

南 華 大 學

(宗教學研究所)

碩士論文

魏晉南北朝道教齋戒思想之研究

- 以《無上祕要》為中心

The Research on Daoist Jai- Jie Thoughts
During The Period of Wei , Jin . Southern and
Northern Dynasties: Centering on The
「Wu-Shang Mi-Yau」.

研 究 生：張景賢

指 導 教 授：黃國清博士

中華民國 101 年 12 月 21 日

南 華 大 學

宗 教 學 研 究 所

碩 士 學 位 論 文

魏晉南北朝道教齋戒思想之研究-以《無上秘要》為中心

研究生：張景賢

經考試合格特此證明

口試委員：曾金陣

黃國清
廖俊銘

指導教授：黃國清

系主任(所長)：吳文

口試日期：中華民國 101 年 12 月 21 日

誌 謝

黃國清先生，您博學的學識及切中主題的指導，使我了解論文的癥結。您總是鉅細靡遺地指導我，使我了解該如何地繼續深入研究，博覽要書。

謝謝您這段時間以來的鼓勵與支持，使我曉得該如何書寫與修正這篇論文的寫作方式。如果沒有您長時間的諄諄教誨，我將不知如何去完成這篇論文及學業。

在此致上謝忱。若這篇論文有一絲一毫的成就，都要歸功於支持我的您黃國清先生。

感謝在心

中文摘要

「齋戒」幾乎存在於中國的每個民族，最初做為宗教祭祀的前置儀式，它的作用是淨化、聖化齋戒身心者，使其能與神明溝通。道教齋醮之儀，源於儒家的祭祀儀式，經南北朝上清、靈寶兩派及南北天師道道士之推演，發展成為體系。道教注重修齋，有設供齋、節食齋、心齋，道教自稱首重心齋，以求專志於一，虔誠其心。齋、戒、醮、懺之間具有密切關係，在形式上雖有所劃分，但在祭禱活動中常互相混融。大體上齋重齊心，戒重規範，醮重祈恩，懺重謝罪。道教齋懺實踐，並非來源於佛教，東漢已開始流行。《太平青嶺書》中便已有懺，東漢末張魯《老子想爾注》中已有九行九不行的規定。在《無上祕要》中卻多次的談及齋戒、齋上、懺悔和各種的應用齋法。如「齋戒品」、「靈寶齋宿啓儀品」、「三皇齋品」、「塗炭齋品」、「盟珍齋品」、「三元齋品」、「金籙齋品」、「黃籙齋品-」、「太真下元齋品」、「太真中元齋品」、「太真上元齋品」等等。為瞭解魏晉南北朝以前道教的懺悔、齋戒思想，和齋戒的禮文和禮意，本論文將以典籍《無上祕要》為中心入手以探討齋戒的禮文和禮義，以「史學歷史考據」和「文獻研究」的觀點與方法，思考《無上祕要》的「齋醮」儀式，嘗試為《無上祕要》「齋醮」的各種儀式與禁忌提出解釋。嘗試全面地從道教初期的首過、解罪，到齋戒、誠律的體系形成等一連串過程，尋求到疑問的解答期望能對此探求有所闡釋，進而對後來有意研究者有所助益。

關鍵字：齋戒、齋醮、道教、無上祕要

Summary

Zhai-Jie, a kind of pre-rites before many important ceremonies or events in Chinese culture, concludes several significances: purification of both physical and mental. Consecration, and seclusion. At first, Zhai-Jie was supposed to be a religious pre-rites. As time went by, in the period before the Wei Jin South - North Dynasties, the using and meaning of Zhai-Jie has changed: from only religion and to both religion and thinking.

The stem of an altar and praysin Taoism seems from Confucianist's sacrificial ceremony, pass through the Wei Jin Southern Northern Dynasties and Ling-bao gradually complicated. The Eastern Han Dynasty is popular it.

Taoism pays great attention to Zhai-Jie ,and said that the first center of gravity is Shin -Zhai, all attention and remembers in order to one, reverent his/her heart.

"Tai Ping Ching Ling Shu " then had warns, Eastern Han Dynasty Zhang Lu "Lau Tz Shiang Er Ju" had ziuo shin and ziuo bu shin stipulations, later also has. “ Lau Tz Shiang Er Jie.” .

In " WU-Shang Mi -Yau " actually multiple refers to Zhai-Jie, Chi-Shang, Chan-Huei (confession) and all kind of application Zhai-Fa(ways of.abstention),, such as “Zhai-Jie Pin” , “Ling-bao Zhai Su Chi Yi Pin ” , “San Huang Zhai Pin” , “Tu Tan Zhai Pin” , “Meng Jen Zhai Pin” , “San Yuan Zhai Pin” ,, “Jin Lu Zhai Pin” , “Huang Lu Zhai Pin” , “Tai Jen Shia Yuan Zhai Pin” , “Tai Jen Jung Yuan Zhai Pin” , “Tai Jen Shang Yuan Zhai Pin” etc.,

In order to understand Taoism Chan-Huei (confession), Zhai-Jie(fasting) thought , and the meaning of Zhai-Jie, before Wei Jin Southern and Northern Dynasties, This paper will take " WU Shang Mi Yau " as the center to collect all datas of Zhai-Jie, and use the “history textual analysis and criticism” and “thought research” , to pondered the ceremony of " Jai-Jiau “ ,also to explain each kind of ceremony and taboo on the " WU Shang Mi Yau ".As it should be to starting from Taoism initial period (Shou-Guo → Jie-Tzuei → Zhai-Jie → Jie-Li), to seek the answer of the question.

“Keywords: Zhai-Jie(fasting), Chan-Huei (confession), Jai-Jiau , Daoist, " WU Shang Mi Yau "

研究目次

誌謝-----	i
中文摘要-----	ii
英文摘要-----	iii
第一章 緒論-----	1
第一節 研究動機與目的-----	1
第二節 文獻回顧-----	3
第三節 研究方法-----	9
第四節 論文架構-----	11
第二章 齋戒之源流與道教的關係-----	13
第一節 儒家齋戒的意義-----	13
第二節 「齋戒」的理論與精神-----	21
第三節 道教「醮」、「齋醮」的意義及其與「齋」的差別-----	28
第三章 道教的齋醮思想與《無上祕要》的編纂-----	40
第一節 道教的起源與齋醮源流-----	40
第二節 道教科儀的初創、修訂與整理-----	48
第三節 《無上祕要》的編纂、源流、徵引及內容結構-----	50
第四章 《無上祕要》的戒律-----	55
第一節 儒家的道德規範-----	58
第二節 《無上祕要》的「洞真戒品」-----	69
第三節 《無上祕要》的「洞玄戒品」-----	88
第四節 《無上祕要》的「洞神戒品」-----	105
第五節 「禁」、「戒」、「科」、「律」；（三皇齋品）-----	112
小結-----	116
第五章 《無上祕要》的各種齋法-----	122
第一節 齋事的宿啓儀-----	124
第二節 洞神與正一派的齋品-----	131
第三節 靈寶派的齋品-----	137
第四節 上清派的齋品-----	155
第五節 「三十二天讚頌品」—右出《洞玄空洞靈章經》-----	163
小結-----	166
第六章 結論-----	172
參考書目-----	184

第一章 緒論

第一節 研究動機與目的

中華文化源遠流長，長江黃河兩岸孕育了不少禮儀文化。而「禮」在中華文化中是佔有很重要的部份。上至天子下至百姓，無一不受禮制的規範與約束。而在中國漢民族的古禮制中，最重要且有遺傳至今的禮制就有「祭禮」。在《禮記·祭統》說：

夫祭有十倫焉；見事鬼神之道焉，見君臣之義焉，見父子之倫焉，見貴賤之等焉，見親疏之殺焉，見爵賞之施焉，見夫婦之別焉，見政事之均焉，見長幼之序焉，見上下之際焉，此之謂十倫。

倫謂義禮之次序也。¹聖人以神道設教，故於祭之中而十倫具焉。可知當時祭祀的功能，已將十種倫常實踐為生活教育的禮節，而不僅是一種宗教儀式而已。荀子的《禮論》說：

故曰：祭者，志意思慕之情也，忠信愛敬之至也，禮節文貌之盛矣。苟非聖人，莫之能知也。聖人明知之，士君子安行之，官人以為守，百姓已成俗。其在君子，以為人道也；其在百姓，以為鬼事也。

荀子簡扼地說明祭祀的意義和功能。認為祭祀是人以禮節制度來表達對鬼神的思慕與愛敬之心，而去從事禮節之儀式表現也。君子知道祭祀是一種人道的精神，而百姓卻認為祭祀是一種與奉祀鬼神的宗教行為。所有人無不受祭祀禮節的影響。

祭祀既然是人以禮節制度來表達對鬼神的志意思慕與忠信愛敬之心情，而去從事禮節之儀式表現，而且是君子所認知的一種人道的精神。這麼如此受到重視的儀式，人們理在在從事如此祭祀儀式之前，應做某一些的前置作業。古漢族在做祭祀儀式的前置作業，即是會先進行「聖化」與「淨化」前置作業，此種儀式就被稱作「齋戒」。「淨化」是洗滌淨盡身心的汙穢，「聖化」是能讓參加祭祀儀式的人，包括儀式主持者和參與者，能獲得與神溝通的能力與能量。要如此的「淨化」與「聖化」賦予具體的表徵，就是得沐浴全身、更換衣著、禁吃葷食和確實遵守要求的禁忌與規則，如此方能讓身心淨化到預期能與神溝通的地步。這種「齋戒」的過程，許多宗教在舉行祭祀儀式之前都會做的。

¹ 孫希旦，《禮記集解》（臺北：文史哲出版社，1990年），禮記卷47，祭統25，頁1243。

因此「齋戒」在中國古文化與禮制中，是相當重要的環節。而道教齋醮之儀，在《太平經》卷 72〈齋戒思神救死法〉已有齋戒²，東漢末張魯《老子想爾注》中已有九行、九不行的規定。稍後又有《老子想爾戒》。經南北朝上清·靈寶兩派及南北天師道道士之推演，而逐漸繁複，又揉合了儒、道、釋三種文化的理念，「齋戒」的禮儀變得相當的豐富且複雜的內涵。

道教利用齋醮的活動來推展其信仰，認為這樣的行為可以擺脫生死的困厄災難，祈求能夠達到延年益壽的目的，道教徒因而藉此手段來作為修練自身、進而能達至成仙的無上大道。所以上有帝王諸侯，下到平民百姓，若逢國家有遭遇到兵亂或天災，亦或個人想求得福份，解除災厄或病痛，都可以藉由道士的參與施為而達到祈求、拜願的目的。在《太上說中鬥大魁保命妙經》說：

於有災之日，或於本命之日，或於三元八會之辰，鋪設靜壇……醮謝罪業，真聖歡喜。益算延年，無願不從，九祖升天，名籍仙都，逍遙上清。

3

由於此種齋醮的宗教行為符合現世的利益，普羅大眾接受度高，就成為推動道教信仰的重大力量。唐玄宗時代，詔各地玄元皇帝廟每年依道法齋醮，這就是官方例行性的正式宗教活動。

在這些齋醮的儀式進行的過程中，道士透過上香、吟誦、步罡踏鬥、上章拜表、投詞獻款等方式，構成與神靈溝通的管道，藉以表達願望，以實現修齋的目的。他們利用詩歌結合道曲誦揚仙真；又以駢麗典雅的文辭，仿官方表奏形式，向神靈表述內心的懇求，「青詞」作品應用在儀式中傳達了宗教的訴求。

4

道教科儀從東漢初創時的簡單形式，歷經南北朝寇謙之、陸靜修等人的修訂、增加，到了唐、五代張萬福及杜光庭等人的整理，日趨完備。又有唐代統治者以老子後代自居，對道教大力提倡，積極舉辦並參與道教齋醮活動，使道教呈現大盛局面。

瞭解道教文化必有助於吾人理解中國文化的不同層面，而齋醮的儀式活動正是道教文化的特色之一。《無上秘要》為目前所知最早的道教類書，北周武帝宇文邕敕纂。此書摘取了三洞四輔道典精要，分品纂錄，內容包括天地人三界，洞天山水，眾聖本跡、宮室輿服、齋儀科戒以及修真養身、服食飛升諸方術等。

² 《太平經》卷 72〈齋戒思神救死法〉雲：「先齋戒居閑善靖處，思之念之，作其人畫像。」參見王明著，《太平經合校》（北京：中華書局，1997 年），頁 292。

³ 〈太上說中鬥大魁保命妙經〉，《正統道藏·洞神部本文類》，冊 19，傷字號，頁 21。

⁴ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》（臺北：新文豐，2003 年），頁 5。

在此部經典《無上祕要》中多次的談及齋戒、齋上、懺悔和各種的應用齋法如〈齋戒品〉、〈靈寶齋宿啓儀品〉、〈三皇齋品〉、〈塗炭齋品〉、〈盟珍齋品〉、〈三元齋品〉、〈金籙齋品〉、〈黃籙齋品〉、〈太真下元齋品〉、〈太真中元齋品〉、〈太真上元齋品〉等等。要研究魏晉南北朝以前道教的「齋戒」、「懺悔」思想，及其理論依據，本論文的研究將回歸到典籍《無上祕要》，以它為研究核心。首先，研究「齋戒」的源流及其重要性；其次，探討「齋戒」的理論與精神；以及道教與「齋」之關係，接著探討齋戒的外在淨化、體內淨化與聖化，和齋戒的隔離；最後、深入《無上祕要》的「齋戒」、「懺悔」思想，以及《無上祕要》各種齋法的具體細節。冀望能將魏晉南北朝以前道教的「齋戒」、「懺悔」思想，通過《無上祕要》記述內容的探討，給出系統和深入的思想展示。

道教齋醮之儀，在南北朝以後出現的條文繁瑣的戒律，其內容或有仿效於佛教⁵。「齋戒」儀節在此時期是極其重要，但對於此時期的「齋戒」較周詳的整合與分析卻仍缺乏。目前可見的單篇論文或專門著作卻仍欠缺，學者對於齋戒較少有全面觀照的著作。至於齋戒理念與齋戒儀節的研究論文，尤其是以經典為中心來討論魏晉南北朝時期以前道教的「齋戒」、「懺悔」思想，則尚未得見。因此以《無上祕要》為中心，此時期以前的齋戒思想的全面性研究，實為相當的值得探索與研究。⁶因此，本論文之研究動機與目的主要有三點：

一、考察魏晉南北朝的時期中，齋戒思想的源流、意義，瞭解道教的觀點，及其與中國儒家與宗教文化的關係。

二、論述早期道教科儀從東漢初創形式，經南北朝寇謙之、陸靜修等人的修訂，以及唐、五代張萬福及杜光庭等人的整理，這一體系化的過程。

三、探究《無上祕要》的齋戒懺悔思想和各種齋法的內容，分析歸納各個儀式的觀念與操作方法。

第二節 文獻回顧

「齋戒」在中國古文化與禮制中，是相當重要的儀節。而道教科儀中的修齋奉戒，乃是淵源自周代禮制中的齋戒⁷，為祀上帝、祭祖或在婚禮敬告祖先神靈之前必須遵守的戒、絜習俗，又經南北朝時代上清、靈寶兩派以及天師道

⁵ 道教齋法的強調是受了佛教的影響，而且其關鍵人物是北魏寇謙之。參見鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》（臺北：台灣商務印書館，2002年），頁271。李憲章，〈道教齋儀的開展與現代的醮〉，《中國學誌》第5本「道教專號」（日本：泰山文物社，1970年），頁5-12。

⁶ 張明嫻，《先秦齋戒禮研究》（臺北：國立台灣大學中國學系博士論文，2010年），頁1-2。

⁷ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》（臺北：台灣商務印書館，2002年），頁273。

道士之演化改造，逐漸繁複。「齋戒」的禮儀變成具有相當的豐富且複雜的內涵。因此現在所見「齋戒」與魏晉南北朝以前的「齋戒」已有相當的差異性。

自古以來，學者對於古「齋戒」的專門討論相當少，更少見到以專書或專論去討論「齋戒」儀式的進行方式，只見在解釋經典時順便帶過。古代雖有部分書籍論及「齋戒」的觀點，但總缺乏整體性的著作成果，目前比較具有參考價值的「齋戒」討論有二：一為清人趙翼的單篇筆記，二為秦蕙田的通論性著作。清趙翼所著《陔餘叢考》是清代著名學者趙翼所撰的一部學術筆記，全書四十三卷。在《陔餘叢考》卷 21 有一則〈齋戒不忌酒肉〉文，這是一篇以讀書筆記形式討論「齋戒」與食物之關係。吃肉、喝酒、吃葷，是為古時儒者討論古漢人齋戒之專文。趙氏此篇文章都集中在齋戒的飲食禁忌上。文中先引《論語·鄉黨》之「齊必變食」和《莊子·人間世》之不飲酒、不茹葷開啓始，接著引用了《禮記》、《荀子》、《國語》等秦漢的文獻，再引唐宋文人對於葷、素概念與架構之演變，是為齋戒飲食之學術研究筆記。秦蕙田所著的《五禮通考》⁸有談及祭祀之前的「齋戒」是第四卷及第八十六卷。第四卷部分是談及「圜丘祀天」的祀天儀節部分，其中有談到小部份先秦的齋戒。引用典籍有《周禮·天官》的〈膳夫〉、〈玉府〉、〈鬯人〉、《禮記》的〈祭統〉、〈曲禮〉、〈內則〉、《荀子·哀公》；第八十六卷部分則談「宗廟時享」宗廟享祭及齋戒之事。其引用典籍為《周禮·天官·膳夫/玉府/鬯人/》、《周禮·春官·世婦》、《禮記·玉藻/祭統/曲禮/禮器/郊特性》等。第四卷所理的齋戒項目是食、衣、住、行方面，又加齋戒規範及思想。第八十六卷所處理的是沐浴、飲食、衣飾、禁忌，齋戒別名、思想及地點。典籍資料是以《周禮》《禮記》中有關齋戒的文字為主軸，言簡意賅，是架構古漢族的齋戒內容樣例。⁹

民國成立以來，西方研究方式的影響日深，以「齋戒」為研究題材漸漸增多。依研究成果可分類為研究中國道教齋戒的著作和研究中國儒家的著作兩類：

一、 研究道教齋戒的著作

研究道教齋戒的張澤洪 1999 年的《道教齋醮科儀研究》¹⁰對唐代、宋代道教齋醮及對唐、宋、元、明各代的科儀活動、科儀經書的編撰、齋醮特點及帝王對齋醮的態度、政策等作了論述。文獻豐富，論據充足，可資參閱以瞭解齋醮科儀的部分歷史。其 1996 年的《道教齋醮源流芻析》，內容談及齋醮是中國道教獨具特色的祭祀儀式，是道教發展歷史的重要內容。齋醮作為一種祭祀文

⁸ 清·秦蕙田撰，《五禮通考》（臺北：正光書局，1971 年），冊 1，頁 401-402。

⁹ 張明娜，《先秦齋戒禮研究》，頁 3-4。

¹⁰ 張澤洪，《道教齋醮科儀研究》（成都：巴蜀書社，1999 年）。

化現象，能夠流傳千載，演習至今，其蘊含的神學意義和宗教功能，是它存在的理由。而植根於中華傳統文化土壤的道教齋醮，不能不從先秦祭祀文化中汲取營養，先秦宗法宗教的祭祀理論和觀念，為道教齋醮所繼承。天、地、人是中國古代宇宙觀最基本的要素，先秦時已經形成，並成為祭祀的主要對象，先秦時期的祖先崇拜，已經形成相當成熟的祭祀理論。齋醮之醮，亦源於先秦祭祀之名。據《儀禮》記載：古代冠禮要行一醮、再醮、三醮，醮禮中念頌者為醮辭。在道教內部，也有齋醮源於古代祭祀之說。《道門定制·序》說：「道門齋醮簡牘之設，古者止符篆朱章而已，其他表狀文移之屬，皆後世以人間禮兼考合經教而增益者。」¹¹

另外，張澤洪的《唐代道教齋醮》（《上海道教》，1994年第2期）、《宋代道教齋醮》（《宗教學研究》，1996年第1期）、《宋代齋醮的特點》（《宗教哲學》第二卷第二期，台灣宗教哲學研究社，1996年4月版）等文，對唐、宋、元、明各代的科儀活動、科儀經書的編撰、齋醮特點及帝王對齋醮的態度、政策等作了論述。

周西波 2003 年的《杜光庭道教儀範之研究》¹²主要注重於道教文獻之整理與爬梳，除了對杜光庭各類儀範之綜合整理與介紹外，儀節與文體是構成其儀節之主體內容。其探討之所得突顯杜光庭儀範所具稀有文獻之價值，並可藉以校補、認定敦煌道教寫卷之文字與性質，和訂正杜光庭儀範中部份文學作品時代認定之錯誤，可歸杜光庭儀範中規格化、程式化之現象，又呈現杜光庭道教儀範中典雅化、文學化之傾向，最後確定杜光庭促使黃籙齋儀普及與興盛之貢獻。

呂鵬志 2008 年的《唐前道教儀式史綱》¹³本書完整地論述了道教儀式在唐代以前的歷史演變過程。認為，在五世紀以前，天師道儀式與南方方士儀式各自發展，到東晉時期互相產生影響。自五世紀以降，融攝南方方士傳統、天師道和佛教的靈寶科儀興起，且因劉宋陸修靜加工整理而變得更加成熟完善，新舊各種道教傳統大都借鑑或倣倣靈寶科儀，道教儀式向靈寶化的方向發展。南方和北方的道教儀式原有較大差異，至北朝後期，北方道教幾乎全盤採納南方靈寶化的道教儀式，南北道教儀式基本上趨於一致。

陳耀庭 1994 年的〈照徹幽暗，破獄度人—論燈儀的形成及其社會思想內容〉¹⁴，載《道家文化研究》輯 5，該文指出道教的分燈科儀經書，清代以來行

¹¹ 張澤洪，〈道教齋醮源流芻析〉，《宗教學研究》，第 3 期，（大陸：四川大學道教與宗教文化研究所，1996 年）

¹² 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》（臺北：新文豐，2003 年）。

¹³ 呂鵬志，《唐前道教儀式史綱》（北京：中華書局，2008 年）。

¹⁴ 陳耀庭，〈照徹幽暗，破獄度人—論燈儀的形成及其社會思想內容〉，《道家文化研究》，輯 51，1994 年。

用的是《金籙分灯卷窗科儀全集》現收于《藏外道書》冊 17。此科本先行分灯儀、後行卷廉儀，實際是兩種科儀的合集。該文認為世界上許多宗教都有天堂地獄之說，而道教的高明之處在于，造作出內蘊豐富的灯儀，要從根本上擊破地獄，拔度幽魂出獄，這是其它宗教不可企及的。

詹石窗 1999 年的《寧全真科儀著述與醫學養生》¹⁵，該文通過南宋寧全真所述《上清靈寶大法》的考析，說明道教科儀中包含著一些醫學養生的義理。指出該經內的咒語詩詞盡管映射著宗教神秘主義的內容，但從所創造的境界看，卻有一定的精神治療的功能，這值得今人加以總結。¹⁶

二、 研究儒家齋戒的著作

研究儒家齋戒的張明娜 2000 年《先秦齋戒禮研究》的先秦「齋戒」的禮文與禮義研究。¹⁷是由人類學切入，先秦的齋戒俱有淨化、聖化、隔離之功能；再由傳統禮學切入，先秦的齋戒就有了謙恭、儉樸、莊嚴、誠敬四種特色，將功能與特色合而觀之，就是「敬」與「淨」，也就是說：先秦的齋戒結合了「敬的思想」與「淨的儀式」，成為對鬼神、人事表達敬意的良途美徑。

紀志昌 2000 年的〈「誠」與「齋戒」——從祭禮到哲學的轉化〉¹⁸討論的齋戒哲學。從祭禮中「誠」與「齋戒」的前置作業，如何轉化到齋戒哲學思想。林素娟 2008 年的〈飲食禮儀的身心過渡意涵及文化象徵意義——以三禮齋戒、祭祖為核心進行檢討〉¹⁹中探討飲食在古漢族齋戒中的飲食禮儀的身心過渡意涵及文化象徵意義。

林榮澤 2003 年的《持齋戒殺：清代民間宗教的齋戒思想研究》²⁰所探討的齋戒信仰活動，是指利用「庵堂」、「齋堂」或「佛堂」等聚會場所舉辦之「吃齋」、「作會」、「齋供」等的宗教性活動。這些齋戒活動，關係著一教一派的發展。當舉辦「齋供聚會」時能否成功的吸引信眾加入，就是此一教派齋戒活動社會影響力的展現。經由本文探討可以發現，清代官方何以要對民間宗教的吃齋者嚴厲取締，並非是在禁止人民吃齋，而是為防患民間吃齋形成群體意識。其次，中國民間宗教為何多重視齋戒，應不只是在修行，其真正的目的是在吸

¹⁵ 詹石窗，〈寧全真科儀著述與醫學養生〉，《宗教學研究》，期 2，1999 年。

¹⁶ 張澤洪，《道教禮儀學》，（北京：宗教文化出版社，2012 年），頁 54-55。

¹⁷ 張明娜，《先秦齋戒禮研究》，頁 5-6。

¹⁸ 紀志昌，〈從祭禮到哲學的轉化〉，《哲學與文化》，27 卷第 11 期（2000 年 11 月），頁 1084-1092。

¹⁹ 林素娟，〈飲食禮儀的身心過渡意涵及文化象徵意義——以三禮齋戒、祭祖為核心進行檢討〉，《中國文哲研究期刊》，（2008 年 3 月），頁 171-216。

²⁰ 林榮澤，《持齋戒殺：清代民間宗教的齋戒思想研究》（臺北：國立台灣師範大學歷史研究所博士論文），2003 年。

收信眾，形成以教首為主的人際信仰圈。這也就是為什麼吃齋者容形成群體意識的原因

林榮澤 2004 年的〈入教吃齋 – 論清代民間宗教齋戒活動的社會影響〉²¹旨在探討此一清代民間宗教發展上的重要機制—教派的齋戒信仰活動。全文分三個主要的部份進行論述，首先是就齋戒的淵源作探討，分就大傳統與小傳統兩方面來分析。前者是就歷代皇帝推動齋戒禁屠的情形作探討，後者是論述民間宗教齋戒信仰的形成背景。其次是就清代官方檔案中有關齋戒活動的記載及《寶卷》《經籍》中有關齋戒信仰的教義內容作分析，以瞭解清代民間宗教齋戒信仰的特色。其三是就官方取締民間宗教齋戒活動，及這些民間齋戒活動的社會文化義涵作分析。

三、研究《無上祕要》的著作

劉琳 1983 年的《無上秘要》解題，證明此書為道教類書。北周武帝宇文邕編纂。宇文邕崇通道教，曾多次召集百官僧道討論釋老義，定三教先後：「以儒教為先，道教為次，佛教為後」。後因群臣、沙門皆持異議，乃於武帝建德三年(574)並廢佛道二教，勒令僧人、道士還俗。因其崇通道教，但仍下詔立通道觀，設學士，選著名道士、僧人百二十人到通道觀研究《老子》《莊子》《周易》。令道士王延校理道書，撰《三洞珠囊》經目。建德六年平齊之後，自纂道書，號《無上秘要》。《唐書·經籍志》、《新唐書·藝文志》、《宋史·藝文志》等均著錄 72 卷。《正統道藏》收有殘本 67 卷，而目錄止於 100 卷，可見原書本為百卷，唐宋已缺 28 卷，至明代編纂《道藏》時，又少 5 卷。此書為我國最早之道教類書，摘取三洞四輔道典精要，分品纂錄。內容包括天地三界，洞天山水，眾聖本跡、宮室輿服、齋儀科戒以及修真養身、服食飛升諸方術等。殘本中所引晉代以來道書多達 290 種左右，為研究漢魏兩晉南北朝道教史的重要資料。²²

鐘來因 1992 年的《〈無上秘要〉與老子《德經》《道經》》，指出本世紀七十年代，長沙馬王堆第三號漢墓出土了兩種帛書《老子》寫本，其次序是《德經》在前，《道經》在後。這種排列次序與韓非子所見《老子》原文次序完全一致。《韓非子集解》卷六〈解老第二十〉，題下注：「盧文弨曰，此及下篇(指《喻老》)當依《老子》各章分段。」²³

²¹ 林榮澤，〈入教吃齋 – 論清代民間宗教齋戒活動的社會影響〉，《中國歷史社會期刊》，(2004 年 7 月)，頁 187-241。

²² 劉琳，〈無上秘要〉，《宗教學研究》，第 2 期，(大陸：四川大學道教與宗教文化研究所，1983 年 7 月)，頁

²³ 鐘來因，〈《無上秘要》與老子《德經》《道經》〉，《學海》，第 1 期，(江蘇：社會科學院，1992 年 3 月)。

丁培仁 2010 年的〈從《無上秘要》看六朝道教關於災難的論述〉，從其引用的道書《無上秘要》大略可以看出六朝道教關於災難的論述。文中分為災難的成因、陽九百六與劫難、禳災度厄的各種方法等三方面，簡要地探討了此一時期道教的觀點。關於災難的成因，其觀點大致可分為自然主義與能動主義。劫運說是關於災難的新說，它結合了本土的陽九百六觀念。而禳災度厄的方法，根據道教的發展歷程，實可區分出防止災難與消除劫難對人類的影響兩條思路。他認為其方法體現出人們希望消除災難的良好願望，當可起到撫慰人心的作用。

24

丁培仁 2011 年的〈從類書《無上秘要》的結構看南北朝道教的教義體系〉，《無上秘要》是北周建德六年（577）平齊後武帝宇文邕主編、由通道觀學士參與編撰的一部道教類書。原共一百卷，有二百九十二品。明道藏存六十七卷，每卷下有品名，然品名與敦煌目有異，且不全；存卷中又有缺品。本文利用敦煌本目錄與明道藏本目錄對校，以見其原來的結構；並將之與教外的類書以及現在尚保存完整的北宋道教類書《雲笈七籤》作了比較，指出《無上秘要》與《雲笈七籤》的同異，還有儒、道兩種類書體現出的兩種不同的觀念體系。又通過對《無上秘要》的結構的具體分析，揭示其編纂思想及整合後的南北朝道教的教義體系。²⁵

周作明 2011 年的《試論現存最早道教類書（無上秘要）》，魏晉南北朝時期，道教上清；靈寶、天師道等道派造作了為數眾多的經文，但除了少數道經（如葛洪《抱樸子》、陶弘景《真誥》）外，多數沒有明確的時代和作者，且多有亡佚。現存《無上秘要》雖非完璧，但它在魏晉南北朝眾多道書中堪稱巨著，具有很高的文獻價值，是研究隋代以前道教和道經不可或缺的參考資料，也是校勘早期道書的重要依據。《無上秘要》共選錄道經一百二十多種，其中上清經 59 種，靈寶經 54 種，此外三皇經、天師道經典有十餘種，其中約 75 種仍見於今《道藏》，不見於今《道藏》者約有 50 餘種。這些散佚的經書大多可依據《無上秘要》的引文窺知其基本內容。²⁶

除了上面所羅列的學術成果外，還有許多有關道教史及介紹道教知識的綜合性書籍、大型工具書也涵蓋有道教齋醮科儀的內容。這些論文專書期刊從多角度、多側面對道教齋戒科儀進行了探討，立意都較高，論點也新穎，不乏真

²⁴ 丁培仁，〈從《無上秘要》看六朝道教關於災難的論述〉，《宗教學研究》，第 4 期，（大陸：四川大學道教與宗教文化研究所，2010 年 12 月）。

²⁵ 丁培仁，〈從類書（無上秘要）的結構看南北朝道教的教義體系〉，《宗教學研究》，第 4 期，（大陸：四川大學道教與宗教文化研究所，2011 年 12 月）。

²⁶ 周作明，〈試論現存最早道教類書《無上秘要》〉，《西南民族大學學報(人文社會科學版)》，第 10 期，（大陸：西南民族大學文學院，2011 年 10 月），頁

知灼見，為筆者的道教齋戒科儀研究開闢了新認識、新視界，引起筆者很大的關注。

因前人所做道教齋懺的研究不多，可資借鑒的材料和觀點相對來說也較缺乏，且對古道教科儀的研究多屬首創性或初步性的。現代的學者們對它的研究就稍多了，道教科儀本身的內容也豐富起來，牽涉也廣泛了，但研究的角度卻與《無上祕要》的齋醮科戒較無相干，因此很難找到與筆者想要探討的「**魏晉身南北朝道教齋醮思想之研究 – 以《無上祕要》為中心**」此一問題的直接相關資料。經由南華大學宗教所師長黃國清教授的指導與鼓勵，筆者始確立此論文題目，著手整理各種相關文獻資料，希望研究成果有助於對一面向問題的解明。

第三節 研究方法

「齋戒」在中國古文化與禮制中，是相當重要的環節。「齋戒」起自先秦，再揉合了儒、道、釋三種文化的理念，歷經兩千餘年的融合與演變，「齋戒」的禮儀變得相當的豐富且複雜的內涵，導致古之「齋戒」與今之「齋戒」有所不同。所不同者多屬「齋戒」之禮文，「齋戒」的禮義仍有其相通之處。因此本論文應由典籍的考察開始，先瞭解早期「齋戒」之禮義，將「齋戒」理論彙整而加以分析，俾能瞭解「齋戒」禮義之演變。由於先秦典籍所載，大多為祭祀儀節，而「齋戒」並非儀式的重心，故先秦的文獻對於祭前的「齋戒」著墨甚少，似乎找不到以「齋戒」為前置儀式的禮節記述，難以明確的描繪、還原「齋戒禮」的實施面貌，所以此處討論以「齋戒」的宗教意義為主。到漢朝時才開始出現較完整的儀節。如劉邦延請韓信的拜將儀式前之「齋戒」，以及「絜齋禱請」君王「齋戒」禱請的求雨儀式。這些「齋戒」的用法應該不是憑空出現，應是前有所本。其次是談「齋戒」場合的擇定。

再來談「齋戒」的理論與精神，道教與「齋」之關係，接著探討齋戒的外在淨化、體內淨化與聖化，和齋戒的隔離，最後、以道教齋懺理論，深入看討《無上祕要》的「齋戒」與「懺悔」的象徵意義與目的。試以「史學歷史考據」²⁷和「文獻研究」的立場與觀點思考《無上祕要》的「齋醮」儀式，嘗試為《無上祕要》「齋醮」的各種儀式與禁忌提出解釋。

一、歷史考據法

²⁷ 杜維運，《史學方法論》（臺北：三民書局，2008年）。

歷史考據將參考杜維運的《史學方法論》，舉凡史料的蒐集、史料的考證、史事的敘述、史事的解釋科學方法客觀立場、忠實態度的維持、純真精神、思想的涵育，皆在該書的討論範圍之內，謹慎立論，平情發揮。所涉及的史學理論與史學思想。如闕疑，懷疑，紀實，求真，是史學的理論，應用在歷史研究上，便成爲史學方法。

本論文如何運用史料？先明史料來源，認清史料的類別及性質後，進一步須對史料作精密的考證。考證史料須具有懷疑精神，「歷史上的智慧，自懷疑始。」²⁸史料考證分爲外部考證(external criticism)與內部考證(internal criticism)。²⁹所謂外部考證，係從外表衡量史料，以決定其真偽及其產生的時間、空間等問題。所謂內部考證，係考證史料的內容，從內容衡量其是否與客觀的事實相符合，或它們間符合的程度。須先研究所用的古典文獻是否爲真本，產生於何時何地？作者爲何人？然後再確定這些古典文獻爲真本，且解決了有關產生的時地等問題以後，再研究這些真本所涉及的內容是否可信。其史料外部考證可從辯偽書，史料產生時代、產生地點和著作人的考證，史料原形的考證；史料內部考證可從記載人信用的確定，記載人能力的確定以及記載真實程度的確定等方面詳言。³⁰

二、文獻研究法

文獻研究法主要指搜集、鑒別、整理文獻，並通過對文獻的研究，形成對事實科學認識的方法。在全面搜集有關文獻資料的基礎上，經過歸納整理、分析鑒別，對一定時期內某個學科或專題的研究成果和進展進行系統、全面的敘述和評論。提出自己的觀點、意見和建議，並依據有關理論，研究條件和實際需要等，對各種研究成果進行評述，爲當前的研究提供基礎或條件。對於具體科研工作而言，一個成功的文獻綜述，能夠以其嚴密的分析評價和有根據的趨勢預測，爲新課題的確立提供了強有力的支援和論證，在某種意義上，它起著總結過去、指導提出新課題和推動理論與實踐新發展的作用。

是以，本研究在史學方法論的指導下，探索《無上祕要》的齋懺思想與科儀內涵之闡述，要求自己對於《無上祕要》本文做反覆的閱讀，同時去瞭解並陳列出在魏晉南北朝前之齋戒思想、道教的齋醮儀式，以得出一個適切的詮釋結果。當然也尊重其他學者著作對於《無上祕要》本文以及魏晉南北朝前之齋懺思想的想法，並給予討論與利用。

²⁸ Allan Nevins, *The Gateway to History*, revised edition, 1962, p.67

²⁹ 這種分類法，是來自德國史家班漢穆(Ernst Bernheim, 1854-1937)伊始，以後歐美史學家與中國史學家相繼沿用。

³⁰ 杜維運，《史學方法論》，頁 151-162。

在具體操作方法上，首先，羅列出魏晉南北朝以前的齋戒思想，瞭解其來源、意義、種類及其目的用法。其次，探討道教齋戒儀節的起源、內涵。第三，熟讀《無上祕要》的文句，憑藉各種有助我瞭解《無上祕要》的資料與助力，抓出《無上祕要》中具有特色的齋醮、儀式的思想主題，以做為義理詮釋的標的。第四，以這些齋醮、儀式的思想主題做為中心，嘗試與魏晉南北朝之齋戒思想做連結，來闡述各個思想主題系統地的詮解。第五，將思想研究的成果解答，重新釋回《無上祕要》的文句與義理內涵上，思考此《無上祕要》是否對現代的生活與道德，甚或對宗教有虔誠信仰的人，能提供某種啟發與幫助。

第四節 論文架構

本篇論文就章節內容而言，概略說明如下：

第一章為緒論，共包含四小節：第一節是研究動機與目的，介紹研究此主題的原因，以及想要解明的問題。第二節為文獻回顧，評介當代有關宗教齋戒的研究成果。第三節為研究方法。第四節概述各個章節的大意。

第二章是「齋戒」的源流與道教的關係，本章包含四小節：第一節說明齋戒的定義，「齋戒」是道教主要的特徵之一，是道士所應遵守的宗教戒律，與儒家禮書的齋戒觀念有所連結。第二節「齋戒」的理論與精神，談齋戒的理，孔子認為祭祀鬼神之前要先齋戒，選擇日子來朝見國君，這兩種動作都是害怕人民對於祭祀和見君不夠敬重，而有齋戒的要求。然後是齋戒的精神，分為對先人的祭祀與對神明的祭祀。第三節是道教與齋戒的關係，道教崇拜神仙，注重祭祀祈禱，故要求祭祀者必須在祭祀之前須沐浴更衣，不飲酒，不吃葷，心口身潔淨，以示虔誠。齋戒是因醮壇祭禱之舉行而設立。第四節是道教齋、醮之差別，「醮」是一種古代禱神祭拜的祭禮。第四節談道教「醮」、「齋醮」的意義及其「齋」的差別。

第三章道教的齋醮思想與《無上祕要》，包含三節：第一節是道教的齋醮源流，先秦之鬼神崇拜和巫術之術，就是道教齋醮儀式之淵源。道教科儀的由來與中國古代祭祀前的修齋守戒有關，而道教儀式的由簡而繁，乃是經過外來宗教如佛教的刺激，隨著時代演變而來。道教儀式包含各種儀禮規範。第二節是道教科儀的初創、修訂與整理，改造原始道教的是葛洪。寇謙之改革天師道，製訂樂章誦戒新法，整理道教典籍，陸修靜的整理道典，首倡三洞之說。陶弘景的《真靈位業圖》對道教繁多雜染的神仙體系進行了分類。第三節談的是《無上祕要》的編纂、源流與大意。《無上祕要》是目前所知最早的道教類書，其

中廣泛收錄道教經籍圖文，富含得道成仙的思想，本節考察該書如何成形？內容大義如何？

第四章〈無上祕要〉的「戒律」。第一節是儒家的道德規範，第二節至第五節談的是是《無上祕要》的〈洞真戒品〉、〈洞玄戒品〉、〈洞神戒品〉等戒律的性質、特色與作用。

第五章〈無上祕要〉的各種齋法，談的是各種齋法的性質、作用與儀式的內容，〈無上祕要〉的齋法記載有〈齋戒品〉、〈靈寶齋宿啓儀品〉、〈三皇齋品〉、〈塗炭齋品〉、〈盟珍齋品〉、〈三元齋品〉、〈金籙齋品〉、〈黃籙齋品〉、〈太真下元齋品〉、〈太真中元齋品〉、〈太真上元齋品〉等等。

第六章結論，針對本文的整體研究做概括性的討論，以呈現本論文的研究成果。

第二章 齋戒之源流與道教的關係

道教孕育在中華傳統文化的土地，是中國土生土長的宗教。它是中國社會歷史發展和道家自身衍變的產物，是黃老思想結合神仙思想、陰陽的數術、鬼神的觀念，並且吸取宗天神學、讖緯神學等而有道統率的龐雜的思想體系。³¹按照宗教學的理論，宗教的活動是宗教的四大要素之一，而宗教的活動的核心是祭祀。³²宗教祭祀是人向神靈禱告和祈求的交通方式，宗教祭祀的本質是神靈信仰。人類的宗教經歷了原始宗教和人為的宗教兩大階段。而這兩大宗教都有祭祀儀式，以滿足人們的祈求願望。³³

英國人類學家弗雷澤在其所著的《金枝》認為宗教包含信仰理論和實踐行動兩大部分。這兩者中，顯然信仰在先。因為必須相信神的存在才會想要取悅於神。然而這種信仰如不導致相應的行動，那它仍然不是宗教而只是神學。³⁴而取悅於神的行動，就是通過祭祀儀式。³⁵

第一節 儒家齋戒的意義

「齋」是改變飲食，潔淨身心，「戒」是遵守道德戒律與禁忌的行為，為宗教因素而改變飲食及生活作息。這種因宗教因素而改變生活型態的儀式不僅僅是中華文化所獨有，天主教的「四旬齋」、佛教的「過午不食」、伊斯蘭教的「齋戒月」(Ramadam)或原始民族宗教的類似儀式，都有為宗教因素而遵守飲食和行為上的禁忌或某些不可逾越的規矩。

「齋戒」在中國文化也經歷了不少的變遷，初為先秦的「齋戒」；東漢時代佛教的傳入中國、本土道教的興起，都讓「齋戒」有了些許的改變；魏晉時

³¹ 卿希泰，《中國道教史》（北京：四川人民出版社，1988年），卷1，頁84。

³² 前蘇聯宗教學者約克·阿·克雷維列夫更將祭祀儀式獨立出來，作為宗教的五大要素之一。參見於約克·阿·克雷維列夫，《宗教史》中譯本，（北京：中國社會科學出版社，1984年），頁2。

³³ 張澤洪，《道教齋教源流芻析》（中國：道學網，2011年）頁1。
<http://www.dao123.org/xueshuyanjiu/xueshu595.html>

³⁴ 弗雷澤，《金枝》，（北京：人民出版社，1986年），頁77。

³⁵ 張澤洪，《道教齋教源流芻析》，頁1。

期，梁武帝又受佛教影響規定齋戒期禁食肉類。北周武帝宇文邕於建德六年，在通道觀道士的幫助下，自纂道書，題為《無上祕要》。在《無上祕要》中多次記載著齋戒、齋上、懺悔等語，以及各種的應用齋法。如〈齋戒品〉、〈靈寶齋宿啓儀品〉、〈三皇齋品〉、〈塗炭齋品〉、〈盟珍齋品〉、〈三元齋品〉、〈金籙齋品〉、〈黃籙齋品〉、〈太真下元齋品〉、〈太真中元齋品〉、〈太真上元齋品〉等。

古漢族在舉行祭祀之前，需「卜日」占卜決定祭祀的日期，然後「誓戒」與「宿」告知相關人員接下來需要祭祀，才「齋戒」開始，《禮記·祭統》說：

及時將祭，君子乃齋。……是故君子之齋也，專致其精明之德也。故散齋七日已定之，致齋三日以齋之，定之之謂齋，齋者精明之至也。然後可以交於神明也。是故先期旬有一日，宮宰宿夫人，夫人亦散齋七日，致齋三日。君致齋於外，夫人致齋於內，然後，會於大廟。³⁶

不只國君得須「齋戒」，在祭祀之前也要請夫人與百官「齋戒」，先散齋七日，在致齋三日，俾使身心內外臻於潔淨，然後才能進行各種重要禮儀祭祀。以上是國君「齋戒」儀式要求。目前所見先秦文獻中關於「齋戒」流程的記載多半是國君天子、卿大夫、士等，庶人的「齋戒」流程則付諸闕如。

由於古漢族與「齋戒」有關的字詞除「齋」、「戒」以外，尚有「宿」、「肅」、「齋」、「醮」、「宿戒」、「齋戒」、「齋直」與「齋上」……等等，時常混雜使用，難以明確定義。設若「齋戒」連稱，其義指整個齋戒儀式。《孟子·離婁下》：「雖有惡人，齋戒沐浴，則可以祀上帝。」又如《墨子·尚同》：「是以率天下之萬民，齋戒沐浴，潔為酒醴粢盛，以祭祀天鬼。」有時「齋」字代替整個齋戒儀式，如《論語·述而》：「子之所慎，齋、戰、疾。」或《禮記·祭統》：「齋之為言齋也，齋不齋，以致齋者也。」³⁷孔子所謹慎從事的有三件事是齋戒、戰爭和疾病，而齋戒視為首要。又關於齋戒的實施期間，有七日戒、三日齋之說。以下先論說「齋」與「戒」的基本意義。

一、齋（齋）

「齋」字，會意兼形聲字，《說文·示部》：「齋，戒潔也。從示，齊省聲。」本義為齋戒，即古人在祭祀或舉行其他典禮前不飲酒、不茹葷、沐浴更衣、別居清心寡欲、以示虔敬。此字的本義為齋戒；引伸指恭敬、莊重；又

³⁶ 孫希旦，《禮記集解》，卷47，〈祭統〉25，頁1239。

³⁷ 張明娜，《先秦齋戒禮研究》，頁11-12。

引伸指整潔的房舍；引伸也指誦經祈禱求福一類的活動；又引伸指信仰宗教的人所吃的素食；用作動詞表示施捨飯食、衣物給僧人。³⁸

「齊」字，象形字。《說文·齊部》：「齊，禾麥吐穗上平也。象形。」本義為禾麥吐穗上平整，高低、大小一致；引伸泛指平整，即大小、長短、前後等相差不多；用作動詞，指使整齊、齊平、相同；用做副詞，表示動作行為一致，相當於一齊。齋戒要整肅自己，故用作「齋」，指齋戒，古人祭祀或舉行典禮前整潔身心，表示虔敬；又引伸指莊重，肅靜。³⁹清人段玉裁言齊字可假借為臍、齋兩字。故知「齋」借用「齊」字以示意，在古書中「齋」、「齊」二字可連用。

齋字在春秋戰國時代已出現。「齋」之義，許慎《說文解字》將之歸於「示」部，說：「戒絜也。」表示戒是戒慎的、潔淨的。段玉裁注：「（祭統）曰：『齊之為言齊也，齊不齊，以致齊者也。』齋戒，或析言，如七日戒，三日齋是。此以戒訓齋者，統言則不別也。側皆切，十五部。」段氏引（祭統）指出「齋」與「戒」二字可析分為不同意義，也可以用共通的意義。又如《國語·楚語下》：「為齊敬也。」韋昭注說：「齊，絜也。⁴⁰」是將「齊」字解作「絜」，為修整之意。又《禮記·祭義》：「齊三日。」則釋做「致齊」。又《楚辭·大司命》：「吾與君兮齋速。」宋人洪興祖在《楚辭補註》說：「齋，戒也。」⁴¹將「齋」字作齋戒解。

先秦「齊」作「齋」時，若做形容詞用時，解釋為「戒」、「絜」，即戒慎、潔敬之意。如果作名詞或動詞時，則解為齋戒之意。古漢族對「齋」的定義與現代只視「齋」為飲食改變的概念大為差異。

「齋」即齊也。《禮記·祭統》說：

及時將祭也，君子乃齊。齊之為言齊也。齊不齊，以致齊者也。是以君子非有大事也，非有恭敬也，則不齊。不齊則於物無防也，嗜欲無止也。及其將齊也，防其邪物，訖其耆欲，耳不聽樂。故（記）曰：「齊者不樂，」言不敢散其志也。心不苟慮，必依於道；手足不苟動，必依於禮。

³⁸ 穀衍奎，《漢字源流字典》（北京：語文出版社，2008年），頁1111。

³⁹ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁1111。

⁴⁰ 三國·吳，韋昭注，清錢大昕校：《國語》（明刊重道二年本，《叢書集成新篇》冊109），卷18，頁642。源文本來源於“中華文化網”，背樹諼草據上海古籍出版社，上海師範大學古籍整理組校點。

⁴¹ 宋·洪興祖：《楚辭補註》（臺北：藝文印書館，2000年），頁121。

是故君子之齋也，專致其精明之德也。故散齋七日以定之，致齋三日以齊之，定之之謂齊，齊者精明之至也，然後可以交於神明。⁴²

據《禮記》的說法，齋是古人在祭祀之前，藉由對自己身心活動的約束行爲，以達到舉止合宜、精神專一、心無雜念的狀態，如此方能與神明或德溝通（周西波 2003：3）所以《禮記·祭法》說：「故散齋七日以定之，致齋三日以齊之，定之之謂齊，齊者精明之至也。然後可以交於神明也。」又在《孟子·離婁》說：「齋戒沐浴則可以事上帝。」由此可見「齋」其目的是爲了能使自己清靜無念而能與上帝神明交通有所感應的境界。

齋可分「散齋」與「致齋」兩種，敘述如下：

（一）、散齋

從天子以至士人，在接到通知即將舉行齋戒之後，就開始齋戒的生活。《禮記·祭義》說：

致齊於內，散齊於外。齊之日，思其居處，思其笑語，思其志意，思其所樂，思其所嗜。齊三日，乃見其所為齊者。⁴³

鄭玄曾對它作注：「致齊，思此五者也。散齊，散齋，不禦，不樂、不弔耳。見所為齊者，思之熟也。所嗜，素所欲飲食也。」散齋時不禦、不樂、不弔，就是齋戒時間不可理政，不舉樂，不弔唁。其主要目的是爲防阻邪物之入侵，也停息了一切欲望。

又《禮記·祭統》說：

是故君子之齋也，專致其精明之德也。故散齋七日以定之，致齋三日以齊之，定之之謂齊。齊者精明之至也。然後可以交於神明也。⁴⁴

又《禮記·坊記》說：

子雲：七日戒，三日齊，承一人焉以為屍，過之者驅走，以教敬也。⁴⁵

⁴² 孫希旦，《禮記集解》，禮記卷 47，祭統 25，頁 1239。

⁴³ 孫希旦，《禮記集解》，禮記卷 46，祭統 24，頁 1208。

⁴⁴ 孫希旦，《禮記集解》，禮記卷 47，祭統 25，頁 1239。

⁴⁵ 孫希旦，《禮記集解》，禮記卷 50，坊記 30，頁 1289。

戒，謂散齋也。承，事也。過之者趨走，謂爲軍屍者，大夫士見之則下車而驅走也。蓋屍乃神像，故齋戒已承之，趨走以避之，教民以敬事其祖、考也。鄭玄也注：「戒，未散齋也。」而許慎的《說文》亦說：「齋，戒絜也。」其齋的意義就在於整潔自己的行爲，以防外界事物的干擾。「齋」之意與「戒」類同，意義相近。而段玉裁亦說：「齋、戒或析言，如七日戒，三日齋是。此以戒訓齋者，統言則不別也。」

散齋時的食衣住行及其規範，有「沐浴」的齋戒外在淨化；「飲食」的齋戒體內淨化；「服飾」的齋戒的聖化；「住與行」的齋戒的隔離。其中「沐浴」是散齋時必定舉行的淨化儀式，而致齋時則不一定需要「沐浴」，而古人並非每日「沐浴」。

散齋的時間，《禮記·祭統》言「散齋七日」。但根據《國語·周語》記載：「先時五日，王即齋宮。」，表示勸農之前的齋戒日期似乎不只是散齋七日、致齋三日。又祭祀對象不同而散齋與致齋的時間也不同。如《後漢書·禮儀志》記載著：「凡齋，天地七日，宗廟、山川五日，小祀三日。」可見古漢族面對不同等級的祭祀，應會有不同的齋戒時間，若時間愈長，則祭祀項目愈重要。

先秦的典籍中，「七日戒」、「戒」亦是散齋的別稱。

《禮記·禮器》說：

齊人將有事於泰山，必先有事於配林。三月繫，七日戒，三日宿，慎之制也。⁴⁶

齊人將祭泰山，必先告佩林從祀於泰山者，然後祭泰山。此皆積漸，從小至大也。充人說：「祀五帝，則繫於牢，芻之三月。」是三月繫也。七日戒，謂祭前七日散齋也。三日宿，謂祭前三日至齋也。鄭註《儀禮》說：「宿是又戒。」宿之言肅，肅靜之義也。將祭之時，以漸如此，敬謹至極，不敢切迫也。⁴⁷

《禮記註疏·春官·大史》說：

戒及宿之日，與群執事讀禮書而協事。⁴⁸

⁴⁶ 孫希旦，《禮記集解》，禮記卷 24，禮器 10 之 2，頁 656。

⁴⁷ 孫希旦，《禮記集解》，禮記卷 24，禮器 10 之 2，頁 657。

⁴⁸ 清·阮元校勘，《禮記註疏·春官·大史》，（清阮元十三經註疏本），（臺北；新文豐，出版時間不詳）。

因此可知「齋」與「戒」對稱而有時間概念時，此時「戒」就解為「散齋」。但若「戒」及「宿」對稱時，則「戒」不一定是「散齋」，因「宿」的解釋多種，歧義也多。如《宮食大夫禮》的「不宿戒」就不是「散齋」。

(二)、致齋

「致齋」規定比「散齋」嚴格。《禮記·記義》說：「致齋於內，散齋於外……。」其致齋於內是應待於內寢，或指內心隔絕一切外擾，未可確定，但「外」是確定的。其致齋時的食衣住行及其規範，亦是有「沐浴」的齋戒外在淨化；「飲食」的齋戒體內淨化；「服飾」的齋戒的聖化；「住與行」的齋戒的隔離。

雖《禮記·祭統》說：「……致齋三日以齊之。」但所有的祭祀都致齋三日。在春秋戰國時期已有「致齋五日」之記載。

「致齋」在先秦的別名有「三日宿」、「齊」、「三日齊」。當「齋」與「戒」對稱而有時間概念時，那麼「齋」是「致齋」；但若「戒」及「宿」對稱時，那麼「宿」指的也是「致齋」。

《莊子·人間世》曾談及「心齋」說：

若一志，無聽之以耳而聽之以心；無聽之以心而聽之以氣。耳止於聽，心止於符。氣也者，虛而待物者也。唯道集虛。虛者，心齋也。⁴⁹

莊子強調擺脫外界的誘惑與束縛，心志清虛，精神逍遙，方能達到與合真的境界。道教上清派以存神為主的修煉方式，可視為是在此一基礎上發展來的。陸修靜《洞玄靈寶五感文》記述上清齋法有「絕群離偶，無為無棄，寂胃虛申，眠神靜氣，遺形忘體，無與道合」。由此可見道教上清齋法主要融合傳統「齋」的精神與莊子「心齋」之說而成。然而此一齋法主要用於個人的修為方式，與後世用以濟度禳災等齋法不同。《禮記》等文獻所記載的「齋」乃指祭祀之前的準備工作，並未用以指稱為整套儀式。在魏晉南北朝時代，靈寶派興起，陸修靜將「齋」的意涵擴大為整套法事科儀的名稱。⁵⁰

「齋」字於《易經》、《禮記》中作「齊」，「齊」與「齋」通用。在《易·繫辭》中，已出現「齋戒」一詞：

⁴⁹ 張有池，《莊子·人間世第四》，（臺北：智揚出版社，2003年）頁71。

⁵⁰ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁47-50。

子曰：「夫易，何為者也？夫易，開物成務，冒天下之道。如斯而已者也。」是故，聖人以通天下之志，已定天下之業，以斷天下之疑。是故耆之德圓而神，卦之德方以知，六爻之義易以貢。聖人以此洗心，退藏於密，吉凶與民同患。神以知來，知以葬往，其孰能以此哉？古之聰明叡知，神武而不殺屠夫。是以明於天之道，而察於民之故，是興神物，以前民用，聖人以此齋戒，以神明其德夫。⁵¹

《周易正義》曰：「聖人以『易』道，自齋自戒，謂照了吉凶，齋戒其身，洗心曰齋，防患曰戒。」⁵²「易」是開物成務，冒天下之道。聖人是以此「易」原理來齋戒和行事，聖人以此「通天下之志，已定天下之業，以斷天下之疑」，並由耆、卦、爻「明於天之道」、「聖人以此齋戒」。由此可知齋戒與聖人、與「易」的關係。

《禮記》就已有一套完整齋戒思想的記載，記述了齋戒的禮文、禮義，散見於各種篇章和其他典籍的齋戒禮文。例如，《禮記·祭義》篇中提及致齋、散齋的內心規範：

致齋於內，散齋於外。齊之日，思其居處，思其笑語，思其志意，思其所樂，思其所嗜。齊三日，乃見其所為齊者。⁵³

又如《禮記·內則》篇：「夫齊，則不入側室之門。」齋戒時時時觀想著「受祭者」的面貌，齋戒三日後，就能見到「受祭者」。齋戒時是不能進入妻妾住處，以保齋戒者內心之齊一。

至於齋戒的禮義，可見於《禮記·祭統》篇：

及時將祭，君子乃齊。齊之為言齊也，齊不齊，以致齊者也。是以君子非有大事也，非有恭敬也，則不齊；不齊則於物無防也，嗜欲無止也。及其將齊也，防其邪物，訖其嗜欲，耳不聽樂。故（記）曰：「齊者不樂。」言不敢散其至也。心不苟慮，必依於道；手足不苟動，必依於禮。是故君子之齊也，專志其精明之德也。故散齋七日以定之，致齋三日以齊之，定之之謂齊，齊者精明之至也。然後可以交於神明。⁵⁴

⁵¹ 漢·鄭玄/李學勤，《周易註疏》（清阮元十三經註疏本），卷7，（臺北；臺灣古籍，2001年），頁155。

⁵² 徐尚定，《周易正義》（北京：九州出版，2004），頁645

⁵³ 阮元校勘，《禮記註疏》，（清阮元十三經註疏本），（臺北；新文豐，出版時間不詳），頁807。

⁵⁴ 孫希旦，《禮記集解》，禮記卷24，祭統25，頁1239。

這段文字首先說明齋戒的原因及場合，次說明齋戒時的行為原則及時間，最後說明齋戒時的精神及結果。

二、戒

「戒」會意字，甲骨文是雙手持戈形，表示齋戒之意。《說文·卅部》：「戒，警也，從卅，卅（雙手）持戈，以戒不虞。」本義為警備，堤防；引申指使警惕而不犯錯；又引申指告訴，預告，叮囑；又引申指曉諭，命令；又引申指改掉；又引申指準備，具備；又引申指謹慎；又引申指齋戒，即祭典前沐浴潔衣，摒除嗜欲，標是誠敬；又引申指佛教約束教徒的條規或禁止的事情；告誡的一種文體；又引申指戒指；又引申指界限，分界；又用作姓。

「戒」也有告知的意思，在程度上較沒有「宿」來得慎重。《周禮》中記載天子要齋戒之前必須舉行「誓戒」儀式以告知群臣百姓；《儀禮》中的「戒」則與齋戒較不相關，通常是「通知」的意思。

「戒」與「誠」的異同。「戒」的本義為防備，引申出使警覺注意之義，故可用於「告戒」、「勸戒」、「規戒」、「訓戒」中。「戒」引申出其他含義後，爲了分化字義，警覺注意之義便另加義符言寫作「誠」來表示。如今「告戒」、「勸戒」、「規戒」、「訓戒」等詞不再用「戒」。又以「戒」作聲兼義符的字有「誠」。⁵⁵

先秦典籍中，「戒」有數義：(一)如《左傳·襄公三年》：「不虞之不戒。」鄭玄注說：「戒，備也。」⁵⁶又如《荀子·儒效》：「勝敵而愈戒。」⁵⁷均作準備解釋。(二)如《儀禮·聘禮》：「既圖事，戒上介，亦如之。」⁵⁸正史任命完成後，辨任命副史，如任命正史一樣作法。鄭玄注說：「戒，猶命也。」⁵⁹《左傳·宣公十二年傳》：「軍政不戒而備。」鄭玄注說：「戒，勒令。」⁶⁰均可解作命令、勒令之義。(三)如《儀禮·士官禮》：「主人介賓，儻禮辭，許。」筮日後，主人將行冠禮事廣泛告知眾賓客，邀請他們光臨，眾賓客謙遜

⁵⁵ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁 363。

⁵⁶ 唐·孔穎達等撰，《春秋左傳正義》，卷 29，（山東省濟南市：山東友誼書社，1993 年），頁 501。

⁵⁷ 楊家駱，《荀子集解》，臺北：世界書局，1970 年。頁 134。

⁵⁸ 顧保田等注譯，《新譯儀禮讀本》（臺北：三民，2002 年），頁 248

⁵⁹ 漢·鄭玄注，唐賈公彥疏，黃侃經文句讀，《儀禮註疏》，卷 19，（上海：上海古籍出版社，1990 年），頁 226。

⁶⁰ 唐·孔穎達等撰，《春秋左傳正義》，卷 23，頁 390。

地辭謝一次變應諾了。鄭玄注說：「戒，警也，告也。」⁶¹《國語·吳語》：「息民不戒。」⁶²「戒」有警示之意味。

如《禮記·禮器》：「三月繫，七日戒，三日宿，慎之至也。」鄭注《儀禮》說：「宿是又戒。」宿之言肅，肅敬之義也。將祭之時，祭前七日散齋也，祭前三日致齋也，以漸如此，敬謹至極。⁶³

國君以上的齋戒，以男性爲主的文武百官經由「誓戒」以得知接下來即將齋戒，以女性爲主的內廷則由「宮宰宿夫人」以得知接下來即將齋戒。「是故先期旬有一日，宮宰宿夫人，夫人亦散齋七日，致齋三日。」「旬有一日」即十一天，「期」指的是祭祀之日。在祭祀的十一天前告訴主祭者，也就是讓主祭者準備爲期十天的齋戒。

先秦對祭祀的重視，從齋戒前得須大規模的準備，即使是前置儀式的齋戒，也不只是國君或夫人的責任，而需要文武百官、世婦女宮的配合，爲齋戒及祭祀貢獻心力。

第二節 「齋戒」的理論與精神

所謂的「齋戒」，是有一群人或一個人，在某一特定時期內，爲了某特定的目的，而遵守某些食衣住行和其他的禁忌，使這些人有別於平常，來達到某種目的。在原始民族思維中，「齋戒」包括了「聖化」與「淨化」，完成了齋戒儀式之後，齋戒人便能與神溝通，或讓神明降臨賜福。

以「齋戒」的儀式實行方式和其目的，西方的文明 *asceticism* 英文字似乎比較接近「齋戒」之義，*asceticism* 中文可譯爲「禁慾」、「修行」、「苦行修道」、「修德」等等。「齋戒」或 *asceticism* 對於人的規範即是；食衣住行的外在制約，以及精神方面的內在修養。通常是爲了達到與神交流的目的，施行禁慾、限制飲食，以及進行某些宗教的儀式。

爲了「淨化」齋戒者身體內的不潔，齋戒時，飲食必須受到控制，除了不潔食物禁吃外，還須限制食物的種類及份量，食物分成「可食用」和「不可

⁶¹ 漢·鄭玄注，唐賈公彥疏，黃侃經文句讀，《儀禮註疏》，卷1，（上海：上海古籍出版社，1990年），頁6。

⁶² 韋昭注，清錢大昕校，《國語》，（明刊重道二年本，《叢書集成新篇》冊109），卷18，卷19，頁647。

⁶³ 孫希旦，《禮記集解》，禮記卷24，禮器10之2，頁657。

食用」兩種，「可食用」食物在細分「須此時服用」及「如日常食用」。實用份量有多有少，古漢族的齋戒食量是增多的。

爲了「聖化」能與神溝通的能力，得須穿上能與神溝通的齋戒服裝，但在穿衣之前，須經過沐浴淨化的儀式，經由沐浴水的洗禮，滌滌齋戒者身體外在的塵垢，甚至添加有淨化能力的香料，方能與神溝通。

居住的地方或場所，得須能讓齋戒者能有隔離塵世，而能維持「聖化」、「淨化」的作用。

一、「齋戒」的理論

在先秦儒家的理論中，「禮」是維除社會秩序的規範，透過「禮」的規範，使得人世間的互動得以合宜。在所有的「禮」中，「祭」是最重要的。而祭祀的對象，不外乎是天神、地祇、人鬼。爲了能讓主祭者能順利與神溝通，在祭祀之前，發展出的一套禮制儀式就是齋戒。

那麼，對於祭祀而言，「齋戒」的用意是什麼？《禮記·表記》有說：

子曰：「齋戒以事鬼神，擇日月已見君，恐民之不敬也」⁶⁴

鄭玄說：「擇日月以見君，謂臣在邑境者。」⁶⁵孔子認爲祭祀鬼神之前要先齋戒，選擇日子來朝見國君，這兩種動作都是害怕人民對於祭祀和見君不夠敬重。由此可知齋戒對祭禮所表達的莊重，等同於人民謁見國君。在此引用張明娜《先秦齋戒禮研究》之內容所談及清代學者劉沅，說祭祀之前需要齋戒的原因：

心者，人之神明，本可通天地而格鬼神，因私欲亂之，陰濁擾雜，遂無以通神。君子於將祭必齊，齊其思慮之不齊，以致其誠敬。非大事恭敬不齊，明乎齊之至重也。⁶⁶

因此祭祀之前一定要齋戒，將不齊的思慮統合，讓內心誠敬，才能交神明。經過齋戒之後，就如同孟子之言；「雖有惡人，齋戒之後，則可以祀上帝。」⁶⁷所以祭祀一定要齋戒，是不可或缺的前置儀式。

