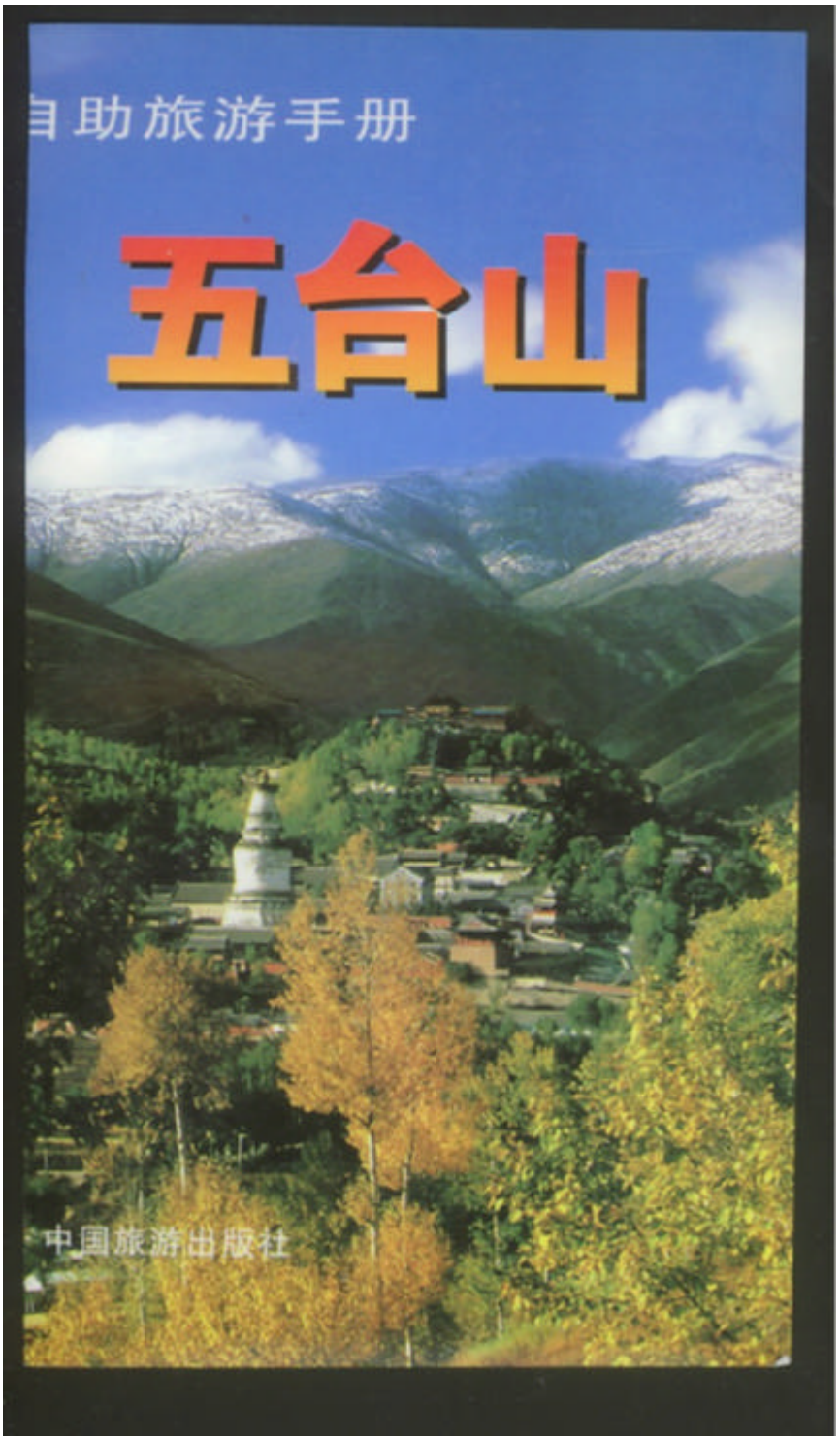
自助旅游手册

五台山



中国旅游出版社

前　言

朋友们因为我供职于旅游部门，每次出游前都要索取一旅游指南类书籍，我总是尽力寻得几本。但朋友归来，每每抱怨那些书下是内容过于陈旧，就是厚得如同百科全书，不实用。

随着人们生活水平的提高，五天工作制的实施，大众旅游正在逐渐升温，旅游书籍如何能给出游的人们提供真正的帮助，这不禁使我思索，于是便着手策划并组织编写一本小巧而实用的旅游丛书，就是这套《自助旅游手册》。

《自助旅游手册》既有同一般旅游书一样介绍地理、气候、历史、风景名胜、文化风俗的内容，同时又增加了如何到达、食宿、日程建议等实用部分，旅游指南是出门的必备工具，就如同护照证件一样重要。出发前对目的地有所了解，才能做出万全的准备和规划；旅途中对照简介去旅游，既可知晓名胜古迹的古往今来，又可解决旅途中食、住、行、游、购、娱等诸多实际问题，使每次旅游顺畅、圆满，并留下丰硕的回忆。这也就是本套丛书策划时的初衷。

本套丛书计划选取中国热点旅游城市或地区 50 个,每个城市或地区独立成册。每册书至少插入 15—20 幅图片及旅游交通图，以期取得更直观和更实用的效果。

现在您也许正在阅读此书，准备启程了，祝您一路顺风。

潘笑竹

1997 年 1 月

概　况

五台山金阁寺牌坊
{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0001_1.bmp}

地　理

五台山旅游区，位于山西省东北部忻州地区的五台县境内，中心地区距大原市 230 公里，距忻州市 150 公里，忻州地区西隔黄河与陕西省相望，东以大行山与河北省毗邻，北以内长城、恒山为界，南至晋中与太原接壤。

五台山属北岳恒山山脉，北望恒山，西望代县雁门关，地跨五台县、代县、繁峙县和河北省的阜平县，自东北至西南走向，纵长 100 公里，周边 250 公里，由东南西北中五座环抱而立的峰顶组成。五座峰顶虽高却平，故名“ 五台 ”，其中北台峰顶海拔 3058 米，是华北地区最高的山峰。滹沱河从五台山北部发源，绕西南向东注入海河。

五台山的佛教中心区（也是旅游景点最集中的地区）在台怀镇，它位于五台山的五大台顶怀抱之中，故名“ 台怀 ”。当地人还习惯将台怀地区（即台怀乡）称做“ 台内 ”将台怀以外地区称做“ 台外 ”。

气　候

五台山气候寒冷。虽然它处于与北京大致相同的纬度，但气候特征却和中国东北部的大兴安岭差不多。据气象资料记载，台顶历年极端最低气温为—44.8℃，极端最高气温为 20℃，全年平均温度为—4℃,7 至 8 月最热。分别为 9.5℃和 8.5℃，1 月份最冷，平均温度为—18.8℃。台怀地区比台顶早 1 个月人春，迟 1 个月入秋，温度相差 6℃左右，全年平均温度为 2—3℃，最低气温为—30℃，最高气温为 30℃。

由于海拔较高，即使在盛夏，台怀镇（约海拔 1700 米）的最高气温也只有 27℃（五台山在一些佛教典籍中又被称做“ 清凉山 ”）。还因为台怀地区夏季空中云层低近，湿度大，常有雨水，因此，游人来五台山，宜多带些衣服；并带上雨伞。春、秋两季来五台山旅游，需带毛衣毛裤之类。游人登东台观日出，需从当地租大衣。

从北路繁峙、砂河一带翻越鸿门岩来五台山，需注意季节和气候变化。5 月以前和 9 月以后，高入云端的公路被积雪封堵，难以通过，只有 5 至 9 月的中间 4 个多月可以通行。

如何到达

铁路　由北京、呼和浩特、包头、大同等地去五台山的旅客，可选择 387 次、373 次京太、京运快客或 433 次包太直客，可在京原线上的砂河、繁峙、代县、原丰、忻州各站下车、然后转乘汽车前往五台山，如果从上海、南京、苏州、无锡、徐州、济南、石家庄、西安、郑州方向去五台山，可先搭快车到太原，太原市五一广场有长途车直达五台山。

航空　北京、广州、成都、西安等各大城市均有直达太原的飞机。旅客

到达太原后，可在太原五一广场搭长途车去五台山。

公路　由于火车和飞机都不能直抵五台山，故公路客运显得尤其重要。坐火车在京原线上的砂河、繁峙、代县、原平各站下车、都可改乘汽车前往五台山，十分便利。在大同到太原间的北同蒲铁路线上，宁武、原平也有汽车开往五台山，忻州每日更有多次长途车去五台山。河北阜平到五台山台怀镇有直达长途汽车，在台怀镇和太原之间每日有班车往返。五台山六月大会期间（农历六月初至七月初十），是游人最多的时候，此间五台山周边县镇都加开旅游车，如东冶至五台山，阳泉至五台山，阜平至五台山，繁峙至五台山，原平至五台山，砂河至五台山等。

住　宿

五台山各种档次的宾馆饭店众多，家庭旅社也很活跃，为来五台山的游客提供方便的住宿条件，忻州客馆 1985 年建成，客房装有地毯、电话、电视和冷暖风。栖贤阁宾馆位于台怀镇南 1.5 公里处的南山寺脚下，清水河边。砂河宾馆位于砂河镇甫 3 公里处，距台怀镇 45 公里，专为北京和大同间的游客前往五台山中途食宿休息而建。

除上述专业旅游宾馆外，五台山管理局在台怀镇塔院寺北侧开设有数套四合院式的五台山招待所，大部分属高级客房。

台怀镇的普通旅馆有：五台山乡办旅馆，楼房式建筑，床位 320 张；五台山供销社旅馆，楼房式建筑，床位 300 张；五台山粮站旅馆，平房建筑，床位 60 多张。

五台山旅游事业的迅速发展，使民间旅舍应运而生。台怀中心区和周围，有台怀、杨林、新坊、杨柏峪、东庄、乐明寺六个村 500 多户农民开办家庭旅舍，计有床位 3000 多张。家庭旅舍也配置有高级房间。房间内摆着单人床、沙发、茶几、立柜，窗明几净，墙壁雪白。整洁清雅。五台山农户的房屋一般为“一堂两卧”，即中间一间为堂屋，两侧的套间为卧室，每间没有床位四、丑张，游人在家庭旅舍住宿，颇感清静舒适。许多家庭旅舍备有火炕，适宜于体弱畏寒的游客住宿。有一部分家庭旅舍同时招待住宿客人用餐，精心制做具有地方风味的家常饭菜。

旅游日程建议

游览五台山至少需要三天时间。游人如住昌城，第一天可乘汽车北上参观尊胜寺、佛光寺，下午到台怀，集中参观显通寺、塔院寺、罗睺寺和菩萨顶。第二大就近登黛螺顶，再游台怀中心区的碧山寺、南山寺和镇海寺等。第三天可选择一个台顶登临，走京原线繁峙站的游客可登东台，顺路游游碧山寺；走河边、忻州的游客可登中台，顺路游南禅寺和龙泉寺。

另外一种旅游日程建议是：第一天参观南禅寺、碧山寺、显通寺、塔院寺。第二天参观菩萨顶、广宗寺、罗睺寺、龙泉寺、南山寺、普化寺。第三天参观东台日出、南台锦绣、金阁寺、佛光

游客如果投宿台怀镇，可安排两日游。第一天先游台怀镇北山脚下的罗喉寺，接着去显通寺，然后依次游圆照寺、广宗寺、菩萨顶。再由原路折回，进塔院寺东门。参观塔院寺后，出南门东行，可进万佛阁一游。第二天，清

晨可去东台观日出，然后游碧山寺。中午回台怀镇稍事休息。下午向南步行约 5 公里到镇海寺、普化寺、观音洞、南山寺等。{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0006_1.bmp}

名胜古迹无量殿卢舍那佛

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0007_1.bmp}

寺庙景观

自南北朝以来的一千今年间，五台山陆续兴建了大量寺庙，成为一个古建筑群集中的名山，与浙江普陀山，四川峨眉山，安徽九华山并称我国的四大佛教名山。

台怀镇是五台山的中心地带。在五合山现存的 40 余庄寺庙中，台怀镇就集中了 10 多座。所以一般人说去五台山，主要指的是台怀镇。

台怀镇

台怀镇，位于五台县的最北端，距五台县城 80 公里，是一个山环水绕，有汉、满、蒙、藏四个民族近两千人口的秀丽山镇。

台怀镇距东台望海峰 19 公里，距西台挂月峰 22 公里，距南台锦绣峰 28 公里，距北台叶斗峰 20 公里，距中台翠岩峰 19 公里，是台顶的中心。

台怀镇镇北有一小峰，人称灵鹫峰，亦名菩萨顶。佛教史籍记载，东汉时期，我国佛教最初的传播人摄摩腾和竺法兰来到台怀镇，见今菩萨顶的形势颇似古印度摩揭陀国土舍城东北部释迦牟尼佛说法的灵鹫峰，因而命名之。佛教史籍还说，台怀镇大白塔下藏有释迦牢尼的舍利。

由于台怀镇有灵鹫峰和佛舍利，所以历代朝廷和佛教徒纷纷于台怀镇及其附近修建寺庙，使这里形成了佛寺鳞次栉比、宝塔如林的五台山佛教中心区。五台山的佛教寺院，有一半以上集中在台怀镇。台怀镇的东面有一座经常隐没在云雾中的小峰，人称黛螺顶，山顶供有“ 五方文殊 ”像。这处高约 400 米的山峰，是五台山五大台顶的象征。8

