

# 神州揽胜 (三)

狄登峰主编



## 目 录

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 隐居千年--简阳惊现“乐山大佛” .....  | 1  |
| 佛教圣地西藏阿里的神湖与鬼湖 .....    | 3  |
| 湖南的“漓江”田园山水桃花源 .....    | 4  |
| 养马岛：穿过历史尘烟风光流转两千年 ..... | 5  |
| 探访藏传佛教黄教圣地塔尔寺 .....     | 9  |
| 游览贵州著名的文化古镇青岩镇 .....    | 13 |
| 广东侨乡开平百年碉楼斜过比萨斜塔 .....  | 15 |
| 妙趣横生的羊八井八大奇趣见闻录 .....   | 17 |
| 南海：让我们为爱许愿 .....        | 19 |
| 古朴宁静的黄龙溪--完好的清代街肆 ..... | 22 |
| “民间故宫”--山西王家大院 .....    | 22 |
| 云南--女人街和男人峡 .....       | 25 |
| 画里的乡村--安徽省黟县宏村 .....    | 27 |
| 中国位置最北的省黑龙江旅游之“最” ..... | 29 |
| 太行奇景高山寨独具特色的旅游胜地 .....  | 30 |
| “百般神韵”的古民居--莆田古厝 .....  | 30 |
| 长白山天池让人震撼的圣山圣水 .....    | 33 |
| 生态之旅：潇洒韶关登山寻梅 .....     | 34 |
| 世界奇观西藏扎达土林 .....        | 38 |
| 雅丹“奇观”--风蚀风貌 .....      | 39 |
| 美不胜收--波斯腾湖 .....        | 42 |
| 喀纳斯：藏一片金黄秋叶 .....       | 45 |
| 九龙灌浴--无锡灵山胜境文化园 .....   | 48 |
| 绮丽迷人的丹霞地貌--资源 .....     | 50 |
| 冬季到钦州三娘湾去看海 .....       | 51 |
| 遥远神奇的丽江 .....           | 53 |
| 雄奇险峻走进天山神秘大峡谷 .....     | 56 |

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| 眼前一亮从库车大寺到龟兹古乐 .....      | 58        |
| <b>凤凰在岁月深处浅唱 .....</b>    | <b>59</b> |
| 古丝路地标--克孜尔尕哈烽燧 .....      | 64        |
| 温泉袅袅雾气--冬日奇境阿尔山 .....     | 65        |
| 北江游：满目青山夕照明 .....         | 68        |
| 关东风雪--好张扬好宽容 .....        | 71        |
| 佛道合一古寺院宁夏北武当庙寿佛寺 .....    | 74        |
| 香港郊野公园乐趣多：各有各的精彩 .....    | 76        |
| 冬天壮美的红土地 .....            | 78        |
| 移步换景在三亚 .....             | 82        |
| 远古梦境般的神秘贵州格凸 .....        | 84        |
| 藏在深山的“明珠”--摩天岭古“长城” ..... | 87        |
| 山川秀丽奇崛幽深台州神仙居 .....       | 90        |
| 冬游武夷寻新景小城故事多又多 .....      | 93        |
| 风雪铸就阿斯哈图石林 .....          | 94        |
| 高原峻肃山川碧透--黔东南 .....       | 96        |
| 自然风光雄奇灵秀走进天柱山 .....       | 101       |
| 纯净秀美的新疆哈纳斯 .....          | 104       |
| 奇特的钙华景观--扎嘎大瀑布 .....      | 105       |
| 台北浪漫造访：向左走向右走 .....       | 106       |
| 神秘莫测叹为观止张家界四奇 .....       | 108       |
| 红叶轻唱去感悟美丽人生 .....         | 109       |
| 云南大理天然奇景之一“玉带云” .....     | 112       |
| 出门不远玩得挺洋--预约津门新去处 .....   | 113       |
| 世界天坑博物馆探奇 .....           | 117       |
| “燕京八景”之一香山红叶绚秋林 .....     | 121       |
| 美丽神秘道孚印象 .....            | 123       |
| 深沉而和谐的生命音韵哈纳斯的秋天 .....    | 125       |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 见证变迁吹江西的风看广东的景..... | 127 |
| 西湖览胜灵隐寺千年娑罗树 .....  | 132 |
| 自然天成的长白山大峡谷 .....   | 133 |
| 美丽巽寮湾一派温馨浪漫情调.....  | 134 |
| 长沙时尚消费的先锋之城 .....   | 136 |
| 鹅子寨：十年生息今更妖娆 .....  | 139 |

