# 辽宁青山沟旅游攻略(12篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-07-18

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。辽宁青山沟旅游攻略篇一非常高兴在这...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**辽宁青山沟旅游攻略篇一**

非常高兴在这阳光明媚的日子里，与您相识在美丽的江城“丹东”。我是某某旅行社的导游员，我叫，那么你们的这次旅游生活中的导游工作，就由我来为大家做。现在我仅代表某某旅行社的全体员工，热烈地欢迎您的光临，同时在此预祝你们的旅游生活开心、愉快!

各位朋友，在我们旅游过程中，你一路上可称我为刘导或小刘都行，如果你有什么需求，请不要客气，只要是在合情、合理和可能的情况下，我将会尽力满足你的需求。另外还有一位为我们服务的司机师傅，他姓，现在我们用掌声来感谢司机师傅的辛苦工作。

今天我和大家一起将要游览的是丹东著名的省级风景区——青山沟，它位于辽宁省xx市xx县青山沟镇境内，距xx市城区160公里，景区面积约127.4平方公里,汽车行驶约3个小时。“青山沟”、“飞瀑涧’’、“虎塘沟”三大景区浑然一体，构成一幅巨大的天然画卷。全区共有126个景点，大小瀑布36条，是一个完美的山水型自然风景区。这里风景秀丽，水秀山青，气势恢弘，植被多为原始林态，树林葱郁，峡谷幽深，怪石林立，溪水潺潺，飞瀑壮观，景色十分迷人。这里季相分明，春夏秋冬四季景观别有特色。春夏可见万绿丛中点点红;深秋可见千红风叶黄斑谰;冬季则是白雪覆盖，峰恋如玉。在我国北方是一流的景色，在全国也是上乘的，可谓“西有九寨沟，东有青山沟”。中国第一画家村就在这里诞生。由于这里四季分明，它的春、夏、秋、冬四季景观别具特色，令人流连忘返，现已列为辽宁省风景名胜区。

青山沟景区内有7个村、36个村民组，人口约有8000人，有汉、满、朝鲜等少数民族，但以满族居多，有浓厚的满族文化风情。青山湖水域面积23.3平方公里，鸭绿江的最大支流——浑江流经景区35公里。一九八四年联合国教科文组织通过卫星观测，把青山沟列为世界六大无污染区之一，在这里居住的人平均寿命88岁，是世界上少有的长寿之乡。由于景区风光秀美，人杰地灵，曾被新加坡新闻界誉为“神仙住过的地方”。来源：考试大

青山沟风景区经过几年的开发建设，基础服务设施得到了很大的改善，交通便利、通讯发达。景区内现有高、中、低档宾馆、饭旅店30余个，可同时接待游客4000人，拥有船只18艘可同时乘载游客800人。在这里可以吃到青山湖的鲤鱼、多种河鱼、和无污染的各种山野菜等当地特产。

青山沟风景区群山环抱、层峦叠障，地势自西向东倾斜，呈东低西高之势，森林覆盖率为80%，年平均气温8.5摄氏度，最低气温—28摄氏度，最高气温32摄氏度，年平均降雨量1200毫米，无霜期180天。

青山沟风景区动、植物资源十分丰富，全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，珍贵植物有8种，即人参、东北刺参、钻天柳、水曲柳、野大豆、核桃楸、黄蘖等。森林树种以落叶阔叶林为主,有柞树、板栗、枫树、榆树、桦树、杨树、白腊等。名贵药材有人参、细辛、贯众、辽五味、黄芪、贝母、天麻、三枝九叶草等，还有各种野生菌菇，如：松伞蘑、玉黄蘑、针蘑、青蘑、元蘑，以及人工种植的香菇、滑菇等食用菌，滑菇全区年产2500吨，景区盛产山楂、板栗、核桃、棒子、木耳等，板栗年产量可达400吨。景区还盛产驰名异国的蕨菜、刺龙牙、大叶芹等山野菜。动物资源有各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等200余种。山上有黑熊、獐、狍、狐、兔、水獭、鸳鸯、灰鹭、及各种山雀。水中不仅有珍奇稀有的龙爪龟、娃娃鱼等两栖动物，还有鼋鱼、高背鲤、桂鱼、池沼公鱼、林蛙、泥鳅、溪水龙虾等。

风景区土壤呈中性偏酸，浑江水的硬度为1.17毫克/升，比世界卫生组织规定的饮用水标准硬度1.96毫克/升低得多。相当于世界卫生组织规定的饮用水标准。由于景区内植被覆盖率高，水土保持好，无工业和大气污染，江、河、涧、溪极为清澈，大部分溪水可直接饮用，甘甜可口，并含有多种人体必需的微量元素与矿物资。好，景区的概况就简单介绍到这里。

现在我们的旅游车已经行驶了60分钟，大家先休息一下，如果有什么问题请找导游。

大家好，我们的目地的就要到了，请把你的行李收拾好，一会儿我们先分房间，10分钟后，下楼用餐，然后我们直接游览青山湖，请大家带好相机以及所要用的水、眼镜等等。

现在我们要游览的是素有“塞北漓江”称谓的青山湖风景区，距青山沟镇8公里，大约需要15分钟的时间，下面我把青山湖的概况向大家介绍一下，青山湖景区水域辽阔。湖面最宽处可达1500米，上下长达百余公里，水深30——70米，因下游太平哨发电厂大坝截断浑江、遂蓄水成湖。湖水清澈碧绿，荡舟湖上，但见两岸青山相对出，扁舟踏破水中山，山光水色，浑然而成仙境。青山湖景区已经到了，首先映入我们眼帘的是一幢欧式造型的楼阁，这就是“雨桂山庄”。它是1993年7月

由我国著名国画家宋雨桂先生出资650万元，占地3800平方为建造而成的是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

一会儿上船时，请大家注意安全，并拿好的自已的贵重物品，特别是在船上，很容易丢失东西，或掉到水里，同时大家在船上要互相照顾，发扬团结友爱的精神，使我们的游玩能更轻松、更愉快。

(待大家坐好后)下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，xx市xx区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游，在青山宾馆发现了一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖，他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，戏水跳跃，遥遥相送。真不知这条大红鲤鱼是通人性，还是有灵性。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股沁人肺腑的清香。与丁香崖相比，“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。我国著名的书法家王冠在上面题写了“花仙台”三个字。前面那一片长达百米的山崖是“钓鱼”，这里是游人垂钓的最佳地方。大家再来看前面的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中，因此得名“鼋头戏水”。

前面就是“白云峰”了，“白云峰”笔立千仞，云雾缭绕，相传八仙曾从蓬莱驾云至此，饮酒放歌。“白云峰”上有一个美丽的传说，“白云峰”下却有一个悲凉的故事：很久以前，有一位山民常年在此放木排南下，换钱养家，一日，山民被江涛吞没，他的妻子不见丈夫归来，便迎风站在巨大的天然坪台上望夫归来，时间长了便跌入江中，于是人们便的把这座迎江而立的高台称“望夫台”。

大家向右看那株华盖如云的千年古松，高十余米，有双人合抱粗细，这株古松在宣统年(1920xx年)间，谁都不知是什么原因，一连三年枯枝，有一李姓人想把它砍倒为柴，可是他的斧头刚落下，古松便鲜血直流，那人也腹痛难忍，滚倒树下，从此再也没人敢砍它了，三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。因此，人们称之谓“松神”。

前面那一座绵延千米，高达百米的铁壁绝崖就是“青铜壁”，“青铜壁”旁边的就是“大峡谷”，谷内另有一番景象，谷间流淌着“山音瀑”，两泉并流的“姊妹泉”，抗联遗迹“忠魂洞”等景点位于谷中，这里是理想的旅游野餐之地。

请大家向右看，这就是青山湖一绝——盛夏冰凌，即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中，每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”，这两种现象堪称举世奇观，成为不解之迷。

现在我们看到湖左岸边的一座古庙宇是“清福寺”，“清福寺”始建于明末清初，香火盛时有僧侣48位，日寇侵华时焚烧了此庙，后经修缮，文革时遭一劫而荡然无存。94年，新加坡蔡金钟先生投资8万美元移址修复了此庙，现彩绘已结束，近期将对外开放。

远远地我们便能看到“仙人谷”中的“八仙台”， “八仙台”下便是宋雨桂先生投资360万元，占地5000平方米，兴建的“中国画家村”，这是一幢幢座落在“仙人谷”口的西式风格的建筑群。随山势起伏，亭台楼阁，错落有致。是休闲度假、写生作画的最佳境地。沿“中国画家村”上行，有从崖顶喷涌而出的五股泉水，恰恰似五龙吐水，被称为“五龙泉”。继续前行，还会看到一块巨石状如睡佛，人称“睡僧石”，左侧山沟里，有被山崖跌得飞花四溅的“流花瀑”，绕过“流花瀑”，有并卧于林间一大一小形如鹿状的“鹿鸣泉”右边会看到一股气势磅礴的山泉从80米高的崖上轰然而下，它是从天与山的罅隙中喷涌而出如自天际而来，所以称其为“飞云瀑”，“仙人谷”内景点众多，美不胜收。

顺江上行，可见高大挺直的“参王峰”，据说峰上人参很多，并有株参王，每当人参拉朵时节，参朵映红了半边江，景se诱人。当年日寇侵占东北时，听说峰顶有一株参王，便强迫当地百姓砍木造梯，意欲采宝，当梯造一半时，杨靖宇带领部下赶来，把日寇打跑了，据说那株参王善于隐藏变化，现还在“参王峰”上。

请看那小巧俊秀的“小仙山”、“双乳峰”江右岸那层层叠叠、峭壁绵延，春来秋归燕子成群的是“燕子尾”，再看那峭壁上十米高处有一凹窝，深约一米，方方正正，听说古时当地人就是根据凹窝中日影投射位置的变化来推断时辰，竟十分准确，故得名“金钟壁”。

游客朋友们，前面江中那个小岛就是我们青山湖景区游览的终点“柳花岛”，它像一颗璀璨的明珠锒嵌大江的中心，“柳花岛”上芳草萋萋，柳树成荫，杨花柳絮，飞飞扬扬，“柳花岛”也因此而得名。

朋友们，我们现在将要游览的是虎塘沟景区，虎塘沟景区距我们的出发地约6公里，行程大约二十分钟。

虎塘沟景区是三大景区中最具有原始韵味的景区。这里峡谷幽深，藤树蔽日，山峰奇峭，怪石林立，溪流潺潺，瀑布飞溅，素有“天下第一幽”之称，中国末代皇帝溥仪之

弟溥杰尤为欣赏虎塘沟清幽的境界，故题为“虎塘幽境”。

为什么叫“虎塘沟”呢?

听老人们说，很久以前，在这个沟里住着哥俩，他们整天靠打猎、打柴为生，一天哥俩照常去山里打猎，可是一无所获，疲惫地往家走时，在这条沟叉里发现了一只受伤的老虎，只见这老虎爬卧在一块石头上，眼里似乎还流着泪，那双求助的眼睛让这哥俩不忍心再去伤害它，于是哥俩把这只受伤的老虎抬回家，一边治伤，一边把仅有的一点吃的东西喟给老虎，不几日，老虎的伤好了，哥俩就把它又放回受伤的地方，这只老虎一步一回头地走远了，似乎在感激着他们俩个。一晃一年过去了，哥俩的日子一如既往。一日，从远处来了一位说是逃慌的姑娘，无处安身，请求哥俩收下她，好心的哥俩看到这个姑娘也是可怜，就把她收下了，每日里哥俩上山打猎，姑娘在家做饭、洗衣、收拾家务，自从来了这位姑娘，哥俩的日子一天比一天好，收获的猎物也越来越多，时间久了，大哥就和这位姑娘结了婚，一年后，生了个大胖儿子，哥俩别提有多高兴了，正当过好日子时，哥俩发现姑娘的心情不好，总像是有什么心事似的，可怎么问，姑娘都不说，一天，哥俩又去打猎了，姑娘把饭做好了，把孩子放在院子里，并告诉孩子说以后要听爸爸和叔叔的话，然后转身就不见了，傍晚哥俩高高兴兴满载而归时，发现家里没有了姑娘，就到处寻找，只见桌子上留一画，哥俩一看就全明白了，原来，这位姑娘是当年受伤的那只老虎，因曾受到哥俩的帮助，所以这是来报恩的，两年来，一直照顾着他们，现在已经完成了报恩任务，必须回去了，不然人间是不留它的。虽然哥俩很想念她，但也没有办法，为了纪念这段人间美丽的故事，人们把这个地方给起了个名子叫“虎塘沟”。这个民间故事也流传下来了，信不信由你，其实，这个故事主要是说这里的人们朴实、善良，这里的山美、水美、人更美。

好，虎塘沟景点到了，请大家带好东西下车。首先，我们看到的是连理树型的人工塑造的大门，走进大门，你就会感觉到进入了原始境界，你是否听到“叮咚”的水声，这就是“叮咚泉”发出的声音。我们踏着这弯曲的石径，顺小溪边而上，过“金鸡报晓峰”、“熊掌峰”，就到了“黑熊望月”它是高50余米的一块巨石，无论从哪个角度看，都似一只栩栩如生的大黑熊，明月东升，这黑熊发现了就偷偷地观看，一不小心弄出声音，嫦娥受到惊吓奔回了月宫，黑熊便长久地注视月亮了，直到化成了石头。顺谷而上，你会感到更加幽静，“虎塘幽境”几个大字会在你不经意间注入你的眼帘，举目四望，有如坠入深渊之感。你看那跌来荡去，姿意迂回的飞瀑就是“九曲天水”，喝“九曲天水”可以滋身润体、防病去灾。顺“九曲天水”上行，仰观石壁，高耸入云，你会看到一股飞流从天而落，这就是80余米高的“矿泉浴”，从悬崖峭壁上跌落的泉水，被石壁撞击，如天女撒花，似雨似雾，成为天然“矿泉浴”，不时有条条彩虹自此横跨天际，真是水从天上降，人在彩虹中。从“矿泉浴”上攀登“野猪岭”，穿密林，我们便来到了“仙姑瀑”，“仙姑瀑”的悬崖下面就是“九曲天水”，真是瀑上有瀑，令你神往。继续上攀便到了虎塘沟的最高峰“虎王顶”。我们站在“虎王顶”眺望，苍松挺立，云海茫茫，崇山峻岭，江河村落尽收眼底，会使你心旷神怡。顺“仙姑瀑”西行便是人称险中险的“老虎背”，“老虎背”上怪石遍布，松树曲屈之状各不相同，宽处有三五米，窄处只有一米，两边是悬崖峭壁，前面是万丈深渊，我们只能是手握扶栏、脚蹬爬梯，侧身走过“飞云渡”缓步下到崖底，惊恐后的回首，峭壁上百余米的爬梯凌空倒挂，一定会让你大汗淋漓，心有余悸。请不要害怕，让那些体质强健的朋友去领略那奇险的乐趣，我们各位从这里的小道同样可以下到崖底。

朋友们，虎塘沟的游览已经结束了，你的感受是不是很多，让我们大家一起回味一下吧……

朋友们，现在我将要带领大家浏览的是飞瀑涧景区，该景区距我们的出发地有18公里，行程大约30分钟。

现在我们已经来到了飞瀑涧景区，请大家带好自己的贵重物品带好下车。

这就是著名的辽宁省第一大瀑布——青山飞瀑，它是经过地壳运动使岩体发生移位变化，又经长期的河流冲刷而形成的。由于该地的侵蚀切割地形十分显著，因而深沟峡谷，悬崖峭壁较多。其岩体多为黑云母混合片麻岩。我们看，溪流从32米高的断层峭壁上腾空而落，转眼间化做玉带银河，跌入潭底，远远望去，黑色巨崖如披白纱，缠绵飘渺，变幻无穷，跌落的飞流激起雷鸣般的轰响，动人心魄。冬天，她凝冻成硕大的冰瀑，玲珑剔透，蜡雕玉琢，景象更为壮观。传说在人迹稀少的时候，瀑布上下都是原始森林、野鸡满天飞，野兽遍地走，瀑布下深潭里住着一个蝲蛄精，不时到瀑布边的石头上晒太阳，一日，一只猴子与蝲蛄精因地盘之争撕打起来，蝲蛄精的一只手臂被打下来，疼痛难忍，一头钻进瀑布下的深潭中，至今不敢出来，掉下来的蝲蛄螯经人试验，可以装一斗二升小米，这只猴子也跳到南面

的山尖上俯视瀑布，这就是“石猴观瀑”。石猴身长2米有余，到近处还可以看到它挤眉弄眼的俏皮相。来源:考试大网

“飞瀑”的下面就是“仙女潭”。传说，王母娘娘的七个女儿到此游玩，看到如此清澈的溪水，便想在此沐浴，不料水势湍急，只好求助母后，王母娘娘便从天上向水中投下一巨石，顿时溪流平稳，王母娘娘也乐得其所，在旁边的大石头休息，众仙女纷纷下水嬉戏，于是后人把王母娘娘休息的地方称作王母床，仙女洗澡的潭叫“仙女潭”，那块巨石称为“镇水石”。

“仙女潭”北面山峰上有当年杨靖宇将军的临时指挥部遗址，现还可以看到当年抗联战士构筑战斗掩体，峭壁上还依稀可辨战斗的弹痕，现为市级文物保护单位。这一湾泉水就是“靖宇泉”，是当年抗联战士饮用的泉水，大家请看这就是当年掩护杨靖宇将军而牺牲的刘连长的坟墓，墓碑尚存。

在青山飞瀑南面的山上，有一处约两米宽的山崖豁口是“通天门”，两边是悬崖峭壁，当年抗联战士就凭此天险与敌人巧妙周旋，取得了一次又一次的胜利。穿过“通天门”可达“将军岭”，“将军岭”上有抗联战士修筑的防御工事遗迹，有抗联战士血洒疆场的无名坟墓。继续上行可以看到塌落的城垣废墟，城垣围着一座候氏坟墓，据墓碑可以看出，候氏一门由辽阳迁于滴水砬，家境富有，人丁旺盛，候氏身为员外，远近闻名，候氏死后三个儿子将其葬于此处后，损妻伤子，家道败落，已无子嗣于世，因而现在有猴不能进城之说。

“青山飞瀑”下一公里处便是“碧波潭”，潭上有一巨石，中间有一个三米宽的洞穴，潭水从洞中穿过，这就是“水穿石”景点。好，朋友们，到这里，青山沟景区我们已经游览结束了，这儿的山山水水是否让你玩的开心，我的服务工作是否让你满意，如果有什么不如意的地方，请告诉我。我衷心地希望你带着满意的微笑离开丹东，因为我更希望在不久的明天，你会再来丹东，并把你的所有的朋友和亲人都带来，我们某某旅行社将会用更好的服务来迎接你和你的朋友们。

在此要和大家说声再见了，祝各位一路顺风!

**辽宁青山沟旅游攻略篇二**

游客朋友们：大家好!

非常高兴在这阳光明媚的日子里，与您相识在美丽的江城“丹东”。我是某某旅行社的导游员，我叫，那么你们的这次旅游生活中的导游工作，就由我来为大家做。现在我仅代表某某旅行社的全体员工，热烈地欢迎您的光临，同时在此预祝你们的旅游生活开心、愉快!

各位朋友，在我们旅游过程中，你一路上可称我为刘导或小刘都行，如果你有什么需求，请不要客气，只要是在合情、合理和可能的情况下，我将会尽力满足你的需求。另外还有一位为我们服务的司机师傅，他姓，现在我们用掌声来感谢司机师傅的辛苦工作。

今天我和大家一起将要游览的是丹东著名的省级风景区——青山沟，它位于辽宁省丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距丹东市城区160公里，景区面积约127.4平方公里,汽车行驶约3个小时。“青山沟”、“飞瀑涧’’、“虎塘沟”三大景区浑然一体，构成一幅巨大的天然画卷。全区共有126个景点，大小瀑布36条，是一个完美的山水型自然风景区。这里风景秀丽，水秀山青，气势恢弘，植被多为原始林态，树林葱郁，峡谷幽深，怪石林立，溪水潺潺，飞瀑壮观，景色十分迷人。这里季相分明，春夏秋冬四季景观别有特色。春夏可见万绿丛中点点红;深秋可见千红风叶黄斑谰;冬季则是白雪覆盖，峰恋如玉。在我国北方是一流的景色，在全国也是上乘的，可谓“西有九寨沟，东有青山沟”。中国第一画家村就在这里诞生。由于这里四季分明，它的春、夏、秋、冬四季景观别具特色，令人流连忘返，现已列为辽宁省风景名胜区。

青山沟景区内有7个村、36个村民组，人口约有8000人，有汉、满、朝鲜等少数民族，但以满族居多，有浓厚的满族文化风情。青山湖水域面积23.3平方公里，鸭绿江的最大支流——浑江流经景区35公里。一九八四年联合国教科文组织通过卫星观测，把青山沟列为世界六大无污染区之一，在这里居住的人平均寿命88岁，是世界上少有的长寿之乡。由于景区风光秀美，人杰地灵，曾被新加坡新闻界誉为“神仙住过的地方”。来源：考试大

青山沟风景区经过几年的开发建设，基础服务设施得到了很大的改善，交通便利、通讯发达。景区内现有高、中、低档宾馆、饭旅店30余个，可同时接待游客4000人，拥有船只18艘可同时乘载游客800人。在这里可以吃到青山湖的鲤鱼、多种河鱼、和无污染的各种山野菜等当地特产。

青山沟风景区群山环抱、层峦叠障，地势自西向东倾斜，呈东低西高之势，森林覆盖率为80%，年平均气温8.5摄氏度，最低气温—28摄氏度，最高气温32摄氏度，年平均降雨量1200毫米，无霜期180天。

青山沟风景区动、植物资源十分丰富，全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，珍贵植物有8种，即人参、东北刺参、钻天柳、水曲柳、野大豆、核桃楸、黄蘖等。森林树种以落叶阔叶林为主,有柞树、板栗、枫树、榆树、桦树、杨树、白腊等。名贵药材有人参、细辛、贯众、辽五味、黄芪、贝母、天麻、三枝九叶草等，还有各种野生菌菇，如：松伞蘑、玉黄蘑、针蘑、青蘑、元蘑，以及人工种植的香菇、滑菇等食用菌，滑菇全区年产2500吨，景区盛产山楂、板栗、核桃、棒子、木耳等，板栗年产量可达400吨。景区还盛产驰名异国的蕨菜、刺龙牙、大叶芹等山野菜。动物资源有各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等200余种。山上有黑熊、獐、狍、狐、兔、水獭、鸳鸯、灰鹭、及各种山雀。水中不仅有珍奇稀有的龙爪龟、娃娃鱼等两栖动物，还有鼋鱼、高背鲤、桂鱼、池沼公鱼、林蛙、泥鳅、溪水龙虾等。

风景区土壤呈中性偏酸，浑江水的硬度为1.17毫克/升，比世界卫生组织规定的饮用水标准硬度1.96毫克/升低得多。相当于世界卫生组织规定的饮用水标准。由于景区内植被覆盖率高，水土保持好，无工业和大气污染，江、河、涧、溪极为清澈，大部分溪水可直接饮用，甘甜可口，并含有多种人体必需的微量元素与矿物资。好，景区的概况就简单介绍到这里。

现在我们的旅游车已经行驶了60分钟，大家先休息一下，如果有什么问题请找导游。

大家好，我们的目地的就要到了，请把你的行李收拾好，一会儿我们先分房间，10分钟后，下楼用餐，然后我们直接游览青山湖，请大家带好相机以及所要用的水、眼镜等等。

现在我们要游览的是素有“塞北漓江”称谓的青山湖风景区，距青山沟镇8公里，大约需要15分钟的时间，下面我把青山湖的概况向大家介绍一下，青山湖景区水域辽阔。湖面最宽处可达1500米，上下长达百余公里，水深30——70米，因下游太平哨发电厂大坝截断浑江、遂蓄水成湖。湖水清澈碧绿，荡舟湖上，但见两岸青山相对出，扁舟踏破水中山，山光水色，浑然而成仙境。青山湖景区已经到了，首先映入我们眼帘的是一幢欧式造型的楼阁，这就是“雨桂山庄”。它是1993年7月由我国著名国画家宋雨桂先生出资650万元，占地3800平方为建造而成的是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

一会儿上船时，请大家注意安全，并拿好的自已的贵重物品，特别是在船上，很容易丢失东西，或掉到水里，同时大家在船上要互相照顾，发扬团结友爱的精神，使我们的游玩能更轻松、更愉快。

(待大家坐好后)下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游，在青山宾馆发现了一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖，他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，戏水跳跃，遥遥相送。真不知这条大红鲤鱼是通人性，还是有灵性。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股沁人肺腑的清香。与丁香崖相比，“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。我国著名的书法家王冠在上面题写了“花仙台”三个字。前面那一片长达百米的山崖是“钓鱼台”，这里是游人垂钓的最佳地方。大家再来看前面的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中，因此得名“鼋头戏水”。

前面就是“白云峰”了，“白云峰”笔立千仞，云雾缭绕，相传八仙曾从蓬莱驾云至此，饮酒放歌。“白云峰”上有一个美丽的传说，“白云峰”下却有一个悲凉的故事：很久以前，有一位山民常年在此放木排南下，换钱养家，一日，山民被江涛吞没，他的妻子不见丈夫归来，便迎风站在巨大的天然坪台上望夫归来，时间长了便跌入江中，于是人们便的把这座迎江而立的高台称“望夫台”。

大家向右看那株华盖如云的千年古松，高十余米，有双人合抱粗细，这株古松在宣统年(1920xx年)间，谁都不知是什么原因，一连三年枯枝，有一李姓人想把它砍倒为柴，可是他的斧头刚落下，古松便鲜血直流，那人也腹痛难忍，滚倒树下，从此再也没人敢砍它了，三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。因此，人们称之谓“松神”。

前面那一座绵延千米，高达百米的铁壁绝崖就是“青铜壁”，“青铜壁”旁边的就是“大峡谷”，谷内另有一番景象，谷间流淌着“山音瀑”，两泉并流的“姊妹泉”，抗联遗迹“忠魂洞”等景点位于谷中，这里是理想的旅游野餐之地。

请大家向右看，这就是青山湖一绝——盛夏冰凌，即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中，每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”，这两种现象堪称举世奇观，成为不解之迷。

**辽宁青山沟旅游攻略篇三**

游客朋友们：大家好!

