，地大人多，人人靠种地为生，我们日常吃的五谷杂粮、瓜果蔬菜等都是从地里来的，所以华人特别注重拜土地公，就是感谢土地公的养育之恩德啊！而给土地公焚化金纸，是祈求土地公保佑“土生金”。这个“土生金”，不是真的指望从土里挖出金来，而是祈求粮食和瓜果蔬菜等都喜获丰收，有个盛产的好年景。大家注意到没有？从土地里生出来的东西，还真的有很多是金黄色或土黄色的，比如我们吃的大米的稻谷、大麦、小麦、黄豆、土豆、玉米、南瓜等等，这些都是“土生金”的产物呀！可见我们祖先很有智慧，“五行”理论所说的“土生金”是真的，不是假的。况且，世界上的任何金属矿物也都是生于土里。

(三) 忏悔罪过，化解灾厄

焚化金纸，是向神明忏悔自己的过错，“忏”是忏除过去已犯的罪过，“悔”是力戒今后不去冒犯，因此

忏悔有“忏其前愆，悔其后过”的意思。诚心祈求神明把已积的罪过和不测的灾厄，随着金纸的焚化而通通化掉，求得“无罪一身轻，顺利又太平”。

(四) 祈求好运有偏财

这一点比较现代，由于金是宝贵的财物，烧金纸是传达求财的信息，表示求财的意愿。祈求如愿以偿、心想事成。

从烧金纸联想到烧银纸，人们在祭拜祖先和亲人时，大多数的人都有焚化银纸的习惯。但大家要明白，这是寄托哀思、缅怀亲人的表现，并不是银纸烧的越多就越好。其实，最好的报恩，最大的行孝，是“做人有道德，生前尽孝道”。

五. 拜神敬献祭品或供品的含义

首先要知道祭品和供品是不完全一样的。祭品是以鸡、鸭、猪等五牲为主；而供品则是以各种水果、干果及各种面食等组成。我国古代皇帝祭拜天地神明，以及民间拜神、拜祖先，一般都以祭品为主，而且祭拜时有祭官、有仪式。



俗话说“民以食为天”、“靠天吃饭”等等，都说明了我们的生活与天地神明的保佑是密不可分的。过去人们生活水平都很低，能把自己平时很少能吃得到的五牲等敬献给天地神明或者祖先，是表达对天地神明或祖先的至诚至敬，同时也是感恩、报恩的思想体现。

在宫观里敬神一般都是以“五供”（香、花、灯、水、果）、“十供”（是在“五供”的基础上，外加茶、食、宝、珠、衣），以及面食等为主。向神明敬献果品，供养饮食，意在祈求生活甜美，得好结果；敬献茶水、清水象征饮水思源，不忘根本，顺风顺水，有始有终之意；敬献寿桃寿面是祈祷有福有寿、子孙满堂；敬献鲜花象征纯洁、善良，祈求开心快乐。总之，不论是向神明呈献祭品，还是供品，都是表达拜神者的诚敬之心和感恩之念，并祈求人生快乐、幸福！

综上所述，可以得知在“拜神”的含义里，蕴含着丰富的人生道理，我们“拜神”、学道的人，如能按此道理修正行为，规范身心，一定能达到烦恼少一点，快乐多一点；迷茫减一点，智慧增一点；罪过轻一点，福德厚一点；业障浅一点，道德高一点的人生最佳境界。

鸣谢

韭菜芭城隍庙附属三清宫赞助本期出版费用四千元，谨此致谢！



各宫庙 / 团体有意赞助《狮城道教》出版费用。
请与本总会行政秘书陆玉雯联络。电话：62422115



(创刊号)



