

# 在白雲觀追尋道教邱處機足蹟

福建中學（小西灣）助理校長 李偉雄



## 文化遊蹤

看過金庸《射鵰英雄傳》（小說或電視劇）的學生，相信對邱處機的俠義作風，必定留下深刻印象。邱處機是道教全真教的道長，北京白雲觀是全真道龍門派祖庭，自元朝起，為全真道「第一叢林」。

承繼港大中文學院的傳統，我在日常上課及課外考察時，都會由「文史哲」（跨科）的角度去教中國歷史。來到白雲觀，我先由小說（文學）的角度入手，介紹全真教的起源、王重陽的抗金事跡，及邱處機與成吉思汗的關係，同時鼓勵同學多讀一些金庸的作品。

白雲觀的歷史，可上溯到唐玄宗年間。唐玄宗為了「齋心敬道，奉祀老子」，在幽州（北京）建天長觀，是白雲觀的前身。唐玄宗將道士作為皇族看待，並允許道士直接参政。天長觀不但是一座建於唐代的建築，同時亦是北京的第一座道觀。

### 南宋前政治重心在中原

南宋以前，中國的政治重心在中原一帶，北京仍未成為全國的政治中心，白雲觀的影響力亦未充分彰顯。南宋時期，金人佔據北方，為了有效管治新佔領的地方，金人在北京定都，當時稱為燕京。金朝

統治集團在所佔領的地區，倡導女真族學習漢族文化，並對道教採取了扶植和利用的政策。當時，王重陽在北方創立了全真派，他的七大弟子（馬鈺、邱處機等）前往各地傳教，北京地區便是其中一個傳教的「重鎮」。金世宗晚年為求長生，召邱處機到北京，親問養生之道。金章宗即位後，又召見了王處一和劉處玄，並賞賜修真觀，全真道的地位大為提高。

1219年，金和南宋的統治者都派人迎請邱處機，但是他沒有應召。不久，蒙古成吉思汗從西域戰場上發來邀請，邱處機為了阻止蒙古軍在各地的大規模殺戮，乃率領18位弟子一同前往大漠。當成吉思汗詢問長生術時，邱處機以全真道的「清淨無為、敬天愛民、戒殺」回答。成吉思汗很滿意，下令由他掌管天下的道教出家人。他在1224年東歸，便住進了北京的天長觀，將天長觀改名為「長春宮」。1227年，邱處機在長春宮去世，其弟子尹志平等人在該宮東面的下院興建白雲觀。1229年建成白雲觀的處順堂，在堂內安葬邱處機。自此，由於北京政治地位的提升及邱處機與多位國君的關係，白雲觀正式成為了全真教的「第一叢林」。



▲白雲觀的歷史，可上溯到唐玄宗年間

### 道教八卦方位布局興建

從白雲觀整體建築格局來看，採取道教八卦方位布局，有明顯的中軸線，具有典型的中國傳統建築特色。觀內收藏道教文物十分豐富，聞名於國內外，例如唐玄宗賜給天長觀的老子白玉像、趙孟頫的書法石刻、明版的《正統道藏》，是鎮觀三寶。白雲觀山門上懸掛着的「敕建白雲觀」匾額，是由明英宗特地賜給白雲觀的。除三寶之外，白雲觀內還有不少值得參觀的景點和文物。

最後，我向同學介紹了中國的哲學觀

——「清淨無為」和「敬天愛民」。「清淨無為」是道家的哲學思想，老子提出天道自然無為，主張心靈虛寂，堅守清靜，復返自然；「敬天愛民」是儒家的治國思想，要求統治者敬奉天命，愛護百姓。邱處機運用了儒道兩家的思想，成功說服了成吉思汗「戒殺」。可見，中國的哲學絕非純為理念，其實它有很高的實用性，是一套教人「修身」和「治國」的指導原則。

