

感悟自然 —— 华夏美景游系列图书

美景中国

——国家级风景名胜区

文 斌 主编



化学工业出版社

感悟自然

——华夏美景游系列图书

K928.7/30

2007

美景中国

——国家级风景名胜区

文 斌 主编



化学工业出版社

北京

《感悟自然——华夏美景游系列图书》编委会

主 任：程道品

副主任：吴忠军

编 委：程道品 吴忠军 杨 艺 文 斌 张 珺

滕汉书 李海防

《美景中国——国家级风景名胜区》

主 编：文 斌

参 编：梁福兴 陈 炜 吕华鲜

图书在版编目 (CIP) 数据

美景中国——国家级风景名胜区/文斌主编.—北京：化学工业出版社，2007.9

(感悟自然——华夏美景游系列图书)

ISBN 978-7-122-00751-3

I. 美… II. 文… III. ①风景区—简介—中国②名胜古迹—简介—中国 IV. K928.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 101232 号

责任编辑：王 斌 徐华颖

装帧设计：关 飞

责任校对：王素芹

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：化学工业出版社印刷厂

720mm×1000mm 1/16 印张6½ 字数90千字 2007年9月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：29.80元

版权所有 违者必究

阅读指南

本书不仅适合旅游爱好者使用，茶余饭后随手拿来翻翻，天南海北，神游华夏美景，也是不错的选择。

[景区概述] 用简练的语言帮助您尽快了解旅游景区全貌。

[魅力指数] 本书的特色所在。我们试图通过旅游专家的专业眼光，分析每一个景区的魅力所在，并经专家小组评议给出魅力指数，引导您更多角度地去欣赏美景，更深层次地感悟自然。

[精华览胜] 介绍景区内最具特色、最具价值、不容错过的景点，使您对旅游目的地有更具体的了解。

[旅游指南] 为您提供全方位的行、住、食、游等旅游资讯，尽可能为您的旅行提供方便。



怎么走？



吃点嘛？



住哪里？



玩什么？



如何游？



买点啥？

关于风景名胜区

2006年12月1日我国正式施行的《风景名胜区条例》对“风景名胜区”做了如下定义：具有观赏、文化或者科学价值，自然景观、人文景观比较集中，环境优美，可供人们游览或者进行科学、文化活动的区域。国家建立风景名胜区，就是为了在保护资源的基础上，进行旅游开发，以可持续发展和永续利用的原则为前提，遵循市场规律，最大限度地实现旅游产业的功能，满足人民群众的旅游需求，带动当地经济的可持续发展。

我国的风景区源于古代帝王的游玩狩猎，修建的园林、军事防御、水利工程等建筑，以及文人墨客的名山大川和邑郊游憩地，最早可追溯到夏商周三代贵族的游猎活动区。风景名胜区从有限的贵族活动区，发展到普通大众的休闲活动区；从欣赏自然风光景色，发展到合理地开发利用自然旅游资源和人文旅游资源；从借助自然资源构建园林等建筑，发展到文化学习、体验活动等非自然因素融入其中或占主导地位的形式多样的区域，这些发展变化都是风景名胜区的强大生命力的体现。

风景名胜区最基本最重要的功能是更加有针对性地保护生态环境、生物多样性。在此基础之上合理地开展旅游活动。风景名胜区是地球演变过程和人类社会发展进程的见证，蕴涵着众多气象、水文、植被、动物、地貌等自然旅游资源和

人类进化、社会制度、军事战争、历史名人等人文旅游资源。通过风景名胜区的集中体现，我们能更清楚地了解我国的悠久历史和复杂的社会发展，更好地反映我们民族的文化、艺术、科学成就及生活状况的实物资料。由于特定的宗教原因，使得有些风景名胜区和著名的宗教活动圣地，信仰宗教的人们会怀着虔诚的心来到这些圣地进行各种宗教自由活动。

