

放飞心情 游北京

凝固在红墙黄瓦间的帝都之曲，韵味醇厚。
灰墙红门四合院里的陈年趣事，亦幻亦真。
奥运场馆筑构成的别样风景线，浓墨重彩。
文化浸泡的老字号美食与老街，随处留香。
游、食、行、购、住、娱资讯，实用简便。



中华地图学社

图书在版编目(C I P)数据

放飞心情逛北京 / 赵澎碧编. —上海: 中华地图学社,
2007. 4

ISBN 978-7-80031-377-6

I. 放… II. 赵… III. 旅游指南-北京市 IV. K928.91

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第043826号

放飞心情逛北京

文·摄影 赵澎碧

中华地图学社出版、发行

上海中华印刷有限公司印刷

890 × 1240 1/32 8印张

2007年5月第1版 2007年5月上海第1次印刷

ISBN978-7-80031-377-6/K·261

定价: 32.00元

放飞心情 逛北京

文·摄影 赵澎碧



中华地图学社

序



历史的年轮，在这座集沉雄沧桑与雍容华贵于一身的帝王之城，已经生生不息地碾过了3000多年。时光在红墙黄瓦间穿梭，余韵在殿宇楼阁中流转。沉积的文化底蕴，使得一砖一瓦都浸透着神奇，一草一木都焕发出青春。如今，历史又以光与电的速度鸟瞰着这座风情旖旎的现代都市，使她生机勃勃，妩媚迷人。这就是北京。

自古以来，北京就是紫气氤氲的帝王之都。她，幽州之地，左环沧海，右拥太行，北枕居庸，南襟河济，诚天府之国。

相传，炎黄两帝的氏族部落为争夺盟主地位，激战于北京湾的阪泉之野，其地称为幽州，这是北京最早的代名词。

翻阅有文字记载的陈年史，北京古为蓟。在那遥远的公元前1045年，周武王灭殷克商之后，封了两个诸侯国——蓟国和燕国，一个位于现在的宣武门附近，称为蓟；另一个位于房山一带，称为燕；后来燕国吞并了蓟国，就迁都蓟城，改为燕都（燕京）。公元前221年，秦王嬴政灭群雄一统中国，推行郡县制，蓟归为广阳郡。又经汉、三国、南北朝前后700多年，到了隋炀帝时，开始在蓟城建巡幸督战的行宫。到了唐王朝，改城为幽州。直到辽会同元年（938年），幽州成了北方游牧民族王朝的陪都，称为南京（燕京）；但辽王朝的皇帝沿袭着“四时纳钵”的制度，只在冬季才到陪都南京纳钵。真正使北京具备都城意义的是在金朝贞元元年（1153年），海陵王正式在此建都，名为中都，从此时拉开了北京成为政治中心的序幕，揭开了崭新的一页。元朝世祖忽必烈于至元十一年（1274年）在金中都的基础上，扩建新城区，改名为元大都，这奠定了北京城的基本格局。明王朝成祖朱棣迁都之后，于永乐十九年（1421年）正式定名为北京。从此，这座850多年的辉煌都市在波澜起伏的历史长河中，开始积淀下煌煌帝都景观和醇厚文化神韵。

历史的年代数字是枯燥乏味的，但却给人类留下了令人骄傲的文化遗产和丰富多彩的瑰丽珍宝。



这里有金碧流辉、韶华极盛的皇城官宇，数百年的帝王梦早已成过眼云烟，惟有雕栏玉砌今犹在，凝固着沧桑岁月谱成的古曲，荡气回肠。

这里有中华民族的火种，照亮了人类文明的足迹，龙的根脉让子孙们自豪和高傲，世界为之敬仰。

这里有屹立于华夏大地上的千年苍龙，傲视一切，成为超越自身功能的精神和文化象征。

这里有承载民俗市井的老胡同，灰墙木门石墩儿；门外拖着儿音的吆喝声，远古的风情就活生生地扑面而来；紫藤古槐四合院的魔盒里，文人墨客堆砌着字码，上演着亦真亦幻的人间趣事。

