

山水
灵性



北岳恒山其主峰天峰岭被称为“人天北柱”、“绝塞名山”、“天下第二山”。自古以来，留下灿烂辉煌的恒山诗章；南岳衡山以祝融峰之高、藏经殿之秀、水帘洞之奇、方广寺之深并称“衡山四绝”，具有丰富多彩的文化沉积；中岳嵩山东西横卧，雄峙中原，群山耸立，层峦叠嶂。嵩山建筑群，规模宏大，气势雄伟，为我国现存规模最大最古的建筑群之一。

五岳名山

恒山衡山嵩山的文化

肖东发◎主编 彭万波◎编著



中国出版集团



现代出版社

中华精神家园

山水灵性

五岳名山

恒山衡山嵩山的文化

肖东发 主编 彭万波 编著



中国出版集团



现代出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

五岳名山 / 彭万波编著. — 北京: 现代出版社,
2014. 7

ISBN 978-7-5143-2343-6

I. ①五… II. ①彭… III. ①五岳—介绍 IV.
①K928. 3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第159636号

五岳名山：恒山衡山嵩山的文化

主 编：肖东发

作 者：彭万波

责任编辑：王敬一

出版发行：现代出版社

通讯地址：北京市定安门外安华里504号

邮政编码：100011

电 话：010-64267325 64245264（传真）

网 址：www.1980xd.com

电子邮箱：xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷：北京兴星伟业印刷有限公司

开 本：710mm×1000mm 1/16

印 张：11

版 次：2015年4月第1版 2015年4月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5143-2343-6

定 价：29.80元

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载

党的十八大报告指出：“文化是民族的血脉，是人民的精神家园。全面建成小康社会，实现中华民族伟大复兴，必须推动社会主义文化大发展大繁荣，兴起社会主义文化建设新高潮，提高国家文化软实力，发挥文化引领风尚、教育人民、服务社会、推动发展的作用。”

我国经过改革开放的历程，推进了民族振兴、国家富强、人民幸福的中国梦，推进了伟大复兴的历史进程。文化是立国之根，实现中国梦也是我国文化实现伟大复兴的过程，并最终体现在文化的发展繁荣。习近平指出，博大精深的中国优秀传统文化是我们在世界文化激荡中站稳脚跟的根基。中华文化源远流长，积淀着中华民族最深层的精神追求，代表着中华民族独特的精神标识，为中华民族生生不息、发展壮大提供了丰厚滋养。我们要认识中华文化的独特创造、价值理念、鲜明特色，增强文化自信和价值自信。

如今，我们正处在改革开放攻坚和经济发展的转型时期，面对世界各国形形色色的文化现象，面对各种眼花缭乱的现代传媒，我们要坚持文化自信，古为今用、洋为中用、推陈出新，有鉴别地加以对待，有扬弃地予以继承，传承和升华中华优秀传统文化，发展中国特色社会主义文化，增强国家文化软实力。

浩浩历史长河，熊熊文明薪火，中华文化源远流长，滚滚黄河、滔滔长江，是最直接源头，这两大文化浪涛经过千百年冲刷洗礼和不断交流、融合以及沉淀，最终形成了求同存异、兼收并蓄的辉煌灿烂的中华文明，也是世界上唯一绵延不绝而从没中断的古老文化，并始终充满了生机与活力。

中华文化曾是东方文化摇篮，也是推动世界文明不断前行的动力之一。早在500年前，中华文化的四大发明催生了欧洲文艺复兴运动和地理大发现。中国四大发明先后传到西方，对于促进西方工业社会发展和形成，曾起到了重要作用。

中华文化的力量，已经深深熔铸到我们的生命力、创造力和凝聚力中，是我们民族的基因。中华民族的精神，也已深深植根于绵延数千年的优秀传统文化传统之中，是我们的精神家园。

总之，中国文化博大精深，是中华各族人民五千年来创造、传承下来的物质文明和精神文明的总和，其内容包罗万象，浩若星汉，具有很强文化纵深，蕴含丰富宝藏。我们要实现中华文化伟大复兴，首先要站在传统文化前沿，薪火相传，一脉相承，弘扬和发展五千年来优秀的、光明的、先进的、科学的、文明的和自豪的文化现象，融合古今中外一切文化精华，构建具有中国特色的现代民族文化，向世界和未来展示中华民族的文化力量、文化价值、文化形态与文化风采。

