

无污染大闸蟹广受追捧 上海人纷纷去溱湖吃“溱湖八鲜”



无污染的溱湖 虾肥蟹壮

溱湖湿地是联合国规划署命名的全球生态500佳之一。由于溱湖湿地水质始终保持国家二级饮用水标准，所以，著名的“溱湖八鲜”绝对是无污染的绿色湖鲜。秋天，正是“溱湖八鲜”集体亮相、肥美上市的时候。

所谓“溱湖八鲜”指的是鳊鱼、甲鱼、青虾、银鱼、溱湖四喜、螺蛳类、水禽、水蔬等。

蟹是“溱湖八鲜”中的“鲜中之鲜”。金秋时节，当地人将一种名叫“簪”的竹制工具设在湖中，凡能爬过竹簪身入网的便是体魄强壮的上乘之品。因此，能上桌的蟹，只只都是野生精品，不仅体态健美，肉质更是雪白肥嫩。

除了螃蟹，溱湖的青虾也是一绝。因为水质好，这里的野生青虾只只都身段饱满，虾肉红嫩晶莹，无论是白灼还是盐水，都带有一种特有的甜味，蛋白质含量极高。另外，青虾肉和纯蛋清做出的虾丸也是这里的招牌菜，别的地方真很难吃到。

成片的芦花 随风起舞

秋天的溱湖称得上是五颜六色，火红的枫叶、金黄的菊花……不过，最漂亮的要数大片野生的芦花。没有风的时候，那芦花雪白一片，真分不清是花还是雪，在溱湖众多的颜色里显得格外纯净；起风的时候，成片的芦花齐刷刷地随风舞动，伴随着“哗哗”的响声，像一层层白色的海浪排山倒海般奔腾起来，十分壮观。

赏芦花有两个最佳方法。一是坐在水中

溱湖国家湿地公园是江苏省首家，全国第二家国家湿地公园，也是国家AAAA级旅游风景区。

秋天，正是“溱湖八鲜”最肥美的时候，虾肥蟹壮。你能吃到真正无污染、无激素的大闸蟹。同时，还能欣赏到像白色海浪一样奔腾的芦花，零距离观看丹顶鹤“谈情说爱”……去溱湖湿地“吃蟹游”，饱了口福又饱眼福。



小岛的茶楼里，喝一杯甘甜的溱湖水泡的香茶，一眼望去，胜雪的芦花尽收眼底；另外就是坐上溱湖特有的摇橹船，穿梭在芦苇荡里。芦苇荡在芦花形成约白色“海浪”里像一个海上迷宫，浓密的芦苇变成了迷宫的城墙，形成一道神秘的水巷，游船在迷宮的水巷里忽的忽后、忽左忽右舒服地摇摆，很有“探秘”的趣味。

丹顶鹤麋鹿 悠闲自在

由于溱湖是国家湿地公园，具有十分优越的生态环境，所以大量野生的珍稀动物

都到这里当成了家，其中最珍贵的当数丹顶鹤和麋鹿。

据调查，全世界野生的丹顶鹤只剩下1200只，所以能看到野生的“仙鹤”，真的是很有福气。每年秋天，丹顶鹤就会迁徙南下越冬。在溱湖湿地，经常可以看见丹顶鹤“夫妻”谈情说爱的景象。

麋鹿俗称“四不像”，是我国特有的世界珍稀动物。1900年的时候，八国联军把三园仅剩的麋鹿都抢走了，直到1985年，中国才从英国引进80头。如今，溱湖的二十多头麋鹿就是从英国引进的麋鹿的后代，全国也只有少数几个地方能看到。



旅游线路

S线溱湖湿地李中水上森林(木筏漂流)二日288元/人
Q线溱湖湿地李中水上森林(木筏漂流)扬州新景水乡美食三日398元/人
W线溱湖湿地李中水上森林(木筏漂流)常州天宁寺(恐龙园)5日358元/人
L线溱湖湿地李中水上森林常州恐龙园5日常州大酒店三日498元/人
G线常州5星香格里拉酒店泰州溱湖湿地汤山面汤温泉二日398元/人
R线汤山温泉常州5星香格里拉酒店溱湖湿地李中水上森林三日598元/人

泰州水乡超值自驾车大礼包

★溱湖湿地60元+保险20元=80元/人
★李中水上森林木筏漂流50元+保险20元=70元/人
★溱湖湿地60元+李中水上森林木筏漂流60元+保险20元=120元/人
★溱湖湿地60×2份+李中水上森林木筏漂流60×2份+保险20×2份+3星酒店220元/间=368元/2人
★溱湖湿地60×2份+李中水上森林木筏漂流60×2份+保险20×2份+4星酒店420元/间=458元/2人
★李中水上森林木筏漂流50×2份+保险20×2份+常州5星香格里拉酒店688元/间=598元/2人
★溱湖湿地60×2份+保险20×2份+常州5星香格里拉酒店688元/间=598元/2人
★溱湖湿地60×2份+李中水上森林木筏漂流60×2份+保险20×2份+常州5星香格里拉688元/间=688元/2人

自驾车攻略

自驾车：上沪嘉高速公路——沿江高速公路——过江阴大桥——从广陵高速转宁靖高速——往盐城方向，至溱潼出口下，右拐800米即到。全程2.5小时。距上海230公里，景区设有停车场。
门票：溱湖国家湿地公园联票 60元

江苏溱湖国家湿地公园
地址：江苏省委镇市(宁靖高速溱潼道口东侧)
电话：021-64333380 64331306 0523-88623022
上海各大旅行社均可报名

