

中华胜景智慧行系列

行大道大名山

黄智华 著

问鼎武当山

道遥谷老子乐水

庄子御风道遥游

武当山下煮茶论『道』

山洞闭关守静笃

晨采朝阳之精

夜吸元阴之华

天坑地缝天造一双

张家界里有『神仙』

一柱擎天定乾坤

万物生华西岳华山

终南山寻『隐士』

原始神秘的神农架

神农谷野性之美

黄帝问道崆峒山

青城天下幽

自古名山待圣人

三山五岳洞天福地

妙真圣境云台山

岭南第一山罗浮山

壶口黄河瀑布的咆哮

中山大学出版社

中华胜景智慧行系列



名山大道行



黄智华 著



中山大学出版社
· 广州 ·

版权所有 翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

名山大道行/黄智华著. —广州:中山大学出版社,2013.5
(中华胜景智慧行系列)

ISBN 978-7-306-04500-3

I. ①名… II. ①黄… III. ①游记—作品集—中国—当代 IV. I 267.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 047101 号

出版人:祁 军

策划编辑:钟永源

责任编辑:钟永源

摄影:黄智华

封面设计:曾 斌 智 华

责任校对:钟永源

责任技编:何雅涛

出版发行:中山大学出版社

电 话:编辑部 020-84111996,84111997,84113349,84110779

发行部 020-84111998,84111981,84111160

地 址:广州市新港西路 135 号

邮 编:510275 传 真:020-84036565

网 址:<http://www.zsup.com.cn> E-mail:zdcbs@mail.sysu.edu.cn

印 刷 者:佛山市浩文彩色印刷有限公司

规 格:787mm×960mm 1/16 14 印张 330 千字

版次印次:2013 年 5 月第 1 版 2013 年 5 月第 1 次印刷

印 数:1-3000 册 定 价:39.80 元

如发现本书因印装质量影响阅读,请与出版社发行部联系调换



作者书法《神》

“神”者，穿越时空，天道也，
是宇宙的元气。

全国政协常委、中国道教协会会长
任法融道长给作者题字“道通古今”

“道通古今”意思是说，“道”是宇宙的本
源，无始无终，无所不在，贯通古今。



广东省建设委员会原主任、中国
艺术家协会终身名誉主席陈之泉先生
给本书题字“大道至简”

道法自然，大道至简。以平常心
处世，顺应天道，人生与大道一样其
实很简单！

序

中国是个多山之国，名山众多。中国的名山巍峨壮观、气象万千，并且不少与宗教、文化融为一体，成为自然人文胜景，吸引着全世界的游客流连忘返。

中国名山既有以“黄山归来不看岳”而闻名的安徽黄山、“匡庐奇秀甲天下”著称的江西庐山，这些世界级的名山，又有“五岳”的东岳泰山、南岳衡山、西岳华山、北岳恒山、中岳嵩山，“四大佛教名山”的山西五台山、浙江普陀山、四川峨眉山、安徽九华山，以及“四大道教名山”的湖北武当山、江西龙虎山、安徽齐云山、四川青城山。此外，还有众多的各有奇异的名山和自然风景区。

孔子说：“智者乐水，仁者乐山；智者动，仁者静；智者乐，仁者寿。”仁者与山一样是平静、稳重。

大自然之所以伟大，是因为它的千姿百态，“变幻”出无数的“大千世界”。

名山大川是这“大千世界”的佼佼者，是天地交感的精灵之气的凝聚点。我认为，“道”字的“首”代表着稳重的山，“走之底”代表着流动的



水，山和水这一“阴”一“阳”，一静一动，合成了“道”，是“道”的化身。其实，所有的“大千世界”都是“道”的化身。

本书作者通过游览武当山、武隆天坑地缝、张家界、华山、终南山、神农架、崆峒山、青城山、云台山、衡山、罗浮山、桥山黄帝陵等众多道家文化名山胜景，以及由此所写下对道家思想的感悟，与你共同进入并不神秘的“大道”殿堂。