这里有古色古香的艺术文化小巷，文玩、古宝、奇品，能让你玩赏忘返。

这里有百年美食，活色生香，一只烤鸭让人品出天下珍馐，一碗卤煮让你大呼过瘾，更别说那数九寒冬里热腾腾的涮锅子了。

这就是古老的北京。但北京又是现代、时尚、前卫的。

这里有菁菁的校园，醉人的书香，科技的殿堂，物质与精神在此融合，睿智之气沉积文明之都。

这里有极具现代感的火热节奏，摩天大厦、时尚表演、国际大赛，一切都会融化疲倦的身心。

这里有把酒临风的酒吧，风情万种；奔放的迪厅，霓虹闪烁；何不来此，寻找一番激情的浪漫。

拥有的太多、太多……古老与现代在文化的催化下，构成了这座辉煌的东方大都市，使人魂萦梦绕。

本书牵引历史文化的主线，增添游逛京城的新元素，让你放飞心情，品其厚味，享受惬意而快乐时光。

在这里，我感谢中华地图学社的孙坤静女士和张保林先生对本书的精心编辑和反复修改，感谢北京新元素文化公司的鼎力设计支持，也感谢一切帮助过我及鼓励过我的朋友们，让我们一起放飞心情，共度流年岁月。



目录

序

8 游逛京城篇



10 历史古韵景点 金碧辉煌与历史文化在这里沉积

11 天安门及天安门广场 中华人民共和国的名片

15 故宫博物院 多少兴亡事 尽藏无言中

20 北海公园 触摸缥缈幻景 感受神仙意境

24 天坛公园 祭祀的是苍天 造福的是黎民

28 颐和园 丰厚的历史文化和自然环境奠基成的“皇家园林博物馆”

35 圆明园 昔日雄伟的帝王宫苑 记载着挥之不去的屈辱史

39 明十三陵 万年寿域的气势与淡雾中的群山叙说着远古的是是非非

43 八达岭长城 千年历史铸就的中华龙

46 慕田峪长城 原始苍劲的美让你领略万里长城之精华

48 周口店“北京人”遗址 龙的子孙寻根问祖之地 华夏文明的火种之源

50 自然风光景点 拥抱大自然 增益你的睿智和灵气

51 香山公园 秋色这边独好

55 康西草原 古老的马头琴诉说着千年来的传奇史诗

57 龙庆峡风景区 胜似三峡 赛过漓江

60 十渡风景区 青山野渡 百里画廊

64 白龙潭风景区 风水宝地白龙潭 皇帝行宫在潭边

66 当代人文景点 灿烂文化赋予了景点精神元素

67 中华世纪坛 穿越五千年岁月 体味五千年风韵 展现五千年文明

71 大观园 红袖添香只缘痴 梦境人间寻

75 世界公园 你给我一天 我给你一个世界



- 79 石景山游乐园 神奇、惊险、快乐的童话世界
- 81 北京动物园 京城里的伊甸园
- 84 明皇蜡像宫 时光能否倒流?
- 86 红色教育景点 为人民而牺牲的英雄们永垂不朽!
- 87 北大红楼 沿着新文化运动的足迹 回顾那激荡的岁月
- 89 卢沟桥和宛平城 石狮吼诉着中国人民难以忘却的蹂躏与屈辱
- 92 焦庄户地道战遗址 不忘历史 缅怀过去的烽火岁月
- 94 天安门广场 “中国人民从此站起来了”的见证者
- 96 中国国家博物馆 驻足凝眸 咀嚼中华历史与文化精髓
- 98 中国人民革命军事博物馆 金戈铁马 化剑为犁
- 100 李大钊墓 短暂的生命浓缩成傲人的丰碑 风骨铮铮照后人
- 102 科技文化景点 精神的家园 京城的福祉
- 103 中国科学技术馆 触摸科技 触摸未来
- 105 中国美术馆 精神文化的艺术殿堂
- 106 北京古观象台和天文馆 遨游太空 斗转星移
- 108 国子监与孔庙 秉承尊师爱贤、崇经敬儒的教育传统
- 112 校园风光 菁菁校园 沐浴着国家栋梁之才
- 115 图书景点 吾生也有涯 而知也无涯
- 118 首都博物馆 尊古厚今的新建筑容纳着古都文明的足迹
- 120 寺庙圣地景点 净化浮躁心灵 祈福国泰民安
- 121 雍和宫 天子府第成就了最高规格的藏传佛教寺院
- 125 大钟寺 纯厚的钟声覆盖京华 昔日祈雨的祷告已成今日的祝福
- 127 白云观 悟出真“道”来 体会万物尊道而贵德
- 130 法源寺 古刹沉积了多少悲壮 滋润了丁香花儿沁人心脾
- 133 法海寺 清新明净、色彩艳丽的壁画带你进入佛国仙境
- 136 戒台寺 戒坛、奇松、古洞 令人身心俱泰
- 139 潭柘寺 气摄太行半 地辟幽州光



