



非常亲子！非常好玩！非常文化！非常痛快！

让您一生难忘的亲子文化之旅！



中国亲子旅游丛书 No. 1

非常
2+1

亲子游中国

XIANG'E SHIBAWAN

陈登梅 主编

有位著名哲人说过：

世界是一本大书，那些从来没有旅行过的人，仅仅读了这本书的一页。

人一辈子，总要有几次旅行，

而若能与孩子一起度过，

这旅行便有了更加幸福与深层次的意义。

湘鄂十八弯

中国最好的详细指导家长
如何带孩子旅游的
实用攻略宝典



✱ 人文圣地游——优美别样的文化之旅

✱ 名山大川游——感受大自然造化神奇

✱ 水之国度游——体验温柔水乡风情

APR TIME

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

非常2+1，亲子游中国

湘鄂十八弯

陈登梅 主编

APCTIME

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

湘鄂十八弯/陈登梅主编. —合肥:安徽科学技术出版社, 2010. 1

(非常 2+1, 亲子游中国)

ISBN 978-7-5337-4566-0

I. 湘… II. 陈… III. ①旅游指南-湖南省②旅游指南-湖北省 IV. K928.964 K928.963

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 236106 号

编委会名单

宋明静 曹燕华 陈登梅 胡 芬 陈东旭 赵梦莹 沈敏霞
陈 洁 陈 斯 陈 涛 陈 鑫 陈忠萍 董 薇 杜凤兰
方林涛 黄熙婷 江 锐 李 榜 李 波 李 丹 李凤莲
李伟华 李先明 李鑫南 李 雄 李 银 林志平 杨林静
邹炳光 左雷雷

湘鄂十八弯

陈登梅 主编

出 版 人: 黄和平

责任编辑: 徐浩瀚 邵 梅 陈 军

封面设计: 刘 娟

出版发行: 安徽科学技术出版社(合肥市政务文化新区圣泉路 1118 号
出版传媒广场, 邮编: 230071)

电 话: (0551)3533330

网 址: www.ahstp.net

E - mail: yougoubu@sina.com

经 销: 新华书店

印 刷: 合肥华云印务有限责任公司

开 本: 710×1010 1/16

印 张: 8

字 数: 166 千

版 次: 2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 19.00 元

(本书如有印装质量问题, 影响阅读, 请向本社市场营销部调换)

前言

西方曾有位著名哲人说过：“世界是一本大书，那些从来没有旅行过的人，仅仅读了这本书的一页。”人一辈子，总要有过几次旅行，而若能同孩子一起度过，这旅行便有了更加幸福与更深层次的意义。湘鄂十八弯，无疑是最适合亲子游的目的地之一。

湘鄂两省分居洞庭湖南北两侧，同处长江中游，一衣带水，堪称中国南部的大粮仓，无愧于自古就有的“鱼米之乡”之美誉。这里雄奇的山、多情的水，再加上丰富独特的当地美食，无论谁去都是一次幸福的旅行。

传说中的“唯楚有才”，就是指华中湘鄂地区。不用说沈从文妙笔下的湘西凤凰闻名中外，当地苗族、土族人淳朴好客，传神演绎着温柔水乡的经典风情；不用说因范仲淹而扬名天下的岳阳楼，登高望远只见八百里洞庭湖“衔远山，吞长江，浩浩汤汤”；也不用说因三国文化而厚重迷人的赤壁，因李白而得道的“天下绝景”黄鹤楼……它们不仅景色迷人，还在诉说着上千年幽幽历史与文化，让人感喟，发人深省，比任何书本都更能给孩子以最深刻的美好记忆。

“这里的山路十八弯”，没错，湘鄂更有适合寻古探幽的名山大川。不去张家界，如何知道天工造化究竟是怎样神奇？没有徒步行走过神农架的幽深小路，找寻千古奇谜的“野人”身影，如何感受什么是神秘与真正的探险？还有“仙意朦胧”的道教圣地武当山，古老而险峻的大别山，“天下第一爽”的九宫山，众多峰峦叠嶂，让人流连不知归路。此外，中国最大的城中湖——武汉东湖有春兰、夏荷、秋桂与冬梅，一年四季花开不断；“洪湖水，浪打浪”让孩子尽情领略水上游击队的神勇和水上渔家风情；还有梁子湖的大闸蟹、武昌鱼，味道鲜美得要让人吞掉了舌头……边吃边走，边走边吃，让我们一起用脚步丈量这片神奇的土地吧，无论大人还是孩子，都能得到心灵与知识的双重收获。

