

자
자제민속관광

覃代伦 李康学 / 主编

罗兆勇 张国兵 / 摄影

张家界民族风情游

向游人讲述美色的、美食的、神秘的、
浪漫的、风情的现代张家界



民族出版社

张家界民族风情游

장자제민속관광

覃代伦 主 编

李康学

罗兆勇 等 摄影

覃 葛

覃代伦 等 撰文

流 云

石绍河



湖南出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

张家界民族风情游 / 覃代伦, 李康学主编. — 北京:
民族出版社, 2004.4

ISBN 7-105-06162-6

I. 张... II. ①覃...②李... III. 旅游指南—张家界市
IV. K928.964.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 028814 号

民族出版社出版发行

<http://www.e56.com.cn>

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

潮河印业有限公司印刷

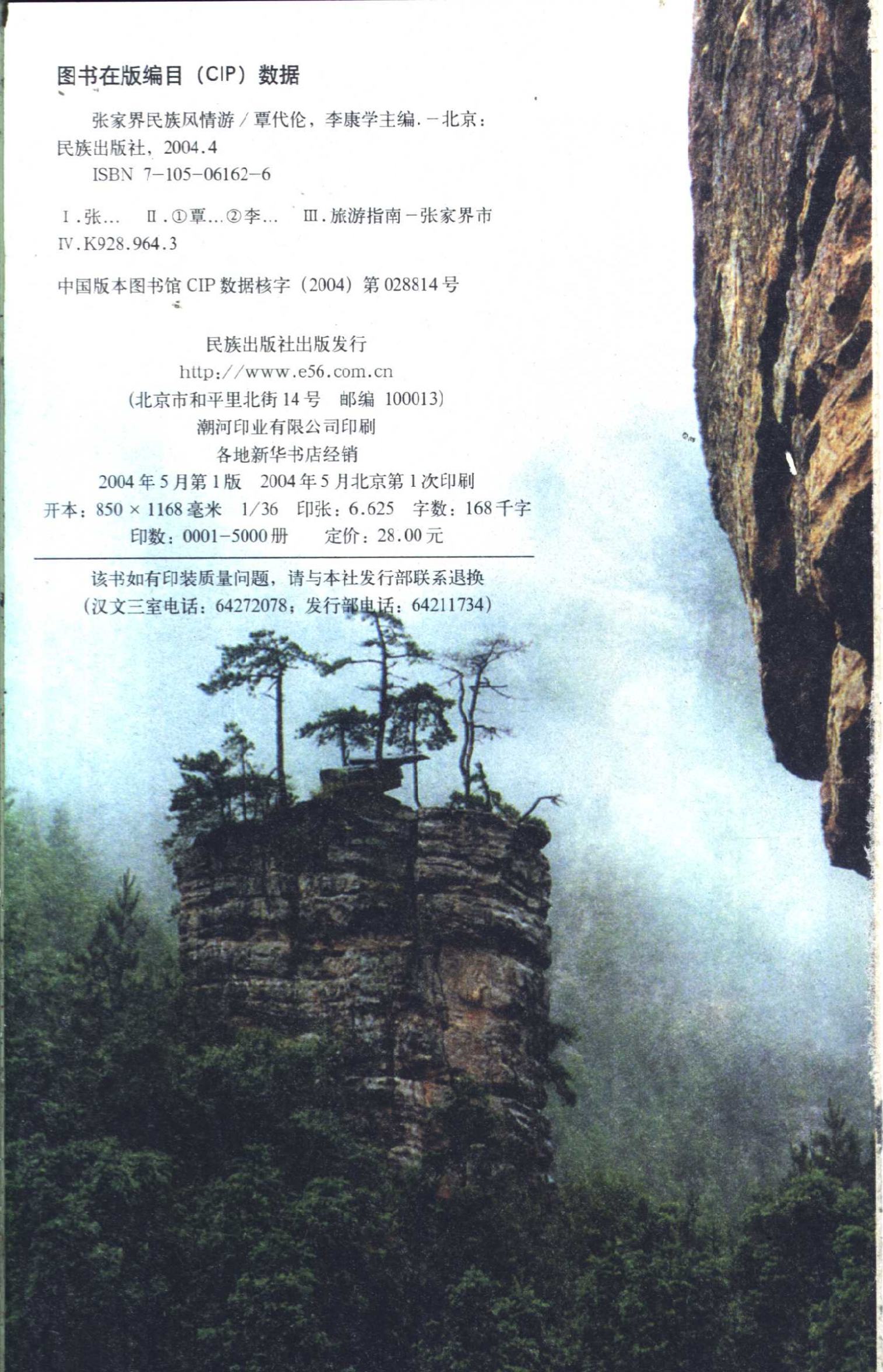
各地新华书店经销

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月北京第 1 次印刷

开本: 850 × 1168 毫米 1/36 印张: 6.625 字数: 168 千字

印数: 0001—5000 册 定价: 28.00 元

该书如有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换
(汉文三室电话: 64272078; 发行部电话: 64211734)





