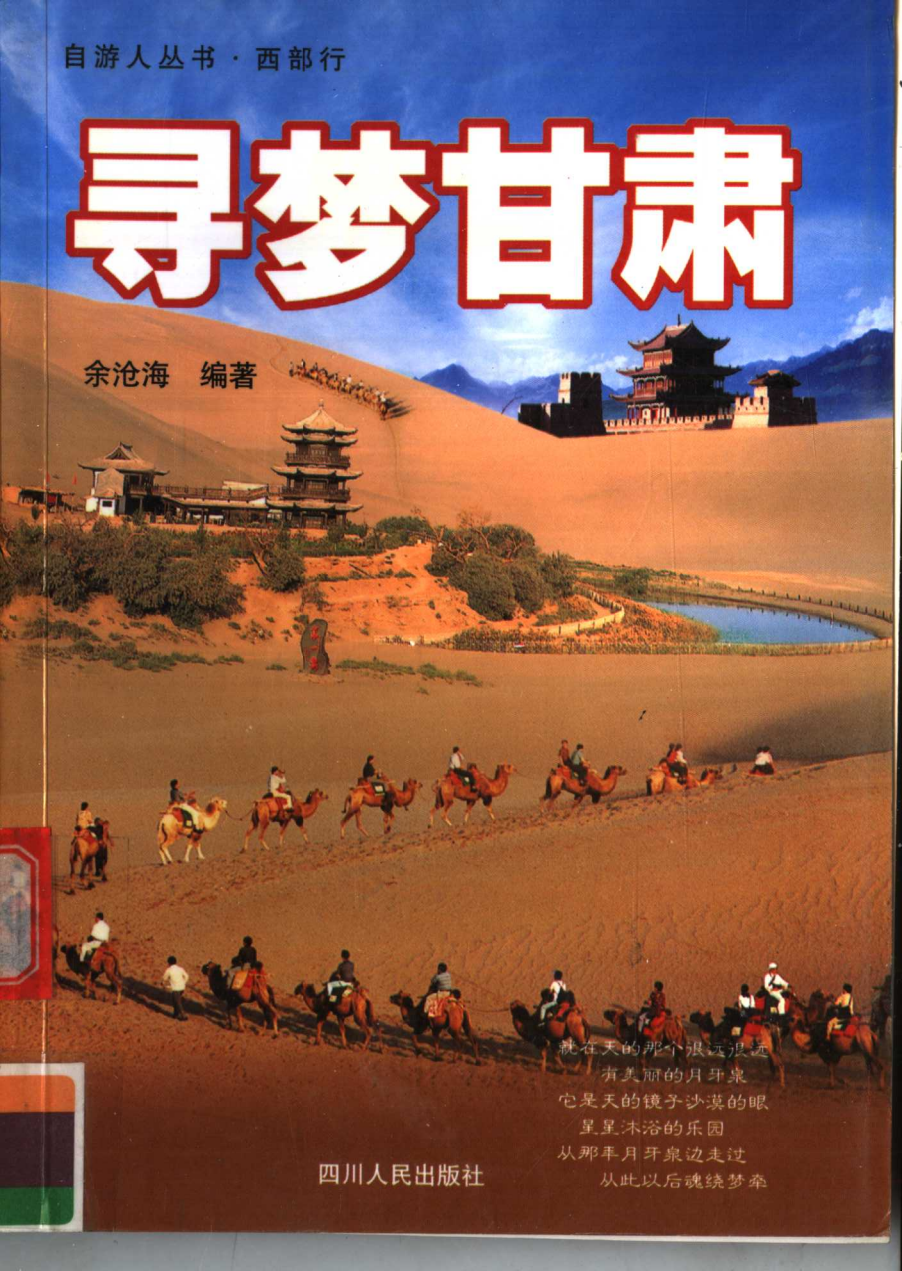


自游人丛书·西部行

寻梦甘肃

余沧海 编著



就在天的那个很远很远
有美丽的月牙泉
它是天的镜子沙漠的眼
星星沐浴的乐园
从那月牙泉边走过
从此以后魂绕梦牵

四川人民出版社

图 例

 高速公路

 一般公路

 铁路

 街道

 河流

 湖泊、水库

 景区

 省、自治区、直辖市行政中心

 地、市、州行政中心

 县级行政中心

 乡镇

 宾馆、招待所

 酒店

 电影院

 政府

 长城

 登山路线

 火车站

 医院

 邮局

 商场

 民航

 寺庙

 桥梁

 古城遗址

 客运站

 遗址

 纪念碑、古墓群

 山峰

 洞

 公园、自然保护区

 景点

 码头、港口

 温泉

寻
·
梦
·
甘
·
肃



聆
听
丝
路
古
道
上

足
音

图书在版编目(CIP)数据

寻梦甘肃 / 余沧海 编著. — 成都: 四川人民出版社,
2002.7

(自游人丛书)

ISBN7-220-06014-9

I. 寻... II. 余... III. 旅游指南—甘肃省
IV. K928.942

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 046961 号

自游人丛书·西部行

XUNMENG GANSU

寻梦甘肃

余沧海 编著

责任编辑

装帧设计

图片摄影

(张姓氏笔画排列)

电脑制作

出版发行

网 址

防盗版举报电话

制 版

印 刷

开 本

印 张

字 数

版 次

印 次

书 号

定 价

蒋咏宁 傅 瑜

稻草人

王 杰 王 金 王文明 牛晓萍 田 萍 田自成

冯作平 刘乐宇 肖 健 吴 健 张锦能 张宝玺

张润秀 张国银 张慰宁 张 华 辛首椽 辛国英

苟小龙 陈光泰 杨业成 金长旭 范宏伟 皇甫玉成

