



青少年艺术修养

风光艺术欣赏

邵清河 © 编著

Scene Appreciation



京华出版社



青少年艺术修养

风光艺术欣赏

邵清河 © 编著

Scene Appreciation



京华出版社



目 录

中国风光	1
五岳之首——泰山	1
黄 山	4
珠穆朗玛峰	6
华 山	9
峨眉山	12
长白山	14
桂林山水	15
五台山	18
乔戈里峰	21
武夷山	22
四姑娘山	24
昆仑山	26
庐 山	29
云南石林	32
鸣沙山	34
梅里雪山	36
长 江	37
黄 河	40
淡水河	42
雅鲁藏布江	43
洱 海	45
杭州西湖	47
青海湖	49
日月潭	51
喀纳斯湖	53
茶卡盐湖	54



中国风光 ZHONGGUOFENG GUANG

五岳之首——泰山

泰山,又称岱山、岱宗、岱岳、东岳、泰岳等。名称之多,实为全国名山之冠。泰山之称最早见于《诗经》,“泰”意为极大、通畅、安宁。《五经通义》云:“宗,长也,言为群岳之长。”泰山突兀地立于华北大平原边上的齐鲁古国,同衡山、恒山、华山、嵩山合称五岳,因地处东部,故称东岳。泰山地处山东中部,泰山南麓,北依省会济南,南临“圣城”曲阜,东连“齐都”淄博,西滨黄河(北纬 $36^{\circ} 15' 3''$, 东经 $117^{\circ} 6' 0''$)。泰山形成于太古代,因受来自西南和东北两方面的挤压力,褶皱隆起,经深度变质而形成中国最古老的地层——泰山群;后因地壳变动,被多组断裂分割,形成块状山体。现每年以 0.5 毫米的速度继续增高。它东临波澜壮阔的大海,西靠源远流长的黄河,凌驾于齐鲁大地,几千年来一



“五岳独尊”

直是东方政治、经济、文化的中心。泰山有着深厚的文化内涵,其古建筑主要为明清的风格,将建筑、绘画、雕刻、山石、林木融为一体,是东方文明伟大而庄重的象征。

几千年来,泰山成为历代帝王封禅祭天的神山,随着帝王封禅,泰山被神化,因而又享有“五岳之长”的称号。佛道两家,文人名人纷至沓来,给泰山与泰安留下了众多名胜古迹。道教称第二小洞天,名其岳神为天齐王。泰山自然景观雄伟高大,有数千年精神文化的渗透和渲染以及人文景观的烘托而被称为“五岳之首”,它是中华民族的精神文化的缩影,而今又成为世界珍贵遗产。泰山风景名胜以泰山主峰为中心,呈放射状分布,由自然景观与人文景观融合而成。从祭地经帝王驻地的泰城岱庙,到封天的玉皇顶,构成长达十公里的地府——人间——天堂的一条轴线。中华民族几千年的



文化历史长河,使泰山已成为中华民族的象征。气势磅礴的泰山,知名度可与万里长城媲美。从司马迁的名言:“人固有一死,或重于泰山,或轻于鸿毛”到“泰山压顶不弯腰”,杜甫“会当凌绝顶,一览众山小”……都在不断加深着我们对泰山的向往。登临泰山,犹如攀登长城一样,成为许多中国人的梦想。

泰山雄峙于山东中部,泰安城北。东岳泰山古称“岱山”、“岱宗”,春秋时改称“泰山”。泰山前邻孔子故里曲阜,背依泉城济南,面积达 426 平方千米,主峰玉皇顶海拔 1545 米,气势雄伟,拔地而起,有“天下第一山”之美誉。1987 年被联合国教科文组织列入世界自然文化遗产名录。



泰山玉皇顶

泰山是五岳之一,山势雄奇,景色秀美,居五岳之首。

泰山最引人入胜的地方就是泰山是中国历史上受过皇帝封禅的名山。同时泰山也是佛、道两教兴盛之地,是历代帝王朝拜之山。历代帝王所到之处,建庙塑像,刻石题字,留下了众多文物古迹。历代名人宗师对泰山亦仰慕备至,纷纷到此游览。历代赞颂泰山的诗词、歌赋多达一千余首。走进泰山,就像走进历史。

从泰城西南祭地的社首山、蒿里山至告天的玉皇顶,数不胜数的名胜古迹、摩崖碑碣遍布山中。岱庙内,汉武帝植下的柏树翠影婆娑;红门宫前,孔子“登泰山小天下”的感慨,余音缭绕;回马山上,唐玄宗勒马而回的怯懦,神态犹现;云步桥畔,秦始皇敕封的五大夫松,瘦骨昂藏;十八盘道,李白、杜甫历代文人“笑拍红崖咏新作”墨意未尽,豪风犹在;碧霞祠里,隆重的封禅仪式绰绰伊始。此外还有岱庙、普照寺、王母池、经石峪、碧霞祠、日观峰、南天门、玉皇顶等主要名胜古迹。