目 录



一、张家界导游词 / 장자제 여행안내 / 001

1. 黄石寨导游词 / 황시자이관광안내 / 001

2. 天子山导游词 / 텐지산관광안내 / 005

二、张家界婚俗大观园 / 장자제의 전통혼례 / 012

1. 土家婚俗 / 투자족의 전통혼례 / 012

山歌定情花为媒 / 012

偷 媳 妇 / 013

半夜锣鼓响 原是抢亲来 / 014

待上亲 / 015

拦 轿 / 018

苗家美眉赶边边场 / 018

土家新娘哭嫁 / 019

土家踩生 / 020

土家新娘“和气脸” / 021

赶场定情 / 021

打衣比子 / 021

发八字 / 021

颂恩与报日 / 022

2. 白族婚俗 / 바이족의 전통혼례 / 023

白族竹米酒 / 023

扮一回白族新娘，当一回白族新郎 / 024



圆礼 / 025

迎亲 / 025

招新娘 / 027

敬三道茶 / 027

闹房 / 027

筛蛋 / 027

回门 / 028

报喜 / 028



三、张家界故事大家讲 / 장자제의 고전설화 / 030

1. 边走边听——人物景点故事 / 인물설화 / 030

张良归隐黄石寨 / 030

秦始皇“赶山”金鞭溪 / 031

向王天子魂归神堂湾 / 032

鬼谷子显影天门山 / 034

黑脸将军显灵仙人桥 / 035

向王夫人助战鸣鼓台 / 036

2. 边走边听——动植物传说 / 동식물설화 / 038

猴子坡——孙大圣战狐妖 / 038

腰子寨背水鸡显神通 / 039

蛇蜂对决索溪峪 / 042

白果花花葬银杏女 / 044

土司王朝贡龙虾花 / 046

四、张家界民俗大观园 / 장자제의 민속고유문화 / 048

1. 张家界节日 / 장자제의 명절 / 048

二月二，送社神 / 048



三月三，蒿子节扎蛇眼 / 050

四月八，牛王节牛歇耙 / 050

六月六，覃皇王晒“龙袍” / 052

端午水多，七月鬼多 / 055

九月九，天子会 / 056

腊月二十四，土家过小年 / 057

腊月二十九，土家赶年忙 / 059

2. 张家界社戏 / 장자제의 민속극 / 060

张家界乡戏 / 060

赶庙会 / 061

小箩筐，晃悠悠，哥哥挑你进吊脚楼 / 063

3. 与你同乐——生活习俗 / 장자제의 생활풍속 / 064

赶场 / 064

上梁歌 / 064

师傅闹仙台，我唱山歌你来解 / 065

闹鱼 / 066

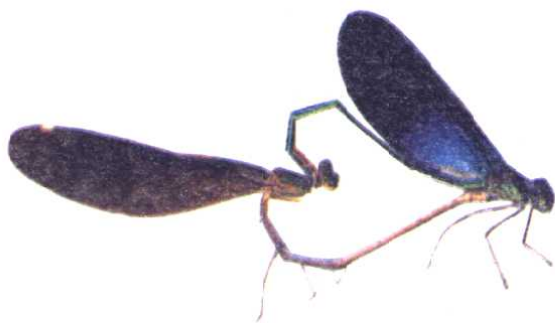
围山赶仗 / 067

苗寨拜千佬 / 068

过生牵羊 / 069

栽秧酒 / 070

割谷酒 / 071

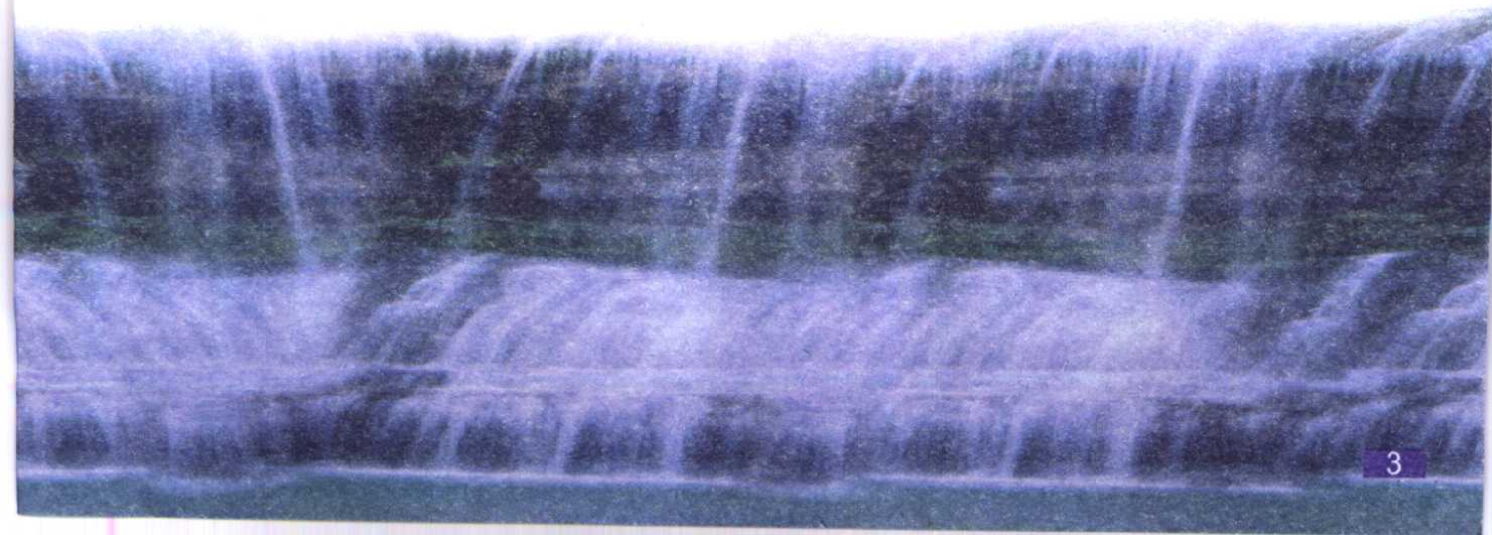


五、张家界民风大观园 / 장자제의 민속 / 073

