編者的話/P1
居安思危話災難/P2-3
超越災難的困厄/P4-5
渡度諸厄難，超出苦眾生/P6-7
宗教如何應對災難創傷？/P8-9
【道漫漫】《太平經》的災異觀/P10
【全真傳真】全真的冠巾/P11
【沿河慢行】從日本三件傳位神器所引起的聯想/P12
【香港地】香港之求雨傳說/P13
【中西會】喝心靈雞湯攝取正能量？/P14
【左推右推】災禍、懺悔、讀經/P15
【非常夢】混沌之死/P16

生、老、病、死是人生的必經過程，只要按照自然規律出現的話，相信大家都能接受，不會感到是一種威脅，但是，在自然規律以外出現對人類生命、財產、環境造成重大損害的災難，卻是人類最大的威脅！災難包括了各式各樣的天災和人禍，諸如地震、風災、水災、火災、火山爆發、瘟疫、戰爭、核事故、恐怖襲擊等等，其中又以人禍的為害最大，一則戰爭。回顧人類的發展歷史，我們不難發覺，人類一直都在與災難對抗，既努力防範天災的出現，也努力控制人禍的泛濫；然而，現實告訴我們，天災的防範遠遠易於人禍的控制！如果我們把災難解讀為對人類的懲罰，那麼，究竟是上天對我們的不滿嚴重呢？還是人類對我們自己的不滿更為嚴重呢？

我們今期便以「災難」為主題，探討一下如何面對災難。首先李達義的〈居安思危話災難〉從居安思危的角度來探討天災和人禍，他認為防範天災，我們可以儲備糧荒、演練防患、防備人禍，我們要時刻保持清醒的頭腦，識別別引人禍的邪惡人性和美麗謊言，在災難未發生之時，要抱持戒慎之心，有潛在危險的地方不要去；如果災難已經在身邊發生，就要積極應對。抗爭，歷史告訴我們，給別人製造災難的人都沒有好下場。林漢標的〈超越災難的困厄〉指出，災難的發生，顯示科學技術作爲工具理性的作用有限，相反，宗教在重大災難發生後能發揮積極的作用，可以慰藉災民受挫的心靈，幫助他們重建生命的希望與信心。而根據道教的「天人感應」理論，很有多所謂「天災」發生的原因，其實不少是「人禍」造成的，道教相信承負的說法，天理循環，報應不爽。但道教不相信命運論，而認為命運應該掌握在自己的手中。心言的〈濟度諸厄難，超出苦眾生〉提到當今世界上有任何災難發生時，我們都會感到難過及不開心，如何面對及超越，我們可以嘗試借助道教的義理去反思及實踐，並鼓勵大眾常懷大愛心，為天下祝福，平安和樂，這樣才顯出大道的無分彼此。朱堯光的〈宗教如何應對災難創傷？〉提供宗教可以在四個方面協助創傷者應對災難，包括了信仰對災難提供圓滿的解說、宗教儀式能夠治癒當事人的心靈、教團可以為創傷者提供精神支援和教義可以指導人們走向光明未來。此外，陸基洋的〈太平經的災異觀〉則從道教經典《太平經》的記載中看自災害的出現與人為因素的關係。
居安思危話災難

李達義

《道德經·5章》說：「天地不仁，以萬物為芻狗；聖人不仁，以百姓爲芻狗。」天地不仁，地震海嘯暴發、風雷雨電橫生、旱澇失調，人畜都無所逃遁，我們概括此為天災。聖人不仁，有權有勢有影響力的人物，以一人之私心，祭出爲公義、爲人民福祉的旗幟，發起狂莽的戰爭，兵甲所到之處，屍橫遍野、敗瓦如山、哀號盈耳，是之謂人禍。天災、人禍，都是災難。

雖然現代科技進步，但人們對地震海嘯仍然未能準確地捕捉。至狂風雷暴，天文台有能力預報它的行蹤。但風暴引致人命傷亡的事情依然常有發生。面對高不可攀的天，人的無力感似乎與時俱進：《列子·天瑞》有記載杞人憂天的故事：「杞國有人，憂天地崩壞，身亡所寄，崩寢食者。」有人視此為笑話，然對於親歷天災、身受其害的人來說，恐怕笑不出來。不過，我們也不必因爲擔心天地崩壊而食不甘。正如列子所說，既然天地變化的規律我們還未能掌握，我們又何必把它放在心上呢？（原文是：「言天地者亦謬，言天地不壞者亦謬。壞與不壞，吾所不能知也。雖然，彼一也，此一也。故生不知死，死不知生；來不知去，去不知來。壞與不壞，吾何容心哉？」）

天災怎樣生成，至今依然是人所未能完全掌握；人禍的生成，卻往往有跡可尋。人禍，是人造出來的災禍，而推動力就在於心。《道德經·46章》說：「罪莫大於可欲，禍莫大於不知足，咎莫憚（慟）於欲得。」可欲，是為所欲為；不知足，是貪得無厭；欲得，是追求欲望。這些都是人性的弱點，一般人如果不控制、不改善自己的弱點，足以令自己身敗名裂、陷於絕境；統治者、尤其是大國的領袖，如果任令自己的欲望膨脹，則可以發展到窮兵躉武，到處發動戰爭，塗炭生靈。

