以航拍機鳥瞰地形
配羅盤勘陰陽

天眼地機七

崑崙問道

宏泓道者 著

《天眼地機七—崑崙問道：風水脈源與神聖地理》序

「《天眼地機七》一書，內容主要為近期崑崙之遊所記，共探訪十五處聖地。今書稿已成，虔心敬祈 恩師與九天玄女師尊，慈悲為新書賜序。」

《天眼地機七—崑崙問道：風水脈源與神聖地理》

崑崙山目錄：

崑崙山神州水龍
龍脈之祖崑崙山
崑崙山神秘事件
崑崙山無極龍鳳宮
扎麻隆鳳凰山九天玄女廟
北禪寺（北山寺）
茶卡鹽湖
蘭州關帝廟
炳靈寺石窟
崑崙泉
崑崙聖泉
周穆王西巡崑崙山
崑崙山之旅
察爾汗鹽湖翡翠千島
小柴達木湖
青藏高原第一城—西寧
黃河第一城—蘭州
5400 公里的黃河，為什麼只有蘭州夾河而城—中國青年報
天下黃河第一橋，蘭州中山鐵橋
黃河第一橋石碑



乍聞山海經演說重崑崙書說主部洲崑崙為要論



崑崙之秘境，昔說周穆王遊遇王母，是仙真境實，而今數千載後，郭君率眾步遊十五之處亦實人講思，而境聖存。便隨攝圖，配文備書。今付版梓而供諸同好，仙為作序，亦佻若有步附於遊蹤，斯其樂也！！！

2 九天玄女師賜序

勝境之參詳
兴先論乎風
方從論乎水
後方端景眾



此崑崙之嶽嶽，勢始神州大地之眾脈山河體勢之來源。當期周穆王之西巡，步巧仙鄉，而雲霓燦灼，宴會仙桃，異獸奇花，確驚王遇。今則郭眾之類，實未感忘在會仙，又何敢乎宴酒桃，伏承王母之聖訓，但亦境遊十五，極盡河山之勝色！！！今者興盡歸來，遊蹤仍益念念！！！喜能承師訓以成版梓，概說崑崙，本尊亦欣作序！！！

3 自序

崑崙者，天下龍脈之祖，萬山發軔之根。自《山海經》述其「帝之下都」，《撼龍經》稱其「乾龍發脈，貫通九州」，歷代堪輿經典皆以崑崙為中華風水之源。其勢如巨龍昂首，自西東行，分三大干龍，蜿蜒起伏，毓秀鍾靈，涵蓋天地氣機。今得三位門生奉師命西行，實地印證古籍所載，以羅經勘驗山河，以腳步丈量脈理，誠為當代堪輿學中難得之實證修行。





玄禮子以詩入道，句藏巒頭理氣之機，如「祁連延綿蒼龍走」暗合中干龍北派之勢，「奇石生輝山水間」點出崑崙玉石為天地精氣所鍾；伍士衡以學術之筆系統梳理宮觀與風水格局之聯繫，如北山寺「順丹霞地貌而建」合「藏風聚氣」之旨，無極龍鳳宮「八卦佈局對應八方」具現理氣派實踐；玄微子則以身心感應天地，於瑤池畔得氣脈貫通之驗，於聖泉邊悟陰陽調和之機——三子文風各異，然皆以堪輿之眼觀崑崙，以修道之心印山河。

是次考察尤重風水脈理與神話地理之交融。西王母瑤池在風水學中視為「太陰真水」之顯化，九天玄女祖廟所在鳳凰山形正是「朱雀翔舞」之吉形，而崑崙山口作為青藏干龍之關鍵隘口，更見「氣通天地、勢貫山河」之象。學生們於河畔覓得之祖山聖石，紋理含陰陽，色澤應五行，實為堪輿佈局之上品，正是「石得山勢，玉蘊地靈」之證。



愚嘗謂：「風水之道，不在紙上談兵，而在山水之間；不在機械套用，而在心領神會。」今見門生既能以羅經測量地勢，復以心感應氣機，將《青囊奧語》所云：「山龍落脈，水龍聚氣」與實地踏勘相結合，甚感欣慰。此行不僅印證了崑崙為「干龍發脈之祖」的古訓，更揭示了神話空間與風水地理的深刻契合——西王母、九天玄女等女神體系所代表的「太陰」之力，正與風水學中「陰陽平衡」、「山水交媾」的核心思想相呼應。







尤可貴者，三子於考察中實踐「呼形喝象」、「收山出煞」之術：在祁連山草原識得「蒼龍臥野」之勢，於鹽湖圈中悟出「明鏡照心」之局，更在崑崙聖泉體驗「甘露潤脈」之效。此非徒理論空談，實為身心俱驗之道。昔郭璞《葬書》云：「氣乘風則散，界水則止」，今諸生親歷崑崙之罡風聖水，乃知古人誠不我欺。

《天眼地機—崑崙問道》一書，既是地理考察之記錄，亦是風水實踐之範例，更是心靈修行之證道。願讀者能透過此書，領略崑崙之巍峨，感悟龍脈之靈動，體認中華風水文化之博大精深。天地有道，山河有靈，惟以誠心問道者，得與天地精神相往來。



今書即成，愚特補述一二：崑崙之秘，非一世可窮；風水之奧，非一人可盡。願後來者繼此薪火，續探乾坤之妙，共證大道之玄。

是為序。

郭翹峰
太乙九天玄女派玄道風水導師
天運乙巳年仲秋於香江

4 序一

隨龍而行

師父與幾位師兄自駕遠赴崑崙。我雖未隨行，然展讀手稿之時，卻彷彿親身歷證，見這紙上龍脈，氣韻翻湧、血氣活轉。

書稿所記行程，自西寧、蘭州一路向西，行過黃河第一橋、中山鐵橋，再至青海湖、茶卡鹽湖、察爾汗鹽湖——表面是一路行跡紀錄，實則是一條「認祖歸宗」的尋脈之路。崑崙非尋常山嶽，乃是萬山之祖、華夏龍脈之根，亦是神州水龍之源。師父諸人立於崑崙山口，八方來風撫面，腳下厚土，皆在低聲訴何為山水「生氣」。無極龍鳳宮、九天玄女廟、西王母瑤池，諸多勝境從非虛妄傳說，而是大地真實的氣運節點。師父常言：尋風水者，必先尋龍脈；尋龍脈者，必溯源崑崙。

炳靈寺佛陀臨黃河聽濤、寂然入定，北禪寺嵌於丹霞崖壁、矗立千年。由此可見，風水從非止於理氣、巒頭之口訣技藝，它根植於大地肌理，藏於山水相生相契的真實秩序之中。

書卷後篇，記述南嶺山脈廣東第一峰之風骨。世人多有疑問：崑崙與南嶺，相隔萬里，脈絡何關？其理至簡。

崑崙開祖發脈，天下千山萬嶺、諸方龍脈，皆源於此。南龍主脈一路南下，深入嶺南之咽喉要地，便是石坑崆。此峰屹立粵湘交界，如天地設立的一重門戶，既天然分隔嶺南與中原地脈，又綿延不斷、層層遞進，將山河氣運源源南送。風水之中所謂「太祖山」，石坑崆便是絕佳典範。身為南嶺巔峰，它是嶺南地脈最核心的樞紐。周邊群山支脈皆由此鋪展延伸，如萬千根系深紮嶺南沃土。若無此重天然屏障，南嶺氣運渙散，廣東千年山水格局，便會全然改觀。

這兩趟尋龍遠行，自崑崙至南嶺，從萬山之祖到入粵咽喉，走盡一條完整貫通的華夏龍脈。師父言道：風水之學，終非辨方位、定朝向的淺薄技法，而是學會靜心聆聽、看懂山水有言。一路西行南往，同行師兄各有感悟。有人立山口慨嘆天地氣象，有人於瑤池邊靜坐冥思。山水真意，從非書本可窮，唯有親歷親證，方能徹底了然。

山水從不欺人。你踏山而至，它便傾心相告。

玄正子　丙午年壬辰月於香港

5 序二

捧讀《天眼地機——崑崙問道》，一股來自遠古山脈的浩蕩之氣便撲面而來。雖然我從未親身踏足那片傳說中的萬山之祖——崑崙，但僅是瀏覽內容，已彷彿聽見黃河第一橋下的奔騰水聲，看見茶卡鹽湖倒映的天光雲影，感受到無極龍鳳宮在雲端散發的神聖莊嚴。

最令我驚喜的，是它不只寫崑崙。從青藏高原第一城西寧，到夾河而建的蘭州，從炳靈寺石窟裡的佛陀低語，到青海湖仙女灣的生態秘境——每一處地理座標都被賦予了風水的脈動與文化的體溫。特別是書中對「龍脈之祖」的溯源，以及自駕紀行篇章中實地踏勘的溫度，讓人即使足不出戶，也能跟隨文字走一趟尋祖問仙的旅程。

更難得的是，書中收錄了九十九歲高齡的黃雲業老師的珍貴分享。養生之道、宇宙與生活的對應、疾病經驗——這些看似與風水地理不同的話題，實則都指向同一個核心：人如何順應天地之氣，安頓身心。黃老師以將近百歲的生命厚度，說出的每一句話都像是從歲月深處打撈上來的珠玉，樸素而有力。

而於我，還有一層特殊的親切感——因為書中收錄了「廣東第一峰尋龍之旅」的篇章，而我正是那段旅程的參與者之一。翻閱時，看到各同行師兄師姐的文章，那時在石坑崆山巔所見的風景、所經的險路、所感的震撼，瞬間歷歷在目。原來，尋龍不必遠赴崑崙，近地廣東第一峰同樣藏著天地的脊樑與風水的奧秘。書中將南北龍脈串聯起來，讓我們明白：崑崙是根，而每一座名山都是從根上生發的支干。

《天眼地機 七》不單是一本談風水地理的書。它是一趟旅程，一場對話，一次向天地與先賢的致敬。感謝師父將這些珍貴的足跡與心得讓我集結成冊，讓未能親臨崑崙的我，也能在字裡行間呼吸到神山聖湖的氣息。願每一位讀者，都能在此書中找到自己與山川大地的連結。

是為序。

玄仁子　丙午年壬辰月於香港

目錄

《天眼地機七—崑崙問道：風水脈源與神聖地理》序……2
1 呂祖仙師賜序……3
2 九天玄女師賜序……4
3 自序……5
4 序一……10
5 序二……11
6 青藏高原第一城 西寧……18
7 黃河第一城 蘭州……33
8 5400公里的黃河，為什麼只有蘭州夾河而城……40
9 天下黃河第一橋，蘭州中山鐵橋……45
10 黃河第一橋石碑……47
二 崑崙山神州水龍……48
二.1 龍脈之祖崑崙山……54

11.2 崑崙山神秘事件……56
11.3 崑崙山無極龍鳳宮……60
11.4 扎麻隆鳳凰山九天玄女廟……62
11.5 北禪寺（北山寺）……64
11.6 茶卡鹽湖……66
11.7 蘭州關帝廟……68
11.8 炳靈寺石窟……70
11.9 崑崙泉……72
11.10 崑崙聖泉……75
11.11 周穆王西巡崑崙山……77
11.12 崑崙山之旅……79
11.13 察爾汗鹽湖翡翠千島……80
11.14 小柴達木湖……82
12 尋祖龍．溯源崑崙—祁連—崑崙文化自駕紀行……83

12.1 萬山之祖—「根脈」與「聖山」的雙重定位行……91
12.2 崑崙山在道教文化……96
12.3 崑崙山口：龍脈之祖與風水秘境……100
12.4 崑崙山聖泉水……103
12.5 千年古剎的起源……105
12.6 雲端道場—無極龍鳳宮……106
12.7 祁連山脈之最—阿柔大寺……109
12.8 北禪寺—丹霞崖壁的千年古剎……111
12.9 西王母瑤池：傳說與現實的交融……115
12.10 炳靈寺：黃河濤聲裡的佛陀……119
12.11 炳靈寺老君洞……123
12.12 大柴旦翡翠湖：戈壁深處的流動寶石匣……124
12.13 青海湖：高原藍寶石，千年生態史詩……127
12.14 青海湖仙女灣：高原濕地的風水與生態秘境……128

12.15 茶卡鹽湖：青藏高原上的天空之鏡……131
12.16 察爾汗鹽湖：崑崙龍脈間的天地玄鏡……134
12.17 塔爾寺：六大寺院之一……137
12.18 永靖縣大光明寺—文成公主遺韻……140
12.19 青海多巴扎瑪隆鳳凰山九天玄女祖廟：九天聖都的雲端傳奇……142
12.20 邀九天玄女師評剛參觀過的青海扎麻隆鳳凰山九天玄女祖廟……146
12.21 九天玄女協助劉秀定江山之說……147
12.22 呂祖仙師加持開光福物……148
13 崑崙山脈之旅學員所感……149
13.1《崑崙山尋龍之旅》玄禮子（林正興）……149
13.2《崑崙神山—問仙尋道脈》玄微子（何鴻德）……159
13.3 崑崙山脈之旅考察報告　伍士衡……175
14 廣東第一峰尋龍之旅……190
14.1 天地之脊：從風水視角解碼廣東第一峰的文化密碼……190

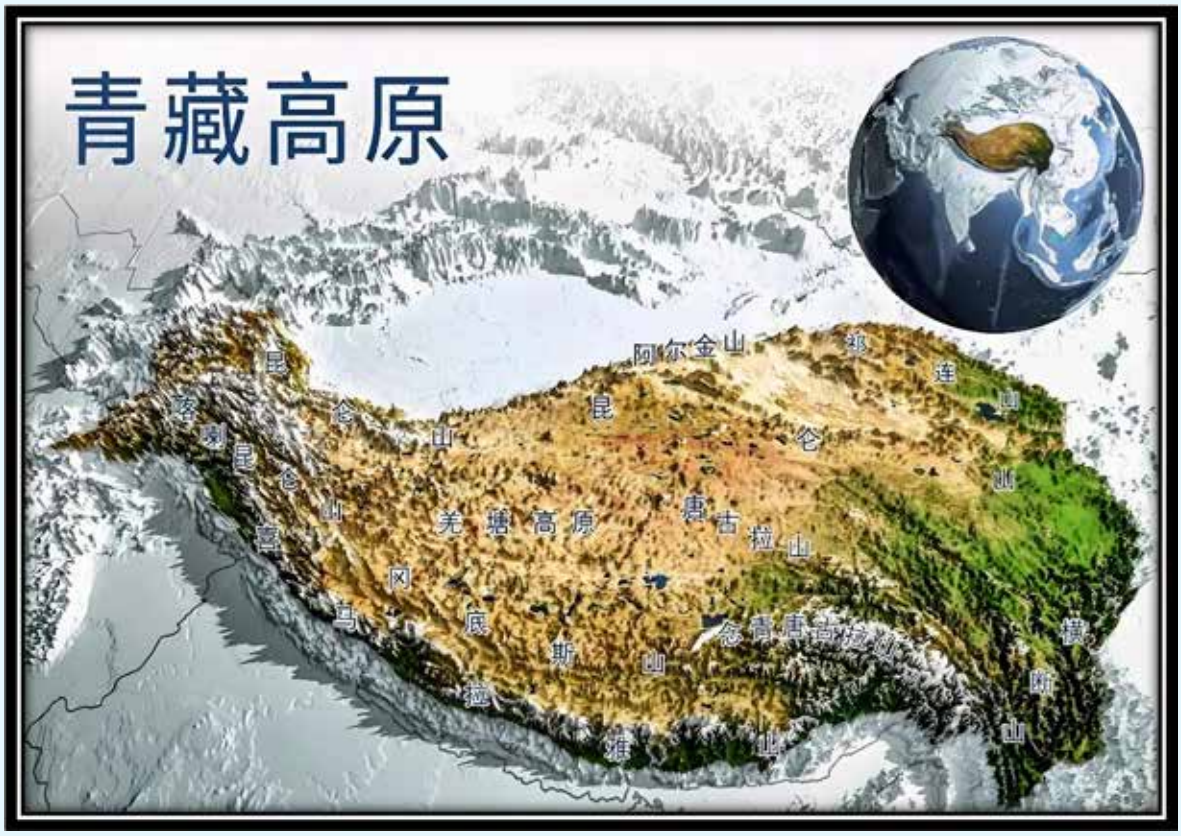
14.2 陰陽交泰：生氣勃發的能量場……191
14.3 水源之始：財富能量的發源地……192
14.4 山水相濟：自然景觀的風水功能……193
14.5 區域天柱：粵北的生態與文化脊樑……194
14.6 仙娘廟：雲端的守護神……195
14.7 長久梯：步步高升的祈願之路……196
14.8 千年古紅豆杉……197
15 《廣東第一峰尋龍之旅 14-15/3/2026》學員所感……198
15.1 《廣東第一峰尋龍之旅》—玄禮子（林正興）……198
15.2 勇闖廣東的喜馬拉雅—石坑崆—玄正子（朱少橋）……200
15.3 自駕遊廣東第一高峯的樂與怒—玄微子（何鴻德）……205
15.4 廣東第一峰—玄澤子（張鎮江）……209
15.5 充滿挑戰和考驗的尋龍之旅—伍士衡……211
15.6 追逐春色與星辰：我們的廣東第一峰奇幻之旅—玄妙子（嚴欣恩）……213

15.7 丙午年 孟春 廣東第一峰尋龍之旅—玄孝子（吳麗群）……215
15.8 廣東第一峰：在挑戰險阻下之成長—玄義子（江麗芳）……216
15.9 廣東第一峰學習感受—馬善容（玄寧子）……217
15.10 龍脈尋蹤，溫暖同行同考同修—玄仁子（劉燕玲）……218
15.11 不一樣的完美—劉妙芬……223
15.12 仲春尋龍之旅—廣東第一峰—袁少珍……225
15.13 廣東第一峰尋龍之旅—林月清……226
16 附錄：……228
16.1 新疆八卦城遊記—伍士衡……228
16.2 黃業雲老師：養生之道……231
16.2.1 宇宙……231
16.2.2 生活……233
16.2.3 疾病對應經驗分享……238
16.2.4 食物……244

6 青藏高原第一城 西寧

西寧不僅是青藏高原最大的城市，也是一座兼具歷史底蘊和現代活力的高原明珠。其獨特的地理位置、悠久的歷史文化、多彩的民族風情和蓬勃發展的經濟，共同塑造了這座城市的獨特魅力。

西寧市是青海省省會。地處青藏高原河湟谷地南北兩山對峙之間，統屬祁連山系，黃河支流湟水河自西向東貫穿市區。西寧是國務院確定的內陸開放城市，先後與海外和中國許多城市和地區建立了經貿協作和文化交流關係。





地理首位

海拔2261米，是青藏高原人口最密集、規模最大的中心城市。

青藏高原門戶：扼守唐蕃古道與絲綢之路南線，是進入西藏、新疆、河西走廊的交通樞紐。

歷史地位

古稱「西平郡」、「青唐城」，漢藏文化交融的千年重鎮。文成公主經此入藏，留下歷史印記。

明清時期成為西北軍事要塞，有「海藏咽喉」之稱。

現代樞紐

青藏鐵路起點（西寧－拉薩）：世界海拔最高的鐵路從此延伸，串聯高原生命線。

蘭新高鐵、西成鐵路交匯點，連接中國西部核心城市。



西北地區

青海省 簡稱「青」，位於中國西部，坐落世界屋脊青藏高原的東北部。是中國青藏高原上的重要省份之一，省會為西寧。據全國第二次土地調查公報顯示，青海省東西長約1200公里，南北寬800公里，面積為72.10萬平方公里。

境內山脈高聳，地形多樣，河流縱橫，湖泊棋布。昆侖山橫貫中部，唐古喇山峙立於南，祁連山矗立於北，茫茫草原起伏綿延，星羅木盆地浩瀚無限。長江、黃河之源頭在青海，中國最大的內陸高原鹹水湖也在青海，因此而得名「青海」。

城市魅力——高原明珠的底色

多元文化熔爐

漢、藏、回、撒拉、蒙古等多民族聚居，東關清真大寺（西北四大清真寺之一）與塔爾寺（藏傳佛教格魯派聖地，距市區25公里）並存，見證宗教和諧。

生態屏障

位於湟水谷地，三面環山。周邊有青海湖（中國最大鹹水湖）、祁連山草原等自然奇觀，市區北山烟雨、南山公園可俯瞰全城。

夏都美譽

夏季平均溫度17–19℃，涼爽宜人，是避暑勝地。中國夏都品牌吸引大量遊客。



西寧依托高原生態和多元文化，擁有豐富的旅遊資源：

塔爾寺：藏傳佛教聖地，國家5A級景區。

青海湖：中國最大的內陸鹹水湖，被譽為「高原藍寶石」。

老爺山：以險峻的丹霞地貌著稱，是登山和宗教朝聖的熱門地。

邊麻溝花海：夏季的薰衣草和海棠花海吸引了大量遊客，被譽為「西北普羅旺斯」。

此外，西寧還推出了多條精品旅遊線路，如「環青海湖避暑之旅」、「祁連涼夏環線之旅」等，為遊客提供多樣化的高原旅遊體驗。

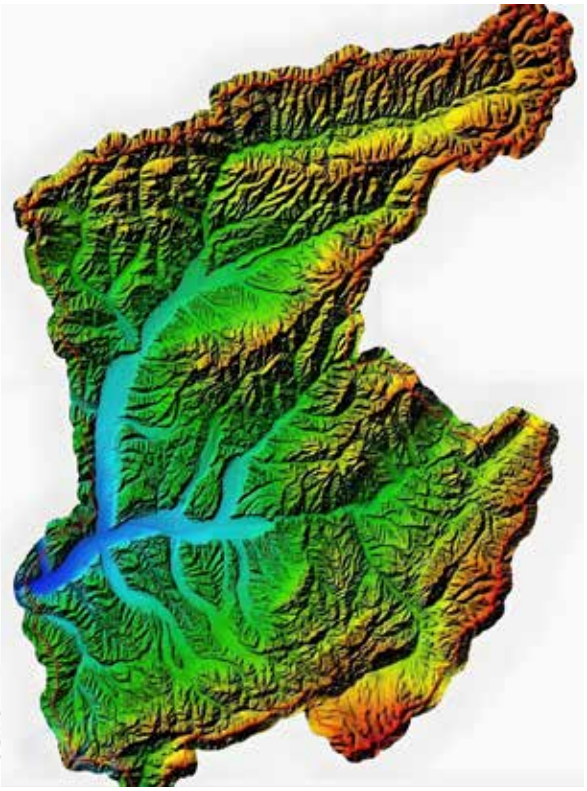
必體驗清單

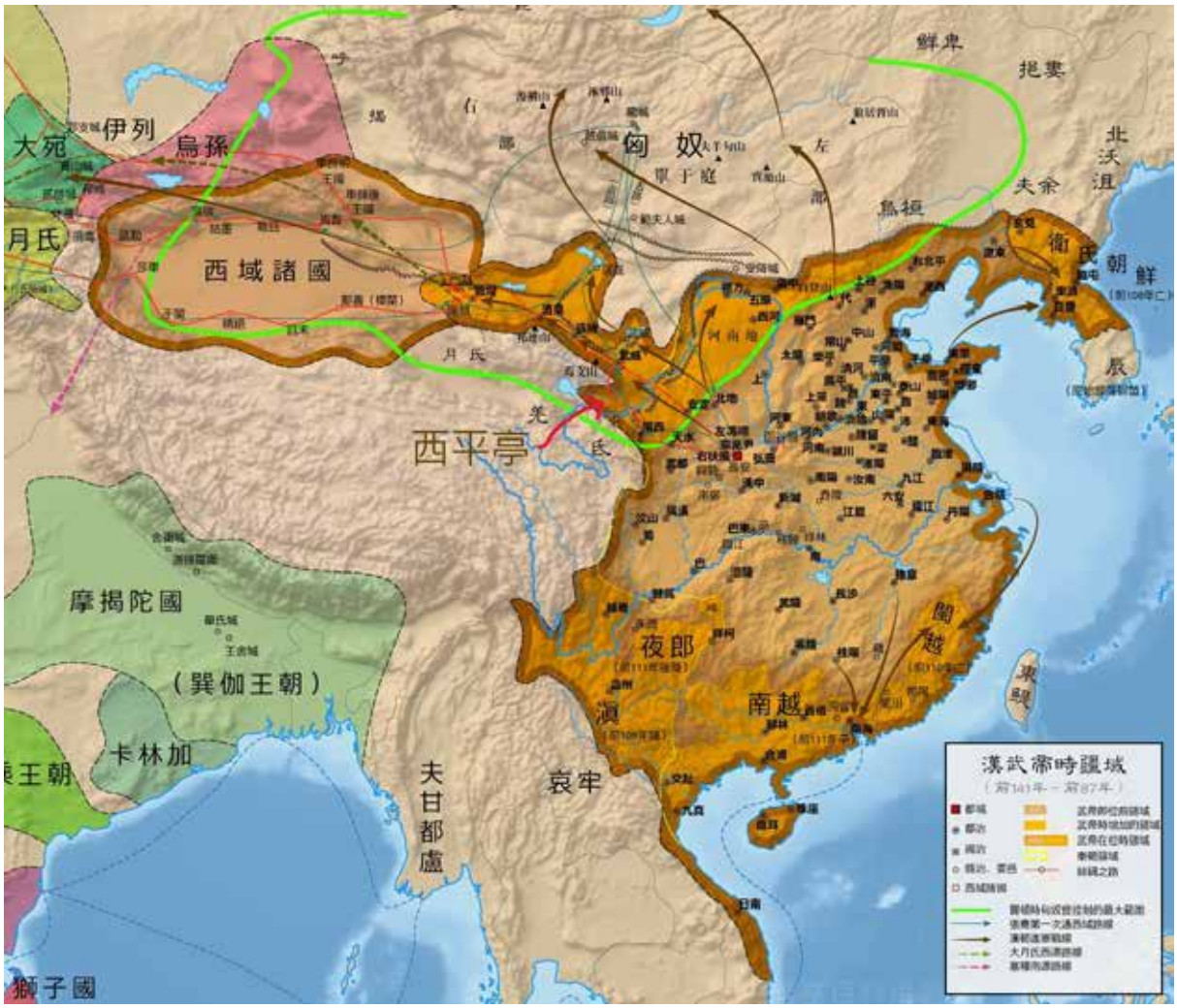


類別	推薦內容
文化地標	東關清真大寺（周五禮拜壯觀）、青海省博物館（彩陶與唐卡）、藏文化博物院（618米唐卡長卷）
自然風光	青海湖（7月油菜花海）、坎布拉丹霞、互助北山國家森林（秋色絕美）
市井烟火	莫家街：手抓羊肉、牦牛酸奶、甜醅；下南關街：回族美食集散地
節慶	六月六花兒會（民歌盛會）、塔爾寺曬佛節（正月十五）


海北藏族自治州
青海湖
西寧市
海南藏族自治州


大通回族土族自治县
湟源县
城北区
城中区
城西区
城东区
湟中区





漢朝時期

秦漢以前，這裏是西羌、西戎之地。主要為羌人生活的地方。西漢在今西寧設立了西平亭，屬金城郡，西寧正式納入中國版圖，也是西寧建城之始。漢平帝時又置西海郡。

魏晉時期

今西寧屬曹魏的統治範圍。公元222年，魏在今西寧市修築了西平郡城。公元265年，西晉在今湟水流域置西平郡，轄西都（今西寧市）等地。



十六國時期
今甘肅西部、青海東部地區被鮮卑族的禿髮部佔據，建立了一個割據政權南涼，曾一度在西寧建都西平。

北魏時期
公元445年，北魏改西平郡為鄯善鎮，公元526年（北魏孝呂二年），又改鄯善鎮為鄯州，轄西平（今西寧市）等地。

隋唐時期

公元607年（隋煬帝大業三年）改鄯州為西平郡，轄湟水、化隆二縣，今西寧為西平郡湟水縣的轄地。公元618年唐朝建立後，在青海東部設鄯、廓二州。鄯州轄龍支、湟水二縣，今西寧為湟水縣轄地。安史之亂後，吐蕃從唐軍手中奪取了西寧，改稱青唐城。



唃廝囉時期

從唐朝末年到北宋初期，青海河湟地區的吐蕃各個部落互不統屬，處在分裂戰亂中。到十一世紀初期分裂成幾個較大的部落集團。李立遵是其中一個部落集團的首領，他把吐蕃贊普的後代唃斯囉（藏語譯音意為佛子）劫持到今青海平安縣，尊為贊普，李立遵自立為相，公元1025年唃斯囉脫離了李立遵等人的控制。

宋元時期

唃斯囉死後，青唐王位傳了三世。公元1099年宋軍進入湟水流域，佔據青唐城，建立鄯州。公元1104年北宋改鄯州為西寧州，隸屬於隴西都護府，「西寧」這一名稱一直沿用至今天。

公元1129年，被金朝佔領。

公元1136年，被西夏佔領。

公元1227年，元太祖成吉思汗率蒙古軍隊入侵西夏，南渡黃河攻佔西寧州，西寧併入元朝統治。

明時期

公元1373年（明洪武六年）西寧州改為西寧衛，屬陝西行都司管轄，下轄6個千戶所，即西寧千戶所（治今西寧）、鎮海千戶所（治今湟中縣—通海鎮）、北川千戶所（治所在今大通縣—老城關）、南川千戶所（治湟中縣申中）、古鄯千戶所（治所在今民和縣—古鄯鎮）、碾伯守禦千戶所（治所在今樂都縣—碾伯鎮）。公元1385年（洪武十八年）動工修建西寧衛城。現西寧七一路南側保留的古城牆就是明西寧衛城的遺蹟。



清時期

1645年（清朝順治二年）清軍佔領西寧。雍正三年（1725年），平定羅卜藏丹津後，改西寧衛為西寧府，屬甘肅省。下設西寧縣、碾伯縣和大通衛。

1724年，設欽差辦理青海蒙古番子事務大臣（通稱西寧辦事大臣），統轄青海境內的蒙古、藏族各部。



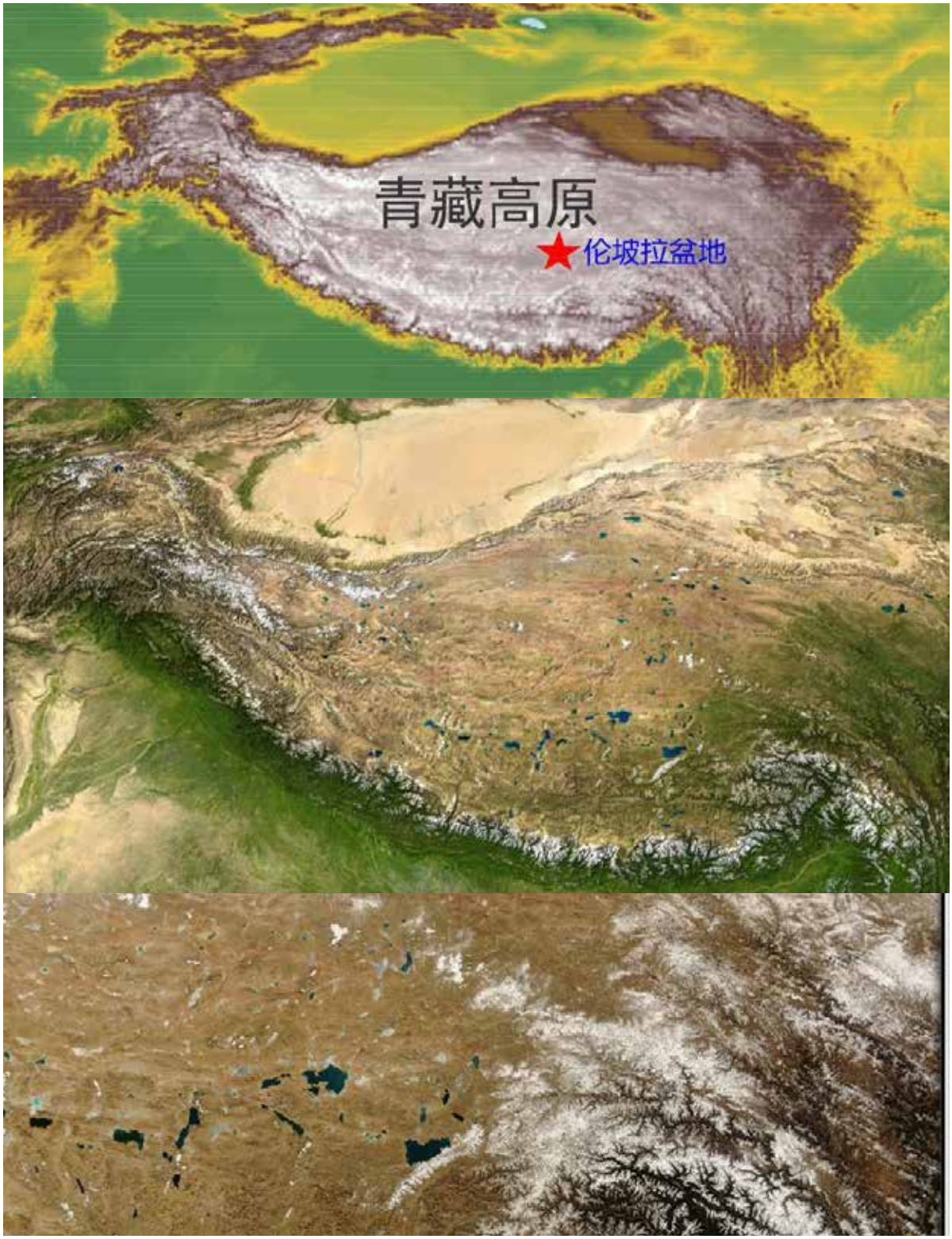
江河源

青海是長江、黃河、瀾滄江的發源地，故有「江河源」之稱。全省水電資源豐富，有278多條較大的河流，水資源總量629.3億立方米。據勘測，水能儲量在一萬千瓦以上的河流就有108條，水量充沛。青海地處中緯度地帶，兼具了青藏高原、內陸乾旱盆地、黃土高原的三種地形地貌，匯聚了大陸性季風、內陸乾旱和青藏高原三種氣候形態。地區間溫度差異大，全省年平均氣溫為-5.6℃至8.6℃年均降水量15至750毫米。



青藏高原

青藏高原是東亞一個高原地區，它是世界上最高的高原，平均海拔高度4500米，面積250萬平方公里，有「世界屋脊」、「雪域高原」和「第三極」之稱。是在中亞和西亞的一個巨大的高原，大部分在中國西部的西藏自治區和青海省，以及在印度查謨－克什米爾邦拉達克的一部分。它從南向北延伸約1000公里，從東到西延伸約2500公里，總面積約250萬平方公里。中國境內之青藏高原，佔全中國23%面積，位於北緯25°－40°。和東經74°－104°之間。地形上可分為藏北高原、藏南谷地、柴達木盆地、祁連山地、青海高原和川藏高山峽谷區等6個部分，包括中國西藏全部和青海、新疆、甘肅、四川、雲南的部分以及不丹、尼泊爾、印度、巴基斯坦、阿富汗、塔吉克斯坦、吉爾吉斯斯坦的部分或全部。高原邊界，東為橫斷山脈，南、西為喜馬拉雅山脈，北為崑崙山脈。涵蓋國境所有中國西藏自治區、青海省全境、新疆維吾爾自治區、甘肅省、四川省、雲南省部分，以及不丹、尼泊爾、印度的拉達克等地。


青藏高原
伦坡拉盆地



青海湖

青海湖，古稱為「西海」，又稱「鮮水」或「鮮海」。藏語叫做「錯溫波」，意思是「青色的海」；蒙古語稱它為「庫庫諾爾」，即「藍色的海洋」。漢代稱為「仙海」，從北魏起才更名為「青海」。青海湖位於青海省東北部的青海湖盆地內，既是中國最大的內陸湖泊，也是最大的鹹水湖，面積達4583平方公里。環湖周長360多公里，長105公里，寬63公里，比太湖大一倍還要多。最深處達38米，湖泊的集水面積約29,661平方公里，湖面海拔3196米，比兩個東嶽泰山還要高。它浩瀚縹緲，波瀾壯闊，是大自然賜予青海高原的一面巨大寶鏡。







察爾汗鹽湖

察爾汗鹽湖，是中國青海省西部的一個鹽湖，位於柴達木盆地南部，地跨格爾木市和都蘭縣，由達布遜湖以及南霍布遜、北霍布遜等鹽池匯聚而成，總面積5856平方公里，是中國最大的鹽湖；格爾木河、柴達木河等多條內流河注入該湖。

7 黃河第一城 蘭州

蘭州作為黃河唯一穿城而過的省會城市，被譽為「黃河第一城」，其歷史與黃河血脈相連，既是絲路古渡口，也是西北咽喉之地。









蘭州作為「黃河第一城」，不僅是西北地區的經濟中心，也是黃河文化和絲路文化的重要承載地。其依山傍水的地理優勢、悠久的歷史積澱、多元的文化融合和蓬勃發展的經濟活力，共同塑造了這座城市的獨特魅力。

蘭州是中國地理幾何中心（東經103°40′，北緯36°03′），卻以邊緣姿態書寫了黃河文明最堅韌的篇章。黃河水不止養育了一碗麵，更沖積出西北的開放胸襟——霍去病西征的蹄聲、左宗棠栽柳的綠蔭、石油拓荒者的熱血，皆在此化作白塔風鈴，與濤聲共鳴。





地理唯一性

黃河干流唯一穿城而過的省會：黃河自西向東貫穿蘭州城區，形成「兩山夾一河」的狹長格局（皋蘭山與白塔山對峙）。

渡口起點地位：自古為黃河上游最大渡口，西漢設立「金城縣」，取「金城湯池」之意，是中原王朝經略西域的戰略跳板。



文明搖籃

馬家窯文化核心區：出土彩陶見證5000年前黃河農耕文明（甘肅省博物館藏「彩陶王」）。



絲路黃金節點：張騫出塞、玄奘西行均由此渡河，蘭州黃河鐵橋（中山橋）被譽為「天下黃河第一橋」（建於1909年）。



黃河母親像

城市靈魂—黃河賦予的四大基因

維度	體現
交通命脈	古代羊皮筏子渡河 → 近代鐵橋貫通南北 → 現代中歐班列樞紐（蘭州陸港）
生態屏障	南北兩山綠化工程（「背冰上山」造林奇蹟）→ 濱河百里黃河風情線（市民生活軸線）
飲食圖騰	牛肉麵：黃河水揉面成就「一清二白三紅四綠」標準，全球萬家店根在蘭州
工業搖籃	「一五」時期佈局：蘭煉（新中國第一座現代化煉廠）、蘭化（石化工業搖籃）



古代羊皮筏子渡河



必體驗．黃河風情清單

地標巡禮

中山橋：百年鋼鐵橋，夜賞白塔山燈光與河面遊船輝映。



水車博覽園：巨型古水車群，重現明清「水車之都」灌溉智慧。



白塔山公園：登頂俯瞰黃河玉帶穿城，眺望元代白塔。

大眾巷／南關夜市：馬子祿牛肉麵、牛奶雞蛋醪糟（《舌尖》同款）、熱冬果梨。

黃河茶攤：三泡台蓋碗茶配瓜子，坐羊皮筏子漂流（非遺體驗）。



甘肅省博物館：銅奔馬（馬踏飛燕）、驛使圖壁畫磚。



《大夢敦煌》舞劇：絲路藝術巔峰之作（蘭州音樂廳）。

8 5400 公里的黃河，為什麼只有蘭州夾河而城—中國青年報



蘭州的城市史可以追溯到2000年以前。公元前81年，西漢昭帝時期，為了鞏固對西北的統治，在蘭州設置金城郡，修築城池，所以蘭州古稱「金城」。

為什麼取這個名字？

有三種解釋：

一 因為修築城池時挖出了金子；

二 寓意城池堅固，固若金湯；

三 五行（金、木、水、火、土）之中，金在西方。最合理的解釋應該是第二種。

歷代帝王對於一城一地的命名都非常講究，對於邊防重鎮的命名，更是寄托著對邊疆穩固、百姓安寧的希望。蘭州披山帶河、形勢險要，東接隴原、西控陽關、南臨巴蜀、北達朔方，命名為「金城」合情合理。

在長江上，有許多城市是夾江而建的：重慶、武漢、南京、上海……而黃河干流全長5400多公里，蘭州是唯一一座黃河穿城而過的城市。

為什麼在黃河上，只有蘭州「夾河而城」？

明代初成「夾河而城」格局

一方面，在東漢以後，黃河在下游形成了地上懸河，河道寬闊，河面高出兩岸很多，黃河頻繁決口泛濫。比如開封，離黃河有9公里，在明清時期仍然多次遭受黃河水淹，黃河水曾7次進入開封城內，給開封帶來了滅頂之災。所以，不要說夾河建城，人們避之尚唯恐不及。黃河上游的河套平原，情況與開封類似；黃河中游的黃土高原，土質疏鬆、水土流失嚴重，當然也不適合在兩岸建立大的城市。

另一方面，是蘭州自身的地理特點決定的。它位於皋蘭山和白塔山之間，處在兩山夾一河的帶狀峽谷盆地。盆地東西長40多公里，南北寬約10公里，土壤肥沃、水草豐美，適宜農耕、放牧和人居，不易泛濫成災，具備了夾河而居的條件。不過，漢代修築的這座金城，位於今蘭州黃河的南岸，黃河北岸沒有居民居住。原因很簡單：兩岸交通不便。

唐代仍然是這種城市格局。邊塞詩人高適曾經蘭州到西北，去投奔駐守西北的軍事將領哥舒翰。高適第一次到蘭州，入夜的時候，聽著滾滾的黃河濤聲難以入眠。於是，他登上蘭州北城樓，留下一首《金城北樓》：「北樓西望滿晴空，積水連山勝畫中。湍上急流聲若箭，城頭殘月勢如弓。」這首詩描寫了蘭州的山水之美、關隘之險，成為贊頌蘭州的名篇佳作。這首詩也說明，當時的蘭州城就在黃河的南岸，蘭州城池的北牆就依黃河而建。



