

SHOUSHAN SHUO SHOU

寿山说寿

邓秋林
张齐政
著

湖南教育出版社

SHOUSHAN SHUO SHOU

寿山说寿

邓秋林
张齐政
著

湖南教育出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

寿山说寿 / 邓秋林, 张齐政著. —长沙: 湖南教育出版社. 2000. 10

I. 寿... II. ①邓...②张... III. ①寿山 - 简介
②长寿 - 文化 - 专题研究 - 中国 IV. K928.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第48710号

寿 山 说 寿

邓秋林 著
张齐政

责任编辑: 刘新民

湖南教育出版社出版发行(长沙市韶山北路643号)

湖南省新华书店经销 衡阳印刷厂印刷

850×1168 32开 印张:8.375 字数:215000

2000年9月第1版 2000年9月第1次印刷

印数: 1-8000

ISBN 7-5355-3312-4/G·3307

定 价: 15.00 元

本书若有印刷、装订错误,可向承印厂调换

序

梅克保

邓秋林、张齐政同志所著《寿山说寿》一书，恰逢“南岳衡山寿文化节”开幕之际交付出版，嘱我为其作序。此前，我对南岳寿文化虽有所涉猎，但终究未曾研究，不敢冒然充当内行。但两位作者意甚殷切，只好从命，就本书涉及的话题说一点个人看法。

长期以来，对文化一词的理解，见仁见智，各有说法。一般说来，文化是指有关人的意识形态、生活方式以及精神的物化产品的总和。寿文化作为文化大系的一脉，一直与我们的传统文化相始终。因其渗透在人类的各个领域，其内涵与外延均具有不可知性。而先哲们对寿文化亦无系统的阐述，使其更加难以把握。按人们的生活方式及思维模式来理解，寿文化应是指有关人们健康长寿的一切活动，以及所蕴含的文化沉淀。

在原始的图腾中，祖先们最初十分崇拜自然。山川河流、飞鸟游鱼、风云雷电，无不令他们深为敬畏。其后，由自然崇拜发展到对神灵的崇拜。时至今天，人类的研究领域已从地

底层拓展到星天外,上帝的尊严逐渐被人的尊严所取代。现世的幸福显得尤为重要,而健康乃幸福之基石。如何才能使人健康长寿,现已成为医学界不敢怠慢的科研课题。

《寿山说寿》不拘泥于前贤研究南岳的视角,另辟蹊径,从寿文化切入南岳。从自然山水、宗教文化、名胜古迹、生活习惯等方面,系统地揭示了南岳寿文化的深刻内涵。全书从现代的一阵阳光,上溯到几千年前的一场豪雨;从今天祭拜的神像,追寻到历史传说中南岳神祇的构成;从王船山的著述到湖湘学派的源起;从文人的诗词到皇帝的题字;从寿涧桥到祝融峰;从山林隐逸说到养生;从方广寺的水写到藏经殿的树。详尽地展示了上下几千年以经济文化、器物文化、制度文化为背景,以宗教祭祀文化为主导,以山水旅游文化为依托的南岳寿文化特征。叙述了南岳衡山之为寿岳的由来。

人们常常感叹:人生苦短。“致虚极,守静笃。”老子在《道经》里告诫人们要修身养性以延年益寿。今天,人们已经认识到,人的长寿与自然、社会的协调密切相关,只要保护好自身的生存环境,遵守社会秩序,为社会的发展进步尽心尽力,即可达到长寿的目的。我相信,本书提供的寿文化理念,一定会与人类社会的发展共长久。

2000年9月19日

(作者系中共衡阳市委书记)