對於天災人禍，我們不能掉以輕心，在一定程度上，人是可以有所作爲的。從根本上說，我們要有居安思危的警覺性。居安思危一語，最早見於《左傳·襄公十一年》：「《書》曰：『居安思危，思則有備，有備無患。』」就防範天災而言，優良的社會都會有一套儲糧備荒、演練防患的方案和制度。至於人禍，則比較難以防備。《莊子·庚桑楚》指出：「大亂之本，必生於堯舜之間。」堯舜是公認的明君，他們在位時自然也是好時年。但是，《莊子》認爲，堯舜時舉賢任能的措施，正是危機的根源：因爲標榜賢能使人民互相傾軋，任用心智則使人民互相爭奪。這樣的流弊發展下去，千百年之後就會變得人吃人了。堯舜任用賢能，倘會引致之後的亂局，我們對世事人心的微妙變化，不能掉以輕心。現今世界有些人把公義、人權、平等、民主等崇高理想掛在嘴邊，然而，這些崇高理想並沒有公認的準則，而是任由一些所謂「意見領袖」（Key Opinion Leader, KOL）隨意詮釋。坊間有順口溜：「誰大，誰惡，誰正確。」軍事力量強大的國家，首先自置於道德高地，然後隨著自己的需要，批評別國沒有公義、人權……，用以發動一些盲從者的不滿情緒，爲世界、為社會製造禍端。
事物的發展總得依循一定的規律，舉例說，一個貧困的社會，所需要的是人民共同努力工作，發展經濟，而不是夢想只要靠一人一票選舉總統就能夠一蹴而就、令人人得到溫飽。有些國家實行了民主選舉幾十年，人民依然貧困，甚至沒有受教育的機會，選舉投票時只懂得聽從意見领袖的宣傳，在印有一堆模糊小照片的選票上蓋手指模，對於選舉的意義一無所知。事實證明，無論社會制度如何，從眾多的方來講，民生才是最重要的。所以，在一個社會裡，如果有人漠視民生，只顧宣揚一些不切實際的高達理想，那就要提高警惕了。

《周易·坤卦》說：「履霜，堅冰至。」意思是：踩上薄霜，冰凍三尺的日子就快要到來了。比喻看到事物的苗頭，就對它的發展有所警戒。

隱藏危機的地方，我們不應該去；那些已經發生危難的地方，尤其是那些管治失衡的地方，我們更加不要去。《莊子·人間世》講了一個意義深長的事故：「顏回向孔子辭行，說要去衛國，因為衛國的君主年壯氣盛，獨斷專橫，處理國事輕率，又不肯承認錯誤，輕於用兵而不顧人民死活，以致死的人堆滿山溝就像枯草一樣，人民真的是無可奈何了。顏回想憑藉自己的學問和能力去說服衛國的君主，拯救民眾。孔子對顏回說，如果衛國的君主喜愛賢才，他又何須你去勸說呢？如果你向他諷諷，他一定會容他去與你爭辯，那時候，你難免只顧自取其咎而言語遷就，內心的主張不能舒展而依順他的意見，那又何異於火拋火，成了幫兇？如果他不相信你的好意，說不定你還會丟掉性命呢！」《論語·泰伯》也記載了孔子的教誨：「危邦不入，亂邦不居，天下有道則見，無道則隱。」教人不要去有危險、戰亂的國家，必要時寧可退隱。

至於那些被侵略的國家、人民，他們別無選擇，奮起反抗是唯一的途徑。侵略者其實是出賣自己的良知善性去換取仇恨，侵略者的士兵被訓練成只懂聽命令殺人的工具，而被侵略的人民卻無辜地被迫家毀人亡。在人類歷史上，被侵略者固然慘，侵略者也往往付出巨大代價，即使一時得逞，長遠而言，亦只落得國庫空虛、民生貧困。《道德經》30章說：「以道佐人主，不以兵強於天下，其事好還。」就是說國家要依道而行，不要倚賴軍隊逞強於天下，發動戰爭是會得到報應的。遠的不說，上兩個世紀的殖民國家和第一、二次世界大戰的發動國，在戰爭之後元氣大傷，一蹶不振，以至成爲軍事強國的附庸，就是一個很好的註腳。

總括而言，天災人禍可以是那麼遠，又可以是這麼近，我們必須居安思危，以恰當的態度應對各種可能發生的災難。
一．前言

近年來災難頻頻：2003年中港爆發沙士疫潮；2004年印尼發生大海嘯；2008年中國汶川8級地震；2011年日本311地震和海嘯；2018年颱風山竹橫掃東南亞諸國，這一連串的自然災難造成數十萬災民死亡和巨大經濟損失。

本來地殼變動或天氣變化是自然界內部運動的結果，對地球而言，無所謂「好」與「壞」，但對人類來說，卻造成嚴重人命傷亡和財產損失的大災難。我們看到這些災難無處不在，無時不發生，無論人類的能力有多大，災難的出現總是難以避免的。

二．科技的限制

災難的發生，顯示科學技術作爲工具理性的作用有限，科技無法準確預測自然災害何時出現，人類始終要面對災難對人類生命的威脅。事實上，科學技術偏重理性思維的分析，強調客觀性的原則，因此排除直覺、感性、主觀情緒的宣洩，以致科技難以處理和消解由災難帶給人類的恐慌、無助，痛苦與哀愁的心理感受。

三．宗教的作用

相反，宗教在重大災難發生後顯現出科技難以發揮的積極作用。宗教的重要意義在於指導人們如何克服災難所帶來的心理創傷，使我們重新認識生命的價值和意義。宗教能給身處逆境的人提供一個超驗性思想體系，以慰藉災民受挫的心靈，幫助他們重構生命的希望與信心。

宗教具有獨特的解釋功能，它提供一種解釋世界的認知體系，以及化解災難的方法，指導人類對生命應有的信念與原則。特別是對於生死問題的處理，宗教往往藉助對救赎的信念和特定的儀式來安頓人們的情感。

事實上，一些來自災區的調查報告指出，部分無宗教信仰的災民會因爲災難而成為虔誠的信徒，而原來的教徒則在災難中對信仰更加堅定。例如2004年南亞大海嘯發生後，華爾街日報便曾這樣報道：「這次災難考驗著宗教信仰，又令宗教信仰獲得新生。」可見宗教在災難中可以發揮安慰人心的作用。

