



作为中华民族的子孙，你知道黄帝么？

没有人不知道。

就连村妇、愚童也不例外。因为“炎黄子孙”不但是挂在我们嘴上的最常用语，而且也是奔腾在我们血脉中的不息脉动。

黄帝——中华民族当之无愧的人文初祖，中华有记载以来上下五千多年的历史，他是起点。自此始，他的足迹几乎遍布华夏大地。

据《史记》所载，黄帝“以师兵为卫”“迁徙往来无常处”“东至于海，登丸山，及岱宗。西至于空桐，登鸡头。南至于江，登熊、湘，北逐荤粥，合符釜山，而邑于涿鹿之阿。”

汝州地处华夏文明腹地，自然留下了黄帝旷世的足迹和优美的传说。据《庄子》记载，轩辕黄帝问道崆峒，沐浴于温泉，传说黄帝住过的小山就是奎驾山，温泉镇北的均田村就是当年轩辕黄帝为广成子奏《钧天》之乐的地方。

黄帝关心百姓疾苦，所以才有那么多的生命之问，他向广成子发问、向岐伯发问，向鬼臾区、雷公、伯高、少俞、少师发问，他的问充满温度感。每当读到黄帝问曰，就仿佛贯注着温暖的力量，穿越千万年的时光，来到我们今天的生活中。

有时候，读先祖这样温暖的文字，自带一种精神治愈的力量。

黄帝在汝州

□融媒体中心记者 李晓伟

黄帝问道广成子

《史记·五帝本纪》，大史学家司马迁写道：“黄帝者，少典之子，姓公孙，名曰轩辕。生而神灵，弱而能言，幼而徇齐，长而敦敏，成而聪明。”

就是说，黄帝和我们一样，是实实在在的人，而非神灵。他叫公孙轩辕，从一出生起，就显示出卓尔不凡的才能。为寻治国之道，他来到贤人广成子所在的崆峒山。

汝州是“帝师之乡”，是儒、道两家治国文化的发祥地。中华民族肇始于三皇五帝。黄帝贵为人皇，历尽艰辛寻求治理天下之妙方，最后在崆峒山广成子处得道。广成子向黄帝传授“天道”，黄帝将“天道”化为“人道”，五千年华夏文明的大树在汝州的崆峒山植根发芽了。

崆峒山位于河南禹州和汝州的交界处，就其在汝州的这一段来看，具体位于汝州城西30公里处的临汝镇，崆峒山十分美丽，四季如春，繁花锦簇，从古至今都是游览胜地。

在古代，崆峒山的东、西、南三面都是一望无际的广成泽，很适合各种动植物的生长和繁殖，所以这里花草树木和珍禽异兽很多。在汉朝时，广成泽又称为广成苑。广成泽水汽十分丰富，气候宜人，有时下点蒙蒙小雨，霎时山山水水都迷离于烟雾之中，宛如神仙居住的地方。

据《汝州志》记载，每逢春秋时节，常常会有一层轻轻的薄雾笼罩着整片广成泽的水域上空，如轻纱般的薄雾在太阳光的照射下，常常形成海市蜃楼的幻境，崆峒山在薄雾中若隐若现，所以，久而久之，附近的人们也将崆峒山当成了神岛，对崆峒山始终怀着敬畏之心。

这种日光折射在广成泽水面上形成的海市蜃楼现象，同时也被列入“汝州八景”之一。正如《汝州八景诗·崆峒烟雨》所云：“一片空濛晓欲流，许多岚翠拥峰头。尚留气隘隘鸾驾，无数仙城幻石楼。缥缈浑疑蓬岛景，萧疏恍入洞庭秋。山中谁系苍生望，愿做甘霖遍九州。”在烟雾迷蒙之中，人们竟以为自己见到了蓬莱仙岛呢！可见，崆峒山的景色是备受人们赞赏的。

广成子一直是道教的始祖，在道教史上赫赫有名，因为曾经是轩辕黄帝的授业恩师（故被尊称为人皇帝师），住在崆峒山上。传说广成子活了1200岁。他的牙齿掉了9次，又生出了9次新牙；他的头发白了9次，又生出了9次黑发。广成子经常住在崆峒山的一个石屋里修身养性，积德行善，名声传得很远。