泰山兼具古、丽、幽、妙,摩崖碑碣数不胜数,庙宇观堂满山遍布,山势壮丽,自然景观巍峨、雄奇、沉浑、峻秀。全山有古建筑群 20 多处,历史文化遗迹 2000 多处,历代文人雅士吟咏题刻和碑记无数。泰山的自然风光更是泰山吸引人之处。泰山高峰峻拔,雄伟多姿,既是“天然山岳公园”,又是“东方历史文化缩影”。泰山山谷幽深,松柏漫山,著名风景名胜有天柱峰、日观峰、百丈崖、仙人桥、五大夫松、望人松、龙潭飞瀑、云桥飞瀑、三潭飞瀑等。全山分麓、幽、妙、奥、旷五区。麓区山水相映,古刹幽深,位于泰山南麓中路与西路之间的环山路线;幽区绿荫环绕,一步一景,令人目不暇接,位于岱庙沿中路至南天门之间;妙区虽地势平坦,然别有洞天,景色格外宜人,位于过南天



门经天街至绝顶之间；奥区林木苍郁，花草茂盛，位于泰山之阴为后石坞；旷区坦途绿荫，溪深谷幽，位于大众桥过黑龙潭沿西溪桥至中天门。

于是就有了“登泰山而小天下”和“会当凌绝顶，一览众山小”的感觉了。

游泰山的最佳时间为每年的3月到11月。游泰山要看四个奇观：泰山日出、云海玉盘、晚霞夕照、黄河金带。

泰山日出是泰山最壮观的奇景。当黎明时分，游人站在岱顶举目远眺东方，一线晨曦由灰暗变成淡黄，又由淡黄变成橘红。而天空的云朵，红紫交辉，瞬息万变，漫天彩霞与地平线上的茫茫云海融为一体，犹如巨幅油画从天而降。浮光耀金的海面上，日轮掀开了云幕，撩开了霞帐，披着五彩霓裳，像一个飘荡的宫灯，冉冉升起在天际，须臾间，金光四射，群峰尽染，好一派壮观而神奇的海上日出。

云海玉盘——泰山云雾可谓呼风唤雨，变幻无穷：时而山风呼啸，云雾弥漫，如坠混沌世界；俄顷黑云压城，地底兴雷，让人魂魄震动，游人遇此，无须失望，因为你将要见到云海玉盘的奇景：有时白云滚滚，如浪似雪；有时乌云翻腾，形同翻江倒海；有时白云一片，宛如千里棉絮；有时云朵填谷壑，又像连绵无垠的汪洋大海，而那座座峰峦恰似海中仙岛。站在岱顶，俯瞰下界，可见片片白云与滚滚乌云而融为一体，汇成滔滔奔流的“大海”，妙趣横生，又令人心朝起伏。

晚霞夕照——当夕阳西下的时候，若漫步泰山极顶，又适逢阴雨刚过，天高气爽，仰望西天，朵朵残云如峰似峦，一道道金光穿云破雾，直泻人间。在夕阳映照下，云峰之上均镶嵌着一层金灿灿的亮边，时而闪烁着奇珍异宝般的光辉。那五颜六色的云朵，巧夺天工，奇异莫测。如果云海在此时出现，满天的霞光则全部映照在“大海”中，那壮丽的景色、大自然生动的情趣，就更加令人陶醉了。

晚霞夕照与黄河金带的神奇景色，与季节和气候有着很大的关系。为了能使登泰山者充分领略和享受这一奇观美景，就必须选择恰当的旅游时机。应该说秋季最好，因为这时风和日丽，天高云淡；其次是大雨之后，残云萦绕，天晴气朗，尘埃绝少，山清水秀。你尽可放目四野，饱览“江山如此多娇”的秀容美貌。

登泰山的路线：上泰山的路有四条。东路是登山盘路，从红门起步至玉皇顶石阶6566级，沿途多庙宇、多碑刻、多古树名木、历史传说，是泰山旅游的精华所在，也是最能体现泰山的雄伟与博大。走完全程需四个小时。西路是游览公路，从天外村乘车上山，一个小时到中天门，与车路汇合，从中天门即可乘坐游览索道，也可徒步攀登十八盘至岱顶。桃花峪是泰山西大门，从泰安城乘车西北去至界首进山至桃花源，从桃花源乘索道亦可到达岱顶。天烛峰步游路为泰山东大门，从泰安城乘车至艾洼，上达天烛胜境坊进山。徒步攀登至后石坞，乘后石坞索道达于岱顶，一般需五个小时。

泰山具有极其美丽壮观的自然风景，其主要特点为雄、奇、险、秀、幽、奥等。泰山巍峨，雄奇，沉浑，峻秀的自然景观常令世人慨叹，更有数不清的名胜古迹，摩崖碑碣，



使泰山成了世界少有的历史文化游览胜地。

庄严神圣的泰山,两千年来一直是帝王朝拜的对象,其山中的人文杰作与自然景观完美和谐地交融在一起。泰山一直是中华人民共和国艺术家和学者的精神源泉,是古代中华人民共和国文明和信仰的象征。

