

传承文库系列
经典珍藏本

道教基本常识

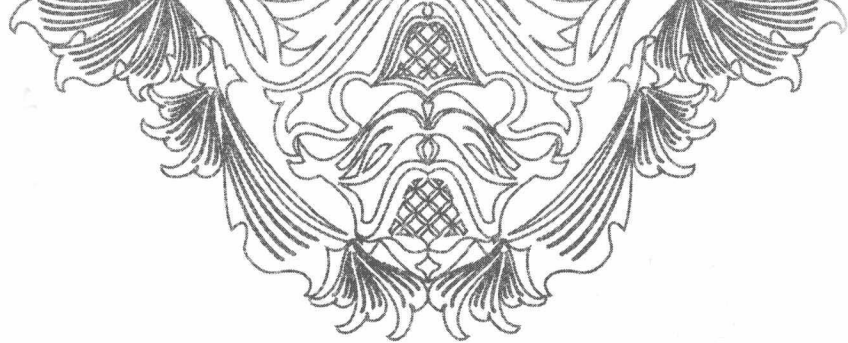
“道”是化生宇宙万物的本原

王毅
编著

先天地生、亘古不变、运转不息
包容天地万物，不可名状

文化斗士鲁迅先生曾经说过：“中国的文化根底全在道教，以此读史，有许多问题可以迎刃而解”。





道教

基本常识



王毅◎编著



陕西师范大学出版总社有限公司

图书在版编目 (CIP) 数据

道教基本常识 / 王毅编著. -- 西安 : 陕西师范大学
出版总社有限公司, 2012. 5

ISBN 978-7-5613-6158-0

I. ①道… II. ①王… III. ①道教—基本知识 IV.
①B95

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第079323号

图书代号: SK12N0209

道教基本常识

责任编辑: 周宏

装帧设计: 开言神韵

出版发行: 陕西师范大学出版总社有限公司

(西安市长安南路199号 邮编 710062)

印 刷: 北京飞达印刷有限责任公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

字 数: 400千字

印 张: 22.5

版 次: 2012年9月第1版

印 次: 2012年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5613-6158-0

定 价: 42.80元

前

言

道教是我国本土的宗教，由东汉末年的张道陵创建，距今已有1800多年的历史。它与华夏本土文化紧密相连，深深扎根于中华大地，带有鲜明的中国传统特色，对中华文明的各个层面产生了深远影响。

道教的最高信仰是“道”，以实现大道为修炼目标，尊奉老子为始祖，以老子《道德经》为道教最高经典，在长期发展过程中，它与时代融合，不断地改革自身的弊病，从佛教、儒教等其他宗教中吸取有益养分，最终形成了一套完整的宗教体系。

道教不仅追求神仙信仰，而且走进世俗社会，在医学、养生、药物、化学、天文学、地理学、哲学、经济、文学、音乐、政治和艺术等诸多领域都产生了重大影响，尤其是医学与养生迄今为止仍是我们学习与研究的对象。

道教不仅仅是一种宗教，它还是一部包含哲学、科学、医学、艺术等研究领域的我国古代社会的百科全书，是一扇通向中国古代科学的大门。

道教与我们的生活息息相关。从文化至生活，道教与我们紧密

相连，作为一种本土宗教，作为繁衍于华夏大地的民族文化，我们有必要去认识它、了解它、熟悉它，从而更好地保护它、传承它、发展它。

通过认识道教，我们可以加深对中国传统文化的了解，从而更加热爱自己的文化，热爱我们的生活。

我国历史上曾有过数次编撰道教图书的文化工程，产生过《正统道藏》、《万历续道藏》等优秀的大型道教类书，堪称道教历史上的一朵朵奇葩，它们是道教文化的经典巨著，是能够与《永乐大典》、《四库全书》相提并论的道教大型类书。

生活在新时代的我们，在语言和文字方面，与古人有着天壤之别。为了使大家能够更简单直白地了解道教，我们特意从浩如烟海的道教图书史料中萃取精华部分，用通俗易懂的语言文字来为大家打造一部新时代的道教百科全书，免去大家重复阅读和查询古书的烦恼，适合不同阶层、不同文化程度的读者阅读。