为此，在有关专家指导下，我们收集整理了大量古今资料和最新研究成果，特别编撰了本套大型书系。主要包括独具特色的语言文字、浩如烟海的文化典籍、名扬世界的科技工艺、异彩纷呈的文学艺术、充满智慧的中国哲学、完备而深刻的伦理道德、古风古韵的建筑遗存、深具内涵的自然名胜、悠久传承的历史文明，还有各具特色又相互交融的地域文化和民族文化等，充分显示了中华民族厚重文化底蕴和强大民族凝聚力，具有极强系统性、广博性和规模性。

本套书系的特点是全景展现，纵横捭阖，内容采取讲故事的方式进行叙述，语言通俗，明白晓畅，图文并茂，形象直观，古风古韵，格调高雅，具有很强的可读性、欣赏性、知识性和延伸性，能够让广大读者全面触摸和感受中国文化的丰富内涵，增强中华儿女民族自尊心和文化自豪感，并能很好继承和弘扬中国文化，创造未来中国特色的先进民族文化。



2014年4月18日

塞北之尊——北岳恒山

盘古右臂衍化而成恒山 002

道教和五岳之名的伊始 006

最为宏伟的北岳庙建筑 012

佛道儒三教合一的悬空寺 018

驰名天下的永安寺壁画 022

绝塞名山揽恒山胜景 027



湘南之秀——南岳衡山

040 衡山和祝融峰的民间传说

046 佛教的传入和方广寺绝景

052 各具特色的众多佛家寺庙

069 盛极一时的道观和寺院

081 南岳书院引领书院文化

091 层峦叠翠的南岳七十二峰



天地之中——中岳嵩山

- 104 因山高镇守中原而得名
- 111 弥足珍贵的中岳汉三阙
- 118 规模最大的嵩山古建筑群
- 123 道佛两教传入和大法王寺
- 129 著名的儒教圣地嵩阳书院
- 136 大乘禅宗传入和嵩岳寺塔
- 143 玉帝托梦武则天封禅嵩山
- 149 禅宗祖庭千古名刹少林寺
- 158 少林寺的寺庙建筑布局



