

山水  
灵性



长白山素有“千年积雪为年松，直上人间第一峰”的美誉，其湖、谷、池、山、泉、林、峰，无一不为世界罕见，无一不秀丽诱人；武夷山是一座历史文化名山，以秀美的奇峰、秀水、幽谷和险壑等诸多美景名闻天下；冠豸山属丹霞地貌，苍玉峡逶迤而入，一石若悬，流泉从石间穿过，潺潺不断，逾半山处，巨石之上立一松风亭，被誉为“客家神山”和“生命神山”……

# 天下奇山

名山奇迹与文化内涵

肖东发◎主编 赵一帆◎编著



中国出版集团



现代出版社

中华精神家园

山水灵性

# 天下奇山

名山奇迹与文化内涵

肖东发 主编 赵一帆 编著



中国出版集团



现代出版社

## 图书在版编目 (C I P) 数据

天下奇山 / 赵一帆编著. -- 北京: 现代出版社,  
2014. 7

ISBN 978-7-5143-2347-4

I. ①天… II. ①赵… III. ①山—介绍—中国 IV.  
①K928. 3

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第159600号

---

## 天下奇山：名山奇迹与文化内涵

---

主 编：肖东发

作 者：赵一帆

责任编辑：王敬一

出版发行：现代出版社

通讯地址：北京市定安门外安华里504号

邮政编码：100011

电 话：010-64267325 64245264（传真）

网 址：[www.1980xd.com](http://www.1980xd.com)

电子邮箱：[xiandai@cnpitc.com.cn](mailto:xiandai@cnpitc.com.cn)

印 刷：北京兴星伟业印刷有限公司

开 本：710mm×1000mm 1/16

印 张：11

版 次：2015年4月第1版 2015年4月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5143-2347-4

定 价：29.80元

---

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载

党的十八大报告指出：“文化是民族的血脉，是人民的精神家园。全面建成小康社会，实现中华民族伟大复兴，必须推动社会主义文化大发展大繁荣，兴起社会主义文化建设新高潮，提高国家文化软实力，发挥文化引领风尚、教育人民、服务社会、推动发展的作用。”

我国经过改革开放的历程，推进了民族振兴、国家富强、人民幸福的中国梦，推进了伟大复兴的历史进程。文化是立国之根，实现中国梦也是我国文化实现伟大复兴的过程，并最终体现在文化的发展繁荣。习近平指出，博大精深的中华优秀传统文化是我们在世界文化激荡中站稳脚跟的根基。中华文化源远流长，积淀着中华民族最深层的精神追求，代表着中华民族独特的精神标识，为中华民族生生不息、发展壮大提供了丰厚滋养。我们要认识中华文化的独特创造、价值理念、鲜明特色，增强文化自信和价值自信。

如今，我们正处在改革开放攻坚和经济发展的转型时期，面对世界各国形形色色的文化现象，面对各种眼花缭乱的现代传媒，我们要坚持文化自信，古为今用、洋为中用、推陈出新，有鉴别地加以对待，有扬弃地予以继承，传承和升华中华优秀传统文化，发展中国特色社会主义文化，增强国家文化软实力。

浩浩历史长河，熊熊文明薪火，中华文化源远流长，滚滚黄河、滔滔长江，是最直接源头，这两大文化浪涛经过千百年冲刷洗礼和不断交流、融合以及沉淀，最终形成了求同存异、兼收并蓄的辉煌灿烂的中华文明，也是世界上唯一绵延不绝而从没中断的古老文化，并始终充满了生机与活力。

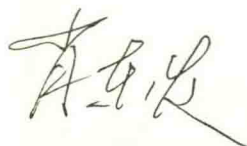
中华文化曾是东方文化摇篮，也是推动世界文明不断前行的动力之一。早在500年前，中华文化的四大发明催生了欧洲文艺复兴运动和地理大发现。中国四大发明先后传到西方，对于促进西方工业社会发展和形成，曾起到了重要作用。