非常高兴在这阳光明媚的日子里，与您相识在美丽的江城“丹东”。我是某某旅行社的导游员，我叫，那么你们的这次旅游生活中的导游工作，就由我来为大家做。现在我仅代表某某旅行社的全体员工，热烈地欢迎您的光临，同时在此预祝你们的旅游生活开心、愉快!

各位朋友，在我们旅游过程中，你一路上可称我为刘导或小刘都行，如果你有什么需求，请不要客气，只要是在合情、合理和可能的情况下，我将会尽力满足你的需求。另外还有一位为我们服务的司机师傅，他姓，现在我们用掌声来感谢司机师傅的辛苦工作。

今天我和大家一起将要游览的是丹东的省级风景区——青山沟，它位于辽宁省丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距丹东市城区160公里，景区面积约127.4平方公里，汽车行驶约3个小时。“青山沟”、“飞瀑涧’’、“虎塘沟”三大景区浑然一体，构成一幅巨大的天然画卷。全区共有126个景点，大小瀑布36条，是一个完美的山水型自然风景区。这里风景秀丽，水秀山青，气势恢弘，植被多为原始林态，树林葱郁，峡谷幽深，怪石林立，溪水潺潺，飞瀑壮观，景色十分迷人。这里季相分明，春夏秋冬四季景观别有特色。春夏可见万绿丛中点点红;深秋可见千红风叶黄斑谰;冬季则是白雪覆盖，峰恋如玉。在我国北方是一流的景色，在全国也是上乘的，可谓“西有九寨沟，东有青山沟”。中国第一画家村就在这里诞生。由于这里四季分明，它的春、夏、秋、冬四季景观别具特色，令人流连忘返，现已列为辽宁省风景名胜区。

青山沟景区内有7个村、36个村民组，人口约有8000人，有汉、满、朝鲜等少数民族，但以满族居多，有浓厚的满族文化风情。青山湖水域面积 23.3平方公里，鸭绿江的支流——浑江流经景区35公里。一九八四年联合国教科文组织通过卫星观测，把青山沟列为世界六大无污染区之一，在这里居住的人平均寿命88岁，是世界上少有的长寿之乡。由于景区风光秀美，人杰地灵，曾被新加坡新闻界誉为“神仙住过的地方”。

青山沟风景区经过几年的开发建设，基础服务设施得到了很大的改善，交通便利、通讯发达。景区内现有高、中、低档宾馆、饭旅店30余个，可同时接待游客4000人，拥有船只18艘可同时乘载游客800人。在这里可以吃到青山湖的鲤鱼、多种河鱼、和无污染的各种山野菜等当地特产。

青山沟风景区群山环抱、层峦叠障，地势自西向东倾斜，呈东低西高之势，森林覆盖率为80%，年平均气温8.5摄氏度，最低气温—28摄氏度，气温32摄氏度，年平均降雨量1200毫米，无霜期180天。

青山沟风景区动、植物资源十分丰富，全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，珍贵植物有8种，即人参、东北刺参、钻天柳、水曲柳、野大豆、核桃楸、黄蘖等。森林树种以落叶阔叶林为主，有柞树、板栗、枫树、榆树、桦树、杨树、白腊等。名贵药材有人参、细辛、贯众、辽五味、黄芪、贝母、天麻、三枝九叶草等，还有各种野生菌菇，如：松伞蘑、玉黄蘑、针蘑、青蘑、元蘑，以及人工种植的香菇、滑菇等食用菌，滑菇全区年产2500吨，景区盛产山楂、板栗、核桃、棒子、木耳等，板栗年产量可达400吨。景区还盛产驰名异国的蕨菜、刺龙牙、大叶芹等山野菜。动物资源有各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等200余种。山上有黑熊、獐、狍、狐、兔、水獭、鸳鸯、灰鹭、及各种山雀。水中不仅有珍奇稀有的龙爪龟、娃娃鱼等两栖动物，还有鼋鱼、高背鲤、桂鱼、池沼公鱼、林蛙、泥鳅、溪水龙虾等。

风景区土壤呈中性偏酸，浑江水的硬度为1.17毫克/升，比世界卫生组织规定的饮用水标准硬度1.96毫克/升低得多。相当于世界卫生组织规定的饮用水标准。由于景区内植被覆盖率高，水土保持好，无工业和大气污染，江、河、涧、溪极为清澈，大部分溪水可直接饮用，甘甜可口，并含有多种人体必需的微量元素与矿物资。好，景区的概况就简单介绍到这里。

现在我们的旅游车已经行驶了60分钟，大家先休息一下，如果有什么问题请找导游。

大家好，我们的目地的就要到了，请把你的行李收拾好，一会儿我们先分房间，10分钟后，下楼用餐，然后我们直接游览青山湖，请大家带好相机以及所要用的水、眼镜等等。

现在我们要游览的是素有“塞北漓江”称谓的青山湖风景区，距青山沟镇8公里，大约需要15分钟的时间，下面我把青山湖的概况向大家介绍一下，青山湖景区水域辽阔。湖面最宽处可达1500米，上下长达百余公里，水深30——70米，因下游太平哨发电厂大坝截断浑江、遂蓄水成湖。湖水清澈碧绿，荡舟湖上，但见两岸青山相对出，扁舟踏破水中山，山光水色，浑然而成仙境。青山湖景区已经到了，首先映入我们眼帘的是一幢欧式造型的楼阁，这就是“雨桂山庄”。

**辽宁青山沟旅游攻略篇四**

各位游客大家好!欢迎您来到青山沟风景名胜区观光游览。今天由我为大家导游，在旅途中有什么意见和要求，请您直接向我提出，我会竭诚为大家服务。

在进入景区之前，我把青山沟风景名胜区的概况向大家介绍一下。

青山沟风景名胜区位于丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距宽甸县城70公里;距丹东市城区160公里;距沈阳市245公里。风景区面积一百二十多平方公里，其中，水域面积23.3平方公里。鸭绿江最大支流浑江流经这里三十多公里，江面最宽处达1500米。景区内有7个村，居住着满、汉、朝鲜等民族兄弟，其中以满族居多。大家到这里除了游山游水，还能领略到浓郁的满乡风情。

大家看到了，青山沟名副其实是一个青山的世界。这里森林覆盖率达80%以上。年平均气温8.5摄氏度。适宜的北温带大陆性气候使风景区内植被茂盛，水秀山清。水土保持完好，周边上百里无工业和大气污染，江、河、涧、溪都十分清澈。大部分溪水可直接饮用，并含有多种人体必需的微量元素与矿物质。

喜爱生物学的朋友在这里还会有意外的收获。青山沟风景名胜区拥有完整的生态体系，动植物资源十分丰富。全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，以人参、东北刺参为代表的珍贵植物有8种。在广袤的落叶阔叶林中，人参、细辛、辽五味、黄芪、贝母、天麻等药材和松伞蘑、玉黄磨、榛蘑等野生菌菇随处可见;各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等动物多达200种以上。对了，说到鱼类，来到青山沟，大家别忘了品尝一下青山湖的鲤鱼;还有雅河的河鱼和无污染的各种山野菜。那可是真正的绿色食品啊。

青山沟风景区由青山湖、飞瀑涧、虎塘沟、雅河口、外湖、树木园、凌霄峰、大冰沟八个景区构成，现已开发出青山湖、飞瀑涧、虎塘沟三个浑然一体的山水型自然风景区，既有北方山水雄浑的气势，又不乏江南风景秀丽的风格。分布在这里的126处景点，飞溅的36条瀑布，都为湖光山色的青山沟风景名胜区增添了诗的意境、画的色彩和歌的韵味。

“幽幽千苍谷，潺潺溪水鸣。人间无此境，独隐青山中。”这是辽宁省著名书法家郭子绪赞美青山沟风景区的诗。

好山好水养一方人，大家不知道吧，这里还是世界上少有的长寿之乡呢。由于这里风光秀美，地灵人杰，被新加坡新闻界称赞为“神仙住过的地方”。

青山沟风景名胜区的概况就简要介绍到这里。大家准备好，下面就开始我们的青山湖景区之行。该景区距青山沟镇8公里，大约需要15分钟。

【青山湖景区】

雨桂山庄→游船码头→丁香崖→花仙台→钓鱼台→鼋头戏水→松神→青铜壁→盛夏冰凌→清福寺→中国画家村→八仙台→云海飞舟→参王峰→燕子尾→金钟壁→柳花岛

【雨桂山庄】

朋友们，青山湖景区到了。首先映入我们眼帘的这幢依江而立的欧式建筑，就是“雨桂山庄”。它是1993年7月由我国著名国画家宋雨桂先生出资建造而成的，是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

宋雨桂的名字大家可能熟悉。他现为辽宁省美术家协会主席、辽宁省美术馆馆长。作为著名画家，仅中国美术馆就收藏他的名画21幅，是中国水墨画家藏画之最。

【游船码头】

朋友们，下面就随我一起从码头乘船去游览青山湖。请大家上船，上船时一定要注意安全。

各位游客，这段时间里我把青山湖的概况向大家介绍一下。青山湖景区水域辽阔，因下游太平哨电厂大坝截断浑江，遂蓄水成湖。湖面宽阔，上下长达百里，水域最深70米，湖面最宽处可达1500米。湖水清澈碧绿，两岸青山峙立，草木参差，万物峥嵘，山光水色。清晨，湖面云影绰约，波平如镜;黄昏，晚霞染红湖水，百鸟归巢，偶有渔歌唱晚，一派江南景色;夜幕降临，水中皓月，湖里繁星，更是说不尽的风情无限。

船启动了。大家看，左边台地上的这个村子，叫船台子村。它的名字是因为这里曾经是造船的地方。这里还是赵本山拍摄的电视连续剧《男妇女主任》的外景地。如今，村民一改过去农垦的生活方式，造木船已经不多了。原有的房屋现在都成了家庭旅舍，他们随时用香喷喷的饭菜热情款待每位慕名而来的远方贵客，这也是由于政府保护青山沟，要求退耕还林而为他们寻求的一条致富之路。

【丁香崖】

青山湖这么美，当然孕育着许多奇妙动人的传说。下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游。那时，在菁山宾馆有一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖。当他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，嬉水跳跃，遥遥相送。这条灵性的大红鲤鱼，为青山湖增添了一抹神秘。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股股沁人心肺的清香。

【花仙台】

大家再看前方，与丁香崖相比“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。

在青山湖看山赏景往往要在船上进行。提醒大家仔细欣赏，山有静态美，映入水中，静中有动;水有动态美，得山之影，动中寓静，动静交融。泛舟在峰回路转“万顷湖天碧，一行飞鹭白”的青山湖上，留心体味“断崖横路水潺潺，行到山根又上山，眼看别峰云雾起，不知身也在人间”的意境。

【钓鱼台】

现在，我们的船是在逆流而上。大家看前面那一片山崖。这片深入水中的山崖长达百米、高丈余，是游人垂钓的好地方。这就是“钓鱼台”。

【鼋头戏水】

大家再来看，前面左侧的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中?像吧!于是这里也因此得名“鼋头戏水”。

顺便说一下，鼋别名绿团鱼，俗称“癞头鼋”，是鳖科动物中最大的一种，属于国家一级保护动物，栖息于江河、湖泊中，善于钻泥沙，以水生动物为食。我国古代即开始饲养鼋鱼，常在庭院放养一两只。由于鼋的背甲骨板可以入药，且肉味鲜美，一度遭到了大量捕杀，现在野外的数量已经很少，多产于云南、海南、广东、广西、福建、浙江、江苏等地。

【松神】

俗话说：“出国问禁，入乡问俗。”游客到异地作客，如果犯了当地人的禁忌，就会招惹麻烦，平添出一些不愉快的事。大家看到右侧湖畔的这株大松树，就轻慢不得。现在我们的船正驶向并要停靠在那里。

大家请看，这株迎江而立、华盖如云的大树就是“松神”。树高十余米，有双人合抱粗细。现在这棵古松已经有260多岁高龄了。传说在宣统三年，即1920xx年，这棵古松枯死了。有一个山民想把它砍倒烧柴，可是他的斧头刚落下去，就肚子痛得受不了，滚倒在树下。从此，再也没人敢砍它了。三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。于是被人尊敬为神。乡民大至官司诉讼，婚丧嫁娶，生儿育女，就业升学;小至走亲访友，求财问路等，诸事皆来问卜、许愿，期望点拨，福佑一方。

古老的传说和茁壮的生命，为大松树披上一层神秘的色彩。

【青铜壁】

自“松神”西望，是一道绵延12里，高百余米的石壁。大家看，“青铜壁”壁面平如铜镜，如刀削斧凿一般，直插江底，雄浑壮阔，威武凛然。

“青铜壁”旁的大峡谷另有一番景色。那里峡谷幽深，溪水潺潺，峡谷两侧古藤老树，极目所见，都是原始景观。

【盛夏冰凌】

请大家向右面看，这就是青山湖一绝——“盛夏冰凌”。即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中。每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”。这两种现象堪称稀世奇观，成为难解之谜。

【清福寺】

青山沟风景名胜区不仅有秀美的自然风光，而且还保留着许多人文景观。

现在我们看到湖左岸边的这座古庙宇是“清福寺”。“清福寺”始建于明末清初，香火盛时有僧侣48位。日寇侵华时焚烧了此庙，后经修缮，文革时又遭一劫而荡然无存。1994年，新加坡蔡金钟先生投资8万美元移址修复了此庙。

【中国画家村】

不知不觉间，我们的游船已经来到一个小码头。请看，前面这座突出湖面的水泥平台的重檐亭子已展现我们眼前，有人怀疑自己好像来到了多瑙河边或日内瓦湖畔。这组欧陆中世纪风格的别墅，就是著名的“中国画家村”。建筑随山势起伏，亭台楼阁，错落有致，是休闲度假、写生作画的最佳境地，为闻名遐迩的画家村。

【八仙台】

沿“中国画家村”上行，远远地我们便能看到“仙人谷”中的“八仙台”了。那里高居云端，人迹罕至。相传八仙云游至此，见这里风光无限，就在湖畔山峦上静坐，终日与山岚流云为伴。当他们云游他方，此处则留下了“八仙台”。

这里曾经发生过这样一个真实的故事。在仙人谷口有一户张姓人家，当年青山湖蓄水时，把家搬到了对岸。搬家那天，多年栖居在他家屋檐上的两条蛇，也跟张家人的船游过了湖，至今仍然跟张家住在一起。蛇恋主的故事，也佐证了这里人与自然的和谐关系。

还有，大家想不到吧，在这座山峰后面还有一独家独户的自然小村庄。古时，苛捐杂税沉重，这一家人躲在峰上山后，开垦良田，遍栽果树，在上边过起了自给自足的小农生活。躲过了官府的索取，无忧无虑，快乐似神仙。

大家更想不到的是，在湖的对岸，还有辽宁省最小的“学校”——村小学的下伸点，那里只有一个老师和三个学生。怎么样?够小的了吧!

【云海飞舟】

大家看，这座山峰称作“云海飞舟”。这是一座高80米，长60米的巨大山崖，形如船头，每当晨雾缭绕的时候，从湖中远远望去，“船”跃然欲行。

【参王峰】

顺江上行，前面这座直冲云端、倚崖独立的石峰，就是青山湖景区著名的“参王峰”。石峰宽约18米，高约200米，与对面的悬崖成85米宽间隙。峰顶青松苍劲，时有白云缭绕其间。“参王峰”是千百万年无人涉足的地方，直到今天还是一处神秘禁地。

据说峰上人参很多，并有株参王，每当人参拉朵时节，参朵映红了半边江，景色诱人。民间传闻那株参王善于隐藏变化，现在仍然在“参王峰”上。

人参是稀有的珍贵药材。曾经有一对老夫妻，就在这里的林中挖了一棵500克重的人参，在县里换回了二万元钱和一辆双排座汽车。这里还流传着人参娃的故事，据说人参成精后可以行走的，一般采参人发现它后，须用红线绳拴上，否则就会跑掉。

【聚仙台】

左前方，山到了这里突兀而起，云到了这里虚无缥缈，给人以幻境的感觉。这一带山峦叠嶂，气势雄伟，“聚仙台”就要到了。大家看，传说在那块依江耸立的巨石上，曾经驻留过仙人们的脚步。如此说来，仙人们也留恋这里的碧水青峰和田园似锦。

【燕子尾】

从“聚仙台”继续前行，江右岸迎面是一堵大片峭壁，层层叠叠、沿江而立。“燕子尾”这片峭壁绵延500余米，分几层，如上下楼阁层层叠起，景色宏伟壮观。春来秋归时节，这里燕子成群，气象万千。

【金钟壁】

朋友们!这里的每一座岩峰都是一件古老的艺术品，每一座岩峰都隐藏着大自然的无穷奥秘。在这座数十米高的峭壁上，有一个深约一米的凹窝方方正正嵌入石壁。自古以来，当地人每天根据凹窝中日影照射位置的变化，推断时辰，竟也准确，此壁于是得名“金钟壁”。

【柳花岛】

游客朋友们，前面江中那个小岛就是我们青山湖景区游览的终点“柳花岛”。大家看，它多像一颗璀璨的明珠镶嵌在江的中心。方圆万米的“柳花岛”上芳草萋萋，柳树成荫，杨花柳絮，飞飞扬扬。

现在介绍几首游青山湖的诗，使大家对青山湖山光水色有个总的认识。“奇山异水好风光，一豁心胸净俗肠。领略白云生处意，人家一二雾中藏。”“劈波斩浪驾飞舟，绿亘群山两岸流。美景袭人难暇接，有缘今在画中游。”“山光水色醉游人，胜饮剑南千盏春。开放机缘临僻地，雄姿方识九州宾。”

好，朋友们，我们结束了青山湖景区的游览。下面我们将要游览的是虎塘沟景区。

【虎塘沟景区】

广场→山门→ 林中石径→熊掌峰→响溪→黑熊望月→虎塘幽境→九曲天水→野猪岭→仙姑瀑→虎王顶→老虎背→飞云渡

【广场】

各位朋友，虎塘沟景区到了，请大家带好东西下车，最好换上登山的布鞋。大家可以先欣赏这里出售的山货、野果、根雕、壁挂、青山石、葫芦画等多种旅游工艺品和纪念品。但不用急着买，下山后我们再尽情挑选。

虎塘沟景区是青山沟三大景区中最具有原始韵味的景区，是青山沟风景名胜区里的“绿色王国”和“植物大观园”，以森林浴和探险游等为主要特色。好，我们出发。景区单程大约需要两个小时。

【山门】

首先，我们看到的是连理树型人工塑造的景区大门。连理树将大门与自然巧妙地结合在一起。“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝”，这是相爱至深，永结同心的恋人们的海誓山盟。

在欣赏大门返朴归真的自然情调的同时，大家别忘了在这道“自然之门”前面，留下自己的光辉形象。特别是远道而来的有情人，在这里留影以示爱情的忠贞，浪漫的青山沟之旅将会从这里开始给你留下难忘的记忆。

【林中石径】

游客朋友们，大家知道青山沟是自然风景名胜区。它的一草一木、山山水水都是不加雕琢和粉饰的自然景观，所以我们相信您在享受自然的同时，也能做到不在景区内吸烟、不乱丢垃圾、不攀树摘花。在这里，我代表青山沟风景区感谢您的合作和对我们工作的支持!

沿着这些花岗岩铺就的石径上行，路两旁郁郁葱葱，树可遮天，有若与世隔绝。大家是否有曲径通幽的感觉?也许有的朋友心里会想，这里为什么叫虎塘沟呢?这个疑问还是我给大家解答吧。

传说在很久很久以前，山里有一户人家，父母去世得早，只剩下一个小伙子靠打猎为生。一天，小伙子在林中遇到了一只受伤的老虎，于是便动了恻隐之心，把老虎救回家疗伤。老虎伤好了之后，善良的小伙子决定放虎归山。可是，几天后，奇怪的事情发生了;每当小伙子上山打猎回来时，家里总有热气腾腾的饭菜。在这寥无人烟的地方，谁会帮助他一个孤苦伶仃的人呢?小伙子感觉蹊跷，便开始留意观察。那天也赶巧了，小伙子比平常早些下了山。在家门口，他看到了升起的炊烟。小伙子蹑手蹑脚地来到窗前一看，原来是一个漂亮的女子正在厨房忙活，门边摊着一张斑斓的虎皮。小伙子一下子什么都明白了，一把将虎皮紧紧地抱在了怀里……

故事的结局大家都想到了吧!不能恢复原形的老虎当然成了小伙子的妻子，小伙子也不再上山打猎，开始以种地为生了。而这里从此便被山民们称作虎塘沟。传说终归是传说，但大家不难从这个传说中悟出早期山民们“天人合一”的朴素思想。而正源于人与自然共生共存的这种古朴情感，虎塘沟才葆有了今天的原始风貌。

核桃大家吃过吧?现在大家看到的就是核桃的母树——核桃楸。核桃楸属胡桃科胡桃属落叶乔木，又名山核桃。种仁为营养丰富的滋补品，青果及种仁均可入药。“七月核桃八月梨，九月榛子不剥皮”，这是流行在我们辽东地区的一则民谣。大家如果在农历的七月之后来到虎塘沟，成熟了的核桃、榛子等山货野果真是伸手可得了。

现在簇拥在我们身边的，更多的是枫叶。游客朋友当中有的去过香山，到那里看过枫叶，不少作家曾用笔赞美过它。在这里，我把有关枫树的知识简单介绍给大家。枫树是槭树科槭属树种的其中一些俗种的泛称。全世界的槭树植物有199种，分布于亚洲、欧洲、北美洲和非洲北缘。中国是世界上槭树种类最多的国家，目前发现有151种，全国各地均有分布。对了，大家知道吧，加拿大素有“枫树之国〃的称号。在国旗中央，绘着巨大的红艳艳的枫叶，日常生活里枫叶图案也随处可见。人们以象征火红、热烈、赤诚的枫叶为骄傲。

在众多的枫树中，观赏价值有代表性的主要有以下几种：五角枫;鸡爪枫，也称青枫;三角枫，也称丫枫、鸡枫等。欢迎大家在金色深秋时节再来虎塘沟。那时，俯首拾起一片红叶，捕捉金秋每一个瞬间，都将点缀着您快乐的旅途。

在林荫小道中行走，大家是否有穿行在绿色画廊中的感觉?各种树种分立两旁，大家应并不陌生。这里除了树类、蕨类以外，还有很多的药材和山果，如五味子、人参、党参等;五味子泡酒可以医治睡眠不足，神经衰弱。这里的山果多得数不胜数，板栗、山楂、山梨、山葡萄、软枣子、山丁子、山里红，各有特色。说着，说着口水都要流出来了。

大家看路边马道上边那些缠树的老藤，它们结下的猕猴桃被当地人称作软枣子，是鲜美的野生水果，也可制果酱、酿酒。它的形状比南方的猕猴桃要小得多，像大枣般大小。每年的9月初，软枣就要成熟了。有人将它的青果采下，放在家里捂熟，吃起来，果肉松软，酸甜可口，最适于老年人品尝。它的果实可以入药;枝皮纤维可制高级文化用纸;它的花可提制香精，又是很好的蜜源植物。

怎么样?在林中走了这么长时间，我看大家是越来越神清气爽了。我这么说是有科学道理的。因为虎塘沟独特的地理环境和森林植被，形成了这里独特的小气候。

在森林中，借助负离子的作用提高人体的免疫力，会使人们心情舒畅。美国哈佛大学生理学系教授雅格劳博士将空气的负离子称为空气中的维他命。负离子不但直接对人体的健康有良好的影响，而且能够有效消除空气中的污染成分，还给人们清新的空气环境。置身大森林之中，呼吸到清新的空气，令人心旷神怡，百病顿消。

游客朋友们，大森林就是天然的森林浴场。目前，许多发达国家都建立了 “森林医院”。到森林里去，已经成为全世界越来越普遍的呼声。祝愿各位游客经过这次浪漫又健身的特殊旅游，身体会更加健康。

【熊掌峰】

迎面伸向蓝天的就是“熊掌峰”。大家可能在动物园中看到过黑熊，而这么大型号的熊掌想必是第一次看到吧!朋友们知道，黑熊是熊科动物，别名狗熊、黑瞎子。一般体重在130-250斤。黑熊夏天吃野果，冬季有冬眠的习惯。人们把黑熊的冬眠叫做蹲仓，黑熊洞分为天仓和地仓，树尖上的洞叫天仓，树根有洞叫地仓。冬眠的时候不吃不喝，靠舔熊掌过活。

熊掌在这里，那么黑熊呢?一会儿大家就会看到。

【响溪】

沿着弯弯曲曲的山涧石径而上，大家听到那丁冬的泉水声了吗?那是响溪在呼唤我们呢!如果是雨季过后，这里更是溪流淙淙，清泉瀑布随处可见。“山中一夜雨，处处挂飞泉”，就是虎塘沟瀑布的生动写照。

虎塘沟的水是美的。走在山涧石径上，能够充分感受到“明月松间照，清泉石上流”的情韵。只有流在这样排列着地垄沟样的石头上，“响溪”才会有如此空灵的声韵。溪水冲洗着凹凸不平的石面，溅起的水花，在阳光的照耀下像一颗颗晶莹夺目的珍珠。大家可以在这里摄影留念。

【黑熊望月】

原来，黑熊跑这里来了。

大家看—— 那块高50余米的巨石，无论从哪个角度端量，都是一只栩栩如生的大黑熊。明月东升，这黑熊则引颈屈身，痴痴迷迷，憨态可掬。我们不妨仔细观察，它张嘴垂舌，还挺着大肚子，真是惟妙惟肖。

传说，喜欢吃蜂蜜的黑熊在虎塘沟里尝过了各种花酿的蜜后，还意犹未足。越吃越馋越挑剔的黑熊，最后想起了月宫中那棵开满白花的桂树，便常常望着月亮出神，想象着怎么才能够得着。那年八月桂花飘香的夜晚，月亮格外地明亮。黑熊又站在这里遥望。月宫里的嫦娥发现后不高兴了，以为黑熊打她的主意，一气之下，就把黑熊点化成石了。

“黑熊望月”还有一个传说。是说嫦娥在青山沟的泉水中洗澡，黑熊发现了就偷偷地观看，一不小心弄出声响。嫦娥奔回了月中，黑熊仍长久地注视月亮，直到化成了石头。

【虎塘幽境】

宽甸历史悠久，境内为清朝的“龙兴重地”，被保护了二百多年，才有了现在的佳木丛生，古木参天。虎塘沟和满族还是有缘的。大家看这块石头上“虎塘幽境”四个隽秀爽健，婀娜多姿的大字。这就是末代皇帝溥仪的弟弟溥杰先生于1991年游览青山沟风景区时留下的墨迹。中国著名书法家爱新觉罗·溥杰1920xx年生于北京，自幼受到严格的书法基础训练，工行书，初学虞世南，后受其业师赵世骏影响而自成一体。生前为中国书法家协会名誉理事、全国人大民族委员会副主任委员。

更多的文人墨客为青山沟风景名胜区增添了魅力。“山谷青枫涧水鸣，白云深处更凄清。当年万壑千林动，冷月寥塘虎一声。” 有文人这样描摹虎塘沟的空旷寂寥。在这里举目四望，峭壁摩天，高不可攀，真有如坠深渊之感。在这里大家可以不说话，更多地用心灵来与自然交流，真正达到悲喜不惊、宠辱皆忘的无我境地。

【九曲天水】

过了友谊桥，再往上走，一片开阔。大家看，那跌来荡去，恣意迂回的飞瀑就是“九曲天水”。泉水飘飘洒洒，几经曲折而下，十分壮观。

人们都有这种经验，除了树林茂盛的地方之外，雨后的天空和有瀑布喷泉的地方空气特别新鲜。这是为什么呢?这是因为这种地方的空气中负离子含量高的缘故。站在瀑布下边，腾飞的水雾扑面而来，顿生一种沁人心脾、清新爽朗的感觉。亲爱的游客，到此请别忘记灌上一瓶天上来水。

“九曲天水”是虎塘沟的灵魂。这是一个容易让人激动的地方。九曲天水是爱的甘霖。据说，只要夫妻在这里许个愿，再喝一口天赐的甘露，那么，恩爱夫妻就会白头偕老，永不分离;热恋情人就能忠贞相许，姻缘美满。喝“九曲天水”还可以滋身润体、防病去火呢。怎么样?如果你想祝福哪一个人身体健康、爱情幸福，不妨带回一瓶水给他——这独特的礼物是无价的。怎么样?是一对夫妻、一对恋人的是不是来讨个吉利?

