

丘处机西行精神谈

翟仁仁

广大读者对唐代和尚玄奘西天取经都很熟悉,而对元代道士丘处机西行比较陌生。丘处机西行,不仅经过了门头沟区,而且在燕家村村建设了著名道观——通仙观。在谋求世界和平,实现共同发展,推进“一带一路”建设的今天,本文谈谈丘处机西行精神,应该也一定会产生出正能量。

一、丘处机何许人也?

丘处机的简介有多书记载:1987年由浙江古籍出版社出版的《道教大辞典》:“丘长春,丘处机,元栖霞人,字通密,号长春子,少为道士,初潜修龙门山,旋师事王重阳,居终南山。金帝召不赴;后元太祖成吉思汗召,赴见于雪山。劝勿嗜杀,及敬天爱民,清心寡欲为言。太祖深契之,赐名长春,称为神仙!主持长春宫,大行全真之道。卒赠长春演道主教真人,武宗时加封为长春全真神化明应真君。为北宗七真之一,是为龙门派祖师。(按西游记一书:即纪其雪山之行。)”

根据阎海清主编的《中国通史故事》一书介绍,丘处机生于1148年,歿于1227年,享年80岁。他是山东人,从小死了父母,亲族抚养其成人,饱尝了寄人篱下的辛酸。19岁时,走进深山,拜全真道教祖王喆,即王重阳为师,潜心学道。1169年随师漫游西去,居于陕西宝鸡、西陵一带。师傅死后,他隐居山中,认真读书,除道教书外,凡诗词歌赋、儒家经典都有涉猎。除了读书,他还云游关中市镇,结交很多名士,甚至连金朝皇帝都知道了他。金世宗曾把他召到中都(今北京),他也出过一些主意,后见朝政日非,就又隐回了栖霞。这时,山东成了蒙古、宋、金三方争夺之地,无论哪方召他,他都婉言谢绝。

1220年,成吉思汗在西征途中,派近臣札八尔和刘仲录,拿着虎头牌,带着骑兵和随从来到山东,传达了成吉思汗的旨意。这时,丘处机已是73岁的老人,带着十八弟子,跋山涉水,经过两年时间抵达成吉思汗在塔里寒(今阿富汗塔里甘附近)的雪山行宫。在与成吉思汗的几次会面中,丘处机积极传播道教和平、慈爱思想,赢得成吉思汗的尊重。1223年,丘处机自西域返燕京,即今北京。对于丘处机“东还”,曹子西主编的《北京通史》是这样记述的:“不久,丘处机请求东还,得到允许,成吉思汗又‘赐号神仙,爵大宗师,掌管天下道教。’”回到北京后,他命弟子四处招收道众。那些遭战乱无家可归,或被蒙古军掠为奴隶的贫苦百姓纷纷投入全真教中,竟达数万人之众。丘处机又在燕京广行道事,扩大影响,开设平等会、长春会、灵宝会、长生会、明真会、平安会、消灾会、万莲会等,以张声势。中原各地道士,前往燕京,拜见丘处机。一时之间,全真教的发展达到了鼎盛时期。其间,燕京行省的蒙古重臣札八尔将城北旧金行宫和附近数千亩良田舍给全真教,作为道院和日常经费;又发文禁止百姓到此打鱼砍柴。1227年,又赐丘处机金牌虎符,统领天下道教之事,将所住天长观改名长春宫。从此,以邱长春命名的长春宫便流传了下来。在1227年这一年,80岁的丘处机病故,道务由其弟子尹志平、李志常等人主持。在燕京行省长官刘仲录的赞助下,丘处机的葬礼轰动一时。“远近王官,士庶、僧尼、善众,观者凡三日,日万人。皆以手加额,叹其神异焉。”

众所周知,全真教的创始人是王重阳。他有7个有名弟子,被称为“北七真”。其中,马钰,号丹阳子,是为全真遇仙派;谭处端,号长真子,是全真南无派;刘处玄,号长生子,是全真随山派;丘处机,号长春子,是全真龙门派;王处一,号玉阳子,是全真白云派;郝大通,号广宁子,是全真华山派;孙不二,马钰之妻,号清静散人,形成了全真清静派。在这七个门派之中,尤以龙门派最盛。在这“北七真”中,皆擅长诗文,也各有文集传世。而尤以马钰和丘处机水平最高。丘处机作品有两种:一是《磻溪集》六卷,收入《道藏》太平部。这是丘处机的诗集,共收入470首,教人以真功苦行,济世化人,是上乘之作。二是《大丹直指》二卷,专讲内凡理论及行功方法。除此之外,其弟子李志常所撰《长春真人西游记》也载有部分丘处机的言论和诗作。该书分上下两卷:上卷是丘处机西游经历;下卷是东归住持天长观事。清代学者王国维对该书评价很高,是我国十三世纪中西交通史文献;可与晋代法显的《佛国记》、唐代玄奘的《大唐西域记》相媲美,对研究元史、