高星伟 梁宝毓 康明生 赖 武 廖 兵 薛勤学

魏峰征 等

苏 辉

四川人民出版社(成都盐道街3号)

<http://www.bookss.com>

E-mail:scrmcbf@mail.sc.cninfo.net

(028)86679239

四川天成电脑制版有限责任公司

四川新华彩印厂

787mm × 1092mm 1/36

5

100 千

2003 年 1 月第一版

2003 年 1 月第一次印刷

ISBN7-220-06014-9/Z · 311

24.00 元

■本书所提供的信息仅供参考,因季节而有所变动,以当地公布为准
本书若出现印装质量问题,请与工厂联系调换

自游人丛书·西部行

寻梦甘肃

余沧海
编著



四川人民出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

前言



从地图上看，甘肃如一支锚，从西北方深深地扎在中国版图的中心，它承载着历史的厚重，也展示着色彩的丰富。

河西走廊的戈壁荒漠，透出一目千里的苍凉与孤寂，惟有四郡如遗落其上的四颗祖母绿，璀璨生辉；甘南绿草遍地，牛羊成群，一派高原景象；穿行在甘东南的山谷中，青山绿水显出江南秀色；再循北而上，那千沟万壑、绵延千里的黄土高坡，仿佛男人裸露的肌肉般粗犷，散发着撼人心魄的力量。

在这里，创造文字、发明历法的伏羲开创了华夏五千年文明的先河；三千多年前泾渭河谷产





生了原始农业，成为黄河流域灿烂文化的先祖；古老的丝绸之路迎送过出使西域的西汉使臣张骞，目送过西行取经的唐代高僧玄奘，亲历过元太祖成吉思汗的金戈铁马，承载过马可·波罗东行的传奇故事……

这就是甘肃，五千年的积淀造就出一个又一个文化的奇迹，悠悠古丝路上，驼铃声叮当响起，将我们的思绪带回那遥远的岁月，在飞天仙子令人目眩的舞蹈中，寻觅那沉醉了千年的梦……





出发前的准备 12

认识甘肃 (12) 最佳旅游时节 (13)

