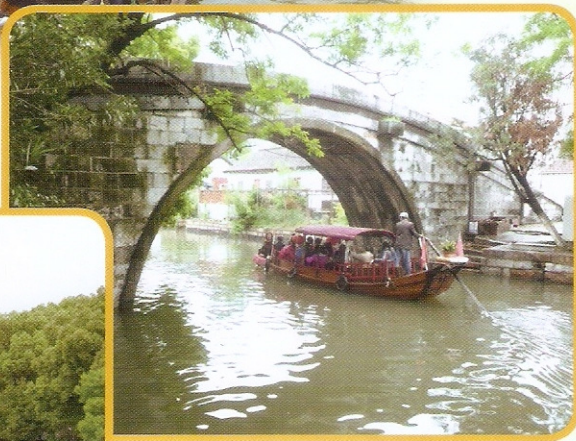


# 金澤文化導遊圖輯 (101)

## 美哉！金澤工藝館太極退修營



▲船拳傳人丁裕春在船頭上演武。



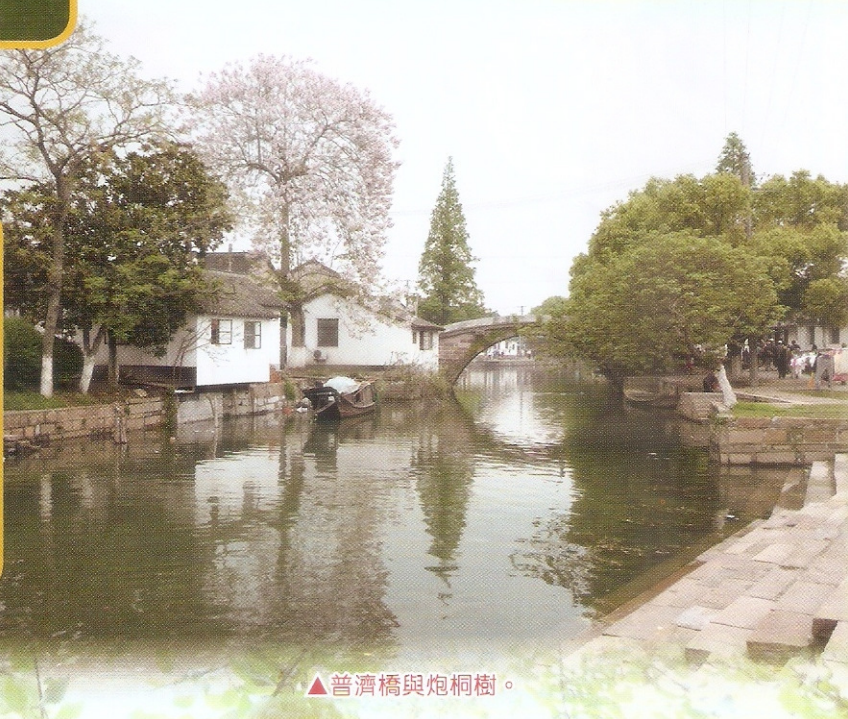
▲我團遊船正在穿過古橋孔。



▲待修的迎祥古橋可以行馬。



▲團友在珠溪園賞花。



▲普濟橋與炮桐樹。

水鄉。她有一、二萬畝面積，而陸地只佔1.2萬畝，所以她是名實相符的江南水鄉。諺曰「穡人獲澤如金」，其名實也如此，是一個漁米之鄉。居於澤國之上，除了以船代車外，橋也必不可



駐工藝館古琴家馬老師在晚課上演奏。

小鎮就只有沿河街道兩條，金澤工藝館就在下塘街一號。某日上午，我們在水鄉自由行。出大門左邊就有一條沒有梯級，底層鋪有金絲楠木的橋，昔日可供馬車使用。它的造型優美極了，可惜正在待修當中，暫封了。是否「可遠觀而不可褻玩焉」？我們手持雨傘悠悠而行，在河一端直望過去，便可看見二三條形態各異的古橋。其中以普濟橋最美，歷史也最悠久。它建於南宋年間的1267年。橋頭挺立着一棵甚高的樹，長着纍纍的外紫內白喇叭形的花。我們好奇地問本地人，此樹何名？答曰：炮桐（音）。大家戀戀不捨離去。

