

道教十問



潘萱蔚 著

目 錄

序一 梁德華 /ii

序二 湯偉奇 /iii

序三 湯修齊 /v

自序 潘瑩蔚 /vii

- 一 道教為何以道名教？ /2
 - 二 為何道教徒必崇奉太上老君（老子）？ /8
 - 三 我們應以甚麼態度理解神仙信仰呢？ /14
 - 四 你知道道教有甚麼求長生的方法嗎？ /20
 - 五 你認識道教與神溝通的方法「齋醮」嗎？ /28
 - 六 你認識《道藏》的特色嗎？ /34
 - 七 道教有哪些教派？香港的道教團體又份屬哪個教派呢？ /40
 - 八 你知道為何道教修道的場所稱為「宮觀」嗎？ /46
 - 九 你認為道教教義思想對現代社會生活還有積極意義嗎？ /52
 - 十 有人說：「中國文化根柢全在道教。」你同意嗎？ /60
- 附錄 對道教的一些誤解 /68

序一

香港道教聯合會主席

梁德華先生 MH

本會自 1967 年成立以來，一直致力宣揚道教文化。本會每年均舉辦道教日等文化活動，深冀香港市民大眾多接觸、多認識道教的文化。

現代社會物質豐富，但人們在精神上，卻往往有所缺乏，中國傳統的文化價值，能為我們提供行事處世的方向，安身立命之依歸。道教哲理肯定對現代社會有正面價值，如能加以發揚，深信人們一定會有更美好的生活。

為了讓道教在年輕一代中承傳發展，我們編印《道教十問》一書，以問答形式，簡要概括地從不同的層面介紹了道教的歷史、中心思想、教理教義及文化。這是一本很適合年青朋友或有意認識道教文化的人士之讀物。我們希望年青朋友閱讀後會回饋意見，或提出更多與道教相關的問題。

序二

香港道教聯合會會長
湯偉奇博士 SBS, MH

道教是中國土生土長的宗教，由太上道祖函谷傳經，至東漢張道陵天師創教至今，已有近二千年的歷史，在這漫長的歷史長河裏，道教伴隨着中華文化不停向前發展，與中國文化密切相關。雖然道教有悠久的歷史，但道教並非只是停留在過去的宗教，反之，在現代社會，道教依然充滿發展的力量，近世紀西方學界對道教研究者眾，不少學者對於道家道教的學說，更趨之若鶩，認為道家道教的哲理對現代人的生活以至於環境保護方面，富有啟迪意義。

要細數這逾二千年的道教歷史文化，義理內容，並非容易的事。香港道教聯合會鄧顯紀念中學前校長潘萱蔚先生，教學經驗豐富，對中國文化、歷史哲學有深厚的認識及深入的鑽研。潘校長在榮休後更孜孜不倦，編寫《道教十問》一書，書本以青年為對象，揀選精要的問題，以問答形式，言簡意賅地介紹了道教的內容，也

釐清了社會上一般人士對道教的誤解，有助教內或教外人士認識道教。

《道教十問》就像是一把鑰匙，為青年人，為我們打開了一扇通往認識中國傳統文化瑰寶的大門，本人希望青年人可以善用此書，充實學問，獲得增益。

序三

香港道教聯合會 學務部主任

湯修齊先生 MH, JP

香港道教聯合會與會屬道堂向以興學育才為己任，至今，本會與會屬道堂在本港已捐資興辦了多間中小學校及幼稚園。本會屬校奉行「道化教育」為方針，注重全人教育。本會屬校的教學特色是除正規課程外，在宗教倫理科也會教授「道化教育」課程，八十年代的課程內容主要是以前香港道教聯合會主席湯國華先生編寫的《道教知識》為基礎，分「明道篇」及「立德篇」，教授道教的知識及義理，希望同學可以修業進德，品學兼重。二十多年後，本會前學務部主任湯偉俠博士領導本會屬校老師組成道化教育教材開發委員會，得到優質教育基金的資助，重新編寫了一套適用於中學的道化教育課程。及後再領導院屬小學老師，編寫了小學的道化教育課程。新道化教育課程將道教的義理文化貫穿於日常生活，縱橫跨越不同的科目，令同學可以在多範疇，多元化的情境下學習道教文化義理。為配合時代的發展，本會學務部也計劃於不久的將來與商務印書館合作，於現