- 142 云居寺 千年积淀堪称佛经之绝唱
146 红螺寺 古寺、湖光、山色、传说 相映成趣

148 胡同宅院景点 观民俗风情 侃千年逸闻 品生活百味

- 149 胡同文化 学几句北京的老土话 咂摸原汁原味的风俗
153 特色胡同 胡同深处蕴藏着幽静 人力三轮厚载着韵味
158 四合宅院 瞧瞧砖雕 摸摸门墩儿 听听宅门里的故事

166 奥运场馆篇



- 168 国家体育场 寄托未来希望的“巢”
170 国家游泳中心 梦幻色彩彰显风情万种
171 国家体育馆 折扇摇出奥运新景观
172 奥体中心体育场 焕发新魅力的磁场
173 五棵松文化体育中心 体育、文化、休闲相结合的新理念
174 奥林匹克水上公园 绿水、青草、白浪构成的水墨画

176 特色购物篇

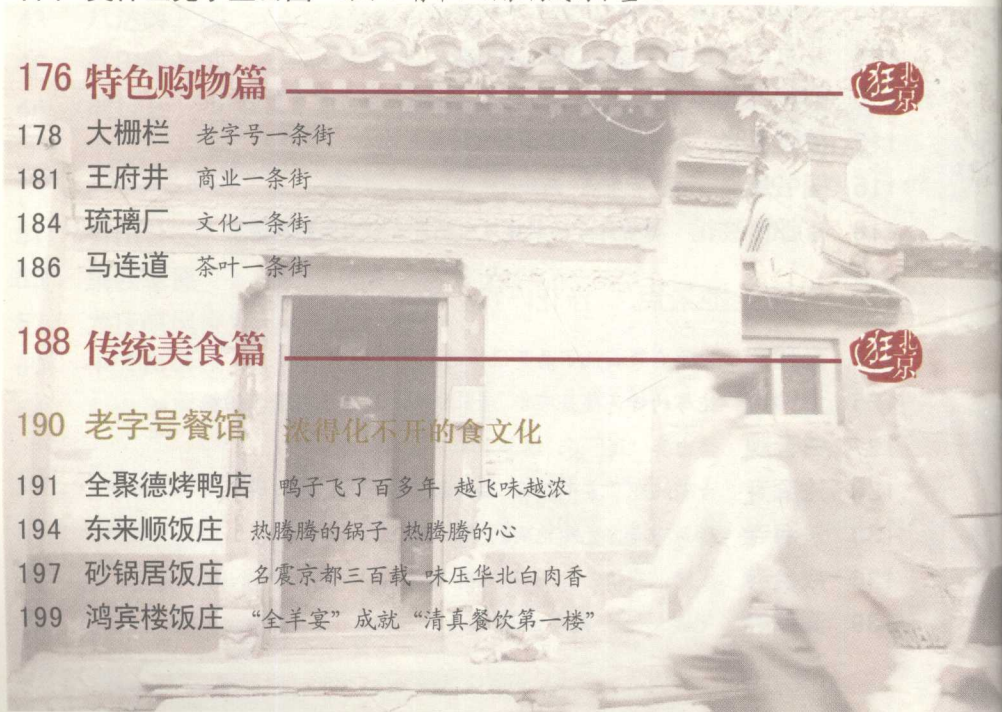


- 178 大栅栏 老字号一条街
181 王府井 商业一条街
184 琉璃厂 文化一条街
186 马连道 茶叶一条街

188 传统美食篇



- 190 老字号餐馆 浓得化不开的食文化
191 全聚德烤鸭店 鸭子飞了百多年 越飞味越浓
194 东来顺饭庄 热腾腾的锅子 热腾腾的心
197 砂锅居饭庄 名震京都三百载 味压华北白肉香
199 鸿宾楼饭庄 “全羊宴” 成就“清真餐饮第一楼”