本书通过道家文化名山胜景的“大道”之行，抒发了对真善美、世间和谐，与返璞归真境界的向往和追求，这其实也就是“道”的境界。

道家的平静、恬淡无为对忙碌的都市人来说，是一副难得的清凉剂，也是一副都市生活的润滑剂。

古往今来，不知有多少人终日在物质与欲望的牢笼中挣扎，他们渴望亲近自然，回归本真；更梦想有一个自由自在的人生，哪怕是片刻的心灵慰藉，哪怕是短暂的个性解放，都能带来对生活的进一步热爱，对梦想的进一步追求，进一步激发“兼善天下”的那种豪情。

“穷则独善其身，达则兼济天下”，成为了两千多年来中国知识分子立身处世的座右铭。道家的恬淡平静、逍遥人生、回归人原初淳朴纯真本性的思想，成为了现代都市人的精神后花园，在独善其身和兼济天下之间，拥有了一个既逍遥超脱，又饱满的智慧人生境界。

作者





名山 大道行

黄智华

目录 CONTENTS

问鼎武当山 /10

- 天下第一仙山 /11
- 北建故宫 南修武当 /12
- 真武帝飞升崖升天 /14
- 一柱擎天的天柱峰 /16
- 孙悟空到太和宫请兵 /18
- 逍遥谷老子乐水 /20
- 庄子御风逍遥游 /22
- 庄周梦蝶 蝶梦庄周 /24
- 混元福地紫霄宫 /26
- 风水宝地话琼台 /28
- 挂在悬崖上的南岩宫 /30
- 雷神洞惩人间罪恶 /32
- 主持天界的玉虚宫 /34

武当神武出精神 /36

- 张三丰观鸟蛇斗创武当拳 /37
- 未炼还丹先炼性 /38
- 遇真宫树洞悟太极 /40
- 自然而然太极拳 /42
- 琼台中观医武道 /44
- 太极神功一托千斤 /46
- 冲虚庵出了 118 岁老寿星 /48
- 清心寡欲 致虚守静 /50
- 武当山下煮茶论“道” /52
- 武当大兴 600 年演武呈英豪 /54

山洞闭关守静笃 /56

- 老道长穴居武当山洞 /57

脱胎换骨 回归婴儿 /58
随“缘”而安 /60
返本归根 与道合真 /62
与大自然谈恋爱 /64
晨采朝阳之精 /66
夜吸元阴之华 /68
我梦见真武大帝 /70
我看到宇宙的真相 /72
真武大帝的“一团气” /74

天坑地缝天造一双 /76

世界天生桥群之最 /77
天生三桥“三”生万物 /78
天龙桥：“天”龙在天 /80
青龙桥：“人”龙有悔 /82
“神鹰天坑”感恩大地 /84
黑龙桥：“地”龙在田 /86
龙水峡地缝是地之心 /88
地缝“黑洞” 玄之又玄 /90
疑是银河落九天 /92

张家界里有“神仙” /94

中国第一个国家森林公园 /95
众神仙赴“蟠桃”盛会 /96
有奇峰“天狗吞月” /98
袁家界“天下第一桥” /99
一柱擎天定乾坤 /100
天子山“仙女”散花 /102
索溪峪“画廊”现“神仙” /104
孙悟空“天马行空” /106
金鞭溪“神鹰护鞭” /108
中华第一“同心锁” /110
黄龙洞别有“洞天” /111
“龙王宝座”与“定海神针” /112



万物生华西岳华山 /114

- 奇险天下第一山 /115
- 洞天福地玉泉院 /116
- “睡仙”陈抟华山修道 /118
- 五龙传授蛰伏法 /120
- “胎息”睡功了大道 /122
- “岳神”侧身而卧 /124
- 碰到“怪兽”和“寿星公” /126
- 混沌初分“混元石” /128
- 有“神人”居 吸风饮露 /130
- 华山自古一条路 /132
- 锁定“心猿”与“意马” /134

终南山寻“隐士” /136

- 南山秀色引领意无限 /137
- 享誉盛名的终南隐士 /138
- 天下第一福地楼观台 /140
- 上善若水“上善池” /142
- 道教掌门挥毫寄语 /144
- 打开《道德经》的钥匙 /146
- 识心见性重阳宫 /148
- 镇守“心”门的天神 /150
- 终南山下“活死人墓” /152
- 玉蟾台刘海戏金蟾 /154
- 步步钓金钱 /156
- 吐月纳福济苍生 /158

