

Duxing
Hongsheshengdi

瞻西宁烈士陵园游青海

青海

【主 编：李相状】

读行红色圣地

吉 林 音 像 出 版 社
吉 林 文 史 出 版 社

● 瞻西宁烈士陵园游青海 ●

读行红色圣地

青 海

主编：李相状

吉林音像出版社
吉林文史出版社



目 录

青 海 省

西宁市烈士陵园	7
红军沟	9
原子城旅游区	10
中国工农红军遗迹	12

西 宁 市

青海湖	13
青海湖畔古城	22
鸟岛	24
娘娘山	26
塔尔寺	28
老爷山	31
西宁人民公园	35
西宁虎台	37
西王母瑶池	39
东关清真大寺	41
结古寺——嘛尼石堆	43
果洛藏族自治州	46
海心山	47
阿尼玛卿峰	49



年保玉则	50
西王母石室	51
无极龙凤宫	51
扎麻隆凤凰山	52
日月山	52
通天河晒经台	55
通天渡	57
热贡艺术之乡——同仁	58
勒巴沟岩画	61

格尔木市

昆仑山	64
文成公主庙	65
长江源头	67
冰塔林	69
冰碛湖	70
泉华台	71
玉树藏族自治州	73
可可西里自然保护区	74
青海盐湖	76
西台吉乃尔湖锂矿	78

三江源

扎陵湖和鄂陵湖	80
昆仑神泉	82
昆仑山口	82
玉虚峰	83



玉珠峰	83
昆仑桥	84
察尔汗盐湖	84
雅丹地貌	85
野牛沟岩画	87
乌图美仁	89
格尔木胡杨林	89
唐古拉山口	90

海 东

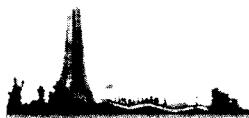
夏宗寺	91
夏琼寺	92

海南藏族自治州

元者寺	94
甲乙寺	94
日月山双亭	95
倒淌河	95
龙羊峡	96
龙羊峡水库	97
贵德温泉	99

海西藏族自治州

大柴旦温泉	100
丝绸南路青海道	100
纳赤喷泉	100
万丈盐桥	102



长江源头	103
格尔木水电站	104
盐海玉波	104
贝壳山	105
石经寺	106
塔琰湖	106
布哈河	106
柏树山	107
鲁芒沟岩画	107
二郎洞	108
卢山岩画	108
天峻山	108
唐代吐蕃墓葬群	109
虾聚峰	109
都兰国际狩猎场	110
扎查寺	110

海 北

沙陀寺	111
刚察大寺	111
热水温泉	112
白佛寺	112

黄 南 州

吾屯上庄寺	113
吾屯艺术	114
阿琼南宗寺	117



郭么日佛塔	117
琼宫寺	118
石经墙	119
仙女洞	119
仙女湖	120
尼姑寺	121
西卜沙温泉	121
麦秀原始森林	121
圣湖仙女洞	122
德钦寺	122

祁连山地区

祁连林区	123
门源	123
狮子崖	125
牛心山	125
岗什卡雪峰	126
油葫芦自然保护区	126
八宝河	126

河 湟

孟达天池	128
隆务寺	129
坎布拉风景区	132
李家峡水库	135
骆驼泉	137
柳湾遗址	139



班禅故居	142
五峰山	146
街子清真寺	147
佑宁寺	147
甘禅寺	150
文都寺	152
西海南园	154
白马寺	156
北山森林公园	157
瞿昙寺	159
喇家遗址	164
扎藏寺	165



青海省

青海省，简称青。位于中国西北地区中南部，因境内青海湖而得名。约有80%的土地面积在海拔3000米以上，它地处青藏高原、长江、黄河上游。东部和北部与甘肃省相接，西南部毗连西藏自治区，东南部邻接四川省，西北部毗邻新疆维吾尔自治区。北纬 $31^{\circ}39' \sim 39^{\circ}19'$ ，东经 $89^{\circ}35' \sim 103^{\circ}04'$ 。东西跨1200公里，南北纵贯800公里，面积72.12万平方公里，约占中国总面积的7.5%，其中淡水域46.55%，平原1%、丘陵1.01%、山地58.9%。仅次于新疆维吾尔自治区、西藏自治区、内蒙古自治区，居全国第四位。

青海省现有耕地56.83万公顷，宜垦荒地46.67万公顷，其中柴达木盆地近13.33万公顷。管辖西宁市、海东地区，以及海南、海北、黄南、玉树、果洛5个藏族自治州和海西蒙古族藏族自治州等8个市、地、州，共计48个县、民族自治县和县级市。省会西宁市是全省政治、经济、文化的中心。目前青海省除湟水、黄河两岸为农业区外，其余大部分为藏族牧区，是我国五大牧区之一。