佛教徒认为，台怀镇是文殊菩萨现灵说法的主要场所，当年文殊菩萨与其一万眷属就居住在台怀附近。台怀镇南 1 里的梵仙山顶有寺名梵仙寺，梵仙山的悬崖之上，有许多人工凿成的小石洞，佛教徒相信这些小石洞就是文殊菩萨弟子们的居台怀镇是历代皇帝朝拜五台山的中心，清康熙时，曾于台怀镇建立了专供朝拜五台山用的行宫一座。行宫位于今塔院寺前，现在尚保留有行宫宫门的遗址。

台怀镇从南到北有三条街，依次是营坊街、太平街和杨林街。营坊街是请代城守厅驻军的地方，太平街的两侧从前都是为寺院和蒙藏朝山门徒生产银器、铜器、铁木器的手工作坊和店铺，杨林街是一条商业街。

南禅寺

南禅寺在五台县城南 21 公里处的阳白沟小银河的北岸。寺内的大佛殿，是我国现存最古老的唐代木构建筑，堪称国宝。南禅寺规模不大，有大殿、僧房 30 间。在寺院内，面北向南的三间正殿高大雄伟，方整的基台，几乎占了整个院落的一半。正殿重建于唐德宗建中三年（782 年），殿内的一根大平梁上面，保存有不十分明显的墨迹，是此殿重建年代的佐证，推算起来，距今已一千二百多年。除主体建筑大佛殿三间是唐代原物外，其余配殿均为

明清重建。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0009_1.bmp}

大殿三间见方，单檐歇山顶，由台基、屋架、屋顶三部分组成。大殿共用檐柱 12 根，殿内没有柱子。梁架制作极为简练，举析和缓，形体固实，这些都是我国中唐大型木构建筑的显著特色。

殿内的塑像，仍然保持原貌，都是唐代珍品。17 尊塑像分布在佛坛上，整个佛像群以释迦牟尼佛为中心，佛坐莲台，似在讲经说法。这些塑像，同敦煌莫高窟唐代塑像如出一辙。佛坛四周壶（kǔn）门和叠梁上，雕刻着精美的花纹、花边和莲瓣，是五台山保存的唐代砖雕艺术的杰作。寺内幸存三只石狮和一座石塔，亦为唐代遗物。

延庆寺

从南祥寺向着沟川西北前进，距南禅寺 6 公里处，就是坐落在阳白乡善文村的延庆寺。该寺卧居盆地，分外醒目.现存大殿宽三间，六架椽，歇山顶，平面略近正方形。从建筑形制上看，专家们断定它是金代建筑。

寺外有一石幢，高约 7 米，分为 4 层，造型别致，结构紧密，上刻尊胜陀罗尼经，为北宋所建。

广济寺

广济寺俗称西寺，在五台县城内。现存大雄宝殿，面宽五间，进深三间，悬山顶。虽几经局部重修，但梁架结构和用柱方法仍保存了原状，殿内金柱的配置，采用减柱造，前槽不设柱，后槽只用粗大的金柱两根屹立于次间两旁，所以殿内相当开敞，殿宇宏伟朴实。此殿是元代灵活结构方式的实例。

殿内元塑，手法古朴，形象夸张，是元代泥塑的代表作品。殿前立唐制八角形石经幢一座，通高 4 米，下施扁平的须弥座，每面雕狮。幢身八面均有造像，刀法简洁。

尊胜寺

尊胜寺地处五台县城东北，距县城 20 公里。过去，佛教徒和游人徒步登五台山，都经过此地，因此这里被称为“ 五峰咽喉 ”。

尊胜寺创建于唐代，当时称善住阁院，北宋天圣四年重修，名为真容禅院，明万历十九年复修后改称为尊胜寺，清同治七年作了部分补修。寺内情康熙二十四年碑记载有该寺的历史。

尊胜寺现存寺庙建筑规模较大，以中轴线排列，一连七进殿宇，左右建筑对称，计有殿楼房洞 210 余间。寺宇建筑上的砖雕精细，工艺水平极高，堪称民国年间寺宇建筑的代表。

佛光寺

从五台县豆村镇向北行进 5 公里，向东远眺，就看到了三山环抱，松柏掩映，高低层叠的佛光寺。

据唐著《古清凉传》记载，佛光寺创建于北魏孝文帝时，隋唐时期，寺内曾有三层七间高九丈五尸的弥勒大阁，当时寺况极为兴盛。后来唐武宗灭法，殿宇遭到破坏，唐宣宗大中以后。佛法再兴，大中十一年（s57 年），由女弟子宁公遇施资、愿诚和尚主持、在原弥勒大阁的旧址上修建了现存的正殿东大殿。由

寺内遗迹看，宋、金、元、明、清各代也都有修建。现存寺内的唐代木构、泥塑、壁画、墨迹，寺内外的魏（或齐）唐墓塔、石雕荟萃一处，相互映衬，在国内外享有很高的声誉。1961 年，国务院将佛光寺定为全国重点文物保护单位之一。

佛光寺高踞山腰，寺基为梯田式，共有三层院落，层层叠高，计有殿堂楼阁 120 多间。东大殿是该寺的主殿，位于最上一层院落，在所有建筑中位置最高，建于唐宣宗大中十一年，距今 1100 多年，堪称国宝。正殿外表朴素，柱、额、斗拱、门窗、墙壁，全用土红涂刷，未施彩绘。

大殿内，完整地保存着唐代泥塑和唐代壁画。有塑像 35 尊，正中为释迦佛，左为弥勒佛，右为阿弥陀佛，均呈极显著的唐风。佛坛左端有一女塑像、是建殿施主宁公遇。殿内南侧，面对佛坛有一塑像，为建殿时佛光寺住持愿诚高僧，都是写实的等身肖像。沿着佛殿两山墙和檐墙砌台上排列着号称五百罗汉，实际有 296 尊。据明《重修佛光寺补塑罗汉碑记》记载，罗汉塑像为明代遗物。此外，佛坛塑像经历代重装，虽塑体原形保存了唐代风格，但唐塑的色泽已被破坏了。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0012_1.bmp}

唐代佛殿多以壁画作装饰，现在东大殿只存内柱额上的几幅拱眼壁画。其中弥足珍贵的为次间内柱前额上的横幅。横幅分三组：中组以佛为中心，七菩萨胁侍。左右两组以菩萨为中心，其旁又各有菩萨、天王、飞天等。各像衣纹线条都极流畅，富有唐风，而勾画脸和胡须的笔法，还合有汉画遗风。佛座背面的壁画，用笔淳占，色泽艳丽，内容和构图同唐代吴道子《天王送子图》相仿佛，是我国现存木构建筑中唯一的早期壁画。

在第一层院落，有坐北向南的文殊殿，重建于金天会 15 年（1137 年）文殊殿内共有塑像 7 尊。文殊塑像，宝冠和衣折繁复，面像秀润，为建殿同期文物，具有宋代泥塑特征。

神龛内有一尊塑像，面色黧黑，前额突出。头发呈螺旋状，体现了金代北方少数民族的特点。殿内东西山墙和北墙，原有彩绘五百罗汉，现存 245 尊，为明弘治年间绘画。

佛光寺内，有唐代石幢两座。一座在东大殿前，高 3 米多，为唐大中十一年造；另一石幢在山门内庭院之中，唐乾符四年铰造，高 4.9 米。大佛殿左侧，有一座双层六角砖塔，上实下空，型制奇特，有印度式的束莲柱，俗称祖师塔。参照敦煌壁画，当为北魏或者北齐所建。会昌灭法时，佛光寺仅有此塔保留了下来。此塔具有印度建筑的风格，是中印文化交流的一个实证。佛光寺附近，还有唐建和金建的墓塔 6 座。在寺后东山坡，有唐天宝年间建的无垢净光塔。塔的建造形式，除敦煌壁画中可以看到外，实物仅有此例。

岩山寺

岩山寺位于五台山北麓，繁峙县城东南 40 公里的天岩山天岩村。原名是

灵岩院，创建于金正隆三年（1158 年），元明清屡有修葺。现存山门、钟楼、东西配殿、禅院等。南殿为文殊殿，金建元修。殿内佛坛上所存佛、菩萨、弟子、金刚等塑像仍是金代风格。殿内四壁满绘壁画，是金大定七年（1167 年）宫庭画师王逵所作。这位画工奉旨来到岩山寺作画，用了整整十年时间完成了这一壁画艺术珍品。

南殿西壁的壁画内容，描绘了释迪车尼一生的事迹。整个画面浑然一体，各个细部又独立成幅。南壁的壁画，描绘五百商人海上行船，忽遇暴风，神话人物罗刹女赶来，力挽狂澜，航船转危为安。东壁的壁画表现的是经变故事和人情风俗，是一幅表现宋、金时期都市风情的历史画卷。北面的壁画另是一种佛教风情。岩山寺壁画，是我国存世的金代壁画中的最优秀作品，壁画内容丰富，是研究宋金时期宗教、建筑、美术的宝贵资料。

秘密寺

秘密寺在五台山台怀镇西南 38 公里的维屏山秘密岩，寺以岩名。秘密岩又称秘魔岩，所以秘密寺又称秘魔寺。这里松柏苍翠，山岩险峻，野趣横生。

《清凉山志》载》：“ 秘密寺在西台外秘密岩，岩谷幽深，隐者垦布，唐木叉和尚于此藏修，始建寺。 ”唐木叉和尚因常手持木叉而名。秘密寺自唐建立，历优重修，原建规模甚大，有茅篷 32 处，现仅存前院、中院、后院、西庵、中庵等处。前院有大王殿，东西两厢及正殿 5 间，南北藏经楼各 5 楹，中院有配殿及正殿 5 间，后院部分殿堂残坏，仅北阁 5 楹尚存，中庵包括三圣庵、观音洞、金佛楼三处，三圣庵原供释迎、老子、孔子三像。观音洞三层分奉弥勒、三大士、关羽等石雕像、摩崖造像 18 尊。金佛楼三层 8 间，内奉石雕贴金接引佛一尊，高及 7 米，明嘉靖十四年（1535 年）造。寺外有龙洞，洞外面龛雕文件像，龛旁雕侍理像 2 躯，皆为明物，有甘露泉源，清流不息。泉前存 7 佛崖，雕造佛像两层，上层 7 佛，下层七佛，似为元制。寺前还有金代石幢、砖塔两座，一为木叉祖师塔，唐建明修；一为玄觉大师塔，五代北汉天会七年（963 年）建，雕莲瓣与门窗，形体不大。

显通寺

坐落在五台山中心区大白塔北侧，菩萨顶脚下，是五台山佛教圣地中历史最悠久的一座寺庙。显通寺的前身，是东汉水平十一年始建的大孚灵鹫寺，它和洛阳的白马寺同为中国最早的寺庙，也是中国佛教的一个策源地。现已被列为全国重点文物保护单位。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0015_1.bmp}

显通寺占地 120 多亩，有殿堂楼房 4 西多间，中轴线上，一连七进大殿，东西廊房对称配合。人显通寺前，首先出现的是一座下层为石喧洞、上两层为木构建筑的高大钟楼，石洞的门楣上，刻有“ 震悟大千 ”四个大字。钟楼上悬吊的大铜钟叫幽冥钟，也叫长鸣钟，铸造干明天启年间（1621—1627 年）钟身高 8 尺，钟口边缘呈莲花瓣形状，重 9999.5 斤，外皮刻有楷书佛经一部，共 1 万多字。这口铜钟是五台山寺庙中最大的钟。

入寺内，便是一连七进的殿宇，分别为观音殿、文殊殿、大佛殿、无量殿、千钵殿、铜殿和藏经殿。文殊殿重建于清乾隆十一年（1746 年），大佛

殿重建于清光绪二十五年（1899 年），均系木结构建筑。无量殿是一座砖砌结构建筑，唐代清凉国师曾在此殿内著述《华严疏抄》。殿内供毗卢佛大铜像，取佛法无量之意，称为“无量殿”。又因殿内没有梁柱，有人也叫“无梁殿”。无量殿后是千钵殿，内供有铜铸的千钵文件。这是文殊菩萨多种法像中的一种，头上又有头，共垒叠着五个头型，两边伸出许多手臂，统称千臂。

出千钵殿，拾阶而上，就到了铜殿和铜塔前。铜殿是一座青铜建筑物，铸造于明万历三十四年（1606 年）。据《清凉山忘》记载，铜殿是五台山高僧妙峰于明朝万历年间，集全国 13 省布施，用 10 万斤铜铸成。妙峰大师曾铸三座铜殿，一在南京，一在峨眉山，一座在五台山，规格样式一样。前二者已失，显通寺的这座是国内汉存的。铜殿前下方左右两则，各矗立着一座铜塔，于明万历三十五年（1607 年）铸成。这里原有五座铜塔，隐含五座台顶，可惜中间三座被日军侵华时盗走，只有塔基在原处。