今日之泰山,正以其雄伟壮丽、庄严伟岸的丰姿,源远流长、博大精深的文化内涵,卓然屹立于世界的东方,展示着文明古国的风采。

黄 山

黄山旅游最佳景点:莲花、光明顶、天都。

黄山以“奇松、怪石、云海、温泉”四绝闻名天下,素有“中国第一奇山”之誉,是首批国家重点风景名胜区,亦是世界级的旅游胜地,1990年被联合国教科文组织列入《世界遗产名录》已成为全人类的瑰宝。

传说是中华祖先——轩辕黄帝修身炼丹而飘然成仙的地方。黄山千峰竞秀,万壑峥嵘。有名可指的就有72山峰,其中“莲花”、“光明顶”、“天都”三大主峰,均在海拔1800米以上,拔地极天,气势磅礴,雄姿灵秀。



泰山迎客松

黄山面积约1200平方千米,精华景区1154平方千米,集“泰山之雄伟、衡山之烟云、庐山之飞瀑、峨眉之秀丽、雁荡之巧石、华山之险峻”于一体,二湖、三瀑、十六泉、二十四溪相映生辉。明代地理学家徐霞客曾两游黄山,留下“五岳归来不看山,黄山归来不看岳”的赞誉。

黄山四季景色各异,日出、晚霞、华彩、佛光和雾凇等时令景观各得其趣,还兼有“天然动物园和天下植物园”的美称,真可谓人间仙境。此外,还有云谷寺、松谷庵、白云溪、翡翠谷等游览景区,令人流连忘返。

黄山不仅是峰之海,还是云之海,观云海也是黄山旅游的重点之一。游过黄山的人都认为,黄山最好的景色必须登上高峰才能欣赏到,有云雾时最佳。

黄山气候宜人,是得天独厚的避暑胜地。没上黄山的人向往黄山,上了黄山的人



更留恋黄山。它会使你高兴而来，满意而归。黄山四季景色各异，晨昏晴雨，瞬息万变，黄山日出、晚霞、云彩、佛光和雾淞等时令景观各得其趣，真可谓人间仙境。

黄山奇峰怪石是大自然留下的杰作，黄山的如烟云海亦是大自然留下的佳篇。

大凡著名的高山，一般都可见到云海，但黄山的云海更加有特色，特别是奇峰怪石和虬异古松隐现其中，更增添了美感。

黄山一年之中有云雾的天气达 200 多天，云来雾去，变化莫测，时而是风平浪静的汪洋，时而又是波涛汹涌、浊浪排空的怒海。黄山年均有云海的天数，居全国山岳风景区之冠。其云海分为东海、西海、南海、北海、天海五大海区。白鹅岭以东为东海，飞来石以西为西海，莲花峰以南为南海，狮子峰以北为北海，光明顶地势较高，视野宽广，故为天海。观赏云海奇景的最佳位置是：玉屏楼观前海、清凉台观后海、白鹅岭观东海、排云亭观西海、光明顶观四面八方波起云涌的天海。



黄山飞来石

东海，虽不如南海、北海宽广，但峰高壑深，山谷风环流大，云雾变幻莫测，甚为壮观。

西海，是黄山区未开发的最广之域，九龙丛峰人烟罕至。这里云海多，积云厚，变幻多，特别是日落时，在晚霞的映衬下，形成“霞海”奇观。云海弥漫时，这里的“仙人晒靴”、“仙女抚琴”、“仙女绣花”、“武松打虎”等景，都被“仙气”迷幻，惟妙惟肖。

南海，亦叫前海，峰岩陡峭，云海广阔，无数山峰沉入海底，唯有朱砂、老人、紫云



黄山景观

等峰尖露出海面。

北海,亦称后海,所在处峰崖陡峙,前方是黄山区的广阔平地,紧邻有广阔水面的太平湖。在云海漂浮中,“猴子观海”、“梦笔生花”、“天鹅孵蛋”、“十八罗汉朝南海”、“仙人背包”等景,更显得逼真有趣。冬春时节,凌晨日出,霞光万道,色彩绚丽,满天金碧辉煌,云海波浪粼粼,所以古人曾有诗云:“彩云绚烂涌朝墩,捧出红轮到海门。乍起乍觉光煜烁,九龙误作火吞珠。”

除了奇幻的云海,黄山还有奇特的温泉。紫云峰下的“朱砂泉”,素有“天下名泉”之称。据说此泉与紫云峰和朱砂峰相通,朱砂峰下的朱砂矿,乃是它的源泉,泉水每隔数年变一次颜色,因呈赤红色,故名“朱砂泉”。正因为黄山温泉之奇特,所以古人才留下了这样的赞美:“五岳若与黄山比,犹欠灵砂一道泉。”

黄山的自然美,吸引了历代的文人墨客、志士名流领略和歌咏它的雄伟与瑰丽,产生了浩若烟海的诗文。自盛唐至晚清,描绘黄山的散文就有几百篇,诗词两万余首。大量的民间传说和故事,也是黄山文化的重要组成部分。黄山,是一座名副其实的诗的山、画的山。