青海省是西部经济建设的重要省区。总人口509.8万人，占西部总人口的17.88%，分别居西部省区的第3位和第10位。青海省各种资源丰富。水能总储量



占全国的 3.2%，居西部的第四位，青海有 5 个已发现的矿产资源 125 种，占全国的 75%，居西部之首，在已探明的矿藏储量中，有 50 余个矿种为西部前列。省内少数民族以藏族居多，撒拉、土族为本省最具特色的民族。青海省夏季凉爽宜人，境内旅游资源丰富，是避暑休闲的好去处。



青海省具有悠久的历史，在湟水河谷已发现距今 4000 多年前的氏族公社文化遗址。早在二三万年以前的旧石器时代末期，青海人的祖先即在今柴达木盆地、昆仑山一带活动生息。据考古发掘，青海的开发至少已有五六千年的历史。羌族于公元前 2 世纪移居青海。

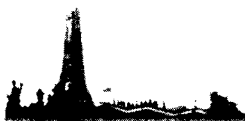
公元前 121 年，汉代霍去病进军湟水沿岸，在西宁市以西置临羌县。西汉时设护羌校尉。公元 4 年，设西海郡。公元 397 年~414 年，鲜卑族在青海省东部建立南凉国。隋设西海、河源二郡。唐、宋为吐蕃属地。元代东北部为贵德州，属甘肃行中书省，其余属吐蕃、朵甘思等处宣抚使司。明属西蕃地。清时东北部设西宁府，北属青海蒙古额鲁特部，南为土司属地。



汉武帝元狩二年（公元前121年），西汉王朝派骠骑将军霍去病出兵击败河西匈奴，设令居塞，并在河西设4郡。武帝元鼎六年（公元前111年），汉军征讨河湟羌人，在湟中设“护羌校尉”，开始经略湟中，筑西平亭，今西宁市。从此，汉王朝开始了对青海东部的控制。汉宣帝神爵元年（公元前61年），赵充国奉命平羌得胜后，罢兵田于河湟，设金城属国，设置允街（治所在今甘肃省兰州市红古区）、破羌（治所在今乐都县）、允吾（治所在今民和县）、安夷（治所在今平安县）、临羌（治所在今湟源县）、河关（治所在今贵德县）等县，青海东部地区正式纳入原封建王朝郡县体系。三国时，魏文帝黄初三年（公元222年），凭依汉西平亭故城，修成西站郡城。

公元4世纪初，吐谷浑人迁入甘青地区，后向青海境内发展，并建立了吐谷浑国。其昌盛时，势力范围东南至四川松潘，北到青海祁连，西达新疆南部，东到甘肃洮河，东西长约1500公里，南北宽约500公里。吐谷浑人自进入青海至唐龙朔三年亡于吐蕃。东晋十六国时，前凉、后凉、南凉、西秦、前秦、西夏、北凉相继统治过青海河湟地区。

公元7世纪，松赞干布统一西藏高原，建立了吐蕃王朝。先后兼并了羊同、苏毗、白兰、党项诸羌，尽得其地。唐安史之乱后，吐蕃进一步东进，控制了青海全境，统治了近200年。五代十国青海吐蕃部落分散，不复统一。宋时势力逐渐强大，以青唐城（今西宁）为中心，在河、湟、洮地区建立了以吐蕃为主体的地方政权，臣属于宋。徽宗初期，势力日衰，宋军遂进古河湟地区。崇宁三年（公元1103年），宋改鄯州为西宁州，是西宁



见于历史之始。北宋亡后，金和西夏占领河湟地区。

公元13世纪，南宋理宗元庆三年（公元1227年），成吉思汗进军洮、河、西宁州，青海东部地区纳入蒙古汗国版图。忽必烈即位初，在河州设吐蕃等处宣慰使司都元帅府，管辖青、甘一带吐蕃部落。至元十八年（公元1281年）设甘肃行中书省，辖西宁诸州。

16世纪初，厄鲁特蒙古四部之一的和硕特部移牧青海，成为统治青海的民族。清雍正初年，罗卜藏丹津反清失败后，清朝在青海设置青海办事大臣，统辖蒙古29旗和青南玉树地区、果洛地区及环湖地区的藏族部落。青海东北部西宁卫改为西宁府，仍沿袭明朝的土司制度，属甘肃省管辖。

