学校的理想装备

电子图书·学校专集

校园网上的最佳资源

华夏胜景

BOOK

内部资料 非卖品

前言

旅游是人们生活中的一种高级消费活动。随着人类社会生产力水平的提高和社会经济的发展，旅游已逐渐从少数人的特殊享受转变成为经济发达社会人民大众的一种普通社会活动。我国是一个地域广大、历史悠久的统一的多民族国家，有着壮丽的山河、众多的风景名胜、多彩的民族风情、丰富的文物古迹……为了促进旅游事业的发展、保护和建设旅游资源，1982 年 3、4 月间，全国政协城建组、文化组和原城建总公司分别邀请部分政协委员和有关园林、建筑、城市规划、地理、美术、文物、旅游、环保等方面的专家学者开会，讨论加强风景名胜的保护问题。会议认为：近几年来，由于各种原因，许多重要风景名胜遭到不同程度的破坏，一些风景区的开发建设缺乏统一规划，加强风景名胜的保护和管理工作已刻不容缓。应尽早确定国家重点风景名胜区名录，制定保护管理办法，明确管理体制，使我国壮丽的自然景观和名胜古迹切实得到保护。经过讨论和评审，在 22 个省、自治区、直辖市提出的 55 处要求列为国家重点风景名胜区的名单中，确定了 44 处风景名胜区名录，由城市建设环境保护部、文化部、国家旅游局三家联名报告国务院，国务院将其作为第一批国家重点风景名胜区，于 1982 年 11 月公布于世。从此，我国的旅游资源建设，特别是重点风景名胜区的建设便突飞猛进地发展起来。

1988 年 8 月，国家公布了 40 处第二批全国重点风景名胜区的名录；1994 年 2 月，国家再次公布了 35 处第三批全国重点风景名胜区的名录，这样，我国就共拥有了 119 处重点风景名胜区。这些景区称为“国家级公园”，或“国家级景区”，在近十多年来的建设中，取得了十分可喜的成就。这 119 处景区，遍布于全国 29 个省、自治区、直辖市（除台湾省外，还有内蒙古自治区和上海市未建立此级别的景区）。其中，浙江省拥有 11 处，名列全国第一位，云南省 10 处列第二，福建省、四川省各有 9 处，并列第三；位于前列的还有贵州省 8 处、辽宁省 7 处，河北、山西、安徽、湖北等省各拥有 5 处，等等。

这 119 处重点风景名胜区中，山岳型景区有 51 处，约占全部的 42.86%，其中以历史文物资源占主要成分的名山 12 处，即五台山、恒山、千山、九华山、天柱山、天台山、泰山、崂山、嵩山、王屋山、武当山、缙云山；以自然风景资源占主要成分的名山 25 处，即野三坡、嶂石岩、北武当山、五老峰、凤凰山、云台山、雁荡山、莫干山、仙都、三清山、太姥山、武夷山、冠豸、大洪山、武陵源、西樵山、丹霞山、桂平西山、丽江玉龙雪山、贡嘎山、金佛山、四面山、四姑娘山、西岭雪山、崆峒山；文化与自然双重型名山 14 处，即盘山、苍岩山、雪窦山、庐山、井冈山、龙虎山、黄山、齐云山、鸡公山、九宫山、衡山、峨眉山、华山、宝鸡天台山。各类水景景区 35 处，约占全部的 29.41%，其中有湖泊景区 17 处，即松花湖、镜泊湖、五大连池、太湖、扬州蜀冈瘦西湖、杭州西湖、新安江—富春江（千岛湖）、金湖、武汉东湖、岳阳楼—洞庭湖、肇庆星湖、红枫湖、昆明滇池、大理—洱海、九乡、青海湖、天山天池；瀑布景观 5 处，即黄果树瀑布、黄河壶口瀑布、双龙、鸳鸯溪、赤水；河流景区 5 处，即鸭绿江、楠溪江、　阳河、瑞丽江—大盈江、雅砻河；海滨及海岛胜地 8 处，即大连—旅顺口、兴城海滨、秦皇岛北戴河、胶东半岛海滨、嵊泗列岛、鼓浪屿—万石山、海坛、三亚热带海

滨。各种奇特地貌景区 14 处，占全部的 11.77%，其中峡谷地貌景区 3 处，即长江三峡、三江并流、马岭河峡谷；奇特地貌景观 7 处，即桂林漓江、金石滩、桃源洞—鳞隐、九寨沟—黄龙寺、荔波漳江、腾冲地热火山、路南石林；溶洞景观区 4 处，即本溪水洞、织金洞、龙宫、建水。各类文化景观区 16 处，占全部的 13.44%，其中大型石刻景区 3 处，即洛阳龙门、天水麦积山、广西左江花山；古代帝王陵墓景观区 3 处，这 3 处亦为古建筑和帝王陵墓混合景观区及自然山岳与帝王陵墓混合景观区，即八达岭—十三陵、临潼骊山、西夏王陵；古代工程景观区 3 处，即承德避暑山庄—外八庙、青城山—都江堰、剑门蜀道；以宗教建筑为主的景区 2 处，即普陀山、清源山；各类重要历史遗址景区 5 处，即南京钟山、琅玡山、八大部—净月潭、隆中、韶山。其他景区 3 处，占全部的 2.52%，即蜀南竹海、西双版纳、鸣沙山—月牙泉。

本册中介绍这 119 处重点风景名胜区中的 77 处，另 42 处见本套丛书中的其他分册。

华北地区

华北地区以北京为中心，包括天津、河北、山西、内蒙古等省、直辖市和自治区。属暖温带大陆性季风气候。四季分明：冬季寒冷少雪；春季干旱多风沙；夏季炎热多雨；秋季天高气爽，为旅游的黄金季节。这里旅游资源丰富，山地、河谷、草原、海岸等自然景观形式多样，应有尽有；文物古迹鳞次栉比，历史悠久。

盘山——京东第一山

盘山风景名胜区，位于天津市蓟县城西北 12 公里处，面积为 20 多平方公里，因山势磅礴如龙盘桓，故名。又名徐无山、四正山、无终山等。相传东汉末年董卓之乱时，田畴率众隐居于此，曹操北伐乌桓时得田畴之助，故将徐无山改称田盘山，后人简称之为盘山。该山为燕山之余脉，平均海拔 500 米，主峰挂月峰海拔 864 米。历史上誉盘山为“京东第一山”，曾被列为中国十五名山之一。

盘山自古即成著名风景名胜区。从东汉末年至清代末年，历代皇帝、将相、名人纷纷前往，或题字刻石，或作诗吟咏。据《盘古志》记载，清代乾隆皇帝迷恋这里山色不亚于江南，曾感叹道“早知有盘山，何必下江南！”并于乾隆九年（公元 1744 年）在此建静寄山庄。

盘山自然景色优美，以“红杏青松之丽，层峦峭壁之奇”著称，山水奇伟清秀，云海松涛变幻多姿，景色迷人。尤以三盘、五峰、八石美景称绝。“三盘”即以奇松为特色的上盘，其松苍劲青翠，蟠曲翳天；以怪石著称的中盘，巨石嵯峨，千奇百怪；以流泉诱人的下盘，飞泉响涧，喷珠溅玉。五峰即挂月峰、自来峰、紫盖峰、舞剑峰和九华峰，唐代时被称为“东五台”。挂月峰最高，峰顶上锐下峭，直插云霄。五峰攒簇，山峦竞秀，林壑幽邃，溪流琤淙。八石为悬空石、摇动石、晾甲石、将军石、夹木石、天井石、蛤蟆石、蟒石，其实盘山有名之石甚多，非只此八石。

盘山人文景观甚丰，据史载有寺庙塔院 160 余处，著名的有 72 佛寺、13 宝塔等等。名山古刹相映生辉，自古为著名的游览胜地。著名的天成寺即为盘山一大胜景，该寺依山势建成为两层，下层有江山一览阁和游廊，上层为大殿、配殿和月亮门、回廊。大殿西有建于辽代的一座密檐十三层砖塔，形态素雅巍峨，是盘山景区中最高大的古代建筑。寺院附近有飞帛涧，每到雨季，涧水自空中泻下，如白帛飘飞。天成寺以上为万松寺遗址，周围松石竞秀，别有情趣；遗址旁有明、清建造的佛塔各一座。盘山东部为少林寺，寺旁有一名红龙池的湖，相传唐太宗东征时曾扎立营帐于此，有晾甲石等胜景，岩壁上凿有乾隆御题“贞观遗踪”四字。盘山东麓有唐代所建的千佛像遗址，遗址上有辽代所立的《祐唐千像寺创建讲堂碑》，记述盘山盛景及建寺经过，为珍贵艺术品；附近奇岩巨石上有许多摩崖石刻佛像，为线刻艺术品，大者数尺，小者仅寸，是珍贵的唐辽时期佛教石刻艺术资料。盘山顶峰挂月峰上有唐代建立的定光佛舍利塔，相传唐智源禅师藏佛舍利六十颗、佛牙一具于此，故名；塔身为八角三层砖塔，佛龛雕刻精细。

盘山风景名胜区风光优美，清乾隆皇帝曾先后 28 次遨游此地，留下大量题刻。在盘山景区东部，有乾隆仿承德避暑山庄而建的行宫静寄山庄遗址。还有冀东游击队抗日斗争的遗址；新中国建立后在此建有烈士陵园，烈士纪念碑高 27.5 米，正面镌刻“光荣烈士永垂不朽”八个大字；园内建有烈士馆，陈列冀东抗日根据地斗争史和烈士事迹、文物等。

盘山风景区不远处、蓟县城西门内有一名独乐寺的庙宇，寺内不少建筑物是辽代遗物。寺内楼阁高 23 米，是国内最古老的楼阁建筑，内存高 16 米的国内现存最大的泥塑佛像。

苍岩山——太行五岳

苍岩山风景名胜区，位于河北省南部石家庄市井陉县以南 30 公里处，距离石家庄城区的 70 公里，深藏于太行山群峰之中，海拔 1000 余米。名胜区周围方圆几十里皆荒山秃岭，唯有此山重林苍郁，古木横空，巉岩绝壁如披绿衣，故名苍岩山。素有“五岳奇秀揽一山，太行群峰惟苍岩”之盛名，是一处天然游览胜地。名胜区面积达 180 平方公里。该地区历史悠久，名胜资源丰富。苍岩山是一处自然旅游风光与人文旅游景观交相辉映的著名风景名胜区。

该名胜区内群峦叠翠，危崖峭壁，寺、殿、阁、楼、台、亭等建筑多掩映于山麓古木之间。人文景观与自然风光浑然一体。名胜区内现有碧涧灵潭、桥殿飞虹、虚阁藏幽、说法危台、虎影仙迹、岩关锁翠、风泉漱玉、阴崖石乳、山腰绮柏、峭壁嵌珠、尚书古碣、炉峰夕照、窍开别天、空谷鸟语、苍山书院、孤石古柏 16 处著名景观；另外还有白鹤泉、观日峰等 72 处景观点；有北魏到清代建的千佛洞石窟寺、宋金时代的墓群壁画、古长城等古代文化遗址；也有万仙堂、峰回轩、藏经楼、公主祠等古代建筑，神房古刹、碑碣奇道，非常引人入胜。名胜区内还有柿庄古墓、杨庄长城以及外围景点娘子关和韩信背水一战的白石岭古战场等古代文化遗址。再加上千姿百态的山景，构成了该地区得天独厚的自然人文景观。

从名胜区山麓沿石涧入山，可见到处怪石嶙峋，白檀茂密，树根裸露，盘抱巨石，奇姿异态，宛如盆景。随路蜿蜒前行，有一处三百六十余级的石磴道，拾级而上便是一座山门，门旁悬有一副“殿前无灯凭月照，山门不锁待方封”金字对联。入内至峭壁对峙处，建有南北飞架的三孔石桥，其中两座桥上分别建有天王殿、桥楼殿。在山下仰望青天，山隙间天空仅呈一线。昔人有诗“千丈虹桥望入微，天光云彩共楼飞”叹此奇景。名胜区处地气候温和，夏无酷暑，冬无严寒，四季宜人，是天然的游览避暑胜地。

苍岩山众多的人文景观中，主要景点有：

1.福庆寺：始建于隋代，距今 1400 多年历史，后历代均有修缮。是一座依山而构、临景而置的古建筑群。从山门起依次为苍山书院、桥楼殿、大佛殿、峰回轩、说法危台、砖塔以及公主祠等建筑。这些楼台殿阁，或跨断崖，或依绝壁，择景十分巧妙，古人用“万景临清壑，千峰拱上方”诗句赞美此景。

2.桥楼殿：为福庆寺的主体建筑之一。在两峰对峙的百丈悬崖间，凌空飞架有三座单孔石桥，中间一座建此桥楼殿。桥为隋唐建筑，长 15 米、宽 9 米，单孔孤卷形，势若飞虹，凌云欲飞。建殿年代不详，但具有清代早期建筑的特点。殿面宽三间、进深三间，四面出廊，是一座九脊重檐楼阁式建筑。黄绿相间的琉璃瓦顶，金碧辉煌，顶势平缓，翼角高翘而柔和自然。正脊两吻间有狮子塔、飞马、仙人骑龙等琉璃饰件。上下檐的椽、檩、枋均饰有苏式彩画，而梢间有楼梯可登临远眺，只见四周峰峦叠翠、云雾苍茫，使人有置身于“仙山琼阁”之感。从桥楼殿下深涧底部仰望，青天一线，桥楼凌空，宛如彩虹高挂，故有“桥殿飞虹”之美称。涧底怪石嶙峋，白檀满涧，奇姿异态，美景如画。

3.南阳公主祠：亦为福庆寺主体建筑之一。祠址坐西朝东，面对百丈翠壁，宽三间，进深一间，单檐九龙顶。上盖黄绿琉璃瓦，檐下飞头挂悬风铎。

祠内有三佛龛，内塑有南阳公主像，两侧山墙下各塑有 12 名站状乐伎。山墙上布满壁画，工笔彩绘，内容为南阳公主修身得道、济世救人的故事。

嶂石岩——三栈牵九套，四屏藏八景

嶂石岩风景名胜区，位于河北省南部赞皇县的西南陲，东北距省会石家庄市约 100 公里左右。整个名胜区总面积为 120 平方公里。其景观特色大致可概括为“三栈牵九套，四屏藏八景”。三栈即三条古道；九套即连接三条古道的九条山谷；四屏乃整体看似四道屏障一样而又相对独立的四个分景区（九女峰、圆通寺、纸糊套、冻凌背）。这四个景区中有八处著名胜景：九仙聚会、岩半花宫、晴天飞雨、回音巨崖、槐泉凉意、冻凌玉柱、重门锁翠、叠嶂悬钟。这三栈四屏、八景九套之间均有小路相连，将 120 个景点连珠缀串，迤逦展开。其中天然回音壁、冻凌玉柱、雾洞、佛光为“嶂岩四绝”；晴天飞雨、石乳灵泉、云崖撒珠、银瀑落湖又为嶂岩水景四绝。

一、九女峰景区

位于名胜中心区的嶂石岩村东，有九女峰、仙人峰等景点，自然景色十分优美。嶂石岩村等当地村庄保留了典型的太行山村特色。石头路纵横交错，石头房子参差错落。村中尽管早在 70 年代就通了电，但石磨、石碾仍然被当作加工工具。民舍多用粉红色岩石砌就，白灰沟缝，整整齐齐。这里的太行山人民风淳朴，热情好客。山庄户外山奇树碧，风景如画。

二、圆通寺景区

位于名胜区西南部，以险、幽为特色。一线天景点两侧重崖联袂，山势峥嵘，陡壁相夹成一条狭长的梯道，仰望青天，仅存一线；梯道长 150 米，垂直高度 50 米，最窄处仅容一人通过，甚是险峻。若遇上雾霭朦胧的日子，奇形怪状的岩石、枝桠虬曲的古树在云雾中隐现沉浮；脚下烟波滚滚，头顶穹庐一线；梯自崖巅上，云从脚底浮；那真是“登跻犹未半，身已在蓬岛”。在一线天可观蛇首崖、试剑石、彩屏等胜景。圆通寺俗名乳泉寺，清末已毁，现存古迹有观音壁画、“嶂石岩”摩崖、《嶂石岩封疆记碑》、《重修圆通寺碑》等。乳泉为此处绝观，乳泉旁的崖壁上有“嶂石岩传说”崖画；附近还有天闸、山龟之露、林间幽径、静谷、古栈道等景点。

三、纸糊套景区

位于名胜区中部偏北处，因纸糊套山而名。这里有景中套景、步移景易、起伏跌宕、变换无穷的特点。这里有明末李自成余部之遗迹“哨石”、“石门”、“大王台”等。闻名遐迩之世界最大的天然回音壁即在此景区。回音壁崖高 100 米，弧长 300 余米，弧度达 250°，游人在一端发声，或呼唤、或吟咏、或敲击，随即就会从另一端传回宏亮浑厚、比原声扩大数倍的回音，叠应重和，妙趣横生，令人叫绝。在回音壁中部仰望，圆弧状的回音壁恰似一巨大天井，一股清流自崖顶淅沥落下，似珠落玉盘，飒飒作响，此即“云崖撒珠”。不远处的槐泉峪有泉群分布于一洞周围，泉水甘冽，四季不涸，传说为周代穆王伐大戎时以宝剑刺向山崖而出。槐泉附近有景点多处。

四、冻凌背景区

位于名胜区的最北部，三面为百丈丹崖所环抱。山崖上的植被覆盖面积极广；游人徜徉其间，即可领略北国山峦的雄壮粗犷，又可饱览犹如江南园林般的清幽明秀。“重门锁翠”、“银瀑落湖”、“叠嶂悬钟”为该景观区的三大胜景。它们集奇岩、险崖、幽谷、曲径、悬瀑、岩泉、冰柱之美于一体，自然天成，意趣充盈。“银瀑落湖”为其中心景观，是指瀑布自百仞陡壁上倾泻而下，如绢似练，水声震耳，在静静空谷中听来，倒显得愈加幽静。

冬春时节，夏日倾烟泻玉似的瀑布成高 30 余米、直径 5～10 米的巨大冰柱，晶莹剔透，寒光透肌，令人美不胜收；“ 冻凌玉柱 ” 因此得名。

恒山——山雄、地险、云奇、泉绝

恒山风景名胜区，位于山西省北部浑源县城南 10 余公里处，距大同市 62 公里。恒山与山东省的泰山、湖南省的衡山、陕西省的华山、河南省的嵩山并称“天下五岳”，其为五岳中的北岳。亦名太恒山，又名元岳、常山。相传 4000 多年前舜帝即封该山为北岳。全山东西绵延 250 公里，横跨晋冀两省，名胜区面积约 100 余平方公里。景区内号称有 108 峰，主峰天峰岭海拔 2016.8 米，在五岳中位居第二。恒山景区主要分为东西对峙的两峰，东为天峰岭，西是翠屏山，浑水中流。其以山雄、地险、云奇、泉绝为主要特色。恒宗大殿为主庙，祀北岳大帝。

恒山成为风景区历史悠久。舜封北岳后，秦始皇敕封天下十二名山时，此即被推为天下第二山。此后，汉武帝、唐太宗、宋太祖等，都曾到此巡视、祭奠。后许多帝王也大都派遣使臣来朝圣。历代许多名人、学士都游览过这里，并留下许多赞咏诗章。

恒山自东北伸向西南，中间是一道宽深的断裂带。天峰岭与翠屏峰之间的金龙口峡谷，长约 1500 米，最窄处仅 10 米，两峰拔地摩天，壁立如门，形势十分险要，历来为南北交通要道，很久以前即在这悬崖半壁之上修筑了名为“云阁”的栈道，还曾修筑过连接峡谷两壁的“虹桥”，今在石门峪口仍可见其遗迹。如此险要的交通要隘，成了历代兵家的必争之地。

恒山以道教圣地而闻名。早在东汉末年就在此建有道观。后佛教也进入该山。现飞石窟内的主庙即始建于北魏，后历代均有修缮。明清时已寺庙成群、颇具规模，据传有“三寺四祠九亭阁，七宫八洞十二庙”。目前，恒山尚存寺庙 30 多处，不少殿宇依奇险山势而建，似成危楼悬阁；此为恒山建筑景观的一大特色。

恒山自古以来就有十八胜之称。今尚存悬空寺、北岳庙、九天宫、会仙府等十余处。

悬空寺是恒山十八胜中最佳的一景。位于金龙口西崖峭壁上，始建于北魏末，至今已 1400 多年。全寺有殿宇楼阁 40 间，均以在陡崖峭壁上凿洞穴插悬梁为基。半空中大小殿宇紧贴岩壁，一字排开，高低错落，参差有致。楼阁之间有栈道相通。该寺距谷底 26 米，最高处离地面 50 米，犹如挂在悬崖绝壁之上。登楼俯视，如临深渊；谷底仰望，悬崖上如挂彩虹；隔谷遥望，如壁间雏凤。悬空寺地势窄险，面对天峰岭，背倚翠屏峰，风景优美，别具一格。寺内主要有两座三层檐歇山顶殿阁，南北有危楼对峙，构思奇妙，颇有诗情画意。古栈道石壁上镌刻有“公输天巧”四个大字。当地民谣说：“悬空寺，半天高，三根马尾空中吊”，道出了寺之奇险。该寺是道、佛、儒三教合一的寺庙，这在国内外是绝无仅有的。全寺建筑分三组，先是三宫殿，为道教天地；继而是三圣殿，为佛教世界；后有三教殿，供奉三教祖师塑像：左为道祖老子，中为佛祖释迦牟尼，右为圣人孔子，神态各异，为我国雕塑艺术珍品。寺内还有铜、铁、石、泥、木各种材料铸造雕塑的 78 尊神像，大多形象生动，神态自然，造型优美，均有很高的艺术价值。古人题咏镌刻于壁间。

北岳庙即恒宗殿，也称元灵洞，俗称朝殿。建于明代中期，是恒山主庙，位于玄岳峰南坡半山峭壁下，气势雄伟庄严。庙前有一 103 级石阶，每级高约 60 厘米，宽仅 25 厘米，倾斜 40 度，游人至此需奋力攀登，方可到达寺庙

大门。庙内伫立着体态魁伟的恒山神北岳真君的塑像。该庙是恒山中最为宏伟的建筑。

九天宫又名碧霞宫，位于北岳庙西。北倚凌云阁、斗姆宫，南靠山神庙、疮神庙，东有纯阳宫、太乙庙，形成了一组以九天宫为中心的祠庙建筑群。宫院呈正方形，正南开门，正殿内塑有九天玄女圣母神像。旁有耳殿、配殿和钟鼓楼，结构严谨，布局对称。

会仙府是恒山最高处的建筑；置身仙台，脚下云岚飘飘，头顶松风阵阵，四周云峰隐现，令人留恋。会仙府又名集仙洞，位于北岳庙西北高处会仙崖石壁之下，依岩就势，布局巧妙，颇有“仙意”。主殿内塑八洞神仙集会像，附摩刻多处，堪称书法艺术之宝库。

恒山自然风光异常秀美。在天峰岭上四望，众峰起伏，长城逶迤，塞上高原的无限美景，都一一尽收眼底。原十八景中一直缺少秀美水景的点缀。40 年前修成的水库，不仅使巍峨壮观的恒山雄姿和碧波荡漾的湖光山色交相辉映，而且使金龙峡内免遭水患。山中琴棋台、出云洞、紫芝峪等自然景观十分幽美。有传说神石东飞留下的飞石窟，有流传姑嫂投崖成仙的舍身崖，有高 13 米、刻有大字“恒宗”的大字湾，有传为美谈的果老岭；紫芝峪暗生灵芝而易露形，出云洞虚无飘渺，也有“金鸡报晓”、“玉羊游云”、“岳顶松风”、“夕阳返照”等在特定环境和时间中显现的自然景观。果老岭附近是观赏山景的佳处：东侧的夕阳岭“面西壁立，孤屏如削”，峰上古松摩云，每当夕阳西下，晚霞辉映险峰怪石，为恒山一大美景。

北武当山——三晋第一山

北武当山风景名胜区，位于山西省中部偏西的方山县城西北约 30 公里处。地处山西省吕梁山中段，东南方向距吕梁山主峰关帝山约 50 公里，正东方距山西省省会太原市 150 公里左右。北武当山，亦名真武当山。相传道教真武大帝（即玄武神）在其发祥地湖北省武当山被封为北方正神后，便来到北方，觅得这一环境幽雅的高山，为了区别于武当山，故称之为北武当山。该名胜区总面积为 88 平方公里。

北武当山号称“三晋第一山”。景区内主峰海拔达 2254 米，雄居于吕梁山中部的群峰之中。主峰周围的山峰还有香炉峰、天柱峰、松都峰等等。山峰四周悬崖绝壁，只有一条崎岖险峻的山路可通顶峰。名胜区内有季节性瀑布 3 处、温泉 1 处、泉源 11 处。景区内还有 12 条小溪由中部向外流入环绕名胜区山下的昔河与成世番河。这里植物生长茂盛，植被覆盖率达 95%，植物品类有近百种；还有百余种野生动物。山上松奇石异，鸟贵兽珍。名胜区集险、秀、雄、奇于一体。奇松中有“迎客松”、“鸳鸯松”、“天伞”、“乔松”、“托天松”、“仙人指路”等等，名目繁多，不胜枚举。林多鸟众，其中有属国家一级保护的动物，如珍禽褐马鸡等等。石怪也是北武当山一绝；这里形状奇特的石头比比皆是，如石龙、石虎、石象、石猪、石羊、石龟、石兔、石蛇、石猿等等，形象逼真，犹如一座天然的石刻动物园；有“龟蛇相斗”、“飞龙出洞”、“大象离山”、“石猪遇难”等自然典故，颇为引人入胜。

至今，北武当山尚保存着明、清所修“真武行宫”、“龙王庙”等古代建筑 20 余处；有左国城遗址等历史古迹；另外还有众多的石碑、石刻、道教壁画等文物古迹。

五老峰——叠嶂连棉，洞天福地

五老峰风景名胜区,位于山西省西南端永济县城东南约 20 公里的中条山中，为该山南端的一部分，以五老峰、古蒲州为中心，包括王官峪、云仙阁、龙头山、黄河滩岸等六个景观区。名胜区总面积 300 多平方公里。整个风景区内山峦叠嶂连绵、高耸挺拔，洞天福地，空灵幽远，是一座以山峰奇秀、清泉灌顶、名胜众多而著称于三晋大地的名山，史称“东华山”。最高峰海拔 1993.8 米。其奇险之状，类似湘西武陵源，在我国北方实为罕见。

五老峰风景名胜区由数十座山峰组成，主要有玉柱峰，东锦屏峰、西锦屏峰、棋盘山和太乙峰等山峰。主峰玉柱峰，又名灵峰、云峰，海拔 1819.3 米，犹如一根顶天立地的玉柱直插云霄，壁立千仞，四面如削，险不可攀；其他 4 峰罗列四隅，恰似 5 位彬彬有礼的老人，曲腰列于座堂之上。明代谢据《河东五老传》记述：中条山“其上耸然特出，最高且峻者，为峰有五。因偃骞伛偻之状，故名‘五老峰’焉”。《浔阳记》说，此地先于匡庐五老之名。

从现存碑刻记载考证，五老峰早在北周时就有宗教活动，历史上为北方道教名山。后历经数代，至明清时可谓盛期。山上拥有 9 泉、12 洞、36 峰和 36 峡谷。旧时山上曾有 64 处寺庙宫观之胜，《道书》上载此为道教第五十二福地，从明代以来，每年农历七月初一至十五的朝峰庙会盛达 500 年之久。历代仙道文人多在此炼丹、诵经、论事、揽胜，遗迹甚多。后因时代变迁，这一游览胜地才逐渐销声匿迹。现存古遗址中，仍有南北朝时期石雕人像、明代木雕人像及唐、宋砖瓦等文物。

古蒲州是尧舜建都圣地，现遗存有唐开元年间的镇河大铁牛、蒲津古渡河堤、普救寺、莺莺塔以及著名的鹳雀楼等历史文化遗址。龙头山有旧石器时代的古人类遗址，还有唐代名人柳宗元的故里。

名胜区中千姿百态的石峰和天然溶洞，构成了五老峰“雄、险、奇、秀”的自然风光，是山西省境内一处罕见的峰林地貌景观。北魏时期的地理学家郦道元所著《水经注》载：中条山五老峰“奇峰霞举，孤秀标出，罩洛群峰之表，翠柏荫峰，清泉灌顶”。

五老峰山体高大，谷深坡陡，相对高度差达 1300 米。其峰峦重叠连绵，沟谷纵横深彻，群峰峭壁突出，秀石耸生遍布，形成了“猿人观魏”、“梦笔生花”、“童子拜观音”等景观。站在峰顶四顾，远处的黄河、田野尽收眼底；近处峰林、岩群风光如画。名胜区属丹霞地貌，奇峰险峻，双泉飞流，岩洞幽深。黄河滩岸有约 6700 公顷绿色林海，自然风光独具特色。草木峥嵘、众芳竞秀的植物景观，是构成五老峰风景的主要内容之一。景区内乔木、灌木、花草、苔藓、菌类等植物门类齐全；各种飞禽走兽在此繁衍栖憩。据统计，仅鸟类就达百余种；另外还有野猪、松鼠等等。

五老峰山高水长，水利资源十分丰富，从山谷到山峰，沿途都有奇泉异洞。龙王峪、太柏峪、张家窖峪涓涓溪流，深隐河谷，忽收忽放，忽急忽缓，造就了缓溪、跌水、瀑布等丰富多彩的景观，其中较著名的有陡台瀑布、石佛寺水库、雷公洞内石井泉、明眼泉、黑龙潭等，构成了这里山青水秀、溪泉泽润的山水美景。

五老峰文物古迹、建筑名胜众多，文化内涵十分丰富。早在北周时就出现了佛教寺院圆通寺和观音阁，后经隋、唐、宋、元、明、清各代，逐渐发

展成为以道教为主的名山；在明、清时达到鼎盛时期，以后逐渐衰落。目前，古建筑遗址随处可见，神话传说源远流长。传说张果老、吕洞宾及赵匡胤等都曾在此活动过，并留下了许多给名胜区添姿加彩的故事。

东北地区

东北地区包括辽宁、吉林、黑龙江三省。素有“白山黑水”之称：“白山”指东北三大名山之一长白山（另二山为千山、医巫闾山）；“黑水”是指我国五大水系之一黑龙江（另四水为黄河、淮河、长江、珠江）。这里“山环水绕，沃野千里”，不仅遍布炫丽多彩的自然景观，而且拥有众多的文物古迹和异彩纷呈的少数民族风情。

千山——千朵莲花

千山风景名胜区，位于辽宁省鞍山市东南 25 公里处。原名千华山，全称千朵莲花山，又称积翠山，为东北地区三大名山之一。是一处花岗岩体剥蚀低山丘陵。景区内群山层峦起伏，山峻崖峭，形状万千。最高峰仙人台海拔 708 米。山上林木繁茂，有植物八百多种，有珍贵的黑鹤等鸟兽近百种。风景名胜区的总占地面积约为 300 平方公里，其中主要游览区面积 44 平方公里，重点游览区面积 21 平方公里。千山景区集寺庙、山石、园林之胜于一体，山中奇峰迭起，共有 999 座，近千数，故名千山。

名胜区山峰争奇斗艳，像千万朵莲花含苞欲放。山上植被繁茂，四季景异，自古以来就有“无峰不奇，无石不峭，无寺不古”之誉。名胜区有四时之美：春天百花竞放，万紫千红；夏季浓荫铺径，凉气沁人；秋日金风送爽，百果飘香，霜林尽染；隆冬瑞雪锦绣，“银装素裹，分外妖娆。”据传千山自隋、唐以来即成为佛、道两教活动之地。目前，这里尚存不少寺庙道观建筑，还有辽、金以来的古塔、石碑、摩崖、题刻等名胜古迹多处，其中最负盛名的为祖越、龙泉、香岩、大安、中会五大禅林，在明代时期就已很出名。明、清两代，千山中的道教达到极盛期，其宫观建筑发展到七寺、九宫、十庵、十二观。几经毁建后，现存 20 座。千山奇石遍地，形状各异，像牛似马，若豹类猫，虎伏龙隐，豕突狮跃，栩栩如生。全山景点 180 多处，有“东北明珠”之称。

千山依其山势走向分为北、中、南和西南四个景观区。每个景观区又各具特色，名胜甚多，有一步一景之说。北部景区山色秀丽，风景比较集中，且庙宇成群。其他三个景区，山势蜿蜒，涧深坡陡，丛林茂密，花草清香，古庙散落其间，显得雄奇、幽邃。有龙泉塔影、瓶峰晨翠、日夜螺峰、龟石仰天、蟠石龙松、象山晴雪等景。

一、北部景区

到千山游览，旅游者首到之处便是该景区。此地著名的景观有无量观、祖越寺、龙泉寺等观庙建筑群。无量观是千山道教观宫中最大的一座，观内存有罗汉洞和唐代的砖石券拱建筑玉皇阁等。原观内曾有道士百余人。罗汉洞原为佛洞，唐代所凿，洞内有雕刻精细的十八罗汉，至今犹存。玉皇阁为无量观内处地最高的建筑物，称为“观顶”，纯砖石结构，工程坚固。观内还有三官殿、西阁、老君殿等建筑：三官殿建于清代中期，无量观之正殿，因主供天、地、水三官而得名；西阁是该观中最优美的建筑；老君殿则为该观中最早的建筑，殿内主供三清像。无量观周围另有不少优美的景点，而最负盛名的要数“夹扁石”：游人至此都必须侧身穿过，不然的话就要被石头夹扁。祖越寺位于群山环抱之中，周围溪水萦回，风景秀丽；该寺为清代所建，建筑紧凑，集中于一条狭长的山谷之中；附近景点甚多。龙泉寺为“五大禅林”之中最大的一座寺院，素以风景奇秀、殿寺壮观而居于众禅林之首。龙泉寺西南方有一座南泉庵，是千山诸庵中保存得最完好的一座，该庵为刻印和道教经书收藏之所，现已辟为山间旅社。龙泉寺西北方 3 公里处即为千山第二高峰五佛顶，因其峰顶有五尊石佛而得名；峰顶平坦，面积约 50 平方米。登顶远望，群峰簇拥。

二、中部景区

该景区以五龙宫、慈祥观等建筑群为中心。五龙宫四周有五座山峰如五

龙起舞，故名。其宫墙为方石砌筑而成，建筑形式别具一格；宫内有各种建筑 20 余间；宫后有玉皇阁、大仙堂掩映于青山绿树之中。沿宫外龙潭溪去仙人台的小路上有“龙潭”一景，其为一天然山泉，泉水四时不竭。五龙宫西北方向不远处即为慈祥观，该观始建于清代中期。观宫周围古松相衬，重峦掩映，极为幽雅；观宫附近还有奇林、怪石、泉流等景点多处。

三、南部景区

该景观区内拥有仙人台和中会寺、大安寺、香岩寺等著名庙宇。仙人台是千山中的最高峰，台顶有峭岩，高 15 米，状似鹅头，上有“仙人台”刻字；登上极顶，千山奇秀一览无余。中会寺因位居五大禅林之中而得名，现存建筑为明代所修；寺院背依犀牛望月峰，前临海螺、净瓶峰，依山傍瀑，果园掩映。寺前有明嘉靖四年（公元 1525 年）碑记：“襄平南千山之山上，自唐敕建古刹有五，中会居其中”。寺内有前殿、正殿、禅堂、水亭、后阁等建筑。大安寺在千山众寺中独称雄旷。寺西有通明、金刚二峰，挺拔耸峭，巍峨入云。寺内除释迦、韦驮等佛像外，还悬有明嘉靖九年（公元 1530 年）铸造的大钟；寺周有“唐銮拥翠”、“佛手擎空”、“钟楼远眺”、“宝塔迎风”、“石洞藏云”等 16 景，清静幽雅，妙趣横生。香岩寺建于双崖夹护之间，前有将军峰，左有绣锦坡，右有仙人睛。寺庙有前后正殿和左右配殿，以雕工精细、绘画绚丽著称。南部景区的特点是风景清幽，多奇松、怪石、异洞。

四、西南部景区

由南泉庵向南即是名胜区西南部景区。区内有圣仙宫、斗妪宫、皈源寺等寺庙。该景区附近有与千山景区相临近、但在名胜区外围的汤岗子温泉，温泉水温为 70℃左右，有较高的医疗价值，是东北地区著名的温泉之一，现已辟为温泉疗养院。

千山风景名胜区中还有一处自然奇观，是名胜区西南部石猴峰半山腰的冰洞。此洞即使是在严寒的冬天，也会从洞内向外喷出热气；相反，在七八月的酷暑季节，洞口处却会结有雪白的冰，附近温度降低到零下 5℃左右。

鸭绿江——水泽之乡

鸭绿江风景名胜区，位于辽宁省丹东市鸭绿江下江支流浑江口至江海分界处的大东港之间，江段全长 210 公里。名胜区面积达 400 平方公里，包括水丰湖、太平湾、虎山、大桥、江口（亦称东港）五个景观区。名胜区内鸭绿江江面宽阔，两岸风光秀美。碧绿的江水蜿蜒曲折，江中翠岛棋布，沿岸群山叠翠，鹤鸟翱翔。鸭绿江上游河道在山谷丛林中穿过，碧绿的江水在青山中蜿曲而行，湍水急流别具一格。冬季冰期约四个月之久，是滑冰、捕鱼的好季节。在吉林省集安县的鸭绿江畔，有近万座高句丽古墓，称为洞沟古墓群，为人们研究高句丽历史、文化、艺术提供了重要资料。

一、水丰湖景区

位于鸭绿江风景名胜区上游地区。水丰湖面积 1800 多公顷，湖区有九岛十八湾，峡谷山青水秀，怪石嶙峋，两岸秀峰叠翠，岛上花木茂盛。万木拥翠的山林禽鸟争鸣，更增添幽深神秘色彩。砬子沟一带十二座山峰形成“十二道天门”景观。“九天银河”是水丰电站大坝泄洪时的壮丽景观。每当水库泄洪时，巨大的水柱从百米高的大坝上飞流直泻，形成一道极为壮观的人工瀑布。大坝附近的拉古哨村与邻国朝鲜的水丰工业区隔江相望，是一处风景十分优美的水泽之乡。

二、太平湾景区

位于拉古哨村下游。江中两座山头似一对雄狮、中间有一绿色山包，远望恰似“双狮戏绣球”。对岸朝鲜清水区的白色建筑群与江山相映，格外耀眼。“古渡新村”的河口村，原是志愿军入朝的一个渡口。江中桥梁被美军炸断，“断桥残垒”是帝国主义侵略战争的见证。如今这里是一个美丽的岛村，岛周绿水萦绕，青山倒映，岛村两端的白色水上走廊，人称“玉堤伴翠”。岛东为鸭绿江，西侧是面积 110 多公顷的人工水库鹭鸣湖。站在湖畔山顶俯视，“古渡新村”宛如一幅精美的立体山水画；这里还有理想的避暑度假村。其下游是现代水电工程太平湾电站形成的景点“坝锁青龙”，坝长 115 米，是我国同类水电站中的长坝之一。附近新建的太平湾镇，是鸭绿江畔的不夜城，也是丹东市的一个旅游热点。

三、虎山景区

位于丹东市东北 15 公里处，景区面积 4 平方公里，最高峰 146.3 米，植物多为柞树。虎山形似卧虎，昔日安东（丹东旧称）八景之一的“虎耳双峰”与对岸朝鲜八景之一的“统军亭”隔江相对。站在山顶烽火台上远眺，马义沙洲和朝鲜新义洲市尽收眼底。虎山地势险要，是我国历史上重要的军事要地。据考证，虎山是我国明长城东端的起点，当年山上的烽火台、山前的江沿台堡遗迹依稀可辨。虎山一带古迹较多，有汉代西安平县遗址、明代九连城遗址，还有日、俄侵略我国时留下的侵略罪证。近年来出土了大量珍贵文物。

四、大桥景区

从丹东北部珍珠岛至月龙山，以鸭绿江大桥景观为主，又有几处独立景观的景区。珍珠岛是一优良的淡水浴场。市区中有一处长 3 公里的带状游览区，分为玫瑰园、牡丹园、芭蕉园和其他造型多样的花坛等。鸭绿江大桥是游客必赏之景观。两桥并肩峙立，老桥大多毁于朝鲜战争，在我国一侧尚有 500 米残桥，现在已成为丹东的“城徽”；朝鲜一侧的桥已不存在。现通行

的鸭绿江大桥建于 1951 年，长 946.2 米，桥两端分别是中国鸭绿江公园和朝鲜新义洲公园。大桥下游的丹东港有一新月岛，岛上柳树繁茂、水鸟栖居，岛西有一公园。景区最南是月龙山，原是丹东最早的海关。

五、江口景区

位于大东港附近，是鸭绿江风景区最南端的景观区。这里是我国 1.8 万多公里海岸线的最北端。江海分界处的“ 江海界碑 ”吸引着众多中外游客流连忘返。江口附近还有丹东著名的考古旅游景点——丹东人洞穴和马家店原始村落遗址。丹东人化石和北京周口店山顶洞人化石是同期人类化石。这里不仅有考古价值，更是一处风景秀丽的游览景点。

兴城海滨——第二北戴河

兴城海滨风景名胜区，位于辽宁省辽东海湾畔兴城市，地处辽西走廊中部。名胜区依山面海，占地面积为 42 平方公里，是一处集山景、海滨、古城、温泉、岛屿于一体的风景名胜区。该名胜区包括兴城古城、海滨胜地、兴城温泉、首山、菊花岛五个主要景观区，各景观区内共有 50 余个景点，其海滨胜地风景优美，有“第二北戴河”之誉。

一、兴城古城

位于辽西走廊。处地倚山临海，始建于明代宣德三年（公元 1428 年），当时称宁远卫城，是一座典型的明代北方平地城。公元 1623 年明末抗清名将袁崇焕主持重修，清代称宁远州城，距今已有 570 年的历史，是我国至今保存得最完好的四大古代城池（另有山西平遥、安徽寿县、湖北江陵）之一。兴城建筑反映了我国古代县城的独特风格。略呈正方形的城墙相当完好，城墙高达 10 米，四面各开城门一处，东为春如门、西为永宁门、南为延辉门、北为威远门。原城门上各建有一座城楼，现存西、南两座。城墙总长约 3260 米，墙底宽 6.8 米，顶宽 4.5 米。城内有两条十字形主街，交点处为钟鼓楼，这是我国古代城池的典型布局形式。四座城门外又各筑瓮城，城上设重檐敌楼。城内有文庙、石牌坊等建筑。“明代一条街”是古兴城保留明代风格风貌的街道，路面皆为条石铺路，两旁一座座青砖青瓦、红檩花格木窗的仿明建筑物鳞次栉比，显得古色古香。钟鼓楼为全城的制高点，登楼可览古城全貌，楼内辟为文物陈列馆，展出当地出土的文物。钟鼓楼不远处有座货楼，店内服务人员身着各式仿明服装招待顾客。

二、兴城海滨

兴城市地处渤海湾辽东海湾沿海地区，名胜区内海岸线长 14 公里，主要有 4 处优良海滩，即兴海湾、渔海湾、邴家湾和老龙潭。海岸中优良沙滩长约 8.5 公里，其宽度一般在 30～80 米之间，可同时容纳 20 万人海浴。目前，这四处海滩中以兴海湾及兴海公园游人最多，这一带的基础设施建设已初具规模。兴海湾长约 1500 米，沙滩平均宽 30～50 米，海滩平缓，细沙松软，潮稳波平，是一处优良海滨浴场。兴海湾岸北有大片郁郁葱葱的松林带，亭台楼阁掩映绿树丛中，环境十分幽雅。新建的兴海公园内兴建了游览和娱乐设施。海湾南端的岬角，三面临海，景色秀丽。海面上三块巨大的礁石由人工建筑的风景亭桥连为一体，为兴城海滨中最著名的“三礁揽胜”佳景。兴城海滨是观光、避暑、浴海的好去处。盛夏 7 月，这里水温仅 18～20℃。假日里海水浴场内万头攒动，“闹海盛会”蔚为壮观。

三、兴城温泉

位于兴城古城东南 2 公里处，有温泉 2 处。温泉水质优良，储量丰富，无色无味，水温最高达 70℃以上，内含钾、钠、镁、铵、硫磺等多种矿物质以及微量的放射性原素氡，对于风湿性关节炎、大骨节病、神经衰弱、高血压、慢性妇科病、皮肤病等均有良好的疗效。这里温泉开发和利用的历史较长，并有“温泉别墅”和“汤沙垂钓”二景点列入旧兴城八景之中。此泉在辽、金时代已有名。民国时期，东北张作霖曾在此兴建“温泉别墅”。现有温泉眼千穴左右，日开采热水量达 2000 吨。现温泉亭有亭阁等建筑，并在温泉附近修建有温泉浴池和疗养院。

四、首山

因其山形类似人首而得名。其山顶上三峰并立，故民间又称之为三首山。首山位于兴城古城东北 3 公里处，是兴城海滨风景名胜区的重要组成部分之一。首山海拔 330 米，虽不高峻，但因地处海边，拔地而起，正好居高临海，扼守辽西走廊通道，故古往今来，一直被兵家视为军事要地。其峰顶尚有古时遗留下来的烽火台，还有朝阳寺古刹等建筑。登临山顶观海，近看金沙滩与“ 三礁揽胜 ”，远眺菊花岛及大海，别有一番情趣。尤其是当云霭笼罩首山三峰时，其景色显得更加美观。“ 三首云冠 ”也是旧兴城八景之一。

五、菊花岛

岛上遍地生长着野菊花，故有该岛之名。该岛俗称大海山，位于渤海辽东湾内，距离兴城海滨 9 公里左右，与兴城钓鱼台海滨隔海相望。岛屿面积 13 平方公里，岛屿海岸线长达 20 公里。附近海面上还有阎山、张山以及磨盘山 3 座小岛。岛上古迹以唐王洞、大龙宫寺、八宝琉璃井和九顶石等景点最著名。辽代曾在此筑城设县，即最早的兴城，现在岛北的古城遗址犹存。明代时，菊花岛又逐步发展成为一处舶船、运输、屯兵和贮粮的海上军事要地。岛上古树参天，山石秀美。

大连海滨—旅顺口——碧海蓝天

大连海滨—旅顺口风景名胜区，位于辽宁省辽东半岛南端的大连市。名胜区依山濒海，气候温和，景色迷人。全年温暖湿润，是一处著名的疗养、避暑和旅游胜地。名胜区包括大连海滨和旅顺口两个主要景区，由沿海滨长45公里的公路将其联成一体。

一、大连海滨景区

大连市依山傍海，景色秀丽。该景区海岸线长达30余公里，水面浩瀚，碧海蓝天，岛屿、礁石婷立海面，气象万千。白云山庄莲花状地貌和由岩溶形成的黑石礁如同“海上石林”，为世所罕见。沿海海水浴场、公园、宾馆、疗养院等星罗棋布，碧海蓝天相映，各色建筑与风景名胜相交织，显得别有风情。夏秋季节，中外游人纷至沓来；海水浴场万头攒动，热闹非凡。市区街道整洁，绿树成荫，有公园10余座、街心花园50余处。其主要公园、浴场、景点有：

1.傅家庄：位于该景区南部。区内山、海、岛、礁俱全，环境清幽。原是一个小渔村，由于环境优美，50年代国家在此建立了疗养机构。现已形成一个占地44万平方米、设备完善的疗养系统。景观区面临大海，水拍峭崖，甚为壮观。沿海是良好的天然浴场。弯弓型海滩长约500米。庄东有一月牙形海湾，隐现于密林之中，环境似诗如画，风光优美。有黄海明珠、彩虹浮水、浴场之夏、蚌池鹤影、东湖之春、金沙景观、冷水茶社、空中索道八大景点。