原始神秘的神农架 /160

- 汉民族的神话史诗 /161
- 神农架“野人”之谜 /162
- 物竞天择 适者生存 /164
- 崇草采药神农氏 /166
- 人身牛首 天长地久 /168
- 奇幻“龙宫”神龙洞 /170
- 神农顶天地初开 /172

“怪兽”乐园板壁岩 /174

神农谷野性之美 /176

崆峒山色秀 /178

“空空洞洞”道源圣地 /179

秦皇汉武好神仙屡登崆峒 /180

药王洞内有“妙方” /182

上“天梯”攀“神仙”路 /184

黄帝问道崆峒山 /186

“磨针石”铁杵磨成针 /188

太白金星是和平使者 /190

混元顶上的“元始”图腾 /192

青城天下幽 /194

道教第五洞天青城山 /195

张道陵结茅天师洞 /196

慈航真人佛道双修 /198

镇山王“显灵”避大震 /200

自古名山待圣人 /202

大道无极 人心无极 /204

三山五岳 洞天福地 /206

“三山”有仙境 /207

五岳“五眼”遍观大地 /208

妙真圣境云台山 /210

岭南第一山罗浮山 /212

山间结庐的罗浮隐士 /214

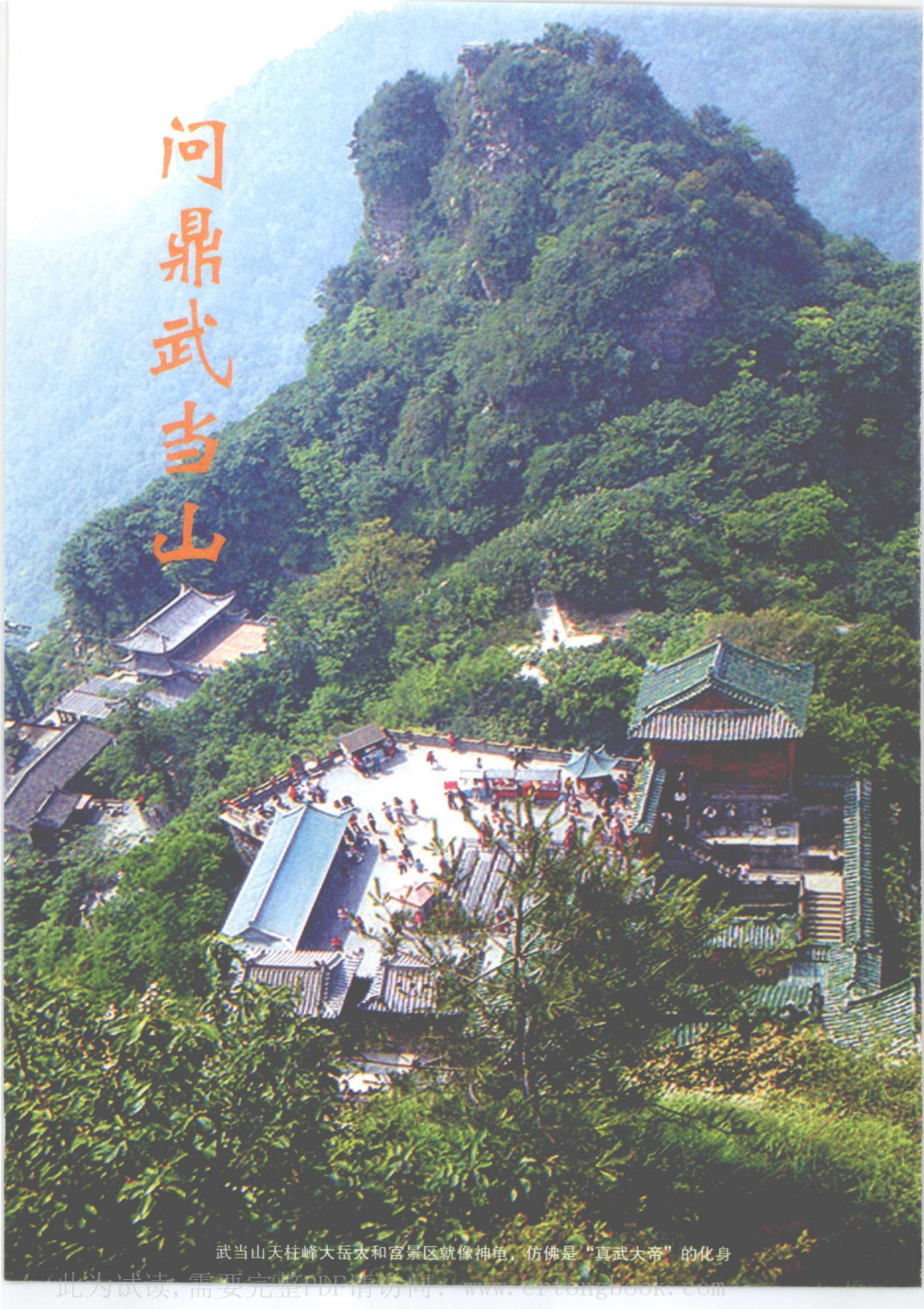
三教融合之地西樵山 /215

粤北丹霞山生生不息 /216

桥山黄帝之魂 /218

壶口黄河瀑布的咆哮 /220

问鼎武当山



武当山天柱峰大岳太和宫景区就像神龟，仿佛是“真武大帝”的化身

