

三清山：险绝灵秀



三清山：险绝灵秀

南清园，西海岸，阳光海岸，万寿园，三清宫，玉京峰，三洞口

封面	1
一、三清山概况	6
1、位置及简介	6
2、景区特点	7
3、世界自然遗产	7
二、三清山门票详情	8
1、门票费用	8
2、索道费用	8
3、导游费用	10
4、停车费用	10
三、三清山四季看点	12
1、春季赏花	12
2、夏季观日出日落	14
3、秋季之韵	16
4、冬季赏雪	18
四、三清山十大景区	20
1、南清园	20
2、西海岸	22
3、阳光海岸	24
4、万寿园景区	26
5、三清宫景区	27
6、玉京峰景区	29

三清山：险绝灵秀

7、三洞口景区	30
8、石鼓岭景区	31
9、西华台景区	32
10、玉灵观景区	32
五、三清山十景	34
1、司春女神	34
2、巨蟒出山	35
3、万笏朝天	36
4、玉女开怀	37
5、玉京峰	37
6、观音赏曲	39
7、仙苑秀峰	40
8、老道拜月	40
9、三龙出海	41
10、猴王观宝	42
六、如何抵达三清山	44
1、航空	44
2、火车	44
3、汽车	45
4、自驾	47
5、内部交通	49
七、三清山旅游行程推荐	51
1、南部老索道上山路线	51
2、东部新索道上山路线	51
3、天晴游三清山线路	51
4、摄友和暴走族的最佳登山路线	52
八、三清山周边好玩地推荐	53
1、婺源	53

三清山：险绝灵秀

2、婺源理坑	54
3、婺源严田古樟民俗园	55
4、鄱阳湖国家湿地公园	56
5、景德镇	57
九、三清山饮食推荐	60
1、老乡村	60
2、嘉宾美食坊	60
3、鸭里王	61
4、常山徐味	61
5、湘水人间	62
6、千禧龙酒店	62
7、怀玉山土菜馆	63
十、三清山住宿推荐	64
1、山上酒店	64
2、南部外双溪服务区	64
3、东部金沙服务区	65
十一、三清山特产	68
1、三清山山茶油	68
2、三清山的茶	69
3、三清山葛粉	70
4、三清山有机笋干	71
5、三清山腊鸭	71
6、三清山白玉豆	72
7、香榧	72
8、罗纹砚	72
十二、最佳旅游季节及注意事项	74
1、最佳旅游季节	74
2、注意事项	74

三清山：险绝灵秀

十三、三清山延伸阅读	76
热门旅游攻略推荐	79
封底	80

©旅人攻略
WWW.LVREN.CN

©旅人攻略
WWW.LVREN.CN

©旅人攻略
WWW.LVREN.CN

©旅人攻略
WWW.LVREN.CN

©旅人攻略
WWW.LVREN.CN

三清山：险绝灵秀

一、三清山概况



(图片由网友 [森林心所欲](#) 提供)

1、位置及简介

三清山位于上饶地区的玉山和德兴两县交界处，距离玉山县北部50公里，是国家重点风景名胜区。该山面积达220平方公里，因玉京、玉虚、玉华三峰“如三清列坐其巅”而得名。其中主峰玉京峰海拔1817米，为三清山最高峰。从三清山的名字上就可以看出，这是一座道教名山，前人赞它为“高凌云汉江南第一仙峰，清绝尘嚣天下无双福地”。据考查，三清山有奇峰48座，怪石89处，景物景观300多处。还有日出、晚霞、响云、蜃景等美不胜收的景观。

三清山：险绝灵秀

三清山还以天然动植物琳琅满目而著称。景区内经鉴定的植物有157科1088种。有猴头、云锦杜鹃争媚斗艳、珍稀黄杉披绿拥翠，世间罕见。动物有800多种，熊、獐、鹿、麂、山羊、锦鸡、野猪、野兔、娃娃鱼等经常可见。

2、景区特点

三清山以“绝”著称。东险西奇、北秀南绝，群山姿态万千，妙趣横生。拾级登山，一路上满目都是苍松翠柏和飞瀑流泉，使人心旷神怡。山峰奇中出奇，秀中藏秀，被誉为“黄山的姐妹山”。

3、世界自然遗产

2008在加拿大魁北克召开的第32届世界遗产大会上，三清山申报《世界遗产名录》成功，成为中国第七个世界自然遗产地。世界遗产组织对三清山这样评价：在三清山风景名胜区范围内展示了独特花岗岩石柱与山峰，丰富的花岗岩造型石与多种植被、远近变化的景观及震撼人心的气候奇观相结合，创造了世界上独一无二的景观美学效果，呈现了引人入胜的自然美。

三清山：险绝灵秀

二、三清山门票详情

1、门票费用

淡季：130元/人(12月1日——次年2月28日，闰年另外)

旺季：150元/人(3月1日——11月30日)

三清山门票优惠政策：

免票：

- 1、现役军人；
- 2、国家新闻出版总署或广播电视总局颁发的记者证、摄影记者证；
- 3、国家级摄影家协会会员证；
- 4、持有授箓证、皈依证、皈依证、度牒的宗教人士；
- 5、70周岁以上老年人、身高1.2米以下的儿童；
- 6、国导、江西省导及三清山讲解员；
- 7、残族人；

半票：

- 1、1.2米——1.4米儿童、持有学生证的学生购买半票；
- 2、管委会规定的其他享有优待的游客。

三清山：险绝灵秀

2、索道费用



(图片由网友 [@Lina.888](#) 提供)

南部索道费用：

上山索道55元，下山45元，为双人吊厢式，需时38分钟

平日运营时间：早上7：30到下午18：30

周六运营时间：早上5：30到下午18：30

周日运营时间：早上6：30到下午18：30

(目前已停止营运)

东部金沙索道费用：

平时：上行60元/人次，下行50元/人次，双程110元/人次；

三清山：险绝灵秀

黄金周：上行70元/人次，下行55元/人次，双程125元/人次；

运行时间：8分钟/次，为8人吊厢式

2010年1月1日起实行以下票价：

联票125元/人次 联票半票63元/人次

上行70元/人次 上行半票35元/人次

下行55元/人次 下行半票28元/人次

优惠政策：

1.2米以下儿童免票

1.2米——1.4米儿童、持有学生证的学生购买半票

3、导游费用

导游公司服务内容：

1、景区旅游业务咨询

2、提供景区讲解服务

3、接受讲解活动的预订并及时派遣讲解人员

4、讲解员日常管理

5、服务收费：景区导游服务费200元/团/次，同团每增加一天游程加收服务费100元/团/天，以此类推，黄金周期间上浮50%(不足一天均按一天计算)。

4、停车费用

三清山东部和南部都有设备完善的停车场，停车费用如下图：



停车收费标准

24小时内不过夜		24小时内过夜	
小 车	30元/辆	小 车	40元/辆
中巴车	40元/辆	中巴车	50元/辆
大巴车	50元/辆	大巴车	60元/辆

注：本停车场仅提供场地临时租用服务。
以上收费标准不含车辆保管费。如发生车辆损坏、
丢失等情况，本车场不承担赔偿责任。

三清山物价检查所监制 江西三清商业运营管理有限公司 监督电话：12358 投诉电话：0793-2180599

©旅人攻略
WWW.LVREN.CN

©旅人攻略
WWW.LVREN.CN

三清山：险绝灵秀

三、三清山四季看点

三清山四季景色绮丽秀美，融融春日，杜鹃怒放，百花争艳，春夏之交，流泉飞瀑，云雾缭绕；三伏盛夏，浓荫蔽日，凉爽宜人；仲秋前后，千峰竞秀，层林飞染，三九严赛，冰花玉枝，银装素裹，宛如琉璃仙界。景区四时分明，四季皆景。冬季最为漫长，每年的十月中旬至次年的四月上旬为冬季，可观雪景。春秋两季降雨丰富，山花烂漫，流泉叠瀑，群峰蕴灵；夏季最为短暂，仅为春秋两季节的转换过渡期，却也清绝尘嚣。

1、春季赏花

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 蓝球给蓝球 提供)

三清山渡过漫长的冬季，万物复苏，春暖花开。春季是三清山绝佳的赏花季节。具体的时间为每年的四月下旬和六月上旬。三清山春季相对雨水较多，出行的游客一定要关注三清山当地的天气情况。人间四月芳菲尽，三清杜鹃始盛开。整个春季映山红、云锦杜鹃、红毛杜鹃、猴头杜鹃会次第开放、争奇斗艳给三清山带来了无限的生机。每年四、五月杜鹃花盛开之时，杜鹃花绵亘十里，一片片，一丛丛形成蔚为壮观的杜鹃长廊。其中有些千年杜鹃树，每枝干顶部的杜鹃花八、九朵聚集一起，形似花塔，使人观之心旷神怡，仿佛进入花的世界，在每年开花时节，会吸引众多游客前来三清山观光赏花。

三清山：险绝灵秀

三清山赏花最佳点：

女神峰至玉台一带

这个路段在三清山官方导游图上叫做杜鹃林。但是路段比较狭窄，所以游客在栈道赏花的时候千万不要光顾赏花而树干亲密的拥抱。因为她是位于南清园的主要交通点上，所以此处杜鹃赏花点被大多数游客所熟知。但是缺陷在于游客穿梭在林内，人流太多。

风门至玉京峰一带

此路段的杜鹃面积可谓壮观，一般的游玩攻略上都没有做具体的介绍。大多数游客可以在游玩三清宫的时候可以从百步门步行下去，一直到神龟探海的观景点就可以原路返回了。此路段地势一路都是往下，也就是说落差很大。这样心细的游客就会发现不同种类的杜鹃花品种。此路段很适合摄影爱好者前去，会有意想不到的收获！

流霞台至西海岸栈道

这路段的杜鹃花生长在悬崖峭壁之上，没有前面介绍的两个路段那样连片成林。正是因为这样所以站在高空栈道上赏花绝对是一件刺激和赏心悦目并存的快事！

游客须知：

雨季出来旅游的朋友，请在山下购买好雨披（越往上越贵）。山上雨季风大，所以建议穿戴雨披行走。要是带雨伞，就要小心人跟着伞跑哦！春季气温多变，所以尽量把衣服备齐。不要忽然遇上变天，没有备衣可以御寒。

2、夏季观日出日落

三清山：险绝灵秀



(图片来源于网络 21127880 提供)

三清山的夏季为6月下旬到8月中旬。因为三清山属于高山气候，所以山下和山上的气温相差很大，白昼温差相差更大。一般来说三清山核心景区的温度白天在20 到27 左右，夜晚16 到21 左右。正是因为夏季山高气爽，所以三清山自然成了避暑胜地。夏季除了短暂的雷雨，一般天气都比较好。所以很适合拍摄日落日出。

三清山日出日落的最佳拍摄点：

玉京峰

因为玉京峰是三清山最高峰，所以自然就成了三清山日出日落的最佳拍摄点。

玉台平台看日出

玉台平台位于南清园景区东部。原来玉台平台下的玉台山庄老板钟明积先生是省摄影协会的会员，所以玉台在他的带动下自然也就热闹起来了。选择玉台看日出的游客多的主要原因是因为他的

三清山：险绝灵秀

地理位置比较优越。从女神宾馆到玉台只要步行10分钟就够了；从大三清酒店到玉台只要25分钟；从龙凤山庄到玉台也只要15分钟。所以游客住宾馆到玉台看日出就比较舒适了。

东海岸看日出

东海岸位于三清山东部，也叫阳光海岸。漫步于阳光海岸之上，不仅能够看到三清山日出东方的瑰丽景观，还能体会脚踏浮云，身披雾纱遨游于仙境之间的独特意境。从大三清酒店，日上山庄和女神宾馆去东海岸看日出的路程都需要20分钟。