塞北之尊

北岳恒山

北岳恒山位于山西大同浑源县城南，与东岳泰山、西岳华山、南岳衡山、中岳嵩山并称为“五岳”。其主峰天峰岭被称为“人天北柱”、“绝塞名山”。

恒山以道教闻名，有“三寺四祠九亭阁七官八洞十二庙”之称。其中悬空寺更是闻名遐迩，尤其是寺中的三教殿，释迦牟尼、老子、孔子三教共居一室，堪称一绝。

自古以来，历代帝王大都要差使臣到恒山朝圣，无数文人墨客、才子佳人也都游览过恒山胜地，并留下灿烂辉煌的诗篇。



盘古右臂衍化而成恒山

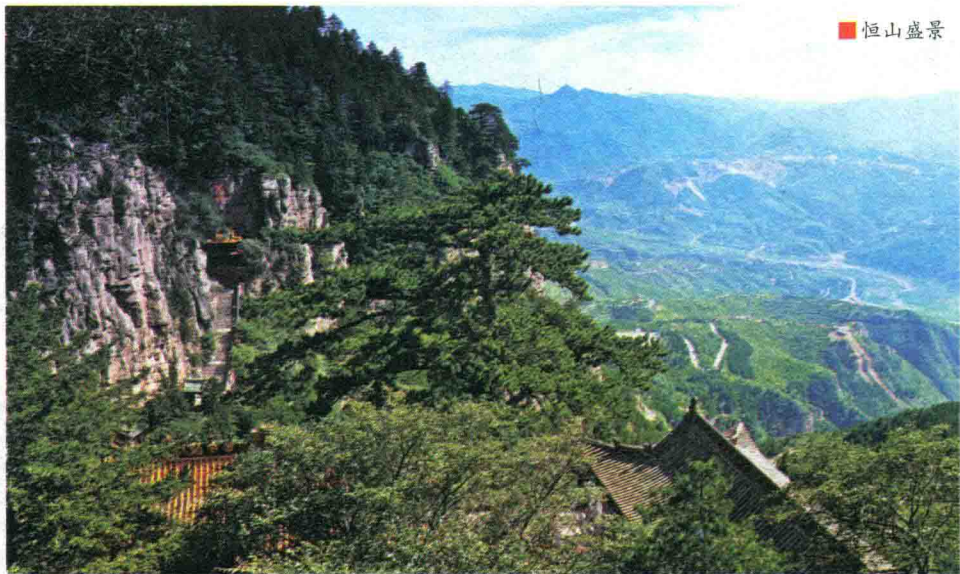
002

五岳名山

传说在天地还没有开辟以前，宇宙就像是个大鸡蛋一样混沌一团。没有天地上下，没有东南西北，也没有前后左右。就在这样的世界中，诞生了一位伟大英雄，他的名字叫盘古。

18000多年过去了，盘古就一直在这个“大鸡蛋”中沉睡。终于有

■ 恒山盛景





■ 恒山上的寺庙

一天，他睁开蒙眬睡眼，发现周围一团漆黑，他想伸展一下筋骨，但“鸡蛋”紧紧包裹着他的身子，使他感到浑身燥热，呼吸异常困难。

盘古勃然大怒，他拔下自己一颗牙齿，把它变成了一把威力巨大的神斧，他抡起来用力向周围劈去。

一阵巨响过后，“鸡蛋壳”终于破裂了，一股清新的气体散发开来，飘飘扬扬升到高处，慢慢变成了天空。另外一些浑浊的东西则缓缓下沉，就变成了后来的大地。

从此，原本混沌不分的宇宙就有了天和地，宇宙间也不再是漆黑一片了。盘古置身其中，只觉得神清气爽。天空越来越远了，大地越来越辽阔了。

盘古担心天地会重新合在一起。于是，他又开双脚，稳稳地踩在地上，高高昂起头颅，顶住天空，并

盘古 或称盘古氏，或盘古大帝，我国神话故事中的人物，是唯一可以被称为“顶天立地”的神。在我国古代的神话传说中，盘古是开天辟地的人物，并且为了人类而献身，用自己的身躯创造了世界万物。



■ 恒山雪景

法力 指佛法的除妄伏魔之力,后泛指超人的神力。在古代传说中,指人们运用特定的方法及咒语借用自然力量,来祈福避凶、化解凶煞或者操纵事物的方法。

魂魄 多指人的精神灵气。我国古代认为魂是阳气,构成人的思维才智。魄是粗砺重浊的阴气,构成人的感觉形体。魂是阳神,魄是阴神。道教有“三魂七魄”之说。

且施展法力,让自己的身体在一天之内变化9次,每次都增高一尺。

就这样,每当盘古身体长高一尺,天空就随之增高一尺,大地也增厚一尺;每当盘古身体长高一丈,天空就随之增高一丈,大地也增厚一丈。

又过了18000多年,盘古身体长得有9万里那么长了,成了一位顶天立地的巨人,天空升得高不可及,大地也变得厚实无比了。

但是,盘古仍不罢休,继续施展法术,直到有一天终于不能再升高了,地也不能再增厚了。而这时,盘古也已经耗尽了全身的力气。

盘古缓缓地睁开双眼,满怀深情地望了望自己亲手开辟的天地。看到天地间的万物再也不会生活在黑暗中了,盘古才长长地舒了一口气,慢慢地躺在地上,闭上沉重的眼皮,与世长辞了。

在临死前,盘古嘴里呼出的气变成了春风和天空的云雾,他的声音变成了天空的雷电,他的左眼变成

了照耀大地的太阳，右眼变成给夜晚带来光明的月亮，千万缕头发变成了点缀美丽夜空中一颗颗闪烁的星星。

鲜血变成了奔腾不息的江河湖海，肌肉变成了供给万物生存的千里沃野，骨骼变成了树木花草，筋脉变成了道路，牙齿变成了石头和金属，精髓变成了明亮的珍珠，就连汗水，也变成了霜雪雨露，滋润着万物茁壮成长……

