

# CHINESE NATIONAL GEOGRAPHY

中国国家地理 (上卷)



北京出版社

CHINESE  
NATIONAL  
GEOGRAPHY  
中国国家地理

总策划 / 邢 涛  
主 编 / 纪江红  
编 撰 / 李 萍 龚 勋  
摄 影 / 姜 平 于健鹰 张 燕  
王 风 纪江红 龚 勋

责任编辑 / 师新星  
装帧设计 / 韩欣宇 王洪文  
版面设计 / 赵东方  
图片制作 / 周辉忠 周 丹  
责任印刷 / 姜卫平  
技术支持 / 任 超

北京电子音像出版社出版  
(北京北三环中路6号)  
邮政编码: 100011  
网址: www.bph.com.cn  
ISBN 7-900401-12-1



Chinese  
National Geography  
中国国家地理

## 前言

一套书无法改变整个世界，但可以改变某个人的一生。《中国国家地理》正是这样一套可以在你的生命中产生影响的书。这是一套传导地理哲学、追求科学精神的书，一套给热爱生活、喜欢地理的读者阅读的普及读物，也是一套讲述自然和人文故事的高层次的书。它的内容已经超越了一般地理知识类或旅游类书籍的范围，国家地质公园的地质奇观、名山大川的美景风光、独特的地形地貌、古老的历史文化遗存、中国各地区的民俗民情等无不囊括其中。“地理”在今天已经成为一个广义的、宽泛的概念，人们在自然地理之外的更大空间中开辟出了人文地理，即在介绍地理知识和科学考察同时，关照自然风光和历史人文，再现地理知识的差异性、地域性和综合性。

《中国国家地理》一书分为上、中、下三卷，以传导自然关怀和人文情感为使命，按地理位置的顺序，用1000多幅美丽绝伦的图片配合生动精良的文字，为读者营造一个感受中国自然地理和人文环境的良好氛围，并将地理知识实现潜移默化式的传递。

地理是一种教养，每一个关注未来、生活乐观上进的人都会通过阅读而习得；地理是一种气质，每一个崇尚自然、爱好探险、追求科学健康的生活方式的人也都能通过阅读而拥有。这正是我们编写本书的最大目的。

# 目录

CONTENTS

Chinese  
National Geography  
中国国家地理 (上卷)

## 国家地质公园篇

- 8 黑龙江五大连池：中国的火山博物馆
- 10 潭瀑川云台山：罕见的北方岩溶地貌景观
- 14 嵩山构造地层地质公园：五世同堂·禅武圣地
- 18 美感黄山：黄山归来不看岳
- 24 张家界砂岩峰林地质公园：流水琢群峰 天然去雕饰
- 32 诗画庐山：中国第四纪冰川学说的诞生地
- 38 千峰石林：一本阅读地球的大书
- 44 红石丹霞山：色如涯丹 灿若明霞

## 山岳篇

- 48 金山阿尔泰：千里岩画长廊
- 50 天山南北：地理风光大走廊
- 56 生态长白山：湿润温带山地生态系统的天然博物馆
- 60 敦煌鸣沙山：沙海中的艺术圣地莫高窟
- 64 绝塞名山 五岳之恒：独一无二的悬空寺奇构

- 66 清凉五台山：青黄并存·国宝佛光寺
- 70 封禅泰山：山莫大于之 史莫古于之
- 76 华山如立：峭拔峻秀冠天下 奇险天下第一山
- 80 玄岳武当：古建筑群·武术文化
- 84 神农架的秘密：红毛野人的出没之地
- 86 仙山九顶：茂县羌族——云朵上的民族
- 88 青城天下幽：中国道教的发源地
- 90 峨眉山佛影：佛光的霓裳
- 94 蜀南竹海：中国竹文化
- 96 衡山独秀：万丈祝融拔地起 欲见不见轻烟里
- 98 北雁荡·西雁荡：三绝胜景与泽雅屏纸
- 102 柔美武夷：奇茗冠天下
- 108 腾冲火山群：中国火山之冠
- 110 特色哀牢山：民族地理景观





# National Geoparks Of China

## 国家地质公园篇

地质公园是国家公园的一种类型，它是以地质遗产和地质景观为主要内容的自然公园，如建于1872年的美国黄石公园、久负盛名的科罗拉多大峡谷就属于地质景观类的自然公园。

1999年，中国开始推进地质遗产保护和地质公园建设。几年来，中国已经建立了85处国家地质公园，其中8处在2004年2月被联合国教科文组织列入首批世界地质公园名单。由于复杂的地质构造条件和地理背景，中国无疑是世界上地质景观最为丰富多样的国家，拥有令人炫目的遗产：嵩山，从最古老的太古代到最近的新生代的各代岩层都有发现，被称为“五世同堂”；石林，一个用中国的地名命名的喀斯特地貌类型；丹霞山，由红色陆相砂岩构成的赤壁丹霞地貌；庐山，中国第四纪冰川学说的诞生地……



凝固的熔岩流，像条蛇般蜿蜒着，流经平坦的绳状熔岩和粗糙的块状熔岩表面。

火山是一个由固体碎屑、熔岩、熔岩流或穹状喷出物围绕其喷出口堆积而成的隆起的丘或山。火山喷出口是一条由地幔或岩石圈到地表的管道。中国目前已建立了12个火山地貌景观类型的国家公园，但只有黑龙江五大连池为世界地质公园。

# 黑龙江五大连池

## 中国的火山博物馆

五大连池位于黑龙江省德都县境内，距哈尔滨市413千米。1719年，位于纳莫尔河中游的活火山——老黑山与火烧山突然喷发，“烟火冲天，其声如雷，昼夜不绝……”，喷发溢出的熔岩流阻塞了白河支流，形成南月牙干泡和北月牙泡。间歇之后，再次喷发时熔岩流向北流动后又折向东南，阻塞白河的另一支流，形成头池、二池和药泉湖。1721年，火烧山喷发的熔岩流向东北流动，再次阻塞白河河道，形成了三池、四池和五池，是为五大连池。五大连池的五座池之间相互连

通，纵长20千米，池水面积40平方千米，最深处达100多米。在五大连池周围，分布有14座火山和60多平方千米的熔岩台地。这是一组休眠的火山群，为我国最新期火山，保存了非常完整的火山地质地貌。人们可以在这里观察完好的火山口和各种火山熔岩构造，如多层流动单元构造、结壳熔岩构造、渣状熔岩构造、喷气溢流构造（喷气锥和喷气碟）、熔岩隧道构造等，以及浩渺的熔岩海，堪称火山奇观。所以，这一带也被称为“火山公园”或“自然火山博物馆”。



老黑山是五大连池中最年轻的火山，山坡上堆满了火山渣，山顶上还有一个百米左右深的漏斗型火山口。

### 五大连池火山群

五大连池火山群是中国著名的第四纪火山群。一般认为它由14座火山组成。如果包括火山区西部的莲花山，五大连池火山群应由15座火山组成，火山岩分布面积达800多平方千米。其中，近期火山包括老黑山和火烧山两座火山。两座火山均由高钾玄武质熔岩岩盾和锥体构成，总面积约68.3平方千米，熔岩盾是火山主体。老黑山火山座落在波状

起伏的丘陵低地及白河河谷之上，是五大连池火山群里比高最大的一座火山锥体，海拔515.5米，高出地面165.9米，总面积约58.8平方千米。其平面形态受熔岩流溢出方向、溢出量及古地形的制约，总体成不规则盾状。从老黑山山顶向火山口里探望，可见深145米、呈漏斗状的火山口内壁十分陡峭，危崖森然，令人头昏目眩。火山口内寸草不生，只有紫红、黑褐色的火山碎屑物以及火山口边缘塌陷下去的岩石，无声之中仍让人深切地体会到当年那惊心动魄的一幕。火烧山



从火山口溢出的岩溶在地面上形成翻花绳状的熔岩表壳构造。

位于老黑山东北约3千米处，叠覆在老黑山熔岩东北边缘之上，海拔340米，面积9.5平方千米。熔岩流主体向北流淌，火山锥坐落其上。火烧山是一个塌陷的火口，火口内壁陡峭，火口底低平。老黑山和火烧山代表了富钾火山岩带的最新活动，从1719~1721年喷发至今，还不到300年。它们还是我国活火山中有历史记载的、喷发时间和地点最为确切的一处活火山。据清朝嘉庆年间的《黑龙江外记》记载：“墨尔根（今嫩江县）东南，一日地中忽出火，石块飞腾，声震四野，越数日火息，其地遂成池沼，此康熙五十八年（1719）事至今传以为异”。康熙六十年（1721）的《宁古塔记略》记载：“城外东北五十里有水荡，于康熙五十

九年六、七月间，忽然烟火冲天，其声如雷，昼夜不绝，声闻五、六十里。其飞出者皆黑石、硫磺之类，经年不断，竟成一山，直城廓热气逼人三十余里，只可登山而望。今热期间衰，然数里之中人仍不能近。天使到彼察看，亦只远望而已，嗅之为硫磺气。至今如此，人无有识者”。上述观测记录详细记述了五大连池火山喷发的时间、地点、喷发状态、喷发产物、喷发规模、火山堰塞湖的形成以及地震在火山喷发过程中的种种表现等各种史实。