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

天下第一仙山

中国名山除了“黄庐”、“五岳”、“四佛”、“四道”外，还有众多的名山和自然风景区，如湖南武陵源、浙江雁荡山、安徽天柱山、福建武夷山、山东崂山、江西三清山、江西井冈山、广东西樵山、广东丹霞山、广东罗浮山、桂林漓江风景、云南玉龙雪山、云南路南石林、云南西双版纳、甘肃崆峒山、新疆天山天池、黄河壶口瀑布、四川九寨沟、四川贡嘎山、四川四姑娘山、重庆天坑地缝，等等。

从自然风光与宗教文化结合的角度看，我最欣赏的是“四大道教名山”之首的武当山和“四大佛教名山”之首的五台山。武当山的道观众多，五台山的寺庙也众多，两者均是国家地质公园、国家重点风景名胜区、5A级旅游景区、世界遗产地。

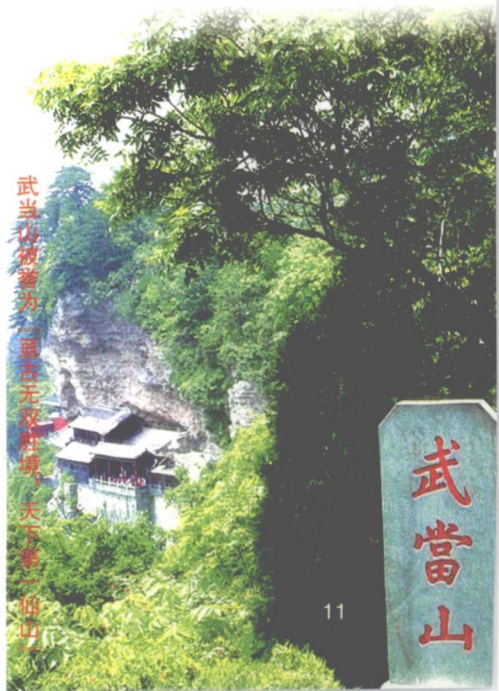
武当山，古名太和山，有“太岳”、“玄岳”、“大岳”之称，位于湖北省十堰市境内，景区总面积312平方公里。武当山南依原始森林神农架林区，北临大型人工淡水湖丹江口水库。

武当山被誉为“亘古无双胜境，天下第一仙山”，属自然景观和人文景观完美和谐结合的山岳型风景名胜区，表现出无与伦比的美。2009年，武当山入选中国世界纪录协会中国道教第一山，武当山古建筑群被列入《世界遗产名录》。

武当山是我国北方著名的道教圣地，又是太极拳、武当派拳术发源地。武当山相传为道教真武大帝(北方神)修仙得道飞升之圣地，因此武当山道教敬奉“玄天真武大帝”，据说，武当山就是由“非真武不足以当之”而名。