本书以介绍湘鄂两省的著名景区为主要内容，同时还提供给读者当地饮食、住宿与交通等方面的详细实用资讯。愿你能循着本书的指引，开始属于你和孩子的快乐湘鄂之旅！

湘鄂安全大通关

安全符	安全名称	注意事项
	小心溺水	湖北、湖南水资源非常丰富，因此在穿山过水的旅程中，家长一定要时刻提防孩子“无规则”近水。若带孩子参加各种水上活动，孩子一定要身穿救生衣，并有大人陪伴才行，不可让孩子单独行动，即使他会游泳也不行。
	小心刮伤	在张家界、大别山、神农架等景区内，到处是古木参天，且许多灌木丛都可能带刺，所以上山游玩时，最好不要穿肥大衣服或短衫短裤，以贴身运动服为最佳，以防树枝扯挂，伤及皮肤与身体。上山前也可准备一些云南白药、创可贴之类的外伤救急药，以备不时之需。
	小心失足	俗话说“脚下不生景”，更何况湘鄂的高山大多以险峻、幽深著称，游人要多注意脚下安全。登山时最好与孩子都换上专用的登山旅游鞋，以免踩到山上乱石滑倒摔伤。

第一章 人文圣地游——优美别样的文化之旅/1

目录

湘西凤凰——中国最美的小城/2

- “凤凰八景”之沈从文故居/3
- “凤凰八景”之杨家祠堂/4
- “凤凰八景”之熊希龄故居/5
- “凤凰八景”之流动的沱江/6
- “凤凰八景”之虹桥风雨楼/7
- “凤凰八景”之南方长城/8
- “凤凰八景”之黄丝桥古城/9
- “凤凰八景”之地下宫殿奇梁洞/10
- 原汁原味的苗人谷/11
- 吃住行玩转大攻略/12

芙蓉镇——银幕下的传奇/14

- 芙蓉镇，米豆腐飘香的吊脚楼/15
- 水上乐园猛洞河/16
- “中南第一谷”坐龙峡/17
- “武陵第一奇观”红石林/18
- 老司城，土家露天博物馆/19
- 吃住行玩转大攻略/20

