

# 《清靜經》——現代社會繁忙生活的清涼劑

□ 蕭登福

台灣台中技術學院教授

人類從使用石器到青銅器，到鐵器；從游牧到農耕，到工業時代；從沒有文字的史前社會，到有文字記載的文明社會；其間的演變，都是經歷漫長的歲月，人類的心靈很容易去調適它。但有了文字記載以後，知識的累積愈來愈快，尤其從工業社會走進電子時代，生活環境快速的改變。今日的社會，物質環境變化快速的情況，幾乎每十年，甚至每五年，就會有一次的變化；最明顯的改變，是表現在手機、電腦及訊息傳播的不斷更新上。外在生活環境的這些快速變化，人類的心靈很難以跟得上它的腳步，只能匆忙以對，忙學業、忙事業、忙家庭、忙子女、忙公、忙私；每日以心與外物競鬥，正如《莊子·齊物論》所說：「其寐也魂交，其覺也形開。」形勞心疲，而形體越忙碌，心靈則越茫然。「忙」與「盲」，成了當今社會人類「形」、「神」二者的最佳寫照。

人類的忙碌，不外於為了生理的需求與心理的需求。生理的需求，如寒衣、飢食，較容易滿足。但心理方面的滿足：穿名牌、住華屋、吃佳餚，以及名利方面的成就感，則較難以滿足。今日在開發國家中，人們來自生理需求的煩惱較少，絕大部分的煩惱，來自心理需求。生理的需求，是必須的；心理的慾求，則非必須。心裡的慾求，太強烈時，它會成爲一種支配我們行動的力量，決定我們的行爲，也決定了我們的喜怒哀樂，於是人們不再是自己的主宰者，而是受慾求驅策，成爲慾求的奴僕。

如何去分辨慾求，如何來調適自己的心靈？《清靜經》在這方面，提出了一套方法：「清」與「靜」。《清靜經》，經文僅有三百九十一字，但卻是《老》、《莊》以後重要的哲理性道經。它與《老子》、《太上感應篇》三書，都是文字簡短，影響深遠的道書，也是道觀早晚課所誦讀的經典之一。此經包括理論與修持。在哲理上，沿承了道家「道」生「物」，「無」生「有」的宇宙本體論之說。在修道上，此經主張由「清」、「靜」入手。水「靜」而後能「清」，人也是一樣，心「靜」而後神「清」。由於「人神好清，而心擾之；人心好靜，而慾牽之。」所以主「靜」之功，在於遣慾澄心，「常能遣其慾，而心自靜；澄其心，而神自清」。能遣慾澄心，自然慾念不生，外塵不染。而遣慾澄心，須先能由心內自我觀照與省察做起。自我修證的功夫，在於能了悟萬物由道而生，因氣、形、質以成，皆是一「氣」之轉，以不同「形」相禪代，並無真正之生死可言。不執著於我，不執著於外物，不執著於生死，隨遇而安。如此，外圍可除，心不爲形役，身不爲物囿，自然逍遙於物外。

能去除心身之囿縛，《清靜經》進而倡導「觀空以空，空無所空；所空既無，無無亦無；無無亦無，湛然常寂。」此即是《老子》的「爲學日益，爲道日損；損之又損，以至於無爲」之境。無爲即是不著於心、不著於物，順道體之自然，與道契合。這種由「有」（著物、受物囿），進入「無」（忘物、忘身），直至「無無」（忘智）的修道過程，與《莊子》的心齋、坐忘相同。心齋在忘是非、忘有無，進入入忘我之境。坐忘在順自然而無私智，由忘我而忘智（忘去有忘之知；忘忘），進而「同於大通（大道）」。「心齋即是以空觀空，坐忘則是空無所空，並進入所空既無，無無亦無的境界。

《清靜經》教我們認清慾求，駕馭慾求，做自己的主人，而不是成爲慾求的奴僕。在當今繁忙的社會中，它讓我們先認清所需，教我們控制慾心而不被慾心所控。

香港  
道訊

第59期

2005年3月

出版：香港道教學院  
地址：九龍長沙灣元洲街  
471號1樓  
電話：2370 8870  
傳真：2370 8289  
電郵：hktd@daoist.org  
網址：<http://www.daoist.org>  
督印人：麥子飛  
主編：趙球大

（免費贈閱）

逢每月第一個星期出版

道教香港青松觀 聯合主辦  
香港大學美術博物館

# 道教文化公開講座

日期	講題	講者
2005年3月19日 (星期六) 下午3時正	瑤林仙話 ——星宿的傳說	葉長清 先生 (青松觀董事局副主席、高功)
2005年4月2日 (星期六) 下午3時正	千古風流論八仙	鄺國強 博士 (香港道教學院教務主任、教授)
2005年4月16日 (星期六) 下午3時正	斗姥繁星	蕭炳強 先生 (青松觀董事局董事、神像佛像雕刻家)