西海岸拍日落

西海岸位于三清山西部。在游玩回程的时候可以选择由西海岸返回。夕阳下的云海和日落将会带给你无限的遐想。温馨的山风吹拂您的脸庞，按下快门的瞬间将会是您今生最美好的回忆。

游客须知：

炎炎夏日，高山紫外线特别强烈。所以爱美的女生一定要带好阳伞和防晒护肤品。

3、秋季之韵

三清山：险绝灵秀



经过了春的躁动和夏的烦嚣之后，一切云淡风轻，处处秋高气爽，处处秋色宜人。那么多不曾领略的秋色之美，那么多心旷神怡的绝色去处。在这个一年中最适宜的温度，最佳的出游季节，走出自设的小圈圈来到户外，感受这别样的秋色吧！三清山的秋季为8月下旬到10月中旬。秋季是三清山旅游的最好季节，气候干燥，雨水较少。不同的觅秋者，都会在三清山寻找到不同的答案，都会在心中留下不同的色彩。也许是飘零的落叶，中秋的明月，思春女神纤手中的青松。

深秋畅游三清山除了一些陈规的旅游线路，可以考虑自己的体力适当的为自己的行程里面加些三清山登山线路。

中秋赏月，如果您的中秋赏月计划还没有目的地，甚至您还没有中秋要去赏月的打算，那么在这个秋季就去三清山吧！会令您有个美好浪漫，幸福快乐的中秋团圆夜！每年的中秋节也是三清山旅游预订的高峰期，众多游客云集三清山举杯欢畅共邀明月。

游客须知：

三清山：险绝灵秀

秋季是三清山的重点防火期，所以进入景气不能携带火种上山。最好将打火机寄存在索道验票站，下山再来拿。要吸烟的朋友一定要在专门的吸烟区域才能吸烟。

4、冬季赏雪



(图片来源于网络 2188212 提供)

三清山的冬季最为漫长，每年的十月中旬至次年的四月上旬为冬季，可观雪景。所谓可观雪景却不是这个季节每天都能看到雪景。而是说在冬季遇上冷强流，三清山核心景区一般就会下雪。山下可能阴天雾蒙蒙，山上却飘起来鹅毛大雪。所以要预测三清山能不能有雪，有经验的朋友就会密切注意三清山的天气。一般来说天气预报要是播报玉山县有雨夹雪的时候，三清山绝对已经是银妆素裹了。而您在得知这个振奋人心的好消息之后，就可以立马整理好行李赶上三清山的赏雪之旅了！

三清山每年都会在春节左右下雪。如果雪过于太大，三清山管委会会公布实行封山的通知。这样

三清山：险绝灵秀

的话就不能正常上山。在三清山赏雪一定要注意防滑。行走在雪地需不慌不忙，按照自己的步伐行进是很重要的。若胡乱加快速度，或步伐太大失去节奏常会造成疲乏。在部分积雪已经轧实结冻的路面上，脚踩在积雪的地方反而有助于增加摩擦防滑。雪地行走时，尽量不要将双手藏入上衣或裤子口袋，保持双臂自由伸展有助于保持身体平衡，万一摔倒也便于双手及时支撑保护，防止更加严重的摔伤。在下山的时候，身体尽量后倾，手最好借助拐杖或者路旁的树枝等着力点，待前脚踩实后，后脚和身体再跟上前行。在鞋底可以绑上稻草也是不错的防滑措施。三清山索道上站监察大队雪季一般会给游客提供的，领取处为三清山南部索道上站出口处。

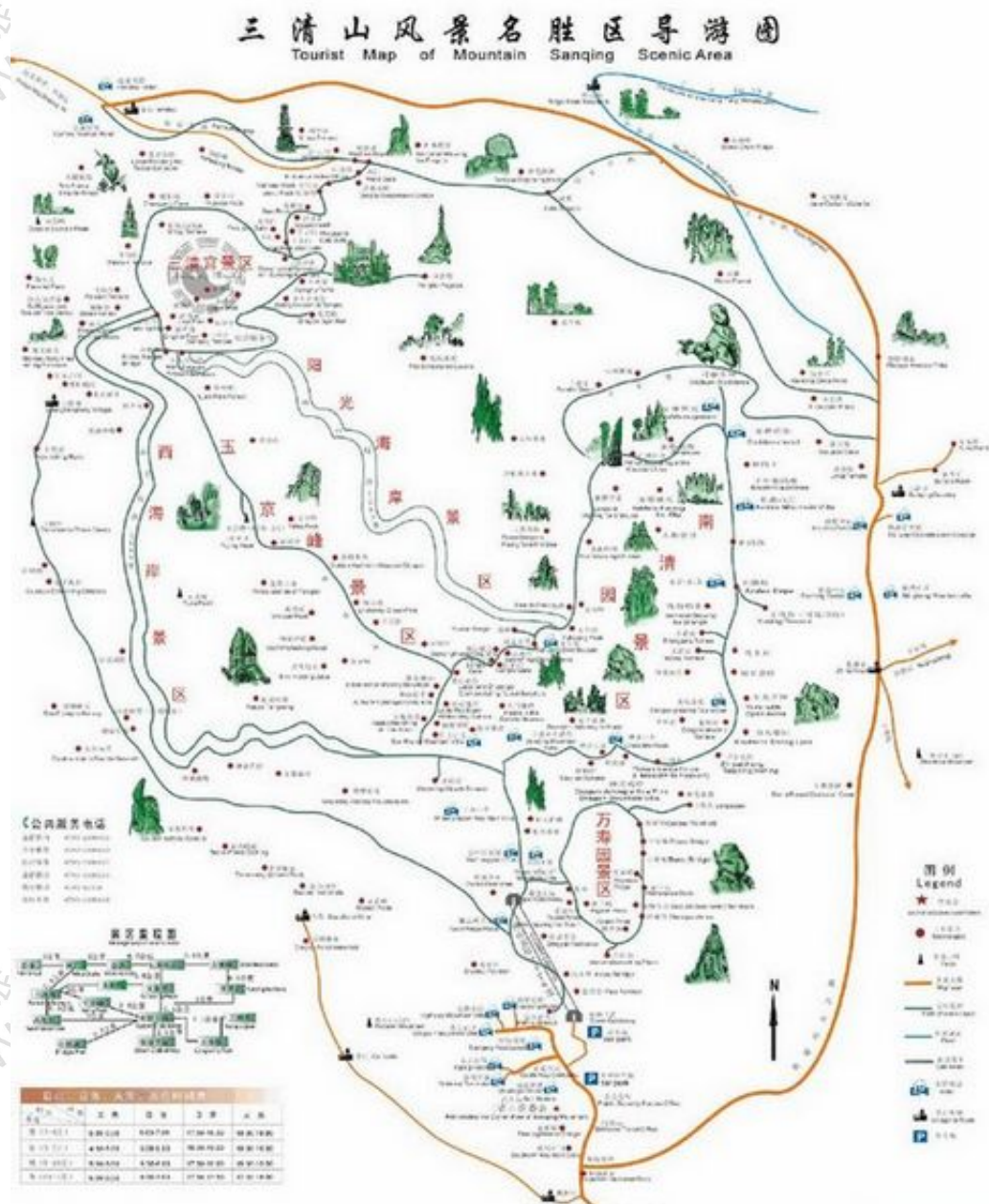
三清山雪季登山特别需要注意的路段为：

- 1、三清山汾水和玉灵观至三清宫登山线路。其中高危路段为千步门至百步门。该路段没有扶手坡度很陡，结冰期间敬请游客慎行！
- 2、西海岸栈道山体会会有山水流落冬季容易结冰，栈道有些路段会结成厚厚的冰层。所幸的是栈道有安全防护栏和安全网，但是通过特别需要注意防滑。

自驾车的朋友在行驶三清山环山公路上也需要特别注意：

三清山地势海拔高，每年冬季，雨、雪、雾、冰冻天气等恶劣天气明显增多，且路面极其容易结冰，公路两侧塌方、跌落沙石很多。敬请谨慎驾驶！

四、三清山十大景区



1、南清园

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 姜楠心提供)

南清园是三清山自然景观最奇绝的景区之一，海拔1557米。景区范围广阔，景物众多，分布在从响波桥、外双溪，经梯云岩、玉台、玉皇顶、南天门到游仙谷一带，紧靠玉京峰脚下。

游览重点

南清园最可观的当数三清山的几大标志性像形山峰，如巨蟒出山、司春女神等，形神兼备；景区几大主要观景台均为观赏晚霞、日出的绝佳位置，如浏霞台的晚霞、云海，玉台的日出、日落及神光等，气势辉宏，绚丽多姿；景区内还有方圆数百亩的千年杜鹃谷，谷中树龄上千年的杜鹃树

三清山：险绝灵秀

比比皆是，每年5 - 6月份花开时节，芬芳满山，殊为可观。

景点推荐

盖顶、琵琶亭、泻玉桥、观音听琵琶、金猴牧犀牛、罗汉朝天峰、罗汉朝天峰、蓬莱远眺、三清列坐、红茶花王、仙人船、石川亭、南天门、火乌峰、鱼跳龙门、天将峰、巨灵峰、谁楼峰、织云针峰、现指石、大鹏峰、卧蛇峰、三排尖、道人拜月、玉台、女神峰、巨蟒出山、狐狸拖鸡、三龙出海、独秀峰、琼台仙苑、游仙谷、城堡之光等。

体力分配

南清园是三清山除了京峰之外最消耗体力的景区，其中一线天的299级台阶是最需要小心的路段。而且南清园景区景点密集，稍不留神就会错过很多景点。所以在游览南清园之前必须保证有充沛的体力。由于景区游步道呈环线状，顺时针游览可节省很多体力，且经过一线天时是走下坡（往下更能感觉出一线天之险要）。路线从浏霞台上，至游仙谷下。

几个主要观景点都可稍作休息，如禹皇顶、巨蟒出山、司春女神、玉台及玉女开怀等，每次休息不宜超过10分钟，以免耽误游览其它景区，总共大概需要2 - 3小时。

建议体力好可以凌晨四点半向南清园景区的玉台出发，可能会很冷要穿上外套。向玉台进军有一段路较陡，还有很长很长的台阶，路上还会经过很窄的一线天，玉台是观日出最佳的位置。然后可在玉台山庄吃早饭，继续南清园景区，观赏老道拜月、浏霞台、生死相依、福寿门、葛洪献丹、禹皇顶、三龙出海、秀峰、巨蟒出山、司春女神、杜鹃林、玉台、玉女开怀、一线天、神龙戏松等绝景。

2、西海岸

三清山：险绝灵秀



(图片来源于网络 21485122 提供)

西海岸位于三清山的西部，是三清山最为开阔的景区，平均海拔1600米。三清山曾经三次被海水淹没，西海岸就是当年的海岸线。景区南起浏霞台过后50米的叉路口，北至三清宫景区的涵星池，游线大约4公里，游步道由一条全国最高、最长的高山栈道构成。身临西海岸，在悬崖绝壁之上闲庭信步，远观壮阔云海、恢弘晚霞、连绵群峰、幽深峡谷，气象非凡。

游览重点

西海岸有四大奇观：高空栈道、云海、大峡谷、古树名木群。漫步在海拔1660多米的高空栈道上，一边是悬崖绝壁，一边是幽深的峡谷，远处是连绵群山，这种体验不容错过；西海岸的云海尤其壮观。除了普通的云海，还有轰鸣的“响云”、汹涌的“瀑布云”等；当你站在栈道上俯瞰大峡谷，也是一种难得的体验。