其时，黄帝刚和炎帝打完了仗，统一了中国。他听说广成子修身养性，积德行善，是个大贤人，就大老远地到汝州拜见广成子，想向他求教养身之道和治理国家的办法，让他出山为官。

据《神仙传》载，黄帝曾到崆峒山向广成子请教“至道之要”，广成子先是不予回答，过了三个月，黄帝再来问“治身之道”，广成子告诉他说：“至道之精，杳杳冥冥。至道之极，昏昏默默；无视无听，抱神心以静。形将自正，心净心清。无劳尔形，无摇尔精，乃可长生。慎内闭外，多知为败。我守其一，以处其和，故千二百年，而形未尝衰。得吾道者上为皇而下为王，失吾道者上见光而下为土。今夫百昌，皆生于土而反于土。予将去汝，入无穷之门，以游无极之野。吾与日月齐光，吾与天地为常，人其尽死，而我独存焉。”说完，传授给黄帝《自然经》一卷。

当时的场景是：黄帝从禹州到了襄城，又从襄城顺着汝河穿过郟县，进入汝州境内，在崆峒山东北一个地方建了行宫。大臣们说：“这儿离崆

峒山不远，就让广成子到这儿和皇上见面吧。”黄帝不同意，说：“广成子是个高人，怎么能让他来和我见面，我要亲自到崆峒山上拜见他。”黄帝从行宫出发，走到离崆峒山三里多地的一座小山上，在那儿歇脚，后来那山就叫奎驾山。在山上歇了一会儿，黄帝就登上了崆峒山。

黄帝毕恭毕敬地问广成子：“您在研究世间万物之道方面已达到了顶峰，可否请您告诉我这方面的真谛呢？”广成子答道：“你治理的天下一片混乱。天上的云彩还没有聚集到一起便降下雨来，草木还没有枯黄就纷纷凋零了。以你现在的样子，怎么能够向我问道呢？”

黄帝被广成子奚落了一番，他非但没有生气，反而毕恭毕敬地退了下来，回到住处，暂时摒弃一切政事，反复琢磨广成子说的那番话。三个月后，黄帝再次来到崆峒山，拜会广成子。他见到广成子正头朝北躺着，便双膝跪在地上，以膝代步，恭敬地来到广成子面前，叩拜了两次，然后说道：“请您告诉我修身养性的明达之道。”

广成子听罢，折身而起，说道：“你这个问题问得正好。现在我就告诉你‘至道’的精髓。至道的精髓，深远博大，永无止境；至道的极致，静默深沉，不可揣测。得至道者，什么也不看，什么也不听，无求无欲，保持精神上的超脱宁静，就能使身心健康；保持清静的心情，切勿劳累你的身体，耗费你的精力，这样才能长生不老。如果你能做到不让外物影响你的视听，不使外物打扰你的心灵，你的精神就将永远守护你的形体。你要时时刻刻固守你内心的平静，摒弃外界纷扰的干扰。如果过多地了解万事万物，那么就会使你的身心遭受侵害。我一直追求身心的平和，所以我活了1200岁，从外貌上看，还显不出丝毫衰老的样子。你若能研习透彻我的道法，就能上为天皇，若能深入理解我的道法，就能下为君王。现在，我将离你而去，到一个没有任何纷扰的地方，进入一个通往无穷无尽境界之门，去遨游没有终极的旷野。我将与太阳和月亮一起放射光芒，与天地融为一体。世上之人皆不能免于死，只有我才能获得永生。”其核心思想就是：“不要浪费你的精力，也不要劳累你的身体，更不要考虑更多的事情，自然就能长寿了。”

黄帝听了，感到很有道理。又问广成子：“请教您有何治国安民的办法？”广成子说：“我这儿有《阴阳经》一套，您拿回去看看，或许对治理国家有点用处。”黄帝听了，十分高兴，双手接过那套《阴阳经》，又对广成子说：“您就随我进宫，做个国师吧。”广成子微微一笑说：“我是个世外之人，懒散惯了，怕过不惯朝中繁乱生活。”说完闭目养神，不再发话。黄帝见广成子不愿入朝为官，只好说：“既然你不愿入朝，那就随我到行宫住几天，给朝中大臣讲讲治国的道理，这也是为了天下百姓。”广成子这才勉强答应了。

