

张建忠
吴秉辉 编著
贾学松

中国百座名山旅游指南

陕西旅游出版社

中国百座名山 旅游指南

张建忠 吴秉辉 贾学松

陕西旅游出版社

中国百座名山旅游指南

张建忠 吴秉辉 贾学松 编著

陕西旅游出版社出版发行

(西安市长安路32号)

陕西省新华书店经销 西安铁路分局印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张12.50 字数280千字

1990年7月第1版 1990年7月第1次印刷

印数1—6000

ISBN7-5418-0147-X/K·9 定价: 5.00元

责任编辑：魏明道

封面设计：郭 晟

插 图：郭 峻

版 式：田慧君

序

《中国百座名山旅游指南》一书，由陕西旅游出版社出版，这是件值得庆幸的事。全书24万字，是由西安市总工会干部张建忠和陕西人民出版社编辑吴秉辉、兰后工厂局八一书社经理贾学松同志共同完成的。

张建忠酷爱旅游，尤以名山风光揽胜。多年来，他节衣缩食，以极大的乐趣广集收藏旅游图书、杂志、风光画册、明信片、游览图等3000余册，堪称中国旅游风光之大全。他举办的“中国旅游风光”收藏展，曾在市总工会、省图书馆、工人俱乐部展出，受到广大观众的欢迎和好评。

为了使收藏充满情感与活力，张建忠曾游览了路南石林、桂林漓江、镜泊湖、五大连池、长江三峡、长城八达岭等风景名胜20处；登临了黄山、泰山、峨眉、普陀、井冈山、长白、张家界、神农架等名山30多座。平日外出旅游长途跋涉，日夜兼程；白日登山揽胜、夜晚以乘火车代宿，每日食宿仅在几元钱。回回劳苦和艰辛，他都乐在其中。在今30平方米的住房，已挤满了四个书架。经过多少个寒冬、酷暑的夜晚挑灯秉烛，呕心沥血写下了50万字的《中国百座名山旅游指南》一书的初稿，理顺了收藏品的内在气蕴。

我国是一个多山的国家，尤以名山著称。我国的山岳犹如夏夜空中的繁星，为数众多，而名山则是从千万个山岳中选择出来的佼佼者，是伟大祖国的瑰宝。

如果从“禹封九山”算起，名山发展的历史已有四千多年了。远古的人们把山只作为崇拜自然的对象，不少名山被作为群山的代表和山神的象征予以崇拜。至今名山却已成为人们进行游览观赏，爱国主义教育，科学研究的重要场所。

我国名山知多少？最早赞颂山区的《山经》，记载了三百四十七座名山高峰，称为“五藏山经”。随后《禹贡》、《水经注》等书以及游记，也都对名山有过详尽记载。《管子》云：“天下名山五千七百七十”。南朝有《游名山志》，至明代《名山记》达二十卷，后又增至四十六卷，清代取精辑成十六卷，记“名山三百，支山三千”，取名为《天下名山记钞》。

今日名山知多少？近年测绘研究部门正在绘制“中国大山名山主峰图”，收集记述的名山有779座。分析全国的610座名山，其中国家级占11%，省级占25%，县级占64%。

我国历代名人游览名山的历史源远流长。根据一些记载，中华民族的老祖宗黄帝，传说旅行最远曾到昆仑山，并在山上建离宫别馆。孔子“登泰山而小天下”！还说过“智者乐水仁者乐山”。秦始皇登泰山、会稽、碣石刻石，以纪功德。汉武帝封禅五岳，使五岳成为天下名山之首。清高宗乾隆，一生曾六下江南，七登泰山。

其次，历史文化名人司马迁“南游江淮，上会稽、探禹穴、窥九鼎，浮于沅湘。”写下千古名史《史记》。明著名画家唐伯虎，千里壮游，登庐山、衡岳、遍游武夷、雁荡和

皖南黄山、齐云、九华诸山，饱览了祖国南方的名山大川。明代大旅行家、地理学家徐霞客，一生“问奇于名山大川”是“山的旅人”，写下《徐霞客游记》，清代有人说：“徐霞客千古奇人，游记乃千古奇书。”

唐宋以前，一些文人士寄情山水，以诗词而论对名山有传世杰作，并有重大影响者就有王 维、李 白、杜 甫、白居易、柳宗元、苏东坡、王安石、黄庭坚等。唐李白“一生好入名山游”、“一斗百篇逸兴豪，到处山水皆故宅。”诗圣杜甫南北漫游，登泰山写下《望岳》。柳宗元的《永州八记》，被誉为山水长卷。宋代范成大的《石湖居士骖鸾录》，陆游的《入蜀记》描述了风景如画的江山。苏东坡宦游四方，处处歌颂名山大川，留有“船上看山如走马，倏忽过去数百群。”还写下考察山水的《石钟山记》。

根据古书记述，我国社会公认的名山，即归结为：有景则名、有僧则名、有史则名、有宝则名。景是名山的基础，凡是僧尼活动的地方，自然是山水景观幽丽的场所，“天下名山僧占多”、“山无寺不名”就是讲的这个道理。