中华文化的力量，已经深深熔铸到我们的生命力、创造力和凝聚力中，是我们民族的基因。中华民族的精神，也已深深植根于绵延数千年的优秀传统文化传统之中，是我们的精神家园。

总之，中国文化博大精深，是中华各族人民五千年来创造、传承下来的物质文明和精神文明的总和，其内容包罗万象，浩若星汉，具有很强文化纵深，蕴含丰富宝藏。我们要实现中华文化伟大复兴，首先要站在传统文化前沿，薪火相传，一脉相承，弘扬和发展五千年来优秀的、光明的、先进的、科学的、文明的和自豪的文化现象，融合古今中外一切文化精华，构建具有中国特色的现代民族文化，向世界和未来展示中华民族的文化力量、文化价值、文化形态与文化风采。

为此，在有关专家指导下，我们收集整理了大量古今资料和最新研究成果，特别编撰了本套大型书系。主要包括独具特色的语言文字、浩如烟海的文化典籍、名扬世界的科技工艺、异彩纷呈的文学艺术、充满智慧的中国哲学、完备而深刻的伦理道德、古风古韵的建筑遗存、深具内涵的自然名胜、悠久传承的历史文明，还有各具特色又相互交融的地域文化和民族文化等，充分显示了中华民族厚重文化底蕴和强大民族凝聚力，具有极强系统性、广博性和规模性。

本套书系的特点是全景展现，纵横捭阖，内容采取讲故事的方式进行叙述，语言通俗，明白晓畅，图文并茂，形象直观，古风古韵，格调高雅，具有很强的可读性、欣赏性、知识性和延伸性，能够让广大读者全面触摸和感受中国文化的丰富内涵，增强中华儿女民族自尊心和文化自豪感，并能很好继承和弘扬中国文化，创造未来中国特色的先进民族文化。