明初，在蘭州城北建起了一座鎮遠浮橋，蘭州城市拓展到了黃河北岸。不久（公元1392年）朱元璋的第十四子朱楧被分封到甘肅做肅王。肅王的藩邸一開始在河西走廊的重鎮張掖，7年之後（公元1399年），肅王請求朝廷允許他遷往蘭州。此後，蘭州成為肅王藩邸，大批官員、家眷、軍隊進駐蘭州，蘭州城市地位發生了質的提升。

為了滿足城市人口發展和居民生活的需要，歷代肅王（公元1399–1564年）不斷在黃河北岸開山理水，修建苑囿、寺觀，白塔山的白塔寺就是這個時候建成的，使蘭州北岸成為風景秀麗的遊覽觀光之地。隨之，大量人口也開始在北岸定居，夾河而城的格局初步形成。

1909年，蘭州鐵橋建成。這是有史以來，在萬里黃河上建造的第一座鋼鐵橋樑，被當時的人們稱為「天下黃河第一橋」。1911年，孫中山領導的辛亥革命爆發，清朝統治宣告結束。為紀念孫中山先生，蘭州鐵橋被命名為中山橋。有了中山橋，蘭州城市更加迅速地向黃河以北拓展，夾河而城逐漸成為定局。





「八方爭湊，萬國咸通」的大都會

蘭州是陸上絲綢之路的要津，從長安出發通往西北的陸上絲綢之路，一般都要在蘭州渡過黃河。當年的班超經略西域、高僧玄奘求法天竺，也都是在蘭州渡過黃河，才踏上西行的漫漫征途的。

在很多人的印象中，絲綢之路的繁榮出現在漢唐時期。到了宋元，海上絲綢之路繁榮起來，陸上絲綢之路是不是就終結了？事實上，陸上絲路的交往一直沒有停止，只不過其規模和形式發生了一些改變。

明朝的肅王進駐蘭州，蘭州在陸上絲綢之路的地位更加重要。史書記載：大宛神駒，龜茲奇騾，哈烈翡翠，罽賓橐駝，吐蕃金鵝，葉護葡萄，伽國菠蘿，悉王化之所致。

這些我國新疆或中亞地區的奇珍異寶，通過古老的絲綢之路來到蘭州，進入內地。為了給外賓、外商提供方便，肅王專門在蘭州城北鎮遠門外建有「萬國梯航坊」，負責接待，安排他們的飲食住宿。蘭州逐漸成為「八方爭湊，萬國咸通」的一個大都會。

穿上「蘭絨」，就是冬天最暖的仔

明清時期，曾有一個產自蘭州的服裝品牌，活躍於陸上絲綢之路，其火爆程度絲毫不亞於漢唐時期的絲綢，而且成為蘭州經濟騰飛的一大標誌——這個品牌的名字叫蘭絨。

顧名思義，蘭絨就是產自蘭州的用羊毛絨製作的服裝。它質地輕柔，綿軟保暖，高貴時尚，品種豐富。明代的縉紳、士大夫以穿著絨褐服裝為時髦，一時間，蘭絨成為明朝上層社會的一種時尚。

蘭絨為什麼會成為蘭州的一個服裝品牌呢？首先是因為西北地區牧業發達，牛羊遍地，而蘭州作為西北羊毛的集散地，為毛紡業提供了質優價廉的羊毛。其次，與肅王藩邸移駐蘭州有關。朱楧入藩大西北後，發現這裏冬天既漫長又酷寒，又沒有很好的取暖工具。當時，在蘭州民間，已有利用羊毛紡織製作上衣的傳統，但不成規模，也沒有在上層社會流行。敏銳的朱楧注意到了這種現象，於是便在冬天特意請人為自己紡織了一件羊毛絨大衣。會見客人，公事出行，他都穿著，既保暖舒適，又高貴雅致。上行下效，很快，用羊絨紡織冬衣便成為蘭州上層社會的風尚，並逐漸成為在全國都叫響的一個服裝品牌。皇宮大內織染局開始專門採買蘭州羊絨，在公卿貴族中也逐漸風行開來。

由於有利可圖，到了明清時期，許多內地客商紛紛來蘭州收購羊絨，據統計，清朝康熙、乾隆年間，每年在這裏花去的收購資金都不下萬兩黃金，交易量十分驚人。到了清朝晚期，洋務運動興起，在明清蘭絨生產技術的基礎上，蘭州開辦了蘭州織呢局（1878年），利用西北地區豐富的羊毛原料，來生產毛布。這是中國第一個機器紡織廠，加速了蘭州近代化的進程。

9 天下黃河第一橋，蘭州中山鐵橋

蘭州中山橋，又稱為「黃河鐵橋」，是蘭州市的標誌性建築，也是黃河上最重要的橋樑之一。它橫跨在寬闊的黃河之上，連接了蘭州的南北兩岸，見證了這座城市的滄桑變遷。由美國橋樑公司設計，德國泰來洋行承建，清宣統元年（1909年）建成通行。1928年，為紀念孫中山先生，將「黃河鐵橋」改名為「中山橋」。「中山橋」素有「天下黃河第一橋」美譽，也是全國重點文物保護單位。

1908年5月9日，中山橋工程正式開工。1909年8月19日，中山橋竣工通行。最初建成時並沒有上方的拱形鋼架，這是1954年為使鐵橋更加美觀堅固而加設的。中山鐵橋長233.5米，總寬8.36米，北側是白塔山，南側是中山路。為了更好的保護這座老橋，自2013年起禁止機動車輛通行。





中山橋為四墩五孔，每孔跨徑45.9米。上部結構為梯形穿式鋼桁架，每一跨都是超靜定結構組成桁架體系，有豎向鋼架劃分成五個長方形，再加上斜撐竿件，構成一個框架清晰又有韻律的立面。中山鐵橋由上部結構（橋身）和下部結構（橋墩）兩部分組成。蘭州黃河鐵橋長233.5米，總寬8.36米，其中車行道寬6米，兩邊人行道各寬1米。

中山橋擺脫了繁瑣的裝飾，展現出一種樸素而堅定的美感，宛如一位身穿素衣的勇士，靜靜地矗立在黃河之畔。它並非中國傳統建築的瑰寶，卻是新材料、新結構、新技術和新工藝共同譜寫的現代樂章，每一根鋼樑、每一塊磚石，都凝聚著先進的施工與管理智慧。在這裏，空間構築物不再僅僅是橋樑，更是工業化時代精神的象徵，是人類智慧與勇氣的結晶。

蘭州黃河鐵橋下部結構由2座橋臺、4個橋墩組成，開挖至岩層。橋墩、橋臺的材料不一樣，南橋臺是條石砌的，北橋臺是混凝土的。南面第一墩上部是漿砌條石，下部是混凝土。其餘三個橋墩上部是混凝土，下部是漿砌疙瘩石。2010年–2011年將橋墩頂整體現澆築混凝土接高1.2米。

10 黃河第一橋石碑







黃河樓

11 崑崙山神州水龍

君不見崑崙龍脈拔地起，九曲星斗落玉衡。
君不見紫微帝座懸霄漢，千山朝拱作屏營。



崑崙山在風水堪輿中被尊為「萬山之祖」、「龍脈之源」，其勢如巨龍西起帕米爾高原，橫貫中華大地，分三大干龍延展：

北干龍：經陰山、賀蘭山入蒙古，收勢於幽燕（北京）；

中干龍：過秦嶺、終南山，聚氣於關中（西安），東走嵩岳；

南干龍：由雲貴入南嶺，結穴於金陵（南京）、廣州。

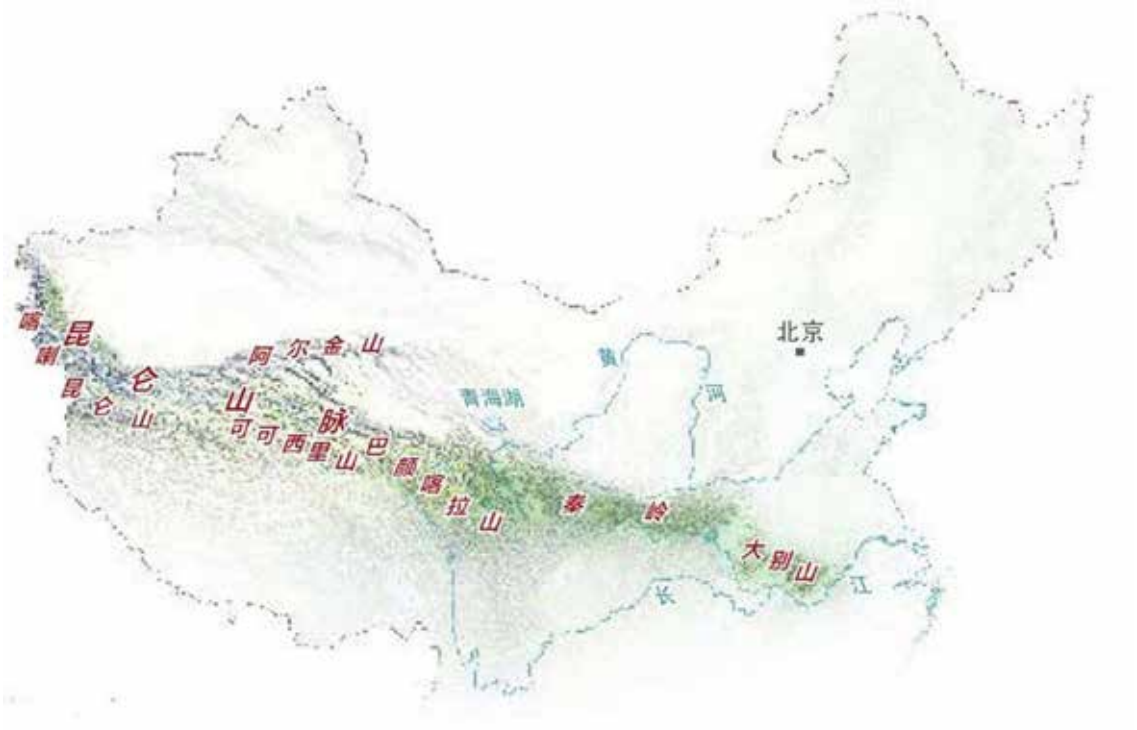
崑崙以磅礴山勢為「祖龍」，融雪化水滋養江河，山形如「華蓋」、「玉樓」藏天地精氣，奠定中原王朝地理根基，喻「天下龍脈出崑崙」的堪輿至高理念。此乃「華玉講堂」命名由來。

—華玉講堂

崑崙龍脈：天地之氣的玄樞

橫卧於青藏高原北部邊陲的崑崙山，不僅是地理上的磅礴巨浪，更是華夏堪輿學中「萬山之祖」的神聖龍脈。它如一條蟄伏於大地深處的玄黃巨龍，其嶙峋脊骨撐起蒼穹，其吐納之氣孕育八方。在風水師眼中，崑崙並非死寂的岩層冰雪，而是天地靈氣流轉不息的活體經絡，是主宰神州氣運的終極玄樞。

崑崙山以其龍脊撐起天宇，正是堪輿學中「祖龍」的至高形勝。那海拔七千餘米的公格爾峰、慕士塔格峰，頂戴萬年冰雪，其勢如「華蓋」護頂，巍然聳峙。巨大冰川幽藍深邃，在堪輿家看來，這非尋常之水，而是「天一生水」的至陰精華，自乾位（西北）沛然流注，滋養大地命脈。更為玄妙者，是這冰雪王國下蟄伏的阿什庫勒火山群——堪輿中「水火既濟」的罕見格局在此顯現：寒冰為坎水之象，熔岩乃離火之精，陰陽二氣於崑崙祖庭交泰沖和，形成天地大丹爐般的造化奇局。山勢北坡驚心動魄的垂直落差，自巍峨山脊直墜塔里木盆地，在風水形法上正是「跌斷過峽」而後「束氣起頂」的龍脈顯化，其勢如神龍自九天俯衝入地，積蓄無上威能。



崑崙山作為龍脈之祖，其氣機流轉決定了華夏大地的風水格局。古書《地理人子須知》明載：「天下山脈發於崑崙。」其龍脈自帕米爾高原昂首東行，分北、中、南三干磅礴入中國，如巨龍伸展其支脈。北干龍沿天山、祁連山入幽燕，王氣所鐘；中干龍走秦嶺、太行，紫氣縈繞；南干龍經雲貴、五嶺入閩粵，靈秀所萃。崑崙之巔的冰川融水，孕育黃河長江，在風水上正是「界水止氣」的天然血脈，將祖山龍氣源源不斷輸注神州。那些散落南麓的高原湖泊，如星宿海、可可西里湖群，在堪輿師羅盤上恰似「天池水」或「養蔭池」，是聚氣生息的天然明堂。黑海冰川融水奔湧而下，其聲如雷，其勢如虹，正是《葬經》所言「氣乘風則散，界水則止」的生動演繹——水流如天然玉帶，將崑崙祖氣固結於河谷沃野。

崑崙之巔，不僅是神話中的「帝之下都」，更是堪輿玄空中的「大玄空」所在。道教奉為「萬神之鄉」，玉虛宮所在，暗合風水「天心十道」之奧義——崑崙如天然羅盤的中心指針，上應紫微垣，下鎮地軸樞機。神話中的宇宙軸心，在風水實踐中具象為崑崙作為「祖山」對天下城池的方位統攝。古代帝王建都，必先觀崑崙氣色：長安負秦嶺而面渭水，秦嶺乃崑崙中干龍所結；北京倚燕山而臨渤海，燕山為北干龍餘脈。崑崙龍氣所鐘之地，必有王侯將相、聖賢豪杰應運而生。即便是玄奘法師筆下「大雪山」



的神性輝光，在風水師解讀中，亦是地脈靈氣外顯的「輝光」或「王氣」，非凡目所能見，唯通曉巒頭理氣者能感其氤氳。

在當代語境下，崑崙山的神聖意象更添風水實踐的現代演繹。登山者挑戰公格爾峰險峻冰壁，在極限中感悟的不僅是自然偉力，更是「尋龍點穴」者攀登祖山以察龍脈源頭的隱喻。轉山朝聖者沿古道叩拜，其路徑暗合「接龍引氣」的古老法門，以肉身軌跡溝通天地能量。無人機掠過雪峰冰川，鏡頭下的山巒褶皺，在數字地圖上被重新解讀為「龍、穴、砂、水」的現代堪輿圖譜。崑崙腹地發現的玉石礦脈，在風水師眼中正是「石為龍骨，玉為龍髓」的明證，其溫潤光華乃地氣凝結的精華。

當我立於崑崙山口，凜冽山風如遠古堪輿讖語。牧人扎西選擇背靠雪峰（玄武）、面朝草甸（朱雀）、左倚溪澗（青龍）、右傍石陣（白虎）的冬季營地，正是千年風水智慧的無言傳承。遠處登山隊鮮艷帳篷如羅盤上的「輔弼砂」點綴於明堂，地質隊員的鑽探機深入岩層，彷彿在叩問大地龍氣的脈搏。亘古的雪峰與盤旋的無人機，虔誠的轉山者與衛星定位儀，共同測繪著崑崙龍脈在新時代的玄妙座標。

崑崙山，這天地之氣的總樞，以它凝固的龍脊、奔湧的龍血（冰川融水）、蟄伏的龍火（火山），在華夏文明的深層意識中，構築起一座永恒的風水圖騰。它昭示著：人類聚落興衰、文明氣脈流轉，皆與這條大地之龍的呼吸息息相關。崑崙龍脈的每一次搏動，都在提醒我們｜真正的風水，不僅是對地理形勝的解讀，更是對天地人和諧律動的敬畏與追尋。



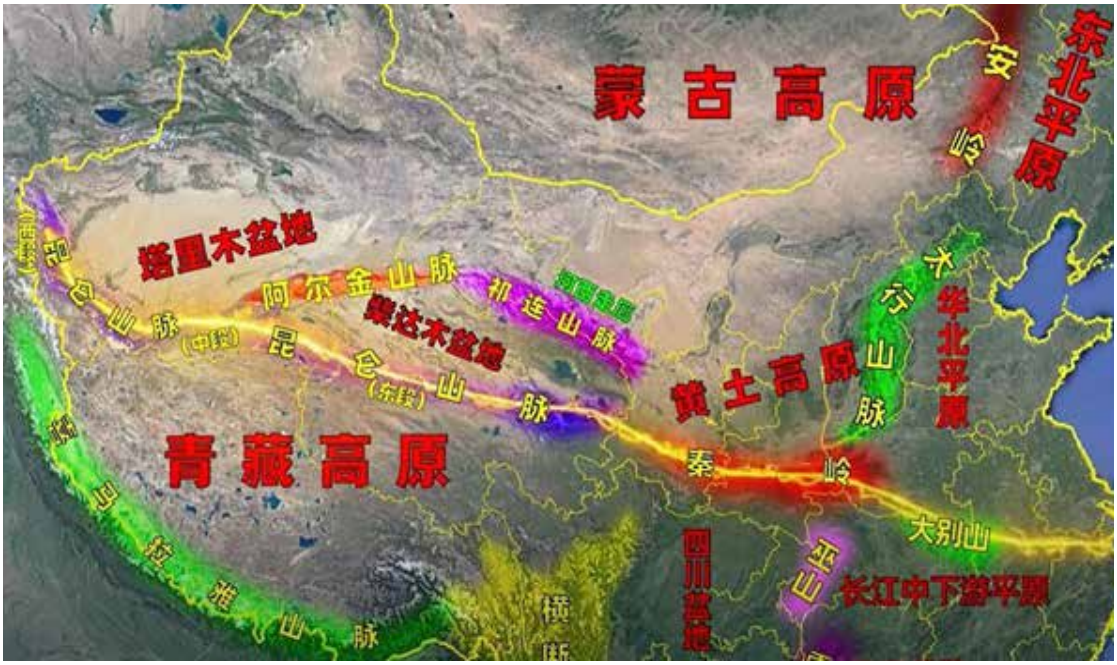
可否請求九天玄女師為神州水龍的來龍去脈論述？

呂祖仙師賜示

水當亦是龍
斯龍為血脈
古人忽視者
空中有氣龍

實天地間之龍分乎三類乃形神氣脈質矣。山岳土石龍為皮肉骨質，水龍為血脈，要知人間天上亦有氣龍之流行，古人疏忽作向今中華眾江湖，水龍為龍也亦河山之血脈！俱帕米爾之高崗！！！

11.1 龍脈之祖崑崙山



乞師評崑崙山—龍脈之祖

得到風水界公認的是，中華大地上所有的龍脈都發源於崑崙山。崑崙山被稱為「萬山之宗」、「龍脈之祖」，《山海經》之《西山經》稱之為「是實惟帝之下都」，他脈出八方，有八大干龍伸向各處，其中三大龍脈在當今中國，分別被叫做：

一、北干龍：走黃河以北廣大地區
二、中干龍：走黃河以南，長江以北
三、南干龍：是長江以南廣大地區

這三大干龍總體上都發自西北，走向東南，形成了中國地勢上西北高東南低的地形。

呂祖仙師賜示

開天闢地論
九天玄女造
移五星氣下
結陸廣神州

實乎山河之諦造俱為九天玄女之功也。山海經互有另說但其未可否定之謂乎神，亦恒添「怪」更彰說「異」，今中華祖龍確是崑崙。實為瑤池王母於淵古所設之行宮於地表。周穆王訪後，神儀撒矣。

11.2 崑崙山神秘事件

乞師評

1．1979 崑崙山神秘事件 死屍站起來攻擊人

2．杜麗巴石碟

1．1979 崑崙山神秘事件 死屍站起來攻擊人

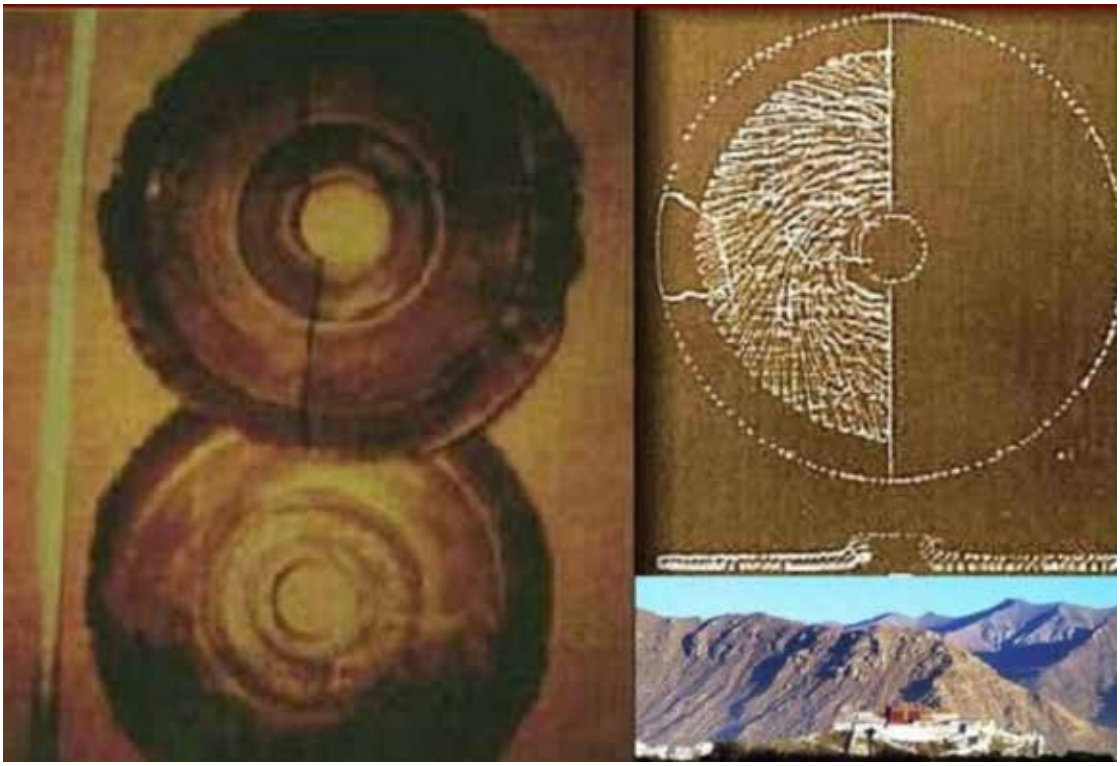
關於崑崙山的神秘傳聞，近年來確實流傳著一些引人入勝的說法。這座被譽為「萬山之祖」的山脈，因其獨特的地理環境和豐富的文化內涵，一直吸引著眾多探險愛好者前往探索。據瞭解，在1979 年前後，曾發生過一些探險者失聯的事件，這些事件後來被民間稱為「崑崙山事件」。



崑崙山事件結果仍是謎 –1979 年崑崙山詭異事件真相驚世駭俗

崑崙山不僅是中國風水寶地，更是世界上最為恐怖的十大禁地之一。對於不少人來說 1979 年崑崙山事件可能無人知曉，因為去過崑崙山深處的人都離奇的死亡了，所以現在人們想要探究這些事件的真相是非常的困難。後來這些事件更是成為了軍方未公開的神祕事件。據相關人士透露，崑崙山事件真相終於被人揭開。當時國家派了考察隊到崑崙山進行調查，他們還遇到了居住在崑崙山下的村民。村民說這裏非常的危險，他們必須趕快離開。但專家並沒有離開，而是繼續調查。並且「崑崙山事件」中的考察隊還執意往崑崙山深處行走，沒過多久就來到了崑崙山深處，突然發現前面多了幾個睡倒在地上的人，於是一名考察隊成員前去查探，沒想到倒在地上的人都死了，沒有任何呼吸，身上也沒有明顯的傷痕。

不過地上的屍體卻毫無徵兆的動了起來，就像行屍走肉般向前移動，本來平靜的步伐，突然就加快了起來，向考察隊的人衝了過去，當時考察隊成員都嚇壞了，急忙拿起路邊的木棍進行反抗。直到 20 年後的時候崑崙山地獄之門已經成為了人們的旅遊地，有探險家無意間發現了崑崙山事件中地質學家和考察隊員的屍骨，他們的死至今仍是一個謎。



2．杜立巴石碟

杜立巴石碟是在崑崙山南麓巴顏喀拉山發現的，據說是外星人留下來的，石碟裏面記載了地球人的來歷，以及整個宇宙的奧祕，是北京大學考古學家齊福泰與他的學生在1938年發現的，其中有一段文字是這樣寫的：「杜立巴人來自雲上，坐在飛行器裏。我們的男人、女人和小孩在太陽升起前躲到了洞穴裏十次，當他們瞭解了杜立巴人的語言時，才知道這些新來者的來意是和平的。」後來杜立巴石碟幾經輾轉，最後就失踪了，現在只剩下一張似是而非的照片，反而令事件更加神秘了。

呂祖仙師賜示

此山不是山
而實為雄嶽
山與海深處
非常理可覺

斯事與彭加木事件之雙奐珮，其也異曲而同功。今乎遙思海地國之斬蕉僵人。便能理解山之深處其有植物及水源及氣體俱能使人神暫晦惘似死，但藥後便可復活其性以異常其行極歪謬！地嶽門之壹語始誦鄉人之遐思！

11.3 崑崙山無極龍鳳宮





乞師評　崑崙山無極龍鳳宮

無極龍鳳宮據《封神榜》描述是姜子牙得道於崑崙的故事，現供奉有西王母神像。無極龍鳳宮明朝時即為道教混元派（崑崙派）道場，於 2012 年重建。因台灣、香港及東南亞地區有著很多信仰崑崙派的信士，因此每年都有海內外很多信士前來進香朝拜，被崑崙派道眾尊為聖地。

呂祖仙師賜示

實崑崙道派
散居於海外
實沿道藏史
這派不顯名

這派不成乎教，故道統史上祇偶註其名。今您所獻之圖，是其派之聖宮，西王母與姜子牙，供是淵古之神祇，其法浩瀚，其時並不成教，偶祇立派矣，今則未見大興！！！

11.4 扎麻隆鳳凰山九天玄女廟

乞師評九天玄女廟 | 很可能八月崑崙新山之旅，去的其中一站。九龍朝鳳扎麻隆鳳凰山位於青海省西寧市湟中縣多巴鎮扎麻隆，扎麻隆鳳凰山是崑崙山的龍門鳳闕。漢代時曾建有一座九天玄女廟，後來不幸焚毀，一九九八年出土了古廟的寶瓶，同年民間發現了九天玄女的古聖像和女媧、伏羲龍蛇交合奇石、盤古王命精聖石等珍貴天然聖物。





呂祖仙師賜示

西域多奇趣
那論是蠻荒
從遊八月好
申秋凉透望

實附頁所說之品是古物，言其聖物者，則似不配其凡質天然自成。九天玄女之古聖像，則可算當聖物曾被開光供奉是也。這旅奇趣紛繽，師當加庇！

11.5 北禪寺（北山寺）

乞師評北禪寺又稱北山寺、土樓觀—中國第二大懸空寺

北禪寺位於西寧市城北區北湟水之濱的北山上，俗稱北山寺。北山地勢險峻，山崖層疊，遠眺似土台樓閣巍然矗立，故又名「土樓山」。北山寺依山崖而建，有魁星樓、靈宮殿等建築。位於北山頂峰的「寧壽塔」是清代所建的五層密簷磚塔，為北山寺的組成部分。寺內殘存有晚唐和宋元時期壁畫和藻井。「北山煙雨」更是西寧八景之一。

北禪寺最早是佛教寺廟，是青海境內最早的宗教建築，初建於北魏明帝時期（公元 106 年），距今已有一千九百多年。由於道教盛行，該寺改成為道教聖地「土樓觀」，代表了其道教色彩。

當地具有特殊的丹霞地貌，陡峭的山坡上佈滿紫紅色砂礫岩相間著石膏和芒硝層。歷經長時間的自然作用，形成大小不等的洞窟，當地人稱「九窟十八洞」。



呂祖仙師賜示

古確是禪寺
規模略較少
焚後址曾荒
今非寺為廟

觀實不太懸空因乎土崖之疊疊，但不揆地質之異奇，斯其一景，但感作旅於專程，性價比一般也是！！！



11.6 茶卡鹽湖

乞師評茶卡鹽湖—中國的天空之鏡

茶卡鹽湖位於青藏高原東北部，湖面面積105平方公里，景區面積30平方公里，這裏歷史悠久，文韻悠長，是中國鹽文化發源地之一，自古稱為西宮咸池，「茶卡」是藏語，是「鹽池」的意思，又被稱為「青鹽的海」。鹽一直是青海省資源性開發產業，而現今則轉型為旅遊事業，這成功的轉營，實在是國內旅遊以及扶貧的典範。

茶卡鹽湖自然景觀奇特，由祁連山、崑崙山、橡皮山三山環繞，像一面鏡子一樣，反射著美麗的天空雪山，形成水映天、天接地、人在湖間走，宛如畫中遊的景色。是旅行者口中「中國的天空之鏡」，被國家旅遊地理雜誌評為「一生人要去的55個地方」之一。

呂祖仙師賜示

晴川雲似鏡
態水靜河飛
古人這形容
斯鹽湖通備

實地上之鏡矣，因乎湖在他表，因乎高空俯瞰，其真鏡海波平，鹽若一色惜乏古人中原之文士覽遊為其序態矣！！！

11.7 蘭州關帝廟

乞師評蘭州關帝廟

關帝廟，位於皋蘭縣忠和鎮忠和村，始建於清朝中期，已有幾百年的歷史。廟內供奉著關帝塑像，每年都有許多信徒前來參拜。「關公」是中國歷史上著名的英雄人物，因其忠誠、勇敢、仁義而備受推崇，各地的關帝廟也成為了關帝信仰和文化的歷史傳承。

關帝廟的建築風格古樸典雅，廟內保存著許多珍貴的文物和歷史遺蹟，其中包括碑刻、匾額、壁畫等。

每年農曆五月十三日，關帝廟都會舉行盛大的廟會，吸引了許多信徒和遊客前來參加。廟會期間，人們會進行各種傳統活動，如祭拜、唱戲、舞獅等，以表達對關公的敬仰和感激之情。

關帝廟是皋蘭縣文化遺產的重要組成部分。它不僅為當地信徒提供了一個信仰和文化的寄托之所，也為遊客提供了一個瞭解和感受中國傳統文化的機會。



呂祖仙師賜示

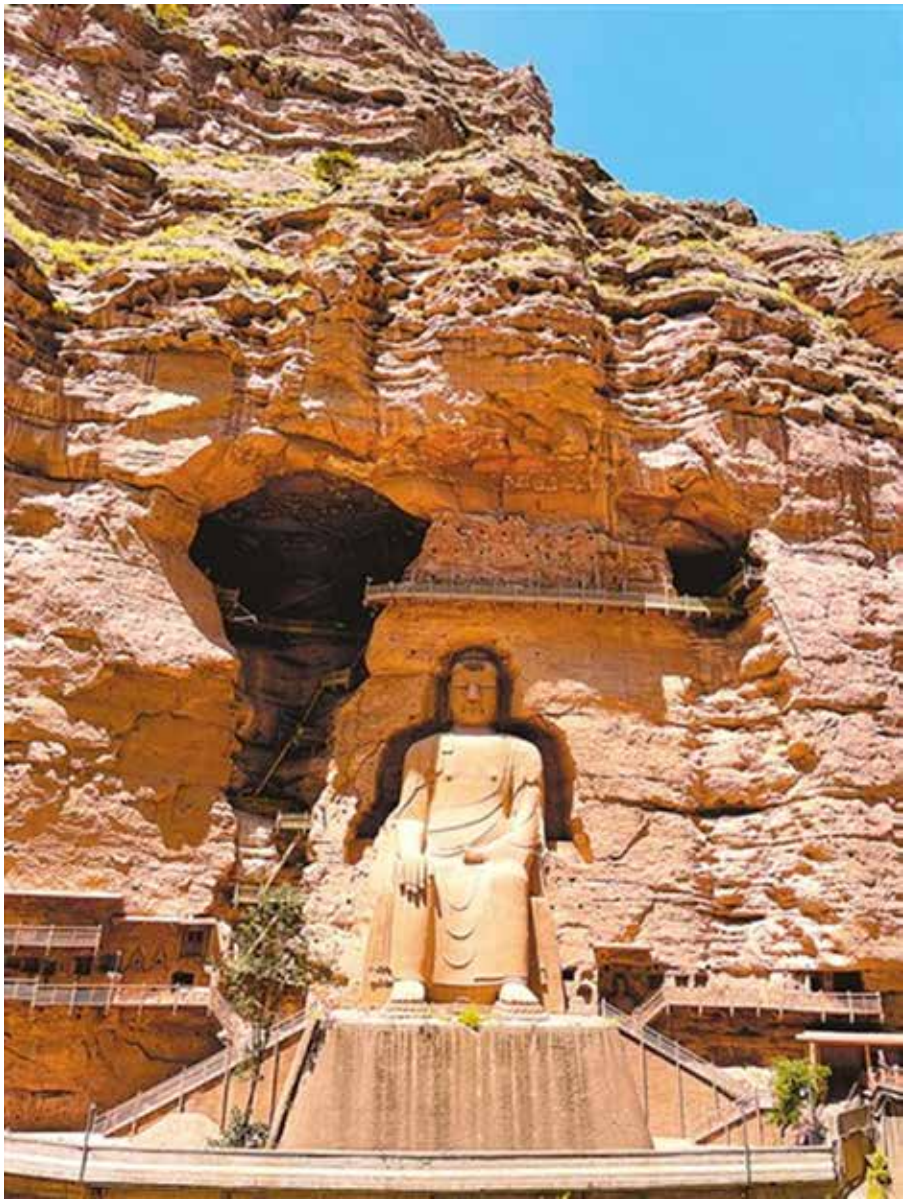
歷史價值有
重建多重修
今猶重廟會
重點在旅遊

這廟村址忠和，看來頗彰乎神之屬性，斯也人傑地靈，民俱咸仰景行行止，有斯祀奉則乎神道設教之禮義猶倡，亦極佳是。！！！

11.8 炳靈寺石窟

乞師評　探訪炳靈寺石窟

在甘肅省永靖縣劉家峽水庫的西南，坐落著一座年代久遠的「湖畔石窟」，這就是炳靈寺石窟。它如一顆絢麗多彩的明珠，鑲嵌在水庫西南的小積石山中，雖沒有敦煌莫高窟那麼舉世聞名，但也同樣擁有悠久的歷史和燦爛的石窟藝術。「炳靈」在藏語中有「萬佛」之意，從永靖縣城到炳靈寺石窟有30多公里，有水、陸兩條路線，水路可以遊覽劉家峽水庫。



呂祖仙師賜示

靈岩中拓佛
史遠及中亞
斯像寄紅岩
淵古競風雨

這與古云云：之山在高，有仙則靈之義者，頗有出入。佛之岩拓鼎盛敦煌，民喜雕此，以示敬殊。若斯旅路線逢便，無妨一謁炳靈，亦曾雲乎：看殿上菩薩，千支金指炳世界之佳諭！！！！

11.9 崑崙泉

乞師評　崑崙泉（位於崑崙河的景區）

在崑崙河北岸的崑崙泉被視為崑崙奇觀。泉池四周是由花崗石砌成的多邊形圖案，中央一股清泉從池地驀然噴湧而出，並發出響聲，形成一個晶瑩透明的蘑菇狀，將無數片碧玉般的花瓣拋向四周，似一朵盛開的蓮花，又似無聲的碎玉落入一泓清池，然後奔向滔滔的崑崙河。此泉水冷冽甘甜，水質透明，全年水溫恒定為 7℃，是崑崙山中最大的不凍泉，被譽為「神泉聖水、瓊漿玉液」。

池中清澈的泉水萬年不停地噴湧而出，即使嚴寒的冬季也從不封凍，也不知道泉眼下面通向那裏。當地藏民視不凍泉為神泉，時常對泉水膜拜，至今在納赤噴泉還流傳著當年文成公主進藏時在此歇息的傳說。



相傳文成公主遠嫁吐蕃時，隨身抬了一尊巨大的釋迦牟尼佛像。當公主一行來到崑崙山下的納赤台時，由於山高路遙，人馬累得精疲力竭。於是，公主命令大隊人馬就地歇息。當夜做飯時，才發現附近沒有水，大家只好啃完乾糧，和衣而睡。第二天早上，人們醒來時，發現昨晚放釋迦佛像的山頭被壓成了一塊平台，離平台不遠的地方，一眼晶瑩的泉水噴湧而出，淙淙流淌。人們一下子明白，這是釋迦佛把山中的泉水壓了出來。虔誠信佛的公主為了表達對佛祖的敬意，把自己身上的一串珍珠拋在泉眼裏，泉水變得更加清涼甘甜。由此，人們把納赤台稱為「佛台」，把崑崙泉稱之為「珍珠泉」。



還有一個傳說是創造神凡摩赴崑崙山瑤池之畔的西王母壽宴後歸途中，飲興未艾，信手把樽暢飲西王母饋贈的瑤池瓊漿，金樽擲地，瓊漿四溢。其乘坐的蓮花神龕化為赤台群山，溢出瓊漿化為崑崙泉。

呂祖仙師賜示

這水之源流
是地下暗河
崑崙陸真高
實底空域多

實斯為高原上之地下暗河湧出噴發於是點矣。方今陵高自然水冷，特別是崑崙域內冰川之銷溶其泉浩浩，這是一個地質之特態，自乎怎麼傳說之民間多是，但亦異罕之哉！

11.10 崑崙聖泉

乞師再評崑崙聖泉

神山靈脈——崑崙在神話中為「萬山之祖」，聖泉象徵天地靈氣彙聚；仙源淨世——道教典籍載其泉水可滌罪延壽，助修行者超脫凡塵；永生之境——《山海經》稱崑崙連通天界，飲泉者近神明而得長生。







呂祖仙師賜示

山中炁有泉
若河炁汀渚
俱天地自然
形異人冠聖

萬山之祖者，其所出泉亦炁為泉中之勝。人以其異，而益異之便號聖焉。古雲飲者長生，近雲滌者退業延壽，其義雷同，斯亦是天地鍾靈之所融匯，得者需緣！！！

11.11 周穆王西巡崑崙山

周穆王遇見西王母在瑤池是否現在的地理位置黑海？《穆天子傳》是戰國時期的一部典籍，記載了周穆王西巡的傳奇經歷。其中提到，穆王西行至崑崙山，與西王母在瑤池宴飲，兩人賦詩唱和，互贈禮物。





呂祖仙師賜示

真滄海桑田
昔人所遇處
許山林茂盛
麟躍霞繞淵

址應是此在地卻異殊，真猶桑田滄海矣，緬懷古昔，許賴文書，所描所說，於今大異！！！

11.12 崑崙山之旅

已訂了機票去崑崙山，崑崙山之旅由8月1號至8月8號當中大多數係自駕遊。呈上名同道之人

郭翹峰
何錦明
林正興
何鴻德
伍士衡

呂祖仙師賜示

約許是壹週
便順縱橫走
車備足油水
禦寒飢品夠

自駕遊：則本師加庇廣佑，所云：工欲善則需備乎其器，車宜四驅軑輪後備。通訊種種定需效準無訛。精準地圖與指南針莫忘攜是！！！



11.13 察爾汗鹽湖翡翠千島

很可能去崑崙山之旅的景點之一乞師評察爾汗鹽湖翡翠千島

中國最貴的湖泊，價值遠超過十二兆，察爾汗鹽湖是如何形成的？青海察爾汗鹽湖位處柴達木盆地的「心臟」地帶，總面積達5856平方公里，是亞洲鹽湖之王，它能成為「鹽王」。還有個古老悠久的傳說，千萬年前的察爾汗鹽湖裏並不是鹽，而是數不清的珍珠翡翠，各路的妖魔鬼怪都想擁有這裏的財富，常年的打鬥驚擾了隱居在崑崙山的西王母，於是她施法降水，將這裏遍地的奇珍異寶都埋藏在湖底，才平息了爭鬥，察爾汗鹽湖也就誕生了。

被稱為中國「死海」，豐富的資源卻夠全世界食用千年。察爾汗鹽湖到底有什麼祕密？「察爾汗」蒙語意思是「鹽澤」，位於中國青海的察爾汗鹽湖，是柴達木四個鹽湖中面積最大、儲量最豐富的鹽湖，它擁有令人驚嘆的鹽礦資源，雖不像傳說裏所說，有無數的珍珠翡翠，卻是礦藏寶庫，豐富的鉀鹽資源聞名於世，湖中氯化鈉儲量超500億噸，還有石膏、硼砂等礦物資源，這裏還出產光鹵石，晶瑩剔透。



呂祖仙師賜示

團並非攀峰
而屬廣遊覽
初秋在崑崙
曠翠若羽衫

斯遊屢逢勝景，而景點路徑則似應已寫妥在附頁，本師看後殊感趣緻盎然。人和天地，景物同光，這真寫意十分是也！！！

11.14 小柴達木湖

很可能去崑崙山之旅的景點之一—小柴旦湖—戈壁藍眼睛

小柴達木湖又稱「小柴旦湖」，位於青海省海西蒙古族藏族自治州的小柴旦交通樞紐東側，面積約為69.82平方公里，屬於青藏高原。它的流域分為內流區諸河，二級流域為柴達木內流區。在德小高速和柳格高速交叉處附近的高速路出口出來便可以來到湖邊。在茫茫西北戈壁之上，小柴旦湖像是一座綠洲，遠遠便可看到綠意，湖水卻是藍得透澈，清得見底。湖邊生長著一片半人高度的蘆葦，輕風拂過，搖曳婆娑，環境十分優美，與對面的茫茫戈壁灘形成鮮明的對比。





