

鹿邑乡贤“睡仙”陈抟

□晚报记者 侯国防 文/图

在鹿邑县城东南隅、紫气大道南侧，有一个占地300余亩的公园，叫陈抟公园。公园内湖水荡漾，绿树掩映，青草如茵。公园东南角建有陈抟庙和陈亭，这里就是鹿邑人纪念乡贤“睡仙”陈抟的地方——陈抟庵。10月17日，记者怀着无比敬仰的心情，走近陈抟庵旧址，了解陈抟其人，探寻陈抟思想，感悟历史文化。

出生于老子故里

在陈抟公园管理办主任宋祖敬的带领下，我们沿公园北侧往南走，约步行200米，过了一座拱桥，就到了一个飞檐斗拱、古色古香的院子旁，这就是陈抟庙。陈抟庙大门朝南，门楼上用金字书写着“陈抟庙”三个大字。进入正门，首先映入眼帘的是一道盈门墙，墙上刻绘着一幅名为《华山峻丽风光》的壁画。再往里走，陈抟庙内有正房三间，东房、西房各一间。正房前红灯高悬，黄绦缠绕，正房内雕塑老子坐姿铜像一尊。东房内设置有宋太祖赵匡胤与陈抟下棋的塑像，西房内设置有陈抟睡像一尊。

据史料记载，陈抟，字图南，别号扶摇子，宋太宗赐号希夷，民间称之为陈抟老祖，古亳州真源里，今河南鹿邑太清宫镇陈竹园村人。陈抟是传统神秘文化中富有传奇色彩的一代宗师。他出生于五代至宋初时期（即公元871年），卒于公元989年，享年118岁，最后化形于莲花峰下。陈抟是著名的道学家、隐士。

相传，陈抟的出生很有戏剧性和神奇色彩，不知是谁人所生，五岁时还不会说话，人称“哑孩儿”。一天，他在涡水边游戏，遇到一个青衣妇人，自称“毛女”。“毛女”将陈抟抱到林中，喂了几口琼浆玉液（一说乳汁），陈抟从此开了心窍，开口说话。“毛女”又将一本书投入他的怀内，并赠诗一首：“药苗不满笥，又更上危颠。回首归去路，相将入翠烟。”

陈抟回到家中，突然念出这四句诗来，养父母大吃一惊，忙问他从哪听来的，陈抟说是“毛女”所教，并取出书来，原来是本《周易》。从此，陈抟细心研读，手不释卷。

由于通晓了八卦大意，此后，陈抟无书不看，飘飘然有出世之志。陈抟18岁那年，养父母双亡，陈抟遂抛散家财，隐匿山中。

一生博学 成就不凡

陈抟自幼聪明，熟读经史，精通百家，尤以诗文为最，可惜连考了几次进士都没考上。后来，他干脆放弃仕途，寄情山水，遍访名山大川，由儒入道。他到过湖北，去过四川，隐居于武当山九室岩，修炼于华山云台观。

除研读道家经史之外，他最大的嗜好就是睡觉。他神气相和、静守虚致，最多能睡120天，不吃不喝，脉无声息，面色红润。据说，他曾辟谷20年，就是说他20年不进水谷，只靠喝一点酒维持生命。他的好友吕洞宾说他是“睡仙”。

据史料记载，陈抟一生博学多才，在学术上取得了很大成就，深得历朝历代名人志士的崇拜。他的



陈抟庙内的正殿



陈亭



陈抟与宋太祖赵匡胤下棋塑像

学术成就主要体现在以下几方面：

创绘“太极图”、“先天方圆图”等一系列《易》图，成为中国太极文化的创始人。在陈抟以前未见有“太极图”，亦未形成太极文化形态及其理论体系。自陈抟创绘出“太极图”、“先天方圆图”、“八卦生变图”等一系列《易》图，并发表《太极阴阳说》后，才出现了宋代大儒周敦颐的《太极图说》、张载的《太和论》、邵雍（陈抟的第三弟子）的《皇极经世》，程颢、程颐、朱熹等的《易传》，从而才有中华独有的太极文化形态和一系列理论的形成，尤其是宋代理学家的形成，推动了宋代历史的进步。张载（1020~1077），字子厚，继承陈抟的“宇宙一气论”，提出了“太虚即气论”，两者契合，成为宋代唯物论的先源。不难看出，陈抟是当之无愧的中国太极文化的创始人、宋代理学的奠基人。