景点推荐

神童负松、山盟海誓、西霞港、西海、港湾、观音送子、仙桥墩、妈祖导航、飞仙谷、翡翠谷、

三清山：险绝灵秀

猴王观宝、母子松、葫芦湾。

体力分配

西海岸景区游线虽然比较长，但台阶的路程大概只需要30分钟，在西海岸入口和终点一首一尾各有一段。进入西海岸的台阶约有20分钟的路程，这段路程体力消耗较大，只要坚持过去，其它路程都是没有一级台阶的栈道，如履平地，自由自在。终点连接三清宫景区的台阶约10分钟。

景区是单线游步道，是连接三清山南北山的走廊。如体力充沛，在游完西海岸景区后，可以到三清宫景区，并经过玉京峰景区返回南部；如体力不济，可由西海岸原路返回，往返西海岸景区共需3个小时左右。

最佳游览时间

西海岸景区是需要重点安排的景区。通常将西海岸游览时间安排在下午，因为下午的时间比较充足，视线较好适合远眺，而且在返回的时候往往可以看到绚丽的晚霞。

去其他景区

西海岸景区南部连着南清园，北部连着三清宫，中途在万松林处还能通往玉京峰。游览时可以考虑将西海岸和三清宫串联起来游览，如再将玉京峰也串联起来的话，就需要充沛的体力了。

3、阳光海岸

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 蓝蓝在飞翔 提供)

位于三清山东部，又名东海岸，是三清山新开发的高空栈道1600米，景区南起三清山中心景区南清园的禹皇顶，北至道教圣地三清宫景区的九天应元府，并由此连接三清山西海岸景区形成了三清山核心景区环形栈道旅游线路。

总长达 3600 米的阳光海岸栈道架设在平均海拔 1600 余米的高空悬崖峭壁之上，南起三清山南清园景区禹皇顶，北至三清宫景区的九天应元府并由此连接西海岸景区形成了环形旅游线路。同时在工程设计和施工上，阳光海岸工程充分吸取了西海岸注重与周边环境相协调等先进的建设经验之外，更加注重人文关怀，在环境保护和安全保障上也有更多措施。建成后的阳光海岸，游客不仅可以欣赏到三清山东部雄浑壮阔的日出云海、高山石林、高山瀑布等景致，而且还能感受到三清山人与自然和谐相处、完美统一的意境。

游览重点

漫步于阳光海岸之上，脚踏浮云，身披雾纱，犹如遨游于仙境之间。放眼望去，远处高山石林等

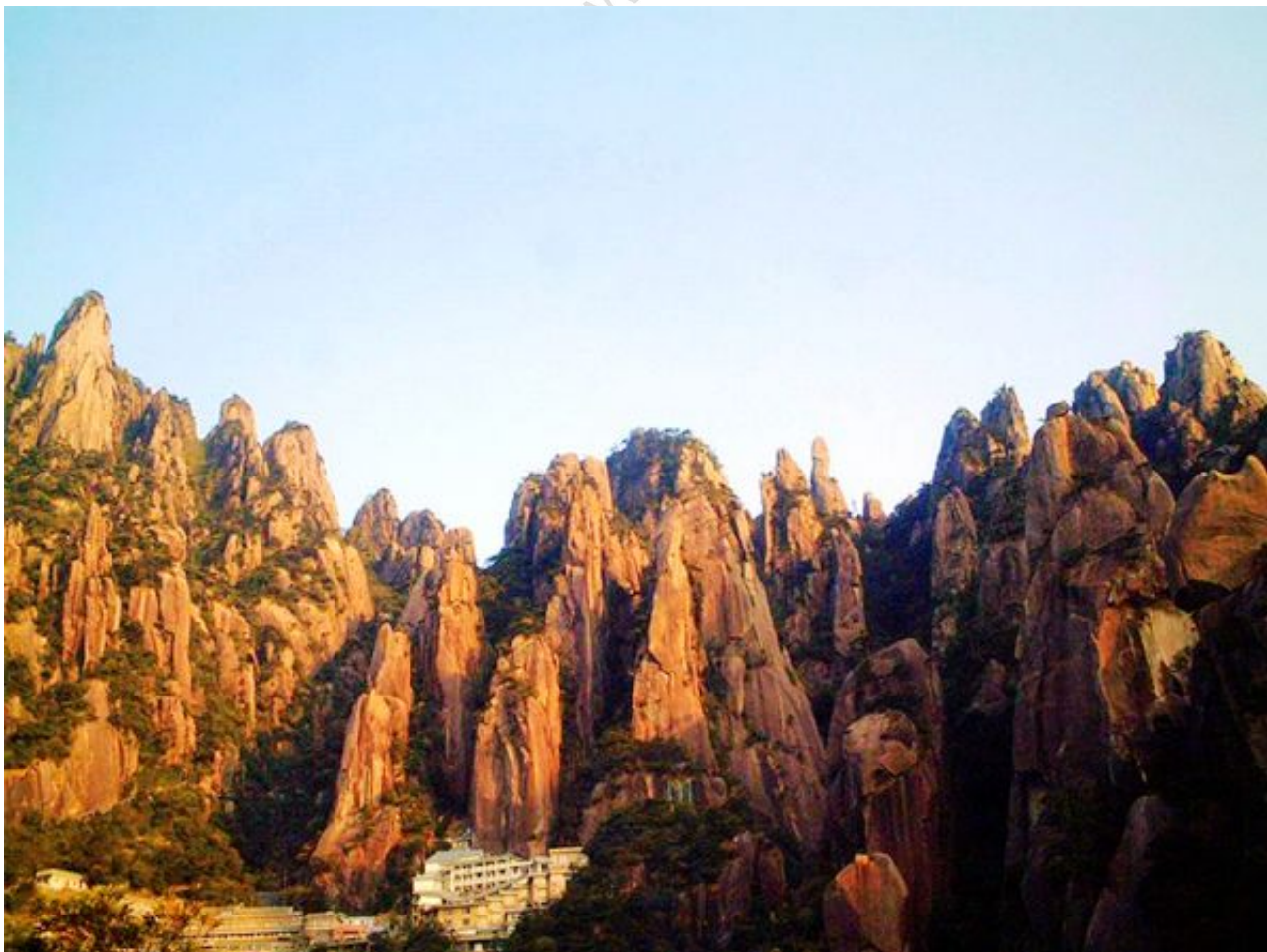
三清山：险绝灵秀

壮丽景观尽收眼底。

景点推荐

阳光海岸是观赏三清山东部瑰丽风光的最佳之处。其中叫绝的有以下几大奇观：日出、壮阔云海、百里松林、惊险刺激的索桥、透明玻璃观景台、幽深峡谷、不同角度的东方女神和巨蟒出山等等。

4、万寿园景区



(图片由网友 爱游旅行 提供)

三清山：险绝灵秀

万寿园景区位于三清山南麓，是以祥寿文化为主题的景区。万寿园景区内奇峰巧石天然浑成，仙峰秀色中蕴涵着中国传统祥寿文化和道家修身养性之道。整个景区就如同一座天然盆景，景区内景点以精致神韵见长，各景点景观契合祥寿文化主题，启示健康养生之道。景区从彭祖祝寿像经观音台、鹤寿顶、得禄台、逍遥石至树开石一带，游线呈环状，全线路程约1.5公里。

游览重点

万寿园景区游览依据两条线索：其一，有传说游客在观音台、鹤寿顶、得禄台三个观景台上分别拜一次观音（三处观景台均可观赏观音峰），就可以实现一个愿望，您不妨在观音台许个愿，到得禄台还个愿，讨个吉祥；其二，万寿园游线从低到高，层次由浅入深，顺自然展开，游客在饱览美景秀色的同时也可以领悟一些健康、养生、长寿之道。

景点推荐

彭祖祝寿、观音台、白头偕老峰、养生谷、鹤寿顶、三排尖、三叠龟、海狮吞月、得禄台、平安桥、逍遥石。

体力分配

万寿园景区是三清山最轻松的景区，整个游览只需50分钟左右。游览万寿园应该注意节体力，建议放慢节奏，避免消耗过大，影响其它景区的游览。万寿园最消耗体力的路段其实就是进入景区的一长段台阶，这部分步道应该慢慢走，很多游客乘着游兴，一路小跑上去，到后来往往体力不支。休息时间可以相对减少。在几个观景台上边赏景边休息是较好的休息方式。逍遥石是万寿园较为危险的路段，经过时切记要抓好扶栏，小心为上。另外上鹤寿顶、得禄台的台阶也非常陡，注意安全。下午四点可索道下山。

5、三清宫景区

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 莫言 提供)

三清宫景区，是三清山的人文景观，道教古建筑群的中心，人文荟萃。此区海拔1530米，上至“九天应元府”，下至“风门”。三清宫景区集中了三清山人文景观和道教古建筑的精华部分，历时1600多年，丰富多样，源远流长，是研究我国道教古建筑设计布局独树一帜的宝地，也是了解和研究道教思想极其珍贵的历史资料。它不仅是中国民族传统文化遗产的一个组成部分；它还是中国将倒嚼炼丹术用于冶炼金银的一个典范。特别是在选点布景造型艺术上，运用“道法自然”的理论，融自然景观与人文景观于一体，巧夺天工地因形借景，充分体现天、地、人三才的精华妙用。

景点推荐

风门、玄关、天水池、仙人指路、清都吊桥、挂冠石、结须岩、天宝石、葫芦石、蛤蟆观天、仙果石、石林、大花园、宝塔石、蹶云岭、乘鸾见涧、田字石、泸泉井、小花园、锯解石、六合岩、香云岩、逍遥路、岩珑、探海松、金龟石、元宝石、禹门泉、孤柱峰、众妙千步门、倒挂石琵琶、老子系青牛、高挂金冠石、冲虚百步门、浮云桥、雷神石雕、姐妹松、少华福地坊、天门华表、天门石香炉、灵龟峰、潘公殿、风雷塔、姐妹松、龙虎殿、石龙、石虎、聚宝盆、摇钱树、

三清山：险绝灵秀

舍身崖、纠察府、丹炉遗迹、古丹水井、朝阳洞、天梯、驼峰、天门涧、雷公石等。其中风雷塔为观赏日出云海的佳处，飞仙台为看晚霞的最好景点，远眺怀玉群峰、紫烟石、天门峰一带，遇有晴日、云雾天气常有宝光出现。

6、玉京峰景区



玉京峰景区是三清山最高而又最中心的景区，海拔1816.9米。景区范围从九天应元府、红茶花石，经郁松岭、跨鹤桥、登真台、玉华峰、玉虚峰，到蓬莱三峰一带。玉京峰景区是三清山海拔落差最大的景区，景区内除了玉京、玉虚、玉华三座主峰高凌云端，还有蓬莱三峰、垂直千米的飞

三清山：险绝灵秀

仙谷、深渊万丈的王母谷，更有天象奇观云海、雾涛、日出、佛光等。不登玉京峰，难得三清妙。

游览重点

玉京峰景区的玉京、玉虚、玉华三峰凌立，峻峭挺拔，高耸云天。所谓“地到无边天作界，山登绝顶我为峰”，观山不至顶，总有些缺憾。只有站在玉京峰顶，俯瞰脚下千山万壑时，三清山的壮阔才会完整展现。除了顶峰的壮丽之外，玉京峰景区内的云海、雾涛、日出、日落，同样气势磅礴、绚丽多姿，玉京峰正是观日出、日落的绝佳位置。

体力分配

玉京峰是三清山最消耗体力的景区，登顶需要充沛的体力与顽强的毅力，总游览时间约需2—3小时。上玉京峰的路线有两条：一是从南清园走冲霄谷至玉京峰，一路皆是好汉坡，游步道随山谷延伸，林荫蔽日，险而陡，一路行来非常寂静，这段游步道景点较少，却是三清山核心景区中原始风味较足的区域，适合“毅行”；二是从三清宫经九天应元府上玉京峰，这也是较多游客选择的路线，这条路线上玉京峰的游步道相对平缓，登玉京峰后走冲霄谷下，最陡的冲霄谷变成下坡，相对可节省很多体力。