## 隐居千年--简阳惊现“乐山大佛”

“简阳也有个‘乐山大佛’……”近日，一些成都游客无意中在简阳发现了一座高约 20 米的“巨型佛雕”。而当地人对此也是众说纷纭，有的说它是大佛，有的说它是三国时期张飞的雕像。昨日，记者一行赶赴现场进行探访。

### 与佛试比高“佛耳”能容一大人

昨日上午，知情人将记者领到简阳市贾家村武庙乡烂田村三组，游客们所说的“神秘大佛”就在龙泉山脉临近山顶的地方。它由两部分组成：栩栩如生的“佛头”和“佛颈”有四五米高；下半部是一块连成一体的山石，约 15 米高，形似“佛身”。

站在山腰往上望，这座高约 20 米的“大佛”就像是能工巧匠在附近雕好“佛头”后，找人将其搬到下面的巨石上一样。但细看上下两部分的连接处，却发现是浑然一体，没有任何镶嵌的痕迹。

“大佛”头上有两个巨型耳朵，每个都有两米多高，同行的一个女记者往耳边一靠，整个人就像装在里面了一样。“大佛”的双眼、鼻子、额头和嘴巴也都属于超大型号。

站在山顶，可清楚地看到“大佛”的头顶十分平整，在上面站十个人应是轻而易举的事。头顶还密密麻麻布满了一个个茶杯般大的黑色圆点，它们排列整齐，有七八十个之多。当地人有的将其称为“发圈”，有的则认为是“戒疤”。

也许是雕刻的年代久远，饱受风吹雨打的“大佛”有些地方已出现了斑斑伤痕。雕像的头顶原本有一个帽子，但不知何故已滚落到几十米远的山坡下，只在头顶留下一块白色的疤痕。此外，雕像脸部的慈眉善目虽然清晰可辨，但有的地方已出现脱落，下嘴唇也不知去向了。

### 香火很旺盛当地人称“张飞石”

尽管当地人大都说不清“神秘大佛”是何人于何年何月修建的，但都亲切地将其称为“张飞石”，每到逢年过节还要前往朝拜烧香。究其原因，村民杨治福“呵呵”一笑：“哎呀，你不知道，我们这里在三国时是‘张飞营’，有很多张飞的传说呢。这里的另一个山顶上还有刘备、关羽、张飞三人的塑像。看这座雕像年头有点长，大家都觉得塑的是张飞，就叫它‘张飞石’了，还有不少人爱来烧香祈愿。”

“神秘大佛”所在的位置很高，它周围的很多山头如“钱盘坡”等都有着美丽的传说。烂田村三组92岁的李秀良老人热情地做起了解说员：“钱盘坡”是因为三国时刘、关、张三人经常用大盘子装钱币在那里赌钱而得名的。老人还讲到了“石头蹦出金鱼”的故事，说是当地的狮子崖山在一次开山时，蹦出了一条长一米有余、活蹦乱跳的金鱼，当地人都认为那是张飞显灵。

记者注意到，在“神秘大佛”下面的荆棘丛中，还有一颗斜着倒下的高大“佛头”，但已残缺不全，而附近的岩壁上也有雕凿的痕迹。当地村民提起这些就懊悔不已，“原来这里有不少佛雕，以前不晓得这是文物要保护，开山炸石、修水坝时就破坏了不少”。