2014年4月18日



## 东北屋脊——长白山

相传由白蛇变成的大山 002

从古到今的历史沿革 009

美丽诱人的景色与神话 020

长白山风韵文化之美 037

## 华东屋脊——武夷山

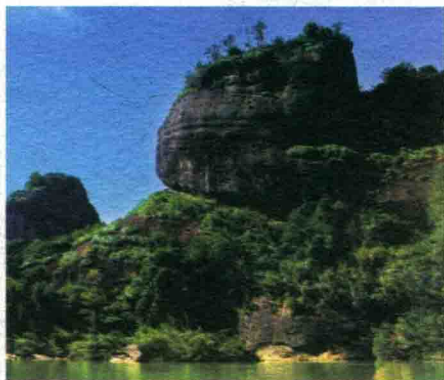
046 武族夷族化干戈成为一家人

051 悠久的历史文化造就武夷山

059 名人到访增添武夷山知名度

064 独树一帜的丹霞地貌美景

076 万里飘香的武夷山岩茶



## 客家名山——冠豸山

不尽孝道的仙徒丧失法术 084

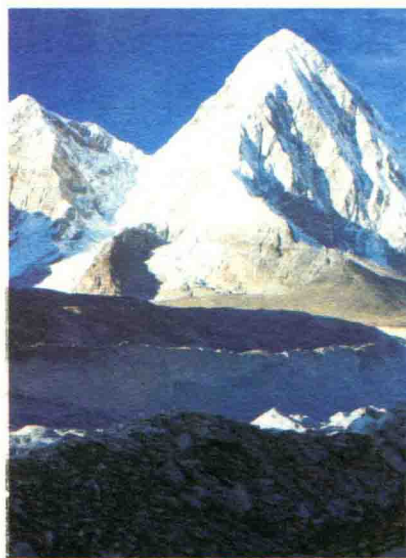
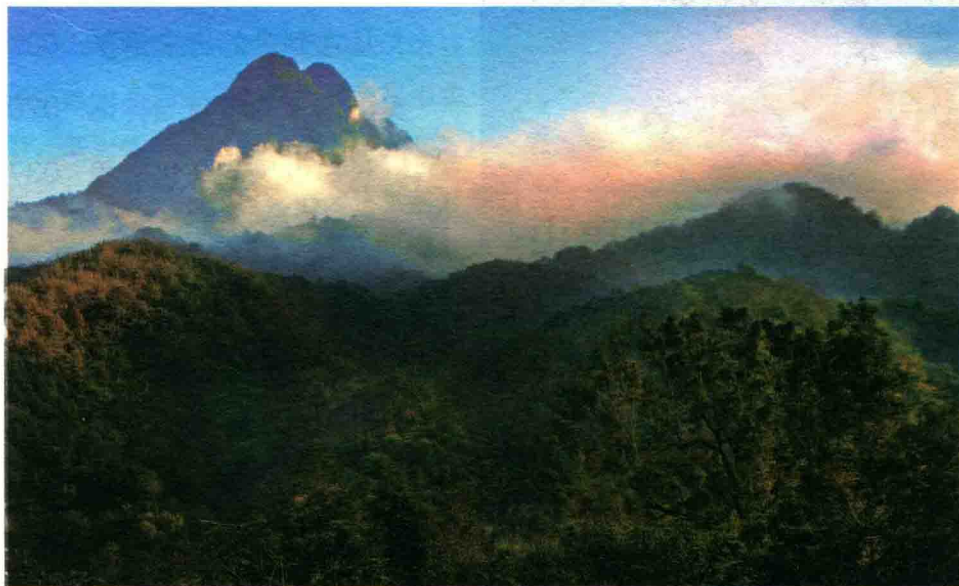
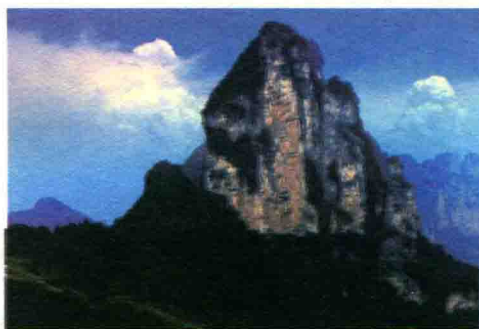
独特的冠豸山理学文化 088