玉京峰景区北部连接三清宫景区，南部连接南清园景区。如果登顶是从南清园上，可以从三清宫下，走西海岸返回；从三清宫登顶的则反其道而行。记得问一下当地人，听说在一条不起眼的小路，就可以找到传说中的西海岸3000米空中栈道，通往西海岸的万松林。

7、三洞口景区

三洞口景区，位于三清山西部，其主要特点是从高峰进入幽谷深处，探索三清山腹部迷宫般的深沟大谷，并从不同角度远眺玉京雄姿，蓬莱仙境、琼台玉阁，这是其它景区所不能取代的最大特色。

三清山：险绝灵秀

主要景点景物有：仙桥墩、书童踏肩、剪刀峰、狮子抱球、牛郎织女、唐僧西征、七夕双星、三阳开泰、玉屏峰、紫竹峰、百鸟朝凤、孔雀开屏、老虎咀、阎王洞、幽冥洞、鬼门关、红瀑、龙隐岩、玩珠洞、灵雨岩、王琊峰、金刚峰、怀玉书院旧址、蟠龙岗、屏峰等。三洞口就是由汾水关通往梯云岭去的登山途中，这是三清山西部飞仙谷中无数奇险胜景之一。

第一洞口，形如虎口，它是有虎嘴形山岩组成的。人不能直立通行，一边是峭壁，一边是深谷，脚下是布满青苔、油滑非常的凸形岩体，必须贴着石壁，弯腰俯首，蛇行而过，险不可言。人称此洞为“老虎洞”。

第二洞口，形如古井，它是天然岩石倾轧而成，洞深10余米。人须用双手和双脚，支撑在洞壁石缝间，慢慢交替着移动身体，稍有闪失，便跌落洞底，洞壁上有洞，作为此洞的出入口。人称此洞为“幽冥洞”。

第三洞口，形如一座殿宇，宽敞高大。全部由岩石天然构成，可容纳数10人休息。一人讲话，声震洞宇，发出嗡嗡回声。洞前有大刀形长条岩石高10米，“刀”口裂隙中嵌进一株松木，松木上有间隔的凹槽，才能通过，其险难以言状。人称此洞为“阎王关”。

8、石鼓岭景区

石鼓岭景区，位于三清山南麓，这是一个正在开发中的新景区，岭上有一奇石，状如鼓，高踞山巅，故名。这里清溪碧水，翠竹青松，遍地绿草鲜花，风景十分清幽，最大特点是流泉飞瀑集中，气势壮观。

主要景点景物有：“玉帘瀑布”、“川桥双色瀑”、“石门四叠瀑”，石鼓岭、金桥、回音壁、鸳鸯潭、三杏抱梅、泉水岩、石林、八仙岭、八仙洞、八仙潭瀑布等。

玉帘瀑布：位于石鼓岭电站之上，沿途幽谷丛林，景色清新。沿途有几条小瀑布，蜿蜒曲折，飘洒而下，十分有趣。至狮头山下，可见“玉帘瀑布”，直下九天，瀑高34米，宽30米，略呈方形，如白玉水晶帘，高悬空际；声如滚雷急鼓，震人心魄，十分壮观；美如万斛珠玑，倾泄碧潭中

三清山：险绝灵秀

，是三清山大瀑布之一。

石门四叠瀑：位于和尚山下，流经一座狭窄的天然石门，宽仅一米，为巨石中分，成为二叠，有绕石而过，从石隙中跌落50米处成为三叠，回流100米后，从70米高岩直落深潭，成为“石门四叠”。瀑高100多米，雄伟壮观。

9、西华台景区

西华台景区，位于三清山北麓，是宋、明以来的登山石级古道，这一景区的最突出的特点是：诗情画意的田园风光，犹如陶渊明笔下的桃花源，从汾水村至风门，一路松声合泉声，万木葱笼，百花争艳，石径穿行于林荫中，即盛夏三伏天气，也无暑热之苦，人们赞美为“绿色王国”、“清凉世界”、“百药园”。

西华台景区的景点景物有：步云桥、古梅、青龙桥、倒插银杏、迎瑞亭、老子看经峰、竹林、枫林、松林、扬清桥瀑布、白石井、王家岩、西华塔、好汉坡、狮峰、七星岩、五字壁、庆云际、碧玉岩、登汉路、登汉桥、清风、猕猴桃林、香果树、山腊梅、罗汉松、枫香槐、香樟树、九节兰、玉兰、红茶花、杜鹃花、金桂、银桂、白梅花、碧桃花、萱草花、天女花等。

10、玉灵观景区

玉灵观景区，位于三清山风门以下，至金沙、龙泉桥一带，为东部登山的通道。景区特点：以曲折盘旋的山道，迂回于奇峰岭嶂之间，穿行于青松绿竹林荫下，于攀登中欣赏，一路水月松峰，直叩风门玄关。

主要景点景物有：玉灵观、吊桥、石峰林、马鞍山、莲花石、龙泉桥、水牛石、山羊床、冰玉洞、小龙潭瀑布、金坪岭、冲虚远眺、玉京烟云、三清列坐、玉灵月色等。

三清山：险绝灵秀

玉灵观：玉灵观位于风门之下1.3公里处，始建于明代景泰年间。后毁于火。清嘉庆十八年重建，又毁于火，仅存残碑断柱，后虽重建，已面目全非。

玉灵观为三清东麓登山游人必经之路，休憩之所。观中有清泉一股，由石隙用竹管引入水池，供人引用，长年不竭。

此处松篁茂密，景物清幽，于路转峰回处，有小石桥跨涧而过，古木参天，绿荫覆盖。林中鸟声唱和，令人尘烦尽洗。

观南谷中，石峰石笋，拔地而起，高的有六七十米，低的二三十米，参差高下，蔚然成“林”，为三清山奇特的“石林景观”。人游其间，纵横交错，宽者如通衢，窄者如小巷，高如摩天大厦，细小者如碧玉琅玕，使人如同进入神话世界。

三清山：险绝灵秀

五、三清山十景

1、司春女神



(图片由网友 [自由飞翔](#) 提供)

女神峰属三清山三大绝景之一，位于三清山之南，面玉京峰而立，高86余米，远眺近观，从各个角度审视，此峰皆形如少女，丰满秀丽。她高鼻梁，樱桃口，圆下巴，秀发齐肩，正襟端坐，凝神沉思；双手托着两棵古松，意若要使春色永驻人间。其峰浑然似鬼斧神工，成就了这尊艺术珍品。相传姑娘本是山下一采药老人的独生女儿，为救护众乡亲，泄露了玉帝要把三清山沦为中海、把百姓变为人鱼的天机，才遭玉帝惩罚而化为石峰的。

三清山：险绝灵秀

2、巨蟒出山



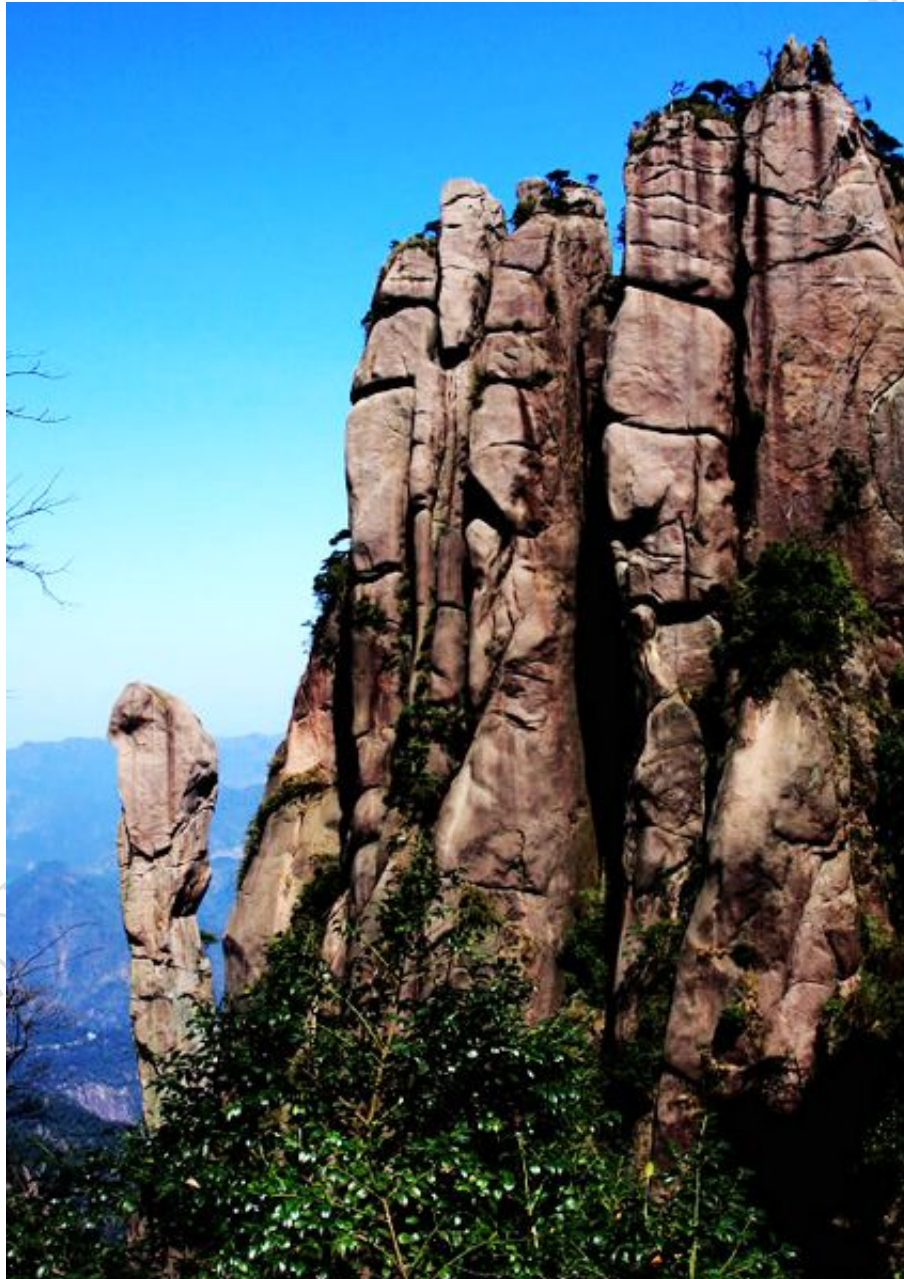
(图片由网友 [自驾骑行](#) 提供)

巨蟒出山位于三清山之南，与女神峰相峙。此峰紧傍峭壁，从深谷中兀突勃起，直冲云天，高120余米，峰端形如蛇首，峰腰略有粗细，似蛇身挺立，酷似巨蟒朝天猛窜，气势逼人，可谓稀巨奇景。相传它就是玉帝派来移山造海的黑蟒将军，它从东海借来水，正欲出洞兴风作浪，被女神灵

三清山：险绝灵秀

芝用长藤兜地一勒，顿时行动不得，死后便化为石峰。

3、万笏朝天



(图片由网友 [真蓝色触礁](#) 提供)

万笏朝天位于玉京峰东南。此峰拔地而起，立面平薄。由于花岗岩垂直节理发育分化，峰体岩石

三清山：险绝灵秀

如削，形成一片片长条裂隙，线条均匀，状如竹筒，故名。相传，太上老君在玉京峰与众仙下棋，忽然听到山崖下一声巨响，老君转首俯视，见一条巨蟒破岩而出，欲害不远处一位老妇，老君心发慈悲，顺手掷下竹筒经书将巨蟒镇住。现在筒书峰下有一巨石腾空而起，其状如蟒，近处有一险岩形似村妇。传说把这一景点的几个景物贯串起来，给游人增添不少情趣。

