



# 禅武合一 ②

## —— 少林功夫

永 信

### 2、少林功夫的类别

中国武术结构复杂,门派众多。根据历史文献记载,少林功夫是历史悠久、体系完备、技术境界很高的门类之一,也是中国武术各个流派中,历史悠久,门类最多、体系最大的一个门派。少林功夫不是一般意义上的“门派”或“拳种”,而是一个博大精深的武术体系,内容极为丰富。按类别可分为徒手和器械两大类,器械又可分为长兵器、短兵器、软兵器等。按技法又可分为拳术、棍术、刀术、枪术、剑术、技击、气功等几十种。少林功夫最早出现的多是实战的格斗技法,从明代后期开始逐渐向套路化方向演化,并被固定下来,形成众多的套路。根据少林寺内流传下来的拳谱记载,历代传习的少林功夫套路有 708 套,拳术和器械套路为 552 套,其中流传有绪的拳械精品有数十种。另外有七十二绝技,以及擒拿、格斗、卸骨、点穴、气功

等各类独特的功法为 156 套。现存少林功夫套路:拳术 178 套,器械 193 套,对练 59 套,其他 115 套,合计 545 套。这些内容,按不同的类别和难易程度,有机地组合成一个庞大有序的少林功夫体系。

#### (1) 拳

拳是少林功夫的基础。拳法的历史十分久远,它是在吸取中华传统武术基础上而形成的。早期的少林拳法是以实战搏击为主的。明末拳法大师玄机和尚留下来的《拳经》,是现存少林拳法最早的套路。少林拳法是少林功夫体系中内容最为广泛、套路最多的一种,少林拳法的套路总数有 300 多套,现在有名可查的也有近 200 套,具有代表性的拳术有:

#### 罗汉十八手

名称: 轩辕跨虎、仙人指路、回头望月、童子拜佛、梅鹿献花、鸿雁展翅、猿猴摘桃、魁星点元、高祖斩蟒、

王祥卧水、燕子汲水、鲤鱼翻身、罗汉斗虎、仙鹤惊翅、司空束身、百蛇吐信、弹射天狗、昆那武姿。

#### 小洪拳

名称：预备式、怀中抱月、白云盖顶、上步推掌、抱手束身、上步推掌、转身扳手、上步推掌、转身碰腿、外摆连、斜型、压手缩身、劈腿、斜型、蹲桩掠手、猛虎大张嘴、左云顶、右云顶、七星、单鞭、搂手束身、跟步抢手、旋风脚、冲天炮、蝎子尾猛虎大张嘴、抬步一掌、转身扳手、上步推掌、单拍脚、左盘肘、压手缩身、劈腿、右盘肘、蹲桩掠手、猛虎大张嘴、左云顶、右云顶、七星、单鞭、搂手束身、跟步抢手、单拍腿、右推掌、左推掌、右推掌、左拍脚、左推掌、右推掌、左推掌、海底捞月、聚手炮、顶心锤、提膝抡拳、下阴锤、滚手缩身、起身推掌、云顶聚手炮、五花坐山、收势。

#### 少林大洪拳

名称：预备式、白云盖顶、前跳仆步、起身盘肘、云顶双震脚、上步七星、单鞭、怀中抱月、冲天炮、退步勾拳、上步三砸拳、跳步撇手、云顶双震脚、上步七星、单鞭、怀中抱月、上步扳手、转身一拳、两抢手、回头望月、三扒手、双震脚小跨虎、提手炮、起身盘肘、转身迎面打撇手、左盘肘、右盘肘、提手炮、转身一拳、十字拍脚、二起脚、金刚捣碓、提手炮、金鸡独立、扎地槌、三出手、鹞子翻身、双震脚海底炮、上步一拳两抢手、抱肘鹞子钻林、弹腿、右摆脚踏步撇手、倒步云顶大跨虎、提手炮单叉、二起脚、坐山、收势。

#### 罗汉拳

名称：交手单叉、怀中抱月、古树盘根、转身枪手双摘档、打虎式、二起脚、金鸡独立、上步顺行、云顶连三捶、小跨虎、猛虎出洞、上步登山、探腰深望、古树盘根、斜步交花、插花盖顶、倒步双架棚、撩手推山、撤步连环拳、龙折身、卧地睡双推山、旋风脚、盘腿坐、空手滚、小开门、二起脚、打虎形、猛虎出洞、回头望月、高捶、低捶、蹲桩捶、翻身双扑地、背心捶、拐肘斜捶、拧手踢腿、黑虎钻档、童子卸印、切跨劈打、翻身捣碓、起落海底炮、前磴腿、拉弓式、双栽葱、倒反背、饿虎扑

食、黑豹钻档、抖手一捶、跳步单叉、起身板手、旋风脚、蹲桩式、双分膝、合腿、地面抓、迎面撒、二起脚、端锅、上步拔葱、掏腿入地捶、单踢、外摆莲、猛虎出洞、夯地捶、蝎子尾、舞花坐山。

#### 梅花拳

名称：双开门、里坡脚、左一捶、双推掌、猛虎出洞、抱拳束身、跳步单叉、子钻林、弹踢一捶、打虎式、转身单叉、弓步一捶、弹踢一捶、弓步一捶、连步一捶、双一捶、腾步摆莲束身跨虎、跳步单叉、弓步一捶、劈拳踢腿、小开门、转身掠手、林中摘果、上步卧枕、独立推掌、海底炮、连步一捶、又一捶、转身掠手、后扫堂、双碰腿、连三掌、旋风脚、回头望月、二起脚、回头望月、二起脚、百鹤惊翅、跳步束身、后蹬腿、猛虎出洞、弓步卧枕、前扫堂、提桶山、转身臂另、弓步一捶、舞花坐山。

#### 大通臂拳

名称：金沙飞拳、打虎靠山、顶心标拳、二郎担山、双关铁门、闪身炮拳、金童献图、千斤砸拳、双手开弓、鸽子翻山叶下藏花、退步插拳、单风灌耳、追风相连、顺手牵羊、撩阴重拳、猛虎跳涧、天王托塔、挽景移山、珍珠卷帘、雷公飞天、双风灌耳、勒马按拳、舞花起脚、回头望月。

#### 心意拳

名称：百蛇吐信、二龙分水、右手摆掌、天王托塔、倒步跨虎、冲天炮式、提膝砸捶、转身七星、二郎担山、双关铁门、百猴洗脸、又百猴洗脸、悬崖勒马、探马捶式、千斤劈锤、左翻背捶、弓步板手、悬崖勒马、探马捶式、倒步跨虎、投步转身、十字通背、拦腰捶、拔步炮、金鸡独立、猿猴束身、悬崖勒马、十字通背、拦腰捶、提膝抢肘、武松脱铐、反击捶式、马步单鞭、拧身七星、弓步双推掌、右踩脚式、双腿掌式、左踩脚式探马捶、迎面掌、黑虎蹬山、转身板手、猿猴束身、二起踩脚、单叉、起身摆脚、后摆脚、右摆脚、下阴捶、反肘面捶、左翻背捶、弓步板手、悬崖勒马、探马捶式、倒步跨虎、投步转身、十字通背、拔步炮、金鸡独立、猿猴束身、悬崖

勒马、十字通背、拦腰捶、提膝抱肘、武松脱铐、反击捶式、马步单鞭、拧身七星、弓步双推掌、下阴脚式、转身拧把、倒步双推掌、老牛大摸头、大跨虎式、起身飞脚、金鸡独立、顶心肘、翻背捶、左翻背捶、转身板手、悬崖勒马、探马捶式、倒步跨虎、十字通背、拔步炮式、金鸡独立、猿猴束身、悬崖勒马、十字通背、投身游身、双撩阴捶、霸王观阵、右游身、双撩阴捶、霸王观阵、砸手转身、迎门铁扇、走步搓捶、右探马捶、束手阴捶、古树盘根、起身一掌、双推掌、倒步左跨虎、双狼脚、弓步枪手、左枪手、倒步云顶、跟步七星、罗王观阵。

#### 少林朝阳拳

名称：双手抱拳、金沙飞掌、白蛇吐信、二龙分水、古树盘根、金鸡独立、挤手炮、朋鹏展翅、白蛇吐信、二起踩脚、顶心标拳、下下狼脚、冲天炮、急三拳、弓步架打、猛虎跳洞、马步架打、双风灌耳、马步冲拳、双风灌耳、弓步架打、混水摸鱼、二龙分水、棚头、接手冲拳、蝎子勾尾、蹬腿冲拳、弓步冲拳、二起踩脚、回头望月、左卧枕、猛虎出洞、挤手炮、舞花坐山。

#### 少林炮拳

名称：撩手摘心掌、转身窝心炮、原地三砸拳、马步冲天捶、五花虎抱捶、转身云顶、坐山单革命、五花虎抱头、上步左斜形、十字踩脚、转腿窝心捶、倒步三砸捶、马步冲天捶、拦腰双绝手、抬腿小提鞋、落步右拐肘、转身双绝双分腿、起身双风灌耳、腿右斜形、撩手迎面捶、转身云顶七星、坐山单鞭、舞花坐山；摇身三卧枕、转身窝心捶、倒步三砸捶、马步冲天捶、转身双绝单叉、起身拐肘、转身双绝分腿、起身双风灌耳、劈腿右斜形、马步跨毛篮、狼脚海底炮、上步两捶、劈腿右斜形、压手上穿捶、转身双绝分腿、起身双风灌耳、转身跌跌步单叉、起身冲天炮、束身下劈腿、起身五指朝凤、转身云顶七星、坐山单鞭、舞花坐山；虚步三掏捶、独立跨虎势、三打迎面捶、换步右斜形、腿左斜形、劈腿右拐肘、搬手一捶、束身请手、猛虎出洞、转身摘心捶、束身夯地捶、小鬼蹬腿、上步顶心捶、束手虎抱头、老虎弹痒、束身双分脚、起身双风灌耳、里劈

左斜形、独立打虎势、并步三捶、退步云顶七星、坐单鞭、舞花坐山。

#### 少林猛虎拳

名称：蝴蝶双飞、顶心标拳、黑虎钻心、金钻穿石、细女穿梭、考虑出洞、卧虎望笋、连环三打、黑虎崩崖、二郎担山、猛虎跳洞、连环三打、八戒翻八卦、就地吞羊、金钻穿石、仙人摘桃、猛虎擒猿、双枪穿喉、虎斗雄狮、猛虎弹爪、将军斩剑、饿虎偷心、伏虎守穴、细女穿线、白虎上墙、十字踩脚、金钻穿石、猛虎出洞、海底捞月、考虑靠山、青驹奔川、白虎海脸、天王端塔、猛虎抖威、小虎抱月、金钻穿石、铁牛耕地、猴子擦眼、黄忠放箭、双手棒月、鹞子入林、蚂蚁入泥、将军勒马、老虎出洞、猛虎跳洞、老婆拐线、威坐玉殿、顶心标拳、火神分金、王销推山、黑虎撩爪、小虎越洞、龙王唤雨、黑虎钻心、卧虎塑笋、饿虎扑食、黑虎拦羊、金鸡独立、连环冲拳、卧虎吞羊、猴探仙庭、金钢钻石、铁牛拉犁、虎阴赤处、移王拔桩、猛虎跳洞、鸿雁展翅、双龙出海、黑虎弹爪、单坐莲花、跳步坐山。