我国的风景区是一批极为珍贵的自然文化遗产，其中有不少是全人类的珍贵遗产，具有类型多样、历史悠久、内容丰富、自然为主、融自然与文化为一体等独特价值。但是，由于历史、经济发展和人为原因，我国风景名胜区的现状不容乐观，大量的风景名胜资源受到根本性的破坏，或者在开发过程中只注重经济效益，而忽略了生态环境的保护，造成了环境的恶化，景观质量下降等严峻问题。

本书从我国众多的国家级风景区当中选取出了一些有代表性的区域加以介绍，其中以2007年首批确认的5A级景区为主。我国风景区类型多样，各具特色，我们所做的只是管中窥豹，只是希望通过对这些风景名胜的介绍，唤起人们对祖国大好河山的热爱，希望更多的人热衷于游览山河，开阔视野，陶冶情操，锻炼体魄，访胜猎奇，增长见识，让现代社会的紧张生活压力得到很好的舒缓、释放。通过旅游者、国家政府机构、旅游从业人员的共同努力，让我国的风景区走向世界，展现中国风景名胜资源的珍贵价值和绚丽风姿。



我国主要有哪些国家级风景名胜区?

1



旧貌新颜，雄风依然——长江三峡

2



中国的夏威夷——海南三亚热带海滨

14



天下第一险——陕西华山

26



瀑布之乡——贵州黄果树

38



人间胜境——九寨沟

50



百里画廊——桂林漓江

62



清凉胜境——山西五台山

74



雪原牧场——西藏雅砻河

86

我国主要有哪国家级风景名胜区分？

安徽：黄山风景区

北京：明十三陵、八达岭长城

重庆：缙云山国家级自然保护区、巫山小三峡

福建：永泰青云山风景名胜区、鼓山、鼓浪屿旅游区

甘肃：月牙泉、鸣沙山

广东：西樵山风景名胜区、白云山风景名胜区、星湖风景名胜区

广西：漓江景区

贵州：龙宫、黄果树瀑布景区、织金洞风景区

河北：外八庙、承德避暑山庄、北戴河风景区、苍岩山风景名胜区

湖北：东湖风景区、三峡人家风景区、长江三峡工程、坛子岭旅游区

湖南：岳麓山风景名胜区、衡山风景名胜区、猛洞河风景区、洞庭湖、岳阳楼、武陵源风景名胜区

江苏：太湖鼋头渚风景区、瘦西湖公园

江西：庐山风景区、滕王阁、三清山风景区、仙女湖风景名胜区

吉林：松花湖风景名胜区

辽宁：老虎滩海洋公园、金石滩国家旅游度假区、棒棰岛景区

宁夏：西夏王陵

陕西：华山、黄帝陵旅游区

山东：崂山风景名胜区

山西：恒山旅游区、五台山

四川：青城山景区、都江堰景区、九寨沟风景区、黄龙风景区、峨眉山风景区

天津：盘山风景区

新疆：博斯腾湖、天山天池

云南：滇池、宜良九乡风景区、玉龙雪山旅游度假区

浙江：西湖风景名胜区、五泄旅游区、雁荡山风景名胜区、楠溪江风景名胜区

旧貌新颜，雄风依然——长江三峡

◎ 数千年古歌巴人传唱

近百段栈道蜀汉争锋

神女望穿秋水的眼睛

只看见冷帆点点、托孤遗泪

蓦然间，雄浑的号子响彻十年

千里江山一望，长龙横卧，高峡涌起平湖

烟波浩淼，苍山叠翠，闸门摇落银河

长江三峡1982年成为首批国家重点风景名胜区。这是一处以长江水道、峡谷奇观、巴楚文化、三峡大坝和葛洲坝水利工程等为特色的河川风景名胜区，西起重庆奉节白帝城，东到宜昌南津关，全长193公里，包括瞿塘峡、巫峡、西陵峡三段大峡谷。三峡大坝蓄水之后形成的高峡平湖水域库区，包括上自重庆朝天门码头，下至宜昌三峡坝区及其沿江支流一带曲折绵长的广阔水域。