4、玉女开怀



(图片由网友 [金珠的游记](#) 提供)

“玉女开怀”是三清山至美至纯的象征，坚硬石峰呈现出丰腴柔美的形态，举世罕见，造化之奇可见一般。

5、玉京峰

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 袁世超 提供)

玉京峰俗称广平尖，异名孔明尖。位于三清山的中心，与玉虚、玉华两峰鼎峙屹立，海拔1816.9米，是清山第一高峰。峰顶突出有两大岩石。东侧岩石峭壁上镌有“玉京峰”三个楷书大字，顶端平坦约50平方米，中间有一方石，刻有棋盘，传说是太上老君与众仙下棋处，人称“棋盘石”。

其东南侧有中国人民解放军总参测绘局的铸铁觇标一座，为玉京峰的标高点。西侧岩石地势空旷，上有两块相连的巨石，锋如刀刃，很难立足，岩壁上镌有“升天石”三字，比东侧岩石要高3.08米，“此处离天十八丈”，是三清山的极顶。玉京峰气势雄伟，高耸云天，东、南、西三面岩石如峭，峥嵘险峻。峰下西北侧是飞仙谷，深邃莫测。

北面有登极岭，石磴蜿蜒曲折直达峰顶。身临其巅如在九霄，脚下绝壁千仞，危崖欲坠。周围群峰交织，幽壑纵横，俯视令人头晕目眩。站在峰顶远眺，极目烟峦无际处，天上人间一望中。“

三清山：险绝灵秀

值天朗气清，则匡庐，鄱水隐然指顾间”。

玉京峰南面，蓬莱三峰隔壑而列，陡峭秀丽，葱茏娇翠，奇美动人。玉京峰顶看日出是一大奇观，旭日东升如锦上金盘，美不胜收。遇有云雾又是一番景色，时而苍茫如海，时而缥缈如纱，游人迈步云中走，伸手可以把云抓，俨然人间仙境。

6、观音赏曲



(图片由网友 [金涛给海龙](#) 提供)

观音赏曲，位于三清山之南、梯云岭下。万里河汉间，群峰攒簇，其中一石峰如老僧端坐，左手抱琵琶，右手拨弦；又有一峰形如观音大士面僧而立，煞似凝神聆听琵琶仙乐。山风徐徐，流泉

三清山：险绝灵秀

铿然，眺望此峰，耳边似有琴声。

7、仙苑秀峰



(图片由网友 [金雷松行囊](#) 提供)

位于岩堆峰西，拔地而起，峻峭秀出，故名。峰体四周岩壁陡不可攀，顶上岩石参差突起得几株乱松破石而出，姿态飘逸。

8、老道拜月

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 [蓝色魅世](#) 提供)

老道拜月位于万寿宫内，在白上山庄附近观赏，山体形似一老道，面对苍穹，肃然静立，悟道求真。每逢皓月当空，老道对月虔诚礼拜，仿若视之，静心宁神。

9、三龙出海



(图片由网友 [蓝色城堡](#) 提供)

三龙出海位于三清山景区，左属悬崖观景，气势最佳。三座造型奇崛的山峰，犹如三条巨龙，从山谷中腾身跃起，横空出世于云霄间，大有破空而去之势。

10、猴王观宝



(图片由网友 [@随心所欲](#) 提供)

在二林东北，即现在的晒梅亭处。此石如猴子蹲坐，手抱宝物观赏。

三清山：险绝灵秀

六、如何抵达三清山

三清山地处位于江西省上饶市玉山和德兴县境内，在江浙交界处，附近有梨温高速公路(沪瑞311高速)、景婺常两条高速公路和320国道、构成纵横交错的公路交通网络、浙赣铁路连通左右、景德镇机场、浙江省衢州机场构筑空中走廊。便利的旅游交通，使三清山位于江南旅游的黄金中段，上达天下名山——黄山，下联碧水九曲——武夷山，左进历史名镇——景德镇，右出人间天堂——西湖。公路、铁路、空运使三清山的旅游初步形成了立体交通网络。

注：梨温高速公路指沪瑞311高速公路(上海至瑞丽高速公路)在江西省境内的东段，东起玉山县的梨园，与浙江省衢州至窑里高速公路相连接，西至江西省进贤县温家圳，与江西省的温厚高速公路相连接，横跨上饶、鹰潭、抚州、南昌四个设区市、全长245公里。

1、航空

上饶没有机场，但附近机场众多，可先飞到其他城市，如衢州、南昌、九江等，再乘高速公路到达三清山。三清山的公路交通拥有320国道和梨温高速公路(上海至瑞丽311高速公路)、连接上海、杭州和广州、长沙、武汉、福州、武夷山。纵向有景婺常高速公路沟通景德镇、武汉、合肥、南京、杭州、上海、南昌。初步形成“丁”字形的公路交通网。

2、火车

去三清山游览，先乘火车至江西上饶或玉山，然后乘汽车进山。浙赣铁路线直达上饶市或玉山县。上(江西省上饶市)南(福建省南平市)铁路线直达上饶市或玉山县。京广铁路线在南昌市中转车次；皖赣铁路线在贵溪市、鹰潭市、景德镇市(经过婺源县)中转车次。

三清山：险绝灵秀

坐火车到江西玉山站，出站后可乘坐人力三轮车直奔玉山县长途汽车站（三轮车1元/人）。发车旺季每隔半小时一班车，淡季1小时1班车；玉山到三清山大约要1个多小时。（车票10元/人）；玉山晚上七八点火车有车次不少。

如坐火车到上饶，淡季则需从上饶体育馆坐长途汽车到玉山（上饶出租车起步价3元，由火车站到体育馆4元），由玉山再上三清山；旺季有上饶体育馆直到三清山的长途车。上饶到玉山45分钟。（车票8元/人）

3、汽车

景区内环山旅游公路连接南北景区，三清山至玉山县城、上饶市区、婺源县、德兴市的公路达到国家二级以上标准。三清山环山公路起点为玉山县城，终点至浙江省小关，全程94千米，连接景白公路和景婺常高速公路。

玉山——三清山：

玉山至三清山来往班车较多。玉山火车站外有中巴，从早上6点到下午4点左右都有车，票价15元（可以尝试把价格还到10元），路程47公里，路面为柏油和水泥路面，路况良好。在玉山汽车站也有班车，约1小时一班。但随意性大，人不满不开，沿路揽客，往往在路口还要停上10分钟。

玉山市内最常见的交通方式是人力三轮车，近路如从火车站到汽车站只要1元。请备好零钱，以免车夫借口没零钱不找零！建议直接在火车站乘中巴，另外火车站前也有下午往杭州方向的卧铺汽车。

三清山环山公路南门——紫湖：全程11千米。

三清山：险绝灵秀

玉山——三清山外双溪旅游综合服务区：全程52千米；每30分钟1班中巴；

玉山——三清山金沙旅游服务区：全程54千米；每天两班中巴；

上饶市——三清山外双溪旅游综合服务区

：全程92千米；每天2班(春、夏、秋季)由体育馆停车场出发。

上饶市——玉山县：全程40千米；每20分钟1班(5：50分18：00分)。

上饶市——德兴市：每30分钟1班(5：30分16：30分)。

德兴市——三清山北部汾水(华西台景区)：全程98千米，每天6班中巴(8：40分15：30分)。

上饶市——三清山北部汾水(华西台景区)经过浙江常山：每天2班(7：45分13：00分)。

玉山县——婺源县：途径三清山金沙旅游服务区，每天二班。

衢州——汾水(三清山北部)：全程144千米，每天一班中巴。

衢州——三清山

：一天只有一班中午的汽车。也可在火车站旁乘到常山方向的汽车，到常山再换车。常山有到三清山北山(北面入口)的车。

关于回程：

从三清到玉山的中巴最早五点半，往往会不按时，乘车地点可能在索道边的停车场，也可能在下面大路上，最好到山下等。末班车淡季下午四点左右就要发车，如人不够就会不走，急也可包车，到玉山47公里，中巴开价100元。人多包车，比起在山脚多住一晚要好些。

三清山：险绝灵秀

下山也可从北山走，从三清宫下山要近二个小时。注意北山下只有一班早上的车到衢州方向，可能到德兴的车多一点。

4、自驾

三清山的国道公路交通有300国道连浙江省、上海市；205国道连接福建省各地；206国道经过景德镇市衔接婺源县，连接安徽省、江苏省等到各地，从景德镇市经过婺源县到达三清山需要3小时。

上海市、杭州市经过311沪瑞高速公路直达玉山县城分别需要四个小时和三个小时，从南昌市经过311沪瑞高速公路(梨温段)直达玉山县城需要三个小时。311沪瑞高速公路(东段)经过与昌九高速公路和赣粤高速公路、京福高速公路连接。上承沟通(北面)湖北等省，下接沟通(南面)广东、福建等省，左联沟通(西面)湖南等省。

国道里程一览：

上饶市——三清山：92公里

上饶市——南昌市：290公里

上饶市——上海市：619公里

黄山市——婺源县：129公里

三清山：险绝灵秀

上饶市——武夷山市：120公里

景德镇市——婺源：95公里

上饶市——鹰潭市：100公里

婺源县——三清山：81公里

自驾线路推荐：

合肥-三清山：合肥-舒城-桐城-休宁-婺源-玉山-三清山

深圳(广州)-三清山：深圳(广州)-盐化-新丰-赣州-黎粉-吉安-樟树-宜春-上饶-玉山-三清山

福州-三清山：福州-南平-建阳-武夷山-上饶-玉山-三清山

武汉-三清山：武汉-黄石-九江-南昌-鹰潭-上饶-玉山-三清山

厦门-三清山：厦门-泉州-三明-南平-建阳-武夷山-上饶-玉山-三清山

扬州、南京、无锡-三清山：扬州、南京、无锡-常州-苏州-杭州-绍兴-金华-衢州-玉山-三清山

三清山：险绝灵秀

温州 三清山：温州 丽水 金华 衢州 黄山 玉山 三清山

湖南长沙 - 龙虎山 - 三清山 - 婺源行车线路：

长沙---京珠高速转320国道---株洲---320国道---邵阳---320国道---江西湘东---昌金高速、昌樟高速、梨温高速---鹰潭---梨温高速---上饶、玉山---三清山---婺源（紫阳镇）---贵溪镇---贵九高速、昌金高速穿---九江、南昌---昌樟高速、昌金高速---湘东---320国道---婺源后原路回长沙。从长沙也可沿浏阳到江西湖南东边上高速。往返全程约1700KM。

5、内部交通

三清山东部索道

：（约10分钟到达景区）

平时：上行60元/人次，下行40元/人次，双程100元/人次；

黄金周：上行70元/人次，下行50元/人次，双程120元/人次

三清山南部索道

：（约30分钟到达景区）

平时：上行55元/人，下行45元/人，双程100元/人次

三清山：险绝灵秀

黄金周：上行：80元/人次，下行50元/人次，双程110元/人次

各索道优惠政策

1.2米以下儿童免票

1.2米——1.4米儿童半票

小贴士：山上有索道，上行50元，下行40元，从山脚到山顶需时38分钟。如果步行的话，上山需时约一个半小时。上山可考虑坐索道，节省体力。如果滑杆，一定要问清价格和小费，以免引起纠纷。

景区交通：

上山索道50元，下山40元，为双人吊厢式，需时38分钟，上山慢行需时约2小时，从索道上站下山，只要一个小时。山道人走得比索道还快，只要半个小时。

上山可考虑坐索道，节省体力。如体力不支乘滑杆，一定要讲清价格，包括有无小费，以免引起纠纷。景区内的石阶有些地方不太平整，会少了半截，走夜路要当心。游步道上多有树荫，盛夏漫步其间，也不觉为苦。

