
旅游知识 (十)

黄兵明 主编

北京银冠电子出版有限公司

目 录

◎龙门石窟.....	1
◎嵩山.....	2
◎东湖.....	2
◎武当山风景名胜区.....	4
◎原始森林公园位于澜沧江以北，距离景洪 8公里，是全州离景洪最进的一块原始森林...	9
◎天山天池.....	10
◎野三坡.....	12
◎苍岩山.....	14
◎壶口瀑布.....	17
◎鸭绿江风景名胜区.....	19
◎金石滩.....	21
◎兴城海滨.....	24
◎旅游口.....	26
◎松花湖.....	26
◎伪满皇宫和伪八大部.....	28
◎净月潭国家森林公园.....	29
◎花果山风景区.....	31
◎天台山.....	34
◎嵯峨列岛.....	34
◎楠溪江风景区.....	35
◎琅琊山.....	36
◎清源山.....	38

◎雅砻河风景名胜區.....	4 0
◎龍門石窟.....	4 1
◎太姥山.....	4 2
◎三清山風景區.....	4 6
◎龍虎山風景區.....	4 7
◎膠東半島海濱風景區.....	4 9
◎岳陽樓.....	5 0
◎大洪山.....	5 3
◎張家界.....	5 5
◎洞庭湖.....	5 8
◎西樵山風景區.....	6 0
◎丹霞山.....	6 1
◎金佛山風景區.....	6 8
◎蜀南竹.....	6 9
◎織金洞.....	7 0
◎舞陽河風景區.....	7 2
◎紅楓湖國家重點風景名勝.....	7 3
◎龍宮風景.....	7 4
◎滇池風景名勝區.....	7 7
◎麗江古城.....	7 8
◎玉龍雪山.....	8 0
◎長江.....	8 1
◎貢嘎山.....	8 3
◎麗江市概況.....	8 4
◎西夏王陵.....	9 0
◎景名勝區.....	9 2

旅游知识（十）

◎嶂石岩.....	9 4
◎北武当山.....	9 6
◎五老峰.....	9 7

◎龙门石窟

龙门石窟在河南省洛阳市城南十三公里。这里因伊水东西两岸之香山和龙门山对峙如天然门阙,故古称"伊阙",隋唐以后,习称龙门。龙门山河壮丽,风景幽美,故诗人白居易曾云:"洛都四郊,山水之胜,龙门首焉",石窟密布于两岸的崖壁上,长达1公里。它和敦煌莫高窟、大同云岗石窟,合称我国三大石窟艺术宝库。

石窟始开凿于北魏孝文帝迁都洛阳(公元494年)前后,历经东魏、西魏、北齐、北周、隋、唐和北宋诸朝,其中尤以北魏和唐代大规模营造达一百五十多年。据解放后统计,东西两山现存窟龕共二千一百多个,佛塔四十余座,碑刻题记三千六百多块,全山造像十万余尊。北魏时的古阳洞、宾阳洞、莲花洞,唐代的潜溪寺、万佛洞、看经寺、奉先寺等都是代表性的洞窟。奉先寺大卢舍那佛像龕的群像雕造,气势雄伟,雕琢精,表现了古代艺术大师的卓绝技艺。魏碑精华"龙门二十品"和唐代著名书法家褚遂良所书"伊阙佛龕之碑",则是书法艺术史上的珍品。在迄今为至的一千四百多年里,龙站石窟曾遭受到自然风化的侵蚀和人为的破坏。

◎嵩山

嵩山位于登封县境内，属伏牛山脉，东西绵延近 100 公里，是我国一大名山，为五岳中的“中岳”。嵩山有 36 峰，风景优美。主峰为峻极峰，海拔 1492 米。该山被誉为我国历史发展的博物馆，历代曾多次兴建庙宇、书院。帝王禅祭、文人骚客讲学、高僧名道传教，在嵩山留下了众多的历史遗迹，著名的有汉代三阙、嵩山寺塔、中岳庙、会善寺和少林寺。