講座地點：香港大學美術博物館  
香港般咸道94號  
電話：22415500 網址：www.hku.hk/hkumag

## 活動訊息

日期	主辦單位	活動內容	查詢
2005年2月28日至 2005年4月25日 逢星期一晚上7:00-9:00	香港道教學院	道教文化研習班課程 《易經》 (朱冠華教授主講)	香港道教學院 電話：23708870 網址：http://www.daoist.org
2005年2月24日至 2005年3月17日 逢星期四晚上7:00-9:00	香港道教學院	道教文化研習班課程 《清靜經》 (蕭登福教授主講)	香港道教學院 電話：23708870 網址：http://www.daoist.org
2005年4月7日至 2005年4月28日 逢星期四晚上7:00-9:00	香港道教學院	道教文化研習班課程 《道教宗派史》 (郭武教授主講)	香港道教學院 電話：23708870 網址：http://www.daoist.org

\* 歡迎提供各地道教文化活動訊息及文稿，來稿請郵寄、傳真或電郵往香港道教學院。唯篇幅所限或有所取捨。  
\*\* 有關各項活動之詳情可參閱本院網頁。

乙酉年

香港青松觀  
上海城隍廟

聯合舉辦



3月27日至29日  
屯門青松觀舉行

祈禱

風調  
雨順  
國泰  
民安

查詢電話

23937495

ccta@daoist.org

### 法事日程

日期	道教香港青松觀	上海城隍廟法務團
2005年3月27日 (星期日) 第一天	請水·淨壇·揚幡·發牒·揭榜·分燈·祭壇· 開壇啓請·八卦壇迎聖·攝召	—發遞·會諸司·小施食 —玉樞懺·三元·真武·早晚功課經·玉樞懺
2005年3月28日 (星期一) 第二天	純陽無極賜福寶懺·武帝伏魔法懺·王皇朝科 ·諸天朝科·關燈散花科	—玉皇表·火司朝 —啓師·演道·三符命·瑤壇·分燈·金玉·救 水·請九御·入科·宣詞·三上香·急懺·闡演 ·復爐 —百拜朝天懺·早晚功課經
2005年3月29日 (星期二) 第三天	太乙濟度錫福寶懺·太乙朝科·禮 斗真科·天皇詔赦· 漂放蓮燈·三濟濟煉	—通真·拜表·瘟司燈·斗一煉五經· 水懺·辭瘟經·早晚功課經

## 雲南省保山市

# 太平宮

廟名：太平宮

創建年代：明朝（1994年重修）

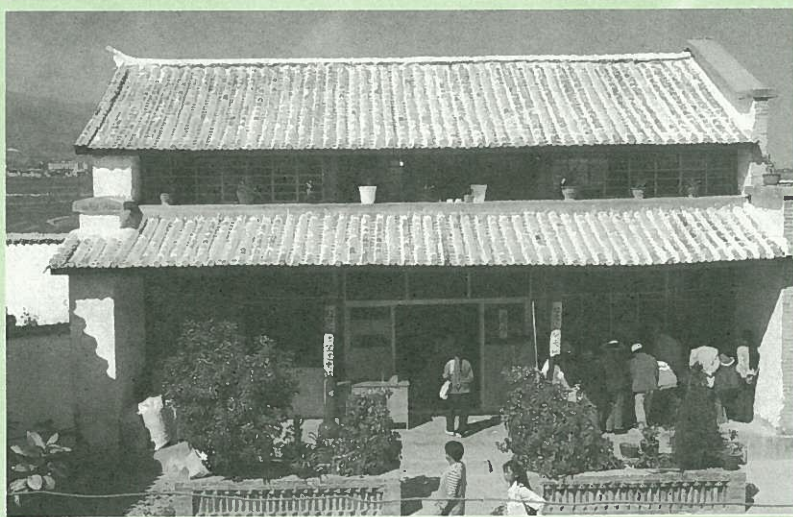
廟址：雲南省保山市

住持：夏誠德 道長

□ 麥子飛

在雲南省西部之保山市，環繞著大理白族、德宏傣族、景頗族、僳僳族等之少數民族。保山市人民的生活純樸，克勤克儉，市內有歷史悠久始建於明朝之太平寺，歷來都得到善信虔誠供奉，香火甚盛。由於戰亂，深受損壞，在清朝康熙時期，曾大加修繕。及至中華人民共和國成立後，原有公山公地（俗稱五甲之地），多年來都歸當地善信人士看管，在該地興辦小學，收容失學兒童。到1960年至1972年期間，雷達部隊付出修建費借用；1976年該寺又被借來興辦中學，惟自中學遷搬後，便乏人管理。

為了擁護國家落實宗教政策，發揚我國道教悠久歷史文化，在1994年，獲保山市人民政府批准，同意在漢莊鎮水碓村太平寺設立道教活動場所，並同時把太平寺易名為太平宮。



重修後之北廂新貌

太平宮現有全部可使用土地面積六百四十多平方米，目前建有三清大殿、南北廂房、消防水池等。太平宮四周綠野，平房式建築物大殿重建後，仙神塑像，莊嚴肅穆，四方善信，朝拜日眾。現時主要經濟來源，全靠信士佈施及素食服務收入以維持日常運作，仍盼望大德之士，多加支援，功德無量。



壯觀宏偉之大殿



夏誠德住持攝於重修後之山門前