1. 与你共享——张家界美食 / 장자제의 별미 / 073

土家野味宴 / 073

土家干菜宴 / 073



土家腊味宴 / 074

苗族酸菜宴 / 074

土家三下锅 / 075

土家山民宴 / 075

白族乡民宴 / 076

白族胀踏公，当代七把叉 / 077

2. 与你同饮——张家界美酒 / 장자제의 명주 / 079

湘酒王 / 079

包谷烧 / 079

五步蛇酒 / 081

土家天麻酒 / 082

土家杜仲酒 / 082

土家炒米茶 / 082

土家糯米甜酒 / 083

天子山猕猴桃汁 / 083



3. 把美留住——张家界美服 / 장자제의 전통의상 / 084

土家族西兰卡普 / 084

土家蜡染 / 084

土家风情提包 / 084

土家族服饰和白族服饰 / 086

苗族银饰 / 086

白族定情荷包 / 087

4. 难忘今宵——张家界居有好屋 / 장자제의 전통가옥 / 088

秀华山馆 / 088

土家风情园 / 089



祥龙国际酒店 / 089

江南名刹普光禅寺 / 090

江南名窟玉皇洞 / 091

土家吊脚楼 / 091

白族“三合一井天” / 092

六、张家界土风乡韵 / 투자족의 전통문화 / 094

1. 与你共舞——张家界土风舞 / 민속무용 / 094

土家族茅古斯 / 094

土家族摆手舞 / 094

土家族跳丧舞 / 095

苗族接龙舞 / 095

白族杖鼓舞 / 095

2. 与你同拜——张家界神灵 / 신령 / 098

八部大神 / 098

梅山猎神 / 098

土地佬儿 / 098

祖先崇拜——天地君亲师 / 098

万物有灵 / 099

3. 请你注意——张家界禁忌 / 금기 / 100

语言禁忌 / 100

生活禁忌 / 100

信仰禁忌 / 100

旅游禁忌 / 100

七、张家界奇人奇事 / 장자제의 기묘한 이야기 / 104

1. 暮然回首——张家界旧俗 / 옛 풍속 / 104



张家界“匪王”——彭“叫驴子” / 104

张家界土司王——覃皇王 / 108

赶尸 / 110

寄胎 / 110

2. 拍案惊奇——张家界奇人奇事 / 기인기사 / 112

永定硬气功大师余道人 / 112

张家界幽默大师覃金瓯 / 114

张家界拳王杜心五 / 116

张家界歌仙张桃妹 / 118

张家界智人陈洋盘 / 120



八、张家界名人游踪 / 유명인사들이 다녀간 장자제 명소 / 122

1. 品味自然——中华政要指点江山 / 정치인 편 / 122

江泽民二胡抒情怀 / 122

董建华环保拒野味 / 124

胡耀邦戒烟黄龙洞 / 124

华国锋微服索溪行 / 125

王光美泪洒青岩山 / 126

2. 寄情山水——艺术家倾情武陵源 / 예술가 편 / 126

吴冠中泼墨山水间 / 126

陈复礼定格美好瞬间 / 127

沈从文作诗金鞭溪 / 127

