

学校的理想装备

电子图书·学校专集

校园网上的最佳资源

中华学生百科全书

神州名胜

BOOK
内容百科 中国篇

神州名胜

长城

万里长城，以它浩大的工程，雄伟的气魄和悠久的历史著称于世，被列为世界奇迹，是世界上最著名的游览胜地之一。

万里长城是公元前7世纪开始修的。当时，中国北方诸侯割据，他们为了防御邻近诸侯的侵袭，在各自的领土上先后筑起了一段段的防卫墙。与此同时，燕、赵、秦三个诸侯国的北方，又与少数民族中以游牧为主的匈奴族为邻，为了防御匈奴奴隶主的骚扰，三国各自都在他们的北方修筑了长城。到了公元前3世纪秦始皇统一了中国，把一段段的长城连接起来，成了现在万里长城的基础。后来经过历代增建，及至明朝，就修成了现在的这个样子。它东起渤海湾的山海关，经河北、北京、山西、陕西、内蒙古、宁夏到甘肃的嘉峪关，穿过崇山峻岭，山涧峡谷，绵延起伏，长约12000多华里，因而名为万里长城。

在古代交通运输工具极其落后的情况下，修建如此巨大的工程，实在是一件了不起的事，特别它不是一般的土墙，而是用整齐的条石和结实的青砖砌筑的。有人计算，如果把明长城所用的砖、石和土方，筑成一道2米厚、4米高的围墙，可以绕地球一周。不用说烧制这些砖石，就是把它们通过崎岖的山间小路送达修建工地，已经是一项十分庞大的工程。因此，游览长城的人莫不为先民的伟大气魄和坚毅精神所感动。

长城由关隘、城墙、城台和烽火台四部分组成。关隘一般都建在形势险要之处，坐落在北京郊区的居庸关就是一个突出代表。居庸关和八达岭附近的长城，城墙平均高7.8米，最高达14米，城墙的外侧一般都选建在陡峭的山崖上，以增加攻城者的困难。每隔不远，有一座拱门，称“券门”，守城士兵由此上下。城墙顶宽达5.8米，可容五马并骑。城台是每隔300~500米的一组高出墙顶的方形建筑，是巡逻放哨的地方。烽火台专门传递军情。规定举一烟鸣一炮表示来敌人100人左右；举二烟鸣二炮，来敌500人左右；1000人以上举三烟鸣三炮……。如此传递，千里之外的敌情可以在几个小时之内使朝廷了解。

故宫

故宫，又称紫禁城，是明清两代皇宫，为我国现存最大最完整的古建筑群。

紫禁城东西宽 750 米，南北长 960 米，周长 3420 米，墙高 10 米，外层用澄浆砖包砌，里面是夯土。它共有四门：正南是午门；向东的名华门；向西的名西华门；向北的明朝叫玄武门，清康熙年间因避康熙帝名字玄烨之讳，改称神武门，沿用至今。紫禁城周围环有 52 米宽的护城河，城四角各有一座角楼，结构精巧，造型秀丽。紫禁城占地 72 万多平方米，共有宫殿 9000 多间，都是木结构、黄琉璃瓦顶、青白石底饰以金碧辉煌的彩画。这些宫殿是沿着一条南北向的中轴线排列并向两旁展开，南北取直，左右对称。这条中轴线不仅贯穿在紫禁城内，而且南达永定门，北到鼓楼、钟楼，贯穿了整个城市，气魄宏伟，规划严整，极为壮观。建筑学家们认为故宫的设计与建筑，实在是一个无与伦比的杰作，它的平面布局，立体效果，以及形式上的雄伟、堂皇、庄严、和谐都可以说是世界上罕见的。它标志着我们祖国悠久的文化传统，显示着 500 多年前匠师们在建筑上的卓越成就。现在，故宫成了世界上最重要的游览地之一，每年都接待数百万国内外的游人。

故宫是明代皇帝朱棣花了 14 年的时间建成的（1406～1420 年）。历经明、清两个朝代，24 个皇帝。参观这座庞大的宫殿和陈列在各个殿里的文物，游客们可以对中国古代皇帝的宫廷生活有一粗略的了解。

故宫里最吸引人的建筑是三座大殿：太和殿、中和殿和保和殿。它们都建在汉白玉砌成的 8 米高的台基上，远望犹如神话中的琼宫仙阙。

第一座大殿太和殿是最富丽堂皇的建筑，俗称“金銮殿”，是皇帝举行大典的地方，殿高 28 米，东西 63 米，南北 35 米，有直径达 1 米的大柱 92 根，其中 6 根围绕御座的是沥粉金漆的蟠龙柱。御座设在殿内高 2 米的台上，前面有造型美观的仙鹤、炉、鼎，后面有精雕细刻的围屏。整个大殿装饰得金碧辉煌，庄严绚丽。中和殿是皇帝去太和殿举行大典前稍事休息或演习礼仪的地方。保和殿是每年除夕皇帝赐宴外藩王公的场所。

三大殿东侧是文华殿、文渊阁、内阁，西侧是武英殿，它们是中心区的两翼。文华殿，在明朝是皇太子活动的东宫，清朝主要用于举行经筵，即按一定日期，皇帝和大臣们一起讲儒家经典，然后赐茶、赐宴。文华殿后的文渊阁是专为收藏乾隆年间编纂的共有 79000 多卷的《四库全书》而修建的。文华殿对面一片较矮的房子是内阁，内阁大学士、学士们在此办事。

武英殿在明朝是皇帝斋戒及召见大臣的地方，后来，后殿的群房曾是宫廷画家们作画的场所。明末农民起义领袖李自成，曾在此登极称帝。清初首先来北京的摄政王多尔衮也在武英殿办事。后来武英殿成为修书处，为皇家刻印了大批书籍，称为殿版。

故宫建筑的后半部分叫内廷。内廷部分，从乾清门开始，包括中轴线上的乾清宫、交泰殿、坤宁宫（简称后三宫）和御花园；后三宫东面的斋宫、毓庆宫、奉先殿、东六宫，最东面的皇极殿、宁寿宫、养性殿、乐寿堂、颐和轩；后三宫西面的养心殿、西六宫和最西面的慈宁宫、寿安宫等。内廷是皇帝办事、居住和后妃、太后、太妃、皇帝的幼年子女们居住的地方。前半部建筑形象是严肃、庄严、壮丽、雄伟，以象征皇帝的至高无上；后半部内廷则富有生活气息，建筑多是自成院落，有花园、书斋、馆榭、山石等。

游览故宫，一是欣赏丰富多彩的建筑艺术；二是观赏陈列于室内的珍贵的文物。

故宫博物院藏有大量珍贵文物，据统计共达 1052653 件之多，统称有文物 100 万件，占全国文物总数的 $1/6$ ，其中有很多是绝无仅有的国宝。

颐和园

颐和园是以湖光山色著称的我国古典名园，面积达 290 公顷(4305 亩)，其中水面约占 3 / 4。整个园林以万寿山上高达 41 米的佛香阁为中心，根据不同地点和地形，配置了殿、堂、楼、阁、廊、亭等精致的建筑。山脚下建了一条长达 728 米的长廊，犹如一条彩练把多种多样的建筑物以及青山、碧波连缀在一起。整个园林艺术构思巧妙，在中外园林艺术史上地位显著，是举世罕见的园林艺术杰作。

颐和园原是帝王的行宫和花园。公元 1750 年，乾隆在这里改建为清漪园。1860 年，清漪园被英法联军焚毁。1888 年慈禧太后挪用海军经费 3000 万两白银重建，改称今名，作消夏游乐地。到 1900 年，颐和园又遭“八国联军”的破坏，烧毁了许多建筑物。1903 年修复。后来在军阀、国民党统治时期，又遭破坏，解放后不断修缮，才使这座古老的园林焕发了青春。

这座巨大园林依山面水，昆明湖约占全园面积 3 / 4。但它的水面并不单调，除了湖的四周点缀着各种建筑物外，湖中有一座南湖岛，由一座美丽的十七孔桥和岸上相连。在湖的西部，有一西堤，堤上修有六座造形优美的桥。

颐和园里有许多景点是效法了江南园林的一些优点。如谐趣园就是仿无锡寄畅园建造的；西堤，是仿杭州西湖的苏堤建造的。

颐和园前山的正中，是一组巨大的建筑群，自山顶的智慧海，往下为佛香阁、德辉殿、排云殿、排云门、云辉玉宇坊，构成一条明显的中轴线。在中轴线的两边，又有许多陪衬的建筑物。顺山势而下，又有许多假山邃洞，游人可以上下穿行。

颐和园的大门叫东宫门。以东宫门内的仁寿殿为中心的一组建筑物，是当时的政治活动区。

在颐和园里，共有各种建筑 3000 多间，几乎集中了所有古代建筑形式，亭台楼阁、殿堂厅室、廊馆轩榭、塔舫桥关，应有尽有，除了木建筑以外，还有铜铸、石砌、琉璃镶嵌等。高 41 米的佛香阁，是颐和园里最大的工程项目。全部登上佛香阁，周围数十里景色尽收眼底。

天坛

天坛位于北京城的南端，是明、清两代皇帝每年祭天和祈祷五谷丰收的地方。它的严谨的建筑布局，奇特的建筑结构，瑰丽的建筑装饰，被认为是我国现存的一组最精致、美丽的古建筑群，在世界上也享有极大的声誉。

天坛建于明永乐十八年（1420年），与故宫同时修建，面积约为270万平方米，分为内坛和外坛两部分，主要建筑物都在内坛。南有圆丘坛、皇穹宇，北有祈年殿、皇乾殿，由一座高2米半，宽28米，长360米的甬道，把这两组建筑连接起来。

天坛的总体设计，从它的建筑布局到每一个细部处理，都强调了“天”。它有300多米长的高出地面的甬道，人们登临其上，环顾四周，首先看到的是那广阔的天空和那象征天的祈年殿，一种与天接近的感觉就油然而生。这条甬道又叫海漫大道，这是因为古人认为到天坛去拜天等于上天，而由人间到天上去的路途非常遥远、漫长。

祈年殿高38米，是一座有鎏金宝顶的三重檐的圆形大殿，殿檐颜色深蓝是用琉璃瓦铺砌的，因为天是蓝色的，以此来象征天。

它在建筑上出色之处是，大殿的全部重量都依靠28根巨大的楠木柱和各种互相衔接的斗、棋、枋、椽支撑着，力学结构巧妙、完整。而这些柱子和横枋都有象征的涵义。当中四根高19.2米，两个半人才能合抱的“龙井柱”，象征一年四季；中间12根柱子象征一年十二个月；外层12根柱子象征一大十二个时辰；整个28根柱子象征天上28星宿。殿内地面正中，是一块圆形大理石，上面有天然的龙凤花纹，与殿顶中央的盘龙藻井遥遥相对。大殿金描彩绘，富丽堂皇。殿前东西两侧各有配殿一座，背后又有一座皇乾殿，前后左右连成一气，显得庄严，雄伟，气势磅礴。

这座大殿坐落在面积达5900多平方米的圆型汉白玉台基上，台基分3层，高6米，每层都有雕花的汉白玉栏杆。这个台基与大殿是不可分的艺术整体。它犹如一座精致托盘，托起一件无价的艺术品。祈年殿只有坐落在这样的台基上才更显出庄严、雄伟的气势。

天坛的另一座重要建筑物是皇穹宇，原是放置皇天上帝牌位的地方，高19米多，直径15.6米。它用砖木建成，小于祈年殿，但结构与祈年殿基本相同，是单檐蓝瓦，殿顶也有鎏金宝顶，殿下也有台基和汉白玉的栏杆。远远望去，像是一把金顶蓝伞高撑云空。

在皇穹宇的外面，有一道圆形磨砖对缝的围墙，门向南开，这就是人们熟悉的回音壁。

布达拉宫

耸立在西藏拉萨玛布日山上的布达拉宫，气势雄伟，巍峨壮丽。

布达拉宫是藏族建筑艺术的精华，也是我国，以及世界著名的宫堡式建筑群。宫内拥有无数的珍贵文物和艺术品，使它成为名符其实的艺术宝库。

布达拉宫起基于山的南坡，依据山势蜿蜒修筑到山顶，高达 10 多米，东西宽 360 多米。全部是石、木结构，下宽上窄，镏金瓦盖顶，结构严谨。人们走过拉萨河大桥，高耸山顶上的布达拉宫雄姿就映入眼帘。朱红色的宫墙，金碧辉煌的宫顶，在蓝天雪山的陪衬下，显得格外壮丽。

布达拉宫始建于公元 7 世纪，至今已有 1300 多年的历史。布达拉意为“佛教圣地”。据说，当时吐蕃王朝正处于强盛时期，吐蕃王松赞干布与唐联姻，为迎娶文成公主，松赞干布下令修建这座有 999 间殿堂的宫殿，“筑一城以夸后世”。

布达拉宫始建时规模没有这么大，以后不断进行重建和扩建，规模逐渐增大。17 世纪中叶，达赖五世受清朝册封后，又由其总管第巴·桑结嘉错主持扩建重修工程，历时近 50 年，始具今日规模。到第十三世达赖，布达拉宫又进行了历时 8 年的修建。据说，这次修建，仅白银就花费了 213 万两。从松赞干布到第十四世达赖，在这 1300 多年间，先后有 9 个藏王和 10 个达赖喇嘛曾在这里施政布教。

布达拉宫主楼 13 层。宫内有宫殿、佛堂、习经堂、寝宫、灵塔殿、庭院等。殿堂又分红宫、白宫两个部分。红宫是供奉佛神和举行宗教仪式的地方。红宫内有安放前世达赖遗体的灵塔。塔身以金皮包裹，宝玉镶嵌，金碧辉煌。在这些灵塔中，以五世达赖的灵塔最为壮观。这是一座修建在大殿里上下贯通 3 层楼的大金塔，塔形宛如北海公园的白塔，高 14.85 米，从上到下全部用黄金包镶，外镶无数宝石。仅此一塔就用了黄金 11 万两。在红宫内还保存有大量珍贵文物，如明清两代皇帝封赐西藏官员的诏敕、封诰、印鉴、礼品和精雕细镂的工艺珍玩，罕见的经文典籍，以及各类佛像、唐卡（卷轴佛画）、法器、供器等。

在红宫两侧的殿堂称为白宫，是达赖处理政务和生活起居的地方。这些殿堂建筑和陈设精美豪华。

布达拉宫有一个特点，就是在每一座殿堂的四壁和走廊里，几乎都绘有壁画。这些壁画题材丰富，画笔精细，色彩鲜艳。

秦始皇兵马俑

秦始皇兵马俑是在 1974 年发现的，随后在这里建了一个规模宏大的博物馆，于 1979 年国庆开放。

举世罕见的秦兵马俑博物馆开放后，很快就轰动了中外，被认为是古代的奇迹，是当代最重要的考古发现之一。

秦兵马俑以其巨大的规模，威武的场面，和高超的科学、艺术水平，使观众们惊叹不已。

兵马俑坑在秦始皇陵东侧约 1 公里半，先后发现一、二、三号三个坑。一号坑是当地农民打井时发现的，后经钻探先后发现二、三号坑。一号坑最大，东西长 230 米，宽 62 米，深 4.5~6.5 米，总面积达 14260 平方米。在这个坑内有约 6000 个真人大小的陶俑，目前已清理出的有 1000 多个。在地下发现形体这么大，数量这么多，造型如此逼真的陶俑，实在是一件令人难以置信的事。

走进博物馆的大厅，只见在地下 5 米深的地方，整齐地排列着上千个像真人大小、全副戎装的武士俑，全身呈古铜色，高 1.8~1.97 米，一个个栩栩如生，威武雄壮，真是气象森严，令人望而生畏。还有如真马大小的陶马 32 匹，陶马 4 匹一组，拖着木质战车。

威武雄壮的军阵，再现了秦始皇当年为完成统一中国的大业而展示出的军功和军威。

这些兵马俑在艺术史上具有很高的价值。兵马俑的塑造，是以现实生活为基础而创作的，艺术手法细腻、明快。陶俑装束、神态都不一样。光是发式就有许多种，手势也各不相同，脸部的表情更是神态各异。这批兵马俑是雕塑艺术的宝库，为中华民族灿烂的古老文化增添了光彩，也给世界艺术史补充了光辉的一页。一位欧洲国家的领导人参观了兵马俑博物馆后，赞叹地说：“这些艺术珍品，表现了中国人民一贯的非凡才能，全人类都将在这里受到鼓舞。”

兵马俑坑内出土的青铜兵器有剑、戈、矛、戟、弯刀以及大量的弩机、箭头等。据化验数据表明，这些铜锡合金兵器经过铬化处理，虽然埋在土里 2000 多年，依然刃锋锐利，闪闪发光，表明当时已经有了很高的冶金技术，可以视为世界冶金史上的奇迹。

云冈石窟

处于山西省大同市西郊的云冈石窟是我国古代雕刻艺术的瑰宝，也是世界著名的大型石窟群之一。

艺术家们把它比喻成东方的罗马石雕。有人发现这些石雕作品，融合了中西的艺术，因而具有特殊的魅力。

云冈石窟开凿于北魏和平年间（公元 460～465 年），距今已有 1500 多年的历史。前后用了约 30 年的时间才基本上完成了这个浩大的艺术工程。整个石窟依山开凿，东西绵延 1 公里，现存主要洞窟 53 个，大小造像 5100 多个。