西域史、地理、民俗均有参考价值。在世界地理中占有重要位置,有英、俄、法等语种译本。

二、丘处机西行精神谈

丘处机以73岁高龄,往返用4年,从山东爬山涉水到达雪山即今阿富汗与成吉思汗相见,史称丘处机西行。对于丘的到来,成吉思汗不仅大喜,还特设帐赐食,并问以治国之道和养生之术。丘处机对以“节欲保躬,天道好生恶杀,治尚无为清静”,深得成吉思汗的赞同。这朝见中的多次谈话,通俗一点说就是:“问丘治世办法,答曰‘敬天爱民为本’;问丘养生之法,答曰:‘清心寡欲为要’。其实,成吉思汗西征,多为掠夺财富,没有长远打算。或者说,虽有统一天下打算,没有指导思想。这‘敬天爱民’和‘清心寡欲’的对答,使成吉思汗豁然开朗,当着众人的面连连称好,于是亲口对丘处机叫了一声‘神仙’。由丘处机点拨的‘戒杀人,戒贪欲’,便成了丘处机西行的精神。

谈到丘处机的西行精神,先要了解一下他的西行行程:1220年正月十六,丘处机一行从莱州出发,经潍阳、青州(益都)、常山(燕山)到达燕京。这时,丘得知成吉思汗在万里之遥的西域,怕自己年事已高,经不起折腾,打算不走了,在燕京等待成吉思汗归来。可这前来下召的刘仲录作不了主,有成吉思汗的命令在先,谁敢违背?于是只得又随他们上路了。丘处机一行取道居庸关,至德兴过夏,八月抵宣德州(今宣化)。在朝元观讲道,复往南龙阳观过冬,正是在这期间,他们游历了京西燕家台的龙门洞。次年二月离开朝元观,经盖里泊(伊克勤湖)、渔儿冰(今内蒙达里诺湖)四月初抵贝加尔湖北的斡辰大王帐下(成吉思汗弟弟)。又西经呼伦湖,翻越库

伦(今蒙古乌兰巴托)以南的高山,经长松岭抵达金山(阿尔泰山)东侧的科布多附近,留门人宋道安等九人筑栖霞观以居。丘处机率弟子九人翻越金山,跋涉准噶尔盆地东侧的白骨甸(博尔腾戈壁滩)、大沙陀(古尔班通古特沙漠),经轮台至回纥昌八刺城。然后翻越阴山(今天山)至阿里马城(今新疆霍城县)。再西行至寻思干城(撒马尔罕),于1221年十月达赛蓝城。此时,成吉思汗已南征至大雪山(阿富汗),正值严冬。丘处机获准在撒马尔罕等待明年春季朝见。

1222年三月,成吉思汗派人慰劳丘处机,并让他去雪山朝见。15日启程,南渡阿姆河,到达成吉思汗的雪山大寨(今阿富汗兴都库什山),即行宫。在隆重的接待中,有众多太子、诸王、大臣、将领济济一堂于大帐内,阐述了治国之策和养生之法。他的“敬天爱民为本”和“清心寡欲为要”就是在这万里跋涉之后为成吉思汗所接受的。用丘处机的话说,去西域朝见成吉思汗的目的,是“我之帝所临河上,欲罢干戈致太平。”用现在的话说,就是“和平之旅”。对此,闵智亭道长在其《道教杂讲随笔》中说:“应召西行,一言止杀,是他(丘)行的兼善法。”

对于丘处机西行,《元史·丘处机传》是充分给予肯定的:“太祖时方西征,日事攻战,处机每言,欲一天下者,必在乎不嗜杀人;及问为治之方,则对以敬天爱民为本;问长生久视之道,则告以清心寡欲为要。太祖深契其言,命左右书之,且以训诸子焉。……国兵践踏中原,河南北尤甚,民罹停戮,无所逃命,处机还燕,使其徒持谏招求于战伐之余,由是为人奴者得复为良,与濒而得更生者,毋虑二三人,中州人至今称道之。”