岳阳楼

——“江南三大名楼”之一/22

- 巧夺天工岳阳楼/23
- 岳阳楼三景之岳阳门/24
- 岳阳楼三景之小乔墓/25

- 岳阳楼三景之三醉亭/26
- 吃住行玩转大攻略/27

赤壁——追溯三国故事/28

- 赤壁遗址，三国古战场/29
- 生命之湖陆水湖/30
- 玄素洞，神奇的喀斯特岩溶/31
- 吃住行玩转大攻略/32

黄鹤楼——天下江山第一楼/33

- 天下绝景黄鹤楼/34
- 千古名楼白云阁/36
- 吃住行玩转大攻略/37

屈原祠——缅怀永远的爱国情怀/39

- 千古流芳屈原祠/40
- 千年芳菲，美人故里/42
- 九畹溪，三峡第一漂/43
- 吃住行玩转大攻略/44

木兰天池

——人杰地灵的水之国度/46

- 高峡出平湖，圣灵天池水/47
- 诗情画意木兰湖/48
- 绿野仙踪清凉寨/49
- 吃住行玩转大攻略/50

第二章 名山大川游——感受大自然造化神奇/51

张家界——水墨画始祖/52

- 山水画廊金鞭溪/53
- 壮美雄奇黄石寨/55
- 天子山，凭栏览尽天上景/56
- 黄龙洞，“世界溶洞全能冠军”/57
- 野性十足索溪峪/60

- 杨家界，神奇迷人又一景/61
- 吃住行玩转大攻略/62

岳麓山——岳麓之胜，甲于楚湘/64

- 岳麓书院，千年学府/65
- 四大亭台之爱晚亭/66
- “绿色明珠”橘子洲头/68

吃住行玩转大攻略/69

大别山——中原第一峰/70

山南山北两重景/71

得天独厚天堂寨/72

避暑胜地薄刀峰/73

田园风光九资河/74

吃住行玩转大攻略/75

神农架

——千古奇迷“野人”追踪地/76

“神农尝百草”的绿色宝库/77

神农顶，具“贵族”气息的世界地质公园/78

上善若水，香溪源/79

巧夺天工天燕区/80

玉泉河，神农架森林文化聚集地/82

吃住行玩转大攻略/83

武当山——中国武术之乡/85

跻身世界文化遗产的武当山/86

南岩与紫霄宫“仙意朦胧”/88

太和宫，一颗钉子都没有的“金殿”/89

吃住行玩转大攻略/90

九宫山——天下第一爽/92

“钟灵数九宫”之仙山气派/93

云中湖，九宫山点睛之作/94