石窟雕刻的题材内容，基本上是佛像和佛教故事。

石窟中最大的佛像是第五窟三世佛的中央坐像，高达 17 米。佛像形态端庄，是中原文化传统的表现手法；但其脸部形象——额宽、鼻高、眼大而唇薄，却具有外域佛教文化的某些特征。

第六窟内有一连接窟顶的两层方形塔柱，高约 15 米。窟的三面石壁和塔柱的四周，雕了 33 幅描写释迦牟尼从诞生到成道的佛教传说故事浮雕。这个窟规模宏伟，技法精炼，是云冈石窟中最有代表性的一个。

第二窟释迦坐像，是云冈石窟雕刻艺术的代表作。这个造像高 13.7 米，面部丰满，两肩宽厚，造型雄伟，气魄浑厚。

大同市在公元 5 世纪初，是北魏的都城，当时称为平城，至 5 世纪末北魏迁都洛阳，在近百年间，这里一直是中国北方封建专制统治的中心。初期的北魏王朝非常崇信佛教，并奉为国教。公元 446 年，大武帝听信司徒崔浩的建议，焚毁佛寺佛塔，强迫僧人还俗，造成了佛教史上的“太武灭法”。不久太武帝病，疑为灭法所致，大悔，杀崔浩。文成帝继位后，首先恢复佛法。云冈石窟就是在这样的情况下，由当时著名和尚昙曜奉文成帝之命，役使了数以万计的劳动人民和雕刻家动工开凿的。

龙门石窟

龙门石窟是我国三大石窟之一，位于洛阳城南 12 公里。这里有一条伊水，河两岸是香山和龙门山。自北魏至晚唐的 400 余年间，古代匠师在这两座山上凿窟建寺，使这里成了举世闻名的石雕艺术的宝库。

龙门石窟南北长达 1 公里，共有 97000 余尊佛像，1300 多个石窟，题记和碑刻 3600 余品。

奉先寺是龙门石窟中最大的一个窟，长宽各 30 余米。

奉先寺的不平凡，在于中间那尊巨大的卢舍那雕像，实在是一件精美绝伦的艺术杰作。

卢舍那佛像总高 17.14 米，头高 4 米，耳长 1.9 米。据佛经说，卢舍那意即光明遍照。这尊佛像，丰颐秀目，嘴角微翘，呈微笑状，头部稍低，略作俯视态，宛若一位睿智而慈祥的中年妇女，令人敬而不惧。有人评论说，在塑造这尊佛像时，人们把高尚的情操、丰富的感情、开阔的胸怀和典雅的外貌，完美地结合在一起了，因此，她具有巨大的艺术魅力。

整个奉先寺的雕塑群是一个完美的艺术整体。卢舍那大佛侧旁还有其弟子阿难、迦叶，胁侍菩萨和力士、天王的雕像。这些雕像，有的慈悲，有的虔诚，再看边上的天王、力士像，则是面目狰狞、咄咄逼人，把主像烘托得更突出。

龙门石窟中另一个著名洞窟是宾阳洞。这个窟前后用了 24 年才完成，是开凿时间最长的一个洞窟。洞内有 11 尊大佛像。主像释迦牟尼像，高鼻大眼、体态端祥，是北魏中期石雕艺术的杰作。洞中原有两幅大型浮雕《皇帝礼佛图》、《太后礼佛图》，画面上分别以魏孝文帝和文明皇太后为中心，前簇后拥，组成礼佛行列，构图精美，雕刻细致，艺术价值很高，是一幅反映当时帝王生活的图画。可惜在解放前被美国人勾结我国奸商盗运到美国，现分别藏于美国堪萨斯城纳尔逊艺术馆和纽约市艺术博物馆。

敦煌莫高窟

敦煌，可以说是世界艺术家的圣地，也是一处十分吸引人的旅游胜地。

敦煌，在我国西北部甘肃省。莫高窟又名敦煌石窟，在敦煌县城东南 25 公里的鸣沙山东麓的崖壁上，石窟长约 1600 米，高 50 米，重重叠叠，密如蜂房。它保留了前后历经 1000 多年的十六国、北魏、西魏、北周、隋、唐、五代、宋、西夏、元十个朝代的壁画和彩塑的洞窟 492 个，壁画 45000 多平方米，彩塑 2000 多座。这些壁画和彩塑技艺造诣之深，想象力之丰富，都是惊人的。

外国的旅游者的评价是：

“看了敦煌莫高窟，就等于看到了全世界的古代文明。”

“敦煌艺术是人类文明的曙光。”

“莫高窟是世界上最长、规模最大、内容最丰富的画廊。”

“它是世界现存佛教艺术最伟大的宝库。”

洞窟在我们面前展现了一个富丽多彩的图画世界。各种各样的佛经故事，山川景物，楼台亭阁，花卉图案，飞天佛像，使这些神秘的洞窟里出现了一派“满壁风动，天云飘忽”的佛国风光。

如果把莫高窟所有的壁画连接起来，长达 50 华里。在这样一个长长的画廊里，从十六国经隋唐到宋元，不同的风格，不同的流派，形成了各有特色的画幅，有的雄浑粗犷，有的富丽华艳，绚烂多彩。在艺术上，这些壁画不仅体现了中国的民族风格，而且吸取了印度、希腊、伊朗等国古代艺术之长，堪称是东、西方艺术的结晶。

在这些壁画中，公认“飞天”是最美的形象。还有一个反弹琵琶的伎乐天的形象，随着大型舞剧《丝路花雨》的演出，也为广大群众所喜爱。

莫高窟里的彩塑，躯体肌肉骨骼之准确，使你深信古代艺术匠师是很熟悉人体解剖的，艺术造诣之高，令人叹服。

每一个洞窟中的壁画和彩塑，在布局和色调上，浑然一体，十分协调。

莫高窟的价值还远远超出艺术的范围。其壁画很多是表现当时生活的图景。在其洞窟中还有大批经卷、文书，这些文物不仅对我国古代文献的补遗、校勘有很大的价值，而且连同那丰富多彩的壁画，为我们研究古代的政治、经济、军事、文化、艺术、宗教、科学、民族历史以及对外友好往来、文化交流等，提供了极其宝贵的历史资料。

长江三峡

长江三峡是世界最大的峡谷之一，以壮丽河山的天然胜景闻名中外。它西起四川奉节县的白帝城，东到湖北宜昌的南津关，全长 204 公里，两岸悬崖绝壁，江中滩峡相间，水流湍急，唐代大诗人李白经过这里留下了优美的诗句：“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还；两岸猿声啼不住，轻舟已过万重山。”

长江三峡是瞿塘峡、巫峡、西陵峡的总称。三峡的第一个峡叫瞿塘峡，又叫夔峡。长江到了这里骤然变窄，最窄的地方只有 100 多米。两岸峭崖壁立，山势险峻，滚滚江水倾入峡谷，浪涛翻卷，奔腾咆哮。峡口有夔门，人们称“夔门天下雄”，意思是说，天下最雄伟的地方莫过于夔门了。

瞿塘峡全长只有 8 公里，人在船上，抽两支烟的工夫，就经过了。这 8 公里是三峡最险峻的地方，江水的最大流速达到每秒 8 米，每小时 20 多公里。在这样的峡谷里航行，峭壁参天，江涛拍岸，使人惊心动魄。

瞿塘峡内，以前有一块巨大的礁石，叫滟滪堆。船进峡的时候掌握不稳，会被汹涌的急流冲到滟滪堆上，撞得粉碎。解放后，人民政府疏通河道，把滟滪堆炸了，过往的旅客不用再为葬身鱼腹而提心吊胆了。

过了瞿塘峡就进入巫峡。巫峡自四川巫山县大宁河口至河北巴东县官渡口，全长 40 公里。这里水道曲折迂回，两岸奇峰兀立。船在江中行驶，好像处处被大山挡住去路，但是驶到跟前，峰回路转，前面又展现出一段水道。两岸都是奇丽的山峰，形状变幻无穷，这就是著名的“巫山十二峰”。有人形容这一段峡谷是“一条迂回曲折的山水画廊”。

接着就到了西陵峡。西陵峡自官渡口到南津关，全长 156 公里。古人有“瞿塘雄，巫峡秀，西陵险”的说法。这里有几个险滩：青滩、泄滩、崆岭滩。过去，这一带触礁沉船的事故层出不穷，青滩北岸还有一座“白骨塔”，以堆积死难船工的尸骨而得名。解放后，这些险滩经过整治，数千吨的轮船都可以安稳地通过，险滩已经成了历史的陈迹了。

在这条长 200 多公里的峡谷里，不但自然景物雄壮瑰丽，而且还流传着跟许多名胜古迹相关的历史故事和神话传说。

桂林山水

“江作青罗带，山如碧玉簪”，特殊的喀斯特地形，造就了桂林秀丽奇绝、卓约多姿的山水，使它以雄奇秀逸的风光誉满中外。

桂林之美，美在碧莲玉笋般的万点尖山，美在如情似梦的一江清水，美在幽雅深邃的岩洞，美在玲珑秀丽、争奇献异的石山。桂林山水集“山青、水秀、洞奇、石美”四绝为一体，并冠甲天下。

桂林的山，不像三山五岳高耸险峻、蜿蜒磅礴，多为拔地而起，孤峰矗立，奇中见秀。“簪山带水，山水相连”是桂林山水的一大特色，漓江、桃花江、灵剑江、水东江、南溪、良丰河、相思江等，或在市内，或在城郊，蜿蜒于群峰之间，萦绕于山地之中，山水相依，融为一体。登高举目，“千峰环野立，一水抱城流”；蓝天、白云、青峰、古树，倒映在碧波荡漾的江水之中，构成一幅秀美的山水画卷。难怪宋代著名山水画家郭熙说：“山得水而活，水得山而媚。”

桂林的山，不但气势雄伟，森若剑戟，而且形态奇异，变化万端，比拟无穷。有的像南天一柱，有的像北斗七星，有的像紫金凤冠，有的像采锦叠翠，有的像海中轮船，有的拟人，有的拟飞禽走兽，千姿百态，诱人遐思。象鼻山、骆驼山、骑马山、斗鸡山、月牙山、老人山、芙蓉山、净瓶山、……一个个活灵活现，惟妙惟肖，一派万象森罗的景象。其中象鼻山最为酷肖，它是一个形状独特的石山，直插江中，江水穿洞而过，水中倒影空洞如满月沉江，故称“水月洞”；洞壁外侧岩体垂直孤悬江中，恰似巨象伸鼻汲取漓江碧水，那斜拱的背脊，那细眯的眼睛，那探水的前脚，太逼真了，太生动了，简直绝了。象鼻山的神奇古往今来被人们传颂着，相传在很久以前，天帝带一班人马和神象南巡，当路过桂林时，神象累倒在江边，玉皇大帝带着人马而去，将神象丢下不管。后被漓江伯发现时，神象已奄奄一息，漓江伯赶忙招呼众乡亲，把它抬到树荫下，并喂食喂药，终于把神象救活了，神象为了报答漓江人的恩情，又见这里山青水秀，就留在这里为人们耕耘。天帝得知神象为凡人干活，觉得有损天庭尊严，派天兵天将收拿神象，神象誓不回宫，与天兵天将奋战三天三夜，不分胜负，天将就欺骗神象歇战，并趁神象伸鼻饮水时，偷偷从背后将神象刺死在江边。随着历史的变迁，象鼻山的名称也一变再变，但人们始终还是爱称它“象山”、“象鼻山”。象鼻山不仅是桂林山水的代表，盛名远扬，还被作为桂林的城徽，新添美誉。

桂林河湖的流水皆澄绿秀美，一来漓江诸水源头植被茂盛，泥沙含量极少；二来桂林属纯石灰岩地区，经过石灰岩层的过滤作用，水更加清澈。因此碧水萦回，游鱼可数。桃花江斜贯桂林宫，江曲流缓，水清见底，江面平如瑶池明镜，奇峰夹江似玉笋碧簪；榕湖、杉湖像碧玉嵌在市区，澄湖碧水，繁花茂树，曲桥亭阁，素为桂林胜境。榕湖两岸桂花夹道，林荫葱翠，湖畔千年古榕，盘根错节，湖心小岛花木葱茏，亭阁雅致，岛与北岸有九曲桥相通，故有“九同平湖”之称。杉湖东临淳江，南望象山，湖光山色，清新泛彩，湖心小屿亭阁水榭，别具一格，远物近景，相映如画。

桂林秀在山峰，奇在岩洞。桂林山多，洞也多，可说是无山不洞，无洞不奇。岩洞类型多样，形态各异，有好似一轮明月，高挂碧空的穿山月岩；有三面环水，江水横贯洞中的象山水月洞；也有曲折幽深的芦笛岩、七星岩。位于桂林市西北光明山南侧的芦笛岩，是最吸引游人的地方。洞深 240 米，

岩内遍布各种形态的石钟乳、石笋、石柱和石幔，晶莹剔透，色彩瑰丽，梦幻多姿，被人们誉为“大自然艺术之宫”。芦笛岩集岩溶洞穴景观之大成，奇观妙景，令人目不暇接，有的像老人、像狮子、像大象、像猴子、像金鱼；有的像苍松古柏、像瓜菜蘑菇、像人参当归；有的像金丝帷幕、像圆顶蚊帐、像兵舰刀戟。各种形象无不栩栩如生，惟妙惟肖。前半部分景物最为集中，有“狮岭朝霞”、“石乳罗帐”、“丰收小景”、“盘龙宝塔”、“蘑菇山”、“药材山”等，其中以“石乳罗帐”最富特色，又圆又大的帐盘高挂，折皱有致的帐身圆垂，条纹流畅，散射五彩光芒，对面高悬洁白纯净的石钟乳，形似银河落九天。中部大厅“水晶宫”宽达93米，宏伟壮观，这里有一个宽阔的高台，台高18米，是洞内最高处，“云台揽胜”是芦笛岩最引人入胜的奇景之一，凭栏远眺，“双柱擎天”、“原始森林”、“帘外云山”、“远望山城”，一处比一处美，一处比一处妙，气势不凡。“龙宫水府”是芦笛岩最宽最美的地方，这里洞天高阔，水光盈盈，四周石壁，绚丽多彩。

桂林的山石，玲珑奇巧，美不胜收。无论是岩洞中的石乳、石笋，还是山上山下、山前山后的石林危块，无不仙姿神态，争奇献异，别有情趣。西山“龙头石林”，怪石林立，栩栩如生；路口村八字岩山峡中的“鸭子石林”，三五成群，伏地而生，嬉戏水上；七星岩的飞来石、月牙山的剑把石、象鼻山的垂钓石、南溪山的悬云石、伏波山的试剑石、叠彩山的龟石等等，都十分逗人喜爱。桂林山石如太湖石一样，具有“透、瘦、漏、皱”四大特点，著名的山石还有普陀石林、隐山石林以及芙蓉石、灵剑石、呼云石等，自古为人们所珍视。

秀丽的漓江和阳朔风光，也是桂林山水的重要组成部分。漓江为桂江上游，源于桂林北部兴安县苗儿山，流经桂林、阳朔，至阳朔以下称桂江。从桂林到阳朔，奇秀的青峰与澄澈的碧流相辉映，山映水，水含山，构成一幅瑰丽多彩的锦绣画卷，在83公里的水程内，处处充满诗情画意。从桂林乘船下行，不但可以饱赏“山青、水秀、洞奇、石美”的山水特色，还能领略“深潭、险滩、流泉、飞瀑”之胜景，好似“青山簇簇水中生”，有如“船在青山顶上行”。

“清、奇、巧、变”是“漓江风景真如画”的四大特点。清，是指漓水清澈透明。奇，是指漓江的山奇异峻美，有的像玉笋，有的像苹果，有的像石塔，有的像屏风，有的欲指青天，有的欲倾惊人，有的斑斓如绣，有的苍翠欲滴，无怪宋代诗人范成大说：“桂山之奇，宜为天下第一。”巧，是说漓江景致的奇巧，沿江山峰，奇岩怪石，拟人似物。“仙人推磨”、“九牛过江”、“猴子抱西瓜”、“珍珠宝塔”、“净瓶卧江”，无不惟妙惟肖，“九马画山”、“绣山八仙”、“仙人坐车”、“黄布倒影”、“碧莲浴水”、“秀才看榜”，耐人寻味。漓江众山之中，画山为最。它九峰相连，耸立江边，临水石岸是一面平直如削的巨壁，壁上石纹交错，色彩斑驳，好像是一群姿态各异的骏马跃然壁上，有的昂首嘶鸣，有的低头吃草，有的饮水江边，有的飞蹄驰骋……，神态各异，栩栩如生。说是共有九匹骏马，但是到底有多少，须凭各人猜测。最为奇妙的是，九马的形象位置并不固定，很是耐人琢磨。当地民间流传着这样一首歌谣：“看马郎，看马郎，问你神马几多双？看出七匹中榜眼，能见九匹状元郎。”古往今来，还真有不少文人痴迷画山，歌咏题刻。漓江的岩洞，更是别有天地的胜境，父子岩、冠岩、绣山岩、螺蛳岩，洞洞奇幻，景色极佳。冠岩有地下水流出，可乘筏入岩，明人田世成

