

历史名家系列
狂飚
耀目

历代宫廷秘史彩色图文珍藏卷

的
隐
秘
生
活

向斯 / 著

继《女人慈禧》之后，故宫宫廷史专家向斯首推

宫藏宝图珍藏版，

细说千年深宫选都、宫闱、长生之谜底！

年崇年
荐推序作

赠典
内古
信美

甘肃人民出版社



中国帝王

向斯 著

的
隐
秘
生
活

历代宫廷秘史彩色图文珍藏卷

甘肃人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国帝王的隐秘生活 / 向斯著. —兰州: 甘肃人民出版社, 2006

ISBN 7-226-03484-0

I. 中... II. 向... III. 帝王—生平事迹—中国—古代 IV. R827-2

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第117455号

责任编辑 陈拥军

封面设计 奇文云海

中国帝王的隐秘生活——历代宫廷秘史彩色图文珍藏卷

向斯 著

甘肃人民出版社出版发行

(730000 甘肃省兰州市南滨河东路520号)

各地新华书店经销 北京集惠印刷有限责任公司印刷

开本: 787毫米×1092毫米 1/16 印张: 20 字数: 400千

2006年10月第1版 2006年10月第1次印刷

印数: 1—22,000

ISBN 7-226-03484-0 定价: 45.00元



荐语

向斯先生供职于故宫博物院，曾在紫禁城里住过，又沐浴在皇家图书馆——故宫图书馆。其所见所闻，其翻书查档，接触的帝王或公开、或隐秘的生活。作者以这种独特的经历、独特的视角，写出了《中国帝王的隐秘生活》，建议读者，不妨一看。

阎崇年

二零零六年九月二十六日

引言

皇帝们的隐秘生活

生活在今天的人们，常常觉得奇怪：

中国历史上，那些聪明过人的皇帝为什么会喜欢方术道士？

略带土气的道教，为什么会深深扎根于中国历代皇宫之中？

究竟是什么道术仙药，让文才武略的皇帝们为之痴迷和疯狂？

……

所有这些，都成为中国历代帝王与后妃在皇宫中最为隐秘、不愿让世人知晓的谜底。

第一个隐秘即建宫之谜。

君临天下的皇帝最关心的是什么？江山永固。

如何才能江山永固？皇帝们伤透了脑筋，头发都愁白了，始终没有一个满意的答案。

能言善辩的方士们来了，他们一语道破天机：不就是要江山永固吗？容易，风水就能解决！

皇帝喜出望外，瞪着兴奋的眼睛，怀着满腔的期待……

于是，自中国人引以为自豪的远古文明的黄金时期，造就了无数开文明先河的英雄，长达800余年的周王朝的始祖弃的4世孙公刘始，传奇般地将都城由邠迁至豳，就此孕育了古香悠远的周王朝。

定都的秘密就此揭开，坐拥天下的皇帝却又开始在后宫生活中感到心虚，毕竟，与常人无异且多时不如常人的所谓天子，更难于启齿的则是内宫的凡人生活。

中国历代的皇帝们，几乎都是女色的痴迷者和房中术的热心参与者。

这第二个隐秘即是宫闱之谜。

皇帝们热衷于房中术，不仅仅是因为寻欢作乐，以及弥补先天不足、空虚，他们从中，看到了滋阴补阳、长命百岁的益处。

生活在7世纪中期、活了82岁的道家名医孙思邈先生，写了一部著名的医书

《千金要方》。原稿三十卷，到明代时增加到九十三卷。书内十分重要的一节名为《房内补益》，讲的就是男女之间的性生活，提出只要房事得当，就会有益无害，长命百岁。

这部书是道家的代表作品，又是宫廷之中的必备书，少年皇帝和成年皇帝都会读到这部佳作。书中关于房事之时的年龄、对象、时间、禁忌以及神秘的抱雄守雌的回精术等等，都对皇帝们充满了吸引力。

方士们把房事当作延年益寿的不二法门，自然深得皇帝们的喜爱。于是，在宫廷内部秘密地流行《春宫画》，成为那些道貌岸然的皇帝们下朝之后爱不释手的读物。而其中尤以唐代的春宫画家的作品在宫廷之中流传甚广。