四．災難的成因

道教是一個解釋系統，它整合民間信仰，嘗試對日常生活中的問題作出解釋。道教對災難發生的原因有不同的特別解釋，它依循「天人感應」和「承負論」的理論作爲解釋基礎。

1．天人感應

道教是中國土生土長的宗教，重視人與自然的和諧關係。莊子說：「天地與我並生，而萬物與我為一。」（《齊物論》）人與大自然是一個生命的共同體，福禍與共。《陰符經》中也說：「天地，萬物之母；萬物，人之母；人，萬物之子。三才既宜，三才既安。」天地，萬物和人三者之間是相對相關、互相依存的關係，他們之間達致一定的生態平衡。
道經中提出「天人感應」的說法，認為天地出現的災難可能不是單純的自然災害，更有可能的是「天」感應人類的不當行行為而出現各種「災難」，這些災難的程度大至「天欲裂其身」，小則「天變其色」。（《陰符經》）

回顾人類近年來的災害，人類不斷砍伐樹木，造成溫室效應，地球暖化的現象。此外，無限量抽用地下水，在河道上游修築水壩，下游的地方缺乏水源，造成土地沙漠化，嚴重的會引起沙塵暴。還有，由於地球暖化的結果，導致南北極冰川融解，低窪地區水浸，沿岸的地區受到颱風襲擊的次數增加。因此，一些「天災」的成因可能是「人禍」的結果，是人類恣意破壞環境的惡果。

2. 承負論

「承負」的觀念很早便已萌芽，易經上說：「積善之家必有餘慶，積不善之家必有餘殃。」（《易傳・坤文言》）後來《太平經》完善這種「承負」的思想：「承者為前，負者為後。承者，乃謂先人手承天地心而行，小過失，不自知，用日積久，相聚為多，今後生者，反無專蒙其過謨，遂傳彼其災，負者，乃先人負於後生者也。」指出天能賞善罰惡，而且這種賞罰不單報應在自身，還會報應在子孫身上。

《太平經》的承負論分有三類報應：承先人善惡的報應稱為「先世報」。由自身行為的善惡在生前所遭受的報應稱為「現世報」。自己行為的善惡報應在子孫後代稱為「來世報」。這種理論也解釋了現世間爲何有人「善有惡報」及「惡有善報」的現象，這是因爲後人承受了先人的過錯，所以後人雖然沒有過失，卻背負了先人遺留下來的災禍。

另一方面，人不單對先人、子孫有承負之責，而且對於天地萬物亦有承負之責。其實，每個人都有自己的思想和行動，於是一形成了個人的業力，但當一群人聚集一起時，便形成了這群人共同的業力，我們稱之為「共業」。共業的產生大家都要承受的共同報應，例如我們住在機場附近，那裏的人便要承受飛機升空所造成的噪音污染，雖然噪音不是我們發出的，但卻要承受共業所產生的惡果，這也是一種承負論的說法。

五．災難中如何自處

當我們看到災難發生時，一般人會感到哀傷和悲痛，但在傷痛之餘，我們還可以做甚麼呢？道教在這方面可以提供一些支撐。

道教提倡在災難中不單要拯救人命，還要拯救人心。道經中教導我們要「積功累德，慈心於物。」（《太上感應篇》）要將小我化作大我。而這裡所謂「慈」，就是以一種泛愛眾生的「大愛」精神，以同理心去看待受災的災民，協助他們消弭災後的傷痛。

道教教我們「立德止罪」，今天人類對欲望及物質的無限追求已超過生活上的需要，事實上很多天災的發生是基於人類對大自然的過度需求，超越了自然生態的負荷才釀成災難。故老子要求我們要「見素抱樸，少私寡欲。」（《道德經・19章》）對自己生活不求足，會對大自然造成無可挽救的破壞，災難當然是由人類來承擔。

道教關心人類生命的問題，一直主張「我命由我不由天」的積極進取思想，無論是外丹或內丹修煉，都是希望延長壽命，命運由自己掌握。可是民間有一種說法：「閻王要你三更死，誰敢留你到五更。」認為人們的壽命都是有定數，一旦陽壽盡了，無論你怎樣努力也是白費的。最後還是要回到陰間報到。這是一種宿命論的思想，只會令人對生命更加消極退縮，與承負的思想相違背，不是正統道教所主張的。
前言：天地不仁，人間有愛

近年天災人禍頻仍，風暴、水災、空難、恐襲的新聞不絕於耳，中國不少地區更長期陷入戰亂中。正如《道德經》說：「天地不仁，大道無所偏愛，任何人都要面對生死無常，沒有可以靠賴。」不過，人間是一個充滿「大愛」的地方，看到災難事故的發生，我們都會感傷和悲痛。「大愛」不是俗世的私欲情愛，而是無私、真誠的；大家的心連在一起，人痛我痛，這就是道家「異骨同友」的精神。有了這種「大愛」的慈心，苦難者便不會孤單。

一、悲心愛憐為先，非以因果責難

當人聽到災難發生，均會心有戚戚然；修行人也是人，內心尤其感傷，猶如自己親歷苦楚。不過，每次災難後，總會聽到一些「熟悉」因果敘義的人，嘆息這些死傷者均自作孽。2015年尼泊爾發生八級地震後，便有人說這次災難是尼泊爾人的惡果，因他們每五年便為祭祀女神嘉蒂娜而屠宰幾十萬水牛，說是報應所至。沒錯，無論佛教和佛教都深信因果報應，但我們沒有神通，不能知道死難者於三世因果的來龍去脈，怎可妄語說他們「罪有應得」？而且，這次地震災難的數千死傷者，是否也和當日屠宰水牛的人？屠殺的人是否在今次地震中得到報應？而「共業」是否代表這些死難者都是該死的？如果不清楚，我們實在要暗中猜，以免在死傷者及其家屬身上撒鹽。無論怎樣，我們絕不能靠這種事後孔明的方式來宣說因果！