【野猪岭】

各位朋友，绕过“九曲天水”再往上就到达山顶了，这段路是我们游览全程最难走的一段探险路。好了，现在大家做好手脚并用的准备，让我们共同攀登吧!

大家看，这两棵貌似平常的树，它不仅有着脱俗的名字，更有不凡的身价——天女木兰。大家知道。天女木兰是国家重点保护的珍稀植物。仅分布在辽东山区和黄山一带，为阔叶亚乔木。树高可达10米以上。天女木兰花叶美观并具有浓郁的芳香，是重要的园林绿化树种和提取香料的轻工业原料，具有广泛的开发利用前景。

沿着登山道前行，大家看，这里的一个树根发出了四棵树。这四棵有趣的树个个风姿绰约，形成了“四子同心”的大家庭。它们肩并着肩矗立在森林大家庭中，互相帮助、共同生存。

问起这棵树的名字，大家大概不知道，但以它为原料之一做成的药——“芩暴红”、“芩绿红”等止咳良药，大家不应该陌生。这两种药中都含有“暴马子”成分。暴马子就是大家面前这种树。暴马子又名暴马子丁香、白丁香。材质坚硬致密，结构均一，具有特殊的清香味，可供各种细木工用材，尤其适宜用做家具。

攀上前面这座山崖，就是“野猪岭”。游客朋友不妨歇口气，我给大家介绍一下有关野猪岭和橡子树的传说。

野猪岭上橡子树特别多。大家刚才在登山时，看到了一些橡子米。有的游客还以为是榛子呢!因为野猪最爱吃橡子米，所以时常光顾这里，“野猪岭”因此得名。今天，橡子树还在，国家级保护动物野猪却不多了。

其实，橡子树在当地有好几个名字，除了柞树外，在民间最有亲和力的名字是“波罗”、“波勒”和“波离”树。满语“波罗”的意思是“米”或“米谷”。这反映出满族先祖在原始社会时，除猎取野兽充饥外，也采集橡实为食。东北山林中到处都有橡子树，他们以橡实为补充食品，称之为米谷是可以理解的。后来，他们学会了农耕，自然也称真正的米谷为“波罗”。直到现在，在满族集聚的民间，人们仍把橡子树称为“波罗木”。

大家在大酒店都吃过波罗叶饽饽或波罗叶糕吧。那种略带柞叶清香的满族食品，颇具风味。想不到吧?现在，硕大的波罗叶就在眼前。关于波罗叶饽饽或波罗叶糕的来历，还有一个美丽的故事呢!

传说满族人的先祖在由狩猎时代过渡到农耕时代的初期，人们由吃野兽肉改吃五谷杂粮肚子总是感到不适。特别是到了夏天，总是腹泻，浑身无力，什么也干不了。正在人们万分焦急、走投无路的时候，一天晚上，大家不约而同地做了一个相同的梦：一个非常美丽的女子，自称是王母娘娘的七仙女中的老三，反复向他们说着一句话，“别忘了旧波罗”。第二天，大家说出昨夜的梦，谁都解释不了。最后一个白胡子老者说：我琢磨着，这是仙女在拯救我们。于是大家试着用“波罗叶子”包饽饽吃，看看灵不灵。吃了几天，大家的腹泻病慢慢地好了。从此以后，波罗叶饽饽成了满族人非常喜欢的食品。

按照现代医学的观点，柞树叶里含有单宁或单宁酸。用波罗叶包饽饽，人们可以吸收微量的单宁酸，这对预防和医治夏日易得的腹泻，确实是有一定作用的。当然，满族人食用波罗叶饽饽不会是仙女的指点，还应该是他们在长期的劳动实践中发现了波罗叶的保健作用，并用之于食品。

另外，丹东是柞蚕之乡，柞树叶造就了丹东的柞蚕丝绸业。据调查，世界柞蚕丝绸的70%产在中国，中国柞蚕丝绸的70%产在辽宁，而辽宁的70%就产在丹东。

【仙姑瀑】

大家看这面高耸入云的石壁。一股飞流从天而落，这就是80余米高的“仙姑瀑”。泉水从悬崖峭壁上跌落，又被石壁撞击，如天女散花，似雨似雾，阳光照耀的时刻，不时有条条彩虹自此横跨天际，真是水从天上降，人在彩虹中。这天然奇观，似乎只有仙姑圣洁的名字才不会玷污它。“仙姑瀑”的悬崖下面就是“九曲天水”，真是瀑上有瀑，令人神往。

我们再向上看峭壁，山体成90度直角，不但陡峻，而且整个山体由一块石头构成，中间没有断层。这样的山恐怕国际攀岩冠军来了也难以攀登。大家看，这峭壁像不像一幅巨大的中国山水画——岩石的干与润、晦与明交相映衬，花青色中透露出赭黄，赭黄中隐现着淡绿，加之石上斑斑青苔，加重了山体的色彩。而动态的水流入静态的画中，使其更加美丽。

【虎王顶】

顺着“仙姑瀑”继续上攀，便到达了虎塘沟的最高峰“虎王顶”。这里人迹罕至，峭壁、怪石到处皆是。树木苍老遒劲，树身长满苔藓。这也正应了“物竞天择，适者生存”的名言。这里风声、松涛、鸟鸣声声声入耳，令人心旷神怡。

站在海拔800多米的虎王顶眺望，只有这样的虎王顶才能驮起苍松挺立，云海茫茫……崇山峻岭，江河村落，无限江山尽收眼底，会使您有离天“三尺三”的感觉。

【老虎背】

下面，我们将继续虎塘沟之行。大家注意，人称“险中险”的老虎背山梁宽处一丈有余，窄处不足一尺。

虎塘沟的原始面貌将我们带到了一个古老而又悠远的年代，这一切也启发着我们不但要爱惜生命，更应该爱惜和保护大自然。

【飞云渡】

现在“飞云渡”就在我们的脚下。两边是悬崖峭壁，前面是万丈深渊。大家注意，我们只能是手提扶栏、脚蹬爬梯，侧身走过“飞云渡”的二百多级台阶，缓步下到崖底。到那时惊回首，峭壁上百余米的爬梯凌空倒挂，会使你大汗淋漓，心有余悸。请不要害怕，让那些体质强健的朋友去领略那奇险的乐趣，其他各位从这里的小道同样可以下到崖底。

好，朋友们，虎塘沟的游览已经结束了。下一步我带领大家游览的是飞瀑涧景区。该景区距我们的出发地18公里，行程大约五十分钟。

**辽宁青山沟旅游攻略篇五**

各位游客大家好!欢迎您来到青山沟风景名胜区观光游览。今天由我为大家导游，在旅途中有什么意见和要求，请您直接向我提出，我会竭诚为大家服务。

在进入景区之前，我把青山沟风景名胜区的概况向大家介绍一下。

青山沟风景名胜区位于丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距宽甸县城70公里;距丹东市城区160公里;距沈阳市245公里。风景区面积一百二十多平方公里，其中，水域面积23.3平方公里。鸭绿江最大支流浑江流经这里三十多公里，江面最宽处达1500米。景区内有7个村，居住着满、汉、朝鲜等民族兄弟，其中以满族居多。大家到这里除了游山游水，还能领略到浓郁的满乡风情。

大家看到了，青山沟名副其实是一个青山的世界。这里森林覆盖率达80%以上。年平均气温8.5摄氏度。适宜的北温带大陆性气候使风景区内植被茂盛，水秀山清。水土保持完好，周边上百里无工业和大气污染，江、河、涧、溪都十分清澈。大部分溪水可直接饮用，并含有多种人体必需的微量元素与矿物质。

喜爱生物学的朋友在这里还会有意外的收获。青山沟风景名胜区拥有完整的生态体系，动植物资源十分丰富。全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，以人参、东北刺参为代表的珍贵植物有8种。在广袤的落叶阔叶林中，人参、细辛、辽五味、黄芪、贝母、天麻等药材和松伞蘑、玉黄磨、榛蘑等野生菌菇随处可见;各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等动物多达200种以上。对了，说到鱼类，来到青山沟，大家别忘了品尝一下青山湖的鲤鱼;还有雅河的河鱼和无污染的各种山野菜。那可是真正的绿色食品啊。

青山沟风景区由青山湖、飞瀑涧、虎塘沟、雅河口、外湖、树木园、凌霄峰、大冰沟八个景区构成，现已开发出青山湖、飞瀑涧、虎塘沟三个浑然一体的山水型自然风景区，既有北方山水雄浑的气势，又不乏江南风景秀丽的风格。分布在这里的126处景点，飞溅的36条瀑布，都为湖光山色的青山沟风景名胜区增添了诗的意境、画的色彩和歌的韵味。

“幽幽千苍谷，潺潺溪水鸣。人间无此境，独隐青山中。”这是辽宁省著名书法家郭子绪赞美青山沟风景区的诗。

好山好水养一方人，大家不知道吧，这里还是世界上少有的长寿之乡呢。由于这里风光秀美，地灵人杰，被新加坡新闻界称赞为“神仙住过的地方”。

青山沟风景名胜区的概况就简要介绍到这里。大家准备好，下面就开始我们的青山湖景区之行。该景区距青山沟镇8公里，大约需要15分钟。

【青山湖景区】

雨桂山庄→游船码头→丁香崖→花仙台→钓鱼台→鼋头戏水→松神→青铜壁→盛夏冰凌→清福寺→中国画家村→八仙台→云海飞舟→参王峰→燕子尾→金钟壁→柳花岛

【雨桂山庄】

朋友们，青山湖景区到了。首先映入我们眼帘的这幢依江而立的欧式建筑，就是“雨桂山庄”。它是1993年7月由我国著名国画家宋雨桂先生出资建造而成的，是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

宋雨桂的名字大家可能熟悉。他现为辽宁省美术家协会主席、辽宁省美术馆馆长。作为著名画家，仅中国美术馆就收藏他的名画21幅，是中国水墨画家藏画之最。

【游船码头】

朋友们，下面就随我一起从码头乘船去游览青山湖。请大家上船，上船时一定要注意安全。

各位游客，这段时间里我把青山湖的概况向大家介绍一下。青山湖景区水域辽阔，因下游太平哨电厂大坝截断浑江，遂蓄水成湖。湖面宽阔，上下长达百里，水域最深70米，湖面最宽处可达1500米。湖水清澈碧绿，两岸青山峙立，草木参差，万物峥嵘，山光水色。清晨，湖面云影绰约，波平如镜;黄昏，晚霞染红湖水，百鸟归巢，偶有渔歌唱晚，一派江南景色;夜幕降临，水中皓月，湖里繁星，更是说不尽的风情无限。

船启动了。大家看，左边台地上的这个村子，叫船台子村。它的名字是因为这里曾经是造船的地方。这里还是赵本山拍摄的电视连续剧《男妇女主任》的外景地。如今，村民一改过去农垦的生活方式，造木船已经不多了。原有的房屋现在都成了家庭旅舍，他们随时用香喷喷的饭菜热情款待每位慕名而来的远方贵客，这也是由于政府保护青山沟，要求退耕还林而为他们寻求的一条致富之路。

【丁香崖】

青山湖这么美，当然孕育着许多奇妙动人的传说。下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游。那时，在菁山宾馆有一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖。当他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，嬉水跳跃，遥遥相送。这条灵性的大红鲤鱼，为青山湖增添了一抹神秘。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股股沁人心肺的清香。

【花仙台】

大家再看前方，与丁香崖相比“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。

在青山湖看山赏景往往要在船上进行。提醒大家仔细欣赏，山有静态美，映入水中，静中有动;水有动态美，得山之影，动中寓静，动静交融。泛舟在峰回路转“万顷湖天碧，一行飞鹭白”的青山湖上，留心体味“断崖横路水潺潺，行到山根又上山，眼看别峰云雾起，不知身也在人间”的意境。

【钓鱼台】

现在，我们的船是在逆流而上。大家看前面那一片山崖。这片深入水中的山崖长达百米、高丈余，是游人垂钓的好地方。这就是“钓鱼台”。

【鼋头戏水】

大家再来看，前面左侧的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中?像吧!于是这里也因此得名“鼋头戏水”。

顺便说一下，鼋别名绿团鱼，俗称“癞头鼋”，是鳖科动物中最大的一种，属于国家一级保护动物，栖息于江河、湖泊中，善于钻泥沙，以水生动物为食。我国古代即开始饲养鼋鱼，常在庭院放养一两只。由于鼋的背甲骨板可以入药，且肉味鲜美，一度遭到了大量捕杀，现在野外的数量已经很少，多产于云南、海南、广东、广西、福建、浙江、江苏等地。

【松神】

俗话说：“出国问禁，入乡问俗。”游客到异地作客，如果犯了当地人的禁忌，就会招惹麻烦，平添出一些不愉快的事。大家看到右侧湖畔的这株大松树，就轻慢不得。现在我们的船正驶向并要停靠在那里。

大家请看，这株迎江而立、华盖如云的大树就是“松神”。树高十余米，有双人合抱粗细。现在这棵古松已经有260多岁高龄了。传说在宣统三年，即1920xx年，这棵古松枯死了。有一个山民想把它砍倒烧柴，可是他的斧头刚落下去，就肚子痛得受不了，滚倒在树下。从此，再也没人敢砍它了。三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。于是被人尊敬为神。乡民大至官司诉讼，婚丧嫁娶，生儿育女，就业升学;小至走亲访友，求财问路等，诸事皆来问卜、许愿，期望点拨，福佑一方。

古老的传说和茁壮的生命，为大松树披上一层神秘的色彩。

【青铜壁】

自“松神”西望，是一道绵延12里，高百余米的石壁。大家看，“青铜壁”壁面平如铜镜，如刀削斧凿一般，直插江底，雄浑壮阔，威武凛然。

“青铜壁”旁的大峡谷另有一番景色。那里峡谷幽深，溪水潺潺，峡谷两侧古藤老树，极目所见，都是原始景观。

【盛夏冰凌】

请大家向右面看，这就是青山湖一绝——“盛夏冰凌”。即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中。每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”。这两种现象堪称稀世奇观，成为难解之谜。

【清福寺】

青山沟风景名胜区不仅有秀美的自然风光，而且还保留着许多人文景观。

现在我们看到湖左岸边的这座古庙宇是“清福寺”。“清福寺”始建于明末清初，香火盛时有僧侣48位。日寇侵华时焚烧了此庙，后经修缮，文革时又遭一劫而荡然无存。1994年，新加坡蔡金钟先生投资8万美元移址修复了此庙。

【中国画家村】

不知不觉间，我们的游船已经来到一个小码头。请看，前面这座突出湖面的水泥平台的重檐亭子已展现我们眼前，有人怀疑自己好像来到了多瑙河边或日内瓦湖畔。这组欧陆中世纪风格的别墅，就是著名的“中国画家村”。建筑随山势起伏，亭台楼阁，错落有致，是休闲度假、写生作画的最佳境地，为闻名遐迩的画家村。

【八仙台】

沿“中国画家村”上行，远远地我们便能看到“仙人谷”中的“八仙台”了。那里高居云端，人迹罕至。相传八仙云游至此，见这里风光无限，就在湖畔山峦上静坐，终日与山岚流云为伴。当他们云游他方，此处则留下了“八仙台”。

这里曾经发生过这样一个真实的故事。在仙人谷口有一户张姓人家，当年青山湖蓄水时，把家搬到了对岸。搬家那天，多年栖居在他家屋檐上的两条蛇，也跟张家人的船游过了湖，至今仍然跟张家住在一起。蛇恋主的故事，也佐证了这里人与自然的和谐关系。

还有，大家想不到吧，在这座山峰后面还有一独家独户的自然小村庄。古时，苛捐杂税沉重，这一家人躲在峰上山后，开垦良田，遍栽果树，在上边过起了自给自足的小农生活。躲过了官府的索取，无忧无虑，快乐似神仙。

大家更想不到的是，在湖的对岸，还有辽宁省最小的“学校”——村小学的下伸点，那里只有一个老师和三个学生。怎么样?够小的了吧!

【云海飞舟】

大家看，这座山峰称作“云海飞舟”。这是一座高80米，长60米的巨大山崖，形如船头，每当晨雾缭绕的时候，从湖中远远望去，“船”跃然欲行。

【参王峰】

顺江上行，前面这座直冲云端、倚崖独立的石峰，就是青山湖景区著名的“参王峰”。石峰宽约18米，高约200米，与对面的悬崖成85米宽间隙。峰顶青松苍劲，时有白云缭绕其间。“参王峰”是千百万年无人涉足的地方，直到今天还是一处神秘禁地。

据说峰上人参很多，并有株参王，每当人参拉朵时节，参朵映红了半边江，景色诱人。民间传闻那株参王善于隐藏变化，现在仍然在“参王峰”上。

人参是稀有的珍贵药材。曾经有一对老夫妻，就在这里的林中挖了一棵500克重的人参，在县里换回了二万元钱和一辆双排座汽车。这里还流传着人参娃的故事，据说人参成精后可以行走的，一般采参人发现它后，须用红线绳拴上，否则就会跑掉。

【聚仙台】

左前方，山到了这里突兀而起，云到了这里虚无缥缈，给人以幻境的感觉。这一带山峦叠嶂，气势雄伟，“聚仙台”就要到了。大家看，传说在那块依江耸立的巨石上，曾经驻留过仙人们的脚步。如此说来，仙人们也留恋这里的碧水青峰和田园似锦。

【燕子尾】

从“聚仙台”继续前行，江右岸迎面是一堵大片峭壁，层层叠叠、沿江而立。“燕子尾”这片峭壁绵延500余米，分几层，如上下楼阁层层叠起，景色宏伟壮观。春来秋归时节，这里燕子成群，气象万千。

【金钟壁】

朋友们!这里的每一座岩峰都是一件古老的艺术品，每一座岩峰都隐藏着大自然的无穷奥秘。在这座数十米高的峭壁上，有一个深约一米的凹窝方方正正嵌入石壁。自古以来，当地人每天根据凹窝中日影照射位置的变化，推断时辰，竟也准确，此壁于是得名“金钟壁”。

【柳花岛】

游客朋友们，前面江中那个小岛就是我们青山湖景区游览的终点“柳花岛”。大家看，它多像一颗璀璨的明珠镶嵌在江的中心。方圆万米的“柳花岛”上芳草萋萋，柳树成荫，杨花柳絮，飞飞扬扬。

现在介绍几首游青山湖的诗，使大家对青山湖山光水色有个总的认识。“奇山异水好风光，一豁心胸净俗肠。领略白云生处意，人家一二雾中藏。”“劈波斩浪驾飞舟，绿亘群山两岸流。美景袭人难暇接，有缘今在画中游。”“山光水色醉游人，胜饮剑南千盏春。开放机缘临僻地，雄姿方识九州宾。”

好，朋友们，我们结束了青山湖景区的游览。下面我们将要游览的是虎塘沟景区。

【虎塘沟景区】

广场→山门→ 林中石径→熊掌峰→响溪→黑熊望月→虎塘幽境→九曲天水→野猪岭→仙姑瀑→虎王顶→老虎背→飞云渡

【广场】

各位朋友，虎塘沟景区到了，请大家带好东西下车，最好换上登山的布鞋。大家可以先欣赏这里出售的山货、野果、根雕、壁挂、青山石、葫芦画等多种旅游工艺品和纪念品。但不用急着买，下山后我们再尽情挑选。

虎塘沟景区是青山沟三大景区中最具有原始韵味的景区，是青山沟风景名胜区里的“绿色王国”和“植物大观园”，以森林浴和探险游等为主要特色。好，我们出发。景区单程大约需要两个小时。

【山门】

首先，我们看到的是连理树型人工塑造的景区大门。连理树将大门与自然巧妙地结合在一起。“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝”，这是相爱至深，永结同心的恋人们的海誓山盟。

在欣赏大门返朴归真的自然情调的同时，大家别忘了在这道“自然之门”前面，留下自己的光辉形象。特别是远道而来的有情人，在这里留影以示爱情的忠贞，浪漫的青山沟之旅将会从这里开始给你留下难忘的记忆。

【林中石径】

游客朋友们，大家知道青山沟是自然风景名胜区。它的一草一木、山山水水都是不加雕琢和粉饰的自然景观，所以我们相信您在享受自然的同时，也能做到不在景区内吸烟、不乱丢垃圾、不攀树摘花。在这里，我代表青山沟风景区感谢您的合作和对我们工作的支持!

