## 1.这才是2018年中国最美旅行时间表，全都美哭了

https://you.ctrip.com/travels/dunhuang8/3610025.html

来源：携程

发表时间：2018-1-9

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
一年四季的中国，每个月的每个地方都有不同的风景。  
你或许会留恋春天的暖阳，迷恋夏日的碎花裙摆，沉醉秋季的五彩斑斓，执着冬天的北国风光……无论你选择哪一个月出发，中国大地总有能打动你的风景。  
by：木小庭  
20  
18  
已经开启，远行的小目标是否已经定下?  
20  
18  
旅行时间表！一键解锁12个月的最佳旅行地，承包你一整年的旅行！  
by:图虫网 你咋就这么懒  
一月:邂逅最美冰雪世界  
坝上  
草原  
  
说起草原，大家最先想到的就是夏天的草原，一望无际的碧绿，殊不知冬天的草原银装素裹，宛如待嫁的身披白纱的新娘。  
by:图虫网 A  
坝上  
老张  
你看过它被冰雪覆盖的样子，你才会真正明白什么是仙境。  
by:图虫网 邓平-江西  
敦煌  
  
鸣沙山  
·月牙泉  
冬日的  
敦煌  
别有情趣，大漠奇观  
鸣沙山月牙泉  
恬静安详，静待远方的游客。在轻风的吹拂下，  
鸣沙山  
线条俊朗，高处如刀砍斧劈，陡峭而立；平缓处如丝绸般柔滑的线条逶迤远去  
冬天的  
鸣沙山  
没有旺季的人山人海，一眼清泉冰清玉洁  
by:西部易游  
黑龙江 哈尔滨  
每年的冬日愿望，一定少不了去一次哈尔滨，去看飘雪、冰雕和教堂，感受属于冰城的梦幻与浪漫，仿佛关于冬天的向往，都在这里了。  
by:图虫网 Nelson96  
各种大型冰雕城堡和随处可见的冰滑梯，到了晚上，当五颜六色的灯光开放，恍如置身在冰灯的童话世界。  
by:图虫网 走遍東北亞NORTHWARD  
二月：踏寻早春的痕迹  
云南  
丙中洛  
只要有颗想出发的心，就能抵达比天堂更美好的地方。神秘  
丙中洛  
，这是云南边界最北的村庄，越过人间胜过天堂。  
by:图虫网 梅若梅  
在青山绿水间感受中国小瑞士的独特美，探访云雾当中的雾里村。  
by:图虫网 舒阳  
云南  
罗平  
油菜花  
最美的春天一定有花开，最美的早春一定在  
罗平  
，在  
金鸡峰丛  
和  
螺丝田  
的金黄色花海中。  
by:图虫网 好摄之徒-代斧钢  
微风吹拂，油菜花田延伸至远方，成群的蝴蝶流连其中，芳香散布在田野，好一派优美的田园景色。  
by:图虫网  welcome  
三月：赴一场花海的盛宴  
西藏  
林芝  
  
三四月间的西藏，春寒未尽，而西藏  
林芝  
那三面环山的“桃花沟”，却已是花的海洋。远处的雪峰还是皑皑白雪，而眼前的桃花已如醉霞绯云般争奇斗艳。  
by:图虫网 orange\_Olay  
粉嫩的桃花，在气势磅礴的雪山怀抱中无限柔媚。繁花似锦的野桃林，映衬着湛蓝天空洁白雪峰与碧玉般的尼洋河，给  
林芝  
带来了一片壮丽的春天。  
by:图虫网 梁溪风光  
江苏  
无锡  
  
这里的樱花从太湖边延伸到山谷、山坡。这里的  
樱花谷  
被誉为“中华第一赏樱地”，甚至比之日本都有过之而无不及。  
by:图虫网 OneDayFoto  
这里是  
鼋头渚  
樱花谷  
。水面波光粼粼，百花盛开，嫩绿的垂柳，任谁不陶醉在这美好的春光里？  
by:图虫网  -行云流水-  
四月：烟雨朦胧下江南  
江苏  
扬州  
自古以来诗人偏爱  
扬州  
，“她”的清秀，“她”的婉约，“她”的精致，没有人不被“她”所折服。  
by:图虫网 小黑想做摄影师  
四月的  
扬州  
有烟水连绵的  
瘦西湖  
，铺天盖地的十里桃花，如梦如幻的琼花玉树，烟雨朦胧的江南水墨藏在那些诗意的曲调中。  
by:图虫网 Tissue  
>>>>  
山东  
泰安  
一眼望不尽  
泰山  
的美， 表面平凡的山峦，走近它，才感受到它的灵气，它的故事。  
by:图虫网 天涯lg  
温柔的霞光如同一条丝质的缎带，让男人一般的  
泰山  
顿时多了一点秀气，一份柔情。  
by:图虫网  章鱼哥先生  
五月：迷人的民族风情  
湖南  
娄底  
去过湖南湘西的人，无不为这片迷人的土地而倾倒。在  
娄底  
，有一个令人叹为观止的梯田王国，叫  
紫鹊界梯田  
。  
by:图虫网 吾哈  
田园阡陌之间，板屋交错，鸡犬相闻，梯田、村寨、森林、流水相互融合依存，构成了  
紫鹊界梯田  
一幅流动的农耕图。  
by:图虫网 老三三  
陕西  
安塞  
如果说悠扬高亢的信天游是黄土高原的忧郁的诗情，那么  
安塞  
腰鼓就是这片土地的顽强生命的呐喊和奔突。  
豪迈粗犷的动作变化，刚劲奔放的雄浑舞姿，充分体现着陕北高原民众憨厚朴实、悍勇威猛的个性与性格。  
六月：湖天一色的自然美景  
新疆 赛里木湖  
雪山、草原和蔚蓝的湖水构成绝美画卷，像一颗蓝色的眼泪，滴落在新疆这片土地之上。  
by:图虫网 Nowhereman  
闭上眼睛，清爽的风吹拂脸颊，耳边传来马嘶牛吟声，一切是那么的惬意。  
by:图虫网 石一郎  
青海  
青海湖  
  
青海湖  
在不同的季节里，景色迥然不同。夏秋季节，当四周巍巍的群山和西岸辽阔的草原披上绿装的时候，青海湖畔山清水秀，天高气爽，景色十分绮丽。  
by:图虫网 假面AMOOK  
那五彩缤纷的野花，把绿色的绒毯点缀的如锦似缎，数不尽的牛羊和膘肥体壮的骢马犹如五彩斑驳的珍珠洒满草原。  
by:图虫网  DevlinS1123  
七月：随处可见的诗情画意  
  
甘南  
  
扎尕那  
纯净的天空，连绵巍峨的山峦，一下子便映入眼帘，远远望去，这里像极了一座石头城。  
by:图虫网 乌伦贡  
这就是传说中  
甘南  
“最后一座  
桃花源  
”。这里说不上什么季节最美，因为每个季节都各有千秋，风景如画。  
by:图虫网  bellyu  
湖北  
恩施  
这里有目前为止唯一一个不通公路的村落--鹿坪院，进出村落，全靠两条腿和一座桥。村里的人们还沿用着几百年前的耕作方式。  
这里藏着一个“仙本那”--  
屏山峡谷  
，那清透如玉的水，让人一眼难忘。  
八月：没有酷暑的绝美圣地  
吉林 长白山  
夏天的  
长白山  
，气温始终恒定在22℃左右，山顶冰融，繁花盛开，空气清爽，负氧离子丰富，滋润肺腑……  
by:图虫网 宫小剑  
长白山  
还有着“长相守，到白头”的说法，和相爱的人一起来，无需更多的诺言，便已是浪漫至极。  
by:图虫网 shanyewuyu  
西藏  
拉萨  
未曾抵达过西藏，就不算朝圣过天堂。只因为，这个离天很近的地方，在无数人的心头萦绕。  
by:图虫网 木头是女王大人  
拉萨  
，这座“日光之城”，它总有一种说不完道不尽的美丽，让你一去再去！  
by:图虫网 萝蕾点宝  
九月：迎接即将金黄的世界  
新疆  
喀纳斯  
9月中旬是去  
喀纳斯  
最好的季节。在这里壮观的冰川映衬着宁静的湖水，茫茫的草原包容着幽深的原始森林。  
by:图虫网 本末benmo  
神秘的湖怪、古朴的图瓦人、变换的湖水、眩人的风景都让人痴迷。  
by:图虫网 陈喆  
山东 青岛  
当你漫步在  
崂山  
的青石板小路上，一边是碧海连天，惊涛拍岸，另一边是青松怪石，郁郁葱葱，你会感到心胸开阔，气舒神爽。  
by：途图行  
八大关  
看似普通的马路其实蕴藏浪漫，每条马路两侧均盛栽树木鲜花，因此岁月流转，四季皆景，惹醉了不少情侣在此缠绵徘徊。  
by:图虫网 晗\_爸  
十月：层林尽染间美成画卷  
内蒙古 额济纳  
额济纳，她的美为只有21天，是一个每年只能旅行一次的地方，错过了，下次邂逅她的美丽又需要整整一年。  
by:图虫网 山色空朦  
来的早了，胡杨林没有千姿百色的绚丽颜色，到得太晚，西风横扫，枯叶尽归黄沙，额济纳景区也随之归于沉寂。只有在9月底到10月中旬，她才会蜕变。  
by:图虫网  疯行摄迹  
江西  
婺源  
婺源  
的红秋天，美哭了全世界。清晨，云雾弥漫，炊烟袅袅，在空中肆意流动变幻着各种形态，如一幅未干的水粉画。  
by:图虫网 王剑424  
一个、两个...村民们渐渐从梦境中苏醒，又跌入另一个梦幻的诗意世界。  
by:图虫网 小象狮虎  
十一月：大自然的神奇魔法  
云南  
腾冲  
这个南方的边陲小城，云烟雾绕、魂牵梦萦，银杏叶子已泛黄，格桑花渐开放。  
秋，  
腾冲  
自不寂寞，恰恰相反，秋日腾冲之美，才刚刚开始！  
福建  
霞浦  
一到秋天，这里光与影交织，美到让人落泪，随手一拍便是一张明信片，同样的潮水，不同样的光影，同样的劳作，不同样的心情。  
如果在这里呆上一整天，甚至一整年，你每天看到的  
霞浦  
都是不一样的，它总能带给你无限惊喜。  
十二月：始末交替  
北京  
一下雪，  
北京  
就变成了北平，给这庄严世界披上一层白纱，圣洁可爱，冰雪中露出的一抹正红如寒地腊梅，少了几分凛冽和气势，多了几分典雅和柔和。  
漫步在故宫赏雪，好像成了许多人心目中的旅行清单。  
大理  
无量山  
12月的中国，绝大部分的地方已经寒风萧瑟，可云南  
大理  
无量山却绿意盎然，美得叫人心醉。  
by:图虫网 梁溪风光  
碧波荡漾的翠绿映衬着如霞似火的粉色樱花，仿佛置身于油画中。  
by:图虫网 Sunyun  
最美好的年龄，最好的时节，给自己难忘的旅行。

评论：  
1.确实特别美，强势推荐惹(\*^\_\_^\*) 嘻嘻……  
2.感谢楼主的分享！希望楼主开心每一天！

## 2.2018年湖北旅游必去的十大景点！

https://you.ctrip.com/travels/wuhan145/3610994.html

来源：携程

发表时间：2018-1-11

天数：1 天

游玩时间：1 月

人均花费：50 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
一、  
黄鹤楼公园  
“昔人已乘黄鹤去,此地空余  
黄鹤楼  
”，唐代诗人崔颢的一首千古绝句为黄鹤楼披上了一层神秘的面纱。  
  
素有“天下江山第一楼”的  
黄鹤楼  
位于湖  
武汉  
长江南岸  
蛇山  
峰岭之上，濒临长江，雄踞蛇山，挺拔独秀，辉煌瑰丽，自古引来无数文人墨客挥毫泼墨。如今的黄鹤楼为上世纪80年代重建。  
  
二、神农架旅游区  
神农架风景区位于湖北省西部，在神农架南部的自然保护区内，山峰均在海拔3000米以上，堪称“华中屋脊”。  
  
神农架群山万壑，峰峦迭翠；峡谷天雕，奇洞天成；险崖瀑飞，锦石溪流；深山老林，云流雾绕，高山平原，碧海长天……构成一幅幅绚丽多彩的山水画卷，一个个的诗画长廊，吸引着无数中外游人。  
  
  
三、三峡大坝旅游区  
三峡大坝旅游区位于湖北省宜昌市境内，于1997年正式对外开放，2007年被国家旅游局评为首批国家5A级旅游景区。  
旅游区以世界上最大的水利枢纽工程——三峡工程为依托，全方位展示工程文化和水利文化，为游客提供游览、科教、休闲、娱乐为一体的多功能服务，将现代工程、自然风光和人文景观有机结合，使之成为国内外友人向往的旅游胜地。  
  
四、长阳清江画廊旅游区  
清江是土家的母亲河，洋洋洒洒八百里宛如一条蓝色漂带，穿山越峡，自利川齐跃山逶逶西来，横贯鄂西南10多县市。  
  
清江的山，清江的水，清江的人，清江的民族………融汇在一起的是一江生生不息，浩浩荡荡， 博大精深的文化，如诗，如画，如梦，如歌。倘佯期间，足以使人惊愕 、亢奋、醉然。  
  
  
五、  
武汉  
市东湖景区  
武汉  
东湖  
生态旅游风景区，简称  
东湖风景区  
，是国家5A级旅游景区。是以大型自然湖泊为核心，湖光山色为特色，集旅游观光、休闲度假、科普教育为主要功能的旅游景区。  
  
  
东湖  
生态旅游风景区面积88平方公里，由听涛、磨山、落雁、吹笛和  
湖北省博物馆  
五个片区组成，楚风浓郁，楚韵精妙。湖岸曲折，港汊交错，碧波万顷，青山环绕，岛渚星罗，素有九十九湾之说。  
  
  
六、十堰武当山风景区  
武当山风景区位于湖北省西北部，在丹江口市境内，是著名的山岳风景旅游胜地。风景区主要由金顶景区、紫霄景区、五龙景区、南岩景区、太子坡景区、老营景区等组成。  
  
  
胜景有箭镞林立的72峰、绝壁深悬的36岩、激湍飞流的24涧、云腾雾蒸的11洞、玄妙奇特的10石9台等。武当山还保存有规模宏伟的道教建筑群和众多的文物古迹。除古建筑外，武当山尚存珍贵文物7400多件，尤以道 教文物著称于世，故被誉为“道 教文物宝库”。  
  
  
七、恩施州神龙溪纤夫文化旅游区  
神农溪拥有龙昌峡、鹦鹉峡、神农峡、绵竹峡四个峡段，四个峡段景致风格各异，或险峻，或秀丽，或幽深，或雄奇，整体构成了神农溪清秀峻奇的山水风格。  
  
  
婉转悠扬的山歌，依山而建的吊脚楼，置放于岩壁洞穴的悬 棺，转动不止的水磨，渐行渐远的新嫁娘……山重水复，美景叠出。  
  
  
八、三峡人家风景区  
三峡人家风景区，是国家5A级旅游景区，湖北省宜昌市夷陵区西陵峡内，位于长江三峡中最为奇幻壮丽的西陵峡境内，三峡大坝和葛洲坝之间，跨越秀丽的灯影峡两岸，面积14平方公里。  
  
  
三峡人家石牌之美，美在“湾急、石奇、谷幽、洞绝、泉甘”。景区包括灯影石、明月湾、灯影洞、石牌抗战纪念馆、石令牌、杨家溪、蛤蟆泉等景点。  
  
  
九、恩施大峡谷景区  
中国恩施大峡谷旅游景区位于湘、渝、鄂三省交界处，是清江流域最美丽的一段，被誉为全球最美丽的大峡谷。  
  
  
万米绝壁画廊、千丈飞瀑流芳、百座独峰矗立、十里深壑幽长，雄奇秀美的世界地质奇观，与美国科罗拉多大峡谷不分伯仲。  
  
  
十、荆州古城  
荆州古城历史文化旅游区位于湖北省荆州市荆州城。现存的城墙为清朝顺治三年（公元1646年）依明代旧基重建，古城保存完好，是我国南方保存最为完好、规模最为宏大的一座古代城垣。  
  
荆州古城墙现已成为外环跑马，内环通车，城墙上行人的环城风景区，是感受三国文化、楚文化不可替代的人文景观。  
  
以上景区是到湖北一定要去游玩的地方，另外偷偷告诉你，  
腾旅e卡通旅游年卡可以全年免费游玩湖北50多家优质景区，更多游玩资讯请关注微信“腾旅旅游”。

评论：  
1.时间不会，骗人的，人社会，有多真，，我是有，多真，  
2.知识生活，出钱出力，我们做到了，我们的骄傲，  
3.下个月，我和一个朋友，一起到武汉，旅行自助行，  
4.谢谢楼主，给我们带来了，很多旅行知识，凝固的黄鹤楼，凝固的岳阳楼，旅游朋友们，  
5.人社会，人，好？  
6.喜欢我写的游记的朋友，请多多关注我！

## 3.望昔人何在，赏湘江北去

https://you.ctrip.com/travels/changsha148/3614040.html

来源：携程

发表时间：2018-1-13

天数：10 天

游玩时间：8 月

人均花费：6000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
湖南和  
武汉  
这两个地方一直是我非常想去的两个地方，湖南的  
橘子洲  
头和武汉的  
黄鹤楼  
以及长江大桥，是很多小说中出现的地方，因此作为小说迷的我十分向往这些风景胜地。一直计划着何时能出行将这两个地方观赏一番，有了男朋友之后，我的湘鄂之行终于是有了着落，想想真的是十分的开心的事情呢。  
其实一场说走就走的旅行在生活中还是十分的不现实的，因为除了要有足够的时间跟钱之外，旅行前期的好多事都需要仔细的规划和计划好，并且诸如假期的协调，宾馆酒店的确定，都是需要有一些计划更便于实行。  
第一天：  
长沙  
：  
岳麓山  
——  
岳麓书院  
——  
湖南大学  
——  
橘子洲  
——  
太平街  
第二天：  
长沙  
—益阳：白鹿寺——茶马古道风景区  
第三天：益阳—  
常德  
：  
桃花源  
——  
柳叶湖  
第四天：  
常德  
—张家界  
第五天：张家界—恩施：恩施大峡谷  
第六天：恩施—  
宜昌  
：  
三峡大坝  
风景区—  
三峡大瀑布  
—青江画廊  
第七天：  
宜昌  
—神农架：神农顶风景区  
第八天：神农架—荆门  
第九天：荆门：明显陵—漳河风景名胜区  
第十天：荆门—  
武汉  
：  
武汉大学  
—  
黄鹤楼  
—  
武汉长江大桥  
  
  
我们达成的一致是要慢慢的游玩，利用公司的八天年假，慢慢的走，细细的看，不要以往的那种特别紧凑特别累的行程，因此就决定了我们这次出发，报旅行社很难满足我们的要求，因此算来算去，思来想去，还是决定自驾游，通过在网上的一系列的对比选择和朋友们的推荐，我选择了一 嗨 租 车，jeep自由侠，性价比比较高，也比较适合翻山越岭，定好出行方式后，我俩乘高铁到达湖南  
长沙  
，直接去了一 嗨 租 车长沙高铁门店，提走了车，开始了我们这次的旅行。要说高科技给我们的生活带来了方便呢，以前这种方便的方式，真是想都不敢想的呢。  
对于来到湖南长沙来说，  
岳麓山  
简直是必不可少一站自然式风景站。岳麓山上有许多的参天古木，漫步其中，除了感受历史之外，也仿佛置身在了天然大氧吧中，十分的舒适。岳麓山上发生了许多的历史故事，置身其中，那些曾经发生的事仿佛都历历在目，十分的有趣，并且岳麓山上的自然风光也实在是好极了。  
一直觉得湖南是一个人杰地灵的地方，湖南人“耐得烦霸得蛮”的性格，注定了他们能成就许多大事，  
橘子洲  
头一直是各种诗歌中反复描述的地方，终于来到了显示中的橘子洲头，景色十分秀丽，也十分的美丽，沿着水边漫步，阵阵微风袭来，实在是十分舒适惬意的一件事，十分推荐大家这个地方。  
白鹿寺是益阳最大的一座寺庙，据说历史悠久。一直对有历史的深山古刹十分的喜欢，十分喜爱漫步其中的那份宁静致远，看着来往的善念信女，也是打从内心觉得，人活着，还是应该给自己一些希望。哈哈，说沉重了，反正出来旅行还是感悟颇多。  
桃花源  
的桃花还没有开放，我们应该感谢陶渊明，为人们勾画出了一个又一个的桃花源，漫步其中倒是没有太大的感受，全凭想象吧，想象自己漫步在一个与世隔绝的世外桃源当中，也算是一个心里安慰吧。  
张家界久负盛名，我们当然要去感受一下，果然名不虚传。从山顶鸟瞰各种山峰拔地而起，十分壮阔秀美，层峦叠嶂，来到了张家界真是切身体会到了什么叫做美不胜收，看着张家界的风景，真的是让人流连忘返。  
  
恩施大峡谷的瀑布真是超级酷，不似黄果树瀑布的壮阔，更显清秀，清瘦的水流从高出倾泻而下，比起其他瀑布的壮阔，倒是别有一番小家碧玉的感觉。  
以前读书的时候，  
三峡大坝  
总是在课本里经常出现，作为我国著名的水利风景区，三峡大坝十分的壮观。由于男票本身的建筑学专业，所以漫步这里 ，就会想起这个世界上最大的水利枢纽工程，它的建成，需要凝聚多少建筑设计师的心血，又有多少建筑工人的辛勤劳动。  
  
神农架如果让我总结话，都是树。男票说我没有品味，因为这次是租 车自驾游，所以观赏也十分的方便，感觉整体感觉也十分的惬意。如果要是抱团来的话，也是很难有时间逛的那么细致。  
帝王陵墓总是有一种神秘感，散布其中，自己已经脑补出一部缠绵帝王爱情史，分分钟穿越变宫女。  
昔人已乘黄鹤去，此地空余  
黄鹤楼  
。黄鹤一去不复返，白云千载空悠悠。黄鹤楼在古诗中反复出现提及，望着眼前的黄鹤楼，有一种不真实的感觉，也许是诗人的感觉更加细腻，反正黄鹤楼作为送别的地标型建筑，也是别有一番滋味。  
武汉长江大桥  
是我最近在看的一本小说里，作者提到的，咋说呢，实地看起来，没有那么的文艺，我只能说，它是一座实实在在的大桥，只是不同的人们，赋予了不同的含义和意义，因此对于不同的人来说，也是有不同的感受吧。  
这一次湘鄂线租 车自由行，整体感觉还是比以往抱团出行要好很多，只是男票一路上开车比较辛苦，因此我要负责好后勤工作，让男票吃好睡好，另外为了避免疲劳，我们每天走的景点都非常的少，逛的也非常的慢，因此也并没有太过疲惫。旅行结束后，我们直接区  
武汉  
高铁门店还了车，然后乘坐高铁返回，真的是十分的方便。要说还是得定期出游一下，放松身心，不是有那么句话么，身体和心灵，总有一个要在路上吧！

评论：

## 4.房车自驾 穿行千里，虚实之间看江山如画

https://you.ctrip.com/travels/chongqing158/3614241.html

来源：携程

发表时间：2018-1-13

天数：7 天

游玩时间：11 月

人均花费：5000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，自驾

旅游路线：重庆，恩施，恩施土司城，腾龙洞，利川，恩施大峡谷，荣昌，山水人家，巴东，巫峡，夔门，白帝城，奉节，万州

正文：  
前 言  
日历好似墙上的蝶，一张张掀过，一页页飘落，转眼夏就成了冬，青翠染上枯黄。时光太匆匆，如同指间沙流逝于风，恍惚中二零一七年的尾声已然奏鸣。  
寒冷的气流在脸上一遍遍地割着，难得寻一个略觉温暖的午后，闲坐在书案前。上回如这般倚窗听风还是在秋天吧，不同的是，那次是坐在穿行于山水之间的房车里。  
房车旅行，起始于一战后的欧美，彼时的房车先驱们，驾驶着固定在汽车底盘上的木制房屋，带上床、帐篷、炊具和梦想，不顾一路坎坷泥泞与风雨晦暝，行驶在穿行全国的公路上和尚未架桥铺路的山野间，日以夜继，无阻而往。  
随着科技的发展和旅游业的繁荣，我们不用再感受前辈们的艰苦，行在路上的除了梦想还可以有更为舒适惬意的生活。厨房、卧室、起居室、盥洗室应有尽有，餐桌沙发、床铺躺椅、厨房电器、影音娱乐、倒车监视、安全系统等一应俱全，房车内部有大量橱柜可以放置杂物，豪华型房车还配备有传真、电话、洗衣机、洗碗机、全球定位、网络系统、卫星天线等设施，随着房车业的发展，国内的房车营地也越来越多。  
截一段时光，驾一辆房车，走一次江湖，这是我多年来的梦想。奈何房车成本太高，买来一年到头也用不了几次，梦想屡次搁浅就像河滩上窒息的鱼。  
一个偶然的机会，我在网上看到房车生活家平台，上面有提供房车租赁，还可以从全国多个城市提车，有多种房车类型可以选择，还可以异地还车，十分方便划算，重要的是价格也还不错。  
搁置了多年的梦想得以扬帆起航，约上几个小伙伴，我将此行的路线定在了湖南—  
重庆  
这个区间。  
提车地点选择在山水如画的土家族域，巴人故里，中国最年轻的自治州—  
恩施  
，4S店的工作人员十分热情，耐心指导了我们车内设施的使用方法和注意事项。  
风起渝鄂，穿山过水拂面而来，尚且翠绿的树叶伴着长缨在风中簌簌作响。我抬头望着天空眯起眼睛，阳光不燥，岁月正好。  
鄂西多山，自古便是少数民族聚集区，这里冬无严寒，夏少酷暑，恩施虽地处重庆与武汉两大“火炉”之间，却是十分适宜人类居住的区域。  
恩施与重庆的交界处是巴人的发祥地。古巴人从这里的山水中走出，遍布湘鄂川渝之地，开创了神秘而灿烂的巴人文化。鄂西数千年风雨飘摇，这片古老的土地上诞生的故事传说不知凡几，其中最有趣的，除了神话故事和爱情传说以外，就是始于元而终于清的土司制了。  
第一节 一座土司城，半部巴人史  
土司，是发源于唐朝的羁縻制度，兴盛于宋，始置于元，繁荣于明，终结于清的边疆官员制度，是中央王朝对西北、西南边疆少数民族的统治手段，是维持中国多民族统一国家的重要制度。  
世袭的土司家族垄断着辖区内的经济、政治、军事等大权，使得天高皇帝远的边陲地区成为土司老爷的后花园。土司间的交往，联姻和战争俨然就是国与国之间的外交，而族民与土司之间，又发生过多少压迫和反抗？经过明清时期改土归流和儒家教育的大力推行，土司制度逐渐没落，大部分少数民族开始接受中华文化，从而成为了中华民族一部分。抗日战争时期，很多土司还组织了抗日队伍抵御外侮。直到建国后的土改和剿匪，土司制度才终于在历史舞台谢幕退场。公元二零一五年七月四日，“中国土司遗产”申遗成功，成为我国第四十八项世界级遗产。  
千年以降，往事早已化为云烟漫漫，曾主宰一方的土司家族也消逝在历史的长河中，惟余一座土司城默然矗立在鄂西大地上证明着往日的威严。  
穿过石板铺就的轻烟长巷，耳畔呢喃的微风仿佛来自时光深处的呓语。伫立在土司城的最高处极目四望，绵延起伏的群山怀抱着沧桑古老的黛瓦灰檐。细雨青岚在视野中氤氲弥漫，给肃穆厚重的线条平添了几分柔和。  
漫步在蜿蜒盘旋于青山间的城墙上，手指抚过灰褐色的城砖，四周行人寥寥，身侧长风呼啸。  
恩施土司城  
是全国规模最大、工程最宏伟、风格最独特、景观最靓丽的土家族土司文化标志性建筑。每天下午城内还有土家族民俗历史文化表演，二楼设有茶座。品一盏清茗，领略神秘灿烂的土家传统文化。  
第二节 世间男子不二心，天下女儿第一城  
如果说土司城诉说的是数千载巴人文化的厚重与沧桑，女儿城讲述的则是土家族性格里温婉妩媚的一面。  
古城布局依山傍水，沿着灰色角砾岩铺就的长街穿行于古城中，时光在街旁的小溪里静静流淌，岁月呼啸而过，宛如一首深远的骊歌。  
城内有一条小吃街，售卖各类土家特色小吃，临溪之处设有茶座，在潺潺的流水声中大快朵颐也不失为一种享受。  
除此之外，城中的巴人堂民俗风情园，是体验土家族传统“摔碗酒”文化的好去处。“摔碗酒”缘于土家族，在古代是土家儿女上战场前的一种壮行酒。乍接触时，我对这一习俗很是惊讶甚至略带些许敬畏。想象一下吧，当你被邀请参加酒席，期间宾主尽欢谈笑晏晏，正推杯换盏之际，突然大家抄起手中吃饭喝酒的家伙什儿掷于地上，只见瓷片共呼喝同飞，怎能不叫初到之人惊诧万分！  
再一想，去酒席上吃饭，不应该将餐具轻拿轻放才能显示礼数周到么，没有把主人给的碗砸得七零八落然后走人的道理吧？  
故老相传，摔碗酒起源于周朝，与土家族英雄巴蔓子渊源颇深。当年巴国有难，巴蔓子将军去楚国求援，楚国给出的条件是巴国割城三座与楚，迫于危如累卵的局势将军只能应下。战争结束后，楚使前来讨城，巴蔓子不忍割让国家城池，遂割下自己头颅抵债。临行前尽情豪饮，酒碗掷之于地，后拔剑自刎。“将吾头往谢之，城不可得也！”这一摔，摔出的是悲壮，是豪迈，是舍身取义，是气冲霄汉。  
听完故事再回头看看这一风俗，顿觉有趣许多。平日里被无形的生活压力、道德桎梏禁锢在黝黯的深潭里慢慢窒息，却在这里难得释放一次真性情。在这寒冷的季节围几个火锅而坐，大口吃肉，大碗喝酒，嬉笑怒骂，豪气干云，还别说，这几个碗摔的也算值了！  
每日傍晚，城中的女儿街上还有土家民俗节目摆手舞。无论你是天南地北双飞客，还是浪迹天涯独旅人，都可以在此跟随着土家妹娃的步伐踏歌而舞，让烦恼与忧愁在律动的节拍里烟消云散。  
每年的农历七月七日至十二日，是恩施土家族的传统节日“土家女儿会”，被誉为“土家情人节”。届时女儿城内会举办盛大的相亲会，聚集了来自全国各地向往纯真爱情的单身男女。  
恩施除了秀丽的山水与厚重的历史文化，还是个美食之城，除了遍布大街小巷的  
恩施特色小吃  
豆皮，油香儿和恩施小土豆，还有地道的恩施腊肉。最爱莫过于土家刨汤宴，任千般矜持也敌不过那一抹滚汤中飘出的肉香。  
该离开恩施前往下一站了，不得不说，每次将房车停放于停车场，总会收获一票惊羡的目光和赞叹。  
长风万里，不见秋雁。  
小楼夜雨，梦醒何年。  
第三节 桃花流水窅然去，别有天地非人间  
在湖北的西南部毗邻重庆，长江之畔的地方，有一处名为  
腾龙洞  
的天然溶洞。它地处“龙船调”的故乡利川市，是中国目前最大的溶洞，其内构造庞大复杂，容积总量居世界第一。洞口高74米，宽64米，还未进洞便能被它的巨大所震撼，据说洞口还可以盘旋直升机。洞内最高处235米，洞中有5座山峰，10个大厅，地下瀑布10余处，洞中有山，山中有洞，水洞旱洞相连，主洞支洞相通。  
忽闻水声轰鸣响彻山谷似千军万马奔腾而来，拐过弯来却见一挂飞瀑白练横空般沿洞口轰然而下，落差达二十余米，惊雷震天，气势磅礴。  
一川烟雨风摇叶，飞瀑流云坠画眸。  
山色秋光同入卷，琵琶声里上兰舟。  
洞内终年恒温14-18℃，空气流畅，行走之余可闻身侧流水潺潺，泉声幽咽，有丝竹之音，箜篌之韵。  
腾龙洞内每天下午有两场表演，分别为夷水丽川大型原生态歌舞表演和灯光秀，展现恩施土家族的民俗风情与历史文化。  
第四节 万顷清江万顷秋，千山万笏卧云舟  
自恩施  
利川  
的连绵群山间，有一条清澈的玉带蜿蜒其间，她是长江的一级支流，也是湖北境内仅次于汉水的第二大支流，古之夷水，今称清江。  
她从大山深处走来，相较于奔腾咆哮的长江黄河，自多了几分深邃和宁静，所行之处如造化的神笔般使山岚生辉，峡谷生色，在苍茫大地勾勒绘就一幅秀美绝伦的山水画卷，诚如古人言：青山不墨千秋画，流水无弦万古琴。  
驾房车行驶在山水之间，白天可拆出桌椅合着清风山色来一场野炊，夜晚可卧于田野，抬头可见满天星斗美如画。  
房车内有很大的空间，足够把一家人的行李箱统统塞到里面也不觉局促。  
在这蜿蜒千里的诗画长廊里，在烟波浩渺的清江大峡谷中，有一处可以与享誉世界的美国科罗拉多大峡谷媲美的所在—  
恩施大峡谷  
。  
峡谷中有百里绝壁，千尺瀑布，原始森林，擎天孤峰，天赐美景令人目不暇接。移步之间风景变换，与山水对酌，与流云对望，与风月共舞，与江湖为伴，一草一木一花一叶都会触碰到心底化为难忘的回忆。  
雨过初晴，行云漫过山野，野草淹没古道，白鹭盘旋天空，人仿佛穿行在上古仙境中。云在江中，山在雾里，不同于他处名山大川间云雾的散漫，腾跃自清江之上的烟波宛如绵延百里的巨龙般笼罩整个峡谷。  
乱石穿空，孤峰崩云，恩施大峡谷最具特色的景观—一炷香。高约150余米，最细处直径只有四米，亿万年的地壳运动下沧海也已几度桑田，一炷香却始终屹立不倒，这是何等坚持不懈，不屈不挠的精神。  
悠悠千载的白云下，山景倒映，树影婆娑，清江静静地流淌着，从原始洪荒的大地上流淌而来，它见证了土家族的荣辱兴衰，也看到了土家族繁  
荣昌  
盛的未来。  
煮一壶茶，秋崖边，描一幅  
山水人家  
。  
折一枝花，清风下，点一颗眉间朱砂。  
扬一捧沙，岁月里，弹一弦白头韶华。  
卸一身甲，流光中，赏一时江山如画。  
第五节 西控巴蜀收万壑，东连荆楚压群山  
沿着波澜壮阔的长江逆流而上，一路行驶在如诗如画的江山胜景中，停车驻足而立，拂过耳畔的微风中回荡着的是来自时光深处的呓语，这里是长江三峡，这里不仅仅是一道风景，更是薪火相传了数千年的文明之影历史之魂。在古老的岁月里，川渝与周边地域相连的是“一夫怒临关，百万未可傍”的剑门，是“蜀道难，难于上青天”的蜀栈，是“江锁双龙台，关雄五马侯”蜀中四关。翻开厚厚的古诗词鉴赏，描写蜀道艰难的诗词难以计数，再加上山林间的野兽和响马，蜀地百姓如果单单依靠蜀栈与外界互通有无，恐怕峡谷崖边早已被冤魂填平。三峡虽险，却终究抵不过蜀道难，故而长江三峡自古便是川渝与外界沟通的生命之路。  
穿行在烟雨迷蒙的崎岖山路上，房车依旧行驶的很稳当，如果换作是小车怕是会很危险吧。  
眺望着滚滚东逝的长江水，我看到了“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还”的李白，看到了“  
巴东  
三峡  
巫峡  
长，猿鸣三声泪沾裳”的郦道元，看到了“无边落木萧萧下，不尽长江滚滚来”的杜甫，看到了苏轼，苏澈，王维，杨炯，白居易，陈子昂，一个个从史书深处走来的文人墨客，在一叶扁舟之上，或坐或卧，且吟且啸。这，便是三峡的魂。  
白发渔樵江渚上，惯看秋月春风。一壶浊酒喜相逢。 古今多少事，都付笑谈中。  
两岸高山凌江夹峙，抬头望去，原来这里便是浩荡长江从四川盆地流入三峡的西大门—瞿塘关，又称  
夔门  
。  
峨眉天下秀，青城天下幽，剑门天下险，夔门天下雄，这是古人对蜀中四奇的惊叹。对巴蜀之地最初的向往便是初读太白的那首《蜀道难》时的惊艳与震撼，更兼那力透山河的一笔中的风情与三分飘逸五分灵秀，奔腾咆哮的江水和峥嵘蜿蜒的山脉至此方可小憩片刻。  
长风万里，上有六龙回日之高标，五丁开山，下有冲波逆折之回川。此山此水，此情此景，分一缕江流则少几分浩荡，添一捧沙石更多几分苍茫。巍峨的夔门默然矗立，虽不是遗世独立的佳人，颦笑之间却能搅动一江风物；虽不是傲立云端的仙神，举手投足却能震撼四海八荒。  
到不了的都叫做远方，回不去的名字叫故乡，漂泊多年，才知道，原来，世界上最温暖的地方是儿时母亲的怀抱，故乡忆，最忆是童年  
铺开一张十元的人民币，背后的图案正是这伟岸夔门。  
随着三峡大坝的蓄水，  
白帝城  
早已成为一座孤岛，风雨廊桥将白帝城与  
奉节  
县相连，漫步其上，长廊里镌刻的古诗词仿佛桥下从历史深处流淌而来的江水，将我漫卷回那个盛世长歌的岁月。  
众水会涪万，瞿塘争一门。长风如刃，大江劈出一门，自此倾泻万里，奔腾到海不复回。这是一个不见阳光的午后，我乘着满江烟波，归去矣。  
第六节 瀑布风前千尺影,疑泻银河一派  
在巴渝之地的  
万州  
甘宁镇，有处名闻遐迩、誉享中外的壮观风景—万州大瀑布。其宽151米，高64.5米，面积9739.5平方米，是亚洲第一大瀑布，也是亚洲第一宽瀑布，比黄果树瀑布尚宽19米，被称为"亚洲第一瀑"。  
浮云掩青山，流水映空林。持一支竹杖，踏一双芒鞋，穿行在这高山流水中，忽闻远方有水声似金戈铁马奔腾咆哮，驻足而望，却找不到其声来处。翻过几座山坳，趟过几方木桥，刚拐过一道弯，突然被扑面而来的浩瀚撞的灵魂惊颤。  
虽说见过不少瀑布，也去过一次黄果树，却依旧被眼前的景象震撼得不能自已。是的，来之前确实对万州大瀑布所知寥寥，然不料竟会是如此壮观的景象。  
走到瀑布下抬头仰望，方知“疑是银河落九天”不是夸张的描写，那条从天而落奔腾咆哮的玉龙，可不就是坠落九天的银河么。  
矗立在明灭的珠帘之后，习惯了震耳的水声，透过升腾的水雾传来的却是几分恬静安然。水帘如幕，隔开了红尘的嘈杂与纷扰，弥漫的水汽洗涤着明镜台的尘埃，这也是盘坐于瀑下古洞里的观音石像所想表达的意境吧。  
房车内自带厨房，在荒无人烟山野中也可享用放心可口的美食，车内还有卫生间，免去了在景区内排队等候公共厕所的痛苦。  
擎竹伞，谁袭白衣涉足云水间。  
顾山川，谁见烟波裴回流风欢。  
倚阑干，谁望银河倒转落九天。  
听雨潺，谁道云舒千卷半生念。  
望月圆，谁忆青石古潭之初见。  
闻夜昙，谁叹踏月流年未央天。  
君可见，那年风和日暖玉生烟。  
君不见，那年铁马冰河余生乱。  
第七节 东风夜放花千树，更吹落，星如雨  
房车自驾省去了住宿的费用，而且也不用匆忙的赶路，夜晚露宿在山水之间，望清风明月，繁星漫天，旅途的劳累也变为惬意安然。  
再惬意的旅途也会有终点，此行的最后一站—重庆也终于进入我们的视线。  
重庆有座山，山里有座城，山在城里，城在山中，青山绿水中点缀着钢铁森林，漫步其中，仿佛穿行在泼墨山水和现代油画的展览长廊，历史与现代在这里碰撞演绎出古老悠然却又热辣如火的城市风情。如果你想领略这种风情，莫要一头扎向人山人海的景点，去街头巷尾走走吧，感受这里最真实的面貌，它的辉煌与失落，它的荣耀和伤痛，它的过去和未来，一切的一切，尽在眼底。  
两江交汇，高低起伏的地形成就了重庆3D魔幻的奇特景观，洪崖洞依山势而建，汇聚古典与现代风格的阁楼，李子坝穿楼而过的轻轨，横跨长江划过天际的索道，是重庆独具特色的标签，而大街小巷弥漫的火锅香味则是重庆的饮食名片。  
长江与嘉陵江升腾的雾气常年笼罩重庆，也成就了重庆“雾都”的美名，这里的雾不同于当年伦敦的雾，当年闻名世界的“伦敦雾”实则是霾，而在重庆湿润清新的江雾中穿街走巷，颇有种雾里看花的美感。  
重庆的美食远不止火锅这么简单，那些年火爆全国的水煮鱼、酸菜鱼、辣子鸡、串串香、各式泡椒菜系都是发源自重庆的江湖菜馆。如果说成都人擅长将经典川菜钻研愈深，那么重庆的厨师更擅创造新菜，也就是当地所说的江湖菜。一道回锅肉，成都的师傅能从选材，味道，刀工，火候，调料，摆盘等等方面写就一本书，如果缺了其中一样食材比如蒜苗就会告诉食客这菜做不了换道吧。而重庆的师傅则会就地取材，蒜苗没了我用别的菜嘛。不同的饮食理念造就了不同的饮食文化，各具千秋胜场。  
因为要到磁器口给朋友家人捎带陈麻花，我顺路与阔别已久的古镇鸡杂重相逢。  
在我眼中，重庆的夜景是丝毫不逊色于外滩的，每到夜里，站在南山一棵树、两江亭或漫步在南岸滨江公园漫长的步道上，感受着耳边爽朗的蜀语，远方万家灯火错落有致地点亮了夜空，层层叠叠，构成一片高下井然、远近互衬的灯的海洋。车船流光，不停穿梭于茫茫灯海之中，依稀飞起汽笛、涛声、笙歌笑语，给夜中山城平添无限生机。更兼两江波澄银树，浪卷金花，满天繁星似人间灯火，遍地华灯若天河群星，上下浑然一体，五彩交相辉映，如梦如幻，如诗如歌，堪足撩人耳目，动人心旌。最爱重庆的夜，相较于外滩与维多利亚港，这里少了几分高冷，多了几分红尘市井的气息。  
东风夜放花千树。  
更吹落、星如雨。  
宝马雕车香满路。  
凤箫声动，玉壶光转，一夜鱼龙舞。  
虽然对《从你的全世界路过》电影没太多感觉，但很喜欢其中的那句台词：我希望有个如你一般的人，如山间清爽的风，如古城温暖的光。从清晨到夜晚，由山野到书房。只要最后是你，就好。  
愿山野都有雾灯，你手持火把渡岸而来，点亮孤妄的青春，此后夜车不再驶往孤站，风雨漂泊都能归舟。  
每个故事都有结局，每场盛宴又有离别，曲终人散，一曲别离却终会在他乡相遇。

评论：  
1.写的不错哦，继续加油！争取上精华！  
2.楼主一定写的很辛苦，花了很久吧？  
3.真的是非常好非常实用的帖子。期待楼主的啊~~~  
4.照片太美啦！再来看一看，镜头下面好像能生花啊！

## 5.绝美恩施

https://you.ctrip.com/travels/youyouctripstar10000/3315520.html

来源：携程

发表时间：2018-1-17

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
  
显示全部8天  
  
收起  
  
今夜出发，快乐始发  
  
首都机场  
经过2个多小时的飞行，到达重庆以及湖北的边界  
  
重庆黔江  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
唐崖河  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
麻柳溪  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
唐崖土司城  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
这吃相，看的我都饿了  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
  
华龙村  
为友人庆生，更为祖国庆生  
  
华龙村  
  
华龙村  
  
华龙村  
  
华龙村  
  
恩施  
  
恩施  
  
恩施  
  
恩施  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
小南海地震遗址  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
  
坪坝营生态旅游区  
地标之一，留下纪念  
  
坪坝营生态旅游区  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县  
  
咸丰县

评论：

## 6.恩施特色旅游

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3618858.html

来源：携程

发表时间：2018-1-22

天数：5 天

游玩时间：12 月

人均花费：2000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：恩施，来凤

正文：  
摆手舞  
摆手舞是土家族最有影响的大型歌舞，带有浓烈的祭祀色彩。摆手舞以讲述人类起源，民族迁徙，英雄事迹为主要内容。祭祀仪式由梯玛或掌坛师带领众人进摆手堂或摆手坪跳摆手舞、唱摆手歌。摆手歌长达数万行，堪称土家族民族史诗。  
土家人跳摆手舞讲究时辰、场地和规模。跳摆手舞不拘人数多少，少者数百，多则上万，摆手时，以击大锣、鸣大鼓呼应节奏，气势恢宏壮观，动人心魄。主要特点是手脚呈同边动作，踢踏摆手，翩翩进退，成双成对，节奏鲜明生动。  
摆手舞按其活动规模分为“大摆手”、“小摆手”两种。大摆手是在摆手堂中举行的，以祭“八部大神”为主。小摆手是土家族居住区普遍盛行的一种文化习俗活动，在  
恩施  
流行于酉水流域。过去，凡百户之乡，皆建有摆手堂，有的还建有排楼、戏台等。  
来凤  
舍米湖、大河等地现有摆手堂遗迹。

评论：  
1.片片可以再发一点吗~~  
2.欢迎你在攻略社区安家并发表处女作游记，游游君前来撒花问候喽！送上优质游记指南http://you.ctrip.com/travels/youyouctripstar10000/1756062.html 很期待再次看到你分享精彩的旅程~

## 7.新鲜出炉的6个国家4A级景区，你都去过吗？

https://you.ctrip.com/travels/wuhan145/3618073.html

来源：携程

发表时间：2018-1-23

天数：2 天

游玩时间：1 月

人均花费：100 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
近日，湖北新增了6个国家4A级景区，这些景区在哪？有什么特色？你都去过吗？  
下面给大家附上最新的景区攻略！  
  
1、宜昌三峡九凤谷景区  
三峡九凤谷生态旅游度假区位于湖北省宜都市五眼泉镇，占地3.7平方公里，以秀美的丑溪峡谷与天然瀑布资源为基地，辅以主体化生态花海为媒介，以游戏化互动体验式的项目为脉络，是集四季花海、峡谷溯溪、高空滑索、栈道幽径、儿童探索乐园及主体活动等众多娱乐项目于一体的综合性主体生态旅游区。  
  
  
九凤谷集奇岩、险崖、幽谷、悬瀑之美于一体，自然浑成、意趣充盈。谷涧处处溪泉如玉，奔流而下，游客穿崖窜谷、跳石越涧，欢声笑语不断，是夏季避暑、亲水、玩乐的极佳去处。  
可在谷中感受清泉汩汩、芳草幽幽，观峡谷瀑布、听虫唱鸟鸣。谷中还有紫薇、紫荆、紫藤花、樱花、海棠、向日葵、杜鹃花等众多花卉，花开时节，落英纷飞。  
自驾导航：宜都市五眼泉镇三峡九凤谷景区  
  
2、宜昌市长阳清江方山景区  
  
  
清江方山风景区，位于长阳龙舟坪镇郑家榜村，处于清江国家森林公园核心区，距长阳县城25公里，景区总面积60平方公里，被誉为“湖北的张家界，三峡的九寨沟”。  
这里奇峰怪石、瀑布满山、古藤老树、峡谷绝壁、洞穴岩缝、悬空栈道，迤逦方山，屹于武陵山脉之东、清江中下游。  
  
  
在被武陵山脉的环拥切割中，形成了峰丛如林瀑泉满山的神仙地界。方山其间，溪河纵横，皆由山泉汇聚而成。若恰逢雨季漫游于此，拾阶而上可闻潺潺流水，山风鸟语。栈道之上可见奇峰怪石，峰峦叠翠。云雾袅绕，移步换景，犹如仙境。山水相依，仙风道骨，风光如诗胜画。  
自驾导航：长阳土家族自治县其他长阳龙舟坪镇郑家榜村  
  
3、孝感市金卉庄园度假区  
  
  
湖北金卉庄园是一个集“农业科普观光、四季花海展示、果蔬采摘体验、乡村特色美食、田园会议住宿、户外培训拓展、运动娱乐健身、水上欢乐世界、艺术文化交流、婚纱摄影及婚庆文化活动举办”为一体的生态休闲旅游度假庄园。园区内有花神广场表演，游乐场，摩天轮，风车，哥德堡鬼船等娱乐游玩项目。  
  
华中绝无仅有的粉黛乱子草花海，远看如红色云雾的粉黛乱子草，细密的质感、明亮的色彩可以在花卉不多的秋季凸显出来，与秋季绚烂的色叶相得益彰。  
（凭腾旅e卡通旅游年卡免费）  
自驾导航：湖北孝感市朋兴乡107国道旁  
  
4、恩施利川玉龙洞旅游区  
利川岩溶地貌广泛，是一个溶洞的王国，奇洞异窟，星罗棋布；象形山石，栩栩如生。其中最出名的就是利川四洞：腾龙洞、玉龙洞、朝阳洞、水帘洞。玉龙洞地处湖北省利川市团堡镇樱桃井村。因洞内化学沉积物洁白如玉和洞中一景酷似飞龙，故名玉龙洞。  
  
玉龙洞位于千口坡的半山腰上，洞口高5.7米，宽12米，洞内一个主洞三个支洞，全长1630米。1992年夏天天旱，当地农民李玉凤、江书华为了寻找水源，抗旱救灾，偶然发现此洞，经发现后，  
利川市旅游  
局和团堡镇政府联合进行前期探测和开发。  
自驾导航：湖北省恩施利川市团堡镇梨树村  
  
5、武穴市广济时光景区  
  
武穴市紧临长江北岸。临江外滩武穴段全长45.6公里，其规划是以“盈彩水岸、大美港城”定位，分设“江岸渔村旅游区、件杂码头作业区、广济时光休闲区、船舶装备制造区、森林生态涵养区”五大功能区。  
  
该区域是景区主广场，主要有领航之舵文化雕塑。武穴为长江“十大深水良港”之一，明代为临江重镇，清初为“商贾鳞聚要埠”，民国时期孙中山先生将其纳入《建国方略》计划。新中国成立后，港口优势更加显现（1987年撤广济县建武穴市）。该景点既展示了武穴港光辉历程，也昭示着武穴市在当今社会发展中把舵领航、乘风破浪的豪情壮志。  
自驾导航：武穴市沿江大道广济时光景区  
  
6、十堰武当山快乐谷旅游区  
  
武当山快乐谷是以武当山特色为主打造了一座休闲旅游景区，占地6平方公里，景区内不仅有优美的自然景观，还有张三丰修炼的遗存，更有武当蹦极、漂流探险、飞天滑索、CS野战、龙舟快艇、户外拓展、生态观光、餐饮住宿、浅滩寻宝等休闲设施。  
武当山快乐谷旅游区依山傍水、风景如画、植被丰饶、峭壁嶙峋，作为纯天然的氧吧极具特色。  
自驾导航：十堰市丹江口市武当山特区太山庙01号  
凭腾旅e卡通旅游年卡可以免费游玩孝感金卉庄园等50多家优质景区，更多游玩资讯请关注微信“腾旅旅游”。

评论：  
1.楼主码字辛苦啦，还有更多照片分享吗？  
2.喜欢我写的游记的朋友们，请多多关注评论我的游记哦！

## 8.走进黄四姐的故乡-追寻自己的诗和远方

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3617420.html

来源：携程

发表时间：2018-1-29

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，穷游，周末游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，利川，腾龙洞，恩施土司城，齐岳山

正文：  
恩施  
土家族苗族自治州（简称恩施州），是湖北省唯一的少数民族自治州，同时也是中国最年轻的一个自治州，首府是恩施市。交通便利，目前  
许家坪机场  
路已开通至武汉、上海、广州、太原、成都等航线；同时  
恩施火车站  
也开通了至武汉、上海、太原、广州、成都等线路的火车、动车、高铁，交通信息网十分发达。  
因为本人比较倾向悠闲舒适的小众游，如果有跟我想法一样的小伙伴可以参考我的行程哟！  
行程：  
D1：  
武汉-恩施  
（票价：148元/人）-土司城-女儿城，宿女儿城特色客栈  
D2：恩施野三峡一日游（218元/人）  
D3：  
利川  
腾龙洞  
一日游（238元/人），利川-武汉（166.5元/人）。  
【门票】：  
恩施土司城  
：50元/人，网上购买42元/人，优惠票21元/人（需提前2小时购买）  
恩施女儿城：免门票，主要是集吃喝玩乐于一体的人造古镇，晚上有大型的真人情景剧《赶场相亲》，还有舞狮等表演，个人建议晚上前往，人流量和表演也主要集中在晚上。  
恩施野三峡：240元/人，网上购买180元/人,优惠票150元/人(需当天14:00前购买)，个人建议网上购买恩施野三峡+土司城的联票，190元/人，超级划算。  
利川腾龙洞：180元/人，网上购买170元/人，优惠票90元/人（需提前1天购买）。  
【跟团一日游】：  
到女儿城有31路直达公交，车费2元/人，但是土司城没有直达女儿城的公交哟，打车过去也不要紧。  
恩施野三峡：218元/人，网上可直接预订：http://www.tuniu.com/tour/210497553  
（提前1天，不接受当天临时预订）  
利川腾龙洞：238元/人，也可在网上直接预订哟！  
【住宿】：  
女儿城艺术酒店：180元/间，女儿城里的酒店都是一样的，只是名字不一样，女儿楼酒店也是个不错的选择。  
恩施土司城  
恩施土司城是全国唯一一座规模最大、工程最宏伟、风格最独特、景观最靓丽的土家族地区土司文化标志性工程，是以前土皇帝的宫殿，土司制度是历史上中央封建王朝，对少数民族地区，实行归属中央，权力自治的一种政治管理体制。  
女儿城  
世间男子不二心，天下女儿第一城！中国恩施土家女儿城，位于湖北省恩施市区七里坪，是全国土家族文化集聚地，也是武陵地区城市娱乐消费中心和旅游集散地。  
晚餐可以去巴人堂里试试土家族最具代表的饮食-摔碗酒，超刺激的。  
野三峡  
野三峡一年四季都很美，春暖花开，夏意正浓，秋高气爽，冬雪皑皑。其实野三峡夏天来是最好的，因为夏天温度高，日照强烈，但是如果赶上大雨，看见云海和彩虹的机会就会大很多。这次我很幸运，来的时候碰上了雨天，碰到了如水墨画般的画面。  
野三峡分为两个部分：游山-黄鹤桥枫林；玩水-清江大峡谷、蝴蝶岩。黄鹤桥枫林全程2小时，基本上都是在下山，只有开始的一小段路是上山，大概20-30分钟，不过有索道，单程40元/人，体力好的的朋友建议自行上山，如果要乘坐索道建议买单程就行。  
这是著名的黄鹤峰，有的人说是因为武汉的黄鹤飞到野三峡之后，觉得景色十分一人，也很适合修行便就在此停留下来，后羽化成仙了。  
轻轻松松的就到终点了，坐了号称有88米高的绝壁观光电梯，随着电梯一路往上升，看着走过的路，心里都佩服自己，给自己打个棒点个赞！  
清江分为上、中、下游三段，上游在  
齐岳山  
，清江大峡谷段属中游，这是清江唯一能上岸游览观光的景区，突然觉得这个景点是所有景点里最划算的一个，哈哈。  
当然了，还有刺激的水滑道和飞索等娱乐项目，水滑道50元/人，飞索30元/人，小编选了水滑道，因为体验感真的超强！  
听导游说如果时间充足的客人可以晚上住在景区内的四星级酒店-小西湖国际度假中心里，因为晚上还会有土家民俗表演和篝火晚会，很遗憾因为报了次日的腾龙洞一日游不得不返回恩施入住，希望下次有机会再去吧。  
腾龙洞  
腾龙洞风景名胜区，是国家地质公园，属中国目前最大的溶洞，世界特级洞穴之一。目前开发出来的一期项目只有前面一小段，主要看两场表演-《夷水丽川》、《激光秀》，个人觉得不是很值。  
返程  
如果你买的是  
利川站  
-汉口的车票，需要跟导游说让他帮忙送到  
利川火车站  
，小编开始买的是17点左右的票，后来导游说可以改签14点以后的票是赶的上火车的，后来一查时间反正也差不多就没换，二等座票价在166.5元/人。

评论：  
1.我打算带上父母去的，可能还要再看看。  
2.要是有更多美食介绍和贴士就好了呢，吃货就想着吃。。。  
3.看看先~为了以后自己去做功课。  
4.很有用，谢谢小编

## 9.恩施唯一可直观到清江的真正峡谷绝景——黄鹤桥峰林，俯瞰惊世大峡谷

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3618319.html

来源：携程

发表时间：2018-1-29

天数：3 天

游玩时间：

人均花费：700 元

和谁：

玩法：自由行，自驾，省钱，周末游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，建始，小西湖大酒店，黄鹤桥峰林，腾龙洞

正文：  
都说北纬30度线附近的都是奇景。喜马拉雅山，青藏高原，神农架，张家界等等，各有特色，美景不相重叠。但是近两年才进入公众视野的旅游新秀  
恩施  
，吸引我星驰向往。主要是旅游刚起步，景区开发不会过度，没有过分商业化可以感受到那份纯朴，再则消费费用也不会太高，住房坐车都不会很紧张排队，主要还是其美景吸引的挪不开脚步。本着工作和远方兼得的原则，在五一节加班三天后，接着非周末调休三天出发。这是我惯用伎俩，错有旅游高峰期，没有买票的压力。  
还是和以前一样，拖这么久才写，没有其他原因，就是我太懒，哈哈。本游记只作为旅游记录，里面有些信息大家仅为参考。  
习惯成然，出游前需要做好准备工作：  
1. 一套换洗衣服，一个薄外套的，洗漱用品，毛巾（虽然酒店都有一次性的，个人喜欢自带，干净卫生还环保），平底鞋，恩施都是山区，会爬山会爬山的，还有防晒霜一定记得带哦。  
2.手机充电器，充电宝，自拍杆，U型枕（坐车必备，特别像我这种上车睡觉的人）  
3.创口贴，感冒药，板蓝根之类的，恩施早晚温差大，谨防感冒哦！  
4.证件，有什么证件都带着，万一用到了呢！  
说走就走，考虑到只有三天时间，所以拉着好友买的一大早上汉口到  
建始  
的火车票，历时3个半小时到达  
建始站  
，从宜昌到建始的这段路程一路上过山洞，手机会没有信号哦，最适合补觉了。出火车站就已经中午了，在火车站附近简单的解决了午餐，就直奔野三峡景区。火车站门口有到花坪镇的班车，需要坐班车到镇上，车费25元/人，大概需要1个小时时间可以到花坪街上，再走路到小西湖国际度假中西大概需要20分钟，街上没有的士，不过有三轮车，5块钱可以送过去。当然啦，我这么懒怎么会走路呢。  
在网站上定的酒店，住的景区的  
小西湖大酒店  
，建筑风格很有感觉，有点复古风，去前台办理入住办的也很快。住的森林房标间，房间环境还不错哟。行程排的满，不敢在酒店多做逗留，从酒店到  
黄鹤桥峰林  
景区还有点距离，找酒店服务员帮忙叫了一辆车去景区，车程大概15分钟。恩施真的都是山路，弯弯拐拐的就到了。在网上订的票，换票入园，全程下来大概两个半小时，整个爬完也不累，我这样的懒人自然是不愿意爬山的，可以做索道到山顶，价格不贵，40块钱，相比之前在其他景区坐的确实便宜不少。索道到达山顶，真有一种会当凌绝顶的感觉，可以看到清江全景，祖国的大好河山真的不逊色于国外。后面一路下坡，一直走到谷底。途中有很多小景点，都蛮有意思的。最后要爬一小段到廪军广场，就可以做垂直观光电梯到达出口，不想做观光的电梯的可以从旁边的楼道爬上去。有点高跟家里的楼道一样，风景完全没有了，全程不走回头路。  
出来大概五点多钟，长时间没有运动感觉爬会儿山都体力不支啊，回到酒店摊在床上完全不想动。休息了一下，在酒店的餐厅吃的晚餐，服务员推荐的了恩施特色的炸广椒炒炒腊肉很不错哦。  
晚上八点钟有歌舞晚会哦，都是晚上土家民族歌舞。我对歌舞没多大兴趣，但是听说在晚会结束的时候会有篝火，那我就来了兴趣，坚持一个小时等到了篝火晚会。唱起摆手歌，跳起摆手舞。蛮high啊，晚上睡觉要盖被子，有点冷哦，第二天早起要赶9点的船，所以找找回房间就休息了。  
第二天一大早吃过早饭准备去码头，这下犯难了，去码头需要半个小时的车程，包车人少了均摊先来比较贵，不过在大路上有到景阳的班车，我们坐班车到达的码头，就在景阳桥的桥头哪里。9点开船，清江大峡谷主要欣赏清江两岸的风光，八百里清江八百里画廊真的没有说错哇，九叠泉、笑面卧佛、笔架山，栩栩如生，最值得一提的还是蝴蝶岩风景区，蝴蝶岩瀑布，还可以上岸，最喜欢里面的水滑了，爬上去，滑下来，体验水上速度与激情。曲径通幽处，沿着溪流一路向上，有点世外桃源与世无争之感。回来的船程会慢一些，需要一个小时到达码头。从码头出来就直接等班车到恩施了。  
在恩施市区找的酒店住宿，到恩施都下午了，都饿得不行了，放完行李就出来找吃的。吃完直接去了土司城，一个人文景观，主要看图示当时住宿的地方，全是木质建筑结构，赶上了一点尾子的表演，大概一个多小时就逛完了。人文类的景点需要有历史了解，不然看着也是白瞎的。有兴趣的可以提前做好功课哦，或者在门口请个讲解员。  
晚上的女儿城会漂亮很多，灯光初上，八点的赶场相亲表演，一首哭嫁可把我给唱哭了。而且是不需要门票的哟。小吃一条街什么吃的都有，最爱小烤饼和炕土豆。等游客基本散场也10点多了。出城的游人很多不好打车。一路走出来才打上车。  
第三天早上火车半个小时到  
利川站  
，出站就有车到  
腾龙洞  
。不过好像都是黑车，讲好价格就上车走了。车站到景区门口很近，大概一二十分钟的车程。在入口处是看不到洞的，需要走过一段羊肠小路，走过腾龙瀑布，洞口才在游人的千呼万唤下始出来。洞口真的很大，里面真的很冷，工作人员都是穿棉袄上班。腾龙洞主要看两场表演，一场大概20分钟的激光秀和一场大概50分钟的歌舞秀夷水丽川主要讲的都是土家族人民的起源发展到现在的壮大，场面挺震撼的。不错的表演哦。演出结束12点，等走出来就已经12点半了。到利川市区吃过武汉就做下午的动车回武汉了。

评论：  
1.支持支持!~跟lz行程差不多哇~~~加油写!!~~  
2.好游记就会具有一定的参考作用~~  
3.不知道用什么来表示我的羡慕之情啦

## 10.醉美恩施、醉美野三峡

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3618922.html

来源：携程

发表时间：2018-1-29

天数：5 天

游玩时间：10 月

人均花费：659 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，人文，自驾，省钱，周末游，跟团

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，黄鹤桥峰林

正文：  
久闻  
恩施  
，但是之前我从来没有去过，这次放假5天，我想去恩施看看，看看这个久闻大名的恩施到底是什么样子的。  
都说没有去过恩施的人去的时候都会首先选择  
恩施大峡谷  
这个景点，但是据我的的了解和做过的攻略看，恩施大峡谷整个行程下来会很累很累，我可不想我的小长假一回来就要脚疼一个周勒，于是我选择目前蛮火的一个景点“恩施野三峡”，这个景区我也有所了解，看到的景色不亚于恩施大峡谷。因为有朋友在恩施做导游，所以嘿嘿！  
我第一天到了恩施之后，我选择在恩施住下来了，到了大概是下午5点左右的，从重庆出发到恩施，也就是四个小时的时间。我住的是恩施女儿城的艺术酒店，晚上还可以在女儿城里面逛逛，好多美食和具有民族特色的表演，丰富极了  
去的是恩施野三峡，我选择的是自由行，在携程上面定的票，到景区取票还是比较方便的，当我们真正进入景区后，站在山上，看到脚下的清江宛如一条绿色的丝带，两岸峭壁，壮观无比，，  
黄鹤桥峰林  
峡谷的绝壁、云海、奇峰、栈道可算是中国峡谷文化的代表之一。野三峡的水上峡谷，清江大峡谷，乘船畅游清江最美的景阳画廊以及醉神秘的峡谷，真是不虚此行。整个野三峡一个山的峡谷、一个睡的峡谷、一个山的俊俏、一个水的灵秀，山水融合，这是大自然的景点杰作。  
晚上我们住在了景区的酒店了，晚上酒店前面还有土家歌舞表演和篝火晚会，酒店叫小西湖国际度假中心，还是挺方便的，餐厅酒店都有，很适合我们这样的自由行。  
第三天我们去了恩施市区的一个景点，土司城，里面就是一些土司的建筑，里面还有表演的，土司制度是历史上中央王朝对少数民族地区实行归属中央、权力自治的一种管理方式。中央王朝对土司实行册封，土司王实际上就是地方的土皇帝，生杀在掌、称雄一方。  
第四天就去了一个侗族的寨子，满山遍野的茶树，这应该就是一个采茶基地吧，风景蛮漂亮的，眼前漫山遍野的青翠茶园、曲径通幽的乡村道路，错落有致的山乡农舍，纯朴的侗族风情，一派田园牧歌式的风景为我的  
恩施五日游  
画上了一个圆满的句号。

评论：  
1.我同意  
2.我同意  
3.不仅仅只是看风景发感叹，要有意义的说~  
4.我觉得旅游之后再写下整理整理自己的照片和大家分享也很有趣，你同意吗？  
5.我觉得楼主的游记差一点就能成为美图呢！楼主还不赶紧加加油~~

## 11.仙境水上恩施野三峡之旅

https://you.ctrip.com/travels/jianshi2696/3617009.html

来源：携程

发表时间：2018-1-29

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，穷游，周末游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：建始

正文：  
水上恩施野三峡  
国家AAAA级景区－－野三峡景区，位于湖北省西南部的恩施土家族苗族自治州  
建始  
县，其自然、生态、文化、旅游资源极为丰富。地跨花坪、高坪、景阳三镇，东与巴东县毗邻，西与恩施市接壤，北依重庆市的巫山、奉节两县，是建设鄂西生态文化旅游圈恩施清江民俗风情游板块的重要节点。野三峡景区分清江大峡谷、黄鹤桥峰林、蝴蝶岩3个游览景区和小西湖国际休闲度假中心（包含餐厅）。其中，清江大峡谷属全国罕见的原生态风貌保存最完美的河谷，景阳河是八百里清江最美河段，黄鹤桥属岩溶地区最秀美的峰林地貌，小西湖则是一块避暑、休闲、度假圣地。景区集有彩峡、奇峰、泉流、飞瀑、花树、莽藤、古关、老街等8大景观特色；更有距今195-215万年，挑战人类起源学说的“建始直立人”遗址、古生物化石洞群、湖北贝母原产地、景阳鸡自然保护区、千亩关口葡萄基地、千亩牡丹基地、万亩核桃基地、千年紫薇树王等独具特色的旅游资源；还拥有众多的溶洞、暗河、天坑、地缝可望开发。景区属清江流域土苗歌舞之乡，最具代表性的有世界百首优秀民歌之一的《黄四姐》、“动人心魄的“花坪火龙”等一大批文化资源，都是有别于武陵山其他的土苗文化精品。同时，景区内还集中了较多的历史文化遗址和名胜古迹，如辛亥革命名人朱和中故里和中街、章太炎亲笔题咏的小西湖、川湘咽喉景阳关、恩（施）宜（昌）古大道，还有双土地老街、土司大寨、石柱观、五峰山、向家大院及众多的地主庄园建筑遗存。其旅游资源特质符合现代旅游新潮流——回归自然，追溯历史，体验文化。  
度假中心酒店不错吧！  
到了晚上有精彩的土家民俗表演以及篝火晚会！  
第二天上午： 黄鹤桥峰林  
进景区的时候导游就说，黄鹤峰林景区桥景区分三段，第一段从开门见山到黄鹤之巅，讲的是廪君成长文化。第二段是从黄鹤谷到洞天福地，讲的是廪君征战文化。第三段是从参狮门到轮回长廊，讲的是廪君遗迹文化。  
黄鹤桥峰林日出  
黄鹤峰  
导游说，这里就是黄鹤桥的主要特色“黄鹤峰”在新石器时代，在清江流域不仅居住巴氏一族，还居住着樊氏、瞫氏、相氏、郑氏等部落。当时五姓部落比试，赢的人就来当五姓部落的首领，这是他们比试的第一项造船，看谁造的船不会沉下水就算赢了。  
黄鹤谷底  
这里是巴巫堂，从黄鹤谷底走过去就会路过这里，可以在这里休息，免费看土家表演。  
这里是88米垂直玻璃观光电梯，看他们忍不住照合影了  
出来了，依然忍不住各种拍，这个景色实在是太仙儿了！  
下午：清江大峡谷  
这是我们前面的一个团队，国外来的朋友哦  
下午两点准备上船咯，看，那就是我们要坐的返乾隆皇上的画舫游船，还不错哟！  
景阳河大景阳河大桥，又称彩虹桥  
这里是清江大峡谷标志性景点“蝴蝶岩”，像蝴蝶的翅膀吧。因为之前下雨了，今天的瀑布格外大，我们的游船不能靠太近了，只能远观，还是很壮观，很美丽的。  
交通线路：  
1、如果是外地过来旅游的怎么坐车到野三峡?  
动车到  
建始火车站  
——出火车站外面就有直达小西湖度假中心的班车（流水线发班，每班坐满发班。单程25元，车程1.5小时。）  
2、到小西湖度假中心就到野三峡景区了吗？  
到小西湖度假中心之后就是到野三峡景区了，在小西湖度假中心有换乘车可以到景区内，只需要问小西湖度假中心酒店前台的工作人员就可以了。

评论：  
1.本来排除了这里的，但是看了楼主的游记又考虑起来了哈哈。  
2.给力~真心点赞！改天再来拜见楼主的游记  
3.带上孩子去不知道方面嘛？

## 12.恩施大峡谷游记

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3616118.html

来源：携程

发表时间：2018-1-29

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：500 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，小资，周末游

旅游路线：恩施大峡谷

正文：  
天上人间  
周末，远离喧嚣的城市，来到僻静的山村，找寻心灵，一片宁静的港湾。  
懒懒的白云，  
悠闲着一抹阳光。  
淡淡的油菜花儿，  
开在高高的山梁。  
古老的村落，  
留下一片苍茫。  
恩施大峡谷  
（一）  
恩施大峡谷（二）  
恩施大峡谷（三）

评论：  
1.不仅仅只是看风景发照片，要有意义的说~比如文字攻略~  
2.加油加油，给用心记录旅程的楼主点个赞！  
3.我想看到更加丰富，文字精彩的游记~  
4.这个地方我也想去。

## 13.北纬30°的浪漫，遇见恩施，遇见最美野三峡

https://you.ctrip.com/travels/jianshi2696/3618015.html

来源：携程

发表时间：2018-1-29

天数：2 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，周末游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：建始

正文：  
野三峡旅游景区位于恩施  
建始  
县，是4A景区，现在开放的包括野三峡清江大峡谷景区、黄鹤桥峰林峡谷景区、小西湖国际度假中心。黄鹤桥峰林景区门票80元，清江大峡谷景区180元，套票240元  
武汉-恩施有直达动车，二等座148元，下了火车以后，在  
建始站  
门口有很多去花坪乡的车，40块钱一个人，跟师傅说到小西湖国际度假中心下车就可以了  
酒店房间没有空调，因为夏天很凉快，最高温也不超过33度，是个避暑的好地方。  
在小西湖酒店住一晚，第二天在酒店门口乘坐景区交通车游览黄鹤桥峰林。  
门楼  
黄鹤飞天  
文斗亭  
江山如画  
独步天下  
黄鹤峰  
掷剑峰  
黄鹤桥峰林垂直电梯（20元/人）  
登天阁,电梯顶上修建的阁楼  
参师门  
黄鹤古桥  
巴巫堂  
廪君广场  
景阳关  
午饭后坐游船游览清江大峡谷  
景阳旅游码头  
景阳大桥  
蝴蝶岩瀑布

评论：  
1.看到你这篇游记，我都想照着它走一遍了！  
2.真好，看着你的游记很有去一趟的冲动，让繁忙的工作慢下来。  
3.楼主这个旅游节奏令人羡慕啊~

## 14.带着你一起去看长江三峡历史印记

https://you.ctrip.com/travels/yichang313/3632736.html

来源：携程

发表时间：2018-2-2

天数：5 天

游玩时间：2 月

人均花费：800 元

和谁：和父母

玩法：

旅游路线：

正文：  
长江三峡  
概况  
简介  
长江三峡  
是长江上一段山水壮丽的大峡谷，中国十大风景名胜区之一。它西起重庆市奉节的白帝城，东至湖北省  
宜昌  
的  
南津关  
，自西向东由三个大的峡谷：重庆瞿塘峡、重庆巫峡和湖北西陵峡，三峡因而得名。  
长江三峡  
全长193公里，是长江上最为奇秀壮丽的山水画廊。 长江三峡两岸是高耸的悬崖峭壁，江上水流湍急，险滩连连。191公里的峡谷内，名胜古迹众多，有白帝城、黄陵、  
南津关  
、丰都鬼城、  
三峡人家  
等，同两岸旖旎的风光交相辉映，使得长江三峡名扬海内外。  
长江三峡建成世界上最大的水利枢纽工程——三峡工程，和原有的自然景观交相辉映，构成了长江三峡蔚为壮观的新景观。它也是世界上最大的水电站。  
区域分布  
长江三峡西起重庆市东部奉节县的白帝城，东到湖北  
宜昌  
的  
南津关  
，依次经过重庆的瞿塘峡，重庆巫山和湖北恩施州巴东境交界的巫峡，最后进入宜昌市  
秭归  
县的西陵峡。  
如果是乘坐  
长江三峡游  
船，路线从  
重庆至宜昌  
一路东行，途中陆续会经过多个美丽景点，比如重庆丰都县内的丰都鬼城，忠县的石宝寨，白帝城，小三峡等等，最后进入壮阔的  
三峡大坝  
，抵达  
宜昌  
市内。  
历史文化  
考古发掘表明，长江三峡巫山地区文化积淀相当丰厚，有史可考的文化遗址遍布长江和大宁河两岸，多达一百七十馀处。这些文物遗址中，最具特色的是距今四五千年前的大溪文化遗址、魏家梁子遗址和大宁河岸双堰塘遗址商周遗址。其中，双堰塘遗址面积近十万平方米，曾出土过三羊兽形铜尊、编钟石磬和石范。专家分析这一带， 可能是古代巴人活动的中心地域之一，还可能是“巴墟”的所在地。  
巫山文化遗址中，最令人震惊的是在长江南岸巫山县庙宇镇龙骨坡发现二百万年前人类化石，此外，新石器时代晚期魏家梁子文化的发现，又使巫山成为研究三峡历史的重点地区。在长江与大宁河两岸的巫山境内，还发现的几处大型古代城址，为研究古代三峡地区政治、经济、文化和社会进步提供了难得的证据。有“袖珍古城”之称的大昌古镇，小巧玲珑，民居保存良好。  
秭归  
是楚文化发源地之一，位于秭归的屈原纪念馆内珍藏有新石器时代至清代的历史文物六百余件，是研究楚文化的重要依据；位于涪陵县的小田溪战国土坑墓葬群，出土了众多文物，其中铜器最为精美。  
涉外游轮  
简介  
涉外游轮又称豪华游轮，其初衷是为满足国际政务接待的要求，设计的环境达到酒店标准的游轮。随后因东南亚华侨回国游长江的人数日益增多，从2005年开始，三峡涉外旅游业进入飞速发展的黄金时期。从2007年开始，涉外的意思越来越淡薄，游客中追求旅游品质的大陆游客的比例急剧上升，外宾和内宾的比例已经达到四、六开。市旅游局正在有意识地增加涉外游轮数量以替代国内船。  
等级分类  
正因国际政务接待的设计初衷，三峡涉外游轮不论是在住宿、餐饮、服务还是在娱乐节目安排、导游管理、私人空间上都较国内游船有更高的要求。涉外游轮的房间都是以国家四星级及以上标准建造的，其房间也分为标准间，豪华套房，总统套房三等，标准间的客户选择率为80%。涉外游轮餐饮选择十分丰富，主打中西结合的自助餐牌，航行过程中下午茶、酒吧、咖啡厅也都正常开放。另外涉外游轮给每个房间配备私人观景台与增加太极、国画、瑜伽、舰长欢迎酒会等高端娱乐项目是其最重要的竞争手段。  
涉外游轮分为四个档次，四星、五星、超五星、顶级。其船票价格分别为1200-1600元/人,1500-2400元/人,2000-3000元/人、3000-5000元/人（船票为稀缺资源，节假日涨幅较大，此数据为平均数据，不完全准确）。因涉外游轮全部包餐点，所以四星级游轮总费用与国内游船高等舱位总费用基本持平。  
瞿塘峡  
瞿塘峡，位于重庆奉节县境内，长8公里，是三峡中最短的一个峡。它是雄伟险峻的一个峡。 端入口处，两岸断崖壁立，相距不足一百公尺，形如门户，名夔门，也称瞿塘峡关，山岩上有“夔门天下雄”五个大字。左边的名赤甲山，相传古代巴国的赤甲将军曾在此屯营，尖尖的山嘴活像一个大蟠桃，右边的名白盐山，不论天气如何，总是迂出一层层或明或暗的银辉。瞿塘峡虽短，却能“镇渝川之水，扼巴鄂咽喉”，有“西控巴渝收万壑，东连荆楚压摹山”的雄伟气势。古人形容瞿塘峡说，“案与天关接，舟从地窟行”。  
（1）重庆奉节县白帝城  
重庆奉节县地处长江三峡西首和库区腹心，东临  
三峡大坝  
，西靠重庆万州区，南连张家界，北接西安，是渝东、陕南、鄂西的交通枢纽和物资集散地，幅员面积约为4099平方公里， 人口100万，是长江三峡国家级风景名胜区的一部分和绝世奇观天坑地缝所在地。  
三峡旅游\_三峡游轮\_三峡旅游攻略\_三峡游船\_三峡豪华游轮\_重庆江运游轮管理有限公司  
三峡游轮预定中心\_长江游轮票务联网销售中心官方网站：www.cjsanxia.com  
210国道和渝巴高等级公路在县境内纵横交错，并背靠206国道、318国道、县内通车里程6000余公里；黄金水道长江横贯县境43公里，港口年货物吞吐量400多万吨，居重庆市第二位。四通八达的水陆交通将两大特色旅游区连贯成有机整体。  
（2）重庆夔门  
夔门位于长江三峡瞿塘峡之口，为三峡西大门，南白盐山，北赤甲山，拔地而起，双峰欲合，如门半开，故称夔门，素有“夔门天下雄”之称。与“剑门天下险、峨眉天下秀、青城天下幽”，并称巴渝名胜。在奉节前往小寨天坑的路上，还有一座”旱夔门”。  
巫峡  
巫峡，位于重庆巫山县和湖北巴东县两县境内，西起巫山县城东面的大宁河口，东至巴东县官渡口，绵延四十五公里，包括金蓝银甲峡和铁棺峡，峡谷特别幽深曲折，是长江横切巫山主脉背斜而形成的。巫峡又名大峡，以幽深秀丽著称。整个峡区奇峰突兀，怪石嶙峋，峭壁屏列，绵延不断，是三峡中最可观的一段，宛如一条迂回曲折的画廊，充满诗情书意，可以说处处有景，景景相连。  
（1）重庆巫山十二峰  
长江三峡的巫山十二峰被称为“景中景，奇中奇。”清人许汝龙“巫峡”诗中说：“放舟下巫峡，心在十二峰。”巫峡以巫山得名，幽深秀丽，千姿百态，宛若一幅浓淡相宜的山水国画。峡谷两岸为巫山十二峰，由西向东依次为登龙、圣泉、朝云、神女、松峦、集仙六峰。南岸也有六峰，但江中能见到的依次为飞凤、翠屏、聚鹤三峰，其余净坛、起云、上升三峰并不临江。如欲游览，须从飞凤峰附近的青石溪溯流而上，到兰厂登岸，才可领略三峰雄姿。  
（2）重庆神女峰  
十二峰中以神女峰最著名，峰上有一挺秀的石柱，形似亭亭玉立的少女。她每天最早迎来朝霞，又最后送走晚霞，故又称“望霞峰”。据唐广成《墉城集仙录》载，西王母幼女瑶姬携狂章、虞余诸神出  
游东海  
，过巫山，见洪水肆虐，于是“助禹斩石、疏波、决塞、导厄，以循其流”。水患既平，瑶姬为助民永祈丰年，行船平安，立山头日久天长，便化为神女峰。  
（3）重庆大宁河小三峡  
重庆巫山  
位于长江三峡库区腹心，素有“万峰磅礴一江通，锁钥荆襄气势雄”的地貌景观，和“三峡明珠”、“渝东门户”之称。重庆巫山，这古老而年轻的热土，充满了神奇与诱惑，勤劳朴实的巫山人民愿意同全国旅游同仁交朋友，精诚合作，热忱欢迎中外宾朋走进新巫山、走进新三峡、走进小三峡。  
（4）重庆马渡河小小三峡  
小小三峡水流湍急，水清见底，峡江两岸，岩石如削，奇花异草，俯首可拾，抬头仰望，天开一线，环顾江岸，绿树成荫，是一处集旅游、探险和漂流等多功能于一体的风景区。小小三峡漂流，被誉为“中国第一漂”，是勇敢者磨炼意志和毅力的天堂。  
西陵峡  
西陵峡在湖北宜昌市  
秭归  
县境内，西起  
香溪口  
，东至南津关，约长66公里，是长江三峡中最长、以滩多水急闻名的山峡。  
整个峡区由高山峡谷和险滩礁石组成，峡中有峡，大峡套小峡；滩中有滩，大滩含小滩。自西向东依次是  
兵书宝剑峡  
、  
牛肝马肺峡  
、  
崆岭峡  
、  
灯影峡  
四个峡区，以及青滩、泄滩、崆岭滩、腰叉河等险滩。  
丰都鬼城  
丰都县是神曲之乡，道教72洞天福地之一，一座融合了巴渝文化和鬼文化的古城。丰都鬼城以“鬼国京都”、“阴曹地府”闻名于世，传说中人类亡灵的归宿之地，集儒、佛、道民间文化于一体的民俗文化艺术宝库，是重庆长江三峡国际黄金旅游带上的一颗璀璨明珠。三峡旅游\_三峡游轮\_三峡旅游攻略\_三峡游船\_三峡豪华游轮\_重庆江运游轮管理有限公司  
+++++++++++++++++++订票享免费送站 点击网址可报名++++++++++++++++++++++  
三峡游轮预定中心\_长江游轮票务联网销售中心官方网站：www.cjsanxia.com  
忠县石宝寨  
是中国现存体积最大、层数最多的穿斗式木结构建筑，地处重庆市忠县忠州镇和万州区之间的长江北岸。十二层阁楼通高50米，依玉印山而建，重檐高耸，飞檐展翼，浑然一体，宏伟壮观，是重庆及三峡旅游热门景点之一。  
云阳张飞庙  
始建于蜀汉末期的张飞庙，地处重庆云阳县城隔江相望的飞凤山麓，依山座岩临江，由一组匠心独运的古建筑群组成。既有北方建筑雄奇的气度，又有南方建筑俊秀的质韵，素有“巴蜀胜境”的美誉，为长江三峡沿线一处主要旅游热点。  
神女溪  
山水景观令人称绝。翠屏、飞凤、起云、上升、净坛  
五峰  
，棋布溪水两岸。神女溪中游，内侧南岸是上升峰，西北是起云峰。峰峦叠翠，云遮雾绕，江流曲似九回肠。多处“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”，乃峡中之奇峡，景中之绝景。  
巫山小三峡  
2006年被评为国家5A级景区。是大宁河下游流经巫山县境内的龙门峡、巴雾峡、滴翠峡的总称；这三段峡谷全长60公里；小三峡与长江大三峡毗邻，林木翠竹20000多亩。1991年评为“  
中国旅游胜地  
四十佳”、还评为“中国国家级风景名胜区”，被名人誉为“中华奇观”，“天下绝景”。  
湖北景区  
巴东神农溪  
神农溪又名沿渡河，位于巴东新县城的北岸，发源于神农架原始森林中的鸡公山。景观独具特色，集长江大三峡“雄、奇、秀、险”于一身。溪水深潭碧绿，飞瀑遍布，悬棺、栈道、原始扁舟、古老村落、土家风情构成了神农溪原始、古朴、自然、野趣之美。  
三峡人家  
三峡人家  
风景区，属国家AAAAA级风景区，位于长江三峡中最为奇幻壮丽的西陵峡境内，  
三峡大坝  
和  
葛洲坝  
之间，跨越秀丽的  
灯影峡  
两岸，面积14平方公里。  
三峡人家  
石牌之美，美在“湾急、石奇、谷幽、洞绝、泉甘”，它包括  
龙进溪  
、天下第四泉、野坡岭、灯影洞、抗战纪念馆、石牌古镇、杨家溪漂流等景区，其旅游内涵可以用“一二三四”来概括，即：一个馆（石牌抗战纪念馆），两个特别项目（  
三峡人家  
风情项目和  
杨家溪军事漂流  
项目），三个第一（三峡第一湾——  
明月湾  
、中华第一神牌——  
石令牌  
、长江第一石——  
灯影石  
），天下第四泉——蛤蟆泉。其中  
三峡人家  
风情项目又分为  
水上人家  
、  
溪边人家  
、  
山上人家  
、今日人家。

评论：  
1.来给楼主打气~楼主要继续去更多的地方哟！  
2.前排支持呀，卤煮码字辛苦了！

## 15.中国最美仙境——恩施

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3630060.html

来源：携程

发表时间：2018-2-6

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，人文，小资，摄影，周末游

旅游路线：恩施，恩施大峡谷

正文：  
恩施  
曾经被美国CNN评为中国最美仙境，国家地理也评选恩施是中国最美的地方。恩施因为特殊的地理位置，在夏天的时候温度还在舒适的26度左右，早晚进山甚至要带件针织衫防寒。  
先PO几张图吧：  
到了恩施才知道，什么叫做这里的山路十八弯，还有这是一条神奇的天路啥的，在恩施面前都是小意思，春夏云雾缭绕，冬天银装素裹，远远看上去就像丝带贯穿山谷一样。  
说起恩施的道路建设，都能自成一景，有一条长500米的栈道，就像是浮在了水面上一样。  
还有曾经被刷屏过的四渡河大桥可以说是恩施最经典的公路建筑，也是目前中国在深山里修建的全球最大的铁索桥，桥面离峡谷足足560多米，相当于200层楼的高度，讲真真的太高了，高到这个程度，已经超出我等凡人仰视范围之外了。  
最早被恩施种草，是因为这张看上去像是悬浮在了水上的船：  
后来查到这个地方在恩施鹤峰县的一个小山村，叫鹤峰屏山峡谷，到现在还是处于半开发的状态，交通、住宿、娱乐之类的，都只能算是马马虎虎，而且因为这种原因，如果想要去一般都是当地人带着去，所以建议还是和朋友组团去比较安全。  
这里是可以说是鄂西最大的原始森林，夏天最热的时候也就23度，晚上最高才18度左右，而且凉风阵阵，绝对是避暑的圣地。  
晚上住进森林里的小木屋，可以看到漫天的繁星，在这里完全可以体验一下山里人家是种什么感觉。白天，就坐着缆车把森林美景尽收眼底。  
最后一个就是  
恩施大峡谷  
，这个地方虽然美，但是节假日的时候人已经很多了，作为旅游景点还是可以去看看的，。还有绝壁栈道也值得走一走，在半山腰上，脚底下就是村庄，田野，河流和村庄，感觉惊心动魄，美不胜收。  
最要的是，冲着中国最长“中国最长旅游观光电梯”也值得过来看看，这个在恩施大峡谷的全球最长观光电梯全长688米，修建七星寨景区，起于大楼门，止于甘堰塘返程中心，顶部采取土家族风格的青瓦盖顶。周围种植了大量的爬藤植物，和恩施大峡谷鬼斧神工的自然景观完美融合在一起，一点也不显得突兀。

评论：  
1.你的游记让我也萌生了写游记的想法哦~  
2.我要收藏起来，放到自己的行程表里了……  
3.浏览了一遍，图片要是可以再多一点就更好啦！

## 16.我走318—我的川西之旅

https://you.ctrip.com/travels/sichuan100009/3635393.html

来源：携程

发表时间：2018-2-19

天数：20 天

游玩时间：10 月

人均花费：7500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
  
旅行不是靠着勇气和无知出门的，我希望不断行走，邂逅更加广阔的历史时空，但世界上总有一个地方，能让你的心平静下来，这个地方可以是一个国家，可以是一个城市，也可以是奔向远方的路上......人类学家说：旅行是现代朝圣的一种方式。从出发到到达目的地的过程，就是一段暂时离开熟悉的世俗环境，进入神圣空间的历程，会使人重新认识生命的意义。而在旅途中，生命从里到外被洗涤，旅途归来后，生命便获得重生。  
前面是笔直的高速公路，我们的汽车一会儿在低垂的云朵下奔向远处的地平线，一会又盘绕几个转弯移向陡峭的峰顶，我的思想和情感也随之发生变化，我确实把自己带到久远的景致中去，心灵的图画也随之复活。  
这二三十年中国发展很快，高速公路发展更快，已经数不清有多少条。在我国的国道中，以“1”字开头表示由北京为起点，辐射全国。以“2”字开头表示北南走向；以“3”字开头表示东西走向。318国道起点上海，经嘉兴、长兴、宣城、南陵、青阳、池州、安庆、岳西、英山、罗田、新洲、武汉、仙桃、潜江、荆州、枝江、宜昌、恩施、利州、万州、梁平、  
大竹  
、  
南充  
、蓬溪、  
遂宁  
、  
乐至  
、  
简阳  
、  
成都  
、  
新津  
、  
邛崃  
、  
雅安  
、  
天全  
、  
泸定  
、  
康定  
、  
雅江  
、  
理塘  
、  
巴塘  
、芒康、左贡、八宿、波密、林芝、工布江达、墨竹工卡、达孜、拉萨。现在延伸至曲水、尼木、日喀则、拉孜、定日、聂木拉。  
著名的 318国道最美的路段是从泸定到拉萨，这条被称为“中国人的景观大道”的公路，也是著名的川藏公路，从亚热带的鸟语花香，到高原冰川的苍茫壮阔，汇集了各类奇迹、奇观，引来无数旅行者“用眼睛丈量318”，十里画廊、景观大道、摄影天堂，被赋予的美称不计其数，其中雅安到理塘就是我这次行走川西的路程，巴塘是川藏分界地，往西去直到拉萨。几年前我们自驾去西藏，去时走的青藏线，本打算回来走川藏线，我们的汽车从拉萨一直开到波密，无奈那年波密通往四川的大桥坍塌，只好原路返回走青藏线回，一生走一次川藏线的梦想就这样一直在我心里的某个角落里安放着，本次贵州行终点赤水和川西南一桥之隔，所以川藏线四川段毫无悬念的得以完成。  
  
泸定  
县  
牛背山  
（游记《牛背山上好风光 》已经详细记载，这里就不重复了）  
  
  
海螺沟  
冰川森林公园 ：位于四川省  
甘孜  
州磨西镇境内，海螺沟冰川全长14.7公里，在亚洲同纬度冰川中，海拔最低，面积最大，可进入性最强。冰川深入  
原始森林  
6公里，形成冰川、森林、温泉共存的奇特景观。大冰川瀑布高1080米、宽500--1100米，是世界上最大的瀑布之一。  
  
此刻我挥舞着手中的红丝巾，向古老的冰川表达我崇高的敬意！  
  
在  
泸定  
我们和半路搭伴的年轻军官一直玩到  
稻城  
，在  
康定  
又和几个上海人拼车玩一天（150元每人），线路是康定旅游咨询鸿哥师傅给规划的，鸿哥是个很帅的摄影发烧友，我们把相机交给他，他会一路帮你拍照，他很会在司机与玩伴之间转换角色，和这样的人玩起来很嗨！康定一日游线路：红海子-江巴草原-  
雅哈垭口  
（4600米，可观  
贡嘎山  
）-  
塔公草原  
-  
塔公寺  
-马尼河-  
新都桥  
-  
折多山  
  
  
红海子  
  
江巴草原  
  
雅哈垭口  
  
康定  
民用小机场  
  
  
塔公草原  
  
塔公寺  
马尼河，虔诚的藏民在河中和山坡的石头上写满了祈福的经文。  
  
新都桥  
  
  
  
折多山  
：康巴第一关（4298米），汉藏分界，进藏第一雪山，折多山以西就是真正的藏区。  
  
康定去  
稻城  
的大巴每天一班，票价124元（2015年当时的票价），很难买到票，坐大巴颠簸，不给停车拍照，7人拼商务车票价每人200元，我们和小军官在康定的饭馆搭讪一位稻城到康定办事的藏族小伙洛绒，每人150元搭他的车去稻城，三人两台越野车，即舒服又自由，这种好事要碰，出门在外我是信缘分的。  
康定到  
新都桥  
2小时的车程，新都桥到  
雅江  
20公里走了2小时，这段就是318国道四川段最烂的路段，不过这段路新修了一段马上就要通车了，新的318国道不会走山脊，而是钻山洞，以后进藏会很安全，很舒服，也节省了很多的时间。但是，会错过一些美丽的风景，旅途的艰辛带给人们的乐趣和征服感将成为历史，著名的318国道将不再是世界最难走的景观大道，但它依然是世界最美的公路。我庆幸自己走了老路，小小的自虐旅行是我一直向往的，这样的旅行带给我的不止是美景，更多的是难忘的经历和心灵的回归。  
  
下面的公路就是新路，直接进山洞（2016年通车），现在的社会讲求速度，连旅行都提速超近道，现代人旅行关注的是目的地而不是沿途的风景，这样的公路很容易把人们带到你想去的终点。  
行走在山脊上，开阔的视野让我的思绪激荡无比，苍凉壮阔的雪山风光使我亢奋，我太喜欢大山了，每次在大山的怀抱里我就知道，我的灵魂一直都在，一直陪伴我并引领我走向更高的精神世界。  
海拔： 4718米  
  
  
除西藏地区之外的世界高城  
理塘  
（4014.187米）：理塘是一个风景秀丽，人杰地灵的地方，这里是七世达赖、十世达赖和第七、八、九世帕巴拉呼图克图的故乡，也是蒙古国师三世哲布尊  
丹巴  
等高僧大师的出生地。因此，被人们誉为“中华高城、雪域圣地、草原明珠”。  
从  
理塘  
我们下了318国道，走217国道去  
稻城  
，我的318之旅到此结束。  
雅江  
到理塘3小时，路况不错，理塘到稻城2.5小时。在318国道上，从理塘一直向西走就到了川藏分界地  
巴塘  
县，过了巴塘就是西藏地区，318国道一直通向拉萨。  
  
梦在哪儿？云悄悄的告诉我，在路上，在空气中，在远方......  
（此文图片：江水2015年10月摄于川西 ）

评论：

## 17.武汉，宜昌

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3637748.html

来源：携程

发表时间：2018-2-27

天数：8 天

游玩时间：7 月

人均花费：4500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
第一天上午到达  
武汉  
，住  
的  
宜必思  
，不错，下午酒店稍作休息，去了博物馆逛逛，晚上去了  
黄鹤楼  
外面稍微看了一眼，本来看夜景，  
但是晚上那个公园不开，所以就拍了几张照片就走了。第一天主要是中转所以没有深入，买了点鸭脖哈哈。  
第二天  
武汉  
到了  
，  
宜昌  
，我们把东西放下后就去了  
三峡人家  
，三毛青旅真的好，下次一定还会住那边，那边有个套房还想只有一间，大家去的话最好体验一下，老板娘无比热情，给我们介绍这个那个的。因为去神农架比较麻烦，交通很不方便，所以我们还是决定抱团把。省事省力，而且旺季 的话酒店太贵，抱团会好点。三天两夜，就是旅行社很多的这种三天两夜团。  
第三  
四天  
五天  
我们去了神农架主要景点就是管门山，大  
九湖，神农顶这  
种。行程的话  
，携  
程上  
找一下  
都差不多的这里我就不细说了，  
就是去的时候湿气比较重，坐车什么气压比较闷，雾气大，下面风景也看不出什么，冷得要死，如果天气情况好的话，可以去玩，天气不好就呵呵了，如果你想问野人，那我只能告诉你，几乎就是传说，因为你看不到，只是他们用来宣传的一个  
亮点。对于自然风景的话就是一个大九湖湿地公园，是不错的。值得去一下，别的没什么亮点  
第六天，  
上午我们一早就去了  
三峡大坝  
，对于  
清江画廊  
，还有，  
三峡人家  
，  
朝天吼漂流  
这四个当中，我选了  
三峡人家  
，还有三峡大坝，  
因为我觉得漂流娱乐项目在黄多地方都有，  
清江画廊  
的话跟  
三峡人家  
比起来，少了一些人文把，类似的景观，我还是想看看不一样的东西，我们国家日益强大的印记，水利工程，虽然37度 的天，景区可以说人迹罕至，我们来回2个半小事，就为了看一下不放水的  
三峡大坝  
，我个人觉得如果防水的话真的不错，不放闸门就是一个巨大的工程，可以选择不去，我还是不后悔，因为不想错过这种震撼我的感觉。有时间建议去。下午晚些时候，我们火车去了  
恩施  
，到了女儿城，晚上还有表演可以看，有点像那个古城，比较商业化，值得去玩一下。挺有趣的  
第七天我们去了  
恩施大峡谷  
，  
看了一下峡谷，一整天把，我们是包车去的。100块还是80快，我忘了，比较快。1个小时不到就到了，也有公交。不过懒得去等车了。于是就直接去了。我挺喜欢这个峡谷的，因为在之前也没怎么看过峡谷，所以比较新奇，比浙西大峡谷，更加深，落差大，  
裂  
缝的  
感觉厉害一点。需要一整天。晚上也是包车回去的。景区门口有很多黑车司机，可以自己讲价钱，跟别人拼车比较划算。晚上还是住在女儿城，吃吃饭，旅程也差不多结束了  
第八天  
慢悠悠返沪

评论：

## 18.2018年 春节闽浙自驾纪实（六）

https://you.ctrip.com/travels/changtingxian1445095/3638394.html

来源：携程

发表时间：2018-2-28

天数：6 天

游玩时间：2 月

人均花费：2000 元

和谁：和朋友

玩法：自驾，徒步

旅游路线：长汀县

正文：  
初四  
原本是去爬龙嶂山的，后考虑此次老弱病残孕较多，以休闲些为主，故而临时做了修改，改去长汀的汀州古城和丁屋岭。  
汀州古城离开上杭约100公里左右，全程高速一个多小时就到了。  
所以再次让大家休息到9点出发。  
新西兰国际友人路易·艾黎说过一句“中国有两个最美的山城，一个是福建的长汀，一个是湖南的凤凰”，正是由于这就句话，整个汀州古村正在大兴土木，疏浚汀河修葺古城墙，我们看到的是正在浴火的凤凰，相信几年后这里回变得更美丽。

评论：  
1.现在这个季节去合适吗？你怎么看待反季节旅行？  
2.出游前有什么必要的功课要做吗？求教~~~~  
3.楼主喜欢去清静的地方还是热闹的地方呀？

## 19.重庆、武隆、恩施自驾游

https://you.ctrip.com/travels/chongqing158/3641845.html

来源：携程

发表时间：2018-3-1

天数：8 天

游玩时间：2 月

人均花费：1800 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
重庆  
--  
武隆  
—  
恩施自驾游  
  