因果承負是貫通多生多世的，不是今天做了，明天便有報應。2014年的馬航空難，部分罹難者在出事前本與祈福會法，於是便有人質疑為何祈福後仍會發生事故。有人更說，因他們不虔誠誦經，於是便得到報應云云。這些都是惡毒的謠言。我們所知道死難者在死前沒有虔誠誦經？人已死去，我們一聲祝禱也沒有，卻在說是報應，這豈是道祖所言「聖人無常心，以百姓心為心」之大愛？

當一個人受了傷害，我們所要的是立即急救，而不是考究他的三世因緣，也不是向他譴責責教。如果要真正動客，有機會可以親赴當地救治或心理輔導當然是好，即使捐款資助也是實際的幫助。有宗教信仰的則可禱告，或誦經回向，祝願兇事者早日重建家庭，平安無事。受災者最希望得到的是物資供給、醫療藥物。更需要大家的祝福和溫暖的慰問，而不是在聽我們搖頭嘆息「因果報應」。有慈悲心的人都不應有「活該」想法，尤其災難當前，請尊重生命，關愛互助！

二、見人患難，常懷拯救之心

道門常說：「見人患難，常懷拯救之心。」面對災難，積蓄生命的狀況，我們總不能獨善其身。福報的方法無分男、女，大家可跟隨個人信仰祈福消災。所謂「一誠上達」，如大家能齊心為受苦的眾生發願，我們的心意必定能「徑達九天」。《老君一百八十戒》說：「每燒香，當為萬姓請願，令天下太平。」上香時不宜只祈求個人心願，應發大慈愛心祈求世界和平。若世界出現亂局，我們也不能置身事外。道門中有《太上靈寶天尊說破災度厄真經》、《太上元始天尊說破災度厄真經》等用於消災弭禍的經典，大家可誠心誦誦，並回向受苦眾生。如果我們每天都能誠心為災民祈福，願他們平安無恙，這種無私的願心必定可以感動上天。身處繁華大都市的港人亦應珍惜得來不易的幸福，關懷世上受苦受難的眾生。雖然我們沒有實際能力影響世界時局發展，但能夠誠心祝願，這也是給遠方眾生的最大心意。
現時香港便有不少道場，定期都會進行義務濟濟兼科儀，為香港、世界各地災難受難者超度。當遇上重大世界災難，如2003年SARS非典型肺炎、2008年四川汶川大地震、2011年日本311大地震等，香港道教界亦曾聯手進行大型的超度法會；也會捐助及賑濟受災者，這都是大愛及慈悲的具體表現。誠如《北斗經》云：「濟度諸厄難，出苦眾生。」凡間的誠心祝禱，自可感應上天，濟渡超劫。

三、惜福行善，常懷感恩

災難令我們體會到人生無常的可悲，但無常的變幻其實是很好的教育，讓我們深切體會惜福和行善的必要。無論是戰爭和天災，很多受難者都是無辜的平民，不少更是整個家庭同時離世，令人感慨，亦令人完全明白到行善及行善都要及時，遲了便會後悔莫及。除了體會，我們亦要學懂感恩，感謝前線軍警和救護人員的付出，也要感恩大眾的善行和義舉。他日災區重建後，我們正正需要這種善心和感恩心，來消弭災後的傷痛。

對各種災難，有信仰者，可在禱告時也為他們禱告，以正能量掃走陰霾。首先我們要禱告生者安息，受難者早日康復，更要禱告世界，和平無災。只要大家誠心禱告，必定能共度善念來祈求福緣。至於禱告的意義，一方面可安住大家的心，一方面在上天的保佑下，重建的路也望順利加快，令災民早日超越災難。他人身陷危難之時正是我們發揮修行為所培養的「願心」和大慈愛精神的時候。大家需時刻在大道之下同舟共濟，才能令天下和諧共融。

四、反省懺罪，防患災消

古云：「天之與人，有以相通也。」上天和人事存在互相感應的微妙關係，天地間出現任何變動，人類都應該立即反省，而各處發生的大災難，我們應深刻覺悟自己可以做甚麼來補救。《尚書》有一句名言：「天作孽，猶可違；自作孽，不可違。」自然界給人造成災害，人類或許尚能逃避而得倖倖生存，但人自作的罪孽，卻是要自行承擔惡果，這是無法逃避的。

從新聞上看到，日本人在311大地震後秩序肅然，守禮知法，人人排隊購買物資，排隊打電話，取水與加油，沒有人搶奪或咆哮。大家都能守望相助，沉著面對困難。要知道，天災或許是防不了，但人為的禍亂是可以避免的。《道德經》曰：「災兮福之所倚。」天災是一件壞事，但是它裡頭含有正面的因素，你要是沒有碰到那壞事，你就學不到對付那件壞事的本領，所以艱難困苦能令我們更好的成長。

又，《太平經》勸告我們：「當豫備之，救吉凶之源，安不忘危，存不忘亡，理不亡亂，則可長久矣。」要建立一個太平無災害的世界，我們應當防患於未然，時刻居安思危，安定中不忘危機應救之道。所謂「太平」，經云：「太平者，乃無一傷物。」就是要眾生愛惜生命，護育生靈，不傷害彼此的生命。因此，大災難過後，大家應珍惜當下所有，常懷與天地共存的心，不要抱以僥倖，以為天地眾生與我無關，當天地人不再調和時，我們亦難以置身事外。

總結：以大愛心超出困厄

面對災難的發生，正如前文所說，我們要以大慈仁的心救人於急難，並多誦經祝禱，回向一切災難中的死傷者。災難過後，也是給人類重要的一課，給予我們反思懺悔，更加惜福、惜緣；和實踐大愛善心的機會，見證人間有愛，共同超越災難。若真的要問，災難真的與因果承負有關係嗎？這個當然不是，但災難發生後我們要先處理人道和濟貧救德的問題；而事後我們可以反省及檢討當中的因緣，也可自警及戒慎，不會重蹈覆轍，避免災難重臨。