沿着这些花岗岩铺就的石径上行，路两旁郁郁葱葱，树可遮天，有若与世隔绝。大家是否有曲径通幽的感觉?也许有的朋友心里会想，这里为什么叫虎塘沟呢?这个疑问还是我给大家解答吧。

传说在很久很久以前，山里有一户人家，父母去世得早，只剩下一个小伙子靠打猎为生。一天，小伙子在林中遇到了一只受伤的老虎，于是便动了恻隐之心，把老虎救回家疗伤。老虎伤好了之后，善良的小伙子决定放虎归山。可是，几天后，奇怪的事情发生了;每当小伙子上山打猎回来时，家里总有热气腾腾的饭菜。在这寥无人烟的地方，谁会帮助他一个孤苦伶仃的人呢?小伙子感觉蹊跷，便开始留意观察。那天也赶巧了，小伙子比平常早些下了山。在家门口，他看到了升起的炊烟。小伙子蹑手蹑脚地来到窗前一看，原来是一个漂亮的女子正在厨房忙活，门边摊着一张斑斓的虎皮。小伙子一下子什么都明白了，一把将虎皮紧紧地抱在了怀里……

故事的结局大家都想到了吧!不能恢复原形的老虎当然成了小伙子的妻子，小伙子也不再上山打猎，开始以种地为生了。而这里从此便被山民们称作虎塘沟。传说终归是传说，但大家不难从这个传说中悟出早期山民们“天人合一”的朴素思想。而正源于人与自然共生共存的这种古朴情感，虎塘沟才葆有了今天的原始风貌。

核桃大家吃过吧?现在大家看到的就是核桃的母树——核桃楸。核桃楸属胡桃科胡桃属落叶乔木，又名山核桃。种仁为营养丰富的滋补品，青果及种仁均可入药。“七月核桃八月梨，九月榛子不剥皮”，这是流行在我们辽东地区的一则民谣。大家如果在农历的七月之后来到虎塘沟，成熟了的核桃、榛子等山货野果真是伸手可得了。

现在簇拥在我们身边的，更多的是枫叶。游客朋友当中有的去过香山，到那里看过枫叶，不少作家曾用笔赞美过它。在这里，我把有关枫树的知识简单介绍给大家。枫树是槭树科槭属树种的其中一些俗种的泛称。全世界的槭树植物有199种，分布于亚洲、欧洲、北美洲和非洲北缘。中国是世界上槭树种类最多的国家，目前发现有151种，全国各地均有分布。对了，大家知道吧，加拿大素有“枫树之国〃的称号。在国旗中央，绘着巨大的红艳艳的枫叶，日常生活里枫叶图案也随处可见。人们以象征火红、热烈、赤诚的枫叶为骄傲。

在众多的枫树中，观赏价值有代表性的主要有以下几种：五角枫;鸡爪枫，也称青枫;三角枫，也称丫枫、鸡枫等。欢迎大家在金色深秋时节再来虎塘沟。那时，俯首拾起一片红叶，捕捉金秋每一个瞬间，都将点缀着您快乐的旅途。

在林荫小道中行走，大家是否有穿行在绿色画廊中的感觉?各种树种分立两旁，大家应并不陌生。这里除了树类、蕨类以外，还有很多的药材和山果，如五味子、人参、党参等;五味子泡酒可以医治睡眠不足，神经衰弱。这里的山果多得数不胜数，板栗、山楂、山梨、山葡萄、软枣子、山丁子、山里红，各有特色。说着，说着口水都要流出来了。

大家看路边马道上边那些缠树的老藤，它们结下的猕猴桃被当地人称作软枣子，是鲜美的野生水果，也可制果酱、酿酒。它的形状比南方的猕猴桃要小得多，像大枣般大小。每年的9月初，软枣就要成熟了。有人将它的青果采下，放在家里捂熟，吃起来，果肉松软，酸甜可口，最适于老年人品尝。它的果实可以入药;枝皮纤维可制高级文化用纸;它的花可提制香精，又是很好的蜜源植物。

怎么样?在林中走了这么长时间，我看大家是越来越神清气爽了。我这么说是有科学道理的。因为虎塘沟独特的地理环境和森林植被，形成了这里独特的小气候。

在森林中，借助负离子的作用提高人体的免疫力，会使人们心情舒畅。美国哈佛大学生理学系教授雅格劳博士将空气的负离子称为空气中的维他命。负离子不但直接对人体的健康有良好的影响，而且能够有效消除空气中的污染成分，还给人们清新的空气环境。置身大森林之中，呼吸到清新的空气，令人心旷神怡，百病顿消。

游客朋友们，大森林就是天然的森林浴场。目前，许多发达国家都建立了 “森林医院”。到森林里去，已经成为全世界越来越普遍的呼声。祝愿各位游客经过这次浪漫又健身的特殊旅游，身体会更加健康。

【熊掌峰】

迎面伸向蓝天的就是“熊掌峰”。大家可能在动物园中看到过黑熊，而这么大型号的熊掌想必是第一次看到吧!朋友们知道，黑熊是熊科动物，别名狗熊、黑瞎子。一般体重在130-250斤。黑熊夏天吃野果，冬季有冬眠的习惯。人们把黑熊的冬眠叫做蹲仓，黑熊洞分为天仓和地仓，树尖上的洞叫天仓，树根有洞叫地仓。冬眠的时候不吃不喝，靠舔熊掌过活。

熊掌在这里，那么黑熊呢?一会儿大家就会看到。

【响溪】

沿着弯弯曲曲的山涧石径而上，大家听到那丁冬的泉水声了吗?那是响溪在呼唤我们呢!如果是雨季过后，这里更是溪流淙淙，清泉瀑布随处可见。“山中一夜雨，处处挂飞泉”，就是虎塘沟瀑布的生动写照。

虎塘沟的水是美的。走在山涧石径上，能够充分感受到“明月松间照，清泉石上流”的情韵。只有流在这样排列着地垄沟样的石头上，“响溪”才会有如此空灵的声韵。溪水冲洗着凹凸不平的石面，溅起的水花，在阳光的照耀下像一颗颗晶莹夺目的珍珠。大家可以在这里摄影留念。

【黑熊望月】

原来，黑熊跑这里来了。

大家看—— 那块高50余米的巨石，无论从哪个角度端量，都是一只栩栩如生的大黑熊。明月东升，这黑熊则引颈屈身，痴痴迷迷，憨态可掬。我们不妨仔细观察，它张嘴垂舌，还挺着大肚子，真是惟妙惟肖。

传说，喜欢吃蜂蜜的黑熊在虎塘沟里尝过了各种花酿的蜜后，还意犹未足。越吃越馋越挑剔的黑熊，最后想起了月宫中那棵开满白花的桂树，便常常望着月亮出神，想象着怎么才能够得着。那年八月桂花飘香的夜晚，月亮格外地明亮。黑熊又站在这里遥望。月宫里的嫦娥发现后不高兴了，以为黑熊打她的主意，一气之下，就把黑熊点化成石了。

“黑熊望月”还有一个传说。是说嫦娥在青山沟的泉水中洗澡，黑熊发现了就偷偷地观看，一不小心弄出声响。嫦娥奔回了月中，黑熊仍长久地注视月亮，直到化成了石头。

【虎塘幽境】

宽甸历史悠久，境内为清朝的“龙兴重地”，被保护了二百多年，才有了现在的佳木丛生，古木参天。虎塘沟和满族还是有缘的。大家看这块石头上“虎塘幽境”四个隽秀爽健，婀娜多姿的大字。这就是末代皇帝溥仪的弟弟溥杰先生于1991年游览青山沟风景区时留下的墨迹。中国著名书法家爱新觉罗·溥杰1920xx年生于北京，自幼受到严格的书法基础训练，工行书，初学虞世南，后受其业师赵世骏影响而自成一体。生前为中国书法家协会名誉理事、全国人大民族委员会副主任委员。

更多的文人墨客为青山沟风景名胜区增添了魅力。“山谷青枫涧水鸣，白云深处更凄清。当年万壑千林动，冷月寥塘虎一声。” 有文人这样描摹虎塘沟的空旷寂寥。在这里举目四望，峭壁摩天，高不可攀，真有如坠深渊之感。在这里大家可以不说话，更多地用心灵来与自然交流，真正达到悲喜不惊、宠辱皆忘的无我境地。

【九曲天水】

过了友谊桥，再往上走，一片开阔。大家看，那跌来荡去，恣意迂回的飞瀑就是“九曲天水”。泉水飘飘洒洒，几经曲折而下，十分壮观。

人们都有这种经验，除了树林茂盛的地方之外，雨后的天空和有瀑布喷泉的地方空气特别新鲜。这是为什么呢?这是因为这种地方的空气中负离子含量高的缘故。站在瀑布下边，腾飞的水雾扑面而来，顿生一种沁人心脾、清新爽朗的感觉。亲爱的游客，到此请别忘记灌上一瓶天上来水。

“九曲天水”是虎塘沟的灵魂。这是一个容易让人激动的地方。九曲天水是爱的甘霖。据说，只要夫妻在这里许个愿，再喝一口天赐的甘露，那么，恩爱夫妻就会白头偕老，永不分离;热恋情人就能忠贞相许，姻缘美满。喝“九曲天水”还可以滋身润体、防病去火呢。怎么样?如果你想祝福哪一个人身体健康、爱情幸福，不妨带回一瓶水给他——这独特的礼物是无价的。怎么样?是一对夫妻、一对恋人的是不是来讨个吉利?

【野猪岭】

各位朋友，绕过“九曲天水”再往上就到达山顶了，这段路是我们游览全程最难走的一段探险路。好了，现在大家做好手脚并用的准备，让我们共同攀登吧!

大家看，这两棵貌似平常的树，它不仅有着脱俗的名字，更有不凡的身价——天女木兰。大家知道。天女木兰是国家重点保护的珍稀植物。仅分布在辽东山区和黄山一带，为阔叶亚乔木。树高可达10米以上。天女木兰花叶美观并具有浓郁的芳香，是重要的园林绿化树种和提取香料的轻工业原料，具有广泛的开发利用前景。

沿着登山道前行，大家看，这里的一个树根发出了四棵树。这四棵有趣的树个个风姿绰约，形成了“四子同心”的大家庭。它们肩并着肩矗立在森林大家庭中，互相帮助、共同生存。

问起这棵树的名字，大家大概不知道，但以它为原料之一做成的药——“芩暴红”、“芩绿红”等止咳良药，大家不应该陌生。这两种药中都含有“暴马子”成分。暴马子就是大家面前这种树。暴马子又名暴马子丁香、白丁香。材质坚硬致密，结构均一，具有特殊的清香味，可供各种细木工用材，尤其适宜用做家具。

攀上前面这座山崖，就是“野猪岭”。游客朋友不妨歇口气，我给大家介绍一下有关野猪岭和橡子树的传说。

野猪岭上橡子树特别多。大家刚才在登山时，看到了一些橡子米。有的游客还以为是榛子呢!因为野猪最爱吃橡子米，所以时常光顾这里，“野猪岭”因此得名。今天，橡子树还在，国家级保护动物野猪却不多了。

其实，橡子树在当地有好几个名字，除了柞树外，在民间最有亲和力的名字是“波罗”、“波勒”和“波离”树。满语“波罗”的意思是“米”或“米谷”。这反映出满族先祖在原始社会时，除猎取野兽充饥外，也采集橡实为食。东北山林中到处都有橡子树，他们以橡实为补充食品，称之为米谷是可以理解的。后来，他们学会了农耕，自然也称真正的米谷为“波罗”。直到现在，在满族集聚的民间，人们仍把橡子树称为“波罗木”。

大家在大酒店都吃过波罗叶饽饽或波罗叶糕吧。那种略带柞叶清香的满族食品，颇具风味。想不到吧?现在，硕大的波罗叶就在眼前。关于波罗叶饽饽或波罗叶糕的来历，还有一个美丽的故事呢!

传说满族人的先祖在由狩猎时代过渡到农耕时代的初期，人们由吃野兽肉改吃五谷杂粮肚子总是感到不适。特别是到了夏天，总是腹泻，浑身无力，什么也干不了。正在人们万分焦急、走投无路的时候，一天晚上，大家不约而同地做了一个相同的梦：一个非常美丽的女子，自称是王母娘娘的七仙女中的老三，反复向他们说着一句话，“别忘了旧波罗”。第二天，大家说出昨夜的梦，谁都解释不了。最后一个白胡子老者说：我琢磨着，这是仙女在拯救我们。于是大家试着用“波罗叶子”包饽饽吃，看看灵不灵。吃了几天，大家的腹泻病慢慢地好了。从此以后，波罗叶饽饽成了满族人非常喜欢的食品。

按照现代医学的观点，柞树叶里含有单宁或单宁酸。用波罗叶包饽饽，人们可以吸收微量的单宁酸，这对预防和医治夏日易得的腹泻，确实是有一定作用的。当然，满族人食用波罗叶饽饽不会是仙女的指点，还应该是他们在长期的劳动实践中发现了波罗叶的保健作用，并用之于食品。

另外，丹东是柞蚕之乡，柞树叶造就了丹东的柞蚕丝绸业。据调查，世界柞蚕丝绸的70%产在中国，中国柞蚕丝绸的70%产在辽宁，而辽宁的70%就产在丹东。

【仙姑瀑】

大家看这面高耸入云的石壁。一股飞流从天而落，这就是80余米高的“仙姑瀑”。泉水从悬崖峭壁上跌落，又被石壁撞击，如天女散花，似雨似雾，阳光照耀的时刻，不时有条条彩虹自此横跨天际，真是水从天上降，人在彩虹中。这天然奇观，似乎只有仙姑圣洁的名字才不会玷污它。“仙姑瀑”的悬崖下面就是“九曲天水”，真是瀑上有瀑，令人神往。

我们再向上看峭壁，山体成90度直角，不但陡峻，而且整个山体由一块石头构成，中间没有断层。这样的山恐怕国际攀岩冠军来了也难以攀登。大家看，这峭壁像不像一幅巨大的中国山水画——岩石的干与润、晦与明交相映衬，花青色中透露出赭黄，赭黄中隐现着淡绿，加之石上斑斑青苔，加重了山体的色彩。而动态的水流入静态的画中，使其更加美丽。

【虎王顶】

顺着“仙姑瀑”继续上攀，便到达了虎塘沟的最高峰“虎王顶”。这里人迹罕至，峭壁、怪石到处皆是。树木苍老遒劲，树身长满苔藓。这也正应了“物竞天择，适者生存”的名言。这里风声、松涛、鸟鸣声声声入耳，令人心旷神怡。

站在海拔800多米的虎王顶眺望，只有这样的虎王顶才能驮起苍松挺立，云海茫茫……崇山峻岭，江河村落，无限江山尽收眼底，会使您有离天“三尺三”的感觉。

【老虎背】

下面，我们将继续虎塘沟之行。大家注意，人称“险中险”的老虎背山梁宽处一丈有余，窄处不足一尺。

虎塘沟的原始面貌将我们带到了一个古老而又悠远的年代，这一切也启发着我们不但要爱惜生命，更应该爱惜和保护大自然。

【飞云渡】

现在“飞云渡”就在我们的脚下。两边是悬崖峭壁，前面是万丈深渊。大家注意，我们只能是手提扶栏、脚蹬爬梯，侧身走过“飞云渡”的二百多级台阶，缓步下到崖底。到那时惊回首，峭壁上百余米的爬梯凌空倒挂，会使你大汗淋漓，心有余悸。请不要害怕，让那些体质强健的朋友去领略那奇险的乐趣，其他各位从这里的小道同样可以下到崖底。

好，朋友们，虎塘沟的游览已经结束了。下一步我带领大家游览的是飞瀑涧景区。该景区距我们的出发地18公里，行程大约五十分钟。

【飞瀑涧景区】

龟山→跑马场→青山飞瀑→石猴观瀑→仙女潭→镇水石→观音洞→观瀑亭→刘青山烈士墓→杨靖宇指挥部遗址→靖宇泉

【龟山】

朋友们，现在我们已经来到飞瀑涧景区，请大家带好自己的东西下车。飞瀑涧景区以观瀑游和红色游为主线。

大家往左看，首先映入我们眼帘的就是龟山。龟山由三坐山峰组成，龟头遥遥朝着青山湖的方向，守望着这片青山绿水。来飞瀑涧景区观光的游客，总是被它深深吸引。

大自然的鬼斧神工，把这只石龟雕塑得活灵活现。在众多景区中，如此神似形也似的景观并不多见。这是世界上最大的龟，谁也没有办法称它的重量。多少年来，龟山风雨千变万化，已经深刻地融入当地人的生活中。有关龟山的传说，也就多采而丰富。然而，在看风水人的眼中，青山沟无疑是风水上“龟蛇守江口”的宝地。

【跑马场】

龟山脚下的这片开阔地，是勇敢者向往的地方。怎么样，大家有没有兴趣到跑马场感受一下马背上的刺激?跑马场跑道长500多延长米，有20多匹骏马供你挑选。青山巍巍，林涛阵阵。驰骋在这方古朴自然的天地间，将是你人生中难得的体验。

【青山飞瀑】

游客朋友们，我们沿途不见其面、早闻其声的辽宁省第一大瀑布——“青山飞瀑”就要到了。闻名遐迩的“青山飞瀑”是经过地壳运动使岩体发生移位变化，又经长期的河流冲刷而形成的。由于这里的侵蚀切割地形十分显著，因而深沟峡谷，悬崖峭壁较多，其岩体多为黑云母混合片麻岩。

大家看，溪流从32米高的断层峭壁上直下而落，转眼间则可见“风挟飞流腾细雨，浪冲乱石辟深渊。”远远望去，黑色巨崖如披白纱，缠绵飘渺，变幻无穷。跌落的飞流激起雷鸣般的轰响，如雷贯耳，动人心魄，好似大自然撰写的一部壮丽的史诗，记录着地壳的沧桑变迁和生命的进化历程。

青山飞瀑在不同的季节有着不同的魅力——春季水小，瀑布便分绺从崖顶上挂下来，远远望去，那洁白的水帘飘然而下，洋洋洒洒，如绸缎飘舞，如仙袂飘举，如淑女所浣之纱。夏秋洪水暴涨，瀑布如天河直倾，峭壁震颤，谷底轰雷，十里开外，也能听到它的咆哮;由于水流的强大冲击力，溅起的水雾可弥漫数百米以外，使坐落在瀑布侧崖顶上的山峰也常常被溅起的水雾所笼罩，形成“阳光映照彩虹起”的绮丽景象。冬天，她凝冻成硕大的冰瀑，玲珑剔透，蜡雕玉琢，景象更为壮观。

大家不妨在这里多逗留些时间。切身感受一下“勒纳尔效应”。大家知道，当水分在气体内改变其表面积时，例如水滴分裂成更小的水滴时，则每个分裂后的水滴本身都会得到正电，并使周边的空气得到负电而产生离子，这个现象就是“勒纳尔效应”或“瀑布效应”。所以，瀑布周围可以使人们心情舒爽，精神沉着，对健康有良好影响。

游客朋友，希望诸位举起你们的照相机，把雄壮的青山飞瀑拍下来，留在你们的记忆中，宣传给更多的人，因为，青山飞瀑是青山沟的，同时也是属于全国的。

【石猴观瀑】

大家看，在青山飞瀑南面的山尖上有一天然巨石，形状似猴。那石猴身长2米有余，近看俏皮伶俐，眉目清晰可辨，令人忍俊不禁。它面向青山飞瀑，故称“石猴观瀑”。

传说在人迹稀少的时候，瀑布下深潭里住着一个蝲蛄精，不时到瀑布边的石头上晒太阳。一日，一只猴子与蝲蛄精因地盘之争厮打起来，蝲蛄精的一只手臂被打下来，疼痛难忍，一头钻进瀑布下的深潭中，至今不敢出来。掉下来的蝲蛄甲经人试验，能装一斗二升小米。那只猴子也受伤了，它一下子跳到南面的山尖上，遥遥俯视着瀑布，直到化成了石头也不肯下山。

【仙女潭】

仙女潭在青山飞瀑下游。置身其间，如入仙境，一束清流，从潭中溢出，穿行于黑褐色巨石之间。潭水清冽碧透，任何人驻足潭边，都会浮想联翩。传说，古时曾有仙女到此洗衣服。大家说，这样的潭水，即使得到过仙女的青睐，也不奇怪吧。

【镇水石】

大家看，溪流中罗列的这些巨石，有的直立高如房屋，有的俯卧坦荡如砥，有的被溪水冲磨得浑圆光滑，犹如一铺石炕。这块巨石挡住溪流，使溪水由急而缓，因此便被人们封了“镇水石”的大号。

还有附近这些巨石上的石刻，都是出自名家之手，很是值得欣赏。

【观音洞】

游客朋友，先哲说过“仁者乐山，智者乐水。”我相信大家不仅是智者，也是仁者。赏过这里的水后，我们还要亲近这里的山。经过这段山路，“观音洞”就在前面。

在中国，几乎在每一座寺院或佛教徒自家的佛龛中，都可以看到观世音菩萨的身影。对于大多数老百姓来说，不一定知道佛教的教主释迦牟尼佛，但不知道观世音菩萨的就实在太少了。自佛教传入我国以来，观世音菩萨就与老百姓结下了很深的因缘，以至出现很多家供观音、很多人念观音的情形。

大家知道，观世音菩萨是中国佛教四大菩萨之一。中国民间的观音信仰，实际上超出了佛教的范围。民间信仰的观音菩萨，是大慈大悲救苦救难的善神、福神。她总是以宽厚的慈爱，满足人们的各种祈求。尽管这样，要问观世音菩萨身世如何?是男是女?修持什么法门等，似乎谁也说不清。

的确，观世音菩萨作为外来神祗移植到中国，进而形成长盛不衰的观音信仰，应该说是一种特殊的文化现象，实非三言两语能说清楚的。

观世音菩萨的名号在中文佛典中的译名有好几种，东汉译为“光世音”、“观世音”，唐代玄奘译为“观自在”。此外尚可译作“观世自在”、“观世音自在”、“圣观音”等。其中以“观世音”译名最为流行。唐代由于须避唐太宗李世民的名讳，“观世音”一变而为“观音”。

据学者们考证，观世音菩萨最初的原形是古印度婆罗门教中的一对孪生小马驹，它神通广大，能使盲人复明，不孕者生子，公牛产奶，朽木开花，象征着慈悲与善，被尊奉为双马童神。佛教创立后，神马驹逐渐成为一位慈眉善目的菩萨，称为“马头观世音”。造型愤怒威猛，头有四面，分别为菩萨面、大嗔怒黑色面、大笑颜面，顶上是碧马头。不过，在汉语系经典中却还有着完全不同的另外几种说法。

值得一提的是，佛教初传入我国，观世音菩萨形象纯粹是伟丈夫相，以后随着观音信仰的深入发展，从南北朝开始逐渐被塑造为女性形象，使他完全中国化，这实在是中国佛教的一大创造。这种类型的像成了观音菩萨像的主流，以至观音菩萨有着“东方维纳斯”的美誉。

总之，观世音菩萨身上，凝聚了我国人民的智慧和艺术才华，寓含了佛教深刻的哲理，充分体现了中华民族仁民爱物、崇尚和平的精神，寄托了人民群众的美好理想。因此观世音菩萨是神圣的，是不容亵渎的。

【观瀑亭】

游客朋友，现在我们来到了观瀑亭。观瀑亭是整个飞瀑涧景区最好的观景台。我们回头，与青山飞瀑遥遥相望，但见山瀑挂壁，瀑上青苔，别有一种壮美。

大家看，对面白云生处，就是海拔1288.9米的辽宁省第二大高峰——八面威。八面威峰顶奇树怪石，形态各异，有“老寿星”、“海豚出水”、“双狮戏球”等著名景点，我们将在一定时机对外开放。

在“青山飞瀑”南面的山上，有一处约两米宽的山崖豁口是“通天门”，两边是悬崖峭壁，当年抗联战士就凭此天险与敌人巧妙周旋，取得了一次又一次的胜利。穿过“通天门”可达“将军岭”。大家看，那座山峰像不像一位气势磅礴的大将军，在捍卫着这方宝地。“将军岭”上还有抗联战士修筑的防御工事遗迹。说到抗联战士，下面我们就要踏上一段“红色之旅”。

【刘青山烈士墓】

大家看到这座简陋的坟墓了。在这人烟罕至的地方，长眠地下的人又是谁呢?让我来告诉大家，这是烈士刘青山的坟墓。刘青山生前是著名抗日英雄杨靖宇的警卫连长。当年，在这里的一次战斗中，刘青山为掩护杨靖宇将军而牺牲。青山沟、刘青山——青山有幸埋忠骨，青山沟和烈士是有缘的。愿先烈们的丰碑永存。

【杨靖宇抗联指挥部遗址】

这处遗址就是当年杨靖宇将军率领的抗日联军的临时指挥部。1993年9月，被丹东市人民政府认定为市级文物保护单位。

大家来看一下石壁上的碑文：“1931年九一八事变宽甸民众悬旗举戟咸兴，邀集各路义勇军加入抗联，然日寇逞凶，焚杀淫掠，哀鸿遍野，十室九空。杨靖宇疾呼民众，奋起抵抗。在绿豆营组织反日会，建立红军自卫队。1936年冬湖盖子一战，11名抗联战士鲜血化碧，气壮山河。1938年夏，抗联撤离宽桓四年时间，杨靖宇五进绿豆营建立密营，反日锄奸，减租减息，拯民救难。众人缅怀，刊石存念。铭曰：杨靖宇将军涤荡丑虏，大忠大勇，赫赫立功，万世传颂。”

关于杨靖宇将军，大家都有所了解。杨靖宇原名马尚德，字骥生，1920xx年2月13日生于河南确山李家湾。1920xx年加入中国共产主义青年团。1920xx年5月加入中国共产党。1920xx年春到东北，化名张贯一，任中共抚顺特别支部书记。“九一八”事变后，历任中共哈尔滨市委书记，兼代满洲省委军委书记。他团结各路抗日武装，创建游击根据地。1935年7月，杨靖宇来到青山沟，在绿豆营子村组织反日会，创建红军自卫队。1938年秋，日伪军在屡屡遭受杨靖宇部沉重打击后，加紧进行军事“讨伐”，同时悬重赏缉拿杨靖宇。在极端困难的条件下，杨靖宇继续坚持战斗。1940年1月，杨靖宇所部被日伪军重兵围困。他组织部队分散突围，自己只身同敌人周旋五昼夜;2月23日，在吉林蒙江县三道崴子壮烈牺牲。日军在解剖他的遗体时，发现胃中尽是枯草、树皮和棉絮，不见一粒粮食。

【靖宇泉】

当年可歌可泣的英雄故事，至今仍在这里流传。到青山沟游览，面对英雄遗迹，可使人更珍惜今天的幸福生活。大家请看右侧峭壁上，还依稀可辨枪炮的弹痕，可以想象到当年战斗的激烈。这一湾泉水就是“靖宇泉”，是当年抗联战士饮用的泉水。

青山依旧在，几度夕阳红。半个多世纪过去了，如今，这里旧貌换新颜，尤其是开发旅游，使青山沟的奇山异水大放光彩，人民生活发生了翻天覆地的变化。捐躯在这里的烈士们如果地下有知，也可以欣慰了。

**辽宁青山沟旅游攻略篇六**

游客朋友们：大家好!

非常高兴在这阳光明媚的日子里，与您相识在美丽的江城“丹东”。我是某某旅行社的导游员，我叫，那么你们的这次旅游生活中的导游工作，就由我来为大家做。现在我仅代表某某旅行社的全体员工，热烈地欢迎您的光临，同时在此预祝你们的旅游生活开心、愉快!