三清山：险绝灵秀

七、三清山旅游行程推荐

1、南部老索道上山路线

经南山乡从南山索道上山，索道运行38分钟。先经万寿园景区后到日上山庄，走西海岸到三清宫景区后转阳光海岸(阳光海岸中间有小路可上主峰玉京峰)，阳光海岸的尽头就是南清园景区，然后走杜鹃岭到一线天，回到日上山庄下到老索道下山。反着走也是一样的。这条线的优点是乘索道就是游览的开始，南山群峦使你很早就拿起长枪大炮拍个不停。缺点就是上山的时间要长一点。

2、东部新索道上山路线

经紫湖镇、三清山乡后，在金沙索道（亦称“北山索道”）上山，索道仅运行八分钟。先到南清园景区，走禹皇顶到阳光海岸到三清宫景区，然后走西海岸到日上山庄一线天上到玉台从杜鹃岭下，回到南清园景区，索道下山。反着走也行。据称，这索道不宜年纪大的人乘坐，因其速度较快，在上下起伏时有晕旋感，而且，上山的景点冲击力也比南山差得多。

3、天晴游三清山线路

天晴登山应该先东边（南清园、东海岸）再顺道到西海岸，因为整个景区主要景点呈东、西向布局，早上太阳在东边，此时游览景区的东部，由东到西的群山皆为阳光所照射，拍片时阳光在你

三清山：险绝灵秀

背后，有利于拍PP和观赏，下午反之亦然。若方向反了，会长时间处于逆光区域，不是黑片就是晕光片。

4、摄友和暴走族的最佳登山路线

摄友和暴走族的最佳登山路线不是南、北索道上山，而是到玉山县后，直接乘车经三清山环山公路，到26公里外的“汾水”留宿（此地有农家旅馆供应食宿）。汾水是南方城市密集区唯一的原始丛林区，森林的繁茂可以和西双版纳的丛林媲美。

也可从白玉公路到玉零观(新索道往前五分钟车程)，玉零观从千年古道出发到风门，继续往上经神龟探海到泸泉井到三清宫景区。露营的在这里可以放下装备安营扎寨，然后轻装走西海岸，日上山庄一线天，到玉台从杜鹃岭下，到南清园景区，转禹皇顶到阳光海岸回三清宫，露营。第二天早上从三清宫后门小路到阳光海岸上玉京峰看日出。最后徒步下山。

三清山：险绝灵秀

八、三清山周边好玩地推荐



如果您的时间充裕，在去三清山前或者从三清山出来后去逛逛下面介绍的周边景点也是不错的。

1、婺源

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 蓝色妖姬 提供)

婺源位于赣东北，东邻国家历史文化名城衢州市，西毗景德镇市，浮梁县，乐平市，北枕国家级旅游胜地黄山市，南接江南第一仙山三清山，铜都德兴市，是一颗镶嵌在皖、浙、赣三省交界处的绿色明珠。婺源素有“书乡”、“茶乡”之称，是全国著名的文化与生态旅游县，被外界誉为“中国最美的乡村”。《中国国家地理》评选出的中国最美的六大乡村古镇其中就有婺源。

婺源生态环境优美，乡村风光质朴，吸引着大量游人前去。值得游览的景点也较多。

2、婺源理坑

三清山：险绝灵秀

碧坑原名碧源，位于婺源县城50公里的沱川乡。建村于北宋末年，村人好读成风，崇尚“读朱子之书，服朱子之教，秉朱子之礼”，被文人学者赞为“理学渊源”。百年宋这偏僻山村，秉承勤学苦读之风，人才辈出，先后出过尚书余懋德，大理寺正卿余应元，司马余维祺，知府余自怡等七级以上官员38人，进士16人，文人学士92人，著作达333部582卷之多，其中5部著作被列入《四库全书》，可见碧坑昔日的辉煌。

门票：60元（儿童票：身高1.1米—1.4米半票，1.1米以下免票）

交通

：从外界到碧坑，一般都是从清华镇搭车到沱川，沿途都是山路，不过这些山都不高、不险，属于很秀气的那种。

3、婺源严田古樟民俗园

在鸳鸯湖与彩虹桥之间，宽阔的柏油公路宛延伸展，沿途阡陌相联，绿山相接，鸡犬稻菜，村烟殷庶。车过甲路乡政府，转眼就到了，在那棵硕大难匹的樟树下，就是严田古樟民俗园。

古樟——在景区中心临石拱桥处，生长着10多棵藤缠绕的古树，枝叶舒展，欣欣向荣。一棵古树就是一部自然史，也是文明古国和民族精神的象征。其中一棵古樟树有1500余年高龄，平均胸径4.3米，比虹关古樟还多出80多厘米，18个学生并排靠树干而立，只能围住其一半，是名符其实的天下第一樟。严田古樟的根孽特别强盛，同一树干上生长出不同朝代的6个大枝桠，冠幅达3亩，过河过界，铺天盖地。点缀于民俗园的这些古朴苍劲、数代同堂的老树相映成趣，烘托出徽州社会多代同堂、和睦相处的亲缘形态，与徽州宗族社会的人文景观交互衬托，更显民俗园古朴清幽。

树德桥——据说南宋初年，高宗（赵构）被金兵追赶到严田，情急之中，他爬上这株枝叶繁茂的樟树，躲过了一劫，使宋朝历史又延续了150多年。看来，严田古樟的灵气，孕育了好德性。终于有一天，从南京差来一封600里加急官函，外加1包官银。李氏族长拆封一看，大意是令该村在大樟树旁建一座石拱桥，还特别注明桥名必名“树德”！村人想到：是坐上了金銮殿的高宗想起了这棵救命树啦。于是，大樟树下就有了一座环“绕秀”樟的石拱桥。

三清山：险绝灵秀

如今，清澈见底的溪水仍潺潺而流，不舍昼夜。想来，当时的流水只映照过900年前的那场惊险，然而，一岁一枯荣的古树，岁岁繁茂的樟树却记下了岁月流转的年轮。

门票：30元

4、鄱阳湖国家湿地公园



(图片由网友 2445412 提供)

三清山：险绝灵秀

鄱阳湖国家湿地公园地处江西省鄱阳县境内，位于江西省北部，上饶市西部。鄱阳湖东岸，饶河、漳田河的交汇处。它西接庐山、北望黄山、东依三清山、南靠龙虎山。湿地公园总面积为36285.0公顷，其中湿地总面积为35116.1公顷，占土地总面积的96.8%。鄱阳湖国家湿地公园以自然的鄱阳湖、河流、草洲、泥滩、岛屿、泛滥地、池塘等湿地为主体景观，湿地资源丰富，类型众多，极具代表性。鄱阳湖国家湿地公园中的候鸟也甚得世人的喜爱，世界上现存的白鹤有4000多只，一到冬天98%的白鹤会选择到鄱阳湖越冬，场面非常壮观，英国菲利普亲王称“中国的第二长城”。

鄱阳湖国家湿地公园内生物多样丰富，分布的野生动物种类繁多，有野生脊椎动物共计249种，隶属于33目77科，其种数为江西已知脊椎动物总数的29.0%；其中列为国家一级重点保护陆生野生动物17种；省级重点保护动物63种，占总数的56.8%。

门票：100元

游览线路：

- 1、内湖线：乌金汊—绿笠峰—竹溪三岛（内青）—小南海—珠湖渔村—白沙洲—龙吼山。
- 2、外湖线：白沙洲—香油洲—汉池湖
- 3、内外连线：鄱阳湖内湖—白沙洲—香油洲—汉池湖
- 4、鄱阳湖到南江口：鄱阳县城—南口湖 鄱阳县城：鄱阳湖公园—（陶侃衣冠冢、荐福寺碑）—土井巷（九剑射东湖）—浮舟寺（湖心孤寺）—永福寺塔—古饶州府文庙—芝山公园（止水池、芝山寺、碧云轩）—沿河路（饶河古码头）—管驿前渔村（宴公庙）

小贴士：

景区开放时间：9：00—18：00

门票为景区大门票，游船需另外付钱。

三清山：险绝灵秀

5、景德镇



(图片由网友 484338 提供)

主要旅游景点

明清园

明清园在景德镇东郊的雕塑瓷厂旁边，建筑物仿明清建筑风格，非常独特，是景德镇国际陶艺中心所在地。园内的瓷器街是景德镇古代瓷器商业街的再现，景德镇的许多陶瓷工艺美术艺人在此设工作室，展示景德镇陶瓷雕塑技艺。

浮梁县瑶里风景区

风景区位于距景德镇市区50公里外的浮梁县北部山区瑶里镇，是今日景德镇市一个较为知名的旅游目的地。

三清山：险绝灵秀

瑶里

瑶里位于景德镇的山区地带，有些地方人迹罕见，自然生态保存得比较好，风景非常秀丽。瑶里北部与安徽省交界处的汪湖原始森林是瑶里镇、浮梁县乃至景德镇市官方对外宣传的一张旅游王牌。

龙珠阁

龙珠阁是古代景德镇为皇帝烧制瓷器的工厂遗址，位于景德镇市区的东门头，现今建筑为1990年仿古重建。龙珠阁自唐代兴建以来，几经兴毁。现在重修的龙珠阁红墙黄瓦，重檐飞翘，秀丽端庄，气势恢宏。明、清王朝曾在此设立御窑厂，并派督陶官距此坐镇，监造皇宫用瓷。该阁遂成为御窑厂的代表性建筑，后逐渐衍化成景德镇的标志性建筑。阁内陈列了明清官窑复原模型和被评为中国十大文物精品系列展的明朝极盛时期出土的官窑瓷器展。

景德镇陶瓷民俗博览馆

景德镇陶瓷民俗博览馆于1979年开始筹建，该馆以异地保护明清古建筑为依托来立馆，业务活动以研究展示瓷业习俗、传统、工艺，开发旅游为主。1984年正式对外开放。馆内布有“明间”、“清园”等明清古建筑群12栋，4600平方米，属省级文物保护单位。

三清山：险绝灵秀

九、三清山饮食推荐

景德镇位于赣(江西省)、浙(浙江省)、皖(安徽省)三省交界处，地处中国华东地区旅游热线--庐山、黄山、龙虎山、九华山、三清山、鄱阳湖、千岛湖的中心区位(均在150-200公里左右)。景德镇市本身的旅游资源也非常独特，内涵丰富，包括陶瓷文化、人文景观、生态环境等，尤以陶瓷旅游资源对外界的影响力占优势。景德镇陶瓷文化的历史积淀是景德镇官方对外宣传景德镇作为旅游目的地的重要依据。读过中国史书的人，一般对景德镇这个地方都会有所了解。历史上景德镇的陶瓷文化在中国的影响非常深远，慕名而来的各地游客络绎不绝。

三清山上各大宾馆、山庄大多提供餐厅就餐，环境都还不错，这里的口味与江西的家常菜相差不多，对于沪浙苏一带的人显得辣了一点，也咸了点，而且价格也贵了一点。一般碗面在8元左右，啤酒和其它饮料在4 - 6元之内，油焖青菜16元、油淋茄子12元，地瓜炒肉片12元。饭按人头算，每人3 - 5元。