琼瑶惊叹洞中乾坤大 / 128

李娜天门山动佛念 / 129

姜昆地宫讲“段子” / 129

九、张家界幽默故事集锦 / 장자제에 얽힌 재미있는 이야기 / 130



卖得不值，耕得值 /130

牟屋 /131

判蛋 /131

画眉的故事 /131

守柑 /132

阎王也怕 /133

舅甥相会 /134

贴字条 /134

学艺 /135

又有一次 /135

谎车子 /135

鹅虽挂牌，犬不识字 /136

绝对 /136

逢凶化吉 /137

十万八千颗星 /137

戏县官 /137

吓退招贴先生 /138

死后的对子 /139



十、张家界风情游便利图 / 한눈에 보는 장자제 지도 /140

1. 张家界精品旅游线 /140

2. 张家界站列车时刻表 /142

3. 湖南省境内主要景点门票一览表 /143

4. 张家界市旅行社通讯录 /144

5. 张家界市旅游饭店协会会员单位名录 /148

6. 张家界市各部门名录 /151

7. 武陵源景区导游图 /168



一、张家界导游词

1. 黄石寨导游词

湖南省十佳导游 李平

黄石寨是张家界最大的凌空观景台。关于黄石寨的名称有两种说法：第一种说法是，秦朝末年，汉留侯张良的师傅黄石老人，曾在青岩山隐居，并在此修道成仙。当地人便在山顶修庙，用以祭祀，而后来庙宇被当地土匪所占，他们毁庙筑寨，“黄石寨”之名因此而来。另一种说法是，从空中俯视，此山像一只巨大的雄狮，因名“黄狮寨”。由于第二种说法有些牵强附会，故以第一种说法为准。黄石寨位于张家界国家森林公园的中部，海拔1080米，寨顶面积16.5公顷，从前山上至山顶要爬5878个台阶，走路约两个半小时。从寨顶眺望四周，只见云漫万壑，千峰攒聚，绿树临空，薄雾飘舞，故有“不到黄石寨，枉来张家界”之说。

您如果从前山上去，“罗汉迎宾”是您看到的第一个景点。在左上侧的石壁上，一个大肚罗汉正靠近一棵松树盘腿而坐，他头戴僧帽，歪嘴斜眼，满脸堆笑地凝望着山下，好像传说中的僧人——“济公”，他正在这里笑迎四方来宾呢。离开“罗汉迎宾”，继续往上走，便能看到一座高约3米、进深3米左右、长约20米的岩罩，这里既是游客们小憩的好地方，也是一处绝妙的观景台，它叫做“大岩屋”。在岩屋下20米处有一石峰犹如一个巨大的葫芦，高高矗立。它挺着一个圆圆的大肚子，上面是一个方型小口，口边长着几棵葱绿的小松树和几株映山红，在绿树红花的掩映中，俨然就是一只漂亮的花瓶，所以，游人们都叫它“花瓶峰”。

从大岩屋上行百余米，抬头仰望可见一座80米高的人形石峰向西而立，它五官俱全，头身匀称，鼻梁高挺，头发卷曲，宛如一位“海外来客”。沿着台阶继续上行，远远就能听到悦耳动听的土家山歌，前面不远处便是土家姑娘的点歌台。在这里，一个个衣着秀丽的土家姑娘正在载歌载舞地欢迎着四方来宾，她们优美的歌声将唤起您对土家民风的无限向往，她们的热情好客、淳朴善良将带给您一种从未有过的轻松和快乐，并同时让您感染到张家界的山美、水美、人更美。