风景如画的美丽冠豸山 097



## 海南屋脊——五指山

- 106 埋葬五个儿子的大山
- 111 诗文石刻盛赞五峰美景
- 119 绝美环境造就千年茶香
- 126 民风纯朴的五指山地区



## 世界屋脊——珠穆朗玛峰

- 长寿五仙女降服五头毒鸟 132
- 飘落在珠峰上的守护精灵 137
- 奇特自然景观造就神话传说 141

## 台湾屋脊——阿里山

- 见义勇为的好小伙阿里 148
- 远近闻名的阿里山五奇 154
- 回味无穷的特产美食 160

# 长白山

长白山是我国十大名山之一，位于吉林省和朝鲜两江道三池渊郡之间，是图们江、鸭绿江、松花江的三江发源地，也是中、朝两国的界山。

长白山因其主峰多白色浮石与积雪而得名，素有“千年积雪为年松，直上人间第一峰”的美誉。

长白山的湖、山、峰，无一不为世界所罕见。它是一座休眠火山，历史上曾有过数次喷发，因此才形成了独特的地貌景观。



# 相传由白蛇变成的大山

002

天下奇山

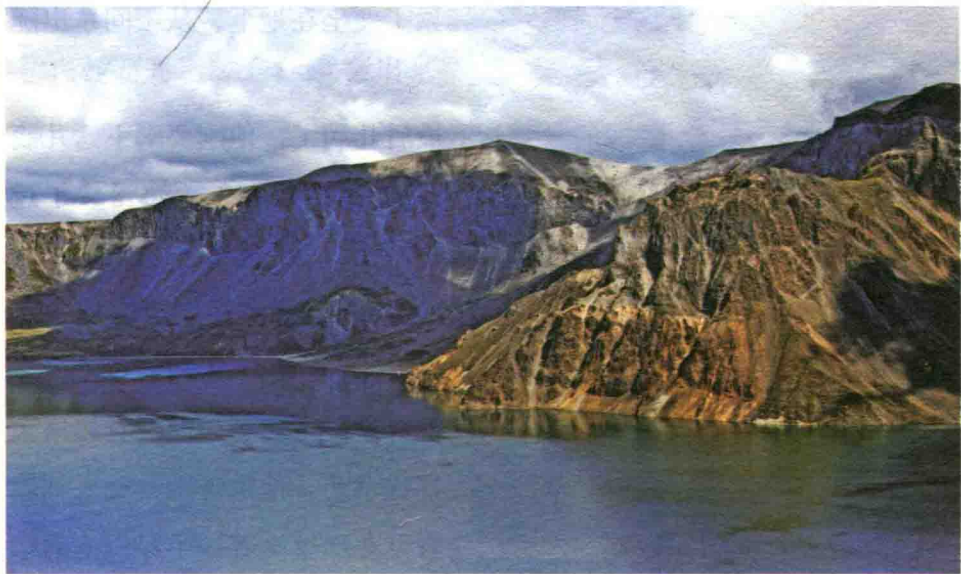
名山奇迹与文化内涵

长白山位于我国吉林省东南部，有“关东第一山”之称。其形成早在喜马拉雅造山运动之前，大约是在更新世纪与上新世纪之间，至少有1200万年的历史。

长白山的总面积为8000平方米，涉及范围较广，跨越延边、白山



■ 长白山火山岩



■ 长白山天池

和通化3个地区。其范围大致北起吉林省安图县的松江镇，西到抚松县松江河，东止于和龙县境内的南岗岭，南部一直延伸到朝鲜境内。

长白山主峰海拔2600多米，在海拔2500米以上的山峰有16座。在我国众多名山中，长白山的纬度最高，是欧亚大陆东部最高的山峰。

如此壮丽气魄的长白山究竟是如何形成的呢？相传是由一条小白蛇变化而来的。

那是在很久以前，我国东北地区本是一片大沙漠，只有少量草原，草原上住着很多蒙古人，他们有穷人和富人。那些草原都是属于王爷和贵族们的领地，而奴隶和牧民们却只能过着穷苦的日子。

穷奴隶里面个叫蒙根的年轻人，家里只有一位老母亲。他家世代代给王爷当奴隶，虽然他没日没夜地给王爷干活，可还是吃不饱穿不暖。

一年夏天，太阳非常毒，到处都特别热，蒙根有

**关东** 是指辽宁省、吉林省、黑龙江省、内蒙古自治区的东四盟市，地处我国东北方，自古以来，就泛称“东北”，而明代以后又俗称“关东”，清朝后又称之为满洲或东三省。

**蒙古包** 蒙古族特有民居。其建筑方法是用驼绳绑扎固定，成为一固定圆形墙壁。圆顶陶敖上饰美丽花纹。包顶外形均是圆锥体，通常用一层或二层乃至多层毛毡或帆布覆盖，最后用一块矩形毛毡把陶敖覆盖以过夜或防雨雪。非常适合于经常转场放牧民族居住和使用。