◎东湖

东湖位于武昌东郊，取其方位命名为东湖风景区，现为国家级风景区，由郭郑湖、水果湖、喻家湖、汤湖、牛巢湖五个湖泊组成。它是一个自然湖，自然环境优越，在 4.8 万亩的水域中，生长着鱼类十八科六十七种，淡水鱼中以武昌鱼最为名贵。武昌鱼是鳊鱼的一种，是鄂州市梁子湖的特产，鄂州古称武昌，所以俗名为“武昌鱼”。东湖年产鱼 500 余万斤。东湖主要游览点为寓言园，音乐喷泉，行吟阁，长天楼，九女墩，湖光阁，磨山新景区。

寓言园是全国第一座以中国古代寓言故事为题材的雕塑园，位于东湖听涛区的南端，占地 4.4 公顷，已建成“狐假虎威”，“愚公移山”，“自相矛盾”等十一组寓言雕塑。行吟阁位于东湖西北岸中部的小岛

上，1955 年修建，它四面环水，由荷风、落羽两桥与陆路相连。阁名出自《楚辞·渔父》：“屈原既放，游于江潭，竹吟泽畔”。阁系钢筋混凝土仿木结构，高 22.5 米，平面呈正方形，三层四角攒尖顶，古色古香。行吟阁雄健俏丽，颇富民族风韵。阁前立屈原全身塑像，像高 3.6 米，基座高 3.2 米，造型端庄凝重，屈原翘首向天，款款欲步。屈原名平（公元前 340-前 278 年），战国时期秭归人，是一位杰出的政治家，伟大的爱国诗人。初辅楚怀王，做过三闾大夫。他向楚怀王提出一系列正确的治国方针，对内实行“举贤授能”的进步政策，对外实行“联齐抗秦”的战略主张，使楚国雄踞南方，一度强盛，后遭小人谗言离间，楚怀王疏远屈原，将其放逐汉北。

楚襄王继位后更加昏庸，将屈原放逐到更远的江南，永远不得过问朝政。公元前 278 年，秦国攻破楚国都城，在江南过了二十年流浪生活的屈原，已是六十二年，他目睹国破家亡，满怀悲愤，于农历五月初五，投汨罗江而死。长天楼，是一所具有民族特色的宫殿式建筑，1956 年修建，为砖木水泥结构，翠瓦飞檐，分上下两层，面阔七间，进深两间。全楼可容纳千人同时就餐品茗，游人凭窗远眺，碧波万顷，有“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”之感。九女墩，位

于东湖西北小山丘上，相传太平天国占领武昌时不少妇女参军，后清军攻陷城池大肆屠杀，有女兵九人，壮烈牺牲。乡人仰慕她们的英烈，将其遗骨合葬于此，因避清廷迫害，故不称坟而称墩。

1956年，湖北省将此定为省级文物保护单位。湖光阁建于湖心小岛上，由十里长堤与陆地相连，原名“中正亭”，1931年为纪念蒋介石五十寿辰而建，后改称“湖光阁”。阁为三层六面，飞檐绿瓦，登阁四顾，游船轻移，景象万千。雾日，水天一色，湖光高阁，似蓬莱仙境，无不令人向往。

磨山位于东湖东岸，三面环水，六峰相连，山水相依，素有“十里长湖，八里磨山”之称。山北有以楚文化为内涵的楚文化游鉴区；山南有以湖水地区植物为主的十三个植物专类园；西部山头有纪念朱德为东湖题词的朱碑亭。磨山景区从北开始，依次建有楚天极目、天台晨曦、常春花苑、朱碑耸萃等四景。是武汉市民假日休闲的好去处。

◎武当山风景名胜区

武当山又名太和山、参上山，位于湖北省十堰市境内，是中国著名的道教胜地，是首批国家级重点风景名胜区，又是世界文化遗产。武当山，绵亘800里，其自然风光，以雄为主，兼有险、奇、幽、秀等多

重特色。自元代以来，就有 72 峰、36 岩、24 涧、11 洞、3 潭、9 泉、10 石、9 井、10 池、9 台等。主峰天柱峰海拔 1612 米，犹如金铸玉琢的宝柱雄峙苍穹，屹立于群峰之巅。环绕其周围的群山，从四面八方为主峰倾斜，形成独特的“七十二峰朝大顶，二十四涧水长流”的天然奇观。被誉为“自古无双胜境，天下第一仙山”。武当山以宏伟的建筑规模著称于世。其古建筑始建于唐、宋、元、明、清均有修建，在明代达到鼎盛。共建有三十三个建筑群，100 余万平方米；历经数百年沧桑，现仍存有近 5 万平方米。

