



最美中国行

路上，有最美的风景；风景里，有最动人的文化

ZUI MEI ZHONG GUO XING

第一站

青海

第二站

宁夏

第三站

陕西

第四站

山西

第五站

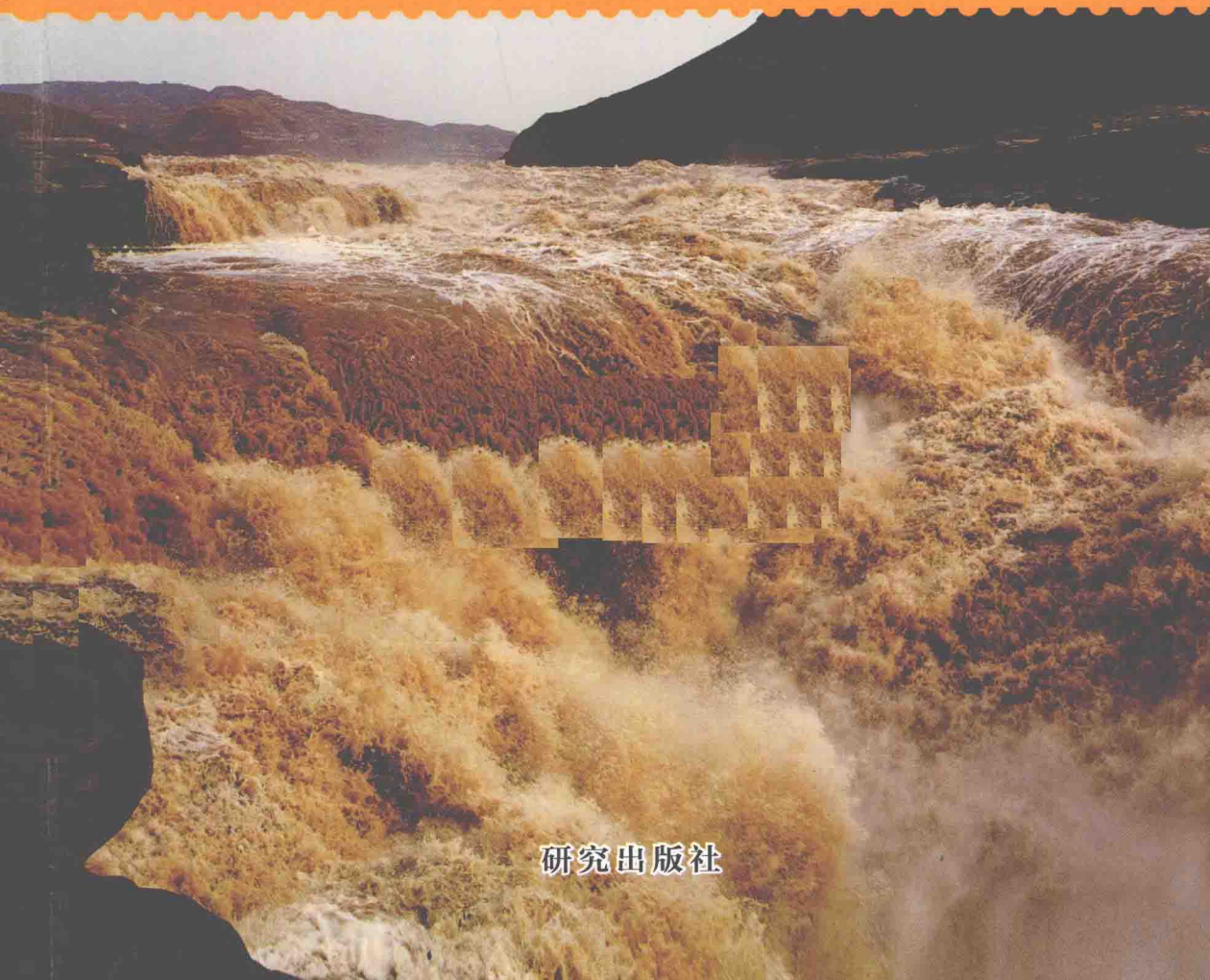
河南

……

# 黄河九曲颂

一曲古老文明的赞歌

李毅 编著



研究出版社



最美中国行

# 黄河九曲颂

一曲古老文明的赞歌

李毅 编著

研究出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

黄河九曲颂 / 李毅编著

— 北京: 研究出版社, 2013.7

(最美中国行)