各位朋友，在我们旅游过程中，你一路上可称我为刘导或小刘都行，如果你有什么需求，请不要客气，只要是在合情、合理和可能的情况下，我将会尽力满足你的需求。另外还有一位为我们服务的司机师傅，他姓，现在我们用掌声来感谢司机师傅的辛苦工作。

今天我和大家一起将要游览的是丹东的省级风景区——青山沟，它位于辽宁省丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距丹东市城区160公里，景区面积约127.4平方公里，汽车行驶约3个小时。“青山沟”、“飞瀑涧’’、“虎塘沟”三大景区浑然一体，构成一幅巨大的天然画卷。全区共有126个景点，大小瀑布36条，是一个完美的山水型自然风景区。这里风景秀丽，水秀山青，气势恢弘，植被多为原始林态，树林葱郁，峡谷幽深，怪石林立，溪水潺潺，飞瀑壮观，景色十分迷人。这里季相分明，春夏秋冬四季景观别有特色。春夏可见万绿丛中点点红;深秋可见千红风叶黄斑谰;冬季则是白雪覆盖，峰恋如玉。在我国北方是一流的景色，在全国也是上乘的，可谓“西有九寨沟，东有青山沟”。中国第一画家村就在这里诞生。由于这里四季分明，它的春、夏、秋、冬四季景观别具特色，令人流连忘返，现已列为辽宁省风景名胜区。

青山沟景区内有7个村、36个村民组，人口约有8000人，有汉、满、朝鲜等少数民族，但以满族居多，有浓厚的满族文化风情。青山湖水域面积 23.3平方公里，鸭绿江的支流——浑江流经景区35公里。一九八四年联合国教科文组织通过卫星观测，把青山沟列为世界六大无污染区之一，在这里居住的人平均寿命88岁，是世界上少有的长寿之乡。由于景区风光秀美，人杰地灵，曾被新加坡新闻界誉为“神仙住过的地方”。

青山沟风景区经过几年的开发建设，基础服务设施得到了很大的改善，交通便利、通讯发达。景区内现有高、中、低档宾馆、饭旅店30余个，可同时接待游客4000人，拥有船只18艘可同时乘载游客800人。在这里可以吃到青山湖的鲤鱼、多种河鱼、和无污染的各种山野菜等当地特产。

青山沟风景区群山环抱、层峦叠障，地势自西向东倾斜，呈东低西高之势，森林覆盖率为80%，年平均气温8.5摄氏度，最低气温—28摄氏度，气温32摄氏度，年平均降雨量1200毫米，无霜期180天。

青山沟风景区动、植物资源十分丰富，全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，珍贵植物有8种，即人参、东北刺参、钻天柳、水曲柳、野大豆、核桃楸、黄蘖等。森林树种以落叶阔叶林为主，有柞树、板栗、枫树、榆树、桦树、杨树、白腊等。名贵药材有人参、细辛、贯众、辽五味、黄芪、贝母、天麻、三枝九叶草等，还有各种野生菌菇，如：松伞蘑、玉黄蘑、针蘑、青蘑、元蘑，以及人工种植的香菇、滑菇等食用菌，滑菇全区年产2500吨，景区盛产山楂、板栗、核桃、棒子、木耳等，板栗年产量可达400吨。景区还盛产驰名异国的蕨菜、刺龙牙、大叶芹等山野菜。动物资源有各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等200余种。山上有黑熊、獐、狍、狐、兔、水獭、鸳鸯、灰鹭、及各种山雀。水中不仅有珍奇稀有的龙爪龟、娃娃鱼等两栖动物，还有鼋鱼、高背鲤、桂鱼、池沼公鱼、林蛙、泥鳅、溪水龙虾等。

风景区土壤呈中性偏酸，浑江水的硬度为1.17毫克/升，比世界卫生组织规定的饮用水标准硬度1.96毫克/升低得多。相当于世界卫生组织规定的饮用水标准。由于景区内植被覆盖率高，水土保持好，无工业和大气污染，江、河、涧、溪极为清澈，大部分溪水可直接饮用，甘甜可口，并含有多种人体必需的微量元素与矿物资。好，景区的概况就简单介绍到这里。

现在我们的旅游车已经行驶了60分钟，大家先休息一下，如果有什么问题请找导游。

大家好，我们的目地的就要到了，请把你的行李收拾好，一会儿我们先分房间，10分钟后，下楼用餐，然后我们直接游览青山湖，请大家带好相机以及所要用的水、眼镜等等。

现在我们要游览的是素有“塞北漓江”称谓的青山湖风景区，距青山沟镇8公里，大约需要15分钟的时间，下面我把青山湖的概况向大家介绍一下，青山湖景区水域辽阔。湖面最宽处可达1500米，上下长达百余公里，水深30——70米，因下游太平哨发电厂大坝截断浑江、遂蓄水成湖。湖水清澈碧绿，荡舟湖上，但见两岸青山相对出，扁舟踏破水中山，山光水色，浑然而成仙境。青山湖景区已经到了，首先映入我们眼帘的是一幢欧式造型的楼阁，这就是“雨桂山庄”。

**辽宁青山沟旅游攻略篇七**

青山湖景区水域辽阔，上下长达百里，湖区水面23.3平方公里，水深30-50米湖水清澈碧绿，乘船可一揽两岸秀丽风光，但见两岸青山相对出，扁舟踏破水中出。青山湖是丹东鸭绿江的一个支流，因上边有一个发电厂，筑坝而形成的一个湖。

赵本山拍的>这个电影就是在这个小山村拍的。首先映入我们眼帘的是一幢欧式造型的楼阁，它依江而立，掩映于绿树碧水之间，这就是雨桂山庄，它是93年7月同我国著名国画家宋雨桂先生出资650万元，占地3800平方米建造而成的，是吃住娱为一体的高级宾馆。

94年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游。在菁山宾馆发现一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀，他见到后，花120元将这条鱼买下放生在青山湖，这条鲤鱼一直尾随船后，戏水跳跃，遥遥相送。真不知，这条大红鲤鱼是通人性，还是通灵性。

现在我们看到的是丁香崖，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股股沁人心肺的香与丁香崖相比花仙台更艳丽，来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳竞相开放。我国著名的书法家王冠在上面题写了花仙台三个字，前面那一片长达百米的山崖是钓鱼台，这里是游人垂钓的最佳地方，大家再来看前面的山崖像不像只元鱼把头探入水中，因此得名元头戏水。

前面就是白云峰了，白云峰云雾撩绕，相传八仙曾从蓬莱驾云至此，饮酒放歌。白云峰上有一个美丽的传说，白云峰下却有一个悲凉的故事，远古时代，有一位山民常年在此放木排南下，换钱养家，一日山民被江涛吞没，他的妻子不见丈夫归来便迎风站在巨大的天然平台上望夫归来，时间长了便跌入江中于是人们便把这座迎江而立的高台称作望夫台。

大家向右看，那株华盖如云的千年古松，高十余米，有双人合抱粗细，这株古松在宣统三年(1920xx年)有一李姓人想把它砍倒为柴，可是他的斧头刚落下去，古松便鲜血直流，那人也腹痛难忍滚倒树下，从此再也没人敢砍它了，三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂，因此人们称之谓松神。

朋友们，前面那一座长达千米，高达百米的铁壁绝崖就是青铜壁，青铜壁旁边的就是大峡谷，谷内另有一番景象，谷间流淌着溪水，有两泉并流的姐妹泉，抗联遗迹忠魂洞等景点位于谷中，是理想的野游野餐之地。

请大家向右面看，这是青山湖一绝----盛夏冰凌，即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中，每当晨曦初露，由盛夏冰凌处喷出一条白雾带横贯湖面直奔大峡谷，久久不散，被人们称为白龙过江，这两种现象堪称举世奇观，成为不解之迷。

现在我们看到左岸边的一座古庙宇是清福寺，清福寺始建于明末清初，香火盛时有僧侣48位，日寇侵华时焚烧了此庙，后修缮，文革时又遭一动而荡然无存，94年，新加坡蔡金钟先生投资8万美元，移址修复了此庙，现彩绘已结束，近期将对外开放。

现在我们远远看到的是仙人谷中的八仙台，八仙台下便是宋雨桂先生投资360万元，占地5000平方米，兴建的中国画家村，这是一幢幢座落在仙人谷口的西式风格的建筑群，随山势起伏，亭台楼阁，错落有致，是休闲度假。写生作画的最佳境地。

这个是柳抱石，柳家小伙抱着石家的姑娘，夫妻恩爱过着甜蜜的幸福生活。

这个是盘龙树，摸一摸盘龙树工作事业有建树。

大家再往前行就是五龙泉，从岸顶喷涌而出的五股泉水，恰恰似五龙吐水，被称为五龙泉。人家说被农夫山泉有点甜，其实五龙泉的水比蜜甜。这泉水含有多种矿物质，有很高的饮用价值，大家可以喝一点，喝一口五龙泉，幸福生活比蜜甜;喝两口五龙泉，健康长寿又延年;喝三口五龙泉，永远年轻赛神仙。

**辽宁青山沟旅游攻略篇八**

各位游客大家好!欢迎您来到青山沟风景名胜区观光游览。今天由我为大家导游，在旅途中有什么意见和要求，请您直接向我提出，我会竭诚为大家服务。

在进入景区之前，我把青山沟风景名胜区的概况向大家介绍一下。

青山沟风景名胜区位于丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距宽甸县城70公里;距丹东市城区160公里;距沈阳市245公里。风景区面积一百二十多平方公里，其中，水域面积23.3平方公里。鸭绿江最大支流浑江流经这里三十多公里，江面最宽处达1500米。景区内有7个村，居住着满、汉、朝鲜等民族兄弟，其中以满族居多。大家到这里除了游山游水，还能领略到浓郁的满乡风情。

大家看到了，青山沟名副其实是一个青山的世界。这里森林覆盖率达80%以上。年平均气温8.5摄氏度。适宜的北温带大陆性气候使风景区内植被茂盛，水秀山清。水土保持完好，周边上百里无工业和大气污染，江、河、涧、溪都十分清澈。大部分溪水可直接饮用，并含有多种人体必需的微量元素与矿物质。

喜爱生物学的朋友在这里还会有意外的收获。青山沟风景名胜区拥有完整的生态体系，动植物资源十分丰富。全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，以人参、东北刺参为代表的珍贵植物有8种。在广袤的落叶阔叶林中，人参、细辛、辽五味、黄芪、贝母、天麻等药材和松伞蘑、玉黄磨、榛蘑等野生菌菇随处可见;各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等动物多达200种以上。对了，说到鱼类，来到青山沟，大家别忘了品尝一下青山湖的鲤鱼;还有雅河的河鱼和无污染的各种山野菜。那可是真正的绿色食品啊。

青山沟风景区由青山湖、飞瀑涧、虎塘沟、雅河口、外湖、树木园、凌霄峰、大冰沟八个景区构成，现已开发出青山湖、飞瀑涧、虎塘沟三个浑然一体的山水型自然风景区，既有北方山水雄浑的气势，又不乏江南风景秀丽的风格。分布在这里的126处景点，飞溅的36条瀑布，都为湖光山色的青山沟风景名胜区增添了诗的意境、画的色彩和歌的韵味。

“幽幽千苍谷，潺潺溪水鸣。人间无此境，独隐青山中。”这是辽宁省著名书法家郭子绪赞美青山沟风景区的诗。

好山好水养一方人，大家不知道吧，这里还是世界上少有的长寿之乡呢。由于这里风光秀美，地灵人杰，被新加坡新闻界称赞为“神仙住过的地方”。

青山沟风景名胜区的概况就简要介绍到这里。大家准备好，下面就开始我们的青山湖景区之行。该景区距青山沟镇8公里，大约需要15分钟。

【青山湖景区】

雨桂山庄→游船码头→丁香崖→花仙台→钓鱼台→鼋头戏水→松神→青铜壁→盛夏冰凌→清福寺→中国画家村→八仙台→云海飞舟→参王峰→燕子尾→金钟壁→柳花岛

【雨桂山庄】

朋友们，青山湖景区到了。首先映入我们眼帘的这幢依江而立的欧式建筑，就是“雨桂山庄”。它是1993年7月由我国著名国画家宋雨桂先生出资建造而成的，是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

宋雨桂的名字大家可能熟悉。他现为辽宁省美术家协会主席、辽宁省美术馆馆长。作为著名画家，仅中国美术馆就收藏他的名画21幅，是中国水墨画家藏画之最。

【游船码头】

朋友们，下面就随我一起从码头乘船去游览青山湖。请大家上船，上船时一定要注意安全。

各位游客，这段时间里我把青山湖的概况向大家介绍一下。青山湖景区水域辽阔，因下游太平哨电厂大坝截断浑江，遂蓄水成湖。湖面宽阔，上下长达百里，水域最深70米，湖面最宽处可达1500米。湖水清澈碧绿，两岸青山峙立，草木参差，万物峥嵘，山光水色。清晨，湖面云影绰约，波平如镜;黄昏，晚霞染红湖水，百鸟归巢，偶有渔歌唱晚，一派江南景色;夜幕降临，水中皓月，湖里繁星，更是说不尽的风情无限。

船启动了。大家看，左边台地上的这个村子，叫船台子村。它的名字是因为这里曾经是造船的地方。这里还是赵本山拍摄的电视连续剧《男妇女主任》的外景地。如今，村民一改过去农垦的生活方式，造木船已经不多了。原有的房屋现在都成了家庭旅舍，他们随时用香喷喷的饭菜热情款待每位慕名而来的远方贵客，这也是由于政府保护青山沟，要求退耕还林而为他们寻求的一条致富之路。

【丁香崖】

青山湖这么美，当然孕育着许多奇妙动人的传说。下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游。那时，在菁山宾馆有一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖。当他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，嬉水跳跃，遥遥相送。这条灵性的大红鲤鱼，为青山湖增添了一抹神秘。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股股沁人心肺的清香。

【花仙台】

大家再看前方，与丁香崖相比“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。

在青山湖看山赏景往往要在船上进行。提醒大家仔细欣赏，山有静态美，映入水中，静中有动;水有动态美，得山之影，动中寓静，动静交融。泛舟在峰回路转“万顷湖天碧，一行飞鹭白”的青山湖上，留心体味“断崖横路水潺潺，行到山根又上山，眼看别峰云雾起，不知身也在人间”的意境。

【钓鱼台】

现在，我们的船是在逆流而上。大家看前面那一片山崖。这片深入水中的山崖长达百米、高丈余，是游人垂钓的好地方。这就是“钓鱼台”。

【鼋头戏水】

大家再来看，前面左侧的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中?像吧!于是这里也因此得名“鼋头戏水”。

顺便说一下，鼋别名绿团鱼，俗称“癞头鼋”，是鳖科动物中最大的一种，属于国家一级保护动物，栖息于江河、湖泊中，善于钻泥沙，以水生动物为食。我国古代即开始饲养鼋鱼，常在庭院放养一两只。由于鼋的背甲骨板可以入药，且肉味鲜美，一度遭到了大量捕杀，现在野外的数量已经很少，多产于云南、海南、广东、广西、福建、浙江、江苏等地。

【松神】

俗话说：“出国问禁，入乡问俗。”游客到异地作客，如果犯了当地人的禁忌，就会招惹麻烦，平添出一些不愉快的事。大家看到右侧湖畔的这株大松树，就轻慢不得。现在我们的船正驶向并要停靠在那里。

大家请看，这株迎江而立、华盖如云的大树就是“松神”。树高十余米，有双人合抱粗细。现在这棵古松已经有260多岁高龄了。传说在宣统三年，即1920xx年，这棵古松枯死了。有一个山民想把它砍倒烧柴，可是他的斧头刚落下去，就肚子痛得受不了，滚倒在树下。从此，再也没人敢砍它了。三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。于是被人尊敬为神。乡民大至官司诉讼，婚丧嫁娶，生儿育女，就业升学;小至走亲访友，求财问路等，诸事皆来问卜、许愿，期望点拨，福佑一方。

古老的传说和茁壮的生命，为大松树披上一层神秘的色彩。

【青铜壁】

自“松神”西望，是一道绵延12里，高百余米的石壁。大家看，“青铜壁”壁面平如铜镜，如刀削斧凿一般，直插江底，雄浑壮阔，威武凛然。

“青铜壁”旁的大峡谷另有一番景色。那里峡谷幽深，溪水潺潺，峡谷两侧古藤老树，极目所见，都是原始景观。

【盛夏冰凌】

请大家向右面看，这就是青山湖一绝——“盛夏冰凌”。即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中。每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”。这两种现象堪称稀世奇观，成为难解之谜。

【清福寺】

青山沟风景名胜区不仅有秀美的自然风光，而且还保留着许多人文景观。

现在我们看到湖左岸边的这座古庙宇是“清福寺”。“清福寺”始建于明末清初，香火盛时有僧侣48位。日寇侵华时焚烧了此庙，后经修缮，文革时又遭一劫而荡然无存。1994年，新加坡蔡金钟先生投资8万美元移址修复了此庙。

【中国画家村】

不知不觉间，我们的游船已经来到一个小码头。请看，前面这座突出湖面的水泥平台的重檐亭子已展现我们眼前，有人怀疑自己好像来到了多瑙河边或日内瓦湖畔。这组欧陆中世纪风格的别墅，就是著名的“中国画家村”。建筑随山势起伏，亭台楼阁，错落有致，是休闲度假、写生作画的最佳境地，为闻名遐迩的画家村。

【八仙台】

沿“中国画家村”上行，远远地我们便能看到“仙人谷”中的“八仙台”了。那里高居云端，人迹罕至。相传八仙云游至此，见这里风光无限，就在湖畔山峦上静坐，终日与山岚流云为伴。当他们云游他方，此处则留下了“八仙台”。

这里曾经发生过这样一个真实的故事。在仙人谷口有一户张姓人家，当年青山湖蓄水时，把家搬到了对岸。搬家那天，多年栖居在他家屋檐上的两条蛇，也跟张家人的船游过了湖，至今仍然跟张家住在一起。蛇恋主的故事，也佐证了这里人与自然的和谐关系。

还有，大家想不到吧，在这座山峰后面还有一独家独户的自然小村庄。古时，苛捐杂税沉重，这一家人躲在峰上山后，开垦良田，遍栽果树，在上边过起了自给自足的小农生活。躲过了官府的索取，无忧无虑，快乐似神仙。

大家更想不到的是，在湖的对岸，还有辽宁省最小的“学校”——村小学的下伸点，那里只有一个老师和三个学生。怎么样?够小的了吧!

【云海飞舟】

大家看，这座山峰称作“云海飞舟”。这是一座高80米，长60米的巨大山崖，形如船头，每当晨雾缭绕的时候，从湖中远远望去，“船”跃然欲行。

【参王峰】

顺江上行，前面这座直冲云端、倚崖独立的石峰，就是青山湖景区著名的“参王峰”。石峰宽约18米，高约200米，与对面的悬崖成85米宽间隙。峰顶青松苍劲，时有白云缭绕其间。“参王峰”是千百万年无人涉足的地方，直到今天还是一处神秘禁地。

据说峰上人参很多，并有株参王，每当人参拉朵时节，参朵映红了半边江，景色诱人。民间传闻那株参王善于隐藏变化，现在仍然在“参王峰”上。

人参是稀有的珍贵药材。曾经有一对老夫妻，就在这里的林中挖了一棵500克重的人参，在县里换回了二万元钱和一辆双排座汽车。这里还流传着人参娃的故事，据说人参成精后可以行走的，一般采参人发现它后，须用红线绳拴上，否则就会跑掉。

【聚仙台】

左前方，山到了这里突兀而起，云到了这里虚无缥缈，给人以幻境的感觉。这一带山峦叠嶂，气势雄伟，“聚仙台”就要到了。大家看，传说在那块依江耸立的巨石上，曾经驻留过仙人们的脚步。如此说来，仙人们也留恋这里的碧水青峰和田园似锦。

【燕子尾】

从“聚仙台”继续前行，江右岸迎面是一堵大片峭壁，层层叠叠、沿江而立。“燕子尾”这片峭壁绵延500余米，分几层，如上下楼阁层层叠起，景色宏伟壮观。春来秋归时节，这里燕子成群，气象万千。

【金钟壁】

朋友们!这里的每一座岩峰都是一件古老的艺术品，每一座岩峰都隐藏着大自然的无穷奥秘。在这座数十米高的峭壁上，有一个深约一米的凹窝方方正正嵌入石壁。自古以来，当地人每天根据凹窝中日影照射位置的变化，推断时辰，竟也准确，此壁于是得名“金钟壁”。

【柳花岛】

游客朋友们，前面江中那个小岛就是我们青山湖景区游览的终点“柳花岛”。大家看，它多像一颗璀璨的明珠镶嵌在江的中心。方圆万米的“柳花岛”上芳草萋萋，柳树成荫，杨花柳絮，飞飞扬扬。

现在介绍几首游青山湖的诗，使大家对青山湖山光水色有个总的认识。“奇山异水好风光，一豁心胸净俗肠。领略白云生处意，人家一二雾中藏。”“劈波斩浪驾飞舟，绿亘群山两岸流。美景袭人难暇接，有缘今在画中游。”“山光水色醉游人，胜饮剑南千盏春。开放机缘临僻地，雄姿方识九州宾。”

好，朋友们，我们结束了青山湖景区的游览。下面我们将要游览的是虎塘沟景区。

【虎塘沟景区】

广场→山门→ 林中石径→熊掌峰→响溪→黑熊望月→虎塘幽境→九曲天水→野猪岭→仙姑瀑→虎王顶→老虎背→飞云渡

【广场】

各位朋友，虎塘沟景区到了，请大家带好东西下车，最好换上登山的布鞋。大家可以先欣赏这里出售的山货、野果、根雕、壁挂、青山石、葫芦画等多种旅游工艺品和纪念品。但不用急着买，下山后我们再尽情挑选。

虎塘沟景区是青山沟三大景区中最具有原始韵味的景区，是青山沟风景名胜区里的“绿色王国”和“植物大观园”，以森林浴和探险游等为主要特色。好，我们出发。景区单程大约需要两个小时。

【山门】

首先，我们看到的是连理树型人工塑造的景区大门。连理树将大门与自然巧妙地结合在一起。“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝”，这是相爱至深，永结同心的恋人们的海誓山盟。

在欣赏大门返朴归真的自然情调的同时，大家别忘了在这道“自然之门”前面，留下自己的光辉形象。特别是远道而来的有情人，在这里留影以示爱情的忠贞，浪漫的青山沟之旅将会从这里开始给你留下难忘的记忆。

【林中石径】

游客朋友们，大家知道青山沟是自然风景名胜区。它的一草一木、山山水水都是不加雕琢和粉饰的自然景观，所以我们相信您在享受自然的同时，也能做到不在景区内吸烟、不乱丢垃圾、不攀树摘花。在这里，我代表青山沟风景区感谢您的合作和对我们工作的支持!