珠穆朗玛峰

珠穆朗玛峰,简称珠峰,又意译作圣母峰,尼泊尔称为萨加马塔峰,也叫“埃非勒斯峰”,位于中国和尼泊尔交界的喜马拉雅山脉之上,终年积雪,是世界第一高峰(已知太阳系最高峰是海拔 27000 米的火星奥森匹斯山)。神话说珠穆朗玛峰是长寿五天女所居住的营室。西方普遍称这山峰作额菲尔士峰或艾佛勒斯峰,是纪念英国人占领尼泊尔之时负责测量喜马拉雅山脉的印度测量局局长乔治·额莫尔士。珠穆朗玛峰较近的一次测量在 1999 年,是由美国国家地理学会使用全球卫星定位系统测定的,他们认为珠峰的海拔高度应该为 8850 米。而世界各国曾经公认的珠穆朗玛峰的海拔高度由中华人民共和国登山队于 1975 年测定,是 8848.13 米。但外界也有 8848 米、8840 米、8850 米、8882 米等多种说法。2005 年 5 月 22 日中国重测珠峰高度测量登山队成功登上珠穆朗玛峰峰顶,再次精确测量珠峰高度,珠峰新高度为 8844.43 米。同时停用 1975 年 8848.13 米的数据。随着时间的推移,珠穆朗玛峰的高度还会因为地



理板块的运动,而不断变化。有趣的是,珠穆朗玛峰虽然是世界第一高峰,但是它的峰顶却不是距离地心最远的一点。这个特殊的点属美洲的钦博拉索山。珠穆朗玛峰高大巍峨的形象,一直在当地甚至全世界的范围内产生着影响。

1921年,第一支英国登山队在查尔斯·霍华德·伯里中校的率领下开始攀登珠穆朗玛峰,到达海拔7000米处。1922年,第二支英国登山队是用供氧装置到达海拔8320米处。1924年,第三支英国登山队攀登珠穆朗玛峰时,乔治·马洛里和安德鲁·欧文在使用供氧装置登顶过程中失踪。马洛里的遗体于1999年在海拔8150米处被发现,而他随身携带的照相机失踪,故无法确定他和欧文是否是登顶成功的世界第一人。

1953年5月29日,34岁来自新西兰的登山家埃德蒙·希拉里作为英国登山队队员与39岁的尼泊尔向导丹增·诺尔盖一起沿东南山脊路线登上珠穆朗玛峰,是纪录上第一个登顶成功的登山队伍。1956年,以阿伯特·艾格勒为首的瑞士登山队在人类历史上第二次登上珠穆朗玛峰。(有准确记录以来)1960年5月25日,中国人首次登上珠穆朗玛峰。



珠穆朗玛峰

他们是王富洲、贡布、屈银华。此

次攀登,也是首次从北坡攀登成功。1963年,以诺曼·迪伦弗斯为首的美国探险队首次从西坡登顶成功。1975年,日本人田部井淳子成为世界上首位从南坡登上珠穆朗玛峰的女性。次年,中国登山队第二次攀登珠峰,9名队员登顶。其中藏族队员潘多成为世界上第一位从北坡登顶成功的女性。1978年,奥地利人彼得·哈贝尔和意大利人赖因霍尔德·梅斯纳首次未带氧气瓶登顶成功。1980年,波兰登山家克日什托夫·维里克斯基第一次在冬天攀登珠穆朗玛峰成功。1988年,中国、日本、尼泊尔三国联合登山队首次从南北两侧双跨珠穆朗玛峰成功。1996年,包括著名登山家罗布·哈尔在内的15名登山者在登顶过程中牺牲,是历史上攀登珠穆朗玛峰牺牲人数最多的一年。1998年,美国人汤姆·惠特克成为世界上第一个攀登珠穆朗玛峰成功登顶的残疾人。2000年,尼泊尔著名登山家巴布·奇里从大本营出发由北坡攀登,耗时16小时56分登顶成功,创造了登顶的最快纪录。2001年,美国人维亨迈尔成为世界上首个登上珠穆朗玛峰的盲人。2005年,中国第四次珠峰地区综合科考高度测量登山队成功攀登珠峰并测量珠峰高度数据。



中国西部的山脉,大多横亘绵长,山体高峻雄伟。位于中国西藏自治区同尼泊尔、印度等国边境上的喜马拉雅山脉,绵延长达 2400 多千米,主脉海拔平均超过 6000 米,是世界上最雄伟的山脉。

在喜马拉雅山脉之中,海拔在 7000 米以上的高峰有 50 多座,8000 米以上的有 16 座,著名的有南峰、希夏邦马峰、干城章嘉峰。“喜马拉雅”在藏语中就是“冰雪之乡”的意思。这里终年冰雪覆盖,一座座冰峰如倚天的宝剑,一条条冰川像蜿蜒的银蛇。其中最为高耸的则是位于中国和尼泊尔边界上的珠穆朗玛峰,它以高达 8844.43 米的高度,是世界最高峰。