西安---重庆  
双桥  
天乐主题  
酒店（800公里约12个小时）---  
大足石刻  
宝顶山景区  
（35公里约50分钟）---  
北山石刻  
景区（15公里约25分钟）---  
重庆  
磁器口  
（88公里约1小时30分钟）---南山区  
亚丁精品  
酒店（20公里约半小时）---  
武隆  
仙女山  
大自然酒店（195公里约3小时）---恩施大峡谷景区（280公里约5小时10分钟）---恩施女儿城酒店（58公里约1小时50分钟）---梭布垭石林景区停车场（58公里约1小时50分钟，可转土司城，需要3小时）---  
奉节  
县城（100公里约2小时30分钟，可在十道拐短暂停留）---  
巫溪  
县城（60公里约1小时10分钟）---岚皋县（215公里，走省道210转省道207，约6小时25分钟）---安康市（70公里约1小时40分钟）---西安（260公里约3小时30分钟）  
全程2254公里，（实际跑了2270公里），历时七晚八天，四个人费用7000余元（去时借用了春节假期内高速免费590元，回程高速费用360元）共转的景点有：  
大足石刻  
宝顶山景区  
、  
北山石刻  
景区、  
重庆  
磁器口古镇  
、南山夜景、  
武隆天生三桥  
、  
龙水峡地缝  
、恩施大峡谷、云龙  
地缝  
、恩施女儿城、土司城、梭布垭石林。

评论：  
1.希望看到楼主更多的美图哟~~鼓励一下，加油加油！  
2.我觉得旅途中用照片记录一些美好是最值得回忆的，楼主觉得呢  
3.楼主辛苦，但是还是想再辛苦楼主一下下，再传点照片给我过过眼瘾呗～

## 20.5400公里川北甘南自驾攻略

https://you.ctrip.com/travels/jiuzhaigou25/3637416.html

来源：携程

发表时间：2018-3-1

天数：15 天

游玩时间：6 月

人均花费：6000 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：九寨沟，甘南，甲蕃古城，甘海子，五彩池，黄河第一湾

正文：  
每年有20天年假，过了12月31日就全部作废，不能续用也不能折现。因此我们有了一年2次的外出旅行习惯。20天可以分成2个10天，而一个10天的休假正好是2周，前后一共有3个周末，最大可以玩16天。因此，我们也就习惯了每次15天左右的自由行。连续好多年，渐渐的就约定俗成：每年2次，1次国内，1次国外。  
随着孩子进了小学，我们的行程再也不能错峰了。一年2次的旅行，只能安排1次在寒假、另1次在暑假。寒假去了新加坡和马来西亚，暑假就要找国内的景点。去哪里呢？综合一下各家的意见：  
1.老婆说，国内的景点，她最想去的是  
九寨沟  
。  
2.小伙伴家长说，最好能去大草原。好呀，九寨沟川主寺边上就是若尔盖大草原，最近几年挺火的。  
3.儿子和小伙伴都说，别光看风景、也要有好吃好玩的地方。行，成都有大熊猫和火锅。  
4.我自己想了想，成都、九寨沟、黄龙，我都去过了，这些地方怎么也凑不到15天，加个扎尕那吧，最近炒得很火很神秘，而且就在若尔盖往里走一些。  
就这样，我们的川北  
甘南  
之行出现了大致的构架。  
最终，我们的具体行程是这样的：  
第一天：  
上海---武汉  
第二天：  
武汉---恩施  
，傍晚进土司城  
第三天：恩施---成都，傍晚游玩锦里+火锅  
第四天：武侯祠、宽窄巷子、春熙路  
第五天：熊猫基地，都江堰（由于天气原因改奔江油，李白故里）  
第六天：江油---九寨沟  
第七天：九寨沟一整天  
第八天：  
甲蕃古城  
，  
甘海子  
，九寨天堂温泉  
第九天：九寨沟---黄龙，下午进黄龙，傍晚去薰衣草基地  
第十天：川主寺---九曲第一湾，下午进第一湾  
第十一天：第一湾---若尔盖---花湖---迭部  
第十二天：扎尕那  
第十三天：迭部---天水  
第十四天：麦积山石窟，下午从  
天水---西安  
第十五天：  
西安---上海  
全程5420公里，最高海拔4300米，最热41摄氏度，最低0摄氏度，整个行程比较宽松。  
需要稍微解释一下这个奇怪的行程，为什么我们要千里奔袭、从上海开车过去呢？这是各种因素相互作用的结果：  
1.这个行程肯定是要有自驾车的，否则拖着孩子、带着行李，肯定非常不方便。  
2.从上海进九寨有三种方式，直飞  
九黄机场  
、或从绵阳进山，或者从成都进山。这三个方式都是先进川北，然后到甘南，最后从兰州或天水出山。所以第一站到成都是最顺的，前2种方式都必须舍弃掉成都。  
3.反向走，从兰州或天水进山，先甘南后川北，最后从成都出山，这样走也是可以的。主要是因为我们想赶在大批游客到来之前到达九寨沟，毕竟暑假是九寨沟的旺季之一，有个朋友由于订不到沟口的住宿，一大早7点钟从沟外开车去沟口，一路堵车，到下午1点才到沟口，当天就作废了。（如果单从行程角度来看，我更倾向于这个路线，先甘南后川北，先苦后甜。）  
4.常规的玩法应该是  
上海飞成都  
，然后在成都租车。我们一共5个人（一家三口+母女二人），加上二家人的行李，需要租一台SUV。查了成都的租车价格，14天租车要8000多，在西安异地还车要收近6000。当然，也可以自己开回成都还车，多开700公里路。（开回上海也就1700公里）  
5.算了一下经济账，成都租车的总费用是：5人往返机票12000元+租车费8000元=2万。从上海开车过去的总费用是：往返过路费和油费4000元+途中多增加2晚的住宿费用2000元=0.6万。差距很明显吧？  
6.小伙伴家里有一台进口的大切诺基，四驱的，宽敞舒适，行李装得多，正好适合这趟神奇之旅。  
7.事实上，从  
上海到成都  
，2个老司机轮换开车的话，2天是足够了。我们之所以拆成3天，是因为顺道去吃  
武汉美食  
和看看土司城。武汉的碧桂园酒店气派舒适，400出头的房间含早餐，不容错过。而恩施的土家族吊锅很有特色，值得一尝！  
土家族吊锅，锅里是4菜1汤，锅下面有火在烧。烤鱼、豆角、土家豆腐、排骨、土鸡汤。土鸡汤里还能涮肉和蔬菜。烤鱼做了微辣，其他都要求不辣，100多元。  
尽管我们的行程和攻略做得比较充分仔细，但老天爷的安排永远是要心存敬畏的。就在我们出发前一周，四川茂县发生重大山体滑坡，村子被掩埋。为了紧急救援需要，都江堰进九寨沟的道路全线关闭。我们临时调整路线，改走绵阳一线进山。到达江油的当天，下午天气还不错，晚上就开始下大雨。次日我们从江油开始进山，雨虽然小些了，但刚过了平武县城就封路了，说是前方泥石流，估计下午能通车。这时正好是中午11点多，我们返回平武县城，开了一个钟点房让孩子们休息，顺便吃午饭。大约下午1点多，旅馆老板娘说路通了，让我们赶快过去。还好，排队大约15分钟左右，我们通过了那100多米被泥石流掩埋的路段，可以说是有惊无险。事后，有老驴告诉我，雨季就不应该进山，特别是四川一带的山。  
后记：我们的行程是7月初-7月中旬，当我们结束行程并沉浸在美好回忆的时候，8月上旬，九寨沟发生地震，九寨天堂损毁，景区自此关闭，不知什么时候才能再次开放。  
在江油停宿一晚是因为我们安排上午去熊猫基地，然后就直接出城了，如果直接进九寨沟担心路途太赶，所以在沿途找个地方休息一下，顺便观光。本来可以住在绵阳的，后来发现江油是李白故里，五星级酒店才300元出头，还含早餐。这样的地方如果不是正好路过，可能一辈子都不会去的。小城市还不错，干净整洁，路修得挺宽，人少车少。李白故里就是到此一游，顺便让二个孩子背一背李白的诗句。江油的肥肠很有名，非常好吃，果然名不虚传。  
成都的攻略，网上有很多，我就不重复了。说说我们一些特别的。  
1.武侯祠，小小讲解员。  
我们去一些知名的、重要的景点，一般都会付钱请景点设置的讲解员，这样就能比较全面的了解这个景点的历史故事、相关知识和看点。  
武侯祠的讲解处有个特殊的节目，就是安排合格的小学生在暑假里当“小小讲解员”，对于游客是免费的，对于孩子是个很好的锻炼机会。我们带着1个7岁男孩和1个6岁的女孩，这样的小榜样是绝对不能错过的。  
这名小讲解员大约9岁，是暑假，三年级刚结束、升四年级，妈妈也戴着讲解机在不远处全程陪同。整个讲解过程大约1小时不到，来龙去脉、引经据典、谈古论今、诗书歌词、历史人物，说得头头是道，我作为一个成人都自叹不如！说得2个孩子兴趣盎然，纷纷投出了崇拜的眼光。当然，这个时候就很适合鼓励他们向小哥哥学习、认真读书、什么什么的。。。。。  
2.熊猫基地  
建议进去后就坐电瓶车吧，虽然排队挺长，但距离的确比较远。我们之前看到其他攻略说不远，可以走进去、顺便观景。事实是，挺远的，沿途没有什么特别的景色，就是些路边的小竹林。而且暑假的天气还是比较闷热的，带着孩子走，不合适。出来的时候果断坐车。  
川北甘南的海拔可能会有高原反应。十多年前第一次去九寨沟，上午从成都飞到九黄机场，下午就进黄龙登顶。那时候还没有缆车，好多同事都是花了1100元坐滑杆抬上去的，还有几个同事直接瘫倒在黄龙大门口，拍完集体照后就在大门外找了个茶座，喘着粗气、抗着高反，等我们下来。  
去年自驾青海湖的时候，在去茶卡盐湖途中翻越某个垭口，儿子在垭口的观景平台稍微活动了一下。继续上路不到5分钟，儿子就吐得稀里哗啦！  
所以，这次路线我们特别小心，在上海出发的时候就开始每人每天按量吃红景天胶囊，一直到扎尕那游玩结束才停止。可能是我们整个行程从低海拔升高的过程比较充分，一行五人完全没有任何高反迹象。  
提醒大家注意一下这条路线的海拔高度：  
九寨沟，完全没问题。  
黄龙，3200米，  
五彩池  
有4300米，也是本次行程的最高处。  
川主寺，3100米。  
九曲第一湾，3500米。  
若尔盖，3440米。  
扎尕那，3300米。  
川北甘南有很多藏族同胞，大草原上自然有很多“藏家乐”，骑骑马、喝个奶茶或酸奶、吃个油饼或羊肉串，还是比较有特色的。我们带着2个孩子，沿路的骑马体验较多，给大家总结汇报一下：  
1.第一次骑马，在九寨沟的甘海子，景色不错。不是大草原，就是山前的一块大草坪。好像是几家亲戚合着一起在经营，大大小小近10个人，还有好几个孩子。骑马的价格是：150元一小圈，200元一大圈。小圈看着就是学校的400米跑道大小，大圈他就随手一指说能到那里。说实话，挺贵的，但是孩子们比较期待，于是同他们讨价还价，最终说到150元一大圈。要了2匹马，2个孩子每人1匹。可是旁边跑出来一个人，问我们大人骑不骑？我们说，就让小孩玩玩吧，你们价格那么贵，大人就免了吧。那人说：“你就不怕小孩出什么事？你就再要1匹马跟着吧。“说到这里，我后背冒凉气！赶紧又要来1匹马，让1个妈妈跟上。  
我们2个成人就地找地方坐着等她们回来。过来一个藏族老妈妈，说她们也卖些吃的，问我们要不要？稍微聊了一会儿，老婆说就买你们几根玉米棒子吧，10元/根，我们买3根。老妈妈走了，可能是进屋去拿吧。  
一会儿过来一个小伙，拿了6张塑封的照片，就是给骑马的3个人照的，20元/张。实在拍得不咋样，还没有我自己拍得好，所以我们就没要。看着小伙颗粒无收，老婆可能恻隐，说：”你这6张照片我们不要，你也浪费了。我给你5元/张，一共30元卖给我们，可以吗？“小伙不愿意，走了。  
一会儿，她们骑马结束，回来了。本来我们就可以走了，可是他们说玉米还没有煮好，让我们等一会儿，给了我们几个小椅子和一张小桌子，让我们坐等。  
一会儿，过来一个小妹，问我们是否要吃羊肉串、是否要喝奶茶？我看见有个小伙在弄羊肉串，是冷冻的，已经串在竹签上，一大把冻在了一起。小伙放了一脸盆水，正把羊肉串放水里化冻。15元/串。我们婉言谢绝。  
一会儿，过来个小伙，他指着一匹棕色的马说，那匹马很漂亮，说他的弟弟在草原大赛里骑着这匹马获奖的。他问我们，是否要看骑马表演，他弟弟可以亲自表演给我们看，200元/次。这个时候，我们大家都已经烦了。  
看看我们实在不会消费了，我们的玉米终于出现了。号称比较稀有的高原玉米，实在太难吃了！  
2.第二次骑马，从川主寺去黄河九曲第一湾的沿途，大草原上有一些”藏家乐“的场地，大概都是按家族一起经营的。到了这里，我们刚刚体会到藏民的淳朴。骑马大圈100元，小圈50元，时间不限，骑在马上照片随便拍，不催你。我们没有讨价还价，很明显这个价格算是公道的。于是，还是要了2匹马，让孩子们玩。每匹马都有牧民牵着走，大人则躲进蒙古包里喝热奶茶了（气温比较低）。一个大叔和一个小哥分别牵着马匹，按着孩子们的要求进到草原里去散步了。我儿子说：”我不要马儿跑，我就喜欢骑着它慢慢走。“  
有这样的美景和淳朴的牧民，我们就应该放慢脚步来好好体验。所以，我们在这里吃了午饭。说是午饭，其实种类不多，吃了些油饼，一大壶奶茶，牦牛酸奶，几十串烤羊肉（羊肉串可能不是很新鲜，闻着有些臭，但吃着没有异味）。孩子们也玩得很尽兴，每人都骑了好几圈马，然后就是骑牦牛拍照，最后还玩了草原摩托车（80元/圈）。  
3.第三次骑马，从九曲第一湾出来，去往若尔盖县城的途中，景色绝佳！大片的草原连接着远处的小山坡，蓝天白云随处都是Windows开机画面，翠绿的草原上遍布着成片的小野花。让人大跌眼镜的是：小圈15元，大圈20元！照例，2匹马，2个孩子每人1匹。有牧民牵着马溜圈，根本不需要我们成人陪同。  
4.第四次骑马，扎尕那景区内。  
说是景区，其实还刚开始建设中，就是某个村子的村民们集体圈了些地在搞旅游，管理比较混乱，非常不规范。门口没有售票处，就是某个村民把守着一个出入口，每人收5元就进去。进了门之后比较狭小，直接分成2条岔道，1条是骑马路线，另1条是建设中的木栈道。  
景区里的骑马其实就是作为交通工具、往返于景区门口到不同的景点之间，到达景点后，游客观光的同时也能让马匹休息一下。根据路线距离不同，价格也不一样。最近的是仙女湖，往返大约2.5小时，150元/人。最远的是400元/人，估计往返要5-6小时。感觉价格不贵，既能骑马、又能观景、还是代步，所以我们一家三口要了3匹马，上路了。走出去大约10分钟不到，牵马的村民试图用普通话与我交流，可是他说的话我完全听不懂，他只能找了另一个会说汉语的人来告诉我，说让我回景区门口换匹马，因为他这匹马要跟着另一家去走400元的路线。而此时景区门口已经没有马了，要等有其他骑马游客返回后才行。老婆孩子已经骑了马走远了，而我被赶下马后完全没有工作人员（村民）来帮忙协调处理。我只能趁着手机还有信号，立刻打电话把情况告诉了老婆，然后我退了票，自己去走木栈道转一圈。这个景区木栈道步行能到的地方不大，其实就是一个山峰下的大山坡。我转了一圈，拍了些照片，1个小时左右就回到了景区门口的亭子，打算坐在亭子里等他们出来。可是就在这个时候，老婆孩子还有其他同路的游客都已经还了马，骂骂咧咧的在景区门口与我不期而遇了。事实是：牵马的村民为了能尽快返回景区门口去接下一单生意，一路都走得很快。到了仙女湖，就让游客们拍了个照片，前后不到5分钟就开始返程，返程速度更快，马儿差点就能跑起来，直到我儿子吓哭了、其他游客纷纷谴责后才稍稍减慢些。2.5小时的路程，仅用了不到1.5小时。  
看着这些外表质朴的村民，看着这些透着高原红的满是皱纹的脸蛋，看着这些累坏的马匹，虽然心里很不高兴，但还是强迫自己调整心态：景区发展初期，不规范在所难免，不能因此影响了自己一路的好心情。自我安慰一下：这150元在九寨沟只能骑个圈，这里骑一个半小时呢！  
可是，5分钟后的一幕却让我更难受了！  
景区修缮木栈道的材料是用马匹驼上山的，一匹健壮的大白马驼着2大托盘的东西在景区门口艰难的上坡，一个村民用马鞭抽打着大白马，但是大白马无论怎样也上不去，嘶鸣着、用力着，最终摔倒在斜坡上。那个村民没有去解下压在大白马背上的货物，而是继续挥动着马鞭抽打，试图让马儿驼着货物站起来。如此这样的抽打了5分钟，大白马被重货压着，无力的躺在地上，喘着粗气，任由村民鞭打着，围观的游客开始骚动、开始谴责，终于有人站出来阻止了这个村民。然后又有人帮忙解绑卸货，扶马换装。我们也带着沉重的心情离开了景区。  
又过了5分钟，我们对扎尕那的看法彻底改变！  
我们离开景区停车场，开车上路。不到200米的山道拐弯处，有台游客的车辆停在车道上，有村民用水管在冲车。我以为是在洗车，就借到左道、想绕过去。突然，地上有条绳索抬起来拦住了我们去路，一下子冲出来5、6个村民把我们车围住。我明白了，这就是攻略里说的“收过路费”。果然，有个会说汉语的村民过来说：“每个人5元”。我说，好的，你们把拦路绳先放下来，我先把车挪到前面去，免得堵塞了交通（因为我已经占了对向车道）。那人向路边拉绳子的村民说了几句，拦路绳降下去了，我缓慢的起步、把车往右前方挪。突然，从路边的房子里冲出十多个村民，有的拿着棍棒、有的拿着板砖，气势汹汹的把我们车子团团围住，完全是一副"再动一下就砸车“的架势！我掏出钱说，我只是挪一下车子，你以为我们要冲卡吗？对方有人过来说：”钱不够，你们车上有5个人，一共要收25元。” 我晕，2个孩子，1个7岁、1个6岁，也要收费吗？那人嚣张的把头伸进我们车窗，仔细的瞪着我们的孩子，然后恶声的说：“孩子也要收钱！” 至此，我知道这里已经不是讲道理的地方了，补给他们10元钱，凶神恶煞们瞬间做鸟兽散！  
我们沿着公路前行，大约2公里左右的上山路，拐过几个弯，也就5分钟左右，又一条拦路绳挡在前面。我们说，前面已经收过我们钱了。对方说：刚才是山下的那个村子收费，这里是山上的村子收费，还是每个人5元，儿童免费。我们有了刚才的经历，当然是不想节外生枝，给了15元赶快上路。山上有一个平台，可以俯瞰整个扎尕那，可是我们已经完全没有了兴致，匆匆的拍了个照就返回迭部县城了，连午饭都不想在这种地方吃！  
当天，我在微信朋友圈留下这么一段话：“扎尕那，曾经与世隔绝、被洛克形容为亚当夏娃诞生地。如今在旅游业巨大经济利益的驱动下，原本淳朴的民风被金钱熏黑，拦路要钱、彪悍蛮横......这样的景区能持续发展吗？”  
再来说一下沿途的路况（2017年夏天的状况）。  
1.由绵阳、经平武、进九寨的路线，我是跟着高德地图导航的。走着走着，我发现整个山里只有我一个车了，后面没有车跟着，前面也没有一台车过来。我知道这一定是出问题了。果然，等我们晕头转向的翻过2个山头后，我们发现很多车从一个隧道里出来与我们汇流了。原来，这里有一条新的隧道刚开通不久，高德地图可能还没更新，而我们过分的依赖导航了。有走这条路线的朋友，请提前确认好线路，隧道能节约2小时，而且不用翻山、不会晕车。  
2.整个唐克乡都在修路。这里是进黄河九曲第一湾的必经之路，路况极差，方圆2公里之内没有1条好路。这个情况可能需要持续一段时间，因为当地入冬后是冻土，只有夏天可以修路。  
我们住在辖曼牧场，从第一湾还要往里走U13县道，也在修路，13公里的烂路走了1个半小时，飞沙走石，不是SUV就别往里走了吧。  
3.从迭部县城往东方向出山，一直到陇南，全线的山路都在修路。到了陇南就能上高速公路。这条路线是最近的，否则就要多绕几百公里路。所以，请走这条路线的朋友早点出发，路上多留些时间。  
我们的整个行程是7月初-7月中旬，沿途的气温和服装是这样的：  
- 成都：31度 / 夏装  
- 九寨沟： 24度 / 夏装  
- 川主寺/黄龙： 19度 / 长袖T恤  
-  
黄河第一湾  
/若尔盖草原： 12度 / 薄羽绒服  
- 扎尕那： 15度 / 毛衣  
- 天水： 28度 / 夏装  
- 西安： 37度 / 夏装  
上述是指白天游玩时的温度。从进入九寨沟开始到天水出山为止，由于海拔较高，早晚都比较凉。我们在黄河第一湾那里住在辖曼牧场，晚上居然到了0度。牧场是以太阳能发电的，所以没有空调和电热毯，我们穿着薄羽绒服，再盖2层被，真的是冻成狗！但是，辖曼牧场的确是世外桃源，整个宾馆只有那么几套房，游客加工作人员总共在20人以内，却独占了黄河边的一大片草原，美得无法形容！所以，冻成狗也值了！（见下图）  
断断续续的写了这么多，希望能对您的行程有帮助。  
攻略的最后，我想请大家帮忙做些力所能及的公益。如果您是自驾车旅行，如果后备箱里能有些空余的地方，不妨带些公益的物资来帮助那些偏远地区的孩子们。文具、书籍、自家孩子穿不下的衣服鞋帽、或者其他您能提供的东西，多少都没关系。  
我们准备了一些文具套装，在草原上、在若尔盖去迭部沿途的偏僻小村庄，看到有差不多学龄的孩子们就分发了。  
看看草原里的孩子们，个个光着脚丫，虽然太阳晒得厉害，但实际气温也就15度左右。同龄的孩子却有着巨大的差别，我们的二个孩子已经领悟到了，儿子对我说：“下次我们多带些吧，把我看过的书和穿剩的鞋都别扔，下次都带来吧。”  
请大家一起来帮忙吧，举手之劳，哪怕是些许的公益，或许也能改变一个孩子的人生。谢谢大家啦！

评论：  
1.我也曾经去过的哦~看着也带我回到了以前的记忆~！  
2.楼主我想看美图可以满足一下我嘛~~  
3.楼主我记住你啦~~下次还来看你的游记哦，希望能欣赏到更美的图图。

## 21.2018春节两湖一广山水自驾游

https://you.ctrip.com/travels/yangshuo702/3643264.html

来源：携程

发表时间：2018-3-10

天数：12 天

游玩时间：2 月

人均花费：2700 元

和谁：亲子

玩法：自由行，美食，自驾

旅游路线：宜昌，巫山，奉节，恩施，凤凰古城，阳朔，重庆，三峡大坝，宜昌国际大酒店，夷陵长江大桥，三峡人家，坛子岭，葛洲坝，秭归，巴东，汉庭酒店，江山红叶酒店，小三峡，小小三峡，白帝城，夔门，恩施大峡谷，临江客栈，沱江，江边客栈，凤凰，沈从文故居，东门城楼，九马画山，杨堤，黄布倒影，西街，遇龙河漂流，十里画廊，遇龙河，月亮山，解放碑步行街，长江索道，两江游，白公馆

正文：  
巫山江山红叶两江假日酒店  
¥  
349  
起  
立即预订>  
阳朔西街江边客栈  
¥  
94  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
概要：  
Day1、天津~  
宜昌  
Day2、宜昌~  
巫山  
Day3、巫山~  
奉节  
Day4、奉节~  
恩施  
Day5、恩施~  
凤凰古城  
Day6、凤凰古城~桂林  
Day7、桂林~  
阳朔  
Day8、阳朔~阳朔  
Day9、阳朔~  
重庆  
Day10、重庆~重庆  
Day11、重庆~西安  
Day12、西安~天津  
出于某种原因，春节没有回家乡过年团聚，眼看年关将至，原计划出国游，由于签证还没有办理，遂放弃了出国的想法，国内去哪里好呢？思来想去还是去暖和的地方好一些，由于在广东待了6年，大部分景点都去过，没啥留恋的，海南三亚冬季是热点地方，啥都贵，最后目标锁定到了广西，对，就去广西。主要行程定在阳朔和德天瀑布。  
本次出游锁定自驾车，计划两天到达阳朔县，玩上几天后去大新县德天瀑布，之后向西北方向路过贵州小七孔和西江苗寨，然后到奉节、巫山、  
三峡大坝  
，最后从宜昌回津。计划赶不上变化，几天后看天气预报，春节之后整个湖广地区，由北向南要连续下雨降温，如果按照原计划，北上回程的时候刚好全赶上下雨，被迫只能临时调整出游计划，将原计划按照反方向实施，既先到宜昌，最后去广西，计划调整得很完美，一滴雨也没淋到。春节前申请完年休假，打包好食物、水和换洗的衣服，带上电动打气筒，检查好轮胎之后，整理好心情，剑指西南，准备出发。  
Day1，  
天津至宜昌  
，里程1300KM，耗时14小时。  
早上3点起床，洗漱完毕，3：30出门，基本上全天都是赶路模式，一路上车流不大，基本上没有遇到拥堵，中途几次在服务器加油和休息，唯一感到不舒服的地方是，走高速路过德州的时候，先跨出河北段收了一次钱，右转没几公里又跨出山东段，又收了一次钱，哪个缺德的设计的收费站？经过一白天的奔波，下午17:30到达了预定的  
宜昌国际大酒店  
江景房，在房间可以看长江和  
夷陵长江大桥  
，位置真得不错，这也是本次行程最满意的酒店了，晚餐和早餐都在酒店顶层的旋转餐厅解决，￥68一位的自助，有西餐和小火锅，种类不多，但是绝对吃到撑，小火锅基本上就吃虾和黄骨鱼了。  
宜昌江景房  
长江夜景  
Day2，宜昌市至三峡大坝，终到重庆巫山县。  
餐毕在酒店附近的加油站满油出发，考虑到接下来都是小县城了，加油不便，车中有油心中不慌。导航设置的是三峡大坝，刚到三峡高速口，路边保安热情地向我招手，由于我事前得知去三峡大坝要办理通行证，我以为是叫我办证呢，赶紧停下来，走到旁边的亭子，亭子中的女士没提办证的事，不停地推销我坐船游  
三峡人家  
，如果开车的话，每台车￥200，可以开车进出大坝的某些区域，我说我要去  
坛子岭  
看船闸，她说不能，这时候我看到好多本地牌照的小车嗖嗖地驶过，没见保安大哥热情地招手，凭我多年的出游经验，甭问，这肯定是一个假窝点，打着办证的旗号，推销  
三峡人家  
游船，￥160一个人好贵啊！我是来看大坝的，不是来看移民居住点的。城里套路深，我要去农村，咱不按照你的套路出牌，告别套路姐上车继续前行，走了几公里之后，前面出现了路卡，这才是办理通行证的地方，办证之后沿着三峡高速一直到大坝游客中心，不能在往前走了，前面交通管制，只能乘坐景区的BUS进出。乘景区的BUS首站到坛子岭看船闸和大坝，接下来去江对岸看截流纪念公园，最后再乘车返回游客中心。  
办证  
大坝船闸  
大坝船闸  
船闸看了很久，5级船闸延伸了几公里，在山上只能看到两级，看着闸门许久不开，水位缓慢地上升和下降，通行效率太低了，通过船闸的时间估计得花一个上午。所以基本上所有的游三峡的游船都不过三峡大坝，全部在大坝平湖的太平溪码头登陆，否则等过个船闸能把人耗死，过个这个船闸，下游还有一个  
葛洲坝  
船闸呢，换做你会不会被逼疯？  
高峡平湖  
大坝主体  
对面  
秭归  
县城  
高峡平湖的景色在雾霾的笼罩下，显得黯淡无光，甚至连对面秭归县城的楼房都看不清楚，近期爆出日本神户钢铁数据造假的事件，大坝就是采用了神户钢铁的产品，但愿大坝能够挺住！江对岸的截流纪念园里面有一对淘汰的卡特彼勒矿山车和铲车真得够威武雄壮，矿山车以前曾经在成龙电影《艺胆厨星》里面见过，这次见到实物了。大坝游览完毕，接下来准备去重庆巫山县住宿，这里有两条路可走，一条是快速路，沿三峡高速返回宜昌市，然后走沪蓉高速到巫山，这条路比较省时间，能够早早地到达巫山县城住宿，这肯定不是我的风格啦！早早地去县城住宿有啥意思，出来游玩，风景都在路上，还有一条路是沿着长江一直往上游走，中间有个郭家坝镇可以汽车过渡，即使不能正常过渡，也可以继续前行，绕道去东巴县城，那里有长江大桥可以过江上沪蓉高速到巫山县城，这个才是我想要的路线。  
卡特彼勒矿山车  
卡特彼勒矿山车  
从大坝游客中心出发之后，通过大坝下游的西陵长江大桥，来到了长江南岸，准备走一段高速到尽头的秭归港，这样可以跨过秭归县城，减少绕路，在上高速之前，路边有好多卖橙子的小贩，想到湖北也是橙子的主产区，不买点路上吃有些可惜了，路边问价比天津便宜不少，好大的橙子￥4一斤，当即采购了10斤。驶出短短的翻坝高速之后，开始走S334省道，这段省道除了开始有一段烂路正在修以外，剩余的路况都不错，右手边就是长江，走在山间峡谷边，时而过一个隧道，一直有长江的陪伴，看着左手边漫山遍野的橙子树，走这路比单调的高速公路惬意多了。当车行至郭家坝镇时，我果断地右转进镇，打算尝试一下汽车轮渡，如果不成功则只能继续走省道到  
巴东  
县，那样的话接下来的路将没有长江沿江陪伴了。来到了汽车轮渡的码头，发现有近几十辆车在排队等候，轿车、客车、三轮、摩托车等啥车都有，问了一下交警，说我的位置起码要等3个渡，就这样慢慢地排队，一个渡大约过21辆车，一边吃东西、一边拍照，时间不长终于轮到我们上船了，虽然上船速度很慢，由于坡度较大没有采用侧身登船，前保险杠底还是和船蹭了一下，好在无大碍，下船的时候采用了单轮斜侧登陆，顺利通过。  
汽渡排队中  
离开渡口  
在建的高铁跨长江大桥  
上岸之后沿省道S255上沪蓉高速到达巫山县城，顺利入住  
汉庭酒店  
江景房间。来巫山吃啥，当然吃巫山烤鱼啦!在县城里面找了一家人较多的餐馆点了一条烤鱼，再配上几个菜，八十多块钱又是吃到撑。￥68一份烤鱼味道很好，就是有点太辣了，幸亏我们点的还是微辣的，否则不定辣成啥样！餐后回宾馆的路上又有好多卖橙子和橘子的小贩，这里更便宜，和我在秭归买的橙子一般大小，这里只要￥3.5，那还犹豫什么，再给我称10斤，最终到家的时候买的两次橙子基本吃光，后悔没买两箱带回来，正月十六天津菜市场橙子卖￥6每斤。  
￥68的烤鱼  
住宿提示：该县城豪华型不上星的酒店为  
江山红叶酒店  
，地段很好，离乘船码头近，但是，看江景与我之前在宜昌的4星酒店对比，觉得在一个小县城好像3百多的房价有点不值，最终选择了价格便宜一半多的汉庭，除了没有早餐以外，宽阔的大宁河口，看江景一样漂亮。  
Day3，今天游览  
小三峡  
，然后去长江上  
游奉节  
县住宿。  
早上睡个懒觉，拉开窗帘，看见霾中的太阳从对面的山上逐渐升起，倔强的阳光穿过层层阻挠的雾霾，将余晖洒在了大宁河口的江面上。没办法，整个中国都在雾霾笼罩之下，凑合看吧，靠心中的想象，如果没有雾霾阻挡，通透的阳光洒落下来的样子。  
汉庭江景房  
收拾停当，下楼退房，将不用物品全部放进车的后备箱，车子继续放在酒店的停车场，我们步行去码头买票乘船，小三峡票价￥150，乘船往返需要4小时，最近淡季只有每天10点钟一班船，其实算算4个小时的票价真不贵，乘大船游览大宁河的小三峡，最后在一个河叉附近，换乘小船游览  
小小三峡  
，由于水位上升了100多米，小三峡的景色与原来有很大的不同，好多的景点永远淹没于水下，不过看现在的样子景色还不错，山清水秀，站在船头没几分钟就冻得受不了，本来就是冬天，江风一吹，我的皮夹克都扛不住，后悔没多穿点衣服。一边听着船上的工作人员讲解，一边挨着冻在船头东张西望，其实好多景点都是三分形似，七分想象。导游不解说根本看不出来，不过看看山、看看水也就够了，其它的什么悬棺啥的，不是很重要。  
小三峡景色  
小三峡景色  
桥上为沪蓉高速  
弥勒峰  
观音坐莲峰  
仿古栈道  
大船驶到河道变窄的地方出现一个船坞，所有乘客全部下船改乘小乌篷船游览小小三峡，小小三峡就是大宁河的一个小支流，里面的景色还不错，这里的河道更窄，水也更平稳、更绿。跟随乌篷船出行的有一个讲解员和一个驾驶员。讲解员负责一路解说，然后再唱唱山歌活跃气氛，当然啦！他也不是白唱的，为后面的推销做一下铺垫，唱完山歌，叙述了一下当地村民生活有多苦，然后推销打上小三峡LOGO的钥匙扣￥30每个。抛开他会不会给村民分享提成不讲，钥匙扣的确没啥用，还挺贵的，我没有买，整船20多人也没几个买的。乌篷船返回的过程中，讲解员也不爱说话了，山歌也不唱了，没人买他的钥匙扣，估计是不高兴了,不唱就不唱吧，反正唱的山歌也听不太懂，就让我们安静地欣赏两岸的山景吧！只可惜没有猿声，虽然路途中有时候能够看到岸边立着牌子“猴粮投放处”，但是，现在与1000多年以前的生态环境无法相比，“两岸猿声啼不住”的情景永远不会再现了。我们乘坐的乌篷船算是比较好的一艘，讲解员夸我们有眼光，他说这艘船当年搭载过江泽民，搭载过谁不重要，我看中这艘船是因为船上的椅子有靠背的，其它两艘都是长条板凳。  
小小三峡  
我们乘坐的乌篷船  
山歌唱起来  
曲径通幽的河道  
悬棺洞  
40分钟的乌篷船行程结束，大家又返回到大船上开始返程。之前来程时，不少人被大船讲解员忽悠花￥30买楼上茶座的，现在都给骗下来开始广告轰炸，当然骗下来的借口是回程顺水行船，船速较快，为了安全起见，需要降低船只的重心，所有人要到一楼室内坐稳，不能在室外甲板上走动拍照。这都是彻头彻尾的谎言，我知道这是谎言，因为船速没有明显的变化，大宁河的水几乎是静止的，这里的水位和三峡大坝的水位基本一致，流速相当缓。去程风景都看完了回程再看一遍意义也不大，最主要的是外边江风太大、太冷，没有一个人再去站在船头观景了。船上播的广告主要卖3种产品：尖嘴頢食品、何首乌生发药和三峡VCD光盘。尖嘴頢的食品铺垫做了大篇幅的讲解，引人入胜又娓娓动听，不亲自尝一下觉得对不起演讲者的口才，她不是采用音频播放的方式，而是采用现场解说，环环相扣，实在令人叹服。我买了两包尖嘴頢食品，现场百度搜网页没有任何介绍，只有淘宝搜到了尖嘴頢的商家，既然现场售价和淘宝的售价一致（当然不排除淘宝商家就是他们的），那就买两包吧，尖嘴頢肯定是村民散养的，村民肯定会收到实惠，这样既能为扶贫做点贡献，又是对现场讲解员进行了打赏，随船带的几大箱尖嘴頢食品基本上售罄，另外两样东西基本上无人问津。现在中午已过，气温上升，我移步出门上二楼观景拍照，直到船靠岸才下楼出仓结束愉快的小三峡之旅。￥150搭乘4个小时，与三亚亚龙湾坐船巡湾游、大连老虎滩出海游、镜泊湖乘船等等相比，真得超值了！  
￥100每包  
巫山小县城的江景房  
江山红叶酒店  
我们乘坐的游船  
巫山县城  
巫山县城  
此刻已是下午两点半了，好饿啊！怎么办？烤鱼伺候！这次就在码头附近找了一家没打烊的烤鱼店用餐，第一次吃到了纸上烤鱼，感觉很新鲜，纸的作用起到了一个小焖锅的效果，后厨处理的半生不熟的鱼用纸严严实实地包住，现场焖至全熟然后再撤纸用餐，这次点的是蒜香不辣的烤鱼，撤掉纸一看，好家伙儿！老板真下血本啊！她说用蒜超过一斤，鱼基本上淹没在蒜末中了，纸上烤鱼空间有限，￥58每条，这次是没有任何配菜的，我们又点了几样配菜添加进去一起炖，味道真得好棒！还是有点微辣，重庆的口味也可以理解，无辣不欢嘛！饱餐完毕，时钟指向下午16点，得，晚饭都省了，回宾馆取车驶往下一个目的地奉节县。  
纸上烤鱼  
从江边到沪蓉高速的路程一路都是在上坡，路途还不是笔直的，一会左转、一会右转，关键是大转弯坡路给你加了红绿灯，这酸爽谁走谁知道，苦了我们这些开手动挡驾驶员了，好在我只要不是大陡坡，起步还能马马虎虎对付过去，大陡坡可不行，舍不得狠踩油门，熄火是正常的。沪蓉高速基本上是在山间穿行，隧道连着桥梁，工程造价很高，通行费贵是正常的了，唯一不满的是限速80，坑爹啊，这TM还是高速吗？眼看要过年了，什么猫三狗四的选手都开车出来了，在隧道中不紧不慢50公里的时速压着后面一堆车，逼着别人违规变道，当然我也变道了，不变道谁受得了，当然变道的时候要眼观六路，一看后视镜有没有车尾随，二看头上隧道的右上方有没有摄像头，三嘛，不打转向灯，关掉车灯迅速变道，超车之后迅速切回原车道，然后打开车灯，仿佛一切都没有发生过，唯一变化的是我和前车换了一下次序。非经验之谈切勿随便模仿，反正这也是被二货司机逼的，高速上龟速占道的完全是自私利己主义者，从来不为别人着想。沿着沪蓉高速到达了奉节出口，为了能够路过  
白帝城  
景区，我特意在前一个出口下了高速，走了一段省道经过白帝城，三峡大坝筑起，白帝城被水淹之后变成了一个孤岛，孤岛与县城有廊桥相连，时间目前是17点多钟，偌大的停车场空无一车，前一天晚上查了一下携程网白帝城的景点门票，￥20，好兴奋，不贵呀！点击购买，不对啊，怎么不能选第二天的，再仔细一看，只有除夕到初六门票￥20，其它时间段￥70，坑爹啊！莫非想留我在这里过年？索性我不进去了。原计划是在这里逗留一整天，游览白帝城之后要乘船渡江到对岸登高徒步看三峡呢，既然现在不是优惠时段，看来这里和我无缘啊！  
办理酒店入住手续之后，我和老婆去江边保存较为完整的老县城的城墙和城门走了走，这里的江面很开阔，好像不像上游的长江啊！沿着城墙往  
夔门  
的方向走了一段，城墙结束了，老婆自己返回酒店休息，我沿着小道石级登山，准备登高远眺夔门，凭着感觉很顺利地到达了山顶，并找到了观看夔门的地点，掏出￥10纸币对照了一下，夔门被水淹了100米，雄伟不再，再者就是我的视角与10圆纸币也不相同，我都登到山上了，拍摄的视角还是偏低，得出的结论只能是10圆人民币采用的是航拍的照片。  
白帝城景区  
白帝城景区和夔门  
奉节宽阔的江面  
奉节县城古城门楼  
上山看夔门  
10圆背景图案  
点火阑珊处为奉节新县城  
Day4，奉节至恩施，全程省道和乡道，无高速可走。  
穿越奉节新县城过夔门长江大桥，全程拥堵，路况也差，过长江驶出县城人口稠密区之后，省道的路况很好，两边都是山景，这条路也是通往奉节天坑地缝景区的道路，对于天坑地缝景区兴趣不大，网上搜了一下别人拍的照片，下到坑底坐井观天地看看，然后还得徒步上来，还收不少的门票钱，再说了老婆爬山受不了，还是算了吧。重庆境内的省道走完了，进入湖北境内开始走乡道了，路况变得差多了，车速由70降到了40公里，路过几个村子更是堵得要死，到达  
恩施大峡谷  
游客中心的时候刚刚过中午。购票入场乘车游览云龙地缝和山上的七星寨，这里我的建议是不要购买地缝的联票，地缝好无聊，就是一条深水沟，游客下到深水沟一半的位置，沿着沟边的栈道走走，看看从上方飘落下来的几个小瀑布，个人感觉这个景点是凑数的、凑时间的。关键是怎么走下去的还得怎么爬上来，上下台阶不利的老婆落在后边，由于我给她一个人买的是索道票，我和孩子是步行山上的，只好把她一个人丢下慢慢行了，好在从地缝上来之后就是索道站，她几步一歇我就不管了，我和孩子走上来搭乘景区班车驶往山顶的七星寨山门，坐车上去差不多半小时吧，一路爬坡，恩施大峡谷山顶海拔1500多米，景区车停靠的七星寨检票点的海拔1400多米，从七星寨检票点走到索道上站海拔提升185米，里程900米，这么算下来价值￥120+的索道费用是不是有点高了，但凡有一点体力的人都能够自己爬上来的，索道是从山下坐的，很长的一段路都可以用汽车覆盖。上到山上之后和老婆汇合一起游览，我来恩施大峡谷是受到广告的影响，被骗来看看究竟，最后得到的结论是“啊哦！不过如此!”,什么号称镇谷之宝的“一柱香”景点，其实也不怎么样，相反，我倒是觉得几百米长的绝壁栈道还有可观赏性，至于地图上标的其它景点，我只能表示“呵呵!”，过了一炷香景点之后基本上就是一路下坡，走不动的可以坐滑竿，下到一半的位置就可以乘坐扶梯到达山下乘车点，扶梯不贵￥30每人，留下孩子在扶梯口等他妈妈，我自己步行走台阶下到乘车点，在山下边嗑瓜子边等他们两个人，瓜子皮堆起老高了，他们两个才慢慢地乘梯下来和我汇合。乘车出景区，游客中心取车驶往恩施州住宿，恩施州到景区的路很不好走，80公里的路走了两个多小时，我给恩施大峡谷景区的结论是一般般吧，没有吹嘘的那么好，这大深山沟子我应该不会再来第二次了。  
在恩施州入住的宾馆是在一个小山坡上，进入宾馆需要先经过一个小隧道，有点意思！这个宾馆应该是和国家电网有点关系，就在国电的后面，装修仿明清风格，环境还不错，出来找吃饭的地方比较麻烦，关门打烊的较多，好不容易找到了一家夜市餐馆，人很多，上菜超级慢，吃完饭都22点了，恩施的餐饮风格是咸、辣。  
云龙地缝就是深水沟嘛  
七星寨开始爬山  
棺材石  
峡谷栈道  
山下的村庄  
祥云火炬  
一炷香  
蓬内是下山扶梯  
Day5，今天的行程是恩施至清江，然后去湖南的凤凰古城住宿。  
早起用餐之后我自己搭乘市内公交车去恩施的土司城参观，年关将至游客稀少，人少好处是参观没那么拥挤，坏处就是土人表演被取消了，大年初二开始上演，土司城不大，一个多小时可以走遍，其中的九进堂是核心，数了一下还真有九道门，这个是古迹，能够保存下来实属不易，第九堂顶部都快要塌了，用了一根柱子辅助支撑的。城中最高点是钟楼（现代建筑），登高可以远眺一下，上面大钟可以随便撞，我撞了九下，提前为狗年祈福啦！  
土司城九进堂大门  
上到第九堂俯瞰  
用一根柱子辅助支撑  
钟楼可以敲钟  
恩施入住的宾馆  
游览完毕回宾馆退房出发，下一目标是到达清江边乘船游览蝴蝶崖，穿过了层层拥堵、盘过了数十个发夹弯的山路，到达清江边之后，得到结果是人家歇业了，白跑了一趟。前一天晚上在去哪网预订的船票，可恶至极，人家都歇业过年了，你还卖啥船票呢！怎么办？是继续沿着山路到鹤峰县住宿呢还是原路再退回去？到鹤峰是因为有点想去屏山峡谷乘坐一下当地的小船，那里有条小溪水很清澈，小船漂上水上有悬空的效果，叫什么躲避峡。关于这个躲避峡也是从某户外领队那里看过照片和得到的信息，但是，领队没有可靠的户外轨迹地图，他所说的农家院还忘记叫什么名字了，电话也没有，当然了，是他不愿意提供给我还是真没有就不得而知了，可能出于本意想让我参团游览吧？ 既然目的地不明确，也不确认是否也像清江这里一样关门放假，在加上剩下的路程一样都是盘山道，万一再白跑一趟我会疯掉的，即使我没疯掉，坐在后座的老婆也能把我磨叽疯掉，2015年去青海的坎布拉国家森林公园，那盘山道走得，上百道弯，我耳朵被后座的老婆磨叽了一道，好在山顶看刘家峡水库风景很美，下山的时候后座消停了，这次死活不敢再冒险，鹤峰不去了，直接原路返回走高速到凤凰古城。到达古城已是傍晚时分，先在县城找地方吃了晚饭，然后开车去古城找住宿的地方，古城是不能走车的，我们选在古城的东北方向，那里离公路很近，找个停车场停下，收拾东西找客栈住宿，年前的人比较少，选了一家  
临江客栈  
，房费￥180。放下行李之后就去逛古城看夜景了，古城的夜景很漂亮，沿  
沱江  
的房屋全部有彩灯装饰，江边有好多酒吧播放着震耳欲聋的音乐，其中的虹桥周边属于古城的核心景区，两边全是老的吊脚楼，越往边缘建筑越新，古城也逐渐向两边扩建蔓延，就在我们住宿的客栈对面，还有几栋正在搭建的没有完工的客栈，搭乘古城的这艘大船，靠提供餐饮住宿获得经济收入。沿江边走边逛一直到走机动车的大桥下，眼看着前方江边灯火暗淡下来，基本走到头了，于是我们返回，本打算在来时路过的青旅酒吧进去坐坐，结果回程发现歌手已经不见了，听歌不成只好回客栈休息了。  
餐饮小提示：尽量不要在古城内用餐，物价偏高，尤其不要在靠近江边的餐馆用餐，个人认为不干净，原因是第二天沿江边走的时候，发现上游的商铺老板在沱江里面涮拖把，下游有老板在江边洗菜，有洁癖的人是受不了这个的。  
在  
江边客栈  
窗口看到的夜景  
Day6，今天行程是  
凤凰  
至桂林。  
今天是大年除夕了，早上起来之后我自己去古城里面转转，昨日晚上只是在江边转的，今天要深入古城的内部走走，不走不知道，里面就像个迷宫，好在没遇到过死路，小路弯弯曲曲，除了像  
沈从文故居  
这样的收费景点之外，我还遇到了免费的景点，也可以亲自登上小木阁楼看看，里面的桌椅板凳和古床等等还真有些年头了。这次沿沱江走到了古城的尽头直到没路了才返回，回程在虹桥附近又登上了山坡打算鸟瞰古城，怎奈树木太高大，视线全部被遮挡，其实在南华桥南边有个凉亭，那里的高度已经很高了，完全可以俯视半个古城。  
除夕的早晨  
除夕家家张灯结彩  
可免费参观的景点楼上的闺房  
可免费参观的景点  
古城  
东门城楼  
沱江  
对面上我们住宿的客栈  
逛完古城回到客栈将尽中午，退房走人。来到昨日吃饭的湘菜馆，被告知现在已经不接散客，楼下的德克士也锁门歇业了，最后只好在对面的重庆小面解决了腊月三十的午餐，够惨的了！餐后南下去  
桂林住宿  
，大年三十高速开始免通行费了，好长的一段路基本上都被我一个人承包了，前后都没车，这才叫爽，下午16点多到达了桂林市火车站附近的酒店入住，由于担心没饭吃，特意选了一个价格较贵的“大”酒店，因为它的酒店名称就叫“\*\*国际大酒店”，我想又是“国际”又是“大”，怎么着也得有餐厅有厨师吧！结果是“呵呵！”餐厅只提供早餐，晚餐还得自己出去解决，酒店一出门就有拉客的三轮车，￥5拉我们去依旧开放的餐厅就餐，走了挺远来到了一个餐厅，人还挺多，一看菜单有点偏贵，一路上也没看到开放的餐厅，就在这里凑合一顿年夜饭吧，如此便宜的路费拉我们到这里，明显这里是专门接待外地游客的餐厅，明知是当也得上了，这也是本次行程遇到的第二套路。饭后溜溜达达走回宾馆，中途路过一个东北餐馆又打包了一份饺子和烧鸡。猪蹄等菜留着午夜再吃一顿，在宾馆门口又遇到那个拉客仔了，他又跑回来继续拉客，他还向我们打招呼，不管怎样，大年三十晚上还这么辛苦，我也不好说什么，那你继续拉客吧，我要上楼看电视春晚喽！住高层的酒店好处就是视野好，可以看到远处和近处的烟花，今年天津不让燃放鞭炮，跑出来看烟花感觉也很满足，向鸡年说再见，在鞭炮声中迎来了狗年，万事大吉！  
Day7，今天目的地是桂林市至下属的阳朔县。  
桂林市我不陌生，算上这次我已经三次造访啦！桂林市号称两江四湖旅游，市内的象山公园和七星岩公园门票都挺贵的，去过一次足矣，是一个不可再去的景点，然后市内就无处可去了，驱车直接驶离桂林市，目标定位兴坪镇，看完10圆人民币背景，这次再看看20圆人民币的背景，还剩下50圆人民币的背景留得下次出  
游西藏  
。出桂林市走的乡道，中途有一段路是沿着漓江边走的，不过这一段路景色很一般，两边没有馒头山，远离漓江之后开始走盘山道上山，下山的时候路过一个观景平台，那里可以看到远处层层叠叠的馒头山，不过，此刻由于雾霾太重景色大打折扣，下山之后路边都是橘子树，看到路边有卖橘子的小贩，￥5每斤的沙糖橘，味道棒极了！我们把他刚摘的所有砂糖橘全部收庄包圆，大概九斤左右。开车吃砂糖橘还是有很大作用的，当你开长途犯困的时候，慢慢剥一个橘子，一瓣一瓣地慢慢吃，只要手中有事儿干，这样可以抑制困意保证行车安全。  
行车过程中路过一片油菜花田  
山上的观景平台，没有雾霾该多好  
到达兴坪镇之后存车开始徒步漓江，兴坪步行至  
九马画山  
距离约5.6KM，可以选择乘坐小筏子，小筏子可以省力，但是会失去徒步的乐趣，并且小筏子是采用PVC管仿制的竹筏，使用一个小柴油发动机，跑起来噪音很大，我不知道坐在筏子上的人嫌不嫌嘈，反正我在江边走都觉得嘈得要死，并且坐筏子为了安全不能离座，想拍个照都困难，最最主要的是看不了九马画山，  
杨堤  
镇和兴坪镇以九马画山为界，各自独立卖船票，井水不犯河水。杨堤的船可以看到九马画山，兴坪的没到九马画山呢就得返航。想想人家欧盟，国家之间都随便走，这个同属阳朔县的两个镇子还这样搞分邦，更加恶劣的是杨堤居然圈起来卖票了，要打此路过，留下买路财，这也直接导致我此次的漓江徒步只能到达九马画山为终点，然后再原路折返。由于漓江需要跑观光船的，所以桂林至阳朔县的水路是没有小桥可以过江的，如果要看九马画山需要乘坐轮渡过江，￥10每人，算起来很贵了，直线距离50米不到，还好往返可以讲价，最终￥15成交，过江之后沿右边的江边走一段路，在江边的石滩上就可以看到九马画山的全貌了。第一次乘船游漓江的时候听船上导游讲，原来只能看出七匹马，其实这七匹马也是三分神似，七分靠想象，后来周恩来游漓江的时候看出了九匹马，要不人家怎么能够当总理呢，独具慧眼，然后此地就被称作九马画山，不过这次在码头听当地人讲，其实在山上的峭壁上只能看出七匹马，另外两匹是在旁边的山上，并且一个是马尾，另外一个是马的什么部位就忘记了，恕我眼拙，我连七匹都没看出来，全当热闹看了。  
￥20背景取景处  
小动力筏子乘坐点  
徒步漓江  
徒步漓江，这里应该是  
黄布倒影  
的地方  
九马画山小轮渡  
九马画山你能看出多少匹马？  
抗着鱼鹰找人照相的渔民  
时间目前是下午17点，该往回返了，我还要到兴坪镇爬老寨山看日落，眼看5.6公里的路程如果再徒步回去需要花费一个多小时，估计到镇里太阳也落山了，于是搭乘当地老乡的摩托车回程。老寨山不高，爬到山顶半小时就够了，登山的地点就在镇子轮渡码头后边。老寨山的登山石级据说是和一个日本老人有关，他摸索道路登上老寨山之后发现景色很美，并且想让美景与他人分享，于是在当地常住下来出资、出力购买材料，修建石级和山上的友好亭。上山之后如果要看日落还要爬上乱石坡，那里才是日落的方向，看日落的人不少，只可惜雾霾太重，日落的景色没有想象中的好。日落之后下山驱车到阳朔县城住宿，当天是大年初一，来阳朔的游人逐渐增多，我们没有提前预定宾馆，路边看到一个速8酒店问了一下，房费￥280不能停车，我们正在犹豫之时，有拉客仔介绍去他们家住宿，房价便宜还能停车，那就去看看吧，看了一下家庭旅馆，房间还不错，我下楼打算再续一天，结果老板说第二天的房间是￥400，他说“今天的客人少是这个价，因为来的人还在路上...”那就算了，明天我打一枪换一个地方。  
登山老寨山俯瞰兴坪镇  
老寨山霾中的日落  
老寨山霾中的日落  
山顶友好亭  
下山了  
住宿办理停当之后开始下楼找地方吃饭，餐馆基本上都是全城都卖啤酒鱼，而且很贵，我老婆看了一眼隔壁桌点的啤酒鱼，用个大铁盘子装的，看卖相也不怎么样，菜市场里最便宜的大鲤鱼，可能各个地方售价不同，天津是￥7左右，在阳朔的餐馆里身价倍增，达到了￥58每斤，并且餐馆的鱼重量都是2.5斤起，当地产的鱼更贵，一百多一斤，想想我在巫山连续吃了两次烤鱼，鱼论条不过￥58和￥68，这里吃一次鲤鱼要花一百多，想想还是算了，别说是啤酒鱼了，就算是五粮液鱼...，如果放五粮液和茅台倒是可以考虑尝尝，呵呵。随便点了几个其它菜对付了一顿，我给餐馆点评是又贵又不咋地！餐后逛  
西街  
，西街的酒吧有那么几个，有静吧有闹吧，还有几家  
印度餐厅  
，真有印度人厨师，整个西街人山人海，我们从西头走到了东头，回来的路上找到了一个酒吧，进酒吧点两瓶啤酒听了一个多小时的歌，体验一下当地的酒吧文化吧，酒吧基本上被广东人占领了，这桌是肇庆的，那桌是茂名的，还有一桌是中山的等等。两个广西柳州的歌手，顺应潮流还特意多唱了一些粤语歌曲。午夜12点我们离开了酒吧，这时的西街游人少了很多，但是，各个餐馆还是有人在用餐，路过的酒吧有的依然火爆，大声嘈杂的音乐伴随着主持人不断地解说，门口还围观了一群人，我路过我也加入了围观的行列，围观是有原因的，因为里面正在表演钢圈舞，酒吧天棚上吊着一个直径将近一米的钢圈，身材爆好的美女身着三点式，在不断转动的钢圈上不停地做着各种的动作和姿态，时而倒挂、时而劈叉等等。你要用艺术的眼光欣赏，不能含有猥琐的念头。围观完毕，离开西街回宾馆休息。  
西街的人流  
午夜的西街  
Day8，今天计划  
遇龙河漂流  
和游  
十里画廊  
。早上退房之后设置导航至金龙桥漂流点，快要到金龙桥的时候看到路边牌子指向和导航不一样，于是我按照路边牌子的指引来到了一个小漂流点，我老婆起了疑心，这小破路也不像个旅游点的样子啊！尽头的一个小停车场里倒是停了一辆大巴和几辆小车，我老婆下车买票，不一会看着她拿着钱又回来了，她说我们来到了一个假景点，里面卖的船票不是在这里漂流的，套路够深的，这次是本次行程遇到的第三个套路。还好我们都是走南闯北多次出来玩的，不然还真不好避开这些套路。退出假景点到达真漂流点之后，遇到了有意思的现象，就是真漂流点的人对我们爱理不理，找借口说排队的人很多，要排一个半小时以上，推荐我们去那个假景点买票漂流，甚至我们都把钱递进去了，又被售票员退回来了。我们走到  
遇龙河  
边看了一下水，水也不清，和我们家楼下的水差不多，排队的人还真不少，算了，那就不漂流吧。回程的路上遇到一家餐馆，这么多天以来终于遇到一家可口的饭馆了，点了几个菜味道都很不错，关键是那碗桂林米粉，￥28一大碗够两人份了，味道很棒。下午返回阳朔县城的十里画廊，存汽车租自行车游览，那里每天7点至19点交通管制，只能走自行车。前两次游十里画廊一次是汽车，一次是自行车，骑自行车的那次，儿子还在我的胸前背带上，才一岁半，现在他自己骑一辆自行车了，时间过得快啊！骑到尽头的  
月亮山  
对面，看到了当年在此用过午餐的月亮妈妈农家院居然还在，这都十几年过去了，不知道当年会多门外语的月亮妈妈还在不在了？骑车回程的路上我们又左转往遇龙河的上游骑出了好远，那里真是一幅田园景色，有山、有水、有菜地、有农家、有水车还有卖小吃的农妇。这里借用一下单位某同事的人生目标“农妇、山泉，有点田”，我估计这个“农妇”，如果丑了他不会满意吧！开玩笑了。  
十里画廊的遇龙河  
遇龙河全景  
月亮山  
月亮妈妈农家院  
算了一下时间，租车点下午18点下班，在遇龙河边坐了一会我们就骑车返程了。阳朔县是没有共享单车的，桂林市有，我估计共享单车影响租车生意，即使有的话也早被他们恶意破坏掉了。取车回新换的宾馆住宿，这个宾馆是本次行程住的最差的一个了，携程网预订的，并且我们还在头一天吃晚饭的时候提前看过房间，谁知道预订的和我们看的房间不是一栋楼，网上预订的房间面积太小了，并且没有停车位，车子停到了500米外的某小学操场上，还收了我￥40的停车费，真是郁闷。午餐吃得较多，孩子说不饿，然后他自己留在宾馆玩，我和老婆又去西街逛，这次走的另外一条道路，想找一个餐馆用晚饭，找了两家看起来还不错的，谁知当天只有特殊的“春节菜单”，啥叫“春节菜单”?就是由于大师傅放假，只能点选那么几样菜，并且还很贵，后来我们在那个餐馆的旁边找到了一家豆浆店，环境宽敞明亮，菜也不贵，有老婆喜爱的广东肠粉，我们点了好几样不同口味的肠粉，结果也就花了￥50圆左右，吃完下楼的过程中，前面的水池边正在上演大型水上舞台剧《再忆刘三姐》水池周围都用水幕墙遮挡起来，我们在二楼上可以看到，不过由于距离远听不太清楚，好在舞台对面有字幕，一看字幕明白了，基本上就是现场再演一遍《刘三姐》电影里面的一些山歌对唱，一条船上的是莫老爷为首的秀才团代表统治阶级，另一条船上是以刘三姐为首的农民代表被统治阶级，看了一会儿，站着太累，我们又继续逛西街了，这次把西街的都逛遍了，不留死角。回到宾馆开始犯难了，明天去哪好呢！  
原计划我要去中越边境的德天瀑布的，查了一下导航需要驱车9小时，明日是大年初三，如果去的话，到德天瀑布点个卯就得立刻往家走，初七就得上班了。并且我原计划想要住的名仕艺术大酒店房间由年前的￥300多暴涨至￥800，这和抢钱有区别吗？区别还是有的，那就是我可以选择不去，况且冬季瀑布的水量是最小的，不是最壮观的时候，这个已经在2016年春节黄果树瀑布进行了验证，既然不去德天了，下一步该去那里呢？现在逐步返程只能路过长沙，老婆11月份刚在长沙转过两天，不想再去了。此刻女人的地理盲暴露出来了，不断地问我是不是路过广州？去深圳旧地重游吧！是不是路过山东威海，去看天鹅吧！是不是路过成都，我还没去过成都呢！最后商定的地点是适当地绕路，去重庆市转转。  
Day9，今天行程  
阳朔至重庆  
，耗时12小时。  
早上早早地退房取车，想要赶在交通管制之前穿过十里画廊，来到那个小学存车场发现，好家伙！操场上居然停满了汽车，看来停车费收入颇丰啊！穿越十里画廊上高速之后驶往桂林市的方向，有好长一段路两边全是馒头山，景色很美。一路出广西、穿贵州来到重庆地界，车流量骤然增加出现拥堵，到达重庆市的时候天色已晚，随便在巴南区找个宾馆住下了。出来找吃饭的地方真不容易，都是火锅店，好不容易找到一家可以点餐炒菜的，对付吃一口吧！  
Day10，今天重庆市内游玩。查了一下有特色的轻轨线路2号线，既有穿越居民楼的站点，又有90度大转弯的站点，还有一段路是沿着嘉陵江走，可以欣赏嘉陵江的景色，所以我们特意绕路到大渡桥站点上车，不过说实话，那个90度角的大转弯在车上看不出来怎样，那个穿过居民楼的站点，也是需要在站点下方观看才能看出点意思的，我们也就是在轻轨上一走一过，打卡似参观。接下来的一整天都在渝中区转悠了，先去的朝天门码头。然后又去  
解放碑步行街  
，路过  
长江索道  
，看着排出几百米的队伍，深感电影对景点的影响有多深远，靠电影出名的景点有多少，随随便便就能够说出几个来，张艺谋的两个电影火了兵马俑和乔家大院，《疯狂的石头》火了长江索道、《茶是故乡醇》火了德天瀑布、《芙蓉镇》火了芙蓉镇、韩寒的垃圾电影也能火了东极岛等等。下午逛饿了想找地方吃饭又犯了难，商场里面的美食城有的没开，有的打烊，查了一下点评网，找到了一家写字楼里面的川菜馆，楼层在36层，该川菜馆味道还凑合，楼层较高，坐窗边一边吃饭一边观景还不错，由于楼下也没有招牌，楼层又这么高，味道一般般，全指着网络活着了，我猜那点评网的好评都是刷出来的。吃完饭继续逛步行街，走到八一路发现两边全是卖小吃的，刚才没太吃饱，在小吃街又补了一顿。天快黑了，我们打算去洪崖洞看夜景，尽管我提前有心里准备，走到洪崖洞还是被眼前的景象吓到了，这人流密密麻麻的，稠密的队伍拐了好多道弯，他们是准备下到底部去，我一看下到底部看夜景的想法实现不了了，那就采用第二方案，去嘉陵江大桥上拍摄洪崖洞夜景，尽管去嘉陵江大桥也很拥堵，不过和下扶梯相比好多了，洪崖洞的夜景很漂亮，白天看不出来什么，那里要晚上去才好看。看完洪崖洞夜景之后想打车去江南岸的一棵树观景平台俯瞰重庆渝中区夜景，这人流打车去是一种奢望，没遇到几辆出租车，我要是司机我也不往这里走，太拥堵了，严重影响生意，没办法只能步行至较场口乘坐公交去，公交车还没到一棵树景点呢就开始了长时间的拥堵，其实我事先看过了百度地图，发现那里一直拥堵，但是我没想到会如此地拥堵，堵在盘山道上一步一动，还好我没开我的手动挡车子，否则能把我折磨死，中途不断有外地牌照的私家车掉头离去，赌了一个多小时，终于上山了，路过了一棵树观景台，可是我们没有下车，眼看要到22点了，下了公交车就没车子回去了，过了观景台之后我们才下车，夜景是看不了了，直接打了个黑车去地铁站，再晚一会地铁都收班了，只能把重庆夜景留给下次机会吧!  
朝天门码头  
朝天门码头全景  
过江索道  
解放碑步行街  
洪崖洞夜景  
洪崖洞夜景  
两江游  
船  
Day11，参观磁器口然后开始返程。  
早餐之后退房出发，地库开车出来被闸机蹂躏了两次，地库大陡坡，闸机设在最上面，免费存车券给保安之后，陡坡上起步两次熄火，原路后退至稍微平坦的地方才发动车子重新上去。到达磁器口发现路边的停车场都写着停车位已满，后来也没停车，直接又绕出来继续返程了，磁器口和  
白公馆  
也留给下次机会吧！还有两天就假期结束了，返程车流明显增多，进入陕西，穿越了几十公里的终南山隧道，晚上20点到达西安吃饭和休息。  
Day12，  
西安至天津  
。  
早上出发开始返程，本想早早地加满油，哪里知道西安绕城高速服务区就排着着长长的队伍。我一直坚持到合阳县才驶出高速去县城加油，高速服务区加油太耗时间，排队排不起。之后进入山西境内更是堵得要死，堵了一路，下午13点开始一直到晚上22点驶离山西旧关收费站，路况逐渐变好，限速提升至120公里，后期基本上就按照最高限速120公里的时速往天津飞奔，中途23:30左右驶离一次高速，调头拿了一张纸卡之后继续前行，在23:50的时候看到前方有保定的清苑出口，于23:55分再次驶出高速，在清苑高速出口见到了壮观的景象，几十辆车等待调头上高速，愣是把收费站给堵死了，其实主要还是ETC设备有点故障，车子走近了不自动抬杆，导致车子还要倒车，后面车子跟得又近，无法正常倒车，堵在那里乱作一团，一看到这种情况果断熄火开始吃东西、喝水休息，20分钟之后才又回到高速上，最终到家已经是初七凌晨3点钟，简单洗漱就休息了，早上7点钟又拖着疲惫的身子准时起床上班，至此为期12天的两湖一广春节自驾游圆满结束。  
花销小计：本次行程5520公里，高速过路费￥904；油费￥2000；住宿费￥2000+；停车费￥170；饭费￥1000+；景点门票￥1000+；算上买水果和纪念品等消费，总计￥8000.  
旅游心得：一路感受长江的波澜壮阔、小三峡的秀丽、柑橘橙子之乡的甜美、重庆的辣、烤鱼的香、凤凰古城的灯光璀璨，漓江的水、阳朔西街酒吧的文化，所有的这一切使你能够收获一份好心情作为2018狗年的开始吧！

评论：  
1.乘船往返需要4小时  
2.2000左右  
3.OK  
4.漂亮的大片，回头我去的话也要好好拍一回写游记！  
5.关于这篇游记，如果有相关的问题，能问你吗？  
6.楼主这一趟的住宿费用是多少啊？

## 22.说走就走，我们去仙游张家界。

https://you.ctrip.com/travels/zhangjiajie23/3643704.html

来源：携程

发表时间：2018-3-12

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
2018年3月7日，我们一行四人从恩施出发，自驾高速直达  
张家界  
市，游  
张家界国家森林公园  
、天门山景区、大峡谷玻璃桥、芙蓉镇、红石林，用时三天。行程如下:  
D1  自驾行驶3小时至  
张家界国家森林公园  
，游国家森林公园，晚上车行约80公里至天门山景区宿。  
D2  游天门山景区，玻璃桥，下午车行约100公里至芙蓉镇，宿芙蓉镇。  
D3  游芙蓉镇，红石林，下午回程。  
  
张家界  
是湖南省辖地级市。市内景区包括  
张家界国家森林公园  
、  
天门山国家森林公园  
、  
张家界大峡谷  
等。一般说的去张家界，都是为了游览张家界国家森林公园。  
张家界国家森林公园  
又叫  
武陵源  
风景名胜区，同一张门票，只是叫法不一样。景区位于张家界市区北，共有五个门票站，其中武陵源门票站和森林公园门票站是两个主要入口。景区里面包含的主要景点有：  
袁家界  
、  
天子山  
、  
黄石寨  
、  
杨家界  
、  
索溪峪  
、金鞭溪。据说有三千多座造型各异的山峰。峰谷间云雾缭绕，随处可见飞瀑溪水，与其它奇峰异谷不同的是电影《阿凡达》中的悬浮山“哈利路亚山”曾在此取景，还有《西游记》等许多电影和电视剧都曾在此取景，相信影迷们一定不会对这里陌生，也使张家界名气在外。  
天门山国家森林公园  
位于张家界市南，  
因自然奇观“  
天门洞  
”而得名。景区分为天门洞、中线、东线和西线景区等几个主要区域。东线以原始森林为主，中线的核心景点是  
天门山寺  
，西线的亮点是一段长约60米的“玻璃栈道”。  
张家界大峡谷  
景区  
位于  
张家界  
市  
慈利  
县，景区最值得一玩的就是目前世界最高、跨度最长的玻璃桥——  
张家界大峡谷玻璃桥  
，站在桥上，脚下300多米处的谷底风光尽收眼底，绝对挑战你的心脏。  
以上情况让很多驴友经常混淆。游玩之前，一定要先弄清楚这些景区与景点之间的关系，请参照上述行程选择游玩。  
一路车行颠簸到达山上，雾气环绕，什么远景都看不见。  
各种各样的奇峰异石与其它如恩施大峡谷相比还是有它独特之处。  
百龙天梯  
，是从  
袁家界  
景区至”  
水绕四门  
“景点。电梯垂直高差335米，运行高度326米，有三台电梯并排运行，每台都是由全透明玻璃构成，真是一个大工程。  
下山后就是  
金鞭溪大峡谷  
，这里有前国家大佬题写的”张家界“三字，还是很有气势磅礴的感觉。  
因时间所限，一天的张家界国家森林公园结束了。其它几个景点大同小异，如果时间允许可细细品味。建议请导游陪伴安排，很多景点都可以览车往返，不走回头路。天气好还可以观日出日落。  
夜暮降临，车行至张家界市区晚餐，吃了当场有名的吊锅鱼，住  
天门山索道  
下站附近的酒店。  
游览天门山时，必须乘坐长达7500米的索道，你可以在缆车中俯瞰脚下的盘旋在峭壁之间的通天大道和山中美景。  
天门山索道  
分上、中、下站，下站几乎在市区内，很好找的，不要以为很偏僻。  
“缩小的仙境，放大的盆景”是张家界的真实写照。  
  
张家界大峡谷  
景区我们只去体验了玻璃桥，站在世界最高、跨度最长的全透明玻璃桥上，峡谷风光尽收眼底。  
结束了张家界行程，我们赶往湖南永顺芙蓉镇，夜游芙蓉镇。  
2017年8月第一次来芙蓉镇时还要走几十公里国道，这次高速基本上直达。夜入镇内不要门票还可观芙蓉镇夜景，住在溪边吊脚楼内，头枕涛声入眠，美哉。请参照本人的《朝圣之旅--湖南韶山、芙蓉镇、红石林》。  
清晨7：30分简单游玩这座“挂在瀑布上的千年古镇”，早餐合着113号正宗米豆腐和油粑粑，再次来到古丈县红石林景区。请参照本人的《朝圣之旅--湖南韶山、芙蓉镇、红石林》。  
天气晴好，各种姿势摆拍，真心不错。  
结束了这次说走就走的旅行，沿途愉快相伴，幸福相伴。

评论：  
1.在当地1500元/人够了，主要是门票有点贵。  
2.两个字：纯朴。还是小心被宰，我看到有人被宰了。  
3.我们来自山区，去过恩施大峡谷，看国家森林公园感觉没有恩施大峡谷好看，天门山不错，必去。  
4.同感，只是玻璃栈道真没什么可怕的。  
5.请问总费用大概多少？不包括购物的话~  
6.整个行程里面最推荐去哪个地方呢？  
7.楼主~想知道当地的风土人情如何呢？

## 23.乐享春天品味恩施，这个春天让我们相约在恩施

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3644874.html

来源：携程

发表时间：2018-3-15

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：2000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，人文，美食，周末游，美食林，邮轮，自由行，徒步

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，梭布垭石林，恩施土司城

正文：  
前言  
以前去过几次湖北，但是知道  
恩施  
还是近两年的事。在一次朋友聚会上，一位早年恩施当地的朋友向我隆重推荐，说恩施是旅游者绝对值得去的地方。我问他恩施好玩在哪里，他说，恩施的著名景点有  
恩施大峡谷  
，恩施大清江，女儿城，枫香坡，土司城，  
梭布垭石林  
，风景雄奇壮观，都是开发不久，保持着一种原初的风貌，恩施又是土家族聚集地，历史上又是土司管辖的地区，民族风情非常浓郁，朋友末了说，三言两语讲不清楚，你过去看看就知道了，保证不会使你失望。  
D1 女儿城  
女儿城位于湖北省恩施市区七里坪，是中国第八个人造古镇。也是全国土家族文化集聚地，中国最大的相亲之都！我们去的比较巧，刚好碰到活动开始的时候，一群穿着红色土家民族服饰出来了，个个都有着清秀的面容，节日气氛浓厚。  
到街上游历，不仅可以看到优美的风景，还可观赏到土家族的“甩碗酒”。这里的餐馆有一个独特有趣的民俗，就是你喝完酒，就要把碗给摔了，摔得越碎越吉利。不过要小心碎渣渣溅起来划伤自己哦！  
到了晚上的时候，就更好看了，古色古香的土家楼，每家每户都被橙黄色的灯光点亮，像极了千与千寻里面的油屋的场景，暖暖的，就像是一个神明居住的地方似的，格外的漂亮好看，感觉自己心目中古代的夜市就是这种样子的。  
这里拥有湖北省内最大的水上乐园，夜幕降临，女儿城里柔和的灯光搭配古建筑吊脚楼，真是美轮美奂！  
女儿城里的游玩设施还是很齐全的，特别是灯光一打，很梦幻的感觉有木有？  
门票，免费  
D2 恩施大峡谷，云龙地缝  
恩施大峡谷位于湖北省恩施市境内，是清江大峡谷中的一段，地貌奇特，有天坑地缝，有飞瀑流泉，有断崖溶洞，还有石柱和天生桥，其壮观的景色被誉为和美国的科罗拉多大峡谷难分伯仲。  
恩施大峡谷气候比较湿润，夏季比较凉爽，植被茂盛，云雾经常在山间穿行，时聚时散，形成独特的云海景观，山间行走经常会遇到毫无征兆的山雨，和客人开启打湿衣衫的游戏。  
“一炷香”是地球上稀有的单体三叠系灰岩柱，高度为150米、柱体底部直径6米、最小直径只有4米。其傲立于群峰之中千万年，并曾历经多次大地震而仍依然屹立不倒，是恩施大峡谷中的镇谷之宝。从地质学上讲，是因长江水系和清江水系的长期交错作用，不断地侵蚀和冲刷才形成如今的陡石柱。由于其保存极度困难，所以地球上类似细长的石柱并不多见，而最长、最大的仅限此处。  
大峡谷最大的景观特色是两岸典型而丰富的喀斯特地貌，有层层叠叠的峰丛，还有近乎垂直于大峡谷的大断崖。其中的七星寨绝壁为三叠系灰岩中发育的巨型柱状岩体群，兀然直立于陡坡上，极为壮观。  
恩施大峡谷云龙地缝，全长20千米，被誉为“世界上最美的地球伤痕”，最深处约2300米，云龙地缝以上下垂直一致、断面呈“U”字形的独特，区别于下窄、上宽的其他地缝。地质界考证，云龙地缝自谷底向上至谷坡出露的二叠系和三叠系的灰岩，至今已有2.03亿年——2.95亿年。主要景点有：云龙风雨桥、石帘、半条瀑、黄龙瀑布、彩虹瀑布、璧合桥、云龙瀑布等。  
大的景观特色是两岸典型而丰富的喀斯特地貌:有天坑，有地缝，有天生桥，有层层叠叠的峰丛，还有近乎垂直于大峡谷的大断崖。  
峡谷内有近10公里长的地缝幽深奇绝，世所罕见奇山、异水、怪洞、珍禽数不胜数。  
恩施大峡谷 云龙地缝囊括了众多旅游资源单体，外部绝壁巨壑环抱，山峦叠障，地形多变；地缝内流水淙淙，飞瀑跌落，五彩黄龙瀑布、彩虹瀑布、云龙瀑布、冰瀑、沐抚飞瀑都是观景的好去处，这个春天让我们相约恩施。  
玩好差不多天黑了，晚上住在女儿寨度假酒店，酒店离大峡谷景区门口特别近，走路过去不到10分钟。硬件设施很不错，建议定景观房有个窗台可以欣赏美景，性价比不错，住着干净舒适。  
门票：旺季（3月27日-11月30日）：170.00元，景区交通车30元，索道上行105元，手扶电梯30元；开放时间：08：00—16:00。景区最大瞬时承载量8000人次，最大日承载量2.5万人次。全程游览时间约5小时，景交车往返约1小时。坐了上行缆车后还要走6.8公里山路、翻5座山。  
景区门票一天有效。如果想在景区内住宿一夜，可以在游客中心说明情况，工作人员会在门票上敲章以作标记。景区实行的是联票制，门票与观光车票一同销售。乘坐索道一般只买上行票就可以了，景区内就只有一条环山台阶路，游客游览时不走回头路。  
(1)网络提前购票：恩施大峡谷官网、恩施大峡谷天猫旗舰店、同程、携程、驴妈妈、去哪儿网等网络购票必须在游览当天08:00之前购票，08:00之后停售当日网络票。  
（2）微信现场购票：去恩施大峡谷不想排队购票的方法，拿起你的手机——打开微信——搜索恩施大峡谷景区——关注 便可以在恩施大峡谷官方微信平台购票了，微信现场购票与售票窗口同价。  
女儿寨为湖北恩施咸丰县唐崖河上游的羌族村寨，被誉为“中国中部最后的香格里拉”。以土家“女儿会”文化为主题，原生态自然景观融合了土家族吊脚楼、羌族房屋建筑和苗族的建筑理念，充分地反映了多民族文化的渗透与融合，是恩施土苗羌民族文化中的一大特色。  
女儿寨旅游风情小镇通过挖掘当地土家民族文化，以“女儿会”文化为主题，打造满足恩施大峡谷旅游服务配套、展现土苗民族文化、构筑区域旅游集散中心的旅游目的地。  
D3 清江风景区，枫香坡侗族风情寨  
清江，古称“夷水”，总长428公里，乃巴人的发祥地，是土家人的母亲河，它是长江里灼灼生辉的一颗明珠。它集三峡之雄、漓江之清、西湖之秀于一身，山川高峡、江水绿林，雄垭石滩、飞岩瀑布、奇洞悬棺，洋洋洒洒八百里。清江山水画廊，宛如一条绿色绸带，穿山越峡、曲径通幽，一江碧水、直刺苍穹......  
全程分为红花峡、千瀑峡、蝴蝶峡三个峡段，峡谷两岸屏峦如画，石峰雄奇，飞瀑流泉。  
船在江中行，人在画中游，一幅绝美的山水画卷随着船的前进徐徐展开。连绵起伏的青山在错落有致中竞相挺拔，柔中带刚，刚中含秀。清江的水，既不像大海的深邃湛蓝，也没有小河的草绿娇柔，而是青绿相间、水洁自清，倒影叠翠。  
蓝天白云下，参差错落的山峦之间，一道碧绿的清江，远远地蜿蜒而来。清澈碧透的江水，好像天真无邪的孩子的眼，闪烁着奇异的光彩，给人一种洁净而温暖的感觉。  
船尾在江水中拖曳出一道道晶莹雪白的浪花，在空中挥舞着曲线，美丽中带着激昂。当船进山退，清江已然没有了“一望江水天际流”的辽远雄阔之势，但又正好让这幅美丽画卷变得充满迷离的色彩。  
晚上住恩施市芭蕉侗族乡高拱桥村枫香坡侗族风情寨茶花山居里，来映衬这里的景色，营造了一种“云落了，长风起，见群山巍峨，听雨而安眠。光影似梦，人生如戏，常怀小雅之情，坐看草色入帘青。极目远眺，推窗品茗，一路慢行，一曲闲歌”的氛围。  
门票：180元/人  
开放时间：9:30--16:00（每天早上9：30准时开船，每天一班）  
游玩时间： 4·5小时  
地址：位于湖北省恩施州土家族苗族自治州恩施市三岔乡浑水河北岸旅游码头  
1、自驾游：舞阳大道→土桥大道→恩鹤旅游公路（S233）→茅坝→莲花池→三岔→浑水河北岸码头 （全程38公里）  
2、自驾游：沪渝高速恩施城区出口 →恩鹤旅游公路（S233）→茅坝→莲花池→三岔乡→浑水河北岸旅游码头（全程37公里 ）  
3、恩鹤旅游公路（S233）→恩施土家女儿城→恩施七里坪乡→茅坝→莲花池→三岔乡→浑水河北岸旅游码头（全程37公里）  
枫香坡侗族风情寨位于芭蕉侗族乡高拱桥村，辖区内共56户256人。景区面积1.5平方公里，离州府10公里。寨内现有可供游客体验休闲景点20余处，游客在寨内享受自然风景....  
漫山遍野的青翠茶园，曲径通幽的乡村油路，喜气浓郁的山乡农舍，晚霞映照中，漫步侗乡风香坡，田园风光令人陶醉。  
茶花山居精品民宿”位于风景秀丽的枫香坡侗寨景区的中心位置，山居的设计理念是：‘远眺群山，推窗闻茶香，是一座依山而建鳞次栉比，层层飞檐揽景，被山林和茶海温柔包围的侗寨风情小院。  
山居共有十三个房间，以大床房和家庭套房为主。分别是：云落、风起、见山、听雨、光影、小雅、草色、入帘、运眺、推窗、茶香、慢行、闲歌。表达的意境是：云落了，长风起，见群山巍峨，听雨而安眠。光影似梦，人生如戏，常怀小雅之情，坐看草色入帘青。  
推开每一个房间的窗户，把大自然引入室，烹一盏清茶，怡然自得。让客人置身美景，感受乡村精致慢生活！ 在这里：您可以亲手采茶，制茶，泡茶，品茶，闲看庭前花开花落。  
在这里：您可以爬山、徒步、野游、拥抱自然、听雨而安眠 在这里：您可以采山果、捡蘑菇、挖野菜、品乡间美味，把酒话桑麻。 茶花山居就是您远方一个温暖的家！特别是这里的美食你一定要吃哦……味道美极了……  
干烧土鸡 扣肉土鸡汤 干烧猪肠 鱼香肉丝 清炒农家时蔬干烧猪肚牛肉丝酸汤江鲢香辣酥肉腊排骨腊蹄子  
在恩施，合渣的吃法很多。有的吃得较稀，不加任何调料，常称为淡合渣，突出“喝”，时而还加洋芋一起煮食；有吃酸合渣的，是将合渣放置变酸，再食，既解渴又消暑；有的还制作成合渣火锅，张关合渣就是制作合渣火锅的典型。  
土家腊肉”、“恩施熏肉”。土家腊肉色泽焦黄、肉质坚实、熏香浓郁、风味独特。  
D4 土司城，梭布垭石林  
恩施土司城  
坐落在恩施市西北，包括门楼、侗族风雨桥、廪君祠、校场、土家族民居、土司王宫--九进堂、城墙、钟楼、鼓楼、百花园、白虎雕像、卧虎铁桥、听涛茶楼、民族艺苑等12个景区30余个景点。  
整个土司城也不大，风景还不错，建筑挺有特色，有山有水绿色景致不少，九进堂一层层往上走，最高层的风景当然最好。民俗歌舞表演每天两场，每场一小时，下午是三点开始，二楼有座位按远近收费，先到先得。  
恩施土司城是土家文化的展示区，土家苗寨风情博物馆，是目前国内规模最大、风格独特、景观壮丽、以休闲和修学旅游为主要功能、集土家族、苗族、侗族建筑艺术于一体的“中华土家第一城”。  
交通从市内乘坐30路公交车即可到达门票成人票50元；儿童、老年票25元  
A.免票政策：儿童身高1.2m以下免票；70岁以上老人持身份证免票；  
B.优惠政策：儿童身高1.2-1.4m购儿童票；60-69周岁的老人持身份证购老人票。  
梭布垭风景区位于湖北省历史文化名城恩施市太阳河乡境内，距恩施市区仅48公里。梭布垭风景区总面积21平方公里，其植被居全国石林之首，被誉为"天然氧吧"、"戴冠石林"，境内海拔900多米，属亚热带季风性湿润气候，冬无严寒，夏无酷暑，自然景色十分迷人。梭布垭景区内分布的自然村落，民风纯朴，民俗资源丰富，在表现民俗文化多元性的同时，又具有极为浓厚纯真的土家风情。  
景区内独特的“溶纹”、“戴冠”景观，是一大亮点，狭缝秘境、化石古迹随处可见，堪称一座远古地质博物馆.  
窄的地方，仅容一人通过，头顶蓝天只见一线，这窄窄的地方就是山上儿郎下山找媳妇的一道关口，土家儿郎必须肩背扁担，身背意中人，不碰山壁通过，不然就是通不过考验。真不难的，怪不的他们男男女女都瘦，要是像我是这么胖肯定过不去。  
屏风似的岩壁把美景拦在里面。岩壁前入口的广场是一年一度的土家女儿会(农历7月12日)的地方，就是相亲的场所，十里八乡的土家未婚青年都会聚集到这里借购物、对歌寻找意中人...  
票价及游览时间  
游览时间：8:30-18:00  
闭园时间：18:00  
票价：78元

评论：  
1.可以哦  
2.下次多上点美图  
3.嗯嗯下次多发些  
4.相信楼主再po上几张美图，一定会更棒  
5.楼主可以再多发点图片么？  
6.楼主我想看美图可以满足一下我嘛~~

## 24.梦里的老家——湖北恩施

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3644786.html

来源：携程

发表时间：2018-3-16

天数：1 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，省钱，穷游，周末游，徒步，半自由行，跟团，火车

旅游路线：湖北，恩施，恩施大峡谷，建始，黄鹤桥峰林

正文：  
选择困难症中我应该算是绝症患者，和同龄的姐妹儿相比我绝对算是女汉子，喜欢背着大背包走遍祖国山川的女汉子！  
梦里的老家---  
湖北  
恩施  
首先在穷游和蚂蜂窝里面查询了关于  
恩施旅游  
的攻略，大家伙说得最多的就是  
恩施大峡谷  
，但是有驴友表示，恩施大峡谷走下来太累了，想让节奏慢下来，不如去恩施野三峡，景观跟恩施大峡谷相似，关键还不会很累。于是就这么愉快的定下来了！  
接下来就在大家耳熟能详的携程网完成了门票和酒店的预订，加上各种问答，对景区的基本情况有了大致了解。  
3月10日，07:20分  
汉口火车站  
---10：50  
建始火车站  
，原本买的是到  
恩施火车站  
的票，后来在跟预定的酒店询问坐车信息的时候，前台告诉我应该到  
建始站  
下车也就是提前一站！于是庆幸还好提前问了不然要兜一大圈了  
到建始站后，一下车火车站门口就有好多人围过来问你到哪儿去，我怕是黑车，就说有人来接，然后拖着行李箱在广场的一角找到了到花坪的班车，我问师傅到不到小西湖酒店，师傅说到，然后看了我两眼说，刚问你去那儿你不是说有人接吗……我笑笑没说话，心里想着我哪儿知道大巴司机也跑去拉客了……  
建始  
到花坪的车费是30，我问不是25吗……师傅说那是客运站，我也就多收5块钱，这离客运站还有好几公里，你要愿意去你就去吧。我……  
客车在弯曲的山道上行驶了一个多小时终于到达了花坪镇，镇上有点堵车，其他人都下车了就剩我一个人，师傅说要不你就在这下然后做个摩的过去吧，我想着拖个行李箱太不方便，就央求师傅还是把我送到酒店去，最后师傅把我送到了景区入口的牌坊。  
我拖着行李箱往牌坊里面走，走了两分钟就看到小西湖酒店了，大概走了5分钟才终于到了酒店门口  
酒店长这样，是不是挺大气的  
在前台报了我的名字和电话就顺利入住了，房间如下，还比较干净整洁，是四星酒店，在建始来说就是比较好的酒店了  
在酒店简单修整了一下就去找地方吃饭，酒店里面有个餐厅好像叫什么土苗农庄，都是当地的农家菜色，还蛮合我的口味，就景点餐饮来说，价格也算实惠。  
吃完饭差不多一点钟，刚好遇到个带团的导游在召集客人，我就问他怎么去景点，然后他说你要去  
黄鹤桥峰林  
啊，然后仔细想了想说，我现在要带一个团队的客人去，车上应该还有空位，要不你在这等等看能不能捎上，我一听当然是求之不得。大概一点半的时候，导游等的人都到齐了，车也停在酒店门口了，等团队的客人都上车后，导游跟团队的人说这个妹子（指着我）也要去景区，咱们车还有位子，把她捎上可以吧，见大家都没有意见，导游就安排我上了车。  
大概10分钟左右的车程就到了景区门口，导游去给他的团队取票，我也跟着去取了票  
这是景区大门，设计的挺独特的  
大门进去就是一个长廊，穿过长廊就能看到远处的清江了  
黄鹤桥峰林需要爬山，要是有老人或孩子体力不够可以坐缆车，导游说缆车要晚些才会开，所以我们都只能步行上山。导游介绍说景区是一个环线，不走回头路，我们从右手边上山，等会儿会从左手边回来，如下图中坡的位置  
接下来开始爬山  
这是个景点，也是个观景台，每走一段都会在悬崖边设一个，方便欣赏景观  
中途有个可以休息的亭子，叫锦上添花  
天气很好，但是有点雾蒙蒙的，有人问导游是不是雾霾，导游说不是，山里的空气都很好的不会有霾，这些都是炊烟形成的，因为现在是午饭前后，山脚下住户很多，所以会这样。  
追根溯猿，导游说这个名字是根据这两个山头的形状来的，像猿人的头部，这么一说我觉得挺像的，另外这边还有一个开发中的景点叫直立人遗址。  
终于到山顶了，有没有一览众山小的感觉，哈哈~  
休息了一会儿就准备下山  
恩施比较有名的硒，据说养生疗效特别好  
一线天，有恐高症谨慎…..  
来一张我们导游的远景，哈哈~  
哈哈，我来的时候滑道还没有上班  
沿着山壁建的电梯，20一个人，还好电梯是开的，不然这么高我是绝对没力气再爬上去了……  
坐电梯的感觉很好，但是太快了想再多坐一会儿…..  
上来后沿着这个坡就可以回去了  
全程走下来大概两个半小时，有点累但是还好，主要是很久没出来活动了不大适应，一起进来的加上我10个人最后剩五六个人，其他都是中途放弃了的，为自己鼓个掌。  
另外感谢大家对我的照顾尤其导游小陈的热心帮忙，今天的行程总算顺利完成。  
明天玩清江大峡谷，之后再给大家分享。

评论：  
1.感觉挺经济实惠的，收藏喜欢啦，也希望和你互粉。  
2.我也好想去这里啊，期待马上来一场说走就走的旅行。  
3.这次我来你这里踩踩，回头也希望自己写的游记你来回踩哦。

## 25.恩施野三峡一日游

https://you.ctrip.com/travels/ensch1633354/3644883.html

来源：携程

发表时间：2018-3-16

天数：1 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，自驾，省钱，穷游，周末游，半自由行，跟团

旅游路线：建始，黄鹤桥峰林，恩施

正文：  
早上乘车前往国家AAAA级大型综合旅游景区——野三峡（车程约1.5小时），乘坐画舫游船游览河谷幽深，气势雄伟的【清江大峡谷】（游览不低于 1.5 小时）：在景阳码头乘仿古画舫游船游览八百米清江美如画、最美画廊在景阳的景阳画廊段：峡谷幽深，气势雄伟的土家人的母亲河，沿途可观赏到：一桥飞架清江白天似彩虹，夜间似天际银河的“景阳大桥”；每当日暮，霞光映照，五彩缤纷，景色绚丽，寨上一片辉煌，妙如仙境的“五花寨”；远眺抢守清江之关门、千年茶马古道、  
建始  
古八景之一“景阳关”，景阳关是清江流域川盐、茶麻等入湘鄂唯一通商的“川盐古道”，也是两湖两广入川的驿道；好象一头巨大的白虎横卧山头，威猛雄壮的“白虎山”；两座高耸的山峰，形同女性丰满的双乳，形象逼真、风韵圆润。且逼真得让女人看了脸红，男人看了心跳的鄂西奇观“双乳峰”；我们的游船还将进入神奇的半岛港湾，将观赏清江第二大泉瀑“九叠泉瀑布”，这里悬岩绝壁，呈“一线天”之势。溪水从悬岩绝壁数十余丈处，崖壁便形成了九大碛石共有九层，一层叠着一层，水珠相连，每一层形成一个天然的珠帘门，甚为壮观。在绝壁的山巅，密匝匝的山石好像悬挂着巨大的彩色布帘上的壁画“绝壁挂帘”、“笔架山”等；  
中餐后游览惊世峡谷绝景—【  
黄鹤桥峰林  
景区】（游览时间不低于2小时）：这里可欣赏到奇特的喀斯特地貌，群峰耸立，万石峥嵘，有“欲与天公试比高”之势，相传这里是黄鹤栖息和高飞之处，因后人搭桥连“天”接“地”，故名“黄鹤桥”。景点内各种大小石柱、奇峰、怪石、云海、深谷、天堑、地缝、绝壁一应俱全，可谓“奇峰异石大观园、峡谷奇观世罕见”，观赏美景之余，还可在巴巫堂免费欣赏土家民俗风情演出。年年岁岁迎游客，四季美景各不同：春天可赏烂漫樱花，夏天享受避暑胜地，秋天红叶环山抱水，冬天银装素裹。  
下午结束行程后乘车返回  
恩施  
，结束愉快旅程！

评论：

## 26.在深闺中养大，现在在旅游风景里暂露头角，却美的让人窒息

https://you.ctrip.com/travels/qingxin2927/3645064.html

来源：携程

发表时间：2018-3-16

天数：1 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，省钱，穷游，周末游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：建始

正文：  
论现在  
中国旅游  
去哪，老生常谈的目的地就是西藏洗涤心灵之旅，云南艳遇之旅，厦门小清新之旅和三亚的海滩之旅，湖南张家界的玻璃桥惊险之旅。但是热门目的地的旅游事件频发，购物团、黑导游等让游人对这些热门景点是又爱又怕，爱的想去见识美景，怕的是上当受骗影响旅游心情。  
这两年旅游界的新星当属湖北恩施了，崇山峻岭里的美景，美食，淳朴的土家族人们的热情，还未被商业化的旅游环境，估计是目前不可多得的旅游目的地了。由于植被的覆盖率高，空气清新怡人，负氧离子含量高。独有的山地小气候让这里成了华中地区的后花园，夏季的避暑胜地。  
在这小编不得不推荐的恩施踏春的好地方恩施野三峡景区。  
恩施野三峡旅游景区位于恩施  
建始  
县，包括了野三峡清江大峡谷景区、景阳画廊清江蝴蝶岩景区、黄鹤桥峰林峡谷景区、小西湖国际度假中心。这里生态原始、野趣浓郁，奇山秀水，保留着原始自然的生态美景和独特的民俗风情，集彩峡、奇峰、泉流、飞瀑、花树、莽藤、古关、老街和浓郁的土家文化于一体。山浮水，水环山，山水相映，这是一个自然景观和人文景观的大观园。

评论：

## 27.野三峡的景，你说美不美！

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3645969.html

来源：携程

发表时间：2018-3-16

天数：1 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，人文，美食，自驾，省钱，穷游，徒步，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，建始，黄鹤桥峰林

正文：  
小编来给大家小小的科普一下啦：  
野三峡景区，位于湖北省西南部的  
恩施  
土家族苗族自治州  
建始  
县，其自然、生态、文化、旅游资源极为丰富。野三峡景区以清江景阳河峡谷及清江支流野三峡下游为核心景区，分为建始直立人遗址、蝴蝶岩、清江最美画廊、  
黄鹤桥峰林  
4个游览区和小西湖国际休闲度假中心。  
其中，野三峡属全国罕见的原生态风貌保存最完美的河谷，清江大峡谷景阳段是八百里清江最美河段，黄鹤桥峰林属岩溶地区最秀美的峰林地貌，小西湖则是一块避暑、休闲、度假圣地。  
早晨的黄鹤桥峰林  
雨后的黄鹤桥  
雨后彩虹哟  
清江大峡谷  
看这大自然的鬼斧神工“蝴蝶岩”，我说它漂亮一点也不过分，嘿嘿  
度假圣地小西湖  
来看看小西湖的夜景  
晚上还有表演可以看，可以和演职人员一起跳土家特色摆手舞哟！  
好啦本仙女就介绍这么多啦，下次在介绍，心动赶紧行动吧！

评论：  
1.有一句话感觉蛮惊艳的~让我蠢蠢欲动了  
2.我打算带上父母去的，可能还要再看看。

## 28.#带着Astrotec去旅行#到湖北恩施，做一回土家人～

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3647663.html

来源：携程

发表时间：2018-3-23

天数：4 天

游玩时间：3 月

人均花费：5000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：梭布垭石林，恩施，恩施大峡谷，恩施土司城