全书分教义规诫、宗派传承、道门宗师、道教经典、神仙体系、名山宫观、科仪方术和生活常识等方面内容，相对完整地从各个角度帮助读者认识和了解道教，相信通过本书，能够让大家在最短的时间内对道教有一个认识，对自己的本土文化有一个更深刻的理解。

当然，编者水平有限，其中难免有所遗漏，欢迎指正。

目

录

前言 / 1

第一章 教义规诫 ————— 1

- 第一节 道教概述 2
- 第二节 教义概述 8
- 第三节 主要教义 11
- 第四节 规诫阐述 33

第二章 宗派传承 ————— 45

- 第一节 道教传承 46
- 第二节 宗派概况 57
- 第三节 早期宗派 61
- 第四节 后期宗派 72
- 第五节 其他宗派 92

第三章 道门宗师 ————— 101

- 第一节 先秦宗师 102
- 第二节 秦汉宗师 104
- 第三节 魏晋宗师 107
- 第四节 隋唐宗师 113
- 第五节 宋元宗师 125
- 第六节 明清宗师 146

第四章 思想典籍 ————— 153

- 第一节 思想理论 154
- 第二节 历代道藏 159
- 第三节 主要经典 164
- 第四节 其他典籍 174

第五章 神仙体系 ————— 193

- 第一节 仙灵概述 194
- 第二节 至尊天神 197
- 第三节 灵官地仙 208
- 第四节 真君仙人 219

第六章 名山道观 ————— 227

- 第一节 官观概况 228
- 第二节 仙境洞府 235
- 第三节 道教名山 246
- 第四节 各地官观 260

第七章 科仪方术 ————— 273

- 第一节 道教斋醮 274
- 第二节 道教科仪 284
- 第三节 道教礼仪 295
- 第四节 道教法术 307
- 第五节 修持养生 321

第八章 生活常识 ————— 333

- 第一节 学道修行 334
- 第二节 节日禁忌 342

教义规诫

第一章

每一个宗教都有着自己的信仰与教义。道教作为一个发展成熟的宗教自然也不例外。道教以道为最高信仰，在传承之中又不断丰富教义，最终形成了一套完整的教义思想体系。

规诫，原为规劝告诫之意，在道教中是为约束门徒的行为而制定的典章制度，是道教信徒必须遵守的行为规范。教义使得道教信仰得以传承，规诫使得道教纲常得以确立。这样，才形成了后世独具魅力的道教文化体系。



道教，作为我国固有的一种宗教，一直围绕在我们的身边，但是很多人对道教的概念却并不了解。

那么，到底什么是道教呢？为什么说道教是我国固有的一种宗教呢？

道教的概念

道教是我国主要宗教之一。道教因以“道”为最高信仰，主张道化生万物，是宇宙的本原，故名。道教主要经典——《易经》为伏羲、周公、孔子三圣创立，伏羲创造了八卦，周文王创造了六十四卦，孔子又根据《易经》作《易传》，由此形成了道教思想的源头。

道教在东汉时正式形成，南北朝时盛行起来；因道教徒尊称创立者之一张道陵为天师，故而道教又称“天师道”。道教后世分化为许多派别。道教崇奉老子为教祖，尊称他为“太上老君”，以其《道德经》为主要经典，奉三清为最高的神，宣扬出世主义，修行上以炼丹求仙为主。

道教的起源

道教起源于古代先民对神灵的崇拜。我国古代先民认为万物有灵，进而产生了对自然、灵魂、祖先的崇拜，后世逐渐发展成为天人合一、天神合一的道教思想雏形。

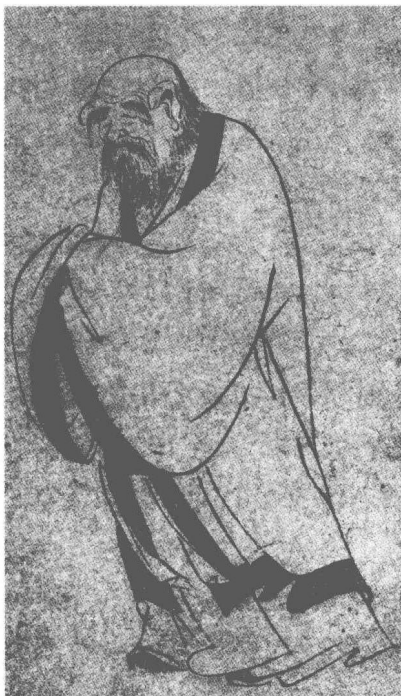
先民们认为万物有灵，从而产生对自然的崇拜，还认为人死后灵魂不灭，进而产生了对鬼神的崇拜。各种丧葬礼仪和祭鬼、驱鬼仪式，随之逐渐形成。