### 简阳文管所确定是张飞雕塑

就龙泉山脉惊现“神秘大佛”一事，昨日下午，记者

联系上了简阳市文管所。文管所所长袁守新说，“神秘大佛”其实早在 1987 年他们搞文物普查时就已经发现了，但当时该雕像已经破坏得比较严重，为便于保护，所以一直没有对外宣传。现在经过考察，他们已确定“神秘大佛”就是张飞雕像，其雕刻时间大约在唐朝，但雕刻原因还需进一步考证。

### 佛教圣地西藏阿里的神湖与鬼湖

神湖与鬼湖位于阿里普兰县境内，两湖一东一西，以一道不很高拔的山梁相隔，几乎只有一步之遥。神湖藏语名为玛旁雍错，又称玛法雍错，意为“永恒不败的玉湖”。宗教典籍记载，印度传说中称这里是喜马拉雅山的女儿乌玛女神沐浴的地方；西藏古代传说则认为这里是神居处。唐玄奘在其所著《大唐西域记》中，将此湖称为“西天瑶池”；佛教经典中更是尊此湖为“世界江河之母”。信徒们认为，神湖圣水能洗掉心灵的贪、嗔、痴、怠、嫉五毒和肌肤上的污秽，很多信徒香客来此朝拜沐浴后，还要将圣水带回家，当作珍贵礼品，馈赠亲友。

神湖有四大浴门，即东莲花浴门，南香甜浴门，西去污浴门，北信仰浴门，还有四水之源，即东面马泉河，南面孔雀河，西面象泉河，北面狮泉河，这四条河又分别是南亚著名的恒河、雅鲁藏布江、萨特累季河、印度河的源头。

为了尊重和保护西藏当地和邻国教徒的宗教信仰，我国政府在 20 世纪 50 年代就制定了相关规定，同印度、尼泊尔等邻国签定了允许信教徒入境朝圣的有关条文，1

1997年，国务院又就西藏阿里地区对外开放朝圣事宜进一步作出明确规定，方便了来自世界各地教徒的朝圣活动。

鬼湖藏语称拉昂错，因湖水很咸，四周植物动物稀少，显得空寂苍凉。大美无言，万民齐仰。

## 湖南的“漓江”田园山水桃花源

位于湖南省常德市境内的桃花源风景名胜区，南倚巍巍武陵，北临滔滔沅水，集山川胜状和诗情画意于一体，具有很高的游览价值。

经过多年的开发建设，桃花源现有神话故乡桃仙岭、道教圣地桃源山、洞天福地桃花山、世外桃源秦人村四大景区近百个景点。其中，幽处武陵山腹地的秦人村，四围山峦阻隔。主要景点有秦人古洞、豁然台、秦人居、竹廊和秦人作坊等。穿过秦人古洞，就进入了世外桃源。洞外古朴的秦居，芳香的擂茶，深巷的犬吠，别有一番与世隔绝的韵味。

风景如画的沅江，自西向东注入八百里洞庭，流经桃花源风景区长达69公里。学峰、武陵山脉一南一北夹峙两岸，使沅江既有三峡之险，又有钱塘之秀，被誉为“湖南的漓江”。游览桃花源，游客还可以领略沅江的秀美风光。

提示：

桃花源风景区距桃源县城15公里，距常德市43公里，距长沙市273公里，交通十分方便。从上海出发前往桃花源，可取道长沙或常德，然后转乘汽车到桃源县

城和桃花源风景区。长沙汽车西站有班车到常德、桃源、桃花源。常德湘运北站也有班车到桃源。从桃源至桃花源，有巴士往返。

## 养马岛：穿过历史尘烟风光流转两千年

驱车沿烟台市区新修成的滨海观光大道向东行驶 30 公里，便到了闻名遐迩的山东省级优秀旅游度假区——养马岛。虽已立春，岛上依旧寒风瑟瑟，山野白雪覆盖，鸟儿在落叶的树林中鸣唱，只有青松和翠柏向人们传递着春天的绿意。