沿着这些花岗岩铺就的石径上行，路两旁郁郁葱葱，树可遮天，有若与世隔绝。大家是否有曲径通幽的感觉?也许有的朋友心里会想，这里为什么叫虎塘沟呢?这个疑问还是我给大家解答吧。

传说在很久很久以前，山里有一户人家，父母去世得早，只剩下一个小伙子靠打猎为生。一天，小伙子在林中遇到了一只受伤的老虎，于是便动了恻隐之心，把老虎救回家疗伤。老虎伤好了之后，善良的小伙子决定放虎归山。可是，几天后，奇怪的事情发生了;每当小伙子上山打猎回来时，家里总有热气腾腾的饭菜。在这寥无人烟的地方，谁会帮助他一个孤苦伶仃的人呢?小伙子感觉蹊跷，便开始留意观察。那天也赶巧了，小伙子比平常早些下了山。在家门口，他看到了升起的炊烟。小伙子蹑手蹑脚地来到窗前一看，原来是一个漂亮的女子正在厨房忙活，门边摊着一张斑斓的虎皮。小伙子一下子什么都明白了，一把将虎皮紧紧地抱在了怀里……

故事的结局大家都想到了吧!不能恢复原形的老虎当然成了小伙子的妻子，小伙子也不再上山打猎，开始以种地为生了。而这里从此便被山民们称作虎塘沟。传说终归是传说，但大家不难从这个传说中悟出早期山民们“天人合一”的朴素思想。而正源于人与自然共生共存的这种古朴情感，虎塘沟才葆有了今天的原始风貌。

核桃大家吃过吧?现在大家看到的就是核桃的母树——核桃楸。核桃楸属胡桃科胡桃属落叶乔木，又名山核桃。种仁为营养丰富的滋补品，青果及种仁均可入药。“七月核桃八月梨，九月榛子不剥皮”，这是流行在我们辽东地区的一则民谣。大家如果在农历的七月之后来到虎塘沟，成熟了的核桃、榛子等山货野果真是伸手可得了。

现在簇拥在我们身边的，更多的是枫叶。游客朋友当中有的去过香山，到那里看过枫叶，不少作家曾用笔赞美过它。在这里，我把有关枫树的知识简单介绍给大家。枫树是槭树科槭属树种的其中一些俗种的泛称。全世界的槭树植物有199种，分布于亚洲、欧洲、北美洲和非洲北缘。中国是世界上槭树种类最多的国家，目前发现有151种，全国各地均有分布。对了，大家知道吧，加拿大素有“枫树之国〃的称号。在国旗中央，绘着巨大的红艳艳的枫叶，日常生活里枫叶图案也随处可见。人们以象征火红、热烈、赤诚的枫叶为骄傲。

在众多的枫树中，观赏价值有代表性的主要有以下几种：五角枫;鸡爪枫，也称青枫;三角枫，也称丫枫、鸡枫等。欢迎大家在金色深秋时节再来虎塘沟。那时，俯首拾起一片红叶，捕捉金秋每一个瞬间，都将点缀着您快乐的旅途。

在林荫小道中行走，大家是否有穿行在绿色画廊中的感觉?各种树种分立两旁，大家应并不陌生。这里除了树类、蕨类以外，还有很多的药材和山果，如五味子、人参、党参等;五味子泡酒可以医治睡眠不足，神经衰弱。这里的山果多得数不胜数，板栗、山楂、山梨、山葡萄、软枣子、山丁子、山里红，各有特色。说着，说着口水都要流出来了。

大家看路边马道上边那些缠树的老藤，它们结下的猕猴桃被当地人称作软枣子，是鲜美的野生水果，也可制果酱、酿酒。它的形状比南方的猕猴桃要小得多，像大枣般大小。每年的9月初，软枣就要成熟了。有人将它的青果采下，放在家里捂熟，吃起来，果肉松软，酸甜可口，最适于老年人品尝。它的果实可以入药;枝皮纤维可制高级文化用纸;它的花可提制香精，又是很好的蜜源植物。

怎么样?在林中走了这么长时间，我看大家是越来越神清气爽了。我这么说是有科学道理的。因为虎塘沟独特的地理环境和森林植被，形成了这里独特的小气候。

在森林中，借助负离子的作用提高人体的免疫力，会使人们心情舒畅。美国哈佛大学生理学系教授雅格劳博士将空气的负离子称为空气中的维他命。负离子不但直接对人体的健康有良好的影响，而且能够有效消除空气中的污染成分，还给人们清新的空气环境。置身大森林之中，呼吸到清新的空气，令人心旷神怡，百病顿消。

游客朋友们，大森林就是天然的森林浴场。目前，许多发达国家都建立了 “森林医院”。到森林里去，已经成为全世界越来越普遍的呼声。祝愿各位游客经过这次浪漫又健身的特殊旅游，身体会更加健康。

【熊掌峰】

迎面伸向蓝天的就是“熊掌峰”。大家可能在动物园中看到过黑熊，而这么大型号的熊掌想必是第一次看到吧!朋友们知道，黑熊是熊科动物，别名狗熊、黑瞎子。一般体重在130-250斤。黑熊夏天吃野果，冬季有冬眠的习惯。人们把黑熊的冬眠叫做蹲仓，黑熊洞分为天仓和地仓，树尖上的洞叫天仓，树根有洞叫地仓。冬眠的时候不吃不喝，靠舔熊掌过活。

熊掌在这里，那么黑熊呢?一会儿大家就会看到。

【响溪】

沿着弯弯曲曲的山涧石径而上，大家听到那丁冬的泉水声了吗?那是响溪在呼唤我们呢!如果是雨季过后，这里更是溪流淙淙，清泉瀑布随处可见。“山中一夜雨，处处挂飞泉”，就是虎塘沟瀑布的生动写照。

虎塘沟的水是美的。走在山涧石径上，能够充分感受到“明月松间照，清泉石上流”的情韵。只有流在这样排列着地垄沟样的石头上，“响溪”才会有如此空灵的声韵。溪水冲洗着凹凸不平的石面，溅起的水花，在阳光的照耀下像一颗颗晶莹夺目的珍珠。大家可以在这里摄影留念。

【黑熊望月】

原来，黑熊跑这里来了。

大家看—— 那块高50余米的巨石，无论从哪个角度端量，都是一只栩栩如生的大黑熊。明月东升，这黑熊则引颈屈身，痴痴迷迷，憨态可掬。我们不妨仔细观察，它张嘴垂舌，还挺着大肚子，真是惟妙惟肖。

传说，喜欢吃蜂蜜的黑熊在虎塘沟里尝过了各种花酿的蜜后，还意犹未足。越吃越馋越挑剔的黑熊，最后想起了月宫中那棵开满白花的桂树，便常常望着月亮出神，想象着怎么才能够得着。那年八月桂花飘香的夜晚，月亮格外地明亮。黑熊又站在这里遥望。月宫里的嫦娥发现后不高兴了，以为黑熊打她的主意，一气之下，就把黑熊点化成石了。

“黑熊望月”还有一个传说。是说嫦娥在青山沟的泉水中洗澡，黑熊发现了就偷偷地观看，一不小心弄出声响。嫦娥奔回了月中，黑熊仍长久地注视月亮，直到化成了石头。

【虎塘幽境】

宽甸历史悠久，境内为清朝的“龙兴重地”，被保护了二百多年，才有了现在的佳木丛生，古木参天。虎塘沟和满族还是有缘的。大家看这块石头上“虎塘幽境”四个隽秀爽健，婀娜多姿的大字。这就是末代皇帝溥仪的弟弟溥杰先生于1991年游览青山沟风景区时留下的墨迹。中国著名书法家爱新觉罗·溥杰1920xx年生于北京，自幼受到严格的书法基础训练，工行书，初学虞世南，后受其业师赵世骏影响而自成一体。生前为中国书法家协会名誉理事、全国人大民族委员会副主任委员。

更多的文人墨客为青山沟风景名胜区增添了魅力。“山谷青枫涧水鸣，白云深处更凄清。当年万壑千林动，冷月寥塘虎一声。” 有文人这样描摹虎塘沟的空旷寂寥。在这里举目四望，峭壁摩天，高不可攀，真有如坠深渊之感。在这里大家可以不说话，更多地用心灵来与自然交流，真正达到悲喜不惊、宠辱皆忘的无我境地。

【九曲天水】

过了友谊桥，再往上走，一片开阔。大家看，那跌来荡去，恣意迂回的飞瀑就是“九曲天水”。泉水飘飘洒洒，几经曲折而下，十分壮观。

人们都有这种经验，除了树林茂盛的地方之外，雨后的天空和有瀑布喷泉的地方空气特别新鲜。这是为什么呢?这是因为这种地方的空气中负离子含量高的缘故。站在瀑布下边，腾飞的水雾扑面而来，顿生一种沁人心脾、清新爽朗的感觉。亲爱的游客，到此请别忘记灌上一瓶天上来水。

“九曲天水”是虎塘沟的灵魂。这是一个容易让人激动的地方。九曲天水是爱的甘霖。据说，只要夫妻在这里许个愿，再喝一口天赐的甘露，那么，恩爱夫妻就会白头偕老，永不分离;热恋情人就能忠贞相许，姻缘美满。喝“九曲天水”还可以滋身润体、防病去火呢。怎么样?如果你想祝福哪一个人身体健康、爱情幸福，不妨带回一瓶水给他——这独特的礼物是无价的。怎么样?是一对夫妻、一对恋人的是不是来讨个吉利?

【野猪岭】

各位朋友，绕过“九曲天水”再往上就到达山顶了，这段路是我们游览全程最难走的一段探险路。好了，现在大家做好手脚并用的准备，让我们共同攀登吧!

大家看，这两棵貌似平常的树，它不仅有着脱俗的名字，更有不凡的身价——天女木兰。大家知道。天女木兰是国家重点保护的珍稀植物。仅分布在辽东山区和黄山一带，为阔叶亚乔木。树高可达10米以上。天女木兰花叶美观并具有浓郁的芳香，是重要的园林绿化树种和提取香料的轻工业原料，具有广泛的开发利用前景。

沿着登山道前行，大家看，这里的一个树根发出了四棵树。这四棵有趣的树个个风姿绰约，形成了“四子同心”的大家庭。它们肩并着肩矗立在森林大家庭中，互相帮助、共同生存。

问起这棵树的名字，大家大概不知道，但以它为原料之一做成的药——“芩暴红”、“芩绿红”等止咳良药，大家不应该陌生。这两种药中都含有“暴马子”成分。暴马子就是大家面前这种树。暴马子又名暴马子丁香、白丁香。材质坚硬致密，结构均一，具有特殊的清香味，可供各种细木工用材，尤其适宜用做家具。

攀上前面这座山崖，就是“野猪岭”。游客朋友不妨歇口气，我给大家介绍一下有关野猪岭和橡子树的传说。

野猪岭上橡子树特别多。大家刚才在登山时，看到了一些橡子米。有的游客还以为是榛子呢!因为野猪最爱吃橡子米，所以时常光顾这里，“野猪岭”因此得名。今天，橡子树还在，国家级保护动物野猪却不多了。

其实，橡子树在当地有好几个名字，除了柞树外，在民间最有亲和力的名字是“波罗”、“波勒”和“波离”树。满语“波罗”的意思是“米”或“米谷”。这反映出满族先祖在原始社会时，除猎取野兽充饥外，也采集橡实为食。东北山林中到处都有橡子树，他们以橡实为补充食品，称之为米谷是可以理解的。后来，他们学会了农耕，自然也称真正的米谷为“波罗”。直到现在，在满族集聚的民间，人们仍把橡子树称为“波罗木”。

大家在大酒店都吃过波罗叶饽饽或波罗叶糕吧。那种略带柞叶清香的满族食品，颇具风味。想不到吧?现在，硕大的波罗叶就在眼前。关于波罗叶饽饽或波罗叶糕的来历，还有一个美丽的故事呢!

传说满族人的先祖在由狩猎时代过渡到农耕时代的初期，人们由吃野兽肉改吃五谷杂粮肚子总是感到不适。特别是到了夏天，总是腹泻，浑身无力，什么也干不了。正在人们万分焦急、走投无路的时候，一天晚上，大家不约而同地做了一个相同的梦：一个非常美丽的女子，自称是王母娘娘的七仙女中的老三，反复向他们说着一句话，“别忘了旧波罗”。第二天，大家说出昨夜的梦，谁都解释不了。最后一个白胡子老者说：我琢磨着，这是仙女在拯救我们。于是大家试着用“波罗叶子”包饽饽吃，看看灵不灵。吃了几天，大家的腹泻病慢慢地好了。从此以后，波罗叶饽饽成了满族人非常喜欢的食品。

按照现代医学的观点，柞树叶里含有单宁或单宁酸。用波罗叶包饽饽，人们可以吸收微量的单宁酸，这对预防和医治夏日易得的腹泻，确实是有一定作用的。当然，满族人食用波罗叶饽饽不会是仙女的指点，还应该是他们在长期的劳动实践中发现了波罗叶的保健作用，并用之于食品。

另外，丹东是柞蚕之乡，柞树叶造就了丹东的柞蚕丝绸业。据调查，世界柞蚕丝绸的70%产在中国，中国柞蚕丝绸的70%产在辽宁，而辽宁的70%就产在丹东。

【仙姑瀑】

大家看这面高耸入云的石壁。一股飞流从天而落，这就是80余米高的“仙姑瀑”。泉水从悬崖峭壁上跌落，又被石壁撞击，如天女散花，似雨似雾，阳光照耀的时刻，不时有条条彩虹自此横跨天际，真是水从天上降，人在彩虹中。这天然奇观，似乎只有仙姑圣洁的名字才不会玷污它。“仙姑瀑”的悬崖下面就是“九曲天水”，真是瀑上有瀑，令人神往。

我们再向上看峭壁，山体成90度直角，不但陡峻，而且整个山体由一块石头构成，中间没有断层。这样的山恐怕国际攀岩冠军来了也难以攀登。大家看，这峭壁像不像一幅巨大的中国山水画——岩石的干与润、晦与明交相映衬，花青色中透露出赭黄，赭黄中隐现着淡绿，加之石上斑斑青苔，加重了山体的色彩。而动态的水流入静态的画中，使其更加美丽。

【虎王顶】

顺着“仙姑瀑”继续上攀，便到达了虎塘沟的最高峰“虎王顶”。这里人迹罕至，峭壁、怪石到处皆是。树木苍老遒劲，树身长满苔藓。这也正应了“物竞天择，适者生存”的名言。这里风声、松涛、鸟鸣声声声入耳，令人心旷神怡。

站在海拔800多米的虎王顶眺望，只有这样的虎王顶才能驮起苍松挺立，云海茫茫……崇山峻岭，江河村落，无限江山尽收眼底，会使您有离天“三尺三”的感觉。

【老虎背】

下面，我们将继续虎塘沟之行。大家注意，人称“险中险”的老虎背山梁宽处一丈有余，窄处不足一尺。

虎塘沟的原始面貌将我们带到了一个古老而又悠远的年代，这一切也启发着我们不但要爱惜生命，更应该爱惜和保护大自然。

【飞云渡】

现在“飞云渡”就在我们的脚下。两边是悬崖峭壁，前面是万丈深渊。大家注意，我们只能是手提扶栏、脚蹬爬梯，侧身走过“飞云渡”的二百多级台阶，缓步下到崖底。到那时惊回首，峭壁上百余米的爬梯凌空倒挂，会使你大汗淋漓，心有余悸。请不要害怕，让那些体质强健的朋友去领略那奇险的乐趣，其他各位从这里的小道同样可以下到崖底。

好，朋友们，虎塘沟的游览已经结束了。下一步我带领大家游览的是飞瀑涧景区。该景区距我们的出发地18公里，行程大约五十分钟。

**辽宁青山沟旅游攻略篇九**

游客朋友们：大家好!

非常高兴在这阳光明媚的日子里，与您相识在美丽的江城“丹东”。我是某某旅行社的导游员，我叫，那么你们的这次旅游生活中的导游工作，就由我来为大家做。现在我仅代表某某旅行社的全体员工，热烈地欢迎您的光临，同时在此预祝你们的旅游生活开心、愉快!

各位朋友，在我们旅游过程中，你一路上可称我为刘导或小刘都行，如果你有什么需求，请不要客气，只要是在合情、合理和可能的情况下，我将会尽力满足你的需求。另外还有一位为我们服务的司机师傅，他姓，现在我们用掌声来感谢司机师傅的辛苦工作。

今天我和大家一起将要游览的是丹东著名的省级风景区——青山沟，它位于辽宁省丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距丹东市城区160公里，景区面积约127.4平方公里,汽车行驶约3个小时。“青山沟”、“飞瀑涧’’、“虎塘沟”三大景区浑然一体，构成一幅巨大的天然画卷。全区共有126个景点，大小瀑布36条，是一个完美的山水型自然风景区。这里风景秀丽，水秀山青，气势恢弘，植被多为原始林态，树林葱郁，峡谷幽深，怪石林立，溪水潺潺，飞瀑壮观，景色十分迷人。这里季相分明，春夏秋冬四季景观别有特色。春夏可见万绿丛中点点红;深秋可见千红风叶黄斑谰;冬季则是白雪覆盖，峰恋如玉。在我国北方是一流的景色，在全国也是上乘的，可谓“西有九寨沟，东有青山沟”。中国第一画家村就在这里诞生。由于这里四季分明，它的春、夏、秋、冬四季景观别具特色，令人流连忘返，现已列为辽宁省风景名胜区。

青山沟景区内有7个村、36个村民组，人口约有8000人，有汉、满、朝鲜等少数民族，但以满族居多，有浓厚的满族文化风情。青山湖水域面积23.3平方公里，鸭绿江的最大支流——浑江流经景区35公里。一九八四年联合国教科文组织通过卫星观测，把青山沟列为世界六大无污染区之一，在这里居住的人平均寿命88岁，是世界上少有的长寿之乡。由于景区风光秀美，人杰地灵，曾被新加坡新闻界誉为“神仙住过的地方”。来源：考试大

青山沟风景区经过几年的开发建设，基础服务设施得到了很大的改善，交通便利、通讯发达。景区内现有高、中、低档宾馆、饭旅店30余个，可同时接待游客4000人，拥有船只18艘可同时乘载游客800人。在这里可以吃到青山湖的鲤鱼、多种河鱼、和无污染的各种山野菜等当地特产。

青山沟风景区群山环抱、层峦叠障，地势自西向东倾斜，呈东低西高之势，森林覆盖率为80%，年平均气温8.5摄氏度，最低气温—28摄氏度，最高气温32摄氏度，年平均降雨量1200毫米，无霜期180天。

青山沟风景区动、植物资源十分丰富，全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，珍贵植物有8种，即人参、东北刺参、钻天柳、水曲柳、野大豆、核桃楸、黄蘖等。森林树种以落叶阔叶林为主,有柞树、板栗、枫树、榆树、桦树、杨树、白腊等。名贵药材有人参、细辛、贯众、辽五味、黄芪、贝母、天麻、三枝九叶草等，还有各种野生菌菇，如：松伞蘑、玉黄蘑、针蘑、青蘑、元蘑，以及人工种植的香菇、滑菇等食用菌，滑菇全区年产2500吨，景区盛产山楂、板栗、核桃、棒子、木耳等，板栗年产量可达400吨。景区还盛产驰名异国的蕨菜、刺龙牙、大叶芹等山野菜。动物资源有各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等200余种。山上有黑熊、獐、狍、狐、兔、水獭、鸳鸯、灰鹭、及各种山雀。水中不仅有珍奇稀有的龙爪龟、娃娃鱼等两栖动物，还有鼋鱼、高背鲤、桂鱼、池沼公鱼、林蛙、泥鳅、溪水龙虾等。

风景区土壤呈中性偏酸，浑江水的硬度为1.17毫克/升，比世界卫生组织规定的饮用水标准硬度1.96毫克/升低得多。相当于世界卫生组织规定的饮用水标准。由于景区内植被覆盖率高，水土保持好，无工业和大气污染，江、河、涧、溪极为清澈，大部分溪水可直接饮用，甘甜可口，并含有多种人体必需的微量元素与矿物资。好，景区的概况就简单介绍到这里。

现在我们的旅游车已经行驶了60分钟，大家先休息一下，如果有什么问题请找导游。

大家好，我们的目地的就要到了，请把你的行李收拾好，一会儿我们先分房间，10分钟后，下楼用餐，然后我们直接游览青山湖，请大家带好相机以及所要用的水、眼镜等等。

现在我们要游览的是素有“塞北漓江”称谓的青山湖风景区，距青山沟镇8公里，大约需要15分钟的时间，下面我把青山湖的概况向大家介绍一下，青山湖景区水域辽阔。湖面最宽处可达1500米，上下长达百余公里，水深30——70米，因下游太平哨发电厂大坝截断浑江、遂蓄水成湖。湖水清澈碧绿，荡舟湖上，但见两岸青山相对出，扁舟踏破水中山，山光水色，浑然而成仙境。青山湖景区已经到了，首先映入我们眼帘的是一幢欧式造型的楼阁，这就是“雨桂山庄”。它是1993年7月由我国著名国画家宋雨桂先生出资650万元，占地3800平方为建造而成的是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

一会儿上船时，请大家注意安全，并拿好的自已的贵重物品，特别是在船上，很容易丢失东西，或掉到水里，同时大家在船上要互相照顾，发扬团结友爱的精神，使我们的游玩能更轻松、更愉快。

(待大家坐好后)下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游，在青山宾馆发现了一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖，他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，戏水跳跃，遥遥相送。真不知这条大红鲤鱼是通人性，还是有灵性。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股沁人肺腑的清香。与丁香崖相比，“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。我国著名的书法家王冠在上面题写了“花仙台”三个字。前面那一片长达百米的山崖是“钓鱼台”，这里是游人垂钓的最佳地方。大家再来看前面的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中，因此得名“鼋头戏水”。

前面就是“白云峰”了，“白云峰”笔立千仞，云雾缭绕，相传八仙曾从蓬莱驾云至此，饮酒放歌。“白云峰”上有一个美丽的传说，“白云峰”下却有一个悲凉的故事：很久以前，有一位山民常年在此放木排南下，换钱养家，一日，山民被江涛吞没，他的妻子不见丈夫归来，便迎风站在巨大的天然坪台上望夫归来，时间长了便跌入江中，于是人们便的把这座迎江而立的高台称“望夫台”。

大家向右看那株华盖如云的千年古松，高十余米，有双人合抱粗细，这株古松在宣统年(1920xx年)间，谁都不知是什么原因，一连三年枯枝，有一李姓人想把它砍倒为柴，可是他的斧头刚落下，古松便鲜血直流，那人也腹痛难忍，滚倒树下，从此再也没人敢砍它了，三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。因此，人们称之谓“松神”。

前面那一座绵延千米，高达百米的铁壁绝崖就是“青铜壁”，“青铜壁”旁边的就是“大峡谷”，谷内另有一番景象，谷间流淌着“山音瀑”，两泉并流的“姊妹泉”，抗联遗迹“忠魂洞”等景点位于谷中，这里是理想的旅游野餐之地。

请大家向右看，这就是青山湖一绝——盛夏冰凌，即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中，每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”，这两种现象堪称举世奇观，成为不解之迷。

**辽宁青山沟旅游攻略篇十**

各位游客大家好!欢迎您来到青山沟风景名胜区观光游览。今天由我为大家导游，在旅途中有什么意见和要求，请您直接向我提出，我会竭诚为大家服务。

在进入景区之前，我把青山沟风景名胜区的概况向大家介绍一下。

青山沟风景名胜区位于丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距宽甸县城70公里;距丹东市城区160公里;距沈阳市245公里。风景区面积一百二十多平方公里，其中，水域面积23.3平方公里。鸭绿江最大支流浑江流经这里三十多公里，江面最宽处达1500米。景区内有7个村，居住着满、汉、朝鲜等民族兄弟，其中以满族居多。大家到这里除了游山游水，还能领略到浓郁的满乡风情。

大家看到了，青山沟名副其实是一个青山的世界。这里森林覆盖率达80%以上。年平均气温8.5摄氏度。适宜的北温带大陆性气候使风景区内植被茂盛，水秀山清。水土保持完好，周边上百里无工业和大气污染，江、河、涧、溪都十分清澈。大部分溪水可直接饮用，并含有多种人体必需的微量元素与矿物质。

喜爱生物学的朋友在这里还会有意外的收获。青山沟风景名胜区拥有完整的生态体系，动植物资源十分丰富。全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，以人参、东北刺参为代表的珍贵植物有8种。在广袤的落叶阔叶林中，人参、细辛、辽五味、黄芪、贝母、天麻等药材和松伞蘑、玉黄磨、榛蘑等野生菌菇随处可见;各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等动物多达200种以上。对了，说到鱼类，来到青山沟，大家别忘了品尝一下青山湖的鲤鱼;还有雅河的河鱼和无污染的各种山野菜。那可是真正的绿色食品啊。

青山沟风景区由青山湖、飞瀑涧、虎塘沟、雅河口、外湖、树木园、凌霄峰、大冰沟八个景区构成，现已开发出青山湖、飞瀑涧、虎塘沟三个浑然一体的山水型自然风景区，既有北方山水雄浑的气势，又不乏江南风景秀丽的风格。分布在这里的126处景点，飞溅的36条瀑布，都为湖光山色的青山沟风景名胜区增添了诗的意境、画的色彩和歌的韵味。

“幽幽千苍谷，潺潺溪水鸣。人间无此境，独隐青山中。”这是辽宁省著名书法家郭子绪赞美青山沟风景区的诗。

好山好水养一方人，大家不知道吧，这里还是世界上少有的长寿之乡呢。由于这里风光秀美，地灵人杰，被新加坡新闻界称赞为“神仙住过的地方”。

青山沟风景名胜区的概况就简要介绍到这里。大家准备好，下面就开始我们的青山湖景区之行。该景区距青山沟镇8公里，大约需要15分钟。

【青山湖景区】

雨桂山庄→游船码头→丁香崖→花仙台→钓鱼台→鼋头戏水→松神→青铜壁→盛夏冰凌→清福寺→中国画家村→八仙台→云海飞舟→参王峰→燕子尾→金钟壁→柳花岛

【雨桂山庄】

朋友们，青山湖景区到了。首先映入我们眼帘的这幢依江而立的欧式建筑，就是“雨桂山庄”。它是1993年7月由我国著名国画家宋雨桂先生出资建造而成的，是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

宋雨桂的名字大家可能熟悉。他现为辽宁省美术家协会主席、辽宁省美术馆馆长。作为著名画家，仅中国美术馆就收藏他的名画21幅，是中国水墨画家藏画之最。

【游船码头】

朋友们，下面就随我一起从码头乘船去游览青山湖。请大家上船，上船时一定要注意安全。

各位游客，这段时间里我把青山湖的概况向大家介绍一下。青山湖景区水域辽阔，因下游太平哨电厂大坝截断浑江，遂蓄水成湖。湖面宽阔，上下长达百里，水域最深70米，湖面最宽处可达1500米。湖水清澈碧绿，两岸青山峙立，草木参差，万物峥嵘，山光水色。清晨，湖面云影绰约，波平如镜;黄昏，晚霞染红湖水，百鸟归巢，偶有渔歌唱晚，一派江南景色;夜幕降临，水中皓月，湖里繁星，更是说不尽的风情无限。

船启动了。大家看，左边台地上的这个村子，叫船台子村。它的名字是因为这里曾经是造船的地方。这里还是赵本山拍摄的电视连续剧《男妇女主任》的外景地。如今，村民一改过去农垦的生活方式，造木船已经不多了。原有的房屋现在都成了家庭旅舍，他们随时用香喷喷的饭菜热情款待每位慕名而来的远方贵客，这也是由于政府保护青山沟，要求退耕还林而为他们寻求的一条致富之路。

【丁香崖】

青山湖这么美，当然孕育着许多奇妙动人的传说。下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游。那时，在菁山宾馆有一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖。当他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，嬉水跳跃，遥遥相送。这条灵性的大红鲤鱼，为青山湖增添了一抹神秘。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股股沁人心肺的清香。

【花仙台】

大家再看前方，与丁香崖相比“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。

在青山湖看山赏景往往要在船上进行。提醒大家仔细欣赏，山有静态美，映入水中，静中有动;水有动态美，得山之影，动中寓静，动静交融。泛舟在峰回路转“万顷湖天碧，一行飞鹭白”的青山湖上，留心体味“断崖横路水潺潺，行到山根又上山，眼看别峰云雾起，不知身也在人间”的意境。

【钓鱼台】

现在，我们的船是在逆流而上。大家看前面那一片山崖。这片深入水中的山崖长达百米、高丈余，是游人垂钓的好地方。这就是“钓鱼台”。

【鼋头戏水】

大家再来看，前面左侧的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中?像吧!于是这里也因此得名“鼋头戏水”。

顺便说一下，鼋别名绿团鱼，俗称“癞头鼋”，是鳖科动物中最大的一种，属于国家一级保护动物，栖息于江河、湖泊中，善于钻泥沙，以水生动物为食。我国古代即开始饲养鼋鱼，常在庭院放养一两只。由于鼋的背甲骨板可以入药，且肉味鲜美，一度遭到了大量捕杀，现在野外的数量已经很少，多产于云南、海南、广东、广西、福建、浙江、江苏等地。

【松神】

俗话说：“出国问禁，入乡问俗。”游客到异地作客，如果犯了当地人的禁忌，就会招惹麻烦，平添出一些不愉快的事。大家看到右侧湖畔的这株大松树，就轻慢不得。现在我们的船正驶向并要停靠在那里。

大家请看，这株迎江而立、华盖如云的大树就是“松神”。树高十余米，有双人合抱粗细。现在这棵古松已经有260多岁高龄了。传说在宣统三年，即1920xx年，这棵古松枯死了。有一个山民想把它砍倒烧柴，可是他的斧头刚落下去，就肚子痛得受不了，滚倒在树下。从此，再也没人敢砍它了。三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。于是被人尊敬为神。乡民大至官司诉讼，婚丧嫁娶，生儿育女，就业升学;小至走亲访友，求财问路等，诸事皆来问卜、许愿，期望点拨，福佑一方。

古老的传说和茁壮的生命，为大松树披上一层神秘的色彩。

【青铜壁】

自“松神”西望，是一道绵延12里，高百余米的石壁。大家看，“青铜壁”壁面平如铜镜，如刀削斧凿一般，直插江底，雄浑壮阔，威武凛然。

“青铜壁”旁的大峡谷另有一番景色。那里峡谷幽深，溪水潺潺，峡谷两侧古藤老树，极目所见，都是原始景观。

【盛夏冰凌】

请大家向右面看，这就是青山湖一绝——“盛夏冰凌”。即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中。每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”。这两种现象堪称稀世奇观，成为难解之谜。

【清福寺】

青山沟风景名胜区不仅有秀美的自然风光，而且还保留着许多人文景观。

现在我们看到湖左岸边的这座古庙宇是“清福寺”。“清福寺”始建于明末清初，香火盛时有僧侣48位。日寇侵华时焚烧了此庙，后经修缮，文革时又遭一劫而荡然无存。1994年，新加坡蔡金钟先生投资8万美元移址修复了此庙。

【中国画家村】

不知不觉间，我们的游船已经来到一个小码头。请看，前面这座突出湖面的水泥平台的重檐亭子已展现我们眼前，有人怀疑自己好像来到了多瑙河边或日内瓦湖畔。这组欧陆中世纪风格的别墅，就是著名的“中国画家村”。建筑随山势起伏，亭台楼阁，错落有致，是休闲度假、写生作画的最佳境地，为闻名遐迩的画家村。

【八仙台】

沿“中国画家村”上行，远远地我们便能看到“仙人谷”中的“八仙台”了。那里高居云端，人迹罕至。相传八仙云游至此，见这里风光无限，就在湖畔山峦上静坐，终日与山岚流云为伴。当他们云游他方，此处则留下了“八仙台”。

这里曾经发生过这样一个真实的故事。在仙人谷口有一户张姓人家，当年青山湖蓄水时，把家搬到了对岸。搬家那天，多年栖居在他家屋檐上的两条蛇，也跟张家人的船游过了湖，至今仍然跟张家住在一起。蛇恋主的故事，也佐证了这里人与自然的和谐关系。

还有，大家想不到吧，在这座山峰后面还有一独家独户的自然小村庄。古时，苛捐杂税沉重，这一家人躲在峰上山后，开垦良田，遍栽果树，在上边过起了自给自足的小农生活。躲过了官府的索取，无忧无虑，快乐似神仙。

大家更想不到的是，在湖的对岸，还有辽宁省最小的“学校”——村小学的下伸点，那里只有一个老师和三个学生。怎么样?够小的了吧!

