

行走天下



世界自然文化遗产之旅

青城山与都江堰

Qingcheng Mountain and Dujiang Dam

周乐天 陈斐昌 编著/广东旅游出版社



UNITED NATIONS EDUCATIONAL,
SCIENTIFIC AND
CULTURAL ORGANIZATION



行走天下



世界自然文化遗产之旅

青城山与都江堰

Qingcheng Mountain and Dujiang Dam

周乐天 陈斐昌 编著/广东旅游出版社



UNITED NATIONS EDUCATIONAL,
SCIENTIFIC AND
CULTURAL ORGANIZATION



图书在版编目(CIP)数据

青城山与都江堰 / 周乐天, 陈斐昌编著. —2版. —广州:
广东旅游出版社, 2011.02

ISBN 978-7-80766-249-5

I. ①青… II. ①周… ②陈… III. ①青城山—概况 ②都江堰
市—概况 IV. ①K928.3 ②K927.13

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第150965号

青城山与都江堰

编 著: 周乐天 陈斐昌

图片摄影: 江秉宁 陈光全 朱 强 张 磊 江明义 孟 元

周乐天 陈斐昌

策划编辑: 张 懿

责任编辑: 高 玲

内文设计: 谭 江

封面设计: 盛世书香

责任技编: 顾耀民

出版发行: 广东旅游出版社

(广州市中山一路30号之一 邮编: 510600)

印 刷: 北京一鑫印务有限责任公司

(北京市顺义区北务镇政府西200米)

开 本: 720×1000毫米 16开

印 张: 8.25

字 数: 40千字

印 次: 2011年2月第1次印刷

定 价: 16.50元

[版权所有 侵权必究]

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

对于自然与文化的美，人类是有共识的。大自然馈赠给地球的丰厚礼物，全人类文明发展留下的不朽足迹，都是不可替代的无价之宝。

联合国教科文组织于1972年通过了《保护世界文化和自然遗产公约》，并相应设立了“世界遗产委员会”和“世界遗产基金”，以期借国际力量保护人类共同的珍贵遗产。

世界自然与文化遗产概念的提出，是人类文明发展到一定阶段的标志。它代表了对自然的尊重，对人类创造的总结和礼赞。

中国作为著名的文明古国，山河锦绣，名胜众多。自1985年加入世界遗产公约，至今，共有38个项目被联合国教科文组织列入《世界遗产名录》。作为旅游目的地，这38处世界遗产无疑是热中之热，作为我国的自然与文化精华，它们更令人无比骄傲。

《世界自然文化遗产之旅》系列丛书以我国38处世界遗产为内容，每处一分册，全面而深入展现各处遗产的自然之美、文化之美、自然与文化结合之美。带你走近它们，让你读懂它们，使你珍视它们。

以一个游客的眼光面对着瑰丽的自然风景和珍贵的历史遗迹时，我们无法不为这些自然与人类的杰作而感动；但我们更要正视自己继承者的身份，维护世界遗产的真实性与完整性，承担起对珍贵遗产倍加爱惜、使之永久流传的责任。