鬼神崇拜在原始社会时期便已经存在，先民们将日月星辰、风雨雷电、山川河岳，皆视为有神主宰，因而产生敬畏感，对之奉若神明。

到了殷商时代，史前时期的自然崇拜已发展到信仰天帝和天命，初步形成了

以天帝为中心的天神系统，遇事便由巫祝通过卜筮，以向天帝问卜因果。

此时的原始鬼神崇拜已发展到以血缘为基础，与宗法关系相结合的祖先崇拜，其祭祖活动定期举行。在这一时期，已出现专门从事沟通鬼神和人类的宗教神职人员，即巫祝。其中，“巫”以歌舞降神，并有一套符咒驱鬼的巫术。“祝”以言辞悦神，是宗教祭祀活动中负责迎神祈祷的司仪者。他们主要负责替人治病、卜筮吉凶、画符念咒等。当时的王族和民众均受巫祝支配。



老子

到了周代，鬼神崇拜进一步发展，所崇拜的鬼神已形成天神、人鬼、地祇三个系统；并把崇拜祖宗与祭祀天地并列，称为“敬天尊祖”，即所称万物本于天，人本于祖。

人们崇拜神灵，就要举行祭祀活动，而祭祀活动离不开礼乐文明。随着春秋中后期“礼崩乐坏”局面的出现，礼乐文明逐渐由上层走向民间，被民间方士和巫覡所继承，道教成立以后，逐渐演变为道教的斋醮礼仪。

道教实质上是礼乐文明的继承者。夏、商、周三代的礼乐文明，有相当大的一部分被道教继承了下来。后世道教中的斋醮法事制度，也与古人鬼神祭祀礼仪制度有密切的关系。

神仙信仰可以追溯到我国原始社会时期，其理论依据之一就是《山海经》。《山海经》记载了我国原始社会的神话传说故事，内容系统而丰富，他是道教仙学思想体系的理论渊源。

在《山海经》中，提出了长生不老、神仙羽士的故事传说，描述了神仙天都，记载了祭祀的礼仪和奇异方术。在原始社会，已有人开始学仙，在道教中也有黄帝赴崆峒山问道于广成子，学神仙方术以求长生的相似说法。

道教的创立

东汉顺帝时，张道陵在蜀郡鹤鸣山，即今四川大邑县境内创立了正一盟威

道。张道陵，字辅汉，沛国丰县人，即今江苏丰县人。据道书记载：本为太学学生，博采五经，好神鬼事。

早年曾举为“贤良方正直言极谏科”，在蜀郡做过江州令。后来他感悟仕途沉浮，于是辞官隐居于洛阳邙山，学长生之道。朝廷多次征召他出仕为官，他都没应命。

东汉顺帝时，张道陵以蜀地名山众多，民风淳厚而易于教化，于是携弟子入蜀，居住在鹤鸣山修道，精思修炼数年，著成道书24篇。

张道陵因授《三天正法》、《正一科术要道法》、《正一盟威妙经》、《三业六通之诀》等道学经籍，被世人命为天师。于是，张道陵以鹤鸣山为中心设二十四治，成为正一盟威道的基层组织与活动中心。

初设的二十四治，主要集中在蜀汉地区，后为与二十八星宿相配，增至二十八治，其中阳平治是正一盟威道的中枢。

张道陵传太上正一盟威之道，奉老子为教祖，尊称其为太上老君，以《老子五千文》、《太平洞极经》等为传道经书。

其主要宗教活动是：诵习五千文；有罪首过，符水治病，用章表与鬼神为誓约。其组织制度主要是：各治设置祭酒，以领导道民，并规定按时“付天仓”及“三会”。付天仓，是信道者于十月初一向天师、祭酒交纳信米五斗；三会，是信道者一年三次，即正月初七、七月初七、十月初五，朝会天师。