相传盘古倒下时，他的头化作了东岳泰山，他的脚化作了西岳华山，他的左臂化作了南岳衡山，他的右臂化作了北岳恒山，他的腹部化作了中岳嵩山。

而盘古的精灵魂魄，也在他死后变成了人类。所以，后来人们都说，人类自己是世界的万物之灵。

盘古生前完成开天辟地的伟大业绩，死后留下了无穷无尽的宝藏，成为我们中华民族崇拜的伟大英雄。

而恒山，这座由盘古右臂变成的大山，带着上古英雄不朽的血脉，在这片神奇而古老的土地上，历经沧海桑田，弥久愈坚，孕育了无数的神话和传奇。

阅读链接

相传，恒山生长着几十种名贵中药材，在众多的中药材中，尤以恒山紫芝最为名贵。据《恒山志》记载，恒山灵芝仙草为镇山之宝，状如紫色云锦，服之可延年益寿，起死回生。

当地人传说：每一棵灵芝草，便有一条双头毒蛇看护，又说恒山灵芝平时肉眼看不到，只有祈祷北岳大帝，灵芝才会现形放光。

神奇的恒山灵芝仙草传遍四方，嘉靖二十五年，明世宗委派朝廷大员，指令州衙官吏，摘取真芝12棵，留下了《采取灵芝记》的石碑一通。

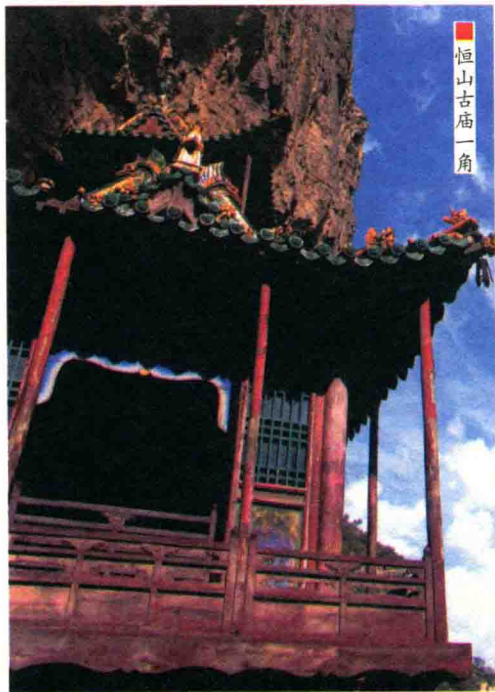
道教和五岳之名的伊始

006

五岳名山

泰山 衡山 嵩山 恒山 华山

在上古时期，“岳”原是掌管大山的官吏职称。据后来史书《史记·五帝本纪第一》记载：



恒山古庙一角

尧曰：“嗟！四岳：朕在位七十载，汝能庸命，践朕位？”

这里的“四岳”原指的是上古帝王尧的4个大臣。即：四岳，四时官，主方岳之事。后来，人们便把主管大山的官吏与岳官驻地的大山名称统一起来，便出现了代表四方大山的“四岳”。

在帝尧时，相传掌管天文历



■ 恒山“名利心灰”石刻

法的官员羲和氏的4个儿子分别掌管四岳，羲仲为东岳长官，羲叔为南岳长官，和仲为西岳长官，和叔为北岳长官。

到了帝舜时，他曾用了年时间巡狩四岳，他二月东到泰山，五月南到衡山，八月西到华山，十一月北到恒山，并且封北岳为万山宗主。据我国最早的史书《尚书》记载帝舜：

十有一月朔，巡狩至北岳。岁二月，东巡守，至于岱宗……五月南巡守，至于南岳，如岱礼。八月西巡守，至于西岳，如初。十有一月朔巡守，至于北岳，如西礼……舜帝北巡时，曾遥祭北岳，遂封北岳为万山之宗主。

羲和氏 传说中的古代掌管天文历法的人。相传他是黄帝时代的官，当时主要任务是占日、占月，即指观测太阳、计算日子等。在关于唐尧传说中，羲和是掌管天文的家族，有羲仲、羲叔、和仲与和叔四人，被尧派往东、南、西、北四方，去观测昏中星，参照物候来定春分、秋分与夏至、冬至的日子，以确定季节和安排历法。

