

MIANYAN DE QIFU

# 绵延的起伏

谢宇 主编

# SHANMAI

# 山脉

中国是世界上最大的国家之一，不仅有着辽阔的疆域，众多的人口，也有着复杂、丰富多彩的自然地理环境。5000多年前，中华民族的祖先就在这片土地上劳动、生息、繁衍；在漫长的岁月里，人类又不断地开发、利用和改造着周围的环境。今天，为了更好地实现人与自然的和谐相处，需要我们每一个人进一步认识我们生活的这片土地，进一步了解我们生存的环境。

自然地理科普馆（中国篇）

第2辑



西安地图出版社

《自然地理科普馆（中国篇）》第2辑

# 绵延的起伏——山脉

谢宇 主编

西安地图出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

自然地理科普馆. 中国篇. 第2辑/谢宇主编. —西安:  
西安地图出版社, 2009.5

ISBN 978-7-80748-413-4

I. 自… II. 谢… III. 自然地理-中国-普及读物  
IV. P941-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第068914号

---

**自然地理科普馆 (中国篇)**

**第2辑**

谢宇/主编

西安地图出版社出版发行

(西安市友谊东路334号 邮政编码: 710054)

新华书店经销 北京市业和印务有限公司印刷

710毫米×1000毫米 1/16开本 50印张 750千字

2009年7月第1版 2009年7月第1次印刷

印数0001~3000

ISBN 978-7-80748-413-4

全套5册定价: 100.00元

---

# 目 录

第一章 北京市的山脉·····	1
西山·····	1
第二章 天津市的山脉·····	6
盘山·····	6
第三章 河北省的山脉·····	7
苍岩山·····	7
第四章 山西省的山脉·····	9
一、五台山·····	9
二、恒山·····	11
第五章 辽宁省的山脉·····	15
一、千山·····	15
二、凤凰山·····	17
第六章 黑龙江省的山脉·····	20
一、大兴安岭·····	20
二、小兴安岭·····	21
第七章 吉林省的山脉·····	24

长白山·····	24
<b>第八章 陕西省的山脉·····</b>	<b>28</b>
一、华山·····	28
二、骊山·····	32
<b>第九章 甘肃省的山脉·····</b>	<b>36</b>
一、麦积山·····	36
二、鸣沙山·····	40
三、崆峒山·····	41
四、天山·····	43
<b>第十章 山东省的山脉·····</b>	<b>46</b>
一、泰山·····	46
二、崂山·····	56
<b>第十一章 江苏省的山脉·····</b>	<b>60</b>
一、钟山·····	60
二、云台山·····	61
<b>第十二章 安徽省的山脉·····</b>	<b>64</b>
一、黄山·····	64
二、九华山·····	72
三、琅琊山·····	73
四、天柱山·····	74
<b>第十三章 浙江省的山脉·····</b>	<b>77</b>

一、雁荡山·····	77
二、普陀山·····	80
三、天台山·····	81
四、莫干山·····	83
第十四章 江西省的山脉·····	85
一、三青山·····	85
二、井冈山·····	87
三、庐山·····	89
四、龙虎山·····	98
第十五章 福建省的山脉·····	101
一、武夷山·····	101
二、万石山·····	105
三、太姥山·····	106
四、清源山·····	108
第十六章 河南省的山脉·····	111
一、嵩山·····	111
二、王屋山·····	115
第十七章 湖北省的山脉·····	118
一、武当山·····	118
二、九宫山·····	120
三、大洪山·····	122
第十八章 湖南省的山脉·····	124
一、衡山·····	124
二、韶山·····	134

第十九章 广东省的山脉·····	136
丹霞山·····	136
第二十章 四川省的山脉·····	138
一、峨眉山·····	138
二、贡嘎山·····	140
三、青城山·····	141
四、西岭雪山·····	143
第二十一章 西藏自治区的山脉·····	145
珠穆朗玛峰·····	145
第二十二章 台湾省的山脉·····	149
阿里山·····	149

# 第一章 北京市的山脉



## 西山

北京西山属太行山脉，是北京西部山地的总称。北以南口附近的关沟为界，南抵房山区拒马河谷，西至市

界，东临北京小平原。面积3000多平方千米，约占全市面积的17%。

山脉走向由北向东，地势由西北向东南逐级减缓，西山全长约90千



绵延的起伏——山脉

香山枫叶





米，宽约60千米。依次有四列山脉：东灵山—黄草梁—笔架山；百花山—髻髻山—妙峰山；九龙山—香峪大梁；大洼尖—猫耳山。

山中植被多为次生落叶阔叶林及灌丛，煤炭资源丰富。其中百花山、东灵山、龙门涧等地已被列为北京市自然保护区。低山及山麓一带的上方山、香山、八大处、潭拓寺、戒台寺、石花洞、云居寺、十渡等地多名胜古迹，为京西著名游览地。