五大连池的14座主火山，活动

时间可分为7个时期，最早的一期喷发距今约200万年。在这一次次的喷发中，有大量粘度较低的玄武岩岩浆流出，从而形成了该地质公园最具魅力的各种熔岩流景观以及国内外罕见的喷气构造景观。其中包括千姿百态的象鼻状、爬虫状、绳状、木排状、钢轨状、盘肠状、瀑布状熔岩，类似各种动物的熔岩造型，以及1537个喷气锥，使人情不自禁地遐想起天雷地火、岩浆横溢的壮观场景。

清晰的霜白色熔岩流早已凝固成形，见证着当时火山的咆哮与喷发。

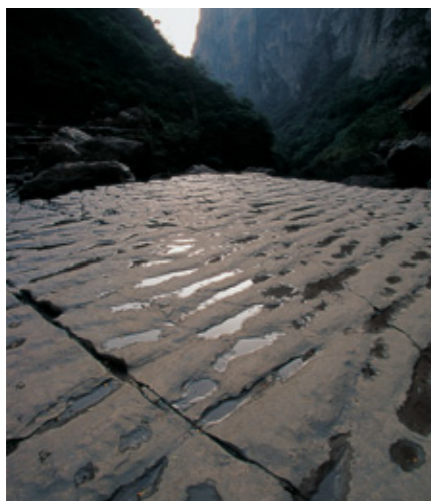




云台山最美的地方要属红石峡谷温盘峪了，峡谷幽深，峭谷深切。在谷底仰头望天，只有一线。

# 潭瀑川云台山

## 罕见的北方岩溶地貌景观



云台天瀑脚下有一块波痕石，石上有非常明显的整齐起伏的纹路。这种波浪状的纹理在地质学上叫“波痕”。当这里还是海底时，海水中的碳酸盐成分随潮涨潮落沉积，记录下潮水的波动，形成神奇的波痕石。

▶▶▶ 云台山，因常年云雾缭绕，仿佛生在云上而得名“云台”。这里有亚洲落差最大的瀑布云台天瀑，有长满茱萸香木的茱萸峰，有奇特的钙华瀑布……美丽的风景曾吸引被称为“竹林七贤”的魏晋名士嵇康、阮籍、刘伶等7人常聚于此，肆意酣畅、饮酒赋诗；现在，它又以其独具特色的“北方岩溶地貌”被列入世界地质公园名录。

**岩**溶地貌是石灰岩地区的地貌景观，往往有美丽独特的风景。石灰岩就像是质地优良的璞玉，被“水”这位伟大的雕塑大师雕刻出万般姿态，千种风情。不过，岩溶地貌多分布在我国南方地区。由于水溶蚀碳酸岩与温度关系密切，而我国北方地区气温低，溶蚀速度要慢很多，所以云台山石灰岩层破损的主要原因

不是水参与的化学变化，而是以断裂、崩塌等物理因素为主的破坏。在云台山，岩石或像墙壁一样陡立，或成岩墙，或成险谷，与南方地区的岩溶地貌截然不同，所以科学家认为这里的地貌应该定名为“云台地貌”，列成一个北方岩溶地貌类型。2004年，位于河南焦作的云台山正式首批入选“世界地质公园”名录。

### “红石峡谷”温盘峪

进入云台山大门不远，有一座桥。桥下岩石裂开，100多米深的地方有一条小巧玲珑、蜿蜒曲折的紫红色“小巷”。“小巷”中有桥梁，有流水，有瀑布。峡谷夏季凉爽宜人，隆冬则温暖如春，一年无四季，温度保持在25摄氏度左右，故称温盘峪。温盘峪峡谷最窄处不到5米，最宽处也不过20多米。峡谷深80米左右，长度为1000米。它是一道“红石峡谷”。这里原来是一片百米厚的紫红色的石英砂岩。当太行山在造山运动中“茁壮成长时”，石英砂岩层沿着自己的节理破碎，形成了峡谷，所以它是紫红色的。这种红色的峡谷在中国并不多见，在日出、日落之时，更是霞光万道，金色的阳光使这红色更加鲜艳、壮丽，不禁使人心潮澎湃、热血沸腾。走在温盘峪峡谷里交谈要非常大声，因为谷底水流湍

急，瀑布无数，巨大的轰鸣声在谷底回荡震动。峡谷两岸的瀑布据说有9条之多，称为“九龙瀑布”。因为这里是所谓的“负地形”，即在地面以下。只要上面有水，就会从峡谷的各处沿石壁流下来。如果天阴降雨，水或成雨帘、或成溪水，从天而降，让人目不暇接。

### 茱萸峰·百家岩

“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”在云台山国家地质公园门口，当地人出售一种绣花的小小香囊，香囊里装的就是茱萸。民间传说中茱萸是一种驱邪去恶的吉祥植物，古人有在重阳节佩带茱萸、登高饮菊花酒的习惯。云台山的主峰就叫茱萸峰，山上遍布茱萸，据说当年王维就是在茱萸峰上写下这首诗的。公园里还有一座百米高、颜色发赤的岩墙，人称百家岩，是地质公园的“丹岩人文苑”。这面岩墙，高170米，

长510米，是紫红色石英砂岩组成的一面巨大墙壁，因岩下地势平坦，可容百家而得名。魏晋时期，嵇康、阮籍、刘伶、向秀、阮咸、山涛和王戎七位文人不满意司马氏利用“名教”（封建社会的等级、名份、礼教，即门阀制度）进行的严酷统治，便提倡“老庄”思想，以“自然”与“名教”相对抗，成为轰动一时的“名士”。他们相互友善，游于云台山的百家岩竹林之中，先后达20余年，被人称为“竹林七贤”。他们还结识了在此隐居的隐士孙登和据传活了386岁的老寿星王烈，留下了“孙登啸台”、“王烈泉”、“刘伶醒酒台”、“嵇康淬剑池”等遗迹，让向往魏晋风度的后人瞻仰凭吊。

古人云：“山不在高，有仙则名；水不在深，有龙则灵。”大自然的鬼斧神工，造就了钟灵毓秀的云台山水。这里每一道泉流，每一块石头，都是有血有肉、有活泼生命的东西，令人慨叹不已。

百家岩是一道长达500多米的石英砂岩岩墙。魏晋时期，“竹林七贤”常在百家岩下的竹林中饮酒吟诗。





▶▶▶ “在不到20平方千米的范围内，有地壳演化早期阶段的三次全球性构造运动，这三次构造运动是嵩山独一无二的，咱们国家其他地区在小范围内没有，世界上在小范围内也同样没有。”——一位中国地质专家曾这样评价嵩山的地质构造特色。

# 嵩山构造地层地质公园

## 五世同堂·禅武圣地

**巍**巍嵩山，东西横卧，雄峙中原，峻极于天。嵩山古称“外方”，夏商时称“嵩高”、“崇山”，西周时称“岳山”。公元前770年，平王迁都洛阳后，以“嵩为中央、左岱（泰山）、右华（华山）”，为“天地之中”，称为“中岳嵩山”。提起嵩山，很多人会想到嵩山的少林寺，而对于山却没有太多的印象。相比之下，嵩山没有华山的奇险、没有泰山的威严、没有黄山的秀美，显得过于平淡。但是，就是在这平淡之间，蕴藏着惊人的地

质奇观。这里发育着集典型、稀有、系统、完整性于一身且不可再生的珍贵地质遗迹，是研究地壳演化规律、追溯地球演化历史的理想场所。

### 五世同堂

板块推移，海陆更替，地壳升降，岭壑变换，尽管人类很难察觉地球这种永恒不断的运动，但经过

藏经阁，又名法堂，明代始建，毁于1928年，1994年重建，是少林寺僧藏经说法的场所。



亿万年地质时代的累积，地球表面的变化却是翻天覆地的。而这种演化的历史，正是通过我们能看到的各种岩石、地层以及赋存于它们体内的古生物化石来解读的。这些岩层多在地下深处形成，地壳上升以及风雪流水的侵蚀使它们得以暴露，并形成一个个天然的断面，这就是地质学中常说的剖面。

人们把地球的年代由老至新划分为：太古代、元古代、古生代、中生代、新生代五个大的阶段。人们还发现，尽管地球各处的地理地貌变迁各有不同，但是一些地壳强烈活动和生物演替的地质事件却在全球有很好的 consistency，从而使地球历史出现自然的断代特征和阶段性发展