健康准备 (14) 行前装备 (14)

行在甘肃 16

古丝绸之路 (16) 今日甘肃交通 (17)

黄河渡 21

金城兰州 22

白塔山 (24) 滨河路观光 (25)

甘肃省博物馆 (28) 五泉山 (29)

平湖古窟 34

刘家峡水电站 (34) 炳灵寺石窟 (35)

黄河三峡 (39) 天祝小三峡 (40)

连城鲁土司衙门 (41) 吐鲁沟国家森林公园 (42)

河西走廊 43

马超龙雀 44

雷台汉墓 (47) 武威文庙 (49) 海藏寺 (51)

骊轩古城 (52) 山丹明长城·新河驿 (52)

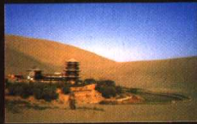




目 录

山丹军马场 (53)	
荒漠绿洲张掖	56
鼓楼 (59) 大佛寺 (60) 万寿寺木塔 (61)	
马蹄寺风光旅游区 (63) 裕固族风情 (67)	
酒泉 (68) 酒泉卫星发射基地 (68)	
天下第一雄关	70
话说嘉峪关 (70) 嘉峪关城楼 (71)	
悬壁长城 (74) 万里长城第一墩 (74)	
嘉峪关长城博物馆 (75) 黑山岩画 (77)	
七一冰川 (77) 新城魏晋壁画墓 (79)	
煌煌宝地	85
千古绝唱莫高窟	86
话说敦煌 (86) 莫高窟的来历 (89)	
发现莫高窟 (90) 莫高石窟 (91)	
敦煌乐舞 (94) 阳关东路夜市 (94)	
沙山伴月泉	100
鸣沙山 (100) 月牙泉 (101) 民俗博物馆 (103)	
雷音寺 (104)	





丝路名关 106

- 仿宋古城(106) 汉代烽燧(107)
- 西千佛洞(107) 阳关(108) 玉门关(110)
- 魔鬼城(112) 河仓古城(112)

南线民族风情 113

小麦加临夏 114

- 南关清真寺(117) 大拱北(118) 临夏砖雕(119)
- 东乡族(120) 保安族(120) 甘肃花儿(122)

小西藏夏河 124

- 拉卜楞寺(129) 桑科草原(135)
- 米拉日巴佛阁(135) 郎木寺(136)
- 玛曲(140)

寻根陇东 141

采薇首阳山 142

- 蒲陵桥(142) 十五里画廊(145) 首阳山(145)
- 天下李氏出陇西(146) 威远楼(149)





目 录

李家龙宫遗址 (149)	陇西堂 (149)	
天上之水		150
伏羲庙 (155)	卦台山 (158)	玉泉观 (158)
南郭寺 (159)	李广墓 (160)	麦积山石窟 (161)
三国遗址 (163)		
仙山觅踪		166
崆峒山 (166)	王母故地—回中山 (170)	
南石窟寺 (172)	北石窟寺 (173)	
甘肃特色节庆表		13
甘肃部分地区直拨电话区号表		104

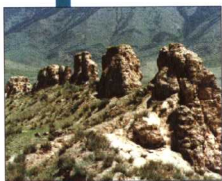


河西走廊油菜花香





出发前的准备



认识甘肃



甘肃的名字取自古甘州（今张掖）和古肃州（今酒泉）两地的首字，简称“甘”或“陇”。它地处青藏高原、内蒙古高原和黄土高原交会处的狭长地带，海拔最低500米，最高近5000米，资源丰富，自然条件复杂多样：滚滚黄河是水电资源的来源，祁连积雪浇灌着河西走廊千里沃野，陇东黄土高原富饶辽阔，陇中地区土地广袤，陇南山区气候温和、稻谷飘香，甘南、祁连山水草丰茂，是全国五大牧区之一。