其整个建筑系按照“真武修仙”的道教故事，采取皇家建筑法式，统一设计布局。其规模的大小，间距的疏密都恰到好处，因山就势，错落有致，前呼后应，巧妙布局。或建于高山险峰之巅，或隐于悬崖绝壁之内，深山丛林之中，体现了建筑与自然的高度和谐，达到了“仙山琼阁”的意境，被誉为“我国古建筑成就的展览”，1994 年武当山古建筑群被列入“世界文化遗产名录”。

武当山道教文化博大精深，源远流长。东汉以来，即有道人在武当山结茅为庵，潜心修炼。随后逐步成为中原道教活动的圣地。

武当山道教得到封建帝王的推崇，始自唐朝初

期，唐贞观年间（627-649）遇大旱，唐太宗李世民遣均州吏姚简到武当山祈雨灵验，后在灵应峰敕建“五龙祠”。自宋迄清，历代皇帝极力推崇武当山真武神，奉为“社稷家神”。在元朝时期道教垦田数百顷，养众万人，有 9 宫 8 观等，100 多处庙宇及坛、亭、台、桥。到明朝达到鼎盛时期。

在永乐十年（1412）遣要员率 20 多万军民夫匠，以 12 年功夫，建成 9 宫 9 观等 33 处道教庙宇，全山各宫观有道士少则 300—400 人，多则 500—600 人。使武当道教宫观空前宏大，成为明朝皇帝直接控制的武当道场，因此，武当山被称为“皇室家庙”。

武当山道教文物声名遐迩。除古建筑群外，历代统治者及四方信士，特别在明朝鼎盛时期，曾制造数以万计的金、银、铜、铁、锡、玉、珠、石、泥、丝、木等质地的神像法器安放在武当山，使武当山各宫观陈设富丽堂皇，被誉为“黄金白玉世界”。虽然大多珍品已流失，但全山至今仍存注册文物总计 7000 多件。具有极高的科研和艺术观赏价值。

武当道教音乐，素负盛名，是武当道教文化的一个重要组成部分。

自唐太宗始建“五龙祠”以后，武当山一直是帝王将相、芸芸众生祈福禳灾的重要道场，别具神韵的

道教音乐，融宫廷、民间、宗教音乐于一体，具有庄严肃穆，神秘飘逸的独特风格。武当武术历史悠久，博大精深。元末明初武当道士张三丰集其大成，被尊为武当武术的开山祖师。后经历代武术家不断创新、充实、积累，形成中华武术一大流派，素有“北宗少林，南尊武当”之称。武当拳，亦名内家拳，这种拳法以养身炼功、防身保健为宗旨。

具有尚意不尚力，四两拨千斤，以柔克刚，后发制人，延年益寿，祛病御疾，增长智慧等多种特点和功能。目前，武当武术已流传到海内外，并成为人们养身保健、祛病延年的体育活动。武当山主要风景名胜有：玄岳门：是“治世玄岳”牌坊的俗称，为三间四柱五楼式的石建筑。建于明嘉靖三十一年（公元1552年），高12米，宽12.8米，石凿榫卯而成。正中坊额上刻着嘉靖皇帝亲书“治世玄岳”4个大字，笔势隽永刚健。玉虚宫：全称“玄天玉虚宫”。建于明永乐十一年（公元1413年），建造宫观庙宇2200间，嘉靖三十一年又经修葺，是武当山古建筑群中最大的单元。后来大部分毁于清乾隆十年（公元1745年），现存部分建筑和遗址，还建有重达百吨的“龟驮碑”亭四座。磨针井：又名纯阳宫。坐落在老营以南12公里处，始建于明朝永乐年间，现存磨针井为