#### 少林醉拳

名称：双手取杯、连饮三杯、太白醉酒、醉仙拜天、酒花四射、仙童弹球、转身碰杯、金鸡独立、虎将让杯、醉仙拜天、罗汉出酒、醉君观阵、铁牛耕地、天王托塔、仙童弹球、八仙醉坪、暗箭四射、留地旋风、醉汉观星、文王赏酒、醉汉拜地、蛤蟆跳丘、城下献酒、饮酒护手、太白醉酒、铁牛耕地、醉汉观阵、仙单弹球、罗汉出酒、八醉仙坪、酒花四射、将军转杯、仙单弹球、小山让杯、文王赏酒、醉仙敬天、罗汉让杯、醉仙坐坪、黑风扫林、天王托塔、城下献杯、李白拜佛、醉汉观星、将军碰杯、金鸡独立、醉仙敬天、醉汉谢主。

#### 少林黑虎拳

名称：开步拦手、震脚海底炮、飞不划瓶、猛虎抛骨、左摆脚、右摆脚、黑虎跳山、猛虎跳洞、黑虎弹爪、猛虎跳洞、推倒墙、黑虎弹爪、左踩脚、黑虎跳山、弓步右冲拳、弓步左冲拳、饿虎吞羊、并步双砸拳、踢腿撩掌、黑虎钻云、偷摘心拳、弓步左拳、弓步右冲拳、双爪



拔蛇、饿虎吞羊、黑虎摘心、上步冲拳、黑虎盘山、黑虎出洞、黑虎钻林、饿虎吞羊、黑虎跳洞、黑虎奔川、黑虎攀崖、黑虎下山。

#### 少林五虎拳

名称：绷腿侧拳、大鹏独立、马步穿掌、转身弹指、坐盘横揣、仆步抱拳、马步冲拳、梅花转拳、仆地视锦、砸拳撩阴、反背撩拳、转身双摆莲、白鹤亮翅、弓步截捶、旋风脚、马步上崩拳、撒步腾架、上步三冲拳、仆步后扫腿、跳步弹脚、转身马步架打、箭步二起脚、仆步架掌、转身弓步崩拳、转身撩阴拳、大鹏展翅。

#### 少林猴拳

名称：猿猴出洞、猿猴下山、猿猴观阵、倒踢金爪、反戈一击、猿猴转圈、偷摘仙桃、猿猴探性、钻上九霄、猴子抓痒、猴子切瓜、小猴留阵、猿猴崩天、猴子盘足、猿猴戏月、天星坠地、收兵观阵。

#### 少林六合拳(对练)

名称：一、二合：五子登科、虎抱头、三摇手、推身踢阴、转身踩脚、反掌拧手、冲天炮、摇手挑手、满肚痛、搬肩、缩身、三环手、枪手、斜形、三摇手。

三、四合：三摇手、上步冲拳、中腿侧耳炮、冲天炮、满肚痛、摇手搬肩、推肩缩身、三打手、枪手、斜形、三摇手。

五、六合：三摇手、推身踩脚、转身单叉、泼腿、侧耳炮、上步进拳、进肘、踢腿、反掌拧手、冲天炮、摇手挑手、满肚痛、摇手搬肩、缩身三找手、枪手、斜形。

#### 少林耳巴六合拳

名称：一合：金丝缠：挑手飞脚、泰山压顶、双拳架上、回步劈腿、两人交手、三进捶、三砸手、两个压手、三劈掌、二龙戏珠。

二合：劈面掌：上阵交手、上步进拳、倒步拔拳、回步进拳、退步拔手、两人压手、三劈掌、二龙戏珠。

三合：双风灌耳：拦手提手炮、两人交手、双风灌耳、白马分鬃、上步飞脚、三砸捶、三拔手、两人交手、三劈掌、二龙戏珠。

四合：连三脚：拦手提手炮、两人交手、连三脚、飞

脚钻阴、两人交手、连三捶、两人压手、三劈掌、二龙戏珠。

五合：双取阴：拦手提手炮、两人交手、双取阴、迎面劈捶、三拔捶、二龙戏珠。

六合：三砸捶：拦手提手炮、两人交手、三砸捶、上步飞脚、两人压手、三劈掌、拦手提手炮、上步压手、三劈掌、二龙戏珠。

#### (2) 棍

棍是少林功夫中最负盛名的兵器。在少林功夫形成的早期，最先使用的兵器就是棍。相传，元末少林寺烧火和尚紧那罗持棍惊退红巾军。现在少林寺所传的风火棍、烧火棍等等，据说都是紧那罗传下来的。到了明代中期，僧兵持棍参加了抗倭、保卫边关等众多战役，并由此而名扬天下，成为最出名的少林功夫。少林棍法在明代就以固定的形式传承下来，程冲斗的《少林棍法禅宗》是明代少林棍法的经典。具有代表性的棍术有：

#### 少林风火棍

名称：转良前戳棍、反身打、舞花、左扫棍、右扫棍、回头咽喉棍、压把棍、舞花滚身劈把、转身前戳、转身撩阴、回身刺喉、闭门户、上挑棍、舞花棍、打虎棍、戳棍、鹞子翻身、白猿献果、交手望月。

#### 少林阴手棍

名称：横棍平视、鸡步闭门、进步挑档、鸡步闭门、挑阳胸式、上步卧枕、猴子上树、上步卧枕、猴子上树、仙人指路、将军把门花阴藏花、罗王观阵、挑阳胸式、上步卧枕、弓步卧枕、上步卧枕、猴子上树、上步撩阴、转身劈头、风扫阴式、仙人指路、朝天一柱、三进迎敌、朝天一柱、百蛇吐信、猴子登枝、上步卧枕、弓步卧枕、猴子上树、百蛇吐信、踢断玉柱、上步撩阴、转身劈头、插花盖顶、转风族棍、仙人指路、见敌关门、三进迎敌、迎门铁扇、百蛇吐信、猴子登枝、上步卧枕、弓步卧枕、金鸡独立、饿虎扑食、弓步撩阴、插花盖顶、转风旋势、仙人指路；双关铁门、三进迎敌、迎门铁门、百蛇吐信、猿猴坠枝、蛇在地走、饿虎扑食、弓步撩阴、插花盖顶、

转风旋棍、仙人指路、双关铁门、鹞子入林、迎门铁门、百蛇吐信、猿猴登枝、蛇留地走、饿虎扑食、弓步撩阴、插花盖顶、败势逃走、龙腾虎跃、插花盖顶、风旋末棍、金鸡独立、舞花跳步、罗王踏山。

#### 少林短棍

名称：金刚护门、袖里藏针、辕门观阵、青龙点睛、泰山压顶、古树盘根、摘星取月、胡雁垂柳、百蛇吐信、太公扶杆、倒插杨柳、顺水推舟、猛虎摆尾、风扫荷叶、青龙点水、太公钓鱼、快马加鞭、登山探穴、黑虎掏心、太公扶杆、倒插杨柳、棍打鸳鸯、左左劈右挂、泰山压顶、古树盘根、黑虎掏心、仙人指路、青龙点水、白鹤亮掌、风扫荷叶、百蛇吐信、登山探穴、左劈右挂、霸王举鼎、猛虎跳涧、金刚护门、挑帘观望、古树盘根、泰山压顶、蜻蜓点水、乌龙摆尾、霸王举鼎、黄龙翻身、千斤下坠、横担架梁、古树盘根、仙人指路、白鹤亮翅、顺水推舟、金光绕心、黑虎掏心、风扫秋叶、金刚护门。

#### 少林大夜叉棍

名称：高四平势、中四平势、低四平势、三打枪势、高搭袖势、边提势、群提势、伏虎势、定膝式、潜龙式、铁牛耕地、孤雁出群、敬德倒拉鞭、刀出鞘势、地蛇枪势、提枪式、骑马式、穿袖势、仙人坐洞、乌龙翻江、披身势、吕布倒戟势、飞天叉势、黑风雁展翅高提式、乌云罩式、通袖式、劈打式、雷天上弓、朝天枪势、高塔袖势、跨剑势、左右献花、尽头抢势、高塔袖、单提势、金鸡独立、倒托荆棘、二郎担山、凤凰展翅、旋风扫地、挟衫势、一提金势、秦王跨剑、前提势、勾挂硬靠山、单打势、销口轮势、铁扇紧关门。

#### 少林烧火棍

名称：掠劈棍、弓步戳棍、弓步劈棍、弓步劈棍、闷心棍、败势、回头棍、横担一架梁、猿猴背棍、扑地棍、二郎担山、扑地棍、跋步连三尺、滚身劈棍、舞花劈棍、单叉架棍、单叉盖把、隔打回身譬如棍、弓步戳棍、回身劈棍、弓步戳棍、弓步劈棍、弓步戳棍、上步隔打、败势、上步劈棍、回身劈棍、舞花劈棍。

#### 少林猿猴棍

名称：拉棍观阵、猴行棍、怀中抱月、回头望月、转身截棍、束身抱棍、右回头望月、左回头望月、舞花、观阵、压棍、压棍跳步、下截棍、背棍、偷点回头望月、转身倒把、右挑档、左挑档、转身横扫、扛棍观阵、猴行步、舞花、步甩棍、舞花压棍、左右观阵、舞花、童子拜观音。

#### (3) 刀

刀原本是民间武术和军事上最常使用的兵器。随着少林功夫的发展及僧兵参战的需要，刀也成了少林武僧经常使用的兵器之一。在明末的时候，少林寺刀法广泛应用于战场。登封地方武装首领郜如城曾从少林寺练习拳棍和大刀，并运用大刀在战场上大显身手。少林刀多为缠头裹脑、翻转劈扫，再加上刺、撩、砍、拦、抛等构成完整的刀法系统。少林刀法出刀时两臂运气，气随刀出。少林单刀、双刀和大刀有“单刀看手、双刀看走、大刀定手”之说，代表套路有：

#### 少林缠头刀

名称：双手开门、鹿步鹤行刀、弓步劈刀、转身撩刀、海底捞月、狮子张口、叶里藏花、白虎拦路、连环缠头刀、仙人指路左右横穿刀、弓步缠头刀、托碑献塔、金鸡独立、秦琼担刀、叶里藏花、白虎拦路、百马奔川、仙单亮刀、罗汉担刀、转塔藏花、海底捞月、狮子张口、饿虎扑食、金童亮背、狮子张口、弓步推刀、罗汉藏刀、叶里藏花、注目迎招、顽童戏月、独立彩棚、跳步藏刀、卧虎藏刀、朝天一柱香、叶里藏花、回头望月、跳步劈刀、火龙落地、坐山一刀、金牛卧地、坐山架刀、跃步绞刀。