ISBN 978-7-80168-817-0

I. ①黄…

II. ①李…

III. ①黄河—概况

IV. ①K928.42

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 153696 号

责任编辑: 傅旭清      责任校对: 张璐

出版发行: 研究出版社

地 址: 北京市东城区沙滩北街二号中研楼

电 话: 010-64042001

网 址: [www.yjcs.com](http://www.yjcs.com) E-mail: [yjcsfxb@126.com](mailto:yjcsfxb@126.com)

图片提供: 北京全景视觉网络科技有限公司

经 销: 新华书店

印 刷: 北京鑫海达印刷有限公司

版 次: 2013年9月第一版 2013年9月第一次印刷

规 格: 710毫米×990毫米 1/16

印 张: 14印张

字 数: 190千字

书 号: ISBN 978-7-80168-817-0

定 价: 36.00 元

# 前言

## FOREWORD



### 最美中国行·黄河九曲颂

中国自古就有“观乎人文，以化成天下”的思想，这句话简单来说就是观察人类文明的进展，就能用人文精神来教化天下。这是儒家的思想，如今细细思索，依然发人深省。文化是一个民族的底色，它融入在这个绚烂多姿的世界的各个角落，它让百川大山、人文景观闪耀着光芒；它教人们拥有广阔的胸襟，海量的气度。因此，踏上旅途，探寻文化，是具有深刻意义的。为此，我们特意编撰了《最美中国行》系列丛书，为你解读隐藏在中华大地表象之下的深刻文化内涵，让你看到一个更丰富多彩的中国。

《黄河九曲颂》是《最美中国行》系列丛书之一，它细致描写了中国第二大长河流经的九个省市奇特的自然、人文景观，展现出母亲河孕育的博大悠远的华夏文明，体现了黄河五千里的文化遗产，其丰富的营养正有待华夏子孙来汲取。这不是地理书，也不是历史书，而是饶有趣味的文化探寻书。通过此书，你能欣赏到气势磅礴的“黄河之水天上来”，远古的氏族墓葬，最早的古城——九原城，边关村落雁门寨，湟源茶马故地，游牧民族的艺术画廊，还有“山是半山佛，佛是一座山”的龙门石窟……在那里文成公主“红妆换得百世安”，沙漠与黄河结缘，河洛文化延续了约两千年，伏羲庙香烟袅袅，牡丹花开倾全城。

本书的内容不同于其他的旅游书籍，并非单纯写景或者单调叙事，也不是一本旅游攻略，而是着眼于“文化”，用一个个引人入胜的故事、名人事迹和民俗风情巧妙地将各处美景串联起来，让名人和历史为你导航。精炼的述说，一目了然、生动有力，让人回味无穷。文章的语



言通俗中带有隽永的诗意，浏览也罢，吟诵也罢，都是美妙的享受，让人仿佛身临其境。值得一提的是，全文精心选配了大量令人震撼、眼前一亮的图片，这些图片都由专业摄影师拍摄，为每一个读者展示了黄河流域自然景观、人文风物的真实面貌，你大可按图索骥，跟随它们的脚步，在富有诗意的文字和精彩的照片中畅游，并探寻这古雅宏博的神奇领域。此外，我们还特意在每个章节最后添加了小版块栏目，补充了一些精短的传说典故，丰富了景点内涵，也让你的阅读增加了趣味性。

读罢此书，黄河在你的眼里会变得更加富有生命力，同时你也会知道文化不是束之高阁的东西，它就在我们行走的每一寸土地上。很多时候，河流它不只是一个景观，那经过几千年沉淀的故事，需要你静下心来在书里体会。在此，我们希望这本书能够成为你旅途中的良伴、一扇窗户，开拓你的眼界，引你进入一个更为绚烂博大的世界，看到更多并不为常人所深知的东西。如果你不是身在旅途，那让你的心去旅行一次吧，去领略历时千年的自然精华和人文精华！它一定能带你跨越时空、跨越地域、遨游历史，提高你的精神内涵，让你拥有更为畅达的情怀。

# 目录

## CONTENTS



最美中国行·黄河九曲颂

### 第一章

## 黄河之水天上来

### 万古奔流不息

|               |   |
|---------------|---|
| 来自远古的波涛·····  | 2 |
| 跌宕在三级阶梯上····· | 2 |
| 五千里文明沉浮·····  | 4 |