秦始皇东巡此地，见岛上水草茂盛，群马奔腾，便指令为皇家养马场，养马岛因此得名。

清晨，沐浴着朝阳，登岛观光别有情趣。白云在天边缭绕，鸥鸟在海面翱翔；湿润的海风卷着海边丝丝腥气，不时地从身边掠过，连脚上的泥土也粘带着些许海鲜味儿。掩映在青山碧水和松柏丛中的楼堂馆舍，在阳光下露出红蓝屋顶，让这片古老的土地显现出无限生机。张开肺叶，深深地吸一口海边的湿气，顿觉格外新鲜和甜润，禁不住要对着大海放声高喊：迷人的养马岛，我来了！

养马岛，地处黄海之中，总面积约 10 平方公里。据史载，公元前 219 年，秦始皇东巡途经此地，见岛上水草茂盛，群马奔腾，视为宝地，便指令在此养马，专供皇家御用。养马岛由此得名。岛内东侧另有小岛，状若巨象饮水，故古人又称象岛。养马岛四面环水，岛上丘陵起伏，草木葱茏，海光山色，秀丽如画。海岛呈东北

西南走向，地势南缓北峭，气候宜人，冬无严寒，夏无酷暑，年平均气温 11.8 摄氏度，有“东方夏威夷”之称。

走着，走着，远远地那尊凌空腾飞、巍耸于 50 多米高的铁塔之上的巨大白马，勾住了人们的视线。白马雕塑是养马岛的标志性建筑，周围是占地 7.2 万平方米的白马广场。广场四周松柏翠绿，花团锦簇；水景墙瀑布流泻；12 生肖玉雕惟妙惟肖，栩栩如生；巨大的秦皇雕塑，让人依稀可见当年始皇帝的雄风。

赛马场疾蹄飞奔，“古战争”驰马奔将，马岛赛成了闻名的体育赛场和旅游景点。

从白马广场向东行约 1 公里，就是占地 19 万平方米的养马岛赛马场。正值农历正月十五闹元宵之际，赛马场成了众人聚会的好地方。只见偌大的赛马场座无虚席，人山人海；长 1000 米、宽 20 米的赛马跑道上，12 匹骏马在骑手的驾驭下疾蹄飞奔，呼啸而来，一忽儿“6 号枣红驹”领风飞驰，一忽儿“2 号黑旋风”后来居上；骑手欲比高低，骏马互不相让；奔腾的马蹄在跑道上卷起阵阵尘土，犹如一股旋风扑面而来，直赢得观众席上阵阵喝彩和掌声。

跑道上的速度赛刚刚结束，跑道内的赛马场上又展开“三英战吕布”的古战争片断演示。只见身着古装、精神抖擞的“吕布”和身材魁梧的“关公”“张飞”“刘备”先后驰马奔将，枪挑剑击，厮杀几个回合，难分难解，令观众看得如痴如醉。

据养马岛旅游景区管委主任、工委书记曲秀仁介绍，养马岛赛马场从 1985 年开始至今，先后承接了全国马术赛、国际马联障碍赛、六运会马术赛等 11 次国内外重大体育比赛，不但是一处重要的体育场所，还成为独具特

色的旅游景点。每天，养马岛都举行赛马活动，还开展骑马、古式马拉车、射箭、射击等活动，吸引了众多国内外游客。

吃在渔家，住在渔家，同渔民一起出海，都市人犹如进入世外桃源，享尽海上梦景。

有人说，养马岛的点睛之美在一个“马”字，是“马”让景区活了起来。其实不然，我看养马岛的美更在融于秀美大自然的山海风光。古人曰：山不在高，有仙则名；水不在深，有龙则灵。身处山水间的养马岛，古时候就有道人前来求经问道，寻找长生不老之药；千万年来，苍茫的大海更是孕育了海岛的深邃辽远，千般灵秀。