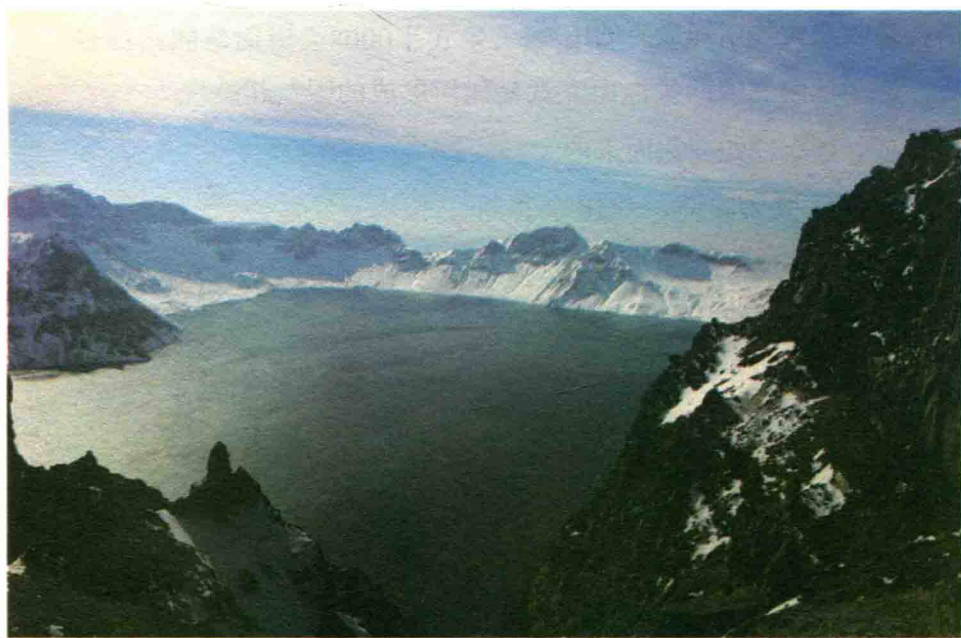
一天在干活的时候，累了便坐在地上，从腰间拿出随身带的水来喝。

蒙根的水只剩下最后几滴了，他刚要喝下这几滴水，忽然发现一条小白蛇趴在他脚下，热得昏了过去。蒙根看这条小蛇很可怜，就把水给小白蛇喝了。不一会，小白蛇苏醒过来，它感激地向蒙根点了点头，就爬到草地不见了。

蒙根回到家，发现自己母亲病了，他没有钱请大夫，只得到草原上去寻找草药。他走呀走，又来到救过小白蛇的地方，他看见在那里坐着一个穿白袍的小伙伴。小伙子一看见蒙根就向他打招呼，还拿出一包药给他，告诉他这药能治蒙根母亲的病。蒙根觉得很奇怪。

那个穿白袍的小伙子解释说：自己是被蒙根救过的小白蛇，来报答他的救命之恩，以后蒙根要是遇到

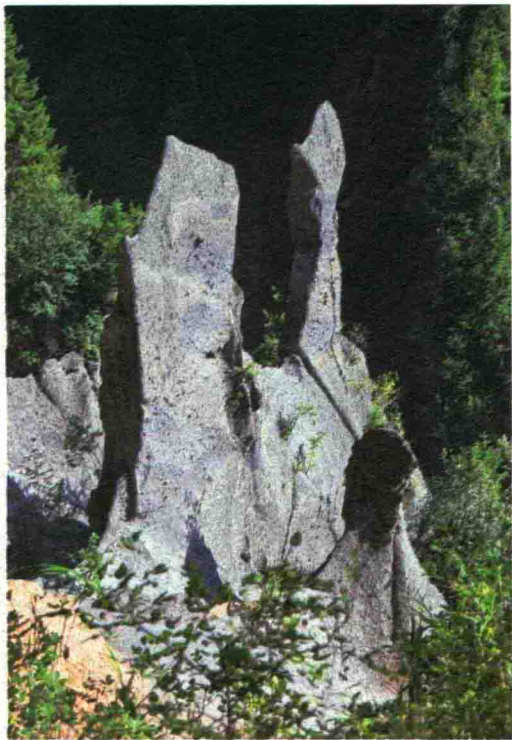
■ 长白山天池



什么困难，就到这里来喊三声“白蛇哥哥”，自己就会出来帮助他。

蒙根高高兴兴地提着药赶回蒙古包，他把药给母亲吃后，母亲的病果然很快好了。

时间又过了几年。这一年，草原上出现了一次大旱灾，人们面临着没有水喝的绝境。这时，蒙根突然想起了小白蛇的话，就赶快去找。蒙根找到白蛇哥哥，向他叙述了草原上的灾难，要他帮助大家。