### 寻找了千年的源头

|               |   |
|---------------|---|
| 大河岂无源·····    | 5 |
| 卡日曲和约古宗列····· | 6 |

### 雪落河源

|                  |    |
|------------------|----|
| 高原姐妹湖·····       | 8  |
| 阿尼玛卿·····        | 9  |
| 玛多——世界上最高的县····· | 10 |

### 第二章

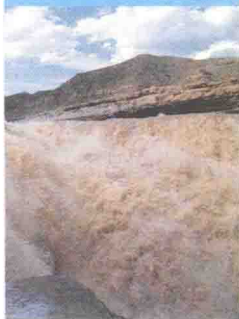
## 西南唐蕃道

### 湟源茶马故地

|              |    |
|--------------|----|
| 湟水源头·····    | 12 |
| 名马市茶归·····   | 12 |
| 石堡“伤心岭”····· | 13 |

### 千山万水家国梦

|            |    |
|------------|----|
| 公主要远嫁····· | 15 |
| 漫漫千里路····· | 15 |



|              |    |
|--------------|----|
| 红妆换得百世安····· | 17 |
|--------------|----|

### 过了日月山，又是一重天

|             |    |
|-------------|----|
| 汉藏的分界线····· | 18 |
| 暖泉驿洗尘·····  | 19 |
| 柏海上的彩桥····· | 19 |

### 沿途的文明

|              |    |
|--------------|----|
| 马家窑彩陶文化····· | 21 |
| 齐家器物文化·····  | 22 |
| 青铜卡约文化·····  | 23 |

## 第三章

# 陶醉河湟

### 青海“听”花

|                |    |
|----------------|----|
| 最甜美的歌·····     | 26 |
| “花儿”原本是少年····· | 27 |
| 夏季里的盛会·····    | 28 |

### 高原之花——湟中农民画

|                |    |
|----------------|----|
| 现代民间画乡·····    | 29 |
| 土画不土，美自天然····· | 29 |

### 大通社火闹新春

|              |    |
|--------------|----|
| 来自远古的祭祀····· | 31 |
| 载歌载舞·····    | 32 |
| 有趣的四片瓦·····  | 32 |

### 柳湾彩陶流成了河

|              |    |
|--------------|----|
| 远古的氏族墓葬····· | 34 |
|--------------|----|

|            |    |
|------------|----|
| 奇妙的花纹····· | 35 |
|------------|----|

### 热贡藏画乡

|                   |    |
|-------------------|----|
| 佛光弥漫的金色谷地·····    | 36 |
| 家家画唐卡·····        | 36 |
| 艺术绝活“堆绣”·····     | 37 |
| 千手观音泥塑：艺僧的杰作····· | 38 |

## 第四章

# 甘宁塞上行

### 东壤银武威

|                  |    |
|------------------|----|
| 历来富庶地·····       | 40 |
| 马踏飞燕出雷台·····     | 40 |
| 武威文庙：陇右学宫之冠····· | 42 |

### 兰州小镇的风情

|                  |    |
|------------------|----|
| 牛大碗：扯不断的拉面情····· | 43 |
| 到安宁听鼓子去·····     | 44 |

### 金银不换是天水

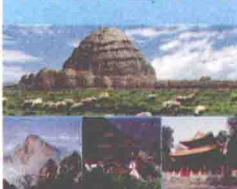
|                    |    |
|--------------------|----|
| “天河注水”的传说·····     | 45 |
| 西北“小江南”·····       | 45 |
| 伏羲庙香烟袅袅·····       | 46 |
| 麦积山石窟：岩壁上的惊叹号····· | 46 |

### 沙坡头的奇迹

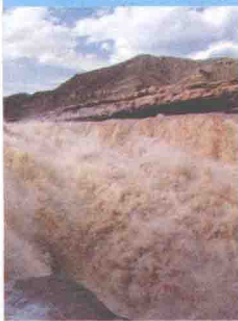
|               |    |
|---------------|----|
| 会唱歌的沙子·····   | 48 |
| 了不起的麦草方格····· | 49 |
| 羊皮做筏子·····    | 50 |

# 目 录

## CONTENTS



## 最美中国行·黄河九曲颂



## 百里青铜峡

|                  |    |
|------------------|----|
| 山水若铜镜·····       | 51 |
| 湿地鸟岛的精灵·····     | 51 |
| 108塔，108种烦恼····· | 52 |