赞誉之：“兼山水之奇者，莫如冠岩之胜。”漓江的沙滩礁石也很引人入胜。“双泉锣鼓闹鸳鸯”就是由鸳鸯滩、锣鼓滩与两股山泉构成的绝妙景观。江上有景，水中有影，山景、石景、洞景、水景，构成无数奇巧的景致。变，则指一路轻舟，沿岸景致，江中丽水变化万千，忽而孤峰峙立，忽而奇峰片片；忽而水曲流缓，忽而江直水急；忽而波平浪静，忽而银花四溅……。不仅如此，漓江的景色还随季节、昼夜、早晚时间的不同，千变万化；也随天气晴雨的不同，气象万千。

阳朔山川明秀，素有“碧莲峰里住人家”之称。明代著名旅行家徐霞客称它是“碧莲玉笋世界”，近代诗人吴迈则在其题刻中写道：“桂林山水甲天下，阳朔堪称甲桂林。群峰倒影山浮水，无水无山不入神。”其实阳朔、桂林一水相连，就山水风光而言，是难分高低的。它们同为喀斯特地貌景观，都以山奇水秀著称，只不过风光特色各有不同。桂林的山，孤峰矗立，小巧玲珑；阳朔的山，峰峦密集，气势磅礴。从桂林到阳朔，仍会给人山有新意，水有别情的感受。碧莲峰、书童山、雪狮岭、阳朔公园、大榕树、穿岩和月亮山等名胜，勾绘出一个奇秀的碧莲世界。

桂林山水是我国喀斯特地貌中的佳胜，其规模和发育的完美程度，在世界岩溶山水风光中，也堪称最美。这到底是什么原因呢？大约在3.25亿年以前，这里还是一片汪洋大海，因经历了几次造山运动和中间相间的海浸，形成了分布广泛的石灰岩层，由于石灰岩的主要成分是碳酸钙，因而能被含有二氧化碳的雨水所溶蚀。桂林地区百灰岩质纯层厚，层理、节理发达，构造断裂多，并且随着地壳的抬升，溶蚀基点在不断变化。这样既有利于溶蚀作用的进行，又使被溶蚀的岩层呈现千姿百态的变化。桂林地处亚热带，年平均气温约为19℃，平均年降水量为1800毫米左右，具有“盛夏无酷暑，严冬少霜雪”的温暖湿润气候，较高的气温有利于溶蚀作用的进行，充沛的降水更大大加强了对岩石的溶蚀、冲刷能力。在整个地球表面，石灰岩的分布是非常广泛的，但并非每个地方都能形成这样的奇山秀水，这无疑更增添了桂林山水的魅力。

杭州西湖

“水光潋滟晴方好，山色空濛雨亦奇；欲把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜。”北宋大诗人苏东坡的这首诗，历来被人们看做是吟咏西湖的绝唱。

杭州西湖古时原与杭州湾相通，仅是钱塘江口附近的一个小海湾，以后由于湾口泥沙不断堰塞，出现了断断续续的沙嘴，阻塞了西湖与湾外浅海的流通，最终与大海隔离，在湾内形成潟湖，经山泉活水不断地冲洗及历代人工疏浚治理，逐步形成了今日西湖。汉时传说湖中涌现金牛，为“明圣之端”，故有金牛湖与明圣湖之称。唐代杭州刺史白居易作石涵以泄湖水，称石涵湖。因湖在杭州城西，人们通常叫它西湖。一代文豪苏东坡别出心裁地把西湖比作我国古代美女西施，从此西湖又多了一个富有诗意的雅号，叫“西子湖”，并且名声更加传扬四海。

杭州西湖处于平原、丘陵、湖泊与江海相衔接的地带，三面环山，层峦叠嶂。西湖水面广阔，南北长3.3公里，东西宽2.8公里，湖周约15公里，面积为5.6平方公里。湖水平静，碧波盈盈，纵贯南北的苏堤和横列东西的白堤似两条绿色的缎带，把西湖分成外湖、里湖、岳湖、西里湖和小南湖5个湖区，并由多座桥涵互相沟通，三潭印月、湖心亭、阮公墩3个小岛鼎立湖心。湖周山峦迭翠，繁花似锦，林木苍翠，峰岩洞壑之间穿插泉池溪漳，青碧黛绿丛中，隐现着数不清的楼台轩榭，可谓“远山近水皆有情”，确实使人有“古今难画亦难诗”之感。

西湖山水秀丽，自南宋以来，就有西湖十景之称。它们来源于南宋宫廷画家所绘西湖画卷的题名，后来经过清康熙等的题字勒石，流传至今。“苏堤春晓”因苏堤而得名。北宋时期，苏东坡组织民工疏浚西湖，并筑成一条从南屏山直通栖霞岭麓的长堤，堤上建有六座石拱桥，名苏堤。苏堤景色四时不同，尤以春日之晨最为秀丽，六桥烟柳笼纱，几声莺啼，报知苏堤春早。“柳浪闻莺”原为南宋御花园，滨湖柳浪桥畔尽是密密垂柳，风荡柳丝曳若碧浪翻空，春日黄莺鸣啭其间，清脆悦耳，驻足聆听，令人心旷神怡。“三潭印月”是西湖三岛之一，素有“小瀛州”之称。附近湖水最深处立有石塔三座，是苏东坡疏浚西湖时所建立的，为三塔以内不准种菱植藕的标志，以防西湖游塞，因为设计巧妙而成为一处胜迹。“三潭印月”是赏月的胜地，每当皓月中天，月光、灯光、湖光交相辉映，月影、塔影、云影溶成一片，“一湖秋水欲溶秋”，有说不尽的诗情画意。“断桥残雪”中的断桥是白堤的起点，元代称“段家桥”，因孤山来白堤的路到此而断，故名。冬末春初积雪未消而春水初生，拱桥倒映，潏郎生姿，远山近水，银装素裹，分外妖娆。我国民间故事《白蛇传》中的白娘子和许仙曾在此相会。“平湖秋月”有孤山与白堤相接处，前临外湖，水面开阔，秋夜湖平如境，皓月当空，清辉如泻，“一色湖光万顷秋”，更充满了诗情画意。宋时，曾被列为西湖十景之首。此外，“花港观鱼”、“双峰插云”、“雷峰夕照”、“南屏晚钟”、“曲院风荷”等，历来也赞誉之词不绝。

西湖的美，不仅在湖，也在于山。西湖群山以天竺山为主峰，环湖分为南、北两支。南山主要包括龙井山、理安山、南高峰、烟霞岭、大慈山、灵石山、南屏山、凤凰山、吴山等；北山主要包括灵隐山、北高峰、仙姑山、栖霞岭、宝石山等。两支山脉中最高、最著名的主峰是南高峰和北高峰，两峰遥遥相对，雄峙西湖南北，于风云际会时，微露双尘，望如插云，因而名

“双峰插云”、为著名的西湖十景之一。这些山峰高度都不超过 400 米，但峰奇山秀，林泉幽美。在连绵起伏的山峦间，参天的竹林深处掩映古刹灵隐，距今已有 1600 多年的历史。寺庙气势雄伟，为我国佛教禅宗十刹之一。寺前古木葱郁，荫天蔽日，冷泉流经处点缀着冷泉、壑雷、春淙、翠微等亭阁，环境清幽静谧。灵隐寺南飞来峰古木参天，怪石峰嵘，由于长期受地下水的溶蚀作用，形成许多奇幻多变的石灰岩洞壑，洞内怪石林立，许多象形岩石还都附有济公的传说。在洞壁及沿溪涧的镌岩石壁上，有五代至宋、元年间的石刻造像 380 余尊，其中最引人注目的要数那喜笑颜开、袒腹露胸的弥勒佛像，他一手按书袋，一手持念珠，造型自然生动，是飞来峰最大的造像，为宋代造像艺术的代表作，具有很高的艺术价值。除灵隐寺之外，杭州另有一个著名的寺院叫净慈寺，位于南屏山麓慧日峰下，以“酒肉罗汉”济公曾居于此而闻名，流传不衰的古井运木的故事就发生在这里。净慈寺钟楼里有一口大钟，每当暮色苍茫，万籁归寂，晚钟初动，丝丝扣人，山谷回应，因而博得“南屏晚钟”的盛名。在西湖群山中，还藏着虎跑、龙井、玉泉等名泉和烟霞洞、水乐洞、黄龙洞等洞壑，给湖山平添风韵，吸引着人们前往寻幽探胜。虎跑泉、龙井泉、玉泉合称西湖三大名泉，其中虎跑泉素有“天下第三泉”之誉：“龙井茶叶虎跑水”，历来被誉为“西湖双绝”。栖霞岭以洞景著称。黄龙洞是栖霞洞景中最著名的一处；南高峰下烟霞岭的石屋、水乐、烟霞三洞，古朴幽深，引人入胜。环视西湖群山，耸立在湖畔宝石山上的保俶塔格外引人注目，它是西湖风景的标志。保俶塔高 45.3 米，塔基较小，形成了几乎与地面相垂直的垂线，亭亭玉立，秀丽玲珑。人说“雷峰如老衲，保俶如美人”，道出了两塔的不同丰姿。雷峰塔位于净慈寺前的雷锋山上，夕阳西照，孤塔披一身金彩，兀立苍空，光耀夺目，故有“雷峰夕照”之佳胜。遗憾的是该塔已于 1942 年坍塌。雷峰塔更因它与《白蛇传》的民间传说有关，而远近知名。法海和尚破坏了白娘子和许仙的婚姻，又将白娘子禁锢在雷峰塔下。过了许多年以后，修炼成功的小青救出了白娘子，法海则躲进了蟹壳。

美丽的西子湖不但以她那湖光山色的绮丽多姿闻名于世，而且更因众多悲壮动人的历史事件和人物而生色。苍翠的栖霞岭南麓坐着巍峨庄严的岳王庙，这是后人为纪念“精忠报国”的南宋初年抗金名将岳飞而修建的。宋孝宗时，追谥岳飞为“武穆”，改葬栖霞岭。宋宁宗时，又追封岳飞为鄂王，1922 年为岳飞建庙，始称忠烈庙，以后屡毁屡建。最后一次重修工程是 1979 年完成的，庙宇宏伟，古柏常青。相传岳飞被害于大理寺风波亭后，亭畔的一株古柏突然死去，挺立不仆达数百年，人称“精忠柏”，至今有几段陈列在岳墓园。岳墓四周古柏参天，气象肃穆，重新铸造的秦桧等四奸佞，遗臭万年。此外，我国历史上著名的民族英雄于谦、张苍水，清末革命家秋瑾、徐锡麟等英烈都埋骨西子湖畔。他们的英名和浩然正气，将长留在西湖的青山绿水之间。

“山外青山楼外楼”是西湖风景区不同凡响的特色。那亭台楼阁、那寺庙精舍给山水秀丽的西子湖平添了许多金碧辉煌的人工雕琢，构成了“一色楼台三十里，不知何处是孤山”的天下美景。西湖的美，不仅在湖、在山，也在人工美与天然美的巧妙结合。三面云山一面城，环抱着西湖这一湖碧水，挺拔的群山，清秀的湖水，繁茂多姿的花草树木，绿荫丛中隐现的寺院、宝塔，迂回曲折的园林布局，配合得十分和谐，相映生辉，融为一体。

唐代大诗人白居易在他那首著名的《忆江南》中，流露了诗人对杭州和西湖深切真挚的感情，诗中写道：

江南好，风景旧曾谙。日出江花红胜火，
春来江水绿如蓝。能不忆江南。

江南忆，最忆是杭州。山寺月中寻桂子，
郡亭枕上看潮头。何日更重游。

“五彩神池”话九寨

九寨沟位于四川省阿坝族自治州的南坪县境内。它由6条大的沟谷组成，景区属于岷山山脉南段，朵尔纳山峰北麓。九寨沟是嘉陵江水系白水江的源流之一，全流域面积650.58平方公里，流域内最高山峰“朵尔纳”海拔4764米，最大相对高差2768米。九寨沟历史上属藏族中羊峒部落，古称翠海，因沟内有9个藏族村寨，而称九寨沟。

九寨沟气候温和，降水适中，年平均气温仅7.8℃，年降水量650毫米左右；河谷海拔在2000米到3100米之间，山脊高度在4000米到5000米之间；在气候、植被和土壤等方面都具有从四川盆地边缘向青藏高原过渡的特点。九寨沟内野生动植物资源十分丰富，杉、松、栎、杨、槭、桦树等与珍贵树种领春木、连香木，按不同海拔垂直分布。在长海附近还发现了别处早已绝迹的原始草本星叶草和独叶草。这里有许多珍贵的动物，如金丝猴、白唇鹿、苏门羚、扭扭羚、毛冠鹿、金猫等。九寨沟也是大熊猫的故乡，在山腰2000多米的云冷杉林下，分布有冰川时期留下的植物箭竹，大熊猫就在其间生息繁衍。九寨沟已是我国著名的大熊猫、金丝猴自然保护区和国家第一批重点风景名胜保护区，并被联合国教科文组织列为世界文化和自然遗产。

九寨沟是大自然赋予人类的瑰宝，它集湖泊、瀑布、雪山、森林之美于一身，构成梦幻般的仙境，有“童话世界”的美誉。九寨沟目前开放的景区约50平方公里，分为宝镜岩、树正沟、长海、日则、悬泉和扎如6个景区，大多数景点集中分布呈“Y”字型的树正、日则和则查洼3条主沟里，纵横60多公里，沿途森林密布，鸟唱莺鸣，泉水漫溢，瀑声震谷；四周群山耸峙，怪石嶙峋，林木葱郁，数十座巍巍雪峰，横卧天际，晶莹夺目；错落分布的大小湖泊及湖水溢流形成的飞瀑、溪流，与雪山、森林掩映在一起，构成一幅绝妙的“画图”，有如“世外桃源，人间仙境”。

“九寨美，美在水”。九寨沟最奇特迷人的景色是“海子”，即高山湖泊。这些湖泊分布在长约30公里的沟内，从海拔1800米的沟口至海拔3000米的沟顶，湖群呈阶梯状层层分布，小者数平方米，大者几平方公里，最大的是“长海”，长达7000米。九寨沟几乎全由古生代至中生代碳酸盐地层组成，因湖底沉积物不同，在阳光照射下，五彩池、五花海、卧龙海、熊猫海、长海等高原湖泊呈现出蓝、黄、红、绿各种颜色，人称彩色湖泊；湖水的颜色亦因水的深浅、山色变化和天气状况的不同而有所不同，是九寨一绝。九寨的海子平静如镜，每当天空晴朗之际，蓝天、白云、悬岩、雪峰、苍绿的森林及火红的枫叶倒映湖中，水光浮翠，好似一幅栩栩如生的油画，恬静秀美，有着无限的诱惑力。

在层层海子之间，钙质结成的乳白色堤埂上林木葱茂，流水从树丛中穿过，形成许多宽阔的浅滩和无数的瀑布，为九寨沟增添了无限生趣。这梦幻仙境的迷人景色是怎样形成的呢？原来第四纪中，九寨沟内发育过古冰川，曾下到海拔2200米，甚至比这更低的位置，九寨沟内一系列的海子是冰期中，由冰蚀和冰川终碛阻塞形成。在海子堤埂上，从水下长出的灌木等树木是冰后期植物长期适应水冷环境的结果。此外，九寨沟的地势大都呈台阶式，在海子与海子之间，因湖水四溢形成许多瀑布。

九寨沟之美在于其原始幽深，在于其淳朴自然。神奇的山水，产生了许多优美的神话。关于九寨湖泊的起源，就有一个有趣的传说：在很久以前，

男神达戈倾心爱上了美丽的女神沃诺色莫，为了表达自己的爱意，达戈借来九寨纯净的风云，磨砺了一面晶明的镜子送给沃诺色莫梳妆打扮时使用，当沃诺色莫接受这份心爱的礼物时，沉醉在幸福之中的女神不慎失手，将镜子摔成 108 块，散落在九寨的沟谷之中，化成 108 个五彩斑斓的“翠海”。

海子、堤埂、瀑布和雪山林海构成九寨沟山奇水幻的迷人风景，而高山湖泊和瀑布群则是九寨两大奇观。树正景区的群海和瀑布具有典型的九寨风格，树正寨的栈桥、水磨、寨房、经幡和藏尼经营的小饭店，组成了别具一格的景观。树正群海自火花海向北，40 多个海子首尾相接，逶迤数里，间以丛林和瀑布；湖底、湖堤都是乳白色碳酸钙结晶体，湖群自上而下呈阶梯状分布，经过层层过滤，湖水清澈如镜，透明度达一二十米，湖中游鱼历历在目。树正一海子，千亩水面深达四五千米，湖水清澄碧绿，湖心一条乳黄色碳酸钙堤埂，似巨龙俯伏湖底，隐约可见。山风掠过，湖面泛起层层涟漪，“卧龙”似苏醒蠕动，跃跃欲腾，人称“卧龙海”。在长约 1.2 公里的犀牛海，备有独木舟和木筏，是九寨唯一的水上活动场所。树正景区瀑布成群，碧水从堤埂层层跌落，飞泻而下，宛若飞花碎玉，其中最富有生气的是树正瀑布，这是一条宽约 30 米，由十几条、几十条水练交织而成的瀑布群。晶莹洁白的流水，沿着宽窄不一的红柳丛，穿林过滩，分流飞溅，飘瀑溅珠，雪白眩目，美不胜收。