嵩山被地质学家誉为中国的“地质百科全书”，地质遗迹丰富而完整。

的特点，而对全球不同地点剖面的观察与对比，就成为人们认识地球历史的主要手段。嵩山，因其在地质演化记录上的丰富多彩，被批准为世界地质公园。嵩山的地质构造，以其岩龄古老、构造复杂、地壳发育完整、出露良好而闻名。在嵩山七十二峰里，从最古老的太古代到最近的新生代的岩层都有发现，被称为“五世同堂”，这在国内外都是十分罕见的。华北地区几乎所有的岩石和地层类型都集中于此，时间跨度达到30亿年，其“地质学百科全书”的称誉名副其实。其中最引人注目的，是保存完好、清晰地反映太古代至古生代三次大的地质构造运动的遗



少林寺塔林是少林寺历代僧人的坟茔，集中了自唐迄清1000多年来各种不同艺术造型和雕刻艺术的古塔228座，形似参天巨木，势如茂密森林。

迹。它们分别代表了23亿年前的“嵩阳运动”、18.5亿年前的“中岳运动”、5.7亿年前的“少林运动”。这些“运动”也就是所谓的“造山运动”，是地壳强烈活动时期出现的由海到陆、由陆成山的过程。在嵩山群峰的陡峭崖壁上，我们常常可以看到这样的剖面：上、下两部分的岩石及其构造截然不同，这正是一幕造山运动前后的地质遗迹之间的差异。它们之间的界面又被称为“不整合面”，正是通过对这些典型剖面上的不整合面的研究，才确定了嵩山在远古地质时代中曾经历的多次造山运动，而嵩山也成了记载这些历史的珍贵书卷和许多地质学子与研究者们皓首穷经之地。

### 太室山与少室山

嵩山位居五岳之中，西东绵亘75千米，宽约10千米。中心山脉位于河南省登封市境内，分两支，东为太室，西为少室。太室山主峰峻极峰海拔1494米，少室山主峰连天峰海拔1512米。“太室如龙眠，少室似凤舞”，形象地道出了两山的雄姿。二山的历史由来已久。太室山下有启母庙，庙前有启母阙，庙后有启母

石。相传大禹受命继父治水，禹因治水心切，凿山不止，连回家吃饭都顾不上。他让妻子涂山氏送饭到工地，相约以击鼓为号，听到鼓声妻子才送饭来。禹在凿山时化作一只大熊，力大无比。一次正干活时不小心一块石头滚下去击响了鼓。涂山氏听到鼓声忙来送饭，一眼看到大熊，吓得扭头就跑。大禹急忙在后面追赶，追到太室南麓时，涂山氏已经化成一块大石头。此时涂山氏已身怀有孕，禹便向巨石大声哭喊：“还我儿来！”只听得山崩地裂一声轰响，巨石开裂，跳出禹的儿子，取名为启，所以这块石头就叫启母石。涂山氏化作石头后，她的妹妹又和大禹结了婚，住在太室山西边的一座山下，抚养夏启王长大成人。古代妻子又称为室，所以禹的第一任妻子住的山就叫太室山，第二任妻子住的山叫少室山。

太室山，东西起伏，鲜有奇峰，好像巨龙横卧，犹如天然屏障，雄浑高大，气势巍峨，故有“华山如立，中岳如卧”之说。太室主峰叫“峻极峰”，海拔1494米。《诗经·大雅篇》称：“嵩高唯岳，峻极于天。”少室山又名“季室山”，主峰海拔1512米。金末宣宗曾屯兵于少室山顶，抵抗元兵，故又

称为“御寨山”。少室山山势活泼，群峰千姿百态。有的拔地而起，有的逶迤连绵，有的像猛虎蹲踞，有的似雄狮起舞，有的若巨龙睡眠，有的如乌龟爬行，峰峦参差，峡谷纵横。从山南北望，一组山峰，互相叠压，状如千叶舒莲，所以唐代有“少室若莲”之说，当地人称之为“九顶莲花山”。少室山顶，宽平如寨，分上下两层，名曰“大寨”、“小寨”。大小寨周围有四天门之险，这里既是古人隐居避世的地方，又是历来屯兵之所。除了金宣宗驻兵峰顶之外，明代末年李际遇农民起义军，也在山上安营扎寨，所以少室山又有“大寨”之称。

### 禅武圣地

少林寺是中国著名佛寺，是享

白衣殿是少林寺常住院中轴线上最后一座建筑——千佛殿的东厢房。殿内绘有106平方米的精美彩色壁画。



誉世界的禅宗祖庭和少林武术发源地。它位于河南省登封市西北13千米处的嵩山腹地，面对少室山，背依五乳峰，群山环抱，林峦错峙，少溪东流，形胜绝佳。因寺院处于少室山阴，竹木蔽翳，故名少林寺。

**禅宗祖庭** 北魏孝文帝太和十九年(495)，来东土传经的印度游方高僧跋陀在嵩山建立少林寺。约30年后，又有一位印度高僧来到嵩山。他是中国禅宗的开创者，少林寺因此被尊为禅宗祖庭。他的名字叫达摩。五乳峰中峰上部南侧有一深7米、径3米余的石洞，名叫达摩洞，内供达摩塑像一尊。相传当年达摩曾在此面壁9年参悟佛法。他的这种修行方法，又被称作“壁观”。南朝梁武帝信佛，曾把达摩接到南京传法。但当时南朝的佛教重视讲义理，与达摩的禅宗重坐禅、提倡“见性成佛，不

立文字”的理论不合。于是达摩离开南京北上，在洛阳一带游历，传习禅宗。传说达摩渡长江时并未乘船，而是在江岸折了一根芦苇，立在苇上过江的。禅宗是佛教在中国传播过程中，逐步产生的中国化了的佛教宗派，是第一次中外文化交流高潮中最重要的精神产物之一，极大地丰富了中国的思想宝库，并对中国文化产生了深远影响。

**武少林** 只要说到少林寺，几乎所有人都会首先想到少林武术。少林寺在1500多年的历史中曾多次遭天灾、人祸的废毁，但少林僧人以其固有的方式传承、发扬着他们独特的文化，形成了丰富的少林功夫体系。少林寺僧人的代代相传使少林功夫流传至今，闻名天下。

少林功夫是一个庞大的技术体系，而不是一般意义上的“门派”或



少林寺方丈院。公元1750年9月30日，乾隆皇帝西渡洛水至少林寺，夜宿于此，并制诗《宿少林寺》。



达摩石碑像，左为达摩只履归西的故事，右为达摩一苇渡江的传说。

“拳种”。中国武术结构复杂，门派众多，少林功夫以其悠久的历史、完备的体系和高超的技术境界独步天下。

据少林寺内流传下来的拳谱记载，少林功夫套路共有708套，其中拳术和器械552套，另外还有七十二绝技、擒拿、格斗、卸骨、点穴、气功等各类功法156套。这些内容，按不同的类别和难易程度，有机地组合成一个庞大有序的技术体系。少林功夫具体表现为以攻防格斗的人体动作为核心、以套路为基本单位的表现形成。套路是由一组动作组合起来的。动作的设计和组合套路，都是建立在中国古代的人体医学知识之上，合乎人体的运动规律。动作和套路讲究动静结合、阴阳平衡、刚柔相济、神形兼备，其中最著名的是“六合”原则：手与足合、肘与膝合、肩与胯合、心与意合、意与气合、气与力合。中国古代的“天人合一”思想认为，最合乎人体自然结构的动作才是最合理的。少林功夫充分融入了中国古代哲学思想(阴阳平衡、刚柔相济、天人合一等)。套路与套路之间不是孤立存在的，而是相互

少林功夫的传习，是严格按照师徒关系进行的。它与少林寺传统的宗法门徒制度及少林禅学融合在一起，俗称“一脉单传”。

之间有所照应。表面上看，是按照难易次第排列，是学习的阶梯或模式，深入地看，实为中国古代思维方式之表现，是中国传统文化的特殊模式。所以，少林功夫不仅是一个庞大的技术体系，同时也是中国传统文化的重要宝库。少林功夫经过漫长历史的检验，不断地去芜存精，创新发展，形成了使人体潜能高度发挥的功夫体系，成为最优化的人体运动形式。

**文少林** 许多景仰少林功夫的人往往忽视了一个历史事实，少林寺从其本质意义上来说是一座禅寺，是中国禅宗的发祥地——史学界公认的禅宗的开创者达摩在少林寺面壁9年并不是像武侠小说里描写的那样在参悟什么武学真谛。《易筋经》也好，《达摩十八手》也罢，对于当初的达摩和少林寺僧来说不过是健身和自卫的手段而已。“在西天二十八祖，过东土初开少林”，这是少林寺初祖庵大殿殿门的砖雕对

立雪亭，深阔各三间，为一单檐殿式建筑。相传是二祖慧可立候达摩，雪过及膝，得衣钵法器之地。

联。“开少林”所指的是禅宗意义上的少林而非武术意义上的少林。少林寺初祖庵是为了纪念达摩而建的。少林将达摩奉为初祖，并不是因为他是少林寺的创始人，寺是跋陀建的；也不是因为他是少林武术的开创者，在他之前跋陀的弟子就已身怀绝技；而是因为达摩是禅宗的开山鼻祖。