## 贺兰山寻宝

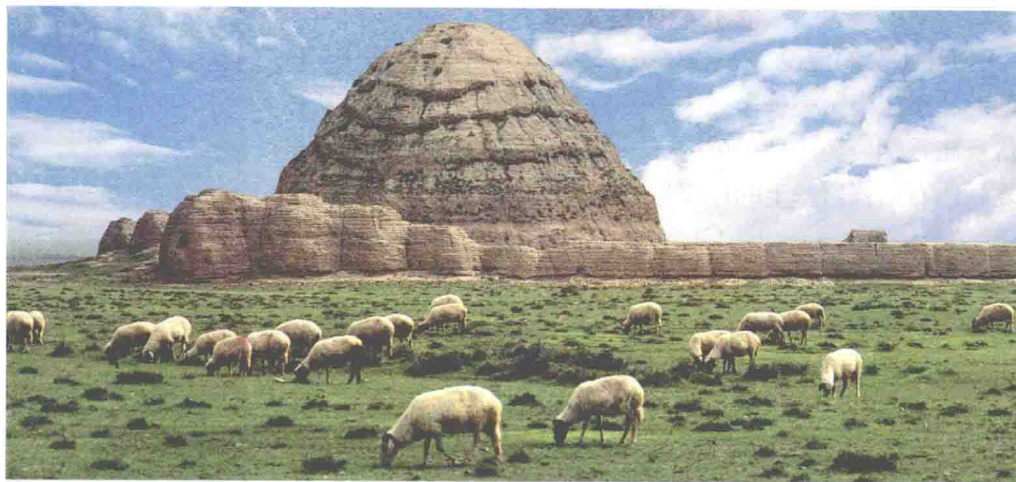
|                    |    |
|--------------------|----|
| 岩画——游牧民族的艺术画廊····· | 54 |
| 白的颜色，咸的味道·····     | 55 |
| 会燃烧的黑石头·····       | 56 |
| 奇美贺兰石·····         | 57 |

## 天下黄河富银川

|              |    |
|--------------|----|
| 阡陌纵横稻米香····· | 58 |
| “红宝”枸杞·····  | 60 |
| 滩羊“二毛皮”····· | 61 |

## 日沉西夏陵

|              |    |
|--------------|----|
| 两百年党项传奇····· | 63 |
| 东方金字塔·····   | 64 |
| 解不开的谜·····   | 65 |



# 目 录

## CONTENTS



### 最美中国行·黄河九曲颂

## 第五章

# 河套安，天下安

### 阴山脚下

|                    |    |
|--------------------|----|
| 七十个黑山头·····        | 68 |
| 天苍苍，野茫茫·····       | 68 |
| 神秘岩画——游牧民族的史诗····· | 70 |

### 弯曲的“馈赠”

|               |    |
|---------------|----|
| 躺在黄河的臂弯里····· | 71 |
| 塞外粮仓·····     | 71 |
| 次生盐碱化危机·····  | 72 |

### 追忆硝烟往事

|                 |    |
|-----------------|----|
| 最早的古城——九原城····· | 73 |
| 险要的高阙塞·····     | 73 |
| 汉代新忽热古城·····    | 74 |
| 唐三受降城·····      | 75 |

### 旧貌新颜话包头

|                |    |
|----------------|----|
| 守候永恒的秦长城·····  | 76 |
| 南海子码头的兴衰·····  | 76 |
| “钢环”中的“鹿”····· | 78 |
| 北方兵器城·····     | 79 |

### 撒欢鄂尔多斯

|                |    |
|----------------|----|
| 草色如茵，毡帐座座····· | 80 |
| 蒙古包里的美味·····   | 80 |
| 那达慕“男儿三艺”····· | 82 |



## 呼和浩特召寺行

|              |    |
|--------------|----|
| 青色的召城·····   | 83 |
| 百年大、小召·····  | 83 |
| 五塔寺观宝·····   | 85 |
| 大黑河畔美人眠····· | 85 |

## 第六章

# 中国色——黄土高原

## 世界上最深厚的黄土

|               |    |
|---------------|----|
| 谁是塑造者·····    | 88 |
| 那一片破碎的地表····· | 88 |
| “变脸”还在继续····· | 90 |