封建王朝的皇帝们，没有一个是想长生不老的，但这也成为始终困扰着皇帝们的疼痛，是永远的痴人说梦。

唐宪宗曾问宰相：神仙长生之说，可信吗？

宰相恭敬回答：神仙之事，虽出道家，但为后世虚诞之说，不可致信！太宗服药暴疾，当引以为戒。陛下春秋鼎盛，方志升平，尚能深鉴流弊，斥远方士，则百福自生，坐臻永年！

这第三个隐秘长生之谜，最终未完全被揭开谜底。

历史是一面令人发笑的哈哈镜，能在有意无意之间，显现风水宝地，照出是非曲直，像漫画一样再现平凡人生之极不平凡，讲述深宫隐秘之不寻常的谜底。

历史是一支变幻莫测的万花筒，让人徜徉在先贤的思想之海和智慧之河中，将目光投向遥远的过去，从悠远的文明之颠获取营养，品味余香。

历史是一座孩提时代一遍又一遍的丰富遐想之中居住着许多神仙的三神山，那里的神仙，神情淡然，气质高雅，个个仙风道骨，鹤发童颜。

让我们静静地坐在荒草萋萋的山头，沐浴如血的夕阳，怀着一颗忐忑不安的好古心，背对着未来，将目光投向历史深处，从野花掩映的陌上遗迹之中，寻找昔日的光荣。任由思绪穿过岁月的滚滚尘烟，用真实的文字叙述往古历史，用精确的史料编织如烟往事，再现空寂的时空之中历史的真实和真实的历史、往事的传奇和传奇的往事。

让我们走访仙风道骨的智者，在红尘世界的尘烟之中，静心倾听皇帝的无声叹息，细心感觉他们悲喜的命运和无可奈何的喜怒哀乐。

让我们拨开历史的迷雾，怀着诗意的心情，走进《中国帝王的隐秘生活》，从变幻迷蒙、草色烟光的古老氛围之中，寻觅历史的真相。

向 斯

二零零六年八月

目 录

荐语 / 阎崇年

引言：皇帝们的隐秘生活 / 向 斯

第一章 建宫之谜

1



一、 龙脉寻梦

1. 第一位观风迁都的君主 2
2. 迁都宝地 8
3. 渭水之畔的奇士 10
4. 兴盛周原 13

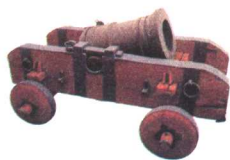
二、 三龙之谜



1. 龙脉的传说 17
2. 三龙云气 20
3. 神秘的龙乡 24
4. 风烟古都 31

三、 华阴旺地

1. 华阴形胜 37
2. 建宫龙首山 40
3. 武川秀水 42



- 4. 大唐宫阙 46
- 5. 金阙玉阶 47
- 6. 龙池风流 49

四、汴京雄风



- 1. 凤鸟后裔 53
- 2. 膏腴沃土 54
- 3. 北雄正定 55
- 4. 只看洛阳城 58
- 5. 龙府汴京 62
- 6. 东京梦华 66
- 7. 神秘万岁山 71

五、金陵帝王都



- 1. 六朝古都 76
- 2. 三重宫阙 80
- 3. 南京紫禁城谜案 83
- 4. 聚宝门事件 85
- 5. 城外城 88

六、紫禁宫阙



- 1. 八朝古都 90
- 2. 龙城北京 91
- 3. 四重城 95
- 4. 五大镇物的传说 96
- 5. 风水大师眼中的古都 97
- 6. 传奇紫禁城 101

第二章 宫闱之谜

105



一、 皇宫中的饮食男女

1. 男人和女人的美丽传说 106
2. 溯源养生之道 112

二、 宫禁秘史



1. 汉帝的特殊“癖好” 122
2. 大唐风情 127
3. 元帝双修 132
4. 明帝宫禁寻欢 137
5. 清帝的风花雪月 145

三、 纵欲的代价



1. 欲望的旗帜 150
2. 风流李后主 152
3. 东京遗恨 158
4. 荒淫之首 164
5. 明代春宫画 169
6. 宫中春药 176
7. 丹药的代价 177
8. 风流咸丰 182

四、 宫中养生



1. 美食秘方 187
2. 药膳神效 191



第三章 长生之谜

193

一、 仙人的神话

1. 洞天福地 194
2. 仙人的日月 202
3. 养生术 207
4. 仙学 209



二、 群仙图

1. 三清四御 213
2. 五老真君 216
3. 真武大帝 217
4. 玉皇大帝 220
5. 王母娘娘 223
6. 老子 225
7. 八仙 226
8. 仙男、仙女、仙真 233