正文：  
前言  
一个充满土家人情味的少数民族城市，  
一个有能歌善舞热情大方阿哥阿妹的小镇，  
一座拥有能让你感受上天入地的“王者峡谷”，  
一片天然雨林冲刷形成的  
梭布垭石林  
，  
一桌地道土野味的侗族农家菜，  
一场展现土家苗族风姿的民族表演，  
这样的旅行让我忘却了在繁华城市的喧嚣，记住了土家人，记住了这座人情味城市。  
预告片  
关于我  
Hello,我是阿久,90后旅行达人,旅游自媒体撰稿人。  
爱旅行、爱摄影、爱记录、爱分享,愿我看到的世界也是你喜欢的。  
我的足迹到过我国北京,上海,重庆,辽宁,吉林,河南,湖北,湖南,山东,陕西,安徽,浙江,江苏,广东,海南,四川,云南,青海,甘肃,广西,西藏,福建,台湾,澳门这二十四个省市,国外去过泰国、日本、缅甸、越南、斯里兰卡等。  
更多最新旅行信息,可关注我的微博:@阿久的旅记  
有任何旅行问题想要交流,可加微信:wmijng  
行前准备  
1、卡片类:身份证、银行卡、信用卡、驾驶证(如果有就带好)都带好,有其他优惠证件的一并带好,如学生证。但是还要注意带点现金在身上。虽然现在互联网非常发达,但不是所有的地方能刷卡或者微信支付。  
2、车票类:确定好出行时间,提前选择出行的交通工具,飞机还是火车,最好下载个app。  
3、数码类:包括手机,充电宝,插线板,各种充电器,摄影器材,USB数据线等  
4、衣服类:根据时间长短来决定带的衣服，  
恩施  
的天气阴晴不定，连天气预报都没法准确预测哦，昼夜温差有点大，建议多准备点哦！  
5、其他类:准备墨镜,雨伞等,做好防晒工作!  
这次出门旅行，因为路上也比较远，没事我就喜欢听歌，所以还带了阿思翠的BX60无线蓝牙运动耳机，这款耳机最吸引我的便是人性化的磁吸设计——不用的时候挂在脖子上两只耳塞就会吸在一起关机，再启用的时候轻轻拉开即可，特别适合我这种懒人。  
到景点游览参观的时候，还能作为拍照的道具～  
实用信息  
关于交通  
全国各地到  
恩施交通  
都很便利,各地可选择认为方便的交通方式前往。  
高铁:  
恩施站  
飞机:可乘坐飞机到  
许家坪机场  
。  
自驾:由于景区比较分散,路途相对较远，不太建议自驾哦！  
景点信息  
土家女儿城  
地址：湖北省恩施市区七里坪  
游玩时间：建议2—3小时  
开放时间：全天  
门票：免费  
恩施大峡谷  
地址：湖北省恩施土家族苗族自治州恩施市屯堡乡和板桥镇  
游玩时间：建议一天，分两个景区  
开放时间：8:30—15:00，15:00以后禁止入园  
门票：170元/人  
景交车：30元/人•次（含往返）  
索道上行：110元/人•次（单 程）  
索道下行：90元/人•次 （单 程）  
手扶电梯：20元/人•次 （单 程）  
恩施大清江  
地址：湖北省恩施市三岔乡浑水河北岸旅游码头  
游玩时间：建议4小时左右，主要是坐船看周边风景，尤其是著名的蝴蝶崖。  
开放时间：9:30开船，每天一班船  
门票（套票）：180元/人  
恩施土司城  
地址：湖北省恩施市土司路138号  
游玩时间：2—3小时  
开放时间：8:00—17:00  
门票：50元/人  
恩施梭布垭石林  
地址：湖北省恩施市太阳河乡恩施梭布垭石林景区  
游玩时间：4-5小时（可根据自身条件规划游玩时间）  
开园时间：8:00-17:00,18:00闭园  
门票：78元/人 景交车：30元/人（园内不限次数乘坐）  
PS：所有景点均可在网上购买，有优惠！小孩，军人，老人均有半价优惠哦！  
行程安排  
Day1  
杭州萧山机场  
—土家女儿城  
住宿:奥山雅阁大酒店  
Day2 恩施大峡谷  
住宿:女儿寨度假酒店  
Day3 清江蝴蝶崖—芭蕉侗族枫香坡  
住宿：茶花山居  
Day4 土司城—梭布垭石林—回杭  
住宿推荐  
茶花山居  
推荐理由：因为我出游很多原因都是想体验民宿居带给我的感受，茶花山居连带一家茶花山庄的“饭庄”，能在这里尝到地道侗族人采摘的花茶，品味到农家味。老板娘小马姐是个非常热情，且非常有故事的女人，在山居里还有篝火晚会，茶余饭足后，可以逛逛枫香破的好地方。  
山居的每个房间都有特定的名称，每个名称也都有一定的故事，全是由小马姐自己想出来的，我入住的是“闲歌”，它是一间家庭房，分为上下楼两层，不过在山居里基本上都是分为两层的大床房，适合团体来旅行居住。另外还有“茶香”、“草色”“慢行”等房间，都是各具特色。  
在山居里，小马姐总是很热情地给大家介绍自己的民宿，也有一个引以为傲，全能型的大管家，很多院子里的木质品、画像都是由管家一人完成的，还有很多废弃的东西，他也都会进行二次利用，我们都开玩笑说，这管家天价都请不来呢，哈哈。  
小马姐开玩笑说，每天叫醒自己的都不是闹钟而是这山间的鸟鸣声，可以原汁原味的感受一把农家风情了。  
女儿寨度假酒店  
推荐理由：这家度假酒店是在恩施大峡谷景区内的，因为峡谷分为两个景区，需要花费一天的时间才能把所有景点逛完，而入住这家酒店就相对比较方便啦，且网络全覆盖，占地庞大，目前有十几栋住宿客房，待开放还有约五六栋，是属于鄂旅投旗下的一家酒店。  
酒店的设计很有土家风情，不同于平常的酒店，它的客房位置内部需要转乘电梯，像一个小型迷宫，带有浓郁的巴裔风情。  
奥山雅阁酒店  
推荐理由：奥山酒店位于  
恩施许家坪机场  
不到30小时车程的位置，方便出行，且距离土家女儿城景区也相对较近，如果是飞机前往的朋友，可以选择在这里住下，紧邻万福国际商贸城，出行购物也方便。  
Day1 在女儿城，做一回土家人  
世间男子无二心，天下女儿第一城。下了飞机，在酒店吃了顿午饭休息片刻，便跟着朋友前往女儿城了。在车上，我还开玩笑说，这地方怕是全都女儿身了，你们这些个男生有福气了，来到了女儿寨，顺便带走一个回家吧，哈哈。  
这才刚下车，景区门口便站满了人，还有土家人为了特别欢迎远道而来的游客而准备的舞蹈。早就听说，生活在恩施的每一个人都是“会说话就会唱歌，会走路就会跳舞”的。果然不假，就连我们的随行导游，也是张口就来。跟着景区的舞蹈演员，我们来到了城中心——吊脚楼，来得也巧，这天正在举办一个“乐享春天，品味恩施”的旅游活动，不仅让各地的游客亲自感受到了土家人的热情，也亲眼见证了他们的能歌善舞。  
在景区里，有很多饭店和饰品店还有一些小吃，而最具有特点的是巴人堂。在巴人堂里，每到下午4时，就会有土家人的表演，等她们表演结束就会亲自接到来自土家姑娘送来的摔碗酒，这巴人堂门口就是摔碗酒最集中的地方。  
关于这摔碗酒，它是古代土家儿女上战场前的一种壮行酒。民间传说是某个时代，土家族的两个族长或是兄弟之间有了恩怨，为了民族的生存和发展，两人决定尽释前嫌，于是共饮一碗酒，以示今后的友谊与和谐，饮过之后，将碗摔碎，以泯恩仇，也显示了二人的肚量和豪气。但是现在的摔碗酒，已经完全转化为一种友情的表达，人与人之间的距离更近了，心与心贴的更近了。  
巴人堂是一家地道的饭店，在这里吃饭的大多是一家老小，或者远道而来的团体游客，大家围坐一桌，喝着摔碗酒，吃着土家味，虽已经离过年有20多天了，却一点都不输于除夕夜家人团圆的年夜饭氛围。土家小妹，也会为前来吃饭的客人喝上一碗酒，在店内正中间还有一个舞台，七点准时会有土家人表演，吃着饭，喝着酒，聊着天，看着表演，心情怡然自得。  
后来我们还去到了火堂、土家女的闺房，以及了解了他们出嫁时的一些习俗。其中，土家女儿出嫁是要哭嫁的，因为它表达的是女子在出嫁时心中离别不舍的情感，是一种以演唱形式表达出来的抒情歌谣。  
饭后，约莫七点半，在女儿城中央就会有一场《赶场相亲——女儿会》的巡演，整个会持续一个小时左右，在表演中，可以亲自感受到土家儿女是怎样与心仪郎中从相识、相恋到相知的。  
具体时间安排：赶场相亲 女儿会 大型士家民俗实景剧演出时间为每晚十九点三十分，火塘歌会演出时为每天晩上八点三十分。  
夜晚的女儿城，灯火通明。就算所有演出都已落幕，也不见人流散去，来到这里的人都说，仿佛自己就是一位土家人，总会情不自禁得跟着舞动、歌唱。  
Day2 赴约一场上天入地的“王者峡谷”  
在出发前往大峡谷之前，我都对它的印象就仅仅是峡谷，和我见过的峡谷应该无二差，但是等我结束这天的行程以后，我想我错了，这绝对是称得上是上等的大峡谷，和美国科罗拉多大峡谷完全可以媲美。  
峡谷分为七星寨景区和云龙地缝景区两个部分，一般正常的行程是先坐观光车感受一番地缝之奇妙，再坐缆车前往七星寨，最后坐观光电梯下山回到游客中心。但是因为时间问题，我们安排了在山中吃午饭，所以就选择了“先上天，再入地”的行程。  
下了车，跟随着导游我们坐观光缆车到达了七星寨入口，在入口我们可以看到很多像这样的背篓和轿子，背篓是为了给前来旅游带着小孩的游客准备的，而轿子是给想去一睹峡谷风貌却不便行走或者说路途太过于曲折怕太累的人准备的，整个行程下来是800一趟，不过这价格也不是死的，会根据具体的行程来结算的，我看到这些就在想，自己走走都快气喘吁吁了，何况是抬着一个人每天可能要来回起码一趟，赚钱也实在太不容易了，不过我肯定生活在这里的人呀，腿脚一定都很灵活，身体肯定也很棒，一定会长寿的。  
在七星寨里，先会穿过一条百里绝壁长廊，全长488米，共有118个台阶，位于海拔1700余米、净高差300余米之绝壁山腰间，它既汲取了巴蜀古栈道营造法，又结合现代钢筋砼施工之先进工艺，科学安全，大气壮观，凝聚着当代开发创业者的勇气与智慧。当你沿着栈道游览，一路可以欣赏大武陵风光。该栈道共有七道弯八道拐,寓意是：路七弯八拐，心始终如一。歌曰：北斗七星有七斗，绝壁栈道有七抖；经过一番惊吓后，人生道路手拉手。曾有不少文人雅士为此作过诗。  
穿越了绝壁，到达了顶峰，你便能看到一棵孤立独傲的迎客松。谁都知道，黄山的“迎客松”，天下闻名，迎客松是张开双臂笑迎天下游客。大峡谷这棵松却代表我们好客的土家族、苗族人民向远方的游客深深地鞠个躬，既表示欢迎，又代表恭送，所以它又叫“鞠躬松”。不少游客，虽在半腰已是大汗淋漓，却为了一睹这棵孤傲松树的风姿选择了坚持到底。  
“会当凌绝顶，一览众山小。”站在山峰之巅，眺望远方，此时此刻此诗，极为应景。  
而在景区里，还有一大景观是让人为之感叹的，那便是一炷香。它高约150余米，最小直径只有4米，远远望去像是独立在这山峰之间，没有一点的依靠却依旧一势而生。它风吹不倒，雨打不动，傲立群峰之中千万年，守护着这片神秘的土地。他近观犹如男根，展示着他威武的雄姿，俨然成了大峡谷中的镇谷之宝。  
从一炷香往下走，我们的行程也算是过半了，吃过午饭，我们便坐着观光电梯下了山，来到了大自然给予这土家人的一份瑰宝地带——云龙地缝。  
云龙地缝具有奇异独特的喀斯特景观，囊括了诸多旅游资源单体；其外绝壁、 巨壑环抱，山峦叠嶂，地形多变；其内流水淙淙，飞瀑跌落，奇石林立；雄奇险峻，厚重幽远。主要景点有：云龙绝壁、风雨桥、时空桥、云龙悬瀑及跌水。地缝共有七条半瀑布，在全长3.6千米的曲折绝壁中分布开来，因水流在地下强烈掏蚀，在地表不断剥蚀、致使暗河顶部坍塌，地缝才得于面世，成为恩施大峡谷一大奇观。  
如果你是一个热爱大自然，热爱攀登的人，这大好的王者峡谷，你敢来赴约吗？  
PS: 我想告诉大家一个小消息，在五月份，如果你来恩施大峡谷，还会有一场震撼的《龙船调》山水实景音乐剧在等着你，因为这是夏季才有的表演，除了周一，其他日子都是开放的哦，爬了一天的山，再在女儿寨就餐入住，晚上结伴出来就可以看上这场夺目的表演，实在是绝对的美好。  
Day3 品一杯硒茶，江湖蝴蝶崖岸见  
峡谷之约让我们的精力已是消耗了半倍，于是我们决定这一天前往清江蝴蝶崖，坐着船，欣赏沿途的大好河山。在这里，我们可以看到中国最清的江，土家最美的河，它是土家人的母亲河。清江八百里画廊，就像一首抒情的诗、一曲优美的歌、一幅迷人的画。峰峦叠嶂，烟波浩渺，曾让唐代伟人崔颢不禁赞叹“青山行不尽，绿水去何长”。  
在船行进的过程中，我们可以听到船上广播出来的介绍，它全长87公里，被分为红花峡、千瀑峡、蝴蝶峡三个峡段。每个峡段都有一个凄美的故事，在河的对岸还有一些荒废的土地，听说再过段日子去，岸上就会开出美丽的花，为这清江大河增添了一片生机。  
到达了蝴蝶崖口，我们发现有当地人正在钓鱼。眼前此景，让我想到了“姜太公钓鱼”实景。  
"彩虹之桥“  
回程以后，上了岸，我们继续前往下一个地方，芭蕉侗族枫香坡。  
枫香坡是2007年4月底正式开寨迎客的，这是恩施玉露茶的故乡，在这里你可以亲自体验采茶生活，披一身侗乡衣，看一台民族戏，品一杯自己采摘的富硒茶，吃上一餐农家饭，宿一夜侗家寨。  
而我们恰巧住的地方正是侗家族最有名的一间民宿，茶花山居。在这里，你可以听到老板娘小马姐说很多关于侗族人的故事，也可以听到关于小马姐自己的很多故事，在她的山居下面有一间茶花山庄，我们就餐的地方就在那里，饭后茶余，看着夕阳落下，无限风光美如画。回来山居，一场篝火正在迎接今天入住的客人，大家都是来自五湖四海的朋友，坐在一起，唱着民族歌，跳着民族舞，好像这一刻大家都是侗家人，欢笑声不间断。  
上面也提到了枫香坡是恩施玉露茶的故乡，在恩施，玉露茶是属于绿茶的一种，从唐代开始一直延续到清代都有相关记载，是“中国十大名茶之一”。在去往峡谷的路上有一家立早硒茶的店，是凯迪克富硒茶业有限公司的门面。它是一家专业从事富硒绿茶栽培、生产、加工、销售、科研及茶文化传播于一体的综合性市级重点龙头企业。  
他们的茶业全是由传承人按传统手工工艺精心制成，能够确保广大爱茶人能品到原始、生态、健康的历史老茶。而且在我们了解到的传承人当中有一位叫徐凌的，从小就失聪但是对茶情有独钟，于是拜师学艺，成为了恩施玉露传统制作技艺第十二代传承人，还拍摄过央视9台《茶.一片树叶的故事》影视片，记录了制作茶业的过程。他们每天都在重复同一件事，一天可以磨两趟，每次可以制作出20斤左右的茶叶，手上的茧子是他们努力的痕迹见证，我想在这里再一次表达我对他们的敬佩！  
Day4 坐镇土司城，穿越石林，我们有缘再见  
这一天，是我们行程的最后一天，也是让我们再次深入感受恩施文化的最后一天。土司城，这是一座能让你体会一城阅千年，一日穿千载的古城，还能够让你了解恩施土司制度与文化精髓的城楼。  
十点，在曲盏妙理牌匾里，会有一场傩戏。讲述的是土司城里土司王盛典的故事，当然也有一些口口相传的民歌，如果没有赶上没关系，下午三点也有一场，想要融入土家人的生活，来这里听上一曲，就对了！  
往里走，会看到有许多放置富家人佩戴的饰品，还有两栋土司儿女住的阁楼，爬上楼顶眺望远方，可以看到整个土司城的样貌，足以让你感到震撼。  
从土司城出来，大约开了3小时车程，我们到达了最后一个地方——梭布垭石林。这名字的由来，导游说是当时的土家人发现这片石林取的，大致是说很多石林的意思。“梭布”指的是三个，“垭”就是多的意思。  
整个石林外形象一只巨大的葫芦，四周翠屏环绕，群峰竞秀。梭布垭石林拥有大小共100多个经典的自然景观，景区内独特的“溶纹”、“戴冠”景观，是一大亮点，狭缝秘境、化石古迹随处可见，堪称一座远古地质博物馆。石林共分为四个大点进行游玩，分别是青龙寺、莲花寨、磨子沟和九龙汇。因为时间原因，我们就选择了最具有代表性的莲花寨去一探这石林究竟。  
从入口进去，我们就能看到许多因雨水冲刷自然形成的石林，有时候还真觉得大自然很神奇，能够给我们留下这么多可观的瑰宝。林中石块或像观音、或像灵蛇、或像雄鹰展翅翱翔。  
经过二分之一的路段以后，会看到有一个对歌台。在这里唱歌的男女，可以以歌会友，以歌传情。从这里向下看，就可以看到整个石林的样子，因为样子像莲花，名字也是由此得来。  
在这里，还有一场别具一格的恩施女儿会可以让单身的你，有缘找到自己的另一半。正巧三月底，在莲花寨口会有一场被誉为东方情人节的女儿会在等着世界各地的你来参与，恩施土家族青年可以自由追求自己心仪的女孩，用歌来表达自己的爱慕之意。  
结束了所有行程，也就踏上了回家的路程，最后再一次吃一顿土家风情饭菜，对这座城市的情也算划上了一个算圆满的句号，也希望恩施，有缘再见！  
美食推荐  
恩施的美食对我来说，真的很诱惑！无论是土家菜还是吊锅，都是满汉全席的样貌。张关合渣、社饭、土家腊肉、凤头姜等等，说着我都快流口水了。接下来我就来诱惑你们吧，每一顿饭菜都有大团圆的感觉。  
清江鱼  
社饭  
红糖炒汤圆

评论：  
1.漂亮的！我也好想请假出去看看精彩的世界哟。  
2.稀饭你的照片，话说去这里旅游交通方不方便呢？  
3.请问楼主走的属于常规路线旅行吗？要是想更小众一点的话还可以怎么安排呢？

## 29.春的献礼——遇见最美的自己，寻春恩施趣野三峡二日自驾

https://you.ctrip.com/travels/ensch1633354/3648639.html

来源：携程

发表时间：2018-3-24

天数：2 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，人文，美食，自驾，省钱，穷游，周末游，半自由行

旅游路线：恩施，万州，黄鹤桥峰林

正文：  
长大之后，渐渐懂得：  
人生有太多的遇见，  
擦肩而过是一种遇见，  
刻骨铭心是一种遇见。  
有很多时候，  
看见的，看不见了；  
记住的，遗忘了；  
无论在对的时间遇见错的人，  
还是在错的时间遇见对的人，  
对于心灵  
都是一次历练  
长大之后，渐渐懂得：  
婚姻是用来经营的；  
生活，是用来成长的；  
智慧，是用来飞翔的；  
眼泪，是用来坚强的；  
流年，是用来回忆的。  
长大之后，渐渐懂得：  
并不是所有的东西都符合想象，  
有些时候，  
山是水的故事，  
云是风的故事；  
也有些时候，  
星不是夜的故事，  
情不是爱的故事。  
许多人走着走着就散了，  
许多事看着看着就淡了，  
许多梦做着做着就断了，  
许多泪流着流着就干了。  
人生，  
原本就是风尘中的沧海桑田，  
只是，  
回眸处，  
世态炎凉演绎成了苦辣酸甜。  
长大之后，渐渐懂得：  
爱是一个过程,  
只有爱过、伤过、痛过，  
才会成为一种经历，  
我们也才更懂得珍惜。  
所谓的天真，  
总是历练不够；  
所谓的成熟，  
只不过是泪水在眼眶里打转，  
也还会面带微笑。  
爱的时候，  
让他自由，  
不爱的时候，  
让爱自由.....  
长大后，  
渐渐懂得：  
生命，是一场孤独的跋涉，  
一个人走，一个人跑，  
一个人流浪；  
一个人哭，  
一个人笑，  
一个人坚强。  
一场磨难，  
是一场洗礼。  
这个春季，把美景献给最美的自己  
寻春  
恩施  
趣野三峡高品质二日自驾  
我们一起去踏青  
D1  
万州  
-野三峡风景区（全程约260KM）  
【风光】：船游清江大峡谷+蝴蝶崖景区/  
黄鹤桥峰林  
，参加土家族篝火晚会（篝火景区有则享用）  
【住宿】：民宿酒店/小西湖酒店  
【餐饮】：土家特色晚餐（摔碗酒）  
【提示】：G50恩施段限速，请勿超速  
D2野三峡风景区-万州（全程约260KM）  
【风光】：黄鹤桥峰林/船游大峡谷+蝴蝶崖景区  
【餐饮】：早餐  
【住宿】：温馨的家

评论：  
1.楼主可以多赏我一点图么，我表示看不过瘾呢！  
2.路过~!不支持一下感觉不太厚道啊。  
3.文字是无法代替照片的，对吗？

## 30.湖北恩施三日游

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3646436.html

来源：携程

发表时间：2018-3-25

天数：3 天

游玩时间：5 月

人均花费：1500 元

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
这次的行程并不赶，我是下午6点左右到的  
恩施火车站  
，出站口前面有很多出租车，过对面马路也有公交车站很方便，我直接定的是女儿城的酒店，出租车师傅进接给我送到了女儿城，因为女儿城不让车辆进入，只能到外围。酒店的位置很好找，放下行李就想出去走走  
晚上的女儿城人非常多，灯火璀璨，仿古建筑群与灯光人群交相辉映，处身其中大有一种穿越的感觉，此时颇有 些后悔没有带汉服，不然一定十分应景。在毕卡兹大街旁有一条小说街，各式各样的小吃挑花了眼，从头吃到尾不带重新的，果然，美食才是最重要的。  
我的运气果然是不错的，正吃着东西呢，看着旁边街道突然涌入好多人，好奇心驱使我去看一看。原来是女儿城的土家文化表演，演的是地主老爷替女儿招亲。故事很老套：有钱有势的公子少爷小姐一个都没有看上，却看了一个穷小子，老爷反对，但最终爱女心切，还是替他们准备了一场轰轰烈烈的婚礼，这就是重头戏啦。抬着新娘子的轿子在女儿城转了一圈，最后才送到月老处拜天地。还有很多人起哄要闹洞房。  
第二天一早乘车往土司城，票是提前定好的。很方便  
为了来土司城，特地上网查了资料：  
土家族是远古巴人的后代。熟悉战国历史的同学相比清楚，秦国在灭六国之前，先派军队征服了巴蜀地区，稳定了后方，并提供了强大的粮食来源。巴人退到了湘鄂川黔毗连的地区，与当地一些民族融合，逐渐形成了土家族。宋代时期这里的巴人被称为“土人”，而后来土人称外来的汉人为“客家”，称自己为土家。真没有想到，一个民族来历尽然是经过了这么久的沉淀形成的。  
恩施土司城  
其实是最近几年才建立的，而前几天冒雨跑很远的路去  
咸丰  
看古老的土司城遗迹，发现除了一座大门和石人以外别无其它了，很是失落。回到  
恩施  
，能了解关于土家族的历史文化能更详实一些。这座土司城很大，如果全都逛完的话，得需要一天的时间。门票50元。  
每天有两场表演，内容是王府盛宴，大家开怀畅饮。同时也有很多好听的歌曲，比如我又听到了《六口茶》，小伙子趁姑娘父亲不在跑去了“喝茶”，姑娘唱到：你喝茶就喝茶呀哪来这多话......  
恩施  
话很好懂，大概跟四川重庆话有点像，很多都可以听懂，这也算是一种语言天赋吧。  
纪念廪君，这是一个非常非常伤感的传说，里面不让拍照。  
远古时期，土家族巴氏部落首领廪君率部向西迁徙，途经盐阳夷水遭遇暴雪，廪君昏倒在茫茫雪地。盐阳女神救起昏倒的廪君，遂起爱慕之心，愿以身相许，廪君婉言拒绝了女神，决心带领部落继续西进。女神恼怒，化作飞蛾遮天蔽日，试图阻止西进。廪君无奈，取下弓箭射杀女神。他心感内疚，化为白虎。  
听讲解员说 下午三点有表演，但是因为第二天要去大峡谷，就没有等着看。觉得有点小可惜。出了土司城，又在市里随便转了一下，特地去吃了“张关合渣”。临近傍晚时分才回到女儿城，还是念念不忘那条小吃街。吃饱喝足以后才回到酒店。收搭准备第二天行程  
恩施大峡谷  
位于湖北省  
恩施  
市境内，是  
清江大峡谷  
中的一段，地貌奇特，有天坑地缝，有飞瀑流泉，有断崖溶洞，还有石柱和  
天生桥  
，其壮观的景色被誉为和美国的科罗拉多大峡谷难分伯仲。恩施大峡谷气候比较湿润，夏季比较凉爽，植被茂盛，云雾经常在山间穿行，时聚时散，形成独特的云海景观，山间行走经常会遇到毫无征兆的山雨，和客人开启打湿衣衫的游戏。  
大峡谷景区包括，七星寨和云龙地缝两个景区，其他的还在开发中  
去往大峡谷的票是农家乐老板帮忙定的团体票！一定要搞清楚，自己云买的200块的个人票是延期票，可分为两天游玩景区，当时老板娘没有说清楚，导致第二天去云龙地缝的时候安检不过，团队票185只能用一天的  
我就住在游客中心附近，农家乐开车带我们去的，很近，记得拿老板名片，让他们来接  
七星寨，要翻四座山  
可以在山脚下买登山杖，但我个人觉得用不到，好多年纪大的奶奶用登山杖的，有的地方很陡，休息的地方很多，可以慢慢爬，一天的时间都用来爬四座山，有什么好的  
恩施大峡谷  
喀斯物地貌的独特魅力，奇石与植物的结合  
上山，有两条路，  
1、缆车：110一个人  
2、爬台阶1000多阶  
我选择了爬台阶，缆车不划算，1000多步台阶，对于我来说其实没有想象的那么恐怖，很轻松，算是登四座山的预热  
登山的过程完全靠自己享受，风景空气植物奇石的形成等等，带着孩子的家长，可以事先做功课，让孩子在旅游的过程中，了解峡谷的地貌特点，植物（景区有标示牌），历史等。只是爬山并不是旅游的目的，可以与当地人聊一聊，开发不算太久的地方，总还有很多曾经生长在这里的人，会了解到很多看不到的风土人情  
下山，可以说是非常累了，建议坐下行扶梯，30元，非常划算，因为当时已经非常累了，返程回农家乐，先点好菜，让老板定时送到房间里，然后按摩腿部，敷面膜，睡觉觉，第二天依旧精神十足  
老板送饭菜来的时候告诉我晚上有一个《龙船调》演出，要不要看，老板介绍说是露天的，剧场很大，有五百多人，还是张艺谋导演的。哇那必须去看呀。演了票也是老板帮忙买的，吃过饭后老师送我下去剧场。剧场到我住的地方有十分钟的车程左右，演出是8点10开演，我老板说剧场很大，可以先下去，到看看拍拍照 ，  
我7点半就到剧场了，剧场是真的大，完全就是一座山啊。整座都是剧场，以后面的崖壁作为背景，重要的是我看着观众席对面的山上还有一栋跟土司皇城一模一样的土司楼，舞台很大，旁边还有吊脚楼建筑群，跟一个小村庄一样。舞台上还有一条河，河很有三四米宽吧。还有船停在河面上。  
8点10分准时开演，500多演员的场面确实很宏大，演出一里共分为四幕，面有很多土家的民歌，听不懂。前面的几乎都是歌舞表演，最震撼的就是最后山崩地裂那一幕，整个舞台上的河面直接裂开。配合着音乐效果真的有种山崩地裂的感觉。确实大手笔，值回218元的票价了。  
回去的时候有景交车在外面等着接送，直接送回游客中心，老板在游客中心等着我  
第二天一早吃过早饭，老板送到云龙地缝的入口，云龙地缝与七星寨天壤之别，地缝非常的阴凉，淅淅沥沥的水流从山体滑落，落在肌肤，散去燥热  
瀑布与石的碰撞，感叹自然的神奇，就是那么恰到好处  
走到地缝景区的尽头，有个垂直观光电梯，可惜没有开放，又爬了一座山。上去就是返程中心。  
欣赏完地缝，直接去农家乐拿了行李，老板娘叫他家的亲戚送去火车站，40/人，同行还有其他游客，一路一边欣赏风光，一边问了一些问题，他也很热情的告诉我们好奇的事情，很有意思  
恩施之行总结结束。很简单，希望条理还算清晰

评论：  
1.农家乐电话有吗  
2.写得不错，挺详细的。要不要再更新一些呢？  
3.看了你的游记，真心觉得，在路上真的很幸福。  
4.收藏下，回去我也去一回感受感受。

## 31.恩施的阳春三月

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3647690.html

来源：携程

发表时间：2018-3-25

天数：3 天

游玩时间：5 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
除了爱情，旅行大概也是人生最美好的事物之一。它不止带来惊喜、愉悦，也会制造遗憾，生出怅惘。  
不管留下遗憾还是制造惊喜，收获了艳遇还是一路倒霉，无论你用怎样的方式旅行——在路上终究比宅在家里要精彩。  
不是没有想过要约上三两好友共赴一场说走就走的旅行，但大多数真的就是说说而已。我是一个很没有行动力的人，包括这篇游记也是一样。回来好久了，一直没有整理出来。  
在走之前特地跑到新华书店去买了一个很漂亮的彩绘本，咯！！！这样的  
回了之后 它  还是这样的  
因为一路上它就在箱子里面睡觉，我都没有把它拿出来过，更别说画画了  
  
做为一个生长在江汉平原的妹子，从小是真的很少看见大山，在来  
恩施  
的车上见到那些重重叠叠的峰峦，那是我第一次看到那么大的山  
到  
恩施  
已经是下午了。出了站口，前面有很多出租车，过一条车道就是公交车。如果不熟悉城市的话，建议选择出租车，因为恩施的公交车是单程  
酒店是之前定好的，在女儿城。出租车也很便宜，起步5元，到女儿城也就25左右。师傅很热情，一路跟我介绍着  
恩施  
那些有好玩的，好吃的。大概半个小时就到了女儿城  
酒店很干净，环境真的很棒，是土家仿古建筑的那种房子，有种年代感。房间虽然不是很宽敞，但是绝对够住。最重要的是我住五楼，应该最顶楼。可以看见整个女儿城的全貌，好像女儿城的房子层高都差不多只有四楼的样子。整个街道也都是土家吊脚楼建筑，很复古。  
离酒店不远处有一条小吃街，很丰富，一条街几乎都不带重样的。  
晚上8点的时候还有土家娶亲的表演，人非常多，一整条街都是人挤人  
我生性喜静，这样热闹的场面让我微微惊讶，我以为只是站在路口看着演员表演就好了，谁知！花轿抬着新娘绕了一整条街，本想退出去，却是人挤着人。几乎是脚不沾地的跟着走完了全程，这个场面让我仿佛真的看到土家女儿土嫁的情形  
本想在市区住一晚，第二天直接去  
大峡谷  
，晚上回去临时改变了计划。因为看了那场表演，很想去土司皇城看看，想了解多一点土家族的故事  
酒店228元  
吃饭100元左右（包括小吃街）  
  
第二天一早收拾好行李，退了房打车直奔土司城，从女儿城到土司城走了差不多半小时。路上有点堵，建议早点，避免早上上班的高峰期。  
土司城入口处有售票窗口，55元一张票，夏季是6点关园，冬季是5点关园。  
恩施土司城  
的主建筑九进堂是按照土司王的规制而建。门楼、戏楼、议事厅、摆手堂、后院门楼、内宫中堂、后堂  
除此之外，为了突出一座城的管理功能，在  
恩施土司城  
中还建有城门、侗族风雨桥、廪君祠、校场、土家族民居、城墙、钟楼、鼓楼。  
进入广场首先看到的就是两位 彪形大汉，环眼突睛，虎视眈眈，是土家语称作“努里巴嘎”和“柯斗毛人”的两尊门神，土司城门楼的守护神  
  
嘉靖年间，倭寇侵扰我国东南沿海，土家人组成的联军千里迢迢奔赴抗倭前线，英勇作战，消灭了倭寇，立下赫赫战功。嘉靖皇帝钦赐“东南第一功”，以表彰这些土家抗倭将士。  
纪念廪君的  
廪君殿  
。这是一个非常伤感的传说，远古时期，土家族巴氏部落首领廪君率部向西迁徙，途经盐阳夷水遭遇暴雪，廪君昏倒在茫茫雪地，盐阳女神救起昏倒的廪君，遂起爱慕之心，愿以身相许，廪君婉言拒绝了女神，决心带领部落继续西进，女神恼怒，化作飞蛾遮天蔽日，试图阻止西进，廪君无奈，取下弓箭射杀女神，他深感内疚，化为白虎。  
  
九进堂，土司理政和生活的王府，集中展示了鄂西南土家族“文脉”文化的无限神韵，整体建筑由低向高递进，有九重九进，故称“九进堂”，且九为极数，象征土司以至尊至贵的身份而居  
白虎是土家族极为崇拜的廪君魂灵的化身，因而白虎也便是土家族的图腾宗拜和土家族的族徽和标志，所以有称土家族为虎氏民族的。可见白虎已成了土家族的魂和根。  
  
每天在九进堂第二进的戏楼都有两场精彩的民俗表演。  
站在土司城最高的地方，俯瞰整个皇城，巍巍皇城尽在脚下  
整个土司城走完差不多是三个小时  
出来在土司城门口就有公交车的站台，乘坐公交车30路到航空路汽车站,那里有直达的旅游大巴车,或者去沐抚班车,乘车大约2小时就来到  
恩施大峡谷  
景区。当然也可以在恩施当地租一辆车自驾也是挺灵活的出行方式。  
  
没有行多入就进入了大山，第一感觉就是空气真好。路上看到清江上升起霭霭薄雾,飘渺若纱,仙气飘飘,美不胜收。可惜车子开太快只能抓拍一张。  
  
恩施大峡谷  
,被专家誉为与中国的科罗拉多大峡谷 ,是  
清江大峡谷  
一段,峡谷全长108公里,面积达300平方公里。峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。  
入住的是女儿寨度假酒店,这个酒店感觉很不错,房间超大,装修风格具有土家族的特色,配套设施齐全,特别喜欢这个凉台,不仅面积大,而且临山,推开门就可以看到大峡谷,早上起来泡富硒茶,坐在凉台上边呼吸新鲜空气边看风景,哇,简直爽极了。  
去一个地方旅游第一件事就是品尝当地特色美食,来恩施当然也不例外。特有的恩施小土豆,第二个我先以为是粽子,后来发现不是的,是当地特有的玉米粑粑,腊肉也是当地有特色的食品之一，昨天在女儿城也吃过不少。  
下午两点到的大峡谷，吃过饭已经是三点多了，决定去一个地缝。云龙地缝位于  
恩施大峡谷  
山脚,全长近20公里,最深处近100米,地缝两侧绝壁陡峭,一道道瀑布飞泻直下,缝底云龙河潺潺淌过,水质清澈见底,缝壁茂密的灌木相互掩映,斑斑阳光洒入缝中,以险、俊、奇、幽的自然景象展现在人们眼前。  
从上面看下去,峡谷很深,还是有点吓人的,有恐高的人看都不敢看。  
峡谷路还算比较好走,沿路都有扶手,就是游览完上山去有一段路比较陡峭,需要一点体力。  
一路走来都是丛林飞瀑，路上很湿滑，很多沿途的游客都拿着拐杖，拿拐杖真的跟年龄没有关系啊，很多年轻人都拿着呢。因为时间晚了，地缝的人并不是很多，  
从峡谷底部爬上来的那一段路叫十大拐，我数了一下，我数了一下，当真是十个拐。垂直向上，那一段路是最费劲  
有景交车出口处等着，直接送回了女儿寨酒店  
晚上去看了《龙船调》实景剧，景交车可以直接到女儿寨来接，很方便哦  
《龙船调》以峡谷做舞台,山河当道具,全剧集艺术性、震撼性、民族性、视觉性于一身,不仅汲取了极具恩施地方特色的土家民族音乐元素,同时结合恩施大峡谷的景点特色,借助现代高科技舞台特效技术,被认为是对世界优秀民歌龙船调的全新演绎,营造出一场奇幻绚丽、生动感人的艺术盛宴。  
但演绎到最后,剧情大反转,是个大圆满结局,把演出推向一个高潮,全场观众都站起来为演员鼓掌,为特效舞台鼓掌,为此演出鼓掌。  
建议：剧场很大，8点10开演，可以提前半小时入场。随处看看拍拍照什么的  
回到酒店已经9点半，敷面膜，揉揉腿，赶紧睡觉。明天起床又是活力满满的一天  
去七星寨还是在游客中心三楼坐车，景区所有的景交车都是免费的。  
  
可以直接乘坐缆车上  
七星寨景区  
，当然如果你年轻,如果你任性,如果你想挑战自己,也可以乘车去山底,从山底爬上山，1000多阶台阶。  
一路沿着栈道游览,可以欣赏叠叠的山峦峡谷风光。该栈道1700余米,共有七道弯八道拐,寓意是:路七弯八拐,心始终如一。独特的喀斯特地貌形成象形的怪石如火炬,石竖琴,元宝,悬棺等自然景观。  
这就是峡谷的镇山之宝,  
一炷香  
,山石有150余米高,犹如一炷青香,经过千万年来风雨洗礼,仍然傲立于群峰之中,这真不科学。  
迎客松  
,双子塔,  
母子情深  
,  
大地山川  
,每个景点都是让人称赞,感叹大自然的神奇,感受大自然的魅力。  
整个行程大约需要5个小时左右,大约近1万多步,可以说是人体力和耐力的一个考验  
  
门票:旺季(3月1日-11月30日) 170元/人,淡季(12月1日—次年2月末) 130元/人  
索道上行:110元/人·次(单 程)  
索道下行:90元/人·次 (单 程)  
电扶梯:20元/人·次 (单 程)  
《龙船调》218/人  
建议：大峡谷全程都是山路徒步，穿便于步行的鞋子，最好还是防滑的。  
大山里的气温早晚有一定的温差，夏天也最好带上一件薄外套  
防晒很重要，大太阳的步行五个小时真不是闹着玩呢  
走完全程以后腿一定会酸疼，不要直接捶，用手轻轻揉捏，泡下脚，晚上睡一觉第二天会缓解很多  
大峡谷有两个景区，一个地缝，一个七星寨，一天也可以游完，但是有些累，可以分为两天。人会轻松很多，晚上还可以看一下《龙船调》实景剧，强力推荐！！！

评论：  
1.交通方面方便吗楼主？已经打算去开始准备起来了。  
2.感谢楼主分享呀~~有什么推荐的美食吗？吃货一枚尽想着吃了！  
3.好帖啊，谢谢了。顶个。世界那么大，也想去看看。

## 32.探秘湖北恩施，4天3晚寻找隐匿于崇山峻岭的秘境

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3648234.html

来源：携程

发表时间：2018-3-27

天数：4 天

游玩时间：3 月

人均花费：2000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
春暖花开，沉寂了的心，也开始慢慢苏醒，开始寻找一片静谧之地，来开启一年的新旅程。  
恩施  
，一个遗落在深山中的秘境，它有大清江的清秀柔美，也有大峡谷的气势磅礴，只有深入腹地，才能感知峡谷深山的魅力。  
恩施  
，一个少数民族的聚集地，过着属于他们多姿多彩的生活，只有大口喝上一晚“摔碗酒”，跳上一段“摆手舞，才能感受土家族的热情洋溢。  
恩施  
，一个经历数亿年沧桑的海底世界，古老而神秘的洞穴探秘，让人游走在大自然的变迁之中。  
于是，我们来到恩施，看看那土家的吊脚楼，侗乡的风雨桥，看看这里的秀美山水，来到此才发现，恩施，正如其名，它就像是得到了大自然的恩赐，集各种美貌与才华与一身，时而秀美，时而壮观，时而热情，时而沧桑，它就这样隐匿于崇山峻岭之中，等着我们去揭开它的面纱。  
Day 1 ：杭州搭乘飞机到湖北恩施 -- 前往  
恩施土家女儿城  
-- 体验巴人堂“迎客歌”拦门酒及晚餐  
Day 2:  
恩施大峡谷  
一日游  
Day 3:   恩施大清江景区游船 -- 芭蕉侗族枫香坡景区  
Day 4:  土司城景区 -- 梭布垭景区  -- 恩施搭乘飞机返回杭州  
清晨，搭乘飞机从杭州到  
恩施许家坪机场  
，即使双眼惺忪，但想到后面几天的行程，便瞬间来了精神。到酒店稍做休息，便开始了我们正式的旅行第一站，  
恩施土家女儿城  
。  
土家女儿城，是全国土家族文化的集聚地，虽然是人造古镇，但是却融合了仿古建筑与土家吊脚楼的特色风格，依山势而建，顺水流而设。在古镇里，除了能感受别样的建筑风格，还能住上别有一番的客栈，吃上特色的土家美食，看上一场女儿城内的民族表演，  
一派喜庆的模样。  
到  
恩施土家女儿城  
，就一定要尝试一下当地的摔碗酒，知晓摔碗酒，还是在央视新闻里看到的，那时正值过年，电视里叮叮当当的，都是砸碗的声响，预示着岁岁平安，而要追溯摔碗酒的体验，那恩施首当其冲，来这里的人若是不品上一碗摔碗酒，不响亮的砸上一个碗，那可真是算白来了。  
平时你上馆子喝酒，不小心砸了碗，那定是免不了自掏腰包，还要给人赔不是。但是在这里，却因为有着这样的风俗，没有人会用异样的眼神来看你，反而是不摔不痛快，不摔不喜庆，大碗的喝酒，豪迈的砸碗，颇有武侠小说内的仗义豪情。在这里，一年被顾客摔掉几十万个碗，也是司空见惯，店家却丝毫不心疼，还越摔越喜庆。  
摔碗酒还有个非常贴切的名字，“biang当酒”，这一碗酒下肚，酒兴正浓，biang一下的将碗砸碎，一个漂亮的自由落体，瞬间四分五裂，砸的越碎，则越有好彩头。  
说起摔碗酒的起源，民间传说在古代，巴国发生内乱，巴蔓子就向楚国许诺三座城池，以此为代价，让楚国帮助巴国平息内乱。内乱平息之后，楚国让巴蔓子履行承诺，割让三座城池。巴蔓子为了保全国家，于是痛饮一碗酒，将碗摔碎，拔剑自刎。巴蔓子以头留城，重了信誉，保了国土，这忠信两全的故事，后成为巴渝大地传颂千古的英雄壮歌。从此，摔碗酒也成了人们膜拜英雄的一种仪式。  
而如今的摔碗酒，是一种对于情谊的表达，双手端碗，以示尊敬，一饮而尽，以示诚意。它更多的代表着人们祈求生活幸福平安的愿望，摔碗的同时，也寓意着岁岁（碎碎）平安。  
饭店里，一群人围坐在餐桌前，品尝着土家美味佳肴，饭桌边，总会放上一箱土碗，斟满酒，大家一饮而尽，随即便是一串噼里啪啦的摔碗声，此起彼伏。  
喝到尽兴时，还有土家妹子上来唱歌助兴，原汁原味的山歌，配上这古朴的酒碗，尽情的领略恩施土家女儿城的热情~  
吃饱喝足，可以在恩施女儿城内逛逛，准点时分，还能看到极具当地土家特色的文艺表演  
夜晚时分，华灯初上。灯火映衬下的古镇，华灯溢彩，熙熙攘攘的人群，穿梭在一座座土家建筑内，感受着古镇的质朴与繁华。  
今天，天气阴，但也不能错过安排的行程，  
恩施大峡谷  
就像是恩施的一张名片，曾被誉为全球最美丽的大峡谷之一。来到这里总要看看这个国家AAAAA级旅游景区，它  
位于湘、渝、鄂三省交界处，是清江流域最美丽的一段，。  
景区很大，里面主要分为两部分，七星寨和云龙地缝景区，每个部分需要花上半天的时间来游览。大峡谷的通票包含了这两大景区及往返的景区交通。到达景区门口，便可搭乘景区的接驳车，便到了第一站，云龙地缝。  
云龙地缝是非常独特的喀斯特景观，它整体造型呈“U”型，上下垂直一致，全长3600米，平均深75米。  
云龙地缝囊括了众多地质元素，外部绝壁巨壑环抱，山峦叠障，地形多变；地缝内流水淙淙，飞瀑跌落，  
五彩黄龙瀑布  
、  
彩虹瀑布  
、  
云龙瀑布  
、  
冰瀑  
、沐抚飞瀑都是观景的好去处。  
在  
恩施大峡谷  
内，无论是七星寨还是云龙地缝，都可以看到自然形成的天坑、地缝、绝壁、峰丛、岩柱群、溶洞、暗河等地质景景观，宛如一座喀斯特地形地貌的天然博物馆。  
在恩施大峡谷  
七星寨景区  
内  
，还能看到被外媒评为中国最美40个景点之一的“  
一炷香  
”，它高度150米，最小直径处只有4米，它像一炷香一样，傲立在群峰之中，风吹不倒，雨打不动，守护着这片神秘的土地。  
万米绝壁画廊，千丈飞瀑流芳，百座独峰矗立，十里深壑幽长。  
这里也是“东方情人节——土家浪漫女儿会”的发源地之一，恩施土家女儿会是恩施本地具有浓郁民族特色和民俗文化内涵的传统节日，被誉为“东方情人节”，迄今已有三百多年的历史。  
恩施大峡谷雄奇秀美，千姿百态的自然风貌被堪称世界地质奇观。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，步步为景，美不胜收。  
来到恩施大峡谷景区内，那必须得去走走著名的  
绝壁长廊  
，考验一下自己的勇气和胆量，这条栈道建于绝壁之上，一侧是山，另一侧则是万丈悬崖，在1700米的海拔之上，将峡谷美景一览无余。  
游览恩施大峡谷大约需要一天时间。游览时虽然能搭乘景区索道和下降电梯，但是仍然需要步行约8.5公里的山路，这对于平时不运动的我们，绝对是体能和耐力的一种考验。所以登山时，务必穿舒适的鞋子，减轻背包负重。  
大峡谷景区周边的配套非常齐全，可以就近选择度假酒店，爬累了，也就不用花力气在返程的路上了。  
在湖北恩施，有着这样一方净土，安静的让人向往。正如它的名字，大清江，这里的江水清澈无比，泛着蓝绿色的光蕴，纵横于层峦叠嶂之中。  
昨天，爬山爬到腿废，所以调整了行程安排，选择了不花力气的游船游，坐在船上品美食，看美景。  
清江古代称为夷水，宛如一条蓝色飘带，或咆哮奔腾，或飞珠溅玉，或潜伏明流，洋洋洒洒八百里，它也因此有了“八百里清江、八百里画廊”的美称。  
大清江从恩施州利川市逶迤而来，自西向东横贯恩施土家族苗族自治州，最后在宜都市汇入了长江。想要一饱大清江之眼福，自然不需要徒步800公里，只需要搭上游船，便可饱览两岸绿水青山，风景如画之美景。  
蜿蜒的清江在土家儿女心中，则是养育世世代代的母亲河。  
大清江游览时间大约在四至五个小时左右，拥有4条游览线路可供选择，可根据自身需求选择不同的线路及游船搭乘。我们搭乘景区的特色民族风游船，“悠悠龙船调，浓浓清江情”，一上船，船内便在播放着《龙船调》，“妹娃要过河，是哪个来推我嘛～”这首歌在上世纪八十年代就被评为“世界25首优秀民歌”之一，“清江”也是在那个时候红遍了世界。  
游船的配套十分完善，有沙发卡座、露天的茶座，还有非常舒适的包厢，多个角度欣赏清江。置身于美景之中，开启舒适休闲的度假生活。  
中午时分，游船上的大厨们，精心准备了一份这里特有的饕餮盛宴，全鱼宴。  
所有的鱼，都是由清江中捕捞，鲜嫩可口，令人食欲大增。  
品味清江鱼的同时，还可以亲自体验一把钓鱼的乐趣，游船上还特意准备了鱼竿，可以供游客钓鱼使用。  
坐在船头，看着船在长江三峡和张家界两大国际知名景区之间内行驶，两岸美景吸引着我们的目前，让人流连忘返。  
两岸江景有许多看点，例如著名的蝴蝶崖，是清江的标志性景点，因山崖形似蝴蝶展翅而得名。 一到雨季，水量增大，在蝴蝶翅膀的绝壁之间，一挂飞瀑从山洞中奔涌而出，声如雷鸣，极其壮观。而水量小的时候，则又是一种婉约和柔美。山的雄伟结合水中的倒影，一只完整的蝴蝶更是栩栩如生。  
而景阳大桥也是清江上的另一个著名景点，它全长519米，净跨度260米。 红色圆弧在跨与清江之上，漂亮的弧线在蓝天的映衬下，宛如一道彩虹，因此当地人又把它称为彩虹桥。  
游完船，已是下午3点多，乘车约1个小时，我们来到了  
恩施  
枫香坡侗族风情寨  
，为了体验一下侗族风情，所以我们将今晚的住宿安排在了这里。  
枫香坡侗族风情寨  
位于芭蕉侗族乡高拱桥村，村寨为侗族人聚居地，因此侗族风情浓郁，在这里，有多家住宿可供选择。  
茶花山居是寨内其中一家非常有特色的名宿，整座散发着浓郁的侗族风情，也是我们今晚要入住的酒店。  
放好行李，我们便在寨内逛逛。花了一个小时的车程，当然不单单是来欣赏这里的特色建筑，在寨子里，还保留了许多当地特色的体验项目，例如推磨、榨油、采茶、织布、垂钓等等，都可以一一体验，在城市呆久了，这些最原始的保留，却成了最美好的乐趣。  
晚上，在寨内品尝正宗油茶汤、吃了可口的农家饭，还欣赏了原汁原味的侗族歌舞，在侗族小妹的拦路歌声中领戴侗带、豪饮拦路酒……  
夜晚民宿里还会举行的侗族特色的篝火晚会，五湖四海的人们，在此相聚，一同感受侗族人民的热情。  
前几天分别去看了恩施的自然风光和民族文化，最后一天便留给恩施的历史了。  
在湖北恩施，自然风光数不胜数，但若是要找一个最有沧桑感，最能感受历史变幻的，那当属湖北恩施  
梭布垭石林  
景区。在这里，能够感叹大自然的鬼斧神差，更像是游走在一条时间的隧道之中，满足我对于4.6亿年前的种种幻想。  
梭布垭石林  
是国家AAAA级旅游景区，总面积21平方公里。整个石林外形象一只巨大的葫芦，四周翠屏环绕，群峰竞秀。它拥有着大小共100多个经典的自然景观，景区内独特的“溶纹”、“戴冠”景观，是一大亮点。  
狭缝秘境、化石古迹随处可见，堪称一座远古地质博物馆。经考古专家考证，  
梭布垭石林  
形成4.6亿年前的奥陶纪时期，是世界最古老的石林之一。  
梭布垭石林犹如一座海底迷宫，穿行期间，仿若走进了远古时代，令人惊叹不已。  
梭布垭石林莲花寨景区石林分布密集，整个莲花寨以石莲为花、绿树为泉，犹如朵朵白莲生于碧泉，莲花摇曳间馨香万里。形态各异的石林，让人浮想联翩，不由惊叹大自然的鬼斧神工。  
莲花寨景区中的犀牛沟，是莲花寨的精华所在。幽冥的石林谷底，阴暗湿润，各种苔藓植物展示着强大的生命力，在谷底中生长着。  
进入谷底后，气温瞬间就会降低很多，让人有种寒气袭来的感觉。阳光以光束状，撒进谷底，更给整个犀牛谷增添了一份神秘感。  
由于犀牛谷内，潮湿昏暗，而且山路也比较狭窄，进入谷后需要小心前行，注意安全。  
游览梭布垭石林全程均需步行，大约半天时间可以游览整个景区  
恩施土司城  
是在恩施市区内的，所以将它安排在返程的最后一天，再合适不过。在这里，可以了解到土家文化的历史，它是目前国内规模最大、工程最宏伟、风格最独特、景观最靓丽的土家族土司城，走近她，仿佛看到了一个  
土家族社会文化、物质文化的缩影。  
整个土司城内，九进堂是城中的核心部分，由333根柱子、333个石柱础、330道门、90余个窗、数千块雕花木窗、上千根檩子、上万根椽木组合而成。进深99.99米、宽33米，总建筑面积3999平方米，是目前罕见的纯榫卯相接的木结构建筑。  
整个九进堂内亭台楼阁，错落有致，雕梁画栋，显得富丽堂皇。九进堂，也就是地道的一座土司皇城。  
九进堂内还有一处舞台，每天都会按时上演一场精彩土家族的文化表演。整套表演极具土家族风情，加上台上台下的互动，让人充分的体会到土家族的风土人情。  
除了九进堂外，土司城内还有很多景点值得参观，所以如果时间足够，可以预留3个小时左右时间，了解一下土司文化的精髓。  
梭布垭石林  
梭布垭石林门票： 门票78元，景交车票30元。  
地址：湖北省恩施州恩施市太阳河乡  
交通：  
1.飞机：  
恩施机场  
-----  
恩施旅游  
接待中心-----梭布垭石林景区专线车  
2.高铁：  
恩施火车站  
-----  
恩施旅游  
接待中心-----梭布垭石林景区专线车  
3.巴士：恩施至梭布垭石林石景区专线车 票价25元/人  
乘车地点：  
恩施旅游  
接待中心、奥山世纪城（火车站1路2号）  
4.恩施挂榜岩车站乘坐梭布垭石林专线直达车。  
恩施大清江景区  
景区每天上午09:30准点开船（需提前24小时拨打景区热线预定船位和船期），所以务必提前到达码头，留出充足的购票取票时间。  
地址：恩施市三岔乡汾水河北岸旅游码头（汽车导航输入：恩施浑水河大桥）；  
景区船票可在现场购买或提前网上订票。门票180元/人。  
网络购票必须提前一天17：00之前购票。  
交通指南  
1、沪渝高速恩施城区出口——恩鹤旅游公路（S233）——茅坝——莲花池——三岔乡——浑水河北岸旅游码头  
2、恩鹤旅游公路（S233）——恩施土家女儿城——恩施七里坪乡——茅坝——莲花池——三岔乡——浑水河北岸旅游码头  
3、舞阳大道——土桥大道——恩鹤旅游公路（S233）——茅坝——莲花池——三岔乡——浑水河北岸旅游码头  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷门票信息：  
1、必购票：门票+车票，200元/人（包含门票170元/人，景区换乘车车票30元/人）  
2、选购票：客运索道上行105元/人、索道下行100元/人，上下联票200元/人，手扶电梯30元/人（温馨提示：索道位于  
七星寨景区  
入口，欲乘索道下山必须原路返回）。  
3、景区对特定人群，有特殊优惠政策  
交通  
1）自驾游；使用导航都能驾车到恩施大峡谷。但恩施以山区地形为主，山路弯道较多，驾驶车辆时一定要注意路况减速慢行。  
2）自助游；经停  
恩施站  
的火车有动车、高铁、少量绿皮车，国内许多地方的航班都能直达  
恩施许家坪机场  
。来往恩施非常方便。  
如果您身处  
恩施许家坪机场  
或火车站该如何前往恩施大峡谷？  
【出租车】从  
恩施机场  
或火车站搭乘的士，到恩施航空路车站下车，全程约20分钟左右，费用在20——30元之间，恩施市区起步价：5元/公里。  
【公交车】  
恩施火车站  
，乘22路/6路/30 路公交车至航空路车站下车，全程约40分钟（2元/人）  
【恩施市区——恩施大峡谷专线车】恩施航空路车站乘坐恩施——大峡谷专线车，恩施到大峡谷属于短途，售票员在车内现场售票 ，专车直达恩施大峡谷游客中心，恩施市——大峡谷全程60公里，乘车用时1.5小时，票价25元/人（单程）  
【利川市区——恩施大峡谷】  
利川火车站  
乘坐  
利川  
——恩施大峡谷专线车，全程39公里，乘车用时1小时，票价20元/人（单程）每天车次较少。  
恩施女儿城  
恩施女儿城全天开放，而且无需门票。  
恩施土司城  
门票价格： 成人票：50元  
交通  
恩施火车站  
30路公交车直达土司城站，共13站。  
1、恩施市内  
我们这次入住的是恩施市内的奥山雅阁酒店，酒店周边就是就有一条美食购物街，买东西吃饭都比较方便，离机场打车大约20分钟。  
2、恩施大峡谷景区  
恩施大峡谷景区周边，配套也非常齐全。附近就有不少度假酒店，游完大峡谷，可以选择就近休息。  
恩施大峡谷女儿寨度假酒店，以“女儿会”文化为主题，也是景区第一家按四星级标准建设的涉外旅游度假酒店。  
3、  
枫香坡侗族风情寨  
茶花山居是枫香坡侗族风情寨内其中一家非常有民族特色的名宿，整座散发着浓郁的侗族风情。  
恩施的美食很多，由于恩施处于少数民族地区，美食的民族特色浓厚。这里独特的环境，也创造了独特的吃法。  
土家社饭  
洋芋饭  
清江鱼  
恩施的更多美食，就等着你来到恩施，亲自品尝了  
湖北恩施是世界硒都，土壤中富含硒元素，恩施茶为天赐的富硒茶，其中以恩施玉露最为著名，可作为伴手礼购买。

评论：  
1.对的  
2.说错了...是换的时候随身拖着箱子么  
3.想问楼主是一只住在一家酒店没换过还是随着行程换地方呢  
4.梭布垭石林确实好看，来恩施一定要去看看  
5.先马，准备明年去，到时做攻略时再慢慢参考，或许做攻略时还有疑问，还请楼主赐教  
6.看了你的游记也想出发了，lz这里10月去好么？  
7.楼主照片拍得真好行程安排也不错，紧凑不忙乱

## 33.华西周边游| 不负春光，清明踏青好去处

https://you.ctrip.com/travels/chengdu104/3648193.html

来源：携程

发表时间：2018-3-28

天数：3 天

游玩时间：

人均花费：500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
清明雨纷纷，何处可踏青？清明节，华西有不少好去处，选一条即刻出发，get一个完美假期。  
都江堰  
放水节  
清明放水节是四川省  
都江堰  
地区的传统节日。每年清明时节，都江堰市便迎来了从公元978年开始的一年一度的放水节大型活动。  
今年的  
都江堰  
放水节“拜水大典”将于4月4日在  
都江堰景区  
举行。  
现场将完整再现古法放水、狼烟传递、军旗飘扬、军号齐鸣、战马奔腾等千年前的历史场景。  
武隆  
武隆天生三桥，位于武隆县东南约20公里处，属于典型的喀斯特地貌，罕见的地质奇观旅游区，也是电影《满城尽带黄金甲》和《变形金刚4》的取景地。  
龙水峡地缝，位于武隆县仙女山镇境内，由千万年前造山运动而形成，壁陡峡深，是典型的喀斯特地质奇观。  
峨眉山  
峨眉山文化遗产深厚，是我国四大佛教名山之一，以供奉普贤菩萨著称。  
乐山大佛位于四川省  
乐山  
市，雕凿于岷江、青衣江和大渡河交汇处凌云山栖霞峰的岩壁上，为弥勒佛坐像，是世界上最大的石刻弥勒佛坐像。  
九寨沟  
今年3月8日九寨沟重磅回归，水池浅滩五彩斑斓，如今依旧美丽。  
四月的九寨沟，春意盎然，红艳的桃花瓣，倒映在透绿的湖面上，俨然一副世外桃源的绝美画卷。  
大理  
洱海，静静地依卧在苍山和大理坝子之间，湖水清澈见底，仿佛“群山中的无瑕美玉”，简直美哭。  
游逛大理古城，享受苍山下的慢生活，逛小店、泡酒吧，品味文艺时尚的魅力古城。  
恩施  
恩施大峡谷落脚于神秘的“北纬30度”，气势磅礴傲立天地间。  
峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。  
西安  
秦始皇兵马俑博物馆被誉为“世界第八大奇迹”，是世上无与伦比的地下军阵，雄伟壮观。  
秦始皇兵马俑博物馆被誉为“世界第八大奇迹”，是世上无与伦比的地下军阵，雄伟壮观。  
来到西安，美食多不胜数，一定不要错过肉夹馍、灌汤包、凉皮、胡辣汤、酸菜炒米、冰峰汽水、涮牛肚。

评论：  
1.带上孩子去不知道方面嘛？  
2.楼主肯定是私藏了好多好多美图舍不得放出来

## 34.一个懒人的旅行记录——恩施

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3649944.html

来源：携程

发表时间：2018-3-28

天数：2 天

游玩时间：3 月

人均花费：1000 元

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
现在旅游已经成为人们生活中重要的组成部分，小时候的我并不知道什么是旅游，但是很喜欢出去玩是真的，计划的再久也不如说走就走。  
因为时间问题没能去太远的地方，我本身算是半个  
恩施  
人，但恩施很多地方真的没有去过。恩施这几年的旅游业发展的很快，但是做为恩施人的我，竟然没有去过，确实有点说不过去  
计划着玩三天，第一天在市区，第二天在大峡谷，第三天去  
腾龙洞  
再从  
利川  
回家，全程自驾  
恩施土司城  
开放时间：  
夏季：8:00-18:30  
冬季：8:30-17:30  
门票价格： 成人票：50元；优惠票：25元  
最佳时间： 一年四季均可  
恩施火车站  
30路公交车直达土司城站，共13站。  
恩施  
市区里值得玩的地方还是很多的，首先女儿城跟土司城就有很多朋友推荐了，土司城在市区不远，建议中午的时候去，去的太早看不到土家民俗演出，去的太晚也看不到，一天好像就一场，在下午两点  
现在的土司城是复原重建的，包括门楼、侗族风雨桥、廪君祠、校场、土家族民居、土司王宫--九进堂、城墙、钟楼、鼓楼、百花园、白虎雕像、卧虎铁桥、听涛茶楼、民族艺苑等12个景区30余个景点。  
我一直觉得  
恩施  
算是一个民族特点很强的城市，随处走在大街小巷都可以看到属于土家族一些标志性建筑和少数民族的文化，那怕是进一家饭馆都都可以看到一些土家文化，比如语言，壁画等等。  
土司城顾名思意就是土司居住的宫殿，所以也称土司皇城，不是土家人可能不太了解土司到底是什么，  
科普时间到了：土司土地不入中央王朝版图，人口不入中央王朝户籍，生杀在掌、称雄一方。土司王：实际就是一个地方的土皇帝。  
巴人及其后裔土家族崇尚的廪君，还有段十土司城整体不大，三个小时就可以游完，有一个廪君庙很值得一提  
分神奇而动人的传说。相传廪君是生活在  
长阳  
武洛钟离山的巴姓人之子，名叫巴务相。钟离山上有赤黑二穴，分别住着巴、樊、覃、相、郑五姓人氏。巴姓住在赤穴，其余四姓住在黑穴。  
蛮荒之初，没有头领。于是五姓人氏商定以投剑于石穴，投中者尊为头领。经比试，唯巴姓之子巴务相一剑投中，其余四姓皆未投中。四姓不服气，再次约定乘坐土船游于江中，土船不沉的立为头领。比试结果，又是巴务相乘坐的土船不沉，其余四姓的土船下水即沉。四姓至此认为这是天意，于是推举巴务相作头领，统领巴人。  
巴务相胸怀大志，嫌钟离山狭小，决意要为巴人另创基业。便率领五姓巴人，沿古称为夷水的清江而上，去开疆拓土。途中经过叫盐阳地方，盐阳有位专司熬盐济世的女神，爱慕巴务相超凡豪雄，以身相许要与巴务相结为夫妻，并劝巴务相留居盐阳。巴务相虽感女神多情，但仍觉盐阳不够广大。非巴人久留之地。坚持溯江而上继续前进。  
女神无奈，便晚上前来陪宿，早上化成飞虫与诸虫同飞，遮天蔽日，令巴务相与众巴人不辩南北西东，寸步难行。巴务相于焦虑中断定是女神暗中阻挠，便乘女神陪宿之机割下自己一绺头发，作为信物赠与女神。女神即将头发系于项间。待次日诸虫再飞之时，巴务相瞄准系有头发的飞虫，挽弓搭箭，将化为飞虫的女神射落，天开明朗。  
巴务相便继续率巴人前行，直到古称夷城的恩施地方，巴务相觉得夷城地方广阔，便留住下来，建立了巴国。巴人由此便从以渔猎为生的原始落后生活方式转为了较先进的农耕生活。  
巴务相心愿已了，便坐化升天，死后化为白虎。众巴人为缅怀巴务相功德，建廪君祠立像祭祀，同时也感女神熬盐济世之恩，便也塑女神像陪于廪君之侧，称巴务相为廪君，称女神为德济娘娘，春秋饷祭，四时烟火不绝。从此，廪君即成了巴人及巴人后裔土家族世代尊奉的生命之神。  
看完这个故事让我想起了《西游记》里女儿国的那一段  
女儿城之前一直有来，但是写游记嘛，肯定是要带上的嘛。  
  
世间男子不二心，天下女儿第一城！中国  
恩施土家女儿城  
，说到女儿城第一肯定是好吃的，第二才是好玩的，第三就是看土家女儿出嫁啦！！！  
恩施说起美食小吃真的算是源远流长啊，不说别的，就说腊肉就是全国知名的，三月份的时候正是吃社饭的季节，“社饭”其实是用野草和着饭蒸的，算是土家族的习俗。平时在家我妈妈只是会买来半成品自己加热，从来不曾自己做过，女儿城的小吃街几乎每个摊位都会有一蒸锅。一份五元，真的不贵。  
做为本地人，对这些小吃是真的没有太大的兴趣，因为那都是从小吃到大的。但是，写游记嘛，当然要全都带上啊。  
恩施的小吃真的可以分为两种：荤的、素的  
荤：腊肉，腊肠，张关合渣  
素：炸辣椒，炸土豆，莼菜，柏杨豆干，凤头姜，油茶汤等等、、  
恩施的腊肉腊肠在全国都很有名，就不多做赘述  
但是恩施的油茶汤还有炸辣椒一定是好好说说的  
油茶汤是土家族人来说一日三餐少不了，土家油茶汤是湖北省恩施土家族苗族自治州土家族 具有代表性的文化现象之一，土家说称“色斯泽沙”，堪称中国茶文化一绝，源远流长。  
油茶汤对土家族人来说一日三餐少不了。土家油茶汤是湖北省恩施土家族苗族自治州土家族具有代表性的文化现象之一，土家语称“色斯泽沙”，堪称中国茶文化一绝，源远流长。土家油茶汤与藏族酥油茶、蒙古族奶茶，被誉为中国三大名饮。  
土家人过年的时候，油茶汤里少不了备血豆腐。血豆腐是新鲜豆腐和新鲜猪血加上猪肉粒，花椒，辣椒粉拌均用烟熏干而成，吃时用油炸熟。  
女儿城在八点的时候有一场迎亲表演演，来了这么多次一直没有看到，一直觉得可惜，八点的时候在毕卡兹大街聚集了很多游客，灯光打在旁边吊脚楼上，刚开始就歌舞表演。故榨广椒，也称为鲊尖椒，鲊金椒，炸辣椒，是湖北省恩施地区汉族、土家族的特色小吃，它是用鲜红辣椒和苞谷面即玉米面为主原料加工制成。一般都配着腊肉腊肠炒着来吃，最下饭了，也是从小最爱吃的  
事的大概就是：土家的老爷为女儿招亲，前来的不是士绅公子就是达官贵人，但是没有一个是小姐能看上的，最后一个小伙子登上了招亲台。老爷见他身着贫寒，故意出了难题给他，小伙子将老爷给出的难题一一解答，小姐对这小伙子一见钟情，最终也求得阿爹同意，为他们举行了盛大的土家婚礼。整个婚礼过程都是在女儿城的大街上举行的，所有的游客都算是他们的婚礼的宾客。  
整个女儿城除了自己消费没有门票，演出也是免费的。晚上是住在女儿城的，离的近，酒店也不错。环境也很好，女儿城旁边有一个游乐园，玩的小孩子跟情侣比较多  
第二天一早吃过早餐就开车往大峡谷，从恩施往大峡谷的路很是险峻，有一段路沿着悬崖边蜿蜒而行，所以一路行的极慢，山间雾大的很，新手一定要注意的哦！  
从恩施市区到  
恩施大峡谷  
一个半小时候就到了，进游客中心买了票到三楼坐景交车直接送到景区  
大峡谷的票可以在网上定也可以在窗口买，需要注意如果在网络买的话是买的隔天的票，当天是用不了的。因为要登山所以装备是一定要齐全的，可以在山脚下买登杖，但是我个人觉得用不到，好多年纪大的奶奶用登山杖的，有的地方很陡，休息的地方很多，可以慢慢爬，一天的时间都用来爬这四座山，有什么好怕的。  
恩施大峡谷  
喀斯的地貌独特魅力，奇石与植物的结合  
上山有两条路：  
缆车：110一个人 单程  
爬台阶1000多步  
我选择了坐缆车  
徒步的过程完全靠自己享受，风景空气植物奇石的形成等等，带着孩子的家长，可以事先做功课，让孩子在旅游的过程中，了解峡谷的地貌特点，植物，历史等等。只是爬山的时候确实很是枯燥，幸好周边的景色很是不错，只是爬山并不是旅游的目的，可以和当地人聊一聊，开以不算太久的地方，总还是有很多曾经生长在大山里的人，会了解到很多看不一以的风土人情，  
下山，可以说是非常累了，建议坐电梯啊，30元真的很值  
你在累的不行的时候 多少钱都觉得是值的  
  
下山直接就到了云龙地缝，地缝与七星寨有着天壤之别，地缝非常的阴凉，淅淅沥沥的水流从山体滑落，落在肌肤，散去燥热，  
瀑布与石的碰撞，感叹自然的神奇，就是那么恰到好处。  
地缝的尽头是十大拐的阶梯，一直往上爬，数了一下是真有十个拐，一口气爬上去，确实很需要体力。地缝出口处有景交车等着，乘景交车回游客中心  
回游客中心已经是下午4点多，其实可以回恩施的，但是太累了，还是选择在山上住一晚  
景区附近有很多农家乐，也有酒店，女儿寨，峡谷风情，景区里面有峡谷轩和峡谷春。如果想看日出的话建议住峡谷轩，早上从峡谷轩出发走一段就到了观光台。那里是看日出的最佳地点。因为五一人有些多，酒店没有订到，就在景区附近的农家乐住下了，  
晚饭也是农家乐吃的，都挺好的，地道的土家菜。房间刚好是对着  
大峡谷  
景区的，老板说早还可以看云海。  
本来还想着要去  
腾龙洞  
呢，但是因为太累了，实在不想再折腾，我觉得我十分没有旅游精神，旅行不就是各种折腾吗！！！

评论：  
1.赞一下，我们假期也要去~，正好参考一下楼主的线路  
2.看了这个都想去当地眼见为实一下，太漂亮了。  
3.去年去过的吗，哈哈，今年还想再去！

## 35.探陶渊明笔下的世外桃源，游一次千年古镇。

https://you.ctrip.com/travels/youyang1903/3654859.html

来源：携程

发表时间：2018-3-30

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，美食，周末游

旅游路线：酉阳，酉阳桃花源，酉阳龚滩古镇，重庆，阿蓬江，酉阳酉州会馆，秀山，彭水，一家酒店

正文：  
酉阳酉州会馆  
¥  
-1  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
写在正式旅程开篇  
可还记得陶渊明写下的《桃花源记》？  
可还在找寻那书中的世外桃源？  
可想到那远离喧嚣之外的净土去看一看？  
那么就去  
酉阳  
吧，去  
酉阳桃花源  
，去  
酉阳龚滩古镇  
，去探寻陶渊明笔下真正的世外桃源，去游一次世界上唯一在大江大河边上保存完好的千年古镇。  
说到  
重庆  
，第一时间想到的吃是火锅，游的是洪崖洞，可别忘了重庆是中国唯一辖有民族自治地方的直辖市，重庆拥有山、水、林、泉、瀑、峡、洞等自然景色，而酉阳就在其中，酉阳，以土家族、苗族为主的少数民族自治县，是出渝达鄂、湘、黔的重要门户，素有“渝东南门户、湘黔咽喉”之称。拥有乌江百里画廊、桃花源、酉州古城、“小桂林”酉水河、深山玉带  
阿蓬江  
、河湾生态古寨、世界上同纬度地区保存最完好的大板营原始森林等自然风景，这次我们就要走进酉阳，走进那世外桃源，走进那千年古镇，乘船游一次乌江的百里画廊。  
关于行程  
此次安排了三天两夜的行程，行程较为紧凑，如果时间允许的情况下，个人还是建议多安排几天，酉阳的天气较为舒适，且酉阳的美食极为有特色，不可错过，具体行程如下：  
DAY1、  
12:00 重庆出发  
18:00 到达酉阳  
18:30  
酉阳酉州会馆  
办理入住  
19:00 酉滋味食用晚餐  
20:00 闲逛酉州古城，欣赏酉州古城夜景  
DAY2、  
8:30 早餐  
9:30 进入桃花源景区  
13:30 午餐【土家八大碗】  
15:00 前往龚滩古镇  
17:00 小桥流水人家办理入住  
17:30 漫步古镇  
18:30 西秦会馆观看土家族特色表演  
20:00 小桥流水食用晚餐  
21:00 赏古镇夜景  
DAY3、  
9:00 早餐  
9:30 乘船游乌江百里画廊  
11:30 午餐【老酒铺】  
13:00 返回重庆  
如有其他问题咨询可联系微博：小小西瓜c  
关于交通  
作为重庆管辖下的县，谁也想不到从重庆走是最远、时间也是最长的，基本重庆市区过去酉阳大巴车的时间都要在6个小时左右，而从怀化、恩施、铜仁过去酉阳都只在1.5-2个小时之间。所以外地过去的童鞋，个人强烈建议飞机飞到铜仁，再从铜仁乘坐交通工具到达酉阳。  
【飞机】  
酉阳没有机场，  
重庆机场  
，  
铜仁机场  
，都可到达酉阳，如果所在的城市有到达铜仁机场的，还是飞铜仁更为便捷；  
【火车】  
酉阳火车站  
为县级枢纽站，西距  
重庆北站  
352公里，南距湖南  
怀化站  
240公里。到  
铜仁火车站  
的时间也就在1.5小时左右，如乘坐飞机到铜仁的也可转火车到达酉阳，  
酉阳站  
通往全国很多城市也有直达的火车，具体可上12306查询；  
【汽车】  
汽车可谓是四通八达，酉阳县城通有高速，临近的几个城市都在2个小时内到达，因龚滩古镇无高速，需要在酉阳县城乘坐汽车前往，时间为1.5小时左右。  
【自驾】  
包茂高速公路（ 渝湘高速公路G65）纵贯渝、湘、黔；国道G319线(厦成线)、国道G326线（  
秀山  
—云南河口）纵贯全境。渝湘高速公路3小时左右可达重庆市区，自驾速度相比大巴车还是快了许多，如自驾按导航提示即可；  
【县城交通】  
酉阳县城不大，打车基本起步价，而且景区都是在一个区域，无需住的太远，步行即可  
【桃花源】陶渊明笔下的世外桃源  
“忽逢桃花林，夹岸数百步，中无杂树，芳草鲜美，落英缤纷，渔人甚异之。复前行，欲穷其林。”一千六百多年前，晋代大诗人陶渊明写下了《桃花源记》，留下了一个令世人追逐的“世外桃源”。在这世界上有两个桃花源，一个在心中，一个就在重庆酉阳。3月是全国桃花盛开的季节，而酉阳的桃花总是要来的晚一些，4月初才是桃花全面盛开的日子，来过了酉阳桃花源，才知晓什么才是真正的世外桃源，酉阳是一个来了就会爱上的地方！  
重庆已是第二次来，可每次都是在重庆市区走走，我觉得重庆市区已经够美了，第一次来重庆就爱上了重庆，虽然对于不爱吃辣的福建人来说，美食真的很折磨人，可完全被重庆的美景，重庆的人气所吸引，以前从未想过重庆竟然还有如此多的美景美食等待发现。  
来酉阳的那天恰逢大雨，很多人都在抱怨，为什么下这么大的雨，下这么大的雨可怎么玩？可桃花源就是该在烟雨蒙蒙中游览才能真正的感受那幽静的味道。在进入太古洞之前，所有人都想着如何避雨，进去太古洞完全被眼前的大自然所震撼。在洞中已感受不到洞外的大雨磅礴。  
桃花源景区由世外桃源、太古洞、桃花源、金银山、酉州古城、二酉山等六大部分组成的，集秦晋历史文化、土家民俗文化、自然生态文化、天坑溶洞地下河共生岩溶地质奇观于一体。如果可以尽量选择人少的时间出游，这样的场景，有种步入时光隧道的错觉。  
当踏步到达美池，那一池碧波荡漾的池水，有一种“豁然开朗”的感觉，《桃花源记》文中记载：“复行数十步，豁然开朗。土地平旷，屋舍俨然，有良田、美池、桑竹之属……”，而眼前所见的景象真是和文章“毫厘不爽”。  
重庆被称为雾都，被称为山城，在重庆市区已真正见识到了雾的魅力，来到酉阳桃花源，雾又给景区添加了几许色彩。桃林夹岸，落英缤纷，满目青翠，枝繁叶茂，如是现在这个季节是桃花源最美的季节，不用怀疑，这里的桃花都是盛开的鲜花，而不是人工布置。  
沿着清幽的石板路，沿途经过亭台楼阁层出不穷，陶公祠、桃源碑林、农田，房舍，好一派田园风光。就连在桃花源内工作的人员都换上了秦装。恍惚中穿越到了秦时。  
在桃花源内的美食广场附近有一处屋子里面养着许多的蚕宝宝，游客基本都会忽略直奔美食广场，其实不妨停下脚步在此歇一歇，看一看儿时的记忆中的春蚕的样子。  
雨后的空气都带着青草香，微微湿润的空气中夹杂着桃花独有的香味，漫步山林栈道中，慢慢体会着其中的意境，实为妙哉。  
美池中有桃涧亭与桑竹廊，桃涧亭取自阳春三月，桃花瓣飘落溪中，随溪而流，宛若“桃涧流红”，而桑竹廊取义“桑竹田园”。沉醉于美景中，不知疲惫，忘却了心中的所有不快，忘却了心中的所有烦恼，都在此烟消云散。  
农耕时种下的油菜现已开出了花，虽种植不多，可在桃花中间，增添了不少色彩，桃花源的桃花品种多达二三十种，要等全部的花开，最好的是在清明节前后到来，那时候所有的桃花盛开，难以想象，那将是一幅美如画的场景。  
混着青草的芳香，雨后的青砖小道还湿泞泞的倒是别有一番风味。我喜欢这种的小道，给人无尽的想象，好似这样的道路能延伸到无尽远，能带人跨入不一样的时空。  
不得不说酉阳的苞谷酒，听说酉阳的酒就么有低于42度的，看来酉阳人的酒量不是一般人能比的，不过来了酉阳多多少少还是可以浅尝酉阳的酒，不需喝多，稍微尝尝味道即可。  
在桃花源广场时就可看到一个洞口立于山那头，在走进了才发现是别有洞天，这就是大酉洞，大酉洞的名字由来颇具神秘色彩，因唐代著名志怪小说家段成式在《酉阳杂俎》中记载：秦时有人避乱隐居于此学习，在酉阳山下石穴藏书千卷，大酉洞因此而得名。可看到洞左侧石壁上面蜿蜒而上有一条古老的栈道直通洞顶，这里是洞中最大的一个秘密了，叫做“石室藏书”，又名“太古藏书”和“大酉藏书”。  
大酉洞系石灰岩溶洞，洞高、宽约30米，长约180米，由很多天然钟乳石形成的奇异景观，”与《桃花源记》所记洞口甚似。洞内溪水淙淙，钟乳悬挂，极其别致。入洞之初略显昏暗，可见两壁陡峭，左侧栈道十分险峻，对面出口通畅明亮，并非“山有小口，仿佛若有光”。  
《桃花源记》中记载，自云语先世避秦始乱，率妻子邑人来此绝境，不复出焉，遂于外人间隔。而此景与桃花源记极其吻合，只有穿过大酉洞才能进入“桃花源”这宽阔盆地，该盆地因大酉洞又几乎与世隔绝，遂形成世外桃源的印象。这也是目前为止最为贴合《桃花源记》中记载的景象。  
【桃花源】大自然鬼斧神工下的太古洞  
惊叹于大自然的鬼斧神工，也是目前为止走过的最长，最大的溶洞，这里是桃花源太古洞，全长约2500米，洞宽10-25米，洞顶最高达60米。是我国目前历史最悠久、最神奇的地下地质奇观，这是大自然创造的奇迹，行走洞中，远离尘世喧嚣，来一场探寻地质奇观的奥秘。  
你看到的文字不一定是你所理解的文字，这些早期的文字，很多文字基本都属于看不懂的。洞中灯光还是较为敞亮，且洞中石头奇形怪状，令人应接不暇，进入太古洞就不能原路返回，只有一条路通到世外桃源，在进入溶洞口处，会有工作人员提醒，洞中无洗手间，如需可在进洞之前解决。  
洞中有20多处景点。洞府体量庞大，气势磅礴，有宽敞的大厅、曲折的廊道，险峻的峡谷，幽深的地下河，古人活动的遗迹，还有五彩缤纷的钟乳石，溶洞景观十分秀丽，集洞穴岩溶景观之大成，堪称“地下的世外桃源”。  
每一处的景点都会标志，太古洞是2012年10月1号对外开放，属于中国南方典型的喀斯特溶洞，与洞外的桃花源天坑原为一体，形成与二叠纪时代，距今约3亿年的历史了  
洞中的景色真可谓是别有洞天，钟乳石个个奇形怪状，但又形态逼真，栩栩如生。而最壮观的莫过于中间段那最大的溶洞，在灯光的衬托下犹如满天繁星。  
再往前，琳琅满目，形态万千的钟乳石将洞穴巨大的空间装饰得美不胜收。在彩灯的照耀下，姿态万千的钟乳石尽收眼底。实在让人叹为观止，不得不为大自然的鬼斧神工拍手称奇。  
当你缓步于此，这才走了太古洞一半的路程而已，基本的脚程走完太古洞需要1.5个小时的时间，而这1.5个小时内感受的是洞内变化莫测、气势雄伟的景象。  
大自然的鬼斧神工造就了美丽神奇的上古石林，这些石林被当地人誉为“天赐的盆景”，行走其中仿佛置身仙境，落入林海仙池。浩如林海的奇峰异石栩栩如生，令人叹为观止、流连忘返。  
太古洞被称为“世界遗产，地下石林”，漫步于太古洞中观看美观奇绝的钟乳石也是别有一番情趣。  
【酉州古城】领略土家族的精髓所在  
只有一条街的古城，却集齐了土家族苗族文化，土家族苗族建筑、土家族苗族的民俗风情，这里，依山而建，这里，不同于其他古镇的风土人情，在这里，一条街上的特色小吃足以让所有人感受到舌尖上的酉阳！  
初识酉州古城是在重庆市区坐了6个小时的大巴精疲力尽后乘坐观光电梯而上，第一眼就被土家吊脚楼所吸引了，忍不住拿出相机按下快门，雨后的古城没有行走的大量游客，青石板在灯光下微微发亮，是倒影，是清幽。  
春雨中的酉州古城，宁静而清爽，没有闹市的喧嚣，没有人群如山似海，而这一点多公里的古城街道，半个小时就能晃晃悠悠走完。  
当你厌倦了都市生活的循规蹈矩，厌倦了所谓大都市的车水马龙，厌倦了你来我往的人头攒动，何不背上行囊来一次说走就走的旅程。  
一座古城，其实就是一本古书，把曾经的风雨烟云不动声色地嵌入字里行间，在临风开卷的时候，让身处其间的人们浑然置身在历史的瞬间。  
如果你来到酉州古城，那一定要尝一尝古城的绿豆粉，如果你来到酉州古城，那一定要走一走那清幽的石板路，如果你来到酉州古城，那一定要抬头看看这独特的吊脚楼。  
如果你来到酉州古城，那么停下脚步在此歇息一晚，感受古城带来的宁静，在酉州古城找回自我。没有城墙的古城，却没人相信自己的心灵会迷路。  
【龚滩古镇】乌江百里画廊的起点  
如此风光秀丽的地方却极少人知晓，它是乌江上的一颗璀璨明珠，它的美只有来了才能够完全体会，它是龚滩古镇，是酉阳“千里乌江，百里画廊”的起点，也是世界上唯一在大江大河边上保存完好的千年古镇。  
到达龚滩古镇后我特别疑惑，疑惑的是如此仙境的古镇却鲜少人来，它是我走过的这么多古镇中给我带来惊艳的唯一一个古镇，我是对古镇有着特殊的情怀。当我还在宣传册子上看到那一抹蓝的时候我就对龚滩怀着满心期待。对，它没有让我失望，江水依旧如此的碧绿。  
古镇现存长约三公里的石板街、150余堵别具一格的封火墙、200多个古朴幽静的四合院、50多座形态各异的吊脚楼、独具地方特色，是国内保存完好且颇具规模的明清建筑群。  
龚滩古镇的青石板街青幽如玉，串连全镇，街边是古香古色、临崖高挑的木制吊楼，在楼的下方就是绝美的乌江，古镇配乌江水，好一处别有滋味的景象，在龚滩，不用怕迷路，古镇真正的主干道只有一条，你说龚滩不大，它也不小。  
在古镇上，除了卤豆腐以外，最常见到的就是各式各样的粉条，沿街的小吃最多的就是卤豆腐与炸土豆，大多数还是以饭店为主，没有吆喝的叫卖声，也没有吵杂的喧闹声，漫步行走于青石板道上，看街边街景极为舒适。  
老街很窄，龚滩有句话说，吃饭时从门口伸出筷子就能夹到对门的菜。窄街，让人能够慢慢悠悠去逛，沿街吊脚楼翘角飞檐扑来，悠远古朴的意味油然而生。就是这条街，诞生了著名画家吴冠中的名画《老街》，他形容龚滩：是唐街，是宋城，是爷爷奶奶的家。  
来到龚滩就有了不想走的冲动，悠闲地住在江边的吊脚楼里，看江，看山，看老屋，看老街，看人，让眼前的一切平缓内心的烦躁。当漫步于老街上，留意街上的每一栋老屋，每间都承载着一段厚重的历史。  
如果说白日的龚滩是静幽，那夜晚的龚滩带来的就是安宁，夜幕下的龚滩极难寻到闲逛的游客，有的只是带着重庆特有的口音在闲聊着，你说这里不食人间烟火，却也有着浓重的生活气息。  
还能感受的到这千年古镇流传下来的打更习俗，对，龚滩还保留着打更的习惯，从夜幕降临后，直至凌晨2点，打更人都提醒着龚滩的居民小心防火，对于我这个福建人来说，也是新鲜的见识了一回。  
关于龚滩的具体交通路线：  
路线一：可以先到  
彭水  
，然后从彭水乘船、快艇到龚滩。其中坐船约花1个小时，快艇约需40分钟。这条路线可以欣赏如画的乌江峡谷。  
线路二：坐火车到酉阳火车站，下车后乘车到龚滩。车费为25元，时间为1个半小时。  
【龚滩古镇】游览乌江一景，看碧水奇山  
来到乌江百里画廊的起点龚滩古镇，怎么能错过乘船游乌江呢？它是千里乌江的精华，水似碧玉，山似斧劈，清代诗人梅若翁曾赞叹：“蜀中山水奇，应推此第一。”  
如果你来龚滩古镇，那么我会强烈推荐游乌江，除了看尽乌江的山峦雄奇，还可感受到两岸的别致气息。乌江江水湍急，一里一景，风光旖旎，有“天险乌江，千里画廊”之美誉。  
乌江的水，碧若琉璃，水浅之处，清澈见底，畅游乌江，有“船在画中行，人在画幅中”之感。  
而在乌江边未通行的公路村庄比比皆是，村中还是依靠水路进出，如果再认真点，会发现在江岸两边那不平整的山崖边出没着一群牛羊，听说早上时，村中的村民会乘船将牛羊通过船运送至岸边处食草，等天黑时，再将牛羊运送回村中，所以在陡峭的山壁上看见牛羊不必惊讶。  
乌江百里画廊历史悠久，文化积淀深厚。龚滩古镇有1700余年的历史，如果想看古镇的全景，则乘船是最佳的选择。  
踏上游览乌江百里画廊的游船，看两岸绿树密布，实在是一个郁郁葱葱、山清水秀的好去处，虽是阴天，可乌江的雾是在为这山水增添了色彩，犹如一幅幅山水画。  
【龚滩古镇】观土家族特色表演  
在龚滩古镇的中点处，有一个西秦会馆，那里会上演着土家族的特色表演。表演时间是在晚上六点半左右开始，如果拖延到七点开始，那么大致就在八点结束，时间约为一个小时。  
如果不是特殊的节日，还是很难看到土家族的传统节目，而西秦会馆就是为了外来的游客准备的，倒是能令人更深入了解土家族风俗习惯。第一个节目的开场就是土家族祭祀。  
土家族妹子载歌载舞。  
节目中最惊险的是上刀山，别以为那个是假的刀，在开场之前可都有人去实测过，拿着木板都可割断，从他踩的第一把刀开始，心里就在忐忑着，深怕一不小心就割到了，可人家功力好着呢，全程轻松上下，着实也为他捏了一把汗。  
节目是一环接一环，对山歌，跳摆手舞，惊喜连连，可算是体验了一回土家族的风俗。  
关于住宿  
这次在酉州古城入住的是  
酉州会馆  
，酒店就位于酉州古城内，极为有特色的  
一家酒店  
，三层楼的四合院，古色古香，典雅舒适。  
我喜欢这样的院子，它有它的独特之处，它的游廊连接彼此，连装饰都显示了主人花了心思，瓦片一层叠着一层地铺设在屋梁上，忆起儿时的自己住的青瓦房，满满都是回忆。  
房间的装饰也是古朴典雅，又极为宽敞，并配备了麻将桌，电脑桌等，如朋友家人出游，遇上大雨天，那麻将倒是不可多得消遣的方式。  
关于美食  
酉阳地处武陵山腹地，自古是土家族苗族聚居地，在千百年来的生产生活中形成了独特的饮食习性，麻辣鲜香一应俱全。  
煎豆腐，在很多城市都能见到，可这样的煎豆腐，豆腐上那一层红彤彤的辣椒面可是少见的，就算不吃辣的人也想来尝一尝这样的味道。  
炕干的腊肉和晒干的豇豆，两个干货聚在一起变成了“水货”，越嚼越香，十分好吃。  
酉阳菜品中的硬菜，肥而不腻。  
来到龚滩，那就要尝尝乌江的鱼，大部分的店家都是以这样的做法，可鱼的鲜味丝毫不减，也不见麻辣，滑嫩可口形容一点都不过分。  
酉阳的米豆腐，尝过的一定不会忘记它的味道。  
三天两夜，不忘酉阳的景，不忘酉阳的食，不忘在酉阳所见的每一处山水，不忘在酉阳所走的每一条青石板路，再遇见，相约于酉阳，不相忘。

评论：

## 36.一千六百年后，再见桃花源

https://you.ctrip.com/travels/youyang1903/3655447.html

来源：携程

发表时间：2018-3-31

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：1000 元

和谁：夫妻

玩法：自由行，摄影，人文，美食，自驾，小资，周末游，美食林

旅游路线：重庆，酉阳，酉阳桃花源，铜仁，临江客栈，阿蓬江，凤凰山，龙潭古镇，沿河，梵净山，酉州会馆，彭水，武隆，涪陵

正文：  
酉阳酉州会馆  
¥  
-1  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
序言  
晋太元中，武陵人捕鱼为业。  
缘溪行，忘路之远近。  
忽逢桃花林，夹岸数百步，  
中无杂树，芳草鲜美，  
落英缤纷，渔人甚异之。  
复前行，欲穷其林。  
一千六百年前五柳先生笔下的桃花源  
让还在初中时代的我们便有了初识  
曾经多少次的幻想  
大山深处有这么一座村庄  
阡陌交通，鸡犬相闻  
又是怎样的一幅画卷  
重庆  
-  
酉阳  
再见桃花源  
约稿约片 微信、微博：@背包客李小波  
图文原创，未经作者许可，禁止转载或用于商业用途  
概述  
“世界上有两个桃花源，一个在您心中，一个在重庆酉阳。”一千六百多年前，晋代大诗人陶渊明写下了《桃花源记》，留下了一个令世人追逐的“世外桃源”。酉阳土家族苗族自治县地处重庆市东南部，武陵山腹地、森林覆盖率极高，土家族、苗族占据人口总数80%以上。  
酉阳桃花源  
是一个距今3亿年，“天坑、溶洞、地下河”三位一体的退化天坑。与周边省市景区：恩施、张家界、  
铜仁  
、凤凰等构成2.5小时黄金旅游圈。  
再见桃花源  
初见酉州古镇，依山而建，古城客栈、茶肆的吊脚楼，散发出老木屋才有的芳香。  
穿越“桃源秘径”，回到古代，这样描述一点都不夸张，桃源村就在前方。  
太古洞内钟乳挺拔、石笋丛生、石瀑飞流，在变换莫测的光影下，一切显得又那么神秘。  
进入桃花源，着袍衣褶裙，缘溪行，忘路之远近。一时间仿佛自己便是五柳先生笔下的那个渔夫。  
在龚滩古镇上游找一处  
临江客栈  
，住在始建于唐代的古镇，回望着千年的辉煌历史。  
山水乌江，乘船摇曳，一边是龚滩，一边是贵州铜仁，移步换景，构成一副大美乌江画廊。  
晨起，一晚当地特有的绿豆粉叫醒你喜爱美食的味蕾，爱美食，亦爱这美景。  
夜晚的龚滩古镇，石板街光可鉴人，四合院古朴幽静，住在吊脚楼上望着远方，只可惜停留的时间太短。  
酉阳桃花源旅行攻略  
【如何到达】  
1.飞机：距离酉阳距离较近的大型机场只有  
重庆机场  
，另外还有几家小型支线机场分别是黔江  
武陵山机场  
、  
张家界机场  
、  
铜仁机场  
。  
（1）重庆机场，国内大型机场，去年刚刚建成投入使用T3航站楼，现开通飞往全国大部分大中型城市的航班。距离酉阳约400公里，开车走高速全程约5小时。机场无直达酉阳的班车，可乘坐机场大巴前往重庆市区，换乘火车或大巴。  
（2）黔江武陵山机场，距离酉阳90公里，开车约1.5小时。机场现开通飞往北京、重庆、宁波、昆明、西安等城市的航班。  
（3）张家界机场，距离酉阳240公里，开车约3小时。现已开通飞往北上广深等大城市的航班，很多城市为包机航班，顾出行前请以查询到的机票为准。  
（4）铜仁机场，距离酉阳140公里，开车约2小时。现已开通飞往贵阳、郑州、长沙、上海、武汉、广州、成都、南京、厦门等地航班。  
2.火车  
酉阳桃花源景区距离  
酉阳火车站  
约30分钟车程，每天从重庆开往酉阳的班次还是蛮多的，也可以从湖南怀化、贵州铜仁乘坐火车直达酉阳。  
（1）从  
重庆北站  
到酉阳4.5小时--5.5小时不等，每天最早一班车为7：58从重庆北出发，最晚一班为下午15：15 硬座票价53.5元，硬卧107.5元。  
（2）湖南怀化——酉阳，每天7班列车，时常3.5--4.5小时不等，普速火车，硬座37.5元。  
（3）贵州铜仁——酉阳，每天7班列车，时常2--2.5小时不等，普速火车，硬座23.5元。  
3.大巴  
重庆四公里长途汽车坐车可以到达酉阳县城，全程约5小时  
咨询电话： 023-62750767 62751732 62751736 或拨打12580  
景点及线路推荐  
1.桃花源景区，国家5A级风景区，门票128元（只游览世外桃源部分为96元）景区由古桃源、太古洞、酉州古城、桃花源森林公园、桃花源广场、桃花源风情小镇等八部分组成。景区有优美的自然田园风光，悠久的人文历史，灿烂的民族文化，浓郁的民族风情。保留和传承的土家摆手舞、酉阳民歌、木叶情歌、西兰卡普等民俗文化独特完整。  
2.龚滩古镇，国家4A级旅游景区，门票20元，位于  
阿蓬江  
与乌江交汇处的  
凤凰山  
麓，是由乌江连接重庆的黄金口岸。据史料记载，明代万历年间（1573年）山洪暴发，垮塌的岩石填塞乌江而成滩，上下过往船只不能通行，逐渐形成古镇，因当年这里的居民龚姓众多，故名龚滩。  
3.阿蓬江大峡谷， 阿蓬江发源于湖北利川，是我国唯一的一条由东向西流河流，峡谷在酉阳县境内流径苍岭、两征、龚滩三乡（镇），流长75公里。岭谷高差一般在500米左右，最高达千余米，两岸绝笔千仞，重峦迭嶂，隐天蔽日，深邃莫测。被誉为“深山玉带、苗家符号”。  
4.  
龙潭古镇  
，国家4A级旅游景区，位于酉阳东南部湄舒河畔，面积1.5平方公里。古镇重建于清雍正13年（1735年），因伏龙山下两个状如龙眼的汆水洞常积水成潭，故名龙潭。  
5.龙头山，地处渝东南边陲武陵山区酉阳县苍岭、宜居两乡交界处，海拔1700米，东接阿蓬江，西望龚滩千年古镇、贵州  
沿河  
，是一座在历史上曾与  
梵净山  
齐名的佛教名山，在渝东南武陵山区闻名遐迩。  
6. 花田梯田，位于酉阳县花田乡境内，距县城41公里。梯田处在海拔700--900米丘陵山坡，成片的梯田达上万亩，可与广西龙脊梯田、云南元阳梯田相媲美，是中国民俗摄影创作基地，曲线、图形的梦幻世界，被誉为“深山明珠、人间仙境、画中天堂”。  
周末完美三天假期计划：  
Day1 重庆---酉阳乘坐大巴5小时，入住  
酉州会馆  
精品土家吊脚楼客栈，晚餐后漫步酉州古城赏夜景。  
Day2 清晨品尝当地土家传统早餐，上午游览太古洞、桃花源，下午驱车龚滩，游览千年古镇  
Day3 上午乘船游览乌江画廊，赏沿河风貌，下午大巴车回程重庆市区  
关于酒店  
本次出行的酒店依然是在携程网预定的，通过好几个平台比价，还是让我最满意的携程能给到我最低价  
第一晚：酉阳酉州会馆  
携程预定链接：  
http://hotels.ctrip.com/hotel/801789.html  
第二晚：小桥流水人家  
携程预定链接：  
http://hotels.ctrip.com/hotel/1959271.html  
  