日则景区集九寨之精华，景点密集，主要有诺日郎、高瀑布、珍珠滩三大瀑布，号称九寨最宽、最高、最雄伟的瀑布。有倒影如画的镜海，有水声悦耳、如铃如磬的金铃海，有色彩最丰富的五花海，有空濛雅致的熊猫海，更有玉流珠跳的珍珠滩。诺日郎瀑布宽约三四百米，高约 20 米，恰似日则沟的一道水帘。“诺日郎”是藏语山间流水的意思，瀑布中段急湍奔泻，气势雄浑；南段珠帘倒挂，秀雅文静。盛妆的五花海是九寨神池之一，相传神水洒处，万木青青，百花吐艳。五花海因水底植物、沉积物和岸边植被不同，湖水色彩多变，变换一个位置，山色倒影和湖底色彩会随之变幻，湖心处墨绿中又显出朵朵乳白和浅蓝的圆环，似孔雀之屏，如此一湖水色奇异多变，世所罕见。五花海的海底光晕，更称九寨奇境之一，它是阳光下的幻术。五花海与则查洼的五彩池有异曲同工之妙，被人们誉为“人间仙境”、“天上瑶池”。与五花海仅有一湖之隔的珍珠滩是一个宽近 200 米的斜滩，水流无穷，溅起亿万珍珠，晶莹璀璨，清脆有声，涉水过滩，奇趣无穷，这是金铃海的湖水自斜坡泻下，撞击石滩散溅而成的奇境。珍珠滩下的珍珠滩瀑布形态之美，变化之多，为九寨瀑布之冠。

九寨沟是一个神奇的“童话世界”，这片以自然美、原始美而著称的神奇土地，令人陶醉，有一位作家颇有感慨地说：没有去过那里想象不出它有多美，去过那里形容不出它有多美！

太湖天下秀

“平湖万碧顷，峰影水面浮”是人们对“湖中有湖，山外有山”的太湖的赞誉。大约在一百万年前，太湖还是个大海湾，后来逐渐与海隔绝，转入湖水淡化的过程，变成了内陆湖泊。湖区号称有 48 岛、72 峰，湖光山色，相映生辉，构成一幅美丽的天然画图。人们赞美太湖既有湖的温柔，又有海的豪迈，它以“势吞日月，波涌天地”的气魄，成为国家级重点风景名胜区。

太湖是我国五大淡水湖之一，面积 2425 平方公里。太湖的水不深但浩淼，山不高但绿秀，具有苍茫古朴、清幽秀雅的特点。洞庭西山是太湖最大的岛，登临西山之巅的缥缈峰，“吴中山水”尽收眼底，尤其是晨曦看日出，傍晚观日落，霞光水影，交相辉映，极为迷人。四周“茫茫复茫茫，中有山青苍”，远处点点渔帆，空中飞鸟盘旋，“虽然无画都是画，不用写诗都是诗”，引起人们无限的遐想。龙洞山的林屋洞，相传是大禹治水的遗迹，被誉为“天下第九洞”。与洞庭西山一水之隔的洞庭东山，花繁果茂，素有“花果山”的称誉。傍临太湖，借洞庭山水自然景色而建的席家花园，颇有诗情画意。席家花园前的“柳毅井”，传为东山名泉，“旱涝无盈涸，风摇亦不浊”，因神话故事柳毅传书而得名。

位于湖畔充山半岛西端的鼋头渚，因半岛徐徐向太湖伸展，三面环水，状若鼋头而得名。鼋头渚是观赏太湖的理想之地，我国著名诗人郭沫若赞誉：“太湖佳绝处，毕竟在鼋头。”的确，这里春夏秋冬景色迥异，阴晴雨雾意境不同，早中晚各具风韵，依山傍水，可听太湖涛声，观湖中帆影，怀吴越古情。漫步湖边，可见奇石错列，犹如云横天际，惊涛拍岸，看不尽粗犷豪放的天然景色，建于半山的澄澜堂有一幅对联，道出了这里的景致：“山横马迹，渚峙鼋头，尽纳湖光开绿野；云飞画栋，雨卷珠帘，此间风景胜洪都。”（洪都指江西南昌）意思是说，在此看太湖比在南昌滕王阁看鄱阳湖还要美。马迹，指太湖之滨马迹山，民间称马山，因山上巨石上留有 4 个马蹄印，相传系神马所踏，而得名。马迹山，古名夫椒山。史载，赵王勾践施计射杀了吴王阖闾，吴王死前叮嘱儿子夫差，不可忘记越国杀父之仇。夫差潜心准备 3 年，欲报越国之仇。越王勾践不顾范蠡劝阻，前去讨伐吴国。结果被吴王夫差大败于夫椒山。从此，勾践含辱称臣，卧薪尝胆。

蠡湖与太湖水道相通，是湖中之湖，它以“旷老逸谈雪月烟雨”取胜，相传是春秋战国时范蠡功成身退偕西施泛舟湖上之处，并由此得名。蠡湖景色秀美，加以人工点缀，堪与“淡妆浓抹总相宜”的西湖媲美。占有蠡湖一角之地的蠡园，临湖而建，以水饰景，是江南著名园林之一。蠡园中间部分是千姿百态的太湖石和大黄石堆砌而成的曲径假山，并摹拟云层的变幻，忽上忽下，左盘右旋，忽明忽暗，大有身入迷宫之感。东南部是千步长廊，尽头有三孔石桥与湖心亭与湖中凝春塔相连。西北部以鱼池为主体，环湖长堤似一条玉带，将一方方鱼池系在一起，栩栩如生，酷似十二生肖的太湖石排列其间，各踞一方的四季亭分别植有春梅、夹竹桃、桂花和腊梅，代表了春、夏、秋、冬四季。蠡园天青水秀，景色绮丽，在远山近水的衬托下，风光更加明媚。

太湖山青水秀，风光绮丽，它具有不带雕琢的自然美，与杭州西湖相比，太湖具有更大的气魄。湖滨丘陵起伏，湖山相映，园林点缀，令人陶醉，素有“太湖天下秀”的美誉。太湖沿岸多古迹，尤以春秋战国吴越古迹最多。

民间传说丰富多彩，越王勾践、吴王夫差等的故事遍布太湖。以湖光山色为主体，融自然景观与悠久文化历史为一体的太湖风景区，无疑具有更大的魅力。

太湖地处江南水网的中心，河网调蓄量大，水位比较稳定，利于灌溉和航运。富饶的江南水乡太湖平原地跨江、浙两省，气候温和湿润，水网稠密，土地肥沃，是我国著名的“鱼米之乡”。太湖银鱼闻名遐迩，是上等的佳肴，它与梅鲚、白虾共称“太湖三宝”。沿湖盛产水稻、小麦，植桑养蚕，是我国重要的商品粮基地和三大桑蚕基地之一。太湖特产碧螺春是我国有名的绿茶，其中以洞庭东、西两山所产的最佳。太湖还以产太湖石而闻名，它是我国园林建筑中不可缺少的饰品。

洞庭天下水

洞庭湖素以“八百里洞庭”而著称，是我国第二大淡水湖，面积 2820 平方公里，南接湘、资、沅、澧四水，北向吞吐长江，水连天，天接水，碧波浩淼，气象万千。

洞庭湖区是我国古代楚文化的昌盛之地，东西南北交通便利，山川秀美，人文荟萃。君山、杜甫墓、屈子祠、岳阳楼等名胜古迹散置湖周，并留下许多感人的、缠绵悱恻的传说和故事。刘海戏金蟾、孟姜女千里寻夫等民间传说均源于洞庭，至今传盛不衰。湖滨平畴绿野，牧童牛牯，风掀稻浪、水带禽涟；湖上远影白帆，近飘荷香，鱼跃欢歌，陶然欲醉。早在唐宋年间，就有“衔远山，吞长江，浩浩荡荡，横无际涯，朝晖夕阴，气象万千”的赞誉。尽管今日洞庭面貌大为改观，但浩然之气犹存，风光依旧动人。

在我国名传千古的江南三大楼阁中，至今保持古建筑原貌的唯有岳阳楼。其前身相传为东汉末东吴名将鲁肃修建的阅军楼。直到乾元年间，李白等诗人登楼赋诗，始称岳阳楼。在宋庆历年间，岳州知州滕子京未动国库银两，凭其政绩集资于民，主持重修岳阳楼，据司马光《涑水记闻》载：“楼成极雄丽，州人交口称赞。”宋庆历六年（公元 1046 年），滕子京的好友范仲淹撰文《岳阳楼记》，熔记事、写景、抒情、议论于一炉，情景交融，浑然一体，把洞庭湖的万千气象和诗人的无限感慨描写得淋漓尽致，尤其是：“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的忧乐观流传千古，使岳阳楼更加名扬遐迩，素有“洞庭天下水，岳阳天下楼”之誉。掩映在绿树丛中的岳阳楼古朴稳重，气势雄伟，建筑精湛，金碧辉煌。据史记载，我国唐代伟大诗人杜甫，晚年流寓岳州，写下了千古“绝唱”《登岳阳楼》这一著名诗篇：“昔闻洞庭水，今上岳阳楼。吴楚东南坼，乾坤日夜浮。亲朋无一字，老病有孤舟。戎马关山北，凭轩涕泗流。”从诗中，可以看到诗人舟系洞庭，登楼面对满目疮痍的河山，凭洒轩泪，用深沉的笔调抒发自己忧国忧民的情怀。为了怀念这位忧国忧民的“诗圣”，1962 年我国政府在岳阳楼西南的湖畔修建了怀甫亭。

坐落在洞庭湖中的君山与岳阳楼遥遥相望。君山原名叫湘山，古称洞庭山，就是神仙洞府的意思。洞庭湖的湖名就源于此。君山婷婷玉立，山青水秀，在云水迷茫中，若沉若浮，是洞庭湖著名的风景名胜。相传舜帝二妃娥皇和女英居此，又说秦始皇南巡泊此，故名君山。君山形如螺髻，四周环水，山中大小 72 峰，斑竹满山，茶园片片，风景秀丽，名胜古迹和神话传说众多。古人用“遥望洞庭山水翠，白银盘里一青螺”来赞誉此地形胜。著名的二妃墓，就在君山东麓。传说舜南巡崩于苍梧之野，葬在衡山。娥皇、女英听到噩耗，日夜恸哭，泪洒竹成斑竹，风吹不干，雨拭不去，又称湘妃竹。二妃悲痛过度，死于君山。墓前引柱有一副楹联：“君妃二魄芳千古，山竹诸斑泪一人。”

唐代李朝威的传奇小说《柳毅传书》情节浪漫曲折，久传不衰，其故事就源于洞庭湖。君山岛上龙舌山尾的“柳毅井”，相传是柳毅替龙女传书出入龙宫之处，深不见底，可通太湖，井上石壁浮雕海神爷手持宝剑像，其意为替柳毅指路。

君山今存两印，长 1.2 米，宽 0.8 米，字迹明显，笔法遒劲，有释为“封山”或“永封”，相传为秦始皇乘舟过君山，遇湘水神兴风作浪，故怒焚君

山并作“封山邱”止患。此外，君山还有吕仙吟诗处的朗吟亭，黄帝铸鼎的轩辕台，以及后羿射蛟台等胜迹。

洞庭湖与鄱阳湖一样，同为构造断陷湖。在燕山运动时期，洞庭湖已是一个很大的断陷盆地。据唐宋文献记载，洞庭湖方圆七八百里，所以才有后来所谓的“八百里洞庭”之说。洞庭湖原是我国最大的淡水湖，但由于湖区位置太低，尽管它有松滋、太平、藕池、调整弦“四口”与长江相通，但通常起不到排洪疏沙的作用，加上上游流域乱砍滥伐，水土流失严重，大量泥沙伴随湘、资、沅、澧“四水”和长江注入湖中沉积，湖面日趋减少。同时，人工围湖垦田更加剧了这一过程，近300年来，号称“八百里洞庭淤出八百万亩良田”。而洞庭的东邻鄱阳湖，通过湖内强大的水量，从一狭窄湖口通道，把大部分泥沙，排给了长江。虽说鄱阳湖也在逐渐变浅，但面积仍不失为3583平方公里。鄱阳湖“后来居上”，洞庭湖只得屈居第二位了。

水天相连的鄱阳湖

鄱阳湖位于江西省北部，长江中游南岸，九江与南昌之间。北萦长江，西屏庐山，周围岗陵起伏。它是我国第一大淡水湖，又是长江沿岸的重要调节湖泊。湖呈葫芦状，南北长 170 公里，东西最宽处达 70 公里，湖周约 660 公里，面积为 3583 平方公里。湖面海拔 21 米，平均水深 7 米，最深处 16 米左右，蓄水量 248.9 亿立方米。不过，洪水期和枯水期的水量变化很大，年水位变幅平均达 7 余米，最大水位变幅达 15.70 米。由于水位变幅大，所以湖面积变化也大，汛期水位上升，水面辽阔，湖面陡增；枯期水位下降，洲滩裸露，水流归槽，湖面仅剩几条蜿蜒曲折的水道，不足 1000 平方公里，具有“枯水一线，洪水一片”的特点。

鄱阳湖自然景色优美。多水的季节，碧波千层，浩瀚万顷，水天相连，渺无际涯。晴日浮光跃金，舟发鸟翔；雨时云水茫茫，风急浪高，朝晖夕阳，气象万千。入江口处山丘直逼湖岸，西有奇秀甲天下的庐山，东有滨湖临江的石钟山。石钟山是两座短矮的小丘，但却具有“水分林下清冷浪，山峙云间峭峻峰”的秀丽景色。湖内著名的大孤山和蛤蟆石是山丘长期受湖水冲刷分割形成的，是鄱阳湖风景最集中的地方。大孤山似浮在水面的一只巨鞋。相传，在很久以前，有一个叫大姑的仙女坐在湖边洗脚，一只鞋顺水漂走，从而形成这座鞋山。在孤山上，远看庐山云雾缥缈，近看湖中点点白帆，别有一番情趣。蛤蟆石距大孤山不远，它是湖滨的一块巨石，半浸在水中，顶波逆浪，好似一只青蛙纵身欲跃，栩栩如生，令人赞叹不已。

鄱阳湖的自然风光秀美，颇具江南水乡之特色，又是各种候鸟越冬的栖息地。每年到 10 月下旬至翌年 4 月中旬，各种候鸟从俄罗斯、蒙古及我国黑龙江等地，不远万里飞来鄱阳湖越冬。据有关部门统计，每年冬天来这里越冬的候鸟多达 150 多种，10 万余只。其中世界珍禽就有 10 多种，达 9 千多只，如面临绝灭的白鹤，据悉伊朗只有 10 多只，印度有 40 多只，而在鄱阳湖却发现世界著名的白鹤群 1400 多只；还有属国家一类保护的白鹤、黑鹤、白头鹤、丹顶鹤等，形成湖面满天气鸟，遮天蔽日穿梭般的壮观景象，吸引了国内外大批游客和科学考察者络绎不绝来此观光和考察。国际鹤类基金会考察团观后说：“在这里发现了一个世界上最大的金库。”为了保护这些珍稀动物，江西省人民政府已将吴城镇周围 2.3 万公顷范围，划为江西省鄱阳湖候鸟保护区。为使国内外旅游者观赏方便，在此兴建了考究的中外宾客招待所、标本室及科研机构大楼等设施，成为保护野生珍禽和进行环境科学研究的重要基地。

鄱阳湖地处我国亚热带，气候温和，雨量充沛，土地肥沃，盛产稻米，是我国粮食生产的基地之一。湖内水产资源丰富，有鱼、虾、螺、蚌等各种水生生物，经济价值较高的鱼类就有 10 多种，盛产银鱼、鳊鱼和虾，是我国著名的“鱼米之乡”。

鄱阳湖具有调节长江水量、蓄洪、航运等多种功能。由于它有很大的容积和贮量，并与长江相互吞吐，能调节长江的径流。在平常年份，鄱阳湖水系的汛期比长江上中游的汛期早，洪峰互相错开，不影响长江的洪水，但在有些年份，江湖洪峰碰头，这时鄱阳湖更显出巨大的蓄洪、滞洪作用。

天下奇景“黄果树”

黄果树瀑布是我国最大的瀑布，也是世界著名瀑布之一。它位于贵州镇宁布依苗族自治县西南 15 公里的白水河上，又名白水河瀑布。那里是云贵高原的一部分，地形复杂。当白水河流自东北山腋泻崖而下经过黄果树地段时，因河床节节向下断落，形成了九级瀑布。黄果树就是其中最大的一级。