当我沿着一条弯弯曲曲的山路登至岛顶，俯瞰海岛时，简直让人惊羨：大自然的鬼斧神工，雕琢出这片仙山琼岛的清灵与俊秀：岛前海面宽阔，风平浪静；岛后群礁嶙峋，惊涛拍岸；东端碧水金沙，是优良浴场；西端水深浪小，成天然良港。透过观澜亭明丽的窗口，向四周眺望，只见海天一色，浑然天成，苍茫的水面上渔帆点点，千舟竞发；嶙峋的礁石上，一群垂钓者挥竿扬线，兴致正浓。同行者介绍，去年“十一”黄金周期间，养马岛以马埠崖为主，推出海岛“渔家乐”旅游活动，让游客吃在渔家，住在渔家，同渔民一起出海，都市人犹如进入世外桃源，享尽海上梦景。

带着浓浓的兴致从岛顶下来，我们走进造型别致的“锦绣城”；看原始人类生活的幽灵山庄，观奇妙的海市蜃楼、飘渺的天堂仙景；入“海底洞天”；游“龙宫”“水晶宫”“天后圣母宫”“长寿宫”和“珍珠殿”；探寻海底世界的神奇奥妙；最后来到“西游记宫”。一部古典名著《西游记》，曾拨动多少读者的心弦；一部电视剧《西游记》，曾经激

荡过多少观众的心潮。养马岛人抓住这个文化资源，20年前在这里建起了占地2万平方米的“西游记宫”，并请来中央电视台《西游记》剧组总设计师马洪运教授等设计制作了大型景观。宫内设有花果山、蟠桃园、水帘洞、凌霄宝殿、东海龙王水晶宫等25道场景，巧妙地运用雕塑、灯光、音响、布景、声控、电控等现代化的艺术手段，再现了唐僧师徒西天取经的艰难历程，刻画了“孙悟空大闹天空”“孙悟空三打白骨精”等精彩场面。

一个个景点走过，一道道风景掠过，不知不觉中，已近傍晚。夕阳余晖给养马岛的山山水水抹上一层绯红，夕阳中的岛屿悠然而恬静：袅袅的炊烟在远远近近的村舍上空缭绕，落帆的船儿正缓缓驶进港湾，如织的游人已渐渐散去，经过一天劳作的人们三三两两地走进家门……喧闹了一天的景区，重又回归先前的宁静。

蓦然，我在心底感叹，古代皇家养马场，今天游人养马岛，风光流转两千年！

### **旅游须知**

#### **交通：**

乘飞机或火车先到烟台，转乘汽车到养马岛，约需半个小时

#### **游程安排：**

养马岛一日游：白马广场—赛马场—海水浴场—海上世界—锦绣城—养马岛碑志—海底洞天—封神榜宫—西游记宫。

海岛“渔家乐”多日游：以马埠崖村为主，吃在渔家，住在渔家，可游览岛上风光，还可和渔民一起出海打鱼、观光。

#### **住宿：**

天马宾馆电话 0535—4769100

观海轩电话 0535—4763599

国家审计署培训基地电话 0535—4763650

### **当地特产：**

海参、海肠、鲍鱼、对虾、螃蟹、扇贝等海珍品

## **探访藏传佛教黄教圣地塔尔寺**

虽然早已从图册中看见过宝塔的形状，但现实中的高大宝塔仍然震撼着我。在宝塔的后面是层层寺庙，金色的屋顶在阳光下闪着细碎的光芒。

据称是藏传佛教黄教圣地的塔尔寺，很早之前就成为我锁定的必须要去的目的地。在号称“世界屋脊”的青海，除了青海湖和青藏公路沿线的景观，塔尔寺是另一个具有标志性意义的地点。