### 1. 香山

香山位于北京西北郊西山东麓，最高点是香炉峰，海拔557米，因峰顶巨石状若香炉而得名，进而人们也将此山称为香山。香炉峰还有个有趣的名字叫“鬼见愁”，形容其峰高耸难至。其实557米的高度在山脉的大家族中并不算高，但是由于周围地势平缓，山峰突兀而起，好似直插云霄，故而显得山高峰险。

香山占地面积约1500万平方米，金、元、明几代帝王都曾在此兴建各种亭台楼阁、离宫别苑。至清代，乾隆皇帝更是大兴土木。可惜在咸丰十年和光绪二十六年，香山的建筑景点先后遭到英法联军和八国联军的破坏。今日面目，为解放后修葺所成。

著名的风景点有昭庙、双清别墅、鬼见愁、静翠湖、望峰亭、西山晴雪、森玉笛、朝阳洞等。

当然香山最著名的还是红叶了，每到秋天，满山红衣，正可谓是“霜叶红于二月花”，美不胜收。但是由于游人的乱采乱摘，折枝事情常有发生，更有商人为了采摘红叶谋取暴利，不惜毁坏树木，故而红叶资源毁损严重。在游人密集区的红叶已经寥寥无几，使得不少人乘兴而来，失望而归。有关部门对此极为重视，采取多项措施加以保护，并增强宣传教育力度，香山红叶才有所好转，但仍没恢复到从前那样霜叶映面红的景致，只有人烟稀少的山麓红叶依然似火如霞，我们期待也相信香山红叶能早日恢复往日的繁盛。

关于香山红叶还有一个美丽的传说。很久以前，山下居住着一户善良的人家，家中一位老人和其女儿相依为命。即使家里很穷，他们也热心救济周围的邻居。有一天老汉在山上获得了一个聚宝盆，从此要什么有什么，生活不再窘困，邻居们都过上了好日子。这件事被一个财主知道了，带了家丁来抢聚宝盆。如此宝贝怎么能落入坏人手里呢，老汉和姑

娘带了宝盆往山里跑去，不知跑了多远，实在跑不动了，老汉将聚宝盆埋在一棵树下，便去世了。眼看财主就要追上来了，姑娘为了引开财主，继续往山上跑，鞋子丢了，衣服也被树枝划破了，鲜血淌下来染红了土地和树木，最后葬身在山谷之中。财主没有找到聚宝盆愤愤而去，第二天太阳升起，金色的阳光普照大地，人们举头望去，姑娘跑过的地方，血染过的山脉间的漫山树叶都变成了红色。埋藏聚宝盆的地方后来冒出了两眼清泉，传说就是今日“双清别墅”所在。

## 2. 百花山

百花山位于京城西郊，属太行山脉北端，主峰海拔1991米。森林茂密，名花异草、珍禽奇兽繁多，素有“华北百草园”和“天然动物园”之称。

百花山山势陡峻，山顶却地势平坦。山间风景独特，气候宜人，奇峰连绵，云雾迷离，泉水叮咚，溪水潺潺。主峰西侧，位于海拔1800米处，森林浓郁，山花繁盛，在林涛花海间可见一处四季不融化的万年寒冰，堪称一大奇观。除此之外还有“百花山草甸”、“百花山瀑布”、“万年冰肌”、“古树擎天”、“云顶日出”、“古石海”、“冰缘城堡”、

“冰壁岩柱”、“云海升腾”、“晚霞映翠”、“七色玉带”、“金蟾拜月”、“蚂蚁山”、“白蟒长啸”、“松树长廊”等十八大景观。

山中有四种植被类型，十个森林群落，植物种类有110科、480属、1100种，动物种类有170种，其中有国家一级保护动物金钱豹、褐马鸡、黑鹳、金雕，国家二级保护动物有斑羚、勺鸡，市级保护动物有50多种。