著作《易龙图序》，传河洛数理，成为中国“龙图”的第一人。“龙图”又名“河图”，是“龙马负图”和“河龙图发”传说的简称，早在《尚书·禹谟》中就有“河图”记载，因未见图，两汉时期，学者争论不休，各说不一。在五代后周时，陈抟著《龙图序》，又名《易龙图序》，从道家文化宝库中传出了“龙图”的基本内容后，人们才知道“龙图”是一个物象数理起源图示，后来科学家认定“‘河图’为数学之母”，“数学为科学之母”，因而才知道“河图”的重大作用。《易龙图序》对南宋伟大数学家秦九韶的《数术九章》以启迪作用。

注释《正易心法》，倡先天易学，为中国自然科学的发展提供了有力参考。他的先天易学，是宋代新“易”学始祖，新就新在他把“道儒佛”三家之学融合在一起，三教互补，融会贯通，形成中国古代完整的哲学体系。陈抟认为：周孔《易》学为儒家一家之言，已不能适应社会发展的需要。因此，他在《正易心法注》中明确指出：“学易者，当于羲皇心地中驰骋，无于周孔语言下拘挛。”主张融合三家，以治学、以治心、以治身、以治天下一切。在这一学术思想的指导下，大儒邵雍从事研究先天易学长达30年之久，“冬不炉，夏不扇”，写出了《皇极经世》巨著，至今仍是物理学、天文学、生态学、环境科学等自然科学的重要参考工具书。

著作《指玄篇》、《观空篇》、《胎息诀》和《阴真君还丹歌注》等，并亲自实践，成为天下“睡仙”第一人。陈抟十分推崇《无极图》，并指导和完善道教内丹哲理，不仅使自己率先成为“天下睡功第一”，而且把秘而不传的内丹学说公开化、社会化，推动了中华全民健身运动的发展，功在千秋。陈抟摒弃外丹，注重内丹。他以“身口为炉”、“宫室为灶”、“肾为水”、“心为头”、“肝为木”，使木生心火以炼肾水，达到“成尘得变”，结成人体的无价“金丹”。其核心是“修心养肾”，控制人的欲望，不让野蛮的欲望泛滥，这是他内丹修炼的目的，像这样强身延年的内丹修炼法则，至今仍具有重要的现实意义。

著作《龟鉴》、《心相篇》等，把中国古代相学引向唯物论的范畴。《龟鉴》明言：“有夭者贵，有地者富，有人者寿。”有天、有地、人事不修，是徒有相也。人不可貌相，只要“有天”，人在自然界，就要靠劳动和智慧去换取生活财富，“有地”，身处世间，以“道德仁义礼”等的中华民族美德来规范自己。“天、地、人”三者协调一致，不妄想、不妄为，这就是人全相、贵相、富相、寿相的重要标志。他把自然物质的水、火认作人的生命之源，

重申了古代唯物哲学家认为宇宙万物的本源是物质的观点，维护了唯物论的“天人相应论”。

著作《三峰寓言》、《高阳集》等，博学多才，后世尊他为“儒师道祖”。陈抟与世不争，不贪富贵，不求仕禄，不仅受到社会人士的普遍尊重，而且受到朝廷多次召见（曾谏过多次治国之道，均得皇帝恩准）。唐僖宗赐他为“清虚处士”。周世宗赐他为“白云先生”，宋太宗赐他为“希夷先生”。陈抟，“道德文章已系于一身”，成为中华民族古代史、政治史、文化史上的一代楷模。元代学者虞集在《题陈希夷先生画像赞》中评价他为“图书之传，百世之师”。

书写福、寿二字，独具特色，为后世所推崇。今安岳、大足、潼南、峨眉山、华山、山东蓬莱仙境等全国各地，皆保存了陈抟书写的福、寿二字石刻，此二字独具特色，内含“田给予福、林付长寿”八字哲理，受到世人赞叹。其寓意是宣传道家人与自然、注重生态平衡、保护自然环境、粗食布衣等哲学思想，为后人留下一笔宝贵财富。

精通棋艺，立健脑益智之功。弈棋是中国一门增智强身的一项体育运动，古往今来受到社会的普遍重视。四川省邛崃县的白鹤山点易洞对面有棋盘山仙人洞，是陈抟修炼时常弈棋的地方。华山至今还保留一个“博台”，俗称“下棋亭”。传说陈抟与赵匡胤以棋局赢华山，其遗迹在此。“自古华山不纳粮”，讲的就是这个传说故事。