留在白雲觀短短一小時，我由「文史哲」的角度教授了中國歷史。可見，白雲觀實在是一處學習國史的理想地點，各位老師下次到北京考察，定要前往白雲觀！

### 參觀貼士

●到白雲觀考察之前，老師不妨要求同學先閱讀《射鵰英雄傳》，引起他們對邱處機的興趣；

●指導他們查究歷史上的邱處機，研究史實，再作比對；

●考察後，老師可總結一些「跨科（文史哲）學習」的有趣之處：由文學引發興趣，用史學了解古蹟的變遷，及用哲學去反思人生。



## 百科知識

# 「雞舌香」賜死？ 從牙痛想起護齒掌故

將軍澳香島中學校長 鄧飛

上個月忽然牙痛，須看牙科急症，苦不堪言。與牙醫閒談，問他既無牙齦紅腫，也沒有表面蛀牙，何以如此疼痛。牙醫自然又是「要注重口腔清潔、牙齒健康」之類的老生常談。但是，他有一點說法卻能引起我興趣。他提及，人們關注牙齒健康的觀念，原來僅僅是這幾十年之間的事情。我們上一輩的人，其實並沒有這種觀念，那麼古人呢？

據說漱口的習慣古人還是有的，大清早起床，先用一瓢水去口氣，也是自然不過的事。據唐代醫書《外台秘要》所載，達官貴人漱口，或許會用上泡過楊柳枝的水，再咬咬柳枝或者別的什麼香木之類，就當清潔了。

佛教從漢朝傳入中國，印度僧人們順帶把刷牙的習慣帶入中國。佛教講求戒律，在佛教典籍的戒律部分，例如《四分律》、《摩訶僧祇律》等，不少談到關於刷牙的，刷牙本身也是戒律之一。中土著名的少林僧人百丈禪師，他所制定的《百丈清規》中，也曾規定出家人必須隨身備有刷牙工具，以便遵守刷牙戒律。不過，這畢竟只是出家人的習慣，並未普及全民。

### 漢桓帝難忍宦官口臭

東漢《漢官儀》曾經記載一則笑話：東漢桓帝身邊有一個宦官名叫刁存，這刁存也不知是腸胃不好，還是牙齒發炎，反正就是口臭不堪，每天侍奉皇帝左右，弄得漢桓帝實在忍無可忍。有一天，桓帝賜給刁存一粒叫「雞舌香」的藥物，叫刁存回家後含在口中。刁存大吃一驚，以為皇帝要給他毒藥賜他一死，於是回家與家人訣別。恰好家中有

訪客，客人看過「雞舌香」後大笑不已，告訴刁存說：這是香口除臭之藥物，入口辛辣，皇帝不是要你死，而是嫌你太口臭！刁存方才驚恐盡消。這種「雞舌香」，恐怕就是古人的香口膠吧。

到了宋朝，許多本來是漢唐達官貴人才能用的物品，逐漸得到普及。宋朝人大量的筆記都曾經記載各式刷牙用品，而且在開封、杭州之類的大都市，平常店舖也是琳琅滿目，任人選購。蘇東坡和沈括是北宋名人，不約而同地記載了自己嘗試配製護牙藥品的配方。尤其是蘇東坡，用濃茶護齒，防止蛀牙。不過，就算有護牙功效，估計老蘇的牙齒應該被濃茶熏得挺黃的。

北宋末年的《香譜》一書，提及原來宋朝的牙膏（其實應該是牙粉）就有十幾種，更具體記錄了其中三種的配方，基本上都是用檀香、麝香、龍腦香之類藥材。雖然算不上很貴重的藥材，但也不是便宜的，估計宋人刷牙雖然比漢朝唐朝普及，但也不可能普及到像今天這樣家家戶戶等閒使用的地步。

到了明清時期，中國與朝鮮的來往愈來愈密切，朝鮮人用青鹽漱口刷牙，到今天也是知名的。於是乎，高麗青鹽就成為達官貴人的護牙新寵。記得以前還有一個韓國出品的青鹽牙膏廣告，我也曾經直接試過使用青鹽刷牙，鹹中帶點辛味，刷着刷着，差一點當成吃飯佐料給吞了！

不少人人小時候都有過誤吞牙膏的傻事，還是古人尚法自然，誤吞青鹽、雞舌香總比誤吞牙膏、香口膠要好。

調理牙痛之餘，不妨讀讀古人牙齒保健小掌故，也是一種紓緩。



## 普出生活事

# 中國飲食「四大發明」

GAPSK語文推廣委員會

有人戲稱，「粥、粉、麵、飯」是中國飲食四大發明，民以食為天，它們對民衆的生活影響也是廣泛而深遠。但這個說法，其實只適用於一部分人。為什麼？

如果要給「飯」配一張圖，香港人心中應該會浮現出一碗俗稱「靚仔」的白米飯。但是在大部分北方人的心目中，應該會出現非常豐富的畫面。因為在他們的理解中，飯，是一頓飯的意思。對他們來說，「靚仔」的說法應該是「米飯」。

