



# 来一次 功夫之旅

本报记者 杨一枫

前些年, 在河南信阳的鸡公山旅游区, 巧遇一位金发碧眼的瑞典游客, 他一上来就 用不太流利的汉语问我:"功夫,你会?" 从那时起,我就开始留意到一种"暗自发 生"的现象, 那就是中国功夫日渐成为中国 人和外国人交谈中的重点话题。而今天,从 某种意义上说,中国功夫已经成为一座中外 民间交流的文化桥梁。

最早使功夫文化走进国际视野的功臣应 该是电影。西方动作片中拳击还在大行其道 的时候,李小龙就如猛龙过江一般,身怀师 承叶问再由自己琢磨创新的绝世武功, 裹挟 东方独有的新鲜气息,跨洋过海,"横扫" 欧美影坛, 为好莱坞的动作片提供了一种新 思路。其代表作《唐山大兄》、《精武门》、 《龙争虎斗》、《猛龙过江》等影片让中国功 夫名震世界。之后,成龙、李连杰、甄子丹 等一大批武术巨星频频活跃在国际影坛各种 影视作品中,逐渐奠定了中国功夫在外国影 视市场中的观众基础。

20世纪末21世纪初,开创了科幻电影 "新纪元"的《黑客帝国》开始大规模"引 进"中国功夫,片中飞檐走壁、棍形棒影的 镜头, 洋溢着中国武术当中的洒脱与飘逸。 仔细去体味, 还能感受到功夫背后那水墨山 水一般的中国情调。之后,中国功夫元素开 始走出华人制作的范畴,渗透到美国大片乃 至世界各国影视作品的各种细节当中去。于 是,世界的开始聚焦中国功夫,而功夫背后 的来历和文化也开始被关注,很多人对中国 功夫中流露出的水墨山水一般的中国情调也 开始青睐起来。于是, 功夫之旅诞生了。

当我进入到湖北武当山山口的一瞬间, 我被一种超美的景象惊呆了: 山坡上, 绿草 茵茵, 几朵淡云漂浮在山顶, 就在云与山交 界、梦与现实交界的地方,一人身着宽衣大 袖的白色道袍在打太极,那身法那招式,真 如行云流水一般; 拿起望远镜一看, 那人竟 是金发碧眼的外国人!

武当的太极拳培训班享誉海内外, 而且 成为武当山旅游的一道亮丽风景。不仅是武 当、少林、峨眉,各地各种依托武术文化传承 而建的武术学校及培训班,如雨后春笋一般, 出现在神州大地上,一股功夫热潮扑面而来。

从《七侠五义》、《侠女十三妹》,到金庸、梁 羽生、古龙等现代作家的诸多作品,功夫所承 载的文化内涵被充分发掘扩展以及亲民化,让 更多人熟知乃至迷恋上那刀光剑影里的世界。 而这个世界是以现实世界的具体空间为依托 的。因此,无论是具体的名胜山水还是状貌相 似的高山湖泊草原大漠,都给我们提供了一个 体验中国功夫文化的空间。

"宝刀屠龙,莫敢不从;倚天不出,谁 与争锋",倚天剑屠龙刀在少林寺最后露出 了真容,这让天下功夫出少林的传说增添了 许多曲折的情节; 张三丰在武当山上研学太 极的意象和重逢张无忌的温暖, 让我们登上 武当的时候,多了许多想象和神往;叶问左 掌后右掌前、淡定而洒脱的咏春功力,让广 东佛山增添了一份淡然而传奇的色彩……

走吧,让我们出发,走近嵩山的晨钟暮 鼓、拳风棍影,去看看武当峰头的道骨仙 风、太极神功,登上华山之巅来一次你我的 华山论剑 ……







## 河南嵩山

#### 来历: 功夫来源于保护财产

隋朝末年,朝廷失政,山贼们把拥有 众多农田和寺产的少林寺当作攻击、抢劫 的目标。为保寺产,少林寺僧人们组织起 了武装力量,与山贼官兵作战。自此以 后,少林寺以武勇闻明于世,少林众僧习 武的传统蔚然成风,代代相传。

如今少林功夫已成为汉族武术中体系 最庞大的门派,"少林"也成为汉族传统 武术代名词。在佛门眼中, 习武者要先参 禅,而习武则是达到收心敛性、屏虑入定 的手段。经过无数载岁月,少林功夫中的 "武"与"禅"已融为一体,这也是少林 功夫和其它派系的不同之处。