2.白云山：位于市区南部。面积7.5平方公里，有30多个山头，分四部分，有14个景点。山顶和幽谷间建有亭阁、回廊、别墅等；山间峡谷地带石拦溪水、蓄水成潭，潭内植莲，水面有游船。山林树木以黑松为主，还有枫树、银杏、水杉等，使游客在观赏之余享受“森林浴”。在山岭沟谷间设有大型现代游乐场所。

3.星海公园：位于市区西南，距市中心约5公里，面积15公顷，是一座海滨公园。公园内由各种图案组成的花坛交织在万树丛中，鹅卵石铺成的甬道把各风景点联成一体。在观海胜地东侧小山中有一“探海洞”，入洞可达海边。洞口不远处有一巨礁，名曰“星石”。公园中弓形海水浴场长达800米，沙滩松软平坦，水流缓慢无浪，阳光充足，海风清幽。

4.老虎滩公园：位于市区东南，为一海滨公园，为大连风景之冠。园内雪松参天，花坛遍地，座座凉亭散落万绿丛中，镶嵌在蜿蜒起伏的海边；其中“双檐亭”最别致，亭前悬崖上有一“老虎洞”，洞口有石雕雄虎；置身洞中，可闻怒吼的海涛声；退潮时可在海滩或礁石上捡到一些五彩缤纷的贝壳。海水浴场水清见底，游鱼可数，既可游泳，又可捕鱼。

5.棒槌岛：为一近海小岛，形似棒槌，风景优美。去岛沿途可饱览烟波浩荡的大海景观，悬崖峭壁的海岸千姿百态。该岛至星石礁一带礁石奇立，各具姿态，如象似龟，有的又像蟹洞鹰窝。在此游览，犹如进入神话世界。

二、旅顺口景区

位于大连市西南部。旅顺是我国历史上的海上门户，地形雄险壮阔，留有众多的古迹，区内有重点文物保护单位47处，其中有中国近代史上记载中日战争和日俄战争以及日本侵华战争的各种工事、保垒等战争遗址多处，是进行爱国主义教育的基地之一。景区中北部有白玉山，山顶可俯瞰全景区风

光，还可见老铁山、黄金山以及奇特的老虎尾半岛。周围海面上礁岛棋布，口内峰峦叠翠，自然风光绮丽多彩。著名的旅顺港口出口处两山对峙，有“一夫当关、万夫莫开”之势。

1.老铁山：又名马石山，位于旅顺口西南海边、辽东半岛最南端，最高处海拔465米，以“百鸟园”而闻名于国内外。每年春秋两季，有数十万北上或南下的候鸟以老铁山为远涉重洋之后或之前短暂停留的中间站。众多鸟类中有许许多多的珍禽，如丹顶鹤、大天鹅、鸳鸯等，吸引了许多动物工作者前来采集鸟类标本，进行科学考察、研究活动。近年来，老铁山已被列为国家重点自然保护区。

2.蛇岛：位于旅顺口西北渤海湾中，距旅顺区40余公里。岛长1.5公里，宽0.8公里，面积约1.2平方公里。因岛上遍生蝮蛇而闻名，据估计目前蛇岛上有五六万条蝮蛇，是我国宝贵的药用资源基地。蛇岛上蝮蛇以食鸟为主。每年春秋两季，成群的候鸟迁徙时都要在此作短暂停留，这就为蝮蛇准备了充足丰美的食物。蛇岛已被列为国家重点自然保护区。

3.其他景点：旅顺口区白玉山东麓的万忠墓，是 1894年中日甲午战争中惨遭日军屠杀的我国2万多名死难同胞的合葬地。区内还有著名的甘井石区汉代古墓等。旅顺博物馆中展出大量古代文物，其中有闻名世界的木乃伊等。

凤凰山——自然盆景

凤凰山风景名胜区，位于辽宁省东部丹东市之西北 57 公里处，距离凤城满族自治县县城东南 3.5 公里，属著名的长白山山脉。古称乌骨山、屋山、熊山，唐朝始称凤凰山。雄踞辽东，历史上与千山、医巫闾山、药山并称为辽宁四大名山，与邻国朝鲜的妙香山隔鸭绿江遥遥相望，是一处以自然山水为主体，集奇峰、溶洞、寺庙古迹为一身，以雄、险、幽、奇、秀为主要特色的山岳型风景名胜区，素有“自然盆景”之美誉。整个名胜区分为西山、东山、古城、庙沟、砬子沟五个景观分区，其中以西山景区最为出名；其外围还有蒲石河、玉龙湖两个景区，总面积 122 平方公里，其中主要游览区面积 30 平方公里。凤凰山游览景点较为集中，游览路线独具特色，秀里蕴幽，险夷结合，趣味无穷。唐代城垒尚存，古刹玲珑，石刻点睛，与自然景观相映生辉。名胜古迹具有较高的历史价值。

凤凰山气候宜人，四季分明。全年平均气温为 9.2℃，年降水量约 1040 毫米左右。景区内动、植物资源十分丰富：动物中飞禽甚多，有小鲵、红哈蟆等；植物有 107 科 800 多种，其中树木繁多，还有奇花异草及各种珍贵药材等，真可谓天然植物园。凤凰山山体为中生代花岗岩地貌，区内最高处海拔 836.4 米。山势险峻雄奇，峰谷尖突，谷网密布。纵观全貌，凤凰山拔地而起，雄居群山之中，加上植被葱郁，古迹众多，构成了这里雄、奇、秀、幽的景观特点。名胜区中奇峰险境首推箭眼峰，到此必须先越过附近的“老牛背”、“百步紧”、“天下绝”和“老虎口”等，方能登上著名的“箭眼峰”。

凤凰山古建筑始建于南北朝，当时筑有乌骨城，隋唐时建熊山城，辽代建三阳城。山上现存古建筑以宫观庙宇为主，其中紫阳观、斗母宫、观音阁、碧霞宫和药王庙较为著名。紫阳观为进入该山第一座庙宇，始建于明代弘治初年（公元 1488 年），原名大宁寺，亦称大安寺，后称逍遥寺，属佛教；后又改寺建观，现存之建筑群由三官殿（正殿）、东西配殿、钟鼓楼、山门、院墙组成，这些建筑近几年均被重建，为凤凰山主要庙宇。三官殿内供奉天、地、水三官；殿下有 4 棵年逾 500 的古松。斗母宫俗称“八只手”，建在观音洞前观胜台上，始建于明代，清代康熙、嘉庆年间和近年来多次重修；宫内供奉“圆明道母天尊”塑像。观音阁建在紫阳观西南的百米高崖上，始建于明代万历年间，后多次增建重修；阁分两层，上奉观音，下侍韦驮。药王庙建于斗母宫右侧石崖下，有殿三楹，内奉药王孙思邈像；始建年代无考；清代乾隆十八年（公元 1753 年）重修，后嘉庆、道光年间再修多次，近年来又重建。碧霞宫又称娘娘庙，建于观音洞与斗母宫之间，始建于清代道光四年（公元 1824 年）；现存庙一楹，供奉天德、天贞、天圣母等。

凤凰山的摩岩石刻也非常可观，现存 40 余处。数量虽不多，但画龙点睛，破壁而出，能触景生情，耐人寻味。最早的是明代中期龚用卿在古城点将台上题刻的“攒石岩”三个大字，其他均为清代、民国时所刻，如“云层初步”、“山高水长”、“振衣千仞”、“直上青云”、“天气清”、“亘立中天”、“四时可赏”等，字迹苍劲有力，飘逸潇洒，颇具功底，很有神韵。

每年农历四月二十六日至二十八日的凤凰山山会远近闻名。山会期间演出满族歌舞和各类民间文艺活动，具有浓厚的民族生活气息。

本溪水洞——地下画卷

本溪水洞风景名胜区，位于辽宁省本溪市东 35 公里的太子河畔，为 4 亿年前形成的奥陶纪喀斯特古溶洞。名胜区由水洞、温泉寺、汤沟、关门山、铁刹山、庙后山 6 个景区，观音阁、大石湖、清河城 3 个独立景点共同组成。各景区、景点沿太子河呈带状分布，总面积为 44.72 平方公里。是一处以著名的水洞为主体，融山、水、洞、泉、湖、古人类文化遗址和抗日战争纪念地于一体的风景名胜区。

一、水洞

是迄今世界上已发现的最长的地下暗河之一，系数百万年前形成的大型石灰岩充水溶洞，着生于奥陶纪地层中，洞口宽大，粗犷自然，云雾缭绕，气势磅礴，有可容纳千人的“迎客厅”。洞内分水、旱两洞，相背而生；以水洞为主、旱洞为辅。水洞内深邃宽阔，已探明地下暗河长 3000 米，游船往来穿梭，水流终年不竭，河道曲折蜿蜒，水面平稳，清澈见底，泛舟其间，犹入仙境。洞顶和岩壁钟乳石发育较好，千姿百态的石柱、石笋、石花、石幔等引人入胜。旱洞洞壁拱脚多呈悬空鼎足状，洞穴高低错落，洞中有洞，洞洞相通，曲折迷离。被誉为“北国一宝”、“天下奇景”。

二、温泉寺

古称“狗儿汤”。寺庙始建于明代末年，原称“三官庙”，清初改称“温泉寺”。寺前临太子河，背靠青山，景色宜人。温泉水常温为 44℃，日流量 400 吨，水中含有钾、钠、钙等多种元素，有较高的医疗价值。目前这里已建成游人云集的休养、度假、避暑胜地。

三、汤沟

以高热泉著称，又称“地热村”。面积约 1.4 万平方米，岩盘裸露，热泉从石缝中喷出，地表形成热泉群，水温达 76℃，日流量 800 吨以上，与小溪汇流成温泉河。此处还有一石穴，形如热锅，热水常流不息。另外，此地是抗日战争纪念地，有杨靖宇将军领导的抗日联军第一次西征会议会址和将军当年站过的巨石。汤沟不仅可以供人们游览观赏和开发利用温泉，也是进行革命传统教育的场所。

四、关门山

为一秀美的景区。山傍水库，湖水碧绿。景区独具特色的云海、奇峰、老松、洞壑、怪石、秀木等形成四季景观：春夏绿茵翠树，鸟语花香；深秋红叶似火；寒冬花松多姿，银装素裹，构成了美丽的天然画卷。

五、铁刹山

是东北地区道教的始兴地。山中有一溶洞，洞中有石龙、石虎、石蟾蜍、石莲盆、石木鱼、定风珠等八样珍宝。铁刹山现仍保存有各种摩岩石刻、碑刻、铭文等道教文化 40 多处。

六、庙后山

为古文化遗址，是我国东北地区旧石器时代早期洞穴遗址。近年来发现不少古人类牙齿等化石及各种打制石器。经测定，该遗址距今 40 万年，为我国旧石器时代文化遗址中最北的一处，命名为“庙后山文化”。同时温泉寺、水洞内也出土了大量古动物化石，这些文物不仅与华北旧石器文化关系密切，还具有本地区的土著特色，对研究辽东古人类分布、古代地理以及边疆考证有重要价值。

七、洞外其他景观

本溪水洞洞内景观，天下独有；洞外风光也绮丽异常，著名景观不下 10 余处。水洞后山名叫“ 聚仙山 ”，山陡壁峭，挺拔峻逸，壮美之中蕴育着一派娟秀。植被丰富，林木扶疏，鸟兽臻全；水洞前低洼处有一名曰“ 印月湖 ”的人工湖，湖旁广植垂柳，湖内遍种荷花，湖心岛上建有“ 怡然亭 ”；水洞前还有太子河，河上辟有河滨游乐场，可开展多项游乐项目；附近还有翠屏山，其三面为太子河水环绕，山脚下有满族村落，游人入山中游览，自有“ 林烟秀媚，溪谷生辉，山花缭乱，脱俗忘情 ”之感。

“八大部”—净月潭——泼墨画卷

“八大部”—净月潭风景名胜区，位于吉林省长春市，总面积为 151 平方公里。由原“伪满洲国”傀儡皇帝宫殿、伪国务院及下属“八大部”等历史建筑人文景观与山青水秀的净月潭自然风光组合而成，其中人文景观是一种教育型的历史纪念地，能通过实物使人们了解我国抗日战争时期东北地区发生的那段灾难历史，从中得到教益；而净月潭则是一处以水景为主的人工林地游览景区。

一、“八大部”景区

“八大部”即指旧时伪满洲国的军机部、司法部以及伪满帝宫中的近侍处、掌礼处、侍从武官处、帝室会计审查局、伪宫尚书府和侍卫处；这个景区之中还有其他旅游景点。今存主要的有伪皇宫陈列馆。

伪满皇宫陈列馆，位于市区内东北部，占地面积 43000 平方米，是清末伪满洲国傀儡皇帝溥仪第三次“登极”时的宫殿，长春因作为伪“满洲国”的都城而改名为“新京”。1932 年 2 月，日本侵略者成立伪“满洲国”执政府，年号“康德”，任命溥仪为“执政”。1934 年改国名为“满洲帝国”，“执政”改称“皇帝”，直到 1945 年“八·一五”东北光复为止。此间，将原吉黑榷运局旧址改建成为皇宫，经过改修和扩建，在宫殿四周筑有水泥高墙和 9 个双层碉堡。这处宫殿以中和门为界分为内庭和外庭两个部分。内庭为溥仪及后妃们的居所，又分为东、西两院：东院有同德殿，为一黄琉璃瓦二层楼房，溥仪为表示“日满一心一德”而取此名，原为溥仪的办公、起居之所，因恐居内装有窃听设备，未敢贸然使用；院内还有御花园、游泳池、书画楼、跑马场以及供奉日本天照大神的建园神庙等附属建筑。西院内有缉熙楼，为一普通二层楼房，取《诗经》“于缉熙敬止”之义，是溥仪和皇后起居室，还有一座小花园。外庭是溥仪进行政治活动的地方，主要建筑有勤民楼，该楼在缉熙楼北，为二层方形圆楼，溥仪在此“登极”，并多次在此接见外国使节；1933 年 9 月 15 日出卖我国东北主权的《日满议订书》签字仪式就在这里举行；楼内还有日本帝国主义直接控制溥仪一切活动之大特务吉冈安直的办公室。另有怀远楼，“八大部”中的六个部门都集中在这幢楼内。外庭中还有作为伪满宫廷举行大型宴会和“赐宴”之场所的嘉乐楼。所有这些建筑中，缉熙楼、勤民楼以及同德殿等，都是伪满皇宫中的主体建筑，其实并无一点中国古代建筑的特色，其建筑形式可谓中西混杂、不伦不类，丝毫没有北京故宫、沈阳故宫的那种雄伟之气势。

二、净月潭景区

位于长春市东南部，距离市区 12 公里，景区面积 83 平方公里，其中造林面积达 50 平方公里，森林覆盖率在 60%以上。该景区分为潭北山色、潭南林海、月潭水光和潭东村舍 4 个分景区。净月潭水面为 4.3 平方公里。景区内自然风光旖旎、湖光山色景致迷人，是夏季避暑疗养、冬季进行冰雪运动的绝好去处。净月潭周围群山环抱，似晶莹的宝石镶嵌在万绿丛中，潭旁为长白山余脉，山势起伏，层峦叠嶂，林木参天，芳草滴翠。潭北五道山梁连绵逶迤，像巨龙延伸。净月潭景区的森林幅员辽阔，有天然林、混交林和人工林，珍贵的红松林是净月潭森林之王，主要树种还有落叶松、黑松和樟子松等。在景区北部的林荫中，有一座古墓，墓主为金代有名的开国功臣完颜娄完；这是吉林省重要的金代遗迹之一。净月潭湖岸曲折多变，潭水衬托

着青翠的群山，山村倩影倒映在潭水中，仿佛一幅漫无边际的泼墨画卷。净月潭虽无昆明湖雕琢之华贵，也不如西子湖巧设之精美，然而它拥有大自然造化的浑然本色，坦露着山野潭湖的真诚情愫。目前，其森林公园内的树林中有放养的梅花鹿、饲养的紫貉和种植的人参等，在潭中还种植了菱角、春莲，使得山野更野、湖色更秀。在风景区的绿树丛中所建的喷泉和优美的塑像群，设置均具有北方特色；还设置有近似雕塑的石亭、石凳等；在公园的一角，另外又开辟了度假村和游乐园。在这里，夏季可以划船、钓鱼、游泳；冬季可以开展滑冰、滑雪、滑冰橇、扬冰帆等多项体育活动。净月潭风景名胜区的优美自然本色与丰富多彩的旅游活动项目强烈地吸引着广大游人慕名而来，尽享投身于大自然怀抱中的乐趣。

松花湖——华夏第一人工湖

松花湖风景名胜区，位于吉林省吉林市东南第二松花江上游，为修建丰满水电站后所形成的人工湖泊，是一处以湖光山色、奇特的自然景观为主的风景名胜区。名胜区总面积约 700 平方公里，其湖面宽广，湖水面积达 500 平方公里。名胜区内植被繁茂，林木丰富，气候宜人。该名胜区分为十个景观区，其中骆驼峰、北天门、五虎山、卧龙潭、石龙壁等景区的湖光山色秀美壮丽，适合开展各种水上、冰上、山上游览项目。冬季，沿江十里长堤上冰雪树挂景观为国内所罕见，是该名胜区一大特色。名胜区冰雪资源独特，青山雪场是我国著名滑雪运动基地。湖中鱼类、水族生物十分丰富，仅鱼类就达 48 种之多 在茫茫的林海中栖息着 140 余种野生动物和 160 余种野生经济植物，还出产著名的“ 东北三宝 ”（人参、鹿茸、貉皮）。另外，名胜区内有“ 西团山文化 ”、原始公社遗址等。松花湖风景名胜区是一处兼有发电、灌溉、旅游等多种功能的风景名胜区。

一、松花湖

亦称丰满水库。其下游有雄伟的丰满电站大坝，拦腰切断松花江江水，形成一座山谷水库，水面沿原自然河道峡谷曲折延伸，长达 200 公里左右。松花湖湖形狭长，最宽处 10 余公里；水的最深处达 75 米，最大蓄水量有 110 亿立方米，是我国最大的人工湖泊之一。湖水两岸为山谷；湖水在幽静的峡谷和陡崖中曲折迂回，晶莹清澈；湖周奇峰异石、层峦叠嶂；满山松树苍翠，浅绿与深绿相间；山水一色宛如仙境。春天，湖岸林木葱郁，湖光倒影，白帆点点，风光旖旎，可与太湖、洞庭湖媲美；入夏，可击浪游泳，或晒日光浴，或乘船畅游湖面，或逆水上行 20 公里，登上五虎岛，或至观湖台垂钓湖鱼，很是惬意；秋季天高气爽，沿湖岸 40 多座山峰披红结翠，各种景致一览无遗；隆冬季节，雪铺山原，冰封湖面，山水一色，岸边玉树银花，可扬冰帆，乘坐雪爬犁滑雪，或入山狩猎，或凿冰捞鱼。

二、树挂奇观

是吉林市特有的景观，同蓬莱海市蜃楼、钱塘海宁潮、峨眉宝光一起被誉为我国四大气象自然奇观。吉林市群山环抱，松花江绕城三弯而过。冬日，平均气温在零下 20℃左右，松花湖结冰 1 米多厚，冰层下湖水穿流。湖水从电站巨大的涡轮机组穿过入江，使水温升高，最冷的天气水温也在 5℃左右。大坝下游 100 多公里的江面上冒着一股股蒸汽，水面不结冰。傍晚或清晨，江面上更是雾气浮动。江堤十里树枝挂满霜花，毛茸茸、亮晶晶，恰似玉树琼花，形成各种形态：有的如蒲草、蒲棒，有的如傲雪的腊梅；在细长柳条上的霜花，又像一条条银链，最美的要算结在松针上的霜花，那一簇簇银白色的针形叶子又细又长，略微弯曲，宛如怒放的银菊。沿江两岸，垂玉披银，犹如水晶宫殿、玻璃世界。每年冬日伊始至翌年三月末，树挂时有出现，而树挂出现得最多、最好的时间是在一二月间。数九寒天，一般是日落后，江上雾起，小水珠结成冰晶，附挂在湖岸两旁的树枝上，次日日出，江上雾散，十里江堤显出一片冰树银花。树挂成因是：当地气温低，而江水水温高且不结冰，水蒸汽大量上升，凝结在树稍结成冰霜。每逢农历春节前后，是欣赏树挂的最佳时节。

三、阿什哈达摩崖

位于吉林市城区东南 15 公里处，松花江北岸阿什哈达屯临江的悬崖上。

阿什哈达摩崖是两块明代文字碑：一碑坐北朝南，刻于断崖绝壁之上，距水平面 10 米；碑高 1.35 米，宽 0.7 米，刻字 3 行。另一碑距前碑约 30 米，坐东朝西。摩崖文字周围有一上圆下方碑形刻线，中高 l.22 米，侧高 1.08 米，下宽 0.62 米。正书竖刻 3 行文字。碑文主要记述明辽东都指挥司使刘清于 15 世纪初叶三度率兵至此及两修龙王庙等事迹。摩崖碑文证实吉林市为当年造船运粮基地，是松辽地区的经济中心之一。

四、松花湖滑雪场

位于松花湖畔的大青山上。距离吉林市城区 16 公里。冬季这里雪质良好，覆盖面积 2.5 平方公里。滑雪场内有两条滑雪跑道，长度分别为 3050 米和 2600 米，是目前我国城市中少有的滑雪场。场区主峰大青山海拔 934.5 米，最大坡度为 32.6 度。场内有一条长 1700 多米的索道连接山底和山顶。山下地势平坦，建有一些为滑雪者服务的设施。每年 12 月至翌年 2 月为这里的滑雪季节。

华东地区

华东地区包括上海、江苏、浙江、福建、安徽、江西、山东、台湾等七省一市。这里丘陵星罗棋布，平原横贯东西，湖河纵横交错，历来就有“鱼米之乡”和“人间天堂”之美称。华东旅游以上海、苏州、杭州为中心，尤其以山水园林见长，可谓“江南美景，誉满中华。”

太湖——吴中胜地

太湖风景名胜区，位于长江三角洲南部，地跨江苏、浙江两省，是一处集湖、山、林、泉、石以及园林建筑和水乡风光于一体的大型国家级风景名胜区。古称具区、笠泽，由长塘湖、射贵湖、上湖、滆湖和太湖组成，故又称五湖。它由古泻湖演变而成，是在地带断陷的基础上由河海冲淤而成。南北长 68 公里，东西宽 56 公里，湖岸周长约 500 公里，面积为 2420 平方公里，仅次于鄱阳湖、洞庭湖，是我国第三大淡水湖。规划区总面积 3091 平方公里，其中风景区面积有 888 平方公里，外围保护区 2203 平方公里。名胜区包括苏州、无锡、常熟、宜兴四市，以及吴县、吴江、无锡三县部分地区。大景区以自然湖光山色而驰名，拥有的大小山峰星罗棋布，号称有四十八岛，七十二峰，山水结合，层次丰富，形成了一幅湖中有岛、岛上有湖、山外有山的壮阔的天然画卷。太湖东、西、北沿岸和湖中诸岛，为吴越文化发源地，遗留大批文物古迹。湖区周围有大量名寺古刹、古典园林等建筑，还有有关历史人物的传说和遗迹，被称为“吴中胜地”。太湖风光以雄浑清秀见长，以山水组合见胜，远中近景浑然得体，四季景色各异、晨午暮夜意境迥然，随着天气变化，晴阴雨雾气象万千。自古以来，有不少文人雅士留下了无数名篇佳作。由于这些山水交错组合，风景层次丰富、变化多端，因而造就了一批著名的旅游胜地：如西施梳妆、夫差遗恨的木渎风景区；荷香萍绿、竹篱茅舍的石湖景区；暗香疏影的光福风景区；花果遍山的洞庭东山风景区及西山风景区；有小桥流水的古镇角直风景区和同里风景区；有苍松翠竹的常熟虞山风景区；琼楼玉宇的锡惠风景区；还有蠡湖风景区、梅梁湖风景区、马山风景区、阳羡风景区以及洞壑幽奇的陶都宜兴等等。太湖风景名胜区的景观综合了自然风光、历史遗迹、文学艺术和社会物产，具有典雅、丰腴、清秀的特点，充分体现出柔山媚水的江南田园风情。名胜区主要景点有：

一、鼋头渚

位于太湖正北面、无锡市西南的太湖之滨、充山西端，距无锡市区约 10 公里，为一三面环水的半岛，其鸟瞰图形如伸入湖中的一个大鼋头，故名。1918 年开始在此建园，先后辟有横园小筑、郑园、退庐等景。解放后经精心构筑，缀连合并，成为名扬中外的游览胜地。其特点是以天然风景为主、人工修饰为辅。园林建筑依山傍水，别具一格，是观赏太湖风光之佳地。全园面湖布景，占地约 20 公顷，大致分为 4 个游览区，各个景区均可使游人从不同角度观赏万顷太湖。近望三山，宛如翡翠镶玉盘；远眺马山，形如骏马驰骋。现代名人郭沫若有诗赞曰：“信步上鼋头，龟丘水面浮。四周横黛浪，万顷泛金沤。范蠡祠犹在，女夷风正遒。光明无上处，帆影与归舟”。

二、三山

亦称乌龟山、笔架山，位于无锡冲山南端，为太湖中小岛。三山距鼋头渚 2.6 公里，最高处海拔 49.8 米，总面积 12 公顷，是由东鸭、西鸭、大矶、小矶 4 个岛屿组成的湖岛。原为渺无人烟的荒岛，1974 年起被辟为游览点。西鸭和大、小矶之间筑有环山公路，有桥使三山联成一体。山上遍植松、竹、枫、樟、及枇杷、红桔等。西鸭山上建有六角亭，大矶山上建有三山茶室和接待室，可供游人观赏湖光山色。三山以孤见奇，以小取胜。三山与鼋山渚之间有轮渡，是太湖水上游览的必到之处。

三、蠡园

位于无锡市西南处的蠡湖北岸青祁村，园林面积 5.8 公顷，其中水面 2.4 公顷。蠡园以水饰景，是江南名园之一。由原蠡园和海庄两部分合并组成。蠡湖原称五里湖，是太湖的一部分；相传春秋末年，越国大夫范蠡功成身退，偕西施泛舟湖上而得今名。蠡园三面临湖，亭、廊、堤均傍水而筑，精致纤巧，色彩和谐。春季沿湖环路柳绿桃红，清风拂面，四季亭畔花香不绝。千步长廊，曲岸枕水，壁上嵌有苏轼、米芾、王明阳书法砖刻。北边假山，洞壑峰岗，如云似兽，盘旋迂回，忽明忽暗，在远山近水的衬托下，外景开阔，风光明媚，景物秀丽，在江南园林中尤富特色。

四、马迹山

一名马山，位于鼋头渚和三山西部，是太湖中第二大岛，面积 34 平方公里。整座岛重峦叠嶂，气势雄伟，自古来兵家必争之地。战国时吴王夫差曾击败越王勾践于此；宋时爱国军民在此抗击金兵。景区内设有富丽堂皇的亭台楼阁，一切顺其自然。岛上泉清谷幽，果园遍布。在此品果赏景，别有一番情趣。

五、惠山

位于无锡市西郊，江南名山之一，雄踞于太湖北岸。古称华山、历山、西神山，唐以后始称惠山，或作慧山。山有九峰，蜿蜒若龙，又称九龙山。主峰海拔 328.9 米，周长约 20 公里。其以泉水著称，有惠山泉、龙眼泉等十余处，故俗称惠泉山。东麓有春申涧、古惠山寺、唐李阳冰篆刻“ 听松 ”石床、唐宋石经幢、宋金莲桥、明寄畅园和清竹炉山房等名胜古迹。惠山东之锡山顶有龙光塔和龙光寺，山底建有龙光洞，山腰有晴云亭等建筑。

六、洞庭东山

俗称东山，古称胥母山，又名莫厘山，位于苏州西南 40 公里的太湖东南端。原为太湖中一小岛，后渐与东岸连成一片，成为半岛。其主峰莫厘峰海拔 293 米，是观赏湖光山色的最佳地点之一。这里三面环水，漫山花果，有江南“ 花果山 ”之称。山上名胜古迹众多，其中位于西卯坞的紫金庵，内有 16 尊罗汉群像，后由印弥陀增塑 2 尊，合称为十八罗汉，是古代雕塑艺术之精品。东山镇两侧的雕花大楼，建于 1922～1925 年，原是一座私家庄园，有前后两楼。门楼、门窗、栏杆、槅扇上分别刻有松鹤延年、太公八十、子仪庆寿、凤穿牡丹、和合二仙、二十四孝、八仙过海、三国演义等图案。还有明代古建筑及神话传说中的柳毅井寺古迹，为吴中游览胜地。

七、洞庭西山

位于距苏州市西南 30 余公里的太湖中，为太湖中最大的岛屿。岛屿周长 50 多公里，面积 90 平方公里。岛上最高的缥缈峰海拔 336 米。岛的南端有石公山、归云洞、夕光洞、一线天等名胜和来鹤楼、断山亭等古建筑。主峰下有“ 村屋古洞 ”，俗称“ 龙洞 ”，又名“ 左神幽虚之天道书洞 ”，被道家誉为“ 天下第九洞天 ”，是一大型石灰岩溶洞。洞旁石壁上刻有“ 村屋洞天 ”、“ 天下第九洞 ”和“ 灵成丈人得大禹寿书处 ”等题词。洞内曲折幽深，最宽处可容数百人，钟乳石各具形态，变幻无穷。内有一石门，名曰“ 隔凡 ”。山上以盛产假山石——太湖石远近闻名。登山远眺，满眼风光。向东，湖面上风帆点点，像一群白蝴蝶在夕阳中飞舞；向西，一片暗绿色的桔林中飘浮着缕缕乳白色的炊烟，由此，你能领略陶渊明“ 暖暖远人村，依依墟里烟 ”的意境，这便是西山八景之一的“ 村屋晚烟 ”。山上奇崖怪石，似万朵芙蓉盛开：或玲珑剔透，或峥嵘突兀，千姿百态，令人目不暇接。

南京钟山——龙蟠虎踞

南京钟山风景名胜区，位于江苏省南京市东部，以钟山（紫金山）和玄武湖为中心，以古都为背景，山川雄丽，多南朝和明代遗迹。钟山三峰相连，形如巨龙，山、水、城浑然一体，雄伟壮丽，气势磅礴，古有“钟山龙蟠，石城虎踞”之称。中心景区约 25 平方公里，其中钟山面积约 20 平方公里，玄武湖 4.44 平方公里。名胜区地处北温带和亚热带之交地区，为南北植物的过渡地带，植物品种丰富，林木繁茂。景区中有中国民主革命伟大先驱者孙中山先生的陵墓——中山陵以及辛亥革命名人墓，还有明孝陵、灵谷寺、天文台、太平天国遗址等名胜古迹。

一、钟山

位于南京东郊，系江南茅山之余脉宁镇山脉的最高峰。东晋时，由于其北坡生出许多紫色页岩，在阳光照射下闪耀着紫金色光芒，故又被人们称为紫金山。钟山东西长约 7 公里，南北宽约 3 公里，周长 20 多公里。山势略呈弧形，朝南敞开谷口，沿山脊耸立着峭壁，远望好像一道蜿蜒逶迤的城墙，形势甚为雄伟。钟山有三峰，东西并列，形如笔架。主峰偏北，叫作北高峰，海拔 468 米；第二峰偏于东南，称为小茅山，海拔 360 米，著名的中山陵就在此山峰南麓；第三峰偏于西南，因太平天国在此山峰筑有天堡城，故又称为天堡山，海拔 250 米，南京紫金山天文台就建筑在此山峰上。钟山从南北朝开始到清代为止，建有 70 余座寺庙，后均毁于战火。全山现存名胜古迹有：弹琴石、黑龙潭、紫霞洞、一人泉、道士坞、梅岩、头陀岭、桃花坞、梅花山、明孝陵、中山陵、灵谷寺、徐达墓、李文忠墓等。整个钟山被苍翠的树木覆盖着。山区松柏苍翠，林谷幽深，四季花香，处处古迹，令人百看不厌。登上山顶，北望长江如带，长江大桥跨于大江南北，江中百舸争流；西瞰古城全貌，玄武湖波光闪耀，全城景色一览无遗。

二、玄武湖

位于南京市东北玄武门外。周长约 15 公里，湖周有环湖公路。玄武湖古时称桑泊，因处于六朝宫城的北面和后面，故又称北湖或后湖；六朝都曾以此湖为训练水军之所，故又称“练湖”、“习武湖”；南朝时传说湖中有黑龙出现，故称玄武湖，玄是黑色的意思。明太祖定都南京后，利用此湖作为东北城墙的天然护城河。1909 年以后，玄武湖被辟为公园并向公众开放。湖中有五个绿洲，即环洲、樱洲、梁洲、翠洲、菱洲。五洲之间有桥堤相通，水陆游览都很方便。玄武湖遍植花木，树木葱郁，绿柳红花，湖水明媚，风景幽美。五洲中以梁洲风景最佳，上有览胜楼、陶然亭等优美建筑。环洲三面环水，堤上丝丝垂柳飘拂湖面，远望如烟云舒展，有“环洲烟柳”之誉；洲上还有两块玲珑剔透的太湖石，相传是宋朝花石纲遗物。樱洲国洲上遍植樱桃而闻名，洲上有喇嘛庙。菱洲古时盛产红菱、又因洲形似菱而得名，洲上有动物园。翠洲环境幽雅，洲上佳木繁茂，郁郁苍苍，远望绿树、蓝天、白云一起倒映湖中，构成上下两幅“翠洲云树”画面。

三、中山陵

位于钟山南麓，是我国伟大的革命先行者孙中山先生的陵墓。陵园依山而建，面南背北，逐级升高，占地 8 公顷余。陵墓呈木铎式，前有牌坊、墓道、陵门、碑亭、平台，后为祭堂和墓室。周围园林面积 300 公顷，苍松翠柏，漫山碧绿。陵园布局严整，气象雄伟，具有我国传统的民族风格。中山

陵为全国重点文物保护单位。详见本套丛书《胜地游踪》分册。

四、明孝陵

位于钟山南麓，为明太祖朱元璋和皇后的陵寝。始建于洪武十四年（公元 1381 年），同墓殉葬还有两贵妃、10 余宫人、46 个嫔妃。原陵墓规模宏大，周围约 40 余华里，占地超过万亩，有殿庑堂楼数十座，后毁于战火。现存神烈山碑、禁约碑、下马坊、大金门、四方城及神功圣德碑、石像翁仲、御河桥、陵门、碑亭、孝陵殿、大石桥、宝城、墓及清末所建碑亭、享殿等，还有神道与两旁的 30 座石雕以及原建筑物的大量柱基。墓周广植松柏、梅花。现为全国重点文物保护单位。

五、灵谷寺

位于中山陵东侧，原建筑群规模很大，占地约 500 亩。初名蒋山寺，后朱元璋赐名为“灵谷寺”，号称“天下第一丛林”。大部分建筑毁于战火。现仅存无梁殿及后来所建的灵谷塔等。无梁殿全部由砖拱砌而成，无一木梁；东西长 53.8 米，南北宽 37.8 米；三拱门，门左右各有拱形窗。大殿立于平台上，稳重雄伟。1928 年国民党政府决定改寺为“国民革命军阵亡将士公墓”，建了正门、牌坊、祭堂、公墓、纪念馆和纪念塔等建筑物。

六、小九华山

亦名覆舟山。位于钟山西侧。海拔 55.4 米。北临玄武湖，与钟山形断而脉连。原因山形似覆舟而得名。六朝时期这里既是军事要地，也是帝王的游乐场所，故又称乐游苑。山上原建筑多毁于兵火。山上有一座三藏塔，塔身五级四面，因塔下埋有唐代高僧三藏法师玄奘的部分头骨而得名。现小九华山已辟为公园，由山南拾级而上，万木森然；登上山顶向北远眺，钟山、玄武湖历历在目；回首南望，一片林海，座座高楼，错落其间。

七、紫金山天文台

位于钟山第三峰，建成于 1934 年，是我国著名的天文台之一，在 50 年代是远东最大的天文台。设有历算、太阳恒星、小行星、人造卫星、射电天文、实用天文、天文仪器等研究室。远远望去，坐落在山巅的一座座银白色半圆形建筑是天文台的天文观察室。现在天文台上存有我国部分古代天文仪器，它们是我国古代科学的宝贵遗产。

云台山——世外桃源

云台山风景名胜区，位于江苏省东北部之连云港市的东北面。原为黄海中一列孤岛，清康熙五十年（公元 1711 年）前后变成陆地。名胜区中自然景观极富特色，具有“海、古、神、幽”四大特色，有“东海第一胜境”之誉。云台山风景秀丽，由前云台山、后云台山、东西连岛等组成，其中前云台山主峰玉女峰海拔 642 米，系江苏境内最高峰。山上多奇峰异石，因石取名的峰峦就有 130 多座，如玉女峰、文笔峰、猴咀、虎口岭等。名胜区包括花果山、孔望山、宿城、锦屏山、石棚山、东磊、墟沟海滨等 14 个风景区、100 多个风景点，面积约 180 平方公里。风景点主要集中在前云台山一带。这里峻峰深涧，奇岩坦坡，有“世外桃源”之称。名胜区内气候宜人，植被繁密，覆盖率达 80%以上，是避暑的好去处。

一、花果山

位于连云港市东南，为云台山的一部分，旧称苍梧山。唐、宋、明、清各代先后在这里筑塔建庙，山上幽洞深长，花果飘香，有“东海胜境”之誉，历史上也曾称此为“海内四大灵山”之一。每年的三月初三，来这里朝山进香的善男信女络绎不绝。诗人墨客来此吟诗作赋，镌刻题勒，使之成为遐迩闻名的洞天福地。我国古典神话小说《西游记》中所描写的花果山就是以此山为背景的。今花果山到处有与《西游记》中有关的名胜古迹，如孙悟空降生之娲遗石，猴王栖息之水帘洞，唐僧家庙团圆宫，天工巧成的八戒石、猴石，以及南天门、老君堂、七十二洞、玉皇宫等，神奇迷人。其中三元宫建筑群，有 1300 多年历史，是我国古刹之一。花果山上有许多洞穴和飞泉，其中尤以水帘洞最为有名。洞中宛若堂室，可容 10 人。洞口崖缝滴水，点点坠落，串滴成帘。洞门外有“水帘洞”、“灵泉”等题名。洞上有明知州王同题“神泉普润”、“高山流水”等题勒。洞外两侧尚有清道光帝为两江总督陶涛题写的“印心石屋”真书题勒。山上郁林观东岩壁上有石刻题勒 12 处，其中以“唐隶”、“宋篆”两刻最为珍贵，堪称我国书法艺林中之瑰宝。山下大村水库旁有一建于北宋仁宗天圣元年（公元 1023 年）的海清寺阿育王塔，系八面九级仿楼阁式砖塔，高约 35 米，塔内多文物，对研究北宋佛教有重要价值。

二、孔望山

位于连云港市南 2 公里处，山高约 129 米，山上有古城遗址。山之西侧有东汉时期的摩崖石刻画像，依山崖的自然形势雕凿而成。画面长 15.6 米，高 9.7 米，共有 108 个人像；最大的人物造像 1.54 米，最小的头像仅 10 厘米；内容有饮宴图、迭罗汉图，还有关于佛教的涅槃图、舍身施虎图以及立佛像、坐佛像、菩萨弟子、力士和供养人等。专家们指出，这些画像石刻比敦煌莫高窟画还早 200 多年，是我国最早的石窟寺艺术雕刻，其突出的特点是运用传统的汉画像石技法表现外来的题材。摩崖画像东侧约 70 米处，有一石雕大象，略大于真象，长鼻巨牙，卷尾粗足，上刻一“丁”字形头饰的象奴，手持钩鞭，脚带镣铐，右书“象石”两字。南侧 100 多米处有一圆雕石蟾蜍。整个摩崖画像的雕刻手法大部分属汉画像石中“拟浮雕”，方石檐内的宴饮图属“拟绘画”一类，精雕细凿，线条有致，经鉴定这些造像是我国发现最早的佛像石刻。

三、东磊景区

位于云台山南麓。这里怪石嶙峋、山谷幽深，奇花异树，宛若仙境。东磊因三块天然巨石叠成“磊”字而得名。此石上宽下窄，相互咬压而立，底石上镌有“磊落”二字。东磊的山水是李汝珍写作《镜花缘》的背景素材。顺“磊石”山势向下，纵横十余里，有一波涛滚滚的“石海”。一块块石头前推后拥，石靠石，石叠石，或屹立，或横卧，或腾跃，或“渔船”出海，或鲤鱼浅翔，或莲花亭立，千姿百态，肖像逼真，堪称自然奇观。

四、宿城风景区

位于连云港市东南部，离港口约 15 公里。相传为唐太宗李世民东征时一宿筑城而得名。宿城景区三面环山，一面向海，中间为一坦荡平原。这里诸峰突兀，环抱如城。山上多流泉飞瀑、古树奇峰，山下有水库，田园明媚，景色宜人。山畔竹篁摇曳。山脚下有一人工拓宽的石峡。东面临海处有一半浸于海中的峻峭山峦，状如大船，名船山。山上有“滴水崖”、“碾洞”、“阎王壁”三折瀑布。在雨季，云烟与潭水相接，飞瀑倾泻直下，吐珠喷玉于数丈之外，蔚为壮观。

天台山——飞瀑流泉，古刹梵音

天台山风景名胜区，位于浙江省东南部的天台县境内，距县城北 3.5 公里。名胜区面积 120 平方公里。系仙霞岭余脉，为我国名山之一。主峰华顶山海拔 1138 米。名胜区内飞瀑流泉，奇岩异洞，峰峦叠翠，古刹梵音。自然景观有华顶山、琼台峰、赤城山、鹰窗山等奇山；有仙人座、吊船岩、五马隐等怪岩；有石梁飞瀑、铜壶滴漏、水珠帘、龙州潭飞潭等瀑布和寒岩洞、明岩洞、玉京洞等幽洞。天台山开发于东晋，隋智f 大师建寺创佛教“天台宗”，现有国清、塔头、高明、华顶、万年、方广等古寺庙；有隋塔、梁妃塔、七佛塔等古塔；有王羲之、顾恺之、谢灵运、李白、孟浩然、刘禹锡、陆游、苏东坡、徐霞客、袁枚等名人足迹；有铜佛、铜钟、贝叶经等文物；有唐碑及米芾、柳公权、董其昌等摩崖碑刻；有里石门桐柏人工湖、洞坑溪天湖等。此外，天台山还有大八景：赤城栖霞、双涧回澜、华顶归云、螺溪钓艇、石梁飞瀑、琼台夜月、桃源春晓、寒岩夕照；小八景：断桥积雪、清溪落雁、桐柏瀑布、经台观日、南屏秋色、幽溪古寺、铜壶滴漏、苍山龙湫。其景点各具特色，可概括为“古、清、奇、幽”。赤城山洞为道教十大洞天之一。名胜区依地理位置和特色，分为十个景观区：

一、国清景区

位于天台山麓，周围五峰环抱，七塔拱立，万松拥翠，以佛教寺宇为特色。著名的国清寺始建于隋代，是中国佛教天台宗的发祥地和日本天台宗的祖庭。几经沧桑后，现存建筑系清代遗物。殿宇雄伟壮丽，是一拥有两万多平方米占地面积的古建筑群。寺内有古隋梅，为梅中珍奇。报恩塔又称隋塔；现存为宋代所建，高 59.6 米。景区内还有鱼乐园、丰干桥、寒拾亭等景点。

二、赤城景区

位于国清寺以西的赤城山。山高 339 米，是火成岩剥蚀残余的一座孤山。岩层呈赭色，为丹霞地貌景观。每当旭日东升或夕阳西下，云雾缭绕山腰，霞光返照，与山色浑然一体，清丽幻忽，绚丽多彩，成“赤城栖霞”之景。山上岩洞错落，造型各具一格。现存的玉京洞和紫云洞，建筑富丽，层楼依壁，绿树掩映，清泉汩汩。

三、百丈琼台景区

位于天台县城西北方 5 公里处，是一处比较典型的花岗岩地质景观。百丈涧为该景区的主要风景线，曲折绵延数里。山泉清澈见底，两岸数百米高的花岗岩屏列如嶂，山涧幽深峭峻，山峰如笋，尖削凌云。百丈涧上游有瀑如龙，龙首下有潭，潭旁一峰卓立如柱，即为琼台峰，峰前有鞍形山，似皇宫厢楼。月落双阙，深入潭水，遂成“琼台夜月”景观。琼台峰东南有桐柏水库。

四、塔头—高明—螺溪钓艇景区

塔头即智者塔院，建筑依山就势，四周松竹茂密，幽深宁静。院东有高明寺，寺前幽溪潜流。寺东钟楼有一大钟。“塔头风，高明钟，国清松，万年柱”为天台四绝。幽溪上有幽溪亭，遥为两山夹峙，一峰当溪耸立，从涧中拔起十余丈，形若石笋，又像田螺倒饮水中，下有飞泉回绕其根，上有枯藤倒悬崖下，故称“螺溪钓艇”。

五、石梁—铜壶景区

该区以丰富的水景为特色。石梁、飞瀑为其精华所在；瀑布落差近 40

米、宽 10 余米，旁有“第一奇观”题刻。石梁东 4 公里处有“铜壶滴漏”——系地层裂陷而成的一腹大口小的壶形巨洞，洞中碧水莹莹，深不见底；涧水入壶后从形似壶嘴的岩隙中喷出，水流下游有长数十丈的天然石坝，如苍龙游涧。

六、华顶景区

以迷人的高山亚热带森林风光为特色。华顶峰为天台山主峰，四周群山向而拱之，层层相裹，形如片片莲瓣，故名。此处还是观东海日出极胜处。景区内古木参天，尤以云锦杜鹃最为有名，其为天台山一大植物奇观。

七、铜坑溪—万年寺景区

由天湖、电站、山川风光及万年寺古建筑构成。万年寺曾是天台山规模较大的寺庙，现存建筑不多。铜坑溪位于寺南。区内峡谷深邃，大石磐磐，山势峥嵘。山峰间嵌有人工湖，湖下为水深数丈的龙川潭，水经潭口直泻数十丈。

八、清溪景区

一条数十里长的溪流，深泓弯曲，激流浩荡。两岸山峦叠翠，修竹婷婷，芦苇丛生，雁鸥翔集，历史上著名的“清溪落雁”景观即在此地。朝晖夕霞，四时之景变幻多端，尤以春、秋、雨、雪四景和落霞之景最为优美。

九、寒明岩景区

寒明岩因唐代高僧、诗人寒山子居此而得名。岩洞前有晏丛石，为寒山子晏坐行吟之处。这里有天台八景中的“寒岩夕照”一景。该区以怪石幽洞见长。怪石森列、洞壑深邃的明岩，曾有寺庙建筑。明岩皆有嶂如屏，号称十里铁甲山，与塞石相接。

十、里石门景区

为建水库所形成的景区。人工湖水面 30 余平方公里，比杭州西湖大 6 倍。水库库坝雄伟壮观。湖面碧波荡漾，四周山峦起伏，岸线蜒曲，景色清秀，是山水风景区中难得的大面积水上游览区。