韭菜芭城隍庙赞助



凤山宫赞助



大士大伯公宫赞助



洛阳大伯公宫赞助



韭菜芭城隍庙附属
三清宫赞助

《狮城道教》征稿启事

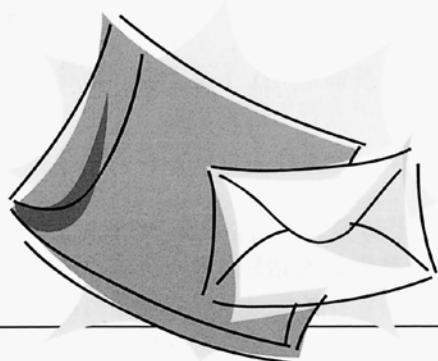
1. 本刊为新加坡道教总会之出版物，园地公开，欢迎道内道外诸位友人赐稿。
2. 凡弘扬道教及中华文化之论著，宣扬人间真善美，抒发心灵感悟等各类文学创作，一概欢迎。
3. 涉及个人恩怨是非、政治问题等与本刊主旨无关的稿件，恕不刊载。
4. 惠稿请注明真实姓名、地址、电话等个人信息；发表时用笔名听便。
5. 编辑部有权对来稿删改；如不愿被删改者，请于稿内注明。
6. 稿件以图文并茂者为优，单投文字稿或图片稿者亦受欢迎。
7. 来稿一经发表，文责自负。
8. 请勿一稿多投，转引之文字或图片，请于稿内注明。
9. 来稿一经刊登，将按址寄奉薄酬，以示谢忱，若却酬者亦请注明。以便本刊给予刊名致谢。

来函请寄

《狮城道教》编辑部
新加坡道教总会
Taoist Federation (Singapore)
21, Bedok North Ave 4
Singapore 489948

电邮请寄

taoist21@singnet.com.sg
电话：6242 2115
传真：6242 1127



关圣帝君

◎王信至

关圣帝君，又称荡魔真君，伏魔大帝，简称关帝，是道教奉祀的重要护法天神，在民间信仰极为普遍。关帝，姓关名羽，字云长，是三国时期蜀国人，今山西省解虞县人。

相传，关羽是青龙转世，竖眼攒眉，超额长面，身高九尺五寸，须长一尺八寸，面如重枣，唇若朱砂，丹凤眼，卧蚕眉，力敌万夫。

东汉末年，关羽与刘备、张飞在桃园三结义，情同手足，同谋起兵。初守下邳，被曹操抓获，隆重礼待，拜为偏将军。后来替曹操斩袁绍的勇将颜良，以解曹操之危而报答他，曹操表封关羽为汉寿亭侯，赏赐丰厚。关羽在得知刘备下落后，即挂印封金，尽留曹操之赐，归奔义兄刘备。刘备建立蜀国后，被封为前将军，大破曹仁于樊城，斩庞德，擒于禁，覆七军，威震华夏。后因轻敌中计，败走麦城，最终被害。相传其头葬于河南洛阳关林，其身葬于湖北省当阳玉泉山。后世感其忠义，于是岁时奉祀。道书称关羽在玉泉山显圣之后，遇铁钵真人，立法为地祇上将。宋时应三十代天师虚靖真人之召，现形御前，降蛟斩怪。

历代皇帝对关帝的忠义品德非常钦佩，褒封圣号。宋时封为“显灵王”。宋徽宗时封为“义勇武安王”。宋神宗时将其位晋级为“协天护国忠义帝”、“三界伏魔大帝”、“神威远镇天尊关圣帝君”。清代顺治皇帝加封为“忠义神武灵佑仁勇威显护国保民精诚绥靖佑赞宣德关圣大帝”。从明至清，都列入国家祀典，加以祭祀。