12 尋祖龍．溯源崑崙—祁連—崑崙文化自駕紀行

崑崙山，是中國最偉大的神山。對堪輿風水愛好者，它不僅僅是一座山脈，更是一種精神的象徵，巍峨橫跨三省，被尊為「萬山之祖」、「龍脈之祖」。而我們這次旅程，正是由此啓程——不是從西，而是自東而起，溯源而上，追尋中華龍脈的根源。

這是一次以「尋祖龍．溯源崑崙」為主題的自駕之行。我們從崑崙東脈出發，穿越祁連，深入崑崙，一路向西，追溯的不僅是地理意義上的山系脈絡，更是文明與傳承的精神源流。

八月初始，一行人自蘭州中川機場取車出發，首抵西寧。一路向西北行，經北山寺，訪阿柔大寺，最終抵達祁連山下。整段行程總長三千五百餘公里，歷時八日。我們平均每日行車約十小時，最長一日更連續馳騁十二小時。一路雖奔波勞頓，卻心潮澎湃。

蘭州至西寧，西寧再至祁連，沿途景緻漸從人煙稠密轉為天地蒼茫。祁連山脈猶如巨龍伏地，延展至遠天與崑崙相接。我們在這片土地上驅車前行，彷彿不是在趕路，而是在翻閱一頁頁活的地理誌、文明史。

崑崙為祖，祁連為支，山系如血脈，貫通西北，維繫的不僅是水土，更是文化的根脈。我們行車所經，每一段路，每一站地，都似在與歷史對話。崑崙不再僅是神話中的仙山，更是實實在在的「祖宗之山」，是龍脈起源，是文明初始。

這一路，我們以車為步，以心為眼。不是走馬觀花，而是俯身貼近。崑崙不語，祁連默然，但山系之間的氣韻相連，文明積澱的厚重感，卻足以令人肅然起敬。





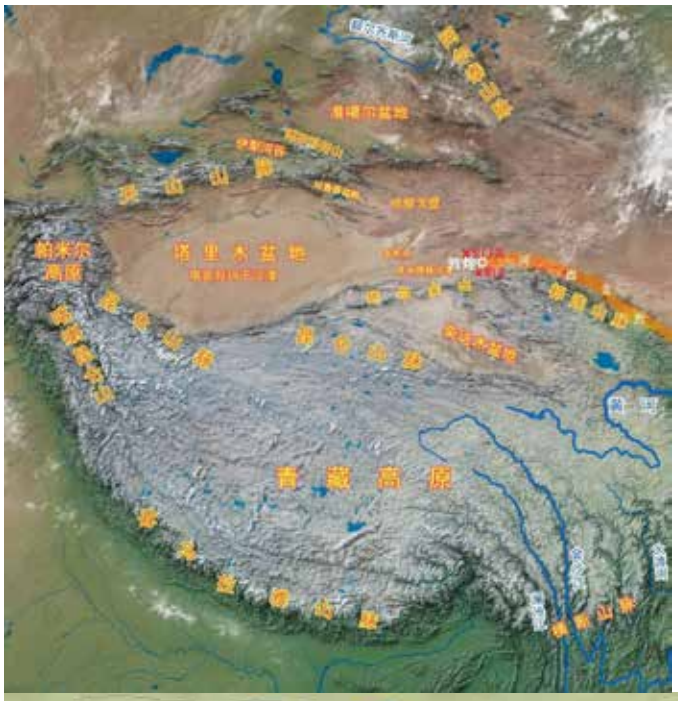
最終當我們駛完全程，還車於蘭州，身心雖疲，卻皆感此行值得——因為我們所走過的，不僅是一條地理路線，更是一段文化溯源之路。崑崙仍在遠處巍巍而立，而我們已經走近它一步，也更懂它一分。

崑崙在中華文化中的地位，早已超越地理，成為文明源頭的象徵。

《山海經》、《禹貢》等上古經典中，崑崙便是黃帝、伏羲、西王母等神靈所居之處，是神話的制高點，是華夏的起源之地。漢武帝時，依古籍所載「河出崑崙」，將於闐南山定名為崑崙山，雖與實際黃河源相差一千三百公里，卻在文化意義上精準無比——它意味著西域從此納入中華版圖的原型，是「河源即天命」的政治隱喻。

而崑崙與中原最古老的紐帶，或許是「玉石之路」。早在三千多年前，殷墟婦好墓中已發現來自崑崙的和田玉器。這條早於絲綢之路的通道，默默將崑崙與中原聯繫在一起。「玉出昆岡」，不僅是物產的流傳，更是文明的同源與共鳴。玉—從此深入華夏文化的基因，成為溫潤卻堅韌的象徵。

唐代以後，崑崙進一步融入風水體系。《撼龍經》將其定為中華龍脈的起源；至清代末年，更有道人在青海樂都修建崑崙道觀，使玉虛峰、玉珠峰成為修道聖地。神話中的西王母蟠桃盛會，也在這片土地上化為實實在在的宗教儀式。







地理上，崑崙如同一條巨龍橫亘於中國西部。它西起帕米爾高原，向東延伸二千五百公里，貫穿新疆、西藏、青海，是亞洲的脊樑，也是「固體水庫」。山勢巍峨，群峰競峙，喬戈里峰海拔八千六百一十一米，為世界第二高峰。公格爾峰、慕士塔格峰等七千米以上雪山如天神侍衛，冰川皚皚，終年積雪。

崑崙山地質活動極為活躍，南北以斷裂帶與盆地相接，自第三紀以來持續抬升，河流下切，階地分明。《尚書・胤征》中「火炎昆岡，玉石俱焚」，或許正是古人對其地質變動的遙遠記憶。

這裏氣候極端，乾旱寒冷，卻仍孕育出豐富的生命形態：高山草甸、鹽湖、雨林，以及藏羚羊、野牦牛、雪豹等珍稀動物。冰川融水匯成河流，滋養著山麓綠洲，村落如普魯，人們半耕半牧，與山共生。



「崑崙」二字，最早見於《山海經》：

「西海之南，流沙之濱，赤水之後，黑水之前，有大山，名曰崑崙之丘。」

又寫：「是實惟帝之下都，神陸吾司之。」

戰國後，「崑崙」從神話走入現實，成為《禹貢》中所載西戎之地。之後，它一步步進入道教體系，成為神仙所居的聖山；西王母也從半人半獸之神，漸演化為莊嚴女神。

《穆天子傳》、《莊子》、《楚辭》、《史記》不斷賦予它新的意義與高度。司馬遷寫：「崑崙其高二千五百餘里，日月所相躲隱為光明也，其上有醴泉、瑤池。」



中國人的一生，總要上一次崑崙。不僅因為它是萬山之祖、龍脈之始，更因為它承載著我們民族最古老的神話、最深邃的信仰、最堅韌的生命力。

登崑崙，就是回望來路，也是走向源頭。

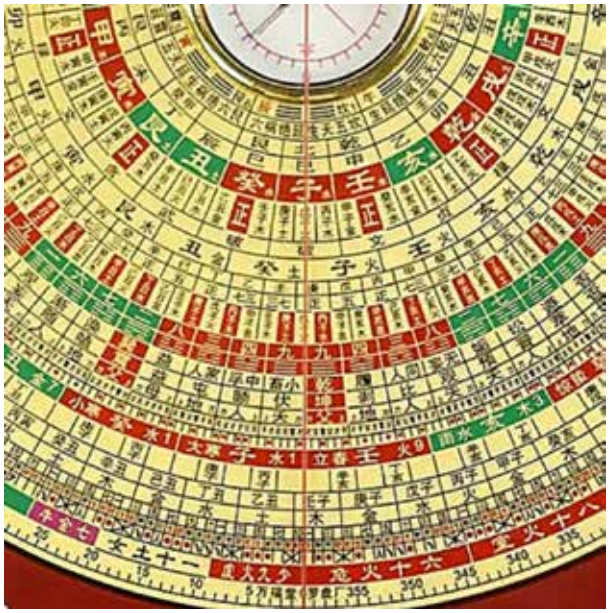
山，不在高，有神則名。崑崙之神，不在雲端，而在每一個願意仰望它的人心裏。

這一路，我為學員講解納音五行之理，闡釋氣感相生之機。崑崙納音屬「砂中金」，正合其地蘊寶藏金、氣象剛毅之本。在西王母瑤池，學員們在此納氣修行，感應天地頻率，正是「正興崑崙氣感生，納氣之效，緣自納音頻率正與興！」

弟子鴻德於此行中覓得砂金之悟，士衡則因慕道而近道，心顯興安。從崑崙啓程，以納音為先，正是我授課之核心。

此行其餘所歷，學員們已有文章細述；我獨願以此筆墨，專寫崑崙。

華玉講堂
郭翹峰



尋祖龍—祖宗山脈

尋祖龍．溯源崑崙——祁連—崑崙文化自駕紀行

主題：溯源中華龍脈，探秘萬山之祖

時間：8月1日—8月7日

8月1日5時取車，8月7日5時還車，6日開了60小時的車，平均一日10小時！

蘭州中川機場—西寧海悅酒店229公里（3小時15分）

海悅酒店—西寧市區—北山寺（來回）10公里（1小時）

北山寺—阿柔大寺252公里（3小時）吃佳餚

阿柔大寺—祁連城東加油站22公里（20分鐘）

蘭州機場—中石油祁連東加油站共513公里（約7小時35分）

青海海北祁連東加油站—蘭州機場航宇酒店3057.8公里（50小時20分）

總里程約3585.8公里，時間58小時



往崑崙山前



往崑崙中



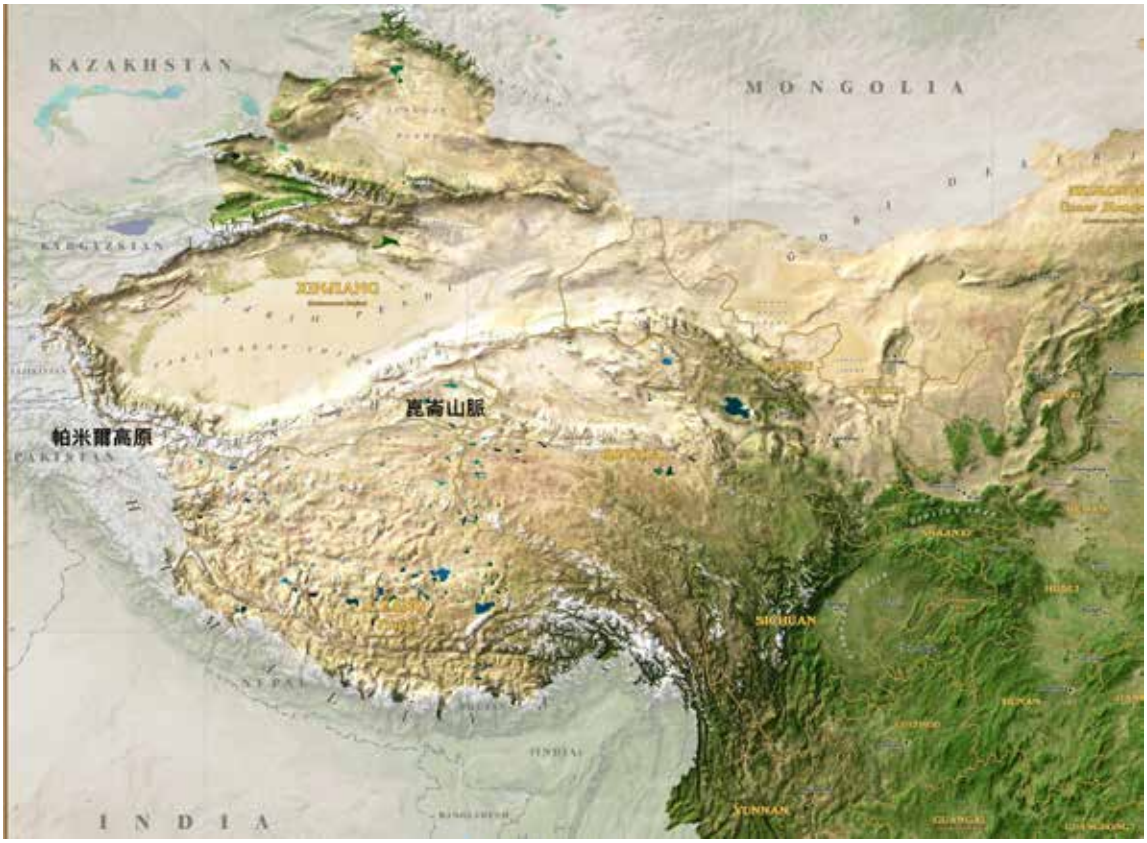
往崑崙山後



感謝祖師一路的陪伴



12.1 萬山之祖—「根脈」與「聖山」的雙重定位行



崑崙山脈東西長約2500公里，寬南北130至200公里，平均海拔4000米崑崙山，被譽為「萬山之祖」、「龍脈之祖」，是中華文明的重要發源地和文化象徵。從神話傳說到歷史地理，從宗教信仰到現代科考，崑崙山承載了中華民族豐富的歷史記憶和文化想像。以下將從多個角度詳細介紹崑崙山的歷史文化：

一、崑崙山的文化地位

神話中的「百神之所在」

崑崙山是中國古代神話體系的核心，被稱為「百神之所在」。《山海經》中記載，崑崙山是「帝之下都」，眾神如黃帝、西王母、后羿等都與之有密切聯繫。崑崙神話中的故事，如「女媧補天」、「夸父追日」、「嫦娥奔月」等，成為中華民族集體記憶的重要部分。

「河出崑崙」的文化意象

古人認為黃河發源於崑崙山，並稱其為「河出崑崙」。這一觀念強化了崑崙山在中華文化中的神聖地位，被視為中華民族的精神家園和文化的「根脈」。歷代王朝對崑崙山的祭祀和考察，既是對自然地理的探索，也是對國家主權的宣示。



「萬山之宗」的地理意義

崑崙山橫貫新疆、西藏、青海、四川等地，綿延約2500公里，是亞洲中部龐大的山系，也是中國西部高原地貌的基本骨架。其巍峨高聳的形象，被賦予了「天地之中」、「天柱」的象徵意義。

二、崑崙神話的豐富內涵

西王母與瑤池傳說

西王母是崑崙神話中最重要的神祇之一，她掌管長生不老藥，居所天墉城和瑤池被視為仙界的象徵。周穆王西巡與西王母相會的傳說，更是為崑崙山增添了浪漫色彩。



黃帝與崑崙的關聯

黃帝被視為中華文明的始祖，與崑崙山有著深厚的淵源。傳說黃帝曾在崑崙山祭祀神靈，並接受西王母的兵法韜略，最終擊敗蚩尤，奠定華夏文明的基礎。

其他神話傳說

崑崙山還與「后羿射日」、「嫦娥奔月」、「共工怒觸不周山」等神話故事密切相關，這些傳說不僅展現了古人對自然和宇宙的想像，也構建了中華文明的早期秩序和倫理。



三、崑崙山的歷史地理

黃河源頭與崑崙的關聯

古代文獻如《山海經》和《禹貢》中多次提到黃河發源於崑崙山，這為崑崙山賦予了神聖的地理意義。雖然現代地理學已明確黃河源頭在青海，但「河出崑崙」的文化意象依然深入人心。

崑崙文化的地理分佈

崑崙山脈橫跨新疆、西藏、青海、四川等地，其周邊地區是中華文明與西域文明交融的重要地帶。從崑崙山採玉的「玉石之路」，到絲綢之路的開通，崑崙山始終是東西方文化交流的橋樑。

四、崑崙文化的歷史演變

道教與崑崙山的融合

道教吸收了崑崙神話的元素，將崑崙山視為仙界聖地。西王母在道教中被尊為「王母娘娘」，其居所天墉城和瑤池成為道教信仰中的核心意象。

現代崑崙文化的傳承與創新

近年來，崑崙文化成為學術界和文旅產業關注的重點。青海省和新疆等地通過舉辦崑崙文化論壇、開展多學科科考等方式，深入挖掘崑崙文化的內涵，並推動其與現代社會的融合。

五、崑崙文化的現代價值

文化認同與精神象徵

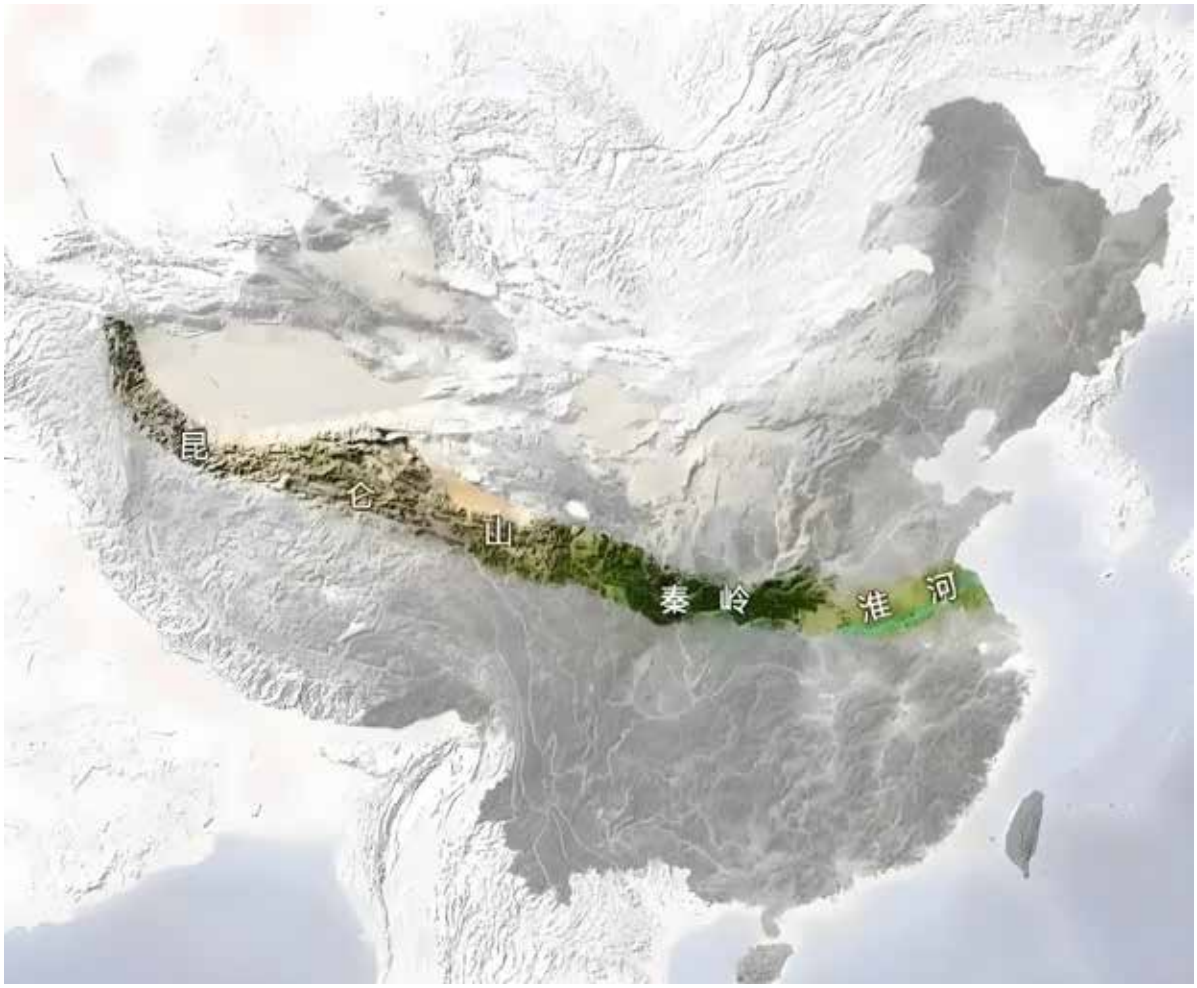
崑崙文化是中華民族共同的精神家園，其蘊含的團結、自強、創新精神，為鑄牢中華民族共同體意識提供了重要支撐。

文旅開發與生態保護

崑崙山不僅是文化聖地，也是生態寶庫。近年來，崑崙山地區的文旅開發與生態保護並重，通過創新表達和科技賦能，讓崑崙文化煥發新的活力。

國際學術研究與傳播

崑崙文化逐漸走向世界，成為中華文明的重要名片。通過學術論壇、文化展覽等方式，崑崙文化的影響力不斷擴展，為國際文化交流注入了新的動力。



六、總結

崑崙山不僅是地理上的巍峨高峰，更是中華民族文化的精神象徵。從神話傳說到歷史地理，從宗教信仰到現代傳承，崑崙山承載了中華民族對自然、宇宙和生命的深刻理解。在新時代，崑崙文化將繼續發揮其凝聚民族精神、促進文化交流的重要作用，成為中華文明走向世界的重要橋樑。

12.2 崑崙山在道教文化

崑崙山在道教文化中佔據著極為重要的地位，其不僅是道教神話體系的核心，也是道教修行和信仰的重要象徵。以下從幾個方面詳細介紹崑崙山在道教文化中的特殊地位：

一、崑崙山在道教神話中的核心地位

崑崙仙境與神仙信仰

在道教神話中，崑崙山被視為神仙居住的聖地，是「十洲三島」中最重要的仙山之一。崑崙山被描繪為充滿靈氣、仙草遍地、不死藥生長的仙境。根據《山海經》、《淮南子》等古籍記載，崑崙山是「帝之下都」，居住著眾多神仙，如黃帝、西王母、群巫等。西王母更是道教女仙的代表，其「瑤池」和「不死藥」成為道教信仰中的核心意象。

道教吸收崑崙神話

道教在形成和發展過程中，大量吸收了崑崙神話的元素，將其轉化為道教的神仙體系。例如，道教以崑崙山為地中的宇宙中心，將其構建為貫通天地的神聖地理標誌，並通過崑崙意象設計了存思修煉法術，如「崑崙仙境」的冥想場景。

二、崑崙山在道教修行中的意義

修行聖地

崑崙山被認為是道教修行者追求長生不老、羽化登仙的理想場所。道教經典《太平經》中提到，崑崙山是聖人、仙人聚集的地方，修行者在此修煉可獲得靈感和力量。許多道教高人都曾在崑崙山修行，如傳說中的姜子牙在崑崙山修行四十年，最終得道成仙。

崑崙派與道教修行

崑崙派是道教的重要派別之一，其修行理念和法門深受崑崙山文化的影響。崑崙派注重內丹修煉、服氣辟穀等，強調人與自然的和諧共生。崑崙山不僅是崑崙派的發源地，也是其修行實踐的核心場所。



三、崑崙山在道教信仰中的象徵意義

西王母與崑崙仙境

西王母是崑崙山神話中的核心人物，被視為道教女仙的首領。她掌管著崑崙仙境中的不死藥和長生秘訣，是道教信仰中長生不老的象徵。在道教傳說中，崑崙山的瑤池是西王母的居所，象徵著永恆的生命與精神昇華。



崑崙與道教宇宙觀

道教將崑崙山視為「地中」或「天柱」，是宇宙的樞紐和連接天地的橋樑。崑崙山在道教宇宙觀中象徵著天人合一的境界，是修行者通過修煉達到與天地合一的重要媒介。



四、崑崙山與道教歷史遺蹟

玉虛峰道觀

崑崙山玉虛峰道觀是道教文化的重要遺蹟之一，始建於唐代，是崑崙派的重要道場。道觀內供奉著眾多道教神祇，並保存了大量珍貴的歷史文物和道教經典，如《道德經》和《黃庭經》。玉虛峰道觀不僅是道教信徒朝拜的聖地，也是研究道教歷史的重要場所。

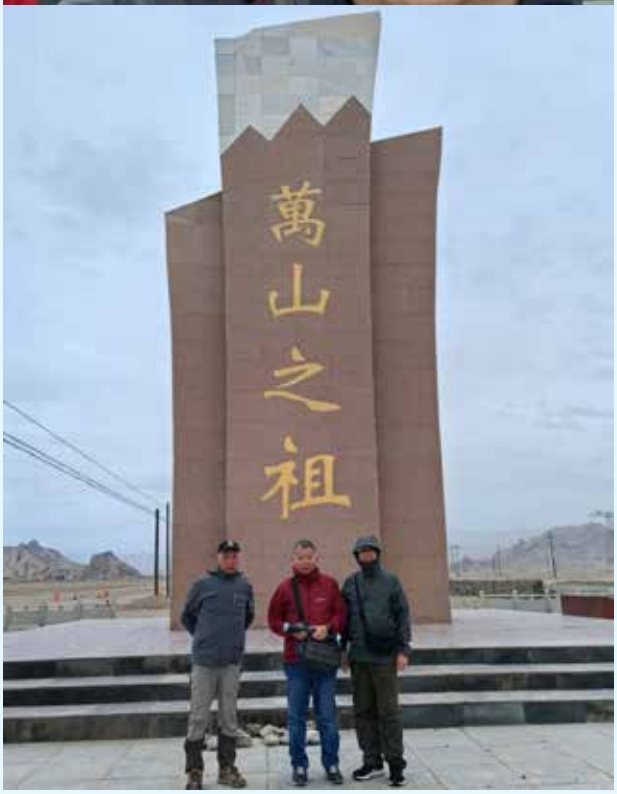
無極龍鳳宮

無極龍鳳宮位於崑崙山之巔，是姜子牙得道成仙的見證地。這座道觀象徵著道教修行者堅定的信念和追求，成為道教信仰中的精神象徵。

五、總結

崑崙山在道教文化中不僅是神話傳說的核心，更是道教修行和信仰的重要象徵。其作為「萬山之祖」和「地中」的崇高地位，體現了道教對自然、生命和宇宙的深刻理解。崑崙山孕育了豐富的道教文化內涵，其歷史遺蹟和信仰傳統至今仍影響著道教文化的發展。





12.3 崑崙山口：龍脈之祖與風水秘境

崑崙山口，位於中國青海省西南部、青藏高原北部邊緣，是崑崙山中段的重要地理節點，海拔4768米，被譽為「萬山之宗」、「龍脈之祖」。這裡不僅是青藏公路和青藏鐵路的必經之地，更是中國古代神話傳說和風水學說中的重要象徵。

地理位置與自然特徵

崑崙山橫跨新疆、青海、西藏和四川四省，全長約2500公里，平均海拔5500－6000米，是亞洲中部最雄偉的山脈。崑崙山口位於青海省海西蒙古族藏族自治州，是崑崙山脈的天然關隘。這裡地勢高聳，氣候寒冷，屬多年凍土區，四季雪峰皚皚，冰丘、冰錐等自然地貌遍佈其間，形成壯觀的「崑崙六月雪」奇觀。





崑崙山口附近生態環境獨特，高原草甸與草原廣袤，間或有野生動物出沒。這裡的冰川融水匯聚成河，滋養了周邊的生態系統，同時也成為中國主要河流—黃河、長江、珠江的源頭之一。這些河流被視為「龍脈」的延伸，與崑崙山脈共同構成中華大地生態與文化的重要基礎。

歷史文化與神話傳說

崑崙山在中華文化中具有舉足輕重的地位，被尊為「中華民族的祖山」。古人認為崑崙山是天地之間的樞紐，是神仙居住的聖地。在《山海經》中，崑崙被描述為「帝之下都」，山中有九座城門，由神獸「開明獸」把守。這裡還是西王母的居所，據說她掌管著不死藥，是天地間最神秘的存在。

崑崙山還與許多神話傳說緊密相連，如「嫦娥奔月」、「女媧煉石補天」、「夸父追日」等。這些故事不僅豐富了崑崙山的神秘色彩，也體現了中華民族對自然與宇宙的敬畏和想像。





風水觀念中的崑崙山

在風水學中，崑崙山被視為「龍脈之源」。風水學認為，龍脈是大地之氣的脈絡，而崑崙山正是這股靈氣的起源。崑崙山脈自帕米爾高原蜿蜒而來，其氣勢磅礴、連綿起伏，被認為是「祖龍」的象徵。這股龍脈從崑崙山口向外延伸，經過黃河、長江等主要河流，滋養了中華大地，影響了歷代王朝的興衰與發展。

崑崙山口作為龍脈的關鍵節點，被視為風水寶地。這裡山勢雄偉，河流縱橫，草木茂盛，形成了「藏風聚氣」的格局。風水學家認為，崑崙山口的氣場強大，能夠凝聚天地靈氣，對周邊地區的生態、氣候和人文環境產生深遠影響。

旅遊資源與生態保護

崑崙山口不僅是自然奇觀，也是旅遊勝地。這裡有著名的「崑崙山口紀念碑」和「傑桑·索南達傑紀念碑」，為紀念保護可哥西裡自然生態而犧牲的烈士。此外，崑崙山口還是「崑崙六月雪」的觀賞勝地，每年吸引大量遊客前來體驗高原雪域的壯美風光。

為了保護這片珍貴的生態環境，當地政府實施了嚴格的生態保護措施，限制遊客數量，禁止破壞植被和野生動物棲息地。這些努力不僅保護了崑崙山口的自然風光，也為後代子孫留下了豐富的生態遺產。



總結

崑崙山口作為「龍脈之祖」和「萬山之宗」，以其雄偉的自然景觀、豐富的神話傳說和深厚的風水意義，成為中華文化的重要象徵。這裡不僅是自然與文化的交融之地，更是中華民族精神與信仰的寄託。無論是尋找靈感，還是感受高原的神秘魅力，崑崙山口都值得每一位旅人前往探索。

12.4 崑崙山聖泉水

崑崙山驚現神奇噴泉，海拔 3800 米卻四季不結冰，被人們奉為崑崙神泉！





崑崙聖泉位於中國青海省格爾木市納赤台鎮，海拔 3800 米，是崑崙山中較大的不凍泉，被譽為「冰山甘露」。泉水由崑崙山 4000 米以上的冰雪融水經 20 餘年地下循環後噴湧而出，四季恒溫 7℃，清澈甘甜，富含鍶、鈣、鎂等對人體有益的礦物質，其中鍶含量達 0.7 毫克／公升，具有預防心血管病症、強健骨胳等保健效果。



提到泉水，我國有很多的名泉，比如泉城的趵突泉、鎮江的中冷泉、杭州的虎跑泉、蘇州的觀音洋、北京的玉泉等都是全國聞名的泉水，而茶聖陸羽在遊歷大江南北，訪遍天下名泉之後，也評選出了他心中的天下十大名泉，分別是：谷簾泉、惠山石泉、蘭溪石下水、陸羽泉、大明寺泉、招隱泉、白乳泉、洪崖瀑布、淮水源、龍池水，這些泉水好不好，當然好，但是這個清單卻比較片面，因為茶聖老先生並沒有真正的走遍天下，所以存在一定的局限性，比如位於崑崙山深處的冰山甘露便被忽略掉了。

由於這裏海拔高，無污染，泉水又來自於冰川融雪，所以納赤泉的泉水冷冽甘甜，水質透明，冬暖夏涼，我們7月份到這裏的時候，泉水像加了冰的一樣，喝起來十分解喝，據相關資料介紹，這裏的泉水流量大而穩定，可達每秒224.7升，礦化度每公升小於0.5克，為碳酸化物鈣、鎂、鈉型水，含對人體有益的多種微量元素，是世界上罕見的大型優質含鍶飲用礦泉水，長期飲用還可以預防疾病，所以被當地老百姓奉為崑崙聖泉。



其中最出名的，當屬文成公主的故事，相傳唐朝文成公主進藏的途中，在路過格爾木時遇到了沙塵滿天的惡劣天氣，無法前行，後來她將從長安迎請的佛像供奉在平臺上祭拜，虔誠的拜祭崑崙神山，後來風沙竟然神奇的消失了，而且在佛像前還噴湧出一口清泉，這就是我們現在看到的崑崙聖泉。

12.5 千年古剎的起源

無極龍鳳宮坐落於中原腹地，背倚蒼翠群山，面朝蜿蜒河流，其歷史可追溯至唐代貞觀年方志記載，唐太宗為鞏固政權，曾派道士在此修建道觀以祈國運昌隆。初建時名為「清虛觀」徽宗崇信道教，賜名「龍鳳無極宮」，取「天地無極，龍鳳呈祥」之意。明代永樂年間，道觀規模擴建，形成三進九殿的格局，成為北方道教的重要聖地。

海拔最高的道觀，位置偏僻卻香火鼎盛，相傳是姜子牙得道飛昇之地。

海拔：高達 3800 米，是中國海拔最高的道觀之一。供奉西王母、九天玄女和金聖老母三聖母，兼具藏傳佛教元素，是青藏線重要文化地標。



12.6 雲端道場—無極龍鳳宮

在崑崙山脈的深處，有座道觀懸於蒼穹之下，空氣稀薄得令人喘息，連呼吸都凝結成白霧，消散於凜冽之中。這裡是無極龍鳳宮，拔地三千八百米，傲然成為中國海拔最高的道觀之一。道觀如孤鷹盤踞於險峻山巔，遠離塵囂，四周唯有恆古不變的雪山環抱，彷彿是天地遺落人間的一枚玄奧印記。

此宮殿宇雖非金碧輝煌，卻深蘊一股堅韌不拔之氣。朱紅的牆體在終年不化的積雪襯托下，分外醒目，猶如從凍土中掙扎而出的生命之火。飛簷斗拱沉默地承受著狂風的侵襲與冰雪的重壓，每一道裂痕都是歲月與自然角力的戰痕，無聲述說著在此極境立足所需的頑強意志。道觀本身，便是對抗洪荒偉力的一則悲壯宣言，傲然矗立於雲端之上。

宮中香爐終日煙霧繚繞，香火之盛，竟與稀薄的空氣形成奇異對照。相傳此處乃姜子牙斬將封神、功德圓滿後，乘龍跨鳳、羽化飛昇之聖地。這縹緲傳說如同不滅的靈光，穿透重重山巒與歲月煙塵，召喚著八方信眾。步履蹣跚的朝聖者，面容被高原罡風刻下紫紅印記，唇色因缺氧而泛著青紫，唯有那雙凝視著飛昇傳說的眼眸，燃燒著熾熱而澄澈的光芒。他們俯身長拜，額頭觸及冰冷的地面，虔誠的祈禱聲低迴於稀薄空氣中，彷彿正與上古那位傳奇人物進行著一場跨越千年的心靈對話。



巍巍山門前，經幡獵獵作響，色彩在風雪侵蝕下已顯斑駁，卻如頑強旗幟，倔強地訴說著此地的神聖。絡繹不絕的朝聖身影，在險峻山道上連綴成一條流動的長河，承載著無數沉甸甸的願望與尋求。他們艱難攀行，每一步都在稀薄空氣中留下虔誠的印記。當他們終於抵達宮觀，將手中清香鄭重插入香爐，那裊裊升騰的青煙，不僅是對神明的禮讚，更是凡俗靈魂企圖觸摸天界，渴望超凡入聖的具象呈現。



無極龍鳳宮，這座傲立於世界屋脊的信仰燈塔，以其險絕的地理位置與稀薄空氣，為「道法自然」作了最為雄辯的詮釋。姜子牙飛昇的古老傳說，賦予了這片冰雪荒原不可言喻的靈性光輝。三千米的巍峨海拔，不僅是地理意義上的高度，更成為一條象徵之路，標示著凡俗通往神聖的艱險天梯。當人們克服缺氧之苦，穿越漫長孤寂的山徑前來朝拜，那鼎盛不絕的香火，正是人類靈魂深處對超越性與永恆之境永不止息、堅韌不拔的追尋與禮讚。在這片離天最近的土地上，每一縷升騰的煙，都是凡人向永恆星空投去的、最為深沉的一瞥。











《盜墓筆記》裏寫到過「地下西王母宮」，雖然在這裏沒有地下的宮殿，卻有地上的無極龍鳳宮，作為龍的傳人，風的後代，這裏便供奉著西王母神像，也正如盜墓筆記小說中描述的地貌景觀一樣。無極龍鳳宮處於王母瑤池旁和崑崙山腳下，永遠蔚藍的天空和寸草不生的山脈為這座宮殿更增加幾分神秘感，汲取天地靈氣，匯聚自然之精氣，停留片刻便能感受到身心在天地自然之間得到舒緩。傳說這裏還是姜子牙得道飛昇的地方，在宮殿正前方的廣場上就供奉著姜子牙的神像和他的四不像坐騎，注視著每一個前來朝拜尋根的信徒；而在《封神榜》中關於姜子牙的神話一直神秘而悠遠的在人們的心中生根發芽。在這裏孕育了不少關於西王母和姜子牙這些耳熟能詳的神話故事，不少影視劇組都紛紛前來研究考古，至今都吸引著國內四海的人前來朝拜。

12.7 祁連山脈之最—阿柔大寺

地位與傳承

格魯派重鎮：作為祁連縣規模最大、歷史最悠久的格魯派寺院，它是宗喀巴大師教法在安多藏區傳播的重要樞紐，延續著嚴格的顯密修學體系。

阿柔部落的精神中心：寺名「阿柔」（阿力克）直接關聯當地古老的阿柔部落，其興衰與部落歷史緊密交織，是族群文化認同的象徵。

自然與人文的共生

神聖地理格局：

背靠神山：貢白加隆山（藏語意為「白衣怙主」）被視為護法神山，賦予寺院靈性屏障。

前臨聖水：八寶河（藏名「郭米曲」）蜿蜒而過，在藏文化中河流象徵生命與淨化，形成「依山面水」的傳統風水範式。

生態美學典範：寺院建築群與雪山、草原、河谷渾然一體，絳紅殿宇點綴於綠野之間，完美詮釋藏傳佛教「自然即壇城」的宇宙觀。

歷史縱深與文化價值

起源與變遷：

初建於明末清初（約 16–17 世紀），早期為帳篷寺院，隨阿柔部落游牧遷徙；清道光年間（19 世紀）定居現址，逐步發展為土木建築群。這一演變折射安多牧區寺院從流動到定居的歷史進程。



建築藝術特色：
融合藏式平頂、漢式金頂與彩繪門窗，經堂、佛塔、辯經場錯落有致。大經堂內的壁畫、唐卡及佛像造像，尤其是宗喀巴大師像和密宗本尊像，是研究清代安多藝術的珍貴遺存。

宗教活動：
例行法會（如正月祈願大法會、十月燃燈節）及辯經制度，維繫格魯派學術傳統；時輪金剛壇城的修供儀式，彰顯密法實踐深度。

當代意義與挑戰
文化傳承樞紐：
作為祁連山多民族走廊（藏、漢、蒙、回）的宗教中心，寺院承擔佛學院教育、古籍保存職能，是《甘珠爾》、《丹珠爾》等經典的傳播基地。

生態保護實踐：
僧人主動參與神山聖湖巡護、禁獵倡導，推動「生態寺院」理念，與三江源國家公園保護目標相契合。

文旅融合的平衡：
在吸引遊客展示藏文化（如跳欠法舞、酥油花展）的同時，需守護宗教場所的神聖性與修行靜謐，避免過度商業化。









12.8 北禪寺—丹霞崖壁的千年古剎

北禪寺，又稱北山寺或土樓觀，位於中國青海省西寧市北郊的北山上，是一座歷史悠久的宗教建築，始於北魏明帝時期（公元 506 年），距今已有 1500 多年歷史。這座寺院依山而建，充分利用了北山丹霞地貌的特點，形成了一處集宗教、藝術與自然景觀於一體的文化瑰寶。





歷史背景

北禪寺的創建與佛教的傳播密切相關。北魏時期，佛教逐漸興盛於河湟地區，信徒在北山的斷岩間開鑿洞窟、修建寺閣，形成了早期的北禪寺。到了清代，隨著道教的興起，北禪寺逐漸轉變為道教場所，並進行了多次修繕和擴建。這種宗教的融合使得北禪寺成為一處佛道文化交匯的獨特場所。

建築特色

北禪寺的建築風格獨具特色，充分利用了北山的丹霞地貌：

1 九窟十八洞

北禪寺依山崖而建，山體上的軟岩層向內凹進，形成了大小不一的洞穴，當地人稱「九窟十八洞」。這些洞窟內塑有佛道諸神像，包括玉皇、觀音、文殊、普賢、關公等，洞壁上繪有漢、藏佛教風格的壁畫，藝術價值極高。這些壁畫的部分遺蹟可追溯至晚唐和宋元時期，因此北禪寺又有「西平莫高窟」的美譽。





2 懸空寺結構

北禪寺依山勢而建，棧道回廊將殿宇樓閣與洞穴相連，形成「殿中有洞，洞中藏佛」的獨特結構。這種設計使得北禪寺成為中國第二大懸空寺，僅次於山西的懸空寺。建築群錯落有致，殿宇高懸，險峻壯觀，展現了古代工匠的智慧與創造力。

3 自然與人文的結合

北禪寺所在的北山丹霞地貌以其獨特的紅砂岩、礫岩和石膏層聞名，形成了赤壁、洞穴和險峰等自然景觀。山間的「北山煙雨」更是被譽為「西寧八景」之一，展現了自然與人文的完美融合。



文化價值

北禪寺不僅是宗教信仰的中心，更是西寧地區重要的文化遺產：

1 宗教與藝術價值
北禪寺的壁畫和藻井藝術融合了漢藏佛教風格，體現了隋唐至明清時期的藝術特色。洞窟內保存的部分壁畫和神像雕塑，具有重要的歷史和考古價值。

2 道教與佛教的融合
北禪寺從佛教寺院逐漸演變為道教場所，體現了宗教文化的包容與融合。寺內的魁星樓、靈宮殿等建築，以及供奉的佛道諸神，展示了其獨特的宗教文化內涵。

3 旅遊與觀光價值
北禪寺作為西寧的重要景點，吸引了大量遊客前來參觀。站在北禪寺高處，可以俯瞰西寧市全景和湟水河谷，是感受自然風光與歷史文化交融的絕佳場所。

現狀與保護

由於年代久遠，北禪寺的部分洞窟和建築已出現損毀。近年來，當地政府加強了對北禪寺的保護和修繕工作，以延續其歷史與文化價值。然而，部分洞窟因山體不穩而暫時封閉，遊客需遵守相關規定，保護這一珍貴的文化遺產。