· 2 ·

目 录

第一编

- 1 历史的玩笑**..... 3
- 两千多年前，有位皇帝信手一指，南岳便搬到了安徽霍山。后来又有位皇帝也把手指了，南岳又回到了湖南衡山。这一指，便有了永恒。
- 2 隐士、遗民、寿**..... 6
- 大凡朝邦无道，便有一批仁人志士坠入山林，或隐，或匿。事实上，这些隐士或遗民的名气反而大增。与世隔绝参究人生的日子，特别地延年益寿。于是，南岳衡山便有了养生文化。
- 3 《星经》上有说法** 12
- 天地轮回，世间变化，无不让人对历史的演绎有着无限的想像。《星经》上说：天上有老人星，老人星现，天下太平，明亮，则贤达无数。人间的老人星便是南岳衡山，专门平衡生死。
- 4 大禹杀马祭天地**..... 16
- 洪荒时代，水如猛兽。大禹为得一治水“金

简玉书”，可谓受尽了百般折磨。如今，寿岳之处，均有功绩在碑，所谓只要有益于百姓，无论你是不是神，人们都把你供奉。

5 追求不死谈“寿岳” 20

人不可以不死，但人可以长寿。宋徽宗治国无术，舞文弄墨却是把好手。为求长生不老术，他亲历南岳衡山，在黄帝崖顶留下的御笔大书“寿岳”两字，让如今的人们深刻体会，长寿是件很愉快的事情。

6 寿字的化用与妙用 25

寿星寿山寿水寿木寿花寿草……究竟有多少以寿为名的，恐怕无法归纳了；单是“寿”字的不同写法，就达千余种之多。这并不是因为寿字好写，而是人们“只怕早死，惟愿长生”而已。

7 蔡伦的历史时代 29

“太监”一词让人想来就不舒服，特别是在东汉。宦官一词的彰显总是伴随着人头频频落地。纸乃字之匣，由蔡侯再看太监群落，只见沙堆中，有金子在闪烁。

8 寿岳观“寿” 33

山水历数千年更秀；寺庙历千年香火更旺；湖湘文化历数百年更系统；寿山石刻经唐风宋雨元霜明雪满清的战火竟更见清晰。

9 《史记》与汉武帝 38

司马迁因牵连而受酷刑，终有巨著《史记》面世。试想汉武帝如果让司马迁终生高官好做，酒肉好吃，那么有不有一部漂亮的《史

记》宏篇出来？

10 祭祀文化、祈寿文化、古建筑 41

有菩萨就有庙宇，有庙宇就有香火。来到南岳，拜不拜佛在你。但只要你来，你便走进了衡岳的寿文化。

11 道人与刍狗：仙丹延寿 47

刘晏官至唐玄宗时的副宰相，可谓红极一时，但他却不及南岳种菜的王十八。种菜的能在南岳成仙，而作宰相的要靠仙丹延寿，且刘晏终因“极刑无药救”而亡。看来，寿在“养”不在“求”。

12 和尚与石鸡：丹霞天然 52

因缘际会，火头已成高僧；时势天成，青蛙便可朝圣。

第二编

1 李泌宠辱不动心 59

历四个皇帝，而终成一代名相，有人说这都是懒残半块煨山芋之功。在朝在野进退自如的李泌，没有大本领，后世哪得全邺侯之名。如不信，你去南岳山上，找个高僧讨点食物吃吃看。