吃住行玩转大攻略/96

第三章 水之国度游——体验温柔水乡风情/97

宜昌三峡

——“两岸猿声啼不住”/98

寻根问源，体味文化三峡/99

自上而下，感受画廊三峡/100

登高远眺，壮观水利三峡/101

吃住行玩转大攻略/102

岳阳洞庭湖

——长江中游最重要的吞吐湖/104

“衔远山，吞长江，浩浩汤汤”/105

八百里洞庭“鱼米之乡”/106

吃住行玩转大攻略/107

武汉东湖——中国最大的城中湖/109

美丽99湾，与西湖堪称姐妹花/110

古楚国腹地的建筑奇观/111

吃住行玩转大攻略/112

鄂州梁子湖——武昌鱼的故乡/113

虾鱼成群梁子湖/114

梁子岛，美丽的湖中心/115

吃住行玩转大攻略/116

洪湖——红绿交汇的水上乐园/118

“洪湖水，浪打浪”水光迷人/119

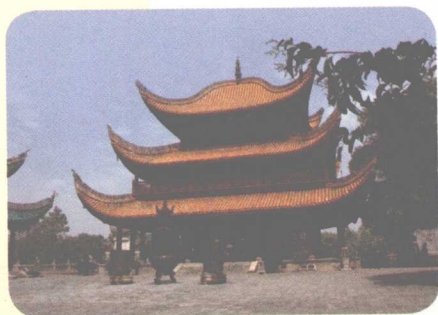
红色瞿家湾讲述革命辉煌/120

吃住行玩转大攻略/121

第一章

人文圣地游

——
优美别样的文化之旅



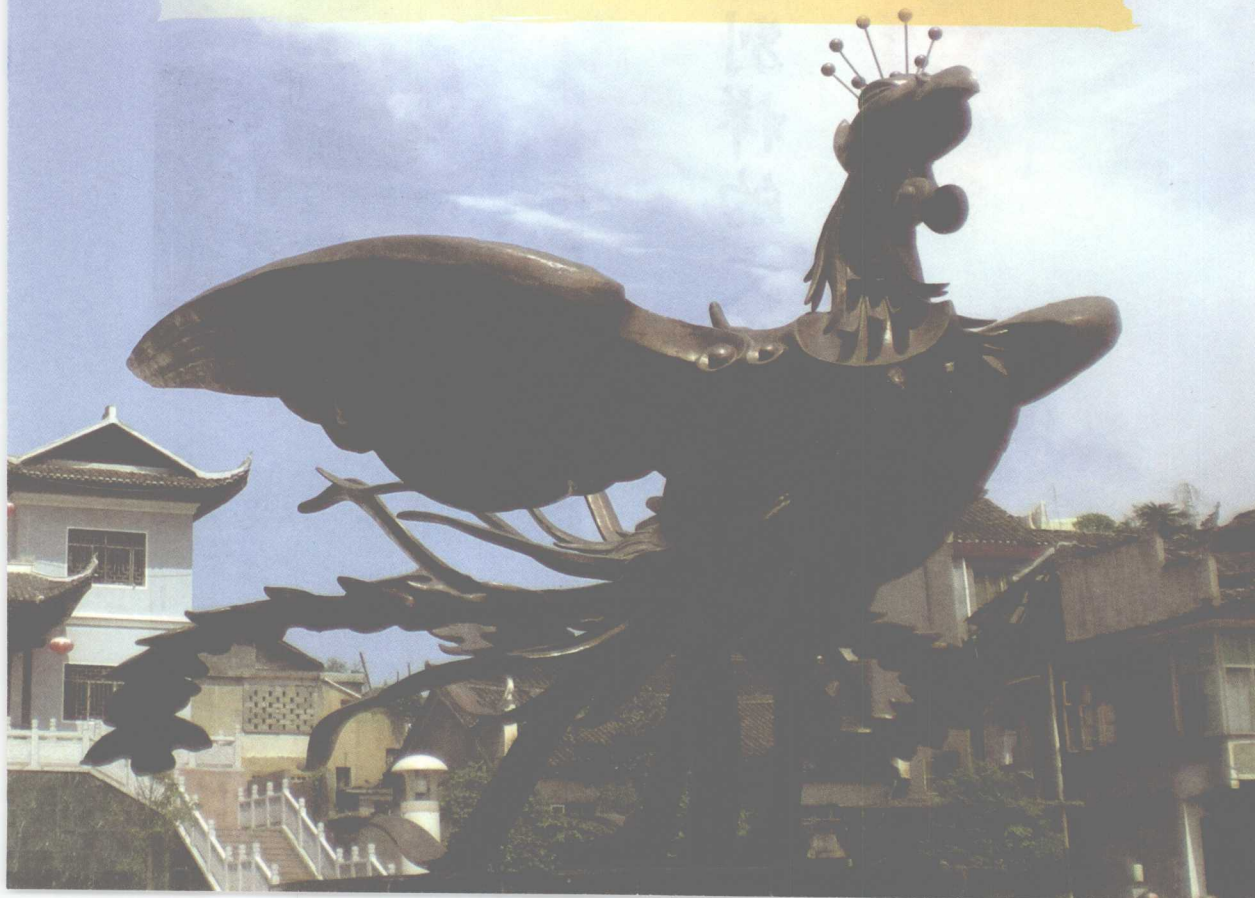
湘西凤凰

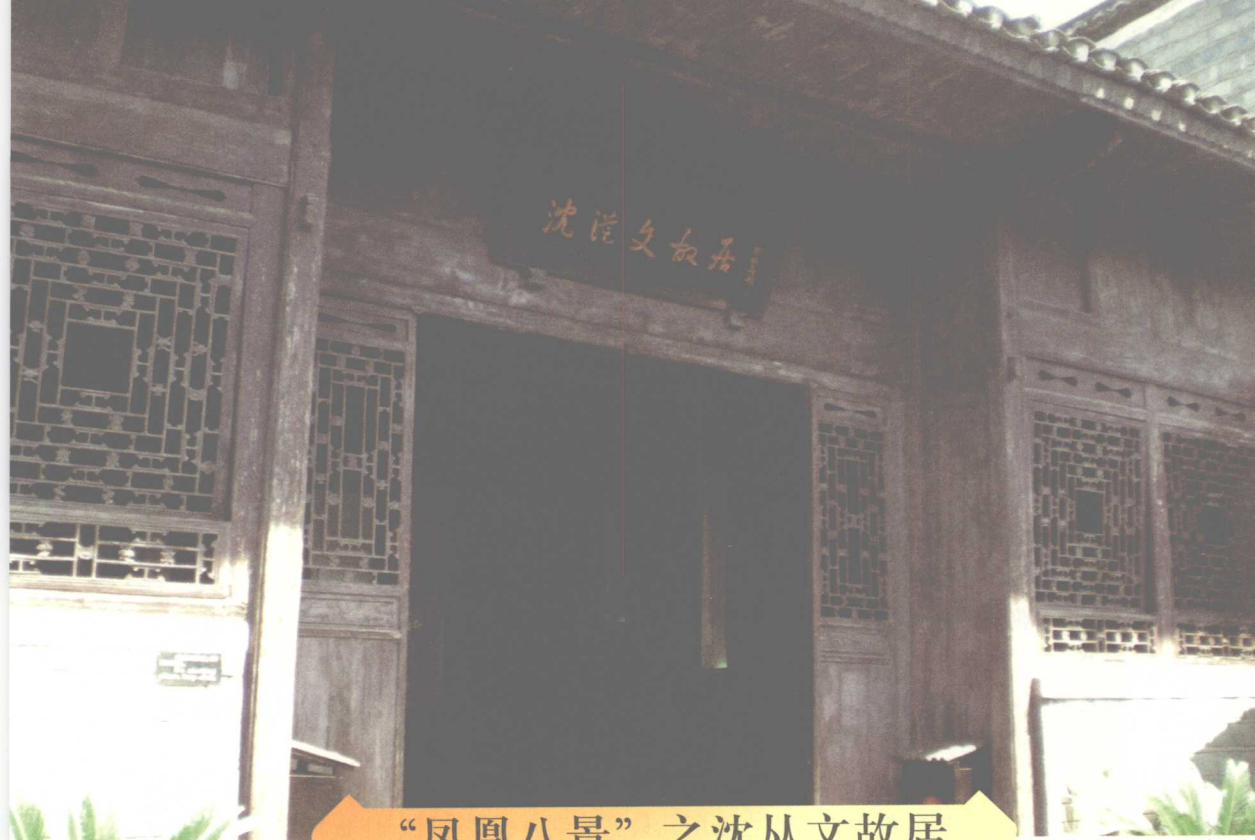
——中国最美的小城

给孩子们的话



我国著名文学家沈从文，著有一部驰名中外的作品《边城》，书中以优美的笔墨描述了湘西地区特有的风土人情，令不少读者神往。而凤凰，就是湘西的代表。





“凤凰八景”之沈从文故居

大手牵小手，逍遥人文游

凤凰，被誉为湘西的一颗明珠，始建于清康熙年间。小小的古城仅有一条像样的东西大街，却丝毫不影响它作为中国最美的小城的地位。青山绿水，钟灵毓秀，它所有的荣耀与光辉均来自于一个人，那就是出生于凤凰的沈从文。

沈从文故居就位于城南中营街，是那种典型的南方四合院，看上去很古老。据悉是他祖父为官时所置办的，至今也已有100多年历史了。

院中有用石板铺成的小天井，天井四周为瓦木结构的厢房，大大小小共11间。屋子不大，却幽静雅致，整座建筑具有浓郁的湘西明清建筑特色。厢房内陈列着沈从文生平的照片、文稿手迹和他各种版本的著作，在正屋中堂还挂着一幅他的素描画像。