黄果树瀑布水量大时，宽 81 米，落差 74 米，湍急的水流在这里陡然跌落深潭，水石相击，发出轰然巨响，势如万马奔腾，声传数里之外，十分磅礴壮观。云垂灯接，万练悬空，细似珠帘，粗若冰柱，飞瀑跌落处掀起轩然大波，浪花四溅，水珠飞扬，高达数十米，飘飘洒洒，纷纷扬扬，如濛濛细雨，凉爽宜人。至盛夏，如遇太阳照射，瀑布激起的水雾便化作一道五彩缤纷的长虹，霞光遍地，雄奇壮丽。此时远眺瀑布，如笼罩在轻纱薄雾之中，忽明忽暗，幻影憧憧。夜晚，瀑布溅珠凝结下降，飞洒至公路两侧，人称“夜雨洒金街”，景色十分迷人。黄果树瀑布以其声势浩大闻名于世。明代地理学家徐霞客盛赞黄果树瀑布：“如蛟绡万幅，横罩门外，直不者不可以丈数计，捣珠崩玉，飞沫反涌，如烟雾腾空，势甚雄厉……。”

瀑布跌落的深潭名犀牛潭，因民间传说从前曾有犀牛从潭中登岸，故名。在瀑布后面的绝壁上有一处石洞，洞口水帘挂前，洞深 20 米，人称水帘洞，洞壁刻有“雪映川霞”四字。瀑布对面的大峡谷深奥莫测，倾泻的激流由此往南奔腾而去。在瀑布的斜对面的峭壁上建有观瀑亭，在此倚栏纵目，可正面观赏飞流奔腾喷薄之状，俯瞰可见下游玉龙飞渡，峡谷回流，银滩轻泻情景。亭下花木扶疏，岩高涧深，有一曲折磴道直抵河边，但见对岸石崖错落，飞瀑纵横，雷奔云泻，是九级瀑布中又一奇观。瀑布附近还有天生桥，长 1000 米，宽二三百米，上有一片石林，或独立如松槩矗天，或连接成岭如屏风数迭，有如月门洞开，有似七级浮图，有的头戴金盔，有的身披璎珞，千姿百态神奇万状。

黄果树地区是典型的岩溶地区，河谷中岩石裸露，裂隙众多，流水渗漏明显；地表水与地下暗河水流频繁交替，互相补给。在漫长的地质年代中，随着河流下切、河道变迁、暗河塌陷、河流袭夺等作用的影响，致使河床几级跌落，最终形成分布在白水流、打邦河、坝陵河、王二河等树枝状水系上的众多瀑布、跌水、急流、滩濑等水流风貌。在这一带，有山必有洞，有水必有瀑布。其中较大的地表瀑布有 18 个，岩溶洞穴地下瀑布 4 个，条条瀑布各具风韵，把黄果树装点得如童话世界。

陡坡塘瀑布，河床岩层倾斜，岩体凹陷处受河水冲刷、溶蚀，形成个个深潭，水漫滩坝，连成一片，景象奇特；天星桥瀑布，流水洞岩石裂隙渗漏，在伏流入口处形成槽状溶潭，是落水沿型瀑布的典型代表；龙岩山瀑布，瀑水从龙岩双峰峡口如巨龙喷水直射山岩，形成总落差达 410 米的七级瀑布，最下一级瀑布高悬 130 余米，水势凶猛，称“高滩瀑布”；华石哨瀑布，因断裂切割强烈、上源互相袭夺，造成峭壁处处裂泉，形成千姿百态的瀑布，有曲瀑、有柱瀑、有帘瀑、有柳丝瀑，尽显其美。此外，螺丝滩瀑布、关脚峡瀑布、鸡窝田瀑布、蜘蛛洞瀑布、龙潭洞瀑布、坝陵桥瀑布、千层岩跌水等，有的壮观，有的旷达，有的飘洒，有的柔美，气势非凡。这就是素有“九级十八瀑”之称的黄果树瀑布群，无奇不有，无处不景，雄壮秀丽，幽邃迷人。

东岳泰山

泰山古称“岱山”、又名“岱宗”，春秋时始称“泰山”。“山以岳遵，岳为东最”。自汉代我国确立“五岳”以来，泰山就居于“五岳独尊”的地位。我国历代的封建帝王在这里举行隆重的封禅典礼，文人墨客在这里流连忘返，吟咏赞叹。到泰山，既可以饱览历史文化的精品，又可以领略大自然的神奇之美。异峰突起在华北平原大地上的泰山，山势突兀挺拔，气势磅礴，颇有“擎天捧日”之势，通常被人们看做是崇高、伟大的象征，成为中华民族的骄傲。

泰山位于山东省的中部。泰山从东平湖东岸向东北延伸至淄博市南和鲁山相接，它的主要山峰都在泰安境内，外围的低山丘陵一直延伸到历城、长清、肥城和济南等地，起伏绵延达 200 多公里，总面积为 426 平方公里。人们通常把泰安境内的泰山主峰及其邻近的山地称为“泰山”，而把泰山及其外围的低山丘陵总称为“泰山山区”，它是鲁中山地的重要组成部分。按地质构造分类来看，泰山属于“断块山”，它是在中生代，由地壳断裂上升作用形成的。从红门宫以南的一天门起，泰山拔地而起，在水平方向仅 5000 米的距离，垂直升高竟达 1300 多米；其间形成了三个明显的阶梯，一个在一天门，一个在中天门，另一个在南天门。泰山是我国古老的变质岩系出露的标准地区之一。它的古老岩系包括泰山群的混合变质沉积岩层，以及各种成因类型的花岗岩类，基性侵入岩体和岩脉等，它们统称为“泰山杂岩”。泰山杂岩是太古代的古老岩石，根据同位素测定，泰山群的年龄在 25 亿年以上，杂岩中的岩体的年龄也在 22 亿年至 17 亿年之间。

泰山主峰海拔 1545 米。名为“玉皇顶”，又称“天柱峰”，其相对高度为 1391 米，是我国东部沿海地带大陆口的第一高山。它山势峻拔高挺，素有“泰山天下雄”之誉。泰山有“丽、幽、妙、奥、旷”五大游览区，即山麓的“丽区”、山顶的“妙区”、登山东路为“幽区”、西路为“旷区”，以及分布在山后的“奥区”。

岱庙坐落在泰山脚下，为泰山的正庙，创建年代久远，有“泰即作峙”、“汉亦起宫”的记载，唐、宋、元、明、清历代都有扩建和重修，从而形成了规模宏大的古建筑群。在规模设计上，岱庙仿照古代帝王皇宫建造，雄伟庄严、金碧辉煌。天观殿是岱庙的主体建筑，它与北京故宫的太和殿、曲阜孔庙的大成殿共称我国三大宫殿式建筑。我国历代有 72 个皇帝在这里举行过隆重的典礼，给“东岳泰山之神”加冕封号。殿内现在还存在巨幅壁画《泰山神启跸回銮图》，它形象生动地描绘了东岳大帝出巡和回銮的情景，其场面阵势浩大，人物形态逼真，是稀见的艺术珍品。岱庙中古碑刻石如林，书法遗迹密布，其中最为珍贵的要数秦李斯小篆《泰山刻石》，它是秦二世于公元前 209 年下的诏书，现仅残存 10 个字。

登泰山原有东、中、西三条路。自隋唐以来东路逐渐废弃，仅剩中、西两路，于是原来的中路就成了现在的东路。到泰山的游客大多习惯从东路开始登山，沿此线路自山麓的岱宗坊溯中溪至玉皇顶，行程近 10 公里，有约 7000 级石阶可登。岱宗坊是东路登山的门户，其余文物古迹多集中在道路两旁，主要景点有景色如画的王母池、富丽堂皇的红门宫，以及万仙楼、斗母宫、三宫庙等；过了三宫庙，向东北拾阶而行，可达经石峪，这里有刻在大片天然石坪上的北齐石刻佛教《金刚经》，全文隶书，字大约 50 厘米，字体

遒劲，被誉为“榜书之宗”、“大字鼻祖”，虽经 1400 多年的风雨侵蚀，现在仍存留着 1000 多字。从经石峪折回正路，过柏洞后，山势渐陡，在群峰对峙、峭壁矗立之处有悬崖欲坠的壶天阁，经“回马岭”、“峰回路转”石坊，迈过步天桥，越十二连盘就是中天门。中天门也叫二天门，海拔 847 米，正好为旅程的一半，它处在山腰间，仰观泰山陡立，云梯高悬，南天门遥遥在望；俯瞰奇峰幽谷，松柏苍翠，汶河流水似一条玉带；东西中溪山群峰对峙，西面凤凰岭蜿蜒起伏，令人心旷神怡。从中天门起山势越来越陡，过造型古朴的云步桥，经古树幽雅的五松亭，走如石如窟的朝阳洞，这里既能看到“斩云剑”、“飞来石”等奇异山石，观赏“迎客松”、“五大夫松”等景致，又能品味历代题字刻石。据《史记》记载，公元前 219 年秦始皇“乃遂上泰山，……下，风雨暴至，休于树下，因封其树为五大夫”，人们就称它为“五大夫松”。据说原树已在明乙历年间毁于山洪，现在的松树是清雍正八年（公元 1730 年）补植的。后人因将五大夫松误认为五棵松树，就补栽了五棵，还修一个亭子，名“五松亭”。现在这五棵松树也只剩下了三棵。在五松亭上面的山崖上，有一株古松，传说它是秦始皇封“五大夫松”的见证，它有“俯望”、“迎人”之态，因名“望人松”，也就是泰山迎客松。五松亭北的朝阳洞，因其朝阳而得名，再往前就是对松山，也叫“万松山”，这里双峰对峙，万松叠翠，下临千仞深渊，上蔽千年古松，乱云飞渡，观松听涛，景味异常，乾隆曾称之为：“岱岳最佳处。”从对松山到南天门，行程不过 1000 米，却要攀登石阶 1954 级，相对高度达 400 米，几乎垂直上下，这就是登泰山的最艰险之处——十八盘，三个“十八盘”称之为“慢十八，紧十八，不紧不慢又十八”，十八盘始悬梯直立，令人望而生畏，当地有一名俗语：“到了十八盘，游人心里寒。”

屹立在十八盘之首的就是南天门，是岱顶第一名胜，唐代大诗人李白有诗曰：“天门一长啸，万里清风来。”回首俯视，“天梯”高悬，云涛汹涌，凉风徐徐，游人似觉悠悠欲飘，进入“仙界”。岱顶景色雄奇壮丽，有碧霞祠、唐摩崖石刻、玉皇庙、日观峰、瞻鲁台、探海石和月观峰名胜古迹。登泰山极顶，可尽赏“旭日东升”、“晚霞夕照”、“黄河金带”、“云海玉盘”四大奇观。当年孔子游泰山时，曾有“登泰山而小天下”的赞誉。我国唐代大诗人李白“会当凌绝顶，一览众山小”的著名诗句更是脍炙人口。

岱顶以北的岱阴，有幽径清溪，怪石突立的后石坞，挺拔奇秀的天烛峰，尤以“石坞松涛”最佳。这里幽深雅静，人迹罕至，素有泰山“奥区”之称。

黑龙潭是泰山西部的重要名胜，三道瀑布飞泻直下，瀑以潭名，叫龙潭瀑布。潭上的长寿桥宛若长虹横跨西溪，桥下悬岩百丈，溪水奔腾，像倾倒万斛珍珠，水花四溅，如雨似雾，水声如击鼓撞钟，山鸣谷应。清光绪年间，泰安知县毛蜀云书一幅楹联云：“龙跃九霄云腾致雨，潭深千尺水不扬波。”

普照寺位于环山路以北古柏蔽日、宁静幽雅的青山怀抱之中，是泰山现存最好的佛教寺庙。位于泰山西北麓玉符峰的灵岩寺，始建于晋，兴于北魏，盛于唐宋。现在的灵岩寺是唐贞观中至大宝初，高僧慧崇所建。千佛殿是寺内的主体建筑，殿内有尊宋代大型彩色罗汉泥塑，它无一般佛教造像的固定程式，每尊塑像的姿态不同，性格各异，肤色、表情、动作、衣着均不雷同，神态逼真，气质刻画入微，被誉为“海内第一名塑”。寺周有“一线天”、“对松桥”、“五步三泉”、“镜池春晓”、“方山积翠”、“明孔雪”等胜景，难怪明代学者王世贞称“灵岩为泰山背最幽处，游泰山不游灵岩，不

成其游”。

西岳华山

华山位于陕西省西安市以东约 120 公里的华阴县城南，是秦岭的一个小支脉，因其西临少华山，古称太华。华山北濒黄河、渭水，南连秦岭，共有五峰，即南峰落雁、东峰朝阳、西峰莲花、北峰云台、中峰玉女，其海拔都在 2000 米以上。古书《山海经》道“太华之山，高五千仞，削成四方，远望若华然”；北魏郦道元在《水经注》中说，华山“远而望之若花状”，故名华山，因为古时候，“华”与“花”两字是相通的。也有人说，华山起名于山顶的莲花池。

华山在五岳之中以雄险著称，向有“华山天下雄”的盛誉。华山属断层山，由抗风化能力特别强的花岗岩组成。大约在距今 7000 万年前的白垩纪时，秦岭一带发生强烈的地壳运动，形成一个巨大的花岗岩体的侵入“岩株”，其东西长 15 公里，南北宽 10 公里，面积约 150 平方公里。至新生代，由于华山北麓渭河地堑不断陷落，秦岭山地几经抬升，使形成华山主体的花岗岩侵人体出露地表，并在第三纪新构造运动中大幅上升，加上大自然的风雨雕琢，形成险拔峻秀的山势。

“自古华山一条路”。登华山只有一条长约 15 公里的峪道可行，山路逶迤曲折，艰险崎岖。玉泉院是游人登山的必经之地，相传在宋朝，道士贾得升为其师陈传（号希夷）建的祠。因院中泉水与华山上的玉井潜通而命名，亦名希夷祠。院内长廊回合，殿宇、亭台、秀石别致，溪流环绕，茂林修竹，环境幽雅，泉水清冽甘美。康有为曾写道：“谷口清泉引曲流，长廊回合树无忧，泉声岳色可忘世，让与希夷睡万秋。”

从玉泉院进山，南行 2500 米，有石门挡路，这就是五里关，人称“第一关”。不远处希夷峡谷，又有一道石门，仅容只身通过，号称“华铁门”，俗称“第二关”。经沙萝坪、毛女洞、过云门，就到了青柯坪，路程恰为一半。前面西峰拔地而起，气势磅礴，北眺秦川，渭河如带，黄河隐约可见。

“西岳峥嵘何壮哉！黄河如丝天际来……。”坪东有块“回心石”，石前万丈陡崖直耸云端，令人望而生畏。游人至此，上则畏险，退则不舍，有徘徊犹豫之感。

从回心石挽索拾阶而行就是华山第一天险——“千尺幢”。危崖峭壁、突兀凌空，高约 20 米，凿有 370 多个石阶，左右垂有铁索，宽仅容身。仰望直岩矗立，一线天开，俯视如临深井，确有“一夫当关，万夫莫开”之险。与“千尺幢”紧邻的“百尺峡”，其陡险之状更甚于“千尺幢”，现在几经修整，已化险为夷。“老君犁沟”也是登山必经险路，依山傍壑，陡坡直上，铺有 570 多个石阶。相传是当年太上老君在华山修炼，看到人们开山凿道，十分艰辛，便以自己的青牛挽铁犁，辟出这条山路，故名“老君犁沟”。当地有民谣曰：“千尺幢、百尺峡、老君犁沟往上爬。”在“老君犁沟”的尽头是“猢猻愁”，顾名思义，崖壁太陡峭了，连猴子都发愁。

从猢猻愁下聚仙台，过横翠崖北上就到了北峰，也叫云台峰。其山势峥嵘，三面悬绝无路，只有一道山岭与其他山峰相通，苍松翠柏，掩映上下，巍然独秀，有若云状，故名“云台峰”。1949 年 6 月，我人民解放军八勇士越过悬崖峭壁，奇袭北峰伪军，创造了“神兵飞越天险，英雄智取华山”的奇迹，打破了“自古华山一条路”的说法。

从北峰南上，要经擦耳崖、上天梯和苍龙峰等险道。在岩陡路窄的擦耳

崖，人面壁挽索贴身而进，有时候岩石会擦着耳朵；至其尽头壁立 60°，登 30 级“石鐮”，手足并用，称之“天上梯”。过此不远，就到了苍龙岭下，一道黑色的山脊，似苍龙横在空中，首尾各搭一山，上下长达 1500 米，登山道就开凿在岭脊上，径宽不过 1 米，中突旁杀，两侧深壑千仞不辨水石，游人出没于浮云游丝之中，令人无不惊叹。

“过了金锁关，另是一重天”。金锁关形势险要，是华山东峰、西峰和南峰的咽喉。在三峰之间是一片洼地，西面有镇岳宫，它依山岩而建，松林笼罩，有名的“玉井”就在院中。每当雨季，玉井的水溢流出来，经过“二十八宿潭”奔注东西两峰之间，变成瀑布飞流直下，成为华山名胜。

西峰也叫莲花峰，笔立千仞，悬绝异常，峰顶一巨石，上覆石叶，形如莲花瓣，故称莲花峰。峰顶另有一大石，中部大凹，状似刀削，名“斧劈石”，为“沉香劈山处”。神话“宝莲灯”中，华山女神三圣母的儿子沉香劈山救母的故事，就发生在这个地方。