百花山也是佛家胜地，每年都举办庙会，去赶过庙会的人一定会注意到药佛殿有一尊和尚像，盘膝而坐，似在沉思，微胖的脸上挂着笑容，这就是传说中的傻和尚。

传说，在现在北京市房山区的柳林水村背后的北山上，有一座叫“圣米堂”的寺庙，住着三个和尚，一个师父带着两个徒弟，傻和尚是大徒弟，虽然傻，可烧香拜佛，敲钟打馨，打扫殿宇，拾柴背水，样样都干。就是吃得太多，三个人的饭不够他一个人吃，所以老和尚和小和尚经常挨饿。后来老和尚让他后吃，最后无论剩多剩少，傻和尚都不会吵，也不会抱怨，而且干活仍然任劳任怨。即使这样也得不到师父的体谅。

有一天老和尚把傻和尚叫过去，

说是他和小和尚要去化缘，让傻和尚看守庙宇，傻和尚问道：“师父你出去了，我吃啥啊？”老和尚说：“石洞里有一个窟窿，里边有大米，你吃那个吧。”傻和尚又问道：“那烧啥呀？”老和尚不耐烦地说：“烧啥！烧你的腿！”说完老和尚带着小和尚走了。

傻和尚看守庙宇，干了一天的活，晚上饿了，就想起师父临走时的交待，拿了葫芦瓢，到山洞石头窟窿去快舀米。奇怪的事情发生了，瓢一伸进去，上边就哗啦哗啦地掉像大米粒似的白沙子。这下可把傻和尚乐坏了，回到庙里，坐上锅，添上水，把腿往灶堂里一伸，就开始呼呼地烧饭了。时间不大，饭就煮熟了，拿碗盛上就吃。就这样，天天如此，傻和尚却不知道原来那石堂就是菩萨显圣赐给的圣米，那锅是个煮石成铁的宝锅。

快过年的时候老和尚带着小和尚回来了，本以为傻和尚饿死了，可是一进庙，却大吃一惊，傻和尚不但没死，反而满面红光。傻和尚见到师父和师弟，满心欢喜，接过师父化来的粮，跟在后面走进寺庙。

老和尚听到傻和尚说的事情很是不信，做晚饭的时候便要傻和尚去取

米，又让小和尚去偷看，果不其然，白沙子哗哗地流出，不一会就流了半瓢，足有两升。然后傻和尚坐上尿锅，伸腿去烧。饭香四溢，老和尚和小和尚吃的狼吞虎咽，直打饱嗝。

老和尚想占那白沙和宝锅为独有，便起了歹心想将傻和尚害死在山崖下。却万万没想到就在傻和尚落下山崖的时候，从半山崖开起一朵白云，上头出现一朵莲花，正好傻和尚落在莲花托上。随即莲花升高，从老和尚头顶飞过，直奔百花山飞去。

千百载过去了，那圣米石堂和煮锅的传说一直流传到现在，明朝沈榜所著的《碗署杂记》上还记载着这个故事哩。

### 3. 十渡

十渡位于北京西南部，以岩溶峰林、峰丛、河谷地貌为景观特色。谷壁陡峭，流水潺潺，石美潭深，被誉为“青山野渡、百里画廊”。

初春时节，万物复苏，山壁上蕨类植物伸张，如同一把把小伞，山间百花争艳，香溢山川；盛夏峰峦叠翠，碧波荡漾，阵阵山风，送出凉意；深秋红叶似锦，柿坠枝头；寒冬山岭之间银装素裹，冰河如镜，冰柱晶莹剔透。一年四季皆有绝妙佳境，



山清水秀的十渡

恰似一幅幅山水画卷。十渡重要组成部分就是拒马河，它好似一条玉带蜿蜒迂回于山川之间，又穿山而过，与群山峻岭交相辉映，相得益彰。乘舟行其间，如入仙境，是北方少见的喀斯特地貌景观。

十渡有8个植被型及32个群系，维管植物85科323属。其中属国家保护的植物有青檀、胡桃楸、穿山龙、

野大豆；北京特有植物有槭叶铁线莲、多头苦苣菜，等等。主要树种有栎、榆、山杨、山柳、核桃楸、青檀树、水青冈等，还有五角枫、橡树、桑树、国槐、柏树等十几棵二级古树名木。拒马河中有古老鱼种和繁多的水生动植物，其中，细鳞产颌鱼是古鱼类活化石。另外还有100多种野生动物。

## 第二章 天津市的山脉



### 盘山

盘山位于天津市蓟县西北部，被誉为“京东第一山”，同时又被称为“中国十五大名山之一”。初唐时，一直跟随唐太宗的大将李靖，迷恋盘山胜景，即使在当了兵部尚书后，他还是一再请求弃官到盘山养老。被准后，李靖在万松山舞剑峰下出家，修建了三间茅舍，这就是李靖庵，改建后名为万松寺。随后历代帝王与文人墨客纷至沓来，留下大量的碑文题刻。特别是清乾隆帝曾赞道：“早知有盘山，何必下江南。”并在这里建造了规模宏大的行宫“静奇山庄”，御笔题诗镌刻山石之上。