- 200 仿膳饭庄 昔日皇帝御膳 如今百姓口福
201 都一处烧麦馆 不露馅的精彩
203 烤肉宛饭庄 溢油荡香诱你闻之下马

205 传统小吃 百姓就喜欢这一口

- 207 瑞宾楼 裕褡火烧 色泽金黄
208 小肠陈 卤煮火烧 肥而不腻
209 馄饨侯 馅细汤美 皮薄如纸
210 爆肚冯 肚嫩脆鲜 味道清爽
211 天兴居 肠肥肝香 滋味醇厚

212 休闲娱乐篇

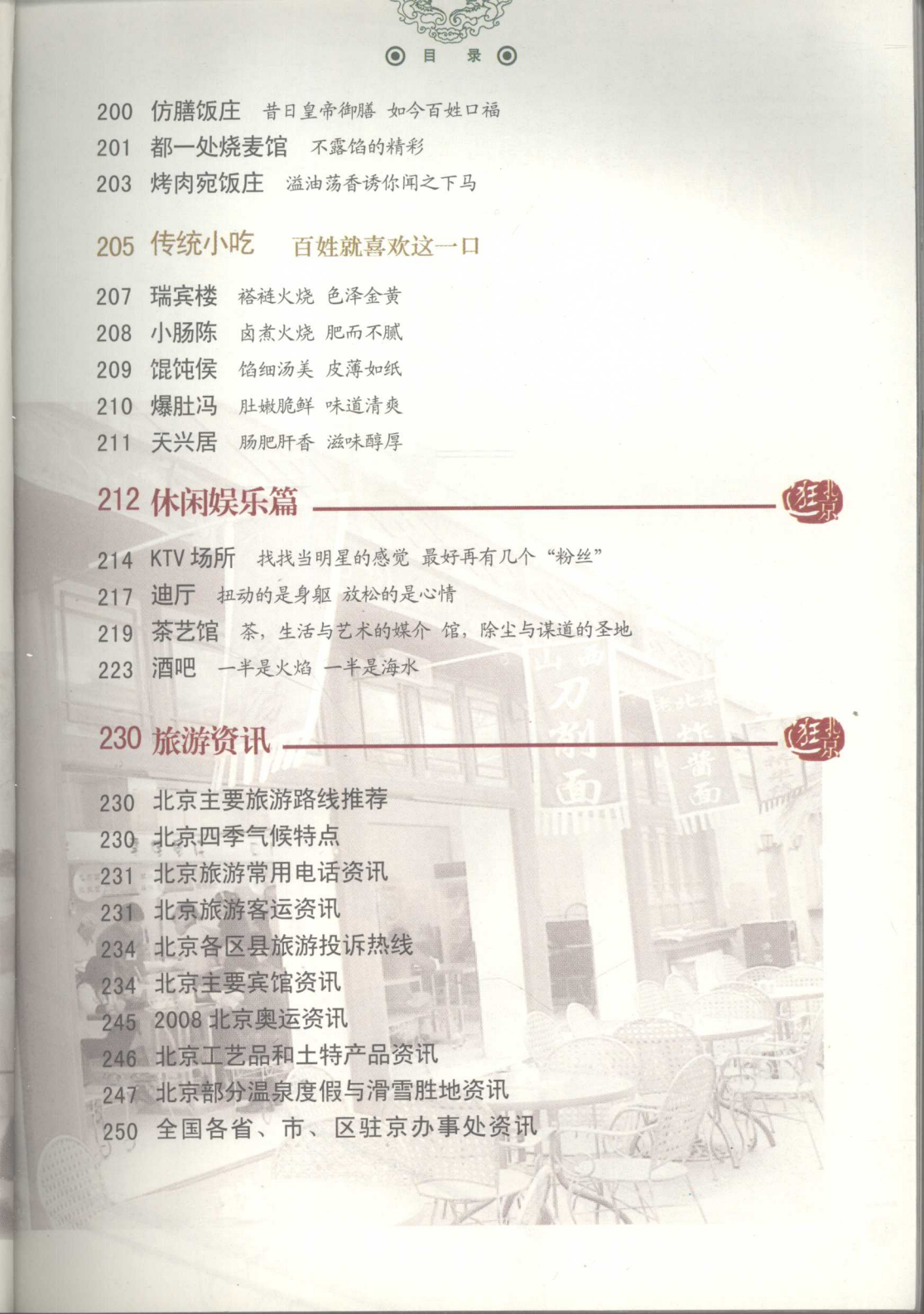


- 214 KTV 场所 找找当明星的感觉 最好再有几个“粉丝”
217 迪厅 扭动的是身躯 放松的是心情
219 茶艺馆 茶，生活与艺术的媒介 馆，除尘与谋道的圣地
223 酒吧 一半是火焰 一半是海水