總結

北禪寺以其悠久的歷史、獨特的建築風格和深厚的文化底蘊，成為西寧市乃至青海省的重要文化遺產。無論是欣賞丹霞地貌的壯麗景觀，還是感受佛教與道教文化的交融，北禪寺都為遊客提供了豐富的文化體驗。它不僅是宗教信仰的象徵，更是自然與人文結合的典範，值得每一位遊客細細品味。

12.9 西王母瑤池：傳說與現實的交融

西王母瑤池，這個名字在中華文化中充滿神秘色彩，既是古代神話的仙境，又是現實中的高原奇觀。它象徵著長生、吉祥與美好，不僅見證了西王母與周穆王的千古佳話，也為後人留下了豐富的文化遺產。





神話中的西王母瑤池

在神話傳說中，西王母被視為一位掌管長生不老、生育和瘟疫的女神，其居所——瑤池，則是仙界的象徵。古籍如《山海經》和《穆天子傳》均有記載，西王母與周穆王曾在瑤池相會，並在此舉行盛大的蟠桃會，邀請各路神仙共襄盛舉。這些故事不僅豐富了中國古代文學，也成為道教文化的重要元素。

蟠桃會是瑤池最為人熟知的傳說。每年三月初三、六月初六、八月初八，西王母會在瑤池舉行蟠桃會，各路神仙齊聚一堂，共品蟠桃，這種仙果被視為長生不老的象徵。這一場面在《西遊記》中被描繪得生動有趣，孫悟空偷吃蟠桃並大鬧天宮的橋段更是家喻戶曉。

現實中的西王母瑤池

現實中的西王母瑤池主要指新疆天山天池和青海的崑崙河黑海。這兩個地點以其壯麗的自然風光和深厚的文化底蘊，成為旅遊勝地和道教信仰的重要場所。

1 天山天池

天山天池位於新疆昌吉回族自治州阜康市，海拔1980米，湖水清澈碧藍，周圍雪山環繞，宛如仙境。這裏被稱為「東方第一女神」西王母的仙居之地，其美稱「瑤池」即由此而來。每年夏季，天池畔會舉行「蟠桃會」文化活動，吸引大量遊客前來體驗這片神秘土地的魅力。

2 崑崙河黑海

崑崙河黑海位於青海省海西蒙古族藏族自治州，海拔4470米，是一個天然高原湖泊。湖水碧綠如染，周圍野犛牛、藏羚羊等珍稀動物自由出沒，生態環境優美。這裏被視為道教信徒崇拜的神湖，同時也是西王母與周穆王相會的傳說地。







文化意義與風水觀

1 文化意義

瑤池作為神話傳說的重要場所，象徵著長生、吉祥和美好。在道教文化中，西王母是最高女神，其居所自然被視為靈氣匯聚之地。蟠桃會則成為了人們對長生不老和幸福生活的嚮往的象徵。這些傳說不僅豐富了中國古代文學，也深深影響了後世的民俗信仰。

2 風水觀點

從風水學的角度來看，瑤池所在的地理位置具有特殊意義。天山天池和崑崙河黑海均處於高山之上，氣勢雄偉，周圍山水環繞，形成了「藏風聚氣」的格局。這種環境被認為能凝聚天地靈氣，對周邊地區的生態和人文環境產生積極影響。

現代保護與旅遊開發

1 生態保護

為了保護這片珍貴的自然和文化資源，當地政府實施了嚴格的生態保護措施，限制遊客數量，禁止破壞植被和野生動物棲息地。這些努力不僅保護了瑤池的自然風光，也為後代子孫留下了豐富的生態遺產。

2 旅遊開發

天山天池和崑崙河黑海已成為國家級旅遊景區，每年吸引大量遊客。這裏不僅有壯麗的自然風光，還有豐富的文化活動，如蟠桃會、道教儀式等，為遊客帶來沉浸式的文化體驗。





總結

西王母瑤池，無論是神話中的仙境還是現實中的奇觀，都以其神秘與壯麗吸引著世人。它不僅是中華文化的重要象徵，更是連接過去與現在的橋樑；從神話中的蟠桃會到現實中的旅遊勝地，瑤池的傳說與風水觀念共同塑造了這片土地的獨特魅力，為後人留下了無窮的想像空間和探索價值。

12.10 炳靈寺：黃河濤聲裡的佛陀

石窟始建於西晉初年（約公元 265 年），正式營建於西秦建弘元年（公元 420 年），比敦煌莫高窟早約百年。第 169 窟發現的「建弘元年（公元 420 年）題記」是中國現存最早的石窟紀年題記，為全國早期石窟斷代提供了關鍵標尺。

沿著黃河溯流而上，在甘肅臨夏回族自治州永靖縣的積石山峽穀深處，那被千萬年河水雕琢的赭紅山崖間，炳靈寺宛如一位沉默千年的智者，靜靜盤坐於天地之間。此處山河形勝，丹霞奇峰如萬笏朝天，黃河激流在峽谷中奔騰咆哮，而佛陀的慈悲與藝術的輝煌，就在這片雄渾壯闊中悄然綻放。





「炳靈」二字，在藏語中意為「十萬彌勒佛居處」，漢語則取「炳」之光明、「靈」之聖妙，其名便已蘊含無盡玄機。回溯一千六百餘年前，十六國時期的西秦政權篤信佛法，在此開鑿洞窟，開啟了這處佛國聖境的營造。自此，歷經北魏、北周、隋、唐、宋、元、明、清各代，斧鑿叮噹之聲在峽穀間綿延不絕，無數無名匠人的虔誠與心血，層層疊疊地鐫刻在這片赤壁之上，凝聚成今日這座舉世矚目的藝術殿堂。

踏上通往石窟之路，本身就是一場朝聖。無論是從劉家峽水庫乘船，看碧波萬頃轉為峽谷幽深，還是沿著陡峭山徑攀援，當那尊依山而鑿的唐代彌勒大佛赫然撞入眼簾時，心靈的震撼無以言表。大佛高逾二十七公尺，端坐於山體之中，面容豐頤圓潤，神情安詳靜穆，低垂的眼簾彷彿穿透千年時光，靜靜凝望著腳下永恆奔流的黃河。整尊巨像氣魄雄渾，與背後丹霞地貌赭紅的山巒渾然一體，展現著盛唐包容天下的氣度與對佛國淨土的宏偉想像。

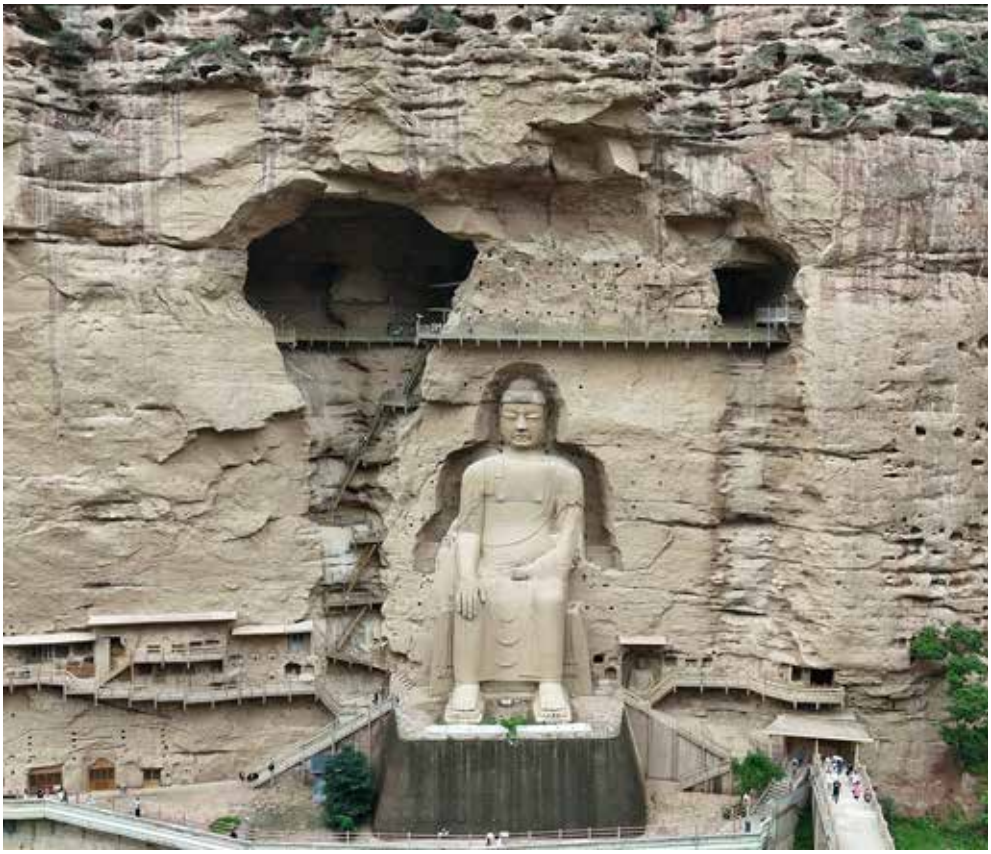


而炳靈寺的靈魂，更在於其星羅棋佈於懸崖峭壁上的石窟與佛龕。攀上狹窄的木棧道，進入那些幽深的窟室，便如同踏入一條流光溢彩的歷史長廊。編號第169窟，是現存最早、最珍貴的洞窟之一，其開鑿年代可確切追溯至西秦建弘元年（公元420年）。窟內壁畫中的無量壽佛與觀世音、大勢至菩薩三尊像，線條古拙而流暢，色彩雖歷經風霜仍隱約可見昔日明艷。佛陀面容清臒，帶著早期佛教藝術特有的超逸之氣；菩薩身姿輕盈，衣帶飄舉，彷彿隨時將禦風而去。這些壁畫承襲了西域健陀羅風格的餘韻，又孕育著中原藝術的新芽，是佛教東傳與本土化歷程中彌足珍貴的見證。

在北魏、西魏時期的洞窟中，藝術風格悄然轉變。佛像的衣著從早期偏袒右肩的域外樣式，逐漸演變為寬袍大袖的「褒衣博帶」，更符合漢地審美；人物形象也從清瘦飄逸的「秀骨清像」，向著隋唐的豐滿圓潤過渡。壁畫內容日益豐富，佛本生故事、經變畫卷紛繁呈現，線條愈發靈動，色彩更趨華麗，展現出佛教藝術在中土的蓬勃生命力。及至盛唐，藝術臻於巔峰，無論是體態雍容、儀態萬千的菩薩塑像，還是筆法精妙、氣韻生動的壁畫人物，皆洋溢著大唐的自信、豐足與對世間萬象的熱烈謳歌。元代以後，藏傳佛教藝術元素融入，密教尊像的威嚴神秘與漢地風格並存，為炳靈寺增添了另一重宗教與藝術的維度。



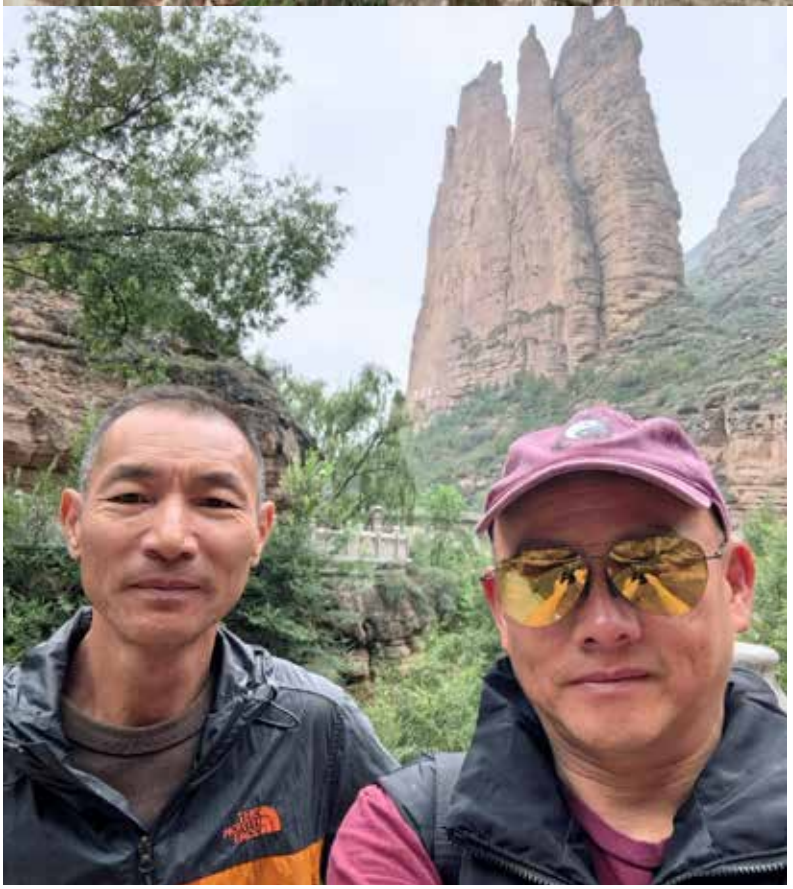
千百年來，炳靈寺並非遺世獨立。它身處絲綢之路東段要衝，見證過商旅駝鈴、僧侶杖錫的往來穿梭，聆聽過不同語言誦出的梵唄與祈禱。它歷經自然風雨的侵蝕、兵燹戰亂的劫難，甚至近代因劉家峽水庫興建，部分下寺區永遠沉入碧波之下。然而，那深嵌於山崖中的佛陀微笑與飛天飄帶，如同黃河奔流不息的濤聲，穿透時光的帷幕，始終迴盪在峽谷之間。



站在大佛腳下，仰望那歷經滄桑卻依舊慈悲的面容，耳畔是黃河亙古的奔流之聲。炳靈寺的石窟藝術，不僅是石壁上的佛國幻境，更是千年來無數心靈信仰的沉澱與藝術才情的昇華。它如同黃河深處的一顆璀璨明珠，在幽谷中靜靜閃耀，以其無聲的莊嚴與大美，持續照亮著後世來者探尋歷史、感悟藝術、追問生命意義的漫漫心路。這濤聲與佛影交織的奇境，是歲月長河饋贈給中華民族，乃至全人類的一份永恆瑰寶。

作為「絲綢之路：長安—天山廊道路網」世界遺產點（2014年入選），地處黃河要津「天下第一橋」舊址，是中原通往西域、吐蕃的核心通道。隋煬帝西巡、文成公主進藏均途經此地，漢藏文化在此深度交融。





炳靈寺石窟不僅是佛教藝術的聖殿，更是古代中國與西域、青藏高原文明互鑒的時空座標。其依山臨河的險峻地貌與千年不輟的人文積澱，值得每一位訪客靜心體悟。

炳靈寺與莫高窟、麥積山石窟並稱甘肅三大石窟。

12.11 炳靈寺老君洞

老君洞—此窟原為佛教洞窟，四壁有北魏壁畫，窟內有一立佛，後來此洞由道教徒所居，塑有太上老君像。在老君洞上方的崖壁上，是趙樸初先生題寫的「炳靈寺」。













12.12 大柴旦翡翠湖：戈壁深處的流動寶石匣

荒原上的礦物幻境

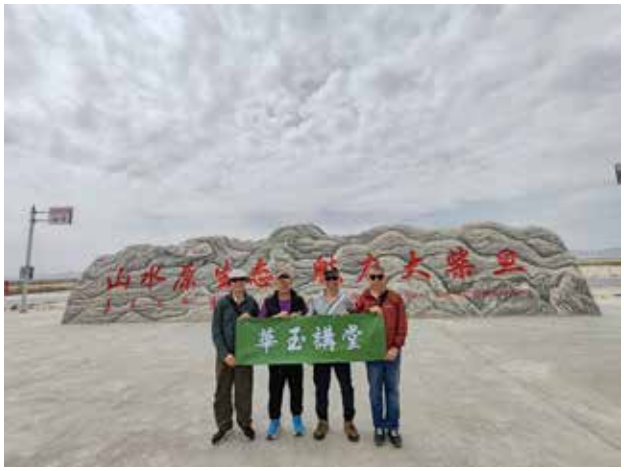
當青藏公路的蒼茫戈壁在車窗外無盡延展，大柴旦鎮西北約十一公里處，海拔 3200 米的高原深處，一片由數十個鹽池拼嵌而成的瑰麗色盤驟然鋪展——此即「大柴旦翡翠湖」。方圓十五平方公里的湖區，宛若天神打翻的珠寶匣：薄荷綠、祖母翠、蒂芙尼藍……礦物溶液在陽光下流轉變幻，礫石岸線勾勒出幾何色塊，與遠處的柴達木山積雪相映，成為攝影師鏡頭裏「最魔幻的調色盤」。

工業與自然的共生詩篇

翡翠湖的誕生，是人類拓荒與地質奇蹟的意外交響。工業印記：1950 年代，大柴旦化工廠在此開採硼礦，機械掘出深淺礦坑。停產後地下水滲湧，溶解岩層中的鎂、鉀、鋰等礦物，形成高濃度鹽湖。色彩密碼：湖水含鹽量逾 300 克／升，鎂離子折射藍綠光譜，鉀離子暈染金黃邊界；池底潔白鹽晶如鋪碎玉，陽光穿透深淺水域，分層析出七種過渡色階。晨昏時分，雲影掠過湖面，色塊瞬間重組，彷彿大地在呼吸。

行走於寶石剖面

深入湖區，方知何謂「一步一宇宙」：琉璃棧道：2023 年新建的透明步道蜿蜒湖上，人行其間如踏碧空。東側「天青池」澄澈見底，鹽花在湖床綻放霜紋；西側「孔雀池」深邃如緞，風過時漾起絲絨褶皺。結晶奇觀：旱季水退，湖岸析出針狀鎂鹽晶簇，日光下閃爍冰鑽光芒；某些池畔堆疊鹽霜蘑菇巖，乃礦物蒸發凝成的自然雕塑。星空鏡界：入夜後，因遠離光害且大氣稀薄，湖面倒映銀河清晰如雙生天幕，「星湖一體」奇景獲國際暗夜協會認證。







生態修復的當代寓言

翡翠湖見證著工業遺蹟的綠色涅槃：

傷痕轉化：昔日礦坑周邊曾遍佈廢渣，2018年起政府覆土植草，引種耐鹽鹼的檉柳與白刺，形成環湖綠帶。

智能守護：2024年啟用「礦物濃度監測浮標」，實時調控遊客承載量；環保電瓶車取代燃油車，車轍印記限定於硬化路面。

鹽業新生：湖區東側設「礦物科普館」，展示從硼砂開採到提煉醫用鎂鹽的歷程，舊廠房改造的文創區更將鹽晶製成星空燈、鹽雕等藝術品。

行攝秘鑰：色彩捕手的朝聖

欲攬極致光影，須循自然節律：

1 時辰之鑰：盛夏正午（11:00–14:00）日照垂直，湖水色度飽和如寶石熔漿；雨季傍晚（19:00後）雷雨初歇，雙彩虹橫跨湖面機率最高。

2 構圖玄機：登臨湖北側觀景台，用長焦鏡頭壓縮鹽埂與雪峰距離；著純白衣裙立於「蒂芙尼池」中，倒影將切割出超現實色塊。

3 隱藏彩蛋：向導引領下深入西南「盲腸區」，可見罕見的粉紅鹽池—乃嗜鹽菌群與β-胡蘿蔔素共舞的傑作。

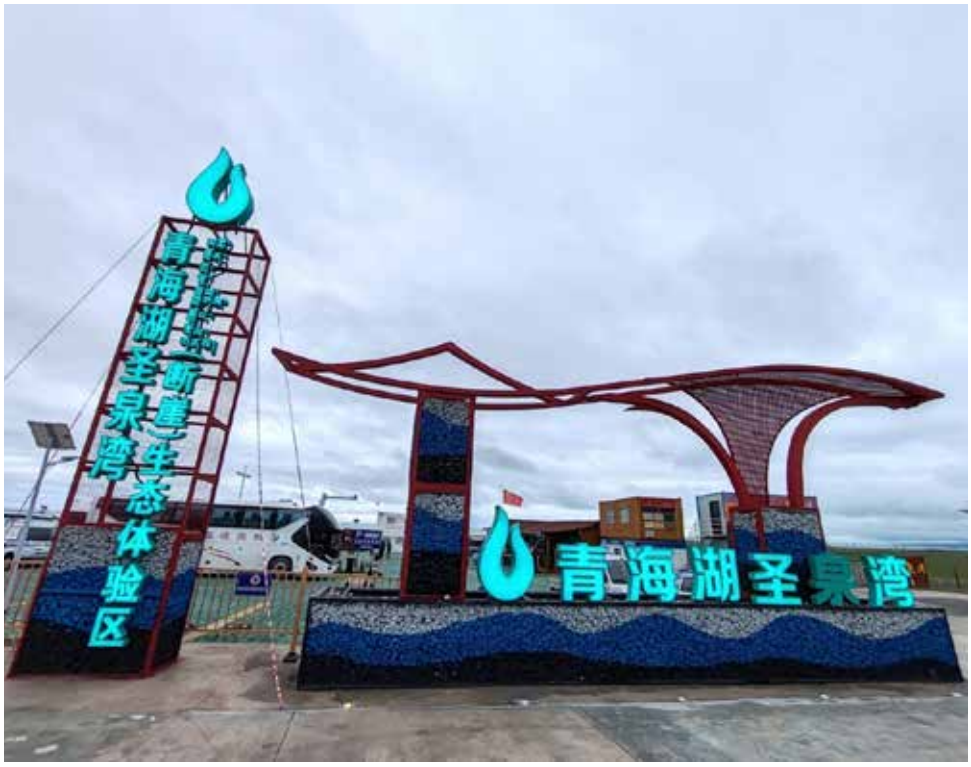


結語：流動在大地血脈中的礦物史詩

小柴旦翡翠湖，這座由人工傷痕蛻變的自然瑰寶，終以礦物的語言書寫著存在辯證：褐黃戈壁與艷色鹽池的對峙，工業齒輪與生態自癒的共生。當旅人赤足踏入微溫鹹水，指尖觸及結晶鹽粒的粗糲與潤澤，彷彿觸摸到地球深層的記憶——那些被岩漿、海水與時間共同釀造的礦物之詩，此刻正流淌在柴達木的血管中，向每一雙凝視它的眼睛，傾訴著荒涼與豐美的永恆辯證。

12.13 青海湖：高原藍寶石，千年生態史詩

碧波萬頃，鑲嵌在青藏高原東北緣的青海湖，是中國最大的內陸鹹水湖，也是世界海拔最高的巨型湖泊之一（湖面海拔 3260 米）。它像一塊巨大的藍寶石，被大通山、日月山、青海南山和橡皮山溫柔環抱，以 4650 平方公里的遼闊水域（2024 年數據），書寫著自然與文明的壯麗傳奇。



自然密碼：鹹水湖的誕生與復蘇

青海湖的前世今生，是一部地質運動的史詩：

滄海桑田：200 萬年前地殼斷裂形成湖盆，最初是注入黃河的淡水湖。約 13 萬年前，日月山劇烈抬升阻斷河道，湖水被迫封閉，在強烈蒸發下逐漸鹹化，成為今日的鹹水湖（鹽度 1.24%）。

生命律動：40 餘條河流匯入滋養，其中布哈河貢獻 86% 的水量。近 20 年因降水增多，湖面持續擴張—2024 年面積達 4650.08 平方公里，較 2023 年增長 28 平方公里，重現「高原水塔」的磅礴氣勢。

生態奇蹟在此上演：

鳥島王國：每年春夏，斑頭雁、棕頭鷗等 10 萬候鳥飛躍雪山，在鳥島築巢繁衍，萬鳥齊飛的場景震撼人心。

拯救裸鯉：青海湖裸鯉（俗稱湟魚）是湖中特有物種，因過度捕撈一度瀕危。如今嚴格保護下，種群數量逐步恢復，維繫著高原湖泊的食物鏈平衡。

12.14 青海湖仙女灣：高原濕地的風水與生態秘境

碧空如洗，蒼穹之下，青海湖宛如一塊巨大的藍寶石鑲嵌於青藏高原。其北岸，距離剛察縣約十六公里處，藏著一片被賦予靈性之名的濕地 — 仙女灣。這片佔地約一點零三平方公里的湖濱寶地。







隸屬青海湖國家級自然保護區的實驗區，不僅是公認的「地球之腎」，更是高原上一處蘊藏天地玄機、風水靈韻的生態秘境。

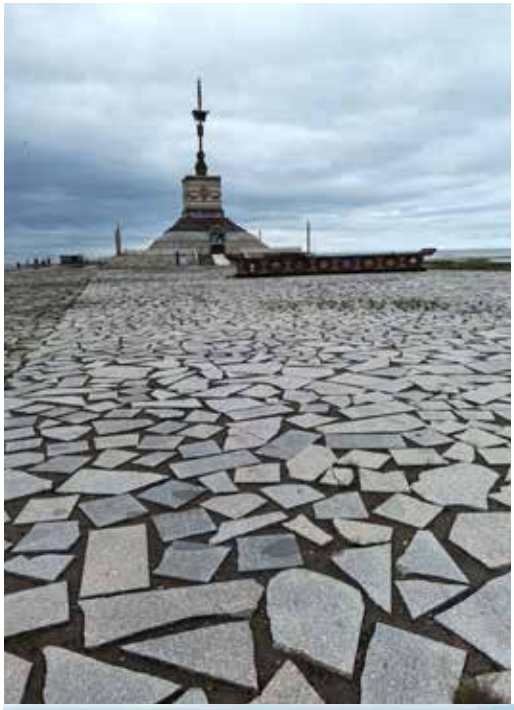
湖光蘊靈：地理形勝與風水格局

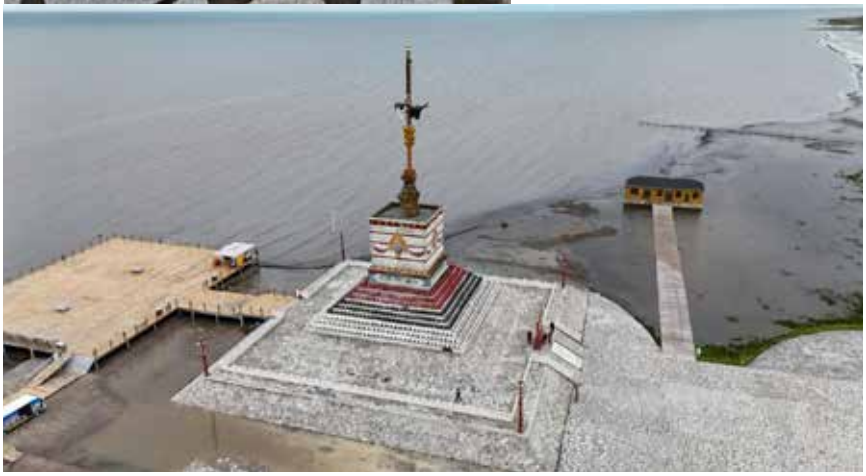
仙女灣之美，首先在其得天獨厚的地理形勝。湖面澄澈如明鏡，倒映著遠處皚皚雪山，水天相連，波光瀲灩，構成一幅靜謐深邃的高原畫卷。從風水視角細察，此地格局堪稱典範：地勢舒闊平緩，吸納四方之氣；遠方山巒起伏，如巨龍環抱，形成穩固的「玄武」靠山；清澈湖水溫柔環繞灣岸，正是典型的「玉帶環腰」吉象，主財富匯聚、福澤綿長。這「山環水抱」的上乘格局，使得生氣在此凝聚不散，賦予仙女灣旺盛的生命能量。廣袤濕地水草豐美，恰似一方巨大的聚寶盆，不僅孕育無盡生機，更象徵著資源豐饒與興旺之勢，是藏風納氣、蘊養萬物的天然道場。

神話流韻：傳說交織的靈性聖地

「仙女灣」之名，源自一則淒美縹緲的神話。相傳唐代詩人李商隱筆下「瑤池阿母綺窗開，黃竹歌聲動地哀」的意境，便在此處找到了現實的依託。傳說中，此地乃西王母在瑤池翹首期盼周穆王的傷心之地。每年秋冬之際，當數以千計的聖潔大天鵝如約飛臨，優雅地棲息於冰湖之上，當地人深信，它們正是西王母派遣下凡的「天鵝仙女」，為這片土地籠罩上一層超凡脫俗的仙靈之氣。這傳說不僅賦予自然景觀以深邃的文化靈魂，更在風水層面強化了此地的祥瑞之氣——天鵝作為純潔與高貴的化身，其降臨被視為上天的眷顧與吉祥的徵兆。

深厚的藏傳佛教文化更為仙女灣烙下神聖印記。此地歷來是藏區重要的祭海聖所，至今矗立著承載信仰的三牲拉則（由神馬、神牛、神羊頭骨堆砌而成，祈求草原昌盛）、莊嚴的轉經長廊與肅穆的祭海台。尤為引人注目的是那條長達九百九十九米的轉經長廊，鑲嵌著一百零八個金光閃閃的轉經筒。在風水之道中，「九」為至陽之數，象徵天長地久、圓滿無礙；「一百零八」則是佛家清除百八煩惱的圓滿之數。信徒與遊客沿廊虔誠推動經筒，誦念經文，不僅是心靈的淨化，更在無形中引動並匯聚著天地間的祥和之「氣」。這連綿不絕的轉動，猶如一條流動的能量帶，持續激發著仙女灣場域內的正面生氣，使整個空間充滿安泰與祝福的能量流轉。











生機永續：風水和諧與生態守護

風水學的最高追求，在於「天人合一」，強調人居環境與自然生態的和諧共生。仙女灣正是此理念的絕佳詮釋。這片保存完好的濕地生態系統，享有「生命搖籃」與「物種基因庫」的美譽，是全球至關重要的水禽棲息地。其豐富的生物多樣性，恰恰印證了風水中「地靈則人傑，物阜則民豐」的古老智慧——唯有生機勃勃、能量流暢的土地，方能滋養萬物，維繫繁盛。那萬千生靈自在棲息的景象，本身就是天地間最和諧、最強大的「生氣」彰顯。

如今，仙女灣的生態保護與永續旅遊相輔相成。保護區內設置了科學的觀鳥棧道與解說系統，引導遊客在尊重自然的前提下，領略濕地之美與風水之妙。這種對生態的敬畏與守護，深層呼應了風水中「敬天惜地」的核心精神。保護濕地，不僅是守護「地球之腎」，更是維繫這片高原聖地獨特的風水格局與靈性能量場，確保其生生不息的神奇魅力得以永續流傳。

佇立於青海湖仙女灣，眼前是雪山聖湖的壯闊，耳畔是風吹經筒的低吟與天鵝的清唳。這裡不僅是視覺的盛宴，更是一場跨越時空的文化與靈性洗禮。古老風水的智慧與高原生態的奇蹟在此完美交融，低語著人與天地萬物和諧共生的永恆真諦。這片秘境，以其獨特的風水靈韻與蓬勃生機，靜待世人懷著虔敬之心，前來感悟那份源自大地深處的純淨與力量。

12.15 茶卡鹽湖：青藏高原上的天空之鏡



天地倒懸的幻境

茶卡鹽湖，靜卧於青海省海西蒙古族藏族自治州烏蘭縣的雪山懷抱中，藏語稱「鹽池」，蒙語喚作「達布遜淖爾」——意為「青鹽之海」。湖面海拔3059米，綿延105平方公里的銀白世界，因湖水含鹽量極高、反射如鏡，被《中國國家地理》譽為「中國的天空之鏡」，更列入「人一生必去的55個地方」。晴日裡，藍天白雲傾瀉湖中，祁連山支脈完顏通布山與崑崙山支脈旺尕秀山的終年積雪倒映其間，形成「水天相交，鹽雪輝映」的曠世奇景。



千年鹽脈與自然造化

茶卡鹽湖的誕生，源自遠古海洋的遺韻。青藏高原隆起時，海水積存於低窪處，經萬年蒸發凝結成厚達10米的鹽層。自西漢羌人採鹽伊始，至乾隆二十八年（1763年）官辦開採，三千年來鹽湖滋養絲路商旅，見證「鐵勺撈鹽，犛牛馱運」的滄桑。而今湖中氯化鈉純度逾94%，儲量4.48億噸，足供全國食用70載，且因地下水補給，鹽層可再生不竭。



幻變時辰中的光影詩篇

鹽湖之美，繫於天時：晝之鏡：晨曦與薄暮為「黃金時刻」。日出前後（約 6:30），霞光將鹽晶染作金粉；日落時分（19:30），水天熔為赤焰。遊人踏水而行，著鮮艷長裙立於湖心，倒影清晰如臨虛空——切記機位貼近水面，方能攝盡「天接地，人浮空」的幻境。夜之鏡：無月晴夜，銀河傾落湖中。茶卡鹽湖因北緯 36° 的高原淨域，成中國首個「星空拍攝基地」，23:00 後流星劃過鏡面，宇宙與塵世在此交疊。



人文與自然的雙重饋贈

景區匠心融合鹽業歷史與藝術奇觀：百年寸軌小火車：軌距僅 60 釐米的工業遺蹟，曾運鹽百年，今成環湖遊覽動脈。2024 年升級後，18 列列車每 3 分鐘一班，穿梭鹽灘如銀河舟楫。

世界最大鹽雕群：7104 噸原鹽塑成西王母、成吉思汗等巨像，鹽湖女神穆瑤洛桑瑪高 6.3 米，漢白玉雕琢的袍袖似拂過千年鹽風。

沉浸式體驗革新：新增「浪漫天鏡」區，設水晶船、熱氣球等 27 處打卡點；「千映慕雪」觀景台取意古詩「千山暮雪」，六角飛簷懸於鹽湖，攬盡四時光影。

永續之鏡：生態與遊憩的平衡

2018 年垃圾危機曾讓「天空之鏡」蒙塵—單日清理 12 噸鞋套與廢棄物。而今景區嚴守「產鹽區封閉管理」，遊客區專設環衛；推行環保鞋套租賃，禁用外來塑膠製品。2024 年更推「一票兩日暢遊」政策，分流人潮之餘，引導深度體驗。成效斐然：2025 年 7 月接待破百萬人次，生態承載力與旅遊品質並升。









結語：映照靈魂的鹽晶宇宙

茶卡鹽湖是自然與人文共鑄的靈鏡——晨昏之間，它折射大地的鹽脈、星河的私語；千年鹽軌上，小火車載著旅人駛向水天無界的淨土。當雙腳浸入鹵水，觸碰的不僅是 3059 米高原的寒涼，更是時光凝固的海洋記憶。這片雪域鹽田，終以恆古的澄明，映照人間對純粹之美的永恆追尋。

旅行家筆記：若追極致倒影，避開午間強光，擇無風日著紅裙入湖；夜宿湖畔，銀河將墜落枕邊。謹記：帶走鞋套泥漬，唯留倒影於鏡中。

12.16 察爾汗鹽湖：崑崙龍脈間的天地玄鏡

風水形勝：龍脈交匯的聚寶盆

察爾汗鹽湖橫臥於青海柴達木盆地之心臟，崑崙山雄峙其南，祁連山環抱其北，兩大龍脈夾護，形成「雙龍戲珠」之勢。鹽湖總面積 5856 平方公里，由達布遜湖、南霍布遜湖等十餘鹽池匯聚而成，猶如散落的翡翠玉璧鑲嵌於赭黃戈壁。在風水學中，此等格局稱「百川歸明堂」——崑崙為祖龍發脈，祁連為青龍砂案，鹽湖為聚氣之水，三才相契，乃「萬寶蘊藏」的先天吉壤。蒙古語「察爾汗」意為「鹽澤」，其名暗合五行中「水潤土而生金」的相生之道，六百億噸鹽礦潛伏湖底，恰似大地肺腑凝結的靈髓。



滄海遺珠：鹽花綻放的造化玄機

數億年前，古特提斯海經青藏高原隆升而封存，海水蒸騰凝晶，終成此「無機鹽寶庫」。鹽湖鹵水礦化度逾 300 克／升，氯化鈉儲量 500 億噸，足供全球人口食用千年，鉀、鎂、鋰資源更冠絕華夏。風水視鹽晶為「地氣之華」：湖中鹽花或如珊瑚疊雪，或似飛鳳凌雲，乃陰陽二氣交泰所化。晴日下，湖水因礦物離子折射，析出翡翠綠、蒂芙尼藍、琥珀黃七重色階，恰合北斗七星之色韻，暗喻「天光接地，五行流轉」的宇宙秩序。

萬丈鹽橋：橫跨虛實的風水玉帶

鹽湖最奇絕處，莫過「萬丈鹽橋」。這條綿延 32 公里的公路，以厚達 15–18 米的天然鹽蓋為基，無橋墩、無流水，卻承載青藏公路與鐵路穿行其間。風水師稱其為「玉帶環腰」——鹽橋如白練割裂湖面，將浩瀚鹽湖一分為二，形成太極陰陽魚之象。車輛行駛其上，下有碧波蕩漾，上有天穹垂落，恍若馳騁於天地經絡之間。當地傳說，此橋乃西王母以定水神針鎮壓山神爭寶之亂所化，鹽蓋堅硬勝鐵，實為神力封存的「地脈鎖鑰」。



產業與生態：人天共構的平衡術

鹽湖不僅是風水奇觀，更是產業命脈。湖區建有中國最大鉀肥基地，年產鉀肥逾 7800 萬噸，碳酸鋰 14 萬噸，堪稱「青藏高原聚寶盆」。風水學中，工業設施的佈局深諳「藏風得水」之道：採鹽船如玄龜浮波，鹽田阡陌似河圖洛書，礦脈開採順應龍脈走向，避免傷及地氣根本。為守護鹽湖靈性，青海推行《世界級鹽湖產業基地行動方案》，以環保電瓶車代步，鹽洞險處設結界警示，更立「鹽花禁觸」之規，違者罰款 2000 元——此舉暗合風水「敬地脈、惜天物」的祖訓。

朝聖時辰：陰陽交替的鏡界秘鑰

欲窺鹽湖風水全貌，須循天地節氣：

寅時（5:00）：旭日初升，鹵水如汞鏡，倒映崑崙金頂，此時「紫氣東來」，立於觀景台可納龍脈朝陽之氣。

申時（15:00）：日光穿透鹵水，湖底鹽花顯現八卦紋理，踏鹽橋西南「離位」，可攝水火既濟之象。

子夜（23:00）：無月晴夜，銀河傾瀉鹽湖，星斗墜落鹽晶裂隙，形成「天星入地脈」異象，為道家觀星堪輿的至臻之境。







結語：在龍脊上叩問永恆

察爾汗鹽湖，是地殼運動封存的海洋記憶，是風水玄學具象的天地棋盤。當旅人赤足踏上鹽橋，腳底鹽粒的粗糲承載著 2670 米高原的罡風；當指尖輕觸翡翠鹵水，寒涼中流動著古海與星河的密語。這面崑崙龍脈間的玄鏡，終以亙古的澄明，映照人類對資源的索求、對自然的敬畏，以及在洪荒宇宙中尋找平衡的永恆命題。

12.17 塔爾寺：六大寺院之一

塔爾寺（藏語：ཀུ་འབུམ་བྱམས་པ་གླིང་，威利轉寫：sku-'bum byams-pa gling），位於中國青海省西寧市西南25公里的湟中區魯沙爾鎮。始建於明代嘉靖三十九年（公元1560年），是藏傳佛教格魯派六大寺院之一，是格魯派創始人宗喀巴的誕生地。塔爾寺位於藏族稱為安多的文化地區。

塔爾寺（又名塔兒寺），藏語稱「袞本賢巴林」，意為「十萬獅子吼佛像的彌勒寺」，是藏傳佛教格魯派（黃教）六大寺院之一，也是宗喀巴大師的誕生地。其宗教地位崇高，建築藝術獨特，被譽為漢藏文化融合的瑰寶。









歷史淵源與宗教地位

起源：始建於明洪武十二年（公元 1379 年），因宗喀巴大師誕生地生長一株菩提樹，其母依囑建「蓮聚塔」紀念，後逐步擴建為寺，形成「先有塔，後有寺」的格局。

宗教意義：歷代中央政府推崇備至，康熙賜「淨上津梁」匾額，乾隆賜名「梵宗寺」。三世至十四世達賴喇嘛、六世至十世班禪均曾在此舉行宗教活動，十世班禪更於此坐床並致電新中國賀電。

學術中心：設顯宗、密宗、醫明、時輪四大學院，是藏傳佛教高級學府，藏有大量佛典及天文、醫學等學術專著。





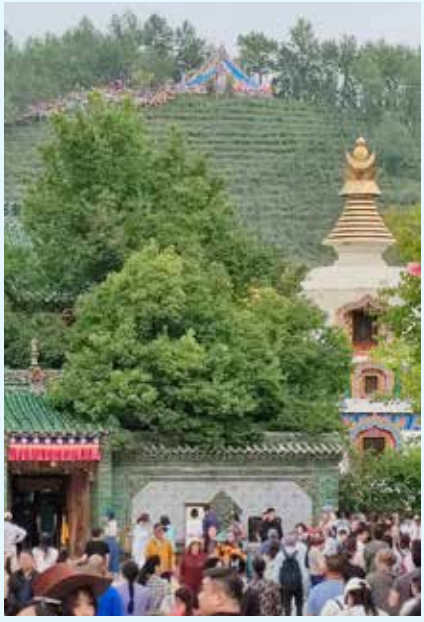




漢藏融合特色：大金瓦殿：主殿，金頂耗黃金 1300 兩、白銀萬兩，內供 12.5 米高宗喀巴銀塔，為寺內核心。

大經堂：藏式平頂結構，108 根巨柱支撐，可容 2000 名喇嘛誦經，四壁嵌鎏金佛像千尊。

八寶如意塔：廣場八塔象徵釋迦牟尼八大功德，白塔青磚，佛龕藏梵文經卷。



塔爾寺不僅是宗教聖地，更是漢藏藝術與哲學的熔爐。若時間允許，建議結合西寧的青海藏文化博物院（藏醫藥唐卡展廳）或青藏高原自然博物館，深入理解區域文化脈絡。

12.18 永靖縣大光明寺—文成公主遺韻



黃洮古道上的寂寥梵音

地理位置：甘肅省臨夏回族自治州永靖縣三原鎮，地處黃洮交匯觀景台通往炳靈寺石窟的必經之路，靜踞山腰卻鮮有遊人駐足。

寺廟現狀與建築細節

主殿格局：正中三佛殿僅左翼開放：宗喀巴大師殿（格魯派創始人）門戶洞開，佛龕前信眾禮拜的蒲墊層層疊積，金身寶相莊嚴，令人肅然不敢擅入。中殿與右殿緊閉，門楣蒙塵，似久未啓封。兩側未竟之工主殿左右對稱立兩座歇山式亭閣，斗拱飛簷木構已竣，形制雄渾如展翼之鷹，卻因資金斷鏈停工，裸露的基座與未鋪瓦的屋頂在風中默立。