相传东周尹喜，汉时马明生，魏晋南北朝陶弘景、谢允，唐朝姚简、孙思邈、吕洞宾，五代时陈抟，宋时胡道玄，元时叶希真、刘道明、张守清、张三丰均曾在武当山修炼。

武当山被誉为“亘古无双胜境，天下第一仙山”





名山 大道行

北建故宫 南修武当

武当山古建筑群始建于唐代贞观年间（公元 627 - 649 年），其宫阙庙宇集中体现了中国元、明、清三代世俗，以及宗教建筑的建筑学和艺术成就，这些建筑代表了近千年的中国艺术和建筑的最高水平。

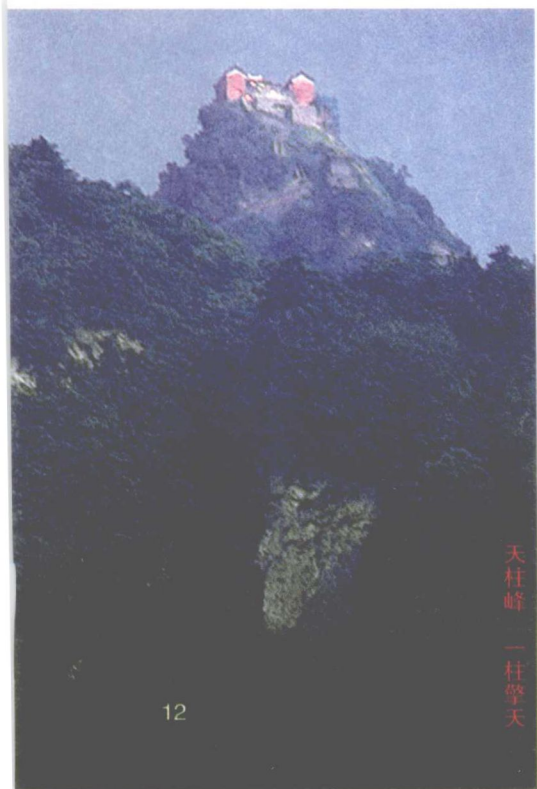
明代是真武大帝声势显赫、民间信仰最为普遍的时期。明朝初期，朱元璋的儿子燕王朱棣发动“靖难之变”，夺取了皇位。传说在燕王的整个行动中，真武大帝都曾显灵相助，因此朱棣登基后，即下诏特封真武为“北极镇天真武玄天上帝”。

明永乐年间，“北建故宫，南修武当”，大规模地修建武当山的宫观庙堂，建成八宫二观、三十六庵堂、七十二岩庙、三十九桥、十二亭的庞大道教建筑群，使武当山成为举世闻名的道教圣地，并在天柱峰顶修建“金殿”，奉祀真武大帝神像。因帝王的大力提倡，真武大帝的信仰在明代达到了鼎盛阶段，宫廷内和民间普遍修建了大量的真武庙。

明代，武当山被皇室封为“大岳”、“治世玄岳”，尊为至高无上的“皇室家庙”，以“四大名山皆拱揖，五方仙岳共朝宗”的“五岳之冠”的显赫地位闻名于世，被列为道教第一名山，武当山也成为全国最大的道场。

武当山钟灵毓秀，高峰林立，天柱峰海拔 1612 米。武当山山体四周低下，中央呈块状突起。风景名胜区分以天柱峰为中心有上、下十八盘等险道，及“七十二峰朝大顶”、绝壁深悬的 36 岩、激湍飞流的 24 涧、云腾雾蒸的 11 洞、玄妙奇特的 10 石 9 台等。

古建筑群分布在以天柱峰为中心的群山之中，总体规划严密，主次分明，大小有序，布



天柱峰
一柱擎天



局合理，建筑位置选择注重环境，讲究山形水脉分布疏密有致，达到了建筑与自然的高度和谐。

武当山古建筑群主要包括太和宫、南岩宫、紫霄宫、遇真宫四座宫殿，和玉虚宫、五龙宫两座宫殿遗址，以及各类庵堂祠庙等共 200 余处。

武当山的宫观、道院、亭台、楼阁等宏伟的古建筑群，遍布峰峦幽壑，历经千年，沐风雨而不蚀，迎雷电竟未损，堪称人间奇绝。



武当山古建筑体现了道教“崇尚自然”的思想

亭台楼阁遍布峰峦



名山 大道行

真武大帝飞升崖升天

自古以来，武当山是道家追求仙境的理想之地，相传道教信奉的真武大帝（也称玄天上帝、玄武大帝、佑圣真君玄天上帝，全称真武荡魔大帝），即在此修仙得道飞升。真武大帝是武当山道教信奉的主神。