目 录

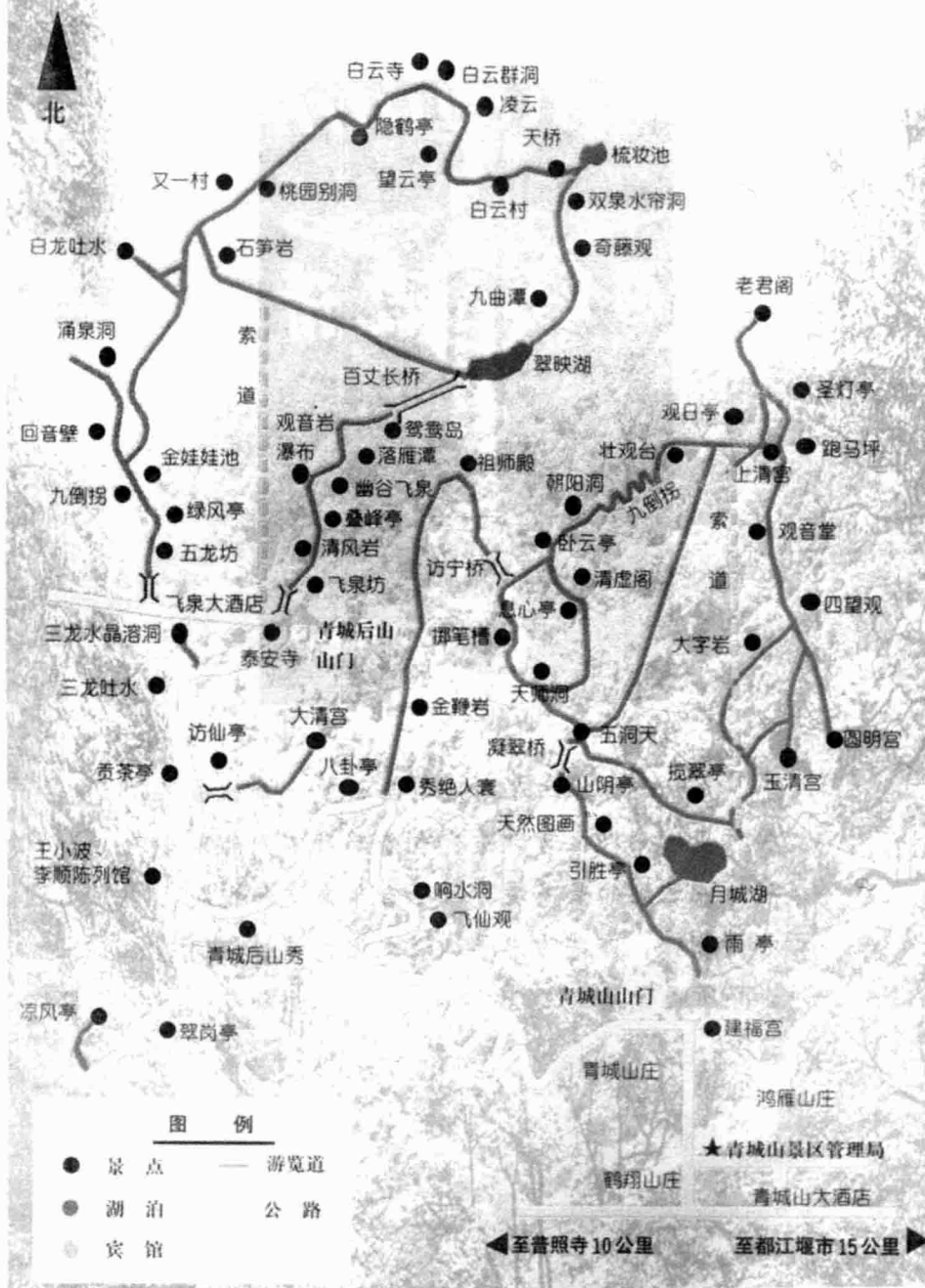
青城天下幽·····	1
青城道可道·····	6
逍遥青城游·····	14
神仙府第后花园·····	33
独特的建筑艺术·····	51
仙乐碧空萦·····	53
青城论易·····	56
道医道药道养生·····	58
青城武学神功·····	60
 中华第一堰·····	 65
千古第一功·····	66
碧水千载润天府·····	69
延世著勋成古堰·····	73
古堰胜景·····	79
祭祀先贤·····	97
 其它重要景点·····	 103
四山云合毓龙池·····	103
龙溪—虹口国家级自然生态保护区·····	106
晋照寺·····	108
灵岩寺·····	110
 旅游资讯·····	 113

青城天下幽



青城山与都江堰同处川西一隅，却体现着两种不同的人生哲学，代表着两种不同的人生观所能达到的最高境界，千百年来交相辉映、和谐相辅，亦共为中华灿烂文化之精粹，同为世界所瞩目。