230 旅游资讯



- 230 北京主要旅游路线推荐
230 北京四季气候特点
231 北京旅游常用电话资讯
231 北京旅游客运资讯
234 北京各区县旅游投诉热线
234 北京主要宾馆资讯
245 2008 北京奥运资讯
246 北京工艺品和土特产品资讯
247 北京部分温泉度假与滑雪胜地资讯
250 全国各省、市、区驻京办事处资讯

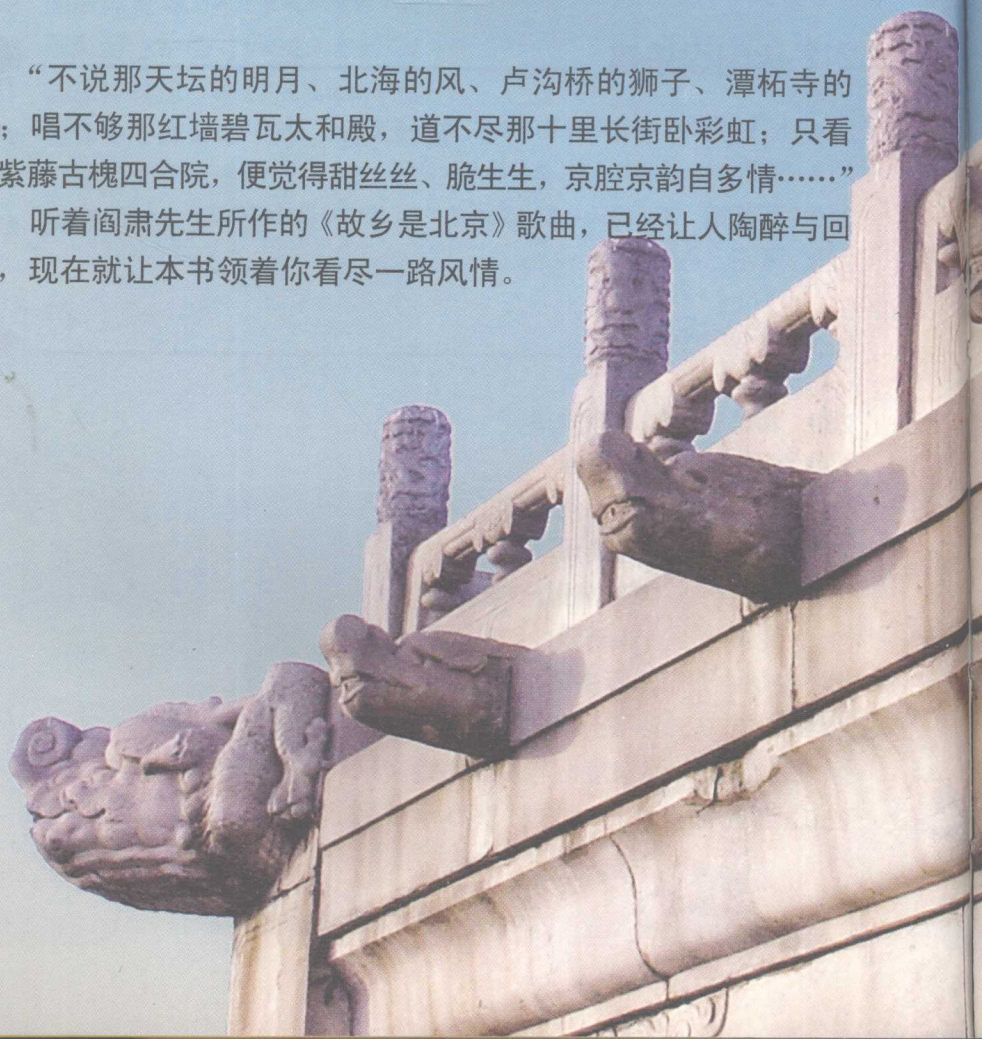


游逛京城篇

Yóuguāng Jīngchéng Piān

“不说那天坛的明月、北海的风、卢沟桥的狮子、潭柘寺的松；唱不够那红墙碧瓦太和殿，道不尽那十里长街卧彩虹；只看那紫藤古槐四合院，便觉得甜丝丝、脆生生，京腔京韵自多情……”