## 九曲黄河

|                 |    |
|-----------------|----|
| 俟河之清，人寿几何·····  | 91 |
| 峡谷中，乾坤倒转·····   | 92 |
| 人民币背面的壶口瀑布····· | 92 |
| 回忆小浪底·····      | 94 |

## 灿烂的文明之光

|                 |    |
|-----------------|----|
| 蓝田：弥足珍贵的牙齿····· | 95 |
| 裴李岗的石磨盘·····    | 96 |



|                   |    |
|-------------------|----|
| 大地湾：最早的宫殿式建筑····· | 97 |
| 仰韶红陶·····         | 98 |

### 我家住在黄土高坡

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 冬暖夏凉的“神仙洞”····· | 99  |
| 巧手剪窗花·····      | 100 |
| 爱唱歌的陕北人·····    | 101 |
| 扭起秧歌打起锣·····    | 101 |

## 第七章

# 陕西秦川八百里

### 九边重镇话榆林

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 长城线上的古镇·····      | 104 |
| 盘龙山下忆闯王·····      | 105 |
| 红石峡：刻在岩壁上的沧桑····· | 105 |
| 豆腐城，羊腥汤·····      | 106 |

### 红色延安

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 双手搂定宝塔山·····       | 107 |
| 枣园：革命年代的“中南海”····· | 107 |
| 南泥湾岁月·····         | 108 |

### 韩城文史乡

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 文化人的“圣城”·····      | 110 |
| 拜谒司马迁祠·····        | 110 |
| 徐村——“余下来的两支人”····· | 111 |
| 党家村——门楣上的中庸之道····· | 112 |

### 西岳华山天下险

|             |     |
|-------------|-----|
| 花岗岩的奇迹····· | 114 |
|-------------|-----|

# 目录

## CONTENTS



最美中国行·黄河九曲颂



|           |     |
|-----------|-----|
| 五峰殊色····· | 115 |
|-----------|-----|

### 西安——抹不去的秦唐底色

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 兵马俑，以帝国作陪葬····· | 117 |
| 大、小雁塔的盛唐佛光····· | 118 |
| 洗尽铅华清池水·····    | 119 |

### 巍巍咸阳城

|              |     |
|--------------|-----|
| 一代帝都·····    | 120 |
| 千秋功业郑国渠····· | 120 |
| 汉家金字塔·····   | 121 |

### 物华天宝耀宝鸡

|               |     |
|---------------|-----|
| 煌煌青铜之盛·····   | 123 |
| 佛骨舍利镇法门·····  | 123 |
| 民间工艺美术之乡····· | 125 |

### 关中平原印象

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 半壁黄土一道岭·····    | 126 |
| “天府”的昨天与今天····· | 126 |
| 秦腔吼起来·····      | 127 |

## 第八章

# 五千年文明看山西

### 大同观佛韵

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 云冈石窟：大佛的微笑····· | 130 |
| 挂在崖壁上的寺院·····   | 132 |

### 五台山——佛门清凉界

|             |     |
|-------------|-----|
| 话说“五台”····· | 133 |
|-------------|-----|

# 目录

## CONTENTS



最美中国行·黄河九曲颂

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 仰天的大佛·····         | 133 |
| 殊像寺的故事·····        | 134 |
| 显通寺“三无、二奇、一宝”····· | 135 |

### 代县：曾经烽火狼烟地

|                |     |
|----------------|-----|
| 大雁飞不过的山关·····  | 137 |
| 一座关城，遍地狼烟····· | 137 |
| 边关村落——雁门寨····· | 138 |

### 锦绣太原城

|                |     |
|----------------|-----|
| 改造母亲河·····     | 140 |
| 为煤炭建一座博物馆····· | 141 |

### 祁县晋商风流

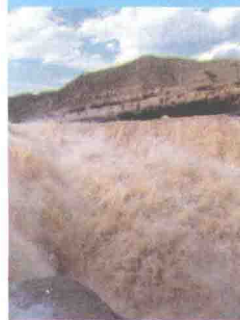
|              |     |
|--------------|-----|
| 古城晋商帮·····   | 142 |
| 一街文化·····    | 143 |
| 忆兮“渠半城”····· | 143 |
| 大院沧桑话乔家····· | 145 |

### 走进平遥古城

|               |     |
|---------------|-----|
| 鸟瞰“乌龟城”·····  | 147 |
| 明清“土”字街·····  | 147 |
| 怪哉！房子半边盖····· | 149 |
| 白塔上，风过铃响····· | 150 |