美食抢“鲜”看  
湖南的苗族，湖北恩施的土家族，而酉阳正处于其中间，故而当地美食也 融合了两民族的口味，乌江鱼、腊肉、烧肉、江虾、米豆腐、绿豆粉、龚滩香菌丸子汤等，这些当地特有的食材，从早餐开始便刺激着游客的味蕾，加之川渝地区麻辣的特点，虽说是土菜，但也是做到了色香味俱全，不管是正餐还是小吃，既然来了，统统不要放过。  
关于气候&穿着  
阳春三月，虽说酉阳的桃花已经绽放，但是早晚还是有些温差的  
加之山区气候潮湿，在酉阳待的三天里，平均温度普遍在8-15度的样子  
白天肯定不会冷，不过入夜后还是稍微有些凉的，因此带一件薄外套十分有必要  
在桃花源景区，女孩子一定要带色彩鲜艳的衣服  
但尽量避开红色系和粉色系，以免与桃花撞色  
关于作者  
背包客李小波，90后自由撰稿人、背包旅行家、酒店试睡员、旅游线路规划师、各OTA旅行达人、旅行自媒体  
微信、微博：@背包客李小波  
摄影器材：佳能6D 17-40 f/4 + 70-200 f/2.8  
后期：Lightroom 、 Photoshop  
初见酉州古城  
从重庆机场驱车5个多小时，抵达酉阳县城已是傍晚6点多，那天一直淅淅沥沥的下着毛毛雨，初到酉州古城，只是一面，更增加了几分美感。酉州古城位于桃花源景区，其实也可以理解为这儿是一条全长1公里的多的少数民族风情街（土家族、苗族占据总人口的80%），名武陵古州，现名酉阳古城。  
晚上古街上的车并不多，一块块整齐的青石板，走在古色古香的老街之上，甚是有种文艺气息满满，恰逢一辆汽车不急不慢的驶过，瞬间将现代的车流与古老的建筑这幅画面定格，不禁感叹，到底是现代打破了传统，还是古老衬托了当下？  
从高大雄伟的城楼一路走来，高低错落的吊脚楼纷纷映入眼帘，只见城楼翘角飞檐，旌旗飞扬，青砖碧瓦，气势恢弘。  
青石板、石板青、虽说从城门走过来有种爬山的感觉，但在这酉州古城内移步换景，时而彩色的霓虹灯出现，时而形态有所变化的吊脚楼。寻寻觅觅，少年，看样子你们是在找酒吧吧？这里没有，期待第二晚的龚滩古镇吧，那里可以满足你的一切~（各位看官不要想多了）  
十几分钟便可走到像是城墙的地方，因为酉州古城是在山上，故而在此可以俯瞰山下全貌，虽不算高，但也算视野开阔了，县城不是很大，毛毛细雨还在下着，一个浪漫的古城雨夜......  
说到古城中的客栈，那还真的是不少，既然来了，一定要住吊脚楼客栈啦~入夜后古城里穿梭的汽车并不多，所以问老板要一间临街的房，不管是晚上亦或是清晨，坐在阳台一杯茶，才是古城度假的标配。  
光束的变换，让定格的画面变得也如此“魔幻”，在古街游走半个多小时，肚子已然扛不住了，说好的酉阳土家菜，我们这就到。  
晚上在酉州古城找了家正宗的当地餐馆——酉滋味，品尝当地传统土家菜肴  
辣炒鸡杂，或许平日里我们吃的最多的就是鸡胗，别的内脏吃的还真的不多，总觉得很腥，但是土家菜将这些食材经过特定工序的处理，辅以麻辣的调味料，吃起来不但不腥，反而很脆很爽口，当然对北方人来说还是有点辣的，自然也下饭。  
豆腐菌菇汤，在当地菜中算是很清淡的了，因为没有辣椒的说。豆腐有点像我们的油炸豆干，但走过那么多城市个地方，总觉得每个地方，或许是老卤水不同，豆腐的口感都是略有差异的。作为清淡菜品，这道汤建议大家可以尝试。  
家常菜肉丝蒜苔，不过的是加了餐厅老板自家制作的豆瓣辣酱，因为是提前说好了要微辣，所以吃起来比平日里在家自己做的更有味道。  
当地必打卡小吃——米豆腐，它是用大米淘洗浸泡后加水磨成米浆，然后加碱熬制，冷却，形成块状“豆腐”，加一点佐料和辣椒，吃起来润滑鲜嫩、酸辣可口。  
养生番茄鸭肉煲，虽说是阳春三月，但是这个淅淅沥沥雨下的夜晚，还是略有凉意的，这道汤菜里面姜味失足，驱寒自然不必多说，好评~  
吃完饭，我们之前预定好的酉州会馆就在隔壁，只知道这叫吊脚楼，但其内部看起来确实像老北京的四合院，中空的通透的，所以无论是采光还是透气，都绝对没的说，而中庭种满了各种花草，心情也甚是愉悦。  
推开房门后大吃一惊，要不要这么贴心呀，预定的时候可没要麻将桌，老板，要不要临时多加钱？虽说是开玩笑，服务员也很风趣的回答说，我们酉阳人民很朴实的，怎么会这样呢！  
房间虽称不上高大上，但布置的很温馨，想想200多块的价格住在古城的吊脚楼，性价比也是非常高了，同样是5A级景区住宿，这么多年了，怎么就是总有欺诈、强买强卖的景区反反复复被曝光呢，瞬间桃花源在我心中又上升了一个层面。  
整个房间可以理解为被影视墙划分成两个区域，棕色仿古拉丝面的地板，整体顶部装潢也是才用古色古香的木质装饰，整个感觉使人觉得回归的自然，这是为明天穿越回千年之前的桃花源做准备吗？  
夜，渐渐深了  
再也听不到楼下  
青石板与现代车轮的摩擦声  
初见酉州古城  
恰似温柔又如此好客  
想到恋念十几年的桃花源  
轻轻的说一句  
酉州，晚安  
绿豆粉的清晨  
感谢生物钟，每次出来周末放松都是准时的6点半醒来，在床上就能听到外面淅淅沥沥的雨声。换好衣服来到客栈楼下，所有的植物都被一夜的雨水滋润浸透，虽说小雨对接下来的行程稍有影响，但这份雨中的慢节奏，也正是度假应有的。  
早餐还是选择了我们入住客栈旁边的酉滋味，其实当地早餐花样并不算，简单来说就是面和粉  
来之前我也觉得可能没什么奇特的，但是我真的错了  
酉滋酉味的重庆小面，还有说好的绿豆粉，我要一探究竟。说起来早餐也不贵，面和粉都是10元/碗，带着很多肉沫卤子（好吧我们北方人确实是酱紫叫的），如果想加大块的牛肉，则需另外付费。  
底汤有点油，但是浇上稍微有点辣的肉沫，劲道的小面真的很有嚼劲，比在家吃到的盗版重庆小面好吃\*N倍。  
几根配菜，一碗清香的重庆地道小面，如果你是佛系清淡派的，不喜欢刚才那种太过油腻的早餐，那就跟老板说加点清汤。  
在古街这家早餐店的生意还真的是蛮不错的，等了差不多10分钟，自己的面才端上来，而相对来说绿豆粉煮的时间要长一点，所以各位客观稍安勿躁的说。  
这个就是当地特有的早餐——绿豆粉，其实不光是早餐，正餐也是可以炒着吃的，就像我们北方吃的炒面一样，具体做法，下文会讲到。  
吃过早饭，稍作休整，便驱车前往我们期待已久的桃花源景区。  
穿越太古洞  
太古洞有”世界遗产，地下石林”之称，因其作为古代咸阳儒生躲避官方搜捕的最后藏身之地，又称“桃源秘径”，据导游介绍太古洞距今已有3亿多年的历史，全长3公里，快速行走的话要1小时左右。  
太古洞开发与于2009年，2012年10月1号对外开放，属于中国南方典型的喀斯特溶洞，与洞外的桃花源天坑原为一体，形成与二叠纪时代。其实刚一进来感觉很是纳闷，说好的溶洞，不是应该看钟乳石吗？怎么感觉像是一个通道呢？这奇形怪状的大石道，究竟是要把我们引导去何方？  
洞内运用高科技的灯光效果，将整个景色如梦如幻的呈现在游客眼前，时而一段昏暗、时而又整体偏黄，给人一种温暖的感觉，好在洞内游客还是蛮多的，不然一个人行走，还真的有点怕，万一穿越不到桃花源，又回到那个雾霾的城市怎么办呢？  
太古洞的石头上，刻着很多甲骨文，虽然大多数是卡不懂的，但是看其形状，也是可以猜到八九成意思的。整个太古洞的内部通道确实很游客很震撼的感觉，一块块巨大的石头就在头顶上方，个子高的在有些地方还是要低头通过的呦。  
走在太古洞，时时刻刻的想着一会儿到底是要以一种怎样的方式穿越呢？好期待的说有没有，讲一下关于在太古洞的摄影，广角镜头，可将相机放在地上，如果周边群众较多的话，可以才用1秒曝光，将人流虚化，酱紫找出来的大场景，是不是老好看了呢  
当你看到漫天繁星的时候，就是说明前面的通道已经走完了，真正的溶洞马上现身。  
大自然的鬼斧神工造就了美丽神奇的上古石林，被当地人誉为“天赐的盆景”，行走其中仿佛置身仙境，落入林海仙池。  
一块特别奇特的石头，似乎觉得带有神奇的色彩。  
沿着木栈道一路走过去，因为洞内潮湿，今天又下雨，地面相对来说有点湿滑，大家以后去太古洞参观的时候也一定要注意脚下步伐，不要只顾眼前美景，却忘记了脚下的路。  
关于这些倒挂的石林，还有个这样的传说——在上古时候，神仙们在这里腾云驾雾，看到这些尖锐锋利的剑状石钟乳，顺岩石裂隙发育，成行成列，大小参差不齐，悬于空中，犹如倒挂石林，美观奇绝。这一幅幅美仑奇绝的石林图，吸引了仙人们纷纷下界观赏。  
越是往前走，越发感觉到，太古洞内钟乳挺拔，石笋丛生，而今天又恰好下雨，由于雨水充沛，加之地表水的渗透，洞内石瀑飞流，甚是壮观。  
五彩的灯光映照着整个洞穴，从天而降的小“瀑布”堪称奇景。  
从这个石梯走下去后，会觉得洞府越发的体量庞大，气势磅礴，有宽敞的大厅、曲折的廊道，险峻的峡谷，幽深的地下河，还有五彩缤纷的钟乳石，如果把这里称之为真正的桃花源之前的“地下的世外桃源”，一点都不过。  
现代著名作家碧野就曾在《富春江畔·“冰壶”与“双龙”》提到：“钟乳石，湿润清新，有的像玉柱从顶垂直到地，有的像雨云倒悬空中，有的像白浪滔滔，波涌连天，真是气象万千，蔚为奇观。”  
一千六百年后，再见桃花源  
走出太古洞后便听到的不远处的水声，时而湍急，时而平缓，难不成从洞内出来后真的穿越了吗，焦急的步伐催促我快速前行，去前方探个究竟。  
缘溪行，忘路之远近。忽逢桃花林，夹岸数百步。小溪的水流淌着，木质小桥横跨之上。  
人造的雾气不时喷出来，给游客一种深处仙境的感觉，移步换景的桃花源，让我脑海中时时刻刻的出现着当年陶渊明的记载“复行数十步，豁然开朗。土地平旷，屋舍俨然，有良田美池桑竹之属”。  
其中往来种作，男女衣着，悉如外人。黄发垂髫，并怡然自乐。这位老者由于说的是当地方言，我没太听懂老人家在这里是要干嘛，但是心想着桃花源记中的记载，或许这就是老人和孩子们的怡然自得吧。  
在小溪上边的这所房子叫做避秦庄，避秦庄取名于《桃花源记》中“自云先世避秦战乱”之意。避秦庄是由造型独特的土家吊脚楼构成，依山傍水，传承了土家族建筑文化的精华。避秦庄旁有十二生肖石。避秦庄在竹林掩映之中显得清幽无比，美轮美奂，独成一景。  
再往前走就可以看到美轮美奂的桃花了，数十亩桃花竞相开放，尽管说天空不太作美，但依然抵挡不住游客们赏花的热情。  
三五好友，相约而至，在早春的气息中感受缤纷的色彩。踏春相游，在桃花源留下温馨与爱的印记。  
小姑娘对着镜头略显腼腆，在这里导游给我们讲了一个很有意思的小故事，桃花源天坑还有一般天坑所不具备的得天独厚的独特地理条件，首先它位于与世隔绝的地方，十分隐秘，要进入桃花源，需要穿越“初极狭，才通人”的石洞，还要“复行数十步”，才能“豁然开朗”，发现桃花源。其次，它还有良好的生存环境。不但“土地平旷”，而且肯定不缺生存必须的阳光水分，否则“鸡犬相闻，往来耕作”便不可能实现。正是如此深得天地造化的钟爱，桃花源天坑才不负世外桃源的美名，才引来古今无数人的悠然神往。  
说起景区内的小吃，也是蛮多的，绿豆粉什么我们就不说了，还有糍粑、米果糖、署粉等，而且每份消费都在10元左右，也算平价。其实从9点多进入太古洞，差不多2个小时才游览出来，来到桃花源，已然是有点饿了呢。  
这片碧波荡漾的池水就是酉阳桃花源著名景点：美池。当从狭窄的洞中穿过，视野为之一宽，逃离城市的喧嚣，种种不快和烦恼顿时烟飞云散，这个时候是不是能很明显地体会到“豁然开朗”的感觉呢？  
缘溪行，桃花林也逐渐的也淡出了视野，最后一个景点叫做大酉洞，大酉洞系石灰岩溶洞，洞高、宽约30米，长约180米，由很多天然钟乳石形成的奇异景观，”与《桃花源记》所记洞口甚似。走出景区的霎那间，也突然想到了那篇古文的结束语，“既出，得其船，便扶向路，处处志之。及郡下，诣太守，说如此。太守即遣人随其往，寻向所志，遂迷，不复得路”。但这终究是小说的描述，不知再过几年，当我再次来到桃花源的时候，这儿的景色是否还是这么迷人呢？  
走出景区大约5分钟，便是酉州古城的城楼，而我们昨晚的住处，也就是从这儿进去100米的距离。  
离别之时，在古城街边看到一位阿姐正在制作绿豆粉，早上吃过了绿豆粉，现在也终于知道了他是怎么做的，在旋转的磨盘上经过加热，基本就是半熟了，吃的时候再用热水煮几分钟，便可食用。  
绝壁上的音符——龚滩古镇  
从酉阳县城驱车约1小时路程，便可抵达龚滩古镇，如若不是自驾，选乘公交车的话，可以在酉阳汽车站买票乘车。  
龚滩古镇，国家4A级旅游景区，门票只需要20元，位于阿蓬江与乌江交汇处的凤凰山麓，是由乌江连接重庆的黄金口岸。据史料记载，明代万历年间（1573年）山洪暴发，垮塌的岩石填塞乌江而成滩，上下过往船只不能通行，逐渐形成古镇，因当年这里的居民龚姓众多，故名龚滩。  
国画大师吴冠中曾经说“是唐街、是宋城，是爷爷奶奶的家”，初访龚滩古镇，不知道是因为吴大师的这句话，还是心理作用，总感觉有种故友重逢的感觉，但是之前我的确是没来过这里。  
在古代，龚滩是运送川盐的码头，因此码头的“绝壁”上写满了各式各样的“盐”字。  
初见乌江，尽管天气有点阴沉，但是总是能感觉到天青色等烟雨的感觉，也总是隐隐约约的觉得岸的对面，有位阿妹在等待着他的阿哥归来。  
如果想乘坐邮轮游览乌江百里画廊，可在入园处的码头买票，全程大约2个多小时，这个行程我们安排在了明天上午哦。  
站在高处可以俯瞰整个龚滩古镇的入园口，停车场是很大的，所以即便是节假日也不用担心自驾前往停车的问题，就算是碰到困难，客栈老板都很热情的说，会帮你尽量解决这种问题的。  
从这儿往前走就是半边仓，它是以前杨家盐商的盐仓，现为一座老仓库，盐仓悬空25米，高两层，因为房子依崖傍势而建成“一面水”，所以俗称半边仓。而下图中的“关口”就是古代的“边检&海关”运输商盐必定要经过的一道检查线。  
古镇里流传着夏家的爷爷的爷爷说过的话：我们从江西来，过运河，穿洞庭，翻千山踏百桥来了很多人；还有夏家的奶奶的奶奶的唠叨：夏家的家眷很多，丫鬟也多，个个都漂亮，知书达理、贤惠、孝顺。从前的夏家，也是一个经营盐业的富商。所以，夏家的女眷都衣着鲜丽、落落大方，得到了“美人”的称号。所以在这儿就可以看到，他们家的门槛很高，台阶也很多。  
“鲤鱼跃龙门”蹲下来看会特别的神似，寓意非常之好。  
当地百姓自家酿制的豆瓣酱，话说闻起来确实有点怪味，但是平日里我们在超市买到的辣豆瓣酱，几乎都是这样的做法。  
清光绪年间，陕西商人张朋九最先来龚滩开设盐号，经营川盐生意，并亲自经手修建了西秦会馆，多用于同乡客商的聚会、议事、欣赏表演等。后来张朋九的生意越做越大，子孙不仅经营盐业，还经营起了供出口的桐油、生漆、茶叶以及山货等，成为龚滩的一大巨商，名震川鄂湘黔边区。而会馆也保留至今，成为龚滩非物质文化遗产的表演场地。  
传统的苗家舞蹈，随着欢快的音乐载歌载舞，五个苗家阿妹的开场舞也点燃了这个小会馆里观众们的热情。  
整场演出1个多小时，其中有“戏剧活化石”的面具阳戏灯、惊心动魄的“上刀山”“下火海”，还有能让你触碰到龚滩历史的“乌江号子”和“背老二”文化。对当地文化感兴趣的驴友们是一定不能错过的。  
一震惊心动魄+提心吊胆，大师已经从地面爬到了刀山的最顶端。  
看完演出大约7点半，天色逐渐暗淡下来，远远的隐隐约约能听到小酒吧传出来的歌声，但龚滩的酒吧并不像丽江、大理那样吵闹，而是带着一种说不出来的静，我想这就是龚滩古镇特有的那份感觉吧。  
晚上临睡前，脑海中想起来今天导游跟我们讲的一个很有趣的故事，在当地流传着这样一句老话：“上街莫惹冉，惹冉下不了坎，下街莫惹罗，惹罗过不了河。”这句俏皮话就是说冉姓和罗姓在龚滩势力庞大，老百姓见到冉姓和罗姓都要绕开走。其实如今的冉氏家族与罗氏家族的世世代代共同守护着龚滩古镇，团结一致、互敬互爱。  
清晨的那份静谧  
晨起，推开窗，看到的是龚滩，那古色古香的吊脚楼。  
不远处传来装修的声响，循着声音望去，想必是日渐饱和的客流，又要开各种酒店和客栈了吧。  
一碗龚滩绿豆粉再次开启全新的一天，客栈老板跟我说当地人将大米与绿豆一起浸泡，磨成浆，再通过“烙”“烫”共四道工序制作出的绿豆粉，其实就是昨天在酉阳古城看到的制造方法。  
另一种当地小吃——米果糖，有点像超市买到的沙琪玛，但是没有后者那么甜，稍微有点粘牙，米香味和黑芝麻香味很浓。  
吃完早餐坐在临江的餐桌前，喝一杯清茶，远方的山被雾气笼罩着，这种“仙境”的感觉，催促我赶紧喝完茶水，出去一探究竟。  
阿弥陀佛桥是由龚滩下街向上走的第一桥。此桥的奇特在于：从侧面看，桥身弧形单拱跨大沟，堪称雄伟，但由正面看去，桥体与石板街浑然一体，是不会发现桥的。桥边围墙里有一尊石雕阿弥陀佛像，神态生动逼真，从前人们常来祭拜，桥也因此而得名。  
雨虽然停了，但是路面还有些许湿滑，虽不是江南小镇，但龚滩的美却完全超跃江南山水小镇。  
不远处的大山，被浓浓的雾气环绕，一时间想到一会儿我们乘船，会不会也穿越山气呢？  
不知不觉间已然走到码头，青山绿水，一幅幅大美乌江山水画，乘坐游艇游览乌江画廊全程2小时多点。  
乌江画廊 诗情画意  
乌江画廊游船票：158元，比较经典的游程为龚滩古镇至清泉“漫游乌江画廊，全程2小时多一点。  
乌江，发源于贵州省威宁县，流经重庆酉阳、  
彭水  
、  
武隆  
，至  
涪陵  
汇入长江，全长1036KM。  
从龚滩古镇码头出发不多远，就感觉到乌江山峡的百里画廊，山似斧劈、水如碧玉，奇山怪石无不令人感觉到大自然的鬼斧神工。  
不远处的大山，山的另一边就是贵州铜仁，铜仁与重庆龚滩，以乌江为界，如果是回到10年前，手机还没有取消漫游的时候在这里打电话，是不是用户和通讯商都会疯掉？  
从远处看到一位老者摇着木船缓缓驶来，听船上导游介绍说，当地很多村民会把自己养的牛，每天送到山坡上，让其吃嫩草，从而减少买饲料的花费。  
一块算是界碑吧，一条江，分出了两个省份，一边是重庆，一边是贵州。  
乌江百里画廊包括乌江干流酉阳县龚滩古镇至万木乡之间河段，以及自东向西倒流的乌江支流阿蓬江酉阳段，占地面积240平方公里。  
途中导游会一一讲解各个比较有名有意思的景点，其中荔枝峡、白芨峡、土坨子峡是山水画廊的精品。清代诗人梅若翁赞叹：“蜀中山水奇，应推此第一。”  
乘船游览乌江之后已是中午十分，找一家  
临江餐厅  
饱餐一顿，迎接我们的是下午5个小时的返程大巴车。  
乌江虾看起来似乎没什么特色，但是农家做法就是过油后特别酥脆，而且很干，比之前吃到的小虾好吃很多。  
龚滩豆腐，比通常吃到的豆腐会稍微软、嫩一点，做成时是正方体形状的。  
起来像梅菜扣肉，但是没有梅菜，下面是用发酵过的米打底，略带一点点的酒糟味而又不腻，很是不错。  
时蔬炒腊肉，来到西南地区，一定不能缺少品尝的就是当地农户自家制作的腊肉，一片片晶莹剔透肥而不腻。  
龚滩香菌丸子，底汤很清淡，丸子的肉很碎很软，带着些许的菌菇的香味。  
最出名而且一定要品尝的必然非乌江鱼莫属，当地的传统做法可能略微有些辣，但一块块鱼肉非常入味，肉片应该是经过油滑过的，然后加入高汤炖之辅以特定的辣椒酱，实在是好评。  
酉阳实用旅游攻略  
【如何到达】  
1.飞机：距离酉阳距离较近的大型机场只有重庆机场，另外还有几家小型支线机场分别是黔江武陵山机场、张家界机场、铜仁机场。  
（1）重庆机场，国内大型机场，去年刚刚建成投入使用T3航站楼，现开通飞往全国大部分大中型城市的航班。距离酉阳约400公里，开车走高速全程约5小时。机场无直达酉阳的班车，可乘坐机场大巴前往重庆市区，换乘火车或大巴。  
（2）黔江武陵山机场，距离酉阳90公里，开车约1.5小时。机场现开通飞往北京、重庆、宁波、昆明、西安等城市的航班。  
（3）张家界机场，距离酉阳240公里，开车约3小时。现已开通飞往北上广深等大城市的航班，很多城市为包机航班，顾出行前请以查询到的机票为准。  
（4）铜仁机场，距离酉阳140公里，开车约2小时。现已开通飞往贵阳、郑州、长沙、上海、武汉、广州、成都、南京、厦门等地航班。  
2.火车  
酉阳桃花源景区距离酉阳火车站约30分钟车程，每天从重庆开往酉阳的班次还是蛮多的，也可以从湖南怀化、贵州铜仁乘坐火车直达酉阳。  
（1）从重庆北站到酉阳4.5小时--5.5小时不等，每天最早一班车为7：58从重庆北出发，最晚一班为下午15：15 硬座票价53.5元，硬卧107.5元。  
（2）湖南怀化——酉阳，每天7班列车，时常3.5--4.5小时不等，普速火车，硬座37.5元。  
（3）贵州铜仁——酉阳，每天7班列车，时常2--2.5小时不等，普速火车，硬座23.5元。  
3.大巴  
重庆四公里长途汽车坐车可以到达酉阳县城，全程约5小时  
咨询电话： 023-62750767 62751732 62751736 或拨打12580

评论：  
1.😁想去！请问有组队的吗？  
2.路过踩踩，楼主下一个地方去哪？  
3.风景不在远方,就在身旁.风景随处都是,楼主真是极致的美.

## 37.湖北恩施几日游

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3655024.html

来源：携程

发表时间：2018-4-3

天数：6 天

游玩时间：3 月

人均花费：2450 元

和谁：和朋友

玩法：自由行

旅游路线：恩施，咸丰，利川，博威大酒店，黄鹤桥峰林，建始

正文：  
恩施博威大酒店  
¥  
288  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
D1：我们一行两人乘坐晚上直达  
恩施  
的火车，18点左右发车有两班，都是第二天早上9点左右到恩施。也有动车到恩施，但是朝发夕至，也要九个半小时，还耽误一天行程，感觉还是选择这两班火车更合适。（恩施也通航—  
许家坪机场  
）  
D2:早上9点到恩施后，把随行的行李寄存至马路对面的恩施客运站。这里要说一下，网上很多攻略说，恩施客运站在航空路，其实已搬至火车站对面。存包是十元一个包，存好包我们就打车去了土司城。  
土司城门口正在修缮，土司城内有表演，上午是10点，下午3点。因为我们对这种后期建造的人文景观不感兴趣，直接门口照完相就走了。感兴趣的可以进去看看，门票50。  
接着打车去了女儿城，主要为了吃饭，应为时间早就去了后面的花海看了看，门票40。就是人工修建的花园，做了一些造型，有风车，动漫人物等。印象深刻的是有个水滴形的吊床，两人进去没问题，阳光从藤子的缝隙中撒进来很漂亮，人躺在里面很舒服，现在想想如果爬完山在里面睡一觉，一定很舒服惬意。总之恍了恍时间就过去，肚子饿了就奔大众点评网评最好的饭馆——土家大院。  
没想到路过小吃街，就一路吃过去了，也就没去饭馆。最后在出口前吃了碗醪糟牛奶，就告别女儿城回到客运站直奔大峡谷。打算离开恩施前再来次女儿城买点土特产什么的。  
回到客运站取完包，买了车票。到大峡谷的车是流水班，大概20分钟一趟，末班5点左右。我看了一下，去很多景区的车都是流水班，比如  
咸丰  
、  
利川  
等。上车等了不到十分钟就开车了，中间有一个固定上车点，上来很多当地人到沐抚镇沿线，会随时下车，全程25元，直接到大峡谷游客中心。下车时记住地点，返程的车也在这里发车。  
我们事先订了女儿寨大酒店，就在游客中心下方，顺着指示牌走300米就到酒店后门，沿提示到大堂。由于酒店依山而建，一栋栋像迷宫，所以一定记一下路。在携程上订的房间，一定勾选有用的优惠券，我选了门票和一日游的优惠，合计省了61元。酒店四星的，设施不错，重在环境好，价钱还不贵，324元。酒店下方还有客栈和其他酒店，自己选择吧。我们梳洗一下，下楼找到办理入住时，我们主动搭讪的卖茶叶的姑娘，让她帮我们找了辆当地的私家车，拉我们到镇子上转转。其实不远，但走着还是远一些，而滴滴又没有，只能麻烦姑娘了。和司机谈好价钱，留好电话，返程时给他打电话来接，建议留微信更方便。  
镇子不大，有个广场，就像咱们的街心花园，重点是里面养的鲟鱼近两米，黑乎乎像个潜水艇。山里雾蒙蒙的，像在山水画里，走在小镇的街道上，路上的车和人都不多，街面上的房子都是政府统一休的仿古白墙灰瓦的三层建筑，沿路吃了碗重庆小面，就给司机打电话回去了，很多饭馆小吃，夜市摊子还没开始营业。  
回到酒店，看到大众点评上的土司酒馆，就在酒店里面，桌子摆在院子里，想体验喝着果酒抬头看着星星的意境，肚子不饿也来了。要说在四星酒店里开的饭馆，这里还真心不贵，菜也不错，主要是果酒不错，我喝了玫瑰酒、山楂酒和糯米酒，二两起卖，用量杯上的，几小杯就没了，酒很甜一分价钱一分货，贵的酒比便宜的好喝。  
D3:游客中心8:30上班（很准时），所以我们7点20去酒店吃的早饭（住宿含早餐），早餐不错，简单的中西餐都有，一定要吃面条，很好吃~因为午餐不想背上山，所以一定要多吃点(其实山里沿路有卖小吃，也不贵，不用带很多吃的和水，轻装上山)。吃完早餐后办理退房，行李可以免费寄存在酒店，下山的旅游车可以在女儿寨酒店停车下客。  
由于事先不知道我们是将行李存放在了游客中心（一个包10元）。门票是事先在携程上订的，有专门的网上取票窗口，很方便快捷。这里特别说一下，恩施当地民风淳朴，人都很好，售票员少找游客10元钱，售票员一直追到旅游车上还给了游客。  
做景区内的旅游车(必须坐，景区不允许走过去)先到的云龙地缝，也就是顺着栈道向下走到山涧的底部，顺着沟底从另一侧再爬到地面。沿路路过三条瀑布，还要过一座吊桥。景区不大，边拍照1个来小时就走完。  
地缝出来后，沿指标牌直接坐缆车上山，游览七星寨。也可以不坐缆车，接着坐景区的旅游车送到景区入口，缆车会节省1.5公里的山路。七星寨景区共四座山，大概需要4、5个小时，如果体力不好的会更久，因为都是山路，上上下下的台阶。具体景点就不详述了，只是赶上当天阴天即没看见云海也没看见蓝天，有点遗憾。下山时走过一片松树林，还挺凉爽，很庆幸选择了上午爬山，不然中午会很热。下山是一路台阶，很费膝盖，所以建议在半山处坐扶梯，每人30元，扶梯中间有平台，不影响观景和拍照，非常建议。  
下山后在游客中心取了包，走出就有回市区的客车。回到市区大概4点，路上可以询问司机，所订酒店在哪儿下车方便。我们在携程订的  
博威大酒店  
，酒店不错，入住11层也没有听到网上说的KTV的声音，重点是窗帘是自动的，插电窗帘自动拉上（原谅我没见过市面），窗外是清江支流，但沿岸正在施工所以水流较小。下午入住，实行24小时制，也就是如果下午5点入住，可以第二天下午5点退房，感觉很好。  
入住后先去品尝当地特色张关合渣，打车过去（当地出租车起步5元，恩施也不大，最多20多元，很便宜）。当地吃饭按位收费，也就是选择一个主菜，合渣锅是免费送，还有很多配菜，配菜可以免费加，主菜选的茶树茹（两人必须选一样的，不能选两种锅）。感觉一般，还有点辣。  
吃完饭后，我们听当地人的介绍：爬完大峡谷，一定要做做足疗，我们就选了附近的一家店：豪爵，感觉非常一般，只能说踩背还不错吧，80分钟120元。其实，当地人都推荐:大唐足疗，我们犯懒没去，有点遗憾。  
D4：为了省心，我们在携程报了一日游，感觉不错，全程没有购物，导游司机都还很耐心，时间上也比较宽松，算了算在价钱上比自己去合适很多，而且我们还用了携程9元抵50元的劵。我们报的水上恩施野三峡+清江大峡谷+  
黄鹤桥峰林  
一日游，平均一个人才189.5。早上7点，客车在酒店门口接上我们（前一天晚上8点前导游确认），陆续接上所有客户共计11人，大概7点40奔黄鹤桥峰林景区。当天有点蒙蒙细雨，景区的雾很大，倒是弥补了我前一天没有看见的遗憾，可是雾太大了远山看不见，连近景也看不清了。不过空气湿润，雾蒙蒙，感觉还是很不错，景区不太大，也不太费体力。进门的缆车可以不坐，林间小道感觉还是很好的（大概半小时），但从谷底到出口的电梯还是建议坐，很是省时省力。  
中午用过饭后（一日游的团餐还不错，能保证吃保，也能保证要求不高的人吃好），到清江景阳码头坐船游蝴蝶崖景区。这里说一下，所谓的野三峡，就是野山、野水、野人的统称。上午的黄鹤桥峰林景区就是野山，下午的清江就是野水（以前叫夷水），相传恩施有“  
建始  
直立人”遗址，距今195-215万年，挑战人类起源学说，也就是所谓的野人。  
坐船游蝴蝶崖景区还有别的线路，坐船要6个小时，我们特意选的这个一日游，坐船时间来回2个小时，感觉时间比较合适，据说选的是清江最美的一段。欣赏沿岸群山环绕，云雾缥缈的风景，游船会经过一个瀑布，在蝴蝶崖挑头返程。遗憾的是蝴蝶崖没有看到瀑布，也就是只看到蝴蝶的一对翅膀没有看见蝴蝶美丽的触角。  
返城回到恩施市内大概6点，我们让司机直接给我们送到女儿寨，吃我们前一天吃不下的美食和买一些特色零售礼品。  
D5:在第二天时滴滴打车认识了帅哥司机，让他提前帮我们安排了一天的行程，包车400早上7点酒店接上我们（收拾行李直接退房了）下午五点送我们到了火车站。上午枫香坡下午伍家台（都是不要票的呦）。  
枫香坡坐落在让人流连忘返的小村落（距恩施市30多公里，可以打车直接过去）。雨后沿着小木台阶慢慢地走，呼吸着湿润清香的空气。看着远处飘着的雾，遮住了灰白色的房子，眼前大片的茶园……偶尔见桃花还挂着露水在那大片的绿里格外显眼。安静地享受着一切……几只鸟叫声唤醒我们要离开了。去伍家台的路上品尝了当地有名的邹老大苞谷粑（薏米做的）有点像咱们的粽子\*^\_^\*，顺便吃了个早点，呵呵  
行驶209国道至伍家台，它是以茶文化为主题的有机茶叶公园。那主要有乾隆御笔赐“皇恩宠锡”牌匾。还有茶山上直径16米的大茶壶（乾坤壶），上去近观要爬133阶台阶（自己酌情吧）。还有外形像乌龟的神龟山，一路沿着栈道走能到隆恩亭，人在茶海中被绿色包围着……摄影的最佳地点。一通拍照之后我糊涂的被小司机带到了空中绳道，他说这个好玩也是这唯一收费的。每人交了30元就被武装上了绳道，这把年纪又体验了一下拓展训练，亏得我们吃了早点嘿嘿。就这样上上下下地“爬”到了对面的狮子山下。后来因为和司机约好在狮子山脚下的出口停车场等；我们不得不拖着快废了的腿过了一遍狮子山的栈道。（再去的同志们完全可以忽略这里）  
上车返程，途中用餐（正好饿了）。吃的当地的腊排骨腊猪蹄火锅，最后可以涮菜。我们三个人给了4个配菜，还有些小菜（野韭菜、鱼腥草……）当地是按人收费的一个锅50，我们三人合计150元。配菜、小菜、主食都是不收费的。哦，对了还啰嗦一句他这土豆太好吃了！大小不一的土豆块有一面是焦焦的，放在米饭上当主食吃的。  
回到市里时间还早，司机又带我们去了风雨桥看了看，很多当地人在打麻将、斗地主、下棋。风雨桥连接清江东西两岸，既可以行人，又可以供路人避雨、乘凉、休憩，所以称为“风雨桥”。没什么可看的，在桥下土特产点又买了点当地的茶叶，今年的新绿茶，口味较淡，回家慢慢品。  
D6：乘直达北京的卧铺早上10:10到  
北京西站  
。其实时间如果够，可以去重庆、成都、武汉转一转，吃一吃也很不错。恩施到这几个城市都很方便。  
好啦！就到这里吧，期盼下次美好的旅程！

评论：

## 38.传说中的桃花源，居然隐藏在这儿，美的如此不真实

https://you.ctrip.com/travels/youyang1903/3654696.html

来源：携程

发表时间：2018-4-4

天数：3 天

游玩时间：2 月

人均花费：2600 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，人文，徒步

旅游路线：酉阳

正文：  
在酉阳桃花源，可以找到《桃花源记》里的桃花源，美的如此不切实际  
在旅游经济发达的今天，很多地方都会使用“桃花源”一词来表达对景色美丽程度的赞赏了。且全国各地叫桃花源的景区也是比比皆是。那么，桃花源这个地方到底在哪里？到底是不是真实存在的？诸如此类的疑问可谓是接踵而至了。要我来说，桃花源是真实存在的，而且是陶渊明真实感受过的，倘若没有真实体验桃花源那种秘境的话就不可能写出如此美妙、令人浮想联翩的桃花源游记出来了。  
桃花源在我们这个时代到底还有没有？到底什么样的景色方可叫桃花源？我觉得这些问题已经不重要了。重要的是，你心中的认为的那种景象才是真正的桃花源，一万个人的心中就有一万个桃花源。也许这就是老祖先经常说的“境随心转”的山水哲理与智慧了吧？  
故而，在现代社会来看陶渊明笔下的桃花源是没有绝对的标准的，更不需要纠结陶渊明笔下的桃花源到底在哪里？陶渊明是位智者，他笔下虽然有具体提到桃花源的位置，然而他在文中也阐述了叫做桃花源这个名字的本质了。  
心系于此，便是天堂。同样的，心恋于彼，则为世外桃源。  
这一次，山野君来到西南地区  
酉阳  
县这里比较隐蔽的地方发现了一个非常仙境的地方，我认为它就是世外桃源。也许它就是陶渊明大师笔下的世外桃源雏形或是样板吧？  
在这次的旅行之中，不仅仅欣赏到了宛如仙境般的世外桃源的胜景之外，还见识到很多令人惊叹无比的景色与历史古迹。  
桃花源，一座天上人间般的秘境，让我为此着迷，着迷的是不仅是陶渊明笔下的世外桃源的雏形，更为人类罕见的山水田园风光而迷恋。  
酉阳桃花源是一座距今有3亿多年的景观带了，说这里是陶渊明笔下的世外桃源可能会有较真者觉得有待于考证。不过，根据陶渊明的《桃花源记》里的记载，这真的有可能就是陶渊明说的世外桃源了。原文中如是说：晋太元中，武陵人捕鱼为业，缘溪行，忘路之远近。武陵古代是泛指武陵山脉一带的地区，其中包括湖北、湖南、重庆与贵州交界的一带，主要城市则是湖北恩施、湖南张家界、贵州铜仁以及重庆秀山、酉阳等地区。再结合酉阳桃花源的整体格局与《桃花源记》很相似，由此可证，这里非常有可能就是陶渊明所说的桃花源了。当然了，这只是山野君的推论罢了。不过，这里到底是不是书中的桃花源已经不重要了，重要的是有世外桃源的环境就足够有理由让一切众生喜欢这里。  
陶渊明笔下的桃花源到底在哪里这个问题已经不重要了，重要的是你心中的那座桃花源才是重要的。心系此景，便是仙境，便是天堂。难道不是吗？我喜欢这样的美景，我就认为它就是桃花源了。心境才是决定这到底是不是世外桃源的最重要的标准了。  
采菊东篱下，悠然见南山。你想要这样的生活吗？这里就是陶渊明笔下的桃花源的雏形之地。这样的胜景说它就是陶渊明先生笔下的世外桃源我想也不足为过的吧？  
在现代社会来看陶渊明笔下的桃花源是没有绝对的标准的，更不需要纠结陶渊明笔下的桃花源到底在哪里？陶渊明是位智者，他笔下虽然有具体提到桃花源的位置，然而他在文中也阐述了叫做桃花源这个名字的本质了。心系于此，便是天堂。同样的，心恋于彼，则为世外桃源。  
桃花源这个地方到底在哪里？到底是不是真实存在的？诸如此类的疑问可谓是接踵而至了。要我来说，桃花源是真实存在的，而且是陶渊明真实感受过的，倘若没有真实体验桃花源那种秘境的话就不可能写出如此美妙、令人浮想联翩的桃花源游记出来了。  
桃花源在我们这个时代到底还有没有？到底什么样的景色方可叫桃花源？我觉得这些问题已经不重要了。重要的是，你心中的认为的那种景象才是真正的桃花源，一万个人的心中就有一万个桃花源。也许这就是老祖先经常说的“境随心转”的山水哲理与智慧了吧？  
旅游经济发达的今天很多地方都会使用“桃花源”一词来表达对景色美丽程度的赞赏了。且全国各地叫桃花源的景区也是比比皆是。那么，桃花源这个地方到底在哪里？到底是不是真实存在的？这里能不能算作是陶渊明笔下的世外桃源呢？  
晋朝时期的伟大爱国主义世人将他隐居山水间的美好地方用文章《桃花源记》记录了下来后，桃花源一词就被后人认为是绝美的胜景，这样的胜景是可遇而不可求的。感觉这样的景色完全可以套用陶渊明的《桃花源记》来表达了。  
桃花源这个地方到底在哪里？到底是不是真实存在的？诸如此类的疑问可谓是接踵而至了。要我来说，桃花源是真实存在的，而且是陶渊明真实感受过的，倘若没有真实体验桃花源那种秘境的话就不可能写出如此美妙、令人浮想联翩的桃花源游记出来了。  
这里的景色美的都可以当作桌面了，这样的环境风水完全可以作为养老或者度假胜地。待吾年迈之时，到此修身养性，可好？  
既然是叫做桃花源，怎能少得了桃花呢？阳春三月的桃花就像笑红了脸的美人，看到都令人舒服。  
山野君来到西南地区酉阳县这里比较隐蔽的地方发现了一个非常仙境的地方，我认为它就是世外桃源。也许它就是陶渊明大师笔下的世外桃源雏形或是样板吧？  
在这次的旅行之中，不仅仅欣赏到了宛如仙境般的世外桃源的胜景之外，还见识到很多令人惊叹无比的景色与历史古迹。  
桃花源，一座天上人间般的秘境，让我为此着迷，着迷的是不仅是陶渊明笔下的世外桃源的雏形，更为人类罕见的山水田园风光而迷恋。如此之景，还是少见。如此之境，亦复如是。  
有的人说这样的景色是虚假的，不存在有这样的景色。看到画面上来来往往的游客络绎不绝，还不能证明这是真实存在的景色吗？只是这里的景色美的太不真实了，所以总会让人不愿意相信眼见所识的景物。  
桃花源这个地方到底在哪里？到底是不是真实存在的？诸如此类的疑问可谓是接踵而至了。要我来说，桃花源是真实存在的，而且是陶渊明真实感受过的，倘若没有真实体验桃花源那种秘境的话就不可能写出如此美妙、令人浮想联翩的桃花源游记出来了。  
桃花源在我们这个时代到底还有没有？到底什么样的景色方可叫桃花源？我觉得这些问题已经不重要了。重要的是，你心中的认为的那种景象才是真正的桃花源，一万个人的心中就有一万个桃花源。也许这就是老祖先经常说的“境随心转”的山水哲理与智慧了吧？  
酉阳桃花源是一座距今有3亿多年的景观带了，说这里是陶渊明笔下的世外桃源可能会有较真者觉得有待于考证。不过，根据陶渊明的《桃花源记》里的记载，这真的有可能就是陶渊明说的世外桃源了。原文中如是说：晋太元中，武陵人捕鱼为业，缘溪行，忘路之远近。  
武陵古代是泛指武陵山脉一带的地区，其中包括湖北、湖南、重庆与贵州交界的一带，主要城市则是湖北恩施、湖南张家界、贵州铜仁以及重庆秀山、酉阳等地区。再结合酉阳桃花源的整体格局与《桃花源记》很相似，由此可证，这里非常有可能就是陶渊明所说的桃花源了。  
当然了，这只是山野君的推论罢了。不过，这里到底是不是书中的桃花源已经不重要了，重要的是有世外桃源的环境就足够有理由让一切众生喜欢这里。心系于此，便是天堂。同样的，心恋于彼，则为世外桃源。只要你喜欢的地方都是桃花源了。  
旅游经济发达的今天很多地方都会使用“桃花源”一词来表达对景色美丽程度的赞赏了。且全国各地叫桃花源的景区也是比比皆是。那么，桃花源这个地方到底在哪里？到底是不是真实存在的？诸如此类的疑问可谓是接踵而至了。  
大概是这样的缘故吧，酉阳桃花源并没有与其他地方争论这里就是陶渊明笔下的世外桃源，而是说陶渊明笔下的桃花源有两种，一种是世界最美的桃花源，还是一种就是根植在心中的桃花源。如此定义非常具有公平客观性，而且颇具禅意。  
仙境般的景色令人如痴如醉，雨后的天气虽然没有蓝天白云那样的舒畅与清爽。但是，阴雨后的天气却造就了这样如梦如仙的景色。这个时候，山野君还误以为自己睡着了进入了梦想呢？然后，自己掐了一下自己感觉很痛，才知道不是梦境。但是，这个景色比梦境还要梦幻。您觉得是不是呢？  
晋朝时期的伟大爱国主义世人将他隐居山水间的美好地方用文章《桃花源记》记录了下来后，桃花源一词就被后人认为是绝美的胜景，这样的胜景是可遇而不可求的。这样的环境，我觉得可以算得上是晋朝诗人陶渊明先生笔下《桃花源记》里头描述的环境的了。  
在这里，景色美的是如此的不真实，就像天庭里的景色一样，这样的美是一种脱俗的美，一种清新的美，还是一种高雅无比的美。这样的美是人人都喜欢的，看到这样美人人都会不禁的为此而动心。  
桃花源，一座天上人间般的秘境，让我为此着迷，着迷的是不仅是陶渊明笔下的世外桃源的雏形，更为人类罕见的山水田园风光而迷恋。这个时候真的觉得自己是在梦境里了。  
在这次的旅行之中，不仅仅欣赏到了宛如仙境般的世外桃源的胜景之外，还见识到很多令人惊叹无比的景色与历史古迹。更加认识到了我们祖国地大物博，如此仙境无比的景色居然也能找到。可想而知，祖国的旅游资源是多么的丰富呀？国内美景何其多？何必热衷到他国？  
在这里，不仅仅有古代文人墨客来此挥洒泼墨，而且还保存了最为淳朴的少数民族的文化习俗。这些都是珍贵的非物质文化遗产，很值得我们来探访。这里就是模拟古代人生活的地方了，当然了这里可能会是不真实的“历史古迹”，因为木头都是很新的，哈哈。  
桃花源在我们这个时代到底还有没有？到底什么样的景色方可叫桃花源？我觉得这些问题已经不重要了。重要的是，你心中的认为的那种景象才是真正的桃花源，一万个人的心中就有一万个桃花源。也许这就是老祖先经常说的“境随心转”的山水哲理与智慧了吧？  
除了在这里欣赏到世外桃源般的绝美之景色外，还可以看到这里有穿着秦晋时期的服装的景区人员、临时演员。让你能够身临其境的感受到诗词里的境界。这样的感觉通过景色与人物的衬托，还真的能够让人体会到《桃花源记》里的韵味呢。  
躬耕园就是模拟陶渊明的《桃花源记》里面的一个场景了，这里看起来也是非常的仙境，你喜欢这样的感觉吗？  
遍地开放的桃花，真的给人一种落英缤纷的感觉。  
采菊东篱下，悠然见南山。你想要这样的生活吗？这里就是陶渊明笔下的桃花源的雏形之地。这样的胜景说它就是陶渊明先生笔下的世外桃源我想也不足为过的吧？这里的环境用来拍摄微电影估计效果非常的赞。  
整个园区就像是历史文物一样真实不虚，而景色美的却虚假不真。这样的相反的对比，更加彰显了这里的仙境与恬淡虚无的山水环境。  
专门为纪念陶渊明而设计建设起来的陶公祠。  
根据历史记载，陶渊明那个时代的房舍大概就是这样的模样的了。  
进去看看之后，还真的有一种历史的回味感，尽管这是后来人造的“历史古迹”。  
在这里就像是真的进入了秦晋时期的田园生活一样，非常惬意。  
或者是下午在这里与几个文人墨客一起品茗，吟诗作对。如此生活，简直胜过做神仙呀。  
躬耕园境内都是说了陶渊明一家子人在这世外桃源般的世界里过着自给自足的美好生活。  
这里就是陶公祠了，虽然是后期建设的，但是一种历史的韵味颇足。加之背后的云雾妖娆的山峰，为整个陶公祠增添了不少的仙境的感觉。  
这里的雕塑就是大名鼎鼎的陶渊明先生了。关于陶渊明先生的生平事迹以及作品，不妨酌情参考相关资料，山野君不在这里啰嗦啦。  
世外桃源，真的是名副其实呀。看门口这里都是一般仙气十足的感觉呢。  
雨后的天气虽然没有蓝天白云那样的舒畅与清爽。但是，阴雨后的天气却造就了这样如梦如仙的景色。这个时候，山野君还误以为自己睡着了进入了梦想呢？然后，自己掐了一下自己感觉很痛，才知道不是梦境。但是，这个景色比梦境还要梦幻。您觉得是不是呢？  
阴雨天气虽然给游览欣赏带来了一定的不便，但是却成就了更仙境的环境。真的是另外一种美的境界呀。你看到如此美妙的景色难道不会动心吗？  
从太古洞洞底暗河流淌下来的河水在这里形成了瀑布，连这里都是一道靓丽的风景线了呢。  
晋朝时期的伟大爱国主义世人将他隐居山水间的美好地方用文章《桃花源记》记录了下来后，桃花源一词就被后人认为是绝美的胜景，这样的胜景是可遇而不可求的。这样的环境，我觉得可以算得上是晋朝诗人陶渊明先生笔下《桃花源记》里头描述的环境的了。  
空山新雨后的环境大概在这里就能够被感受到吧？走在这样的小道上，放佛是真的回归到陶渊明的《桃花源记》里面描述的环境一样。这样的感觉真的是不可思议呀。  
还记得《桃花源记》里的一段文字吗？原文是：“林尽水源，便得一山，山有小口，仿佛若有光。便舍船，从口入。初极狭，才通人。复行数十步，豁然开朗。土地平旷，屋舍俨然，有良田美池桑竹之属。”我在想这里大概就是这段文字里提及到的景象吧？  
在现代社会来看陶渊明笔下的桃花源是没有绝对的标准的，更不需要纠结陶渊明笔下的桃花源到底在哪里？陶渊明是位智者，他笔下虽然有具体提到桃花源的位置，然而他在文中也阐述了叫做桃花源这个名字的本质了。您觉得是不是这样一回事呢？  
这里如同理想世界般的美景的桃花源景区，其实交通还算可以的了。如果是公共交通的话可以  
酉阳火车站  
乘坐中巴车直达，整个行程大概也就耗时40分钟到达酉阳桃花源。也可以可以在酉阳下车后也可以乘坐101路公交，在桃花源景区的桃源广场公交车站下车即可到达了。  
根据陶渊明的《桃花源记》里的记载，这真的有可能就是陶渊明说的世外桃源了。原文中如是说：晋太元中，武陵人捕鱼为业，缘溪行，忘路之远近。武陵古代是泛指武陵山脉一带的地区，其中包括湖北、湖南、重庆与贵州交界的一带，主要城市则是湖北恩施、湖南张家界、贵州铜仁以及重庆秀山、酉阳等地区。再结合酉阳桃花源的整体格局与《桃花源记》很相似，由此可证，这里非常有可能就是陶渊明所说的桃花源了。  
太古洞，看世界奇观、探地下神秘景象：  
太古洞，看世界奇观，探地下神秘景象。让我体验到了这个造物主的伟大与神奇。洞内的景色神秘莫测，充满了神奇与壮美的气氛。加上现代光电技术的衬托，更加让这太古洞充满了梦幻秘境的气息了。世界级的地质学研究专家、“天坑学之父”的朱学隐先生曾经就称赞这酉阳桃花源境内的太古洞为“世界奇观，地下石林”，这足以证明这太古洞与众不同的韵味了。  
在整个长达3公里左右的太古洞内步行漫游，你可以亲身体会到这世界奇观、地下石林的秘境。这个太古洞距今有3亿多年以上的历史了，洞府内可以说是空间范围很大，是一个隐居的好地方。根据《酉阳县志》记载，这里是古代时期咸阳城儒生为了躲避官方的搜捕而到这里藏身而一直未被官方搜捕到，这可以说明了这太古洞的深邃、神秘了。  
全国很多地方都有地下溶洞。都是大同小异，不过桃花源地下溶洞最大的亮点就是地下瀑布、地下盐田和地下天坑。当你来到这太古洞的时候可以很容易的找到这里的地下溶洞河流常年积累而成的盐田，盐斑状态的形态清晰可见，第一时间就能知道这是地下盐田了。在这样一个洞府之内还能看到如此大规模的盐田，感觉是不是非常的神奇呀？大自然真的是一个神奇的天工，不得不令我们人类佩服。  
当你游览完毕整个太古洞之后，会觉得非常的不一般。原本以为很普通的地下溶洞，结果是大有文章在其中。除了太古洞即可见到桃花源景区，或者是从桃花源进入可以抵达这太古洞。桃花源与太古洞如此相辅相成、完美结合的景色真的令人大开眼界。让人来了之后会深深地赞叹这里的景区非常值得一来看看。  
桃花源，一座天上人间般的秘境，让我为此着迷，着迷的是不仅是陶渊明笔下的世外桃源的雏形，更为人类罕见的山水田园风光而迷恋。  
太古洞，看世界奇观，探地下神秘景象。让我体验到了这个造物主的伟大与神奇。  
在整个长达3公里左右的太古洞内步行漫游，你可以亲身体会到这世界奇观、地下石林的秘境。这个太古洞距今有3亿多年以上的历史了，洞府内可以说是空间范围很大，是一个隐居的好地方。  
根据《酉阳县志》记载，这里是古代时期咸阳城儒生为了躲避官方的搜捕而到这里藏身而一直未被官方搜捕到，这可以说明了这太古洞的深邃、神秘了。  
全国很多地方都有地下溶洞。都是大同小异，不过桃花源地下溶洞最大的亮点就是地下瀑布、地下盐田和地下天坑。  
山野君眼前这里就是地下溶洞河流常年积累而成的盐田了，盐斑状态的形态清晰可见，第一时间就能知道这是地下盐田了。在这样一个洞府之内还能看到如此大规模的盐田，感觉是不是非常的神奇呀？大自然真的是一个神奇的天工，不得不令我们人类佩服。  
继续前行，寻找更为壮观而美丽的地下溶洞景观吧。  
太古洞，看世界奇观，探地下神秘景象。让我体验到了这个造物主的伟大与神奇。洞内的景色神秘莫测，充满了神奇与壮美的气氛。加上现代光电技术的衬托，更加让这太古洞充满了梦幻秘境的气息了。  
世界级的地质学研究专家、“天坑学之父”的朱学隐先生曾经就称赞这酉阳桃花源境内的太古洞为“世界奇观，地下石林”，这足以证明这太古洞与众不同的韵味了。  
当你游览完毕整个太古洞之后，会觉得非常的不一般。原本以为很普通的地下溶洞，结果是大有文章在其中。除了太古洞即可见到桃花源景区，或者是从桃花源进入可以抵达这太古洞。  
桃花源与太古洞如此相辅相成、完美结合的景色真的令人大开眼界。让人来了之后会深深地赞叹这里的景区非常值得一来看看。  
全国很多地方都有地下溶洞。都是大同小异，不过桃花源地下溶洞最大的亮点就是地下瀑布、地下盐田和地下天坑。三样景致都很有味道，超级喜欢。在这里溶洞里面还能看到如此宽敞高耸的空间真的令人大吃一惊呀。  
太古洞，看世界奇观，探地下神秘景象。让我体验到了这个造物主的伟大与神奇。洞内的景色神秘莫测，充满了神奇与壮美的气氛。  
在这里加上现代光电技术的衬托，更加让这太古洞充满了梦幻秘境的气息了。世界级的地质学研究专家、“天坑学之父”的朱学隐先生曾经就称赞这酉阳桃花源境内的太古洞为“世界奇观，地下石林”，这足以证明这太古洞与众不同的韵味了。  
在洞里的每个地方都能感受到造物主的伟大与神奇。  
当你游览完毕整个太古洞之后，会觉得非常的不一般。原本以为很普通的地下溶洞，结果是大有文章在其中。这里就是一处非常典型的特色溶洞景观地带。  
如梦如幻的景象在这样的洞内也可以看得到呢。感觉真的很神奇也很稀奇。  
黄色的石笋与蓝色的地下暗合的对比，让这里的溶洞更加有视觉冲击的力量。并且，这样的力量是不断加强的了。  
桃花源与太古洞如此相辅相成、完美结合的景色真的令人大开眼界。让人来了之后会深深地赞叹这里的景区非常值得一来看看。这样看起来很一般的地下溶洞，是来了之后还想再来的。  
如此场景，如此壮观。整个溶洞就像是地下世界一样，真的好神奇。  
看下方远处的步行梯道，即可知道这样的溶洞地下室的高度落差是非常的惊人的了。这里只是一个部分而已就已经很令人吃惊无比了。  
山野君走在这里，就发现这里的景色如此之美，美的很壮观。可惜的是旁边的大伯非得闯入我的镜头里，拿着手机拍照，久久不忍离去。我的相机快门5秒钟了，还是不肯离开我的镜头往前走动。所以，我们无法看全整个步行梯道的全貌啦。  
这里就是海拔最低的路段了，走在这里又是一个不一样的美丽世界，这样的世界非常不错，如此惊艳而神奇的景观令人再怎么多看也不足为过。  
太古洞距今有3亿多年以上的历史了，洞府内可以说是空间范围很大，是一个隐居的好地方。边走边看就可以知道这里是多么的隐居啦。  
太古洞，看世界奇观，探地下神秘景象。让我体验到了这个造物主的伟大与神奇。洞内的景色神秘莫测，充满了神奇与壮美的气氛。加上现代光电技术的衬托，更加让这太古洞充满了梦幻秘境的气息了。无论你走在哪里，都舍不得也不愿意放弃一切美景的记录。  
快要到达出口的位置，会有这样为游客祈福的地方。上面刻着“福”、“禄”和“寿”三个大字，这是也是中国人心内最为渴望的了。  
太古洞景区与桃花源景区是在一起的，除了太古洞即可到达桃花源。所以，购买了桃花源的门票即可在这里体验了。也可以单独购买半程的门票，价格稍微便宜一点点。不过，从两者景色的质量来看，建议还是购买全程票，这样更加精彩也更加划算一些。  
除了洞口，就能感受到仙境的景色了。连房屋上的瓦片都是如此的禅意绵绵。  
太古洞洞外刚刚遇到一场超强度的暴雨，不过雨后的气候就形成了这样妖娆美丽的仙境之境。很喜欢这样的感觉。来到桃花源真的是一种睿智的选择，让我们没有晴天的美好，遇到了阴雨天气，却收获到了如此仙境的美景。这个时候，山野君觉得真的可以说是失之桑榆收之东隅。

评论：

## 39.觅心中的桃花源，酉阳三日行记

https://you.ctrip.com/travels/youyang1903/3654686.html

来源：携程

发表时间：2018-4-4

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：1000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，自驾

旅游路线：酉阳，酉阳龚滩古镇

正文：  
序  
世界上有两个桃花源，一个在你心中，一个在重庆  
酉阳  
。  
“晋太元中， 武陵人捕鱼为业。 缘溪行， 忘路之远近。 忽逢桃花林， 夹岸数百步， 中无杂树， 芳草鲜美， 落英缤纷， 渔人甚异之。 复前行， 欲穷其林。  
—— 《桃花源记》 魏晋. 陶渊明  
语文课本的一篇文章，让我们从小心中从小就有一片属于自己的桃花源。  
曾经我一直以为这样的地方很遥远  
需要过一道长长的山洞，豁然有光。  
殊不知，这个地方其实就在我们身边的重庆。  
每到3月，桃源内到桃花盛开  
田间、地里时不时还有耕作的农人  
梨花、玉兰、油菜花 把这片世外桃源装扮的格外漂亮。  
古朴的房屋在山野之间  
把这片桃源衬托的更加美丽  
桃花树下，  
渔人的小舟  
烟雨濛濛的三月，是来酉阳桃花源的最佳时间。  
离景区1个半小时车程外的龚滩古镇  
也是酉阳地区保存的最完整的千年古镇  
这里少了外界的喧嚣和商业气息  
这里的人和空气好像都慢了许多。  
酉阳县的全称是酉阳土家族苗族自治县，位于重庆市东南部，地处武陵山区腹地，是出渝达鄂、湘、黔的重要门户，素有“渝东南门户、湘黔咽喉”之称。以土家族、苗族为主，另有汉族、回族、蒙古族等民族，共18个民族。  
（下图是百度地图酉阳的地理位置，位于重庆与湖南、贵州的交界处）  
酉阳交通  
飞机  
（1）酉阳距黔江  
武陵山机场  
40分钟车程，该机场已经开通重庆、北京、上海、昆明、西安、海口、杭州、成都等城市固定航班。  
（2）酉阳距  
铜仁凤凰机场  
1.5小时车程，该机场已经开通全国各地固定航班。  
火车/动车/高铁  
（1）渝怀铁路经过酉阳，桃花源景区距火车站30分钟车程。  
（2）酉阳至铜仁高铁站、怀化高铁站分别2小时、2.5小时车程。  
自驾  
（1）重庆至酉阳4小时车程；  
（2）恩施至酉阳2.5小时车程；  
（3）张家界至酉阳2小时车程；  
（4）凤凰至酉阳2小时车程；  
（5）武隆至酉阳2小时车程。  
公共交通  
2017年4月19日起，凤凰古城和酉阳桃花源新增对开班车，途经吉首、花桓、边城、秀山，每天发班，票价80元，凤凰城北汽车站每天发车时间为上午8:00，酉阳城南汽车站发车时间为每天下午15:30。  
重庆龙头寺车站到  
酉阳龚滩古镇  
每天都有往返班车，发车时间是早上9:00，车程5小时，票价100。  
（发车时间有可能有所调整，具体可能到了当地再问一下当地人或者客栈老板）  
酉阳景区外面是酉州古城有很多特色的客栈  
我们这次入住的是古城里一家非常有特色的客栈，值得推荐给大家。  
名字也比较洋气，叫做“酉州会馆”。  
酒店位置就在酉州古城南门进入约50米处，很好找。环境优雅，布局用心，房间也很大。而且位置特别好，距离半程票入口走路最多五分钟就到了，距离全程票的中转车走路最多十分钟就到了。  
客栈里面是一个很大的天井，装修的古香古色的，关键是价格还不贵。平时的价格才200多一晚上，节假日可能会上浮一点，建议大家提前预定。  
酉阳美食  
土家八大碗：  
俗话说：只有鼎罐煮米饭，没得鼎罐煮文章。  
在这个数字化、多元化时代，你还这样固执地认为，那就OUT了。  
在酉阳酉州古城，就有这样一家新常态下的新型餐饮¬。  
土家八大碗，碗碗有文章！由来有故事  
“土家八大碗”有两个传说。  
其一：来源于八人一桌旨在生态环保。“土家八大碗”并不特指八碗菜，而是武陵山区土、苗、汉等各民族人民对酒席的俗称。坐席时，八个人按长幼宾主围着八仙桌而坐，品尝酒莱。随着时代变迁，八仙桌被不分长幼宾主的圆桌取代，而一些地道的土家地方莱也慢慢消失。  
“土家八大碗”挖掘的“八大碗”，旨在用活态的形式，传承与展示本地土家、苗族的饮食文化和民俗风情，并坚持生态环保的理念。用地道的大土碗盛菜，所用原料绝对绿色生态、地道土产，加工方法原生古朴。  
自然而然形成了“土家八大碗”独特的极具古酉州及土苗特色的地方菜肴。  
其二：追溯到八部大王用于敬祀祖先。传说在土家族聚居的大部分地区都曾有八部大王庙，供奉八位大王。八部大王，又称八部大神，是土家族传说中的部落首领和战将，也有人说他们是土家族的祖先。分别是熬朝河西、西梯佬、西呵佬、里都、苏都、那乌米、拢此也所也冲、按也会也那飞列也  
第二就是不得不推荐酉阳会馆右手边的一家面馆了。  
早晨伴着古镇清洗的空气，来上那么一碗鲜香的牛肉面，实在是再好不过了。  
走进桃花源  
酉州古城  
酉州古城始建于明洪武年间，是酉阳第12代土司冉兴邦修建的土司衙门。经过岁月的打磨以及现代文化的渗入，现在的古城已经变了模样。由于酉阳是土家族苗族自治县，这里的建筑和风貌都颇具民俗特色，且多民族的碰撞也造就了这里与众不同的文化风格。  
酉州古城也是桃花源景区的门票销售所在地  
酉阳桃花源景区分为全程票和半程票。  
半程票相比全程票而言，少了一程太古洞的游览，就是书中那段进入桃源的必经之路，一段长长的溶洞。  
我个人建议是买全程票，比较桃花源体验就是那段柳暗花明，恍如隔世的感觉。而且半程票和全程票从票价上来看，其实差不太多。  
全程票：128元；半程票：96元。  
太古洞  
“林尽水源，便得一山，山有小口，仿佛若有光。便舍船，从口入。”  
太古洞便是这桃花源的入口。如同陶渊明笔下所写，一个小小的洞口。  
太古洞是一个很年轻的溶洞，近几年才被发现并开发。全长3000米，洞宽10-50米，高度20-80米，位于重庆市酉阳桃花源国家AAAAA级旅游景区金银山脚“秀才看榜”景点绝壁下，地处世外桃源最里端。与重庆武隆芙蓉洞、丰都雪玉洞相比，太古洞则体量更大、更宏伟，形态更细腻。被誉为“世界遗产，地下石林，人文始祖，三皇伏羲”的美誉。  
据《酉阳直隶州总志》记载：“有秦人，负书笈，辗转来酉。”据传，2200多年前，十余名咸阳儒生为躲避“焚书坑儒”之祸和频仍的战乱，背负经书，携妻带子，从陕西咸阳经汉中，过剑门，沿嘉陵江而下，从今天的重庆涪陵沿乌江而上，最终来到酉阳，寻找到这一处与世隔绝之地，从此“不复出焉”，在此生生不息，过着与世无争、没有战乱、没有剥削、宁静和谐的隐世生活，直到武陵渔父黄道其发现桃花源时，其后人“问今是何世，乃不知有汉，无论魏晋”。  
“复行数十步，豁然开朗。土地平旷，屋舍俨然，有良田美池桑竹之属。阡陌交通，鸡犬相闻。其中往来种作，男女衣着，悉如外人。黄发垂髫，并怡然自乐。”  
走出太古洞，全程用了1个多小时的时间，眼前忽然豁然开朗，鸡犬相闻。传说中的世外桃源到了。  
眼前的景象和陶渊明笔下的景色十分神似，从太古洞出来有一种穿越时空的感觉。  
景区的工作人员都穿着秦服，甚至游客也可穿着古装悠荡在景区，给人一种回到了古代的感觉。  
3月是游玩桃花源的最佳时机  
桃花源内除了桃树之外，还种着玉兰、油菜花等各式各样的植物。  
春天的桃园，我认为是最美的。  
3月是  
按照陶渊明《桃花源记》所描述意境，还原了一个“问今是何世，乃不知有汉，无论魏晋”的遗世独立的“秦人村落”，让人恍若穿越千年时光，梦回“世外桃源”，真真切切地体验远古风情。  
看到屋子里忙碌的人们，让人忘却了时光。  
“土地平旷，屋舍俨然，有良田美池桑竹之属。阡陌交通，鸡犬相闻”  
桃花盛开的世外桃源  
偶尔还能看到有人在农田里劳作  
书生在田埂上行走  
庭院，农舍，涓涓溪流，一切都如同穿越般，与外面的世界隔绝，自给自足，享受这一方净土。  
“既出，得其船，便扶向路，处处志之。及郡下，诣太守，说如此。太守即遣人随其往，寻向所志，遂迷，不复得路。”  
走道桃花源出口，便回到了酉州古城。  
回望桃源的石洞，仿佛是一场穿越的梦。  
十里画廊，龚滩古镇  
乌江百里画廊的第一重镇  
有“巴蜀第一镇”、“绝壁上的音符”之称的龚滩古镇，坐落于乌江之畔，是山水景观和古镇文化紧密结合的典范。古镇源自蜀汉，置建于唐，距今1700多年的历史，素有“钱龚滩”之美誉。  
乌江百里画廊的第一重镇  
文物古建筑别具一格，四合院古朴幽静，土家吊脚楼形态各异，是国内保存完好且颇具规模的明清建筑群，被专家学者誉为“建筑奇葩”。国画大师吴冠中先生称“是唐街，是宋城，是爷爷奶奶的家！”  
文物古建筑别具一格，四合院古朴幽静，土家吊脚楼形态各异，是国内保存完好且颇具规模的明清建筑群，被专家学者誉为“建筑奇葩”。国画大师吴冠中先生称“是唐街，是宋城，是爷爷奶奶的家！”  
从龚滩古镇沿乌江溯水而上，经土坨子峡、白芨峡，直至荔枝峡，是乌江百里画廊的精华，以“奇山、怪石、碧水、险滩、廊桥、纤道、悬葬”而著称。清代诗人梅若翁有诗赞誉龚滩古镇·乌江画廊：“蜀中山水奇，应推此第一。”  
龚滩古镇的由来  
龚滩地处乌江和阿蓬江两江交汇之地，乌江雄秀、阿蓬江险奇。这两条江的两岸都是崇山峻岭、奇秀无比，从空中俯视，这两条江就宛如一块巨大的翡翠中间两条美丽无比的绿色裂纹，因此人们传说这两条江原为两条龙所开辟，大的一条龙是哥哥叫乌龙，小的叫阿龙。  
乌龙力大而猛，就开凿了乌江，阿龙体小力弱，在川黔交界处就和乌龙汇合共同努力，奋力越过川黔的崇山峻岭，形成一条水流湍急的险滩，因为是两条龙交汇之处，正如龚字的字形——上面是“龙，下面是共”，所以人们就把这个险滩叫龚滩。  
龚滩是龙汇之地，汇集了乌江流域的钱财货物，称为“钱龚滩”，龙汇之地，自然也会汇集万千灵气，人才辈出，因此，传说贤俊之人到了龚滩，沾了两条龙的灵气，就会更加飞黄腾达。各位游客朋友来到龚滩，也是贤俊相汇，愿龚滩给你们带来灵气和福气。待会儿，我将会告诉大家怎么去把这龙的灵气和福气带走。  
因为这是大山大水成就的峡谷古镇，这里有全国最大的吊脚楼建筑群，这里有迷人的乌江画廊和如同仙境般的阿蓬江，这里还有一条著名的石板街。  
这条石板街，就是著名国画家吴冠中画笔下的《老街》，吴冠中一走进龚滩，就深深地爱上了这条曲曲折折的石板街，他说龚滩“是宋城、是唐街、是爷爷奶奶的家”，在这里寄托了他对我们精神文化起源的乡愁。  
《千与千寻》的真实世界  
看过宫崎骏的《千与千寻》的朋友，相信都对动画里那光怪陆离的神奇场景所着迷。  
一方面我们感叹宫崎骏大师的脑洞大开，另一方面我们一直也在争论这个地方是否真的存在？一直以来，大众所讨论的《千与千寻》的灵感发源地就在中国的两个地方。一个是台湾九份，一个是重庆洪崖洞。可是当我晚上来到龚滩古镇以后，我就在想那些争论不休的人肯定没有来过龚滩。  
刀山表演

评论：

## 40.西安的摔碗酒底下到底藏着怎样的故事？

https://you.ctrip.com/travels/xian7/3656629.html

来源：携程

发表时间：2018-4-11

天数：5 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
很多人都知道  
西安  
摔碗酒  
那么，这酒下的故事你可知道？  
摔碗酒源于恩施土家族，很多人都说去了恩施，没有喝一碗摔碗酒是一件遗憾的事情。  
说到恩施土家族，那大家知道他们祖先是谁吗？  
来自神秘古国之一：巴国  
《山海经 海内经》记载：西南有巴国，太昊生咸鸟，咸鸟生乘厘，乘厘生后照，后照是始为巴人，认为太昊的元祖是巴人。  
巴人以善于猎射著称于世，经济生活以渔猎畜牧为主，原始的粗放农业仅是其手段。  
约在春秋时期，巴受西面古蜀国影响，开始致力于农业生产，农耕开始成为其主要方式。  
随着农业生产的发展，巴人的粮食有了一定的存粮，酿酒业也发展起来了。  
巴人很擅长酿酒，其特产“巴乡清酒”，是向周王朝缴纳的贡品之一。  
由此可见，现在恩施土家族的酿酒技术历史悠久，每一代的精心传承才有了现在火遍大江南北的“摔碗酒”。  
西安  
永兴坊  
摔碗一上手，山都抖一抖  
喝上一碗酒，家里啥都有  
在清脆的摔碗声中大喊：岁岁（碎碎）平安！把一年中的晦气和烦恼全部摔走。  
一碗酒摔出一种豪迈，摔出一地激情。  
不妨我们来说一说这“摔碗酒”的来历  
历史来历  
大约在公元前四世纪，巴国发生内乱，巴蔓子许诺割让三座城池给楚国以平定内乱。当内乱平定后，楚国要求巴蔓子兑现承诺，巴蔓子回答说：多亏楚国相助，巴国才得以消灾解祸。这份恩应该割让五座城才足以报答，但国土岂能割让？为了谢罪，你把我的头拿去献给楚王，城是一座也不能给的。”  
于是，巴蔓子拔剑自刎，在自刎前饮了一碗酒并摔碎了碗，借此行为以表自己的英雄气度！  
民间流传来历  
土家族的两个族长或者兄弟之间有了恩怨，毕竟是至亲，为了民族生存和发展，两人决定共饮一碗酒表示尽释前嫌，恢复今后的友谊，喝完后，将碗摔碎，显示土家儿女的豪气！  
俗话说  
“一千年看北京，五千年看  
西安  
”  
西安，这座中国历史文化的首善之都，以世代传承的雍容儒雅，博学智慧，大气恢弘，成为中国古达历史的底片，中国文化的名片之一。  
汉唐时期，西安是中国对外交流的中心，是世界上最早超过百万人口的国际大都市  
著名的丝绸之路以西安为起点  
秦始皇陵  
兵马俑  
展示了这座城市雄浑、厚重的历史文化底蕴  
西安在《史记》中被誉为“金城千里，天府之国”，是举世闻名的世界四大古都之一是中国历史上建都朝代最多、影响力最大的都城。  
“一座城市的历史，就是一个民族的历史”  
西安  
一个拥有几千年文化历史的城市  
这其中的深厚底蕴  
你，不想来看一看吗？  
跟着声音去旅行：发现·记录·传播每一座城市的历史、人文与魅力。微信公众号：跟着声音去旅行/新浪微博：@跟着声音去旅行/商务合作邮箱：shengyinlvxing@126.com

评论：

## 41.爱上庐山和恩施的自然景色

https://you.ctrip.com/travels/lushan20/3467997.html

来源：携程

发表时间：2018-4-14

天数：8 天

游玩时间：5 月

人均花费：3500 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，省钱，火车

旅游路线：庐山，恩施大峡谷，恩施，利川，腾龙洞，龙船水乡，丰都，丰都鬼城，汉阳峰，三叠泉，花径，锦绣谷，仙人洞，龙首崖，含鄱口，植物园，五老峰，美庐，芦林湖，黄龙潭，海会寺，大天池，铁船峰，乌龙潭，庐山博物馆，恩施土司城，水莲洞

正文：  
旅游喜欢自然景色，特别喜爱山水自然景色。歇息的时候网上经常看看游记，  
庐山  
的美景已经羡慕好久了，最近又爱上了  
恩施大峡谷  
这个自然景区。于是就自己设计了一条旅游线路。  
从太原出发火车有直达九江的火车，九江上庐山最合适，  
庐山火车站  
又有去  
恩施  
的火车，自由行最好顺路，顺车，这两点达到就组合在一起了。  
行程安排：  
1.太原火车到九江，上  
庐山三日游  
。住牯岭镇三晚上。  
2.庐山到恩施，游览大峡谷，住恩施大峡谷。  
3.游览云龙地缝，土司城到  
利川  
，住利川。  
4.游览  
腾龙洞  
，  
龙船水乡  
到  
丰都  
，住丰都。  
5.游览  
丰都鬼城  
动车到重庆，重庆回柳林。  
一路顺水顺车，又做一次背包客。  
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------  
庐山三日游  
庐山位于江西省九江市，山体呈椭圆形，长约35公里，宽约10公里，绵延的90余座山峰，犹如九叠屏风，屏蔽着江西的北大门，主峰  
汉阳峰  
，海拔1474米。著名的  
三叠泉  
瀑布，落差达155米。庐山以雄、奇、险、秀闻名于世，具有极高的科学价值和旅游观赏价值，素有“匡庐奇秀甲天下”之美誉，与鸡公山、北戴河、莫干山并称四大避暑胜地。庐山入选世界文化遗产，世界地质公园，全国重点文物保护单位，国家重点风景名胜区，国家5A级旅游景区，首批全国文明风景旅游区示范点。  
太原乘坐到九江的火车，17个小时可以到达，票价288.5元，下火车然后打车去客运站，客运站有流水班车发庐山，每人23.5元，两个多小时可以到达庐山牯岭。庐山有发往庐山火车站的客运车每天两趟，上午九点，下午3:40。去  
九江火车站  
的车比较多。  
牯岭镇是庐山的游客集散中心，那里住宿，酒店，银行，商店应有尽有，住宿不贵，对住宿没有特别要求的100元左右可以住干净的房间。吃饭稍微有点贵。  
庐山景区门票180元，网上销售没有优惠，65周岁以上免费，没有老人优惠票。景区交通车80元，七天内有效，可以无限次的乘坐。  
  
庐山旅游  
分东西两条线，西线：如琴湖，  
花径  
，  
锦绣谷  
，  
仙人洞  
，大水池 ，  
龙首崖  
，悬索桥：  
东线：  
含鄱口  
，  
植物园  
，  
五老峰  
，三叠泉。  
  
美庐  
，古建筑群，  
芦林湖  
，博物馆，三棵树，  
黄龙潭  
，乌龙谭，电站大坝。  
庐山旅游大部分人选择三天游览，第一天西线，第二天，含鄱口，五老峰，三叠泉，第三天东线的其他景点。  
我们的选择是先游览比较累的东线三叠泉，五老峰，含鄱口，植物园。这样先难后易利于后几天去恩施大峡谷旅游。  
庐山景区交通车每人80元，七天内有效，如果你来庐山旅游一到两天，或者只走西线，就没有必要购景区交通车，牯岭镇公交车也可以乘坐，个人也有包车。  
庐山牯岭公园，这里应该是来庐山看到的第一个景点了。  
D1天，太原乘坐火车到达九江火车站，打车去客运站乘坐九江到牯岭镇客运车，每人23.5元，到达庐山入住庐山酒店。游览牯岭公园。  
夜幕下的牯林大酒店  
D2天，游览三叠泉，五老峰，植物园，含鄱口。  
一般庐山旅游第一天会去西线，我们看到今天是晴天，不是说游览庐山最好选择晴天看五老峰，再说我们后面还有恩施大峡谷的爬山项目，我们的安排就是先难后易了。  
早上我们六点半就去楼下酒店用餐，准备敢七点第一趟车，旅游其实就是受苦受累，苦了腿才能看到美景，人们不是说旅游就是在一个自己呆腻的地方去一个别人呆腻的地方看稀奇。这不来了三叠泉缆车站半小时了还在等候他们试车。  
三叠泉缆车每人往返80元，可以节省3200米的步道和749个台阶，有体力或者三叠泉不与五老峰安排在一天旅游的可以不坐缆车。说是缆车其实就是一种代步车。和我们这里进下的运输车差不多。  
出缆车口看到的五老峰景色  
到三叠泉到这里已经走了一半路程了  
。  
看见了三叠泉  
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------  
三叠泉出来乘车直蹦五老峰  
五老峰位于庐山的东南侧，为庐山著名的高峰，海拔1436米，山顶苍穹，下压鄱湖，削辟千仞，绵延数里，山峰受岩层垂直节理的影响，形成了既相互分割又彼此相连的五个雄奇的峰岭。五座主峰俨若五老并坐，故名五老峰。从各个角度去观察，山姿不一，有象诗人吟咏，有象武士高歌，有象鱼翁垂钓，有象老僧盘坐。在星子县  
海会寺  
上看五老峰最为真切。五峰中以第三峰最险，奇岩怪石千姿百态，雄奇秀丽蔚为大观；第四峰最高，峰顶云松弯曲如虬,下有五小峰，即狮子峰、金印峰、石舰峰、凌云峰和旗竿峰，往下为观音崖，狮子崖，背后山谷有青莲寺  
五老峰的门口  
一路山花烂漫  
进入五老峰到达一峰需40分钟左右，这就是一峰  
到达鹰嘴式就是二峰，鹰嘴式旁边就是二峰  
站在二峰看到的三峰  
后背就是二峰的悬崖峭壁  
拉近距离看三峰  
三峰有颗许愿树  
天地壮观就是四峰  
四峰可以清楚的看到五峰，四峰距离五峰的路途比较远  
庐山的第4个景点，含鄱口。含鄱口位于庐山东谷含鄙岭中央，海拔 1211米，左为五老峰，右为太乙峰。含鄱岭和对面的汉阳峰之间形成一个巨大壑口，大有一口汲尽山麓的鄱阳湖水之势，故得名。  
含鄱岭上有一座雕梁画栋的方型楼台，这就是庐山观日出的胜地“望鄱亭”。楼台‘湖光十色’，是江西省的省委书记题词。从这里上去一路下山，可以到达植物园。  
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------  
D3天，今天我们游览西线加东线的四个景点，全天步行17300步，翻越四座山，连续两天的爬山我们的腿都累了。  
景点是：如琴湖，花径，锦绣谷 仙人洞，园佛殿，大水池，龙首崖，悬索桥，电站大坝，乌龙谭，黄龙潭，三棵树，芦林湖共12个景点。  
花径  
如琴湖  
以下就是锦绣谷，毛主席的无限风光在险峰所指的地方  
进入景区看到的就是天桥，传说朱元璋与陈有亮战斗兵败来到此山，前面是万丈深渊挡住去路，后有追兵，于是长叹一声天绝我也 ，此时天空中有座彩虹桥出现 ，朱元璋过去，后面追兵感到时天空晴天霹雳一声巨响，天桥断裂 追兵无法过桥，后来这里就叫天桥了。意思是天子走过的桥了。  
这个山远看像猪八戒的头，那块突出的石头是猪八戒的鼻子，你们看看有没有想  
从这里过去就是仙人洞  
乘车来到：园佛殿  
庐山游览的第十一个景点，大水池，说是大水池，其实挺小的，传说朱元璋和大脚马皇后来这里许愿，后来就封为大水池了。  
去龙首崖的门  
龙首崖  
从  
大天池  
西南侧，循石阶下行数百米，便可见一崖拔地千尺，下临绝壑，这就是龙首崖。  
悬崖左边石亭是观看龙首崖的最佳位置——只见龙首崖悬壁峭立，一石横亘其上，恰似苍龙昂首。崖下扎根石隙的几棵虬松，宛如龙须，微风吹佛，恰似龙须飘飞。  
龙首崖是观云雾的好地方。每当大雾袭来，游客站在岩上，有如腾云驾雾，云游太空；也似乘龙探海，嬉戏波涛。不多时，浓雾散去，睛空艳阳，满目青翠，远处峡谷，河流、田野、农庄清晰可辩。  
悬索桥上再回头看看  
铁船峰  
过悬索桥左拐，就是去电站大坝的小路，全长1.6公里，没有路标，沿着河道逆流而上就可以到达。但有点怕怕，因为从这里下来的人都坐黑龙索道下山了。只有我们去探险了  
黑龙索道单程30元，我们不是为了节约而是为了探险和看美景，山东游客说这里一路美景陪伴，索道天上过  
从这条小路我们消失在庐山的山沟里  
山东游客告诉我们沿着水流逆流而上，我们就不会迷路  
经过明址桥我们从小河的左边到达右边  
一路石级而上  
大约半小时左右看到电站大坝  
继续向上到达电站大坝，我们用了35分钟，电站大坝我们终于来了  
从电站大坝我们又来到了  
乌龙潭  
乌龙潭继续向上就到达黄龙潭  
从黄龙潭继续向上，穿过一篇原始森林，躺在地上看原始树木  
从这里上去就是庐林湖了，这里有交通车可以乘船  
庐山博物馆 位于庐山芦林湖畔，九奇峰下，三面环山，背倚芦林湖，风景秀丽，幽绮胜绝。这是毛泽东同志在庐山期间曾住过的地方，人称芦林别墅，因为房号是一号，故亦称“芦林一号”别墅。始建于1960年，占地面积达20000余平方米。院内林荫蔽日，花香袭人，草坪如茵，不乏珍稀花木，如加拿大铁杉、日本金松、水杉、千头柏、云锦杜鹃等，还有喷薄鹿泉，溅洒水花，显得清静雅然。芦林一号别墅包括主楼和附房，主楼建筑面积约3000平方米，单层平顶，是一栋具有民族风格、中西合璧的四合院，平面图像个“回”字。  
庐山最后一个景点飞来石，也被称作“神龟石”它是由第四纪冰河时代震南沱石英砂岩和石砾岩上下两块巨岩互相叠置形成的独特景观，形状好似桌椅。庐山飞来石不像黄山飞来石屹立于悬崖之巅，它更像一个隐者，安详的藏匿于山坡上，也行你会认为它是人工制造的，独特的造型引人入胜，但独特的位置和形状会让你否定自己的想法，大自然的鬼斧神工不得不让人为之赞叹和折服。  
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------- 恩施大峡谷我已经在网上看过多少次了，但是一直没有机会实地观看。今天远道从庐山过来看你了。  
恩施大峡谷，位于世界硒都——湖北省恩施市境内，被专家誉为与美国科罗拉多大峡谷难分伯仲，是清江大峡谷一段，峡谷全长108公里，面积达300平方公里，恩施大峡谷海拔2030米。峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。其中两座位于一炷香石柱旁的的山峰于2012年4月22日命名为迪恩波特双子峰。除了大峡谷外，最大的景观特色是两岸典型而丰富的喀斯特地貌：有天坑，有地缝，有天生桥，有溶洞(200多个)，有层层叠叠的峰丛，还有近乎垂直于大峡谷的大断崖。峡谷内有近10公里长的地缝幽深奇绝，世所罕见奇山、异水、怪洞、珍禽数不胜数。来到大峡谷感觉这里如同一副美丽的山水画，来这里的人们可以置身于这副美丽的风景画中体会其中的美。  
太原到恩施大峡谷可以先买到石家庄的火车，然后石家庄到恩施，当天可以直达。单程交通650元左右。也可以到利川，利川离恩施大峡谷39公里，旺季火车站有到恩施大峡谷的流水客运车。  
恩施火车站  
没有直达大峡谷的火车，需打车或乘坐公交车到航空客运站乘坐到恩施大峡谷的客运车，恩施县城离大峡谷60公里路程，两个小时左右可以到达，客运车每人25元，我们为了赶时间在火车站租了一辆小车120元送我们到恩施大峡谷，感觉超值。  
恩施大峡谷门票包括七星寨、云龙地缝和景区交通车200元，60岁以上半票115元，索道上行100元，下行直梯30元。全程步行8.5公里，乘坐索道可以减少1.5公里，并且乘坐索道的这段路程没有好景色，如果七星寨和云龙地缝不安排在一天旅游，索道可以不乘坐，我们就是一路步行，并且是在爬完庐山在火车卧铺上休息了一晚上后游览的大峡谷，也没有感到特别累 ，主要是景区台级不怎么陡，景点分散，走走看看不会感到累。  
我们一路走过七星寨，步行16000步，共用了四个半小时。一路看到以下这些景点，大家可以看图  
穿过一些景区商店，来到游客中心，在这里购票，然后乘坐景区交通车  
下景区交通车进入七星寨大门  
第一个景点楼门石浪，这个景点在大峡谷索道上站的下面，乘坐索道的人一不小心就错过了  
D1景点楼门石浪，这个景点在大峡谷索道上站的下面，乘坐索道的人一不小心就错过了  
D2悬棺高升  
D3景点：一线天  
D4景点：绝壁栈道  
绝壁栈道上可以远看一下一柱香  
D5景点：祥云火炬  
第六个景点雌雄菇  
D7景点：想思鸟  
D8景点：迎客松  
D  
D10景点：英雄难过美人关  
D11景点：大峡谷的精华一炷香  
D12景点：双子缝  
D13景点:大地山川  
D14景点：拇指峰。我看见像带了四指手套的左手  
D16景点：玉屏风，这座山多么想一副玉屏风  
D17景点：情侣峰。一对身材苗条的情侣站在那里望着对面的山川  
D18景点：母子情深，像一个母亲背着孩子在山峰上  
恩施大峡谷一路上有这么多的美景，景区建设也规范，台级不高不低，一路上走走看看，不知不觉的就步行走完全程了。  
因为当天没有游完云龙地缝，我们去游客中心办理了登记，第二天就可以继续游览了  
第二天早上，恩施大峡谷下起了中雨，我们穿戴雨衣游览了云龙地缝，共用了一个半小时游览了云龙地缝  
云龙河地缝至少形成于5千万年前，从地缝顶部到地缝底部的地层主要为形成于2.1－2.9亿年间、跨二迭与三迭纪的灰岩；全长3.6千米、平均深75米，平均宽15米，两岸陡峭，飞瀑狂泻、缝底流水潺潺，上通天水暗河，下联莽莽清江。云龙地缝经中国地质大学实地考证，这是世界上唯一两岸不同地质年代的地缝。右岸为1.8-2.3亿年前形成的三迭纪地层，左岸是2.5-2.8亿年前形成的二迭纪地层。  
云龙地缝D1景点：五彩黄龙瀑布，瀑布中含有黄铁矿，天长日久冲刷卵石，石头就变成了五彩颜色，又叫五彩黄龙瀑布,下方即是五彩河。神话中女娲补天所用的五彩石，正是这种石头  
云龙地缝D2个景点：彩虹瀑布，今天下雨肯定看不到彩虹了  
云龙地缝D3景点：壁合桥  
云龙地缝D4景点：青雨长廊，有点像贵州大七孔  
云龙地缝D7景点：黄龙石帘  
云龙地缝D7景点：黄龙瀑布  
云龙地缝D9景点：石狐教子，河里的石头像石狐在教子，不过这个我们没有看出来  
由于下雨云龙地缝景区的其他景点关闭，我们就看到这些景。  
下午我们来到了  
恩施土司城  
恩施土司城坐落在恩施市西北，小地名叫对山湾的地方，距市政府所在地500米。属古迹与建筑类园林景观民俗风景区， 属全国唯一一座规模最大、工程最宏伟、风格最独特、景观最靓丽的土家族地区土司文化标志性工程。土司城出来直达利川。  
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------  
利川腾龙洞  
腾龙洞风景名胜区，是国家地质公园，距湖北利川市城区6公里，景区总面积69平方公里，集山、水、洞、林于一体，以雄、险、奇、幽、秀而驰名中外。该洞洞口高74米，宽64米，洞内最高处235米，初步探明洞穴总长度52.8公里，其中水洞伏流16.8公里，洞穴面积200多万平方米。洞中有5座山峰，10个大厅，地下瀑布10余处，洞中有山，山中有洞，水洞旱洞相连，主洞支洞互通，无毒气，无蛇蝎，无污染，洞内终年恒温14一18℃，空气流畅。  
腾龙洞洞口有暗河流过，汹涌澎湃响声巨大  
腾龙洞里的棺材石  
腾龙洞主洞口，据说可以飞机进去  
腾龙洞内龙鳞山  
下午我们游览了利川龙船水乡，距利川市10公里，距凉雾乡镇1.5公里，景区面积15平方公里，海拔高度1180米。景区气候宜人，冬无严寒，夏季凉爽。夏季平均气温24℃。顺清江泛舟而下，江水碧绿如缎，风光秀丽，春意盎然;两岸山峰耸峙，波光峰影，丛林相映，充满诗情画意。  
龙船水乡包括  
水莲洞  
和三渡峡二大风景区，顺清江泛舟而下，江水碧绿如缎，风光秀丽，春意盎然;。两岸山峰耸峙，波光峰影，丛林相映，充满诗情画意，至散水换舟入洞。这里，恬静幽雅，天然与人工造型鬼斧神工。  
洞里主要有五洞四桥三厅一亭一宫，布局合理，错落有致，景致奇特，采采各异，水洞宁静谧然，奇特诡谲。景物维妙维肖，犹如一座富丽堂皇的地下宫殿。洞内次生化学沉积物发育齐全，石柱、石笋、石花、石幔别具一格，或晶莹如玉，如灿烂如金，或粗如浮图，或细如粉丝，恰似人间仙境。水莲洞地下伏流2万米，景观奇特，洞中始建于清朝年间的观音洞，稀有的透明鱼，洞内乘舟游览，欣赏土家妹子的山民歌，妙趣横生。  
折叠  
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------丰都鬼城  
老早就知道丰都有个鬼城，几次来重庆都没有去过，这一次一定不能放过，于是利川腾龙洞完了就住丰都了。 丰都鬼城旧名酆都鬼城，古为“巴子别都”，东汉和帝永元二年置县，距今已有近2000年的历史 ，位于重庆市下游。丰都县的长江北岸，是长江游轮旅游停靠的地方。  
旅客的一个观光胜地。丰都鬼城又称为“幽都”、“鬼国京都 ”、“中国神曲之乡”。鬼城以各种阴曹地府的建筑和造型而著名。鬼城内有哼哈祠、天子殿、奈河桥、黄泉路、望乡台、药王殿等多座表现阴间的建筑。国家首批AAAA级旅游区——丰都鬼城，距离重庆120公里，动车59分钟就可以到了，距离恩施利川130公里，动车也是一小时多一点就到了。  
丰都这个地方最具有特色的就是鬼城和鬼文化了， 但是现在来鬼城一看网上全部是骂鬼城的帖子，我们既然来了总有去看个究竟。  
每年的阴历三月初三，这里举行全世界都没有的鬼节，你一下火车就会看到今年举办鬼节留下来的城  
早上吃完早餐，我们乘坐109公交去鬼城看看，谁知道正在修路无法直达，就沿着人们指点的路前行。一路上看到丰都的旧城没有人烟，已经变为正真意义上的鬼城了  
来到这里是丰都鬼城船游的起点，距离景点还有1500米。我们已经步行了半小时了这1500米就是这些鬼图陪伴了  
对岸丰都新城  
于是乎我们就花点银子被当地人带到这里来看鬼了。  
根据当地人讲，鬼城在2000年因为骗游客被电视台曝光一直停业整顿，就被张艺谋看准时机50亿收购鬼国神，准备投资建梦幻鬼城。其余的分别买给两个投资商，一个建现在的鬼城，一个建玉皇圣山。原来的鬼城在2004年就拆除了，所以很多人来这里就看不到传说中的鬼城了，网上就出现很多骂鬼城骗人的帖子，这样传来传去，来鬼城旅游的人就少了，当地依靠鬼城赚钱的人就没有办法生存了，只有外出打工赚钱去了，这里鬼城的含义就更加深刻了。  
这就是原来鬼城的阎王，现在被保护起来，张艺谋准备建梦幻鬼城使用，一般游人就看不到了。  
据说一起阎王爷身边有一口大缸，里面有四个碗，分别是幸福，健康，财富，灾难，游人来这里烧香后就被扔这是个碗中，不管遇到那种情况都要出钱。  
跟阎王合个影，与阎王就是熟人了，将来到阎王殿报道，阎王爷可以开恩，这种骗人的话我们怎么会相信呢，大千世界阎王爷怎么可能那么好记心呢。不过来一张也没有不可以的，不就是个阎王爷吗  
走下台级你将看到一大批鬼，跟我来看昂  
这个是无脸鬼??，估计是人间不要脸的那些人事后就是这个样  
这个是瘦脸鬼  
这个是麻脸龟  
这个就是恶鬼??了，有没有感到怕怕  
这个是判官，估计是管理最贵众鬼的。阴间也有官，爱当官的就和这个鬼合影，传说死后可以被这个鬼封官。这不是讽刺那些当官上瘾的伪君子吗  
这个鬼是什么工鬼来已经记不清了，就是那个拿生死簿的鬼??吧  
这个就是马面鬼  
这个鬼就是破肚鬼，用来却那些烂肚子的人，人生千万不要做烂肚子的事情，死后你会变成这样的  
这个鬼是随从鬼，相当于现在的警卫员，那些爱当官的人们就跟他合影，这个鬼死后可以給你分配个警卫员  
鬼城走一走，活过九十九 ，主要是用来骗人们的

评论：  
1.恩施景色不错  
2.👍

## 42.探索湖北—武当山 神农架 恩施

https://you.ctrip.com/travels/youyouctripstar10000/3660366.html

来源：携程

发表时间：2018-4-15

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
  
显示全部7天  
  
收起  
  
湖北素有“九省通蘅”“千湖之省”的美誉。古“云梦泽”留下了江汉平原的水乡泽国风光；鄂西北有著名的神农架和武当山风景区，还有新生代的三峡大坝风景区。  
湖北还留有荆楚古迹—赤壁，有“白云千载空悠悠”的黄鹤楼，有“伯牙摔琴谢知己”的古琴台等，都值得涉足✌  
D1起了个大早，结果黄岛上高速路口封锁了又转回跨海大桥红岛，误了一个小时还扔了七十元  
恩施  
  
  
湖北景区  
  
  
神农架  
  
  
湖北景区  
  
  
武当山金顶  
  
  
湖北景区  
  
  
D2惠民店吃了个早餐（豆腐脑是甜的，比咸的便宜），向道教圣地—武当山出发✌  
今晚就宿房县啦，明早神农架  
  
  
武当山太子坡  
  
  
太子坡  
  
  
武当山太子坡  
  
  
太子坡台阶  
  
  
武当山太子坡  
  
  
太子坡  
  
  
武当山太子坡  
  
  
绿瓦红墙  
  
  
武当山太子坡  
  
  
绿瓦红墙青石路  
  
  
武当山太子坡  
  
  
后真观  
  
  
武当山太子坡  
  
  
香炉  
  
  
武当山太子坡  
  
  
神台  
  
  
武当山太子坡  
  
  
福禄寿  
  
  
武当山太子坡  
  
  
后真观  
  
  
武当山太子坡  
  
  
武当书画  
  
  
武当山太子坡  
  
  
云严初步  
  
  
武当山太子坡  
  
  
天井  
  
  
武当山太子坡  
  
  
拜会了  
  
  
武当山太子坡  
  
  
八卦  
  
  
武当山太子坡  
  
  
福  
  
  
武当山太子坡  
  
  
福寿  
  
  
武当山太子坡  
  
  
寿福  
  
  
武当山太子坡  
  
  
茶花开  
  
  
武当山太子坡  
  
  
古时房梁  
  
  
武当山太子坡  
  
  
福禄寿  
  
  
武当山太子坡  
  
  
太子山坡  
  
  
武当山太子坡  
  
  
屋檐九兽  
  
  
武当山太子坡  
  
  
台阶两旁绿树成荫  
  
  
武当山太子坡  
  
  
一千多年  
  
  
武当山太子坡  
  
  
太子坡  
  
  
武当山太子坡  
  
  
太子坡院落  
  
  
武当山太子坡  
  
  
武当铜像  
  
  
武当山太子坡  
  
  
我愿福禄寿  
  
  
武当山太子坡  
  
  
古老的香炉  
  
  
武当山太子坡  
  
  
古石桥  
  
  
武当山太子坡  
  
  
琼台  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶台阶  
  
  
武当山金殿  
  
  
琼台中观  
  
  
武当山金殿  
  
  
祖师殿  
  
  
武当山金殿  
  
  
古老台阶  
  
  
武当山金殿  
  
  
第一山  
  
  
武当山金殿  
  
  
漫山遍野红杜鹃  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶索道  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶看山顶  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶近在咫尺  
  
  
武当山金殿  
  
  
上山难啊  
  
  
武当山金殿  
  
  
一柱擎天  
  
  
武当山金殿  
  
  
武当专用烧香炉  
  
  
武当山金殿  
  
  
转运殿  
  
  
武当山金殿  
  
  
路窄人多登山难  
  
  
武当山金殿  
  
  
挨号的  
  
  
武当山金殿  
  
  
天柱梳光  
  
  
武当山金殿  
  
  
崎岖陡峭台阶，虔诚的游客  
  
  
武当山金殿  
  
  
俯瞰武当山  
  
  
武当山金殿  
  
  
穷途末路  
  
  
武当山金殿  
  
  
回首  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶只能看房顶  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶屋檐  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶铜柱围栏  
  
  
武当山金殿  
  
  
俯瞰琼台  
  
  
武当山金殿  
  
  
武当山顶合个影  
  
  
武当山金殿  
  
  
武当之巅  
  
  
武当山金殿  
  
  
远近高低  
  
  
武当山金殿  
  
  
琉璃瓦  
  
  
武当山金殿  
  
  
似貔貅头鱼身  
  
  
武当山金殿  
  
  
石壁上夹着花岗岩石  
  
  
武当山金殿  
  
  
我俩一块登金顶  
  
  
武当山金殿  
  
  
上山啰  
  
  
武当山金殿  
  
  
武当山  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶铜壁  
  
  
武当山金殿  
  
  
金顶锁  
  
  
武当山金殿  
  
  
嗨！金顶我来了  
  
  
武当山金殿  
  
  
索道自拍  
  
  
武当山金殿  
  
  
铜鹤  
  
  
武当山金殿  
  
  
天一湖  
  
南岩宫  
悬崖峭壁龙头香  
  
南岩宫  
大圣南岩宫  
  
南岩宫  
南天门  
  
南岩宫  
龙头香  
  
南岩宫  
龟杯  
  
南岩宫  
峭壁像龟头  
  
南岩宫  
龙头香  
  
南岩宫  
悬壁托香炉  
  
南岩宫  
悬崖峭壁  
  
南岩宫  
玄帝殿  
  
南岩宫  
龟杯  
  
南岩宫  
南岩宫崎骏  
  
南岩宫  
紫霄殿上女道士  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
龟背  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
牡丹墙壁  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
紫霄殿  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
鹤立  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
一树一菩提  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
凤毛麟角  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
紫霄宫  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
凤毛麟角  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
凤屋脊  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
紫霄殿  
  
  
武当山紫霄宫  
  
  
猕猴妈妈  
  
逍遥谷  
连翘花开  
  
逍遥谷  
逍遥谷水塘  
  
逍遥谷  
曲项向天歌  
  
逍遥谷  
一对黑天鹅  
  
逍遥谷  
白天鹅  
  
逍遥谷  
三孔桥  
  
逍遥谷  
悠闲的猕猴  
  
逍遥谷  
武当派  
  
逍遥谷  
聪明的猕猴  
  
逍遥谷  
猕猴  
  
逍遥谷  
逍遥谷猴群  
  
逍遥谷  
D3天儿不错，今天是我俩结婚29周年纪念日，带着愉快的心情，几乎逛遍了神农架所有的景点✌  
夜晚在神农溪旁吃了顿丰盛的晚餐，作为纪念日多我们的犒劳  
野人岭隧道  
  