“点将台”，在离山顶还有一半距离的地方，经过一个石屋，便可看到有一巨石凌空凸出，崖下一片杉林连绵起伏、绿涛汹涌。相传汉留侯张良当年为

了寻找师傅的踪迹，来到此地隐居，却遭到大权在握、专横一时的吕后的猜忌。为了对付吕后的大军围攻，张良在此日夜操练人马，以防不测。据说，这里就是张良当年登台“点将”的地方。

离开“点将台”，上行50米，向右面拾阶而上，可至一凹型崖壁观景台。台前右侧，有一20米高的圆形石柱，兀自独立，顶端为一平台，上面有一块长约3米，宽1.5米的石匣，匣上有一石盖，一半临空，一半盖于匣上，周围绕以五棵翠绿的松柏。传说张良曾将黄石公的三卷天书藏于匣内，后因战事平息，张良又取出天书放置其他地方，只留下一只半掩半开的石匣，由于石匣内曾藏过天书，因而被人们称誉为“天书宝匣”。

离开“天书宝匣”前行200米，可见一巨石从中裂开一道缝隙，刚好供游人穿过，名家们叫它“天门初开”。站在“天门初开”上回首眺望对面的山峰，峰顶平整的壁面上，有自上而下均匀整齐的线条，上面还有许多笔画依稀、似是而非的斑斑点点，让人有一种神秘兮兮的感觉，相传这就是被张良重新藏置起来的“天书”，所以叫做“天书高挂”。在“天书”的下面还有两只探头探脑的乌龟，似乎正驮着“天书”在艰难的攀登，有一种不堪重负的感觉，大家都叫它“双龟登天”或“金龟驮天书”。

穿过“天门初开”，只见前方奇峰凸起，中间一峰，高大挺拔，恰似一位神猛威武的“把门将军”，你看他身穿铠甲，腰悬宝刀，背插箭羽，身材伟岸，形态逼真。据说是把



黄石寨，山水诗，品一品，游人终生难以忘怀。

守此地的山神，所以，大家一定要虔诚地拜拜它，或者是把自己的门票拿来给它瞧瞧，它将会给大家带来好运，并会保佑你们一路平安。再看我们的身边，有一棵参天古木，树龄在百岁以上。它叫“青钱柳”，又叫“摇钱树”。树根从底部分成大丫，春夏季节，树冠就像是一把撑开的巨伞，显得枝繁叶茂；秋冬时分，树叶又纷纷飘落，由于叶形奇异，洒落在地上就像是一堆堆的铜钱。只要您把树摇一摇，那将会使您很快就会变成腰缠万贯的富翁！——

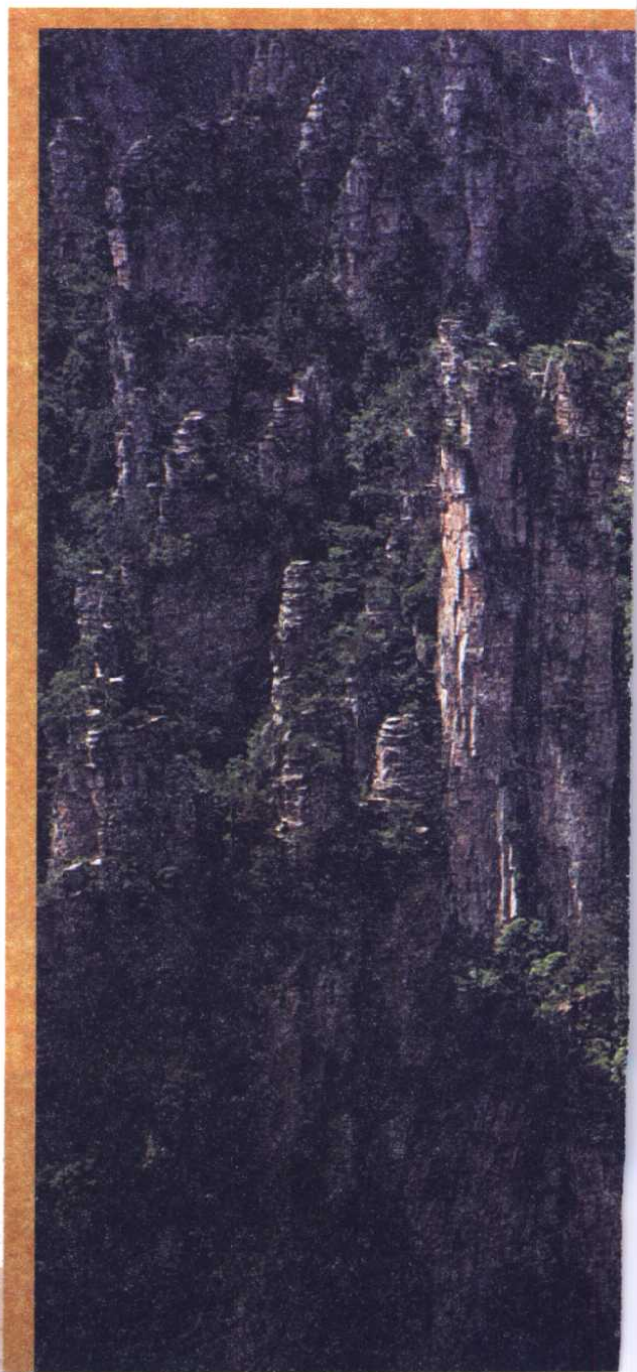
过“摇钱树”不远，便是“定海神针”。它高大挺拔，巍然屹立，似乎在用强硬的身躯支撑着整座大山，“针”一抽，山好像就会塌下来。“定海神针”也是名副其实的“定山神针”，它与“金鞭岩”遥遥相对，形成了一幅十分壮观的“天然壮锦”。————