1902年，沈从文生于凤凰，在这里度过了他的童年。15岁时，沈从文便离开了这里，但他从不曾忘记这片故土。一部《边城》让世人看到了他魂牵梦萦的故乡，也让静默的小城凤凰走向了世界。

『凤凰八景』之杨家祠堂

大手牵小手, 逍遥人文游

祠堂是一种纪念性的建筑, 凤凰城内建有祠堂庙宇五六十座, 其中以田、杨两族的祠堂最大。杨家祠堂是凤凰城内保护最好的祠堂, 位于凤凰古城沱江镇北边街, 与沈从文故居相隔仅5分钟路程。

杨家祠堂由清朝的太子太傅、果勇侯杨芳于道光十六年修建的, 是一座典型的四合院建筑, 木结构, 分上下两层, 由大门、戏台、过厅、厢房、正厅组成, 占地面积约800平方米。相传凤凰城中的杨姓均为大宋杨门忠烈的后代, 所以戏台正中是“杨母教子”的彩绘。戏台后面有两扇侧门, 里面专供演出者化妆休息。

戏台前为一小天井, 铺满了红砂条石。走几步台阶便到了正殿, 正殿为杨氏宗族祭祀、议事之场所。只见殿堂内香烟缭绕, 庄重神秘, 令人望而生畏。正殿周边的厢房均为两层, 为达官贵人看戏之处。现在的杨家祠堂是当地人们听书看戏的公众场所, 节日期间, 戏台上经常会上演傩戏, 供神驱邪。厢房内门窗均为镂空雕花, 做工十分精致。如今它已是苗族生活用品和工艺品的小型展览馆, 里面陈列着独具苗家特色的农具、砂岩画、剪纸、花带、扎染和蜡染等。



给孩子讲人文知识

凤凰人喜欢看戏, 据说沈从文小时候也常常逃学去看戏。有一次, 他又逃学去看戏, 结果戏看完了, 书包却不小心丢了。这下他可急了, 丢了书包肯定会挨先生骂。果不其然, 第二天先生罚沈从文跪在一颗楠木树下。半小时后, 老师问他: “恨我不?” 沈从文回答: “恨。” 于是老师就语重心长地对他说: “人要像树一样往上长, 求上进, 而不是向下跪, 存尊严。” 经老师一番教诲, 沈从文知耻而后勇, 从此发奋读书, 成绩直线上升。

大手牵小手，逍遥人文游

熊希龄故居在城北文星街的一条小巷里，距离秀丽的沱江约200米。故居总占地面积800平方米，是一座由堂屋、卧室、厢房组成的平房建筑。现存的4间房屋基本是保持原貌，属于县重点文物保护单位。