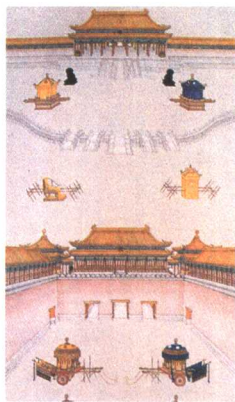


三、 求仙之路

1. 黄帝炼丹 238
2. 秦始皇寻不死之药 241
3. 汉武帝访求仙人 249
4. 从丹阳术到长生药 262
5. 隋宫闪烁异彩的仙丹 268



四、 长生的梦想



1. 太上老君“显灵” 272
2. 唐太宗的梦 274
3. 从合还丹到仙药金 280
4. 痴心唐明皇 283
5. 道君宋徽宗 289
6. 金火大丹术 295
7. 丹药纵欲 298
8. 灵芝山中的明世宗 299
9. 雍正皇帝的“神仙功” 301





第一章 建宫之谜

皇帝们来自哪里？在什么地方坐拥天下？何处是神秘的龙乡？

北龙福地的黄河流域，是中国盛产皇帝的地方；北龙、中龙旺地，也是帝王们建立国都、坐拥天下的最佳场所。中国的皇帝大多来自于北方北龙、中龙旺地，中国两千余年的帝都，也大多建立在这些藏风蓄水的龙脉龙穴之所。

中国的皇帝主要来源于秦岭、淮河以北的地区，集中于地势险要的山陵地带，包括河南、河北、山东、安徽、江苏的广大地区。

道士们说，中国出产皇帝的龙乡，真的是风水吉地。

中国古代有多少都城？著名都城定都何处？如何定都？许多未解之谜谜底何在？



一、龙脉寻梦

1. 第一位观风迁都的君主

周的始祖是农耕业的开创者弃，弃建都于郟。

周王朝的灿烂辉煌，令世人景仰。可是，周的始祖，为何叫弃？

传说弃的母亲姜嫄是位美丽、浪漫的女人，她最喜欢穿着鲜艳的衣服，在柳絮堆烟的春日踏青郊游。

她信步在芳草蔓蔓的小道之上，柔软的腰肢如风中弱柳。陌上开满了野花，香风阵阵，彩蝶翻飞。

阡陌的尽头，是一片山林，苍翠的山地之上，开遍了清香的兰花。美女为之陶醉，流连忘返。

突然，在疏离的花草之间，显现出了一行巨大的脚印。美女为之惊叹，也为之惶然。

她将纤细的小脚放进了巨大的脚印，瞬时之间，一股从来没有过的暖流纵贯全身，她欣喜若狂！

电闪雷鸣，她顺着巨大的脚印跑进了一个深邃的山洞。不久，她怀孕了，12个月之后，生下一个相貌十分怪异的儿子。

愁眉不展的姜氏心中恐惧，认为这是不祥之兆。她抱起儿子，毫不犹豫地将他扔到人迹罕至的荒野。突然，一大朵闪着金光的祥云飘来，遮盖着这个孩子。吃着青草的牛羊，不约而同地围拢过来，将孩子围在中心，保护着他，奶牛给他喂奶。