小河是青浦河支流，寬約丈餘二丈，橫渡有橋；直渡以船。橋旁往往有梯級碼頭供遊人上落。我們僱了一葉扁舟（名額20）遊河，女主人在船頭掌

此我們贈他太極棒及CD作為交流。

暮春江南，繁花怒放，鶯飛草長，又是我們中華太極智慧學院出遊退修的好時節。在上海兼職的方師兄提議假借他工作的金澤工藝館組織退修營。不旋踵，一個包括本港以及海內外同門的退修營便組成，並擇定於復活節假期出發了。

### 金澤最宜春遊

少。據稱金澤古有20多座橋，且多是一橋配一寺的。現保存完好的古橋有七座和一座改建的新橋，而有些橋寺卻改建成洗手間，方便各方人士使用。

小鎮就只有沿河街道兩條，金澤工藝館就在下塘街一號。某日上午，我們在水鄉自由行。出大門左邊就有一條沒有梯級，底層鋪有金絲楠木的橋，昔日可供馬車使用。它的造型優美極了，可惜正在待修當中，暫封了。是否「可遠觀而不可褻玩焉」？我們手持雨傘悠悠而行，在河一端直望過去，便可看見二三條形態各異的古橋。其中以普濟橋最美，歷史也最悠久。它建於南宋年間的1267年。橋頭挺立着一棵甚高的樹，長着纍纍的外紫內白喇叭形的花。我們好奇地問本地人，此樹何名？答曰：炮桐（音）。大家戀戀不捨離去。

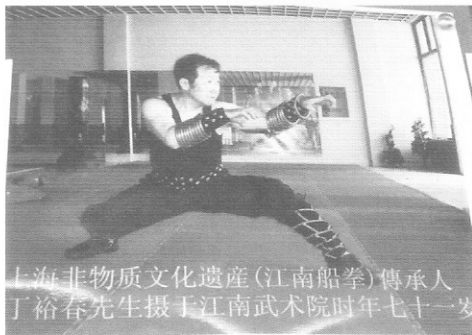
## 美哉！金澤工藝館太極退修營



華夏文化導遊 (101)



清芬齋主



上海非物質文化遺產(江南船拳)傳承人丁裕春先生攝於江南武術院時年七十一歲

丁裕春先生攝於江南武術院時年71歲。

空中回蕩，吸引兩岸的住戶推窗探頭外望。後來女艇家也按捺不住，豪放地回贈一首地道船家歌。艇上，歌聲掌聲笑聲一片和諧。

### 民間兵器博物館

晨練後我們出發去朱家角參觀民間兵器博物館和觀賞船拳。朱家角鎮與金澤鎮相鄰，距離十公里，同屬青西淀山湖水系。我們驅車先往上海珠溪園，與船拳傳人丁裕春先生和他的拳友相會。這個公園原來是該區首富蔡氏的私園，面積約五十餘畝，而水面便有十畝，以水串景。丁先生帶我們沿河廊而走，一路上花香滿溢，曲徑通幽，其中有一棵150年香樟古樹，郁郁蔥蔥。公園設有老年活動室，故有不少健康生活方式和中醫治療的宣傳，雖然這些東西已不為居民圍觀，但見到處有老友在力行養生之道——適量運動：八段錦、太極拳等。我們也佔據一偶空地練習太極棒，丁裕春老師也參與其中，因此我們贈他太極棒及CD作為交流。

舵，男人在後搖櫓，小破船靜地破浪。鏡面既羨。我們的閒逸，亦感欣榮，便以歌寄情。悠揚的歌聲在

着，丁接  
老帶我  
們到他  
的一兵  
器博物  
館「博  
觀。博  
物館不  
太大，  
設在一  
幢民房  
內，收集或製作了我國古代「十八般武藝」  
的兵器一批，展示並述其背景資料。丁先生  
熱情地給我們介紹。許多名人曾前往參觀並  
留下照片或墨寶。丁老預備了一把寶劍和一  
口名瓷送給楊老師。之後他又出示另一珍  
藏——劍柄上鑲有黃金的寶劍，說明他對古  
兵器的鍾愛。我們也回贈了兩  
件頗有特色的書法作品。

**朱家角賞船拳**

午後，我們前往水鄉朱



丁裕春贈送禮物給楊云中。



樹梢纍纍炮桐花。

我們得以親睹他們千  
錘百煉的真功夫。丁  
先生雖七十有五，只  
見他手舞重器在船頭  
翻騰，非常俐落。他  
的得意弟子的拳腳功  
夫勁度更足，他們的  
表演博得掌聲雷動。  
後來他們在岸上再表  
演太極等武功。有一  
個兩歲左右的小虎子  
一時技癢，掙脫了婆  
婆的臂彎，跳到地