山岳由于雄伟、秀丽、幽深、奥秘、奇特可以满足游人获得多种美感的需求。许多名山以不同的山色闻名于世，真可谓群峰争艳，交相辉映，千姿百态，妖媚秀人。可供观赏、避暑、仿古、瞻仰和疗养，皆为旅游胜地。

山水美，可帮助旅游者扩大知识面，进行美育教育。古人云：“多历名山大川，以扩其眼界。”“登高则意远，临深则志清。”“高”者山也，“深”者水也。一个人常自觉地登山临水，浸沉于祖国的大好河山，自然而然对陶冶性情，扩大心胸，焕发向上精神会起很大作用。

登上巍峨的高山，你会觉得人应该象它一样庄严；高山观日出，你会想起自己应象朝阳那样，把光和热洒向人间。壮美的山岳，使你觉得生活着、工作着，有多么美好；而忧郁、烦恼、狭隘、自私，又是多么不值得一提。

《中国百座名山旅游指南》，向你介绍100座名山的概况、名人游历、开发历史、风光名胜、旅游交通。

百座名山，向你展现五岳、四大佛山、五镇、三楚名山、东北三大名山、岭南四大名山；佛教、道教、名城、神话、园林、像形、风情、纪念地名山及著名风景、游览避暑胜地、自然保护区的风姿。

百座名山，集知识性、艺术性、趣味性于一体，既可窥见作者对祖国山河的赤诚之心，也具有较高的鉴赏价值。

百座名山，集名山游览之大成，近在咫尺神游万里，是你名山揽胜的忠实旅伴。

华夏风光好，山岳觅知音。《中国百座名山旅游指南》的成书，曾得到各名山管理局、风景区管理处、文物管理所等单位领导、同志的支持，远方的朋友寄来大量的风光名胜简介、导游图等资料，并写信希望此书早日完成。对同志们的关心和帮助，作者在此顺致深切的敬意和衷心的感谢。

时 钟

一九九〇年三月于古城西安

目 录

序.....	(1)
--------	-------

一、著名风景区

1. 天下奇山——黄山	
安徽省黄山市.....	(3)
2. 匡庐奇秀——庐山	
江西省九江市.....	(9)
3. 东南奇秀——武夷山	
福建省崇安县.....	(19)
4. 东瓯奇秀——雁荡山	
浙江省乐清县.....	(23)

二、五岳

5. 五岳之首——泰山	
山东省泰安市.....	(30)
6. 五岳之雄——华山	
陕西省华阴县.....	(38)
7. 五岳独秀——衡山	
湖南省衡山县.....	(43)
8. 塞北第一山——恒山	
山西省浑源县.....	(49)
9. 中天砥柱——嵩山	
河南省登封县.....	(55)

三、佛教四大名山

10. 四大佛山之首——五台山
山西省五台县..... (64)
11. 蜀国仙山——峨眉山
四川省峨眉县..... (71)
12. 东南第一山——九华山
安徽省青阳县..... (76)
13. 南海佛国——普陀山
浙江省普陀县..... (82)

四、佛教名山

14. 四明第一山——雪窦山
浙江省奉化县..... (88)
15. 仙霞之优——天台山
浙江省天台县..... (92)
16. 武陵明珠——梵净山
贵州省江口、印江、松桃三县..... (95)
17. 佛教圣地——鸡足山
云南省宾川县..... (98)
18. 东南佛国——天童山
浙江省鄞县..... (101)

五、道教名山

19. 天下之幽——青城山
四川省灌县..... (106)
20. 天下第一仙山——武当山
湖北省丹江口市..... (111)
21. 江南小桂林——龙虎山
江西省贵溪县..... (120)

22. 青城姊妹——崂山
山东省崂山县..... (122)
23. 天开神秀——齐云山
安徽省休宁县..... (124)
24. 东北道教始兴地——铁刹山
辽宁省本溪县..... (127)
25. 林木十里深——天目山
浙江省临安县..... (129)

六、五镇名山

26. 五镇之首——沂山
山东省临朐县..... (134)
27. 五峰挺秀——吴山
陕西省宝鸡县..... (137)
28. 大禹葬地——会稽山
浙江省绍兴市..... (140)
29. 广宁灵秀——医巫闾山
辽宁省北镇县..... (145)
30. 太岳中镇——霍山
山西省洪洞县..... (153)

七、桂林山水

31. 江山会景处——叠彩山
广西桂林市北..... (158)
32. 洞山北斗——七星山
桂林市解放东路..... (160)
33. 天然艺术宫——芦笛岩
桂林市西北郊..... (163)
34. 南天一柱——独秀峰

桂林市中心..... (165)

35. 伏波胜境——伏波山

桂林市东北..... (168)

36. 桂林山水代表——象鼻山

桂林市南..... (170)

八、岭南四大名山

37. 丹峰霞色——丹霞山

广东省仁化县..... (174)

38. 岭南第一山——罗浮山

广东省博罗县..... (176)

39. 南粤名山——西樵山

广东省南海县..... (179)

40. 肇庆之巖——鼎湖山

广东省肇庆市..... (182)