“南天一柱”是整个“武陵源”风景的特写，它拔地而起，上大下小，孤注一掷。在它身上有一种经万年、历沧桑、石型犹存的象征，它是整个“武陵源”石英砂岩峰林地貌景观的缩影，它也是“张家界国际森林保护节”的节徽和标志。到了黄石寨的顶峰，首先映入眼帘的一个观景台便是“摘星台”，站在台上，使人有一种“一览众山小”的感慨。这里可眺望“双门迎宾”、“天然壁画”、“玉瓶峰”、“兔儿望月”等重要景点。特别是一到晚上，有一种与星星近在咫尺的感觉，似乎一伸手，就能将天上的星星“摘下来”。“六奇阁”，这是采用大理石和钢筋混凝土等材料建成的一座楼阁，它通高四层，攒尖飞顶，重檐鳌突，是一座集民俗、书法、自然景观于一体的特殊楼阁。站在三楼，可以尽情饱览张家界的山奇、石奇、松奇、雾奇、动物奇和植物奇，所以被人们称之为“六奇阁”。

“五指峰”，就像五根手指一样，三长两短，在云雾弥漫之中，五根手指似乎在随风轻轻地摇动。“前花园”，这里就是黄石寨最大的凌空观景台，举目远眺，当真是千山万壑尽收眼底。金鞭溪的清秀静雅，腰子寨的山峦叠嶂，畚刀沟的“百鸟乐园”等等。无不令人拍手叫绝，忘身世外。“黑枞垭”位于环山道中部对面的一岩体之上，枝叶连绵，苍翠蓊郁，有如绿色的迷宫，真是可望而不可及啊。“天桥遗墩”，位于黄石寨西北崖沿下，由六座高二百多米的椭圆形石柱组成，呈南北一字排在黄石寨与袁家界之间约三百米的山谷之中。桥墩下河床干涸，树木稀生显得枯野和苍凉，但在阳光的照射下，却显得是那样的神奇和壮观。

您从黄石寨下山有两个选择：一条是步行下山，大约两个小时，沿途可欣赏“雾海金龟”、“飞云洞”、“龙头峰”、“手掌峰”、“天狗食月”、“望郎峰”等著名景点。另一条是乘坐缆车下山，乘车只需三分钟时间，既节约时间又减轻疲劳。这里的索道是由张家界森林公园管理处和台商合资建造的，工程总投资四千五百多万元人民币，引进法国poma公司生产的双线往复吊箱式组合缆车，斜距离990米，每小时能运载948人，具有安全、平稳、舒适、高速的特点，沿途还可观赏“石笋峰”、“九重仙阁”等精华景点。