给孩子讲人文知识

熊希龄（1870~1937），是中华民国第一任内阁总理，虽执政时间不长，却名声显赫。他出生在湘西凤凰，被人尊称为“熊凤凰”。熊希龄幼时天资聪明，勤奋好学，少年时就初露锋芒，被誉为湖南“神童”。1913年熊希龄担任国务总理兼财政总长。因不满袁世凯的独裁统治，熊希龄选择退出政界，专心致力于社会福利和教育事业。他修治水利，赈济灾黎，收养灾童，创办驰名中外的香山慈幼院。毛泽东曾评价熊希龄：“一个人为人民做好事，人民是不会忘记他的，熊希龄是做过许多好事的。”

故居环境幽静安谧，建筑古老质朴，是典型的苗族古代建筑格式。进门是一天井，左侧是一个约10平方米大的前室，又称会客室。天井东侧为专门的柴房，内有石磨、石碓等食用家具装置，是熊希龄小时候玩乐的场所。过天井便是正室，两边的木门上刻着一副对联：“一生赤诚爱国盼中华振兴，半世慈善办学为民族育才”。这副对联也写出了熊希龄一生热衷慈善事业、为中华民族培养人才的伟大功绩。房屋均为木质结构，陈列着熊希龄生前生活、工作时用过的物品。一张张清晰的图片，一段段生动感人的文字，让游人仿佛感受到了一代内阁总理的风范。

『凤凰八景』之熊希龄故居

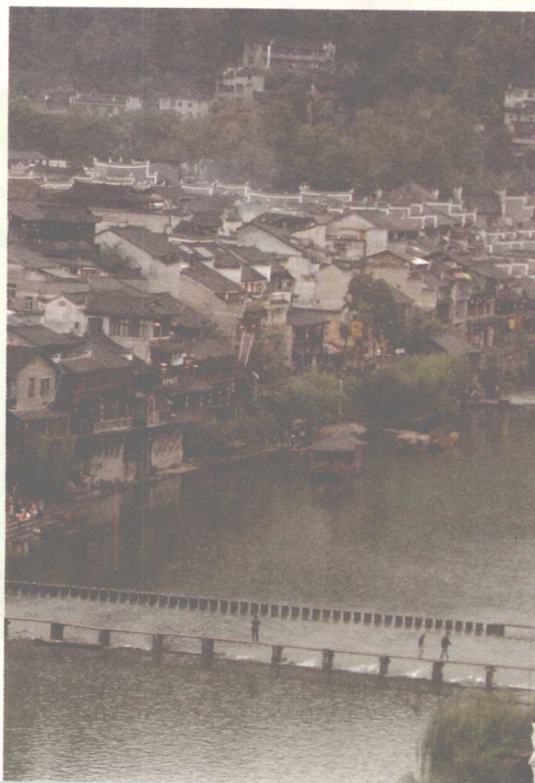
『凤凰八景』之流动的沱江

大手牵小手，逍遥人文游

在沈从文的《边城》中经常提到的清清浅浅的小河，便是沱江。它是孕育凤凰儿女的生命河，也是凤凰古城一幅流动的风景。

沱江的河面并不宽，透过清澈的江水，能看到嬉戏的鱼儿和飘摇的水草，各式各样的鹅卵石静静地躺在河底。沿江的岸边，勤劳的凤凰姑娘们正悠然地淘米、洗菜、洗衣服，这水、这人，也是一幅极妙的景致。据说凤凰出生的大画家黄永玉小时候喜欢逃学，他常常坐在沱江边的石阶上，望着波光粼粼的江水，一个人可以待上一整天。

在上游河面，有供行人过河的“跳岩”，每个岩墩相距半米左右，排列错落有致。当地人走在上面如履平地，但对游客来说，别说在上面蹦蹦跳跳，就连在岩墩上面站一会，俯视碧绿的水面，也会吓出一身冷汗。河上还有许多泛着油光的木船，大的木船能容纳下10多个人，小的仅能坐下五六人。船行江中，望着艄公划桨的动作，人们很容易想起小说中翠翠的爷爷——老艄公也是这样渡人的吗？





版

『凤凰八景』之虹桥风雨楼

大手牵小手，逍遥人文游

虹桥，是由于沱江改道留下缺口而建的。桥净宽8.4米，高11米，长79米，主河槽的两个桥墩呈船形，就像一条雨后彩虹横卧在沱江上，因此又名“卧虹桥”。

桥身全部是用花岗石砌成，靠桥的岸边，矗立着一排古色古香的吊脚楼，高高的木柱落脚在岸边的石头上，因其常为行人遮风避雨，所以被称为“风雨楼”。风雨楼为两层，一楼有24家店面，主要经营杂货土特产，货物五花八门，让人眼花缭乱。站在桥上，往下看是清澈的沱江水，周围是热闹的吆喝声，人仿佛进入了一幅凤凰版的《清明上河图》。