嵊泗列岛——海外仙山

嵊泗列岛风景名胜区，位于浙江省舟山群岛北部。由钱塘江与长江入海汇合处的数百个大小岛屿构成，是国内目前惟一的列岛风景名胜区。该名胜区以壮美的海光山色吸引游人。这里原是荒芜之地，早年航海者经过此地，最先看到四块礁石，命名为泗礁，后与嵊山等岛合称为嵊泗列岛。这里碧海、蓝天、青山、白云和金黄色的沙滩构成了一幅色彩瑰丽的图画。列岛境内海域辽阔，岛屿林立，礁石棋布。在总面积 9180 平方公里的浩瀚的海域里，点缀着风光旖旎的岛礁近 400 处，其中住人岛屿有 26 个。岛屿陆地面积 72 平方公里。列岛素以岛美、海瀚、礁奇、金沙、渔火以及宜人的气候、众多的古迹而闻名于世，古称“ 海外仙山 ”。这里冬无严寒、夏无酷暑，滩阔石美。主要景点有基湖大小滩、嵊山海市、元宝山和“ 山海奇光 ”以及滩浒岛等，是旅游、避暑、疗养的好去处。

一、金色的沙滩

沙滩可谓该名胜区内一绝。各岛屿长达 300 米以上、可供海浴的沙滩达 20 处左右，沙滩总面积约 150 万平方米。这些沙滩沙细坡平、滩阔浪微，其中泗礁岛沙滩最诱人。夏日的泗礁岛是一个清凉世界，那被称为“ 基湖 ”的大沙滩，背依沙丘、面向大海，地势平坦、海湾辽阔。海滩上沙粒细洁，在阳光下金光闪闪。有趣的是大潮退后，往往留下一片蛤粉，晶莹洁白。此时游人可在浅水里嬉戏，在沙滩上拾贝，享受着习习海风。基湖沙滩的长度和景色都超过了普陀山的千步沙，享有“ 南方北戴河 ”的盛誉。再就是南长涂沙滩，它与基湖沙滩一南一北，以虎头山相隔，绵亘 2000 米以上，是理想的海滨浴场。沙滩以北是一片富有海岛特色的黑松林，从海滨沙丘公路一直绵延到巍峨的山巅。走在滩头远眺，海水波光粼粼，岸上松涛阵阵。白色的浪花、蓝色的大海、绿色的松林、金色的阳光、蔚蓝的天空，再辅以沙滩上朵朵五颜六色的太阳伞和踏浪嬉戏的人群，构成了一幅迷人的海上消夏图。

二、神奇的礁石

名胜区中，嵊山东崖、黄龙岛等地以众多的奇石怪礁而著称。有一处别名童岛的海礁群，远远望去，宛若几个在海边弄潮的儿童身影。还有一组以我国名山“ 五岳 ”命名的海礁，分别称泰礁、衡礁、华礁、恒礁和嵩礁。泗礁岛东北有两座悬水岩礁，一座叫“ 老鼠山 ”，一座叫“ 花轿礁 ”。远远望去，形态酷似其名，那“ 老鼠 ”更是栩栩如生，当地还流传着龙王嫁女、老鼠抬轿的生动故事。在泗礁岛去枸杞岛的洋面上有座“ 蓬礁 ”，礁石耸立在海上宛如一挂蓬帆。此外，还有望郎礁、圣姑礁、将军帽……众多的岛礁星罗棋布，令人目不暇接。

三、众多的摩崖

名胜区列岛海天辽阔，山奇水美，为古今文人墨客、英雄豪杰所倾倒，他们在这里留下大量的摩崖石刻。枸杞岛五里碑岗上壁立着一块高 9 米、宽 7.8 米的巨石，上面镌刻着“ 山海奇观 ”四个遒劲有力的摩崖大字，与普陀山上的“ 海天佛国 ”四字同出自明代戚继光部下、在舟山海域驻兵护渔之总兵侯继高手笔。岛上还有驻兵的遗址。“ 瀚海风情 ”四字摩刻于黄龙岛上大岙外山咀的悬崖峭壁上。该岛的元宝石上刻有“ 东海方龙 ”。别的岛上还有“ 群贤毕至 ”、“ 海宇澄清 ”、“ 倚剑 ”、“ 海阔天空 ”、“ 鲲鹏化处 ”等题刻。

四、海上小雁荡

列岛西北隅有座小洋岛，人称“海上小雁荡”。小洋岛云雾缥缈，碧波环绕。岛上垒垒怪石、巍巍石壁，奇峰秀石、姿态各异，令人目不暇接。嵊山岛和枸杞岛犹如一对鸳鸯，相互依偎于万顷碧波中。更令人惊叹的是岛上的石景群，仿佛是“海洋动物园”。各种造型奇特而逼真的石景，组成一个庞大的“海上动物王国”。小洋岛满是奇石，奇在造型似物且逼真，奇在无石不向北；不仅秀石怪峰一齐倾向北方，细观之连石头纹理也斜向于北，这实为小洋岛的又一大奇观。

五、溶洞与胜景

整个列岛名胜区，层林苍翠，郁郁葱葱。登临岛礁山顶，数不尽的山海风光，尽收眼底。花鸟岛是嵊泗最北面的一个海岛，山势峻峭、风光秀丽。岛上有“云雾”、“猿猴”、“老虎”三古洞，素有“东海花果山”之称。该岛上有一座著名的灯塔。它始建于 1870 年，呈圆柱形，高 16 米多，直径 5 米，光柱射程 22 海里，是亚洲第一大灯塔，与海港景色、渔村风貌组成了特有的景观。嵊山岛是重要的渔港，每年冬季鱼汛期，沿海各省在此集中的渔船达万艘以上。桅樯林立、风帆如云，煞是好看。濒临海滨，海天一色，视野无比开阔。

楠溪江——天下第一溪

楠溪江风景名胜区，位于浙江省南部温州市永嘉县境内，南距温州市区仅 26 公里。是一处以水秀、瀑美、岩奇、林葱、庙古而闻名于天下的风景名胜区。名胜区面积达 800 平方公里。楠溪江系瓯江下游最大的支流，发源于浙南的雁荡山与括苍山之间，江流蜿蜒曲折，既有溪流之美，又有江河之势。楠溪江两岸绿林葱郁，呈典型的河谷地貌景观，被誉为“天下第一溪”。楠溪江全长 145 公里，流经温州市后，便与瓯江会合流入东海。景区按地理环境大致可分为小楠溪至大若岩、古庙溪至太平岩、花坦溪至水岩、孤山溪至狮子岩、鹤成溪至石杭岩、张溪至四海山六大景区。名胜区内有瀑布 50 多处，极为壮观；奇岩林立，以石桅岩为最；沿江两岸林木茂盛，珍贵树种众多。在大若岩山麓的江滨村寨中保存有宋代以前的亭台楼阁、庙观祠殿、牌楼古舍等古代建筑多处。六大景区按其性质又可综合为水上游览区、大若岩山岳风景区和四海山度假避暑区三个部分：

一、水上游览区

位于南溪江中游腹地 40 公里内，素有三十六湾、七十二滩之称。这里清流蜿蜒曲折，滩潭相济，缓急有致，构成了独特的溪流风光。“曲曲山坪叠叠泉，溪山一路白云齐”是这里景观的真实写照。该景区有三大优势：一是水色凝碧，清澈见底，水底卵石光洁，色彩斑斓。上游水土保护完好，无污染。二是深潭与浅涧相间，流水湍急而不汹涌，潭平静而不滞流，可筏游的江段达百多公里。三是夹岸滩林三万亩，如同天然园林；“漓江观峰影，楠溪赏滩林”，滩林是楠溪江一绝。名胜区兼有桂林漓江、武夷九曲溪和富春江—新安江之美。乘筏遨游，眺望两岸滩林，春绿秋红，四季成荫，林木茂密，风光如画。清晨傍晚，还可见到牧童放牛于林间；多姿的村姑浣沙溪边。滩林后面便是广阔的田园，参差的村落，叠叠的山峦，筏移景变，那静山动水的绝妙画卷，尽入游人眼帘，有“楠溪竹筏梦中过”之说。

二、大若岩山岳风景区

该景区以瀑多、岩奇、洞幽著称。在楠溪江上游有近百座海拔千米以上的高山。这些山峦中巨岩林立，兼有阳刚与秀气的特点。巨岩中有代表性的是：溪中“盆景”狮子岩，峥嵘入云的十二峰，三冠并蒂的南涯寨，以及三面环水的石桅岩等。这些巨峰怪石，有的矗立山梁，有的突兀溪旁；秀水巨岩，显示了一种阳刚阴柔兼得之灵气。石桅岩一峰拔起，相对高差达 306 米，有“浙南天柱”之称，实际上它比安徽省天柱峰还高出几米，为全国岩峰之冠。石桅岩三面环水，溪回水转，流水绕岩后再向北注入楠溪江；一面倚山，如巨舸大桅，直入苍穹。尤为难得的是峰顶古木密盖，多珍贵药材，且有猴群栖居。四周群峰峥嵘，气势磅礴，美不胜收，实为幽胜之地。十二峰环列在一座半圆形山上，争奇斗胜，姿态各异。大若岩因梁朝道教思想家陶弘景曾隐居于此，故又名陶公洞。此洞是名胜区中最大的石室，洞内面积达 2000 平方米，分上下两层，寺庙藏于其中，号称道教“天下第十二福地”。该景区内还多瀑布，常年不涸者有 50 余处，如百丈漈、九节漈、含羞瀑、莲花瀑、梯瀑等，均各有异态。其中最著名的是白水漈，在温州市区中便可见其雄姿伟影；最壮观的是虎穴百丈漈，落差达 124 米，仅次于雁荡山大龙湫而为浙江第二大瀑；最有特色的则是石门台的孔漈瀑；在不到三公里的溪谷中，能见到不同环境下的九级瀑布，一瀑胜似一瀑。

三、四海山度假避暑区

位于楠溪江上游，方圆 25 平方公里。源头的大青岗一带，地域辽阔，人烟稀少，危崖罗列，峰峦层叠，十多条飞瀑相连而下，形成一处奇特的瀑布群体，有的飞流直下，有的溅珠撒玉，有的曲流缓淌。最为壮观的是龙凤大瀑布，两级落差达 126 米，两边巨峰对峙如门，中门有一龙潭，行人可沿崖壁攀入，站在潭边可上下观瀑。大青岗下有一大片阔叶原始森林，其观赏植物很多，如大陆上仅有的台湾水青冈、华东野胡桃、华西枫杨、香果树、秃杉等。这里野生动物资源十分丰富，常见的有金钱豹、岩羊、黄麂、野猪、穿山甲、猫头鹰、竹鸡等。

楠溪江风景名胜区内，不但水秀山奇，而且人文景观也十分丰富。江边点缀着不少山环水绕的古老村落。村中青瓦白墙、木柱石础，闾巷相连、阡陌交错。在岩头、苍坡、芙蓉等古老村庄里，至今保留着全国少见的古代建筑群落。最著名的苍坡村，始建于唐末五代时期，经历代经营，有特殊的布局和格式，具有高度的美学和历史价值。如南宋时李氏世祖按文房四宝布局构想建村：一条砖铺东西长街为笔，遥对着村西一座状如笔架的山峦，形成笔街、笔架；村东、南有两座水池为砚池，池旁两条大青石为墨；纸，便是村外田野了。苍坡村现仍完整保存着古寨门、古亭廊、古宗祠、古民居等建筑和民间文物。近年当地创办了楠溪民俗馆，收藏了几百件实物，吸引着大量慕名而来的游客。

雪窦山——四明第一山

雪窦山风景名胜区，位于浙江省东北部，地处奉化市城区西北 28 公里处。素有“四明第一山”之誉。名胜区内高峰海拔千米，群峦耸峙，林泉密布，幽岩飞瀑，涧壑苍润，乃四明山风景渊薮所在。雪窦古刹遗址，前临千丈岩，有两溪在寺前汇流，并倾泻而下，形成捣玉飞雪般的瀑布，雪窦山一名即源于此。雪窦山风景名胜区由雪窦山、溪口镇、亭下湖三个分景区构成，总面积约 85 平方公里。

一、雪窦山景区

位于四明山东缘，最高峰奶部山海拔 917 米。有千丈岩、三隐潭瀑布、妙高台徐凫岩峭壁、相量岗林海等景观，历代名人学士留下大量诗词题赋，早在 30 年代，即被列为国内 26 个重点风景区之一。该景区以雪窦古刹和千丈瀑布为中心，入山有御书亭，内有宋理宗书“应梦名山”石碑。过亭而上有建于唐代的雪窦寺遗址，寺址前临深谷，崇岩壁立，名千丈岩。岩顶有水泻下，喷薄如雪崩。王安石观瀑诗云：“拔地万重青嶂立，悬空千丈素流分。共看玉女机丝挂，映日还成五色文”。面瀑旧有飞雪亭，今已圮。从亭西北上山有“日月挂天柱”的妙高台，台下临深谷，上多古松。登台四望，群山偃伏，山下田畴庐舍历历在目。从台北上山有三隐潭，位于隐潭山、妙高峰、搭柱山之间峡谷中，因山势而成“一流三潭”的著名景观。从峡底仰望，天仅一线，有瀑布从峡顶泻入潭中，声如雷鸣。景区内还有被誉为“第二庐山”的相景岗、“壁立千仞”的徐凫岩等景点。

二、溪口镇景区

溪口是座千年古镇，位于奉化城区西北 15 公里处，扼名胜区门户，四周群山环抱，剡溪缓缓穿流，景色秀丽。镇内宽阔的三里长街依一脉剡溪横贯东西。自唐宋以来，这里便为游览胜地，历代骚人墨客到此寻幽探胜，留下了不少历史遗迹。明清时期这里即已形成十景：奎阁凌霄、武潴浪暖、平沙芳草、碧潭观鱼、松林晓莺、溪船夜棹、锦溪秋月、雪峰晚照、屏山雪霁、南园早梅。全镇现有 15000 多居民，民情淳朴。镇上几百家鳞次栉比的新老商店排列有序，工农业产品、山货、土特产品琳琅满目，服务行业兴旺发达。这里是周围鄞县、新昌、奉化、余姚四县市的交通枢纽，水陆各路四通八达，邮电通讯非常便捷。清光绪十三年（公元 1887 年）农历九月十五日，蒋介石出生在此镇，从此这个浙东山区小镇在中国历史上便有了特殊的地位。武岭公园位于溪口镇东头，为一小山景点。进山首见武岭门，为蒋介石于 1929 年所建之两层三间古式飞檐城楼，雄居武岭山脊。武岭门左有一金碧辉煌的文昌阁，占地 500 平方米，构筑精巧，颇具民族特色，曾是蒋介石、宋美龄回乡时下榻的私人别墅。阁西有玲珑的憩水溪，傍山古木遮荫，临溪碧波微澜，是蒋宋夫妇及蒋经国当时观鱼、垂钓、遣兴之处。离武岭门 300 余米处，便是蒋介石的故居——丰镐房，占地达 4800 平方米，建筑面积 1850 平方米，坐北朝南，临街有高墙，中为黑漆大门。整座建筑为传统的“前厅后堂、两厢四廊”的格局。镇西魏家庄怀渡庵，临溪有龟山静卧，与武岭山遥相呼应，山青水秀，茂林修竹，香榭朱阁，景致独佳。这座公园为蒋介石亲点构筑。

三、亭下湖景区

位于雪窦山南，距溪口镇 6 公里，是一座大型人工湖泊。巍巍耸立的大坝横亘于八曲高岙与亭下村之间。湖水面积 5.9 平方公里，与著名的杭州西

湖水面相当；储水量达 1.53 亿立方米，相当于 7 个杭州西湖。亭下湖湖岸曲折，全长 20 余公里，柳暗花明，婀娜有韵。亭下湖景观区风景以山形秀丽、湖水澄碧取胜。这里湖面四周为群山环抱，山岚明媚、空气清新，水质特优、峡谷幽深，山光水色融为一体。主要景点有平坝芳园、弋犁涛涛、曲湖垂钓等。游人可荡漾湖舟，亦可环湖漫步，细细欣赏芳岛春荫，悠悠吟咏九曲卧波。景区周围寺庙恢宏、道观清净，晨钟暮鼓隐约可闻，犹似尘外仙境，真是天造地设的旅游、度假、疗养、避暑胜地。

仙都——天子田园

仙都风景名胜区，位于浙江省中南部缙云县境内，是一处以山水奇秀为特色、融田园风光为一体的著名游览胜地。仙都，古称缙云山，据古籍《山海经》记载，先秦时期已和安徽黄山、江西庐山并列为三天子都（传说中的黄帝炼丹处）。名胜区由鼎湖峰、倪翁洞、小赤壁、姑妇岩、芙蓉峡、马鞍山、石门、黄龙、小仙都、大洋湖、岩门、狮子岩 12 个分景区和 300 多个景点组成，总面积达 116 平方公里。景区内九曲练溪、十里画廊、山水飘逸、云雾缭绕，景观多彩秀丽、引人入胜。仙都拥有奇峰一百六、异洞二十七。相传轩辕黄帝在此炼丹升天。唐代大诗人白居易有“黄帝旌旗去不回，片玉孤石独崔嵬，有时风激鼎湖处，散作晴天雨点来”的诗句；五代诗人有“不雨溪长急，非青树也新”之句描述整个景区的特色；南宋大学士、诗人王十朋游览了仙都后，发出“皇家归客入仙都，厌看西湖看鼎湖”的赞叹，足见鼎湖风光之奇绝。仙都历史悠久，文物古迹众多，尤以唐乾元年间李阳冰的篆书“倪翁洞”石刻最为珍贵。宋理学家朱熹讲学的独峰书院为文人聚会之所。与杭州西湖相比，仙都是位未出阁的村姑，美在自然，峰、岩、涧、溪均非神功所能及。区内每个景点各具特色，或以清丽、或以奇特、或以名胜传说感人。尤其是著名的鼎湖峰景区，堪称为“一景双绝”，举世无双。

进入仙都的第一景观是姑妇岩（又称婆媳岩），那里有两块岩石，给人无穷遐想，人们在这两块岩石上，寄托着善恶和伦理观念。由此向北行是芙蓉峡，峡长近百米，两面陡壁耸峙，势若凌云。峡谷幽深莫测，仰望天空如一白虹，人称“通天弄”。陡壁之顶，怪石嶙峋；百米幽谷，景随步移，游人至此，无不心旷神怡。古人用“两山高并敞云门，古峡飞泉宿雨声”来形容此峡之巍峨与幽静。

鼎湖峰，又名“玉柱峰”，俗称“石笋”，犹如一擎天巨柱。鼎湖峰立于好溪之畔。宋代诗人说：“秀拔山川清气上，直冲星头夜光寒。”该峰通高 170.8 米，周长百余米，四壁如削，傍溪拔地而起，巍巍壮观。有“神州第一石”、“天下第一峰”之称。美国作家史特朗观赏鼎湖峰时说：“世界上有高于鼎湖峰的石柱，然而却没有鼎湖峰粗；有粗于鼎湖峰的石柱，然而却没有鼎湖峰高。至于峰巅有湖泊，那更是全世界绝无仅有的，所以鼎湖峰为世界奇绝之最”。天地之大，无奇不有。鼎湖峰有普天之下最为奇绝的“一景双绝”，所谓双绝，就是：一为峰之绝；二为湖之绝。鼎湖，是位于鼎湖峰顶上的一个湖泊，可以说它是全世界最小的一个湖泊了，其面积仅如一间普通卧室大小。湖内常年积水，《名山记》载：“湖中生‘莲花’。”据说鼎湖碧如深潭，湖畔有树林。乘竹筏于鼎湖峰下的好溪碧水之上，两岸田野格外秀丽迷人。在鼎湖峰旁，另有一座高于鼎湖峰鼎湖水面的山峰，名为步虚山，这里即是传说中古时神仙会聚的“仙都”，亦是古人祭天的地方。从山顶往下看，可远远地观赏到鼎湖的秀丽景色和鼎湖中的“荷花”。

马鞍山，海拔千余米，位于名胜区的北端，与芙蓉峡隔水相望。那突出的朝天峰，形同朝冠，高耸入云。山上有火山口遗迹，周围遍布火山岩，奇石甚多。马鞍山山高多云雾，山顶是观日出的好地方，此景名“烈马驮日”。

大洋山是括苍山山脉的主峰，海拔 1560 米，在名胜区南端，山巅古柏苍松，云雾缭绕，景观极为丰富。主要景点有龙潭飞瀑、瑶池垂钓、仙人叠箱、佛祖摘星、卫士岩、将军岩等；山腰还有大泽湖，湖面广阔，水深莫测，绿

树成荫，群峰映翠。大洋山是开展考察、避暑、垂钓等旅游活动的理想之地。

双龙——水石奇观

双龙风景名胜区，亦称金华北山，位于浙江省中部金华市婺城区北郊，距市区约 15 公里。是一处以溶洞为主体景观的风景名胜区。金华北山，为金华山、赤松山等山的合称。山体总长达 150 余公里，宽度不大，故一名长山，亦称常山。名胜区中的朝真洞为我国道教的“第三十六洞天”，亦有“洞天”之称。金华北山中的最高山峰海拔 1308 米。名胜区位于山之南麓中部，包括溶洞、鹿田、大盘三个分景区。溶洞景区为名胜区中心景区，面积约 2.5 平方公里，其中最著名的有双龙洞、冰壶洞、朝真洞，合称北山三洞。双龙洞的开发已有 1600 多年历史，周围有唐、宋、明、清摩崖石刻 15 处，有鹿田庄、书院等遗址。赤松子登真羽化、黄初平叱石成羊的传说在东南亚流传甚广。

双龙洞位于溶洞景区中的最低处，因洞内有钟乳石“黄龙”、“青龙”分悬于洞口两侧而得名。这处洞穴由外洞和内洞两个部分组成。外洞面积为 1200 平方米，洞底平坦，内壁最高处有 15 米多。顶崖平如石盖，四壁石质腻洁，纹如肌理。东壁布满层崖，形似覆釜。洞中泉水清澈，蜿蜒曲折，终年涓涓不绝。内洞面积约 2100 平方米，洞内常年温度在 15℃左右。洞顶有似腾龙的两条钟乳岩纹盘桓，一名“黄龙”，一名“青龙”；旁有“龙台”、“龙门”，顶上还有“龙帐”等景物。两侧有“仙人床”，床前顶上有岩钟等观赏景物。北面有“黄龙吐水”景点，亦称为“冰壶通道”，其水从冰壶洞而来。泉水曲折而向东，沿途又有大龟头、小白蛇、狮象石、笔架山等景点。再往东北方向即至“龙宫”。双龙洞中最奇的是内、外洞之间有一条 12 米长的扁狭水道。这里水面离穴顶仅约 30 厘米；游人欲进入内洞，必须经过这条“蟆颐”形洞穴，并平卧小船中由牵绳慢慢地拉进去。水道宽约丈余，仅容两条小船一进一出，这时人的面部距离水道崖面仅约 10 厘米，身体擦崖而过。船行约 10 米，就进入内洞；一进内洞便又豁然开朗，这种景观素有“水石奇观”之称。这股清泉从洞穴内潺缓流出，经外洞流下山去。在双龙洞外的东南角，有一朝南的山洞，形似耳朵，取名“龙耳”，洞内曲折贯通。

冰壶洞：位于双龙洞东北上方约 300 米处。洞口海拔 580 米，从双龙洞外可拾级而上。因其洞口朝天且小，而洞内大、身长，形似一造型美观的冰壶；洞底气温低，即使在三伏天也是凉气袭人，故名。从洞口至洞底深约 50 米，有磴道几乎垂直而下。洞中有瀑，高约 20 米，喷珠溅玉，气势雄伟。瀑下无潭，瀑水落地后便立即渗入地下，潜流四散，不见踪影。其实这股入地之水正是位于该洞下方双龙洞洞内泉水的上源。明代旅行家徐霞客曾记述该瀑：“旗门仰如张吻，先投杖垂矩而下，滚滚不见底，乃攀■倚空而入。”这瀑布是国内外罕见的奇观，郭沫若诗称该瀑“银河倒泻入冰壶”、“嵌寄此景域中孤”。

朝真洞：又名真人洞。位于冰壶洞北 1 公里处，为一旱洞。洞口向西，石壁上刻“三十六洞天”字样。相传古时曾有得道真人栖居于此，今前洞还有屋基残迹；又说洞内大钟乳石似真人俨然临立；还说洞前眺望，四周芙蓉、鹿田诸峰挺立，宛如百仙朝圣求真；故名。洞内峭壁壮观，通道曲折起伏，分为四段，有石花瓶、螺蛳洞、石弄堂、石棋盘、一线天等景观。洞后部为巨峡，两边悬崖高耸，底部大石突兀。旧传此峡曲折深长，遥接浦阳江；另一路经冰壶洞，可通兰溪县的六洞山。

莫干山——清凉世界

莫干山风景名胜区，位于浙江省湖州市德清县境内，属天目山支脉，主峰塔山海拔 720.2 米，东南距省会杭州市 60 公里，为全国四大避暑胜地之一。素有“清凉世界”之美誉。名胜区范围 107 平方公里，景观区面积 43 平方公里，区内植被覆盖率高达 92%，夹道有绿海成荫的竹林和挺拔参天的日本冷杉及宋代银杏。登中华山、塔山可观日出、云海，下剑池可赏瀑布、清泉。有莫干湖、碧坞龙潭、天泉山、石门卡等景点和观瀑、清凉、旭光、云逸等亭台 20 多处。莫干山素以竹、云、泉“三胜”，绿、凉、清、静“四优”而蜚声海内外。竹，是莫干山“三胜”之冠，其品种之多、品位之高、覆盖面积之大列全国之首、世界之最；云，因时而异，变幻万千，恍若仙境；泉，峰峰有水，步步皆泉。绿，全山绿化覆盖率高；凉，夏季七八月平均气温只有 24℃，早晚尤为凉爽；清，处处清新悦人，神舒肤爽；静，谷幽境绝，宛如世外桃源。莫干山素有“世界建筑博物馆”的美称，现存 200 多幢别墅，形象生动，无一雷同，分别代表了欧、美、日、俄等 10 多个国家的建筑风格，是欧美各国住宅府邸形式在我国的复制。这些建筑参差错落，高低掩映，融入无边无际的茂林修竹之中，构成了一幅幅瑰丽多姿的园林画面。莫干山群峰竞秀，修篁似海，山泉琤琤，风物优美，以其秀雅之神韵，进入祖国名山之列。竹海、飞瀑、怪石和别墅为莫干山“四绝”。莫干山是一个四季皆宜的休闲度假胜地：山花烂漫的春季，杜鹃、山茶、玉兰竞相怒放，春风送暖，沁人心脾；炎热的夏天，紫薇、绣球掩映于绿竹丛中，趣味横生，给避暑生活平添了几分清凉、几分欢乐；秋日，满山枫叶红似火，遍地金松黄灿灿，登高望远，心旷神怡；严冬时节，白雪皑皑，玉树琼花，赏雪之余，品评腊梅暗香，其乐融融。莫干山有悠久的开发历史，相传 2000 多年前的春秋末期，吴国名匠莫邪、干将来此支炉铸剑，该山因此得名，并逐渐发展成为吴越名山。

一、荫山

为莫干山中心点。荫山高约 600 余米，怀抱剑池瀑布、荫山洞、华厅、天桥，上连芦花荡、观日台，和名胜区中各景点都有透迤曲折、起伏交叉的石级、山道相通。荫山街恰似一条银色的带子，把远远近近的名胜古迹紧紧揽住。蹲踞在山麓的观瀑亭，犹如巨人手中擎着的一块红宝石。荫山景色四季不同。荫山街上多商业服务性网点，四周有掩映于竹木丛中、云雾深处的高楼簇簇、别墅幢幢。街之南端有小洞一座，洞外有小桥、流水、亭台。

二、芦花荡

俗名锣鼓堂。是名胜区中最大的山顶公园，位于金家山南侧。这里泉水清冽，汇注成荡，荡边多生芦苇，故名。周围广栽竹树，遍布园林，附近多别墅、崇楼、华屋。夏日幽静清凉，极宜消暑。

三、剑池

位于荫山山谷之中，距荫山洞数百步，相传为莫邪、干将磨剑处，是莫干山主景之一。剑池上方有阜溪桥，桥旁山面上刻有“周吴莫邪干将磨剑处”。阜溪桥上有两股溪水合流，飞奔而下，形成瀑布，注入剑池，此为剑池瀑布第一级；瀑水继续下泻，直注剑潭，高达 30 余米，此为瀑布第二级；自剑潭而下，则入溪流，形成一短瀑，此为瀑布第三级。

四、天桥

观瀑亭向北有竹径可通山上天桥。天桥横跨于一条清溪上，一端接连上山竹径，通向幽深的竹林；另一端有石级通向下面的一个花圃。每当大雾迷漫时，游人常常云集在花圃。从花圃上望，可以看到云雾中一桥隐约横跨云天，景色极富神秘色彩。

五、塔山

为莫干山之顶峰。五代后晋天福二年（公元 937 年）曾在山上建塔，故名。塔已久圮。山巅平坦，山坡绿荫环绕，盛夏无暑。登山四望，峰峦罗列，拱揖于前；太湖波平如镜，湖上山岛如青螺浮于水面，历历可数；运河如带，天目如屏，钱塘江绕其东南入海。

天柱山——挺拔如柱，耸立云天

天柱山风景名胜区，位于安徽省西南部潜山县城西北 5 公里处。天柱山以其主峰挺拔如柱、耸立云天而得名。又称皖山、皖公山、霍山、潜山、南岳等。属大别山山脉，虽不是大别山最高峰，却一向被认为是大别山的主山。名胜区面积 333 平方公里，中心景观区 54 平方公里。早在 2100 多年前的西汉元封五年（公元前 106 年），汉武帝就曾登临天柱山，并把它封为南岳；今尚有当年汉武帝祭天的祭台遗址。后来道家把天下名山分为三十六洞天，天柱山被称为第十四洞天，又称“天柱司元之天”。隋唐以后，“五岳”之南岳改为衡山，天柱山又被列为国内五大“镇山”之“中镇”。唐宋名人李白、白居易、苏东坡、王安石、黄庭坚等都曾来天柱山游览，至今山中石壁上尚存他们的诗刻。天柱山的主要特点是群峰兀立，危崖罗列，怪石嵯峨，千岩万壑，自古以“雄、奇、灵、秀”四绝著称，有“峰无不奇，石无不怪，洞无不杳，泉无不吼”之誉。第一高峰天柱峰，号称“中天一柱”，海拔 1485 米，自然景致有 53 怪石、48 寨、42 峰、25 洞、18 岭、17 崖、16 岩、13 井、8 池、7 关、3 川、3 潭、2 溪等，还有著名的庵、塔、庙、石刻等具有历史价值的人文景观和丰富的动植物资源。这处名胜区现已划分为梅城、野寨、玉镜、马祖、良药、东关、飞来、主峰八个景观分区。

梅城景区，位于潜山县城附近，主要有舒王台、胭脂井（乔公故址）、太平塔、薛家岗古文化遗址等名胜古迹。位于城内的舒王台是宋代王安石任舒州通判时的读书处。台东南临湖，西北为天柱峰，夏季月夜登台远眺，山色朦胧、湖光缥缈，这即是天柱山十景之一的“舒台夜月”。

野寨景区，位于野人寨附近一带，内有三祖寺、祭台、真源宫、吴塘、钓崖、诗崖、山谷寺、觉寂塔、石中洞、酒岛、九井河等景。

玉境景区，在天柱林场附近，内有天柱寺旧址、崇慧塔、玉境山、虎头岩等；玉镜山石洁白如玉，山南多怪石；崖下有铁笛洞，洞内石屋、石床、石灶、石门俱全；石壁间宋、明、清代题刻甚多。

马祖、良药景区，在马祖林场一带，内有马祖庵、马祖洞、莲花洞、激水瀑、天狮峰、千丈崖、良药坪、炼丹台等景。

东关、主峰、飞来景区。彼此紧密相连，天柱峰、飞来峰、天狮峰为天柱山三大主峰，皆在此三区内，是天柱山的主要自然景观区。

天柱峰：位于名胜区主峰区，为天柱山主峰，又名司命峰等。因峰陡如层塔，直如笋尖，故俗称笋子尖。其峭壁巉岩，突起如柱。唐白居易有诗誉之：“天柱一峰擎日月，洞门千仞锁风雷，玉光白桔香争秀，金翠佳莲蕊斗开”。峰高 840 米。周围数里，摩崖“孤立擎霄”、“中天一柱”横书峰上，“顶天立地”直书其下。万山拱卫，屹然独尊，实为淮南、江北诸峰之冠。峰上有天池、观音井、凌霄树、天桂花等景观。天池峰顶有渡仙桥。峰旁有花峰，与主峰相近而不相连，中开一夹缝，称为小天门。天柱峰旁还有蓬莱岛、鹦哥石、会真崖等胜景。

山谷寺：又名乾元禅寺、三祖寺。位于野寨区。据传南朝梁时宝志禅师至此开山建寺，后三祖僧璨禅师承达摩衣钵，云游至此，扩建寺院，选场建坛，名扬大江两岸。后璨禅师立化于寺前树下，后人建立化亭。四周古木参天，绿荫葱茏，东有宝公洞、锡杖井、卓锡泉。据传洞为宝志禅师开山时所居，井、泉为宝志禅师以锡杖所掘。西有石牛洞，为宋黄庭坚读书处。寺内

立有重建于明代中期的觉寂塔，七层八角，高 30 米。寺内尚存藏经楼和偏房数间。

石牛洞：位于野寨景区中部山谷寺西侧。这里是一条深谷，谷腹有一巨洞，洞前有一形似伏牛的巨石，故称石牛洞。深谷有清泉流潺，形成数公里长的谷溪。上游名潺潺溪，中间称石牛溪，下游叫谷流泉。两岸悬崖耸立，古松翠竹，十分清幽，自古为著名游览胜地。溪旁石壁为屏，上面布满了唐宋元明清各个时期游人的诗文石刻。现存比较完整的还有 300 多处，真、草、隶、行、篆，书体俱全。

东西关寨：东关寨位于东关景区中部。这里峰峦、危崖众多，幽谷葱翠，怪石遍布。著名的山峰有覆盆峰、天狮峰、石函峰、麟角峰、石鼓峰、翠华峰。在天狮、覆盆二峰之间的危崖裂开一缝，称“ 大天门 ”。旁有乌龟石，游人戏谓“ 金龟守天门 ”。嶙峋的怪石有羊角石、鼓槌石、柚蜒子石。西关寨位于西关景区中部。这里有青龙背、小心坡、仙人洞和“ 一夫当关、万夫莫开 ”的西关寨口。史载，宋末刘源在西关寨据险扎寨抗击元军，至今寨口右石壁上还完好保留着他当年激战的纪事石刻。

神秘谷：位于良药景区北部，石印峰的西北。神秘谷洞口在 3 米多高的山崖上，洞前松叶繁茂，掩住洞口。洞口两旁峭壁横亘，形成天然门楣，称为秘谷窗口。经秘谷窗口入内豁然开朗，奇花、异草、古松、怪石遍布。神秘谷全长约 400 米，其中有飞龙洞、东宫洞、西宫洞、天外天等景观。谷间及两旁植被茂盛，有珍贵的千年珍珠黄杨树和天女花。

琅玡山——蓬莱之后无别山

琅玡山风景名胜区，位于安徽省滁州市西南 5 公里处，为我国古代文化名山之一，是皖东最负盛名的游览胜地。名胜区包括琅玡山、城西湖、姑山湖、“三古”四个景区。面积 115 平方公里。山峰主要有摩陀岭、凤凰山、大丰山、小丰山、琅玡山等。以茂林、幽洞、碧湖、流泉为主要景观特色。山中有唐建琅玡寺、宋建醉翁亭、“三古”（古关隘、古驿道、古战场）、十家墩古遗址以及唐吴道子画观音像、唐李幼卿等摩崖石刻、元代摩崖石刻等景观；加上区内 300 多种乔木树种，形成了一处自然景观与人文景观俱佳的风景旅游区。

琅玡山：据传因东晋琅玡王马睿（晋元帝）曾驻跸于此而得今名；又因山川秀美、欧阳修写《醉翁亭记》而名扬九州。琅玡山险峻而秀丽，其峰“耸然而特立”，幽谷“窈然而深藏”。峰峦林立，怪石峥嵘。琅玡山有九洞十八泉。九洞主要有琅玡洞、归云洞、桃花洞、雪鸿洞等，洞内钟乳石、石笋、石柱，光怪陆离，千姿百态。十八泉主要有让泉、紫薇泉、濯缨泉、礼泉等，这些泉的泉水终年琮琮作响，如弦音出韵，十分动听；有的落差大，形成流泉飞瀑，悬挂在苍岩秀壑之上喷云吐雾，飞珠溅玉，蔚为壮观。琅玡山有许多观赏池塘，如华法池、白龙池、明月池、放生池、统军池等。这些池塘水面虽小，但形状各异，大有“半亩方塘一鉴开，天光云影共徘徊”之意境。山中较大的水面是红花湖、深秀湖、凤凰湖、姑山湖。这些湖四周群山环抱，碧波荡漾，雾气空濛，湖光山色，美不胜收。琅玡山地处北暖温带与北亚热带过渡区域，四季分明，气候温和，雨量充沛，植物资源十分丰富，植被覆盖率达 90%以上。现已识别的植物有 73 科 672 种，其中有乔木 58 科 327 种，名贵中草药约达 200 余种；珍稀的琅玡榆、醉翁榆就是琅玡山特有的树种。山间古道盘旋于叠翠之间，草木云烟掩映于香霭之中；峡谷溪涧，流水潺潺；山麓竹岭之侧，泉水四季不竭，自然景色随季节不同而各显其妙，琅玡山无愧为“蓬莱之后无别山”的美誉。

琅玡寺：位于琅玡山景区西南部，东南距著名的醉翁亭 1 公里许。琅玡寺为琅玡山著名寺院，也是琅玡山上最古老的寺庙。寺前不远处有题额为“峰回路转”四字的拱形牌楼，牌楼附近有掩映于树丛之间的蔚然亭。琅玡寺原名宝应寺，又名开化寺、开化律寺，为皖东重要佛教胜地之一。唐大历年间滁州刺史李幼卿与僧法琛创建，此后历代均有重修或增筑。寺内有大雄宝殿、藏经楼、悟经堂、明月观、三友亭、翠微亭、无梁殿、拜经台等建筑。殿宇均雕梁画栋，十分壮观；大雄宝殿高 20 多米，气势雄伟。琅玡寺外有濯缨泉、归云洞、雪鸿洞等诸多自然景观，唐、宋、明、清各代摩崖、碑刻遍布其间，多达数百处。不久前发现的唐李幼卿、柳遂、皇甫曾等的摩崖题诗，尤为珍贵。

醉翁亭：位于琅玡山东北部入山的门楼不远处。该亭始建于北宋庆历年间（公元 1041～1048 年），距今已有 900 多年历史。宋代文人欧阳修任滁州知州时常来此饮酒和赏景。亭建成后，由欧阳修命名，并作了脍炙人口的散文《醉翁亭记》。醉翁亭历经修葺增建，已发展成为包括二贤堂、冯公祠、宝宋斋、古梅亭、怡亭、九曲流觞、醒园等许多单位建筑的园林建筑群。其采用粉墙、漏窗、洞门、曲流、鹅颈椅、小青瓦屋面等，一派江南建筑风格。醉翁亭内新塑了欧阳修立像。亭旁有一石横卧，刻有篆体“醉翁亭”三个大

字。右边为宝宋斋，内藏两块嵌于墙内的碑石，高 2 米多、宽约 1 米，正反两面刻着苏轼手书的《醉翁亭记》全文，为宋代流传下来的稀世珍宝。醉翁亭西侧有古梅一株，传为欧阳修手植，故称“ 欧梅 ”。树后有观梅亭。亭前的让泉，旁有小溪，终年水声潺潺，清澈见底。亭后最高处有一高台，曰“ 玄帝宫 ”。

“ 三古 ”（古关隘、古驿道、古战场）遗址：位于清流关。清流关建于五代以前，明末又重建了关券和驿道。古道是古代南北政治经济的往来通道，为历代兵家必争之地。遗址至今保存完好。古道依山临水，曲折蜿蜒，是不可多得的探古揽胜之地。

齐云山——皖南名山

齐云山风景名胜区，位于安徽省南部休宁县城西 15 公里，与黄山南北相望，因“一石插天，与云并齐”而得名。名胜区面积 110 平方公里。齐云山古称白岳、云岳，区内主要山峰有齐云岩、白云岭、岐山、紫霄云、三姑峰、五老峰、廊岩、独耸岩等，以山奇、水秀、石怪、洞幽著称。齐云山为典型的丹霞地貌，岩石呈紫红色横向节理，有“赤如朱砂、灿若红霞”之誉。经过千百年的风化雨蚀，形成了危岩绝壁，怪石嶙峋。有 36 奇峰、72 怪岩、24 涧和许多幽洞、溪泉、飞瀑。主要景点有真仙洞府、象鼻岩碑林、香炉峰、小壶天、玉虚宫、方腊寨、云崖湖等，分为月华街、云崖湖、楼上楼三个景区。月华街景区以真仙洞府、玉虚宫、月华街一带的道教建筑和石刻、峰崖为主，是观云海、日出的最佳境地。云崖湖湖体狭长，水光潋滟，石桥岩凌空飞突，丈书“亘古奇观”，堪称齐云一绝。灯笼峰为湖中奇景，几盏“灯笼”依崖悬列，令人叹为观止。楼上楼景区以观音岩、仙人挂画、飞天蜈蚣、万寿山等景观为主，满山披绿，飞泉如练。

齐云山早在唐元和四年（公元 809 年）就开山立石门寺。宋祥符元年（公元 1008 年）建密多院，宋宝庆二年（公元 1226 年）立佑圣真武祠，逐渐成为道教中心。1589 年明世宗御赐“玄天太素宫”，亲题“齐云山”匾额，后陆续开辟了数十座洞府。著名的道观有三清殿、玉虚殿、文昌阁、无量寿宫等，使齐云山成为与江西龙虎山、湖北武当山、四川鹤鸣山齐名的中国四大道教名山之一。齐云山在宋、明时已成游览胜地，文人墨客竞相题咏，留下了大量诗文、石刻。明代旅行家徐霞客曾两度登临，著有《游白岳日记》。山上保存至今的摩崖石刻和碑碣有 1400 余处,尤以明代碑石为安徽省最密集之地。不少诗文、书法具有较高的艺术价值，如明代画家唐伯虎撰文、书画家汪肇书写额首、戴炼书写碑文的《紫霄宫玄帝碑铭》。此碑高 7.34 米，宽 1.40 米，当属江南之最。这些石刻是研究地方史和中国金石碑版学的珍贵资料。

齐云山丹崖翠壁、奇险峻美，无不幽深诡谲、引人入胜。珍珠帘、小壶天、楼上楼、石桥岩四景更是构造奇特，堪称“齐云四绝”。

珍珠帘在真仙洞前，清泉从悬崖绝壁上飞洒而下，晴雨不歇、四季不止。徐霞客赞之为“珠帘飞洒，奇为第一”。

小壶天在舍身崖上，其门如壶，进门如入壶中，为道家的“清凉世界”，是道士习功练武之地。壶中凿岩引进的“一线泉”水，可煮泉品茗。在此小憩，游目骋怀，山光水色尽收眼底，横江蜿蜒如带，登封古桥状如卧虹，北望黄山诸峰影影绰绰，严如画屏。

楼上楼由上下两层天然石窟构成，早在明嘉靖戊子年间先人就凭借自己丰富的想象力和创造力，在上下两层石窟中，依崖就势建造了一座雄奇的楼阁。远观此楼，楼后寒泉飞瀑，门前珠帘垂挂，四周苍松修竹，岚烟缥缈，恍若惊楼玉宇。

石桥岩又名“天桥”，为一座长 80 米、高 20 米的天然石拱桥——一山横跨而中空，飞虹垂练，下空恰如半月。远方逼霄峰位于桥正中，神似石猴，名曰“猴子望月”，被历代文人雅士赞为“亘古奇观，江南一绝”。

清源山——闽海蓬莱第一山

清源山风景名胜区，位于福建省东南沿海边泉州市北郊。清源山亦名齐云山、泉山、北山，山体绵延 5 公里。名胜区包括清源山、九日山、灵山三个景观区与草邦水库、桃源水库和西北洋 3 处水域，总面积为 62 平方公里。景区内曲径交错，林泉清翠，奇石嵯峨，为闽南游览胜地。最高峰虽仅海拔 498 米，但因处在平坦的晋江平原上而仍显得高耸入云，故有齐云山之名；山间有乳泉从石间流出，则又有泉山之名。泉州之名亦从山而得。唐宋间泉州曾改名清源军，由此得“清源山”山名。山有三峰，中峰有清源洞、蜕岩、紫泽宫诸胜；左峰有瑞像岩、碧霄岩、龟岩、赐恩岩诸胜；右峰有南台岩、弥陀岩、老君岩诸胜。相传此山有 36 岩洞，洞洞奇特，景景佳妙，自古即有“闽海蓬莱第一山”之称、“南国翡翠”之誉。清源山最早开发于秦代，唐代“儒道释”三家竞相占地建址，且有伊斯兰教、摩尼教、印度教的活动踪迹，于是逐步发展为多种宗教兼容并蓄的繁荣境地。景区内飞瀑流泉、奇岩异洞、峰峦叠翠、古刹梵音，以宗教寺庙宫观、文人书院石室以及石雕、石构、石刻等文物古迹为主的人文景观几乎遍布全山的每个角落。其中主要有道教教主李老君坐像、伊斯兰教圣墓、九日山祈风石刻 3 处全国重点文物保护单位。此外，还有弥陀岩、瑞像岩、三世尊像、弘一舍利塔、陀罗尼经像等景观。

一、老君岩造像

即宋代石刻老君坐像，位于清源山右侧山麓。老子是我国春秋时期著名的哲学家和思想家。石像高 5.63 米，厚 6.85 米，宽 8.01 米，席地面积为 55 平方米，由一块完整天然岩石略施雕琢而成。为全国现存最早、最大的道教石雕作品。整座石像传神逼真，状为左手扶膝、右手凭几、两眼平视、双耳垂肩、脸带笑容，是宋代花岗岩石像雕刻艺术珍品，被誉为“老子天下第一。”

二、祈风石刻群

我国现存最多的祈风石刻群，位于该名胜区的九日山景观区内，堪称我国古代海上丝绸之路的丰碑。至今尚存碑文 13 方，记载了从宋代淳熙元年至咸淳二年（公元 1174～1266 年）近百年间，泉州郡守及提举市舶官员来此主持向海神通远王祈祝“蕃帕”一帆风顺、往来平安、满载而归的盛况史实，是研究古代泉州海外交通的珍贵史料。

三、伊斯兰教圣墓

这是我国现存最古老、保护最完好的伊斯兰教圣迹，位于名胜区中的灵山景区内。这里长眠着唐高祖武德年间（公元 618～626 年）来泉州传教的穆罕默德的门徒三贤和四贤。两墓并排一起，作须弥座式，分三层，采用花岗岩石精制而成的具有阿拉伯风格的石盖墓及构筑物，被誉为伊斯兰教在东方的一大胜迹。圣墓近旁有数以百计的元代和元代以前来泉州的阿拉伯穆斯林古墓，还有明清以来泉州穆斯林的坟墓。圣墓右前方的“风动石”，被国内外穆斯林认为是真主特意的安排，把它与伊朗伊斯法罕的伊斯兰教贤哲墓前的晃塔同样珍视，也引得万千游客慕名而来。