清咸丰二年(公元 1852 年)重建,1984 年修葺如初,有厢房 50 余间,面积 1700 平方米。太子坡:又名复真观。明永乐十年(公元 1412 年)修建。清康熙元年(公元 1662 年),二十三年、二十九年曾三度重修。现基本保持当年规模,是武当建筑群中的一个较大单元。南岩:为道教所称真武得道飞升之“圣境”,是武当山 36 岩中风光最美的一处。明永乐十一年(公元 1413 年)重建,有宫殿、道房、亭台等大小房间 150 间,赐额“大圣南岩宫”,到嘉靖三十一年(公元 1552 年)扩大到 460 间。今存石殿,南天门,碑亭,两仪殿等建筑。琼台观:位于天柱峰东南麓约 10 公里,垂直距离 1350 米,分为上观、中观、下观。在元代时,称为“琼台宫”。明清时修葺扩建有 24 座道院,庙房数百间。至清咸丰六年(1856 年),毁于兵火。现已修复部分庙房。该处系武当山客运索道的起始点。已成为重要的游客集散地。紫霄宫:建于明永乐十一年(公元 1413 年),原建宫殿、廊庑、斋堂、亭台等 860 多间,赐额“太元紫霄宫”。紫霄宫背依展旗峰;面对照壁、三台、五老、蜡烛、落帽、香炉诸峰;右为雷神洞;左为禹迹池、宝珠峰。周围山峦天然形成一把二龙戏珠的宝椅,明永乐皇帝封之为“紫霄福地”。金殿:为首批全国重点文物保护单

位。坐落在海拔 1612 米的武当天柱峰之巅，建于明永乐十四年（公元 1416 年）。进深为三间，高 5.54 米，长 4.4 米，宽 3.15 米，全为铜铸鎏金。是世界罕见的铜建筑精品。五龙宫：建在灵应峰下，唐贞观年间（627—649）敕建“五龙祠”。明永乐十年（1412 年）敕建帝殿、山门、廊庑、玉像殿、父母殿、后圣殿、祖师殿、仓库等 215 间。到嘉靖年间，此宫已有 850 间。民国十九年（1930 年）又毁于火。目前仍存大量遗迹。

◎原始森林公园位于澜沧江以北，距离景洪 8 公里，是全州离景洪最进的一块原始森林

在这块森林里，流淌着水银般明净的莱阳河。河谷两岸生长着茫茫苍苍的原始热带雨林。那里有繁衍了 100 多万年的天然木，有高耸入云的望天树，有 10 多人合围的巨大板根，有两棵树缠在一起的“绞杀树”，还有各种寄生在树干上的小花，与树的绿叶相辉映。如果说，西双版纳是一个植物王国的话，那么，西双版纳原始森林公园就是这个植物王国里王冠上的一颗绿宝石。公园里还栖息着上千种动物，在密林深处，可以看到奔跑的鹿、悠闲的鹤，在古藤上荡悠的猴，偶尔也能一睹国家一级保护动物野牛和犀鸟的身影。

◎天山天池

天池，地处天山博格达峰北侧，位于阜康市南偏东 40 余公里，距乌鲁木齐市 110 公里。“天池”一名来自乾隆 48 年(公元 1783 年)乌鲁木齐都统明亮的题《灵山天池统凿水渠碑记》。天池湖面海拔 1900 余米，南北长 3000 余米，东西最宽处 1500 余米，旺水时面积达 4.9 平方公里，最深处 105 米，总蓄水量 1.6 亿立方米。这是一座 200 余万年以前第四纪大冰川活动中形成的高山冰碛湖，其北岸的天然堤坝就是一条冰碛垅。天池是世界著名的高山湖泊。1982 年，被列为第一批国家重点风景名胜区。天池四季，景色俱佳。古往今来，文人墨客多吟诗赋文，备极赞誉。传说 3000 余年前穆天子曾在天池之畔与西王母欢筵对歌，留下千古佳话，今天池赢得“瑶池”美称。

七十年代初，郭沫若陪同西哈努克亲王旅游，临湖吟出“一池浓墨沉砚底，万木长毫挺笔端”的佳章。清代，天池周围曾修建过铁瓦寺、娘娘庙等“八大庙”，现已荡然无存。娘娘庙后经人募捐修复供香客使用。天池周围，还有诸如石门(石峡)、西小天池、东小天池、灯杆山、“定海神针”等景点，可佐游兴。天池风景区，它以天池为中心，融森林、草原、雪山、人文景观为一体，形成别具一格的风光特色。它北起石

门，南到雪线，西达马牙山，东至大东沟，总面积达 160 平方公里。立足高处，举目远望，一片绿色的海浪，此起彼伏，那一泓碧波高悬半山，就像一只玉盏被岩山的巨手高高擎起。