黄帝在行宫里为广成子布置了讲堂，命令宫中乐队为广成子奏《钧天》之乐，迎接广成子。后来，黄帝为广成子奏乐的地方，就叫“钧天”，时间长了，人们把它叫成了“均田”，一直叫到现在。

《庄子·在宥》篇中有黄帝见广成子时的情景和对话。黄帝先是向广成子询问至道的精髓，因为他想要通过道来治理政治的清明和百姓的安居乐业，其次便是询问广成子的养生之道，充满了道家色彩。

《钧天》之乐在均田

唐代著名诗人李商隐有一首名为《钧天》的诗：

上帝钧天会众灵，昔人因梦到青冥。

伶伦吹裂孤生竹，却为知音不得听。

尽管李商隐的诗晦涩难懂，但是从第一句也可以看出《钧天》乃是天上的音乐。关于《钧天》之乐，还有一段和轩辕黄帝、广成子有关的故事。

黄帝生活在公元前2717年至前2599年，中国古华夏部落联盟首领，为中华民族始祖，被尊为中华“人文初祖”。据说他是少典与附宝之子，本姓公孙，后改姬姓，故称姬轩辕，号轩辕氏，建都于有熊（今河南新郑），亦称有熊氏。

史载黄帝因有土德之瑞（土色为黄），故号黄帝。黄帝在位期间，播百谷草木，大力发展生产，始制衣冠，建舟车、制音律、创医学传于后世。黄帝更以统一华夏部落与征服东夷、九黎族而统一中华的伟绩载入史册。

在古代，汝州有“汝海”之称，这个称号从何而来呢？原来是在很久很久以前，汝州区域降水量十分充足，再加上这里的地势十分平坦而开阔，降下来的雨水便积水为海，形成了一片广阔的水域。而崆峒山就屹立于这片水域之中，宛如一座孤岛，四周都被水包围着，没有人到了这座山上。因此，对于广成子来说，这是一个适合修炼的好地方。那广成子住在哪里呢？非常巧合，经过大自然的鬼斧神工，崆峒山上有一个天然的石洞，广成子便常年居住在这个山洞里面。

彼时的崆峒山与今日的景象大相径庭。崆峒山周围一片汪洋，山水相连，烟波浩渺。奇花异草，珍禽猛兽出没其间。天地间常现神奇景致，海市蜃楼更是时常出现。而广成子就在这样的环境中修行了1200年之久，形体仍未衰老，精神依然矍铄。

闭关修炼如此长的时间，广成子早已忘却了人世间的俗事。但是仙名在外，即使自己以为早已离开了凡间，凡间却从未将他忘怀。治理部落很有一番成果的黄帝慕名前来拜访他，尽管黄帝已经赫赫有名，但是对于广成子来说，并不把他当回事。

关于黄帝意欲拜见广成子的一段在《庄子·在宥》中有记载：“黄帝立为天子十九年，令行天下，闻广成子在于崆峒之上，故往见之，曰：‘我闻吾子达于至道，敢问至道之精。吾欲取天地之精，以佐五谷，以养民人。吾又欲官阴阳，以遂群生，为之奈何……’”

黄帝做了19年天子，政令通行于天下，深得民心。不过对于治国之道和养生之道，黄帝非常感兴趣，所以在听说修道1200年的广成子住在崆峒山中，就很想前去问道。据说黄帝在去往崆峒山的路上，途径今天的汝州温泉，听说温泉水的种种好处，便去洗了一个温泉澡，沐浴更衣之后才去见广成子，这样显得更为恭敬。

见面之后，黄帝：“我听说您修炼得道，敢问道的精髓是什么？我来拜见您，就是想得到道的精髓，用这精髓来帮助我的子民，使他们五谷丰登，风调雨顺。我还想让阴阳各司其职，万物蓬勃生长，应该如何做到呢？”