四、石雕、石刻、石构

该名胜区石雕、石刻、石构建筑最为著称。石雕中以老君岩造像最著名；瑞像岩是北宋元祐年间雕造的“释迦瑞像”，是宋代造型艺术佳作；年代最

为远久的是宋初雕造的九日山大佛，已有千年历史；还有千手岩的千手观音坐像、弥陀岩的阿弥陀佛立像、碧霄岩的三世尊坐像、赐恩岩的白衣观音立像，它们都是宋元时代的石雕精品。大量的石刻是该景区又一特色，全山有近 450 方，以唐以来各代名家、文人遗墨甚多，其中宋刻最多；其十方海船祈风石刻被誉为国宝；还有唐代诗人欧阳詹、韩偓等人的诗刻和宋代蔡襄、朱熹、王十朋、苏舜之及明代理学家蔡清、工部侍郎何乔远、文学家王慎中、抗倭名将俞大猷等名家墨迹。清代题刻亦不少。石构建筑在此成为历史悠久的文化内涵之一，如弥陀岩石室，瑞像岩石室，弘一、广钦、广洽法师石构舍利塔，慈晖亭，急公尚义石牌坊，九日山石佛寺，灵山石回廊，老君岩众妙之门，及现代清源山入口山门等等。

五、清源洞

亦名纯阳洞。位于名胜区中峰顶端，有古道通达。沿路名胜有小憩亭、紫泽宫遗址、明代抗倭名将俞大猷的炼胆石和永不干涸的清源奇泉——“虎乳泉”。山顶上有一平台，一列寺宇背东面西，寺后有洞名“蜕岩”，传说此洞深不见底，可通至洛阳江。此外，清源山还有碧霄岩、赐恩岩等景点。

六、九日山

位于泉州西郊。有东西北三峰环抱，东峰因有唐代宰相姜公辅寄迹于此，故称“姜相峰”；西峰也因唐代诗人秦系曾在此隐居，故称“高士峰”；北峰联结东西二峰。三峰环抱之处为“白云坞”。山顶平坦宽敞，山中有亭阁轩堂。九日山摩崖石刻历史悠久，镌刻如林，“山中无石不刻字”，计有 70 余处之多，有唐、宋名人遗墨 50 余处，最珍贵的是被视为“国宝”的祈风石刻。

太姥山——海上仙都

太姥山风景名胜区，位于福建省东北部福鼎县城以南 45 公里处，面积 100 多平方公里。主峰摩霄峰海拔 917.3 米，屹立在东海之滨。名胜区三面临海，一面靠山。景区内峰峦交错，裸露的花岗岩形成狭谷、峭壁、深渊等景观，素有“山海大观”之誉。相传尧时有一老母种兰山中，逢一道士羽化而去，故名“太母山”。汉武帝曾册封太母山为三十六名山之首，并命东方朔授“天下第一名山”于此山，改“母”为“姥”，名太姥山。该名胜区云集山岳的雄、险、秀、幽、峻于一身，古人称其为“海上仙都”。名胜区内分为葫芦谷、一片瓦、七星洞、三折瀑、梅花田等九个景观区，计有 54 峰、24 洞、10 岩、9 泉、9 溪、1 谷等，特别是许多有各种民间传说的奇石等，共计有 360 多处景点；此外，珍珠泉、七龙泉、九曲泉、兰溪、九鲤溪及溪口、龙庭、赤鲤三大瀑布也各富特色。这里拥有大、小寺庙 24 处。名胜区有石奇、洞异、峰险、云漫等特点。

太姥山组合着茂林修竹、深潭急瀑、悬岩怪石、妙洞奇峰；又是天然的聚宝盆，四季花事不断，怡人心怀。山中有如佛肚竹、墨竹、倒枝竹等稀世竹类珍品，也有特有的珍禽异兽，如山涧兰溪有白色的鲤鱼、鹰嘴龟、四足鱼等。

太姥山中人文景观丰富。山上遗留有唐、宋、元、明、清各代建筑物。历来佛事鼎盛，香火旺盛，山南山北建寺 36 座。唐乾符四年（公元 878 年）建成的园兴寺今遗留摩天石柱 360 根，可见当年是何等恢宏；一片瓦寺可与山西恒山悬空寺媲美，古人利用岩洞上突兀平整的巨岩，作为梵宇之瓦，一石而蔽全屋，故而得此名。三尺圆门可匍匐而入，入内豁然开朗，屋檐倒勾飞架洞窟之间，洞中有室，室内有洞，浑然天成，堪称一绝；瑞云寺始建于后晋，至今犹存，建筑金碧辉煌。香山、白云二寺，迥乎异趣：香山寺内修竹连绵，葱葱茏茏，一片清新恬淡，四周旷野小桥流水，村舍农家，俨然有序；白云寺背倚摩霄绝顶，晨钟暮鼓，萦绕天际，似玉宇广寒。景区内有朱熹隐居处、郑樵讲学处、明代抗倭古战场及历代摩岩石刻数十处。

太姥山聚万壑奇峰，藏百穴异洞，“云横断壁千层险”形成太姥山高峻挺拔的姿态。登上迎仙台，极目青天，嵯峨云海浩浩奔腾；俯仰汪洋，湍流似骏，急驰天际，使人顿生豪情。天柱峰立于累累乱石之中，巉巉千尺，直指云霄，撑起苍穹。牛背岭形似犍牛伏卧，是一处险中揽胜的极佳场所。至此，但见千尺深渊飘荡着浮云。远处山峦若孤岛沉浮、蓬莱重现，令人叹为观止。太姥山峰直逼东海，山海相依，四时之景皆备。摩霄峰似神斧斩削，峥嵘绝顶，其海拔 917 米，为 54 峰最高处；峰顶状如覆盖，故名覆鼎峰。大自然的生花妙笔，描绘出一幅奇妙、伟岸的山水画卷。在新月峰上既可观日又可赏月。拂晓曙色熹微，人们在此观看红日喷薄涌涛；入夜，光洁的月华从海底冉冉上升，使游人难分这里是人间天上、还是天上人间。

石为山之灵。瑰丽嶙峋的太姥巨石，纵卧横亘于崇山峻岭中，连绵隐现在烟云树梢间，或似人似物，或似禽似兽，惟妙惟肖，成了太姥山最有代表性的标志，对此古人早有“观止于石”之誉。绮丽绝伦的太姥石如堆如砌，千姿百态，不拘一格，可谓“圆无一相，方非一式，”既典雅厚重又简洁洗练，让人在无尽的想象天地中获得美的启迪。太姥山山石星罗棋布，它们与苍黛的茂林修竹、庄严的佛门殿堂、清幽的深潭急瀑、精致的村舍草屋共同

构成了太姥山所特有的名胜区风格。“咫尺之间，尽收千里之胜”，太姥山山石荟萃了天地间的奇观。“九鲤朝天石”，酷像九条硕大的鲤鱼从浩瀚的大海中跃起，昂首冲天。天柱峰与“仙翁对弈石”景点之间，矗立着一块巨大的石屏——“仙人锯板岩”，残阳的余辉从石屏的缝隙缕缕透过，纷纷扬扬，一片圣洁祥光；“二佛谈经石”，形神兼备，颇似两位身披袈裟的高僧，手执经卷，在云天中侃侃而谈。

太姥山的岩石还富有“人性”。伤心岩的“表情”淋漓尽致，令人叫绝，它那挺直的鼻梁、紧闭的双唇、疲惫的眼皮，呈现出整个面容的憔悴，仿佛是一位蒙受奇冤的弱女子，在默默地向游人诉说着她的苦衷。摩尼宫前的“迎仙船”，宛如大海中的一叶扁舟，在向人们发出“停棹千年欲渡谁”的叹息。

太姥山风景名胜区峰奇洞亦奇，寿星岩下将军十八洞长达七八百米，洞洞相连。青藤老树掩映洞道，随风飞散的水珠沿崖滴落。太姥山石是卓越的，不管有名无名，都在人们的心目中成了绝美的景致。

桃源洞—鳞隐——得天独厚，鬼斧神工

桃源洞—鳞隐风景名胜区，位于福建省永安市城区及城区北部。名胜区总面积为 75 平方公里。是一处以奇特地貌为主要特色、包括自然保护区、历史名城等自然景观和人文景观在内的风景名胜区。分为桃源洞、鳞隐石林、天宝岩、走马岩、永安古城等景观区。

一、桃源洞风景区

位于永安城北面 10 公里处的燕江两岸，205 国道穿行其间。景区规划面积为 50 平方公里，又分为桃源洞、百丈岩、葛里、修竹湾、栟榈山 5 处风景片，共有名胜古迹 73 处。整个景区风光旖旎，青山巍巍，碧水荡荡，巉岩嵯峨、奇怪万状。桃源洞景观属于典型的丹霞地貌，山色水光交相辉映，构成碧水丹岸的天然美景。栟榈山脚下十里栟榈潭，澄清如镜。风景区因其风光类似于晋代陶渊明理想中的桃花源而名。宋代宰相李纲曾留诗云：“ 栟榈百里远沙溪，水石称为小武夷 ”，故桃源洞景区又有“ 小武夷 ”之称。明代西郡司马陈源湛，在景区进口处绝壁上镌刻有斗大的“ 桃源洞 ”四字。岩高百寻，峰壁峭直，气势雄奇。景区中主要有洞口鲤鱼石、龟蛇镇洞桥、观音大士殿、通天亭、一线天、风洞环玉、飞来石、仙人棋盘、跨虹桥、凤冠亭、古井寒泉、望象台、象鼻岩、佛庙、叠彩台、阆风台、奇云关寨门、小尘馆 18 处景点，其中最著名者为一线天，此由悬崖断壁形成，崖隙仅呈一线，侧肩而入、累级而上，全长 120 米。明代著名旅行家徐霞客在他的游记中称：“ 未曾见若此之大而逼、远而整者。 ”景区周围还有望天龟、天柱峰、射垛峰、降仙台、步云台、仙炉峰、钟山、鼓山等许多景点。景观区内外群峰罗列，蔚为壮观，奇崖佳树，江水碧绿，景色秀丽。

二、鳞隐石林

该景观区位于永安城西北 13 公里处的大湖乡。景观区面积为 1.21 平方公里，是全国仅次于云南省路南石林的第二大石林。整个景观区分为鳞隐石林、翠云洞、寿春岩、洪云石林、十八洞、石洞寒泉六个风景片。风景区中有石峰 196 座，最高石峰 36 米。石林之外有小龙伏壁、望天星、鹦鹉岩、惊人石、双龙出洞、怪面人、水压力洞、小一线天、笔架峰等景点，其中尤以观音坐莲花、夫妻接吻石景点形态逼真、惟妙惟肖。石林内景有两大片：一为“ 别有天 ”，有石门初步、十笏山河、仙猴抱桃、地下迷宫、妙哉亭遗址等 20 个景点；二为“ 卧龙潭 ”，有吟风弄月、远眺台、揽胜窗、点额洞、独乐洞等多处景点。6 处景片在该景观区内呈蹄状分布。其景观特点是：该景观区集聚了喀斯特地貌中的层岩、溶洞、暗泉、蚀洼、钟乳以及鳞壁等特色，使景观千姿百态、幽雅别致。景观区中由石灰岩形成的石峰、石柱、石桌、石锥、石笋，参差错落，不可名状，美不胜收。鳞隐石林真可谓“ 地上石林、地下迷宫，得天独厚，鬼斧神工 ”。

三、天宝岩

为著名自然保护区，是一块集奇峰绝壁、珍稀动物之大成的宝地，总面积为 18.4 平方公里。景区中海拔超千米的山峰有 14 座。温凉湿润是保护区气候的显著特点。这里覆盖着葱笼而茂密的森林，其覆盖率达 98.8%，植物种类超过 1100 种，密林是各种野生动物的乐园。保护区给人一种静极生动、绿里透凉的感觉，令人耳聪目明、身心俱爽。

四、走马岩

地处桃源洞景区东北部，面积为 1.2 平方公里，是一块尚未开发而充满野趣的山地。这座山地景色壮观，岩平如削，陡壁面立江边，若遇大雾笼罩，更有虚无飘渺之感。山岩高 310 米，远眺近观，景色历历在目。景区有险、幽、野的特点，游人莫不为之陶醉。

五、永安古城

因其城区形似燕尾故称燕城。于明代景泰三年（公元 1452 年）设立县制，距今已有近 550 年历史。抗日战争时期曾为国民党福建省临时省会达 7 年半之久，为当时福建省政治中心和东南文化名城之一。古城内有明清时代的城堡、南北塔、红军烈士纪念碑等文物遗迹。南北塔是古城的开县塔，其南塔高 28 米，石结构，挺拔壮观。距桃源洞西北 10 公里处的贡川镇是福建现存最完整的古镇之一，镇周古城墙至今保存完好。

金湖——幽秀奇绝

金湖风景名胜区，位于福建省西北部武夷山山脉南端泰宁县境内，是金溪新湖的简称。名胜区总面积 136.5 平方公里，现有景点 180 多处，分为南会、城西、金湖、弋口、坝区等景观区。金溪是闽江上游富屯溪一大支流，迂回穿行于闽西北万山丛中。1980 年夏，金溪芦庵兴建池潭水电站，金溪水被堵截后，上游形成一个全长 60 余公里、湖面 26 平方公里的福建省最大的人工湖——金溪新湖。湖周原是千姿百态、千岩万壑的丹霞地貌，高峡出平湖后更显得钟灵毓秀。湖面浩瀚坦荡，碧波潋滟。湖中绿岛罗列，湖畔峰岩竞秀，洞壑幽深。金湖融湖光山色于一体，流泉飞瀑、山环水绕，衬以翠绿蓊郁的浩浩林海，镶以久负盛名的古刹、府第、山寨等人文景观，形成“碧水丹山、人文相映，绚丽多姿，幽秀奇绝”的独具一格的风景。

十里金湖浩浩瀚瀚，水天一色，湖中岛绿水也绿，湖岸丹岩千奇百怪，北岸双乳峰生机勃勃；东岸金龟入海、雄柱峰等活灵活现；南岸“妙龄女郎”仰卧湖间；西岸虎头寨幽谷迷津，景象万千。湖中大赤壁巍然耸立，明人说：“黄州赤壁，浪得名尔！”，该赤壁倒映如画，与黄州赤壁相比又是一种风韵。大赤壁为大山中裂一隙，两边悬崖，犹如神工一斧劈就，石色赤红如霞，气势浩然。大赤壁右有一小湖，湖水漫漫，冬春时节有大群鸳鸯来此，故名“鸳鸯湖”；入口处一悬岩如慈祥老人，人称“月老石”。湖中悬崖如一对情人，名“情侣峰”，崖边有块小石如娃娃，构成一幸福的“三口之家”。

金湖胜景多不胜数，已发现的 180 多处名胜古迹，尽置于碧水丹山之中。其中有 16 处被称为“金湖十六佳”——水天一线、幽谷问津、盘斜云径、梵宇独支、金猫浴日、虎踞雄寨、鸳鸯情绵、尚书府第、水淤悬瀑、醴泉清风、剑峰夕照、赤壁映辉、珠洒花涧、十里平湖、天台灵境、擎天一柱；前八景又称为“金湖八绝”。

1.水天一线

此景为悬崖峭壁间开裂出的一条高百余米、宽不足两米、长半公里左右的狭窄水道，只容小船擦壁缓行驶入，称水上一线天。仰望悬岩顶端双壁拱合，仅留一缝，上有蓝天一线；下视水中一脉开光。岩壁上有兰花、翠竹、古藤等点缀其间，煞是好看。

2.幽谷问津

这是一条弯弯二十四曲、长达 2 公里的水上峭壁窄缝。划船左曲右弯至水上二线天，此处一峰突兀，水道两分；俯视水中，天亦分为两线。谷中老树古藤倒挂水面，棕榈修竹成林。在此游览清幽雅绝，凡尘顿清。

3.盘斜云径

登曲径而上，但见一峰高耸入云，中间呈斜曲面切开，沿此微裂的岩隙俯身贴壁摸索着往上攀登，又有“岩隙天梯”之称。

4.梵宇独支

甘露岩隐于形似神仙的钟山、鼓山中间。岩中依坎坎岩石顺势架造甘露寺，始筑于南宋初年。该寺重檐歇山式，重楼叠阁，木质结构，建造多处且奇特，仅靠一大木柱支撑，殿阁倚势呈“品”字形，且不假片瓦，凌空而起，气势雄伟，酷似山西悬空寺。

5.金猫浴日

“金猫”昂首倦伏于十里平湖畔猫儿山巅，从湖中望去，它正竖起“双

耳”虎视东方，惟妙惟肖，形象逼真。旭日东升时，金猫倒影湖中，沐浴于灿烂阳光、粼粼碧波之中，构成一幅绝妙的“金猫浴日”图画。

6.虎踞雄寨

虎头岩酷似雄踞湖畔、俯视沧波的老虎，形势险要。相传宋元年间即有人于此占山筑寨，有巾帼寨主统寨的传说。附近有仙女池、石臼、古井、水牢等古迹。

7.鸳鸯情绵

鸳鸯湖为金湖的一部分。游船拐进鸳鸯湖时，即见湖口立一巨岩，形似手牵红线的月下老人，湖内的情侣峰更酷似一对情侣带一稚子亲密无间地依偎在一起。每年冬春之际，常有大批鸳鸯结伴栖居于此。

8.尚书府第

穿过泰宁尚书坊，沿具有明代风格的尚书巷东行，随路进入以条石铺砌的府第甬道，北为仪仗厅，“大司马”额匾高悬；府第并列五幢，一字排列，幢间以雕花门楼相隔；每幢门楼分别悬“四世一品”、“柱国少保”等匾。府第主体建筑至今保存完好。尚书府第为全国重点文物保护单位。

鸳鸯溪——天然水上乐园

鸳鸯溪风景名胜区，位于福建省东北部屏南县，西南方距县城约 40 公里。该名胜区以观赏鸳鸯、猕猴和古林木等动、植物景观为主要特色，融溪、峰、岩、瀑、洞、湖等山水景观于一体，风光旖旎多姿，雄伟壮观，有“天下第一溪”、“爱侣圣地”、“天然水上乐园”、“天然大空调”等美誉。鸳鸯溪又是我国拥有瀑布最多的风景名胜区之一，总面积为 78 平方公里，按其地理环境划分为白水洋、宜洋、叉溪、刘公岩、鸳鸯湖五个景观区。

鸳鸯溪为一条终年常流溪水，全长 18 公里左右。溪中流水急剧奔泻，南北落差 300 多米，河床宽处有 150 多米，最窄处仅米许。峭壁断崖沿岸拱立，众多的深潭、雄瀑，参差密布，形成了波平如镜、清幽雅静与波澜壮阔、气势恢宏的极大反差，使游客受到大自然的极大震撼和灵秀山水美的陶冶。鸳鸯溪两岸，除那些瀑幅较小而不知名的瀑布外，可以“指名道姓”的瀑布有上百个，百米以上的飞瀑达数十个；每逢雨季，更是千山鸣泉，万壑飞瀑，蔚为壮观。其瀑布之多、水量之丰、水态之异、水质之美、水势之壮，堪称国内之最。

鸳鸯溪的“百丈漈水帘洞”，位列全国“五大水帘洞”之首。此处系自然而真实的水帘洞，洞内确有“中华猕猴”歇息。此外，洞外的瀑水落差、瀑面幅宽以及水量之丰亦是其他水帘洞瀑布所无法比拟的。该瀑远看似瀑布，近观如水帘，流水悬落，如同一群白衣素裙的仙女联袂而下。站在瀑前，细“雨”、凉风扑面，真有不知世间阴晴冷暖之感，古人把此景命名为“漈水成烟”，可谓贴切之至。瀑下潭壁上的蛙石、龟石，神态生动逼真，惟妙惟肖。每当晴日清晨至近午，由于阳光的照射作用，看去瀑中飞虹，绚丽多彩，十分壮观。瀑潭旁边林木森然，景致清幽，空气清新。百丈漈瀑布落差达 150 余米，瀑面宽 20 多米，移动面则达 50 多米，瀑布凌空射出近 20 米，瀑下洞前形成一个大石穴，可容纳百余人。瀑布水丰时，冲力大，底下约 20 余米处又分为二级瀑和三级瀑。二级瀑布裹住岩石，如同一座白玉基座，十分华美。三级瀑注入水潭，曲折有致。百丈漈至青蝶漈，距离仅 200 余米，却多达六级瀑布。最末一级青蝶漈为百米跌落的高瀑，它似筛珠刨雪、飞花溅玉，又给人以不同的审美情趣。

位于名胜区边缘的喇叭瀑，更是别具一格。近 20 米的落差里，斜跃十一叠，瀑宽展而平缓，对面看去如同一匹白练在流水线上缓缓滑动，十分壮观。鼎潭仙宴谷由两重瀑布封前锁后，谓之“鼎潭串珠”，被誉为“国内仅有，世界罕见”的奇观。还有色潭、洞潭等雄瀑，皆雾飘百米，水势凶猛，声动天外，非同凡响。溪畔有两座浑圆的岩石与河床相邻，酷似健美的裸女出浴。位于鸳鸯溪上游的白水洋，被誉为“天下绝景”。它全长约 2 公里的河床，形成为上、中、下三个“大洋”，由完整的沉积岩所组成，面积达 4 万平方米。河床平坦，布水十分均匀而且很浅，人行其中，水深才没脚背，可在河中行驶汽车和自行车，成为举世无双的“水上广场”。在中、下洋之间的白水弧瀑，如一架巨大的滑梯，中间有条百米长的天然冲浪踏道。在这里，瀑水冲着游客，有惊而无险。冲瀑是鸳鸯溪景区中的一大富有特色的旅游项目，吸引着众多的游人。

鸳鸯溪瀑布的最大特点是：水源十分丰富，一年四季皆可观赏。即使遇到大旱季节，这里的瀑布仍然十分雄壮。鸳鸯溪名胜区中的瀑布沿溪岸密布，

游客沿河而行，可以观赏到成百个瀑布，没有“ 谢绝近观 ”之处。鸳鸯溪的各个瀑布，大部分可以容纳数千游人同时观赏。鸳鸯溪两岸多悬崖峭壁，大部分地区为原始森林所覆盖，无疑这又增添了该景区的磅礴气势。游人在鸳鸯溪两岸的森林中游览，可以吸取含有大量负离子的新鲜空气，有利于游人身体健康。因此，在鸳鸯溪景区中进行观瀑旅游和森林浴，可以养性健身。

海坛——天下奇观

海坛风景名胜区，位于福建省东南沿海、闽江口南侧。是一处以海岛为主的海滨游览胜地。海坛岛本名平潭岛，背靠大陆，面对东海。主岛面积 245.7 平方公里，为福建省第一大岛、全国第五大岛。因为主岛远望如坛，所以又名“海坛”。天然的海蚀地貌和优质的海滨沙滩形成了海坛风景名胜区的两大特色。海坛岛的海蚀地貌被称之为天然海蚀地貌博物馆。漫长的海坛岛屿海岸线上分布着许多雄奇壮丽、险峻幽深的象形岩礁，千姿百态，令人叹为观止。

海坛岛为福建省平潭县的主岛。岛势东南平坦、西北高耸。岛上多云气，故又名东岚山，亦称岚岛。岛之东北部的君山海拔 456 米，是全岛的最高点。岛屿海岸线十分曲折，多岬角和海湾。平潭素有“千礁百屿”之称，全县有大小岛屿 126 座、岩礁 648 座，而有人居住的仅 10 个岛屿，其余均处于鸟翔鱼跃的原始状态，风光旖旎，景色宜人。海坛岛与台湾的澎湖岛、广东的南澳岛形成“海中三目”。天风海涛，造就了岛上景观的神秘、雄奇和绚丽多姿。蓊蓊郁郁的森林、一望无垠蓝澄澄的大海、如锦似绣的沙滩、无处不有的奇岩，构成海坛特有的海上风光，令人陶醉，招人神往。

海坛名胜区划分为东海仙境、君山、石牌洋、南寨石景、海坛天神、三十六脚湖、龙凤头海滨浴场七片景区。名胜区内的著名景点半洋石帆、海坛天神、东海仙境被中外旅游者称为天下奇观，实为中国之最、世界罕见。

半洋石帆景点：位于海坛岛西北前海的石牌洋景区中。登上礁石岛只见两块花岗岩巨石，一高一低巍然屹立，酷似鼓风舟帆，也似石碑卓立，形象逼真。其中，一块高的有 30 余米，腰围约 40 米；另一块高约 19 米，腰围约 50 米。双石卓立万顷碧涛之中，东望如碑，南看似瓜，西视像帆，北见则似小巫见大巫。据载 400 多年以来它就一直被誉为“天下奇观”，是全国最大的一对花岗石海蚀柱。在海坛岛南部的塘屿岛的南端，有一巨型全裸状大石人，仰卧于海陆边际线上，由灰白色粗粒花岗岩组成。它头枕金色沙滩，脚抵东海碧波，双手平置于胯侧，造型奇特，体型巨大，状若天神，被誉为“海坛天神”。石人身体各部比例匀称，其头部、耳朵、喉结等均很协调；全身长 330 米，体宽 150 米，胸高 36 米，头长 33 米、宽 25 米，是世界上最大的天然花岗石球状风化造型。附近还有几十处造型逼真、千姿百态的天然海蚀美景。“东海仙境”位于海坛岛最东端，该景观亦称为“仙人井”。境内有仙人洞、仙人泉、仙人峡、仙人谷、仙人峰、仙人台、金观音等景点，因而也称为“仙人境”。仙人井深 37 米，口直径 33 米，井壁是悬崖峭壁，井底有两个洞与大海连通，小艇可以进入。这里也是海坛风景名胜中的一大奇观。

海坛岛上多沙滩，这是海坛景区中一道迷人的风景线。全岛拥有 4 大湾 40 多座优质海滨沙滩，总长逾 70 余公里，其中 2500 米长以上的沙滩就有 8 处。这些沙滩坡度适中，沙层松软细腻，沙粒均匀、纯净；这里的沙滩以新月形为主，滩面平坦、完整、洁净；沙滩大部分朝向东南，夏季盛行东南季风，徐徐清风，可以把弄潮的游客送回岸边；不论其沙滩大小，都是前有岛屿拱卫、后有绿树屏障，二者之间还有许多起伏的沙丘、沙带，层次丰富，组合优良。海坛海域既无鲨鱼之威胁，浴场内也无礁岩乱石之障碍，游人可以尽情、放松地在海中嬉戏。

海坛岛上最美景色之一要数三十六脚湖，这里很早就有“不看湖，枉进

岛 ”之说。该湖是全岛、也是福建省最大的淡水湖，湖面 1.6 平方公里。因湖湾多、有 36 个湾汊而名。湖水由岛上山泉汇集而成，与海洋仅一堤之隔。湖的另三面为山丘揽抱，湖岸依山曲折，多角多边。湖中有两小岛，大的名龙头，小的名龙尾；大岛上奇石堆垒，四周清泉喷涌；小岛上白沙出水，终年绿荆覆盖，可谓湖上一绝。东岸有巨石挺立，名风动石，高 5～6 米，每刮大风时石头微微晃动，但想要推倒它却绝非数人能为之。站在风动石上，只见四周湖光山色千姿百态，十分动人。

海坛岛上奇石景观比比皆是、惟妙惟肖，如青蛙仰头、双龟拱桥、鸡窝石蛋、海猪上滩、古鼋脱甲、石舢舨、单帆石、双乳石、仙桃石等，群景荟萃，令人目不暇接。南寨山象形山石群被喻为“ 百兽大观园 ”。登上君山二三百米高处，还可以看到山间成百上千的黑色巨石，在轻纱般的雾气中若隐若现，森森然如城堡，翘翘者如战马，高踞兀立者如将帅振臂高呼，呼拥交叠者如士卒争相拼杀，形成了一组巧夺天工的雕塑群。

冠豸——江左风流

冠豸风景名胜区，位于福建省西部龙岩地区所属的连城县。该名胜区是一处以奇特的冠豸山为中心、以周围众多的自然景观为特色的自然景观区。冠豸山旧称东田石，又名莲峰山。名胜区总面积 123 平方公里。该名胜区与福建北部另一著名的武夷山风景名胜区被称为“北夷南冠”，具有突出的丹霞地貌特征。冠豸山景区窄谷幽深，岩壁如屏，气势雄旷，状如莲花，形似豸冠，风景十分秀丽。景区内有九曲文溪绕山而过，西侧有石门岩水库。名胜区中景物集中，主要的风景点有 20 余处，摩崖石刻 39 处，还有亭、阁、寺庙、书院等各式建筑几十处，其中寿星峦、水门墙、照天烛等景点尤为罕见。

冠豸山平地兀立，不连冈而自高，不托势以自远，外直中虚，柱石挺立，奇险而幽秀。在这处山群簇丛中，有羊肠小道绕山盘曲，淙淙泉水在石底缓缓流淌，回环曲折。山中风光最佳处为苍玉峡，其山腰间筑有一半山亭，亭之西有一巨石，高壁端正，独留一面。巨石壁上有明代名儒黄公甫仿书法家颜鲁公字体而刻下的“冠豸”二字，字径数尺。在“冠豸”二字下，有清代乾隆时期的翰林朱阳镌刻的“上游第一观”。

冠豸山风景名胜区中的巨石上有流泉，垂如秋霞；昔日常有桃花片片飞上水面，故为桃花源（因其景如晋代陶渊明所撰文《桃花源记》中的情形）。过石桥后，南面有处石园，园中有洞，岩洞深邃，可容数十人。洞右边有清池一泓，称之为金字泉。泉畔耸峙两峰，峰间断开，在此仰望天空仅呈一线，称为“一线天”；泉左为五老峰，右为灵芝峰，峰壁上镌有“壁立千仞”四字。峰下昔有灵芝庵，已圮。北面有小丰山，相传唐代欧阳仙曾炼丹于此。山外石笋林立，内有一石，拔地而起，高数十丈，称为照天烛。旁为莲花洞，洞中有水渗出，风景别致。冠豸山为连城县第一胜景。

冠豸山山下有石门岩湖（为一人工水库），湖面为 300 公顷，四周水环山绕，形成山奇、水秀、谷幽、洞迷的特色。文物古迹有二邱书院、东山草堂、半云亭等 14 处古建筑；还有历代题刻多处，其中包括林则徐题匾“江左风流”等。连城县是近代史上第二次国内革命战争时期的重要根据地之一，现存有革命遗址毛泽东、朱德和苏维埃政府旧址等。

三清山——黄山姊妹山

三清山风景名胜区，位于江西省上饶地区的玉山、德兴两县境内。名胜区面积 220 多平方公里，中心景区 71 平方公里。三清山原名少华山。景区内玉京、玉虚、玉华三峰峻拔，犹如道教所尊之玉清、上清、太清三神位列其巅，故名三清山，是全国道教名山。名胜区分为三清宫、梯云岭、三洞口、玉灵观、西华台、石鼓岭、玉京峰七个景区以及龙潭瀑布、玉帘瀑布、浮玉坑三个独立景点。自古享有“高凌云汉江南第一仙峰，清绝尘嚣天下无双福地”的盛名。三清山风景名胜资源丰富，规模宏大，种类齐全，东险西奇，北秀南绝，兼具“泰山之雄伟、华山之险峻、衡山之烟云、匡庐之飞瀑”的特点。名胜区以奇峰异石、云雾佛光、苍松古树、峡谷溶洞、流泉飞瀑、云海佛光、名贵动植物、第四纪冰川遗迹等构成丰富的自然景观，被誉为“黄山姊妹山”。景区内也有众多的寺观楼阁、石雕石刻，各种景胜独具特色。据前初步统计，仅三清宫、梯云岭、玉京峰三个景观区内，就有主要景点 50 余处，景物景观 250 多处，明代建筑及遗址 50 多处，石雕石刻 230 余处。

三清山以山岳景致为主。景区峰峦林立，变幻奇妙，奇峰怪石，竞相崛起：有孤柱擎空、峻峰巍峨的玉京、玉虚、玉华三峰；有秀丽隽茂、翠叠丹崖的蓬莱、云丈、瀛峰；有形似利刃的双剑峭；一石横跨峭壁深渊的仙人桥；有如琢似雕、音韵依然的琵琶石；还有气冲斗牛、跃跃欲腾的三龙出海等。三清山有云雾变幻奇观景致，故有“烟岚足底生，云峦随天变”之说。名胜区内的云海、日出、晚霞、月夜，均为特色景观。三清山又是富泉之山，流泉飞瀑，各具姿态，其中以“彩瀑”最为奇特。较著名的还有：龙潭瀑、冰玉洞瀑、扬清瀑、二桥墩红色瀑、川桥双色瀑、庆云瀑等。奇松是三清山主要特色之一。此外，这里动、植物资源亦很丰富。植被垂直分布明显，有 1000 多个种类，其中有珍贵稀有植物黄山松、华东黄杉、华东铁杉等，原始森林覆盖率达 80%以上。三清山境内古建筑大部分为明代所建，较完整的有三清宫、演教殿、龙虎殿、纠察殿、九天应元府、王佐墓、詹碧云藏竹之所，还有西华台、飞仙台、风雷塔、天门华表牌坊、众妙千步门、冲虚百步门、扬清桥、清都吊桥、浮云桥、流霞桥、步云桥等，均为花岗岩干砌结构，有一定古建研究价值。

三清山分为南山与北山两大部分，大致以玉京峰为界。南山以梯云岭风景区为主，多奇峰怪石，三清山的主要自然风景都集中于此；北山以三清宫风景区为主，名胜古迹甚多。

一、玉京峰景区

以峰高险峻为特点，登高如入云际，步云如踏仙境，是观日出、看晚霞、瞻云雾的理想场所。玉京峰为三清山最高峰，海拔 1817 米，附近还有著名的玉虚峰、玉华峰。登上玉京峰可观三清山全景。如遇云海，则诸峰似海岛，美不胜收。自三清宫有小路通达玉京峰顶，沿途可饱览云山风光。

二、梯云岭景区

以奇峰怪石称绝。景区内有上下等粗、中间细、似横空出世、额立云天、高 126 米的“巨蟒出山”峰；有高 80 米、形如现代女性屈腿而坐、亦似仙女再现、栩栩如生、端庄美丽的“女神峰”；还有仙境忽出、南海重生的“观音听琵琶”峰。此三峰被誉为三清山“三绝”。该景区中还有观音桥、谯楼峰、梯云岩、玉台、点将台、三龙出海、万笏指天、狐狸偷鸡、送子出征、

天门峰、火炮峰、企鹅石、熊峰、盘蛇峰、奇秀峰、小巨蟒峰等多处景观。梯云岭景区的奇峰怪石，集中了三清山大部分自然景观的精华，令人称绝。

三、三清宫景区

以其粗犷、古朴、独特的古建筑著称。宫中有石雕神像、石刻、碑文、楹联等。附近有成片黄山松以及名贵的高山花卉。三清宫周围有风门、蹑云岭、结须岩、王佐墓等人文景观，还有众多的奇峰异石等自然景观，共同构成三清宫景区。

四、西华台景区

该景区内有老子看经峰、响水坑瀑布、步云桥、一线天、登汉路、西华台等十多个景点。还有万亩以上保护完好的原始森林，林中有列入国家保护的珍稀动、植物达数十种，其中著名的华东黄杉即达 6000 多亩，还有稀有花卉天女花 900 余株以及野猴、娃娃鱼、三音鸟等多种珍稀动物。

五、玉灵观景区

该景区亦名“山羊床”，是三清山风景名胜区中的天然植物园。因景区坐落在海拔千米以上的高山大岭中，雨量充沛，空气湿润，各种植物繁茂，动物资源亦十分丰富。该景观区内已经鉴定的植物有 157 科、1080 种，动物达 800 多种。此外，还有耸立的石林、石砚瀑布、三叠瀑布、小龙潭、吊桥、玉灵观、冰玉洞、金沙等景点。

胶东半岛海滨——蓬莱仙境

胶东半岛海滨风景名胜区，位于山东省胶东半岛东北部，包括陆上烟台蓬莱和威海成山头两片景区及海上长山岛、黑山岛、庙岛、刘公岛、养马岛等岛屿。名胜区内自然景观幽美秀丽，海湾岬角曲折多姿，地形起伏，林木繁茂，岛屿众多，海蚀地貌和天然群雕怪石嶙峋；蓬莱以“海市蜃楼”驰名中外，长岛有“海上仙岛”之称，成山头是我国东部“天涯海角”，地势险要。这里人文景观十分丰富，蓬莱水城是国内保护完好的古代海军基地；水城西北丹崖山巅的蓬莱阁，面海凌空，气势雄伟，是神话里“八仙过海”的地方；威海刘公岛是我国著名海上军事重镇，清末北洋水师曾在此建立基地；还有秦始皇两次登临成山头留下来的众多古迹，使这里成为历代著名的风景名胜地。

胶东半岛海滨景区中最主要的景观分区有：

一、烟台蓬莱景区

烟台为山东著名而美丽的海滨城市，三面环山，一面向海。烟台及附近有烟台山、东西炮台、雨岱山等著名景点；碧海上有芝罘岛、崆峒岛等名胜；山海间有毓璜顶等景点。登上毓璜顶小蓬莱阁，南望群山峰岭攒簇，千岩竞秀；北眺大海岬湾相间，碧波万顷。市区西北 9 公里处的芝罘岛三面环海，一面仅一径与陆地相连，形若灵芝。碧海翠峦，如凌太虚，登高观日，尤称奇观；烟台山与芝罘岛隔海相望。因岛在海中，亦名海洋岛。岛山上绿树葱茏，山下礁石罗列，观海听涛，别具情趣。夏季气候凉爽，是避暑胜地。位于烟台北部的蓬莱县城北丹崖山之巅，有一处殿阁楼台凌空而起，四周云烟缭绕，宛如仙宫琼阁。登临其上，北望庙岛列岛虚无缥缈，万顷碧波水天一色，常有海市蜃楼奇观出现，这就是古代传说中著名的蓬莱仙境，又称蓬莱阁。其主体建筑始建于北宋，后有扩建。阁楼重檐歇山顶，通高 15 米，四周绕以回廊，上悬“蓬莱阁”金字匾额。阁南有三清殿、吕祖殿、天后宫、龙王宫、观澜台等，高低错落有致，与蓬莱阁浑然一体，统称蓬莱阁。蓬莱水城与蓬莱阁相邻，四周城墙浑厚，有水门与外海相连，设计巧妙，是我国古代海防要塞。

二、威海成山头景区

位于胶东半岛最东端，地属荣城市，为成山头尽头的一座山峰。该景区三面环海，形同卧龙翘首，地势险要。附近海底礁石林立，水流湍急，波涛翻滚，人称“艄公愁”。相传秦始皇东巡时，曾两次登临成山头，留下了许多遗迹和传说。成山头东端有一高 1.85 米的石碑，上镌“天尽头”三字；碑西有观海亭，置身于此，远眺浩瀚大海一望无垠，俯瞰断崖之下惊涛翻滚，确有天尽头之感。观海亭北侧为成山头航标灯站，灯塔高达 16.3 米，塔顶灯光射程为 21 海里。海边响马崖下有天然巨石 4 块，随潮水涨落时隐时现，有如一排桥桩，相传为秦始皇当年入海求仙时所建，后人称为“秦桥遗址”。成山头南峰有残碣一块，字迹不可辨识，亦传为秦始皇时遗物，成山头西部还有清代建筑的日主庙和天后宫，俗称始皇庙，内存光绪御赐的邓世昌壮节公碑。庙南有一水泥门坊，造型新颖，称东天门，为进入成山头景区大门。

三、长山岛自然旅游区

由庙岛、南北长山岛、大小竹岛、黑山岛、砣矶岛、南北隍城岛等 20 多个岛屿共同组成，亦称之为庙岛列岛，自南向北延伸 120 公里。区内主要

景点有半月湾、宝塔礁、钓鱼礁、弥陀礁、镜石洞、庙岛天后宫等。春秋两季，各种候鸟前来栖身，山林之佳境成为鸟的世界。岛上文物很丰富，有旧石器时代的打制石器，有大汶口文化、龙山文化以及周朝时期的文物，有历代向天后宫海神娘娘进香供奉的各种船舶模型等。半月湾是北长山岛北一小海湾，长 1 公里，状如新月。湾内波平浪缓，滩上卵石圆润晶莹，五彩斑斓。游人漫步海滩，如同进入清新的珠宝世界，俯拾美玉玛瑙般各色小石丸，别有情趣。

四、刘公岛

位于威海市东部海面上约 4 公里处。横卧威海港口中央，和威海城唇齿相依，形成一天然屏障，自古以来均为海防重镇，清末北洋水师设提督署于此。刘公岛实为海中一座山，主峰旗顶山海拔 152 米，山顶上古炮台建筑以及旗杆石座至今犹存。旗顶山东部有古炮台 3 座，山之西部有古炮台 2 座，共拥有大炮 62 门，与隔海相望的威海和日岛上的古炮台互相呼应，共同组成严密的防御体系。1894 年中日甲午海战，北洋水师与日本侵略者鏖战于黄海上，为近代史书谱写了壮烈的一页。

中南地区

中南地区以桂林、广州为中心，包括河南、湖北、湖南、广东、海南五省和广西壮族自治区。属亚热带季风性湿润气候，降雨充沛，冬暖夏热，四季皆可游赏。区内尤以河南的古都、广西的岩溶地貌、广东和海南的热带风光与湖北、湖南的名山、湖泊为胜。

武汉东湖——都市桃园

武汉东湖风景名胜区，位于湖北省武汉市东部，由以东湖为中心的 10 多个湖泊组成。名胜区面积 87 平方公里，其中水面 33 平方公里。这一谧静空灵的仙境与繁华喧闹的市区相比，仿佛一座巨大的“ 市内桃园 ”。湖水浩渺明净，岸线曲折，长达 111.5 公里，港汊交错，素有 99 湾之说（实有 120 多汊湾），且一半环绕于 34 座山峰畔。湖岸楼塔亭阁，绿树掩映，桥榭坞轩，苗秀花芳，一派锦绣大地、满园春色景象。湖面碧波万顷，水鸟出没，游船往来，渔舟荡漾。临岸眺望，优美山水风光，令人心旷神怡。湖岸水杉垂柳，吞吐奇丽，加之大湖之外连小湖，小湖左右又连湖，湖湖相连莫穷其尽。湿润的气候孕育出丰富的植物资源。名胜区内有各类树木 250 多种、270 余万株，名贵类十余种。其特色花卉中，最著名的是梅花和荷花，仅种类即分别有 140 多种和 300 多种，为全国之最，为此国家在这里建立了“ 梅花研究中心 ”和“ 荷花研究中心 ”。在东湖游览，四季景色各异，放眼望去，美景尽收。湖北为古楚腹地，东湖地区建成了一批以楚文化为内涵的风景名胜景点；还有其他文化景点多处。秀丽的山水、丰富的植被、浓郁的文化风情和别致的园中园为东湖的四大特色景观。东湖风景名胜区依其自然环境分为听涛、落雁、白马、吹笛、磨山、珞洪六个分景区。

一、听涛区

位于东湖西北一带，是东湖主要游览区。景区草木葱笼，亭阁错落。行吟阁是为纪念我国战国时期著名诗人屈原而建的，坐落在一圆形小岛上，由荷风桥、落羽桥与湖岸相连接，是一座仿古建筑。阁势飞檐翘角，四角攒尖顶，通高 22.5 米，可登阁凭眺东湖胜景。阁前竖有屈原全身塑像。阁周层台点缀秀木异卉，小岛周边棕榈苍青，垂柳依依。九女墩纪念碑是为纪念太平天国军中保卫武昌的九位女烈士而建的坟墓。湖心岛上有湖光阁，俗称湖心亭；亭高 19 米，四周树木苍翠，花坛玲珑；阁前建有码头；登临阁楼，湖光山色尽收眼底。泛舟湖中，沙石隐现，水鸟嬉戏，一派泽国风光。濒湖画廊长 85 米，翠瓦朱楹，台栏典雅，门窗宽敞，颇显秀丽。廊后设屈原纪念馆。梨园为东湖主要园林之一；长天楼位于园东，绿瓦飞檐结构，宫殿形式，主楼壮观，设计精妙。登楼远眺，万顷碧波，欲接蓝天，大有“ 秋水共长天一色 ”之感。楼左为鲁迅广场，四季芳草如茵，周植水杉成林，郁郁葱葱。

二、珞洪区

即珞珈山和洪山景区。珞珈山又名罗珈山，山势巍峨，东西横亘，冈峦林立，花木葱郁，建筑明丽，湖光山色，交相生辉，为一优美胜景区。主峰 118.5 米。景区东部山麓高低起伏，逶迤曲折，湖水击岸，喷珠溅玉；西部是全国享有盛誉的武汉大学所在地。这里的建筑依山造势，阁檐飞翘，庄重典雅。每年三四月，山南樱花盛开，游人如织；山腰佳木奇花交碧织锦，山顶林木密布；山上小径回绕，异鸟时鸣。洪山是东湖景区内名胜古迹的集中地，也是东湖景区的游览胜地之一。山景巍峨含秀，林木茂密，寺观亭阁，金碧相映，风光异常优美。山上峰石奇丽，流水曲幽。崖洞泉井，雅丽交辉；碑光塔影，古粹夺目，四季游人不绝。景区内有建于清代后期的宝通禅寺，有清代重修的灵济宝塔，有建于宋代的福寺塔，还有法界宫、华严洞、白龙泉等古迹名胜；另有庚子烈士墓、北伐官兵墓、“ 二七 ”大罢工领导人之一的施洋烈士墓等革命遗迹。

三、磨山区

因山峰形圆如磨盘得名。位于东湖西南岸，是沿湖群山中的主要山脉。磨山三面环水、六峰逶迤，长达 4 公里，巍峨秀丽。山上松林苍翠，曲径环绕，奇石古洞遍布。山顶有朱碑亭，亭前石碑上镌刻朱德手书“东湖暂让西湖好，今后将比西湖强”的名句。登上山顶，十里长湖、八里磨山美景尽收眼底，园林花圃一览无遗。植物园内奇花异草、佳木古松、假山石景和树根盆景近千种，是游人必到之处。磨山区四季花木繁茂，春兰、夏荷、秋桂、冬柏都很有名，从热带植物到高山植物，品种繁多。这里还有新建的楚文化区，其主要景点有楚城、楚辞轩、楚市、楚天台、风标、祝融（中国的火神）观星等景点。

四、吹笛区

位于名胜区东南部，北与磨山景区相望。区内风光优美。这个观光区内的马鞍山为东湖一带的最高山，海拔 135.6 米，全山面积约在 2 平方公里左右。风和日丽时到此登山，别有情趣。濒临湖边的还有吹笛山，海拔 74.5 米，位于东湖最东南角，面积 0.5 平方公里。相传明代朱元璋的第六子朱桢受封在武昌时，曾在此山上吹过笛子，因而得此山名。区内还有庙湾山、峡山等景观点。

五、落雁区

位于名胜区东北部。有小堤与磨山相连。该景区内空旷辽阔，环境幽静，港汊交错，丘陵起伏，山水交融，旖旎多姿，这一带是候鸟迁徙时经常停息的地方；各种水鸟时而聚集成群，时而振翼高飞，盘旋于广阔的湖面，蔚为壮观。在一块突出湖面的小洲上建有清河桥，桥后是鼓架山，相传这里曾是先秦古战场。该区目前正处于加紧开发时期。

六、白马区

位于名胜区北部。主要景观点目前仅开发出白马洲。此洲四面环水，与小龟山、飞蛾山隔岸相对，环境幽雅。湖面有一土堆传为三国时鲁肃的马冢，称为白马冢，此洲亦因此得名，称白马洲或陷马洲。该区开阔幽静，目前为一片疗养区。