青城山游览线路示意图



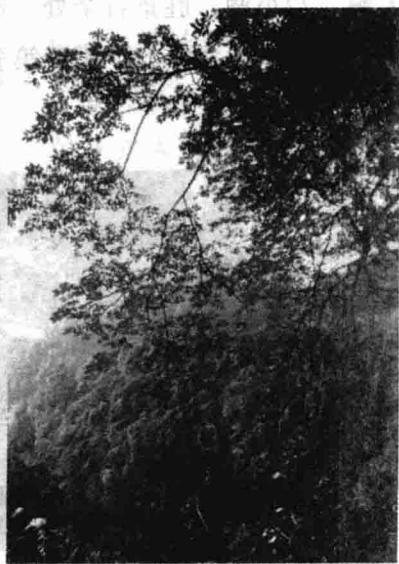


远眺青城

青城山与都江堰世界文化遗产保护地，位于四川省成都平原西北边缘的国家级历史文化名城、中国优秀旅游城市——都江堰市境内。遗产地内包括早以“青城天下幽”和“中华第一堰”而闻名于世的青城山与都江堰国家级风景名胜景区。青城山—都江堰风景名胜景区系四川黄金旅游通道之一的“九寨环线”第一站，亦是通往九寨—黄龙、卧龙自然保护区、四姑娘山、米亚罗等重要景区的必经之地。

青城山自汉以来即为道教圣地之一。道教注重个人的身心修炼，讲究人隐居幽，游览青城山，便自然生出一种飘然出世的感触，功名利禄的世俗杂念怎敌得过山中的松风明月、空谷仙音？！“天下幽”之美名也因之既是写景，更为书意。游都江堰的感受却迥然不同。它表现出蜀中先民利用自然、改造自然的无穷智慧和伟大力量，体现出一种造福子孙、泽被万世的博大心胸，观之令人心中生出凌云壮志、万丈豪情。

青城山与都江堰同处川西一隅，却体现着两种不同的人生哲学，代表着两



秋之青城

种不同的人生观所能达到的最高境界，千百年来交相辉映、和谐相辅，亦共为中华灿烂文化之精粹，同为世界所瞩目。

青城天下幽

青城山，古名天仓山。相传轩辕黄帝遍历五岳，封青城山为“五岳丈人”，故又名丈人山，位于成都平原的都江堰市西南，是我国著名的山岳风景名胜区。青城山山门距都江堰市15公里，距成都市区54公里；中心位置的地理坐标是：东经103°35′，北纬30°54′，景区总面积76平方公里。青城山东向成都平原，后接岷山苍莽雪岭，林木青翠，终年常绿，山峦幽曲，溪涧深邃，群峰环绕，状若城廓，得名“青城”，自古便有“青城天下幽”的赞誉。杜甫诗云：“自为青城客，不唾青城地。为爱丈人山，丹梯近幽意。”

青城山以赵公山为主峰，层峦叠嶂，奇峰突兀，共有36座翠峰，8大洞，72小洞，胜景百余处，历来为道教独占，绀宫琳宇，遍布山林，是道教发祥地之一，“洞天第五，宝仙九室之天”，素有“神仙都会”之称。



建福宫

青城山以其悠久的历史和丰富的道教人文内涵著名于中外。道教是中华民族传统的本土宗教，东汉时，张道陵以“黄老之学”改造“五斗米道”为天师道，青城山便是张天师修真创教的圣地。秦汉以来，在青城山修真养性、钻研道家典籍、修炼大丹、参悟天

地的高道大师层出不穷，如晋人范长生、唐人杜光庭、元人丘处机等。历代名人文士更在青城山写下了无数的名句佳联。青城山的魅力不仅来源于人文内涵，同时也源于其幽绝天下的



青城翠绿

自然景观。青城山的道观亭阁多深藏于繁枝茂叶之间，显得格外幽深，



青城滑杆

其建筑多取材于自然，极富天趣，与周遭山林岩泉和谐地融为一体，且其风物传说多带有道家的神话色彩，具有玄妙深远的意蕴，使山林显得更为幽秘。所以曾有人精辟地总结青城山的自然景观特点为：“顾青城在亦雄亦奇亦秀外，而其幽邃曲深，似剑阁、三峡、峨眉皆无逊色。故以‘天下幽’标明青城特点。”

青城山分为前山景区和后山景区。前山历史悠久，古迹众多；后山自然景观独具特色。

前山景区是以天师洞为

核心，环绕高台山、天仓山、乾元山、丈人山、宝园山等诸山，是青城山风景名胜区的主体部分。山中有两条玉带般的溪流，一名白云溪，源出天仓山轩辕峰下，过祖师殿、天师洞侧，经天然图画、朝阳庵，穿响水洞，飞流直下，出药王山，流入横山渠；一为清溪，源出高台山的阳坡，在丈人山、龙居山之间穿行，过月城湖、建福宫，汇入横山溪。两条山溪沿岸，分布着前山主要的道观和风景名胜，主要有建福宫、月城湖、天然图画、天师洞、祖师殿、朝阳洞、上清宫、圆明宫、玉清宫、丈人观等。