⁶⁴ 清·阮元校勘，《禮記註疏》，卷 54，（清阮元十三經註疏本），（臺北：新文豐，出版時間不詳），頁 909。

⁶⁵ 孫希旦，《禮記集解》，頁 1299。

⁶⁶ 清代·劉沅，《禮記恆解》，（影印清道光八年豫誠堂刻本），卷 25，（合肥市：黃山書社，2009 年），頁 3。

二、「齋戒」的精神

戰國時代，齋戒的精神漸清楚完備，《禮記·祭統》與《禮記·祭義》皆有相當的記載說明，如何讓齋戒者透過齋戒儀式，有了誠敬之心，能在祭祀當日與神溝通。《禮記》中與齋戒精神有關的文字有兩段，一段是記載「祭祀先人」精神規範，一段是「祭祀神明」的精神規範，另尚有對人、事、物表示敬意的精神，但於此對這點暫不贅述。

（一）祭祀對象為先人

《禮記·祭義》說：

致齊於內，散齊於外。齊之日，思其居處，思其笑語，思其志意，思其所樂，思其所嗜。齊三日，乃見其所為齊者。⁶⁸

鄭玄注曰：「致齊，思此五者也。散齊，不禦、不樂、不弔耳。見所為齊者，思之熟也。所嗜，素所欲飲食也。」孔氏曰：「先思其羸，漸思其精，故居處在前，樂嗜在後。」是謂致齊於內，專其內之所思也。散齊於外，防其外之所感也。所樂，所樂為之事也。所嗜，所嗜飲食之物也。齊三日，必見所為齊者，由其專精之至也。⁶⁹ 從文中可知，祭祀對象為先人。鄭玄認為致齊與散齊是內心與外在的規範，致齊指的是想著受祭者的居處笑語志意所樂所嗜，散齊指的是不禦、不樂、不弔。此為思想屬內在的，齋戒者要時時想著祭祀的對象；而禁忌是屬外在的，不能與妻妾相處、不聽音樂、也不能弔喪，以防外在事物擾亂身心。

而有相同認知的，依張明娜之研究有明代郝敬、衛道衡；清代汪紱、杭世駿。他們的解釋是，「致齋」的目的就是心志專一不苟慮，「散齋」的目的就是防止外物幹擾。如下：

郝敬《禮記通解》：「致齊，專志齊一也，內心也。散齊，隨事齊一，如不樂、不弔、不禦內、不飲酒、不茹葷之類。」⁷⁰

衛道衡《禮記纂註》：「齊於心，以慎其心，齊於外，以防其物。」⁷¹

⁶⁷ 漢·趙岐注；宋·孫奭疏，《孟子註疏·離婁下》，卷8下，（合肥市：黃山書社，2009年），頁152。

⁶⁸ 孫希旦，《禮記集解》，（臺北：文史出版，1990），頁1208。

⁶⁹ 《禮記·祭義》，頁1209。

⁷⁰ 明·郝敬，《禮記通解》，卷16，（濟南市：齊魯書社，1997年），頁12。

杭世駿《續禮記集說》：「此明將祭之義也。致齋於內，如（祭統）『心不苟慮』之類，即此『齋之日』以下是也。散齋於外，如所謂不禦內、不飲酒、不茹葷之類是也。」⁷²

但《禮記》中有說：「君致齋於外，夫人致齋於內。」這是指「地點」的另一說法。依張明娜之研究，有相同說法的有宋人衛湜、明人戈九疇、明末清初王夫之、清人莊有可、姚際恆、方苞、劉沅、郭嵩燾等。他們認為內、外就是廟內廟外，致齋時需居住在廟內的齋宮，不得外出、理政事；散齋時，仍可住在自己的住處。如下：

宋衛湜《禮記集說》：「致齋於內，散齋於外者，以廟之內外言之也。」⁷³

明人戈九疇《禮記要旨》：「君子之祭也，必先齋以積其誠，故致齋三日於正寢之內，散齋七日於中門之外。彼居處親之所安也。」⁷⁴

明末清初王夫之《禮記章記》：「致齋，合主祭助祭者而居於齋宮。散齋，各就其室而遷坐也。散齋七日後，近祭三日，乃致齋。齋宮在廟門內，故曰內。」⁷⁵

清人莊有可《禮記集說》：「致，專致也。於內，不出齋宮也。散齋，雖齋而猶在外也。於外，如日出而聽政，且或有事於國中也。」⁷⁶

姚際恆說：「於內於外，指廟之內外。」⁷⁷

方苞《禮記析疑》：「於內，不出齋宮也。於外，猶日出而聽政於路寢，或有事於國中近郊。」⁷⁸

⁷¹ 明·衛道衡，《禮記纂註》，卷 22，頁 6。

⁷² 清·杭世駿，《續禮記集說》，卷 80，（臺北市：明文，1992 年），頁 5 引。

⁷³ 宋·衛湜，《禮記集說》，卷 110，頁 5 引。陳澧撰，《禮記集說》，（臺北：世界出版，1962 年）。

⁷⁴ 明·戈九疇，《禮記要旨》，卷 7，（濟南市：齊魯書社，1997 年），頁 22-23。。

⁷⁵ 明末清初·王夫之，《禮記章記》，卷 24，（合肥市：黃山書社，2009 年），頁 2。

⁷⁶ 清·莊有可，《禮記集說》，卷 24，頁 1；元·陳澧撰，《禮記集說》，（臺北：世界出版，1962 年）。

⁷⁷ 清·杭世駿，《續禮記集說》，卷 80，（臺北市：明文，1992 年），頁 5 引。

⁷⁸ 清·方苞，《禮記析疑》，（四庫全書本），卷 25，（合肥市：黃山書社，2009 年），頁 1。

劉沅《禮記恆解》：「內、外，以地而言，散齋，致其敬而猶理事也。致齋，則專一不二。」⁷⁹

郭嵩燾《禮記質疑》：「（祭義）：『致齋於內，散齋於外』，外謂路寢，燕朝之地；內謂廟中，內者隱而外者顯也。」⁸⁰

齋戒之時，無論散齋或致齋，內心均應保有敬意。「散齋於外」時，由於齋戒者仍可在外行動，因雜事無法專心思其受祭者，只能以不禦、不樂、不弔、不茹葷為原則，保持身體外在的潔淨；「致齋於內」時，齋戒者已居住在齋宮內，不會受到外事干擾，也能專心思其祭祀對象了，並「思其五事」了。⁸¹

「思其五事」即是「思其居處，思其笑語，思其志意，思其所樂，思其所嗜。」鄭玄有注：「致齋，思此五者也。散齋，不禦、不樂、不弔耳。…」齋戒時，齋戒者要「思」、「想念」受祭者生前的居處、笑語、志意、所樂、所嗜，連續著三天如此的「思」、「想念」著受祭者，將這種「思」、「想念」有了具象化了，有了足夠的「思」、「想念」，就如同見到了本人。如此三天或十天下來，在祭祀當天，受祭者便能有所感的祭壇赴饗、《禮記註疏》鄭康成註腳：「見所為齋者，思之熟也。」⁸²

孔氏曰：「先思其羸，漸思其精，故居處在前，樂嗜在後。思念其親，精意純熟，目前之若見其所為齋之親也。」⁸³是謂致齋於內，專其內之所思也。散齋於外，防其外之所感也。所樂，所樂為之事也。所嗜，所嗜飲食之物也。齋三日，必見所為齋者，由其專精之至也。先「思」、「想念」受祭者生前較粗的舉動，後漸為較精細部份。先想居處，再想樂嗜。齋三後祭祀日，受祭者即能尚饗，由其專精之至也。

而到底是齋三日，或齋七日，或齋十日，或另有齋日，學者對這些有所疑惑，也各自有所解釋。筆者認為除了姚際恆的散齋、致齋都應「思」及「想念」外，明人的戈九疇《禮記要旨》卷 7 說：

⁷⁹ 清·劉沅，《禮記恆解》，卷 24，（合肥市：黃山書社，2009 年），頁 1。

⁸⁰ 清·郭嵩燾，《禮記質疑》，卷 24，（臺北：文海出版社），頁 1324。

⁸¹ 張明娜，《先秦齋戒禮研究》，頁 55-57。

⁸² 清·阮元校勘，《禮記註疏》，卷 47，（清阮元十三經註疏本），（臺北：新文豐，出版時間不詳），頁 807。

⁸³ 清·阮元校勘，《禮記註疏》，卷 47，（清阮元十三經註疏本），（臺北：新文豐，出版時間不詳），頁 807。

君子當散齋之日，則於此五者而致思焉，由粗以及精，有以想像乎平日矣。及乎致齋之三日，則於此五者而有見焉，精明之極致，自以恍惚而如見也⁸⁴

散齋時先思五事，由粗到精，致齋時便能精明之極致，便能如見。清人劉沅更進一步說：「居處笑語五者，孝子未嘗一日不思也，致齋之日，而猶專誠追慕之。故至，致齋之三日，見其所為齋者，……乃可合於神明。」⁸⁵

致齋時要不要「思」及「想念」受祭者，到了宋代，學者便有了爭議，有的學者認「不可思」如張載、程頤；有的學者反駁如南宋黃震、明郝敬、清王夫之、姚際恆、清鄭元慶、清納蘭性德等；有的學者採折衷如宋真德秀、明黃乾行。那麼，張、程的「齋不容有思」的說法是否能被接受呢？後代學者反駁最有利的論點是《禮記》的記載「哀與樂半」、「樂以迎來，哀已送往」，說明祭祀禮是帶有感情哀樂參半的性質。⁸⁶

（二）、祭祀對象為神明

《禮記·記義》記述的是祭祀先人的齋戒；而《禮記·祭統》卻是講述祭祀神明的齋戒。《祭統》篇曰：

及時將祭也，君子乃齊。齊之為言齊也。齊不齊，以致齊者也。是以君子非有大事也，非有恭敬也，則不齊。不齊則於物無防也，嗜欲無止也。及其將齊也，防其邪物，訖其耆欲，耳不聽樂。故（記）曰：「齊者不樂，」言不敢散其志也。心不苟慮，必依於道；手足不苟動，必依於禮。是故君子之齊也，專致其精明之德也。故散齋七日以定之，致齋三日以齊之，定之之謂齊，齊者精明之至也，然後可以交於神明。⁸⁷

此段《祭統》篇內文，因「齊」字有「齊」、「齋」兩種讀法，謂避免讀音混淆，謹依先儒重新隸定⁸⁸，釋文如下：

⁸⁴ 明·戈九疇：《禮記要旨》（明萬曆四年杭州書林後墅吳山刻本），卷7，頁22-23。

⁸⁵ 清·劉沅，《禮記恆解》，卷24，卷25，（合肥市：黃山書社，2009年），頁1。

⁸⁶ 張明娜，《先秦齋戒禮研究》，頁65-67。

⁸⁷ 孫希旦，《禮記集解》，頁1239。

⁸⁸ 《禮記註疏》卷49，頁832，孔穎達雲：「乃齊，側皆反，本又作齊，下不出者同言齊也。齊不齊，並如字，下『以齊之』同。」按：「側皆反」即「齋」字之反切。

唐·陸德明，《禮記音義》（四庫全書本《禮記註疏》卷49，頁6）雲：「乃齊，側皆反，本又作齊，下『不齊』、『齊者』同言齊也。『齊不齊』，並如字，下『以齊之』同。」

清儒汪紱《禮記章句》卷8，頁40，釋曰：「『言齊』、『齊不齊』、『以齊之』，齊，皆如字，餘俱側皆反。耆，音嗜。」

清王夫之《禮記章句》卷25，頁4，釋雲：「『乃齊』『齊之』之齊，側皆反，餘如字。」頁5：「『齊之』『謂齊』『齊者』，三齊自皆如字。」具以上諸說隸定。

及時將祭也，君子乃齋。齋之為言齊也。齊不齊，以致齊者也。是以君子非有大事也，非有恭敬也，則不齋。不齋則於物無防也，嗜欲無止也。及其將齋也，防其邪物，訖其耆欲，耳不聽樂。故（記）曰：「齋者不樂，」言不敢散其志也。心不苟慮，必依於道；手足不苟動，必依於禮。是故君子之齋也，專致其精明之德也。故散齋七日以定之，致齋三日以齊之，定之之謂齋，齋者精明之至也，然後可以交於神明。⁸⁹

《禮記註疏》卷 49，頁 832 說：「此一節明將祭齋戒之義，並明君與夫人皆致齋，會於大廟，夫婦交親行祭之義。」又說：「『及時將祭也，君主乃齋。』者，謂四時應祭之前，未旬時也，方將接神，先宜齊整身心，故齊也。」故知此齋戒乃為神明所設。⁹⁰

齊之為言齊，言齊一也。物自外至，故曰「防」。耆欲自內出，故曰「止」。防其邪物者，謂若不飲酒、不茹葷之類。酒與葷不可謂之邪物，然於齋時則不當飲、不當食，雖謂之邪物可也。訖亦指也。訖其耆欲，謂不禦也。君子未嘗苟慮、苟動，特於齊尤致其慎爾。⁹¹ 此段說明齋戒功能是防邪、訖欲、精致齋散齋、專致其精明之德，齋者精明之至也，然後可以交於神明。

「不齋則於物無防也，嗜欲無止也。及其將齋也，防其邪物，訖其耆欲，耳不聽樂。」因此「防邪」、「訖欲」是齋戒的主要功用。依張明娜之研究，宋明以降學者對於「防邪」、「訖欲」之說，有宋儒葉夢得、明人趙僕、明人湯道衡、清人任啓運等，他們說法大同小異，但皆同意齋戒具有「防邪」、「訖欲」的功能，並在祭祀時可與神交流。

「是以君子非有大事也，非有恭敬也，則不齋。」大事，謂祭祀之事也。恭敬，則以期心言之。蓋亦有非祭祀而致其恭敬者，如齋戒已見君是也。⁹² 清王夫之《禮記章句》卷 25，頁 4；「大事，祭也。《傳》曰：『國之大事，在祀與戎。』」又「及時將祭也，君子乃齋。」其「君子」是道德定義上的君子，抑或是能處理「祀」與「戎」的君子，有能力處理「祀」與「戎」的應該是統治者。又「君子非有大事也，非有恭敬也，則不齋。」以社會道德標準檢視，一個君子的言行舉止應該合乎禮，也應是恭敬的。但為何「君子非有大事，非有恭敬，則不齋。」？因此就有學者企圖想解釋，依張明娜之研究，就有宋

⁸⁹ 孫希旦，《禮記集解》，頁 1239；張明娜，《先秦齋戒禮研究》，頁 68。

⁹⁰ 清·阮元校勘，《禮記註疏》，卷 49，（清阮元十三經註疏本），（臺北：新文豐，出版時間不詳），頁 832。

⁹¹ 孫希旦，《禮記集解》，頁 1239。

⁹² 孫希旦，《禮記集解》，頁 1239。

人輔廣、明人金澗、清人納蘭性德、清人任啓運等。他們四位學者的論述皆基於「君子無時不敬」的理論根據來解釋。清人鄭元慶則認為：

大事，大祭祀也。祭祀宜恭敬，恭敬即上所云云，非平日所當恭敬之謂。青田劉氏謂其「非有大事不齊，猶可；非有恭敬不齊，大不可。」信斯言也，是不齊之時不恭敬也，豈所以語君子哉？誠意伯（按劉基）未免拘泥之見矣。⁹³

鄭氏認為祭祀時的「恭敬」指的應該是齋戒、不拘慮、不苟動、依於禮制、依於道德等，跟一般所謂的恭敬應有不同，也認為劉基太拘泥於恭敬二字了。設若君子是指能處理「祀」與「戎」的統治者，那似乎就可以不用基於「君子無時不敬」的理論解釋，也就沒有尷尬不和的問題了。⁹⁴

既然齋戒的內涵可以培養宗教用途的誠敬，那麼齋戒就可以從宗教轉化出人文思想，廣泛應用到需要誠敬的人、事、物之上。

第三節 道教「醮」、「齋醮」的意義及其與「齋」的差別

一、道教「醮」、「齋醮」的意義

在道教，齋醮常連用，此節的目的在釐清「醮」、「齋醮」的意義區別。

「醮」，《說文解字》釋醮有二義：「一指古代冠、娶之禮；一指祭。」古代男子再冠婚之時舉行的儀式可以稱「醮」，而古代的祀神活動亦稱為「醮」。所以「醮」在儒家原本有兩種意義，一為古代禮節的名稱，《儀禮·士冠禮》說：「若不醴，則醮用酒。」⁹⁵鄭玄注「酌而無酬酢曰醮。」指尊者對卑者型簡單之禮。用醴曰醴，用酒曰醮。醮之另一義為祭之別名，宋玉《高唐賦》說：

有方之士，羨門高谿。……進純犧。禱琬室。醮諸神，禮太一。傳祝已具，言辭已畢。⁹⁶

⁹³ 清·鄭元慶：《禮記集說》（叢書集成續編），卷 25-1，頁 10。元·陳澧撰《禮記集說》，（臺北：世界出版，1962 年）。

⁹⁴ 張明嫻，《先秦齋戒禮研究》，頁 74。

⁹⁵ 顧寶田等，《新譯儀禮讀本》，頁 17。

⁹⁶ 春秋戰國·宋玉，《高唐賦》。

李善注：「醮，祭也，子肖切。」⁹⁷「醮」是一種古代禱神祭拜的祭禮。由於有以上二義，故許慎在《說文》說：「醮，冠娶禮祭也。」段玉裁有註說：

依鄭說，非謂祭也，或許雲冠娶禮祭，事屬可疑。詳經文部閭祭也，蓋古文作冠娶妻禮也，一曰祭也。轉寫有奪，與祭者別一義，不蒙冠婚。宋玉《高唐賦》『醮諸神，禮太一。』此後世醮祀之始見也。

又「樵，醮或從示。」段玉裁註：「按依此則有祭義審矣。」⁹⁸宋玉《高唐賦》說：「禱旋宮，醮諸神，禮太乙。」《高唐賦》中『醮諸神』的，正是羨們幾位著名的方士。這就說明瞭古代的醮祭活動可能是由方士主持的。方士們後來多成爲道士。其醮祭活動自然爲道教所承襲。此後世道教徒繼承其祭祀之義，用稱祈福謝恩等法事曰醮。⁹⁹

《竹書紀年》亦記載：「黃帝遊於洛水之上，見大魚，殺五牲以醮之。」¹⁰⁰《漢書·郊祀誌》¹⁰¹記載說：「軒帝時，有人言益州有金馬碧雞之神，『可醮祭而致』，宣帝遣諫議大夫王褒，使持捷而求之，據《王褒傳》，上言漢宣帝的人其實就是方士。」道教之「醮」，《隋書·經籍志》謂：

醮者，夜中於星辰之下，陳設酒脯餅餌幣物，歷祀天皇太一，祀五星列宿，為書如上章之儀以奏之，名之為醮。¹⁰²

早期道教醮祭的對象，主要是天皇太一、五星列宿，這與中國古代的信仰是一樣的。太一就是天之尊神，掌管風雨、水旱、兵革、飢饉、疾疫，無怪乎古代的方士，或是後代的道士，皆要祭祀太一。而五星列宿即東南西北中五方斗宿，道教稱爲五斗神君，其中以北斗星君的崇拜更盛，道教認爲北斗星君有回死註生之功，有消災度厄之力。早期道教醮祭的目的，多是醮謝罪孽，乞恩消災，益壽延年，這與當時社會的動亂，生命的無常攸關。¹⁰³

後世道教徒繼承且擴大其祭祀之義，把法事祈福謝恩稱作醮。唐·張萬福著的《醮三洞真文五法正一盟威籙立成儀》對於「醮」的解釋如下：

<http://www.hudong.com/wiki/%E3%80%8A%E9%AB%98%E5%94%90%E8%B5%8B%E3%80%8B>。

⁹⁷ 梁，蕭統《文選》卷 19（臺北：文津出版社，1987 年），頁 881。

⁹⁸ 《說文解字注》第十四篇下（臺北：黎明文化出版），頁 755。

⁹⁹ 張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》，（臺北：大展出版社，2000 年），頁 26-27。

¹⁰⁰ 楊家駱，《竹書紀年八種·竹書紀年補證卷》，卷 1，（臺北：世界書局，1989 年），頁 11。

¹⁰¹ 東漢·班固編撰，《漢書·郊祀誌》，楊家駱編，《新校本漢書並附編二種一·郊祀誌》，（台灣：鼎文書局），頁 1250-1251。

¹⁰² 隋唐·魏徵、長孫無忌等奉敕修撰，《隋書卷 35·志 30·經籍志 4》，（臺北：親文豐，1975 年），頁 535。

¹⁰³ 張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》，頁 27。

凡醮者，所以薦誠於天地，祈福於冥靈。祈福於冥靈，若不專精，即不足以通感。盡誠而得福，不應驗者，未之有也。¹⁰⁴

認為建醮應「盡誠」，若不精誠則不足以通感神；建醮對地點、器物供品及醮儀的過程等也很講究。而南宋·呂元素《道門定制》卷六引杜光庭語，他認為醮是祭的別名。可以延真降靈，牲牲血食叫祭，蔬果精修叫醮。因此，杜光庭認為當時「祭」與「醮」的差別在於供品葷素的不同而已。又蔣叔輿《無上黃籙大齋立成儀》卷十五（醮說）說：「有酬酢曰獻，無酬酢曰醮。醮者，用酒於位，敬以成禮也。延真降靈，而以醮名。」由此可知道教徒設醮主要在於延真降靈，向神靈表達誠敬之意，以祈福為主要訴求。行儀的目的就是為國泰民安、懺罪謝恩、祈壽延生、拔幽薦祖等等。

道教醮法之興，最早可溯至東漢張陵創教時期卷二記載稱張陵「作道書，……論章醮之法，道士章醮之法起此。」張陵居鶴鳴山造做道書二十四篇，北宋高僧念常甚至說張陵所造的道書是章醮二十四卷、總之，張陵五鬥米道時期，章醮之法已大行於世。在張陵之孫張魯時期，還盛行塗炭齋法。¹⁰⁵又南宋·蔣叔輿《無上黃籙大齋立成儀》卷十五說：「自漢天師流傳醮法，以福群有，今見於道藏者，其目尤繁。」道教醮法來自天師道的推展，乃是配合上章的儀式，在漢末、魏晉時期，道教的法事道場，都應以醮法施行為主。¹⁰⁶

二、道教「醮」、「齋」的差別

道教齋與醮的差別，可從齋法的施行時間與祭祀的神明可看出，在《隋書·經籍志》說：「夜中於星辰之下，陳設酒脯餅餌幣物，歷祀天皇太一、祀五星列宿，為書如上章之儀已奏之，名之為醮。」由此《隋書》可知道教「醮法」的施行，主要是在夜間，其祭祀對象以天神、星宿為主。而道教「齋法」的施行並不限於夜間，其祭祀對象則含各種道教的神明。這是差別一。

第二差別為道教徒把齋用作修道成真的手段，而醮比較偏重於為人禳除現實生活中所遭遇的病痛苦難。據南宋·蔣叔輿《無上黃籙大齋立成儀·儀範門·序齋第一》說：

夫三洞諸齋，莫不以神經為本，懺謝為先，登談啟祝，罔非龍和舊文，依文而行，是為齋法。¹⁰⁷

¹⁰⁴ 〈醮三洞真文五法正一盟威籙立成儀〉，《正統道藏·正乙部》，逐字號，冊 48，頁 203。

¹⁰⁵ 張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》，頁 33。

¹⁰⁶ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 52-53。

¹⁰⁷ 〈無上黃籙大齋立成儀〉，《正統道藏·洞玄部威儀類》，鳳字號-食字號，冊 15-16，頁 607-696，1-251。

又卷十六說：

燒香行道，懺罪謝愆則謂之齋，延真降聖，乞恩請福則謂之醮。齋、醮儀軌不得而同。¹⁰⁸

蔣氏將「齋」的儀式看作向神靈表達懺罪謝罪之心。而「醮」的科一是向神靈祈求福佑安康，這就是二者之不同。

按《說文》，醮是冠娶禮祭，又有祭神之禮義。《靈寶領教濟度金書·設醮》¹⁰⁹說：

自古建齋無設醮之儀，只於散壇拜表後鋪設祭饌……備以茶酒列於壇心，自三寶而下至三界真司、將吏神祇，無不召請，三獻宣疏。蓋酬其圓成齋福，翊衛壇場，辟斥魔靈，宣通命令故也。……諸齋後設醮，名為謝恩。

按此，齋事畢終而設醮者，正如《靈寶玉鑿》中〈設醮辯〉所說：

所以將恭敬之實也，且以答上下神祇之陟降也，亦以謝既往之咎也。諸神效勞日久，得以善終乃事，未必非神之功，是又不容無此醮以補報也。

¹¹⁰

《隋書經籍志》謂：

醮者，夜中於星辰之下，陳設酒脯餅餌幣物，歷祀天皇太一，祀五星列宿，為書如上章之儀以奏之，名之為醮。¹¹¹

可見齋、醮亦可連用，而醮的用意則在於酬神謝恩，也含有謝罪的意義。由於齋、醮性質甚為接近，後人乃將求福謝罪的祭壇儀式，稱為齋醮。修齋建醮按一定程式儀規進行叫做「齋醮科儀」。張萬福與杜光庭修定的科儀皆以齋法為主，道教齋法因而大興。蔣叔輿《無上黃籙大齋立成儀·儀範門·序齋第一》說：「今世齋法遍區宇，而齋法幾於影滅跡絕。」

¹⁰⁸ 〈無上黃籙大齋立成儀〉，《正統道藏·洞玄部威儀類》，鳳字號-食字號，冊 15 - 16，頁 607-696，1-251。

¹⁰⁹ 〈靈寶領教濟度金書·設醮〉，《正統道藏·洞玄部》，冊 12-14，頁 26-801。

¹¹⁰ 〈靈寶玉鑿〉，《正統道藏·洞玄部》，方法類，冊 17，頁 17-385。

¹¹¹ 隋唐·魏徵、長孫無忌等奉敕修撰，《隋書卷 35·志 30·經籍志 4》，（臺北：親文豐，1975 年），頁 535。

齋與醮的差別，亦可從其儀式看出，如從張萬福的《醮三洞真文五法正一盟威籙立成儀》與杜光庭的《太上黃籙齋儀》的儀式做比較，其相同齋、醮儀節有入戶咒、上香、禮師存念、發爐、稱法位、讀詞、復爐、出戶咒等。而兩者的差異在於醮以請神、三獻爲主，齋儀則無；齋以禮方、懺悔爲主，醮則無。

道教徒的齋法是修道的手段，故齋法重於醮法，而道教的醮儀較接近傳統的祭祀禮，較適合社會大眾需要，傳統祭典其架構，依呂大吉編的《宗教學通論》爲：獻犧牲→迎神享祭禮→主祭上香→三獻→誦讀祝禱文→賜福祚→送神。¹¹²

道教齋法自陸靜修的創制制杜光庭的整修，可以說已達到成熟完備的階段，宋代幾部道書對齋儀的匯集，基本上都是以此一時期所完成的程式爲主要架構。根據周西波的《杜光庭道教儀範之研究》，將道教的主要齋法歸納如下：

113

(一)、就施行對象而言，可區分爲帝王、道士及大眾三種層次。

金籙齋的主要功用爲上消天災，保鎮帝王。而三皇齋在陸靜修的說法，爲以「絕塵期靈」爲主。道士自身修持有上清諸齋、明真齋、三元齋、八節齋、三皇齋等。陸靜修將明真齋限爲「學士」，而杜光庭的唐代已經不限學士了。餘如黃籙齋、自然齋、塗炭齋、指教齋、太一齋則身分不限。

唐宋以金籙、玉籙及黃籙並稱三籙齋儀，可見於《隋書·經籍志》雲：「其潔齋之法，有黃籙、玉籙、金籙、及塗炭等齋。」《佛祖統紀》卷三十五亦說：「二年，老君降天臺山，以大洞靈寶經授仙人葛玄，及上清齋法並三籙，金籙保鎮國祚，玉籙保佑貴族，黃籙拔度七祖。」

(二)、就其性質與作用而言，主要以修行、祈福、禳災、拔度幽魂及悔過爲主。上清齋、三皇齋以修真求仙爲主要訴求；金籙齋、自然齋、指教齋則以消災祈福爲主；黃籙齋、明真齋以拔度幽魂爲目的；三元齋、八節齋、塗炭齋則用以謝過。但太一齋的作用卻不明。

至於諸節齋的祭拜時間與祭拜對象，《太上洞玄靈寶業報因緣經》卷四就有羅列著各齋的時間與各有何天神吏兵下降校人功過，包括六齋月、三元日、八節日、月十直日、十直、甲子、庚申、獻壽、迎祥、本命、千日……三會等日。並說：

¹¹² 呂大吉，《宗教學通論》（北京：中國社會科學出版社，1990年），頁301。

¹¹³ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》（臺北：新文豐，2003年），頁65-67。

凡此諸齋日，若帝王、國王、妃後、大臣、公侯、宰輔、道士、女冠、人民兆庶，或自為人燒香、行道、誦經、禮謝、講說此經，奏名白簡，投告山川、五嶽、四瀆、山洞靈司，吾常遣諸真人、神仙、玉女、侍巾玉童、香官使者檢路名字，著神仙玉曆長生簿中，令厄難消除，眾苦清靜，永享無窮。¹¹⁴

諸節齋的設立，緣於道教宣揚在特定日期均有各種神名檢校人之功過，影響人之罪福，故密集修齋以求滅罪增福添壽。¹¹⁵

關於醮的類別，唐代法琳《辯正論》說：「陶宏景造上清經及眾醮儀。」六朝道經《洞玄靈寶道學科儀》卷下〈醮請品〉中有幾種主要的醮儀，有：

- 1、請天神——五帝醮、七星醮、六甲醮、三師醮。
- 2、請地神——五嶽醮、三皇醮、三一醮、河圖醮、居宅醮、三五醮。
- 3、上元甲子醮

前兩種醮的區分主要以所祭祀的對象為主，第三種醮則是在冬至或夏至後遇有甲子日所舉行的醮儀。若依杜光庭的《廣成集》所載，則有：

- 1、依祭祀對象而定有九星醮、北帝醮。
- 2、依事件而定有為母轉經設醮、祈雨醮、疾餓醮。
- 3、依舉辦時間而定有上元醮、生日醮。
- 4、依設醮地點而定有北帝衙醮、玉局化醮、青城山醮。

因其主要性質為祭神，來達到祈福謝恩的目的，故都因為其所祭祀的對象而命名，又凡欲病痛苦難，或為完成重要工作等等，均可設醮，此為事件而命名。

三、道教的「齋醮」

「齋」與「醮」的意義在某些道經中是加以區別的，如《無上黃籙大齋立成儀》卷16說：「燒香行道，懺罪謝愆，則謂之齋；延真降聖，乞恩請福，則謂之醮。齋醮儀軌不得而同。而行住坐臥，舉念運心，惟道是修，惟德是務，持齋禮拜，誦經燒香，奉戒修身，然燈懺悔，佈施願念，講說大乘，教導眾生，發大道心，造諸功德，普為一切，後己先人，不雜塵勞，惟行道業。故得天上

¹¹⁴ 〈太上洞玄靈寶業報因緣經〉，《正統道藏·洞玄部》，本文類，文字號，冊10，頁353。

¹¹⁵ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁66-67。

地下，六道四生，禮拜皈敬，最爲尊勝。不朝天子，不揖諸侯，作人天福田，爲三界依怙，道士修道行道的重要內容。」¹¹⁶懺罪謝愆叫齋，乞恩請福稱醮。

早期齋醮的形成，可以肯定的是，太平道和五鬥道已有齋醮活動。¹¹⁷東漢後期，張角在北方創立太平道，徒眾達數十萬人。太平道在教區內，建立了祠、茅室、方、壇，以舉行齋戒祭祀的活動。是道教早期較原始的齋醮活動。

張陵在巴蜀創五鬥米道時，亦設置淨室，做爲道徒齋戒思過；請禱跪拜的場所。五鬥米道的祭酒，既是統領一方道眾的宗教領袖，又是主持道眾請禱祭祀的法師，張陵一開始就以對抗統治階級的姿態，構造了自己的天地神靈系統，也創造了自己的祭祀天、地、水三官的儀式。《三國誌·魏書·張魯傳》註引《典略》書中記有五鬥米道的請禱之法，說：

書病者姓名，說服罪之意，作三通，其一上之天，著山上；其一埋之地；其一沈之水，謂之三官手書。¹¹⁸

五鬥米道對天、地、水三官的信仰和祭祀，直接源於先秦時期的祭天、祭地、祭川的祭禮儀式，這種三官祭禮活動，後逐漸發展爲唐宋道教的投龍簡儀式¹¹⁹

五鬥米道時期創立了上章儀禮。《魏書·釋老誌》說張陵於鶴鳴山受道，造作道書，傳天官章本千有二百，弟子相授，齊祀跪拜，各成道法¹²⁰。五鬥米道在三會日，即正月五日上會，七月七日中會，十月五日（或十五日）下會，要舉行祭祀，道眾同會壇場，上章言功。隋費長房《歷代三寶記》說張陵造作道書，道士章醮之法始於張陵傳教時期，這大概是有所根據的。總之，張陵五鬥米道時期，章醮之法已大行於世。

在張陵之孫張魯時期，還盛行塗炭齋。關於塗炭齋，劉宋陸靜修的《洞玄靈寶五感文》和北周道教類書《無上祕要》都曾提到。陸靜修修訂塗炭齋儀，僅以黃土泥額，反縛懸頭而已，顯然，塗炭齋是一種苦修行似的齋戒。所以可以如此說，太平道與五鬥米道的齋醮儀式，還比較原始和簡陋，內容還不豐富，

¹¹⁶ 〈無上黃籙大齋立成儀〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，冊 16，頁 1-251。

¹¹⁵ 張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》，頁 30。

¹¹⁸ 《三國誌·魏書·張魯傳》註引《典略》源自張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》，頁 31。

¹¹⁹ 投龍簡又稱投龍璧，投龍簡儀式是將寫有消罪、願望的文簡和玉璧、金龍，用青絲捆紮，舉行齋醮後，投入名山大川，嶽瀆水府，以祈求保安宗社。見於張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》，頁 238，31。

¹²⁰ 楊家駱，《魏書·釋老志》，卷 114，志 20，（臺北：鼎文書局，1979 年）頁 3049。

科儀還不完備。¹²¹但是道教儀式仍然同古代祭祀儀式有密切關係。元韓混成在《道門通教必用集·序》中說：

天師因經立教，而易祭祀為齋醮之科，法天象地，備物表誠，行道誦經，飛章達款，亦將有以舉洪儀、修清祀也。¹²²

指出道教齋醮儀式是古代宗教祭祀儀式改易而成的。南朝宋時的《三天內解經》也云：

夫為學道，莫先乎齋，外則不塵垢，內則五藏清虛，降真致神，與道合居，能修長齋者，則合道真，不犯禁戒也。故天師遺教為學，不修齋直，冥冥如夜行不持火燭，此齋直應是學道之首。¹²³

「齋」與「齋直」互用，齋者，齊也，齊人參差之行。直者，正也，正人入道之心。因「直」與「齋」意義相近，有謂「立直」，即是「建齋」。另外，《正一威儀經》在「正一奉齋威儀」外，又有「正一醮請威儀。」醮者，祈天地神靈之享也。所有餅果，並須清潔，不得肉脯葷穢，三官不佑。¹²⁴仍是「齋」和「醮」分別使用。而成書兩晉之時的《太上洞淵神咒經》則將「齋」和「醮」對舉，稱「修齋設醮，不依科儀之考。」¹²⁵「齋」、「醮」合稱，則成為道教儀式的總稱。大約唐代以降，道教也有以法會統稱齋醮儀式集會，¹²⁶也到了唐代才普遍流行「齋醮」連稱。

齋醮連在一起講，始於晉代。晉代道經《太上洞淵神咒精·步虛解品考》說：「修齋設醮，不依科儀之考。」該經之〈諸天命魔品〉已有「建齋醮」之語，已將兩字結合為一詞。這裡說的齋醮，顯然是道教的祭禮儀式。這時，「齋」已由祈禱儀式前的潔誠行為，逐漸演變為祈禱儀式本身的一部份。到隋唐時期，本為二義之齋與醮，才合而為一，連稱為「齋醮」或直稱作「醮」¹²⁷，也更為普遍。唐哀宗天又二年於太青宮建黃籙大醮，後唐長興四年於中興殿建金籙醮。¹²⁸唐太宗即位之初，即敕命著名道士李含光建茅山壇宇，為國齋醮，唐太宗多次派中使赴茅山壇場，巡視茅山修醮道士。唐玄宗開元十年正月下詔，

¹²¹ 張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》，頁 31-33。

¹²² 宋·呂太古，《道門通教必用集·序》，《正統道藏·正乙部》，帳字號，冊 54，頁 1。

¹²³ 南朝·劉宋天師道士徐氏撰，〈三天內解經〉，《正統道藏·正乙部》，滿字號，冊 48，頁 79。

¹²⁴ 作者不詳，〈正一威儀經〉，《正統道藏·洞神部》，忠字號，冊 30，頁 597。

¹²⁵ 作者不詳，〈太上洞淵神咒經〉，簡稱〈神咒經〉，《正統道藏·洞玄部》，始、制字號，冊 10，頁 229-287。

¹²⁶ 張澤洪等，《道教儀禮》，（香港：青松觀，2000 年），頁 124。

¹²⁷ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 53。

¹²⁸ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 53。

命兩京及諸州各智玄元皇帝廟一所，「每年一道法齋醮。」¹²⁹武則天執政時期，多次敕命舉行金籙齋會和投龍簡儀式，為其政權拜天謝過，鎮安社稷。

宋初最大齋醮法事，是張守真在瓊林苑做的周天大醮。宋大中祥符八年王欽若著《羅天醮儀》十卷，慶歷八年高句麗王（文宗）行北斗星醮儀，金明昌元年上清派教主秦汝達舉行金籙醮。金元時期，金世宗召丘處基主持萬春節醮事，金承安元年章宗行幸天長觀設普天大醮七晝夜。承安五年，修成《無上黃籙大齋立成儀》，元憲宗三年，憲宗召見全真道士王治坦舉行黃籙普天大醮，憲宗九年太乙教主蕭居壽舉行黃籙大醮，¹³⁰金元統治者動輒舉行金籙普天、周天、羅天大醮，祈求國泰民安、五穀豐收。

明·朱元璋敕命禮部與道教擬定科儀格式，頒行天下遵行。倒是宋宗真、趙允中等編成《大明玄教立成齋醮儀》，在道教齋醮科儀中，正式將齋醮並稱。至此，齋醮儀式合而為一，在傳世的齋醮科儀經本中，首次出現齋醮合稱的科儀題目。明張萱《疑耀》卷7（齋醮）條說：「齋與醮，義異而事同，羽衣家鮮能辨之。」¹³¹連道士都少有能辨別齋醮二者的差異，更何況一般世俗的人難區分其異同了。的確，今天道教的齋醮活動，俗稱做道場或作法事，實際都是依科演教的祭禮儀式。

道教是十分注重修齋的，《雲笈七籤》卷三十七〈說雜齋法〉說：

學道不修齋戒，徒勞山林矣。齋者，正以清虛恬靜，謙卑恭敬，戰戰兢兢，如上履冰穀，若對嚴君。¹³²

《雲笈七籤》卷三十七引《三天內解經》，同卷亦引出「齋直」，說：

夫為學道，莫先乎齋。外則不染塵垢，內則五臟清虛，降真致真，神與道合居。能修長齋者，則道合真，不犯禁戒也。故天師遺教，為學不修齋值，冥如夜行不持火燭。此齋值應是學道之首。夫欲啟靈告冥，建立齋值者，宜先散齋，不使宿穢，臭腥消除，飢體消潔，無有玷汙，然後可得入齋。¹³³

¹²⁹ 宋·李昉，《冊府元龜》，卷53，帝王部，尚黃老，中國古代典籍。

http://wenjin.nlc.gov.cn/zjtj/book.jsp?bookid=1000004_01&filename=T00001_00.pdf&booktitle=%B2%E1%B8%AE%D4%AA%B9%EA%BE%ED%D2%BB%D6%C1%BE%ED%B6%FE%B0%D9%CE%E5%CA%AE%C1%F9&bookadded=1

¹³⁰ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁53。

¹³¹ 明·張萱，〈疑耀〉，卷7，《文淵閣四庫全書·仔部》，冊856，頁284。

¹³² 〈雲笈七籤〉，〈說雜齋法〉，《正統道藏·太玄部》，冊37，頁95。

¹³³ 《雲笈七籤》，引〈三天內解經〉，《正統道藏·太玄部》，冊37，頁492-500。

此謂道教的修行者，若要學習道法，首重莫過於先修齋戒，由於離葷食酒色財氣，則身心內外皆能清淨無染，時時保有恭敬之心態，方能招致神靈下降，與道合真。

同時齋直與齋戒具有相同的意義。根據陸修靜《太上洞玄靈寶法燭經》說：

治身正心，莫先乎齋直。齋者，齊也，齊人參差之行。直者，正也，正人入道之心。念淨神靜，齋之義也。¹³⁴

《三天內解經》卷下說：

故天師遺教，為學不休齋直，冥冥如夜行不持火燭，此齋直應是學道之首。¹³⁵

齋就是整齊、齊一，直就是正，正確、按規矩的直入修道之心。因此「直」與「齋」意義相近，有謂「立直」，即指「建齋」。此名首出古靈寶經，如《洞玄靈寶長夜之府九幽玉匱明真科》¹³⁶或《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》¹³⁷。

夫齋直之法，要在乎絕甘肥、葷辛、酒色、陰賊、嫉妒、妄想一切諸惡，唯宜燒香然燈誦經禮懺，願諸一切普免災惡，乃為齋矣。昔孔子謂老子曰：丘居貧，唯不飲酒、不茹葷，久矣。老子曰：是祭祀之齋也。汝一志，無以耳聽而以心聽；無以心聽而以氣聽，疏淪汝心，澡雪汝精，神培擊汝智，吾將語汝。

若論述守齋戒的法門，最重要在於身心齊修，令欲斷絕甘肥、葷辛、酒色、陰賊、嫉妒、妄想一切諸惡。尤其是甘肥、葷辛、酒色的節制，現代人科技便利且喜歡動腦筋，因此懶散之外，還減少行動力。這些行為，日久必然將成為體內的負擔，負擔就是各種疾病了！齋戒期間，應當燒香、燃燈、誦經禮懺作修。禮懺就是深露的懺悔！若是修道不知過失，還堅持主觀的想法，那就不是

¹³⁴ 陸修靜，〈太上洞玄靈寶法燭經〉，《正統道藏·洞玄部》，本文類，字字號，冊10，頁507。

¹³⁵ 三天弟子徐氏，〈三天內解經〉卷下，清微藏書閣，頁2。

《<http://www.ctcwri.idv.tw/CTCW-CJD/CJD07%E6%AD%A3%E4%B9%99%E9%83%A8/CJD07ALL/CJD07014%E4%B8%89%E5%A4%A9%E5%85%A7%E8%A7%A3%E7%B6%93/CJD07014-2%E4%B8%89%E5%A4%A9%E5%85%A7%E8%A7%A3%E7%B6%93%E5%8D%B7%E4%B8%8B.pdf>

¹³⁶ 東晉，〈洞玄靈寶長夜之府九幽玉匱明真科〉，《正統道藏·正乙部》，赤字號，冊57，頁641。

¹³⁷ 東晉，〈太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，陶字號，冊11，頁737。

道教崇拜神仙，注重祭祀祈禱，且認為神仙清淨高雅，肅穆淨潔，故要求祭祀者必須在祭祀之前須沐浴更衣，不飲酒，不吃葷，心、口、身潔淨，以示虔誠。後來的道教把齋戒分成了兩回事，戒是齋的進一步發揮，有固定條文且有強制性。齋戒與醮壇祭禱，關係緊密切合，齋戒是因醮壇祭禱之舉行而設立。醮壇祭禱亦有規制，必須動作如儀，故稱醮儀。道教三洞經書的十二類中，每洞皆有戒律、威儀、章表，講的是各種齋戒、醮壇儀式及祈禱章表的規制。道教通常把這些統稱儀範。

道教繼承民族文化，在群眾信仰和民俗的基礎上發展演繹的齋醮儀式，形成了道教多用途的齋醮科儀，大則為國祝釐、禳解災疫、祈晴禱雨；小則安宅鎮土、禳災解厄、祈福祝壽、度王生方等等，大凡人所希求的是多有用齋醮祈禱之法。

道教齋醮有陽事陰事之分，也就是清醮與幽醮之分。清醮有祈福謝恩、卻病延年、祝國迎祥、祈晴禱雨、解厄禳災、祝壽慶賀等等屬於泰平較之類。幽事則有攝召亡魂、沐浴渡橋、破獄破湖、煉度施食等等屬於濟幽度王之類。

道教齋醮儀式具有複雜的結構。它由各種獨立的科儀組成，每個科儀又都具有特定的神學意義和作用。例如，《先天斛食濟煉幽科》¹³⁹，就是由煉度、濟幽和斛食三儀組成的大型儀式，每次演習時間長達四小時。演習此儀就是運道士一己之神氣，合二象之生津，煉化亡靈之枯骸，使之超度入聖。每個科儀又由具有獨立意義的儀式元組成，例如：升壇、發爐、署職、唱方等等，而許多種科儀組合在一起，形成為具有一定規模的儀式群，即齋醮法會。例如儀式過程需歷時九天的九皇金籙大齋、三天的下元黃籙大齋等等。據《大明玄教立成齋醮儀》¹⁴⁰，建度亡醮的三天安排，第一天包括「發直符、揚幡、安監齋、敷座演經、靈前召請、立寒林所」等，第二天包括「發直符、禮懺、靈前咒食」等，第三天有「發直符、濟孤、設醮」等。所有的獨立科儀組合在一起，以達到某時某處舉行大型齋醮法會的神學要求。¹⁴¹

據統計，現存《道藏》和《萬曆續道藏》中的科儀經籍共有一百七十二種，其中包括各種齋醮儀、授度儀、燈儀、壇儀、格式等著作。就其威儀內容和功能分析，已表達了明代道教徒多方面的信仰需要，也涵蓋了明代社會各種生活的面向，例如：悼亡、追薦、延壽、解厄、解過、祈福、祈嗣、淨宅、醮墓、祈雨雪、止雨雪、斷瘟、滅蝗……等等。但在道教一千餘年歷史中，儀式有個

¹³⁸ 台灣茅山李貢銘講解於台灣東湖，2005年9月18日。

¹³⁹ 傳稱係晉代葛玄所傳，《先天斛食濟煉幽科》，是香港道教的著名科儀，世稱「大三清」。

¹⁴⁰ 〈大明玄教立成齋醮儀〉，《正統道藏·洞玄部威儀類》，壹字號，冊15，頁1。

¹⁴¹ 齋醮。<http://wt38.com/to05/to05-02/to05-02-01.htm>。

由簡趨繁，再由繁趨簡的演變過程。宋代的《道門定制》說：「古儀尚簡而實，今也好奇而繁。」¹⁴²其演變的複雜過程，就是後世道士按照教徒的需要、仿照人間禮儀而增設的。《道門定制序》指出：

道門齋醮簡牘之設，古者，止符篆朱章而已，其他表狀文移之屬，皆後世以人間禮，兼考合經教而增益者，所在無定式。或得之詳備而失簡易之旨，使力所不逮者，不可跂及；或失之鹵莽而使盡敬事天者，無所考定，不愜其意。¹⁴³

因此，由禮部會同道門中人，去繁就簡，立成定規。¹⁴⁴

¹⁴² 宋·呂元素，〈道門定制〉，《正統道藏·正乙部》，丙字號，冊 53，頁 393。

¹⁴³ 〈道門定制〉，《正統道藏·正乙部》，丙字號，53 冊，頁 393。

¹⁴⁴ 齋醮。<http://wt38.com/to05/to05-02/to05-02-01.htm>。

第三章 道教的齋醮思想與《無上祕要》的編纂

第一節 道教的起源與齋醮源流

道教是在中國早期帝王時代形成的宗教。其信仰內容，具有中國古宗教意識的特點。史學界與道教界一般都說它形成於東漢順帝（126 - 144）時，至今已有一千八百多年的歷史。但若追溯到戰國時期齊燕沿海一帶宣揚的神仙方術，《史記·封禪書》所謂「形解銷化」，依於鬼神之事的方仙道，與西漢時，托黃帝而言的神仙之術，與托老子而言修道養壽的黃老道，則這種以神仙信仰為特徵的宗教，在中國流傳已有兩千多年的歷史了。

在中國漫長的帝王時代，道教對中國歷代的政治、經濟和文化思想都發生過深刻的影響；同時道教也自形成了獨特的教理、教義體系，累積了大量經籍與文獻資料，是中國古代文化遺產的一大部份。道教內容比較豐富，從其主體內容來探索起源，則道教不外是在三種原始宗教意識的融合演化而成，一為鬼神崇拜；二為神仙信仰與方術；三為黃老學說中的神秘主義成份。¹⁴⁵

一、道教齋醮的形成源由

齋醮具有悠久的歷史。道教作為中國土生土長的宗教，植根於中國傳統文化的土壤，先秦之鬼神崇拜和巫術之術，就是道教齋醮儀式之淵源。¹⁴⁶早在夏商周時代，就設有巫史之官。《說文解字》釋「巫」：「巫，祝也。女能事無刑，以舞降神者也。」¹⁴⁷先秦時代的巫，以通神、事神、降神、娛神的本領，而其官巫，專職驗測國運，預卜戰爭，宮廷祭祀。先秦的祭禮，已成為中國最發達的古俗。至春秋戰國時代，巫祝祭導悅神之風更盛於前。

道教是具有濃厚的巫覡色彩的本土宗教，因為它承襲了巫術文化的巫舞、禁忌、占卜、讖緯、符咒、兆驗。道教的神祇譜系也源於巫的神鬼觀念，道教的天地人鬼的理念也來自巫文化的原始崇拜和思維觀念。先秦巫覡的祀神儀式、所用的巫術法器，也為道教的齋醮所運用與發展。巫術的驅鬼辟邪、抓妖治蠱、呼風喚雨、招魂送亡，屢屢可見於道教的齋醮儀式活動中。道教齋醮活動中的作法方式、心理定勢、儀式的功能均吸收來自巫術。

¹⁴⁵ 李養正，《道教概說》。

¹⁴⁶ 張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》（臺北：大展出版社，2000年），頁21。

¹⁴⁷ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁392。

在秦漢時期，已有各種各地的巫出現，如楚巫、荆巫、梁巫、秦巫、晉巫、九天巫，《史記·封禪書》中有記載著各巫之職掌。到了東漢道教創立之時，就受到當時巫風之影響甚鉅。道教的齋醮，其目的是齋戒以告鬼神¹⁴⁸，顯然是源於巫的祀神、祈福的儀式。在原始宗教的祭祀儀式中，巫師在舉行法事之前皆須齋戒、沐浴，已便交於神明，而道教祭禮活動前，臨壇法師亦得齋戒，清潔身心，交於神明。

在西元二世紀的東漢順帝年間（131-144），張道陵成立了五斗米道，世傳至張魯，建立了三十年的政教合一政權。當時的五斗米道已經有簡略的事神儀式，例如：信徒有病或犯錯時，祭酒者將此人名寫在紙上，向神明稟明病狀、或陳述犯錯人已認錯改過。然後，寫成三份，一份送到高山，一份埋在地下，一份沈入水裡，象徵將書信傳達給天、地、水三官之神，此種懺悔罪過並祈求免禍的儀式稱為「三官手書」¹⁴⁹。五斗米道主張簡單的懺罪、祭禱儀式，禁止過度的崇祀鬼神。

五斗米道尊奉的經典是《老子想爾注》，《老子想爾注》是反對多餘且泛濫的祭禱行爲，在其第二十四章說：

欲求仙壽天福，要在信到守誠、守信，不為貳過。罪成，結在天曹，右契無到而窮，不復在餘也。……行道者生，失道者死；天之正法，不在祭餼禱祀也。道故禁祭餼禱祀與之重罰。祭餼與邪通同，故有餘食器物，道人終不欲食用之也。……在道，曰餘食餼行，物有惡之；故有道不處。¹⁵⁰

欲求仙壽天福，首要在於通道守誠、守信用、不犯重複的過錯。人若是犯罪，結案在天官仙曹，紀錄罪過的名冊尚未送到天上結算之前，這個人就將遭到窮困，不再獲得寬宥。奉行大道的人則生，失掉大道的人則死。上天的正法，不再多餘的祭禱祀鬼神道，禁止人進行多餘的祭禱祀鬼神，對這樣做的人給予重罰。行多餘的祭祀與邪道通同。故有祭後遺留下來的食物，道人終不欲食用，有道者不處於祭餼禱祀之間。以上觀念，即成爲後代的道人在行使齋儀、醮祭的基本原則。

¹⁴⁸ 道教對於事神與否，觀點不一。早在西元前二世紀時，西漢淮南王以其向道修仙的心情認爲，有求於外的事神，乃是喪失其自身神志清明的行爲。參見鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 253。

¹⁴⁹ 《後漢書》卷 75，頁 2436。

¹⁵⁰ 語譯部分參見《新譯老子想爾注》第 24 章，頁 120-121。

到了晉代的道士葛洪（西元 283-363），認為長生之道不在祭祀鬼神，不在道引與屈身的身體練習，成道昇仙的要旨在於修鍊神丹，將體內精神與肉體修鍊合一而凝聚出能量的神丹，這與敬事鬼神無關。葛洪是反對淫祀妖邪的。

道教科儀的由來與中國古代祭祀前的修齋守戒有關，而道教儀式的由簡而繁，乃是經過外來宗教如佛教的刺激，隨著時代演變而來。¹⁵¹道教儀式包含各種儀禮規範，如道士的拜師、入道禮儀（受籙儀、傳度儀）、早晚課的誦經、日常生活應遵守的禮儀戒律，以及各種大型的齋儀、醮儀等。

道教科儀中，「科」字是「禾」與「鬥」量器具的合寫。《說文解字注》：「科，程也。從禾，從鬥。鬥者，量也。」本義為衡量穀物。¹⁵²從而有區分品類、等級，還有準則、條目或法規等多義；「儀」字則有法度、準則、典範和儀式的涵義。《說文解字注》：「儀，度也；度，法制也」¹⁵³本義為人的外表。科儀兩字合而指稱「科戒」（戒通誠）¹⁵⁴和「儀式」。道經中記載的「科誠」，通同於科法、科範或科約，亦即道教的法度、規範以及盟誓的約定、律令的條文，如常見的「教誠科條」、「明科禁誡」或稱作「玄科律令」等用法皆是。

155

道教科儀包含了科誠與儀式，在設醮前，要守一定的齋戒，也就是要遵守修齋的科誠。道教之修齋守戒，淵源自古代祭祀天地與祖先神明的儀禮，¹⁵⁶是在敬神儀式前所進行的潔淨身心及遵守道德戒律的行爲。儒家祭祀儀禮的記載中，最完備的是《周禮》、《禮記》、《儀禮》。所謂：「禱祠、祭祀，供給鬼神，非禮不誠不莊¹⁵⁷。」

（一）、早期道教的齋戒與受籙儀式

道教科儀中，自有其一套從齋戒到進行祭祀天地、祖先神明和敬奉種種神明的儀式，這是受了古代祭祀儀禮的影響。¹⁵⁸

一、教戒之始

¹⁵¹ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 254-255。

¹⁵² 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁 874。

¹⁵³ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁 174。

¹⁵⁴ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 255。

¹⁵⁵ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 255。

¹⁵⁶ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 255。

¹⁵⁷ 孫希旦，《禮記集解》，頁 9。

¹⁵⁸ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 260。

從筆者手上現有的資料文件中，很難確定道教的戒是從什麼時候開始的。在西漢文帝時期（西元前 180-前 172），河上公章句的《道德真經註》有出現〈教戒之始〉文字，河上公對《老子》42 章的「強梁者不得其死，吾將以為教父。」註解說：

強梁者為不信玄妙，皆叛道德，不崇經教，尚勢任力也。說：不得其死者為天地所絕。兵刃所加，王法所殺，不得以壽命死。父，始也。老子以強梁之人，為救戒之始也。¹⁵⁹

「強梁者不得其死」語出周代銘文，是說「剛暴的人，不得善終。」¹⁶⁰

早期道教只有簡單隆重的懺罪儀式，教內最重視是道誡。但是道誡的內容，不見於今殘存的《老子想爾注》。此書第 22 章，只出現註解「聖人抱一為天下式」說到「一，道也。設誡，聖人之為抱一也，常教天下為法式也¹⁶¹。」同書第 33 章，注文說：「道誡甚難，仙士得之，但志耳，非有伎巧也¹⁶²。」所謂奉行道誡，即經常處於抱一的狀態。《老子》第 10 章說：「載營魄抱一」，就是一種使魂魄相守、身心合一的狀態。

《老子想爾注》在註解《老子》第 37 章：「道常無為而無不為。王侯若能守，萬物將自化。化如欲作，吾將鎮之以無名之樸。」說道：

……失正變德邪，邪改得正。今王者法道，民悉從正，齋正而止，不可復變，變為邪矣。觀其將變，道便鎮制也，檢以無名之樸，教誡見也。王者亦當法道鎮制之，而不能制者，世俗悉變為邪也。¹⁶³

以上「齋正而止」的「齋」，就是要人「齊一身心，使本性停止於道的境界」。《老子想爾注》全篇中，充斥著道誡的言論。

（二）、五斗米道的齋戒與配籙

東漢五斗米道創教以來，正一天師以配符授籙、修齋建醮而聞名傳承至今，其道民受籙是以潔齋、守戒的準備行為為先，其次向天禱告，接受老師所授的符、配籙，完成向天庭申請登籙姓名的人道儀式。經籙是太上傳授祖天師

¹⁵⁹ 〈道德真經註〉《欽定四庫全書·子部十四·道家類》，（卷 3，頁 6），（道化）。

¹⁶⁰ 余培林註釋，《新譯老子譯本》，頁 76。

¹⁶¹ 《新譯老子想爾注》第 22 章，頁 110。

¹⁶² 顧寶田等，《新譯老子想爾注》頁 165。

¹⁶³ 顧寶田等，《新譯老子想爾注》頁 183-184。

的法寶，專用來治鬼的祕文。《太上三五正一盟威籙》¹⁶⁴是自天師張道陵傳衍而來的。是最初的道教籙文之一。

《隨書·經籍志》記載：籙的意義是指秘笈，像是黃籙、玉籙、金籙、符籙等；或是指記錄在諸天曹、官屬、佐吏的名冊。道教徒有入道的受籙儀式；入道弟子的受籙儀式，必須先潔齋，然後用金環、錢幣為槽，致贈給老師。其師使弟子接受籙文，剖開金環為二，作為契約，弟子得籙以後，緘默的配在身上。¹⁶⁵

二、道教的科儀內容和其歷史發展

道教所使用的科儀，就是道教徒在道教教義思想支配下的一種祭祀行為。不管是神職的道士，或是信徒、信眾等，都會有祭祀的行為。一般道教信徒的祭祀行為，就是祭祀。而專職的道士，除了一般的祭祀行為外，還有是為了一定的目的、為了一般的信徒舉行的特殊的儀式行為。道教中人給這種特殊的儀式行為起了個專門的名稱叫做「齋醮」，也就是俗稱的「道場」。

道教的祭祀天地儀式和古代的天子祭祀天地儀式有許多不同之處，但又有著聯繫。韓混成在《道門通教必用集·序》中說到：「天師因經立教，而易祭祀為齋醮之科。法天象地，備物表誠，行道誦經，飛章達款，亦將有以舉洪儀、修清祀也」。這就是說，道門中人很早就知曉道教的齋醮儀式是古代祭祀儀式的改易。在儀式中，奉祀法天象地的神靈，奉獻各種的物品以表誠意，要行道誦經，將所願、意圖成文書而飛章達款，上告神靈。這些儀式在古代的祭祀儀式中都是有的。不同的是，古代行儀的只是天子和諸侯，百姓是不可以祭祀的。道教創立的宗旨，其道教徒也可以舉行此類的祭祀儀式，雖然形式並不相同。

道教稱儀式為「齋醮」，那是後來的事，大約在唐代才流行起來。早期道教稱儀式，多用「齋」名。北魏寇謙之在《老君音誦戒經》談到：「齋功不達，無有感徹之理」，「諸欲修學長生之人，好共尋諸誦誡，建功香火，齋練功成，感徹之後長生可克」。意思是如果我們的科儀不完備，不周到，那麼就無法感動神靈。修學長生之人，也一定要修習齋醮科儀，只有藉由香火、誦誡的齋練功成，感徹天地神靈，才能成仙。如果天地神靈未受感應，您如何長生不死、名列仙籍？

南朝陸修靜編修的經儀中，也只稱「齋」，而不稱「齋醮」。《三天內解經》即稱：「夫為學道，莫先乎齋，外則不塵垢，內則五藏清虛，降真致神，

¹⁶⁴ 〈太上三五正一盟威籙〉，《正統道藏·正一部》，逐字號，冊 48，頁 101。

¹⁶⁵ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 268。

與道合居，能修長齋者，則合道真者，不犯禁戒也。故天師遺教爲學，不修齋直，冥冥如夜行不持火燭，此齋直應是學道之首」。又有些經文單稱「醮」的，如《正一威儀經》在「正一奉齋威儀」外，又有「正一醮清威儀」，稱「醮者，祈天地神靈之亨也。亦有多種，所有餅果，並須清潔，不得肉脯葷穢，三官不佑」。但是，在兩晉時的《太上洞淵神咒經》則將「齋」和「醮」對舉，稱「修齋設醮，不依科儀之考」。齋醮的並列對舉，意味著齋醮二者都指稱道教的科儀的內容。唐代以後，齋醮連稱才普遍流行，並以此作爲道教儀式的專稱。¹⁶⁶

三、 早期道教的科儀和六期道教科儀的改革和齊備

早期道教留存的文獻資料很少，從《三國志·張魯傳》引《典略》可知《三官手書》，手書上寫有病人姓名和服罪之意，此應屬早期道教的表文、表章之類。而爲病人請禱的則是已通道的祭酒。上《三官手書》的科儀類似於後來的「進表」科儀，只是其科儀過程十分簡單。

從北魏寇謙之、南朝宋陸修靜留下的文獻資料可知，早期道教還有一個大型儀式叫三會之日。據陸修靜的《陸先生道門科略》稱：「正月七日，七月七日，十月五日，一年三會，民各投集本治，師當改治籙籍，落死上生，隱實口數，正定名簿。三宣五令，令民知法。其日，天官地神，咸會師治，對校文書。師民皆當清靜肅然，不得飲酒食肉，喧嘩言笑。會竟，民還家，當以聞科禁威儀，較敕大小，務共奉行。如此，道化宣流，家國太平」。三會日那天，道教信徒都要做三件事，一是校正命籍，核對戶口。落死上生，就是死亡的要注銷，新生的要登記。二是祭酒宣示科儀，道民聽了科戒宣示以後，還要回家教化家人。三是舉行各種儀式，病人或受災受害者，需請師奏章。在此可見，東漢時用「三官手書」，南朝時改用「奏章」。在《老君音誦戒經》亦談到三會日道民上章籍之儀式，不過，道民行儀有不同的目的，也有不同的儀式。如《老君音誦戒經》曾談到「道生籙生男女民燒香求願法」，「爲亡人社會燒香」等行儀過程。

從東漢末年到北魏寇謙之和南朝宋陸修靜的時代已經歷了三百多年。道教儀式有了很大的發展和變化。早期道教的「三官手書」和三會儀式都停止舉行。隨著神靈系統的擴大，道教徒的信仰需要和不同道派的形成，又衍生出了許多新的科儀。更由於道教組織鬆弛，科儀出現混亂。陸修靜指出當時的道教科儀是到了非整頓不可的地步了。因爲科儀依據的經書不統一，甚至沒有可以依據的經書。而道士在演習科儀的時候，輕道賤法，不按一定的規矩和程式來辦理，書寫的文書是浮辭假語，畫的符是脫頭落尾，使道教科儀成了邪僻妖巫之道清

¹⁶⁶ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 193-194，

法。正是這樣的緣故，寇謙之要清整道法，陸修靜也在收集、整理和編訂道教科儀方面做了大量的工作¹⁶⁷。

四、早期道教「先齋後醮」的儀式程序

靈寶立齋，正一有醮，這是早期道教并行不悖的兩大祭系統。《靈寶領教濟度金書》卷319〈設醮〉說：

自古建齋無設醮之儀，只于散壇拜表後，鋪設祭饌果肴，或五杓，或九杓，或十四杓，或二十四杓，或三十六杓，備以茶酒，列于壇心。自三寶而下，至于三界真司、將吏神祇，無不召請，三獻宣疏，蓋酬其圓成齋福，翊衛壇場，辟斥魔靈，宣通命令故也……後世始安排醮筵，陳列聖位，其小者惟二十有四，其多者至三千六百，每位各設茶酒果食，立牌位供養。¹⁶⁸

這裡說的後世始安排醮筵，指的是北宋王欽若奉敕編定的三等九級壇法。其醮筵最多的是普天大醮三千六百分位，屬國家設立的順天興國壇；最少的是二十四分位，屬士民設立的應物壇。道教修齋，要召命神靈管衛壇場，宣通關告，為酬賞神靈勞役之功，要設醮謝恩。謝恩醮儀的最大特點，是要鋪設醮位、醮席，備辦三界十方聖真眾醮筵，迎請聖真降臨醮座。醮為位即所立聖真牌位，或稱聖位，每位聖真設一盤茶酒果食，及即為一分醮位。每鋪設一分醮位，就要供奉一位聖真。凡舉行大醮，道教崇祀的三界仙靈，皆聚醮壇享。醮筵上酬謝神靈的茶酒果食，稱為醮禮。《上清靈寶濟度大成金書》卷40〈齋醮須知門〉「設醮」說：

醮禮之說，乃齋事功圓，酬恩報德，故列盤肴，延會三界眾真，俱降醮筵，乃宴賞之義也。¹⁶⁹

但不同齋法的醮儀，迎請的神真有所不同，這就是所謂的「諸齋後設醮，名為謝恩，開度祈禳，聖位各異。¹⁷⁰」

齋後設醮之法的形成，蔣叔與《無上黃籙大齋立成儀》卷15〈醮謝請獻門〉「醮說」稱：

張清都黃籙儀無謝恩醮，杜廣成儀始有之。亦以修齋，召命神靈管衛壇

¹⁶⁷ 張擇洪等，《道教儀禮》，頁194-197。

¹⁶⁸ 《道藏》，冊8，頁809。

¹⁶⁹ 《藏外道書》，冊17，頁622。

¹⁷⁰ 《道藏》，冊8，頁810。

場，宣通關告，往來勞役，所以言功，設此醮筵，用行酬賞。¹⁷¹

此張清都即唐代道士張萬福，《無上黃籙大齋立成儀》卷16〈科儀門〉有題錄為陸修靜撰，張萬福補正的黃籙科儀。這可說明中唐時期，在科儀文書中，黃籙齋還無謝恩醮的儀節。陸修靜撰修的齋儀，主要是靈寶齋法。杜光庭修訂齋醮科儀，最重度亡的黃籙，編成《黃籙齋科》四十卷，他在黃齋儀中加入了謝恩醮的儀節，此舉將齋醮儀式合二為一，道教的靈寶齋法與正一醮儀，至此融匯一壇，科儀格式漸驅完備。