#### 少林昆仑双刀

名称：指路刀、转身龙门刀、跨跳双劈、转身藏刀、医疗费子拐翅、舞花藏刀、跣步刺心刀、左右舞花劈、撇步藏刀、舞花四门刀、左右燕子别翅、上步双劈、转身藏刀、二马分鬃、蝴蝶闹海、燕花架刀、凤凰旋窝、起跳挎刀、上步左右连环刀、舞花前撩刀。

#### 少林春秋大刀

名称：理胡摆掌、提袍踏蹬、弓步前撩刀、跣步背刀、马步揣刀、云顶横扫刀、跣步背刀、云顶横扫刀、跣

步背刀、弓步前撩刀、转身马步切刀、云顶削刀、弓步背刀、弓步撩刀、提膝亮刀、上步三撩刀、云顶横扫刀、转身背刀、金鸡独立、马步砍刀、勒马背刀、缠丝过顶、老虎出洞、连环劈刀、二郎担山、转身挑刀、弓步站刀、翻身云顶扫刀、勒马背刀、马步上撩刀、刀挑红袍、舞花背刀、虚步斩刀。

#### (4) 剑

剑是少林武僧最常使用的兵器之一，也是少林十八般兵器中非常有代表性的一种。明代文翔凤在游少林寺时看到 60 名武僧练武时不仅有拳法而且有剑术。公鼎在少林寺观武后也看到“复有戈剑光陆离”的场面。这就是明代少林武僧练剑的写照。这也证明少林剑法形成于明代。少林剑的代表套路有：

##### 少林乾坤剑

名称：亮势、接剑、下劈、前刺剑、截腕、挑隔剑、斜劈剑、指星剑、前刺剑、拦腰剑、撩剑、提膝架剑、提膝斜劈、跳步大劈、左撩砍头、砍腿、霸王观阵、斜刺、横扫十字脚、青龙吸水、回头望月、霸王观阵、刺腿、大鹏展翅由、霸王举鼎、行龙剑、下刺剑、凤凰点头、劈腿独立、仙人指星、斜平刺、霸王观阵、斜劈剑、百蛇吐信、前刺剑、抛剑、接剑。

##### 少林梅花剑

名称：怀中抱月、仙人指路、金鸡独立、跳步上挑、左右撩剑、古树盘根、提膝崩剑、倒步下劈、绕剑平刺、左右绕剑、歇步崩剑、斜下劈剑、跳步下劈、弥陀敲铃、朝天一柱、左右下劈、坐盘指性、上步平刺、独步平衡、虚步平剑、斜下平剑、跳步下劈、弥陀敲铃、回跳下劈、歇步下刺、提膝绷剑、绕形剑、虚步绷剑、滚身五花、独立前刺、弓步绷剑、斜剑下劈、倒步下劈、提膝绷剑、弓步刺胸、偷步刺剑、转身分刺、上步撩剑、上步斜隔、金鸡独立、拦腰剑、弓步右劈、跳步下劈、左右隔、上步前刺、右隔剑、踢腿、弓步按剑、虚步藏剑。

##### 少林九宫剑

名称：并步上指、虚步亮指、提膝横剑亮袍、弓步、弓步崩指、歇步枪剑、弓步前指、前踢脚、前踢脚、

盖跳步、马步抢剑、弓步斜上斩剑、扣腿撩剑、提膝上架剑、弓步平斩剑、歇步压剑、弓步刺剑、上步云剑、弓步刺剑、上步云剑、弓步刺剑、左提膝劈剑、左右提膝剑、坐盘反上撩剑、转身弓步刺、望月平衡、行步提撩、后插步劈剑、翻身弓步劈剑、后又步上劈剑、翻身探刺、左提膝劈剑、虚步下截剑、腾空架剑、左转云剑、歇步枪刺、弓步反刺、弓步劈剑、分剑踢腿、提膝平斩、立剑蹬脚、左转云剑、仆步下斩、提膝劈剑、丁步下截、弓步刺剑、后插劈剑、云剑换把、提膝撩剑、斜上刺剑、左右挂剑、跳步抛剑、右手接剑、歇步云剑、弓步探剑、叉步绞剑、左转云剑、虚步抛剑、并步提袍。

##### 少林八仙剑

名称：老僧掉尘、仙人指路、转身云剑、火神分金、撒步小魁星、转身云剑、撒步大魁星、金鸡啄食、饿虎扑食、起身平剑、虚步崩剑、怀中抱月、夜叉探海、回头望月、独立刺剑、抽弓打雁、插步刺剑、弓步刺剑、撒步大魁星、左右穿剑、独立刺剑、苏秦背剑、转身交剑、夜叉探海、撒步大魁星、拔草寻蛇、转身扑食、穿剑、左右撩剑、虚步点剑、挑剑、陈潭大睡、雄英展翅、怀中抱月、仰头刺剑、夜叉探海、撒步大魁星、跳步刺剑、转身扑食、穿剑、坐盘、连环穿剑、坐盛刺剑、云剑、苏秦背剑、交剑。

##### 少林达摩剑

名称：童子拜佛、达摩面壁、回头望月、怀中抱月、仙人指路、弓步劈剑、震脚刺剑、古树盘根、金鸡独立、上步劈剑、青龙摆尾、回头望月、仙人指路、左插刺剑、倒步劈剑、虚步亮剑、回头望月、虚步亮剑、达摩面壁、云顶刺喉、震脚刺剑、金鸡独立、虚步亮剑、弓步劈剑、黑龙摆尾、百蛇吐信、回头望月、虚步亮剑、上步劈剑、怀中抱月、鸭子赶路、削手一剑、苏秦背剑、金鸡独立、探海平衡、回头望月、虚步亮剑、力劈四门、虚步亮剑、提膝撩剑、白龙吐须、舞龙刺剑、仙人指路、力插地龙、朝天一柱、奋力穿剑、怀中抱月。

#### (5) 其它器械

少林器械有“十八般兵器”之说。除了棍、刀、剑

外,还有三股叉、方便铲、单拐、九节鞭、三节棍等等,代表套路有:

#### 少林九节鞭

名称:左右走鞭、盘肘左右背鞭、左右发鞭接鞭、左右走鞭、右盘肘反背鞭、乌龙步进洞右背鞭、翻身仙人指路、右转后背鞭、翻身左右背鞭接鞭、左右走鞭、右盘肘反身背鞭、骗马鞭、右背鞭、左右发鞭接鞭、左右走鞭、右盘肘反身背鞭、罗汉跪楼鞭、左转背鞭、左右发鞭接鞭、左右走鞭、右盘肘反身背鞭、湘子垮篮鞭、踢鞭右背鞭、苏秦背剑鞭、左右走鞭、右盘肘右背鞭、右转后背鞭、左右走鞭、右盘肘右背鞭、上步三劈鞭、左右发鞭接鞭、左右走鞭、右盘肘背鞭、滚身左右发鞭接鞭、左右走鞭、右盘肘右背鞭、左插花鞭、左转右背鞭、左右发鞭接鞭、左右走鞭、右盘肘反身背鞭、金丝缠脖、左背鞭、左右发鞭接鞭、左右走鞭。

#### 少林草镰

名称:开肠破肚、火神分金、转身摘珠、百猴弹爪、夜叉割麦、小楼爪、黑虎掏心、舞花彩镰、倒拉金瓜、仙人指路、转身缠钩、夜叉探海、怀抱琵琶、转身缠钩、罗汉推窗、五行归一。

#### 少林钢鞭

名称:脚立八字、左手抱鞭、左手拦、右手出拳、右蝎吊鞭尾右踩脚转面缩身鞭、上步蝴蝶鞭、滚身下打鞭、右腿鞭、左腿鞭、上步闭枪鞭、滚身下打鞭、转面扫腿鞭、滚身劈面鞭、转身回马鞭、鹞子反身鞭、滚身下打鞭、三连护手鞭、左右扫腿鞭、挥舞后反鞭、起脚飞云鞭、上步蝴蝶鞭、转面莲花鞭、滚身下打鞭、转身赶山鞭。

#### 少林乾坤圈

名称:春燕展翅、上格下扣、掏腿劈面、滚身劈圈、上步推圈、撤步连环、转身右架翅、转身左架翅、翻身双砸圈、猛虎张嘴、五花顺圈、撩腿一圈、转身望月、上步摆圈、云顶束身、燕子起飞、双手推圈、舞花坐山。

#### 少林虎头双钩

名称:三隔腿、分头楼、跳步双撑钩、转身分拔钩、

前后双撑钩、左楼右拦勾、上步单拦勾、独立双层勾、双叉夹叉勾下、跳步双抱勾、转身独立势、亮势取腿勾、转身双展勾、转身单劈勾、上步劈楼勾、转身单架勾、转身下压勾、独立单架勾、转身劈楼勾、马步下压勾、转身双架勾、双夹下叉勾、双撩腿勾、前后双撑勾、转身双架勾、转身望月、跳步双抱勾、转身劈楼勾、上步劈楼勾、独立双勾、落步左拦勾、上步右拦勾、独立双展勾、左右摆勾、转身下劈勾、上步单拦勾、退步单拦勾、跳步望月、转跳架翅勾、转身劈楼勾、跳步双掌勾、转身劈楼勾、歇步护身勾、起身双托勾、歇步双架勾。

#### 少林狼牙棒

名称:杯中双抱月、飞身三云顶、弓步登山打虎、回身鹞子翻山、双风贯耳、探海取珠、顺风撒旗、一留栽花、上棒打猛虎、下棒打两脸、前棒打怪蟒、后棒打足腕、左棒打黄龙、右棒打猛虎、前打青龙戏水、后打丹凤落山、左打金鸡斜展、右打金鹏再翻、中打观音倒坐、再打过路神仙。

#### (6) 其它功法

少林功夫除了拳法和器械外,还形成了众多独特的功法,如坐禅、童子功、轻功、硬功、梅花桩功等,都是少林寺非常有名的功法。具体种类有:坐禅功、硬气功、铁沙掌、倒挂金钟、小武功、梅花桩功、童子功、阴阳气功、易筋经、点穴、卸骨、擒拿和七十二艺。