道教全真道派,发源于重阳,成熟于七真,大盛于长春,这与丘长春西行的和平精神是分不开的。

三、丘处机议建通仙观

谈到这“议建通仙观”,还真是丘处机与京西门头沟的一段机缘。时间是在丘处机西行的1220年,到达宣德州即今宣化一带过冬的几个月里。那么,根据是什么呢?请看现存燕家台券门上的元代《重修通仙观碑铭并序》有如下记载:“附宛平县之北二百里许,乡曰斋堂,堡为清水,有观曰通仙,实清和大宗师旧隐也。其地上据墨云山,下瞰黑龙潭,柏谷洞出其东,龙门洞壁其西,景物瑰奇,草木丛茂,真隐士之所栖处,俗呼为燕家台焉。”请注意,碑文记载:“始长春真人应陛下将有龙沙之行,盘桓德兴府九仙山。一日游是地,顾谓弟子清和师曰:‘隐迹栖真之所,无逾于此,他日宜大有兴建。又当南北往来之冲,真可为福地也。’”这就是说,丘处机在西行路上,向弟子尹志平提出了要在燕家台“他日宜大有兴建”的要求或者叫“议论”。西行归来之后,尹志平因命清虚大师蔡志仙,结茅以居,盖将有志于堂构,力未及也。后来,元帅刘津以已资置田七顷有奇,规划营造,蔡公督成之。在尹志平的指挥下,多位大师节次营造而成。又“蒙真常师榜以通仙之号,是为大长春宫及五华之别业也。”就是说,通仙观之名是由李志常起的。这样说来,燕家台通仙观为大长春宫和五华观的别业即下院也就不足为奇了。注意,大长春宫就是如今的白云观,据包世轩先生考证,“五华观”就是如今的卧佛寺。

起于山东的全真道,通过丘处机及其弟子尹志平、李志常、蔡志仙、康志觉、刘志远、田志恭等在京西建观传道,应该说,深深影响了京西人民的信仰,包括后来义和团反侵略爱国运动在斋堂川轰轰烈烈,与此亦不无关系。

四、几点思考

1. 了解丘处机西行的“和平”、“慈爱”精神,落实中央统战部《关于统一战线服务“一带一路”战略的意见》,在“一带一路”建设中做出京西力所能及的行动。
2. 了解道教“释、儒、道”三教合一主张和“拆洗”之说,让宗教中国化走与社会主义社会相适应之路。
3. 多方参与修复燕家台通仙观这个市级文保单位、人文景观,为打造北京世界宜居名城而增添魅力。

大雪节气

杨德林

在每年公历的12月7日或8日,太阳到达黄经255度时,即为大雪节气。《月令七十二候集解》中说:“大者盛也,至此而雪盛也。”大雪的意思是天气更冷,降雪的可能性比小雪时更大了。进入大雪节气后,天气越来越冷,寒风萧萧,雪花我国古代将大雪分为三候:“一候鹖鴠不鸣;二候虎始交;三候荔挺出。”这是说此时因天气寒冷,寒号鸟也不再鸣叫了。由于此时是阴气最盛时期,正所谓盛极而衰,阳气已有所萌动,所以老虎开始有求偶行为。三候的“荔挺出”的“荔挺”为兰草的一种,也可简称为“荔”,也是由于感到阳气的萌动而抽出

大雪时节,除华南和云南南部无冬区外,我国辽阔的大地已披上冬日盛装,东北、西北地区平均气温已达-10℃以下,黄河流域和华北地区气温也稳定在0℃以下,冬小麦已停止生长。江淮及以南地区小麦、油菜仍在缓慢生长,要注意施好腊肥,为安全越冬和来春生长打好基础。华南、西南小麦进入分蘖期,应结合中耕施好分蘖肥,注意冬作物的清沟排水。这时天气虽冷,但贮藏的蔬菜和薯类要勤于检查,适时通风,不可将窖封闭太死,以免升温过高,湿度过大导致烂窖。在不受冻害的前提下

应尽可能地保持较低的温度。

大雪饮食

大雪时节,对于有些畏寒怕冷的人,除了多穿衣服和加强体育锻炼之外,在日常饮食中,如能多吃些御寒食物,可以提高机体的御寒能力。

如海带、紫菜、菠菜、大白菜、玉米等含碘食物,食用这类食物可促进人体甲状腺激素分泌,增强新陈代谢,加强皮肤血液循环,抗冷御寒;藕、胡萝卜、山芋、百合等根茎类食物,这类食物中含有丰富的无机盐,与其他食物掺杂食用,也可增强御寒能力;狗肉、羊肉、牛肉等肉类食物,这些食物中含有蛋白质、碳水化合物及高脂肪,有益肾壮阳、温中暖下、补气活血的功效,吃这些食物可增强内分泌功能,从而达到御寒作用;辣椒、生姜等辛辣食物食用后,可祛风散寒,促进血液循环,增加体温。

大雪时节,公众还应多吃些富含维生素的食物,如富含维生素A的动物肝脏和富含胡萝卜素的胡萝卜、南瓜;富含维生素C的各种瓜果;富含维生素B2的鸡蛋、牛奶、豆制品等,可防口角炎、唇炎、舌炎等疾病的发生。