有的道化教育課程基礎上，編寫新道化教育課程。

衷心感謝潘萱蔚校長對教育的熱誠，對學子的關愛，以其多年來的教學經驗及對中國傳統文化，道教文化的深入認識與鑽研，編寫了《道教十問》，向青少年介紹道教知識及文化。本人相信，《道教十問》既可作為師生的參考讀本，輔助道化教育課程的教學，也可以增加家長對辦學團體及學校辦學理念的認識。

自序

道教是中國唯一的本土宗教，源於黃帝和老子，從東漢時期創教開始，至今已有一千八百餘年的歷史。

道教源於中國文化，亦對中國文化產生了巨大的影響，有謂「中國的根柢全在道教」。時至今日，道教對中國人的精神生活和習俗，仍有着很大的影響。

為了使青年人認識道教，本書從十個問題介紹道教的基本信仰、崇奉對象、修煉方式、齋醮儀式、道藏內容、宗派、宮觀，以及道教與中國文化、與現代社會的關係。

本書最大的特點是運用了問答的形式，配以簡單的文字敘述及相關圖片，使讀者能夠快速、清晰地了解中國道教文化的內涵。

由於編者的水平不足，疏漏難免，深冀讀者們、道教同門能惠賜寶貴意見。

無論如何，本人誠意希望是書能成為一本道教入門讀物。

潘萱蔚 2017年4月



道教為何

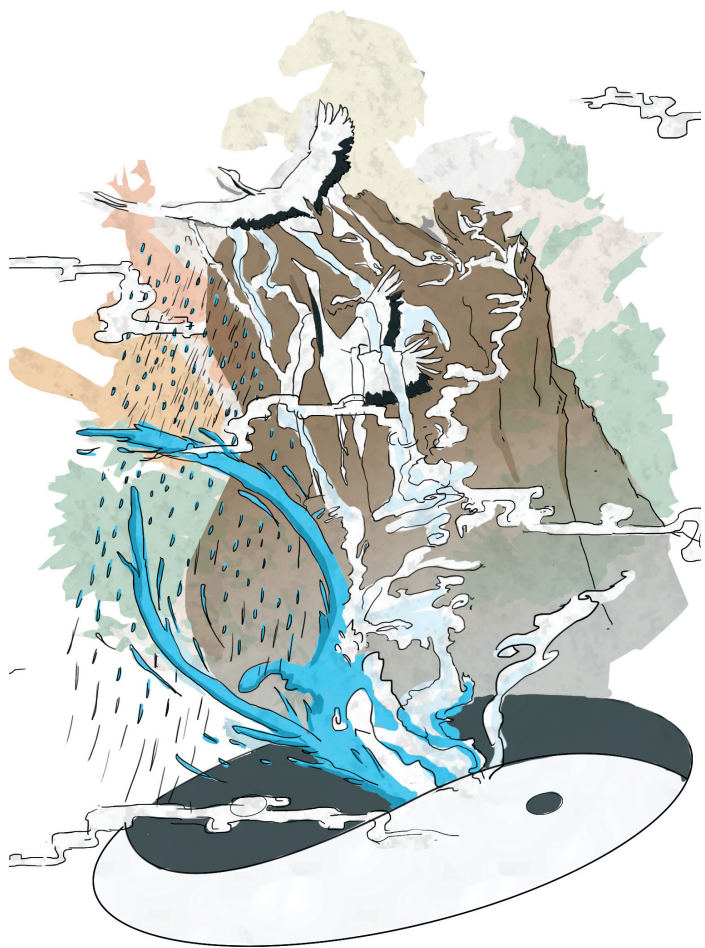
以道名教？



道為至尊

道教徒奉「道」為最高信仰，
故稱其教為道教。





道生萬物

道長陳櫻寧說：「凡是一種宗教，必有一種信仰。」

道教徒奉「道」為最高信仰，故稱其教為道教。

道教認為，道是先天地生的一種力量，無以名說，唯有稱為道。

有了道這個力量，宇宙、陰陽、萬物就產生了。所以道是宇宙萬物造化的根源。有人稱「道」為自然界最初的發動者（The primordial natural force），天地的創發力。《道德經》云：「道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。」