文成公主遺韻

主殿右平臺陳列玻璃罩護的鎏金木輪寶車，通體雕琢蓮紋蔓草，銘牌載：「仿貞觀十五年文成公主入藏駐蹕鑾駕」。車轍猶帶千年風霜，與此地「唐蕃古道」史蹟遙相呼應。











12.19 青海多巴扎瑪隆鳳凰山九天玄女祖廟：九天聖都的雲端傳奇

在青海蒼茫遼闊的土地上，多巴小鎮靜卧如一枚樸玉。目光向西南延伸，紮瑪隆溝的深處，一座山巒如浴火重生的鳳凰昂首振翅，名曰「鳳凰山」。此處山勢奇絕，雲霧繚繞，絕壁之上，一座氣勢恢宏的廟宇凌空欲飛——這便是被譽為「九天聖都」的九天玄女祖廟。它不僅是中國境內規模最宏大的九天玄女聖殿，更以其深遠的歷史淵源、殊勝的地理形勝與旺盛的香火靈驗，成為鑲嵌在青藏高原東北緣的一顆璀璨信仰明珠。

「九天玄女」之名，蘊含著華夏上古神話的浩瀚星辰。她是傳說中協助黃帝戰勝蚩尤、奠定華夏根基的戰爭女神、術法之祖與兵家之尊；在道教神譜中，她位列崑崙瑤池西王母座前，掌天機秘籙，司兵法謀略，是智慧與力量的化身。鳳凰山被尊為其祖庭，源於千年流傳的神聖敘事：傳說玄女曾在此顯聖降真，留下聖蹟「鳳凰台」，更在此山點化眾生，廣施福澤。這份源自上古的信仰血脈，歷經世代承續，最終凝聚為這座傲立雲端的巍峨聖殿。

踏上朝聖之路，便是走進一場天地人神交融的壯闊詩篇。穿越紮瑪隆溝的幽深峽谷，兩側丹霞奇峰壁立千仞，赭紅山岩在高原陽光下變幻著瑰麗色彩，彷彿神靈以大地為畫布揮灑的丹青。隨著山勢陡升，盤旋而上，祖廟建築群如瓊樓玉宇般漸次呈現眼前。主殿依託險峻山崖而建，飛簷斗拱層層疊起，雕樑畫棟精美絕倫，在高原純淨的藍天白雲映襯下，散發著莊嚴而靈動的氣息。殿內供奉的九天玄女聖像，或莊嚴肅穆，或慈藹端麗，眼神深邃彷彿蘊含宇宙玄機。環顧四周，藏地經幡在山風中獵獵飛舞，五彩繽紛，與漢式廟宇的黃瓦紅牆奇妙交融，煨桑爐中升騰的松柏香煙氤氳繚繞，誦經聲與風鈴聲交織迴盪，共同編織出漢藏文化在此地完美共生的和諧樂章，無聲訴說著這片土地獨特的精神氣質。

鳳凰山祖廟，不僅是建築的奇觀，更是信仰力量千年不墜的生動見證。農曆四月十八，相傳為九天玄女聖誕（但在香港扶乩確認，九天玄女聖誕為九月初一），此時的鳳凰山化為一片信仰的海洋。來自青海、甘肅、西藏乃至全國各地的善男信女，不畏山高路遠，懷著最虔誠的心願匯聚於此。蜿蜒的山道上，朝聖者絡繹不絕，或五體投地叩拜而行，或手持經筒默唸真言。廟前廣場人頭攢動，香火鼎盛至極，粗碩的香柱燃燒升騰的煙霧，幾乎要遮蔽了半邊山崖。信徒們神情肅穆，獻上潔白的哈達、清冽的美酒、繽紛的酥油花，以各自民族最虔敬的儀軌表達對玄女娘娘的無限尊崇與深切祈願。求子者盼承嗣續，祈福者望闔家安泰，求學者望智慧通達，眾生百態，萬般心願，都在這聖山雲巔，尋求著精神的寄託與心靈的慰藉。此情此景，展現的是九天玄女信仰在民間紮根之深、影響之廣，其旺盛的生命力令人動容。









時光流轉，「九天聖都」的光芒不僅未曾黯淡，反而在當代煥發出新的活力。廟宇歷經修葺擴建，規模更為宏偉，設施日臻完善。它不僅是信眾心靈的歸依之所，也逐漸成為探尋崑崙文化、道教淵源以及漢藏文化交流史的重要文化地標。學者來此稽古探幽，試圖解讀神話背後的歷史密碼；遊人慕名而至，既為領略奇絕的自然風光，也為感受那份滌蕩心靈的莊嚴與神聖。九天玄女，這位從遠古神話中走來的神祇，其智慧、勇毅與護佑蒼生的精神內核，穿越時空的迷霧，在青藏高原的鳳凰之巔，依然閃耀著動人的光輝，持續慰藉著、啟迪著一代代尋求精神力量的人們。











佇立於鳳凰山巔，俯瞰群山巍峨，雲海翻騰。九天玄女祖廟，這座被譽為「九天聖都」的信仰豐碑，宛如一隻棲息於世界屋脊邊緣的神聖鳳凰。它承載著華夏遠古神話的悠長迴響，凝聚著漢藏民族交融的信仰智慧，見證著無數凡俗心靈向著神聖光輝的虔誠奔赴。在青海高原的烈風與經誦聲中，它將繼續以淩雲之姿，訴說著關於守護、智慧與永恆追尋的不朽傳奇。鳳凰山，已然成為懸掛在崑崙神話宏大譜系上一枚光芒流轉的轉經筒，永不停息地迴旋著眾生的祈禱與天地的回音。





12.20 邀九天玄女師評剛參觀過的青海扎麻隆鳳凰山九天玄女祖廟

九天玄女賜示

聖地確鍾靈
元玄始誌聖
樓閣銘王母
尊上女神稱

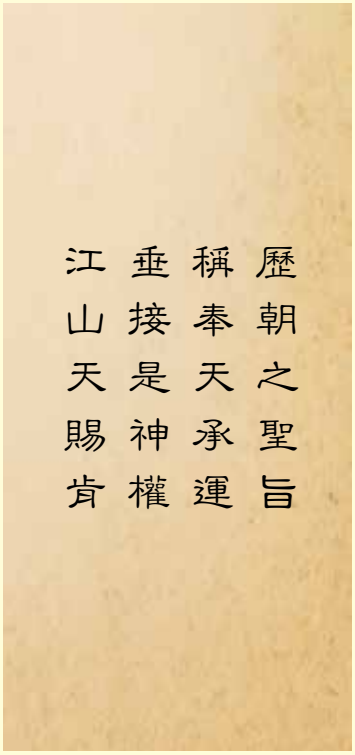
眾神元始之類屬者，其源聖地，其址聖墟，俱聚崑崙。蹟播西南而漸下，這廟有號九天聖都，尊奉之至，金碧輝煌，吾真喜甚！

12.21 九天玄女協助劉秀定江山之說

鳳凰山當地居民有此說法；九天玄女協助劉秀定江山之說，屬於後世文學或民間創作的衍生，地方民間傳說或戲曲演繹：部分地方可能將劉秀神化為「真命天子」，並嫁接九天玄女助陣的情節！

乞九天玄女師評

九天玄女賜示



本神並無協劉秀以定彼山河，斯為之唱和。歌功頌德矣。這實若封神榜之類。民編斯劇！

12.22 呂祖仙師加持開光福物

感謝祖師一切的照顧，剛順利從崑崙山之旅回來！從崑崙山海拔 4768 米高帶回來些石頭和塔爾寺些禮物及聖泉之水，請師加持開光！叩謝

呂祖仙師賜示

玉出昆崗語
古諺數千年
石之美為玉
說文斯所言

君所拾者玉矣，石中有寶乎焉。那感是珞珞如石，實斯圭美。本仙今為一切攜回之品，加持聖力，灑淨贈福！

13 崑崙山脈之旅學員所感

13.1《崑崙山尋龍之旅》 玄禮子（林正興）

巍巍崑崙祖萬山，龍脈連天庭延伸。
青甘大環探玄初，五友同道自駕行。
北禪古寺叩山門，阿柔佛塔映白雲。



祁連延綿蒼龍走，柴旦鹽湖星羅佈。
察爾汗晶光粼粼，茶卡天鏡照雲裾。
聖泉一掬滌塵憂，無極龍鳳碑石林。
王母瑤池靈氣溢，蟠桃會旁仙踪尋。
驅車直上崑崙口，四千丈上罡風凜。
奇石生輝山水間，天贈異寶酬誠心。



高原明珠青海湖，仙女灣畔留足印。
玄女祖廟紫氣繞，浩然正氣凌九天。
大光明寺有緣遇，釋迦文成拜莫遲。
炳靈石窟藏歲月，黃河流映佛莊嚴。
塔爾金瓦耀菩提，蘭州關帝顯忠義。



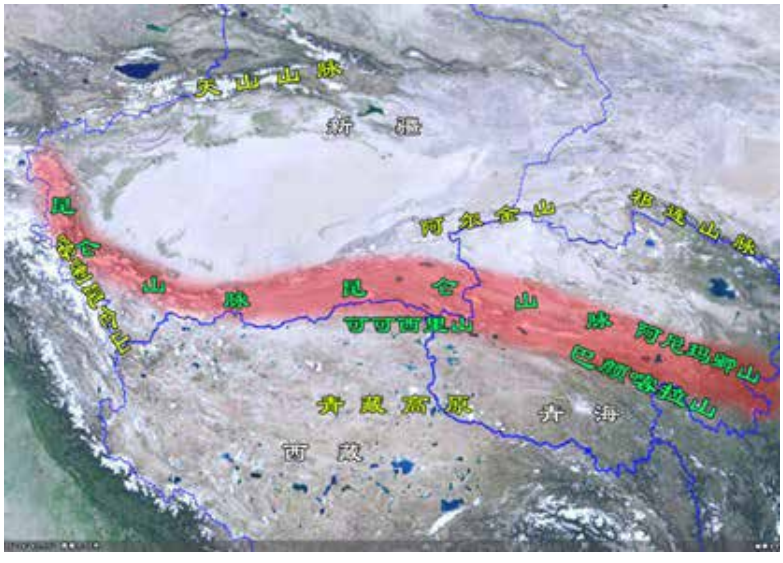
險隘越過若等閒，祖師一路照護航。
偏差誤失皆有助，雲開霧散現通途。
萬山龍脈親臨訪，俯仰乾坤氣長存。
霞披歸路滿車珍，寶光法喜兩豐收。
叩謝純陽常庇蔭，崑崙尋道證初心。
此心已印瑤池月，大道長存達永恒。

《崑崙山尋龍之旅的驚喜與感遇》　玄禮子

道心所向

自小已聞崑崙山之大名，總覺其遙不可及，高不可攀，又神祕莫測，令人望而卻步，然而一直都想慕名造訪，這次有此殊勝機緣得師父帶領，復蒙何先生作嚮導，終於得償所願！！

「巍巍崑崙祖萬山，龍脈連天庭延伸」：崑崙山乃風水學的龍脈之祖，有萬山之宗的顯赫地位，亦被譽為中華民族的祖山。《山海經》有云：「崑崙之丘，是實惟帝之下都」，是神仙居住的神山。



2025年8月1日，正值「大暑」之末，我們五位同道懷著尋龍問道之心，由香港飛抵蘭州，踏上了這趟尋探祖龍之旅。七天自駕3571公里，在甘肅青海兩省內跑了一環，親睹崑崙龍脈真容，參訪細選景點凡十五處。

初探蘭州及西寧

當天下午後抵蘭州新機場，氣溫舒適約27度。何先生駕著我們租的四驅車「坦克500」來迎，載我們直趨西寧。西寧是青海省省會，古稱鄯州，為絲綢之路必經之地。暮色中的西寧城燈火闌珊，師父展露駕車絕技，在交通繁忙的市內街道穿梭，幾經轉折尋得酒店。首夜無空調的住宿，竟被凌晨的煙花爆竹聲喚醒，想是這座古城以最質樸的方式歡迎我們吧。

北禪與阿柔的絕妙對比

翌日清晨，我們在微微涼意之中駕車至西寧市北郊北禪寺，於寺旁的小店吃手抓餅，小米粥和豆漿作早點，我竟吃出了幾分禪味。這座懸於丹霞崖壁上的千年佛教古剎，始建於魏明帝時，至清代多次修葺及於山邊擴建，融合為一所相當完整的道觀。

繼而沿著如蒼龍起伏的祁連山，前往藏傳佛教格魯派阿柔大寺。藍天白雲下，莊嚴的金瓦大寺及白塔靜卧於青翠草原的懷抱中，與北禪寺的懸空險奇形成絕妙對比。當晚夜宿於德令哈，雖然暮蚊擾人，卻擋不住我們夜尋羊肉宵夜的興致，順路購買氧氣瓶預備作登崑崙山之用。







高原上的鹽湖，造化的神奇

第三天行程是穿越柴達木盆地駛向海西州，途經遠離塵囂未染商業化的小柴旦湖，至相接之大柴旦翡翠湖，不同大小和形狀的湖泊，如星羅棋佈，湖水幻變的色彩，更顯造化的神奇。相對察爾汗鹽湖無邊的碧綠，晶光粼粼，令人眼前一亮。至傍晚時分，我們再踏上征途，發現車旁不遠的雲間，有一扇明亮的佛光展露，直照大地，緊緊地伴着我們的車行，想必是祖師顯聖，感恩祖師一路的陪伴。當晚住宿格爾木，品嚐新疆大盤雞作晚餐。







天賜祖石，神泉聖水，道觀天成

第四天我們還未吃早餐，在天未破曉，寒風刺骨的凌晨抓緊時間，從格爾木出發前往崑崙山。何生「分秒必爭」的堅持終見真章——崑崙山路的變數遠超想像，修路改道，沙塵漫天，巨型貨車往來如梭，首兩小時僅行六十多公里。然而大家興致不減，懷着虔誠祈盼之心，沿青藏公路直向崑崙奔馳。



顛簸的路途中，何先生靈機一觸，於一小山丘旁停歇，此處山勢微伏，澗流淙淙，但見遍地異石，眾人即投入於尋寶之中。大大小小的石頭，形色各異，或半露半藏，要尋得與眾不同的，實不容易。然未幾，大家都喜盈於色，有所收獲。我們在上下山途中兩度下車尋覓，寶石沉沉的躺在山旁及澗邊，似候着有緣人來拾取。各人均收獲滿滿，相信是我們尋祖龍的誠心感動了天地，故賜予珍貴祖宗石。

崑崙聖泉位於海拔3700米處，泉池四周有花崗石圍著，中央一股清泉從池底驀然噴湧而出，就像一朵盛放的蓮花！泉水清澈甘甜，乃崑崙最大不凍泉，藏民視之為神泉，傳說飲之可祛病延年，是文成公主進藏路經此地遇風沙，祈禱後泉水湧出。我等自不會錯過此冰山甘露，喝上幾口並滿載數瓶而歸。

繼續沿青藏公路 109 國道駕車不久，便見到宏偉的無極龍鳳宮，巍立於海拔 3800 米處，是中國最高的道觀，歷史悠久，明朝時即為混源派「崑崙派」道場。師父亦趁機解讀此處風水特貌，四面環山，宮內刻上道德經的碑石林立，傳說是姜子牙得道的地方，供奉有西王母、九天玄女、金聖老母。

瑤池仙氣，同頻共振

我們接著向傳說中西王母的居所，也是神仙們舉辦蟠桃會的仙境出發。隨著海拔漸高，我的心情亦有點緊張。西王母瑤池，懸於崑崙高巔，海拔 4400 米，瑤池面積約 38 平方公里，為崑崙河源頭的天然湖泊。有綿綿山脈圍繞，氣象萬千，池水澄澈，倒攝星月，深不可測。可能是海拔較高，此處遊人稀疏。我等誠心參拜之後，依師父言亦把香燭投進瑤池，然後我在池邊漫長的木橋道上踱步，放慢步伐，行著行著，但覺四周靈氣滿溢，不自覺地停下步來，默默閉目靜立。不到片刻，雖仍閉目卻感眼前彩雲飄逸！禁不住地展開雙臂採氣，瞬間感覺仙氣氤氳繚繞，整個人輕鬆了，氣自頭頂緩緩流入丹田，時光就似靜止了，靜心去感受天地脈絡安祥的搏動，心無罣礙，不知道過了多少時間。之後回想，這感受莫非就是師父「廿四天星新論」中的同頻共振？我（人）身在崑崙山王母瑤池（時空位移），抱著誠心朝聖敬拜之心（心念，修為），此刻的頻率一定是與西王母瑤池（天，地）的頻率相協調，產生和諧的回響。試問此時此地你的「頻率」跟天地同否？是增強，減弱，還是互相衝突呢？此共振有多強及會維持多久？實質的作用是甚麼呢？這一點在我返港後已有啟示及待師父指正。









再添驚喜，龍脈真容

簡單午餐後何先生為此旅程再添驚喜，我們直驅海拔 4768 米的崑崙山口。這裡是崑崙山脈的天然關隘，玉碑巍巍界分仙凡，空氣稀薄，生態環境獨特。遠眺是山口兩側的玉珠峰和玉虛峰，這恆古龐大的中華祖龍脈，浩浩蕩蕩，巍峨高峻，綿延 2500 多公里，方知何謂「登崑崙兮食玉英，與天地兮同壽，與日月兮同光」，此刻仿見歷史凝固下來的時間，耳邊聽到是山口罡風的呼嘯，無限感動，心中只有感恩。

從崑崙山返格爾木市已是晚上 10:30，眾人毫無倦意，步行至酒店不遠處的「草房子」享受豐富的清真串串火鍋晚餐。

天空之鏡，水天一色

第五日晨，於酒店旁小店將四驅車洗白白後，向茶卡鹽湖進發。此湖有「天空之鏡」的美譽，起初我嘆息未帶備水鞋作踏進鹽湖水中之用，豈料旅客小火車票已含此項——原來機緣早具，水鞋一直在我們手裡，只待發現！夏日藍天白雲下，遊人與湖水相映成趣，宛若能在水上漂行，神奇萬分。遠望水天一色，倒影如幻，天與地融為一體而我在其中，赫然有「天地與我並生」之感，是一幅讓人眼睛捨不得離開的圖畫。下一站是漫長的返西寧之路，然我們不走回頭路，是夜會住宿於青海湖區。歸途上遇日落的美景，夕陽西下，晚霞染紅了天空一方，如詩如畫，為美好的一天更添色彩。抵達青海湖邊的住店已是晚上十時多。







神州第一大湖，玄女祖廟，紫氣縈繞

第六天清早起來，天朗氣清，師父適時解說住店的風水青龍白虎之妙，難怪昨晚見到店男主人時總覺得他像個軍人。青海湖海拔3260米，4600多平方公里水域面積，駕車一環需6至7小時，浩瀚得令人屏息。此神州第一大湖，蒙語稱「庫庫諾爾」，意為「藍色的海洋」。曾經因氣候變化和人類活動令湖面不斷縮小，生態環境堪憂，幸而中國多年生態治理保育，令湖泊復擴，2023年湖水面積較近十年同期增加了204平方公里。首站聖泉灣，附近人氣稀少，師父解釋水可帶煞。繼而向仙女灣進發，於仙女灣眺望，湖水碧藍如玉，遠處山巒倒映其中，構成絕美的如畫仙境。此地是藏區重要的祭海聖所，矗立著莊嚴的三牲拉則，如今這裡更是生態保護和永續旅遊相輔相承的表表者。

下午是我們今次朝聖之旅的另一高潮，西寧的九天玄女祖廟，位於扎瑪隆溝的深峽中，兩面丹霞奇峰壁立，九天聖都金頂紅牆的建築群如天上宮闕般密密分佈，在當天蔚藍天空下，莊嚴地矗立著，但覺裊裊紫氣若隱若現繚繞空中。主殿巍峨，殿內玄女像威儀萬分，牆壁上寫有玄女傳奇故事，彩繪班駁，更添古意。下山時回望玄女宮及聖像，與自然環境渾然一體，心感恩慰。



炳靈石窟藏歲月，黃河流映佛莊嚴

第七天適逢「立秋」，我們大清早驅車前往炳靈寺，途中有緣遇上黃洮古道上的大光明寺，其氣勢不凡，但可能因地處山腰卻門庭冷落，供奉三位佛祖，主殿右側為一個鎏金木輪寶車，是仿貞觀十五年文成公主入藏要蹕鑾駕。



炳靈寺是位於甘肅永靖縣劉家峽水庫西南，是黃河峽谷中的千年石窟，較敦煌莫高窟尚早約百年，保存西秦至明清的眾多佛教藝術珍品。「炳靈」在藏語為「萬佛」之意，炳靈寺像鑲在赭紅山壁之上的明珠，腳下是一泓碧波的黃河流水，劉家峽黃河大橋橫跨兩岸。我們步上姊妹峰旁懸崖上的老君洞，遠遠已可聽到善信於洞前叩鐘的聲音。在高達六十多米的崖上，分佈著大小不一的石窟和佛像，站在棧道上仰望，最大的彌勒佛像高達27米，莊嚴慈悲，為唐代開元十九年建。最妙的是在窟外的小店裡，我們竟品嘗到整個旅程最美味的一杯咖啡，這意外享受讓我想起禪宗「平常心是道」的開示。

蘭州鄰近軍區，路上行經之處，見其山脈有其獨特風水形態，山水也有善惡之分！不久已達塔爾寺，其金頂映著格魯派的輝煌，歷代達賴、班禪曾在此舉行宗教活動，清乾隆賜名「梵宗寺」。當天遊人如鯽，八大如意塔列於廣場，塔身圓潤，寶頂輝金。寺門是藏漢合璧的模樣，硃紅門扇，門楣有點漢式，飛簷如翼，很多牆壁都用上琉璃磚塊。我被檐下一列的麻尼經筒所吸引，排上隊去轉動經筒，就像有助念誦佛經，祈求平安吉祥。

蘭州關帝廟，僻處黃河之濱，廟前幾株老樹，圍着幾位鄉人在下棋。進內見庭院不廣，寂靜無人，原來只開初一、十五，不過我們特別請得廟管通容，開門給我們參拜。關公塑像巍然殿內，面如重棗，長髯飄灑，忠義之氣貫徹雲霄。轉至東側殿，卻見一處別樣天地，這裡供奉著金花聖母娘娘，神像慈眉善目，頭戴金冠，身披彩衣，亦恭敬跪拜。走出廟門，黃河就在不遠處，數百年來，這座小廟就矗立於此，不朽的守着「忠義」關帝。

祖師一路照顧，無驚無險，圓滿成功！第八天平安直航返回香港，回顧八日行程，時間及景點的安排看似緊張，實在靈活中有序，充滿樂趣。大家團結合作，誠心問道，且處處暗合道妙：前方壞車拖車的時間恰到好處，歧路竟通新徑，險況每每化夷。崑崙山邊河畔寶石自來相就，瑤池彩光靈氣乍現，登上崑崙山口仙凡之界。此次崑崙之行，既見天地之大，感道之無處不在，更覺生命之可貴。訪萬山龍脈源頭，我們不僅帶回寶石，更珍藏祖師一路上的拂塵護佑，每每朝霞滿天，佛光頻照，想來純陽祖師當真在雲端看護著我們呢，感恩！感恩！





13.2《崑崙神山—問仙尋道脈》玄微子（何鴻德）



崑崙訣

巍巍崑崙。萬山之祖。西華金母。佑我中華。
九天玄女。護民賜福。祈我大地。世代昌隆。







瑤池誦（調寄滿江紅）

萬山祖庭，望瑤池，颯颯罡風。
尋覓處，仰天奉誦，西王金母。
靜坐片刻人應天，滾滾血脈形容潔。
莫遲疑，負了初心事，何圓志。
乾坤願，烝長存，捨愛恨，尋仙訣。
駕雲車，踏遍崑崙山缺。
勵志風餐看雲路，笑語同吞聖泉雪。
待時宜，收拾無明意，空性智。

四十年來磨一劍

年輕時酷愛騎單車遊歷，那時的夢想，是有一天能自己開車環遊中國，而今次崑崙之旅，為我解開了自駕遊的情意結！感謝郭翹峰師父策劃帶領、林正興師兄精心設計環繞甘肅青海的「西北大環線旅程」，更感恩祖師賜予一路平安「尋祖龍、覓道根」！在旅程中，我們都感受到祖師沿途照顧，神光加庇！神蹟處處顯現，龍騰在天，還經常看到天上有雙大眼睛看望著我們！全程大家都盡興，也感覺到神仙的喜悅！在八天的行程中，相信大致也足夠我們編撰一部崑崙遊歷誌。

我們五人成一團，靠著小何師父導領，駕著「坦克車」上訪崑崙神山，尋覓靈心嚮往的「仙都聖跡」。唸嘟著拜謁「西王金母、九天玄女」兩位聖尊，這都是今次行程的重點！仙跡並非凡夫想見就見，仙都也不是凡夫想到就到！要尋覓必須本著虛空心靈，契合天心，做到空無所空，才可與神仙對話！我說的並非空頭話，後面會提到在崑崙神山的王母瑤池邊上，是前所未有過的的感應！

七、八月是遊覽青海湖的最佳遊覽季節，此時氣候涼爽宜人，油菜花也盛開。旅程中特別重視海拔高低。在漫長的高速公路上，7天行程共3600公里，約駕駛了60小時，平均每一天駕駛9小時，早行晚達。為爭取更多出行時間，生怕錯過計劃中的點滴，有時早午餐也只是在車上食用乾糧。暑期是旅行的旺季，各地景點都是人山人海，但我們挑選的是道佛聖地，此時參神信眾不算多，但感民風純樸，熱情好客。全程見盡綠草與牛羊、沙洲及植被。因為山谷的變幻，師父沿途教導「收山出煞」、「呼形喝象」等知識。走在平坦又安定的高速公路上，體驗到中國的現代化，感受到領導者對民生貢獻的偉大，他們把以前的荒漠改造成今天的綠洲，旅客無處不在處處在。但不要忘記「加油」，因為體力和車力決一不可。其實都是『苦中取樂』。這次旅途為我重組了年輕時候喜愛的「艱苦奮鬥旅行團」！但大西北原來有很多地方帶著神秘的傳說，又曾經是軍區重地，只開放給國民遊玩，外國人和港澳同胞沒有居民證件都不讓進入，連帶很多酒店也不讓住宿，實在是有點浪費的！





林正興師兄精心策劃的西北大環線旅程

崑崙山尋龍之旅

(1/8/25 至 8/8/25)

日期	行程/景點	路程 (高德地圖)
Day 1 1/ 8	香港直航蘭州中川機場 12:20 - 15:55 HK- LHWMU6098 上海東方航空 17:00 在機場跟小何生會合 (小何生先一天到蘭州租車) 自駕前往西寧市 (晚飯/住宿於西寧市)	公里 小時 225 2.5
Day 2 2/8	(1) 北山寺 (2) 阿柔大寺 駕車往德令哈 (住宿德令哈)	3.5 0.3 252 3 514 6
Day 3 3/8	(3) 小柴旦湖 (4) 察尔汗鹽湖 (住宿格爾木)	186 2 100 1.5 76 1
Day 4 4/8	(5) 西王母瑤池 4400M (6) 無極龍鳳宮 3800M (7) 崑崙聖泉 3700M (住宿格爾木)	221 4.5 110 2 20 0.5 94 1.5
Day 5 5/8	格爾木往青海湖 (8) 茶卡鹽湖 (9) 青海湖 (住宿青海湖區)	473 4.5 150 2.5
Day 6 6/8	青海湖往西寧 (10) 九天玄女祖廟 (11) 塔爾寺 (住宿西寧市)	128 2 38 1
Day 7 7/8	西寧往蘭州 (12) 圓寧廟 (13) 炳靈寺 (住宿蘭州)	257 3 167 2 150 2.5
Day 8 8/8	回程 蘭州直航香港 0730/1120 LHW-HKMU6097	——— 3200 42

我們的第一天「西寧市」

抵達蘭州中川機場後，小試牛刀，馬上在平均海拔2000米的高速公路開始自駕到西寧市，三小時多的車程後，仍感精神奕奕，冀望明天的開始。

第二天匆匆早餐就準備闖第一站，中國第二大懸空寺「土樓觀（北山寺）」始建於北魏，但我們首先看見的，是一座較現代化建築，整潔而偌大的「天主堂」，門前耀眼的對聯「鑄牢中華民族共同體意識。堅持我國宗教中國化方向。」打開手機拍攝的第一張相片，竟然就是這裡。





能仁聖母九天玄女無極元君

我們的第一站「土樓觀」

「土樓觀」山門牌樓上「閬苑」兩個大字，我凝視良久，可能就是「西王金母」的住處。一座石碑節錄了唐朝詩人李賀的「女媧煉石補天處，石破驚天逗秋雨」，很是顯赫。正中一座「無極殿」，殿內供奉「能仁聖母九天玄女無極元君」，手握塵拂及陰符經，感覺是「先天神姥」樣，同一般的戰神形象有所不同。

過去另一殿的橫匾「道濟天下」，殿內西王金母，金身金袍，極其雍容華麗，金母遙望整個西寧市，為天下蒼生接福祉，為人間百姓迎平安。殿外其中兩對聯說到了王母的偉大和慈悲！正是「崑崙至尊道法自然參天地，西海王母德育萬物觀古今。」、「居瑤池降甘霖天下蒼生接福祉，駕祥雲施恩澤人間百姓迎平安。」殿外兩位護法神「千里眼觀察世事」、「順風耳聆聽民情」，手執兵器，威武非常！

再過去另有一殿於2000年興建，奉祀慈母形象的九天玄女，橫匾「道貫乾坤」，對聯「九天彩鳳雲中落，半夜石麟天上來。」殿外置一奇石，顯現慈母形容的紋縷異常清晰，不禁泛起我對母親的思念，也想到唐．孟郊的「遊子吟」！





土樓觀的慈母石

正在興建的一座神殿內，有五尊神祇端莊正坐，正中間的是西王金母，兩邊各是九天玄女、地母元君及斗姥元君、觀音大士。「天上五姥」準是來這裡坐鎮，尋聲救苦！但是這座具有特殊丹霞地貌，人稱「九窟十八洞」的古土樓觀，懸空棧道因為自然風化已經損毀嚴重，難以修復，都不讓遊客上去山崖！



祁連山上的大通河



上祁連山草原—初訪「阿柔大寺」

年少時看粵語武俠片，經常提到登上祁連山尋師，想象一下以前沒有公路時，沒練就驚世輕功，何以上祁連山！除非我是得道成仙，才可以自由任飛翔！而今正好就身處平均海拔有超過4000米的祁連山脈，由崑崙山起始發脈，從西北至東南走向的龍脊，我們正在朝著崑崙神山遠渡。

祁連山果然山勢奇偉，大開眼界，周圍的山水、草原、花海、遠處的雪山，風吹草色見牛羊，都融成無限美艷的畫軸！無邊際的朗原綠州不知養活了多少牛羊。在如此高速公路上以高速奔馳，既愜意又爽神！公路建設造就了商機，草原上開設了很多渡假區，整齊排列著蒙古包或車屋，可以讓旅客住上三數天，享受爬草騎馬看星辰的樂章。這正是一處隱匿在人間的絕美天堂！來到這裡，你就再不必去外面那個瑞士了！

離開土樓觀，用了3小時，252公里路程，穿行於祁連山，中午才到達海拔約3000米的「藏傳黃教阿柔大寺」，遊客不多，是一個隱匿於天山的殿堂。這是祁連縣境內最大的格魯派寺院，寺院群落祁連山圍繞，藍天白雲之下，綠草茵茵，充滿了草原風情！金燦燦的屋頂，外牆粉飾亮眼，看得出是用上新穎的金屬成份的建材。

「老經堂」之內壁壘輝煌，牆壁上滿掛神聖的「唐卡」，眾多精緻的佛像之中，我最能認識的就是笑臉迎人的「千手千眼觀世音」。如此美輪美奐的老經堂，卻空無僧侶，寂靜之中充滿著澎湃氣勢，我可想象著他們正在熱烈地論經的場景。

管理「千佛殿」的年輕喇嘛名叫「葉西東指」熱情地為我們做介紹，這千佛殿是用蒙古包形式建成，說是為了紀念初創的阿柔部落的帳蓬寺廟，博物館藏的牦牛帳篷是載入了健力士紀錄的。「葉西東指」這個名字很是有意味，未及細問是何意思，又要趕緊出發去遙遠的住宿點，距離514公里車程六小時，源自蒙古語的德令哈市，到達海拔3000米，我堅決不服食紅景天，要挑戰一下高原反應，以感韌性。



阿柔大寺博物館



老經堂內



蒙古包式的阿柔大寺千佛殿



喇嘛 葉西東指



阿柔大寺千佛殿內





沙漠之鏡—青海鹽湖圈

離開了德令哈市，沿著S20德小高速推進，是蒙古藏區，山谷水嶺慢慢發生了變化！陡峭的山勢，奇形怪狀，在風水層面看來，處處帶煞氣，丹霞地貌、沙漠植被，蔚為奇趣。都是不可能種植的地域，跟祁連山就是兩個不一樣的維度！茫茫沙漠之中在一處電塔森林停下來小休片刻，除了風吹草動，就是在高速公路上奔馳的車輛。身旁的一些小黃花，猶似絕處逢生，彷彿訴說著，「我要加油，我要活下去。」

大青海湖位處青藏高原東北部，是中國最大的內陸鹹水湖，被眾多的大小鹽湖環繞，人們都稱作「青海鹽湖圈」。我們走了四個名聞霞爾的天空之鏡—「茶卡鹽湖」、「小柴旦鹽湖」、「大柴旦翡翠湖」、「察爾汗鹽湖」，各有不同的鹽湖景觀，因應天氣和不同時分的差異，鹽湖都會隨之呈現出不一樣的美，任何時間都是拍攝好時機。腳下踩著的都是鹽結晶。走入「聖泉灣和仙女灣」，讓遊客觀賞那帶有西洋味的王母頭象；神馬、神牛、神羊的頭骨疊砌有三百多年歷史的「三牲拉則」，一直是保護人畜健康的藏式寶塔。

進入「茶卡鹽湖」好一段時間，天空灰濛濛的，一直下著融融細雨。在黑白天色的狀態底下，茶卡鹽湖這片天空之鏡都看不見斑斕色彩，大家心情都有些鬱悶，勉強穿著整齊雨具下水。就在落水前，太陽卻悄悄撥開雲層，漸漸地晴空萬里，太陽出來了！雲沒有散去，卻化成青龍，久久圍繞住太陽，大家喜出望外，腳踏湖面上行走，拍攝天空之鏡的絕美倒影。施展什麼水上漂，大海無量，人人武功盡顯。「雲龍」的幻化真不可思議，天空由陰晴不定開始，天上神光再現。黃昏下的鹽湖，天空開始出現「火燒雲」的壯觀景象，湖面一片澄黃，直到離開一刻，太陽都沒再逃跑，又再次證實每次出行，神仙都在照顧著我們！！

「大柴旦翡翠湖和察爾汗鹽湖」都較為斑斕，「翡翠湖」名乎其實，在大天空映照下，就是翡翠明珠，是夢想中的「高原翡翠」。有位美女穿著鮮紅色的長袍，與對岸灘上沙灘車的紅旗相映著一幅鮮艷的風景畫。

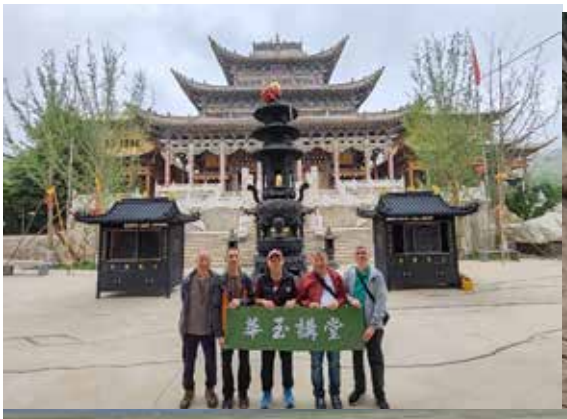
晴空下的「察爾汗鹽湖」湖天一色，藍天與碧湖連成一線，構成一幅遼闊壯麗的風景畫軸！要形容察爾汗鹽湖的美，我覺得雖然天上沒有飛鳥，相信也可以用「落霞與孤鶩齊飛，秋水共長天一色」來形容吧！在鹽場上的鹽巴很大粒，我索性抓了一袋子回去，感覺會有化煞的效力。從夜幕開始降臨，開車走出鹽湖的瞬間，猛一抬頭，看見右邊天際，雲撥霧移，橫亙著一線長長的光裂縫，道光萬丈透湧到我們奔馳中的車上，原來「道光伴我行」，祖師的喜悅，伴隨著我們的歸途，盡慶而回！

文成公主入藏

往炳靈寺途中，偶遇一座「大光明寺」，建築群落不算大，但感氣勢不凡，便停車進入拜訪，看到有一位守寺的老者和一個掃地的老太熱切迎來，見是南方人，主動給我們做了些講解，說歡迎我們參觀，也可以隨意拍照。正殿供奉著三寶佛，比較堂煌，另有一殿供奉文成公主。外面兩側有差不多建成的側殿，聽說是資金不足暫時停建，而裡面也照例有供奉神祇，殿前放有一座仿古製造，手工精製的木輪大車。現在用玻璃罩保護，老者說是仿照當年文成公主入藏時，在此駐蠻駕，木輪大車就是仿照製作，如此估算大概有一千多年歷史了。











在黃河邊上的「炳靈寺與石窟」

炳靈寺上山穿越了如夢幻仙境的迷霧，望見山崖下面，黃河水滔滔不斷，朝霞充斥在對面山峰，有水接山巒峰連天的感覺！忍不住又停車拍片。抵達炳靈寺，前面可以貼而過的丹霞地貌和觸手可及的黃河水，陪伴著我走完整段炳靈寺，和無數大大小小的石窟，炳靈寺就像鑲嵌在丹霞陡壁之中，山腰間開鑿的老君洞內，據說中間供奉的是太上老君，左側的是原始天尊，而右側的是孔夫子，造型與南方神像很不一樣。洞前橫匾《道判混元》四個大字，鏗鏘有力，似在提醒修道人要以道德為宗旨，行修於「混沌之前，元炁之始」方為道。所持行者《混元初判道為尊，煉就乾坤清濁分。》

上高山。落河床。崑崙玉。無價寶。

上崑崙山的部份路段正在大規模修建，有些路面一塌糊塗，運送材料的超級大貨車絡繹不斷，空中沙塵暴瀰漫，末段還真要過河，驚險中帶給我們極不尋常的樂趣。幸好我們坐駕是「坦克三型」，避震良好，真是小何師父想的週到。但我都重重的硬憾了車頂，奉勸看者，坐車務必扣上安全帶！快到崑崙頂時，又看見恐怖的一幕，有輛小車失控跌落斜坡，四輪朝天，其中一輪甩掉了！幸好斜坡不算很高，同行車友正在處理，但因山上沒有網絡，我們也幫不上什麼！



來到崑崙聖泉，看見「冰山甘露」從地底下噴湧而出，先來喝上一口，頓感心曠神怡，精神飽滿，接著把甘露入樽帶返香港，打算同家人共享。

師父提供的資料：「位於中國青海省格爾木市納赤台鎮，海拔3700米，是崑崙山中較大的不凍泉，被譽為「冰山甘露」。泉水由崑崙山4000公尺以上的冰雪融水經20餘年地下循環後噴湧而出，四季恒溫7℃，清澈甘甜，富含鍶、鈣、鎂等對人體有益的礦物質，其中鍶含量達0.7毫克/公升，具有預防心血管病症、強健骨骼等保健效果。」



「無極龍鳳宮」座落於海拔3800米的崑崙山中，定名「崑崙派」真的最合適不過。這大概是距離天宮最近的廟宇，是保持著最神聖道場的聖地，是供奉包括西王金母共五位母神為主神。準備進瑤池的信眾，必須先在此燒香跪拜，方可以繼續往前，當然我們也依例而行。



崑崙拾得—山中寶玉

玉出昆崗，剔透晶瑩

千字文內有兩句是「金生麗水。玉出崑崗」，原來古人已經明白崑崙玉石的可貴。來到崑崙神山，記得要去尋找寶石。沿路的山崗和溪澗，你會發現有很多透光的白玉石，也有一些是隱隱透著翠綠色的石頭，也有一些是陰陽兼備的黑白色間條石，這些石頭特別的重，沒有「拾得」一些，必定是你的損失！我在王母瑤池附近的溪澗，「拾得」的其中兩碴黑灰色沙瀝聚合成石的，周圍佈滿了金點，師父說這是最配合我的納音五行的沙中金，想必這定是神仙賜給我的寶石吧！