藏经殿，俗称后高殿，如今陈列着陶、木、金、石等多种文物珍品和书画艺术品，包括北魏太和年间的铜铸旃檀佛，南北朝时期的石雕观音菩萨和侍理菩萨，北宋开圭年间印刷的雷锋塔藏经，宋末元初赵子昂夫妇画的马和观音菩萨，明代沈周画的关云长，明代下去鹏在菩提树叶上画的十八罗汉，清代烧瓷济公和尚像和苏武牧羊花瓶，木雕善财童子和观音菩萨，铜铸刘海戏金檐和四十八臂观音，以及水晶塔、银制塔和各色景泰蓝供器等。在诸多的藏品中，最具特色的是华严经字塔。字塔由白绫和黄绫裱糊而成，上书华严经 80 卷，计字 600043 个，经文正好组成了一幅宝塔图案，系清康熙年间苏州三宝弟子许德心用 20 年功夫书成。

显通寺内第三层的大雄宝殿，是举办盛大佛事活动的场所。殿台上并列主佛三尊，中间是释迦牟尼佛，东面是药师佛，西面是阿弥陀佛，殿墙两侧是十八罗汉，均为明、清雕塑。佛前厅堂十分宽敞，不仅可容纳本寺僧人在殿内做早晚功课，每逢大的佛事活动日，各寺庙的僧尼都要身披袈裟，汇聚到这里举行礼佛仪式。

塔院寺

是台怀镇十分引人注目的建筑，游人一到台怀即能见到塔院寺内高高耸峙的大白塔，这是五台山标志之一。塔院寺因塔得名，人口有两处，一处是万佛阁旁的南正门，一处是显通寺钟楼下面的东门。寺占地 1.5 万平方米，有殿堂楼帛 120 余间。

大白塔，按佛家正统的叫法是佛舍利塔。佛教传言，公元前 486 年，释迦牟尼佛灭度，其尸骨炼就八万四千个舍利子，印度阿育王用五金七宝铸成了八万四千座塔，分布于茫茫大千世界。每座塔内藏一个舍利子，五台山的塔叫慈寿塔，是分布给中国的十九座中的一座。现存的这座大白塔，建于明万历年间，它的前身有元建石塔。据说原来阿育王铸的那座慈寿塔，就藏在大白塔内。砖结构大白塔，塔基为正方形，通高 75.3 米。塔身状如覆钵，造型优美。塔顶上盖铜板八块，按八卦安置。大白塔的下层建有塔殿三间。

塔院寺大白塔东边还建有一座文殊发塔，高两丈余，传说文殊菩萨显圣遗留的金发藏在里面。

大白塔北侧，有一座面宽五间，高两层的木构建筑，叫大藏经阁。藏经

阁现存汉、蒙、藏多种文字经书 2 万多册，其中宋至清乾隆年间 2 千多册经卷为善本。

在大白塔底座南侧的一个石洞里有佛足碑,刻在召上的佛足印长 50 多厘米，宽 20 厘米，足心有干辐轮相和宝瓶鱼剑图。碑身下端刻着一殷文字说，释迦牟尼佛涅槃时对他的弟子阿难说：“ 我最后留此足迹，以示众生。 ”唐僧玄奘到西域取经时把佛足印拓下带了回来。唐太宗敕令将佛足刻在石上，立于祖庙。明万历壬午秋，寺僧又按图刻石，供奉在大白塔下。

万佛阁

塔院寺山门石阶东侧是万佛阁的入口。万佛阁是塔院寺的属庙，占地面积为 2000 平方米，计有殿堂楼阁 23 间。主要建筑有 3 座，即文殊殿、五龙王殿和古戏台。

万佛阁创建于明代，重修于清代，现存殿宇多为清代所建。坐东向西的文殊殿系明万历四十四年（1617 年）创建，殿内下层供文殊、观音、普贤三菩萨，殿台正中供地藏王菩萨，左侧立地藏王菩萨的弟子道明和尚，右侧立道明和尚的父亲。地藏王菩萨的左右外侧，各排列 5 尊塑像，称为“ 十殿阎王 ”。殿内下层和楼上左、右、后 3 壁都立有木制方格，放有泥塑小佛像万余尊，故此殿名万佛阁。

坐北向南的五龙王殿创建于清代，重修于民国年间，殿内供金脸五龙王，俗称五爷，是五台山特有的神像。古戏台在五龙王殿对面，是专为五龙王唱戏而设置的。每年六月大会，这里都要大开殿门，在台上演出民间戏曲，让五爷居中赏戏。

殊像寺

坐落在塔院寺和万佛阁西南不足 1 里的地方。在寺外牌楼前，有一股清澈见底的泉水，叫般若泉。般若，是梵语增加智慧的意思。历史上的般若泉水多做入朝贡品。

殊像寺创建于元代，明代弘治和万历年间重修，与显通寺、塔院寺、菩萨顶、罗■寺并称为五台山五大禅处，又为青庙十大寺之一。现占地面积为 6400 平方米，计有殿堂楼房 50 余间。寺内正中文殊阁，殿阔五间，重檐歇山顶，是三台山台怀中心区最大的殿宇。大殿内有文殊菩萨塑像，高约 9.3 米，如出神工，远近闻名。

文殊大殿内三面墙壁上的五百罗汉图，浓缩了古印度的佛国世界。在殿内柱子上还蹲有一尊罗汉，传说是中国的济公和尚。

罗睺寺

罗睺寺在塔院寺东。据佛教经典记载，释迦牟尼出家前曾娶妻生子，儿子取名罗睺罗，后来，罗睺罗 15 岁出家，成为释迦牟尼的十大弟子之一。罗睺寺就是为纪念释迦牟尼的儿子而建的。

罗睺寺创建于唐代，明弘治五年重修。相传，万历皇帝的父亲驾崩时，万历皇帝尚小，李娘娘便把江山让与皇亲李良，李良接了江山后，反将李娘

娘和少主打入冷宫，锁到昭阳院。李娘娘悔叹不已，便在佛前许愿，如果佛能保佑少主将来登基，她就用巨款重建五台山的罗睺寺（当时名落佛寺）．后来朝臣杨波、徐彦昭等人扶持少主当了皇帝，李娘娘还愿重建此寺。清康熙年间，该寺由青庙改为黄庙，住口族喇嘛。

罗睺寺占地面积 15000 多平方米，计有殿堂楼房 110 余间。门旁有石狮子一对系唐代遗物。五台山中心区的唐代的石雕卧狮仅此一处。山门左侧丈余高的藏式砖塔，叫文殊塔，塔上雕有文殊像，罗睺寺殿宇内的主要塑像，有明显的喇嘛教风格。

山门内的第一座是天王殿，四尊天王塑像，是按喇嘛教《度量经》的规定塑的，和其它青庙（和尚庙）大殿的四大天王形象略有不同。

第二座殿叫文殊殿，殿内的文殊菩萨塑像和别的青庙里的更不同。文殊菩萨骑坐的狮子卧在莲台上，文殊菩萨面色是白的，而不是金色的，肩膀两边还添了伸出的肩花，肩花上一边放着智慧剑，一边放着经书。这是喇嘛庙文殊菩萨塑像的典型特征，第三座大佛殿里供有西方极乐世界、东方琉璃世界、人间婆娑世界的三世佛以及八大供养菩萨。

罗睺寺最吸引人的景观是“开花现佛”，在寺院的最后一座大殿里。殿中央有一木制彩绘大莲花。莲花茎部下方连着一个大圆盘，平时，莲瓣紧合，当莲台转动时，莲瓣便在空中徐徐绽开，四尊阿弥陀佛像慢慢现了出来，世称“开花现佛”。

十方堂

罗睺寺山门东侧是十方堂，为罗睺寺的属庙。清代道光年间修建。清代康熙年间，罗睺寺由青庙改为黄庙（喇嘛庙），常住藏族喇嘛。青海、甘肃等地的藏族佛教徒朝圣五台山，就在该寺居住修持。后来信众逐渐增多，道光年间，修建了十方堂，专门招待从远地来的喇嘛和少数民族善男信女。十方堂又称广仁寺。因该寺没有地产，日常开支费用仍由罗睺寺担负。

十方堂有三进殿宇，殿宇两侧配楼房长廊。殿堂和殿堂设置有明显的藏式风格。寺内第一座殿是天王殿，旁有钟鼓二楼。中间一座殿是宗喀巴大师殿，殿内主供黄教祖师宗喀巴大铜像。第三层殿面阔 5 间，檐额上挂一块书有藏文的木匾，意为弥勒殿，殿内供弥勒菩萨等铜像数尊，两壁的经架上置遭光版藏文《甘珠尔》经。

圆照寺

显通寺钟楼前上方，沿灵鹫峰山脊石台阶通向的第一座寺院叫圆照寺。该寺古称普宁寺，明永乐年间建，明清屡修，现占地面积 12600 平方米，计有殿堂 80 余间。寺院的地势较高，可以俯视显通寺、杨林街，平望大白塔。

圆照寺的山门特别，一般寺庙的山门是三门，而这里的山门是五门，称为五朝门，是五台山寺庙中独一无二的。人山门，第一座大殿是天王殿，第二座是大雄宝殿，为此寺的正殿，殿外左角，嵌有文殊菩萨化成贫女赴斋的偈像石碑一通。正殿后，有藏式白塔一座，高 5 丈，四角各设小塔，造型奇特。圆照寺的声誉大，就在这座塔上，它是中国和印度佛教友好往来的历史见证，塔中藏有印度高僧宝利沙者的舍利子。明永乐初年，宝利沙者来中国

宣扬佛法，深合帝心，封为国师，赐给金印。宝利沙者来到五台山，在普宁寺坐静修行。宣德元年明宣宗朱瞻基又将宝利沙者请入北京，面授宣扬佛法事直。朱瞻基劝宝利沙者住在北京，宝利沙者执意要回五台山，皇上没有许可，不料第二天一看，宝利沙者在夜间坐化了。宣宗深悔不该劝留，于是敕分舍利子，一在京西建塔，同时建寺，名真觉寺；一在五台山普宁寺建塔，并重修此寺，改名圆照寺。圆照寺原为青庙，后来改为黄庙。明永乐年间，西藏黄教祖师宗喀巴的弟子蒋全曲尔计来五台山弘扬黄教佛法，就住在此寺。

广宗寺

沿灵鹫峰山脊的石阶继续登高，路过的第二处寺院就是广宗寺，俗称铜瓦殿。

广宗寺创建于明正德年间。寺内正殿背后立有明正德三年石碑，对创建广宗寺的情况作了较详细的叙述。

广宗寺布局小巧紧凑，紧挨道边的天王殿。供有弥勒菩萨。穿过天王殿，面迎铜瓦殿。铜瓦殿是该寺的主殿。木结构，上覆铜瓦。殿内佛坛上立木制方格。供有上下两层圣像。大殿两壁供有铁铸十八罗汉。后壁两角分别供有药师佛和阿弥陀佛。

广宗寺内东北角还建育一座墓塔，是原中国佛学院院长法尊法师的灵骨塔。法尊法师圆寂于 1980 年 12 月，终年 80 岁。他精通藏文，把长达二百卷的《大毗婆娑论》译成藏文。广宗寺是法尊法师出家的地方，所以他的灵骨塔建在这里。

菩萨顶

坐落在灵鹫峰上的菩萨顶，金碧辉煌，富有皇宫气派。耸立在一百零八级台阶上的木牌楼，四柱三门，中门的大匾上，清代康熙皇帝御书“灵峰胜境”。

菩萨顶创建于北魏孝文帝时，称大文殊院。唐太宗时，改为真容院。宋景德年间，建重阁，设文殊像，赐额奉真阁。明永乐初年改建，易名大文殊寺，俗称菩萨顶。明万历年间重修，菩萨顶占地 9100 平方米，有殿堂 110 多间，布局结构紧凑而有变化，大寺院中又分几处小院落。

菩萨顶的极盛时期是在清代。情顺冶十二年改为喇嘛庙，康熙皇帝曾赐菩萨顶大喇嘛提督印。并命山西全省，包括巡抚、总兵、道台统统向大喇嘛进贡。

步入山门，第一处院容是天王殿、大佛殿以及东西配殿构成的前院。大佛殿和文殊殿又构成一个中院。前院西配房檐台旁，有一口直径 5 尺的大铜锅，后院还有两个同样大的铜锅。这些锅只有在每年“六月大会”和腊月初八才能派上用场。

从前院往东拐，又有一个东院。正房过厅里和东后院圆亭内，各矗立着一通整块汉白玉四棱柱碑，为全五台山第一。砷身四面，分别刻有汉、蒙、藏、满四种文字，是乾隆亲笔御题，描写他上五台山的感受。

每年农历六月初四至六月十五，都要做道场、办法会，菩萨顶当然是中

心。六月十四，全山的喇嘛们头戴各种面具，身穿各种服装，念着护法经，跳着金刚舞，在菩萨顶“镇魔”。十五日，又在罗睺寺“跳神”，并出来绕街转道。前头驾着弥勒菩萨像，接着大喇嘛尘八抬大轿，二喇嘛骑高头大马，其余僧众，敲锣开趋，吹奏佛国音乐，热闹异常。

黛螺顶

黛螺顶，在台怀中心寺庙群以东的陡峭山脊上，创建于明成化年间，明万历年间和清康熙、乾隆年间都曾重修。

登黛螺顶的山路有两条，一条沿北端山脊而上，一条沿南端山脊而上。从南路上黛顶，在山脚下先经善财洞。善财洞分上下两院。上院建于清乾隆年间，岩洞内曾出土文殊、弥勒、善财童子铜像三尊，系唐代遗物。下院建于清嘉庆年间。善财洞现存建筑以下院为主，前有上下各 3 间的楼阁式建筑，中有前接抱厦的大殿，后有面阔 5 间左右的大殿。