#### 少林易筋经

名称:韦驮献杵第一式、韦驮献杵第二式、韦驮献杵第三式、摘星换斗式、倒九牛尾势、击不亮翅式、力鬼拔马刀势、三盘落地势、青龙探爪势、卧虎扑食势、打虎弓势、掉尾势。

#### 少林益寿功

名称:采宝得田、玉女穿针、阴阳掌法、灵猫扑鼠、迎风坐禅、金童献茶、二龙戏珠、整衣郅袖、童子拜佛。

#### 少林擒拿十八式

名称:锁法、扣法、切法、压法、拧法、裹法、绕法、点法、拿法、缠法、踩法、绊法、掐法、踢法、靠法、甩法、



撞法。

### 3、少林功夫的传承人系列

少林功夫的传承，是严格按照师徒制度进行的。这种师徒关系，是少林寺传统的宗法门头制度的最基本表现。宗法门头制度是古代中国社会的基层结构，具有极强的凝聚力。少林寺的宗法门头制度，由十三世纪曹洞宗领袖福裕禅师住持少林寺期间确立。福裕禅师把少林寺建成中国传统宗法门头制度的家族式寺院，对少林寺及少林功夫都产生了深远影响。少林寺宗法门头历史上最发达时期，下辖 25 个下院，僧人总数达八百多人。清雍正十三年（1735），朝廷对少林寺宗法门头进行了一次大整顿。目前仍有 10 个下院，僧人总数一百五十多人。

福裕禅师确立的传承谱系，计有七十辈，如下：

福慧智子觉，了本圆可悟。

周洪普广宗，道庆同玄祖。

清静真如海，湛寂淳贞素。

德行永延恒，妙体常坚固。

心朗照幽深，性明鉴崇祚。

衷正善禧禅，谨恣原济度。

雪庭为导师，引汝归铉路。

少林寺僧人来自五湖四海。“七十字诗”传承谱系，使少林寺变成了一个宗法大家族。少林寺僧人对以上七十个字，都牢记在心。当代少林寺僧人传承仍基本遵守着十三世纪福裕禅师确立的传承谱系，已经传承至“德、行、永、延、恒”，历三十多代，近八百年历史。

#### (1) 历代传承人代表：

跋陀，又名佛陀，为少林寺的开创者。据唐道宣《续高僧传》载，跋陀为天竺国（印度）高僧，初交友六人，同修定业，五人皆得正果，只有他无所收获。后道友告诉他应去震旦（中国），定有所为。于是他于北魏孝文帝时从天竺经西域来到魏都平城（今大同），受到孝文帝崇敬。魏迁都洛阳后，他随之到洛，文帝在洛阳为之建静院，让其传法。但由于他“性爱幽栖，林谷是

托，屡往嵩岳，高谢世人”（慧皎《高僧传》），因而孝文帝于太和十九年（495），在少室山阴为之创建少林寺，并由官府供给衣食，让其落迹传教。他在少林寺建舍利塔，造翻经堂，并收弟子慧光、道房、僧稠等传授小乘禅，翻译佛经。四海僧众闻风而至少林，归其门下。他在少林寺先后译释了《十地》诸经。年老时，跋陀移往寺外居住。相传，在其临终时，还手绘神像于门壁，不久示寂。

慧光，又名惠光，长卢人。据慧皎《高僧传》载，他年方 12 岁入洛阳。一日慧光在天街井栏上反踢毬子，一连五百。跋陀见而奇之，遂度为弟子。后慧光随跋陀到了少林寺习禅并翻译佛经。《传灯录》载他从跋陀学佛经，并向人讲解，讲得精辟透彻，人称“圣沙弥”。跋陀授以律宗和小乘禅法，他还注释了《华严》、《涅槃》、《维摩》等佛经。慧光不仅精于小乘禅法，而且对律宗、华严宗等颇有研究，为一代律宗大师。慧光后来又至洛阳、安阳等地传法，名扬四方。其弟子僧达、昙隐、法上等也因传法而出名，被称为十大德，亦号称“十英”。慧光最后圆寂于邺郡（今安阳）。

僧稠，钜鹿人，为北魏至北齐时名僧。据《高僧传》、《皇唐嵩岳少林寺碑》、《朝野僉载》载，稠禅师初出家于钜鹿景明寺，后被跋陀门人道房引度为弟子，随跋陀入少林寺。在他刚出家时，常受到一些懂武术的小和尚“殴击”，于是他发奋习武，最后练得筋骨强健，拳捷骁武，使先前侮之者“俯伏流汗”。僧稠的小乘禅法造诣颇深，有“光（慧光）以学显、稠以禅著”之称。跋陀也曾说，自葱岭以东，禅学最著名者是僧稠。跋陀之后，僧稠曾继之主持少林寺。北齐天保三年（552），文宣帝在邺城（今安阳西）为之造云门寺，让其传法，他在那里著《止观法》两卷。僧稠于北齐乾明元年（560）圆寂。

达摩（？-536），又作达磨，为南天竺（古印度）婆罗门种族高僧。南北朝宋末，达摩航海来到中国广州，初达宋境，后至金陵，大约在北魏明帝时，达摩来到洛阳，魏杨衒之著的《洛阳伽蓝记》记载了达摩及其在洛



阳永宁寺的情况：“时有西域沙门菩提达摩者，波斯国胡人也。起自荒裔，来游中土。见金盘炫日，光照云表；宝铎含风，响出天外。歌咏赞叹，实是神功。白云：‘年一百五十岁，历涉诸国，靡不周遍。而此寺精丽，阎浮所无也。极佛境界，亦未有此。’口唱南无，合掌连日。”后达摩到嵩山收弟子慧可、道玉等，并在嵩山少林寺一带传法。后世传说达摩在少林寺北五乳峰石洞中终日面壁九年。达摩在嵩山传法时，觉得久传的小乘禅法已走向没落，于是他根据大乘的理论，结合北魏当时的社会状况，初创了以“静坐修身”为主要修行方法的学说，称为“壁观”，即大乘禅宗。达摩的禅宗，以《楞伽经》为传法经典。他在传法于慧可之后，离开嵩山，梁大同二年(536)，遇毒而卒，葬于熊耳山，起塔于定林寺。相传，达摩精于武功，尤善坐禅功。唐代宗赠圆觉大师号。禅宗兴盛后，达摩被尊为禅宗初祖及佛教第二十八代祖师。

慧可，一名僧可，又名神光。俗姓姬，虎牢人(今荥阳汜水)，出家后遍阅经典，精通藏经。40岁时，在嵩山遇到游化的天竺僧菩提达摩，拜为师。后达摩在嵩山少林寺一带传法，慧可随之从学六年。达摩在嵩山传法时，以四卷《楞伽经》授慧可，并说：“我观汉地，惟有此经，仁者依行，自得度世。”其后慧可传承了达摩的禅法，成为禅学大师。达摩圆寂后，慧可一度隐迹。后因道俗各界寻迹而来向其求学，开始传法讲经。东魏天平初年，慧可北游至邺都(今安阳)传法。在邺传法时，当地一僧名道恒，其徒在听了慧可讲法后都不回来了，于是多次加害慧可，最后“遭贼斫臂”。后他单臂传法，名声大振。慧可在传法于僧璨后于开皇时坐化。慧可由于得到了达摩衣钵，后被禅宗尊为二祖。

洪遵(528-608)，据裴淮《皇唐嵩岳少林寺碑》及《说嵩》载，他俗姓时，相州人，八岁出家，拜少林寺资公学法，后遍访丛林，参学问法，佛法日精，齐主授予他“断事沙门”。北周大象中，少林寺被废后重新恢复，在寺中挑选道业精深者120人为菩萨僧，洪遵律师被选中。隋朝开皇七年(587)，洪遵奉诏至京都，与天竺

僧一起翻译佛经，后受敕命为众僧讲律宗，为一代律宗大师。

志操、惠场、昙宗，唐初少林寺著名武僧。据唐裴淮《少林寺碑》及《赐田牒》载：武德四年(621)四月，李世民与王世充战于嵩洛一带，驻守柏谷庄的少林寺主僧志操、都维那僧惠场和昙宗等十三名武僧夜间攻入王世充之侄王仁则大营，生擒王仁则，并将其献于李世民，唐军乘势击败王世充。四月三十日，李世民为表彰志操、惠场、昙宗等十三武僧的功绩，特颁《告柏谷坞少林寺上座书》于少林寺，同时要封十三僧官位，但由于志操、昙宗等只愿出家礼佛，不愿为官，于是李世民赐少林田地四十顷，水碾一具。参战僧均得封赏，昙宗还被封为大将军僧。由于志操、惠场、昙宗等的助唐行动得到了李唐王朝的大力表彰，使少林寺走向昌盛。

法如(638-689)，唐初北方禅宗领袖。据唐《法如禅师行状》及《皇唐嵩岳少林寺碑》载，法如为上党人(今山西长治市)，俗姓王，19岁出家后，到蕲州从弘忍禅师学法，深得其旨，为弘忍高足。弘忍圆寂后，于永淳二年(683)北游中岳，居少林寺六年，后在此传法三载，“再振玄纲”、“兴复正化”，成为北方禅宗的“定门之首”，并被尊为禅宗六祖。法如在少林寺传法，为确立少林寺禅宗祖庭地位起到了作用。唐永昌元年(689)，法如圆寂于少林寺，世寿52岁，徒众为之建塔于寺西。

义净，据《戒坛铭》及宋《高僧传》载，义净为初唐至盛唐时高僧。咸亨时曾从海上到印度取经，历时25年，经30余国，回国后从事译经活动。长安四年(704)四月，三藏法师义净来至少林寺，与少林寺主僧义奖、智宝等，重筑戒坛传法，并由义净撰写了《唐少林寺戒坛铭》。开元三年(715)刻石立于少林寺，惜此碑已无存，仅存碑文。

灵运(?-729)，俗姓萧，名光，南朝梁武帝后裔，兰陵人，为魏州恒农县尉之子。久怀慕佛之意，后游嵩山，至少林寺为僧，曾在少林寺附近庞坞从学于著名

禅师元珪,潜心研究禅学。唐开元十七年(729)五月,圆寂于少林寺,门人坚顺为其在寺西北建塔,至今犹存。

同光(700-770),唐代少林寺著名禅师。据《同光禅师塔铭》载,同光为晋(今山西)人,早年出家,后持钵至东山(太室山),皈依北方著名禅宗宗师大照(普寂)席下,“演大法义,开大法门”,达20余年,“振动中外,从师授业者不可胜言”。同光在少林寺传法,“开悟知见,行不可思议之密行,拯扶昏迷”。天宝十四年(755)还与法忍等共立《敕还少林寺神王狮子记》碑。大历五年(770),圆寂于少林寺,世寿71岁,僧腊45,寺主僧惟济、上座僧昙则等为之建塔于寺东,至今犹存。

