



耀偉師父獨創輕功「一葉隨風」

「天下第一禪山」雲居山

跟着祖師爺參禪去

在江西省九江市永修縣境內，有座「天下第一禪山」雲居山，總面積216.5平方公里，主峰海拔969.7米，以真如寺為中心，雲門寺、圓通寺、瑤田寺、祇樹堂寺等散落四周，另有奇峰怪石、飛瀑流泉、崖洞幽谷、碧溪江湖、田園風光、古樹參天、文人墨寶……近代四大高僧之一虛雲重建六大名剎古寺，一生如虛空的雲，需要雨滋潤的地方他就去，需要雲遮蔽的地方他也去，最終圓寂雲居山，倒有幾分注定的意味。

雲居山最具名氣的莫過於真如寺，它是佛教禪宗（曹洞宗）的發祥地、全國佛教「三大樣板叢林」之一、中國佛教領袖的誕生之地、歷代高僧圓寂的寶地。千百年來，大德高僧，教化眾生，閱盡滄桑，方曉世事無常；文人騷客，紛至沓來，流連山水，吟詩作賦；善男信女，燒香祈願，駐足誦經，還願歸去。總之，每個人以此為起點，最終都能找到自己的去處。

方丈純聞法師向香港文匯報記者介紹，該寺始建於唐憲宗元和年間，開山祖師為道膺禪師，唐僖宗年間賜額「龍昌禪院」，後有數十位主持延續。近現代主持均是大德高僧：虛雲一生一衲、一杖、一笠、一鐘行天下；性福為人為法，亦禪亦農，愛國愛教，愈老愈紅；海燈以武術而聞名，為一代宗師；一誠愛國愛教，以弘法利眾為己任，實踐著苦行頭陀之志。這裡留有老和尚們的許多人生感悟，只要悟出一句，人生便豁然開朗。所以，真如寺是最好的靜心之旅目的地。

真如寺，依山傍水。

農禪並重 傳承百丈家風

抗日戰爭期間，真如寺毀於日軍的炮火，只有虛舍那佛銅像在殘垣斷壁中閃現。1953年，已百歲高齡的虛雲集眾僧百餘人，開荒種地，重建寺廟。至今，寺廟還傳承著「耕雲鋤霧，打地拋磚，坐禪結七，講經傳戒，一派農禪景象，儼然百丈家風。」

寺廟旁，泉水灌溉的禾苗，在孕育拔節；茶樹階梯式鋪滿山道，沐浴陽光雨露；微風吹過，菜地泛起一片活力。絲瓜攀上架子，開花結果；碧綠的葉子下，藏著隻隻墨綠色大南瓜；青椒、茄子鮮嫩飽滿，等待採摘。一位正在鋤地的師父說：「你看這些菜長得多好看，不打藥，只施農家肥，菜農也未必有我們種得好。我們每天早晨三點半起床，八點鐘在田間勞作，中午吃飯休息之後，兩點開始幹活。」幹農活休息間隙，他席地打坐，面朝菜地，不睜過往行人。



開山祖師道膺禪師的舍利塔

中午時分，跟隨師父的步伐，進入齋堂享用齋飯。菜清一色素，大部分都是剛從菜地採摘來的，米則是秋收冬藏而來。每一道菜旁，都配有一雙公筷，採用流水席制，既熱鬧又節約。一桌八人坐滿即開席，不消10分鐘，美味佳餚就被一掃而光。就連一向追求減肥的女信眾們，不顧淑女之姿，直接站起來，用勺子盛起了第二碗飯。



海燈大師舍利塔



虛雲紀念塔。

徒步遠行 斜風細雨不須歸

午飯後休息片刻，耀偉師父說：「送佛送到西，我帶你們去百花谷五龍潭，但是需要兩個多小時，西天是靠自己一步一步走出來的。雲居山114歲時，還能徒步4個小時上雲居山呢！」

他稱，古人雖然物質匱乏，但精神飽滿，現卻反過來了。「吃齋飯的時候，看到有施主的碗裡還剩很多飯菜，我就會勸說他，不能浪費糧食。他以為我是不給面子，哪知面子是靠自己做出來的。所謂禪，就是人類鍛煉思維生發智慧的生活方式。很多人來這裡參禪悟道，走一遭卻是走馬觀花，燒香拜佛許願，卻不思考，你是從哪裡來，現在怎麼樣，將要去哪裡。」

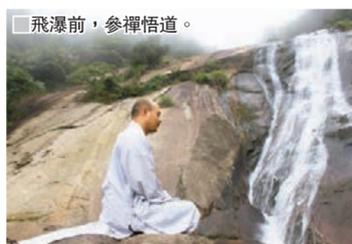
路途中，時而陣雨綿綿，時而陰霾籠罩，時而天空放晴，一段旅程兼有三者。耀偉師父說道：「在雲居山，晨鐘暮鼓間，時光流逝；春夏之際，踏青賞花，斜風細雨不須歸；冬天，大雪茫茫，可以煮雪烹茶，獨釣寒江雪。」而另一邊則有人輕聲喃咕，「這天氣，要是有空調就好了！」強烈對比，引得一行人哈哈大笑，就連師父也忍俊不禁。

