

道教生命觀之研究

郭秀娟/中華醫事學院通識中心信仰與生活、宗教與文學專任講師

摘要

道教吸取民間信仰加上宗教活動形成許多宗教儀式，在西元前四世紀、三世紀屬道教與黃老學派。在西元三世紀道教與老莊學派之教家結合形成玄學派，道教之創始人為老子，但老子本人並無意做教主。

道教在哲學方面之貢獻很大，與儒學佛學共稱為中國哲學，但也有基督教長老們以為道教之道與天主之道同，上帝與玄天上帝同，故基督教之精神也成為中國哲學之一部份，基於博愛之精神，哲學似乎也中西合一了。

道家在西元前五世紀到二世紀即戰國時代到西漢前期就與儒家、法家相並立。

道教成立於西元後二世紀到東漢，延至今猶存，成為中國信仰之特色，道教是屬多神教，結合儒教之禮儀巫術，道家之生死觀講究養生、長命，死後又期盼成神仙得以長生，雖死猶生，做仙了，在民間亦有仙公廟、仙姑廟等神廟。道教之派系分正一派與全真派，正一派偏向居士修行全真派則有道觀、著道服、素食為生。在儒家思想講究道德人生之影響下世俗人有意追求自我意識，以求身心之均衡，精神上之舒解，在道教思想之層面上十分講究怡然自得，無為而治，柔能克剛。

關鍵詞：1.道教 2.道家 3.全真派 4.道觀

壹、前言：道教之內涵：

道家思想在道家豐沛之生命力下也呈現出豐盛之一面，道教講究養生、風水、方位、命理，吸引許多民間習俗，道教有其實際生活面，因為注重養生所以產生許多養生之道，如穴脈與養生、練功養生、仙丹養生、氣功養生。

道教主張信徒們在死後採火化可升天這與回教大不相同了，回教徒認為凡人不可採火葬，而道教既是重養生及長生不老死後成仙，則道家稱老子為聖祖大道玄元皇帝，又稱《道德經》為〔太上玄元皇帝道德真經〕。

道家思想中之有與無相似，似無而獲有，有身等於無身，身體終獲長生，思想上雖此，但道教卻以實際之行動來獲長生道家反社會階層，主張無為而治，但道教卻主張以實際之行動來治國乃取儒學之儒風，也談治世問題，這也是道教形成中國本土宗教之主流因素。

全真道就有把佛、儒、道三教綜合之傾向，如不婚、庵院、道服、吃素、修心修性，又具有儒家之治世觀，仁義、道德加上道教之本土教義形成全真道之道教。

道家哲學是人在追求願望時一生辛苦無法放下之精神依靠，也是人生腳步不斷在調整下之精神鼓勵，道家之哲學告訴人長期之耐性必能克服困難。

貳、道家哲學之生命儀典與養生：

由於道教是多神教，神明聖誕舉辦許多儀典，稱為科儀典禮，道教齋儀例如：設壇擺供、焚香、化符、宣戒、上章、誦經、贊誦，配有燭燈、禹步、齊醮音樂（註一）。

道教之生命觀，以為人由外形及神靈結合，形與神合才成人，或分了就成神或鬼，要長壽只有保養神並修煉形，人存在大自然中吸取大自然之精氣永保形神合一可得永生，結合道學之理論：人要清淨，少有欲望，不可七情如喜、怒、憂、思、悲、恐、驚旺盛，特別重視食物養生，重視人體精氣之守護，精、氣、神是人體身體之三要。

道家之宇宙論與內丹之修煉，認為人要修性、修命，全真道教以為修性可修命