據了船尾，船中圍坐幾個男  
女拳手。一輪喧天的鑼鼓聲中  
木船已划至河心。觀眾在岸上  
和橋上遠觀。表演開始，通過  
廣播介紹表演者和節目後，拳  
手在咫尺之地的船頭上舞拳弄  
劍，使

中華武術門派繁多，  
各擅勝場，其中深受環境  
影響而地區色彩濃烈者，  
莫如曾以抵禦倭寇和海盜  
而雄霸一時的江南船拳。  
相傳岳家軍以船拳練兵，  
令金人聞  
風喪膽。  
一艘丈長  
的小艇，  
鼓樂隊占



頤浩寺內七百年銀杏樹與「不斷雲」(右下角)。

上，跟隨太極高手的動作，手舞足蹈，有板  
有眼。有人說他是胎教出來的，故亦給予鼓  
掌。  
彷彿「大觀園」的工藝館  
春天修練，最怕沒有室內場地。為何有  
此擔心？不錯，「吹臉不寒楊柳風」，如果  
短時間在街上走走，春風還挺不錯；但在春  
寒料峭的  
室外修  
練，刺你  
骨的寒風  
吹拂你的  
臉蛋兩三  
小時或以  
上，也是  
夠你難受  
的！若是  
遇上持

續幾天淫雨霏霏，直教你悶透為止。所以暮  
春天氣時退修營應選擇具有寬敞室內場地為  
宜。幸而金澤工藝館什麼場地俱全，室內禮  
堂、課室、花園、回廊，皆是空氣清新，場  
地布置藝術性佳，設備周全，宜練亦宜遊。  
主人家無條件地讓整個「大觀園」供我們自  
由享用。因此這幾天我們學習特別專心，修  
練愉快，效果特佳。  
金澤工藝館有各種等級的客房，所以  
我們鼓勵一些團友升級住高級客房。每一個  
高級客房不但寬敞，而且設計上各有藝術特  
色，讓客人感到與別不同，備受尊重。若住  
在普通客房，你會贊歎設計師為節省時間和  
空間而搞盡腦汁：洗澡室與洗手間分開，房

間雖小但設有窗戶與小天井，使空氣流通。客房附近還設有休閒廳供客人用早餐、喝茶談天和閱覽，若多來此廳相敘，各方賓客可多交朋友。

我們退修的規矩是晚上也有安排。首晚我們安排在茶室聚會。該室牆壁上掛有三張古琴，名家匾額、字畫，還有一些藝術小擺設。窗戶外種有修篁與松柏。在這種高雅的氛圍下，簡直是

高雅文人的享受，那裏是上課呢？今天楊老師講課特別精練：之後便請駐工藝館的古琴家馬老師來彈奏古琴。

我們有福了！一曲又一曲，令我們陶醉。高山流水，楊老與馬老惺惺相惜，拳拳碰撞出了火花：以後的幾個晚上都是楊老師按課程次序演奏與馬老師的古琴樂韻相配合。我團中曾是長春電影廠藝術家

### 從工藝館的宏富收藏話壇城

據說工藝館原來是舊的工廠廠房，現改建成工藝館。其中一個任務是搜藏有民族特色的工藝品，搶救文物。其中一幢廠房改



在兩棵2百餘年銀杏樹間練太極棒。

為收藏品倉庫。每當下雨，我們便入倉庫內練習。我們有如劉姥姥進大觀園，什麼都覺得新鮮，都很想仔細的看。但我們承諾對每一件藏品都不可攝影，「敬而遠之」。最多的收藏也許是古老大床吧，它們佔據了主位。四壁掛滿了唐卡，之下又擺滿各式大小舊椅子。最別緻的是葫蘆，一排排的被培植成奇形怪狀的葫蘆好像在列隊歡迎我們。還有各種竹織品、文房四寶等等。

某日我們作推手練習，不知誰在場地上抖了一下，方師兄隨即跑過去示意要放輕腳步，說室內收歲了一座粉沙造成的一壇城，千萬不可震動地面，否則該藝術品便「毀於一旦」。當日下午，我們有幸獲安排禮見「壇城」。一位很有文化氣質的女士為我們導賞。她先用放映機，通過圖象為我們介紹「壇城」製作的過程。她說：「當時工藝館邀請了十餘名西藏喇嘛來館中創作。創作前他們先沐浴齋戒，把

沙研磨成粉，染成各種顏色待用。一切準備妥當了，開始創作，每人先帶上口罩，再小心翼翼地按圖索驥，一共造了二十多天才大功告成哩。現在壇城用嚴密的玻璃櫃收藏起來，展示在密室裡