耀偉師父的秘密基地。

三年禪關修煉出來，心如止水。

佛許願，卻不思考，你是從哪裡來，現在怎麼樣，將要去哪裡。」

沿著石階而下，蟬鳴不絕，聽水尋潭，往年枯枝落葉還在地上堆積。師父在路途中挑



飛瀑前，參禪悟道。

揀枯樹根，將最自然的物件帶回去，欲作放置擺件之用。半個小時下山路之後，泉瀑奔瀉，水花濺起，將花崗岩沖成五個天然的深潭飛瀑，落差近百米。第一潭潭底像仙人休閒沐浴之盆，故稱仙人浴盆；第五潭名為龍潭，潭水清寒逼人，奔騰咆哮，震耳欲聾。師父看到記者儘管氣喘吁吁、大汗淋漓仍不落下，稱「有悟性」，一時興起，大方將自己的秘密基地分享。站在歡喜石上，視野凹形且開闊，大團大團的霧氣從山間升騰翻滾，飄向遠方；更遠處的村莊，浸潤在安靜祥和之中。

參禪拜塔 尋先人之蹤

真如寺位於平坦的山頂，峰巒疊嶂向四周延伸，宛如一朵盛開的蓮花。天王殿前，點三炷香，許一個願；大雄寶殿裡，虔誠拜佛，叩問心扉。一旁的女信眾說：「我來真如寺朝拜已經有10年。每隔幾年，我都要許一個願望，都是關於事業、婚姻、父母、子女方面的，全部都實現了。」



放生池裡，錦鯉戲水。

踱步至室外，過堂風涼爽，千年銀杏，呈參天之勢，掛滿青澀果實；繡球花，葉片肥碩，花朵燦爛綻放，雨後更顯美麗。沿著右邊小道至虛雲紀念堂，這裡是虛雲生前居室——「雲居茅蓬」的遺址，安放其高1米、重500公斤銅坐像，附有生平事跡圖片及著作、遺物等。堂前老和尚種植的玉蘭和自聯「坐閱五



寺廟經書免費贈送信眾，廣結善緣。

帝四朝不覺滄桑幾度，受盡九磨十難了知世事無常」，日夜為伴。

附近的趙州關是雲居山頂的一個隘口，以紀念唐代趙州和尚、道膺禪師兩人在隘口依依惜別，原存石碑現已建成關樓。關樓內，碧溪潺潺，湖水清澈，一群群紅色錦鯉戲水；關樓外，虛雲舍利塔，萬籟俱寂。將視野投向更遠方，茂林裡有200多座僧塔。隨行的耀偉師父稱，「凡是能有塔者，都是大禪師。以防僧塔被外人破壞，幾乎不對外宣傳，也沒有修路。大師們也更希望後來者能傳承佛法，至於朝拜，用自己的方式即可。」

閒遊香港

文、圖：秦江月

西環泳棚，不見泳者只見拍客

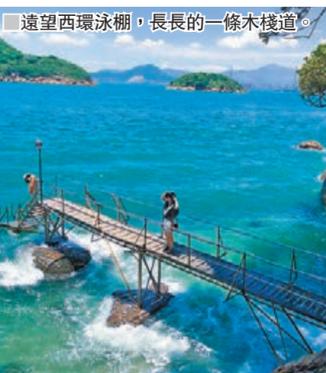
我總覺得香港的魅力，是喧囂和寧靜並存，精緻和壯麗共處。走過一長段高樓鐵橋的屏風，叮叮車行在鐵軌上的摩擦聲，雙層巴士突然加速的發動機聲，商家舖子裡傳出的音樂聲，潮水一樣湧動着的人的混合聲，震得整張耳膜都顫動不已，於是戴着耳機走路、坐車，似乎是不分年紀的香港人的共性。走着走着，一轉彎，路旁高大的細葉榕忽然密集起來，各色喬木、灌木也漸漸鬱鬱蔥蔥，呈現出有別於道路綠化式的原生狀態時，我便知道，這一段香港要陷入空前的靜謐了。譬如深藏在域多利道邊上的西環泳棚，就是這樣一個好去處。

對於年輕人而言，泳棚已是個古老的名詞和古老的去處。對於老一輩香港人，泳棚承載的則是在海裡暢游的澎湃，更有着對青春、愛情的純美記憶。

泳棚在香港已有逾百年歷史，香港的男女老少游泳，都會選擇去泳棚。泳棚這個詞其實很寫實，就是在海邊用竹子和木架，搭成一排大木棚，供前來游泳的人，換衣服、儲存物品、沖水洗身。可以考據到最早的香港泳棚，是1911年建在北角七姐妹區海邊。據說，每年多達十