在崑崙神山拾得的寶石經過灑淨，又得祖師乩示加持。



在西王母瑤池的感動—心不動的是修行，心動的正是旅程。

這裏海拔已經是4400米，行快些也會喘氣。這裡包括我們團隊在內不足10人，沒有了人間雜氣，一切都歸於靈魂深處。我在西王母石壇前上香後靜靜下跪，準備唸誦西王母寶誥，沒想到只是唸了兩句，就已經氣喘不能繼續，心想不讓我念了嗎？然後感覺到一口真氣直落丹田，無限舒展，感覺能量滿滿的，居然可以絲滑般，整套寶誥可以順利誦完，真的是不可思議！然後在西王母瑤池前面的棧橋上，張開雙手漫步，吸納宇宙靈炁，行到一處感覺強烈的交叉口，以舒暢愉悅的靈心正氣，悠然坐定，閉起雙眼，萬緣放下，立感頭圍有像金剛箍的一股壓力，輕輕的罩著，好似神正在為我加持，跟著是道光照心田，道光之後，無數種顏色的光線，密集滲入壇中穴，感覺像多了一個心臟，我一直以寂靜的心靈接受著，這感受是難以形容的，無可估量的，是另一種未曾感受過的寧靜與舒暢！

在這靜坐一刻，我體會到了【風動莫心動。心動則風動】，事關我正想坐好一些，再長久一些，可惜這一下就回來了！



青海西寧—扎麻隆鳳凰山

青海西寧—扎麻隆鳳凰山，被譽為「九天聖都」，是我們朝拜西王母和九天玄女的重中之重點，周圍都是壁畫或對神仙的讚歌，廟宇內外廣置道教神像，供人致敬，古今碑刻多的是，充滿著道教底蘊，但因住處路途遙遠，致時間緊迫，很多地方仍未能做紀錄。

讚頌西王母

在讚頌西王母的寶誥對金母的稱謂是，『無極瑤池大聖西王金母天尊』或『西華清靈金母宏慈太妙無極元君』。

天眼地機，道之理也

青海湖區都是旅行團必到或是合家歡的熱門旅遊勝地，我們一為玩樂二為「天眼地機」，在這片以牦牛為主食的大地，我們無論到那兒都不吃牛肉，老闆都覺得很奇怪，在這裡不吃牦牛？信道的基本原則就是不吃牛！

遊覽藏傳佛教的塔爾寺

塔爾寺最獨特的是整棟用琉璃瓦包裹著，在1717年建成的「祈壽殿」，這就是古時候的玻璃屋。整個塔爾寺內外嚴格規管不可拍攝，售票員都穿著喇嘛服，我們只可以當作遊客的心態，在無關重點的地方拍拍照。因為在較北地方好多信徒僧侶都認為拍攝神聖的神像或物件，都是大不敬的行為，會直接喝罵你的。

上到崑崙山口

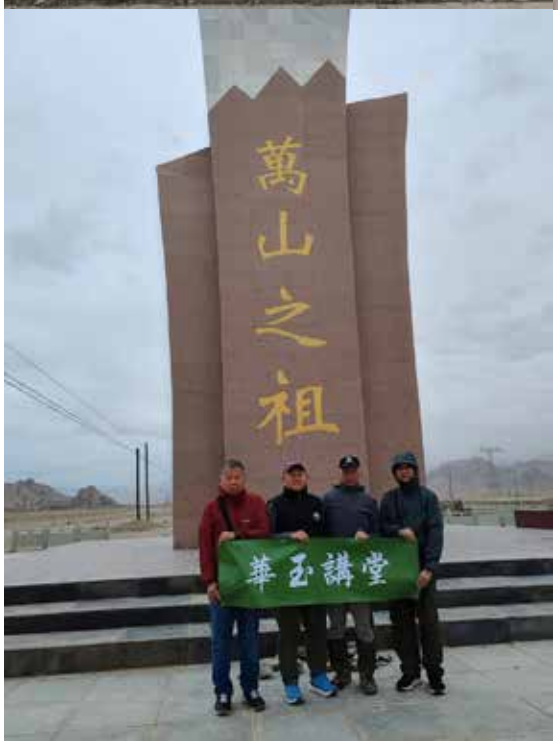
這是我們這次旅程的最高點，海拔四千七百六十八米高，青藏鐵路就建設在兩個山峪之間，通過這裡向西北前進，就可到達「西藏」。這山頭平原風勢強勁，八月天時都只有幾度，我頂著冷風下車，寒冷度有點受不住了，如果在冬天這個一定是苦寒的雪地！在另一邊的「青藏鐵路」剛好看見，長長的鐵龍正在趕上青雲，汽笛聲直上天河，像是稟報上蒼一些什麼的話語！

「不到崑崙難說祖，崑崙回來是半仙。」崑崙山處處是秘境，我們是走過崑崙，並非走遍崑崙，人間仙境如巨龍鎮九州。崑崙神山要如何去追尋？眾神居處又在神山的那一方？如何向西王母問道？如何可以歸附眾神？這都是需要繼續用我們的道心歸向上天的心，以正心正向修道，始終會與神共醉！！！

崑崙在神話與現實之間，沉浸着中華民族的根源，帶給後人無限澎湃的思潮，也給道宗不可知的根源和發展，發揮着極其重要的導引。







崑崙的夜空

崑崙歸來，我有一個夢想。我若再來，我會在幽幽的夜晚，躺卧在蒼茫的鹽湖旁，向遙不能及的天姥問好！躺卧在天上銀河映照下的大草原！看望住盡佈於穹頂之上的漫天星塵，尋找那一顆屬於我的小星辰，然後跑到心靈深處，做一個甜蜜的夢！

行程順利圓滿，感謝諸神仙佛菩薩師尊恩師！在甘肅、青海和山西等地，我們曾走過的一些古都城，都為了《天眼地機》訊息其中代表的重點，在探訪的路上還有很多很多未到之處。譬如在歷史長河中，一些偉大事件和先賢義士、隱伏在我們尚不理解的，古代的那些神蹟與科學，大家繼續「加油」，尋找認知的中國卻不為人知的另一面。

洞察天地圓方的迷惘

神州馳騁，道釋同緣。追源尋祖，並駕同車。
格爾木市，回民福地。茶卡柴旦，青海湖濱。
天空之鏡，照空五蘊。繽紛彩池，經濟鹽鹵。
黃河邊上，炳靈丹霞。儒道釋迦，肇始洞窟。
道君孔夫，道判混元。混沌之前，元炁之始。
巍巍崑崙，萬山之巔。玉出昆崗，拾得至寶。
山中聖泉，冰山甘露。天人合一，無極龍鳳。
崑崙自駕，青藏公路。世界屋脊，青藏鐵路。
四千多高，不可急步。神施授馳，氣吞丹道。
金母瑤池，奉誦寶誥。靜坐片刻，神炁靈清。
崑崙山口，屋脊之巔。天地寒擗，郤無禦衣。
惟見鐵龍，笛聲連天。前世今生，無以啟承。



關帝夜讀春秋

蘭州關帝家廟

蘭州市黃河北有一座關帝廟，據當地人說，這是一座關帝家廟，逢初一及十五才開放給人拜祭。據說是在陝西關帝廟附近的關姓氏族移居過來的。廟內掛著一幅匾額，油漆嚴重剝落，勉強看到付刻「同治歲次壬申桂月穀旦」，上書「異位同功」，書者勸戒人們切莫爭權奪利，只要真心付出，共同努力，「工部有所不同，功德是同等的。」廟宇內外，一切都是重新修建，相信廟內就只剩下這文物了！

13.3 崑崙山脈之旅考察報告　伍士衡

一、旅程目的

本次考察的目的是跟隨華玉講堂師父和師兄們，實地探訪被尊為「天下祖山」的崑崙山，從中體驗其獨特的地理環境與宗教文化。我們特別希望能對道教傳承、宮觀廟宇，以及崑崙神話傳說和沿途名勝古蹟有更深入的了解。考察的重點之一，是觀察不同宗教在青海、甘肅一帶的融合與發展。例如北山寺中佛道共居的格局，阿柔大寺與塔爾寺所展現的格魯派特色，以及無極龍鳳宮、西寧九天玄女祖廟等道教宮觀對於西王母、九天玄女等女性神祇的特別崇奉。這些建築不僅是宗教活動的場所，更是地方社區信仰與文化傳承的載體。



此外，我們也將深入探索崑崙山脈所承載的神話與自然景觀，包括崑崙聖泉、西王母瑤池、崑崙玉與祖山聖石等，這些傳說場景既富含象徵意義，又與自然環境緊密相連，呈現出「萬神之山」的獨特地位。

本行程由五人組成，自蘭州機場出發，租用一輛長城牌坦克 500 越野四驅車，先後經過西寧市、德令哈、格爾木、崑崙山脈、青海湖，再折返西寧，最後經蘭州返港。旅程從八月一至八日，總里程達 3570.8 公里，駕駛時間累計 58 小時。在這一段長途跋涉中，我們既體驗了高原環境的嚴峻挑戰，也親身觸摸到宗教文化與神話傳統交織的厚重與奇幻。



二、考察地點與觀察

（一）北山寺（海拔 2400 米）



我們此行第一站來到青海西寧的北山寺。此寺歷史悠久，建於北魏明帝時期（公元 506 年），明朝時被賜名「永興寺」。由於依山而建，層層疊疊如土樓，因此也被稱作「土樓觀」。北山寺的宗教特色在於其融合性。早期以佛教為主，宋代以後佛道並行，而至清代，寺內又進一步融入藏傳佛教與本地原始信仰（如崑崙神話、山神崇拜），最終形成一個佛道共存的宗教空間。現今的北山寺，已成為一個地方性的宗教文化綜合體，功能更趨近於「社區信仰服務中心」。



寺內建築群莊嚴而多元。靈官殿供奉王靈官，王母大殿下層供奉西王母，上層則為三清尊神。財神殿中有比干、關聖帝君與趙公明三位財神；城隍殿則供奉東漢護羌校尉鄧訓。五聖殿（又稱五母殿）則供奉王母、地母、斗姥元君、驪山老母與觀音老母。除此之外，還有供奉九天玄女的玄女宮，以及九窟十八洞，洞中神祇既有佛教的觀音、文殊與金剛手菩薩，也有道教的玉皇大帝、西王母、三清尊神，並留有藏傳佛教壁畫，顯現了宗教文化的高度融合。



值得注意的是，北山寺特別突顯女性神祇的地位。西王母作為女仙之首，被尊為不死藥與祥瑞的掌管者，而新建的神殿更進一步彰顯女性神祇的重要性，包括供奉觀音菩薩、斗姥元君、地母元君與驪老母等。寺內還有一塊大石，石上刻有「慈母」二字，遠望猶如慈祥的婦人，散發著母性的溫柔與守護之意，令人感受到女性神祇的親近力量。

北山寺的建築格局也極具特色。其設計順應丹霞地貌，並結合懸空建築，因此享有「土樓觀」的美名。若以中國傳統宮觀的中軸線來解讀，山腳入口的靈官殿與山體中部的九窟十八洞，分別構成由低至高、漸進式的敬神體驗；而主殿作為儀式的核心空間，則是齋醮與祈福活動的主要場地。東側的城隍殿、財神殿與五母殿空間寬敞，適合群眾活動；西側則以宗教修行為主，建築依崖而建，氛圍莊嚴緊湊。

同時，作為「社區信仰服務中心」，北山寺遵循《中華人民共和國憲法》的規範，明文禁止18歲以下人士參與宗教活動。不過，宮觀作為文化與旅遊景點，仍然允許未成年人士參觀。

（二）阿柔大寺（海拔 2900 米）

第二站，我們前往位於青海祁連縣阿柔鄉的阿柔大寺（又稱阿力克大寺）。這是祁連山區規模最大的格魯派（黃教）藏傳佛教寺院，歷史可追溯至明朝萬曆年間。



寺院的主要建築包括大經堂、彌勒殿與護法殿。大經堂是整個寺院的核心，僧人們在此集體誦經與舉行法會。堂內空間寬闊，以數十根木柱支撐，牆壁繪滿佛教故事，中央設有講經台，後方則供奉宗喀巴大師等格魯派祖師的鎏金銅像。彌勒殿供奉未來佛彌勒，牆面裝飾著「十六羅漢」與「四大天王」壁畫，風格與大經堂相近。護法殿則供奉吉祥天母與大黑天等護法神，其建築外觀較為封閉，內部光線昏暗，護法神多為忿怒相，並飾以骷髏與法器，充分體現格魯派對「慈悲與智慧雙備」的理解。

阿柔大寺的藝術特色，還體現在唐卡與壁畫之中。唐卡題材涵蓋佛像與歷史故事，構成了藏傳佛教獨特的立體藝術表現。寺院的色彩則以紅、白、黃三色為主，分別象徵慈悲、純潔與智慧，並搭配鎏金與青黑色，呈現濃烈的宗教氛圍。

在制度上，藏傳佛教對於已故高僧大德有特殊的安排。他們被視為法脈傳承者與修行成就者，其圓寂被看作「證悟解脫」的象徵。為了表達敬意並延續法脈，寺院會建造靈塔，或於殿堂內設立專區以供奉與紀念。整個寺院空間劃分明確：宗教活動區以大經堂與主殿為核心，四周分佈護法殿與彌勒殿；生活區則位於西北側，為僧侶住所與活佛府邸；公共活動區包括轉經筒走廊與八寶如意塔，側面向旅客與善信，強化了寺院的社會功能。



（三）崑崙山脈

我們的第三站，終於抵達崑崙山。這座被譽為「萬神之山」與「天地之臍」的聖山，在中國神話中是天地相連之地，也是百神活動的場所。西王母、黃帝、伏羲氏等神靈皆在此被傳說出現。崑崙山出產的軟玉，被視為天地精華，古人相信佩戴崑崙玉能辟邪，甚至其中藏有仙靈。最著名的景致當屬西王母的瑤池，傳說周穆王曾在此與西王母相會，使其成為仙凡相通的象徵之地。瑤池之水也被稱作仙露或玉露，具有返老還童、脫胎換骨的神奇功效。

我們滿懷期待，期望能在崑崙山上遇見神仙的蹤跡，飲一口聖泉之水，甚至與崑崙玉結緣，帶些寶貴的「手信」回贈親友。

1．崑崙聖泉（海拔 3700 米）

崑崙聖泉位於青海格爾木市納赤台鎮，是崑崙山世界地質公園的核心景觀之一。泉水源自海拔四千米以上的冰雪融水，經過地下斷層二十年以上的循環後噴湧而出，四季恆溫七度，水量穩定，終年不竭，水質清澈甘甜，可以直接飲用。

相傳西王母曾在瑤池宴請群仙時，不慎將瓊漿灑落人間，化為崑崙聖泉，飲之可百病不侵、長生不老。另有傳說稱，文成公主進藏途經此地遭風沙阻路，虔誠供奉佛像後佛像顯靈，壓出泉眼，泉水清甜如瓊漿，因而得名佛台（藏語「納赤台」）。我們每人都裝取了兩瓶「長生不老泉水」，可謂滿載而歸。





2．崑崙玉與祖山聖石

在前往下一個景點的途中，我們來到一條人跡罕至的河邊。河岸散落著許多形狀各異的石頭，其中不乏綠白相間的玉石。短短半小時內，我便幸運地找到一塊呈印章形狀、大小約10厘米見方的石頭，以及五塊較小的石頭，作為此行珍貴的收穫。赤台」）。我們每人都裝取了兩瓶「長生不老泉水」，可謂滿載而歸。

3．無極龍鳳宮（海拔3713米）

崑崙山無極龍鳳宮是高原上的道教宮觀，位於青海省格爾木市西南約120公里的青藏公路（G109）旁，是世界上海拔最高的道觀之一，也是崑崙山重要道教文化傳承。其名稱象徵「龍的傳人」與鳳文化的結合。

無極龍鳳宮是明末道教混元派（崑崙派）的祖庭，相傳為姜子牙得道飛昇之地。姜子牙曾在此修煉五行大道四十年，最終成就封神大業，道觀內至今保留其雕像及坐騎四不像的造型。

主殿為上下兩層建築，供奉道教三清至上尊神，並展現三界分治的道教觀念。第一層供奉西王母（崑崙神話核心神祇）、九天玄女（戰神與智慧女神）、金聖老母（地方性女神，司掌地域安寧與牧業豐收）、地母娘娘與斗姆元君。第二層則供奉三清尊神與玉皇大帝。輔殿供奉姜子牙及其





坐騎四不像，並設有《封神演義》中三清之師——鴻鈞師祖的神像，體現道教神話信仰的延伸。宮內同時融入佛教元素，如十世班禪大師與釋迦牟尼佛像，體現佛道共融的宗教特色。山門兩側立有哼哈二將，象徵驅邪護殿。

其建築佈局遵循道教傳統，包含山門、主殿、配殿與祭祀廣場。建築風格則融漢藏之長：漢式元素有歇山頂、金瓦、銅鈴與瑞獸雕刻；藏式元素則有白牆紅牆對比色，以及經幡與轉經輪的裝飾。

無極龍鳳宮更以太極八卦佈局聞名：主殿為中心，輻射出八大建築群，對應乾、坤、震、巽、坎、離、艮、兌八卦方位。遊客入宮後沿S形步道行走，象徵陰陽循環；各方位建築皆依卦象設計，如震位繪雷紋，離位以紅色火焰造型裝飾，兌位設西王母文化研究院（白色，代表金），坎位為內丹修煉館（黑色，代表水）等，寓意道教「陰陽相生，萬物演化」的哲學。



4．西王母瑤池（海拔 4470 米）

瑤池位於青海省格爾木市西南野牛溝山谷，是崑崙河源頭的天然冰川堰塞湖，形成於兩百萬年前。湖面狹長，東西長 12 公里，南北長 5 公里，湖水碧綠澄澈。

瑤池是崑崙神話的核心場景，記載著中國人對「天人合一」理念的想像。傳說西王母在此宴請帝王，舉辦蟠桃盛會，象徵長生不老的追求。

湖東岸建有木棧道，方便遊客參觀湖景與周邊風光，並設有一顆石造大型蟠桃，象徵此地為蟠桃園，但僅可觀賞而不可食用。景區內亦有簡餐檔，我們在此享用了煎蛋與炒飯，美味可口，既充飢又節省時間。

在棧道上，我們嘗試打坐與練氣，發現此地靈氣充沛，確有神仙居住之感。由於午餐節省了時間，我們還得以前往崑崙山口。





5．崑崙山口（又稱崑崙山埡口，海拔 4767 米）

崑崙山埡口是青海省與西藏的主要交通要道，青藏鐵路與青藏公路（G109）皆穿越此處，承擔了 80% 的進藏物資運輸，被譽為「公路鐵路雙動脈」。

崑崙山口的地理位置承擔了連通崑崙山脈南北坡的作用。其北坡屬柴達木盆地，南坡則延伸至藏北高原（平均海拔 4000–5000 米），是西藏海拔最高的區域。

在此海拔 4767 米的高度停留，我們面對低氧、大風與嚴寒環境。普通人可能會出現「高原反應」（如呼吸急促、心跳加快），但我們一行五人均未出現明顯不適。



崑崙山埡口的形成與凍土作用相關：凍土層的凍融循環（冬季凍結膨脹，夏季融化收縮）會破壞山體結構，加速山頂侵蝕，最終形成低窪的埡口。



（四）西寧九天玄女祖廟

九天玄女祖廟位於青海省西寧市湟中區多巴鎮扎麻隆村鳳凰山南坡，地處東崑崙山脈，距離西寧市約 30 公里，青藏公路（G109）與京藏高速（G6）穿山而過。

祖廟處於山上，山勢形似展翅鳳凰，周圍由八條龍山和一條水龍環繞，形成「九龍朝鳳」格局，被視為崑崙文化發祥地之一。

歷史遺蹟：漢代在此地曾建九天玄女廟，1958 年損毀，1998 年出土古廟寶瓶及九天玄女像，其後建為華夏三祖（九天玄女、西王母、軒轅黃帝）紀念館。

祖廟以鳳凰山主峰為軸心沿南北中軸線分佈，九天玄女宮、三聖大殿、乾坤宮三大主體建築群，形成「天、地、人」三階遞進格局：

天階：主殿區（九天玄女宮），象徵天道至高

地階：三聖殿（九天玄女、西王母、軒轅黃帝共祀），象徵大地承載

人階：乾坤宮（媽祖宮、地母宮等），象徵人間秩序

建築特色：漢式部分為主殿採用重檐歇山頂，覆蓋黃色琉璃瓦，檐角飛翹如鳳翼，體現皇家規格；藏式部分有經幡與唐卡，殿外懸掛五彩經幡，內部繪有西王母瑤池宴飲、九天玄女授兵符等壁畫，展現漢藏文化的融合。

標誌性建築有高 9.9 米的九天玄女露天銅像，手持七星劍與葫蘆，象徵驅邪納福。另有天梯蓮台與 669 級台階直通山頂，兩側雕刻《山海經》神獸與崑崙神話場景，寓意修行登天。

（五）塔爾寺

塔爾寺位於青海省西寧市湟中區魯沙爾鎮，是中國藏傳佛教格魯派（黃教）六大寺院之一，也是宗喀巴大師的誕生地，被譽為「第二藍毗尼園」（釋迦牟尼誕生地）。其藏語意為「十萬獅子吼佛像的彌勒寺」，融合了漢、藏、蒙古等多民族建築藝術，是青藏高原的宗教文化瑰寶。

塔爾寺始建於明洪武十二年（公元1379年），最初為紀念宗喀巴大師誕生而建的蓮聚塔。據傳，宗喀巴出生時臍血滴地，長出一株菩提樹，十萬葉片均顯現獅子吼佛像，其母香薩阿切為紀念此事，建塔供奉。

明嘉靖三十九年（公元1560年）擴建為寺，後經三世達賴、四世達賴等多次修繕，形成今日的規模。清康熙、乾隆時賜名「梵宗寺」，並題匾額。

塔爾寺在格魯派的地位極高，與西藏甘丹寺、哲蚌寺齊名。歷代達賴、班禪均有在此舉行宗教活動，如六世班禪、十世班禪的坐床典禮。中央政府歷來重視其地位，明朝封授宗教領袖名號，清康熙帝亦親題匾額。





塔爾寺依山而建，佔地 45 萬平方米，殿宇僧舍 9300 餘間，形成漢藏融合的建築群。核心建築有：

1 大金瓦殿（主殿）：三層重檐歇山頂，金頂鎏金，內供宗喀巴大銀塔（高 11 米，純銀底鍍金），塔內藏有宗喀巴金身像。

2 大經堂：供奉藥師琉璃光佛，藏式平頂建築，可容納數千僧眾誦經，楞柱懸掛五色幡幔，壁畫絢麗。

3 八寶如意塔：寺前八座白塔，紀念釋迦牟尼一生八大功德，塔身鑲嵌佛龕，供信徒繞塔祈福。

4 小金瓦殿（護法神殿）。

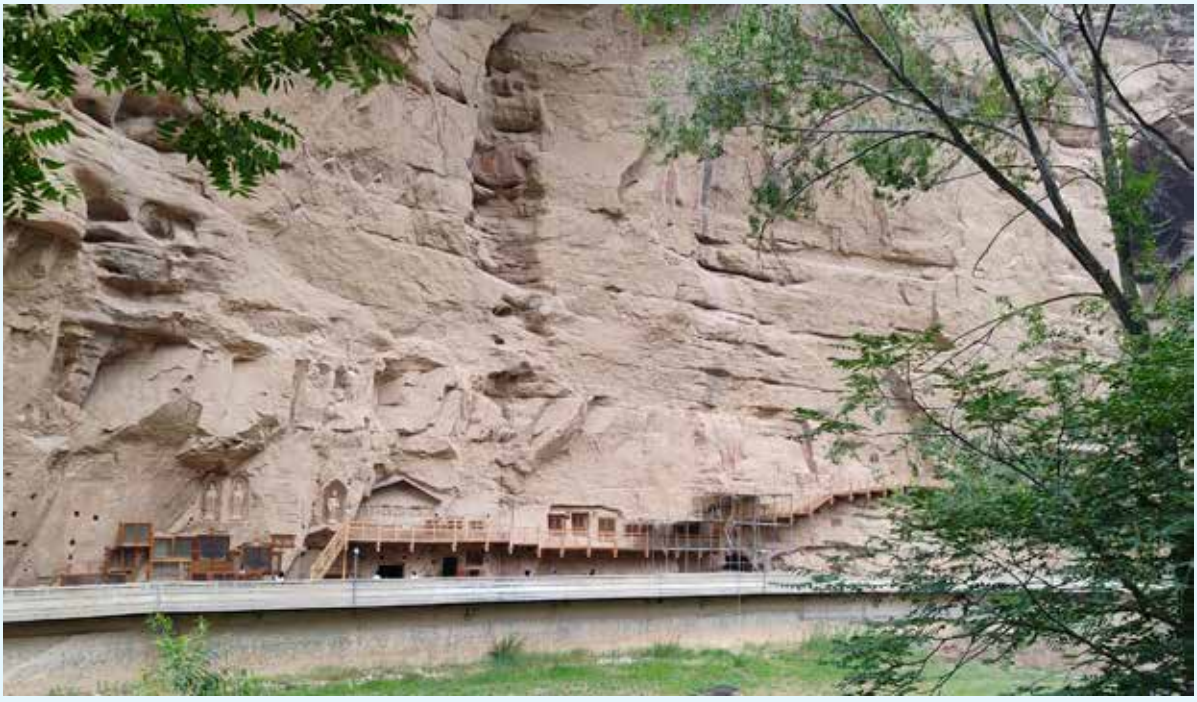
5 祈壽殿（小花寺）：供奉釋迦牟尼及弟子佛像 30 餘尊，院中種有菩提樹。

6 九間殿：供奉文殊菩薩、宗喀巴金像、7 歲彌勒像。

（六）炳靈寺

炳靈寺，全稱「炳靈寺隆務德欽林」，位於甘肅省臨夏回族自治州永靖縣西南 35 公里的炳靈鎮，是中國藏傳佛教格魯派（黃教）六大寺院之一（與塔爾寺、拉卜楞寺、哲蚌寺、甘丹寺、色拉寺並列），也是河湟地區（黃河上游）最重要的藏傳佛教文化中心之一。其藏語意為「十萬佛州」，因寺內供奉十萬尊佛像而得名，被譽為「青藏高原的佛教藝術明珠」。

炳靈寺歷史可追溯至南北朝至隋唐，以石窟藝術為主，開鑿了大量佛像、壁畫，融合漢傳佛教與印度犍陀羅藝術風格。在宋元時期，藏傳佛教傳入河湟，石窟逐漸向藏式寺院轉型，部分洞



窟被改造成經堂、佛殿。在明清時期，炳靈寺成為格魯派六大寺院之一，歷經多次擴建，形成今日「石窟＋寺院」的復合建築群。清康熙、乾隆時期，朝廷賜名「炳靈寺」，並題匾額「隆務德欽林」，確立其宗教地位。

核心建築群：

1 大經堂：寺院主殿，藏式平頂建築，可容納2000餘名僧眾誦經。殿內有16根柱包裹藏毯，頂部懸掛金鹿法輪、金幢等裝飾。四壁繪有《文殊菩薩本生圖》《宗喀巴傳》等大型壁畫，色彩艷麗，線條流暢，為藏傳佛教藝術典範。

2 彌勒殿：供奉彌勒佛銅像，高11米，為明代鑄造，佛像表面鎏金，工藝精湛。殿內壁畫描繪彌勒佛「龍華三會」場景。

3 宗喀巴殿：主供奉宗喀巴大師鎏金銅像，高9.5米，底座鑲嵌寶石，兩側配侍賈曹傑、克珠傑像。殿內保存大量明清佛經、法器（如法螺、金剛杵）。

4 炳靈石窟：位於寺院北側山崖，現存洞窟183個，壁畫面積約1000平方米，佛像雕塑200餘尊。最具代表性的是第169窟（西秦窟），內有4-5世紀佛像與壁畫，風格融合印度犍陀羅與中原藝術，是研究早期佛教藝術的重要資料。



（七）關帝廟

蘭州關帝廟位於永登縣忠和鎮忠和村，又稱「忠和關帝廟」。規模較小（約200平方米），依山而建。主殿供奉關羽（關帝聖君）坐像，左為關平（手持印符），右為周倉（扛青龍刀），均為泥塑彩繪，形象威嚴。殿內牆壁繪有「桃園結義」「過五關斬六將」等故事壁畫，構圖簡潔，用色以紅、黑、金為主。東西兩側各有一間小配殿，東配殿供奉土地公（福德正神），西配殿供奉財神趙公明，反映民間「多神共祀」的信仰特點。關帝廟是當地文化傳承的重要載體，其文化意義體現於「關羽忠義仁勇」的品格被村民奉為處世準則。廟內匾額「忠義千秋」及壁畫均強調這一價值觀。

此廟由村民自主管理（設有廟管會），日常維護、活動組織均由村民參與。

開放情況：目前為村民自發管理的民間信仰場所，無固定開放時間。我們到訪時，遇到一位當值村民，他熱情地為我們開啟大殿，並告訴我們這裡僅於初一、十五對外開放參拜。

三、結語

本次崑崙山之旅，不僅是一次地理與宗教文化的實地考察，更是一次神話傳承與自然靈性的探索。北山寺展現了佛道融合與地方宗教文化的特質；阿柔大寺則體現了藏傳佛教的藝術之美與制度特色；而崑崙山更是以神話傳說與自然奇觀交織，將天地人神的聯繫呈現得淋漓盡致。

通過北山寺、無極龍鳳宮等道教宮觀，以及阿柔大寺、塔爾寺、炳靈寺等藏傳佛教寺院的實地





觀察，可以看出兩者在宗教建築與文化功能上的差異。道教宮觀多依山勢而建，強調與自然地貌的共生，如北山寺結合丹霞地貌與懸空建築，無極龍鳳宮則以太極八卦佈局象徵陰陽相生。建築格局以中軸線為主體，殿宇多供奉西王母、九天玄女、斗姆元君等女神，突顯母性與守護的象徵意涵，同時展現了地方信仰的融合特質。道教宮觀既是宗教儀式場所，也是「社區信仰服務中心」，承擔庇護、祈福與地方文化傳承的角色。

藏傳佛教寺院則以規模宏大、功能分區嚴謹為特色。大經堂是核心建築，可容納數千僧眾誦經，牆壁與殿堂中廣泛繪製佛教故事壁畫與唐卡，色彩鮮明，象徵慈悲、智慧與修行。寺院空間明確劃分為宗教活動區、生活區與公共活動區，並以靈塔、彌勒殿等強調法脈傳承。與道教宮觀的多神共祀不同，藏傳佛教以祖師與佛菩薩為核心，並特別重視高僧圓寂後的紀念與法脈延續。

綜觀之下，道教宮觀強調自然共生與女神信仰，帶有地方性、民間性特徵；藏傳佛教寺院則注重制度化、規模化與法脈承繼，呈現出宏偉莊嚴的宗教秩序。兩者在同一片土地上並存，構成崑崙山及其周邊地區多元而深厚的宗教文化景觀。

這段旅程，讓我們既觸摸到歷史與宗教的厚重，也感受到自然與神話的奇幻。

最後感謝呂祖仙師和九天玄女仙師的庇佑，我們的八天旅程裡天氣晴朗，陽光普照，心情開朗，心境清明，一切順利和眾人安全。師父的盡心盡力教導，使我們可以領悟很多風水和道教方面的知識，師兄弟們的互助和關懷，令每一位成員都可以盡興而歸。

14 廣東第一峰尋龍之旅

14.1 天地之脊：從風水視角解碼廣東第一峰的文化密碼

在粵湘交界之處，有一座海拔 1902 米的山峰，廣東人稱之為石坑崆，湖南人喚作猛坑石。名稱雖異，所指卻為同一座山峰——廣東第一峰。這座橫跨兩省邊界的巍峨高山，不僅在地理上佔據南嶺山脈的制高點，在中國傳統風水學的視野中，更承載著深遠的文化意蘊與精神象徵。

龍脈之祖：鎮守省界的天然屏障

風水學認為，群山發脈之處被尊稱為「太祖山」，它必須巍峨雄偉、氣勢磅礴，才能積聚厚重渾厚的「氣脈」。石坑崆正是這樣一處「太祖山」的典範。它矗立於粵湘交界，如同一位威嚴的守護者，鎮守兩省邊界。從高空俯瞰，這座山峰猶如天地的樞軸，將周圍的山脈脈絡有條不紊地向外延伸，形成一道道天然屏障。









在風水格局中，這樣的制高點往往被視為「天門」或「地戶」的關鍵節點。所謂「天門」，是氣運進入之所；「地戶」，則是氣運匯聚之地。石坑崆恰好兼具這兩個功能——它既接納北方而來的氣流與能量，又將之轉化、蓄積，使「生氣」不至於消散。正是由於它的「出身尊貴」，由它發脈而出的支脈才具備了孕育風水寶地的潛質。可以說，廣東境內眾多被認為風水上佳的地方，其氣脈追根溯源，皆可上溯至這座太祖山。



14.2 陰陽交泰：生氣勃發的能量場

南嶺山脈是中國南部一條重要的自然地理分界線，而石坑崆正是這條分界線的最高峰。風水經典《葬經》有云：「氣因勢而止，因界而聚」。這種地理分界的形成，使山峰南北兩側的氣候、植被、土壤呈現出顯著的差異，構成了一種天然的「陰陽交匯」格局。

在風水理論中，陰陽交匯之處，往往是「生氣」最為活躍的地方。石坑崆山頂常年雲霧繚繞，氣象萬千，這種景象在風水中被稱為「雲氣生焉」，是龍脈精華積聚、生氣旺盛的表現。當南方的暖濕氣流與北方的乾冷氣流在此相遇，不僅造就了豐富多樣的生態系統，更在無形中形成了一種動態平衡的能量場，讓這片土地充滿了生機與活力。



14.3 水源之始：財富能量的發源地



風水學講究「山管人丁水管財」，水系的走向與質量直接關係到區域的財富運勢。石坑崆不僅是山脈的始祖，更是廣東重要水系——北江的發源地之一。從山頂流淌而下的清泉，在風水中被視為「真水」，代表著純淨與源源不斷的能量。

這些發源於高山之巔的涓涓細流，匯聚成溪，奔騰而下，最終匯入大江大河。水流的走向、流速、曲折程度，都直接影響著下游地區的風水格局。在風水的邏輯中，水能「界氣」，即界定、引導氣的流動。因此，石坑崆所孕育的水系，堪稱廣東北部部分地區「財富運勢」的起點。水流所到之處，生氣隨之而至，為沿岸地區帶來源源不斷的生機與繁榮。

14.4 山水相濟：自然景觀的風水功能

石坑崆的山腰以下，覆蓋著廣東的原始森林。這片森林在風水中發揮著「藏風」的重要作用。山巔罡風凜冽，若毫無遮擋地直沖而下，則「氣」會過於剛猛，不利生靈。而茂密的植被能化解罡風，將之柔化為溫和的「生氣」，滋養萬物。因此，森林不僅是生態的屏障，更是風水中調節氣場的重要元素。

山中錯落的瀑布與幽深的峽谷，則構成了「氣」運行的通道。風水學認為，「氣」隨水而走，遇風則止。瀑布飛瀉而下，水花四濺，帶動了氣的流動；峽谷蜿蜒曲折，使氣得以積聚而不散。這些自然景觀共同構成了一個完整的「氣」循環系統，讓整座山的氣場既充滿活力，又不失穩定。



14.5 區域天柱：粵北的生態與文化脊樑

從宏觀的風水視角來看，一座省域的最高峰，往往被視為該區域的「天柱」或「靠山」。石坑崆之於廣東，正是這樣的存在。它象徵著粵北乃至整個廣東地理格局的穩定性，是大地上不可或缺的頂樑柱。

從「天人合一」的哲學高度審視，這樣的大山大脈承載著更為深遠的意義。它是維持區域生態平衡、氣候穩定的核心，是廣東當之無愧的「綠肺」與「生態屏障」。當現代人重新審視石坑崆的價值時，會發現古老的風水智慧與現代生態保護理念有著驚人的契合——都强調山水相依、人與自然和諧共生的重要性。





14.6 仙娘廟：雲端的守護神

艷霧山山頂有一座仙娘廟，又稱「充天仙娘廟」。廟宇雖不大，卻因背後的傳說而充滿了神聖與神秘色彩。相傳，古時艷霧山一帶有獨角魔王作亂，殘害百姓，天庭派遣九天玄女下凡降妖，最終保得一方平安。後人感念仙娘恩德，在山頂建廟祭祀。另一版本則說，「充天仙娘」本身就是一位樂善好施、有求必應的女神，她坐鎮山巔，護佑著腳下的土地與百姓。

千百年來，這座廟宇成為當地民眾的精神寄托。人們相信在此祈福，尤其是求子和求姻緣，最為靈驗。每逢初一、十五，尤其是新春佳節，即便山路崎嶇，前來上香祈福的善男信女仍絡繹不絕，香火鼎盛。這座立於雲端的廟宇，不僅提升了山峰的人文高度，更成為連接天地的精神節點。







14.7 長久梯：步步高升的祈願之路

從山腳通往仙娘廟，有一條近百年歷史的石板路，共999級臺階，當地人稱之為「長久梯」。999這個數字，與「長久」諧音，被賦予了雙重的美好寓意：一是「長長久久」，祝願姻緣與家庭幸福美滿；二是「步步高升」，象徵人生事業不斷向上。當朝聖者踏上這999級臺階，腳下的石板便不再僅僅是石頭，而是一條承載著無數美好願望的「天梯」，引領著人們走向雲端的聖境。

廣東第一峰石坑崆，以其獨特的地理位置與自然稟賦，在中國傳統風水文化中佔據著不可替代的地位。它既是大地的脊樑，又是廣東省龍脈的始祖；既是水源的源頭，又是生氣的核心。從仙娘廟的香火到長久梯的足跡，從原始森林的藏風到瀑布峽谷的行氣，這座山峰凝聚了自然與人文的雙重精華。當我們重新以風水的視角審視它時，不僅能理解古人「擇吉而居」的智慧，更能從中獲得啓示——人與自然和諧共生，方為永續發展之道。



14.8 千年古紅豆杉

廣東第一峰（清遠陽山秤架瑤族鄉）景區內，千年古紅豆杉屬第四紀冰川遺留下來的古老樹種，譽為「植物活化石」。其富含紫杉醇，醫藥與生態價值極高。分佈於太平洞等地，生長繁茂，是當地生態保護的重要象徵。



15 《廣東第一峰尋龍之旅 14-15/3/2026》學員所感

15.1 《廣東第一峰尋龍之旅》—玄禮子（林正興）

三月一個春寒料峭的週末早上，天色澄明，我們眾師兄師姐隨師父從香港出發，在深圳租車及與何師傅會合，一共四車直奔粵北尋訪廣東第一峰，海拔 1902 米的石坑崆。

我們北行 250 多公里至英德市午膳，途經聞名的黃花鎮，路旁處處皆是黃花風鈴木，這時正值花期盛開，金黃燦爛，奪目非常。餐後驅車直往艷霧山，要步上九百九十九級迂迴的「長久梯」登山，頗為費勁，然而踏着百年歷史的石板臺階，邊行邊觀賞遠山連綿之景，轉眼已到山頂仙娘廟，簡樸如亭，香煙裊裊。傳說中九天玄女降魔、充天仙娘濟世的故事，讓這小小的山頂承載了千年願望。下山時夕陽正西斜，我們駛往第一峰山區入口的溫泉度假村，晚餐前先泡個戶外溫泉，同時可仰望夜空，繁星閃爍，山風輕拂，身心俱暢。

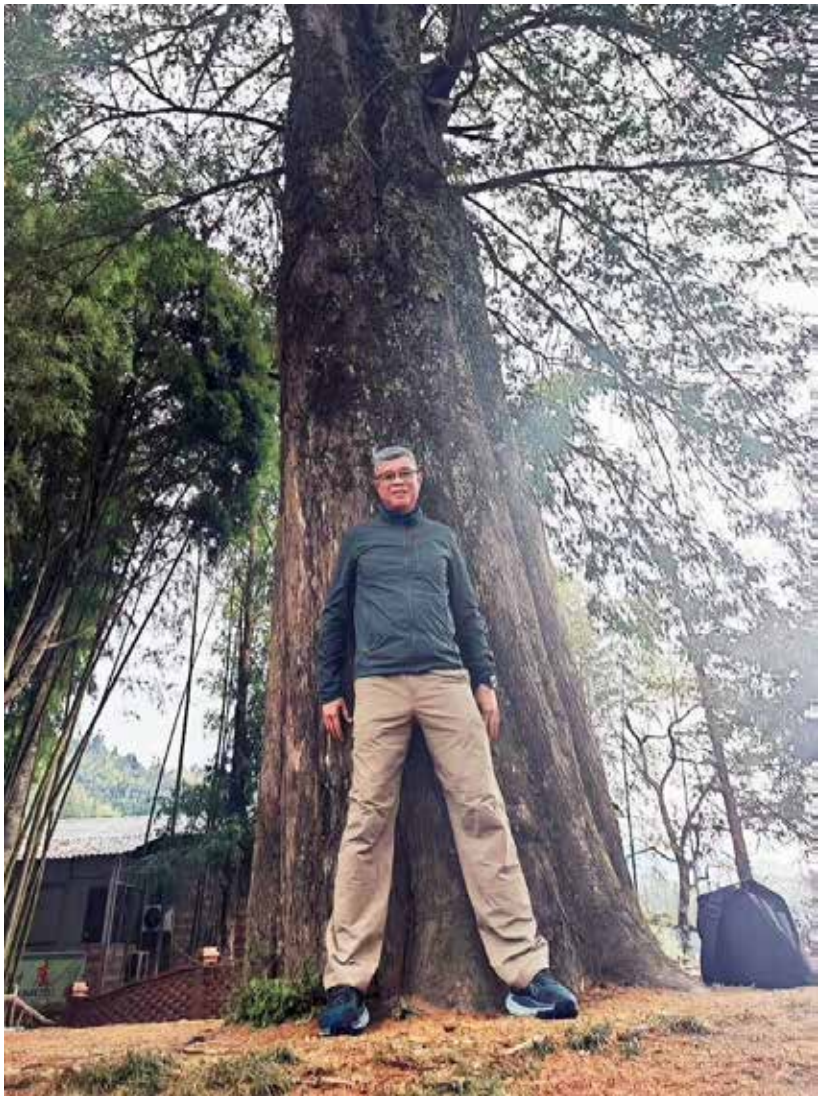
翌日就是我期盼已久的行程，踏上廣東「天路」登峰。二十八公里山路，八百個彎道，平均四十七米一折。當天風和日麗，遙望群山層層疊疊，凝神觀看，映入眼簾的是蜿蜒的山路，隱約就像一條巨龍盤踞在這南嶺山脈。我們的車一馬當先在山路上奔馳，見幾處有新碎石散落在路上！不久便發現左前軚被尖石損破而嚴重洩氣。換後備軚過程是幾經波折，兩位大師雖汗流浹背，扭斷兩顆大螺絲釘亦未能成功！直至如有神助，得駕車經過的青年指點，原來扭錯螺絲方向，才解決問題。換上備軚的那一刻，我們相視而笑，原來最難的，不是力氣不夠，而是方向錯了而不自知。