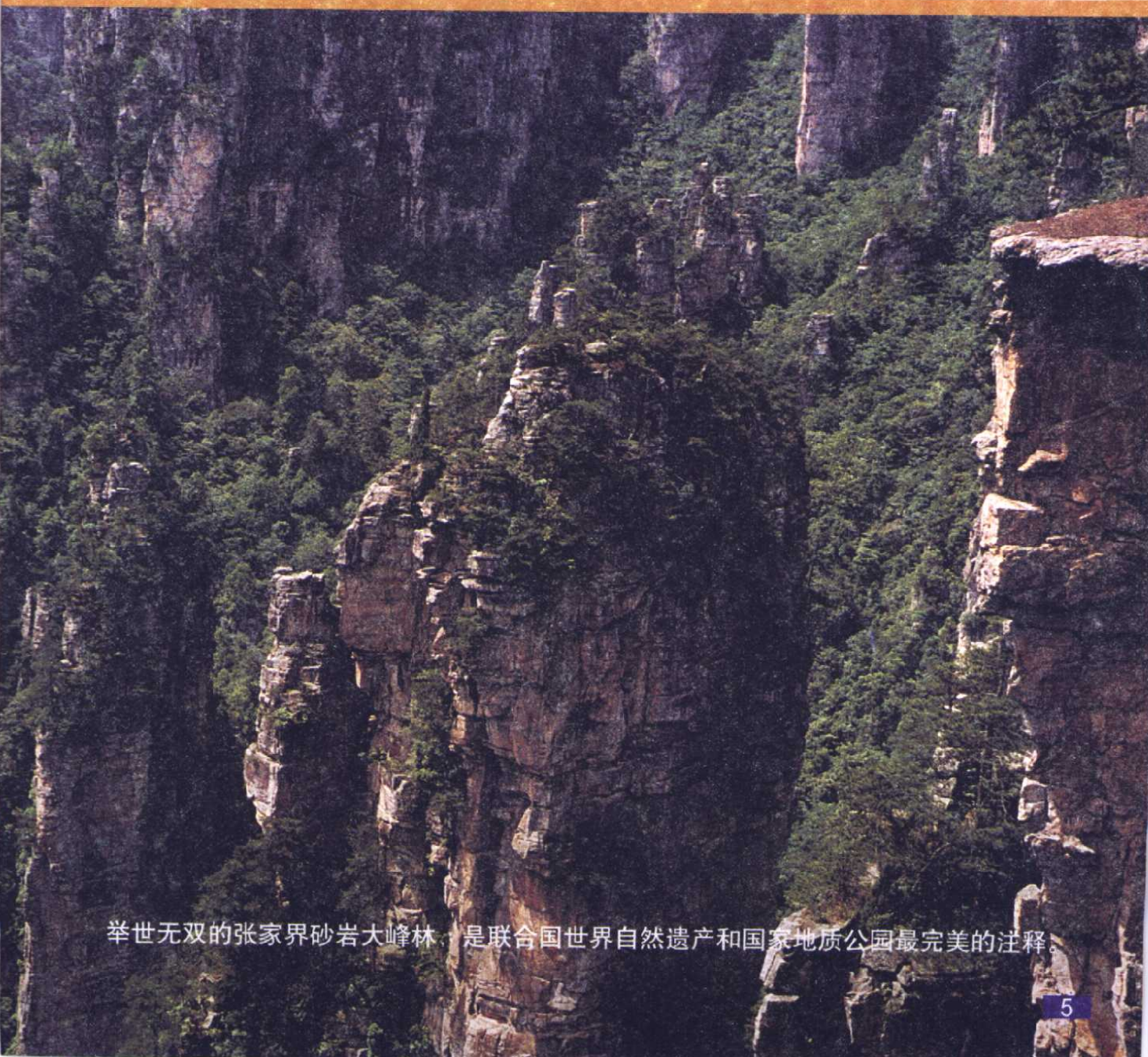
2. 天子山导游词

湖南省十佳导游 李平

到了张家界还有一个地方您一定不要错过，这就是素有“峰林之山”称誉的天子山自然风景保护区。

天子山，东面与张家界森林公园接壤，南部与杨家寨风景区相邻，西边与贺龙元帅故乡桑植县毗连，向北与索溪峪风景区相望。这里原来与黄石寨等山峰连为一体，统称青岩山。后来，善良的土家族人为了纪念民族英雄向大坤，而将此山改名为天子山。

天子山风景秀丽，气候宜人，举目远眺，千山万壑尽收眼底。它由石家



举世无双的张家界砂岩大峰林，是联合国世界自然遗产和国家地质公园最完美的注释。

檐、茶盘塌、老屋场、鸳鸯溪、黄龙泉等五条游览线构成，面积67平方公里，海拔最高处天子峰1262米，建造平坦的步行游道达16公里之多。徒步漫游，用心体会，大有“扩大的盆景，缩小的仙境”的神韵，难怪人们常说：“不登天子山，枉来武陵源。”