神农顶  
观景台  
  
神农顶  
野人谷  
  
神农顶  
神农架  
  
神农顶  
神农顶 华中屋脊  
  
神农顶  
这个房梁好大  
  
神农顶  
群居野人窝  
  
神农顶  
野人窝挺好  
  
神农顶  
我的小坐骑  
  
神农顶  
停车场还有雪  
  
神农顶  
雪山好美  
  
神农顶  
平步青云  
  
神农顶  
青云梯  
  
神农顶  
看我的老公拉我多远  
  
神农顶  
生命力顽强的铁牛  
  
神农顶  
雪山陡梯  
  
神农顶  
四月份的雪山依然好凉  
  
神农顶  
峰林箭竹  
  
神农顶  
登华中屋脊游览示意图  
  
神农顶  
野人窝  
  
神农顶  
野人草堂  
  
神农顶  
神农野人山  
  
神农顶  
神农架  
  
神农顶  
我一定爬上去  
  
神农顶  
这里空气清新  
  
神农顶  
雪松 雪台阶  
  
神农顶  
好美的蓝天白云  
  
神农顶  
雪台阶真陡  
  
神农顶  
雪台阶  
  
神农顶  
蓝天白云雪山顶  
  
神农顶  
一览对面山峰  
  
神农顶  
古铜云鼎  
  
神农顶  
青松奇石云鼎  
  
神农顶  
平步青云之云鼎  
  
神农顶  
神农鼎下誓言  
  
神农顶  
我俩终于登上云顶了  
  
神农顶  
云压对面山峰  
  
神农顶  
送走一颗松柏以资鼓励  
  
神农顶  
搬回家可以当衣架  
  
神农顶  
谢顶枯树依然屹立  
  
神农顶  
这棵树有一千年  
  
神农顶  
山峰绿松  
  
神农顶  
举起鼎  
  
神农顶  
此为屋脊 我为峰  
  
神农顶  
蓝天白云绿树  
  
神农顶  
海拔3106米的神农鼎  
  
神农顶  
神农顶上一棵松  
  
神农顶  
俯瞰山坳山路  
  
神农顶  
原始森林  
  
神农顶  
神农顶雪台阶  
  
神农顶  
板壁岩景  
  
板壁岩  
板壁岩石  
  
板壁岩  
板壁岩  
  
板壁岩  
大九湖  
  
大九湖湿地  
大九湖32  
  
大九湖湿地  
大九湖31  
  
大九湖湿地  
大九湖30  
  
大九湖湿地  
大九湖29  
  
大九湖湿地  
大九湖28  
  
大九湖湿地  
大九湖27  
  
大九湖湿地  
小火车  
  
大九湖湿地  
大九湖26  
  
大九湖湿地  
大九湖25  
  
大九湖湿地  
大九湖24  
  
大九湖湿地  
大九湖23  
  
大九湖湿地  
大九湖22  
  
大九湖湿地  
野花  
  
大九湖湿地  
大九湖21  
  
大九湖湿地  
同心桥  
  
大九湖湿地  
大九湖20  
  
大九湖湿地  
大九湖19  
  
大九湖湿地  
大九湖18  
  
大九湖湿地  
大九湖17  
  
大九湖湿地  
湖北海棠  
  
大九湖湿地  
大九湖16  
  
大九湖湿地  
大九湖15  
  
大九湖湿地  
大九湖14  
  
大九湖湿地  
大九湖13  
  
大九湖湿地  
大九湖12  
  
大九湖湿地  
大九湖11  
  
大九湖湿地  
大九湖10  
  
大九湖湿地  
大九湖9  
  
大九湖湿地  
足迹  
  
大九湖湿地  
人道湖  
  
大九湖湿地  
大九湖7  
  
大九湖湿地  
大九湖6  
  
大九湖湿地  
大九湖5  
  
大九湖湿地  
大九湖4  
  
大九湖湿地  
野人窝  
  
大九湖湿地  
大九湖3  
  
大九湖湿地  
大九湖2  
  
大九湖湿地  
大九湖只1  
  
大九湖湿地  
类似花木梨  
  
天门垭  
迷人墙  
  
天门垭  
高山上竹原  
  
天门垭  
猴子石  
  
天门垭  
太子垭  
  
天门垭  
结婚29周年纪念日酒宴  
  
神农溪  
D4天儿不错，清晨神农溪的平流雾美极了，一路俯瞰青山绿水 漫坡绿色丛中徽色民宅，大自然的美尽收眼底！  
经过六个半小时的跋涉，来到了恩施大峡谷，玩的不错！下一站恩施土司城～  
神农溪平流雾1  
  
神农溪  
神农溪平流雾2  
  
神农溪  
神农溪平流雾3  
  
神农溪  
山谷庄园绿色  
  
  
巴东三峡  
  
  
崎岖石村路  
  
  
巴东三峡  
  
  
巴东长江大桥  
  
  
巴东三峡  
  
  
神农溪  
  
  
巴东三峡  
  
  
山庄春色  
  
  
巴东三峡  
  
  
野花  
  
  
巴东三峡  
  
  
三渡河大桥  
  
  
巴东三峡  
  
  
恩施特色石岩壁  
  
  
巴东三峡  
  
  
南里渡特大桥  
  
  
巴东三峡  
  
  
喀斯特地貌  
  
  
巴东三峡  
  
  
南里渡特大桥  
  
  
巴东三峡  
  
  
绿色庄园  
  
  
巴东三峡  
  
  
绝壁长廊  
  
恩施大峡谷  
一柱香  
  
恩施大峡谷  
七星绝壁长廊  
  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
  
恩施大峡谷  
云龙地缝  
  
恩施大峡谷  
石帘壁  
  
恩施大峡谷  
石帘岩壁  
  
恩施大峡谷  
石帘  
  
恩施大峡谷  
拱形墙壁  
  
恩施大峡谷  
能抅到瀑布吗？  
  
恩施大峡谷  
瀑布中段红色石墙  
  
恩施大峡谷  
云龙地缝第一瀑布  
  
恩施大峡谷  
大峡谷乳状墙壁  
  
恩施大峡谷  
云龙地缝  
  
恩施大峡谷  
晴雨长廊  
  
恩施大峡谷  
雨帘一侧  
  
恩施大峡谷  
雨帘  
  
恩施大峡谷  
雨帘另一侧  
  
恩施大峡谷  
灵芝玉液  
  
恩施大峡谷  
大瀑布  
  
恩施大峡谷  
大峡谷一线水天 天桥 索道一体  
  
恩施大峡谷  
一线水天  
  
恩施大峡谷  
大瀑布上段  
  
恩施大峡谷  
大峡谷瀑布下段  
  
恩施大峡谷  
瀑布上段  
  
恩施大峡谷  
瀑布源头2  
  
恩施大峡谷  
瀑布水好凉  
  
恩施大峡谷  
大峡谷源头1  
  
恩施大峡谷  
恩施土家族苗族自治州  
  
恩施大峡谷  
鸡血石  
  
恩施大峡谷  
紫砂貔貅  
  
恩施大峡谷  
土家银壁  
  
恩施大峡谷  
喜欢貔貅的先生  
  
恩施大峡谷  
山下园林  
  
  
恩施  
  
  
恩施山庄  
  
  
恩施  
  
  
恩施山  
  
  
恩施  
  
  
恩施山色  
  
  
恩施  
  
  
恩施清江夜色  
  
  
恩施  
  
  
D5天晴，从旅馆步行一刻到土司城。  
恩施土司城是全国三大土司城中最大的。当年土司王统治长江以南流域，于当朝皇帝平分秋色，不可小视当年的土家族哦  
清江大桥晨景  
  
  
恩施  
  
  
清江大桥  
  
  
恩施  
  
  
红旗大桥  
  
  
恩施  
  
  
东南第一功  
  
恩施土司城  
土司城走廊  
  
恩施土司城  
紫芝亭  
  
恩施土司城  
回廊  
  
恩施土司城  
癛君殿  
  
恩施土司城  
祭癛君文  
  
恩施土司城  
癛君祠  
  
恩施土司城  
德济殿  
  
恩施土司城  
癛君祠    祖德长昭  
  
恩施土司城  
望园亭  
  
恩施土司城  
德济殿的窗户  
  
恩施土司城  
土家《步伍掠镇》桩  
  
恩施土司城  
步伍掠镇桩  
  
恩施土司城  
双龙戏凤  
  
恩施土司城  
白虎把门  
  
恩施土司城  
龙柱  
  
恩施土司城  
门神  
  
恩施土司城  
狮子门  
  
恩施土司城  
像貔貅  
  
恩施土司城  
鹤立水中  
  
恩施土司城  
土家鼓王  
  
恩施土司城  
龙台柱子  
  
恩施土司城  
土司王  
  
恩施土司城  
什用厅  
  
恩施土司城  
逸园  
  
恩施土司城  
和亲纳贤  
  
恩施土司城  
土家百岁锁  
  
恩施土司城  
姑娘的项圈  
  
恩施土司城  
清代土家银饰  
  
恩施土司城  
土司王宫屋顶  
  
恩施土司城  
土司城墙  
  
恩施土司城  
城墙台阶太陡了  
  
恩施土司城  
我不怕台阶高  
  
恩施土司城  
俯瞰台阶  
  
恩施土司城  
远眺城墙  
  
恩施土司城  
土司城钟楼到了  
  
恩施土司城  
土司城楼  
  
恩施土司城  
打钟啰  
  
恩施土司城  
园林城墙  
  
恩施土司城  
绿色蔷薇  
  
恩施土司城  
城墙内外  
  
恩施土司城  
绿叶城墙  
  
恩施土司城  
墙外红土  
  
恩施土司城  
白虎下山  
  
恩施土司城  
园林浮桥  
  
恩施土司城  
龙珠  
  
恩施土司城  
老桂花树  
  
恩施土司城  
野杜鹃  
  
恩施土司城  
园林一景  
  
恩施土司城  
粉色杜鹃  
  
恩施土司城  
白色杜鹃  
  
恩施土司城  
红杜鹃  
  
恩施土司城  
桂花树下  
  
恩施土司城  
耐冬花开  
  
恩施土司城  
又一耐冬  
  
恩施土司城  
民族团结林  
  
恩施土司城  
一簇竹丛  
  
恩施土司城  
别有洞天  
  
恩施土司城  
桂花果  
  
恩施土司城  
红花  
  
恩施土司城  
连翘  
  
恩施土司城  
虎纽淳于  
  
恩施土司城  
东南第一功  
  
恩施土司城  
土家第一城  
  
恩施土司城  
  
恩施土司城  
  
恩施土司城  
土司城楼  
  
恩施土司城  
俯瞰土司楼顶  
  
恩施土司城  
恩施土司城  
  
恩施土司城  
畅游长江  
  
葛洲坝公园  
葛洲坝船闸  
  
葛洲坝公园  
葛洲坝码头  
  
葛洲坝公园  
葛洲坝公园  
  
葛洲坝公园  
公园练拳  
  
葛洲坝公园  
葛洲坝三号船闸  
  
葛洲坝公园  
公园一景  
  
葛洲坝公园  
翠虹桥  
  
葛洲坝公园  
公园花开  
  
葛洲坝公园  
四渡河大桥  
  
  
宜昌  
  
  
铁罗坪大桥  
  
  
宜昌  
  
  
至喜长江大桥  
  
  
宜昌  
  
  
世界最大浮桥  
  
  
宜昌  
  
  
云中四渡河大桥  
  
  
宜昌  
  
  
D6阴雨天，决定启程回家啦！  
  
  
荆门  
  
  
曹操塑像  
  
曹丞相府  
观沧海  
  
曹丞相府  
迎贤堂  
  
曹丞相府  
纳贤令  
  
曹丞相府  
曹操大殿  
  
曹丞相府  
大钟用水泥做的  
  
曹丞相府  
曹操蜡像  
  
曹丞相府  
红脸的关公  
  
曹丞相府  
蓝脸的窦尔墩  
  
曹丞相府  
曹操和他俩儿子：曹培 曹植  
  
曹丞相府  
地下用兵地上储粮  
  
曹丞相府  
藏兵洞  
  
曹丞相府  
会议室  
  
曹丞相府  
刀盾  
  
曹丞相府  
弓箭手  
  
曹丞相府  
暗器之二  
  
曹丞相府  
兵器暗器之一  
  
曹丞相府  
窦尔墩  
  
曹丞相府  
诸葛亮  
  
曹丞相府  
包公湖夜色7  
  
包公湖  
包公湖夜色6  
  
包公湖  
包公湖夜色5  
  
包公湖  
包公湖夜色4  
  
包公湖  
包公湖夜色1  
  
包公湖  
包公湖夜色2  
  
包公湖  
包公湖夜色3  
  
包公湖  
御河包公祠码头  
  
包公湖  
大宋御河  
  
包公湖  
包公祠大门  
  
包公湖  
包公祠背影  
  
包公湖  
游船路过御河桥下  
  
包公湖  
御河桥下  
  
包公湖  
包公祠夜景  
  
包公湖  
御河桥下自拍一个  
  
包公湖  
御河  
  
包公湖  
开封城墙  
  
包公湖  
琳琅满目的小吃  
  
西司广场  
西司广场人山人海  
  
西司广场  
夜市上的鸡翅 生蚝  
  
西司广场  
D7天儿晴，清晨好冷，早餐喝一碗胡辣汤就匆匆赶往开封府，开封府于98年水灾，99年修复，两千年正式开放，感觉不错。  
出开封府十公里路程用了一个小时穿过拥堵的赶集路  
大宋城墙上  
  
大宋城墙  
好远  
  
大宋城墙  
谋人说这是大炮眼  
  
大宋城墙  
开封府门前的包公湖  
  
包公湖  
包公湖游船  
  
包公湖  
包公  
  
包公湖  
包公湖  
  
包公湖  
击鼓敲锣  
  
开封府  
包公府兵器  
  
开封府  
  
开封府  
开封府印  
  
开封府  
公生明  
  
开封府  
公生明背面  
  
开封府  
正大光明  
  
开封府  
龙头铡 虎头铡 狗头铡  
  
开封府  
闲人免进  
  
开封府  
英武楼  
  
开封府  
开审啦  
  
开封府  
亦文亦无  
  
开封府  
五岳真形图  
  
开封府  
  
开封府  
三清殿  
  
开封府  
四大名铺  
  
开封府  
包公倒坐南衙听民诉  
  
开封府  
百姓叩谢包公蜡像  
  
开封府  
包公铜像  
  
开封府  
清心楼  
  
开封府  
苏轼铜像  
  
开封府  
潜龙宫  
  
开封府  
  
  
青岛胶州湾跨海大桥  
  
  
  
  
青岛胶州湾跨海大桥  
  
  
带着朦胧的夜色，终于到家了

评论：

## 43.恩施野三峡全景2日游

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3654935.html

来源：携程

发表时间：2018-4-17

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，周末游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，黄鹤桥峰林，建始

正文：  
推荐理由：  
★不可错过：荣获中宣部、今日头条——“体验中国”年度最佳旅居养生目的地  
★特别推荐：八百里清江美如画，最美画壁在景阳，乘画舫游船游览世界最深之江，中国最  
清之江、中国最美之江的  
恩施  
母亲河——清江大峡谷  
★特别推荐：恩施唯一可直观到清江的真正峡谷绝景——  
黄鹤桥峰林  
，俯瞰惊世大峡谷  
★赠送之一：“情醉野三峡”大型土家风情歌舞表演和篝火晚会  
★赠送之二：恩施富硒宴和特色摔碗酒  
★赠送之三：每人一瓶矿泉水  
★赠送之四：每人一份精美礼物，把野三峡带回家  
这个是我在一个朋友发的朋友圈里面看到的这个行程里面推荐的理由，最后找了一家旅行社报的名，周末恩施2日游就从这样开始的：  
第一天 从汉口出发到恩施，我坐的D5997次 抵达时间是12:50，导游会在第一天晚上提前联系核对行程的安排，第二天在  
恩施火车站  
接我们  
14:00恩施火车站集合出发，前往国家AAAA级大型综合旅游景区——野三峡（车程约1.5小时），抵达后游览惊世峡谷绝景—【黄鹤桥峰林景区】（游览时间不低于2小时）：这里可欣赏到奇特的喀斯特地貌，群峰耸立，万石峥嵘，有“欲与天公试比高”之势，相传这里是黄鹤栖息和高飞之处，因后人搭桥连“天”接“地”，故名“黄鹤桥”。景点内各种大小石柱、奇峰、怪石、云海、深谷、天堑、地缝、绝壁一应俱全，可谓“奇峰异石大观园、峡谷奇观世罕见”，观赏美景之余，还可在巴巫堂免费欣赏土家民俗风情演出。年年岁岁迎游客，四季美景各不同：春天可赏烂漫樱花，夏天享受避暑胜地，秋天红叶环山抱水，冬天银装素裹。(注：游客可根据自身情况乘坐索道、垂直观光电梯)。  
晚上可免费观看 “情醉野三峡” 大型土家风情歌舞表演和篝火晚会（如遇下雨天气原因或者住宿人数未达到100人则取消表演）。  
早餐后乘坐画舫游船游览河谷幽深，气势雄伟的【清江大峡谷】（游览不低于1.5 小时）：在景阳码头乘仿古画舫游船游览八百米清江美如画、最美画廊在景阳的景阳画廊段：峡谷幽深，气势雄伟的土家人的母亲河，沿途可观赏到：一桥飞架清江白天似彩虹，夜间似天际银河的“景阳大桥”；每当日暮，霞光映照，五彩缤纷，景色绚丽，寨上一片辉煌，妙如仙境的“五花寨”；远眺抢守清江之关门、千年茶马古道、  
建始  
古八景之一“景阳关”，景阳关是清江流域川盐、茶麻等入湘鄂唯一通商的“川盐古道”，也是两湖两广入川的驿道；好象一头巨大的白虎横卧山头，威猛雄壮的“白虎山”；两座高耸的山峰，形同女性丰满的双乳，形象逼真、风韵圆润。且逼真得让女人看了脸红，男人看了心跳的鄂西奇观“双乳峰”；我们的游船还将进入神奇的半岛港湾，将观赏清江第二大泉瀑“九叠泉瀑布”，这里悬岩绝壁，呈“一线天”之势。溪水从悬岩绝壁数十余丈处，崖壁便形成了九大碛石共有九层，一层叠着一层，水珠相连，每一层形成一个天然的珠帘门，甚为壮观。在绝壁的山巅，密匝匝的山石好像悬挂着巨大的彩色布帘上的壁画“绝壁挂帘”、“笔架山”等；  
下午游览后乘车前往享有“世间男子不二心，天下女儿第一城！”美誉的土家【女儿城】（车程约1.5小时，自由活动约1小时）：女儿城作为全国第八个人造古镇，是全国土家族文化集聚地，合理且精心的谋划了整体建筑风格，仿古与土家吊脚楼相结合，完美的体现了土家族的民风民俗，还有每年恩施土家最负盛名的特色民俗相亲活动-女儿会。晚上入住恩施。  
早餐后乘车前往游览恩施反映封建社会统治者以蛮制蛮的土司制度的标志性仿古建筑群（距市区约20分钟，游览时间约1小时）【土司城】，观赏土家族传统的吊脚楼，追溯土家族的起源，探秘土司文化，体验土家民俗。结束行程后送恩施火车站，前往恩施火车站乘坐动车,返回汉口，结束愉快旅行！

评论：

## 44.很多人都知道恩施大峡谷，却不知道恩施还有这样美的地方

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3660491.html

来源：携程

发表时间：2018-4-17

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，穷游，周末游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，湖北，建始，黄鹤桥峰林

正文：  
旅游，是人们多么喜欢的字眼，它可以使你中断每天周而复始的凡人琐事，对平凡俗气的生活，是一种暂时的解脱。旅游观光，领略山山水水，感受每一处的风土人情，不仅陶冶情操，增长见闻，还能修身养性，解悟释惑。只有走出去，才能享受大自然的乐趣，使自己的胸怀得以舒展，心灵得以净化！  
旅行是人生中的一大乐趣，有人说：“读书可以使人增长见识，读书可以使人变的更充实，”诚然，我觉得旅游可以更使人长见识，可以学到书本上学不到的知识，读万卷书，还得行千里路。有亲身实践，身临其境，才有切身体会。  
大家都希望外出旅游既玩得开心又省去不必要的花费，我去了  
恩施  
野三峡之后有了深刻的体会。说到恩施，我想  
湖北  
人不会陌生，恩施被誉为中国的后花园 ，是一个少数民族的集聚地，但是说到野三峡，又有多少人去领略过它的美呢？我是一个外省人，才开始我什么也不了解，对湖北不了解，对恩施也不了解，可以说甚至实在网上搜索在知道湖北恩施是一个什么地方，然而一次偶然的机会，我去了恩施野三峡旅游，那也从此让我的心里种下了这个景点，挥之不去。  
野三峡全景  
野三峡气候宜人，奇山秀水，美丽的自然景色和独特的名俗风情保存完好，集奇、险、幽、秀、绝于一体，拥有彩峡、奇峰、泉流、飞瀑、花树、莽藤、古关、老街和浓郁的土家文化于一体，这里繁衍着“以哭泣庆贺婚嫁、以歌舞祭祀亡灵”的土家人，有动人心魄的“花坪火龙”、“撒叶儿嗬”、“黄四姐民歌”、“  
建始  
丝弦”等众多的非物质文化遗产；当年国学大师章太炎到此赐名作赋，宋代诗人、书法家黄庭坚游此吟诗挥毫，比利时传教士在这种下香飘万里的“关口葡萄”，漫漫数千年，这里的山民把土家族文化演绎得淋漓尽致、让人痴迷。山浮水，水环山，山水相映，这是一个自然景观和人文景观的大观园。  
黄鹤桥峰  
说到让我映象最深的应该是景阳河画廊和  
黄鹤桥峰林  
。黄鹤桥峰绝壁高耸，“欲与天公试比高”， 相传是巴人的祖先廪君苦行修炼,后来取得黄鹤真经, 西征盐神，建立巴国，开创繁荣的廪君时代的地方, 后来廪君驾鹤飞去,在空中留下的弧线,故名“黄鹤桥”。而其中的景点真可谓“奇峰异石大观园”。大家会说中国那么多有名的峰林，我干嘛偏偏独爱这峰林呢，其实就像陶渊明独爱菊一样，它有着不一样的美，有着不同的感悟。它虽然没有其它峰林出名，但我觉得那是它自身的一种低调，可以让我们不是为了有名而去追求，而是真正的用心去体会它的美。登上山顶，可以看到青松环抱，铺青叠翠，云海涛涛；听说那春季山花烂漫，秋日红叶争辉，四季景色如画。  
景阳河画廊  
景阳河画廊是清江干流最美的河段，素有“八百里清江美如画，最美的河段在景阳”和“八百里清江美如画，景阳河就是画中画”之说。峡谷地势险峻，两岸绝壁高耸，奇峰、异石、瀑布众多，岩壁色彩绚丽，形成许多天然壁画，堪称“水上画廊”。当此景映入我眼帘时，我以为我看到了一副巨大的山水画，美的精致，美的让找感到不真实，真的体会到大自然才是最棒的画家。说到景阳不得不提的还有它的景阳梯田，在观平台向下俯瞰，峡谷下面炊烟袅袅，良田美池，宛如世外桃源。黄绿色交织的梯田在橘红色景阳大桥的映衬下显得更加亮眼，那是我从来没有见过的景色，从来没见过那么完美的颜色搭配。到现在我还在想那是梦还是真实。  
要说的景点真是太多太多了，如果光凭我这么说，些许得说个几天几夜，说完也许就只能让别人听我所看的没，感受我的感受；太多的景点，也许我喜欢的是这个，领略它的美，感受它的情，而不同的人会喜欢不同的景点，会去领略同样景点不同的没，会去感受自己的情感，所以我希望大家能向我一样去体验它的美，我不想一人把美景尽收眼底，想把美的风景介绍了同样喜欢旅游的人。  
如果说这旅行是一剂毒药，我宁愿无药可救。在这场旅途中，我可以做最纯粹的自己，我可以在峡谷中探索，可以在可以在画廊中感受自然的神奇，可以在土家农庄尝到当地的美食，可以去感受少数民族的风土人情，可以……  
游一处风景，寻一处特色；见一处特色，悟一片心得。如果有机会我还会去到这个令我流连忘返的地方——恩施野三峡！

评论：

## 45.看过的风景，决定你的眼界

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3660028.html

来源：携程

发表时间：2018-4-17

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，省钱，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，黄鹤桥峰林

正文：  
一个见过世面的人，更明白如何看待这个世界，更知道如何看待身边的人和事，也更容易过好自己的一生。希望你也能多出去走走，看看外面的世界，成为更好的自己！  
看过的风景，决定你的眼界  
你看过的风景会决定你看问题的方式，只有登上高峰的人，才会知道“会当凌绝顶，一览众山小。”  
只有走过沿溪小路的人，才会真正明白“问渠那得清如许?为有源头活水来。”  
如果你只停留在一处，你看待世界的方式一定是狭隘的。只有远行，才能让你明白“山外有山，人外有人。”  
恩施  
野三峡  
恩施野三峡  
见过世面，心会更包容  
过世面意味着你看过了无数的人和事，你就会知道这世上什么样的人都有，什么样的事都有。  
当你看到有人为了蝇头小利斤斤计较时，当你看到有人放荡不羁爱自由时，当你看到有人浪迹天涯时，就不会再大惊小怪。  
你看到过许多许多，所以你学会了包容一切所谓的“异类”，他们存在便有他们的意义。有时候你的不认同完全是“不识庐山真面目，只缘身在此山中。”  
清江大峡谷  
清江大峡谷  
出去走走，才有更多的机会  
机会从来都不会自己降临到你身上，你需要自己去寻找机会。就像淘金人不能总在一处等待金子的出现，而是要沿着河流不断探寻。  
多出去走走，你才能认清自己，明白自己到底想要什么。即使遇到挫折也不放弃，坚信“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”。  
在路上，你会遇到一些贵人，他们也是一种机会，而你要明白，当你固守一处时，他们是不会自己找上门来。  
黄鹤桥峰林  
峡谷  
黄鹤桥峰林峡谷  
陪伴你的人，越值得珍惜  
得“桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情。”的情谊。  
TA既能和你花前月下，也能陪你跋山涉水，一起看尽风景，见识这大千世界。  
走的越远，经历的越多，留在身边的才是最志同道合的人。  
黄鹤桥峰林峡谷  
恩施野三峡  
见识越多，回忆越多  
见过世面的人一定经历过很多，那些开心的，那些心酸的，都会变成珍贵的回忆。  
如果你每天过着日复一日两点一线的生活，那你的人生该是多么的苍白。  
一生的回忆录你希望它是寥寥数语，还是可以讲上几天几夜的好故事呢？我希望可以回忆那“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝“，那”明月出天山，苍茫云海间“。  
见过世面，看尽风景，才能拥有更宽广的眼界，才能拥有更包容的心态、才能遇上最知心的伙伴，才能拥有更多的回忆！

评论：

## 46.鹤峰屏山悬浮之旅

https://you.ctrip.com/travels/hefeng1446199/3660018.html

来源：携程

发表时间：2018-4-17

天数：2 天

游玩时间：4 月

人均花费：850 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：鹤峰，屏山峡谷

正文：  
鹤峰  
{屏山} 峡谷简介  
2014年网络上流传着湖北恩施鹤峰  
屏山峡谷  
的一些图片，小舟在清澈无比的屏山峡谷中滑动，犹如悬浮在空中一般。许多网友看过倍感惊讶，纷纷前往屏山峡谷游玩。  
屏山风景如画，江山如此多娇。观赏峡谷地缝，游弋天然氧吧，领略中国最后一个土司部落风采，品味土司民俗文化的博大精深。鹤峰屏山凝聚着近千年的土司文明和远古部落的遗风民俗。  
置身于充满神奇魅力的屏山，你就会有一种如痴如醉、返朴归真的梦幻般的感觉。屏山就是古桃源，是“东方诺亚方舟”和“中国仙本那”，是一幅美妙绝伦的画卷。  
鹤峰屏山风景区，距离鹤峰县城约11公里（道路难走，一般1h车程，只有越野车能够过去），这里地势险要，风光奇特，四壁峭壁耸立，碧水环绕，青山翠绿，构成了十分罕见的地缝风光。  
深入谷底，地缝河面的水上风光更为旖旎独特，美妙绝伦。地缝的河水清澈见底，游船行进在河面上，犹如悬浮在空中一般，真令人叫绝！  
是不是被屏山峡谷的美景所吸引了呢？那就背上行囊前来旅游吧，有我们为您提供的屏山峡谷攻略，您一定能有一个愉快的旅程。  
鹤峰屏山交通  
各地到鹤峰屏山的交通如下：通过火车、飞机、自驾到达恩施，然后前往鹤峰。  
恩施到鹤峰全程150KM，有1/3高速和2/3的国道，耗时3-4小时。到达鹤峰后，再前往深山老林，进入屏山峡谷。  
不同于常规旅游景区，屏山没有一日游等跟团旅游。一般来说，去鹤峰屏山峡谷游玩是组团.  
鹤峰屏山峡谷注意事项  
1、雨天、雾天，严禁前往，去了也进不去。  
2、进入峡谷都是陡坡，备好防滑设备、措施、医药。  
3、购买专业户外保险，防止意外。  
4、备好多余的衣物，淋湿了有换洗的。  
鹤峰屏山峡谷屏山玩法  
游玩屏山峡谷，需要先到鹤峰，然后转乘小面包车前往屏山村（躲避峡），车程约40分钟。抵达停车场，徒步半小时，下到峡谷，乘船进入峡谷内部游玩，开始漂浮之旅。  
屏山风景如画，江山如此多娇。那幽深地缝“一线天”、千尺飞瀑“二等岩”、令人遐想的“三姊妹尖”、易守难攻的“四大关口”、傲然屹立的“五尺门”、风雨沧桑的“六代”土司爵府、劈荆斩浪的“七丈五”、云海仙境“八卦岩”、田氏家族“九大诗人”，洞府和爵府之间的“十字街”、守护屏山的“百泉河”、绝佳胜景“千古黑龙蛋”、内藏诗万卷的“万全洞”，这些人文旅游资源，这些古桃源胜景，无不蕴藏土家族浓厚的文化底蕴。  
中午时分，前往悬浮景点拍照，水越深，阳光越足，水显得越透彻，照片也才越漂亮。玩水、划船、拍照，大概3-4小时左右，开始原路返回停车场，乘车返回县城。注：峡谷时间游玩可能误了饭点，请自带零食，妥善处理垃圾。  
鹤峰屏山峡谷路程远，耗时长，比较独立，单独去一个景点不划算。建议跟鹤峰董家河、彭家寨、狮子关、伍家台搭配，组成一个2天的行程。  
早上七八点出发，傍晚返回恩施市区。

评论：

## 47.喜欢你，是我做过最好的事

https://you.ctrip.com/travels/jianshi2696/3660301.html

来源：携程

发表时间：2018-4-17

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，摄影，省钱，穷游，周末游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，利川，建始，野三峡旅游景区，黄鹤桥峰林

正文：  
恩施  
被誉为“世界硒都”，具有世界上唯一独立的硒矿床，是我国迄今发现的第一个富硒区。硅石：全州8县市均有分布，已探明储量4.32亿吨。硫铁矿：主要分布在  
利川  
、  
建始  
、恩施等地，已探明储量1.13亿吨。天然气：主要分布在利川、宣恩，已探明储量1500亿立方米。  
恩施自治州除汉族外，还居住着土家族、苗族、侗族、白族、蒙古族、回族等28个少数民族。来到恩施就要尽情的享受富硒之旅。  
恩施野三峡  
野三峡旅游景区  
位于恩施建始县，包括了野三峡清江大峡谷景区、蝴蝶岩景区、  
黄鹤桥峰林  
峡谷景区、小西湖国际度假中心、建始直立人遗址寻踪景区等几大景区。这里气候宜人、生态原始、野趣浓郁，奇山秀水，保留着原始自然的生态美景和独特的民俗风情，集彩峡、奇峰、泉流、飞瀑、花树、莽藤、古关、老街和浓郁的土家文化于一体。山浮水，水环山，山水相映，这是一个自然景观和人文景观的大观园。  
清江大峡谷属全国罕见的原生态风貌保存最完美的河谷，景阳河是八百里清江最美河段，  
黄鹤桥属岩溶地区最秀美的峰林地貌  
小西湖国际度假中心海拔1398米，地处神秘的北纬30线上，立体气候明显。气温凉而不潮，风爽而不湿，是天然氧吧。是集旅游观光、会务休闲、度假避暑的绝佳圣地。  
特产小吃关口葡萄  
猕猴桃湖北建始县建始猕猴桃是湖北省科委和中国科学院武汉植物研究所推荐位全省推广的6个优良品种之一，猕猴桃果实肉肥汁多，清香鲜美，甜酸宜人，耐贮藏。适时采收下的鲜果，在常温下可放一个月都不坏；在低温条果实件下甚至可保鲜五六个月以上。除鲜食外，还可加工成果汁、果酱、果酒、糖水罐头、果干、果脯等，这些产品或黄、或褐、或橙，色泽诱人，风味可口，营养价值不亚于鲜果，因此成为航海、航空、高原和高温工作人员的保健食品。猕猴桃汁更成为国家运动员首选的保健饮料，又是老年人、儿童、体弱多病者的滋补果品。它含有丰富的维生素C、A、E以及钾、镁、纤维素之外，还含有其他水果比较少见的营养成分——叶酸、胡萝卜素、钙、黄体素、氨基酸、天然肌醇。奇异果的钙含量是葡萄柚的2.6倍、苹果的17倍、香蕉的4倍，维生素C的含量是柳橙的2倍。因此，它的营养价值远超过其他水果。奇异果含有丰富的维生素C，可强化免疫系统，促进伤口愈合和对铁质的吸收；它所富含的肌醇及氨基酸，可抑制抑郁症，补充脑力所消耗的营养；它的低钠高钾的完美比例，可补充熬夜加班所失去的体力  
景阳鸡景阳鸡是一个体型较大的肉用型地方品种，是中国国内稀有的肉用型地方品种资源，中国国家地理标志保护产品，俗称为“九斤鸡”或“景阳九斤鸡”。据《建始县地名志》记载“景阳鸡个体大、肉质景阳鸡腿高粗壮、头大、冠大、冠色有乌、红两种，单冠，冠齿7-9个，公鸡冠大而直立、肉重大，母鸡冠多偏向一侧。眼部虹彩金黄，耳叶多为绿色，次为白色，产区群众认为，景阳鸡的体型外貌以“红冠、绿耳、乌皮、黑腿、个大”为最优。

评论：

## 48.杭情施意，杭州与恩施的兄弟情

https://you.ctrip.com/travels/hangzhou14/3658315.html

来源：携程

发表时间：2018-4-17

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，美食，自驾，穷游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，杭州，腾龙洞，恩施大峡谷

正文：  
据新浪网消息，4月9日，素有享有“鄂西林海”“华中药库”“烟草王国”“世界硒都”等称号的湖北省  
恩施  
土家族苗族自治州（简称恩施州），在杭举行了“杭情施意恩施等你”旅游产品推介会。  
在会上，恩施州旅游委从“恩施在哪里”、“恩施玩什么”、“恩施怎么去”三个维度，推介了恩施州的旅游资源和线路产品，发布了  
杭州  
市民  
游恩施  
优惠政策，热忱欢迎杭州市民前往恩施开启神奇山水观光之旅、民族文化风情之旅、休闲度假洗肺之旅、康体养生补硒之旅、职工疗养休养之旅。  
但是，你们知道么？杭州和恩施的兄弟情义并非突然，是有很深的渊源。2016年10月27日  
中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于进一步加强东西部扶贫协作工作的指导意见》。《指导意见》中明确，恩施州首次纳入国家东西部扶贫协作范畴，明确由杭州市结对帮扶恩施州，帮扶到2020年，将在产业合作、劳务协作、人才支援、资金支持、社会力量支持等方面加大结对帮扶力度，这意味着正在举全州之力打好扶贫攻坚战的恩施将获得国家层面更大的支持。  
如今这份协议的签署，意味着一直到2020年，杭州市与恩施州，将在这些方面　共同携手共进  
电商扶贫提升打造特色农产品品牌  
●学校、医院“一对一”共建  
●建设“金融特色小镇”  
●校企合作、“订单式”培训  
●在杭州长期工作生活的恩施贫困人口优先保障实现市民化  
●每年选派干部双方挂职交流  
●建立专业技术人员双向挂职交流培训  
重点要说的这些事  
实施精准脱贫示范工程  
推进特色产业扶贫  
做大做强旅游扶贫  
结合两地资源优势，努力拓展互为目的地的旅游市场开发与投资合作。  
大力宣传当地的特色旅游资源和旅游线路与产品，发挥双方在旅游资源开发的管理经验，提升和打造恩施州地域风情和民族文化旅游品牌，充分发挥旅游对扶贫的联动效应。  
那兄弟这的好山好水好人儿，杭州的兄弟儿，你们可一定得来看看  
水上恩施野三峡：游恩施必游清江大峡谷  
腾龙洞  
：世界地质奇观别有洞天  
恩施大峡谷  
：东方的科罗拉多  
梭布垭：古老的魔法石林  
坪坝营：田野牧歌，看原始森林  
屏山峡谷：东方的仙本那  
土司城：还原土司城堡的辉煌壮丽  
女儿城：天下男子不二心，天下女儿第一城

评论：

## 49.你、值得一看

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3663943.html

来源：携程

发表时间：2018-4-23

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：自由行，自驾，小资，穷游，半自由行，跟团，火车

旅游路线：恩施，小西湖

正文：  
朋友们，  
恩施  
野三峡景区，确实值得一去，给大家分享一些景色，自驾走沪渝高速，红岩寺出口下，到花坪镇  
小西湖  
度假中心，路很好走。

评论：

## 50.仙佛迎凤来 摆手舞土家——恩施州来凤县最全旅游攻略

https://you.ctrip.com/travels/laifeng2707/3663775.html

来源：携程

发表时间：2018-4-25

天数：2 天

游玩时间：4 月

人均花费：600 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
土家第一县、摆手舞的发源地，酉水河养育了土家人、也为这里带来了优美的风光，没有太多人工雕琢的痕迹，很美很生态。  
来凤  
位于湖北恩施土家族苗族自治州，与重庆、湖南省接壤。80公里（自驾2小时）内分布着咸丰、宣恩、黔江、永顺、花桓县、秀山县。很适合自驾游哦。  
来凤县有  
仙佛寺  
（AAAA）、  
杨梅古寨  
（AAAA）、  
卯洞  
（AAA）、舍米湖（摆手舞发源地）、茅眼洞等景区。基本分布在来凤县和百福司镇周边，中间有土家的母亲河——酉水河相连。来凤县城和百福司镇都可以住宿，一些景区内部也有住宿点。  
卯洞  
风景区目前可以划船，也可以包船（好像一条船200元，很大的船带你游一小时），周边风景秀丽，岸边有茶田、森林、悬棺、溶洞，还有伏流河穿过形成的洞穴。  
客路青山外，行舟绿水前  
水光潋滟晴方好，今日适合去  
卯洞  
这个就是卯洞了，上面还有行车道路，是很奇特的环形壁。  
在县城里请了一个当地的司机，还教我们跳摆手舞，土家妹子的歌声非常嘹亮。  
舍米湖的土家语是“一个被阳光照耀的小山坡”，这里也是土家摆手舞的发源地。田园风光、省级文物保护单位摆手堂、金丝楠木，景观复合度很好。  
老的摆手堂，一进去，历史的沧桑感扑面而来。  
土家的吊脚楼、梯田风光，很想在这停留，为了这片宁静与安详。  
路边有太多不知名的野花野草，下个形色APP，认识一下吧！鸢尾花——花期只有一天，拍给你想念的他。  
路边的野花你不要采~  
花间小径，满地的油桐花，没有太多人类雕琢的痕迹，这片原生态的自然，你喜欢吗？  
这里还有很多的金丝楠木，故宫宫殿的木材有些也是从此处经京杭大运河运往北京。  
一下车，炎热变为清凉，吃一碗路边婆婆的米豆腐，力气恢复了八九成，沿着落叶铺满的青石台阶走近瀑布，呼吸者瀑布跌落产生的负氧离子，感觉身体都健康了好多。  
瀑布的对面是巍峨的山川，祖国西南的大好河山一览眼前！  
瀑布下的小溪边也可以玩很久吧。当然如果你精力允许，也可以爬到山顶俯看瀑布。  
仙佛寺  
位于  
来凤  
周边，开车不到20分钟，是我国开凿年代最久远的石窟寺之一。据同治来凤县志记载，仙佛寺建凿于(东晋)咸康元年五月(公元335年)，距今已有1600多年的历史，其开凿年代早于敦煌莫高窟(前秦建元二年，公元366年)、云冈石窟(北魏兴安二年，公元453年)和龙门石窟(北魏孝文帝迁都洛阳，公元493年)，是我国开凿年代最古远的石窟寺之一。仙佛寺也是湖北省唯一的石窑寺。  
首先映入眼帘的就是这个观音的雕像了，很壮观。  
不太懂佛教啦，就是蛮好看的。  
这是飞仙吗？壁面上雕刻的很精致。  
在竹林中可以喝壶茶，清幽惬意。  
是不是有一种笑傲江湖中任盈盈居所的感觉。  
万佛谷，真的好长好长，好多好多的佛像，形态各异，非常壮观。佛系少年的你一定喜欢！  
“施主不可以。”  
嚓浪嘿呦~  
爬上山看到了弥勒大佛  
旁边就是酉水河，打开手机就可以定位到湖南，赶快发个朋友圈定位吧~  
山上的映山红和小菊花~  
杨梅古寨  
是中国最美的乡村，也是AAAA旅游景区。顺便说一句，5月底杨梅成熟  
找寻千年杨梅树的路途~森林很茂密，腿很酸~  
哇~终于找到了，亚洲第一古杨梅~  
老板自酿的杨梅汁和杨梅酒，很好喝，中午也可以在这里吃到老板刚从地里摘下的新鲜蔬菜。  
莫名很爱米豆腐~  
一群从杭州来的夕阳红旅游团，为什么体力这么好~  
小哥哥，你在干嘛~  
路边的吊脚楼随处可见~  
沧海变巨石~还蛮震撼的  
（1）交通——如果你是自驾游那就随意啦，恩施有到来风的车，长轿公司可以拼车，还可以提供接送服务，比较方便，票价50—70，可以搜一下微信，可以找一个当地的出租车司机，一天200块钱，出点油费，带你玩一天，还可以教你跳摆手舞、给你当导游，当然也可以租车，一天200—300元起。  
（2）特产——凤头姜很特别、油茶汤在一般餐馆都能喝到、合渣很好吃、土家腊肉、苞谷饭。还有一个终极秘密，当地人很多家自酿的酸辣椒、干辣椒，要一碗，味道很好。  
（3）住宿——在来凤县城、百福司镇都有很多可以住的，200块钱可以住的不错。  
（4）费用——卯洞坐船：包船200元  
仙佛寺  
：80元  
杨梅古寨  
：50元（但是好像有时候没人收）舍米湖：免费茅眼洞：免费

评论：  
1.哈哈，自己评一个

## 51.恩施女儿城

https://you.ctrip.com/travels/youyouctripstar10000/3663608.html

来源：携程

发表时间：2018-4-26

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：

评论：

## 52.人间百味，我偏偏钟情于这一味

https://you.ctrip.com/travels/xishuangbanna30/3665345.html

来源：携程

发表时间：2018-4-26

天数：3 天

游玩时间：4 月

人均花费：3500 元

和谁：亲子

玩法：自由行，人文，美食

旅游路线：茶马古道，西双版纳，勐远仙境景区，勐腊

正文：  
在院中将新叶翻炒  
一篮接着一篮倾倒  
微火烘烤这玄味 羡煞春草  
人就像茶 得受得了 高温熬  
叶片从浮到沉由卷至舒 艰辛多少  
采茶诗里一首歌 唱破春晓  
…  
爱听古风歌曲的小伙伴们一定没有错过双笙这首“采茶纪”，词曲清新细腻，充满人间烟火味。其中描写的便是我国茶文化。  
中国人饮茶，据说始于神农时代，业已4700多年历史。直到现在，中国各族同胞还有民以茶代礼的风俗。开门七件事：柴米油盐酱醋茶）之一。中华茶文化源远流长，博大精深。  
我国是世界上最早发现、栽培、利用茶叶的国家。自古茶叶就是我国重要出口商品之一，十八世纪的欧洲一度将中国茶视为奢侈品。素知  
茶马古道  
是西南丝绸之路重要组成部分，如今在“一带一路”的时事背景之下，茶业界正在实现产业升级再度复兴中国茶叶在国际上的影响力。  
1999年《解放日报》将江苏碧螺春、西湖龙井、安徽毛峰、六安瓜片、恩施玉露、福建铁观音、福建银针、云南普洱茶、福建云茶、江西云雾茶列为中国十大名茶。  
今天，让我们走近云南  
西双版纳  
地区，品味云南普洱茶，游历  
勐远仙境景区  
。  
提到云南普洱茶，不得不提  
勐腊  
茶，即，易武大叶茶。易武古镇是茶马古道的源头。  
易武生产的普洱茶远销中国西藏、东南亚等地。每逢产茶旺季，外来购茶、运茶人数达万人，商贾云集、骡马塞途。  
勐腊，傣语意为采茶之地。勐腊植茶历史悠久，是大大叶种茶的发源地之一。  
俗话说，班章王，易武后。易武山头出的茶则口感细腻，像温柔的皇后。  
易武古茶山，系古六大茶山中茶园面积最大、产量最大的茶山。易武茶以下6个寨子的茶最为典型。  
1、麻黑山寨茶：  
麻黑是易武著名的茶山之一，是易武中最具韵味的茶。茶品以香韵沉稳，浓郁的蜜香，阴柔细腻为易武茶的标榜。  
2、落水洞大茶树：  
叶水平状着生，锯齿稀中中叶色深绿，叶面平，芽叶色泽绿茸毛多，叶缘微波，叶质软，叶背茸毛多，叶基楔形。汤糯、柔、清、雅，花果香，香气高扬、汤水柔和、刺激性较低。同冰岛、班章相比苦底没有那么强。  
高山寨四季云雾缭绕，产好茶，树龄１００多年，乔木型，叶大而肥厚，长年不修枝，不使用任何肥料，属有机生态茶。汤色金黄，香气浓郁，入口比较滑润，回甘快，十分耐泡，该地的茶叶有很高储存价值和收藏价值。  
4、丁家寨：  
汤色明亮通透，入口绵，口腔香留时长，水甜，微涩，微生津，回甘足，略有舌底泉涌的感觉。  
5、刮风寨:  
入口回甘快，满口唇齿留香，喉韵已现，清凉回甘的感觉较为明显，香扬水柔，刺激性较低，汤色淡黄明亮，、苦涩味低，香气于上颚久久不散，茶质优良，较为耐泡。  
易武古茶山最高的村寨三合社，海拔1433米,无数的大茶树,数百年的树龄。大叶种茶，外形条索粗壮肥大，茶味浓郁，久藏后，汤色褐红，陈香活现。尤其是陈旧的春芽，汤色红润耐泡，叶底呈褐红色，乃普洱茶中之极品。  
勐腊茶每年采摘期为三月上旬到十一月上旬。  
距离易武古镇不远的地方，勐腊县还有着著名景区：云南西双版纳勐远仙境景区。  
在易武喝茶不足以支撑一场完美的旅行，此时，勐远仙境便是你的好选择。  
在勐远仙境，你可以穿梭于热带雨林，在阳光灿烂的日子倾听雨水滑落叶面的声音，甚至来一场野外露营。这里有山川、溪流、还有各种各样的野生动植物。  
这里有天然的喀斯特地貌，溶洞群密集，就在勐远仙境景区内就有多达24个溶洞。洞中一日，世上千年，光怪陆离的洞内景观让人流连忘返。  
这里有节日活动，让你体会到少数民族的生活文化。同月，这里还举办了2018年西双版纳主题泼水节活动，热闹非凡。  
现在人们常说自己是佛系青年，但是什么是佛教文化，怎么体会到人们的虔诚，不如来这里感受一下。这里的生活离不开宗教色彩。  
还可以进一步体会民族风情，和傣族人民面对面，一起载歌载舞，欢声笑语，促进各民族平等团结、发展进步和共同繁荣。  
当然，还可以和当地的小孩子一起玩，感受童真和淳朴。再不童真就老了！  
中国的美食威名远扬，身为一名吃货，来勐远仙境怎么可以不体验一下傣族风情特色餐饮呢？瞧那竹筒芭蕉叶、清新可口。  
来云南西双版纳，行走于茶马古道，流连于勐远仙境景区，品易武茶，感受中国源远流长的历史底蕴。  
人间百味，我偏偏钟情于这一味。

评论：

## 53.多彩贵州等你来撩

https://you.ctrip.com/travels/guizhou100064/3666442.html

来源：携程

发表时间：2018-4-27

天数：6 天

游玩时间：4 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：跟团

旅游路线：贵州，黄果树，贵阳，安顺，镇宁，黄果树瀑布，观景台，夜郎洞，龙里，荔波，凯里，黔东南，西江千户苗寨，麻江，福泉，青岩古镇，黔灵山公园，弘福寺

正文：  
本来  
贵州  
已纳入今年的行程计划，原计划以重庆为点辐射贵州  
黄果树  
，恩施大峡谷，朋友的一声招换，就奔向了贵州。对于爱玩的我，人多不嫌多，人少不嫌少，开开心心都可以成为玩伴。因为是到  
贵阳  
拼团，可以说行程相当赶  
第一天 贵阳5点半起床6点吃早饭，6点半出发，实际出发时间磨蹭到7点出发，第一站  
黄果树景区  
，位于贵州省西南部  
安顺  
市  
镇宁  
布依族苗族自治县，距省会贵阳市128公里，由于贵州高速基本限制在80以下，所以到景区也基本上到10点了，景区分三个主要景点，第一个去的  
陡坡塘景区  
，西游记的取景点，我自己感觉比黄果树更出片  
出来座景区车去第二个景点去的  
天星桥  
，导游让一直延右手走，全程除了人之外，几乎没景，看功略应该是有瀑布可看，奇石，奇藤，奇水，我们没有看到奇水，和天星桥  
最后去了期待的  
黄果树瀑布  
因为不是丰水期，感觉也就一般了，入口处有直梯可以直接下到瀑布  
观景台  
，时间有限的话建议座直梯，我们走下去沿路也没什么景观，还没有时间去水帘洞，基本上4点人才集合全，去下一个景点  
夜郎洞  
，到景点也差不多快6点了，基本没什么人，由于时间有限，巨大的溶洞分9层我们只上到4层原路返回。原来应该是乘船入洞据说刚刚改成浮桥，方便了但也少了探险的乐趣  
出洞就开始下暴雨，一会又转成冰雹，为了安全起见，就在车里等着雨小，赶到  
龙里  
入住也近10点了，一天几乎没有什么可吃，全在奔波踩点，也没算玩的尽兴  
第二天，  
贵阳5点半起床6点吃早饭，6点半出发  
从龙里奔向  
荔波  
，此行最期待的小九寨；  
荔波小七孔  
，4个小时车程，差不多10点半到荔波，在自助餐厅吃午饭，然后接近12点进景区，全票含大七孔，小七孔，景区车，我们由于还要赶到  
凯里  
，所以只玩了小七孔，景区车开的比较随意，由直接拉到卧龙潭的，有拉到小七孔的，和导游的安排有了差池，原本计划由下向上游走，不走回头路，所以又协调了座到卧龙谭的人又座下来，从小七孔走，其实大部分人会选择卧龙谭起点，这样省力气，当时人也多，相反我喜欢由小七孔起点，逆人流人少些  
此行没有让我失望，非常漂亮，青山绿水，时不时飘着的小雨，凉爽宜人，小七孔古桥、拉雅瀑布、68级跌水瀑布、龟背山、水上森林、鸳鸯湖、卧龙潭，走走做做车，每个点都让人惊艳，鸳鸯湖如果不座船的话就不用下车了，外面几乎看不到啥。5点钟返回到凯里酒店就9点了，其实凯里还是相当繁华的，不愧是  
黔东南  
的首府，可惜时间太晚了。  
第三天  
西江千户苗寨  
，终于有天可以7点半出发了，倒霉的司机又碰了车，全责，还二次碰，被叫去了交警大队处理了两小时，在我们望眼欲穿时，车框框开了起来，我们还脑补了半天，是不是要把车开到交警大队，直到上高速才知道司机总算回来了，到了苗寨，先座景区车，然后到观景台，然后走博物馆返回北门。整个景区乱噪噪的，实在是不喜欢，也可能要慢游才能体会其中的韵味吧  
千户苗寨出来就是长桌宴，小兄弟被戏耍了一番，又是捏耳朵灌酒，有是用菜挑逗，可惜妹子长的将就了点，  
剩下就进入旅行社的购物环节，进个苗文化博物馆，推荐银器，这时可以不限时的哦，在大家大包小包买足之后，近5点才让大家去了下司古镇，下司镇地处清水江上游，位于凯里市西偏南部，西邻  
麻江  
县，东连凯里市鸭塘街道，西邻麻江县杏山镇，南接麻江县宣威镇，北抵  
福泉  
市，出产下司狗，长的有点像猪，据说很聪明，当然给我们的时间很短，走到广场，然后返回。  
因为临江，所以觉得这张照片有别于吊脚楼  
返回市区在贵阳大剧院看了多彩贵州，可以了解贵州文化  
住贵阳  
第四天  
行程仍以购物为主，机场附近的多彩贵州城  
  
  
青岩古镇  
，  
可以说是此行玩的比较随意的古镇，主要是没按导游的建议，只走主街，小路容易迷路啥的，小街道人少，踩点标志多，10元入镇，内部继续买票，天主教堂  
，背街，电影《寻枪  
在此取景。  
然后去机场存包，打车去  
黔灵山公园  
，登高看贵阳，  
弘福寺  
祈福，戏猴  
愉快的行程结束了，美食与美景相伴！青岩猪蹄，雷家豆腐丸子，糕粑稀饭，洋芋（土豆）做成粑粑，贵州冰粉，素粉  
总结：  
贵州景点  
分散，距离远，跟团有一定优势，但也很浪费时间，玩不尽兴，希望能再去住在一古镇，聊聊天喝喝茶，慢慢体会其中的味道。

评论：  
1.图文并茂的话，说不定会更好哦，楼主～～加油

## 54.湖北居然隐藏了一个旷世仙境！一个不该被低估的省份|北青旅居

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3666951.html

来源：携程

发表时间：2018-4-27

天数：3 天

游玩时间：4 月

人均花费：

和谁：亲子

玩法：自由行，摄影，人文，美食，小资，省钱，美食林

旅游路线：湖北，恩施，武汉，恩施大峡谷，利川，恩施土司城，齐岳山，神农溪

正文：  
很难想象，  
湖北  
居然有这么个仙境：  
它曾  
上榜美国CNN的“中国最美仙境”；  
被《中国国家地理》选为“中国最美的地方”；  
驴友眼中的“湖北小西藏”、“湖北香格里拉”  
在土家族村落品味古朴吊脚楼  
在保存完好的吐司城遗址  
探寻失落的吐司文化  
在佛宝山大峡谷中乘橡皮艇漂流  
在板桥鹿院坪  
品尝农家包谷自酿的美酒与自采的茶叶  
恩施  
的春天  
远山如黛，近水微澜，繁花似锦  
它紧邻着  
武汉  
和重庆两大火炉  
但恩施的夏天  
是一个“天然的空调房  
炎炎夏日，它却清凉如春  
是一个名副其实的"世界凉都"  
恩施的秋天  
枫林、杉树层林尽染  
画卷天成，美不胜收  
一度被美誉为“南方的喀纳斯”  
恩施的冬天  
白雪皑皑、玉树琼枝  
又是一派北国风光  
仿若变成了“中国版的阿尔卑斯”  
大自然赠予恩施一副绝世容颜  
隐匿于崇山峻岭之中的她  
正待着人们前来揭她的面纱  
恩施大峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨，每一种元素都足以令你难以忘怀。  
绝壁栈道是整个峡谷最精华的部分，全长488m，118个台阶，位于海拔1700m、净高差300m之绝壁山腰间，行走其间“步步惊心”，步步是景。  
水清澈见底，船行上面尤如飘浮空中，那种不真实感，是一片水清如镜的仙境净土。  
峡谷两岸皆为斧斫刀劈般的百丈绝壁，河水清得就像翡翠，可以看到河里的水草、石子和小鱼，湖面倒映着蓝天，如同镜中画，美的让人窒息。  
这是一个由水杉构成的童话世界，走进水杉林，就像走进了另一个世界，静谧、安宁、空气清新。  
到了秋天，水杉们全部穿上了金装，在夕阳的映照下熠熠生辉。  
鹿院坪  
鹿院坪是一个未经开发的，与世隔绝的地方，周围被陡峭的山崖环绕，所以要抵达鹿院坪需要下一千多级石阶。  
有去过的人评价说“这是一个去了便不想走，走了又立马想回去的地方。”  
小溪古村落  
生活在这里的人们，依山傍水而居，蓝天白云为伴，吊脚楼群因深藏在大山深处而透着几分神秘和深幽。  
徜徉在羊肠小道上，感受着淳朴的民风，周遭的一切都显得那么地宁静与温馨。  
宣恩清水塘  
民族特色浓郁的土家建筑点缀在青山绿水间，18座石拱桥顺水而建、倒映水面，小桥流水人家的画面徐徐展开。  
恩施土司城靠山而建，由苏州园林设计院设计，却不失大气豪爽。  
这里是中国南方最大的山地草场，有南方人难得一见的草原风光。  
爬到山顶去守候一场日出云海，看风车在这云里雾里若隐若现。  
这里木植被葱茏，山花馨香四溢，猴郡嬉戏，黄羊獐麂出没，岩燕飞翔、鱼翔浅底，一派山野情趣。  
在碧水清波上悠然漂流，幽静的峡谷，偶尔几声鸟鸣，或几声纤夫的号子，使人有种远离尘世的感觉。  
一年有四季，恩施就美了四季  
一年365天，恩施就美了31536000秒  
在恩施，每一处景色都有极致之美  
纯粹的山水之景  
让人看一眼就再也挪不开目光  
没有熙熙攘攘的人群  
没有过度的开发  
只有安安静静等着你来探寻  
-  
END  
-  
去度假吧  
没有什么是度假解决不了的  
如果有，就再来一次

评论：

## 55.探秘恩施的精品民宿，大地乡居龙船调了解一下

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3665367.html

来源：携程

发表时间：2018-4-28

天数：2 天

游玩时间：4 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
在  
恩施  
利川  
的两天一夜：  
国道318-大地乡居龙船调-  
恩施大峡谷  
-清江古河床  
在  
恩施  
下了飞机后，沿着国道318一路自驾开往利川市，抵达有着“中国七大洗肺城市之一”的  
利川  
，这里森林覆盖率70%以上，长江黄金水道穿境而过。因为独特的地理环境，这里的景色也是相当的原生态与奇特，沿途拍摄的喀斯特地貌令人叹为观止。  
利川  
这个城市很神奇，虽然位于湖北，但是夏季只有二十度左右。现在春季过去的时候气候也十分适宜，等到大部分地区天气炎热之后不难想象这里会有多少度假游客，我也该尽早计划一下我的避暑旅行了~  
利川因为其独特的气候优势和奇异秀丽的自然风光，早已形成一定量的民宿集群，但是了解到一直以来利川的民宿品质都以农家乐的水平为主，经朋友介绍，知道了据说是整个  
恩施  
最有品质调性的民宿——大地乡居龙船调。  
大门入口处有个很大的大地乡居龙船调的牌子，不会找错地方。这时候园区里的花花草草都长得很好了，红色的枫叶映衬下的建筑显得格外有情调。  
房间里浅紫色的床品，能让人心里一下子轻松下来，棉麻质感也觉得很舒服，房型不同于普通的标间大床房，还有看起来非常适合亲子家庭的loft房型。  
这里不止可以住宿，刚进来办理入住的前台也是一个可以读书、喝茶、交流的好场所。“谈笑有鸿儒，往来无白丁”，这个空间还有一个很好听的名字——白鹊山书舍。  
管家带领我办理入住的路上也和我讲了很多这里的文化特色，除了“白鹊山书舍”，还有一个“灯歌口述博物馆”。映入眼帘的一楼的船的造型，管家说是呼应土家灯歌《龙船调》，前台的幺妹儿还会在客人多的时候在这船前面高唱一曲土家灯歌，再点燃篝火和客人们一起来一场热闹的摆手舞。  
沿途有一条水系，映衬着名叫“大利”的建筑，使整个园区都充满了生机。水系上方是一口古井，设计师根据这口古井改造出的水景观，偶尔会看到有孩子在旁边玩水。  
这也是这个地方特别吸引我的点，这里的美看似是精心打造下的作品，但又与大自然原有的痕迹、与周围的原生村民结合得很好。在园区里闲逛便能看见采摘的老人路过，为我的度假心情也增添了几分亲切和惬意。  
清晨醒来，呼吸着清新湿润的空气，感受着乡村的那一份干净和静谧。门口有一个池塘，恰巧碰见有附近的村民在捉泥鳅和小龙虾，我也便去围观了一下，大哥矫健的身手使得这次捕捉收获满满。  
走到园区后山，是一片无动力游乐设施的乐园，乐园边上是管家们种的菜地。这里会栽种一些有机蔬菜，管家们自己种植的蔬菜成熟后直接制作应季的乡食，客人也能尝出来新鲜和美味。  
说到吃的，园区内有专门的餐饮区域，就在刚才提到的“灯歌口述博物馆”里。在这里品尝了当地很出名的“莼菜”，据说含有丰富的胶质蛋白，营养价值巨高，实际尝起来口感很滑嫩很独特。还有土家族特色的腊肠腊肉，各种砂锅，吃得很饱很满足。  
选择住在这里还有一个很重要的原因就是，本次恩施之行一定要去的一些著名景点从大地乡居龙船调出发车程基本能控制在一个小时之内。吃过早饭后我便收拾行李准备往  
恩施大峡谷  
开去。沿着国道318看着附近的喀斯特地貌和烟雾缭绕的云海，虽然还没有抵达景区，但路上的风景已经非常值得去下车拍摄记录一下了。  
其实在民宿附近就有很多未开发的溶洞，鉴于安全性没有进去探险，但能想象到如果进去了一定会别有洞天。开往  
恩施大峡谷  
的路上还有清江古河床，这个景点貌似没有特别出名，但是着实震撼到我了，真的很值得一去。  
清江古河床总长8公里，这里方圆十里无人烟，其风光十分秀美。这里有百里绝壁、瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收，堪称利川最美的户外徒步线路。而听说最近大火的小鲜肉刘昊然的新剧《九州缥缈录》也把这里当作了取景地，看来不久之后这个地方也要变得很火了。  
恩施大峡谷相信是很多人来到恩施必游的地方，作为国家级5A景区，被专家赞誉可与美国科罗拉多大峡谷媲美。峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。

评论：

## 56.中欧行 2012.09.25-2012.10.7

https://you.ctrip.com/travels/prague822/1672667.html

来源：携程

发表时间：2018-5-1

天数：12 天

游玩时间：9 月

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
  
显示全部12天  
  
收起  
  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
纽伦堡  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
布拉格  
  
百威小镇 捷克  
  
百威小镇 捷克  
  
百威小镇 捷克  
  
百威小镇 捷克  
  
百威小镇 捷克  
  
百威小镇 捷克  
  
百威小镇 捷克  
  
百威小镇 捷克  
  
百威小镇 捷克  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
克鲁姆洛夫  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
布达佩斯  
  
梅尔克修道院  
  
梅尔克修道院  
  
梅尔克修道院  
  
萨尔茨堡  
  
萨尔茨堡  
  
萨尔茨堡  
  
萨尔茨堡  
  
萨尔茨堡  
  
萨尔茨堡  
  
萨尔茨堡  
  
萨尔茨堡  
  
萨尔茨堡  
  
慕尼黑  
  
慕尼黑  
  
慕尼黑  
  
慕尼黑  
  
慕尼黑  
  
新天鹅堡  
  
新天鹅堡  
  
新天鹅堡  
  
奥格斯堡  
  
罗腾堡 德国  
  
罗腾堡 德国  
  
罗腾堡 德国  
  
罗腾堡 德国  
  
罗腾堡 德国  
  
罗腾堡 德国  
  
罗腾堡 德国  
  
维尔茨堡  
  
法兰克福

评论：

## 57.湖北恩施游记（上）

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3667160.html

来源：携程

发表时间：2018-5-1

天数：4 天

游玩时间：4 月

人均花费：1000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，人文，自驾，小资，省钱，穷游，徒步，跟团

旅游路线：恩施，利川

正文：  
2018年4月19日上午10点，在济宁新体育馆南门上车，坐卧铺长途客车去湖北  
恩施  
。坐了一天一夜，晚上在车上睡的，早上有几辆面包车带我们去景区。面包车在群山环绕的山路上行驶，让我想起来神农架的盘山路，同样的山，同样的路，同样的晕车，同样的呕吐，只是不一样的伴侣。  
到了目的地，下车开始跋涉，天下着雨，就穿上雨衣；路上湿滑，就取出登山杖；没有吃早饭，就忍住饥饿；还在晕车，就忘却晕车。沿着湿滑的台阶下到沟底，得以看到山水的容颜。  
客栈的对面是悬崖峭壁，最早可能是明代在峭壁修有栈道，近几年又重修的。  
客栈的小猫继续睡觉，对我们的到来无动于衷。  
吃完早饭继续上路。  
青山逐渐显露出一股白色的水流。  
慢慢走近水流，逐渐变成了瀑布。  
从栈道向下望去，瀑布继续向下倾泻，平时都是从下往上看瀑布，今天是从瀑布的中间看，瀑布就像一条时空隧道，上面是未来，中间是现在，下面是过去。  
佛教中也有过去佛，现在佛，未来佛。过去佛为迦叶诸佛，或特指燃灯佛，现在佛是释迦牟尼佛，未来佛为弥勒佛。  
继续向上走，才发现如此大的水是从一个山顶的洞中流出的，奇怪啊!奇怪啊！大自然真是鬼斧神工啊！  
看完了出水口，顺着瀑布向下走，开始看地缝。  
人的一生譬如朝露，但轮回不停休。就像水一样不断变幻形态，但终究是水。  
人在六道轮回，肉身不断变化，这和水多么相像。  
水利万物而不争，故几于道。人活着世间，当一心向善，为人民服务，不与人追名逐利，不与天下争，故天下莫能与之争。  
轮回理论源来自婆罗门教，佛教又加以吸收发展，将众生世间的生灭流转变化，分为欲界、色界、无色界三种，统称为三界。欲界又称为苦界，或苦海。  
欲界的众生分为六道。分别为：一、天道；二、人间道；三、 修罗道；四、 畜生道；五、饿鬼道；六、地狱道。  
世间众生无不在轮回之中。只有大罗金仙以及佛、菩萨、罗汉才能够跳出三界，不入轮回。  
佛教主张修行，以脱离六道轮回，达到极乐世界。  
无欲则刚，没有了欲望的人生又有什么意思呢？  
到了瀑布的最下面，可以看看从地缝流下的瀑布。  
只羡鸳鸯不羡仙，是绝大多数人的选择。  
有人追求权力，有人追求金钱，但最终的目的都是追求美女。  
有了权力可以得到美女，有了金钱可以诱惑美女，得到一个美女不够，还要第二个、第三个、第N个。  
三宫六院七十二嫔妃，太少了，人的欲望是无限的，缺少的只是权力和金钱。  
佛教从一开始就斩除了这种欲望，没有了男女之情，权力金钱也就失去了追求的动力。  
所以对于佛教徒而言，美女不过是带血的骷髅，而权力金钱更是粪土。  
而道就存于粪土之中，存于最卑微的事物之中。  
佛法不追求权力、金钱、美女。追求的是什么？唐僧不远万里去求取真经，为了什么？  
佛法和唐僧都是为了普度众生，但芸芸众生都在追求权力、金钱、美女，怎么普度？  
回到了客栈，一起吃午饭，每位25元。客栈的墙壁上趴这一只飞蛾，一动不动，好像在修炼成仙。  
吃完午饭继续前进，要翻过两座山，才能到达今天的目的地---大庙村。  
途中发生两件事，一是一个新来的驴友拿着几千的单反相机，跟着团以为是休闲团和摄影团，落在了后面，上山时碰到了一个平整山地的推土机，因找不到队友，就问村民，结果村民有的说往东，有的说往西，他就围着推土机来回绕圈，既找不到队伍，也累得不轻，还耽误了大部队出发的时间。  
二是几个驴友出发的时候踩了农田，村民拦住不让走，好在大家都围了上去，村民没敢多要钱，只要了20元的赔偿，以后大家玩的时候不要踩农田，切记切记。  
到了途中另一个客栈的时候，那个绕圈的新驴友终于走不动了，就叫了摩托车把他送到了我们下一站的目的地。  
爬过两座山后，我们都认为他是明智的。山高路滑，不是一般人能走的。以他的体力，是不可能爬过去的。举个例子，途中驴友有掉手机的，有掉眼镜的，如果不是艰险，这些有经验的大侠是不会掉东西的。  
一行三十八人，可能一半以上摔了个子，浑身上下都湿了，裤子上全是泥，屁股上也是，大家谁也不笑谁，因为不知道下一个摔倒的是谁。  
芸芸众生追求权力、金钱、美女，是为了什么呢？是为了快乐。佛教不追求权力、金钱、美女，是不是不快乐吗？他们如果不快乐也不会皈依佛教了，所以说佛教徒是快乐的，至少不是不快乐的。但他们要普度众生，是否把自己的快乐强加于芸芸众生的不快乐之上呢？  
追求权力、金钱、美女，得不到就会烦恼，那么得到了是否快乐呢？得到了快乐也是暂时的，时间长了也不会快乐，到了科级还有县级，到了县级还有厅局级，到了厅局级还有省部级，到了省部级还有国家级。党政军一把手不好当啊，没有任期的国家元首更不好当啊，还不如出家念经轻松啊!  
有了一万想十万，有了十万想百万，有了百万想千万，有了千万想一亿，有了一亿想一兆。为了赚钱可能忽略亲情、友情，可能累垮了身体，可能时刻为金钱的失去担心，烦恼啊!烦恼！还不如出家念经轻松啊!  
有了一个美女还要再找一个，二个不够还要第三个，一直找了九九八十一个。每个美女一年最少20000元，81个就是1620000元，这样年收入最少要1620000元，365天，平均4.5天就要陪一个，身体是否吃得消？81个美女是否不满意？烦恼啊！烦恼！还不如出家念经轻松啊!  
所以佛教普度众生是让众生明白，自己追求的权力、金钱、美女，让自己得不到快乐。没有欲望才能得到快乐。  
佛法就像这座桥，是通向快乐的一座桥。在一定的时间、空间，碰到的一切事物都是缘。对这些事物不要攀缘，更不要有欲望，一切随缘就好。  
过了这座极乐之桥，又翻过一座山，就到了大庙村，有面包车等着我们，接我们到了  
利川  
古河床农家乐。  
途中司机特意停下来让我们拍照，这是人间仙境还是天上人间？

评论：  
1.理解我心啊。  
2.旅行里的酸甜苦辣，都是老去后最美好的纪念。  
3.这种路线必须跟团游，一个人走很危险。  
4.交通也可以，我们是提前租的面包车。  
5.楼主觉得跟团游和自由行你更加青睐哪种啊？  
6.楼主当地交通怎么样？有什么要注意的吗？

## 58.武当问道之玉虚宫——鄂西北自驾穿越系列

https://you.ctrip.com/travels/wudangshan146/3665075.html

来源：携程

发表时间：2018-5-1

天数：2 天

游玩时间：11 月

人均花费：500 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，人文，自驾，徒步

旅游路线：武当山，玉虚宫，玄岳门

正文：  
鄂西北自驾穿越  
时间:2017.11.18-2017.11.26。  
行程天数:9天。  
目的地:湖北武当山、神农架、奉节小寨天坑、恩施大峡谷、清江画廊、宜昌三峡大坝。  
人员:两辆车，六人。  
总里程2850km，人均消费3600元。  
总体行程  
D1.早上7:20，徐州-经丹江口市走一段环库公路（山水公路）-  
武当山  
，下午15:18到达宾馆，750km，8:00。上善坊就餐，住武当山仙都宾馆。  
D2.武当山一日游。下午15:10武当山-木鱼镇，一半高速一半山路，经十回首（十道弯）218km，19:10到达，用时4:00。木鱼味道，住木鱼镇途家斯维登度假公寓。  
D3.  
神农架一日游  
。神农顶，神农谷云海，阴峪河大峡谷雾凇，板壁岩，天子垭，神农营，青云梯2999级台阶，为节省体力未爬。原路返回至神农坛。17:00回宾馆。住木鱼镇途家斯维登度假公寓。  
D4.神农架官门山、天生桥，下午12:00，神农架-白帝城，途中午餐，200km，16:00至白帝城，观瞿塘峡，夔门，夜游夔州古城，住白帝城大酒店。  
D5.白帝城-小寨天坑，9:20出发，67km，11:20到达。下午15:30，小寨天坑-恩施大峡谷农耕年华山庄，73km，17:30到达。  
D6.恩施大峡谷七星寨，土司城，下午至恩施女儿城。住恩施女儿城土家客栈。  
D7.女儿城至清江画廊，215km，11:35到达景区，12:30发船，玩B线，登仙人寨。下午14:00经四渡河大桥(世界第一高，全球十大险桥，中国唯一入列)至宜昌，16:00到达，住宜昌丽枫酒店宝塔河万达店。  
D8.参观三峡大坝，下午三峡大坝-平顶山，260km，19:20到达雪莲酒店。  
D9.平顶山-徐州，420km，7:40出发，11:50到达。  
D1.武当问道（上）——  
玉虚宫  
早上7:20，徐州-经丹江口市走一段环库公路（山水公路）-武当山，下午15:18到达宾馆，750km，8:00。上善坊就餐，住武当山仙都宾馆。  
2017年11月18日，星期六，早上七点，两辆车和队员陆续到达集合地点，天气的寒冷丝毫掩盖不住大伙儿的热情。放好行李和随车物品，打开手机导航设置好目的地，调好对讲机的频率，按耐不住激动的心情，直奔汉王高速入口方向。此时才7:20，时间尚早，又逢周六，整个城市还没完全苏醒，路上车也不多，所以一路畅通上了高速。人和车子在城市憋屈久了，顿时如脱了缰的野马一般，立马窜到了120，奔向自由的远方。  
由于全程没出过高速，除了服务区停车，路过的地方都未做停留，我们直奔目的地——武当山。由于事先听说过环库公路的美名，刚好路过，正打算能好好看一看，无奈真的到了地方，虽说确实漂亮，但却是“不识庐山真面目，只缘身在此山中”，并未感受到网上图片所表现出的美来，只是感觉走过了一段高速，两边都是水库，如果航拍，效果应该是很美的。  
出门第一天劲头也足，750KM的路，我们连中午在服务区吃饭，也就用了8个小时的时间，就到达订好的武当山仙都宾馆，这个宾馆就在武当山脚下，附近有个步行街，吃饭购物都很方便。我们简单收拾下行李，决定充分利用时间，先去旁边的玉虚宫看看。在当地人的指引下，我们很快就来到了玉虚宫。  
玉虚宫，位于武当山下的武当山镇，距离  
玄岳门  
大约4公里，目前是免费开放。玉虚宫始建于明代永乐十一年（1413年），当年这里是管理武当山的大本营，住在这里的是由皇帝钦选的“武当提点都”，官至正六品，玉虚宫是当年武当山建筑群中最大的庙宇，永乐皇帝钦定为“玄天玉虚宫”。玉虚宫在明朝天启七年（1627年）发生了毁灭性火灾，后来又遭受到山洪等灾害，大片建筑被毁。现存建筑及遗址主要有两道长约千米的宫墙、两座碑亭、五座殿基和清代重建的父母殿、云堂以及东天门、西天门、北天门遗址。近年来，采用修旧如旧的办法，逐步修复重建了龙虎殿、玉虚殿、玉带河、宫内石板地面等工程。如今，当你从山下的玄岳门来到这里，走在明代遗留下来的石板铺成的道上，眼前虽然是残破的遗址、台基和残存的建筑，但还是能够感受到玉虚宫的宏大和厚重的气氛。在这里游玩，经常能看到一些武术爱好者在这里练功。我们去的时候刚好见到一群孩子在师傅的指点下练太极，一招一式的挺像那么回事儿。  
玄天玉虚宫  
碑亭  
第一天先预下热，明天才是我们的重头戏，武当问道，不爬一次武当山，你不会明白为什么要在这样的一个地方修道。

评论：  
1.主要是就在山脚下，还免费，耗费时间少，去看看挺有味道。  
2.我的同名公众号里图片多。  
3.本来排除了这里的，但是看了楼主的游记又考虑起来了哈哈。  
4.楼主我超爱看照片的，再上点图呗～

## 59.游恩施大瀑布（为重圆宾馆点赞）

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3666280.html

来源：携程

发表时间：2018-5-2

天数：3 天

游玩时间：4 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：恩施大峡谷，恩施

正文：  
感 谢 信  
重庆万州重圆宾馆：  
2018年4月28日傍晚，我们驱车前往湖北  
恩施大峡谷  
旅游。29日凌晨一点到达万州，7个小时的长途颠簸使我们不得不在万州留宿一晚，于是在导航引导下我们朝预设的酒店一路搜寻。此时的万州城，万籁俱寂。突然，街旁一个亮着灯的店面，扑入我们的视线，停车一看，是一个叫“重圆宾馆”的酒店。这个店店面不大，街面只有一间房的门脸，招牌也不亮，小小嵌在门厅上，房屋也不高就五层（做酒店的只有三层18个房间）。经过考察发现，客房设施齐全、整洁卫生、经济实惠。疲惫不堪的我们为了早点休息，就在这家店子住了下来。  
29日我们从万州出发到恩施大峡谷游玩了整整一天，到晚上九点半活动才结束。本想到  
恩施  
市区住下的，可实在太累，临时决定在景区里休息。由于没有预定，加上游人多，多数客房已满，我们开车在峡谷里转了两个多小时才找了个民俗，这店没有独立卫生间，没有热水洗漱，时针已指向11点半，沉重的双腿、疲倦的身体让我们只有一个选择：住。此夜不用说大家都没休息好。一夜的煎熬和两天的劳累，让我们又想起了“重圆酒店”，30日上午就预定，第三晚再次入住该店。  
事情的发展似乎有点戏剧性。一点疏忽使我们与“重圆酒店”有了第三次交往。为了赶行程，5月1日清晨，我们收拾妥当在楼下胡乱吃了点早餐后就直奔景区而去。下午三点返程途中，才发现一个朋友的水杯落了（记不清落在哪儿了），住店押金也没退。大家觉着价值不大，追要也比较繁琐，丢就丢了吧。晚上到家，我抱着试试看的心理，给酒店打电话说明了情况，让找找水杯是否在酒店。工作人员回复即刻在酒店寻找水杯，并请求加我微信，将押金退还我，找到水杯后立即通过快递寄给我。现在款退了，水杯也寄回来了。  
一次旅途，因为景美而愉快，因为东西失而复得而完美，更因为与“重圆酒店”三次交往让人感到“宾至如归”的舒坦和“诚信经营”的和谐。水杯虽小，但它是朋友的爱物；押金虽少，但它是宾主约定的筹码。从我打电话咨询宾馆到水杯寄回，多次与宾馆沟通，宾馆都不厌其烦，热情回复，最终到完美结局。该宾馆此举，值得点赞！  
可谓：店不在贵，有诚则灵；房不在大，舒适就行！  
祝愿“重圆酒店”：迎来八方贵客，温暖九州人心！生意兴隆通四海，财源茂盛达三江！期待我们还能重逢，以圆和美之梦。  
陕西一游客  
2018年5月2日

评论：  
1.好

## 60.湖北恩施游记（中）

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3665468.html

来源：携程

发表时间：2018-5-5

天数：4 天

游玩时间：4 月

人均花费：1000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，人文，美食，小资，省钱，穷游，徒步，跟团

旅游路线：鹤峰

正文：  
第二天吃完早饭出发，先在户外界有名的农家乐留影纪念。  
队伍在水墨山水画中穿行。  
在山上一定有神仙，不然不会云雾缭绕。  
世人都晓神仙好,惟有功名忘不了!  
古今将相在何方?荒冢一堆草没了.  
世人都晓神仙好,只有金银忘不了!  
终朝只恨聚无多,及到多时眼闭了.  
世人都晓神仙好,只有姣妻忘不了!  
君生日日说恩情,君死又随人去了.  
世人都晓神仙好,只有儿孙忘不了!  
痴心父母古来多,孝顺儿孙谁见了?  
既然不是仙，就要修炼成仙。  
到达黑洞 ，地下河的出口。  
洞口不大，里面很大，地面很滑，洞中一条水流，怕有危险，没敢走近。  
黑洞的旁边还有一个洞，走过去还真是别有洞天。  
过了这个洞，还有一个洞，真是洞洞相连。  
天刚下完雨，水比较浑浊。  
继续向前走，路边的景色迷人。  
路过一个废弃的农家乐，让人产生凄凉之情。  
这本是桃园，为何荒废了？一个人在此修炼，是否担惊受怕？是否有豺狼虎豹？是否有妖魔鬼怪？或者赶考的书生在此留宿一晚，是否有小倩来相会？  
走进了古河道，岸边怪石嶙峋。  
举世皆浊我独清,众人皆醉我独醒。  
国家社会就是这样，古今中外也是这样，太阳底下无鲜事。  
我沉默，我沉默，我沉默。  
我静坐，我静坐，我静坐。  
我不会说，我不会翻白眼，但我会想，会幻想，会静思，会沉思，会胡思乱想。  
白日不到处，青春恰自来。  
苔花如米小，也学牡丹开。  
我不过是贩夫走卒，对国家民族的贡献微乎其微，但我有一颗赤诚之心，也尽自己的微薄之力报效国家。  
不去做什么冠冕堂皇的什么梦，因为梦往往都是反的。  
不去管什么厉害了谁的国，我只看见了一群牛在天上飞。  
你真厉害，为何越南等你原来的附庸国占了你的南海诸岛，你很厉害，为何没有登上自古属于你的钓鱼岛，你最厉害，为何海参崴飘扬的是俄罗斯的三色旗。  
从河道里上来，沿着岸边的小路前行。  
左边是深的河谷，右边是高的山坡，脚下是泥泞，前方是树枝，手脚并用才能前行，路途很危险。不要被照片蒙蔽，这是最好走的路，难走的路都无法拍照，因为生命最重要。  
走过最难走的岸边路，又回到河谷，美女也露出轻松的微笑。  
岸边的岩石长满青苔，向我们述说着岁月的沧桑。  
大地内在的动力扭曲了岩石，证明着内因决定一切。  
无论是个人，还是国家。  
遇到危险的地段，导游没钱哥和几个强驴就保护大家安全通过。  
到了好走的路段，大家也有了心情一起合影留念。  
向前走，向前走，又发现一个大洞。  
过路的向导说这个洞有好几公里，地下有暗河，常常有人来钓鱼。  
洞里情况不明，不敢冒进，就在洞口感受一下全是黑暗恐怖的场景。  
向前走，向前走，又发现一个洞。  
两个美女笑了。  
这个洞叫三龙门洞。  
二十四桥明月夜，书生何处教吹箫？  
洞顶落下的水流，把地下的岩石钻成了一个个的洞。从小没见过的水滴石穿终于见到了。  
水滴的力量虽然弱小，但年复一年的积累，锲而不舍的努力，终于滴穿了坚硬的岩石。  
出了三龙门洞，就进了二龙门洞。  
出了二龙门洞，就进了一龙门洞。  
这个洞是我见到的最大的一个洞。  
洞里有几个成精的妖怪。  
洞口光芒万丈。  
洞口又变成了三角形，石壁凛冽，道路崎岖。  
出了洞口，开始登山。  
山不在高，有仙则灵。  
翻过这座山，就到了一个小村庄，村民都好奇地看着我们，我们看他们是风景，他们看我们是风景。  
走到村庄的尽头，坐上等待已久的卧铺车，来到  
鹤峰  
县。  
晚上到河边的烧烤店尝尝当地的农家菜风味。  
来瓶雪花，勇闯天涯。  
终于知道小背篓是什么了。  
吃饱喝足，买了几斤茶叶，买了几斤水果，四大才子回宾馆睡觉。

评论：

## 61.鹤峰县太空船麒麟大峡谷原始森林公园探秘

https://you.ctrip.com/travels/hefeng1446199/3672936.html

来源：携程

发表时间：2018-5-5

天数：2 天

游玩时间：5 月

人均花费：588 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
2日游安排行程  
鹤峰  
县太空船麒麟大峡谷原始森林公园探秘：  
第一天：张家界或者是恩施  
鹤峰  
县出发。抵达麒麟大峡谷。根据实际天气拍摄【鹤峰县太空船】。需要自由鉴赏麒麟大瀑布的需要每位增加60元在向导带领下前往麒麟大瀑布。需要步行1500米山路往返用时约需1小时55分钟。审阅时间约需2小时。【张家界距离麒麟大峡谷湄坪村166公里行车时间需要4小时】【鹤峰县距离麒麟大峡谷53公里行车时间90分钟】【恩施距离麒麟大峡谷220公里行车时间需要5小时】。入住麒麟原始森林公园【贝锦卡国际艺术摄影基地旅舍】  
第二日：8点或者7点（自己煮早餐自助食材旅舍提供、一般是土家族  
鹤峰  
县当地米皮子、煮鸡蛋1个）。早餐后、在雨里/阳光下、诗画展开的麒麟山岚让您在观景台为原始的麒麟森林公园里花香陶醉。10点30分、抵达贝锦卡茶场、享受美妙原始森林茶香。然后踏上归程。  
3日游（增加麒麟一线天）5日游（增加麒麟山探秘登顶与白鹤山彩虹大云海）  
其它魅力原始线路推介木林子原始森林公园大岩村、云蒙红大瀑布、太平屋脊探秘等。白鹤古寨。白鹤国际艺术村徒步穿越。以上为鹤峰县湖北省推介  
【容美土司故里】【容米女儿国故里】五峰县长阳县鹤峰县欢迎您。  
五峰县推介傅家堰、白溢古寨、摩天岭、白岩圈、青岗岭茶叶公园、五峰国际滑雪场。  
长阳县推介九湾大峡谷。资丘天池山。  
2日游屏山躲避峡纯玩488元人恩施出发价格含1早2正餐躲避峡漂浮费用。  
5日  
游鹤峰  
县纯玩全含1588元人

评论：

## 62.橘子洲头赏湘江北去，黄鹤楼前望昔人何在

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3673257.html

来源：携程

发表时间：2018-5-8

天数：3 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
湖南和  
武汉  
这两个地方一直是我非常想去的两个地方，湖南的橘子洲头和武汉的  
黄鹤楼  
以及长江大桥，是很多小说中出现的地方，因此作为小说迷的我十分向往这些风景胜地。一直计划着何时能出行将这两个地方观赏一番，有了男朋友之后，我的湘鄂之行终于是有了着落，想想真的是十分的开心的事情呢。  
其实一场说走就走的旅行在生活中还是十分的不现实的，因为除了要有足够的时间跟钱之外，旅行前期的好多事都需要仔细的规划和计划好，并且诸如假期的协调，宾馆酒店的确定，都是需要有一些计划更便于实行。  
第一天：长沙：岳麓山——岳麓书院——湖南大学——橘子洲——太平街  
第二天：长沙—益阳：白鹿寺——茶马古道风景区  
第三天：益阳—常德：桃花源——柳叶湖  
第四天：常德—张家界  
第五天：张家界—  
恩施  
：  
恩施大峡谷  
第六天：  
恩施  
—  
宜昌  
：  
三峡大坝  
风景区—  
三峡大瀑布  
—青江画廊  
第七天：  
宜昌  
—  
神农架  
：  
神农顶风景区  
第八天：  
神农架  
—  
荆门  
第九天：  
荆门  
：  
明显陵  
—  
漳河风景名胜区  
第十天：  
荆门  
—  
武汉  
：  
武汉大学  
—  
黄鹤楼  
—  
武汉长江大桥  
  
  
我们达成的一致是要慢慢的游玩，利用公司的八天年假，慢慢的走，细细的看，不要以往的那种特别紧凑特别累的行程，因此就决定了我们这次出发，报旅行社很难满足我们的要求，因此算来算去，思来想去，还是决定自驾游，通过在网上的一系列的对比选择和朋友们的推荐，我选择了一嗨租车，jeep自由侠，性价比比较高，也比较适合翻山越岭，定好出行方式后，我俩乘高铁到达湖南长沙，直接去了一嗨租车长沙高铁门店，提走了车，开始了我们这次的旅行。要说高科技给我们的生活带来了方便呢，以前这种方便的方式，真是想都不敢想的呢。  
对于来到湖南长沙来说，岳麓山简直是必不可少一站自然式风景站。岳麓山上有许多的参天古木，漫步其中，除了感受历史之外，也仿佛置身在了天然大氧吧中，十分的舒适。岳麓山上发生了许多的历史故事，置身其中，那些曾经发生的事仿佛都历历在目，十分的有趣，并且岳麓山上的自然风光也实在是好极了。  
一直觉得湖南是一个人杰地灵的地方，湖南人“耐得烦霸得蛮”的性格，注定了他们能成就许多大事，橘子洲头一直是各种诗歌中反复描述的地方，终于来到了显示中的橘子洲头，景色十分秀丽，也十分的美丽，沿着水边漫步，阵阵微风袭来，实在是十分舒适惬意的一件事，十分推荐大家这个地方。  
白鹿寺是益阳最大的一座寺庙，据说历史悠久。一直对有历史的深山古刹十分的喜欢，十分喜爱漫步其中的那份宁静致远，看着来往的善念信女，也是打从内心觉得，人活着，还是应该给自己一些希望。哈哈，说沉重了，反正出来旅行还是感悟颇多。  
桃花源的桃花还没有开放，我们应该感谢陶渊明，为人们勾画出了一个又一个的桃花源，漫步其中倒是没有太大的感受，全凭想象吧，想象自己漫步在一个与世隔绝的世外桃源当中，也算是一个心里安慰吧。  
张家界久负盛名，我们当然要去感受一下，果然名不虚传。从山顶鸟瞰各种山峰拔地而起，十分壮阔秀美，层峦叠嶂，来到了张家界真是切身体会到了什么叫做美不胜收，看着张家界的风景，真的是让人流连忘返。  
恩施大峡谷  
的瀑布真是超级酷，不似黄果树瀑布的壮阔，更显清秀，清瘦的水流从高出倾泻而下，比起其他瀑布的壮阔，倒是别有一番小家碧玉的感觉。  
以前读书的时候，  
三峡大坝  
总是在课本里经常出现，作为我国著名的水利风景区，三峡大坝十分的壮观。由于男票本身的建筑学专业，所以漫步这里 ，就会想起这个世界上最大的水利枢纽工程，它的建成，需要凝聚多少建筑设计师的心血，又有多少建筑工人的辛勤劳动。  
  
神农架  
如果让我总结话，都是树。男票说我没有品味，因为这次是租车自驾游，所以观赏也十分的方便，感觉整体感觉也十分的惬意。如果要是抱团来的话，也是很难有时间逛的那么细致。  
帝王陵墓总是有一种神秘感，散布其中，自己已经脑补出一部缠绵帝王爱情史，分分钟穿越变宫女。  
昔人已乘黄鹤去，此地空余  
黄鹤楼  
。黄鹤一去不复返，白云千载空悠悠。黄鹤楼在古诗中反复出现提及，望着眼前的黄鹤楼，有一种不真实的感觉，也许是诗人的感觉更加细腻，反正黄鹤楼作为送别的地标型建筑，也是别有一番滋味。  
武汉长江大桥  
是我最近在看的一本小说里，作者提到的，咋说呢，实地看起来，没有那么的文艺，我只能说，它是一座实实在在的大桥，只是不同的人们，赋予了不同的含义和意义，因此对于不同的人来说，也是有不同的感受吧。  
这一次湘鄂线租车自由行，整体感觉还是比以往抱团出行要好很多，只是男票一路上开车比较辛苦，因此我要负责好后勤工作，让男票吃好睡好，另外为了避免疲劳，我们每天走的景点都非常的少，逛的也非常的慢，因此也并没有太过疲惫。旅行结束后，我们直接区  
武汉  
高铁门店还了车，然后乘坐高铁返回，真的是十分的方便。要说还是得定期出游一下，放松身心，不是有那么句话么，身体和心灵，总有一个要在路上吧！

评论：  
1.真是太棒了！请问这里1月份中旬的时候去合适么？  
2.一直想去的地方，看了你的游记更让我想去了，谢谢拉！

## 63.那一年，渝你相遇---重庆涪陵往事，我的涪陵记忆：白鹤梁水下博物馆、武陵山大裂谷、两

https://you.ctrip.com/travels/fuling120129/3674051.html

来源：携程

发表时间：2018-5-9

天数：2 天

游玩时间：3 月

人均花费：300 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，人文，自由行，火车，省钱

旅游路线：涪陵，武陵山大裂谷，白鹤森林公园

正文：  
那一年，渝你相遇---重庆  
涪陵  
往事，我的涪陵记忆：白鹤梁水下博物馆、  
武陵山大裂谷  
、两江交汇、816工程、涪陵博物馆【第七站】  
那一年，渝你相遇---重庆往事，我的山城记忆：自助旅游路线：青岛出发---重庆市---合川市---大足市---武隆市---涪陵市---长江三峡---宜昌市—湖北恩施市  
我认识涪陵是从乌江榨菜开始  
序言：  
涪陵居重庆市中部、三峡库区腹地，位于长江、乌江交汇处，涪陵因乌江古称涪水、巴国王陵多在此而得名。  
涪陵区特产主要有涪陵榨菜、涪陵红心萝卜、涪陵油醪糟等;名胜景点主要有白鹤梁、武陵山大裂谷、  
白鹤森林公园  
、大木花谷、816核工程等。  
城市荣誉:中国榨菜之乡、千里乌江第一城  
憧憬着重庆涪陵之各地景色。我向往着涪陵长江、乌江汇流风采、那难忘的乌江榨菜、都在这载满回忆的缆车里。那穿越时空的奇妙想象，迫使我动身踏上这神秘之旅。  
武隆二日自助游路线计划：  
Day1:自助游，两江交汇、白鹤梁水下博物馆、816工程、涪陵博物馆、晚宿涪陵如家酒店  
Day2:自助游，武陵山大裂谷、晚宿涪陵如家酒店  
涪陵市区的景点比较多，且比较分散，所以在时间上安排了2天，这样即能全面了解涪陵美丽的自然风光，时间上又能充裕地体验当地的特色美食和人文景观。  
涪陵旅游地图  
涪陵地图  
涪陵速览：在武隆乘坐火车到涪陵，火车沿途秀丽风光，古街河流的点点滴滴，我心已陶醉。火车行驶1小时37分，到达重庆涪陵市开始了重庆涪陵之旅。  
这里最适合夫妻来旅行，一起漫步，演绎出自然造化中壮美灵动的山水风光。欣赏群峰环绕起伏、林木葱茏幽翠美景，品味着  
涪陵美食  
，夜晚走在长江、乌江江边，将两江风光尽收眼底。  
足迹之重庆涪陵，朋友我去的重庆涪陵可能画风和你们的不一样  
涪陵旅游行程安排  
：  
Day1：  
涪陵火车站  
Day1：涪陵长江栈道  
Day1：涪陵长江风光  
Day1：涪陵长江风光  
Day1：涪陵长江风光  
Day1：涪陵长江、乌江风光  
Day1：涪陵长江风光  
Day1：涪陵长江、乌江风光  
Day1：涪陵乌江大桥  
Day1：涪陵乌江风光  
Day1：涪陵乌江风光  
Day1：涪陵乌江风光  
Day1：涪陵风光  
Day1：涪陵白鹤梁水下博物馆  
Day1：涪陵白鹤梁水下博物馆  
Day1：涪陵白鹤梁水下博物馆  
Day1：涪陵博物馆  
Day1：涪陵博物馆  
Day2：武陵山大裂谷  
Day2：武陵山大裂谷  
Day2：武陵山大裂谷  
Day2：武陵山大裂谷  
关于作者：  
我是一名自由行旅游爱好者又是摄影爱好者，平时主要是拍风景照片，空余的时间喜欢到处跑，去各个地方去看看，拍摄当地的绝美风光和风土人情。热爱摄影的我，总不会放过路途上所有美好的人和事，我想那一刻的定格，将会组成我所有的回忆。想了解我更多的摄影作品和游记，可以关注我的  
如有关于旅行上的问题,随时留言给我  
火车信息：  
一，车次K654次【武隆—涪陵】  
2017年3月10日武隆发车时间05.59分—2017年3月10日到达涪陵火车站时间06.43分，火车票12元/张，里程公里，火车运行0小时44分  
重庆  
涪陵特产  
：涪陵榨菜、涪陵白茶、涪陵红心萝卜、涪陵油醪糟  
关于美食：  
凭借得天独厚的气候、环境条件，将重庆地区的风味美食融进川菜菜系中，人人都会做一手地道的川菜，立马能叫你胃口大开。这最地道的口味，只有在重庆涪陵的大街小巷的餐馆中方能体味到它的独特鲜香。到了重庆涪陵，必吃的美食有哪些呢？  
重庆涪陵的著名特色小吃有很多：到了涪陵，其实美味还不止于此，要等着你慢慢发掘！  
川菜，菜式多样，口味清鲜醇浓并重，以善用麻辣著称，并以其别具一格的烹调方法和浓郁的地方风味，是中国四大菜系之一。  
涪陵美食：  
涪陵榨菜：在涪陵满山遍野到处可见到一种奇特的绿色或紫红色叶的蔬菜植物，当地人称之为包包菜、疙瘩菜或青菜头。因为它茎部有膨大凸起的乳状组织，显得奇形怪状。有的象圆球，有的象羊角，有的更象是小胖儿童的脸，平滑光亮特别可爱。  
涪陵榨菜  
榨菜炒粉皮  
榨菜脆骨  
榨菜辣子鸡  
榨菜炒肉丝  
榨菜肉片  
榨菜金针  
榨菜肉包  
榨菜炒饭  
榨菜肉丝面  
关于住宿：  
重庆涪陵的住宿可以根据景点的位置来安排，如果你要在涪陵市区周围游玩2天，可以选择住在涪陵如家酒店  
我因为是如家快捷酒店的铂金会员，所以，无论到任何城市，只要有如家酒店，是我的首选，我的住宿标准：120元以内标间，管2 人早餐。  
记忆：  
重庆涪陵自助旅游路线精粹：  
当你低头的瞬间，才发觉脚下的路，天空中没有留下翅膀，却有鸟儿飞过。  
Day1：走进涪陵  
涪陵火车站  
涪陵火车站  
涪陵火车站  
涪陵火车站  
涪陵火车站  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
涪陵街景  
Day1：涪陵两江广场  
涪陵两江广场位于重庆市涪陵区，毗邻白鹤梁水下碑林，比重庆朝天门广场还要大两倍 ，是重庆最大的景观广场。  
涪陵两江广场风光  
邓小平题字----太极拳好  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光----江中垃圾清洁船  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
长江大桥  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场风光  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场----雕塑群  
涪陵两江广场风采  
涪陵两江广场风采  
涪陵两江广场风采  
涪陵两江广场风采  
涪陵两江广场风采  
涪陵两江广场风采  
涪陵两江广场风采  
两江江水交汇  
两江江水交汇  
两江江水交汇  
两江江水交汇  
乌江大桥  
乌江大桥  
乌江大桥  
两江江水交汇  
两江江水交汇  
乌江大桥  
乌江大桥  
导览  
导览  
Day1：白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆存题刻165段，是世界唯一的一处以刻石鱼为"水标"，并观测记录水文的古代水文站。1988年8月，被国务院公布为全国重点文物保护单位。2006年被国家文物局列入中国世界文化遗产预备名单  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
白鹤梁水下博物馆  
Day1：816工程  
全名为"三线建设进洞的原子能反应堆及化学后处理工程"，坐落在白涛镇的深山里，是中国第二个核原料工业基地。  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
816工程  
Day1：涪陵博物馆  
重庆市涪陵区博物馆座落在重庆市涪陵区兴华中路72号，占地11亩，公用房建筑面积4929平方米，于2000年1月10日正式对外开放。  
涪陵博物馆  
涪陵博物馆  
涪陵博物馆  
涪陵博物馆  
涪陵博物馆  
涪陵博物馆  
涪陵博物馆  
Day2：武陵山大裂谷  
武陵山大裂谷位于涪陵区武陵山乡境内，面积约30平方公里，系国家4A级旅游景区。涪陵白鹤森林公园涪陵白鹤森林公园也称为南湖公园，位于涪陵江南片区。公园分为北部片区和南湖片区两大核心景观片区。  
武陵山大裂谷游客中心  
导览  
导览  
武陵山大裂谷  
武陵山大裂谷  
武陵山大裂谷  
武陵山大裂谷  
武陵山大裂谷  
武陵山大裂谷  
武陵山大裂谷---古乐场  
武陵山大裂谷---古乐坊  
武陵山大裂谷  
武陵山大裂谷  
导览  
武陵山大裂谷  
导览  
雌雄巨猩  
雌雄巨猩  
导览  
导览  
舍身崖  
导览  
忘忧谷  
民俗  
美色美景  
美色美景  
美色美景  
美色美景  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
青天峡地缝  
美色美景  
美色美景  
武陵山大裂谷  
沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景。  
游感：我本是一个爱到处走动的人，走过无数的大山大川，江河湖泊，从南方的人间天堂苏杭二州，到北国的哈尔滨冰城，走到中国最北漠河寻北、从西部的彩云之南，到东边的黄海、渤海、参拜过东海的普陀，继续南下游海南、从中原到大西南的四川、拉萨，又从甘陕走到大西北新疆、我将会在这个热爱、向往的地方，寻找行程亮点，并且认真记录下来，对一个地方的热爱，多数是为了某个人某件事或者某段经历，以及优美的风光，朋友到重庆  
涪陵旅游  
吧。  
那一年，渝你相遇---重庆往事，我的涪陵记忆：漫步重庆涪陵【第七站】游记结束---请继续浏览那一年，渝你相遇---重庆往事，我的长江三峡记忆：航行在重庆长江三峡【第八站】