七、其他景点

东湖四岸景色各具特点：东岸丛林飞翠，为疗养佳境；南岸山峦吐秀，校舍林立；西岸几近城内，景色集中；北岸荻芦含碧，渔舍井然。周围还有楚王、屈原、刘备、关羽、李白、岳飞等名人遗迹。重建的黄鹤楼共五层，高 51.4 米，比清代同治年间修建的最后一座黄鹤楼高近一倍，建筑保持了独特的民族风格。武昌大东门旁的长春观是武汉著名道教胜地，观内现存殿堂楼阁为清代建筑。

嵩山——横卧的中原巨人

嵩山风景名胜区，位于河南省登封县，与山东泰山、湖南衡山、陕西华山、山西恒山并称我国著名“五岳”，其为中岳。嵩山古称外方，夏商称嵩高山，西周称岳山，东周称中岳，五代及以后称为中岳嵩山。嵩山由太室山、少室山两组山峰组成，雄峙中原，群峰耸立，屋峦叠嶂。嵩山东西绵延约 60 余公里。太室山主峰海拔 1440 米；少室山主峰玉寨峰海拔 1512 米，是嵩山的最高峰。名胜区规划面积 151.38 平方公里，包括少林寺、中岳庙、嵩阳书院、观星台、三皇寨五个景观区。嵩山地处古都汴（开封）、洛（洛阳）之间，自古为文人荟萃之地，留有大量名胜古迹，如我国现存最古的嵩岳寺塔，太室、少室、启母三汉阙等。据载，嵩山为黄帝命名，尧时改名外方，舜时称中岳。嵩山共有 72 峰，其中东太室山 36 峰，西少室山亦 36 峰。山势挺拔、磅礴，峰峦起伏，像横卧的中原巨人，有“嵩山如卧”之说。

一、少林寺及塔林

位于嵩山西麓，距登封县城西北 12 公里。少林寺面对少室山，背依五乳峰，因坐落于少室山山阴的茂密树林中，故名。寺庙始建于北魏，后寺院逐渐扩大，僧徒增多，名噪一时，成为驰名中外的大佛寺，有“天下第一名刹”之誉。寺庙占地约 36 公顷，殿台楼阁千余间，并拥有田地近千公顷。明代是少林寺的鼎盛时期。民国时期军阀石友三纵火焚烧少林寺，一些主要建筑和文物俱成灰烬。新中国建立后对少林寺进行大力修葺，使寺院面貌大为改观。现存寺院为七进，总面积约为 3 公顷，主要建筑仍多系明清两代所建：山门额横匾“少林寺”系清康熙亲书，门后甬道两旁有唐、宋以后石刻 50 余座，称为少林寺碑林；天王殿已重修，内有四大天王像；大雄宝殿于 1986 年重建，殿内柱础均为雕刻的高 1 米多的石狮；藏经阁遗址前后，除钟楼遗址上放重 5.5 吨金代大铁钟、神座上放明代铸造的地藏王铁像以及明代大石磨和重 650 公斤大铁锅以外，还有唐太宗御书碑，下刻裴漼撰书的少林寺碑，另有东、西配殿、方丈室、达摩亭、千佛殿、白衣殿、地藏殿、拳谱堂、碑廊等建筑。少林寺西面约 300 余米处，是少林寺历代和尚的坟墓，占地约 1.4 公顷，现存有唐代至清代各代砖、石墓塔 240 余座，是我国现存最大的墓塔群。塔层 1～7 级，最高约 15 米，大都有雕刻和塔铭题记。关于“塔林”的介绍，详见本套丛书《胜地游踪》分册。

二、中岳庙

在太室山南麓黄盖峰下，西距登封县城约 4 公里，是历代封建统治者祭祀山神的地方，也是我国最早的道教庙宇之一。秦代在嵩山建太室祠，汉武帝时加以扩建，北魏改称中岳庙。庙址曾有多次变迁，至唐玄宗初年（公元 712 年）定于现址，历代均有修葺。现存庙宇为清代依北京故宫形式重修后的规模。沿庙宇中轴线依次而上，有中华门、遥参亭、天中阁、配天作镇坊、崇圣门、化三门、峻极门、崧高峻极坊、中岳大殿、寝殿、御书楼十一进，前后长达数百米。现存楼、阁、宫、殿等建筑 400 余间，占地面积 10 多万平方米。建筑宏伟，布局严谨，是我国大型寺庙建筑群之一。中岳庙内保存着石刻碑碣及金属铸器百余件，有魏碑、唐碣、宋金“四状元”碑、宋金庙图碑，宋代铸铁人、铁狮子等。其中北魏的中岳嵩山高灵庙之碑，笔力遒劲，是古代书法艺术的珍品。北宋治平元年（公元 1064 年）铸造的四尊铁人，高约 3 米，姿态雄健，栩栩如生，是我国现存铁人中的精品。庙内尚有唐宋以

来的古柏 30 余株，庙门还有两尊汉代雕像。中岳庙现为国家级重点文物保护单位。

三、嵩阳书院

原名嵩阳寺，位于嵩山南麓，距登封县城 4 公里。始建于北魏太和八年（公元 484 年）。隋改为嵩阳观，唐改为奉天宫，五代后周时名太乙书院，宋改名太室书院和嵩阳书院。与河南商丘的睢阳书院、湖南的岳麓书院、江西的白鹿洞书院并称我国四大书院。书院建筑与寺院不同，多是滚脊歇山式房屋，覆以灰色简瓦，古朴雅致。现有房舍 100 多间，建筑面积约 1 万平方米，环境清雅，景色宜人。清代康熙年间规模又加扩大，建有先圣殿、先贤祠、三贤祠、丽泽堂、藏书楼、道统祠、博统斋、敬义斋等。北宋理学大师程颢、程颐等曾在此讲学。书院内有汉封“ 将军 ”的周代柏树两株，树龄约在 3000 年以上，是目前我国最大最古的柏树。院 外两侧有唐代天宝三年（公元 744 年）刻立的“ 大唐嵩阳观纪圣德感应之颂 ”碑 1 通，高 9 米，宽 2.04 米，厚 1.05 米，为嵩山地区最大的石碑。

四、观星台

位于登封县城东南 15 公里处的周公庙内，距郑州市 60 公里。为元初至元十三年（公元 1276 年）著名天文学家郭守敬创建，是我国现存最古的天文台之一。郭守敬利用建筑的针孔成像原理，通过高表测影，推算出一个回归年为 365.2419 天，每年实际仅差 26 秒，与世界通用的“ 格里高利历 ”相比早 300 年。此台为砖石混合结构，由台身和量天尺两部分组成。平面呈方形，下大上小，台高 9.46 米，上为长方形，下为正方形，连同明代增建的台顶小室，通高 12.62 米。两边有对称梯道，可以从台后盘桓而上。台上四周有拦墙。台身北部有垂直的凹槽，凹槽向北为石圭，即俗称的“ 量天尺 ”，由 36 块方青石平铺而成，长 31.19 米。通过日影在量天尺上的投射，可以观测天体的运行变化。观星台在天文史和建筑史上都有很高的价值，是我国重点文物保护单位。

五、其他景点

除上述景点外，嵩山风景名胜区有八大胜景：嵩门待月、轘辕早行、颍水春耕、箕阴避暑、石淙会饮、玉溪垂钓、少室晴雪和卢崖瀑布。还有建于东汉时期的太室阙、少室阙、启母阙（合称为汉三阙），是研究古代建筑、雕刻、书法等的珍贵实物，有很高的史料价值；此外，还有法王寺、会善寺、初祖庵、二祖庵、达摩洞、启母石、老母洞、永泰寺等人文景观和石淙河、迎宾石佛、仙人采药等自然景观。这里，一向被中外人士誉为“ 文物荟萃之地 ”。

鸡公山——云中公园

鸡公山风景名胜区，位于河南省信阳市南，为低山丘陵风景，是本世纪初发展起来的避暑游览胜地。山岭苍翠秀丽，报晓峰最高处海拔 767.5 米，形似引颈啼鸣的雄鸡，矗立于群山之中。鸡公山地处我国南北植物过渡带，雨量充沛，气候宜人，植物繁茂。山顶夏季平均气温为 24℃，凉爽宜人。云海、日出、飞瀑、流泉，四季景色变化多端。鸡公山地处鄂豫两省之间，素有“青分楚豫，气压嵩衡”之称。名胜区中山势奇伟，泉清林翠，气候独特，时有风生风息，常见云起云飞，故有“云中公园”之称。因地处亚热带与暖温带交接地，即使三伏盛夏也是凉风习习，如临仙境，有“三伏盛夏，午前如春，午后如秋，夜如初冬”之说。山上奇峰异石，山峦谷坡；泉溪瀑布，池潭碧水；奇花异草，竹茂林密；珍禽异兽，种类繁多；亭台楼榭，各具特色。名胜区总面积为 95 平方公里，其中精华游览区面积 27 平方公里。按其景观特色，主要景观区划分为中心游览区、东沟溪瀑区、动植物观赏区和旅游服务区四片。

一、中心游览区

位于名胜区中心，面积 5 平方公里，平均海拔约 710 米。本区主景首推报晓峰，其为游人必登之地。登峰远眺，但见群山逶迤，层峦叠障，尽收眼底；云海风涛，飘渺无际，回荡足下；旭日朝霞，晴空万里，令人骋怀游目；夕照余辉，烟树千村，使人舒啸浩歌；悬崖突兀，绝壁峥嵘，堪称千姿百态；奇峰嶙峋，怪石崚嶒，竟夸鬼斧神工。本区人文景观亦可与自然景观相媲美。几百幢西式别墅因山借景，就地成形，呼应有声，顾盼生情，各具一格。南、北街景，颇具特色。中心区是以远眺为特色的山石峰峦景观，视线开阔、气象万千，令人心胸舒展，其风格表现为一个“旷”字。名胜区中的大部分洋楼别墅和全鸡公山风景线中的 6 个游览小区均集中于这个中心游览区中。

1.颐庐游览小区

主要景点有宝剑石、宝剑山口牌房大门、小动物园、南北街、鹰蹬石、大小颐庐（志气楼）、鸡鸣亭、凤仪亭等。大小颐庐为两幢形状相同的别墅，顶部筑有覆钟式塔，遍施彩绘，巍峨壮观，民国早年旧军人在洋人横行华夏、霸占鸡公山时，为蔑视洋人气焰强行建筑而成，给中华民族争了气，后人誉为“志气楼”。南北街为山上主要居民区，形成于清末，处地风景优美，有“天街”之誉。

2.月湖—逍夏园游览小区

主要景点有月湖、红娘寨、逍夏园、南池心亭、樱花园、马歇尔楼、韩复榘墓等。月湖位于南街南端，状如一勾新月，为一人工小湖。此处天然胜景与人文景观融为一体，构成一幅绚丽多彩的湖光山色图，真乃“月下飞天镜，高峡出平湖。”月湖美景能让游客意兴勃勃、浮想联翩。

3.报晓峰游览小区

主要景点有报晓峰、鹰嘴石、石刻、灵化山和灵化寺遗址、拴马桩等。报晓峰亦名鸡公头等，突兀峥嵘，四周群山环抱，自古以来引得众多人士为之倾倒。该峰挺拔峭险，雄伟壮观，是全山的“景最”，凡登山者，必亲临一览；又是全山最佳远眺点，是观日出、晚霞、云海、佛光的好地方。

4.南岗游览小区

主要景点有红叶景点、美人池、泻红涧、美龄舞厅、防空洞、蒋介石旧

居、汇景亭、逍心亭、盆景园（花房）、观鸡亭、双立石、恋爱石、狼牙石、汉白玉雄鸡石雕、活佛寺、西人浴池（三潭映月）等。

5.小鸡头游览小区

主要景点景物有小鸡头、龟石、蛇石、鸳鸯石、“北伐战场”石刻等。小鸡头亦称骆驼峰、母鸡头等名，距报晓峰南 1 公里，峰顶海拔 724 米。与鸡公头南北对峙；北部突露，荆棘丛生，山形陡峭，岭脊起伏，形似骆驼，故名。站在鸡公头顶远眺，其状如母鸡卧在绿荫石畔；游客们往往戏称它是来给公鸡作伴的。在此遥望鸡公头，鸡嘴朝北，形象逼真；俯视云雾缭绕的亭台楼阁，错落有致，犹如海市蜃楼，一派仙境。

6.北岗游览小区

主要景点景物有小教堂、宝剑山、宝剑溪、红石、宝剑泉、美文学校旧址、公会堂、瑞典学校旧址、母子亭、叶帅旧居、北荷花池和池心亭等。

二、东沟溪瀑观赏区

位于名胜区东侧，面积 6.2 平方公里，全长 10 余公里，贯穿豫鄂两省。其沟为两山夹峙，中为溪谷，瀑布飞悬，溪水潺潺。鸡公山有瀑布 3 群 22 处，东沟就占 2 群 19 处之多。“山腰石罅尽喷泉，万斛明珠一线穿”，就是前人对东沟瀑布群的描述。此区是以探源寻幽为特色的溪泉谷瀑景观，视线郁闭，幽深静谧，令人神清气爽，有入世外桃源而超凡脱俗之感，其风格突出一个“奥”字。

三、动植物观赏区

位于中心区与旅游镇（金鸡镇）之间的环山地带，系生态保护区，面积 14.6 平方公里。区内有登山便道一条，长约 3 公里，是从前山徒步登山观景的主要便道。此道坡陡路窄，穿绕于崖壁之间，沿途石景及遗迹较多，著名的摩崖八字石刻“青分楚豫，气压嵩衡”即在其中。沿此道攀登，有步移景异、不断变化之妙。

四、旅游服务区

位于鸡公山西麓、京广铁路与京广公路之间的一个梭形地带，海拔平均在 160～200 米之间，面积 1.2 平方公里。此处地势平坦，是游客登山必由之路和食宿购物之所，现已形成街道雏形，暂名“金鸡镇”。

王屋山—云台山——九州名山

王屋山—云台山风景名胜区，位于河南省西北部地区，为一由两处旅游名山所共同组成的著名风景名胜区，总面积 265 平方公里。其中王屋山位于济源市，面积 210 平方公里，它不仅是古代寓言中提及的大山，而且是实实在在的千古名山，在中国最早的地理志《禹贡》中，王屋山已与昆仑山、泰山等并称为九州名山。云台山位于焦作市修武县境内，因山势险峻、峰壑之间常有云雾缭绕，故名。景区面积 55 平方公里，有茱萸峰、老潭沟、小寨沟、红龙沟、叠彩洞、温盘峪、百家岩、子房湖八大景点。

一、王屋山风景区

王屋山山峦起伏，高大雄奇，主峰天坛山海拔 1715 米，素有“ 太行之脊 ”、“ 擎天之柱 ”的美誉。景区内山势陡峻、沟壑幽深，既有阳刚雄健之美，又隐含秀丽幽静之姿。沟谷之间，飞瀑流泉，急湍回流，深潭清沼，奇峰怪石，令人目不暇接。主峰下太乙池潜流地下百里后在济渎庙复出，为古“ 四渎 ”（江河淮济）之一的济水之源。垂簪峰下的王母洞，是“ 天下第一洞天 ”、“ 清虚小有之天 ”所在。

王屋山地处暖温带，气候温暖湿润，阳光明媚，林木丰茂。景区大部覆盖原始次生林，动植物种类繁多，有龙凤柏、七叶菩提树、北方红豆杉、连香树、领春木、青檀等名贵植物；有猕猴、大鲵、红腹锦鸡等珍稀动物。春天群芳争艳，夏季漫山凝碧，仲秋红叶遍野，冬日银装素裹。其红叶景观区面积方圆 500 里，实为天下一绝。不仅北京“ 香山红叶 ”不能与之相比，就是被誉为“ 大花园 ”的皖南山区也不多见。

王屋山历史悠久。早年是我国道教九大名山之一，道教“ 天下第一洞天 ”所在。这里作为华夏文化发祥地之一，数千年来，以一种无形的精神力量，激励着中华儿女开拓前进。王屋山风光雄秀，交通便捷，不但离洛阳、开封古都很近，且处于四岳中心：东为泰山、南为嵩山、西为华山、北为恒山。登王屋山游览，不仅可观赏自然之美，而且还可探求科学之知，实为一举多得。

二、云台山风景区

云台山以山称奇，整个景区有奇峰秀岭 36 座。主峰茱萸峰海拔 1304 米，四周有杜鹃峰、铧尖峰、翠屏峰、三秀峰、牡丹峰等。山险处千仞壁立，雄奇处莽莽苍苍，秀美处纤巧婉约，幽深处空谷传音。踏千阶云梯栈道登上茱萸峰顶，群峰似涛在游人脚下起伏，彩云如带在身边飘荡。北望太行深处，山峰连绵不见尽头，南望怀川平原，沃野千里田园如棋；远处黄河似金色长龙，蜿蜒东去，观之令人心旷神怡。

云台山以水为胜，素以“ 三步一泉，五步一瀑，十步一潭 ”著称。云台天瀑落差 314 米，为全国最高瀑布，犹如擎天玉柱，蔚为壮观。景区内还有天门瀑布、白龙潭瀑布、黑龙潭瀑布、丫字瀑布等等。另有多孔泉、珍珠泉、王烈泉、明月泉等众多水泉。它们或潜伏于岩间石缝，或雄踞于陡岩峭壁，或潺潺细流，或滔滔奔涌，给山峦带来生机，给游人送来甘甜。

云台山历史悠久，人文景观丰富。汉献帝刘协曾在此避暑；晋时“ 竹林七贤 ”曾隐居于此 20 年；北齐稠禅师在这里建寺；唐代药王孙思邈曾在茱萸峰采药炼丹；唐代著名诗人王维游此后写下千古绝唱：“ 独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。 ”据考察，云台山在

东汉时为帝王青睐，魏晋时被名士经营，唐宋时为佛教开发，明清则为众多文人墨客集聚。

纵观景区既有大山阳刚之气，又有流水阴柔之美，被称为“苍茫雄劲，神奥深蕴；云根生性，泉瀑撩心；混蒙质朴，外旷内幽；云岚蔚然，山水清音。”

大洪山——中原之枢，江汉之塞

大洪山风景名胜区，位于湖北省随州市和钟祥、京山县交界处。主峰海拔 1036 米。景区面积 330 平方公里。古称绿林山，西汉末绿林起义军即起兵于此。因水出其阴，亦称涣山。后因山中每年泛洪水，殃及下游，则人称之谓大洪山。其山势兼有北方山脉的雄健与南方山脉的灵秀。桂林的岩洞、庐山的凉爽、黄山的苍松、泰山的险峻等，大洪山不仅兼而有之，而且大有超过之势。大洪山为中原之枢、江汉之塞，历代兵家视为必争之地。这处名胜区以其峰峦秀迤、幽泉涌沸、山势雄伟、突兀壁立、层峦叠嶂、巍峨争雄之如画卷的自然风光跻身于名山之列。全名胜区现分成 11 个景观分区，有景点 97 处，各种景物、景观计 3410 个，主要的有 99 泉、96 峰、61 岩、52 溪、42 湖、百洞十瀑、九庙七寺五道观等等。

大洪山景区内森林莽莽，植被繁茂，古木参天，珍禽异兽、奇花异木数不胜数，有“苍松翠柏长生地”的赞誉，是一处天然森林公园。这里有千年银杏、洪山楠木等世界上称之为活化石的树种，还有香果树、子弹树、灯台树、红茴香树、白玉兰、苦果、青檀等数十种湖北省名贵稀有树种；景区内有成片的杜鹃、满山的兰蕙等数百种奇花异草。另有水獭、羚羊、獐子、金线龟等稀有动物。尤其是娃娃鱼，数量之多、重量之大，令人叹为观止。

大洪山景区内山峰鼎立，突兀耸峙，属石灰岩地质，溶洞多达上百个。在主峰宝珠峰周围已发掘的仙人洞、双门洞、黄岩洞、小泉洞、二王洞、小洞、娥皇洞等，不仅各洞之间均相距不远，且有不少溶洞洞廊高大奇特，雄伟壮观；洞内钟乳悬挂，千姿百态，宛若迷宫。诸洞中尤以仙人洞、二王洞、双门洞著名：仙人洞深不可测，以轩敞著称，几个大厅可容万人；二王洞景致多且集中，玲珑剔透，绚丽多彩；双门洞中的“莲花宝塔”高达 30 米，粗处十人围，雄姿纷呈，形象生动，被誉为“天下奇观”。据志载：大洪山有泉 72 处，其中著名的有黄龙池、白龙池、琵琶湖、新阳温泉、珍珠泉、万寿泉等 18 处，各具特色。位于大洪山顶峰的黄龙池，泉水清澈醇酣，可供千人饮用，此水的由来目前尚属奥秘。白龙池碧绿澄清，广大两顷，镶嵌在海拔 800 米高处，享有“鄂中瑶池”之誉。新阳温泉常年水温 37℃，可供百人沐浴。琵琶湖面积万亩，湖光山色、风景诱人。落差 100 余米的柳门口四叠飞瀑，在华中地区实为罕见。景区内还有智慧泉、珍珠泉、牡丹泉、万寿泉等水景。

大洪山人文资源十分丰富，有众多古迹，与随州古城及周围的各文物古迹交相辉映，相得益彰。山顶的灵峰寺，为唐朝名僧慈忍禅师结庐处，唐文宗赐额曰“幽济禅院”，现存遗迹；明代称为“楚天望刹”，清人撰有“汉东地阔无双院，楚北天空第一峰”楹联。在白龙池等处，留有汉和六年“院前巨釜意明月，山外悬钩钓白龙”、“苍松翠柏长生地，绿水青山古洞天”等许多石刻碑文，不少文人墨客在这里寻幽访古，慕景抒怀，留下了大量诗刻。区内保存有“屈家岭”、“冷坡垭”等新石器文化遗址，绿林军起义的古战场遗址，随州曾侯乙墓编钟、明嘉靖皇帝之父墓陵以及第二次国内革命战争旧址等大量文物古迹。其皇陵又名显陵，位于钟祥城北 7.5 公里处，系明嘉靖帝生父朱佑杭及生母蒋氏合葬墓。陵园占地 180 余公顷，是目前发现规模最大、结构最独特的明代帝王陵。该陵建筑历时 20 年，是中国地区唯一明帝王陵和明建筑群。陵园分内外二城：内城四周围以朱墙，长 3.6 公里，

占地 40 余公顷。大门外有“ 官员人等至此下马 ”碑，长达 1368 米的石板神道直达寝殿，道旁依次排列有华表和石雕狮、蟹、驼、象、麒麟、跪马、立马各一对，文臣武将石人各两对；其后有大殿，现存双龙壁、宫殿基石、石雕栏等；最后为茔城（宝城），城内有两座大茔，分别为朱佑杭墓和蒋氏墓。茔城城楼上墓碑书“ 恭睿献皇帝之陵 ”七字。茔城周围设有排水孔及汉白玉雕凿的 99 个庞大龙头，极为壮观。

大洪山景区有“ 一山分四季，十里不同温 ”之说。在烈日炎炎的盛夏，进入景区的林荫顿感凉爽，夜间气温下降，眠寝时尚需盖棉被。在名胜区中的绿水风景小区中，有新建的度假村，由几幢古意盎然的别墅建筑组成，坐落在幽泉绿竹、鸟语花香之中，“ 舍利佛塔 ”、“ 千年银杏 ”等景点近在咫尺。这里没有都市的喧嚣，环境十分幽雅，可观剑口瀑布，赏古寺碑刻，游溶洞奇观，听塔松涛声，去温泉沐浴，实是不可多得的理想避暑胜地。

九宫山——鄂赣分水岭

九宫山风景名胜区，位于鄂赣交界处的湖北省通山县境内。地处鄂东地区西幕阜山脉中段，是鄂赣二省的分水岭。距武汉市约 90 公里。名胜区内最高峰老鸦尖海拔 1656.7 米，也是幕阜山脉的最高峰，为鄂南第一峰。名胜区群峰耸立，森林茂密，古木参天；还有满山的原始次生林，森林覆盖率达 95%以上，为华中地区著名的森林公园之一。景区内有千米以上高峰七八座。整个名胜区略呈东西狭长地形，横贯幕阜山脉中段 17.5 公里，南北宽为 4 公里左右，景区总面积为 64 平方公里。区内秀谷纵横，溶洞遍生，有深邃幽静的溪谷 170 多条，天然溶穴 27 个。众多的溪、泉、潭、瀑在这里喷珠溅玉，随处可见。无数珍禽异兽、稀有植物在这里繁衍生息。目前，名胜区分为九宫山胜景和森林公园两大部分。其历史文化悠久，人文景观丰富，早期即为全国五大道场之一。区内现有九王庙、真牧堂、石城门、一天门等多处建筑古迹。明末农民起义领袖李自成殉难于此，建有闯王陵。

九宫山风景名胜区中著名的“八景”最吸引广大游人：1.青松迎客：位于入山公路上狮子坪附近公路右侧，有“迎客松”、“父子松”、“姐妹松”等多株名松，形态奇异逼真。“含羞松”树木粗大，形如华盖，牵一枝而动全树，羞羞答答。附近的“怪松坡”有松树数株，巨松形态各异，十分引人。2.云湖夕照：山上中心处有一座人工湖泊，面积 7 公顷，海拔 1230 米，称为“云中湖”。春、夏、秋季时，常有云雾缭绕，或积于湖面，或随风飘荡；湖上山峰倒映，霞光叠影，夕阳西照，霞光、阳光、云影、山形混为一体，五光十色，变幻无穷，十分动人。3.陶姚古洞：位于山之西，前临喷雪崖。洞外有巨大磐石，相传为二仙打坐处。洞内有石床、石案、丹炉、菜缽等象形器皿，还有质地优良并可饮用的泉水。4.泉崖喷雪：西距云中湖仅百米左右，悬崖两边为深谷，周围绝壁千丈，有水喷涌而出，飞瀑迅若奔雷，飞溅如雪，经山风吹拂，化为烟雾。若逢夕阳西下，飞瀑中条条彩虹五彩缤纷，犹如“天女散花”。飞瀑四季不绝，瀑畔石壁上刻有“空中飞雪”四字。5.云关石刻：云关原为善男信女上山敬香的小路，路边有一绝壁，壁上有宋、元、明、清等各代石刻碑文。6.虎伏天门：传闻伏虎禅师曾建道场于山上一天门处，降虎于此，化为虎形石，故称此为虎伏天门。7.真君石殿：建于公元 1127 年，南宋皇帝赐号“真牧堂”，俗称“祖爷殿”，后屡毁屡修，是九宫山唯一保存完好的古建筑。8.云海波涛：九宫山山高云浓，雨量充足；山谷中常有云海翻滚，形如白浪滔天，远山近岭在云雾中时隐时现。立九宫之上，极目远眺，云海汹涌，无比壮观。

九宫山森林公园位于老鸦尖下，面积 4200 余公顷，其植被覆盖率为 96%，属原始次生林，被誉为中亚热带森林自然生态平衡的典型代表。森林中各类植物达 800 余种，飞禽走兽 80 余种，竹茂林荫，古木参天，珍禽异兽，栖息其中。这里有瀑布 50 多处，其中“三潭一线天”、“金鸡石”、“九重天”、大崖头瀑布等景致十分迷人。“三潭一线天”即樱花沟，是一条幽长的峡谷，位于森林公园入口处。峡谷两岸长满樱桃树，全长 18 里，被誉为“小九寨沟”。每到春季，樱桃花开满山谷，灿若云霞。“三潭”说的是三级瀑布；“一线天”是指崖壁对峙的幽谷。沟内因有奇观而被游人誉为“迷人沟”、“消魂沟”。大崖头瀑布位于森林公园的安坪林海，落差 420 米，宽 20 多米，比浙江雁荡山大龙湫瀑布高出一倍多。瀑布四周是茫茫林海，雄奇壮观。瀑

布背后的崖壁是一块宽达 600 多米、高 500 多米的硅石岩壁；岩壁如削，有奇松侧出。

九宫山风景名胜区气候宜人，风景奇丽，四季均可旅游，特别是炎夏，为一不可多得的避暑胜地。春天，桃花绚丽，百鸟争鸣，瀑布磅礴；夏日，凉风习习，云海扑朔迷离，游人仿佛置身仙境；秋时，枫叶烂漫，层林尽染，景色别致；冬季，白雪皑皑，冰凌挂枝，更有云中湖天然滑冰场，别有一番情趣。

隆中——群山拥翠

隆中风景名胜区，位于湖北省西北部的襄樊、谷城、南漳三市县交界处。名胜区内主峰海拔 306 米，在周围群山拥翠之中隆然中起，故名“ 隆中 ”。古隆中是我国汉末、三国时期杰出的政治家、军事家诸葛亮青年时期的隐居之地，历史上著名的“ 三顾茅庐 ”和“ 隆中对策 ”故事就发生在这里。隆中风景名胜区由古隆中、水镜庄、承恩寺、七里山等五大分景区所组成，总面积为 209 平方公里。景区内群峰叠翠、溪泉常流、野趣盎然，自然环境优美，是一处融历史人文景观与低山丘陵自然景色于一体的国家级风景名胜区。

一、古隆中

为隆中的主景区。景区由隆中山、乐山、大旗山、小旗山及所属的谷地构成。景区内山峦起伏，沟谷纵横。隆中山幽邃盘旋，势若蟠龙；隔谷相望的大旗山，一头高昂，一头缓缓下垂，形如卧虎；山上古木参天，茂林修竹郁郁葱葱，望之蔚然含秀；山下碧波荡漾，溪流潺潺，终年不竭，形成了景色清幽、空间多变的溪谷景观。其森林覆盖率达 90%以上，珍稀植物 15 种，动物 200 余种。景观区中先后建立了富有特色的竹园、牡丹园、樱花园、观赏植物园、茶园、盆景园及花卉苗木生产基地。今天的隆中已是竹苞松茂，绿荫遍地，一年四季姹紫嫣红、鲜花不绝的景观区。

隆中具有极为丰富的文化内涵，从晋代开始起便有了纪念性建筑。公元 305 年，晋镇南将军刘弘在此竖有李兴撰写的《祭诸葛丞相文》的石刻。公元 361 年，历史学家习凿齿曾修筑纪念性建筑并留下了《诸葛武侯故宅铭》碑刻；后历代都设祠立庙加以保护，元代称此祠庙为“ 隆中书院 ”。公元 1489 年，明代襄简王朱见淑毁隆中诸葛故宅建造陵墓。明末农民起义领袖李自成占襄阳，掘朱见淑墓。嗣后，隆中又兴建了不少纪念性建筑，主要的有三顾堂、草庐亭、武侯祠、古隆中牌坊、六角井、躬耕田、老龙洞、梁父岩、抱膝亭、小虹桥、半月溪、卧龙深处，被誉为“ 隆中十二景 ”。另外，还有古柏亭、野云庵、风禾伴月亭、白马洞等景点。据考，历代相继在隆中修建纪念性建筑和景点 62 处，其中多处为三国时期遗址。另外，还有于近年来新建的吟啸山庄、水榭山庄、老龙洞等景观片区。隆中山可使人感受诸葛亮“ 淡泊明志、宁静致远 ”之境界，更有“ 蝉噪林愈静，鸟鸣山更幽 ”之胜景。该景区中现已兴建隆中草庐，并恢复了隆中书院。庄严的殿堂，依山傍水的亭、榭、楼、阁，建筑风格朴实无华，具有浓厚的鄂西北地方建筑特色。

二、水镜庄景区

位于南漳县城旁，距襄樊市 40 公里。这里有历代留下的纪念性建筑。水镜庄又名白马洞，背倚玉溪山，层峦叠翠，下临彝水，泉流淙淙。相传这里为东汉末名士司马徵隐居处，因其号称水镜先生，故名。景区两侧为三道河自然风景区。此处河道为一人工湖，周围群山环抱，绿树成荫，水面约 4 平方公里；湖畔森林约 1 平方公里，著名景观有湖心三岛、湖中四峡、猴儿岭、黄龙洞水帘等；此地夏季游览尤佳，为一避暑胜地。

三、七里山景区

位于承恩寺景区与水镜庄之间，距襄樊 60 公里。境内有千年古树和飞禽走兽等珍稀动植物，具有小森林公园之特点。

四、承恩寺景区

位于谷城县境内茨河镇的狮子山。距襄樊市区 64 公里，是自然景观与人

文景观兼备的风景区。景区内林木茂郁，古树参天。承恩寺始建于隋，现存大雄宝殿、天王殿、钟楼等殿宇 75 间；天王殿内存有“ 万斤铜钟 ”；寺内外还有玉石碑、卧牛地、龙泉池、玉带水、锁风桥古迹及金子山、狮子山等自然景观，构成一幅动人的图画。此地环境幽雅，是避暑的好地方。

岳阳楼—洞庭湖——江南名楼，天下之水

岳阳楼—洞庭湖风景名胜区，位于湖南省北部岳阳市境内，由著名的岳阳楼及周围洞庭湖部分区域组成，包括岳阳古城、君山、团湖、南湖、芭蕉湖、汨罗江、铁山水库、福寿山、黄盖湖九个景区，总面积 1679.67 平方公里。雄踞洞庭湖畔的岳阳楼，建筑精巧雄伟，为我国江南三大名楼之一，尤以楼内范仲淹的《岳阳楼记》宋代匾额著称于世。洞庭湖烟波浩渺，横无涯际。君山地形独特，古迹众多，为洞庭湖中最大岛屿。岛上历有 36 亭、48 庙、舜帝的“二妃墓”、汉武帝的“射鲛台”等珍贵文物古迹。汨罗江畔有屈子祠、杜甫墓等。此外，还有慈氏塔、宋代文庙、鲁肃墓、黄盖湖三国古战场等名胜古迹。

一、岳阳古城及岳阳楼

岳阳古名巴陵，又称岳州，位于湖南省北部的洞庭湖与长江汇合处。春秋时期在此筑西麋城。东汉末年建巴邱城。晋建巴陵县；此后一直为州、县治所地。1912 年改为岳阳县，后又设岳阳市。著名的景点有江南三大名楼之一的岳阳楼、烟波浩渺的洞庭湖和湖中有众多神话传说的君山。详见本套丛书《名城访古》分册。

岳阳楼耸立在岳阳市西门城头，原为东汉末年吴国的阅军楼，唐代扩建为楼阁，宋代初滕子京重修并增其旧制，刻历代名人诗赋于其上，并请名人范仲淹为该楼作记，范仲淹的《岳阳楼记》中有“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”千古名言，更使岳阳楼闻名天下。其建筑风格独特，主楼高 19 米，为四柱三层、飞檐盔顶的纯木结构。楼中四根楠木大柱平地而立，直贯三楼，周围绕以廊檐木柱，再与梁、枋、椽、檩相结合成整体。楼顶承托在玲珑剔透的如意斗拱上，宛如古代武士的头盔，在我国现存之古代建筑中实为罕见。该楼至今已历时 800 多年，其间曾屡遭水患兵燹，几次倾毁又几次重修。现楼为 1984 年重新修复。楼内陈设古今名人对联、字画，著名的有清人所书之范仲淹的《岳阳楼记》和毛泽东手书之唐杜甫《登岳阳楼》诗。登楼可览 800 里洞庭。

二、洞庭湖

位于长江的中游，跨湘、鄂两省。现有面积 2820 平方公里，占湖北省的水面积约 5/6，昔日号称八百里洞庭，有“洞庭天下水”之誉。洞庭湖浩瀚迂回，湖外有湖，湖中有山，渔帆点点，芦叶青青，鸥鹭翔飞。特别是入冬以后，洞庭湖上空，雁鸭成群，鹤鹅飞舞。湖中有潇湘八景里的渔村夕照、洞庭秋月、远浦归帆、平沙落雁等景观。历代文人墨客为其写下了数以千计的名章绝唱。

三、君山

原名湘山，又名洞庭山。传说舜帝二妃娥皇、女英曾来此，死后为湘水女神，称“湘君”。君山实系洞庭湖中小岛，位于岳阳西南，与岳阳楼遥遥相望。岛呈圆形，旁高中低，面积约 1 平方公里。自古就是迷人之地。宋诗人黄庭坚有“未到江南先一笑，岳阳楼上对君山”名句。君山流传许多传说，并在历代留下绝唱名篇。君山古迹多且各具特色，近代时多被毁。现已修复的有二妃墓、柳毅井、传书亭、湘妃庙、杨么寨、飞来钟等景点。另有新建的洞庭山庄、望湖亭、茶楼、酒肆等建筑，玲珑雅致，别具一格。君山由于四面环水，气候温和，雨量充沛，云雾缭绕，土地肥沃，宜于茶树和竹类生

长。这里竹类甚多，茶树成带，青翠欲滴，故君山有“洞庭茶岛”之称。

四、南湖

古称　湖，因在洞庭一角，又称南子湖。位于岳阳南郊，由洞庭湖派生而出，水面阔1200公顷，环湖60余公里。南湖多湾多汊，港湾曲折幽深，湖水清澈明净，湖北小岛峙立，湖岸群峦起伏。南岸的赶山蜿蜒4公里，形如昂首而游的巨龙，与山前9个形状各异、一字摆开的小岛构成“一龙赶九龟”的奇观。北岸有三个半岛伸入湖心，风光各异。北港湾口，有著名的建筑三拱大石桥（俗称三眼桥），始建于宋，明代重修。桥架于紫荆堤上，南湖终年碧波荡漾。

五、团湖

又名莲湖。位于岳阳市广兴乡境内，距市区20多公里。水面约200公顷，原是洞庭湖的一个港汊，经过多年的围垦治理，成了“湖中之湖”。团湖盛产莲子，有“千亩莲花荡”的美誉。每当夏秋季节，莲花盛开，莲蓬脱颖而出，此时泛舟莲湖，穿行于荷叶之中，可以一边观赏荷花，一边采莲。

六、屈子祠

位于汨罗县玉笥山上，为纪念爱国诗人屈原而建。现存建筑有正屋三进，单层单檐，砖木结构。附近有屈原墓、骚坛、桃花洞、独醒亭等景点。

韶山——领袖故居

韶山风景名胜区，位于湖南省湘潭县。景区面积 210 平方公里，其中主要景区 115.3 平方公里，中心景观区 10 余平方公里。相传舜帝曾携妻臣在山上奏过韶乐，因而得名。韶山是毛泽东的故乡，留下了不少毛泽东青少年时期求学、生活、劳动及从事革命活动的纪念物，有韶山农民夜校——毛氏宗祠和毛泽东考察农民运动旧址等。景区内还有韶峰耸翠、仙女茅庵、石屋清风、陨石成门、胭脂古井、银河渡漕等景物和许多珍贵的古树名木。该景区划分为韶峰、毛泽东故居、滴水洞等景区。如今，又新增了毛泽东铜像、毛泽东诗词碑林、韶山烈士陵园、毛泽东著作书馆、文物展馆等景点。

一、韶峰景区

韶山又名仙顶山，主峰四周峰峦耸峙，是著名南岳衡山七十二峰之一，海拔 519 米。相传上古时虞舜南巡时到过此峰，并在山顶欢宴，席间曾演奏韶乐，故名韶山。据载曾有韶乐三女居此山学道，一凤凰衔天书至，女皆仙去。山上有凤音亭、东台、桃花洞等遗迹。山谷中间平地称为韶山冲，是一个群山环抱、溪流回绕、松柏葱茏、风景秀丽的小山村。这里有肥沃的农田、种植莲藕的水塘以及山村农舍。近年修复了韶峰古寺，为此新增一景。韶峰寺又为观日台，向游人提供了一个在“红太阳”的故乡观太阳升起的景点。整个建筑根据韶峰突兀、风大的地理、气候特点，“金字塔”造型，底边四角均为 75°，这种结构稳定、坚固、抗震、防强风；同时，还可产生一种仿“金字塔效应”。韶峰山腰处有新建的毛泽东诗词碑林。

二、毛泽东故居景区

位于韶山冲上屋场，背依青松翠柏覆盖的山峦。故居坐落在冲内，是毛泽东少年时就读和后来回乡从事革命活动的地方。附近有 1925 年毛泽东创办的农民夜校旧址和 1927 年毛泽东考察湘潭农民运动旧址。1962 年建有毛泽东同志旧居陈列馆。故居屋前坪下有相连的两池荷塘，夏末秋初荷花盛开，清香四溢。故居分为东西两大部分：东为毛家所有；西为邻居住房。整个建筑土木结构，泥土砖墙，上覆小青瓦，一明二次二梢间；左右辅建有厢房，进深二间；后有天井、杂屋，是我国南方常见的农家住房形制。毛泽东的曾祖父于清末光绪四年（公元 1878 年）来此定居。当时仅建有 5 间茅草屋，到 1918 年才兴建成现存规模的 13 间瓦屋。故居在 1929 年曾遭破坏，现有故居按原样于 1952 年修复。正面为堂屋，后为厨房，内有南方冬季用来取暖的火坑。右厢房是毛泽东之父母的卧室，1893 年 12 月 26 日毛泽东就诞生在这里，并在这里度过了他的童年和少年时代，直到 1910 年离开家乡出外求学。在故居以东 500 米处的后山下建有毛泽东纪念馆，建筑依山势而成，融合了江南、华南等地的建筑特色。纪念馆内陈列着许多毛泽东在各个时期的主要革命活动史实和文物图片。在此可了解毛泽东的革命史迹。附近建有毛泽东著作书馆和毛泽东文物展馆。书馆建筑面积 3000 平方米，专门收藏国内外出版的各种毛泽东著作和有关研究专著以及音像制品；文物展馆建筑面积 2000 平方米，有毛泽东珍贵文物 5000 余件。纪念馆前有毛泽东铜像，像重 3.7 吨，高 6 米，底座高 4.1 米，通高 10.1 米，铜像身着中山装，手持文稿，面带笑容。

三、滴水洞景区

位于韶山冲西 4 公里处，是一条东西走向、长约 1 公里的狭长山冲，名曰“滴水清音”。峡谷仅有西边一处入口，地势险要。1956 年在入口处建了

一个小水库，毛泽东于 1959 年和 1966 年曾在此游泳。其南名龙头山，北叫虎歇坪，其间有常年不断的溪水潺潺流淌；各色花卉，如杜鹃、含笑、玉兰、茉莉、桂花、菊花、腊梅等等，在谷中按季节竞相开放，景色宜人。自 1954 年起在滴水洞相继建立了 3 座别墅式建筑，建筑面积 3000 多平方米，一座为平房，一座为 2 层楼房，一座为 3 层楼房，原为中央和中南局召开重要会议准备的。1966 年 6 月毛泽东曾在这里住过，所住房间陈设仍保持着原貌，供游人参观。其他房屋都很高大，通风性能良好，走廊宽敞明亮。这里夏季气温比洞外低 2～4℃，是旅游避暑的好地方。

西樵山——南粤名山

西樵山风景名胜区，位于广东省中南部佛山市所辖南海县西南之官山圩附近。景区总面积 20 平方公里，中心景观区面积 14 平方公里。距离省会广州市 56 公里，是广东省名山之一，为“南粤名山数二樵”中的一“樵”（另一“樵”是东樵山，即广州市东百余公里惠州市西北博罗县境内的罗浮山）。名胜区中的主要景点有白云洞、奎光楼、第一洞天、第二洞天、玉岩瀑布、云泉仙馆等。

据考查，这里原为一片汪洋大海。约在 3 万多年前，由于海底火山爆发而产生了新的地貌，形成今日之西樵山。它是一座平地而起的、挺拔突兀的古火山锥体。山峰、岩洞、泉涧、瀑布、古树、名木等组成了西樵山的自然景观。西樵山山体外陡内平，状若莲衣复合。全山共有 72 峰、36 岩洞、28 瀑布、21 岩石以及 232 泉之胜。因区内多瀑布、流泉，故西樵山有“泉山”之称。大科峰为西樵山群峰之首，海拔 400 米。山虽不高，但以景色清幽秀丽、幽谷翠嶂、流泉飞瀑而闻名。名胜区内九龙岩、冬菇岩、石燕岩等峰岩，形态万千，既有天然姿色，又有人工雕凿之美。西樵山岩石节理发育，裂隙纵横，富有潜水，形成多处美丽水景。此处为低山景区，有那些以高大雄壮取胜的名山所无法拥有的小巧秀美。全山只只泉眼长年经流不息。清代名人屈大钧说：西樵山是“泉山”，“不知山在水中抑或水在山中”，道出了西樵山的突出特点。西樵山山间沟谷，几乎都有流水浅溪，在寂静的浓绿之中增添了动感。一些悬崖峭壁高悬瀑布，大大小小竟有 28 处之多；此外，还有四大山涧。其中以白云洞的“飞流千尺”瀑布（又称为白云飞瀑）最为著名。其三面峭壁耸立，中间一壑通天，清流从峰顶奔腾涌落，水花四溅，尤如白练凌空，宛似九天银河倒泻，气势磅礴。该瀑布高三四十米，蔚为壮观。全山中最大的瀑布要数玉岩飞瀑。它位于西樵山之东北部，瀑水从三面峭壁中间飞流直下，磅礴壮观，有“山东一景”之称。其附近还有仙人石等奇石。

西樵山风景名胜区内植物繁多，实为一处天然植物园。绿化总面积达 1186.6 公顷，其森林覆盖率达 82%。岩石土壤出露面较少，整个山体呈绿色柔美景象。在上百种树木中，既有多种常见的乔木、灌木，又有该山所独特的品种，如四方竹等。古树以香樟、枫树、银杏为主，还有丹桂、金林、银桂等。山野中野百合、杜鹃年年盛开；中草药资源十分丰富，品种达两千多种，为南国宝贵的药库之一。

西樵山除以水景取胜外，还有众多的名胜古迹，主要分布于山体之西、中、东三部。西部的白云洞、云泉仙馆等是游览的重要景点。白云洞始建于明代嘉靖年间，是西樵山的风景荟萃之地。它是一个马蹄状山谷，现称樵园，有“胜甲西樵”之称。洞周景观优美，峭壁凌空，古木参天，飞泉吐玉；亭台楼阁，掩映在苍松翠柏之中。建于山腰的云泉仙馆，原为明代玉楼书院。其建筑画栋雕梁，盘龙飞凤，金碧辉煌，雄伟壮观。邯郸别邸，亦为明代遗迹，内有守真阁、听泉楼、高士阁等建筑物；这些亭台楼阁，掩映在苍松翠柏中，依山而建，层楼叠阁，曲径回廊，辅以奇花异卉，优雅别致。此外，还有苍嵩阁、白云古寺等古迹名胜。名胜区中部和东南部多清泉怪石、奇岩异洞，其中最大、最奇特的是石燕岩。石燕岩为一长达百米的溶洞，内高数十米，因洞内有石燕栖身而得名。洞中有一 50 多米长的深湖，游人可乘小艇在地下湖中游玩。岩洞附近的“石屏风”是一座高约 20 米的陡立石墙；岩洞

南面的石祠堂又称为消暑岩，洞室高敞，凉气森森，是消暑纳凉的好去处。第一洞天林荫大道，榕树参天；第二洞天山路逶迤，曲径通幽。此外，山间还有白云湖、三湖书院等景点。樵园后山，有天湖、云路村、无叶泉、丹桂园等景点。山东麓有清泉怪石，奇岩异洞，著名者有冬菇岩、响水岩等胜迹。

四樵山是一座死火山，在山上可观火山地貌形态。游人除领略南国风光外，还可学到火山知识。早在旧、新石器时代，西樵山就有人类活动，留下了许多历史遗迹，史学界称为“西樵山文化”。西樵山在明代中叶就成了南国理学名山，现存大量摩岩石刻等文物古迹。

桂平西山——浔城半边山

桂平西山风景名胜区，位于广西壮族自治区桂平县境内。名胜区以西山景区为中心，包括金田村、白石山、大藤峡等景区，总面积达 2000 平方公里。全名胜区以“石奇、树秀、泉甘、茶香”著名；景区内峰峦嵯峨，有数十乃至百余立方米的巨石叠阵，加之绿荫遍地、古树参天，形成十分壮丽的画面。西山名胜区形成历史悠久，历代留下不少赞美之作。周围还有太平天国革命遗址等历史遗迹。