也正是由于它的不同寻常，才吸引了我一到达西宁便直奔它而去。

### **赶赴另一个世界**

正是黄昏时分，骄阳依然似火。青海境内的平均海拔在 3500 米以上，阳光在这里让人感受的已经不是晒，而是一种仿佛聚光灯似的对正了面孔皮肤的直烤。我猜，那著名的“高原红”的脸蛋跟这个恐怕有直接的关系。

远远就望见七彩飘扬的经幡以及八座巍峨庄严的白塔，我知道那便是塔尔寺了，莫名地心里便油生出肃然的感慨。

因为不是旺季，游人三三两两的并不多，倒是成群结队的僧人不断地来往穿梭，还不断地从各个角落冒出

来，走着自己的路，去要去的地方。

塔尔寺的全景给我的感觉像是去到另一个世界，25座大小殿堂错落有致地顺序排列着，经典的建筑风格带领我进入一个迷幻而神秘的领地。

### **塔尔寺三绝**

塔尔寺内的酥油花、壁画和堆绣，被称为“塔尔寺三绝”；有很高的艺术价值。

酥油花相传是当年文成公主和松赞干布联姻时，当地佛教徒为表示尊敬，让公主从长安出发时带来的，一尊佛像前供奉一束酥油花，逐渐在西藏成为习俗，后来传到塔尔寺。

塔尔寺的酥油花塑得非常精巧，形象逼真，堪称一绝。每年冬天，酥油花艺人就开始将纯净的白酥油揉以各色石质矿物染料，塑成各种佛像、人物、花卉、树木、飞禽、走兽，有的还组成各种宗教神话故事，到了农历正月十五举行灯节会的时候就被展出，一年一度，成为塔尔寺的盛会。

塔尔寺的壁画有的直接绘在栋梁上，更多的是绘在布幔上，或悬挂或钉在墙上。壁画染料选用的是矿物染料，色泽艳丽，保持经年不褪色。我记得在一本书上看过，每年六月有观经会，其中一个经典场面是将数十丈长、绘着大佛像的布幔在山坡上高高挂起，叫做晒佛。

塔尔寺三绝中，我最喜欢堆绣。那是用各种颜色的绸缎剪出各种形状，再把羊毛、棉花之类的东西填充进去，在布幔上绣上佛像、佛教故事、山水、花卉、鸟兽什么的，是非常特别的宗教艺术品。

### **为虔诚感动**

没有请导游，就只是随意地在寺里闲逛。我喜欢自

己去感受另类文化较为祥和的一面，喜欢自己去挖掘带有浓厚异域色彩的精神领域中各种引人入胜的细节，并不依照顺序浏览（寺中经典的殿堂都写有编号，一般是印在门票上的九个地方，可以任游人参观，也有导游讲解）。

我带着的一本旅游资料上介绍说，塔尔寺的主殿是大金瓦寺，面积约 450 平方米。康熙年间青海蒙古郡王额尔德尼布施黄金一千三百两，白银一万两，把屋顶改为镏金铜瓦，因而称为大金瓦寺。

在塔尔寺的主殿大金瓦寺门前，我的目光被那些虔诚的信徒吸引了过去。他们或穿民族服饰，或着普通衣衫，正一丝不苟地进行着顶礼膜拜仪式，面前也许有厚的垫子，也许没有，五体投地式的礼拜此起彼伏，兢兢业业。

我目不转睛地看着，那贪婪的眼神一定出卖了我的心思，我震撼了，为他们的认真，为他们的执着，为他们的虔诚和信仰，也为我能如此幸运地近距离地观望。

其实没有人有闲心来注意一个陌生人的驻足，在他们的世界中，只有他们心目中的神与他们同在。

等待晚课的小喇嘛

塔尔寺最宏伟的建筑是大经堂。这座藏式平顶建筑面积达一千九百多平方米。殿内的 108 根大柱子上都雕着美丽的图案，经堂里面的蒲团怕是有上千个，据说可以让两千多喇嘛集体颂经。