也许是黄帝问的过于直接，广成子说：“你所问的这些，乃是物的外表；你所想掌管和决定的，是外表与内在的分化之物。自从你治理天下，云气不待积聚起来就下雨，草木不待枯黄就凋落，日月之光也愈发强烈，我看你虽然有一定的才智，可是你心胸不开阔，见识不博大，你这样子，我怎么和你说大道呢。”遭了这一通抢白，黄帝闷闷不乐，只能先从崆峒山回去了。回去之后，他放下治理天下的大事，建了一个独居的斋戒室，睡在用白茅草铺就的铺上，就这样住了三个月，冥思苦想了许多问题后，又前往广成子处求说道。

这次黄帝确实悟出了好多东西。他问广成子，你能和我说说养生之道吗。没想到广成子听了他的问题，异常高兴。于是就有了广成子和黄帝讲道的故事。此后，广成子还送给了黄帝一本《自然经》，这让黄帝无比欣喜，于是他命随行人员演奏一首《钧天》之乐，表达对广成子的感激和尊重。

历史上，关于黄帝重视音乐的小故事很多。比如黄帝曾命伶伦作乐律，伶伦于是取懈谷之竹，用其中厚薄均匀的做成竹管。开始，吹出来的音调没有阴阳之分，根本不成音律。有一次吹出来的声音甚至吓到了黄帝的马。不过，黄帝不但没有责骂他，反而认为这小竹管能惊着马，很简单。他鼓励伶伦只要多加研究，一定能吹出好听的音律。后来，受到鼓励的伶伦根据凤凰鸣叫声，并经过长时间的揣摩和推敲，终于创制音乐上的12音律，受到黄帝赞扬。

这《钧天》之乐是黄帝与音乐的又一次结缘。单从名字看，就知道“钧天”乃是天上的音乐，这首天籁之音与广成子的思想其实是共通的，广成子的道家思想正在于无欲无求，对权贵不谄媚不奉承，活得洒脱而飘逸。而天上仙人的生活状态不正是如此吗？

当年演奏《钧天》之乐的地方后来被称为钧天台，虽然现已不存，但那里的人民仍然津津乐道这一富有传奇色彩的故事。诚然，黄帝拜见广成子和演奏《钧天》之乐都是传说故事。传说自然无从考证。不过，这个传说寄托了人们对顺应自然规律而为之的道理的认同和秉持，所以传播久远。

黄帝月夜沐温泉

黄帝及其部落的诞生，代表了华夏文明的最初觉醒，标志着“中国”观念的萌芽，是真正意义上的“最早的中国”。近年来河南灵宝西坡遗址发现的仰韶文化庙底沟类型的大型建筑和墓葬，真切地反映了黄帝时代的文明景象，展示了“最早的中国”的瑰丽与繁华。

炎黄帝子孙都知道，黄帝轩辕氏是我们华夏民族的祖先，也是上古圣君的典范。传说他于涿鹿之野斩杀九黎族暴君蚩尤，一统中原，华夏民族自此始。他顺应天地阴阳，驯化百兽，播种百谷，使百姓得以生活稳定；他教化百姓风俗，命史官仓颉造字，开创了中华文明之源头。“治大国如烹小鲜”，在黄帝这里简直是治天下易如反掌，所以典籍中常常直接说“垂拱而治”。他任用风后、力牧、大鸿等多位贤人为将相，辅助其治国兴邦。

可是黄帝开中华民族万世之太平，不仅仅是因为得人助，更是得天地之启。关于他夜沐温泉直至天明的故事即是如此。

据说有一天黄帝梦见大风吹散了大地上所有的尘土，一切污垢都消失殆尽；又看到有人举着重达千钧的一把弓，驱赶着数万群羊。黄帝醒来后反思道：“风发号施令，是执政者的象征；大风吹去尘垢，留下的就是土，天下有姓风名后的这个人吗？再说那拿着千钧重弓的人，是有异于常人的力；放牧万群之羊，只能是代表善于治理百姓的人，天下有这么一个姓力名牧的人吗？”于是黄帝就通过占梦的线索加以访求，果然在宰相找到了风后，在大湖找到了力牧。风后做了宰相，力牧做了大将，一个文治，一个武功，为黄帝的万古伟业作出了巨大贡献。黄帝著有《占梦经》可能就是因为他解梦精准，长于梦验，于是写下自己的一番心得吧。