■ 长白山奇石

小白蛇想了想说：“好吧，晚上你和伙伴们同来，带着锹镐，看到哪块草地上有两点绿光，就到哪块刨土，就能刨出水来。”

蒙根回到蒙古包里和穷苦牧民们说，大家都十分高兴，当即准备了锹镐，到了夜里，人们来到茫茫草原上，果然望见草地上有两点绿灯一样的光亮。

大家盯准了地方，就开始刨地，刨了不深，水就哗哗流出来了。人们喝了这水，立即有了精神，就连那些生病的人也立即恢复了健康。

不久，关于小白蛇救助穷人的事传到了王爷耳朵里。阴险贪婪的王爷知道，这草原上的绿光就是世间少有的珍宝夜明珠，而这夜明珠就是小白蛇的眼睛。

王爷想得到夜明珠，就命令家丁们四处捉拿小白

**夜明珠** 是一种稀有宝物，古代称为“随珠”、“悬珠”、“垂棘”、“明月珠”等。夜明珠早在我国远古时期就已出现，是一种荧光石和夜光石，它由一些发光物质集聚于矿石中形成的。此外，部分工艺品也利用萤石的特征制作一些冠以“夜明珠”名称的饰品。



长白山小天池

蛇。可是家丁们把草原找了个遍，也没有找到小白蛇。王爷见这个办法行不通，就叫人把蒙根抓到了王爷府。

王爷对蒙根说：“我的蒙根呀，你从小就给我放羊，我一直想抬举你，但是一直没有机会，如果你能把小白蛇的眼睛弄来一只献给我的话，那我以后只让你干些轻松的活了。”

蒙根当然不同意，王爷便吩咐家丁将他毒打了一顿。最后，蒙根只好答应了王爷。第二天，蒙根来到救小白蛇的地方，将小白蛇叫出来，并请小白蛇一定要救救自己。

小白蛇对蒙根说：“兄弟呀！夜明珠是我的眼睛，可兄弟你又救过我的命，今天兄弟有难，我说什么也要帮助你啊！”

小白蛇说完闭上一只眼睛，将眼睛抠出来送给了蒙根。蒙根将眼睛拿到王府，献给了王爷。

过了些日子，王爷和他夫人都争着要这个夜明珠。王爷怕老婆，

只得把夜明珠让给了夫人。可王爷并不甘心，他又叫人把蒙根找来。

王爷对蒙根说：“我的蒙根呀！你如果能把另一只夜明珠献给王爷，我就赐给你大群牛羊，百两黄金，而且还叫你骑上快马跑七天七夜，凡是你圈的地方全都给你，从此以后你就再用不着放羊，你可以娶妻成家，享受荣华富贵了。”

