



■ 老君山之美兼泰山之雄伟、华山之险峻、庐山之朦胧

看秋景，洛阳老君山

登山赏秋景，洛阳老君山是一好去处，满山的树林，红、黄、绿、橙、绿、蓝；加上雄伟山势、奇峰幽谷、洞涧飞瀑，显得斑斓而神奇。

洛阳老君山位于河南洛阳栾川县城南3公里处，是秦岭余脉八百里伏牛山的主峰，海拔2200米，原名景室山，后因西周老子李耳到此归隐修炼，被道教尊为太上老君，易名“老君山”。老君山锦山绣水，风景如画，历代文人骚客多有推崇，明代诗人谢榛就曾慨叹老君山之美“兼泰山之雄伟、华山之险峻、庐山之朦胧，黄山奇峰七十二，君山奇景知多少！”到老君山，有几处景不可错过：一是龙吟阁。龙吟阁是个观景亭，坐落在老龙窝栈道之上，在这儿听群瀑泉声是一大享受。清澈的溪流从珍珠滩缓缓走来，到了龙吟阁下，被山岩拘成湍流飞速直泻，又跌入深潭，经过了一系列的缓急冲撞之后，留下了大小十几个瀑布，其间，或笑语喧哗，或浅吟低唱，都在涧谷中的回音壁间回荡，就像千百个音符同奏着一曲美妙的合唱。二是山顶太清观。山顶太清观始建于北魏，唐代尉迟敬德曾监工重修，明朝最为鼎盛，铁椽、铁瓦、金碧辉煌，千百年来，一直是豫、陕、皖、鄂等地众香客朝拜的中原道教圣地。三是中鼎云海。云海是老君山的一大奇观，而中鼎云海当为老君山云海之首。云海出现时，放眼望去，云遮千里，雾锁万峰；犹如站在碧波万顷的汪洋大海之中，翠峰隐现似动若静，恰似千帆竞渡，百舸待发。在上晴下阴的云海奇观出现时，“海到天涯天为岸，山至极顶人为峰。”四是玉兰吐香。古玉兰在追梦谷的清凉桥和君山天瀑之间的旅游步道上，据专家鉴定，这棵白玉兰已有千年以上的树龄。古树根植于悬崖之上，树围三人难以合抱；树干两米处，分为五枝，人称“五子登科”，因而也叫“一树成林”。每到阳春季节，满树玉兰，一片花香。五是峰林烟岚。在近千亩的范围内有大小石峰3000多座，形态各异，惟妙惟肖。在这些奇石奇峰中，最著名的就是老君悟道峰，在天然石壁的夹缝中生长着百年苍松，青翠欲滴。六是幽谷蛙鸣。老子李耳在此大彻大悟，一步登天跨上了伏牛之巅。传说，当年老子行至此地，坐下歇息，刚与众天仙神会，声声蛙鸣此起彼伏，搅得人心烦，老子用手一指，以静制动，点化为石。



■ 山顶太清观始建于北魏，一直是众香客朝拜的中原道教圣地

【旅游提示】

交通:老君山距洛阳机场148公里，公交或出租车可到景区。

住宿:老君山有宾馆和“农家乐”，干净卫生。

特产:香菇、木耳、核桃、玉米糝等。



■ 在这儿听群瀑泉声是一大享受

逛开封龙亭 看清代建筑 听宋朝传说



开封是中国六大古都之一，作为北宋王朝的都城达167年之久。当时的宋京极为繁盛，宫殿建筑很辉煌。可惜金人侵占开封时，宋皇宫建筑大部分被烧毁了。后来，又经过多次兵燹和黄河决堤，宏伟的宫室已荡然无存。在过去皇宫遗址上只留下了龙亭这座建筑物，而这座龙亭却是清代所建。龙亭坐北朝南，高踞在台基之上。

从地面到大殿有36丈高，代表36天罡；72级台阶，代表72地煞。台阶中间是雕有云龙图案的石阶。登上平台，四周有石栏围绕。大殿是木结构，重檐歇山式建筑，很壮观。

宫殿相叠的风水宝地

开封龙亭自古以来就是一块风水宝地，1200多年辉煌悠久的历史，可以追溯到唐朝。龙亭大殿和潘杨二湖的地下，深深地埋藏着唐宣武军衙署，五代后梁的建昌宫，后晋、后汉、后周的大宁宫、北宋皇宫、金皇宫、明周王府等几个朝代的宫殿遗址。一幅层层叠叠压在一起形成了世上独一无二的湖底宫殿，可为世界奇观之一。

潘杨二湖寻两家故事

龙亭前有一条笔直的大道，道旁东为潘湖，西为杨湖。传说，东湖为宋朝“太师”潘美的府第，他陷害忠良，是个奸臣，宅院里的湖，水是浑的；西湖为宋朝抗辽名将杨业的府第，他舍身救国，是个忠臣，宅院里的湖，水是清的。这个说法没有科学根据，但反映了人们对忠奸的态度和感情。现在龙亭、潘、杨两湖，以及龙亭后面的假山花园，都辟为龙亭公园。