中国文化原本是讲究文武并重的，孔子所授的礼、乐、射、御、书、数六门功课，除书、数两门外，其他都与军事技能的训练有关。宋代以后理学主静，讲究“一动不如一静”，于是中国文化出现了重文轻武的倾向。在整个中国文化系统中，“文”占了绝对优势，“武”降格成为一般技能，甚至是一种末技。文人不武，武人不文是极普遍的现象，到封建社会晚期，文武兼长的人才如凤毛麟角。佛教戒杀，本不应当提倡习武。正是在世俗社会严重出现重文轻武的文化悖谬现象时，作为佛教宝刹的少林寺却坚持传习武艺的传统，走上了一条文武并重的道路，出现



少林功夫时时表现出节制谦和的特点，这是佛教戒律对少林功夫技术风格的影响：僧人习武只为自卫，不为攻击。

了不少史有明载的武僧。这在中国教育史上也是一个非常特殊的现象。

石韞玉而山辉，水怀秀而川辉。嵩山古老神奇，世称“嵩山天下奥”，奥就奥在它荟五岳之精华，纳三山之灵气，博大精深，奥妙无穷。正如清乾隆游嵩山《会善寺》诗云：“自古山川秀，太少无穷奥”。嵩山以它诱人的山川风貌，灿烂的古老文化，独特的演变历史，丰富的地下宝藏，天然的地质博物，精湛的少林功夫，罕见的古树名木，在中国的名山中独树一帜。





黄山第一奇石“飞来石”。孤悬天际的飞来石其实从来就没有飞起来过，有人说它是第四纪冰川的遗迹之一——冰川漂砾地貌，也有人说它是花岗岩风化的结果。

# 美感黄山

## 黄山归来不看岳

▶▶▶ 黄山在影片和山水画中是静静的，仿佛天上仙境，好像总在什么辽远而悬空的地方；可是身历其境，你可以看到这里其实是生气蓬勃的，万物在这儿生长发展，是最现实而活跃的童话诞生之地。

很久很久以前，在今天安徽省的南部有三座峻拔的山峰合称“三天子都”，意思是仙界的通都大邑，即指天帝居住的地方。后来人们见其及周边群山峰岩青黑，远望去苍黛凝重，故从秦朝起开始称之为黟山。唐朝时有一本名为《周书导纪》的书，其中杜撰了一个“黄帝炼丹”的神话故事，说的是中华民族的人文初祖轩辕黄帝曾在此炼丹，历经8个甲子（480年）后炼成，服7粒即刻得道升天。当时大唐信奉道教的皇帝唐玄宗听闻后便在天宝六

年（747）六月下诏改黟山为黄山。前文所提及的三座峰就是今天黄山的天都、莲花和光明顶三大主峰。“天下第一奇山”、“魔山”、“人间仙境”等等都是由古至今人们给予黄山的别名。明代地理学家徐霞客两游黄山，留下“五岳归来不看山，黄山归来不看岳”的赞誉。古人还有“天下名景集黄山”之说，意即天下名山有的优点，黄山都具备。事实也的确如此，黄山兼有泰山之雄伟、华山之峻峭、衡山之烟云、匡庐之飞瀑、雁荡之巧石、峨眉之清凉；同时

又峰峰形似刀削、色同苍玉，并且常年被烟云所缭绕，给人整体的感觉是“奇、伟、幻、险”。

### 黄山的前世今生

从自然地理的角度来看，黄山位于安徽省南部，属于东南丘陵的一部分，是长江水系和钱塘江水系在安徽省境内的分水岭。黄山山脉南北长约40千米，东西宽约30千米，全山总面积约1200平方千米，而黄山风景区则是这座山脉的核心，面积为154平方千米。

大约在2、3亿年前，黄山所在的地方是一片被称作“古扬子海”的汪洋。后来，古扬子海不断缩小，随之出露的陆地被称作“江南古陆”。



第四纪冰川时期，尖硬的冰层挟着石砂，撞开岩石的裂缝，冲刷掉风化的岩石，自然之力似无数把锋利的刻刀雕琢着各种岩体。

大约在2亿年前，一次大规模的地壳运动发生后，古扬子海消失了，今天的黄山一带成了陆地。到了1.43亿年前，地下深处炽热的岩石之间的空隙向上升，并在距地面3至6千米处冷却下来，形成了花岗岩岩体，这就是孕育在地下的黄山胚胎。距今



5、6千万年前，这里开始了又一次大规模的地壳运动，终于使隐伏的花岗岩岩体冲出地面，形成了今天黄山的方圆布局。当然了，那时的黄山并不像今天这样奇幻美丽，大自然用风、雨、雪、霜、流水等等自然的力量把坚硬的花岗岩琢磨出玲珑

剔透的模样。如果我们想象一下花岗岩岩体刚刚出露地面时平头平脑的模样，我们就会对大自然造物的鬼斧神工赞叹不已。

自盛唐以来，面对黄山美景，各路名流雅士争做黄山的大块文章。千余年来，他们倾尽笔墨绘写山水的灵动之气，却依然意犹未尽。

### 身世之谜

黄山的身世就像她的山峰一样时隐时现于历史的云海里。黄山的自然史可以追溯到2、3亿年前的一片汪洋，时间回退到第四纪的时候，黄山的自然史突然变成了一团迷雾，令科学家们争论不休。1921年，32岁的地质学家李四光在河北省太行山麓沙河县城内的小山旁发现了一片杂乱分布的带有条痕的大石块，当时他就考虑可能是由古代冰川作用而形成的。之后，他又在山西大同盆地附近看到了一条U形谷，在这条谷中他同样找到了带有擦痕的石块。李四光认为这是“挽(晚)近冰川作用的肯定佐证”，他立即撰文在1922年1月英国地质杂志上发表了这一观点。同年5月26日，在中国地质学会第三次会员大会上，李四光提出华北地区和欧美一样曾发生过第四纪冰川(在此以前，国际上只承认中国西部的高山地区发生过第四纪冰川)，他的观点受到了瑞典

玉屏峰素有“天上玉屏”之誉，海拔1716米。峰顶有巨石，左曰“狮石”，右曰“象石”。

熟悉第四纪冰川的地质学家安德森强烈怀疑，这使得李四光对自己的观点也产生了动摇。从此一直到1931年，李四光没有再对这个问题继续研究下去。然而，1931年，李四光在庐山看到了山上的U形谷、漏斗形洼地以及山麓地带的泥砾混杂堆积物。他断定这只能用冰川作用来解释，于是就开创了中国东部也曾发生过第四纪冰川的学说。这个学说一诞生就引来了国内和国际地质学界的热烈争论。争论的焦点在于李四光用来判断地貌现象是否是冰川遗迹的标准是不严密的，很多地貌的成因可以用其他地质作用来解释。比如说黄山，冰川学派认为慈光阁谷地中半山寺以上的宽谷呈U字形，是典型的冰川谷遗迹。而反对者们认为，慈光阁U形谷的形成与花岗岩节理及其特殊的剥蚀方式直接相关。黄山花岗岩岩体有三组节理，两组垂直交叉，一组水平，比如“飞来石”就是沿三组节理风化剥蚀的结果，而不是什么“冰川漂砾”。再如冰川学派认为逍遥溪上游花房

附近的沟谷中巨石的凹穴是“冰川谷中常见的一种冰川地质现象”，但是反对者们却说一切山地河谷中的基岩和巨石上皆可因跌水冲掏而造成凹穴或壶穴，这不是什么“冰川地质现象”等等。李四光拥有一大批追随者，他们运用“庐山模式”陆续在黄山、天目山、秦岭、太行山、北京的西山、四川盆地西缘和广西、云南等地发现了第四纪冰川的遗迹，然