话说黄帝鏖战多年大败蚩尤，终于一统中

原，成为华夏正统，就开始思考治国兴邦之策。所以说黄帝的垂拱而治也是讲究时间性的，并非一开始就能坐拥天下，无为而治。所谓“天人感应”，不管是黄帝统一天下，还是治理国家，都必须顺应天地之气的变化。通俗地说，就是应时而动，顺势而为。在开疆拓土的筚路蓝缕以启山林之际也必须东征西讨、南征北战的。可是打下了江山还要守得住，那么坐江山又当如何呢？

这一天黄帝仍然在挑灯夜读，他在地上写写画画，运思自己的治国方略。突然一阵风吹来，熄灭了本就昏暗的火光，整个屋子顿时陷入浓深的漆黑。黄帝抬眼不见五指，只看见这时门口投入一缕亮光，一位髭须冉冉的白衣仙人飘进来。黄帝虽然不知是何方神圣，但身为天子的黄帝赶紧拜道：“不知上神降临，有何贵干？”仙人拄着长长的胡须悠悠地说：“天帝见你勤勉治国，每日为强国安民之策劳神苦思，天帝感你精诚之至，特派我为你指点一二。”黄帝双手打躬作揖，忙道：“俯伏恭听。”白衣神仙指着东南方向说：“天倾西北，八卦有巽；坤母惠泽，水承地慧；当启尔智，温润万姓。”说罢便飘然而去。黄帝向来神慧，他琢磨着天帝的谕示：八卦之巽不就是东南方吗？东南方向上当有大地神灵毓秀之所，也就是承载着地母智慧的水，仙人应该是说水可以启发我的智慧。但是“温润万姓”作何解呢？对最后一点黄帝还没有参透，但是他决定身体先行。

旭日出，黄帝就起身往东南方向走，可是从早到晚这一路他也没有看到任何水流。他不知道要走多远才能找到天帝所说的能启示给他治国之智的水，但是他继续往前走，这一天没有吃饭饮水，一刻也不停顿休息。走着走着，月亮从东山升起，脚下的路越来越亮，听得前面水声潺潺，黄帝心中一动，突然明光照耀之下，一条上下如白练般笼罩的溪水横亘在他眼前。

月光虽明，却看不见水面，因为水上冒着腾腾的雾气，飘到黄帝脸上还有点温度。此时他才反应过来，这白练般的雾气原来是厚厚的热气。他果断地跳进去，果然是温热的河水。怪不得仙人说“温润”。

黄帝心想：只知道井水会早晨冒雾气，但仍是凉水；却未曾见过溪水冒着热气的，看来真的是大地汇聚灵秀之水了！他全身放松下来，日出至星月急趋奔走的疲惫很快消失了。他闭上眼睛冥想，感觉温泉一点一滴地从自己的皮肤渗透进去，一点一点地浸润了心肺，滋养了肝脾，无声无息却深入神经和骨髓，他就这样在温水里泡了一夜。

又是一个新的黎明。黄帝睁开眼，迎着朝阳的光芒，他放眼四顾，此处周围众多山丘环抱，中间则如聚宝盆，多处泉眼冒出地面，均是热气腾腾，极为罕见；而自己昨夜泡的温泉乃是众多泉眼汇聚向东的溪水，白雾绵延数里如云蒸霞蔚，更是壮观奇景。他感到自己一身轻松，心目开明，仿佛换了新鲜血液，这是从未有过的体验——如转丸于掌上，似成竹之在胸，浑身上下从未有过如此这般散发出对治理天下那么从容的气度。因为他感觉自己领悟到了处世治国的大道——垂拱而天下治。

也许我们无法得知在这一晚神游万仞、思接千载的黄帝具体想了什么，但是从他后来无为而治的实践中可以反求想见。那就是：水善利万物，泽被万物，无为而无所不为；天帝所指之温泉更是坤母之乳汁，启智黄帝心如温热的清泉无色无味、必清必静，万万不可汲汲以求，对百姓刻意用力，如此方可“温润万姓”。为了感谢天帝和地母的启示，黄帝将那里的温泉赐予“温汤神泉”之美誉，也就是今天的汝州市温泉镇。