道教的本土性

道教源于黄帝、集成于老子、创立于张道陵天师。战国及秦汉诸儒，皆崇黄帝老子之学为道家学说。唐宋以后，历代推崇道学，并普及传播于下层民众之中，成为我国民族文化的重要组成部分，对华夏民族精神及民族性格的形成产生了深远影响。因此，道教是我国固有的宗教，也是唯一产生自中国本土的宗教，具有极其强烈的本土特质。

道教的宇宙观

道教认为，宇宙万物有生成也有毁灭。成坏一次，称作一劫。一劫结束之后，宇宙重归于虚无，如今的宇宙已经经历了无数的劫难，这是典型的东方循环宇宙观。道教用“劫数”来表达自己对世界观的认识。

宇宙是由大道之气结成的一部神书，神书是符字构成的。能超脱劫数的元始天尊，即道教的上帝用神书确定了万物存在的根本，宇宙也就自然生成了。

元始天尊也不是万能的，因为劫数是道气自然演化的结果，他只能在暗中等待着演化时机的到来和依照神书的规定行事。

道教经典还说道气在宇宙形成之初急剧地旋转，速度极快，这种旋转记载于太极图中，而“旋转”是宇宙中最常见的现象。

道教的宇宙结构

道教认为，宇宙之间，上有三十六天，下有三十六地。三十六天之最上一层为大罗天；其次三天为三清境，分别太清天、上清天、玉清天；再次四天为四种民天，又称四梵天，分别为贾奕天、梵度天、玉隆天和常融天，最后为三界二十八天，包括无色界四天、色界十八天和欲界六天。大罗天为三清尊神的居所，三清境为九圣、九真、九仙的居所。四种民天以上为圣境，“三灾，刀兵、疾疫、饥馑为小三灾；水灾、火灾、风灾为大三灾”。无色界以下，寿命依次减少，本领依次减弱，苦难依次增多。

三十六地则为人死之后鬼魂所在之处，俗称阴间。道教认为，人死之后在阴间要受到十殿阎王的审判，有善行者则能转生，作恶多端者则被打入地狱受惩罚。修道正果者直接依修行层次进入到相应的天界，不用接受十殿阎王的审判。

道教的宇宙演变

道教认为，宇宙的形成过程经历了洪元、太初、太始三个不同的大世纪，其理论依据是“道生一，一生二，二生三，三生万物。”

道教认为，在天地没有产生之时，“无天无地，无阴无阳，无形无象，自然空玄，唯吾老君，犹处空玄寂寥之处，玄虚之中。视之不见，听之不闻。若言有，不见其形；若言无，万物从之生。而后，渐渐始分。下成微妙以为世界，而有洪元”。

洪元是道教创世纪时期的第一大世纪。洪元即是“道”，或为“一”，洪元经历万劫而又成混元，混元又经过万劫而成百成，百成后而有太初。

太初是道教创世纪的第二大世纪。太上老君从虚空降世，为太初之师，“口吐《开天经》一部”，四十八万卷，一卷有四十八万字，一字辟方一百里，以教



伏羲

太初。天地于此时产生，太上老君遂创造了日、月、人等天地精华。道家用太极图或用“二”，象征混沌初判、阴阳分明的第二大世纪。

太初后，道教进入了创世的第三大世纪，即太始。这时，太上老君下凡为师，“口吐《太始经》一部，教其太始置立天下”、“太始者，万物之始也”。太始既歿，以后便有太素世纪。老君下降为师。“太素已来，天生甘露，地生醴泉，人民食之，乃得长生。死不知葬埋，弃尸于远野”。此前历史称为“上古”时期。

中古时期开始于混沌之状，经历九宫、元皇、太上皇、地皇、人皇、尊卢、句娄、赫胥而至太连。太连之时，“天生五气，地生五味，人民食之，乃得延年”。在太连之后，进入下古时期，首有“伏羲”。老君下凡为师，名宛华，又名郁华子；教示伏羲，推旧法、演阴阳、正八方、定八卦。

下古时期的人民有名无姓，世上没有五谷杂粮，“皆衣毛茹血，腥臊臭秽，男女无别，不相嫉妒，冬有穴处，夏有巢居”。伏羲后而有女娲，女娲后而有神农。

神农之时，老君下凡为师，说大成子。“作《太微经》教神农尝百草，得五谷，与人民播种，遂食之以代禽兽之命也。”神农歿后而有燧人。燧人时，老君下凡为师，“教示燧人钻木取火，续日之光，变生为熟，以除腥臊”。

