

# 少林，少林，有多少英雄豪杰把你敬仰

## 抛开武侠小说和影视作品，还原少林寺1500年真实历史

□李伟元

### 跋陀创少林 禅宗仰达摩

2010年，河南登封“天地之中”历史建筑群被联合国教科文组织列为世界遗产，少林寺建筑群即为这一历史建筑群的重要组成部分。据《魏书》等史料记载，来自西域天竺的高僧跋陀因道业精深，为魏孝文帝拓跋宏所敬信。北魏太和十九年（即公元495年，一说太和二十年），孝文帝下诏在嵩山的少室山阴建立少林寺，寺名意为“少室之丛林”，供跋陀在此居住，一应衣食开支均由公府供给。跋陀在少林寺传习的是小乘佛教，梵文名“希那衍那”，它属于佛教早期的主要流派，强调“我空法有”，注重修行、持戒，实现个人的自我解脱，秉承出世理念，与我国传统的儒家文化“修身、齐家、治国、平天下”的理念难以有效融合，因此未能成为中国佛教信仰的主流。

与“小乘”相对的另一派别称为“大乘”，梵文名“摩诃衍那”，约于公元1世纪形成，强调“我法俱空”，提倡普渡众生，将出世和入世理念充分整合。传入中国后，很快在佛教信仰中占据优势地位。少林寺建寺约三十年后，中国禅宗的开创者达摩来到嵩山，将大乘教派在此发扬光大。

达摩是菩提达摩的省称，相传他是释迦牟尼弟子迦叶的嫡传徒孙，自迦叶传至达摩，共历二十八代。梁武帝萧衍久闻达摩盛名，在大通元年(527年)将他迎入金陵，亲自接见。萧衍崇尚佛法，多次组织修建寺庙、传写经卷、布施僧众，自认为颇有建树。他得意地问达摩：“朕即位以来，造寺写经，度僧不可胜纪，有何功德？”达摩回答：“并无功德。”萧衍感到不悦，追问原因，达摩道：“此但人天小果，有漏之因，如影随形，虽有非实。”意思是这仅仅是徒具形式、追求回报的表面功夫而已，对修成正果无益。梁武帝又问了几个关于修行的问题，与达摩的观念也不契合。之后，达摩悄然渡江北上，传说他无需借助舟楫，脚踏一根苇草，便从长江上横渡而过，这就是传说中的“一苇渡江”。

嵩山少林寺成为达摩后半生的修行地，他在寺西北的五乳峰石洞中面壁九年，参悟佛理，开创中国化的佛教宗派——禅宗，将心法传予弟子慧可和道育，此洞得名“达摩洞”。达摩圆寂三年后，北魏使臣宋云出访西域归国，经过葱岭，竟看到达摩手提一只鞋踽踽独行。宋云问：“大师去哪里？”达摩回答：“向西天去。”宋云向魏孝明帝禀报其事，孝明帝命人打开达摩的坟墓，发现里面仅有一只鞋。少林寺初祖庵大殿殿门的对联为“在西天二十八祖，过东土初开少林”，即为对达摩毕生功绩的概括。

今天常说的“正宗”一词，最早是禅宗用来称达摩所传的嫡系宗派的。达摩传法“不立文字，直指人

“地从梁魏标灵异，僧自隋唐好武功。”地处嵩山腹地的少林寺，建寺历史达1500多年，素有“寺以武名，武以寺显”之誉。近来少林寺因释永信事件成为人们热议的焦点，但是人们对于少林寺的认知，大多来源于武侠小说和影视作品。真实的少林寺是怎么来的？又有哪些值得了解的故事呢？