黛螺顶就是人们所说的”小朝台”之处。整个五台山的五座台顶各有一尊文件菩萨法像，人们转遍五座台顶，朝拜了五尊文殊菩萨，叫“大朝台”。黛螺顶则集中了五座台顶文殊菩萨的五种法像，来到这里，一次就能拜五尊文殊菩萨，所以叫“小朝黛螺顶寺，又名青峰顶。占地 3000 千平方米，计有殿堂僧房 20 余间。寺内的第一座殿为站坛殿，殿座为六角台基，上部是六角重檐攒尖顶。这种样式在五台山寺庙群中别具一格。殿内主供站坛佛，释迦牟尼佛不是常见的盘坐模样，而是站立佛坛之上。殿内供的就是集五座台顶五种文殊法像于一室的五文件，正中殿坛上，中间供中台孺童文殊，左侧供北台无垢文殊，右侧供南台智慧文殊，再左侧殿坛供东台聪明文殊，再右厕殿坛供西台狮子吼文殊。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0024_1.bmp}

寿宁寺

寿宁寺，在台怀中心寺庙群以西。从台怀腹地远远望去，寿宁寺山门前东侧的鼓楼背衬蓝天，因楼的四根立柱被遮挡，好像楼头凌空浮起。

寿宁寺创建于北齐，以后各代屡修，现存寺庙建筑有钟鼓楼、殿宇、僧舍等 30 多间，寺内有元代碑记和清康熙年间碑记。

发生在这里的“王子焚身”的事流传广泛。据说南北朝时期，北齐文宣帝高洋的第三子连年带兵打仗，后来负伤。他看到战乱带来的灾难，意识到自己的罪过。天保七年（556 年），他得了重病，几番医治无效，便来到五台山。后来受一位梦中老人的指引，王子于此山脊较平缓地带点燃干柴，举身赴火，以焚身来超渡自己。在焚身的火光中，菩萨现形。

灵应寺

灵应寺，位于台怀中心寺庙群以南，坐落在梵仙顶。

灵应寺的布局结构简单，山顶仅有十余间楼殿房舍。这里是总览台怀腹地风光的最佳位置。有些台怀附近的居民和外地游客都特意安排在农历九月九日登临灵应寺，因为《续齐谐记》上说：“汝南桓景随费长房游学，长房

谓之日：‘ 九月九汝南当有大灾厄，急令家人缝囊盛茱萸系臂上，登山饮菊花酒，此祸可消。 ’景如言，举家登山，夕还，见猪、犬、羊，一时暴死，长房闻之曰，‘ 此可代也，。 ”

碧山寺

从台怀向北延伸的公路渐渐升高，一直通向连接北台顶和东台顶的山凹口鸿门岩。在鸿门岩山口，公路沿台顶北麓盘旋而下，入繁峙县境，向东又岔出一条公路，指向东台望海峰顶。

台怀北路的寺庙，部分布在台怀附近向北的公路边上，有七佛寺、集福寺、碧山寺等，这些寺庙在整体布局和建筑风格上各有特点，其中最著名的寺庙是距台怀中心区一公里远的碧山碧山寺创建于北魏，重修于明代，曾名为普济寺、护国寺、北山寺等，清代乾隆年间改名为碧山寺，宣统年间，又称为广济茅寺。这个寺庙有如下三个特点：凡南来北往的游方僧到此，都管吃管住；方丈和尚实行选贤制。碧山寺广结善缘，聚集高僧名师，在东南亚国家亨有一定的声誉，过去每年农历四月十五至七月十五，碧山寺都有高僧名师给各地来的僧人开讲经法。民国年间，在国内外佛教界颇负众望的虚云、圆瑛、印光三位法师都曾在碧山寺开座讲经，他们还出国讲经传法，美国的禅宗就是虚云弘扬的。现在，寺内存有薪加坡和马来西亚教徒捐赠的铜牌、火典以及从缅甸请来的玉佛像。

碧山寺中轴线上有四座大殿，第一进天王殿，所有圣像都装在龛内和壁窗内，与其它寺院天王殿的装置不同。元代名僧金壁峰、明代名僧古月掸师，都曾在这里讲述经法。

第二进大殿是毗卢殿，又称雷音宝殿，殿内正中供戳卢佛，两壁供十二菩萨，左壁从后墙角向门窗前依次排列妙德、普眼、弥勒、威德自在、净诸业障、圆觉立菩萨；右壁从后墙向门窗前依次排列普贤、金刚藏、清净慧、辩音、普觉、贤善首菩萨，门两边各立一尊金刚。

民间传说杨五郎出家就是先投碧山寺，后又到离碧山寺不远的太平兴国寺。

第三进大殿叫戒殿。殿内正中没有青石砌成的戒坛，是五台山唯一的一座戒坛。戒坛始建于北魏孝文帝时，最早弘扬律宗的法聪曾于这里开讲《四分律》。后来这里一直是传戒的地方，现存的戒坛为明代遗物，坛上供有一尊缅甸石沸。

最后一进大殿在靠山脚下的一处高台上，原为藏经殿，曾存有雍正十三年四月八日刊印之全部三藏经，计 7500 余卷。大殿正中靠后墙，塑有一座高大的弥勒佛像，头部伸到了二层大殿上；弥勒佛不像一般塑像那样盘腿打坐，而是双腿自然下垂，脚蹬地上，称为“ 弥勒下生 ”。

集福寺

集福寺位于台怀中心区以北,距台怀寺庙群 1 里许,有殿堂僧房 80 余间。集福寺又名洪泉寺，创建于清代，属于喇嘛庙，寺宇建筑呈藏式格局。该殿坐西向东，殿分三进，两侧配以廊房。后殿右侧的南配殿内，供有一尊很特殊的圣像，即杨五郎塑像，原来五台山北台脚下的太平兴国寺曾供奉五郎像，

一般称太平兴国寺为五郎祠，太平兴国寺现已不存，今人出于对杨五郎的崇敬和怀念，于集福寺内新塑了五郎像。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0027_1.bmp}

普化寺

以梵仙山为区界，北面依次是高耸云天的北台顶，中台顶和“台内五峰”围抱的寺庙中心区。南面，是又阔又长的清水河谷。从梵仙山眺望，普化寺，南山寺直收眼底，镇海寺、明月池、龙泉寺、金阁寺、观音洞、佛母洞也依稀可辨。台怀南路寺庙较之于北路寺庙，规模大、范围广，建筑和雕塑工艺水平高。其中比较著名的包括普化寺、南山寺、金阁寺等。

普化寺位于台怀中心寺庙群南 1 公里处，坐落在请水河东侧山脚下。殿堂坐东向西，以中院为主，南北各有两层护院，计有殿堂楼房 100 余间。普化寺原称玉皇庙、帝释宫，现存寺庙系民国年间重建，其装饰精细的楼廊式格局和汉白玉石雕，体现了民国年间的建筑风格。

寺前立一堵高大的影壁，上部有仿木建筑的砖檐雕，中部影壁墙嵌有三块圆形石雕，下部是石建须弥座，雕有人物、花卉、古器械等。影壁墙上嵌的圆形石雕，正中一幅为“福寿三星共照”，北侧的一幅为“周文王请姜太公”，这堵高大影壁，精雕细刻，是五台山寺庙影壁中的珍品之一。

从影壁左侧的砖券洞入院，看到的第一座殿是天王殿。殿额立一块石制匾，匾刻“普化寺”三字。天王殿三门并开，前檐上镌刻有“法轮常转”四字。殿的柱础、槛墙、中门券口、墀头角柱石上都为石雕。这些石雕是民国年间南山寺九宫道首普济和尚的弟子募化修建的，因此该寺与南山寺石雕内容一样，都有道教色彩。殿内两壁供四大天王，与四大天王并坐着“哼哈”二将。

天王殿后的大雄宝殿是该寺的主要建筑，其装修精细而华丽。殿内主供释迦牟尼，旁有文殊、普贤，两壁供十八罗汉。山墙两内壁上部，有大型壁画，属佛传图，又称释迦谱，描绘了释迦牟尼由太子到出家成佛的过程。殿后壁右角，还供有一尊老文殊，上颔长胡须，面部如罗汉，为五台山塑像中仅见。

南山寺

从台怀中心区南下至杨柏村，转向西过清水河，行数百米，就来到南山寺坐落的山脚下了。南山寺依山而建，有殿堂 300 多间。南山寺整个院落由七层三大部分组成，下三层名极乐寺，上三层名佑国寺，中间一层名善德堂，南山寺是它们的总称。

南山寺创建于元代；寺内现存有元代至元五年（1268 年）所立碑，当时称“大万佑国寺”。清光绪九年再行修建。民国初年由东北信徒捐资，该寺住持普济和尚将原有的极乐寺、佑国寺、善德堂三处台建在一起，称为南山寺。普济圆寂后，寺院修建并未停止，直到“七·七事变”才被迫停工。经过大规模的修建，南山寺建筑样式别具一格，多以青石和汉白玉石构成，特别是寺中的各种石雕，兼有佛、道、儒三家内容。步入寺内，回栏曲径、亭台楼阁，多有石刻，且题材多样。在五台山的寺庙中，像这样宏观浩大、微

观精细的群体建筑是很少见的。

南山寺建筑依托山势，层次高低分明，错落有致。寺院最下面有一堵大影壁，从影壁旁入寺院，首先登一百零八级石阶，台阶尽头的高台上，立有一座高大的石牌楼，两个边门的外侧和内侧，都刻有楹联。碑楼的背面也有许多石刻题词和对联。

石牌楼后面的建筑是大钟楼。钟楼分两层，下层是敦实的石建筑，上层是重檐木构建筑。大钟楼左侧是一个院落，东面有一座小殿，上挂“敕建极乐寺”匾额，殿前立元代石牌一通，清代石碑数通。大院正面坐北向南的就是南山寺现存塑像设置最完整的大雄宝殿。殿内正中为泥塑释迦牟尼佛和阿难、迦叶两个大弟子，背后卷起凹石，表示山洞，十分生动。右侧为木雕普贤菩萨，菩萨伸出的十八臂作出各种姿势，下踩一朵莲蓬，身边跟两头小象，看上去翩翩欲飞。大殿两则的泥塑十八罗汉，其工艺水平在五台山所有大雄宝殿内同类塑偈中首屈一指。十八罗汉所靠的山墙内壁上有壁画，左侧壁画为释迦牟尼佛传记，右侧壁画为唐僧取经。

从大殿左侧的台阶登高而上，便来到三座大殿高低重叠的佑国寺，这里的石雕内容最丰富，包括花卉、动物、吉祥图案，以及“福禄寿三星”、“琴棋书画四长者”、“穆桂英挂帅”、“天女散花”、“伯牙抚琴”、“苏武牧羊”、“牛角挂书”、“孟母择邻”、“朱买臣负薪”、“太公钓鱼”、“吹萧引凤”、“三顾茅庐”等神话、历史故事，堪称中国近代石雕艺术博物馆。

栖贤寺

栖贤寺又称观音洞，位于南山寺北侧的栖贤各口，距台怀镇约 5 公里。寺院建造在悬崖上，从崖底的下院开始，凿石为阶，在凸出的石壁上盖有亭子和殿堂僧舍。下院正面建有 5 间殿堂，当中一间为穿堂，接着便是岩壁下的短窄石阶通道，通道中段，外侧凸起的岩石上建有六角亭，称为观音亭，亭檐下的横妨上有三幅画，表现的都是观音显示真容拯救受到歹徒和猛兽威胁的凡人。中殷傍岩壁筑 7 间殿堂僧舍。从小门入内，墙壁与石壁之间很贴近，院道不足 1 米。中间一段墙壁上画有十八罗汉，六位一组，均呈日常生活状，富有凡世情趣。

通道终极，是山崖中腰的大岩洞和洞前的大殿。殿建 3 间，出檐翘扬。殿内主供八臂十一面观音，观音面部着白、红、绿、蓝等色，表示种种变化的法像。两侧还供有文殊菩萨、普贤菩萨和喇嘛教祖师宗喀巴。殿后左侧有一小洞，传说这里是清康熙年间六世达赖喇嘛仓央嘉措避难静坐的地方。此外还有传说该寺中部岩畔的建筑是十三世达赖喇嘛的坐静所在。因此藏族佛教徒朝五台山，观音洞是必到之地。

龙泉寺

龙泉寺坐落存南山寺对面的车沟，坐北向南，距台怀镇 5 公里。

龙泉寺东侧的沟凹有一眼山泉，泉水清如玉液，称为龙泉。龙泉寺处在中台顶脚下，由九山岭拱抱，从山形地貌看去，像有九龙齐头并身会饮于“龙泉”，因此人们也把这里叫九龙岗。