災難，往往可以見證人的黑暗，也可見證人性的光輝。身為道門弟子，每天當慎無私的心，為這災難祈福，天地萬有平安才是人類的福。所以我們最最重要是要拋下各種成見和隔閡，以無計較的心關顧彼此，這才能顯出大道的真愛，共同超出困厄。
宗教如何應對災難創傷

對災難的本能反應

災難是指人類無法有效控制的嚴重毀損事件，一般分為自然災害和人為災禍，也可以包括高度傳染性疫病。當災難突然降臨，人的自我防衛機制會馬上啓動，減輕事件對精神上的創傷。第一階段的反應通常是否認，例如一位媽媽剛接到通知，兒子因交通意外已經喪生，首先她是不會相信的，她會如常準備晚餐，等待兒子回來。當兒子身亡的消息被證實之後，第二階段的反應便是憤怒，為甚麼兒子這麼年輕便遭遇不測？第三階段可能是與親友討價還價，媽媽願意用自己性命換回兒子。及後，當知道一切都無法挽回，便進入第四階段，媽媽因過度悲傷而抑鬱。如果她一直走不出傷痛的牛角尖，就不能進入第五階段，正面接受兒子死亡的事實。

以上是人對災難的自我防衛機制的單向描述，在現實中，第一至第四階段可能是交叉往返，期間或會出現其他心理策略，例如投射、退行、反向、轉移、幻想、麻木等。自我防衛機制可說是人的本能反應，使當事人在緩衝期間能夠自我修復創傷，但如果濫用了這個機制，將它當成逃避現實的方法，可能會引致精神疾病。宗教可以在四個方面，加快創傷者應對災難：（1）信仰提供圓滿解說；（2）儀式可以治癒傷痛；（3）教團提供精神支援；和（4）教義指向光明未來。

信仰提供圓滿解說

當人遇到災難時，會驚慌失措和絕望恐懼，不禁會問：為甚麼這種不幸的事件會發生在自己身上？如果沒有這個圓滿的解釋，人會本能地否認這個事實。科學是講究實證的，對突如其來的災難是無法準確預測，也不能提供一個令當事人滿意的解釋，例如車禍失蹤導致客機墜毀，就算這是事實，但受害家屬仍然不會接受的。而宗教信仰則不同，它的思維方式是超驗的，能夠對各種事物的因由提供啟示式的解釋。

宗教信仰超越了人的邏輯思維，可以將天災解讀為天糧。例如教義提倡人應順其自然，與天地萬物和諧共存。現代人類隨著對科技的掌握，不斷向大自然掠奪，造成生態失衡，因此近年天災頻發，正是上天對人類的警告。佛教強調因果報應，個人造孽是因，災難降臨是果，這是自作自受，不應怨天尤人。信奉一神信仰的宗教，把人生經歷的災難，視為上帝或主對他們信仰的考驗，災難預伏了神的旨意。宗教對災難提供了終極的解讀，只要當事人相信，就會認命接受災難，並以正面態度處之。

儀式可以治癒傷痛

災難可能導致家園盡毀，妻離子散或自身傷殘，當事人會受到極大的心理創傷，急切需要撫慰。現代社會的科技雖然發達，組織也龐大，但都是以理性為基礎，給人冰冷的感覺，對於處理因災難而帶給人們的各種負面感受，未必奏效。而宗教除了提供信仰支持外，更有各種儀式治癒當事人的傷痛心情。例如基督教在喪者祈禱彌撒，道教的打齋儀式和佛教的超渡法事，除了令死者安息，同時也撫慰了受難家人和親朋的心靈。
在傳統中國社會，當出現特大天災，皇帝會親自舉行祭天大典，希望通過祭祀神明的儀式，安撫人心。道教會舉行羅天大醮，佛教則主辦水陸法會，通過盛大的祭祀儀式，超渡死者和治癒生者傷痛。到了現代，當大規模災難發生之後，各個宗教都會按照自己的科儀、祭典，為災民祈福、祈禱，消解創傷的陰霾。

教團提供精神支援
宗教獨特之處是通過信仰，令不同的人聚集成為社會組織，信徒相信在死後過渡，幫生還者脫離苦痛，除了是宗教賦予的使命，也是爲自己積德修福。故早當災難發生，宗教組織比其他社會團體，更快動員信眾擔任義工。他們分工合作，一方面協助救災，另一方面陪伴受害者，爲他們開導，提供精神支援。

在災難現場，除了拯救性命，也要撫慰生還者創傷的心靈。現在的大型救災工作已包括安排專業人員到達災區，爲受害者提供心理輔導。民間及義工團體也聯合起來，這些有宗教信仰背景的義工，他們發自內心爲生還者提供的精神支援，除了令當事人得到幫助、感到安慰，也會感染其他人，共同合作，努力應對災難。

教義指向光明未來
災難生還者於片刻之間失去一切，除了傷痛之外，也會感到絕望，意志會變得消沉，可能再沒有勇氣生存下去。宗教的教義在這關鍵時刻，可以發揮獨特的作用，如黑夜裡升起的明月，爲沮喪的人指出一條積極克服災難、通向光明的道路。

災難過後，不同的宗教都需鼓勵人們對生命進行反思，向更高層次探索生存的意義。道教認爲人應對大自然敬畏、效法自然，修心養性，走上海成仙之路。佛教相信人生的各種苦難都是自作孽，人並且精進修行，清除貪嗔癡這三種毒心，就能得到解脫。一神信仰的宗教指出，神的旨意是好的，但卻不一定是甜的。信徒應該把天災人禍當作是信心的磨練，災難之後如能對神的信念更堅定，那就更接近至高無上的造物主了。

正向心理應對災難
每個人都有一套自我防衛機制，自動開啓回應災難，通常會經歷否認、憤怒、討價還價和抑鬱四個階段，才能接受災難的事實，這是人對外界挑戰而作的被動式反應。近年流行的正向心理學，提倡個人可以通過正面情緒、能力、長處和美德，從而獲得更快樂、更美好和更有意義的人生。當災難來臨時，如何能夠找到這些正面元素？宗教應是其中一個途徑。