道教名称来源

道教名称来源，一则起于古代之《易经》，这是一部既古老又新奇，既陌生又熟悉，既高深莫测，又简明易懂的书籍，是一部解开宇宙人生密码的宝典；二则起于《老子》的道学论著，首见于《老子想尔注》。

道教奉老子为教主，因为道教思想的最早可追溯至老庄道家哲学思想。值得注意的是：道教与道家是决然不同的两回事。道家所讲的道学并非宗教，同时道家也不主张立教。

《老子》是道家学说的传世经典之一，被后世的张道陵等人奉为“经书”，

并不是“太上老君”为布道而写的道教经书。一般学术界认为，道教的第一部正式经典是《太平经》，完成于东汉时期，因此将东汉时期视作道教的初创时期。

道经记载的道教历史

据道经记载：道教起于渺渺浩劫之先，天地未分之时。宇宙混沌，日月未光，太上老君生于其间，化名为盘古。经过五太，即太易、太初、太素、太始、太极，轻清上浮、重浊下凝而开天辟地；又由玄元始三炁，化生三天。老君以双眼化为日月、毫毛化为星辰、肌肉化为丰沃的土壤，骨骼化为坚硬的岩石、呼吸之气化为风云、声音及眼中的神光化为雷电，身中的血脉化为江河湖泊、头发化为草木。

由此推演，随着阴气的上升和阳气的下降，万物生成而人伦兴远。于是老君返于天宫，以太虚为体，太微为宅，而后老君数次化身，历经八十一化。轩辕黄帝时，化身为广成子，授予黄帝养生之道；春秋时化身为老子，传授《道德真经》，教关尹子以修真之法，由此道教兴盛起来。

春秋时期，老君又传道于东华帝君王玄甫；汉代，东华帝君授道于正阳祖师汉钟离；至唐代，正阳祖师授道于纯阳祖师吕洞宾；北宋末年，钟吕二仙降于甘河桥上，授予重阳祖师王重阳以至道。重阳祖师汇四海宗风于一坛，在活死人墓中苦行修炼，传道于山东重阳道观。全真七子继承宗风，传于后世，教法遂大兴于世。

道教的世界观与生命观

道教认为，人的世界和天的世界是相对应的。天上有什么，人间也有什么。天中有日月，人身有阴阳；天中有五行，人中有五脏。

于是众人是天的副本，也因此衍生出中医医学的理论基础，所以古时有十道九医的说法。我国古时有名的中医名家很大一部分都是道士或者与道教相关的人物。

道教的物质世界与精神世界

道教认为，人是由魂和魄两部分构成的。魂是肉体层面的，魄则是精神层面的，一魂一魄则暗合阴阳。独阳不生，孤阴不长，两者不能单独存在。

第一章 教义概述

教义，指一种宗教所信奉和宣扬的神学道理思想。既然教义是宗教的核心思想，那么随着宗教漫长的发展，它必然有着一个自我完善的过程。

那么，道教的教义是如何完善的呢？所称的道教三宝又指的是什么呢？

道教三宝

道教原以元始天尊所幻化的玉清天宝君、上清灵宝君、太清神宝君天界三神，为道教三宝，尊为最高之神。

又因道教以学道、修道、行道为本，故将学道、修道、行道的修行三要旨，尊为三宝。一为学道者，以玉清元始天尊为道宝尊，上清灵宝天尊为经宝尊，太清道德天尊为师宝尊，作为皈依奉道之“道、经、师”三宝；二为修道者，以人身之“精、气、神”为修养性命，是为出世的人之三宝；三为行道者，以“慈、俭、让”为立身行道之本，是基于老子《三宝章》记载的：“我有三宝，一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。”

道教的宗旨

道教的宗旨是“仙道贵生，无量度人”、“炼形存神”、“形神俱妙”、“与道合真”、“乐生贵生”。道教是对生命积极追求的宗教，而且非常注重肉体 and 精神的统一性。救人拔幽多就表现在对道教医药的钻研和在度幽法事上对幽魂的怜悯。