龙泉寺的胜景，是山门前精致壮观的石牌楼。石牌楼后侧配以大石狮，两旁配以石幡杆，后面连接石拱桥，一色的汉白玉。石牌楼四柱三门，上盖三个楼头，分上下两层，居中的楼头既高且大，两个耳楼头下傍，四根方住插入四个方礅，每根方柱又有前后两根圆柱斜顶，结构紧凑而稳固。石牌楼形制刚健挺拔，通体精雕细刻，堪称石雕建筑艺术的珍宝。石牌楼的前后垂檐和三门的拱券，都采用镂空雕法，玲珑剔透。中门的拱券上雕有二龙戏珠，两龙飞腾在团团白云中，龙头、龙角、龙牙、龙舌、龙须、龙鳞、龙爪和三头等，雕得恰到好处，富有质感，雕工纷繁而脉络清晰。插有四根方柱的四个石礅一字排列，外边的两个顶端为下卷莲瓣形，内里的两个顶端各雕有 20 多个石狮，石狮在四周围着，姿态各异，栩栩如生。四个石礅的四个侧面，都雕有龙纹图案。四根方柱前后抵顶的八根斜圆柱，柱上都雕盘龙，称绞龙柱。圆柱底及顶端，也都雕以龙头或整条的龙。牌楼通体刻着大小 80 多条龙。如果把南山寺的石牌楼和龙泉寺的石牌楼作一比较，前者的特点是雄壮敦实，后者的特点是精粹华丽。两者各有千秋。

龙泉寺石牌楼后蹲着的大石狮，造型也很生动。石狮颈上的圈带系有响铃，胸前挂有穗缨，毛发卷曲，双目圆睁。右则的石狮，左前爪接着一头小狮，小狮侧躺着，嘴咬大狮胸前的穗缨，四个小爪和大狮的大爪相搭，活灵活现。

汉白玉石牌楼坐落的平台左右前后围以青石栏杆，下接一百零八级青石台阶，石阶底处，有一座细磨青砖照壁。照壁正中，嵌有汉白玉石雕，可看作“五台山主要寺庙石雕示意图”。

龙泉寺中轴线上排列有三重大殿，第一重大殿为天王殿，殿内除有弥勒佛、韦陀、四大天王外，还有“哼哈二将”和“降龙伏虎”。第二重大殿叫观音殿，正中供观音菩萨，左右供文殊和普贤菩萨，两壁供十二圆觉菩萨。观音殿后墙的台阶通向大雄宝殿，大雄宝殿内供释迦佛和十八罗汉。

天王殿右侧还有一个大院，从院中的过门殿穿入院后，就可看到巍然壮观的普济墓塔。墓塔为纯汉白玉建筑。坐落在一个石砌方台上，在粗大的塔圆腹上，还刻有经文，东西南北四面，各刻一尊弥勒佛像。普济和尚死于民国六年，曾自称是弥勒佛转世。

龙泉寺依山而筑，共有殿堂 160 余间，寺前三座山门并排，各自独立，人内又有券洞通道将各处院落匀连，其布局结构极得地形之妙。

金阁寺

从龙泉寺对面的公路盘升，经过九拐十八回，就可望到一处南台之北，中台之南的金阁寺了。除五座台顶的寺庙建筑外，金阁寺所处的地势最高，海拔 1900 多米，距台怀镇 15 公里。

唐代宗大历五年（770 年），从印度来华的三藏法师不空被诏往五台山，他根据名僧道义禅师所说的文殊菩萨显圣处“金阁浮空”而创建了金阁寺。该寺铜铸为瓦，瓦上涂金，以合“金阁”圣名，在金阁寺修建中，由印度那烂陀寺纯陀法师监工，依照经轨建造。三藏法师不空是唐玄宗时从印度来的，后来中国的几代帝王，都对他十分优礼。当年秋金阁寺落成后，不空回京师，唐代宁迎入城。三藏法师不空是当时新兴密宗的主要创立者，不空离开五台山后，门徒高僧含光常住金阁寺弘扬密宗。因此，历史上金阁寺在国内外很

有声誉。

金阁寺现存的寺庙建筑及塑像设置，均为明、清、民国复修，现有殿堂 160 多间，寺院布局为两处大院、一进四重坐北向南的殿阁。寺前有天王殿和钟鼓二楼，第一处大院中间，矗立一座大阁，内供高 17.7 米的千手（实为 48 臂）观音铜像，这是五台山最高最大的圣像，铜铸，外补薄泥，然后贴金。千手观音身旁又有两尊高大的胁侍像，一男一女，左边男像怀抱宝剑，据说，这是观音的父母。殿阁两壁各供有十二尊塑像，统称为“二十四诸天”，古印度神话中有二十个天神去恶护善的说法，佛教采用其说，以为护持佛法的神，称二十诸天。传入我国后，有的寺宇塑造时增补为二十四诸天。千手观音站坛的西南壁角，还塑有诏令建造该寺的唐代宗李豫像。殿阁内左右后住下两个 1 米高的石柱础，为圆形中间束腰上下卷莲瓣形，是唐代遗物。

金阁寺前立有明嘉靖三十六年和三十七年石碑 2 通，又有民国二十四年石碑 1 通，民国年间的碑记对金阁寺历史及观音造像情况作了较详细的介绍。金阁寺第一处大院的北侧有一排木构建筑，下层是僧舍，上层是塑有各种圣像的供殿，塑像设置庞杂，其中玉皇殿和三皇殿颇具特色。玉皇是道教所称天上最高的神，又称玉帝。三皇指古代传说中的三个帝王，或称伏羲氏、燧人氏、神农氏为三皇，或称天皇、地皇、人皇为二皇。

镇海寺

镇海寺位于台怀镇南清水河西侧，距台怀镇 5 公甲。这里是五台山的一处风景区，苍翠的占松、杉树和杨树掩映山寺。漫步林间蹊径，听飒飒松风，给人一种静寞幽深的感觉。

镇海寺建在陡峻的石山嘴上，紧贴大院的前沿有幡杆、石狮、山门、天王殿和钟鼓二楼。

镇海寺有殿堂楼房 100 间。主要建筑是一进三重大殿，天王殿内两壁有四大天王，正中供弥勒佛。中殿内有三尊坐佛，背后饰有“灵光”，一色金身。后殿内正中有文殊菩萨坐卧狮塑像，前侧又有三尊金身坐像。从中殿西侧的小门穿过是一套院，院内有乾隆五十一年建造的十五世章嘉活佛墓塔。塔基八角，每角塑有大力士，八面雕有精细的人物图案，塔腹正中雕有三尊坐佛，另外围有八尊站像。

章嘉活佛是黄教中一个历代沿袭的职位，自清康熙皇帝后，被历代皇帝尊为国师。第十五世章嘉活佛名叫饶被达尔计，住北京松竹寺，每逢夏季来五台山镇海寺避暑坐静，后来他将镇海寺改为黄庙。章嘉饶被达尔计乾隆年间圆寂于北京，灵骨运到镇海寺，以后各代章嘉，均常住镇海寺。第十九世章嘉活佛，即末世活佛被袁世凯委任为统管北京、西宁、五台山黄教的首领，并赠予马队壮威。后又被民国政府委任为国大代表，奉为国师、西北蒙旗宣化使，北京设公署，镇海寺设行署。这个末世活佛在五台山拥有极大权力，镇海寺也相应地有大量的庄产，据民国二十五年统计，镇海寺收租高达八万多石。“七七事变”后，末世章嘉活佛离开五台山去南京，后又到了台湾。

观海寺

位于镇海寺下端清水河东侧的山谷内，亦称明月池。

观海寺坐北向南，站在寺背后的山凹处，可望到清水河西侧的镇海寺，山凹下的滩地中是传说为镇住海眼所建的宝塔。观海寺和镇海寺部有一个“海”字，均与山脚下原有“海眼”的说法有关。所谓海眼，实际上是过去山洪暴发清水河猛涨时，于河道缓而宽的黑崖湾迂回漫开，观之如海。山凹处“观海”，山凹下建寺，故名观海寺。镇海寺前建有镇海塔，观海寺内供金刚菩萨手托日月，都表达了古人驾驭自然的愿望。

观海寺创建于北魏，属于五台山历史悠久的古刹。现存有大雄宝殿、金刚菩萨殿，两侧配以僧房，围成一处方院。大雄宝殿正面 3 间，前装板壁，后装格扇，装修较为特殊，金刚菩萨殿正面 3 间，殿内的金刚菩萨造像奇特。菩萨为黑脸黑身，伟岸高大，右脚登地，左腿屈起，脚踩风火轮，呈“金鸡独立”形。菩萨的脚腕、手腕戴镯，双耳戴环，腿上筋肉暴起，面部一副坚毅刚直的表情。头上又有头，叠至九个，伸出十八臂，皆执法器，所以此像又称“九头十八臂黑金刚菩萨”。菩萨的臂上缠绕长蛇，手中分别托日、月、法轮和钵，执弓、箭、剑、翻天戟、法铃、法绳等，望去一派驱使日月、法力无边的神态。佛家称文殊菩萨有“三十二相”，这位就是文殊菩萨显金刚法像，是文殊应化身之一。观海寺后来改为明月池，据碑文称，“以殿后有池，池中有泉，临之者，每见其月光，以是之故改之也”，《清凉山志》称“昔人晦夜，见皎月澄池”，以为灵迹，游人从后殿绕到西配房后，可观赏到明月池，池边砌成圆形，池中心一小孔中有泉水渗出，近前下望，有如一面圆镜。当雨水旺季，地下水上升时，满池清澈玉液，可映月影于池中。

僧人与佛事

僧人生活

五台山的台怀腹地，是佛教寺院建筑比较集中的地方，也是佛教僧侣生活和修持的所在。

五台山有青黄两庙之分，青庙住青衣僧，即和尚；黄庙住黄衣僧，即喇嘛；通常游人见到的僧人多穿搭衣，将右臂袒露于外，这是从外表上区分受戒比丘和未受戒者的主要标志。受戒比丘所以如此穿衣，意在表明对佛与菩萨的恭敬。

按佛制讲，僧人的吃食是由居士供给的。为了有利于修定，也为了减少居士的负担，僧人实行过午不食，目前只有一些老僧还遵守着这种习惯。在寺院中，僧人吃饭称为用斋，吃饭的地方称为斋堂，佛教戒律中，有不饮酒之戒，也有不杀生之戒，汉族僧人信奉的大乘佛教经典中，有反对食肉的条文，五台山汉族僧人，是坚持不饮酒和不食肉的，但蒙族和藏族僧人仍有食肉的习惯。

过去僧人为了防止蓄私财，起贪念，定有手不提持银钱的戒条。外出旅行，僧人要有俗人随从，替其管理钱物。后来由于种种不便就不那么严格实行了，现在五台山僧人外出，一般没有俗人跟随。

僧人礼节中最普通的是双手合十，即两只手举于胸前，十指相合，对对方表示敬意。僧人与僧人之间，不以年龄分大小。而以戒龄论长幼。

俗人同僧人见面和交谈，没有固定的礼仪可循，往往随着俗人社会职业和文化素养的不同而有所差异。许多俗人，出于对僧人的尊重，在见僧人时，亦仿效僧人，双手合十；举于胸前。需要注意的是，游客在饮酒之后不要去见僧人，把酒味带到憎人面前是不礼貌的。在与僧人的谈话过程中，游客不要吸烟，也不要问尊姓大名。因为出家人只有法名和法号，而不用俗姓和俗名。

学修和参佛

僧人的衣食住行，是其生活的一部分，但不是最重要的部分，僧人生活中最重要的是学修和参佛。

僧是僧伽的简称，字义是“大众”。佛教徒中有居家男女和出家男女之分。出家男女至少是四个人以上的团体，才能组成僧伽。出家男女的个体，称为僧人。出家的男子，受十戒称沙弥，受具足戒的称比丘；出家的女子，受十戒的称沙弥尼，受具足戒的称比丘尼。根据佛制，剃发、染衣、受戒是取得僧人资格的必要条件。受具足戒后的比丘，要遵照戒律过清静俭约的生活，这些戒律包括不杀、不盗、不淫、不妄语、不两舌、不恶口、不绮语、不饮酒、不涂香装饰、不自歌舞、不坐卧高广床位，不接受金银财宝、不做买卖、不算命看相、不诈示神奇、不掠夺和威吓他人等等。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0037_1.bmp}

僧人不能代人祈福禳灾，也不能代神降福免罪，地不是人与神之间的桥梁，只是为求得解脱而出家修行。僧人的精力主要用于学修，学修的内容主要是佛经的教义和教理，其方法则随着宗派的不同而不同。居住在五台山的

僧侣，认真地履行着戒条，不仅潜心学修，虔诚奉佛，而且有保护和维修寺庙的责任。

日常佛事活动

现在，五台山僧人的佛事活动，主要有日常活动、节日活动和专门活动三类。

日常佛事活动，指的是僧人天天都要做的佛事活动，这是僧人为自己而做的，包括早课、晚课和诵戒。

早课于太阳出山之前。在住持主持下，全寺僧人集中诵经。早课地点没有定规，一般在佛殿、文殊殿或观音殿进行，五台山海拔高，气候凉，一到严冬，早课多移至祥堂举行。课诵经文，不同宗派有不同选择，各所寺庙又各有专修。然而，早课之始终，却是按定仪进行的，如第一项，大佛顶首楞严神咒，分第一会至第五会诵念；第二项，大悲咒；第三项，十小咒；第四项，般若波罗蜜多心经等等。经文是在主念僧带领下由全体僧众齐诵的，伴以鼓磬木鱼等法器。

晚课于太阳落山前后进行，经文异于早课，如阿弥陀经、往生咒、礼佛忏悔文等等。晚课将毕时，同早课一样，众僧依序排列，由引磬为前导，绕殿而行，边行边诵。

五台山黄衣僧，即所谓喇嘛僧，在佛教音乐伴奏下进行的迎太阳和送太阳活动，其性质同早晚课诵相似。

诵戒每半月举行一次，多数在十五和三十举行，届时，受戒的僧人集合于戒堂，一是念诵戒本，二是检查戒行，三是令犯戒者忏悔。检查戒行的方法，是批评与自我批评相结合，叫做自己发露和别人举过。