珠穆朗玛峰,峰高势伟,地理环境独特,峰顶的最低气温常年零下三四十摄氏度。山上一些地方常年积雪不化,冰川、冰坡、冰塔林到处可见。峰顶空气稀薄,空气的含氧量只有东部平原地区的四分之一,经常刮七八级大风,十二级大风也不少见。风吹积雪,四溅飞舞,弥漫天际。珠峰具有重大的科学研究价值,很早就为人们所关注。1960 年中国登山运动员和科学工作者不畏艰险,克服重重困难,首次从北坡登上了珠穆朗玛峰顶,创造了世界登山史上前所未有的奇迹。从 60 年代起,中国科学工作者对珠峰地区进行了全面考察,在古生物、自然地理、高山气候以及现代冰川、地貌等多方面,都获得了丰富而有价值的资料。1975 年,中国测绘工作者在中国登山队的配合下,再次登上珠穆朗玛峰,精确地测定了它的高度,并绘出了珠峰地区的详细地图。所有这些,为中国开发利用西藏高原的自然资源提供了极其重要的科学依据。

珠峰所在的喜马拉雅山地区原是一片海洋,在漫长的地质年代,从陆地上冲刷来大量的碎石和泥沙,堆积在喜马拉雅山地区,形成了这里厚达 3 万米以上的海相沉积岩层。以后,由于强烈的造山运动,使喜马拉雅山地区受挤压而猛烈抬升,据测算,平均每一万年大约升高 20~30 米,直至今,喜马拉雅山区仍处在不断上升之中。

清康熙五十六年(1717 年)《皇舆全览图》上作朱母郎马阿林。1855 年印度测量局在英国人主持下,擅将该局局长 S.G.额菲尔士的姓氏命名此峰。1952 年中国政府将此峰正名为珠穆朗玛峰。

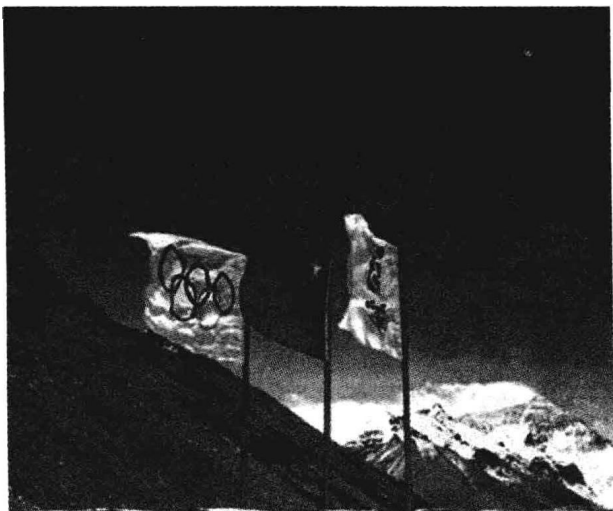
1989 年 3 月,珠穆朗玛峰自然保护区宣告成立。保护区面积 3.38 万平方千米。区内珍稀、濒危生物物种极为丰富,其中有 8 种国家一类保护动物,如长尾灰叶猴、熊猴、喜马拉雅塔尔羊、金钱豹等。峰顶共有 600 多条冰川,面积 1600 平方千米,最长的 26 千米。每当旭日东升,巨大的山峰在红光照耀下,绚丽多彩。此外,还常出现许多奇特的自然景观,吸引了大量国内外游客。

2008 年 5 月 8 日,中国登山队圣火传递珠穆朗玛峰突击队员,成功地把圣火从 8300 米突击队营地传递到了珠穆朗玛峰峰顶,创造了人类奥运历史上的奇迹。

珠穆朗玛峰山体呈巨型金字塔状,威武雄壮,地形极端险峻,环境异常复杂。雪线高度:北坡为 5800~6200 米,南坡为 5500~6100 米。东北山脊、东南山脊和西山山



脊中间夹着三大陡壁(北壁、东壁和西南壁),在这些山脊和峭壁之间又分布着 548 条大陆型冰川,总面积达 1457.07 平方千米,平均厚度达 7260 米。冰川的补给主要靠印度洋季风带两大降水带积雪变质形成。冰川上有千姿百态、瑰丽罕见的冰塔林,又有高达数十米的冰陡崖和步步陷阱的明暗冰裂隙,还有险象环生的冰崩雪崩区。



2008 年 5 月 8 日,中国登山队圣火传递珠穆朗玛峰突击队员,成功地把圣火从 8300 米突击队营地传递到了珠穆朗玛峰峰顶,创造了人类奥运历史上的奇迹。

珠峰不仅巍峨宏大,而且气势磅礴。在它周围 20 千米的范围内,群峰林立,山峦叠障。仅海拔 7000 米以上的高峰就有 40 多座,较著名的有南面 3 千米处的“洛子峰”(海拔 8463 米,世界第四高峰)和海拔 7589 米的卓穷峰,东南面是马卡鲁峰(海拔 8463 米,世界第五高峰),北面 3 千米是海拔 7543 米的章子峰,西面是努子峰(7855 米)和普莫里峰(7145 米)。在这些巨峰的外围,还有一些世界一流的高峰遥遥相望:东南方向有世界第三高峰干城嘉峰(海拔 8585 米,尼泊尔和锡金的界峰);西面有海拔 7998 米的格重康峰、8201 米的卓奥友峰和 8012 米的希夏邦马峰。形成了群峰来朝,峰头汹涌的波澜壮阔场面。