道教以忠孝为根本，以敬天法祖、利物济人为要务，以自由、平等为原则，在学道、修道与行道之中，追求无拘无束，顺其自然的境界。

道教的基本教义

道教以“道”为最高信仰和修行的终极目标。围绕“道”这一精神核心，在道教的发展演变过程中逐渐形成了教理教义。任何一种宗教都有信仰，而对宗教

信仰内容的阐述即为教理。

为方便宗教徒对教理的把握，宗教人士在教理中提炼出简明扼要的几个字或几句话，便于教徒记诵，以此作为指导教徒日常修持的教义。

道教以《道德经》的思想为主要教义，倡导尊道贵德、重生贵和、见素抱朴、抱元守一、清静无为和慈俭不争。道教认为“道”是宇宙的本体，万物的本原，万物运行的规律；而“德”是道的外化及功能，泛指人世间的伦理道德纲常。

神仙是循德而上，在精神和肉体及伦理道德上超越于世俗的精神实体。神仙既是道的化身，又是人类道德的楷模。故道教徒尊道贵德，期于与道合真，形神具备，成为神仙。

“我命在我不在天”是道教的又一重要教义，意为人的生命长寿与否取决于自身，并非取决于天命，泛指命运并非掌握在别人手中，更不是掌握在某些无形的神秘力量里，而是掌握在自己的手里。这种“我命在我不在天”的积极思想，是道教修行、改变命运的根本指导思想。

就健康生命而言，人通过服食药物，行气导引，达到延长寿命的目的，并在没病之前进行调养，使之得到健康。正如古人所说：救济受灾的人民，帮助他们解决困难，不如防患于未然，将灾祸消灭于萌芽状态之中。

道教的基本信仰

道教的基本信仰是尊奉老子道学经典《道德经》。道教主张道是“虚无之是，造化之根，神明之本，天地之元”、“万象以之生，五行以之成”。也就是说，宇宙、阴阳、万物都是由道化生的。

道教认为在宇宙中，除了人居住的世界外，还有神仙居住的世界称为十大洞天，三十六小洞天和七十二福地。道化为三种气，再化成三位至高无上的神，即元始天尊、灵宝天尊和道德天尊。

道教信奉的神众多，拥有庞大的神团系统。如三宫、四御、四值功曹、六丁六甲、三十六天罡、七十二地煞、玉皇大帝、王母娘娘、真武大帝、东岳大帝、碧霞元君、斗姥元君、骊山老母、关圣帝君、城隍、土地、灶君、门神等。

“道”信仰的另一个重要内容是相信人可以长生不死，可以成仙。道教认为，道具有永恒的生命，获得它、保持它便可长生，这个过程称为“德”。

“德”即得，是得道之意，因此人可以通过修道而长生不死，得道成仙。

道教追求长生，相信人通过修炼可以长生，不仅可以享受人间的幸福，而且可以返本还原，与道同体，肉体永生，白日飞天，长存仙界。

道教教义的形成过程

任何一种思想体系的形成都有一个发端、成长和演进的过程，道教的教义思想体系同样如此。

东汉末年，道教在初创时主要是继承两汉道家中有神秘主义色彩的方仙道和黄老道的思想成果，在自己的教义中形成了对天道、地道、人道和鬼道四要素基本内容的认识。



东晋葛洪

魏晋南北朝时期，东晋葛洪《抱朴子·内篇》和齐梁陶弘景《真诰》等著作，对道教教义的发展重点在于全面阐述其宇宙观和神仙观，充实了道教四个要素的基本内容。

隋唐五代和北宋时期，道教教义体系逐渐构建完成，以道和德为核心的四要素结构逐渐完善。

南宋以后，随着道教丹术的发展，教义思想则主要以探究人的禀赋为重点，并且采用了儒家中心性之学的某些观点充实道教的理论内容。

清末，由于社会的演变和发展，道教本身失去了朝廷的扶持，教义思想又未能适应社会生活的急剧变化，所以道教教义体系逐渐缺乏活力，其影响也逐渐减退。

新中国成立后，在宗教信仰自由政策的引导下，本着爱国爱教的精神，道教教义的内涵正逐步适应社会主义发展的要求和需要，保持宗教生活的健康发展，在充实人们的精神生活、维护社会的稳定方面发挥着有益的作用。