2 韩愈精诚能开云 64

两年“縲囚”一朝获赦，韩老夫子不改昔日豪气。南岳天气由雨而晴，本乃自然规律，老先生却把它当成时来运转的象征。世事难料，十多年后，大文豪再次被贬得更远，只

是为南岳寿山平添了若许美丽故事。

3 朱张嘉会可霁雪 68

坚冰、大雪、疾风，有畏难者退了。当时没有车，只见两位大师扶杖而行，风雪中唱和七日，南岳该知足了。程朱理学与湖湘学派的发展，让今天的任何一位学者来寿山不敢高声。

4 李杜豪情寄南岳 73

李杜来没来南岳，已不可考。即便他们来了，也是在人生极不得意之时。但诗仙那“衡山苍苍入紫冥”的豪情与诗圣“一览众山小”的霸气，让寿岳一直不敢小看自身。

5 胡氏南岳开湖湘 78

不做官却习传经世之学；博采众长却能独守一家之言；学行统一，南岳终开湖湘学派。犯软骨病的宋代，天下还是赵家天下，而南部诸州的文化已是胡家文化了。

6 岳神转世的茹璵 83

满腹治国策，卖与帝王家；官至尚书，三朝元老。茹璵，纵使是岳神转世，也逃不过皇家的一杯毒药。

7 万水千山皆足底 88

徐霞客一上南岳，上封寺的冰雪便留了他四天。及去天柱、华盖、观音诸峰，又有风雨相访于路上。九天风雨无阻，遍访寿岳，先生当称古代第一足。

8 长寿地的短命路 92

陷明在先，降清反清于后。反复无常之人，即

便是举一杆“义旗”，称帝于衡州，又能有多长的气数，无非一降灾祸于天下百姓的闹剧。

9 船山莲峰举义旗 97

上马提枪，刺不穿民族巨大的痛；几根傲骨，支撑不了一个王朝的倾覆。说到治学，那真是等闲事。惟有一座千古名山同船山先生相互感知。

10 辛亥志士刘道一 101

大清已满是血泪，让所有中国人呼吸困难。华兴起义，败；萍浏醴征讨，大败。22岁的刘道一慷慨赴死，遗留下今天这挺胸做人的好日子。

11 毛泽东旷世奇音 105

73年前（1927年），毛泽东同志在南岳向全世界发出旷世奇音：“……一切帝国主义、军阀、贪官污吏、土豪劣绅，都将被他们（全中国农民）葬入坟墓。”1949年，毛泽东同志在天安门城楼庄严宣告：“中国人民站起来了！”

12 蒋介石南岳训话 110

蒋介石南岳三次训话，日军还是攻陷了湖南，只是处决了一名临阵贪生的少将师长。

13 田汉南岳啸风云 114

抗战时期，衡岳已是“忍见名城毁敌机”。田汉往返于衡山各城乡之间，用他的歌，他的诗句，唤醒人们的爱国之情，毁家之恨。“自从彻悟如来意，又向人间树战旗。”就是寺中僧人，也在他的号召下，加入了“打鬼子”

的行列。

14 炎黄尧舜与祝融 120

中国的文化源流有多长，南岳的文化根基就有多深。炎黄五帝，你来我往，杀伐也好，巡狩也罢，无不厚爱寿岳。

第三编

1 养生的历史与飞升的传说 129

道教正式形成，佛教传入中国，刺激了各种社会思潮的发展。现在所谓“道家”与孔孟的所谓“儒家”，秦汉以前统统是一个“道”字，原本没有分开。魏夫人升仙，也可说是中国传统文化中梦想人生的特例表现。

2 《列子·天瑞》三则：孔子的生死观 133

花开得那么好为什么要谢？人生活得那么好，又为什么要死？再说太阳出来了，又何必落下去？永远有个太阳连电灯都不用发明，岂不好！眉毛要是长在指头上才好呢，连牙刷都不用买了。

3 死而不亡者寿：司马承祯与《坐忘论》 139

死去了而不被遗忘的人是长寿的，那么生者又如何长寿？《易》曰：“圣人者，与天地合其德。知天下言而信，不为而成。无为之旨，理国之道也。”

4 寿岳与寿僧 143

中国是个信奉多神教的国家。不管你是本地人还是外地人，只要是好人，耶稣、老子、

孔子、释迦牟尼、穆罕默德都“请上坐，泡好茶”。

5 山野村夫率子廉 149

从自然中来，回到自然中去。居荒寂野郊而自得其乐。远离功名利禄，脱去人间烦恼。庄子曰：“往矣，吾将曳尾于涂中。”