【云海飞舟】

大家看，这座山峰称作“云海飞舟”。这是一座高80米，长60米的巨大山崖，形如船头，每当晨雾缭绕的时候，从湖中远远望去，“船”跃然欲行。

【参王峰】

顺江上行，前面这座直冲云端、倚崖独立的石峰，就是青山湖景区著名的“参王峰”。石峰宽约18米，高约200米，与对面的悬崖成85米宽间隙。峰顶青松苍劲，时有白云缭绕其间。“参王峰”是千百万年无人涉足的地方，直到今天还是一处神秘禁地。

据说峰上人参很多，并有株参王，每当人参拉朵时节，参朵映红了半边江，景色诱人。民间传闻那株参王善于隐藏变化，现在仍然在“参王峰”上。

人参是稀有的珍贵药材。曾经有一对老夫妻，就在这里的林中挖了一棵500克重的人参，在县里换回了二万元钱和一辆双排座汽车。这里还流传着人参娃的故事，据说人参成精后可以行走的，一般采参人发现它后，须用红线绳拴上，否则就会跑掉。

【聚仙台】

左前方，山到了这里突兀而起，云到了这里虚无缥缈，给人以幻境的感觉。这一带山峦叠嶂，气势雄伟，“聚仙台”就要到了。大家看，传说在那块依江耸立的巨石上，曾经驻留过仙人们的脚步。如此说来，仙人们也留恋这里的碧水青峰和田园似锦。

【燕子尾】

从“聚仙台”继续前行，江右岸迎面是一堵大片峭壁，层层叠叠、沿江而立。“燕子尾”这片峭壁绵延500余米，分几层，如上下楼阁层层叠起，景色宏伟壮观。春来秋归时节，这里燕子成群，气象万千。

【金钟壁】

朋友们!这里的每一座岩峰都是一件古老的艺术品，每一座岩峰都隐藏着大自然的无穷奥秘。在这座数十米高的峭壁上，有一个深约一米的凹窝方方正正嵌入石壁。自古以来，当地人每天根据凹窝中日影照射位置的变化，推断时辰，竟也准确，此壁于是得名“金钟壁”。

【柳花岛】

游客朋友们，前面江中那个小岛就是我们青山湖景区游览的终点“柳花岛”。大家看，它多像一颗璀璨的明珠镶嵌在江的中心。方圆万米的“柳花岛”上芳草萋萋，柳树成荫，杨花柳絮，飞飞扬扬。

现在介绍几首游青山湖的诗，使大家对青山湖山光水色有个总的认识。“奇山异水好风光，一豁心胸净俗肠。领略白云生处意，人家一二雾中藏。”“劈波斩浪驾飞舟，绿亘群山两岸流。美景袭人难暇接，有缘今在画中游。”“山光水色醉游人，胜饮剑南千盏春。开放机缘临僻地，雄姿方识九州宾。”

好，朋友们，我们结束了青山湖景区的游览。下面我们将要游览的是虎塘沟景区。

【虎塘沟景区】

广场→山门→ 林中石径→熊掌峰→响溪→黑熊望月→虎塘幽境→九曲天水→野猪岭→仙姑瀑→虎王顶→老虎背→飞云渡

【广场】

各位朋友，虎塘沟景区到了，请大家带好东西下车，最好换上登山的布鞋。大家可以先欣赏这里出售的山货、野果、根雕、壁挂、青山石、葫芦画等多种旅游工艺品和纪念品。但不用急着买，下山后我们再尽情挑选。

虎塘沟景区是青山沟三大景区中最具有原始韵味的景区，是青山沟风景名胜区里的“绿色王国”和“植物大观园”，以森林浴和探险游等为主要特色。好，我们出发。景区单程大约需要两个小时。

【山门】

首先，我们看到的是连理树型人工塑造的景区大门。连理树将大门与自然巧妙地结合在一起。“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝”，这是相爱至深，永结同心的恋人们的海誓山盟。

在欣赏大门返朴归真的自然情调的同时，大家别忘了在这道“自然之门”前面，留下自己的光辉形象。特别是远道而来的有情人，在这里留影以示爱情的忠贞，浪漫的青山沟之旅将会从这里开始给你留下难忘的记忆。

【林中石径】

游客朋友们，大家知道青山沟是自然风景名胜区。它的一草一木、山山水水都是不加雕琢和粉饰的自然景观，所以我们相信您在享受自然的同时，也能做到不在景区内吸烟、不乱丢垃圾、不攀树摘花。在这里，我代表青山沟风景区感谢您的合作和对我们工作的支持!

沿着这些花岗岩铺就的石径上行，路两旁郁郁葱葱，树可遮天，有若与世隔绝。大家是否有曲径通幽的感觉?也许有的朋友心里会想，这里为什么叫虎塘沟呢?这个疑问还是我给大家解答吧。

传说在很久很久以前，山里有一户人家，父母去世得早，只剩下一个小伙子靠打猎为生。一天，小伙子在林中遇到了一只受伤的老虎，于是便动了恻隐之心，把老虎救回家疗伤。老虎伤好了之后，善良的小伙子决定放虎归山。可是，几天后，奇怪的事情发生了;每当小伙子上山打猎回来时，家里总有热气腾腾的饭菜。在这寥无人烟的地方，谁会帮助他一个孤苦伶仃的人呢?小伙子感觉蹊跷，便开始留意观察。那天也赶巧了，小伙子比平常早些下了山。在家门口，他看到了升起的炊烟。小伙子蹑手蹑脚地来到窗前一看，原来是一个漂亮的女子正在厨房忙活，门边摊着一张斑斓的虎皮。小伙子一下子什么都明白了，一把将虎皮紧紧地抱在了怀里……

故事的结局大家都想到了吧!不能恢复原形的老虎当然成了小伙子的妻子，小伙子也不再上山打猎，开始以种地为生了。而这里从此便被山民们称作虎塘沟。传说终归是传说，但大家不难从这个传说中悟出早期山民们“天人合一”的朴素思想。而正源于人与自然共生共存的这种古朴情感，虎塘沟才葆有了今天的原始风貌。

核桃大家吃过吧?现在大家看到的就是核桃的母树——核桃楸。核桃楸属胡桃科胡桃属落叶乔木，又名山核桃。种仁为营养丰富的滋补品，青果及种仁均可入药。“七月核桃八月梨，九月榛子不剥皮”，这是流行在我们辽东地区的一则民谣。大家如果在农历的七月之后来到虎塘沟，成熟了的核桃、榛子等山货野果真是伸手可得了。

现在簇拥在我们身边的，更多的是枫叶。游客朋友当中有的去过香山，到那里看过枫叶，不少作家曾用笔赞美过它。在这里，我把有关枫树的知识简单介绍给大家。枫树是槭树科槭属树种的其中一些俗种的泛称。全世界的槭树植物有199种，分布于亚洲、欧洲、北美洲和非洲北缘。中国是世界上槭树种类最多的国家，目前发现有151种，全国各地均有分布。对了，大家知道吧，加拿大素有“枫树之国〃的称号。在国旗中央，绘着巨大的红艳艳的枫叶，日常生活里枫叶图案也随处可见。人们以象征火红、热烈、赤诚的枫叶为骄傲。

在众多的枫树中，观赏价值有代表性的主要有以下几种：五角枫;鸡爪枫，也称青枫;三角枫，也称丫枫、鸡枫等。欢迎大家在金色深秋时节再来虎塘沟。那时，俯首拾起一片红叶，捕捉金秋每一个瞬间，都将点缀着您快乐的旅途。

在林荫小道中行走，大家是否有穿行在绿色画廊中的感觉?各种树种分立两旁，大家应并不陌生。这里除了树类、蕨类以外，还有很多的药材和山果，如五味子、人参、党参等;五味子泡酒可以医治睡眠不足，神经衰弱。这里的山果多得数不胜数，板栗、山楂、山梨、山葡萄、软枣子、山丁子、山里红，各有特色。说着，说着口水都要流出来了。

大家看路边马道上边那些缠树的老藤，它们结下的猕猴桃被当地人称作软枣子，是鲜美的野生水果，也可制果酱、酿酒。它的形状比南方的猕猴桃要小得多，像大枣般大小。每年的9月初，软枣就要成熟了。有人将它的青果采下，放在家里捂熟，吃起来，果肉松软，酸甜可口，最适于老年人品尝。它的果实可以入药;枝皮纤维可制高级文化用纸;它的花可提制香精，又是很好的蜜源植物。

怎么样?在林中走了这么长时间，我看大家是越来越神清气爽了。我这么说是有科学道理的。因为虎塘沟独特的地理环境和森林植被，形成了这里独特的小气候。

在森林中，借助负离子的作用提高人体的免疫力，会使人们心情舒畅。美国哈佛大学生理学系教授雅格劳博士将空气的负离子称为空气中的维他命。负离子不但直接对人体的健康有良好的影响，而且能够有效消除空气中的污染成分，还给人们清新的空气环境。置身大森林之中，呼吸到清新的空气，令人心旷神怡，百病顿消。

游客朋友们，大森林就是天然的森林浴场。目前，许多发达国家都建立了 “森林医院”。到森林里去，已经成为全世界越来越普遍的呼声。祝愿各位游客经过这次浪漫又健身的特殊旅游，身体会更加健康。

【熊掌峰】

迎面伸向蓝天的就是“熊掌峰”。大家可能在动物园中看到过黑熊，而这么大型号的熊掌想必是第一次看到吧!朋友们知道，黑熊是熊科动物，别名狗熊、黑瞎子。一般体重在130-250斤。黑熊夏天吃野果，冬季有冬眠的习惯。人们把黑熊的冬眠叫做蹲仓，黑熊洞分为天仓和地仓，树尖上的洞叫天仓，树根有洞叫地仓。冬眠的时候不吃不喝，靠舔熊掌过活。

熊掌在这里，那么黑熊呢?一会儿大家就会看到。

【响溪】

沿着弯弯曲曲的山涧石径而上，大家听到那丁冬的泉水声了吗?那是响溪在呼唤我们呢!如果是雨季过后，这里更是溪流淙淙，清泉瀑布随处可见。“山中一夜雨，处处挂飞泉”，就是虎塘沟瀑布的生动写照。

虎塘沟的水是美的。走在山涧石径上，能够充分感受到“明月松间照，清泉石上流”的情韵。只有流在这样排列着地垄沟样的石头上，“响溪”才会有如此空灵的声韵。溪水冲洗着凹凸不平的石面，溅起的水花，在阳光的照耀下像一颗颗晶莹夺目的珍珠。大家可以在这里摄影留念。

【黑熊望月】

原来，黑熊跑这里来了。

大家看—— 那块高50余米的巨石，无论从哪个角度端量，都是一只栩栩如生的大黑熊。明月东升，这黑熊则引颈屈身，痴痴迷迷，憨态可掬。我们不妨仔细观察，它张嘴垂舌，还挺着大肚子，真是惟妙惟肖。

传说，喜欢吃蜂蜜的黑熊在虎塘沟里尝过了各种花酿的蜜后，还意犹未足。越吃越馋越挑剔的黑熊，最后想起了月宫中那棵开满白花的桂树，便常常望着月亮出神，想象着怎么才能够得着。那年八月桂花飘香的夜晚，月亮格外地明亮。黑熊又站在这里遥望。月宫里的嫦娥发现后不高兴了，以为黑熊打她的主意，一气之下，就把黑熊点化成石了。

“黑熊望月”还有一个传说。是说嫦娥在青山沟的泉水中洗澡，黑熊发现了就偷偷地观看，一不小心弄出声响。嫦娥奔回了月中，黑熊仍长久地注视月亮，直到化成了石头。

【虎塘幽境】

宽甸历史悠久，境内为清朝的“龙兴重地”，被保护了二百多年，才有了现在的佳木丛生，古木参天。虎塘沟和满族还是有缘的。大家看这块石头上“虎塘幽境”四个隽秀爽健，婀娜多姿的大字。这就是末代皇帝溥仪的弟弟溥杰先生于1991年游览青山沟风景区时留下的墨迹。中国著名书法家爱新觉罗·溥杰1920xx年生于北京，自幼受到严格的书法基础训练，工行书，初学虞世南，后受其业师赵世骏影响而自成一体。生前为中国书法家协会名誉理事、全国人大民族委员会副主任委员。

更多的文人墨客为青山沟风景名胜区增添了魅力。“山谷青枫涧水鸣，白云深处更凄清。当年万壑千林动，冷月寥塘虎一声。” 有文人这样描摹虎塘沟的空旷寂寥。在这里举目四望，峭壁摩天，高不可攀，真有如坠深渊之感。在这里大家可以不说话，更多地用心灵来与自然交流，真正达到悲喜不惊、宠辱皆忘的无我境地。

【九曲天水】

过了友谊桥，再往上走，一片开阔。大家看，那跌来荡去，恣意迂回的飞瀑就是“九曲天水”。泉水飘飘洒洒，几经曲折而下，十分壮观。

人们都有这种经验，除了树林茂盛的地方之外，雨后的天空和有瀑布喷泉的地方空气特别新鲜。这是为什么呢?这是因为这种地方的空气中负离子含量高的缘故。站在瀑布下边，腾飞的水雾扑面而来，顿生一种沁人心脾、清新爽朗的感觉。亲爱的游客，到此请别忘记灌上一瓶天上来水。

“九曲天水”是虎塘沟的灵魂。这是一个容易让人激动的地方。九曲天水是爱的甘霖。据说，只要夫妻在这里许个愿，再喝一口天赐的甘露，那么，恩爱夫妻就会白头偕老，永不分离;热恋情人就能忠贞相许，姻缘美满。喝“九曲天水”还可以滋身润体、防病去火呢。怎么样?如果你想祝福哪一个人身体健康、爱情幸福，不妨带回一瓶水给他——这独特的礼物是无价的。怎么样?是一对夫妻、一对恋人的是不是来讨个吉利?

【野猪岭】

各位朋友，绕过“九曲天水”再往上就到达山顶了，这段路是我们游览全程最难走的一段探险路。好了，现在大家做好手脚并用的准备，让我们共同攀登吧!

大家看，这两棵貌似平常的树，它不仅有着脱俗的名字，更有不凡的身价——天女木兰。大家知道。天女木兰是国家重点保护的珍稀植物。仅分布在辽东山区和黄山一带，为阔叶亚乔木。树高可达10米以上。天女木兰花叶美观并具有浓郁的芳香，是重要的园林绿化树种和提取香料的轻工业原料，具有广泛的开发利用前景。

沿着登山道前行，大家看，这里的一个树根发出了四棵树。这四棵有趣的树个个风姿绰约，形成了“四子同心”的大家庭。它们肩并着肩矗立在森林大家庭中，互相帮助、共同生存。

问起这棵树的名字，大家大概不知道，但以它为原料之一做成的药——“芩暴红”、“芩绿红”等止咳良药，大家不应该陌生。这两种药中都含有“暴马子”成分。暴马子就是大家面前这种树。暴马子又名暴马子丁香、白丁香。材质坚硬致密，结构均一，具有特殊的清香味，可供各种细木工用材，尤其适宜用做家具。

攀上前面这座山崖，就是“野猪岭”。游客朋友不妨歇口气，我给大家介绍一下有关野猪岭和橡子树的传说。

野猪岭上橡子树特别多。大家刚才在登山时，看到了一些橡子米。有的游客还以为是榛子呢!因为野猪最爱吃橡子米，所以时常光顾这里，“野猪岭”因此得名。今天，橡子树还在，国家级保护动物野猪却不多了。

其实，橡子树在当地有好几个名字，除了柞树外，在民间最有亲和力的名字是“波罗”、“波勒”和“波离”树。满语“波罗”的意思是“米”或“米谷”。这反映出满族先祖在原始社会时，除猎取野兽充饥外，也采集橡实为食。东北山林中到处都有橡子树，他们以橡实为补充食品，称之为米谷是可以理解的。后来，他们学会了农耕，自然也称真正的米谷为“波罗”。直到现在，在满族集聚的民间，人们仍把橡子树称为“波罗木”。

大家在大酒店都吃过波罗叶饽饽或波罗叶糕吧。那种略带柞叶清香的满族食品，颇具风味。想不到吧?现在，硕大的波罗叶就在眼前。关于波罗叶饽饽或波罗叶糕的来历，还有一个美丽的故事呢!

传说满族人的先祖在由狩猎时代过渡到农耕时代的初期，人们由吃野兽肉改吃五谷杂粮肚子总是感到不适。特别是到了夏天，总是腹泻，浑身无力，什么也干不了。正在人们万分焦急、走投无路的时候，一天晚上，大家不约而同地做了一个相同的梦：一个非常美丽的女子，自称是王母娘娘的七仙女中的老三，反复向他们说着一句话，“别忘了旧波罗”。第二天，大家说出昨夜的梦，谁都解释不了。最后一个白胡子老者说：我琢磨着，这是仙女在拯救我们。于是大家试着用“波罗叶子”包饽饽吃，看看灵不灵。吃了几天，大家的腹泻病慢慢地好了。从此以后，波罗叶饽饽成了满族人非常喜欢的食品。

按照现代医学的观点，柞树叶里含有单宁或单宁酸。用波罗叶包饽饽，人们可以吸收微量的单宁酸，这对预防和医治夏日易得的腹泻，确实是有一定作用的。当然，满族人食用波罗叶饽饽不会是仙女的指点，还应该是他们在长期的劳动实践中发现了波罗叶的保健作用，并用之于食品。

另外，丹东是柞蚕之乡，柞树叶造就了丹东的柞蚕丝绸业。据调查，世界柞蚕丝绸的70%产在中国，中国柞蚕丝绸的70%产在辽宁，而辽宁的70%就产在丹东。

【仙姑瀑】

大家看这面高耸入云的石壁。一股飞流从天而落，这就是80余米高的“仙姑瀑”。泉水从悬崖峭壁上跌落，又被石壁撞击，如天女散花，似雨似雾，阳光照耀的时刻，不时有条条彩虹自此横跨天际，真是水从天上降，人在彩虹中。这天然奇观，似乎只有仙姑圣洁的名字才不会玷污它。“仙姑瀑”的悬崖下面就是“九曲天水”，真是瀑上有瀑，令人神往。

我们再向上看峭壁，山体成90度直角，不但陡峻，而且整个山体由一块石头构成，中间没有断层。这样的山恐怕国际攀岩冠军来了也难以攀登。大家看，这峭壁像不像一幅巨大的中国山水画——岩石的干与润、晦与明交相映衬，花青色中透露出赭黄，赭黄中隐现着淡绿，加之石上斑斑青苔，加重了山体的色彩。而动态的水流入静态的画中，使其更加美丽。

【虎王顶】

顺着“仙姑瀑”继续上攀，便到达了虎塘沟的最高峰“虎王顶”。这里人迹罕至，峭壁、怪石到处皆是。树木苍老遒劲，树身长满苔藓。这也正应了“物竞天择，适者生存”的名言。这里风声、松涛、鸟鸣声声声入耳，令人心旷神怡。

站在海拔800多米的虎王顶眺望，只有这样的虎王顶才能驮起苍松挺立，云海茫茫……崇山峻岭，江河村落，无限江山尽收眼底，会使您有离天“三尺三”的感觉。

【老虎背】

下面，我们将继续虎塘沟之行。大家注意，人称“险中险”的老虎背山梁宽处一丈有余，窄处不足一尺。

虎塘沟的原始面貌将我们带到了一个古老而又悠远的年代，这一切也启发着我们不但要爱惜生命，更应该爱惜和保护大自然。

【飞云渡】

现在“飞云渡”就在我们的脚下。两边是悬崖峭壁，前面是万丈深渊。大家注意，我们只能是手提扶栏、脚蹬爬梯，侧身走过“飞云渡”的二百多级台阶，缓步下到崖底。到那时惊回首，峭壁上百余米的爬梯凌空倒挂，会使你大汗淋漓，心有余悸。请不要害怕，让那些体质强健的朋友去领略那奇险的乐趣，其他各位从这里的小道同样可以下到崖底。

好，朋友们，虎塘沟的游览已经结束了。下一步我带领大家游览的是飞瀑涧景区。该景区距我们的出发地18公里，行程大约五十分钟。

【飞瀑涧景区】

龟山→跑马场→青山飞瀑→石猴观瀑→仙女潭→镇水石→观音洞→观瀑亭→刘青山烈士墓→杨靖宇指挥部遗址→靖宇泉

【龟山】

朋友们，现在我们已经来到飞瀑涧景区，请大家带好自己的东西下车。飞瀑涧景区以观瀑游和红色游为主线。

大家往左看，首先映入我们眼帘的就是龟山。龟山由三坐山峰组成，龟头遥遥朝着青山湖的方向，守望着这片青山绿水。来飞瀑涧景区观光的游客，总是被它深深吸引。

大自然的鬼斧神工，把这只石龟雕塑得活灵活现。在众多景区中，如此神似形也似的景观并不多见。这是世界上最大的龟，谁也没有办法称它的重量。多少年来，龟山风雨千变万化，已经深刻地融入当地人的生活中。有关龟山的传说，也就多采而丰富。然而，在看风水人的眼中，青山沟无疑是风水上“龟蛇守江口”的宝地。

【跑马场】

龟山脚下的这片开阔地，是勇敢者向往的地方。怎么样，大家有没有兴趣到跑马场感受一下马背上的刺激?跑马场跑道长500多延长米，有20多匹骏马供你挑选。青山巍巍，林涛阵阵。驰骋在这方古朴自然的天地间，将是你人生中难得的体验。

【青山飞瀑】

游客朋友们，我们沿途不见其面、早闻其声的辽宁省第一大瀑布——“青山飞瀑”就要到了。闻名遐迩的“青山飞瀑”是经过地壳运动使岩体发生移位变化，又经长期的河流冲刷而形成的。由于这里的侵蚀切割地形十分显著，因而深沟峡谷，悬崖峭壁较多，其岩体多为黑云母混合片麻岩。

大家看，溪流从32米高的断层峭壁上直下而落，转眼间则可见“风挟飞流腾细雨，浪冲乱石辟深渊。”远远望去，黑色巨崖如披白纱，缠绵飘渺，变幻无穷。跌落的飞流激起雷鸣般的轰响，如雷贯耳，动人心魄，好似大自然撰写的一部壮丽的史诗，记录着地壳的沧桑变迁和生命的进化历程。