评论：  
1.谢谢关注  
2.没有像这一刻这么深刻的觉得自己生活在象牙塔里，而外面是如此的美丽。。。  
3.要是11月份去的话，这边还是那么美腻么？  
4.涪陵两江交汇景色绝美，值得一游  
5.涪陵冬季也不冷，风光依然很美

## 64.那一年，渝你相遇--重庆往事，我的长江三峡记忆：航行在烟雨三峡水墨长卷中【第一、二天】

https://you.ctrip.com/travels/zhongxian120032/3673099.html

来源：携程

发表时间：2018-5-12

天数：4 天

游玩时间：3 月

人均花费：2800 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，人文，自由行，邮轮，小资

旅游路线：忠县，石宝寨

正文：  
那一年，渝你相遇--重庆往事，我的长江三峡记忆：航行在烟雨三峡水墨长卷中、朝天门、丰都县、丰都鬼城、  
忠县  
石宝寨  
【第一、二天】  
我认为，每一个喜欢旅游的人，应该挤出时间，乘坐火车走走青藏铁路、乘坐火车渡过琼州海峡、乘坐火车漫走新疆天山、乘坐火车闯荡满洲里、乘坐火车漠河找北，乘坐游轮畅游长江三峡、我相信，你会感到人生的价值不同。  
前言：不知道从什么时候开始，长江三峡就成了我心驰神往的地方，这么多年却一直就可望而不可及。“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还”。我渴望着去体验那天降神来空灵飞动的意境，在别人的文章里，在影视作品中，看着三峡的壮美景观，曾无数次想象着自己顺滚滚江水奔流在悬崖陡壁之间，江水犹如万马奔腾撞冲着巨礁，而船如离弦之箭穿行在咆哮激荡的江水之中的感受。  
长江三峡之韵：瞿塘雄、巫峡幽、西陵秀  
长江三峡简介：长江三峡又名峡江或大三峡，位于中国重庆市、恩施州、宜昌市地区境内的长江干流上，西起重庆市奉节县的白帝城，东至湖北省宜昌市的南津关，全长193千米，由瞿塘峡、巫峡、西陵峡组成。跨重庆奉节、重庆巫山、湖北巴东、湖北秭归、湖北宜昌  
长江三峡四日三晚航行自助游行程：  
Day1:晚18.00点重庆朝天门码头上船，晚22:00开船。  
Day2:早上丰都鬼城（自费）下午石宝寨【游船包含门票】晚上欢迎酒会、文艺晚会。  
Day3:早上白帝城（自费）中午过瞿塘峡、巫峡、下午神龙溪【游船包含门票】晚上过五级船闸。  
Day4:早上参观三峡大坝【游船包含门票】中午过西陵峡、下午到达宜昌秭归码头，下船乘车到宜昌。  
游轮简介；  
游轮的行程都是一样的，不同的只是每条船的装修和档次不一样。最豪华的好像是黄金系列，其次是，总统系列，其次还有世纪系列、美维系列、神女系列、长江系列等等  
我们选择总统八号船2050元/人：包括每日三餐、住宿。三个免费景点，分别是石宝寨、神龙溪、三峡大坝、二个自费景点，分别是丰都鬼城、白帝城，每人520元包鬼城，白帝城两个景点门票  
游轮三峡航线：上水从武汉  
宜昌到重庆  
5天4晚，下水  
重庆到宜昌  
4天3晚，因为上水的时候是逆水行船，所以会多出来一天的时间。  
长江三峡旅游地图  
长江三峡旅游地图  
旅游精典；  
Day1：航行出发朝天门  
Day1：航行出发朝天门  
Day1：航行出发朝天门  
Day1：航行总统号  
Day1：航行总统号  
Day1：重庆洋人街夜景  
Day1：航行总统号  
Day2：清晨长江日出  
Day2：丰都县风光  
Day2：丰都鬼城  
Day2：丰都鬼城  
Day2：丰都鬼城  
Day2：丰都鬼城  
Day2：丰都鬼城  
Day2：丰都鬼城  
Day2：丰都鬼城  
Day2：长江明珠----石宝寨  
Day2：长江明珠----忠县  
Day2：长江明珠----石宝寨  
Day2：长江明珠----石宝寨  
Day2：长江明珠----石宝寨  
Day2：长江明珠----石宝寨  
Day2：长江明珠----石宝寨  
Day2：长江风光  
Day2：长江风光  
Day2：长江日落  
轮船信息：  
一，船次总统八号【  
重庆—宜昌  
】  
2017年3月15日重庆朝天门码头发船时间22.00点—2017年3月19日到达宜昌，船票2050元/张，里程公里，轮船运行四天，三晚。  
关于作者：我是一名自由行旅游爱好者又是摄影爱好者，平时主要是拍风景照片，空余的时间喜欢到处跑，去各个地方去看看，拍摄当地的绝美风光和风土人情。热爱摄影的我，总不会放过路途上所有美好的人和事，我想那一刻的定格，将会组成我所有的回忆。想了解我更多的摄影作品和游记，可以关注我  
如有关于旅行上的问题,随时留言给我  
三峡记忆：  
游轮自重庆朝天门码头起航，抵达宜昌秭归码头，全程水路648公里，其间自奉节白帝城到宜昌南津关约200公里就是赫赫有名的长江三峡。  
长江三峡沿途有丰都鬼城、忠县石宝寨、云阳张飞庙、奉节白帝城、瞿塘峡、巫山小三峡、巫峡、巫山神女峰、九畹溪、西陵峡、昭君家乡，屈原故里、三峡大坝等著名景点，就像是由江水串起来的珍珠项链，颗颗晶莹剔透，粒粒凝重瑰丽。  
长江三峡四日三晚自助游路线精粹：  
Day1：朝天门夜的风采  
朝天门是重庆水上门户，嘉陵江和长江在这里交汇，襟带两江，壁垒三面，气势雄壮，为历代官员接皇帝圣旨的地方。有一种说法是："不览夜景，未到重庆"，有古诗赞曰：谁将万家炬，倒射一江明。  
朝天门夜的风采  
江天一色无纤尘、皎皎空中孤月轮  
楼上江楼思渺然、月光如水水如天  
朝天门夜的风采  
渐渐的灯光稀疏黯淡下来，两边的岸上黑黢黢的什么也看不见了，江水宽阔宁静，一会儿有一片灯光照耀在岸上，一会儿又是一簇簇的灯火闪烁而过  
晚上22.00点，游轮起航，但见两江波澄银树，浪卷金花，满天繁星似人间灯火，遍地华灯若天河群星，上下浑然一体，五彩交相辉映，如梦如幻，如诗如歌，堪足撩人耳目，动人心旌。  
朝天门是重庆水上门户，嘉陵江和长江在这里交汇，襟带两江，壁垒三面，气势雄壮，为历代官员接皇帝圣旨的地方。有一种说法是："不览夜景，未到重庆"，有古诗赞曰：谁将万家炬，倒射一江明。  
朝天门夜的风采  
朝天门夜的风采  
洋人街夜的风采  
朝天门夜的风采  
朝天门夜的风彩  
【总统八号船】2050元/人：包括每日三餐、住宿。三个免费景点，分别是石宝寨、神龙溪、三峡大坝、二个自费景点，分别是丰都鬼城、白帝城，每人520元包鬼城，白帝城两个景点门票  
此行我们在游轮上4天3夜，第一次乘这种游轮，感觉挺好的  
两人一间的客房，床有点窄，还算舒服，24小的热水很方便，每个房间都有观光的阳台  
阳光甲板  
甲板夜景  
游轮在星河流彩，江水与灯海相衬，霓虹在江面倒映，游客挤满了甲板，纷纷的拍照留念，一声声的惊叹，山城、江城，天上、人间？  
甲板夜景  
游船休息吧  
游船会议室  
游船健身房  
游船酒吧  
游船西餐厅  
游船中餐厅  
Day2：丰都县  
位于长江上游地区、重庆东部，地处三峡库区腹心，上距重庆主城九区172公里，下距湖北宜昌476公里。自东汉和帝永元二年单独设县起，丰都县已有1900多年历史。  
第二天一早，游轮已经停靠在重庆丰都。天刚一亮我就爬起来上了船顶的甲板，有点阴天，太阳刚刚能看到一点  
游轮已经停靠在重庆丰都  
清晨丰都市民站在江边锻炼  
丰都市民江边洗衣景色  
丰都沿江景色  
丰都沿江景色  
丰都民俗景色，健康的老太婆  
丰都沿江景色，管理很乱  
丰都沿江景色  
丰都沿江景色  
江中货轮  
Day2：丰都鬼城  
丰都鬼城旧名酆都鬼城，位于重庆市下  
游丰都  
县的长江北岸，是长江游轮旅客的一个观光胜地。丰都鬼城又称为"幽都"、"鬼国京都 "、"中国神曲之乡"。  
鬼城内有哼哈祠、天子殿、奈河桥、黄泉路、望乡台、药王殿等多座表现阴间的建筑。  
中国神曲之乡  
游览票  
石雕  
五灵书院  
五灵书院  
天子殿  
五云楼  
鬼城印象  
丰都是传说中人类亡灵的归宿之地，原本就是一个人鬼混杂的地方，山上是鬼的世界，山下就是人的居所，城里走的看见的是人，看不见的是鬼，人鬼相杂，向往人间的鬼们常在傍晚到城里游荡。  
鬼门关  
三十三重天  
阴间小鬼  
阴间鬼  
哼哈鬼  
哼哈鬼  
十八层地狱  
哼哈鬼  
哼哈鬼  
黄泉路  
黄泉路  
黄泉路  
黄泉路  
奈何桥  
望乡台  
山晓亭  
星辰礅  
星辰礅  
有钱能使鬼推磨  
鬼城掠影  
有俗话说：“鬼城走一走，活到九十九”要说人活一世，最后谁也逃不脱鬼门关，想着先来一趟认认路倒也不错。  
Day2：忠县石宝寨  
石宝寨位于重庆忠县境内长江北岸边，故又被称为"江上明珠"。距忠县城45千米，此处临江有一俯高十多丈，陡壁孤峰拔起的巨石，相传为女娲补天所遗的一尊五彩石，故称"石宝"。此石形如玉印，又名"玉印山"。明末谭宏起义，自称"武陵王"，据此为寨，"石宝寨"名由此而来。  
船再次起航，下一个靠岸的景点是忠县石宝寨  
游轮一路饱览长江旖旎风光，此时的三峡虽已是高峡平湖，不见当年惊涛拍岸千堆雪，再无峡江险滩纤夫石，然而雄险峡谷与奇幽江岸还在。  
忠县长江大桥  
忠县长江大桥  
长江旖旎风光  
忠县码头  
忠县码头  
忠县码头  
忠县码头  
下午15.00点左右，游轮停靠在忠县码头。  
我们下船上岸乘坐旅游大巴车前往石宝寨。  
世界的石宝寨  
江上明珠  
石宝寨风情  
石宝寨风情  
石宝寨风情  
石宝寨风情  
石宝寨风情  
石宝寨风情  
大名鼎鼎的石宝寨到了  
三峡大坝修建蓄水之后，长江水面上升至寨门口，山寨变成"水寨"。为抢救保护石宝寨，修筑了50米高的水泥挡墙形成贴坡围堤，在巨型围堤环绕下，石宝寨成为长江上一处江中大型"盆景"。  
石宝寨风姿  
石宝寨风姿  
石宝寨风姿  
石宝寨所在之地是竖立在长江中的一块巨石，高约50米，孤峰拔起，四面如削，形同玉印得名玉印山。  
石宝寨风姿  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
从寨楼迂回而上，可直达“柑宇凌霄”的兰若殿。沿途各层亭内石壁上，有许多不同时代的碑刻和题咏，讲的都是忠孝节义，每一层凭窗都能远眺气象万千的长江。待登上顶楼俯瞰，滚滚长江东去，碧空帆影穷尽，无限景色，于此一览无余。  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
导览  
石宝寨风光  
导览  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
相传此山为女娲补天的遗石，山体暗红，故称石宝。山上建有一座古刹名曰天子殿，后依山建了一座木质塔楼，共十二层，高五十六米，攀附山岩，拔地而起，直通山顶，飞檐展翼，造型十分奇异。  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
长江边上洗衣女  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
石宝寨风光  
六点钟左右我们回到船上，江上夕阳西下，映得江面一片金红。  
自助晚餐  
晚8:30船员迎宾文艺表演，演职人员全都是船上的工作人员，年轻的帅哥靓妹们为游客带来了青春的活力。  
今夜船将开往奉节白帝城，明天我们就要走进三峡了。  
沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景  
游感：我本是一个爱到处走动的人，走过无数的大山大川，江河湖泊，从南方的人间天堂苏杭二州，到北国的哈尔滨冰城，走到中国最北漠河寻北、从西部的彩云之南，到东边的黄海、渤海、参拜过东海的普陀，继续南下游海南、从中原到大西南的四川、拉萨，又从甘陕走到大西北新疆、我将会在这个热爱、向往的地方，寻找行程亮点，并且认真记录下来，对一个地方的热爱，多数是为了某个人某件事或者某段经历，以及优美的风光，朋友到长江三峡旅游吧。  
那一年，航行在烟雨三峡的水墨长卷中：梦回三峡【第一、二天】游记结束---请继续浏览那一年，航行在烟雨三峡的水墨长卷中：梦回三峡【第三天】游记

评论：  
1.我认为，每一个喜欢旅游的人，应该挤出时间，乘坐火车走走青藏铁路、乘坐火车渡过琼州海峡、乘坐火车漫走新疆天山、乘坐火车闯荡满洲里、乘坐火车漠河找北，乘坐游轮畅游长江三峡、我相信，你会感到人生的价值不同。  
2.长江三峡景色秀美，值得一游

## 65.那一年，渝你相遇--重庆往事，我的长江三峡记忆：航行在烟雨三峡水墨长卷中【第三天】

https://you.ctrip.com/travels/fengjie120033/3673909.html

来源：携程

发表时间：2018-5-15

天数：4 天

游玩时间：3 月

人均花费：2800 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，人文，自由行，邮轮，省钱

旅游路线：奉节，瞿塘峡，夔门，子阳城，白帝山

正文：  
那一年，渝你相遇--重庆往事，我的长江三峡记忆：航行在烟雨三峡水墨长卷中、  
奉节  
县、白帝城、长江三峡、  
瞿塘峡  
、  
夔门  
、巫峡、神龙溪、五级船闸【第三天】  
我认为，每一个喜欢旅游的人，应该挤出时间，乘坐火车走走青藏铁路、乘坐火车渡过琼州海峡、乘坐火车漫走新疆天山、乘坐火车闯荡满洲里、乘坐火车漠河找北，乘坐游轮畅游长江三峡、我相信，你会感到人生的价值不同。  
前言：不知道从什么时候开始，长江三峡就成了我心驰神往的地方，这么多年却一直就可望而不可及。“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还”。我渴望着去体验那天降神来空灵飞动的意境，在别人的文章里，在影视作品中，看着三峡的壮美景观，曾无数次想象着自己顺滚滚江水奔流在悬崖陡壁之间，江水犹如万马奔腾撞冲着巨礁，而船如离弦之箭穿行在咆哮激荡的江水之中的感受。  
长江三峡简介：长江三峡又名峡江或大三峡，位于中国重庆市、恩施州、宜昌市地区境内的长江干流上，西起重庆市奉节县的白帝城，东至湖北省宜昌市的南津关，全长193千米，由瞿塘峡、巫峡、西陵峡组成。跨重庆奉节、重庆巫山、湖北巴东、湖北秭归、湖北宜昌长江  
三峡之韵：瞿塘雄、巫峡幽、西陵秀  
长江三峡四日三晚航行自助游行程：  
Day1:晚18.00点重庆朝天门码头上船，晚22:00开船。  
Day2:早上丰都鬼城（自费）下午石宝寨【游船包含门票】晚上欢迎酒会、文艺晚会。  
Day3:早上白帝城（自费）中午过瞿塘峡、巫峡、下午神龙溪【游船包含门票】晚上过五级船闸。  
Day4:早上参观三峡大坝【游船包含门票】中午过西陵峡、下午到达宜昌秭归码头，下船乘车到宜昌。  
游轮简介；  
游轮的行程都是一样的，不同的只是每条船的装修和档次不一样。最豪华的好像是黄金系列，其次是，总统系列，其次还有世纪系列、美维系列、神女系列、长江系列等等，  
我们选择总统八号船2050元/人：包括每日三餐、住宿。三个免费景点，分别是石宝寨、神龙溪、三峡大坝、二个自费景点，分别是丰都鬼城、白帝城，每人520元包鬼城，白帝城两个景点门票  
游轮三峡航线：上水从武汉  
宜昌到重庆  
5天4晚，下水  
重庆到宜昌  
4天3晚，因为上水的时候是逆水行船，所以会多出来一天的时间。  
长江三峡旅游地图  
长江三峡旅游地图  
旅游精粹；  
Day3：奉节县码头  
Day3：奉节风光  
Day3：奉节风光  
Day3：奉节风光  
Day3：白帝城  
Day3：白帝城  
Day3：白帝城  
Day3：白帝城  
Day3：瞿塘峡夔门  
Day3：瞿塘峡夔门  
Day3：瞿塘峡夔门  
Day3：瞿塘峡夔门  
Day3：瞿塘峡夔门炮台  
Day3：瞿塘峡  
Day3：神女溪  
Day3：神女溪  
Day3：巫峡  
Day3：巫山小三峡  
Day3：巫山小三峡  
Day3：巫山小三峡  
Day3：巫山小三峡  
Day3：长江船闸  
Day3：长江五级船闸  
关于作者：我是一名自由行旅游爱好者又是摄影爱好者，平时主要是拍风景照片，空余的时间喜欢到处跑，去各个地方去看看，拍摄当地的绝美风光和风土人情。热爱摄影的我，总不会放过路途上所有美好的人和事，我想那一刻的定格，将会组成我所有的回忆。想了解我更多的摄影作品和游记，可以关注我  
如有关于旅行上的问题,随时留言给我  
三峡记忆：游轮自重庆朝天门码头起航，抵达宜昌秭归码头，全程水路648公里，其间自奉节白帝城到宜昌南津关约200公里就是赫赫有名的长江三峡。沿途有丰都鬼城、忠县石宝寨、云阳张飞庙、奉节白帝城、瞿塘峡、巫山小三峡、巫峡、巫山神女峰、九畹溪、西陵峡、昭君家乡，屈原故里、三峡大坝等著名景点，就像是由江水串起来的珍珠项链，颗颗晶莹剔透，粒粒凝重瑰丽。  
长江三峡四日三晚自助游路线精粹：  
Day3：奉节白帝城  
奉节白帝城是长江三峡旅游胜地，位于长江北岸，距奉节城东约15华里，自古为兵家必争之地，白帝城因“刘备白帝托孤”和李白的“朝辞白帝彩云间”而名扬四海。  
今天是游览的精华日，因为游轮会依次驶过长江三峡的三道峡谷。  
早上，游轮抵达奉节白帝城，码头边有一处公园，公园中有座耀奎塔。耀奎塔是夔州的一座古塔，是近几年来才修复的，因此显得崭新，没有历史斑驳的味道。  
耀奎塔  
耀奎塔  
耀奎塔  
奉节县城风光  
奉节县城风光  
奉节县城风光  
奉节县城风光  
三峡工程蓄水之后，古老的奉节县城就全部淹没于水下了，白帝城也变为一座江中小岛。  
朝辞白帝彩云间 、千里江陵一日还 、两岸猿声啼不住 、轻舟已过万重山 【李白】  
白帝城游客中心  
导览  
白帝城已经成为一座孤岛，到白帝城只有走风雨廊桥。风雨廊桥已经是白帝城的一道景观，直通向白帝城。  
风雨廊桥  
风雨廊桥  
忠义广场  
在诸葛亮的背后，是一面汉白玉石雕刻的名篇——《出师表》。尽管已经过去了那么久，《出师表》已经忘记得差不多了，但我始终记得一句：”出师未捷身先死，长使英雄泪满襟“。印象中诸葛亮是一个真正忠义且智慧的人，为了蜀汉天下尽心尽力一辈子，最后却抱憾离去。一千多年了，人们从没有忘记过他。  
白帝城位于重庆奉节县瞿塘峡口的长江北岸,是三峡的著名游览胜地。原名  
子阳城  
，为西汉末年割据蜀地自号白帝的公孙述所建。  
导览  
桃园三结义  
白帝城  
关羽、张飞  
孔明  
刘备白帝托孤  
刘禅  
阿斗  
刘备  
刘婵  
诸葛亮  
杜甫  
树雕  
树雕  
树雕  
周恩来手迹  
周恩来手迹  
江泽民手迹  
毛泽东手迹  
白帝城  
夔门古象馆  
夔门古象  
旅游标志  
导览  
来到白帝城，不得不看的地方——瞿塘峡.  
朝辞白帝彩云间  
白帝城是观赏“夔门天下雄”的最佳地点，这里系古代水路进出巴蜀的必经之地，故众多文人墨客来往于此，诗歌创作丰盈，历代著名诗人李白、杜甫、白居易、刘禹锡、苏轼、黄庭坚、范成大、陆游等都曾登白帝，游夔门，留下大量诗篇，因此白帝城又有“诗城”之美誉。  
最新版的10元人民币上的图案，就是航拍的瞿塘峡，人民币上的景点。  
千里江陵一日还  
人民币上的夔门景点  
站在  
白帝山  
顶眺望远山近水，你就会被眼前的景色震撼，也就明白了历代文人墨客灵感之来源，今日虽不见了江水翻卷奔腾怒吼涛声不再。  
白盐、赤甲二山依旧夹江对峙巍然耸立，双峰欲合，如门半开； “众水会涪万，瞿塘争一门”。众水会集,争赴一门,只一个争字，杜甫便勾勒出了夔门的伟岸雄姿。  
山不算高，只因雄踞水陆要津，扼守三峡西口夔门，人自江中仰望，便有了彩云之上的感觉  
两岸猿声啼不住  
夔门风采  
夔门风采  
夔门风采  
夔门风采  
过了夔门，就正式驶入瞿塘峡啦，瞿塘峡是三峡中最短、最险要的一段峡谷，山体如刀削一般陡峭，高耸在已经变窄的江面的两侧。“山似拔地来，峰若刺天去。”欣赏着欣赏着，回头一看，夔门早已远离我们而去。  
瞿塘峡风采  
瞿塘峡风采  
瞿塘峡风采  
瞿塘峡风采  
瞿塘峡风采  
瞿塘峡风采  
瞿塘峡只有不到10公里长，不到半个小时，就驶过了。于是我们去自助餐厅吃午餐，然后回房间懒洋洋地躺在床上看着窗外的风景。  
不一会儿，船就驶入了三峡当中的第二道峡谷——巫峡。如果说瞿塘峡是个硬朗的汉子，那么巫峡就是形形色色的人群，因为它形态各异，千奇百怪，有时突兀挺立，有时温婉柔和。  
游轮经理在不断地用中英文给游客讲解岸边的这个峰那个峰，仔细一看，确实像那么回事。但我还是喜欢自己联想，让这些山峰和峡谷充满想象空间。  
游轮在千回万转的江中驶过，船上的人便欣赏到一幅接一幅迷人的画卷。  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
巫峡迷人的画卷  
在看尽巫峡的一座座山峰过后，一座形状奇异的山巅映入眼帘，游轮在这里打了个转，停下了。  
原来是神女峰。神女峰是巫山十二峰之最，仔细看的话，山峰顶端的石头像是一个亭亭玉立的仙女。  
神女溪风姿  
神女溪风姿  
乘客们依次下船，几人一组换乘小船，溯流而上，探访神女溪。  
小船驶进神女溪，一下子觉得画风突转。由磅礴大气变为温婉秀气。两岸的南方植物用力伸出脑袋，来让自己接受到像奢侈品一样的阳光。石头的纹路加上绿色的植物，构成一幅清新自然的画卷。  
神女溪风姿  
神女溪风姿  
神女溪风姿  
神女溪风姿  
神女溪风姿  
小船划了不久，河面就变窄了，再往上走，船就要搁浅了，于是我们下船步行。大家纷纷拍照，记录下这大自然的鬼斧神工。  
神女溪风姿  
神女溪风姿  
船起航了，船后激起的水纹越来越长，直到跟江山融为一体。  
晚上游船将经过三峡大坝船闸，体验随游船乘坐“水上电梯”的感受，历时约4小时  
三峡大坝的船闸分为五级，现在水位只到四级高度。船闸，应用的是连通器原理，两扇钢闸门关上后，往下放水，船因浮力随水往下降，等水位达到第二级船闸水位时，第二级船闸打开，船进去后关门放水水。这样一直到第四级，一共花了四个多小时的时间。当第四级闸门打开，就到了大坝后的长江了。  
过船闸了，赶忙来到窗外，游轮已经驶入了限定航道，两边的水泥墙触手可及。  
过船闸后，参观三峡大坝  
沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景。  
游感：我本是一个爱到处走动的人，走过无数的大山大川，江河湖泊，从南方的人间天堂苏杭二州，到北国的哈尔滨冰城，走到中国最北漠河寻北、从西部的彩云之南，到东边的黄海、渤海、参拜过东海的普陀，继续南下游海南、从中原到大西南的四川、拉萨，又从甘陕走到大西北新疆、我将会在这个热爱、向往的地方，寻找行程亮点，并且认真记录下来，对一个地方的热爱，多数是为了某个人某件事或者某段经历，以及优美的风光，朋友到长江三峡旅游吧。  
那一年，航行在烟雨三峡的水墨长卷中：梦回三峡【第三天】游记结束---请继续浏览那一年，航行在烟雨三峡的水墨长卷中：梦回三峡【第四天】游记

评论：  
1.我是自助旅游，没法计算单项花费，要想节省的话，只能在住宿和餐饮方面省了  
2.求问总共花费多少，哪块可以再节省一点？  
3.谢谢关注  
4.我认为，每一个喜欢旅游的人，应该挤出时间，乘坐火车走走青藏铁路、乘坐火车渡过琼州海峡、乘坐火车漫走新疆天山、乘坐火车闯荡满洲里、乘坐火车漠河找北，乘坐游轮畅游长江三峡、我相信，你会感到人生的价值不同。  
5.没有像这一刻这么深刻的觉得自己生活在象牙塔里，而外面是如此的美丽。。。  
6.三峡风光绝美，值得一游

## 66.跟我去恩施，大峡谷里遛个弯，清江河上吹吹风

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3677338.html

来源：携程

发表时间：2018-5-16

天数：3 天

游玩时间：5 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，人文，周末游，徒步，半自由行

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，巴东

正文：  
2012到2015的上半年，我偏居在渝东南，住在黔江，过着平平淡淡、快快乐乐的小日子，周末就出去爬山涉水，在原始森林里洗肺，在河谷洼地中戏水，在大街小巷里嬉戏。黔江于我，是记忆中的第二故乡！在那里，我看到了很多绮丽的山山水水，然而记忆虽然美好却有一丢丢的遗憾！距离  
恩施  
那么近，我居然从未去过  
恩施大峡谷  
~  
初夏，这个温暖的五月，我拟定了湖北之旅，第一站就是去恩施打卡。小车随着山道蜿蜒而上，一路上都是万千峡谷风情。下午的耶稣光打在山头、洒在林间，一切美得刚刚好。旅程，就从这里拉开了序幕！  
我住在女儿寨的5栋，听说这里是视野最好的房间。微风拂动窗纱，凭栏远眺，远处是大城市里未曾见过的山色，近听都是鸟儿的喳喳细语。躺在软软的床榻之上，所有旅途的疲惫消失得无影无踪，只期待着夜晚的篝火晚会~  
恩施，我国最年轻的自治州，这边土家的阿哥阿妹热情好客，能歌善舞。入夜时分，篝火肆虐地燃烧着，在美妙的山歌中起舞，那种及时行乐、纵享人生的恣意与洒脱，感觉一辈子都忘不掉！在社会的枪林弹雨中匍匐前进，有时候是真的挺累，累了就该找个时间、扔下包袱，去一个能让自己全然放松的地方。  
恩施大峡谷，就是这样一个地方。这里的夜晚很安静，只能听到外面的虫鸣，朋友说这边的人都是被鸟儿叫醒的！我在鸟叫声中迎来新的一天，然后朝着恩施最富盛名的大峡谷出发了~  
大峡谷分为两部分，包括“七星寨”和“云龙地缝”，云龙河地缝全长7.5千米，最深达75米，地缝怪石遍布，五彩斑斓，古木苍翠，碧流潺潺。步行栈道开凿在半山中，游人并不能直达谷底地缝。  
沿着步行栈道向前，地缝两岸有数条飞瀑流泉，飞流直下的水瀑看着都令人神清气爽。一路沿着垂壁上的栈梯下到地缝中，五月里也能感觉到一股凉爽的寒气袭来。云龙地缝只是恩施大峡谷景区的一个景点，朝着山上继续前进，还有更多的秀丽景色，也就是“七星寨景区”。  
七星寨原名“七惊寨”,是由小楼门、中楼门、大楼门、刹流洞、草皮千、鸡公岭、东云庙七个惊险的寨门组成,每处寨门都呈一夫当关万夫莫开之势,是以前山里的山皇帝(黑土司)派人修建而成,因在平面分布上形似北斗七星,故得名为“七星寨”。  
沿着一条环形的山间台阶可以游遍整个山中区域，不用走回头路。游客可以全程步行（约3小时），其中主要景点有一线天、绝壁长廊和一炷香等。黄山以奇松、怪石著，,张家界以天然盆景饮誉中华，但在我的心底，恩施大峡谷却是独一无二的，它兼具了怪石奇山和各种美好的天然植被盆景，不愧为“东方的科罗拉多”。  
“一炷香”，是高约150余米，最小直径只有4米的峰柱，看起来甚至觉得柱头比柱腰还要粗一些，傲立群峰之中千万年，风吹不倒，雨打不动。在2013年，一炷香这个景点还被外媒评为中国最美的40个景点之一。相传,这根石柱是天神送给当地百姓的一根平安香,如遇灾难将它点燃,天神就会下凡来救,故当地百姓称它为“平安香”。  
大峡谷里风景万千，站在高处，放眼望去，山的起伏、云的重叠、光的轻洒，让整个大峡谷美得像是一幅山水风景画。云海延绵百里，光影错乱欺负，整个场景美不胜收。生活中所有过不去的坎儿，其实都是心底有魔障，站在高处看浮云万千，瞬间想不开的过不去的全部都能抛诸脑外。  
在大大峡谷里有很多可以拍照打卡的地方，山间清风徐来，草木的芬芳混杂着泥土的味道，大自然的荷尔蒙就是这么的沁人心脾~  
在这里我必须承认，徒步恩施大峡谷是让我有点体力不支的。路途当中可以坐观光车、缆车，坐在缆车里，可以用上帝的视角俯瞰大峡谷，平地中看不到的景色，从高空中都能得以窥见。  
大峡谷里野菜很多，很多没有品尝过的品种都在这里得以尝试，来玩的朋友可以在这里挖野菜然后送到餐厅烹饪，一顿你不可能在城市里享受到的山间佳肴，就这样被你遇到了，哈哈~  
这里还有山间挑夫，如果累了可以选择让他们担你上车，听说运气好的挑夫可以日入千元。不过一般人没有那个运气，接客率不是很高，体力活也很辛苦。  
晚上再去看一场《龙船调》，这极具地方特色的土家山歌，让人印象深刻。歌词里积累了当地劳动人民长期的生活经验和智慧，字里行间透露出浓浓的生活气息，土家幺妹儿的娇羞、妩媚，土家阿哥阿妹的风情万种在舞台上表现得淋漓尽致。  
《龙船调》整个表演持续一个多小时，土司女儿和撑船小伙对于爱情的执着让人感动，为爱殉情赴死的故事，看得我潸然泪下。年轮渐长，在社会里摸爬滚打的时间越久，对于感情就越不抱有期待。我还是相信爱情，只是不相信自己！  
徒步大峡谷耗尽了我的体能，夜间的《龙船调》赚人眼泪，夜晚睡得很甜。养精蓄锐后第二天再坐游船观赏大清江风景区。清江，土家人的母亲河，自恩施市汾水河至  
巴东  
县水布垭，全长87公里，是清江最美、最具原生态特色的河段。全程分为红花峡、千瀑峡、蝴蝶峡三个峡段，峡谷两岸屏峦如画，石峰雄奇，飞瀑流泉。两岸的吊脚楼和土家田园掩映在青山碧水间，风景迷人，风情醉人，被中外游客赞誉为土家最美的河。  
胡蝶崖是大清江的标志性景点，远看就像是一只张开翅膀的漂亮蝴蝶。溶洞景点大多是三分相似、七分想象，而蝴蝶崖连猜都不用，一眼就知道它是什么。雨季水量大的时候，一挂飞瀑在蝴蝶翅膀的绝壁之间涌出，声如雷鸣，极其壮观。而水量小的时候，则又是一种婉约和柔美。山的雄伟结合水中的倒影，一只完整的蝴蝶更是栩栩如生。  
景阳大桥，是水布垭库区移民复建工程的一个重要项目。它全长519米，红色圆弧长260米，设计通航高度为18米。它漂亮的弧线宛若悬挂在天空的一道彩虹，于是被当地人称为彩虹桥。  
千瀑峡，以婀娜多姿的瀑布和奇峰异石著称，被誉为“清江十景”之一，全长29千米，每到夏季千瀑峡处处流泉飞瀑，大小瀑布成百上千。有的如银丝、有的如柳絮，有的壮观、有的柔美，千姿百态，令人眼花缭乱，目不暇接。  
关于千瀑峡还有一个比较悲凉的传说，相传盐池女神被巴务相射死之后，盐池部落化成蝶群四散奔逃。飞到清江这一带时，她们纷纷从天空降落，站在悬崖之巅遥望着盐池女神死去的方向，留下了悲伤的泪水。那些泪珠跌落崖间变成了眼前这些绵延不断的瀑布。一有神话加持，山水便开始灵动起来。  
除了以上，还有五兄弟峰、廪君山、巴王峡、笑面睡佛等值得一看的点。运气好也许还可以跟土家的阿妹唱个歌、合个影~  
船行到水布垭码头，也就是大清江风景区的尾部了，这里随手一拍画面感都很好。微风轻拂、碧波微澜，阳光洒射在江面，小船荡漾其间，美好地时光仿佛都定格了下来。  
恩施是个美好的地方，短短的两天根本无法深入体会这里的山水之美。我想再过一段时间，在盛夏的汛期中，等大清江所有的飞瀑都足够气势磅礴后再去转转，慢慢地徜徉在大峡谷的山间栈道，聆听水瀑嘶吼、感受缝底凉意。

评论：  
1.哈哈哈，自拍  
2.好文章就是要给大家分享美图好心情，也可以给后来者一些经验。谢谢分享！  
3.等不忙了一定要去一次，认真学习一下先。  
4.除了旅行还有什么兴趣爱好呢？估计是摄影吧~

## 67.千万粉丝走进鄂旅投

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3676330.html

来源：携程

发表时间：2018-5-17

天数：7 天

游玩时间：5 月

人均花费：4000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行

旅游路线：湖北，清江画廊，荆州，洈水风景区，恩施，恩施大峡谷，长阳，宜昌，荆州古城，张居正故居，荆门

正文：  
2018年5月6日——5月14日，作为  
湖北  
省旅游局首届“灵秀湖北”签约旅游体验师，我第三次应邀参加了#千万粉丝走进鄂旅投#暨2018鄂旅投网络旅游节活动。  
7天的时间，我们穿行在荆楚大地的6座城市，近距离感受湖北优美的自然风景和风土人情，特别是河北深厚的历史文化底蕴更是给我们留下来深刻的印象。云龙河地缝景区、七星寨景区、蝴蝶崖景区、  
清江画廊  
景区、  
荆州  
洈水风景区  
、漳河风景区，感受着灵秀湖北的天造地设与鬼斧神工，还有大型实景剧《龙船调》《刘备招亲》，活动精彩纷呈，大咖云集。

评论：

## 68.那一年，渝你相遇--重庆往事，我的长江三峡记忆：航行在烟雨三峡水墨长卷中【第四天】

https://you.ctrip.com/travels/yichang313/3675514.html

来源：携程

发表时间：2018-5-17

天数：4 天

游玩时间：3 月

人均花费：2800 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，人文，自由行，邮轮，省钱

旅游路线：长江三峡，三峡大坝，坛子岭，宜昌，黄陵庙，葛洲坝，南津关，三峡人家，屈原故里，截流纪念园，夷陵长江大桥

正文：  
那一年，渝你相遇--重庆往事，我的  
长江三峡  
记忆：航行在烟雨三峡水墨长卷中、  
三峡大坝  
、  
坛子岭  
、西陵峡、  
宜昌  
秭归  
码头，  
黄陵庙  
、  
葛洲坝  
、宜昌市【第四天】  
我认为，每一个喜欢旅游的人，应该挤出时间，乘坐火车走走青藏铁路、乘坐火车渡过琼州海峡、乘坐火车漫走新疆天山、乘坐火车闯荡满洲里、乘坐火车漠河找北，乘坐游轮畅游长江三峡、我相信，你会感到人生价值不同。  
前言：  
不知道从什么时候开始，长江三峡就成了我心驰神往的地方，这么多年却一直就可望而不可及。“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还”。我渴望着去体验那天降神来空灵飞动的意境，在别人的文章里，在影视作品中，看着三峡的壮美景观，曾无数次想象着自己顺滚滚江水奔流在悬崖陡壁之间，江水犹如万马奔腾撞冲着巨礁，而船如离弦之箭穿行在咆哮激荡的江水之中的感受。  
长江三峡简介：  
长江三峡又名峡江或大三峡，位于中国重庆市、恩施州、宜昌市地区境内的长江干流上，西起重庆市奉节县的白帝城，东至湖北省宜昌市的  
南津关  
，全长193千米，由瞿塘峡、巫峡、西陵峡组成。跨重庆奉节、重庆巫山、湖北巴东、湖北秭归、湖北宜昌  
长江三峡之韵：瞿塘雄、巫峡幽、西陵秀  
长江三峡四日三晚航行自助游行程：  
Day1:晚18.00点重庆朝天门码头上船，晚22:00开船。  
Day2:早上丰都鬼城（自费）下午石宝寨【游船包含门票】晚上欢迎酒会、文艺晚会。  
Day3:早上白帝城（自费）中午过瞿塘峡、巫峡、下午神龙溪【游船包含门票】晚上过五级船闸。  
Day4:早上参观三峡大坝【游船包含门票】中午过西陵峡、下午到达宜昌秭归码头，下船乘车到宜昌换乘火车到湖北恩施。  
游轮简介；  
游轮的行程都是一样的，不同的只是每条船的装修和档次不一样。最豪华的好像是黄金系列，其次是，总统系列，其次还有世纪系列、美维系列、神女系列、长江系列等等  
我们选择总统八号游船，2050元/人：包括每日三餐、住宿。三个免费景点，分别是石宝寨、神龙溪、三峡大坝、二个自费景点，分别是丰都鬼城、白帝城，每人520元【包鬼城，白帝城】两个景点门票  
游轮三峡航线：上水从武汉  
宜昌到重庆  
5天4晚，下水  
重庆到宜昌  
4天3晚，因为上水的时候是逆水行船，所以会多出来一天的时间。  
三峡旅游地图  
三峡旅游地图  
长江三峡旅游精粹；  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡水利工程  
Day4：长江三峡---西陵峡  
Day4：长江三峡---西陵峡【  
三峡人家  
】  
Day4：长江三峡---秭归港  
Day4：长江三峡---黄陵庙  
Day4：长江三峡---黄陵庙  
Day4：长江三峡---黄陵庙  
Day4：长江水利工程葛洲坝  
轮船信息：  
一，船次总统八号【  
重庆—宜昌  
】  
2017年3月15日重庆朝天门码头发船时间22.00点—2017年3月19日到达宜昌，船票2050元/张，里程公里，轮船运行四天，三晚。  
关于作者：我是一名自由行旅游爱好者又是摄影爱好者，平时主要是拍风景照片，空余的时间喜欢到处跑，去各个地方去看看，拍摄当地的绝美风光和风土人情。热爱摄影的我，总不会放过路途上所有美好的人和事，我想那一刻的定格，将会组成我所有的回忆。想了解我更多的摄影作品和游记，可以关注我的  
如有关于旅行上的问题,随时留言给我  
三峡记忆：  
游轮自重庆朝天门码头起航，抵达宜昌秭归码头，全程水路648公里，其间自奉节白帝城到宜昌南津关约200公里就是赫赫有名的长江三峡。沿途有丰都鬼城、忠县石宝寨、云阳张飞庙、奉节白帝城、瞿塘峡、巫山小三峡、巫峡、巫山神女峰、九畹溪、西陵峡、昭君家乡，  
屈原故里  
、三峡大坝等著名景点，就像是由江水串起来的珍珠项链，颗颗晶莹剔透，粒粒凝重瑰丽。  
Day4：三峡大坝  
1956年6月，毛主席在《水调歌头?游泳》中写到：“更立西江石璧，截断巫山云雨，高峡出平湖。神女应无恙，当惊世界殊。”如今，位于西陵峡中段的三斗坪已经立起了一座大坝，将万里长江拦腰截断，2003年6月1日开始蓄水发电，形成了一座长达600公里的水库，真的是高峡出平湖。  
三峡大坝景区  
游客依次走进三峡大坝  
三峡大坝虽然不是世界最高的大坝，却是世界规模最大的大坝，大坝全长2309米，混凝土浇筑总量超过1600万立方米。中国人从一百年前就开始了设想建造三峡大坝，到2009年全部完工，可是直至今天有关大坝的争议从来就没有停止过，千秋万代功过是非真的不好说。  
三峡大坝的海拔高度为185米，三峡大坝从水下地基至坝顶的实际的最大坝高为181米，正常水库水位是海拔175米，而坝下通航最低水位62米，这就是说，大坝前后落差达113米，那么高的一堵水墙竖在眼前，想想也害怕。  
三峡工程模型室  
三峡工程模型室  
三峡工程模型室  
三峡工程模型室  
三峡工程模型室  
长长的自动扶梯载着你直达景区制高点坛子岭，坛子岭上俯瞰大坝景观尽收眼底  
坛子岭  
万年江底奇石  
观景台前是重达28吨的三角形四面体的大江截流石，我仿佛又看到当年大江截流雄伟壮丽的场景  
截留四面体纪念石  
三峡大坝基石  
三峡大坝基石  
坛子岭浮雕  
坛子岭浮雕  
坛子岭揽胜  
坛子岭揽胜  
纵观三峡大坝  
纵观三峡大坝  
纵观三峡大坝  
纵观三峡大坝  
纵观三峡大坝  
站在平台上眼前大坝犹如一条巨龙从天而降，截断巫山云雨，一眼望不到边的水面  
纵观三峡大坝  
在这儿长江就不再是原来的长江了，站在这样宏伟的工程面前，无人不感到惊叹  
纵观三峡大坝  
纵观三峡大坝  
纵观三峡大坝  
截流纪念园  
截流纪念园  
截流纪念园  
截流纪念园---岩芯石  
导览  
定江石山  
定江石山  
大型设备广场  
大型设备广场  
大型设备广场  
大型设备广场  
大型设备广场  
大型设备广场  
千里三峡纪念馆  
大江曲  
大江曲  
绝世千里三峡园  
听涛台  
Day4：西陵峡  
从大坝参观返回，11点钟，船行驶至三峡最后一段峡谷西陵峡。过了三峡大坝，西陵峡的湖北段恢复了原始水位，这里能看到原始的河道，裸露的石滩，两岸风光秀丽，远山含黛，层峦叠嶂，树木葱茏，美丽的  
三峡人家  
原始村落与现代化的人工大桥遥相呼应，别有一番韵味。  
西陵峡风光  
西陵峡风光  
西陵峡风光  
西陵峡风光  
西陵峡风光  
西陵峡风光  
西陵峡风光  
西陵峡风光  
Day4：秭归港  
游轮停靠在宜昌秭归码头。司机师傅早早的在停车场等候，下一站，黄陵庙。  
秭归港  
秭归港  
秭归港  
秭归港  
Day4：黄陵庙  
古称黄牛庙、黄牛祠，又称黄牛灵应庙，是长江三峡地区保存较好的唯一一座以纪念大禹开江治水的禹王殿为主体建筑的古代建筑群，坐落在三峡西陵峡中段长江南岸黄牛岩下的湖北省宜昌县(现为宜昌市夷陵区)三斗坪镇，矗立于波澜壮阔的长江江边。  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
黄陵庙  
Day4：宜昌风光  
夷陵长江大桥  
夷陵长江大桥  
三峡游船码头  
三峡游客中心  
三峡游客中心  
宜昌街景  
宜昌街景  
宜昌街景  
宜昌街景  
宜昌街景  
宜昌街景  
Day4：葛洲坝水利枢纽  
位于中国湖北省宜昌市境内的长江三峡末端河段上，距离长江三峡出口南津关下游2.3公里。它是长江上第一座大型水电站，也是世界上最大的低水头大流量、径流式水电站。1971年5月开工兴建，1988年12月全部竣工。  
长江水利工程---葛洲坝  
长江水利工程---葛洲坝  
长江水利工程---葛洲坝  
长江水利工程---葛洲坝  
长江水利工程---葛洲坝  
长江水利工程---葛洲坝  
长江水利工程---葛洲坝  
长江水利工程---葛洲坝  
长江水利工程---葛洲坝  
宜昌火车站  
宜昌火车站  
宜昌火车站  
宜昌火车站  
宜昌火车站  
宜昌火车站  
古往今来，无数的人来到过三峡，又告别了三峡，屈原、宋玉、王昭君、刘备、李白、杜甫、欧阳修、苏轼，数也数不清。我的三峡之行，虽然已是高峡平湖，虽然两岸猿声不再，虽然三峡纤夫号子已远，昔日的怀念已凝成记忆的琥珀。然而千万年来人类的活动无时无刻不在改变着自然地理形貌，旧景物一个一个的淹没了，新景观一个又一个的浮现，就象当今的整个中国，没有一个地方毫无例外的正以令人难以想象的速度发生着变迁，“更立西江石壁，截断巫山云雨，高峡出平湖。神女应无恙，当惊世界殊。”当年诗词犹在耳畔，这个世界今天真的受到了惊吓，神女确实无恙。  
沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景。  
游感：我本是一个爱到处走动的人，走过无数的大山大川，江河湖泊，从南方的人间天堂苏杭二州，到北国的哈尔滨冰城，走到中国最北漠河寻北、从西部的彩云之南，到东边的黄海、渤海、参拜过东海的普陀，继续南下游海南、从中原到大西南的四川、拉萨，又从甘陕走到大西北新疆、我将会在这个热爱、向往的地方，寻找行程亮点，并且认真记录下来，对一个地方的热爱，多数是为了某个人某件事或者某段经历，以及优美的风光，朋友到长江三峡旅游吧。  
那一年，航行在烟雨三峡的水墨长卷中：梦回三峡【第四天】游记结束---请继续浏览那一年，渝鄂相遇---恩施往事，我的恩施记忆：漫步湖北恩施【第十一站】

评论：  
1.真心不便宜，门票是景区的3倍，邮轮上的门票太贵建议大家还是不要坐邮轮，太黑，服务还不好，2岁以上的儿童都需要门票  
2.有点小乱  
3.是吧 那个这次行程包括巫山小三峡吗  
4.邮轮如何？上面有泳池，池水干净吗  
5.请浏览一下我的三峡旅游第三天游记，里边详细介绍了巫山小三峡和其他  
6.冬季泳池温度低，不喜欢  
7.谢谢关注  
8.楼主的照片拍得美丽至极阿，看得我心生向往。  
9.出差的时候去过没好好玩，下次有机会一定好好品味一下  
10.楼主，你写的太详细了，准备去自由行，太有用了

## 69.盛竹很美，你必须亲自去体验

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3674832.html

来源：携程

发表时间：2018-5-17

天数：2 天

游玩时间：5 月

人均花费：500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
“ 盛竹很美，必须身临其境才能感受到那份脱离尘世的美，这里的俊美山川、溪泉河流、天然植被、岩层地貌、风土人情、特色食材以及从未发掘的魅力，一起走走看看，感悟自然与人生的真谛”  
1、行程安排（0.5天~2天）  
0.5天版： A 自驾/骑行/摄影——头坝堰→桂花村→高岩→杨桥沟→杨桥沟→磨谷坝→（杨家屋场、黄杨树、硒奇湾）三选一  
1.0天版：B自驾/摄影/徒步——头坝堰→杨家屋场→小东溪  
2.0天版：C自驾/摄影/徒步——头坝堰→杨家屋场→小东溪→草建坪  
PS：若有意向前去游玩者，最好提前和本地村民和村委提前联系，可根据实际情况设定行程路线和时间，本地旅游资源非常丰富，大部分处于自然生态状态，未进行商业开发，相关配套不是特别齐全。  
适合户外徒步、风光摄影、人像摄影、家庭自驾游、乡村生活体验  
2、交通选择  
机场：  
恩施许家坪机场  
火车：  
建始站  
高速出口：  
建始  
根据自己的实际情况选择交通方式，到达  
建始  
后选择自驾或公共交通到达长梁乡头坝堰（209国道），可选择当地特色交通（摩托车），最好是自驾或组团  
3、友情提示  
选择徒步/自驾游玩一定要带好相关户外旅行用品（药品、相关设备、拍照道具）  
保险购买也很有必要哦

评论：  
1.好的，过段时间再分享一篇  
2.跟着作者的脚步看世界~~还可以再多些内容么？  
3.用一种让自己舒心的方式去感受什么生活，开心最重要，别让等待让期望的一切遥遥无期  
4.😝，很透彻的感受了一下自然之美  
5.旅行嘛，最重要就是玩的开心，人生苦短，趁还走得动，我还是马上去订票吧……  
6.楼主这个旅游节奏令人羡慕啊~

## 70.去湖北别只盯着神龙架和武当山，这些地方人少景美堪比仙境

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3676327.html

来源：携程

发表时间：2018-5-17

天数：8 天

游玩时间：5 月

人均花费：4000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，小资，穷游，周末游，徒步，邮轮

旅游路线：湖北，武当山，恩施，恩施大峡谷，巴东，宜昌，清江画廊，荆州，荆州古城，张居正故居，荆门，观音岛，阳光沙滩

正文：  
大冶阳光沙滩度假酒店  
¥  
320  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
湖北  
，在这个温暖的五月之前，在我的心底、眼中，都是一片空白。人生需要到处走动，去体验不同的风土人情，感受不一样的城市风貌，邂逅那些应该认识的人。关于湖北的印象，记忆中只有充满了仙风侠骨的  
武当山  
，以及神秘莫测的神龙架。此外，对于湖北，我一无所知。  
这次，8天7夜的湖北鄂西之旅，我前前后后去了很多地方，在大街小巷触摸时光的印记，感受不同人文在现代文明中的碰撞，这一趟认识了很多新朋友，弥补了湖北在我脑海中的空缺，此行虽累却毫无槽点。  
恩施  
：大峡谷里看飞瀑奇石，清江河上坐游船听风  
恩施是中国最年轻的自治州，这里民族风情浓郁、自然风光绮丽。从重庆坐动车到恩施，再坐车进入大峡谷，一路上的微风习习、阳光灿烂了眉眼发梢。透过云层洒下的耶稣光，在田野山间挥蔓延，心底的欢欣难以言喻。  
落脚女儿寨，窗外都是大城市里见不到的山色美景，晨间山雾起伏，一切宛若仙境。耳畔都是鸟语虫鸣，淡淡的花香在空气中起伏，时间在这里是缓缓流淌的，慢下的步子、静下的心，都在这里归于宁静。  
夜晚看土家族的阿哥跟幺妹对唱山歌，跟随着他们在恣意燃烧的篝火旁载歌载舞，旋转跳跃的步伐、欢快动人的旋律，那些人与人之间的隔阂与芥蒂，都在笑语欢歌中消散不见。  
入夜后躺在软塌之上，期待着一睹“东方科罗拉多”  
恩施大峡谷  
的风采。踏入大峡谷没多久就能看到石帘，一道道的石帘宛若罩在峡谷上的面纱，神秘而又风情万种。  
大峡谷分为两部分，包括“七星寨”和“云龙地缝”，云龙河地缝全长7.5千米，最深达75米，地缝怪石遍布，五彩斑斓，古木苍翠，碧流潺潺。步行栈道开凿在半山中，游人并不能直达谷底地缝。  
沿着步行栈道向前，地缝两岸有数条飞瀑流泉，飞流直下的水瀑看着都令人神清气爽。一路沿着垂壁上的栈梯下到地缝中，五月里也能感觉到一股凉爽的寒气袭来。云龙地缝只是恩施大峡谷景区的一个景点，朝着山上继续前进，还有更多的秀丽景色，也就是“七星寨景区”。  
七星寨原名“七惊寨”,是由小楼门、中楼门、大楼门、刹流洞、草皮千、鸡公岭、东云庙七个惊险的寨门组成,每处寨门都呈一夫当关万夫莫开之势,是以前山里的山皇帝(黑土司)派人修建而成,因在平面分布上形似北斗七星,故得名为“七星寨”。  
沿着一条环形的山间台阶可以游遍整个山中区域，不用走回头路。游客可以全程步行（约3小时），其中主要景点有一线天、绝壁长廊和一炷香等。黄山以奇松、怪石著，,张家界以天然盆景饮誉中华，但在我的心底，恩施大峡谷却是独一无二的，它兼具了怪石奇山和各种美好的天然植被盆景，不愧为“东方的科罗拉多”。  
“一炷香”，是高约150余米，最小直径只有4米的峰柱，看起来甚至觉得柱头比柱腰还要粗一些，傲立群峰之中千万年，风吹不倒，雨打不动。在2013年，一炷香这个景点还被外媒评为中国最美的40个景点之一。相传,这根石柱是天神送给当地百姓的一根平安香,如遇灾难将它点燃,天神就会下凡来救,故当地百姓称它为“平安香”。  
大峡谷里风景万千，站在高处，放眼望去，山的起伏、云的重叠、光的轻洒，让整个大峡谷美得像是一幅山水风景画。云海延绵百里，光影错乱欺负，整个场景美不胜收。生活中所有过不去的坎儿，其实都是心底有魔障，站在高处看浮云万千，瞬间想不开的过不去的全部都能抛诸脑外。  
在大峡谷里有很多可以拍照打卡的地方，山间清风徐来，草木的芬芳混杂着泥土的味道，大自然的荷尔蒙就是这么的沁人心脾~，这里我必须承认，徒步恩施大峡谷是让我有点体力不支的。路途当中可以坐观光车、缆车，坐在缆车里，可以用上帝的视角俯瞰大峡谷，平地中看不到的景色，从高空中都能得以窥见。  
白天徒步大峡谷，夜晚看一场独具风情的《龙船调》，感受土家幺妹的万千娇羞，“妹娃要过河，哪个来推我嘛”，这场表演把为爱抗争的执着表现得淋漓尽致。爱情，值得我们奋力抗争！虽然能与爱情相遇的几率很低，但我还是不会放弃，不凑合不将就，就在时光里静候你的到来~  
大清江风景区也还不错。清江，土家人的母亲河，自恩施市汾水河至  
巴东  
县水布垭，全长87公里，是清江最美、最具原生态特色的河段。全程分为红花峡、千瀑峡、蝴蝶峡三个峡段，峡谷两岸屏峦如画，石峰雄奇，飞瀑流泉。两岸的吊脚楼和土家田园掩映在青山碧水间，风景迷人，风情醉人，被中外游客赞誉为土家最美的河。  
胡蝶崖是大清江的标志性景点，远看就像是一只张开翅膀的漂亮蝴蝶。溶洞景点大多是三分相似、七分想象，而蝴蝶崖连猜都不用，一眼就知道它是什么。雨季水量大的时候，一挂飞瀑在蝴蝶翅膀的绝壁之间涌出，声如雷鸣，极其壮观。而水量小的时候，则又是一种婉约和柔美。山的雄伟结合水中的倒影，一只完整的蝴蝶更是栩栩如生。  
千瀑峡，以婀娜多姿的瀑布和奇峰异石著称，被誉为“清江十景”之一，全长29千米，每到夏季千瀑峡处处流泉飞瀑，大小瀑布成百上千。有的如银丝、有的如柳絮，有的壮观、有的柔美，千姿百态，令人眼花缭乱，目不暇接。关于千瀑峡还有一个比较悲凉的传说，相传盐池女神被巴务相射死之后，盐池部落化成蝶群四散奔逃。飞到清江这一带时，她们纷纷从天空降落，站在悬崖之巅遥望着盐池女神死去的方向，留下了悲伤的泪水。那些泪珠跌落崖间变成了眼前这些绵延不断的瀑布。一有神话加持，山水便开始灵动起来。  
恩施是个好地方，再过一段时间，在盛夏的汛期中，等大清江所有的飞瀑都足够气势磅礴后再去转转，慢慢地徜徉在大峡谷的山间栈道，聆听水瀑嘶吼、感受缝底凉意。  
宜昌  
：登武落钟离山，游  
清江画廊  
清江是长江的一颗明珠，“水色清明十丈，人见其清澄，故名清江。”它发源于鄂西利川市龙洞沟，有着“八百里清江美如画”的盛誉。  
八百里清江水宛如一条蓝色漂带，穿山越峡，两岸拥有独特的喀斯特地貌，峰峦叠嶂，湖内数百翡翠般的岛屿星罗棋布、灿若绿珠。  
如黛江水烟波浩渺，高峡绿林曲径通幽，人称清江有长江三峡之雄，桂林漓江之清，杭州西湖之秀，风光无限，无与伦比。  
从清江画廊旅游码头乘船逆江而上25公里，有一座古老而神奇的山，峭壁峻岩、草木葱茏，四面浩波环绕，点点船帆浮游，这就是土家先祖巴人的发祥地——武落钟离山。  
据《后汉书·南蛮西南夷列传》记载：“巴郡南郡蛮，本有五姓：樊氏、巴氏、瞫氏、相氏、郑氏，皆出于武落钟离山。其山有赤黑二穴，巴氏之子生于赤穴，四姓之子皆生于黑穴。未有君长，俱事鬼神，乃共掷剑于石穴，若能中者，奉以为君。巴氏子务相独中之，众皆叹。又令各乘土船，若能浮者，当以为君。余姓悉沉，唯务相独浮。因共立之，是为廪君”。  
这是赤穴，本不应该在这里拍照的，但我觉得这个地方的构图很好，所以还是不避讳地在这里打了个游客照的卡。  
武落钟离山是个特别适合爬山的好地方，步行梯道修缮极好，沿途绿荫葱葱，吸一口都是大自然馈赠的芬芳。登上武落钟离山的顶端，可以俯瞰清江，虽然没有一览众山小的万千豪情，但也能尽揽清江的山水之美。  
山顶也有一座庙，本来不打算进去看看的，但守山的大叔执意让我们进寺庙里看看，说是庙后的视角极佳，能看到无上的好风光。  
从寺庙后方看出去，这个视角确实很不错。下面的民房、阁楼、寺院，宛若一颗颗明珠，点缀在清江两旁。  
这座山头看着像什么？很多人说像是神女的侧颜，而我却觉得它好像孙悟空的侧脸，你们认真瞅瞅，我说得看到没错！在这里还可以品尝当地风味菜清江鱼、清江虾、南豆腐、茶油汤、神豆腐等。  
荆州  
：洈水圆满了我的少女心，古城温暖了一段旧时光  
洈水，是此行中最富少女心的地方。登上小岛，大片大片的花海，万千小风车随风摇晃，哗啦啦的声响让我很欣喜。徜徉在花田里，感觉自己就是一个花间精灵。  
成片成片的格桑花，绽放了她们的笑颜。格桑花又称格桑梅朵，寓意着“美好、幸福的时光”，第一次见到这样大规模的花海是在泸沽湖，阳光洒在里格半岛的湖面，格桑花摇曳着笑脸，那一刻我的心都酥了。这一次，我又沉沦在这一片花海里了~  
很难想像这里叫放生岛，波光粼粼的湖面，绿油油的草地，有点高原草场的感觉。偶尔一两头吃草的牛晃悠悠地荡在湖边，看着有点岁月静好、与世无争的桃源生活模样。  
洈水的露营基地真的是很完美，这边的住宿环境简直一流。树屋、独栋木屋、蒙古包、房车，你想体验的任何住宿环境，这里都有，而且里面配套设施一流。  
我住在观星04，夜晚星光透过天窗洒进帐篷，真是无愧于“观星”的名字。周围很静，能听到热闹的蛙鸣，低沉的虫吟。这一夜，我入睡很快、睡得很沉。洈水，除了是露营基地外还有无数的VR体验，也是个亲子游的绝佳去处。林间各种娱乐设施，大人小孩都会沉湎其间。  
与洈水不同，楚王车马阵是历史的浓墨重彩，“中国仅有，天下第一”，是目前国内乃至世界所见规模最大、保存最好、陵园分布最完整的楚国高等级贵族墓地，是春秋战国时期楚文化最高水平的杰出代表，被国内文物考古专家美誉为“北有兵马俑，南有车马阵”。  
车马阵展厅，是在考古发掘遗址上就地修建的，展厅采用了大型跨越式钢结构。展厅里有四十座气势恢宏的车马坑，占地8200多平米，是目前发掘出车马殉葬规模最大的！  
在当时马匹车辆都极为珍贵，如此大数量的陪葬，反应了当时楚国国力处于鼎盛时期。不免感慨，咱们中华民族真是非一般的有才，也让我感慨封建帝制之下的残酷。  
荆州古城  
距离楚王车马阵不远，远远就能看到关公雄伟庄严的雕塑。他就像是这座城的保护神，保佑着荆州百姓安居乐业，保佑着这一方地域的风调雨顺，把所有的妖魔鬼怪都拦在城墙外。  
古城墙是一道靓丽的风景线，这里的夏天没有燥热的侵袭，走在城墙上，看着眼前的郁郁葱葱，能够感受到时间荒海里那些点点滴滴的过往。从三国时代起，荆州古城墙没有发生过大的变迁，移位距离仅在50米左右范围内；土城墙远远早于砖城墙。在荆州城小北门西侧，还有一段长近20米的明代成化年间夯筑的石灰糯米浆城墙。此段城墙虽经500多年，却仍坚如磐石，为世所罕见。  
点炮台，古时守护城防的武器。  
荆州古城墙始建于春秋战国时期，经过三百五十多年的风雨，现存的古城墙大部分为明末清初建筑。现耸立在人们眼前的雄伟砖城，为明清两代所修造。砖城逶迤挺拔、完整而又坚固，是我国府城中保存最为完好的古城垣。  
这里也有精彩的表演，迎关羽入城，我得感慨一下，湖北这边山灵水秀，孕育出了不少水灵的妹子。舞台上好多妹子都长了一张天然的明星脸，看得我煞是羡慕。  
主角是中间的关羽，白衣是赵子龙，右侧的是黑脸张飞。再多说一句，赵子龙长得特别帅，真是一眼惊艳那种，哈哈哈~  
荆州古城的旁边就是  
张居正故居  
，一代栋梁之才，最终落下家破人亡的悲凉。还好，后来明君匡扶正义，恢复了张居正的爵位、重建了他的府邸。  
荆州这边人才辈出，张居正算一个、屈原算一个，还有几代帝王将相。灵秀的山水培育出了无数的历史名人，羡慕湖北这样钟灵毓秀的地方，培养出了诸多铁骨铮铮、两袖清风的人才~  
夜晚在荆州古城上演了一场《刘备招亲》，排场很大，灯光、造型、服装、音响都配合得很棒~  
这一场戏，让我觉得成为一个有钱有权有势的人还蛮好的。起码，能给爱人一个足够气派的婚礼！  
荆门  
：系留气球上放飞梦想，漳河边上长出翅膀  
爱飞客让我很意外，我没有料到这个尚未正式对外营业的景点会如此火爆，几万的人都汇集在了爱飞客，即使天气炎热，大家也都热情不减。  
坐在系留气球上，用航拍的视角看爱飞客，多架飞机分布在主题公园里，感觉这里真是美呆了。好多父母携带孩子来此游玩，童真的笑脸、爽朗的笑声，让这一切变得无比的简单欢快。  
荆门极客公园目前已入驻蛟龙600的1:1 的真机模型，水轰5、“伏尔加-2” 地效飞行器、LAKE 270T型水上飞机、安-26型运输机、新舟60飞机、米格-23战斗机、米-24型直升机、歼教6教练机、轰5轰炸机、歼-5歼击机、强-5型强击机、武直10等多种型号飞机模型共23架。  
公园内还有为孩子开设的航模课程，看着那么多的小孩子在这里把玩飞机模型，仿佛能看到中  
国航  
天事业的蓬勃未来。  
而在荆门爱飞客极客公园我还见识了从水里起飞的飞机。不得不说，确实世界很大，我见识有限，以后还得多拓展眼界、增加阅历~  
在这里，还可以假装自己来了海边度假，我还挺想也试试跟机长一起从水里起飞的感觉~  
在湖北的最后时光是虚度在漳河的，虚度的时光最为美好。漳河之旅在我的记忆中熠熠生辉。跟着游船登上  
观音岛  
，在岛上进行了祈福仪式，我至今记得我吧我的香献给了延命观音，希望自己可以健康长寿、平安到老。  
这边的水上活动颇为丰富，划船、水桥，好玩又刺激。和风习习、午后阳光微暖，打在身上也不觉燥热。  
林间可以玩的也很多，像是户外拓展一样，吊索桥、野外挑战，没有一个小时是耍不完的。我很可惜当时的时间有限，没有把这些项目玩个遍。  
其实，我也有很强的体育竞技水平，只是后来被岁月养了膘，失去了良好的平衡能力，再也没办法展现我的高水准~  
不过我坐了江上滑索，在重庆这么多年我都没有坐过长江索道，但我却在观音岛体验了江上滑索，工作人员把我推出去的时候，耳畔都是风的低语轻吟，足底是漳河的碧波，头顶是微暖的阳光，全身的每一个细胞都在欢呼跳跃。  
落地了，采茶姑娘在茶田里唱着采茶的歌儿，十指尖尖在采茶，一吟一唱皆是诗。  
夜晚，住在漳河  
阳光沙滩  
。日落时分，夕阳无限好。这里虽然没有海，却有着堪比大海的美貌，落日的余晖染红了半边天，水天相接的地方，有着一座小海岛。孩子们在水里嬉戏打闹，笑语欢歌不停。而我，想做一个向阳而生的人，温暖明亮。  
漳河阳光沙滩这里还是一个影视基地，有大片大片的马鞭草，有大大的翻船，有建立的欧式小城堡，有浪漫的花间秋千。而我，这次终于如愿以偿地在马鞭草里拍下了几张喜欢的照片~  
鄂西之行，让我看到了千湖之城的特有魅力。湖北的秀丽山水、土家的民族风情，还有不一样的特色美食，都在记忆中留下了闪光点。每一段旅程都带着香气、缠着记忆，而我在湖北留下的足迹也会越来越丰盈！

评论：  
1.还有更多照片吗？想看~能再更新一些吗？我喜欢看人文的。  
2.行走在途中，可以让美好的回忆播撒一路，非常憧憬向往~  
3.楼主有没有推荐的查询旅游信息的网站呢？等回复，先感谢啦！

## 71.暂别城市的喧嚣，走进美丽的恩施，游山赏水！

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3679144.html

来源：携程

发表时间：2018-5-19

天数：3 天

游玩时间：5 月

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
在一个城市待久了，就很想换个地方去体验一下生活，旅行就是最好的方式。对于像我这种有点不安份，总想去旅行的人来说，如果各方面条件允许，真的会随时来场说走就走的旅行，去领略不同地域的风光，让自己在旅途之中多一份幸福与收获。  
要说旅行，想去的地方很多，在五月初的时候，做了一个小计划，想去旅行一次，去湖北看看。很多人去湖北，可能选择的第一站会是黄鹤楼、武当山，毕竟都是当地有名的景点，还有就是神农架、三峡大坝，而这次我并没有去这几个地方。  
此次湖北之行，行程范围大都在湖北鄂西，安排的比较紧凑，时间有点赶，身体稍微有点累，总的这次行程还是值得的，最起码对湖北多了一些了解，让这次旅行更加充实。  
来的时候是从西安乘坐高铁到武汉住了一个晚上，第二天上午去参观了武汉403国际艺术中心，位于武汉百瑞景中央生活区，到这里无论是打车还是乘坐公交车都很方便。  
它是由原武汉锅炉厂编号403的双层车间的工业遗址改造而成，所以给它取名403国际艺术中心，现在那里还保留着之前车间的机器，它既是一种艺术的展现，也是一种怀念。  
逛完403国际艺术中心，真心觉得它是一个充满艺术感的创意空间，空间足够的大，里面设置了红椅先锋剧场、漫行咖啡书吧、留白艺术中心、原型创意创业帮四大空间。红椅剧场的演出包括戏剧、舞蹈、音乐、新马戏表演等，遗憾的是没有看演出。  
里面的布置很合理，刚进们就是各种艺术品的展示和售卖区，特别喜欢那个木制的小台灯，看得出做工十分精致，设计也很别致，很复古的一个小台灯。  
直接上二楼，楼梯口书架的设计很壮观，小格子里面摆满了各种书籍，不用说二楼就是知识的海洋。二楼的环境特别的安静，刚上楼梯的一侧走廊也都是摆满了各种书，另一侧是比较古老的电视、收音机之类的，放在这里都变成艺术品啦。  
闲暇的时候，可以约着好友，点一杯咖啡，选本好书，坐在这里徜徉在知识的海洋里，感受艺术的熏陶。整个二楼的布置可以说还是蛮温馨的，喜欢拍照的妹纸可以来这里，随时都能拍出美美哒艺术照。  
在403国际艺术中心没敢多待，就急急忙忙的去火车站，乘坐从  
武汉到恩施  
的动车，四个小时左右抵达  
恩施站  
，已经下午两点多了，然后做大巴车去  
恩施大峡谷  
女儿寨酒店，路上花费两个半小时，一路上透过玻璃，欣赏着  
恩施  
的山水草木，心情也跟着轻快下来，迫不及待的想去看看大峡谷。  
女儿寨酒店坐落于峡谷半山，抵达的时候已经六点多了，放下行李，稍作休息后，去酒店餐厅品尝了土家特色菜。天渐渐的暗了，篝火晚走起，篝火燃起的瞬间，穿着短袖的我也没有了冷意。土家阿哥幺妹对唱着山歌，尽情的载歌载舞，欢快的歌声和舞姿让这场晚会多了一些乐趣，大家都沉浸其中，瞬间忘却了所有的烦恼与不快。  
躺在床上，听着窗外动听的虫鸣鸟叫声，渐渐进入梦乡。早晨起床，打开阳台门，就能呼吸到天然的无丝毫污染的新鲜空气，感觉我已经好久没有呼吸到这么干净的空气了，好舒服。  
今天的行程必须是  
恩施大峡谷  
，终于要去目睹这座被称为东方科罗拉多的大峡谷。到了大峡谷之后，不得不感叹大自然的鬼斧神工，创造出如此奇特的峡谷风光。大峡谷全长108公里，占地面积300多平方公里，如果想要一天逛完整个峡谷估计有难度的，很多人去了还是带着憧憬想多看看它独特的地貌。  
大峡谷分为云龙地缝和七星寨两大核心景区，我们当时是从云龙地缝的闸口进入的，云龙河地缝全长是7.5千米，最深处达75米，沿着人工开凿的栈道慢步前行，大约10分钟左右的路程，惊奇的百里绝壁出现眼前，地缝两边数条瀑布直下，倾听着千丈瀑布一泻千里与石块撞击出的美妙音符，令人震撼不已。  
继续向前走，可以看到更多的自然美景，美不胜收，走在栈道上感觉像是在淅沥沥下雨一样，原来是上面飞瀑掉下来的水滴，特意拍了照片，一粒粒相接不暇就像一幕水帘，极漂亮。  
爬到峡谷的高处，凉飕飕的一股风吹来，顿时神清气爽，穿的太薄，还有点小冷，建议怕冷的宝宝去带件厚一点的外套。站在高处向下俯视，峡谷风情尽现眼底，一览众山小，眼底几乎都是绿油油的一片。因为当天天气不是很好，向远处看去是雾蒙蒙的一片，云朵与峡谷山峰融合在了一起，宛若仙境。  
中午在半山峡谷酒店午餐之前，跟着土家幺妹体验了一下挖野菜，仿佛回到了小时候，和妈妈一起在麦田里挖野菜。  
大峡谷的奇石、奇峰居多，没人能知道大自然这个天然画笔是怎样画出的这幅天然画卷，我们只管去欣赏这些独特的奇石奇峰。“  
一炷香  
”就是大自然的神作，不规则形状，高约150多米，最细的地方直径只有4米，奇妙的石柱，就这样屹立于群峰之中，吸引了不少眼球，它还被外媒评为中国最美的40个景点之一呢，必须要为它拍照留念打卡。  
中间的那柱奇石玉女峰，它是一个独立岩柱，身高210米，根部直径60米左右，下粗上细，从顶部看上面很像一个背着背篓的土家妹子在向远处瞭望，渴盼着爱人的归来。左侧较细的那个柱子是玉笔峰，意想一下还是有点像钢笔，右边的是玉屏峰。  
继续向下走，还能看到坚韧不拔的迎客松，生长在峭壁之上，经历了多少风雨，她依然矗立不倒。  
奇石  
母子情深  
，像极了一对母子，他们依偎在一起，在说着什么悄悄话，不愿分离。  
我是一个缺乏锻炼的人，像爬山这种体力活，刚去的时候我真的不知道我能不能坚持下去，走到  
母子情深  
石的时候，我已经很累了，而且小腿还有点疼，继续咬着牙齿忍者痛坚持走了大约30分钟，到了被抖音炒的很火的网红电梯，剩下的路选择乘坐电梯下山，顺便感受一下全球最长的旅游观光电梯，全长688米，当时建造的时候应该花费了不少人力。  
爬山或者下山中如果实在走不动了，也可以选择坐缆车，在缆车上俯看峡谷，或者是人力滑竿，隔一段距离就会有，人工抬着爬山下山，体验一下大山里坐轿子。  
虽然在大峡谷很累，但是是值得的，领略到了奇特的峡谷自然风光，天坑、地缝、飞瀑、山峰、岩柱、茂密的树木，步步为景，整体就是一副美妙的风景画。夏天去大峡谷避暑绝对是个不错的选择~  
游玩大峡谷基本就是一天的时间，晚上必须要去看《龙船调》实景剧，讲述的是土家族富家小姐和一个划船阿哥的爱情故事，两个人为了爱情奋力抗争，这类爱情故事从古至今一直是有的，是现实的写照，最后能走在一起的都是幸福的。说真的看到中间的时候，有好几次我都禁不住流下了眼泪，有点悲伤，很是心疼他们，不要觉得我泪点低，所幸结局是两个人终于在一起了，皆大欢喜。人生，总要为了自己努力一次，不看结局，至少曾经努力过！  
清江古称夷水，全长八百里，哺育了千千万万的土家儿女，被称为土家人的母亲河，全长87公里。大清江风景区，是自  
恩施  
市汾水河至  
巴东  
县水布垭，全长是87千米，其间是清江最美、最原生态的部分。  
坐在游船上，吹着习习凉风，漫游清江，欣赏着山水风光，在青山的映衬下，江水看着也是绿色的。江边两岸不乏别致的山石岩洞，石缝中还有飞瀑流泉，也是一道别致的景色。大清江景区全程分为蝴蝶峡、红花峡、千瀑峡三个峡段，两岸还有土家人的吊脚楼和田园，掩盖在青山碧水之中，景色怡人，有点想去山水间的小楼体验一下，也是从小生活在北方的我向往的山水生活。  
蝴蝶崖因其形状似蝴蝶，所以取名蝴蝶峡，也是大清江景区的一个标志性的景点，站在船头，远远的望去就能够看到两个准备翩翩起舞的翅膀。像这种天然的峡谷，很多都是需要自己去意想的，蝴蝶崖还算是比较明显的。  
千瀑峡全长29千米，以婀娜多姿的瀑布和奇峰异石而成，瀑布如银丝、如柳絮，或壮观、或柔美的一泻而下，各有风情，千姿百态。据说到夏天的时候，千瀑峡的飞瀑会增多，成百上千条的，那个时候去看会更壮观。  
横跨清江上的景阳大桥，总长五百多米，大桥的下面是红色的，再加之漂亮的弧线，当地人也把它称为彩虹桥。坐在游船上，从清江中向上看去，也是一道独特的风景。  
恩施  
是一个美丽的地方，大峡谷的特殊地貌吸引了不少中外游客；荡气回肠的《龙船调》演出也是一度催人泪下；乘船缓缓游清江，听听动听的水乐。短短的两天时间，让我感受到了风情万种的恩施，我喜欢这个地方，有机会还想再去看看。

评论：

## 72.遇见湖北之美，这些地方千万不要错过！

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3677276.html

来源：携程

发表时间：2018-5-21

天数：4 天

游玩时间：5 月

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
每个人都在用自己的方式生活，为了创造更好的条件，努力奋斗、拼搏，有的人可能一年都没有休息日，更何况去旅行，简直就是奢侈。我想说人生短暂，趁着一切都还好，何不适当的来场旅行，让自己放松一下，但是有人就会说，旅行其实只是换个方式累而已，我想说即使累我也喜欢，因为我想去更多的地方，感受不一样的人土风情，开阔自己的眼界和见识，增加更丰富的人生阅历。  
身体和灵魂必须有一个在路上，此次在去湖北之前，内心里对这次的湖北之行是满心期待的，在  
恩施游玩  
了两天之后，湖北在我的脑海里已经烙下很深的印记，让我更加期待之后的行程。  
此次湖北之行，先从  
西安到武汉  
，然后再从  
武汉  
辗转  
恩施  
，详见上一篇游记，这篇主要是接下来的行程所到地。恩施之行结束之后，当天下午就直奔  
宜昌  
长阳  
县城，车程大概是四个小时，入住的是  
长阳瓴悦酒店  
，第二天直接从酒店出发，大概半个小时抵达长阳  
清江画廊  
。  
  
“八百里清江美如画，三百里画廊在  
长阳  
”，  
清江画廊  
风景区因此得名，清江画廊主要是以乘船游玩、观赏画廊两岸风光为主，分为A、B两条线，A线包括  
清江大佛  
、  
倒影峡  
、  
仙人寨  
、  
武落钟离山  
等景点，而B线不包括武落钟离山景点，相对游玩时间比较短。  
去的时候刚好赶上了  
清江画廊  
鼓乐堂的土家歌舞表演，要不是因为赶游船，估计我要呆在那里看好一阵子，意味犹尽。  
画廊的游船有两层，空间很宽畅，可以随意走动，在上面一层赏景视野比较好。站在船头，和游船一起漂游在这青山绿水间，向下看一江碧水，向左右看自然就是结构各种造型的青山。  
清江大佛  
、倒影侠、孔雀开屏山等等，都是大自然恩赐的奇妙自然景色。坐在船上，有时候我会发着呆，目光直视望向清江的远方，陶醉在美景当中。随着游船的走动，丝丝江风吹来，很是惬意，比较怕冷的人，建议穿一件薄外套。  
  
武落钟离山  
是清江画廊的经典景点之一，距清江画廊门楼处大概有25公里。这里是土家族先民的居住地，是土家人寻根祭祖的圣山，土家人每年都会来这里祭拜。  
山路都是用石头修缮的栈道，两侧都是用石灰柱做的护栏，栈道两边是郁郁葱葱的树木，即使有大太阳，也会被树荫遮住不少。从山底爬到山顶大约用了半个小时，并不是很高。  
山顶的最高处是石神台，那台阶真的够陡峭的，旁边有一个专门负责安全的叔叔，他会给你说怎么上下比较安全，反正我是颤颤巍巍的爬上去的。  
站在石神台之上可以看到三江汇流，薄雾环绕，像是娇羞的少女，有种朦胧美，对那些没有爬上来的人感到惋惜。  
下来的时候我是真有点怕，我说我有点恐高不敢下，那个叔叔打趣的说，真正恐高的人是不会爬上去的，可能是这句话给了我鼓励，克服了心里障碍。其实在生活中我们会遇到很多类似的状况，或许一句话就可以给你改变的勇气。  
  
当时我和朋友是最后从石神台上下来的，看到对面还有一座庙，热情的叔叔告诉我们庙的后面是看画廊的最佳视角，于是乎，我们就去庙后面再次观赏，果然如那位叔叔所说，既能够看到绝佳的山水风光，也能够众览山中景色。  
因为前天爬了  
恩施大峡谷  
的缘故，腿疼还没有缓解，在爬这座山到一半的时候，腿就开始疼了，当时我都想放弃了，最后咬咬牙坚持爬到了山顶。到山顶我就很庆幸，坚持对了，站在高处果然能看到更美的景色。  
如果你去了清江画廊，绝对不要错过武落终离山，一定要登顶，站在山顶才能真正看到美妙的画廊风光，别有一番滋味。  
清江画廊景区来回游览了四个小时，之后继续去下一站  
荆州  
洈水风景区  
，路程大约两个小时。  
洈水风景区  
的景点很多，乘坐豪华游船先去的百花岛，刚登岛就被大片大片的花海吸引，毕竟我是一个爱花的人，对花是没有抵抗力的。  
最喜欢的就是象征着美好的格桑花，拿起相机是各种拍照打卡。岛上微风徐徐，花海旁边的小风车随着微风的招呼，哗啦啦的转动起来，太美妙了。  
赏完花，离开百花岛，回到上船的地方，有一个水上项目的场所，皮皮艇、香蕉船、水上摩艇等等，可以去感受一下精彩刺激的水上项目。  
玩是玩嗨了，天渐渐暗下里，也该去住宿的地方了，晚上入住在洈水汽车露营基地，营地的住宿环境很有新意，树屋、樟树大木屋、森林行宫、观星帐篷、房车，各有特色，但是数量不多，如果有意愿住的话，需要提前预定。  
我住的是观星帐篷，里面的布置还是蛮温馨的，放置了一个圆形的床，床头有爱心，在这里度蜜月还是可以考虑的。其他的配置也都是一应俱全，不比星级酒店的环境差，晚上就在这个温馨的小帐篷安睡了一夜。  
洈水汽车露营基地还有很多体验项目，像丛林探险、真人CS、泡泡足球等，比较适合成人；儿童挖沙池、戏水池、卡丁车等亲子类的体验项目，下次准备带着宝宝在这里玩几天。除此之外还有一个VR体验馆，一共有七个体验项目，可根据你的承受能力选择项目，我是挨个都感受了一下，一个比一个刺激。  
洈水的时候还是有点舍不得的，喜欢那里的环境，让人感觉很舒服，是度假、旅游、亲子游的好去处。  
从洈水到楚王车马阵车程大约3个多小时，从洈水到楚王车马阵，感觉就是从现代穿越回了古代。关于历史的足迹有很多，而楚王车马阵是目前保存最好、规模最大，也是布局最完整的周代楚王陵园，整个墓地气势恢宏，被誉为“北有秦皇兵马俑，南有楚王车马阵”。  
楚王车马阵景区的格局是这样分布的：车马阵遗址、主冢、俯冢、以及两处殉葬墓。  
车马阵遗址里面分布着很多车马坑，每个车马坑里面的车和马都有所不同，而且都是实实在在的真车、真马殉葬，看到的马并不是立体的，像正常的在路上的站立的那种状态，它是躺在坑里的，想想当时的帝制，还是很残酷的。  
在当时的商朝和周朝，车马除了是交通工具之外，也是富贵权利的象征，所以在当时有权有才的贵族墓中，都会随葬一定的车马，象征着自己依然和生前一样的地位与财富。  
来  
荆州  
是一定要去看看  
荆州古城  
的，虽然我们西安也是一座古城，但是也想感受一下其他古城。来到古城就一定要去爬爬城墙，一鼓作气爬上城墙，可以看到城墙几乎没有修缮的地方，荆州古城城墙也是中国现存的四座古城中保存最完整的古城墙之一。  
漫步走在城墙上，欣赏着古城内外的景色，城墙两侧都是郁郁葱葱的大树，随着风带来一丝丝凉爽，城墙外的护城河非常的宽广，不得不说比我们西安的护城河更大气。  
荆州古城  
上的宾阳楼是古城特色的经典代表，在古时候是一个军事领地。站在宾阳楼上，视野更宽广一些，能看到更全面的古城风景。  
荆州古城  
有六个门，当时从  
公安  
门上的城墙，距离宾阳楼挺近。  
在宾阳楼下面是瓮城，在那里观看了一场《入城仪式》的大型实景剧，以古城地域特色为基础，三国文化为背景，用美妙的楚风、汉韵舞蹈，气势磅礴的士兵操练，让人沉醉在古代生活。  
在关羽水淹七军，大获全胜，凯旋而归的的时候，游客们都有点小激动，仿佛自己就是当时的民众，跟着欢呼起来。在欢庆的乐舞中，关羽、赵云、张飞站在台上共饮酒，庆祝胜利。  
距城墙东大门里不远的地方就是  
张居正故居  
，张居正是千古一相，是一个栋梁之才，在当时极具影响力，他是明朝万历年间的内阁首辅，也是我国古代有名的政治家、改革家，为人两袖清风，只是去世的有点可惜。  
他的故居是一个幽静的庭院，格局坐落有致，里面有龙凤照壁、太师居、太岳堂等景观。  
荆州古城的护城河那么宽广，总是有它的优势，河中放置了一艘豪华又大的楚风汉韵的战船，专门用于演出的。晚上在位于护城河畔的九龙渊看台，即可欣赏古城护城河边的夜景，亦可观看《刘备招亲》的大型实景剧。  
主要讲述的是当时刘备在迎娶孙尚香时，遇到的各种困难，最后刘备获胜，举办了一场盛大的婚礼，还原了当时的历史故事。  
此场演出的布置还是蛮有特色的，战船穿梭在在交相辉映、美妙绝伦的的彩色灯光的照射下古城护城河之中，上演了一场有曼妙汉风歌舞、有激烈打斗，又有浪漫的楚汉宫廷婚礼的精彩节目。这场演出还是很震撼的，是一场完美的视听享受，个人觉得值得一看。  
  
去爱飞客小镇的时候刚好是周末，到哪里的时候，就已经很多人了，客流量非常大，如果去晚了，找个停车的地方都不好找，当时还挺好奇这个地方真有这么好玩，吸引的这么多人，据我观察，小朋友也特别多。  
爱飞客小镇还是很有特色的，它是一个集合了海陆空的旅游区。刚进极客公园，随处可见各种大型飞机，大家可能都很少近距离的和飞机接触，拿起手机相机各种拍照。  
在这里有航模课程，吸引了不少对飞机有兴趣的小朋友。  
  
继续往里面走大约10分钟左右就是爱飞客小镇的主题区了，一片片绿油油的草地映入眼帘，超级喜欢这种大自然的感觉，非常有活力。  
  
近两年无人机好像很受欢迎哎，在这里会有一场精彩的无人机表演，40多位专业无人机飞手，拿着手里的遥控器，让无人机在空中尽情的翱翔。上演了一场海陆空大战。  
在爱飞客还让我长了一个见识，一直以为飞机只能从陆地起飞，在爱飞客小镇让我见到了从水里起飞的飞机，飞机先在水中滑行一段时间之后，瞬间从水中一跃而起，飞向空中，大饱眼福。  
爱飞客小镇给我留下了很深的印象，一是让我长了见识，二是喜欢这里的布局，飞机、航模课程、各种表演，是个度假的好地方，也是亲子游的一个选择。  
漳河是一个人工湖，湖面宽阔，湖光山色，乘坐着豪华游轮游览  
湖心岛  
，登上  
观音岛  
。湖心岛是漳河的核心景区，而湖心岛又分为观音岛和常青岛。  
在  
观音岛  
上有一座双面观音像，可祈福参拜。传说，观音岛原为一巨型岩石，突兀嶙峋，寸草不生。一日观音菩萨到此小憩，拂尘一展，香汗入石，于是林生草长，百花争艳，百鸟争鸣，后人据此传说将此岛叫作观音岛。  
刚上  
观音岛  
就发现了一枚漂亮的小姐姐，她是观音岛的工作人员呦。  
可以在岛上繁茂的树木之间，体验一下森林攀爬、丛林穿越等项目，喜欢户外拓展的可以尽情的去玩了。亦可在小岛上，租一艘小船，泛舟湖面，迎面吹来一阵凉风，满满的凉意，舒服又惬意。  
常青桥是从观音岛通向常青岛通道，桥是那种吊桥，走上去会一直晃。在上面跑着前行的话，会晃的更厉害，心里还是怕怕的。  
到了常青岛可以坐飞天滑索或者乘坐观光电瓶车达到茶园，采茶姑娘们把绿色的茶园当场舞台，跳起了采茶舞，纤纤秀指嫩尖弹。  
  
漳河  
阳光沙滩  
，虽不是海边，但可以称得上东方夏威夷。傍晚时分，漫步在细软的沙滩上，看着远处水天相接的地方，在夕阳落下的余晖的照耀下，放射出金色的光芒，显得格外的迷人，来张剪影留念。虽不在海边，但也有海边夕阳西下的氛围，胜似海边。  
漳河  
阳光沙滩  
有很多适合拍照打卡的地方，比如这大片的马鞭草花海，爱花的我，得先去里面拍张照再说。除此之外它还有一个像小城堡一样的影视基地，里面装扮很漂亮。本来打算第二天早上早起来这里拍几张场景照的，可惜起晚了，又要赶车，就没拍到照片，你们也就只能自己去亲眼看喽。  
湖北之行就此结束，七天时间跨越湖北五个市：  
武汉—恩施  
—  
宜昌  
—  
荆州  
—  
荆门  
，体验了灵秀湖北的魅力，紧凑的行程，称不上完美，还是有些许小遗憾。正是因为遗憾，才会选择再去弥补遗憾！旧的的旅程已结束，期待我的下一次湖北之行！

评论：

## 73.带你体验土苗民俗风情——吊脚楼

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3679472.html

来源：携程

发表时间：2018-5-22

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
土家人“所居必择高岭”，往往同姓数十户或上百户集聚而成为一寨。土家人多聚居山内，客家人多居山外。土司时，只有土司、舍把、族长等土官以木架屋，雕梁画柱，而一般土民，多编竹为墙，茅草盖屋，若盖瓦房，则犯僭越之罪。堂屋正面设有祖先神位，两旁侧室住人。侧房内靠前处设火坑，置三脚架，用来架锅做饭。侧房近屋顶处，编竹为楼；楼底悬一木架。竹楼及木架利用火坑中烧火的热气，烘粮食、肉、木柴等。现土家房舍，多建“吊脚楼”式木板瓦房，楼上住人，楼下养牲畜或堆放肥料柴草等。  
苗家喜合族聚居，一姓一寨，或数姓一寨，居室形制有两种，一种是极为简陋的所谓三根柱子通天，“八”字木，上盖茅草的居室，另种是较好的即为吊脚楼。楼下养牲畜，楼上住人。堂屋一侧为火屋，置有火坑，坑内置三脚架用以煮饭或炒菜，火坑后方供奉的家神。火坑屋的套间即为该家长者居住。

评论：

## 74.湖北恩施游记（下）

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3676297.html

来源：携程

发表时间：2018-5-22

天数：4 天

游玩时间：4 月

人均花费：1000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，人文，美食，小资，省钱，穷游，徒步，半自由行，跟团

旅游路线：恩施

正文：  
第二天早上五点起床，一起吃完早点，坐上面包车去最后、也是最美的景点---躲避侠。到了景点，先去农家乐换了一双胶靴，事实证明这是个英明的决策。  
雨越下越大，从农家乐去峡底的路由土路变成了滑梯，好在我穿了胶靴，十分防滑。这才明白日本兵侵略中国时为何都穿胶靴，一直以为穿着胶靴十分笨重，怎么能打仗呢？经过实践，才知道装备的重要性，抗日战争敌我双方的差距是全方位的。  
经过艰难的跋涉，终于到达谷底。需要坐船去峡谷，船夫让队友们把登山杖放到岸边，等回来取。结果回来的时候很多队友的登山杖都被别人拿走了。下来的时候我还后悔没带登山杖，如果我带了放在这里，一定会被人拿走，真是塞翁失马焉知非福。  
坐船到了一个浅滩边，船夫靠岸，让我们拍照。这是躲避峡最有名的拍照点，人坐着船上，船就像悬浮在空中，原因是水太清了。  
水至清则无鱼，人至察则无徒。一会儿抵制日货，一会儿抵制韩货，一会儿抵制印度货，一会儿抵制美货。不可能整个世界都是我们的敌人吧？不可能真理都在我们这边吧？我们有真正的朋友吗？朝鲜？我看不像，巴铁？是不是因为印度才和我们友好？屈指可数就这两个。我们的朋友在哪里？  
美国的朋友最多，他们说和我们的价值观不一样，因此我们不是朋友。他们的价值观是：自由、民主、平等、人权。我们的价值观是：富强、民主、文明、和谐，自由、平等、公正、法治，爱国、敬业、诚信、友善。差不多啊，都有自由、民主。为何美国说我们两者不一样呢？  
资本主义的整套理论都以自由民主为核心展开，以此为基础建立了宪政、三权分立、选举等制度。  
马克思主义理论是经济为基础，政治是上层建筑，经济基础决定上层建筑，上层建筑为经济基础服务。由此建立了斗争哲学、政治经济学、共产主义、历史唯物主义等等理论。  
简单地说，资本主义追求精神，马克思主义追求物质。资本主义是唯心主义，马克思主义是唯物主义。唯心主义是精神为第一性，物质为第二性，即物质依赖精神而存在，物质是精神的产物。唯物主义主张物质为第一性、精神为第二性，世界的本源是物质，精神是物质的投影和反映。唯心主义和有神论是一致的，唯物主义和无神论是一致的。  
所以说虽然两者都有自由民主，但两者有着本质的区别。从理论基础到宗教信仰，从政治制度到社会风气。  
照完相，就上船。橡皮艇向峡谷的尽头划去。天上下着瓢泼大雨，船下是清澈的溪水，我们进入了水的世界。  
马克思主义的精髓无产阶级专政。即无产阶级必须通过暴力革命，粉碎资产阶级专政，建立无产阶级专政，并在向共产主义社会过渡的整个历史时期中巩固和加强无产阶级专政。网上有谣传说某某是信仰撒旦教的，留的发型就是撒旦教的发型，写了很多颂扬撒旦的诗篇。  
抢钱抢粮抢女人。马克思给资本家定了性，从残酷剥削工人的剩余价值到火烧圆明园。资本家都是“恶”的，都是应该毁灭的对象。但夺取了政权的无产阶级是否“善”呢？是不是不再剥削工人的剩余价值？是不是不再侵略扩张？俄国在列宁的领导下，取得了十月革命的胜利，建立了第一个社会主义国家---苏联。苏联的所作所为，证明它比资本家有过之而无不及。美国侵略朝鲜、越南、伊拉克、阿富汗，一路上烧杀抢掠，民怨沸腾。但为何世界人民都向往移民到这个邪恶的资本主义国家呢？中国乐善好施，与人为善，一带一路，天朝上邦，但为何中国的杰出人才都向往移民到残酷剥削工人剩余价值的资本主义国家呢？  
内圣而外王，美国对内自由民主，两党竞选总统，美国宪法制定于1787年，共七条，200多年来宪法原文一直未动，普通人都可以质疑总统，不用担心跨省抓捕。对外侵略扩张，为了维护美元霸权，无所不用其极，胡萝卜加大棒，遍布世界各地都有美军基地，全球热点地区都有美军航母，除了当年的毛委员敢说美国是纸老虎，现在谁人敢说美国一个不字。人类命运共同体只是一厢情愿的梦想，人类社会只信奉丛林法则，各国的利益之间只是零和博弈，此消而彼长。在没有实力去抢美元、去抢美国大豆、去抢美国美女的时代，就要虚心向我们的敌人学习。  
船到峡谷的尽头回来，我们登上岸，雨一直在下，路更加崎岖湿滑，幸亏穿着胶靴，没有掉队。到了农家乐，几乎浑身都湿透了，就有美女学着《荒野求生》，钻木取火生了一堆火，烤干湿身的衣服。美人伸玉指，深坐蹙蛾眉。但见水痕湿，不知心恨谁。  
在农家乐坐面包车回到宾馆，坐上卧铺车返回济宁，晚上在卧铺车上睡的，第二天一早回到济宁。喜欢去  
恩施  
玩的朋友注意以下几点：1.景点附近的农家乐都有租胶靴的，10元的租金，碰到下雨的天气，最好租一双，毕竟安全最重要。2.带两身以上换洗的外衣。出发前导游就说带两身以上的换洗衣服，我理解成内衣了，结果连续两天的大雨，外衣湿了不知几遍了。3.雨衣一定穿左二的美女穿的那种，不要穿右一和右三帅哥穿的那种。因为户外运动一会儿，里面就全湿了，我当时还以为雨衣漏水了，后来才明白雨衣不透气，里面的水全是汗。也可以多带把伞，路好走的时候可以打伞，既凉快又轻松。4.住到鹤峰县时，晚上不必群体聚餐，到县城河边的大排档，自由组合聚餐最好，既省钱又有风情。鹤峰的茶叶性价比高，口味和神农架的茶叶差不多。5.队伍最好有收队，因为收队有对讲机，便于和领队联系。这几条线路比较艰险，万一有失散的队友，就会很麻烦。6.去躲避峡上船的时候，登山杖不要放在码头上，以免丢失，可以缩起来，便于携带。以上的照片是皮卡丘小分队的合影，期待下次继续出征。感谢没钱哥、皮卡丘、签证簿、小溪姐的无私奉献。感谢皮卡丘小分队队友们的亲情帮助。感谢观赏。

评论：  
1.不合适，天天下雨。这是户外群组织的，属于不可抗力，只能痛并快乐着。  
2.有很多艳遇，但我出家了，心如止水了。都喜欢。  
3.现在这个季节去合适吗？你怎么看待反季节旅行？  
4.走来走去，楼主有艳遇么？更喜欢拍人还是景呢？

## 75.湖北这个地方，美得低调，却处处让人惊喜！

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3677866.html

来源：携程

发表时间：2018-5-22

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
除去大家所熟知拥有诸多景点的大武汉  
湖北可是个美得低调又奢华的地方  
其中  
恩施  
的  
建始  
独具特色  
今天小编就和你好好说说  
建始  
作为人类的起源地，巴文化的发祥地之一  
建始  
物华天宝  
拥有最美的风情，以及质朴的人民  
当然还有最美的旅游区  
——  
恩施  
野三峡  
野三峡的历史渊源说出来震惊你  
作为国家AAAA级景区，  
水上恩施野三峡  
景区位于湖北省西南部的  
恩施  
土家族苗族自治州建始县，其自然、生态、文化、旅游资源极为丰富。  
而且作为千年古县建始的风景区，其生存历史可以向前推进了一百多万年。  
在建始直立人遗址发现的巨猿齿化石，经科学鉴定，认为:"建始人"属人类的早期成员，并推测出远古"建始人"的生活时代距今约为215至195万年前。并且当地还是巴文化、楚文化的发祥地。  
野三峡的盛景说出来惊艳你  
野三峡景区旅游资源丰富，一年四季，无论你走在什么地方，你都像是走在画里。  
在这里你不仅能感受到集“幽、险、奇、秀、古”于一体的黄鹤桥，名噪海内外的“建始直立人”遗址，清江最美的山水画廊——景阳河段等诸多美不胜收的自然景观，还能了解到不可多得的硒文化和一大批人文资源。  
野三峡的美食说出来馋坏你  
野三峡景区有各式各样的特色美食，建始大饼，清江鱼，腊猪蹄，腊香肠，炕洋芋，神豆腐、土家十大碗等等，一周七天，你都可以吃到不重样的。