心”，强调法即是心。经慧可、僧璨、道信等数代传承后，第五代传人弘忍门下分为北宗神秀、南宗惠(慧)能二派，北宗主张守心修持的“渐悟”，南宗主张直澈心源的“顿悟”。相传神秀曾在壁上题偈：“身是菩提树，心如明镜台。时时勤拂拭，莫遣有尘埃。”在厨房做工的惠能听后，也诵一偈，因为不识字，便请人帮题在壁上：“菩提本无树，明镜亦非台。本来无一物，何处惹尘埃。”这两偈的主旨，恰体现出禅宗南北二派修持方式的区别，最终惠能作的偈得到弘忍的认可，向他传付衣钵。唐代中期后，南宗成为禅宗的正统，对宋明理学也起到了重要的影响。随着禅宗在中土佛教日益壮大，作为“禅宗祖庭”的少林寺的地位也自然难以撼动。

### 拳棍称正统 秘藏易筋经

在后世的传说里，达摩不仅是禅宗的开创者，还是少林武学的创始人。作家金庸在《天龙八部》《笑傲江湖》等武侠小说中写道，达摩所著的易筋经是少林派至高无上的内功心法，武林中人无不向往已久，显得格外神秘莫测。这一设定并非金庸首创，清代小说里已经将易筋经作为武功秘籍的代称，如《儒林外史》里，秦中书对介绍武林高手凤四老爹时称：“他的手下实在有些讲究，而且一部《易筋经》记得烂熟。他若是趟一个劲，哪怕几千斤的石块，打落在他头上身上，他会丝毫不觉得。”其实，易筋经的内容在现在看来并不神秘，以伸筋拔骨的运动方式为主，通过运气吐纳来疏通经脉，和八段锦、太极拳一样都属于传统健身气功。

关于“达摩创易筋经”，有种说法称，在达摩圆寂多年后，少林寺僧在他生前壁处挖出一个铁盒，里面藏有《易筋经》和《洗髓经》，后来唐代名将李靖、南宋牛皋还为易筋经写过序。但在禅宗典籍里，并

没有记载这两本著作，而且它们的内容与其说来自佛教，不如说和道教的导引、吐纳之术更接近，成书于宋代的道教类书《云笈七签》中已有“易髓”、“易筋”等词。并且，《易筋经》记载的十二势中，第一势名为“韦驮献杵”，但唐初才将韦驮定为寺院护法神。清代学者考据认为，这两部“秘籍”其实是明天启四年天台紫凝道人宗衡托名达摩所作，李靖、牛皋两位历史名人的序也出自他的手笔，此观点已经在学界得到公认。现代亦有研究观点称，虽然易筋经并非少林寺首创，但它传播到少林寺后，僧人修习此法有助于缓解



明代孙克弘《达摩渡江图》，美国史密森博物馆藏

打坐引起的气滞血瘀，因此少林寺与它结下了较深的渊源。

少林寺自创建以来，几历兴衰，甚至寺名也有过更改。南北朝时，时局动荡，民不聊生，具有免除赋税、劳役特权的寺庙吸引了大量百姓出家，甚至影响了社会的正常运行。北周建德三年(574年)北周武帝宇文邕下令灭佛，“取地于寺塔之下，求兵于僧众之中”。建德六年，北周灭北齐后，少林寺未能在灭佛中幸免，塔毁像融，经焚僧散。周武帝死后，继任者周静帝宇文阆(又名宇文闾)下诏复行佛道二教，于大象二年(580年)重建少林寺，改名“陟岵寺”，这一名字出自《诗经·魏风·陟岵》：“陟彼岵兮，瞻望父兮”。次年，隋王杨坚废周静帝，建立隋朝，改元开皇，并于当年令少林寺恢复旧名，赐柏谷坞屯田一百顷。隋朝末年，烽烟四起，少林寺僧与山贼发生武装冲突，塔院被对方纵火焚毁，仅有瞻言灵塔(即跋陀遗身木塔)岿然独存。在战乱时代，地处古都洛阳和开封之间的少林寺常为兵家必争之地，出于在乱世中保护寺产和僧人自卫的需求，形成了寺僧习武的传统。