一、西山

又名思灵山，位于桂平城西，是广西的著名风景区之一。历史就有“桂林山水甲天下，更有浔城半边山”之誉。这“半边山”即指此西山。公元 6 世纪初，南梁王朝设桂平郡府于山半腰的大窝坪。宋嘉祐年间郡迁移此后，西山逐渐成为游览胜地。山上古木参天，溪流蜿蜒，怪石嶙峋，石径曲幽，沟壑秀美。李公祠、洗石庵、乳泉亭、飞阁、九龙亭等庙宇和建筑物巧布其间，错落有致。摩崖石刻与书画楹联，相映成趣。龙华寺建于清代康熙年间，寺分三进，前临陡坡，背倚悬崖，依山凭险，殿阁巍峨，是西山寺庙中最宏伟的建筑。前中国佛教协会副会长巨赞法师，40 年代曾主持该寺。洗石庵始建于清顺治三年（公元 1646 年），1978 年按原貌修葺一新。在龙华寺下侧的乳泉，是两山一绝。泉从石岩流出，冬不竭，夏不溢，其味甘甜。以此泉泡制的西山茶和酿制的乳泉酒，远近驰名。登临飞阁，俯瞰远眺，南有白石双峰，北有紫荆五指，苍翠浓淡；黔郁两江，环抱城廓。西山共有宫桥秋柳、云台曲水、碧云石径、古洞仙踪、飞阁明月、忠勇松涛、龙华晚眺、侯王试剑 8 景。

二、白石山

位于桂平县城东南 35 公里处。天气晴和时，方圆百里之内都可见其身影。山东独秀峰，又名公白石，孤峰插天，云崖如削，不可攀援；山西莲蕊峰，又名母白石，四周 10 余里间，悬崖重重如硕大城堡高墙。明朝旅行家徐霞客在《白石山游记》中曾有叙述。雄伟峻险，是白石山景观的主要特点。寿圣寺在莲蕊峰下，坐南朝北。宋熙宗元年（公元 1063 年）赦额寿圣院，明代成为游览胜地。寺前石坊巍峨，门内有三宝殿，前后四进；寺后峭壁高耸，有摩崖“白石洞天”四字，每字高 2 米，为明朝一知府所书。寿圣寺右边 200 多米处的三清观，是白石山最早的道教庙宇，观内有“乳窦滴臼”一景和神龟出米的传说。经寿圣寺左侧的元珠池，可见上莲蕊峰的唯一通道——洞门巷，又名“一线天”。这是一道石隙长缝，宽约 2 米，内有 500 多级石阶，形似立梯。沿梯而上，穿过白云窝，绝壁间又有一条石阶险道，旁刻“云梯”两字，石阶宽仅容足，无所傍依，可通往会仙岩，这是传说中神仙聚会的地方。岩前原有塑像数十尊，现已毁弃。岩内有炼丹灶、仙人棋、仙人脚印等。停立峰巅，桂平、玉林、梧州等地，隐约可辨。

三、大藤峡

位于桂平县西北黔江下游，武宣县勒马至桂平县弩滩之间。相传原有大藤横跨江面，夜浮昼沉，攀附渡江，故名。两岸高山环绕，峰峦叠障，地势险峻，河道水急，风景壮丽。弩滩一带，滩上岸边突出一排排页岩，经水蚀风化，近看如千门排炮，远看似万支飞箭。江涛飞奔，水浪腾跳冲击岩石，声洪如雷；水中旋涡轮转，船行其上，令人惊心动魄。大藤峡一带是明代瑶

族农民举行起义之所。明王朝镇压起义后，改大藤峡为断藤峡，又在崖壁上刻“敕赐永通峡”五个大字。弩滩左岸山腰上，有一石刻酷似人像，传说是起义领袖侯大苟的化身。

四、金田起义旧址

位于桂平县城北 24 公里处。1851 年 1 月，洪秀全在金田举行武装起义，建号太平天国。旧址包括金田村犀牛岭上的古营盘、练兵场、紫荆山区、新圩三界庙、大湟江口、石头脚等景点。1850 年春，洪秀全创立的拜上帝会总部，从紫荆山迁到金田村；起义前在犀牛岭营盘设起义指挥部，营盘中央有一高台，洪秀全在此率太平军升旗誓师起义。营盘前有纵横 1 公里的平坡，是太平军的练兵场地。练习场东南即为太平军指挥部所在地，现为太平天国金田起义历史陈列馆。

左江花山——壁画之乡

左江花山风景名胜区，位于广西壮族自治区南部偏西的宁明、龙州、崇左、大新、凭祥四县一市境内。是一处以古代壮族人民所创作的大量山崖壁画为主要特色、以岩溶地貌与热带景观为基础的风景名胜区。名胜区内有 18 景、800 里画廊等自然景观和人文景观，总面积达 3000 平方公里。其山崖壁画主要分布在名胜区内的左江及其支流明江两岸几百公里的沿岸峭壁上，共有 80 多处崖壁画址。其中最集中的是花山和棉江两处。这些壁画是研究壮族历史文化及民族学、考古学、民俗学的珍贵史料。名胜区内峰峦耸秀，碧水萦回，风光秀丽，有崇左县小石林、大新县德天瀑布以及酒壶山、白鹤山、神仙板、宝剑山、紫霞洞、响水瀑等自然景点和崇左归龙塔等人文景点。

一、花山崖壁画

画址多数分布在河流转弯的山崖上或深潭岸旁的峭壁上。画面距离河面一般有十多米，最高达四五十米，最低也有四五米。所画场面很大，风格和形象大致相同，色彩土红，鲜艳夺目，线条粗犷有力，形象朴素。画中绝大多数是人像，少数为圆形图案，还有一些兽形图案。宁明县明江两岸有多处壁画，所画人像大多是两手上举，两脚叉开，每组画中，常见一高大的人位于人群中央，腰佩刀剑，间有铜鼓、狗和马等形象，似是作战会师、庆祝大会或集体娱乐等场面。最大画面长 210 米，高 172 米，面积 8000 多平方米，图像 1800 多个，最大人像高 3 米，最小的高约 0.3 米，分成多组，规模巨大，实为罕见。龙州棉江、花山岩洞旁的壁画与宁明花山壁相似，只是人物略小、人数少得多。这些壁画的最早记载出自明《异闻录》，距今已 500 多年；至于壁画创作年代尚不详实，据考证约为春秋时期所为，距今 2500 年左右。壁画的岩壁如同斧削，下临江水，上无攀援，古人能在此画出如此巨大壁画，确为奇迹。壁画呈土红色，虽经数千年风霜雨露，其色彩仍然鲜艳，基本保存完好。

二、德天大瀑布

位于大新县西端归春河上。瀑布分三级，总高 49 米，弧宽 209 米，纵深 60 米，年均流量为每秒 62 立方米。其层次丰富，气魄宏伟，足可与我国各大名瀑相媲美。

三、崇左小石林

小石林面积约 3 平方公里。石峰一般高 10 余米，皆拔地而起。峰丛间有开阔草地。蜿蜒于峰林间的小径狭窄，人欲通过需侧身而行。穿过低矮的山洞，则不得不弓身通过。这里峰巧、石奇、山秀、洞幽、径曲、水清，令人叹为观止。

四、归龙塔

为一斜塔，是崇左县又一奇观。始建于明天启元年（公元 1621 年），原为 3 层，清康熙 35 年（公元 1696 年）增建两层，成为 5 层八面形砖塔。直径 5 米，高 18 米。该塔建于左江江心一巨石上，离水面甚近。据析建塔人有意使其倾斜，实为一奇，令人感叹。

五、小连城

位于龙州县城以西 5 公里处。山峰连亘，形势险峻。中法战争后，清将领苏元春于山巅筑左、中、右三座炮台，并修建兵房和道路。左当镇南关孔道，右挖水口关，环顾四方，与下冻、水口炮台连成一体，气势雄伟壮观，

为屯兵戍边险塞要地。在山腰龙云洞建保元宫；在山南麓建光禄寺和报恩亭；在山西麓的小垒城用石灰岩料石砌成长墙，与将山炮台相连，素有南疆小长城之称。在山顶俯瞰龙州，江城如画。

六、弄岗自然保护区

位于龙州县城东北 30 公里处。地跨龙州、宁明两县，分陇呼、弄岗、陇山三片，面积 101 平方公里。海拔 300～650 米，为峰丛深彻槽谷地形。区内群山连绵，雄奇巍峨；崖陡壑深，地下河纵横；密林深处，云烟飘逸，雾霭回荡，变幻莫测；气候温和，年平均气温 22℃。区内森林生态系统保存较完整，生物资源丰富，有植物 1282 种，动物 123 种，昆虫 439 种。岩溶、地质、地貌、水文、土壤和气候等方面都很典型，具有较高的研究价值。区内有猿猴麝雉、飞禽走兽栖息；有千年巨蚬，断层峡谷；有天然大牧场，林荫小道；还发现有古脊椎动物化石和石器、蚌器等文物；处处是景，样样入胜，是一处科研、生产、旅游的胜地。

七、紫霞洞景区

位于龙州城东 20 公里处。这里峰奇水秀，山岩殊绝，洞府清幽，风景佳丽。山之南麓有石级磴道，两旁多合抱扁桃树，山风吹拂，枝叶扶疏，盛暑如秋；登二百余级石道，原有半山亭、餐霞别馆，今已不存。纵目览赏，远山如屏，江河似缎，波光粼粼，浮清萦紫，一派天然美景。岩洞深邃，钟乳凝结，若罗伞、石幔、蛟龙，千姿百态，自肖物类，目不暇接。

西南地区

西南地区以成都为中心，包括四川、贵州、云南三省、西藏自治区和重庆市。这里复杂的地形、多样的气候孕育着极为丰富多彩和景邑迷人的旅游资源。四川的峡谷名山、云贵的岩溶地貌、西藏的宗教古迹为本区的三大旅游特色。

缙云山——川东小峨眉

缙云山风景名胜区，位于重庆市北碚区和合川县城的交界处。名胜区包括缙云山、北温泉、合川钓鱼城以及北碚至钓鱼城之间嘉陵江沿岸的风景名胜。这是嘉陵江切穿了华莹山三支余脉而形成的峡谷，逶迤曲折几十里，两岸峭壁陡立，水流湍急，一路山水风光如画，恍如长江三峡的缩影。缙云山、北温泉的山岳江河、温泉峡谷、丛林古刹、溪流瀑布、奇葩异卉展示了巴山蜀水幽、险、雄的特色。缙云山中的植物多达 1700 余种，原有“ 川东小峨眉 ”的雅称。合川钓鱼城是南宋时期著名的抗元古战场，其城三面临江，现尚存古城城墙和七座城门及护国寺、忠义祠等名胜古迹。

缙云山：位于嘉陵江温塘峡畔，属华莹山支脉，距重庆市区 60 余公里，为蜀中名胜之一，海拔千米左右。名胜区内有九座山峰，主峰狮子峰，海拔 980 米。其右为聚云峰、猿啸峰、莲花峰、宝塔峰、玉尖峰和夕照峰；左边是香炉峰、日照峰。九峰之中，玉尖峰最高，海拔 1030 米；狮子峰最雄，如猛狮蹲伏于山巅。缙云山山高林密，山间植物繁茂，有许多珍稀名贵树木，如无刺冠梨、缙云琼楠、红豆杉、飞蛾槭、水杉等，并盛产竹参、香茴等山珍及栀子、黄芪、苡仁等中药材。

缙云山久负盛名，早在 1500 年前的南北朝时就已开山建寺，以后历代又建成很多寺宇，成为川东佛教胜地，至今留下了许多古迹。狮子峰和聚云峰之间的山脚下，有一处千年古刹，因山上常出现紫色祥云，故名为缙云寺，缙云山又因该寺而得名。缙云寺原建于南朝刘宋景平元年（公元 423 年），唐代称相思寺，以后又有崇胜寺、崇教寺之称，现存建筑为清代康熙二十二年（公元 1683 年）重修。殿内塑有高丈余的佛像一尊。寺内存有宋代以来碑刻数通。山门外的石照壁上，有精美的石刻。出缙云寺，过“ 缙云胜境 ”牌坊前行，可到洛阳桥和古寨门，相传为明末农民避乱而修。洛阳桥上建有古亭，上设石门，设计精巧，建筑坚固，至今仍完整无损。香炉峰下的相思岩，距缙云寺不到百米。岩上有宋代元祐三年（公元 1088 年）的石刻人物造像。相传这里原来生长有相思树和相思鸟，故取名相思岩。缙云寺之前身相思寺，原来就建于岩旁。

缙云九峰中以香炉峰为最秀。有两根巨大的石柱立于峰旁，犹如两柱香插入香炉之中。峰下悬崖绝壁处为相思岩，以前此处遍布红豆相思树，又传说常有羽翼俊丰的相思岛栖息于树丛之中。岩下曾建有相思寺，现在仅存北宋时的石雕人像。重庆地区多雾，秋冬清晨时常浓雾弥漫，极目远望，茫茫雾海如银涛起伏，群峰像大海中的小岛时隐时现。日出之时，万道霞光刹时刺破浓雾，顿时云消雾散。缙云山古称巴山，唐代诗人李商隐的诗句“ 何当共剪西窗烛，却话巴山夜雨时 ”中的“ 巴山 ”指的就是这座缙云山。

北温泉：位于重庆西北北碚区缙云山下，面临嘉陵江，倚山傍水，风景秀丽。公园里岩壑幽深，林木蓊郁；建筑设计精巧，园林布局别致；园内设有温泉浴室和游泳池；是一处游览、避暑和疗养胜地。温泉寺始建于南朝，明代重建，清代又加修观音殿。现存建筑主要有关圣殿、接引殿、大佛殿、观音殿等。观音殿两侧有泉水注入戏鱼池内。四大殿西边是一片翠绿的林地，浓荫覆盖，曲径清幽。四大殿北有一个乳花洞，洞深 30 多米，洞内迂回曲折，多钟乳石。洞的最深处可以听到地下流水声。自乳花洞崖壁上流下的泉水，跌入岩下的水潭之中。晴朗的月夜，潭面上月影徘徊，银光闪烁，别有一番

景致，被称为“五潭映月”。飞泉出口处建有听泉亭。

嘉陵江小三峡：位于重庆北碚。嘉陵江在此切穿山岭，形成三道狭长的峡谷，即沥鼻峡、温塘峡、观音峡，合称嘉陵江小三峡。峡侧是陡崖翠峰，谷中江流激荡，幽邃清翠，景物宜人。乘船游行于峡谷之中，可尽览嘉陵幽谷风光。峡谷岸边有传为三国时蜀将张飞率众所修之路——张飞大道。重庆著名的游览、消暑胜地北温泉，就在温塘峡内。

北碚自然陈列馆：为重庆博物馆的一部分，位于重庆北碚文星湾。馆内主要陈列两部分内容：一是重庆地区脊椎动物；二是重庆恐龙化石。脊椎动物陈列对重庆及四川主要动物资源，尤其是珍稀鸟兽资源作了介绍。重庆和四川都有“恐龙之乡”的称号，共有 40 多个县发现了恐龙化石。陈列馆中陈列着 1974 年在自贡发掘的三具恐龙化石骨架标本和 1977 年在永川县发现的上游永川龙。其永川恐龙化石的头部保存十分完整，在世界上是十分罕见的。

合川钓鱼城：位于合川县城东 5 公里、嘉陵江北岸的钓鱼山上。山高 400 多米，三面环水，四周是断崖陡壁，十分险要。南宋时为避元军侵扰在山上构筑了山寨，后经历代修建，使钓鱼城形成了一个完整的防御体系。城距江边约 400 米，城周 20 多公里，凭依山势构筑两道城墙，分内外二城，后遭元军强攻未破；钓鱼城自此名扬中外，被欧洲人誉为“东方麦加城”。

金佛山——南方第一屏障

金佛山风景名胜区，位于重庆市涪陵地区南川县境内，为奇特山岳游览区。区内主山金佛山距离南川县城东南约 20 公里左右，主峰海拔 2261 米，整个山体海拔大约在 800～2200 米之间。名胜区总面积为 260 平方公里。金佛山为贵州省著名的大娄山在重庆市境内的延伸。1986 年，该山即被确定为四川省省级自然保护区和风景名胜区。

金佛山古称九递山，素为巴蜀四大名山胜景之一（其他三处胜景为峨眉山、青城山、缙云山），自古以来即为“南方第一屏障”。名胜区以原始奇特的自然山峦、林壑为主要特色。

金佛山风景名胜区自然环境优美。名胜区内河流众多，北部为龙岩江，中部有石钟溪，南部是柏枝溪，还有众多的山间溪泉流水。金佛山的林、泉、洞、庙比较集中，主要景点有风吹岭、狮子口、玛瑙城、古佛洞、凤凰寺、金佛寺、铁瓦寺遗址、双河水库、三眼泉等等。著名的景观有“金佛晚霞”、“白雾晴岚”、“三泉映辉”、“龙泉飞瀑”等。景区内兼有岗岭崖壁、沟涧洞石，瀑、溪、泉众多。“三泉映辉”因在同一断面有三眼不同温度的热泉水而著名。还有一日三涨的潮水泉和常年恒量的一碗水泉等。“金佛晚霞”、“白云朝晖”等景观，是该名胜区因特定的自然条件而形成的气象景观。

金佛山的植物群落随着其地势的高差而呈垂直分布。山上有各种植物 237 科，计 2900 多种，其中有 53 种被列入国家重点植物保护名录。由于这里的原始植被保存完好，植物群落和古代珍稀植物又呈区域性分布，形成了特有的景观。奇特的方竹和实心竹漫山遍野。亚热带原始森林中有被称为活化石的银杉，药用植物达 2000 多种。金佛山有古生、稀有植物的自然博物馆之称。其中，2000 多株野生大叶茶、近万公顷的方竹、50 余万株杜鹃以及银杉，被誉为“金佛山的四绝”。

四面山——瀑布之乡

四面山风景名胜区，位于重庆市所属之江津市南端，距重庆市区约 160 公里。景区内山雄林茂，风光秀丽。现已开发出望乡台、水门寺、洗海、头道河、飞龙庙 5 个景观区。全名胜区总面积 296 平方公里。森林面积达 2.8 万公顷，其中原始森林即有近 2700 公顷，森林覆盖率达 90%以上，是地球上同纬度地区面积最大、保存最好的亚热带常绿阔叶林带。该名胜区集瀑、石、林、湖于一山，纳幽、险、雄、野为一体，景观旖旎，野趣迷人。在这片绿苑中，碧湖辉映日月，一百多挂瀑布多姿多彩，数百种珍稀动物嬉戏繁衍，千种植物郁郁葱葱，人文景观举世罕见，它们将整个名胜区点缀得异彩纷呈，鲜艳夺目。

置身四面山景区，飞瀑四面扑来，这里有“瀑布之乡”的美誉。众多瀑布灵性不一、形态各异。有“神州第一瀑”之称的望乡台瀑布高达 152 米，宽 40 米，奇观名冠中华。瀑飞、水吼，气势磅礴，慑人心魄。阳光斜照，紫烟凌虚，化为无数彩虹，恍似海市蜃楼，随游人观赏角度的不同而千变万化。险峻而神奇的水口寺瀑布，垂挂在盘旋而下的一个硕大的天然洞谷中。94 米高的梁谷四周，古崖陡立，藤树蔽日，苍苍荒野，恍若隔世；仰望天宇，只剩蓝天一片儿，一道白练从雾中飞来。景象独具的土地岩瀑布，跌宕在赤岩绝壁之上，但见峡风将百米银练吹成三级，绺绺倾斜的水流，回荡绝壁，款款垂落。鸳鸯瀑布以双瀑齐飞得名：其南瀑高 110 多米，飞得苍劲有力，人称雄瀑；西瀑高 90 多米，飞得娟秀飘逸，人称雌瀑。两瀑穿行古树苍崖间，比翼双飞，共欢合流，互相倾诉着绵绵柔情。

水，是四面山之灵魂。其水秀媚，其湖静幽。在苍茫林海的翡翠世界中，镶嵌着 7 泓晶莹澄湖，像明镜，似新月，宛若纡折的玉带。龙潭湖湖黛峰倒映水中，碧水悠悠，如屏似画；荡舟其间，可观天然奇石“猴王观海”等景点；还可与野生猕猴携手共欢。洪海湖，四面山的第一大湖，蜿蜒 10 余公里，两岸群鹤栖立，碧树婆娑，花红遍野，湖平波静，了无纤尘。每当玉宇无雾、湖静无波之际，透过清澈的湖水，隐约可见水中似有宫阙摇见，如幻似梦。

在四面山幽幽密林深处，隐藏着先人创造的灿烂文化。历经千载的朝源观是一座融儒、释、道三教合一的人文景观点，在国内实为罕见。神秘的灰千岩摩岩壁画，凝结着 5000 年前原始巴人劳动、生活和文化的智慧结晶。

神奇迷人的四面山，宛若一颗巨大的绿宝石，镶嵌在四川南部地区，属云南高原大娄山系北翼余脉，海拔在 900～1700 米之间。大自然鬼斧神工的妙笔，赐给四面山灵气和美丽。四面山景色浑然天成，堪称华夏一绝，特别是摩天岭、十里一线天等地方，林深树茂，腐叶厚积，保留了第三世纪以来变化不大的植被，被植物学家誉为“天然物种基因库”。名胜区中有的动、植物在地球上已濒临绝迹。林区内有各种植物 1500 多种，其中属国家重点保护的珍稀植物有中华双扇蕨、被誉为“活化石”的桫椤（树蕨）、银杏、香果树、红豆杉等 20 多种；野生动物多达 207 种，其中有雪豹、林麝、毛冠鹿、猕猴、大小灵猫、弹琴蛙、红腹锦鸡等 23 种珍稀动物受国家二、三级和省市一、二类保护。四面山自然风光旖旎，动植物资源丰富，保存着原始古朴的自然美。

四面山风景名胜区众多的景点，风光各异，景景不同，让人心旷神怡。山中戏猴则更有一番乐趣。卧龙沟的猴群，很守纪律，朝入山林，夜宿房舍；

游人欲观，呼之即至；它们乖巧、温顺、通人性，惹人喜爱；与之嬉戏，趣味无穷。

青城山—都江堰——天下之幽，工程之最

青城山—都江堰风景名胜区，位于四川省都江堰市内。东南距省会城市成都约 70 公里。名胜区面积 120 平方公里。青城山背靠岷山雪岭，面向川西平原，四周密林青翠，岁寒不凋，诸峰环绕，状若城郭，故名。主峰大面山海拔 1300 米。以幽古闻名，素有“ 青城天下幽 ”之称。青城山为我国道教发祥地之一，名胜古迹、文赋墨迹极为丰富。都江堰是我国古代劳动人民创建的伟大水利工程，不仅消除了水患，而且使川西平原成了“ 天府之国 ”。区内有都江堰、二王庙、伏龙观、安澜桥、玉垒山森林公园等景点。

一、青城山

位于都江堰市城西南 15 公里处，古称清城山，道书上称它为“ 洞天第五宝仙九室之天 ”、“ 洞天福地 ”，是我国古代著名的道教名山之一。东汉末年，道教创始人张道陵在这里设坛传道，是我国道教发源地之一。山上原有宫观 70 余座，风景名胜 100 多处。现存古迹名胜尚有 30 多处。青城山的古迹名胜主要有建福宫、天然图画、天师洞、祖师殿、朝阳洞、上清宫等。山间古木参天，奇峰竞秀，桥横深涧，曲径通幽；游人或登临远眺，或观赏古迹，或秀亭闲坐，或品茗小憩，或穿林跨涧，或入室登岩，入目皆景，涉足成趣。

青城山主要宫观有：1.天师洞，相传这里是张天师讲道之处，故名。洞在山腰混元顶下峭壁间，临渊依崖，形势极险。庙建于隋代，现存建筑为清代所修，主殿三皇殿内供奉伏羲、神农、轩辕三皇石刻造像各一尊。观内存有许多历代石木碑刻。附近岩高谷深，溪水淙淙，有三岛石、掷笔槽等传说与张天师有关的遗迹。2.祖师殿，位于访宁桥附近，又名真武宫，建于唐代。现殿为清代所修。面对白云溪，背倚轩辕峰，景极清幽。殿北有金鞭岩、轩皇台等胜景。3.上清宫，位于高台山上。宫始建于晋，现存殿宇为清代建筑。大殿里祀老君像。宫前山岩上有清代黄云鹄所书“ 天下第五名山 ”、“ 青城第一峰 ”等摩崖石刻。宫左右分别有鸳鸯井、麻姑池，宫后山顶有呼应亭。附近有明末张献忠农民起义的遗迹跑马坪、旗杆石、复仇谷、碓窝坪等。日出、云海、圣灯是上清宫三大自然景色。4.建福宫，是游览青城山的起点，也是终点。始建于唐代，称丈人观；宋代改名建福宫，现存为清代建筑。宫内有委心亭、树木假山及壁画、楹联等文物。附近有梳妆楼等名胜。

青城山峰峦青翠，谷壑深幽，奇岩巍耸，水碧溪清，有“ 亦幽亦秀亦雄亦奇 ”之誉。传说轩辕黄帝曾封青城山为五岳丈人，因此青城山又称丈人山。秀丽幽深的自然风光和宏伟的道教宫观，使青城山早就成了一处游览胜地。历代的文人学士多来这里游历，留下了许多脍炙人口的佳句名篇。杜甫、岑参、贾岛、陆游、范成大、杨升庵等人都在青城山留下了足迹。

二、都江堰

位于都江堰市城西，距成都市约 59 公里。是我国古代著名的水利工程。这里正当岷江出山口处，江水自山区泻入平原，流速骤减，易淤易决，给川西平原带来严重的灾患。公元前 256 年，秦蜀郡太守李冰及其子二郎，吸取前人治水经验，确定“ 引水灌田，分洪以减灾 ”的治水方式，后率领百姓兴修了这个浩大的水利工程。都江堰的建成，消除了岷江水患，使川西平原受灌溉之益，成了“ 水旱从人，不知饥馑，沃野千里，世号陆海 ”的“ 天府之国 ”。都江堰工程由鱼咀、飞沙堰、宝瓶口三部分组成。鱼咀是建于江心的

分水堤坝，若鱼口状，把岷江水分别导入内、外两条河道中：外江是岷江正流，用以排泄洪水；内江经宝瓶口流入川西平原，灌溉万顷良田。宝瓶口是在玉垒山开凿的人工河道，是把岷江水引入川西平原的总水口，因形状如瓶颈，故名。飞沙堰在鱼咀和宝瓶口之间，用来控制进入内江的水量，当内江水位过高时，洪水就会漫过飞沙堰泄入外江。堰上还立有三个石人，用作测量水位的标尺。整个工程的设计十分科学、严谨。建国后，对原工程进行了维修加固，使原下降到 200 万亩的灌溉面积扩大到 800 万亩，并新建了外江节制闸，改造旧渠，修建新渠，其面貌焕然一新。都江堰西望岷山雪岭，东接川西平原，山清水秀，风景优美。

这里名胜古迹主要有伏龙观、二王庙、安澜桥、玉垒山森林公园等。伏龙观，在宝瓶口离堆北端，现存建筑为清代重修，有三重殿宇，内存李冰石像。殿后最高处为观澜亭。二王庙，在玉垒山麓，面对都江堰，依山取势，层层而上，是为纪念李冰父子而建的祀庙。安澜桥，俗称索桥，位于内、外江分水处。宋代以前已有此桥，后毁于火，清代重修。结构独特，是一种西南地区常见的悬桥，飞架江面，望若长龙。玉垒山森林公园，位于都江堰东侧。由玉屏、翠屏、金龟、文笔诸峰组成，面积 400 余亩。园内自然植被丰富，古建筑独特，景点众多。

剑门蜀道——一夫当关，万夫莫开

剑门蜀道风景名胜区，位于四川省北部绵阳地区。是一处在连绵不断的秦岭、巴山、岷山之间，以著名的“蜀道”为纽带，连结许多景点的风景名胜区。“蜀道”是从陕西省汉中、宁强入川至广元、剑阁、梓潼的古栈道，绵亘数百里。沿线地势险要，风光峻丽，唐代李白曾有“蜀道之难，难于上青天”的描述。蜀道中分布众多名胜古迹，有古栈道、三国古战场遗迹、武则天庙皇泽寺、唐宋石刻千佛崖、剑门关、翠云廊、七曲山大庙、李白故居等。

历史上所说的“蜀道”，就是指从四川进入关中或汉中地区的几条极为险要的通道。其中自宝鸡出大散关，经凤县、略阳至阳平关的嘉陵道，水路可顺嘉陵江而下，陆路可自广元接剑门蜀道入川，而且自宝鸡可东通咸阳，西接天水，这条路遂成了联系陕、陇、川的主要通道。古代宝鸡称为陈仓，故此道又称陈仓道。三国时，诸葛亮北伐中原，就多次从这条道出兵。今天的宝成铁路，大致也是沿这条路修建的。

从汉中盆地进四川，古代有三条通道，其中之一为剑阁道，剑阁道是最重要的入川通道。昭化西南约 35 公里，在险峰对峙的山岭间有一个狭窄的隘口，这就是剑门关，蜀道必由剑门通过，所以一般所指“蜀道”就是指剑阁道，或称剑门蜀道。剑门蜀道又称金牛道、石牛道，为战国时所开。当时秦惠文王苦于攻蜀无路，便设一计，造五石牛置路旁，后撒金豆，谎称石牛能屙金子，蜀王贪财中计，命五丁力士开山辟路引石牛入蜀，秦兵即循此路入川。剑门蜀道沿途峰高谷深，崖陡路险。崖岭谷壑间，森林茂密青翠，名胜古迹众多，构成了一条雄奇幽美、引人入胜的千里风景游览线。

七盘关：位于剑门蜀道川陕交界处。古名五盘岭。这一带山林秀美，唐杜甫诗云：“五盘虽云险，山色佳有余”。不远处的飞仙岭上建有飞仙阁，其形势极为险峻，古诗中有极言其险的佳句：“仰眺飞仙阁，鸟道危一线”。

千佛崖：位于广元市附近的嘉陵江东，亦称龙门阁。此处蜀道称阁道。栈道倚崖临壑，极其险陡。现可见阁道遗画。千佛崖有石窟造像群，分上下五层，雕技精湛，规模为四川之最。原有造像 17000 多尊，由于旧社会无人保护，1935 年修筑川陕公路时竟毁掉一半以上。现存窟龛 400 多个，造像 7000 余尊。窟龛绵延 200 余米，最高 40 米。有南北朝、隋、唐、宋、元、明历代石刻造像。主要洞龛有大佛洞、藏佛洞等。造像形态逼真，并有精美的浮雕多处。

皇泽寺：位于广元嘉陵江西岸、乌尤山麓。原名乌奴寺、川王庙，后因唐女皇武则天生于广元，即又改称皇泽寺。现寺内建筑均为清代所修。则天殿内有武则天石像，作比丘尼状。相传农历正月二十三日为武则天生日，届时当地人到这里游会，称“武则天会期”。寺倚崖临江，寺后有石窟和摩崖 34 处，造像千余尊，为南北朝至宋代作品，历代风格各不相同。寺侧有现代史中红军的标语碑林，保存有当年红四方面军留下的标语一百多条。

翠云廊：位于剑阁、阆中、梓潼三县境内。自剑门关东南至阆中，西至梓潼，绵延 150 余公里。行道两旁古柏参天，绿荫夹道，夏日行于道中不知炎暑。清人乔钵题名翠云廊。翠云廊古柏，俗称皇柏，意为皇家所有，传为三国时张飞所植，故又称张飞柏（实际上是明代剑州知州李壁发动人民所种）。清代雍正年间，剑州知州乔钵称赞这里“无石不可眠，处处堪留句。”

现在翠云廊已列为省级重点保护文物，剑阁境内的 8000 多株古柏，均编号挂牌，加以保护。

贡嘎山——川西第一雪山

贡嘎山风景名胜区，位于四川省甘孜藏族自治州境内，以贡嘎山为中心，包括泸定县海螺沟、九龙县伍须海等景区，总面积约 10000 余平方公里。贡嘎山海拔 7500 多米，主峰周围 6000 米以上高峰 45 座，现代冰川 159 条。海螺沟内有我国最高最大的冰瀑布及冰川弧、冰川断层、冰川消融等景观。伍须海有高山湖泊、原始森林、草原、瀑布、温泉等景观。景区内高原植物、野生动物种类繁多。贡嘎山是红军长征经过的地方，有泸定桥等史迹、遗址。

贡嘎山：又称贡噶山，旧称木雅贡嘎。坐落在康定、泸定、九龙三县之间。北距康定县城 55 公里，东北距泸定 50 公里，西南距九龙 70 公里。藏语“贡”是冰雪之意，“嘎”意为白色。为川西大雪山之主峰。南北长约 200 公里，东西宽约 100 公里，主峰海拔 7556 米，为世界第 11 高峰，四川第一高峰。组成山体的岩石为浅绿色花岗闪长石，附近山峰多由花岗岩组成。峰顶近似平台，方圆约 70 平方米，常年为冰雪覆盖。主峰周围环立着 145 座海拔 5000～6000 米的冰峰，形成群峰簇拥、雪山相接的宏伟景象。在 4600 米以下，散布着草地及灌木林。贡嘎山麓有现代冰川 71 条，面积达 395.5 平方公里，其中 5 条大型山谷冰川的冰层厚度达 150～300 米。最典型的是海螺沟。1957 年 6 月 13 日我国登山队登上了贡嘎山峰顶；1980 年贡嘎山与珠穆朗玛峰等 7 座高峰同时对外开放，接待外国登山队。贡嘎山周围布满原始森林，呈现出完整的植被垂直带，植物种类科目复杂，仅杜鹃花就多达 78 种；此外，还有大熊猫、白唇鹿、雪豹等珍稀动物。这是一处兼具原始森林、雪山冰峰、草原、湖泊、温泉、飞瀑等景观的风景区。

海螺沟：沟口位于泸定县西南，是贡嘎山主峰区东坡的冰蚀河谷。海螺沟全长 30.7 公里，自然景观丰富多彩，包括规模大、海拔低的现代山谷冰川、大面积原始森林、大流量矿泉和特高的冰蚀山峰等，为世所罕见。特别以发育典型的海洋性冰川闻名遐迩。冰川长 15 公里，面积为 16 平方公里，是亚洲海拔最低的现代冰川，其海拔高度仅为 2850 米。整个冰川由粒血盆川、大冰瀑布和冰川舌三级阶梯组成。大冰瀑布、冰川弧拱、冰川城门洞是海螺沟冰川的三大奇观。大冰瀑布是海螺沟最为壮观的景观，位于冰川上部。这个宽 1100 米、落差 1080 米，由无数巨大冰块组成的瀑布，仅次于落差 1100 米的加拿大国家冰川公园的大瀑布，名列世界第二。由于冰川的运动和融冰的交替作用，产生了冰川弧拱、冰川城门洞、冰桌、冰桥、桥面潮、冰下河、冰人、冰兽等晶莹璀璨、秀丽迷人的冰川奇景。冰川弧拱是具有“年轮”意义的大型冰川层有规律的弯曲现象。冰川城门洞为冰川舌前端冰崖之下的穹形巨洞。冰下河的出口，也是海螺沟主流的水源，随着冰川的消融退缩而不断地移动着位置。在距冰川不过几公里的地方，有大流量的温泉、热泉乃至沸泉。沸泉水温高达 90℃，可沏茶或煮鸡蛋。除此以外，莽莽苍苍的原始森林也堪称一绝。

伍须海：位于贡嘎山西南部的九龙县境内。“伍须海”藏语意为“发光的湖泊”。景区面积约 300 平方公里。周围有镇海石、天生桥、藏寒遗址、冰川、塔峰、瀑布等 19 处景点。周围青山环抱，幽静神奇，完全保持着原始生态。高数十米的云杉、松树，灌木丛中火红的杜鹃，阔达千亩的草地及鲜花，光亮无瑕的湖面，白云衬托的蓝天，共同构成了一幅五彩缤纷的画卷。这里还是一个天然的动植物园，湖水中的植物群落、各种飞禽走兽，为景区

增色不少。

泸定桥：即大渡河铁索桥，位于泸定县安乐坝。建于清康熙年间。桥长103.6米，宽3米；以9根铁链作底索，上铺木板作桥面；桥两旁各用2.5吨重的一根铁链作扶栏。桥两端各有一座20米高的桥台。泸定桥不仅以其悠久历史及川藏通衢闻名于世，更以中国工农红军长征时勇猛夺桥的英雄业绩扬名中外。该桥已被列为国家重点文物保护单位。

四姑娘山——碎玉飞琼

四姑娘山风景名胜区，位于四川省北部阿坝藏族自治州小金县与汶川县的交界处。与该省的许多著名风景名胜区相邻：其北部为新近几年所发现的、全国面积最大的红叶景观区米亚罗，南部有著名的国家级风景名胜区青城山—都江堰和西岭雪山。四姑娘山主峰是横断山脉东部边缘邛崃山系的最高峰，海拔 6250 米，山势陡峭，终年积雪。这处风景名胜区，从北到南，在 3.5 公里的距离内，屹立着 4 座连绵的山峰，即大姑娘、二姑娘、三姑娘和四姑娘，通称四姑娘山，其高度分别为：6250 米、5664 米、5454 米、5355 米。每当有风时，山上积雪随风飘舞，4 座山峰如同头披白纱、姿容俊俏的 4 位少女。该名胜区由四姑娘山、双桥沟、长坪沟、海子沟等景观区组成。

四姑娘山风景名胜区东临岷江，西接大渡河。气候温和，雨量充沛；山顶地势险峻，白雪皑皑，山腰冰川环绕；山谷溪流清澈，山花遍野。名胜区内有雄奇壮美的山峰、茂密的原始森林、绿荫似毯的草甸、清澈奔腾的溪流、绚丽多姿的冰川瀑布、秀美的高山湖泊。名胜区较好地保持了其原始风貌，并有金丝猴、扭角羚、白唇鹿、麝、红腹角雉等多种珍禽异兽出没其间。除了四姑娘山的几个高山外，景观区内还有五色山、猎人峰、阿妣山、老鹰岩等几十座山峰。名胜区内居住着藏、羌、回、汉、彝等民族，以藏族为主，在这里可以领略到古朴淳厚的民情风情。这里还是游人开展登山运动和高山旅游的好去处。

四姑娘山东麓的皮条沟两岸，是闻名中外的大熊猫的故乡。皮条沟又名卧龙沟，沟内河流称皮条河，其河水流湍急，一泻千里，汇入绵江后经岷江流入长江。河流两岸，峡峰对峙；河中岩石高达三四米，矗立江心，经倾泄的河水撞击，激起朵朵浪花，犹如碎玉飞琼，十分雄伟壮观。游人们感叹道：未见熊猫奇，先观峡谷险。皮条河畔的卧龙自然保护区，面积广达 2000 平方公里，100 多公里长的公路贯穿全境。这里奇峰竞秀，高山环抱，据悉海拔 5000 米以上的山峰便有百余座。这里千山万岭，遍布原始森林；山野青烟缭绕，雾气蒸腾。在一些山峰、山腰上，时常可以看见一些天然石洞，云气从洞中喷涌而出。这处大熊猫保护区地处四川盆地与青藏高原的过渡地带，动、植物种类繁多。据悉，保护区内各类植物达 4000 多种，其中珍贵植物有四川红杉、麦吊云杉、金钱槭和连香树等；有各种兽类约 50 多种、鸟类 300 多种，其中属于国家保护的珍贵动物 29 种。现已被列为联合国国际生物圈保护区，并设三大熊猫研究中心和大熊猫野外生态观测站。

名胜区临近的茂县是我国唯一的羌族自治县。羌族是一个能歌善舞的民族，每逢喜庆日子，人们便用传统乐器、伴着动人的歌声来欢庆。

西岭雪山——千秋雪原

西岭雪山风景名胜区，原名为“大飞水原始森林风景区”。位于四川省成都市以西大邑县西部，距离成都市约 107 公里。名胜区总面积为 482.8 平方公里。西岭雪山地处横断山脉东部边缘之邛崃山的南端。名胜区内最高处的苗基岭海拔 5364 米，山顶积雪终年不化，矗立于天际，洁白晶莹，故名西岭雪山。唐代著名大诗人杜甫寓居成都时眺望此景后，写下了“窗含西岭千秋雪”的著名绝句。名胜区内的日照金山、阴阳界奇观，实为世界罕见；另有凤尾瀑、五彩瀑等水景。

西岭雪山风景名胜区内的森林覆盖率达 85%，有亚热带、温带植物 200 余科、1200 多属，共计 6000 余种。其中主要树种有：紫果云杉、冷杉、红杉、铁杉、高山松等；珍稀树种有银杏、香果树、珙桐树等；灌木杜鹃有 16 种，竹类有 9 种。桂花岭有两片原始桂花林，面积近千亩，春夏之交，满山遍野红、黄、紫、白、蓝各色杜鹃花竞相开放；深秋季节，千亩古桂金蕊银花齐放，十里飘香。名胜区内栖息着许多动物，种类多达 300 余种，且不乏珍禽异兽，有大熊猫、牛羚、金丝猴、小熊猫、毛冠鹿、红腹角雉、猕猴等等。名胜区内共有大小瀑布 30 余处，除前面提到的凤尾瀑、五彩瀑外，还有落差达 70 余米的高飞水瀑布，落差达 78 米的天河决口瀑布。花石溪的三磊关、花水湾处，遍布红色花岗岩巨石；溪水从石隙中飞泻而下，直入千百眼大小深潭；五颜六色的彩石铺满小河、溪底，在流水水波的荡漾下闪烁着斑斓的色彩，使游人恍入童话世界。

在大邑县城与名胜区之间，有药师崖石刻。药师崖又名后崖。其地孤峰突起，石径悬空，　水环绕于前，群山罗拜于后。药师崖因主龛刻像为药师古师而得名。古师像始刻于唐后期，其后五代至明都曾增刻，明中期大都进行改装。石刻长 150 米，共 15 龛，造像千余。药师佛造像位于石刻正中，坐于莲台上，通高 5.4 米，有火焰纹背光，体态丰满，面部慈祥。龛顶有两个彩绘浮雕飞天，造型生动，线条流畅。除佛像外，还绘有风俗人情、民间故事、生产生活场面。这里风景秀丽，山势奇胜，文人题咏甚多。

大邑地主庄园：在大邑县安仁镇场口，是解放前大地主刘文彩的宅园。修建于 1928～1942 年。占地 70 余亩，房屋 350 余间，分新、老公馆两处。庄园四周风火墙高达两丈余。整个庄园重墙夹巷，建筑十分侈豪。造型多种多样，处处楼阁亭台，雕梁画栋；各种格子窗栅、雕花门楼刻飞禽走兽、奇花异草、吉祥博古图案等艺术装饰，多达数百种。庄园内部分为大厅、客厅、接待室、帐房、雇工院、收租院、粮仓、金库、水牢、佛堂、望月台、逍遥宫、花园、果园等部分。存有大量实物，是研究中国封建地主经济的一处典型场所。内有著名大型泥塑《收租院》，塑像生动，真实感人。

子龙庙：位于大邑县城东银屏山麓，为三国时蜀将赵云祠墓。现存戏台、仪门、前殿、拜楹、后殿等建筑。祠后有墓园，状似一小丘，传为赵衣冠冢。墓周有梅花女墙，墓前有清中期所立高大墓碑，上刻“汉顺平侯赵云墓”。正殿有赵云戎装塑像，气宇轩昂。

红枫湖——青山隐隐水沼沼

红枫湖风景名胜区，位于贵州省中部、距贵阳市西约 30 公里的清镇县境内，为一大型人工湖泊。是集山、水自然风光、岩溶洞群、民族风情为一体的名胜区。面积为 240 平方公里，其中湖面积 57.2 平方公里。湖中 170 多个岛屿星罗棋布，岛上溶洞成群。湖区集山、水、洞、林景色于一体。湖面辽阔浩渺，湖弯曲折秀丽，岛屿洞府奇特，林木繁茂且四季鲜花不断。山里湖、湖里岛、岛中洞、洞中湖的奇特景色构成了这个迷人的高原岛国。该名胜区由北湖、南湖、后湖和许多湖湾河汊以及周围的山峦丘壑组成，分为九个景区、70 多个景点。

一、猫跳河与红枫湖

蜿蜒曲折的猫跳河，发源于本省的安顺，全长 180 公里，自然落差达 549 米，流经平坝、清镇、贵阳向北奔去，与著名的乌江汇合。它穿深山、冲峡谷，滩多水急，蕴藏着巨大的水力资源。在这里出没的虎豹为了过河，常借突出水面的滩石往返跳跃，当地苗族居民称虎豹为猫，故有猫跳石之称，猫跳河——这个富于浪漫色彩的名字由此产生。为了开发猫跳河的水利资源，从 50 年代起至 1979 年完成了猫跳河梯级开发工程和 6 个中型水电站。红枫、百花、碑文、窄巷口、红林、红岩 6 个人工水库，像 6 颗璀璨的明珠，镶嵌在猫跳河流域的群山之中。红枫湖，是其中最瑰丽的一颗。

二、美丽的湖景

红枫湖东西宽约 5 公里，南北长近 20 多公里。湖面宽阔、岸线弯曲，分为南、北湖两大部分。北湖，烟波浩淼，西望群山，透过茫茫雾霞，时隐时现，令人心旷神怡；南观水面弯弯曲曲，沿着一道道峡弯伸向远方。北湖南岸大偏山，主峰海拔 1400 余米，山势雄伟，植物繁茂，常年郁郁葱葱；绿波倒映着群山，对岸红枫大坝与大偏山遥相呼应，一派“青山隐隐水沼沼，秋尽江南草未凋”的景象。南湖，岛屿星罗棋布，时隐时现，各展风姿。当北湖水深浪急、凉风袭人的时候，南湖却是风和日丽、碧水涟漪。小山峡连接南北湖，峡道两岸峭壁森严、山石嶙峋，最窄处仅数十米。两岸古树松柏，苍劲挺拔，一派峡谷风光。峡岸绝壁上，一石似仙女，体态轻盈；到峡口向上仰视，顶峰有一巨石活像乌龟，形象生动；过峡回首，只见岩顶有一“石罗汉”，面带笑容。过峡口向前，水湾连绵，两岸植被蓊郁。再往南行，右岸有一群伫立水中的小石林；左岸是小巧玲珑的盆景山。陡峭的峡岸，幽静的湖湾，岸上的各色植物，湖畔小石林，盆景山与碧绿的湖水共同构成了一幅山似青螺水涟漪的美丽画卷。

三、丰富多彩的春夏秋冬

红枫湖地处亚热带湿润温和气候区。全年平均气温 14.1℃,7 月均温 22.7℃，1 月均温 3.8℃，冬无严寒、夏无酷暑。这里雨量充沛，四季景观丰富：春天满山遍野的映山红、报春花相互争艳，迎春怒放。夏天湖水上涨，湖面宽阔，岸上植物更加茂盛，百花争妍，微风轻佛，满湖凉意。秋季云高气爽，堪称红枫湖的“黄金季节”。每当雨后天晴、夕阳西下，晚霞将湖水漆成一片片金光闪闪的枫叶，耀眼夺目，美不胜收。秋晴观晚霞，是红枫湖的最佳景观之一。冬季，树林依然常绿，偶有瑞雪，景象更美。这时，到红枫湖过冬的候鸟成群而来，数不清的各种鸟类成群结队，组成一个热闹的飞禽乐园。