道教齋醮科儀經本，是在齋醮實踐基礎上，由高道大德們總結形成的，齋後謝恩醮的設立，亦是如此。因為早在魏晉南北朝時，已有齋後設醮的記載，南北朝道經《太上洞淵神咒經》卷18載：「設齋三日，散壇大醮一筵。」¹⁷²北周道經《無上秘要》卷49〈三皇齋品〉有：「設醮一盤一杯」之說，¹⁷³就是設一盤祭饌果肴，一杯茶酒，以醮謝神靈。在建三皇齋儀中，要啓告三皇真君「臣今清齋絕塵，為某甲建立洞神三皇齋，愿以今行道燒香，醮之。」¹⁷⁴雖在〈三皇齋品〉已有齋後設醮的記載，但在齋科中正式編入謝恩醮卻始于杜光庭。對此，南宋金允中《上清靈寶大法》卷39說：

齋法起于中古晉宋之間，簡寂先生始分三洞之目，別四輔之源，疏列科條，校遷齋法。又唐時張清都經理之餘，尚未大備。至廣成先生荐加編集，于是黃籙之科儀典格，燦然詳密矣。¹⁷⁵

魏晉時期的齋法，未有排列道場之儀，只于齋壇上行事，在齋後設醮時，于壇外用青巾絳座，時果醮饌，不用請醮狀，在舉行拜表投龍之後，便請神設醮，故設立的醮位不多。唐代齋後設醮已較為常見。杜光庭編定的齋後設醮之法，現見于《太上黃籙齋儀》卷50〈散壇設醮〉，即舉行黃籙大齋後的設醮儀式，此法被後世道教科儀奉為圭臬，此後的科儀文書，都是自告齋始事，以至醮謝散壇。齋用于降真致神，醮用以酬謝致恩，各有其功能。

道教的齋法與醮儀，都是祭祀儀式，僅功能不同而已。蔣叔與《無上黃籙大齋立成儀》卷16〈科儀門〉說：「燒香行道，懺罪謝愆，則謂之齋；延真降聖，祈恩請福，則謂之醮。齋醮儀軌，不得而同。」¹⁷⁶金元興起的全真道則認為「齋以謝咎，醮以度厄。」齋法講究嚴修，醮儀要求竭誠，這就是所謂「齋

¹⁷¹ 《道藏》，冊9，頁464。

¹⁷² 《道藏》，冊6，頁67。

¹⁷³ 《道藏》，冊25，頁174。

¹⁷⁴ 《道藏》，冊25，頁176。

¹⁷⁵ 《道藏》，冊31，頁608。

¹⁷⁶ 《道藏》，冊9，頁478。

有法，醮有儀。」¹⁷⁷各有一套科儀格式。至此，靈寶齋法與正一醮儀已融匯一壇，建齋設醮，成爲道教的科儀格式。¹⁷⁸

第二節 道教科儀的初創、修訂與整理

道教的內容和形式在魏晉南北朝有著極大的充實和發展，此時期的道教逐漸發展成一種完整意義上的宗教團體。寇謙之、陸修靜和陶弘景先後在此一關鍵時期對道教貢獻卓著，使三人成爲備受推崇的道教大師。

寇謙之（365 - 448 年）十六國北魏之際北方天師道的首領。自稱遇太上老君授予天師之位，並賜於《雲中音誦新科之戒》，又名《老君音誦誡經》共二十卷，現僅存一卷，收於《正統道藏》中，據湯用彤的考證，《雲中音誦新科之戒》是《太上老君戒經》、《太上經戒》、《老君音誦誡經》、《太上老君經律》和《女青鬼律》等七種經書的合稱。¹⁷⁹

寇謙之對北方天師道的改革有「廢」有「增」，其「廢」主要體現在對道教組織的改造上，他按儒家的禮法清整其組織，廢除了三張時期的租米錢稅制度，也廢除了道官祭酒父死子繼的士世襲制度，但並未放棄正一盟威道祭酒統領道民的制度，而是改爲「簡賢授明」的方法。而最大的「增」則體現在戒律和科儀的增訂上，其增訂的戒律，主要是以儒家的倫常道德來約束道士的行爲。他所著的《老君音誦誡經》主要就是講戒律的。

寇謙之對齋醮儀範十分重視，認爲單修服餌、辟穀、導引等術只「可得除病壽終，攘卻毒氣，瘟疫所不能中傷，畢一世之年，但不能長生，要想長生，必須誦經禮拜。」他指出「男女官努力修齋，尋諸誦誡香火建功，仙道不遠。」¹⁸⁰ 因此，他對齋醮科儀進行了增訂，現存一卷的《老君音誦誡經》中就有奉道授戒齋儀、求願收福齋儀、懺過解罪齋儀、攘災除病齋儀等。有些是舊天師道有的，但寇謙之對具體的禮儀程式進行了新的詳細的規定，使得道教齋儀的內容更爲豐富、規範。

除了對道教科儀的內容進行增補、修訂，寇謙之還對天師道的信教、入道儀式進行了改革。首先，針對普通修道之人，寇謙之簡化了信教儀式，認爲「諸欲修學長生之人，好共尋諸誦戒，建攻香火，齋練功成，感徹之後，長生可克。」

¹⁷⁷ 〈中都十方大天長觀普天大醮感應碑〉，〈宮觀碑志〉，《道藏》，冊 19，頁 720。

¹⁷⁸ 張澤洪，《道教禮儀學》，頁 20-23。

¹⁷⁹ 史孝進，《威儀莊嚴 - 道教科儀及其社會功能》，上海：上海辭書出版社，2012 年，頁 47。

¹⁸⁰ 〈老君音誦誡經〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，卷 30，頁 532。

¹⁸¹ 因而不必人人離家進山修道，各個通過祭酒奸令通禱，這樣有利於吸引更多的人加入道教信仰中來。其次，針對道士的入道儀式，寇謙之改變了早期道教交米和蓄養弟子的方法，改為在道場上授籙的方式，《隋書·經籍志》說：「道家受道之法，初受五千文籙，次受三洞籙。籙皆素書，記諸天曹官署史佐之名。」由此，後世授籙都由師為之。通過對五鬥米道的組織和科儀上的改革，使得原有的天師道減少了其原始性，而儒家倫理綱常的增加，也使其變為合乎封建統治的希望之宗教，因此，寇謙之創立的新天師道，得到了北魏統治者的支援，實現了道教與封建皇權的結合，使得道教在北魏時得以興盛和發展。

比寇謙之稍晚，南方的道教也開始了改革，首先要提到的就是陸修靜。陸修靜（406 - 477 年）是南朝劉宋著名道士，撰寫了道教最早的一部道藏經書目錄《三洞經書目錄》，他還編纂了齋戒、儀範等書一百餘卷，使道教科儀初步齊備。其中關於道教科儀的就有《靈寶道士自修盟真齋立成儀》、《金籙齋儀》、《玉籙齋儀》、《九幽齋儀》和《塗炭齋儀》等，只有一小部份保存在《正統道藏》中。

陸修靜對道教科儀的貢獻，首先體現在他對道教科儀理論的闡發上，在他看來，「齋直是求道之本」，它能夠檢束身、心、口三業，使之不墮於惡境之中，他說：「身為殺盜淫動，故役之以禮拜；口有惡言綺妄口舌，故課之以誦經；心有貪欲嗔恚之念，故使之以思神。用此三法，洗心淨行，心行精至，齋之義也。」而且齋法是人神溝通的橋樑，「夫齋法至精，威禁甚嚴，所以爾者，天真大神、十方眾聖及三屆群靈皆親降齋所，觀聽行道。魔王叉手作禮，所在神祇皆來侍衛門戶，」可見齋法對道士修道的重要性。

也因為陸修靜如此重視齋儀，在齋儀的修訂過程中，他一方面總結了天師道原有的齋儀，另一方面吸取了儒家的封建禮法和佛教的「三業清淨」思想，使修訂、改造後的齋儀，不管是在形式上還是內容上都有很大的提高。他將早期天師道的一兩種齋儀擴展為涵蓋天師、靈寶、上清等派在內的「九齋十二法」，在其所著的《洞玄靈寶五感文》中就記載著：「大體九等齋，各有法，凡十二法：一曰洞真上清之齋，有二法。……二曰洞玄靈寶之齋，有九法。……其一法，金籙齋。……其二法，黃籙齋。……其三法，明真齋。……其四法，三元齋。……其五法，八節齋。……其六法，自然齋。……其七法，洞神三皇之齋。……其八法，太一之齋。其九法，旨教之齋。……又曰三元塗炭之齋。」

此外，陸修靜對道教科儀的職事分工和行儀規戒進行了規定。他按照行儀的需要將行儀道士分為法師、都講、監齋、侍經、侍香和侍燈等六類執事。陸修靜不僅創制了大量的齋儀，還身體力行，親自主持齋醮活動。陸修靜對道教

181 〈老君音誦誡經〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，卷 30，頁 532。

科儀的完善主要是通過撰寫靈寶經書，尤其是齋儀書來完成的。此外，他也對天師道的其他制度進行了整頓和改革，使之得以規範，從而得以繼續向前發展。經過陸修靜的修訂和創制，道教科儀已經基本完備。

繼陸修靜之後，梁代著名道士陶弘景對道教的建設貢獻也很大，是道教創建時期的另一重要代表人物。

陶弘景（456 - 536 年）一生著作甚多，共約 80 餘種，除道教著述外，還有天文、曆算、地理、兵學、醫藥學及文學等，受統治者青睞有「山中宰相」之稱。陶弘景對道教的貢獻主要有：一是總結發展了上清派的修煉方術，創立了茅山教團，不僅積級從事撰述和修行實踐，發展道教的修煉理論，還張揚了上清道法，將茅山宗建立為上清派的中心。二是為道教編制了神仙譜系，這對於道教科儀的發展來說，有著重要意義。早期道教正一盟威道、太平道都自創了一些神靈，而且還網羅了一批古代就有的神靈，而後上清派與靈寶派又各造了一大批神明，這就使得道教神靈體系天神、地祇、人鬼、仙真、眾聖應有盡有，新神與舊神互相雜陳，由於這些神靈互不統屬，雜然無序，對於道教科儀的舉行也就必然有所限制，從而減弱科儀以及神仙道真的吸引力，不利於道教的發展。

為此，陶弘景的《真靈位業圖》對道教繁多雜染的神仙體系進行了分類，他將道教的龐大神仙群分為七個等級，每一階層都有一位主神派在中位，其餘諸神分列于左位、右位、散仙位和女仙位，七個階層的主神分別是玉清元始天尊、玉晨玄皇大道君、太極金闕帝君、太清太上老君、九宮尚書張奉、右禁郎定錄真君茅固和豐都北陽大帝，前四個階層的主神已初步具備了後世道教所奉「三清尊神」的神格。這對於道教神仙體系化的請聖科儀是重要的貢獻。此外，他對於上清派道法的張揚，也都表明陶弘景對道教科儀的發展有著其重要作用。

相對於早期道教來說，南北朝時期的道教由於寇謙之、陸修靜和陶弘景等人的整頓與改造，由分散的原始狀態進入相對統一的成熟階段，道教齋醮科儀也因為他們的修訂、增補而變得有章可尋，粗具規模，並且日漸恢弘，這也從另一個方面促進了道教的發展。

第三節 《無上祕要》的編纂、源流、徵引及內容結構

一、《無上祕要》的編纂、源流

依據周作明的（試論現存最早道教類書《無上祕要》）¹⁸²所論述的，魏晉南北朝時期，道教上清、靈寶、天師道等道派造作了為數眾多的經文，但除了少數道經外，如葛洪《抱樸子》、陶弘景《真誥》外，多數沒有明確的時代和作者，且多有亡佚。北周時期編纂的道教類書《無上祕要》收錄此時期各派道教經籍 130 餘種，無疑是解剖此時期道經的一把鑰匙。

「無上」乃至高、極其珍貴之義，如《洞真太上八素真經習功業妙訣》說：「真人又請問曰：『無上妙旨，方願宣行，上以化下，下以淨上。』」「秘要」乃道徒對道教經書的美稱，如《洞真太上說智慧消魔真經》雲：「今將告子靈真絕術天仙之方，大度祕要，長存上經也。」

據敦煌遺書 P2861，唐開元六年（718 年）抄《無上祕要目錄》，該書原本 100 卷，288 品，開元後漸漸闕佚，《正統道藏》中現存 68 卷，135 品。《無上祕要》分類輯錄約 300 種道書要言，從天地日月至齋戒威儀、修真之術，以品為綱，如「日品、月品、帝王品、修身養生品、靈官升降品、齋戒品、專誠品、山居品、屍解品、長生品、升月庭品、升無行品」。綜觀此書諸品，大略以世界人事為首，次眾神仙官，次三寶經法，次戒律齋戒威儀，次服食屍解存思等升仙之道，以體無合道為歸，內容無所不包，但具內在聯貫性。

二、《無上祕要》徵引中古各派道經數量懸殊及其原因

《無上祕要》體例先引經書文句，末後註明出處，如「紫薇夫人說阿母言曰『日圓形而方景，月方精而圓象，景藏形內，經隱象中。景赤象黃，是為日閱之魂。』」於後注「右出《洞真太丹隱書經》」。《洞真太丹隱書經》即《洞真太一帝君太丹隱書洞真玄經》，上句實在今《道藏》。依循這樣的線索，中外學者就《無上祕要》引書作了統計。法國勞格文（John Lagerwey）¹⁸³統計《無上祕要》共引書約 120 種，其中 69 種仍見于《道藏》，另 50 餘種或已佚，或經名不見于《道藏》。丁培仁認為「今存殘本除去同書異名外，實摘引約 180 種道書¹⁸⁴」。

儘管學界統計的引書數據有出入，但都發現一個事實，即《無上祕要》絕大部分為東晉以後新出道經，尤以上清、靈寶二派道士所造洞真、動玄部經書居多，而有意排斥天師道經典，僅在一個地方徵引了《正一法文經》，天師道

¹⁸² 周作明，〈試論現存最早道教類書《無上祕要》〉，《中國：西南民族大學學報》（人文社會科學版），第 10 期，2011 年，頁 1-4。

¹⁸³ John Lagerwey 勞格文，香港中文大學宗教學與文化研究系教授，他編寫的《無上祕要引書索引》對於漢魏六朝道教的研究有重要的使用價值。1981 年，勞格文發表了論著《無上祕要——六世紀道教全書》。

¹⁸⁴ 丁培仁，〈增注新修道藏目錄〉，（成都：巴蜀書社，2008 年），頁 40。

正一派的法位等級明顯缺失。箇中緣由，勞格文在《道藏通考》中《無上祕要》條認為，由於這部經書旨在建立一種國家宗教，因此，天師道及其儀式都被直接排除了。

《無上祕要》收錄最多的是上清派與靈寶派的經文，上清派以元始天王或太上玉晨道君為最尊，靈寶派以元始天尊或太上大道君地位最顯，有的經書也列太上老君，均屬三清之列。靈寶派後來居上，主因為靈寶派的普度天人宗旨適合教化人民，《無上祕要》較多選入靈寶經自然在情理之中。據統計，選錄靈寶經 54 種，上清經則多達 59 種，有此可見，以長生成仙為宗的上清派得到了北周武帝的重視。而天師道經典在《無上祕要》中缺失原因恐怕在於它與農民起義密切相關的歷史汗點。而上清經、靈寶經被大量編入《無上祕要》中，體現了周武帝對北方原有道教秩序的變革。

如前所述，《無上祕要》的編纂體例能幫助我們瞭解魏晉六朝的道經。據周作明的統計，除去同經異名外，《無上祕要》選錄了 125 餘種，上清經 59 種，靈寶經 54 種，其餘三皇經、天師道等經典 10 餘種，其中約 75 種仍見於現在《道藏》，不見於《道藏》者可據《無上祕要》來窺其端緒，見於《道藏》者可據之以校其異同。不見於《道藏》者，都可據《無上祕要》引文瞭解其一鱗半爪。

三、《無上祕要》的內容結構

《無上祕要》目前所知最早的中國道教類書。北周武帝宇文邕敕纂。據載，宇文邕曾七次召集道士、名僧和文武百官量定儒、釋、道三教優劣。力主道教居儒、釋之上，因群臣、沙門反對而未果。後定議以儒教為先，道教為次，佛教為後。但佛教徒仍持異議，僧道論爭空前激烈。乃於建德三年（574）並廢佛、道二教，勒令僧人、道士還俗。因其崇信道教，乃下詔立通道觀，設學士，選著名道士、僧人百二十人到通道觀研究《老子》、《莊子》、《周易》。又令道士王延校理三洞經圖，撰《珠囊經目》。又據《續高僧傳·釋彥琮傳》稱，建德六年亡齊後，宇文邕在通道觀道士的幫助下，「自撰道書，號《無上祕要》」。

《無上祕要》原一百卷二百九十二品。《舊唐書·經籍志》、《新唐書·藝文志》、《通志·藝文略》、《宋史·藝文志》均著錄為七十二卷；《崇文總目》著錄僅一卷；衢本《郡齋讀書志》作九十五卷，並云：「右題曰元始天尊說，《藝文志》止七十二卷，不知何時析出二十三通也。」可見唐代已有殘缺，至兩宋，先後有七十二卷本、一卷本、九十五卷本傳世。

明《正統道藏》太平部所收爲其殘本，計六十七卷，實缺三十三卷。而所存諸卷中又有缺品。此本多避宋諱，可推知所據爲宋本。書前有目錄，止於一百卷，凡缺卷、缺品皆不錄品目。正文或一卷一品，或一卷數品，或數卷一品。另《寶顏堂秘笈續集》、《叢書集成初編》、《雪堂叢刻》收載該書一卷殘本。

除上述刊本外，尚有敦煌唐寫本。據北珍二十卷末題識，系「開元六年二月八日，沙州敦煌縣神泉觀道士馬處幽並姪道士馬抱一奉爲七代先亡及所生父母、法界蒼生敬寫此經供養」。P·2821 爲寫本目錄，詳列二百九十二品目，並分義類品例四十九科，闡釋編纂次第之義理。據此可考見原書結構及《正統道藏》本所缺品目。

該書始於《大道品》，終於《洞冥寂品》（寫本作《歸寂寂品》），採擷三洞四輔之精要，分類編纂。其內容遍涉道教宇宙觀、生死觀、倫理政治主張、神仙信仰及修道成仙思想、規則、方法等諸方面，大致可分爲如下幾大部分：第一部分包括道、氣、天地人物、劫運、帝王、洲國、德政、慎兵、循物喪真、善惡、眾難、諸患、陰陽交隘，闡發「至道無形，混成爲體」，「變無化有，皆從氣立」；「氣之所分，生天生地」，「眾類推遷，循環不息」；「劫運交馳，部域弘廣」，「惟王建國，光宅天下，布德爲政，在於慎兵」；「人之稟生，各有崖限，違分廣求，則乖理傷性」，以及「善惡自招、運會吉凶」等思想，說明大道流行和立教之根據。第二部分陳述神仙信仰，包括天曹科第、地司考錄、水官料簡等三界賞罰、靈官升降、眾聖會議、生死、地獄、聖應和光、真靈位行、仙尊本跡及眾聖冠服儀駕、歌樂宮治。

第三部分敘道教經籍圖文，包括三寶真文、天瑞地應、符圖章頌，經文出所、經符異名、經德、經文存廢、遇經宿分、傳經法度及次第等事項。第四部分言修煉方法，包括投簡通靈、事師請業、修道冠服、誦經、誦、齋、寶經靈衛、封經秘所、仙相、業報、攘災謝過、轉禍成福、入道防累、修道禁忌、專誠柔弱、山居違俗，沐浴、入室、明燈、燒香、叩齒、咒請、起居、思五帝、修步罡、存五行、拘三魂、制七魄、安形神、守三一、療眾病、去三屍、寶一身、履三福、盡忠孝、布功德、發心啓願、辟穀、服氣、咽雲牙、餌玄根、行胎息、延老住年、徹視聽、明六通和靈藥神丹諸術。

第五部分包括觀試、朝謁、得道人名、升仙靈所，以及變神景、體兼忘、會自然、歸冥寂諸事項，意在體現「行窮上道、位極高真，易景通靈，陶形變質。混同物我，則天地等遺；莫識其由，則視聽無寄；斯乃自然之妙旨、冥寂之玄宗。造化神途，於茲驗矣」的得道成仙思想。

《無上秘要》今存殘本除去同書異名外，實摘引約一百八十種道書，絕大部分為東晉以後新出道經，尤以上清、靈寶二派道士所造洞真、洞玄部經書居多。其中如《大洞正經注》、《道跡經》、《真跡經》、《洞真太極寶籙上經》、《洞真變化七十四方經》、《洞真太微黃書經》、《太微黃書八卷素訣》、《真人經》、《隱元上經》、《洞玄黃棊簡文經》、《靈寶齋經》、《洞玄本行妙經》、《虛無經》、《升玄經》（即《升玄內教經》）、《洞玄空洞靈章經》、《洞神經》、《洞神監乾經》、《三皇經》、《洞秘神籙經》、《傳授五千文籙儀》、《正一法文》、《正一氣治圖》等等，均系道藏佚書或缺文。此書引錄之文，是他書少見者，彌足珍貴。此書按三洞四輔部引錄經名及節文，反映出道藏三洞四輔分類結構已經形成，故國外學者譽為「六世紀的道藏」。¹⁸⁵

¹⁸⁵ 發表在（痞客邦 PIXNET），Aug. 05 thu 2010 14:04
<http://doyboy.pixnet.net/blog/post/25419289-%E4%B8%AD%E5%9C%8B%E9%81%93%E6%95%99-%E7%84%A1%E4%B8%8A%E7%A7%98%E8%A6%81>

第四章《無上祕要》的戒律

《無上秘要》全書合一百卷，二百八十八品，義類品例四十九科，由大道生化天地萬物而及於人事、復由立德循理善惡賞罰而至於天曹地獄眾聖靈官、三寶經法、齋戒威儀，復繼之以服餌胎息存思而至升霞，最後以勿我兩忘、冥寂合道為歸，將魏晉南北朝以來道教各派經典要義按此品類分別予以錄列，徵引道書約三百種，這是周武為適應政治統一需要而實現通道目的的一次大嘗試，也是以樓觀道為代表的北方道教對魏晉南北朝以來道教各派經典教義的一次大會通。該書現存于《道藏》第二十五冊，已有部份缺佚。¹⁸⁶

宋代崇道，祥符時廷命重修道藏，由陳堯佐等編校，司徒王欽若總理其事，合為新錄，分三洞四輔十二類，都四三五九卷。嗣後張君房又奉敕整修，都四五六五卷。元代又有增刊，明正統萬歷間，相繼纂修，共併五四八五卷。三洞真經的整個體系為三洞（洞真、洞玄、洞神）、四輔（太玄、太平、太清、正一）、十二部類（本文、神符、玉訣、靈圖、譜錄、戒律、威儀、方法、眾術、傳記、贊誦、表奏）組成，其中太玄輔洞真、太平輔洞玄、太清輔洞神，三輔合成三十六部，正一盟威通貫總成七部，故曰三洞尊文、七部玄教。上清派《上清大洞真經玉訣音義序》此經在道教極為尊貴，冠三洞寶經之首。¹⁸⁷

就品級而言，道教戒律有對上中下三類人分別授之的三品戒，即「上品戒」、「中品戒」、「下品戒」。道教戒律及有關論著，收存于《道藏》、《道藏輯要》和《藏外道書》等典籍之中。現存明《正統道藏》中，三洞部的戒律類共收道教戒律類經文 29 種，其中洞真部的戒律類收錄有《太上洞真智慧上品大戒》、《三洞眾誡文》、《玄都律文》……等共計 12 種。洞玄部的戒律類收錄有《太上洞玄靈寶上品戒經》、《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》、《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經》、《洞玄靈寶天尊說十戒經》、《要修科儀戒律鈔》、《太上洞玄靈寶上品戒經》、《齋戒錄》……等共計 11 種。洞神部的戒律類收錄有《太上老君戒經》、《老君音誦戒經》、《正一法文天師教戒科經》……等共計 6 種。太玄、太平、太清、正一四輔之下不分類，太清部沒有涉及戒律的經書，其他涉及道教戒律的經書主要有：太玄部的《雲笈七籤》，太平部的《無上秘要》、《道教義樞》……等 4 種，正一部的《道門十規》、《全真清規》……等共計 9 種。¹⁸⁸

¹⁸⁶ 發表在（痞客邦 PIXNET），2010/08/05。

<http://doyboy.pixnet.net/blog/post/25419289-%E4%B8%AD%E5%9C%8B%E9%81%93%E6%95%99-%E7%84%A1%E4%B8%8A%E7%A7%98%E8%A6%81>

¹⁸⁷ 《正統道藏》，（重印道藏緣起），（臺北；新文豐出版公司，1988年），頁1。

¹⁸⁸ 唐怡，《道教戒律研究》，（四川；巴蜀書社，2008年），頁58。

《無上秘要》摘引約一百八十餘種道書，絕大部份為東晉以後新出道經。《無上秘要》卷 47〈齋戒品〉引錄各種道經論說齋醮的意義。《無上秘要》卷 48 至 57 收錄南北朝道教行用的各種齋法，卷 48〈靈寶齋宿啓儀品〉、卷 49〈三皇齋品〉、卷 50〈塗炭齋品〉、卷 51〈盟真齋品〉、卷 52〈三元齋品〉、卷 53〈金籙齋品〉、卷 54〈黃籙齋品〉、卷 55〈太真下元齋品〉、卷 56〈太真中元齋品〉、卷 57〈太真上元齋品〉，從內容可知是南北朝時期道教齋醮行用的科儀本。《無上秘要》卷 35〈授度齋詞宿致儀品〉，卷 37〈授道德五千文儀品〉，卷 38〈授洞神三皇儀品〉，卷 39〈授洞玄真文儀品〉，卷 40〈授洞真上清儀品〉，卷 41〈策杖品〉、〈策版品〉、〈投簡品〉、〈奏簡文品〉，經文內容關涉齋醮的科儀格式。《無上秘要》卷 37〈授道德五千文儀品〉引錄〈傳授五千文籙儀〉，卷 38〈授洞神三皇儀品〉引錄〈靈寶齋經〉，則分別涉及早期正一道齋儀和靈寶派齋儀。¹⁸⁹

在《無上秘要》中關於「戒」的內容主要集中在卷四十四、卷四十五和卷四十六等三卷，當時富有代表性的戒大致已被輯錄於其中，現錄其目如下：

卷四十四：《洞真三元品誠儀》，含《上元品誠》、《中元品誠》、《下元品誠》。

卷四十五：《玉清下元戒品》、《玉清中元戒品》、《玉清上元戒品》、《洞真智慧觀身大戒經品》。

卷四十六：《昇玄戒品》，含《升玄五戒》（右出《升玄內教經卷第七》）；《升玄九戒》（右出《升玄內教經卷第九》）。

《洞玄戒品》含《洞玄十戒》（右出《洞玄思微定志經》）；《洞玄十善戒》，《洞玄十惡戒》（右出《洞玄智慧經》）。《洞玄智慧十戒》、《洞玄智慧十二可從戒》、《智慧閉塞六情上品戒》、《智慧度生死上品大戒》、《智慧十善勸助上品大戒》（右出《洞玄智慧上品經》）。

《洞神戒品》，含《洞神三界戒》、《洞神五戒》、《洞神八戒》（右出《洞神經》）、《正一五戒品》（右出《正一法文》）。

按卷四十四《洞真三元品誠儀》實際上應是《太上洞玄靈寶三元品誠》，即是《道藏》第六冊的《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》，這裡冠以「洞真」二字，應是誤作上清經看待。從這些戒品來看，它們顯然是按照從高研究到低的關係，依次從洞真戒品→升玄戒品→洞玄戒品→洞神戒品→正一戒品的序列而編排的，這實際上是南北朝末道派地位高低在戒品序列上的一種反映。¹⁹⁰

為便利筆者能較容易研究書寫安排，故做了較簡便之劃分法，如下。按卷

¹⁸⁹ 張澤洪，《道教禮儀學》，頁 36。

¹⁹⁰ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，（成都：巴蜀書社，2006年），頁 180-181。

44《洞真三元品誠儀》的〈上元品誠〉、〈中元品誠〉、〈下元品誠〉，由《洞真三元品誠儀》的名稱「洞真」得知，應屬三洞真經的《洞真戒品》。卷 45（玉清下元戒品）、（玉清中元戒品）、（玉清上元戒品）、（洞真智慧觀身大戒經品）等，上清派的《上清大洞真經玉訣音義序》冠三洞寶經之首，由《洞真智慧觀身大戒經品》的名稱「洞真」可知。《上清戒品》亦屬三洞真經的《洞真戒品》。¹⁹¹

按卷 46（昇玄戒品）的（昇玄五戒）、（昇玄九戒），昇（升）玄為靈寶支派，以信奉《太上洞玄靈寶昇玄內教經》而得名，《無上祕要》專有〈昇玄戒品〉，分別是出自《昇玄經》卷七的（昇玄五戒）和出自卷九的（昇玄九戒），故由《太上洞玄靈寶昇玄內教經》的名稱「洞玄」可知，應屬三洞真經的〈洞玄戒品〉。又按卷 46（洞玄戒品）的（洞玄十戒）右出《洞玄思微定志經》，（洞玄十善戒）和（洞玄十惡戒）右出《洞玄智慧經》，（洞玄智慧十戒）、（洞玄智慧十二可從戒）、（智慧閉塞六情上品戒）、（智慧度生死上品大戒）和（智慧十善勸助上品大戒）等皆右出《洞玄智慧上品經》。由《洞玄戒品》的（洞玄十戒）右出《洞玄思微定志經》……等等的名稱「洞玄」可知，亦屬三洞真經的〈洞玄戒品〉。

又按卷 46（正一五戒品）右出《正一法文》，「正一籙生弟子，三皇三戒、五戒、八戒文。受，稱洞神弟子。」故〈正一五戒品〉右出《正一法文》應屬三洞真經的〈洞神戒品〉。又按卷 46《洞神戒品》，含（洞神三界戒）、（洞神五戒）、（洞神八戒）右出《洞神經》，由名稱《洞神戒品》的〈洞神五戒〉……等，當屬應屬三洞真經的〈洞神戒品〉。

故而以上歸屬的三洞真經，茲略表如下：

「洞真戒品」：（上元品誠）、（中元品誠）、（下元品誠）；（玉清下元戒品）、（玉清中元戒品）、（玉清上元戒品）、（洞真智慧觀身大戒經品）。

「洞玄戒品」：（昇玄五戒）、（昇玄九戒）；（洞玄十戒），（洞玄十善

¹⁹¹ 但從資料顯示，若以正統道藏內蒐錄之相關經典與註解與其他資料分佈位址來看，上清派之傳世經典《上清大洞真經》，收錄於《正統道藏》，洞真部，本文類，第六篇，《黃庭經》收錄在洞真部，本文類第八篇，太上三十六部尊經之太清境第十一部，而《太上黃庭內景玉經》與《太上黃庭外景玉經》則收錄於正統道藏，洞玄部，本文類第十五與十六篇，而上清派之傳世經典應該是《太上黃庭內景經》與《太上黃庭外景經》兩篇，而《太上黃庭中景經》則因問世時間過晚，少有人收錄歸類於上清派之傳世經典之中，但是在，洞真部方法類中卻又蒐錄黃庭內景玉經與外經玉經的{圖}(唐-胡愔)與註解(梁丘子)，而洞玄部的玉訣類則收錄黃庭內景玉經註(一)(金-劉處玄)黃庭內景玉經註(二)(梁丘子)，黃庭外景玉經解(蔣慎修)等三篇。而梁弘景著作之{洞我真靈位業圖}則收錄在，洞真部，譜錄類，第四篇，{登真隱訣}收錄在洞玄部玉訣類，[真誥]則收錄在太玄部。但是若以經書排列位址就此將上清道派分類是規於[洞真]或是[洞玄]抑或是[洞神]?

戒)和(洞玄十惡戒)，(洞玄智慧十戒)、(洞玄智慧十二可從戒)、(智慧閉塞六情上品戒)、(智慧度生死上品大戒)和(智慧十善勸助上品大戒)。

「洞神戒品」：(正一五戒品)；(洞神三界戒)、(洞神五戒)、(洞神八戒)。

192

第一節 儒家的道德規範

就禮儀制度而言，道教亦或《無上秘要》的戒律就是將周禮、禮記等經典傳統與民情往來的時俗變化結合起來。在禮儀制度方面，我們應該將道教的戒律、科儀，看作是中國文化大系中的一個子系統。中國的傳統法律（禮、刑律及各類敕令）實際是儒家倫理道德的具體化。¹⁹³可以說，儒家倫理道德具體化為禮制、刑律及各類敕令等。以社會學觀點看。道教戒律與儒家禮制均是行為的尺度，是同處與中國傳統社會中的兩種控制形式，共同作用於個體和群體。道教戒律的內涵是倫理道德，是道教倫理道德的具體體現。儒家禮制是規範了上下尊卑的等級秩序，並通過具體的禮儀操作進入到社會政治生活的各個層面的社會倫理道德行為的規範，是用儒家思想調節個人與社會、個人與家庭、人與人之間倫禮規範的儀則，是儒家倫理道德思想的具體化。三綱五常是其重要內容，「三綱五常，禮之大體」，三綱五常是「天敘天秩，人所共由，禮之本也」。¹⁹⁴

因此之故，本章所要談的「齋戒」與「戒律」內容，其洞神派戒律部份，將以四書五經的內涵「三綱、五常、四維、八德」做為洞神派戒律內容的戒律範本來相比較，再加以《玉歷寶鈔》的刑罰內容以及紫苑仙譔《玉準輪科輯要》的八德內容做為道學犯戒的分類基礎，加以比較、研究、演化而成下列之文本。而洞玄派和洞真派則將以伍成泉所著的《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》為敘述藍本。

《玉歷寶鈔》自宋朝流傳至今已有七百餘年之歷史，一般看它是一部勸人止惡向善、驗證陰陽兩界因果報應之好書。作者淡癡道人之入冥遊歷陰界之庚午年為宋朝仁宗天聖八年即寮國太平十年。現舉例第二殿的楚江王主掌正南

¹⁹² 唐代道士有不同的教階，其所持戒律的種類也有不同。分為正一派(正一戒文)，靈寶派(智慧閉塞六情上品戒、智慧度生死上品大戒、三元(上中下)百八十戒、智慧十善勸助上品大戒)，洞神三皇派(洞神五戒)，高玄派，升玄派(升玄五戒)，上清派等。見唐怡，《道教戒律研究》頁60。

¹⁹³ 勞政武，《佛教戒律學》，(大陸；宗教文化出版社，1999年)，頁361。

¹⁹⁴ 唐怡，《道教戒律研究》，(四川；巴蜀書社，2008年)，頁138-139。

方沃焦石下的活大地獄，另設十六小地獄，此地獄其刑罰內容如在陽世曾犯以下罪惡：

- (一) 拐騙少年男女。
- (二) 欺占他人財物。
- (三) 損壞人的耳目、手腳。
- (四) 介紹療效不明的醫生、藥物來謀取不道德的利益。
- (五) 役使的婢女，已經壯年，卻不讓家人贖回，恢復自由之身。
- (六) 在議結婚姻之時，爲了貪圖對方的財富、地位，故意隱瞞自己的年齡，以詐騙婚姻。

(七) 在二家尚未合婚確定之前，已確知男方或女方，實在是染有惡疾，重病，或是奸邪、竊盜，品德低劣之人。爲了賺取介紹費，不惜昧著良心，含含糊糊地掩飾過去，不將實情相告，以致誤人一輩子的幸福。以上的罪惡的事蹟，一一地考查所犯事件的多少，時間的長久，有沒有造成禍害，或變生嚴重的事端。¹⁹⁵

而《金科輯要》，係清咸豐六年，文昌帝君降於湖南醴陵縣之擂鼓橋誠盡林，此科原乃上帝所定，秘之玉篋，文帝懇求玉旨，頒行人世，發明天律，又曰陽律，罰民之惡，降災劫以誅其心。清光緒三年，文武二帝，懇蒙玉帝准後，頒《玉準輪科》彰明陰律，核人之罪，有地獄以誅其魂，又經諸仙述輯，凡金科所未盡有者，是書續傳其旨，飛鸞繕稿，普示人間。¹⁹⁶

《玉準輪科》記有冥罰明傳陽世，不隱諱，其有見此冥罰，而知悔改者，減罪。行忠孝者，減罪。積功德者，減罪。若見此篇仍不知改悔，反加毀謗者，定遭惡報或雷擊，或有見此篇遵信而廣傳者，傳一百人，增壽一紀。傳二百人，無子得子。傳三百人，增壽二紀。傳四百人，子孫盛昌。傳五百人，功名連綿。傳一千人，名登赤籙。傳流天下，死後成仙。傳十富豪，抵傳二百人。傳一仕宦，抵傳百人。此皆經孚佑帝君奏明玉帝，照準施行。

現舉例《玉準輪科輯要》卷四誅不忠目錄，四殿誅不忠引，其刑罰內容如在陽世曾犯以下罪惡：

- (合大地獄)
- 官民奴僕貪利劫奪
- (十六小地獄)
- 【鎚膚獄】
- 爲師教讀攻課日荒

¹⁹⁵ 宋·淡癡道人，《玉曆寶鈔》，(台南：和裕出版，2005年)，頁53-54。

¹⁹⁶ 見報佛恩網 <http://book.bfn.org/books2/1751.htm>，201-12-25

農佃奸惡抗租不納
得人錢財不盡忠竭力

【斷筋剔骨獄】

孕奸事主投賊叛君
官食朝祿受賄枉斷
士爲民首唆訟陷害

……。¹⁹⁷

三綱即是父爲子綱，夫爲妻綱，君爲臣綱；五常即是仁、義、禮、智、信；四維即是禮、義、廉、恥；八德即是孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥。「三綱、五常、四維、八德」作維繫，這不可分別的是「儒、道、釋」的宗教及國度，皆必要是相同引用此些道德規範的。

『忠』《說文·心部》忠，敬也，盡心曰忠。本義爲嚴肅認真，盡心盡力。引申爲真誠無私，竭誠；又引申爲厚，深厚，厚道；又引申指恕；古又特指對君主赤誠或忠於君王的人；又指符合；指內心。¹⁹⁸

『忠』就是對事情不二心，不變其心志，對事情與對領導者忠心耿耿，而有一貫的基本作爲。在一個國家、單位、團體、宗教就有不變心志的施行，這種忠厚的作爲，正是一貫而行之，又對忠心厚道，就是人與人之間能相互扶持。必須瞭解每個國度，是保護著所有國民的溫飽安適；在宗教的信仰能否一門深入，能堅持自己的忠思想，而不改變其心志。對一個團體或單位、事業所共事的，必然會有領導者或管理人，在宗教、團體、單位、事業的每一個人，都可以用『君爲臣綱』來說明：君爲主，臣爲輔，君臣是必要相互來扶持。

忠是對事情從頭至尾，來支援領導者有始有終，而不變其心，也不改其志，此忠之道義，就是要人來遵守，呈現忠道精神。因爲做事不忠，對人背信，就不能圓融於人類眾生的忠義精神，也背離了人類基本的綱常倫理，同時也因見異思遷，而難有堅定信念，對事情從頭至尾缺乏堅貞毅力，見利忘義、見異思遷。爲人處事能否一諾千金，或是輕諾寡言，可看出一個人在平常之時，是否值得別人的信任，這就是『輕諾寡言』及『一諾千金』之差別。

《玉準輪科輯要》卷4（四殿誅不忠）引：

忠也者，天地之正氣，天無私覆，地無私載，日月無私照，雨露無私潤，

¹⁹⁷ 紫苑仙譚，《玉準輪科輯要》，上冊，卷4（誅不忠）引，（台南；和裕出版，2001年）頁1-2。

¹⁹⁸ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁626。

人秉天地之正氣以生，烏可反乎天地而不忠哉。或馳驅皇路，思日贊贊以盡忠，方無愧頂天立地。或窮居草茅，思日孜孜以體忠，方無慚戴高履厚，質竭乎尺身，意竭於寸衷。試看行父忠而家無私積，襄五子囊忠而死不忘主，襄十四子文忠而毀家紓難，莊二十甯俞忠而橐餕從君，僖二十九不侮鰥寡，不畏強禦，著翼翼之小心，公爾忘私，國爾忘家，昭諤諤知大節，國策禍福所不計，成敗有不論。襄五生則立德業於千古，沒則享馨香於萬年，又何至陷入地獄之中，特不可以論反者。忠者中正無私之心也。人各有心，而忠則為一心，人同此心，而忠則無二心，以忠盡己，則己之心可通人之心，以忠待人，則人之心無異己之心。……。

199

「孝」《說文·老部》孝，善事父母者。本義為孝順父母，即尊敬和順從父母，盡心奉養。引申只指能繼承先人之志；又引申指效法；又引申指蓄養，保育；又引申指祭祀；又引申指有關居喪的事，居喪的人，喪服。²⁰⁰

「孝」順為始暢，不留一點阻礙，這就是孝道的根本，如此『孝之始，順之暢』而不阻礙，就是枝脈傳承最主要的意義。有情眾生出生於人道世界後，就會同父母親生活居住在一起，彼此來互相依持；父母與子女的親情，是維繫著一個家庭的根本，對家中的成員會有相互成全與照顧，有情世界的父母對兒女的親情，正是不分彼此。當今世代的子女生育較少，每一位子女更是父母的心血結晶、心頭肉、掌上珠，也沒有任何一位子女不是父母所愛護的。然而做兒女的，能否感恩回報父母親情的慈愛，這是在人生當中，所需要有的基本態度。父母親對兒女的照顧，是「比天更高、比地更寬、比海更深」，父母親對兒女所付出的，都是如此無比恩澤的照顧及慈愛，這是一種自然天性的流露。在有情世界中，不只是人類眾生會孝順而已，所有的萬物眾生更是如此，也都有枝脈傳承的延展，才能由傳承當中，對自己父母孝順的依歸。這是『孝之始、順之暢』，要如何對父母的慈暉作反哺孝順，更是人類生存的大論，也不分別所有有情眾生都是如此的！

《玉準輪科輯要》卷2（誅不孝）：

……。萬事無如一孝，陰律首列百行。赤子初離母腹，懷胎乳哺恩深。歲月稍長大，課耕課讀惟勤，為子完娶接祀，百瘁千勞最殷。時或憂及貧乏，作習不憚經營。時或防微杜漸，出入萬語丁寧。有嗣尚賴撫育，無嗣更費苦辛。思此身從何出，恩如東海彌深。思此業誰創守，恩如泰

¹⁹⁹ 紫苑仙譚，《玉準輪科輯要》，上冊，卷4（誅不忠）引，頁1。

²⁰⁰ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁373。

「悌」《說文·心部》悌，善兄長弟也。本義為弟道，敬愛兄長，即做弟弟的應遵守的道德規範；又表示平易，簡易。一般不作偏旁。²⁰²

一個家庭當中所有「兄弟姐妹」，是相同父母所生的後代子孫，這其中人道世界所言：基因本質相同。在同一個家庭所產生，相同一個環境所產生出來的後代子孫，其基因本質是十分相近，此種的基因本質十分相近的同時，又所有生活的習慣性也會相同。這種家庭成員對親情溫暖的相互成全，不論在任的不良環境當中，皆會有相互成全、情意相挺及相互照顧。古說：「打虎捉賊親兄弟」，古說的名訓謂之親兄弟，也包含著兄弟姊妹及所有的家人，這是千真萬確對所有事情的好壞，皆是相挺照顧，更會有向內一致的依持。而不會有砲口向外的不足，是對兄弟情誼亦含括著姐妹的感情，對至親關係在相同生活一段時間，也就會有兄弟姐妹個人婚娶出嫁之後。所有的感情仍會維繫著相當良好，倘若家中成員有任何事情或婚喪喜慶的日期，所有大小成員不論遠近，皆會返回來相聚在一起，享受大家庭的天倫之樂。這種的親情倫理，會有相互結合是情感的依附，有情世界對這種的好壞因緣，共同相挺相互照顧，也會共同接受與處理，而讓事情的消弭及圓滿。在入道世界的生活取向，依附道德親情倫理的條綱，正是一個至親關係的相互依附。

《玉準輪科輯要》卷3（誅不弟）引：

出弟與入孝相聯，聖人早垂以示訓。敬父偕恭兄竝重，帝王亦著為誠詞，故知愛在於孩提。根乎至性，知敬見於稍長，發乎至情。……。²⁰³

「信」《說文·言部》信，誠也。本義為言語真實。引申泛指誠實，不欺；又引申指信用，即能履行諾言而令對方不疑；又引申指確實；又引申指認為可靠而不懷疑；又引申指崇奉；又引申指任從，隨意；又引申指可以證明真實的憑證、憑據；又引申指把要說的話按一定格式寫給特定對象的東西；又引申指應驗，証實；又引申指保，守住；又引申指用；又引申指知曉；又引申指依靠；又引申指按期，準時。²⁰⁴

人世間對自己允諾的事情能否施行，而有「信」實作用，是作為人際關係的依據，有「一諾千金」或「輕諾寡信」之差別。有情眾生在人道世界，每個時空背景不同因緣下，不論是經商、讀書、工作、待人接物，都會跟其他人有

²⁰¹ 紫苑仙譔，《玉準輪科輯要》，上冊，卷2（誅不孝），（台南；和裕出版，2001年）頁1。

²⁰² 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁1141。

²⁰³ 紫苑仙譔，《玉準輪科輯要》，上冊，卷3（誅不弟）引，（台南；和裕出版，2001年）頁1。

²⁰⁴ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁884。

互動共事，這其中有許多事情必須自己允諾承擔，方可行事。如此一來，對所允諾的事情有否遵循或是輕諾寡信，就可明白一個人的價值，是否值得別人尊敬，或是讓人輕視，又對一個輕諾寡信的人，是無法令人信賴的。

必須明白人道世界是由人之作為，分別信實忠誠或是輕諾寡信，這就建構在信用的基礎上。人可以分為「信用」與「寡諾」這兩種人，會成為別人交往的依據，人與人之間所承諾對方事情。如果是輕諾寡信之人，那他所交往的對象，汝能相信否？假如不能信賴及互相肯定，對輕諾寡信者也就不敢恭維，這樣雙方能有相互的好因緣否？人與人是要由信用可靠者來成全好因緣，又人道世界是要能夠信賴對方，若不能相互成全或是不能交往者，這就是「輕諾寡信」或「信用可靠」之分別。²⁰⁵

《玉準輪科輯要》卷5（誅不信）引：

信者，德之固也，言之端也。言而不信，何以為言。信而不篤，何以為信。信不食言，成湯信孚於天下，交而止信。文王信著於國人，君王猶必以信，凡民何可不信乎。試觀信如金石。古人言信之堅，信及豚魚。大易言信之效。他如講信以修睦，結信以止訟，履信以思順，惇信以明義，此至聖垂無信不可，無信不立之訓也。……。天壤之間，金木水火，非土不生。仁義禮智，非信不成，是故人於五行五常，得之則生，弗得則死，信之於人大矣。當思楚妃守符，木伯剜腹，桑林抱樹，尾生抱橋，古人之立信，後世之楷模也。……。²⁰⁶

「禮」《說文·示部》禮，履也。所以事神致福也。本義為敬事神靈以求福。引伸泛指由社會風俗習慣形成的行為準則，道德規範；又引申指為表示敬意或隆重而舉行的儀式；又引申指對人敬重，以禮相待；又引申指膜拜；又引申指表示感謝、敬意和慶賀的物品；又引申指表示敬意的態度和動作；又引申指宴飲；又引申指道理；又引申指儒家的經典著作；又引申指敬拜。²⁰⁷

有情眾生進入人道世界之後，就會有「禮」之儀軌，做為行為準則，禮是規規矩矩的行為與態度，這是條綱的主要因緣本。人道世界就以這種儀軌做為規範，能以禮儀作禮節，這是大寰世界所有的國度與宗教，以此儀軌制定各種不同的禮儀規範；如此，禮之儀軌，皆是以端端正正的禮節作依歸，方有其儀軌。

²⁰⁵ 理心光明禪師，《新三綱·十二條目》，孝悌忠信禮義廉恥，天音傳真著作，<http://book.dinggen.com.tw/2.html>

²⁰⁶ 紫苑仙撰，《玉準輪科輯要》，上冊，卷5（誅不信）引，（台南；和裕出版，2001年）頁1。

²⁰⁷ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁200。

人類眾生的行爲準則作規制，是以每個國度與宗教所制定各種不同的儀軌，以規範的形式來示現人道世界，此儀軌就是做爲一個模範。將此模範儀軌做爲規範，也成爲相互遵循的準則，讓有情眾生來遵守禮儀，以禮之儀軌依附於人道世界中，做規範的示現。以此模範示現於禮儀，而有整齊清潔的示範，這就是每一個宗教及國度所示現的標準規範與作爲。人道世界的行爲準則，亦遵循著此模範準則，這是有情眾生所要有的基本條綱。人類世界若無此條綱，就沒有禮儀軌道，那人道世界又有何方向依循否？

人類世界的行爲準則，就是遵循著「禮之條綱」作爲規範，而有整體儀軌，每一位眾生的行爲，都必須符合此條綱，若無「禮之儀軌」就無法有規律的團體制度。這是不分別任何國度與宗教眾生，都要遵循各種不同制定的禮儀。汝等能明白一個國度或宗教團體，經由「禮之儀軌」來觀看行爲準則是如何！水準與層次是如何！各個國度或宗教團體因所在地區不同，而遵循著不同儀軌。顯現出各個國度與宗教團體的層次、境界、禮儀是如何？這就是讓人類眾生評定共同遵守與否？這也是能表現出一個單位團體，以及宗教、國度的知識水平是如何？就可以明白爲何要有「禮之儀軌」！是必須來遵守 禮之儀軌的制定。而表現出高層次的水準，可讓有情眾生願意親近，也是引渡成全的基本條件，是讓人類眾生遵循禮之儀軌。禮爲端端正正的行爲，又是規規矩矩的態度，以及整齊整齊的行動，也就是乾乾淨淨的行爲準則。

《玉準輪科輯要》卷6（誅不禮）引：

禮也者，直道之準繩，天道之秩序，人道之紀綱也。自昔聖賢，未嘗須臾稍離，屋漏稍背，不聞不覩，猶著嚴翼之容。在廟在宮，更見肅雝之度，是故以禮為範。富貴不能奪，貧賤不能移。以禮為閑，刀鋸而莫動，貨利而莫搖，大而成聖成賢，小而完名完節，此五禮以防民偽，六禮以興民德歟。……。禮原於秩序，而天高地厚，仰觀俯察，萬物散殊，莫不有禮存焉。事上以尊尊，待下以親親，居兄弟以怡怡，無非禮也。凡朝聘喪祭冠昏鄉飲軍旅諸大端，禮無不具，其數則有三百，歷百年畢世而不易，動作周旋，宮室服物器用諸細物，禮無不詳，其數則有三千。合智愚賢否而共由，聖人因人倫而修之，有殺有等，稱情而立之文，故學之為君臣，學之為父子，學之為長幼，無日不昭著於兩間，禮豈緣後起哉。試觀桀紂之非君，趙同之非臣，易牙之非父，崩曠之非子，吳起之非夫，嬀然之非妻，恒叔之非兄，段叔之非弟，未聞不由禮而能保身者也。²⁰⁸

²⁰⁸ 紫苑仙譚，《玉準輪科輯要》，上冊，卷6（誅不禮）引，（台南；和裕出版，2001年）頁1。

「義」《說文·我部》義，已之威儀也。本義當為屠宰牛羊以祭祀。用作名詞指祭牲，殺牲以祭祀，是古代理當辦理的不可廢棄的大事。由此引申指公正合宜的事或舉動；又引申指合乎倫理道德的原則；又引申指道理，按道理；又引申指意思；又引申指合乎倫理道德的人際關係或感情聯系，情誼；又引申指善，好；又引申指適宜；又引申指正當，正派；又引申指平，公正；又引申指行為超出常人的，有正義感的；又引申指合乎正義公益的，合乎道德規範的；又引申指個人不獲取報酬，將所得收入用於公益事業的；又引申指死節，殉難；又引申指克制，退讓。²⁰⁹

「義」是正正當當的行為，義乃為一切情感作用的正道情誼。人與人之間就是以義來相互的扶持，而付出真正的情義，可以說人與人之間的義氣，就會有情義的情感交集。人道世界對義氣的造就，就有雙方的情義作扶持，所以人與人之間正是情感的結合，每一位有情眾生皆是一樣，只要是人就有情義與情感，若以「夫妻、兒女、父母、兄弟、姐妹、眷屬等」的情義與情誼，正是相當親密。對這種親密關係的情義及情感作用，是無微不至的犧牲奉獻。汝等可以通過這種情誼來瞭解「父母、夫妻、兒女、兄弟、姐妹、眷屬等」，都是有這犧牲奉獻的情感，以及相互扶持照顧情義的無私無為。

有情眾生在人道世界中，就會有情感來支撐情理的結構，就是有這一份情誼義理做行事的準則，在生活中，對義理情操以及義氣情感的融合。又人道世界必須有義氣的產生，方能對義氣情感的氣魄，以及義理情操來相輔相成，這是有情世界的行為規範。

人與人的相處之道，會有「情感交陪、情義相挺、情理做人」的支援，而來成全相處的每一件事，就會有「情感、情義、情理」的支援，也就有「相互支援、相互相挺、相互交陪」。汝同哪位友人比較容易相處在一起，這就是好朋友的交情，在這種「能量、氣場、磁場」自然就比較相近。若是「能量、氣場、磁場」難以融合之時，也就很難產生真正的好朋友，又每一個人前世的好壞因緣，來植入今生當中，就會產生其他人對汝有好或壞的觀感。有情眾生不能明白為何會這樣？也因此會產生無知的迷障；有時，汝對某個人的印象特別好，感覺也不錯，好像已經認識了很久，也十分親近。這種情況是前生有相互十分良好的因緣，而今生才有此良緣相聚在一起，這種前世的好因緣，來植入今生當中；同時，在所有的「情感、情義、情理」的好感，已經早已奠立十分良好的根基。

《玉準輪科輯要》卷7（誅不義）引：

義為天下之正路，無憂捷徑之迷。義為天下之大道，非等他歧之惑。是

²⁰⁹ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁42-43。

以聖人有精義之神，君子有喻義之學，大人有非義之辨，烈士有慕義之行，此浩然之氣，生於集義也。遐思古時，為子者有義焉，幼喪怙恃，賴人撫育，生養死哀，事如親生，是謂義子也。為父者有義焉，或屬葭蓍，或屬瓜葛，解衣以衣，推食以食，是謂義父也。為夫婦者有義焉。醜陋不棄，貧賤不離，相敬如賓，同偕到老，是謂義夫義婦也。為兄弟者有義焉，不以才能優拙而相欺，不以田產多寡而相爭，不因枕席之暱而分手足，不因財利之私而傷骨肉，是謂義兄義弟也。為朋友者有義焉，乘車戴笠，相逢欲泣，騎馬步行，相見淚傾，是謂義朋義友也。為奴隸者有義焉，衣食於人，恩同父母，依靠於主，分若君臣，是謂義奴義僕也。為人若此，於義近焉，觀其五倫，五倫必備，觀其五行，五行必備，不誠為陽世所共仰，天地所不誅哉。……。試觀犬且濕草，牛且拒鹿，垂繮義馬，攀與義猴，此獸之義也。雀能投印，鴿能投書，鴨能銜衣，雀能寄信，此禽之義也。蠅之援溺，蠶之救病，護屍義蟻，抱筆義蚊，此蟲之義也。田氏紫荊，能勸至合，毛姓北塚，能彰昔德，包葛飛綵，漢石擊冤，何莫非義也，而竟弗思乎。……。²¹⁰

「廉」《說文·廣部》廉，仄也。本義為殿堂基座的邊緣與牆跟之間空出的狹窄側邊。引申泛指狹窄；又引申泛指邊；又引申指事物的棱角；又引申指品行端方，正直，有棱角；又引申指廉潔不貪財；又引申指清白，高潔；又引申指收斂，拘束；又引申指節儉，節省；又引申指寡，少；又引申指簡略；又引申指潔淨。²¹¹

「廉」之行為，是以「道德規範」作為基礎，此為人道世界的行為準則。「廉」是清清白白的作為，又是不欺暗室，不貪不取，如何能不欺暗室，不分別「人所見之及人所不見之」，讓自己不偏離廉潔的行為準則。人道世界的道德規範，是以廉為清清白白的行為，以人道世界來觀看：每個人皆具足廉恥之心及廉節氣度。只是在問題出現之時，這種廉恥之心及廉節氣度，能否展現？還是只有明白階段而已，而行動上是難以行之。為何會這樣呢？就是人的行為準則，經常背離了廉恥之心及廉節氣度，以致於造成沒有廉之氣節，偏悖了廉之氣度；這種人在當今是太多了，都是遇到問題之後，也就沒有廉節氣度。

「廉」是一種清清白白的行為，「廉」又宛如竹之節一般的正氣，對有情眾生可以提升自己心性的超越。人與人之間必需要有廉節氣度，做為行為準則及作風，若以人的行為來成全廉節氣度，此廉節氣度正是人世間所必需要存在，也是人為中不貪不取的成就。有者因貪了一點小便宜，對自己原本應有的廉節氣度，來影響在廉節的因果，記上了一筆貪心的紀錄。

²¹⁰ 紫苑仙譯，《玉準輪科輯要》，上冊，卷7（誅不義）引，（台南；和裕出版，2001年）頁1。

²¹¹ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁1637-1638。

古說：楊震畏金而有「天知、地知、汝知、我知」，故其廉節是以「天、地、汝、我」這四知，讓後人能明白「不虧暗室、不作欺心、不昧良知、不貪欲求」。這種廉節氣度，能提升自己的行為準則；人生宛如竹節一般，往上一層層的提升，這竹節氣度正是人道世界最佳的成就。眾生會以為自己的所作所為，只有自己才知道而已，殊不知人體的三屍神，就會清楚記錄汝所有的行為，也記錄在自己心田當中，也就是所謂之「良知良能」。如果以當今科技對這良知良能，正是每位眾生的「第八意識」，也就是由第八意識，來記憶汝當下的所作所為。而直接在八識的 IC 微晶體中作印證，此 IC 微晶體是不能造假，以及不可抹滅自己曾經的所作所為，也就是現代人所言「大腦中樞」。此大腦的記憶，在每一個人心中都會有記錄，而不會消失與抹滅。人類眾生所行所為就是未來的評判依據，將是汝下半生或未來生的福祿與禍殃之分別。

《玉準輪科輯要》卷 8（誅不廉）引：

古者大同之世，貨惡其棄於地，利不必藏於己。禮運財母苟得，聿昭廉正之風，分無多求，允守廉潔之志，積而能散，不盡利以遺民，坊記貴而能貪，不見利以虧義。……。禮曰：「臨財母苟得。」又曰：「分無多求，六計之尚廉也，天官以垂治法，小臣之重廉也。」禮運以厲真操。故王家嚴黷貨之箴。金車不取，列辟慄劫磨之戒，惟懷永圖。蓋晏子邑辭邶殿，如布帛之幅以無遺，襄二十八魏子賄卻梗陽，譬飲食既飽而屬饜，昭二十八此與文子之逃富，楚語叔向賀貧，重耳反壁於負羈，僖二十三叔向反錦於衛人，昭十二皆以不貪為寶，名傳千古。不以見財為得，望重萬年……。²¹²

「恥」《說文·心部》恥，辱也。本義為羞慚，有愧。又表示聲譽受到損害，可羞慚的事；又表示使羞恥，侮辱；；又表示感到羞恥。²¹³

「恥」是以耳傳心，有情眾生以耳傳於心，必會引心之引導後，方有恥之心，恥之心人人皆有，而不會埋沒於羞恥心。人之行為，是否合乎道德羞恥的規範？若是不知廉恥，宛如禽獸一般，這種禽獸不如的人，此生雖然具備了人之軀體，但行為卻已經脫離了人之行為。而產生廉恥已蕩然無存，甚且也沒有廉恥之羞愧，就造成下一世不會再有機會來當人，因為在當下所為的，正是禽獸的行為。

²¹² 紫苑仙撰，《玉準輪科輯要》，上冊，卷 8（誅不廉）引，（台南；和裕出版，2001 年）頁 1。

²¹³ 穀衍奎，《漢字源流字典》，頁 991。

爲何要檢討自己的羞恥之心？能夠檢討自己當下的行爲，就能減少造業、造孽、造惡的機會。有情眾生來當人的條件，正是有羞恥之心；羞恥之心，人人皆有之，只是對一些無羞恥之人，根本起不了任何作用，也就形成是無恥之人。眾生在人道世界生存，應合乎人道的倫理綱常來行事，必觀看每個人的教育教化，以及地方風俗習慣是如何？在人倫道德的規範中，必須共同來遵守，而不可逾越此綱常倫理的施行。人與人彼此之間，都會有行爲的準則，若脫離了人之行爲，就會產生對行爲有偏差，乃是不守規範條綱之人，作恥之動作，所以人之行爲異於禽獸幾希，正是如此。人是一種高尚的有情物種，更是萬物之靈長，人的行爲是不可逾越羞恥心，對不端正行爲偏差的人，也就是沒有按照人之行爲準則來約束自己；必要在人世間依循倫理綱常，這就是人之高尚品格。

恥是以耳貫串於心之羞愧，也就是自己良心本質的負責，而有恥之明晰；人道世界任何事情，皆有恥之作爲，又以人之行爲作規制，而有良心本質的施行。如此，良心本質之不昧，對恥是耳再傳入心，方能有恥之觀念，引動六識進入阿賴耶識的靈魂當中，加入在人道世界之行動，合乎於人倫道德的規範，是對恥之作爲，方有其效益。

有情眾生的行爲，若是脫離了人倫道德，也就沒有良心的規範，可以言「無恥之心」。如此，以「良能、良知、良德、良心」，而謂之恥之作爲，良心又以良德作基準，能提升人倫道德的行爲動作，每一位有情眾生皆有「良能、良知、良德、良心」的觀念，也能明白羞恥之心是什麼。但，經常在遇到事情之時，被境所迷惑的心，也就不知道羞恥的觀念，這種情況就是造業的開始。

羞恥之心人皆有之，只是羞恥之心，若是長久沒顯現時，有情眾生就會漸漸脫離人道的行爲準則，而背棄了人倫道德，形成羞恥之心蕩然無存。也就是形成沒良心、沒良能、沒良知、沒良德，這樣的人，汝等可以言人類眾生否？也只是一個披著人體身軀之禽獸而已。能否真正懺悔自己過去所作所爲的錯誤，才能有真正修改之一日，否則就永難改除，最怕的是，經常會給自己臺階下，而認爲稍稍犯一點錯誤，是沒有任何關係的。也就時常姑息自己、養奸自己，正是不能有「良能、良知、良德、良心」，這可以稱得上是人否？不也！只是當下是人，下一世不見得是人類眾生，而其行爲早已經是非人了。²¹⁴

《玉準輪科輯要》卷9（誅不恥）引：

蓋日月流行，陰陽逐定，兩儀既奠，六位始成，五常八端，聖賢所重，

²¹⁴ 理心光明禪師，《新三綱·十二條目》，孝悌忠信禮義廉恥，天音傳真著作，

<http://book.dinggen.com.tw/2.html>

三歸五戒，禍福攸分。八端無恥不全，五常無齒不敘，三皈無恥不達，五戒無齒不成。伊古以來，未聞無恥不辱。從今而後，豈有非恥能賢。……夫恥者，八端之終，一身之準。昔宋伯姬循侍姆之文，而卒於火。襄三十楚貞姜守八符之約，而溺於臺，以及共薑之矢死靡他，敬薑之勞無逸，恥之於人甚大，恥之所係匪輕。……。²¹⁵

第二節 《無上祕要》的「洞真戒品」

一、「洞真三元品誠儀」的《上元品誠》、《中元品誠》、《下元品誠》

《無上祕要》卷 44 有〈上元品誠〉、〈中元品誠〉、〈下元品誠〉。三種品誠皆出自《洞真三元品誠儀》，同卷亦同出。

《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》，撰人不詳，約出於東晉。古《靈寶經》中原有《三元品戒經》一卷，本篇「洞真三元品誠儀」即該經之部分篇章，後人分出單行。一卷。經說：「上元天官置三宮三府三十六曹，中元地官置三宮三府四十二曹，下元水官置三官三府四十二曹，天地水三官九宮九府一百二十曹。三品相承，生死罪福，功過深重，責役考對，年月日限，無有差錯。」

《正統道藏》第 11 冊的《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》²¹⁶應屬於《靈寶經目》中的〈元始舊經〉，〈三元品誠〉一卷，出（「出」前脫「已」字，卷目說：「《太上洞玄靈寶三元品誠》。《宿命因緣》一卷，未出。《眾聖難》三卷，未出。右一部五卷，第八篇目。皆金簡書文。宋法師雲『合五卷，明因果之途迹。』」），其條文與《老君說一百八十戒》有許多相通之處，見如下表：

《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》與《老君說一百八十戒》²¹⁷條文之對照：

《老君說一百八十戒》	《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》
第三戒不得盜竊人物	學者及百姓子盜竊財物之罪
第六戒不得妄燒敗人一錢已上物	學者及百姓子燒敗見物成功之罪
第十戒不得食大蒜及五辛	學者及百姓子貪五辛之罪

²¹⁵ 紫苑仙譚，《玉準輪科輯要》，上冊，卷 9（誅不恥）引，（台南；和裕出版，2001 年）頁 1。

²¹⁶ 〈太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經〉，《正統道藏》，洞玄部，戒律類，冊 11，頁 743。