三清山最有特色，观日出位置最佳的一家宾馆为女神宾馆，享有“人间仙境”的美誉；地瓜炒肉片则是用山里的木薯炒猪肉，加了一点辣子，据说味道十分好，建议游客不妨一试。

1、老乡村

地址：电影院广场，文艺中心

特色：湘菜，农家风味

价格水准：中高

饮食环境：中高，内设空调包厢

简介：环境较好，价格很高，湘菜特色鲜明，农家菜水产品较好，服务好，上菜快。

2、嘉宾美食坊

三清山：险绝灵秀

地址：玉福大酒店旁

电话：0793-2174981

特色：川杭风味

价格水准：中

饮食环境：中等，有空调包厢

简介：菜肴风格较多，以川杭风味为主，口味有辣，甜等多种，环境一般，菜都是现场点的。

3、鸭里王

地址：玉福大酒店旁

电话：13507932922

营业范围：中晚餐

特色：余姚老鸭煲、蒸鱼、蕨菜猪脚

价格水准：中等

饮食环境：中档，内设空调包厢

简介：该店没什么特色菜，小炒还好，但是上菜较慢，菜肴现场点。

4、常山徐味

三清山：险绝灵秀

地址：玉福大酒店旁

电话：2175177-2553077

营业范围：中晚餐、夜宵

特色：三头一掌（鸭头、鹅头、兔头、）价格水准：中等

饮食环境：中档，内设空调包厢

简介：玉山最为有名的“三头”店，不可错过，鸭头（4元一个）最为好吃，但是很辣。

5、湘水人间

地址：将军庙18幢

电话：0793-2564177

特色：麻辣湘菜

价格水准：中等

饮食环境：中等，内设空调包厢

简介：菜肴非常辣，典型湖南风格，但是并非专业的湘菜，有一定玉山当地风格，价格一般，服务一般，现场点菜。

6、千禧龙酒店

三清山：险绝灵秀

地址：玉福大酒店旁

电话：13170939617

营业范围：中晚餐

特色：天目山笋炖鸭、鱼头煮饺子、肘子蒸馒头、珍珠肉丸、珍珠排骨

价格水准：中高

饮食环境：中高档，内设空调包厢

简介：特色菜较多，价格较为合理，但是上菜很慢，口味清淡，不会很辣，玉山特色不明显，现场点菜。

7、怀玉山土菜馆

地址：将军庙20幢

电话：13755323858

营业范围：中晚餐

特色：土鸡、辣椒炒肉、水煮活鱼、炒水饺

价格水准：中等

饮食环境：中档，内设空调包厢

简介：现场点菜，口味较辣，玉山风格明显，价格较低，环境一般。

三清山：险绝灵秀

十、三清山住宿推荐

三清山住宿分布：山上酒店、南部外双溪服务区、东部金沙服务区、农家乐。

1、山上酒店

1、女神宾馆

位置绝佳，观赏巨蟒出山与女神峰的最佳位置，距离日出观赏点最近，摄影爱好者的首选。到三清山最佳观日出的玉台只需要十几分钟。

联系电话：0793—8118873

2、日上山庄

位于南部索道上站，南清园景区和西海岸景区交汇处，地理位置相对从南部索道上山较为优越，三星级新装修。

联系电话：13367931873

3、大三清酒店

位于三清山南部，在南清园景区神龙戏松绝景旁，位置较好，24小时供应热水。

联系电话：0793—8118873

4、天门山庄

位于南部索道上站，酒店条件不错，三星级酒店。

联系电话：13367931873

5、三清宫露营点

三清宫前方广场空地，是野外露营绝佳之处，旁边还有水源，方便驴友生活，驴友必须自带干粮和水。

2、南部外双溪服务区

三清山：险绝灵秀

三清山南部外双溪服务区（南部索道），有徒步登山路口，不坐索道爬山的游客是个不错的选择，推荐几家条件不错的宾馆：

1、三清山庄（三星）

典型的欧式庭院建筑，绿茵满园的庭院，环境优美，小桥流水人家，三星级标准配套。舒适的客房、非常适合工作疲劳需要放松修身养性的场所。

联系电话：0793—8118873

2、天伦宾馆（三星）

是一家集旅游度假、会议接待、休闲购物于一体的按三星级宾馆设计建造的综合性宾馆。其设计独特、装饰豪华。

联系电话：13367931873

3、国际度假酒店（五星）

五星级酒店标准，室内品质奢华高雅，国际一线品牌入驻呈现顶级品位。拥有不同类型的客房400余间，中西餐厅、风味餐厅及大型宴会厅餐位共900多个，不同规格会议室七个，以及商务中心、泳池、SPA水疗、棋牌等娱乐设施一应俱全，停车位近300个。具有同时接待高规格的国际会议、疗休团、国内大中型旅行团、自驾游等宾客的能力。

联系电话：0793—8118873

4、南星宾馆（三星）

采用园林式设计，长廊、假山，曲径通幽，大堂正厅以花岗岩雕成三清山全景图。宾馆依山傍水，山水环绕，处处体现了环境与艺术，清新与浪漫的巧妙融合，既富古典韵味，又不失现代气息。

联系电话：13367931873

3、东部金沙服务区

位置离婺源较近有优势，服务区各方面设施较新较完备。

三清山：险绝灵秀

(一) 农家乐酒店

1、银湖山庄

位置：三清山东部，距离东部索道约5分钟车程，山庄环境优美，四面环山，非常适合三口之家旅游休闲。

联系电话：0793—8118873

2、蓬莱山庄

位置：三清山东部索道附近，虽小但布置温馨精致，价格不贵，地道的农家菜，非常适合自助游人士。

联系电话：0793—8118873

3、古民居山庄

位置：三清山东部索道附近，古色古香的建筑风格，整个山庄全部木饰结构，还您一个原始天地，还原古代生活。

联系电话：0793—8118873

4、东方女神山庄

位置：三清山东部，距离东部索道约3-5分钟车程，小桥流水人家是山庄的真实写照，整个村落建筑布局错落有致，有种世外桃源般的生活。

联系电话：0793—8118873

5、汾水度假山庄

位置：三清山东部汾水，距离东部索道约10分钟车程，山庄森林密布，环境怡人，价位低，是团队低成本旅游首选之地。

联系电话：0793—8118873

6、清水鱼庄

位置：三清山东部往婺源方向 距离东部索道约25分钟车程，假如您第二天要去婺源游玩，住此山庄是个不错的选择，山庄不但价格便宜，而且饭菜烧得真是不错，用实惠实在形容一点也不为过。

联系电话：0793—8118873

7、南清客栈

位置：三清山南部索道口上，南部登山入口旁边，非常适合徒步自助旅游者。

三清山：险绝灵秀

联系电话：0793—8118873

（二）、东部星级酒店

1、水云山庄（四星）

三清山水云山庄是一座集商务、餐饮、休闲、娱乐为一体的四星级酒店。位于三清山金沙东部索道300米处，拥有260间套各种类型客房、宴会厅、西餐厅、中餐厅、及餐厅包房，可供1000人同时就餐。

联系电话：0793—8118873

2、天堂国际大酒店

是一家集住宿、餐饮、娱乐、会议、商务等为一体的综合型现代欧式豪华四星级酒店！拥有总统套房、豪华套房、豪华单间、双标间、情趣房等共170余间，可容纳500多人同时用餐。

联系电话：0793—8118873

3、锦琛山庄

五星级酒店标准，酒店的设计风格以休闲、自然的东南亚风格为主，设有278间豪华客房、套房和复式楼，酒店有超过2000平方米的会议宴会设施，设有完善的Hyatt Pure Spa水疗、足浴、桑拿、健身中心等设施，为客人提供舒适的休闲享受。

酒店硬件设施按照国际连锁酒店的标准。

联系电话：0793—8118873

三清山：险绝灵秀

十一、三清山特产

1、三清山山茶油



(图片由网友 [888333](#) 提供)

三清山山茶油选用三清山一带山区吸四季露水，取日月精华的优质野生山茶籽仁为原料，用传统工艺和现代技术精心提炼出来的一种纯天然、高品味、高营养木本食用植物油。油色透亮，清香纯正，口感营养极佳，富含油酸、亚油酸、维生素E、山茶甙等有效保健活性成分，油酸含量居各种天然植物油之冠，又誉为“油中之王”、“神奇的东方橄榄油”、“长寿油”，一直被南方居民视为山珍贡品。油酸能有效地降低人体血液中的胆固醇和甘油三脂，降低血压，预防血管动

三清山：险绝灵秀

动脉硬化、防止冠心病、脑血栓，保护心脑血管疾病的作用。

2、三清山的茶

三清山黄金茶

黄金茶，又名香茶，学名山腊梅，盛产于江西赣东北山区三清山一带高山森林之中，属纯天然野生功能性茶种。该茶质嫩色绿，条细味醇，香高气爽，风味独特，功效显著。黄金茶富含挥发油、槲皮素、黄酮类、生物碱等有效活性成份，含有12种微量元素。18种氨基酸，7种维生素，尤其是Vc、铁、硒等含量高，黄金茶具有清凉排毒、防抗感冒、防暑解暑，助消化、止泻、消脂降压、预防心脑血管疾病的作用。现代药理研究，黄金茶对抗菌消炎、抗病毒效果食好。

四方尖有机茶

四方尖茶产于海拔1500米以上的怀玉山四方尖之上，土质肥沃，雨量充沛，山高气温低，常年云雾不绝，适应高山有机茶生长。四方尖茶加工精湛，品质上乘，叶嫩、条细、香高、味浓、汤色鲜绿，耐冲泡，是江西赣东北久负盛誉的高山名茶。

三清云雾茶

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 18625602 提供)

清山东麓的紫湖、三清两个乡，有万亩茶山，被誉为三清山云雾茶乡，并办有茶叶精制厂；据清同治《玉山县志地理志》记载：此茶，“味特清冽，誉为上品。”现在，三清云雾茶得到精心培育和精制加工，更以“色绿、香郁、味醇、形美”而享有盛名。此茶气味似天然花香，但更胜花香，品此茶时，先闻其香，才尝其味，慢饮细啜，满口留香，舌底生津。

3、三清山葛粉

山葛粉选用三清山高山森林之中多年野生葛根为原料，按有机食品生产加工要求精心加工而成。据《本草纲目》、《中药大辞典》等权威资料著述，葛根及其制品有清火、排毒、降血脂、降血压、降胆固醇、降血糖、减肥通便、预防老年性痴呆，防止动脉硬化，防止脑血栓等心脑血管疾病之良效，现代医学研究，葛根黄酮具有防癌抗癌和雌激素作用，可促进女性丰胸、养颜，尤其对中年妇女和绝经期妇女养颜保健作用明显。葛根的药用价值极高，称之为“江南人参”，国际

三清山：险绝灵秀

上素有“亚洲人参”之美誉，葛粉称之为“长寿粉”，在日本被誉为“皇室特供食品”。

4、三清山有机笋干

有机笋干选用三清山竹林中优质野生刚破土的毛竹笋为原料，经清洗、切片、水煮、晒干而成。该笋肉质细嫩，味道爽口，清香纯正，原汁原味，营养丰富，素有“金衣白玉，菜中一绝”、“笋中皇后”之美誉。据测定：冬笋中含有蛋白质、氨基酸、维生素、微量元素，尤其是植物纤维素含量丰富，能促进肠道蠕动，助于消化，预防便秘和结肠癌。冬笋是一种高蛋白、低脂肪、低淀粉食物，对防治肥胖症、高血压、冠心病、糖尿病和动脉硬化等疾病有较好的食疗作用。

5、三清山腊鸭



三清山：险绝灵秀

三清山腊鸭选用三清山脚下信江河畔的玉山农家野外放养，食田螺、捕虫食谷的土水鸭为原料，宰后经“三天腌制七天露晒”的独特配方和传统工艺制作而成，该鸭瘦肉多，干度好、营养佳、肉嫩、皮薄、骨脆肉香，腊味醇和鲜爽美口，实为“江南美食之珍品”，是宴请宾客的佳肴，馈赠亲友之上品。

6、三清山白玉豆

白玉豆盛产于三清山下玉山县西北部山区，是玉山颇具特色的地方名优产品，白玉豆泽白如玉，形状扁平，呈长椭圆形，是一种无污染、无公害、无农药残留的优质，安全绿色健康食品，享有“豆中皇后”之美誉。

常食有壮骨强身、降低血压、促进食欲、防治肠胃疾病等功能，特别是维生素E、硒、钙和亚油酸的含量都很高。故有抗衰老、美肤养颜，促进骨骼生长、预防骨质疏松及软化血管、防癌、抗癌之良效。用水浸泡后炒食、做汤甜食均可。