1912年北洋军阀政府任命马麒为西宁总兵，1915年又任命其为蒙番宣慰使和甘边宁海镇守使。从此，马家军阀统治青海近40年。1928年9月5日，南京国民政府决定新建青海省，治设西宁。1929年1月，青海省正式建制。1949年9月，西宁解放。青海省人民军政委员会宣告成立。1950年1月青海省人民政府正式组成，以西宁为省会。

青海省属于典型的高原大陆型气候，夏季凉爽，适宜避暑疗养；冬季寒冷，可发展冰雪旅游。全省年平均气温 3.7°C — 6°C ，由于大面积抬升的地形和相对高差，海拔2500米以下的黄河、湟水谷地是全省的暖区，年平均气温 2°C — 9°C 。青海是一个多民族的地区，在这72万平方公里辽阔、神秘的高原大地上，世代繁衍着汉、土、藏、撒拉、回、蒙古等20多个民族。其中土族和撒拉族是青海省独有的两个少数民族。

青海的宗教主要有藏传佛教、伊斯兰教和基督教。



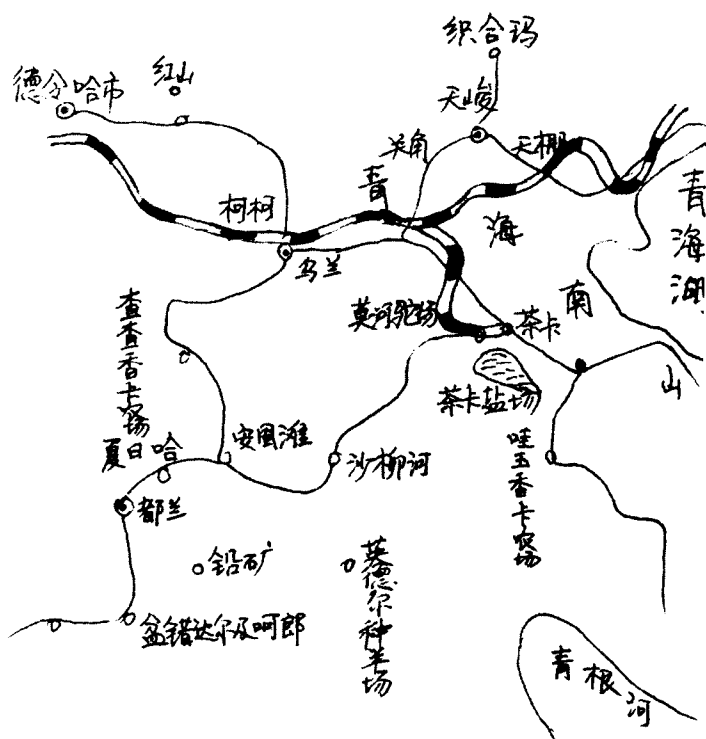
藏族、蒙古族、土族信仰藏传佛教，回族、撒拉族信仰伊斯兰教。古朴壮丽的大自然塑造了青海各族人民宽厚、勤劳而又豪放的性格特点，在长期的生产和生活中，青海各民族都有着悠久的历史和文化传统，编织着自己的梦想。保持着独特的民族风情和习俗。了解他们的风土人情，对每一个旅游者来说，都会是一次难忘的经历。



青海素称“歌舞的海洋”。“花儿”，又称少年，是广泛流传我国西北地区情歌的一种，也叫山歌。当您来到这片神奇的土地上，那生机盎然的汉族灶火、那高亢激情的撒拉“新曲”、那舞姿婆娑的土族“安昭”、那悠扬动听的蒙古族马头琴声，定会使你流连忘返。“花儿”是青海的民歌之魂，每年农历四月至六月，河湟谷地百花争艳，春意盎然，大地一片翠绿，各地别开生面的花儿演唱会也相继开始了。每到夏秋时节，都会举行大型的草原歌舞会、青海湖赛马会、果洛大武的朝山会等各种