听着阎肃先生所作的《故乡是北京》歌曲，已经让人陶醉与回味，现在就让本书领着你看尽一路风情。





历史古韵景点

Lishi Guyun Jingdian



金碧辉煌与历史文化在这里沉积

感受昔日的帝王之气，品味深厚的文化底蕴。穿行在北京这座国际化的大都市，你会深深体会到历史与现代、古老与时尚的结合是多么和谐与完美。



天安门及天安门广场

Tian'anmen Ji Tian'anmen Guangchang

中华人民共和国的名片



不论是匆匆路过，还是闲暇放松，只要你到了这座古老而充满现代气息的国际大都市，必定会到这个当今世界上最大的城市广场来。天安门广场位于北京市区中心，南北长880米，东西宽500米，可容纳100万人举行盛大集会。“天安丽日”是北京16景之一，照几张相，留下你的身影吧。

漫步在广场中心，北眺天安门城楼，虽饱经沧桑却依旧朝气蓬勃、威严四仪。她是北京城的眼睛，是中华人民共和国的象征。

天安门城楼始建于明永乐十五年（1417年），是明代皇城的正门，当时叫“承天门”，有“承天启运”之意。清顺治八年（1651年）重建，取“受命于天，安邦治国”之意，改称“天安门”。明、清两朝，这儿是禁地，除了皇亲贵族，平民老百姓不准过往，直到1911年清王朝覆灭为止。在晴朗的天空下，城楼上有黄色琉璃瓦闪耀着灿烂的光辉，朱红的柱子和城台，白色的华表、石栏杆、石狮子，金水桥一一浮现。碧水青天，丹墙绿树，石栏黄瓦，画梁朱柱，色彩丰富，轮廓美丽，宏伟端庄。整体建筑瑰丽，历史内涵及文物遗存极为丰富，是游人颇感兴趣之地。

从1988年元旦始，这座昔日的皇家正门向寻常百姓敞开了，你随时都能拾阶而登。手扶栏杆，放眼南望，人民大会堂、人民英雄纪念碑、毛主席纪念堂、中国国家博物馆，这些气势轩昂的现代建筑矗立在宽阔的广场上，



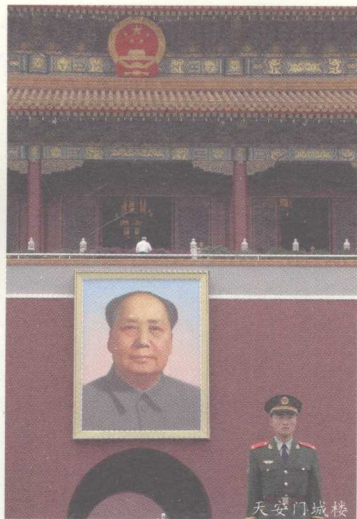


使广场呈现出前所未有的新气象。庄严的布局、磅礴的气势，会使每一个中国人油然而生自豪之情。站在城楼上，你也可以挥挥手，历史的声音仿佛就会回响，从1949年10月1日站起来了的中国人在这里喊出“毛主席万岁”，到1984年10月1日国庆游行队伍中人们打出“小平，您好”这样亲切的标语，这两个不同时代回旋在天安门广场的口号，实际上已成为共和国历史变迁的写照。在未来，历史的步伐依然在前行，雄伟壮观的天安门将同共和国一道迎接着一个又一个新的黎明。

当仰望蓝天下随风飘扬的五星红旗，那种自豪感和神圣感就会从心底油然而生；每天广场上的升降旗仪式，吸引着数万游客。

隆重的升旗仪式开始，国旗护卫队步出天安门中央门洞，在首都的这条中轴线上，队伍齐步走到金水桥。60名军乐团队成员成五路排列在护卫队后，在乐队指挥的带领下，奏《歌唱祖国》乐曲。护卫队行至长安街即行正步，36名队员迈着雄健的步法，气宇轩昂地以138步正步走过长安街。战士们强劲有力的落地声震颤广场，震撼着数万名观者的心怀。晨曦中，那橄榄绿的方队在天安门城楼的红色映衬下形成一道壮美的景观。