道創造了萬物後，萬物都要依循道的規律生存和發展。人是萬物之一，當然應依從這規律生活。《道德經》說：「萬物莫不尊道而貴德。」道是抽象的總原則，「德」指道在萬物中的具體表現。凡道教徒都要修道立德，依「道」的原則，學習「自然無為」、「清靜寡欲」、「柔弱不爭」等等天賦之品德，來證道成道。修道者必以立德為根基，方可成道，與大道同心。



萬物應順應自然而為

道與德是道教的最根本思想，在此基礎上派生出道教之崇拜對象、修持理論、規戒儀軌等等。道教徒修持之首務便是修道積德，功德圓滿，就能得道成仙。道教尊奉的神仙，都是有道、有德，才能被奉為神的。可以說，神是道的化身。心性品德修養的提高是生命修煉的基礎。

人能學道、悟道、修道、行道、弘道、依道的價值創造美好人生、品德無私、濟世利人，將人性之善提升到最高點，變成一個品行高尚的人，臻人道之極，再上升到與天地同體的仙道，可為神仙。

簡單點來說，成為神仙是人生尋求的理想。神仙以德為本，覺悟人生，完善自我，昇華人生，圓滿人生，濟世利人，體悟人道之極，以臻天道，是道教的根本精神。

為何

道教徒必崇奉太上老君（老子）？

二二

太上老君即老子
是中國道家學派的
創始人



根據史書《史記·老莊申韓列傳》的記載，老子可能叫李耳，春秋時期人，年紀比孔子大，原籍楚國苦縣厲鄉曲仁里，是一個修道者、智者哲人。《史記》已稱李耳為老子，大概「老」有年紀大和德高望重的意思；而「子」是古代對成年男子的尊稱，相當於現在的「先生」。因此，老子應是德高望重的老人家，所以被稱為「老先生」。



老君岩，攝於福建泉州清源山。

為何老子備受道教徒尊崇，被稱為「道祖」、「太上老君」呢？主要原因有兩個。

一因老子之著作《老子》，在理論上與道教的理論相通。相通之處有以下三點：第一、《老子》和道教同樣認為道是宇宙萬物之本源，道是先天地生，造化萬物，永恆存在的。第二、道教在內容和精神上都承接《老子》一書。《老子》書中有神仙思想，幻想逍遙長壽（谷神不死、長生久視），而道教則以道化成神仙作為其宗教之基本信仰。第三、道家重視養生，其功夫以煉神為主，認為人要效法自然原理，將人的德性（道的本體）引導回歸到人的本來面貌，積精累氣達到如嬰兒的純和狀態（專氣致柔，能如嬰兒乎？）。人一定要洗淨雜念，內觀返照，心境虛靜清明，不消耗自身的精氣，才可長生（五色令人目盲、五音令人耳聾、五味令人口爽，馳聘畋獵令人心發狂）。道教無論哪一派，其內修功夫皆以虛靜煉神為本（例如清心寡欲），不過再加以形神相攝為強健生命必由之徑。總之，道教不論何家何派，均修習《道德經》為聖典，以《道德經》為道教群經之首，並自居於老子道祖旗下，蓋老



《道德經》崖刻，攝於浙江淳安千島湖。

子為申述道論之始祖也，道徒都信仰道祖之道。

二因道教自東漢立教以來，即尊奉老子之道，以老子為道教的祖師。東漢末年，張道陵創道教天師道，奉老子的《道德經》為主要經典，以道與德為道教最根本思想，教徒均須誦讀《道德經》，稱老子為「太上老君」¹。自後老子已被視為道的化身，是神仙。《老子想爾注》：「散形為氣，聚形為太上老君。」他能變幻莫測，化身成不同的人，抵達人間，教化大眾，拯救世人。人世間有君臣父子、尊卑之別乃上承道君之教化。老子，既為神，為萬世之師、太上老君、救世之主，故受道徒崇奉也。

1 杜光庭《釋老君盛唐冊號》：「太上者，統教之尊名，證聖之極是也。太者，大也；上者，高也。太者，大也，無大於太上者。高也，無高於上。乃修行證果極位之稱也……其傳祚行教，為萬天之主，惟道君，老君耳。」君通常指有地位而品行極高的人。