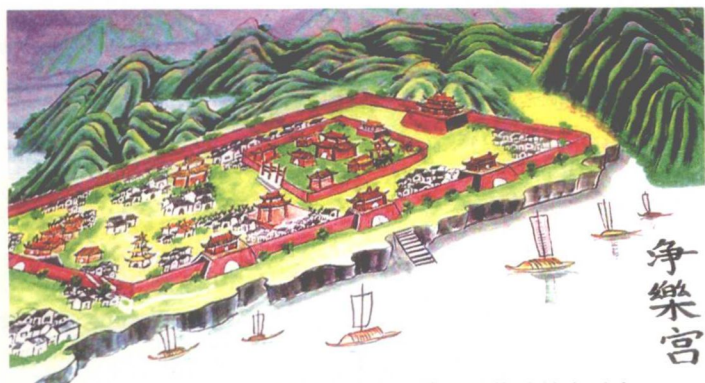
玄武为二十八宿中北方七宿之总名，北方七宿（斗、牛、女、虚、危、室、壁）组成龟形，其下有腾蛇星，为龟蛇合体。玄武是北方水神，主风雨而深受人们的信奉。

《玄帝实录》记载，王子（玄武）15岁辞父母，离宫寻访幽谷，于是感动玉清圣祖紫气元君授无极上道，后来元君指引王子到太和山修行。玄武潜虚玄一，默会万真，42年而得上道。

武当山的资料中记载着真武大帝神奇的传说：

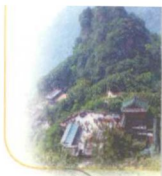
传说真武大帝是太上老君的第82代化身，托胎于古时净乐国为太子。一天，太子一人坐在御花园里苦思冥想。这时，花丛中忽然走出一位紫衣道姑，她语重心长地对太子说：“想要得道成仙，就要避开红尘世界，你应该越过大海，往东一直走，那边有一座山，叫太和山（那时武当山叫太和山），那是你修行习道的好去处……”说罢，道姑就化作一股清风不见了。

原来，那道姑是天上的女神，叫玉清圣祖紫气元君。她见太子一心向道，志坚心诚，就化做道姑下凡来点化他。



依据真武出生传说而修建的净乐宫
是武当九宫之首（净乐宫壁画）





太子一听，恍然醒悟。于是，太子 14 岁那年到了太和山修炼。太子在山上整整修炼了 42 年，终于修成无极上道。

传说农历九月初九这天，一清早，当时仍是太子的真武大帝在盘腿坐着修炼，但只觉心里特别清明，胸中恍若水晶，一尘不染，身体像是流云，随时都可以飘飞起来。他恍惚知道，这是他大道将成，就要腾空飞天了。

这时，一位美貌女子来到他面前，那美女身着衣裙薄如蝉翼，为真武梳妆，真武逃避到绝壁的一块岩石上，美女羞愧情急，突然跳下了万丈悬崖。

太子太惊，心想修炼 42 年，大道将成，跳下去救人，难免粉身粹骨，但不去救，即便修成仙体，又有何用！想着，太子也一纵身，跳下悬崖救人。

谁知就在这时，万丈深谷里腾起一团云雾，云雾中有 5 条龙托起太子，飘飘袅袅朝天上飞去。原来，太子要升天那天，美貌女子又是天上女神紫气元君装扮的，是想试一试太子根除凡心没有。

相传目前武当山的飞升崖是太子升天的地方，飞升崖一峰突起，三面绝壁。传说，真武年轻时就在此修炼，面壁数十年。

太子升天后，天上很乱，太子奉命率领神兵天将降妖，一夜之间就把妖魔鬼怪打败。但有些妖魔从天上逃到人间，作乱害人，太子又领旨下凡，到人间收斩妖魔。太子历经九九八十一战，斩杀了 72 个妖怪，降伏 36 个魔头。从此天下太平，风调雨顺，五谷丰登，人们都过上了好日子。