东峰朝阳峰，山势壮丽，古松参天，峰顶朝阳台是观日出的绝妙之处。每当破晓，火团冉冉升起，水光相映，霞光万道，身临其境颇有“江山如此多娇”之感。峰东北有巨崖直垂，黄白相间，远望五指分明，形如巨掌，因名“仙掌崖”。传说是古代河神巨灵劈山开河之处。过去华山和中条山是连在一起的，挡住了黄河的去路，河神巨灵手托华山，足踏中条，劈山开河，使黄河东流大海。唐代大诗人李白赞颂道：“巨灵咆哮辟两山，洪波奔流射东海。”峰东侧有险径“鹞子翻身”通往博台，为汉武帝时卫叔卿下棋遗址，相传宋代开国皇帝赵匡胤与陈抟在山上下过棋，宋王输了华山，亦名下棋亭。

南峰是华山主峰，峰有二顶，分称“落雁”与“松桧”，其中落雁峰海拔 2200 米，是华山最高峰。在绝顶之处“仰天池”旁的石壁上，镶嵌着“太华绝顶”、“登峰造极”、“儿视诸峰”、“洗手摩天”等明清和近代诗人题词。

近年来，华山游客与日俱增，为缓解上山道路拥挤阻塞，建了华山黄甫峪旅游公路暨“智取华山”登山路，结束了自唐代以来“自古华山一条路”的历史。

南岳衡山

南岳衡山位于湖南省中南部的衡阳盆地北缘，俯瞰湘江，素称“五岳独秀”。衡山又称“寿岳”，“寿比南山”源出于此。

泛指衡山面积非常大，绵亘于湖南省湘江中游的西南岸，“南以回雁为首，北以岳麓为足，逶迤盘绕八百里”，共有 72 峰，层峦叠嶂，气势磅礴，因其地处江南，群峰云雾缭绕，给人以奇妙莫测之感，唐代文学家韩愈曾有“欲见不见轻烟里”的赞誉。衡山主峰为祝融峰，海拔 1290 米，祝融氏是中华民族祖先黄帝身边的一位很有才干的大臣，曾被委以“司徒”重任，主管南方事务，以衡山为“栖息之所”，并祭过南岳。祝融死后，人们把他葬于衡山最高峰，峰以其命名。衡山的高峰还有紫盖峰、芙蓉峰、石粟峰和天柱峰等，八桥、九潭、十涧、十五崖，二十五溪、三十八泉等藏于众山之中。在五岳中，衡山的山势独具特色，唐代大诗人杜甫在《望岳》开篇里写道：“南岳配朱鸟，秩礼自百王。祝融五峰尊，峰峰次低昂。”它形象地点明了南岳的山态，宛如“朱鸟展翅”。清代学者魏源则这样描绘南岳的磅礴气势和山态奇观：“恒山如行，岱山如坐，华山如立，嵩山如卧，惟有南岳独如飞。”登临祝融绝顶，环顾若隐若现的群峰，飘飘欲动，“山矗天上，云起峰流”，势如独“飞”的绝妙，颇耐人寻味。

人们通常所说的旅游胜地南岳衡山是指祝融峰所在地区，这里无山不树，无水不秀，流泉飞瀑，奇花异木，银杏古松，庙宇亭台，令人目不暇接。“祝融峰之高，方广寺之深，藏经殿之秀，水帘洞之奇”被人们称为“南岳四绝”，每绝每奇，美不胜收，明人邱麟赞叹：“一观于衡，而天下观止矣。”

南岳庙位于南岳镇，是南岳最大的宫殿式古典建筑群，最早建于唐朝开元十三年，现主要建筑是清华光绪八年（公元 1882 年）重新修建的。正殿规模很大，很像北京的故宫，殿高 20 余米，内外共有 72 根石柱，象征南岳 72 峰。

从南岳庙顺着蜿蜒的公路登山，经过水流如丝的络丝潭，绕过明亮如镜的南岳水庙，跨过玉版桥，就来到了忠烈祠。这座气势雄浑、庄严肃穆的陵园，是 1942 年为纪念抗日阵亡将士修建的。该祠仿效了南京中山陵开阔式建筑群模式，依山势布局，前低后高，左右对称，错落有致，排列有序，陵园里矗立着“七·七”抗战纪念碑。从忠烈祠往上，有半山亭，这里正好是南岳镇到祝融峰的一半路程，古木参天，环境幽雅，是南岳的中心枢纽。立亭眺望天柱峰，似“南天一柱”耸立天际；俯瞰湘江，波光如练；仰视南天门，有白云深入隐约可见。

过半山亭，路分两支，左往磨镜台，右上南天门。磨镜台距南岳镇 7000 米，与南岳镇相对高差 520 米，和半山亭隔壑相望，是佛教禅宗南宗祖源，相传是唐代名僧怀让磨镜斗法的地方。这里峰回路转，壑谷深邃，幽径曲桥，流水清清，松涛阵阵，充满诗情画意，向西北可通天柱峰和方广寺。方广寺在莲花峰下，以莲花峰为主轴，有八峰环绕，昔人有“寺在莲花里，群峰附花叶”的诗韵。方广寺处于南岳腹地，使人有深邃幽雅之感，正如前人所云：“不到祝融，不足以知其高，不入方广，不足以知其邃。”所以，“方广寺之深”为南岳“四绝”之一。

经半山亭北上，过邨侯书院不远，就是云缠雾绕的南天门。在一块高大的石碑坊上，中门横额镌有“南天门”三个大字，左、右门横楣刻有“行云”、

“施雨”，其楹联为：“门可通天，仰观碧落是辰近；路承绝顶，俯瞰翠微峦屿低。”过南天门，可直趋衡山绝顶祝融峰。祝融峰雄居湘中盆地，独拔群峰之上，气势不凡。

藏经殿坐落在赤帝峰下，北靠祥光峰，因存放明太祖朱元璋所赐大藏经而更名。掩映在密林深处的藏经殿素有“藏经殿之秀”而誉为南岳“四绝”之一。

坐落在南岳镇东街的祝圣寺是南岳六大佛教丛林之一，以古老、宽敞、秀丽著称。祝圣寺侧有山路直通奇趣幽深的水帘洞。“南岳七十二峰无弗泉者，惟水帘瀑布，为南中绝胜处。庐山之瀑奇可肆，天台之瀑高而寒，雁岩之瀑逋而峭，而水帘之瀑兼而有之。”水帘洞的水由紫盖峰分支而来，经山涧汇入深不可测的洞内，洞居高临下，水满溢出，飞瀑跌潭，似水晶帘挂，喷珠跳玉，若银花万朵，寒光耀目。潭中琼浪翻涌，雪溅雷鸣。清代李元度所题的“夏雪晴雪”，形象生动地描绘了水帘洞的特色与气韵。

北岳恒山

山西省北部浑源县境内的恒山，西衔雁门关，东连太行山，南接五台山脉，北临大同盆地，横亘于塞上，绵延 150 多公里。秦始皇时称恒山为“天下第二山”。汉代确定五岳制度时，河北曲阳县的大茂山为北岳，直到明代才改恒山为北岳并延用至今。

恒山重峦叠嶂，气势雄伟，主峰玄武峰海拔 2017 米，比泰山绝顶高出近 500 米，由东西两峰组成，东为天峰岭，西为翠屏山。双峰对峙，浑水中流，控关带河，山势险要，素有“绝塞名山”之称，历来是兵家必争之地。金龙峡青天一线，石壁如削，最窄处不足 10 米，远在 1500 多年前，北魏就把它看成战略要地，并开凿金龙口为通道。北宋名将杨业镇守三关，曾置兵于恒山，现在还能看到当时构筑堡楼营垒，架吊桥栈道留下的斑斑遗迹。明代地理学家徐霞客赞誉道：“伊阙双峙，武夷九曲，俱不足以拟之。”

恒山古有十八胜景，其中以悬空寺为最，它始建于北魏后期，至今已有 1400 多年的历史。悬空寺面对天峰岭，背倚翠屏山，坐落在金龙口西崖峭壁上。它的建筑构思非常奇特，以崖凿眼，悬梁铺石为基，上托千年古刹，殿宇楼阁与崖体浑然结合。内部结构曲折迷离，或栈桥飞渡，或暗道相通，或攀石而上，或穿窗入室，红楼灰瓦，犹如天宫。当地有民谣说：“悬空寺，半天高，三根马尾空中吊。”从谷底仰视，似仙阁临空，上接云端；登楼俯瞰，如临绝壁深渊，浑水中流。古诗道：“谁凿高山石，凌空构梵宫，屋楼疑海上，鸟道没云中。”生动描绘了悬空寺惊险神奇、动人心魄的景象。明代杰出的地理学家徐霞客赞扬它是“天下巨观”，人称“恒山一绝”。悬空寺是怎样“悬挂”在陡崖峭壁上的呢？原来它的荷载分别由插入崖石的木梁承担，而木梁与层间立柱，以及嵌固在峭壁上的斜撑相互连接成一体，使其结构具有良好的稳定性，历经多年风雨侵袭和多次的强烈地震，悬空寺始终完好无缺。据寺内石碑记载，一次重修悬空寺时，很多工匠望而却步，后来一位姓张的工匠毅然率众承揽了这一工程。他们在山下加工好了所有的构件，然后绕行几十里运至寺顶山头，再连人带料吊下半崖，一锤一斧，历经几载才完工。悬空寺的修建，充分显示了我国古代劳动人民卓越的建筑才能和坚韧不拔的优良品质，它是我国罕有的古代高空建筑，堪称建筑史上的奇迹。

悬空寺山门依山势朝南，大小殿宇台阁紧贴崖壁一字排开，南北长如蟠龙，东西窄如衣带。全寺主要建筑有三宫殿、三圣殿和三教殿 3 组，其中三宫殿为道教天地；三圣殿是佛教世家；三教殿集中国建筑文化之大成，中为佛祖释迦牟尼，右是圣人孔子，左是道教老子，他们各异，竭力表现出所主宗教的雍容大度。

恒山是一条呈东北—西南走向的山脉，主峰的天峰岭海拔最高，半山以上松木参天，地势陡峭，在山道旁一座叫大字岭的突兀峰峦上镌刻着“恒宗”两个字，北岳雄伟磅礴的气势，从这里明显地展现出来。过笔陡的“步云路”，就是虎风口。这是一个峰回路转的路口，右边石壁，高入云端，左边山涧直落深谷，大风骤起时，声如虎啸。从虎风口再往上的果老岭有一片光滑的石坡，上有几个非常明显的印迹，相传是“八仙”之一的张果老从北岳登天，因坡陡路滑，只好牵着毛驴爬过这个山岭，而留下的蹄印和脚印。爬过果老岭，可见恒山最大的庙宇朝殿北岳庙。在高大的正殿神龛里塑有北岳真君坐

像，殿前石碑林立。徐霞客曾这样描写他所见到的朝殿：“上负绝壁，下临宫廡，殿下云级插天，庑门上下，穹碑森立。”从朝殿到绝顶天峰岭有东、西两路可行，东路较近，但绝壁陡险，西部较缓，可路程要远，人们大多东上西下，以领略两路风光。

中岳嵩山

嵩山挺拔峻秀，素有“天下峻”之誉。它位于河南省封登县境内，地居中原，由太室山和少室山两群山峰组成，东西绵亘 60 公里。在 200 万年前的地壳抬升时期，嵩山拔地而起，天长日久，经风雨雕琢，峰峰竞秀，被明代地理学家徐霞客誉为“天下奇景”。

嵩山历史悠久，名胜古迹遍布。位于太室山南麓黄盖峰下的中岳庙，始建于秦，名“太室祠”，是祭祀太室山神的场所。公元前 110 年，汉武帝刘彻寻道访仙，前来礼祭太室祠。当汉武帝来到山顶时，忽听山呼万岁之声，武帝大喜，下令扩建太室祠，并封了万岁峰、万岁亭和万岁宫，根据《诗经》中“嵩高为岳，峻极于天”的说法，封太室山为嵩高山，简称嵩山。因嵩山地处中州，故称中岳，相传是中岳神居住的地方，为巩固社稷，我国历代帝王也纷纷来此祭祀。

中岳庙也是我国最早的道教庙宇之一，传说周朝王子晋就是在这里得道成仙的。历史上庙址屡有变迁，现在的庙址迄于唐玄宗初年（公元 713 年）。在宋乾德二年（公元 964 年）和大中祥符六年（公元 1013 年）两次增修殿宇，是为全盛时期。金、元、明、清屡有废兴，直到清乾隆年间，又经几次大规模的修葺、扩建，才奠定了今日中岳庙的基础。这座规模宏大的庙宇，占地约 10 万平方米，南北全长 600 多米，现存建筑 400 余间。它以中华门起至黄盖亭，由一条南北轴线贯穿。在中轴线上，最主要的建筑是中岳大殿，面宽九间，进深五间，重檐庑殿式屋顶，坐落在 2 米多高的台基上，气势雄伟。殿内的画梁雕栋，天花板上的飞龙翔凤，工艺精巧，惟妙惟肖。殿藏金属铸器和石刻碑碣百余座，其中魏太安二年（公元 456 年）的“中岳嵩高灵庙之碑”字体遒劲，是我国古代书法艺术的珍品，北宋治平元年（公元 1064 年）铸造的四躯铁人，高约 3 米，振臂握拳，怒目挺胸，姿势雄伟。

少林寺位于少室山阴五乳峰下，建于北魏太和十九年（公元 495 年）。公元 527 年，印度僧人菩提达摩在此首创禅宗，故史称少林寺为“祖庭”。少林寺主体建筑由山门经天王殿、大雄宝殿、藏经阁、方丈室、达摩亭到千佛组成，占地约 3 万平方米。隋唐时期达到极盛时，寺内建筑达 5000 余间，聚集僧徒千余人，至清末仍保存有六进院落规模。号称“天下第一名刹”的少林寺，以拳术驰名海内外，享有“武林之尊”的盛誉。相传，少林武术起源于北齐少林寺二祖稠禅师，他汲取民间养生之术及技击精华，矢志练武。至隋，寺内和尚习武成风，以练身强体为目的，并创出“形意拳”、“罗汉十八手”等多路拳术。隋末，少林武僧曾救驾唐王李世民，开国有功得到封赐，盛名日蒸。少林和尚从舒伸腰肢，活动腿脚开始，经寺僧们不断演练、充实、创造，终于发展成功力深厚的少林武术，在中华武林独树一帜，久负盛名。明朝嘉靖年间，少林寺月空法师曾带领百名僧兵，去沿海平灭倭寇，功名永在。

嵩岳寺塔位于封登县西北的太室山南麓，建于北魏正光元年（公元 520 年），是我国现存最大型砖塔。塔所在的寺院叫嵩岳寺，原来是北魏宣武帝的离宫，后来才建为寺院。自唐以后，古刹衰落，现仅存古塔等建筑。嵩岳寺塔为密檐式砖塔，塔高 40 余米，外形和下层平面均为等边十二角形，在全国都是独一无二的，全塔共 15 层，外廊轻快秀丽，为抛物线造型。塔内结构为空筒式，从第二层起由十二角形改为八角形，直通塔顶。历经 1400 多年的

风雨，由青砖黄泥垒砌而成的嵩岳寺塔，仍巍然屹立山中，足见当年建筑技术的高超。

嵩阳书院在中岳庙西约 5 公里，嵩山的南麓。这里原是北魏嵩阳寺旧址，宋代改为嵩阳书院，宋代理学家程颢、程颐曾在这里讲过学。嵩阳书院和商丘应天书院、湖南岳麓书院和江西白鹿洞书院合称我国四大书院。书院内现存两棵古老的柏树，它们是西汉元封元年（公元前 110 年），汉武帝所封的“大将军”和“二将军”，其树龄估计至少有 3000 年，但仍苍劲茂盛，生机勃勃。

建于 1279 年的告戊观星台，坐落在嵩山东南角，它是由我国古代著名天文学家郭守敬设计创建的，是当时全国 27 个天象观测站的中心，也是我国现存最早的天文台之一。

天下名景集黄山

黄山，古称黟山，唐代改名黄山。据说是因为我们中华民族的始祖黄帝曾在这里采药炼丹，拯救人间疾苦，故名黄山，或黄岳。

黄山素以奇妙高峻著称，被誉为“天下第一奇山”。它位于安徽省南部，景区面积为 154 平方公里，是黄山的精华部分。据地质史研究，远在中生代时，这里曾是一片汪洋。后经过多次地壳运动，特别是到中生代时，地层深处岩浆侵入，形成了巨大的花岗岩体。最初，它还埋在地壳深处，后来随地壳变动不断上升，覆盖在它上面的古生代海相砂页岩地层，逐渐被风化、侵蚀，使构成黄山山体的花岗岩出露地表，并在风化、冰川等外力作用下形成黄山奇峰的地貌。

黄山风姿绰约，形态生动，有名可指的山峰有 72 座，莲花峰、天都峰、光明顶三大主峰鼎足而立，它们的海拔都在 1800 米以上，其他大小山峰伺在它们的四周，形成黄山多样统一的山体结构。