甘肃是个多民族聚居的省份，生活着汉、回、藏、蒙古、裕固、东乡、保安等45个民族，其中裕固、东乡、保安三个少数民族以甘肃最为集中。

甘肃地形狭长，景点分布广泛。其境内的景区可划分为东部地区和河西走廊两部分，东部景区以城市风光、少数民族风情和人文景观为主，河西走廊以大漠风光与名胜古迹著称。甘肃旅游最常见的路线是从兰州出发，沿河西走廊经武威、张掖、酒泉、嘉峪关至敦煌，全程长约1150公里，沿途可一览大漠风光、丝路胜迹，体验西北民俗风情。游人可根据自己的兴趣和时间选择景点并制定出就近的行程计划。

最佳旅游时节



甘肃全省整体气候特征为干燥，年、日温差较大，水热条件由东南向西北递减。6~10月气候温和，平均气温在19℃左右，适宜旅游。本地人多利用这段温暖的

甘肃特色节庆表

节庆名称	时 间	地 点	主要活动
正月大法会	农历正月初四至十七	夏河县拉卜楞寺	放生、晒佛、法舞、酥油花展、辩经、祈愿
天水伏羲文化节	农历五月十三	天水市秦城区伏羲庙	伏羲祭祀大典、交流观光、经贸活动
七月大法会	农历六月二十九至七月十五	夏河县拉卜楞寺	宗教大辩论、“米拉劝法会”表演
香浪节	每年七八月间	夏河县桑科草原	藏族民间郊游、娱乐活动
马蹄寺观光旅游节	每年八月中旬	肃南马蹄寺	旅游观光区民族歌舞表演、草原竞技、观光、经贸洽谈

时节进行劳动娱乐，游人能看到不少民俗民风，感受节日的气氛。

健康准备



甘肃大部分地区日照强，露天游览要使用防晒霜等护肤用品，并注意携带防紫外线遮阳伞、遮阳帽、墨镜等。出现过敏或晒伤症状，应及时擦些抗皮肤过敏的药膏，不要随意用手抠摸患处，必要时应前往医院就诊。

干燥的气候易导致体内失水，严重时会出现鼻粘膜出血。在甘肃旅游要特别注意保湿，平日应多喝开水，多食用水果蔬菜或补充些复合维生素等，睡前在屋内放上一盆水也可调节空气中的湿度。

此外，甘肃的春秋两季气温变化较大，应注意携带保暖的衣物及预防、医治感冒的药品。

行前装备



▲ 随身证件

身份证是出行必须的证明物件。准备几张寸照，用来办理临时证件。如参加一些特殊线路的旅游，相关单位的介绍信可能会帮上忙。此外，学生证、军官证、老年证等可在特殊情况下证明自己的身份，并能享受优惠。



▲ 钱和信用卡

去往甘肃的旅途中需要带够现金、信用卡及金融卡。信用卡和金融卡在敦煌、嘉峪关、兰州等大中城市才可派上用场。根据计划线路来预备或提取现金，并考虑随身携带的安全性。如计划走不熟悉的线路，还需准备额外的现金，以防意外发生的开销；出发前多兑换一些零钞，可用于沿途捐助及解决交通问题。

▲ 应急箱

出门在外，最好能准备一个装有感冒药、合成维生素、阿斯匹林、霍香正气水、黄连素片、诺氟沙星胶囊、创可贴、云南白药、风油精、皮炎平、润舒滴眼液等药物的应急箱。

▲ 食品

准备一些水、糖果、巧克力、压缩饼干等食品，可在必要时及时迅速地补充能量。

▲ 其他

手电筒、电池、瑞士军刀、通讯录、当地旅行指南、地图、打火机、笔和笔记本、摄影器材、墨镜、护肤防晒霜、润唇膏、针线包、别针、密实袋、个人卫生用品等。带上几个塑料袋，在旅游景点露天用餐、吃瓜果时，把果皮等物装入袋中，扔进指定的垃圾箱，雨天还可用于保持衣物或脚部的干燥。