长江三峡水道是沟通四川盆地和两湖平原、长江中下游平原的咽喉门户，素有“川鄂咽喉”、“三峡门户”之美称，有史以来就是我国内陆航运的黄金水道。三峡地理位置十分险要，江窄峡深、水急滩险，历来是兵家必争之地。巴楚时期蛮荒神秘的文化记载，三国时代蜀汉争峰的历史颂歌，在三峡一带留下了无数美丽的传说，加以古往今来无数文人墨客的渲染，以及其特殊的地理人文环境，产生了三峡独具魅力的社会历史文化积淀和民风民情习俗传承，留下了浓郁厚重的三峡传统文化内涵。

如今，号称“百里画廊”的三峡风景名胜区经过数十年的开发，已经形成了以三峡水道主干线为核心，向重庆主城、湖北宜昌两极辐射，从南北两翼向腹地延伸，库区、峡区、坝区三区联动的大三峡旅游风景名胜区。

魅力指数

天象景观



三峡地段属温湿的中部亚热带气候区，天象景观受峡谷地形影响十分显著。其中巫峡谷深峡长，迂回曲折，显示出典型的峡谷气候特征，可作为三峡气候的代表。冬季温和，夏季炎热，雨量充沛，四季分明，与四川盆地、长江中下游平原没有多大差别，但是，由于峡谷深邃，谷底接受日照时间短，冬天仅中午前后两三个小时可见阳光，夏季日照也仅五六个小时。峡谷里风力较强，风向固定，多是顺峡方向的东风或西风。峡谷地形封闭，湿气蒸郁，极易成云致雾。夏季常有雷鸣电掣，大雨倾盆，是全国的暴雨中心之一；秋多晴日，云淡天高；冬季蒙蒙峡雨，连绵数日；春夏之交，天气变化无常，多见朝云暮雨。水光山色宜人，风景四季不同。

峡谷景观



三峡河道狭窄，江水流速变化很大，水位涨落悬殊。洪水期流量一般达每秒4万~8万立方米，枯水期流量一般为每秒3000立方米，最高水位与最低水位的差值可达50余米。洪水期间，江水上涨异常迅猛，往往一日之间水位上涨十几米。



河床坡度大，平均每5公里要下降1米，水势湍急。流速变化很大，枯水期平均流速为每小时4公里，洪水期每小时11公里，有些急流险滩处可达每小时16~25公里。夏季丰水期间，波涛汹涌的江水，从弯转曲折的峡谷中夺路而出，一泻千里；秋冬枯水季节，江流又蜿蜒回荡在群山峡谷之中，使三峡的航道显得格外艰难。目前，三峡大坝蓄水之后，风景则以高峡平湖奇观为主。

地质景观

★★★★★

长江三峡不仅是一个风光秀丽、胜迹众多，令游人流连忘返的旅游胜地，也是自然科学研究、观光和实习的天然宝库。长江三峡已经被列为国家级地质公园，三峡地层是“无字的天书”，隐匿着许多有关地球发展演化、古代生物形成演变及金银宝玉石生成的奥秘。三峡地区最古老的地层“崆岭群”，距今已有28亿年历史，他的主要岩性以混合岩、片岩、片麻岩及大理岩组成，总厚度可达5300余米。崆岭群主要出露在西陵峡美人沱和崆岭峡一带。在崆岭群地层的上面覆盖的就是上元古界震旦系，距今已有6亿~8亿年历史，岩性以砂砾岩、碳质页岩、冰碛砂砾岩、磷块岩及白云岩组成，厚度多在1000米左右。三峡岩层中含有丰富的三叶虫、头足类、腕足类、珊瑚、笔石、恐龙、菊石、鱼类、龟鳖类、大熊猫、剑齿象、犀牛、古猿人类及古植物化石，还含有铁、锰、铝、钒、银等矿产资源。探索和思考这些隐匿在旖旎风光中的微妙而奇秘的地质奥秘，将会给旅游观光增添许多乐趣。