少林拳法在吸收民间多种技击术的基础上发展而来，寺内流传的拳谱记载了708套功夫套路，在佛教戒律的约束下，将禅宗心法与武学合二为一，实现借武悟道、身心同修。少林棍法更有“诸艺宗于棍，棍宗于少林”之誉，相比白刃见血的刀枪剑戟，作为钝器的木棍更适合佛门中人使用。相传跋陀的弟子僧稠在山中见到二虎相斗，便使用手中的锡杖将它们分开，从这个传说中，亦可一窥少林棍术的渊源。明天启五年，河南巡抚程绍在少林寺观演武后题诗：“暂憩招提试武僧，金戈铁棒技层层。刚强胜有降魔力，习惯轻扶搏虎能。”由此可见少林棍法的精妙。

### 唐宋元明清 少林屡建功

20世纪80年代，电影《少林寺》曾经在大陆轰动一时，令无数少年萌生了“习武梦”。影片的历史背景参考了在少林寺及周边地区流传多年的传奇故事“十三棍僧救唐王”，电影主角觉远设定为十三僧之一。

“棍僧救李世民”应属后人的虚构，但在现实中，少林僧确有帮助唐军克敌的“翻城之功”。流传至今的《秦王告柏谷坞少林寺上座寺主书》，可能为李世民的亲笔，对在唐武德四年(621年)协助唐军里应外合夺取颍州城，打败王世充的少林寺僧予以褒奖：“法师等并能深悟机变，早识妙因，克建嘉猷，同归福地，擒彼凶孽，廓兹净土”“可令一二首领立功者，来此相见”。其他记载佐证，立功的少林寺僧共十三名，其中一位叫昙宗的被封为“大将军”，其余僧人不愿做官，仍回少林为僧，唐朝廷赏赐少林寺田地四十顷、水碾一具，后来还特许少林寺训练五百僧兵。少林寺荣登“天下第一名刹”，占地上万亩、房屋五千间，规模宏大，为少林功夫不断发展壮大提供了条件。

自唐至明，少林寺凭借武学优势，多次为国家效力。明代，少林僧以武抗敌的功绩屡载史册。正德年间少林僧周友协助镇守山西、陕西边防，后来又远征云南平叛，屡立奇功，人称“三奇和尚”，周友圆寂后，朝廷敕名“天下对手，教会武僧”。明代中后期，倭寇多次骚扰东南沿海一带，少林僧被朝廷至少征调六次，不乏为国捐躯者。《僧兵首捷记》记载了嘉靖三十二年少林武僧天员等人在翁家港之战抗击倭寇的英勇事迹：“贼先发矢，僧兵亦发矢。天员传令俯射交锋，无极摧阵，呼啦啦三声，大喊：杀！杀！长枪手奋勇前戮，贼舞刀乱砍，钩枪手随长枪而进，从隙钩贼之足，箭手发射，铁棍随钩枪而进，击死钩倒之贼，刀手继之。……贼大败，斩首四十余级。”《上海掌故丛书》描述，少林僧以特制的铁棍为武器，长七尺、重三十斤，如同使竹杖一般挥舞自如，令倭寇望风丧胆。明代诗人袁宏道有诗《山中逢老衲少时从征有功者》，诗中主角便是一位年轻时纵横疆场的少林武僧，虽垂垂老矣，仍然铁杖随身，豪情不改：“头发遮眉白，归来五乳峰。梦中闻虏笑，定起看经慵。戒铁支为枕，衲衣挂在松。闲时穿洞壁，欲去缚狞龙。”

到了清代，经历战乱兵燹的少林寺渐现萧条，不复昔日荣光，在统治者心目中的地位也不及前朝，但仍留下了数位帝王的行迹：康熙皇帝亲自为少林寺题写匾额；雍正皇帝下旨修缮少林寺，耗银九千两；乾隆皇帝御驾亲临少林寺，并作诗多首。由于清代官方禁止民间私自习武，少林功夫只能暗中传习。寺中千佛殿地面上至今保留着四十八个足印磨出的“站桩坑”，据说就是寺僧不畏清廷打压，坚持在夜里练功的证明。随着少林功夫在民间秘密传播，清代多个武术门派源于少林，或托名少林彰显地位，为后世的武侠小说提供了不竭的灵感。