汤 商朝的建立者，被尊为“成汤”。成汤，相传为帝喾之子契的十四世孙，姓子，名履，又名天乙。他在夏朝末年一举成为商族的首领，爱护百姓，施行仁政，深得民众的拥护，后建立了我国历史上第二个奴隶制国家商朝，定都于亳。

那时只有东、西、南、北四岳，而无中岳，而且具体说出名称的只有东岳岱宗，就是东岳泰山。在之后，大禹治水时也有“河之北属恒山”的记载。

到了商朝时，汤的女儿昌容自幼受异人传授，善知天文地理。她厌倦宫廷，超凡脱俗。背着父王，暗离朝廷，隐名埋姓，入恒山而修道。

昌容在恒山吃的是树皮草根，饮得是夏泉冬雪。那时恒山上长有一种紫色的草，用这种草染的布不会褪色。昌容每天除修炼外，还沿山四处采紫草，下山卖给染坊，然后把卖得的钱又送与那些生病的人。

■ 恒山寺庙



有一天，昌容在卖完紫草后，看见一个后生在街头讨钱。她上前一问，后生说家有老母病重，无钱买药。

昌容听后将卖紫草的钱全部给了那个年轻人，吩咐年轻人给他老母亲买些米面。又给了后生一丸药，叫他回去拿给生病的老母亲吃。

老人吃了昌容的药，果然病愈。母子二人万分感谢昌容。

第二天，后生上恒山砍柴，在一个人迹罕至的山崖上发现了一个山洞。

洞口旁的石灶还冒着青烟，从锅里散发出一股异样的香气。

他好奇地爬上洞口，掀开锅一看，锅里煮的尽是一些叫不出名的树叶草根。他向洞里一望，只见昌容正端坐石上，闭目打坐，宛若一座美人雕像。后生大喜，竟然找到了恩人。



恒山寺庙的屋顶

又过了几天，后生用卖柴的钱买了一袋小米，上山给昌容送来。当他来到洞口一看，灶在洞空，昌容不知在何方。他等了整整一天也没等着，只好将米留下。又过了十几天，后生砍柴又来到山洞，那袋米还在。

从那以后，人们再也没有见到过这位神秘的恒山女神。

后来，相传有众多的仙真出入恒山，他们在恒山修真传道，并开设道场。如此，恒山开始成为道教的福地洞天了。

西周时期的政治家、军事家、思想家和教育家周公旦在他所著的讲述西周官制和政治制度的儒家经典《周礼》中的《职方氏》这篇文章中记载了当时的天下形势：

九州各有镇山，恒山，正北并州镇山。

《周礼》 儒家经典，西周时期的著名政治家、思想家、文学家、军事家周公旦所著，所涉及之内容极为丰富。大至天下九州，天文历象。小至沟洫道路，草木虫鱼。凡邦国建制，政法文教，礼乐兵刑，赋税度支，膳食衣饰，寝庙车马，农商医卜，工艺制作，各种名物、典章、制度，无所不包。堪称称为上古文化史之宝库。



■ 恒山寺庙斗拱

我国最早的词典和儒家经典之一的《尔雅》一书中也有关于五岳的记载，称“恒山为北岳”，并且因为它位居北方，能够降服万物，是恒久长远不变的地方，所以称之为“恒山”。

西周的周成王，“巡狩至北岳，北方诸侯朝于明堂”，这是历代帝王对恒山祭祀的开始。

到了春秋战国时期，“阴阳五行”之说颇为流

行，因此“五岳”之说正式应运而生。

到了秦初时期，“五岳”的内容开始确定下来。后来西汉初期著名经学者伏生所著的《尚书·大传》中写道：

五岳谓：岱山、霍山、华山、恒山、嵩山也。

此时不仅有了“五岳”的称谓，而且五岳的山脉名称都有具体的指向，北岳恒山赫然就在其中了。秦朝时期专门在恒山设有一郡，就是因北岳恒山在其辖区内而得名。有史书记载：

秦祀官所常奉名山十二，其二曰恒山。

《尔雅》我国最早的一部解释词义的专著，也是第一部按照词义系统和事物分类来编纂的词典。作为书名，“尔”是“近”的意思，“雅”是“正”的意思，在这里专指“雅言”，即在语音、词汇和语法等方面都合乎规范的标准语。