四、神奇的溶洞世界

丰富多彩的喀斯特溶洞群，给红枫湖增添了与众不同的特色。红枫湖景区已发现溶洞 60 余处，构成一庞大的岩溶洞群，其中著名的有将军洞、水下洞、打鱼洞等。将军洞位于将军湾景区，岩溶地貌在洞内形成千姿百态的钟乳石奇观，犹如水晶宫殿；洞内有高宽各数十米的巨大钟乳石幔，如大瀑布直泻而下。水下洞内流水清澈，洞顶钟乳满目，水底石田棋布，石渠蜿蜒，小径纵横。打鱼洞钟乳石呈原始状，宛如仙境，令人神往。

五、千姿百态的民族风情

侗苗冲景区集贵州民族风情于一地，集中体现了侗、苗、布依、回、水、土家族等 12 个民族的文化历史、生活习惯、建筑风格，是一新开发的较有特色的景区。现已建成几个民族村寨，游人可在此领略不同民族所特有的民族风情。

红枫湖风景名胜区山青水秀、气候宜人，有我国“ 第二春城 ”之美誉。

龙宫——岩溶奇观

龙宫风景名胜区，位于贵州安顺市。景区面积 60 余平方公里。以壮观瑰丽的水溶洞、洞穴瀑布和旱溶洞的岩溶地貌为特色，并有田园山寨、山野峰峦、嶙峋石林及丰富多彩的民族风情作衬托。地下暗河全长 15 公里，穿过大小 20 多座山，串连 90 余个洞穴。龙宫风景名胜区包括油菜湖、淤塘、龙宫和玛璜箐 4 个景区，主要景点有天池、虾岩、虎穴等，还有水洞群、旱洞群、湖塘群、瀑布群、天生桥、天窗、弧峰、绝壁、石林、峡道、古树以及布依族村寨等景观，集万千情趣于一地。步移景异，随景移情。

一、龙宫景区

龙宫原名响水潭。位于安顺马头乡王二河上游龙潭布依寨山脚下，距安顺 29 公里。因洞内珠光宝气，气象恢宏，形似龙王水晶宝殿，故名。区内海拔 1100～1400 米，年均气温 13～16℃。该景区主要由龙门瀑布、天池、暗湖及云山石林等景点组成。龙宫系北盘江支流王二河上游潜入地下、沿断裂带和隔水层边界伏流经几百万年后发育而成的一条暗河通道。洞内最大洞厅面积 400 平方米，顶高 110 米。龙门右侧悬崖有天窗，一道激流从窗口跌入洞中，形成高 45 米的洞中瀑布。旁洞壁上有石道直通天窗口，出口上天台可达天池。天池是半山的溶蚀性深潭，长 220 米、宽 75 米、深 17 米，池水澄碧，灿若琉璃。天池既是龙门瀑布的源头，又是龙宫的入口。龙宫是由暗洞、峡道、明洞所组成的地下洞湖，全长 4000 多米，分为 5 段即五进龙宫。其中一进龙宫长 800 余米，水深 17～33 米，又分为 6 个大厅，依次为迎客厅、水晶宫、珊瑚宫、龙女牧羊、五龙抢宝、三峡。船行洞中，如入仙境，岩溶倒影摇曳，波光扑朔迷离。各厅内景观繁多，计有群龙迎宫、迷宫、百鸟戏水、灰熊出洞、孤鹜斜飞、古松参天、浮雕壁画、金鸡独立、蟾宫月桂、狮子滚绣球、双龙戏水、七宝金塔、孔雀点水、珠帘侧影、曲径通幽、猪八戒下河、冰川白熊、武士把门、巨龙归海、龙女读信、白鹤亮翅、金虎下山、群猴捞月、八仙过海、大闹天宫、宝石仙衣、三顾茅庐、寿星迎客等几十个景观，栩栩如生，令人浮想联翩。其间钟乳石滴造的姿态各异的景观让游人心荡神驰。闯过“龙宫”，又临“虎穴”。“虎穴”内有以每 300 年增 1 厘米的速度发育的钟乳石，由低而高层层分布。洞内石乳森然，有鬼斧神工劈削之姿，如重重山、面面景、上瑶台等，景致十分独特。

二、其他景点

循湖边溪流而上，左侧山上怪石耸峙；山脚下有山石铺成的甬道，道旁青竹森然，竹影摇曳河中。右侧河水喧腾，恒响于耳边；直视山崖，但见钟乳石千姿百态，或野披乱发，或葫芦盘旋，或钟磬相击，或珊瑚结礁，不一而足，俱盘结悬垂有压顶之势，逼人眼目。循石梯而上重曲桥，更有胜景诱人。脚下有溪流飞泻，侧有巨大的溶洞，洞内水雾纷然溅落，瀑流湍急，如素带缠身的舞女奋然狂舞，裙带飞扬，迥然不同于黄果树瀑布的雍容大度，观之使人惊愕叹绝，此为“龙门飞瀑”。龙门飞瀑由龙潭天池流泻而成，该池水幽深宁静，青碧诱人，悬崖环抱。环顾四边悬崖，皆树奇竹异。有株“鹅耳枥”，存活于薄土上，扎根于崖缝间，奇在叶上开花，花初为红色，继而黄色，终则绿色。举目上跳龙宫洞口处，有株 500 年生的黄连树，枝干虬劲，黄灰斑环布于树干上，一副饱经风霜之姿，罕见于世。

三、少数民族风情

龙门是少数民族聚居地，每逢农历大节，青年男女皆聚集于此，谓之“ 赶俵 ”。届时女青年头戴银饰，身穿百褶裙，腰系围兜，手撑彩伞；男女分立两行，以对歌、扔花包等表达内心喜悦和相互爱慕之情。如果深入其内，可发现苗族的盛装美在高雅华贵，多红、黄暖色；布依族的服装清爽典雅，反映民族性温意善，富有朴素、清新、明快、典雅的审美情趣；而仡佬族的服饰则以清秀、明快的裙装为主，它吸取了汉族妇女旗袍服饰的某些特点，但仍保留着仡佬族自身朴素大方的自然美。

马岭河峡谷——地球的一条美丽伤疤

马岭河峡谷风景名胜区，位于贵州省西南端的兴义市境内，中心景区距市区约 10 公里。名胜区总面积 1200 平方公里。马岭河又称马别河，发源于黔西南乌蒙山脉，向南流入南盘江，长百余公里。名胜区内峡谷段长 74.8 公里，上至车榔温泉，海拔 1500 米；下至南盘江，海拔 630 米，自然落差达 870 米。由于“万峰环绕，千泉归壑，溪水溯蚀，江流击山”的作用，给这条峡谷赋予了“雄奇、险峻、秀美、幽静、奥妙、旷野”兼备的景观。马岭河流域的地貌结构非常特殊，与一般峡谷不同，实际上是一条地缝，这种地缝结构在全球极为罕见，被称为“地球的一条美丽伤疤”。马岭河景区有“天下双绝”：石峰成林、势若海洋的万峰林；河道盘绕三万六千石峰而过，如大海中的游龙，气象万千，宏伟浩荡的马岭河。人称马岭河是上帝为自己建造在地球上的一座美丽花园，素有“兴义归来莫看峰，除却马岭不是河”之说。

整个名胜区由车榔温泉、五彩长廊、天星画廊、万峰林四大景观区以及马岭河地缝漂流区、贵州民族婚俗博物馆、鲁布革景区、泥■石林、猫猫洞古人类遗址、“贵州龙”化石景点、万屯汉古墓群、多处美丽山寨等共同构成。

一、车榔温泉

车榔，是一个山青水秀的布依族古寨，马岭河峡谷从寨前穿过。寨左右两边各有一条温凉泉，左称“姑娘泉”，右称“儿子泉”，水温分别为 40℃和 38℃，泉水四季清澈。古往今来，男女对河而浴，充满情趣。这两泉在当地称为“神水”，两水各流成一条自然石渠，中间另有一条石渠将两水沟通成一条“夫妻腰带”。这泉甚为奇特：女泉每隔 4～6 分钟涌大水一次；女泉下落时，男泉的腰带水向女泉流去。男女两泉相融交汇，亲密无间。更奇妙的是“男女泉”山后的“太阳泉”，阳光一照喷泉直泻。传说山里有龙，阳光照身，身暖苏醒，口吐龙水，故又称“眠龙泉”。

二、五彩长廊

龙荫至马岭镇 20 公里长的峡谷段，人烟稀少，山草植被保持着原始风貌，大面积的悬崖堆积岩和彩色崖壁比比皆是，花草枫叶繁多，野生动物成群，构成“五彩长廊”。谷内三条秀水清流，水随山转，山因水活，雨为龙腾，为一彩；龙头山溶洞高水头瀑布，水花草木飘动，彩虹相映，为二彩；泉水叮咚，溪水潺潺，水族动物穿梭不息，为三彩；百花异草因水而生，风吹水流，花草摆动，为四彩；长廊两岸猪场河、水廊河水库，秀水相映，堪称谷中“瑶池”，为五彩。

三、天星画廊

从马岭古桥到天星桥，是最深最长的大裂缝地谷段，长 9.7 公里，宽 80～150 米，深 120～200 米，顺谷而下有彩岩峡、三古峡、天赐古窟、五星幽谷、彩水河、古驿道、天星画廊等景观。该景观区的特点是“天造裂谷，雄奇险幽，壁立千仞，一水中流，群瀑飞舞，虹霞映崖，天琢琼楼，人进画游”。其悬崖峭壁上花草丛生，翠竹摇曳，藤木披挂，水流溪洒，构成了一幅幅景致万千、形态各异的立体壁画。清代咸丰二年（公元 1852 年），江南才子蒯宫宝到此游览，禁不住叹曰：“云奇石更奇，奇绝画难比，写奇唯有诗，诗在空山里。”更令人叫绝的是“横向飞瀑”成群。该峡谷中竟有大小瀑布 57

条，其中终年泻瀑的达 36 条。瀑布最集中的是 1.7 公里的天星画廊段，有万马咆哮瀑、珍珠瀑等 13 条，放眼望去，白练凌空，飞珠溅玉；在阳光照射下，幻化出道道虹霞，竞相媲美。众多的瀑布中最为神奇美妙的要数“ 珍珠瀑 ”和“ 彩虹瀑 ”。“ 珍珠瀑 ”由 12 条浩白轻盈的小瀑构成，瀑布从 100 多米高的悬崖顶端跌落下来，在层层叠叠的岩层壁上时而跌起，时而再跌，撞出千千万万颗珍珠般的水珠。这些水珠在太阳光的照耀下，闪闪发光，欢蹦乱跳。“ 彩虹瀑 ”是集中在一起的 8 条瀑布同时从百米多高的崖顶倾流而下所成。瀑水跌下后，在谷底激起一阵阵水花和一层层乳雾。在阳光的照射下，谷底迷濛的水雾幻化出道道美丽的彩虹，在水雾中缓缓起伏、飘动。

四、万峰林

明代开国元勋刘伯温写过一首诗：“ 江南千条水，云贵万重山，五百年后看，云贵胜江南。 ”万峰林正是这样一大片山势雄奇、气势磅礴的峰林奇观，人称三万六千峰，与马岭河同称双绝。马岭河峡谷两岸由一座山势雄奇、气势磅礴的山峰环绕，使幽深的谷地更显险峻。该景观区中最为壮观、最称神奇的是天星桥至南盘江一段。这一带峰林面积达 200 平方公里。其特点是：峰内有谷，谷内有峰；峰中有洞，洞中有峰；峰里有田，田里有峰；峰下有寨，寨下有峰，犹如一幅优美动人的峰、谷、洞、田、寨融为一体的山水画卷。著名旅行家徐霞客曾二进万峰林，留下了“ 天下名山何其多，唯有此处峰林也 ”的赞美之词。峰林深处人烟稀少，还保留着上千亩的原始森林和珍贵的野生动物。若逢天晴，可以登峰观看日出和朝阳洒谷的奇妙景观；如遇雨雾时日登峰，观看到的则是一派云山雾海、势如虚幻的仙境。峰林中奇峰异洞比比皆是，各展天姿，如将军峰、天神峰、仙女峰、五子峰等，个个形态逼真；如飞龙洞、观音洞、白龙洞、白马洞、水晶宫等，洞洞有灵。

荔波漳江——野秀奇悬

荔波漳江风景名胜区，位于贵州省黔南荔波县境内，由茂兰景观区和区内河流漳江共同组成。是一处喀斯特地貌（岩溶地貌）最典型、最丰富的天然景观区，也是一处兼有奇异地貌和原始森林景观双重特点的游览区。目前，风景区的开发建设已初具规模。名胜区主要由茂兰喀斯特原始森林自然保护区、大七孔、小七孔、地峨宫、响水河瀑布群、鸳鸯湖和翁龙潭、水春河、十三道浪、水甫石棺、玉屏镇等等景观区、景观点构成，总面积为 426 平方公里。其主要特色是融山、水、洞、林、湖、瀑等多种景观于一体，玲珑秀丽。名胜区内所拥有的大小 16 处景点均系浑然天成，没有任何人工斧凿的痕迹。景区风光的“野、秀、奇、悬”世所罕见。

茂兰喀斯特原始森林自然保护区，面积达 220 平方公里，是地球同纬度喀斯特地貌上硕果仅存的一片森林。保护区中森林覆盖率达 91.58%。区内纯质石灰岩和白云岩遍布其间，裸露率在 70%～80%以上，属于裸露型喀斯特。它不仅以秀丽景观称绝于世，还以其丰富的物种和奇特的水文效应而成为全世界科学工作者所瞩目的考察实地。景区中发育优良的喀斯特地貌型态繁复，落水洞、漏斗、洼地、槽谷、盲谷、盆地散落其间。这里山青水绿，鸟语花香，令人留连忘返。景观有如桂林山水、路南石林，峰顶至岩谷全为森林覆盖。这里还有许多奇特的森林滞流泉、岩溶潭、湖泉、森林滞留沼泽湿地，山水相映，林木茂盛。林区中古木参天，藤萝密布，植被繁茂，多奇花异木。植物品种 378 类、752 种，其中珍贵树种有掌叶木、短叶黄杉、广东针松、伞花木、罗汉竹等；珍稀菌类有羊肚菌、牛舌菌、鸡油菌、灵芝菌等。保护区无愧为一座大型天然植物园。这里的动物资源也十分丰富，其中鸟类 103 种，代表种类有锦鸡；兽类 34 种，主要有林麝、水獭、穿山甲、猕猴、香獐、鼯鼠、王冠鹿、小灵猫、苏门羚等；爬行类有眼睛王蛇、龙蜥等 39 种；鱼类有 17 种；两栖动物类有 19 种；昆虫类繁多。该景区亦是一处天然动物园。

名胜区内旅游资源十分丰富，有许多明河、暗流、湖泊、瀑布等景点，它们同险峻的峰丛、嵯峨的危崖、碧绿的森林相映成趣。在小七孔和响水河畔，一条长约 1000 米、落差 40 多米的河段上，有大小 70 多级瀑布和叠水；鸳鸯湖位于海拔 700 多米的喀斯特群峰上；上、下湖加上串连两湖的迂回纵横的卧龙河，水面 200 多亩，游程 3000 多米；地峨宫为一巨大岩溶洞穴，洞中有河、湖、瀑，还有洞中洞，原始幽深，浑然天成，构成了一幅神秘奇绝的地下溶洞画卷。风景区内高原水上迷宫、水上森林、立体交叉瀑布等独特的喀斯特森林水文效应，形成“上有森林、下有洞林”，石头上长树、岩缝里盘根等一系列的奇绝景观。

名胜区内散居着布依、苗、瑶等少数民族，她们都各自有着悠久的历史和灿烂的文化。特别是少数民族那格调古朴、异彩纷呈的风情，更是意境清新、韵味隽永，为本地区的旅游资源平添了不少诱人的人文景观。这里的布依山村风俗更为独特，犁田、插秧、打谷等重活几乎都是由女人来承担，俨然一派“女耕女织”的异乡情调；由于盛产质地绵软的竹子，竹席编织业世代相传，男女老幼皆乐于此道，编织的凉席久负盛名；这里青年男女都喜爱唱山歌、吹芦笙。细听他们的歌声、笙声是如此轻快、这般甜润、那样温馨，寄托着人们对自然、对生活深挚的爱。这些浓郁的民族风情，令中外游人为

之倾倒。

赤水——千瀑之乡

赤水风景名胜区，位于贵州省西北部赤水市境内，与四川省南部接壤，紧靠长江中游。赤水市历史悠久，文化发达，水陆交通方便。境内河溪纵横，泉点密布，共有大小河流 350 多条，湖塘水库 790 多处，形成了众多的飞瀑流泉、激流险滩。赤水被专家评为“千瀑之市、楠竹之乡、桫椤王国、丹霞之冠、美酒之河、旅游胜地”。

壮观的瀑布群：名胜区内优美的河段、湖泊组成千姿百态的水体景观，其中尤以瀑布最为著名。众多瀑布中最突出的要数十丈洞大瀑布。该瀑被专家学者们誉为“川南黔北第一胜景”、“神州又一瀑布奇观”。它高 76.2 米、宽 80 米，瀑水像千万团花絮从天而降，又如狂涛倾注，轰雷喷雪，拍水击石，气势磅礴，数里之内声如雷鸣，数百米内水雾弥漫。瀑布周围林木繁茂，藤蔓纵横，四季葱茏。附近有百亩茶花林、大片杜鹃林、桫椤林等。景区内道路浓荫蔽日，曲折回环。此外，还有观瀑台、浪琴湾、飞虹桥、疑无路、三圣殿、仙舞台、暗瀑等景点，构成一个天然的瀑布公园。四洞沟景区内有 30 多个形态各异的瀑布，被专家称为万竹之园中的“小家碧玉”、“没有败笔的景区”。其大白岩瀑布高达 392 米，为全国最高瀑布之一；甘沟瀑布群有 27 处瀑布，蜿蜒曲折，秀丽多姿，处于原始洪荒的环境之中；此外，还有长达千余米的长石梯瀑布群、与桫椤交融一体的仁溪瀑布群、原生森林中的盘龙河瀑布群以及水泡瀑布、雾状瀑布、暗瀑等。

神奇的丹霞地貌：赤水丹霞地貌以其艳丽的丹霞赤壁、拔地而起的孤峰窄脊、仪态万千的奇山异石以及巨大的岩廊洞穴和优美的丹霞峡谷而令人倾倒。我国一丹霞地貌专家考察赤水后说：“赤水丹霞地貌面积之大，发育之成熟，壮观美丽之程度，当属全国第一”。又说：“赤水丹霞地貌上瀑布最高、最大、最美。”“赤水丹霞冠华夏”。其万年石伞为一巨石，高 6.2 米、伞顶周长 17 米、伞把最细处周长仅 1.2 米，伞盖如茵；渡仙石桥长 20 米、宽 3 米、厚 2 米、高 6.2 米，桥面平整，桥下流水潺潺；大同天生桥规模更大，高 13.5 米、长 51 米、宽 6 米，桥下还住着两户农家；张家湾一带遍地的岩石奇形怪状，似兽形物，令人惊叹不已；还有众多的丹霞岩穴，有的岩穴内有十分奇特美妙的丹霞石景；九角洞一带更有绝佳的景观，史书记载有赤水最佳十景；长嵌峡谷清溪长流，景观俊美。

多彩的森林景观：名胜区内森林覆盖率高，有原生森林 40 多万亩、楠竹 27 万亩。森林中多生桫椤，被誉为“桫椤王国”。桫椤形如巨伞，状若华盖，是苍劲挺拔、仪态优美、神韵潇洒的古老物种和进行考古科研的“活化石”。名胜区中的桫椤总数达 13 万株以上，4～8 米高的桫椤随处可见。赤水是全国十大产竹区之一，身入其境，如入绿色海洋。

赤水人文景观十分丰富，红军长征中四渡赤水之战留下众多纪念地；赤水城历史 900 多年，留下如石墙城门、庙宇宫殿、大量石刻等文物古迹。

西双版纳——孔雀之乡

西双版纳风景名胜区，位于云南省西南部西双版纳傣族自治州境内。名胜区以景洪为中心，包括勐仑、勐遮和澜沧江一线，为茂密的原始森林和热带雨林风光，以动植物资源繁盛而著称。勐仑河谷热带雨林是西双版纳植物王国的缩影。西双版纳自治州位于云南省南部，与缅甸、老挝相毗连，总面积 19220 平方公里。其中名胜区面积 2000 平方公里，中心景区面积 1202.31 平方公里。景区内澜沧江及其支流小黑江、流沙河、罗梭河等横贯全境，原始森林郁郁葱葱，有上千种经济植物和无数种动物。全州 49 个较大的平坝上，世代居住的傣族人民，创造了绚丽多彩的文化。他们能歌善舞，歌手遍及村村寨寨；傣家的竹楼、佛塔别具特色；体现傣族风情的泼水节，更令海内外游人神往。主要游览点有：勐遮的景真八角亭、勐邦水库、曼冷缅寺、茶王树等；澜沧江一线称为“孔雀之乡”的橄榄坝、小白塔、仙人洞、大宗河瀑布、虎跳石以及多种野生植物群落等。西双版纳是以傣族为主的多民族聚居区，有独特的民俗、民居建筑和园林村落。

一、旅游特色

西双版纳风景名胜区及全自治州早就有“植物王国”、“动物王国”的称谓，加之特殊的民族风情，更吸引广大游人。

1.植物王国：西双版纳绿荫蔽天的热带性季雨林中生长有 5000 多种高等植物，占全国植物种数（32000 多种高等植物）近 1/6，是我国最大的热带植物宝库，人们誉之为“植物王国皇冠上的绿宝石”。这里有闻名于整个植物界的望天树，高达七八十米，实为“林中之王”；有竹类中最粗壮的竹子——歪脚龙，其最大直径可达 1 尺；野生的铁力木坚硬似铁；名为轻木树的木质轻如薄纸；有耐腐力极强的柚木、生长速度极快的团花木；还有药用价值甚高的龙血树、美登木等等；此外，还有多种味美和营养丰富的热带水果等，真是琳琅满目、不胜枚举。

2.动物王国：在这块不到全国 2‰的土地上有兽类 62 种，占全国的 15%；鸟类 400 多种，占全国的 35%；鱼类、两栖类、爬行类也相当丰富，有“动物王国”之称。动物中主要的有亚洲象、华南虎、猴类等；鸟类中，绿孔雀、犀鸟等是我国稀有野生珍禽；还有我国特有的两栖爬行类动物。西双版纳有国家重点保护的珍稀动物 38 种，占全国的 1/4。

3.民族风情：西双版纳除自然条件优越外，还有着迷人的民族风情。这里民族众多，民俗独特。这里以傣族为主体的少数民族的衣、食、村寨、文学、宗教、节日以及佛寺等等独特的风俗习惯，足以令人流连忘返。众多的民族风情内容中，最有特色的要数傣族的泼水节。泼水节是傣族历法的新年，于每年傣历 6 月（即清明节后 10 天左右）举行，是傣族最大的传统节日。届时不分男女老幼都集于街头寨尾，欢乐追逐，嬉戏泼水，谁的身上被泼水最多，谁就是最幸福的人。

二、主要游览景点

西双版纳傣族自治州，包括景洪、勐海、勐腊三个县，自治州首府在景洪，中心游览区及主要景点也在景洪。

1.曼阁佛寺：坐落在景洪澜沧江对岸，大桥北侧。是一座典型的西双版纳村寨佛寺，具有特殊的傣族建筑风格。建立年代不详。佛寺屋顶为重檐歇山式，顶层屋面收水较陡并有举折，使曲面很优美；下层屋面收水略缓，没

有举折，两层屋面沿纵向皆分为三段，中殿稍宽于两进，上下重叠，使庞大的屋顶倍加优美秀丽。殿内佛像已不复存在，天花、梁柱、屋架均漆成大红色，其梁下的雀替、挂落皆贴金装饰，使之显得富丽堂皇。外墙没有安设窗户，但墙不通顶，以便保持通风，并藉以使殿内光线不致过亮，保持其玄奥神秘的气氛。

2.曼飞龙佛塔：位于景洪西南 60 公里的曼飞龙村附近，俗称“笋塔”、“白塔”。建于 1203 年。砖石结构，外粉以特别的植物胶砂浆。由大小 9 塔组成。塔身为八角形须弥座，座上外圈为 8 个佛龛，中圈为 8 座小塔，分列 8 角，环拥主塔。主塔通高 16.3 米，径 8.6 米；小塔高 8.28 米，均为实心。塔群造型挺拔秀丽，庄重和谐，韵律节奏，极为丰富，堪称艺术佳作。

3.橄榄坝：位于景洪南 40 公里处。这里林木繁茂，江水清澈，孔雀起舞，黄莺鸣唱，佛寺深藏，竹楼幢幢，为一秀色别致的天然公园。泼水节时，这里的人们相互泼水以示祝福，并划龙舟、跳象脚鼓舞和孔雀舞等，格外热闹。

4.易武古镇：位于景洪东约百余公里处，曾是边陲的重要边防小镇。镇郊有水、旱两个古山洞，还有“一线天”峡谷和“天生桥”等景点。此处两岸悬崖绝壁，奇石连锁，一步可跨峡谷，“桥”下水流湍急，风景绝佳。

5.热带植物园：位于景洪东南 110 公里的罗梭江葫芦岛上，占地 140 公顷。这里林木高大，犹如苍天屏障，奇花异卉，胜似彩霞。园中有药材、油料、香料、饮料等各种植物。

三江并流——地质奇观

三江并流风景名胜区，位于云南省西北横断山脉纵谷地区。包括金沙江、澜沧江和怒江、独龙江三片景区、八个分景观区、60 多个景点。名胜区总面积达万余平方公里。景区内大河奔腾、势不可挡，高山雪峰横亘、连绵数百里。主要有澜沧江峡谷、怒江峡谷等著名的高山峡谷相间并行的大峡谷；澜沧江的沿途有欧亚大陆板块与印度次大陆板块碰撞形成的地质现象；在中甸县的大小雪山丫口有秀丽的林海雪原景观等游览点。该风景名胜区内的藏族、纳西、傈僳、白、普米、独龙等少数民族居住地民风、民俗丰富多彩。

一、三江并流

所谓三江，是指并流于云南西部的金沙江、澜沧江和怒江，均发源于青藏高原地区。因受地质构造线控制，三江形成了由北到南流向的河流。在四川与西藏交界处的八宿、察雅、贡觉、白玉一线始同向并流，300 多公里之后进入云南省，又继续向南并流 400 多公里。至此，金沙江在云南丽江县的石鼓镇旁突然来了一个 130 度的大转变，独自急转向北流，而澜沧江和怒江仍并流南行，200 公里左右后，在云南的施甸县以南至凤庆县一线逐渐分流，澜沧江入老挝、柬埔寨、越南后流进南海，怒江入缅甸后流进印度洋。这样，三江并流的总长度达 700 公里以上。三江之间相距甚近，开始并流时，其距约 160 公里左右，越向南流越靠近，最近处的直线距离只有 66 公里，而怒江、澜沧江两水的最近处则仅为 18 公里左右。这种奇特的景象为世所罕见，加之无际山野峡谷，形成地貌奇观。

二、奇特的峡

三江进入云南时，其河面海拔分别是：金沙江 2296 米、澜沧江 2273 米、怒江 1700 米。而三江周围的高山海拔高度多在 6000 米左右，其高差达 4000 米左右。三江并流向南不远，河谷即急剧下降至千米左右，这时三江周围的高山仍达 5000 米以上，巅谷的高差仍达 4000 米。三江各河谷深邃陡峭，形成各具特色的岩滩急流；山谷陡崖壁立，险峻异常，有许多地方坡度几乎成 90 度，为世界上少有的典型峡谷或窄谷。特别是怒江两岸的高黎贡山和碧罗雪山，像巨大的天然屏风隔江峙立。河流两岸晶亮的雪峰、翠绿的森林、闪跃的流水、富有民族色彩的山庄，犹如墙上的壁画。众多的大峡谷中，著名的有称之为世界第二大峡谷的怒江双腊瓦底嶂谷、青拉桶峡谷，澜沧江之石登至中排峡谷、燕门至同江的大峡谷、拖顶至伏龙桥峡谷等等。

三、典型的气候与动植物

三江并流景区内，由于纬度较低，山高谷深，谷底与山顶的气温差悬殊。有的地方，山下与山顶之间的气温差达 35℃，具有十分明显的“立体气候”特征。巅谷自下而上一般可分为亚热、暖温、温、寒温、亚寒和寒带共 6 个气候带。在这里旅行游览，往往可见其山脚酷暑盛夏，山腰秋意正浓，而山顶却是雪花缤纷的景象。在这里流传着“一山有四季、十里不同天”、“山高一丈、大不一样”的谚语。由于景区内地形独特，该景区曾成为各种动植物的“避乱所”，使一些动植物躲过了第四冰川纪的侵扰而保存下来，其中有许多被誉为活化石的动植物。景区广大的山地有各种兽类 100 多种、鸟类 300 多种，其他许多动物均占全国种类的 1/3 以上，被誉为“动植物的天堂”。

四、著名景观景点

1.晶莹璀璨的雪峰：景区内有众多的大雪山，最著名的是连绵数百里的

梅里雪山，其最高峰海拔 6740 米，为云南第一高峰。主峰周围 5000 米以上的山峰十余座，如太子雪山海拔 6054 米、察里雪山海拔 5263 米、白茫雪山海拔 5429 米、哈巴雪山海拔 5396 米、玉龙雪山海拔 5596 米，等等。海拔 4000 米以上的高山更不计其数，仅怒江州境内就有 40 多座，群峰峥嵘，似巨浪排空，美不胜收。2.扑朔迷离的高山湖泊：景区内有一些诡秘神奇的湖泊，如“听命湖”、“迷人湖”、“天池湖”等。3.奇特的地质景观：在贡山中心景观区，独龙山的峡谷绝壁上，显露出很好的地质断面，这是由于地质板块在碰撞时强烈地挤压形成的。成群的“绝壁奇观”，不仅给人以自然画的美感，还能让人了解地质构造的历史。

昆明滇池——高原明珠

昆明滇池风景名胜区，位于云南昆明市南部。滇池为滇中高原的陷落湖，湖水碧绿、波光粼粼，有“高原明珠”之美称。西山为滇中名山，有“睡美人”之誉。登山揽湖，“五百里滇池，奔来眼底”，令人心旷神怡。山上林木苍翠，有各种建筑群。主要景点有：西岸片区的大观楼、海埂、西园、曹溪寺以及城西北的筇竹寺等重点景区、景点；东岸片区为滇文化的发祥地，有呈贡龙潭山旧石器时代遗址、石寨山新石器时代遗址、天子庙战国“滇墓”、晋城古镇等文物古迹。

一、滇池

古称滇南泽，又名昆明湖。位于昆明市南，夹于金马、碧鸡两山之中，湖光山色，风景佳丽。湖水面积 340 平方公里，是我国第八大淡水湖。湖南南北长 40 公里，东西均宽 8 公里。滇池湖域，群峰拱抱，江河纵横，沃野千里，风光明媚，自古以来素有“高原江南”之称。湖周有依山临水的西园别墅，渔村风帆点缀的观音山景区，柳浪闻莺、树影花香的白鱼口空谷园，绵亘数里、风光充盈、水净沙明的海埂湖滨浴场，以及有名的大观公园等，都是十分惬意的游息之地。特别是彼岸绿波荡漾、巍峨雄壮的西山，水浮云护，峭拔挺立，给人以美的享受。风和日丽之际，五百里池面，波光粼粼，一碧万顷，隐约可见点点白帆，在轻云软水之间悠悠而行；当风云翻滚之时，水起浪涌，浪峰连天，海鸥惊飞，宛若一幅巨大的泼墨山水图画。滇池湖面雄伟壮阔，很有海的气魄，所以昆明人又称滇池为“海”。风和日丽时泛舟于湖面，荡漾在清波白云之间，更有一种海阔天空之感；如遇雨日，那广阔的滇池，远近都弥漫着云雾，分不出天与水的界线；风雨中的滇池，则另有一番迷人景色。

二、西山

位于昆明市西南郊 15 公里处，挺立在滇池西岸，是昆明最负盛名的游览区。西山原名碧鸡山，由碧峣山、华亭山、太华山、罗汉山、观音山等群峰组成，远望如一大汉席地而卧，亦名卧佛山。南段峭壁千仞，北段幽奥深邃；东瞰滇池，烟波荡漾。最高峰太华山高出滇池水面 470 米，气势雄伟。起伏的山峦上白云飘渺，恰似睡佛卧于云中，又如美女躺卧岸边。全山除山石嶙峋的罗汉崖外，其余均为茂密树林覆盖。名胜古迹分布在层林叠翠的山间，各种名花四时竞开，满山苍翠。西山风景，以龙门最胜。龙门是西山的最高处，与层楼叠宇的三清阁联在一起。站在峰顶，只觉悬崖凌空，天风浩荡。有时一抹云霞飘过，旭日把云霞染得绯红。龙门上的对联“仰笑死离天尺五，凭临恰在水中央”，将这一带的风光描绘得淋漓尽致。从殿阁层叠的三清阁至天阁间龙门一带的石径崖壁上多摩崖石刻。这段人工开凿的石廊，是清人用 72 年凿成的。

三、大观公园

位于昆明城西约 2 公里的滇池北岸，与太华山隔水相望。现园内有大观楼、涌月亭、澄碧堂、观稼堂、催耕馆、揽胜阁以及水榭、曲廊、长堤、通桥等建筑。该公园以风光旖旎而著称：西山白云，倒映碧水中；柳堤虹桥，萦回琼阁；绿丛鲜花，夹拥长廊。春天牡丹怒放；秋季菊花斗艳；游人络绎不绝。每逢中秋佳节，人们汇集于“三潭印月”观水赏月，满园五光十色，更加绮丽动人。大观楼坐落于大观公园南端，始建于清代康熙二十年（公元

1690 年），同治五年（公元 1866 年）重修。楼为亭阁式、三层。楼阁面临滇池，池中立有石鼓 3 个，系仿杭州西湖“ 三潭印月 ”之景而设。楼前立柱上悬挂着清代布衣诗人孙髯翁所撰的 180 字长联；上联描绘滇池风物，下联述记云南沿革，文辞工整，音韵铿锵，诗意隽永，气势磅礴，被誉为“ 天下第一长联 ”。

四、海埂湖滨公园

位于滇池东岸，是一条宽约百米、长约 5 公里的长堤，从湖岸边的海埂村起一直往西湖内伸延，最狭处仅约 60 米，与滇池西岸罗汉崖下的龙门村隔水相望。堤南为滇池；堤北是草海。堤东段是国家体育队冬训场地；堤中段有瞭望塔、水文站、溜冰场；堤下设大游泳池，并置引桥伸入滇池；堤西段修筑石梯形防波堤。海堤玉树参天，草木葱郁，繁花似锦，湖光山色，景致怡人。现在堤埂上又新添了一大花坛，并建长廊一条，景色更加秀丽迷人。

丽江玉龙雪山——天然雪山花园

丽江玉龙雪山风景名胜区，位于云南省西北部丽江、宁蒗、中甸 3 县境内，由玉龙雪山、虎跳峡、长江第一湾、泸沽湖 4 个景观区组成，总面积 770 多平方公里。玉龙雪山有终年积雪的雪峰 13 座，南端主峰扇子陡，海拔约 5600 多米。位于玉龙雪山与哈巴雪山之间的虎跳峡，峡谷迂回约 20 公里，江面最窄处仅 30 米，江滩至两岸峰顶高差约 3900 米，为世界最深峡谷之一。长江第一湾，历来为兵家必争之地，以山峦、奇岩、溶洞为特色。泸沽湖景区内深林幽湖与少数民族古风民俗融为一体。丽江古城民居风格独特，在我国建筑史上占有重要地位。风景名胜区内纳西族千余年前创造的东巴文、纳西古乐、白砂壁画等有较高的历史文化价值。

一、玉龙雪山

是世界上北纬最南端的现代海洋性冰川，主峰下是漫无边际的冰雪天地。距丽江古城 15 公里，自北向南连绵 35 公里，为横断山脉南段著名山地。全山 13 峰，如擎天玉柱，并列如扇面，峰峰银装素裹。主峰扇子陡山顶终年积雪不化，犹如银龙腾空，雄伟壮观。山上植被依海拔和气候分布。山势磅礴，拔地擎天，深壑比比，鬼斧神工，险怪出奇。随着时令更移和阴晴交替，风貌万变。主要景点有玉湖倒影、玉壁金川（长江第一湾）、仙迹奇境、雪原杜鹃、干海坝、绿雪奇峰、银灯炫焰等。然而，由于从河谷到山顶呈典型的垂直气候分布，所以山上白雪皑皑，山下却四季如春，形成少见的“白雪世界”兼具“阳春气候”的自然奇观：从春至夏，杜鹃、山茶，此开彼谢，花铺草甸，宛然一座天然雪山花园。

二、长江第一湾

又名玉壁金川，位于丽江县石鼓镇。长江上游金沙江，浩浩荡荡，滚滚南下，至石鼓镇前陡然急转，折往东北，构成一个“V”形大湾，被称为“雄绝长江第一湾”。顺流而下便到著名的虎跳峡。大湾两侧，玉龙、哈巴两山并立，峭壁千丈，高耸入云，直落江面，像两面浩白的大玉石，泰然自若，扶持着疯狂咆哮的急流。清人聂瑞以“玉壁金川”四字，概括了这里的壮丽景色，并将这四个大字横摩于江旁山崖之上。这里自古为渡口。

三、虎跳峡

又名金沙劈流，位于石鼓镇东北 50 公里处。地处丽江玉龙雪山和中甸哈巴雪山之间，为金沙江至此切断大雪山后而形成之大峡谷。长 17 公里，分上、中、下虎跳 3 段，共有险滩 18 处。两岸高山夹峙，峭壁直立，有“世界上最险的峡谷”之称。据传曾有巨虎自峡谷一端一纵而过另一端，故名。这里江水奔腾咆哮、夺路狂奔，冲越 7 个陡坎，上下缺口落差达 200 米，震天撼地，令人惊心动魄。

四、泸沽湖

又称左所海。位于云南宁蒗县与四川盐源县交界处，面积 52 平方公里。湖湾迂回，烟波百里，青山环抱，湖水清澹。湖中有三岛。居住在湖畔的是纳西族。在他们的神话和传说中，山水崇拜颇为突出。每年农历三月十五日和七月二十五日，永宁纳西族便举行隆重的仪式驾独木舟游湖并登狮子山祭女神，同时在这些活动中物色自己的意中人。

五、丽江古城

为丽江县大研镇，古称大研。因四周青山，坝内碧野，泉水萦回，形同

一碧玉大砚（砚、研相通），故名。始建于宋末元初。相传因丽江世袭的统治者皆姓木，忌讳筑上城墙则成“ 困 ”，故不修城墙。古城西北枕山，东南开阔，冬暖夏凉。城区以四方街为中心，辐射出 4 条大道，每条主道都有小巷相连，巷弄四通八达，行人称便。大小路面，均铺五花石板，雨季不泥，旱期无尘，路面经数百年走磨，石纹毕露，十分别致。居民群落，多依山傍水，大衢小道顺山势而行，不思平直，但求自然。来自象山脚下的玉泉水，流至城头双石桥下，分成 3 股伸往东南，形成无数小支流，穿越大街小巷，回旋千家万户；水上小石桥数不胜数。居民住宅多为瓦房，大都三坊一壁，天井大方，走廊宽敞，门窗雕饰花鸟图案，院内种植草木花卉，一派江南小镇风光。

腾冲地热火山——天然地质自然博物馆

腾冲地热火山风景名胜区，位于云南西南边陲，西北与缅甸接壤，总面积 129.9 平方公里。腾冲是我国西南边陲重镇，地处横断山脉。东为高黎贡山，西为大西山，中部是一系列纵谷、盆地，山高谷深，河流湍急，自然景观绚丽多彩。腾冲有保存完好、形态典型的死火山群，有全国闻名的汽泉、热泉、矿泉 80 余处，以及 90 多座火山锥，形成一处独特的地质旅游风景名胜区，被誉为“天然地质自然博物馆”。

腾冲的火山蔚为壮观。景区内的火山，由于喷发方式的不同，有截顶圆锥状火山、低平状火山、盾状火山和穹状火山等多种类型。最高的海拔 2700 米，相对高差为 60～1000 米。火山口保存完好的有 23 座。火山口一般为圆锥形，直径 50～300 米，如一只大铁锅支架在山顶上。在火山熔岩台地上，有玄武岩溶洞及地下暗河。火山群分布在腾冲县城周围。城北打鹰山海拔 2614 米，为一多次喷发的复式火山；附近九耸山南麓有两个火山口形成的湖泊，北麓有两排十多个呈南北向的新月形火山锥；城西的马鞍山由葫芦状的三个破火山口组成，西南还有三个寄生火山口组成的花边状陵岗和火山绳；城南的左所营，因火山喷发的熔岩沿河谷奔泻而下，蜿蜒起伏形似一条黑色大蟒，称火山蛇，可以和号称“世界奇观”的英国“区人堤”和美国的“魔鬼岩（亦称魔鬼塔）”相媲美。这种大棱柱状和节理状的玄武岩景观，不仅有很高的观赏价值，还具有特殊的科学考察价值。

腾冲地热众多，有汽泉、温泉、热泉、沸泉 80 余处，著名的有硫磺塘大滚锅、黄瓜箐热气沟和澡塘河热泉。硫磺塘在县城西南，为一径 3 米、深米许的圆形水池，水温高达 96℃，似一沸腾的大滚锅；黄瓜箐热气沟为一南北走向的小山沟，地面上到处冒热气，温度高达 95℃，现已在此建温泉疗养所，浴池砌在冒热气的地面上，从附近引入的溪水经此变成热水；还有一种蒸床，在冒热气的地面上铺石板、细砂、松针和草席，使气温降至 40～50℃。附近的一条小河，由瀑布、喷泉、热气与热泉等汇流而成，水温约 40℃，有较高的医疗作用。临近的泉景千姿百态，十分好看。

名胜区内动植物种类丰富多样，森林覆盖率达 46.1%，有保存完好的原生植被。这里的高等植物达 2500 多种，珍稀保护植物 30 余种，鸟类 300 余种，兽类 100 余种，珍稀保护动物 60 余种。该景区还被誉为“天然花园”、“物种的基因库”。区内有各类花卉和观赏植物 1000 多种，有世界上最高、最大、寿命最长的大树杜鹃王。景区内到处可见红花油茶，这是云南山茶花的原始品种，云南山茶花的原产地在腾冲。

腾冲有悠久的历史。远在一万多年前的新石器时代晚期的遗址已经发现多处。南方丝绸之路的古道在我国境内的最后一站就是腾冲。腾冲又是兵家的必争之地，历史上曾出现过许多有影响的人物和事件，因此，名胜区内的人文景观也十分丰富。腾冲还有始建于唐代的护珠寺、来凤寺等建筑。

腾冲地处边陲，历来为多民族集居之地，除汉族外，还有傣族、回族、傈僳族等等。这些民族各有自己的语言、服饰、习俗和传统节日，如傈僳族的“刀杆节”，傣族的“泼水节”等。该名胜区的地方特色和民族风情是十分迷人的。

九乡——溶洞博物馆

九乡风景名胜区，位于云南省宜良县。由叠虹桥、三脚洞、大沙坝、阿路龙、明月湖、万家花园、阳宗海、荫翠峡八个片区组成，总面积 175 平方公里。以地下岩溶景观、峡谷风貌和高原湖泊为主，融山水风光、民族风情为一体。九乡溶洞多达上百座，洞体雄伟，暗河幽长，峡谷壮观，洞瀑轰鸣，天生桥重叠，边石坝硕大，暗河中有盲鱼，旧石器时期穴居遗址尚存，被誉为“溶洞博物馆”。洞外森林茂密。阳宗海高原湖泊水清如镜。万家花园集滇中名贵花卉于一地。阿路龙是古崖刻画产地。这里的民俗风情淳厚古朴，多姿多彩。

九乡地处滇东牛首山古陆西侧，因受麦田河断裂带的影响，在地表和地下水交替冲蚀过程中，经数亿年雕琢，形成众多形态各异的地下溶洞群落。九乡溶洞多洞洞相连；有洞顶呈开放型的天窗洞，有可供演出歌舞、容纳数千观众的巨型洞厅，还有专供疗养或进行科学考察活动的特殊溶洞，也有以五彩斑斓之钟乳、石笋见长的观赏型大溶洞。九乡溶洞景观奇特，洞中有河、湖、桥、峡谷飞瀑、地下广场、边石湖群（俗称神田）等等。洞内的钙化沉积物色彩斑斓，除一般常见的黄、白两色之外，还有红、绿、紫、蓝、青等，七色俱全，美不胜收。溶洞内大多有暗河，总计长达数十公里。最大的暗河有 4 条，即三脚洞暗河、天生桥暗河、盲鱼洞暗河和叠虹桥暗河。暗河内有奇鱼。暗河河床落差起伏悬殊，形成大小瀑布和深潭，令人叹为观止。九乡溶洞群落的另一特点是洞内天生桥随处可见，有的地方还桥上生桥，形成双层立体交叉桥。其中最令人震慑的是三脚洞口一座巨型的天然立交桥，横跨于麦田河与比柯河上，真是天工造化，神力所成，蔚为壮观，令人惊叹不已。

荫翠峡是九乡风景区中另有特色的景观区。区内一线碧水，蜿蜒曲折，掩映于东西两壁悬崖间。岸壁高耸，出水面 30 余米。两壁相距最窄处不足 10 米，猴子也能一跃而过。崖顶绿树披荫，遮天蔽日，几乎只剩一线天光。整条溪流浓荫凝翠，故名荫翠峡。峡中东壁崖上苍迈青古，由地表水凝成的钟乳石高悬于崖顶，有的如莲花盛开，有的似山鹰展翅，千姿百态；两壁崖石凹凸嵯峨，如汹涌的波涛，似下山的虎豹，造型怪异，情势险峻，加之碧苔覆盖，古藤缠绕，更显苍老久远。峡谷深处万籁俱寂，惟闻崖壁偶滴水声。崖壁巨石贴水处奇景叠出，有的如蛟龙出水，有的如笨熊饮洞憨态可掬，有的如虎豹临溪凭崖窜倏。纵观幽峡，刚柔相济，如诗似画，令人有如坠龙宫、误入桃源之感。荫翠峡长 1 公里许，游程达 800 余米，峡中行舟的尽头为一溪中小渚，江石杂陈，飞涛泛白，溪边水石上多有鲜草贴生，两岸野花飘香，藤木扶疏。每当夕阳西下，晚风送爽，水鸟飞归，愈发幽趣盎然。

“天造奇观，洞险峡幽，雄伟峻拔，美不胜收”，此为游人、专家对九乡的赞语。九乡是新开发的旅游景点，玲珑剔透的洞穴、峡谷景观山重水复，扑朔迷离，吸引了千千万万的旅游者。人们欣赏它的粗犷，也醉心于它的妩媚。

建水——滇南邹鲁，文南名邦

建水风景名胜区，位于云南省南部的建水县境内。名胜区面积 170.5 平方公里。由古地燕子洞地下岩溶和焕文山红河民族风情等景观区组成。人文景观丰富，自然景观奇特，历史文化悠久，景观类型多样，被誉为“滇南邹鲁”、“文南名邦”。有以文庙、指林寺、东门楼双龙桥、文笔塔为代表的元、明、清各代古建筑，有以朱家花园、哈尼草房、彝族土掌房为代表的、特色鲜明的汉、哈、彝各族民居，有以古洞奇观、百万雨燕巢居、钟乳悬匾、采燕窝绝技而著称的燕子洞，有明代徐霞客慕之数十年、足履其间的颜洞，有以朱德故居为代表的遍布革命先辈足迹的革命遗址纪念地，有奇异多彩的云海和气势磅礴的红河峡谷景观。