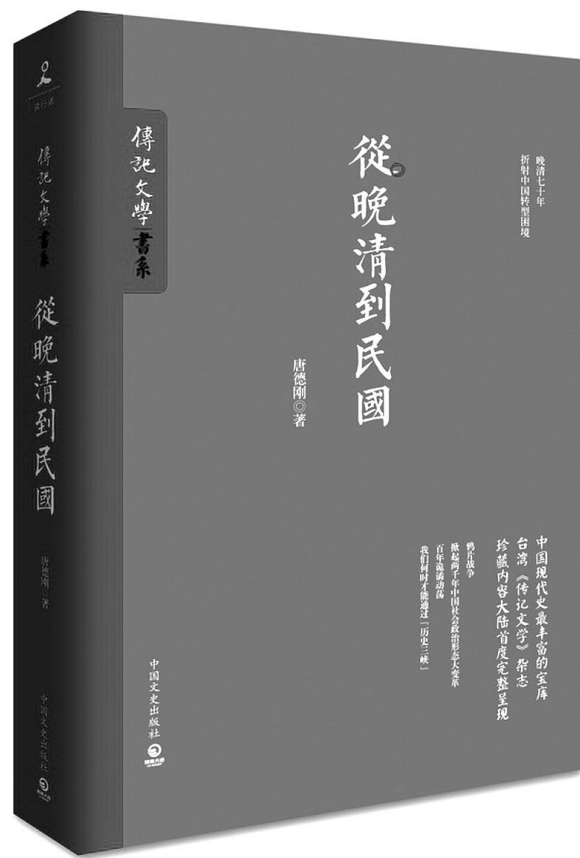
注意事项

值此时节,保暖就显得很重要。传统中医学认为,人体的头、胸、脚这三个部位最容易受寒邪侵袭。俗话说“寒从脚下起”,脚离心脏最远,血液供应慢而少,皮下脂肪较薄,保暖性很差,一旦受寒,会反射性地引起呼吸道黏膜毛细血管收缩,降低抗病能力,导致呼吸道感染,所以在寒冷的大雪时节人的脚部保暖尤应加强。

此时节,第一,要根据气候的变化适当增减衣服;第二,患有心脑血管病、关节炎、消化系统疾病的病人更要注意防寒保暖,身体不适服应该主动到医院检查,通过中医的调理达到预防疾病的目的;第三,出门时,要戴顶帽子,配条围巾,穿双保暖鞋,这样的穿戴对防寒有很大作用。

回到历史

——读《从晚清到民国》有感



《从晚清到民国》是唐德刚先生写的。唐德刚先生是胡适先生的关门弟子,前两年刚刚去世,是位旅居海外的知名历史学家。

查阅资料,人们对唐德刚先生评价不一。有人评价他是一位史学大师,独有创见,不随大流,也有人批评他的治学不严谨,文史不分家。两方各有拥趸。但是,他的书很好读,拿起来就读放不下,读完有许多收获,这是亲身体验了的。

《从晚清到民国》并不是一部断代史,而更像是一本论文集,各个章节分出主题,一事一议,夹叙夹议,自成体系。

唐德刚先生曾是老师,写作也有教书的风格:一边讲,一边解,似乎是想把门外语讲进门。唐德刚先生也曾是图书管理员,书中所涉及的史实五花八门,常有爆料。

历史研究难得的是有“识”。这本书中的“识”贯穿始终。“识”有时并不深奥,只是不易发现,而一经发现,常令人豁然开朗。这是这本书带来的最大喜悦。

历史研究又讲究史“料”。图书馆工作是唐德刚先生的方便之门。他在“前言”中说:回忆昔年在哥大,因职司图书管理,对国史资料曾作有系统的搜集与编纂。工作虽为人作嫁,然身当其任,熟能生巧,乖材辞典,每可一索即得。友生时有咨询,其数年不解之难题,往往可一语解纷。

一语解纷,是这本书的史识、史料带给我的共同感受。

书中有一论断非常知名,叫做历史三峡论。唐德刚先生认为,历史上的每个转型期,大约都历时200年左右。近一个半世纪中国变乱的性质,就是“社会文化大转型”现象。其间死人如麻,痛苦至极。不过,不论时间长短,“历史三峡”终必有通过之一日。从此扬帆直下,随大江东去,进入海阔天空的太平洋……他据此预言,中国这一“社会文化大转型”,将在本世纪中期完成,到时中国将是另一气象。

论断是否成立,不得而知,姑且拭目以待,不过这为观察当今世界提供了一个独特的视角。书中还有许多多小的论述,引人深思:论晚清周期性内乱与洪杨悲剧,“四不像”的洪杨割据、解剖康有为,等等,都能给人以启发。

书友中,许多人倡导读原典,原典不仅提供了结论,还一并奉上了无数散落书中的闪光点,结论固然重要,但启发之物也许是更具价值的。

因此,请回到原典。

钱貳/文

推荐一本好书

区文化委员会、区图书馆协办