惟宽(748-817),中唐著名禅师,衢州人。据《高僧传》、《说嵩》、《少林寺志》载,他出家后于唐贞元十三年(797)来到少林寺研究禅法。唐元和初年被宪宗诏入京城,到安国寺说法,白居易曾向其问禅。白问道:“既曰禅师,何又说法?”宽答:“无上菩提者,被于身为律,说于口为法,行于心为禅,应用有三,其实一也。江淮河汉随处地立名,名虽不一,水惟无二。律即是法,法不离禅;云何于中,妄起分别。”白居易又问:“既无分别,何以修心?”惟宽答:“心本无损伤,云何要修理?无论垢与净,一切无念起。金屑虽珍,在眼为病。真修者,不得勤,不得忘,无近执着,休落无明,此心要也。”惟宽精妙的解答,是其对禅宗理解的透彻。惟宽元和十二年(817)圆寂,宪宗谥“大彻禅师”之号。

法华行钧(848-925),唐末至五代时少林寺名僧。据《法华行钧大德塔铭并序》载,法华行钧俗姓阎,阳武人(今河南原阳),14岁出家嵩山会善寺,拜素禅师为师。旦暮研习《法华经》,历时3年。后游历四方,讲经说法。唐僖宗广明元年(880)应少林寺之请,出任少林寺住持。此时距会昌灭法只有30多年,寺院被毁之殿堂、佛像等尚未恢复完毕。他主持少林寺后,历时3年,重修了大殿。后殿宇又被废毁,他再次募化重建了殿堂,塑了佛像。他临坛说法,闻名遐迩,是唐末少林

寺十大德高僧之一。在他任少林寺住持45年间,“士庶写葵藿之敬,僧尼倾归仰之心”。后唐同光三年(925)圆寂,年78岁,僧腊59,寺僧为之在寺西建塔,至今犹存。

广庆,北宋元祐时少林寺住持。在其任住持时,为了保护经唐武宗灭法时存留下来的弥勒佛像及释迦佛像,主持修建了“释迦塔”和“弥勒塔”,并刻立了“文殊问疾”画像碑。广庆文章,文笔流畅;所书《释迦佛塔铭》、《弥勒佛塔铭》、《文殊问疾碑》,苍劲有力,别具一格。

清江,北宋徽宗时少林寺住持。崇宁四年(1105),因少林寺与当地居民发生土地纠纷,他将此告于西京永安县,经县府审理,重定了少林寺土地界限并立碑。建中靖国元年(1101),清江立知县楼异撰的《少室三十六峰赋》碑(今存)和《太室二十四峰诗》碑(已失)于少林寺,对保存宋代嵩山文化作出了贡献。

惠初,北宋末著名禅师。徽宗政和时出任少林寺住持后,大力倡导禅宗,推崇初祖达摩、二祖慧可。在任期间,宣和七年(1125)组织创建初祖庵大殿;宣和四年(1222)至靖康元年(1226)又在庵北建初祖面壁之塔,并请著名书家蔡京题字。他还立有《二祖大师像碑》(原碑失,金代重立)。惠初颇具文字和书法功底,记并书丹的《长芦慈觉颐禅师中佛事碑》,书法劲秀。他是宋末很有影响力的禅师,被徽宗封为“佛灯大师”,并赐以紫袈裟。

西堂老师(1079-1157),名法和,号无迹,许州人(今河南许昌),为北宋末至金初曹洞宗大师。据《西堂老师塔铭》载,他年少时出家善财寺大悲院,参禅习经,洞彻曹洞,金初到少林寺任住持二载。他在少林寺提倡宗乘,传沿曹洞,僧众云集。后应京府普照寺之请任住持9年,晚年归栖少林寺西堂。金正隆二年(1157)圆寂于少林寺,世寿79岁,僧腊57年,建塔于少林寺塔林,至今犹存。

祖端(1115-1167),为金初少林寺名僧。据《端禅师塔铭》载,祖端俗姓蒋,阳翟(今河南禹州)人,少时

出家法王寺,遍游丛林,后至少林寺,任住持长达15年。在主持少林寺期间,“阐扬法化,四众皈依”。后受南京留守之请,主持法云寺数载,晚年归隐少林寺。大定七年(1167)圆寂,世寿53岁,僧腊25年,葬于少林寺塔林。

兴崇(1176-1218),为金代少林名僧。据《崇公塔铭》载,崇公俗姓侯,汾阳(今山西汾阳)人,幼年丧父,靠母抚养,母病,崇公割自身肉让其母食用,以孝名乡里。初出家本州法兴院,后到少林寺参住持普照习禅,曾任嵩山之阴罗汉寺住持。金明昌时普照退席,驸马泊治中等以其得法于普照,请之出任少林寺住持。在任期间,致力于整修少林寺,经十余年的努力,“山门内外,稍稍就序”。泰和四年(1204),在崇公的主持下,由众信士出资,在少林寺铸造了重1.1万斤的大铁钟,至今犹存寺内。晚年退居少林寺,泰和八年(1218)圆寂,世寿43岁,僧腊27年,葬于塔林。

教亨(1149-1219),字虚明,金代著名禅师。据《大明高僧传》及今存少林寺、法王寺碑刻载,教亨7岁出家于山东崇觉寺,后遍参丛林,禅学日隆,先后任中都(今北京)潭柘寺、济州普照寺、中都庆寿寺住持,还讲法于郑州普照寺、嵩山戒坛寺、嵩山法王寺、绍山云门寺、林溪大觉寺五座道场,名扬四方。大安元年(1209)受官府之命出任嵩山少林寺住持,使少林“法席大盛”。在任少林住持期间于大安元年(1209)为崇公造塔,并与寺僧祖昭立《苏东坡观音赞碑》等。教亨还精于书法,所书《观音赞碑》颇具功力,有东坡书风。金兴定三年(1219)圆寂,年70岁。元光二年(1223)建塔于嵩山法王寺。塔已无存,塔铭今存嵩山法王寺。

志隆,号东林,称东林志隆、东林隆公,金末曹洞名僧。志隆出家后曾参曹洞宗师万松行秀为师,为其重要门徒。金贞祐时出任少林寺住持。在任期间,创建“少林药局”,为僧俗医病。贞祐三年(1215)为西京灵源院著名长老衍公建塔;金兴定四年(1220),与居士王知非等募资历时两年,重修了面壁庵(初祖庵)和雪亭西舍;兴定时又立《二祖大师像》等碑于少林寺。志

隆为曹洞名师,他入主少林寺,对曹洞宗大旗竖立寺院起到了重要作用。

祖昭,金代少林寺僧,字继明。著名书画家,尤精绘画。原籍山西太原,为儒林世显周臣之外孙。金大定时到少林寺为僧,曾任少林寺都维那之职,晚年移住嵩山法王寺。祖昭一生研修书画,造诣颇深,留下了众多佳作。今存少林寺的绘画作品主要有:大安元年(1209)绘的《观音赞像》、《三教圣像》;金兴定六年(1222)绘的《达摩只履西归图》、《弥勒大士应化像》;金元光二年(1223)绘的《二祖慧可禅师像》。祖昭的绘画作品,多以佛教人物为主,精美朴实,别具一格。祖昭的书法作品今存于少林寺的主要有大定十九年(1179)所书的“海公禅师之塔”隶书六个大字、《三教圣像碑》中的唐肃宗赞文等。祖昭的书法,以隶书为最佳。此外,祖昭于大安元年(1209)还为少林住持崇公禅师撰写了塔铭。

乳峰(1197-1266),法名德仁,字仲山,号乳峰老人,为金末元初少林寺著名禅师。据《少林乳峰仁公禅师塔志》载,乳峰为山西路州人,俗姓张,少年出家,26岁受具足戒后,四方游学讲法,不到30岁即被称为“大法师”。后闻曹洞宗师万松行秀在洪慈传法,皈依其门下。出山后初住南宫洪济寺,又住南宫庆吁寺、东原灵泉寺,元初到少林寺任住持。当时由于金元战争,少林寺“殿宇崩毁十七八”,于是他上任后首先致力于修葺寺院,经过数年的修复,使寺院“还旧观”。他在少林寺任9年住持后退居南宫,后又奉旨任燕京(北京)万寿寺住持,并被元帝赐以“正宗兴教大禅师”之号,他以年迈固辞。至元三年(1266)圆寂,世寿70。归葬时万人素衣相送,门徒分其灵骨在少林、燕京、南宫、晖州四处建塔。

复庵(1206-1283),法名圆照,字寂然,号复庵。山西上党(今长治)人。年11出家慈云寺,拜乳峰和尚为师,随之16年。后归万松行秀门下三载,“即蒙印可,有宗洞正宗,方圆静照之颂”。蒙古乃马真后二年(1243),在京师(北京)建资戒大会,后任德州之天宁

寺、齐河普照寺、鹤里崇宁寺住持。后又出任少林寺、嵩山法王寺住持。晚年居住京师万寿寺。复庵为元初曹洞名僧,声誉卓著,与官府中书右丞、德州总管及名僧性英等交往甚密,知名度甚高。至元二十年(1283)圆寂,寿78岁,僧腊62年。归葬时,士庶倾城相送。

福裕(1203-1275),字好问,号雪庭,为元初著名禅师和曹洞宗师。太原文水人,俗姓张。落发为僧后,游学于燕京(北京),拜曹洞宗师万松行秀为师,从学十年,“道益隆,名益著,学者日益广”。他继万松之后执掌曹洞宗。乙巳年(1245),元世祖未登基即命其主持少林寺,大作资戒会。戊申(1248),宪宗诏住和林兴国,后又召至殿中,授予元代最高僧官都僧省都总统之职,总领全国佛教,为禅宗领袖。在福裕任少林寺住持期间,他统领嵩山诸刹,并把嵩阳因战乱而遭破坏的古寺修得“金碧一新”。裕公每登坛讲法,四众云集,“施者如丘山,来者如归市”。裕公通群经,留有语录几十万言。中统元年(1260),世祖即位不久,命他火速进京与道士李志常论辩,结果得胜,焚毁道经40余种,并将全国的237所庙院归还佛教,为此世祖赠以“光宗正法”之号。不久裕公又受请出任京都万寿寺住持14年,晚年归隐少林寺。传福裕重视少林功夫,并对少林功夫发展做出重要贡献。至元十二年(1275)秋圆寂,世寿73,僧腊52,葬于塔林。皇庆元年(1312),元仁宗追赠福裕开府仪同三司,追封晋国公。他是少林历史上惟一被封为国公的僧人。裕公主持少林寺,不仅将曹洞大旗树于少林,而且使少林寺达到了空前的中兴,故被誉为功德可以与达摩相比的“开山祖师”。

足庵,法名净肃,号足庵,元初著名禅宗大师。出家后遍访名师,后皈依福裕,为其嫡传门人。中统二年(1261)福裕受请出任万寿寺住持后,足庵被元世祖授以“河南西路十州提领”之职,总掌十州佛教,并继雪庭出任少林寺住持达九年之久,他实际上是裕公在少林寺的代言人。其主持少林期间,大力推行裕公主张,使裕公一系根植少林。他在少林广集信徒传法,“佳名远播”,后退居怀州,不久,受请出任山东灵岩寺住持