穿过大金瓦寺来到大经堂，这里的僧众数目更多。廊前檐下或坐或立，三五成群，正在等待晚课的开始。我在旁边找了个少人的台阶坐下，明显地带着局外人的格格不入，立刻招来无数注目的眼光。连我自己都觉得，

我一身城市人的时髦装扮在塔尔寺这座宗教圣地和一千僧侣喇嘛之中是那样的扎眼。

不远处一个年老的喇嘛和一个看上去还像个孩子似的小喇嘛看了我很久，我对他们龇着牙，做出一个史努比似的友好笑容。那孩子不好意思地转过头，吃着手里的食物，仍然不时偷偷地对我瞟上几眼。

看着他那天真的神情，我突然想到川藏线上的高原小城理塘的长青春科尔寺里那几个五六岁的小男孩。他们是那样的瘦小，那样的柔弱。在清晨的寒风中，他们的身上仍然是一袭破旧简单的薄衣，细幼的手臂暴露在外，小脸冻得通红。因为年纪太小，他们的身材都不高，够不着灶台，一个年纪稍长的僧人帮他们倒茶，滚烫的开水就那样不经意地流在孩子细小的胳膊上，让我有触目惊心的痛楚。但是孩子的脸上却没有显露丝毫的痛苦，他们笑得那样灿烂，那样开怀。在他们幼小的心灵里，似乎已经有了更为美好的世界。

思绪回到现实的时候，太阳已渐渐隐去。登上边墙的石板路，据说能看到塔尔寺的全景。靠在微嫌生锈的栏杆上，呼吸着高原的风，风里带着酥油茶独有的香味，恍如穿过时间隧道，来到一个遥远神秘的地方。

夕阳下的八宝如意塔似披着金灿灿的纱衣，仿佛已经被施展了灵异，无声地呼唤着那些虔诚的子民。

### •点击塔尔寺

塔尔寺是藏传佛教格鲁派的六大寺院之一，位于青海省西宁市东南方向 25 公里处的湟中县。“湟中”为汉语地名，在藏语中为“鲁沙尔”，意思是地处湟水中游的地方，这个人杰地灵的地方，孕育出一代大师“宗喀巴”。塔尔寺藏语称“究本贤巴林”，意为十万尊狮吼佛像的弥勒寺，历

史非常悠久。它背靠山坡，沿着山谷层层排列而建。山前山后，处处有大片丛林，猿啸鹤唳，极尽人间之幽雅。

### ——旅游拐杖——

交通：从西宁到塔尔寺约 25 公里，西宁的西门汽车站有公共汽车和吉普车到湟中，30 分钟一趟，票价 4 元 2 角，门票 30 元

住宿：朝圣者旅馆很便宜。也可当日返回西宁住。

饮食：可以在朝圣者旅馆进餐，在这里一大碗面条加些蔬菜和茶只要几元。

开放时间：上午 8 时至下午 5 时。

塔尔寺“三绝”：酥油花、壁画和堆绣，是非常值得一看的宗教艺术精品。

注意事项：塔尔寺内不允许游客拍照。

## 游览贵州著名的文化古镇青岩镇

青岩古镇位于贵阳市的南郊，距市区约 29 公里。这是贵州非常著名的文化古镇之一，游客来到这里，立即就会感悟到悠悠古韵。

青岩古镇历史悠久，自明洪武十一年(1378 年)设青岩堡至今已有 600 多年了。明初，中央王朝为了控制西南边陲，于洪武六年(1373 年)置贵州卫指挥使司，以控制川、滇、湘、桂驿道，因青岩位于广西入贵阳门户的贵(阳)番(定番，今惠水县)主驿道之中段，在驿道上设传递公文的“铺”和传递军情的“塘”。驻军于双狮峰下驿道旁建屯，史称“青岩屯”。洪武十四年(1381 年)朱元璋派 30 万大军远征滇黔，大批军队进入黔中腹地后驻下屯