青山飞瀑在不同的季节有着不同的魅力——春季水小，瀑布便分绺从崖顶上挂下来，远远望去，那洁白的水帘飘然而下，洋洋洒洒，如绸缎飘舞，如仙袂飘举，如淑女所浣之纱。夏秋洪水暴涨，瀑布如天河直倾，峭壁震颤，谷底轰雷，十里开外，也能听到它的咆哮;由于水流的强大冲击力，溅起的水雾可弥漫数百米以外，使坐落在瀑布侧崖顶上的山峰也常常被溅起的水雾所笼罩，形成“阳光映照彩虹起”的绮丽景象。冬天，她凝冻成硕大的冰瀑，玲珑剔透，蜡雕玉琢，景象更为壮观。

大家不妨在这里多逗留些时间。切身感受一下“勒纳尔效应”。大家知道，当水分在气体内改变其表面积时，例如水滴分裂成更小的水滴时，则每个分裂后的水滴本身都会得到正电，并使周边的空气得到负电而产生离子，这个现象就是“勒纳尔效应”或“瀑布效应”。所以，瀑布周围可以使人们心情舒爽，精神沉着，对健康有良好影响。

游客朋友，希望诸位举起你们的照相机，把雄壮的青山飞瀑拍下来，留在你们的记忆中，宣传给更多的人，因为，青山飞瀑是青山沟的，同时也是属于全国的。

【石猴观瀑】

大家看，在青山飞瀑南面的山尖上有一天然巨石，形状似猴。那石猴身长2米有余，近看俏皮伶俐，眉目清晰可辨，令人忍俊不禁。它面向青山飞瀑，故称“石猴观瀑”。

传说在人迹稀少的时候，瀑布下深潭里住着一个蝲蛄精，不时到瀑布边的石头上晒太阳。一日，一只猴子与蝲蛄精因地盘之争厮打起来，蝲蛄精的一只手臂被打下来，疼痛难忍，一头钻进瀑布下的深潭中，至今不敢出来。掉下来的蝲蛄甲经人试验，能装一斗二升小米。那只猴子也受伤了，它一下子跳到南面的山尖上，遥遥俯视着瀑布，直到化成了石头也不肯下山。

【仙女潭】

仙女潭在青山飞瀑下游。置身其间，如入仙境，一束清流，从潭中溢出，穿行于黑褐色巨石之间。潭水清冽碧透，任何人驻足潭边，都会浮想联翩。传说，古时曾有仙女到此洗衣服。大家说，这样的潭水，即使得到过仙女的青睐，也不奇怪吧。

【镇水石】

大家看，溪流中罗列的这些巨石，有的直立高如房屋，有的俯卧坦荡如砥，有的被溪水冲磨得浑圆光滑，犹如一铺石炕。这块巨石挡住溪流，使溪水由急而缓，因此便被人们封了“镇水石”的大号。

还有附近这些巨石上的石刻，都是出自名家之手，很是值得欣赏。

【观音洞】

游客朋友，先哲说过“仁者乐山，智者乐水。”我相信大家不仅是智者，也是仁者。赏过这里的水后，我们还要亲近这里的山。经过这段山路，“观音洞”就在前面。

在中国，几乎在每一座寺院或佛教徒自家的佛龛中，都可以看到观世音菩萨的身影。对于大多数老百姓来说，不一定知道佛教的教主释迦牟尼佛，但不知道观世音菩萨的就实在太少了。自佛教传入我国以来，观世音菩萨就与老百姓结下了很深的因缘，以至出现很多家供观音、很多人念观音的情形。

大家知道，观世音菩萨是中国佛教四大菩萨之一。中国民间的观音信仰，实际上超出了佛教的范围。民间信仰的观音菩萨，是大慈大悲救苦救难的善神、福神。她总是以宽厚的慈爱，满足人们的各种祈求。尽管这样，要问观世音菩萨身世如何?是男是女?修持什么法门等，似乎谁也说不清。

的确，观世音菩萨作为外来神祗移植到中国，进而形成长盛不衰的观音信仰，应该说是一种特殊的文化现象，实非三言两语能说清楚的。

观世音菩萨的名号在中文佛典中的译名有好几种，东汉译为“光世音”、“观世音”，唐代玄奘译为“观自在”。此外尚可译作“观世自在”、“观世音自在”、“圣观音”等。其中以“观世音”译名最为流行。唐代由于须避唐太宗李世民的名讳，“观世音”一变而为“观音”。

据学者们考证，观世音菩萨最初的原形是古印度婆罗门教中的一对孪生小马驹，它神通广大，能使盲人复明，不孕者生子，公牛产奶，朽木开花，象征着慈悲与善，被尊奉为双马童神。佛教创立后，神马驹逐渐成为一位慈眉善目的菩萨，称为“马头观世音”。造型愤怒威猛，头有四面，分别为菩萨面、大嗔怒黑色面、大笑颜面，顶上是碧马头。不过，在汉语系经典中却还有着完全不同的另外几种说法。

值得一提的是，佛教初传入我国，观世音菩萨形象纯粹是伟丈夫相，以后随着观音信仰的深入发展，从南北朝开始逐渐被塑造为女性形象，使他完全中国化，这实在是中国佛教的一大创造。这种类型的像成了观音菩萨像的主流，以至观音菩萨有着“东方维纳斯”的美誉。

总之，观世音菩萨身上，凝聚了我国人民的智慧和艺术才华，寓含了佛教深刻的哲理，充分体现了中华民族仁民爱物、崇尚和平的精神，寄托了人民群众的美好理想。因此观世音菩萨是神圣的，是不容亵渎的。

【观瀑亭】

游客朋友，现在我们来到了观瀑亭。观瀑亭是整个飞瀑涧景区最好的观景台。我们回头，与青山飞瀑遥遥相望，但见山瀑挂壁，瀑上青苔，别有一种壮美。

大家看，对面白云生处，就是海拔1288.9米的辽宁省第二大高峰——八面威。八面威峰顶奇树怪石，形态各异，有“老寿星”、“海豚出水”、“双狮戏球”等著名景点，我们将在一定时机对外开放。

在“青山飞瀑”南面的山上，有一处约两米宽的山崖豁口是“通天门”，两边是悬崖峭壁，当年抗联战士就凭此天险与敌人巧妙周旋，取得了一次又一次的胜利。穿过“通天门”可达“将军岭”。大家看，那座山峰像不像一位气势磅礴的大将军，在捍卫着这方宝地。“将军岭”上还有抗联战士修筑的防御工事遗迹。说到抗联战士，下面我们就要踏上一段“红色之旅”。

【刘青山烈士墓】

大家看到这座简陋的坟墓了。在这人烟罕至的地方，长眠地下的人又是谁呢?让我来告诉大家，这是烈士刘青山的坟墓。刘青山生前是著名抗日英雄杨靖宇的警卫连长。当年，在这里的一次战斗中，刘青山为掩护杨靖宇将军而牺牲。青山沟、刘青山——青山有幸埋忠骨，青山沟和烈士是有缘的。愿先烈们的丰碑永存。

【杨靖宇抗联指挥部遗址】

这处遗址就是当年杨靖宇将军率领的抗日联军的临时指挥部。1993年9月，被丹东市人民政府认定为市级文物保护单位。

大家来看一下石壁上的碑文：“1931年九一八事变宽甸民众悬旗举戟咸兴，邀集各路义勇军加入抗联，然日寇逞凶，焚杀淫掠，哀鸿遍野，十室九空。杨靖宇疾呼民众，奋起抵抗。在绿豆营组织反日会，建立红军自卫队。1936年冬湖盖子一战，11名抗联战士鲜血化碧，气壮山河。1938年夏，抗联撤离宽桓四年时间，杨靖宇五进绿豆营建立密营，反日锄奸，减租减息，拯民救难。众人缅怀，刊石存念。铭曰：杨靖宇将军涤荡丑虏，大忠大勇，赫赫立功，万世传颂。”

关于杨靖宇将军，大家都有所了解。杨靖宇原名马尚德，字骥生，1920xx年2月13日生于河南确山李家湾。1920xx年加入中国共产主义青年团。1920xx年5月加入中国共产党。1920xx年春到东北，化名张贯一，任中共抚顺特别支部书记。“九一八”事变后，历任中共哈尔滨市委书记，兼代满洲省委军委书记。他团结各路抗日武装，创建游击根据地。1935年7月，杨靖宇来到青山沟，在绿豆营子村组织反日会，创建红军自卫队。1938年秋，日伪军在屡屡遭受杨靖宇部沉重打击后，加紧进行军事“讨伐”，同时悬重赏缉拿杨靖宇。在极端困难的条件下，杨靖宇继续坚持战斗。1940年1月，杨靖宇所部被日伪军重兵围困。他组织部队分散突围，自己只身同敌人周旋五昼夜;2月23日，在吉林蒙江县三道崴子壮烈牺牲。日军在解剖他的遗体时，发现胃中尽是枯草、树皮和棉絮，不见一粒粮食。

【靖宇泉】

当年可歌可泣的英雄故事，至今仍在这里流传。到青山沟游览，面对英雄遗迹，可使人更珍惜今天的幸福生活。大家请看右侧峭壁上，还依稀可辨枪炮的弹痕，可以想象到当年战斗的激烈。这一湾泉水就是“靖宇泉”，是当年抗联战士饮用的泉水。

青山依旧在，几度夕阳红。半个多世纪过去了，如今，这里旧貌换新颜，尤其是开发旅游，使青山沟的奇山异水大放光彩，人民生活发生了翻天覆地的变化。捐躯在这里的烈士们如果地下有知，也可以欣慰了。

**辽宁青山沟旅游攻略篇十一**

游客朋友们：大家好!

非常高兴在这阳光明媚的日子里，与您相识在美丽的江城“丹东”。我是某某旅行社的导游员，我叫，那么你们的这次旅游生活中的导游工作，就由我来为大家做。现在我仅代表某某旅行社的全体员工，热烈地欢迎您的光临，同时在此预祝你们的旅游生活开心、愉快!

各位朋友，在我们旅游过程中，你一路上可称我为刘导或小刘都行，如果你有什么需求，请不要客气，只要是在合情、合理和可能的情况下，我将会尽力满足你的需求。另外还有一位为我们服务的司机师傅，他姓，现在我们用掌声来感谢司机师傅的辛苦工作。

今天我和大家一起将要游览的是丹东著名的省级风景区——青山沟，它位于辽宁省丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距丹东市城区160公里，景区面积约127.4平方公里,汽车行驶约3个小时。“青山沟”、“飞瀑涧’’、“虎塘沟”三大景区浑然一体，构成一幅巨大的天然画卷。全区共有126个景点，大小瀑布36条，是一个完美的山水型自然风景区。这里风景秀丽，水秀山青，气势恢弘，植被多为原始林态，树林葱郁，峡谷幽深，怪石林立，溪水潺潺，飞瀑壮观，景色十分迷人。这里季相分明，春夏秋冬四季景观别有特色。春夏可见万绿丛中点点红;深秋可见千红风叶黄斑谰;冬季则是白雪覆盖，峰恋如玉。在我国北方是一流的景色，在全国也是上乘的，可谓“西有九寨沟，东有青山沟”。中国第一画家村就在这里诞生。由于这里四季分明，它的春、夏、秋、冬四季景观别具特色，令人流连忘返，现已列为辽宁省风景名胜区。

青山沟景区内有7个村、36个村民组，人口约有8000人，有汉、满、朝鲜等少数民族，但以满族居多，有浓厚的满族文化风情。青山湖水域面积23.3平方公里，鸭绿江的最大支流——浑江流经景区35公里。一九八四年联合国教科文组织通过卫星观测，把青山沟列为世界六大无污染区之一，在这里居住的人平均寿命88岁，是世界上少有的长寿之乡。由于景区风光秀美，人杰地灵，曾被新加坡新闻界誉为“神仙住过的地方”。来源：考试大

青山沟风景区经过几年的开发建设，基础服务设施得到了很大的改善，交通便利、通讯发达。景区内现有高、中、低档宾馆、饭旅店30余个，可同时接待游客4000人，拥有船只18艘可同时乘载游客800人。在这里可以吃到青山湖的鲤鱼、多种河鱼、和无污染的各种山野菜等当地特产。

青山沟风景区群山环抱、层峦叠障，地势自西向东倾斜，呈东低西高之势，森林覆盖率为80%，年平均气温8.5摄氏度，最低气温—28摄氏度，最高气温32摄氏度，年平均降雨量1200毫米，无霜期180天。

青山沟风景区动、植物资源十分丰富，全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，珍贵植物有8种，即人参、东北刺参、钻天柳、水曲柳、野大豆、核桃楸、黄蘖等。森林树种以落叶阔叶林为主,有柞树、板栗、枫树、榆树、桦树、杨树、白腊等。名贵药材有人参、细辛、贯众、辽五味、黄芪、贝母、天麻、三枝九叶草等，还有各种野生菌菇，如：松伞蘑、玉黄蘑、针蘑、青蘑、元蘑，以及人工种植的香菇、滑菇等食用菌，滑菇全区年产2500吨，景区盛产山楂、板栗、核桃、棒子、木耳等，板栗年产量可达400吨。景区还盛产驰名异国的蕨菜、刺龙牙、大叶芹等山野菜。动物资源有各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等200余种。山上有黑熊、獐、狍、狐、兔、水獭、鸳鸯、灰鹭、及各种山雀。水中不仅有珍奇稀有的龙爪龟、娃娃鱼等两栖动物，还有鼋鱼、高背鲤、桂鱼、池沼公鱼、林蛙、泥鳅、溪水龙虾等。

风景区土壤呈中性偏酸，浑江水的硬度为1.17毫克/升，比世界卫生组织规定的饮用水标准硬度1.96毫克/升低得多。相当于世界卫生组织规定的饮用水标准。由于景区内植被覆盖率高，水土保持好，无工业和大气污染，江、河、涧、溪极为清澈，大部分溪水可直接饮用，甘甜可口，并含有多种人体必需的微量元素与矿物资。好，景区的概况就简单介绍到这里。

现在我们的旅游车已经行驶了60分钟，大家先休息一下，如果有什么问题请找导游。

大家好，我们的目地的就要到了，请把你的行李收拾好，一会儿我们先分房间，10分钟后，下楼用餐，然后我们直接游览青山湖，请大家带好相机以及所要用的水、眼镜等等。

现在我们要游览的是素有“塞北漓江”称谓的青山湖风景区，距青山沟镇8公里，大约需要15分钟的时间，下面我把青山湖的概况向大家介绍一下，青山湖景区水域辽阔。湖面最宽处可达1500米，上下长达百余公里，水深30——70米，因下游太平哨发电厂大坝截断浑江、遂蓄水成湖。湖水清澈碧绿，荡舟湖上，但见两岸青山相对出，扁舟踏破水中山，山光水色，浑然而成仙境。青山湖景区已经到了，首先映入我们眼帘的是一幢欧式造型的楼阁，这就是“雨桂山庄”。它是1993年7月由我国著名国画家宋雨桂先生出资650万元，占地3800平方为建造而成的是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

一会儿上船时，请大家注意安全，并拿好的自已的贵重物品，特别是在船上，很容易丢失东西，或掉到水里，同时大家在船上要互相照顾，发扬团结友爱的精神，使我们的游玩能更轻松、更愉快。

(待大家坐好后)下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游，在青山宾馆发现了一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖，他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，戏水跳跃，遥遥相送。真不知这条大红鲤鱼是通人性，还是有灵性。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股沁人肺腑的清香。与丁香崖相比，“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。我国著名的书法家王冠在上面题写了“花仙台”三个字。前面那一片长达百米的山崖是“钓鱼台”，这里是游人垂钓的最佳地方。大家再来看前面的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中，因此得名“鼋头戏水”。

前面就是“白云峰”了，“白云峰”笔立千仞，云雾缭绕，相传八仙曾从蓬莱驾云至此，饮酒放歌。“白云峰”上有一个美丽的传说，“白云峰”下却有一个悲凉的故事：很久以前，有一位山民常年在此放木排南下，换钱养家，一日，山民被江涛吞没，他的妻子不见丈夫归来，便迎风站在巨大的天然坪台上望夫归来，时间长了便跌入江中，于是人们便的把这座迎江而立的高台称“望夫台”。

大家向右看那株华盖如云的千年古松，高十余米，有双人合抱粗细，这株古松在宣统年(1920xx年)间，谁都不知是什么原因，一连三年枯枝，有一李姓人想把它砍倒为柴，可是他的斧头刚落下，古松便鲜血直流，那人也腹痛难忍，滚倒树下，从此再也没人敢砍它了，三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。因此，人们称之谓“松神”。

前面那一座绵延千米，高达百米的铁壁绝崖就是“青铜壁”，“青铜壁”旁边的就是“大峡谷”，谷内另有一番景象，谷间流淌着“山音瀑”，两泉并流的“姊妹泉”，抗联遗迹“忠魂洞”等景点位于谷中，这里是理想的旅游野餐之地。

请大家向右看，这就是青山湖一绝——盛夏冰凌，即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中，每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”，这两种现象堪称举世奇观，成为不解之迷。

**辽宁青山沟旅游攻略篇十二**

游客朋友们：大家好!

非常高兴在这阳光明媚的日子里，与您相识在美丽的江城“丹东”。我是某某旅行社的导游员，我叫，那么你们的这次旅游生活中的导游工作，就由我来为大家做。现在我仅代表某某旅行社的全体员工，热烈地欢迎您的光临，同时在此预祝你们的旅游生活开心、愉快!

各位朋友，在我们旅游过程中，你一路上可称我为刘导或小刘都行，如果你有什么需求，请不要客气，只要是在合情、合理和可能的情况下，我将会尽力满足你的需求。另外还有一位为我们服务的司机师傅，他姓，现在我们用掌声来感谢司机师傅的辛苦工作。

今天我和大家一起将要游览的是丹东著名的省级风景区——青山沟，它位于辽宁省丹东市宽甸满族自治县青山沟镇境内，距丹东市城区160公里，景区面积约127.4平方公里,汽车行驶约3个小时。“青山沟”、“飞瀑涧’’、“虎塘沟”三大景区浑然一体，构成一幅巨大的天然画卷。全区共有126个景点，大小瀑布36条，是一个完美的山水型自然风景区。这里风景秀丽，水秀山青，气势恢弘，植被多为原始林态，树林葱郁，峡谷幽深，怪石林立，溪水潺潺，飞瀑壮观，景色十分迷人。这里季相分明，春夏秋冬四季景观别有特色。春夏可见万绿丛中点点红;深秋可见千红风叶黄斑谰;冬季则是白雪覆盖，峰恋如玉。在我国北方是一流的景色，在全国也是上乘的，可谓“西有九寨沟，东有青山沟”。中国第一画家村就在这里诞生。由于这里四季分明，它的春、夏、秋、冬四季景观别具特色，令人流连忘返，现已列为辽宁省风景名胜区。

青山沟景区内有7个村、36个村民组，人口约有8000人，有汉、满、朝鲜等少数民族，但以满族居多，有浓厚的满族文化风情。青山湖水域面积23.3平方公里，鸭绿江的最大支流——浑江流经景区35公里。一九八四年联合国教科文组织通过卫星观测，把青山沟列为世界六大无污染区之一，在这里居住的人平均寿命88岁，是世界上少有的长寿之乡。由于景区风光秀美，人杰地灵，曾被新加坡新闻界誉为“神仙住过的地方”。来源：考试大

青山沟风景区经过几年的开发建设，基础服务设施得到了很大的改善，交通便利、通讯发达。景区内现有高、中、低档宾馆、饭旅店30余个，可同时接待游客4000人，拥有船只18艘可同时乘载游客800人。在这里可以吃到青山湖的鲤鱼、多种河鱼、和无污染的各种山野菜等当地特产。

青山沟风景区群山环抱、层峦叠障，地势自西向东倾斜，呈东低西高之势，森林覆盖率为80%，年平均气温8.5摄氏度，最低气温—28摄氏度，最高气温32摄氏度，年平均降雨量1200毫米，无霜期180天。

青山沟风景区动、植物资源十分丰富，全区有植物98科、1900种，其中木本植物就有200多种，珍贵植物有8种，即人参、东北刺参、钻天柳、水曲柳、野大豆、核桃楸、黄蘖等。森林树种以落叶阔叶林为主,有柞树、板栗、枫树、榆树、桦树、杨树、白腊等。名贵药材有人参、细辛、贯众、辽五味、黄芪、贝母、天麻、三枝九叶草等，还有各种野生菌菇，如：松伞蘑、玉黄蘑、针蘑、青蘑、元蘑，以及人工种植的香菇、滑菇等食用菌，滑菇全区年产2500吨，景区盛产山楂、板栗、核桃、棒子、木耳等，板栗年产量可达400吨。景区还盛产驰名异国的蕨菜、刺龙牙、大叶芹等山野菜。动物资源有各种兽类、鸟类、两栖类、爬行类、鱼类等200余种。山上有黑熊、獐、狍、狐、兔、水獭、鸳鸯、灰鹭、及各种山雀。水中不仅有珍奇稀有的龙爪龟、娃娃鱼等两栖动物，还有鼋鱼、高背鲤、桂鱼、池沼公鱼、林蛙、泥鳅、溪水龙虾等。

风景区土壤呈中性偏酸，浑江水的硬度为1.17毫克/升，比世界卫生组织规定的饮用水标准硬度1.96毫克/升低得多。相当于世界卫生组织规定的饮用水标准。由于景区内植被覆盖率高，水土保持好，无工业和大气污染，江、河、涧、溪极为清澈，大部分溪水可直接饮用，甘甜可口，并含有多种人体必需的微量元素与矿物资。好，景区的概况就简单介绍到这里。

现在我们的旅游车已经行驶了60分钟，大家先休息一下，如果有什么问题请找导游。

大家好，我们的目地的就要到了，请把你的行李收拾好，一会儿我们先分房间，10分钟后，下楼用餐，然后我们直接游览青山湖，请大家带好相机以及所要用的水、眼镜等等。

现在我们要游览的是素有“塞北漓江”称谓的青山湖风景区，距青山沟镇8公里，大约需要15分钟的时间，下面我把青山湖的概况向大家介绍一下，青山湖景区水域辽阔。湖面最宽处可达1500米，上下长达百余公里，水深30——70米，因下游太平哨发电厂大坝截断浑江、遂蓄水成湖。湖水清澈碧绿，荡舟湖上，但见两岸青山相对出，扁舟踏破水中山，山光水色，浑然而成仙境。青山湖景区已经到了，首先映入我们眼帘的是一幢欧式造型的楼阁，这就是“雨桂山庄”。它是1993年7月由我国著名国画家宋雨桂先生出资650万元，占地3800平方为建造而成的是集吃、住、娱为一体的高级宾馆。

一会儿上船时，请大家注意安全，并拿好的自已的贵重物品，特别是在船上，很容易丢失东西，或掉到水里，同时大家在船上要互相照顾，发扬团结友爱的精神，使我们的游玩能更轻松、更愉快。

(待大家坐好后)下面我给大家讲一个真实的故事：1994年初夏，沈阳市于洪区造化乡党委书记孔祥义等人到此旅游，在青山宾馆发现了一条20余斤重的大红鲤鱼，准备宰杀。他见到后花120元将这条鱼买下放生在青山湖，他坐船游览青山湖时，这条鲤鱼带领鱼群尾随船后，戏水跳跃，遥遥相送。真不知这条大红鲤鱼是通人性，还是有灵性。

现在我们看到的是“丁香崖”，每逢暮春，山崖上便开满了绚丽的丁香花，远远的便会闻到一股沁人肺腑的清香。与丁香崖相比，“花仙台”更显艳丽，春天来临之际，满山的野杜鹃争芳斗艳，竞相开放。我国著名的书法家王冠在上面题写了“花仙台”三个字。前面那一片长达百米的山崖是“钓鱼台”，这里是游人垂钓的最佳地方。大家再来看前面的山崖像不像只鼋鱼把头探入湖中，因此得名“鼋头戏水”。

前面就是“白云峰”了，“白云峰”笔立千仞，云雾缭绕，相传八仙曾从蓬莱驾云至此，饮酒放歌。“白云峰”上有一个美丽的传说，“白云峰”下却有一个悲凉的故事：很久以前，有一位山民常年在此放木排南下，换钱养家，一日，山民被江涛吞没，他的妻子不见丈夫归来，便迎风站在巨大的天然坪台上望夫归来，时间长了便跌入江中，于是人们便的把这座迎江而立的高台称“望夫台”。

大家向右看那株华盖如云的千年古松，高十余米，有双人合抱粗细，这株古松在宣统年(1920xx年)间，谁都不知是什么原因，一连三年枯枝，有一李姓人想把它砍倒为柴，可是他的斧头刚落下，古松便鲜血直流，那人也腹痛难忍，滚倒树下，从此再也没人敢砍它了，三年后，它竟奇迹般地复活了，而且更加枝叶繁茂。因此，人们称之谓“松神”。

前面那一座绵延千米，高达百米的铁壁绝崖就是“青铜壁”，“青铜壁”旁边的就是“大峡谷”，谷内另有一番景象，谷间流淌着“山音瀑”，两泉并流的“姊妹泉”，抗联遗迹“忠魂洞”等景点位于谷中，这里是理想的旅游野餐之地。

请大家向右看，这就是青山湖一绝——盛夏冰凌，即便是三伏盛夏，这里也是寒气逼人，也能看到鹅蛋大小的冰块生于石缝之中，每当晨曦初露，由“盛夏冰凌”处喷出一条白雾带横贯湖面，直奔大峡谷，久久不散，被人们称为“白龙过江”，这两种现象堪称举世奇观，成为不解之迷。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找