珠峰的美丽源于我们心灵的守望。凝视珠峰,会使人们久久沉浸在那超凡脱俗、雄壮肃穆的气氛之中。

华 山

华山,位于秦岭山脉东部的陕西省华阴市境内,是中国五大名岳之一,古称“西岳”。景区面积 148 平方千米,由五座主峰即东峰(朝阳峰)、西峰(莲花峰)、南峰(落雁峰)、北峰(云台峰)、中峰(玉女峰)以及环绕四周的七十多座峰岭和三条峡谷组成,海拔最高处在南峰极顶,高度 2160.5 米。

华山是一座奇险雄壮的山岳,被称为“奇险天下第一山”,它是由一整块花岗岩石构成,“其广十里,其高五千仞”(《水经注》),自然景观奇特而壮美,奇岩危崖,峭壁峰岭,幽谷险道,灵泉古洞,趣石秀木,珍稀物种,特有松桧,加上因气候多变而形成



东峰通往观日台的云梯接近 90° ，人们需要拉着铁链上行，需要相当的勇气。

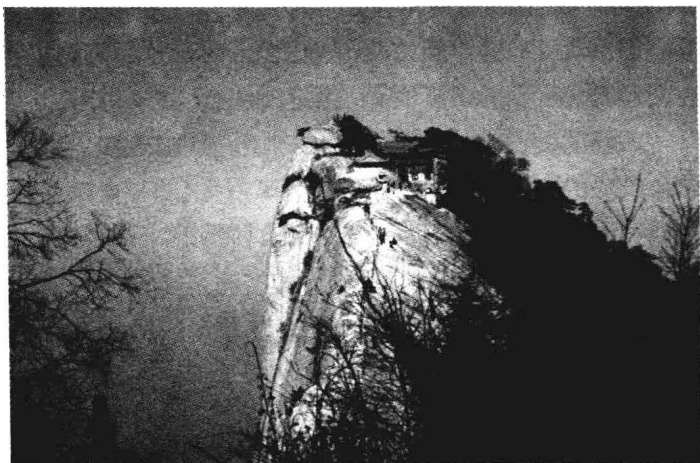
南峰，又称落雁峰，是华山的最高峰，海拔 2200 米。四周皆松林，杂以桧柏。迤邐数里，浓阴匝地。南峰上有明代建造的金天宫，也称白帝祠。峰顶有老君洞。相传道家始祖老聃隐居于此。洞北有太上皇，泉水碧绿，东注涧下，今称“仰天池”。东面崖下有石坊，称“南天门”。坊外西出有长空栈道，通至贺老石屋。南峰上还有老子峰、炼丹炉、八卦池等名胜古迹。

北峰，亦称云台峰，是总辖四峰的冲要处所，山势峥嵘，三面悬绝，只有一岭南通，故险要异常。峰顶有真武宫，依山为屋，叠起层楼，隐映于苍松翠柏之间，周围山色如画，绚丽多姿。

的雨华山，雾华山，雪华山和莲台佛光、云天弧光、地球阴影、中方仙桥及壮丽的日出、日落、云海、红叶等景观，构成了华山奇妙无穷、绮丽多姿、雄伟壮观、如诗如画的自然风光。

东峰，峰顶朝阳台，是华山观日出的绝佳境地，故称朝阳松林。东峰有甘露池、青虚洞、下棋亭、鹞子翻身等景点。据说宋太祖赵匡胤曾在这里和陈抟下棋，结果失败，而将华山输与陈抟。

西峰，是华山最秀丽奇峻的山峰，因峰顶翠云宫前有莲花石，形状如莲花。故称莲花峰。据传说故事《宝莲灯》中的三圣母之子沉香劈山救母之处就在西峰。翠云宫旁有一巨石中裂，形如斧劈。石旁树立一柄铸铁长把大斧。峰的西北面，笔立如削，空绝万丈，人称舍身崖。此外，还有西元洞和莲花洞等古迹。



华山西峰



华山登山道路蜿蜒曲折,处处是悬崖绝壁,峭峰陡立,奇险异常。1985年修筑了12千米长的华山登山道,对其它险要处也设有铁链护栏保护游人的安全,使登山者感到有惊无险。1994年沿当年人民解放军智取华山道路又修筑了一条登山台阶路。1996年华山索道建成运营。“自古华山一条路”已成为历史。山上山下,风景区内,新建了旅游饭店、餐馆、商店等旅游服务设施,可以满足旅游者吃、住、行、游、购、娱等方面的需求。

华山是一座文化山,文化底蕴深厚,文化内涵丰富,道教文化,杨氏文化,洞龛文化,围棋文化,碑石文化以及历史遗迹,神化传说和历代文人流传下来的诗文歌赋,构成了华山文化的主要内容。尤其是留传广泛的“劈山救母”、“赵匡胤卖华山”、“吹箫引凤”、“巨灵攀山”等传说,让华山充满了神奇美丽的色彩。