动植物景观

★★★★★

长江三峡地区生物多样性丰富，被专家学者誉为天然的野生生物种基因库，单是库区就有维管植物5777种，有华南虎、金丝猴、中华鲟、白头鹤等国家重点保护动物55种。三峡库区北面的湖北神农架国家级自然保护区，是亚热带森林生态系统典型，为金丝猴、华南虎、珙桐等珍稀动植物的繁殖地。重庆大巴山省级自然保护区，是华南虎、云豹、崖柏、水杉等濒危动植物的家园。三峡大坝蓄水后，三峡库区将成为中国最大的人工湿地生态系统，水禽种类和数量将大大增加。

地方风情

★★★★★

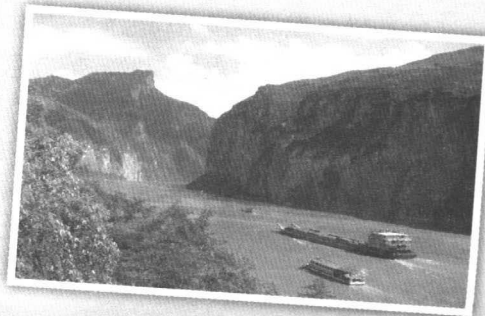
长江号子、裸体拉纤、移民新村、土家风情、三峡船家、长阳巴山舞等都是三峡风景名胜区独特地方民俗风情的代表。其中，长阳巴山舞是20世纪80年代兴起的一种城乡新型群众自娱性集体舞蹈，源自土家族传统民间舞，由“巴山摇”、“半边月”、“风摆柳”、“双龙摆尾”、“喜鹊登枝”等动作组成，以身体上下颤动和胯部左右摇摆为特色；三峡渔家生活，主要体现在沿江及其支流渔民的小木船“渔划子”放钩、撒网、捕鱼等场景之中；“女儿会”原是土家族青年男女倾吐爱慕之情的“边边会”，如今已经成为沿江各族人民的文化群英会和物质交流会。此外宜昌长阳薅草锣鼓、巴楚古音兴山体系民歌、古朴诙谐的秭归地花鼓、土家白虎图腾信仰遗迹和向王崇拜、吃粽子赛龙舟、古栈道背篓出行、鲤鱼跳龙门和神女峰传说等，都充分体现了三峡旅游风景区民族民俗文化的奇异风采。



文化内涵

★★★★★

巴楚文化是一种地域性非常独特的中华历史文化，它主要分布于川、陕、鄂、湘、黔五省交界区域，以长江三峡为其活动中心。地域内重合交叉、内核中深层融合、民族间联姻交流、习俗上融汇混合是巴楚文化的主要特征。西周、东周、春秋、战国时期遗址出土的陶器、青铜器等都充分体现了巴楚文化鲜明的个性特点。三峡地区诞生过伟大的爱国诗人屈原、千古才女昭君，遗留有三国时期的古战场，有唐宋以来李白、杜甫、白居易、刘禹锡、范成大、苏轼、陆游等众多诗圣文豪写下的千古传诵的诗章和碑铭，文化底蕴十分丰厚。



精华览胜

长江三峡风景区自然人文景观无数。上游重庆段，包括以巫峡十二峰及其支流神女溪为中心的神女峰风景区，以瞿塘峡及其支流黛溪为中心的大溪大庙科考旅游区，以长江支流大宁河及大宁湖为中心的小三峡风景区和高峡平湖风景区。出瞿塘峡，过奉节白帝城，上游沿江名胜古迹还有云阳张飞庙、忠县石宝寨、丰都名山、涪陵白鹤梁、重庆渣滓洞和白公馆以及大量赞颂三峡风光的碑铭题刻。下游宜昌段，包括以巴东、西陵峡、三峡大坝、葛洲坝以及长江支流香溪、车溪、神农溪、杨家溪等为中心的三峡人家风景区、三峡观坝风景区、神农溪风景区、神农架自然保护区、车溪民俗风景区、杨家溪峡谷漂流、屈原文化旅游区等风景名胜区。