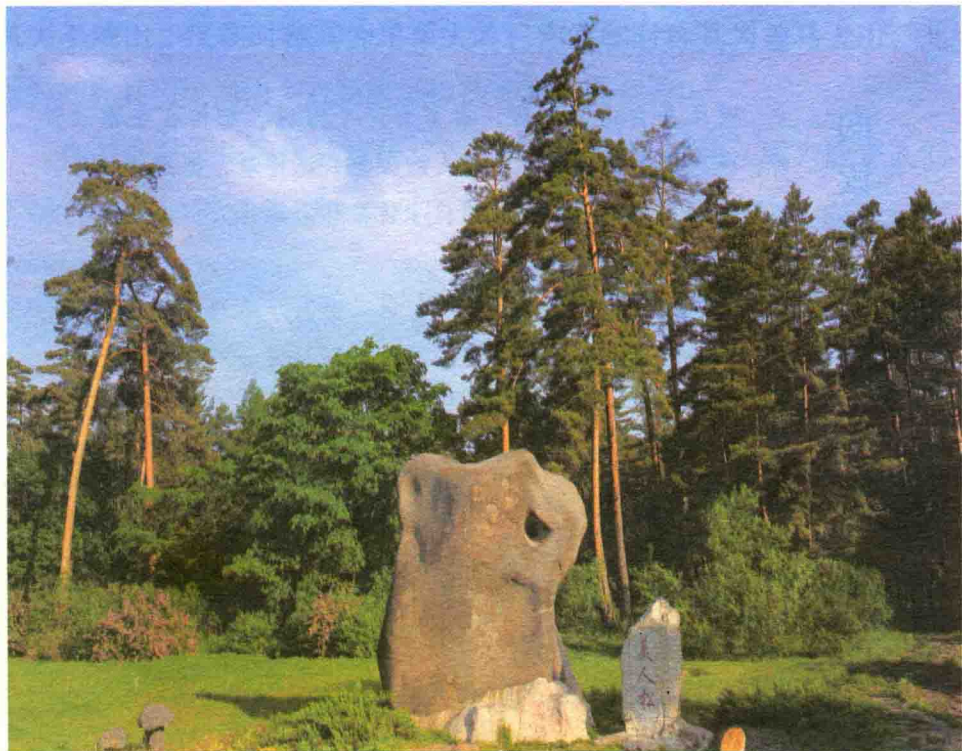
蒙根本来就是穷孩子，听说以后可以永远享受荣华富贵，他就动了心，并答应下来。他担心小白蛇不再帮自己了，就想了一个计策，去抢夺夜明珠。

第二天，蒙根带上王爷家的所有家丁，悄悄地埋伏在小白蛇出现的地方。蒙根连喊三声白蛇哥哥，小白蛇就出来了。

**家丁** 是指受封建地主和官宦家庭雇佣、供差遣或当保卫的人。

“家丁”在南朝时期是指到了服役年龄的人，在明朝时期专指不属于军队的武将，到了清朝时期又指富豪家守护家院的佣人。

■ 长白山美人松



小白蛇刚一出现，蒙根和王爷的家丁就一拥而上把小白蛇团团围住，要挖掉小白蛇的另一只眼睛。

小白蛇见到这种情景，立刻大怒，把头一摆，一瞬间，草原上狂风四起，黑云弥漫，电闪雷鸣。只听得惊天动地一声巨响，顷刻之间，风也停了，云也散了。小白蛇化成了一座白色的山峰，把蒙根和王爷的家丁全部都压在山峰底下了。

虽然小白蛇化成了山峰，但他还惦记着草原上穷苦的牧民和没有制服的旱灾，他就把剩下的一只眼睛化成了一池清水，并从清水中流出一条江水来，这条长长的江水一直流过了草原。

后来，人们为了纪念小白蛇，就把这座山叫长白山，把山顶的一池清水叫天池，把从天池中流出的江水叫松花江。

因为有了水，这里的人就越来越多。从此以后，肥沃的草原上水草丰美，牛羊肥壮，牧民们就过上了幸福的生活。

## 阅读链接

关于长白山的来历，有另外一个传说。相传在宇宙洪荒时，天地间不时出现一条庞大的神龙兴风作浪，把清明日月、朗朗乾坤搅扰得混混浊浊的，斗转星移，弄得天上人间都不得安宁。