莲花峰在黄山中部，海拔 1860 米，是黄山最高峰，其主峰突出，小峰簇拥，状如一朵初绽的莲花，凌空而立，仰天怒放。莲花峰顶视野开阔，东可望天目山，西瞻匡庐，北窥九华山和长江。雨后初晴，八方云海尽可收入眼底。

光明顶在黄山三大主峰最北，海拔 1840 米，是黄山第二高峰。光明顶山体坡度平缓，地势高旷，是黄山观云海、看日出的最佳处。东观“东海”奇景，云海翻涌若浪；西望“西海”群峰，山峰挺立如剑直插云霄，大峰磅礴，小峰重迭，云雾缭绕，层叠峰峦时隐时现，“云以山为体，山以云为衣”，令人赞叹。

天都峰位于黄山三大主峰之最南，海拔为 1810 米，居第三位，是黄山三大主峰中最险峻者，古称“群仙所都”。天都峰顶平如掌，有“登峰造极”石刻和天然石室，室外有一像醉仙斜卧的大石，名“仙人把洞门”。“欲登天都路难行”。登峰小路像绳梯挂在悬崖绝壁上，长约 1500 米的石阶，其坡度都在 70° 以上，险处可达 85° 以上。攀登的时候，人们在悬崖峭壁上蠕动，后面人的头几乎要碰到前面人的脚跟，鲫鱼背是上天都最惊险的一段，它是长约 30 米，宽约 1 米的峰岗，纯石无土，寸草不生，光秃秃地像条大鲫鱼的脊背，两侧是万丈深渊，十分惊险。尽管有石栏铁索，走在上面，也令人心悸。登峰极目，云山相接，江河一线，俯瞰群山，千峰秀色。古诗云：“任他五岳归来客，一见天都也叫奇。”难怪，到过黄山的游人都以登天都极顶为最大的乐趣。

奇松、怪石、云海、温泉，被誉为黄山“四绝”。遍布峰壑的黄山松，在植物学上是一个著名的独立树种。黄山松针叶短而稠密，它们不像一般松树那样直接生在泥土里，而是依山势和风向，或生于危崖，或立足于石缝，还有的在绝壁上破石而出，显示出其顽强的生命力。人们说，黄山无石不松，无松不奇。黄山百年以上的古松数以万计，雪压风欺中顽强生存，在特殊的环境中塑造了黄山松特殊的体型，它们有立有卧，有俯有仰，千姿百态，形状各异。特别是黄山名松各具风姿，有矫若金凤的凤凰松，形似卧龙的卧龙松，有象征团结的姐妹松，有象征勇猛刚毅的黑虎松，有象征友谊的陪客松……，其中最著名的首推黄山迎客松，它屹立于危崖绝壁上，以充满对人们敬意的神情，而得名，并成为中华民族豪爽好客的象征。

黄山也是个奇峰怪石的世界，在波澜壮阔的黄山峰海中，数不清的怪石竞相崛起，它们呈奇献巧、姿态万千。始信峰和仙人峰之间的石笋砭，怪石林立，瘦削天成，被称为“十八罗汉朝南海”。这些“罗汉”形态各异，有的矗立峰头，有的静坐松下，有的好像打了一把伞，有的携筇拄杖，观者叫绝。古人评说：天下有“三奇”，就是雁荡龙湫、匡庐瀑布和黄山的石笋。黄山石怪还怪在从不同的角度看，有不同的形状，这是黄山一绝。“金鸡叫天门”，形如展翅啼鸣的大公鸡，但当登到山上回头再看时，这块大石的形状却变成了五位身穿长袍，扶肩携手的老人，人称“五老上天都”。黄山的怪石是怎样形成的呢？这些造型岩石多是沿着黄岗岩体的构造面在外力作用下，经风化、侵蚀雕琢而成。黄山石形状奇特，拟人状物，多彩多姿，它们或独成佳景，或峰石相配成景，为黄山增色不少，其中“猴子观海”、“松鼠跳天都”、“飞来石”等堪称石中怪杰。

云海，也是黄山一大奇观。雨后初晴，在山上常能看到变幻莫测的云海。它与松、石相依相偎，来去缥缈，含情脉脉；有时又滔滔滚滚，烟波浩渺，气吞山河。在黄山看到的云海是低云和地面上的云雾。这种云多是层积云，厚度约在数十米到三四百米之间，云块比较均匀，云顶也比较整齐，居高远眺，蔚为壮观。云海的形成有赖于黄山的地形与气候条件。黄山地处亚热带湿润气候区，高耸的群峰使暖湿气流受阻，并抬升凝云致雨，形成多雾低云和降水丰沛的气候特点。黄山云海按其地理位置，分成“前海”、“后海”、“东海”、“西海”、“天海”五大“海域”。这些云海区三面环山，深谷宽阔、险峻，使水汽易于凝结和维持，也使黄山云海非同一般，它不像其他高山云海那样开阔，而是处于奇峰、危崖的割裂和环抱之中，巧饰黄山稍纵即逝的梦幻境界，渲染和烘托了黄山奇幻的色彩。黄山的日出和晚霞，多与云海相映，气势磅礴，瑰丽绚烂。

黄山山奇水也奇，峭壁之间，山水迸泻，飞瀑悬垂如练，“山中一夜雨，到处挂飞泉”。就水而言，特别奇妙的是可饮可浴的黄山温泉，古名硃砂泉。泉水从紫云峰下喷涌而出，久旱不涸，久雨不溢，色清味甘，水温常年保持在42℃左右。黄山温泉经红色粗沙过滤，隔若干年流涌硃砂一次，水色变赤。据水质分析，泉内含有少量的锡、钙、镁、钾、钠等多种对人体有益的物质。相传轩辕皇帝当年浴后白发变黑，返老还童，故此泉又有“灵泉”之说。

黄山还留有第四纪古冰川遗迹，如立马峰陡壁上的古冰川擦痕，天都峰、鲫鱼背的“冰斗”，有人称之为“第五绝”。黄山还有二湖、十六泉、二十四溪，以及岩、洞、潭、瀑等胜景，为名山添色。

黄山，前山雄伟，后山秀丽，主要可分为温泉、玉屏楼、北海、西海、松谷庵、云谷寺等景区。玉屏楼，即文殊院。位于天都、莲花二峰之间，左有狮石“迎客松”，右有象石“送客松”，周围峰峦云海，风景奇美，明代著名旅行家徐霞客称此为“黄山绝胜处”，民间则有“不到文殊院，不见黄山面”的说法。狮子峰一带是黄山奇峰怪石最集中的地方，也是后山秀丽风光的聚集之处。狮子峰是由一组山峰构成的峰景，狮头昂在丹霞峰、铁线潭上空，清凉台为狮子的腰部，署充亭是狮子的尾巴，狮子张嘴的地方是庙宇。狮子峰活像一只卧倒雄狮，集中了许多胜景，民间有“没有狮子峰，不见黄山踪”之说。这里的寺院前原有一副对联更令人叫绝：“岂有此理说也不信，真正妙绝到者方知。”狮子峰北有一奇景，称“狮子望太平”，在一座平顶的山峰上有一块高耸的巨石，样子极像一猴，面朝太平县，故名。若出现烟

波浩渺的云海，石猴隐现在云海之中，它又叫“猴子观海”。

黄山美，在于自然，在于它兼含了许多名山的特色，如泰山之雄伟、华山之险峻、雁荡之怪石、衡山之烟云、匡庐之飞瀑、峨眉之清凉，素有“天下名景集黄山”之赞语。我国明代大旅行家徐霞客两次游览黄山，称誉黄山为“生平奇览”，并有“五岳归来不看山，黄山归来不看岳”之评说。那人们可能要问，为何五岳中没有黄山呢？我国五岳制度的确立起于汉代，五岳所在地区都是我国经济开发较早的地区；相比之下，黄山的开发要比五岳迟得多，直到唐盛世，才逐渐享有盛名，它的出名比五岳晚了1000多年。

黄山不仅是风景胜地，也是一个天然动、植物园。黄山气候湿润，夏无酷暑，冬无严寒，四季日平均温差仅20℃左右。由于海拔较高，气候与植被有垂直变化与分布的特点，山顶与山下的温差大约在10℃左右，山顶有寒带植物，山腰与山下有温带与亚热带植物，品种达1450多种。黄山花木中的天女花、黄山杜鹃、望春花是我国名贵品种，还有其特有的古松、黄杉、铁杉、百果、紫金楠、豹皮樟和冰期留下的马褂树等；在云谷寺和松谷庵等地，出产驰名中外的“黄山毛峰”茶，以及罕见的灵芝草和石耳。黄山珍禽异兽中，著名的有黄山猴、四不像、野鹿、相思鸟、白鹇鸟、娃娃鱼和锦鳞鱼等。

同识庐山真面目

庐山，又名匡庐，传说在殷周时期有匡俗兄弟七人在此结庐，而得名。庐山位于江西省北部九江市南，北临长江，是鄱阳湖平原上的一座孤立山峦，呈东北—西南走向，长约 29 公里，宽约 16 公里，总面积 282 平方公里。庐山最高峰为大汉阳峰，海拔 1474 米。尽管庐山的绝对高度不算很高，但其峭峙鄱阳湖边，与四周平原的相对高差近 1400 米，从而造就了庐山拔地而起的雄伟气势。

庐山是一座地垒式断块山，由于断块的隆起，与四周断裂下降的平原、盆地和低丘岗地相比，山体显得格外峭拔、陡峻和高耸。断层构造在庐山山体的东南部和西北部表现最为明显，东侧有温泉大断裂，西侧有莲花山大断裂。五老峰、龙首崖、仙人洞等处奇险的陡崖，都是断裂作用的结果。庐山地貌特点与其地层岩性有着密切的关系，庐山北部地层岩性坚硬，往往形成高大山岭，如大月山、五老峰等。五老峰因其岩性垂直节理发育，经风化侵蚀作用，形成被垭口分割的五个山峰，宛若五位老人并坐，笑逐颜开，其东南面是断层形成的悬崖，登上峰顶，碧波万顷的鄱阳湖尽收眼底。怪石林立的峰壑，顿生五色烟云。庐山南部地质构造比较简单，地层主要由片岩、负岩、板岩和花岗岩等组成，岩石破碎，风化侵蚀强烈，其地貌和风景与山北大不相同，山形多呈浑圆状，而与北部山形造成明显的对照。

匡庐奇秀甲天下，这不仅同它的构造运动，山体的岩性有关，也与冰川的作用密切相连。庐山的第四纪冰川，大约形成在距今 200 万年前，尽管时过境迁，但冰川遗迹却仍历历在目。在秀丽的西谷，通往花径的林荫道旁，有两块相互迭置的巨石，略小的一块突兀横架在大石之上，其形态颇似展翅欲飞的苍鹰，来之蹊跷，被称为“飞来石”。著名地质学家李四光认为，它不是“飞”来的，而是冰川作用过程中，形成的别具特色的“冰碛地貌”——冰桌。据李四光的论断，庐山是我国东部第四纪冰川遗迹最典型、最集中的—一个山体。庐山冰蚀地貌主要分布在山区北部，其中以冰斗、冰窖和 U 形谷最为典型。庐山冰斗最著名的是大坳冰斗，它发育在大月山的东北角；此外，牯岭街心公园下临的窑洼也是一个冰斗，庐山有多处冰窖，其中以芦林盆地最著名，这是当年大校场和牧马场两条槽形洼地的冰舌汇合处，后经冰川的刨蚀作用而形成。水有水路，冰有冰道。U 形谷就是冰川运动过程中的谷道，地质学上称冰川谷。庐山主要 U 形谷有王家坡、七里冲、大校场、石门涧、庐山垅、莲谷和小天池等，其中尤以王家坡 U 形谷气势磅礴，地貌典型。王家坡谷地介于小天池的长岭头之间，谷宽平直，谷壁切割整齐，谷底平坦，规模宏大，冰蚀特点非常突出。庐山的冰川遗迹令世人瞩目，它为人们提供了一个考察第四纪冰川活动的宝贵场所，其怪绝嶙峋的岩石，层出不穷的奇峰，别有意趣的幽谷，无疑也与第四纪冰川的“洗礼”是分不开的。

庐山地处长江中下游的“火炉”地区，而它由于地势高耸，夏季凉爽宜人，成为著名的避暑胜地，“云中山城”牯岭是庐山的标志，它的年平均气温为 11.5℃，比同纬度的平原地区低 5—6℃；七月份平均气温为 22.6℃，比山下的九江低 7℃左右；一年中平均气温 27℃的日子，只有一个月，极端最高气温只有 32℃，成为“长江火炉”地区的一个“凉岛”，并有“清凉世界”的美誉。

降水量大，云雾多也是庐山气候清凉的原因之一。庐山地处我国东部亚

热带季风气候区域，暖湿空气以来自东南太平洋的气流为主，兼以依山傍湖，蒸发量大，携有大量水分的空气沿山地上升，形成地形雨。庐山年降水量为1838.6毫米，较周围地区多出1000余毫米，最高年份曾达3362.6毫米。庐山的降水随夏季风消长，主要集中在3—9月份，占全年降水量的80%，年降雨日多达160多天，从而造成日照率低，并起到夏季降温的作用。

庐山是云雾的世界，频繁涌现的云雾，使庐山雾日最高年份达221天，最少年份也有158天，年平均雾日为191天，这与山下九江年平均雾日只有8天，形成天渊之别。云雾多，与庐山空气湿度大，气温低密切相关，饱含水分的空气，在山谷中不易消散，遇冷即凝为云雾。云雾多能有效地降低到达地面的太阳辐射，对地面温度的增高起着抑制作用。在庐山上，一年四季都有云雾飘忽的踪影，其中尤以春季为最，三天便有两日雾。庐山云雾瞬息万变，给人一种朦胧美，平添一份神秘感，被称为“一绝”。也许正是因为多姿多彩的云雾的半遮半掩，才有了“不识庐山真面目，只缘身在此山中。”

“一雨百瀑匡庐水”，由于庐山山体多陡崖断壁和幽深的峡谷，因而形成众多的庐山瀑布，它与泰山青松、华山摩岭、黄山云海、峨眉古寺并称为山川绝胜。“庐山瀑布，首推三叠”，它以其博大雄奇的气势，被称为“庐山第一奇观”；而被誉为“山北绝胜”的王家坡瀑布，双流齐泻，更是别有情韵。“水不在深，有龙则灵”，庐山以“龙”命名的瀑潭很多，如卧龙潭、乌龙潭、白龙潭、黄龙潭等等。这些龙潭景物各异，水势不一，或双管齐下，飞梭织锦，或吐珠泻玉、袅袅坠渊，难怪唐代大诗人李白把庐山瀑布与“鄱阳烟雨”相提并论，同称“开下奇观”。

庐山也是我国一座源远流长的千古文化名山。早在4000多年前，大禹就曾在此治水。当佛教传入我国的初期，庐山曾成为我国南方佛教的中心，其代表人物是东晋高僧慧远。到了南朝，名道陆修静也来庐山开辟道场，从而打破了佛教独占庐山的局面。封建士大夫在庐山的活动，比佛道两家还要早，他们来此主要是游历、隐居和读书。游历从司马迁开始，在唐、宋和明、清更形成了两个高峰时期，孟浩然、颜真卿、柳公权、欧阳修、范仲淹、苏洵、苏轼、苏辙、米芾等都曾游历过庐山。士大夫隐居遁迹庐山也从汉代开始。历代知名隐士有晋代诗人陶渊明、唐代诗人李白和白居易等。士人来庐山读书以东晋南朝“寻阳三隐”（周续之，刘遗民和陶渊明）为较早，到了唐代更是不乏其人，被称为“山中四友”的崔群、符载、宋济、杨衡，以及曾在白鹿洞读书的唐朝刺史李渤和其兄李涉则为其佼佼者。到了北宋中期，理学兴起，宋明理学的大师和奠基人周敦颐在庐山北麓莲花峰下筑书堂定居讲学，人称濂溪书堂；南宋时期，著名理学家朱熹出任南康太守，亲自到白鹿洞书院的废址勘察并主持重建，以此作为传播儒家理学的场所，由于朱熹亲自在此讲学的缘故，白鹿洞书院名声大振，系宋代著名的四大书院之一，而朱熹倡导的白鹿洞书院更成为后世讲学式书院的楷模。

自1840年鸦片战争后，庐山开始为西方列国所染指。外国人在这里租用、租借或买去了很多土地，进行开发经营，他们在牯牛岭地区大兴土木，兴建学堂和别墅。这些异国风情的各式别墅，造型别致，各具风格，掩映在万绿丛中，随着服务行业和商业日益兴盛，牯牛岭意外急剧地繁荣起来，一个山中城市开始形成并渐具规模。1928年4月国民党政府成立后，庐山成为国民政府的“夏都”，历时20年。抗日战争爆发后，日寇于1939年4月占领庐山，使它经历了一场空前的浩劫。新中国成立之后，党和政府十分重视

对庐山的保护和建设，使其真正焕发了青春，成为第一批国家重点风景名胜区。

庐山的风景名胜很多，遍布山南山北，无论人们走到哪里，都有看不够的秀美景色。这里有白居易歌咏桃花的花径，有传说仙人居住的仙人洞，有幽谷栈道的锦绣谷，有卧龙昂首的龙首崖，有幽深、静谧的黄龙潭，有飞流渲泄的乌龙瀑，有“千里鄱湖一岭函”的含鄱口，有隐藏深壑的三叠泉，有被誉为植物王国的庐山植物园，有号称山南之美的秀峰，有“天下第一”的谷帘泉，有慧远诵讲佛经的东林寺，有古代高等学府白鹿洞书院等等。