华山是一座充满侠武精神的
山岳,在中华文明发展史上,华山
与黄河一脉相承,是华夏文明的
发源地,经历了历史的磨砺,孕育
了中华民族不屈的精神,华山挺
拔的山势所透出的峻峭风骨,也
折射出了北方汉子的威武气概。
武侠小说宗师金庸先生更是有感
于华山的仙气、灵气和神气,把武
侠中的最高论剑比武放置在华
山,让华山飞扬着义气、威武的武
侠精神。



华山下棋亭

近年来,华山的观光旅游业不断发展,赢得了许多荣誉称号,先后被列为“国家级重点风景名胜区”,被评为“全国文明风景旅游区示范点”、“国家AAAAA级旅游区”、“中华十大名山”、“ISO14000环境体系认证景区”等,赢得了海内外游人的青睐和称誉,已成为大陆腹地的旅游热点景点。

考古学家认为,中华民族正是以华山脚下的仰韶文化的蔷薇花作为民族的图腾而得名,现代学者多认为“华夏”、“中华”、“华人”是以华山得名。

清代著名学者章太炎先生认为:“国以华名就是因华山而得。”又说:“我国民族旧居雍梁二州之地,东南华阴,东北华阳,就华山以定限,其后人迹所至,遍及九州,华之名始广”。

这充分说明华山在华夏民族发展中的突出地位。当代一些知名人士也曾为华山题词:“民族本色”、“华夏之根”、“父亲山”。

在中华民族的历史中,壮丽的山河孕育了民族的文明和发展史。黄河自华山脚下



拐弯东去,华山与黄河唇齿相依,同样成为中华民族发祥地之一。华山在中华民族繁衍、生息、发展中一直是占着率先和突出的崇高地位,被文人墨客尊为十三朝古都西京王气之所在。

由于有着这样的渊源,华山的文化底蕴相当丰厚。

峨眉山

峨眉山位于中国四川省峨眉山市境内,在四川盆地西南部,地处长江上游,屹立于大渡河与青衣江之间,位于峨眉山市西南7千米,东距乐山市37千米,是著名的旅游胜地和佛教名山,有“峨眉天下秀”之称。峨眉山是一个集自然风光与佛教文化为一体的中国国家级山岳型风景名胜区,是我国的四大佛教名山之一。

峨眉山主峰万佛顶海拔3079.3米。全山山势巍峨俊秀而又树木葱茏,有“雄秀”之称。因为山体巨大,登山路线近百里,体弱者很难登顶。近年来建成了登山索道,游人已可以轻松登临,在极顶俯瞰万里云海。在金顶可欣赏“日出”、“云海”、“佛光”和“圣灯”四大绝景。佛光是峨眉山最壮观的奇观。峨眉山山上共有小佛寺数十处,寺内珍藏有许多精美的佛教文物。许多笃信佛教的老人不辞艰苦,一步一歇,历经数十日始上山顶。峨眉山优美的自然景观、良好的生态环境使它成为人们探奇揽胜、求仙修道的理想处所。



峨眉金顶最高处——金殿铜顶



1982年,峨眉山以峨眉山风景名胜区的名义,被国务院批准列入第一批国家级风景名胜区名单。1996年,峨眉山与乐山大佛共同被列入《世界自然与文化遗产名录》,是自然和文化双重遗产之地。2007年,峨眉山景区经国家旅游局正式批准为国家5A级旅游景区。

地质构造

中国地质史上中生代末期的燕山运动,奠定了峨眉山地质构造的轮廓,新构造期的喜马拉雅运动,及其伴随的青藏高原的抬升,造就了峨眉山。由于山顶上是一大片古生代喷出的玄武岩,其下岩层受到保护而得以保持高度,又因山中内部“瀑流切割强烈”,进而形成了比高2000米以上的“峡谷奇峰地形”。登山沿途地形因地层之分而多貌并存:如处于石灰岩层中则有藏九老洞之类岩洞地貌;及经花岗岩及变质岩区,则又形成深峡之姿;山顶之上坚实的玄武岩又是一番熔岩平台的景象。

自然风光

峨眉山景区面积154平方千米,峨眉山包括大峨、二峨、三峨、四峨四座大山。大峨山为峨眉山的主峰,通常说的峨眉山就是指大峨山。大峨、二峨两山相对,远望峨眉山,双峰缥缈如画眉,其陡峭险峻、横空出世的雄伟气势,使唐代诗人李白有“峨眉高出西极天”、“蜀国多仙山,峨眉邈难匹”之赞。峨眉山以多雾著称,常年云雾缭绕,雨丝霏霏。弥漫山间的云雾,变化万千,把峨眉山装点得婀娜多姿。