²¹⁷ 〈老君說一百八十戒〉，《道藏》，冊 18。

第十一戒不得作草書與人	學者及百姓子草書偽意之罪
第十三戒不得以藥落去子	學者及百姓子落于傷胎之罪
第十四戒不得燒田野山林	學者及百姓子火燒田野山林之罪
第十五戒不得以金銀器食用	學者及百姓子金銀器事之罪
第十六戒不得求知軍國事及占吉凶	學者及百姓子評論國事之罪
第十八戒不得妄伐樹木，第十九戒不得妄摘花木	學者及百姓子斫伐樹木採摘華草
第二十戒不得數見天子官人，妄結姻親	學者及百姓子交關權貴侯王之罪
第二十一戒不得輕慢子弟，邪寵以亂真	學者及百姓子匿愛弟子之罪
第二十三戒不得妄言綺語，隔戾嫉妒	學者及百姓子浮華妄語之最罪、嫉妒同學之罪
第二十五戒不得多積財物、侮蔑孤貧； 第二十二戒不得貪惜財物	學者及百姓子積祿重寶不思散施之罪
第二十六戒不得獨食	學者及百姓子在人中獨食不思饑餓
第二十八戒不得破人婚姻事	學者及百姓子與世間破人婚姻之罪
第三十戒不得自習妓樂	學者及百姓子放蕩世間妓樂之罪
第三十一戒不得言人惡事，猜疑百端， 第三十二戒不得言人陰私	學者及百姓子泄露人陰惡私鄙之罪
第三十三戒不得說人父母本末普惡	學者及百姓子說人尊上過惡之罪
第三十四戒不得面譽人，屏處論人惡	學者及百姓子面譽世人陰毀善人之罪
第三十六戒不得以要投淵池江海中	學者及百姓子毒藥投水傷生之罪
第四十三戒不得投書潛人	學者及百姓子投書潛人之罪
第四十四戒不得自用	學者及百姓子自恃用性之罪
第四十五戒不得自責；第四十六戒不得自驕	學者及百姓子自貴驕逸之罪
第五十二戒不得希望人物；第一百六十 戒凡至人家，不得希望主人飲食	學者及百姓子希人事務之罪
第五十四戒不得評論師長	學者及百姓子評論師友長短之罪
第五十六戒不輕慢經教	學者及百姓子輕慢經教法言之罪
第五十七戒不得慢老人；第一百二戒不 得欺誣老人	學者及百姓子薄賤天人老病之罪
第六十戒不得恃威勢凌人	學者及百姓子乘威勢以凌世人之罪
第六十一戒不得阿覺所親	學者及百姓子阿黨所親之罪
第六十二戒不得帶刀仗，若軍中不從此 戒	學者及百姓子私蓄刀仗兵器之罪
第六十三戒不得多作門戶，別離居處	學者及百姓子父母兄弟各別離居之罪
第六十九戒不得快人死敗	學者及百姓子快人喪禍之罪

第七十八戒不得幹知星文、卜相天時	學者及百姓子妄說天時星宿之罪
第七十九戒不得漁獵、傷斃眾生	學者及百姓子燒山捕獵之罪，張筌捕魚之罪
第九十三戒不得預人間論議曲直事	學者及百姓子論議世間曲直之罪
第八十三戒不得馳聘世俗、吊問死喪	學者及百姓子慶吊世間求悅眾人之罪、 馳聘流俗求竟世間之罪
第九十八戒不得寵罩鳥獸	學者及百姓子牢寵飛鳥走獸之罪
第九十九戒不得穿人家壁窺看人家內婦女	學者及百姓子圖謀人婦女之罪
第一百三戒不得妄發讀人書	學者及百姓子窺人書疏察微之罪
第一百十戒不得施槍辣著道中	學者及百姓子以辣人行道之罪
第一百十三戒不得向神鬼禮拜；第一百十八戒不得祠祀鬼神，以求僥倖	學者及百姓子禮拜神鬼之罪
第一百十九戒不得爲人多作忌諱；第一百二十戒不得自多忌諱	學者及百姓子妄作忌諱之罪
第一百三十二戒不得驚鳥獸	學者及百姓子驚懼鳥獸促著窮地之罪
第一百三十三戒不得向弟子評論人家食飲善惡	學者及百姓子言人飲食好惡之罪
第一百四十八戒常當勤避惡處、勿貪祿苟榮利	學者及百姓子貪樂榮祿虐政之罪
第一百五十五戒常無事不得多聚會人眾、飲食狼藉	學者及百姓子合聚群眾之罪
第一百六十一戒女人不得與男子同行；第一百六十二戒男不得與女人冥室中共語	學者及百姓子與女人獨行邪語之罪
第一百六十四戒凡男女不得共坐食飲，交手授受	學者及百姓子男女共食錯衣物之罪
第一百六十五戒凡天時災變，水旱不調，不得患厭及其評議	學者及百姓子呵罵風雨之罪
第一百七十六戒不得斷絕眾生六畜之命	學者及百姓子屠割六畜殺生之罪

以上爲二書六十條戒文的對照表，限於篇幅，其餘不一一拈出。即便以此六十條而論已足以說明其問題，《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》的一百八十條戒文有三分之一（以「天官左官左府」所主的六十條爲主，亦即是《無上祕要》卷 44〈中元品誡〉）取材於《老君說一百八十戒》。故可以說《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》是以《老君說一百八十戒》爲範本而形成的，是有

道理的，而《上清動真智慧觀身大戒文》又是以《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》為基礎的。²¹⁸

三元品戒，部有六十條，合一百八十條戒，各有陰陽左右水火風刀官考典之。正月十五日，上元校戒之日。七月十五日，中元校戒之日。十月十五日，下元校戒之日。此一年三日，皆地上及五帝五嶽靈山、三界神官，及諸水府三官司罰。無窮無深、無遠無近、無大無小一切神靈，皆同上詣上三天玄都三元宮中，皆齋諸天上得道及未得道見在福中，及兆民生死緣對宿根簿錄，功過輕重，列言上天。

《無上秘要》卷 44《洞真三元品戒儀》之〈中元品戒〉把「屠割六畜殺生」、「射刺野獸飛鳥」、「燒山捕獵」、「捕魚張筌」等都當作是罪過。

《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》著重闡述〈三元品戒〉，該戒全文為《無上秘要》卷 44 所徵引、敦煌文書 S.3618 號《大道通玄要》卷 7、《要修科儀戒律抄》卷 7 也收錄有本戒，上清派的《上清洞真智慧觀身大戒文》又是以《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》為基礎構築而成。〈三元品戒〉在南北朝隋唐道教經戒體系中占據重要的地位，張萬福《傳授三洞經戒法籙略說》中說「三元百八十戒，此戒靈寶大盟所受」，其地位僅次於〈智慧觀身三百大戒〉。

《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》的〈三元品戒罪目〉中有「學者及百姓子觀人不孝父母兄弟之罪」、「學者及百姓子父母兄弟各別離居之罪」、「學者及百姓子說人尊上過惡之罪」、「學者及百姓子不忠於上之罪」、「學者及百姓子疏宗族親異姓之罪」、「學者及百姓子離別家室之罪」、「學者及百姓子謀人君長師父之罪」、「學者及百姓子輕凌官長有司之罪」、「學者及百姓子私蓄刀仗兵器之罪」等條文是按照儒家的倫理道德標準，而將許多惡行列為罪目的。

「洞真三元品誠儀」的〈上元品誠〉、〈中元品誠〉、〈下元品誠〉對於修行學士各種禮儀所犯的過錯，有意亦或無意之過，就已備有下列的功過儀典與功過簿做其賞罰：

上真禪號，高下尊卑，功過儀典。

上真眾聖，朝禮旋行，功過儀典。

上真大聖遊宴從駕功過儀典。

上真總校生死圖籙功過。

上真總領生死命筭錄功過。

²¹⁸ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 109-113。

上真總領生死功德輕重功過。
上真總領鬼神功德報敘輪轉功過。
上真總領鬼神幽責開度功過。
上真總領昇度死魂更生輕重功過。
上真總領死魂受鍊安靈功過。
上真總領神仙得道年月品秩功過。
上真總領萬魔謠詞之音功過。²¹⁹

《洞真三元品誠儀》的〈上元品誠〉若以「三綱、五常、四維、八德」來作戒律之維繫相較，而〈上元品誠〉計六十條罪是由天官一宮中府十三曹，地官一宮中府十四曹，水官一宮中府十四曹風刀考官主之。其罪將以不孝罪，不弟罪，不忠罪，不信罪，不禮罪，不義罪，不廉罪，不恥罪，犯五戒罪等做歸類，可分類如下：

不孝罪：

不弟罪：遏斷賢路自取功名罪，攻擊善人罪，嫉賢妬能罪，欺罔同學罪，欺罔百姓罪。

不忠罪：輕慢師生違背盟誓罪，毀謗師父不崇大義罪，竊取經書無有師宗罪，受經不依經科年月傳授罪，受法師門元開度之功罪，傳經不宿奏五帝罪，月朔月望八節不禮師罪，恚怒師父罪，評論師主罪，不忠於上罪。

不信罪：不信經誠懷疑兩心罪，誘取經書而傳弟子罪，得經書無師盟度罪，受經傳授非其人罪，無功而傳授弟子罪，傳法宿奏不合而傳罪，受經無信賤道罪，誦經越略之罪，洩露天文罪。

不禮罪：輕慢聖文評論經典罪，不修齋直之罪，齋直不精之罪，旋行越次諍競罪，穢濁道法罪，咒詛神鬼罪，背師恩愛罪，欺師背道罪，毀謗經法罪，修經中悔罪，輕慢三光罪，穢慢神鬼罪。

不義罪：無師而授弟子罪，罔略於下罪，貪慾驕逸罪。

不廉罪：

不恥罪：口善心非罪，說人過惡罪，

犯五戒罪：惡口赤舌罪，飲酒失性罪，殺生陰賊罪，殺害眾生罪，綺語兩舌不信罪，姦姪穢濁罪，盜竊人物罪。

以上計分不弟罪 5 條，不忠罪 10 條，不信罪 9 條，不禮罪 12 條，不義罪 3 條，不恥罪 2 條，犯五戒罪 7 條，而不孝罪與不廉罪各 0 條。由此可知，〈上元品誠〉概是以不犯「禮」、「忠」、「信」及「五戒」之儀節為其主要關切的項目。

²¹⁹ 〈洞真三元品誠儀〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 46，頁 393。

而〈中元品誡〉計六十條罪是由天官左宮左府十二曹，地官左宮左府十四曹，水官左宮左府十四曹太陽水官考吏主之。其罪亦將以不孝罪，不弟罪，不忠罪，不信罪，不禮罪，不義罪，不廉罪，不恥罪，犯五戒罪等做歸類，可分類如下：

不孝罪：父母兄弟別離各居罪。

不弟罪： 姪同學罪，願人傷敗流散罪，攻擊善人橫生無端罪，離別家室罪，落子傷胎罪，諫宗族親異姓罪。

不忠罪：貪樂榮祿酷政罪，心謀國事罪，評論師友長短罪。

不信罪：草書偽意罪，面譽世人陰毀人罪，說人尊上善惡罪，洩露人陰惡私鄙罪，妄視人書疏私微罪，姪愛弟子罪，收集人眾罪，投書譖世人罪，妄作忌諱罪，希人物罪，威勢以凌世間罪。

不禮罪：貪濁滋味肥葷罪，貪食五辛罪，幹知天時星宿罪，在人中獨食罪，與女人獨行邪語罪，男女同座群居罪，男女共食交錯衣物罪，男女教化不善罪，與世間交關婚事罪，輕慢經教法言罪，薄賤天人老病罪，棄薄乞人罪。

不義罪：私蓄刀仗兵器罪，金銀器食類，燒敗見物成功罪，飲食投水中罪，火燒田野山林罪，斫伐樹木採草華罪，放逸世間伎樂罪，自貴驕色罪，因恨報怨罪。

不廉罪：貪利入己無厭罪，積祿重賞不施散罪，樂入寶物入己罪，圖謀人家物事罪，以粗物易好物罪。

不恥罪：合聚群眾罪，圖謀人婦女罪，交聞天子王侯罪，與惡人交遊親近罪，交關流俗華競罪，棄藥投水傷生罪，自許用性罪，阿黨所親罪。

犯五戒罪：浮華妄語罪，圖割六畜殺生罪，射刺野獸飛鳥罪，燒山補獵罪，捕魚張荃罪。

以上計分不孝罪 1 條，不弟罪 6 條，不忠罪 3 條，不信罪 11 條，不禮罪 12 條，不義罪 9 條，不廉罪 5 條，不恥罪 8 條，犯五戒罪 5 條。由此可知，〈中元品誡〉應是以不犯「禮」、「信」、「忠」、「義」及「恥」之儀節為其主要關切的項目。

而〈下元品誡〉計六十條罪是由天官右宮右府十二曹，地官右宮右府十四曹，水官右宮右府十四曹太陰水官考吏主之。其罪亦將以不孝罪，不弟罪，誅不忠罪，不信罪，不禮罪，不義罪，不廉罪，不恥罪，犯五戒罪等做歸類，可分類如下：

不孝罪：觀人不孝父母兄弟罪。

不弟罪：恚責世人罪，親人為惡事罪，驚怖老小罪，自愁家門不念他人窮厄罪。

不忠罪：趣就背向罪，輕凌官長有司罪，謀人君長師父罪，穢慢師門不恭罪，師有哀憂不建齋請罪，乞棄師父追世盛罪，師疾厄不侍省罪，傳師道法不折功信罪。

不信罪：恚責弟子罪，笑人頑闇貧賤罪，禁人作善事罪，快人過失罪，施惠追悞罪，換借不還罪，得師經道而自稱已得罪。

不禮罪：諸天齋日不念道罪，信人言恚師主罪，唱論人惡事罪，五嶽三河無簡名罪，汙穢五嶽三河罪，召人飲食惡罪，子登高望下罪，不拜禮鬼神罪，裸形三光罪，呵罵風雨罪，傲慢三寶輕忽天尊罪，身不潔淨上高座罪，出入道戶不關啓罪，妄與他人入道戶語罪，齋請不爲三官還功罪，八節不請師言名五帝罪。

不義罪：驚怛鳥獸促著窮地罪，論議世間曲直罪，妄論國家衰盛罪，熬遊無度罪，籠飛鳥走獸罪，信用外道雜術邪見罪，無經師託學欺詐神人罪，師豪貴隨逐希望罪，遠厄急逐寬樂醉罪。

不廉罪：奪人所欲罪，驚怛百姓衰厄罪，以棘刺橫人行道罪，衣服盈餘弗散窮人罪，榮飾衣褐華麗罪。

不恥罪：不放生度死罪，富貴忘師罪，馳騁流俗求競世間罪，慶弔世間求悅眾人罪，仍他人之攻爲己德罪，快人家喪禍罪，罔人求榮稱罪，矯稱自異號真人罪，家有喪疾怨道咎師罪。

五戒罪：竊寫人經戒輕慢罪。

以上計分不孝罪 1 條，不弟罪 4 條，不忠罪 8 條，不信罪 7 條，不禮罪 16 條，不義罪 9 條，不廉罪 5 條，不恥罪 9 條，犯五戒罪 1 條。由此可知，〈下元品誠〉應是以不犯「禮」、「義」、「恥」及「忠」、「信」之儀節爲其主要關切的項目。

以下爲「洞真三元品誠儀」的〈上元品誠〉、〈中元品誠〉、〈下元品誠〉對於修行學士各種禮儀所犯的過錯，以八德做分類之結果，可看出：

	〈上元品誠〉	〈中元品誠〉	〈下元品誠〉
不孝	0	1	1
不弟	5	6	4
不忠	10	3	8
不信	9	11	7
不禮	12	12	16
不義	3	9	9
不廉	0	5	5
不恥	2	8	9
犯五戒	7	5	1

備註	「禮」、「忠」、「信」及「五戒」之儀節為主	「禮」、「信」、「忠」、「義」及「恥」之儀節為主	「禮」、「義」、「恥」及「忠」、「信」之儀節為主
----	-----------------------	--------------------------	--------------------------

可看出「洞真三元品誠儀」的〈上元品誠〉、〈中元品誠〉、〈下元品誠〉對於修行學士各種禮儀應注意的前三種是「禮」、「忠」、「信」、「義」、「恥」。

二、〈玉清下元戒品〉、〈玉清中元戒品〉、〈玉清上元戒品〉、 〈智慧觀身大戒經品〉

《太上洞玄靈寶智慧罪根上品》卷上有上品、中品、下品，撰為『觀身大戒』合三百首，其上中下品即為《無上秘要》卷 45：〈玉清下元戒品〉、〈玉清中元戒品〉、〈玉清上元戒品〉。同卷，同出處。

《要修科儀戒律鈔》三洞道士朱法滿編，底本出處：《正統道藏》洞玄部戒律類。齋名上清，當與從南朝起流傳於江南一帶道教上清派有關。南朝陸修靜《洞玄靈寶五感文》稱：「洞真上清之齋有二法」，「其一法，絕群離偶，無為為業，寂胃虛申，眼神靜氣，遺形忘體，無與道合」；「其二法，孤影夷豁。」注說：第二法「皆與上同，俱混合形神，諷經有異。」即齋法相同、使用經文不同的意思。上清齋法就是一種不與物接、不與人交、遺形忘體、靜氣眠神的內齋。齋法當以個人進行為主，其諷誦的經典，當是上清派的經典。上清齋作為一種內齋，同靈寶系統各度亡祈禳齋法一直並行流傳；明代的《洞玄靈寶玄門大義》釋「三籙七品」時，仍稱「上清齋，升虛入妙。」可見明代仍有演習者。²²⁰

《上清洞真智慧觀身大戒文》（下簡稱《智慧觀身大戒文》），是六朝時產生的上清派重要戒律，自產生之日起就發生了重大的影響，在南北朝末至隋唐，此戒是最高層次的戒律，受此戒者稱「無上洞真法師」。而《智慧觀身大戒文》的成書年代，《道藏通考》和《道藏提要》都判定為六朝。伍成泉在他的博士論文中則提到，《智慧觀身大戒文》，「其形成年代大體應當在齊梁之際」，他的根據是《道藏》本《洞玄靈寶三洞奉道科戒營始》。伍博士認為：「上清派雖產生在靈寶派之前，但靈寶經法經陸修靜的增修和立成儀軌而其教大

²²⁰ 道學術資訊網站，（臺北；明龍宮，2012/11/30），<http://www.ctcwri.idv.tw/godking.htm>

行，上清經法卻缺乏這樣的弘揚者，而且早期上清派也不重視戒律儀軌的建設……這種情況的改變應當是在陶弘景創立茅山宗以後，與《登真隱訣》和《真誥》一起著錄的《上清三元齋儀》、《上清傳授儀》等儀軌類經典大體應當是這時候出現的，《智慧觀身大戒文》與這些經典出現在一起，其形成年代大體應當在齊梁之際。

《上清洞真智慧觀身大戒文》是在講述上清派的「智慧觀身大戒」，但其源頭可能在靈寶派時已有其雛形，後經上清派的改造而成為該派的上品大戒。古靈寶經《太上洞玄靈寶智慧罪根上品》卷上說：「次有上品百八十戒，中品八十戒，下品四十戒，並元始智慧三品之律，撰為『觀身大戒』合三百首，自非上仙之德身、洞三清、體入自然，莫能奉之。」²²¹這裡有談及「智慧」、「觀身大戒」、「三百首」，即是「智慧觀身三百大戒」。而三百大戒即合上品百八十戒，中品八十戒，下品四十戒而成。

而《上清洞真智慧觀身大戒文》內文說：「……右觀身戒從第一至第一百八十，上仙之道，名『玉清智慧下元戒品』」；「……右觀身戒從第一至第二百一十六，無上正真之道，名〈玉清智慧中元戒品〉」；「……右觀身戒從第一至第三百首，太上無極之道，名〈高上玉清上元戒品〉」。可看出下元戒品為一百八十首，中元戒品是以下元戒品一百八十首為基礎加上三十六首合計二百一十六首，上元戒品是以下元戒品一百八十首加上中元戒品新增的三十六首再加上八十四首合計三百首。其三十六接近四十，八十四接近八十，所以《上清洞真智慧觀身大戒文》就包含了「一百八十」、「八十」、「四十」三品的內容，與《太上洞玄靈寶智慧罪根上品》所說的大致相符。而在《無上祕要》卷45中，觀身戒從五戒至一百八十君臣父子合計一百九十二首道名〈玉清智慧下元品誡〉；而觀身戒從第五至二百一十六合計一百九十二首加上三十六為二百二十八首無上正真之道名〈玉清智慧中元戒品〉；而觀身戒從第五至三百首合計一百九十二首加上三十六首再加上七十九首為三百零七首太上無極之道名〈高上玉清智慧上元戒品〉。

〈玉清智慧下元品誡〉一百九十二首的內容應是由靈寶派的大戒〈三元品誡〉²²²（見古靈寶經《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》）發展而來。《智慧觀身大戒》之〈下元戒品〉、〈中元戒品〉、和〈上元戒品〉的名稱有可能來源於《三元品誡》。而《太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經》是以天師道的《老君一百八十戒》為藍本形成的。其一百九十二首的條文皆以「道學不得…」

²²¹ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品精經〉，《正統道藏·洞玄部》，陶字號，冊11，頁762。

²²² 見古靈寶經〈太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經〉，《正統道藏·洞玄部》，陶字號，冊11，頁743。

和「道學不得教人……」的形式重復一遍，語句完全相同。²²³其前十首爲五戒，即：道學不得煞生蠕動之蟲，道學不得教人煞生蠕動之蟲；道學不得飲酒，道學不得教人飲酒；道學不得綺語兩舌不信，道學不得教人綺語兩舌不信；道學不得姪犯百姓婦女，道學不得教人姪犯百姓婦女；道學不得盜竊人物，道學不得教人盜竊人物。

《上清洞真智慧觀身大戒文》是在天師道《老君一百八十戒》和靈寶派「三元一百八十戒」基礎上造構而成，因而也和儒家的倫理道德規範有著充分的融合。其規定有如：「道學不得不忠其上」、「道學不得教人不忠其上」、「道學不得蓄刀仗兵器」、「道學不得教人蓄刀仗兵器」、「道學不得與女人同座男女群居」、「道學不得與女人同食交錯衣物」、「道學不得教人離別家室」、「道學不得與父母別門異戶」、「道學不得勸人與父母別門異戶」、「道學不得輕凌官長有司」、「道學不得勸人謀反君長師父」、「道學不得勸人不孝父母兄弟」、「道學當念父母養我因緣」、「道學當念七祖父母咸生天堂」等等。而靈寶派「三元一百八十戒」和天師道「老君一百八十戒」都是受到佛教小乘戒中中作爲出家戒的主體「二五〇戒」的影響，而「三元一百八十戒」和天師道《老君一百八十戒》又多類同。²²⁴

從這些戒律規範可看出，魏晉以來的道教對以儒家思想爲依據的封建統治階級意識形態、和政治權力表現出明顯的認同趨向。這是因爲，儒學經過長期的發展，特別是在西漢武帝的表彰下，已經成爲中國傳統文化正宗，是封建統治階級意識形態的支柱。而魏晉南北朝的道教恰如一棵幼苗，依靠儒學應是在情理中的事。

南北朝時「三官」又與「三元」結合。《因緣經》²²⁵：「正月十五日上元宮主一品九炁賜福天官紫微大帝於是日，同下人間，校定罪福也；七月十五日中午中元宮主二品七黑赦罪地官清虛大帝於是日同出人間，校戒罪福也；十月十五日，下元宮主三品五氣解厄水官扶桑大帝於是日同到人間，校戒罪福也。」

《無上秘要》卷45〈玉清下元戒品〉規定：「不得以火燒田野山林，不得教人以火燒田野山林。不得無故摘眾草之華，不得教人無故摘眾草之華。……不得無故伐樹木，不得教人無故伐樹木。」保護林木植被，這是在道教的戒條中處處都可以看到的，道教早就發現森林對於人類的生存是多麼緊要。

又〈玉清下元戒品〉亦有：「道學不得以毒藥投淵池江海中，道學不得教

²²³ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁162-166。

²²⁴ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁242。

²²⁵ 〈太上洞玄靈寶業報因緣經〉，《正統道藏·洞玄部本文類》，文字號，冊10，頁353。

人以毒藥投淵池江海中」，「道學不得塞井及溝池」，「道學不得以荆棘橫人行道。」這都對人類愛護自身所居住的環境所提的相當高的道德要求。

上清戒的〈玉清下元戒品〉亦將以「三綱、五常、四維、八德」來作戒律之維繫相較，而〈玉清下元戒品〉觀身戒從五戒至一百八十君臣父子之道名「玉清智慧下元品誡」。其規定條文都以：「道學不得……」、「道學不得教人……」等作戒條之開端，戒條之內容則相同。故其罪亦將以犯五戒罪、不孝罪，不弟罪，不忠罪，不信罪，不禮罪，不義罪，不廉罪，不恥罪等做歸類，可分類如下：

犯五戒罪：煞生蠕動之蟲，飲酒，綺語兩舌不信，姪犯百姓婦女，盜竊人物。

不孝罪：誅宗族，親異姓，與父母別門異戶，勸人不孝父母兄弟。

不弟罪：嫉賢妬能，欺誑同學未解之人，說人祖父母善惡，落子傷胎，離別家室，恚責世人，罵人為奴婢畜生，黥奴婢面傷其四體，為人圖山立宅，妄驚怖老小。

不忠罪：不忠其上，評論師友才思長短，去就背向，輕凌官長有司，勸人謀反君長師父。

不信罪：調其下，輕慢弟子，說人惡過，為草書，設權變謀，泄人陰惡私鄙，面譽世人，輕凌弟子，妄聚集人眾，投書譖世人，為世間妄多忌諱，希望人物，竭陂池，持威勢以凌世間，嗔恚弟子，快人過失，斂告煩擾世間，施惠追愆，換舉人物不還債主，斷割人財，勸人為惡事，禁人為善事，唱論人惡，信人言以恚世間。

不禮罪：背師恩愛，金銀器食飲死厚葬骸骨，貪世滋味，貪食五辛，干知天時指論星宿，人中獨食，與世間婚姻事，習世間伎樂，妄求視人書疏，與女人獨語獨行，與女人同座男女群居，與女人同食交借衣物，親教女人，輕慢經書訾毀法言，薄賤老病，為世俗人作禮主，占知世間吉凶，乘車載馬，臥寢金寶彫牀，召人飲食好惡，妄登高樓，祠祀神祇，向鬼神禮拜，裸形三光呵風雨，諸天齋日而不齋戒念道，違歲六齋月中十齋，違經教科戒禁律，以意增減經戒一字輒添一後生不語中，傲慢三寶輕忽天尊，疆人道學，無經託學欺詐人神。

不義罪：重積七寶不施散四輩，畜刀杖兵器，養六畜，貪樂榮祿王位，燒散世間寸土之物，以世間堪食之物投水火中，知軍國事物，以火燒田野山林，無故摘眾草之華，無故伐樹林，因恨報怨，自責，自驕，自是用性，驚但鳥獸促以窮地，豫世間論議曲直，遊遨無度，籠飛鳥走獸，為人作辭訴，信用外道雜術見不真，衣物盈餘。

不廉罪：樂人錢財雜物為己重擔，以羸物易人好物，奪人所欲，驚但百姓妄說衰厄，以棘刺橫人行道罪。

不恥罪：口善心懷陰惡，無故見天子王侯，親近惡人，任中多語言參豫流

俗，以毒藥投淵池江海中，乞棄薄乞人，阿黨所親，與世人群處，無故見貴人，馳騁流俗求競世間，慶弔世間求悅眾人，扔他人之功名為己德，塞井及溝池，快人家喪禍，笑人頑闇貧窮，矯稱自異號真人罪。

以上計分犯五戒罪 5 條，不孝罪 4 條，不弟罪 10 條，不忠罪 5 條，不信罪 24 條，不禮罪 31 條，不義罪 21 條，不廉罪 5 條，不恥罪 16 條。由此可知，〈下元品誡〉應是以不犯「禮」、「義」、「信」、「恥」和「弟」之儀節為其主要關切的項目。

上清戒的〈玉清中元戒品〉亦是以「三綱、五常、四維、八德」來作戒律之維繫相較，而〈玉清中元戒品〉觀身戒從第五至二百一十六無上正真之道名〈玉清智慧中元品誡〉。故其罪亦將以犯五戒罪、不孝罪，不弟罪，不忠罪，不信罪，不禮罪，不義罪，不廉罪，不恥罪等做歸類，可分類如下：

犯五戒罪：

不孝罪：

不弟罪：與人同學夏爨供食，與人同學冬執瓶供水，與人同食當食其羸及菜，與人同食當食正已前，與人同學當敬先勝己，與人同住當任人處分，與人同學當念教解，與人同學當請問先進，人施惡於己已受惡不得有怨，與人同渡水不得正眼視人，失物不得疑似同學及眾人。

不忠罪：

不信罪：

不禮罪：望人禮敬，窮寫人經戒，身不潔淨上高座讀經，同行當讓人以前，與女人共語不得正視面容含笑相對，無經業精神浮散真想不通，身不潔淨魂魄離人，有心天真高逝魔官不服，有家則三毒不滅三真不居，有身則眾欲不去精思無應，當虛心靜漠寂與真對，當安守玄泉不使妄動生元，當滅識藏見然後真人見。

不義罪：懷怨志報於人，當忍人所不能忍，當割人所不能割，當衣人所不能衣，當食人所不能食，當學人所不能學，當容人所不能容，當受人所不能受，當斷人所不能斷。

不廉罪：榮飾衣褐。

不恥罪：失物當委運自悔多罪，多災病當恭己自責念改往修來。

以上計分不弟罪 11 條，不禮罪 13 條，不義罪 9 條，不廉罪 1 條，不恥罪 2 條，犯五戒罪、不孝罪、不忠罪和不信罪等皆 0 條。由此可知，〈玉清中元戒品〉應是以不犯「禮」、「弟」和「義」之儀節為其主要關切的項目。

以下為〈上元品誡〉、〈中元品誡〉、〈下元品誡〉、〈玉清下元戒品〉、

(玉清中元戒品)等戒律規範中，其相似處之比對：

(上元品誡)	(中元品誡)	(下元品誡)	(玉清下元戒品)	(玉清中元戒品)
攻擊善人罪	攻擊善人			
嫉賢妬能罪			嫉賢妬能	
評論師主罪	評論師友長短罪	評論師友才思長短	評論師友才思長短	
	父母兄弟別離各居罪。		與父母別門異戶	
	離別家室罪		離別家室	
	落子傷胎罪		落子傷胎	
		觀人不孝父母兄弟罪	勸人不孝父母兄弟	
		恚責世人罪	恚責世人	
		驚怖老小罪	妄驚怖老小	
		輕凌官長有司	輕凌官長有司	
欺罔同學罪	妬同學罪			
不忠於上罪			不忠其上	
		謀人君長師父罪	勸人謀反君長師父。	
	草書偽意罪		爲草書	
背師恩愛罪			背師恩愛	
	貪濁滋味肥葷罪		貪世滋味	
	貪食五辛罪		貪食五辛	
	干知天時星宿罪		干知天時指論宿	
	在人中獨食罪		干知天時星宿罪	
	男女同座群居罪		與女人同座男女群居	
	男女共食交錯衣物罪		與女人同食交借衣物	
		諸天齋日不念道罪	諸天齋日而不齋戒念道	
		召人飲食惡罪	召人飲食好惡	

		子登高望下罪	妄登高樓	
		裸形三光罪，呵罵風雨罪	裸形三光呵風雨	
		身不潔淨上高座罪		身不潔淨上高座讀經
			與女人獨語獨行	與女人共語不得正視面容含笑相對
	私蓄刀仗兵器罪		畜刀仗兵器	
	飲食投水中罪		以世間堪食之物投水火中	
	火燒田野山林罪		以火燒田野山林	
	自貴驕色罪		自驕	
		驚怛鳥獸促著窮地罪	驚怛鳥獸促以窮地	
		論議世間曲直罪	豫世間論議曲直	
		熬遊無度罪	遊遨無度	
		籠飛鳥走獸罪	籠飛鳥走獸	
		信用外道雜術邪見罪	信用外道雜術見不真	
	以粗物易好物罪		以麤物易人好物	
		榮飾衣褐華麗罪		榮飾衣褐
口善心非罪			口善心懷陰惡	
	交聞天子王侯罪		無故見天子王侯	
	棄藥投水傷生罪		毒藥投淵池江海中	
	阿黨所親罪		阿黨所親	
		馳騁流俗求競世間罪	馳騁流俗求競世間	
		慶弔世間求悅眾人罪	慶弔世間求悅眾人	
		仍他人之攻爲	扔仍他人之功	

		己德罪	名為己德	
		快人家喪禍罪	快人家喪禍	
		矯稱自異號真人罪	矯稱自異號真人罪	
綺語兩舌不信罪	浮華妄語罪		綺語兩舌不信	
殺害眾生罪	圖割六畜殺生罪		煞生蠕動之蟲	
飲酒失性罪			飲酒	
道竊人物罪			盜竊人物	
姦姪穢濁罪			姪犯百姓婦女	

由上表的對比，可以發現在戒律規範中，可見到有相似處，相較的結果顯示出：

1、「評論師主罪」是最多的，在（上元品誡）、（中元品誡）、（下元品誡）、（玉清下元戒品）等四誡品均有規範，其次「綺語兩舌不信罪」與「殺害眾生罪」則在（上元品誡）、（中元品誡）、（玉清下元戒品）等也有規範，其餘表列上的相似戒律規範如「攻擊善人罪」、「身不潔淨上高座罪」、「姦姪穢濁罪」……等等，也各規範在（上元品誡）與（中元品誡）、（上元品誡）與（玉清下元戒品）、（中元品誡）與（玉清下元戒品）、（下元品誡）與（玉清下元戒品）、（下元品誡）與（玉清中元戒品）、（玉清下元戒品）與（玉清中元戒品）上。

2、（玉清下元戒品）最多計有 48 戒條在表上，其次（中元品誡）計有 23 戒條在表上，再次（下元品誡）計有 22 戒條在表上，又次（上元品誡）計有 12 戒條在表上，最後（玉清中元戒品）只有 3 戒條在表上。由此可見（玉清下元戒品）的戒條是與其他戒品最多同類似的，而（玉清中元戒品）卻是最少戒條的相似性。

受到佛教的影響，魏晉南北朝時期靈寶派戒律以「願念」為特色。到南北朝中期，上清派教法也出現了這方面的特質，大約在南北朝中期形成的《上清洞真智慧觀身大戒文》也出現了「願念」方面的內容，其戒文如下：

道學當念，菜食為常。

道學當念，先度人，後度我身。

道學當念，居山林，幽靜精思。

道學當念，安貧讀經，行道無倦。

道學當念，燒眾名香，流芳諸天，徹魔境界。

道學當念，在賢眾，聽受妙音。

道學當念，請受三寶洞經，勤身供養。
 道學當念，利功度人，終始不倦。
 道學當念，報師友本，終劫弗殆。
 道學當念，國中清靜，王化太平，無有不道。
 道學當念，鄰國有道，各守境界。
 道學當念，祝願百姓，念常安完。
 道學當念，萬物為先，不得道已。
 道學當念，遠鬼神，不敬不慢。
 道學當念，遠外術，禁忌之道。
 道學當念，遠聲色，詞舞之術。
 道學當念，遠卒效，鬼語妖妄之人。
 道學當念，崇本守真。
 道學當念，口不違心，心不負形。
 道學當念，無疑惑聖文，損益科法。
 道學當念，無求無欲。
 道學當念，清白守真。
 道學當念，心無異，想唯空唯寂。
 道學當念，家家安寧，鹹無苦痛。
 道學當念，世間憂厄之人，罪繫苦惱。
 道學當念，天子聖明弘道，室家日盛。
 道學當念，主相弘輔，常保有道。
 道學當念，天地日月風雨，積雪以時。
 道學當念，父母養我因緣。
 道學當念，七祖父母未昇天堂。
 道學當念，我師未得昇度。
 道學當念，我同學未測道州，淵奧典章。
 道學當念，同志轉相教導，令入正道。
 道學當念，不違其口，所誦之文。
 道學當念，視人父母，如己父母。
 道學當念，視人子，如己子。
 道學當念，視人身，過己過。
 道學當念，視人傷身，痛過己身。
 道學當念，視人辱惡，過於己身。
 道學當念，我宿命，因緣根斷。²²⁶
 其他 40 條，大部份已見於《無上秘要》卷 45 的「玉清上元戒品」，名
 「高上玉清智慧上元戒品」，此不贅述，以略於此。

²²⁶ 〈玉清上元戒品〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 45，頁 404-407。

以上是屬於〈玉清智慧上元戒品〉的部分條文，亦即是《無上祕要》卷 45 的〈玉清上元戒品〉，名〈高上玉清智慧上元戒品〉。該品共計有戒文 84 條（在《無上祕要》的〈玉清上元戒品〉只計有 79 條戒文），全是「道學當念」的願念，這種「道學當念先度人後度我身」、「道學當念利功度人終始不倦」之類的「願念」構成了「智慧觀身三百大戒」之最高品級「高上玉清智慧上元戒品」的主要內容，其本身也就顯示出慈悲應世的大乘觀念在上清派教法中以經占據了極其重要的地位。²²⁷

當念即解為應當念，相信念，相信一定事情會如我所求，具體說來，對於道的「信仰」及其成就，以及由此形成的有關宇宙、有關萬物生成運動的原因的學說；對於能成為神仙的信仰；對人類社會的理想；對人生價值的主張；等等。每一項都可以相互聯結，構成完整的體系。道教中人有他自己的人生理想。這一理想匯集了中國人對自身價值、人性內涵以及擺脫外界束縛取得個性自由等的美好嚮往和價值取向。是一個相當完整的體系，這就是「信仰」，其中主要由明道立德、爭取自在逍遙等方面所構成。

道教素來「相信」「願意」以善道教化為己任。一方面，積極地用自己的理論和觀點向社會作接觸性的宣傳，引導人們學善明善，整個社會「期望」能夠風俗淳美，道德高尚，是為勸善；另一方面則更加「相信」「願意」提倡修道者身體力行，主動去做些好事，這就是行善。行善的目的，並非為了贏得別人的讚賞，而是為了完成自己應盡要盡的義務，積累功德，以作宗教解脫的基礎。做好事不求人知，這種不讓人知，就稱之為積陰功。道教提倡廣積陰功，要求「積功累德，慈心於物」，是道教徒對自己的基本要求。而多行善，多積德，以求離苦得樂，並以之作為進一步修大智慧，獲大功德，得大道果的基礎。

善惡的行為，終究逃避不了果報的法則。《太上感應篇》說：「禍福無門，惟人自召。善惡之報，如影隨形。」正是基於「相信」神明監察著每一個人思想與言行的觀念。《太上感應篇》又稱：「天地之間有專門負責記錄人們過失的神靈，依照人所犯過失的輕重，以剝奪他們的享壽的時間」。據《抱樸子·內篇·微旨》說，一算是三日，就是說若犯過失奪一算，便是減少三天壽命。比算大一級的，還有紀，一紀合三百日。大錯奪紀，一紀減少三百天壽命。葛洪也說：「只有惡心但尚未有惡跡的奪算，做惡事損害到人的奪紀。算、紀超過應享的壽命，死了之後殃禍會留給子孫。」周易說：「積善之家，必有餘慶，積不善之家，必有餘殃。」亦即此種「信仰」、「相信」、「願念」、「願意」、「期望」的思想與賦與行動。²²⁸

²²⁷ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁251-252。

²²⁸ 蓬瀛仙館道教文化中心資料庫，道教信仰（大道、宇宙論、太極與陰陽、社會理想、勸善行善、人生理想），（香港；蓬瀛仙館，2009年7月8日 13:59）。

上清戒的〈玉清上元戒品〉亦將以「三綱、五常、四維、八德」來作戒律之維繫相較，而〈玉清上元戒品〉觀身戒從第五至三百首太上無極之道名〈玉清智慧上元品誡〉。故其罪亦將以犯五戒罪、不孝罪，不弟罪，不忠罪，不信罪，不禮罪，不義罪，不廉罪，不恥罪，等做歸類，其規定都以：「道學當念……」為開起，依照上所言及「信仰」觀念，當念即解為應當念，信仰念，相信念，願念，相信一定事情會如我所求之念，表示他們的信念和願望，這是從正面堅定道教徒的信仰。是故「玉清上元戒品」84 條戒文應歸《玉準輪科輯要》的（賞信德）類：

《玉準輪科輯要》卷 23（賞信德）引：

人而無信，鳥獸不如，試看曹操笑裡藏刀，林甫口蜜腹劍，俱非信也，不得其死然，傳說：與國交，止於信。五常不紊，三省當知。昔楚妃守符而亡，尾生抱樹而死，毛遂片言九鼎，季布一諾千金，此皆貞信可欽。鑑古觀今，非其人者，而孰能然，因頒是科，無信既誅，有信必賞。²²⁹

依（賞信德），〈玉清上元戒品〉的「道學當念」有：

菜食為常，先度人後度我身，居山林幽靜精思，安貧讀經行道無倦，燒眾名香流芳諸天徹魔境界，在賢眾聽受妙音，請受三寶洞經勤身供養，立功度人終始不倦，報師友本終劫弗殆，國中清淨王化太平無有不道，鄰國有道各守境界，祝願百姓念常安完，萬物為先不得道已，遠鬼神不敬不慢，遠外術禁忌之道，遠聲色調舞之術，遠卒效鬼語妖妄之人，崇本守真，口不違心心不負形，無疑惑聖文損益科法，無求無欲，清白守真，心無異想唯空唯寂，家家安寧鹹無苦痛，世間憂厄之人罪繫苦惱，天子聖明弘道室家日盛，主相弘輔常保有道，天地日月風雨積雪以時，父母養我因緣，七祖父母未昇天堂，我師未得昇度，我同學未澈道淵淵典章，同志轉相教導令入正道，不違其口所誦之文，視人父母如己父母，視人子如己子，視人身過己身，視人傷身痛過己身，視人辱惡過於己身，我宿命因緣根斷，我胎根已絕不復世生同緣種親，我生樹已枯神合太無無數之劫體道合真，三塗路塞地獄長休，中食養神棄諸肥滋，慎大法常存三宮真人元丹子，觀世和光不矯於俗，保三寶經戒常誦不輟，存唯一誦大洞經眇若對神，登仙度世乘雲駕龍，欲見師友同學之人，見真人道士修行法事，見聖王治世海外稽首乘風向化，食天廚自然之膳無饑渴之想，與天真共對澹然無為，使玉童玉女，東遊青林東華，西遊安養西華，北遊碧羅北華，南遊太丹南

<http://www.daoinfo.org/w/index.php?title=Portal:%E9%81%93%E6%95%99%E4%BF%A1%E4%BB%B0&variant=zh-tw>。

²²⁹ 紫苑仙撰，《玉準輪科輯要》，下冊，卷 23（賞信德）引，（台南；和欲出版，2001 年）頁 1。

華，遊遨留泰須彌崑崙中華，遊志齋堂講肆聖道敷釋淵頤，遊上清金闕禮見真人太老，遊玉清七寶宮禮三元天尊，遊玉清丹霞宮禮太上二十四高聖，遊太上玉京七寶流霞臺蔭蓋玉京林禮太上天尊十方大聖終劫復始，遊紫雲宮禮洞真三十九高聖，遊三十六天黃金宮禮天帝，遊九天黃金暉宮禮天帝，遊諸天宮宅與天帝問道論經，遊六天七寶宮觀化大魔王見度我符籙以入仙品永離泉曲之簿，遊日月宮殿光明煥赫禮見日月王飲以日月華金液之漿，遊大梵天流景宮禮拜及天帝聽諸天讚誦宵絕雅妙，遊諸天七寶林反生靈香流芳逆風聞三千裏外獅子飛龍鳴嘯期間，遊諸天浴池安座蓮花之上香潔自然流泊諸天百千池皆如一處人人快樂，遊諸天聽諸天伎樂無世間之想，遊十方外天禮大聖眾無上正真人，遊下方無極金剛天宮禮諸九老真人，遊天地名山隱官洞室禮聖眾先得道人，以心為道終無邪見異念恒令心虛意泰不思不慮安雅空寂，隱秘天真名諱不出我口。

以上計（賞信德）80 條。由此可知，〈上元品誡〉應只是以「信」的儀節為其主要關切的項目。

以下為上清戒的〈玉清下元戒品〉、〈玉清中元戒品〉、〈玉清上元戒品〉對於修行學士各種禮儀所犯的過錯，以八德做分類之結果，可看出：

	〈玉清下元戒品〉	〈玉清中元戒品〉	〈玉清上元戒品〉
不孝	4	0	
不弟	10	11	
不忠	5	0	
不信	24	0	
不禮	31	13	
不義	21	9	
不廉	5	1	
不恥	16	2	
犯五戒	5	0	
賞信德			80（道學當念）
備註	「禮」、「義」、「信」、「恥」和「弟」之儀節為其主	「禮」、「弟」和「義」之儀節為其主	

可看出上清戒的〈玉清下元戒品〉、〈玉清中元戒品〉對於修行學士各種禮儀應注意的前二種是「禮」和「義」。而〈玉清上元戒品〉的條文皆以「道學當念…」的形式開頭，應屬賞「信」德。

又以下為對《三洞真經·洞真部》的（上元品誡）、（中元品誡）、（下元品誡）、（玉清下元戒品）、（玉清中元戒品）、（玉清上元戒品）等之善惡結果，可資比對觀其異同，表列如下：

戒律	（上元品誡）	（中元品誡）	（下元品誡）	（玉清下元戒品）	（玉清中元戒品）	（玉清上元戒品）
犯五戒罪	7	5	1	5	0	
不孝罪	0	1	1	4	0	
不弟罪	5	6	4	10	11	
不忠罪	10	3	8	5	0	
不信罪	9	11	7	24	0	
不禮罪	12	12	16	31	13	
不義罪	3	9	9	21	9	
不廉罪	0	5	5	5	1	
不恥罪	2	8	9	16	2	
賞信德						80

從以上的對比相較的結果可顯示出《三洞真經·洞真部》在《無上祕要》（洞真戒品）與（上清戒品）所要求應遵守的戒律規範，犯五戒罪計 18 條，不孝罪計 6 條，不弟罪計 36 條，不忠罪計 36 條，不信罪計 51 條，不禮罪計 84 條，不義罪計 51 條，不廉罪計 16 條，不恥罪計 37 條，賞信德計 80 條。其中（洞真戒品）與（上清戒品）應遵守的戒律規範是不禮罪計 84 條→不信罪計 51 條→不義罪計 51 條→不恥罪計 37 條→不弟罪計 36 條，不忠罪計 36 條→犯五戒罪計 18 條→不廉罪計 16 條→，不孝罪計 6 條。其最值得（洞真戒品）與（上清戒品）重視與遵守的是「禮」、「信」、「義」，再來應是「恥」、「弟」和「忠」，最後方是「五戒」、「廉」、「孝」。值得注意的是「五戒」、「廉」、「孝」竟是排列在後，守五戒、孝道與廉恥行為不僅是一般人應加以規律與實踐的，是對自己的基本要求，更何況是道教行者或道教徒！

第三節 《無上祕要》的「洞玄戒品」

一、《昇玄戒品》的〈昇玄五戒〉、〈昇玄九戒〉

《無上祕要》卷 46 的〈昇玄五戒〉右出《升玄內教經卷第七》，〈昇玄九戒〉右出《升玄內教經卷第九》，同卷，同出自《升玄內教經卷》。

魏晉南北朝時期的升玄派人門弟子授戒初階，得授五戒，即為升玄內教弟子。戒文見《無上秘要》卷 46。即：一、不得淫。二、不得情性忿怒。三、不得含想毒念，嫉妒於人。四、不得飲酒迷亂。五、不得貪利錢財。²³⁰《太上靈寶昇玄內教經中和品述義疏》，撰人不詳，約出於唐代。係《昇玄內教經》第七卷之註疏本。一卷。底本出處：《正統道藏》太平部。

道言：夫色慾敗事，實不可行，而世間賢愚貴賤皆亦同願，唯有道士乃能執志堅持教戒，以自檢縛行止舉動，心不傾邪，在於愛欲之間終不一違。

若見色利榮華艷彩，以戒掩目。
若聞好惡之言，五音之屬，以戒塞耳。
若有八珍之饌，甘香之美，以戒杜口。
若願想財貨，七寶奇珍，放情極欲，以戒挫心。
若憶姦媾貪趣惡事，以戒折意。

能行此五事者，七祖生天，衣飯自然，身得神仙，白日登晨，如其屍解，轉輪成真。賢者精誠奉之也。若男若女不能承用，不肯受持，無可如何！²³¹

而《無上秘要》卷 46 的〈昇玄五戒〉右出《升玄內教經卷第七》，言及奉法行道，當勤修身，當堅精進，當久持戒，當固專念，當執諦想，莫不存道，去邪去惑，去妖去偽，去姪去慾，除棄眾非，以為包真，是先勞後報，度身昇仙，當期當來，勿覩目前。其條文為：

一者，不得姪泆，志念在邪，勞神損精，魂魄不守，正氣離去，邪來合前。
二者，不得情性，忿怒心湧，發憤口泄，揚聲咒詛，罵詈振動天地，神不佑人身，中真官上訴三天，注名罪目，萬不得仙。
三者，不得含想毒念，嫉妒於人，天人糾筆，地官奏言，注名黑簿，考至殺身，最不可犯害及子孫。
四者，不得飲酒，迷亂荒濁，穢身變易，常情不崇，戒文不畏，官法不敬，父君不識，骨血為慾，姪牽魂魄，悲號穢注，五神罵詈，恣口反逆，不順天遺，其殃身受禍患。
五者，不得貪利錢財，末世多偽，人情兇弊，或於便宜，動謀賊害，財是身讎，何用財為，有而不積，當種福地，空堂清室，名為仙家。²³²

²³⁰ 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，昇玄戒品，冊 42，頁 411-412。

²³¹ 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，昇玄戒品，冊 42，頁 411。

²³² 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，昇玄五戒，冊 42，頁 411-412。

一因姪泆而致正念、魂魄、正氣皆離身而去；二因性怒而致憤怒、咒罵聲導致神不再眷佑；三因嫉妒而致毒害於人，也禍及子孫；四因飲酒而迷亂不堪而致禍身受害；五因貪慕錢財而持兇謀害。有此五者，不可一犯，喻如履冰之險，蹈室之危，罪定考至，而不悟知，賢者坐起臥息，深用自戒！

按佛教的「五戒」、「八戒」、「十戒」基本上是單一的，其內容是確定的，但是它一傳到中國，特別是對道教發生影響以後，就產生出五花八門、名目繁多的五戒、八戒、十戒來，中國人的創造力由此可見一斑。道教的「五戒」，如〈洞神五戒〉、〈正一五戒品〉、〈昇玄五戒〉等，無疑都是在佛教「五戒」影響下得產物，但它們極少會完全照搬於佛教的情況，絕大多都注入了中國道家或儒家傳統的思想觀念，比如說〈洞神五戒〉，此戒就是以去目、耳、鼻、口、鼻等五官之嗜欲為主要內容。

南北朝中期出現的〈生（昇）玄九戒〉在〈閉塞六情戒〉基礎上繼續發展。太上說：「夫欲慕道，求修大乘之法，當樂志虛無，要修行順戒，奉而行之，道立可得。但當奉受其戒，勤行其事，吾當遣衛戒將軍吏兵二十四大神以相衛護，斷絕惡道，度著善地，動遇吉祥，不遭凶橫，早絕死道，速致仙度，曉空無訣，明虛無意，必獲上道也。」此「修行順戒，奉而行之。」之「戒」即為〈昇玄九戒〉。〈生（昇）玄九戒〉出自《生玄內教經卷第九》，《無上祕要》卷 46 收錄其文，與敦煌文書 P.2750 號所述基本相同，現以《無上祕要》本為據，並校以敦煌文書本，將其摘錄如下：

第一戒曰，身不得貪狠資恣性、驕奢放逸、蒙冒身禍、誕縱自恣、甘惡為非、過有華飾、口耽脆滑、柔軟字適、無有厭足。

第二戒曰，心不得與惡想惡念，不得形想評想貪欲務得、蒙冒財利、貪毒陰賊、謀議高戾〔非法、邪淫偏僻、意不平等、嫉妒恚癡、自是鬲戾〕、貪欲嗜味、無有厭足。

第三戒曰，口不得妄言善惡咒詛罵詈、欺逛妄語、幻惑兩舌、鬪訟交疏、持人長短、自作是飛、生災造害、興出無端、鬻炫道法、歌誦嗟詠、吟嘯嘆息、貪美嗜味、無有厭足。

第四戒曰，手不得殺害眾生、跂行蠕動含血之屬皆不得殺、劫掠強取、奪盜偷竊、取非其物、舍遺取施、執持兵器、興用非法。

第五戒曰，目不得視非道非法非義，榮華容飾、淫視女色，照耀盈目、貪欲洋溢、綺麗珍寶、淫邪妖嬖、不正之色、目為心候、主收百兇、來致禍毒、罪釁致集，一皆目致。

第六戒曰，耳不能聽八音五樂，淫色妖嬖、惑亂亡憫、妖偽之樂，無有厭足。

第七戒曰，鼻不能貪香惡臭、妄察善惡。

第八戒曰，足不能蹈非義、踐非法，不涉惡履非、妖淫境界。

第九戒曰，〔身〕不得放情任意、強興神器、攻非勝敵，精消神散、三氣亡逸、放新縱恣，無有厭足。²³³

此戒爲去五官之欲，第一戒因「身」既貪且狠、放逸放蕩、蒙身之禍，又不知動入罪目，不能自覺身之罪大至不可稱計；第二戒因「心」惡念叢生、貪害陰賊，貪欲無有厭足，又不知動入罪網，不能自覺心過之罪大無有極；第三戒因「口」妄言善惡之事、咒罵詈言、欺詐亂語，講人長短，又不知動入罪網，不能自覺口過之罪大無有極；第四戒因「手」殺害一切眾生皆不得殺，又不知動入罪網，不能自悟手過之罪罪之莫大；第五戒因「目」視不道不法部不義之事物，而導致毒害，又不知動入罪網，不能自悟目過之罪罪之莫大；第六戒因「耳」聽淫聲淫色，無有厭足，又不知動入罪網，不能自悟耳過之罪罪之莫大；第七戒因「鼻」貪著香氣去惡臭，又不知動入罪網，不能自悟鼻過之罪罪亦爲次；第八戒因「足」蹈踐不義不法，又不知動入罪網，不能自悟足過之罪罪亦爲次；第九戒因「身」放情縱意，無有厭足，又不知動入罪網，傾宗滅族，不能自悟如斯之罪罪之莫大。

第九條敦煌本作「身不得放情任意」，而《無上祕要》本無「身」字，按「身」已經出現於第一條，似不應重出，然而各條之末均有「不得身犯、不得教令於人」、「不得自心興、不得教令於人」、「不得口犯、不得教令於人」、「不得自手犯、不得教令於人」之類的誠約，而此條亦是如此，稱「不得自身犯、不得教令於人」，按照其體例，此條前面應有「身」字，故應以敦煌文書本爲是。

此戒仍然是道家的去五官之欲爲核心，且由「閉塞六情戒」所引進的，對「心」的官能控制在此戒中已有所體現；並且，它在「六情」的基礎上又加上了本已存在後被「手」所取代的「身」，再加上「足」，規模、範圍更爲擴大、規定也更爲細緻。然而，〈升（昇）玄九戒〉雖說名爲「九戒」，但其第九戒應該是爲了湊數而勉強設立，九戒實爲八戒而已，而且如「手」、「足」實可由「身」概括之，故此〈升（昇）玄九戒〉雖然聲勢較大，若論創造性成就其實還不高。

從「洞神五戒」到〈閉塞六情戒〉再到〈生（昇）玄九戒〉，其內容、規模不斷擴大，然而要之以道家的去五官之嗜欲爲基礎、以之爲核心發展而來，這充分反映出老莊道家思想在道教戒律規範中的重大影響。²³⁴

²³³ 〈生（昇）玄九戒〉，《正統道藏·無上祕要》，太平部，冊42，頁412。

²³⁴ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁218-223。

《升玄內教經》中〈升玄九戒〉和要修科儀戒律鈔十六卷所載九戒即可做同異的比較。朱法滿在該經中抄錄有十三禁文，並加以解釋，其內容與《無上祕要》、張萬福《三洞眾戒文》中十三禁文完全相似，只是從喜、怒、哀、樂、驚、恐、思、視等過程引起身體臟腑相應病變的醫學角度加以細緻的闡述，從內容到形式趨於簡潔、通俗、比其他兩種更為通俗易懂。收錄《道藏》洞玄部戒律類。《重刊道藏輯要》張集收錄四卷。²³⁵

《生玄內教經卷第七》〈中和品〉，此篇所述的五條禁戒後來亦演變成〈昇（升）玄五戒〉，其文為《無上祕要》卷 46 的所收錄的出自《正一法文》的〈正一五戒〉。²³⁶

二、《洞玄戒品》的〈洞玄十戒〉、〈洞玄十善戒〉、〈洞玄十惡戒〉、〈洞玄智慧十戒〉、〈洞玄智慧十二可從戒〉、〈智慧閉塞六情上品戒〉、〈智慧度生死上品大戒〉、〈十善勸助上品大戒〉

（一）、〈洞玄十善戒〉、〈洞玄十惡戒〉、〈洞玄智慧十戒〉、

〈洞玄十戒〉

《無上祕要》卷 46（洞玄十善戒）、（洞玄十惡戒）、（洞玄十戒）和（洞玄智慧十戒）皆屬洞玄戒品，又（洞玄十善戒）、（洞玄十惡戒）、（洞玄十戒）皆出自《洞玄智慧經》，而（洞玄智慧十戒）雖出自《洞玄智慧上品經》卻又是十戒。則是同卷，同十戒，有關係的同出處。

〈上品十戒之律〉為《無上祕要》卷 46 所徵引，被稱為〈洞玄十善戒〉，在《無上祕要》稱出自《洞玄智慧經》，指的應當是本經，在《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經》所述諸戒中此戒最為根本。而「十惡戒」在後世道書中的徵引情況與〈上品十戒之律〉同。實際上，後世道書往往將它視為一體而加以徵引，上清派的經典《洞真三天秘諱》也是如此。而〈十二可從戒〉亦見於《太上洞真（洞玄）智慧上品大戒》、《太上洞玄靈寶赤書玉訣妙經》、朱法滿《要修科儀戒律抄》卷 5、與《無上祕要》卷 46 所徵引稱為〈洞玄智慧十二可從戒〉。《太上洞真（洞玄）智慧上品大戒》所敘述的五種戒法，均為《無上祕要》卷 46 所收錄，稱〈洞玄智慧十戒〉（稱自出《洞玄智慧上品經》）。

²³⁵ 〈要修科儀戒律鈔〉，《正統道藏·洞神部》，帛字號，冊 11，頁 897。

²³⁶ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 129-130。

敦煌文書P.2456 號前《大道通玄要》卷6 對它們亦有所徵引，稱出自《靈寶經智慧大戒卷》，但是其中〈度生戒品〉與〈閉塞六情戒品〉名稱互異，可能是誤抄所致。²³⁷

晉宋之際問世的「元始舊經」《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經》有〈洞玄十惡戒〉，其第七條規定「不孝背恩違義犯諸禁戒」；還有〈洞玄十善戒〉，其第十條規定「平等一心仁孝一切」，是完全按照儒家的倫理道德觀念構築起來的戒律。

不過，勞政武先生指出，佛教大乘菩薩戒在中國特別流行並因此影響道教之戒的主要有「十善惡戒」及《梵網經》的「十重戒」，而「十善惡道」實為一切大乘屍羅（戒律）的本質或共軌。《梵網經》的「十重戒」包括：1、殺戒；2、盜戒；3、淫戒；4、妄語戒；5、酤酒戒；6、說四眾過戒；7、自贊毀他戒；8、慳戒；9、嗔戒；10、謗三寶戒。「十善惡道」即「十善戒」包括：不殺生、不偷盜和不邪淫等「三身戒」；不妄語、不兩舌、不惡口和不綺語等「四口戒」；不貪欲、不嗔恚、不邪見等「三意戒」。以上的「十善戒」的反面即是「十惡戒」。²³⁸

約成書於南北朝中期的《太真玉帝四極明科經》卷三即著錄有「〈太霄琅書瓊文帝章〉三決十卷」，故該書大致當已於南北朝中期成書，該經卷八〈十善十惡決〉就說道：

十善既行，十惡自息，息惡行善，大慈德成，是以《上品誡》說：恤死度生、救急治病、施惠窮困、割己濟物、奉侍師主、管靖建舍、書經校定、修齋念道、退身講義、不爭功名、宣化愚俗、諫諍解惡、邊道立井、植種果林、教化童蒙、勸人作善、施為可法、動靜可觀、教制可軌、行常使然。十善遍行謂之道士。不修善功，徒勞山林。能信斯旨，勤尋諸戒，戒部甚多，隨緣所得，無數諸戒，無央科律，皆輔一神，攝於三業，三業者，口身心也。運動造作，善惡無量，無量善惡，十為惡端，一者妄言，二者綺語，三者兩舌，四者罵詈，此四口惡，反之則善；五者貪欲，六者竊盜，七者姦淫，八者嫉妒，九者恚嗔，十者邪疑，此三屬心，心業最重，為十惡根。斬決惡根，修十善本，實言直語，通和講誦，廉讓舍財，內外貞潔，慶贊歡喜，敬信三尊，備此十善，十惡永除。²³⁹

²³⁷ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁138-139。

²³⁸ 楠山春樹，《道教和儒教》載福景康順等監修《道教》卷2，朱越利等譯，（上海古籍出版社，1992年），頁50-51。勞政武，《佛教戒律學》，（宗教文化出版社，1999年），頁242-248。

²³⁹ 〈洞真太上太霄琅書〉，《道藏》，冊33，頁690。閔智亭，〈太霄琅書十善十惡〉，《道教儀範》，（北京：宗教文化出版社，2006年），頁110。

在南北朝各道派中尤以上青派較多保存了道教的傳統特色，但到了南北朝中期，其教法也明顯表現出佛教影響的痕跡，如《洞真太上太霄琅書》就是其中一例，其所言的「三業」、「十惡」顯然是完全依照了佛教的說法，其「十善」雖然內容與佛教友所不同，但形式上無疑受到了佛教大乘戒的影響。

上述所說的「十善」並不是《洞真太上太霄琅書》首創，實際上它淵源于晉宋之際的《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經》中的〈十善因緣上戒之律〉，唯條文內容稍略而已。與洞神派戒律深受佛教小乘在家戒之影響，形式上是以三戒、五戒、八戒為主不同，靈寶派戒律更加明顯地表現出其所受大乘菩薩戒影響的特色，在形式上多表現為「十戒」，除〈十善因緣上戒之律〉以外，在《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經》中還有〈上品十戒之律〉，而〈上品十戒之律〉的條文則與《無上祕要》卷 46 的〈洞玄十善戒〉完全一樣，在《無上祕要》卷 46 的〈洞玄十善戒〉是出自《洞玄智慧經》，其具體條文為：

- 一者，不得嫉妒勝己，抑絕賢明。
- 二者，不得飲酒放蕩，穢亂三官。
- 三者，不得淫犯他妻，好貪細滑。
- 四者，不得棄薄老病，窮賤之人。
- 五者，不得誹謗善人，毀敗同學。
- 六者，不得貪積珍寶，弗肯施散。
- 七者，不得殺生祠祀，六天鬼神。
- 八者，不得意論經典，以為虛誕。
- 九者，不得背師恩愛，欺詐新學。
- 十者，平等一心，仁孝一切。²⁴⁰

一不嫉；二不飲；三不淫；四不棄老病；五不謗；六不貪；七不殺生；八不意論經典；九不背師恩愛；十平等一心。

該經還有「十惡戒」，其條文亦與《無上祕要》卷 46 的〈洞玄十惡戒〉完全一樣，在《無上祕要》卷 46 的〈洞玄十惡戒〉亦出自《洞玄智慧經》，其具體條文為：

- 一者，飲酒姪色，貪慾無已。
- 二者，陰賊世間，訛謗道士。
- 三者，輕師慢法，傲忽三寶。
- 四者，竊取經書，妄宣道要。

²⁴⁰ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊 11，頁 762。
〈洞玄十善戒〉，《正統道藏·無上祕要》，洞玄戒品，卷 46，頁 414。

- 五者，借換不還，欺誘萬民。
 六者，殺生貪味，口是心非。
 七者，不孝背恩違義，犯諸禁戒。
 八者，誦經忽略，貢嘯自是。
 九者，責望人意，嗔恚四輩。
 十者，意斷經音，損益聖典，不信宿命，快情所為，穢慢四大，不念生道。

241

一是酒色；二是毀謗；三是輕慢師法；四是竊經書，；五是借不還；六是殺生；七是不孝；八是誦經忽略；九是責望人；十是損聖典，不信宿命。

將「洞玄十善戒」與「洞玄十惡戒」做一比較：

〈洞玄十善戒〉	〈洞玄十惡戒〉
一者不得嫉妒勝己，抑絕賢明	一者飲酒淫色，貪慾無已
二者不得飲酒放蕩，穢亂三官	二者陰賊世間，訕謗道士
三者不得淫犯他妻，好貪細滑	三者輕師慢法，傲忽三寶
四者不得棄薄老病，窮賤之人	四者竊取經書，妄宣道要
五者不得誹謗善人，毀敗同學	五者借換不還，欺誘萬民
六者不得貪積珍寶，弗肯施散	六者殺生貪味，口是心非
七者不得殺生祠祀，六天鬼神	七者不孝背恩違義，犯諸禁戒
八者不得意論經典，以為虛誕	八者誦經忽略，貢嘯自是
九者不得背師恩愛，欺詐新學	九者責望人意，嗔恚四輩
十者平等一心，仁孝一切	十者意斷經音，損益聖典，不信宿命，快情所為，穢慢四大，不念生道

〈洞玄十善戒〉的第二、三戒與〈洞玄十惡戒〉第一戒相同；〈洞玄十善戒〉第五戒與〈洞玄十惡戒〉第九戒相似；〈洞玄十善戒〉第八戒與〈洞玄十惡戒〉第十戒亦相似。其相似之處，可表如下：

〈洞玄十善戒〉	〈洞玄十惡戒〉
二者不得飲酒放蕩，穢亂三官 三者不得淫犯他妻，好貪細滑	一者飲酒淫色，貪慾無已
七者不得殺生祠祀，六天鬼神	六者殺生貪味，口是心非
八者不得意論經典，以為虛誕	十者意斷經音，損益聖典，不信宿命，快情所為，穢慢四大，不念生道

²⁴¹ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊11，頁762。〈洞玄十惡戒〉，《正統道藏·無上秘要》，洞玄戒品，卷46，頁414-415。

又《太上（洞玄靈寶）智慧上品大戒》中有〈洞玄智慧十戒〉，其條文與名稱與《無上祕要》卷 46 的〈洞玄智慧十戒〉完全一樣，《無上祕要》卷 46 的〈洞玄智慧十戒〉是出自《洞玄智慧經》，在敦煌文書 S.2456 號前《大道通玄要》卷 6 叫做〈智慧戒品〉；在朱法滿《要修科儀藉戒律抄》卷 5 稱〈大戒經〉說修齋求道皆當一心請奉「十戒」，條文相同，此戒為《太上洞真（洞玄靈寶）智慧上品大戒中》中最富代表性的戒律，在經中即稱為「十戒」；或是「修齋求道當『十戒』」，今依《無上祕要》卷 46 而稱其為〈洞玄智慧十戒〉。此戒自形成以後，其在後世道教科儀中徵引的頻率很高，在後世道教科儀中有兩種戒出現頻率最大：一是「九真戒」，二是此「十戒」，以下是被徵引的舉列：