# 揭秘:到底有少林神功《易筋经》

近期,少林寺推出的"禅武文化体验 深度之旅"的活动吸引了大家的眼球。这 个体验式打包旅游项目中,《易筋经》作 为重要的一项被大力推广。



相传,《易筋经》最早是天竺和尚达摩 在少林寺会意后留下的两卷秘经之一,另 一部为《洗髓经》。然而,现代考古资料证 明,易筋经是由明代天台紫凝道人所创,最 初是道家引导之术,起源和佛教无关。

《易筋经》的身影在众多武侠小说中 出现, 那些武林高手练成易筋经后化腐朽 为神奇。事实上,神秘的《易筋经》的确 存在。顾名思义, "易"为变通, "筋" 是指筋骨, "经"则是指南或法典。《易 筋经》就是改变筋骨,通过修炼丹田真气 打通全身经络的内功之法。

### 景观: 有规模巨大的塔林

中原大地赋予了少林寺大气磅礴的建 筑风格,如今的少林寺建筑群、东汉三阙 和中岳庙、嵩岳寺塔、嵩阳书院等历史建 筑被收录进《世界非物质文化遗产》当

在少林寺西侧,就是我国现存的最大 塔林, 也是历代少林寺和尚的墓塔。它们 造型典雅, 艺术精湛, 塔铭涉及到古代中 外文化交流和少林寺武功, 可称古塔建筑 群的世界之最。少林寺景区有功夫表演, 可谓是地道的少林功夫。

### 温馨提示

门票: 100 元

嵩阳景区:80元 中岳景区:80元

发往登封市或少林寺的班车

开放时间: 旺季 (3月—11月) 07:

淡季(12月—2月) 08:00-17:30 交通指南: 在郑州汽车客运中心乘坐

武当功夫历来与少林武功并称, 其最初 来源应是道众习武强身。明初,张三丰创立 太极拳,将武当功夫带到了一个道武相通的

来历:太极拳的发源地

湖北武当

#### 揭秘:太极张三丰真有其人吗? 元末明初的道士张三丰,据传在武当山

将道教发扬光大,使 武当派成为中华武术 的一大流派。而张三 丰真人神龙见首不见 尾,神秘莫测的诡秘 行踪留给后世神秘的

历史上的张三丰 真人,较严谨的史料 有《明史・张三丰 传》,记载说他是辽 东懿州人。其相貌

"颀而伟,龟形鹤背,大耳圆目,须髯如 戟"。无论寒暑,他都靠一件破衣服挡风防 寒,一个旧蓑衣遮霜挡雨,由于不太注重仪 表,因此人称他"邋遢道人"。他爱好云游, 相传能日行千里。

有记载称张三丰于永乐十五年(公元 1417年)仙逝,享年170岁。但仍有人坚 信,张三丰在正统年间仍存在。甚至清朝雍 正年间,汪梦九自称遇到了张三丰真人并与 其交谈。

无论如何, 张三丰归隐于武当山修道,

并创立了武当派,这都和修道福地武当山是 密不可分的。他醉心修炼心法,终在武当山 的天地日月的自然精粹当中参悟出太极阴阳 互变的道理,结合内丹功力,以五行八卦为 用,合成太极拳术五行八卦十三式。

#### 景点: 典型的道观建筑

现今的武当山及其建筑群被收录进世界 非物质文化遗产名录当中,最佳旅游季节为 每年5月至10月。从朝天宫走明代路,沿 一、二、三天门至金顶,大约 10 公里,就

可在金殿将八百里武 当群山尽收眼底,感 受曾经皇室家庙八方 朝拜的威严。

南岩宫是道教著 名宫观。南岩之上, 翠森绿林,秀峰美 山,上临凌霄,下临 溪涧,被称作武当三 十六岩中最美的一

品着山涧泉水烹

煮的香茗,听着"玉石撞金,鸣丝吹竹,飘 飘云端"的武当道教仙乐,邀三两位知己好 友, 赏着云烟缭绕的奇景, 眺望高远与辽 阔,游客们可以让自己的心灵远离喧嚣繁华 的都市, 沉淀于筝瑟相鸣的氛围中, 体验一 次超然世外的神仙乐趣。

### 温馨提示

门票价格: 243 元 (含门票 140 元,观 光车票 100 元,景区内意外旅游险 3元)