峨眉山层峦叠嶂、秀甲天下,山势雄伟,景色秀丽,气象万千。素有“一山有四季,十里不同天”之妙喻。清代诗人谭钟岳将峨眉山佳景概括为十景:“金顶祥光”、“象池月夜”、“九老仙府”、“洪椿晓雨”、“白水秋风”、“双桥清音”、“大坪霁雪”、“灵岩叠翠”、“罗峰晴云”、“圣积晚钟”。现在人们又不断发现和创造了许多新景观,如红珠拥翠、虎溪听泉、龙江栈道、龙门飞瀑、雷洞烟云、接引飞虹、卧云浮舟、冷杉幽林等,峨眉新十景:金顶金佛、万佛朝宗、小平情缘、清音平湖、幽谷灵猴、第一山亭、摩崖石刻、秀甲瀑布、迎宾滩、名山起点,无不引人入胜。进入山中,重峦叠嶂,古木参天。峰回路转,云断桥连。涧深谷幽,天光一线。万壑飞流,水声潺潺。仙雀鸣唱,彩蝶翩翩,灵猴嬉戏,琴蛙奏弹,奇花铺径,别有洞天。春季万物萌动,郁郁葱葱;夏季百花争艳,姹紫嫣红;秋季红叶满山,五彩缤纷;冬季银装素裹,白雪皑皑。登临金顶极目远望,视野宽阔无比,景色十分壮丽。观日出、云海、佛光、晚霞,令你心旷神怡;西眺皑皑雪峰,贡嘎山、瓦屋山,山连天际;南望万佛顶,云涛滚滚,气势恢弘;北瞰百里平川,如铺锦绣,大渡河、青衣江尽收眼底。置身峨眉之巅,真有“一览众山小”之感慨。

动植物资源

峨眉山动植物资源极为丰富,终年常绿,素有“古老的植物王国”之美誉。峨眉山植被茂盛,植被随着地势高低而变化,据统计,植物多达3700余种。由于特殊的地形,充沛的雨量,多样的气候和复杂的土壤结构,为各类生物物种的生长繁衍创造了绝好



的生态环境,有人说峨眉山植物种类的数量相当于整个欧洲植物种类的总和。在峨眉山生长的植物中,有被称之为植物活化石的珙桐、桫欂,有著名的峨眉冷杉、桢楠、洪椿;有品种繁多的兰花、杜鹃花等,还有许多名贵的药用植物和成片的竹林。这些植物为峨眉山披上秀色,还给各类动物创造了一个天然的乐园。峨眉山有 2300 多种野生动物,其中有珍稀的大熊猫、黑鹳、小熊猫、短尾猴、白鹇鸡、枯叶蝶、弹琴蛙、环毛大蚯蚓等。

峨眉山猴群见人不惊,与人同乐,已成为山中独具一格的“活景观”,闻名中外。峨眉山灵猴学名藏猕猴,也叫藏酋猴,因为它们尾巴只有 6~10 厘米,比一般猴子的尾巴要短很多。因此也叫“短尾猴”。许多野生猕猴不时出没于路旁,拦住游客索要食物,也为游客增添了不少乐趣。峨眉山野生自然生态猴区,是我国目前最大的野生自然生态猴区。

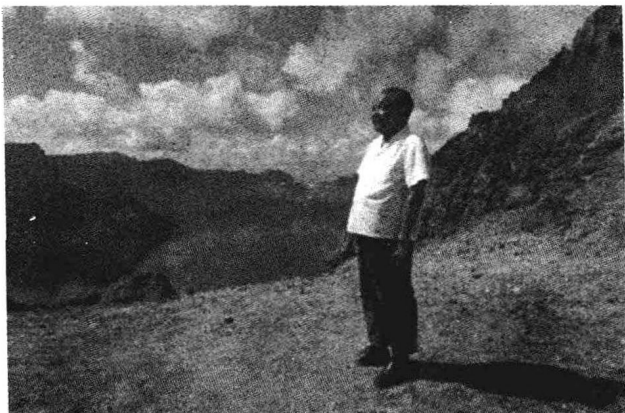
历史记载

《峨眉山志》等资料记载了这么一个传说故事:东汉明帝永平六年(公元 63 年)“六月一日,有蒲公者,采药于云窝,见一鹿歇迹如莲花,异之,追之绝顶无踪”。因回头问在山上结茅修行的宝掌和尚。和尚说是普贤菩萨“依本愿而现象于峨眉山”。蒲公归家后即舍宅为寺,于是峨眉山就发展成普贤菩萨的道场。另有资料说,是晋代的普公在山上采药时,见一老者骑白象隐去。以后的记载基本上是一致的。仅仅依据此传说,以后历代修建寺庙时都以普贤菩萨为中心,并发展成中国四大佛教名山之一。

长白山

邓小平同志 1983 年登上长白山天池写下“长白山”“天池”横幅后感叹:不登长白山,终生遗憾。可见其壮美神力。

长白山是我国与五岳齐名、风光秀丽、景色迷人的关东第一山,因其主峰白头山多白色浮石与积雪而得名,有“直上人间第一峰”的美誉。她位于欧亚大陆东端、吉林省东南部,地处延边朝鲜族自治州和白山地区境内,



邓小平同志 1983 年在长白山天池留念

主峰海拔 2691 米,海拔 2500 米以上的山峰有 16 座,总面积 8000 余平方千米。北起