6 养生与长寿 153

人人都祈盼长寿，人人都在不断探索长寿的秘诀。历代先贤留下了许多养生长寿的书籍，形成了内容极其丰富的“养生文化”。养生主要是积气以生精，积精以成神。

7 念庵松前谈长寿 159

罗洪先与楚石和尚的故事。“天为罗帐地为毯，明月寿松伴我眠。”三界没有跳出，魔障仍未消除。

8 书斋论道话养生 162

一般人认为儒家反对道家，说道家提倡的“无为而治”，就是万事不管。道教沿用了道的观点，将“道”解释成世界的本原。李约瑟说：“道教思想从一开始就存有长生不死的概念，而世界上其他国家没有这方面的例子，这种不死的思想对科学具有难以估计的重要性。”

9 饮食文化与养生哲学 168

人生离不开两件大事：饮食、男女。一个生活的问题，一个性的问题，南岳佛门素食既是宗教饮食文化的精华，也是南岳寿文化的结晶。

10 李元度的归隐见解 173

中国一般知识分子中，走隐士路线的人，并不是不关心国家天下事。这一块长寿地，峰存松鹤延年，潭有蛟龙呈祥，地产千年竹万年松，均不是凡尘所有。

11 南岳茶香飘古今 178

到了唐代，中国茶文化已达相当高度，不仅普及了人工栽培技术，还出现了茶学专著《茶经》。满清一代，每年都从南岳送走上千斤贡茶。每值制茶时节，便呈现一派“鞞兵队队满洲靴”的景象。周而复云：“到南天门歇歇脚，喝杯茶去；登祝融峰看看山，携朵云来。”

12 禅音诗韵秀南岳 183

禅与诗都需要内心的体验，都重视像喻与启发，都追求言外之意。它们本来就是不可分离的连理枝。宗教可以安顿人的思想与感情，可以超脱现实环境。

第四篇

1 衡山风景 191

山脚正盛夏，山中已秋深。僧与道相共，“佛光”与“华光”相辉。水响处，“声、影、光三绝”。放眼神州，“惟有南岳独如飞”。

2 南岳烟云 197

衡岳七分山水，三分烟云，流动如水，轻淡如逸，浓重如石。黄昏时节，“欲尽余晖怯晚

风”，夜半时分，“山僧翻报佛光来”。

3 回雁峰上谈名山 202

“一观于衡，而天下观上矣！”回雁峰高不过300尺，竟在名山诸峰之列。其实，所谓名山，也就是“有景则名，有僧则名，有史则名”。

4 南岳大庙赞三绝 206

占地近10万平方米，四重九进。泥塑、木雕、石刻因数量之多，品种之全，技艺之精而誉为“江南三绝”。

5 雄踞南天祝融峰 213

韩愈诗云：“万丈祝融拔地起，欲见不见轻烟里。”

6 方广寺写意 218

由流水、深潭、奇花、异木围绕着的方广寺，一次倾塌，三次火烧，然方广寺终究不毁。

7 藏经殿随想 223

殿中藏经犹如鞘中含剑，不着空相。何况她又因树多、花多、水多、名胜古迹多而名动南岳。像这样的地方，传说会少吗？

8 水帘洞下议泉瀑 228

人说南岳：山有多高，水有多高。七十二峰，无峰不泉。惟水帘瀑布，为南岳绝胜处。

9 磨镜台前谈禅风 233

当今禅风日炽，不仅国内有许多人在学习研究，且海外学者谈禅更甚。印度是禅学始发之所，所以习者众。而日本的禅宗源于中国，现代禅学已成为一门最热门的学问。据说，

日本的禅宗与南岳渊源甚深。

10 忠烈祠浩然正气 237

民族忠烈千古！游人至此，脱帽致敬！

11 望日台上观日出 242

及日将出，天际渐渐变成灰黑、灰青、灰白。

及日始出，云的颜色变化更加迅猛和繁复，

从灰到青到碧到红。

12 大禹碑前思前贤 246

人世几经沧桑变，禹碑独立岁时迁。

后记 253

第 一 编

南岳为天南巨镇，
上应北斗玉衡，亦名寿
岳。主灵长于禄位，绵
福祚于子孙，载在《星
经》，由来尚已。

康熙：《重修南岳庙碑记》