五年。至元十八年(1281),又出任京师(北京)万寿寺住持。足庵门徒众多,其徒古岩、月岩、菊庵等相继出任少林寺住持。至元二十六年(1289)圆寂,灵骨三分,建塔于少林寺塔林、山东灵岩寺和北京万寿寺。

灵隐(1236-1289),法名文泰,号灵隐,称灵隐泰公,为元初著名禅师。据至元二十六年(1289)《少林寺住持泰公禅师碑》记载,灵隐,山西汾州人,幼出家,后拜雪庭裕公为师,为其嫡传弟子。足庵退席少林寺,他继之出任住持8年。他足智多谋,能断不了公案,堪称大事,被元世祖聘为“大元国师”。裕公圆寂后,他继之执掌曹洞宗,为一代曹洞宗师。至元二十六年(1289)圆寂,世寿54,僧腊34,葬于塔林。

中林(1231-1290),法名智泰,道号中林,称中林泰公。据《少林寺住持泰公禅师碑》载,中林幼丧父,母送之到华严寺出家,持巾拿瓶,颠沛于世,备受艰辛。后遍访丛林,拜复庵席下,住嵩山法王寺,又入少林寺事乳峰为师,之后又往大都依雪庭席下多年。出山后元世祖命其任太原中林报恩寺住持,至元十九年(1282),受少林寺之请,主持少林八年。在少林寺期间,弘扬禅法,“门风壁立,学徒云集”,“振万松一代之玄纲”;他还在少林寺创建须弥法座,翻修大殿、祖师殿、三门、厨房、寮舍等,为之一新。至元二十七年(1290)圆寂。世寿60,僧腊42,葬于塔林。

慧矩(1223-1289),钧州阳翟(今河南禹州)人,俗姓蒋,出家于少林寺,拜住持雪庭裕公为师,为其嗣法传人,故塔铭中称其为宗主,今少林寺僧也把慧矩称为少林曹洞正传者。至元二十六年(1289)圆寂,世寿67,僧腊42,度门徒十余人,葬于塔林。

慧山(1243-1308),是元代著名禅师。法名慧山,字(或号)藏云,祖籍覃怀,高祖时迁登封。慧山7岁出家少林寺,拜住持雪庭裕公为师。裕公赴万寿寺任住持,他随之左右。后回到少林寺,足庵任住持时任监寺,中林任住持时充提点。他在少林寺建水陆大法会二次。大德时,赴江南求得大藏经,与住持福遇共创转轮阁(今鼓楼)。至元三十一年(1294)和至大元年(1308),两



次奏请皇帝、皇储、诸王、帝师、都僧省下圣旨、令旨、法旨和榜文保护少林寺。传慧山精通少林功夫。至大元年(1308)圆寂,世寿 66,僧腊 50,葬于塔林。

慧庆(?-1318),是元代著名禅师。法名慧庆,号五峰,许昌人,俗姓蒋。出家于少林寺,拜住持雪庭裕公为师,雪庭顾遇甚厚。至元乙丑(1265),少林寺有御寇之忧,为了抵御强寇的入侵,雪庭让精于武功的慧庆出任少林副寺,至元九年(1272),又升为监寺,不久又升为提点。雪庭裕公圆寂后,慧庆负责雪庭著述的整理及为雪庭树碑立传事宜。他在少林寺购材运瓦,重修少林。他不辞辛苦赴京请名家为雪庭裕公撰碑铭,延祐元年(1314)在少林寺建《裕公碑》,并将裕公著述刻版印刷传世,武宗赐以“正宗弘法大师”之号。延祐五年(1318)庆公圆寂,建塔于少林。

月岩(?-1311),法名永达,字圆悟,号月岩,称月岩达公。山西太原济州人,初祝发于本州天宁寺,至元十五年(1278)至山东灵岩寺,依足庵席下,后随足庵移居大都(北京)万寿寺,得足庵衣钵。至元二十八年受命继中林泰公后出任少林寺住持。在任期间修葺寺院,四年后退席隐居,大德四年(1300)受命再次出任少林寺住持,大德末退席,至大三年(1310)圆寂。月岩与裕公、足庵、灵隐、中林皆为曾受皇帝敕封的住持。

古岩(1242-1318),元代著名禅师。法名普就,号古岩,称古岩就公。15岁出家于龙山禅房寺,后到灵岩谒足庵,在其席下多年。大德六年(1302)任灵岩住持,元廷最高僧人管理机构总统所赐以“妙严弘法大禅师”之号。皇庆二年(1313),少林寺知寺不远千里礼请出任少林寺住持。他在少林寺,“行百丈清规,整顿丛林懿范”,“弊风翕然鲁变,玄纲大振,道化日新。周寺欢忻,诸方景仰”。在主持少林寺时,对少林大加修葺,绘初祖庵大殿达摩以上二十八祖像,立《怪旨碑》等两通,翻修房室 80 余间,置庄一所,开田二顷,使寺院僧众“众常两千”,盛况空前。延祐五年(1318)圆寂,世寿 77,僧腊 58,葬于塔林。

凤林(1284-1345),法名珪,号凤林,称凤林珪公。

出家后游学四方,后来到少林寺,在住持还源遇公席下多年,之后隐入山林,过着刀耕火种的生活。延祐元年(1314)受少林寺之请出任熊耳山空相寺住持,清理了前任住持所欠众多民财,重振空相。延祐后期出任少林寺住持,至治二年(1322)退席。天历二年(1329)再任少林寺住持。任职期间创建法堂,重修方丈室、轮藏(鼓楼)等。讲经说法,使少林宗风大振。至正五年圆寂,世寿 62。

淳拙(1274-1353),元代著名禅师。法名文才,号淳拙,称淳拙才公。山西临汾人,出家于絳州福严寺,后至嵩山少林寺,居还源遇公席下多年。泰定甲子(1324),少林虚席,众请为住持。聚众讲法,“一时缁白倾响,声誉蔼然”,天历二年(1329)退席,诠释《楞严经》、《般若心经》等。至正乙酉(1345)复任少林住持。任职后,主持创建钟楼,竖《达摩大师碑》,开增寺田二十顷。至正十三年(1353)圆寂,世寿 80,僧腊 64,建塔于少林。洪武二十五年(1392)了改为之立《淳拙禅师塔铭碑》,日本僧人德始书丹。

息庵(1284-1340),法名义让,号息庵,称息庵让公,元代著名禅师。真定人,出家后遍参名师,后至龙山古岩席下。皇庆时,随古岩赴少林寺,任书记之职,后任嵩山法王寺、熊耳山空相寺、泰山灵岩寺等住持。所到之处革故鼎新,百废俱兴。后至元丙子(1336),少林虚席,知事相请,出任住持五年,使少林寺“玄风大振,声名藉甚,学徒云臻”。他还大葺寺院,所有房舍,整修一新,“仓廩之畜,十倍于常”。后至元六年(1340)圆寂,年 57,僧腊 36。葬于塔林。至正元年日僧邵元为之撰《息庵禅师行实碑》。

邵元(1295-1364),字古源,日本国越前人。出家于日本东福寺,后任日本山阴道但州正法禅寺住持。元朝泰定四年(1327)到中国学习禅法。在中国,他遍访名刹,后至元时到少林寺,居住持息庵门下尤久,先任少林寺书记之职,后又任首座,与息庵铸大铁钟一座。邵元精通禅学,汉语造诣颇深,在其任首座时,应邀为少林寺前住持照公撰并书写塔铭;息庵圆寂后,应邀

为息庵禅师撰写《息庵禅师道行碑》。传邵元曾从息庵学习少林功夫。元至正七年(1347)东归日本。他在中国长达21年时间,在中日文化交流史上写下了浓重的一笔。

松庭(?-1390),法名子严,号松庭,称松庭严公、松庭子严,为元末明初著名禅师。缙氏人(今偃师缙氏),俗姓樊,9岁出家少林寺,礼齐云为师,后参息庵让公、淳拙才公学法。元末淳拙主持少林时,任书记之职,后任嵩山法王寺住持。明洪武二年(1369),少林虚席,众请出任住持。洪武十五年(1382),明王朝颁令在各省设立总管全省佛教的僧纲司,明王朝任命松庭首任河南僧纲司都纲(会长)。是年,周王为已去世的孝慈皇后设法会,请其讲法,赐以僧伽黎衣。洪武二十三年(1390)圆寂。松庭不仅是著名禅师,还精于文学和书法,曾书《淳拙碑》,撰书《重修三门记》、《嵩岩俊公塔铭》等。其书法尤为飘洒、遒劲。

凝然,法名了改,号凝然,称凝然改公,为明初著名禅师。俗姓任,河南登封金店人,14岁出家少林寺,拜提点觉训为师。后遍参名师,又从少林寺住持松庭习禅,“空彻玄微,名声日隆”。与住持松庭一起二次精修殿廊,后隐居二祖庵修行。明洪武二十三年(1390),少林虚席,众耆老举荐其出任住持,称少林寺二十五代住持。明初时,由于元末战乱,少林寺损毁严重,他继任住持后,起废重新,大修寺院,使“堂庑库焕然一新”。在其任住持期间,少林僧众云集,“四众皈依,万指围绕”。他任住持三年后退居少林寺,明永乐中圆寂,年87岁。改公在明初对少林寺的复兴起到了很大作用。改公一系门徒,后来长期执掌少林寺,因而改公备受后世推崇,清乾隆帝游少林寺时,曾命为之立碑。

从公(1417-1483),法名可从,字无方,称无方从公或从公无方。从公为洛阳人,俗姓许,年少出家于福兴寺,礼住持慧公为师。正统时至嵩山龙潭寺,后到少林寺居住持俱空斌公席下,行斌公法印,探究禅学,声名远播。成化十年(1474),少林寺虚席,从公出任少林寺住持八年,称少林寺第二十七代住持。任职期间四

方学徒闻名至其席下求学年,并重修钟楼等,使少林寺焕然一新。成化十九年(1485)中,应徽府中贵扬悟仅之请住观音寺,度中贵大人数十人为徒,成化十九年六月圆寂,寿64,僧腊40,建塔于少林寺。从公是明朝中期著名禅师,传法弟子甚多,名僧月舟、彻空、拙庵等皆为其门徒。

彻空,法名悟本,号彻空,称彻空本公。明代著名禅师。原籍大兴,因其家人在洛阳为官,定居洛阳。少时皈依佛门,天顺时,官府下令未受戒者一律还俗,彻空还家,父母为其订婚,他不从,后又出家少林寺,拜无方从公为师,从公将僧伽黎、印证法语等传于他。彻空精研禅学,并得曹洞真传,名冠四方。每登坛讲法,“机辩剽驰,四众叹服”。彻空曾任河南府所设的僧纲司副都纲(副会长)、都纲(会长)之职。彻空还精于词赋文章,请他写诗和文章的人挤满门庭。少林寺现存有彻空撰的《戒公拙庵塔铭》和《佑仙公和尚行实碑》二文。彻空圆寂于明正德中,建塔于塔林,至今犹存。彻空为明代少有的禅学大师,为后世所推崇。