姜氏有些害怕，抱起孩子，再次遗弃在一处黑暗的森林之中。伐木人路过这里，立即放下劳作，日夜照料。

姜氏第三次抱起孩子，放到寒冷刺骨的冰上。这时，一只雪白的巨鸟从天而降，张开翅膀温暖着他。巨鸟一离开，孩子就嚎啕大哭。

姜氏终于明白，这孩子是上天之子啊！她将孩子抱回家，细心喂养，取名为弃。

弃，即周之始祖。

姬姓的周王室早年生活在陕西泾水、渭水流域，最早的都城是邠，位于今天的陕西武功县西南。

这里土地肥沃，草木茂盛，周始祖弃，就选定这里作为都城。弃精于农耕，史称后稷；他播种百谷，让人们丰衣足食，人称他为百谷之王。

人民在这里生活富足，安居乐业。他们在稻浪翻滚的田头，喝着春酒；在晚霞满天的黄昏，看儿孙嬉戏、鸡鸭归巢，感觉格外心满意足。

有方士对弃说：这里只是一个富足的小镇，要选择风水佳地，建立强盛的国家！

弃对方士之说，不屑一顾，他只是热衷于农业，看见果实累累的谷子，心里感到十分得意。



仙境般的黄鹤楼

弃的四世孙公刘继承了先祖的美德，继续倡导农桑，创造了前所未有的农业繁荣。经济富裕，人口猛增。

这块丰腴的土地，这座美丽的都城，公刘仍然感觉不能满足他那颗不知疲倦的勃勃雄心。他常常在心里嘀咕：太狭窄了！



方士们趁机鼓动说：应该迁都。

公刘眼睛一亮：如何迁都？

方士们兴奋起来：佩上美玉，带上刀子，选择风水吉地！

公刘沉吟片刻说：好！将舆图拿来。我要亲自选择，实地踏勘，迁一处风水吉地，兴我周室！

公刘佩带着五彩美玉，系着绿盈盈的丝带，拿着木鞘镶嵌玉石的刀子，带领着文武百官和方术之士，跋山涉水，寻找吉地。

他们来到特产丰富的胥，这里天高地远，视野开阔，特别是这里的女人分外美丽，让百官们为之兴奋，嚷嚷着：迁都于胥。

公刘摇头，方士们也摇头。

他们继续前进，来到山青水秀、视野开阔的原。许多官员被眼前的美景所吸引，不想走了，叫喊着：迁都于原！

公刘仍然摇头，方士也是摇头。

他们一行走到地势高旷、藏风蓄水的充满野性和活力的高地邠时，公刘眼前一亮，方士们也为之赞叹：这就是风水吉地啊，迁都于邠！

公刘兴奋地点头：好，迁都于邠！这样气势磅礴

的高原土地，适宜于建造半地穴的房子，穴下竖立柱，出穴是土阶，屋顶盖木梁、陶瓦，形成一个街道纵横的都城，这就是京师之地。把王朝最精锐的军队驻守在这里，就是守卫京师的王师！这样的吉地，大周必兴！

史称：周道之兴，自此始！

公刘，正是中国第一位用风水选址迁移国都的君主。

“京师”一词，就是公刘时



公刘庙像

代产生的。京就是公刘建筑的房舍和屋宇，师就是驻扎守卫的军队。公刘爱民如子，让百姓家家富裕，户户粮食满仓。人民感念他的功德，望着他们一行离去之后的滚滚风尘，久久不忍离去。

主张民贵君轻的孟子，十分称赞公刘的贤德，感叹：公刘好货！

公刘在京师建造宫室、厅堂，堂后是最为郑重的居室。厅堂之内，按照一定的次序排定序位，称为依：就是贵族们行礼、奏乐、学习、练武、举行仪式的重要地方。这也是后世的明堂的源头，是接待重要客人和举行典礼之地。

公刘是第一个称公的人，在古代，公、王都是同样的意思，是君主的代称。

博学的公刘，爱民的公刘，无愧于他的“公”的称号，他让周王室国富民强，繁荣昌盛，真正是兴盛大周。

《诗经》之《公刘》篇中，详细地赞颂和描述了公刘迁都的功德：

笃公刘！
匪居匪康。
乃场乃疆，
乃积乃仓。
乃裹糗粮，
于橐于囊。
思辑用光，

好公刘啊！
不安现状，不守寻常。
分疆治田，
粮食丰收装满谷仓。
急忙备好干粮，
装进小袋和大囊。
大家平静和睦，



众神朝圣



弓矢斯张，
干戈戚扬，
爰方启行。

笃公刘！
于胥斯原。
既庶既繁，
既顺乃宣，
而无永叹。
陟则见之，
复降在原。
何以舟之？
维玉及瑶，
鞶琫容刀！

笃公刘！
逝彼百泉，
瞻彼溇原。
乃陟南冈，
乃覲于京。
京师之野，
于时处处，
于时言言，
于时语语。

笃公刘！
于京斯依。
踟蹰济济，
俾筵俾几。
既登乃依，
乃造其曹。
执豕于牢，
酌之用匏。
食之饮之，

准备着弓箭，
盾斧手前行，
一声令下动身向前方。

好公刘啊！
察看这广阔的好地方。
选吉地人丁兴旺，
建房屋民心顺畅，
没有隐患，永久安康。
他登上那草木茂盛的小山坡，
他又来到那绿草如茵的平原。
他身上佩带着何物？
美玉和宝石，
还有镶嵌玉饰的好佩刀！

好公刘啊！
来到众多的泉水边，
眺望无边的好平原。
他登上南边高高的山冈，
看见京师山环水绕的好地方。
京师的地域，多么辽阔啊，
于是定居，建造房屋，
人们居住在这里，谈笑风生，好不热闹，
人们生活在这里，七嘴八舌，好生闹嚷。

好公刘啊！
定居京师这样的好地方。
走路多轻快，工作多繁忙！
人才济济，群臣入席。
宾主入席坐定，
吩咐祭祀猪神。
从猪圈中捉来肥胖的猪立即宰杀，
把美酒将所有的酒器啊全部满上。
吃好菜啊，喝美酒，