当国歌奏响第一个音符时，擎旗手以优美的动作，把手中团握的国旗一角抛向空中，这是最精彩、最动人心魄的一幕。在庄严的国歌声中，五星红旗徐徐升起，广场上数万名观众的热血随之沸腾，共鸣为同样的情愫——热爱祖国，祖国至上。

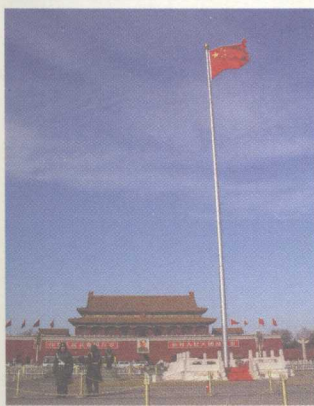


位于天安门广场正中央的挺拔巍峨的人民英雄纪念碑，由著名的建筑学家梁思成先生设计，1952年8月1日正式动工兴建。碑高37.94米，是中国历史上最大的纪念碑。



当你环绕纪念碑一周，观看中国革命史中的典型场景和典型形象的浮雕之后，就能体会到“三年以来，在人民解放战争和人民革命中牺牲的人民英雄们永垂不朽！三十年以来，在人民解放战争和人民革命中牺牲的人民英雄们永垂不朽！……”碑文的意义，是不是又是另一种别样的心境！

人民英雄纪念碑的正南方，就是中华人民共和国的缔造者毛泽东主席的遗体存放处——毛主席纪念堂。



毛主席纪念堂于1977年8月29日落成，主体呈正方形，外有44根明柱。屋顶有两层飞檐，檐间镶葵花浮雕。基座有两层用枣红色花岗石砌成的平台，四周环以万年青花饰栏杆。南、北门台阶中间又各有两条汉白玉垂带，上面雕刻着葵花、万年青、腊梅、青松图案。

走进纪念堂，轻慢你的脚步，肃穆庄严地瞻仰这位水晶棺中的伟人遗容，并参观共和国开国元勋们——毛泽东、周恩来、刘少奇、朱德、邓小平、陈云等革命领袖群体为中国人民的解





放事业和社会主义建设事业所建立的丰功伟绩。

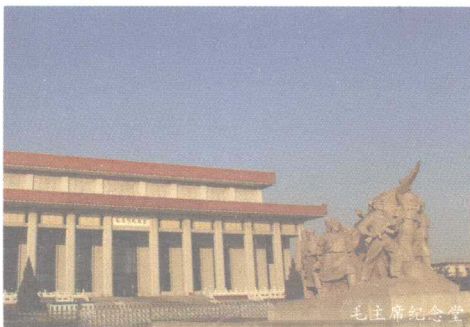
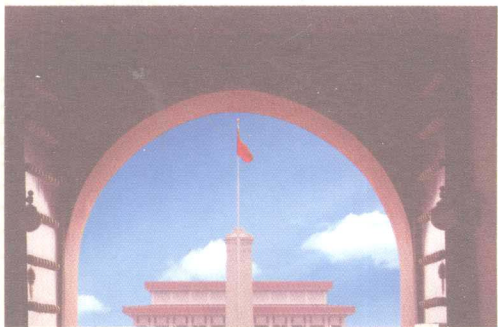
天安门广场的西边，就是中华人民共和国最高权力机构开会和重要政治活动的场所——人民大会堂。

人民大会堂高46米，长336米，宽206米。正面有12根大理石门柱，每根高达25米。典雅朴素的中央大厅为桃红色大理石地面和汉白玉石柱，顶部挂着水晶玻璃花灯。大厅后面是宽达76米、深60米的万人大礼堂，装饰典雅，灯光宜人。大会堂内还有富于地方特色的以全国各省、自治区、直辖市、特别行政区名称命名的厅室。大会堂所有厅室既保留了中国传统的建筑风格，又吸取了外国的建筑精华，布置得大方雅致，极有特色。