从索溪峪上天子山有两条游道：一条是步行从“十里画廊”经“宝塔峰”到“卧龙岭”，观“西海石林”抵“天子阁”至山顶，这条道相对比较辛苦，要爬五千八百多个台阶，约四个小时左右方可到达。另一条则是由香港安达集团公司投资八千多万元，引进世界最先进的奥地利doppelmayr公司生产的单线自动循环式索道，它全长2084米，落差600米，最大跨度900多米，从山底到山顶只需八分钟时间。它不仅使客人既减轻疲劳又节省时间，而且还新开辟了一条精美的游览线，坐车观景，可使您感受到山石叠翠、峰峦起伏、云雾飘渺、气象万千的意境，那真是不似仙境，胜似仙境啊！

各位朋友，现在我们已乘缆车到达山顶，下面我们将乘坐公共巴士去“贺龙公园”停车场，徒步前往“神堂湾”。在山顶吃完中餐后再看“贺龙公园”、“御笔峰”，从“十里画廊”方向下山。

神堂湾，相传向王天子当年兵败时曾率数十余骑后撤退至此，想到无数将士血染疆场，自己多年心血付诸东流，仰天长叹，拍马跳下万丈悬崖，身后的将士们也随之跟着跳下……一场轰轰烈烈的土家族农民起义终因失败而告终。可许多年以后，一个雷雨交加的日子，几个老百姓途经此地时，却听见从悬崖下面传出人叫马嘶的声音，同时还有各种兵器的碰击声，这种情景在以后的若干年中也时有发生。也有人曾想进山探险，但下山才四五十丈深，只见阴风惨惨、黑咕隆咚，还掺拌种种凄厉的叫声，不仅使人毛骨悚然，魂



此门非凡门，乃天门也。当中、奥、俄特级飞行员驾机穿过此门时，仿佛穿过天堂之门。



天子山贺龙塑像。

飞天外。“神堂湾”从此以后，便成为无人涉足的神秘殿堂。从“神堂湾”往回走约五百米，便是有名的“点将台”，相传向王天子当年曾在此地操练马、步、水三军，登台点将，发号施令，那是何等的威风。今天，我们触景生情，焉能不为这历史的沧桑巨变而感慨万千。请大家仔细观察山下的一座座石峰，粗看是杂乱无章，细看即是井然有序，你看它们一个个气宇轩昂，精神抖擞，威武壮观，整齐严肃，不正像即将出征的将士吗？这不仅使我们想起了宋代著名的词人苏轼的《题西林壁》：“横看成岭侧成峰，远近高低各不同。不识庐山真面目，只缘身在此山中。”

贺龙公园，位于石家檐东侧，由贺龙铜像、国产F-歼6战斗机和苏联制造的T-34型坦克三部分组成。贺龙公园是整个武陵源惟一的一处人文景观，公园占地面积约三公顷，它一九九五年筹建，一九九六年落成剪彩。园名曾先后由胡耀邦、江泽民题写，园内有胡耀邦、彭真、廖汉生等人的题词。贺龙铜像高6.5米，包括战马重九吨多，是中国近百年来的伟人中最高、最重的一尊铜像，由广州著名美术学院教授、著名雕塑家——潘鹤设计。贺老总身着大衣，手握烟斗，眼光深情地凝望着故乡，战马则紧紧地依偎在主人身边，意味着对主人的忠贞不渝，飞机和坦克都是为共和国的解放事业做出过巨大贡献的“功臣”，它们象征着贺龙元帅的戎马一生，同时也象征着贺龙元帅将与武陵源山水共存。

铜像背后的不远处，便是“云卿岩”观景台，从这里可以观赏到“西海石林”，上千座山峰风起云涌般展现在眼底，蔚为壮观，鳞次栉比。这里还可以根据不同的季节和天气而观赏到天子山的“四大奇观”——石林、日出、云瀑、冬雪。

走出“贺龙公园”200米，请大家看我们前方的不远处，有一排秀丽精致的石峰，上粗下细，形如笔杆。并立如削，参差相连。这便是武陵源“十大绝景”之一的“御笔峰”。相传，向王天子兵败以后，曾焚毁所有文稿，当他