重庆与朝天门码头

重庆市区位于长江与嘉陵江的汇合处狭长半岛上，一山起伏，双江环抱，楼宇重叠，气势雄伟，号称“山城”，集山、水、林、泉、瀑、峡、洞等自然景色为一体，融巴渝文化、民族文化、移民文化、三峡文化、陪都文化、都市文化于一炉，具有浓郁的地方文化特色。主要旅游景点有红岩村、曾家岩、白公馆、渣滓洞、中美合作所旧址、南北温泉、缙云山、枇杷山、大足石刻、巫山龙骨坡遗址、涪陵白鹤梁等。

朝天门位于重庆城东北长江与嘉陵江交汇处，重庆港2~13号码头集中于此。明初戴鼎扩建重庆旧城，按九宫八卦之数造城门17座，其中规模最大的城门即朝天门，门上原书“古渝雄关”四大字。因为此门随东逝长江面朝天子帝都南京，是迎侍钦差，跪接圣旨之处，



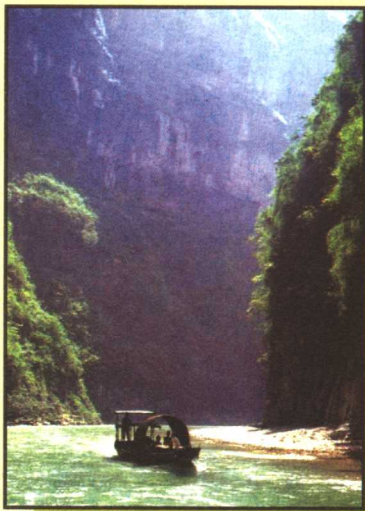
故名“朝天门”。1891年重庆辟为商埠，朝天门始设海关。1927年因修建朝天门码头，旧城门被拆除。1949年“九·二”火灾将朝天门附近2平方公里区域化为灰烬，朝天门仅剩城基墙垣。如今朝天门客运码头建有朝天门广场，是俯看两江汇流，纵览沿江风光的绝佳去处。



涪陵周易园与白鹤梁

涪陵周易园原名点易洞，位于长江北岸，与涪陵城隔江相望。据载，北宋程颐曾在此注易六载，写成理学名著《易传》，程氏理学由此发祥。周易园西壁刻有“点易洞”字迹。此洞是人工开凿的石洞，内有朱熹题诗：“渺然方寸神明舍，天下经纶具此中；每向狂澜观不足，正如有本出无穷。”周易园中心景点为一长400米、高20米的摩崖石刻，上有黄庭坚、朱熹、陆游、王士禛等历代名人书法手迹80余幅。崖上有佛塔一座、佛龛若干。另有碧云亭、钩梁堂、致远亭、三畏斋、三仙楼、四贤堂、北岩书院等遗迹。