抵達午餐集合處時，已誤點近兩小時，師父與眾師兄姐在等候，為我們歡呼喝采，這鼓勵直達心窩，比任何佳餚更暖心。原來另一台車在登山路上也遇上波折，與一電單車發生小意外，最後當地村長作調停，我們亦樂意捐善款作公益。

車隊登廣東第一峰沿途經天門、天龍澗、天心橋、仙女潭等，山明水秀，神清氣爽，令人心曠神怡。在峰頂遠眺群山連綿，層巒疊嶂，山外有山，像千峰競秀，遠山縹緲，重重連貫，漸漸

沒入蒼穹。石坑崆作為南嶺山脈的制高點，有風水「太祖山」的地位，位處粵湘交界，是廣東多條重要山脈及水系的發源地。此高山有天然屏障之勢，阻擋南北氣流，為陰陽交匯之處，能量活躍，龍脈精華積聚，生氣旺盛，我們有幸在峰頂親撫龍脈龍骨，機緣罕有。

下山不走回頭路，取道經粵湘邊界的莽山地質公園返深圳。回望這一路，各車組在過程中都遇上大小考驗，這正正就是磨練與修煉的意義，我們從中學習和成長：不放棄、勇於面對困難、逆境中依然凝聚團隊精神和力量。經過今次的考驗，我們尋龍之同時，亦尋到一個更好的自己，與及更齊心協力的團隊。龍脈本就曲折，尋龍之人，先得學會與彎道共處，克服彎道的折磨，才能登峰造極。



15.2 勇闖廣東的喜馬拉雅—石坑崆—玄正子（朱少橋）

車輪碾過灑滿陽光的公路，滿目金黃驟然撲入眼簾，那是黃花風鈴木鋪就的長廊。風一吹，花瓣紛揚如碎金，落在車窗上，也落在心頭。我忽然明白，這趟向廣東屋脊的奔赴，從不是一場簡單的自駕，而是一場追尋龍脈氣息、與天地共生的修行。

中華龍脈自崑崙萬山之祖滾滾南來，氣勢磅礴，龍體高聳，終於在嶺南大地紮下根基，便是分隔嶺南與中原的南嶺山脈。而石坑崆，這座海拔 1902 米的高峰，便是南嶺的制高點，廣東的第一峰——在廣東謂之石坑崆，在湖南名為猛坑石，本是同一座山，橫跨兩省，如一位沉默的巨人，鎮守著省界，也承接著天地間的精華之氣。論其雄奇，較之五嶽，亦不遜色。它不似華山險峻逼人，不似泰山厚重沉穩，卻自有一種「萬山來朝」的氣度。山巔與天相接，雲霧纏繞間，彷彿是粵湘兩省最接近蒼穹的地方，那份震撼，讓每一個嚮往它的人，都忍不住想要踏上這片土地，一探其蘊藏的風水奧秘。

這次華玉講堂的自駕之行，共四輛車同行，而我們乘坐的 A 車，是唯一一輛從香港出發的車輛。天還微亮，城市尚在睡夢中，晨曦如薄紗鋪灑在公路上，我們便駕車駛出香港上環，穿過港珠澳大橋，一路向珠海而行，再往英德方向，與從深圳出發的三輛車匯合。車窗外的風景漸漸褪去都市的繁囂，換成了田園的靜謐，心也隨著車輪的轉動，慢慢變得澄澈。

午間在英德祥龍酒樓會合用餐後，四車一同出發，沿 366 縣



道向艷霧山駛去。行至黃花鎮時，眼前忽然鋪開一片金黃，那是黃花風鈴木盛開的模樣。它褪去了綠葉的羈絆，滿樹都是喇叭狀的金黃花朵，遠看如浮動的雲霞，近看如懸掛的鈴鐸。風一吹，便有花瓣紛紛飄落，鋪成一條閃閃發光的金毯，將公路變成了一條金色隧道。陽光透過花葉的縫隙灑下，光影流動，車輛穿行其間，彷彿駛入了人間的夢幻。



起初心中還有著趕路的浮躁，可見到這片金黃的瞬間，所有的紛擾都煙消雲散。我忍不住舉起相機，貪婪地留下這耀目的金華。鏡頭流連著滿樹繁華，心中既有驚喜，又有幾分歎惋。這黃花風鈴木的花期極短，不過十餘日，卻傾盡所有能量，綻放出最熱烈的模樣，不帶一絲雜質，彷彿是春天最真誠的告白。它教會我們珍惜當下，正如這趟旅程，每一段風景，每一次相遇，都是當下的緣分，是時光贈予的珍貴禮物。我靜靜欣賞著，生怕錯過這稍縱即逝的美好，心中滿是柔軟與敬畏——敬畏這大自然的神奇，敬畏這人生的不期而遇，也珍惜這一路的風光。

沉醉在黃花風鈴木的美景中未醒，車輛已轉入252鄉道的深處。水泥路沿著山勢盤旋向上，沿途群峰峻嶺，翠色欲滴，層巒疊嶂間，藏著南嶺最原始的靈氣。經過山路十八彎，終於抵達艷霧山山腳，一堵石牆碑靜靜矗立，上面刻著「仙娘驅妖護良民」的軼事，訴說著這座山的神聖與傳奇。相傳古時，艷霧山一帶有一隻凶殘的獨角魔王，殘害百姓，九天玄女得知後，下凡降妖，平定禍亂，保一方安寧。後人為紀念這位善良的仙娘，便在山巔修建了仙娘廟，讓這份庇佑流傳至今。



從山腳通往仙娘廟的，是一條善長人翁集資新建的石階路，共999級台階，當地人稱之為「長久梯」。這999級台階，藏著最樸素的美好祝願：一是「長長久久」，寄託著人們對姻緣與家庭的期盼，攀登這段台階祈願，便是希望感情彌堅、幸福長久；二是「步步高升」，每踏上一級，便離心願更近一步，寓意著人生坦途、前程似錦。腳下的石階雖未有歲月磨損的痕跡，但過去的泥石路到現在的水泥石階，都承載著無數人的心願。一步步向上攀登，彷彿踏上了通往雲端神廟的天梯，心也變得虔誠起來。艷霧山海拔830米，地處陽山、清新、英德交界處，數千座峰巒環繞，波瀾壯闊，山間靈氣縈繞，實乃神靈棲居之地。

當日黃昏，我們抵達廣東第一峰溫泉度假村，它坐落在陽山縣秤架瑤族自治鄉的南嶺原始森林國家自然保護區內。深山之中，濕氣瀰漫，卻也養出了最清新的空氣。度假村四周被茂密的樹林環繞，入耳皆是蟲鳴鳥囀。入夜後，遠離了都市的燈光，夜空繁星點點，璀璨奪目。我架起腳架與廣角鏡頭，將這片漫天星斗定格，也將這份深山的寧靜，藏進了記憶卡裡。

次日清晨，用完早餐，我們便向此行的重中之重——石坑崆峰出發。石坑崆又名莽山峰、猛石坑峰，位於乳源瑤族自治縣西部的群山中，地處粵湘交界，海拔1902米，是名副其實的廣東第一峰，古稱「天南第一峰」。它不僅是北回歸線上最大的綠洲，更藏著南中國乃至世界上面積最大、保護最完好的亞熱帶原始森林。論高度，超越東岳泰山、中嶽嵩山、北嶽恒山、南嶽衡山，幾與西嶽華山齊肩。

沿途經過天門畫廊、天星橋、仙女潭、天龍澗等景致，一步一景，一景一情，原始森林的蒼茫、高山峽谷的神秘、清流瀑布的秀麗，盡收眼底。而最令人印象深刻的，便是前往石坑崆從海拔200米攀升至1902米的盤山公路——「石坑崆800個彎」。這條被稱為「廣東天路」「廣東版318」的公路，如巨龍般蜿蜒纏繞在高山峻嶺之間，每一個彎道都藏著未知的驚喜與挑戰。據當地人說，這800個彎道沒有一個重複弧度，有的是近乎180度的急轉，有的是依山而建的環形迴旋。車輪碾過柏油路面，發出均勻的響聲，與山風的呼嘯、林鳥的鳴囀交織成一首獨特的山路交響曲。車行其間，身體不時隨著轉彎傾斜，手心不自覺沁出薄汗，既有征服險途的刺激，又有飽覽絕景的愉悅。每轉過一個彎，眼前的風景便會煥然一新，從山腳的蔥鬱林海，到半山的雲霧繚繞，再到山巔的晴空萬里，層次遞進，壯麗無比。我緊握車窗扶手，目光流連於車外，心中既有對前路的忐忑，更有對山巔風光的迫切嚮往，那份緊張與期待交織，讓這段山路行駛變得格外難忘。這裡是自駕愛好者心中的聖地，卻也因急彎密集、地勢險峻頗具難度。而我們車上的戴師兄，憑藉精湛的駕駛技術，雙手穩握方向盤，目光敏銳，轉彎時熟練掌控車速與方向，每一個轉彎都從容不迫，讓車上的我們絲毫感受不到慌亂，唯有安心與欽佩，心中不禁歎服：能駕駛車輛征服這800個彎，既是對車技的考驗，更是對膽識的磨礪。車行途中，每遇美景，戴師兄總會減慢車速或停車，讓我們靜靜欣賞、打卡。心中滿是對景緻的驚歎，也感受到同車的溫暖。





午間，我們在南木村親水莊園享用天然農家菜。村中的千年古紅豆杉，是第四紀冰川遺留的珍稀植物，被譽為「植物王國的活化石」，不僅有極高的生態價值，更蘊含著厚重的自然靈氣，可稱為當地的風水神樹，盡顯對生態保護的重視。南木村親水莊園前的小溪，流水潺潺，初春的嫩綠枝芽沐浴著山澗的靈氣。鏡頭中的小吊橋，一兩位師兄師姐偶爾微晃地走過，畫面恍若一幅靈氣充溢的山水畫卷。午餐後，我們繼續前行，一路向上，海拔漸長，喧囂漸遠，只剩下車輪碾過柏油的輕響與山風掠過耳畔的溫柔。從山腳的蔥鬱林海，到半山的群峰環抱。穿過第800個彎道，登上海拔1800米的映山紅奇石區，此時，群山皆在腳下，山體龍脈凸顯，氣息澎湃，彷彿能感受到天地間的元氣流動——這便是風水學中「太祖山」的氣勢。石坑崆作為廣東多條山脈的發源地，陰陽交匯，生氣旺盛，更是廣東重要水系的發源地，「山管人丁水管財」，它便是粵北財運與生機的起點，南龍延伸至香港的咽喉。我靜靜佇立，不語，只覺天地間的精華，皆匯聚於此。風吹過山巔，帶來草木的清香，也帶來天地的呼吸，連心臟的跳動，都彷彿與山脈的脈動同頻——此刻的安靜，讓我想起從前在書中讀到的「天人合一」，從未如此刻般深刻。原來不是文字的修飾，而是當人站在天地之間，褪去所有塵囂，才能真正與山水相融，與自己對話。

最終，我們登上了石坑崆峰。1902米的海拔，腳下便是粵湘交界的界線，眼前是茫茫群山起伏，悠悠雲霞飄渺。那份「一覽眾山小」的豪情，與感受到龍脈氣息的敬畏，交織在心底。再到接近峰頂時的清風朗闊，廣東第一峰用最原生態的模樣，治癒著每一個奔赴而來的人。這趟旅程，我們見過金黃的花廊，走過虔誠的台階，賞過璀璨的星空，登過雄奇的山巔，不僅是一場自駕的冒險，更是一次與天地、與風水靈氣的對話。山風吹過，攜著草木的清香，也帶走了所有的紛擾，只留下滿心的澄澈與溫暖。旅程中，有意想不到的遭遇，有純樸熱情的店家，也有熱心伸出援手的熱心人。雖沒有驚天動地的瞬間，卻有細水長流的溫暖；沒有生硬的感悟，卻有油然而生的共鳴。原來，最好的旅行，從來不是打卡式的走馬觀花，而是在山水之間，與自己對話，與天地對話，讓心靈得到洗滌，讓生命得到安放，讓每一段風景，都成為心間難忘的印記——就像那些藏在記憶深處的溫暖，無論走過多少路，經歷多少歲月，想起時，依舊能溫暖人心。

15.3 自駕遊廣東第一高峯的樂與怒—玄微子（何鴻德）

第一次獨立長途駕駛，第一次在深圳市區駕駛、第一次看見國家一級古樹「紅豆杉」……。我們經常上路尋訪第一，今趟在廣東也走了好幾個第一！去年中我們「第一次自駕遊崑崙山」，幾個人互相輪替駕駛，輕鬆又自在。今次自駕遊從「深圳跑到清遠」，先上「龜霧山」頂，拾級爬上999級天梯、再上1902米高的天南第一峰「石坑崆」、進入天南第一村寨「瑤家古寨」、也進入未開放的原始森林景區。在山嶺之間運轉，全程來回估計超過1500公里路程，初圓我多年的在國內駕車遠遊的夢想之旅！



深圳這個大城市內，很多路段都多線行車，繁忙程度非常嚇人，在這些繁忙的馬路上尋找道路、拐彎、換線，最複雜處極速換了七條線道，真的不容易，我這個國內「新牌仔」對著高德導航也難免有差錯，幸而有位副駕兼任導航，兩人奇妙地合作得天衣無縫！

大約四個小時車程，走過無數的轉彎抹角，終於到了830米高的「龜霧山」頂，拾級登上「天梯」俯望，斜陽掩映群峰異，這是「喀斯特峰林」！極望群峰，有如眾仙迎繞，與我們一起參拜「充天仙娘」。「仙娘宮」座落際高處，是萬峰之王，據說是民間為紀念九天玄女在這裡降服獨角魔王而建。據此我感覺玄女娘娘與我們同在，祂在天地間主宰著生命，也掌握著永恆的生機。眨眼的瞬間，已經悠然地彌漫開來！這是上天給人們的恩賜，人類需要好好珍惜這片宇宙本來的淨土！

第二天跑在「天南第一高峰石坑崆」的山路之間，穿梭於「瑤家古寨」的村落群，駕車不能太快，實在也不算太快！但旁邊副駕的聲音就不停在我耳邊迴盪，叫我慢些慢些，後來才發覺原來我是靠山而行，他的位置下望就是高聳的懸崖和放空的山脈，這本來是美景，但看到沿途被撞毀的護欄，心理多少會有影響！我是真的開車太快了？

中途在「天門石」停車休息，外望前方迎客松與山巒層疊，延伸至無盡的遠方。沿路標高柱提示高度，和不可能超車的800多個彎道，有些比澳門的髮夾彎還要搶險。沿路同流的山溪，形態各異的磯石，大小的湖澤蘊蓄著湛藍的水色，那原始的風貌，猶如到了九寨溝的五彩池。樂而忘憂，途中第一次遇到「碰瓷黨」！怪不得山腳豎了小心碰瓷黨的警告牌，幸得師父找到村長加上村委拆解，對方也摸不到好處。

網上找不到資料的天南第一龍，是南嶺山脈，是由東向南伸延，格局也是左高右低的典型地理。山脈橫貫於湖南、廣東、江西、廣西四省分界處，是廣東的屋脊，是南嶺山脈的主峰。「山不在高，有仙則名；水不在深，有龍則靈。」我們找到了山頂綿延的龍脊所在，凸起的龍骨和龍頭處，冒出陣陣氣息，龍頭位置更有暖氣挪動，太不可思議了！

兩天的行程，讓我來一個總結：

「清遠市瑤族南嶺自然保護區」，是南嶺橫跨粵桂湘贛等多個省或縣區的界區，兩天內我們駕著四驅車走遍了這裡，包括進入未開放的原始森林，我們不是用腳，而是帶著華玉講堂的尋究心一同上路！

瑤家古寨的紅豆杉，難忘的貼身感受，雖說含有紫杉醇劇毒成份，環抱樹身的感覺卻非常舒展，樹內散發出的能量源源地激盪體內氣脈，猶如動靜兼修！

在第一高峰上人有三急，只看見一個簡陋廁間，卻有人守備，先來掃碼交付兩元，方能排隊使用，讓我回憶起幾拾年前還在貧困時期奮鬥的中國，就是靠著一點一滴的積累，才達到今天的強國地位！這是科學與歷史的疊印吧！

這次旅途，說似有一定的危險性，但只要你細心慢馳，實則不是那麼險要，我有點危言聳聽了！

在人生的旅途中，有許多事情是我們不能解決的，周圍都有碰瓷黨，大家要格外小心！

人類就等如天地之間浮躁的微塵，切莫妄為。我們經常在探究「天人合一」的意義，這本義就

是「人與自然和諧合一」！駕車深度遊山玩水之間，我們也必須保持淨土的優異，勿把城市的繁華夢帶進去！



登艷霧山
登臨極目天地寬
群峯簇聚森羅列
如此妙微艷霧間
真炁氤氳萬物昌

『石坑崆』山水之間
記得那一天，
我走過荒山，
也登上野嶺，
長空萬里下，
我在天地之間行走。

那些遠山我都踏過，
但它們都靜坐不語。
有時我們相對無言，
只聽山河低聲流淌。

願天生像河與海般相依，
這過山的河水，
願我能伴隨你奔流。
若有一天你要我出發，
請您叫喚我，
讓我策勵揚鞭，
隨水奔向你。

願我可遠去，
天地之巔，
這就是夢想，
這就是信念，
不可改變。
縱然履破亦萬里不辭。

別時容易，
再見卻難，
這就是相思。

在天地之巔，
我散盡煩憂與塵念，
喚起您高山野嶺的回聲。
您與我並肩，
再多千里路，
捨您還有誰伴我前行？

風花雪月依舊，
總掀動掛慮的心靈。
舊思難平，
無盡的感嘆，
聚散終不改初心。

我知道總有一天，
我們會再次重聚。
請記住我們的應許，
或在暖風中相聚，
或在琴弦聲中醉倒，
相約在您方，
滿天星再聚。

我心更明白，
你與我時刻同在，
交融著應許的情懷與喝彩。
我心更明白，
地久天長，
不生不滅。
在風中不同的方向裡，
在呼吸間，
有多少的期望與等待？
我將寄託給風中微塵之間，
常與你同在。

15.4 廣東第一峰—玄澤子（張鎮江）

廣東第一峰——石坑崆（海拔1902米），巍然聳立。雖未必能與其他名山大川的雄偉壯麗相比，但對祖籍廣東的我而言，那份無言的親切與期待卻油然而生。只想快快踏上旅程，親眼看看孕育廣東的祖山。

3月14日清晨，一行十多人、四輛車，由深圳出發，直奔粵北的廣東第一峰。車子一路駛入山區，沿途山水地貌不斷變幻，彷彿在引領我們前行，也在默默訴說著它獨有的性格與故事。

由香港常見的山貌，漸漸轉為多樣化。有時開揚廣闊，一時又四面環山；有時嶙峋險峻，一時又是連綿不斷的小山丘，又或是變成一眾獨立聳起的山崗，或前傾或後仰。更有一些如同龍脊厚甲般，沿著高速公路並排展開，彷彿與車輛一同飛馳！

經過一連串狹窄山路與急轉彎，我們終於抵達第一站——艷霧山。沿着999級石階登上仙娘廟，這是一場體力與耐力的考驗。正如「欲窮千里目，更上一層樓」，登頂遠眺四周山色，方才的辛苦瞬間化為喜悅，顯得微不足道。

在770多米的高度俯瞰，山下景象宛如一片湖水，無數小山崗如同水下的氣泡，似要衝破水面，在大地上湧動。大自然的力量，神奇而震撼。傍晚，我們下榻於廣東第一峰山腳下的度假村，養精蓄銳，準備翌日清晨登頂。



翌日清晨，大隊在景區入口集合拍照，四部車浩浩蕩蕩，向著1902米高、800多個彎道的山頂進發。進入深山區後，山貌再度轉變：一邊是高聳山巒，一邊是幽深峽谷；兩山夾一水，兩水夾一山，地勢分明，氣象萬千。

穿過近800個彎道，我們來到接近山頂的一處觀景崗——海拔1600米的山崗。這裡是其中一個最佳觀景位置，只見兩道凸起的白色石英石脈並排延伸，最後聚於前方一隅，然後潛入石層之中，宛如龍脈行至頂端聚氣，再往前潛行。師姐在此感受到強烈能量，我氣感較弱，但仍為眼前所見而心潮澎湃。

由於山頂屬禁區，我們未能登上1902米的最高點，只能抵達廣東與湖南交界的界碑，約海拔1700米。雖未能登上最高點，但在界碑前，仍感受到祖山的厚重與莊嚴。一座山，硬生生劃開了兩省疆界，令人感慨。在界碑位置稍作停留後，我們便啟程返港。回到香港已是半夜，兩天的行程雖勞累，卻滿載收穫。

結語

這趟旅程，不僅是一場登山之行，更是一場心靈的洗禮。石坑崆承載著廣東的根與魂。站在祖山，感受到的不只是自然的壯美，更是與土地的連結。兩天的奔波，換來的是心底的滿足與安寧。或許，這就是旅行的意義——在山水之間，找到自己與土地的共鳴。

15.5 充滿挑戰和考驗的尋龍之旅—伍士衡

本次考察以自駕形式展開，從繁華的深圳出發，直奔清遠陽山。這不僅是一場視覺的盛宴，更是一場關於體力、膽識與智慧的深度考驗。我們在兩天內先後挑戰了海拔 830 米的韶霧山與 1902 米的廣東最高峰——石坑崆，經歷了從汗水攀爬到驚險駕駛的全過程。

第一天：韶霧山朝聖，步履間的虔誠

午飯後，我們迎來了第一個考驗：直面「韶霧山天梯」。999 級石階如一條通往天際的長龍。民間視其為「長久之路」，意指唯有歷經艱辛的攀登，方能顯現對神靈的敬畏與求索圓滿的決心。

半山之境：行至山腰，觀音洞赫然眼前。洞前對聯「觀音蓮下世代興，靈山聖水丁財旺」，道盡了嶺南百姓對生活最樸實的期盼。沿途香煙繚繞，善信們帶著祭品虔誠而行，這種信仰的力量讓艱辛的爬升多了幾分肅穆。

頂峰之靈：登頂後，視野豁然開朗。簡陋卻莊嚴的「仙娘廟」矗立於此，彷彿是萬峰之魂。站在這裡，周邊萬座山峰圍繞，生出「大地在我腳下」的豪邁感。

這裡供奉的「充天仙娘」承載著兩大傳說體系，展現了深厚的人文底蘊：

九天玄女的化身：傳說她是司掌兵法、術數與造物的大神九天玄女。當玄女巡遊至此，見萬峰朝拜、靈氣聚集，便留下法身守護這片土地。「充天」二字，正寓意其靈氣充盈於天地，氣勢上衝雲霄。

凡間奇女子的慈悲：另一傳說則指仙娘本是山中一位採藥濟世的平凡女子。她一生分文不取救治窮人，更能預知天機，每當大雨或山洪將至，便提前上山示警。晚年她在山頂坐化升仙時，金光衝天，雲霧瞬間變換色彩，故得名「充天」。當晚，我們下榻秤架瑤族鄉的天泉度假村，在豐盛的晚餐與溫潤的露天溫泉中，洗去了一身的疲憊，為次日的挑戰蓄力。

第二天：極限巔峰，危難處的貴人與轉機

翌日，車隊直指海拔 1902 米的「廣東第一峰」，迎接更嚴峻的挑戰。



八百彎的博弈：全程30多公里的山路，平均每40米便遇上一個轉向。狹窄的路面、深邃的谷底與緊貼懸崖的護欄，這八百多個急彎對司機與副駕而言，是心理壓力的極限博弈，其難度更是「九曲十八彎」的數十倍。智慧化解糾紛：途中遇上懷疑「碰瓷」的電單車挑釁，雙方一度僵持。感謝祖師爺庇佑，在危難之際得餐廳老闆、村委等「貴人」調解，最終以捐款給村莊的善舉達成滿意結果，將衝突化為善緣。

龍脊氣場：抵達石坑崆，我們在一條人工開發的臨時通道中發現了壯觀的石英脈龍脊。學員們靜心感受這片地靈氣場，在「龍頭」位置，部分學員甚至感到身體搖晃，感嘆大自然的鬼斧神工。

關鍵考驗：波折重重的「換胎記」

在回程的險峻山路上，我們迎來了第四個考驗：車隊中一輛車被尖石刺破輪胎。

第一階段（備胎應急）：我們嘗試在山路更換後備胎，期間因弄錯方向導致兩口螺絲折斷。危急時刻，幸得路過的「貴人」提點，才順利完成更換，支撐我們繼續行程。

第二階段（專業修復）：帶著備胎小心行駛，直到準備上高速前，我們及時找到專業店鋪徹底換胎，確保了歸途的平安。

結論：修行在路上

這兩天一夜的考察，絕非單純的遊山玩水，而是一場全方位的「實戰修煉」。從999級台階的汗水，到800個急彎的驚險；從神話傳說的感悟，到現實糾紛的應對。這趟旅程教會了我們：真正的強大，不是不遇到問題，而是在遇到問題時能保持冷靜，並感念每一位適時出現的「貴人」。

正如那條深埋於山間的龍脊石英脈，真正的力量往往隱藏在最艱難的路途之後。感謝同行的夥伴與冥冥之中的護佑，讓這次考驗之旅成為我們生命中一段充滿智慧與溫度的寶貴回憶。

15.6 追逐春色與星辰：我們的廣東第一峰奇幻之旅—玄妙子（嚴欣恩）

一個月前，快過年的實習後聚餐，師父的摯友何爸剛從廣東第一峰自駕歸來。師父眼睛一亮：「那還等什麼？帶我們去啊！」。於是3月14日，四台車，從不同地方出發，一場說走就走的兩天一夜微旅行，就這樣拉開序幕。

在英德市填飽肚子後，我們往黃花鎮駛去。這條路是通往韶霧山的重要入口，路旁的黃花風鈴木像是知道我們要來，正熱烈綻放著滿樹金黃。黃花風鈴木花期只有10到15天耶，我們也太幸運了吧！

攀登「廣東版岡仁波齊」韶霧山，海拔830米，被山友們封為「萬峰之王」。當我們真正站上山頂，才明白這個稱號一點也不誇張。放眼望去，典型的喀斯特峰叢地貌在腳下鋪展開來，文婆山、大霧山、莫六公山、英西峰林……一座座山峰如萬佛朝宗般環繞四周。那種「一覽眾山小」的震撼，讓所有人都安靜了好一會兒。山頂上有座「充天仙娘廟」，香火裊裊。當地人說這是紀念九天玄女而建，求子求姻緣特別靈驗。我們雖不為許願而來，卻也感受到那份虔誠的氛圍，彷彿整個山頭都被溫柔守護著。

傍晚，我們抵達廣東第一峰溫泉酒店——這裡是上第一峰的門戶。老天爺真的很給力，天氣晴朗得不像話。入夜後，當我們抬頭仰望，整個天空像是被打開的寶盒，滿天繁星閃爍。最神奇的是，北斗七星清晰可見，而北極星（紫微星）正好端坐天頂！

第二天，我們一早興致勃勃往第一峰前進。到達天門畫廊時，眼前的景色讓我們再次驚嘆——群山如畫卷般在雲霧中若隱若現，山水風光美得不真實。就在這時，意外發生了。兩台車接連出現狀況，行程一度停擺。但神奇的是，大家沒有慌亂，反而像是啟動了團隊默契模式：有人幫忙查看車況，有人聯絡救援。

問題順利解決後，我們在南木村停下來午餐。這個藏在大山深處的小村莊，給了我們另一個驚喜。山裡種的蔬菜，清甜得不像話！簡單的清炒，就能吃出蔬菜本身的甜味和香氣。儘管行程耽誤了些，卻因為剛剛共同經歷的小插曲，感覺更親近了。

離開南木村不到二十分鐘，我們終於抵達石坑崆——廣東第一峰的最高點，被稱為「廣東屋脊」。站在海拔1902米的山頂，真的有種「大地在我腳下」的豪邁感。這座山橫跨廣東和湖南兩省，從山頂望去，一邊是廣東的秀麗，一邊是湖南的壯闊，視野無邊無際。

我們從莽山方向下山，沿途景色又換了一副面孔——不同於廣東這邊的雄偉，多了幾分湖南山水的靈秀。兩天的旅程，彷彿看了兩種不同的風景畫展。回程時，四台車各自奔向不同的目的地。等我進家門時，已經是深夜。雖然疲憊，心裡卻滿滿當當的。

行程中師父說的一番話，我印象特別深刻：

「這次旅程，各車組在過程中遇到了一些挑戰，而這些挑戰正彰顯了磨練與修煉的意義。正是這些可貴的經驗，讓大家從中學習、從中成長，展現出太乙九天玄女派的精神——不放棄、勇於面對困難、逆境中依然凝聚團隊力量。這種精神在每一處細節中體現，真正詮釋了一個團隊的運作。我們不只是一整個團隊，更是彼此相輔相成的一部分。“We are not a whole, but only part of it!”」



回頭想想，確實如此。我們不只是一起出遊的四台車，更像是一個彼此扶持的團體。有人爆胎時協助的溫暖，有人迷路時耐心等待的包容……這些細節，才是這趟旅程最珍貴的風景。兩天一夜，我們追上了稍縱即逝的黃花風鈴木，征服了「廣東版岡仁波齊」，仰望了難得一見的星空，也經歷了意料之外的插曲。但最重要的是，我們一起走過了這一切。

15.7 丙午年 孟春 廣東第一峰尋龍之旅—玄孝子 （吳麗群）

正月廿六日，天未亮，一行五人坐上了戴師兄駕駛的車從港島出發，經港珠澳大橋直奔黃花鎮。車行兩旁黃風鈴木開得燦爛，如夢似幻仿如黃金隧道。正午會合其餘三車共十九人，用過午膳後繼續趕路。向海拔830米有廣東「岡仁波齊」之稱的韶霧山進發。據說九天玄女曾來此山降魔伏妖，敬拜後甚為靈驗。山腳所見有一家大小，有情侶結伴帶上祭品踏上999級階梯（寓意長長久久）許願或還願。登頂見群峰圍繞盡收眼底，頓覺胸懷遼闊。傍晚入住第一峰溫泉酒店，深夜與師姐步出露台，北極星明亮高掛，北斗七星輕躺天際，我們香港人實屬難得一見。



翌日向第一峰進發。經陽山國家地質公園，挑戰800個彎道，途中雖有換輪胎與疑似碰瓷兩段插曲，猶幸師父平常教導，各人展現了太乙九天玄女祖師精神，師兄師姐們互助、互勉、團結，問題能迎刃而解。午間於南木村用膳，遇上了千年紅豆杉，忘我互動片刻。午後續行，轉過800彎（廣東天路）終於抵達廣東與湖南交界，有「廣東屋脊」之稱的石坑崆（石坑崆，海拔1902米）。界碑前有一略為隱蔽的小徑，往上攀高約100米，豁然開朗——壯麗遼闊，此處乃北回歸線最高點，腳踏廣東，後倚湖南莽山群峰，龍脈優雅有力盤在山頂，鷹嘴峰在遠處遙遙向前伸展，群山連綿，江山如畫。暮色漸暗，帶着不捨之情離去。

回望這座巍峨的廣東第一峰，心中頓現明悟——石坑崆正是廣東省山脈發源地，亦稱太祖山，由此群山發脈，掌管了南方山脈的格局。此番尋龍，終見真龍氣象，實乃機緣殊勝，不虛此行。

15.8 廣東第一峰：在挑戰險阻下之成長—玄義子（江麗芳）

999 級龍霧山，天柱群山環抱，秀氣不凡。善信有情負重禮，艱辛滴汗拾級行，誠心禮拜祭天娘，以敬納福如願添子恩！

980 米太平洞，一見古樸千年紅豆杉，一於上前攬。山村農家菜，即摘鮮嫩炒，吃出活味來，山上活一天，勝卻凡間千年！

踏足廣東第一峰，迴轉青山綠水 800 彎，千八米沿途盡讚嘆！山巒幽美如桂林，碧潭媲美九寨溝，千八米頂處石英龍脈現，能量氣感非常顯！廣東接湖南，湘粵交界一盡覽，幸臨國家 4A 森林區，滿山翠松綠滿林，山青水碧，處處有情，身心沐浴山林中，來一個「森呼吸」！極致享受這一趟奢侈的森林氧氣 spa！

何爸小意外，添來額上一點紅，眾有情關心幫助療傷，幸小傷無礙。翌日爆車胎，師兄汗流浹背參與幫助，終能平安順利接上途。橙車出事故與電單車手僵持，一度爭持不下。店主主動了解支援協助，師父、村委等眾人到場使氣氛緩和，在智慧處理下，最終以「善」化解干戈！千八米山嶺上，朱師兄與另外兩電單車手閒聊，並拍照後加了微信，微妙地結上千八米之緣！師母秀美賢慧，師父溫柔盡顯，難得的一見，師父溫柔的一面。車隊眾車長及副駕，每天十多小時辛勞專注駕駛，高超駕駛技術彎轉千百趟，安全帶領大家越過千山萬水。各位辛勞專注付出，感恩不盡！



是次廣東第一峰，考驗挑戰重。師父智慧統領，眾師兄師姐互助互愛，盡顯團隊精神！經歷困難險阻，是團隊成長的一課，正心正氣歸正道，最終一切化險為夷，祖師庇佑途上順利平安回歸途！盡是處處感恩之心！

15.9 廣東第一峰學習感受—馬善容（玄寧子）

今次是太乙九天玄女派弟子與師父以自駕遊方式，馳騁粵北山水，前往艮霧山及廣東第一峰石坑崆，尋訪龍脈始祖。

我們懷著激動的心情整裝待發，四支車隊宛如四條靈動的遊龍，穿梭於城市脈絡與群山懷抱之間，將彼此的心拉得更近，互相照應，體現出「和合」的團結精神。

午餐後，我率先選購了地道的中藥材，價廉物美。沿途兩旁盛開的黃花風鈴木，在陽光照耀下閃爍著金黃色，彷彿熱烈歡迎我們，為旅程增添色彩。步上九百九十九級階梯，終於登上艮霧山。眾人汗流浹背，紛紛脫去外衣。山上的仙娘廟靈驗非常，前來參拜的信眾絡繹不絕。我看到廟頂放有嬰孩衣物，印證了仙娘賜予善信求子與姻緣的靈驗傳說。下山時，組員與一對年輕夫婦交談，得知他們參拜仙娘後一索得男，對方更送給我們一紮清甜可口的甘蔗作為禮物。此處山水自帶沉靜而強大的能量，也讓我們感受到當地人濃厚的人和事，熱情樸實。

回到酒店，我們迫不及待地泡泡溫泉，一洗整日疲勞，再享用酒店的地道小菜後便早早休息，為翌日攀登更高更遠的廣東第一峰——石坑崆做好準備。



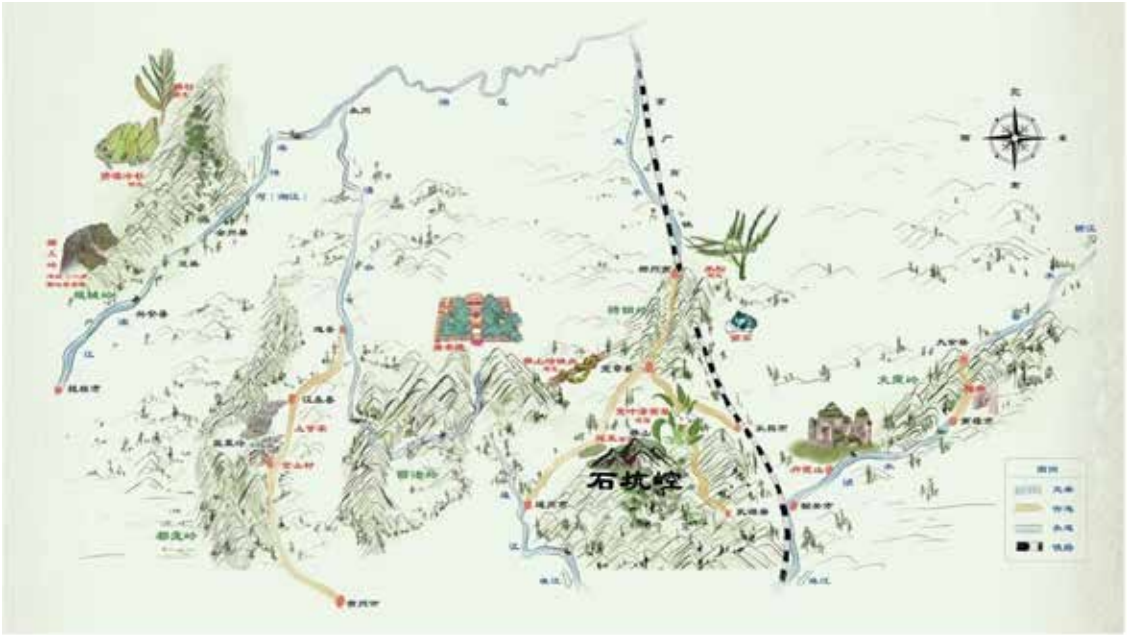
翌日清晨，我們再度整裝出發。隨著海拔攀升，盤山公路愈發險峻，每一次過彎都考驗駕駛者的專注力與團隊默契。抵達山頂後，極目遠眺，群山如黛，連綿不絕。師兄發現岩石中凸起的白色石英便是龍脊，我見狀雀躍不已。沿龍脊走勢來到崖邊的大石，相信正是龍頭所在，此處能量從腳底一湧而上。當下我滿懷感恩，感謝師父與眾師兄師姐帶領我來到此地，親身感受太祖山的龍脈傳奇，難怪古籍將此處與龍脈相連。

佇立於粵北之巔，心胸豁然開朗。尋龍脈，既是尋地理之脈，也是尋我們自身的靈性之脈。腳踏堅實大地，頭頂浩瀚蒼穹，穿行於八百個彎道之間，這兩天經歷的人和事，讓我領悟到「山不轉路轉，路不轉人轉」的道理。處事遇瓶頸、無法改變客觀環境時，應懂得靈活變通，尋找替代方案；若替代方案亦不可行，則要轉變心態與想法，隨緣順應，自在應對。

15.10 龍脈尋蹤，溫暖同行同考同修—玄仁子（劉燕玲）

山裡沒有花店，也沒有灑著糖霜的朱古力，連空氣裡都沒有都市那種甜膩的香，只有風，輕輕淺淺地吹著。這風帶著三月的微暖，從粵湘交界的縫隙裡溜過，帶著未褪盡的涼意，卻被日光烘得和暖，撲在臉上時，像有種藏在心底、說不出口的溫柔。這風吹過石坑崆的山巔，那是粵地龍脈的發端，是風水裡尊崇的太祖山，它靜靜鎮守著兩省界線，像一位低眉順眼的守護者，把千萬年的氣脈，悄悄蘊藏在每一寸蒼翠裡。我們驅車而行，方向盤在掌心的觸感，車輪碾過彎道的顫動，都在提醒我，這趟太乙九天玄女派的尋龍之行，從來不是打卡的走馬觀花，而是一場蘊含著溫情與磨練的修行，藏著天地玄機，也藏著人心溫暖。

世人多知石坑崆是廣東第一峰，卻少有人懂它作為太祖山的深意。風水之中，群山發脈之處謂之太祖山，必具巍峨雄偉之勢，方能積聚厚重氣脈，石坑崆便是如此。它立於粵湘交界，如天然屏障，是風水裡「天門」、「地戶」的關鍵節點，負責聚氣界水。正因這尊貴出身，從它延伸而出的支脈，才得以孕育出一方風水寶地。更妙的是，它處在南嶺這條自然地理分界線的制高點，《葬經》有云：「氣因勢而止，因界而聚」，高山阻擋南北氣流，形成鮮明的地形斷層，恰是陰陽交匯之地，能量場格外活躍。山頂終年雲霧繚繞，便是「雲氣生焉」之象，龍脈精華匯聚，生氣鼎盛得幾乎要溢出來。