后山景区以沙坪为中心，西北以熊耳山与卧龙自然保护区为邻，东北与赵公山相连，东越天仓山、乾元山可到天师洞和建福宫，西南与六顶山下的天国诸山接壤。景点多分布在味江两岸，其特点是峰奇水秀、幽谷飞泉、溶洞神奇、白云彩霞变化万端。后山的主要景点有金鞭岩、圣水洞、响水洞、太清宫、圣母洞、飞泉沟、神仙洞、白云万佛洞、王小波、李顺起义陈列馆。

青城道可道

提起青城山，就不能不先说道教。道家学派在社会急剧变革的过程中，对“昏上乱相”极为不满，因无力变革便转而消极避世，主张顺应自然、“物我一指”的“逍遥游”。庄子所谓的“逍遥”，就是人虽然被桎梏于物质的人间社会之中，但精神上却是完全自由的，可外观于物、内省于心，超凡脱俗，顺应自然，突破一切功名荣辱、得失是非，使精神达到完善的境界，进入“物我两无”的超妙绝对自由之中。用庄子的话来说，就是“乘天地之正，而御六气之辩，以游无穷”。



山间小道



西蜀第一山山门

道家注重返璞归真，顺应自然的哲学思想和人生观，实质上揭示了旅游的本质，即游客在旅游过程中的精神状态与追求应达到对自然的回归和顺应。庄子在《田方子》中有一段老子与孔子关于“游是”的对话：“孔子曰：‘请问游是。’老聃曰：‘夫得是至美至乐也，得至美而游乎至乐，谓之至人。’”道家把旅游的最高旨趣定位于景“至美”，人“至乐”。为此，道家在追求“虚极静笃”的仙境的同时，遍历奇山异水，洞天石府，松岗肃涧，幽谷大川，寻觅药术，炼制丹药，以求长生不老，得道成仙。因而幽静清雅、钟灵毓秀的青城山被列为道教“第五洞天”实在是再自然不过了。

道教发祥地

道教产生于东汉顺、桓二帝之际，最初兴起于民间，主要有东方的太平道和西南方的五斗米道两大派别。太平道以《太平经》为经典，主张奉天地、顺五行，使天下太平。代表人物张角组织了历史上有名的黄巾起义，失败后人亡教散。五斗米道是东汉顺帝时期沛国人张陵（亦名



建福宫东华帝君像

道陵)在蜀中大邑鹤鸣山创立的,因入道受教须缴纳五斗米而得名。据明代蔡长通撰《鹤鸣山迎仙阁记》载:“西蜀名山,甲于天下,而青城为十大洞天之一,其周围几十里,地脉衍迤,分支为鹤鸣山,乃汉天师张道陵修炼之所。”又据《三国志》、《后汉书》等载:张陵早为太学生,博通儒学,因困于当时儒学经书无救世安民之策,遂改学方术。蜀中多名山,且民风淳朴,易于教化,故率弟子入蜀,学道于鹤鸣山,著道书24篇,后修炼并创道于青城山。张陵自称天师,其子张衡称嗣天师,其孙张鲁称系天师。因三代皆称天师,后世称其道为天师道。这些记载,确凿地指明了青城山在道教中的地位。

道教常识

道教是我国特有的本土宗教,迄今已有1800多年的历史,曾受到许多朝代的统治者推崇,拥有广泛的信徒,一度被视为国教。

道教是指以“道”的教化,规劝世人信奉“道”,通过个人的修炼而得“道”成仙的宗教。道教的“道”,是主要吸收了先秦时期道家学说的“道”而形成的。道教的基本教义主要有两个方面:一是宣传“道”是“万物之母”;二是追求长生不老,羽化成仙。道教尊崇道家