盘山主要有5峰、72佛寺、13座玲珑宝塔。挂月峰为盘山主峰，海拔864.4米，上锐下削，峰上有唐建定光佛舍利塔，以挂月峰为中心，前有紫盖峰，后有自来峰，东有九华峰，

西有舞剑峰。遍布于五峰之中的许多怪石，经古人命名的有悬空、摇动、晾甲、将军、夹木、天井、蛤蟆、蟒石等。树在飞瀑流泉的山上，春夏山花烂漫、桃李争妍，秋尽冬初则红叶尽染、苍松添翠，秀丽无比。故前人有诗云：“盘山七十二佛寺，寺寺落花流水中。”

另外，盘山还有三盘之分：上盘以松取胜，中盘以石取胜，下盘以水取胜。

久负盛名的还有盘山柿子，果实大而无核，每个约250克左右，果皮橙黄，果肉黄色，味甜汁多，含有丰富的维生素。传说唐太宗李世民曾高度赞赏过这种柿子。

1978年，天津市人民政府辟盘山为风景游览区，1984年列为市级自然保护区，1990年评为“津门十景”之一。

## 第三章 河北省的山脉



### 苍岩山

苍岩山位于石家庄市西南78千米处，是太行山之余脉，主峰海拔1117米。这里气候宜人，冬无寒踪，夏无酷热，温度适中，加上山高林密、悬崖峭壁，亭榭楼殿掩映在参天古木之中，成了风景优美、建筑奇伟的著名风景区和游览胜地。苍岩山上早期曾有过道教的活动，隋唐以后佛教势力逐渐强大，佛寺增多，明清时成为北方的佛教名山。

苍岩山原有志公寺、北寺和福庆寺。前两寺已毁，唯福庆寺存今。福庆寺原名兴善寺，相传始建于隋代，宋大中祥符七年（1014）真宗大修之后敕赐“福庆寺”匾额，即更现名。

苍岩山山门建在山脚，门前溪流跨石桥。山门内之西侧为苍岩书院。苍岩书院建在危岩之上，这里下有泉

水流淌、上有高林绕屋，前人诗曰：

“日光不到，忘晨夕，绝似丹青，小洞天。”沿山径前行，过力仙堂即进入谷底，在高六七十米南北对峙的悬崖绝壁上，跨架着单孔弧形石桥三座，其中，两座桥上建造了形制相同、大小有别的天王殿和桥楼殿。桥楼殿高耸险峻，构造精巧，为二层楼殿，殿内有壁画，梁上施彩绘，金碧辉煌。天王殿秀丽多姿，“殿前无灯凭月照，山门不锁待云封”的金字对联，高悬殿门前，从涧底仰望，青天一线，桥楼凌空，宛如彩虹高挂，故称“桥殿飞虹”。更令人惊绝的是，由于空中彩云流动，好似桥殿也在跟着飘动，古人有诗赞曰：“千丈虹桥望入微，天光云彩共楼飞。”循石阶攀登而上，可直达苍岩山顶峰，苍岩山之顶为一平坦的台地，沿山谷成扇形展开，最高处名玉皇

顶。这里景界开阔，极目瞭望，苍岩山的风光尽收眼底。

在苍岩山，你要问谁的名气最大，山里的人一定会告诉你是“妙阳公主”。与她有关的名胜古迹最多，说起来也最有趣。

福庆寺建筑群在一个三面围合的马蹄形的山谷之中，殿宇自山脚沿山谷两侧的半山腰延展，跨谷架岩布局极为巧妙。主殿为“公主祠”，构筑于西峰崖半，苍岩山十六景中的“虚阁藏幽”，便是指公主祠的景色。

公主祠建于金代，到现在有1000多年的历史了。原名“妙阳公主真容堂”。相传，隋文帝有小女儿名妙阳，排行第三，人称“三皇姑”，美貌聪慧，招人喜爱。一日妙阳身染风癣，百治不愈，夜梦佛祖相告，河北井陘苍岩山有一神泉，用泉水洗浴可愈。妙阳遂告别父母，来到苍岩山。一日睡梦中目睹帝释天尊发落亡灵，经天尊点化，决定出家。妙阳醒后，不久病愈，遂削发为尼。