庐山美，不仅美在自然，更为突出的是人们在大自然中发现了庐山的美，又用美装点了庐山。在那云雾缠绕中，星星点点隐现的山间别墅，便是人们给予大自然美的回赠。它们色彩悦目，自然和谐，疏密有致，使人既能体验到我国浓郁的园林韵味，又能感受到强烈的西方庭院色彩。庐山别墅美充分体现它在与自然的融合之中，“美庐”别墅则是其最有代表性的一例。“美庐”依山就势，前瞻牯牛岭，背靠大月山，门前小河潺潺流过，一派山林风光；院内有天然泉水，与院外的山溪交相辉映，相得益彰。步入庭院，满目葱茏，温馨沁人，这里有金钱松、白玉兰，也有红枫、银杏、松柏和吉祥树，爬满走廊的美国凌霄和后院大片的竹林亦增色不少。在绿荫掩映下有栋西式二层建筑，主楼和附楼由一条封闭式的走廊相连，融为一体，其组合高低错落，有虚有实，既朴实优美，又富有变化。整个别墅置身于绿色之中，绿顶、绿门、绿窗、绿柱、绿栏、绿廊，使人感到静谧、安宁而又清新，从而达到了与周围环境的协调。“美庐”别墅为石木结构，石料多就地取材，但又不破坏原有的地形地貌，例如庭院内保留了一块露出地面的风景石，“美庐”二字就刻在石上，但毫无雕琢斧痕，反而又平添一景。“美庐”无论从建筑风格，还是庭院布局，都堪称庐山别墅之精华。

佛教名山话五台

五台山位于山西省五台县东北隅，呈东北—西南走向，长约百余公里，由5座山峰组成，峰顶呈平台状，故称五台山。五台山的北台叶斗峰最为高峻，海拔3058米，是华北地区最高的山峰，素有“华北屋脊”之称。从地理演变来看，大约在7000万年以前，五台山一带还是一片很大的侵蚀平原，进入新生代后，强烈的地壳运动使五台山和恒山地块抬升，而中间的地块陷落，形成了滹沱河平原。五台地块抬升之后，大部分地区遭受了强烈的流水切割，形成峻岭深谷。特别是北部切割深峻，构成“五峰耸出”独具一格的形态，而台顶附近因没有受到大的切割，保留了古老的平原面。

五台山“岁积坚冰，夏仍飞雪，曾无炎暑，故曰清凉”，是消夏避暑的胜地，又称清凉山。从纬度位置来看，五台山大致与北京相同，而气候特点却与东北的大兴安岭相似，有“六月披裘尚觉寒”的说法。即使到了盛夏时节，五台山怀镇的最高气温也只有27℃左右。

五台山的地理位置和地理形势与佛经《宝藏陀罗尼经》描述的文殊菩萨住处很相似，而其气候特点又与《华严经》所叙述的文殊菩萨住处也颇相似，所以佛教徒视其为佛教圣地。千百年来，在我国佛教名山中，五台山一直被奉为魁首。这是为什么呢？原来，佛教将文殊、普贤和观音合称为“三大士”，文殊菩萨顶结五髻，手持宝剑，多骑狮子，以表示智慧、锐利和威猛，人们亦最需要智慧和力量，故文殊菩萨也最受人信仰。文殊菩萨是释迦牟尼佛的“左胁侍”，在“三大士”中的地位最尊，所以作为文殊菩萨道场的五台山，在“四大佛教名山”中地位也就最高。此外，再加上五台山创建佛寺最早，又是我国唯一兼有汉地佛教和喇嘛教的佛教道场，一直居于我国佛教名山之首，也就不足为奇了。

关于五台山佛教的兴始和佛寺的创建，比较流行的说法是起于东汉时期。据史载，五台山寺院最多时曾达200多处，现存寺庙台内有39座，台外有8座，其中一半以上集中在台怀镇。台怀镇地处五台山峰形成的怀抱之中，故名“台怀”。人们通常称台怀地区为“台内”，其他地区为“台外”。五台山中寺庙以“五大禅林”最著名，它们是：显通寺、菩萨顶寺、塔院寺、殊像寺和罗喉寺。显通寺是五台山最大的寺院，建筑规模宏大，布局匀称，有各种建筑400余间，中轴线上殿宇7座无一雷同。最引人注目的是一座明代铸造的铜殿，全以紫铜铸造内外贴金，门扇上铸有花草人物，殿内墙壁上铸着上万个铜佛，殿高有3米多，殿前有两座6米多高的十三层铜塔。钟楼内悬万斤铜钟，击声震荡全山。菩萨顶，又名大文殊寺，是五台山的黄庙（喇嘛寺）之首，寺居山头，108级石阶依山势直抵山门，气势宏伟。台怀白塔是五台山的标志，坐落在塔院寺内，塔高70米，为藏式舍利白塔，塔的上部大铜盘周围悬有铜铃，风吹铃响，山鸣谷应，寺内有大雄宝殿五间。罗喉寺是喇嘛寺，寺内最为称奇的是一座活动机关莲台，佛像隐现在花中，名叫“开花献佛”。

五台山泉流很多，被佛教徒奉为“圣水”，其中以般若泉最受崇奉。般若泉，意即智慧泉。五台山原有两处般若泉，现仍涓涓流水的，仅剩一处，即殊像寺的般若泉。佛教徒认为，饮用五台山般若泉的圣水，可以消除烦恼，得到智慧；用文殊菩萨住处的般若圣水洗目灌顶，可使人心明眼亮，从而达到美好的般若境界。

在五台山边缘地区的佛光寺，是我国古代建筑的“瑰宝”。它创建于北魏孝文帝时期，重建于公元 857 年。佛光寺的主体建筑大佛殿是一座气势雄伟的木结构建筑，具有明显的唐代风格，是我国现存唐代木结构建筑的代表作。佛光寺的建筑、雕塑、壁画、墨迹负有盛名，称为“四绝”。台怀白塔、菩萨顶、佛光寺常被人们称为五台山三大名胜。

我国现存佛教寺院建筑大多是明清以后修建的，若论中华古刹佛教建筑亘古，当瞩五台山，而又首推五台山南禅寺。南禅寺位于五台县西南李家村北，距台村镇约 100 公里，背山临水，景色秀丽宜人，是五台山最小的寺庙。南禅寺大雄宝殿重建于唐建中三年（公元 782 年），是我国现存最古老的一座唐代木结构建筑。

五台山的五大高峰，峻极于天，风光奇特而绮丽，山巅视野开阔，山中清流潺潺，绿草山花，相映生辉。五台山气候凉爽，清风习习，北台顶与中台顶山阴处，有终年不化的“万年冰”。五台山还有一座万宝山，它是山西省的八大煤田之一，还蕴藏有丰富的铁、铜等矿藏。

“海天佛国”普陀山

普陀山雄峙东海，位于杭州湾外舟山群岛的中部。全岛面积 12.5 平方公里，南北长 8.6 公里，东西最宽处约 3.5 公里，呈狭长形，斜卧在海上。普陀山海拔 300 米，其最高峰为佛顶山，山势西北高、东南低，背挡寒风，名胜景点多分布在平缓的东南一侧。普陀山地处亚热带，属海洋性季风气候，年降水量达 1200 毫米左右，冬无严寒、夏无酷暑，年温差小，最热月平均气温为 27℃，最冷月平均气温也在 5℃ 以上。古人说：“以山而兼湖之胜，则推西湖，以山而兼海之胜，当推普陀。”

普陀山东南有一小岛名洛迦山，向与普陀山齐名，亦统称普陀洛迦，其原名是“补怛洛迦”，这是梵语的译音，意思是“美丽的小白花”，所以又称白华山，小白华。普陀山一面是群立的奇峰，一面是广阔的沙滩，既有陆地的奇山异洞，又有海上的壮丽风光，浪击悬崖，潮涌金沙，在绿色的山峦丛林之中，梵宇隐现，风景独特，素有“海上仙山”、“蓬莱仙岛”、“南海圣境”、“海天佛国”的美誉。

普陀山历史悠久，远在春秋战国时期，越王勾践就将普陀山及其附近岛屿定名为“甬东”。而作为佛教胜地的历史可追溯到唐咸通四年（公元 863 年），日本僧人来华学佛取经，从五台山迎奉观世音像一尊，在回国途中，经普陀莲花洋触礁，船不能行，他以为菩萨显灵，祷告说：“若我国众生无缘见佛，当从所向建立精蓝。”后来，船漂泊到潮音洞下靠岸，当地张姓居民舍房供佛，名“不肯去观音院”，这就是普陀山最早的寺院，也是普陀山供佛之始，自此名声日起。公元 967 年宋太祖派太监进山供香，接着宋神宗元丰三年（公元 1080 年）命在普陀山正式建寺，赐名“宝陀观音寺”，香火始盛。宋宁宗嘉定七年（公元 1214 年）指定普陀山为供奉观音菩萨的道场，这里的寺庙都以供奉观世音为主，成为普陀山的一大特色。在我古典小说《西游记》中，孙悟空为降妖魔，也曾到普陀山向观音菩萨求助。普陀山成为观音佛地，传说甚多。《华严经》载：“善财二十七参，至补陀洛迦，见岩谷林中，金刚石上，有勇猛丈夫观自在菩萨，与诸大菩萨围绕说法，善财便参拜问道，即俗传的童子拜观音。”此为后世佛徒引据的缘由之一。

普陀山寺庵禅院遍布，有百处之多。普济寺、法雨寺、慧济寺是普陀山的三大名寺，气势雄伟，金碧辉煌。普济寺又称前寺，位于灵鹫峰下，与寺前莲花池诸景衬映，为全山风光最佳处。普济寺原名“宝陀观音寺”；明万历三十三年（公元 1605 年）明神宗朱翊敕改“宝陀观音寺”为“护国水寿普陀禅寺”；公元 1669 年，清康熙帝赐额“普济群灵”，改称“普济禅寺”，现存殿堂是清代雍正年间修建的，其规模之大甲于东南，是普陀山最大的寺院，原有房屋 200 多间，与杭州灵隐寺不相上下，至今建筑面积尚有 11400 余平方米。普济寺主殿大圆通宝殿与一般寺院大雄宝殿不同，它不供奉如来佛，而是供奉观音大士。据说这与皇家钦定有关，具有浓厚的官方色彩。大圆通宝殿是一座单层重檐、宽敞壮观的木结构建筑，殿内可容纳数千人，有“活大殿”之称。

法雨寺也叫后寺，是普陀山的第二大寺院。该寺创建于明万历八年（公元 1580 年）。初名“海潮庵”，清康熙年间重修时，御赐“天花法雨”额，遂改名“法雨禅寺”。法雨寺地处光熙峰下依山凭险，层层叠起，入门依次而上，仿佛步入天宫。寺内大圆通宝殿即是著名的九龙殿，殿高 22 米，殿顶

穹窿呈拱圆型，内顶九龙盘拱，昂首舞爪形态自然。殿前有古树十余株，其中有一棵古老的柏树形状独特，树干离地一尺多分杈向上，曲曲弯弯，一枝似龙，一枝似凤，有头有尾，人称“龙凤扁柏”，据说这棵古树已有400多年的历史。

慧济寺位于普陀之巅的佛顶山上，也叫佛顶山寺。该寺原为一座石亭，明僧圆慧发愿建慧济庵。清乾隆五十八年（公元1793年），僧能积扩庵为寺。清光绪三十三年（公元1907年），僧德化清大藏经贮寺，其徒文质又大规模扩建，遂成巨刹，而与普济寺、法雨寺形成鼎峙之势。慧济寺虽处山顶，但殿堂宽敞，寺宇壮观，布局因山而宜，大雄宝殿、藏经楼、大悲阁等都在一条平线上。慧济寺西侧的鹅耳枥，是东南亚独有的珍贵树木，系国家二级保护植物。西麓的公路边有一方形巨石凌空孤峙，称为“刀劈石”，其裂纹中剖如切。传说是孙悟空大闹天宫与杨戬斗法，孙悟空一个跟头翻到南海普陀山顶，隐身石后，杨戬奋力追赶，举刀劈石所致。

普陀山不仅是佛教圣地，还以其大自然造就的奇秀绚丽的景色扬名海内外。普陀山全岛有二十六山、十八峰、十五岩、十三洞、八泉、六涧，还有许多海滩沙地，它们错落有致，构成许多别致的天然美景。它以海光山色见长，尤以沙、石、洞最为著名，要论沙滩主要有千步沙、百步沙、金沙和飞沙岙等，其中以千步沙最为著名。这片金沙绵亘近1500米，古人称它“黄金如屑软如苔”。要论洞，著名的有潮音洞、梵音洞、狮子洞、善财洞、朝阳洞等，其中以潮音洞最为雄伟，它坐落在海岛东南角的海边石壁下，是一个深不可探的石洞。洞顶的巉岩相累成穴，叫做“天窗”。透过天窗，人们可以看到海浪撞击洞石的气势，每当潮水进洞，还发出有节奏的轰鸣，震人心弦。普陀山的石妙趣横生，位于岛西南部的“磐陀石”，人称“天下第一石”，由上下两石相叠而成，上石如一巨台，顶部平坦，可容百人，下石顶部稍尖紧托其下，看上去险若欲堕，但却稳如泰山。距磐陀石不远处，有两块巨大的龟形石，一似蹲伏，一似昂首挺颈，向上匍匐，惟妙惟肖，这就是“二龟听法石”。相传它们原住东海大洋，闻菩萨说法，夜间也来承受甘露，天明忘返，就变成石头了。

绚丽多姿的普陀风光是怎样形成的呢？在距今约0.8~1.4亿年间，发生的地壳运动使我国东南部和沿海一带受到广泛的影响，在强烈的火山喷发、岩浆活动和断裂活动中，形成了普陀。从它的形成起至300万年前，普陀山一直处于隆起的状态。后来，由于间冰期大量冰川融化，海面抬升，普陀山沉沦海中，遭受了海浪的冲刷、侵蚀及夷平作用，形成一系列的海蚀崖洞、海蚀柱和岬角等。在后期的新构造运动中，普陀山呈间歇性上升，原来位于海面的洞穴、崖石被抬高到一定的高度，形成如今千姿百态的海蚀、海积地貌为特点的山海风光圣地。

普陀山妙趣横生的“二龟听法石”、巨岩怪石参差交错的“五十三参石”等，都是经长期的海蚀与节理风化作用形成的；原来位于岸边的磐陀石，在新构造运动中，竟被升高了90米；潮音洞、梵音洞等则是在海浪、潮汐的强烈冲击下，岩体不断被侵蚀、崩塌，而形成的海蚀崖洞。

八百里武当

武当山位于湖北省西北部，在均县和房县之间，北通秦岭，南接巴山，方圆 400 公里，号称“八百里武当”。

武当山山势雄伟，群峰屹立，山谷纵横，计有 72 峰。这里流传着：“七十二峰朝大顶。”一说大顶是武当山主峰天柱峰，海拔 1612 米，又称金顶，鹤立于重峦叠嶂之中，如利剑直插云霄，气势宏大，有“一柱擎天”之誉。其余诸峰，峰峰拔地刺天，微有倾斜，像是俯首朝拜天柱峰。武当山高峰栉毗，渊谷幽深，飞瀑流泉，琼宫桂宇，共有三十六崖、二十四涧、十一洞、九泉、三潭等名胜点缀其间，自古素有“天下名山”之称。宋代大书法家米芾赞誉其为天下“第一山”，明朝著名地理学家、旅行家徐霞客更是称赞武当山：“气吞秦华银河近，势压岷峨玉垒高。”

武当山不仅以其秀美的山川可与五岳相比，而且又是我国著名的道教名山和武当拳术的发源地。早在唐朝贞观年间，道教就开始在武当山修建了五龙祠，宣扬道教。武当山的道教，敬奉“玄天真武上帝”，称为武当派。据说，武当山就是由“非真武不足以当之”而得名。道书说，早在黄帝时期，玄武托胎于净乐国善胜皇后，从母亲右胁生下，长而勇猛。但这位王子不愿继承王位，入武当山学道修炼，42 年功成，奉玉皇之命镇守北方，为玄天上帝。因此，武当山被附会为真武修炼之地。武当山元代以前的建筑，大多毁于元末兵火，现存景观多为明代所建。明永乐年间，皇帝朱棣大力宣扬道教，在兴建北京故宫的同时，又役使 30 余万军夫，在武当山大兴土木。“五里一庵十里宫，丹墙翠瓦望玲珑”。武当山有一条漫长的建筑线，32 个大建筑群，总计殿宇两万余间，建筑面积达 160 余万平方米。据道教经典中所述，包括二观、八宫、十祠、三十二庵、九台、九井、十三亭、十五池、三十九桥等。武当山以其宏伟的建筑规模、浩大艰巨的土木工程、精美和丰富的建筑工艺，在世界古代建筑史上堪称奇迹。