节日和专门性佛事活动

节日佛事活动指的是于固定时间举办的道场、法会和斋会。五台山的节日性佛事活动，主要有六月道场、十寺法会和各寺自办的法会与斋会。

六月道场举行于农历六月。庙会期间，各寺庙门大开，灯火辉煌，香烟缭绕。僧人身披袈裟，撞钟击鱼，诵经拜佛，少数高僧设坛讲经，弘扬教义。四方佛家信士，云集台怀，或礼佛，或还愿，或布施钱财，或参加法会，不少蒙藏信徒，千里迢迢而来。

十寺法会举行于农历四月，是五台山青庙举办的规模最大的佛事活动。初一至初十，碧山寺、广宗寺、圆照寺、显通寺、塔院寺、殊像寺、南山寺、金阁寺、永安寺、灵境寺等十大寺的僧众，齐集一处，每天都要四进大佛殿、文殊殿或其它殿宇，拜佛诵经。

斋会主要内客是吃斋供佛，斋期亦有定规。

专门性佛事活动是根据需要而不定期举办的。这种活动，有的个人专办，有的集体合办，如造塔建寺、雕塑佛像、译经写经、刻经印经、讲经听经、传戒受戒，以及念谱佛等等。

讲经听经，有时一寺自办，有时几寺联办。主讲者有时为本寺僧人，有时为外来僧。

传戒是由寺院设立戒坛，为出家男女二众和在家男女二众传授戒法的一

种宗教仪式，亦称开戒、放戒或菩萨戒。海内佛教居家和出家的佛教徒都视受戒于五台山为荣。五台山塔院寺、广宗寺、碧山寺等寺庙，专为求戒者举行传戒仪式。

念谱佛是应施主之请，由僧人举办的一种佛事仪式。为生人做佛事，一般在上午念延寿谱佛。为亡人做佛事，则于下午念往生谱佛。

五台山佛教史上，僧人曾多次举办水陆道场、无遮大会和盂兰盆会。水陆道场亦称水陆斋、水陆法会，目的是遍施饮食，以救度水陆鬼众之苦恼。这种法会前后进行七天，是我国佛教经忏法事中最隆重的一种。无遮大会是佛教布施僧俗的大斋会，所谓无遮，指不分贵贱、僧俗、智愚、善恶，无遮而平等地予以布施。盂兰盆会举行于农历七月十五，是佛教徒追荐和超度历代宗亲的佛事仪式。

五台山的佛教音乐

佛教音乐，是五台山佛教的重要组成部分。历史上，五台山各子孙掸处均有私塾。小沙弥在学堂就学，成功之路共有两条：一为研读经卷，一为熟练器乐。即使专注于研读经卷者，也要将经文念诵得富于音乐感，只有这样，才可出人头地。

过去，五台山各大寺庙均有自己的乐队。乐队一般由打击乐器和吹奏乐器组成。青黄二庙的乐器组成各有侧重。青庙乐队以笙为主，管子、横笛辅助。黄庙乐队以管为主，笙、笛协助，乐器中比青庙多唢呐，加上打击乐器，有的寺庙在念经时还要动用大号、螺号、牛角号、法铃等乐器。在音色上，青庙音乐显得庄重、曲雅。黄庙音乐则以刚劲、高昂见长。

五台山庙堂音乐有多种功能，概括起来可分为三人类。第一类是伴经，就是为僧人念经伴奏，称为“合念”。第二类是伴舞，主要表现在黄庙的佛事活动中。第三类是器乐合奏，曲牌丰富多彩，不受场合与条件的限制，听来赏心说目。

寺院经济

五台山的寺院，大都是清代以前所建。这些寺院，有的是由国家营造的，有的是僧侣创建的，也有施主出资建造的。比如大万圣佑国寺是在元代由国家兴建的，日光寺是由“独峰和尚建”，闻名中外的佛光寺东大殿则是由“女施主宁公遇”捐资建造的。

为了供应僧侣的衣食，维修和扩建寺宇，以及举办佛事活动，无论由哪种方式修建的寺院，都必须有一定的经济收入才能维持。五台山寺庙如林，僧侣众多，香火特别旺盛，可以想见，这里寺院经济的规模是非常可观的。

历史上，丑台山的佛教事务虽有国家设立的机构（如僧正司等）来统一管理，但在经济上每个寺院却是彼此独立的。每寺都有为数众多的执事僧专门管理寺院的经济事务。寺庙取得经济收入的方式很多，主要有国家供给、经营和出租土地、经营工商业、募集布施、接受施舍和赏赐几个方面。

今天，五台山有寺庙 43 处，僧人近 200 人，寺庙统归五台山管理局管理，寺院各种开支和僧人生活费用，完全由政府供

台顶风光

浏览五台山者，除观赁寺庙外，多以登台为乐事，五座峰台，各有特色。

望海峰

东台名望海峰，位于台怀镇东 10 公里，海拔 2795 米，面积 100 余亩，台顶曾建有望海楼。夏日天气晴好时，黎明登临其上，可见云海尽头的红日喷薄而出。中国佛教协会会长、诗人赵朴初，1981 年登临东台时曾即景咏词：“ 东台顶，盛夏尚披裘，天着霞衣迎日出，峰腾云海作舟浮，朝气满神州。 ”

锦绣峰

南台名锦绣峰，位于台怀镇南 12 公里，海拔 2485 米，面积 200 余亩。以野生植被闻名，台顶鸟语花香，犹如仙境。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0042_1.bmp}

挂月峰

西台名挂月峰，位于台怀镇西 13 公里，海拔 2773 米，面积 300 余亩，台顶有座石砌的法雷寺，寺庙附近有个天然水池。

叶斗峰

北台名叶斗峰，以惊险取胜，位于台怀镇以北 5 公里，海拔高度为 3058 米，面积达 400 余亩，是五台中之最高峰，也是华北地区最高峰。台背阴面有常年不化的冰雪，称之“ 万年冰 ”。

翠石峰

中台名翠岩峰，位于台怀镇西北 10 公里，海拔 2894 米，面积 200 余亩，台顶巨石累累，即所谓“ 龙翻石 ”。五台气象站就建在中台顶上。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0043_1.bmp}

近现代史遗迹

五台山不仅是中外闻名的佛教圣地，这里还保留着许多中国近代史上的重要遗这。民国初年割据一方的晋绥军统帅阎锡山就长年居住在五台县的河边村（今属定襄县），阁家奢华的旧居和阎锡山修建的铁路都保存至今。

抗日战争爆发后，忻州地区一度成为国共两党军队阻击馒华日军的最主要战场。1937 年 9 月至 11 月，五台山周边地区发生了平型关战役、忻州战役等一连串著名战役，与此同时，中国共产党领导的八路军总部在这里驻扎。40 年代后期中共中央的领袖们，包括毛泽东、朱德、周恩来等都曾在这一带短时居住和工作。

平型关战役遗址

平型关战役遗址位于繁峙县附近，灵丘县城西桥沟一带，因距古长城关隘干型关约 5 公里而得名，为我国第一批重点文物保护单位。

平型关战役遗址，北连恒山余脉，南接五台山脉，一条峡谷山路，东通河北，西接雁门，关城虎踞岭上，正方形，周长 3000 余十，南北各置一门。原皆有瓮城，现仅存北瓮城，城内正中有过街楼，旧曾设显赫的反武衙门，现改建为民房。城东 2.5 公里处为关门，门洞内置一块大型石砷，上镌“平型关”三个大字。1937 年 9 月，山西北部日军第五师团及关东军五部，由广灵进攻灵丘、平型关一线，企图会同正（定）太（原）线之敌，夺取太原。国民党第二战区司令长官阎锡山命傅作义部前往抵抗，又调卫立煌部增援晋北。中共领导的八路军——五师主力，为配合友军，在师长林彪率领下于 9 月 24 日宜赶到平型关东南山岳地带，在 10 余公里公路两则的山岗设伏。25 日拂晓，日军坂垣师团二十一旅团主力和辎重部队 4000 余人进入我埋伏圈内。八路军战士利用有利地形，居高临下，突然发起猛攻。经过一天激战，歼日军 3000 余人，八路军伤亡 600 余人。平型关战役是抗日战争爆发以来中国国共党两军队第一次联手阻击进犯日军并取得胜利的著名战役。

如今，京原铁路、公路顺沟通过。昔日的战场已成为今大的交通要道。

河边村阎锡山旧居

阎锡山旧居，位于定襄县东北 22 公里的河边村（原属五台县），始建于 20 年代初，历 14 年完工，耗资 140 万两白银。整个建筑群坐东向西，原有近 30 座院落，800 余间房屋。现存 18 座院落，575 间居屋。建筑宏伟，作为民国初年的一个仿古建筑，极具历史价值。

阎锡山旧居，总体设计分为上下两院，前后为东西花园。东花园的建筑，全是中国传统的宫殿式，雕梁画栋，十分讲究。一进三院，大门为占牌楼式六楼，进大门，是一座假山，转过假山是第一院，地面全由鹅卵石和青砖砌成几何图案，对面是高大的二层楼，南北两面是出厦大瓦房。穿过过遭是二院，二院的正厅为三间大房，供阎氏家族议事及宴会使用。三院的宫殿式大楼高而且大，站在楼顶端，可远眺全村。东花园的取暖设备，也依照古代宫廷的办法，全用火地火墙。

西花园也建有三座四合小院，不及东花园气派。

阎锡山，定襄县河边村人，1883 年 10 月 8 日出生于一个地主家庭。9 岁人私塾，16 岁成亲，21 岁赴日本留学，29 岁任山西都督。1931 年被蒋介石任命为太原晋绥主任，长期盘踞山西。1949 年逃往台湾，1960 年在台湾去世。

南茹八路军总部旧址

八路军总部旧址，位于五台县南茹村。

1937 年“七七”事变后，八路军总部在朱德总司令率领下，于 9 月 22 日到达五台县河边村（今属定襄），翌日，到达五台县城。五台县举行了欢迎大会。周恩来在会上作了重要讲话，阐述了抗日救国十大纲领。当日下午，总部驻南茹村。朱德和彭德怀等同志在这里战斗 40 余天，他们帮助地方建党建政，创建了五台游击队。刘伯承、邓小平、徐向前率领一二九师，曾路居五台东冶镇，一二九师副师长徐向前回到久别的故乡，在东冶沱阳学堂作了抗日救国的讲演。后来，就在南茹村指挥了著名的平型关夜袭阳明堡日军机场等战役。美国著名记者史沫特莱专程从延安来五台，访问了朱德。

1937 年 10 月下旬，八路军总部离开五台山区，开赴太行山。八路军总部走后，聂荣臻留下建立晋察冀军区。现在台怀以南 15 公里的金岗库还保留着晋察冀军区司令部旧址。

忻口战役遗址

忻口战役遗址，位于忻州市高城乡忻口村北 1 里处的红崖湾，距忻川城区 25 公里。

1937 年 10 月初，坂垣征四郎指挥日军第五师团主力和关东军第一、十二师团等共 5 万余人，由晋北代县分路南下，进攻平原、忻口，准备直趋太原。中国国民政府以第二战区副司令长官卫立煌为前敌总指挥，统卒以刘茂恩为指挥的第 15、17、33 军为右翼兵团，以郝梦龄为指挥的第 9、19、35、61 军为中央兵团，以李默庵为指挥的第 14 军和第 66、71、85、15 师为左翼兵团，在忻口以北的龙王堂、南怀花、太白水、南峪一线布防。10 月 13 日，日军主力在战车、飞机配合下，采取中央突破战法，猛攻忻口西北侧阵地。中国军队在南怀花、红沟等地顽强抵抗，白刃肉搏，阵地多次失而复得。16 日，中国第 9 军军长郝梦龄、54 师师长刘家麒在红沟西北高地督战时殉国。与此同时，中共领导的八路军派出九个团深入敌后，切断平型关至张家口的运输线，有力地配合了友军的正面作战。22 日，日军华北方面军急调萱岛支队增援，24 日使用毒瓦斯、燃烧弹再次发动进攻。26 日，娘子关失守，日军占领寿阳，沿正（定）太（原）路西进，威胁太原。11 月 2 日，卫立煌下令部队转移阵地，固守太原，忻口遂失。是役国共两军密切配合，阻敌 23 天，据国民政府战报宣布，消耗日军二万亲人，中国军队也有很大伤亡。

忻口村北半公里的红崖湾现存当时作战所挖窑洞 15 孔。当年激战的 204 号高地及附近经常发现生锈的枪弹、手榴弹及遗骸等，遗址范围南北约 500 米，东西约 1000 米。

松岩口白求恩模范病室

白求恩模范病室，位于五台县城东 45 公里的松岩口村。

1938 年 6 月 17 日，加拿大胸外科专家白求恩同志从延安来到晋察冀军区司令部驻地金岗库村，被聘请为军区卫生顾问。6 月 19 日赶到军区后方医院驻地松岩口村，在这里白求恩同志辛勤工作近四个月。

这是由一座龙王庙改建的外科病室，被晋察冀司令部誉为“白求恩模范病宝”。它的落成，使晋北敌后战时医院的医护水平，特别是外科医护水平大大提高了一步。当时毛泽东对白求恩非常关心，特地从延安拍来电报，指示军区每月付白求恩 100 元津贴。白求恩知道后立即给毛泽东写信表示谢绝，并建议将此款用作伤员的烟草费。