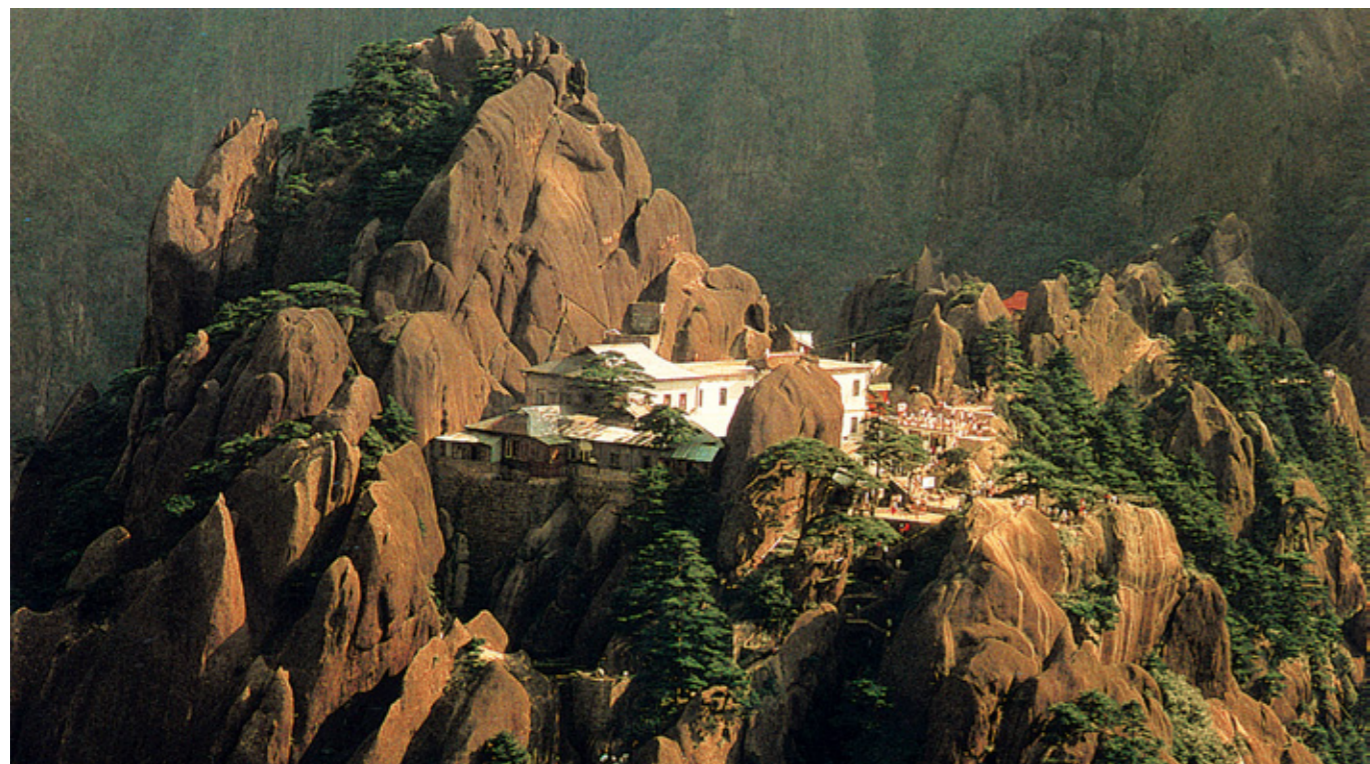
雾凇是黄山冬季的著名景观。每逢严寒隆冬，满山玉树银花，非雪非霜，比雪奇，比霜美，在灿烂阳光中，晶莹闪烁，蔚为奇观。



岩前倩影侧枝伸，青翠容颜满面春。黄海大夫真好客，天天挥手送游人。——文人赋诗称赞送客松



黄山松为松科，长绿乔木，分布在海拔800~1800米以上，盘结在危岩、峭壁、山脊上，展现出顽强的生命力。



而他们的发现却被反对者们斥为是“可疑的”，后者认为前者所依据的判断标准完全来自于李四光的著述，所以他们是“戴着有色眼镜看世界，世界都变了颜色”。这场争论直到现在还没结束。



天都绝壁一奇松，古干倾斜势欲离。要与龙王争海域，倾身欲跳舞披靡。——文人诗赋描绘探海松

### 三奇四绝

奇松、怪石、云海被誉为黄山“三奇”，加上温泉，合称黄山“四绝”，名冠于世。劈地摩天的奇峰、玲珑剔透的怪石、变化无常的云海和千奇百怪的苍松，构成了黄山无穷无尽的神奇美景。

**傲骨奇松** “四绝”之首当属千姿百态的黄山松。黄山绵延数百里，千峰万壑，虽峰头不着寸土，但却是松的海洋，峰峰石骨峰峰奇松。说它奇，一在状之异，黄山松非一般松千篇一律、千树一貌，而是形态迥异，个性非常；二在居之险，黄山松大都生长于海拔800~1800米的高山上，以石为母，破石而生，傍石而长，盘结于危岩峭壁之上，挺立于危崖绝壑之中，显示出顽强的生命力；三在寿之长，据说黄山松多寿达百年以上，少数古松甚至寿达千年。黄山松美得奇

又奇得绝。“奇松傲立玉屏前，阅尽沧桑色更鲜。双臂垂迎天下客，包容四海寿千年。”黄山最著名的迎客松挺立于玉屏峰东侧，寿逾800年，树高10米左右，树干中部伸出长达7.6米的两大侧枝展向前方，恰似一位好客的主人展开双臂，热情欢迎海内外宾客来黄山旅游。迎客松是黄山松的代表。又有送客松，虬干苍翠，侧伸一枝，形似作揖送客。天都峰的峰顶有一棵古松悬在危崖上，一侧枝干很长，倾身向海，犹如苍龙探取海中之物，名为探海松。

**山头“赶海”** 每当云雾弥漫群峰，黄山便成为“海”的世界，俗语称之为“云海”。山谷云雾升起，悄然而至，遮掩群峰。极目远舒，云海浩瀚无际。大大小小的峰尖犹如孤岛，你会惊异身在山头却宛若伫立于海洋之中。几百里山谷烟云汇成



黄山终年有200多天云雾缭绕。千变万化的云海，为黄山蒙上了一层神秘的面纱，加上奇峰、古松隐现于云海之中，更多几分灵气。黄山因云海之美而有“黄海”的别称，整个黄山风景区划分为南海、北海、东海、西海、天海，合称“五海”。图为“梦笔生花”处的云海。

大海，又凭借着气流回旋，升腾跌宕。风平浪静时，万顷云海波平似镜，映出近处山影如画，远处千舟竞发。风起云涌时，白浪飞溅，汹涌澎湃，席卷群峰。风动云动，时聚时散。浓重时，奇峰犹抱琵琶半遮面；清淡处，一抹阳光描金绘彩。云海之美幻并非言语所能表达，有如前人对联所述，“岂有此理，说也不信；真正妙绝，到此方知。”黄山的云海一般在雨后初晴、气压较高，且有逆温层存在时最易形成。由于山谷中小气候的作用，常常是西海云遮雾障时，东海却轻烟缥缈，而北海又是晴空万里。

**黄山温泉** 古之名“汤泉”、“汤

池”、“朱砂泉”。此温泉实为碳酸泉，水中以含重碳酸盐为主，并含钠、镁、钙等阴、阳离子和元素气体，水质纯正。温泉又有“灵泉”之称。民间传说黄山有一位心地善良的姑娘，上山采药时，在温泉边救下一只受伤的小鹿。小鹿为回报姑娘，从山上衔回一棵灵芝草，投入温泉中，从此温泉能医治百病。又传说当年轩辕黄帝在黄山炼丹成功后，服下仙丹，躺在温泉里睡了七天七夜，醒来已脱胎换骨，鹤发童颜。不过温泉香浴，确有祛病健身的疗效。唐代诗人贾岛有《纪温泉》一诗：“一濯三沐发，六凿还希夷。伐马返骨髓，发白令人黠。”

**奇峰怪石** 莲花峰、光明顶、天都峰为黄山三大主峰，海拔高度均在1800米以上，并以三大主峰为中心向四周铺展，跌落为深壑幽谷，隆起成峰峦峭壁，呈现出典型的峰林地貌。“峰奇石奇松更奇，云飞水飞山亦飞”。天都峰海拔1810米，峰顶平整如掌，有“登峰造极”石刻，还有天然石室可容纳百人。另有莲花峰，海拔1873米，为黄山第一高峰。由于黄山花岗岩岩体垂直节理发育良好，断裂和裂隙纵横交错，形成许多瑰丽多姿的花岗岩洞穴与孔道，所以从莲花峰底起步，须踏上长长的“莲梗”，穿千处“莲孔”（花岗岩洞穴与孔道）才可登至峰顶。黄山有无数灵幻奇巧的怪石，它们是远古时代火山和冰川留下的雕塑杰作。有的似人，似物，有的似禽，似兽，

惟妙惟肖。其中著名的怪石有：“猴子观海”，那是狮子峰顶的一块巨石，犹如蹲在地上的猴子在观看前面的茫茫云海；“鲫鱼背”，从天都峰脚，手扶铁索栏杆，沿“天梯”攀登1564级台阶，至海拔1770米处有一石缸。石缸长10余米，宽仅1米，犹如鲫鱼之背，两侧万丈渊谷，深不可测；“醉石”，温泉至汤岭道中有一巨石斜立，上刻“醉石”两字。旧传李白曾在这里饮酒听泉，乐而忘返，醉卧石旁，所以名为醉石。这是一块不生根的花岗岩“转石”，兀立溪旁，与附近山峰不相连。在其高约5米的横断面上，可见互相平行的垂直裂隙，与附近山峰倾斜的似层状裂隙迥然不同，因此断定为“外来客”；“梦笔生花”，北海散花坞左侧，有一孤立石峰，顶巅巧生奇松如花，故名“梦笔生花”；“飞来石”，在平天砬西端的峰头上，有一巨石耸立。巨石高12米，长7.5米，宽1.5米至2.5米，重约360千克，其下为岩石平台。岩