《道藏》冊 6 頁 184《太上洞玄靈寶赤書玉訣妙經》有此「十戒」和「十二可從」。

《無上祕要》卷 48 所引《金籙經》中有此「十戒」，按此《金籙經》可能是指《太上洞玄靈寶金籙簡文三元威儀自然真一經》，是為古靈寶經。

《道藏》冊 9 陸修靜撰《洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀》頁 823 徵引此「十戒」，稱為〈上品十戒〉。

《道藏》冊 9《無上黃籙大齋立成儀》卷 16 頁 475 徵引了此「十戒」戒文，卷 33 頁 574 也徵引了此戒文。

《無上祕要》卷 50《塗炭齋品》²⁴²徵引此「十戒」，稱出自《大誠經》，即是本經，塗炭齋儀中有〈智慧上品十戒〉蓋出於陸修靜所為。

《道藏》冊 9《金籙大齋補職說戒儀》，其頁 75 徵引此戒，蓋受陸修靜《光燭戒罰燈祝願儀》影響。

《道藏》冊 32 宋賈善翔撰《太上出家傳度儀》頁 163 徵引此戒。

《道藏》冊 7《靈寶領教濟度金書》卷 16 頁 115《科儀立成品補職說戒儀》徵引此戒。

《藏外道書》冊 16《上清靈寶濟度大成金書》卷 3〈補職說戒品〉之〈補職說戒科〉頁 137，和卷 19 頁 678，二次徵引此戒，稱之為〈智慧上品十〉。²⁴³

而《太上（洞玄靈寶）智慧上品大戒》中的〈洞玄智慧十戒〉其具體條文為：

第一戒者，心不惡妒，無生陰賊，檢口慎過，想念在法。

²⁴² 《塗炭齋品》源自三張，為最古老的齋儀之一，後經陸修靜改造納入其齋醮體系中。

²⁴³ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 140-141。

第二戒者，守貞讓殺，溥濟群生，慈愛廣救，潤及一切。
第三戒者，守貞讓義，不姪不盜，常行慈念，損己濟物。
第四戒者，不色不慾，心無放蕩，貞節守慎，行無玷污。
第五戒者，口無惡言，言不華綺，內外中直，不犯口過。
第六戒者，減酒節行，調和氣性，神不損傷，無犯眾惡。
第七戒者，不嫉人勝己，爭競功名，每事遜讓，退身度人。
第八戒者，不得評論經教，訾毀聖文，躬新承法，恒如對神。
第九戒者，不得鬪亂，口舌評詳，四輩天人，咎恨傷損神氣。
第十戒者，舉動施為，平等一心，人和神穆，行常使然。²⁴⁴

第一心不嫉妒，法存我心；第二守貞慈愛，廣及眾生；第三不姪不盜，慈心慈念；第四不動色慾，循規蹈矩；第五不出惡言，遠離罪過；第六減少酒量，不犯眾怒；第七不嫉妒人，謙讓為人；第八不評經教，訾毀法與神；第九不鬪亂，舌評四輩；第十平等一心。（洞玄智慧十戒）又名初真戒，得授初真戒，即正式成爲道門弟子，稱十戒弟子，或智慧十戒弟子、太上初真弟子，號白簡道士。²⁴⁵

又《太上洞玄靈寶智慧定志通微經》一卷，已出，卷目說：「《太上洞玄靈寶智慧定志通微經》。《本業上品》一卷，已出，卷目說『《太上洞玄靈寶寶真文度人本行妙經》』。《法輪罪福》一卷，已出，卷目說：『《太上洞玄靈寶寶真文》一勸誡法輪妙經』。右一部三卷，第六篇目。皆金簡文。宋法師說：『合三卷，明人行業之由從』。」《太上洞玄靈寶智慧定志通微經》有〈思微定志經十戒〉（即〈天尊十戒〉），其條文亦與《無上祕要》卷 46 的〈洞玄十戒〉完全一樣，在《無上祕要》卷 46 的〈洞玄十戒〉亦出自《洞玄思微定志經》，云「若能受是十戒，修行如法，十方天官，無不護衛，必至得道，若逼世累，不盡十者，九八七六，乃至於五，擇其能者，然五戒之福。」其條文爲：

一者，不殺，當念眾生。
二者，不姪，犯人婦女。
三者，不盜，取非義財。
四者，不欺，善惡反論。
五者，不醉，當思淨行。
六者，宗親和睦，無有非親。
七者，見人善事，心助歡喜。

²⁴⁴ 〈太上（洞玄靈寶）智慧上品大戒〉，《道藏》，冊 3，頁 391。〈洞玄智慧十戒〉，《正統道藏·無上祕要》，洞玄戒品，卷 46，頁 415。

²⁴⁵ 〈洞玄智慧十戒〉，《正統道藏·無上祕要》，卷 46，洞玄戒品，頁 415。

八者，見人有愛，助為作福。
九者，彼來如我，志在不報。
十者，一切未得道我不有望。²⁴⁶

一者不殺；二者不姪；三者不盜；四者不欺；五者不醉；六者和睦；七者見善歡喜；八者見愛助福；九者彼來如我；十者一切未得道，我不有望。

以上是為具有代表性的「十戒」。在魏晉南北朝時期的道教各派中，唯有靈寶派以眾多的「十戒」著稱。然而這些「十戒」的內容，除〈十善因緣上戒之律〉外，其餘諸戒往往大同小異，譬如《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經》的〈上品十戒之律〉（即《無上祕要》的〈洞玄十善戒〉）與〈十惡戒〉（《無上祕要》的〈洞玄十惡戒〉），根據其本經所稱：「『十戒』諸行並足，當避『十惡』，運於盲道斷災罪根」，又稱「今總是戒護度天人，明識諦受勤行勿忘，若清信士女必能保持十戒」²⁴⁷，故此〈十惡戒〉實為護度「十戒」（即為〈上品十戒之律〉，亦為〈洞玄十惡戒〉）而設，觀其內容與〈上品十戒之律〉大體接近，但與〈洞玄十惡戒〉完全相同，其「飲酒」、「淫色」、「訕謗」、「殺生」、「不孝」、「意論經典」、「輕慢師法」等諸惡，皆是〈上品十戒之律〉所反對者，以十事為善亦以十事為惡，二者相輔為用。《無上祕要》卷 46 把〈上品十戒之律〉稱之為〈洞玄十善戒〉實因於此。

而《太上洞真（洞玄靈寶）智慧上品大戒》之〈洞玄智慧十戒〉則又是在〈上品十戒之律〉和〈十惡戒〉基礎上形成，如其第七條即是〈上品十戒之律〉之第一條；其第二條大致相當於〈上品十戒之律〉之第七條和〈十惡戒〉之第六條；其第九條所說「鬪亂口舌評詳四輩」即是〈十惡戒〉的第九條「嗔恚四輩」；其第十條見於〈上品十戒之律〉之第十條，其餘如「不淫」、「不色不欲」、「減酒潔行」、「不評論經教」、「訾毀聖文」等等都可以在〈上品十戒之律〉和〈十惡戒〉找得到相當的話語。然而若論其淵源，上述的「十戒」無疑的皆在佛教的「十善十惡戒」、《梵網經》〈十重戒〉的影響下形成的，與〈十善十惡戒〉、《梵網經》〈十重戒〉的殺、盜、淫、兩舌、妄語、酤酒、謗三寶等相類似的內容多散見於這些「十戒」的條文之內；佛教的「十戒」原本是以「五戒」為基礎，與之相類似，此亦構成了大多靈寶派「十戒」的核心內容，譬如〈思微定志經十戒〉之前五條即完全取自於佛教的「五戒」。由此可見靈寶派「十戒」與大乘菩薩戒間的淵源關係。²⁴⁸

²⁴⁶ 〈太上洞玄靈寶智慧定志通微經〉，《道藏》，冊 5，頁 890；〈洞玄十戒〉，《正統道藏·無上祕要》，洞玄戒品，卷 46，頁 414。

²⁴⁷ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊 11，頁 762。

²⁴⁸ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 245-248。

二、〈智慧度生死上品大戒〉、〈智慧十善勸助上品大戒〉、〈智慧閉塞六情上品戒〉、〈洞玄智慧十二可從戒〉、

以上諸戒皆於《無上祕要》卷 46 內，且皆出自《洞玄智慧上品經》。同卷，同出處。

受佛教戒律的影響，道教條文式「戒」在晉宋之際大量的湧現，如天師道有〈老君一百八十戒〉；洞神派有〈洞神三界戒〉（即《無上祕要》卷 46 的〈洞神三界戒〉）、〈洞神五戒〉（《無上祕要》卷 46 的〈洞神五戒〉）和〈洞神八戒〉（即《無上祕要》卷 46 的〈洞神八戒〉）；靈寶派有〈上品十戒之律〉、〈十惡戒〉（即《無上祕要》卷 46 的〈洞神洞玄十惡戒〉）、〈十善因緣上品大戒〉、〈智慧度生死上品大戒〉（即《無上祕要》卷 46 的〈智慧度生死上品大戒〉）、〈智慧十善勸助上品大戒〉、〈閉塞六情戒〉（即《無上祕要》卷 46 的〈智慧閉塞六情上品戒〉）、〈十二可從戒〉（即《無上祕要》卷 46 的〈洞玄智慧十二可從戒〉）、〈十四持身之品〉、〈三元一百八十戒〉（即《無上祕要》卷 45 的〈玉清下元戒品〉）等。

上清派戒律規範本以「科」為主，但在南北朝中期也出現了一部條文式「戒」的集大成之作〈智慧觀身三百大戒〉，而在南北朝中後期出現的一些新道派也造作了不少條文式的「戒」，如升玄派有〈升玄五戒〉（即《無上祕要》卷 46 的〈昇玄五戒〉）、〈升玄九戒〉（即《無上祕要》卷 46 的〈昇玄九戒〉）、〈升玄一百二十九戒〉，樓觀道有〈老君說五戒〉等等。條文式「戒」到南北朝時期已經蔚為大觀，梁代宋文明曾總結說：「止行之戒有詳有略，詳者太清道本無量法門百二十條（據《玄門大義》當為〈太清道本無量法門百二十條〉）即〈升玄一百二十九戒〉」、「老君及三品百八十條」、「觀身大戒三百條」、「太一六十戒」之例是也；略者道民三戒、籙生五戒、祭酒八戒、想爾九戒、智慧上品十戒、明真二十四誠例是也。²⁴⁹

〈智慧度生上品大戒〉和〈智慧十善勸助上品大戒〉此二種戒均被《無上祕要》卷 46、敦煌文書 S.2456 號前《大道通玄要》卷 6、朱法滿《要修科儀戒律抄》卷 5 等收入，但《大道通玄要》的〈閉塞六情戒〉與〈度生戒品〉名稱互異，蓋誤抄所致。〈智慧度生上品大戒〉和〈智慧十善勸助上品大戒〉此二種戒都要求行善積德，〈智慧度生上品大戒〉名為「度生」，在《無上祕要》卷 46 被稱為「度生死」，顧名思義，其所述內容以扶危濟困為旨歸，要求開度人和鳥獸動物等一切眾生、濟其死厄；而〈智慧十善勸助上品大戒〉所述，

²⁴⁹ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 261-262。

諸如勸助禮敬三寶供養法師、勸助治寫經書、勸助建齋靜舍、勸助香油眾乏、勸助法師法服、勸助齋靜讀經、勸助道士眾人經學等，大體以經教為歸。

〈智慧度生上品大戒〉即《無上祕要》卷 46 的〈智慧度生死上品大戒〉其條文為：

其一者，見人窮怠，度其死厄，見世明達，能制兇逆，年命長遠，世享無極。

其二者，見人窮乏，饑寒困急，損身佈施，令人富貴，福報萬倍，世世歡樂。

其三者，含血之類，有急投入，能為開度，濟其死厄，見世康強，不遭橫惡。

其四者，施惠鳥獸，有生之淚，割口飴乏，無所愛惜，世世飽滿，常在福地。

其五者，度諸蠢動，一切眾生，鹹使成就，無有天傷，見世興盛，不履眾橫。

其六者常行慈心，潛濟一切，放生度死，其功甚重，令人見世，居危得安，居急得康，居貧得富，舉向從心。²⁵⁰

一者見人怠惰而度其厄；二者見人窮困而身佈施；三者一切眾生能為開度；四者鳥獸有生，無不愛惜；五者度諸眾生，有所成就；六者慈心濟潛，去貧得富。

《正統道藏》洞玄部戒律類（太上洞玄靈寶上品戒經）言：「諸善男子、善女人、天上曹官，每月一日，令二童子降於人間，察其善惡，錄人是非。行善者天曹上校其善簿，造惡者地府下注其惡名。命終之後，善者受福，惡者受殃。是故勸諸人等，每歲正朝元日，身服方色鮮衣，會其道場，名書竹帛，上奏天曹，以知一年己身行善。每月一日，於靈宮觀所聽戒，以知一月結緣修善。於說戒處，男子女人，和會同坐，心標名號，各自靜志，坐下聽人，聞戒悟道，證無生忍。」因說十上願：

一者願捨身肉，飼餓禽獸。二者願身八脂澤，燒燈續明。三者願施力報功，濟人負重。四者見貧窮裸露，願惠食濟衣。五者值遇病人，願施湯藥。六者見人所要，願濟時須。七者憂苦之人，隨事令喜。八者獄囚殺戮，身願代刑。九者懷孕婦人，早願分解。十者邊疆征鎮，早得歸還。

²⁵⁰ 〈智慧度生死上品大戒〉，《正統道藏·無上祕要》，太平部，冊 46，頁 416。

又言：「今當勸戒，開悟羣生，為諸男女解災卻患，請福度命，拔諸苦根。生者見道，身脫八難，死者得樂，不歷三塗。託報人天，受勝尊貴，修齋求道，轉輪聖王。皆當一心請奉十勸戒，諦受勿忘，思念在心，莫相亂神，默然靜聽。」而〈智慧十善勸助上品大戒〉即是《無上祕要》卷46的〈智慧十善勸助上品大戒〉，其條文為：

一者，勸助禮敬三寶，供養法師，令人世為君子賢孝，高才榮貴，巍巍生為人尊，門族昌熾。

二者，勸助治寫經書，令人世世聰明，博聞妙曠，恆值聖世，見諸經教，能誦章句。

三者，勸助建齋淨供，令人世世門戶高貴，身登天堂，衣食自然，常居無為。

四者，勸助香油眾乏，令人世世芳盛，香潔光明，容眸絕偉，天姿高秀。

五者，勸助法師法服，令人世世長雅，逍遙中國，不墮邊夷，男女端正，冠冕玉佩。

六者，勸事國王父母子民忠孝，令人世世多嗣，男女賢儒，不更諸苦。

七者，勸助齋靜讀經，令人世世不墮地獄，即昇天堂，禮見眾聖，速得反形，化生王家，在意所欲，玩服備足，七祖同歡，善緣悉會，終始榮樂，法輪運至，將得仙道。

八者，勸助道士眾人經學，令人世世才智，洞達動靜威儀，常為人師。

九者，勸助一切佈施諫諍，令人世世壽考富樂，常無怨惱。

十者，勸助一切人民，除嫉去慾，履行眾善，令人世世安樂，禍亂不生，病者自愈，仕宦高遷，為眾所仰，莫不吉祐，門戶清貴，天人愛育，神魔敬讓，常生福地。²⁵¹

一者禮三寶，法師供，世世即能賢孝富貴；二者寫誦經書，世世即能聰明廣聞；三者建齋供，世世即能衣食無缺；四者香油供，世世即能光明香盛；五者法服供，世世即能端正不墮；六者子民既忠既孝，世世即能多嗣賢孝；七者齋戒讀經，世世即能昇天見聖，不墮地獄；八者誦經律學，世世即能才智雙全；九者佈施眾生，世世即能長壽安樂；十者眾善奉行，世世即能安享福生。

談到〈智慧十善勸助上品大戒〉，《太上洞真智慧上品大戒》說：「其十善勸戒自非大道十轉弟子莫能形也，能形之者，與飛天齊功，心與六通智慧恭同洞虛無也，身後皆得飛行雲中眾聖策駕，遊乎十方，從此不懈，亦得位及仙王，七祖即離幽夜，升入南宮，衣飯天廚，受福自然，其法高妙，度人無量，巍巍大化，難可勝焉。」

²⁵¹ 〈智慧十善勸助上品大戒〉，《正統道藏·無上祕要》，太平部，冊46，頁417。

又說：「此十勸進要戒，當信奉行，善惡業緣，必當獲報。居世富貴，笑他貧賤者，必貧賤報。居世美貌，笑他醜陋者，必醜陋報。居世聰明，不教人者，必愚癡報。居世康健，笑他病患者，必滯病息報。居世不信道教，笑於經典者，必頑囂報。居世侵奪他夫婿者，必小寡報。居世誘他婦者，必鰥獨報。居世發心爲夫婦者，不同生人道報。居世好殺生命者，必夭傷短壽報。是故勸諸人等，行善善報，行惡惡殃，抵敵不通，無拔度者。人有一心，含藏六識，行善行惡，遇境逢緣，達慧閉情，真門不動，當證仙道。復說六情戒，上品中人，應當開悟。」

而《太上洞真智慧上品大戒》說：「……爲諸男女，解災卻患，請福度命，拔諸苦根，使生者見道身脫八難，死者歡樂飲食天堂，早生人中轉輪聖王，修齋求道，皆當一心，請奉十戒。……」其十戒條文即爲前述的《太上（洞玄靈寶）智慧上品大戒》中的「洞玄智慧十戒」，則說：「修奉諸戒，每合天心，長行大慈，願爲一切，普度厄世，謙謙尊敬，不得中怠，寧守善而死，不爲惡而生，於是不退，可得拔度五道，不履三惡，諸天所護，萬神所敬，長齋奉戒，自得度世。」

又說：「夫學者修齋行道，開度天人，做諸善功，當行十二可，……」其十二可即爲前述的《無上祕要》卷 46 的〈洞玄智慧十二可從戒〉，則說：「夫學士修行之法，當行十二可從之戒，能以一心，行此善念，世世得見聖文，與道結緣，諸天女識，獨超三界，無所呈礙常離三惡五道八難，萬神敬護，地祇擁衛，門戶清肅，萬災不幹，可謂端正而得道也。」

又說：「其六戒者身之大患，求生男女，雖受人形，而六情不純，未見經教，不聞法音，行不自覺，存迷罪門，致命短促，不竟天年，長處惡道，甚可哀憐。」此六情戒即爲《無上祕要》卷 46 的〈智慧閉塞六情上品戒〉，條文爲：

- 第一戒者，目無廣瞻，亂諸華色，亡精失瞳，光不明澈。
- 第二戒者，耳無亂聽，混於五音，傷神敗正，惡聲啼吟。
- 第三戒者，鼻無廣嗅，雜氣臭腥，易有混濁，形不澄正。
- 第四戒者，口無貪味，脂熏之屬，濁注五神，臟腑憤潰。
- 第五戒者，手無犯惡，不竊人物，貪利入己，禍不自覺。
- 第六戒者，心無受欲，搖動五神，傷精喪氣，體發迷亂。

此六情戒是去五官之欲，第一戒「目」瞻華色，瞳光亡失；第二戒「耳」聞亂音，傷神敗聽；第三戒「鼻」聞臭氣，混濁亂正，第四戒「口」貪五味，五神潰穢；第五戒「手」竊犯惡，禍事臨前；第六戒「心」慾迷亂，憾動五神。

又說：「此六根者，身之大患，來生男女，雖受人形，六情不純，未見經教，不聞法音，皆不自覺，沈迷罪門，受命短促，不盡天命，長處惡道，甚可哀憐。故說是戒，開度人天。善心敬信，歸命洞玄，情恬神靜，報命長延。」

則說：「故說是戒，開度人天，善心信向，一意皈命，尊奉聖教，閉諸惡門，則入虛空六通智慧，空六通智慧者，洞視、洞聽、洞空、洞虛、洞清、洞微，是為六道，無所不通也，六情恬爽，神自歸也，一自生也，精自固也，壽命長遠終不死也。」

又說：「其六戒皆以心通智慧，能施其德，行合自然，慶福恆居其身，禍害長遠其門，耽好不絕，世世因緣，一轉受報，飛天齊功，超轉九輪，漸入大道，十轉弟子，名書諸天，七祖同生，上生天堂，衣食福德，即生人中，轉輪神王，恆居福門。」而此六戒即是前述的《無上祕要》卷 46 的〈智慧度生死上品大戒〉，其條文如同。

《道藏》冊 5《太上洞玄靈寶智慧定志通微經》在《靈寶經目》中屬於「元始舊經」，經大淵先生的察證，《無上祕要》、《辨正論》卷 8 及唐《要修科儀戒律抄》等引文與《道藏》版本大致相同。此經主要講述〈思微定志經十戒〉及其授度儀式。此「十戒」又見於《無上祕要》卷 46、《太上經戒》和《雲笈七籤》卷 38，而《無上祕要》卷 46 被稱為〈洞玄十戒〉。此戒在靈寶諸戒中也有著重要的地位，後它與《太上洞玄靈寶智慧罪根上品》的〈十四持根之品〉結合在一起構成《洞玄靈寶天尊說十戒經》，被稱為〈天尊十戒〉。楠山春樹先生認為此「十戒」與〈智慧上品十戒〉被視為是眾多十戒中具有代表性十戒。

252

《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒》的〈十二可從戒〉，其條文有半數屬於「願念」。《無上祕要》卷 46 的〈洞玄智慧十二可從戒〉為求開度天人，做諸善功，當行此戒，此戒條文為：

- 第一者，見真經出法，開度一切，便發道意心願，後世得登大聖。
- 第二者，常行慈心，願念一切，普得見法，開度廣達，無有障翳。
- 第三者，好樂經教，深達見達，意志堅明，開化愚闇。
- 第四者，尊受師訓，廣開勸化，令入法門，迷離盲到。
- 第五者，信向玄妙，尊奉經訣，晨夕誦習，無有怠倦。
- 第六者，不務榮華，斷俗因緣，專心定志，所營在法。
- 第七者，勤習大經，願念一切，廣開橋梁，為來生作緣。
- 第八者，恒生善心，不邪不偽，無嫉無害，無惡無妬。

²⁵² 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 142-143。

第九者，在所墮生，常值聖世，與靈寶法教，相值不絕。
第十者，潔身持戒，修齋建功，廣救群生，鹹得度脫。
第十一者，學業廣覽，宣通同法，預以天人，普今開度。
第十二者，常與明師，世世相值，受教宣化，度人無量，一切善心，得道真。²⁵³

第一聖法開度，發道心，登大聖；第二念念慈心，得見法，度眾生；第三喜經教，見度深，化癡愚；第四尊師訓，開度化，入法門；第五信奉經訣，誦習無倦；第六斷俗緣，心意定，意在法；第七習大經，開橋梁，緣來生；第八不邪不偽，不害人，不嫉妒；第九不墮業，值聖世，近法教；第十修齋持戒，度眾生，救一切；第十一博廣聞，宣聖法，普開度。；第十二參明師，受教化，得道真。

又晉宋之時所產生的古靈寶經《太上洞玄靈寶智慧上品大戒》有〈智慧閉塞六情戒〉，此戒即為《無上祕要》卷 46 的〈智慧閉塞六情上品戒〉其條文同前所述的

佛教有所謂「六根」之說，是指眼耳鼻舌身意具有能取相應之六境、產生相應之六識的六種功能，「智慧閉塞六情戒」之六情可能與此有些關連聯。若細究該戒的內容，可看出它主要是以道家的去「五欲」、安「五神」為其基礎，其前四條「目無廣瞻」、「耳無亂聽」、「鼻無廣嗅」、「口無貪味」與「洞神五戒」之「目不貪五色」、「耳不貪五音」、「鼻不貪五氣」、「口不貪五味」就只是措辭不同而已，其第五條「手無犯惡」大致亦可與「洞神五戒」之「身不貪五彩」相當，唯以「手」替換「身」而已，而且還多次出現有「混於五音」、「濁注五神」、「搖動五神」等詞句，都有反映出其所受道家思想影響的痕跡。

此戒較具特色為其最後一條對於「心」的強調，這應是其受到佛教影響的結果。佛教的修持方法比較重視對「心」、「意」的控制，如「十惡」就包括了身三業（殺生、偷盜、邪淫）、口四業（妄語、兩舌、惡口、綺語）、意三業（貪欲、嗔恚、邪見），若它與道家去五官之嗜欲相比，其突出之處就在於其對「意」的強調，這正是中國道家傳統比覺會忽略的地方，像《老子》、《莊子》、《淮南子》等在討論到失性問題時都不大及於「意」，道教的「洞神五戒」同樣如此。

到靈寶派的「智慧閉塞六情戒」才開始有了變化，這應是所受佛教影響的結果，因為靈寶派曾受大乘佛教的影響，「六情」的說法產生出來後，就成為道教的一種重要的教義。後世的道書如《太上老君虛無自然本起經》、北朝後

²⁵³ 〈洞玄智慧十二可從戒〉，《正統道藏·無上祕要》，太平部，冊 46，頁 415-416。

期道書《太上老君戒經》、唐初道書《道門經法相承次序》等對其多有解說，《道教義樞》卷4立有〈六情義〉有瞭解釋，解道：「眼耳鼻舌身心，情也。眼以見色，耳以聽聲，鼻以聞香，舌以知味，身以覺觸為義，心以知理為義。身情亦名手情。手是身家運用之要，故為名也。通（稱）情者，識之異名，謂有情靈，異于木石。」²⁵⁴總之，「閉塞六情戒」大體仍以防遏感官欲念為鵠的，為學道修行之下手處。

第四節《無上祕要》的〈洞神戒品〉

一、《洞神戒品》的〈洞神三界戒〉、〈洞神五戒〉、〈洞神八戒〉

《無上祕要》卷46的〈洞神三界戒〉、〈洞神五戒〉、〈洞神八戒〉屬洞神戒品，又出《洞神經》。同卷，同出自《洞神經》。

《洞神經》稱：凡諸戒律，通應共行。其間緩急、繁簡、高卑，各有意義。准擬玄源，變化生教，皆漸相成。三五七九，十百千萬，雖隨緣所堪，亦不可越。略知音向正法，修長生不死；三五兼參，宜受八戒。得受三界戒、洞神五戒和洞神八戒，方可稱洞神弟子或三皇弟子。²⁵⁵

〈洞神三界戒〉為受經戒日，宜各努力，急共勤行，其戒條為第一戒者諦識因緣勿忘本逐末；第二戒者諦守少私勿利我損物；第三藉者諦習勤行勿混任失真。²⁵⁶

道教「五戒」大多都注入了中國道家或儒家傳統的思想觀念，比如說〈洞神五戒〉，此戒就是以去目、耳、鼻、口、鼻等五官之嗜欲（五色、五音、五氣、五味、五彩等）為主要內容，這似乎是「洞神五戒」依據了《莊子·天地篇》所說的五官嗜欲主張。

如《道德經》第12章就指出：「五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳聘田獵令人新發狂²⁵⁷」；《莊子·天地篇》也說：「且夫失性有五：一曰五色亂目、使目不明，二曰五聲亂耳、使耳不聰，三曰五臭熏鼻、困擾中顛，四曰五味濁口、使口厲爽，五曰趣舍滑心、使幸飛揚，此五者皆生之害也。」道家這種試圖對人體五官嗜欲進行控制的觀念也影響到道教，為其戒律規範所

²⁵⁴ 唐·孟安排，〈道教義樞〉卷4，〈六情義〉，《正統道藏·太平部》，諸字號，冊41，頁764。

²⁵⁵ 〈三界戒、洞神五戒和洞神八戒〉，《正統道藏·無上祕要》，太平部，冊42，頁41。

²⁵⁶ 〈洞神三界戒〉，《正統道藏·無上祕要》，太平部，冊42，頁41。

²⁵⁷ 魏·王弼《老子注》12章《諸子集成》，（中華書局，1978年），冊3，頁6。

所融攝，如洞神派戒律〈洞神五戒〉（即《無上祕要》卷46的〈洞神五戒〉）
條文規定為：

- 第一戒者，目不貪五色，誓正教學長生。
- 第二戒者，耳不貪五音，願聞善從無惑。
- 第三戒者，鼻不貪五氣，用法香遣臭穢。
- 第四戒者，口不貪五味，習胎息絕惡言。
- 第五戒者，身不貪五彩，履勤勞以順道。²⁵⁸

此戒是去五官之欲，第一戒目不貪五色；第二戒耳不貪五音；第三戒鼻不貪五氣；第四戒口不貪五味；第五戒身不貪五彩。

類似的情況還可從〈正一五戒〉見到，該戒說人有無數的欲，念念叢生，不可勝言，主要是「五欲」，即「目欲觀五色，色過，則使魂勞」、「耳欲聞五音，音繁則魄苦」、「鼻欲嗅五香，香溢則精流」、「口欲乾五味，味豐則神濁」、「身欲恣五體，體慢則志散」等，這些內容和「洞神五戒」非常相似，所不同的是此戒在〈洞神五戒〉基礎上有了新的發展，它將去五官（目、耳、鼻、口、身）之嗜欲（五色、五音、五氣、五味、五體）與守五神（即五藏神包括肝魂、肺魄、心神、腎精、脾志）以及五常（仁、義、禮、智、信）和佛教五戒結合起來，融道家、醫家、神仙家、儒家、佛家理論於一爐，集倫理說教和養生方法於一體，是別出心裁、很特別的作法。²⁵⁹

下為以去五官之欲為核心，將〈生（昇）玄九戒〉、〈智慧閉塞六情上戒〉、〈洞神五戒〉三種戒之做一比較：

〈生（昇）玄九戒〉	〈智慧閉塞六情上品戒〉	〈洞神五戒〉
目不得視非道非法義，榮華容飾、淫視女色，照耀盈目、貪欲洋溢、綺麗珍寶、淫邪妖嬖、不正之色、目為心候、主收百兇、來致禍毒、罪釁致集，一皆目致	目無廣瞻，亂諸華色，亡精失瞳，光不明澈	目不貪五色，誓正教學長生
耳不能聽八音五樂，淫	耳無亂聽，混於五音，	耳不貪五音，願聞善從無惑

²⁵⁸ 〈洞神五戒〉，《正統道藏·無上祕要》，太平部，冊42，頁417-418。

²⁵⁹ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁218-220。

色妖嬈、惑亂亡軀、妖 偽之樂，無有厭足	傷神敗正，惡聲啼吟	
鼻不能貪香惡臭、妄察 善惡	鼻無廣嗅，雜氣臭腥， 易有混濁，形不澄正	鼻不貪五氣，用法香遣臭穢
口不得妄言善惡咒詛罵 詈、欺逛妄語、幻惑兩 舌、鬪訟交疏、持人長 短、自作是飛、生災造 害、興出無端、鬻炫道 法、歌誦嗟詠、吟嘯嘆 息、貪美嗜味、無有厭 足	口無貪味，脂熏之屬， 濁注五神，臟腑憤潰	口不貪五味，習胎息絕惡言
身不得貪狠資恣性、驕 奢放逸、蒙冒身禍、誕 縱自恣、甘惡爲非、過 有華飾、口耽脆滑、柔 軟字適、無有厭足		身不貪五彩，履勤勞以順道
心不得與惡想惡念，不 得形想評想貪欲務得、 蒙冒財利、貪毒陰賊、 謀議高戾〔非法、邪淫 偏僻、意不平等、嫉妒 恚癡、自是鬲戾〕、貪 欲飡味、無有厭足	心無受欲，搖動五神， 傷精喪氣，體發迷亂	
手不得殺害眾生、跂行 蠕動含血之屬皆不殺、 劫掠強取、奪盜偷竊、 取非其物、舍遺取施、 執持兵器、興用非法	手無犯惡，不竊人物， 貪利入己，禍不自覺	
足不能蹈非義、踐非 法，不涉惡履非、妖淫 境界		
〔身〕不得放情任意、 強興神器、攻非勝敵， 精消神散、三氣亡逸、 放新縱恣，無有厭足		

由表中可看出，此三種戒皆有相似之條文存在。

〈洞神八戒〉出自於《洞神經》，其文為《無上祕要》卷 46 所徵引，唐張萬福《三洞眾戒文》亦有收錄，現以《無上祕要》所錄為據，錄其文如下：

黃帝曰：余嘗閒居，太上垂降，見問經戒大小始終，餘雖受持多所不了，未測次序，具啟太上，太上答曰：凡諸戒律通應共行，其間緩急，繁簡高卑各有意義，准擬玄源，變化生教，皆漸相成，三五八九十百千萬，雖隨緣所堪，亦不可越略，知因向正法，修長生不死，三五兼修，宜受八戒。

第一，學解五備五德。

第二，勤習五事，不可無恆。

第三，平理八正，行藏順時。

第四，明識五紀，與氣同時存。

第五，精審皇極，上下相和。

第六，修行三意，期會三清。

第七，決定疑惑，化偽為真。

第八，考校徵驗，消禍降福，鍊凡登聖，無負三尊，此為捌戒。

凡人有心學求度世，先能持戒，解而不滯，戒無多少，皆屬太無太元太空，是戒根本，守本究末，外惡自消，內患不生，又先修齋，乃精能通神，命召速效，久積塵垢，蕩之須防，不可閤排頓盪，雖建此心，塵終不去，魔來惱之，更增災咎，防治此弊，以戒為漸，能持多少，隨才所堪，犯則首悔，改格自新，合則又進，得道有期。²⁶⁰

第一修五德，第二習五事，第三理八正，第四識五紀，第五審皇極，第六行三意，第七定疑惑，第八校徵驗。若能持戒，外惡消去，內患不生，有犯則悔，得道有期。

楠山春樹先生認為這個八戒是反映儒教影響的一個極好的例證，因為它與《尚書·洪範》之「九疇」²⁶¹大有關係。此五戒其中有「五行」、「五事」、「八正（政）」、「五紀」、「皇極」、「三意（三德）」等字眼，它們皆是屬於儒家經典《尚書·洪範》「九疇」之列，《尚書·洪範》「九疇」之文如下：

天乃賜禹洪範「九疇」，彝倫攸敘：初一日五行，次二曰敬用五事，次

²⁶⁰ 〈無上祕要〉，《正統道藏·太平部》，洞神八戒，冊 42，頁 418。

²⁶¹ 「九疇」據說乃是上天賜予大禹的九條施政綱領，其源頭甚早，在中國傳統文化中的地位十分突出，具有極大影響力。

三曰農用八政，次四曰協用五紀，次五曰建用皇極，次六曰義用三德，次七曰明用稽疑，次八曰念用庶征，次九曰嚮用五福，威用六極。一五行：一曰水，二曰火，三曰木，四曰金，五曰土。……二五事：一曰貌，二曰言，三曰視，四曰聽，五曰思。……三八政：一曰食，二曰貨，三曰祀，四曰司空，五曰司徒，六曰司寇，七曰賓，八曰師。四五紀：一曰歲，二曰月，三曰日，四曰星辰，五曰歷數。五皇極：皇建其有極……。六三德：一曰政治，二曰剛克，三曰柔克……。七稽疑：擇建立蔔筮人，乃命蔔筮……。八庶征：曰雨，曰暘，曰燠、曰寒，曰風，曰時……。九五福：一曰壽，二曰富，三曰康寧，四曰攸好德，五曰考終命。六極：一曰兇短折，二曰疾，三曰憂，四曰貧，五曰惡，六曰弱。

262

就如楠山春樹先生所言，〈洞神八戒〉的「五行」、「五事」、「八正（政）」、「五紀」、「皇極」、「三意（三德）」六項，可看出就是《尚書·洪範》「九疇」的第一至六疇，決定疑惑、考校徵驗分別相當於第七疇「稽疑」、第八疇「庶征」，其在進而敘述遵守上述八戒的功效時說：「六年保免六極」，「八年永享五福」。此處的「五福」就是第九疇之目；而所謂的「六極」，則是「六禍」的意思，仍是見於「九疇」之語。可見，此處的八戒乃是全部依據了《洪範》的主張。

這樣具有施政綱領性質的「九疇」如何作為道教的戒律規範？一來它適應了與佛教戒律相對抗的需要，二來它本身亦具有作為道教戒律的一些條件，三為即便從施政的角度來看，「九疇」用作道教的戒律規範，也與道教的傳統頗合。²⁶³

佛教的「八戒」（或稱「八戒齋」或「八關戒齋」），以一日一夜為度，為在家教眾所持行，其具體內容為：1、不殺生；2、不偷盜；3、不淫欲；4、不妄語；5、不飲酒；6、不著香華鬘、不香油塗身；7、不歌舞倡伎、不故往觀聽；8、不坐高廣大床；9、不非時食。前面八條為戒，第九條「不非時食」即過午不食，屬於齋，故稱為〈八戒齋〉。道教的八戒不如五戒、十戒那樣的種類繁多，主要有洞神派所造的〈齋持八戒法〉和〈洞神八戒〉。

〈齋持八戒法〉見於《洞神八帝妙精經》，其主要內容如下：

……齋以齊整為急，急以齊整身心。身心齊整，保無亂敗。敗起多端，大略有八：一者殺生自活，二者盜他自供，三者淫欲放意，四者妄語為

²⁶² 《尚書正文》卷12〈洪範第六〉，《十三經註疏》，（中華書局，1980年），頁187-190。

²⁶³ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁197-200。

能，五者醉酒恣適，六者雜臥高廣大床，七者竟玩香愛華飾，八者耽著歌舞作倡。勵心之子，學聖真仙，不為此八事，則八敗無從起，則八敗無從起則八成自然立，立久不失，延年保命，神通洞達智慧淵汪，能隱能顯，與世和光。是故齋者受持八戒：不殺則怨報之敗不起，慈仁長壽之成自立；不盜則窮苦卑退之敗不起，富饒康讓之成自立；不淫則孤獨憂傷之敗不起，貞素蕭邈之成自立；不妄語則欺逛枉濫之敗不起，悟愉貞確之成自立；不醉則昏迷慌狂之敗不起，智慧聰達之成自立；不臥高廣大床則癡澤死懼之敗不起，清淨無畏之成自立；不香愛華飾則纏縛毀疲之敗不起，光鮮解脫之成自立；不歌舞作倡則悲怨搖蕩之敗不起，和音柔暢之成自立……思真行道，通而無窮，顯驗必速，皆如所期也。²⁶⁴

此段文字就是陸修靜的《受持八戒齋文》之所本，陸修靜文被引見于唐·王懸河《三洞珠囊》卷6，亦見於《雲笈七籤》卷40。經由相互對照，可以發現陸修靜《受持八戒齋文》應是出自於此。然而，陸修靜在引用此經時進行了一定刪改，其所謂「八戒」實際上是「八敗」的內容²⁶⁵。

根據《洞神八帝妙精經》原文，〈齋持八戒〉應該是：1、不殺；2、不盜；3、不淫；4、不妄語；5、不醉；6、不臥高廣大床；7、不香愛華飾；8、不歌舞作倡。從這裡可看出，《洞神八帝妙精經》的〈齋持八戒〉前五條完全同於佛教「八戒」，後面三條次序及用詞雖然有些不同，但其意思大體相近，僅僅沒有第九條「不非時食」，故〈齋持八戒〉襲用佛教的「八戒」是十分明顯的。

東晉時期，佛教戒律漸趨完備，對道教產生了重大的影響，《洞神八帝妙精經》的〈齋持八戒法〉對於佛教〈八戒齋〉的明顯襲用就是這種影響的反映。後來陸修靜整理三洞經典、制定齋醮儀軌實時吸收了此〈齋持八戒法〉，把它作為針對在家信徒「善男子善女人」的軌範「清齋一日一夜」，仍不失佛教〈八戒齋〉的原意。

除〈齋持八戒法〉和〈洞神八戒〉外，另有天師道正一派籙生受持的「八戒」，實即是「三歸」、「五戒」之合。²⁶⁶

在南北朝時期，相對於其他道派而言，洞神三皇派的戒律規範比較簡單，其所涉戒律規範包括：《洞神八帝妙精經》中的〈齋持八戒法〉、〈十三禁文〉和《無上祕要》所錄〈洞神三界戒〉、〈洞神五戒〉、〈洞神八戒〉等。其〈齋持八戒法〉照搬了佛教的〈八關戒齋〉，〈洞神八戒〉則完全取自于儒家《尚

²⁶⁴ 〈洞神八帝妙精經〉，《正統道藏·洞神部》，本文類，冊19，頁59。

²⁶⁵ 按「八敗文」唐·張萬福《三洞眾戒文》亦有徵引。

²⁶⁶ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁240-242。

書·洪範》的「九疇」，〈洞神五戒〉主要依據了道家以去五官之嗜欲的觀念，此派戒律歸範明顯體現出三者相容的特色。

二、《正一戒品》的〈正一五戒品〉

《生玄內教經卷》（中和品）的五條禁戒演變成〈昇（升）玄五戒〉，其五戒為《無上祕要》卷46所收錄出自《正一法文》的〈正一五戒〉。²⁶⁷

天師道正一派的「五戒」即是〈正一五戒〉，出自《正一法文》²⁶⁸，其文為《無上祕要》卷46的〈正一五戒品〉所收錄，其內容主要在於若能持五戒即可以長生。五戒大略有：

一曰，目欲觀五色，色過則使魂勞，魂勞則肝困而目盲，若行仁慈愛不殺放生則肝魂相安。

二曰，耳欲聞五音，音繁則魄苦，魄苦則肺損而耳聾，若行義賞罰則不犯竊盜則肺魄相給。

三曰，鼻欲嗅五香，香滋則精流，精流則腎虛而迷在，行智化愚節酒無昏則腎精相合。

四曰，口欲乾五味，味豐則神濁，神濁則心亂而口爽，若行禮敬老無姪則心神相合。

五曰，身欲恣五體，體慢則志散，志散則脾傷而色，若行信守忠不懷疑惑則脾志相成。成則名入正一，一入無復憂慮，五欲既遣，五惡自消，五災永滅，五苦長乖。

此戒是去五官之欲，目觀五色，色過則魂勞，魂勞則肝困而目盲。耳聞五音，音繁則魄苦，魄苦則肺損而耳聾。鼻嗅五香，香滋則精流，精流則腎虛而迷在。口乾五味，味豐則神濁，神濁則心亂而口爽。身恣五體，體慢則志散，志散則脾傷而色。

楠山春樹先生《道教儒教》中把戒分為〈正一五戒〉即五官之欲，五神之苦部份和〈正一五戒〉即行仁不殺、行義不犯竊盜、行禮無姪、行智節酒、行信不懷疑等五戒。「正一五戒」可以看成一完整的整體，「五欲」、「五苦」也可以以〈正一五戒〉稱之，但其核心主要還是「五戒」除「五欲」、安「五神」。

²⁶⁷ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁129-130。

²⁶⁸ 《正一法文》的成書年代大致在南朝宋齊之繼，最晚不超過梁代。

早期道教尚無「五戒」的說法，道教的有「五戒」的名稱應是受佛教影響的結果。佛教對在家眾有所謂「五戒」的約束，即不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語和不飲酒，而〈正一五戒〉條文中亦出現了「行仁不殺」、「不犯竊盜」、「行禮無姪」、「節酒無昏」等字眼，亦即出現了佛教的「五戒」，唯獨缺「不妄語」，但是《無上祕要》卷46的「守忠抱一幽微效征」實即是「不妄語」之意，可看出它套用了佛教的「五戒」。但是，它在吸收外來文化的同時，仍不忘堅持本土文化的地位，創造性的將此「五戒」與儒家的仁、義、禮、智、信等「五常」相擬配，並與「去五欲」、「安五神」的道家固有傳統結合起來，從而成爲道教有代表性的「五戒」。而將「五常」與「五戒」相擬配是東晉以來，佛教以經中「事數」與擬配外事的「革義」遺風影響的一種結果，這種擬配當然最有可能首先出現在佛教，但也不排除道教在佛教「革義」之風影響下首先產生這種擬配的可能。²⁶⁹

道教所談的生命不僅是指人類的生命，並且還包括了宇宙間一切生命在內。道教吸收了佛教「眾生平等」、不殺生的信條，將之和自己原有的敬重生命的教義融合，形成以一切生命存在作爲保護物件的倫理原則，這一原則在道教戒律中得到了充分體現。道教《五戒》的第一戒就是不得殺生；〈老君五戒〉強調不殺乃至沒有殺心，然後才有自我生命的完成；道教〈八戒〉指出不得殺生以自活。〈升玄九戒〉之第四戒爲手不得殺害眾生。《老君說一百八十戒》的第一百七十六戒是不得絕斷眾生六畜之命。《雲笈七籤》卷三十八〈說十戒〉之第二戒爲「不得殺生屠害，割截物命」。《雲笈七籤》卷三十八〈思微定志經十戒〉的第一戒就是不殺，當念眾生。《雲笈七籤》卷四十〈受持八戒齋文〉規定不得殺生以自”。〈太上十戒〉有不得殺生祠祀六天鬼神。〈妙林經二十七戒〉有不得好殺物命、不得殺生淫祀。可以說幾乎所有的道教戒條都規定了不得殺害生命，表現出鮮明的生命中心主義的倫理特色。

凡存一守五神，要在正心，心正由靜，靜身定心，心定則識清，清明則會道，道會神符，號曰真聖，動則忘一，邪亂五神，五神紛紜，躁競煩懣，失道陷俗，三業肆行，違善造惡，六通逕塞，七覺一昏，貪欲無數，無數之慾，念念叢生，不可勝言，五者混闇則身滅命亡，五者淨明則體全年，永年永在於持戒，能持五戒，可以長生。²⁷⁰

第五節「禁」、「戒」、「科」、「律」；〈三皇齋品〉

²⁶⁹ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁194-196。

²⁷⁰ 〈無上祕要〉，《正統道藏·太平部》，冊42，頁418。

一、洞神派

洞神派戒律規範在形式上有其自己的特色，該派對「科」、「律」比較輕忽，而比較注重「禁」、「戒」，以「戒」而論有〈齋持八戒法〉、〈洞神八界戒〉、〈洞神五戒〉和〈洞神八戒〉等；而「禁」在該派戒律規範中地位也比較突出，「禁」、「戒」二者往往並稱，該派經文〈三皇齋立成儀〉宣稱：「夫輕則曰「戒」，重曰「禁」，禁戒者輔身之良方也，學仙家以禁戒為鎧甲，雖入三軍矢刃不能傷，雖處世間災禍不得入。」²⁷¹其「禁」、「戒」的所謂「輕」、「重」之分，似為其他道派所沒有，然而資料顯示，「禁」主要是指仙道修持及養生方面的禁忌，與「戒」偏於社會倫理道德方面的說教卻有較大的不同。在《洞神八帝妙精經》中有所謂的〈十三禁文〉，其內容為唐·張萬福《三洞眾戒文》卷下所徵引，其內容為（按：序號為筆者為方便計所加）：

- 1、禁無施泄（按：《三洞眾戒文》作「精」）命夭沒。
- 2、禁無大食，炁脈閉。
- 3、禁無大飲，膀胱急。
- 4、禁無大溫，消髓骨。
- 5、禁無大寒，傷肌肉。
- 6、禁無寒食，生病結。
- 7、禁無涕（按：《三洞眾戒文》作「欬」），唾失肌汁。
- 8、禁無久視，令目目蔑。
- 9、禁無久聽，聰明閉。
- 10、禁無久泣，神悲戚。
- 11、禁無卒呼，驚魂魄。
- 12、禁無內念，志恍惚。
- 13、禁無恚怒，神不樂。²⁷²

此〈十三禁文〉內容實為養生禁忌，都是延壽養生所要注意的。但是，在《無上秘要》卷49《三皇齋品》另有所謂〈十三禁〉，稱出自《三皇齋立成儀》，其內容為：

- 第一之禁，勿姪慾施泄，令身命天殒。
- 第二之禁，勿陰賊凶虐，則三官執罰。
- 第三之禁，勿殺傷舍氣，則生死執對。
- 第四之禁，勿讒嫉邪佞，則人鬼加害。

²⁷¹ 〈三皇齋品·三皇齋立成儀〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊49，頁436。

²⁷² 〈洞神八帝妙精經〉，《正統道藏·洞神部》，本文類，冊19，頁69；據唐·張萬福〈三洞眾戒文〉卷下所引校補，《正統道藏·洞真部》，戒律類，冊5，頁208。

- 第五之禁，勿竊盜欺濫，則身行黜缺。
- 第六之禁，勿憂悲思念，令精靈恍惚。
- 第七之禁，勿憤怒佚樂，令神爽離越。
- 第八之禁，勿醉酒姪亂，令三官奔潰。
- 第九之禁，勿食五辛血腥，令臟腑臭穢。
- 第十之禁，勿飢飽寒熱，令百病攻結。
- 第十一之禁，勿多語多笑，則虧損神氣。
- 第十二之禁，勿久視久聽，則耳目昏翳。
- 第十三之禁，勿穢慢怠墮，則形神醜悖。²⁷³

由此可看出，後面的〈十三禁〉的第二、三、四、五、八、九、十一、十三條為前面〈十三禁〉所沒有；後之第十條卻涵括了前面第2、3、4、5、6條的內容；後之第十二條也涵括了前面第8、9條；後之第六條與前之第10、12條相當；後之第七條禁喜怒包含了前之第13條怒的內容；第一條同。後者在繼承前者的基礎上對其內容進行較大的補充，因此後者所依據的正是前者，是對前者的進一步發揮。

《三皇齋立成儀》應當是根據《洞神八帝妙精經》的「推步本經，分別儀式」而成。其經改造後的〈十三禁文〉涵攝範圍更加擴大，不再局限於養生禁忌，而增加了不得陰賊凶虐、殺傷、讒嫉邪佞、竊盜欺濫等規定，更為突出了社會倫理方面的要求，和「戒」已經沒有多大的區別。《洞玄靈寶三洞奉道科戒營始》卷4洞神弟子所受戒目中沒看到有〈十三禁文〉，但在《三洞眾戒文序》及《傳授三洞經戒法籙略說》中提到：「洞神三洞要言、五戒、十三戒、七百二十戒門，此三皇弟子所受」²⁷⁴

二、靈寶派

靈寶派的戒律規範可說是「科」、「戒」、「律」三種形式同時存在，但表現出是以「戒」為核心的特色，「戒」與「科」結合稱為「科戒」，「戒」與「律」結合稱為「戒律」，晉宋之際得古靈寶經中戒律規範經典不少，但很少有「科」的，唯一的一部「科」就是《洞玄靈寶長夜之府九幽玉匱明真科》，也就是〈明真科〉二十四條，內含「十善因緣功德報應」和「十四條罪根之目」，其實，靈寶派內部也是將它當作「戒」來看，如宋文明在《通門論》卷下所列舉的止行之戒中就有〈明真二十四誡〉，而《玄門大義》亦稱〈明真科二十四戒〉²⁷⁵。又在南北朝後期到隋唐之初的《三洞奉道科戒經》（即是《洞玄靈寶

²⁷³ 〈三皇齋〉引〈三皇齋立成儀〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊49，頁435-436。

²⁷⁴ 唐·張萬福，〈三洞眾戒文序〉，《正統道藏·洞真部》，冊5，頁208；〈傳授三洞經戒法籙略說〉，《正統道藏·太平部》，冊41，頁668。

²⁷⁵ 〈洞玄靈寶玄門大義〉，《正統道藏》，太平部，冊41，頁658。

三洞奉道科戒營始》)也是「科」和「戒」相聯稱。又該派還出現出「戒」、「律」混同的特點。其「戒」、「律」聯稱的情況大約始於晉宋之際，天師道《老君說一百八十戒》就稱此戒為「長存要律一百八十戒」且其《序》中已出現了「戒律」一詞，稱「人生雖有壽萬年者，若不持戒律，與老樹朽石何異？」²⁷⁶「戒律」一詞亦見於寇謙之的《老君音誦戒經》中，說「道官籙生出受誡律之時，向誡經八拜，正立經前，若師若友執經作八胤樂音誦，受者伏誦經意，卷訖後八拜止，若不解音誦者，但直誦而已。」²⁷⁷這也出現於東晉末至劉宋初問世的古靈寶經中，如《太上洞玄靈寶智慧罪根上品》卷上說：「次有上品百八十戒，中品八十戒，下品四十戒，並元始智慧三品之律，撰為〈觀身大戒〉合三百首」²⁷⁸，該經又有所謂〈十善因緣上戒之律〉、〈上品十戒之律〉(《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經》的〈上品十戒之律〉【即《無上祕要》的〈洞玄十善戒〉】與〈十惡戒〉【即《無上祕要》的〈洞玄十惡戒〉】)，這裡的「戒」和「律」相並出現且含義相同。「戒律」一詞被普遍地使用開始在劉宋陸修靜整理古靈寶經時，「戒律」才被正式確定為靈寶經「十二部」之第六部類「戒律」命名之。²⁷⁹

三、戒法的「止」、「行」

戒法的「止」、「行」之分是靈寶派宋文明首先提出來的。宋文明在其《通門論》卷下對「戒律」的界定中指出：

論誡名體者，誡者，戒也，善惡之心於此為斷、為其界域，故此言「界」也；能修諸法解除眾結，故曰「外」也。戒法有二：一者止，心口為誓，從今日始能斷眾惡，惡於此止，故此曰「止」也；二者行，從今日始至于道場，常行善行，廣為善業，于此常行，故曰「行」也。止行之戒有詳有略，詳者……。²⁸⁰

經察古靈寶經所述諸戒，它們大致分為兩類，一類是禁戒性的，如〈上品十戒之律〉(即《無上祕要》的〈洞玄十善戒〉)、〈十惡戒〉(即《無上祕要》的〈洞玄十惡戒〉)、〈洞玄智慧十戒〉(即《無上祕要》卷 46 的〈洞玄智慧十戒〉亦出自《洞玄智慧經》)、〈智慧閉塞六情戒〉(〈生(昇)玄九戒〉出自《生玄內教經卷第九》，《無上祕要》卷 46 收錄其文，名為〈智慧閉塞

²⁷⁶ 〈太上老君經律·老君說一百八十戒〉，《正統道藏·洞神部》，冊 30，頁 543。

²⁷⁷ 〈老君音誦戒經〉，《正統道藏·洞神部》，冊 30，頁 532。

²⁷⁸ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊 11，頁 762。

²⁷⁹ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 278-283。

²⁸⁰ 敦煌文書 P.2256 號宋文明，〈通門論〉卷下，見李德範輯，中華全國圖書館文獻縮微複製中心 1999 年影印本，《敦煌道藏》，冊 5，頁 2518。

六情上品戒〉、〈昇玄九戒〉）、〈思微定志十戒〉等，這一類戒一般是對行爲作出防範性的規定；其條文中一般含有「不」、「不得」、「無」、「勿」等字眼；另有一類是勸善性的，一般要求爲善積德，如〈十善因緣上戒之律〉、〈十四持身之品〉、〈十二可從〉（即《無上秘要》的〈洞玄智慧十二可從戒〉）、〈智慧度生死上品大戒〉（即《無上秘要》的〈智慧度生死上品大戒〉）、〈智慧十善勸助上品大誡〉等。宋文明所說的「止」大體相當於第一類，而「行」爲第二類。一般來說，消級禁止性的內容都屬於「止」的範圍，而如行善之類要求積極主動踐行的內容則屬於「行」。這種戒法的「止」、「行」之分在南北朝中期成書的上清派經典《洞真太霄琅書》也有所體現。²⁸¹

小結（戒律）

道教是中國土生土長的宗教，它在中國傳統文化背景中孕育、產生，在中國傳統文化背景中發展，與儒家、佛教等其他文化體系共同存在於中國傳統社會之中，其思想內容、表現形式、功能作用必然與這些文化體系產生各種聯系。相對於道教而言，這些文化體系可統稱爲同一生存母體中的外部環境。

三綱五常是儒家禮制之本，道教戒律將其吸收進來。《無上秘要》的道教五戒有〈升玄五戒〉、〈洞神五戒〉、〈正一五戒〉等形式。在這些五戒中，〈正一五戒品〉中提到「五戒」與五常的配對：

- 一、行仁，慈愛不殺，放生度化，內觀妙文，目久久視，肝魂相安。
- 二、行義，賞善伐惡，謙讓公私，不犯竊盜，耳了玄音，肺魄相給。
- 三、行禮，敬老恭少，陰陽靜密，貞正無姪，口盈法露，心神相合。
- 四、行智，化愚學聖，節酒無昏，腎精相合。
- 五、行信，守忠抱一，幽顯效征，不懷疑惑，始終無忘，脾志相成。²⁸²

可見，《無上秘要》的道教將「五戒」與「五常」相匹配。五常爲因，五戒爲果。就是說，由於奉侍五常，所以能夠受持五戒。²⁸³由此可見，道教是將人道與仙道統一起來，而不是割裂二者。²⁸⁴

道教戒律強調要盡忠孝，並宣揚儒家的仁義禮智信和忠恕之道。如約出南

²⁸¹ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 300-301。

²⁸² 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，冊 42，頁 419。

²⁸³ 聖凱，〈論佛道儒三教倫理的交涉——以五戒與五常爲中心〉，載《世界弘明哲學季刊》，2001 年 6 月號。

²⁸⁴ 唐怡，《道教戒律研究》，（四川：巴蜀書社，2008 年），頁 142。

北朝的《正一法文天師教戒科經》說：「欲奉道，不可不勤事師，不可不敬事親，不可不孝事親君……不可不教仁義，不可不行施惠。」²⁸⁵《無上秘要》《智慧罪根上品大戒經》要求：「與人君言，則惠於國；與人父言，則慈於子；與人師言，則愛於眾；與人兄言，則悌於形；與人臣言，則忠於君；與人子言，則孝於親；與人友言，則信於教；與人婦言，則貞於夫；與人夫言，則和於室；與人弟言，則恭於禮。」²⁸⁶而《正一五戒品》中則將儒家倫理核心的「五常」即「一曰行仁，二曰行義，三曰行禮，四曰行智，五曰行信」直接納入戒律中。

早期道教原無正式戒條，但有所謂「道誡」。早在《太平經》與《老子想爾注》中有些「道誡」記載。後來在演變過程中，在吸收儒家倫理道德規範的基礎上，道教借鑒佛教戒律的形式和內容發展出自己的戒律。²⁸⁷

隨著道教的發展，尤其是兩晉南北朝時期，上清、靈寶、新天師等道派製作大量戒文，戒律從內容到形式逐漸詳盡完備，條目往往成百上千，幾乎涉及道士日常生活各個方面的細節。這其中又分許多種類，戒條有簡有繁，制條有鬆有緊。就內容而言，有「三戒」、「五戒」、「八戒」、「十戒」、「二十七戒」、「三百大戒」之分，有「有得戒」、「無得戒」之別。就品級而言，又有「上品戒」、「中品戒」、「下品戒」幾大類。

這一時期的道教戒律適應道觀興起的需要，獲得了極大的充實，過去粗疏簡略的規定已被比較充實完備的內容和形式所取代了，為後世道教戒律的成熟奠定了基礎。到了隋唐時期，道教戒律理論豐富，出現了不少重視戒律建設的高道，如張萬福、朱法滿、張君房等，他們系統地編纂和整理了道教戒律。

道教戒律是在佛教戒律的影響下發展完備起來的。佛教戒律有「三皈」、「五戒」、「八戒」、「十戒」、「具足戒」，甚至還有比丘的三千威儀，八萬細行。與此相應，道教戒律在形式上也有「三戒」、「五戒」、「八戒」、「十戒」、「二十七戒」、「三百大戒」之分。

佛教講求皈依佛、法、僧三寶。道教戒律也有「三皈戒」之說。在南北朝後期《太上老君戒經》中論及「三皈」：「老君說：若男子、女人聞法生信，皈身三寶，即時稽顙皈身大道、皈神大道、皈命大道。」²⁸⁸唐代張萬福《三洞眾戒文》卷上有〈始起心人道三皈戒文〉說：「命男女伏受三皈依戒：第一戒者皈身太上無極大道；第二戒者皈神三十六部尊經；第三戒者皈命玄中大法師。

²⁸⁵ 《正一法文天師教戒科經》，《正統道藏·洞神部》，戒律類，冊 30，頁 565。

²⁸⁶ 《太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經》，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊 11，頁 762。

²⁸⁷ 一般認為道教最早的具條文式的戒律，是據《老子想爾注》而造作的《道德尊經想爾戒》。見于唐怡，《道教戒律研究》，頁 149。

²⁸⁸ 《太上老君戒經》，《正統道藏·洞神部》，戒律類，冊 30，頁 517。

天尊曰：三皈戒者，天地之樞紐，神仙之根祇，發行之初門，建心之元兆。」²⁸⁹此說一直沿用至近世。清初全真道戒律中稱「凡初入太上正宗法門不問道俗，必先依此道、經、師三寶。」²⁹⁰三皈戒于修道之士而言是眾戒之首，是必須受持的最基本的戒律。這與佛教是相同的，且是受佛教的「三皈」影響而出現的。

小乘戒以「五戒」為根本，一切戒條均依「五戒」而立。其「五戒」是不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒。這是在家優婆塞、優婆夷所受持的五條制戒。²⁹¹道教在其影響下，形式上採用「五戒」的戒律有〈洞神五戒〉、〈正一五戒〉、〈升玄五戒〉、〈老君五戒〉等，內容上各有特色，不盡相同。與佛教之「五戒」相比，「積功規根五戒」除以「不口是心非」代替「不妄語」外，其他四項內容一致。

在中國傳統社會中，儒佛道三者的倫理思想相互影響，佛教的「五戒」和道教的「五戒」與儒家的「五常」又相配對，據聖凱法師考証，這一點佛教戒律受道教戒律的影響，「五戒與五常、五行等配對最早來自道教，而且，很可能來自上清派之手。後來，北魏太武帝法難後，縣靖在製作《提謂經》過程中吸收了道教的說法。」²⁹²

在形式上，道教也有所謂「十善」，但內容與佛教「十善業」不盡一樣：一者實言、二者直語、三者通知、四者講誦、五者謙讓、六者舍財、七者內外貞潔、八者慶贊、九者歡喜、十者敬信三尊。²⁹³或者：一孝順父母；二忠事君師；三慈心萬物；四忍性容非；五諫淨蠲惡；六損已就窮；七放生養物，種諸果林；八道邊舍井，種樹立橋；九為人興立除害，教化未悟；十讀三寶經律，恒奉香花供養之具。²⁹⁴

通常一般人把戒和律合為「戒律」併成一解，把它理解成如三戒、五戒、八戒、一百八十戒、三百大戒等條文式「戒」的形態，這種理解很容易得出來道教戒律形成於東晉時期的結論，因為條文式戒成為一種最普及的戒律規範形式確實是在進入東晉以後，這可懷疑應是佛教戒律影響下的一種結果。但是可議之處是，道教戒律不僅包括上述戒的內容，還包括非條文式的道誡、科、

²⁸⁹ 〈三洞眾戒文〉，《正統道藏·洞真部》，戒律類，冊5，頁208。

²⁹⁰ 〈碧苑壇經〉，《藏外道書》，冊10，頁159。

²⁹¹ 另一說，佛教最重要的戒條是「五戒」，為所有出家、在家佛教徒所必須遵守，其內容是不殺生、不與取、不邪淫、不妄語、不飲酒。見唐怡，《道教戒律研究》頁154。

²⁹² 聖凱，〈論佛道儒三教倫理的交涉－以五戒與五常為中心〉，載《世界弘明哲學季刊》，2001年6月號。

²⁹³ 〈雲笈七籤〉卷38，《道藏》，冊22，頁267。

²⁹⁴ 唐怡，〈道教戒律研究〉，頁149-158。〈雲笈七籤〉卷38，《道藏》，冊22，頁258。

禁、律等；而且，作為道教重要構成要素之一的戒律，似不應遲至東晉方始形成，若真是如此，那漢魏時期的道教以何為立教行教之具？本文使用了「戒律規範」一詞，這是一個比較廣義的概念，它以條文式的戒、律為核心，還涵攝了一些與之相關的範疇如非條文式的道誡、科、禁等。

東晉以前，佛教對道教的影響至為微弱，但自東晉南北朝以後，隨著佛教影響的擴大，其在教義理論和制度規範等方面的優勢也漸漸顯現出來，這對道教來說既是挑戰，亦是鞭策，同時亦為其義學理論的構建，戒規制度的完善提供了可資借鑒的寶貴條件。考查東晉南北朝時期的道教各派戒律規範，可以找出他們大都明顯打下過佛教影響的烙印，譬如洞神派的主要戒律以三、五、八戒為形式，明顯帶有模仿佛教在家戒的性質；靈寶派戒律與佛教大乘菩薩戒間有極深的淵源關係，故而就以較多的十戒和願念為其特色；在南北朝各道派之中，上清派可算是保存了較多的道教傳統特色，但是到了南北朝中期，其教法也明顯的表現出佛教影響的痕跡。如《洞真太上太霄琅書》八〈十善十惡訣〉（〈洞玄十善戒〉、〈洞玄十惡戒〉）所說的「三業」、「十惡」等顯然是完權照搬了佛教的說法，又其「十善」內容雖與佛教內容有所不同，但形式上沒有疑問的是受到了佛教大乘戒的影響，而作為其戒律集大成之作的〈智慧觀身三百大戒〉（〈洞真智慧觀身大戒經品〉），乃是以靈寶派〈三元一百八十戒〉為藍本而形成的，亦可以這麼說是間接地受到了佛教「二百五十戒」的影響；其他如天師道的〈老君說一百八十戒〉、升玄派的〈升玄一百二十九戒〉等，不管是在形式上或是在內容上都曾受到了佛教的影響。

總而言之，這一時期的道教與佛教、儒家之間，比較多表現出來道教對儒佛兩家思想的融貫和吸收（至於道教與道家本難截然地分開，其間的融攝關係暫且不論），相對而言，儒佛兩家受道教的影響則不是那樣的明顯，至少就以戒律規範來講應是如此，這都是因為當時的道教尚處於開創時期的一種反應。當然不一樣的例子也是有出現的，如《升玄內教經》（〈生（昇）玄九戒〉）的「以無法為法、無相為相、無戒為戒」思想，曾影響到唐代的禪宗而宋文明有關戒法的「止」、「行」之分，也似對唐代的律宗也產生過影響。

對動物，道教戒律主張尊重、保護、積極救助，以不殺生為大戒，如《無上祕要》卷46的〈智慧度生死上品大戒〉（頁416）「其四者，施惠鳥獸，有生之淚，割口飴乏，無所愛惜，世世飽滿，常在福地。」卷45的〈玉清下元戒品〉（頁403）「道學不得籠飛鳥走獸。」。和對待動物一樣，道教也尊重植物，主張愛惜、保護植物的生命，如卷45的〈玉清下元戒品〉（頁400）「道學不得以火燒田野山林。」「道學不得無故伐樹木。」。又道教對水土資源十分重視，在戒律中強調要保護水土資源，如卷45的〈玉清下元戒品〉（頁401）「道學不得以毒藥投淵池江海中。」（頁403）「道學不得塞井及溝池。」。