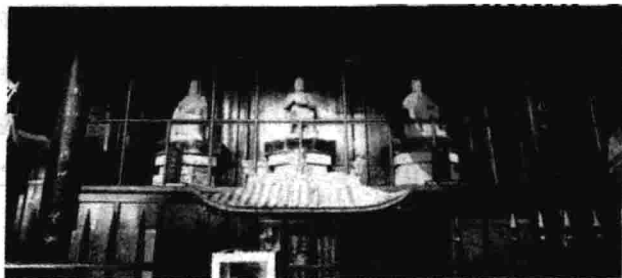
学派的老聃为教祖,奉为“太上老君”,以其所著《道德经》为主要经典。

道教宣扬“道”是“万物之母”的宇宙生成的基本理论。这种理论源自老子的《道德经》。老子认为“道”是“万物之



天然圣迹

母”，“德”是道的显现；“道”是无所不存的力量，“德”是“道”的外在体现。什么是“道”？



天师洞三皇石刻

“道”是盘古开天之前浑沌的宇宙原始状

态，是超越时空界限，永远独自运行，永不改变其运行轨道的，是创造和养育天地万物的母亲。老子说，道是“虚无之系，造物之根，神明之本，天地之元”，老子又说：“道生一，一生二，二生三，三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和。”意思是说“道”作为一个玄之又玄，神而又神的母体，孕育出整个宇宙的天地万物。虚空无质的道，化生出最初的元气物质，元气又进而分生为阴阳两仪。阳气轻清上升为天，阴气重浊下凝为地。天地阴阳的冲和交感而产生万物，人是万物之灵长，与天地相合并称“三清”。

“道”虽然创造了天地万物，但它并不是“上帝”，也不是比“上帝”更高级别的“上帝”。老子的回答是非常确定的。他指出，“道”是没有意志的，它无所谓仁慈或不仁慈，对世间万物既不偏爱也不嫌弃（天地不仁，以万物为刍狗）；它滋养万物却不据为己有，养育万物并不自居其功，它是万物的主人却不对万物横加干涉（生而不有，为而不持，长而不宰）。再次明确地指出“道”就是没有感情色彩的无所不在至高无上的自然规律。



五洞天

道教追求长生不老，肉身成仙。道教认为世上有神仙存在，幻想通过寻仙炼药或修身保养等神仙方术达到长生不死，羽化登仙的境地。因此道教形成了一整套修炼的方法，分为内养、外养，房中

术等。“内养”就是按一定的方法，在体内运行人本身固有的精、气、神以达到长生、登仙的目的。所谓“外养”就是运用外在力量达到同样的目的。譬如用“炼丹术”修炼“仙丹”或采摘千年灵芝等神奇药物。

“房中术”是提倡房事节欲，以达到养生保气之功效。长期修持，合理运用，发挥养生、保气、祛病、延年的作用。

道教的宫观、神祇

道教的活动场所称为观。

唐宋时期，大型道观升级为宫，如青城山的上清宫、建福宫等，泛指道教教士修炼、祭祀的活动场所。

道教宫观同样受传统的宫殿建筑格局影响，呈南北走向。



凝翠桥

在中轴线上建筑主要殿宇，在东、西两侧安置次要设施。前、中、后建筑群落依次递进，每一进建筑既有整体的布局配合又相对独立。斗拱飞檐，屋脊高耸，并塑刻各种神仙异兽，花鸟鱼虫，院落中鼎炉相错，钟鼓相对，花木掩映，煞是好看。

道教宫观的主要殿堂有山门殿、灵官殿、三清殿、玉皇殿、三官殿等。

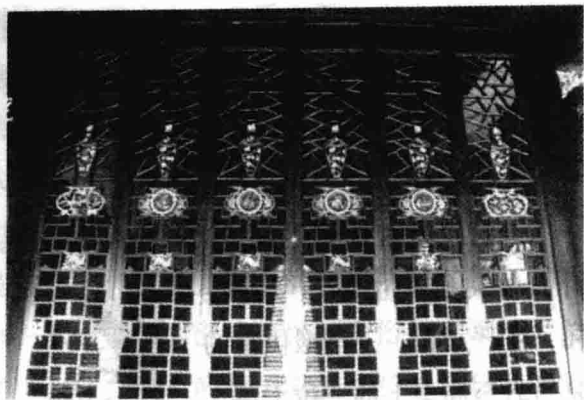
山门殿

山门殿由殿门及幡杆、华表、棂星门、钟鼓楼等附属建筑组成。幡杆、华表等本属皇宫装饰物，唐宋两朝后道教也用之配饰，以示威严，同时华表也标示出俗界与仙界的界



圣灯亭

线。殿内两侧的小阁楼是钟楼、鼓楼，用以悬挂钟鼓。山门殿一般是穿堂式，殿内供奉有门神、土地老爷、孤魂爷的神像或神主牌位。道教的门神是很有意思的。如果是一位手擎利剑，一位手持苇索，