7、香榧

榧，又名“玉山果”，早在宋朝，我国人民就将其加工成椒盐香榧、糖球香榧、香榧酥等，并被列为朝廷贡品。香榧果食用营养价值很高，含有丰富的蛋白质和多种微量元素。香榧除了加工成干果作为美味食品外，还是名贵的中药材。李时珍在《本草纲目》载：香榧，品质以信州玉山县为佳，故称玉山果，具有降血脂，化痰，止咳润肺，消痔、去火解积、治疗小儿遗精等功能，可预防血管硬化，冠心病和抗癌的作用，香榧近年来饮誉海内外。

8、罗纹砚

三清山：险绝灵秀



(图片由网友 [金碧行囊](#) 提供)

玉山罗纹砚已有千年生产历史，多产于怀玉山下，纹理似丝罗，唐代大历元年（766）已开采，制成砚台，名罗纹砚台。朱熹在《怀玉砚铭》里说：“……怀玉山相连，山产砚石，盖歙砚之佳者。”。罗纹砚结构缜密，纹若水波，石面光泽，呵气成汗，沉浸水中，湿润如玉，具有发墨细快，久磨无粉杂入墨中，贮水不涸等特点。罗纹砚的品种繁多，造型有方、圆、椭圆形等多种；施艺可分素砚和雕砚两大类。素砚有长方砚、方墨海、圆墨海、圆嘴、圆盒和半月形等。雕砚工艺精湛，有浮雕、浅雕、阴刻和圆雕等，造形生动，巧夺天工，向被文人墨客视为文房佳品，竞相收藏。玉山罗纹砚远销欧美、港澳、日本等地，其产销量和出口量均居全国之首。

三清山：险绝灵秀

十二、最佳旅游季节及注意事项

1、最佳旅游季节

三清山属高山气候，气温凉爽。年降雨量有二千毫米，但在常到的景区范围内并无瀑布可观。山道边有山泉潺潺，可清心凉体。

三清山的平均气温不高，但没完没了的雨水会妨碍旅游的好心情，对于三清山这样一个有着高山气候特征的地方来说，秋季是最好的旅游时节，这个季节里秋高气爽，而且很少遇到雨天，连很难一见的佛光在这个季节也会频频出现。另外五月杜鹃花开，山花烂漫时也是好时节。三清的王台边玉京峰下以及其它各处均可见大片的野生杜鹃。

2、注意事项

1、驴友扎营山上推荐三清宫广场，那里第一地势比较平整，第二用水也方便，景色也非常的棒，可以容得下两百多个帐篷。还有一个三星级的洗手间，晚上不熄灯的，非常方便。山下营地推荐徒步上山路口的停车场对面，边上有两条清澈见底的小溪。三清一年四季晚上均需盖被。即使七月上山，露营的话，也要带睡袋。

三清山：险绝灵秀

- 2、上山之前看看是不是要去超市准备点什么零食，毕竟山上那个你也猜的到，越高那个价钱翻的倍数就越高，山上方便面20元一碗。
- 3、必须带上手电筒去三清山。
- 4、当地的管理不完善，在山上贵重物品要当心，曾经有一游客将照相机放到桌上，一转身就被别人拿走了。还有一点就是没发现景区内公厕，或者说很少，各位自己要当心了。一定一定要带张简单的火车时刻表，以务万一。
- 5、看日出最宜在玉台或玉京峰。玉台人会较多，玉京峰因地远人稀，有利于拍摄，但从梯云岭到峰顶花时需一个小时。也可带上帐篷，在玉京峰顶背后有一块平地可供露营。在玉台下面也有一块空地可露营。在神女峰前也有石砌的一块场地。但请注意地似乎都较硬，营钉不易钉入，风大要小心。
- 6、最好找个挑夫，给个10元，一路他会帮你介绍许多景点，要不就自己拿着景区的旅游图好好仔细地看，要不会错过许多精彩的景点。
- 7、山上的山庄基本上旺季晚上就供应1个小时的热水，淡季供应半个小时的热水，其余时间无水，记住要接好水，以便第二天洗漱之用。
- 8、三清山的地貌与黄山相同，所以春夏上山雨雾也很大，冬天上山雨水较少，能否看见阳光也是个人缘分了。

三清山：险绝灵秀

十三、三清山延伸阅读

三清山位于江西省玉山县西北部，北界德兴县，地当赣、浙、皖、闽之交。主峰玉京峰海拔1816.9米，古称“东南望镇”，曾是道人结庐炼丹之地，据说，得道者就是从玉京峰顶那块巨大的绝尘器天下无双福地，高凌云汉江南第一仙峰”。

据史书记载，东晋升平年间（357-361年），炼丹术士、著名医学家葛洪与李尚书道德上山结庐炼丹，著书立说，宣扬道教教义，鼓吹“人能成仙”，至今山上还有葛洪所掘的丹井和炼丹炉的遗迹。尤其是那口丹井，历时一千余载，依然终年不涸，其水清冽味甘，被后人称为“仙井”。于是，葛洪便成了三清山的“开山始祖”，三清山道教第一位传播者。可以说，三清山的开发与颓败，与道教的兴衰有密切的关系。

到了唐朝，道教被朝廷奉为国教，方士穿行往返于大江南北，三清山的道教也随之兴盛起来，香火不断，朝山香客络绎不绝。唐（周）证圣元年（659年），朝廷为了加强统治，割衢州须江（今江山市）之南乡、常山之西乡划归玉山县管辖。其后，方士将化缘所得，在葛洪结庐炼丹之处营建了三清山上第一座道教建筑——老子宫观（此观被称为“三清福地”），进一步巩固了三清山在道教史上的重要地位。

宋真宗笃信道教，尊奉老子为太上老君混元上德皇帝。这时，在三清山一带开始出现成批的道教建筑。方士们为纪念葛洪开山之功，在山上建起了葛仙观，内中供奉葛仙翁和李尚书石像；同时建起的还有福庆观、灵济庙。尤其值得一提的是，方士们在天门峰东的悬崖之上，用天然花岗岩雕凿干砌成一座六层五面的风雷塔，此塔历经千年风雨，至今巍然不动，被誉为三清山上道教建筑的一颗灿烂明珠。

元时，朝廷把道教当作控制汉民族的思想武器，道教进一步受到重视。此时三清观出现了信奉全真派的方士（出家），他们专事道教活动，多时达几十人；更多的方士则信奉正一派（即不出家，也有极少数出家的），他们受道教经典规戒约束，谙熟各种斋醮祭祷仪式，在民间从事道教活动。据元人鲁起元在《游三清山记》中说，此时三清山上正在大兴土木，扩建三清观，观内供奉石刻石仙君、葛仙翁、李尚书、金童、玉女、潘元帅神像；山上景物、地点也以道教称谓命名，如仙人桥、雷公石、判官石等等。由此可见当时三清山道教兴盛之一斑。

明太祖朱元璋特别推崇道教，尊张天师为全国教主，贵溪龙虎山遂成为全国道教活动中心。三清山距龙虎山仅300华里，近在咫尺，传道、化缘的方士来往频繁，联系也极为密切，三清山的教务活动几乎直接在张天师的控制之下进行。此时山上朝拜之风极盛，散居天赣、浙、皖、闽的方士和信徒，每年八、九、十月，都要自发组织香会“一年朝三清，一年朝少华”（注：玉山县境内

三清山：险绝灵秀

之少华山)。他们结伴而行，以三清神像和旌旗开道，点燃香烛，抬道猪牛羊等各种祭品，并鸣三眼铙助威，配以鼓乐，吹吹打打，浩浩荡荡向三清山进发，每日多则上万人，少则千余，这种朝拜仪式当时已成为民间一年一度重大的道教活动。

明朝为三清山道教的鼎盛时期。山上的道教建筑也象雨后春笋般大量出现。至景泰年间，山上已新建起龙虎殿、方士羽化坛、玉灵观、纠察府、演教殿、九天应元府、潘公殿、方壕上、天门石坊、飞仙台、流霞桥、石阶“众妙千步门”，“冲虚百步门”等，并重建了三清观，改名为三清宫。明代的宫宇建筑十分独特：前后两进，坐北朝南，以山上花岗岩雕凿干砌而成，石梁石柱，四周配以石墙、内供玉清、上清、太清三尊石雕神像。据不完全统计，这时三清福地有石雕石刻神像130尊，摩崖题刻45处。可以说这时的三清山已成为明代首都建筑和石刻艺术的一座宝库。这座宝库，引来各方方士云集其中，更吸引了众多的文人墨客，朱熹、王安石、陆游、杨万里、汪应辰、赵蕃、夏浚、丁玘等都先后慕名前来，登山揽胜，留下了许多脍炙人口的诗篇。著名地理学家徐霞客也两度游历玉山，在他的游记《江右游日记》中，对三清山作了明确无误的记载。

清兵入关以后，道教继续得到推崇。龙虎山依然是全国道教活动的中心。三清山与龙虎山道缘息息相通，香火自然有增无减。康熙年间，抚州、南丰、福建等地方方士纷纷迁来，三清山道教形成了抚州、南丰、福建和玉山本地四大派系，尤以玉山本地势力最大。为了更好地组织道教活动，县里设有道委司，对上负责接受龙虎山天师府的旨意，对下负责指导所属宫宇的教务活动。此时，由于方士骤增，教务活动愈益频繁，三清山在道教领域中影响越来越大，在全国的知名度也随之有了提高。雍正四年（1792年）御制《钦定古今图书集成》所附的《广信府疆域图》中，正确地标出了三清山的地理位置。

乾隆登基以后，兴佛抑道，道教在全国思想领域中的统治地位受到了冲击，从此，逐渐衰败，并一蹶不振，三清山道教也随之受到致命打击。嘉庆十八年（1813年），三清宫毁于大火，后虽经方士化缘重建，但其规模已远不及从前。咸丰年间，县城的道委司毁于兵燹，从此，三清山道教日趋泯灭。

民国初年，军阀混战，民不聊生。三清山一度战火纷飞，方士们先后离山而去，山上的道教香火濒临绝灭。

1982年，玉山县成立了风景资源普查领导小组，对三清山进行全面的普查，首次发现了三清山梯云岭广大地区千峰竞秀，万石争奇，流泉飞瀑的原始、粗犷而秀丽的独特景观。江西发现三清山风景区的喜讯不胫而走，很快传遍了五湖四海。

1983年元月，江西省人民政府决定开发以三清山为中心的赣东旅游区，并拨出巨款用于开发三清山风景资源。

1984年，江西省人民政府邀请全国各地的教授、学者120余人考察三清山。经过半个多月的实地

三清山：险绝灵秀

考察、评议，大家一致认为三清山是我国第一流的风景名胜区，可与黄山相媲美，堪称黄山的姐妹山。特别是“女神”之俊俏，“巨蟒”之奇伟，“观音听琵琶”之传神，可谓举世罕见。有的学者题词称：“揽胜遍五岳，绝景在三清。”

1986年，国家拨款建成上山石阶路，将各个景点相互沟通。

1988年，国务院批准三清山为国家级风景名胜区。

2008在加拿大魁北克召开的第32届世界遗产大会上，三清山申报《世界遗产名录》成功，成为中国第七个世界自然遗产地。

意见反馈

感谢您的使用：)

欢迎将您的[意见反馈](#)给我们，以便更好地完善本攻略，为您的出行提供更贴心帮助 >>

热门旅游攻略推荐



丽江：柔软时光



峨眉山：养生修佛



杭州：人间天堂



北京：祖国的中心



香港购物2011



魅力宝岛自由行



尼泊尔：千佛之国



马尔代夫：花环群岛



瑞士：瑞不可挡