更進一步說，若從宗教神學點切入來看，通過對於這一時期的道教戒律規範的思想內容、表現出形式和基本原理的具體分析，可看出這一時期道教戒律規範的重大發展還是與其所堅持的自身本位立場是不能分開、亦不可分離的。

陳寅恪先生曾說：「道教對於外來輸入的思想，如佛教、摩尼教等，都是盡其力去吸收其精華，然仍不忘其本來民族的地位；既融成一家之說以後，則堅持夷夏之論，以排斥外來之教義。此種思想史上的態度，自六朝時已是如此。」²⁹⁵此乃是就其在吸收外來文化（主要是指佛教文化）時所表現出來的「文化本位立場」而言。考之於這一時期的道教戒律規範也確實表現出來有這樣的一種意識，如天師道的〈老君說一百八十戒〉、上清派的〈智慧觀身三百大戒〉、洞神派的「三戒、五戒、八戒」等，雖說是帶有模仿佛教小乘在家戒和出家戒的性質，然而實亦有隱隱有與之相對抗之意。然而事情實相不僅於此，道教在融貫吸收儒家和道家思想時也同樣存在著一個本位立場的問題。

湯一介先生曾指出：「從寇謙之的《雲中音誦戒經》和陸修靜的《道門科略》、《洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀》等的內容來看，這些道教領袖往往把佛教的戒律和儒家的禮法都納入在他們的戒律和規儀中，但是儘管寇謙之在教規教儀方面『專以禮度爲首』、陸修靜以爲『禁戒以閉內寇，威儀以防外賊，禮誦役身口，乘動以返靜』，而如果他們的戒律、規儀全和世俗的禮法一樣，那也就不成其爲宗教的戒律、規儀了，所以在他們制訂的戒律、規範中，已確有一些屬於道教特有的東西在。」²⁹⁶道教隱有的東西是什麼？那就是長生成仙。道教在成長的過程中，可能融貫吸收各種思想成分，但所有這一切都必須服從于其長生成仙的主旨，像儒家的倫理、世俗的禮法、魏晉玄學與佛教般若中觀學說等，對道教理論體系的構建可能具有方法論、認識論等方面的重要意義，但是在價值觀等核心部份，尤其是生命終極價值問題，始終並未脫離道教仙學籓籬。²⁹⁷故以戒律規範而論，道教戒律固然吸納了不少佛教戒律和世俗禮法的營養成分，但畢竟與它們不能等同：它與佛教戒律相較，像深閉其經、絕不輕傳之類傳經禁戒、奪算減命、身喪失經、罰功斷事、七祖受考的懲罰措施，以及首謝、投環等贖罪辦法，均非南亞次大陸所孕育的佛教文化所能有的；而與世俗禮法相較，它雖然在形式上借用了「科」、「律」等世俗國家政令形式，內容上與世俗禮法亦多相出入，但是卻賦予了它們以宗教所獨有的神學內涵，其懲罰措施多訴諸於來世即主要是以長劫果報和長生成仙相制約，這與世俗禮

²⁹⁵ 陳寅恪，〈馮友蘭（中國哲學史）下冊審查報告〉，載《金明館叢稿二編》，（上海：上海古籍出版社，1980年），頁252。

²⁹⁶ 湯一介，《魏晉南北朝時期的道教》，（陝西：陝西師範大學出版社，1988年），頁12。

²⁹⁷ 參見王曉毅，〈淺談魏晉玄學對儒釋道的影響〉，《浙江社會科學》，第5期，2002年，頁107-111。

法之立足於現實迥異，至於首謝，投環之類的贖罪方式亦是世俗禮法所學不來的。

最後，從實際持行的角度來看，通過對這一時期道門中人實際持行狀況的考察，可發現，隨著道教組織形式和根本旨趣的重大轉變，到南北朝時期道士出家之風逐漸形成，道門風氣大為轉好，較之魏晉時期已不可同日而己，特別是其時湧現出一大批以戒行自修，居貧守約，虔心奉道者，他們激濁揚清、「儀軌一眾」，使道館（觀）組織內部逐步形成了一整套的制度規範，為教徒的正常宗教生活和教團組織的規範化發展提供了強有力的保障，使宮觀制度這一正統官方化道教的基本組織形式得以最終確立，為隋唐以後的穩定發展打下了基礎。²⁹⁸

²⁹⁸ 伍成泉，《漢末魏晉南北朝道教戒律規範研究》，頁 357-360。

第五章《無上祕要》的各種齋法

《隋書卷 35·志 30·經籍志 4》說：

其受道之法初受五千籙，次授三洞籙，次授受洞玄籙，次受上清籙，籙皆素書，紀諸天曹，官屬佐吏之名有多少。又有諸符，錯在其間，文章詭怪，世所不識。受者必先潔齋，然後齋金環一，並諸贊幣，以見於師，師受其贊，以籙授之，仍剖金環，各執其半，云以為約，弟子得籙，誠而佩之。其潔齋之法，有黃籙玉籙金籙塗炭等齋。為壇三成，每成皆置縣蕝，以為限域，傍各開門，皆有法象。齋者亦有人數之限，以次入縣蕝之中。魚貫兒而縛，陳說愆咎，告曰神明祇，晝夜不息，或一二七日而止。其齋數之外有人者，並在縣蕝之外，謂之齋客，但拜謝而已，不面縛焉。而又有諸消災度厄之法，依陰陽五行數術，推人年命書之，如章表之儀，並具贊幣，燒香陳讀，雲奏上天曹，請為除厄，謂之上章。夜中，於星辰之下，陳設酒脯餅餌幣物，歷祀天皇太一，祀五星列宿，為書如上章之儀以奏之，名之為醮。²⁹⁹

言及潔齋之法，有黃籙、玉籙、金籙、塗炭等各種齋法。「立壇時為壇三成，每成皆置縣蕝，以為限域，傍各開門，皆有法象。入壇時齋者魚貫兒入縣蕝之中。縛而陳說愆咎，告曰神明，晝夜不息，或一二七日而止。」又有諸種消災度厄之齋法，依陰陽五行數術，推人年命，章表之儀，燒香陳讀，奏上天曹，請為除厄，謂之上章。

道教的齋醮儀式，可追溯至祖天師的〈三官手書〉，和寇天師的〈雲中音誦新科之誡〉，到了南朝劉宋時的陸靜修演成大型分類齋儀，陶弘景又因齋設醮，制定齋儀。

道教的齋醮儀式非常講究，格調也有嚴格區分，《靈寶玉鑿》說：「大齋之格其品有三，一曰上元金籙，二曰中元玉籙，三曰下元黃籙。」金籙大齋科儀有：宿啓、啓盟、三朝、九朝、解壇、祈禳、設醮、轉經等科儀。玉籙大齋科儀有：九朝、資度、宿啓、三朝、轉經、判斛、濟幽等科儀。黃籙大齋科儀，經南北朝、隋、唐、宋、元、明不斷演進，科儀衆多，《道藏·洞玄部》內有：太上黃籙齋儀 58 卷、無上黃籙大齋立成儀 57 卷、黃籙大齋轉經儀、黃籙五老悼亡儀等，皆普召天神地祇人鬼而設，追懺罪根，冀升仙界，不可思議之宏偉隆重科儀。清·乾隆 15 年刻印的《黃籙科儀》，卷 1 至卷 9 為發奏、建壇、

²⁹⁹ 隋唐·魏徵、長孫無忌等奉敕修撰，《隋書卷 35·志 30·經籍志 4》，頁 535。

宿啓、拜表、早朝、午朝、解壇、設醮各項科儀；卷 10 爲總聖科儀；11 爲通用文檢；12 爲秘符手訣，壇圖印式，步虛散花，樂譜贊文。

隋·唐以後齋醮聯稱，或直稱醮。自唐·宋·金·元陸續建有黃籙大醮、金籙醮、黃籙醮、羅天醮儀、北斗星醮儀、金籙醮、普天大醮、無上黃籙大齋立成儀、黃籙普天大醮、黃籙大醮、金籙周天醮、周天醮、金籙大醮、普天醮，元·大德 4 年修成《靈寶領教濟度金書》。到了明代更是建醮成風，如萬壽醮、生辰醮、祈年醮、太平醮、度亡醮……等等，名目繁多。道教的齋醮儀範也在明代整理定型了一部《大明玄教立成齋醮儀》，這部齋醮儀範的一些法事至今還保留在正一道場中。

道教徒做道場法事的規矩程式，依不同法事定的不同形式，按一定法事形式準則做道場叫「依科闡事」，俗語說「照本宣科」。道教徒把這種「底本」叫做「科儀本」，把做某種法事的「底本」叫做「某某科儀」。如開壇法事的「底本」叫「開壇科儀」，蕩穢叫「蕩穢科儀」，簡稱叫開壇科，蕩穢科。³⁰⁰

齋醮科儀有陽事與陰事之分，也就是有清醮與幽醮之分。清醮有祈福謝恩，卻病延壽，祝國迎祥，祈晴禱雨，解厄禳災，祝壽慶賀等，屬於太平醮之類的法事。幽事有攝召亡魂，沐浴渡橋，破獄破湖，煉度施食等，屬於濟幽度亡齋醮之類的法事。³⁰¹

《無上祕要》的主要齋法中，其齋事目的多爲拔度先祖，消災解厄之用，現可依據其教派不同的分類，將洞神、正一、靈寶和上清等派區別開來，其主要齋法可歸納如下：

一、就齋事的目的而言，宿啓是道士在舉行正式齋儀 整套儀式進行的步驟。《無上祕要》的〈授度齋辭宿啓儀品〉、〈靈寶齋宿啓儀品〉皆爲〈宿啓儀〉的屬類。

二、《無上祕要》的主要齋法可歸納爲：

（一）洞神三皇齋品：三皇齋、上清齋以修真求仙爲主要訴求。三皇齋在陸靜修的說法，爲以「絕塵期靈」爲主。

（二）正一塗炭齋品：塗炭齋則用以謝過。

（三）靈寶明真齋品，靈寶三元齋品，靈寶金籙齋品，靈寶黃籙齋品：金籙齋的主要功用爲上消天災，保鎮帝王。金籙齋、自然齋、指教齋則以消災祈福爲

³⁰⁰ 閔志亭，《道教全真科儀》，頁 6。

³⁰¹ 閔志亭，《道教全真科儀》，頁 7。

主；黃籙齋、明真齋以拔度幽魂為目的；三元齋、八節齋、則用以謝過。陸修靜將明真齋限為「學士」，而杜光庭的唐代已經不限學士了。餘如黃籙齋、自然齋、塗炭齋、指教齋、太一齋則身分不限。

唐宋以金籙、玉籙及黃籙並稱三籙齋儀，可見於《隋書·經籍志》說：「其潔齋之法，有黃籙、玉籙、金籙、及塗炭等齋。」《佛祖統紀》卷三十五亦說：「二年，老君降天臺山，以大洞靈寶經授仙人葛玄，及上清齋法並三籙，金籙保鎮國祚，玉籙保佑貴族，黃籙拔度七祖。」

（四）上清太真下元齋品，上清太真中元齋品，上清太真上元齋品：道士自身修持有上清諸齋、明真齋、三元齋、八節齋、三皇齋等。

以下對於各種齋法的敘述、表列方式，將儘可能採用周西波研究杜光庭道教儀範的方式，隨條逐出。而這似乎是周先生的研究方式較少有相似的研究出現。

第一節、齋事的宿啟儀

《無上秘要》的傳授儀按法次分五等，每一等法位傳授儀各占一卷的篇幅。卷 35 題名為〈授度齋辭宿啟儀品〉，排在五卷法位傳授儀之前，實際上是各法位傳授儀共用的〈宿啟儀〉。對照卷 35 的題名〈授度齋辭宿啟儀品〉和卷 48 的題名〈靈寶齋宿啟儀品〉可以看出《無上秘要》的傳授儀採納了靈寶齋儀程式，以下的各法位傳授儀舉行之前都須按靈寶齋儀程式先行〈宿啟儀〉。也就是（道德、洞神、洞玄、洞真）各法位的傳授儀，基本上都採用靈寶齋儀規（如法信、設壇、置案）和行道階段節次。³⁰²

在杜光庭之前有關宿啟儀的記載，主要見於《無上秘要》。杜光庭在《太上黃籙齋儀》卷 53〈讚導〉中亦載有宿啟儀式，其儀節稍有不同。《無上秘要》卷 35〈授度齋辭宿啟儀品〉和卷 48〈靈寶齋宿啟儀品〉現敘之如後：

杜光庭於唐末五代經常為帝王貴族辦齋醮，對金籙齋的功用，在《金籙齋啟壇儀·序事》說：

上元金籙為國主地王鎮安社稷，保佑生靈，上消天災，下穰地禍，制禦劫運，寧肅山河，摧伏妖魔，蕩除兇穢，或五星失度，四氣變常，二象不寧，兩曜孛蝕，天傾地震，川竭山崩，水旱為災，螟蝗害稼，疫毒流

³⁰² 呂鵬志，《唐前道教儀式史綱》，（北京：中華書局，2008年，頁268。

布，兵革四興，猛鷲侵凌，水火漂灼，冬雷夏雪，慧孛呈妖，皆當於名山洞府，古跡神鄉精備信儀，按遵科典，修金籙寶齋，拜天謝過，責躬引咎，思道祈靈，可以穰卻氛邪，解銷災變唯在精苦殫罄，竭節輸誠，可致通惑爾。

即舉凡重大的自然變異或戰禍，皆可藉由金籙齋來加以穰卻解消，使得金籙齋的運用範圍更擴大更廣泛，也更加符合統治者的心理需求。

在《道藏》中杜光庭所修訂的金籙齋儀，包含二個部份，一是啓壇儀，有〈金籙齋啓壇儀〉一卷；一是懺方儀，有〈金籙齋懺方儀〉一卷。二卷均收錄於《正統道藏·洞玄部·威儀類·體字》。

杜光庭的〈金籙齋啓壇儀〉區分為二大部分，一是〈序事〉，其次是〈宿啓儀〉。〈序事〉是主要在於說明金籙齋的功用、壇場的佈置、燃燈的方法、所需的用品、信物及行道的人數、時間長短等，屬於齋前的準備工作內容。〈宿啓儀〉則是列舉整套儀式進行的步驟。

宿啓是道士在舉行正式齋儀之前，齋潔懺悔，禮拜十方，啓告齋事目的的儀式。朱法滿《要修科儀戒律鈔》卷 8〈齋名鈔〉說：「於靈寶齋中，或爲半景，半景之齋即是宿啓。宿啓齋無言功，唯只一時兩時懺悔，亦不三時上香。既闕步虛，亦略禮經一節，或小小齋中三歎願，隨時去取，逐便製儀，既非大集，心達而已。」蔣叔輿《無上黃籙大齋立成儀》卷 16（科儀門一·古法宿啓建齋儀）說：「既欲爲人建齋，則當預告真靈修齋之意，古科宿起啓，必在建齋之日時，而陸天師所撰《靈寶道士自修盟真齋儀》則不宿啓，止於齋日清旦說戒，接續登齋行道，繼以言功口表正（止）。」《靈寶玉鑑》卷 13 說：「宿啓者，正齋前一日，取吉時，建壇設席，補職說戒，宣科勵眾，關聞三界，即是啓告之夕，非正齋行道之日也。」可知宿啓的主要作用在於向神靈預告修齋之意，並完成職務之分配，以宣說行道過程之中所應遵守的各項戒律。

宿啓儀式程式爲「尊卑相次，預借皆沐浴薰香，新潔法服簡履，壇坐一一如法，列玄師³⁰³之前，條施職品，各司所任」。

《無上秘要》卷 35〈授度齋辭宿啓儀品〉與卷 48〈靈寶齋宿啓儀品〉之比較：

《無上秘要》卷 35〈授度齋辭宿啓儀品〉	《無上秘要》卷 48〈靈寶齋宿啓儀品〉
沐浴，齋香火，詣師，禮三拜，叩頭長跪授辭，投辭文。	

³⁰³ 按「玄師」乃道教構造之靈寶派神明，舉行齋儀時每於壇中設「玄師位」供奉。

入道場密咒法。	齋官尊卑次序入治戶，於戶外叩齒三通咒。
	入齋堂，各三撚香，左回繞高座一周，東向
入靜思三師法	
	叩齒 24 通
發爐法	唵咒（同發爐咒）
啓事法	啓事
讀辭	
智慧詠三首	
歸命一切天尊（十方）	歸命一切天尊（十方天尊）
說戒諸眾伏受	法師還東面西說戒
署眾官	署置眾官
宣科	宣科
各禮師再拜	各禮師再拜
師東面長跪啓請仙官	師東面長跪啓請仙官，宣辭
復爐法	復爐
奉戒頌	奉戒誦
出道場密咒法	出道戶咒法

蓋《太上黃籙齋儀》卷 53（讚導）說：「故啓齋儀雲：眾官相率先行自然朝，至三禮後即告齋、署職、說戒、宣科，明旦晨曉，依法行道。」「又按金籙古儀及黃籙舊法，宿啓之夜及言功之時，皆先作自然朝，然後行齋事。」呂太古《道門通教必用集》卷 6（讚導篇）引此文，而於「自然朝」下有小字注說：「即禮十方、懺悔、三禮是也。」而之所以必須加入自然朝儀，原因在於「以齋法出於自然朝，示不忘本也。」可見這一部份是沿襲古制，非杜光庭所創，故說：「此法自張天師、陸先生、寇天師、張清都相傳至今，頗歷年代。」對於宿啓時先作自然朝的儀式記載，在敦煌p.3282 號寫卷中有記載著，今將其部份文字錄如下：³⁰⁴

35 宿啟，法師先依常作自然朝，朝法如左：

36 齋官尊卑次序入道戶，左行繞香火一周，東

37 向叩齒二十四通，咒曰：

（略）

45 畢。齋官一時三撚香，各稱位號。

³⁰⁴ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 99-104。

(略)

57 畢。便北向十拜，迴心禮十方。(出《金籙簡文》)

58 次十方懺，懺曰：

(略)

64 畢。起向北詠禮經咒三首。(出《智慧寶真安志本願大品誡經》中)

(略)

74 畢。一時稽首三拜，長跪啟曰：

(略)

94 畢。一時東向平立，誦《智慧》三首曰：(出《智慧觀身大戒經》)

(略)

104 畢。一時北向，首體投地，迴心禮十方。還向東而

105 伏。法師還東面西說戒曰：

(略。第 107 行後殘缺。)³⁰⁵

陸修靜撰的《古法宿啓建齋儀》是修建齋儀的典範，其齋儀內容與《無上秘要》卷 48(靈寶齋宿啓儀品)大多相似。齋儀進行開始，由具法位的三天化主玄中大法師啓請「無上三天玄元始三氣太上老君」召出其身上的三五功曹，令所啓速達徑禦「太上無極大道至真玉皇上帝」禦前。先是燒香禮拜，皈身、皈神、皈命太上十方靈寶自然至真無上大道，特乞赦除前世今生生死所行的重罪過失。然後再經過一些皈命、懺悔及稽首禮謝無上十方正真三寶的儀式，皈命無極大道天尊、懺悔前世今生所犯的所有戒律，並且祈願齋主及修齋的法師及一切眾生身入至仙，會道合真。稽首的三寶即為「太上無極大道一拜、至真無上三十六部尊經真文寶符一拜、太上三尊十方眾聖玄中大法師一拜。」³⁰⁶

其齋儀又載：「修齋求道，皆當一心，請奉十戒。」「然後行道，庠序雅布，靜心閉意，坐起臥息，不離儀格。則天王歡悅，列名上清。可謂得道在方寸之間。」³⁰⁷以下為《古法宿啓建齋儀》十戒：

第一戒者：心不惡嫉，無生陰賊，檢口謹過，想念在法。

第二戒者：守仁不殺，溥濟群生，慈愛廣救，潤及一切。

第三戒者：守正遜義，不淫不盜，常行善念，損己濟物。

第四戒者：不色不欲，心無放蕩，正潔守謹，行無玷污。

第五戒者：口無惡言，言不華綺，內外中直，不犯口過。

第六戒者：斷酒節行，調和氣性，神不損傷，無犯眾惡。

第七戒者：不得嫉人勝己，爭競功名，每事推遜，退身度人。

³⁰⁵ 見大淵忍爾，《敦煌道經·圖錄篇》，(東京：福武書店，1979年)，頁 141-142。

³⁰⁶ 〈無上黃籙大齋立成儀〉，《正統道藏·洞玄部》，冊 15，頁 1-17。

³⁰⁷ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 285。

- 第八戒者：不得評論經教，訾毀聖文，躬心承法，常如對神。
第九戒者：不得開亂口舌，評詳四輩，天人咎恨，傷損神氣。
第十戒者：舉動施為，平等一心，人和神穆，行常使然。³⁰⁸

科儀中時常用到〈智慧頌〉，此原出於《智慧觀身大戒文》，載於開頭即所錄戒文之前，本名是〈太微天帝受戒時頌〉：

智慧起本無，朗朗超十方。結空峙玄霄，諸天挹流芳。其妙難思議，虛感真實通。有有無不有，無無無不容。
智慧常觀身，學道之所先。眇眇任玄肆，自然錄我神。天尊常擁護，魔王為保言。晃晃金剛軀，超超太上前。
智慧生戒根，真道戒為主。三寶由是興，高聖所崇受。汎此不死舟，倏歛濟大有。當此說戒時，諸天來稽首。

對於《洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀》，《道藏提要》、《道藏通考》均認為係節錄自陸修靜原文而成。而且「授上品十戒選署禁罰」節題下又有小字注明係「悉准按採用陸法師所撰立文」，所以此處應用〈智慧頌〉於授十戒儀，當係陸修靜所訂科儀中原有之內容。

除此以外，還有一個旁證可以證明陸修靜科儀中已經應用了〈智慧頌〉。《無上秘要》卷 35 至卷 57 為科儀部分，其中上述的〈智慧頌〉出現了三次，分別是卷 35 〈授度齋辭宿啓儀品〉（頁 350）、卷 48 〈靈寶齋宿啓儀品〉（頁 428）和卷 50 〈塗炭齋品〉（頁 443）。現拿《洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀》的〈授上品十戒選署禁罰〉過程與《無上秘要》所載這三種科儀的相關過程對照，就可以發現十分類似，對照如下：

《洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀》：

誦《智慧頌》——誦畢，一時北向首體投地，迴心禮十方，還向東而伏——法師還東，面向西說戒威儀——說戒畢，法師依舊選署眾官，眾官長跪受簡劄，明日行道各典所署——選署畢，左迴上香，東向祝，復香，眾官引行出治，按次列坐，勿解帶。法師更為宣科說禁，告示威儀，眾官靜聽。

《無上秘要》卷 35 〈授度齋辭宿啓儀品〉：

《智慧詠》三首——歸命一切天尊——師西面平坐說戒，諸眾伏受——

³⁰⁸ 〈無上黃籙大齋成立儀〉，《正統道藏·洞玄部》，冊 15，頁 1-17。

署眾官——科罰愆失三十六條——宣科訖，各禮師再拜。（注出《玉清誠》）

《無上秘要》卷 48〈靈寶齋宿啓儀品〉：

啓奏畢，一時東向平立，誦《智慧》三首——歸命一切天尊——法師還東，面向西說戒——署置眾官——科罰愆失三十六條——宣科訖，各禮師再拜。（注出玉籙³⁰⁹清誠）

《無上秘要》卷 50〈塗炭齋品〉宿啓部分：

《智慧頌》三首——法師還東，面向西說戒，諸眾伏受。

由此可以認爲《無上秘要》的宿啓儀，是承陸修靜所訂科儀發展而來。所以《洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀》中採用〈智慧頌〉的〈授上品十戒選署禁罰〉一節科儀，可以認爲是陸修靜的原作。〈智慧頌〉均使用於宿啓儀式中，不見於其他儀式中，蓋其乃針對「說戒」而使用，而齋儀中均於宿啓中說戒之故。

再者是後世禮燈儀常用的〈明燈頌〉，亦原出《智慧觀身大戒文》，原名〈太上明燈頌〉。道教燈儀的形成，始於劉宋時期。劉宋陸修靜制訂齋醮科儀時，已制訂燃燈禮祝儀傳世。陸修靜《燃燈禮祝威儀》有〈明燈贊〉三首：

太上散十方，華燈通精誠。諸天皆亦然，諸地悉朗朗。我身亦光徹，五藏生華榮。炎景照太無，遐想繁玉清。丹精寄太無，玄陽空中嚮。含形滅苦根，幽妙至真想。垂華不現實，因緣示光象。我身亦如之，乘化託流景。夜光表陽丹，迢迢照靈室。諸天普光顯，諸陰即已滅。我神亦聰明，常玩智與慧。逍遙適道運，遷謝任天勢。舉形躡空洞，夜燭煥流萃。

《無上秘要》卷 66（明燈品）亦錄頌，名（明燈頌），云出《洞真智慧大戒經》。

與文士們的〈燈銘〉、〈燈賦〉不同之處，此明燈贊融入了道教的禮論，在後世齋醮法壇上，成爲流傳不衰的禮燈贊詞。陸修靜《洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀》論法燭說：

燭者，有光之物，佐月輔日，開昏朗暗，用其明得有所見也。邪曲無法則無以自正，用法無明則莫見得失，欲正不可無法，用法不可無明。³¹⁰

³⁰⁹ 大淵忍爾認爲「籙」字衍，並指出《玉清誠》即《觀身大戒》。見大淵忍爾《道教的經典》，東京，創文社，1997年。

³¹⁰ 《道藏》，冊9，頁822。

道教上灯之法，「將闇上灯，名爲續明，闇後上灯，名爲灯明。」³¹¹正因爲灯是齋醮必備禮儀，在齋醮壇場法師六職中，已專設侍灯法師，負責備辦灯具，依法設置灯燭，務必使法灯明朗，照徹齋壇，保證齋醮如儀舉行。如果法事進行之中，灯火卻突然熄滅，則是侍灯失職。

道教的各種齋醮儀式，都有燃灯的規定，而各種灯儀都自有其功能，灯燭的功能不僅在于彻夜晚的壇場，使得晚壇齋醮能如期舉行，更主要的是具有內在的拯濟功能。宋蔣叔與《無上黃籙大齋立成儀》卷 19〈科儀門〉之〈禮灯儀〉引劉宋太極太虛真人之語，論燃灯的功能說：

陰陽立象，天地分形，晝夜既殊，晦明有異。所以清淨表質，諸天爲仙聖之都；濁厚流形，諸地爲鬼神之府。九天之上，陽炁具消；九天之下，陰光永隔。是則幽冥之界，無復光明，當晝景之時，猶如重霧；及昏冥之後，更甚陰霾。長夜罪魂，無由開朗……我天尊大慈悲愍，弘濟多門，垂燃灯之文，以續明照夜，靈光所及，罪惱皆除。更乘懺拔之緣，便遂往生之愿。³¹²

《無上黃籙大齋立成儀》卷 35〈齋法修用門〉中有〈釋然燈〉一節，後所附〈明燈讚〉三首，即上詩所分而成。詩後小字注說：「右出《洞真觀身大戒》，見陸天師然燈禮祝威儀。」陸修靜《然燈禮祝威儀》已佚，但由此小注可知，陸修靜曾在此儀中運用此《明燈頌》。綜上所述，《洞真智慧觀身大戒文》中所錄兩首頌，均爲陸修靜科儀所用，可知陸修靜曾見到此戒。所以，《智慧觀身大戒文》的產生時間應該在陸修靜卒年即西元 477 年之前。³¹³

道教賦予法灯以道的靈力，可以洞開幽冥世界，照徹漫漫長夜中的罪魂。杜光庭《太上黃籙齋儀》卷 56〈禮灯〉，對灯儀的功能作了進一步的闡述：

燃灯威儀，功德至重，上照諸天，下照諸地。八方九夜，并見光明。見此灯者，皆罪滅福生。燃灯之士，其福甚深，九祖父母，上生天堂，去離憂苦，永出九幽，逍遙上元仙宮之中。見在安泰，子孫興昌，門戶清肅，萬災不干。存亡開度，生死荷恩，功德無量，所向從心。于家于國，咸享利貞，九夜三途，并登真道。³¹⁴

³¹¹ 〈洞玄靈寶道學科儀〉卷下〈燃灯品〉，《正統道藏·太平部》，儀字號，冊 41，頁 708。

³¹² 《道藏》，冊 9，頁 499。

³¹³ 《上清洞真智慧觀身大戒文》產生年代新議〈轉載〉[新浪 BLOG](http://blog.sina.com.cn/s/blog_8e3b38310100vox0.html)，2011-10-29，http://blog.sina.com.cn/s/blog_8e3b38310100vox0.html。

³¹⁴ 《道藏》，冊 9，頁 369。

宗教燈儀的宗教意蘊，是效法天地日月之光明，以燈破暗，以陽散陰。燈作為光明的象征，作為道之真炁，可以照徹幽暗，其功能就是濟度亡魂。而早期道教如《無上秘要》的三皇齋、盟真齋、金籙齋、黃籙齋等齋儀，對壇場的燃燈有具體的規定。

第二節、洞神與正一派的齋品

一、三皇齋品〈洞神三皇齋〉

杜光庭纂有《洞神三皇七十二君齋方懺儀》，乃為皇帝解厄、保國安民之用，內容為禮懺四方九天帝君、四方九帝土皇及太一之懺文，四方分別有九天及九地，故稱七十二君。又有《太上洞神太元仰謝儀》一卷，禮懺七十二天帝君，禳解重大天災人禍。而《無上秘要》卷49（三皇齋品）中即有禮拜，四方九天帝王之儀節。陸修靜《洞玄靈寶五感文·眾齋法》稱三皇齋說：「其七法洞神三皇之齋，以精簡為上，單己為偶，絕塵期靈，沐浴玄雲之水，燒皇上之香，燃玄液之燭，服上元香丸。」又說：「所問求仙求生，在意所欲。」三皇指的是天皇、地皇和人皇等三皇真君。三皇齋就是為一切存亡等赦除積罪、解釋考訟而設的齋儀。從其所述之內容來看，此一齋法似偏重於個人之修道求仙所為。以上所舉諸書所載內容，除了《無上秘要》之外，均是為皇帝修齋祈禳之用。

（三皇齋品）引《三皇齋立成儀》，其儀式記載「三皇齋設齋壇，方二丈四尺，開四門，方方各列九燈，對壇設醮，壇內設三皇真君座各一案，各一盤一杯一席一香火。三皇齋要行齋三日，但是也可行齋一日一夜。」³¹⁵其壇場燃燈為「三皇齋壇四方各設九燈，稱為列四九之燈，法象三十六天。」

三皇齋的程式是，先北向叩齒十二通，然後在三皇真君神位前三上香，各稱名稱，述十三禁，稱：「輕則曰戒，重責曰禁，禁戒者輔身之良方也。學仙家，以禁戒為鎧甲。雖入三軍，矢刃不能傷；雖處世間，災禍不得入」。復爐後，登壇巡行，正立北向，兩次叩齒，再次在三皇真君前上香。初酌天皇酒，拜；次酌地皇酒，拜；三酌人皇酒，拜。酌四方酒，拜各方神靈，面北九拜，稽顙三十下，稱「叩心發願念，上聞入三天。七世禍積除，負考亦都蠲。過度

³¹⁵（三皇齋品），《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊42，頁433。

五道中，削罪成上仙」。通過三皇齋儀，解除先世以來，下逮臣身的「千愆萬罪」、「疾患除差，災厄過度，長生久視，永保無殃」。³¹⁶

（三皇齋品）中提及「酌東、北、西、南面酒九再拜曰『臣今奉請東、北、西、南上九天帝王神君重仙靈官願並垂臨饗』……」。不過在此〈三皇齋品〉中僅列出「奉請東、北、西、南上九天帝王神君」，其餘三十六天名稱則未見，現檢《三十六天齋儀》的禮懺文字中，列舉出各天帝君之名諱，《無上祕要》卷16〈眾聖本跡品下〉載「三十六天」及「三十六土皇」，均注出《洞真外國放品》，與《三十六天齋儀》大致相同，可能即為該儀之根據。

將《上清外國放品青童內文》³¹⁷卷下節錄其三十六天之說與《無上祕要》卷16〈眾聖本跡品下〉作一比較：

《無上祕要》卷16〈眾聖本跡品下〉	《上清外國放品青童內文》卷下
1、鬱單無量天天王	1、無量無色鬱單無量天天王
2、無形清微天天王	2、無形清微天天王
3、波羅魔耨天天王	3、無精波羅耨天天王
4、吳景億羅天天王	4、入色水無量億羅天天王
以上四天王在高一玉清之上	5、無極洞清上上禪善無量壽天天王
5、上上禪善無量壽天天王	6、玄微自然上虛禹餘天天王
6、玄微自然上虛禹餘天天王	7、玄清上無那首約諍天天王
7、上氣那首約諍天天王	8、梵行上清氣稽那邊淨天天王
8、上清氣稽那邊淨天天王	9、無窮洞虛極上須延天天王
以上四天王在高虛玉清之中	以上為東方九天君
9、極上須延天天王	10、玄梵玉虛無精氣羅迦浮月天天王
10、元精氣羅迦淨明天天王	11、氣玄天達上靈赤天天王
11、元建上靈赤天天王	12、大梵玄元氣離恕行如天天王
12、離恕行如天天王	13、無極上靈玉空玄洞寂然天天王
以上四天王在玄虛玉清之下	14、寶梵天色上真氣潘羅玄妙天天王
13、玄洞寂然天天王	15、飛梵行真上玄答謾福德天天王
14、潘羅玄妙天天王	16、靈梵流精中元近懿際淳天帝君天王
15、答謾福德天天王	17、玄上洞拯無崖不驕樂天天王
16、近懿除淳天天王	18、大梵玄青無精答恕近際天天王
以上四天王在玄皇上清之上	以上為北方九天君
17、玄上洞極無崖不驕樂天天王	19、行梵紫虛上元首帶快見天天王

³¹⁶ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁201-202。

³¹⁷ 〈上清外國放品青童內文〉，《正統道藏·正乙部》，明字號，冊57，頁63。全書所敘道法以念咒、誦詠真名、配帶符籙，滅魔昇仙為主。《提要》，葉1086-1087。

18、梵音青元精苓恕近際天天王	20、虛梵上清化靈須陀結愛天天王
19、梵行紫虛上元首帶快見天天王	21、上極無量洞微化應聲天天王
20、虛梵上清化靈須陁結愛天天王	22、大梵九玄中元氣阿那給道德天天王
以上四天王在虛皇上清之中	23、行梵元清下靈氣需達天天王
21、上極無景洞微化應聲天天王	24、極梵洞微九靈氣虛帶阿那天天王
22、大梵九玄中元氣阿那道德天天王	25、無名至極洞微梵寶天天王
23、行梵元清下靈氣須達天天王	26、微梵玄天氣帶扇給道德天天王
24、極梵洞微九靈氣須帶阿那天天王	27、虛梵天氣蟬然識慧天天王
以上四天王在虛皇上清之下	以上為西方九天君
25、無名至極洞微寶梵天天王	28、空梵中天續元伊檀天天王
26、微梵玄天氣帶扇給道德天天王	29、太極無崖紫虛洞幽梵迦摩夷天天王
27、虛梵天氣蟬然識慧天天王	30、綠梵自然識慧入天天王
28、虛梵中天續元伊檀天天王	31、玄梵大行無景無所念慧天天王
以上四天王在虛無太清之上	32、天雲梵上行維先阿檀天天王
29、太極無崖紫虛洞梵迦摩天天王	33、無色玄清洞微波梨答恕天天王
30、綠梵自然識慧入天天王	34、洞微玄上梵氣阿竭含那天天王
31、玄梵大行無景無所念慧天天王	35、玄上綠梵滅然天天王
32、天雲梵上行維先阿檀天天王	36、極色上行梵泥維先若那天天王
以上四天王在虛無太清之中	以上為南方九天君
33、無色玄清洞微波梨答恕天天王	
34、洞微玄上梵氣阿竭含那天天王	
35、玄上綠梵滅然天天王	
36、極色上行梵泥維先若那文天天王	
以上四天王在虛無太清空洞玄漠之下	

由此可見，《無上祕要》卷 16（眾聖本跡品下）與《上青外國放品青童內文》卷下等所載的「三十六天」及「三十六土皇」與《三十六天齋儀》大致相同，那該儀所根據的可能性應是無疑的。

二、塗炭齋品〈三元塗炭齋〉

〈三元塗炭齋〉為天師道所行齋法。宋代道經《正一論》說：

塗炭齋法者，由群生咎障既深，非大功不釋；宿對根密，非塗炭不解。結考不解，則學仙不成，厄世不度。天師以漢安元年十月十五日，下旨教于陽平山，以教眾官，令入仙目。王、赴修之，卒登上道，當爾之時

，塗炭之謝已行，而靈寶齋儀未敷，唯五符而已，豈得兼行。³¹⁸

可知漢安元年之時，塗炭齋法已行，而靈寶齋儀卻仍未始，只有五符。當時有塗炭儀悉如靈寶法的議論，這是針對此論的辨正。陸修靜在《洞玄靈寶齋說光燭戒罰灯祝愿儀》論齋法之功能說：

夫感天地，致群神，論仙道，洞至真，解積世罪，滅兇咎，却怨家，修盛德，治疾病，濟一切，莫過乎齋轉經者也。夫齋直是求道之本，莫不由斯成矣。此功德巍巍無能比者，上可升仙得道；中可安國寧家，延年益壽，保于福錄，得無為之道；下除宿愆，赦見世過，救厄拔難，消滅災變，解脫死人憂苦，度一切物，莫有不宜矣。³¹⁹

陸修靜此論，為後世科儀所沿襲。陸修靜說的齋直，即指祭祀之齋法。自陸修靜制定齋醮儀範後，道教齋醮活動的舉行就有章可循，南北朝時期道教齋醮科儀已粗具規模，也有了道教正向成熟的宗教轉化著。

《無上祕要》卷 50〈塗炭齋品〉，稱「露身中壇，速骸自縛，散髮泥額，懸頭銜髮於欄格之下」。陸修靜稱其為「以苦節為功，上解億曾道祖無數劫來宗親門族及己身家門無缺數罪，拯救憂苦，濟人危厄，其功至重，不可稱量」。據說，早期道教的塗炭齋法要立壇露地，安欄格，行齋之人「悉以黃土泥額，拔髮，繫著欄格，反手自縛，口中銜壁，覆臥於地，開兩腳，相去三尺，叩頭懺謝，晝三時向西，夜三時向北，齋有中上下三元相連，一元十二日，合三十六日」。由此可知，早期道教確有泥額散髮，自縛懸頭等塗炭齋法的細節。不過，到了南北朝時，〈塗炭齋〉也演變成一種上香禮拜、言詞祈禱的儀式。由於塗炭齋核心部份和指教齋法類同，因此，後世有人說塗炭齋是「悔過請命」的齋法。³²⁰

塗炭齋的程式是上啓、說戒、復爐、奉戒、禮師、思存、禮五方、鳴天鼓、發爐、長跪上啓、三上香、禮十方、禮四方、說十二念願等等。從這一程式可知，說戒與奉戒是儀式的核心部份。

塗炭齋法中，要求人「懸樑」、「懸柱」，這種儀式行爲也是發生在道教徒向神靈懺悔有罪的時候，這種懺悔有時要日夜連續進行，於是把自己的長頭髮懸在橫樑上，拴在柱子上，如果稍有困頓，就會刺痛而醒。其實，懸樑、懸柱之類也不是道教發明的行爲，而是早已有之的。懸樑行爲在兩漢、魏晉南

³¹⁸ 《道藏》冊 32，頁 125。

³¹⁹ 《道藏》冊 9，頁 824。

³²⁰ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 203。

北朝表示一種決心，在塗炭齋裏也是表示一種悔罪的決心。以「黃土泥頰」也是一種改過自新、脫胎換骨的意思。

六朝儀式中常見有〈奉戒頌〉之使用，如《無上祕要》卷 35〈授度齋辭宿啓儀品〉（頁 353）、卷 37〈授道德五千文儀品〉（頁 357）、卷 39〈授洞玄真文儀品〉（頁 362）、卷 48〈靈寶齋宿啓儀品〉（頁 432）、卷 50〈塗炭齋品〉（頁 445）等。其詞云：

道為無心宗，一切作福田。立功無定準，本願各自人。
虛己應眾生，注心莫不均。大聖崇正教，亦由雨降天。
高凌靡不周，常卑故成淵。海為百川王，是能舍龍鱗。
萬劫保智用，豈但在厥年。奉戒不暫虧，世世結善緣。
精思念大乘，會當體道真。³²¹

《無上祕要》卷 35、卷 37、卷 39、卷 48、卷 50 等〈奉戒頌〉皆出自《仙公請問經》，均使用同一首，且只見於宿啓儀或傳授儀之中，蓋此二種儀式均有「說戒」之程序，而均於法師復爐之後所吟誦。這與宋代道書如《玉音法事》、《無上黃籙大齋立成儀》卷 16、《道門通教必用集》卷 2 等所載〈奉戒頌〉同。

《無上祕要》卷 50〈塗炭齋品〉（頁 445）所載的〈衛靈咒〉為出自《太上洞玄靈寶真正文要解上經》的〈靈寶自然五篇衛靈感神咒〉，說：

東方九炁青年天明星大神，煥照東鄉，洞映九門，轉燭陽光，掃穢除氛，開明童子備衛我們軒，收魔束妖，上對帝君，奉承正道，赤書玉文，九天符命，攝龍驛傳，青天安鎮，我得飛仙。
南方丹天，三炁流光，熒星轉燭，洞照太陽，上有赤精，開明靈童，總御火兵，備守三官，斬邪束妖，剪截魔王，北帝所承，風火八衝，流鈴交煥，敢有不從，正道流行，我享上功，保天長存，億劫無終。
西方七炁之天，太白流精，光耀金門，洞朝太冥，中有素星，號曰帝靈，保神安鎮，衛我身形，斷截邪源，王道正明，宮宅整肅，三景齊并，道合自然，飛昇紫庭，靈寶符命，普惠萬生，功加一切，天地咸寧。
北方玄天，五炁徘徊，辰星煥爛，光耀太微，黑靈尊神，飛玄羽衣，備衛五門，檢精捕非，敢有干試，豁落斬摧，玉符所告，神真八威，邪門閉塞，正道明開，映照我身，三光同輝，策空駕浮，舉形仙飛。
中央黃中理炁，總統玄真，鎮星吐輝，流煥九天，開光童子，一十二人，元氣陽精，爛上朱煙，洞照一宅，及得我身，百邪摧落，殺鬼萬千，中山神咒，普天使然，五靈安鎮，身飛上仙。³²²

³²¹ 〈塗炭齋品〉，《正統道藏·太平部》，冊 42，頁 445。

〈衛靈咒〉之內容主要在於召請各方神真正氣，以達息魔滅姦、滌穢消氛等之目的。故每先誇飾神真正氣之光輝朗耀，遍照各方的情景，極力強調其神威之顯赫，繼之魔王恐懼、萬魔恐怖、魔王受事等詞句，塑造道長魔消之對比情境。

323

《無上祕要》卷 50〈塗炭齋品〉(頁 444) 所載的〈發爐咒〉說：

無上三天真元始三炁太上老君，召出臣等，身中三五功曹，左右官使者，左右捧香，驛龍騎吏，侍香金童，散花玉女，五帝直符，直日香官，各三十六人出，出者嚴裝，關啟此間土地里域，真官正神臣，臣今正爾燒香，宿啟願得，太上十方，正真之氣，下降流入臣等身中，令臣所啟，速達徑御，太上無極大道至真玉皇上帝几前。

《無上祕要》卷 50〈塗炭齋品〉(頁 444) 所載的〈復爐法〉為出自《明真經》說：

香官使者，左右龍虎君，侍香諸靈官，當令靜室之中，自然生金液，丹碧芝英，眾真百靈，交會在此，香火之前，願某等受福天下，蒙恩十方，金童玉女，侍衛香煙，傳奏所言，徑御太上無極道前。(右出《明真經》)

《無上祕要》卷 35〈授度齋辭宿啟儀品〉(頁 349) 所載的〈復爐法〉為出自《明真科》說：

無上三元玄元始三炁太上老君，召出某等身中，三五功曹，左右官使者，左右捧香，驛龍騎吏，侍香金童，侍香玉女，五帝直符，各三十六人，出關啟此間土地里域，真官正神臣，臣今正爾燒香，宿啟願得，太上十方，正真之炁，來入某身中，所啟速達，逕御太上無極大道昊天玉皇上帝几前。(右出《明真科》)

按其內容與〈塗炭齋品〉(頁 444) 所載的〈發爐咒〉相似，應為〈發爐咒〉才對，不是〈復爐法〉。

〈發爐咒〉與〈復爐咒〉均屬散體，〈發爐咒〉使用於〈衛靈咒〉後，發爐前，往往先鳴法鼓，繼而念〈發爐咒〉，乃召出身中功曹使者等，以備傳達啟奏之用，故〈發爐咒〉每使用於稱法位上啟之前，蔣叔輿《無上黃籙大齋立

³²² 〈塗炭齋品〉，《正統道藏·太平部》，〈無上祕要〉，冊 50，頁 445。

³²³ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 388。

成儀》卷 32 云：「發爐爲關啓真靈之始，出《金籙簡文經》。」而復爐則是相對的於關啓事畢，藉由咒語先前所出之神真，明《上清靈寶濟度大成金書》卷 24「明願念復爐」說：「復爐納官，亦出三籙簡文，乃復我本身之神也。……」〈復爐咒〉往往使用於發願之後，出戶之前。

〈發爐咒〉的內容，可區分爲三大部份，（一）爲召神，即召出身中神吏。（二）爲入意，即說明齋主身份及修齋的理由、時間、地點等。（三）請降真氣，以求能具備與神真快速溝通之能力。

陸修靜《太上洞玄靈寶授度儀》所載的文字與《無上祕要》相同。而《太上太元河圖三元仰謝儀》所載〈復爐咒〉的文字特別長，但內容也只是列舉較多的神真，並著重在陳述的求願而已。³²⁴

第三節、靈寶派的齋品

一、〈盟真（明真）齋品〉

《太上靈寶長夜九幽府玉匱明真科》在陸修靜《靈寶經目》中屬於「元始舊經」。《道藏》冊 34 有《太上靈寶長夜九幽府玉匱明真科》一卷，經大淵忍爾先生查對，《無上祕要》中有十二段引自本經，題爲《洞玄明真科經》，雖然有所省略，但與《道藏》本中內容大體相同，在敦煌文書中也有這部經文的六件殘件，將其合併起來就是《道藏》版本中的大部分。雖然有個別字的不同，但與《道藏》版本中的的段落基本上是一致的，可知《道藏》本即是六朝古本。

本經所述二十四條〈明真科律〉，含（十善因緣功德報應）和（十四條罪根之目），其「十善」多以宗師奉教供養三寶、修齋持戒行善積功爲旨歸，而「十四惡」則爲耽酒、好色、殺生、盜劫、惡口赤舌鬥亂、評論經教、造逆謀反等等，內容與前述諸戒大致相同，所談及的善惡果報非常詳盡。³²⁵

《道藏提要》指出《明真齋懺方儀》與《明真大齋懺方儀》的差異在於後者所歸禮之十方天尊聖真神仙名號較多，懺文詞句亦有不同，二齋之別蓋在大、小，並認爲小齋用於民衆，大齋用於皇家。³²⁶杜光庭《明真齋懺方儀》之懺悔文字有「臣等今欽奉聖旨，謹依科式……奉爲某修九幽玉匱明真大齋幾日

³²⁴ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 395-400。

³²⁵ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 144。

³²⁶ 任繼愈，《道藏提要》，（修訂本），（中國：中國社會科學出版社，1995 年），頁 379。

夜。」，亦稱「大齋」，且並非用於民眾，而是奉旨而修。但稱之為「大齋」，應該只是對齋法的推崇，未必有實際的明確區分標準，例如蔣叔輿將黃籙齋稱為〈無上黃籙大齋〉亦是如此，《道藏提要》的推測似可加以研究。而《無上祕要》卷 51〈盟珍齋品〉是否歸為「大齋」或「小齋」就無須加以對待了。

〈明真齋〉或作〈盟真齋〉，陸修靜《洞玄靈寶五感文》記述〈明真齋〉法說：

其三法明真齋，學士自拔億曾萬祖九幽之魂。

《唐六典》及《齋戒籙》、《雲笈七籤》二書引《玄門大論》均以此齋為學道者自身所修，其目的主要在於拔度九幽之魂，與黃籙齋法有重疊之處，但齋主身份有所區別隔，明真齋限於學士自身，黃籙齋則無限制。這至少是六朝時的情況。而《全唐文》卷 737 載沈亞之（郢州修明真齋辭詞）說：「大唐太和五年歲次辛亥十月十五日己卯，明真大齋主朝請大夫守郢州刺史李祥與謫臣郡客將吏等，……伏願災從日銷，福與時迎。」宋·呂元素《道門定制》卷 6 亦說：「盟真齋，宗廟遷拔及臣下拔亡皆可兼奉。」前引杜光庭所修懺方儀中的文字，可知是為奉旨修齋，與呂元素所述正合，故盟真齋齋主身份的限制，至少在唐代已不限於學士自身，且亦已作為禳災祈福之用，不限於拔度幽魂。而《無上祕要》卷 51〈盟珍齋品〉是為拔贖罪魂開出長夜九幽八難，宿對披散，轉入信根，出自《洞玄明真九幽玉匱罪福緣對拔度上品經》。

明真齋以拔度九幽之魂為主旨，有九幽之說，據題為葛玄纂集、李含光作序的《太上慈悲道場消災九幽懺》（以下簡稱《九幽懺》）卷 8（懺九幽品第三）說：「九幽者，東北方朔陰之地，九壘之下，名曰九幽地獄。」又說：「多犯三業罪苦，燬謗大乘，不忠帝王，訕說出家，點汙法身，破壞尊像，侵損長住，即落在九幽，受其苦報。」據文中所述九幽獄分別為：東方風雷獄、南方火翳獄、西方金剛獄、北方溟冷獄、中央普掠獄、東南銅柱獄、西南屠割獄、西北火車獄、東北鑊湯獄。³²⁷關於九幽獄的說法，各道經記載略有差異。九幽獄說法的流行，可視為是明真齋修撰發展的基礎。

據蔣叔輿「無上黃籙大齋立成儀」卷 16 說：「陸天師所撰《靈寶道士自修盟真齋儀》則不宿啓，……」卷 17 又說：「陸天師《盟真齋儀》大謝懺文即經中謝經寶之文，蓋祖《太極敷齋威儀經》耳。」則陸修靜曾修撰有盟真齋

³²⁷ 上海道教的「九幽燈儀」，其九幽是指「北斗九元之所化幽獄也，分佈九維。」東方稱幽冥，即東方風雷地獄；南方稱幽陰，即南方火翳地獄；西方稱幽夜，即西方金剛地獄；北方稱幽鬱，即北方溟冷地獄；東北方稱幽都，即東北鑊湯地獄；東南方稱幽治，即東南銅柱地獄；西南方稱幽關，即西南屠割地獄；西北方稱幽府，即西北火車地獄；中央稱幽獄，即中央普掠地獄。九方地獄合稱九幽。見張澤洪等著，《道教儀禮》，頁 279。

儀，然其所撰齋儀及《太極敷齋威儀經》今均已佚，未能知曉其內容。今僅有《洞玄靈寶五感文》載有其對明真齋法大概說法，說：³²⁸

法亦於露地然一長燈，上有九大（火？），如金籙燈法，但不立壇門戶之式耳，遶香燈行道，一日一夜，六時禮謝十方。

其齋儀較之金籙、黃籙齋顯得簡略許多，以禮燈及禮謝十方為主，其所云「長燈」應即後世所謂「九幽燈」。

杜光庭《明真大齋懺方儀》為分懺十方，《明真齋懺方儀》則分都懺與分懺。《明真齋懺方儀》的懺謝對象與《玉匱明真科》相近，如禮懺東方，《玉匱明真科》為「皈命東方無極太上靈寶天尊、已得道大聖眾、至尊諸君丈人、九氣天君、東鄉諸靈官」。《明真齋懺方儀》則作「皈命東方無極太上靈寶天尊、已得道大聖、眾至尊諸君聖人、東鄉神仙諸靈官」。《明真大齋懺方儀》則尚有「太清玄元無上三天、無極大道、無上玄元老君、……」等等名位，顯得繁複許多，異於前二者。又《玉匱明真科》中於每方懺悔之後均須「脫巾叩頭自搏」，杜光庭儀中則無，此種懺謝方式在金籙、黃籙等齋儀中都存於《無上祕要》中，然杜光庭儀均加以刪除，而代之以禮拜，此種作法自張萬福時已是如此。又陸修靜《洞玄靈寶五感文》及《玉匱明真科》均未言及鎮信之事。蓋六朝時明真齋並不立壇，可能未設鎮信之物，然杜光庭《明真齋懺方儀》中都懺文中有「謹伊科式，齋備信儀十方紋繒、香花油燭」、「披九光玄縵，請八會真文」云云，顯然杜光庭儀中應備有鎮信之物，使其儀軌趨近於黃籙等齋儀。³²⁹

《無上祕要》卷 51（盟真齋品），為學士自拔億曾萬祖九幽之魂的齋法。舉行明真齋要在露天的地上安一長燈，長燈上點燃九燈。舉行儀式的道士繞著香燈行道，一天一夜要繞燈六次，六次行十方之禮。其壇場燃燈為「盟真齋在齋主家中設壇，于壇場中庭安一九尺高的長燈，在長燈上燃九盞燈火，象征上照九玄諸天福堂，下照九地無極世界。」

明真齋行十方禮的程式是，向東九拜、脫巾、叩頭、搏頰³³⁰八十一一次；向南三拜、脫巾、叩頭、搏頰二十七次；向西七拜、脫巾、叩頭、搏頰六十三次；向北五拜、脫巾、叩頭、搏頰四十五次；向東北、東南、西南和西北等各一拜、脫巾、叩頭、搏頰九次；向西北上方三十二拜、叩頭、搏頰二百八十八次；向東南下方十二拜、叩頭、搏頰一百二十次。在禮方和叩頭之間，都要申表歸命

³²⁸ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 185-188。

³²⁹ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 191-192。

³³⁰ 「搏頰」這種儀式行為是發生在向十方神靈懺悔有罪之時，也就是以搏頰表示自己已有罪，自己悔過。

十方天尊，懺謝以自救贖，以使光明普照長夜之府、九幽地獄，開度幽魂罪根，升遷福堂，去離惡道，與道合真。後來，明真齋被代替了，但是，禮十方的內容卻保留下來，搏頰也改爲言詞懺謝。³³¹

行齋日期爲：

(1) 正月、三月、五月、七月、九月、十一月，爲一年六齋月。一歲六齋月，能齋上三天帝，令太一使者除人十苦。

(2) 一日（北斗下）、八日（北斗司殺君下）、十四日（太一使者下）、十五日（天帝及三官俱下）、十八日（太一下）、二十三日（太一八神使下）、二十四日（北辰下）、二十八日（下太一下）、二十九日（中太一下）、三十日（上太一下），爲一月十直齋。

(3) 其他修齋爲八節日、子日、庚申日，太一八神下，司察人過咎，修齋，太一歡悅。庚申日，人身中伏屍，上天言人罪過。本命日，受法人身神吏兵上天計人功過。³³²

「搏頰」這種儀式行爲是發生在向十方神靈懺悔有罪之時，也就是以搏頰表示自己自認有罪，自己悔過。一個自認有罪的人，自己搏自己頰實在是十分輕微的處罰，在南北朝時，以自己搏頰或自己拍打身體來表示懺悔、乞求寬恕這樣的行爲，在普通民眾中是十分普通的行爲。在三國時代，也就是早期道教的時期裏，當時的中國社會曾經拿「自縛」和「搏頰」這種形式表示乞求寬恕罪錯的意思。後來時代發展了，社會行爲也發生了變化，「搏頰」的形式改爲言詞懺悔了。

二、〈三元齋品〉

道教的三元齋會，是傳承歷史最悠久、影響最深遠的齋醮活動，可也是最具民間信仰的特色。三元齋會源於五斗米道的天地水三官信仰，是五斗米道民常行的請禱之法。《三國志》卷 8（張魯傳）記載有五斗米道的請禱之法：

書病人姓名，說服罪之意，作三通，其一上之天，著山上，其一埋之地，其一沈之水，謂之三官手書。

至北魏時，天地水三元衍配上元天官、中元地官、下元水官等神，各主錄人善惡，並稱天官生於正月十五日上元日，地官生於七月十五日中元日、水官

³³¹ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 199-200。

³³² 道教徒在特定日期修明真齋，據《雲笈七籤》引書載。

生於十月十五日下元日。三元齋就是在一年之三元之日行儀。南朝時，五斗米道的三官手書請禱之法已有變通，南朝陸修靜《洞玄靈寶五感文》中列舉「洞玄靈寶之齋有九法」，其四即為三元齋，稱「學士一年三過，自謝涉學犯戒之罪。」有注說：「法以正月、七月、十月，皆用月半日，一日三時沐浴，三時行道於齋堂中。禮謝二十一方也。」

劉宋道經《太真科》說：民間是將服罪章表「應燒者燒，不燒者緘封箱閣，卷束積多，……自某年月日時，至今年月日時，合如千通，今於某處靖壇淨處，火化煙通」。³³³五斗米道的三官信仰，成為道教的三元祭祀，至南北朝時，三元日已與三會日相關，當時的三官考校功過，是先於三會日考核罪福，至三元日上奏金闕，以降禍福。

五斗米道的祭祀天地水三官之法，南朝衍變形成為三元齋會，唐代已被載入國家祀典，《唐六典》卷4載道教三元齋說：

其四曰三元齋；正月十五日天官為上元，七月十五日地官為中元，十月十五日水官為下元，皆法身自懺愆罪焉。³³⁴

道教稱上元天官賜福，中元地官赦罪，下元水官解厄，天地水三官共有九府一百二十會，考核生死罪福，無有差錯。三元日例要建齋祭祀，至唐宋時期，三元齋會已成為民俗節日，清時稱上元、中元、下元皆大慶之日，長齋誦度人經，則福及上世，已身會得道成仙，所以三元誦經持齋，在江南已形成為民俗活動。三元齋會主要為士民祈禳、懺拔，頗受人民重視已蔚成祭祀民俗。直至近現代，民間祭祀天官、地官、水官，稱為「三元勝會」。尤其是中元建醮普度，因普度天下無主孤魂，更成為民間熱鬧非凡的勝會時節。³³⁵

三元齋儀的程式是「一日三時沐浴，三時行道於齋堂中，禮謝二十一方」。在拜禮、叩頭和自搏之間，都有懺謝罪愆的言詞，稱「乞丐原臣，受生所生罪負，上觸天光，生死殃對，並蒙赦除，身得光明、與日同景，長享無極，受福自然」。³³⁶

《無上秘要》卷52有〈三元齋品〉，附有三元齋壇圖，注稱「以紅泥為壇，上頓青幾案五隻，每隻上各放香爐一座。」行三元齋者，以正月十五日、七月十五日、十月十五日平旦、正中、夜半三時，沐浴身形，沈思，叩齒，燒香。然後。東向九拜，解巾，叩頭，自搏九十次；東南向一拜，叩頭，自搏十二次；

³³³ 〈要修科儀戒律抄〉，《正統道藏·洞神部》，帛字號，冊11，頁897。

³³⁴ 《唐六典》，頁125。

³³⁵ 張澤洪，《道教神仙信仰與祭祀儀氏》，頁396-402。

³³⁶ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁200。

南向三拜，叩頭，自搏三十次；西南向一拜，叩頭，自搏十二次；西向七拜，叩頭，自搏七十次；西北向二拜，叩頭，自搏十二次；北向五拜，叩頭，自搏五十次；東北向一拜，叩頭，自搏十二次。西北上方向一拜，叩頭、自搏三百二十次；東南下方向一拜，叩頭，自搏一百二十次；東北日宮向三拜，叩頭，自搏三十次；西南月宮向七拜，叩頭，自搏七十次；北向星宮九拜，叩頭，自搏三百六十五次；五嶽五向拜各一次，叩頭，自搏各二十次；北向水宮十二拜，叩頭，自搏二百八十次；北向三寶神經三拜，叩頭，自搏三百六十次，以上共禮謝二十方。《無上黃籙大齋立成儀》卷 16 稱「黃籙三元齋，謝十方外，複禮三光、五嶽、水府、經寶，則二十方也。」在拜禮和叩頭、自搏之間，都有懺謝罪愆之言詞。如：「乞丐原臣，受生以來，所行罪負，上觸天光，生死殃對，並蒙赦除，身得光明。與日同景」等等。「學士一歲三過，行之行之，當令心丹意盡，神形同苦。無有怠倦，感徹諸天，三元削罪于黑簿，北帝落死而上生，三官保舉於學功，太玄記錄於上仙。」³³⁷

三官手書給三官大帝信仰奠定基礎，它的首過除病的觀念，大大地主宰了兩晉南北朝三官考校的思維。三官大帝的考校是定期舉行的，最初是在三會日（正月七日、七月七日、十月五日），它是天師道賴以維繫的基礎，它不僅是道民前往師治與祭酒相會的日子，也是三官大帝共同考校的日子。

〈三元齋〉與三元日密切相關，成立的時間最早在東晉，最晚在蕭梁時代。它主要分成兩類，一類是以自謝犯戒之罪為主，這是靈寶派的三元齋法，另一類以修真成仙為主，這是上清派的三元齋法。前者比較接近五鬥米道的原旨，後者則加上了士大夫的色彩。但是，不管是那一類的三元齋法，它們都跟三官大帝有關。

從「三會日」到「三元日」（正月十五日、七月十五日、十月十五日），這顯然受到道教「三一」思維和佛教盂蘭盆節的影響。南北朝以後，三元思想大為流行，這使得考校的神祇變多，三官大帝的地位和職能也發生變化。但是，這並未妨害到原來道教「三會日」所具有的宗教意涵。³³⁸

三、〈金籙齋品〉

《無上秘要》卷 53 〈金籙齋品〉引《洞玄明真科儀》，其作用在於「若天有重災，國祚不安，星宿越錯，四象失常，兵寇病厄，帝王不寧，毒癘流布，天人死傷」「當作何法，以穰其災，拔度厄難，解諸不祥，」「則能恩布十方，

³³⁷ 〈三元齋品〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 42，頁 456-462。

³³⁸ 胡其德，《三官信仰與三元齋》，2008 保生文化祭道教神祇學術研討會，（臺北；保安宮，學術研究，2008 年）。

國祚安鎮，帝王興隆，天人懽泰，福慶無窮」。³³⁹可見此一齋法乃用於消弭重大的天災變異，望能透過這一道教儀式的施行，達到保靜安民、國祚綿長的目的。是針對帝王的需求心理而創設的齋法。這也是道教相著朝廷推展其宗教的重要手段。³⁴⁰

又陸修靜稱金籙齋為「調和陰陽，救度國王」，當是指有關國家和帝王的齋法。南宋的《靈寶玉鑒》稱「上元金籙，可以清寧兩儀，參贊天地，祈天永命，致國休征，衍百世之本支，培萬年之社稷，皆天子事，非有朝旨不可為也」。因此，金籙齋就是道教為國家大事和帝王大事而行的齋法，一定要秉承朝旨才能舉行。³⁴¹

壇場的佈置有：

(1)、壇場的燃燈有

(a) 春燃 9 燈，亦可 90 燈，亦可 900 燈。夏則燃 3 燈，亦可 30 燈，亦可 300 燈。秋則燃 7 燈，亦可 70 燈，亦可 700 燈。冬燃 5 燈，亦可 50 燈，亦可 500 燈。四季之月則燃 12 燈，亦可 120 燈，亦可 1200 燈。

(b) 安 1 長燈，長 9 尺，於上安 9 燈火，置中央，以照九幽長夜之府。

(c) 金籙齋燈儀的春九、夏三、秋七、冬五，四季十二，就是根據五行本數而定。

(2)、丹書靈寶真文五篇，於中庭五案置五方，一案請一篇真文。

所需固定的物品有：

(a) 以金五兩，一兩作一龍，五兩合作五龍，以鎮五篇真文上。

(b) 以五色紋繒之信，以鎮五帝。

(c) 有災之身，隨年齋紫紋之繒，拔度身命，安國鎮祚，穰解天災明星列宿。

做法：明達大法師於中央披頭散髮，依訣塗炭六時，請謝中央行事，若清信男女佐國祈請，當於門外散髮塗炭陳請。

行道日數為：

春則 9 日 9 夜，夏則 3 日 3 夜，秋則 7 日 7 夜，冬則 5 日 5 夜，四季月則 12 日 12 夜。

³³⁹ 〈金籙齋品〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 42，頁 463。

³⁴⁰ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 73-75。

³⁴¹ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 199。

現存道藏中的金籙齋儀，多屬宋及以後的作品（據《道藏提要》），除杜光庭《金籙齋懺方儀》之外，尚有洞淵神咒齋、洞神三皇齋等懺方作品，餘則未見有其他專述金籙齋懺方儀之作品。《無上祕要》所載金籙齋儀中，禮懺十方是其中的重要程式。杜光庭《金籙齋懺方儀》應是針對金籙齋時的懺方儀節所撰，作為禮懺十方時所使用之懺文範本。今列表對照如下，以觀其應用之情形。

《無上祕要》卷 53（金籙齋品）與杜光庭《金籙齋懺方儀》之比較：

《無上祕要》卷 53〈金籙齋品〉	杜光庭《金籙齋懺方儀》
法師從地戶入	
繞香燈三過	
還東向立，叩齒 32 通	
誦發爐祝	
都講唱各稱法位	
東向三向香願念	都懺文
東向 9 拜願念畢，解巾叩頭自搏各 81 過。	東方懺文
南向 3 拜願念畢，叩頭自搏各 27 過。	南方懺文
西向 7 拜願念畢，叩頭自搏各 63 過。	西方懺文
北向 5 拜願念畢，叩頭自搏各 45 過。	北方懺文
東北向 1 拜願念畢，叩頭自搏各 9 過。	東北懺文
東南向 1 拜願念畢，叩頭自搏各 9 過。	東南懺文
西南向 1 拜願念畢，叩頭自搏各 9 過。	西南懺文
西北向 1 拜願念畢，叩頭自搏各 9 過。	西北懺文
西北上方 32 拜願念畢，叩頭自搏各 280 過。	上方懺文
東南下方 12 拜願念畢，叩頭自搏各 120 過。	下方懺文
旅行三匝，繞香燈，口誦步虛洞章。	
還東向，復爐祝。	