1938 年 9 月底，日寇向五台山地区发动大规模“扫荡”，白求恩同志随军离开松岩口，“模范病室”转移到河北省平山县马店村。1939 年 10 月，白求恩在涞源前线抢救伤员时，不幸手指中毒，11 月 12 日以身殉职。

原来的“病室”建筑已在 1940 年被日军焚毁，1974 年重修。

毛泽东路居塔院寺

五台山塔院寺方丈院内，设有毛泽东路居陈列馆。1948 年春天，毛泽东率领中共中央机关离开延安，路经晋西北，开赴河北省西柏坡，路居在台怀镇塔院寺。后院正房的左间，就是毛泽东当年路居的住室。室内按原样陈设，炕上铺一床军被，地上摆一张木桌，放有砚台和插着毛笔的竹筒，桌子前有一把木椅，木桌和炕沿中间的方台上放火盆，上架一只铜茶壶。后院东房三间，中间是堂屋，左右两间分别是周恩来和任弼时当年路居室。

{ewc MVIMAGE,MVIMAGE, !08400130_0048_1.bmp}

五台山周边景观

忻州地区为秦晋黄土高原的一部分，其地理结构多为石质山区和黄上丘陵沟壑区，中间有一小部分断陷盆地。境内主要山脉有恒山、五台山、管涔山、吕梁山。主要河流有属于黄河水系的汾河、关河、县川河，以及属于海河水系的滹讫河和桑干河。

忻州地区不仅文化历史悠久，而且有丰富多彩的自然旅游资源，当地人将忻州的旅游资源概括为“一河（黄河）、二山（五台山，管涔山）、三泉（忻州奇村、原平大营、定襄汤头温泉）和四关（偏关、宁武关、雁门关、平型关），其中最著名的自然景观当属栖息着国家一类保护动物褐马鸡的管涔山旅游区和雄伟壮观的河曲黄河景观。

管涔山旅游区

管涔山旅游区位于忻州腹地，跨宁武、五寨、神池、岢岚、静乐等县，景观包括险山奇峰、天然森林、高山湖泊和珍禽异兽，中心景区是芦茅山自然保护区。

管涔山属吕梁山脉，主峰芦茅山海拔 2736 米，山势尖峭巍峨，怪石嶙峋。山上有太子殿、束身峡、金龙池、玉龙洞等名胜。芦茅山自然保护区创建于 1980 年，面积约 32 万亩，内有鸟类 148 种，兽类 36 种，和以华北落叶松、云杉为主的植物 136 种。鸟类中除国家一类保护动物褐马鸡和黑鹤外，还有杜鹃、黄鹂和金鸡等。善类有梅花鹿、麝、艾叶豹、金钱豹、豺狗、泡羊等，尤为引人注目的是，这里有五、六只东北虎隐匿深林，出没无常。

管涔山区还以阳旱不调、阴霖不溢的天池和云池等高山湖泊吸引着众多游客。每当盛夏，位于宁武县城西南 20 公里东庄乡境内的天池和云池之畔，芳草萋萋，繁花似锦，池中芦苇摇曳，群鸭戏水，鱼跃鸟歌。

黄河旅游区

忻州的黄河旅游区，包括偏关、河曲和保德三县。黄河经过内蒙托克托县的河口镇后，急转直下，进入约 180 公里长的”晋陕峡谷”之中，此段黄河，咆哮奔腾，水面时宽时窄，河谷深切。山势险要，河水湍急，气势磅礴，十分壮观。特别是在汹涌膨湃的黄河之中有两个小岛，名娘娘滩、太子滩。岛上风景如画，村民安乐，且有许多神奇的传说和历史故事。游人至此，恰似身在“蓬莱仙境”、“世外桃园”。举世闻名的“天桥急流”，位于河曲县石梯村和水寨岛之间，全长 20 公里。峡深水涌的急流，连绵不绝的峰峦，构成一幅壮观的奇景，使人惊叹不已，心旷神怡。“雾迷浪”险滩，横拦在峡谷中部，屹立着几座犬牙交错的巨石，急流从石涧冲出，浪花飞溅，水雾腾空，遮天蔽日，令人生畏。夭桥村附近，冬季积冰成桥，冰桥下急流滚滚，涛声震耳，故而谓之“天桥”。

黄河旅游区内还保存有一段内长城。内长城，从偏关老牛湾到河曲楼子营，长约 30 多公里，犹如一条青龙逶迤于黄河岸边悬崖之上，城墙上的敌楼，烽火台高耸如故，与波澜壮阔的黄河交相辉映，表现了归华民族的伟大气魄。

此外，偏关县的奇异洞穴迤西洞，河曲县的晋西北名刹海潮庵、石径禅

院、岱岳殿、鸡鸣三省的护城楼等名胜占迹，似一颗颗明珠镶嵌在黄河岸边，使黄河景观更加壮丽，色彩更加动人，使人观之感慨万千，流连忘返。

民俗·节庆

民间表演艺术

北路梆子

北路梆子是忻州地区的主要剧种，它那高亢的音调、慷慨激越的边塞韵味，深受晋北、陕北、冀西北以及内蒙古广大群众的喜爱。北路梆子形成于情代中叶，是蒲剧与西北方言和民间流行小戏融合衍变而成的新剧种。其唱腔、念白和曲调都与蒲剧相近，但音调更加高亢激越，适合表现北方人的粗犷豪放。

该剧种有三大表演流派，即大同“云州道”、代县“代州道”和河北蔚县的“蔚州道”。本世纪初至30年代中期北路梆子班社众多，名伶迭出，是北路梆子发展的鼎盛时期。期间最著名的艺人是“老十三旦”侯俊山（其代表剧《玉堂春》、《珍珠衫》、《黄鹤楼》和《云遮月》）、刘德荣（工青衣，曾为清宫廷演出并获慈禧重赏，善演《血手印》、《三娘教子》和《芦花案》等）。30年代中期以后北路梆子日渐调敝，艺人飘零，班社解体。50年代中期，地方政府的资助和扶持使北路梆子得以复兴，一些幸存的老艺人如贾桂林、高玉贵、董福和王玉山等，在培养青年演员的同时，发掘整理了300余出传统剧目，并演出了传统戏《金水桥》、《王宝钏》、《血手印》、《劈殿》和《访白袍》等。1980年由贾桂林主演的《金水桥》搬上银幕。

河曲二人台与《走西口》

一泻千里的黄河，几经曲折从内蒙流入山陕峡谷，越偏关县寺沟，就到了位于晋、陕、蒙交界的河曲和保德县。这里的百姓能歌善舞，到处是动人的歌声。“二人台”是这一带特有的地方戏曲，是一种类似干活报剧的综合性表演形式，其代表作《走西口》在中国北方家喻户晓。

“二人台”起源于河曲民歌，流传于晋北、内蒙古西部、陕北和河北张家口等地。它的表演程式属“两小”戏，即角色只有小丑、小旦或小生、小丑两人。早在明末，河曲及周边地区的百姓逢年过节时，都以汇唱河曲小调为乐，俗称“柯坐腔”。到清中期，打坐腔受姊妹艺术秧歌、高跷、旱船和道情的影响，发展成具有一些舞蹈动作，旦丑两角一进一退的走汤表演。清同治年间河曲劳苦百姓因生计所迫而“走西口”，把这种简单的表演唱带到口外，又吸收融合了内蒙民歌的音乐及戏剧化妆等因素，逐渐形成了具有一定表演程式的地方戏曲。二人台的音乐分唱腔和牌曲。唱腔承用民歌曲调，经过各种速度的变化处理形成板式。牌曲即民歌的器乐化。演奏和伴奏乐器主要有洋琴、笛子、四胡、二胡和四块瓦等。

二人台的传统剧目约有120个，分为“硬码戏”与“带鞭戏”两类。硬码戏偏重唱、念、做，突出表演功夫，如《走西口》、《探病》等。带鞭戏是载歌载舞，热闹火爆，突出表演气氛，代表剧目有《挂红灯》、《打金钱》等。在所有传统剧目中，以《走西口》流传最广，知名度最高。整出戏就是

表现太春与妻子玉莲的道别。其中至今仍在民间广为传唱的是一些玉莲告诫太春的唱段，比如：

哥哥你走西口，小妹妹实难留。
怀抱上梳头匣，给哥哥梳梳头。……
哥哥西口外行，不要贪“花红”。
恐怕你变了心，忘了妹妹的恩情。……
有钱是朋友，无钱眼下瞅，
总不如小妹妹，年长日又久。……

“怀抱上梳头匣，给哥哥梳梳头。”一句带有明显的时代特色，说明这出小戏形成的时候（据说《走西口》创作于咸丰五年，即 1855 年），男子还留着辫子。

原平凤秧歌

原平凤秧歌是一种节日性的民间集体歌舞，在原平市只有北贾村才有，在山西省独一无二。据说此种歌舞形成于北宋末年，当时雁门关里的北贾村驻有许多安徽凤阳县籍的士兵，为表达思乡之怀，他们常在营帐外演唱家乡的“凤阳花鼓“，驻地百姓争相学习，并与固有的踩圈舞结合，形成了独具特色的“凤秧歌”。

原平凤秧歌的演出队伍少则十余人，多则几十人，早期凤种歌的扮演者都是男性，舞蹈中的女性角色也由男子扮演。如今凤秧歌中的男角都是武士打扮，身挎腰鼓，头戴军盔，盔上用一根长约 8 尺的竹条缀一束红缨。女角都打扮成古代村姑模样，手拿小锣，边钮边行。

凤秧歌的表演育三种形式：踩街、踩圈、开轱辘。

踩街，即在街上穿行表演。男女排成几列队形，边扭边舞交错向前。音乐高亢悠扬，表演自然生动，队形灵活多变。

踩圈，也叫小秧歌，是继踩街后的定场表演。领唱者为一对夫妻，其余均为女角。歌词大部自编自演，以颂人、描景、说事为主要内容。表演时的节奏也较前加快，幅度加大，男女对舞，演唱风趣幽默，富有乡土特色。

开轱辘，也叫大秧歌，是以上秧歌演唱部分的延续。演出一个个小戏，内容非常丰富，有反映农业生产劳动的，有表现年节习俗的，有刻画自然风景的，有描写爱情婚姻、家庭邻里关系的，形象地向人们展示了一幅幅农村生活图画。

民间工艺美术

原平炕围画

这是原平市的民间画师为民居护墙而手绘的一种小型装饰壁画。80 年代初，原平市班村出土的宋墓墓室壁画，与现在的炕围画相仿，说明原平炕围画在宋代就已定型，距今已有 800 年的历史了。炕围画类似壁画中的刷地画，一般由打诗、花边、画空、锅台画、灶画等五个部分组成。画面内容极为丰富，有山水、花卉、鸟兽，有三国、水浒、红楼梦等历史故事，也有西游记、八洞神仙、嫦娥等神话故事。炕围画从内容到形式都为普通百姓喜闻乐见，特别是新房成时，几乎家家户户都要请画匠在炕围做此装饰。1975 年，人民出版社出版了由当地画师阎眉中、邢安寿和原存根合作的炕围画集。

面　塑

在山西农村，人们每逢节庆婚丧、婴儿满月、老人作寿，都要蒸制面塑以示庆祝和作为馈赠礼物。忻州一带的面塑以塑为主，着色为辅，制作工具主要有梳子、剪刀和锥子。

每年过春节前，腊月付三送灶王上天后，这里的家庭妇女们便开始制作面塑了。她们把面塑叫作“花馍”。这时的花馍一般做成石榴、莲花和菊花等形状，花馍里外部镶上红枣，既美观又好吃。

清明节在这里又叫寒食节，此时的花馍一般都是娃娃脸形状的，里面包着油、盐、小米和麻子调和成的素馅，红莲作嘴，黑豆作眼，再饰以面塑的鼻子、耳朵和眉毛，蒸熟后着色点染，按的另一种花馍是仅供观赏的形似燕子的“寒燕儿”，人们将做好后的寒燕儿插在枣树上，大概是为了早一点招回北归的真燕子吧。

忻州地区遇有婚嫁喜事，男女两家都要蒸很多“大喜馍”和“大花糕”摆在自家的桌子上供来宾品评。大花糕上雕塑一个“鱼钻莲花”图案。闻一多先生曾在《说鱼》一文里对这个图案解释道：“鱼喻男，莲喻女，说鱼与莲戏实等于男与女戏。”

代县剪纸

代县民间剪纸，主产于鹿蹄涧村，已有 300 年历史。现在代县农村妇女大部会剪纸。剪纸也是代县农居宝内的主要装饰品，特别是春节和一些喜庆吉日期间，这里的家家户户都剪贴各色窗花剪纸。

代县剪纸质朴天真，拙中藏巧，以“小”取胜。剪纸内容包括人物、禽兽和鬼神形象，传统的“八仙”和“二十四孝”图案是代县剪纸的典型。

代县推光漆器

代县木器制做工艺有着悠久历史，素以款式繁复、工艺性强而闻名于世。其产品以箱、柜、桌、椅为主，是传统“晋作”木器的重要组成部分。其中

“推光漆”木器已远销日本、法国、美国及香港等地，深受外商青睐。代县“推光漆”木器制作要经过八道工序：制坯、披麻、刮泥、油漆、推光彩画、罩漆、铜工。其彩画部分色彩艳丽，以传统的仕女、八仙、罗汉、山水花鸟、五福四喜、天官赐福、丹凤朝阳、二龙戏珠等内容为主。台　砚