铁泉海眼又一说

龙亭公园东墙外，有一根深深陷在地下的铁柱，传说它叫“铁泉海眼”，堵住了海眼，才使开封免遭了海水侵袭之苦。据说冯玉祥豫时，曾挖过它，没有挖动。开封沦陷时期，日本人也动过它的念头，他们不是

挖，而是用机械向上拔，但终也没有拔出来，只炸掉了一截弄走了。这个铁柱子到底有多大？埋藏有多深？是干什么用的？至今也没有人能够说清楚。

拱门照壁看天子心机

这座照壁，你一定会感到与众不同。通常照壁都是一块完整的墙壁，而这座照壁的中间却开了一个圆形的拱门，据说是宋太祖赵匡胤打下江山之后，害怕世人讥笑他是从柴氏的孤儿寡母手中夺取的皇位，于是就心生一计，让人在皇宫内的影壁上开了一个圆形的拱门，向世人证明，他就是一位真龙天子，有能力治理好国家，让天下的民心都归顺于他。

这块雕刻着龙造型优美的青石名叫龙墩（右图），传说宋太祖赵匡胤登基之后，感觉龙椅座着不舒服，于是就命人千辛万苦地从泰山挖来这块泰山之石，精工雕琢而成，取“稳坐泰山”之意。这块龙墩还有一个特殊功能，就是能够分辨官员是清官还是昏官，意思就是清官坐上去四平八稳，昏官坐上去则会摇摇欲坠，来到龙亭，你也可以坐上去试一试。



【旅游提示】

交通:开封市内20路公交车为旅游专线，能直接到达各个旅游景点；出租车起步价为5元/3公里，以后每公里收费为1元，市内景点之间的出租车费用不会超过15元；也可乘三轮车，按照1元/公里的标准收费，包一天的价格是80元。

周边联游:大相国寺、清明上河园、开封铁塔、宋都御街、开封府景区、开封包公祠。

美食:开封是“豫菜”的发祥地，具有独特的汴京风味，以鲤鱼焙面、桶子鸡、套四宝为代表，开封的小吃夜市更是别具一格，市中心夜市自北宋已有1000多年历史，特色有小笼包、花生糕、红薯泥等。

明月



■ 古色古香的玉带桥



■ 清代所建的龙亭古建筑

金秋时节，溱湖吃簕蟹

秋高气爽，菊黄蟹肥，最适合去鱼米之乡游美景尝美食。这里推荐江苏溱湖国家湿地公园，不仅有万鸟覆波、芦花胜雪的无限风光，还有可与阳澄湖大闸蟹齐名的簕蟹。

十里溱湖中岛屿星罗棋布，水草丰茂，水质清纯甘冽无污染，不仅是泛舟赏景的好去处，还盛产鱼虾、菱藕、水瓜等无公害绿色食品；其中尤以簕蟹出名。所谓簕蟹，指的是用“簕”捕获的螃蟹。而“簕”是溱湖当地独有的一种渔具，用竹枝或苇秆编成，状如栅栏，直立地置入水中，以截断鱼、蟹的去路进而加以捕获。溱湖簕蟹，青眼红毛，膏厚肉腴，为蟹中上品。

不过，上海资深吃货们在溱湖不会仅仅吃清蒸簕蟹的，因为簕蟹在溱湖还有多种品尝方式。在这诸多的簕蟹美食中，首推“蟹黄包”。紧邻溱湖的溱潼古镇有“苏



■ 溱湖国家湿地公园芦花胜雪

中周庄”之称，小桥流水，古色古香。这里有吃早茶的习惯，当地人就用簕蟹的纯蟹黄做蟹黄包的馅料，称得上十分“奢侈”。热腾腾出笼的蟹黄包喷香扑鼻，黄黄的蟹油溢出包子皮，看了就令人垂涎三尺。一口咬下去，满嘴的蟹黄弹性十足，鲜到心里，让人百吃不厌。

蟹黄狮子头也是溱湖的特色佳肴。用农家散养猪的五花肉做成肉馅，再加入簕蟹蟹黄和捣碎的荸荠末制成的蟹黄狮子头只只个大紧实，无论是清蒸、红烧还是上汤，入口蟹黄鲜肉肉馅细嫩，爽口软糯，美味无比。

溱湖当地人还有一项将簕蟹的鲜美发挥到极致的“绝活”——熬蟹黄油。人们将簕蟹的蟹黄精心剔出，然后用纯猪板油在柴火大灶上慢火熬制，熬成的金色蟹黄油堪称调料中的极品，无论汤面、炒面、馄饨，还是小笼馒头汤年糕，只要放上一小勺蟹黄油，瞬间可化平凡为神奇。如果用来做菜，那极其平常的青菜、豆腐立刻就能变寡淡为鲜美。所以，真正会吃簕蟹的上海人是一定会带上几瓶囤在家里，如此一年四季都能品尝到溱湖簕蟹那无与伦比的滋味了。

小贴士:自驾车，沪嘉高速—沿江高速—过江阴大桥—转靖盐高速（往盐城方向）—溱潼出口下（6号出口） 木子李