评论：

## 76.那一年，渝鄂相遇—恩施往事，我的恩施记忆：恩施土司城、女儿城、清江画廊

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3678749.html

来源：携程

发表时间：2018-5-22

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：600 元

和谁：夫妻

玩法：自由行，摄影，人文，美食，省钱，火车

旅游路线：恩施，恩施土司城，恩施大峡谷，腾龙洞，鱼木寨，大水井，星斗山，来凤，福宝山，巴东，神农溪

正文：  
那一年，渝鄂相遇—  
恩施  
往事，我的恩施记忆：  
恩施土司城  
、女儿城、清江画廊、恩施博物馆【第一站】  
恩施速览：  
恩施土家族苗族自治州位于湖北省西南部，隐匿于崇山峻岭之中；她养育着土家族、苗族、汉族、侗族等27个民族。恩施风景以如诗如画的山水风光和光怪陆离的奇洞异穴为主，主要景点有  
恩施大峡谷  
、清江画廊、  
腾龙洞  
、  
鱼木寨  
、  
大水井  
宗祠、  
星斗山  
原始森林、土司王城、土家摆手堂、梭步垭石林等。  
恩施之韵：土家的吊脚楼、侗乡的风雨桥、七月的女儿会让这里变得多姿多彩；秀美的山水，一望无际的茶园美景，气势雄阔的悬崖峭壁又让这里多了几分勃勃英姿。当你踏上这片土地，你或许会沉醉在那片绝美的峡谷风光中，钟情于这里的一方山水，抑或着迷于古老而神秘的土司文化之中。恩施，一如其名，大自然赠予了她一副绝世容颜，隐匿于崇山峻岭之中的她正待着人们前来揭她的面纱。  
恩施记忆：对于来自海边的青岛人，对大海的美景也许是看得太久了，大海吸引力已经没有那么的强烈了，我总是憧憬着湖北恩施之各地景色。我向往着恩施大峡谷、清江画廊风采，那难忘的  
恩施美食  
、时时牵动着我，吸引着我，那穿越时空的奇妙想象，迫使我动身踏上这神秘之旅。  
恩施三日自助游行程：  
Day1: 恩施土司城、女儿城、晚宿如家酒店  
Day2: 清江画廊、恩施博物馆、晚宿如家酒店  
Day3: 恩施大峡谷、云龙地缝景区、七星寨景区、晚宿如家酒店  
恩施的景点比较多，且比较分散，所以在时间上安排了3天，这样即能全面了解恩施美丽的自然风光，时间上又能充裕地体验当地的特色美食和人文景观。  
恩施地图  
恩施旅游地图  
对于湖北恩施，在去之前，一直是知之甚少的，在宜昌乘坐火车到恩施，火车沿途秀丽风光，古街河流的点点滴滴，我心已陶醉。火车行驶1小时58分，到达湖北恩施市开始了湖北恩施之旅。  
这里最适合夫妻来旅行，一起漫步，演绎出自然造化中壮美灵动的山水风光。欣赏群峰环绕起伏、林木葱茏幽翠美景，品味着湖北恩施美食，夜晚走在清江江边，将清江风光尽收眼底。  
恩施旅游  
精典；  
Day1：走进恩施  
Day1：恩施土司城  
Day1：恩施土司城  
Day1：恩施土司城  
Day1：恩施土司城  
Day1：恩施土司城  
Day1：恩施土司城  
Day1：恩施土司城  
Day1：恩施女儿城  
Day1：恩施女儿城  
Day1：恩施女儿城  
Day1：恩施女儿城  
Day1：恩施女儿城  
Day1：恩施女儿城  
Day1：恩施女儿城  
Day2：清江画廊  
Day2：清江画廊  
Day2：清江画廊  
Day2：清江画廊  
Day2：清江画廊  
Da2：恩施土家族苗族自治州博物馆  
Da2：恩施土家族苗族自治州博物馆  
足迹之湖北恩施，朋友我去的恩施可能画风和你们的不一样  
关于作者：我是一名自由行旅游爱好者又是摄影爱好者，平时主要是拍风景照片，空余的时间喜欢到处跑，去各个地方去看看，拍摄当地的绝美风光和风土人情。热爱摄影的我，总不会放过路途上所有美好的人和事，我想那一刻的定格，将会组成我所有的回忆。想了解我更多的摄影作品和游记，可以关注我的：  
新浪博客:青岛乐雅派旅游攻略  
携程游记：乐雅派  
如有关于旅行上的问题,随时留言给我  
关于交通：  
火车信息：  
一，车次Z3次【宜昌东—恩施】2017年3月20日宜昌东发车时间07.00点—2017年3月20日到达  
恩施火车站  
时间08.58分，火车硬座33元/张，里程公里，火车运行1小时58分  
关于住宿：  
湖北恩施的住宿可以根据景点的位置来安排，如果你要在恩施市区周围游玩3天，可以选择住在恩施如家酒店  
我因为是如家快捷酒店的铂金会员，所以，无论到任何城市，只要有如家酒店，是我的首选，我的住宿标准：120元以内标间，管2 人早餐。  
恩施记忆：  
恩施自助游路线  
精粹：  
Day1：走进恩施  
走进恩施  
走进恩施  
走进恩施  
走进恩施  
走进恩施  
走进恩施  
恩施市政府  
Day1：恩施土司城  
土司城，仿古土司庄园的建筑群，建有土家族、苗族、侗族的传统建筑。分为民族文化展示区、宗教展示区和娱乐休闲区。核心景点是九进堂。  
门票；成人票50元  
恩施土司城  
恩施土司城  
土家第一城  
土家司印  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城门神  
恩施土司城门神  
墨御楼  
导览  
进入景区  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
九进堂，布置着土司衙府的一应用品及各类居室的土家族衣食住行、婚丧嫁娶的古朴陈设，是土家族社会文化、物质文化的缩影。  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂龙雕  
恩施土司城----九进堂龙雕  
恩施土司城----九进堂龙雕  
恩施土司城----九进堂龙雕  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城----九进堂工艺展  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
恩施土司城---太阳寨  
土司城墙有万里长城之雄浑，南方长城之神秘，意为土家依险而据，守险自立。城墙脚下的九进堂，布置着土司衙府的一应用品及各类居室的土家族衣食住行、婚丧嫁娶的古朴陈设，是土家族社会文化、物质文化的缩影。  
恩施土司城---土司城墙  
恩施土司城---土司城墙  
站在高处看的风景真的很美，烽火台建得像长城一样  
恩施土司城---土司城墙  
恩施土司城---土司城墙  
恩施土司城---土司城墙  
恩施土司城---土司城墙  
恩施土司城---土司城墙  
恩施土司城  
恩施土司城  
Day1：恩施女儿城  
中国恩施土家女儿城，位于湖北省恩施市区七里坪，是全国土家族文化集聚地，也是武陵地区城市娱乐消费中心和旅游集散地，旨在打造中国西部首家文化旅游商业古镇、中国的相亲之都。  
世间男子不二心，天下女儿第一城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
恩施女儿城  
Day2：走进清江画廊  
清江画廊风景区位于湖北宜昌的长阳土家族自治县，涵盖隔河岩大坝以上至水布垭盐池温泉，沿清江一线的所有旅游景观及景区景点。  
清江是长江的一颗明珠，发源于鄂西山间洞泉，由两千多条册溪洞泉汇集而成，“水色清明十丈，人见其清澄，故名清江。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江风景迷人，风情醉人，被中外游客赞誉为:中国最清江，土家最美河。  
清江有长江三峡之雄，桂林漓江之清，杭州西湖之秀。这里被赞为东方的多瑙河,被称为桨声灯影的梦乡！  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
清江是一首抒情的诗、是一曲优美的歌、更是一幅迷人的画。  
Da2：恩施土家族苗族自治州博物馆  
地处恩施市凤凰山东麓，是湖北省规模最大、文物藏品最丰富的地区级综合性少数民族博物馆，也是湖北省少数民族文物陈列、保管、研究的中心博物馆。  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施土家族苗族自治州博物馆  
恩施特产  
；  
恩施玉露茶  
恩施玉露茶  
来凤  
凤头姜  
来凤凤头姜  
张关合渣  
土家腊肉  
富硒洋芋  
福宝山  
莼菜  
恩施由于其特殊的地理环境，所以当地餐饮既有蜀地麻辣特色又具潇湘香辣风格，特别是当地颇具土家族和苗族特色的风味小吃更是吸引了不少的游人。  
恩施美食；  
巴东  
羊肉大面；以肉嫩、汤辣、味鲜、不膻不腻，制作讲究而独具特色，历史上醉月楼面馆和黄开太的羊肉面，在川、鄂、湘一带享有盛誉。  
神农溪  
刁子鱼；因外形如同柳叶，刁子鱼肉质细嫩，鲜美无比，是餐桌上难以替代的美味，在巴东，有“无刁不成席”的说法。  
土家烧饼；又名掉渣烧饼、抖掉渣烧饼，因烤后外层酥松，稍一震动就可掉渣而得名，有“中国比萨”之美称。  
土家十大碗；为土家人招待远方贵客的美味佳肴，通常土家人会拿出家里平常最舍不得的菜肴，经过精心烹调而成。  
鲊广椒炒腊肉；土家人喜食腊肉，土家腊肉色泽焦黄、肉质坚实、熏香浓郁、风味独特。  
土家油茶汤；是一种似茶饮汤质类的点心小吃，香、脆、滑、鲜，味美适口，提神解渴，是土家人传统的非常钟爱的风味食品，故有民谚曰：“不喝油茶汤，心里就发慌”，“一日三餐三大碗，做起活来硬邦邦”。同时，喝油茶汤又是土家人招待客人的一种传统礼仪，凡是贵客临门，土家人都要奉上一碗香喷喷的油茶汤款待。  
酢辣椒；土家人的一种咸菜品种，香鲜而焦黄，常与腊肉一并混炒，油厚而不腻。  
来凤腊猪脚；主要以猪脚为食材，炖着吃起来味道醇香，肥而不腻，瘦不塞牙，不仅风味独特，而且具有开胃、驱寒、消食等功能。  
恩施酸菜  
沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景。朦胧的远山，笼罩着一层轻纱，影影绰绰，在飘渺的云烟中忽远忽近，若即若离，像是睡意未醒的仙女，披着蝉翼般的薄纱，脉脉含情，凝眸不语。看到此场景，只想感慨一句：“此景只应天上有，人间能得几回闻  
游感：我本是一个爱到处走动的人，走过无数的大山大川，江河湖泊，从南方的人间天堂苏杭二州，到北国的哈尔滨冰城，走到中国最北漠河寻北、从西部的彩云之南，到东边的黄海、渤海、参拜过东海的普陀，继续南下  
游海南  
、从中原到大西南的四川、拉萨，又从甘陕走到大西北新疆、我将会在这个热爱、向往的地方，寻找行程亮点，并且认真记录下来，对一个地方的热爱，多数是为了某个人某件事或者某段经历，以及优美的风光，朋友到恩施旅游吧。  
那一年，渝鄂相遇—恩施往事，我的恩施记忆游记【第一天】结束---请继续浏览那一年，渝鄂相遇—恩施往事，我的恩施记忆游记【第二天】

评论：  
1.关于作者：我是一名自由行旅游爱好者又是摄影爱好者，平时主要是拍风景照片，空余的时间喜欢到处跑，去各个地方去看看，拍摄当地的绝美风光和风土人情。热爱摄影的我，总不会放过路途上所有美好的人和事，我想那一刻的定格，将会组成我所有的回忆。想了解我更多的摄影作品和游记，可以关注我的：  
2.新浪博客:青岛乐雅派旅游攻略  
3.携程游记：乐雅派  
4.如有关于旅行上的问题,随时留言给我  
5.这里最适合夫妻来旅行，一起漫步，演绎出自然造化中壮美灵动的山水风光。欣赏群峰环绕起伏、林木葱茏幽翠美景，品味着湖北恩施美食，夜晚走在清江江边，将清江风光尽收眼底。  
6.对于湖北恩施，在去之前，一直是知之甚少的，在宜昌乘坐火车到恩施，火车沿途秀丽风光，古街河流的点点滴滴，我心已陶醉。火车行驶1小时58分，到达湖北恩施市开始了湖北恩施之旅。  
7.沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景。朦胧的远山，笼罩着一层轻纱，影影绰绰，在飘渺的云烟中忽远忽近，若即若离，像是睡意未醒的仙女，披着蝉翼般的薄纱，脉脉含情，凝眸不语。看到此场景，只想感慨一句：“此景只应天上有，人间能得几回闻  
8.恩施旅游资源丰富，值得一游

## 77.北纬30°最美旅游秘境，给你20℃清凉世界

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3679275.html

来源：携程

发表时间：2018-5-22

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：

评论：

## 78.恩施有个魅力的地方—野三峡

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3680450.html

来源：携程

发表时间：2018-5-22

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
野三峡是国家4A级风景区，位于湖北省西南部的  
恩施  
土家族苗族自治州  
建始  
县，其自然、生态、文化、旅游资源极为丰富。湖北恩施州建始野三峡景区规划总面积155平方公里，地跨花坪、高坪、景阳三镇，东与  
巴东  
县毗邻，西与恩施市接壤，北依重庆市的巫山、奉节两县，是建设鄂西生态文化旅游圈恩施清江民俗风情游板块的重要节点。  
恩施  
野三峡景区以清江景阳河峡谷及清江支流野三河下游为核心景区，分为  
建始  
直立人遗址、野三河峡谷、景阳河画廊、  
黄鹤桥峰林  
4个游览区和小西湖国际休闲度假中心。其中野三峡属全国罕见的原生态风貌保存最完美的河谷，景阳河是八百里清江最美河段，黄鹤桥属岩溶地区最秀美的峰林地貌，小西湖则是一块避暑、休闲、度假圣地。景区集有彩峡、奇峰、泉流、飞瀑、花树、莽藤、古关、老街等8大景观特色；更有距今195-215万年，挑战人类起源学说的“建始直立人”遗址、古生物化石洞群、湖北贝母原产地、景阳鸡自然保护区、千亩关口葡萄基地、千亩牡丹基地、万亩核桃基地、千年紫薇树王等独具特色的旅游资源；  
恩施  
野三峡景区集寻踪探秘、山水观光、生态休闲、民俗体验于一体，被业界认为是湖北省最具成长性的旅游景区之一。行游其中，感受小西湖的清秀隽永、黄鹤桥的绝美雄奇、景阳关的古道雄关、景阳河的诗画长卷、野三河的神秘野趣，正可谓野山浮野水，野水环野山，山水相映，相依相融，足以让人留恋忘返。

评论：

## 79.走进恩施大峡谷：体验震撼之美,赏如画般的风景...

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3678181.html

来源：携程

发表时间：2018-5-22

天数：2 天

游玩时间：5 月

人均花费：680 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，徒步，半自由行

旅游路线：恩施，恩施大峡谷

正文：  
五月初,我们坐上动车去  
恩施  
,去感受这个季节的大峡谷的之美，感受大峡谷的初夏的韵味,这个季节的大峡谷美在有希望,美在有碧绿,美在有青翠,美在随处可见生机盎然。  
在恩施女儿寨，这里空气清新，环境好，真的是一个美丽的地方。这里远离了都市的喧嚣，体验纯粹的民族风情，夏天避暑就去大峡谷、情定女儿寨，把心留在女儿寨。女儿寨，山水如诗！女儿寨，绝壁千仞、风光迤逦，这里也是进入大峡谷的第一道迷人的风景。  
到了大峡谷，住在女儿寨度假酒店，这是一家集土家族苗族羌族建筑风格为一体的综合度假酒店，也是景区里配套和设施最完善的一家酒店。  
走进  
恩施大峡谷  
地缝，看世界上最美的大峡谷地缝，这里飞瀑与暗河并生，瀑群大小各异、高差悬殊，构成一幅幅美丽画卷...  
大峡谷内近10公里长的地缝幽深奇绝，世所罕见奇山、异水、怪洞、美景真的是数不胜数。  
初夏的清晨，如果大峡谷再下一场雨,会看到仙气升腾,云雾缭绕,如同走进了人间的仙境,进入了一个梦幻的世界。如果天气放晴的日子，在大峡谷，一缕温暖的阳光将绿意盎然的夏天唤醒，放眼远处都是绿色的一块一块的巨型天然绿色屏障......  
五月在恩施大峡谷的道路旁，我们都能看到都许多植被都是枝头堆满了绿叶，还有可以听见鸟儿愉悦的吟唱，以及随处的花儿竞相开放。大地染上了初夏该有的颜色，把自己装扮的鲜艳明媚。这天地间蔓延着生生不息的绿意，用醉人的风景本能地告诉我们，生机满满的夏天真的快要来了，你是否愿意，徜徉于大峡谷的自然美景之中，和我一起许下初夏的美好心愿。  
恩施大峡谷有有五大奇观，壮美无比的恩施大峡谷空间宏伟开阔，景观层次丰富，山体变化多端，清江河谷深切，具有别于五岳。恩施大峡谷真的自然景观迷人，奇山、异水、怪洞、珍禽数不胜数，凡天下奇景无不包容，是一幅天然的画卷诗篇。这里的峡谷山峰险峻，山头高昂，有仰天长啸之浩气；谷底的清江水质清幽，令人有脱胎换骨之感受。她原始、古朴，没有人工的雕饰，全是大自然的先天创作。将恩施大峡谷与美洲科罗拉多大峡谷相比，论壮观，科罗拉多大峡谷与恩施大峡谷不过伯仲之间，论美丽，清江大峡谷的沐抚段实在无与伦比。  
恩施大峡谷，“中国的科罗拉多大峡谷”，这里的所有景观都是天然形成，原始森林、百里绝壁、千丈瀑布、山顶云海，还有喀斯特地貌、以及远古村寨等景点美不胜收，到了恩施，不得不去的景区。  
到了大峡谷一定要看一次《龙船调》，它，是全国最大的峡谷山水实景音乐剧；它，在史前的远古剧场里上演，是土家民俗文化的荟萃；它，就是恩施大峡谷大型实景音乐剧《龙船调》。  
恩施大峡谷除了风景美以外，还有这里土家美食也是非常的诱惑人的，热情好客的恩施大峡谷人们用丰盛的美食招待远方的客人，让人不舍离开。  
恩施大峡谷交通提示：  
到达与离开：乘车路线：恩施市区，公交车（出租）到市区再转大巴到景区自驾路线：①从恩施城走航空大道，经过土司路和旗峰大道上318国道，几分钟之后靠右手边的分叉路口，进入到大峡谷景区的路，一个小时多一点就到了大峡谷停车场（马鞍龙停车场）②从恩施出发直接走318国道，到团堡镇后从右手下国道走大峡谷专用路，到马鞍龙停车场。

评论：  
1.好棒的游记，想知道5月份去这里玩天气好么？  
2.恩施大峡谷除了风景美以外，还有这里土家美食也是非常的诱惑人的，热情好客的恩施大峡谷人们用丰盛的美食招待远方的客人，让人不舍离开。  
3.恩施大峡谷，“中国的科罗拉多大峡谷”，这里的所有景观都是天然形成，原始森林、百里绝壁、千丈瀑布、山顶云海，还有喀斯特地貌、以及远古村寨等景点美不胜收，到了恩施，不得不去的景区。  
4.不错的旅行记录哦，打包带走！  
5.恩施大峡谷

## 80.龙船调的故乡有美丽的清江

https://you.ctrip.com/travels/lichuan984/3677399.html

来源：携程

发表时间：2018-5-23

天数：1 天

游玩时间：5 月

人均花费：50 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：腾龙洞

正文：  
有一首脍炙人口的湖南民歌里唱到“浏阳河弯过了几道弯？几十里的水路到湘江？浏阳河弯过了九道弯，五十里的水路到湘江。”作为在清江边长大、长老的“老本”的确说不出“清江河弯过了几道弯”，只知道“800里水路到长江”。但能说清楚清江从三渡峡到  
腾龙洞  
弯过了45道弯,46里水路到腾龙洞。  
这45道弯，就是45道景，45道情，45首歌......  
三渡峡大坝从发电口和泄洪坝流出的水在下游交汇，形成一个小小的江心岛并在这里转第一道弯。弯的上面，有农家乐、停车场、跑马场，泄洪坝下一泓碧水是市民们游泳戏水的好地方。每每夏季，这里欢歌笑语，大人乐，孩子笑，各种泳装在这里美不胜收......欢歌一首！  
从“江心岛”极目向东，滔滔江水被青山阻隔，原来清江在这里绕过青山良田，一个九十度转弯向北奔去。浪花里飞出一首欢乐的歌！  
随着歌声，清江水哦，一个急转弯向东，遥见一座大桥矗立，飞架南北。这就是石板滩大桥。这里浪花更欢，歌声更浓！  
过了桥，两岸地势稍平，视野逐渐开阔，江水缓缓向东继而慢慢向南弯去，“美丽的清江哟！八百里长......”一首抒情民歌从江心飞出，在青山绿水，肥沃田野，阵阵炊烟间回荡！  
碧绿的江水沿着两岸葱郁的树林、金黄的稻田，错落有致的农舍，唱着欢快、诙谐的《龙船调》蜿蜒向东，向浓浓的绿色深处奔去......  
这一路啊！她又弯过30道弯，穿过6道桥梁，跨越5道险滩，带着碧波、带着慈祥、带着宽容、带着欢乐来到果实飘香的园艺场。老龙洞也翻腾起欢快的浪花汇入这一泓碧水，向她哺育长大的城市前行......  
由于城市规模的扩大，原来蜿蜒绕过城南的清江，已投入子孙的怀抱，一栋栋拔地而起的高楼、一片片鲜花盛开的公园、一座座飞架南北的桥梁、一列列呼啸而过的动车，一串串快速“流动”的汽车，见证了子孙的进步。母亲河从远古走到了现代......  
夜幕来临，那流光溢彩的龙船调主题公园、龙船天街，树影婆娑的滨江公园，灯火辉煌的半岛广场，风格各异的黄石大桥、基斯顿大桥、腾龙大桥、东门凉桥、东门大桥、腾龙二桥......将蜿蜒而行的母亲河装扮得五彩缤纷......  
来到举世闻名的腾龙洞，母亲河带着眷念、带着欣慰、也带着对外面世界的向往，一声长啸，激起漫天飞瀑，幻化为“卧龙吞江”奇观，奋勇向前......  
龙船调的故乡有美丽的清江.......  
清江是长江上游的重要支流，源头位于湖北省利川市。经800里的蜿蜒曲折在宜都·汇入·长江。利川市境内有92.2公里。从源头到腾龙洞进入地下，形成伏流。又“三明三暗”进入恩施境内。沿途风光秀丽。美不胜收！

评论：

## 81.那一年，渝鄂相遇—恩施往事，我的恩施记忆：恩施大峡谷、云龙地缝、云龙瀑布

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3677489.html

来源：携程

发表时间：2018-5-24

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：600 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，自由行，火车

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，云龙风雨桥，石帘，五彩黄龙瀑布，彩虹瀑布，清江大峡谷，朝东岩，恩施土司城，七星寨景区，云龙瀑布，冰瀑，福宝山，神农溪

正文：  
那一年我的  
恩施  
记忆：  
恩施大峡谷  
、云龙地缝景区、  
云龙风雨桥  
、  
石帘  
、  
五彩黄龙瀑布  
、  
彩虹瀑布  
、壁合桥、云龙瀑布【第二站】  
恩施大峡谷速览：  
恩施大峡谷，位于世界硒都--湖北省恩施市境内，被专家誉为与美国科罗拉多大峡谷难分伯仲，是  
清江大峡谷  
一段，峡谷全长108公里，面积达300平方公里。  
峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。自然景区主要由大河碥风光、前山绝壁、大中小龙门峰林、板桥洞群、龙桥暗河、云龙河地缝、后山独峰、雨龙山绝壁、  
朝东岩  
绝壁、铜盆水森林公园、屯堡清江河画廊等组成。  
恩施大峡谷之韵  
恩施大峡谷  
恩施三日自助游行程：  
Day1:  
恩施土司城  
、女儿城、晚宿如家酒店  
Day2: 清江画廊、恩施博物馆、晚宿如家酒店  
Day3: 恩施大峡谷、云龙地缝景区、  
七星寨景区  
、晚宿如家酒店  
恩施的景点比较多，且比较分散，所以在时间上安排了3天，这样即能全面了解恩施美丽的自然风光，时间上又能充裕地体验当地的特色美食和人文景观。  
恩施地图  
恩施大峡谷旅游地图  
湖北恩施在宜昌乘坐火车到恩施，火车沿途秀丽风光，古街河流的点点滴滴，我心已陶醉。火车行驶1小时58分，到达湖北恩施市，开始了湖北恩施之旅。  
这里群峰环绕起伏、林木葱茏幽翠美景，品味着湖北  
恩施美食  
，夜晚走在清江江边，将清江风光尽收眼底。  
恩施旅游  
Da3：恩施大峡谷  
Da3：恩施大峡谷  
Da3：恩施大峡谷游客中心  
Da3：云龙地缝  
Da3：云龙地缝----风雨桥  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
Da3：云龙地缝风采  
云龙地缝风采  
云龙地缝风采  
关于交通：  
一，车次Z3次【宜昌东—恩施】  
2017年3月20日宜昌东发车时间07.00点—2017年3月20日到达  
恩施火车站  
时间08.58分，火车硬座33元/张，里程公里，火车运行1小时58分  
云龙地缝风采  
恩施记忆：  
恩施自助游路线  
精粹：  
Da3：恩施大峡谷云龙地缝景区  
恩施大峡谷内的云龙河地缝全长7.5千米，最深达75米，地缝怪石遍布，五彩斑斓，古木苍翠，碧流潺潺，尤其是地缝两岸的数条飞瀑流泉，令人震撼而神怡。  
汽车沿着恩施大峡谷行驶  
远远地看到恩施大峡谷游客中心  
恩施大峡谷  
导览  
恩施大峡谷游客中心  
恩施大峡谷游客中心  
恩施大峡谷游客中心  
恩施大峡谷游客中心广场  
恩施大峡谷游客中心广场  
恩施大峡谷游客中心广场  
恩施大峡谷游客中心广场  
恩施大峡谷云龙地缝  
导览  
导览  
导览  
云龙地缝景区  
云龙地缝景区-----风雨桥  
云龙地缝  
云龙地缝  
云龙地缝  
云龙地缝  
云龙地缝  
云龙地缝  
云龙地缝景区-----风雨桥  
云龙地缝景区-----石帘  
云龙地缝景区-----石帘  
云龙地缝景区-----石帘  
云龙地缝景区-----石帘  
云龙地缝景区-----石帘  
云龙地缝景区-----石帘  
云龙地缝景区-----石帘  
云龙地缝景区-----石帘  
云龙地缝景区-----石帘  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
五彩黄龙瀑布  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
彩虹瀑布  
彩虹瀑布  
彩虹瀑布  
彩虹瀑布  
彩虹瀑布  
彩虹瀑布  
彩虹瀑布  
彩虹瀑布  
壁合桥  
壁合桥  
壁合桥  
壁合桥  
壁合桥  
壁合桥  
壁合桥  
观景平台  
晴雨长廊  
观景平台  
灵芝玉液  
灵芝玉液  
云龙瀑布  
云龙瀑布  
云龙瀑布  
云龙瀑布  
云龙瀑布  
云龙瀑布  
云龙瀑布  
云龙暗河  
云龙暗河  
云龙暗河  
云龙暗河  
云龙暗河  
云龙暗河  
傩戏大剧场  
傩戏大剧场  
傩戏大剧场  
云龙暗河  
云龙暗河  
冰瀑  
冰瀑  
冰瀑  
冰瀑  
冰瀑  
地缝绝色  
休闲茶室  
云龙栈桥  
云龙风采  
云龙风采  
云龙风采  
云龙风采  
云龙乘车前往七星寨  
恩施大峡谷风光  
恩施大峡谷风光  
恩施大峡谷风光  
恩施大峡谷风光  
恩施特产  
；  
恩施玉露茶  
来凤  
凤头姜  
张关合渣  
恩施腊肉  
富硒洋芋  
福宝山  
莼菜  
恩施由于其特殊的地理环境，所以当地餐饮既有蜀地麻辣特色又具潇湘香辣风格，特别是当地颇具土家族和苗族特色的风味小吃更是吸引了不少的游人。  
恩施美食；  
巴东  
羊肉大面；以肉嫩、汤辣、味鲜、不膻不腻，制作讲究而独具特色，历史上醉月楼面馆和黄开太的羊肉面，在川、鄂、湘一带享有盛誉。  
神农溪  
刁子鱼；因外形如同柳叶，刁子鱼肉质细嫩，鲜美无比，是餐桌上难以替代的美味，在巴东，有“无刁不成席”的说法。  
土家烧饼；又名掉渣烧饼、抖掉渣烧饼，因烤后外层酥松，稍一震动就可掉渣而得名，有“中国比萨”之美称。  
土家十大碗；为土家人招待远方贵客的美味佳肴，通常土家人会拿出家里平常最舍不得的菜肴，经过精心烹调而成。  
鲊广椒炒腊肉；土家人喜食腊肉，土家腊肉色泽焦黄、肉质坚实、熏香浓郁、风味独特。  
土家油茶汤；是一种似茶饮汤质类的点心小吃，香、脆、滑、鲜，味美适口，提神解渴，是土家人传统的非常钟爱的风味食品，故有民谚曰：“不喝油茶汤，心里就发慌”，“一日三餐三大碗，做起活来硬邦邦”。同时，喝油茶汤又是土家人招待客人的一种传统礼仪，凡是贵客临门，土家人都要奉上一碗香喷喷的油茶汤款待。  
酢辣椒；土家人的一种咸菜品种，香鲜而焦黄，常与腊肉一并混炒，油厚而不腻。生姜炒腊肉；制作工艺简单，食材以腊肉和本地生姜为主。成品色泽鲜美，原滋原味。脆又香的味道，配合腊肉独特的香味，味美可口，也是土家传统菜之一。  
来凤腊猪脚；主要以猪脚为食材，炖着吃起来味道醇香，肥而不腻，瘦不塞牙，不仅风味独特，而且具有开胃、驱寒、消食等功能。  
恩施酸菜；  
沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景  
游感：我本是一个爱到处走动的人，走过无数的大山大川，江河湖泊，从南方的人间天堂苏杭二州，到北国的哈尔滨冰城，走到中国最北漠河寻北、从西部的彩云之南，到东边的黄海、渤海、参拜过东海的普陀，继续南下游海南、从中原到大西南的四川、拉萨，又从甘陕走到大西北新疆、我将会在这个热爱、向往的地方，寻找行程亮点，并且认真记录下来，对一个地方的热爱，多数是为了某个人某件事或者某段经历，以及优美的风光，朋友到恩施旅游吧。  
那一年，渝鄂相遇—恩施往事，我的恩施记忆游记【第二站】结束---请继续浏览那一年，渝鄂相遇—恩施往事，我的恩施记忆游记【第三站】

评论：  
1.有哇，还有恩施大峡谷七星寨游记，请继续浏览  
2.楼主此程还有更详细的攻略吗？  
3.谢谢关注  
4.走天下路添人生阅历，人生就在旅行里。  
5.每年的10月份---12月份是淡季  
6.云龙地缝景色绝美，值得一游  
7.不想很多人的时候去，淡季大概是什么时候呢？

## 82.神秘芭拉胡，魅力阿蓬江，跟着两只“新婚”白虎的脚步漫游黔江！

https://you.ctrip.com/travels/chongqing158/3677100.html

来源：携程

发表时间：2018-5-25

天数：3 天

游玩时间：5 月

人均花费：1000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，自驾，周末游

旅游路线：重庆，阿蓬江，彭水，酉阳，金冠大酒店，蒲花暗河，天生三桥，小南海

正文：  
重庆中科·金冠大酒店  
¥  
168  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
  
【写在前面】  
最近的  
重庆  
可以说火到不行，一座3000千年历史文化名城，突然间变成了超级网红，一个小小的洪崖洞，天天都挤得的水泄不通，旁边的千厮们大桥也已经完全被看夜景的游客攻占，连车都过不去了。其实重庆并不是只有解放碑、洪崖洞，作为全国最大的直辖市，8万多平方公里的面积上，有太多美丽的地方，除了主城，周边的区县也是各有各的美，今天，我们就跟随两只即将“成亲”的白虎，来到位于重庆东南角，  
阿蓬江  
畔的美丽黔江。  
黔江，地处武陵山区腹地，素有“渝鄂咽喉”之称。东临湖北恩施咸丰，西接  
彭水  
苗族自治县，南连  
酉阳  
土家族苗族自治县，北接湖北利川，山清水秀、原始古朴、民风醇厚、让人神往，宛如北纬30度上的一刻明珠，镶嵌在武陵秘境中。  
  
【出行攻略】  
1.交通  
1）飞机 黔江有机场，成都到黔江平时也就300-400，1个小时即到，非常方便，重庆到黔江就更快更便宜了，平时100多就搞定。黔江机场很小，离城区也非常的近。  
2）火车 黔江目前没有通动车，成都到黔江火车9个小时左右，硬座81元，硬卧150元左右。重庆到黔江火车4个小时左右，硬座41.5，硬卧90元左右。  
3）自驾 成都到黔江580公里左右，全程高速，历时8个小时左右，重庆主城到黔江约280公里左右，历时4个小时左右。  
2. 住宿  
黔江城区或者景区住宿都非常方便，城区推荐  
金冠大酒店  
，在当地算品质不错的。濯水古镇推荐芭茅岛酒店，紧挨风雨廊桥桥头，晚上夜景非常美。  
3. 美食  
黔江最有名的就是黔江鸡杂了，另外还有青菜牛肉也不错。推荐鹏林天龙鸡杂，当地比较出名的一家老店，老板说开了有20年了，按人头收费，30元一人，反正我们觉得分量是够了，在黔江一共吃了三顿鸡杂，感觉这家最好吃。  
题目和文章的开头都有提到“白虎成亲”，大家肯定会觉得非常奇怪，白虎为什么要成亲？白虎为什么又要在黔江成亲呢？这个就要从这两只可爱的白虎和黔江的密切关系来说了。白虎，是黔江土家族的图腾，是土家族“崇力尚武”的精神气质，据《后汉书•南蛮西南夷列传》记载：“土家族先祖廪君君乎夷城，四姓皆臣之。廪君死，魂魄世为白虎。巴氏以虎饮人血，遂以人祠焉。”此后，土家族继承了其先民古代巴人崇拜白虎的习俗，渗透到日常生活的各个方面，使之成为民族的图腾和民族精神的象征，并一代一代传承下来，影响至今。  
而这两只白虎是黔江旅游吉祥物，一个叫“黔黔”，一个叫“江江”，相传在古代，土家族就有嫁白虎的习俗，所以在5月20日这个好日子，“黔黔”和“江江”要按土家婚嫁习俗，在黔江这座恋爱之城，邂逅之都，举办一场“跨世纪”的盛大婚礼。新郎“黔黔”将带着新娘“江江”，走过黔江的美丽山水，在芭拉胡迎亲，再回到“黔黔”的老家濯水古镇，在风雨廊桥边大摆土家千人长桌宴，到  
蒲花暗河  
的天生三眼处许下山盟海誓，最后在爱丽丝庄园拜堂成亲入洞房。  
  
【神秘芭拉胡，此胡不是彼湖】  
  
  
初听“芭拉胡”，第一反应大多以为是一汪碧绿的湖水，再看到这三个字，可能会像，“胡”字是不是写错了？其实不然，“芭拉胡”并不是我们想象中的湖水，它是土家语的音译，意思是“峡谷”，这个横跨七个地质年代，垂直落差达500米的峡谷，就位于黔江城区，是“中国唯一的城市大峡谷，世界罕见的砾岩溶洞群”，形成了“城在峡谷上，峡谷城中央”的全球罕见、亚洲唯一的独特城市景观。  
黔江“芭拉胡”，有亚洲第一峡谷城美誉，是中国唯一以土家语命名的城市旅游品牌,登高远望，恰似一条绿色丝绦，将老城新城逢合在一起，绘就一幅名副其实的“城即景、景即城”的水墨丹青。谷宽80-100米，平均深度200米，最大落差500米；峡谷峭壁直立，崖壁大多与地平线成直角。  
当你走上808米长的空中栈道，尤其是悬挂在500米高空的透明玻璃栈道，大有“我要飞”的刺激感；两侧峰峦起伏，鬼斧神工，呈现出中国西南典型的喀斯特地貌，40多个奇特的砾岩溶洞品质上乘，世界少有，洞内常年恒温18℃。  
芭拉胡还拥有世界最高的巨幅摩崖观音像，高123米，宽69米，底部距离地面115米，顶部距离地面238米，观音圣像独坐莲台，手执净瓶柳枝，指撒圣水甘露。黔江河水在山峡谷潺潺流淌、峡段多个洞穴、仅观音崖处的水仙洞即有8个洞穴，所有洞穴都是洞洞相连、洞中有洞、曲折纵横，跟迷宫一般，构筑成为大武陵山唯一的极致峡谷景观、极美峡谷城市、极叹峡谷文化的奇特景区。  
5月19日，“黔黔”和“江江”就在芭拉胡的观音像前定情，立下了对彼此爱的誓言，“黔黔”在经历了重重关卡后，终于迎娶到了它美丽的新娘“江江”，按照土家族的婚嫁习俗，“江江”在父母亲人膝前哭别后，依依不舍但随着“黔黔”回到它的老家濯水古镇，今晚，“黔黔”将在濯水古镇大办千人长桌宴，宴请所有的亲朋好友，让我们也去凑凑热闹，讨杯喜酒喝吧！  
【濯水古镇，风雨廊桥】  
战国时期楚国诗人屈原在《楚辞》中写道 “沧浪之水清兮，可以濯我缨；沧浪之水浊兮，可以濯我足”。濯即洗涤，濯水就是取其义而命名。  
濯水旧名濯河坝，在先秦时属楚国，秦属黔中郡，汉属武陵郡，晋“永嘉之乱”后“没于蛮僚”，明清时属酉阳冉土司管辖。这里的集市贸易兴起于唐代、兴盛于宋代，千百年来，各民族文化在这里传承、融合和发展，巴楚文化、军塞文化、商贾文化相互交织，非物质文化遗产后河古戏与西兰卡普、雕刻等民间工艺交相辉映，成就了濯水这个独具特色的土家风情小镇。景区先后获得了“中国最具魅力名镇”“中国历史文化名镇”等称号。  
作为重庆旧城老街的典型，濯水古镇除了拥有较多历史遗址以及相关的历史典故，同时也在四千年的漫漫历史长河中积淀了丰富的文化内涵。街巷格局保留较为完整，具有浓郁的渝东南古镇格局，漫步在老街的青石板路上，三三两两走过的当地居民们显得悠闲安逸，两边的老房子散发出满满的年代感，特别是临江一边的吊脚楼，精美而别致。  
“黔黔”和“江江”回到了濯水古镇，招待亲友们一一入席摆在写有“濯水”字样牌坊前的千人土家长桌宴，每张桌子上都是最具黔江土家特色的美食，辛苦了一天的迎亲队伍一入座就开始大快朵颐起来，直到“黔黔”和“江江”来敬酒时，才放下筷子，举起酒杯，送上他们最真挚的祝福。  
濯水古镇最有名的还是横跨阿蓬江的那座风雨廊桥，它连接濯水古镇与蒲花园区的步行交通桥梁，同时兼具观光休闲等旅游服务功能。廊桥全长618米，宽6米，是典型的渝东南土家风格的标志性建筑，堪称“中国廊桥文化的典例”。  
可惜的是， 2013年11月27日晚，有亚洲第一之称的重庆黔江濯水古镇风雨廊桥发生火灾被烧毁。风雨廊桥于2014年5月开始重建，于2015年2月重新对外开放。重建后的风雨廊桥依旧魅力无限，它目前也是世界第一长度的廊桥，在形态上、结构上、工艺上实现了传统与现代的结合，中式与欧式的结合，，更是传统木质廊桥与使用胶合木和钢架相结合的全新的结构方式，实现了建筑上新的探索和尝试。  
站在廊桥上，远远望去，古镇高低错落、鳞次栉比的屋宇千姿百态，排排吊脚木楼错落有致，更有别样的风情。相亲长廊上，人流如织，美轮美奂的布置，加上那飘在风中的相亲牌，构成了一道独特靓丽的风景。身着民族服装的阿哥阿妹，在相亲廊桥吊脚楼上，深情演绎情歌对唱。他们在廊桥相会，在楼阁对歌，成双成对并肩漫步于杨柳依依的阿蓬江畔，含情脉脉也热情似火，极尽浪漫之情。在濯水古镇，到处弥漫着爱的气息，悄然缔造着土家浪漫与佳话。  
【天生三眼，蒲话暗河】  
蒲花暗河，位于黔江濯水镇，由蒲花河、  
天生三桥  
、地下暗河、大漏斗、间歇泉、蒲花峡谷等组成，景区内连续三座150多米高的天生三桥横架河上，2公里的地下暗河、峡谷内“赤穴”溶洞、来源于巴廪君神与盐水女神的战争传说。  
溶洞里面，除了自然生存的千丘梯田、滴水莲花、蒲穴双株、佛手迎春等钟乳奇观美不胜收，“赤穴”附近，亦可发现隐花果、开口箭、马灵光树、中华文木等奇特、珍稀植物、以及刺猬、岩雁、獐子等野生动物。峡谷两岸绝壁上溶洞密布、引人入胜、是景观、猎奇、探险野趣体验的极佳景区。  
蒲花暗河上，天生三眼下，绝对是一个非常浪漫的地方，非常的时候恋人们许下誓言，“黔黔”和“江江”就选择了这里，许下了希望和彼此相爱一生的盟誓。  
【爱莉丝庄园，拜堂成亲入洞房】  
  
爱莉丝庄园，一听就是很美，很浪漫的地方，该项目占地800余亩  
，  
以“爱”为主题，将“爱”文化融入整个庄园。现已完成一期建设，建有八大拍摄风格，极致奢华的简约主义空间，充满了时尚主义风格，有梦幻时尚的实景摄影棚，还有风情多样的外景拍摄点，荷兰风车、地中海风情建筑、四季马场、欧式马车、跑车、直升机、热气球、城市巴士、超豪华游艇、艾菲尔铁塔、四季花海等一应俱全，完全是一处为爱而生的地方。  
随意“黔黔”和“江江”最终选择了在5月20日这个特殊的日子，这里举办它们这场跨世纪的盛大婚礼，拜天地、拜父母、夫妻对拜，入洞房咯！  
没想到，自己会在520被一对白虎虐的体无完肤，它俩一会儿打打闹闹，一会儿又亲亲我我，随时都在撒狗粮，送亲队伍们一路吹吹打打，护送两位新人来到它们美丽而温馨的洞房，以后，这里就是它们的家了，希望它们能永远这么恩爱，一直幸福下去。  
随着两只可爱白虎婚礼的结束，这次的黔江之行也就结束了，短短了两天时间，除了见证了这盛大的婚礼，也见到了黔江独具魅力的无限风光，有山有水有古镇，还有恨不得顿顿吃的黔江鸡杂，时间有限，脚步稍显匆忙，希望下次有机会可以多玩几天，黔江还有很多胜地没有去，比如“  
小南海  
”、“十三寨子”，有遗憾是为了下次的再相聚，再见了，魅力的黔江！

评论：  
1.感觉再怎么节约，吃方面还是要尽量去满足的。  
2.虽然游记中也有觉得和我自己不完全一样的地方，不过也觉得挺好~

## 83.那一年，渝鄂相见—恩施往事，我的恩施记忆：恩施大峡谷、绝壁长廊、一炷香、双子塔

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3680691.html

来源：携程

发表时间：2018-5-28

天数：3 天

游玩时间：3 月

人均花费：600 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，人文，自由行，火车，省钱

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，七星寨景区，楼门石浪，绝壁长廊，迎客松，一炷香，大地山川，清江大峡谷，朝东岩，恩施土司城，绝壁栈道，母子情深，大楼门群峰，福宝山，神农溪

正文：  
那一年，渝鄂相见—  
恩施  
往事，我的恩施记忆：  
恩施大峡谷  
、  
七星寨景区  
、  
楼门石浪  
、石崖迷宫、一线天、  
绝壁长廊  
、  
迎客松  
、回音谷、古象岭、祥云火炬、  
一炷香  
、双子塔、  
大地山川  
、云梯入凡【第三站】  
恩施大峡谷速览：  
恩施大峡谷，位于世界硒都--湖北省恩施市境内，被专家誉为与美国科罗拉多大峡谷难分伯仲，是  
清江大峡谷  
一段，峡谷全长108公里，峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。  
自然景区主要由大河碥风光、前山绝壁、大中小龙门峰林、板桥洞群、龙桥暗河、云龙河地缝、后山独峰、雨龙山绝壁、  
朝东岩  
绝壁、铜盆水森林公园、屯堡清江河画廊等组成。  
恩施大峡谷之韵：  
除了大峡谷外，最大的景观特色是两岸典型而丰富的喀斯特地貌:有天坑，有地缝，有天生桥，有溶洞(200多个)，有层层叠叠的峰丛，还有近乎垂直于大峡谷的大断崖。峡谷内有近10公里长的地缝幽深奇绝，世所罕见奇山、异水、怪洞、珍禽数不胜数。  
憧憬着湖北恩施之各地景色。我向往着恩施大峡谷、清江画廊风采，那难忘的  
恩施美食  
、时时牵动着我，吸引着我，那穿越时空的奇妙想象，迫使我动身踏上这神秘之旅。  
恩施三日自助游行程：  
Day1:  
恩施土司城  
、女儿城  
Day2: 清江画廊、恩施博物馆  
Day3: 恩施大峡谷、云龙地缝景区、七星寨景区  
恩施的景点比较多，且比较分散，所以在时间上安排了3天，这样即能全面了解恩施美丽的自然风光，时间上又能充裕地体验当地的特色美食和人文景  
在宜昌乘坐火车到恩施，火车沿途秀丽风光，古街河流的点点滴滴，我心已陶醉。火车行驶1小时58分，到达湖北恩施市开始了湖北恩施之旅。  
这里最适合夫妻来旅行，一起漫步，演绎出自然造化中壮美灵动的山水风光。欣赏群峰环绕起伏、林木葱茏幽翠美景，品味着湖北恩施美食，夜晚走在清江江边，将清江风光尽收眼底。  
恩施旅游  
精典；  
Day3: 恩施大峡谷七星寨景区  
Day3：恩施大峡谷  
Day3：恩施大峡谷  
Day3：恩施大峡谷---回音谷  
Day3：恩施大峡谷---  
绝壁栈道  
Day3：恩施大峡谷---绝壁栈道  
Day3：恩施大峡谷---朝天门  
Day3：恩施大峡谷---祥云火炬  
Day3：恩施大峡谷---古象岭  
Day3：恩施大峡谷---迎客松  
Day3：恩施大峡谷---一炷香  
Day3：恩施大峡谷---双子塔  
Day3：恩施大峡谷---玉女峰  
Day3：恩施大峡谷---玉笔峰  
Day3：恩施大峡谷---玉女、玉笔峰  
Day3：恩施大峡谷---拇指峰  
Day3：恩施大峡谷---云梯入凡  
Day3：恩施大峡谷---大地山川  
Day3：恩施大峡谷---大地山川  
Day3：恩施大峡谷---大地山川  
足迹之湖北恩施，朋友我去的恩施可能画风和你们的不一样  
关于作者：我是一名自由行旅游爱好者又是摄影爱好者，平时主要是拍风景照片，空余的时间喜欢到处跑，去各个地方去看看，拍摄当地的绝美风光和风土人情。热爱摄影的我，总不会放过路途上所有美好的人和事，我想那一刻的定格，将会组成我所有的回忆。想了解我更多的摄影作品和游记，可以关注我的  
如有关于旅行上的问题,随时留言给我  
关于交通：  
火车信息：  
一，车次Z3次【宜昌东—恩施】  
2017年3月20日宜昌东发车时间07.00点—2017年3月20日到达  
恩施火车站  
时间08.58分，火车硬座33元/张，里程公里，火车运行1小时58分  
关于住宿：  
湖北恩施的住宿可以根据景点的位置来安排，如果你要在恩施市区周围游玩3天，可以选择住在恩施如家酒店  
我因为是如家快捷酒店的铂金会员，所以，无论到任何城市，只要有如家酒店，是我的首选，我的住宿标准：120元以内标间，管2 人早餐。  
恩施记忆：  
恩施自助游路线  
精粹：  
Day3：恩施大峡谷七星寨景区  
恩施大峡谷七星寨景区  
恩施大峡谷七星寨景区  
恩施大峡谷七星寨景区  
导览  
恩施大峡谷七星寨景区  
峡谷中遍布绝壁悬崖，流水飞瀑，千仞孤峰，壮观地缝，原始森林，乡村梯田，迎客松、一炷香、情侣峰、绝壁长廊、大地山川、  
母子情深  
等步步为景，被誉为全球最美丽的大峡谷  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
俯视七星寨  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
雄鹰啸天  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
俯视七星寨  
刚刚开始，走过1899步了  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
俯视七星寨  
峡谷中遍布绝壁悬崖，千仞孤峰。  
Day3: 楼门石浪  
典型的喀斯特石芽（林）地貌，为三叠纪（2.03—2.5亿年前）灰岩经风化、溶蚀而形成的石芽群。整体犹如万卷石书，故名。  
导览  
石芽高低起伏、错落无序、形状各异、参差不齐，如波浪、似岛屿、此消彼涨。  
石芽是岩溶区平缓岩层坡面上常见的一种岩溶地貌。由地表水沿碳酸盐岩表面裂隙溶蚀所成沟槽间突起的石脊或脊状岩体便称作石芽。  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
石芽高低起伏、错落无序、形状各异、参差不齐，如波浪、似岛屿、此消彼涨。  
石芽是岩溶区平缓岩层坡面上常见的一种岩溶地貌。由地表水沿碳酸盐岩表面裂隙溶蚀所成沟槽间突起的石脊或脊状岩体便称作石芽。  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
导览  
悬棺高升  
悬棺高升  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
楼门石浪  
Day3:一线天  
一线天  
一线天  
一线天  
静静的山谷  
静静的山谷  
静静的山谷  
静静的山谷  
静静的山谷  
静静的山谷  
Da3：绝壁长廊  
又叫“绝壁栈道”,始建于2007年10月，全长488米，118个台阶。位于海拔1700余米、净高差300余米之绝壁山腰间，当你沿着栈道游览，一路可以欣赏大武陵风光。  
该栈道共有七道弯八道拐,寓意是：路七弯八拐，心始终如一。  
歌曰：北斗七星有七斗，绝壁栈道有七抖；经过一番惊吓后，人生道路手拉手。  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
绝壁栈道风采  
漫步大峡谷  
漫步大峡谷  
漫步大峡谷  
雄鹰展翅  
中楼门  
中楼门  
中楼门  
中楼门  
中楼门  
中楼门  
Day3:回音谷  
回音谷  
回音谷  
回音谷  
回音谷  
回音谷  
回音谷  
回音谷  
回音谷  
回音谷  
回音谷  
峡谷风光  
峡谷风光  
峡谷风光  
导览  
古象岭  
古象岭  
古象岭  
古象岭  
古象岭  
古象岭  
导览  
祥云火炬  
祥云火炬  
祥云火炬  
祥云火炬  
祥云火炬  
祥云火炬  
七星观景台  
祥云火炬  
祥云火炬  
导览  
雌雄菇  
雌雄菇  
七星观景台  
七星观景台  
七星观景台  
七星观景台  
七星观景台  
导览  
相思鸟  
相思鸟  
大楼门群峰  
大楼门群峰  
大楼门群峰  
大楼门群峰  
大楼门群峰  
大楼门群峰  
大楼门群峰  
迎客松  
迎客松  
迎客松  
迎客松  
迎客松  
迎客松  
峡谷之路  
峡谷之路  
峡谷之路  
峡谷之路  
峡谷之路  
睡美人  
走进一炷香  
走进一炷香  
走进一炷香  
导览  
Day3:一炷香  
是地球上稀有的单体三叠系灰岩柱，高度为150米，柱体底部直径6米，最一炷香小直径只有4米，此地的岩石的抗压强度是800千克每立方厘米，风吹他不倒，雨打他不动，傲立群峰之中千万年，守护着这片神秘的土地，实属罕有。  
他近观犹如男根，展示着他威武的雄姿，俨然成了大峡谷中的镇谷之宝。  
相传，这根石柱是天神送给当地百姓的一根难香，如遇灾难将他点燃，天神看到寥寥青烟，就会下凡来救苦救难，所以当地百姓称它为"难香"，这难香又长又细，晴空万里时，一朵白云叠在峰顶，远远看去就像天上的香火，宛若仙境;阴雨天气时，升起的一层薄雾，就像一缕青纱，将它打扮得若隐若现，妩媚动人。  
镇谷之宝  
镇谷之宝  
镇谷之宝  
镇谷之宝  
镇谷之宝  
镇谷之宝  
镇谷之宝  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
Day3:双子塔  
系灰岩经风化剥蚀、溶蚀形成的如芦笙状的对称两柱状山体，互不相联，彼此对峙凝望。这是因为岩石本身性质相同、构造裂隙较规则，在大雨沿直立裂隙直接冲刷下形成。但两山体如此对称，外形几乎相同，自然界比较罕见。  
双子塔  
双子塔  
双子塔  
导览  
Day3；大地山川  
由“玉笔峰”，“玉女峰”，“玉屏峰”三座山峰组成。这三座山刚好像两个字：一个山字，一个川字，象征着大地山川 。左边玉笔峰除了像一支巨大的毛笔外，还像一个巨大的佛手在做“阿弥陀佛”状，此峰又名“情侣峰”，要近看才像二位偎依的情人。中间玉女峰又名“望夫石”，山顶形似一个背着孩子盼望着丈夫归来的妻子。右边“玉屏峰”除了像屏风，还像鸟巢或元宝山。  
大地山川----玉屏峰  
大地山川----玉屏峰  
大地山川----玉屏峰  
大地山川----玉屏峰  
大地山川----玉屏峰  
大地山川----玉屏峰  
玉屏峰  
大地山川----玉屏峰  
大地山川----玉屏峰  
导览  
大地山川----拇指峰  
大地山川----拇指峰  
大地山川----拇指峰  
大地山川----拇指峰  
大地山川----拇指峰  
大地山川----拇指峰  
大地山川----拇指峰  
导览  
观景平台  
观景台前面就是“大楼门”景区最壮丽的景观，也是恩施大峡谷中最具想象力的绝壁峰丛之精华景观，名为“大地山川”。由“玉笔峰”，“玉女峰”，“玉屏峰”三座山峰组成。  
这三座山刚好像两个字：一个山字，一个川字，象征着大地山川 。左边玉笔峰除了像一支巨大的毛笔外，还像一个巨大的佛手在做“阿弥陀佛”状，此峰又名“情侣峰”，要近看才像二位偎依的情人。  
中间玉女峰又名“望夫石”，山顶形似一个背着孩子盼望着丈夫归来的妻子。  
右边“玉屏峰”除了像屏风，还像鸟巢或元宝山。  
玉笔峰美姿  
玉笔峰美姿  
玉笔峰美姿  
玉笔峰美姿  
玉笔峰美姿  
玉笔峰美姿  
玉女峰美姿  
玉女峰美姿  
玉女峰美姿  
大地山川美姿  
玉屏峰”除了像屏风，还像鸟巢或元宝山。  
大地山川  
导览  
母子情深  
母子情深  
导览  
云梯入凡  
云梯入凡  
云梯入凡  
云梯入凡  
云梯入凡  
云梯入凡  
云梯入凡  
云梯入凡  
云梯入凡  
云梯入凡  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
峡谷绝色  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
再见恩施大峡谷  
恩施特产  
；  
恩施玉露茶  
恩施玉露茶  
来凤  
凤头姜  
来凤凤头姜  
张关合渣  
恩施腊肉  
富硒洋芋  
福宝山  
莼菜  
恩施美食；  
巴东  
羊肉大面；以肉嫩、汤辣、味鲜、不膻不腻，制作讲究而独具特色，历史上醉月楼面馆和黄开太的羊肉面，在川、鄂、湘一带享有盛誉。  
神农溪  
刁子鱼；因外形如同柳叶，刁子鱼肉质细嫩，鲜美无比，是餐桌上难以替代的美味，在巴东，有“无刁不成席”的说法。  
土家烧饼；又名掉渣烧饼、抖掉渣烧饼，因烤后外层酥松，稍一震动就可掉渣而得名，有“中国比萨”之美称。  
土家十大碗；为土家人招待远方贵客的美味佳肴，通常土家人会拿出家里平常最舍不得的菜肴，经过精心烹调而成。  
鲊广椒炒腊肉；土家人喜食腊肉，土家腊肉色泽焦黄、肉质坚实、熏香浓郁、风味独特。  
土家油茶汤；是一种似茶饮汤质类的点心小吃，香、脆、滑、鲜，味美适口，提神解渴，是土家人传统的非常钟爱的风味食品，故有民谚曰：“不喝油茶汤，心里就发慌”，“一日三餐三大碗，做起活来硬邦邦”。同时，喝油茶汤又是土家人招待客人的一种传统礼仪，凡是贵客临门，土家人都要奉上一碗香喷喷的油茶汤款待。  
酢辣椒；土家人的一种咸菜品种，香鲜而焦黄，常与腊肉一并混炒，油厚而不腻。  
来凤腊猪脚；主要以猪脚为食材，炖着吃起来味道醇香，肥而不腻，瘦不塞牙，不仅风味独特，而且具有开胃、驱寒、消食等功能。  
恩施酸菜  
恩施由于其特殊的地理环境，所以当地餐饮既有蜀地麻辣特色又具潇湘香辣风格，特别是当地颇具土家族和苗族特色的风味小吃更是吸引了不少的游人。  
沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景。  
游感：我本是一个爱到处走动的人，走过无数的大山大川，江河湖泊，从南方的人间天堂苏杭二州，到北国的哈尔滨冰城，走到中国最北漠河寻北、从西部的彩云之南，到东边的黄海、渤海、参拜过东海的普陀，继续南下游海南、从中原到大西南的四川、拉萨，又从甘陕走到大西北新疆、我将会在这个热爱、向往的地方，寻找行程亮点，并且认真记录下来，对一个地方的热爱，多数是为了某个人某件事或者某段经历，以及优美的风光，朋友到恩施旅游吧。  
那一年，渝鄂相遇—湖北恩施往事，我的恩施记忆游记【第三站】结束---请继续浏览那一年，渝鄂相遇—湖北襄阳往事，我的襄阳记忆游记【第四站】

评论：  
1.现在是旅游旺季，人比较多，但景区大，分散快，不影响游览  
2.谢谢关注  
3.敢问楼主现在去这里的人多么？是不是都是人？  
4.作为一个资深本地人，我想说，楼主写的真好，好详细！赞一个！  
5.恩施大峡谷景色秀美，峡谷惊险奇，非常值得一游

## 84.湖北恩施游记——女儿城与清江画廊

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3679415.html

来源：携程

发表时间：2018-5-29

天数：5 天

游玩时间：5 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
作者|爪爪    摄影|容易    修片|爪爪  
讼庭秋日静，琴鹤一长闲。  
晚树生凉吹，秋思在远山。  
水穿吟阁过，苔绕印床斑。  
幸有江云看，何思卜往还。  
继续上一期的游记，我们从重庆云阳来到了湖北的  
恩施  
，也就是第三天我们来到了恩施市区，参观恩施博物馆、恩施女儿城。而第四天则向南部出发，一探清江画舫的面貌。  
我们在  
恩施  
的第一站就来到了恩施博物馆，恩施土家族苗族自治州博物馆是湖北省规模最大、文物藏品最丰富的地区级综合性少数民族博物馆，也是湖北省少数民族文物陈列、保管、研究的中心博物馆。  
中国  
恩施土家女儿城  
，位于湖北省  
恩施  
市区七里坪，是全国土家族文化集聚地，也是武陵地区城市娱乐消费中心和旅游集散地，也号称中国的相亲之都！  
女儿城内有恩施当地比较齐全的小吃和特色菜饭店，如巴人堂，土家大院等，也有民族工艺品，服装店。城外有酒吧街，水上乐园，游泳池和机动游戏、摩天轮等，配套齐全。  
土家摔碗酒有个非常贴切的名字，“biang当酒”，这一碗酒下肚，酒兴正浓，biang一下的将碗砸碎，砸的越碎，则越有好彩头。  
"妹娃要过河，是哪个来推我嘛!"悠悠龙船调，浓浓清江情。这首名列"世界民歌"之一的《龙船调》，将"妹娃要过河"的"河"——清江唱红了世界。提起清江，或许大多数人第一个联想到的景区就是位于宜昌的“清江画廊”，殊不知清江八百里，有很大一部分是在恩施州境内。恩施  
清江风景旅游区  
，自恩施市汾水河至  
巴东  
县水布垭，全长87公里，是清江最美、最深、最具原生态特色的河段。此次全程共分为红花峡、千瀑峡、蝴蝶峡三个峡段。  
此处就是最出名的蝴蝶峡景区了，两块巨大的斑纹山体岩石就像一只展翅飞舞的蝴蝶，让人不得不感叹大自然的鬼斧神工！  
下一期会前往湖北  
恩施大峡谷  
，喜欢的朋友敬请关注哦！如果你有任何好的游记都可以联系小编，与大家一同分享！  
感兴趣的朋友可以点击长按下方的二维码，关注Dracula和小伙伴们！如果你有好的想法与感受也欢迎与我们一同分享哦！

评论：

## 85.魔都出发自驾游中国Ⅱ丨沪-贵-渝-川-鄂-沪丨（超详细图文攻略）

https://you.ctrip.com/travels/jiuzhaigou25/3680087.html

来源：携程

发表时间：2018-5-29

天数：14 天

游玩时间：7 月

人均花费：7700 元

和谁：夫妻

玩法：摄影，人文，自驾

旅游路线：九寨沟，西江千户苗寨，观景台，黄果树，重庆，九寨沟风景区，黄龙风景名胜区，五彩池，恩施，恩施大峡谷，奉节，武隆，黄鹤楼，武汉，武汉长江大桥

正文：  
游记  
给自己留下点回忆，给他人带去点参考  
遇见自己，在路上  
序  
长途自驾并非说走就走的旅行  
而是经过各种反复设计和精心准备  
但，很多时候，在路上，计划跟不上变化，甚至跟不上你的心情  
友情提示：请勿疲劳驾驶！不要赶时间开夜车！系好安全带！  
关于我  
80后“大叔”  
独自骑行川藏线的男人  
被学习耽误的优秀足球运动员  
“佛系减肥法”终身成就奖获得者兼名誉会员  
精通八门方言并能用肢体交流的学者  
一心熟读“演员的自我修养”  
那个天路行者  
上期回顾  
先说声抱歉，上期结束，计划本期行程丨沪-赣-湘-黔-渝-川-鄂-徽-沪丨  
由于在阿坝藏族羌族自治州的时候，遇上了  
九寨沟  
地震，之后的日子里家人朋友整天催促回家，所以20多天的行程缩短到了14天，之后的行程都放弃了。友情提示，此次行程虽然5800公里，但比起上期将近9000公里的行程来说，这次累多了，累很多！因为都是山路  
下面的链接是上期攻略，喜欢感兴趣的话可以看下  
魔都出发自驾游中国Ⅰ丨沪-豫-陕-甘-青-宁-蒙-京-翼-津-鲁-沪丨（超详细图文攻略）  
http://you.ctrip.com/travels/dunhuang8/3659899.html  
  
此图拍摄于九寨沟地震的前天  
愿灾区早日涅槃重生，愿世间万物美好  
费用清单：  
全程总计花费了约15400元（14天，2人，约5800公里）  
1.吃和其他：约3000元（这个费用因人而异）  
2.住：3431元，13晚，平均264元/天  
3.行：过路费约3000元，油费约3000元  
4.门票：3060元  
备注：此行的住宿大多为各个市里的连锁品牌汉庭/全季，剩余的客栈/宾馆，由于笔记本丢失，想不起来，故不做详述  
以梦为马，不负昭华！  
出发！  
第一天：魔都出发，全天在路上，晚上住宿在宜春市里的汉庭  
重要说明：原计划是想先到庐山的，奈何出去当天，这一整天江南地区都下雨，查询了下九江以及庐山的天气，比较糟糕，因此果断放弃了这个想法，直奔苗寨去了，因此在中途18点左右落脚在宜春市，毕竟原则是夜晚不开车不赶路！B计划是想把庐山留在最后回程的时候去，无奈之后遇到地震，被家人催回家，还是没去成庐山  
第二天：  
西江千户苗寨  
（日落和夜景）。晚上住宿在苗寨里客栈  
同样一天在路上，16点刚到苗寨。不过别担心，夏季昼夜时差大，正好赶上太阳公公下山，以及晚上有表演，满山的灯也同样迷人  
苗寨注意事项：西江的千户苗寨是中国乃至全世界最大的苗族居住的村寨。作为世界遗产，这些年越来越火。苗寨最外面的大门都在翻新，沿路进来一片“古镇”气息的商业化街道，两边还有继续扩建的意思。只有真正过来检票口，坐上景区观光车送你到  
观景台  
下车后，你才算到了苗寨。等你往观景台上往外一瞅，成片村寨映入眼帘。里面道路很错综，各种小路都能穿近道。不管是吃住，总体消费都不高。住宿别太“公主病”，淡定点，驱蚊驱虫都带好，毕竟这里依山而建，各类“神奇宝贝”都会随意出没，毕竟这里的蜘蛛侠是我面对面见过最大的。购买这里的名族特色装饰品去里面有执照的正规店买  
感觉这一片大门都是“新建”的  
本地人“下班”了  
全景图之一  
观景台之一  
全景图之一  
这些图拍摄于19点，天色要开始逐渐昏暗了  
“万家灯火”，中间偏左那个正方形特别亮的就是晚上看表演的地方  
第三天，西江千户苗寨。晚上住宿在贵阳市里的汉庭  
清晨的苗寨是幽静的，像个少女。因此，河边全是拍名族服装照的少女  
清晨，很静  
第一缕的阳光照射进客栈，女主角朦胧登场  
一下下就天亮了，走，河边拍照  
噔噔噔噔  
噔噔噔噔  
噔噔噔噔  
租衣服费用10块钱，押金另付，选上一套，随你穿去哪里拍，没时间限制  
第四天，  
黄果树  
景区。晚上住宿在独山县的某宾馆（这个地方离小七孔比较近）  
8点半，黄果树景区。敢问路在何方  
黄果树景区注意事项：自驾车停车比较困难，我是停在马路边别人招揽的“停车场”，就在售票处斜对面，距离50米左右。至于门票，说实话，贵州真好，我去的时候贵州全省数景区都对外来游客优惠，力度很大，原因估计是因为其他各个省市对这里的建设做出的回报，景区有公告牌，印象最深的杭州游客持本人身份证免票，上海是半价票。买了门票还要买车票，车票有2钟，一种是观光大巴车，一种是出租车，都要检票乘坐的，自驾车是进不去的，景区里景点分散远所以需要坐车调度。最主要的景点三个，天星桥，陡坡塘，大瀑布。友情提示：靠近大瀑布拍照的时候注意别把镜头弄湿了，否则拍出来的照片上面会有“一点一点”  
核心景区：大瀑布  
这就是我儿时曾梦想见到的大瀑布  
陡坡塘景区  
西游记片尾师徒四人走过的瀑布之一  
天星桥景区  
拍高老庄的地方  
黄果树一天慢悠悠的游玩结束已经下午15点多的样子了，然后开车去小七孔方向，天快黑的时候在独山县下高速，随便找了个宾馆住宿了，距离小七孔还有2小时的车程，计划明早7点前走没任何问题的，原则是晚上不开车不赶路  
第五天，织金洞，小七孔没去成。晚上住宿在贵阳市里的汉庭  
一早，出发，8点半到小七孔，结果小七孔装修！！！景区指示牌友情提示请从大七孔景区进入。两个地方相距很远，开车半个多小时，路上各种施工，道路很困难，好多来小七孔的车车都被堵住了。结果好不容易到大七孔，停好车去售票处，哇靠，人山人海！景区电子屏显示，当日客流现在处于满载中，不给售票，售票时间等通知，好多买了票的也不能进去，现场一片混乱！因此当机立断，马上闪人，离开，再见，直奔织金洞。知道这么个情况昨天就住在贵阳市里了！旅途中就是有各种千变万化的情况，要淡定。对我而言，小七孔是一个我计划了好多年一直想要去的地方，结果这次都到门口了，还是没去成，缘分这东西有时候真的说不清楚  
15点，织金洞。号称“五岳归来不看山，织金洞外无洞天”  
织金洞注意事项：洞里洞外温差大，夏天也别冻坏了，我一件短袖说实话很冷！因为这里是中国的溶洞之王，没有之一，里面很大很大，需要呆很长时间！游玩时间1.5小时都是在洞里！洞里拍照比较困难，需要技术支持，否则大多数拍出来的照片都很一般，比如我就是。另外走路不拍照不看手机，否则脑袋装墙上了，真的很疼。洞里景色，千姿百态，惟妙惟肖，气势磅礴，鬼斧神工...不是阿谀奉承，真心话  
入口处  
抬头看，好担心会不会掉下来一根，细思极恐  
老奶奶和老爷爷  
这跟从上到下，这么细，居然没断  
镇洞之宝，名字好像叫“霸王头盔”之类的，那什么什么什么记录啊，采访啊  
此图我叫它“万佛讲座”，左边最上方的是佛祖，右边密密麻麻都是听讲座的  
另一个镇洞之宝，像李天王的宝塔  
巨形“水母”  
打卡游客照一张，贵州段结束  
第六天，洪崖洞。晚上住宿在  
重庆  
市里的全季  
好好睡了个大懒觉，起的很晚很晚，然后晃悠晃悠去了山城重庆。友情提示，重庆开车，全凭感觉，刚发现右手边的房子是一楼，结果看左手边的房子是屋顶  
原计划是想去成都，经过成都去九寨沟，结果为了吃火锅，选择来了重庆。也就是这么阴差阳错，否则之后茂县的塌方可能正好遇上，还是得绕路回到这一路  
16点，如今的网红圣地，抖音上的“洪崖洞”  
后来仔细回顾了这次行程，真的是因为一顿火锅，恰巧躲开了塌方，不过火锅真的好辣  
打卡游客照一张  
第七天，在路上，山里不停旋转。晚上住宿在九寨沟风景名胜区附近的酒店  
重庆到九寨沟  
风景名胜区，离开高速后，一路沿着212国道，301省道，经文县，九寨沟县，驾车10小时到达目的地  
九寨沟风景区  
。路况多为山路，来回对向的两车道，水泥路。轮流驾驶，避免疲劳，毕竟一边隔离带外面就是悬崖。18点左右到达九寨沟风景名胜区正门口，我们住宿的酒店距离正门步行10分钟，有停车位。门票是携程上提前买好的，然后当晚送到我们酒店来的。万事俱全，吃饭睡觉，九寨沟，明天见  
和上一期一样，依然是主角座驾！想上传些沿路视频，貌似还要什么代码，弄不来  
第八天，九寨沟。晚上住宿在九寨沟风景名胜区附近的酒店  
6点30分，九寨沟景区大门口排队进入，灯还开着，天都还没完全亮  
九寨沟注意事项：目前大多  
九寨沟攻略  
都是地震前的。所以我也不做描述，毕竟现在震后的规划可能与之前有所不同，怕误导大家。有一点是可以肯定的，九寨沟景区内反复强调，景区内现在不许住宿，目的是保护生态，所以别抱着侥幸的心态或者其他想法，请尊重游戏规则，免得自己得不偿失。另外，一早进入景区内会很冷，我是8月份短袖加短裤，冷死了！！（为我之后一天出现的轻微高反和发烧埋下了伏笔）  
6点半，景区门口灯都还亮着，已经开始排队，短袖短裤，结果冻死自己  
朦朦胧胧之中，开启了美图欣赏模式，纯天然  
最后这图是水的颜色交汇处  
“抬头张家界，低头九寨沟”，名不虚传！毕竟，“此景只应天上有”，说再多，不如亲眼所见  
第九天，  
黄龙风景名胜区  
。晚上住宿在平武县里的某宾馆  
10点半，黄龙。天气不给力，突然下雨了。九寨沟和黄龙之间车程2个半小时，一般这两个地方都是捆绑式游（xiao）览（shou）  
黄龙注意事项：除了门票外，还可以购买往返索道票（上下都是同一地方乘坐索道），有想法的能力者可以步行上下。不建议步行，乖乖的索道吧。根本的原因，这里有海拔，过度疲劳容易虚弱，虚弱可能导致高反。另外，这个景点很漂亮，真的很漂亮，但是太单一了！！需要严重吐槽的就是，索道上来了，还需要步行半小时左右，才到图上这个景点，也是唯一的景点，绕着  
五彩池  
一圈，然后坐索道原路返回，来回3小时，只为看一眼五彩池  
打卡游客照一张  
13点半离开黄龙，然后悲剧了，一首“凉凉”送给自己。之前在九寨沟穿太少受冻着凉了，身体很虚弱，然后在黄龙的雨天里这么一浪，身体彻底不行了，头痛，嗯，就是高反的前兆，摸摸脑袋，嗯，有点发烧的样子。这都不算啥，因为，这种状态下，遇到了超级大堵车！今天是8月7号，120县道，100公里，开了7个小时。不过这是有原因的，因为8月6号茂县发生山体高位塌方，213国道被塌方埋了，因此从成都到黄龙和九寨沟的车辆大多数都改走了120县道！简单介绍下120县道：山路，烂路，没有车道线，没有护栏，时不时一段只能单向行驶，好几个转弯口旅游大巴一把转不过去，需要倒车拉一把再转，而且大巴尾巴底盘会砸到路面上。就是这么一段路，又遇上雨天。我就这么靠意志力在车上苟且着，真是此生铭记啊。（其实原计划是打算到广安市住宿）  
晚上在平武县政府边上的宾馆，买了红景天，吃药睡觉  
第二天，重生  
第十天，在路上。晚上住宿在利川市里的汉庭  
由于昨天的大堵车，以及身体的不适，打乱了原先的部署。不过一觉到大天亮之后，走的也比较晚，活力满满的我又回来了。经过大半天的车程，在距离  
恩施  
市不远处，选择了一个比较大的市里吃饭住宿后。然而，晚上放好手机，刚睡下没一会儿，“叮铃铃，叮铃铃”！“喂？”“你那里怎么样？你在哪！”“怎么了？”“九寨沟地震了啊，你在哪？”“奥，昨天刚离开九寨沟那一带。”然后，报平安，睡觉  
先是6号茂县塌方  
再是8号九寨沟7.0级地震  
愿上天保佑这里的人民  
第十一天，  
恩施大峡谷  
景区。晚上住宿在  
奉节  
县兴隆镇里的某宾馆  
8点半，恩施大峡谷-----“东方的科罗拉多大峡谷”  
恩施大峡谷注意事项：大峡谷景区分为2个招牌景点，别搞混了，先是“云龙地缝”景点，然后是“七星寨”景点，一个在地下，一个在山上。在山上看地缝很壮观，想想大地就是这么被生生分开的！然后在山下回头一看，哇，如此霸气的一道屏障！这里有天坑，有地缝，有溶洞，有暗河，有山峰，有断崖......还有一个很长很长的下山扶梯（电梯）  
山上看地缝其实很明显  
这就是地缝，裂开的大地  
这个图地缝更明显！边上的是扶梯式的电梯，需要买票，很无奈  
七星寨招牌：一炷香  
清江  
感觉就是被“上古大神”“劈”开的，看上去整整齐齐  
底下回眸，留照一张  
第十二天，天坑地缝风景名胜区。晚上住宿在荆州市里的汉庭  
8点半，小寨天坑（奉节），这里是世界上最大的“天坑”  
天坑地缝景区注意事项：首先说明下这里的天坑，指的是奉节县的天坑，这是一个单独景点。地缝指的是不远处（自驾车15分钟的样子），天井峡地缝，也是单独景点。合称为：天坑地缝风景名胜区。另外特别要说明，同样重庆市里的  
武隆  
县还有个“天坑地缝”，很容易搞混了。奉节县的小寨天坑更原始，原始到里面什么都没，除了门口售票处，里面进出口和中间有卖水补给，其他什么都没。武隆的那个天坑更现代化，毕竟靠近市里，规模配套设施更完善，因此现在大多都去武隆的那个。如果想看更原始的就来这里。友情提示，来回3个多小时起码，要有心理准备，会走的很累很累很累  
门口这本“书”简单介绍了下“天下第一坑”  
远处看过去，中间那条歪歪扭扭的曲线就是下去的唯一道路，回来是原路返回，很绝望  
走到底，什么都没，就一个出水的“洞”和边上一个厕所，看见厕所门口的我了吗，那么的小只，你就知道这个洞有多大了。据说里面暗河众多，因此20世纪以来国内外各种考察团探险家组队前往  
嗯，抬头，你就是“井底之蛙”  
打卡游客照一张  
第十三天，  
黄鹤楼  
。晚上住宿在  
武汉  
市里的汉庭  
15点半，黄鹤楼，“天下江山第一楼”  
黄鹤楼注意事项：这里百年间，屡建屡废，又屡废屡建，所以游览黄鹤楼还是先了解下武汉的历史比较好。现在看到的黄鹤楼是80年代重建的。景区内可以请导游讲解下，不错的  
墙上就是我们小学都读过背过的，崔颢神作，“昔人已乘黄鹤去.....”  
塔顶纵观全局  
远眺长江第一桥---  
武汉长江大桥  
第十四天，在路上。晚上住宿家里的“豪华大床”  
一早离开，有些无奈，唉，没办法  
家，我回来了  
完，（至于有什么疑问的，欢迎留言咨询探讨和补充）  
此行的原计划，恩施大峡谷结束后，是去游览神农架景区，再经武汉去九江，游览庐山，再经景德镇---黄山（有体力有状态就继续游山），回到上海。但由于地震后，家人朋友每天都有打电话催回家，因此放弃之后行程，有点可惜，但也要尊重那些爱你关心你的人嘛  
此行回来后，总结了下，其实人生真的有太多说不清楚的“玄学”  
如果出发那天没下雨，一定会按原计划庐山玩两天，那么之后可能正好碰上塌方或地震（更玄学的是出发那天的高速上，前面两根车道总计5车连撞，就在我们面前，我们刹车刹住了，后车BMW差点追尾我们）  
如果之后的小七孔没有维修，将花上一天半时间游玩，那么之后可能正好碰上塌方或地震（小七孔说了好多年，计划了好多次，依然没去成，真的不明白原因）  
如果当时在贵州选择经成都前往九寨沟（和经重庆前往路程几乎一样的），要不是那顿火锅，那么之后可能正好碰上塌方或地震（一路听着赵雷的成都，结果就是莫名其妙的没去成都去重庆）  
如果......真的细思极恐，人生就是有太多太多个说不清道不明  
但只要有梦，就出发吧，最美的风景在路上  
有些事情我们现在不去做一辈子都不会做了  
再不疯狂我们就老了  
其他  
由于之前已经有过超远距离自驾游，因此这次出发前准备起来游刃有余。关于自驾游需要携带的装备，各种物品等，可以参考我上期的自驾游Ⅰ，里面图文描述，写的非常详细  
欢迎品鉴：  
魔都出发自驾游中国Ⅰ丨沪-豫-陕-甘-青-宁-蒙-京-翼-津-鲁-沪丨（超详细图文攻略）  
http://you.ctrip.com/travels/dunhuang8/3659899.html  
  
云南丨一生要去几多回？租车自驾10日游（昆明-大理-泸沽湖-丽江）  
http://you.ctrip.com/travels/yunnan100007/3646757.html?isAuthor=true  
  
（嘛字不易，有错的地方请包涵）  
下期预告  
魔都出发自驾游中国Ⅲ丨沪-浙-闽-粤-琼-桂-湘-赣-沪丨（超详细图文攻略）  
bye

评论：

## 86.不出去走一走，你或许永远不会知道世界上还存在很多超出你认知的事情

https://you.ctrip.com/travels/china110000/3682137.html

来源：携程

发表时间：2018-5-29

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
当工作挺特别累的时候，  
当感到日子过得很乏味的时候，  
当想逃避某一件事的时候，  
当不开心的时候，你是否有那么一刻，  
突然想去旅行？  
事实上，  
旅行改变不了你的生活，也逃避不了问题；  
不要指望旅行能给你的脑袋“开个光”，  
也别指望旅行能给你带来什么巨大收获。  
旅行不是济世良药，但它是一片阿司匹林。  
旅行能改变的，是你的视野和心态。  
如果不出去走走，  
如果不是亲眼所见你永远不会相信，  
世界上还存在着这么多超出你认知的事情。  
去了大昭寺八廓街才知道，有一种信仰，叫一生朝拜。  
去了赛里木湖才知道，知乎超多的推荐并没有打破它的宁静。  
去了青海贵德才知道，黄河也可以这么清澈。  
去了珠峰才知道，这里的路标是“尸体”。  
去了贵州加榜才知道，差点就错过了自然奇观：加榜梯田。  
去了伊犁才知道，不用出国，就能邂逅普罗旺斯的紫色浪漫。  
去了延安才知道，这里不仅是革命圣地，还私藏了N多座大峡谷！  
去了福建樟脚村才知道，卵石砌成的房屋，像油画一样。  
去了云南才知道，云的形状有很多种。  
去了恩施才知道，不用去仙本那，就能邂逅 “玻璃海”。  
去了阿尔山才知道，阿尔山不是山，却美过任何一座山。  
去了张掖才知道，坐热气球看彩色丹霞，浪漫过土耳其。  
去了止马岭才知道，秋天的南京竟私藏了个“喀纳斯”。  
去了连州才知道，原来广东的冬天，也有雪景。  
去了黔东南才知道，生活可以有很多种，世界观也可以有很多种。  
中国那么大，每一天每一时每一刻，不同地点，不同的人们，过着千姿百态的生活。而这一切，不出去走走，你或许永远不会知道。

评论：  
1.好想好想好想跟楼主出去旅游啊！！！真的好赞。  
2.不错  行程部分和我们的差不多 可参考下  赞一个

## 87.景太美 人沉醉 ——四天三晚恩施行

https://you.ctrip.com/travels/china110000/3683038.html

来源：携程

发表时间：2018-5-30

天数：4 天

游玩时间：4 月

人均花费：1800 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
每个人都在用自己的方式生活，为了创造更好的条件，努力奋斗、拼搏，有的人可能一年都没有休息日，更何况去旅行，简直就是奢侈。我想说人生短暂，趁着一切都还好，何不适当的来场旅行，让自己放松一下，但是有人就会说，旅行其实只是换个方式累而已，我想说即使累我也喜欢，因为我想去更多的地方，感受不一样的人土风情，开阔自己的眼界和见识，增加更丰富的人生阅历。  
身体和灵魂必须有一个在路上，此次在去 湖北  
恩施  
之前，内心里对这次的 恩施 之行是满心期待的，在恩施 游玩了两天之后， 恩施 在我的脑海里已经烙下很深的印记，让我更加期待之后的行程。  
交通：  
小编是坐的 西安 直达  
恩施  
的飞机，看准时间买的打折机票，价格真是便宜到让你怀疑人生……  
还要吐槽一下国内的交通真的还是非常便利的，从 西安 到  
恩施  
只需要一个小时左右，边吃零食边听音乐的经典时光也是非常舒适了。  
（悄悄拍的一张很好看的照片分享给大家~）  
住宿：  
真是比心 恩施 的机场，就在市中心！  
离我们预定的酒店也很近，奥山雅阁酒店环境还是不错，房间是那种简约风，我和小伙伴简单的将行  
李整理  
了一番就准备出发 恩施 的第一站：土家女儿城。（雅阁酒店对面有个公交车站可以直接坐31路就能抵达女儿城，公交车费2元）  
女儿城是土家风情园，集中了 恩施 的土家建筑和  
恩施 的特色美食，当然女儿城最大的魅力，还是吊脚楼上美丽的土家幺妹，和她即将抛出的红绣球，小编都跟着跑了好大一圈，差点被踩死。  
女儿城的古建筑随手一拍都很好看。  
有一条特定的小吃街，全是吃的，特别推荐这个烤猪蹄，还有小土豆、  
利川  
根巴凉粉（这个名字有点难记）遗憾的是忘记拍图给你们了。  
拍了很多的美照，吃了超多的美食，我们要去酒店休息啦，九点多的时候这边已经没公交车了 ，所以我们直接打车回的酒店，起步价不贵，五块钱，到酒店花了20几块，附上一张酒店的图片。  
（这些图片都是小编在各景区官方微信公众号找到，并提醒大家去景区之前都可以提前在旅游APP上面把票买好哟，这样就可以少排队了）  
近两年关于 恩施 各大景区的介绍和宣传都比较多，所以对 恩施 有所了解。小编是在一场旅游推介会上了解到 恩施 的，再加上去年国庆节看到朋友发的梭布垭 石林 女儿会图片实在是有意思，但是今年的女儿会好像是8月份，无奈学生党的假期有限，只能下次相约。再来之前查了 恩施 的旅游攻略，结合自己的时间安排，选定了三个目标： 恩施 女儿城、 恩施 梭布垭 石林 ， 恩施 大峡谷、 恩施 土司城。  
恩施 旅行一天  
由一顿丰富的早餐开始  
早餐要入乡随俗  
一定要吃上一碗最经典的“ 恩施 豆皮”  
可以加上腊肉、肥肠或者牛腩  
吃的时候拌上辣椒酱、酸萝卜、等各种小菜，  
便是这座小城最地道的味道啦。  
吃饱喝足就要出发 恩施 行的第一站。（在 恩施 汽车客运站中心直接买票去梭布垭 石林 的线路车，车票是25元/人，挺划算的，前往 石林 用了1个半小时，司机师傅很热情，在路上还帮我们提前讲解了一番 石林 攻略与神话传说，有时候他说话太块有点听不懂，但是总是认为他说的很好笑的样子，下车时，留了司机的电话，让我们返回市区时可以给他打电话，直接来景区接我们）  
世界第一奥陶纪 石林 —— 恩施 梭布垭 石林  
【在土家族的语系中，有一个梭布垭的名词。开始时，不得其解。当我们从 湖北 恩施 东行48公里，直接进入梭布垭 石林 的怀抱时，才谋得其意。  
梭布，在土家族的俗语中，是三个的意思。垭，即垭口。俩者结合在一起，就是三个自然闭锁性质的地形了。梭布垭 石林 ，座落于 湖北 省 恩施 市太阳河乡境内，总面积21平方公里，目前已开发了7平方公里。是国家AAAA级名胜景区。经科学考证，梭布垭 石林 ，由奥陶纪灰岩组成。与其它喀斯特地貌相比，溶纹是梭布垭 石林 的特色。】  
先来一张大门口的照片，这里的保安帮我们选的拍照位置，如果早一点的话还能拍到很好看的云海，好恨自己没有起个大早床。在窗口换了票就进景区游玩了（门票是78元/人，学生证40元/人），这里的景交车我认为很划算30元/人，没有乘坐次数限制，真是nice.  
景区交通车的几番倒转，我们终于在一个呈下坡的路段停了下来。在一排矗立的 石林 面前，是一个呈椭圆形的平地，看似表演场。它分上下两个梯级。旁边停放着的几个大香炉，里面堆积着一层厚实的灰烬。在场地的中间，一堆柴火燃烧后，留下的灰烬上面，架着几根残枝仍留在那里。记录着篝火晚会，留下的印记。其隆重与热闹可见一斑。据说一年一度的土家女儿会，也就是本地人称之为女儿月半“赶场”（即每年的农历7月12日），定期地在这里举行。同时，游人到来，也会以这样的热烈，迎接你的光临。  
这个可容纳4~5千人的场地，背面便是梭布垭 石林 。土家族儿女通过在这里赶场，寻找着生命的另一半。由于关系到儿女的前程，所以赶场自然受到了上层和家中父老的器重。从而把 石林 注入到土家人的历史中，为 石林 刻上了生命的符号。那个犹抱琵琶半遮面，假借购物选郎君，通过倾肠挂肚的对唱，倾诉衷情，环环相扣。从而把土家文化，深深地扎在这片土地上，传递给世人，把土家文化推向世界。从而也为梭布垭 石林 蒙上了一层幽深而浓重的色彩。  
大家外出旅游，一是观尝，二是探奇。而尝石，则是其中离不开的话题。这其中，既有奇峰林立的 云南九乡 石林 ，又有盆景般异彩的 张家界 名胜。我们这次走进 湖北 恩施 梭布垭 石林 ，享受到的则是另一番 石林 之美，可谓是一次赏心悦目之旅。  
跟着导视牌选的拍摄角度，是不是很好看呀~（快夸我）  
在这里，石尽是奇石。著名作家莫言到这里之行后，题写的“万卷石书”，被人们刻写在高高的石壁上，从而诱出了梭布垭 石林 的特征。在这里，没有拔地而起的巍峨，没有参天而立的高矗，没有气势磅礴般的造势。它参差错落于山水间，而把其特色刻写在自己特有的造形上。有的恍如从天而降，有的如在飞沙走石中，翻滚而来，有的如刀劈，有的如那位超世高人，在依靠着神功开石。其状如苍鹰望月，如仙女回眸，如龙争虎斗，如莲花盛开，如峥嵘雄奇......。其奇形怪状的天然造就，其参差错落的天然布局，使我们恍若走进了一个关于石的博览。  
在一个景点遇到的土家阿哥阿妹在表演，不得不说颜值真是高呀~  
与其它 石林 的最大不同，是这里的 石林 ，具有明显的溶纹路。恍如江河岸边的沙土，随着江水的时起时落，浪  
打岸边时留下的纹路。有的呈平行直线。有的随着石体的收缩与沟壑，而呈自然的弯曲延伸状。有的垂直而立的巨石，其身布满着沟壑，纹路也随着沟壑的起伏弯曲，而呈起状平行状，很是协调。  
在这里，缝纯属于天缝，是天地合一，天然造就。（这是一条路，一定要特别瘦的人才能走过去奥，反正小编是绕道而行了）  
在这里，峰更是俊峰。  
在这里，沟全是阴沟。  
在一个景点遇到很多的 小孩子，估计是在这里做研学科普的吧。  
犀牛沟的出口，有一座木制旋转楼梯。我们通过狭窄的梯间进入到下一个层级。一座 石林 ，恍如从天降，突然呈在我们的眼前。有的约高十米，其余参差错落，高矮不等，它挤迫在那个有限的空间里，而形成了另一个世界。我们站在那高高的 石柱 往下俯望，一条暗河从这里潺潺流过，其水滔滔。亿万年的流水溶蚀，峰与河的汇聚，造就了这一奇幻般的景观。  
一路上，导游跟我们说了很多传奇故事， 九龙 汇的这个让我记忆犹新。据传， 九龙 降山，它守护着 九州 。千年之后， 九龙 修炼 成功 ，于是受天皇诏曰，汇聚于 九龙 。从此，这里藏风聚气，形成一块风水宝地。一旦进入这里， 九龙 围着一个水潭，呈出一个 九龙 护潭图。它向天矗立，挺拔而不畏，其势坚挺而所向披靡。  
据说， 中国 是龙的传人。 九龙 降山，在守护着九洲，同样也守护着祖国的大好河山。她如龙一样所向披靡。可见， 中国 的强大不可战胜。  
在青龙寺景点出口处还有一块烧烤营地，一处分为烧烤区装修别致，风格迥异，是原始遮阴棚的搭建，一处分为观赏区则独立雅致，情调高雅，精心栽植的花卉绿植，小清新风的吊床，别出心裁的水池样式，简直是喜爱拍照妹子的背景福音。  
四个景点全部浏览完毕，用了将近5个半小时，也结束了今天的梭布垭之旅。  
谈谈我的游玩体会：这个景点真是给我太大的震撼，里面都是原生态未经二次开发的景点，景区里面的二次消费很少，所以一张票就可以游玩四个景点，建议大家最先浏览莲花寨景区，里面的小景点跟多 也是规模最大，景点最精华的景区，里面有个像在地下游走的地方深得我心，拍照也是非常好看的，景区的每个工作人员服务态度也是非常棒，问他们一些问题都很耐心的帮你进行解答，景点里面吃的很少，如果饿肚子了就返回乘车的地方龙溪小镇在龙溪酒馆进行用餐，我和朋友们点的 恩施 特色菜腊蹄火锅，他们这边吃饭是按人数算的，然后进行配菜，菜很多 不用担心吃不饱，价格也很美丽。  
第二站 土司城  
到达土司城是已是3:30，门票是50元/人。  
恩施 土司起源于元代，土司王是 恩施 的土皇帝，向朝廷称臣纳贡，接受朝廷册封，但土地和人口归土司王直接管辖。 恩施 有史料记载的土司历经元明清三代，终于清雍正皇帝的“改土归流”。  
恩施 土司城是土司王的王宫兼军政要地，因此土司城一方面集中了土家传统的吊脚楼群，而著名的九进堂又结合了中原文化的建筑元素和风格，将鲜明的土家文化和中原文明融为一体，所以 恩施 土司城在历史上，绝对是名符其实的 恩施 第一城。  
在土司城里的土家风情街，与大家一起品尝同一个糯米粑粑，看着人来人往的游客，为什么小编充满了一种幸福感，哈哈哈哈~  
晚上在 恩施 的市中心逛一逛  
哇哦 哇哦~  
今天吃晚餐的地方也是很心水呢，就在雅阁酒店后面，有一个奥山民俗街，里面的吊锅饭简直nice，几个大汉将吊锅挑着送到桌上，我们店的 恩施 特色，泡汤锅，肉类是生的需要自己煮下，吊锅是几个格子拼着的，中间是泡汤可以自己放自己喜欢吃的东西，在 恩施 喜欢上了 恩施 叫酸萝卜的一个小菜，每次吃东西都会问老板有没有，不说了 ，口水要出来啦~  
就说这个土豆图，有没有让你流口水，哈哈哈~  
第三站 恩施 大峡谷  
吃过早饭，坐上了去大峡谷的车，不得不说去大峡谷的路上沿途的风景真是好看。  
在自动取票机上去了票， 恩施 大峡谷成人门票加交通车车共计200元，我和朋友们用学生证门票减半。交通车先拉着我们到达 云龙 地缝入口处，没几步既看见地缝，这个地方称之为缝还真是名符其实，两边高高的山，直直的，中间没多宽，缝底下是一条河，可能已过雨季，水流不大，在缝上面能听到水流花花的响。两山中间有个桥，站在桥边上、下看， 云龙 地缝就像大地上裂了一个口子，裂缝中瀑布飘扬，云雾缭绕。  
没多远看见一条白帘式的瀑布，细细的水流不大，但也飘逸洒脱。沿着石阶路继续向前走，来到一座索桥；远远望去，过桥的人比较多，还有人故意在上面摇晃，过了索桥到了山谷的对面，抬头仰望上面的石桥，横跨峡谷，我们就是从那里进来的，这落差至少有七八十米吧！  
欣赏完地缝，返回到乘车点，大 巴拉 着我们去七星寨，实际上 恩施 大峡谷就是指的七星寨，据说以前山上有七个寨门，七个寨门平面分布上形似 北斗 七星，得名为七星寨。  
到达山中间的七星寨大门，有两种方法上山，一是乘坐缆车，二是爬山，我们选择爬山。上山的路一开始还行，越往上走难度越大，虽然也就是个400多米，但角度也大了起来，最陡的地方有70多度，爬这么陡的坡确实吃力。如果体力较差的朋友还是选择索道缆车最佳，因为即使上去，也要跑很远的，慢慢的走，累了就休息。  
走到山上索道站，一个观景大平台，索道站还有座位，我们几个拿出必带的干粮吃起来，人呀累了吃啥都香，一边吃着还一边做着怪动作拍照。  
这个是情侣峰。  
朦胧的一根柱子的名字叫  
一炷香  
，这可是大峡谷的招牌景点。  
回到景区停车场已是下午4点多钟，直接坐上了回市区的车子。  
晚上我们在市区买了一些土特产，拍了一大波美丽的照片，就回到酒店休息啦。纵观这次 恩施 ，用时四天，四个景点，还是很值的，你想世界第一奥陶纪 石林 梭布垭，名山大川 恩施 大峡谷，天下第一女儿城都非常有意义，尤其是梭布垭 石林 的莲花寨景点，看过后久久不能忘怀。  
建议以后要去 恩施 游玩的朋友们，不要赶在周末去 恩施  
大峡谷  
，住宿紧张，价格还贵。  
因为大峡谷的照片都是拍的竖图，这里不支持上传就不能给大家看美图了，第一次这么认真的写游记，大家记得给我点个赞哟。

评论：  
1.楼主大人，有什么推荐的美食吗？我对饮食比较注重的。  
2.旅行就是这样，放松心情，舒展身体，不一样的体会不一样的享受。  
3.游记是属于自己的美好回忆，却可以分享给很多人。有趣的地方。

## 88.不期而遇重庆游

https://you.ctrip.com/travels/chongqing158/3681550.html

来源：携程

发表时间：2018-5-30

天数：3 天

游玩时间：4 月

人均花费：

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
重庆游  
结束了，回来火车上  
重庆  
人给提示了几个点这里记录一下。  
南山一棵树  
观重庆夜景，可以住南平，去南山和  
解放碑  
方便。十八梯看老建筑，过长江大桥看老建筑，三号线唐家铺子，还有住观音桥方便。这些姑且记录在这以防忘记，都待下次吧。  
由于  
恩施游  
后同伴没有买到回沪的车票而改道  
重庆回上海  
，对我不抵是打了针强心剂，在感觉体力不错后就退了车票改买三天后  
重庆  
回沪。  
这次把住宿安排在  
重庆北站  
附近，一方面便宜一方面省去了拉着箱子上地铁的麻烦。山城  
重庆  
如今已是交通发达的极具立体感的漂亮城市。  
中午到达后放下行李，迫不及待的吃了盘重庆炒粉，美味啊特意留着肚子等待这一刻哦，然后直接买了张十八元的一日游地铁票，开始我的重庆独自漫游了。  
上图在三号线轻轨中拍摄，远远的就是地铁穿高楼的网红地铁站李子坝。  
下午想着先去  
三峡博物馆  
，所以三号线在牛角沱换乘二号线上了李子坝相反方向，曾家岩站下车，出地铁就是重庆市政府，右边就是三峡博物馆。排队进馆参观。  
继续二号线到校场口，九号口出来不远就是重庆大轰炸遗址  
一路走到  
解放碑  
。然后二号线换三号线地铁上，观景一路乘到三号线终点。  
上图是三号线终点站，突然发现和二号线相接，就又跳上二号线穿越李子坝站到牛角沱换三号线回  
第二天一早五点起床出发去  
武隆  
下面是车拍  
武隆  
县城。  
下图是进入  
武隆天生三桥  
景区的一个下去到坑底的入口，我们是听从导游从这儿走下去的，但我提醒大家最好是从另一个乘电梯的地方下。  
导游怂恿我们先来到自费的玻璃观景台，人满为患  
下图是我们不乘电梯走下坑的路  
下图就是我前面说的电梯，电梯下来既可以看到玻璃景观台，又可以往右边穿洞过去，不用再登山就看到  
天福官驿  
古驿站全景，然后再一步步下楼梯到天龙天坑参观古驿站。切记切记哦。我们没有乘电梯，所以这图里的坑没有走到。  
下图就是电梯穿洞过来的地方，而我就得再登山上去才能看到那张网上宣传此景点驿站的经典场景了  
登上去才看到此景，团友们都错过了。  
上图是下  
地缝  
时别人电梯出来的栈道，人少景美。我们听了导游蛊惑又是走路下山，路上没什么景就是前胸贴后背的人。  
所以大家去玩时，有电梯下坑下缝的地方一定要不为导游所惑坚持乘电梯下去，一省体力二是景观好。  
地缝  
里全是人，不一会打雷下大暴雨，真的是不出事算万幸啊，但竟然还有人抱了小孩子来！  
第三天，三号线到二路口换一号线，到石井坡下二号口出，听了网上朋友告诫没乘车走到  
渣滓洞  
，高德上1.4公里，不过下车时认识了个美女结伴游，说说走走感觉并不远。  
路上我俩运气特好又认识了一个从小生长在歌乐山的美女，指点我们从这里进去，走山间小道到  
渣滓洞  
。在这再一次的隔空感谢她，让我们在人海的五一节，遇见了一条清幽有历史感的小路  
然后二人一路走向  
白公馆  
，年轻美女听着我一路上不停的红岩红岩，表示回家要马上搜红岩阅读。  
书中许云峰的原型，即使几十年没有看这书，但书里的英雄名字任然记忆犹新，当然还记得叛徒蒲志高（呵呵想起小时候趣事，那时有人吵架就是骂这人是蒲志高）。  
白公馆  
出来经过  
四川外国语大学  
就是  
红岩魂陈列馆  
。  
走了一圈，觉得最省力最有利参观的路线应该是：一号线到烈士墓下，先参观  
红岩魂陈列馆  
，然后走到  
白公馆  
，再走到  
渣滓洞  
。  
一号线到  
磁器口古镇  
早上在地铁站不期而遇相识，下午又在地铁站相别，相逢是缘相识是福。美女，后会有期，祝你事业生活都美好！  
她一号线赶火车去，我则一号线另一个方向到尖顶坡下，寻  
四川美院  
而去。  
四川美院  
新校区  
一号线到小什字转六号线到  
上新街  
下，出来右转走到  
东水门  
大桥想看大变样的  
朝天门  
码头  
然后又乘到二路口出地铁，看  
菜园坝长江大桥  
然后再地铁到李子坝下，出站后从九楼还是几楼转了一圈又一圈终于到了地面，和一群带着孩子的游客一起观看一列列地铁（轻轨）穿高楼。  
这一天竟然占领了微信朋友圈走路的高楼顶，许许久久没有了。  
下图是狮子坪地铁站，第一天就感觉重庆地铁和上海不同，人家说这叫轻轨。  
今天本打算转六号线到小什字下，去网红  
洪崖洞  
，看到有大剧院站就提前下来了，一路走走拍拍看看，庆幸自己的临时正确决定  
朝天门  
码头  
5.2上午的  
洪崖洞商业街  
，今天没什么人。  
改建中的  
重庆北站  
广场。重庆北站分南北广场，但南北广场互相不通，需要乘公共汽车，也许改建后可以相通了。但是现在大家一定要仔细看车票上的上车点，以免搞错哦  
火车回上海，车上的盒饭25元，觉得还是不错的。  
火车上抢拍到的窗外景色  
重庆，早就想来的地方。  
最先想象的场景是手拿一束鲜花，庄严肃穆的站在书中人物原型生活过的白公馆和渣滓洞默哀宣誓，这样的想象情节来源于小学时看了许多遍的小说红岩。这本被翻破了的小说至今珍藏着，在书橱里在心里。我不清楚这本书激励了多少人，但至少我当年热血沸腾的报名应征入伍保家卫国有这部分的原因。  
其实二十年前就到过重庆，但种种原因没有如愿来到歌乐山瞻仰先烈。当几年前重庆转机，看到机翼下高楼林立灯火辉煌的重庆时，这愿望愈加强烈。  
不期而遇的重庆，我终于来啦。