人民大会堂从1958年10月28日动工到1959年8月31日建成，只用了仅仅9个多月的时间，不能不让你惊奇吧！

东边与人民大会堂遥遥相对的雄伟建筑物，就是2003年2月28日成立的中国国家博物馆。它是在原中国历史博物馆和中国革命博物馆的基础上建成，展示着从炎黄五帝到元明清五千年中华文明史和从鸦片战争到改革开放新时代的中国革命史的伟大光辉史册，是一座展示历史和艺术的综合性博物馆。（参见本书第96页“中国国家博物馆”）

每逢节庆日，天安门广场白天鲜花如海、游人如织，夜晚华灯齐放、胜似天街。



- **开放时间** 天安门城楼：8:30-16:30，毛主席纪念堂：周二至周四8:30-11:30 14:00-16:00、周五至周日8:30-11:30，人民大会堂：8:30-15:00。
- **基本票价** 天安门城楼：成人15元、学生5元，人民大会堂：成人30元、学生15元。
- **联系电话** 天安门城楼：63099386、63095718，毛主席纪念堂：65132277，升降旗时刻查询：65257900，人民大会堂：63096156。
- **乘车路线** 乘地铁1号线到天安门东或天安门西站下车或地铁2号线到前门站下车，公交车1、2、4、5、10、20、22、37、52、726路到天安门东站或天安门西站或中山公园站下车。
- **驾车路线** 沿长安街行驶。
- **附近景点** 中山公园、劳动人民文化宫、菖蒲河公园。

故宫博物院

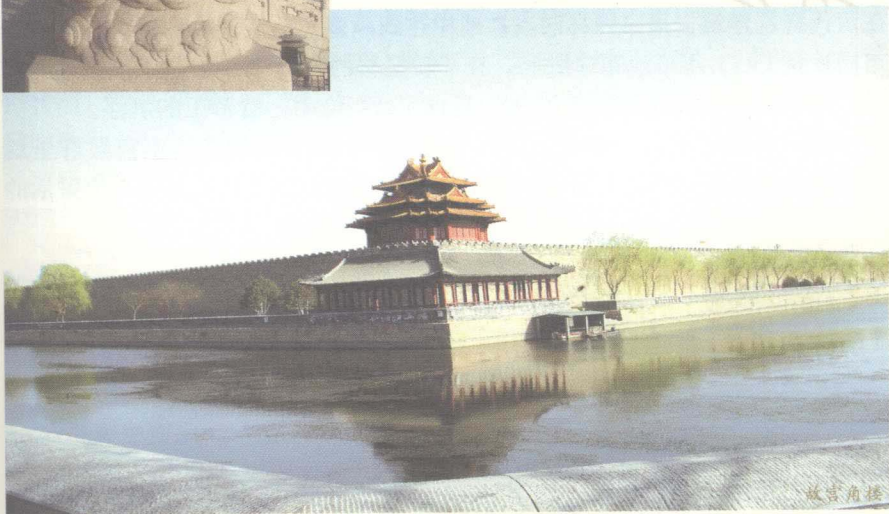
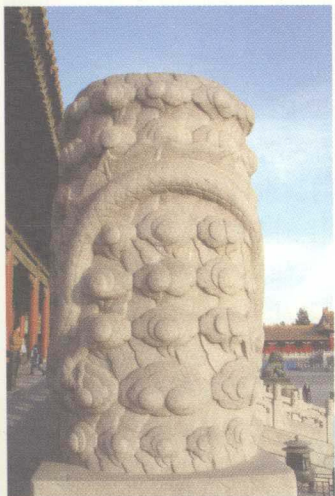
Gugong Bowuyuan

北京

多少兴亡事 尽藏无言中

金碧流辉、天人合一的故宫，不仅仅是一座封建王朝的皇家宫殿，也是一座凝固历史痕迹的博物馆；它注视着数百年的宫廷变迁和人世沧桑，它积淀了几千年的文化诉说和生命智慧；它以厚重的内涵，成为中华民族文化、艺术和社会、历史的里程碑；它以“紫禁夕晖”的意境被评为北京16景之一。

故宫，位于北京市区中心，前通天安门广场，后倚景山公园，东近王府井街市，西临中南海。1961年，经国务院批准，故宫被定为全国第一批重点文物保护单位；1987年12月，被联合国教科文组织列入《世界遗产名录》。作为世界上现存最大最完整的古代宫殿建筑群，凝聚了多少人的心血，经历了多少朝的风雨，那一扇扇厚重而苍凉的大门背后，多少兴亡事，



故宫角楼