公主出家是皇家之耻辱。妙阳公主在奔赴苍岩山途中，暂住南华寺时

遇火灾，据说就是文帝为挽回帝王体面而密派太监所为。公主后被白虎救出火海，骑虎上了苍岩山。

文帝火烧佛寺，惹怒了天尊，便降灾皇宫，帝后满身皆生脓疮，久治难愈。一夜佛祖梦告，此疮需亲生女儿的手、眼熬制汤药，方可医治。长、次二位公主听说要献出手眼，皆不答应。三公主得知，毅然献双手双眼。帝后病愈，遂为公主于苍岩山兴建“兴善寺”（后改福庆寺）。

进福庆寺，溯涧拾级而上，过八仙堂后，半途路旁有一小庙，内塑公主骑虎上山坐像，名曰“跨虎登山”。描述的就是白虎火中救公主的传说。后人把南山崖半山洞取名“驯虎洞”，传说公主曾在此驯化老虎。老虎后来钻进苍岩山东峰一山洞，为纪念老虎之功，人们将该洞命名为“老虎洞”。

由公主祠的西侧经过通天洞，就到了西峰顶部。此地景色优美，被人称为“世外桃源”。从此处下山，苍岩山的胜景基本上都领略了。

## 第四章 山西省的山脉



### 一、五台山

五台山在山西省五台县东北部的崇山峻岭之中，以台怀镇为中心，有

东、西、南、北、中五个山峰，再加上峰顶平坦宽广，因此称做五台山。主峰北台叶斗峰，海拔3061.1米，五



五台山之秋





台山与四川峨眉山、浙江普陀山、安徽九华山并称为我国四大佛教名山，五台山位列四山之首。

五台山的塔很有名。从北魏至今，有砖塔、木塔、石塔、玉塔、琉璃塔、水晶塔等。最大的高50米，小的仅仅有5米。五台山最古老的塔是南禅寺大殿内的中魏青石塔，最高的塔是“释迦文佛真身舍利宝塔”，俗称大白塔，是五台山的标志和象征。

五台山现有寺庙39座。碧山寺建于北魏，明代成化年间重修，清朝再一次修建。庙分前后两院。前院有天王殿、钟鼓殿、毗卢殿、戒坛殿，后院有藏经阁，左右有经堂、香舍、禅堂、宾中等建筑。各殿内塑像完

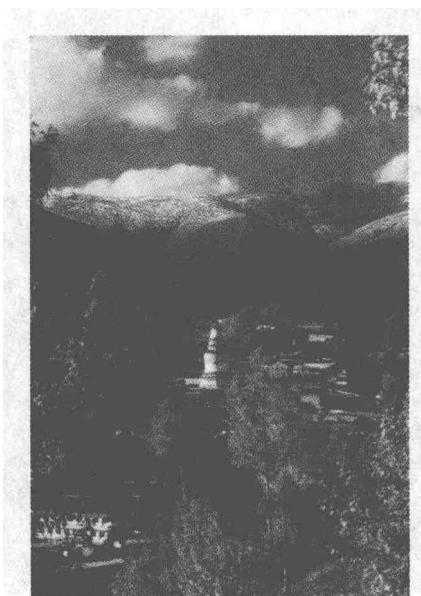
整，前院建筑多为单层殿堂，后院建筑均为重檐楼阁。

显通寺坐落在五台山中心区大白塔北侧、菩萨顶脚下，它是五台山佛教圣地中历史最悠久的一座寺庙，俗称“祖寺”。显通寺的前身，就是东汉永平十一年建的大孚灵鹫寺，它和洛阳的白马寺同为中国最早的寺庙，被列为全国重点文物保护单位。显通寺占地8公顷，有殿堂楼房400多间，中轴线上七座殿宇，无一雷同。寺门前的钟楼悬挂的万斤铜钟，是五台山寺庙中最大的钟，铸造于明天启年间，这口铜钟的钟声全山都能听到。

广宗寺是明代建筑，寺院大殿以铜瓦做顶，因而寺院又名“铜瓦殿”。寺院建成后，明武宗朱厚照亲题“广宗”二字，并请11位高僧住寺弘法。

殊像寺在五台山台怀镇杨林街西南里许，是五台山五大禅寺之一。因寺内供文殊像而得名。始建于唐，明成化二十三年再建。阁内佛寺宽大，文殊驾驭于狮背，高约九米。两侧为悬塑五百罗汉。全部塑像都是明代制作。

在五台山的寺庙中，还有两座



五峰环抱的五台山