宗教爲災難創傷者提供一個圓滿的解說，它的儀式可以治癒當事人的心靈，教團爲創傷者提供精神支援，教義指導他們走向光明未來。因此，宗教不但加速創傷者接受災難，更以正向心理，積極將天災人禍，轉化爲追尋人生更高意義的橋樑。宗教因爲具備這種作用，在大規模災難發生之後，確實有不少人願意進一步認識宗教，甚至入教。

參考資料
劉清虔「從創傷到傷癒—宗教關懷在創傷社會工作中的意義與運用」《神學與教會》2010年第35卷第1期第84-109頁。
【道漫漫】

《太平經》

的災異觀

陸基洋

《太平經》在東漢末年於道教盛行時期出現，是一部重要的道教经典。该经对自然界的灾害现象进行了详细的记录和分析，认为这些灾害是天地之间的异常现象，是鬼神所为。在该经中，鬼神被描述为具有深远影响力的存在，能够通过某种特殊的方式对人类社会造成影响。

该经的灾异观是对自然现象和人间事态的一种解释，认为所有的事情都是由鬼神所为。在解释中，鬼神被描绘为具有超自然力量的存在，能够通过附身、变化等手段对人类社会造成影响。该经对灾异的解释，反映了当时人们对于鬼神的敬畏和对自然现象的困惑，同时也体现了古人对于自然现象的理解和思考。

《太平經》的灾异观，对后世的道教思想产生了深远的影响，对后世的道教文学和哲学思想也具有重要的影响。该经的灾异观，反映了古代中国人对于鬼神、自然现象的深刻理解，同时也反映了古人对于世界的看法和对自然现象的研究。
大眾對佛教的出家儀式「剃度」較為熟悉，但提起道教的出家儀式就比較陌生了。早期道教的出家儀式叫「簪冠」，顧名思義，「簪」是指束髮頂冠，「冠」是指改易服飾，其起源就是中華傳統四大禮儀之一的成人禮—「冠禮」。明代《正統道藏》收有《全真清規》一書，其中就有完整的「簪冠次序」的記載。

清代以前，正一和全真的道士出家是不多的，清以後特別是民國維新，社會上經歷了幾次剃（剪）髮易服，正一道士也越來越世俗化，基本不再蓄髮了。所以發展到現在正一的入道儀式用了另一個傳統的名稱，稱為「簪度」（《道藏》中有宋代的《太上正一出家傳度儀》），而全真保留滿髮、大領的傳統，故出家儀式仍叫做「冠巾」。

根據《冠巾科儀序》所載，明末之後全真派的發展也是頗為混亂的，為正本清源，有一仙人在羅浮山下再將丘祖所定而失傳多時的《簪冠科儀》傳出，從此成為全真派道士出家科範的定式。「凡出家者，度師必親為誦經禮懺，先令罪過消除，方可穿上太上巾袍，次奏疏文，上達三官大帝，牒移太乙靈官部下，只有經過這個儀式，才能成爲正式的出家道士，從此便得到玉靈官的護法，也不受閻王所管，而直接由三官大帝所管轄。」

以前弟子若要出家，師父收留之後，便開始在觀裡學習、修行，經過幾年（一般三年）的考察，通過考驗的，度師就會請上幾位德高望重的道長為其舉行正式的冠巾儀式，完了會發給《冠巾狀》為憑。冠巾可以單獨舉行，也可以集體舉行；可以在本廟舉行，也可以在別的廟裡舉行。

加強管理、規範儀式，中國道教協會制定了《道教全真派冠巾活動管理辦法》，於2015年6月公佈施行。該辦法規定，冠巾活動由省級道教協會主辦，符合條件的宮觀承辦，須有合格的三師—冠巾師、懲犯師、引導師人選，而申請冠巾的弟子也須具備必要的條件：如年滿十八周歲、遵紀守法、皈依三寶、住觀學習兩年以上、能習誦《早晚功課經》等，度師和所在宮觀同意後可申請冠巾。冠巾後頒發由中國道教協會統一印製的，三師和承辦宮觀共同簽章的冠巾證，此後就可以按規定申請認定為道教執職人員了。
從日本三件傳位神器所引起的聯想

沿河行者 黃江海

日本因爲明仁天皇決定在生前退位，傳給德仁太子。德仁太子在2019年4月30日登基，成爲德仁天皇。在接位時，日本歷史上的天皇所擁有的三件傳位神器：八咫鏡、八尺瓊勾玉和天叢雲劍，也由德仁天皇傳了給德仁。這三件傳位神器，引出了媒體的高度關注。

據筆者看來，這些神器各有寓意。八咫鏡是代表一日三餐，八尺瓊勾玉代表仁，天叢雲劍代表勇。這些神器的外觀和內部結構，都反映了中國古代的智慧和巧思。

日本古代的傳位儀式，也反映了他們對皇位繼承者的期望。這個儀式不僅僅是權力的轉移，更是對未來國家未來的期許。德仁天皇的登基，也讓我們看到了日本對傳統文化的尊重和承擔。

對於日本的皇室而言，傳位儀式是一個重要的儀式，它不僅反映了日本的歷史和文化，也是日本人民對未來的希望。德仁天皇的登基，代表著日本進入了新的時代。
香港之求雨傳說

鄧家宙

食水乃生物賴以生存及持續發展之根本資源，千百年前人類僅靠取用江河水流，或以人工聚集雨水，或以科技開鑿地下水井以供生活。香港處亞熱帶氣候，常年偏於溫暖熾熱，春季時節偶有小雨，夏季暑氣生發暴雨，（農曆）六七八月有颱風，雨水充足。其餘時分，晴多少雨。然遇有旱災之年，春夏間間閏無雨，既影響民生日用，也打擊是年農林收成。昔時，居民得靠拜祭神靈，懇求降雨，解救苦厄，是以遺下若干傳說和遺蹟。