太子历尽千辛万苦，收伏了天下妖魔，功绩显赫。元始天尊就封太子为真武大帝，还把太和山改名为武当山，意思是说，只有真武大帝才有本领坐镇在这与天齐高的山上。从此，真武大帝坐镇武当山，每年都率领神兵天将，巡视人间，保天佑地，护国安民。

人们为感谢真武大帝，每年都来到武当山朝拜，千百年来从未间断。后来人们还用金子铸造了一座宫殿，安放在武当山主峰——天柱峰上，这就是武当山最有名的古建筑——金殿。



净乐宫“圣父母殿”



净乐宫“玄帝殿”



名山 大道行

一柱擎天的天柱峰

武当山主峰天柱峰海拔 1612 米，被誉为“一柱擎天”，是武当山的最高胜境，四周群峰向主峰倾斜，形成“万山来朝”的奇观。

大岳太和宫建在天柱峰的绝顶上，是一组瑰丽的建筑群，太和宫还有一个俗称，叫“金顶”。来到金顶仿佛置身于仙景，整个金顶建筑群依山就势，布局巧妙，与周围山峰相映成趣。天柱峰顶上的金顶，是武当山的精华和象征。

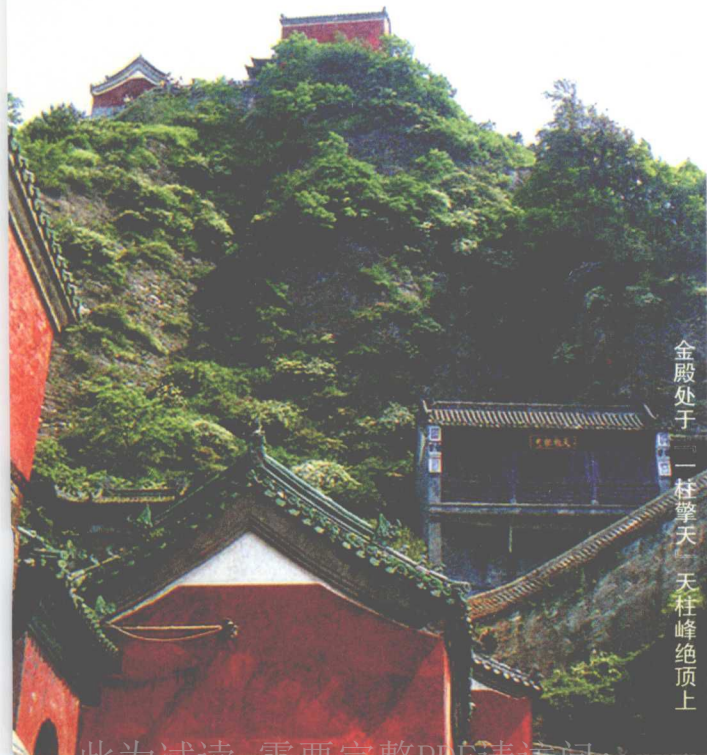
金顶景区包括中观、黄龙洞、朝天宫、一天门、二天门、三天门，以及太和宫的金殿、皇经堂、紫金城、朝拜殿、转运殿等古代建筑。

神道上的朝天宫，传说是天庭与人间的分界线，古时朝山进香的人都要在这里先礼拜后再继续登金顶。朝天宫主殿内供奉玉皇、真武等神像。

在古代传说中，南天门是进入天宫的第一重大门，也是帝王宫殿大门，庄严而神圣。武当山金顶的南天门建有三孔门洞，分别为神门、鬼门、人门。人门是常年开启，供朝拜真武大帝的人们通行。连接南天门的城墙叫紫金城，城墙由重达千斤巨大条石依悬崖走向砌垒，其厚重牢固。

明永乐十四年，武当山天柱峰绝顶上建成了金殿，在当时，有种说法，叫“北有紫禁城，南有紫金城”，可见，当时武当山金顶的地位相当于北京的皇宫。

元代时在天柱峰顶曾有一座铜殿，当时亦被称为金殿。明永乐年间大修武当时，明成祖朱棣因其规模小而另铸了一座金殿，



金殿处于一柱擎天 天柱峰绝顶上