草原盛会，这时，方圆数百里的人们都身着风格质朴、色彩鲜艳的服饰汇集在一起，尽情歌舞，景象十分热闹，紧张而热烈的射箭、赛马、赛牦牛都会使人感到惊心动魄。





【红色旅游景点】

西宁市烈士陵园

1936年10月，中国工农红军一方面军、二方面军、四方面军在甘肃会宁会师后，红四方面军总部及所属之九军、三十军和五军共21800余人，奉命西渡黄河，于11月10日组成西路军，在徐向前、陈昌浩将军的统帅下进军河西走廊。蒋介石看到红军雄峙西北的战略态势，急命统治甘肃、青海两省的马步芳聚集10万余人，对西路军进行防堵、围剿。在这次战斗中，红军指战员在非常困难的条件下，浴血奋战，历时5个多月，先后歼敌2500余人，但最终因孤军作战，敌我力量悬殊而失利，西路军虽然失败了，但它为争取西安事变的和平解决，推动全国抗日民族统一战线的形成，建立了不可磨灭的历史功绩。青海省人民政府于1987年5月在西宁修建了西路军纪念馆，1988年6月竣工，占地面积960平方米。修建红西路军纪念馆，是为了缅怀红西路军将士在血与火的洗礼中表现出的崇高献身精神和大无畏的革命英雄气概，激励各族人民，继承先烈遗志，励精图治，为建设有中国特色社会主义而奋斗。1988年8月15日，中共青海省委、省政府、省军区、中共西宁市委、市政府举行了隆重的开馆仪式，原红西路军老战士王政柱等人也千里迢迢赶来参加。徐向前同志不仅题写馆名，而且特地发来贺电。

纪念馆分为序馆、正馆两大部分。序馆内展有红西路军指战员在“万人坑”前英勇就义的巨幅油画、群雕和反映河西战役的沙盘模型，以及各界人士敬献的匾额



题词 28 面。正馆展出内容共分 6 个部分。第一部分：奉命西征，血战河西；第二部分：惨遭迫害，山河垂哀；第三部分：坚持斗争，忠贞不屈；第四部分：党群营救，冲出罗网；第五部分：欢庆解放，再立新功；第六部分：人民怀念，万古千秋。共展出历史照片 340 幅、人物照片 135 幅、油画 38 幅、文字说明 340 篇、电文 7 份、各类图表 8 幅，以及孙玉清烈士的雕像和红西路军将士用过的武器、弹药、衣物等 79 件。馆内陈列的内容，是历史的真实写照。它再现了红西路军将士浴血奋战、慷慨悲壮的光辉业绩和英雄形象，揭露了军阀马步芳的极端反动性、残忍性，褒扬了红西路军指战员的革命精神和优良作风。

红西路军纪念馆自开馆以来，接待省内外参观近 20 万人次。徐向前元帅的儿子徐小岩受徐帅委托，来西宁瞻仰了纪念馆，并敬献了花圈。李先念夫人林佳楣也专程来西宁参观纪念馆，瞻仰红西路军烈士纪念碑。1996 年解放军高级将领张震来西宁视察工作时，也参观了纪念馆，并流着泪题词：“共产主义战士中国人民的好儿子英勇顽强流血牺牲的西路军烈士们永垂不朽”。广大参观者无不红西路军英勇奋战和大无畏的牺牲精神所感动，对马步芳残害红军的罪行深恶痛绝，纪念馆颂扬了革命前辈的业绩，教育人民和后代永远铭记这段历史，使先烈们用鲜血和生命凝聚的革命精神代代相传。今天，纪念馆已成为西宁市景观之一，它记载了红西路军的战斗足迹，是红西路军英勇战斗的缩影。

主要革命遗存有红军西路军遗骨 517 具、烈士纪念碑、烈士群雕、门楼、西路军将士用过的衣物、武器弹药、各类图表、文字说明、孙玉清将军雕像及党和国家



领导人的题词等。景区为第一次被国家六部委命名的全国百家爱国主义教育基地之一，全国重点烈士纪念建筑物保护单位，青海省爱国主义教育基地，中宣部列为全国百个爱国主义教育示范基地之一，全国重点建设的100个“红色旅游经典景区”之一。

红军沟

在马可河下游有一条沟叫“红军沟”。进沟不远便看见前面的山脚下兀立着一块高约五六米的长方形青色巨石，巨石正面光洁平整，上面写有“北上响应全国抗日反蒋斗争！安庆宣”十五个黑色大字，字体说不上优美流利，但刚劲有力，赫然醒目。是红军留下的遗迹。

关于红军长征经过的地方，过去一直没有提到过青海，这则标语的出现不能不说是红军长征史上的一大新发现。1936年7月上旬，红军长征部队在甘孜会议以后，二、四方面军先后由甘孜分三路纵队向川北挺进。当时二方面军由总指挥贺龙、政委任弼时、副总指挥肖克、副政委关向应、参谋长李达，以及六军军长陈伯钧、政委王震等率领向四川壤塘方向进军。其中六军的直属机关和十六、十七、十八、模范师与三十二军等，于7月13日先后进入班玛县境内，然后沿马可河北上，抵达班前乡一带进行筹粮和短期休整。7月22日前后，由班玛出发，经久治到达四川阿坝与主力部队会合。这幅标语就是当时红军二方面军安庆分部路过子木达沟时留下的。当时由于时间短促，加之语言障碍等方面原因，红军当时并不清楚马可河班前乡一带属于青海境内。所以，后来一直无人提起。直到解放后好多年，人们发现这幅写