一、《新安縣志》載：
「陽臺山在縣城北三十里，高聳青冥，頂有龍潭。祈雨即應。」舊傳本區歷數年大旱，河乾物萎，渴死餓死者不在少數。時有七位青年姑娘不忍眾生痛苦，發願攀登陽臺山祈求，請降甘霖。她們誠心跪拜達三日三夜，最終得甘雨，解除旱患。鄉民感念她們，稱該處為「娘娘嶽崎」，此後遇有旱患，鄉民即登山祈雨，頗感靈驗。傳至今尚有當年七娘娘祈雨所用香爐遺蹟。

二、華山位於北區，高約150米。傳說古時有天神下凡，在華山及劉三妹山之大石上留下腳印，雙。鄉民以此山有仙聖降臨，遇有旱災，即登山求雨，屢試屢驗。清代道光年間，本鄉舉人廖有執於山頂大石刻上

四、元朗廬村鄉有公庵寺，供奉公庵禪師，祈雨甚靈。相傳清初有張姓鄉民在岩石坐化，遺體於炎夏間久陳不朽，視之笑容可掬，如常人睡覺無異，鄉民「咸認爲仙人脫化，敬奉當可獲福，遂爭先恐後，環向參拜。」鄉民認為此仙具有「抗旱」之力，也延伸「降雨」功能，是以1924年、1929年及1963年華南遇上有嚴重旱患，本地及鄰近鄉市居民紛程到公庵寺祈雨，均感靈應，事後更刻碑記述經過，此後「公庵求雨」之事傳頌不已。

本地尚存多種求雨傳說和遺蹟，惟到六十年代，港府向廣東省購買貯水，本地水荒問題得以完全解決，祈雨儀俗活動因而大幅減少，相關傳說與遺蹟亦多被遺忘。不過，倘遇旱患之時，仍有個別舉行祈雨活動，風俗未至完全消失。

■ 華山求雨石
「風雨雷鳴」四字，另於巖側豎立求雨石碑一方作祭祀用。該碑石高約2英尺，頂刻「大嶺」正面刻「興雲降雨之師」、背後刻「維嶽降神」，兩邊則刻有「道光己亥」及「歲貢廖有容立」之字眼。此後，廖族子弟每年定時登山拜祀，祈求是年風雨穩定。若有天旱，鄉民則另行發起登山作求雨活動，亦求之必應。

三、香港境內最南端之蒲台島，其西南方崖邊有巨大岩石，因風霜雨蝕而現出多條深刻之直坑，狀若掌形，鄉民稱為「佛手巖」。傳說海曾發生旱災，某苦行僧坐在山坡上念誦經，向天求雨，久無果效，乃發誓願「天不降雨，不離此坐」，因不知坐了多久，最後變作化石。以是因緣，鄉民於旱時亦有前往拜祀。

■ 公庵寺所藏銅鐘降雨鏡額
喝心靈雞湯，攝取正能量？

鄭明娪

相信大家也曾被各色各味的「心靈雞湯」觸動過。1990年代，兩個美國人出版了《心靈雞湯》系列，甚至母親雞湯、孩子雞湯、愛情雞湯等等，雞湯式文章隨之蔚然成風。這些文章大多通過精悍短小的故事，提煉出某種人生感悟，試圖啓迪讀者，激發大家對美好未來的希望。

多美味的雞湯，亦難逃讓人喝膩，於是網絡上刮起過一陣「反心靈雞湯」的旋風。買不起房子、人浮於事，這些終歸還得面對而實實在在的問題，畢竟不是那些通過「語言藝術治療」，轉換一個看問題的角度，就能解決的。網友認爲只有直面人生現實，才能更好地活在當下，他們用辛辣滿意的語言，放大了社會人生讓人失望的一面，也不管有多少人真是站出來提出解決問題的方法，總之就是讓人看得過癮，或許世人大都是生存於困窘之中吧！

世事往往是，一鶏死一鶏鳴。2012年倫敦奧運會，邀請了十多名中國草根階層到英國進行火炬傳遞，人們從這些火炬手身上感受到所謂「正能量」、「點燃正能量，引爆小宇宙」、「點燃正能量，運氣擋不住」這兩句話成爲當時中國最熱門的句子，正能量一詞甚至當選年度流行語。直到如今，由國家領導人，到網絡紅人，再到平民百姓，還是大講正能量，在媒體、廣告、標語中，它的身影依然頻頻出現。

正能量的看法，可追溯至1980年代的正向心理學或積極心理學熱潮，心理學家不再以負面的角度來研究心理問題，而是針對諸如愛、幸福感等正向情緒的發展。目的當然是要幫助人們找到內在的心理能量，來對抗挫折，渡過逆境。美國哈佛大學開設的正向心理學開放式課程，一向以來大受歡迎，有興趣的讀者，不妨上網看看。

「正能量」這個詞可能源出西方，但它的流行，還得歸功於中國本土的創造性運用。內地的資訊網寫著：「人就是一個磁體，宇宙就是一個磁場，世界上有一種定律叫吸引力定律，你向宇宙要什麼，宇宙就給你什麼，所以有一種積極的、健康的、催人奮進的、給人力量的、充滿希望的、能夠促你快速成功的，這就是正能量。」十分像中國傳統天人感應的口吻。聚合正能量，升華人的意識凝聚，好比氣功，正是「氣聚則形在，氣散則形亡」。

不過，人生總是福爾相依、悲喜與共。面對負面情緒時，不要盲目灌雞湯，也不要一味輸入正能量，說「明天一定會更好」。人的精力畢竟有限，經常處於正能量滿滿的狀態下，猶如手機電池長期過度充電，亦會受損。一些負能量，恰似注入柔性力量，緩解心理緊張。在不苛求自己也不苛求他人的前提下，保留一點抱怨吧，未嘗不是「退一步，海闊天空」。