月舟(1454-1526),法名文载,字虚白,号月舟,称月舟载公,明中叶著名禅师。通州(今北京通县)人,俗姓王,13岁出家,遍参丛林,后至嵩山少林寺,居无方从公席下三年,得从公印可。后回京师白塔妙应禅寺,研习大藏经近30年。弘治十年,少林虚席,寺中知寺不远千里请其出任住持,他辞之再三不就。正德五年(1510),少林再请,他请示朝廷礼部正式颁发公文,任命他为少林寺住持。他上任后,整顿丛林,清除弊风,“玄纲大振,道化日新”。他还主持对少林寺大加整顿,重修了轮藏(鼓楼)、方丈室、立雪亭、厨库、厅堂等,创建了玉皇殿,重建了甘露台上的甘露殿等。月舟任少林寺住持长达16载,门人以千计,是少林寺最鼎盛的时期之一。明嘉靖五年(1526)圆寂,世寿73,葬于塔林。

周友,号三奇,明代著名少林武僧和僧兵将领。三奇于明成化时出家少林寺,拜悟聪为师,潜心修练少林武功,成为一代少林功夫名师。明中叶,北逃塞外的

蒙古贵族不断侵扰北部边关,为此明王朝在北部边关设重镇,并调各地兵马御敌。正德时,他受武宗宣调,率少林僧众镇守边关,屡立战功,武宗特赐以“都提调总言”之官职。后云南少数民族贵族在云南叛乱,周友又统少林僧兵前往云南平定叛乱,得到官赏。他在统兵征战四方时,还广传少林武功,从其习武的僧俗弟子有千余人,分布四省几十个州县。明嘉靖中,周友圆寂于少林寺,葬于塔林。

匾圉(? - 1563),法名悟须,字无空,号匾圉,明代著名禅师和少林武僧。俗姓陈,河南禹州名宦陈氏子。年20,出家少林寺,礼梵僧喇嘛(道源)为师。后游历名山大川,曾结庐于峨眉绝顶修行。他深得禅要,在京城讲法,“名振京师”,王公及士庶皆尊之。宫中御史张暹等在北京为之创建吉祥庵让其传法。小山主持少林时返回少林寺,出资创办大法会。明嘉靖四十二年(1563),再赴四川峨眉山,当行至夔州(四川奉节)江中时说道:“道旷无涯,逢人不尽。”言毕,登岸而逝。徒孙普明等以其出家于少林寺,归葬于塔林。明英宗曾孙新昌王朱厚尊为其撰《匾圉和尚碑》。匾圉不仅精禅学,而且是一位著名武僧。据程宗猷《少林棍法阐宗》载,他承其师父所传拳棍,曾救人于苗族山寨,苗人把他尊为神。

小山(1500-1568),明代著名禅宗大师。法名宗书,字大章,号小山。原籍顺德南和人(今河北南和),俗姓李,10岁入学,读习儒业,云:“此皆世法,非出世法也。”于是15岁出家开元寺,后闭关太行山修行三载。年20,闻月舟禅师在少林寺传授达摩心宗,遂赴少林寺居其席下习禅。他从月舟八年,“洞上宗风,蒙赐印可”。后游历诸寺,讲经说法,推演禅宗,名重佛门。嘉靖三十一年(1552)至三十四年(1555),少林耆宿三请小山出任少林住持,不就。嘉靖三十六年(1557),少林复请,小山领朝廷礼部文书,正式出任少林寺住持。在他主持少林寺期间,“大开法席,众盈五百”,使少林曹洞宗风复振。后四处募资,对寺院大加修葺,并重建少林寺初祖殿。小山主持少林寺期间,正值明代抗倭

战争,身为住持的他,数度派遣少林僧兵赴沿海抗倭前线,屡建战功,使少林僧兵名扬四方。小山自嘉靖三十六年(1557)至四十五年(1566)主持少林长达十年的时间里,使少林达到极盛。嘉靖四十五年(1566),退席居于宗镜庵,隆庆元年(1568)冬圆寂,年68岁,僧腊36,嗣法弟子镇性等将其灵骨三分,分别建塔于少林寺、宗镜庵和顺德祖塋。

周参(1517-1574),明代著名武僧和僧兵将领,法名周参,号竺方。颍川(今禹州或登封)人。少时出家少林寺,礼悟空为师,“习学演武,名播四海,武亚诸方”。他还精于兵法,官民闻其名而归之,嘉靖三十二年(1553),河南柘城人师尚诏起义,他奉上司官府之命,率50名少林僧兵前往镇压。在战场上,“运大智于沙场,战雄兵于顷刻”。周参不仅精于武功,而且任少林寺监寺(仅次于住持)和提点达30多年,长期协助住持执掌少林寺。万历元年(1573),官府因寺僧参战有功而免除少林寺新加税粮,就是由周参提请免除的。万历二年(1574)圆寂,年58岁,僧腊43,葬于塔林。

洪转,明代少林寺著名武僧,正德时出家少林寺,后随师叔、著名武僧周友和尚习武,尤精棍法,为一代棍法大师。明万历中,俗家弟子程宗猷到少林寺习武,曾从洪转演习少林棍法。《少林棍法阐宗》云:“师年逾八十耆老,棍法神异,寺众推尊。”洪转不仅是棍法大师,而且对枪法颇有研究,曾著有《梦绿堂枪法》一卷传世。洪转在嘉靖时还曾任登封县僧会司僧官。洪转对少林棍术的发展作出了重要贡献。

月空,明代著名武僧。据《日知录》、《倭变志》等载,明朝嘉靖时,少林武僧月空,接到都督万表檄文,率僧兵30余人,开赴松江一带抗击倭寇,30名武僧持七尺铁棒击杀大量倭寇,后因救被倭寇劫持的百姓,中倭寇埋伏,30名武僧都战死沙场,在少林僧兵抗倭史上写下可歌可泣的一页。

广顺、普便,明代著名少林武僧。广顺,号万庵,称顺公万庵。顺公早年入少林寺为僧,是著名武僧将领周友之徒孙,深得友公真传。明嘉靖末,

倭寇侵犯我沿海，时任少林寺都提举的万庵和尚，应召参加抗倭战争，并立下战功。他是武僧周友家族中已知的一位因抗倭而立功的武僧。又据嘉靖三十九年（1560）《重建初祖殿记》碑和嘉靖四十五年《释迦双足灵僧碑》载，顺公曾任少林寺监寺和登封县僧会司僧官，是少林寺极有影响的僧人。普便，号大才，明嘉靖末，因参加抗倭战争而立功。顺公和便公是少林寺两位有名字可查的抗倭立功的武僧。

宗擎、普从，明代少林寺著名武僧。嘉靖辛酉（1561），抗倭名将俞大猷奉命自云中（山西大同）赴沿海抗倭前线，路经少林寺，请寺僧为之演棍，大猷云少林之棍：“传久而讹，真诀皆失。”少林寺住持小山请大猷指正，大猷说“非旦夕可授而使悟也”。于是小山从寺僧年少有勇者中选出宗擎、普从，随俞大猷赴抗倭前线。大猷谆谆教之实战少林棍法三年之久，二僧练得“十步一人，千里不留行”。后二僧回归少林寺，将战场上学的棍法传于少林寺，精者达近百人，普从归寺后不久圆寂。万历丁丑（1577），宗擎在北京神机营遇到调兵马粮草的俞大猷，俞备感欣喜，临别题《诗送少林寺宗擎有序》诗。宗擎、普从对少林棍术的继承和发展作出了重要贡献。

洪纪、洪信、广按、宗想、宗岱，均为明代著名武僧，六僧皆以棍术闻名。据程宗猷《少林棍法阐宗》载：宗猷曾学棍于洪纪，后洪纪于明末被流兵战死。广按乃法门高足，尽得转师之技而神之，对宗猷学棍耳提面示，开示神奇。宗想、宗岱与宗猷为友，常在一起习武。又据《陆桴亭文集·石敬岩传》上有棍术家洪信。《手臂录》载洪纪为洪转昆弟，精于棍法。

正道（1547-1623），是明代著名禅宗大师和钦命少林寺住持。法名正道，字无言，号雪居，称无言道公。江西洪都人，俗姓胡，生于明嘉靖丁未（1547）。初祝发于江西上蓝寺，拜璘和尚为师。后遍

参丛林，万历初至少林寺，拜幻休为师。一次，幻休开堂讲法，道公问：“如何是洞上家风？”休公答：“月下三花树，峰前双桂枝。”又问：“和尚还别有什么？”答：“唯此一事实。”道公听后大悟。在幻休数百个得法弟子中，道公最出色，深得休公真传。幻休示寂后，登封县令及寺院僧众于万历十八年（1590）底共推道公出任住持，并送朝廷祠部任命文书于道公。万历二十年（1592），道公正式出任少林寺住持，为第二十六代。在道公主持少林寺31年间，整顿寺院，寺风纯正。道公不仅是少林寺住持，还是北方禅宗的首领，声誉卓著，“作宾王家，名动京阙”，被称为“僧中之杰”。道公任住持时，重修寺院，还请求官府免除少林寺粮差，这是少林历史上最后一次豁免粮差。他主持少林寺还有一个重大贡献，就是带领弟子，千辛万苦，在少林寺南山丘上种下千万棵柏树，使寺南不毛之地，成为郁郁葱葱的柏林，人称“柏板”。道公此举可谓千古一人。在道公住持期间少林功夫得到了空前的发展，演武极盛，这都是道公倡导的结果。他不仅有史可查主持少林寺时间最长的住持之一和显赫的名僧，还是对少林功夫发展做出重要贡献的僧人。天启三年（1623），道公圆寂，葬于塔林。

玄机，为明末清初少林寺著名武僧，尤精拳法，为一代拳术大师。玄机于明万历时入少林寺为僧，精研拳法。后将拳法传于陈松泉，陈再传张鸣鹤，清初张孔昭将其拳法著成《拳经》一书传世。玄机和尚在少林寺任都提举一职，当为拳术教头。天启二年（1622）曾和正道、超永、圆会、道权等共同修建初祖庵千佛殿。崇祯四年（1631）又同住持慧喜共同重修少林寺横翠亭。清康熙时玄机卒于少林寺。玄机大师对少林拳法的继承和传播起到了重要作用。

大鞋僧，据《说嵩》和《少林志》载，大鞋僧，无名字，不知其是何处人，也不知其年龄，着大鞋，因名大鞋僧。他不识一字，遇少林寺讲法，常去听。他一人居于五乳峰达摩洞中，冬夏一身衣服，每天