后人建庵 纪念乡贤

说起陈抟庵的来历，还有一个民间传说。陈抟在世的时候，好在老君台前散步。他看了老子著的书，称赞不已，就赠送老子一副对联：开张天岸马，奇异人中龙。一天，他又到老君台前散步，见一个白须银发的老头儿在地上躺着睡觉。陈抟见老头儿嘴里吹着气儿，胡子一动一动的，“噗”，嘴里吐出一个像红枣一样的药丸子。陈抟拾起来一闻，晕倒了，不由自主地张开了嘴，那药丸蹦到他的嘴里，一下子滑进

肚子里。就这样，陈抟在这里睡起来，睡醒一问，几十年过去了。陈抟慢慢省悟起来：原来是老子度他成仙的。那个吐药丸的白胡子老头儿就是老子。后来，人们就在陈抟睡觉的地方盖座庙，庙里塑了陈抟的睡像，起名叫陈抟庵。

据史料记载，陈抟庵，又名白云庵。明朝嘉靖年间，为纪念乡贤陈抟，鹿邑有一位张姓乡绅捐献土地300余亩，始建陈抟庵，后清朝又重修。当时的陈抟庵与明道宫南北相照。原明道宫上刻有一副对联：“北望仙台访犹龙遗迹，南眺睡庵瞻白云道苑。”自古以来，明道宫和白云庵就是鹿邑纪念老子与陈抟的两处景点。陈抟庵有两进院落，坐北朝南，有山门七间，中间一间为穿堂，穿堂两边对联为：“华山遗一老，天子不得臣，诸侯不得友。鹿地建生祠，山河同其久，日月同其明。”山门两边耳房内供有火神等泥塑神像。山门外有东西流向一条小河，中有小桥。从桥向东南、西南修有两条砖路，传为龙须。小路外边对称有两眼井，传为龙眼。路两边为花坛。第一进院内有正房三间，有陈抟坐像一尊，怡然斜倚枕上看书，衬托出幽静景象，神态自然，栩栩如生。正殿内左山墙上，画有壁画，为“五龙升天”，龙下坐有五位老人，是传授陈抟五龙蜃法的五位老人。右边山墙上画有陈抟与赵匡胤下棋的壁画。院内各有廊房数间，内有陈抟弟子塑像，神态各异，生动形象。第二进院内有寝殿三间，中有陈抟睡像一尊，头西脚东，面南而卧。整个建筑为砖木结构，灰砖灰瓦，古朴大方。庵院四周环水，曲径通幽，鱼游浅水，白鹭翔空，渔舟唱晚。游者飘然物外，颇有兴趣，如在青坪峰中。由于兵火战乱，加之年久失修，新中国成立前部分庵院被毁，上世纪50年代被完全拆除。

重新开发 传承文化

2001年，鹿邑县委、县政府在陈抟庵旧址上开发建设了一个占地300余亩的陈抟公园，公园北依风景河，南邻古城墙，水域面积达72亩。园内有三湖一岛，东为钓鱼湖，占地17亩。东南为荷花池，占地12亩。西为水上乐园，占地33亩。湖心为桃花岛，岛上遍植桃、柳等树。绕湖建有5座青石拱桥。岛的东面为龙桥（又名九曲桥），岛的西面叫凤桥，东北方为两孔桥，北面风景河上，还有三孔桥。园内有儿童乐园、游艇、溜冰场和健身器材等设施。园区西北角建子母塔一座，塔高13层，45.81米，母塔上建子塔五座。塔体中镶嵌石碑195块，供书画爱好者和捐资者题字题名留念。参观者绕外走廊可阅览碑文或瞭望四野，站在塔顶可远眺鹿邑全景。

1993年，鹿邑县老子学会、鹿邑县陈抟学会共同发起，多方募捐，在陈抟庵原址设立了陈抟碑亭，碑亭为黄色琉璃瓦盖顶，飞檐斗拱，古色古香，亭内竖碑，碑正面上刻有“陈亭”二字，由原国防部长张爱萍亲笔题写。2008年3月，鹿邑县老子学会、鹿邑县陈抟学会又积极筹措资金，在陈抟碑亭东北侧恢复兴建了陈抟庙。陈抟庙整个建筑为砖木结构，青砖绿瓦，古朴大方。周围杨柳婆娑，四季如春。

这几年，随着鹿邑对老子文化、陈抟文化开发力度的加大，每年都吸引着很多游客来鹿邑祭拜乡贤，观光旅游。每月的初一、十五，许多游客到明道宫、太清宫景区拜谒完老子后，都要前往陈抟公园内的陈抟庵旧址瞻仰一下乡贤陈抟，并点上香火，祭拜一番。

（本文资料由杨东志提供）



周口市旅游局邀您同行

看周口
读周口
品周口

鹿邑篇(四)