燕子洞：因每年春夏间上百万只雨燕云集洞内生存繁衍而得名，加之周围雄险奇秀的自然景观，倍受中外游人的青睐。燕子洞巨大宏伟，景观独特，整个景区由三大部分组成，即旱洞景区、水洞景区和地面景区。

旱洞又叫上洞，开发于明末清初。宽敞的洞厅依山就势，四壁石笋丛生，石桃倒悬洞顶，洞内有近百处清代摩崖石刻、碑刻和石类神像、石栏浮雕等，与高悬在水洞口 50 余米高的悬崖和洞顶上数不清的金字匾额遥相呼应，相映成趣，较为集中地展现了燕子洞丰富的旅游文化内涵。从旱洞逐台逐级下至水洞口，沿途天然石台、石窟密布，为诸神“府第”，有“药王台”、“丈八观音台”、“关圣殿”等，展示着儒、道、佛三教合流及少数民族原始宗教的历史文化古迹，是一个雅俗共赏的洞天福地。

水洞长近 5 公里，游览面积 5 公顷。洞内钟乳悬垂，千姿百态，置身其间如游海底龙宫。有大小厅堂数十个、景点数百处。游程 3000 多米，曲折蜿蜒、高低起伏。有 3 组大规模岩溶景观，即“龙泉探幽”、“天街撷美”、“梦幻世界”，其中尤以“梦幻世界”最为空阔壮观。

水旱两洞内巢居百万只白腰雨燕。每当春夏，燕群如万箭齐发，冲向蓝天，剪翠裁云，蔚为壮观。洞内盛产名贵的燕窝。每年三天的“燕窝节”间，“飞人”采燕窝、攀崖绝技表演吸引成千上万的游人蜂拥而至，一睹为快。

燕子洞地面景区是 3 公顷的自然林地。区内枝繁叶茂，林荫遍地。游客可在颤悠悠的吊桥上观景，别有一番趣味。依山而筑的百米九曲双层登山长廊，色彩鲜艳，富有哈尼族建筑风格，在山巅自成一景，既可休息，又可登临揽胜。过长廊进入位于峰顶的三清阁，在此可见茂木丛中的“升仙坊”，坊前有“世上难觅三天景，洞中惟有四时春”楹联，诱人驻足欣赏。这一带怪石遍布，翠鸟鸣唱，松鼠、飞鸟欢跃，野味十足，引人入胜。

建水风景名胜区内人文景观丰富。建水文庙位于县城内，为云南最大文庙。始建于元代后期，明清两代按曲阜孔庙布局扩建，占地 7.6 公顷。主要建筑有相互对称的 8 坊、3 祠、2 庑、1 正殿。正殿高大雄伟，顶铺五光十色的琉璃瓦，屏门上镌有百兽，工艺精细，形态各异。双龙桥横跨泸江与塌冲河汇合处，两河形如双龙，因得桥名。该桥建于清中后期，共 17 孔，全长 148.3 米，石质，桥中建 3 层楼阁 1 座，高 20 米，上覆歇山屋顶，飞檐交错，壮丽巍峨。远望桥身如长虹卧波，楼亭间似“复道行空”，为我国古代石拱桥中杰作。

雅砻河——藏族之源

雅砻河风景名胜区，位于西藏自治区山南地区南部，距拉萨市百余公里，是藏民族的发祥地之一。这里雪山冰川、田园牧场、河滩谷地、古老文化遗址和民风民俗等构成一幅幅神秘、古朴而又壮丽的画面。区内植物种类丰富，植被随海拔变化呈垂直带分布。人文景观有西藏最早的宫殿雍布拉冈、西藏第一座寺庙桑鸢寺、全国重点文物保护单位昌珠寺、藏王墓群等。保留着中世纪建筑特色的民居以及民风习俗、宗教活动等，都具有鲜明的地区特色。

雅砻河：藏语意为“从上游下来的大河”。发源于西藏的山南地区措美县，流经琼结县，向东北流经乃东县，再转北在泽当镇附近注入雅鲁藏布江，全长 68 公里。在雅砻河两岸的河谷地带，散布着许许多多古老的藏族村镇，保存着众多的名胜古迹及丰富多彩的传说。景区西部有一喜马拉雅山脉北坡湖盆带中最大的内陆淡水湖——羊卓雍错，面积 800 多平方公里。湖中有岛屿十余座，最大的达 8 平方公里，最小的只有 3000 平方米。岛上野鸭成群，灌木丛生。湖畔有大雪山及建筑宏伟的桑丁寺。遥望雅砻河，水光山影，玉龙横空，风光迷人。

雍布拉岗：位于乃东县东南、雅砻河东岸的一个山头上，是西藏的第一座宫殿建筑，相传建于 1 世纪。雍布拉岗，藏语意为“母子宫”。因那里盛产红柳和莎草，又称“红柳香莎宫”。整个建筑分为前后两个部分：前部为一多层建筑，有佛堂供三世佛及松赞干布、文成公主、禄东赞等 9 尊吐蕃王、后、臣的塑像；后部是一方形高层碉堡望楼，楼中空，有木梯三折通往楼顶。前部与后部相连，以石块砌成，气势雄伟，巍峨挺拔。今建筑已毁，尚存残基。

昌珠寺：位于乃东县南的雅砻河东岸。创建于唐初，明、清两代均曾进行过大规模的修葺。“昌”在藏语中意为“鸟”，“珠”意为“龙”，“昌珠”即“鹏与龙”之意。相传古代昌珠这个地方是深广的湖泊，内藏凶恶的毒龙，藏王松赞干布请法师引鹏鸟斗顽龙，降龙后湖水干涸，遂奠基建寺。松赞干布迎文成公主入藏后，曾在此居住过。昌珠寺建筑规模宏伟，主体建筑为错钦大殿，由殿前廊院、大殿和围廊三部分组成。大殿底层为经堂，设有 60 根立柱，12 个拉康（佛殿，沿四周布置）。曲吉拉康内有松赞干布、文成公主、尺尊公主塑像。错钦拉康供奉铜铸三世佛像。大殿二层有达赖行宫和贵族专用休息室。大殿下层的布局和形式与拉萨大昭寺大殿相仿。寺内还有印度式佛塔两座。昌珠寺被列为全国重点文物保护单位。

藏王墓：位于山南地区琼结县城对面的木惹山上。琼结县城是古代吐蕃王朝最早的都城，在松赞干布迁都拉萨前是全藏中心。县城东南部山上有片方圆达 3 平方公里、宏伟壮观的藏族王室古代墓群，又称吐蕃历代赞普墓，是公元 7～9 世纪吐蕃王朝历代赞普、王子、后妃的墓葬群。原有墓坟 13 座，现存 9 座，墓地大小不一，排列也没条理，多数墓陵高达数十米，酷似小山，被誉为“世界屋脊”上的“金字塔”。据传松赞干布、文成公主以及前后几代赞普均葬在这里。藏王墓墓区内有石碑、石狮等雕刻。现墓葬均未发掘。墓群背靠木惹山，前临雅砻河，气势宏伟。

桑鸢寺：也译桑耶寺。位于山南地区扎囊县内雅鲁藏布江北岸。建于唐大历十四年（公元 779 年），是西藏第一批剃度僧人出家的寺院。桑鸢寺的乌策大殿建筑新奇独特，下面部分是藏族建筑风格，中间部分是汉族建筑风

格，上面部分是印度建筑风格。桑鸢寺的建筑总平面按佛教世界形成图说布置。中央的乌策大殿象征世界中心的须弥山；南北的米玛（太阳）庙和达娃（月亮）庙象征日、月轮；大殿四角有白、青、绿、红 4 座舍利塔，象征四天王；围绕大殿有 12 座建筑物，象征着须弥山四方咸海中的四大洲和八小洲；而圆形的围墙也就是世界的外围铁墙。公元 9 世纪中叶吐蕃禁佛教，桑鸢寺曾被封闭。10 世纪后半期，佛教势力恢复，成为喇嘛教宁玛派（红教）的中心寺院。桑鸢寺几经火灾，修复之后仍保持宏伟庄严风貌。

西北地区

西北地区以西安为中心，以“丝绸之路”为主线，包括陕西、甘肃、青海三个省和宁夏、新疆两个自治区。以丝绸为代表的中国古代文明，一向为世界所瞩目。“丝绸之路”是世界文明史上光辉的一页，它记述着中华民族的丰功伟绩；沿主线的雄关、漫道、烽燧、寺塔、皇陵、壁画和雕塑，随处可见，堪称世界最大的历史文化宝库和最长的古代艺术长廊。

华山——奇险天下第一山

华山风景名胜区，位于陕西省华阴市西部，靠近晋豫陕三省交界处，属秦岭山脉，由花岗岩构成，平地拔起，直插云霄，北临黄河、渭河，南与秦岭相连。华山亦称太华山，古称西岳，是我国五岳之一，以峭拔峻秀冠绝天下，素有“奇险天下第一山”之称，是驰名中外的风景名胜区和道教圣地。名胜区面积约 150 平方公里。华山五峰环抱，“远而望之，又若花状”，酷似一朵含苞待放的莲花。古时“花”与“华”字相通，故名华山。历代封建帝王常在这里举行封禅、参拜大典。墨客雅士，常来观赏咏唱。唐李白的“西岳峥嵘何壮哉，黄河如丝天际来”诗句，生动地描绘了西岳磅礴的气势和险峻之奇观。景区有许多宏伟的庙宇、典雅的亭台、精湛的石刻、光辉的诗篇、迷人的传说，它将大自然的神奇和丰富的历史文化遗产融为一体，令人神往。

一、山麓诸景

1.西岳庙：位于华山北麓，始建于汉代武帝时，历代帝王祭祀华山均在此庙；也是东汉以来历代封建帝王巡狩时的行宫。寺庙距华山峪口 7.5 公里，现存建筑多为明清所建，主要有：灏灵门，即山门，其后为五门楼，均建于高台之上，为城楼形制。经此入庙，外院中立有棂星门，为一木构牌坊；而后为金城门，入门便进入内院，这里林木繁茂，虹桥卧波，饶有园林风趣。庙的正殿名灏灵殿，历代帝王多在此驻跸。庙内现存碑刻甚多，如北周华阴庙碑、北宋程琳谒祠题刻、明嘉靖重刻唐玄宗御制华山碑铭、宋刻郭宗昌书太华山记石幢等，都是华山及西岳庙历史的真实记录。2.玉泉院：位于华山北麓峪口，是登山者的必经之地。该院始建于北宋皇祐三年（公元 1051 年），是座约近千年的北方名园。院内回廊曲折，溪流环绕，茂林修竹，风景幽雅，为游赏之佳地。院中有一股清泉，据说这股泉水与山顶的镇岳宫玉井相通，特别清冽甘美，玉泉院因此而得名。3.其他景点：玉泉院北方约 0.5 公里处的云台观，古称“明堂”，是上古时天子巡狩驻跸之地。战国时期，道家即开始在这里活动。玉泉院西的竹林中有全真观，系全真派高道贺元希隐居之处。院东的修竹深处有纯阳观、仙始观，因唐代金仙公主修道而建。

二、“自古华山一条路”

攀登华山主峰的通道历称只有一条路，必经山下的玉泉院入华山峪，沿途曲折幽深，奇险万千。峪道景区石壁陡立，山石嶙峋，涧水萦回，瀑飞泉流，鸟语花香。由青柯坪迤东不远，即到“回心石”，其取游人至此畏险徘徊之意。石前峭壁如削，铁索斜挂天空。从回心石上北峰，沿途危崖峭壁，突兀凌空。其间尤以千尺幢、百尺峡和老君犁沟等处最险峻。壁立的孤峰，上下陡峭，四顾岩峦，非铁索牵挽，难以攀登。“险光一线开，窄缝夹青天”的千尺幢，是在巨大峭壁夹缝中间开凿的山路，石阶宽仅容身，共 370 级，仰视如登天梯，俯视如临深渊，令人胆寒。相传老子（李耳）当年看见人们开凿山路艰难，就牵着他的青牛套犁帮助他们辟出了这条路，故名“老君犁沟”。自上而下，直若引绳，深不见底。登临云台峰，但见山势峥嵘，三面悬崖绝壁，仅有一岭南通，险要异常。从云台峰向东蜿蜒走去，经过擦耳崖、上天梯、三元洞，便到苍龙岭。苍龙岭是通往华山东、南、中、西诸峰的一架天梯，坡度极为陡削，南北长达 1500 米，虽凿有石阶，但宽不及 1 米，两旁为深谷，游人在此经云撩风扰，会感到置身云霄，不敢往两旁回眸。传说唐韩愈游到此地，见此险境竟确信必死无疑，遂将随身携带的诗卷、手稿、

书籍和一封与家人诀别的遗书一并丢下悬崖。游经苍龙岭，爬过五云峰、金锁关，始有两条登山游览路：一条绕过镇岳宫直上西峰；另一条直达朝阳峰（东峰）。

三、华山五峰

华山共有东、西、南、北、中五座峰，主要的为东、西、南三峰。各山峰耸峙鼎立，高入云霄，犹如天外飞来一般，所以历来有“天外之峰”之称。登临绝顶，使人产生一种“只有天在上，更无山与齐”的空阔豪迈之感。其他诸峰之高虽不及这三峰，却也奇姿竞秀，各具特色。登高环望，翠黛罗列，环拱主峰，恰似众星捧月，又如儿孙绕膝。

1.东峰：即朝阳峰。山顶有朝阳台可观日出；南望秦岭峰峦叠嶂、旷莽无际；俯瞰平野，田园似锦、河流如带。峰东北有仙掌崖，传说古代有河神巨灵，左手托起华山，右足蹬去中条山，为黄河劈开一条入海通道以排泄洪水、拯救万民。有甘露池、青虚洞、下棋亭等胜迹。

2.南峰：即落雁峰，为华山最高处，海拔 2154 米，四周松林如海、浓荫密蔽。峰顶建有金天宫，还有老君洞；洞北太上泉冬夏不竭，水清甘冽。由峰东下行有避诏崖、石坪，下临绝壑名长空栈，游人至此须缘索而行，为华山极险处。有孝子峰、炼丹炉、八卦池等胜迹。

3.西峰：即莲峰。山峰笔立千仞，悬崖陡绝。山巅的翠云宫前有一石，状如莲花，故名莲花峰。其旁有巨石中裂，形如斧劈，相传为神话传说《宝莲灯》中主人公沉香劈山救母处。另一说峰上有宫，宫前有池，池生子叶莲，故名莲花峰。由此迤北，名金锁关，韩愈曾投书于此处。“过了金锁关，又是一重天”。通天门即为杜甫在《望岳》一诗中所述“东箱入谷无归路，箭筈通天有一门”的地方。

4.北峰：即云台峰。自青柯坪迤东，经回心石、千尺幢、百尺峡、老君犁沟到云台峰，沿途险道绝径，悬崖峭壁，突兀凌空，万丈深涧，幽壑莫测，险要异常。“自古华山一条路”，即指此路。山下有玉泉院，以泉水甘冽而得名。

5.中峰：即玉女峰。传说春秋时期隐士萧史善吹洞箫，引来秦穆公之女弄玉的爱慕，她弃家至此，与萧史隐居于山中，该峰故名玉女峰。山间有玉女洞、玉女洗头盆等景点。

临潼骊山——陕中绣岭

临潼骊山风景名胜区，位于陕西省临潼县境内，临近古城西安、咸阳等著名历史文化名城，以名胜古迹众多而闻名于世。该名胜区总面积约 60 余平方公里，主要包括骊山、秦始皇陵及兵马俑丛葬坑、华清池三片景区，附近还有 5000 年前的姜寨母系氏族社会村落遗址、鸿门宴遗址以及秦始皇坑儒谷遗址等等景点。

一、骊山

位于临潼县城南，西距西安市 25 公里，为秦岭山脉的一个支脉。骊山主峰在临潼县南门外，故亦名临潼山。该山东西绵亘 20 余公里，南北宽约 3 公里，最高处海拔 914 米。山上林木葱郁，松柏常青，景色壮丽。远远望去，山形似一匹青苍的骊骏，故名“骊山”；另有一说为：这里是古代骊戎国的故乡，故名。骊山自古以来就是著名的旅游胜地，山上奇花异卉处处飘香，美如锦绣，故又名“绣岭”。当夕阳西下时，骊山在晚霞照映下千姿万状，英姿勃发，像一匹“火焰驹”，“骊山夕照”自古即为“关中八景”之一。骊山有两峰，称为东绣岭和西绣岭。骊山作为一处自古以来就著名的游览胜地，留下了不少历史遗迹与传说。远在距今 2800 年左右的西周时代，周幽王离开都城丰镐，与爱姬褒姒在骊山建骊宫行乐，并点燃峰火戏弄四方诸侯，后被犬戎杀于骊山之下，致使西周灭亡。现在山顶上有西周烽火台遗址，相传是周幽王为博取褒姒一笑而举烽火戏诸侯的地方。西绣岭上的老君殿，系唐代华清宫朝元阁遗址，亦即是唐华清宫长生殿所在地，唐玄宗和爱妃杨玉环曾在这里定情盟誓：“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝。”唐玄宗信奉道教，朝元阁是他敬奉老子的地方。阁内原有老子的石刻像，百姓称其为玉石老君，据传系唐代著名雕刻家元佳几所作，现已移存陕西省博物馆石刻艺术室。老君殿上方即老母殿，供奉的是骊山老母。

二、秦始皇陵及兵马俑丛葬坑

1.秦始皇陵

位于骊山北麓、临潼县以东 5 公里的下河村附近。陵冢南倚骊山、北临渭水，规模宏大，雄伟壮观。秦始皇姓嬴名政，是秦庄襄王的儿子，13 岁继承王位，21 岁亲理政事；公元前 221 年统一中国；公元前 210 年病死于沙丘平台，葬骊山。冢高 55.05 米，周长 2000 米。经 1974～1978 年钻探调查，陵园有内外两城，内城周长 2525.4 米，外城周长 6264 米。在其东侧 1500 米处发现 3 个兵马俑坑，坑内丛葬大量陶制彩绘兵马俑和当时实战使用的名种兵器。1980 年，在陵西约 500 米处，发现大量胥役墓坑，每坑 2～4 人，大都屈肢埋葬。

2.兵马俑丛葬坑

位于秦始皇陵东侧 1500 米处，共发现 3 个坑窟，坑内丛葬有大量与真人真马一样高大、而且排列有序的陶制彩绘兵马俑约 6000 多件，各种兵器 10000 多件。其中一号坑窟最大，东西长 230 米，南北宽 62 米，深 5 米左右，现已筑起拱形展览厅，为秦始皇兵马俑博物馆，供游人参观。这些兵马俑为中外人士所瞩目，号称世界第八奇观。有关这一奇观的介绍，详见本套丛书《天下奇景》分册。

三、华清池

位于骊山脚下、临潼县城南门外，距西安 30 公里。自古以来就是著名的

沐浴及游览胜地。华清池因骊山的温泉而得名。该温泉发现于 2800 多年前的西周，时称“ 星辰汤 ”。秦始皇在这里砌石起宇，修建了离宫别墅，名曰“ 骊山汤 ”；汉武帝又加修饰；唐玄宗于天宝六年（公元 747 年）大兴土木，治汤井为池，环山列以宫殿，宫周再筑罗城，并且修建了登山夹道和通往长安的复道，此时更名为“ 华清宫 ”，后又因宫殿在温泉上，故又称华清池。唐玄宗常携宠妃杨玉环来此宫游憩。白居易诗“ 春寒赐浴华清池，温泉水滑洗凝脂，侍儿扶起娇无力，始是新承恩泽时 ”即形容此事。该池有 4 个泉眼，泉水终年不息，水温常年恒止在 43℃，水质含有多种有机物质及各种化学成分，适宜于多种疾病的沐浴疗养。第一泉眼旁有北魏雍州刺史元长撰文并书之《温泉颂》碑石，是我国古代碑石宝库中精品之一。院内有五间厅，蒋介石曾住在这里。1936 年“ 西安事变 ”时蒋被活捉，现五间厅玻璃窗上弹孔尚存；厅中蒋使用过的原物依旧，同时还展览出许多当时的珍贵历史文物。新中国建立以后，对华清池进行过多次大规模的修缮和扩建，均按唐代样式建筑设置，现有莲花汤、海棠汤、龙吟榭、日华门、月华门、九龙汤、石舫、飞霞阁、杨妃池、飞虹桥、棋亭、望河亭等景点。今天的华清池，湖光波影，骊山倒映其中；九龙吐水，柳枝飘拂；亭台殿宇，壮观轩昂；回廊曲折，夕照生辉。园林景色，极为优美。

宝鸡天台山——天台天下古

宝鸡天台山风景名胜区，位于陕西省秦岭山脉北麓、宝鸡市南郊。名胜区面积 124 平方公里，由五个景观区和五个独立的景观点组成，是一处以中华民族古文化、古文明为主要特色，以人文内涵为主并融合了秦岭奇峰幽林自然景致于一体的山岳型风景名胜区。名胜区内多座山峰海拔高逾 2000 米，山体为花岗岩构造，加上险峻陡峭的山势，造就了许许多多具有神奇色彩的旅游景点，倍受游人青睐。

天台山风景名胜区内人文景点甚多，自古就有“天台天下古”之誉。在这里，炎帝神农氏曾率先民制作来 （一种农具）、教耕稼、尝百药，开启了中华文明长河之源；景区内有诸如石耕穴居、青铜斑斑、老子传经、石鼓肇迹、陈仓栈道、三国烟云、散关秋风、鸡岭插云、秦山叠嶂、蜀道通途等等多处胜景和古迹，幽奥翠秀、内涵深沉。

相传，中华始祖炎帝神农氏就出生在该景区内的姜水之畔。至今这里仍留下很多有关炎帝的历史遗迹和传说佳话。遥望天台山，其似炉钵鼎立、白云浮动、紫烟缥缈的烧香台，往往会引发人思古之幽情。相传这是黄帝大战蚩尤不胜，前往天台山向炎帝求援时的焚香之地。除炎帝遗迹外，天台山上还有众多的古文化和古文物遗迹，如：首开我国石鼓书法艺术先河的石鼓山石鼓；景区北缘的茹家庄西周墓地，这里出土了大量工艺精湛的青铜文物；景区西陲的大散关，自古为兵家重地；古成语中“明修栈道，暗渡陈仓（即宝鸡）”的古栈道，在秦岭山崖、绝壁之上仍有迹可寻；立于大景区前缘的伯阳山，相传是老子李耳传《道德经》之所，山顶有明代所建之庙亭，耸立于云海之中；山脚一平地上有一名为“八景宫”的道院。登临天台山绝顶，极目秦川大地，令人心旷神怡。

天台山群峰竞秀，林木葱郁，风光秀丽，气候宜人；具有秦岭雄伟壮观的博大气魄，其三柱九峰，四河六岭，怪石嶙峋，高可擎天；溪涧幽深，飞瀑流泉，构成了如诗若画的自然游览胜境。众多的景点中，特别吸引旅游者的有：天台莲座，远观为一半开九品的石莲，冠瓣耀目；近视浑圆如鼎；惟余一石隙可供登临；天柱峰、人头峰、系马桩三山环拱，蔚为壮观，也称“三昧生奇花”。相传“中华”一词即源于此。天柱峰柱状石岩，高耸直立于青天白云之间；伯阳山一峰独秀，拔地而起，古庙古盘出没于峭壁岩隙之间，上有“老子骑牛过玄关”之关隘；鸡峰山山势嵯峨，状若雄鸡之冠；元始天顶、老母顶、庙王崖，三峰并峙，如玉笋排空，其山势之险峻，可与著名的华山相媲美；诸葛山，前临黄土断塬，后依秦岭崇山，塬山相秀，形势险要，为三国时蜀相诸葛亮的屯兵之地；秦岭梁一山横卧，东西绵延，雄浑巍峨，地分祖国南北，天成长江黄河。

天台山奇峰幽林，雄伟壮观；茫茫林海，郁郁葱葱。景区中植物分布层次分明；种类繁多，林相完整，季节变化显著。整个名胜区林木覆盖率达 90%以上。这里不但是古老植物世代居留的领地，也是珍稀树木标新立异之所。步入景区，山岳叠嶂，满目青翠，松涛时起，林间奇花异卉遍布，珍稀鸟兽出没，巨树参天蔽日，古木盘根错节，松蔓垂枝，落叶深厚，一派莽野幽深景象。在葱郁的绿色中，柱峰孤立，直指苍穹，峰巅一株株华山松傲然挺立，气势雄伟。四周山花烂漫，群峰巨石隐现于苍松翠柏之中。夜晚，星光灿烂，山峰隐没，林涛声四起，更显得深沉、幽远。

崆峒山——道家第一名山

崆峒山风景名胜区，位于甘肃省东北平凉市西郊 15 公里处。崆峒山为六盘山的支脉，地处甘肃与宁夏交界处，主峰海拔 2133 米。名胜区面积 30 平方公里。传说该山最早为道家所崇奉的仙人广成子修炼得道之所，被道教尊为远祖的黄帝曾登临崆峒山问道于广成子，故此山有“道家第一名山”之称。秦汉时崆峒山上已有庙宇建筑，以后，释道并存。鼎盛时期的崆峒山，琳宫梵刹、楼台亭阁遍布诸峰。全山共拥有八台、九宫、十八院、四十二观寺等古建筑，还有广成丹穴、浴丹泉、黄龙泉、黑龙泉、龙吸水等 40 多处名胜古迹。清代同治初年观庙多已毁，现仅存唐滹陀寺盘龙石柱、宋法轮寺经幢、元重修问道宫碑记以及清代康熙年间所修建的太和宫等等建筑。中台塔院内还有一座明代的古塔，塔顶上生有塔松，甚为奇特。

崆峒山有大小山峰数十座，景区内山势雄伟、险峻、秀丽、奇巧，此为其第一特征。景区中主峰叫作马鬃山。山南有一孤峰名雷声峰，峰高千仞，三面临渊，松遮云绕；其峭壁间和峰巅上，耸立着一排排精致而奇巧的古代建筑，上接云天，下临深谷，红楼碧瓦，犹如天宫。每逢雷雨，则风吼雷鸣，震撼山谷，此响彼应，如山崩地裂，令人胆战心惊。主峰周围还有羽仙峰、老君峰、定心峰、蜡烛峰、绣球峰、笄头峰、翠屏山、大象山、凤凰岭、棋盘岭、虎石崖、丹梯崖、月石峡等峰岩奇景。

崆峒山山势险峻，山上道路难行，此为该名胜区的第二特征。上天梯是登临绝顶的惟一孔道。这里石峡壁立，坡度极大，在无路可攀的陡壁上砌石为阶，长 80 余米，宽 2.5 米，共 378 级。石级两旁立有石柱，石柱上设有铁链，游人扶着铁链才能拾级上下。古人曾有诗叹曰：“一寸进一步，天门攀铁柱。自向此间行，才得上天路”。在主峰和北峰之间还有一条深不见底的涧谷，涧上有一悬桥名仙人桥。游人过往，桥身晃动，不免令人胆寒。后来有人在两峰之间的崖壁挖出石窝，在崖畔安置铁柱，拉上铁链；要过深涧，可手拉铁链，脚踩石窝，悬吊而过，此称“鹞子翻身”。另外，山上的舍身崖、一线天、鬼门关、疑无路等处，也颇为奇险。

崆峒山上山洞遍布，这是它的第三特征。其中最著名的有朝阳洞、钻羊洞、归云洞、藏军洞、仙鹤洞等等，而且洞洞有景、景景迷人，其中尤以仙鹤洞的传说最为离奇。仙鹤洞又名玄鹤洞，位于东台的绝壁之上。“崆峒云鹤”被列为平凉八景之一。传说这个洞里有一玄鹤，本是仙人广成子座前的仙童，受广成子之命往返于仙鹤洞与龙门洞之间，提取玉液琼浆，后与龙宫玉女产生恋情，广成子一怒之下便将其化为玄鹤打入石洞。从此，玄鹤情绵绵，恨悠悠，蛰居不出，偶尔在雨霁风和之际出洞翱翔。“玄”即黑色之意，据说玄鹤“丹顶皂（黑）身，白腹朱喙，翅如车轮”。又传说，数千年来，玄鹤仅在洞外出现过 3 次。还有人说，玄鹤出洞，广成子就要回崆峒山收徒。

崆峒山山头松柏参天，林木葱茏，山势磅礴，雄伟壮观，既有北方之雄，又兼南方之秀。山上众多的名胜古迹是理想的旅游避暑胜地。站在最高的翠屏峰之巅鸟瞰全山，远近胜景一览无余。主峰以北便是幽静的北峰，峰头有庙，风景秀丽。崆峒山下，泾河萦绕。山前的崆峒水库，山秀水碧，湖水荡漾，为崆峒山风景名胜区增添了不少情趣和景致。

鸣沙山—月牙泉——山泉地貌，沙漠奇观

鸣沙山—月牙泉风景名胜区，位于甘肃省敦煌市南 6 公里处。这是一处以奇特的自然景观和著名的人文景观为特色的风景名胜区。面积约 200 平方公里。景区沿鸣沙山呈带状分布，有莫高窟、雷音寺、民俗博物馆、白马塔、白云观、阳关、渥洼池等众多名胜古迹；自然景观丰富，戈壁大漠特色鲜明。鸣沙山与月牙泉，山抱泉、泉环山，泉与山相映成辉。月牙泉泉水清澈，历经 2000 年泉水不竭。山脊如刀，绵沙暖人，沙岭暗鸣；游人下滑，发出隆隆鼓声；阳光照射下，山呈五色，粒粒生辉，缤纷绚丽。历代名人墨客，对这一独特的山泉地貌、沙漠奇观称颂不已。

鸣沙山：位于敦煌城南，为积沙堆成。沙峰起伏连绵，“ 如虬龙蜿蜒 ”。沙山东西长 40 多公里、南北宽 20 公里，相对高度数十米。最高山峰 250 米，山势陡峭，山坡上有水波状沙纹。在此游赏，举足之间积沙在脚下流淌，如从山上往下滑，沙砾随人下坠，隐约有隆隆之声不绝于耳。据史书记载，在天气晴朗时，即使风停沙静，沙山中也会发出丝竹管弦之音，“ 沙岭晴鸣 ”为敦煌八景之一。相传此地古为战场，曾有几万人马被埋入山下，从此山内时闻鼓角之声，故人称鸣沙山。

月牙泉：位于鸣沙山北麓，四周沙山环抱。泉面长约 100 米、宽 25 米。据考原为党河河湾，河流改道后河湾成为单独水体而存。《敦煌县志》载：月牙泉“ 经历古今，沙填不满 ”。实际上沙之所以不能掩填，一是丰富的地下潜流不断补充到泉内；二是由于泉水四周沙山环绕，常年特定的风向造成了泉周沙粒上升和泉如月状的情景。泉内水草丛生，清澈见底，呈蔚蓝色，碧波荡漾，久雨不溢，久旱不涸，风景十分优美，形成敦煌著名的八景之一——“ 月泉晓彻 ”。传说月牙泉内产铁背鱼、七星草，久食可使人长寿，故月牙泉又称“ 药泉 ”。

莫高窟：俗称“ 千佛洞 ”。位于敦煌城区东南 25 公里处鸣沙山东麓的崖壁上，为我国著名的佛教艺术石窟，是我国文化的代表之一，也是闻名于世的艺术宝库。始建于前秦建元二年（公元 366 年），历经隋、唐至元，历代均有所修建。依山石窟长 1.6 公里，现存洞窟 492 个，壁画总面积约 4.5 万平方米，彩塑像 2100 多尊。近几十年来，国内外学者、考古学家对敦煌艺术极感兴趣，不断进行考察、研究，形成了一个专门的学科“ 敦煌学 ”。详见本套丛书《天下奇景》分册。

沙州故城：位于敦煌城西南 250 米处。始建于西汉武帝时，距今近 1900 年，为当时河西四郡之一。宋代被西夏人占领，后毁，清初在故址东另筑卫城。现遗址呈长方形，南北长达 1132 米，东西宽 718 米，通高 16 米，城墙西北角有城墩，高出城墙一倍多。城墙下部用夯土筑成，上部多用厚大土坯砌成。西墙上留有门墩一个。故城南部有一座名为“ 白马塔 ”的建筑物，由土坯砌筑而成，保存较为完整，高 12 米，系明代喇嘛塔式风格。

西千佛洞：位于鸣沙山西侧。洞窟开凿在党河崖壁的北侧，自西向东排列，窟顶是平坦的戈壁滩。现存洞窟 19 个，始建于北朝晚期，距今约 1400 年左右，隋、唐、五代、宋初和西夏均加以修缮。所存壁画、塑像与莫高窟属同一系统，具有同等价值，是敦煌石窟艺术系统的一个分支，与莫高窟一起统称“ 敦煌石窟 ”。

青海湖——华夏第一内陆湖

青海湖风景名胜区，位于著名的青藏高原上，地处青海省东北部，东距省会西宁市约 100 公里。湖水面积 4635 平方公里，湖面海拔 3196 米，是我国最大的内陆湖泊和咸水湖。名胜区以高原湖泊为主体，兼有草原、雪山、沙漠等景观。湖中有海心山、孤插山（三块石）、鸟岛、海西山、沙岛五个形态各异的岛屿，山峦叠秀，景观奇特，其中尤以鸟岛闻名天下。湖滨地貌复杂多样、景观丰富。湖区四周有大通山、日月山和青海南山等山脉环绕。湖畔有千里草原，绿茵如毯，野花缤纷，羊群、马群、牛群满山遍野，一片草原游牧风光。湖区植物品种繁多，栖息着各种候鸟，还有其他一些野生动物。著名的唐蕃古道（唐朝长安至吐蕃逻些地）及丝路古道在此留存许多丰富的历史文化遗址。

美丽富饶的青海湖，浩瀚缥缈，波澜壮阔，是大自然赐与青海高原的瑰丽珍宝。青海湖环湖周长 360 公里，湖面东西长，南北窄，略呈椭圆形，好像一片光亮的白杨树叶。在不同的季节，青海湖的景色迥然不同。夏秋之际，湖畔山青草绿，水秀云高，景色十分绮丽。五彩缤纷的野花把芳草茵茵的草原点缀得如锦似缎，膘肥体壮的牛羊和骡马似珍珠洒满草原。水天一色的青海湖蔚蓝似海洋，它蓝得纯净、深湛，蓝得温柔、典雅。寒冷的冬季，牧草一片枯黄，湖水开始结冰，浩渺的湖面冰封玉砌，一泓澄碧的琼浆凝固成一面巨大的宝镜，在阳光下熠熠闪光。

青海湖中分布着五个美丽的小岛，其中的海心山和鸟岛都是著名的游览胜地。海心山高出湖面约 70 米，面积约 1 平方公里，岛上岩石嶙峋，林木葱茏，风光旖旎。岛上自古来以盛产龙驹而著名，因此该岛又名龙驹岛。

著名的鸟岛是群鸟聚会之所，数以十万计的各种候鸟一年一度来此欢度盛夏，成为青海湖的一大奇观绝景。鸟岛状似蝌蚪，位于湖的西北隅，面积为 0.11 平方公里。每年春天，斑头雁、鱼鸥、棕头鸥、鸬鹚等成群结队从南方飞来，鸟群此起彼落，把整个小岛遮盖得严严实实。到了产卵季节，群鸟筑巢垒窝，全岛铺满了密密麻麻的鸟蛋，俯拾即是。这时的鸟岛是一片欢腾、喧闹、繁忙的鸟的世界，天上地下全是鸟的身影，有的衔草、有的啄泥、有的含毛，从早到晚不停地飞起落下。经过 20 多个昼夜的孵化，雏鸟相继出壳，跟在自己的双亲后面摇摇晃晃、叽叽喳喳，全岛一片生机。当雏鸟羽毛渐丰，双亲带着它们到处去游荡、觅食。有的到附近的高山平湖去消夏，有的到清澈的山溪河汊去栖息，繁华的乐园变得寂静起来。到九十月间，幼鸟的翅膀练硬了，西伯利亚寒流渐渐南侵，岛上的群鸟便纷纷向南飞迁。如此年复一年，它们过着有规律而欢快的迁徙生活。鸟岛也成了闻名遐迩的游览胜地。无数游人为壮丽的鸟岛风光和奇特的水禽生活所吸引，专程前来观光，并感受禽鸟天堂的平和安逸与大自然的宁馨和谐。

青海湖地域辽阔，草原广袤，河流众多，水草丰美。湖的四周被四座高山所环拥：北面是崇宏壮丽的大通山；东面是巍峨雄伟的日月山；南面是逶迤连绵的青海南山；西面是峥嵘嵯峨的橡皮山。举目环顾，四座高山犹如四幅天然屏障。从山下到湖畔是苍茫无际的千里草原，碧波连天的青海湖就像一个巨大的翡翠玉盘镶嵌在高山、草原之间，构成了一幅浓墨重彩的西部风景画。

西夏王陵——东方金字塔

西夏王陵风景名胜区，位于宁夏回族自治区银川平原西部、贺兰山东麓。名胜区由滚钟口、西夏王陵、拜寺口和三关长城四个景区组成。山上建有“离宫”、“避暑宫”等西夏皇家宫殿和皇家寺院。名胜区总面积达 700 平方公里，其中中心景观区 54 平方公里。名胜区西部的贺兰山绝壁千仞，满山松林如海。极目远望，山下银川平原上黄河如带，阡陌纵横，沟渠如网，呈现一派“塞上江南”景色。

一、滚钟口景区

位于银川西 35 公里的贺兰山东麓。口内三面环山，东部开口，形如大钟。钟铃山位于景区中央，似钟之铃锤。景区在西夏时即是避暑胜地。明清以来，景区内大建寺庙。清末曾在此兴建贺兰庙及楼阁寺塔。区内山峦起伏，岩峻石峭，巍峨壮丽。笔架山三峰矗立，山巅有望海亭，可西望绿色林海，东眺银川平原。景区北部的大寺沟蜿蜒曲折，树木葱茏，怪石奇特，泉水清澈。沟尽头有许多寺庙遗址。现存寺庙分布在主沟，多为清代所建。寺庙依山而筑，高低错落，布局得体。

二、西夏王陵

位于银川西部贺兰山东麓，距银川老城 30 公里。陵区南北长 10 余公里，东西宽 4 公里多。整个陵区内有西夏国太祖继迁裕陵、太宗德明嘉陵、景宗元昊泰陵、惠宗秉常献陵、仁宗仁寿孝陵、桓宗纯祐庄陵、毅宗谅祚安陵、崇宗乾顺显陵、襄宗安全康陵 9 座帝陵，还有 200 余座官僚勋戚的陪葬墓。帝陵由北向南分为 3 区：北区 3 陵、中区 4 陵、南区 2 陵，陪墓环拱周围。每座陵园都是一个完整的建筑群体，有的占地面积达 10 万平方米以上，均有主建筑和附属建筑。四周有神墙环绕，四门洞开。地面建筑严格按照宋代大建筑群格局，强调中轴线左右对称的布局。在所有陵园中，南区裕、嘉二陵最大，远隔几公里，遥遥相望。陵园中最主要的地面建筑是高大突兀的拱圆形陵台，至今土冢高叠，宛如小山，周围遍地破砖碎瓦，俯拾即得；琉璃瓦片熠熠有光。这是当年成吉思汗毁陵的见证，也可想见当时建筑之辉煌。据专家考证，陵台在未遭破坏之前是一座座八角形楼阁式密檐塔，一般为 7 层，陪葬墓在规模和形制上有明显区别，大致分为两类：一类规模较大，有神墙、外城、东西碑亭和门阙，但无帝陵的献殿、鹊台和角阙；另一类规模较小，有神墙，无外城，碑亭只有门外东侧的一座。土冢有的呈截顶锥形，有的呈圆柱形，有的呈馒头形等。目前只发掘了一座帝陵和 4 座陪陵，出土各种文物 100 多件。最珍贵文物之一是鎏金铜牛，高 45 厘米，长 102 厘米，宽 38 厘米，重达 188 公斤；牛的双的高翘，两双圆眸，周身浑圆，造形逼真。地表遗物有坐式石雕、雕龙栏柱、经幢、石■首及砖、瓦、滴水、鸱吻等大量建筑和装饰物料。从高达 1.52 米的绿色琉璃鸱吻，可以想见当时陵园建筑的雄伟辉煌。国际游客誉之为“东方金字塔”，确是当之无愧。

三、拜寺口景区

位于银川市西北贺兰山中部山麓，距市区 45 公里。拜寺口景区为一条长约 10 公里的大山沟，亦名拜寺沟；据说原有南寺、北寺等百余座寺庙，故又名百寺口。大山沟内奇峰异石，林木葱郁，山泉潺潺，风光旖旎。据史载，西夏帝王元昊曾在贺兰山拜寺口之巅建有避暑行宫，今已毁，只在沟口南山坡上留有一对砖塔，东西并峙，相距百米，塔高均约 45 米。在拜寺口西南沟

内距双塔 7.5 公里处有一砖塔，高 41 米，砖塔周围怪石争奇，山松献秀，泉水清澈，繁花似锦。距沟口 2.5 公里处有一山峰名“ 殿台子 ”，其东西各有一处平地，俗称东、西花园，相传为西夏国开国皇帝李元昊登殿理政时的游玩之地。

四、三关景区

位于西夏王陵风景名胜区最南部与内蒙古自治区交界处。宁夏历有“ 长城博物馆 ”之称誉。历代长城在此皆有遗迹。三关原为明代所建西长城最北端一处著名关口，现为西夏王陵风景名胜区著名景区之一。西长城从甘肃靖远芦沟界进入宁夏中卫县，逾河东北上贺兰山，长约 200～250 公里。沿线有胜金关、赤木关、打磑口等几处重要关隘。

天山天池——天镜神池

天山天池风景名胜区，位于新疆维吾尔自治区阜康县境内天山东段博格达峰下的半山腰，距离新疆首府乌鲁木齐市约 90 公里。这是一处以高山湖泊为中心的自然风景名胜区。天山博格达峰海拔 5445 米，终年积雪，冰川绵延。天池在天山北坡的三工河上游，湖水水面积约为 4.9 平方公里，湖面海拔高度为 1980 米。湖畔森林茂密，绿草如茵。随着海拔高度的不同，名胜区可划分为冰川积雪带、高山亚高山带、山地针叶带和低山带 4 个自然景象带，其景观保护区面积为 380 平方公里。在天池附近可同时观赏雪山、森林、碧水、草坪等景色。

天池湖面呈半月形，长 3500 米，最宽处 1500 米，是古代冰川泥石流堵塞河道形成的高山堰塞湖。远在 20 万年前，地球上冰期来临，天池地区发育了壮观的山谷冰川。冰川挟带着砾石循山谷缓慢下移，强烈地搓磨刨蚀着冰床、山谷，形成了多种冰蚀地形，天池谷遂成为巨大的冰窖；其冰舌前端则因挤压、消融，融水下泄；所挟带的岩屑巨砾逐渐停积下来，成为横拦谷地的终碛巨垅；后来，由于气候转暖，冰川后退，四周雪峰上不断消融的雪水便汇集成了这一高山堰塞湖泊。

天池风光具有不假人工修饰的天然之美，雄浑粗犷，质朴幽静。它没有妩媚依人的如烟柳浪，只有拔地参天的塔松成林；它没有姹紫嫣红的百花争艳，却有山坡牧场的绿草如茵；它没有锦铺翠叠的楼阁亭台，惟有肃然耸天的万年冰峰。雄伟的博格达雪峰高高耸立，主峰的左右又有两峰毗连，三峰并起，突兀高耸，直插云霄。峰顶的冰川积雪，终年闪烁着皑皑银光。银峰与白云一起倒映于天池晶蓝澄碧的湖水之中，构成了绰约多姿的高山平湖景观。天池湖水来自博格达冰峰，清冽纯净。湖中生长着冷水性无鳞鱼，黑脊白肚，肉极鲜嫩。夏天的天池，是著名的避暑胜地、美丽的“山岳公园”。这里气候凉爽，清风拂面，群山峻岭之中天池如镜，流光溢彩。冬天的天池，是世界一流的高山冰场。因湖水来自天山融雪，极少受污染，所以冰质纯，滑度好；加上气候、地理条件十分理想，景色诱人，吸引着无数冰上体育健儿们。

在天池附近的山林里还生长着许多奇特耐寒的动植物。天山羚羊、马鹿、棕熊、野猪出没林间，成群的雪鸡飞鸣而过，黄嘴白肚花翅膀的水鸭掠水漫游；松林里遍地生长着鲜美的蘑菇，还有党参、黄芪、贝母等名贵药材。人称天池是“聚宝盆”，实在当之无愧。

天池古称“瑶池”，俗称“大海子”，这里世代流传着美丽而动人的神话传说：“瑶池”是天界王母娘娘梳妆台上一面镜子；又说是王母居住的仙境、沐浴净身的地方。据《穆天子传》载，公元前 10 世纪，周穆王姬满驾车漫游，来到“群山之王”天山的瑶池，西王母设宴以待，互赠厚礼，并相互作歌对答，表达友好之情。唐李商隐有《瑶池》诗云：“瑶池阿母绮窗开，黄竹歌声动地哀，八骏日行三万里，穆王何事不重来”。显然，这里所指的“瑶池”是在昆仑山上，后人寻找无着，权以“天池”代之，这给天池涂上了一层神秘色彩。天池一名来自清乾隆四十八年（公元 1783 年），乌鲁木齐都统明亮所题《灵山天池统凿水渠碑记》载：“阜康之阳灵山，屏列峰势，出没云雾中，始臻绝顶，见神池浩淼如天镜浮空”。“天池”即是“天镜、神池”之意。

天池的秀丽风姿引人入胜。天池湖面平静，湖中游艇荡漾，四周雪峰环列、云杉参天，景色秀丽。这里山青水秀，清爽宜人。在百花盛开的草地上，毡房点点，炊烟袅袅。游人在此可登高山、穿密林，俯览天池全景；也可泛舟湖面，饱览湖光山色。雪天天池银装素裹，远望博格达峰白雪皑皑，别有一番情趣。

天山天池风景名胜区以天池为中心，包括湖滨、灯杆山、海南三个景观区，其主要景点有：天池下面的小湖——“小天池”，据说是王母娘娘的洗脚盆。小天池的飞瀑流泉，落差近百米，喷珠溅玉，很有特色。湖呈圆形，直径二三十米，湖水清澄明澈，光洁如镜。石峡是去天池的必经之地，两旁石山矗立，两峰紧夹一线蓝天，路面狭窄，十分险要。天池西北有福寿寺遗址，因用青砖铁瓦修建，又名“铁瓦寺”，传说修寺所用的砖瓦，因山路崎岖，是缚在羊背上驮上山的。锅底坑被称为“群果”，地势形似锅底，是得天独厚的夏季牧场。“灯杆山”十分奇特，平地上一石峰突兀而起，高出周围山头；据说，当年山上曾有一盏长明的“天灯”，故得“灯杆”之名。

天山天池不仅山水风光粗犷瑰丽，而且还有许多珍奇的动植物，其中最惹人喜爱的是被称作“高山玫瑰”的雪莲。雪莲盛夏开花直到深秋，即使在雪花纷飞中照样怒放，它傲霜斗雪的禀性和顽强的生命力赢得了人们的赞叹。天池不愧是天山上的明珠。天池奇特的自然景观和丰富的自然资源，吸引着不畏路遥山高的万千游人。