以上《無上祕要》的〈金籙齋品〉與杜光庭《金籙齋懺方儀》的願念、懺文所拜的方位是相同的。

又《無上祕要》卷 53〈金籙齋品〉所載東方願念文與杜光庭《金籙齋懺方儀》所載東方懺文相比較，可看出其同屬一文體，實即懺方文：

《無上祕要》卷 53〈金籙齋品〉所載東方願念文	杜光庭《金籙齋懺方儀》所載東方懺文
天地否激，陰陽相刑，四節失和，祲災	臣等伏聞勾芒律應，分淑氣於瑤臺；青

流生，星宿錯綜，以告不祥，國土不靜， 兵病並行，帝王憂惕，兆民無寧。 謹依大法，披露真文，歸命東方無極天 尊、已得道大聖、眾至真、諸君丈人、 九氣天尊、東鄉諸靈官 ，今故立齋，披 心露形，……。 今故披心歸命師尊大聖眾至尊之德， 得 道之後，昇入無形，與道合真。	帝令行，扇和風於玉樹，三光煦嫗，九 野氤氳，羽戢皆翔，鱗潛盡躍，凝輝六 合，蠶類昭蘇，流貺八宏，群生鹹奉。 謹有皇帝齋持法信，虔設道場，披露真 文，奉修齋直，歸命東方無極太上靈寶 天尊、九氣天尊、東鄉神仙諸靈官 ，伏 冀社稷尊靈，……。 得道之後，升入無形，與道合真。
---	---

可看出兩種懺願文的歸命天尊至聖等是相同的，即是「歸命東方無極太上靈寶天尊、九氣天尊、東鄉神仙諸靈官」其於餘諸方位亦同。

《無上祕要》中的願念文內容是固定的，只是不同方位，所歸命之對象不同而已。道教懺方文不論是禮懺方位之順序、禮懺對象之數目均與佛教十方懺類似，道教十方懺的儀節應與佛教禮懺儀式有關性。³⁴²

四、〈黃籙齋品〉

在史籍道經中，黃籙齋儀有一天、三天、五天、七天的記載，正如甯全真《上清靈大法·古序》說：

黃籙者，開度億曾萬祖，先亡後化，處在三途，沈淪萬劫，超凌地獄，離苦昇天，救拔幽魂，最為第一。此經隨世所求，即可修設，或三日，或七日，一時九時奏簡，馳誠上天，無不禦達。³⁴³

黃籙齋的主要儀節都是根據六朝時期的《度人經》而設，可以說是《度人經》濟度思想的儀式化演繹。杜光庭編撰黃籙三日九朝行道儀，已包括了黃籙科儀宿啓建壇，朝真懺謝，禮燈投簡，設醮散壇的主要節目。黃籙齋會舉行時間的長短，實際是科儀節次的增減，歷史上曾舉行四十九天的大齋，就是不同科儀組合而成的。

黃籙齋之盛行，與其濟拔救度的功能有關，根據杜光庭所整理的《太上黃籙齋儀》卷 57 說：「黃籙齋拯救幽靈，遷拔飛爽，開度長夜，昇濟窮泉，固其大旨也。然祛災致福，謝罪希恩，人天普修，家國兼利，功無不被矣。」陸修靜在《洞玄靈寶五感文》述黃籙齋時說：「為同法拔九祖罪根。」³⁴⁴顯見早

³⁴² 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 106-109。

³⁴³ 《道藏》冊 310，頁 433。

³⁴⁴ 《道藏》冊 32，頁 620。

期的黃籙齋儀施行對象仍有限制，唐代之黃籙齋乃「人天普修，家國兼利，功無不被」之齋法，包括《洞玄靈寶道學科儀》、《道教義樞》、《唐六典》及朱法滿《要修科儀戒律鈔》等六朝唐初的作品論及黃籙齋儀時，均以「拔度先祖」為其主要功能。而從杜光庭所論，可知黃籙齋的功能已被大大擴充，不限於拯救幽靈，而是「功無不被」的齋法，《道門定制》卷6記為「普資家國，遍濟存亡，開度七祖，救拔三途。」³⁴⁵甯全真《上清靈寶大法》卷54〈齋法宗旨門〉亦說：「廣成之論謂黃籙兼總生死，人天同福，上至邦國，下及庶人，皆得修奉。……為國消災，為民祈福，拔濟師友，普度幽魂，請福三元，關昇九祖，皆曰黃籙，悉有科儀。」³⁴⁶由於其適用性大增，成為人天普修的齋法，自然較能普及，舉行次數必然較為頻繁，以應社會之所需。³⁴⁷

道教認為黃籙具有濟人救物的功用，可普資家國，遍濟存亡，上拔億曾萬祖惡對罪根，下拔九夜三途窮魂幽爽，解消殃結，開度天人。所謂「經分三十六部，而度人莫先；齋列二十七等，而黃籙為首」。³⁴⁸無論是開度九幽七祖，拯拔地獄罪根，還是禳風調雨順，人天普福，黃籙皆可修崇，其功無際。杜光庭不僅編撰黃籙齋儀，以供齋醮法壇行用，在所撰的《道教靈驗記》中，又記述了十餘則黃籙齋靈驗的事例，《道教靈驗記》卷15〈李約黃籙齋驗〉說：

黃籙齋者，濟拔存亡，消解冤結，懺謝罪犯，召命神明，無所不可。上告天地，拜表陳詞，如世間表帝王，即降明赦，上天有命，萬神奉行。天符下時，先有黃光，如日出之象，照地獄中，一切苦惱，俱得停歇，救濟拔黷，功德極速。故須修黃籙齋為急矣。³⁴⁹

此言黃籙齋救濟拔度之功用，正如甯全真《上清靈寶大法·古序》所言：「黃籙齋者，遐福群有，廣救三途，報應之期，影隨響答，古今所驗。」³⁵⁰黃籙齋可用於濟度，金允中《上清靈寶大法》卷44說：

黃籙諸齋，濟度為本。顯則祝君康時，普福群生；幽則拔鬼度魂，廣資萬類。庶幾遍及，以成善功。或超薦先靈，亡者受福；或禳解災厄，則生人蒙羞。倘切切於一己，旁無濟度之心，則不足以為齋矣。故施食普度，不可不盡其心也。³⁵¹

³⁴⁵ 《道藏》冊31，頁713。

³⁴⁶ 《道藏》冊31，頁201。

³⁴⁷ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁110-111。

³⁴⁸ 〈無上黃籙大齋立成儀〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，冊16，頁1。

³⁴⁹ 《道藏》冊10，頁855。

³⁵⁰ 《道藏》冊30，頁649。

³⁵¹ 《道藏》冊31，頁652。

所謂濟度就是濟生度死，黃籙據有濟度存亡之供用，被視為度人之上品。杜光庭《道教靈驗記》卷 14〈陳武帝黃籙齋驗〉，記陳永定二年（五五八），衡嶽道士葛伯為陳武帝修黃籙道場祈雨之事，為舉行黃籙齋之最早記載。此後黃籙齋為舉行最頻繁的齋醮儀式，至唐代黃籙齋在民間已經普及。

正如《道門科範大全集》卷 7 說：「三籙黃籙之儀，而九壇貴黃壇之盛。」³⁵²究其根本原因，在於黃籙齋之功能，黃籙齋雖以度幽為主，但祈福禳災也可使用。杜光庭的《太上黃籙齋儀》卷 57 說：「黃籙齋拯救幽靈，遷拔飛爽，開度長夜，昇濟窮泉，固其大旨也。然祛災致福，謝罪希恩，人天普修，家國兼利，功無不被矣。」³⁵³在道教齋醮儀式中，唯黃籙齋應用最為廣泛，既可用於濟度，又可用於祈禳，既適用於皇室，又適用於百姓，能滿足社會各階層人士的各種心理需要，因而千百年演習不衰，可謂功德廣大，故道經稱之為開度七祖，救拔三途，黃籙大齋，功用第一。³⁵⁴

陸修靜稱黃籙齋為「為同法拔九祖罪根」，九祖指的是已亡祖先之靈。黃籙齋當是解冤釋結，拔度幽靈的亡事。宋代道士白玉蟾說：「黃中理氣，總禦萬真，出幽入明，濟生度死。籙者，亦籙之義，籙鬼神之籍耳。黃者，亦主之義，主鬼神之事耳。蓋幽明之鬼神有所主宰而攝籙之也」。白玉蟾的話是對「黃籙」兩字的解釋，不過也說明黃籙齋法是與鬼神有關的「出幽入明，濟生度死」的齋法。現在道教的「黃籙齋會」僅僅與度亡有關。³⁵⁵

《無上祕要》卷 54（黃籙齋品）引《洞玄黃籙簡文》，下元黃籙簡文靈仙品。其儀式的程式為立壇、題榜、香火、鎮龍、命繪、署職、祝香、請仙官、三上香、謝十方、謝日、月、星、謝五嶽、謝水官、謝三寶。

道教舉行黃籙大齋，按科儀儀節有：

- （一）正齋前四十九日：發預告文字，揚告盟幡，自此每夜接待孤魂。
- （二）正齋一月之內：發審告文字，發玉札，封神虎，關五路灯。
- （三）正齋舉行前十日：發正奏文字，投送奏、申、牒、札、關等文書。發正奏文字之後，在壇場立遷神超度等靈幡。
- （四）正奏前七日：拜奏啓告玄穹解穢寶章，然後進拜豐都赦罪章，告行各類真符，接著進拜開通道路、沐浴、煉度諸章。
- （五）正齋前二日：高功法師預集道眾，登壇演習威儀。
- （六）正齋前一日中午：敲鐘，敬請高功法師入靜默堂，先議定職次，請法師就座。齋主九禮三伏，長跪座下致詞，請師升壇，贊引法

³⁵² 《中國野史集成》，冊 4，頁 56。

³⁵³ 《道藏》冊 9，頁 371。

³⁵⁴ 張澤洪，《道教神仙信仰與祭祀儀式》，頁 243-246。0

³⁵⁵ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 199。

師升高座，啓盟，下座書結盟狀、知職榜。出靜默堂，至六幕請師，先至玄師幕中上香，請玄師下降點酌宣疏，讀結盟狀，接著逐次至五帝幕、天師幕、三師幕、三官幕、監齋幕上香，儀節同玄師幕。至外壇戶外，高功法師誦淨天地咒，洒淨，禁壇，高功法師至神虎堂關發玉札。

- (七) 當天晚上，高功法師升壇分灯，舉行宿啓建齋儀。至此，正齋之前的儀範宣示完畢。
- (八) 正齋第一日舉行四場科儀：清旦：正齋行道，轉經；中分：正齋行道，轉經；落景：正齋行道。（唐代爲清旦、中分、落景；宋代爲清旦、中分、落景、靜夜）
- (九) 正齋第二日舉行四場科儀：清旦：正齋行道，轉經；中分：正齋行道，轉經；落景：正齋行道。（唐代爲清旦、中分、落景；宋代爲清旦、中分、落景、靜夜）
- (十) 正齋第三日舉行四場科儀：清旦：正齋行道，轉經；中分：正齋行道，轉經；落景：正齋行道。（唐代爲清旦、中分、落景；宋代爲清旦、中分、落景、靜夜）
- (十一) 正齋後第一日清旦：解壇拜表，告投三簡。
- (十二) 正齋後第一日夜：設醮謝恩。

上述正齋三日節目，其中清旦、中分、落景行道，就是通常所說三日九朝行道儀，而靜夜的破獄、煉度、升度是與三日九朝行道儀配合行用的。³⁵⁶

黃籙齋的主要儀節，都是根據六朝時期得的《度人經》而設，可以說是《度人經》濟度思想的儀式化演繹。黃籙齋的盛行，與其濟拔救度的功能有關。施食科儀³⁵⁷是建齋醮祭煉道場、演斛食濟幽法事。道教的施食科儀，作為靈寶齋法的內容，最早儀是黃籙齋法中的一個儀節，用于濟度亡魂。至南宋時，「死魂受煉，生身受度」的煉度儀，在施食科儀的基礎上盛行起來，成為黃籙科儀的大宗，靈寶齋法的要務，道教的施食至遲在唐代已經盛行。

對壇場的燃灯記載有「南北朝時期的黃籙齋，是在齋壇十方各安九灯，即齋壇都門外共設九十灯，在壇內的太歲、行年、大小兩墓、本命、俠門等處，也要根據齋主情況設灯。」與杜光庭的黃籙齋儀比較，杜光庭黃籙齋儀的法灯設置已經更爲完備，杜光庭的燃灯威儀，在前世道經中可以找到根據，南北朝道經《太極真人敷靈寶齋戒威儀諸經要訣》說：「靈寶齋法燃十灯火，以法十

³⁵⁶ 張澤洪，《道教禮儀學》，頁 163-165。

³⁵⁷ 施食也稱「斛食」，俗名「餓口」，施食科儀包括施食、超幽、煉度三項內容。

方；七世父母燃七灯于堂前；靖舍常燃一灯，俠門燃二灯，以辟鬼神；日月星宿、病人行年本命各燃一灯。」³⁵⁸這是太極真人闡述的燃灯之法。

以下為早期道教如《無上秘要》的〈三皇齋〉、〈盟真齋〉、〈金籙齋〉、〈黃籙齋〉等齋儀的燃灯規定之比較：

〈三皇齋〉	〈盟真齋〉	〈金籙齋〉	〈黃籙齋〉
設齋壇，方二丈四尺，開四門，方方各列九燈，對壇設醮，壇內設三皇真君座各一案，各一盤一杯一席一香火。三皇齋要行齋三日，但是也可行齋一日一夜。	在露天的地上安一長燈，長燈上點燃九燈。舉行儀式的道士繞著香燈行道，一天一夜要繞燈六次，六次行十方之禮。	(a) 春燃 9 燈，亦可 90 燈，亦可 900 燈。夏則燃 3 燈，亦可 30 燈，亦可 300 燈。秋則燃 7 燈，亦可 70 燈，亦可 700 燈。冬燃 5 燈，亦可 50 燈，亦可 500 燈。四季之月則燃 12 燈，亦可 120 燈，亦可 1200 燈。 (b) 安 1 長燈，長 9 尺，於上安 9 燈火，置中央，以照九幽長夜之府。	在齋壇十方各安九灯，即齋壇都門外共設九十灯。
三皇齋壇四方各設九灯，稱為列四九之灯，法象三十六天。	盟真齋在齋主家中設壇，于壇場中庭安一九尺高的長灯，在長灯上燃九盞灯火，象征上照九玄諸天福堂，下照九地無極世界。	金籙齋灯儀的春九、夏三、秋七、冬五，四季十二，就是根據五行本數而定。	在壇內的太歲、行年、大小兩墓、本命、俠門等處，也要根據齋主情況設灯。

359

劉宋太極太虛真人《洞玄靈寶道學科儀》卷下〈燃灯品〉說得更清楚，是六朝時期燃灯之法最詳細的記載：

于本命上燃三灯，以照三魂；行年上燃七灯，以照七魄；太歲上燃一

³⁵⁸ 〈太極真人敷靈寶齋戒威儀諸經要訣〉，《正統道藏·洞玄部》，被字號，冊 16，頁 566。

³⁵⁹ 張澤洪，《道教禮儀學》，頁 198-199。

灯，以照一身；大墓上燃三灯，小墓上燃五灯，堂前燃七灯，以照七祖；中庭九灯，以照九幽；俠門二灯，以照宮宅；地戶上二十四灯，以照二十四生炁；向八方燃八灯，以照八卦；四面中央九灯，以照九宮；四面十方燃十灯，以照十方；二十八灯，以照二十八宿；三十二灯，以照三十二天；五灯分于五方，以照五獄。合一百五十三灯。³⁶⁰

在杜光庭之前所修黃籙齋儀，今日還得見者僅有《無上祕要》卷 54（黃籙齋品）。今存陸修靜作品，除了《洞玄靈寶五感文》中有黃籙齋壇場的簡略說明之外，未見有其他關於黃籙齋儀的著作。至於《無上黃籙大齋立成儀》卷 17〈科儀門二〉載有李景祈立定、留用光傳授、蔣叔輿重修的〈古法三時行道儀〉，應是宋代黃籙齋儀之內容。現將《無上祕要》所載黃籙齋儀與杜光庭所著的〈第一日清旦行道儀〉及蔣叔輿重修的〈古法三時行道儀〉儀節比較其異同如下：

《無上祕要》卷 54〈黃籙齋品〉	《太上黃籙齋儀》卷 1(第一日清旦行道儀)	《無上黃籙大齋立成儀》卷 17(古法三時行道儀)
署職		
	眾官列位、歸命三寶	
	啓堂頌	
	(華夏讚)升壇	法師坐堂，弟子九禮三伏，香花華夏引師出堂，參詣六幕，如宿啓之儀
師從地戶入中央	入戶咒	自地戶入壇，入戶咒
		華夏左旋入壇昇天門
三上香十方	上十方香	上十方香
	禦案三上香、上香密咒	禦案三上香
	禮師存念	
	衛靈咒	五方衛靈咒
祝香，叩齒二十四通，發爐咒內容	鳴法鼓二十四通，發爐	都講唱鳴法鼓二十四通、高功三業香祝、發爐
請仙官（請各路兵馬、監齋直事、侍香金童……等一合來下監臨齋堂，這與《太上黃籙齋儀》之出吏兵上啓部份內容同，但無鳴法鼓	出吏兵上啓	都講唱鳴法鼓二十四通、閱吏兵行事

³⁶⁰ 《道藏》，冊 24，頁 773。

及召出身中官曹吏兵之儀節)		
	各稱法位	都講唱各稱法位
	讀詞	宣詞
三上香願念	三撚香，誦念祈愿之詞	三上香祝願
謝十方	禮方、懺謝二十方	禮方、懺悔
謝日、月、星		
謝五嶽		
謝水官		
謝三寶		
	咽液命魔密咒、步虛旋繞	命魔、步虛
	三啓三禮	三啓三禮
	重稱法位	重稱法位、大謝
	發念	願念
存思祝（其內容應與發爐咒相符）	復爐	復爐
		吟學仙頌出壇
	出戶咒	出戶咒
	回師	空洞讚引至玄師前列班，高功小啓謝過
		回向讚
	監齋糾過	監齋糾過
	眾官普揖	讚引法師歸堂

經由上表的差異對照，可以明顯看出《無上祕要》所載黃籙齋儀遠較杜光庭儀來得簡略，而《無上黃籙大齋立成儀》則大致依循杜光庭儀，差異並不大。

《無上祕要》行齋之初，先署職，杜光庭儀及蔣叔輿書均無，此可由討論宿啓儀可知，唐宋時期正齋之前的署職乃在前一日之宿啓儀中完成，而杜光庭修盟真齋無宿啓，乃於第一日清旦說戒署職，此正與《無上祕要》相同，這是六朝與唐宋齋儀的差異之一。

觀《無上祕要》所載黃籙齋儀的內容，功能猶限於為九祖父母拔度死魂，得出長夜，故其儀式著重於禮方懺悔，祈求赦罪，而在禮方懺悔時，尚須叩頭

搏頰，猶保有早期塗炭齋的形式，目地也在於表現悔過之誠。故其內容幾乎都是在說明所受之罪業，乞求赦原。³⁶¹

在杜光庭的《明真大齋懺方儀》為分懺十方，《明真齋懺方儀》則分都懺與分懺。在其分懺文中皆有「謹依女青某官齋某紋之繪一疋」云云，其套語用法與《無上祕要》卷 54〈黃籙齋品〉中之懺方文同，《無上祕要》該品內容乃自《下元黃籙簡文靈仙品》錄出，該經不見於今《道藏》中，道經之徵引卻可見其內容，敦煌寫卷則保存部分佚文，如見 P.3663 及 DX.158，其中 DX.158 寫殘缺甚多，僅存二十八行不完整之文字，然以其內容與《無上祕要》做一比對，可知其為懺方文文字。現表列如下：

《無上祕要》卷 54〈黃籙齋品〉	敦煌寫卷 DX.158
次師弟子一時左行，向北方五拜長跪言	1 (前缺) (之) 府魂充考撻諸痛備嬰
曰：同法某甲九祖父母生世之日所行元	2 (前缺) 萬劫，終天無解
惡，罪結九幽長夜之府， <u>魂充考撻，諸</u>	3 (前缺) 火官科品資黑文
<u>痛備嬰</u> ，形體毀悴，苦毒難任， <u>長淪萬</u>	4 (前缺) (金) 龍一枚歸命北方無
<u>劫，終天無解</u> ，今依盟真玉匱女青太陽	5 (前缺) 氣天君北鄉諸靈官拔
宮火官拔度科品齋黑紋之繪五十尺或五	6 (前缺) 罪根三界司算女青
尺， <u>金龍一枚，歸命北方無極</u> 太上靈寶	7 (前缺) 度窮魂身入光明上
天尊、 <u>五氣天君北鄉諸靈官，拔贖</u> 某家	8 (前缺) 更生福慶之門甲得
九祖父母惡對 <u>罪根，三界司算、女青</u> 太	9 (前缺) 頭搏頰各五十過止
陽宮火官，削除罪錄，開 <u>度窮魂，身入</u>	10 (前缺) 品曰拔度罪根威儀謝
<u>光明，上昇天堂，衣食自然，早得</u>	11 (前缺) 向東北一十二拜
<u>福慶之門。甲得</u> 道真，與神合同。畢，	12 (前缺) 母生世之日所行
叩 <u>頭搏頰各五十過</u> 。	13 (前缺) 之府魂充考撻諸痛(備)嬰
次師弟子一時左行， <u>向東北一十二拜，</u>	14 (前缺) 長淪萬劫終天無解今
<u>長跪言曰：同法某甲九祖父母生世之日</u>	15 (前缺) 禁官科品資黃文之
<u>所行元惡，罪結九幽長夜之府，魂充考</u>	16 (前缺) (龍) 一枚歸命東北
<u>撻，諸痛備嬰</u> ，形體毀悴，苦毒難任，	17 (前缺) 梵氣天君東北諸
<u>長淪萬劫，終天無解</u> ，今依盟真玉匱女	18 (前缺) 惡對罪根三界司算
青左宮 <u>禁官拔度科品齋黃紋之繪</u> 一百二	19 (前缺) 錄開度窮魂身入光
十尺或一十二尺， <u>金龍一枚，歸命東北</u>	20 (前缺) 早得更生福慶之門
方無極太上靈寶天尊、 <u>梵氣天君東北諸</u>	21 (前缺) 頭搏頰各一百二十
靈官， <u>拔贖</u> 某家九祖父母 <u>惡對罪根，三</u>	22
<u>界司算、女青左宮禁官，削除罪錄，開</u>	23 (前缺) 曰拔度罪根威儀謝
<u>度窮魂，身入光明</u> ，上昇天堂，衣食自	24 左行向東南方十二
然， <u>早得更生福慶之門。甲得</u> 道真，與	25 祖父母生世之日

³⁶¹ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 127-130。

<p>神合同。畢，叩頭搏頰各一百二十過。次師弟子一時左行，向東南下方一十二拜，長跪言曰：同法某甲九祖父母生世之日所行元惡，罪結九幽長夜之府，魂充考撻，諸痛備嬰，形體毀悴，苦毒難任，長淪萬劫，終天無解，今依盟真玉匱女青下宮四司官拔度科品齋黃紋之繪三十二尺，金龍一枚，歸命下方無極太上靈寶天尊……。</p>	<p>26 府魂充考撻諸 27 難任長淪萬劫終天 28 (青) 下宮四司官科品</p>
---	---

從以上比對，可看出右出《黃籙簡文》《無上祕要》的黃籙齋的懺方文內容，比較於敦煌寫卷DX.158的內容，幾乎相同並未更動其中之文字。³⁶²

至於為何要「依女青某宮科品齋某紋之繪」來作為懺文的套語形式，這應與六朝時對九幽獄的說法中，神鬼世界管理制度的建構，濟度幽冥的方法等等有很大的關係。以《道藏》中〈智慧罪根上品大戒經〉卷下所述拔度各方地獄之法，與《無上祕要》卷 54 黃籙齋品所述拔度各方地獄之法作一比較，懺文內容頗吻合，現表列以明之：

《智慧罪根上品大戒經》卷下	《無上祕要》卷 54〈黃籙齋品〉
<p>依玄都女青上官左官律，九劫得還生…… 當依明真玉匱女青上官科品以輕紋之繪九十尺，亦可九尺，金龍一枚，詣東方九氣天君東鄉諸靈官九幽之中，拔贖苦魂，絕諸罪根，九日九夜，明燈燒香，首謝天君。</p>	<p>1 今依盟真王(玉)匱女青上官拔度科品齋青紋之繪九十尺或九尺，金龍一枚，歸命東方無極太上靈寶天尊、九氣天君東鄉諸靈官，拔度某家九祖父母惡對罪根，三界同(司)算、女青上官、削除罪錄……</p>
<p>依玄都女青陽官太陽官官律，罪役皆三萬劫…… 當依明真玉匱女青陽宮科品，以絳紋之繪三十尺，亦可三尺，金龍一枚，詣男方三氣天君南鄉諸靈官九幽之中，拔贖罪魂，三日三夜，明燈燒香，首謝天君。</p>	<p>3 今依盟真玉匱女青陽宮拔度科品齋青紋之繪三千(十?)尺或三尺，金龍一枚，歸命東方無極太上靈寶天尊、三氣天君東鄉諸靈官，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青陽宮、削除罪錄……</p>
<p>依玄都女青右官姻官律，萬劫當得還生…… 當依明真玉匱女青右宮科品，以白紋之繪七十尺，亦可七尺，金龍一枚，詣西</p>	<p>5 今依盟真玉匱女青右宮陰官拔度科品齋白紋之繪七十尺或七尺，金龍一枚，歸命西方無極太上靈寶天尊、七氣天君西鄉諸</p>

³⁶² 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 192-194。

<p>方七氣天君東鄉諸靈官九幽之中，拔贖罪魂，七日七夜，明燈燒香，首謝天君。</p>	<p>靈官，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青右宮因官、削除錄……</p>
<p>依玄都女青太陽宮火官律，萬劫當生六畜中…… 當依明真玉匱女青太陽宮科品，以玄紋之繪五十尺，亦可五尺，金龍一枚，詣北方五氣天君東鄉諸靈官九幽之中，拔贖罪魂，五日五夜，明燈燒香，首謝天君。</p>	<p>7 今依盟真玉匱女青太陽宮火官拔度科品齋黑紋之繪五十尺或五尺，金龍一枚，歸命北方無極太上靈寶天尊、五氣天君北鄉諸靈官，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青太陽宮火官、削除罪錄……</p>
<p>當依明真科品，以黃紋之繪二十尺，亦可一十二尺，金龍一枚，詣東北梵氣天君東北諸靈官九幽之中，拔贖罪魂，一十二日一十二夜，燒香燃燈。</p>	<p>8 今依盟真玉匱女青左宮禁官拔度科品齋黃紋之繪一百二十尺或一十二尺，金龍一枚，歸命東北方無極太上靈寶天尊、梵氣天君東北方鄉諸靈官，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青左宮禁官、削除罪錄……</p>
<p>依玄都女青下宮中官律，萬劫當還生賤人之中…… 當依明真玉匱女青中宮科品，以黃紋之繪一百二十尺尺，亦可一十二尺，金龍一枚，詣東南梵氣天君東南諸靈官九幽之中，拔贖罪魂，一十二日一十二夜，明燈燒香，首謝天君。</p>	<p>2 今依盟真玉匱女青中宮拔度科品齋黃紋之繪一百二十尺或一十二尺，金龍一枚，歸命東南無極太上靈寶天尊、梵氣天君東南鄉諸靈官，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青中宮、削除罪錄……</p>
<p>依玄都女青下宮右官律，萬劫當還生下人…… 當依明真玉匱女青下宮科品，以黃紋之繪一百二十尺尺，亦可一十二尺，金龍一枚，詣西南梵氣天君西南諸靈官九幽之中，拔贖罪魂，一十二日一十二夜，明燈燒香，首謝天君。</p>	<p>4 今依盟真玉匱女青下宮拔度科品齋黃紋之繪一百二十尺或一十二尺，金龍一枚，歸命西南方無極太上靈寶天尊、梵氣天君西南鄉諸靈官，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青下宮右宮、削除罪錄……</p>
<p>依玄都女青太陰宮水官律，萬劫當得生愚闇之中…… 當依明真玉匱女青太陰宮科品，以黃紋之繪一百二十尺尺，亦可一十二尺，金龍一枚，詣西北一氣天君西北諸靈官九幽之中，拔贖罪魂，一十二日一十二夜，明燈燒香，首謝天君。</p>	<p>6 今依盟真玉匱女青太陰宮水官拔度科品齋黃紋之繪一百二十尺或一十二尺，金龍一枚，歸命西北方無極太上靈寶天尊、梵氣天君西北鄉諸靈官，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青太陰宮水宮、削除罪錄……</p>
<p>常以黃紋之繪三十二尺，金龍一枚，以詣諸天官曹府，拔贖宿對，開度九幽之</p>	<p>10 今依盟真玉匱女青上宮都禁官拔度科品，齋黃紋之繪三十二尺，金龍一</p>

中囚徒死魂，一日一夜一十二時，燒香燃燈，照耀諸天。	枚，歸命上方無極太上靈寶天尊，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青上官都禁宮、削除罪錄……
常以黃紋之繪三十二尺，金龍一枚，以詣下方諸土府五嶽名山諸水三官諸署十二洞源九幽之中，拔贖罪魂，一日一夜一十二時，燒香燃燈，照耀諸地之下。	10 今依盟真玉匱女青下宮四司拔度科品齋黃紋之繪三十二尺，金龍一枚，歸命下方無極太上靈寶天尊，拔贖某家九祖父母惡對罪根，三界司算、女青下宮四司官、削除罪錄……

可看出《智慧罪根上品大戒經》卷下與《無上祕要》黃籙齋品的歸命方位是相同的，其所需的齋紋之數目、金龍一枚亦皆相同。

《智慧罪根上品大戒經》已見於宋文明之古靈寶經目³⁶³，是六朝古道經，其所述之內容為六朝道教徒關於九幽獄之說法，應即是《黃籙簡文》及杜光庭儀懺悔方式之思想來源。³⁶⁴

第四節、上清派的齋品

一、《太真齋法》的〈太真下元齋品〉、〈太真中元齋品〉、〈太真上元齋品〉

在《無上祕要》卷 48 至卷 57 所載各類齋法之中，包括三皇、塗炭、明真、金籙、黃籙等齋，均無拜表言功之儀，卷 49 〈三皇齋品〉雖有「言功」之語，但所述甚簡，唯獨卷 55 〈太真下元齋品〉說：「三日齋竟，啓遷齋官，亦依上元之格，但增解七祖之功耳。」卷 56 〈太真中元齋品〉亦說：「齋竟，鹹還齋官，亦依上元之格，但增首謝宿愆解過之意爾。」所指「啓還齋官」云云，應是指「言功」之事，又檢卷 57 〈太真上元齋品〉卷末有九日燒香都畢，清旦入室朝禮叩齒上啓之文，說：

今月某日於某郡縣鄉裏中開起齋直，燒香頌經，思神念真，行道求仙（或合神丹，隨意所言），修行事竟，所啟上清高上三寶、領仙侍郎、五方五帝、監靈大夫、典齋使者、飛仙、天仙、地仙、五嶽四瀆、四方監察、真官靈仙，謁還真宮，進品上仙，加爵祿秩，隨品署真，當如太真之儀。³⁶⁵

³⁶³ 見敦煌寫卷 P2861、P2256，大淵忍爾，《敦煌道經·目錄篇》附錄，頁 366。

³⁶⁴ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 195-198。

³⁶⁵ 〈無上祕要〉，《正統道藏·太平部》，冊 42，頁 494。

觀其文意，實即屬「言功」性質，且其整篇啓文亦與杜光庭儀所載黃素朱表相類，由此推測，黃籙齋儀中之言功拜表儀，或許自太真三元齋儀衍化而來。³⁶⁶

三元篇說：「太科高上元始受之空洞九玄之先，置於齋直，以行神仙之訣。如是玄都上室真人皆友於月上旬修上元，中旬修中元，下旬修下元，況於世學……授度真人，修之九年，剋得飛仙上登玉清之宮……。」由此可知，欲修飛仙登宮，則應於月上旬修〈太真上元齋品〉、中旬修〈太真中元齋品〉、下旬修〈太真下元齋品〉。³⁶⁷

三元篇說：「修上元之法，然燈上極九十燈，中可六十燈，下可三十燈，羅列齋堂左右門閣，太歲月建日辰本命行年之上。修中元之法，然燈上極六十燈，中可三十六燈，下可十二燈。修下元之法，然燈上極三十六燈，中可二十四燈，下可九燈，可得悉依上元然燈數亦佳，無者亦得依下元之法也」。³⁶⁸

三元篇說：「然燈太歲年命上二處，令晝夜恆明，餘燈白日不須明也；若天雨者但於齋堂然太歲本命二處燈便足餘者可闕也。」

三元篇說：「結齋士同齋行香畢，當各伊其本命燈再拜及太歲，上啓乞求願，隨其所言也。」

高上洞真三元齋，上元主天，下元主地，中元主人，三元合真，上應九玄。上元九日以轉經行道，思真念神，合丹鎮生，上求神仙。中元六日乞解己身，犯科違戒，宿結之愆。下元三日，以拔度七祖，解釋九陰，死魂生天。此高上妙法求仙之本根，修之成真，輕泄漏慢，獲罪三官。³⁶⁹

（一）、〈太真下元齋品〉

上學之士欲求飛仙致靈通真騰景太空上昇九天之道，當須下元三日，齋直行香，轉經拔解七祖，令死魂更生，去離三塗，上昇南宮，釋結解滯，斷滅惡根，七祖既歡，身自成仙。

行下元齋法未到之前一日沐浴形軀宿節齋心、入室、北向、叩齒、撚香、長跪、上啓、東向、一上香、二上香、願、三上香、願、西北向、一拜、長跪、

³⁶⁶ 周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，頁 149-150。

³⁶⁷ 〈無上秘要〉，《正統道藏》，太平部，冊 42，頁 484。

³⁶⁸ 〈無上秘要〉，《正統道藏》，太平部，冊 42，頁 489-490。

³⁶⁹ 〈無上秘要〉，《正統道藏》，太平部，冊 42，頁 490。

願、東南向、一拜、長跪、願、西北向、一拜、長跪、願、北向、一拜、長跪、願、東北向、一拜、長跪、願、東向、一拜、長跪、願、東南向、一拜、長跪、願、南向、一拜、長跪、願、西南向、一拜、長跪、願、西向、一拜、長跪、願、太歲向、再拜、長跪、願、西向、再拜、長跪、願、北向、再拜、長跪、願、東向、再拜、長跪、願、南向、再拜、長跪、願、西向、叩齒、願、畢再拜、咽炁止、頌《太霄琅書九天之章》、繞香三周、於南方正北向、九拜，畢出室、不得後顧。

修〈太真下元齋品〉應注意下列事項：

(一) 三元篇說：「修下元之法，然燈上極三十六燈，中可二十四燈，下可九燈，可得悉依上元然燈數亦佳，無者亦得依下元之法也。」

(二) 下元篇說：「修此齋直當書豁落七元皇威章，隨其所安置於方面。」

(三) 三元篇說：「登齋之日，當選高稱通靈釋微才智慧朗之人，以爲齋主，上高座誦說法義，次者和之同齋，皆靜坐，閑聽伏受法化，不得慢略外形託齋，內懷異念，虧忽天格，爲司官所糾罰，以五帝神兵移名北酆，不得又登齋堂。」

(四) 三元篇說：「登齋之日，男女當以學深淺次之容，序雅步旋香禮願，每令如法坐起臥息，不得混雜，更相戲笑，無有尊卑，爲諸天所笑，鬼神所慢，犯者爲司官所糾罰，以五帝神兵移名北酆，不得又登齋堂。」

(五) 三元篇說：「凡行此道學法，亦齋合丹，亦齋入山，亦齋傳經，亦齋八節日，亦齋甲子日、庚申日、太歲日、本命日，亦齋富貴，亦齋貧弊，亦齋有樂，亦齋有憂，亦齋疾病，亦齋口舌，亦齋有戾，亦齋師有憂，亦齋國不寧，亦齋師戾，亦齋同盟有憂、亦齋諸如此等，其功至重，於常若能恆修此法三年，剋得真人下降，但依常修九年，感靈能乘空飛行」。³⁷⁰

(二)、〈太真中元齋品〉

〈中元齋品〉有說太真科文爲學之本，當先修中元齋直之法，以贖己身積滯之愆，解過於太真，謝罪於三元，宿愆既散，高上降真，書名玄圖，剋成上仙，有修其道，飛騰九天，輕泄靈文，身沒鬼官。

³⁷⁰ 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，冊 42，頁 478-484。

修中元齋法宿自沐浴入室、燒香、西向、叩齒、撚香三過、常跪、上啓、願，明日清旦入室、入齋堂、戶外叩齒、思、入齋堂、東向、上香、祝、東向、長跪、叩齒、上啓、第一向香爐三上香、第二上香、願、第三上香、願、東向、三拜、長跪、願、次東南向如上法、次正南如法、次西南如法、次正西如法、次西北如法、次正北如法、次東北如法、次西北上方如法、次東南下方如法、上面十方皆如東方之願三拜叩頭三搏頰、西向、再拜、長跪、願、北向、再拜、長跪、願、東向、再拜、長跪、願、南向、再拜、長跪、願、向中央太歲、再拜、長跪、願、禮五帝、向東方、頌五帝憂樂之曲、旋行、於南方向北、誦經、旋行、北向、誦四極五苦頌三篇、三拜、九叩頭、九搏頰、叩齒、三撚香、祝、至高上無極太上大道玉皇幾前，叩齒、咽炁、止、出戶、勿反顧。齋竟馘遷齋官，亦依上元之格，但增首謝宿愆解過之意。

修〈太真中元齋品〉應注意下列事項：

（一）三元篇說：「修中元之法，然燈上極六十燈，中可三十六燈，下可十二燈。」

（二）中元篇說：「修中元齋法，當書五帝命魔靈旛置於五方，所以爾者，上學皆爲大魔王幹試，令思念不專，算不得降，故以命魔制之耳，事竟盛之錦囊」。³⁷¹

（三）三元篇說：「凡有同學遇災被戾疾病縣官，口舌非橫之事，皆修中元之法，當資香油爲信告齋主，隨其情事，列奏高虛也。」³⁷²

（三）、〈太真上元齋品〉

〈上元齋品〉說：「凡修行大洞真經三十九章雌一玉檢五老寶經玄母八門修行十二上願，誦詠高上玉丈飛玄之意，思真行道，上求神仙，及合神丹，飛騰虛空。」

凡修上元齋法九日清齋、未至一日五香沐浴，宿齋齊心、入室、北向、叩齒、撚香三遍、長跪、上啓、明日清旦齋心入室、向戶外齋主叩齒、思、北向、長跪、叩齒、祝、東向、三撚香、稱、第二上香、願、第三上香、願、西北向、再拜、朝禮上方、長跪、願、東南向、再拜、朝禮下方、長跪、願、北向、再

³⁷¹ 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，冊 42，頁 485-489。

³⁷² 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，冊 42，頁 484。

拜、長跪、願、西向、再拜、長跪、願、東向、再拜、長跪、願、南向、再拜、長跪、願、立西方向東、叩齒、三撚香、怨願、咽炁。

修〈太真中元齋品〉應注意下列事項：

- (一) 三元篇說：「修上元之法，然燈上極九十燈，中可六十燈，下可三十燈，羅列齋堂左右門閣，太歲月建日辰本命行年之上。
- (二) 上元篇說：「建齋之日，當輸金真玉光九天之信，置於五方，以招神致靈。」³⁷³

以下為其齋法《無上秘要》卷 57〈太真齋法〉與《無上秘要》卷 52〈三元齋品〉之相較：

〈太真齋法〉	〈三元齋品〉
<p>《無上秘要》卷 57〈太真上元齋品〉說：「高上洞真三元齋，上元主天，下元主地，中元主人，三元合真，上應九玄。上元九日，以轉經行道，思真念神，合丹鎮生，上求神仙；中元六日，乞解己身，犯科違戒，宿結之愆；下元三日，以拔度七祖，解釋九陰，死魂生天。此高上妙法，求仙之本根，修之成真，輕洩漏慢，獲罪三官」。</p>	<p>靈寶十二齋法之一。《無上秘要》卷 52〈三元齋品〉謂常以正月十五日、七月十五日、十月十五日平旦、正中、夜半三時，沐浴身形，五香自洗。〈三元篇〉說：「太科高上元始受之空洞九玄之先，置於齋直，以行神仙之訣。如是玄都上室真人皆友於月上旬修上元，中旬修中元，下旬修下元，況於世學……授度真人，修之九年，剋得飛仙上登玉清之宮……。」《雲笈七籤》卷 37 說：三元齋，首謝違反科戒。《玄門大論》以為三元齋，學士自己悔罪；學道之士，通過三元齋，自我懺悔違反戒律之罪。</p>

(1) 太真齋法。《無上秘要》卷 57〈太真上元齋品〉說：「高上洞真三元齋，上元主天，下元主地，中元主人，三元合真，上應九玄。上元九日，以轉經行道，思真念神，合丹鎮生，上求神仙；中元六日，乞解己身，犯科違戒，宿結之愆；下元三日，以拔度七祖，解釋九陰，死魂生天。此高上妙法，求仙之本根，修之成真，輕洩漏慢，獲罪三官」。

³⁷³ 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，冊 42，頁 490-495。

(2) 靈寶十二齋法之一。《無上秘要》卷 52〈三元齋品〉謂常以正月十五日、七月十五日、十月十五日平旦、正中、夜半三時，沐浴身形，五香自洗。《雲笈七籤》卷 37 說：三元齋，首謝違反科戒。《玄門大論》以為三元齋，學士自己悔罪；學道之士，通過三元齋，自我懺悔違反戒律之罪。《太上大道玉清經》卷 4〈下元品第十一〉：「欲建三元齋……三元大慶，自是道法自然之良辰，眾真朝拜太極之吉日也，下仙凡人修身拔亡之要機也。此時詮簡功過，校定吉凶，上帝下觀，司非亂彈，地司上奏，不府錄簡，有功成真，過謫罪魂，冥司考罰，苦不能言，汝欲齋清，當依正法」。

以下為《無上秘要》洞神派、正一派、靈寶派、上清派等派的各種齋法之特色，列表如下：

〈洞神三皇齋品〉	〈正一塗炭齋品〉	〈靈寶盟真齋品〉	〈靈寶三元齋品〉	〈靈寶金籙齋品〉	〈靈寶黃籙齋品〉	〈太真齋法〉
乃為皇帝解厄、保國安民之用。為一切存亡等赦除積罪、解釋考訟而設的齋儀。	以苦節為功，上解億曾萬祖無數劫來宗親門族及己身家門無殃數罪，拯救憂苦，濟人危厄。	其目的主要在於拔度九幽之魂，且亦作為禳災祈福之用。	是五鬥米道民常行的請禱之法。可也。是最具民間信仰的特色。	當是指有關國家和帝王的齋法。乃用於消弭重大的天災變異。	黃籙據應用最為廣泛，有濟度存亡之供用，被視為度人之上品，但祈福禳災也可使用。限於為九祖父母拔度死魂，得出長夜，故其儀式著重於禮方懺悔，祈求赦罪。	拜表言功之儀。
禮拜四方九天帝王之儀節。	從程式上可知，說戒與奉戒是儀式	二十四條「明真科律」所談及的善惡果報非常詳盡。	天地水三官共有九府一百二十會，考核生死罪	若天有重災，國祚不安，星宿越錯，四象失常，兵寇病	黃籙具有濟人救物的功用，可普資家國，遍濟存亡，上拔	欲修飛仙登宮，則應於月上旬修〈太真上元齋品〉、中旬修〈太真

	的核心部份。		福，無有差錯。	厄，帝王不寧，毒厲流布，天人死傷。當作何法，以穰其災，拔度厄難，解諸不祥。	億曾萬祖惡對罪根，下拔九夜三途窮魂幽爽，解消殃結，開度天人。	中元齋品〉、下旬修〈太真下元齋品〉。
	搏頰、懸樑柱、這些儀式行為是發生在道教徒向神靈懺悔有罪時，這種懺悔有時要日夜連續進行。	九幽獄說法的流行，可視為是明真齋修撰發展的基礎。	在拜禮、叩頭和自搏之間，都有懺謝罪愆的言詞。	禮懺十方是其中的重要程式。	是解冤釋結，拔度幽靈的亡事，為同法拔九祖罪根。	上元九日以轉經行道，思真念神，合丹鎮生，上求神仙。中元六日乞解己身，犯科違戒，宿結之愆。下元三日，以拔度七祖，解釋九陰，死魂生天。
偏重於個人之修道求仙所為。	是悔過請命的齋法。	為學士自拔億曾萬祖九幽之魂的齋法。	學士一年三過，自謝涉學犯戒之罪。	是針對帝王的需求心理而創設的齋法。	既適用於皇室，又適用於百姓，能滿足社會各階層人士的各種心理需要。	〈太真下元齋品〉上學之士欲求飛仙致靈通真騰景太空上昇九天之道，當須下元三日，齋直行香，轉經拔解七祖，令死魂更生，去離三塗。
		《玉匱明真科》中於每		願念文內容是固定的，		〈太真中元齋品〉太真科文

		方懺悔之後均須脫巾叩頭自搏。		唯在不同方位，所歸命之對象不同而已。		爲學之本，當先修中元齋直之法，以贖己身積滯之愆。
		不宿啓。				〈太真上元齋品〉凡修行大洞真經三十九章雌一玉檢五老寶經玄母八門修行十二上願。
		要在露天的地上安一長燈，長燈上點燃九燈。舉行儀式的道士繞著香燈行道，一天一夜要繞燈六次，六次行十方之禮。				修上元之法，然燈上極九十燈，中可六十燈，下可三十燈，羅列齋堂左右門閣，太歲月建日辰本命行年之上。修中元之法，然燈上極六十燈，中可三十六燈，下可十二燈。修下元之法，然燈上極三十六燈，中可二十四燈，下可九燈，可得悉依上元然燈數亦佳，無者亦得依下元之法也
	有〈奉戒頌〉					
	有〈衛靈咒〉					
	有〈發爐咒〉與					

	〈復爐咒〉					
三皇齋壇四方各設九灯，稱爲列四九之灯，法象三十六天。		盟真齋在齋主家中設壇，于壇場中庭安一九尺高的長灯，在長灯上燃九盞灯火，象征上照九玄諸天福堂，下照九地無極世界。		金籙齋灯儀的春九、夏三、秋七、冬五，四季十二，就是根據五行本數而定。	在齋壇十方的各安九灯，即齋壇都門外共設九十灯。在壇內的太歲、行年、大小兩墓、本命、俠門等處，也要根據齋主情況設灯。	

第五節、〈三十二天讚頌品〉 - 右出《洞玄空洞靈章經》

學界目前將《太上洞玄空洞靈章經》歸爲古靈寶中的「元始舊經」，其主要理由是依據敦煌本（靈寶經目）在該目錄之中，此經被列爲「元始舊經」《紫微金格目》十部三十六卷之一。敦煌本（靈寶經目）主要由P.2861及P.2256拼成，學界認爲此爲宋文明《通門論》所傳陸修靜的（靈寶經目），³⁷⁴

在敦煌殘經中，P.2399卷首殘缺，卷尾題爲「太上洞玄空洞靈章」，而P.8564存有尾題「空洞靈章」四字。³⁷⁵再從《無上祕要》引文來看，此經名稱乙出現了變化，《無上祕要》卷20稱之爲《洞玄空洞靈章》，卷6、卷29、卷43稱之爲《洞玄空洞靈章經》，卷100則稱《洞元靈章經》，³⁷⁶從這裡可看出北周時期部份流傳版本的名稱已被稱之爲「經」而流傳著，因而在《洞元靈章》之後加上「經」。唐以後對此經的相關引用文獻所提之經名多半是「空洞靈章經」或「空洞靈章」。

³⁷⁴ 南朝末年，陸修靜對於早期靈寶經進行整理並作（靈寶經目序），此序保留在宋代《雲笈七籤》卷4中，但是（靈寶經目）則已佚失不存。馬伯樂（Henri Maspero）最早指出陸修靜所撰（靈寶經目）尚保存在敦煌遺書唐代鈔本中。大淵忍爾（論古靈寶經）一文則對敦煌伯希和2861號和2256號文書、宋文明《通門論》加以拼合並展開研究，從而恢復了長久佚失的（靈寶經目），並開展了古靈寶經的研究，

³⁷⁵ 見王卡，《敦煌道教文獻研究》，頁92-93。

³⁷⁶ 〈無上祕要〉，《正統道藏·太平部》，冊42，卷20，頁16b7；卷6，頁2b1；卷29，頁13a1；卷43，頁8a8；卷100，頁6b5。

《太上洞玄空洞靈章經》大約是東晉到南朝時期的作品，此部經典《正統道藏》並未收錄，但其具體內容可見於《正統道藏》的諸多引文及敦煌的道教經典之中，在這些收錄經典之中，引術最完整的是《無上秘要》卷 29〈三十二天讚頌品〉，該卷收錄三十二天的讚誦內文來比對敦煌本讚誦辭，可發現《無上秘要》本漏掉第二十九天之最後四句、第三十天讚誦整段讚誦詞、以及第三十一天前十五段文字，結果形成第二十九天讚誦從第十八句之後直街接連接到第三十天讚誦之第十六句的現象。推斷這是抄經者或刻經者漏掉一頁經文之故。《無上秘要》除了卷 29 之外，也在卷 6、20、43、100 等處引用了「空洞靈章」。³⁷⁷

《無上秘要》卷 29〈三十二天讚頌品〉引《洞玄空洞靈章經》前序說：

元始天尊皆諸天大聖、十方至真無極神王、天仙、飛仙、地仙、五帝真人，浮空降席，流光朗微，二景冥合。太上道君不勝喜悅，前進作禮。上白天尊：「今日眾聖迴降空山，羣真歡樂，不比於常，伏願天尊賜命西宮上玄真人披空洞之弦，和自然知之《靈章》，使未見者見，未聞者聞。」天尊歡喜而言：「《空洞靈章》，諸天玉音，上官所重，秘不下傳。今既良讌，歡樂難稱，運非常會，理不容藏。今當普告二十三天，齊真合和，披頌《靈章》。」於是道君稽首稱慶，諸天歡喜而各作頌曰：……。

378

敦煌本P.2399 的前序亦提到「今既良宴，歡樂難稱，運非常會，理不容藏。今當普告三十二天，齊真合和，披頌《靈章》。」；「道君稱慶，拑掌和《空洞》；諸天歡喜，而各作頌曰：……。」³⁷⁹這些都說明《洞玄空洞靈章經》之讚頌為諸天君搭配諸天玉音所創作之讚詞。

〈三十二天讚頌品〉計頌三十二天為「太黃皇曾天頌」、「太明玉完天頌」、「清明何童天頌」、「玄胎平育天頌」、「元明文舉天頌」、「上明七曜天頌」、「虛無越衡天頌」、「太極濛翳天頌」、「赤明和陽天頌」、「玄明恭華天頌」、「曜明宗飄天頌」、「竺落皇笏天頌」、「虛明堂曜天頌」、「觀明端靖天頌」、「玄明恭慶天頌」、「太煥極瑤天頌」、「元載孔昇天頌」、「太安皇崖天頌」、「顯定極風天頌」、「始皇孝芒天頌」、「太黃翁重天頌」、「無思江由天頌」、「上揲阮樂天頌」、「無極曇誓天頌」、「皓庭宵度天頌」、「淵通元洞天頌」、「翰寵妙成天頌」、「秀樂禁上天頌」、「無上常融天頌」、「太極賈奕天頌」。

³⁷⁷ 《無上秘要》除了卷 29 之外，引用〈空洞靈章〉包括卷 6（劫運品）頁 2；卷 20（仙歌品）頁 16；卷 43（誦經品）頁 8；卷 100（八自然品）頁 6 等。謝世維，《天界之文-魏晉南北朝靈寶經典研究》，頁 215-218。

³⁷⁸ 〈無上秘要〉，《正統道藏·太平部》，冊 42，頁 303。

³⁷⁹ 《敦煌道藏》，頁 2377。

至於讚頌的主旨，依據後序則說：「上聖歡樂，各頌《靈章》，披《空洞》之微辭，以和五合之宮商。上讚元始之玄奧，下欣五帝之寶明。」³⁸⁰所謂「上讚元始之玄奧」在《五篇真文》中說：「《元始自然赤書玉篇真文》，……眾真並以上合天慶之日，清齋持戒，上會玄都，朝禮天文，誦經行道，上讚元始自然之章，中和三元洞明之氣，下慶神真大慈之教。道在則尊，唯清為貴，故齋戒存其檢行。³⁸¹」此中「上讚元始自然之章」或許是《洞玄空洞靈章經》讚頌之主旨「上讚元始之玄奧」。因此，《洞玄空洞靈章經》的主旨應該是讚頌靈章或靈文的功德，這也是三十二天帝君讚頌的對象。

再以讚頌的內容來看，其讚辭大致上都循著一定的模式而構成。這種模式大體可分為三個部份，讚頌一開始都是描寫該天界之形成，其中蘊含了宇宙生成論及氣化論的觀念，並將天界的名稱放入讚頌的前幾句之中。其次描繪眾聖於天界之讚歌，或者他道法與天界聖景之描述。第三部份則展現讚歌或法門之救度功德，致使九幽開夜，而死骸生軀，拔度死魂升至南宮，進而升登於天界福堂，並與諸天聖眾遨遊於天界聖山與宮室之間。而這種救度可溯及七祖，並遍及在久幽的一切眾生。

從這種論述模式可看出《洞玄空洞靈章經》的核心思想主要為救度，救度的對象是七祖乃至所有九幽之府受苦的生靈，其救度的方法是透過經典轉誦，以經典的轉誦力量使地獄的苦魂可以拔渡而出，脫離苦難，升至天界福堂，達到神仙的境界。這是一種大乘的救度之道，靈寶經發展出來的一種大乘經典救度之法。《洞玄空洞靈章經》最後提到誦《洞玄空洞靈章經》之功德。³⁸²

《洞玄空洞靈章經》這種神聖音樂對應讚頌歌詞的形式與《度人經》、《諸天內音自然玉字》當中「大梵隱語」當中一個內音對應一個天文的形式有所不同。《無上秘要》卷29〈三十二天讚頌品〉引《洞玄空洞靈章經》前序所言《洞玄空洞靈章經》為「諸天玉音」，這指的亦是一種神聖音樂形式，在諸天帝作讚頌之前已存在，諸天帝君是將原本已存在的玉音披誦出來。

而從《洞玄空洞靈章經》經典結構來分析，似乎可看出一種現象，其中的三十二的讚頌文是經典的核心部份，而在這一個經典核心部份前後各有幾段神話的鋪陳與結尾。從留存的各版本當中可以發現，核心部份是相對穩定的，前後的神話部份則是相對的不穩定，呈現諸種版本不同的現象。這似乎暗示了經典的集纂過程，六朝的道教經典常常都是以符或韻體式的文字當作核心，也就

³⁸⁰ 《敦煌道藏》，頁2387。

³⁸¹ 《元始五老赤書玉篇真文天書經》，卷下，頁15a7-b5。

³⁸² 謝世維，《天界之文-魏晉南北朝靈寶經典研究》，（臺北；台灣商務印書館，2010年），頁236-238。

是「經」，而圍繞著這個「經」則形成相關的「訣」與神話，進而鋪陳成爲一部完整的經典。在道教經典結構當中，「經」是相對穩定的部份，是天界書體的顯現，源自於宇宙元炁；「訣」與神話則是相對流動的、詮釋的、鋪陳的，甚至隨著時間而逐漸增衍，發展更冗長龐大的經典，從這個角度來看，《洞玄空洞靈章經》會有各種版本流傳，而版本之間三十二天的讚頌差異並不大，只是有少數用字不同而已，版本間不同的現象發生在神話部份，也就是相對流動而不穩定的部份，在其流傳過程當中就會有變異增衍的現象產生。

另外，從經典的內容看來，除了一個固定的天界讚頌、九幽開度的基本模式之外，《洞玄空洞靈章經》的讚頌內容基本上是多元而無系統性的，有些讚頌可以判斷與《元始五老赤書玉篇真文天書經》密切，有些則與《度人經》有關，部份讚頌則借用了《上清經》的觀念，少部份則用了佛教術語。這似乎可以推定《洞玄空洞靈章經》的作者是在天界讚頌、九幽開度的框架之下，援用了不同經典傳統的概念，使讚頌的意象豐富而多元，令讀者在詠誦時感覺諸天讚頌各有特色，不會呈現一致而呆版的意像。即使《洞玄空洞靈章經》的作者借用豐富多元的經典內容，這些借用元素脫離了原來經典脈絡，被援用到讚頌之中時，呈現的是不連貫而不統一的意象，被置入於天界讚頌、九幽開度的框架之中。這些元素原來的意象也產生了變化，形成一種新的架構，似乎可以從此看出靈寶經典的書寫模式，是一種援引、置入、轉化的新型態經典構作。其目的是豐富讚頌的內容，並將其音樂與讚頌提升至九幽先祖乃至眾生的救度，以及個人升仙的終極宗教目的，這正是靈寶經所開展出的新宗教救度模式與型態。以上的觀點是謝世雄對於《洞玄空洞靈章經》的讚頌文體的看法。³⁸³

小結（科儀）

道教儀式是一種混融性的結構能夠滿足人們在求知、教育、抒情、審美等各方面的需要。在道教儀式中，通過對戲劇化的表演，幻想的神靈有了具體的形象感受，人們體驗到祖先神靈就和大家同在，迷狂的心理得到宣洩，社會的統一在神秘主義的直覺體驗裏得到維護，生產技術、知識經驗通過對戲劇般的表演而傳給後代，使人們得到道德規範、社交禮儀以及被神化了的歷史的教育。神不過是人的幻想，道教儀式上的敬神、娛神、祭神，都不過是一種表演，是借祭祀之名而行藝術之實。³⁸⁴

道教科儀的經文對於信眾來說也是一種人倫禮俗教育。道教科儀中大多稱

³⁸³ 謝世維，《天界之文-魏晉南北朝靈寶經典研究》，（臺北；台灣商務印書館，2010年），頁251-252。

³⁸⁴ 史孝進，《威儀莊嚴——道教科儀及其社會功能》，（上海；上海辭書出版社，2012年），頁188。

「懺悔文」，就是行儀的道士替自己本身，或為信眾自己的過錯向神靈表示懺悔之意的文字。這類科儀中代替自己本身或信眾的懺悔，無論是為了拔度幽魂，還是為了消災延福，都是自己或信徒對於今生行為過錯的檢討，其檢討的標準當然是道教倫理規定的規範內容。由於信眾在科儀中的懺悔是人對於神的懺悔，而神是無所不能，無所不在的，因此，這樣的懺悔給予信眾的威攝力量，比起通常的人對人的懺悔無疑要力量得多。這種懺悔的做法與樣式，在《無上秘要》的各個齋法中，有見到〈三皇齋品〉頁 424 的「……求為建三皇齋謝以悔禍祈福……」，〈塗炭齋品〉頁 449 的「……臣等謹依靈寶下元塗炭謝法，露身中壇，稽顙乞哀，特乞大慈，開宥之恩，原赦某……」，〈三元齋品〉頁 458 的「……大慈直垂哀原，赦除臣前身生億劫以來，乃至今身所犯坐如上之罪，乞賜更始……」，〈金籙齋品〉頁 466 的「……今故立齋，披心露形，叩頭自剋，為國謝殃，燒香然燈，照耀諸天……」，〈太真中元齋品〉頁 485 的「……於此齋直，行香然燈，悔過謝愆，願蒙……」等。

科儀中宣讀的戒律一般是「九戒」，即〈九真妙戒〉³⁸⁵。這裡九條規戒，除了「傲忽至真」是人神關係的戒律以外，其他八條都是人際關係的行為規範，並且同傳統的社會人倫內容相一致，因此，這樣的宣戒既能被信眾所懂，也能被信眾接受和傳承。這在《無上秘要》的各個齋法中，亦時而可見，如〈靈寶齋宿啓儀品〉頁 432 的「次奉戒頌，道為無心宗，一切作福田……」，〈塗炭齋品〉頁 443 的「……須明旦晨曉，依法行道，續更啓聞，次智慧頌三首……」。

道教科儀最後的部份大多包含「願念」的內容。科儀的願念也是道士誦念的。通過誦念，道教徒表示他們的信念和願望，這從正面堅定道教徒的信仰。《道門通教必用集》卷 2 說到宋代科儀的願念，「為國專以國事，薦幽專以遷拔，消災專以祈禳」，這樣科儀願念部份的教化作用就更明顯了。這在《無上秘要》的各個齋法中，尤其是南北朝中期形成的《上清洞真智慧觀身大戒文》，亦即是《無上秘要》卷 45 的〈玉清上元戒品〉，名〈高上玉清智慧上元戒品〉也出現了全部是「當念」「願念」方面的內容，屬於「孝」的範疇如「道學當念父母養我因緣」，屬於「忠」的範疇如「道學不得不忠其上」，屬於「弟」的範疇如「道學不得欺誑同學未解之人」，屬於「禮」的範疇如「道學不的薄賤老病」，屬於「信」的範疇如「道學不得設權變謀」，屬於「義」的範疇如「道學不得貪樂榮祿王位」，屬於「恥」的範疇如「道學不得嬌稱自異號為真人」。

³⁸⁵ 〈九真妙戒〉在《靈寶玉鑒》卷 27 稱：「一者敬讓，孝養父母；二者克勤，忠於君王；三者不殺，慈救眾生；四者不淫，鄭身處物；五者不盜，推義損己；六者不瞋，兇怒凌人；七者不詐，陷賊害善；八者不驕，傲忽至真；九者不二，奉戒專一。」

以上（無上秘要）的齋法，在南北朝陸修靜時代就被稱為「九齋十二法」，包括靈寶齋九法、上清齋二法和三元塗炭齋法。實際上應該是十齋二法，十齋就是金籙、黃籙、明真、三元、八節、自然、三皇、太一、指教、塗炭等十齋；二法就是洞真上清齋的二種方法，即絕群離偶，孤影夷豁³⁸⁶。三元塗炭齋為天師道所行齋法。不過陸修靜稱它為九齋十二法。經過陸修靜的整理和編訂，道教儀式的混亂狀態得到了糾正。陸修靜的整理首先是根據教派的分類，將上清和靈寶等兩派區別開來，其次，才是區別了不同齋法的功能和使用範圍。

《雲笈七籤》卷 37、《玄門大論》將齋法定為「十二齋」，《道門定論》定為六種齋。十二齋法的名稱是：金籙齋、玉籙齋、黃籙齋、上清齋、明真齋、指教齋、塗炭齋、三元齋、八節齋、三皇子午齋、靖齋、自然齋等。這十二種齋法的區別主要是的功能和使用範圍的不同。靈寶和上清的宗派區別已經成為次要的區別，這裏，上清齋只是被並列為普通齋法的一種。六種齋的名稱是：上清齋、靈寶齋、洞神齋、太一齋、指教齋、塗炭齋等，可是，靈寶齋內又包括金籙、黃籙、明真、三元、八節、自然等六齋的內容。從「六齋」的名稱可以看到不同宗派的齋法仍是主要的，這與陸修靜時代不同的只是洞神三皇齋、太一齋、指教齋單獨列出，並且三齋和靈寶、上清等齋並列。

隨著靈寶、上清等派同天師道派逐漸融合的進程，各派齋法也相互吸收和滲透，「十二齋」的「金籙、玉籙、黃籙」等三齋從使用範圍不同的角度獨立區分出來，被稱為「三籙」。後九種齋法中，「八節齋」和「靖齋」都是個人修持，謝過求仙之齋法，和其他七種大多用於為他人消災祈福、謝過求仙之齋法，和其他七種大多用於為他人消災祈福、濟生度死的功能不同，因此也被區分出來。所以，宋代道士呂元素編的《道門定制·齋品》稱道「廣成先生曰齋有二十七等，備在三洞經內」。但是《齋品》所籙的僅有「三籙七品」等共十種，呂元素指出「右十品齋法皆有科儀，其餘一十七品，詳在廣成黃籙序事儀中，或雖有名題，科儀不備」。科儀是一種儀式行爲，杜光庭時就已沒有科儀行爲，那麼到了宋代末年齋名就成為空名而實亡了。

到了唐末五代杜光庭的時代，靈寶和上清的科儀已經融合，其區別已不再是主要的，重要的是科儀的功能，在《道門科範大全集》中，科儀的內容已經覆蓋了當時社會生活的諸多方面，例如：生日、消災、疾病、祈求雨雪、祈嗣、安宅、解星、延生、修真、濟度等等。從杜光庭以後，道教科儀一般都只分為「三籙」，即金籙、玉籙和黃籙，即區別使用範圍，至於「七品」的內容，就己不再強調了。³⁸⁷

³⁸⁶ 陸修靜所列上清齋二法，實際是《通門大論》所載上清齋第一法，屬內齋範圍，為極道之齋。見張澤洪《道教禮儀學》，頁 30-31。

³⁸⁷ 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 204-205，206。

分類的標準難以掌握，南朝陸修靜對於科儀作過分類，也就是在《洞玄靈寶五感文》中分成「九齋十二法」。從他的分類，可以看出他的分類標準有五種。第一種宗派標準，就是把科儀區分成上清派和靈寶派科儀兩類；第二種使用標準，就是按科儀使用的不同範圍區分，例如：金籙齋、黃籙齋等；第三種時間標準，就是按科儀使用的不同時間區分，例如：三元齋、八節齋等；第四種神祭標準，就是按科儀祭祀的不同神靈區分，例如：洞神三皇齋、太一齋等；第五種功效標準，就是按科儀使用的不同功效區分，例如：明真齋、指教齋等。隨著道教科儀的增加和宗派融合的趨勢，這些分類標準有的使用不多了，例如宗派標準、時間標準，不過也仍偶有使用的，像宋代編成的《靈寶玉鑒》和《無上三天玉堂大法》、《清微元降大法》，前者是靈寶派齋醮符法的總集，後者是新道派玉堂派和清微派齋醮符法的總集。

陸修靜的九齋十二法，原科儀經本似在《無上秘要》中尚有保存，《無上秘要》卷 48 至 57，收錄南北朝道教行用的各種齋法，雖一概未著錄撰人，但從科儀編撰的內容實況來看，其收錄的內容應該是陸修靜的齋醮科本，其齋法確實是靈寶派齋法。又卷 48 的《靈寶齋宿啓儀品》亦可推知此為陸修靜撰作的科本，這可由蔣叔與編撰的《無上黃籙大齋立成儀》卷 16《古法宿啓建齋儀》，著錄為「東晉廬山三洞法師陸修靜撰」，兩者宿啓科儀的格式，具有明顯的沿襲痕跡。³⁸⁸

由於一些新科儀的產生，在分類標準中又增加了一些形式標準，如「燈儀」的區分就是因為科儀中使用的法器而獨立出來的，不同目的地使用燈儀，又出現了金籙燈儀和黃籙燈儀。而大量使用「標準就是使用標準，即將科儀分為：金籙和黃籙兩類，也就是道長們習慣區分為清事和亡事等兩類科儀，清事是為活人做的科儀；亡事是為亡靈做的科儀。像唐五代杜光庭集《太上黃籙齋儀》和宋代編集的幾大部科儀總集《上清靈寶大法》、《靈寶領教濟度金書》等等。另有一本清代民眾生活需要的百科全書，即 276 種科儀的清代末年刊印全真道教科儀《廣成儀制》。