下山讨食，常在夜二更时归洞，如遇大雪，四五天不出门。常有人送饭给他，坚辞不受，即是留下饭也不食。他说，居达摩洞的原因就是想省心，如接受饭食恐怕由此烦人。有人向其问道，他回答得言简意赅。一绅士请他诠释道法真谛，他答：你们这些人常犯口是心非的弊病，遇事认真干，就是佛理，何必多问。一天他欲离开少林寺，人问他何故，他说：人寻我的渐多，恐怕话多有失。后来，他去了终南山，不知所终。大鞋僧是明末具有传奇色彩的僧人。

宜山（1630-1710），清代著名僧人书画家。字子久，号宜山，康熙时曾为贡生，著有《瓣香阁诗抄》，年50出家少林寺。他工诗，善书画，在少林寺期间潜心研画竹、兰，并在室前后植满竹、兰。他绘有大量竹、兰作品，今多佚失。少林寺仅存有他绘的《雨竹图》和《石兰图》。康熙四十九年（1710）宜山卒，年80岁。

清宁（1699-1762），法名清宁，字心云，称心云宁公。偃师人，出家少林寺拜祖钦为师。乾隆元年（1736），清宁受清王朝皇戒。乾隆十五年（1750），弘历帝游嵩山，清宁负责接待，与乾隆帝夜谈，言其祖凝然改公功德，乾隆帝命为之立碑。乾隆二十一年（1756），清宁伐石为改公立碑。乾隆二十七年（1762）圆寂，年64岁，建塔于少林寺西土丘上。

恒林（1865-1923），是清末民初著名少林武僧和禅师。法名恒林，号云松，登封江左宋寨人（今属伊川）。光绪初年出家少林寺，潜心研习少林武功，得少林功夫精髓，后长期任少林武僧教头，传授少林武功。民国元年（1912），充任登封县僧会司僧会（会长），后任少林寺当家和尚。他不仅精于武功，也精于禅学，每登坛说法，无不叹服。民国初年，世局不稳，战事不断，土匪蜂起豫西，精于武功的恒林被推为少林寺保卫团团总。上任后组织僧兵，并购置枪械，进行训练。民国九年（1920），恒林率领精通武功并配有枪械的少林保卫团在梯子沟、白

玉沟、熬子坪等地与土匪进行大小数十战，无不胜。是年匪首牛保成、牛邦、孙天章、段洪涛众匪合攻巩县鲁庄，巩县九区民团与之战，匪退逃时偃师十四、十五民团加入追击，当土匪退至熬子坪时，恒林率少林寺保卫团截击，大获全胜，少林地区匪患得到遏制。河南省长张凤台为此给恒林颁以奖章、奖状，并献“威灵普被”匾额于少林寺；河洛尹阎伦如赠恒林以“少林活佛”匾旌其功。民国十二年（1923）秋，恒林圆寂，四方百姓无不叹息。

妙兴（1891-1927），是少林寺著名武僧和僧兵首领。法名妙兴，字文豪，号金罗汉，河南临汝谢湾人。8岁出家少林寺，拜恒林为师，自幼随师习武，被称为奇才，遂授以少林寺嫡传各种拳械并点穴、卸骨、擒拿等功夫，成为功法深厚的武术大师。后任寺院武术教头。凡俗家有入寺比武者，妙兴与之较，无不胜。妙兴还随恒林参加了诸多与土匪的战斗。民国十二年（1923），恒林圆寂，嘱妙兴继任住持，众即推之出任登封县僧会司僧会和少林寺住持（当家和尚）。妙兴在任时，打破历代少林寺秘技不外传之旨，将少林嫡传武功传授给了众多俗家弟子。妙兴还著有《少林宗派渊源世系图解》、《少林拳解》、《少林棍解》、《达摩五经拳》、《禅杖图解》、《少林戒约释义》、《僧补拳械箴言》等书，藏于寺。1923年，吴佩孚命其师长张玉山收编湖北第一师别动队，第一旅旅长卢耀堂觊觎少林寺枪支，任命妙兴所率的少林保卫团僧兵武装为第一团，妙兴任团长，住于少林寺。1925年胡景翼、阚玉琨爆发战争，妙兴率僧兵袭击阚部崔继华军。1927年农历二月，妙兴率第一团从少林寺出发，随卢旅开驻郑州，后调舞阳。是年农历六月率部与任应岐军交战时阵亡，年仅36岁。

素典（1878-1946），号清禅，清光绪四年（1878）出生于河南偃师遼寨，俗姓任。光绪中出家少林寺，旦暮习禅，研修武功，成为少林知名禅师。民国初年，时局动荡，土匪横行，通力协助恒林大师筹建少林保卫团，

平息匪患,使少林地区重归平安。此间,他走五台、奔峨眉、下宁沪、讲经传法,扬名于佛门。1928年,石友三火烧少林寺,千年古刹惨遭浩劫。在此危难之时,出任少林寺知客,接纳四方,力谋重整少林。他与淳朴、贞绪一道重修了达摩亭、方丈室、山门诸殿,并广植柏树于少林,1930年,少林最古老的建筑初祖庵大殿,因长期风吹雨浸,日久倒塌。他与淳朴等不忍千年古殿毁于一旦,力倡募资重修,使河南最早的建筑得以保存。面对民国时少林功夫后继乏人的局面,他与贞绪等训练武僧,并在少林中学开设武术课,使少林功夫得以光大。典公在长期担任知客期间,积劳成疾,于1946年11月圆寂于方丈室,年68岁。

贞绪(1893-1955),字耀宗,巩县鲁庄人,俗姓李。6岁出家巩县(今巩义)少林寺下院龙兴寺,拜纯智为师。民国9年(1920)回少林寺,从恒林学习少林武功,后成为著名武术大师。民国18年(1929)任少林寺监院,和监寺淳朴等共同主持少林寺。1930年与淳朴、素典、贞俊、行敬等共同募资重修损毁严重的初祖庵大殿,使河南现存最古老的建筑得以保护。民国27年(1938)至33年(1944)在任少林寺当家和尚时,从天王殿到法堂共植柏树200余棵。此间为了继承和光大少林功夫,他与原寺院还俗武僧俗子吴三林大师等一起组织训练武僧。贞绪主持少林寺时,还和众僧一起整修了方丈室、立雪亭等。1955年,贞绪圆寂,世寿62岁。

德根(1914-1970),是近现代著名少林功夫大师。俗姓韩,巩县(今巩义)关帝庙人,6岁出家巩县少林寺下院炒米寺,拜素端为师,赐法名德根。他16岁回少林寺,从贞绪大师习武,掌握少林功夫拳械等众多功法,为近现代最知名的武僧。1946年,德根出任少林寺武僧教头,传授少林武功,使少林功夫在最严峻的时刻得以传承。新中国成立后,德根受教育部门之请专职传授少林功夫。1962年受文教局的委托,由德根口述,整理出了新中国成立后第一本比较全面反映少林功夫的专著《少林功夫概要》(内部刊印)。1970年,德

根不幸病逝,终年56岁。

行正(1914-1987),字愿安。俗姓李,登封城关刘庄人。6岁出家少林寺,拜德宝为师,赐法名行正。后随师习禅研武。1928年,寺院被焚后与寺僧一起耕田,保护寺院文物。新中国成立后任少林寺当家和尚。1937年,豫西遭大旱,少林寺也因所种田地大都无收。在这种严峻的形势下,行正大师不顾视力低下,来往于崇山峻岭之间,卖煤换粮,终于带领僧众度过历史上少见的灾荒年。1958年赴武汉佛教训练班学习。“文革”时,造反派冲入少林寺破“四旧”,为此,行正用转移地点、埋藏等方法,保存传世佛经数千册、达摩铜像、紧那罗王铁像、匾额多块等。后造反派欲砸毁千佛殿铜佛,大师用身体护住铜佛,从而保住了这尊珍贵的铜佛,后来造反派又想炸掉塔林全部古塔,行正大师闻知后,前去劝说,并又徒步疾驰县委,请求制止,最终制止了毁塔事件。大师用果敢的行动及真诚的心,保住了号称中国古塔博物馆的塔林免遭浩劫。1982年后行正先后出任中国佛教协会理事、河南省佛教协会常务理事和郑州市佛教协会会长。1986年10月,行正出任少林寺方丈,称二十九代。大师在任期间致力于弘扬禅法和光大少林功夫事宜,使禅宗祖庭和功夫胜地得以复兴。1987年圆寂,年73岁,葬于塔林。







①



②



③

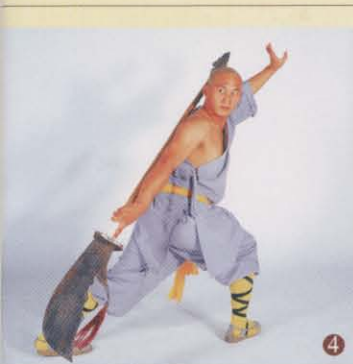


# 禅武合一

## ——少林功夫图片选萃

- ① 少林风魔棍
- ② 少林双枪
- ③ 二指禅
- ④ 少林大刀
- ⑤ 少林十三枪
- ⑥ 少林易筋经
- ⑦ 少林大圣棍
- ⑧ 少林醉剑
- ⑨ 击水功

供稿 / 少林寺



④



⑤



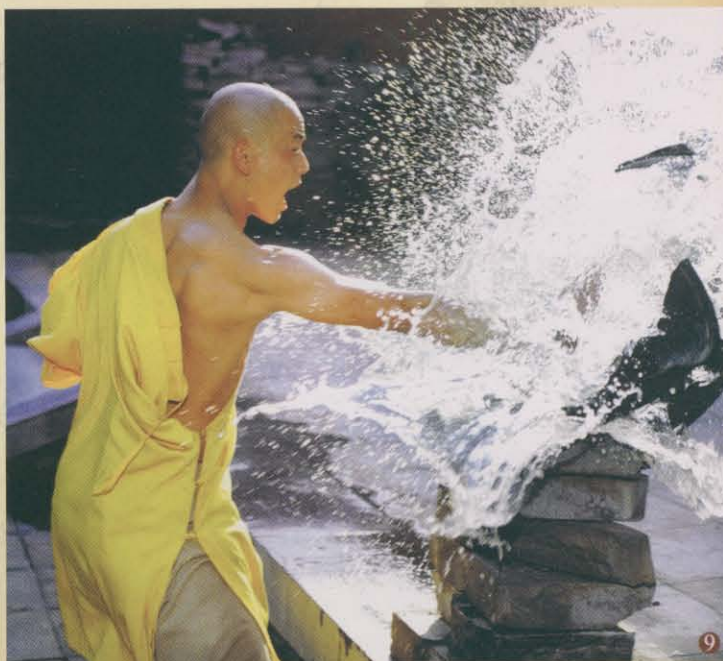
⑥



⑦



⑧



⑨