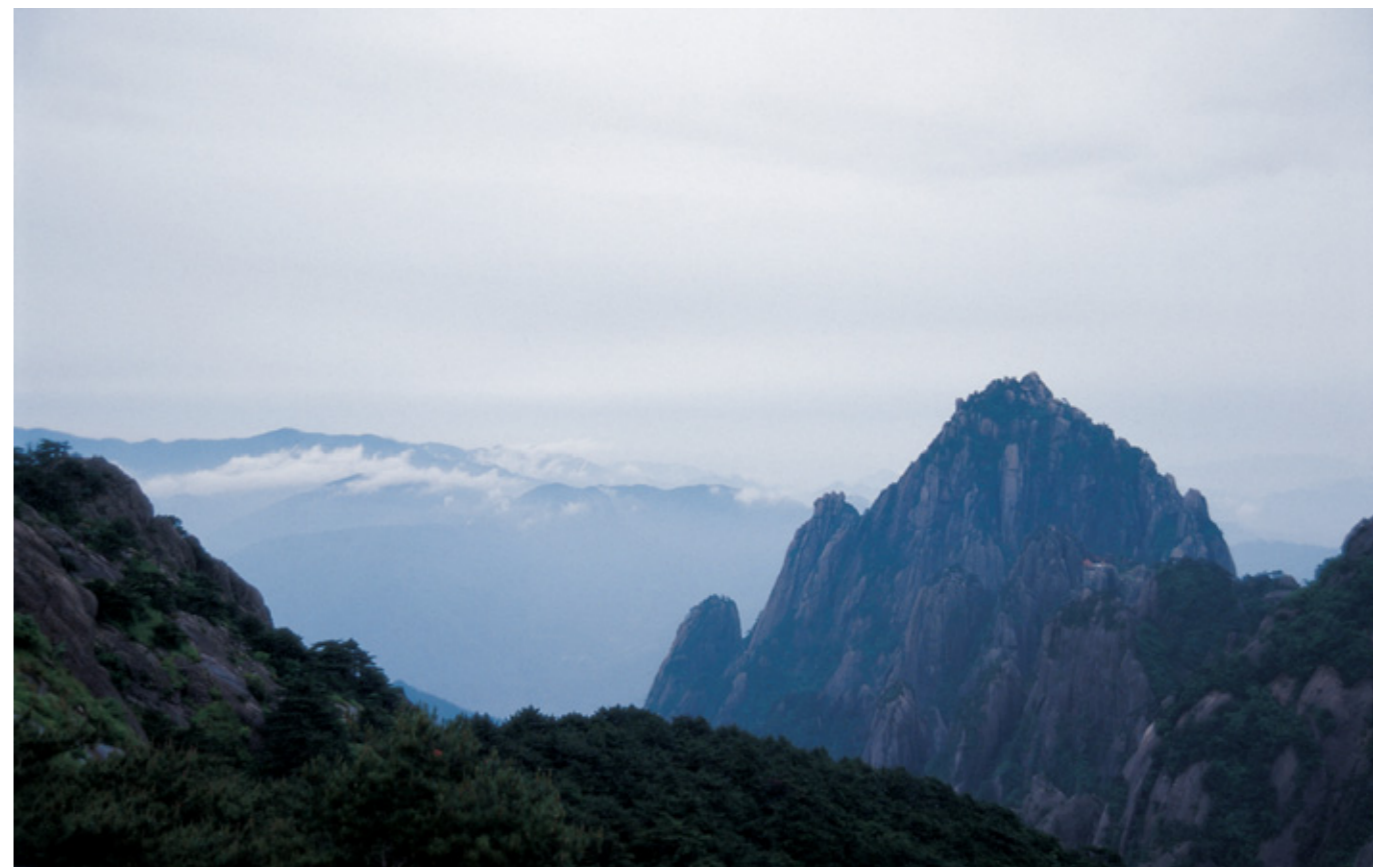
黄山四千仞，三十二莲峰。丹崖夹石柱，菡萏金芙蓉。伊昔升绝顶，俯窥天目松。仙人炼玉处，羽化留遗踪。  
——唐·李白《送温处士归黄山白鹅峰旧居》



石与平台之间的接触面很小，上面的石头像是从天外飞来的一样，故名“飞来石”。

“登黄山，天下无山，观止矣！”黄山以其博大神奇、优美秀丽的风貌成为中国的名山之魂。

黄山景区以峰为体，汇集了石、松、云等奇景，构成一幅幅奇、伟、幻、险的天然画卷。





“居人共住武陵源，还从物外起田园”；李白也写过“功成拂衣去，归入武陵源”；他们都把武陵源比作世外桃源。所以，有人甚至认为陶渊明所写的“世外桃源”并不在常德的桃源县，而是张家界。张家界所在的武陵源景区处云贵高原余脉武陵山，由张家界国家森林公园和索溪峪、天子山两大自然保护区组成。这里拥有世界上罕见的砂岩峰林地貌，藏峰、桥、洞、湖、瀑于一身。张家界开发之初，核心景区分属大庸、慈利、桑植三县管辖。1984年，湘西籍著名画家黄永玉提议把天子

秀丽挺拔的三姐妹峰宛若三位脱俗仙子，亭亭玉立。



# 张家界砂岩峰林地质公园

流水琢群峰 天然去雕饰

▶▶ 千百座砂岩岩峰挺立着，肃穆、宁静、壮阔、气势雄伟。一柱柱阳光在岩峰间斜射，一缕缕云雾在岩峰间升腾。这就是张家界砂岩大峰林——大自然在地球上独一无二的大创造！

**张** 家界位于云贵高原东北部与湘西北中低山区过渡地带的武陵山脉之中，海拔300~1300米，面积398平方千米。这里奇峰林立，森林莽莽，沟壑纵横，山溪秀丽。

索溪峪中的“十里画廊”为一峡谷，两侧群峰组成一尊尊天然雕塑。

这绝美的自然景观一直深藏在湘西北的崇山峻岭中，无人知晓。直到1979年，著名画家吴冠中和香港摄影家陈复礼来到张家界。面对如此大好河山，吴冠中兴奋不已，灵感涌动，提笔挥就《自家斧劈——张家界》的传世作品，并乘兴写下《养在

“大盆景”张家界以岩称奇。这里有近3000座奇峰，拔地而起，形态各异。

深闺人未识》一文，赞美这颗“失落在深山的明珠”。从此，张家界开始名扬海内外。

## 张家界与武陵源

说起武陵源，也许不是很多人知道在何处，因为“张家界”的名声早已掩盖之。常德旧称武陵郡。秦以前，现时的张家界风景区属黔中地，自汉以来归武陵郡管辖。而在文人墨客笔下，“武陵源”更是大有来头：盛唐著名诗人王维19岁时，以陶渊明的《桃花源记》为背景，写下了七言乐府《桃源行》，其中就有

高远悠深的天空下，天子峰和它近旁的丘峦，一派宁静、平和、迷蒙。



山、索溪峪、张家界这片如“世外桃源”般的景区命名为“武陵源”。同年10月，正式设立“武陵源风景名胜区”。1992年，武陵源景区加入“世界自然遗产”大家庭，与美国黄石国家公园、科罗拉多大峡谷等著名世界自然遗产并称“地球最后的奇迹”。2004年2月，张家界又以不可多得的地理特质——石英砂岩峰林峡谷地貌，成为我国首批世界地质公园之一。这里保存着几乎未被扰动的原始自然状态的生态环境与生态系统。

寒冬时节，瑞雪降落峰林，冰柱下悬，千峰万壑有如镶银砌玉。



### 张家界曾是汪洋大海

人们常用“沧海桑田”来形容岁月悠悠、世事难料。其实，随着地壳运动，海底的岩层上升为陆地，原来的陆地又沉入大海，这种“沧桑之变”是地球上再正常不过的纯自然现象。当我们站在张家界惊叹大自然的鬼斧神工时，才知道今天的风光经历了3亿8千万年的漫长洗礼。亿万年前，张家界曾是一片波涛翻腾的汪洋大海。日月升沉，斗转星移，沧海桑田，大量死去的海洋生物堆积为土，凝结成岩，终于在最后一次“燕山运动”中升出海面，从而有了这个原始生态体系的砂岩峰林峡

谷地貌，变幻出今日的奇峰异石、溪绕云谷、绝壁生烟。在天子山出产着一种龟纹石，属湖南两大名石之一，它实际上就是生长在大海中的珊瑚化石，真实地记录了张家界沧海变高山的历史。

### 地质构造的特色

张家界包括整个武陵源地区，在区域构造体系中处于新华夏第三隆起带。在漫长的地质历史时期内，大致经历了武陵—雪峰、印支、燕山、喜山及新构造运动。武陵—雪峰运动奠定了本区的基底构造；印支运动塑造了本区的基本地貌构架，而喜山及新构造运动是形成张家界奇特的石英砂岩峰林地貌景观的最基本的内在因素之一。构成砂岩峰林地貌的地层主要由远古生界中、上泥盆纪云台观组和黄家墩组构成，地层显示滨海相碎屑岩类特点。岩石质纯、层厚，底状平缓，垂直节理发育，岩石出露于向斜轮廓，反映出砂岩峰林地貌景观形成的特殊地质构造环境和基本条件。外力地质活动作用的流水侵蚀和重力崩坍及生物的生化作用、物理的风化作用，则是塑造张家界地貌景观必不可少的