風水講究「山管人丁水管財」，石坑崆不僅是山脈始祖，更是廣東北江等重要水系的發源地。高山孕育的清泉，是風水裡的「真水」，潔淨而綿長，攜帶著源源不絕的能量。從這裡發源的河流，其流向與流速，悄悄決定了下游的風水格局。可以說，石坑崆便是粵北部分地區的財運起點，藏著大地的生機密碼。山腰以下的原始森林，是天然的「藏風」之所，茂盛植被暢通地氣，將山頂的剛烈罡氣，柔化為滋養萬物的生氣；山中的瀑布與深谷，則是「行氣」的通道，是龍脈行走間最顯生機的節點。從宏觀來看，這座省域最高峰，便是粵北乃至廣東的「天柱」與「靠山」，象徵著地理格局的穩定，是維持生態平衡的綠肺，是天地間最溫柔的頂樑柱。這便是天人合一的真諦，從不是空洞的文字，而是山水與人、與世間萬物的相依相契。

這趟旅程的開端，沒有轟轟烈烈，只有一個不起眼的輪胎，串起了一路的溫情與磨練。三月十四，日本的白色情人節，清晨的霧剛散，四輛車從不同方向出發，約在英德相會。我們這一車從香港出發，穿過港珠澳大橋，經珠海一路向北，都市的鉛華與高樓漸漸褪去，換成田園的靜穆。那靜穆是軟的，像洗得發白的棉布，沒有華麗紋路，卻安安分分鋪在天地間，讓浮躁的心，也悄悄靜了下來，軟了下來。

午間在祥龍酒樓會合，四車人馬，笑語絮絮，沒有高聲喧嘩，只有細碎的閒談，像春日的雨絲，輕輕落在心上。簡單用過午餐，便驅車向艷霧山去，車輪碾過路面，載著滿車的溫意，一路向前。行至黃花鎮時，一片金黃驟然湧入眼簾，晃得人眼睛都軟了——是黃花風鈴木，褪盡了一身綠葉，把所有的心意都鋪在枝頭，滿樹喇叭狀的金黃花朵，像無數盛著陽光的小缽。風一吹，花瓣悠悠墜落，鋪在地上，像一層薄紗。我們放慢車速，緩緩走進這片金黃，陽光透過花影的縫隙，篩下細碎的光斑，落在車廂裡，落在每個人的臉上，光影流動間，連眉眼都染成了溫金色。那一刻，花繁錦簇，車在花中，人在影裡，竟生出幾分捨不得離去的糾結——既有突如其來的驚喜，又有轉瞬即逝的惋惜。聽說這花的花期不過十來日，卻似拼了命的怒放，耀眼又熱烈，極像白色情人節裡那些說不出口的心意，不張揚，卻滾燙。

穿過花廊，便是艷霧山的「長久梯」，九百九十九級石階，一級一級鋪在山間，像一條通往雲端的絲帶。人說這梯藏著兩重心意，一重祝相守長久，一重盼前路高升。我們一步一步向上攀，腳下的石階，承載著無數人的心願，通往雲端的「充天仙娘廟」。相傳古時獨角魔王殘害百姓，九天玄女下凡降妖護佑一方，後人建廟紀念，香火綿延至今。站在廟前，我們未曾祈求富貴前程，只覺整個山頭都被溫柔的氣息裹著，像被一雙溫軟的手，輕輕護在懷裡。

抬眼望去，喀斯特峰叢地貌鋪展開來，一座座山峰小巧玲瓏，如萬佛朝宗般環繞，沒有磅礴的氣勢，反倒有幾分溫婉的情態。陽光之下，光影流轉，每一座峰林都像活了過來，輕輕晃動，美得讓人屏住呼吸。這裡的山，沒有石坑崆的雄偉，卻有另一種風水意蘊，小巧之中藏著秀氣，溫婉之中蘊著生機，恰是太祖山支脈的餘韻，柔化了龍脈的剛烈，多了幾分人間溫情。

傍晚，我們入住第一峰溫泉酒店。酒店藏在深山之中，林木蔥蘢，空氣裡滿是草木的清香，吸一口，便覺滌心洗髓。溫柔清爽的風穿過窗櫺，帶著山間的濕氣，落在臉上，涼絲絲又暖乎乎，說不出的舒適。最妙的是那溫泉，泉水溫熱，泡在裡面，渾身的疲憊都被揉碎了，散了去，像被溫柔包裹著。這夜裡，夜空格外乾淨，繁星點點，北斗七星清晰可見，北極星端坐在蒼穹之上，像一顆溫柔的眼睛，靜靜望著我們，也望著這片蘊藏龍氣的群山。

次日清晨，我們向石坑崆進發。這座海拔一千九百零二米的高峰，是南嶺山脈的最高處，粵湘共有，那尊貴的太祖山格局，在晨光中更顯莊重。通往山頂的盤山公路，有八百個彎，號稱「廣東天路」，全長三十八公里，平均每四十七米便要轉一個彎，從海拔二百米一路攀升至一千九百零二米，是對駕駛者的磨練，也是與山水的深度對話。車行其間，身體不時隨轉彎傾斜，路面偶爾能看見山上掉落的碎石，雖小不起眼，卻也讓人心裡悄悄提了幾分緊張。方向盤在掌心，油門的反饋清晰可感，這種掌控感，是自駕最動人的地方——不是速度的飛馳，而是與路、與山、與風的共生。我們車的掌盤人戴師兄，沒有副駕，只用毅力及自信心，雖加上我這個人肉協航小助手，但主要都是他獨力開完全程幾百公里的路程，臉上始終表現從容自如，但車上的我們都懂，他藏起了所有的辛苦及疲勞，把一路的驚險，都化為了各人安心。

行至天門，頭車的左前胎漏了氣。在山路上，這算不上大事，卻也不容小覷。我們的車先行，後來聽說，那輛車在天星橋附近停下——那裡路面稍寬，何爸試著換後備胎，卻總也換不好。山風輕輕吹著，大家的心裡都很平靜，反倒借著這機緣，靜下心來，將附近的美景一一收進眼底。幸得過路人提醒，終於換好輪胎，車隊繼續前行。這意外之後，第二輛車也出了狀況，行程一度停滯，可神奇的是，沒人抱怨，反倒心有靈犀般有了默契：有人彎腰查看車況，拍照記錄；有人輕聲聯絡救援，語氣溫柔地安撫身邊人；有人遞過水瓶，眼神相觸的瞬間，只有無聲的支持與暖意。問題一一解決，車隊繼續向上。師父說，這種逆境中自然凝聚的力量，比任何甜言蜜語都動人。

這「廣東天路」上，從來不缺嚮往自由的人。車友們從四面八方趕來，騎著摩托或自行車，迎著風，踏著路，只為在海拔一千六百米鷹嘴峰的「廣東天路 此生必駕」路牌前，留下一張屬於自己的照片。曾經寂寞的山路，如今熙熙攘攘，滿是人間煙火氣，也滿是輕柔的相遇。一路行來，一灣一美景，一步一溫柔。這裡是廣東最接近穹蒼的地方，站在這裡，可「一腳踏兩省」，指尖觸碰著南嶺原始森林的氣息，也觸碰著龍脈流動的溫暖。國道穿越南嶺山脈，山巒起伏連綿，鬱鬱蔥蔥的森林，像給山脈披上了一層厚綠絨毯，溫柔又厚重。行駛其間，目光所及皆是翠綠，彷彿置身山水畫卷之中。隨著海拔變化，山間的美景時濃時淡，如夢如幻，為這趟尋龍之旅，添了幾分神祕與玄機。



穿過第八百個彎道，登上海拔一千八百米的映山紅奇石區，風更柔，陽光更暖，群山皆在腳下，龍脈的蹤跡清晰可見，氣息澎湃，天地間的元氣在指尖流動著。這裡的石，奇而不險，秀而不嬌，是龍脈精華的凝結；這裡的風，柔而不弱，暖而不燥，是陰陽交匯的生氣。站在這裡，褪去所有塵囂，才能真正體會「天人合一」的真諦——不是文字的修飾，而是與山水相融，與自己對話，與天地同頻。終於，我們登上了峰頂。一千九百零二米的高度，腳下茫茫群山被輕霧籠罩，像薄紗蓋著每一座山峰，分不清哪裡是粵，哪裡是湘，只有龍脈的氣息，綿延不絕，包圍著我們。風穿過山巔，帶著草木香與天地的呼吸，輕輕拂過臉頰，風雖不語，卻似在訴說溫柔心事，告訴我，人與天地、與山脈，本就同頻，本就溫柔相依。



下山時，我們向湖南莽山方向駛去，最終抵達山下的乳源縣，踏上回程。車裡，我望著窗外緩緩後退的風景，那些細碎的閃影，一一浮現：黃花風鈴木的盛放與飄落，是白色情人節無聲的告白；九百九十九級石階的祝願，藏著彼此相守的心意；八百個彎道的驚險與從容，是困境裡的相依溫暖；並肩相守的默契，是最動人的溫情。這一路，我們穿花廊、踏石階、觀星空、登山巔，歷經意外波折，每一次波折，都讓心貼得更近，讓溫情更濃、更暖。

三月十四的溫柔，石坑崆的龍氣，同行者的暖意，都是這段修行中最珍貴的緣。風過山巔，餘韻悠長，帶著白色情人節的溫柔與彼此相守的心意，久久不散。這趟尋龍之旅，沒有轟轟烈烈，卻有春風微送的溫軟，終是圓滿，終是難忘。上天巧妙的安排，賜給每個人的考驗及磨練都是獨特而深具意義。感恩！

15.11 不一樣的完美—劉妙芬

這個近乎即興決定的尋龍之旅多了一個吸引的因素是自駕，雖然我這次的責任是副駕和沿途攝影，但不減興奮。大清早，一行四部車，從不同位置出發，預計三小時後在休息站相遇。我坐的是帶領車隊何爸的車，同車有林師兄、潘師兄和欣恩師姐。

第一天的行程暢順，先遇上黃花鎮怒放的黃花風鈴木；再踏上999級「長久梯」登艷霧山頂；在坐東朝西的「充天仙娘廟」前上香；飽覽360度南方喀斯特峰林地貌的浩瀚景觀。峰林延綿不斷，太陽光影讓每個峰林都像會動的樣子，美景盡收眼底，可恨手機拍不到完美氛圍！晚上下榻第一峰溫泉酒店，稍稍不幸是何爸泡溫泉游泳時碰損了前額。

第二天大清早驅車踏上有800個彎的天路，前往今次旅程的目標「石坑崆」廣東第一峰。車子行了一小段到200彎時發現輪胎漏氣，充了胎氣，也沒走多遠就漏了大半，非換胎不可。於是其他三部車先行，我們的車緩緩地走，不時要停下來，充胎氣。到天星橋時，路面較寬，何爸嘗試換後備胎，卻不成功，幸得過路人提醒，終於完成，才能繼續前進。我們雖然滯後，卻沒有遺漏任何一個景點，反而這樣被動地走走停停，造就了多點時間去感受這個無污染的大自然。



例如在「天門」觀景台遠望，峰林左右交錯，層層疊疊延綿不絕，我們借了賣茶伯伯的小凳子，找了氣感強而清晰的位置，坐下來做了十多分鐘的冥想，與天地之氣聯繫！再有就是在天星橋換備胎時，我們得以有時間跨過矮矮的竹籬笆，走下「仙女潭」，感受此處靈動之氣；跨過全無稜邊的巨石，親近清澈翠綠的溪流和水邊拾石子留念。

旅程最後以登上1902米的「石坑崆」作結。此山橫跨粵湘兩省，我們不走回頭路，直向湖南莽山下山，其他三部車各自導航回不同口岸。而我們則需找店鋪更換輪胎才能上高速公路。



花了半小時在鎮上找到的店只有補胎服務。何爸怕耽誤我們回港的時間，於是決定不換胎了，開慢一點上高速回深圳。我們尊重何爸的決定，誰也沒有多說話。上了高速公路，欣恩靜靜地上網找到下一個出口有可以更換輪胎的店，接通電話讓何爸跟店主溝通輪胎型號和價錢，最終用了約35分鐘，我們就更安全和全速地回程。

從石坑崆下山時，車上的衛星導航出了問題，需要用手機地圖導航，但何爸的手機沒電，而連著充電寶則手機站不穩，林師兄靜靜地留意著，不時會扶一扶正手機，好讓何爸看到導航畫面。這兩天我都坐在後座的中間位置，安全帶勒得緊，也沒有空間移動或伸展，當換好輪胎再上高速公路，我的下腰和坐骨很酸，向前彎一彎背也沒大幫助。多謝潘師兄見狀，提議可以挨向他，斜斜向欣恩那邊伸一伸直腳，躺一會；再換邊挨向欣恩，伸展另一邊。前一晚我只睡了三小時，這樣闔上眼一躺竟也似睡非睡，但朦朧間聽到欣恩不停大聲說話。原來是潘師兄察覺何爸不停地抓頭搓臉，定是太睏倦了，於是欣恩就不斷地和何爸說話，問他養生秘訣，潘師兄則不時附和，好讓何爸提起精神開車。而我沒有提出代駕，因為我明白何爸的心意，尊重和相信他的選擇。

今次旅程發現了不少美麗的片刻畫面，這些畫面不是風景而是人：有最辛苦卻堅毅的何爸，有默默地以細微動作支援的林師兄，有觀察力強的潘師兄，有盡責、機靈、先行動、後說話的欣恩。我們選擇同車出發，同車回去，沒有擔心時間，只有何爸怕耽誤我們回港。除卻我們車廂內溫暖能量滿滿，當然也少不了師父和各位同行師兄師姐，每一站都來電說等我們，希望我們能追上同步。更有仙娘廟遇上的健談小夫妻，送我們一大捆甘蔗。曾經考慮了兩天，要不要寫以上這樣細碎的東西？最後決定要把它記下來，因為美麗風景一定在，可以再看；美好人情卻是一期一會。我很喜歡也享受是次帶點歷奇意味「不一樣的完美」旅程。感恩所發生和遇上的一切！

15.12 仲春尋龍之旅—廣東第一峰—袁少珍



仲春時節，我們踏上尋龍之旅，前往被譽為「廣東第一峰」的山脈。此行既觀山也賞水：山巒如筆、峰巒如墨，清泉在谷間潺潺流過；黃昏時浸泡溫泉，山水相映，天地人融為一體，交織出層次豐富的體驗。

序幕與黃花迎道

清晨四車各自出發，約在英德市會合。巧合的是，我們午餐選在九龍鎮的「祥龍酒樓」，鎮名、店名與所在的九龍大道皆帶「龍」字，三「龍」同堂，有群龍匯首之象，為此行揭開一個氣勢十足的序幕。飯後前往黃花鎮，適逢花期，黃花風鈴木在道路兩旁綻放，將路旁點綴成金黃走廊，彷彿在為迎接我們，也為旅程蓄勢待發。

九九登頂，心志之鍛鍊

接著我們攀登海拔830米的艷霧山，踏上象徵長久、步步高升的九百九十九級「長久梯」。石階有起有伏，登山時有人放慢步伐，有人互相扶持、互道加油；既是體力的考驗，亦是心志的磨鍊。登頂時陽光普照，視野豁然開朗，遠望群山如巨龍盤踞。在「充天仙娘」座前，我們虔誠參拜，

在莊嚴香火中感受山川脈動與天人共鳴。傍晚抵達第一峰溫泉酒店，眾人於露天溫泉中放鬆，水面冒著熱氣，大家一邊泡湯一邊聊天，疲憊漸散。

天路、延緩與互助

次日清晨沿「廣東天路」出發，目標海拔1902米的石坑崆。盤山公路蜿蜒曲折，800個彎道考驗著車手與乘客的耐力與專注；路經「天門畫廊」時，峽谷與峰巒猶如一幅流動的山水長卷，令人駐足。行程中兩輛車先後出狀況，隊伍因此一度延緩；在祖師的庇佑與隊友的協助下，問題逐一解決。雖然花了不少時間，但也凸顯出隊友間的默契與責任感；確保安全後，我們恢復行程，繼續欣賞沿途風景。

山巔的體悟

最後，我們站在「廣東屋脊」上，天朗氣清，山勢磅礴，群峰如潮般起伏，延伸至天邊。我閉上眼睛，靜坐片刻，任山風拂面、聆聽山野的聲響——既覺自身渺小，又被大自然的浩瀚與壯麗所充盈。這趟旅程讓我在群山面前學會謙遜，遇到考驗時互相扶持；在靜謐與奔波之間，我感受到身心合一帶來的穩定力量。帶著這些體悟下山，我回到日常生活，多了一份沉實與從容，偶爾回想仍覺溫暖。

15.13 廣東第一峰尋龍之旅—林月清

2025年3月14至15日，廣東第一峰自駕尋龍之旅，一行四輛車先後在香港和深圳出發。我和幾位師兄師姐，乘坐何師兄駕駛的車出發，副駕由伍師兄擔任，好不容易出了深圳駛上高速，直奔午膳方向。駕駛了四個多小時，終於到了午膳的地方，所有參加者聚在一起，用過豐富的午膳，略作休息，繼續開車前往山區。沿途鈴木黃花開滿枝頭，美不勝收，真恨不得停下車來拍照留念。

駛上艷霧山的路，盡是彎彎曲曲的；副駕向旁邊望去，盡是懸崖，好不嚇人。於是全車人都全

神貫注，生怕一不留神，掉進萬丈深谷。我們一路提醒司機安全駕駛，直到安全抵達艷霧山。我們徒步行上據說有九百九十九級階梯的艷霧山，參觀仙娘廟。只見前來參拜的信眾絡繹不絕，想必仙娘廟靈驗非常。雖說是九百九十九級階梯，但每一級都不高，比之上次上祖師洞，我覺得這裡頗輕鬆。到了山頂，只見群山環抱，形狀不一，很是有趣。我們拍了些照片，參拜了仙娘就下山去了。

傍晚，我們到達了溫泉酒店，用過晚膳，其他師兄師姐到我們入住的別墅參觀及聊天，不亦樂乎。是夜曲終人散之後，在自己的房間浸泡溫泉，然後好好休息，為明天登上廣東第一峰作好準備。



翌日，去到了第一峰的入口，有一大路牌寫着「此生必駕」，我們都好興奮，向八百多個彎道進發。盤旋上山之際，伍師兄在副駕望下去，車外依然是懸崖峭壁，那種心理壓力不足為外人道。而且路很彎很窄，雙程行車，每個人都不敢怠慢，齊心一致，盼望安全抵達。

走了八百多個彎道後，看見前面師父的車停着，車上空無一人，於是沿山路步行而上，到了山頂，極目望去，只見群山圍繞，視野開闊，近處見到一些石脈隆起，相信就是龍脊所在。大膽的師兄師姐走到龍脊凸起處摸着「龍骨」感受「龍氣」，畏高的我就隨其他人走到另外一處山頭，看着那些奇山異石，別有一番風景。

總結今次旅程，當中有不少插曲；何爸意外撞傷頭部，汽車爆胎，我們的車又遇上疑似「碰瓷」，幸好師父找到餐廳老闆及村委幫忙，化險為夷。為這趟旅程留下深刻印象。最後何爸座駕到了山下，順利換上新車胎，安全回家。多謝師父，恩欣，何爸，各位師兄師姐，眾人一心，各人安全回家。

16 附錄：

16.1 新疆八卦城遊記—伍士衡



在五月二十三日中午，我和妻子隨旅行團前往新疆八卦城（特克斯縣）。午飯過後，我們在八卦城的離街遊覽。正當我們抬頭望向天空時，竟然遇見了第一次看到的五彩祥雲。團友們不約而同地仰望天際，並趕緊拿起手機拍攝這神聖而美麗的景象。

新疆八卦城即特克斯縣，位於伊犁哈薩克自治州，是世界上最大、最完整的八卦城，融合了易經文化與烏孫文化。在八條主路中，離街保存了完整的民族街區，展現了烏孫、絲路、草原等多元文化。從規劃的角度來看，其建築佈局可能蘊含風水考量，例如建築的朝向、街道的寬窄與曲折程度，都可能與當地的氣場、五行相生相剋等術數理論相關。遊客在此不僅能欣賞到傳統文化，也能感受到術數在建築與生活中的融合。

自 1996 年起，八卦城取消了紅綠燈（交通燈），成為全球第一個也是唯一這個無紅綠燈的城市。這一現象與其獨特的環形放射狀佈局設計密切相關，交通流量能夠自然分散，展現出規劃理念與文化邏輯的結合。



八卦城以中心太極圖為核心，向外輻射八條主街，分別對應乾、坤、震、坎等八卦方位，每條街長1.2公里。同時在每條主街每隔360米設置一條單向環形路，總共有四條環路，即內環、二環、三環與四環，形成了放射加環形的路網系統（類似香港的迴旋處設計，不需要紅綠燈）。

儘管八卦城沒有紅綠燈，但交通秩序並未因此混亂，反而因合理的佈局而實現了高效運行。在旅遊旺季時，環形路的車速仍能保持在每小時 30 至 40 公里之間，未出現長時間堵塞，事故率亦極低。橫路與主街的交匯處設有行人通道，方便行人通過，安全性甚至高於傳統城市的十字路口。





整體規劃設計體現了道教「自然無為」、「天人合一」、「陰陽平衡」的理念。

這次在八卦城的經歷，不僅讓我們欣賞到城市的奇特規劃與深厚文化底蘊，也在五彩祥雲的映照下，留下了一段難忘的回憶。

16.2 黃業雲老師：養生之道



16.2.1 宇宙

一．宇宙

1．雲字提陞

中國：「星雲大師」在全球建造佛學智慧

北京：「馬雲」研制 AI 前景

香港：「業雲」指導「自然療法」（食療）

上天之「雲」化成大雨，降下地面，供應萬物生長。

2．宇宙

據地球之天文學家，將上空所出現之：金、木、水、火、土、天皇星及地皇星，將各星座劃上。宇宙除七大恆星之外，尚有無數的慧星，地球屬慧星之一。

七大恆星已證實，火星內有生物活動，天文學家稱之為「火星人」。其他之恆星內有大量樹林、水源。除火星外，尚未發現有生物。

中國之千字文戴有：

「天地玄黃，宇宙洪荒」。由此證實中國人之前人的智慧。

3．運作

古文內載有一段文字：

「夫天地者，萬物之逆旅」

「光陰者，百代之過客」

第一段是提示，天地之間，是萬物之旅程。

第二段是提示，時間是百年之過程。

古人之智慧，能觀天，將其之星宿列分出：

金、木、水、火、土各星，尚有天皇星、地皇星。

能算出：每一百年是一個循環。

在宇宙之中，由天及地之互動，產生所有的星座及無數之慧星，地球屬彗星之一。

4．宇宙運動

天運：在太平洋之廣大海洋中心，結集風雨，形成颶風，在各海陸空活動。

地運：地面上所有動物、樹木、竹林，全面的在互動，山河水溪容納在內。

人運：處於全球各處，有不同之互動，形成人類有不測之風雲。

以上各項活動，便是宇宙運動。

5．天地之氣

地面上之氣體上升，與天空中之氣體相撞，便發生一種響音及電動：「行電閃電」便由此所形成。

16.2.2 生活

二．生活

6．一生何求

任何人仕所求的皆不一樣：

行船者：求順風順水

耕種者：求豐收

有人求：豐衣足食

有人求：長命百歲

做生意：求生意興隆

捕魚者：求滿船大魚

買馬票：求中頭獎

老人家：求兒孫滿堂

7．驅邪魔

南無本師釋迦牟尼佛傳與觀世音菩薩之平安咒：

「唵嘛呢叭彌吽」

能驅邪魔，觀世音菩薩將之傳給世人，作為保平安之咒語。



8．地仙

如果能排除雜念，坐著禪修，在禪修中得到另一種啟示，便成為社會之賢能，其境界便是地仙。地仙能領導社會，使社會平和發展。地仙可先修羅漢道，再進入佛道；再離開這個世界，上達天庭；再上天修行佛法。

佛法無邊，無窮無盡。

9．地形

有很多地方之名稱是根據地形而命名：如茶果嶺、馬鞍山、獅子山、望夫山。

地形之命名，多為風水學家所定。

10．和氣

處事以和氣為前提，大眾便可減少相爭。

和氣有可能令雙方得益，這個世界因為缺乏和氣，有可能引致戰爭。

戰爭之毒素亦影響了自己。

11．努力之選揀

中國古語有云：少年不努力，老大徒傷悲。

一個人如果在有力發揮時，不及時振作，到年老時已有心無力！

古人說：富無三代，其原因在第一代努力爭取，第二代亦會振作，到三代時坐食山崩。

努力令世界前進，貿易昌旺；貿易代替戰爭，大眾安居樂業。

12．三衰六旺
人生九十年之中，有可能行三衰六旺之階段：
當旺之時，如果没有去爭取，亦不會有旺之時勢。
當衰時，處事低調些，亦不致覺，可避去。
人行善，積善便能積德。這便是因果。肯幫人，便是德。

13．在夢中
有一位婦人，在兒童院內選出一個十歲女童，收養並供給她讀書至大學畢業。畢業後在社會工作，放工後回家幫助其養母做一切家務。晚上睡覺之前，跟養母談心及按身體，直至其養母睡着後，才回房休息。
在現實之社會上，亦發生有以上之情況，這是親情所致。

14．與人同行
狗為人探路、守夜、尋找臘物。
貓能捉老鼠。
牛可幫助耕種。
馬可幫運物及駕然坐。
樹可讓鳥兒築巢。
竹能遮陰。
鳥能捉蟲。
鵝能驅蛇。

15．人狗同路

人類在獵物時代，便與狗共同生活。狗為人類到各處尋找獵物。人食肉，狗食骨。狗的警覺性甚高，可為人類守夜，一聞有異動，便發出吠聲，人便有所預備及預防。以前之農村，有野狼夜襲，狗便發出警告。人類早已預備火把，狼到時，人將火把向狼群打出，狼身着火，便各自奔走，群狼為火燒死。

16．中醫學術

中醫學術之治療成效為全球人類所接受，因此對中藥材之需求一路增加。種植中藥材在南北美洲已成功生產，在歐洲亦是。全面所需均能供應。在東南亞及中東等之中藥材的需要由湖南、貴州、雲南等山區生產來供應。

全球之中藥材大部份均由香港永生藥材供應商供給。永生之定量全面由高年企業在湖南、貴州及雲南等之山區種植來供應。中國全國之中藥材稀品，由高年企業在全國之山區種植，供應當地之需求。

17．說口

古語云：病從口入，禍從口出。

可加入：病亦可從呼吸系統入。

為了預防勝於治療，可經常服食自「白靈芝」。白靈芝入肺。味苦，無毒；補肝腎、益肺。補肺氣，化痰止咳。咳逆止氣、清熱解毒、止痛止血。具有抗癌、預防腫瘤，益肺補氣。利通鼻、強意志、安神、排毒利尿。增強免疫力，是純天然的野生菌。

18．保障睡眠
古人云：食可六成，睡要十足。
食六成是保障身體之消化，避免將太多之食物積聚在體內成為毒素。
睡要十足，睡眠是身體之各功能系統得到充足的休息。
以上是生活中之保障。

19．老人運動
有兵乓球
有慢步
有在樹木多的地方作深呼吸
有單車
有練氣：每晚（凌晨）4時至6時坐著
有合眾旅行
有看書：增加思維

20．塵拂
一支用杏白色馬尾毛做的塵拂，經專業人士培訓之後，要經常練習，達致精進發揮，其威力比槍更加利害，可就近攻擊對方之手眼及腳眼。用塵拂防身，攻守均可，使對方在不覺之間，沒法防備。

21．氣溫協調
在一間有一百呎的空間內，植有一盆竹樹。其功能可吸收炭氣，呼出氧氣。在這個房間，由廳間流入空氣，由空氣帶出這個房間的濁氣，從窗口流走。竹樹成為這個房間之氣流協調。

22．竹之功能
處於細小房間，可用一個水瓶，裝滿新鮮水，便能發揮其之功能。將空間內之炭氣吸入，而放出新的養份。竹只需要有水份，不需泥土之養份。

23．鹹水
利用海水清潔地方，不用消毒，海水有殺菌能力；衝力亦大，因海水之鹽重，也因此鹽便由海水曬成。

16.2.3 疾病對應經驗分享

三．疾病對應經驗分享

24．頭痛
調理之一：薑汁敷頭化解
材料：新薑8斤、黃薑8斤、老薑4斤，合共20斤。
材料處理：洗淨，留皮，切碎，榨汁，儲存瓦器內備用。
使用方法：用時以純棉毛巾仔，浸薑汁敷在頭上。加上一條中毛巾，再加上一頂浴帽，敷一小時。每天敷一次，每次敷一小時，以見效為止。
功能：薑汁敷頭可穩定神經，化解「柏金遜症」。生頭髮、白髮變黑、補充記憶力。

調理之二：呂祖仙方
材料：熟地一兩，玉竹四錢，山藥三錢，山萸肉三錢，當歸三錢，五味子二錢，麥冬二錢，玄參三錢，川芎三錢，清水四碗。
方法：煎服，以三服見效為止。

25．頭瘡
頭部生瘡：可將金山橙之橙皮磨成漿，敷在瘡之位置。每天一次，每次一小時。頭瘡給橙漿之酸質，漸漸縮小，到頭瘡完全消失。

26．眼疾
可試用：有梅花點香蕉皮10隻。先洗淨，切頭尾，再切成片，磨成漿，用保湯袋裝入。人睡著，將漿袋敷在兩眼之中點，敷一小時，每天敷一次。
飛蚊症：敷15次可化解
青光眼：敷90次可化解
紅眼症：60次可化解
流眼水：60次可化解
白內障：60次可化解
以上等症，其療程以見效為止。

27．蛀牙
牙齒內有細菌滲入，做成蛀牙。影響牙肉與牙根受損，做成痛楚。
可用本人之多功能藥酒，含在口中約20分鐘，將牙腔內之細菌消滅，牙之痛患便消失。
多功能藥酒是用三十種解毒之中藥材，磨成粉末。經三個月之浸滲後，用熱能煲煲滾，便收火。再經三個月之浸滲後，又用熱能煲煲滾，收火。又再經三個月之浸滲後，可加入「新西蘭」百花蜜100克，再保存三個月，經一年時間，便可調用。

28．治痰藥
在萬寧購買「德國克療痰」才有正宗產品。因香港有本地製造之「德國克療痰」。「德國克療痰」可治理，哮喘症及治痰。

29．呂祖仙方：咳症、小腸氣痛、百子痰打急症、蘇癆症
咳症：南杏四錢、北杏五錢、甜葫五錢、蜜棗十個、川烏葯三錢、製法夏三錢、陳皮五分、款冬花四錢。水三碗煎服。
小腸氣痛：了哥王一兩，生葯店有售。煲瘦肉，食三次，以見效為止。
百子痰打急症：地膽頭四錢、白芷三錢。兩味共為細末，用凍黑醋開散，沖服至癒。
蘇癆症：連翹四錢、桃仁三錢、生地四錢、紅花二錢、甘草二錢、麥冬一錢、歸尾四錢、正川貝三錢、白芍三錢、澤瀉三錢、法夏三錢。清水四碗煎服。重症四服，輕症二服，以見效為止。

30．皮膚病
有皮膚病，可用二個方法化解。
方法一：用夏括草，在藥材舖有售。一包夏枯草，可用煲湯瓦煲，用八碗水煲剩三碗，放在暖水壺。分早、午、晚各一碗飲服。「三天一次」。另將已煲過之夏枯草，再用水煲，可將水洗皮膚（暖水）。每三天一次，以見效為止。
方法二：用野生雲芝磨成粉，每次10克沖水和服。每天一次，以見效為止。
附上靈芝說明書（圖）。



31．銀屑病
具有劇毒性病毒：
可試用：野生雲芝打磨成粉末。用10克混入一杯200cc暖水，早上空肚服飲。可加入一匙新西蘭百花蜜。另用上項之雲芝粉末加入雞蛋白及一些冰片，混成漿，將之敷在患處一小時，每天敷一次。以見效為上。

32．大便有血
可試用：蓮藕每次四兩，洗淨，切塊，在飯後加入新西蘭百花蜜混和食，晚飯後食。療程以大便不見血為止。

33．生痔瘡
其起因是消化系統積毒，可試用：五花茶（藥店有售）一包煲水飲，將毒素排出，並需每天食一條大蕉，令腸道順排出。
五花茶每星期煲飲一次，用清水六碗，慢火滾剩三碗，分早、午、晚各飲一碗。五花茶煲好，可放入暖水壺保溫。
另外要用「天仙子」10克，用暖水混成漿，放在女性用之「月經袋」，貼在肛門患處，三小時後除下，用清水洗肛門。其療程以見效為止。「天仙子」能將患處之毒拔出。

34．幫助消化
飯後可慢步二十分鐘，以幫助消化，令腸胃有適當運作，避免積毒，可保障身體健康。
睡前可讀心經及念佛號，可促成安眠，令次日有清晰精神，以助日間處理事務。

35．相生與相克

在食完魚之後，而立即食生果，魚之蛋白質與生果之鞣酸互相結合，到膽部時便成為膽石，到腎部時便成為腎石。

要化解膽石，可試用蘿蔔煲水飲，將膽石化解，並將蘿蔔亦一齊食。

要化解腎石，可試用蘿蔔煲水及加入黑色靈芝，將腎石化解。

36．清理腸胃

可用：酸梅一至二粒，加入一些白糖，以滾水沖合成一杯飲下。

酸性物質將「腸胃」中之積存毒素，由大小便排出。腸胃受到清理，五臟六腑之健康得到保障。

信否由自己決定。

37．每天排毒

可試用「益力多」將體內之毒素由大小便排出。每天排毒可避免體內積聚毒素，保障身體便康。

這便是自然療法中之一種。

38．勿坐輪椅

腰膝缺力之人，最佳是醫治腰部及雙膝，能有力量的自己行動，切勿坐上輪椅。如果一坐上輪椅，一世都要靠他人來幫助。

調理腰椎：

可試用中藥「杜仲」磨成粉末，加入雞蛋白，混成漿。放入一塊布，再用繃帶綁着，一小時療程。每天一次，以見效為止。

調理膝蓋：

可試用中藥「牛膝」磨成粉末，加入雞蛋白，混成漿，放入一塊布，再用繃帶綁著，一小時療程。雙膝分兩次調理，可每隔二天一次。

照以上之療程：逢星期一貼腰，星期三貼左膝，星期五貼右膝。

39．行路缺力：腰膝調理
可試用：
（1）杜仲補腰
購杜仲粉24兩，每星期一次，用杜仲粉一兩，加入雞蛋白混合，放在純棉小毛巾上，再用「加護」敷料固定貼實貼程四小時。療程6個月，連續貼24次。
（2）牛膝補膝蓋
購牛膝粉48兩，每星期各貼一次，每次用牛膝粉一兩，加入雞蛋白混合，放在純棉小毛巾上，再用「加護」敷料固定貼實。貼程四小時。療程6個月，雙膝蓋連續共貼48次。逢每星期一貼腰，星期三貼左膝蓋處，星期五貼右膝蓋處。每次療程四小時。

40．脈絡
身體脈絡結集在腳底，當行路時，等於是全身在運動。這種運動讓身體所有脈絡皆在運行。在運行之時，由氣帶動血之循環，令全身均有給養。

41．調理神經
可試用：薑汁敷頭，安定神經。
材料：新薑8斤、黃薑8斤、老薑4斤，合共20斤。
材料處理：洗淨，留皮，切碎，打磨成薑汁，用瓦器儲備候用。
方法：用一條，約十寸純棉小毛巾，浸薑汁敷在頭上一小時，用一條大毛巾蓋上，加一頂浴帽戴著。
薑汁敷頭，可增強記憶力。白髮變黑，生頭髮，調理神經。



16.2.4 食物

四．食物

42．補品

韓國高麗所產生之補品是「土直參」。其功能有提氣補血之效用，心虛有寒氣的可試用。手腳冰冷可試用。處於高麗山區所產生之參，因其之山峰稱土直，據此便稱之為「土直參」。試用「土直參」：每次18片，用三杯（每杯200cc）熱滾水，連「土直參」浸過夜，分早、午、晚各飲一杯。

備註：「土直參」有別於高麗蔘。

43．素食

瓜、菜、生果類和黃豆製成的物質，如豆腐、豆漿、腐竹等，便稱素食。不食肉類：如牛、羊、雞、鴨，鵝等，可避免吸收毒質。素食可保障健康。

44．營養份

用四匙麥片，一個蛋白，一匙牛奶，一匙白糖，混合後服食，可幫助身體營養。屬中性，沒副作用。每天早上做為早餐。早上十時慢步二十分鐘，順便吸收太陽，强身益體。

45．養生茶

春天主生發、養肝

夏天主散佈、養胃

秋天主收斂，養肺

冬天主收藏，養腎

養生茶，可泡飲。是用：長壽葉（可平肝火、防肝癌、肝硬化）、大菊花（朵菊）。可加入：羅漢果花，鐵觀音茶枝。能清熱解毒，明目養肝，健脾養胃，化痰止咳。延年益壽。

注意：孕婦，心臟病患者，慎用。

46．黑靈芝功能
夜尿多，可試服黑靈芝。其功能補腎，安神經，開胃；通大小便，排毒素。可連續服六個月，打下健康基礎。
有腎石，可試用「白蘿蔔」連黑靈芝煲水（可做成「丸」或「粉末」）同服。至見效為止。

47．雲芝
雲芝屬靈芝類內的其中一種：
肝炎、白血病　、淋巴癌、支氣管炎、類風濕、胃癌，可將之磨成粉末，沖水飲。以見效為止。

48．山東梨
原名稱：鴨嘴梨。因是在山東產生，故叫山東梨。山東梨洗淨，加薄片，加些鹽食，可清熱解毒。又可煲水飲。

49．雞蛋
我們之身體所需要之營養份，雞蛋之質素均有含營養。每天可食雞蛋白，其之蛋黃只可一星期一次，因蛋黃內含之膽固醇太高。人如患有三高（血壓、血糖、血脂）：可試用山楂煲水化解，每次用量一兩。
古時，人們稱雞為鳳；今時人們食雞之腳，稱之為鳳爪。

50．蛋白質
人體之頭髮、皮膚、指甲，均由蛋白質變化而成。物質中之雞蛋、蘋果，均含有蛋白質。黃豆內有含蛋白質，豆漿由黃豆所製，也含蛋白質。雞也有含蛋白質。

51．物質功能
雲芝：5包
類風濕、淋巴癌、胃癌、肝炎，白血病、支氣管炎。
胡蘆巴：9包
可防乳癌、健腎、增加記憶力。
天仙子：糞漏、防肛癌。

52．久菜
屬草類：在終南山區是野生食物，需用者可隨處用刀將上節切下，其下節又自然的生長。人們將之洗淨當普通口食，鄉村地方，多種久菜，可供市場買賣。

53．羅漢果
羅漢果是中國廣西省特產，其功能可化氣，幫助消化，提神醒腦。因有這些功效，故此稱為羅漢果，可沖水飲。羅漢果曬成果乾，可保存長時間。

54．陳皮
中國廣東省新會種有大量柑樹，其之皮可曬乾收藏，時間越久越好。有數百年之舊陳皮，其價值甚貴，亦是無價寶之一種物質。陳皮可化氣，沖水飲。

55．南柿
其果色紅：有可能補血，幫助請化及排毒。有曬乾的稱為柿餅，其功能較差。

56．木瓜
可煲食。可生食，但生食要已成熟的木瓜。木瓜性能幫助消化及排毒，本瓜屬樹果。

57．大菊花（朵菊）
春主生發，重在養肝
夏主散佈，重在養胃
秋主收斂，重在養肺
冬主收藏，重在養腎
用大菊花沖滾水飲，可在四季清熱。

58．食物互沖
當食下魚類之時，切勿立刻食生果；因魚類之蛋白質與生果之鞣酸結合時，在膽便成膽石，在腎變成腎石。化解上項方法：
（1）用白蘿蔔煲熟連湯一齊飲食，每天一次，以化解膽石，可加入「新西蘭純正百花蜜」。
（2）用以上之物資加入黑色靈芝粉一齊飲食，以化解腎石。



59．冰凍
食物之物質因積儲過久，冰凍令其之原有質素化解，而失去原有之氣味；因此酒家便需用味精加入，以提高物質之氣味。人們吸收過量之味精，自然便會影響消化系統，令腸胃積毒。為此便需要在每星期服食「五花茶」，以便將腸胃內之積毒從尿便中排出。

60．虎標－白色萬金油
晚間休息之時，可將虎標：白色萬金油塗在腳底，讓百穴通暢。皮膚痕癢，筋骨疲勞可用。

新科技看巒頭的風水技法

天眼地機 七

崑崙問道

系　列 / 華玉講堂道家叢書　61

編　著 / 宏泓道者

出版者名稱 / 巨眾有限公司出版
Published by　Mutual Huge Limited

倡　印 / 愚徒
太乙九天玄女派 Tai –Yi Daoist

資料提供 / 宏泓道者【道法術】研究所 ———— 玄道合壹
Kerby Kuek Chinese Daoism Metaphysic Research Center
web：www.kerbykuek.com
email：kerbykuek@gmail.com

華玉講堂
地址：香港上環文鹹東街 6–8 號，501 室
Tel: 852–2431 8688
WhatsApp：852–6482 8219
web：www.kerbykuek.com
email：kerbykuek@gmail.com
facebook search：Daoism Metaphysic 或 華玉講堂

國際書號 / ISBN: 978–988–7022350

圖書類別 / 1. 風水 2. 道教 / 宗教

© 華玉講堂

特別鳴謝：紫枒觀

想了解華玉講堂課程及服務，歡迎掃瞄二維碼

免責聲明：本書刊的資料只為一般資訊及參考用途，雖然編者致力確保此書內所有資料及內容之準確性，但本書不保證或擔保該等資料均準確無誤。本書不會對任何因使用或涉及使用此書資料的任何因由而引致的損失或損害負上任何責任。此外，編者有絕對酌情權隨時刪除、暫時停載或編輯本書上的各項資料而無須給予任何理由或另行通知。

本書以盡力保留文章、標貼符號及段落之全部及完整，如有錯漏，用電郵告知。

Youtube　daohk.com