沿岸苍松翠柏，怪石嶙峋，含烟蓄罩；环山绿草如茵，羊群游移；更有千年冰峰，银装素裹，神峻异常，整个湖光山色，美不胜收。天池共有三处水面，除主湖外，在东西两侧还有两处水面，东侧为东小天池，古名黑龙潭，位于天池东 500 米处，传说是西王母沐浴梳洗的地方，故又有“梳洗涧”、“浴仙盆”之称。潭下为百丈悬崖，有瀑布飞流直下，恰似一道长虹依天而降，煞是壮观，帮成一景曰“悬泉瑶虹”。西侧为西小天池，又称玉女潭，相传为西王母洗脚处，位于天池西北两公里处。

西小天池状如圆月，池水清澈幽深，塔松环抱四周。如遇皓月当空，静影沉壁，清景无限，因而也得一景曰：“龙潭碧月”。池侧也飞挂一道瀑布，高数十米，如银河落地，吐珠溅玉，景称“玉带银帘”。池上有闻涛亭，登亭观瀑别有趣。眼可见帘卷池涛，松翠水碧；耳可闻水击岩穿、声震裂谷。天池以西三公里处是灯杆山，海拔 2718 米，山体长 3 公里许。老君庙、东岳庙就建于此。当年道士在山顶立一松杆，

上挂天灯，昼夜不灭，当年乌鲁木齐的百姓都以天灯为神喻，只要灯长明不灭就预示世道太平，故该灯又称太平灯。

由灯杆山西眺，乌鲁木齐可尽收眼底，尤其在华灯初上之际，远看乌鲁木齐万家灯火，其乐无穷。天池西南两公里处，有马牙山，海拔 3056 米，山体长 5 公里，山顶断崖崖嵬，巨石林立，形似一排巨大的马牙，因而得名。马牙山石林是天池景区的一绝，那些巨石在风的剥蚀下，形成厅特的马牙景观，其石厅形怪状，形态各异，或巨齿獠牙，如同猛兽血口，或层层翻卷如大海波涛。其中有一石极像古代牧人，头着毡帽，神态安然。走进石林总让你遐想联翩。在马牙山顶，北望天池，满目锦绣；东看博格达，雪海三峰尽收眼底；西眺乌鲁木齐，庐舍田庄，历历在目。天池美景确是人间罕有，古往今来吸引了多少文人墨客，如大诗人岑参、郭沫若、学者纪昀、宋伯鲁、王树楠等曾到此留下许多诗词题咏。现在想来，那王母娘娘也确有眼光，选了这样一个美妙去处供自己居住。今天去天池作一次仙游，体验一下做神仙的感觉，真可谓一件妙事。

◎野三坡

野三坡是近年新开发的自然风景区，位于河北省

涑水县境内，距北京 100 余公里。野三坡风景区的特点是一个“野”字。风景以自然的山水泉洞、林木花草为主，北就万山环绕，以长为屏障，南部为山区谷地平原，拒马河纵穿而过。山清水秀，风光明媚。风景区的面积达 460 平方公里，分为 6 个景区，它们是：百里峡景区、拒马河景区、佛洞塔景区、白草畔原始森林景区、龙门峡景区和金华山景区。其中以百里峡景区最有特色。百里峡景区是由三条幽深的峡谷组成，全长 105 华里，故称百里峡。峡谷比较窄，最窄的地方不足 10 米，而两侧陡峭的绝壁直插云天，因而显得十分幽深、神秘，再加上峡中有各种不的的石景和岩溶景观，游人至此，深感不虚此行。在北谷内分布“一线天”、“龙潭映月”、“摩耳崖”、“铁头崖”、“老虎嘴”、“回头观音”、“上天桥”、“下天桥”等 68 个景点。据说，像这样幽深的峡谷，在我国北方是罕见的。拒马河景区，环境清幽，气候凉爽，建有度假村，是消暑避暑的胜地。河水异常清澈，两岸有不少奇峰怪石。在盛水期游可顺流泛舟，饱览两岸风光。佛洞塔景区，是因一座山峰形似塔，洞中有佛而复名。山麓有一泉称全谷洞泉，此泉洞甚奇妙。每逢家历谷雨前后，从泉洞中不断地喷出鱼来，多时可达 2000 多斤。白草畔原始森林景区，因遍山生长黄