黄狮寨亦称“黄石寨”，相传张良之师黄石公曾来此炼丹，故名。



张家界以林见秀。这里，古稀珍木，苍劲繁茂，奇花异卉，遍地皆生。

外部条件。因此，它的形成是在特定的地质环境中内外地质重力长期相互作用的结果。这里厚达500余米的石英砂岩所组成的峰林地貌为国内外所罕见。特定的地质构造条件和质纯层厚、结构致密的特殊岩石基础，为石英砂岩峰林地貌的形成提供了前提。同时本区石英砂岩大部分裸露地表，这使得地表流水的侵蚀作用更加明显，更有利于砂岩峰林的发育。张家界石英砂岩峰林地貌不仅在科学研究上有重要意义（一种新的地貌类型），而且其地貌形态所造就的景观，在美学上也有极大的观赏价值。

### 流水削出砂岩峰林

张家界砂岩峰林地貌被联合国教科文组织誉为“无价的地理纪念

碑”，是非常典型的石英砂岩峰林地貌：石奇峰秀、寨高台平、壁险峡幽、水碧山清。石英砂岩因颗粒均匀，结构细密，具有很强的抗蚀能力，所以能昂然挺立，直插云霄。其发展演变经历了平台、方山（如天子山、黄石寨、鹞子寨等处）、峰墙（如百丈峡）、

峰丛、峰林（如十里画廊、矿洞溪等处）、残林（如武陵源泥盆纪砂岩分布区的外围地带）几个主要阶段。区内泥盆纪（距今3.5亿~4亿年）厚

金鞭溪如同一条绿玉带，贯穿了张家界十五里山峡。“久旱不断流，久雨水长绿”，这是张家界人夸赞金鞭溪的俗语。



层石英砂岩，岩层产状平缓。北东向、北西向和南北向三组垂直节理发育，受重力崩塌及雨水冲刷等内外地质动力作用的影响，形成了峰林、峰柱、方山、石林、峡谷、嶂谷、幽谷等奇特的砂岩峰林地貌景观，并由于暴露时间的长短和节理裂隙发育程度的不同，造就出石山、石墙、石柱、石峰、石门、天生桥等奇峰异石，鬼斧神工，形态各异，仿佛一座天然的艺术宫殿。区内共有砂岩峰柱3000余座，伟岸挺拔，蔚为壮观，其中高度超过200米的有1000余座，以金鞭岩最高，达350米。特别可贵的是石柱之上多生有松树、银杏等，枝繁叶茂，盘根错节，恰如放大的盆景；沟壑纵横，山清水秀，苍翠欲滴，虬枝盘曲，物种繁多。在360多平方千米的面积中，据航测所

知有山峰3100多座，垂直400米以上的石峰就有1000余个。这里的峰石与别处不同，直立而密集。3000多座石英砂岩柱从平地、从溪边拔地而起，或从半山腰，甚至山峰本身分出来，粗者如城堡，细者如长鞭，有的象人，有的象兽，或列成方阵，或汇成峰海，景色随气候、季节的变化而不断变换。岩壁峰石突兀入眼，如帛如笋，似屏似矛，一扇扇一根根，连绵万顷，给人以层峦叠嶂的磅礴气势与恢宏大观之感。天子山、张家界有80多处观景台，在那里可以静观细赏峰林美景。峰石名称很多，大如“神堂湾”、“西海长卷”，小如“天女献花”、“屈子行吟”、“罗汉峰”，而无名的山峰一样自成文章，同样使人产生无拘无束的畅想。其它尚有方山、岩墙、天生桥、峡谷等

造型地貌以及发育在三迭纪石灰岩中的溶洞景观。

### 壮美风光

张家界风景区是武陵源的主要组成部分。它东与慈利县的索溪峪交界，北与桑植县的天子山毗连，风光秀丽、原始、集中、奇特、清新。景点多达百余处，其中黄狮寨为该风景区的精华所在。张家界漫山遍野，处处入眼的还是茂密的山林。生长了几千年的森林一直无人砍伐，森林覆盖率达97.9%。这里即使是一座孤兀的石峰上也挺立着几棵苍松，那大片大片的原始次生林遮天蔽日，而被誉为“活化石”的水杉、银杏、珙桐、龙虾花等古稀植物也比

千百座砂岩岩峰全部被厚实的云层填没。云层声威浩大地向前缓缓推进，舒卷而来。白云满溢而上，形成云涛，转而退去，流泻成云瀑。

比皆是。走在密林中，你不经意间碰触到的也许恰恰就是某种珍稀植物的叶子。雉鸡、穿山甲、猴面鹰、红嘴相思鸟、猕猴、飞虎、大鲵等珍禽异兽亦常出没于林中涧边。20世纪80年代初，专家考察武陵源时曾慨叹这里是动物的“避难所”，又是植物的“基因库”，是一座“自然博物馆和天然植物园”。张家界气候温和多雨，无酷暑严寒，常年平均气温在15℃左右，这种小气候无疑给动植



张家界森林覆盖率达97.7%。世界上五大名科植物，如菊科、兰科、豆科、蔷薇科、禾本科在这里都有。

物提供了良好的栖居地。张家界风景的另一大特色是云水景观丰富，经常可以看到流动的云带、云烟、壮阔的云湖、云海、云涛和云瀑等胜景。因雨量丰沛，沟谷遍布，景区内流泉、石潭、绿涧、飞瀑随处可见。与自然风光相映成趣的是纯朴的田园风光。这里是土家族、白族、苗族等少数民族的聚居地，一块块梯田，一间间房舍星星点点点缀在青山绿水间。绿树四合，炊烟袅袅，假如有缘赶上当地节日，还可欣赏到民族歌舞。它们与大山、密林浑然一体，构成一幅原始苍茫的画卷。

索溪峪自然保护区在张家界东面，总面积200平方千米，因有溪水状如绳索而得名。这里山奇、水秀、

张家界秀美、原始、幽静，是大自然的迷宫，也是中国画的底本。



桥险、洞幽。峰，起伏错落，卓然成趣；水，泉清瀑美，千姿百态；洞，幽深神秘，其妙无比。那恍若仙境的地下宫殿黄龙洞，天然浮雕罗列、充满诗情画意的十里画廊，碧波荡漾的宝峰湖，充满传奇色彩的百丈峡，太虚幻境般的西海云雾，一刚一柔、形态风格迥异的鸳鸯瀑……无不令人流连忘返。远在明代中叶，就有人在岩壁题诗赞曰：“高峡百丈洞云深，要识桃源此处寻。”

天子山自然保护区在桑植县境内，南邻张家界，东接索溪峪，主峰海拔1256米。从这里举目远眺，武陵千山万壑尽收眼底。区内石英砂岩峰林耸立，亚热带常绿阔叶原始次生林遍布其间。众多的泉瀑水景，是天子山风景的一大特色，从红砂岩中流出的彩瀑更是一绝。云雾、霞日、月夜、冬雪是天子山的四大奇观，其中云雾在天子山最为多见，它又可分为云雾、云海、云涛、云瀑、云彩五种景观。每当雨后天晴或阴雨连绵的日子里，幽幽山谷中生出了云烟，云雾飘渺在层峦叠嶂间。云海时浓时淡，石峰时隐时现，景象变幻万千。雾，使晴日下坚硬的山峰变得妖娆、飘逸和神秘。观雾的最好季节是夏季，天子山是赏雾的最佳去处。杨家界位于张家界西北角，北邻天子山，总面积34平方千米。其风光集“幽、野、神、奇、秀”于一体，景点大多与杨家将有关，有许多传说和古迹，如杨家寨、宗保湾、天门阵等。

### 土家风情

张家界居住着146.65万人口，其中土家族人口为93.64万、白族10.33万、苗族2.74万，此外还有少数的满族、侗族、瑶族等少数民族。张家界的少数民族，从吃、穿、住、行到婚、嫁、丧、葬，从生儿育

女到娱乐活动，都具有鲜明的民族特色和地方特色。

土家族是张家界的主体民族。张家界土家族属于古代巴人一支，一说是古代庸国人的后裔，也有世代繁衍于此的古代土著先民。土家族自称“毕兹卡”，历史上称为南蛮、武陵蛮、土人、土丁等。旧志说：“民情淳朴、土厚而风淳。”“楚风刚劲，其弊多流于愤激。永定隶属楚边，俗尚淳朴，犹存中土之遗风。”一位汉官曾感叹道：“僻陋于深山，而有此醇静之俗，所谓生不见外事，而安于畎亩衣食，盖风之古也！”这便是历史上对土家族民族性格的基本评价。张家界土家族人讲义气，重感情，热情好客，吃苦耐劳，忌欺骗，易轻信，