沿途有不少拍客



萬人，去那裡游泳。隨後，港九、新界沿海的地方，漸漸地建了越來越多的泳棚。

直到1957年，香港修建了第一個公共泳池——維多利亞公園游泳池，去清潔規整的游泳池裡游泳，漸漸成了香港人新的時髦。公共泳池泳館，開始在各區興盛起來。彼時，香港經濟開始起飛，工業、填海、污染，讓近灘的海水變得污濁不堪，簡陋的泳棚也跟着失去了昔日的鼎沸的人聲。再後來，香港排污管道開始完善，海水的水質也逐漸恢復到可以下海暢游了，只是泳棚早已漸行漸遠。

位於港島最西端的西環泳棚，成了唯一保留下來仍舊可以使用的泳棚。從域多利道明愛賽馬會宿舍對面的公車站，直直拐進去，大約下二十

幾個台階，就看見一株碩大的細葉榕樹下，坐落著一盞淺綠色的鐵皮泳棚。牆面上鑲嵌著的穿衣鏡依舊明亮，深入海水中的木橋也還在，來這裡游泳的人卻不常在了。每日絡繹不絕湧入的，是一群一群或舉著長槍短炮的攝影發燒友，或舉著各式手機的文藝男青年女青年。

不得不說西環泳棚是一處拍美照的好位置。長長的一條木棧道，深入大海，正對着的青洲島上，燈塔矗立。臨海的山崖起伏起伏，依據地勢盤旋在上面的大小榕樹，恰好勾出一張張足以媲美明信片照片。早上來拍，白雲悠悠，木橋修長。傍晚來拍，夕陽如畫，大海壯闊，燈塔亮起，日落的風景不可多得。

交通資訊：

- 1) 中環碼頭乘坐54號小巴，經過堅尼地城，叫司機提醒在西環泳棚下車。
- 2) 乘坐5號城巴，在西環廢物轉運站下車，沿斜路走，會見到西環泳棚入口及下山的樓梯，即可通往西環泳棚。
- 3) 由堅尼地城站C出口，沿海邊步行到廢物轉運站，沿斜路走，會見到西環泳棚入口及下山的樓梯，即可通往西環泳棚。

旅遊資訊

文、圖：新華社



嘉興南湖紅船



井岡山革命博物館

紅色旅遊吸引中國年輕人

在浙江嘉興南湖景區，儘管下着雨，但前來瞻仰南湖紅船的遊客絡繹不絕。「這兩天遊客特別多，7月1日有43000人，7月2日早上開業兩個多小時就已經達到了15000人！」南湖景區的工作人員介紹。

近年來，紅色旅遊成為中國遊客出行的新趨勢，紅色旅遊的教育內涵日益受到人們的重視。浙江省旅遊產業信息服務平台數據監測顯示，2018年上半年浙江省旅遊景區熱度指數排行中，「南湖」位居首位，熱度指數為9.60，烏鎮和西湖位列其後。

根據中國各大旅行社的統計數據，今年暑期，上海中共一大會址、浙江嘉興南湖紅船、河北西柏坡等「紅色地標」將吸引大批遊客到訪，預計將有過億人次選擇紅色旅遊。

值得注意的是，隨著紅色旅遊業態不斷轉型升級，紅色旅遊正吸引愈來愈多年輕人參與進來。來自攜程的數據顯示，今年1月至5月，參

與紅色旅遊的遊客群體中，60後和70後的人群佔比已降至32%，80後和90後則提升至39%，00後佔比也在大幅提升。平均年齡從3年前的32歲下降到了如今的28歲。

業內人士分析，紅色旅遊在年輕遊客中形成熱潮，一方面是由於暑期親子遊的需求，很多父母都希望能夠寓教於樂，讓孩子在旅行的同時接受紅色教育；另一方面也是近兩年紅色旅遊的產品設計更加注重遊客體驗，將紅色旅遊與自然風光、體驗式旅遊相結合，開發出了一系列遊客體驗內容。

面對紅色旅遊興旺的局面，上海中共一大會址紀念館、延安經典紅色旅遊景區、井岡山革命博物館等全國著名紅色旅遊經典景區積極聯動，倡議促進紅色旅遊與鄉村旅遊、文化創意相結合，聯合開發特色紅色旅遊精品，形成紅色旅遊產業鏈，為革命老區經濟社會快速發展注入新活力。



廣州越秀區恤孤院路的中共三大會址，傳承紅色基因。



上海中共一大會址舉行升旗儀式

本報「閒遊香港」欄目，藉以尋覓香港特色及鮮為人知的秘景，歡迎來稿跟讀者分享，需圖文兼備，字數以800至1,000字為宜，圖片5張以上，請勿一稿多投。如獲刊登，將致薄酬。
投稿信箱：feature@wenweipo.com或wwfeature@yahoo.com.hk