探神秘地宫群 撞天宁宝塔高钟 吃天宁寺素月饼 去天宁宝塔探地宫看宝物



地宫里藏有佛祖的血舍利

每一座佛塔的地下都有封闭千百年的神秘地宫，地宫里往往都埋藏着罕见的稀世珍宝。1987年，陕西省扶风县法门寺的地宫被打开，里面发现了中国仅存的唯一一枚佛祖释迦牟尼的手指舍利，另外还有100多件用金银做的珍宝，甚至还有女皇武则天穿过的裙子。2001年，著名的杭州雷峰塔地宫也被打开，发现了一座用金子涂满全身的金塔，塔里放的是佛祖的头发，还有精美的佛像和玻璃制品。

耗资3亿、历时5年建成的常州天宁宝塔，也建造了神秘的地宫。天宁宝塔有8明暗共16个地宫，明暗相联，环环相扣，是目前全国最大的宝塔地宫群。8个明宫将向世人开放，8个暗宫将封闭起来，直到1000年后才打开。

鉴于地宫在佛教中拥有的特殊地位和重要作用，能参观天宁宝塔的地宫，本身就是一件非常难得的事情。何况天宁宝塔的地宫里还藏有不少宝贝呢！其中最珍贵的一件宝贝是佛祖的血舍利，是举世罕见的。另外还有一些难得一见的重量级文物。

用黄金和白玉装修的宝塔

天宁宝塔外形上采用唐宋古塔风格：八角飞檐，形态端庄，简洁粗犷，气势宏大，塔高有153.79米，相当于51层楼高。塔顶是用75吨黄铜浇铸成的，黄铜表面还包了10多公斤的纯金，是名副其实的“金顶”，无论在常州的哪个地方，都能看见天宁宝塔那金光闪闪的塔顶；塔身贴的是我国特产的岫岩玉做的玉砖；而宝塔塔基的7层围栏则都是用汉白玉制成；整个宝塔其实就是一座金顶下身塔。

到了晚上，塔上华灯齐放，只见塔顶金

碧辉煌，塔身流光溢彩，简直就是一座人间仙境。

获得吉尼斯记录的壁画

宝塔的第一层名叫金色大殿，里面有四尊10.5米高的金色大佛，每尊大佛都是用铜铸成的，并且全身贴满了黄金，重达10吨。大佛周围的墙壁上是4幅各有53平方米大的壁画，这些壁画也全部是用制“画”出来的，描绘了动人的佛教故事，栩栩如生。

在大殿屋顶的天花板上，围了整整一圈的是一幅由32座景观观音像组成的壁画，足足有72米长，那是用5吨紫铜和12吨琉璃釉做出来的。所以不仅颜色艳丽，而且还闪闪发光呢！“大世界吉尼斯”总部还为这32座观音像颁发了证书。

天宁镇塔之宝水晶古佛

一尊有500多年历史，由世界上罕见的整块天然水晶雕刻而成的稀世古佛，在旅泰爱国华侨、知名收藏家高绍芝先生的帮助下，从万里之遥的丹麦辗转欧洲来到中国，供奉在天宁宝塔的第十三层里，成为“镇塔之宝”之一。

这尊释迦牟尼古佛高57厘米、重50公斤，体态浑圆，通体晶莹剔透。据考证，它产于十六、十七世纪的尼泊尔，从质地、供奉的香火痕迹及艺术手法看，曾经供奉在释迦牟尼的诞生地蓝毗尼寺院中，是罕见的佛教艺术瑰宝。

在宝塔的钟楼层，还有一口重3万斤的大铜钟。它离开地面118米，是全国悬挂最高的钟。只要敲响这口钟，整个常州都能听到浑厚悠扬的钟声。

中秋品尝净素月饼

具有上千年历史的天宁禅寺除了法会闻名遐迩以外，它的如意斋素也是声名远播，这其中最为有名的当属天宁寺自制的“佛光牌”净素月饼。净素月饼有多种口味，是用豆制品、鲜蔬瓜果和香菇、木耳等山珍海味作馅，配方健康，入口清爽香甜，真是百吃不厌。现在正是月饼上市的时候，从早上7点开始，如意斋素馆的门口每天都有很多人排着长队来买月饼，还有人专程从外地赶来购买。

九月常州特惠末班车一日游 98元/人

上海新大陆旅行社 泰兴路446号
电话：32181118 62530400
上海老城隍庙旅行社 陆家浜路1088号
电话：63772222 63777270
上海之家假日旅行社 肇家浜路128号115室
电话：54658841 54658842
上海欢天喜地旅行社 张杨路628弄2号楼2楼B座
电话：51025858 58359852

自助餐

早7：48乘D406“子弹头”火车赴常州，游国家AAAA级风景区，素有“东南第一丛林”之誉的千年古寺天宁禅寺；然后游览耗资3亿元打造的神州大佛塔天宁宝塔，塔内有1000多件稀世珍宝；中午可在天宁寺自设素食馆品尝40多种具有传统特色的如意斋素和常州风味佳肴；下午逛江南第一的红梅园；17：32乘D437“子弹头”火车，18：40抵达上海。

散客乘“子弹头”火车，可在出口处(设置区接待站)凭火车票抵门票现金10元，免费班车送至景区；联票80元/人；70周岁以上老年人游天宁寺免费。

自驾游

沪宁高速——常州横山桥出口下——(直走)东方大道(到头)——左拐(青洋路)——(右拐)常戚路、延陵东路——天宁禅寺、天宁宝塔。全程约2小时。
景点门票：联票80元/人(包含各主要景点)
咨询热线：0519-88172552 网址：www.tnbt.com.cn