白鹤梁为珍贵的古代千年水文资料，国家一级保护文物，三峡大坝蓄水后被淹没，原址建成了奇特的水下展览馆。



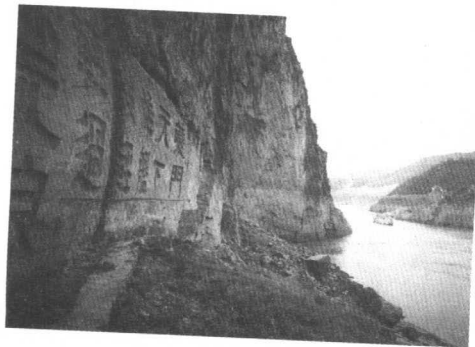
丰都名山、鬼城

丰都名山因北宋苏轼题诗“丰都天下古名山”而得名。名山古刹多达27座，是集儒、道、佛文化为一体的民俗文化艺术宝库，其惩恶扬善的思想及功用为世人所称道。山上还有苏轼、陆游、范成大等历代名人的碑刻题咏多处。国家级森林公园双桂山亦在此，山上有100多种树木，其中珍稀树种20余种，主要景点有孔庙、鹿鸣寺、苏公祠等。传说丰都为“鬼蜮”，近年开发了全国最大的民俗文化动态人文景观“鬼国神宫”，其中“阴曹地府”塑像群分别模拟人间诉讼、法庭、监狱、酷刑等造型，呈现中国人虚构想像中的鬼蜮世界，构思奇特，神态逼真。如阴曹地府、十八地狱、鬼国神宫、鬼门关、望乡台、无常殿、奈何桥、天子殿等。三峡大坝蓄水后，丰都名山即成“鬼岛”，飘忽于山水之间。

瞿塘峡与黛溪

瞿塘峡为长江三峡之一，西起奉节白帝城，东迄巫山大溪镇，总长8公里。瞿塘峡两岸山势雄峻奇伟，上悬下陡，形如斧削，有的峰高1500米。夹江峭壁，甚为逼仄，江宽不过百米，最窄处仅几十米，其中夔门山势尤为雄奇。此处双峰欲合，如门半开，漫天江流浩浩荡荡奔涌而来，陡然间峰阻门窄，回旋着如雪的涛浪，迸发着震耳的喧嚣，酷似一群热血汉子在那里拼搏进击，喝退艰难险阻，勇往直前。除山势外，瞿塘水势亦雄，它“锁全川之水，扼巴蜀咽喉”、“众水会涪万，瞿塘争一门”，滔滔江水至此，狂奔怒吼，浪滚涛翻，蔚为壮观。清代诗人何明礼诗曰：“夔门通一线，怪石插流横；峰与天交接，舟从地窟行”，贴切地描绘出了船过瞿塘夔门的奇妙惊险感受。难怪古人发出“纵将万管玲珑笔，

难写瞿塘两岸山”的赞叹之语。三峡蓄水后，夔门雄风水波荡漾，沿途可观赏铁锁关、偷水孔、凤凰饮泉、粉壁石刻、孟良梯、倒吊和尚、风箱峡、七道门、古栈道等多处奇景。附近支流黛溪东南岸有大溪文化遗址和大庙龙骨坡“巫山人”遗址，是科考旅游的好去处。



大宁湖与小三峡

大宁河是瞿塘峡与巫峡之间长江水道北面一条风景如画的支流。大宁湖处于大宁河与长江水道交汇处，原本水面就比较宽阔，又因三峡大坝蓄水，得以大范围扩展，形成浩淼的平湖水域。附近有巫山长江大桥、龙门大桥、巫山县新城和环湖移民新村等。大宁河，又称小三峡，从南而北由龙门峡、巴雾峡和滴翠峡构成，沿途森林茂密，奇峰罗列，峡道弯曲，滩多水急，悬棺处处，古镇连连，风情民俗浓郁。上游支流还有三撑峡、秦王峡和长滩峡构成的小小三峡。这里群峰连绵、景色幽绝、禽兽啼鸣，有梨子坪森林公园和平河度假村等景区景点。三峡大坝蓄水形成延绵百里平湖区后，小三峡成了原三峡壮丽景观的替代景区。



西陵峡与古黄陵庙

西陵峡位于湖北省秭归、宜昌两县境内，东起香溪口，西至南津关，长约70公里，是三峡中最长的一道大峡谷，以滩多水急而闻名。整个峡区由高山峡谷和险滩礁石组成，峡中有峡，大峡套小峡；滩中有滩，大滩含小滩。从西向东分别为兵书宝剑峡、牛肝马肺峡、崆岭峡、灯影峡四个峡区以及青滩、泄滩、崆岭滩、腰叉河等险滩，其中泄滩、青滩、崆岭滩，为三峡最著名的三大险滩，过去经常有事故发生。三峡大坝蓄水之后，水位大幅上升，西陵峡险象基本消除，成为浩淼江峡美景。附近有屈原故里、三游洞、秋风亭、古黄陵庙等景点。