开放时间: 08: 00-17:00

交通指南: 十堰火车站乘大巴车至景区

### 来历: 内外兼修的峨眉功夫

四川峨眉 峨眉派与少林派、武当派并称为中 国武林三大名宗。就功法而言,它介于 少林派的阳刚和武当派的阴柔之间,亦刚亦柔,内外相重, 形成了以武入道, 内外兼修, 心武同炼的峨眉派武功。

### 揭秘: 峨眉的创始人是谁?

在《神雕侠侣》当中,郭靖的女儿郭襄因为爱慕杨过, 又尊敬杨过与小龙女的爱情,后云游天下,40岁时大彻大 悟,出家为尼,创立峨眉派。那么历史上的峨眉派,其创始 人究竟是不是女性?事实上,由于峨眉派的武功讲究以弱胜 强,以柔克刚,真假虚实并用,确实适合女性习武者去发展

传承。峨眉山亦僧亦 道,道姑众多。峨眉 派的众多招式也都带 有女性色彩,如剑法 当中的文姬挥笔、素 女掸尘、西子洗面, 战法中的沉鱼落雁、 闭月羞花等招式等。 而历史中的峨眉武术 起源于先秦时代,创 始人为武师司徒玄 空;至南宋时期,峨



眉派武术基本成型;而在明清时期达到鼎盛。

金顶是峨眉山游程的最高峰,海拔3077米。登上金顶 可欣赏几大奇观: 高 48 米通体金色的十方普贤圣像、峨眉 佛光、日出、云海等。

温馨提示: 门票价格: 旺季(1月16日-12月14日) 185元 淡季(12月15日-1月15日)110元

开放时间: 06:00-18:30 交通指南:在火车站乘坐1路公交汽车到喷水池,转5 路公交汽车到报国寺旅游客运中心

## 陕西华山

来历:雄奇的华山 历经沧桑岁月,华山派武功尤其是 剑术已经在武林中声名显赫。而也正因

#### 华山的惊奇和险峻,才为华山派高手提供了剑意。 揭秘:华山可曾论剑?

提到华山派武功,大家先想到的应是华山论剑。这个原 本出自武侠小说中的情节, 现已成为一个具有引申含义的词 语,被广泛使用。小说中的华山比武,为无数武侠书迷津津

华山论剑出自小说当中, 最早的含义是武林最顶尖人物之 间的武功比试,历史上并无此事。然而,如今的华山论剑已经 被引申为公开的比试过招,不仅要求比试的各方都是领域内的 高手,还要求公正较量,不要阴谋。

历史上虽并无此事,但"华山论剑"也是借鉴了真实的华 山派武功的精髓的。如小说中一名为"破剑式"的招式,用以 破解天下各门各派的剑法,虽说"无招",却是将天下各门派 剑法要义兼收并蓄,无招胜有招,这也正是在集奇险与秀美的 华山才能悟出的剑术精髓。

### 景点: 体会武侠小说的意境

游客可攀登华山最秀丽险峻的西峰。西峰为一块完整巨石, 浑然天成,西北绝崖千丈,似刀削锯截,为华山山形的代表。

### 温馨提示:

时开放



# 微信评功夫名山

少林寺

@ 布袋和尚: 我之前一直都以为少林 寺只是一个练武术的地方,没想到竟然还和 佛教禅宗有着渊源,涨姿势(长知识)了~

### 武当山

@胡大疯:上午和老婆回家看望父亲, 父亲问我武当山离武汉近不近, 方便不方 便。于是,我和老婆计划请假带老爸去武当 山两日游, 让他老人家在张三丰曾经修道 的地方感受一下神仙的乐趣,哈哈。 峨眉山

@炫彩小番茄: 18 岁成人的时候想 独自去峨眉山,后来想着高考结束去,可 如今大学生涯都快结束了, 我还没去成。 我才明白,有些事情现在不做,那以后就 再也没有机会了。年轻就要疯狂! 明天就 出发,这才像一个侠女的风范,哈哈。

@IT 财子: 我和老婆是大学同学, 我们就是在华山上恋爱的。就是在长空栈 道上,老婆看着底下的万丈深渊,捂着眼 睛不敢走,这时候我就发挥了我的男子汉 本色,英雄护美,终于给自己护到了一个 好老婆~我们年后就要结婚了。真是"不 到华山非好汉"啊~

马洪恬集