當然，看清現實的殘酷固然重要，但對未來的憧憬也不能放棄。
災禍

近日時冷時熱，一時炎陽似火，一時大雨傾盆，天氣反覆不定。天地變化自有其理，但人類行爲也做成不少影響。人類耗盡能源，造成地球氣溫上升，不少生物因氣溫變暖而異常增殖。人們耗盡糧食，不斷製造垃圾、廁紙，加上不少人不注重公共衛生，香港又是濕熱的地方，便給老鼠一個生長的有利環境，結果近日便有數万人患上大鼠戊型肝炎，專家更說病情可能是冰山一角，帶病者可能不少。《太上感應篇》云「福報無門，惟人自召」，《陰符經》云「天人合發，萬變定基」，孰是天災？孰是人禍？值得反思。我們除了人人行一小步，合力清潔環境，是否也要思考老君之言「去甚、去奢、去泰」，檢討一下過度消費的生活形態呢？

懺悔

道教信人天感應，「禍福自招」。人能行善，上天自然降福，反之則會降災；疾疫不過是上天對人類的輕微懲罰。人們見到這些徵兆仍不懺悔，更大的災禍將會接踵而至。因此，要轉禍成祥，先要改正人心，故道教有懺悔悔過之法，希望感格上蒼。《太上正一朝天三八謝罪法懺》云：「懺者，不敢隠於往咎，悔者，不再犯於前非。」懺悔能提供一個讓人反省，真心真意承認錯誤的機會，好讓自己不再重蹈覆轍。《法懺》又以人心如鏡子，懺悔如磨洗鏡上塵垢，使之還復光明，令人心回覆清淨。《呂祖懺》也云：「所起一念，善惡自知。」以行修道必先修其心。懺悔是一個清洗人心的好方法，只要我們真心誠意懺悔，便能免於災難，找到上升仙界之道。一般人細味經書上的文字，也會找到救世的真言，令自己保持一片常清常靜的心，直面不安定的世界。

讀經

近日看到電視節目介紹《孝經》，指出「始於事親，中於事君，終於立身」的重點，可謂發人深省。不少人聽到《孝經》，便會想到「愚孝」「愚忠」，認為不值一讀。基於這想法，他們對於不少古聖賢留下的經典，皆視之為過時老套，嗤之以鼻，這未免浪費掉前人一番心血。我們不讀經，輕則「走寶」，重則讓自己失去自足自立的文化基礎，被人牽著鼻子走。好像不少人講孝順，以為只要長上講甚麼，我們照做，便是恰當的了。殊不知《孝經》上講「當不義，則爭之」，故此，不讀經，可令人不能分黑白是非，作孽而不知，與光宗耀祖之目標相違背。其實王重陽祖師也叫我們讀三教經典，《孝經》便是其一。正如經中講人要以「立身行道」為人生目標，作為一個修道之人，讀經行道，傳揚古聖賢的經典，豈非份內之事嗎？
是日也，夢魂飄到山巔古松樹下，見有兩位長者在弈棋。他們邊下棋，邊談
笑，不亦樂乎。

甲：我在山中隱逸幾十年，難得有人造訪。還記得老兄當年爲理想到處奔
波，現在目標已達到了吧？

乙：是啊！我們一直爭取的民主、自由……等等理想，總算有點成績了。現
在的總統和議員都是我們一人一票選出來的。

甲：那不是很不錯嗎？

乙：現在投票的機會也真的很多，上幾個月才投票選了總統，這個星期又要
公投，決定要不要禁止如廁後不洗手的行爲。

甲：這點事也要公投？

乙：對啊！因爲無論甚麼事情，總有人贊成，有人反對，總統認爲最好的辦
法就是公投決定了。

甲：那麼，現在當總統豈不是很輕鬆？

乙：你說的有一半對，這次當選的總統只管接待訪客和外國，其他大小事情
都由公投決定，大家都稱他爲公投王。不過，總統的日子並不好過。

甲：爲甚麼？

乙：在議會裡，除了執政派議員，還有在野派議員，他們不需要爲政府的工
作負責，又爲了要展示自己的力量和貢獻，凡是政府提出的東西都予以反對。

甲：既然執政派議員佔多數，按照少數服從多數的民主原則，政府的政策應
該很容易推行吧！

乙：那又不完全對。在野派議員總想盡各種方法去拖延議會討論和表決，
他們用的方法有時比小孩子還無聊呀！許多人對這些情況都十分厭倦，我漸
漸也沒有興趣看他們這些無聊的表演，索性就跟你下棋更有趣。

甲：你以前常常爭取的民主、自由、一人一票選舉，現在都實現了，但似乎
依然不理想。

乙：我也在反覆思考這件事，想到《南華真經》的一個寓言，說到混沌，他
本來沒有眼耳口鼻，但率性天真，後來被人替他開了七竅，他卻死了。以前我們
的民主和自由遠遠不及現在，但人人都勤勤懇懇工作，甘其食，樂其俗，安其
居。現在有了民主選舉，但有些被選出來的人，不單止不爲人民做實事，還天天
在議會示範怎樣貪贓和攻擊政敵，年青人看在眼裡……

甲：難道，現在的世道人心也受到影響？

乙：唉！現在的人總覺得用選票選一個總統出來，就自動會有理想的生活，
偶一不如意，就要總統下台。凡事只要求別人讓就他，不順意就耍賴，甚至以言
語或者利用網絡平台攻擊別人，就說我的兒子……（說到這裡，乙似乎深有感
觸，哽咽難言。）他自小跟我去參加各式各樣的遊行示威集會，現在二十多歲
了，對讀書和工作都沒有興趣，整天不是窩在家裡上網罵政府，就是參加遊行示
威，他媽媽說他兩句，他就趁機大發議論……嗚……嗚……

看見他老淚縱橫，甲措手不及，不知如何勸慰，止了也醒過來了。