玉皇大帝处理天机大事，面对天臣们厚厚的奏折，龙颜大怒，决心惩治神龙并造福于下界，就下旨调动所有神兵天将，亲自督阵以助士气军威。

这场征战历时七七四十九天，历经九九八十一战。交战双方势均力敌，杀气腾腾，你来我往，你进我挡，你死我活，越战越勇，尽逞其能。

后来，终于降服了这条神龙。玉帝忙命天神用一条大铁索牢牢地锁住神龙。光阴似箭，日月如梭。沧桑历史，几多变迁，那条神龙也改变了模样，就形成了长白山脉。

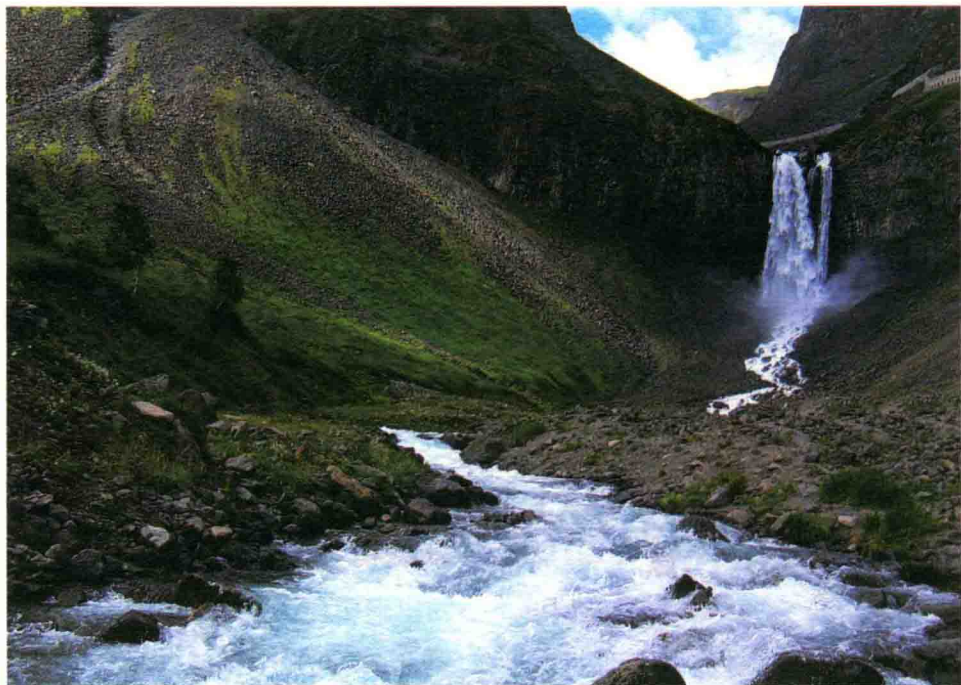
## 从古到今的历史沿革

历史上的长白山一直是关东人民生息劳作的地方，在先秦之前称其为不咸山，汉朝时称其为单单大岭，南北朝时称其为盖马大山，北魏时则称其为太白山，直至宋朝以后才称其为长白山。

自古以来，长白山就流传着许多诗词和有关记载，成为后来人们了解长白山的重要依据。在我国最早的一部地理学著作《山海经》



■ 长白山苔原雪景



■ 长白山的日出

中，就曾有其记载。

《山海经》传说是大禹之子伯益所著，成文在战国以前，它详细地记载了其父大禹王治水时所经过的地方。据此书记载：

大荒之中有山，名不咸，在肃慎之国。

书中的“不咸”就是指后来的长白山。“不咸”在蒙古语中是神仙之意，在东北居住的各少数民族，如肃慎、沃沮、扶余、鲜卑、高句丽、蒙古、契丹等民族，都十分景仰东北境内这座最高的高山，并流传了许多关于它的神话传说。因此，人们将长白山称为不咸山，就是神仙山或者仙山的意思。

据魏晋时史学著作《后汉书·东夷列传》记载：

伯益 亦作伯翳、柏翳、柏益、伯翳，又名大费。是夏朝第一位天子大禹的儿子。据传说，我国古代最早的神话古书《山海经》就是由伯益所作，具体讲述了其父大禹在长白山治水的事迹。他善于畜牧和狩猎，并且发明了我国最早的屋舍，被我国民间尊称为“土地爷”并受到供奉。