科儀格式亦可視為科儀經書的不同類型，自南北朝以來齋醮經書的名稱，就分別有以科、儀、格、式命名的，有數例如下：

《正統道藏》收錄〈紫皇煉度玄科〉一卷。元末月鼎〈先天斗母奏告玄科〉一卷。《道外藏書》冊 17〈太極仙翁神煉玄科〉一卷。《道外藏書》冊 30〈先天斗姥煉度金科〉一卷。《道書集成》冊 9 增補威儀類收錄〈靈寶正一清時啓請玄科〉、〈靈寶正一午朝玉樞玄科〉，清類近垣〈梵音斗科〉二卷。

³⁸⁸ 張澤洪，《道教禮儀學》，（北京：宗教文化出版社，2012 年），頁 30。

南北朝道經《正一法文外籙儀》一卷、《正一法文傳都功版儀》一卷、《傳授五千文籙儀》、劉宋陸修靜《太上洞玄靈寶授度儀》、唐杜光庭《太上正一閱籙儀》。

《天樞院都司須知格》一卷、南宋淨明院嗣演教師周真人編《靈寶淨明院行遣式》一卷。《道外藏書》冊 17 收錄《祈神奏格》二卷。

北宋神霄派《高上神霄宗師受經式》一卷，南宋淨明法派作《天樞院都司須知行遣式》一卷。³⁸⁹

在《道教文化新典》中，道教教科儀類型的劃分標準，是以「主事者」為中心來建立的。主事者實施科儀，在功能上友「為我」還是「為他」來區別，而可分為三大類型：

(一) 是以個人修身極道為主的科儀

例如入門拜師、日常生活起居的威儀，以及重視個人修極道的齋法。如側重個人修為的內齋（《靈寶無量度人上經大法》稱內齋者有四：心齋、常齋、清靜齋、長齋³⁹⁰。）此外，透過內心懺悔謝罪的儀式，有塗炭齋、八節齋。正一道派吸收八方正氣的指教齋，上清派眠神靜氣、遺形忘體、昇虛入妙的上清齋。

(二) 是為他人他事而進行的醮神度鬼的科儀

例如陸修靜的兩大齋法，無為的洞真上清之齋二種和有為的洞玄靈寶之齋九種，以及明編《洞玄靈寶玄門大義》中出現的「三籙七品」。

(三) 是人我共同合益科儀

這是一種分不出人、我利益的齋法，而達成救人、救物也救己的功能。例如《洞玄靈寶五感文》出現的自然齋、三元齋，或是在《太上洞神天公消魔護國經》的天公齋。其行齋的宗旨是為「荷大道生成，酬乾坤覆載，解百生過咎，祈未來福祥，希風雨順時，百穀豐稔，除瘟滅毒，降福延齡。」³⁹¹

台灣有些道長將道教科儀區分為大法事和小法事兩類，大小之別既和內容有關，也和形式有關。以內容來說，大法事指的是不同規模的金籙和黃籙道場，而小法事只是驅邪壓煞之類的內容。就人數和時日數而言，前者人數多，時間長，而後者只要少量道士、短時間即可完成。將道教科儀區分成大法事和小法事的背候因素，是職業道士將它區分為「大生意」（大買賣）和「小生意」（小買賣），這事科儀商業化的稱呼。

³⁸⁹ 張澤洪，《道教禮儀學》，頁 27-28。

³⁹⁰ 長齋又稱「靖齋」，道教的靖齋是一種內心的自我與仙真交談的齋法，用心、口談話的過程（仙真神明住在心宮，口代表自我），達到人、神的交通，清虛五藏，淨化心靈。

³⁹¹ 鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，頁 293-294。

綜合上面所述，對於道教科儀的總體分類，還是應區分為清事和亡事，也就是分為金籙和黃籙兩類較為妥當。³⁹²

³⁹² 張澤洪等，《道教儀禮》，頁 215-216。

第六章結論

本文主要以漢末魏晉南北朝時代文化背景為依託，通過這一時期的道教戒律的分析，來發掘《無上秘要》各種戒法特點的基礎上，力圖把握這些戒律所反映出的道教歷史及思想文化特徵。並可由以上的各種敘述及其相關的內容，可知魏晉南北朝的齋戒及道教科儀是與中國古代宗教禮儀的是有相當的聯繫與融合，《無上秘要》的內涵當然亦包括在其中。

一、《無上秘要》各種戒法的意義與其特色

(一)《洞真三元品誠儀》，含〈上元品誠〉、〈中元品誠〉、〈下元品誠〉。其學仙善功，行惡罪報，各隨所屬考官，悉書之焉。天地水三官，各各別置宮府曹署無數，禁察司罰之官，糾諸功過罪惡之人。三元品戒，部有六十條，合一百八十條戒，各有陰陽左右水火風刀官考典之。正月十五日，上元校戒之日。七月十五日，中元校戒之日。十月十五日，下元校戒之日。³⁹³

(二)〈玉清下元戒品〉、〈玉清中元戒品〉、〈玉清上元戒品〉、〈洞真智慧觀身大戒經品〉。《太上洞玄靈寶智慧罪根上品》卷上說：「次有上品百八十戒，中品八十戒，下品四十戒，並元始智慧三品之律，撰為〈觀身大戒〉合三百首。」³⁹⁴這裡友談及「智慧」、「觀身大戒」、「三百首」，即是〈智慧觀身三百大戒〉。而三百大戒即合上品百八十戒，中品八十戒，下品四十戒而成。若奉戒弟子獨宿山林可畏之地，鳴天鼓二七通。心存戒，神衛三重，祿鬼不敢近，福德恒隨身，諸天善神，各各應護也，先是冤家債主，皆生慈心矣。而〈洞真智慧觀身大戒經品〉觀歷人身諸神三百關節，真靈不得妄出，魔試不能得犯。人受誦此戒，不違其禁，亦可不學而出雲霞，碧輿自然迎子。³⁹⁵

(三)〈昇玄五戒〉、〈昇玄九戒〉。魏晉南北朝時期的升玄派人門弟子授戒初階。戒文見《無上秘要》卷 46。即：一、不得淫。二、不得情性忿怒。三、不得含想毒念，嫉妒於人。四、不得飲酒迷亂。五、不得貪利錢財。得授五戒，即為升玄內教弟子。〈昇玄五戒〉皆須修身，中和炁性，反俗所行，斷絕榮色，與道合行。³⁹⁶欲求修大乘之法，當樂志虛無，要修行順戒，奉而行之〈昇玄九戒〉，道立可得。³⁹⁷

³⁹³ 〈太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊 11，頁 743。

³⁹⁴ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品精經〉，《正統道藏·洞玄部》，陶字號，冊 11，頁 762。

³⁹⁵ 〈洞真智慧觀身大戒經品〉，《正統道藏·洞真部》，戒律類，冊 5，頁 199。

³⁹⁶ 道教學術資訊網站，臺北；明龍宮，2012/11/30，<http://www.ctcwri.idv.tw/godking.htm> 太上靈寶昇玄內教經中和品述義疏。

³⁹⁷ 〈要修科儀戒律抄〉，《正統道藏·洞神部》，弔字號，冊 11，頁 897。

(四)〈洞玄十戒〉，〈洞玄十善戒〉和〈洞玄十惡戒〉，〈洞玄智慧十戒〉、〈洞玄智慧十二可從戒〉、〈智慧閉塞六情上品戒〉、〈智慧度生死上品大戒〉和〈智慧十善勸助上品大戒〉。能受是十戒〈洞玄十戒〉，修行如法，十方天官無不衛護，必致得道。³⁹⁸《智慧罪根上品戒經》有上品百八十戒，中品八十戒，下品四十戒，並元始智慧三品之律，撰為觀身大戒，合三百首。上品十戒為〈洞玄十善戒〉，此十戒普教十方無極世界，度一切人。能奉之者，功書十天，福延七祖，拔出長夜九幽之中，上昇南宮。十惡者為〈洞玄十惡戒〉，此十惡之戒，不能離身。犯之者身遭眾橫，鬼神害命，考楚萬痛。若能保持十戒，修齋求道，開度天人，作諸善功，當行十二可從戒，自得正真，終入無為，所願皆成。³⁹⁹〈洞玄智慧十戒〉又名初真戒。得授初真戒，即正式成為道門弟子，稱十戒弟子，或智慧十戒弟子。⁴⁰⁰〈智慧閉塞六情上品戒〉即「六情戒」條。(太上洞真智慧上品大戒)稱：其六戒者皆以心通智慧，能施其德，行合自然，慶福恒居其身，禍害常遠其門。所以道士遠禍求福，必修六戒。六戒修畢，可稱洞玄法師，位臻靈寶中盟品位。⁴⁰¹

(五) (正一五戒品) 又稱〈五欲戒〉。為正一道士所遵守奉持。能持此五戒，可以長生。但其核心主要是「五戒」除「五欲」、安「五神」。

(六)〈洞神三界戒〉、〈洞神五戒〉、〈洞神八戒〉。《洞神經》稱：凡諸律，通應共行。其間緩急、繁簡、高卑，各有意義。准擬玄源，變化生教，皆漸相成。三五七九，十百千萬，雖隨緣所堪，亦不可越。略知音向正法，修長生不死；三五兼參，宜受八戒。得受三界戒、洞神五戒和洞神八戒，方可稱洞神弟子或三皇弟子。⁴⁰²洞神八戒是反映儒教影響的一個極好的例證，因為它與《尚書·洪範》之「九疇」⁴⁰³大有關係。此五戒其中有「五行」、「五事」、「八正(政)」、「五紀」、「皇極」、「三意(三德)」等字眼，它們皆是屬於儒家經典《尚書·洪範》「九疇」之列。

從某種意義上說，道教推本於先秦道家，崇尚「道法自然」，似乎不應該

³⁹⁸ 〈太上洞玄靈寶智慧定志通微經〉又名〈思微定志經〉，《正統道藏·洞玄部》，本文類，冊10，頁75。

³⁹⁹ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經卷上〉，又名〈洞玄智慧上品經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊11，頁762。

⁴⁰⁰ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經〉，〈洞玄智慧十戒〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊11，頁762。

⁴⁰¹ 〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經〉，〈智慧度生死上品大戒〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊11，頁762。

⁴⁰² 〈三界戒、洞神五戒和洞神八戒〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊42，頁417-418。

⁴⁰³ 「九疇」據說乃是上天賜予大禹的九條施政綱領，其源頭甚早，在中國傳統文化中的地位十分突出，具有極大影響力。

有太嚴格的科戒條律。然而，道教又畢竟是一門宗教，雖然這門宗教的教理與先秦道家有著極深厚的相承關係，在基本精神上保持著血脈相傳，但與作為哲學流派的先秦道家，依然存在著形式上的種種區別，諸如神靈信仰、組織形態、修持方法等等。道教戒律又實融攝先秦道家「守清靜，戒貪欲」的思想主張，明確提出諸多戒律予以執行，從最初的〈想爾九戒〉、〈昇玄五戒〉、〈昇玄九戒〉、〈洞玄十戒〉、〈正一五戒〉、〈洞神五戒〉、〈洞神八戒〉到全真道的〈三壇大戒〉，無不體現出此種主張。這些淡泊名利、恬淡無慾、保持平和心態的思想對於調適個人心理有重要作用。⁴⁰⁴

從維護宗教信仰的角度說，戒律的意義在於使人身心潔淨，也就是道教常說的齋戒以事神。齋與戒，時常聯繫在一起，持齋必有所禁戒。在道教產生之前的更古時代，奉事神靈的祭祀活動即須齋戒，諸如禁食葷腥、斷房事、沐浴、口不出穢言等等。如此戒潔身心，則所作供奉有神靈來享，否則祭祀無益。按照一些道書的說法，齋戒是「假其形外之制，以倡心內之儀」，意思就是要通過齋戒形式表達對神靈之聖潔的崇敬。由這種對於聖潔的崇敬進一步升華，則是一種對於道德永恆的追求。如老君說一百八十戒序說：

人生雖有壽萬年者，若不持戒律，與老樹朽石何異？寧一日持戒，為道德之人，而死補天官，屍解升仙。……從古至今，誰能長存者，唯道德可久耳。⁴⁰⁵

這種對於道德永恆的追求，表現出一種很高尚的情結，意猶孔子所謂「朝聞道，夕死可也」，只不過道教將這種持戒而死，推崇為「屍解升仙」。⁴⁰⁶

具有道教信仰的人，作為一位公民，他應遵守法律；作為一名道教教徒，他還要遵守戒律。而道教戒律的內容與法制的要求有重合、含攝之處（如不殺、不偷、不淫亂等），甚而道教戒律涉及的內容較法律更廣泛（如心口一致、思想和語言也要符合善的範疇），執行程度更深（由道教徒發自內心地自律和神靈監控）。在道德層面，戒律涉及人們的思想、行為的道德價值判斷，一旦被道教判斷為善的行為，道教徒就一絲不苟地執戒、守戒。與法律相協調、一致的部分戒律被道教徒執行地更為徹底。這對社會控制無疑有積極作用。⁴⁰⁷

二、《無上秘要》各種齋法的意義與其特色

⁴⁰⁴ 唐怡，《道教戒律研究》，四川；巴蜀書社，2008年，頁194。

⁴⁰⁵ 〈老君說一百八十戒序〉、〈太上老君經律〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，冊30，頁543。

⁴⁰⁶ 張裕，〈道教經典內文〉，臺北；中國世界弘道復興協會，2012-12-3。

[http://ez-dao.com/daobook/B/qa/\(58\)%20-q@a1.html](http://ez-dao.com/daobook/B/qa/(58)%20-q@a1.html)

⁴⁰⁷ 唐怡，《道教戒律研究》，頁196。

《無上祕要》洞神派、正一派、靈寶派、上清派等各種齋法的意義與其特色：

(一)、(洞神三皇齋品)乃為皇帝解厄、保國安民之用。禮拜四方九天帝王之儀節。三皇齋壇四方各設九灯，稱為列四九之灯，法象三十六天。

(二)、(正一塗炭齋品)為學士自拔億曾萬祖九幽之魂的齋法，但以苦節為功，搏頰、懸樑懸柱、這些儀式行為是發生在道教徒向神靈懺悔有罪時，這種懺悔有時要日夜連續進行，是為悔過請命的齋法，戒與奉戒是儀式的核心部份。有奉戒頌，有衛靈咒，有發爐咒與復爐咒。

(三)、(靈寶盟真齋品)其目的主要在於拔度九幽之魂，且亦作為禳災祈福之用。二十四條「明真科律」的善惡果報。九幽獄說法可視為明真齋修撰的基礎。不宿啓。盟真齋在齋主家中設壇，于壇場中庭安一九尺高的長灯，在長灯上燃九盞灯火，象征上照九玄諸天福堂，下照九地無極世界。

(四)、(靈寶三元齋品)是學士一年三過，自謝涉學犯戒之罪。也最具民間信仰的特色。天地水三官共有九府一百二十會，考核生死罪福。在拜禮、叩頭和自搏之間，都有懺謝罪愆的言詞。

(五)、(靈寶金籙齋品)是指有關國家和帝王的齋法，乃用於消弭重大的天災變異。禮懺十方是其中的重要程式。願念文內容是固定的，唯在不同方位，所歸命之對象不同而已。是針對帝王的需求心理而創設的齋法。金籙齋灯儀的春九、夏三、秋七、冬五，四季十二，就是根據五行本數而定。

(六)、(靈寶黃籙齋品)應用最為廣泛，有濟度存亡之供用，被視為度人之上品，但祈福禳災也可使用。限於為九祖父母拔度死魂，得出長夜，故其儀式著重於禮方懺悔，祈求赦罪。既適用於皇室，又適用於百姓，能滿足社會各階層人士的各種心理需要。在齋壇十方各安九灯，即齋壇都門外共設九十灯。在壇內的太歲、行年、大小兩墓、本命、俠門等處，也要根據齋主情況設灯。

(七)、(太真齋法)是一種拜表言功之儀。欲修飛仙登宮，則應於月上旬修(太真上元齋品)、中旬修(太真中元齋品)、下旬修(太真下元齋品)。

以上的道教齋法，從形式上講是隨著時代變化的經典禮儀與民間風俗禮儀的結合，齋法形式的意義又是什麼呢？陸修靜在「洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈

祝願儀」中說：

末世學者，貴華賤實，福在於靜而動以求之，命在於我而捨己就物。若斯之徒，雖欣修齋，不解齋法。或解齋法，不識齋體。或識齋體，不達齋義。或達齋義，不得齋意。紛紜錯亂，靡所不為，流宕失宗，永不自覺。⁴⁰⁸

齋法即齋的具體作法，也就是齋的表現形式。凡依其法作齋，皆屬道教，齋法與道教的信仰及教義，具有某種聯繫。

《無上祕要》卷 47 引〈洞玄太極隱註經〉說：

夫學道以齋戒為本也。誦經必齋，校經必齋，書經必齋，書符必齋，篆籀必齋，作金丹必齋，詣師必齋，請問必齋，禮拜必齋，受經必齋，救病消災必齋，致真人必齋。⁴⁰⁹

陸修靜「洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀」也說：

夫齋直是求道之本，莫不由斯成矣。此功德巍巍，無可比者，上可升仙得道，中可安國寧家、延年益壽，保於福祿，得無為之道，下除宿愆，赦見世過，救厄拔難，消滅災病，解脫死人憂苦，度一切物，莫不有宜矣。⁴¹⁰

二說用語不同，但基本思想一致，都將齋視為道教的根本。前者從齋戒的角度，強調其在宗教活動和宗教修持中的重要性。看起來「必齋」的方面太多，似乎過於繁瑣，但也未尚不可以理解為其宗教特徵在各個方面的體現。後者從作功德的角度，強調齋法的重要性。所謂行齋法可以「安國寧家」云云，在理性主義者看來也許屬於虛誕，祈禱神靈未必能夠改變現實。但站在信仰者的角度看，齋壇祈禱不但能表達某種願望，樹立起嚮往和睦安康的信念，而且面對神真會使人心靈潔淨。為了建立這種功德，道教徒以「明真齋」清淨苦修，「塗炭齋」甚至採取某些自虐的方式。在這方面，我們首先應該關注的，也許不是道教齋醮形式的粗俗或者迷狂，而是功德思想中所蘊涵的宗教情懷。至於說作齋可以升仙得道，則顯然與其基本信仰相聯繫。⁴¹¹

⁴⁰⁸ 〈洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀〉，《正統道藏·洞玄部》，化字號，冊 16，頁 494。

⁴⁰⁹ 〈無上祕要〉卷 47 引〈洞玄太極隱註經〉，《正統道藏·無上祕要》，太平部，冊 42，頁 420。

⁴¹⁰ 〈洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀〉，《正統道藏·洞玄部》，化字號，冊 16，頁 494。

⁴¹¹ 張裕，〈道教經典內文〉，臺北；中國世界弘道復興協會，2012-12-3。

[http://ez-dao.com/daobook/B/qa/\(58\)%20-q@a1.html](http://ez-dao.com/daobook/B/qa/(58)%20-q@a1.html)

《無上秘要》的〈靈寶黃籙齋品〉、〈靈寶塗炭齋品〉和〈正一塗炭齋品〉都有拔度億曾萬祖無數劫、九幽、九祖父母之魂的齋法。對於這種度先祖的齋事，《老君音誦戒經》說：

為先亡父母遷度魂靈，月月單章，言達齋功，勝於千通度星遊說之事。
齋功不達，無有感徹之理。先齋立功，卻上度星章。⁴¹²

這種功德，是為信仰中的神建立的。所謂「感徹」，就是以功德去感動神的慈悲。同書又說：「此則仙人奏表上聞，遣仙人玉童玉女來臨。」仙人來臨大概是從歌舞降神的巫術中脫胎而來的，不過降神的方式不是歌舞歡娛，而是以齋戒建立宗教功德，並要採取向朝廷上奏疏一樣的形式，將齋戒功德呈告神靈。這樣就從巫術中脫胎出來，顯示出齋戒所具有的道教的象徵性意義。

其次說齋義。陸修靜「洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀」說：

以人三關躁擾，不能閒停，身為殺盜淫動，故役之以禮拜。口有惡言，綺妄兩如，故課之以誦經。心有貪欲嗔恚之念，故使之以思神。用此三法，先心淨行。心行精至，齋之義也。

又說：

夫齋為拱默幽室，制伏性情，閉固神關，使外累不入，守持十戒，令俗想不起，建勇猛心，修十道行，堅植志意，不可移拔，註玄味真，念念皆淨，如此可謂之齋。⁴¹³

陸修靜的所謂「齋義」，正是在這種由道家而道教的歷史推衍中很重要的一環，他以道教齋法形式，使精神專一的文化生活規範化，並以宗教的形式，推廣道家使人精神專一的文化內涵。早於陸修靜的「太真科」也說：

守一以齋為本。齋者齊也，潔也，淨也。不必六時行道，三時講經，晝夜存神，懺悔請福，幹噪玄靈，更失其一。⁴¹⁴

陸修靜在「洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀」提出「齋意」說：⁴¹⁵

⁴¹² 〈老君音誦戒經〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，冊30，頁532。

⁴¹³ 〈洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀〉，《正統道藏·洞玄部》，化字號，冊16，頁494。

⁴¹⁴ 唐道士王懸河三洞珠囊卷五引錄，《道藏》，冊25，頁324。

⁴¹⁵ 張裕，〈道教經典內文〉，臺北；中國世界弘道復興協會，2012-12-3。
[http://ez-dao.com/daobook/B/qa/\(58\)%20-q@a1.html](http://ez-dao.com/daobook/B/qa/(58)%20-q@a1.html)

聖人以百姓牽競五欲，不能自定，故立齋法。因事息事，禁戒以閒內寇，威儀以防外賊。禮誦役身口，乘動以反靜也。思神役心念，禦有以歸虛也。能靜能虛，則與道合。⁴¹⁶

三、經由以上的各種敘述及其相關的內容，《無上秘要》的各種戒法與齋法，對於台灣當代道教與社會是否有何啓示呢？

人們相信，通過宗教儀式的舉行，可以取悅於神，得到神靈的庇佑從而緩解了因自然、社會等異己力量的壓迫而帶來的心理上的焦慮和不安，獲得了心理上的安慰、信心和力量。因此有許多宗教儀式是在人生有重大意義的時刻而舉行的，例如出生、成熟、結婚、疾病、死亡等，這些宗教儀式被認為是幫助人們從一種人生狀態順利地過渡到另一種人生狀態的必要保障，只要舉行了相關的宗教儀式，人們才能獲得心理上的平靜，從而在一定程度上減輕了因處於過渡狀態而帶來的憂心忡忡、耽心害怕的心理。可見，宗教儀式能夠使人們獲得感情上的安慰，滿足了人們的宗教需要，這一點，在作為「中國文化的根柢」的道教科儀上體現得尤為明顯。

那《無上秘要》的各種戒法與齋法，對於當代的社會與道教是否有所啓發？有一種齋法是完全可以確定、並且是無所不用其極的，就是《無上秘要》道教黃籙齋儀。道教科儀的濟度思想是極其重要的表現，首先是在對死者的關注上，《無上秘要》道教黃籙齋的普度幽魂、遷拔、解考等科儀就是為了拔度罪魂的，不管是生前功大罪深，還是死後孤魂無依，《無上秘要》黃籙齋都對其敞開救度大門，而且齋主建醮一般都要先普度眾魂，然後才是自家正薦的祖先亡魂，由此可知，道教黃籙齋的度亡科儀不僅不局限於齋主所要超度的自家亡魂，還推廣到其他孤苦無依的各類魂靈。黃籙齋的度亡及普度，是目前台灣地區用處最大、也最是普遍的度亡科儀。台灣各地宗廟皆時有「專超拔渡大齋功德道場」舉行。

道教對亡魂的濟度，不但有著極為廣泛的範圍，還有著最高的層次目的，也就是說，道教對亡魂的濟度，不僅不會停留在使其經過「水火交煉」後獲得新的形質層次，而是更進一步使其進入道教的福堂，來聆聽太上三尊的講經說法，從而可參真証道得到真正意義上的拔度升華，即是「上拔億曾萬祖惡對罪根，下拯九夜三途窮魂幽爽」，解消冤結，開度天人。總之，道教齋醮科儀的濟度就在於濟生度死，因此，對於人生的各種問題，道教都有相關科儀為之服務，既體現了道教對生人死者同樣的關懷，也滿足人們宗教生活的需要。

⁴¹⁶ 〈洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀〉，《正統道藏·洞玄部》，化字號，冊16，頁494。

其次，道教科儀的濟度思想還表現在對世俗人間之苦、災的救濟上。道教認為人所受之苦乃源於人所犯之罪，生前所犯下之罪過，可能導致死後在陰間受苦，而人之所以會造下罪苦，主要是因為迷戀世俗的物質享受，無法領悟大道清淨無為的真義，為此，舉行齋醮則能使齋主「因今大齋齋醮功德遷拔之緣，萬罪千愆，鹹乞除蕩，即使神魂清淨，罪惱銷平，離苦升天，參真悟道」。⁴¹⁷也就是說，齋醮科儀是人犯下罪過懺悔解除的一種補救方法，也正因為道教對人間之苦的關注，其黃籙科儀中的救苦天尊才會在南宋以後的黃籙齋壇上備受崇敬。

除了對苦的關注外，對災禍的關注也是道教關心世俗人生的重要表現，道教認為人難免會有災運纏繞，這時只要啓建消災道場，仰借神靈之惠力，人間的災厄、冤仇就會隨祈懺而蕩滌，而生者也就能延年增壽。因此，消災祈福也是道教科儀關心人們世俗生活的又一重要表現。

台灣地區當然還有各種各樣、歷史悠久、內容豐富、廣為民眾歡迎的民俗盛會。人們在舉行這些活動，參與齋醮科儀時，不僅得到了文化生活的享受，也相信神靈會對其加以護佑，從而得到了宗教情感的滿足，如聞名響徹台灣，甚而聞名世界的就是「大甲媽祖往北港/新港遶境進香」。「三月瘋媽祖」每年農曆三月，全台都有媽祖信仰的慶典活動。其中最著名、最盛大的是大甲鎮瀾宮媽祖遶境進香活動。活動時間長達九天八夜。據鎮瀾宮統計，參加人數多達十萬人，是全台參加人數最多的宗教活動。在張家麟、謝邦昌教授 2011 所著¹的『論台灣媽祖信仰的擴張性-2009 年大甲媽祖遶境進香實證分析』文章中，談及全國意向顧問股份有限公司於 2009 年接受大甲鎮瀾宮委託，在媽祖遶境期間所作的調查，這是國內第一次運用抽樣調查，以科學的方式做較精確的估計，以發現近 93 萬 4 千名參與遶境，信眾年齡層涵蓋老、中、青、少四代，來自全省二十三個縣市。

大甲媽祖遶境進香當起馬宴之後（進香前三天），就必須開始茹素⁴¹⁸，並遵守相關禁忌，如不入喪家（守喪期一年內）、不賭博、不行房、不進入月內房…等等。大甲媽祖進香期間全程沿途都有信徒提供飲食，對步行隨香者是毫不缺乏，去程全部提供素食，而祝壽典禮後直到返回大甲時，則葷素食物都有。大甲媽祖遶境進香有十大儀典，筊告、豎旗、祈安、上轎、起轎、駐駕、祈福、祝壽、回程、安座，每一個典禮都必須按照一定的程式、地點及時間來進行，

⁴¹⁷ 《道藏》，冊 9，頁 229。

⁴¹⁸ 大甲媽祖虔誠的信徒與相關的工作團隊，須於進香前三日開始齋戒；一般則是在家中向神明「起馬」之後開始齋戒，俗稱吃「路齋」，媽祖安座典禮或祝壽大典結束後才吃葷食。信徒吃素依各自行程而有所調整，但於進香出發到媽祖安座之前，都必須吃素，而沿途信徒也都只提供素食。

一點都馬虎不得。此種進香前及進香過程中的齋戒茹素、遵守相關禁忌等，以及科儀活動之程式規定等等，在在表現出齋戒如儀、嚴守科儀程式莊嚴肅穆之精神，其精神已如同《無上秘要》的各種戒法與齋法之精神是一致無疑的。

另與道教的科儀齋醮活動切身關係，有「3年，7年，10年、20年，30年，40年一次的鄉鎮大作醮。」作醮時，都可見到在作醮日前3日、5日，整個鄉、鎮人民茹素齋戒、不賣牲品、不行房、不做惡事、科醮如儀、大辦桌請客、整個鄉、鎮擠滿人嘲的宗教活動。又如「七月大普渡的『慶讚中元普施道場』」、「送瘟神」、「安、謝太歲的『安奉值年太歲星君吉祥道場』、『酬神暨謝鬥（謝太歲）吉祥道場』、『按期禮鬥道場』」、「各種道教神明誕辰的萬壽祝聖醮典與各種不同科儀活動」、「誕生、過觀關、解星、送白虎，以及葬事度亡的科儀，破血湖燈儀，煉度儀，」……等等的宗教生活活動。可從年初觀望到年尾，真是屢見不鮮，一年比一年熱鬧。可見，道教科儀與民眾生活緊密結合在一起，這就使道教科儀在台灣大地上一直綿延不絕、生生不習，滿足著台灣大眾的宗教需求。

齋醮活動所涉及範圍的廣泛，表明道教齋醮已經滲透到民眾生活的各個層面。就針對人們生活中經常遇到的子嗣問題來說，道教科儀的關懷也是顯而易見的，對於人們祈嗣、催生、保生的要求，《無上秘要》或是台灣地區現時的齋法中就沒有祈嗣齋、祈嗣齋儀，監生醮儀等科儀，以供求子嗣者祈福禱告。其中，祈嗣早朝儀是針對齋主有發展家族門戶、延續祖先香火的重任，但因久無子嗣，故虔誠祈禱，祈願神靈保佑，賜以福德智慧之子，以光宗耀祖，慶溢門楣；祈嗣午朝儀則出於齋主的高門貴弟，而無繼承之人，再加上已過盛年，老之將至，恐怕宗祀無依，因而燒香散花，修齋行道，祈求仙真賜佑，派遣監生大臣保佑胤嗣降誕；監生齋儀則是祈告九天監生司眾神，保佑齋主之妻臟腑安和，十月懷胎而無災難之侵。

道教科儀對人們的日常生活也有著積極的影響。道教它根植於中國社會，活動於民間，與民眾的日常生活有著密切的聯系，這不僅對於道教科儀有著重要影響，是道教科儀產生的源泉之一，對於民眾的日常生活也同樣有著較大影響，這主要體現為道教齋醮尤其是節日齋醮活動成為民俗活動的重要組成部份。⁴¹⁹

然而，因為時代的進步，社會的繁忙，人們生活上與時間上是緊湊的，《無上秘要》的各種戒法與齋法之精神也隨著時代與時間慢慢的流失著，例如《無上秘要》卷52〈三元齋品〉，〈洞真戒品〉，太真齋法的〈上元品誡〉、〈中元品誡〉、〈下元品誡〉；〈玉清下元戒品〉、〈玉清中元戒品〉、〈玉清上

⁴¹⁹ 史孝進，《威儀莊嚴——道教科儀及其社會功能》，頁105-107。

元戒品〉等「三元齋」。陸修靜稱三元齋是「學士一年三過，自謝涉學犯戒之罪」，在早期道教行「三官手書」，也是爲了自我懺悔。北魏時，天地水三衍配上元天官、中元地官、下元水官等神，各主錄人善惡，並稱天官生於正月十五日上元日，地官生於七月十五日中元日，水官生於十月十五日下元日，三元齋就是在一年的三元之日行儀。道教認爲上元天官賜福，中元地官赦罪，下元水官解厄。

而上元節是預祝一年農事興旺的時令佳節，道觀民眾都會舉行科儀齋醮法會，祈禱天官賜福，庇佑家庭和睦、國家昌盛。中元爲道教的地官誕辰，主管赦罪，據傳中元節時，地官要勾校罪簿，對鬼魂做出處置，在中元節齋醮，有事半功倍的作用，所以道觀也於該日舉行盛大儀式，講道誦經，赦孤施食，追薦亡靈等。下元日齋戒沐浴、朝真禮聖，可以消災滅罪，延年益壽。

三元齋儀的程式是「一日三時沐浴，三時行道於齋堂中，禮謝二十一方也」。在拜禮、叩頭和自搏之間，都有懺謝罪愆的言詞，稱「乞丐原臣，受生所生罪負，上觸天光，生死殃對，並蒙赦除，身得光明，與日同景，長享無極，受福自然」。且觀現臺灣民間逢天地水三官節日時，除了信眾在當日子時或清晨，敬拜三牲菜碗水果之外，已不見了齋戒茹素，誦經禮拜之行爲，而在一般的道教宮觀中，除了有敬備三牲菜碗水果之外，亦少見到安排有禮三官之科儀齋懺活動，更何談「一日三時沐浴，三時行道於齋堂中，禮謝二十一方，在拜禮、叩頭和自搏時，有懺謝罪愆的言詞」之表現。筆者認爲一個真正有心修道的道教徒，應不計較時代之改變，刻應嚴守《無上秘要》三元齋儀的程式與精神，盡力仿照並行動齋儀的程式與精神去做。

又如《無上秘要》卷 51〈盟真齋品〉是以拔度九幽之魂爲主旨。舉行明真齋要在「露天的地上安一長燈，長燈上點燃九燈。舉行儀式的道士繞著香燈行道，一天一夜要繞燈六次，六次行十方之禮。明真齋行十方禮的程式是：向東九拜、脫巾、叩頭、搏頰八十一次；向南三拜、脫巾、叩頭、搏頰二十七次；向西七拜、脫巾、叩頭、搏頰六十三次；向北五拜、脫巾、叩頭、搏頰四十五次；向東北、東南、西南和西北等各一拜、脫巾、叩頭、搏頰九次；向西北上方三十二拜、叩頭、搏頰二百八十八次；向東南下方十二拜、叩頭、搏頰一百二十次。在禮方和叩頭之間，都要申表歸命十方天尊，懺謝以自救贖，以使光明普照長夜之府、九幽地獄，開度幽魂罪根，升遷福堂，去離惡道，與道合真。」後來，明真齋是被代替了，但是，禮十方的內容卻保留下來，搏頰也改爲言詞懺謝。而現在的道教宮廟在接受民眾請求，來爲其歷代祖先做懺儀科儀、開度祖先們之幽魂罪根時，在整個懺儀程式中，就只見到齋主及其家屬在擺設的神明前，拜、跪、拜、跪、不停的拜跪，祭主總是處在卑下的祈求者地位，除了跪拜和祝禱外，不會有其他的儀式行爲，而其餘懺儀上的程式、做法，就只看

到道士們得在表演著，完全看不到「脫巾、叩頭、搏頰」懺謝以自救贖，行十方禮也不再如明真齋儀的「一天一夜要繞燈六次，六次行十方之禮」，十方禮的每一方應拜幾次？而道士在行儀時是否也有清潔身心的要求也未可知。筆者認為若要歷代祖先真正能有「開度幽魂罪根，升遷福堂，去離惡道。」其行懺的方式至少應如同「盟真齋儀」而行。

又如《無上祕要》〈靈寶金籙齋品〉是指用於消弭重大天災變異的國家和帝王齋法。「羅天大醮」是道教儀式中最隆重的祭神儀式之一。1998年12月1日至18日在臺北指南宮主辦「戊寅年護國祈安羅天大醮」，以祈求國泰民安、風調雨順，社會安定繁榮，永締世界和平，當時有300餘名經師臨壇誦經，數萬名信參參與盛會。但反觀現時臺灣政治的亂像、社會的不安定、經濟的蕭條，尤其是國家財政漏洞百出，物價上漲，謀職困難，人民生活困苦，台灣道教界應順時廣開金籙齋或其他大法，多為國家社會盡一份力量。如宜蘭道教總廟三清宮每年在二月舉辦的「啓建朝元禮鬥金籙道場」誦經禮懺。而道教宮廟在開辦齋醮儀式的目的，不是想能因此而能多賺些錢，累積財富，而這將總是臺灣萬民之不幸。

道教講究威儀，對於行儀的道士應有一定的要求。第一、在行儀之前，道教科儀對於行法道士的資格有一定的要求。道教規定只有受過戒（全真道）或受過籙（正一道）的道士才有被授予道術或施法的資格。第二、在行儀的過程中，要求行儀道士嚴肅對待，嚴格按照程式列持。劉宋陸修靜曾在《洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀》中指出：「夫齋者，正。以清虛為體，恬靜為業，謙卑為本，恭敬為事，戰戰兢兢，如履冰穀；肅肅栗栗，如對嚴君。」⁴²⁰要求道士在行儀時要正心，保持思想上的清虛、恬靜以及行動上的謙卑與恭敬，這樣才能獲得神靈的感應，達到建齋設醮的目的。⁴²¹齋醮壇場的都講法師，科儀要求其職責是「閑習儀範，綜括憲章，宣暢誠理，引導疑味，必令俯仰合度，規矩從式，勿漏越唱，違忤禮儀。」⁴²²《靈寶領教濟度金書》所列科儀雖品類繁多，但以內煉存思為齋醮科儀之本。如卷320說：「法師能破身中之獄，然後能破地下之獄。」若法師未能全己之陽，則不能補亡靈之陰而度其脫離幽冥。卷320還說：「諸攝召全以運神為主，至于歌章吟偈，乃科儀耳。」⁴²³

而一個道教徒或宗教思想家最應該作出努力，乃因現時的道教齋醮大都流於形式，其泛濫的程度，對於民風習俗和社會整體的文化用心，都有消極作用。

⁴²⁰ 《道藏要籍選刊》，冊8，（上海：上海古籍出版社，1989年）

⁴²¹ 史孝進，《威儀莊嚴－道教科儀及其社會功能》，上海：上海辭書出版社，2012年，頁94-95。

⁴²² 〈正一指教齋儀〉，《道藏》，冊18，頁295。

⁴²³ 《道藏》，冊8，頁819。

誠如張裕先生在「齋法淵源」裏將齋的意義問題提出來討論，一方面是因為在道教齋法源起時文化意義便已得到突出的強調，戒潔身心、精神專一是齋法淵源的一方面重要內容，另一方面是因為這個文化意義被日益煩瑣的齋醮形式所淹沒，「流宕失宗」的弊病越積越深，道士作齋建醮多不知其歸旨，教外研述者也將對其形式的片面瞭解作為密奧，反之，又因為知其形而不知神，武斷地唾棄，這些都不是作為現代研究者所應有的態度。⁴²⁴

⁴²⁴ 張裕，〈道教經典內文〉，臺北；中國世界弘道復興協會，2012-12-3。
[http://ez-dao.com/daobook/B/qa/\(58\)%20-q@al.html](http://ez-dao.com/daobook/B/qa/(58)%20-q@al.html)。

參考書目

道經

- 1、〈登真隱訣〉，〈太真玉帝四極明科經〉，《正統道藏·洞真部》，戒律類，兩字號，冊 5。
- 2、〈度人經集注〉，全稱〈元始無量度人上品妙經四注〉，《正統道藏·洞真部》，玉訣類，冊 3。
- 3、〈金蓮正宗記〉，《正統道藏·洞真部》，譜籙類，冊 5。
- 4、〈三洞眾戒文序〉，《正統道藏·洞真部》，冊 5。
- 5、〈元始五老赤書玉篇真文天書經·卷下〉，《正統道藏·洞真部》，本文類，冊 2。
- 6、〈太上洞玄靈寶大綱鈔〉，《正統道藏·洞玄部》，神符類，冊 10。
- 7、〈靈寶領教濟度金書〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，冊 12。
- 8、〈太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊 11。
- 9、〈無上黃籙大齋立成儀〉，《正統道藏·洞玄部》，鳳字號，冊 15。
- 10、〈靈寶領教濟度金書·設醮〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，冊 12。
- 11、〈靈寶玉鑿·設醮辯〉，《正統道藏·洞玄部》，方法類，冊 17。
- 12、〈太上洞玄靈寶業報因緣經〉，《正統道藏·洞玄部》，本文類，冊 11。
- 13、〈廣成集〉，《正統道藏·洞玄部》，表奏類，冊 18。
- 14、〈太上洞玄靈寶法燭經〉，《正統道藏·洞玄部》，本文類，字字號，冊 10。
- 15、〈太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，陶字號，冊 11。
- 16、〈洞玄靈寶齋說光燭戒罰燈祝願儀〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，化字號，冊 16。
- 17、〈靈寶玉鑿〉，《正統道藏·洞玄部》，方法類，冊 17。
- 18、〈無上黃籙大齋立成儀〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，冊 16。
- 19、〈太上洞淵神咒經〉，《正統道藏·洞玄部》，冊 10。
- 20、〈金籙大齋啓盟儀〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，體字號，冊 15。
- 21、〈大明玄教立成齋醮儀〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，壹字號，冊 15。
- 22、〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品精經〉，《正統道藏·洞玄部》，陶字號，冊 11。
- 23、〈太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經〉，《正統道藏·洞玄部》，陶字號，冊 11。
- 24、〈太上洞玄靈寶三元品戒功德輕重經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，冊 11。
- 25、〈太上洞玄靈寶智慧罪根上品大戒經〉，《正統道藏·洞玄部》，戒律類，

冊 11。

26、〈太上（洞玄靈寶）智慧上品大戒〉，《正統道藏·洞玄部》，本文類，冊 10。

27、〈太上洞玄靈寶智慧定志通微經〉，《正統道藏·洞玄部》，本文類，冊 10。

28、〈金籙大齋啓盟儀〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，體字號，冊 15。

29、〈大明玄教立成齋醮儀〉，《正統道藏·洞玄部》，威儀類，壹字號，冊 15。

30、〈赤松子章曆〉，《正統道藏·洞玄部》，表奏類。

31、〈太極真人敷靈寶齋戒威儀諸經要訣〉，《正統道藏·洞玄部》，被字號，冊 16。

32、〈太上說中門大魁保命妙經〉，《正統道藏·洞神部》，本文類，傷字號，冊 19。

33、〈女青鬼律〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，冊 30。

34、〈老君音誦戒經〉，又名〈雲中音誦新秤之誡〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，力字號，冊 30。

35、〈正一威儀經〉，《正統道藏·洞神部》，忠字號，冊 30。

36、〈要修科儀戒律抄〉，《正統道藏·洞神部》，弔字號，冊 11。

37、〈正一法文天師教戒科經〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，冊 30。

38、〈太上老君戒經〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，冊 30。

39、〈老君說一百八十戒·序〉，〈太上老君經律〉，《正統道藏·洞神部》，戒律類，冊 30。

40、〈洞神八帝妙精經〉，《正統道藏·洞神部》，本文類，冊 19。

41、〈周易參同契〉，《正統道藏·太玄部》，映字號，冊 34。

42、〈雲笈七籤〉，〈說雜齋法〉，《正統道藏·太玄部》，冊 37。

43、〈雲笈七籤〉，《正統道藏·太玄部》，仕字號，冊 37。

44、〈雲笈七籤〉，〈齋戒部〉，《正統道藏·太玄部》，冊 37。

45、〈雲笈七籤〉，引〈三天內解經〉，《正統道藏·太玄部》，冊 37。

46、〈太上妙法本相經〉，《正統道藏·太平部》，姑字號，冊 42。

47、〈洞玄靈寶玄門大義〉，《正統道藏·太平部》，儀字號，冊 41。

48、〈洞玄靈寶三洞奉道科戒營始〉，《正統道藏·太平部》，儀字號，冊 41。

49、〈洞玄靈寶道學科儀〉，《正統道藏·太平部》，儀字號，冊 41。

50、〈太平經〉，《正統道藏·太平部》，冊 41。

51、〈重陽全真集〉，《正統道藏·太平部》，冊 43。

52、〈雲光集〉，《正統道藏·太平部》，冊 40。

53、〈礪溪集〉，《正統道藏·太平部》，冊 41。

54、〈洞神八戒〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 42。

55、〈洞神五戒〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 42。

56、〈智慧閉塞六情戒上品戒〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 42。

57、〈生（昇）玄九戒〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 42。

58、〈洞玄十善戒〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，洞玄戒品，卷 46。

59、〈洞玄十惡戒〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，洞玄戒品，卷 46。

60、〈洞玄智慧十戒〉，《正統道藏·無上秘要》，太平部，洞玄戒品，卷 46。

- 61、(洞玄十戒)，《正統道藏·無上秘要》，太平部，洞玄戒品，卷 46，。
- 62、(三皇齋品·出三皇齋力成儀)，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 49。
- 63、(三皇齋品)引(三皇齋立成儀)，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 49。
- 64、(智慧度生死上品大戒)，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 46。
- 65、(智慧十善勸助上品大戒)，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 46。
- 66、(洞玄智慧十二可從戒)，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 46。
- 67、(昇玄五戒)，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 42。
- 68、〈無上秘要〉卷 47 引(洞玄太極隱註經)，《正統道藏·無上秘要》，太平部，冊 42。
- 69、〈道教義樞〉卷 4，(六情義)，《正統道藏·太平部》，諸字號，冊 41。
- 70、〈傳授三洞經戒法籙略說〉，《正統道藏·太平部》，冊 41。
- 71、〈洞玄靈寶玄門大義〉，《正統道藏》，太平部，冊 41。
- 72、〈天官曆包元太平經〉，又稱為〈太平經〉，《正統道藏·太平部》，冊 41。
- 73、〈道門科範大全集〉，《正統道藏·正乙部》，舍字號，冊 53。
- 74、(上清靈寶大法)，《正統道藏·正乙部》，鬱字號，冊 52。
- 75、〈洞玄靈寶長夜之府九幽玉匱明真科〉，《正統道藏·正乙部》，赤字號，冊 57。
- 76、〈醮三洞真文五法正一盟威籙立成儀〉，《正統道藏·正乙部》，逐字號，冊 48。
- 77、〈道門定制〉，《正統道藏·正乙部》，丙字號，冊 53。
- 78、〈上清黃書過度儀〉，《正統道藏·正乙部》，階字號，冊 55。
- 79、〈道門通教必用集〉，《正統道藏·正乙部》，帳字號，冊 54。
- 80、〈三天內解經〉，《正統道藏·正乙部》，滿字號，冊 48。
- 81、〈海瓊白真人語錄〉，《正統道藏·正乙部》，弁字號，冊 55。
- 82、〈道門定制·齋品〉，《正統道藏·正乙部》，丙字號，冊 53。
- 83、〈全真清規〉，《正統道藏·正乙部》，楹字號，冊 54。
- 84、〈洞玄靈寶五感文〉，《正統道藏·正乙部》，笙字號，冊 55。
- 85、〈太上三五正一盟威籙〉，《正統道藏·正乙部》，逐字號，冊 48。
- 86、〈洞真太上太霄琅書〉，《正統道藏·正乙部》，左字號，冊 56。
- 87、〈上清外國放品青童內文〉，《正統道藏·正乙部》，明字號，冊 57。
- 88、《洞真黃書》，《正統道藏·正乙部》，廣字號，冊 56。
- 89、《正統道藏》，重印道藏緣起，臺北；新文豐出版公司，1988 年。
- 90、《道藏》冊 6，10。
- 91、〈碧苑壇經〉，《藏外道書》，冊 10。
- 92、敦煌文書 P.2256 號宋文明，〈通門論〉卷下，中華全國圖書館文獻縮微複製中心 1999 年影印本，《敦煌道藏》，冊 5。
- 93、〈歷代三寶紀〉，《大正新脩大藏經》，冊 49，No. 2034，CBETA 電子佛典 V1.33 (Big5) 普及版。
- 94、〈佛祖統紀〉，《大正新脩大藏經》，冊 49，No. 2035，CBETA 電子佛典

V1.51 普及版。

95、隋·費長房《歷代三寶記》，大正新脩大藏經 第四十九冊 No. 2034；CBETA 電子佛典 V1.33 (Big5) 普及版。

96、宋·白玉蟾，《白玉蟾全集》。臺北；自由書局，1976年。

史籍

- 〔春秋〕·左丘明，《國語》，又被稱爲《春秋外傳》，卷 19，臺北：中華書局，1971 年。
- 〔春秋戰國〕，宋玉，《高唐賦》。
- 〔戰國時代〕，沈約註，《竹書紀年》，線裝書。
- 〔西漢〕·司馬遷，《史記·周本記》，臺北；二十五史編刊館，1955 年。
- 〔漢〕·鄭玄注，唐賈公彥疏，黃侃經文句讀，《儀禮註疏》，卷 19，卷 1，卷 47，上海，上海古籍出版社，1990 年版。
- 〔漢〕·孔子編撰，《尚書正文》卷 12《洪範第六》，《十三經註疏》，中華書局，1980 年。
- 〔漢〕，許慎，《說文解字》，北京；中華書局，2012 年。
- 〔漢〕·鄭玄注；唐·陸德明音義，《周禮》，合肥市：黃山書社，2009 年。
- 〔漢〕·趙岐注；宋·孫奭疏，《孟子註疏·離婁下》，合肥市：黃山書社，2009 年。
- 〔漢〕·鄭玄/李學勤，《周禮註疏·天官·膳夫》，臺北；臺灣古籍，2001 年。
- 〔漢〕·鄭玄/李學勤，《周禮·春官·司服》，臺北；臺灣古籍，2001 年。
- 〔東漢〕·班固，《漢書》，又名《前漢書》，臺北；二十五史編刊館，1956 年。
- 〔東漢〕·班固編撰，《漢書·郊祀誌》，楊家駱編，《新校本漢書並附編二種一·郊祀志》，台灣：鼎文書局。
- 〔魏〕·王弼《老子注》12 章《諸子集成》，中華書局，1978 年，冊 3。
- 〔三國〕·吳，韋昭注，清錢大昕校：《國語》（明刊重道二年本，《叢書集成新篇》冊 109），卷 18，源文本來源於“中華文化網”，背樹謏草據上海古籍出版社，上海師範大學古籍整理組校點。
- 〔晉〕·範寧，《春秋穀梁傳》，臺北市；新興出版，1964 年。
- 〔梁〕·蕭統《文選》卷十九，臺北：文津出版社，1987 年。
- 〔梁〕·蕭統《文選》卷十九，臺北：文津出版社，1987 年。
- 〔隋唐〕·魏徵、長孫無忌等奉敕修撰，《隋書卷 35·志 30·經籍志 4》，臺北：新文豐，1975 年。
- 〔唐〕·孟安排，《道教義樞》，合肥市：黃山書社，2009 年。
- 〔唐〕·法琳，《辯正論》，合肥市：黃山書社，2009 年。
- 〔唐〕·白居易，《白氏長慶集》，臺北市；藝文出版，1957 年。
- 〔唐〕·魏徵等著，《隋書·經籍志》，臺北市；二十五史編刊館，1956 年。
- 〔唐〕·孔穎達等撰，《春秋左傳正義》，卷 29，卷 23，山東省濟南市：山東友誼書社，1993 年。
- 〔唐〕·釋道宣撰，《廣弘明集》，臺北；中華書局，1966 年。
- 〔唐〕·李林甫等撰，陳仲夫點校，《唐六典》，北京；中華書局，1992 年。

- 〔宋〕·淡癡道人，《玉曆寶鈔》，台南：和裕出版，2005年。
- 〔宋〕·志磬大師《佛祖統紀》，續修四庫全書編纂委員會，上海；上海古籍出版，2002年。
- 〔宋〕·範曄，《後漢書》，卷75，臺北市；二十五史編刊館，1956年。
- 〔宋〕·洪興祖，《楚辭補註》，臺北：藝文印書館，2000年。
- 〔元〕·陳澧撰《禮記集說》，臺北；世界出版，1962年。
- 〔宋〕·淡癡道人，《玉曆寶鈔》，台南：和裕出版，2005年。
- 〔元〕·吳澄撰，《道德真經註》，《欽定四庫全書·子部十四·道家類》，卷3，合肥市：黃山書社，2009年。
- 〔明〕·戈九疇，《禮記要旨》，卷7，濟南市：齊魯書社，1997年。
- 〔明〕·郝敬，《禮記通解》，卷16，濟南市：齊魯書社，1997年。
- 〔明〕·衛道衡，《禮記纂註》，卷22。
- 〔明〕·張萱，《疑耀》，《文淵閣四庫全書·仔部》，冊856。
- 〔清〕·秦蕙田撰，《五禮通考》，臺北：正光書局，1971年。
- 〔清〕·朱駿聲，《說文通訓定聲》，臺北：藝文印書館，1994年。
- 〔清〕·孫希旦，《禮記集解》，臺北：文史哲出版社，1990年。
- 〔清〕·段玉裁著，《說文解字注》第十四篇下，臺北：黎明文化出版。
- 〔清〕·王夫之撰，《禮記章記》，卷24，合肥市：黃山書社，2009年。
- 〔清〕·杭世駿，《續禮記集說》，卷80，臺北市：明文，1992年。
- 〔清〕·方苞，《禮記析疑》，（四庫全書本），卷25，合肥市：黃山書社，2009年。
- 〔清〕·劉沅，《禮記恆解》，卷24，卷25，合肥市：黃山書社，2009年。
- 〔清〕·郭嵩燾，《禮記質疑》，臺北：文海出版社，卷24。
- 〔清〕·阮元校勘，《禮記註疏》，（清阮元十三經註疏本），臺北；新文豐，出版時間不詳。
- 〔民國〕·孫欽善譯注，宗福邦審閱，《論語》，臺北；錦繡出版，1993年。
- 〔民國〕·劉乾先，張在義譯注，黃葵審閱《韓非子·說林》，臺北；錦繡出版，1993年。
- 〔民國〕·王明，《太平經合校》，北京：中華書局，1960年。
- 〔民國〕·楊家駱，《荀子集解》，臺北：世界書局，1970年。
- 〔民國〕·王雲五，《明史》，臺灣商務，1988年。
- 〔民國〕·穀衍奎，《漢字源流字典》，北京：語文出版社，2008年。
- 〔民國〕·陳國符，《道藏源流考》，臺北：古亭書屋，1975年。
- 〔民國〕·王天璽，《說文》中國彝族古代哲學著作。又名《宇宙源流》，雲南；雲南人民出版社，2011年。
- 〔民國〕·鍾芒主編；饒尚寬編譯，《老子》香港：香港中華書局，2011年。
- 〔民國〕·陳良運主編，《中國野史集成》，冊4，成都：巴蜀書社，1993年。
- 〔民國〕·顧寶田，張忠利注譯，《新譯老子想爾注》第24章，臺北；三民書局，1997年。
- 〔民國〕·楊家駱，《魏書·釋老志》，卷114，志20，臺北：鼎文書局，1979年。

- 〔民國〕·大淵忍爾，《敦煌道經·圖錄篇》，東京：福武書店，1979年。
- 〔民國〕·任繼愈，《道藏提要》，(修訂本)，中國：中國社會科學出版社，1995年。
- 〔民國〕·高大鵬，《神仙傳》，臺北：時報文化出版，1981年。
- 〔民國〕·楊家駱，《明史》卷47，志23：禮1(齋戒)，臺北：鼎文書局，1979年。
- 〔民國〕·楊家駱，《竹書紀年八種·竹書紀年補證卷》，卷1，黃帝軒轅氏，臺北：世界書局，1989年。
- 〔民國〕·張有池，《莊子》·人間世第四，臺北：智揚出版社，2003年。
- 〔民國〕·紫苑仙譔，《玉準輪科輯要》，上冊，卷4(誅不忠)引，€台南；和裕出版，2001年。

近人專著

- 1、丁培仁，《增注新修道藏目錄》，成都：巴蜀書社，2008年。
- 2、王卡，《敦煌道教文獻研究》。
- 3、孔又專，《陳傳道教思想研究》，四川：巴蜀書社，2009年。
- 4、史孝進，《威儀莊嚴－道教科儀及其社會功能》，上海：上海辭書出版社，2012年。
- 5、弗雷澤，《金枝》，臺北：久大：桂冠，1991年。
- 6、杜維運，《史學方法論》，臺北：三民，2008年。
- 7、呂鵬志，《唐前道教儀式史綱》，北京：中華書局，2008年。
- 8、呂大吉，《宗教學通論》，北京：中國社會科學出版社，1990年。
- 9、李憲章，〈道教齋儀的開展與現代的醮〉《中國學誌》第5本，道教專號，日本：泰山文物社，1970年。
- 10、林榮澤，《持齋戒殺：清代民間宗教的齋戒思想研究》，臺北：國立台灣師範大學歷史研究所博士論文，2003年。
- 11、周西波，《杜光庭道教儀範之研究》，臺北：新文豐，2003年。
- 12、約克·阿·克雷維列夫，《宗教史》中譯本，北京：中國社會科學出版社，1984年。
- 13、胡其德，《三官信仰與三元齋》，2008 保生文化祭道教神祇學術研討會臺北：保安宮，學術研究，2008年。
- 14、唐怡，《道教戒律研究》，四川：巴蜀書社，2008年。
- 15、徐尚定，《周易正義》，北京：九州出版，2004年。
- 16、恩斯特·卡西勒著，甘陽譯，《人論》，臺北：桂冠圖書，1990年。
- 17、陳寅恪，〈馮友蘭（中國哲學史）下冊審查報告〉，載《金明館叢稿二編》，上海：上海古籍出版社，1980年。
- 18、卿希泰《中國道教史》，北京：四川人民出版社，1988年，1卷。
- 19、Henri Hubert 與 Marcel Mauss 著，梁永佳等譯，《獻祭的性質與功能》，桂林：廣西師範大學，2007年。
- 20、勞政武，《佛教戒律學》，大陸：宗教文化出版社，1999年。
- 21、張明娜，《先秦齋戒禮研究》，臺北：國立台灣大學中國學系博士論文，99年。
- 22、張澤洪，《道教齋醮科儀研究》，成都：巴蜀書社，1999年。
- 23、張澤洪，《步罡踏鬥，道教祭禮儀典》，臺北：大展出版社，2000年。
- 24、張澤洪等，《道教儀禮》，香港：青松觀，2000年。
- 25、張澤洪，《道教神仙信仰與祭祀儀式》，臺北：文津，2003年。
- 26、張澤洪，《道教禮儀學》，北京：宗教文化出版社，2012年。
- 27、閔智亭，《道教儀範》，臺北：新文豐，1995年。
- 28、閔志亭，《道教全真科儀》，臺北：文津出版社，1998年。
- 29、閔智亭，《道教儀範》全國道教院校專業課教材，北京：宗教文化出版社，2006年。
- 30、勞政武，《佛教戒律學》，北京：宗教文化出版社，1999年。

- 31、湯一介，《魏晉南北朝時期的道教》，陝西省：陝西師範大學出版社，1988年。
- 32、路先·列維 - 布留爾（Lucien Levy - Bruhl），《原始思維》，臺北：台灣商務印書館，2001年。
- 33、楠山春樹，《道教和儒教》載福景康順等監修《道教》卷2，朱越利等譯，上海羣古籍出版社，1992年。
- 34、Ali Budak 著，楊晶文、黃思恩譯，《齋戒指南：伊斯蘭的拉瑪丹》，臺北：希泉出版，2006年9月。
- 35、《道藏要籍選刊》，冊8，上海：上海古籍出版社，1989年。
- 36、鄭素春，《道教信仰、神仙與儀式》，臺北：台灣商務印書館，2002年。
- 37、劉玉菁，《東晉南朝的三位道教大師：葛洪、陸修靜與陶弘景》，國立中正大學博士班，2009年。
- 38、賴宗賢，《台灣道教源流》，臺北：中華道教出版社，1999年。
- 39、謝世維，《天界之文-魏晉南北朝靈寶經典研究》，臺北：台灣商務印書館，2010年。
- 40、蕭登福，《周秦兩漢早期道教》，臺北市：文津出版社，1998年。
- 41、顧寶田等，《新譯儀禮讀本》，臺北：三民書局，2002年。
- 42、顧保田等注譯，《新譯儀禮讀本》，臺北：三民，2002年。

外文部份

- 1、Allan Nevins, *The Gateway to History*, revised edition, 1962.
- 2、Bell, Catherin. *Medieval Taoist Ritual Mastery : A Study in Practice, Text, and Rite*. Ph.D. Dissertation, The University of Chicago, 1983.
- 3、John Lagerwey (勞格文), *Wu – shang pi - Yao : Somme Taoiste du Vie siecle* (《無上秘要》：6世紀的道教總匯)，1981.
- 4、Kristofer Marinus Schipper (施博允)，《Le corps taoiste》(道教的總體)，Paris，1982.
- 5、Lagerwey, John, *Taoist Ritual in Chinese Society and History*, Macmillan, New York, 1987.
- 6、Yang, C, k., *Religion in Chinese Society*, Berkeley: University of California Press, 1970.
- 7、大淵忍爾，《中國人的宗教儀式—佛教・道教・民間信仰》，東京；福武書店，1983年。
- 8、大淵忍爾，《道教史研究》，日本；岡山大學共濟會書籍部，1964年。
- 9、大淵忍爾《道教的經典》，東京，創文社，1997年。
- 10、山春樹，(道教和佛教)，《道教—道教的開展》，日本；平河出版社，1987年。
- 11、山田利明，《六朝道教儀式研就究》，東京；東方書店，1999年。

中文期刊

- 1、丁培仁，〈從類書《無上祕要》的結構看南北朝道教的教義體系〉，《宗教學研究》，大陸：四川大學道教與宗教文化研究所，2011-12-15。
- 2、丁培仁，〈從《無上祕要》看六朝到較關於災難的論述〉，《宗教學研究》，大陸：四川大學道教與宗教文化研究所，2011-12-15。
- 3、王曉毅，〈淺談魏晉玄學對儒釋道的影響〉，《浙江社會科學》，第5期，2002年。
- 4、汝佛，〈八關齋戒略述〉《中國佛教》，48卷6期總號570，2004年6月。
- 5、李獻章，〈道教醮儀的開展與現代的醮〉，《中國學誌》第5本，道教專號，日本；泰山文物社，1970年。
- 6、林榮澤，〈入教吃齋 – 論清代民間宗教齋戒活動的社會影響〉，《中國歷史社會期刊》，2004年7月。
- 6、金道生，〈略談回教齋戒月〉，《道風》，1974年12月。
- 7、定治中，〈伊斯蘭的齋戒〉，《宗教大同》，2003年12月。
- 8、周作明，〈試論現存最早道教類書《無上祕要》〉，《西南民族大學學報（人文社會科學版）》，第10期，大陸：西南民族大學文學院，2011-10-10。
- 9、林素娟，〈飲食禮儀的身心過渡意涵及文化象徵意義 – 以三禮齋戒、祭祖為核心進行檢討〉，《中國文哲研究期刊》，2008年3月。
- 10、周作明，〈試論現存最早道教類書《無上祕要》〉，中國，《西南民族大學學報》（人文社會科學版），第10期，2011年。
- 11、紀志昌，〈「誠」與「齋戒」- 從祭禮到哲學的轉化〉，《哲學與文化》，27卷第11期，2000年11月。
- 12、郭正典，〈回教的齋戒月與佛教的過午不食〉，《佛學與科學》，2005年1月。
- 13、張澤洪，〈道教齋醮源流芻析〉，《宗教學研究》，第3期，大陸：四川大學道教與宗教文化研究所，1996年。
- 14、聖凱，〈論佛道儒三教倫理的交涉——以五戒與五常為中心〉。載《世界弘明哲學季刊》，2001年6月號。
- 15、劉琳，〈無上祕要〉，《宗教學研究》，1983-07-02。
- 16、鐘來因，〈《無上祕要》與老子《德經》《道經》〉，大陸《學海》，1992-03-01。
- 17、釋永東，〈《菩薩受齋經》之生命轉化教育〉，《新世紀宗教研究》8卷2期，2009年12月。

網路

- 1、張澤洪，《百年道教科儀研究》，國學網，國學文庫，
<http://www.guoxue.com/?p=1704>，2000-11-29 責編。
- 2、三天弟子徐氏，《三天內解經》卷下，清微藏書閣。
《<http://www.ctcwri.idv.tw/CTCW-CJD/CJD07%E6%AD%A3%E4%B9%99%E9%83%A8/CJD07ALL/CJD07014%E4%B8%89%E5%A4%A9%E5%85%A7%E8%A7%A3%E7%B6%93/CJD07014-2%E4%B8%89%E5%A4%A9%E5%85%A7%E8%A7%A3%E7%B6%93%E5%8D%B7%E4%B8%8B.pdf>》。
- 3、雷霆伏魔士，《道教的形成》，天涯海閣，2003/9/21。
<http://blog.sina.com.tw/ckkkk290515/category.php?pbid=71752&categoryid=209791>。
- 4、中台世界，佛教歷史。<http://www.ctworld.org/monthly/057/c01.htm>。
- 5、宋·李昉，《冊府元規》，卷 53，帝王部，尚黃老，中國古代典籍。
http://wenjin.nlc.gov.cn/zjtj/book.jsp?bookid=1000004_01&filename=T00001_00.pdf&booktitle=%B2%E1%B8%AE%D4%AA%B9%EA%BE%ED%D2%BB%D6%C1%BE%ED%B6%FE%B0%D9%CE%E5%CA%AE%C1%F9&bookadded=1
- 6、宋·呂元素，《道門定制·齋品》，
<http://www.ctcwri.idv.tw/CTCWRIID2/D2-10%E5%8D%81%E5%8A%83/D210004%E6%B4%9E/D210004%E6%B4%9E/D210004018%E6%B4%9E%E6%B7%B5%E9%BD%8B.htm>。
- 7、發表在（痞客邦 PI=XNET），Aug. 05 thu 2010 14:04
<http://doyboy.pixnet.net/blog/post/25419289-%E4%B8%AD%E5%9C%8B%E9%81%93%E6%95%99-%E7%84%A1%E4%B8%8A%E7%A7%98%E8%A6%81>。
- 8、《上清洞真智慧觀身大戒文》產生年代新議<轉載>新浪BLOG，2011-10-29，
http://blog.sina.com.cn/s/blog_8e3b38310100vox0.html。
- 9、蓬瀛仙館道教文化中心資料庫，道教信仰（大道、宇宙論、太極與陰陽、社會理想、勸善行善、人生理想），香港；蓬瀛仙館，2009年7月8日 13:59。
<http://www.daoinfo.org/w/index.php?title=Portal:%E9%81%93%E6%95%99%E4%BF%A1%E4%BB%B0&variant=zh-tw>。
- 10、張裕，（道教經典內文），臺北；中國世界弘道復興協會，2012-12-3。
[http://ez-dao.com/daobook/B/qa/\(58\)%20-q@al.html](http://ez-dao.com/daobook/B/qa/(58)%20-q@al.html)。
- 11、道教學術資訊網站，臺北；明龍宮，2012/11/30，
<http://www.ctcwri.idv.tw/godking.htm>，三界戒、洞神五戒和洞神八戒
- 12、報佛恩網 <http://book.bfn.org/books2/1751.htm>