筆者與女船家在仿汴京橋下合影。

供賓客欣賞」。

有人問，「這麼珍貴的藝術品為何不做得堅固點？」

她說，「如果從佛教的角度來說，世上的事物都是因緣和合而成，任何東西都不是永恆的，只是暫時的，終歸會趨於無。創作壇城，象徵擁有世間一切美好的東西，但它不會永遠存在，終究壇城會毀滅掉。即使它沉沒在水裏，也不足惜——這是一種教育人心的啟示。」我們終於明白收藏壇城的意義。以藝術品來啟世世人，認識無常，不被名相所惑，要「看破」和「放下」，這是佛教的智慧。

### 參觀紡織資料館

這次退修，我們幸獲安排參觀「紡織資料館」。該館負責人張西美，她又是工藝館的負責人之一，幾天來她一直在關心和幫助

我們。她原是時裝設計師，亦曾任古裝片服裝設計，面對有二千多年歷史根基深厚的「中國傳統」，資料既龐雜但又殘缺不全，要理出一個頭緒，真是費煞思量。近年來她一直致力在上海積極籌備「金澤工藝館」的紡織部館藏工作。館內藏品逾五千餘件，既有來自中國少數民族，亦有民國時期的紡織品。

但這裏卻不是一家一般的「紡織博物館」，而是從嶄新的思維出發，結合中外紡織專家及設計師的人脈網路，嘗試在金澤古鎮的寧靜環境中，建立起一個旨在傳承中國傳統優良工藝，且與當代設計互相交流、研習的獨立非牟利機構。參觀這個傳承館

實屬難得。我們不但看到了國內外數十台不同年代的織布機，而且能戴上白手套，近距離仔細地觸摸各種布料的花式、花紋以至它們的纖維和服裝的關係。原來方師兄經常來此幫助整理和輸入有關研究資料。因此，我們對張西美團隊的心意和幹勁佩服得五體投地。

### 功 尋訪頤浩禪寺並在百年銀杏樹下練

頤浩禪寺是金澤最重要的佛教勝地。它建於南宋景定元年（1260），相傳原為南宋宰相呂頤浩故宅而得名，曾以5048間宏偉建築揚名江南，元至元十五年（1288）奉旨升院為寺，更現名。原有各朝名人撰寫的碑刻15方，有唐吳道子畫，元趙孟頫楷書《金剛經》，皆不存矣。只餘下趙孟頫所畫的「不斷雲」石刻真跡。但珍貴文物沒有受到保護，放在廣場中任由風吹雨打，灰塵滿面，慘不忍睹。原寺規模已不存，重新建了一座小小的大雄寶殿。但因其歷史地位仍在，遠近香客一車又一車的前來，依然香火鼎盛。庭院裏一棵挺拔的四人合抱的七百年銀杏，



張西美女士向大家演示織布。

雖常被濃煙飛灰圍困，但枝葉依然繁茂，生機盎然。

我們卻沒有它的能耐，在寺內轉了一圈便被煙火窘得趕快走出人煙鼎沸的

禪寺。在寺前百米之外的兩棵二百餘年的銀杏樹下採氣練功。楊老師有感於集四百餘老樹的氣場特強，遂帶我們練習太極棒的一周「天搬運功」。整整一個多小時的反覆練習，他愈練愈起勁；而我們雖然覺得累，但仍沉着地堅持在身前身後、上上下下地搬動太極棒，不哼一聲地搬呀搬。終於身體找到了舒服：疏通了經絡，聚津成精，練精化氣，練氣化神，練神還虛，凝神聚氣，聚精養臟：苦中得樂！

### 上海福壽

#### 園：追思王壯弘師公

仍是雨紛紛的清明時節，身在上海的我們，怎能不思念起師公王壯弘先生？拜祭師公是行程以外的臨時自由參與的活動。提議一出，全部參



王壯弘先生遺照（攝於南蓮園池）。

加。我們自費僱車前往那有一滬上新景觀，人生後花園」之稱的福壽園公墓。墓園也在青浦區，不久，車子從高速公路轉入外青松公路，遠遠便見到墓園最高的建築德鄰樓。車子在金水橋旁停下。福壽園牌樓兩旁有碩大的八個字「慎終追遠，民德歸厚」。林師姐代表我們在鮮花超市買了一大捆白色的鮮花，墓園的接待人員為我約了兩部電瓶車。我從來沒有到過如此規模宏大的墓地。一路上只見綠草如茵，鍾靈毓秀。經過「文星園」、「文華園」和「名人園」等園區，豎立了許多有立有坐的塑像，它們無一不是裴聲中外的志士仁人，但並非都是上海籍的或歿於滬上的，如胡適、鄧麗君等也被選上造像，以垂範後世。所以福壽園以人文藝術理念被列入世界十大公墓之一。