好打抱不平，能歌善舞，信巫尚鬼，尚武好斗。

张家界土家族在中国战争史上，曾有过辉煌的战绩：早在西周时，即助周武王伐纣，“歌舞以凌，殷兵大溃”；刘邦讨伐秦二世胡亥，土家人为其冲锋陷阵，深受刘邦赞赏；为反抗东汉王朝的压迫，土家首领在辰州壶头山打败伏波将军马援，使之马革裹尸而还，明洪武初年，为反抗朱元璋歧视少数民族的政策，覃后王李士兵连败五位侯级将领的征剿，明嘉靖年间，湘鄂西各路土司应召慷慨悲歌奔赴东南沿海，一举

3亿8千万年以前的海浪曾在这里淘洗过海滩上的石英砂粒，然后，沉积、挤压成厚厚的砂岩岩层，再然后，大地上升为砂岩高原。



秋意盎然的张家界浑朴中略带狂狷之气，危岩绝壁，雍容大气。

击败倭寇，明世宗亲自为土司赐“东南第一战功”匾额；清朝时期，土家将领王正道、罗荣光等以生命镇守国门，打败洋人入侵；大革命时期，土家人跟随贺龙、任弼时、萧克将军坚持游击战争，建立湘鄂川黔革命根据地，为共和国的诞生立下汗马功劳；抗美援朝战争中，湘西土家兵敢与美国人较量，打出了中国人的威风。曹里怀将军曾高度评价志愿军中的土家兵：“土家族是中国最勇猛善战的民族。”

到了张家界的人们，都想看看土家吊脚楼。由于历代朝廷对土家族实行屯兵镇压政策，把土家人赶进了深山老林，其生存条件十分恶劣。《旧唐书》说：“土气多瘴疠，山有毒草及沙蛭蝮蛇，人并楼居，登梯而上，是为干栏。”再加上少田少地，土家人只好在悬崖陡坡上修吊脚楼。吊脚楼多为木质结构，一般为横排四扇三间，三柱六骑或五柱六骑，中

间为堂屋，供历代祖先神龛，是家族祭祀的核心。

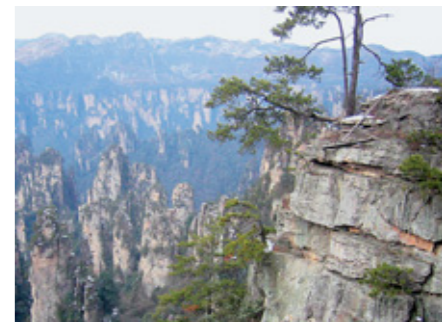
湘西苗族男女找对象，谈恋爱，兴“赶边边场”，土家男女却用木叶传情。这些木叶歌，或婉转悠扬，或如泣如诉，或欢畅愉悦，或悲泣幽怨，远听，如鸟儿啁啾，似山泉叮咚，充满诗情画意。吹木叶并非易事，要经过长期练习，才能吹出调儿来。有的男女青年相爱倾慕，却不便启齿，又不喜欢媒婆搬弄是非，于是就用木叶求偶，把满腔的爱写在木叶上。山里人这样唱：满山木叶堆打堆，问郎会吹不会吹，有朝一日学会了，只用木叶不用媒。千两银来万两银，难买阿妹一颗心。媒婆嘴巴磨出血，不抵一曲木叶情。

在中华大地数不清的大自然景观中，张家界是发现得最迟的风景区。十几年前，它还处在与世隔绝的状态中，一旦向整个世界展示它全部的美丽，便有一种神奇的力量，吸

“天下第一桥”高357米，长40米，宽3米，悬空镶嵌在两座山峰之间，雄奇异常。

引人们去探寻它的美，理解它的美，欣赏它的美。这里没有任何传统文化负担，是真正全新的现代风景线；这里也没有被工业文明所破坏，又是最古老的原始风景线。

天子山丘陵峰峦台地，仿佛停滞于亿万年前地质时代中。这里平淡无奇的地貌高出所有的砂岩岩峰，又被千百座砂岩岩峰所包围簇拥。这里是武陵源砂岩大峰林的制高点。



▶▶ 巍巍的庐山，远看有如一山飞峙大江边，近看千峰携手紧相连，横看铁壁钢墙立湖岸，侧看擎天一柱耸云间。正如宋代大文豪苏东坡诗云：“横看成岭侧成峰，远近高低各不同，不识庐山真面目，只缘身在此山中。”

## 中国第四纪冰川学说的诞生地 诗画庐山

庐山位于长江中游南岸江西省九江市南，北濒长江，东临鄱阳。相传在周朝时有匡氏七兄弟上山修道，结庐为舍，由此而得名，自古享有“匡庐奇秀甲天下”之盛誉。庐山之大山、大江、大湖浑然一体，险峻与柔丽相济，素以“雄、奇、险、秀”闻名于世。早在1200多年前，唐代著名诗人李白便这样赞美庐山：“予行天下，所游山水甚富，俊伟诡特，鲜有能过之者，真天下之壮观也。”

### 庐山地貌

庐山是一座地垒式断块山，外

险内秀，有河流、湖泊、坡地、山峰等多种地貌。它还是中国第四纪冰川发育的典型地区，享有“世界地质公园”称号。主峰——大汉阳峰，海拔1474米，四周围绕的群峰之间散布着道道沟壑，重重岩洞，条条瀑布，幽幽溪涧，地形地貌复杂多样。水流在河谷发育裂点，形成许多急流与瀑布。著名的三叠泉瀑布，落差达155米。庐山地质构造复杂，形迹明显，展现出地壳变化的主要过程。第四纪庐山上升强烈，许多断裂构造形成众多山峰。庐山上升之际，周围相对下陷，鄱阳湖盆地进一步发

展，形成鄱阳湖。北部以褶曲构造为主要特征，形成一系列谷岭地貌；南部和西北部则为一系列断层崖，形成高峻的山峰。山地中分布着宽谷和峡谷，外围则发育为阶地和谷阶。由于断层块构造形成的山体多奇峰峻岭，所以庐山群峰有的浑圆如华盖，有的绵延似长城，有的高摩天穹，有的俯瞰波涛，有的像船航巷海，有的如龟行大地，雄伟壮观、气象万千。山地四周虽满布断崖峭壁、幽深涧谷，但从牯岭街至汉阳峰及其他山峰的相对高度却不大，起伏较小，谷地宽广，形成“外陡里平”的奇特地形。庐山处于亚热带季风区，雨量充沛、气候温和宜人，是盛夏季节高悬于长江中下游“热海”中的“凉岛”。山中温差大，云雾多，千姿百态，变幻无穷。从山下看山上，庐山云天飘渺，时隐时现，宛如仙境；从山上往山下看，脚下则云海茫茫，有如腾云驾雾一般。优越的自然

庐山飞峙于长江和鄱阳湖之间，水气郁结，云蒸霞蔚。云海、瀑布与绝壁构成庐山三绝。



自司马迁将庐山载入《史记》后，历代文人墨客相继慕名前来，而李白一首《望庐山瀑布水》更使得匡庐瀑布天下闻名。

呈。其中著名的有三叠泉瀑布、开先双瀑、黄龙潭、乌龙潭、石门涧、玉泉、王家坡、筒寂瀑等20多处瀑布。  
**三叠泉瀑布** “匡庐瀑布，首推三叠”。在庐山九叠谷中，有一股飞泉顺三级台阶奔腾而下，折成三叠，又名“三级泉”。因元代画家赵子昂为三叠泉题了一首名为《水帘泉》的诗，后人亦称之为“水帘泉”。三叠泉发源于大月山，泉水由五老峰背侧奔泻而下，注入龙潭，流向鄱阳湖。瀑布形若奔马，声如洪钟，其一级落于磐石，激水四散；二级散而复聚，潏洄直泻；第三级汇为巨瀑，直挂龙潭。三级落差155米。《纪游集》一书描绘三叠泉说：“上级如飘云拖练，中级如碎玉摧冰，下级如玉龙走潭，散珠喷雪，真天下绝景。”  
**开先双瀑** 指的是马尾泉和黄岩瀑，因两瀑在山南开先寺附近而得名。双瀑均发源于大汉阳峰，同源异流，顺崖悬挂，直泻青玉峡中，后又汇入鄱阳湖。马尾泉由于水势湍急而崖口窄险，开束喷散，分成几十缕，好像马尾一样，若遇狂风吹拂，则水散珠碎。明代学者桑乔描绘道：“忽飘入天际，如飞毯匝，瞬息万状。”黄岩瀑布在马尾瀑布之西，当

花径如琴湖天桥下有绝谷，绝谷内多峭壁峰壑，层层刻剥，如堆如砌。

条件，使得庐山植物生长茂盛，植被丰富。随着海拔高度的增加，地表水热状况垂直分布，由山麓到山顶分别生长着常绿阔叶林、落叶阔叶林及两者的混交林。据不完全统计，庐山植物有210科、735属、1720种，分为温带、热带、亚热带、东亚、北美和中国7个类型，是一座天然的植物园。

### 匡庐瀑布天下奇

庐山的沟壑涧溪中，分布着许多瀑布。这些瀑布各具特色，百态纷