社会民众也非常崇拜关圣帝君，将关帝视作武神、财神和正义之神。凡是命禄科举，治病除灾，驱邪辟恶，诛罚叛逆，巡察真司，庇护商贾，通畅财源，决断疑难等等无不祈求关帝保佑。各地都建有专门奉祀关帝的关帝庙，一些道观、宫庙也都塑有关帝神像或供奉神位。关圣帝君已深深扎根于民众心里，人们广泛地供奉他、礼拜他，凡是华人开设的公司、厂矿、店铺、餐馆、酒楼等大多数均供奉着关帝神像，每天点香、礼拜，祈盼关帝赐给好的财运。在香港英管治时代，警察局除了悬挂女皇像外，还供奉着关圣帝君，天天上香，黑社会也拜在关圣帝君面前，发毒誓，誓神劈愿，祈求加护。崇拜关帝已成为一种习俗，这一习俗一直传承至今，渗透到了全球华人的居住地，已成为华人的一个文化现象。而这一现象现在已超越了华人圈，渗透到了外国人当中去。如今在中国，有很多洋人开设的工厂、公司、店铺、酒楼等也都供奉关帝，虔诚礼拜，祈求护佑。

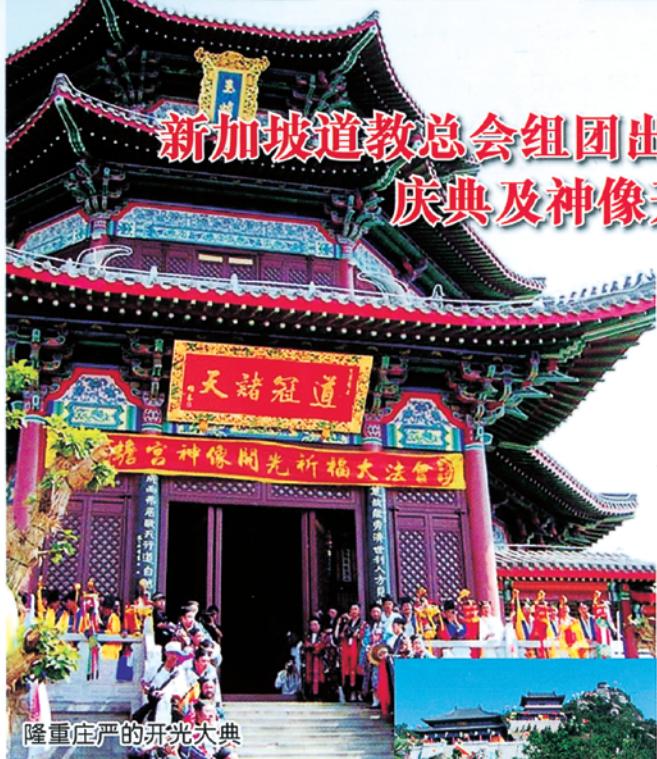
中国传统文化的三大支柱，儒家、道家、佛家，也都把关羽封圣，儒家把孔子称为文圣人，把关羽称为武圣人，道家封其为帝，佛家称其为护法神。三教同时奉祀关帝，这在诸神中是极少见的。

关帝圣诞日：五月十三日



Emperor Guan

Origin of Emperor Guan: Emperor Guan was originally the revered Mr. Guan of the Shu kingdom in the Three Kingdoms Period. Named Yu and literally titled Yunchang. According to legend, Guan was the incarnation of a green dragon. He was born with a heroic look with erect eyes, knitted brows, a wide forehead and a long face. When grown up, he was 9.5 feet tall with a 1.8-foot-long beard. With a jujube-red face, red-phoenix eyes, and lying-silkworm eyebrows, he was a hero able to fight ten thousand men. At the end of the Eastern Han, Guan Yu, Liu Bei and Zhang Fei became sworn brothers in a peach garden and planned to raise troops. At first Guan Yu was defeated and captured by Cao Cao at Xiapi. Cao Cao treated him with special respect and gave him the rank of general. As a loyal commander, he killed Yuan Shao's courageous general Yanliang in battle and saved Cao Cao from dangerous difficulties. Cao appealed to the Emperor to the Marquis of Shouting with very rich largess. However, after being informed of Liu Bei's whereabouts, Guan left the gold and the marquis's seal untouched and went for Liu. Having founded the Shu kingdom, Liu ordered Guan to defend Xianyang and govern Jinzhou prefecture. Guan defeated Cao Ren and his seven army corps at Fancheng, killing Pang De and capturing Yu Jin, and won resounding fame through the country. Underestimating the enemy from the Wu kingdom, Guan was cheated by the enemy's scheme and suffered defeat at Maicheng and was killed. According to legend, Guan's head was buried in Guan Woods at Luoyang, Henan and his body on Mt. Yuquan at Dangyang, Hubei. Moved by his loyalty and righteousness, later generations have offered sacrifice for him every year. The folk people call him Imperial Sovereign Saint Guan or Emperor Guan. Some people in Taiwan also call him Mysterious Numinous Lofty Emperor.