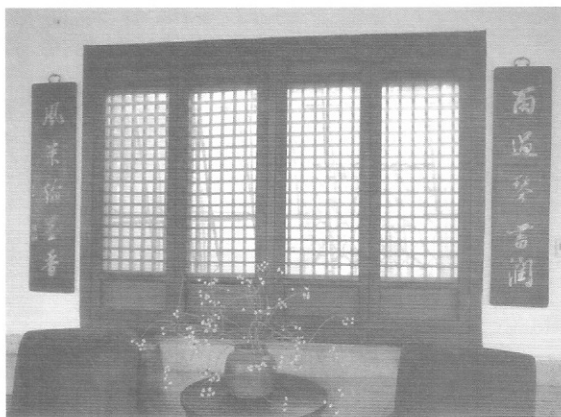
再拐幾個彎便到了師公的墓地。墓地整齊雅緻，設計藝術性高，能表達對先人的敬愛之意。王壯弘墓碑旁有蒼松翠柏，碑和臺面都採用光滑厚重的黑雲石，墓台面上除有

太極圖外，還刻有「一代宗師、藝賞巨擘」八個大字。背面概述師

公的生平。墓誌銘主要列舉師公聰敏好學、文武兼修的一生和貢獻。他的國學師從陳病樹、書法從沈尹默；拳術：形意、八卦、太極諸內家拳則隨

董英傑、褚桂亭，都是畫得精髓的成功。青年時代，王師公先後在上海古籍書店、朵雲軒專事文物鑒定，他廣納經驗於賢達，又精研考據於甲骨金石、摩崖碑帖之學，卓有成就，著有《增補校隲隨筆》、《崇善樓筆記》，被譽為碑版鑒定之圭臬！

而武術方面，1987年正值壯年，他以王氏太極拳榮享洛杉磯世界武術大賽金杯獎，以後在美、加、新、港等地授拳，擯除雜務，領弟子窮究哲理微義，盡得太極堂奧。他的太極駕虛摩空，乘幽控寂，翻動扶搖羊角，



布置高雅的工藝館茶室一角。



團友在工藝館的院子晨練。

裕春先生等工  
作。選取金澤工藝館是關鍵，她場地好，物質條件好——要什麼有什麼，還有庫藏的文物繁富，給我們精神上的滿足，如古琴、唐卡、壇城等，是從來沒有過的精神食糧。

最重要的是金澤工藝館的全體人員，無論是上上下下，還是幕前幕後，都無微不至地關心  
物，馬太太泡的茶至今仍有餘香，更難忘馬先生悠揚的古琴聲每晚陪着我們練功，還有給我們每天舌尖上享受的廚師和服務員，臨別那午餐，我們覺得撈麵的醬料好味，他們便拿實物出來亮相，結果在機場內我們便買回港了。當我的房門鎖鬆了，修理員隨傳隨到……這些表現，那一次的接待單位有金澤工藝館人那麼專業？那麼以一家人一看待我們，以佛心使我們賓至如歸？所以我在總結會上曾表達感激：美哉！十全十美！金澤工藝館太極退修營。感激您：最美金澤工藝館人！我們和你有個約會：當春暖花開的時候，金澤工藝館，再見！

契合儒、釋、道，証印王宗岳《太極拳論》，2005年更臻神境，創「王氏水性太極拳」，上善若水！成「一代太極宗師」。

王師的墓碑列於後排，前面空地不多，我們難以集體向他鞠躬致敬，於是逐一持花向師公三鞠躬和獻花。感謝他帶領我們走上研習太極文化的途徑。

**我和金澤工藝館有個約會**

這次退修營非常成功，可以說收穫是歷次之最。首先是內容豐富，老師把太極拳的教學內容詳列出來，及早打印分發給學員，而且他帶頭刻苦從嚴訓練。其次方師兄對環境、場地熟悉，作了精心的行程安排，每日皆有遊有練，勞逸結合。事前又與有關方面作好溝通，如採訪了



退修團攝於福壽園的金水橋。

和支持我們，他們大開綠燈之餘又親切和團友們交談。其他工作人員雖不多，但每人都給我們留下深刻印象。導遊胡小姐不但出口還出手幫大家拿行李，預備禮