天师洞窗棂

那便是神荼和郁垒两兄弟。二人面目狰狞，目露凶光，真正的鬼见了都害怕；如果两边是同一人，着红袍，系角带，头戴乌纱，腰插笏板，一副当官的打扮，却又黑须戟张，凶恶狰狞，一手持钢剑，一手擒厉鬼，那自然就是专司捉鬼的钟馗了；门神中最为大众熟识的，自然要算是秦叔宝和尉迟恭了。二人均为唐代开国大将，骁勇善战，忠义无双，曾亲自为李世民“值班站岗”，保得太宗龙体无恙，因而民间多以此二人为门神，其形态也多姿多样：有坐式、立式；有骑马、徒步；金盔金甲，或一舞双鞭、或一持两铜、或一立槊横鞭、或一持枪举铜，威风凛凛，杀气腾腾，不一而足。牌位在山门殿也是少不了的，孤魂爷牌位也颇具道教的本土特色，是道教为每年都要举办的三次“赈孤”道场以超度那些无人吊祀的孤魂野鬼们所立。

灵官殿

无论宫观的规模大小，都必须在第一座正殿供奉灵官，灵官能扶正辟邪，护法正道，镇守宫观。民间传说灵官姓王名善，唐代人，属真人萨坚守再传弟子。为人刚正不阿，能明判善恶，扶危济困，镇妖降怪，被玉帝授命专司纠察之职，是道教的护法大神，类似于佛寺中的韦驮。灵官像都非常威武，红脸膛，三只眼，紧锁



天师洞楹联

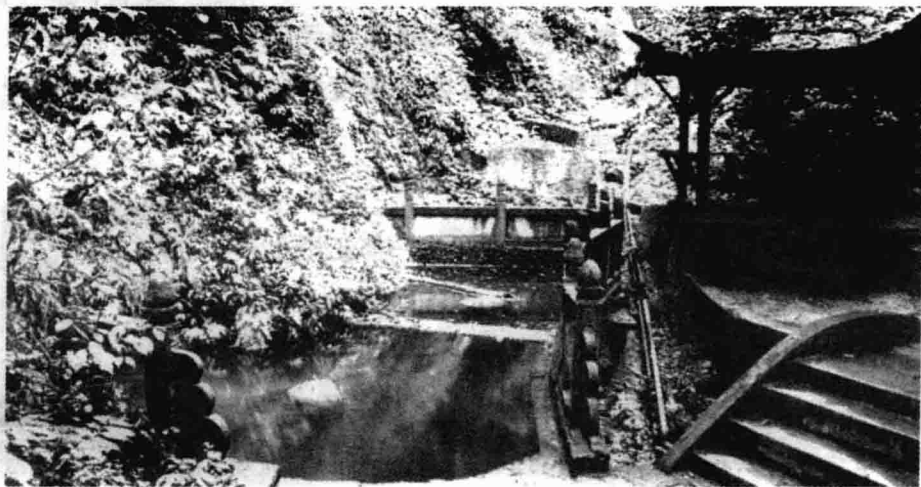
双眉，瞪目怒视，须发戟指，顶盔贯甲，手执钢鞭火轮，表现出刚烈正直、凛凛正气的气质。灵官有很多，如九地灵官、十天灵官、水府灵官等。

三清殿

三清殿是宫观的主殿，位于宫观的中心，有前后殿和左右陪殿相映衬，以突出其主体，气势雄伟，庄严肃穆。三清殿供奉的是道教至高至上的三位天尊，即玉清元始天尊、上清灵宝天尊和太清道德天尊。道教认为，宇宙分为俗世凡人的尘世和神仙居住的仙界。在仙界中，神仙众多，品秩不同，依其级别，分住在仙界三十六重天中，有欲界、色界、无色界等等级区别。第三十三重太清天是道德天尊的洞天福地；第三十四重上清天是灵宝天尊的神仙府第；第三十六重玉清天是元始天尊的极乐世界。三清在道教中是地位最高的，象征着天地化育的根本大道。元始天尊本为神话



天师洞三清殿



洗心池