二楼为民俗文化楼。楼内陈列着许多民间的珍稀工艺品如苗王木椅、巨型烟袋等，还有王羲之、康有为、于右任等历代书画家的作品，写的大多是描述凤凰景致的字句。

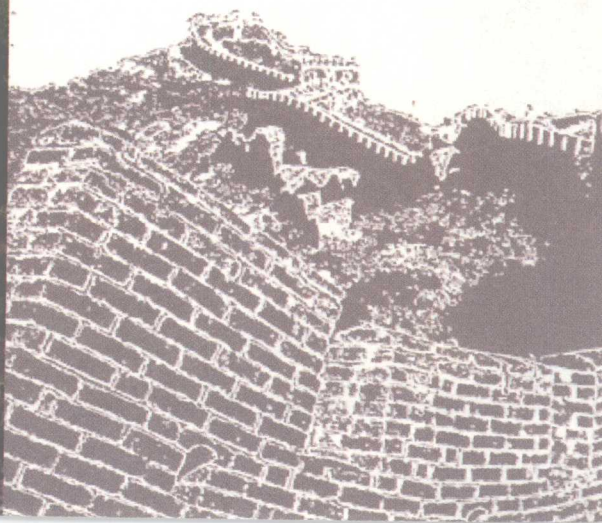
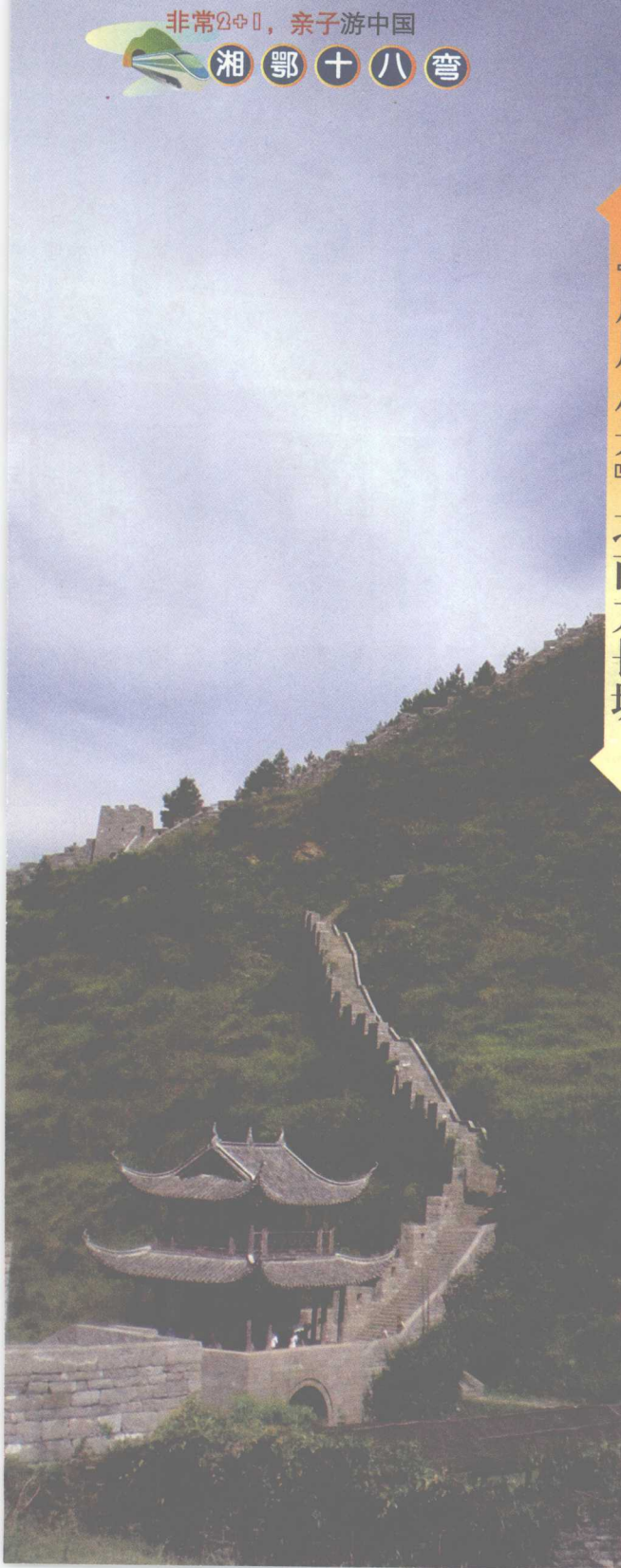
『凤凰八景』之南方长城