4月12日至14日，应中国道教协会、海南玉蟾宫管理委员会等的邀请，以陈添来会长为团长的新加坡道教代表团一行三十人出席了海南文笔峰道家文化苑玉蟾宫的竣工庆典和神像开光祈福法会。

风景秀丽的海南玉蟾宫

出席盛典的高道大德有中国道教协会会长任法融、副会长张继禹、黄信阳道长等。新加坡道教总会陈添来会长、台湾中华道教总会张怪理事长、香港道教联合会汤伟奇主席、韩国金仙学会会长崔炳柱；还有来自英国、韩国、新加坡及香港、台湾、澳门的道教界人士及中国地方道协、宫观的代表约500余人。

在庆典仪式上，中国道协任法融会长、海南省民宗厅刘明哲厅长，玉蟾宫管委会陆文荣主任，国家宗教事务局办公室张乐斌主任先后发表重要讲话。之后，来自全国各地的多个法事团在玉蟾宫举行了为期三天的祈福开光法会。任法融会长和张继禹、黄信阳副会长代表道教界拈香顶礼，并为玉蟾祖师神像点睛开光。尔后，中



陈添来会长（右三）、黄信成道长（左二）与中国道友合影



陈添来会长（中）在开光大典上剪彩

国各地方道协代表，世界各地道教界代表等先后向玉蟾祖代献花行礼，祈求世界和平，万民康乐。

被道教誉为“海宗宗坛”的玉蟾宫坐落于海南省定安县文笔峰山麓，是道教全真南宗五祖紫清真人白玉蟾祖师的归隐修道之地。其为南宗法派的传言发挥着“推阐宗旨，护持宗规”的重要作用。

与会的同道在诚心叩首的同时，也共同抱持着玉蟾祖师的内怀“性命双修”、外主“济世利人”的宗旨，将为弘扬道教文化、利益社会人群贡献力量。（守中）

新加坡道教总会筹集\$41,550新元 捐助印尼日惹大地震灾民

新加坡道教总会响应政府的号召联同各个宗教团体，发起筹集爱心及义款捐助印尼日惹大地震灾民的活动。

祷告会在6月10日于光明山普觉禅寺举行，除了九大宗教的代表，出席者还有各个种族及宗教团体的民众。大家以不同宗教的礼节，跟随九大宗教的宗教教师一起为罹难者祈祷，并通过积极的捐款行动来帮助罹难者家属及生还者。

印尼日惹于5月27日发生规模六点三级强震，造成六千多人丧生，十多万间房屋毁损，数万人无家可归。目前艰巨的救援重建工作仍在进行中。



九大宗教代表共同祈祷

在本次祈祷及捐款活动中，道教总会属下会员及众善信不遗余力，精神可嘉，在此予以鸣谢及鼓励：

新加坡三清宫道教文化中心\$20,000、洛阳大伯公宫\$10,000、大士伯公宫\$2,000、道教新加坡青松观\$1,000、芽笼峇鲁善世坛\$1,000、德微坛\$1,000、灵宝皇坛\$500、菜市联合宫\$500、三界混玄道坛\$200、善福庙\$130、善福殿\$100、修本堂\$100及王爱意\$20。



各宗教团体共同将筹集的26万1550支票移交予印尼驻新加坡大使（左起：印尼驻新加坡大使、新加坡道教总会会长陈添来、回教传道协会主席阿布巴卡·麦汀、新加坡宗教联谊会主席V.R.Nathan、光明山普觉禅寺主持广声法师、居士林林长李木源。）