五台山西麓的纹山产砚用石料，因制砚的产地不同，台砚分段砚、凤砚和崞砚三种。段砚产于段亩山，凤砚产于凤凰山，崞砚产于崞县（今原平市）。

纹山石料分黑、绿、红、紫四种：黑石乌朗，绿石青翠，红石霞染，紫若猪肝，其中品质最高者为黑、绿二石。石砚以发墨为上，用台砚着水磨墨，既不渗水又下墨适度，且储墨时间长，消水慢。台砚既有实用价值，同时又是精美的工艺品。其中已形成特色的传统砚式包括雕琴式砚、象耳瓶砚、八怪斗水砚、二龟坐浪砚、仿汉石渠阁瓦砚、仿宋鹦鹉桃砚和刘有工羲之的《兰亭集序》砚等。

澄泥砚

澄泥砚是我国四大名砚之一。澄泥砚与其它石砚不同，它以河湖澄泥为原料，经特殊焙烧工艺制成。目前五台县出产的仿古澄泥砚的原料，取自滹沱河一带的古河床。滹沱河从五台山北麓发源，到此打凝，淤泥沉淀，河中有色金属元素在离子作用下，经年聚积泥中，形成了制作澄泥砚的上好原料。

澄泥砚的生产分采泥、过滤、沉淀、制坯、烘干、雕刻、烧制、细蜡和刨光等工艺流程。“烧制”是其中最重要的一环，与成品的光色有密不可分的关系。其次是“雕刻”工序，目前五台县出产的澄泥砚通常雕有牧童卧牛、紫龙吸珠、二龟坐浪、鼠盗葡萄、四龙盘础、鉴真东渡、云水月等图案。

澄泥砚质地细腻，形制美观，深受文人雅士喜爱。

古会与节庆

古　会

古会，即各地经年形成的百姓聚汇集市的日子，各地习俗不同，举行古会的日期和主题活动不同。昔日的古会一般带有迷信色彩，多举行求神拜佛、祈祷风调雨顺或求子消灾等活动。近年来各地方逐渐减少了迷信色彩，民间贸易和文艺演出成为各地古会的主要活动。

忻州地区各县均有古会，其中比较壮观的有：忻州市在农历五月十一日；定襄县在农历三月十五日；原平市在农历七月廿二日及崞阳在农历六月十三日；轩岗在农历七月十三日；五台县在农历五月十七日及东冶村在农历三月初八；代县和阳明堡镇在农历三月初三及峨口在农历三月十八日；宁武阳方口在农历四月十八日；繁峙伯强农历六月骡马大会；神池五月端午及八角镇在农历六月初六；五寨在农历五月十三日和九月初九及三岔在农历五月廿五日；河曲巡镇在农历四月十四日；保德东关农历正月廿五日灯节古会及农历三月廿八日抱娃娃会；偏关农历二月初二古灯会。

寒食节

忻州地区百姓一般将清明节称做寒食节。在其他一些地区，寒食节则在清明节的前一天。每年从这一天开始，过节百姓为纪念春秋时代名臣介子推而三日不生火做饭，故谓“寒食节”。

相传春秋时期晋献公的儿子重耳，为逃避母后骊姬的迫害，流亡国外，历尽艰险。入卫国境后因饥饿无处觅食，寸步难行。随臣介子推割下一块腿肚上的肉，煮给重耳吃，史称“割股奉君”。19 年后重耳在秦穆公的帮助下，返回故国，继承王位，成为春秋五霸之一的晋文公。重耳执政后，论功行赏，唯独忘了介子推，有人替他抱不平奏请晋文公封赏，可是介子推却隐居绵山侍奉老母。晋文公非常懊悔，亲自主绵山找寻，但介子推避而不出。随从献策说：“要急见，烧绵山。”谁知大火烧了三天三夜，也没见到介子推的影子。几天后，才发现介子推母子相抱，死于枯柳之下。为了纪念他，晋文公将绵山改为“介山”，并立祠庙，把定阳县改为现在的“介休县”，即介子推休息之地。把放火烧绵山的那一天定为“清明节”。老百姓出于对介子推的敬佩，每逢这一天，都祭祀他，忌烧火，吃冷食，所以“清明节”又称“寒食节”。吃寒食之习惯，在本区逐渐演变为蒸“寒燕”，赠送亲戚幼儿。“寒燕”是用白面团捏成鸟兽鱼虫瓜果，涂以各样颜色，再插在柳枝上。

六月骡马大会

在忻州各地的古会中，最著名的是五台山六月骡马大会，亦称六月庙会。举办地址在五台县台怀镇，以大牲畜交易为主，为时 1 月至 40 天。前来过会的有交易牲畜的农民，有朝山拜佛的香客居士，有旅游观光的中外游客，有做买卖的四方客商，高潮时台怀地区会聚集十四、五万人，热闹非凡。

五台山六月大会历史悠久，源远流长。远在隋唐时期，台怀地区就形成了一年一度的七月庙会。到清代，乾隆皇帝崇信佛法，曾六临五台，大兴土

木，修建寺庙，并规定举行一年一度的六月法会，历时 1 月，称为奉旨道场。农历六月的五台山气候凉爽，山高坡宽，水草丰盛，是十分理想的天然牧场。从明朝万历年间开始，周边地区的农牧民便利用六月大会的极好机会，到五台山进行牲畜交流，以后逐渐形成了僧俗活动并重的集合日。近年，骡马大会规模越来越大，每大有一万多头牛驴骡马上市河滩。围观群众熙熙攘攘。买主遍览市场，任意挑选，卖主招徕顾客，热情介绍。成千上万的牙纪往来穿梭，在衣袖里、衣襟下捏手指暗示价目，加上繁荣的商贸市场、丰富多彩的文艺节目，使五台山六月大会盛况空前，年胜一年。

中元书

农历七月十丑日，是中国西姓祭祀天地鬼神的一个传统节日。它与正月十五上元节和十月十五下元节合称“ 三元 ”。在忻州的五台山地区，中元节是道教徒、佛教徒和普通百姓共享的节日。这一天，道教徒诵经作法，“ 普渡十方孤魂野鬼 ”；佛教徒办盂兰盆会，以西味五果供奉佛祖，兼以求得解救父母亡灵的“ 倒悬之苦 ”；普通百姓则以七月十五为“ 鬼节 ”，他们在这一天祭奠先祖之灵。所有这些习俗可能都和“ 目连救母 ”的传说有关。如今在忻州地区，这些带有迷信色彩的节日活动越来越少，但在这天宰猪杀羊、给庄稼挂五色纸、上坟祭祖及捏面人、互赠花馍的习俗依旧时兴。

给庄稼挂五色纸，意在祈求风调雨顺，免生灾害。挂纸过程为，七月十五的早晨，农民把五色纸剪成穗状，带上香、纸，先到自家的庄稼地焚香、烧纸，再将纸穗散挂在庄稼上。

饮食·购物

风味小吃

繁峙疤饼

疤饼，因饼上遍布疤痕而名，亦名籽饼。其用料有白面、葫油、白糖、鸡蛋及苏打等。制作时，将和好的面擀成直径约半尺左右的薄饼，在铁锅内铺一层磁砂，放一层饼，进行烘烙。熟后的圆饼呈金黄色，面皮上均匀地布满圆形小坑，状若疤痕，其味香甜，其质酥脆，为别具一格的风味小吃，名闻遐迩。

代县麻片

代县麻片，其片有 2 寸长，半寸宽，色淡黄，簿如叶，质脆味香，驰誉省内外。麻片选料严格，原料包括上等面粉、去皮芝麻仁、纯麻油或葫油、蜂蜜与白糖。做法是，将面拌糖、和油、揉蜜水、擀皮、涂蜜、撒芝麻，然后上锅烘烙而成。

原平锅魁

原平锅魁因在历史上曾夺得当地炉食之魁而得名。其状若块，约 3 寸长，寸许宽，卷边滚圆。下包馅的称空心锅魁，包馅的另有名称。应市的多是馅锅，最上乘的是玫澄锅魁。锅魁饼面橙黄色，具有香、甜、酥、脆的特点，加之包馅的不同，又各具风味，使人久食不厌。

忻州瓦酥

忻州瓦酥，以其形似瓦片而得名。瓦酥，约长 10 厘米、宽 4 厘米、厚 0、5 厘米，内外皆呈金黄色，上印“忻州瓦酥”字样。其质酥脆，味甜香郁，堪称炉食中之一绝。久放色味不变，常食有健胃壮身的功用。制作瓦酥选用精粉、纯蛋黄、上等食油、细砂糖为料。成型时用模托就，再经油炸，出锅后压制成瓦状。

高粱面鱼鱼

高粱面鱼鱼，本是忻州地区乡间百姓粗粮细做的一种日常食品。近年来一些宾馆、饭店，捕拾民风，将其发展成了招待内外游客的风味食品。

高粱面鱼鱼，是用普通高粱经过淘煮漂晾，碾磨成面，用开水和好，人工搓成的。看忻州的农家妇女们搓鱼鱼，可以说是一种艺术享受。其做法是在面案两头各摆五块大似蒜瓣的面疙瘩，然后用两手掌按压和搓动，由远及近，逐渐靠拢，观之手下 10 条鱼鱼儿由短变长，汇成一片。搓成的鱼鱼儿一般有高粱米粗细，盘起来放在一起长短一致，粗细均匀。高粱鱼鱼蒸熟后，

配以羊肉或西红怖汤调和，清爽利口，别具风味。

莜面窝窝

莜面，是由莜麦加工磨制而成的，亦称油麦、燕麦，是忻州地区主要粮食作物之一，已有 2500 多年的种植历史。

莜面的做法很多，主要有推窝窝、搓鱼鱼、包饺子、压饸饹等。莜面窝窝的做法是，用于掌在光滑的板案上将和好的莅面推、卷成“猫耳朵”的形状，长寸许，薄如叶。然后将一个个“猫耳朵”排列在笼里蒸制。吃时配以羊肉汤或蘑菇汤，香馥异常，风味无穷。

保德碗坨

保德县盛产荞麦，所制荞面碗坨，观之晶莹光亮，质地精细，清香利口，风味独特，为忻州地区风味小吃之上品。碗蛇的制法，是将养麦精粉用水拌成面穗，再加水调成糊状，盛于碗内，用急火蒸至半熟时，搅动一次，以防沉淀，熟后冷却即成。养面碗蛇宜凉调，宜热烩，或浇以素汤，或拌以肉酱，是侍客之佳肴。

名特土产

黄河鲤鱼

黄河经过内蒙吉托克托县的河口镇后，急转直下，流经忻州地区偏关、河曲、保德。这一段河水弯弯曲曲，时宽时窄，既有天选地设的安静环境，又有上游冲击沉淀的营养物质。黄河鲤鱼尤以保德县天桥峡及河曲县唐家会一带所产最负盛名，其特点是嘴大、鳞少，脊梁上有一道红线，肉肥味美，独具风味。捕鱼盛期在清明时节，谓之“开河鱼”。黄河鲤鱼，一般 1.5 公斤，大可 2～3 公斤。据传占时天桥每年捕鱼可获万斤。自明代以来，黄河鲤鱼被列为贡品。

台　蘑

台蘑，即生长在五台山五座台顶的蘑菇。味道鲜美，营养价值高，与张家口产的“口蘑”齐名。

台蘑有香蕈和银盘两个品种。香蕈味遭清香，银盘以菌盖大而白如银盘得名。台蘑盖厚、杆粗、杆底锤圆，有油性，晒干后不会发硬。台蘑还有一定的药用价值，著名中成药“舒筋散”的主要成分之一就是台蘑。台党参

党参，以原产于山西上党盆地而名。忻州地区，以五台县出产为多，故称为“台党参”。《药材学》称，台竟参“野生者品质特优，为党参中之珍品”。

五台县山多坡广、气候清凉，黑红色的砂坡地多，土壤中含有腐植质，因此，种值党参有着得天独厚的条件。野生的党参采集量较少，不能满足医药需要，当地早已引为家种。

党参的功能为补中益气，生津止渴，与人参相近而偏补中气，有治脾虚、肺虚、驱寒扶热之功效。用于治疗衰弱、贫血等症，并可镇咳祛痰、健胃、利尿。

繁峙黄芪

繁峙黄芪，色泽光，外皮美，心黄（空心小），条粗而长，无叉枝，粉性饱满，含糖卒高。黄芪，味甘，性温，是补气的主药，有固表止汗、托疮生肌的作用。

同川梨

同川梨产于同川（原平市上庄、东社、南白乡），有悠久的历史。据说有一株老梨树为唐代所栽，至今还年产梨 200 多斤。这里每年农历四月初六都要举办“梨花会”，这个传统始于北魏。古人曾赞美同川梨“十里香风吹不断，万株晴雪绽梨花”，并誉为“金瓜”，列入贡品。

同川梨色泽鲜黄，皮薄质细，核小汁多，香味醇厚，果实扁圆，平均重

3 两左右，外形美观，果面黄绿，向阳面有时带有红晕，贮后变黄，由于果面有层极厚的蜡质，好像一层油，故又被称之为油梨。同川梨果肉呈白色，味甜而微酸。