大手牵小手, 逍遥人文游

凤凰境内有一段苗疆边墙, 被誉为“中国南方长城”。边墙南起与铜仁交界的亭子关, 北到吉首的喜鹊营, 全长191千米。

明嘉靖年间, 统治者为了巩固政权, 防范苗民起义, 便在凤凰县境内修建了一条绵延几百里的边墙, 将当地的苗族孤立起来。这座边墙呈南北走向, 由一条顶宽1米、底宽1.67米、高2.67米的开放式墙体和许多城堡、屯堡、碉楼、哨卡组成, 起着划分疆域与军事防御的作用。

如今, 经过我国古建筑专家的研究证实, 凤凰古边墙属于明代长城的一部分, 可以与北京的居庸关、八达岭、慕田峪长城齐名。



“凤凰八景”之黄丝桥古城

大手牵小手，逍遥人文游

来到凤凰，一定要去看一看黄丝桥古城——被誉为中国保存最完好的石头古城。古城位于凤凰县城正西24千米处，距今已有1300多年的历史。

古城城墙高5.6米，厚2.9米，占地面积达2万多平方米。城墙所选用的石料皆为青光巨石，最大的约重1000千克，小的也有500千克，石面平整，工艺讲究。数百米的城墙，看起来浑然一体，坚固牢实。

古城开有三个城门，均建有10多米高的城楼。东门城楼上题着“和育门”，西门城楼上题着“实城门”，北门城楼上题着“日光门”。城墙上部不仅留有许多箭垛，还有外突的炮台。站在炮台之上，想起当年的刀光剑影，搏杀呼号，令人不禁心生悲壮之情。

给孩子讲美丽传说

很久以前有一位姓黄的丝匠，他为了与城里的苗民交流方便，便用自己辛苦赚来的钱，在城外的河边修了一座桥。从此以后，城里的苗民就可以过桥到他家去购买丝线。苗民们为了纪念他的功劳，就给这座古城起名叫“黄丝桥”。





“凤凰八景”之地下宫殿奇梁洞

大手牵小手，逍遥人文游

奇梁洞是国内三大溶洞之一，位于凤凰古城北四千米处，属典型的碳酸盐洞。洞长6 000余米，洞内千姿百态的石笋、石柱、石钟乳，让人流连忘返，有“奇梁归来不看洞”之说。

走进奇梁洞，映入眼帘的是倒挂在洞顶的一朵巨大的石荷花——“雨洗新荷”。据说它的形成已有56万年的历史了，但它生长的速度非常慢，一百年才长一厘米。

“古战场”位于奇梁洞的最前面。相传在南宋末年，苗人曾在这里密谋造反，并和朝廷军队发生多次激战。景区内至今还有落马河（当年起义军用巨石砸马处）、供人吃饭的古碾房等遗迹。

过了古战场便是梦幻的水晶城堡——“龙宫”。龙宫内怪石林立，还伴有色彩斑斓的灯光。俯身望向下面的水潭，只见潭内倒映出和上面一模一样的石景，宛如一座水下宫殿，这就是有名的“龙宫倒影”。

“天堂”面积达5 000多平方米，里面分布着形态各异的石钟乳。每一块石头都可以凭借自己的想象，把它化为一位神仙。你看，在灯光的映照下，太上老君的炼丹炉似乎正冒着腾腾热气，还有当年镇守天庭的天蓬元帅的将军帽、因偷吃月亮而被关在洞里的天狗等。美轮美奂的景致，让人仿佛置身于腾云驾雾的天宫之中，真是名副其实的天堂啊！

“十里画廊”指的是由于流水、滴水、水质、地质等原因，在四周石壁上形成的绝妙图案。图案中有《桃花源记》所记载的良田千丘，也有酷似三潭印月的“西湖小景”。在画廊的底部，是精妙绝伦的“雪山古箏”，它是一块能奏出七个不同音符的石壁，曾经有音律学家在此弹奏了一曲完整的《东方红》。画廊还是天然的音乐厅，游客们可以在这里放声歌唱，歌声别有一番情趣。