九、江南名山

41. 金陵第一明秀——栖霞山

江苏省南京市..... (186)

42. 十里青山半入城——虞山

江苏省常熟市..... (189)

十、樊、楚名山

43. 吴都明珠——西山

湖北省鄂州市..... (194)

44. 三楚名山——玉泉山

湖北省当阳县..... (196)

45. 三楚第一山——东方山

湖北省黄石市..... (199)

十一、游览胜地

46. 中天一柱——天柱山

安徽省潜山县..... (204)

47. 清凉世界——莫干山

浙江省德清县..... (207)

48. 九百莲峰——千山

辽宁省鞍山市..... (209)

49. 京东第一山——盘山

天津市蓟县..... (213)

50. 皖东胜境——琅琊山

安徽省滁县..... (216)

十二、避暑胜地

51. 云雾公园——鸡公山

河南省信阳市..... (220)

52. 太行奇秀——苍岩山

河北省井陘县..... (223)

53. 宝岛绿荫——阿里山

台湾省嘉义市..... (225)

54. 陇上奇观——兴隆山

甘肃省榆中县..... (228)

十三、名山胜景

55. 千峰万峰雪崔嵬——天山

新疆昌吉州阜康县..... (234)

56. 雕塑宝库——麦积山

甘肃省天水市..... (237)

57. 大佛之山——乐山

四川省乐山市..... (240)

58. 声色奇观——鸣沙山

甘肃省敦煌县..... (243)

59. 奇山奇寺——突圖山

四川省江油县..... (246)

十四、名山胜迹

60. 白银盘里一青螺——君山

湖南省岳阳市..... (250)

61. 虞舜葬地——九嶷山

湖南省辽远县..... (253)

62. 山高水险——梁山

山东省梁山县..... (255)

63. 医史博物馆——药王山

陕西省耀县..... (258)

64. 观海最佳处——碣石山

河北省昌黎县..... (260)

十五、名城名山

65. 北方桂林——上方山

北京市房山县..... (264)

66. 虎踞龙盘——钟山

江苏省南京市..... (266)

67. 闽海蓬莱第一山——清源山

福建省泉州市..... (269)

68. 洛阳天然屏障——邙山

河南省洛阳市..... (271)

69. 天下第一奇观——路南石林

云南省路南县..... (273)

70. 关中绝胜——骊山

陕西省临潼县..... (276)

十六、神话名山

71. 东海第一胜境——云台山
江苏省连云港市..... (282)
72. 西部热炉——火焰山
新疆吐鲁番市..... (285)

十七、园林名山

73. 红叶似火——香山
北京市西山..... (290)
74. 天南第一峰——白云山
广东省广州市..... (292)
75. 川东小峨眉——缙云山
四川省重庆市..... (265)
76. 碧峰屏开，秀如琢玉——岳麓山
湖南省长沙市..... (297)

十八、自然保护区

77. 东北宝地——长白山
吉林省安图、抚松、长白三县..... (302)
78. 华中屋脊——神农架
湖北省神农架林区..... (304)
79. 秦岭之巅——太白山
陕西省眉县、周至、太白三县..... (306)

十九、高山风光

80. 世界屋脊——珠穆朗玛峰
西藏定日县..... (310)
81. 亚洲脊柱——昆仑山
新疆、西藏..... (312)
82. 西戎昆仑——祁连山

甘肃、青海..... (314)

83. 塞上奇观——贺兰山

宁夏银川市..... (316)

二十、革命纪念地

84. 毛泽东故乡——韶山

湖南省湘潭县..... (320)

85. 人杰山巍——井冈山

江西省井冈山市..... (322)

86. 革命胜地标志——宝塔山

陕西省延安市..... (324)

87. 飞雁望断——六盘山

宁夏银川市..... (327)

二十一、像形名山

88. 海南象征——五指山

海南省琼中县..... (330)

89. 笔峰插海——笔架山

辽宁省锦县..... (332)

90. 江湖锁钥——石钟山

江西省湖口县..... (334)

91. 福州第一胜境——鼓山

福建省福州市..... (337)

二十二、民族风情之山

92. 康定歌山——跑马山

四川省甘孜康定城..... (342)

93. “花儿”唱对之山——莲花山

甘肃省康乐县..... (344)

94. 大理风光——苍山

云南省大理市.....	(347)
95. 柳江砥柱——鱼峰山	
广西柳州市.....	(349)
二十三、湖光山色	
96. 国家森林公园——张家界	
湖南省大庸市.....	(354)
97. 十里画廊——索溪峪	
湖南大庸慈利县.....	(356)
98. 不似黄山，胜似黄山——天子山	
湖南大庸桑植县.....	(358)
99. 人间瑶池——黄龙	
四川省松潘县.....	(359)
100. 人间仙境——九寨沟	
四川省南坪县.....	(362)
101. 火山公园——五大连池	
黑龙江省五大连池市.....	(364)
102. 青海名山——日月山	
青海省西宁市.....	(367)
103. 北方的西湖——镜泊湖	
黑龙江省宁安县.....	(369)
分省索引目录.....	(372)