我們說，「這裏有一包麵」，聽的人可能會想到，這裏有一包即食麵或者蝦子麵，但是北方人可能會想到，這裏有一包麵粉。對他們來說，正確說法應該是「這裏有一包麵條」。為什麼會出現這種差異呢？這是



▲民以食為天，飲食文化對民衆的生活影響也是廣泛而深遠

▲「粥、粉、麵、飯」號稱中國飲食四大發明，圖為受港人歡心的車仔麵

普通話和粵語的區別嗎？是，也不是。南方氣候潮濕，水資源比較豐富，適合種水稻，所以南方人都會以米飯

作為主食，甚至點心都是以米磨成粉製成的比較多，如糰、湯圓以及河粉等，都是利用稻米，製作成粉團，最後加工成米食點心。

而北方氣候比較乾燥，水資源比較少，適合種小麥。小麥加工後，磨成麵粉，做成各種麵食，比如，不同口味的餃子，不同製作手法的刀削麵、手擀麵等，還有饅頭、鍋貼兒、餡兒餅等各種點心。

發現了嗎？原來粥、粉、飯都是南方食物的典型代表。而且這個「飯」還專指米飯，所以我們合理懷疑「粥、粉、麵、飯」是中國飲食的四大發明這個說法，是源於南方，甚至是珠三角地區。

學習普通話的時候，我們不要僅從表面去直接翻譯和記憶，還要嘗試理解不同地區的氣候、地理、文化差異，才能學得更好。



## 粵語解碼

早年的書刊、報章，用的是「活字印刷」。「活字」指單字的反字模，俗稱「字粒」。印刷前，工人按稿件挑出「字粒」，排列在字盤內，這個排字過程俗稱「執字粒」。印刷時，工人只要將字盤上塗墨，覆上紙，施一定的壓力就行。

作為中國人，不可不知「活字印刷術」是中國四大發明之一。「活字印刷術」始於唐朝的「雕版印刷術」——將文字或圖案的反面先雕刻在木板上再行印刷，再經由北宋年間（西元一千年左右）一介草民畢昇改良

而成。畢昇所採用的「字粒」物料是泥，後來多以鉛合金代替，以提升其耐用性。

### 現今應看成「作者筆誤」

1853年8月至1856年5月間，香港首份華文報章《遐邇實珍》是由英華書院的漢字活版印刷廠鉛印的。該月刊發行於香港、廣州、上海等通商口岸，內容以西方近代文明、中西要聞為主。其後不少國內外學會及政府部門向英華書院購買所鑄造的中文「字粒」，足證香港當年在該項技術上的江湖地位。

# 「執字粒」與「手民之誤」

香港資深出版人 梁振輝

近年，有作家以至問責官員發布了一些含錯別字的文章；明顯地這是人為疏忽甚或認知有誤，卻以「手民之誤」輕鬆帶過。近日，有立法會議員發現部分地政總署航拍照片中有標示錯誤，署方回覆查詢時說，製作過程中或因「手民之誤」出錯。電子世代，「手指」在手機螢幕上一滑，偶有寫錯、按錯，有人認為這可視作「手民之誤」。以上事例好像告訴大家，這是「人有錯手，無心之失」而已。

究竟「手民之誤」是怎樣的一回事呢？

近代，「手民」多指「執字粒」的工人。「手民之誤」就是指因「執錯字粒」而造成文句上的錯誤。早年用「活字印刷」的書刊、報章，但凡出錯，不會說成編輯、校對等人士「走漏眼」，只會在更正時說成「手民之誤」。沒錯，當中不排除有此情況，可不要忘記，編輯和校對絕對是有責任在排字後審閱的。

現今，「手民」已不復存在，文章都是親自撰寫的、文字檔也由自己提供的，當有出錯只應看成「作者筆誤」，不能搬出「手



▲「執字粒」就是把「字粒」排列在字盤內

民之誤」這個諉過詞來掩飾。如此這般，前述的「手民之誤」是被濫用了！

【「粵語方言用字：執」之九】