### 介休建筑奇葩

|                  |     |
|------------------|-----|
| 绵山上，古刹罗列·····    | 151 |
| 木构精品祆神楼·····     | 152 |
| 后土庙悬壁彩塑·····     | 153 |
| 张壁：古代袖珍“城堡”····· | 154 |



### 芮城览胜

|                  |     |
|------------------|-----|
| 风陵渡怀古·····       | 155 |
| 永乐宫：“乔迁”的壁画····· | 155 |

## 第九章

# 河南——中原之州

### 安阳殷墟史话

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 泱泱殷商竟成墟·····    | 158 |
| 爱玉的王后·····      | 158 |
| 刻在后母戊鼎上的历史····· | 159 |

### 三门峡的风景

|                |     |
|----------------|-----|
| 斧劈三门，中流砥柱····· | 161 |
| 函谷关的先秦梦·····   | 161 |
| 宝轮寺蛙鸣之谜·····   | 162 |

### 洛河之阳的古都

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 三代之居，五都荟洛·····        | 164 |
| 白马寺听钟·····            | 164 |
| 龙门石窟：山是半山佛，佛是一座山····· | 166 |

### 新郑黄帝故里

|               |     |
|---------------|-----|
| 黄帝故里寻根谒祖····· | 167 |
| 两熊镇守的祠堂·····  | 167 |
| 轩辕桥下姬水潺潺····· | 168 |

### 嵩山：拜佛、谒道和品儒

|               |     |
|---------------|-----|
| 少林真功夫·····    | 169 |
| 塔林森森·····     | 170 |
| 中岳庙的千年道场····· | 170 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 嵩阳书院理学兴····· | 172 |
|--------------|-----|

### 开封沉浮录

|                |     |
|----------------|-----|
| 水灾兵燹“城摞城”····· | 173 |
| 潘杨湖底的大宋故都····· | 174 |
| 古刹菊香·····      | 175 |

### 商丘访古

|               |     |
|---------------|-----|
| 探秘“八卦城”·····  | 177 |
| 黄河故道风光好·····  | 178 |
| 芒砀山上的西汉陵····· | 179 |
| 燧皇陵的千年火种····· | 180 |

## 第十章

# 山之东，海之畔

### 山海名邦属蓬莱

|                |     |
|----------------|-----|
| 蓬莱阁观海·····     | 182 |
| 蜃景如梦似幻·····    | 183 |
| 三仙山：还原的天国····· | 184 |

### 黄海之滨的青岛

|                |     |
|----------------|-----|
| “帆船之都”名不虚····· | 185 |
| 跨海飞虹胶州湾大桥····· | 186 |
| 万国风情“八大关”····· | 187 |
| 干杯吧，朋友·····    | 188 |

### 潍坊风情万种

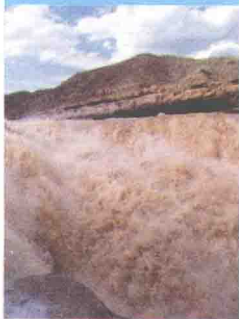
|                  |     |
|------------------|-----|
| 看，漫天的风筝·····     | 189 |
| 杨家埠木板年画·····     | 190 |
| 青云山：齐鲁民俗第一园····· | 191 |

# 目 录

## CONTENTS



最美中国行·黄河九曲颂



## 东营：黄河入海流

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 黄龙入海·····          | 192 |
| 孤东海堤：尽头处的沧海桑田····· | 192 |

## 临淄齐鲁旧迹

|              |     |
|--------------|-----|
| 荒台故址吊桓公····· | 194 |
| 牛山上的传说·····  | 195 |
| 韶乐绕梁·····    | 196 |

## 泉城济南

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 趵突泉：闻名天下的“三股水”····· | 197 |
| 春到大明湖·····          | 198 |

## 徒步泰山巅

|               |     |
|---------------|-----|
| 心中的大山·····    | 200 |
| 山路十八盘·····    | 200 |
| 巍巍南天门·····    | 202 |
| 天街：天上的街市····· | 202 |
| 日观峰的云海·····   | 203 |

## 曲阜谒圣

|                |     |
|----------------|-----|
| 千年的精神圣殿·····   | 204 |
| 煌煌“天下第一家”····· | 205 |
| 孔林奇事多·····     | 206 |