评论：  
1.旅行中有什么感觉遗憾的地方吗？如果时光倒流，楼主会怎么再次安排呢？  
2.请问总费用大概多少？不包括购物的话~  
3.楼主照片拍得真好行程安排也不错，紧凑不忙乱

## 89.雨雾迷蒙恩施行

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3681171.html

来源：携程

发表时间：2018-5-31

天数：6 天

游玩时间：4 月

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
山水无数，总有一款被吸引，忘不了  
四人一拍即合说走就走，目标不远——  
恩施  
恩施  
回来，我恍悟，出游不是非找晴天去。有雨就有云，最美视觉晴夹阴有雷雨，更美雨后太阳出。哈哈想的美好奢侈吧  
下图车窗外  
4.24鹿院坪  
鹿院坪  
位于板桥镇新田村，海拔一千七，深陷峡谷地缝中，四周绝壁环绕。几十道拐下到谷底，边走脑中边被金庸书中描述所绕，书中的武林大师栩栩如生的一个个浮现，也许深山峡谷中真有武林侠士隐居其中也说不定哦  
同行四人中刘姐身体有点弱，感觉不舒服，我们一起陪她到向导家坐了一会。他家也是户外徒步的大本营，外墙四周挂满了户外组织的队旗。  
时而大雨倾盆，时而雨停云起。  
雨雾谷中行，虽然走的比较辛苦，裤子鞋子被包裹了一层泥浆但我预见着，也许这是此行中最惬意怡情的一天之一。  
据说东非大裂谷宽几十公里，得在卫星照片上才能看到地球那一道伤痕，站在当地是感觉不到裂谷存在的。  
然而这里，裂谷实实在在就在眼前，大地正用他深深地裂纹满足人类探奇的愿望，同时展现着美丽、忧伤和凶险。  
下图是正在建造中的景区大门，不远的时间这里也将纳入滚滚收费大军目录中。  
刘姐最后在顽强的毅力并在向导师傅帮忙背包下，顺利上山。此后几天她的身体越来越棒，登山总在第一啦，适应能力强的让人惊讶，为她点赞。  
4月25日  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
先下裂缝参观，然后再索道上山顶走  
绝壁栈道  
，上上下下过四个山头（这是听老乡说的，我竟然没有数清几个山头）到  
一炷香  
，再下山。  
下图是在缆车里拍的刚下去的大裂缝，虽不是节日但裂缝中人挤人，尤其上山台阶挤的程度是后人的额头顶着前人的脚后跟啦。  
下雨景色更宜人，唯一的不便是拍照，这次  
恩施  
行大部分都是手机随拍  
漫步行绝壁，登阶入云霄。  
此为全球最长旅游观光电梯，全长688米，共分九节，海拔高度一千三百左右，巨龙般在山坡蜿蜒，传送着游客边观景边到返程中心  
4.26梭布垭石林  
梭布垭石林  
有莲花寨、  
磨子沟  
、九龙汇等几个点，由于比大峡谷的人少许许多多，鸟鸣林更静，配合着洞中滴答滴答的水滴，旅游体感舒适，慢慢游一整天不为多，但我们要几个小时车程赶去屏山，所以二点多赶紧出来了。  
下面三图都为赶往屏山的路途中  
傍晚时分到达住宿的山顶，大约行车五小时不到点，大部分是盘山公路。  
今天概括就是：下下上上梭布垭，翻山越岭到屏山。  
非常干净卫生，洗澡水特别大，很舒服。半夜睡梦中听到响声，第二天才知道，有个小分队司机开迷路了，山里转了很久才找到这里，已过午夜，真为他们捏把汗。  
这里提示：山高路陡岔路多，夜晚灯光全无，一边还是悬崖，同学们一定要掌握好时间，最好天黑之前到达。在这里感谢我们的司机向勇先生，路熟技赞人好。  
4.27、第二天一早起床去躲避峡，这是门前景色  
啊啊这么多鞋子啦，下面已有这么多人先期到达了。我们赶紧换好长筒雨鞋（租费十元一双），出发  
下去的路  
上了下图左边这个简易木楼梯就是右图乘船地  
给我们划船的力大无穷小帅哥，去的话找他哦，一定有愉快  
这是下游，在公路上往下看到的峡谷  
峡谷小但人多，有人还开着高音的广场舞曲自我陶醉，完全不顾广场舞引起的回声和高音对周围人的噪音影响我行我素，想起网上一句话，不是老人变坏了而是坏人变老了，公共场所还是要注意公德哦，不过相信年轻一代的长大，国人素质会越来越高，这点毋容置疑。如此，我们提前上山去看壁挂公路。  
这上下二图是途中经过的恩施一个滑雪场  
向师傅手机照片的壁挂公路云雾在半山缭绕，公路若隐若现噢，但我们今天天晴没有云，半天等来二辆汽车  
回恩施路途  
四月二十八日，野三峡  
登山游黄河桥峰林，这个公园我个人很喜欢，照片漏传了好几张，建议大家这里最少留半天游玩，如果我下次去，准备这里一整天，把今天乘游船的时间也放在这里，不过一定要找个云雾缭绕的天气去哦  
然后下山到江边游  
清江大峡谷  
蝴蝶岩  
最后一张  
恩施火车站  
不负年华不负春，勤走慢游祖国景。总的来说  
恩施游玩  
还是需要体力的，基本每天都是先下后上、下下上上登山许多次。来之前先要锻炼，另外带上巧克力西洋参牛肉干，必要时补充体力，年龄大的带上保心丸等  
这次恩施来还有个想法，看能不能找个像巴马那样的农家，有房间电炉锅碗短租，附近有集市能自己买菜做饭，想着可以带妈妈来住一阵，但是有点失望没有如愿找到。  
最后，祝愿你看山看景看远方，走东走西走天下，快乐每一天^\_^

评论：  
1.看着这些图片，我心动了，我要开始行动了O(∩\_∩)O  
2.我也去过这地方啊，怎么就没楼主你拍的这么好呢。。。

## 90.那一年，渝鄂相见—湖北襄阳往事，我的襄阳记忆：襄阳古城、古隆中、仲宣楼、唐城

https://you.ctrip.com/travels/xiangyang414/3680630.html

来源：携程

发表时间：2018-5-31

天数：2 天

游玩时间：3 月

人均花费：400 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，人文，自由行，火车，省钱

旅游路线：襄阳，襄王府，襄阳古城，襄阳城，古隆中，米公祠，仲宣楼，襄阳博物馆，樊城，中国汉城，如家快捷

正文：  
如家酒店(襄阳人民广场店)  
¥  
118  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
那一年，渝鄂相见—湖北  
襄阳  
往事，我的襄阳记忆：  
襄王府  
、襄阳谯楼、昭明台、  
襄阳古城  
、  
襄阳城  
墙、  
古隆中  
、  
米公祠  
、唐城、  
仲宣楼  
、  
襄阳博物馆  
、襄阳公园【第四站】  
襄阳速览：  
襄阳，湖北省辖地级市、中国历史文化名城、楚文化、汉文化、三国文化的发源地，已有2800多年历史，历代为经济军事要地。素有“华夏第一城池、铁打的襄阳、兵家必争之地”之称。  
襄阳之韵：襄阳市位于湖北省西北部，汉江中  
游平原  
腹地。襄阳因地处襄水之阳而得名，汉水穿城而过，分出南北两岸的襄阳、  
樊城  
，隔江相望。两城历史上都是军事与商业重镇。  
襄阳名胜古迹旅游以三国文化为主要特色，著名景点：隆中风景名胜区、襄阳城等；刘备“三顾茅庐”“《隆中对》”等故事就发生在这里。襄阳已成为鄂西生态文化旅游圈的中心城市。  
憧憬着湖北襄阳古城之各地景色。我向往着襄阳古城悠久的历史、秀丽的汉江风采，那难忘的  
恩施美食  
、时时牵动着我，吸引着我，那穿越时空的奇妙想象，迫使我动身踏上这神秘之旅。  
襄阳二日自助游行程：  
Day1:襄王府、襄阳谯楼、昭明台、襄阳古城、襄阳城墙、仲宣楼、襄阳博物馆、襄阳公园、晚宿如家酒店  
Day2: 古隆中、米公祠、  
中国汉城  
、晚宿如家酒店  
襄阳的景点比较多，且比较分散，所以在时间上安排了2天，这样即能全面了解襄阳美丽的自然风光，时间上又能充裕地体验当地的特色美食和人文景观。  
襄阳地图  
襄阳旅游地图  
对于湖北襄阳，在去之前，一直是知之甚少的，在宜昌东乘坐火车到襄阳，火车沿途秀丽风光，古街河流的点点滴滴，我心已陶醉。火车行驶2小时55分，到达湖北襄阳市开始了湖北襄阳之旅。  
这里最适合夫妻来旅行，一起漫步，演绎出自然造化中壮美灵动的山水风光。欣赏群峰环绕起伏、林木葱茏幽翠美景，品味着湖北  
襄阳美食  
，夜晚走在汉江江边，将汉江风光尽收眼底。  
襄阳旅游  
精典；  
Day1:走进襄阳  
Day1:  
襄阳火车站  
Day1:襄阳昭明台  
Day1:襄阳古城  
Day1:襄阳古城  
Day1:襄阳古城  
Day1:襄阳古城墙  
Day1:襄阳古城  
Day1:襄阳公园  
Day1:襄阳公园  
Day1:襄阳古城墙  
Day1:襄阳仲宣楼  
Day1:襄阳仲宣楼  
Day1:襄阳仲宣楼  
Day1:襄阳南湖  
Day2:襄阳古隆中  
Day2:襄阳古隆中  
Day2:襄阳古隆中  
Day2:襄阳米公祠  
Day2:襄阳米公祠  
Day2:襄阳米公祠  
Day2:襄阳唐城  
Day2:襄阳唐城  
Day2:襄阳唐城  
Day2:襄阳唐城  
足迹之湖北襄阳，朋友我去的襄阳可能画风和你们的不一样  
关于作者：我是一名自由行旅游爱好者又是摄影爱好者，平时主要是拍风景照片，空余的时间喜欢到处跑，去各个地方去看看，拍摄当地的绝美风光和风土人情。热爱摄影的我，总不会放过路途上所有美好的人和事，我想那一刻的定格，将会组成我所有的回忆。想了解我更多的摄影作品和游记，可以关注我  
如有关于旅行上的问题,随时留言给我  
关于交通：  
火车信息：  
一，车次K932次【宜昌东—襄阳】  
2017年3月22日宜昌东发车时间07.00点—2017年3月22日到达襄阳火车站时间09.55分，火车硬座38元/张，里程公里，火车运行2小时55分  
关于住宿：  
湖北襄阳的住宿可以根据景点的位置来安排，如果你要在襄阳市区周围游玩2天，可以选择住在襄阳如家酒店  
我因为是  
如家快捷  
酒店的铂金会员，所以，无论到任何城市，只要有如家酒店，是我的首选，我的住宿标准：120元以内标间，管2 人早餐。  
Da1：走进襄阳城  
走进襄阳市  
襄阳火车站  
襄阳火车站  
襄阳火车站  
襄阳火车站  
襄阳街景  
襄阳街景  
襄阳街景  
襄阳街景  
导览  
襄王府  
襄王府  
襄王府  
导览  
襄阳谯楼  
襄阳谯楼  
昭明台也称钟鼓楼为襄樊标志性建筑。为纪念南朝梁昭明太子萧统而建。根据历史记载“楼在郡治中央高三层面南翼以钟鼓为方城胜迹。  
昭明台又名山南东道楼位于襄阳城中心跨北街西南而建。青砖筑台中以条石拱砌洞洞高4.5米宽3.5米台上建5开间重檐歇山顶式楼高约15米东西各建横屋4间西南有鼓楼、钟楼各一此楼雄踞城中古誉为“城中第一胜迹”。  
昭明台  
昭明台  
昭明台  
昭明台  
昭明台  
昭明台  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城墙位于现襄阳市襄城区境内起初筑于汉初略呈正方形。城垣周长7.6公里平均高8米宽10米左右用土层层夯筑外用大块青砖垒砌。  
襄阳古城墙  
襄阳古城墙  
襄阳古城临汉门  
襄阳汉江风光  
襄阳汉江风光  
襄阳汉江风光  
襄阳汉江风光  
襄阳汉江风光  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳古城  
襄阳公园  
襄阳公园  
襄阳公园  
襄阳公园  
襄阳公园  
襄阳剧院  
仲宣楼是为纪念“建安七子”之首王粲而修建的。整个仲宣楼高17米总面积650平方米悬挂沈鹏等名家题写的“仲宣楼”等8幅匾联。楼内有壁画石刻建安七子图。可分为城墙、城台和主体楼三大部分  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
仲宣楼  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
襄阳南湖风采  
Da2：古隆中风景名胜  
隆中也称古隆中是湖北十佳景区也是襄阳市最负盛名的旅游景点距襄阳城西约20里。“山不高而秀雅水不深而澄清地不广而平坦林不大而茂盛鹤相亲松篁交翠”这是罗贯中在《三国演义》中对隆中的描述。  
古隆中至今已有1800年历史是被世人誉为夏、商、周以后第一人杰——诸葛亮在公元197至207年躬耕隐居的地方。  
因诸葛亮“躬耕陇亩”、刘备“三顾茅庐”引发《隆中对策》被世人称为智者摇篮三分天下的策源地。这里保留了他学习、交友、生活的许多遗迹至今已有1800多年历史明代就已形成“隆中十景”。  
诸葛亮  
隆中景区是湖北鄂西生态文化旅游圈的重要支撑点更是三国旅游线的起点和主要客源集散地。2014年8月隆中景区投资修建的草庐剧场建成大型实景话剧《草庐诸葛亮》在草庐剧场上演。  
古隆中  
古隆中  
古隆中  
古隆中  
古隆中  
古隆中  
导览  
古隆中  
古隆中  
古隆中  
古隆中  
古隆中  
古隆中  
Day2:襄阳米公祠  
是纪念北宋大书画家米芾的祠字，坐落在樊城柜子城上,隔汉水与襄阳小北门相望。  
襄阳米公祠  
襄阳米公祠  
襄阳米公祠  
襄阳米公祠  
襄阳米公祠  
襄阳米公祠  
襄阳米公祠  
襄阳米公祠  
襄阳米公祠  
Day2:襄阳唐城影视基地  
位于湖北省襄阳市，是专门为著名导演陈凯歌将执导的电影《大唐鬼宴》而建。这部电影讲述了因杨贵妃之死而引发的一连串诡异的故事。  
唐城影视城分为城楼、宫殿、街市、宅邸、寺院五大片区，建有皇宫、明德门、青龙寺、古隆中、长生殿、花萼相辉楼、胡玉楼等多个大型单体建筑。  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
襄阳唐城  
Day2:襄阳博物馆  
襄阳市博物馆是以历史文物为主的综合性博物馆，位于襄阳古城昭明台内。  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳博物馆  
襄阳美食；  
襄阳大头菜：中国四大名腌菜之一襄阳大头菜据《中国风物志》记载为诸葛亮隐居襄阳隆中时所创民间素有诸葛菜、孔明菜之美称。具有下气消食、利尿除湿、解毒消肿之功效。  
金刚酥：襄阳人最喜欢的早餐。是襄阳人最经典的面食中的一种。其色焦黄、香脆、不沾牙齿、落口后“酥口易化”  
牛油面的特点是这一辣二麻三鲜，味道可口，回味悠长，久食不厌。很多襄阳人如果三两天不吃牛油面，感觉口中无味，食欲大减。  
襄阳薄刀：是湖北省襄阳市著名的汉族小吃。据说与三国时期的关羽有关。  
襄阳包面：襄阳人逢年过节或改善伙食，无论农村还是城市家庭，总要吃一顿传统的小吃--包面，并且还流传着一句谚语，叫“正月初一吃包面--头一顿”。  
襄阳干炒仔鸡：特点：麻辣鲜香，味道极美，增进食欲。  
襄阳凉面；襄阳人有句名谚：冬至包面夏至凉面。凉面也叫麻汁面，为襄阳人夏季最喜爱的主食，因其制作简便，吃起来清凉爽口，已成为襄阳的大众化食品。  
回锅肉；是襄樊的代表菜肴之一，也是襄樊人喜爱吃的一种具有家常风味的荤菜。  
夹沙肉；在襄樊享有盛誉。此菜以肥膘肉和绿豆沙为主料，以肉裹沙，入锅炸制而成，是筵席上很受欢迎的一种甜食炸菜。  
襄阳由于其特殊的地理环境，所以当地餐饮既有蜀地麻辣特色又具潇湘香辣风格，特别是当地颇具土家族和苗族特色的风味小吃更是吸引了不少的游人。  
白蒿懒豆腐  
沿途一路的山山水水，山水相连，连绵起伏。山腰盘旋的那曲折蜿蜒的公路如缕缕飘带缠绕在那青山之中，成为一道独特亮丽的风景  
游感：我本是一个爱到处走动的人，走过无数的大山大川，江河湖泊，从南方的人间天堂苏杭二州，到北国的哈尔滨冰城，走到中国最北漠河寻北、从西部的彩云之南，到东边的黄海、渤海、参拜过东海的普陀，继续南下游海南、从中原到大西南的四川、拉萨，又从甘陕走到大西北新疆、我将会在这个热爱、向往的地方，寻找行程亮点，并且认真记录下来，对一个地方的热爱，多数是为了某个人某件事或者某段经历，以及优美的风光，朋友到襄阳旅游吧。  
那一年，渝鄂相遇—襄阳往事，我的襄阳记忆游记【第四站】结束---请继续浏览那一年，渝鄂相遇—武汉往事，我的武汉记忆游记【第五站】

评论：  
1.本游记中的美食，不知你是否喜欢  
2.很喜欢你拍的照片…可以推荐点好吃的美食吗？  
3.我最喜欢拍景色，对人物拍摄不太喜欢  
4.相对来说楼主你更喜欢拍人还是拍景呢？  
5.襄阳古城景色优美，值得一游

## 91.张家界恩施神农架游 2018

https://you.ctrip.com/travels/shennongjia147/3683955.html

来源：携程

发表时间：2018-6-3

天数：13 天

游玩时间：5 月

人均花费：6000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：恩施，袁家界，杨家界，天子山，乌龙寨，天波府，十里画廊，武陵源，恩施大峡谷，腾龙洞，恩施土司城，神农架，凯旋酒店，神农架，神农顶，天生桥，官门山

正文：  
神农架宾馆  
¥  
197  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
张家界  
恩施  
神农架游  
2018  
D1.（5月17日）  
广州至张家界  
。K9036次20：05发空调快车14小时。硬卧295.50元。  
本次张家界段游属散客结伴游。部分含餐，费用1420元/人。  
D2.上午09：40由张家界当地导游接车。安排后4天行程  
上午安排入住休息  
下午天门山半日游  
乘车到天门山索道下站，游览天门山森林公园，天门山文化底蕴深厚，有武陵之魂之称，更有湘西第一神山之美誉。  
D3.森林公园一日游  
上午森林公园大峡谷，在金鞭溪沿途赏景，景点有：观音送子，西游记拍摄地等。（推荐从金鞭溪的千里相会从乱窜坡徒步 上  
袁家界  
）。走不动的可乘环保车。  
下午游袁家界，袁家界是电影阿凡达悬浮山取景点  
晚上入住景区客栈界。  
旅行社在我们游袁家界时，把我们拼车到其他团队中，车上的自称是导游负责人的收了我们每个人400元二度门票游览费用，太坑人了。  
D4.  
杨家界  
天子山  
早餐后上  
午：杨家界，这是常规旅行团没时间安排前往的绝佳景区。包含景点：金鸡报晓、  
乌龙寨  
、三道鬼门关、杨门女将、  
天波府  
、峰墙等。  
中午是吃土家三下锅  
下午：到天子山走走看看。景点有仙女散花、天子阁、云青岩等。  
可以根据自身体力状况来决定是步行还是乘【天子山索道】下山到山下的  
十里画廊  
。  
乘车前往市区/  
武陵源  
。入住市区。  
D5. 张家界大峡谷  
早餐后坐车到位于张家界慈利县的张家界大峡谷（玻璃桥）。这是张家界地貌景区之一，这里可观赏到北温带喀斯特地形的全部风景和新建的玻璃桥。  
返回张家界市区，入住市区。  
D6.（5月22日）  
1.上午离开张家界，张家界坐大客车到湖北恩施市耗时五四小时。跟当地旅行社接头，入住酒店休息。  
D7.大峡谷一日游（由当地旅行社包）  
早餐后酒店出发，游览大峡谷景区。大峡谷景区游览段全程10.5公里。  
恩施大峡谷  
是清江大峡谷的一段，目前只开放云龙地缝和七星寨两个景区。从景区门口，先  
游云龙  
地缝再乘索道上山到达七星寨景区（云龙地缝是湖北与重庆的交界处）。  
云龙地缝至少形成于5千万年前，前身为暗河，因水流侵蚀塌陷才得以面世。  
大峡谷七星寨有索道上山、徒步观景、电梯下山。这里是可以超越美国科罗拉多大峡谷的地方。七星寨景区是整个行程景色最美之处，有“一柱香”“绝壁长廊”“情侣峰”“迎客松”“双子塔”等。  
建议七星寨能坐缆车就坐缆车，下山电梯还是要坐的，因为后面全程下山。  
游览时间约6小时，结束后入住  
利川市酒店  
。  
D8.  
腾龙洞  
+土司城  
早餐后酒店出发，前往利川市腾龙洞。车程约2小时，游览时间约4小时。电瓶车10元/人自理。洞内终年恒温14-18C。结束行程后前往  
恩施土司城  
，游览时间约2小时。  
恩施航空路如家酒店旁小巷处二十米有一家经营了十八年的老店“陶楷小厨”。老板赵先生40来岁，热情好客，菜色出品很好，我们在这小店连吃了三个晚餐。  
D9.坪坝营一日游之四洞峡  
早餐后酒店出发，单程车程约3小时。  
坪坝营森林公园有着“鄂西大兴安岭”之称。央视“远方的家”曾在这取景  
上午从恩施到坪坝营，入住  
下午徒步四洞峡景区。四洞峡是一条2000米长的峡谷从四座大山的洞体穿过，从而形成大小不同、形状各异的四个穿洞和深山峡谷，并贯穿成一景。建议游玩3小时。  
D10.石门河  
石门河景区是喀斯特地貌形成的小峡谷，与大峡谷风格迥异。全程5——6公里，不用走回头路。内容：徒步游览、行走玻璃桥、栈道风光摄影。峡谷水上皮筏艇。  
恩施到石门河全程94公里。  
湖北恩施硒游记国际旅行社的范导游在整个带团过程中几乎都不作讲解，还常常自己先走到下一个站点等我们过来。后来  
神农架  
的旅行社导游小覃说，恩施因为火得太快了，软硬件都跟不上，我们感觉确是如此。  
游览完石门河，傍晚坐动车到宜昌，动车耗时1.5小时。入住宜昌长江边上的  
凯旋酒店  
，这酒店就在长江边上，地理位置相当不错，可惜的是酒店太破旧了（不是陈旧啊，我入住的房间竟然洗手间天花板漏水的。）  
D11.（5月27日）恩施到神农架  
宜昌宜旅假日国际旅行社负责我们这段行程，导游小覃人靓声甜，工作很到位，得到全团朋友的好评。  
途中游神农宫门山（游览时间约1小时）、天生桥风景区（游览时间约1小时）。入住  
神农架  
木鱼镇。  
神农架的科考价值远高于旅游价值。神农架整个行程山路很多，大多数路况非常好。从宜昌到神农架全程200公里到达木鱼镇。入住木鱼镇。  
神农架景区实行联票制，六大景区统一门票，票价269元，包含  
神农顶  
、神农坛、  
天生桥  
、  
官门山  
、天燕、大九湖六大景区。除大九湖外其他景区都可以自驾进入。  
D12.  
神农架一日游  
早餐后游览神农架自然保护区（游览约4小时）、大九湖景区，宿木鱼镇。  
D13.（5月29日）  
早餐后游览神农坛（游览约1小时），后游三峡大瀑布景区（游览约3小时）  
傍晚回宜昌，夜机飞回广州，晚上9：00-10：45这班机低价

评论：

## 92.“龙船调的故乡”恩施和雨季的神农架

https://you.ctrip.com/travels/shennongjia147/3686239.html

来源：携程

发表时间：2018-6-3

天数：7 天

游玩时间：5 月

人均花费：3550 元

和谁：和朋友

玩法：人文，美食，半自由行，跟团，摄影

旅游路线：恩施，神农架，恩施大峡谷，梭布垭石林，腾龙洞，恩施土司城，天生桥，建始，金猴岭，神农顶，板壁岩，风景垭，官门山

正文：  
2018年，我第一次的远门出游，选在殷红窦绿的初夏，去“龙船调的故乡”  
恩施  
和有野人传说的  
神农架  
。  
费用方面：  
当地参团费2496元，必须自费项目  
恩施大峡谷  
的缆车105元和电梯30元，来回火车765元（回程买不到  
宜昌到上海  
的票了，只有增加  
重庆到宜昌  
这一段路程的车费）。在行程第一天结束时，经朋友介绍石门河景区很有特色，我们调整之后几天的行程，增加石门河景区143元。旅游意外保险10元。  
装备方面：  
虽是雨季，太阳眼镜还是需要带上，高海拔最需要防晒霜，秋天的衣服不可少。雨季么，当然要有雨伞或者雨衣，防雨水的鞋套很管用。大峡谷有四座山等着我们去翻越，有一根登山杖就很perfect啦！  
恩施篇  
2018年5月24日，第一天，  
梭布垭石林  
出师不利的第一天  
小事故并没有太多影响我们的心情，因为我们知道有美好景色等着我们，足可以把这一瑕疵所笼罩的阴霾驱除。  
第一站，  
梭布垭石林  
目前开放的有青龙寺、莲花寨、磨子沟、九龙汇四大景区，每个景区各具特色，景区内独特的"溶纹"、"戴冠"景观，是一大亮点，狭缝秘境、化石古迹随处可见，堪称一座远古地质博物馆。石林形成4.6亿年前的奥陶纪时期，整个石林犹如一座海底迷宫，美轮美奂。  
整个石林景区状若一只巨大的葫芦，四周翠屏环绕、群峰竞秀，林中遍布奇岩怪石，形状各异。有的婀娜多姿，有的峥嵘雄奇，有的形若苍鹰望月，有的神似仙女回眸，有的恰似龙争虎斗，有的酷肖莲花朵朵......  
莲花寨景点，  
石林分布密集，自天空俯视，整个景区以石莲为花、绿树为泉，犹如朵朵白莲生于碧泉，莲花摇曳间馨香万里。置身其中，石莲更是处处可见，应接不暇。  
猪八戒在看啥  
女子拿着花儿，闻到花香味了吧  
神虎含玉  
雄鹰展翅  
拇指山  
上比翼飞  
灵光开窍  
一夫当关万夫莫开的  
南门关  
磨子沟景点  
，这里鸟语花香、集飞流、悬树、吊石、奇岩、异峰、峡谷于一体，这里的一峰一石、一草一木、一山一水，都是自然雕琢的精品。因为土家祖先傩公傩婆在此地定情，所以这里是土家的发源之地、古老爱情归属之所。  
亲一口  
情侣湾  
神龟驮经  
恶作剧后的窃笑。把指路牌改变方向，等着同伴误入歧途  
九龙汇景点，  
天降九龙，守护九州，时光荏苒，千年之后九龙修炼有成，受上天召唤，相约汇聚于此，共同飞升。此地也因九龙汇聚而藏风聚气，形成一方风水宝地，因而周围草木茂盛、百鸟和鸣、凤舞九天。相传在此凝神观望，能看出九龙真身之人将受到九龙庇佑，一生无忧。  
今天游玩结束，来张合影吧  
2018年5月25日第二天  
腾龙洞  
土司城  
腾龙洞  
整个洞穴群共有上下五层，其中大小支洞300余个，洞中有山，山中有洞，无山不洞，无洞不奇，洞中有水，水洞相连，构成了一个庞大而雄奇的洞穴景观。  
其属中国已探明的最大溶洞，神州第一；在世界已探明的最长洞穴中排名第七，属世界特级洞穴之一，为湖北省省级风景名胜区。  
卧龙吞江，天下奇观  
吼声如雷，气势磅礴  
洞里的光感艺术“激光秀”和原生态洞穴剧场歌舞表演《夷水丽川》  
土司城  
——“天下无双景，华中第一城”，走进  
恩施土司城  
，迎面一座赫然高耸的是土司城门楼。土司城门楼也称土司朝门或看楼，是显示土司威仪和功德的纪念性建筑。极其注重外观的庄重华丽，建筑内容上则集中体现了土家族的人文思想空间观念和技术上的聪明才智。  
风雨桥  
九进堂，也就是道地的一座土司皇城  
唱戏台  
整座门楼隐含着许多奇巧而又寓意双关的数字，如门楼高4层、12根柱、24根梁。意味着一年中的4季、12个月和24个节气。  
钟楼位于城墙最高处，为三层亭塔式建筑，底层为城墙，中层为城楼，顶层为亭。四柱四檐，俯视东西南北四方。  
2018年5月26日，第三天，  
清江画廊  
，清江是土家人的母亲河，八百里江河，洋洋洒洒，宛如一条蓝色飘带，穿山越峡。境内峰峦叠嶂，数百翡翠般的岛屿星罗棋布，灿若绿珠。犹如黛江水烟波浩渺，高峡绿林曲径通幽。养育了多少"靠山吃山，靠水吃水"的土家儿女，也孕育了山歌、南曲及国家非物质文化遗产保护项目撒叶儿嗬等灿烂的土家民间文化。  
这是千瀑峡吗？室内广播听不清，只能瞎猜了  
彩虹桥  
船到蝴蝶峡，调头往回开  
景观介绍书  
世界男子无二心，天下女儿第一城——  
土家女儿城。  
一个具有比较有民族特色的商业圈，建筑大多是土家少数民族风格的，有一条专门买特产的“梦想山镇”，一条专门买服饰的幺妹儿街，还有一条小吃街，天好的情况下，每天广场上有民族歌舞表演，主要内容是土家族的赶场，相亲的内容。  
赶场相亲，土家姑娘出嫁节目马上开始啦  
行程中，包括的一顿摔碗酒晚餐，每位50元，因各地习俗不同，不是每个人都能接受当地习俗来用餐的，我们决定退掉这顿晚餐，12位，每位50元，就是600元，这顿饭，我们到女儿城口碑第一名的“土家大排档”用，还可以吧！  
干杯#^.^#  
2018年5月27日，第四天，恩施大峡谷，包括云龙地缝和七星寨景区  
壮美无比的  
恩施大峡谷  
空间宏伟开阔，景观层次丰富，山体变化多端，清江河谷深切，具有别于五岳。峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。  
云龙地缝景区  
云龙河地缝全长7.5千米，最深达75米，地缝怪石遍布，五彩斑斓，古木苍翠，碧流潺潺，尤其是地缝两岸的数条飞瀑流泉，令人震撼而神怡。  
石帘  
云龙瀑布  
游玩  
七星寨景区  
是此次行程的“重头戏”，须翻越四座山。排队乘上缆车，大约10分钟的样子。拄着登山杖，开始了第一，第二，第三个山头的翻越，来到最经典的“一柱香”。惊艳大自然的鬼斧神工。一共四座山，耗时四个多小时，再乘上电动扶梯，回到地面。 除了大峡谷外，最大的景观特色是两岸典型而丰富的喀斯特地貌：有天坑，有地缝，有  
天生桥  
，有溶洞(200多个)，有层层叠叠的峰丛，还有近乎垂直于大峡谷的大断崖。  
七星寨绝壁为三叠系灰岩中发育的巨型柱状岩体群，兀然直立于陡坡上，高耸林、，极为壮观。它不同于峰林及石林，而是一种柱状山体，故称"岩柱林"。  
绝壁环峰丛  
迎客松  
一炷香是地球上稀有的单体三叠系灰岩柱，高度为150米，柱体底部直径6米，最小直径只有4米，此地的岩石的抗压强度是800千克每立方厘米，风吹他不倒，雨打他不动，傲立群峰之中千万年，守护着这片神秘的土地，实属罕有。  
他近观犹如男根，展示着他威武的雄姿，俨然成了大峡谷中的镇谷之宝。  
相传，这根石柱是天神送给当地百姓的一根难香，如遇灾难将他点燃，天神看到寥寥青烟，就会下凡来救苦救难，所以当地百姓称它为"难香"，这难香又长又细，晴空万里时，一朵白云叠在峰顶，远远看去就像天上的香火，宛若仙境;阴雨天气时，升起的一层薄雾，就像一缕青纱，将它打扮得若隐若现，妩媚动人。  
大地山川 玉屏峰 拇指峰  
玉女峰&玉笔峰  
双子塔  
啊哦，差一点被  
“美人石”  
卡住  
“大楼门”扶梯  
四个小时后，我们翻越了四座山，又回到了地面，此时，天放晴了  
2018年5月28日，第五天 石门河景区  
是我们前往神农架的行程临时加出来的景点  
石门河，虽然是一条在  
建始  
境内流域并不宽广的小河，但它已经在历史的长河中打磨出了美丽的诗篇，享有"世界第一古人，中国第一古河，巴楚第一古道，施南第一佳要"的美誉。而隐藏在其峡谷中的惊世骇俗的自然风景，更是一段妙趣横生的山水画廊!走近石门河，穿行在历史的厚重和现实的旖旎山水风光之中，慢慢咂摸，细细品味，竟胜过人间仙境!  
可以参观的景点全程需要走三个小时。玻璃桥在景区进门地方，团体票80元，不走玻璃桥，可以走下面的悬桥，也能看到绿色的像丝带一样的峡谷，湍急的水。栈道分为两层，上一层可以看到崖壁上天然形成的形状各异的石头和古树木，下一层栈道可以看到碧绿湍流，冲撞在岩石上，并发出轰鸣声。 走完栈道后的上山路比较累，直达地面的电梯还在建设中。  
一进门，就有一座玻璃桥  
青龙抬头  
白虎迎宾  
巨猿头像  
乌冈栎  
拐枣树  
经过  
通天门，  
拾阶而下，来到下一层栈道  
石来运转  
穗花杉  
石门虹桥  
历经三个多小时，石门河景区游玩结束  
神农架篇  
2018年5月29日 第六天  
金猴岭  
神农谷  
神农顶  
  
板壁岩  
大九湖  
金猴岭  
是金丝猴的主要活动区，它山势高峻，气候寒凉，雨量充沛，森林茂密，箭竹如海，藤葛攀挂，叠瀑高悬，山花野果，漫山遍野，是神农架数十万亩原始森林的典型代表。站在金猴岭的原始森林里，看着这些大树悲壮的生，悲壮的死，你仿佛可以听见大自然因适者生存而进行的格斗、绞杀，因格斗、绞杀而发出的痛苦呻吟。  
神农谷  
又名  
风景垭  
。最高处海拔2950米，有"神农第一顶"之誉。该处的景观特色就是峰奇谷秀，站在垭口极目四眺，只见山峦起伏，气象万千，景色十分壮丽。  
从垭底至近顶，条梁耸翠，涧谷含幽，小径回旋，山花遍缀，葱茏树木间以青藤缠绕，潺潺泉声伴以唧唧鸟鸣。尤其是突横之飞壁，乍陈之危崖，密挤一片，宛若绿色绒缦，迎风摇曳，令人赏心悦目，只觉妙趣横生。登临崖顶环顾四周，只见千峰竞峭，万嶂争拔，龙腾蛟升，直冲凌霄;高低森林，起伏碧连，若沧海巨涛，滚涌天际。  
神农顶  
石林隐现于箭竹林和冷杉林中，峭似板壁，多草甸、箭竹、高山杜鹃。多次发现野人的毛发、粪便、脚印。是以秀绿的亚高山自然风光与生物多样性为特色的自然生态系统  
板壁岩  
海拔2610米，它之所以出名，是因为这里被称为“石林”和“野人的出没地”。板壁岩上下箭竹林漫山遍野，丛丛簇簇密不通风，是天然的屏障。箭竹林间，怪石嶙峋，姿态迥异。  
灵龟戏雾 雏凤待哺  
美女照镜  
生命之根  
金鸡报晓  
神龙锦屏  
峭壁岩石上的花  
大九湖景区  
景区内自然景观奇特多样。一是在“地无三尺平，抬头见高山”的神农架逶迤群山中却深藏着一块近5万亩的高山平原，实属罕见；二是湿地四周被2600多米的群山环绕，在长期的地下水冲刷、溶蚀作用下，行成了典型的喀斯特地貌景观；三是具有美丽广袤的天然草场，被誉为梦中的“香格里拉”，湖北的“呼伦贝尔”，华中的“内蒙高原”；四是湿地及周边山地植被发育优良，林木茂盛，降水丰富，汇成了面积广阔的亚高山湖沼景观；五是大九湖四季如画：春天是花的世界，满山遍野，山花烂漫；夏天是绿的世界，满目苍翠、绿草成茵；秋天是红的世界，层林尽染，姹紫嫣红；冬天是银的世界，雪厚冰坚，银装素裹。  
第三大湖  
第四大湖——最漂亮的湖  
第五大湖  
2018年5月30日 第七天  
官门山  
神农坛 天生桥  
官门山  
由几个场馆组成，最有意思的是大熊猫，有两只大熊猫在熊猫馆里，熊猫四岁了，胃口好大，看到我们一拨人来了，还在那里，悠哉悠哉不停地吃着早餐。 其他场馆由娃娃鱼，鲟等生物，还有植物标本，民俗馆由饮食、陶瓷馆组成，野人洞好假，人为搭出来的洞，很粗糙的感觉。  
神农坛  
祭坛内神农塑像高大雄伟，庄严肃穆，双目微闭，似乎在洞察世间万物。它以大地为身躯，头像高21米，象征中华民族蒸蒸日上，宽35米，与它的高加起来共56米，象征着56个民族的大团结。神农氏在传说中是牛首人身，实际上牛角是古代农耕部落的图腾。  
中间草坪和两旁的墀阶具有我国皇家建筑风格。我国古代称单数为阳数、双数为阴数，“九”是阳数之首，与汉字的“久”同音，有天长地久之意，故两边墀阶全是９的倍数。每边的墀阶有243步，从下往上分解开来为9步、72步、63步、54步、45步。墀阶下面是祭坛，置有九鼎八簋和香炉，每位炎黄子孙即可在此祭拜先祖，祈求庇佑。  
祭坛外围的五色石代表着五行，即金、木、水、火、土，内方外圆，即有天圆地方之意。  
千年杉王，一颗生长了1200多年的古老铁坚杉树王，六人合抱的树干，树叶繁茂、遮天蔽日、独霸一方，当地人奉为神树  
天生桥  
山岩叠嶂，长满野花绿树，因遍生兰草，幽香四溢，起名为兰花山。从岩石上流下的飞瀑，急奔而下，如花飞溅，如鼓似笋，交融两岸的鸟语声，宛如一部峡谷奏鸣曲。  
此处瀑声如雷，金猴雀跃，溪水自然冲刷而成的一桥飞架两山之间，观飞瀑飞流直下，玉珠飞溅，赏潭中奇石千姿百态，鱼儿穿梭，景色优美，至今保留着原始巴人的生活遗迹。  
愉快的旅程总是感觉那么地短暂，再上一张神农顶上的欢跳吧，让这份愉悦感染你，感染我，感染他，感染今后的每个美好的日子里，以致永远！

评论：  
1.看图就知道是大片儿，期待后续更多精彩游记啦！  
2.雨季是淡季，就现在，过几天旺季来临  
3.去这里的话什么时候算是淡季什么时候算是旺季啊？  
4.你的游记让我也萌生了写游记的想法哦~  
5.看着这些图片，我心动了，我要开始行动了O(∩\_∩)O

## 93.恩施野三峡，你值得一去

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3684055.html

来源：携程

发表时间：2018-6-4

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
清江之美，美在野三峡。这里谷幽水碧、野趣浓郁。我基本上每年都要去一两个地方玩一下。  
武汉的夏天每年也都是这样的炎热，所以今年依旧选择了度假避暑类的景点，有幸在一群朋友的邀请之下进野三峡，体验了一次原始的激情之旅！  
进野山峡  
船到了野三峡，但见河中鱼儿穿梭。朋友说：“中国最清的江是清江，  
恩施  
最野的河是野三河。”野三河依次分为野山峡、野水峡、野人峡三个部分。  
首先迎接我们的是叉河口那座山，形象如“众”。是不是《国语》中的三人为众呢？如果是的话，那野三河的土家人真乃天人合一，象征众志成城了。  
沿左边的山体看，树木苍翠欲滴，山体下宽上窄，特别像金字塔。塔对面有一象形山，像披着袈裟的大佛，背靠山峰盘腿而坐，满脸醉笑地迎接客人的到来。  
进入谷底，几只小船静泊河边，那是渔民的家。年轻一代到山外打工去了，留下的老人和小孩仍然撒网捕鱼，风里来雨里去，延续着这种古老的渔文化。  
坐船前行，进入河段无人区，只觉得两边陡峭的山峰骤然扑来，像是走到了尽头，转弯处又豁然开朗，仿佛穿行在时空隧道，幽明相隔。  
到了猕猴出没区。朋友说，这里有我国最大的猕猴群落，共有2000多只猕猴群居。猴儿们如果遇到穿红裙子的美女，胆大的会突然从林中冒出，撩起裙子偷窥后立即跑掉。  
过野水峡  
到了野水峡，树在水中长，水在林中流。在我们的船边，水中枯木成林，不时还有漂浮的圆木。这是蓄水升高，淹没了这片原始森林后形成的自然奇观。  
进入峭壁，左边有一溶洞，人称响水孔瀑布。朋友说，如果运气好的话，会见到从洞中翻出的娃娃鱼。洞深数千米，瀑水顺着崖壁倾泻，落进河谷，水响如雷，千百万年，涛声依旧。  
船过山谷，溪水密密麻麻地从山顶泻下，如“织女飞梭”。峡内共有42条水沟，在编织黄四姐头带的丝帕子呢。织女们的手飞来飞去，行如流水；溪水哗哗，如古老的织布机声；飞流的瀑布，犹如穿飞的玉梭。这青山绿水、碧云蓝天，则是织出的五彩锦霞丝帕子。  
河面越走越窄，大有束野三河为一线之势。在千奇百怪的岩壁间，有一下垂的赭黄色岩石，一块形如牛肝，一块酷似马肺，上面瀑布飞溅，即以“牛肝马肺”瀑布而命名。相传八大王洗川时，步骑数十万于野三河，与数千骑着水牛的土司兵激战，留下这片牛肝马肺遗迹。  
享天然浴  
从“牛肝马肺”瀑布出发，河谷幽深，鱼翔浅底。到了野三河原始河谷里，这是一个天赐的天然浴场，传说有野人出没，曾是巴族首领廪君和盐水女神幽会的地方。  
在这里，你可忘情地享受“山泉浴”、“香风浴”、“森林浴”、“阳光浴”。  
游在河中，感觉是在洗香风浴。野三峡野花遍地，香草遍野，空气中散发着阵阵清香，阵阵山风吹来，感觉呼吸次数明显减少，血流缓慢，神经变得松弛，听觉能力、思维能力明显变强。  
浸泡在水中，绿色扑面而来，倾听水声鸟语、松涛虫鸣，视觉、听觉、嗅觉、触觉、心灵都在经受着一种原生态的洗礼。  
游向河边，躺在细软的沙滩上，头顶上的阳光是那么柔媚。由于峡谷树枝盘杂，阳光疏密适中，多以散射光照在人体上，是一种软日光。这便是享受阳光浴了。  
在野三峡原始天体浴场，身处绿色氧吧，有此“四浴”免费享受，还有谁不动心呢?

评论：

## 94.“土家水墨画”--恩施野三峡全攻略！

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3685544.html

来源：携程

发表时间：2018-6-4

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
野三峡位于湖北  
恩施  
境内，去之前查了相关路线，具体有以下方式大家可以参考：  
开车线路  
武汉出发→走长阳大道→进入武汉西→走汉宜高速（往宜昌方向）→前进到路标1175公里处（虎牙）→下汉宜高速转至沪蓉西高速（要过了宜昌长江大桥后再转到沪蓉西高速上）→宜昌→长阳→高家堰→贺家坪→榔坪→  
野三关  
→高坪→红岩寺（下高速）→花坪街→  
小西湖国际  
度假中心（即进入景区）  
乘车路线  
线路一：武昌/汉口→  
建始火车站  
→转坐巴士到花坪（  
小西湖国际  
度假中心），约1小时，票价30元（最优线路）。  
线路二：武昌/汉口→  
恩施火车站  
→挂榜岩汽车站→转坐巴士到花坪（  
小西湖国际  
度假中心），约1.5小时，40元/人  
总觉得有山有水下点小雨过后景色更美，坐船游览景色感觉更舒服哦，不过适合早上游玩最好，要注意乘船时间，节假日时间灵活些！  
自景阳“野三峡码头”乘船经彩虹大桥，进入野水峡，沿途流泉飞瀑：九叠泉大瀑布、龙湾大瀑布、丝炫瀑布、响水瀑布、龙泉溪；峭壁悬棺、野人峡等纯天然原生态美景奇观；野山峡，两岸奇峰怪石，植物繁茂，河水十分清澈，可谓“静影沉碧”，偶有野猕猴出没，鸳鸯戏水，自然野趣浓郁。【黄鹤桥大峡谷峰林】可欣赏到奇特的卡斯特地貌，群峰耸立，万石峥嵘，天地群山另成一副罕见山水画卷。沿途的石芽、峰林、溶沟、天坑、地缝、千姿百态、美不胜收。  
  
景区内可以根据自身情况选择:观光电梯30元/人自理，索道40元/人，滑道25元/人）。  
基本上1天便可以游完全部美景， 如果太累不想当天返回还可以选择在景区休息一晚，可以品尝很多美味又稀奇的土家美食哦“土家水墨画”--  
恩施  
野三峡全攻略！，推荐很有土家风情的小西湖大酒店。

评论：

## 95.余生，找个合适的人一起来这看日出日落

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3681888.html

来源：携程

发表时间：2018-6-4

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
我知道  
在瞬息万变的大千世界  
日出和日落的过程  
不过须臾而逝  
我喜欢  
日出时的生机勃勃  
和日落时的安逸闲适  
在朝夕之间演绎最幸福的真谛  
不知道何时开始  
那些过多的欲望  
过重的负担  
使我们生活节奏越来越快  
压力越来越大  
以至忘记了每一天的日出日落  
那些不分昼夜埋头苦干的日子  
让我觉得失落和劳累  
直到遇见你，想到与你呆在一起  
只觉安心 暖心  
走到  
恩施  
野三峡  
一座集土家族文化和自然风光于一身  
的梦幻之地  
坐落于湖北的绵绵大山之中的它  
古老而不失活力  
悠然而不失激情  
我们走过太多地方  
却仍为这里着迷  
这里的日出  
如同含羞待放的少女  
又像是热情奔放的少年  
这里的日落  
多了一丝浪漫缠绵  
还多了一种坚定的承诺  
在这里看日出  
最是悠然自得  
不必披星戴月  
不必忍受风寒  
只需挑一个晴朗有云的好日子  
我们一起  
在景阳河画廊的山水中 盼日出  
在  
黄鹤桥峰林  
的奇峰上 等日落  
斜阳染红了云雾  
也给我们脸上抹上了  
羞涩的红霞  
眼眸倒映着的  
不只是美丽的风景  
更是和你一起看风景的人  
余生 请多多指教  
陪伴彼此  
等一场日出日落吧

评论：

## 96.当19度遇上山地马拉松 这座湖北小城带给我们怎样的惊喜

https://you.ctrip.com/travels/lichuan984/3686675.html

来源：携程

发表时间：2018-6-6

天数：3 天

游玩时间：5 月

人均花费：1000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，人文，周末游

旅游路线：利川，齐岳山，龙船水乡，大水井，腾龙洞

正文：  
前言  
没有什么能够阻挡  
我对清凉的向往  
夏季热的遭不住  
还有什么去处  
重庆、武汉都是火炉  
宜昌也受热不住  
这时候  
我想到三年前的  
利川  
之行  
19度的高冷气质  
让我下定了再去利川的决心  
齐岳山  
·苏马荡  
一排排风力发电扇叶随风轻舞，如同从云雾里窜出来一般，不仅看日出日落风景一流，最喜人的就是这山上的凉爽，比山下还要低上几度，随便什么时候来，都需要穿上一件外套。  
齐岳山作为一道屏障，将流经利川的热空气给阻挡开来，热空气顺流向着恩施而去。而其七曜山的原名，在古代是是指日、月、及五大行星等七个主要星体，也是用于天文气象。千百之后，中国气象学会对以气候优势为主题授予利川“利川·中国凉爽之城”的称号，这也算是应了天时地利。  
齐岳山顶，驻足远眺，对面山头上的庞大建筑群，就是利川一个知名的避暑地——苏马荡，20万重庆、武汉市民为主的避暑大军在苏马荡避暑，这无疑是对这个地方的凉快最好的诠释。  
苏马荡原名苏马凼，在土家语中的意思是"老虎喝水的地方"，由当地人杨正龙改名并率先从事旅游发展。地处长江南岸，海拔1500余米，这里风景如画、气候凉爽、宁静自然，风情独特，大自然赋予她原始、自然、纯朴和美丽，是远近闻名的避暑胜地，素有"中国最美的小地方"之誉。  
漫步在十里杜鹃长廊，虽然花期已过，早已看不到繁花似锦的景象。但是并不妨碍我们呼吸着负氧离子含量高的空气，走在长廊上，看云雾间透过的将军岩。  
在长廊的一个小广场上，看到了三年没见的铁娃，他依然带领着一些老匠人，一千多个日夜，仍然坚持着手工制作锅具，一锤一锤的锻炼之下，制成了一个又一个充满匠心的手锻铁锅，今年还上了二更视频，在现场不仅有游客咨询，更有客人现场下单。  
三年没见，这个小伙子变得更加成熟了，当年那个回乡创业的青涩少年不见了，现在变得越来越沉着，也许是性子使然，也许是行业的特性所造就的。  
现场还有用斑鸠叶做的豆腐，绿色的，有点像橡子豆腐，加上泡菜水浸泡，酸爽的很，很开胃。  
不愧为夏日里的一道清凉美食  
龙船水乡  
小船儿轻轻，飘荡在水中，迎面吹来了幺妹子的香风。龙船水乡景区，曾经被评环渝地区网友欢迎的休闲避暑胜地。  
卖小吃的阿婆和年轻的游客在轻声细语。  
龙船水乡，原名水莲洞，距利川城仅12公里，集水洞、旱洞为一体，洞内景致优美。景区拥有20公里地下伏流，堪称世界罕见，还有始建于清朝年间的观音洞、稀有的透明鱼等绝妙景观。  
水洞旱洞，洞洞相连。旱洞2000米，洞内大佛洞、观音洞、舒心泉、樨牛洞等景点错落有致。此外“天下第一水洞”，全长5000米，洞内天柱峡、编钟峡、鲤鱼峡、九曲峡，环环相扣。  
因为旱洞比较长，一路上只是在赶路，还未曾细细看这洞里一切可以看到的地质学痕迹。  
洞里像鬼斧神工一样的开凿，不仅空旷，还显得有些神秘。  
水流中，也不是那种地下河床的巨大水流声，而是涓涓细流，但在灯光的照影下，显得如同一带灯幕一样。  
水洞里，坐在小船上，听着船夫和阿妹一唱一和，特别的有感觉。  
而船游水洞的最大感受就是神秘，因为在灯光摇曳中，有一些朦胧的感觉，仿佛带着原始图腾一般。  
白鹊山  
白鹊山具体是个啥山不清楚，但是这里有民宿是真的，利川是恩施州乃至湖北省内民宿发展比较快的一个地方。而白鹊山精品民宿确实是利川民宿的一个代表性民宿，是恩施州首个土家文化民宿特色小镇。  
砖石外墙，瓦片屋脊、小巧屋舍，散发着浓郁的乡野特色，这就是白鹊山书舍，这绝对是一个很有逼格的建筑，一个温暖的书屋，一个可以取悦人心、心灵交流的地方。  
品茶、阅读、交流，各自有各自的空间，不必太多拘束，到这里，就是来放松身心。  
一些手工、手作的物件被摆放在角落里，有看上了的也可以买下来，带回去作为手办礼，送给亲朋好友。  
山地马拉松湖北  
利川站  
的海报也在角落里静静地安放着。  
利川是第一个举办山地马拉松系列赛的城市，被中国登山协会授予“中国山马第一城”称号。在白鹊山还建立了中国利川山马展示馆。  
不远处的白鹊山民宿广场就是本次山马赛的起点位置，利川通过山地马拉松等一系列赛事，对城市品牌形象的推广起到了积极作用。  
馆内展示了山地马拉松的赛事城市，介绍了CMM赛事的历程。  
山地马拉松赛事与全域旅游在利川三年来，碰撞出了许多不一样的火花。  
利川是一座历史悠久的文化之城。它是世界25首优秀民歌《龙船调》的故乡，巴文化的发祥地，巴蜀文化在这里交汇融合，民族风情浓郁，历史文化厚重。摆手舞、肉连响舞动山岳，山民歌、利川小曲歌海如潮。  
歌灯口述博物馆，一座迷人的土家族转角楼，一个典藏利川灯歌文化记忆的活态博物馆。  
房前有鱼塘有花谷，房后有山有林有步道。田园之乐，舒缓身心放松心情。  
大水井  
大水井，始建于明末清初，是长江中下游目前规模最大、保护较好、艺术价值极高的古建筑群，集西方建筑与土家建筑特色于一体。  
从空中俯瞰，就是一片大的建筑群。  
整个建筑群由李氏宗祠、李氏庄园和李盖五宅院等三部分组成。李氏宗祠及庄园建筑宏伟，修饰华丽。柱头及穿梁皆有雕花，飞檐和屋脊均有青花瓷碗碎片镶嵌成各种图案，彩楼、门窗都刻有工艺精巧的花鸟虫鱼等图案，天井内还有水池和各种精致的花坛，此外，还有各种浮雕和楹联等，均保存完好。  
李盖五，是上过新学的，曾经在“成都法政学校”就读，毕业后回乡任团总。1949年时，其以开明绅士身份借道解放军解放了奉节全境。后来当地农会以李盖五隐瞒财产为由，将其关押，李绝食表示抗议，竟饿死于自家粮仓内，其尸体被火化。至此，李氏家族也最终未能避免衰亡的命运，仅留下的是空洞洞的房屋和被岁月尘封的历史。  
不管这座大宅曾经是多么辉煌，如今留给后人的只是各种版本的李家故事了。  
腾龙洞  
·山地马拉松  
腾龙洞，利川标志性景区之一，国家4A级景区。  
龙洞景区由水洞、旱洞、鲤鱼洞、凉风洞、独家寨及三个龙门、化仙坑等组成。洞口高72米、宽64米，洞内最高处235米，初步探明洞穴总长度59.8公里，洞穴面积200多万平方米。洞中有5座山峰、10个大厅，地下瀑布10余处。  
水洞口的卧龙吞江瀑布落差40余米，吼声如雷，尽显气吞山河之势，令人叹为观止、留连忘返。  
一路上，偶遇的幺妹。  
本次中国山地马拉松湖北利川站，冠名就是腾龙洞景区冠名的，专业组赛事的终点也是设置在了腾龙洞洞口。  
2018年的“腾龙洞杯”湖北利川站（国际赛）赛道依然保留“三道龙门”的自然风光，将花千谷景区、腾龙洞旅游风景区、茅田石板路、白鹊山民宿一线串珠。参赛跑者们途经百里绝壁、飞流瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨，在挑战自我的同时，感受集人文花海风景、岩溶自然景观、民族民俗文化于一体的“凉城”利川之美。  
中国山地马拉松系列赛于2016年首次推出，以“向山而跑 非凡之路”为主题，鼓励广大跑步、健身爱好者们，通过在山地马拉松比赛中的体验释放自我，收获成功与健康。  
11个国家和地区的3500余名跑步爱好者参赛报名。  
土家族文化在利川有着深厚的基础，巴人首领廪君带着族人清江流域生息繁衍。  
无论婚丧嫁娶，土家人都有一股骨子里的豁达开朗，有一种热情好客在血液里面。  
腾龙洞里，开心也跳，伤心也歌，土家人用歌舞抒发内心的民族气质，直到现在仍然被广大游客所深深吸引。  
这已经不是一场普普通通的演出了，已经绝不仅仅是一场盛大的视觉盛宴了，感觉每根汗毛都吸足了养分，在文化的国度里涤荡灵魂。  
几十分钟的演出，将土家文化的精气神浓缩在其中，除了每次看完带给自己的一份感动，除此之外就是学会了越来越多的土家山歌，希望下次再去的时候能够一起欢唱。  
耍乐堂跳摆手舞  
利川“水衫王”

评论：

## 97.德国十一天深度游日记(2)

https://you.ctrip.com/travels/fussen1040/3686770.html

来源：携程

发表时间：2018-6-7

天数：11 天

游玩时间：5 月

人均花费：25000 元

和谁：夫妻

玩法：跟团

旅游路线：新天鹅堡，高天鹅堡

正文：  
  
5月19日，星期六，加尔米施·帕滕基兴地区晴，行程的第二天。  
早上6时外出散步，小镇的风光真好，绿色的山峦环抱小镇，白色的薄雾在山间缭绕。  
酒店对面是克鲁斯塔尔修道院，庭院很大。  
23号公路穿过小镇，因为是休息日，出来度假的车辆很多，车速很快，从我们身边呼啸而过。早餐是酒店的自助餐，品种不是很多，但也算丰富，餐厅是木结构的，弧状的房顶全由木板铺成，工艺精湛。  
上午8：15出发，第一站是  
新天鹅堡  
，距离50公里左右，车程约1小时。大巴沿23号公路前行，然后在施泰因加上到2059号公路再转上17号公路。沿途都是丘陵，车辆在绿色的草地中穿行，偶尔经过村庄，白墙红顶的房屋映衬在绿树中，景色怡人。到达新天鹅堡山脚下的霍恩施万高村后，李导去办票，我们在外等候。此处可看到新天鹅堡耸立在半山腰上，可惜是逆光，只能拍摄到其引人注目的白色身影。  
步行走到景区车站等待时，  
高天鹅堡  
也称旧天鹅堡的黄色城堡就在对面的山坡上清晰可见，高天鹅堡是新天鹅堡建造者巴伐利亚国王路德维希二世出生并成长的地方。  
新天鹅堡是路德维希二世在1869年建造的，耗时17年，耗资620万马克，共有360个房间，建成后其仅居住了一百多天就被宣布患精神疾病而解除了权力，没几天就死在施坦贝尔格湖里，享年仅41岁，给后人留下一个谜案。新天鹅堡是德国境内被拍照最多的建筑物，也是最受欢迎的旅游景点之一，迪斯尼乐园的睡美人城堡以及许多现代童话城堡的原型大都来源于新天鹅堡。上山有三种方式，一是乘坐景区巴士，二是坐马车，三就是徒步了。我们是坐景区大巴上山的，然后步行10分钟到达城堡。城堡是用白色的花岗岩砌成的，每块石块之间既平整接缝又细小，从外观上看就觉得是精工细凿的，非常震撼。  
我们被排在11：45才可入内参观，早一分钟也不行，非要等到11：45门禁才可验证条型码入内。每个人都发放了语音讲解器，随同讲解员进入城堡内，需要在塔楼里爬很多的旋转阶梯后才能抵达四楼。先是观赏前厅和宝座厅，然后进入路德维希二世的卧室和起居室，最后到达歌手厅。所有室内均金壁辉煌、奢华无比，特别是宝座厅极具奢华，厅高15米长20米，下面是精美地球图案的马赛克地板，上面圆形的穹顶上绘有太阳和星星的图案，悬挂着由黄铜铸造的重达900公斤的枝状大吊灯，酷似拜占庭式的王冠，镶嵌着玻璃、石头和象牙，可插96支蜡烛，挂在天和地之间是象征了国王的位置。穹顶下方的四面墙壁上分别绘有精美的壁画，都是圣经中的故事。在进入路德维希二世卧室前有人工钟乳石洞，内有小瀑布与水池，并采用当时尖端科技的电灯及回转式的彩色玻璃，旁边还建有人工温室。歌手厅从厅外的长廊到厅堂中挂有多幅油画，描绘了瓦格纳的歌剧巴西法尔（Parsifal）的英雄传奇。在新天鹅堡内标志性的天鹅图案或物件随处可见，连水龙头都铸成天鹅的头颈样。约45分钟参观完毕，在咖啡厅走廊的阳台上我俯瞰到美丽迷人的巴伐利亚乡间景色：左方是清澈的阿尔卑斯湖，右方是小小的天鹅湖，高天鹅堡黄色的身影历历在目。  
观赏完毕后仍步行下山到车站，然后步行到玛丽安桥上去拍摄新天鹅堡的全景，据说这里是拍摄新天鹅堡全貌的最理想的地点，也是新天鹅堡明信片照片的拍摄地。但桥上挤满了人，加上天公不作美，云层太厚，光线也不好，拍不出理想的照片。  
下午1点左右下起雨来，仍乘景区大巴车下山。1时35分登车前往楚格峰，距离55公里，车程约1.5小时。楚格峰是德国的最高峰，海拔高度2963米，位于德国巴伐利亚州和奥地利边境附近，是楚格山脉的主峰。据说站在楚格峰顶的观景平台上，可以“一览众山小”地饱览400多个阿尔卑斯山峰，360度俯视德国、奥地利、瑞士和意大利的山峦。山顶上有金色的十字架，是德国最高点的标志。  
此时雨越下越大，大巴车沿179号公路再转187号公路，抵达楚格峰缆车站时，通知说缆车因安全问题停运了，只能乘坐火车上去，时间要45分钟，而坐缆车只需15分钟左右，好在马上有一班火车发车了，大家赶紧上车。说是火车其实是轨道齿条电车，在每节车厢的底盘上有两个齿轮，路轨正中加了齿条，列车行驶时，齿轮紧卡齿条，只能前进，不会下滑，保证了行车安全，但车速只有每小时20公里。上山的坡度虽然很大，但火车行驶很平稳，一路上有很多隧道，火车不时停下来等待对面下山的车辆通过。此时似乎雨小了很多，大家天真地认为到山顶雨就停了。到达海拔2600米的山顶车站后，还要乘坐700米的缆车，然后再乘坐电梯，才能真正到达楚格峰的山顶。  
缆车很大，可容纳40多人。到达观景平台后，雨是不下了，但下起了雪，间或飘些小雨珠，遗憾的是外边一片雾茫茫，能见度不到10米，要想看到德奥瑞意四国400多山峰是不可能了，只能在楚格峰的标志处拍照留念了，也算是到此一游。下山的缆车倒是开放的，乘坐4时出发的缆车下山，很快就到了山下。  
山下的雨还在下个不停，冒雨奔到停车场，上车后即奔赴今晚入住的伯约沙霍夫酒店(BAYERISCHER HOF HOTEL)，在巴伐利亚州西北部的肯普滕，距离约95公里，车程约1.5个小时。大巴从23号公路到187号公路再上179号公路最后走7号高速公路，其中23号公路到7号高速公路之间有一段约50公里的路程是在奥地利境内的，所以我们算是德奥两国游了。途经奥地利的莱尔莫斯时，路边有一片草地，是高尔夫球场和足球场，竟然有人在雨中打球和踢球。

评论：  
1.我也好想去这里啊，期待马上来一场说走就走的旅行。  
2.真好，看着你的游记很有去一趟的冲动，让繁忙的工作慢下来。

## 98.土味情话就不说了，给你准备了绝美初夏度假地，6月去浪起来！|北青旅居

https://you.ctrip.com/travels/xinjiang100008/3684292.html

来源：携程

发表时间：2018-6-7

天数：3 天

游玩时间：6 月

人均花费：

和谁：亲子

玩法：摄影，人文，自驾，小资，周末游

旅游路线：新疆，伊犁

正文：  
6月马上要到了  
天儿也一天天的热起来了  
这些清凉又惬意的目的地  
最适合初夏去度假  
挑一个走起吧~  
丹东绿江村  
绿江村位于辽宁丹东，与朝鲜仅一江之隔，美丽的鸭绿江和浑江在这里汇合，蜿蜒回转宛如一条碧绿的丝带，将小村围绕在一个小半岛之上。  
每年5月下旬开始，绿江村就进入最有生机的醉美季节，江边大片大片的油菜花也如约而至的绽放，搭配着这一派田园美景，怎么拍怎么美。  
青海茶卡盐湖  
在抖音上火的不得了的茶卡盐湖，是中国版天空之境，盐湖如一面魔镜般，让天地颠倒。游客可以赤脚走到湖面上观看和拍摄自己的倒影，会让你有种想要展翅飞翔的感觉。  
茶卡盐湖最佳旅游季节在6月-10月最好，这时间的茶卡盐湖温度合适，可以拍摄到天空之镜的茶卡盐湖。  
开放时间：07:00-18:30（2018年4月26日重新开园）  
门票：70元/人，乘坐小火车50元/人（单程）  
湖北恩施  
鄂西的世外桃源——恩施 ，隐匿于崇山峻岭之中，当你踏上这片土地，你或许会沉醉在那片绝美的峡谷风光中。  
土家的吊脚楼、侗乡的风雨桥、秀美的山水让这里多姿多彩。4-7月是恩施最美的季节，高山峡谷中，各类鲜花竞相开放。  
浙江东极岛  
多少人因为韩寒《后会无期》，喜欢上了东极岛？它静躺在舟山的怀抱中，在从西向东的四个岛上生活着淳朴的渔民，日复一日。  
5月开始东极岛顶上云雾飘绕，海岸边阳光普照，蔚为奇观。  
呼伦贝尔  
呼伦贝尔算不得是冷门，但它符合人少的条件啊~~~南部有广阔的大草原，此时正是草木丰满的时节，茫茫的绿色草原上点缀着星星点点的牛羊，衬着蓝天白云，景色秀美壮观。  
草原独有的敖包、好客的蒙古族人、赛马和摔跤表演、鲜洁的奶食、烤羊肉……令人流连忘返。  
甘南  
图by微博@余頭小姐\_Rachel  
甘肃甘南，这里其实比西藏更值得一去。西藏的大部分迷人景色甘南都有，甘南迷人的气候和海拔西藏却没有。  
6-8月是来甘南旅行的最佳时节，此时的甘南平均气温为10-20℃，是全年中最暖和的时候，绿草如茵，野花遍布，草场茂盛，色彩斑斓，最能欣赏到高原美景。  
湖南张家界  
“九寨沟看水，张家界看山”，来  
张家界旅游  
观光的人，无不被砂岩峰林地貌和壮丽的喀斯特景观所倾倒，仿佛置身于神山仙境之中。  
图by.途家社区@小旅兔  
4-6月的张家界，落英缤纷，溯金鞭溪，游十里画廊，探黄龙洞，可体会武陵人进入桃花源的惊喜。  
还有火爆朋友圈的张家界大峡谷玻璃桥，桥面都由玻璃铺设，以及各种栈桥、各种栈道、各种陡峭。  
图by.途家社区@风姑娘  
依山而建的天门山的玻璃栈道，脚下就是万丈深渊的惊悚感，多少人蹒跚地不敢踱步。玩的就是这份刺激！  
新疆  
伊犁  
图by.途家社区@摄影师么么锐  
“不到新疆不知中国之大，不到伊犁不知新疆之美”。草原是伊犁的代表，夏季的薰衣草和油菜花则是伊犁的另一块招牌。  
图by.GOOM果果  
六七月份是薰衣草盛开的季节，上万亩薰衣草花田汇成一片紫色海洋……  
-  
END  
-  
去度假吧  
没有什么是度假解决不了的  
如果有，就再来一次

评论：  
1.当地的居民都热情好客吗？环境怎么样？  
2.看了这个都想去当地眼见为实一下，太漂亮了。

## 99.从一个家乡到另一个家乡，只为等一场山马

https://you.ctrip.com/travels/lichuan984/3683004.html

来源：携程

发表时间：2018-6-10

天数：4 天

游玩时间：6 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影

旅游路线：利川，龙船水乡，大水井，齐岳山，腾龙洞

正文：  
我在的家乡是烟柳繁华，温柔富贵的江南  
他在的家乡是山长水远，如诗如画的鄂州  
鄂，是湖北省的别称，湖北，大江大湖，可为什么简称“鄂”，很多人也不甚明了。湖北省恩施土家族苗族自治州的  
利川  
，长江清江上游，邻接重庆市，临近长江。因为土地肥沃，物产丰富，为有利之川，故名"利川"。  
江南的夏天已经来了，炎热的天气，难免让人有些躁，而此时的利川，正是一个避暑的好去处，熟不知的是在这个凉城利川的夏天，将有一场国际性的山马赛在人们的欢呼声中举行。从一个家乡到另一个家乡，只为等一场山马。  
利川的第一站：  
龙船水乡  
好听的“龙船调”忽在耳边响起，正迎合着此时的景，画舫在宽阔的江面随波荡漾，四面山清水秀，水乡风景尽收眼底，一江春水如天下，一曲民歌留人间。  
龙船水乡原名叫“水莲洞”，有旱洞2000米，有大佛洞、观音洞、舒心泉、樨牛洞等景点，布局合理，错落有致，景致奇特。有水洞5000米是国内最长的水洞，被称作"天下第一水洞"，洞内天柱峡、编钟峡、鲤鱼峡、九曲峡，环环相扣。  
走在山间，感觉整个世界都安静了，剩下的只有潺潺流水声。一路走进洞中，阵阵凉意让我不禁打了个寒颤。  
小雨绵绵，山里的温度真舒服，湿湿润润，连皮肤都感觉水灵灵的，雨天路滑，山里的台阶很多都起了青苔，如果是雨天出行，一定要注意安全。  
终于走到了水洞口的码头了，洞中的灯光灰暗，一阵神秘在眼前，迫不及待乘船进洞，去领略龙船水乡有着洞中小三峡之称的天下第一水洞，将不出在他乡的恩施就可以领略到我江南水乡的风情韵味!  
洞内灯光灰暗，在明与暗交替之中，隐约看见次生化学沉积物发育齐全，石柱、石笋、石花、石幔别具一格，或晶莹如玉，如灿烂如金，或粗如浮图，或细如粉丝，各种景物维妙维肖，犹如一座富丽堂皇的地下宫殿。特别是九曲峡，狭窄而悠长（两船相交都感困难），显得格外宁静谧然，奇特诡谲。  
出水洞，站在望江台，遥望清江。  
背着GAston Luga包包，走在山间，这款来自瑞典斯德哥尔摩独立设计的品牌，个性十足，融合了北欧风的简韵，非常实用，空间很大，放的了相机，放的了无人机。在官方网上购买，折扣码之处输入dandan即可享受折扣哦。  
利川的第二站：中国利川山马展  
2016年6月5日，中国山地马拉松系列赛在利川首开先河，首次、首站、首创并举，荣获“中国山马第一城”，2016—2017年，湖北利川、辉腾锡勒草原、齐齐哈尔碾子山、贵州兴义、福建寿宁、福建东山、广西马山、驻马店嵖岈山、福建漳州港、重庆黔江、广州从化连续举办了14站！引领跑者挑战自我、释放自我、展现自我！在蹦跑中感受山川之美、人文之美、和谐之美！  
中国山马赛系列赛，用奔跑与速度体验运动的畅快淋漓，用信念和激情演绎生命的无限精彩！  
中国山马赛系列赛，用奔跑与速度体验运动的畅快淋漓，用信念和激情演绎生命的无限精彩。  
利川的第三站：  
大水井  
完全没法想象叫大水井的地方到底是怎样的？简单的说，大水井是一群古建筑，历史的车轮辗过岁月的风尘，不仅见证了一个家族的兴衰，也见证土家人固有的心智所展示出的文化底蕴。  
关于大水井李氏家族的兴衰，当地流传着多个版本的传说，它们像是诡秘的影子，令人难以捉摸。也许，一切秘密都隐藏在了墙头屋瓦之间，但是三百余年的风霜雨雪与兴亡更替，房子已经垂垂老矣，像是一个风烛残年的老人，什么也说不出来了。  
在莽莽群山之中，还能看到如此装修华丽的庄园建筑。这些古建筑始建于明末清初，保护较好，又集西方建筑与土家建筑特色于一体。  
柱头及穿梁皆有雕花，飞檐和屋脊均有青花瓷碗碎片镶嵌成各种图案，彩楼、门窗都刻有工艺精巧的花鸟虫鱼等图案，天井内还有水池和各种精致的花坛，此外，还有各种浮雕和楹联等，均保存完好。  
利川的第四站：  
齐岳山  
驱车赶到齐岳山，这个中国南方最大的山地草场，海拔较高，山上的天气有些变幻不定，时而有茫茫云海，时而又乌云密布，绿草茵茵，牛羊成群，还有三个跑马场，也是南方人难得一见的草原风光。  
利川的第五站：中国水杉植物园  
只有一棵树为主要景点的中国水上植物园，生长着一棵古老苍桑、龙骨虬枝、高大挺拔的水杉树，树高35米，胸径2．5米，冠幅22米，树龄达600多年。它是世界上树龄最大、胸径最粗的水杉母树。  
在一亿三千万年前，水杉诞生于北极圈，后来逐渐分布到欧洲、亚洲和北美洲。第四纪冰川过后，人们只见过从地层中发掘出来的水杉化石，为此，植物学界宣布水杉在地球上已经绝迹。1941年，国民党中央大学干铎教授首先发现了这棵古树，后经植物学家胡先骕、郑万钧教授鉴定为水杉，并于1948年发表了《水杉新科及生存之水杉新种》论文，推翻了“水杉早已灭绝”的定论，一时轰动世界植物学界。这棵古树就被称作“天下第一杉”、“植物活化石”、“世界水杉爷”、“水杉王”等。  
利川的第六站：苏马荡  
苏马荡，听着名字像武侠篇里的某个地方，这个名字是杨正龙取名并创建，在土家族语中的意思是"老虎喝水的地方"。远处在云雾中的石头，像极了一个将军的头像，人们都叫他“将军崖”。  
山间的雾起的很快，一会眼前就朦胧了，倒更像是一个仙境。苏马荡者，鄂西之佳地也！神奇村落，锦绣利川。美缀恩施，名闻荆楚。 苏马荡气候四季分明，冬无严寒、夏无酷暑，年平均气温18℃左右，是盛夏"绝无仅有"的天然空调。  
树叶豆腐，想不到的是树叶会与豆腐相关联，更想不到的是有一种植物叫斑鸠树，据说这种树结的果子跟蓝莓似得，斑鸠喜欢吃，所以它的树叶叫斑鸠叶，树叶豆腐就是用斑鸠叶做成的，纯天然无任何添加剂，口感凉凉的，很爽口。  
在抖音里爆红的摔碗酒也被我遇见了，土家摔碗酒，有着自己的故事，传说古代土家两个族之间有了恩怨，两个族长为了民族的生存和发展，两人决定冰释前嫌，于是笑饮一碗酒，以示今后同示饮过之后，持碗摔碎，以抵恩仇，求得吉利。但是今天的摔碗已经转化成一种友谊的表达，人与人之间的距离近了，心与心更贴了。  
还沉醉于昨日的酸酸甜甜的梅子酒中，今日便是2018中国山地马拉松系列赛“  
腾龙洞  
杯”湖北  
利川站  
，驱车到了白鹊山民宿广场，人山人海的运动员们已经准备好了这一年一次的国际山马赛。  
顺着人流挤进场内，在这样一座历史悠久，自然资源独特，文化底蕴深厚，民俗特色浓郁的利川，举行一场山地马拉松系列赛，完美融合孕育出了“山马第一城”和“凉城山马”等美誉。  
2018利川山马以“凉城山马·乡村振兴”为主题，吸取前两年成功举办大型赛事的经验，今年尝试采用“政府主导、市场主办、社会参与、全市场化运作”模式，赛事场面更宏大，今年利川站赛道仍然保留登奇峰、下幽谷、穿溶洞、越森林、赏绝壁、观飞瀑等赛事特色，让跑者们全面体验清凉利川的无限魅力。  
6月3日上午8：30，比赛开幕仪式在白鹊山生态园民宿度假村广场举行，国家体育总局登山运动管理中心副主任、中国登山协会副主席王勇峰宣布比赛开幕，随着发令枪在9点鸣响，参赛运动员纷纷冲出起跑线。42公里个人赛选手们从白鹊山生态园民宿度假村广场出发，跑过由土质公路、碎石路、机耕道、吊桥、石板路等路段组成赛道，累计爬升约1519米（最高海拔1344米），最终抵达位于腾龙洞景区的比赛终点。  
一路马不停蹄，喝一口习大大也喝过的星斗山利川红，是自然的味道。  
为扩大活动影响，利川市依托山地马拉松赛事，策划了“山马七天乐、文旅嘉年华”系列活动。从5月29日至6月4日7天时间，每天都有活动，每天都有新意，让广大本地市民、参赛选手及来宾们在比赛之余一饱眼福。山马赛的终点设在腾龙洞口，让大家边看表演，边等着一个个运动员的到达。  
经过激烈的角逐后，来自云南的申加升以3小时9分17秒的成绩，获得男子42公里个人赛冠军，同样来自云南的姚妙以3小时51分59秒的成绩，获得女子42公里个人赛冠军。中国山地马拉松系列赛于2016年首次推出，以“向山而跑 非凡之路”为主题，鼓励广大跑步、健身爱好者们，通过在山地马拉松比赛中的体验释放自我，收获成功与健康。  
利川的第七站：腾龙洞  
提到湖北恩施，大家首先想到的便是恩施大峡谷和利川的腾龙洞，久闻不如一见，光是一个洞口，就已经让人惊叹了，不亏是世界级的，世界最大的原生态旅游洞穴，荣获《中国国家地理杂志》中国最美六大旅游洞穴——震撼腾龙洞，洞口能开飞机，更是洞中有山的奇洞，洞内能容纳1000万人的大洞。  
腾龙洞不但是迷人的，它也是深沉的，它负载着自远古至今的文化沉积任世人感叹；腾龙洞不但是雄奇的，它也是秀美的，它像一个大手笔书写的惊叹号竖立在鄂西大山里，抒发着大自然的无穷奥妙和神力的无穷造化。腾龙洞风景名胜区，位于鄂西南边陲城市---利川市，属大巴山与武陵源交汇部，地处清江的发源地，距利川市城区6.8km，是恩施自治州土家族、苗族儿女的聚居地，山清水秀，如诗如画。  
不容错过的便是腾龙洞里原生态的大型歌舞剧《夷水丽川》，上演的是土家的生活画卷，“洞中坐一时，往事越千年”。《夷水丽川》在短短五十分钟内，从古至今，跨越了几千年。  
以土家文化为背景，从巴蔓子的古老传说，到哭嫁，肉连响的乡土风俗，从悠悠龙船调到撒尔荷的原始歌声，从勤劳的土家人生活到原汁原味的土家山寨还原，让我们一同走进最地道的土家生活。  
夷水：古水名。即今湖北西部长江支流清江及其上游小河。《后汉书·南蛮传》：“廪君乃乘土船，从夷水至盐阳。”丽川：地名，即今日湖北省恩施州利川市，丽通利。  
《夷水丽川》旨在通过歌舞的形式向游客们展示土家族先民在大迁徙过程中的艰辛历程、与大自然搏斗的顽强精神以及土家族的风土人情。  
《夷水丽川》分为上篇《白虎雄风》、中篇《巴裔风情》、下篇《龙船古韵》和尾声四个部分。通过舞蹈、对唱配合解说等多种形式，展示了肉连响、毛古斯、西兰卡普、哭嫁、女儿会、六口茶等经典的土家文化。  
最后遗憾的是，因为时间关系，没有细细的去感受腾龙洞之震撼。只是坐着观光车浏览了一遍，期待下次再见  
出洞，迎来的是小朋友们的肉连响表演，不失传承，从娃娃抓起。  
摸了摸官财石，升官发财就在眼前了。  
走马观花似得往景区出口前进，一阵壮烈激昂的轰鸣声传入了耳中，未见其洞，先闻其声，这一条壮美的瀑布，就这样冲出了世界级的腾龙洞，浩浩荡荡的清江水垂直扑下，浪沫翻滚，碎玉喷雾，声震九渊。800里清江，顺着山势，流经腾龙洞。  
关于交通：  
利川没有机场有火车站，如果所在的城市有直接到达利川的动车或高铁，最为方便；  
如果没有或是时间较长，可以选择飞机至  
恩施许家坪机场  
，打车至  
恩施火车站  
，转动车半小时即可到达利川。

评论：  
1.十分感谢lz的分享，请问我7月份去这边景色怎么样呢？  
2.强烈需要一个假期，然后我也想好好度个假。。。  
3.楼主喜欢一个人出游还是和朋友一起呢？

## 100.湖北恩施鹤峰全境随心游

https://you.ctrip.com/travels/hefeng1446199/3684319.html

来源：携程

发表时间：2018-6-11

天数：7 天

游玩时间：6 月

人均花费：5000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
然后直接前往了  
恩施  
女儿城进行住宿，到达女儿城很方便半小时就到了。到达女儿城放好了行李，体会了别样风光，浓浓的恩施特色。（桃片酥，梅子酒，熏肉都很不错，喜欢的朋友可以底下留言评论哦）  
第一天是很棒的体验了  
恩施  
很具有古风的闹市，晚上还有酒吧一条街。嗨嗨嗨！！！  
第一天晚上嗨的太累，第二天近中午才出发。四个小时的车程到达了美丽神秘的  
恩施  
鹤峰  
。  
到达恩施五点左右，入住了世外桃源般的茶园  
第三天早上起来置身云海之中，神清气爽，宛如仙境。  
茶农们辛辛苦苦的手工采茶  
去往坪山躲避峡路上，路途很曲折，但风景很美好  
达到坪山躲避峡后，才知不枉此行，请自行欣赏。赞赞赞！！！  
游完坪山，吃过农家饭。回到恩施县城住宿酒店。  
欣赏了昨天坪山的无限风光之后，经过一晚的养精蓄锐。精神饱满的要去往  
鹤峰  
的蜂场。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
勤劳的小蜜蜂辛辛苦苦大半年的成果（可以购买蜂箱，等蜂勤蜜满时自己亲自过来取或者邮寄过来哦）  
参观完蜂场之后，去往了  
鹤峰  
县城逛了集市吃了很多小吃，超级赞！！！  
随后前往恩施市区，为明天  
恩施大峡谷  
进发准备。  
到了  
腾龙洞  
之后，十分震撼，飞流大气磅礴。到了洞中，在炎炎夏日，不由自主的裹紧我的小棉袄。洞里异石林立，大饱眼福。还有精彩绝伦的各种表演这点冷，值了！！！  
参观完  
腾龙洞  
后，中饭吃了超赞的清江野鱼。回到酒店好好消息，向  
恩施大峡谷  
进发。  
终于到了压轴的  
恩施大峡谷  
了，景区里的土豆，小鱼小虾都特别好吃。风景  
美不胜收！！！  
爬完恩施大峡谷才知道平时是多么的需要运动，翻过了一座又一座的山还是非常有成就感的。  
我们仍然是飞机回武汉，十分的方便快捷，价格也不贵。希望这篇游记可以给大家一点帮助。有兴趣去恩施的小伙伴们可以跟我联系哦！！！谢谢大家观看！！！

评论：  
1.去的地方可多啦，你有什么想去的地方我可以带你去哦  
2.可以呀  
3.楼主，之前有去过其他什么地方吗？  
4.回帖赚个2分经验！嘿嘿~楼主可以关注我嘛~  
5.强烈需要一个假期，然后我也想好好度个假。。。  
6.等你的假期哟，想去恩施可以找我哟  
7.真棒，真想去

## 101.石门河原始探秘，独自一人，愿我遇上建始直立人！

https://you.ctrip.com/travels/jianshi2696/3684813.html

来源：携程

发表时间：2018-6-13

天数：2 天

游玩时间：6 月

人均花费：300 元

和谁：一个人

玩法：自由行，摄影，人文，美食，徒步

旅游路线：建始

正文：  
公元2018年6月5日早上8点，处理完所有的杂碎事情，种了3年的海棠花也送给了学妹，当我把宿舍门关上的那一刻，也就彻底告别了大学四年学生生活。  
公元2018年6月5日下午12点，到家放下行李，就又一次背上背包，奔赴未知的旅途，从第一次背起行囊独自出去旅行。到现在已经去过一些城市，看过一些风景，遇到过一些人，不知不觉，背包旅行已经成为习惯，可能当你第一次鼓起勇气独自出发，就注定，你的人生已经发生改变；  
这次，去了一个宣称是原始人起源地的石门河。  
石门河景区位于湖北  
建始  
高坪，北通豫陕，西襟巴蜀，东临江汉，南极潇湘，肩担重庆、武汉，比邻长江三峡。宜万铁路、沪渝高速横穿全境，318及209国道通过景区，距机场和火车站仅1小时车程。属高山喀斯特景观类型，峡谷深处，唯美而震撼。其天堑之窄、切割之深、熔岩发育之美，天下罕见！置身幽谷，有游溶洞般奇妙、森林般舒畅。或漫步遐想、或伫立静思，不觉中，洗涤了心肺，启迪了灵魂……  
好吧，上面这段话，是我在做攻略的时候，网上找的，我就要看看，它是不是这么奇特，这么美！  
景区大门还是很有原始景区的特色，很大的一个石拱门，拍照的人也很多，我问旁边的保安大哥，这个是怎么做出来的，大哥方言味很重，没听清是说占地几公顷还是说落地几万斤。  
看看前面这蜿蜒的栈道，让我想起了巴渝地区的一句话“望山跑死马”。  
走走停停，经过巴盐古道来到了石门古桥，突然感觉越来越凉快，景色也越来越幽静。  
这里就是一线天了，之前去过重庆的黑山谷，感觉有点神似，不过这边的水更加碧绿，更有原始感，确实很凉快。  
难道这就是传说中的地心？这个岩石给人一种古老、岁月的感觉，仿佛经历了千万年的历史洗礼 （ps：感觉我再说废话，这岩石少说也几万年了）  
继续往前走，绝壁栈道映入眼前  
这个云步桥，不是玻璃桥？  
一路上，这种怪石、树丫还是很多，大家来的时候要注意安全，栈道上，感觉随便拿起手机就能拍一幅美景。  
上山下山，感觉走了好久，还是么有走到头，发一些沿途的美景吧  
好了，重头戏来了，9D悬空玻璃桥，吓坏宝宝了！  
小歇一下，我也介绍了本次行程，背上我心爱的背包，准备奔赴新的位置旅途。  
补充：  
一、关于交通：  
航空：  
恩施机场  
转乘车到高坪76公里，约1小时车程。  
水运：长江黄金水道到巴东港，距[石门河]景区75公里，约1小时车程。  
公路：自驾车于沪渝高速公路高坪互通出口5公里。宜昌距高坪经高速公路120公里，约1.5小时车程；恩施距高坪经高速公路76公里，约1小时车程。  
火车：火车由武汉、襄阳、宜昌或者成都、重庆、万州方向均可在  
恩施站  
、  
建始站  
乘坐开往高坪的专线车直达景区，约1小时车程。  
我们是通过电信的【翼支付】订购了：  
武汉--恩施  
往返火车票。  
去程～K532列 01:05时(经)  
武昌站  
--(到)恩施站10:21时. 卧铺：165元/人  
返程～D2252次 18:03时(发)恩施站--(到)  
汉口站  
21:56时.二等座: 148元/人  
二、关于吃  
建始县还是以少数民族美食出名，小吃有建始大饼、炕洋芋、豆皮，对了，还有一个碱水面，另外，作为土家族招揽贵宾的土家十大碗，自然是值得去试一下的，因为独自一人，就随便点了两个特色小菜。

评论：  
1.度假的话，准备去哪？  
2.去年没有玻璃桥吧，今年有玻璃桥可以玩  
3.去年去过的吗，哈哈，今年还想再去！  
4.强烈需要一个假期，然后我也想好好度个假。。。

## 102.恩施三日游

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3685429.html

来源：携程

发表时间：2018-6-15

天数：4 天

游玩时间：4 月

人均花费：1200 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
很久就有了去  
恩施  
的想法，网上各种图片的诱惑真是挡不住，约了几个好友终于在五一前成行了。合肥到恩施公路里程约1000公里，年龄大了受不了长途驾驶的疲劳，还是选择列车加租车的方式，比较惬意。  
第一天，动车组8:00出发，6小时后在下午2:15到达  
恩施  
，火车站对面携程网租车点直接取车。提前2天预订了一辆301轿车,4人乘坐很宽松，动力方面，毕竟只是几天也还行。节前未涨价每日150元。油是满箱，直奔城区景点-土司城。里面部分整修施工，玩了2小时不到，下午3点有土家族歌舞表演。在这基本了解了土司制度的设立和沿革，建筑保存较好，九进堂和城墙必玩。  
从土司城出来约7公里，20分钟到达第二景点-女儿城。这里是按照土家族建筑风格搭建街区，提前预订的酒店（巴人客栈）入住简单休息，逛街，下午5点舞狮表演，演员功夫扎实，很成功，赞一个。女儿城吃的很丰富，各式菜肴、烧烤、小吃均有，完全满足你的胃口，我第一次来，选择了代表当地特色的（张关合渣），其实就是豆腐渣做的糊糊，味道蛮好，  
恩施  
的土家族腊肉也是值得一尝得风味。女儿城不大，转下来一个小时就差不多了，晚上7点的演出很好看，我们赶上的是一场比武招亲，约一个半小时，场面很火爆，都是女儿城的土家族居民，少数民族天生都是艺术家。  
第二天，早晨6点半吃过早餐后启程去  
鹤峰  
县的  
屏山峡谷  
，这里的躲避峡简直美爆了，号称中国仙本那。景区处于开发状态，未对外开放，导航定位有偏差，只能找当地人带路才能进得去。恩施市至鹤峰县160公里，半程高速，半程山路，特别是山路弯急新手是考验，整个行程约3小时。我们还是提前预约了屏山村的老余，50来岁，朴实。事先定好每人100元带路费另加100元返回，我们4人共计500元，很实惠，其实就当门票了。10点钟老余就在县城约定地点等候我们了，从县城到屏山约20公里，山路，40分钟。停车场到躲避峡要走1小时下到谷底，全部是村民修的简易小道，难走，爬上来对体力要求很高，但对能看到绝世美景，还是咬紧牙关挺过来了。躲避峡，顾名思义，就是可以躲避险难的峡谷，全程浸在水中，长约5公里，游客能玩到的仅2公里左右，水深处可达10米，浅处露出滩涂，水至清，6、7米深可清晰见底，船只漂浮底部清晰倒影水中悬浮，水温10-15度，盛夏在此嬉戏爽极。来这里有几个必要条件：1.晴天。2.不能在周末或节假日，否则人爆棚。3.当地人带路（一定是屏山村的）。  
返回途中可以观赏桥上桥，北纬38度线，都是将来峡谷的景点。回到恩施是晚上6点，整个一天很赶，但心情愉快。  
第三天，早饭后8点左右驱车赶赴最后的景点-  
恩施大峡谷  
。60公里省道，行程1.5小时。恩施大峡谷景区分为大峡谷和地缝两部分，所有人都须在游客中心乘坐景区大巴进入景区，可以先玩地缝再玩大峡谷上索道，下山有自动扶梯可乘坐（另购票30元），也可以先上索道回来再玩地缝，但乘坐下山大巴要提前告知驾驶员在地缝入口停车。大峡谷和地缝可以分别买票，方便只玩一处的游客。恩施大峡谷很壮观，走走停停，约5小时，并不觉得像传说的很累，大概是心情好吧，可能我们是后玩的云龙地缝，从地缝上来由于电梯维修，爬上来太陡，体感不适。  
晚上回到市区，在清江边散步欣赏夜景，微风徐徐，清凉爽快，廊桥里有艺人演唱，很有味道。  
第四天，睡到自然醒，找了一家特色早餐店，美美的吃了当地特色，买了点水果小吃，又吃过午饭后退房，开去火车站，还车，乘下午1：33的动车组返回合肥，结束整个旅程。  
总结，当地租车的方式很不错，省去来回路上的时间不说，还很轻松。恩施是个好地方，适合3天以上的旅程，  
清江大峡谷  
、  
梭布垭石林  
、  
腾龙洞  
也都不错。居家或朋友结伴都适合，期待  
屏山峡谷  
后期的成功开发，让这旷世奇景有更多的人看到。屏山老余的女婿是安庆人，我们叙起来很有亲切感。  
  
对于  
恩施景点  
的游玩顺序可以自由调整，躲避峡和  
恩施大峡谷  
都各需一整天，土司城有开放时间限制，女儿城最适合晚餐和住宿。

评论：  
1.基本汉化了，比较朴实。  
2.季节对啊，大峡谷本身就很清凉。躲避峡一定不能周末或节假日，否则，人多爆棚。  
3.现在这个季节去合适吗？有点担心去的季节不对，气氛不好。  
4.楼主~想知道当地的风土人情如何呢？  
5.山好，景好，水好，人更美。

## 103.恩施蝴蝶崖清江画廊-恩施大峡谷游记（3）

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3689851.html

来源：携程

发表时间：2018-6-16

天数：3 天

游玩时间：5 月

人均花费：

和谁：夫妻

玩法：自驾，自由行，省钱

旅游路线：恩施大峡谷，建始，迎客松，七星寨景区

正文：  
5月7日从湖北驾车西行，计划游览清江画廊和  
恩施大峡谷  
两个景区。  
D1 先在携程网上定了清江画廊的门票，当我们跟着导航到达景区游客中心后，发现我们买的门票在建始清江画廊景区，而我们在清江画廊蝴蝶崖景区大门，两者有100多公里的距离，我们不可能在当天赶到建始，经过简短的电话沟通，旅行社把我们网上购买的门票作了退款处理，只收取了一元手续费，良心商家，赞一个。  
如镜面般的清江  
重新购买门票后，很快登上游轮，开始清江画廊游览，游轮逆江而上，两岸由原来缓缓的山丘慢慢地变成垂直岩壁，如刀削般，在浅色的岩壁上，总有些由风吹雨淋，阳光暴晒，石灰岩风化形成的黑色斑迹，犹如中国水墨画一般，故叫画廊。沿清江两岸有不少飞瀑，白色水流沿着垂直的绝壁飞流而下，瀑布后面往往都会有一个岩洞，而且每个瀑布都有一个好听的名字，有的甚至还有传说。随着导游的解说，慢慢地，我们到了这次游览的终点，蝴蝶崖。蝴蝶崖真是一片垂直岩壁，两边高，缓缓地向中间倾斜下去，在正中，有一个瀑布飞流直下犹如正在煽动的蝴蝶翅膀，这就是蝴蝶崖的由来。  
沿江随处可见的画屏  
瀑布  
蝴蝶崖  
又两小时，上岸，取车前往恩施亚洲大酒店。  
入住后，时间还早，就在酒店院子逛了逛，意外发现恩施州衙门就一墙之隔，穿过一个小门，就看见几栋5-6层的家属楼和挂着恩施州委组织部的衙门，院子里古树参天，再往前走，看到几个篮球场和一些二层的小洋楼，房子已经很老了，是上世纪80-90年代别墅设计，估计是恩施州老干部居住区，在洋楼周围还可见零星菜地。兜兜转转，来到大门，令人惊奇，没有武警站岗，随便进出。这也部分反映了当地人民风淳朴，干群关系还处在正常轨道上。由州委大门出来，就来到大街上，与多数县市一样，街道两侧是密密麻麻的商铺，商铺前是总在开挖、修理的人行道，并无特色。  
D2 驱车前往恩施大峡谷，入住景区大门附近的居游多多精品客栈，其实就是平常在村道上看见的路边客栈一样，当推开阳台门是，阳台对面就是七星寨，下面就是恩施大峡谷。  
由客栈阳台取景拍摄七星寨，中间一条白线就是上山公路，下面阴影处就为大峡谷。  
看看天色还早，决定今天先游览大峡谷，明天再上山游览七星寨。  
在去七星寨的上山路上拍摄的恩施大峡谷，橘红色的为跨谷吊桥  
恩施大峡谷的入口很有特点，沿步道走一段，进入一个向下的地道，沿地道一直向下走到出口，当我们都以为已到峡谷时，又见一个垂直观光电梯，进入电梯，只有一层按钮，高约50-60米（？），出了电梯，又是一条又陡又窄的栈道，弯弯曲曲向下，十分惊险，到峡谷底为一个巨大的溶洞，溶洞面向我们的一侧已坍塌，向里有百余米深，参观完溶洞，扭头向北，开始峡谷徒步游览。  
峡谷栈道  
一路经过许多瀑布，栈桥及防落石棚屋，来到峡谷尽头，一个钢结构和用青石板混合搭建的梯子杵在栈道尽头，高约100-150米，收费的观光电梯还在建设，尚未营业，看看电梯，只有咬牙向上爬去，爬出山口，人已精疲力竭，但还有几公里的路要走回游客中心，当天还好，是阴天伴着小雨，如在烈日下，游客难免会骂娘。  
七星寨上的栈道  
山下的地缝和村落，村落之间阡陌相连。  
擎天柱  
迎客松？  
通向山下的滚梯，30元一位  
D3 坐缆车上山，开始七星寨游览，和多数山景风景区类似，沿着步道一边逛，一边拍照，经过几个抬滑竿的当地村民时，见滑杆旁写着不同的价格，为抬一座山至三座山的价格，才知道七星寨景区为三座山由步道连接而成，其中几处绝景为七星寨特有。  
经过3个多小时的徒步游览，转完三座山，两腿如同灌了铅一般，在下山路上，每碰一次青石板，小腿肚子都在打晃，忽然间，路边一售票亭，售下山滚梯票，30元一位，如同烈日之下的甘霖一般，没有一秒犹豫，买票上扶梯，每一段滚梯尽头都有一位美女，游客只要一坐在滚梯上，就会受到她们的特别关照。  
下山后，取车，回家。

评论：  
1.何止是：身未动，心已远。更应说是身在曹营心在“汉”。哈哈加油。  
2.光看些文字描述可不能满足我  
3.不错  
4.谢谢评论

## 104.重庆武隆天坑+湖北恩施土司城游记（2）

https://you.ctrip.com/travels/wulong120015/3686033.html

来源：携程

发表时间：2018-6-16

天数：2 天

游玩时间：4 月

人均花费：

和谁：夫妻

玩法：自驾，自由行

旅游路线：武隆，仙女山，天福官驿，地缝，天生桥，恩施土司城

正文：  
4月24日一早，驱车前往  
武隆  
，一路上天空时而阴雨绵绵，时而乌云密布，似乎预示这趟出游将与雨同行。  
旅行路线图  
D1 中午时分到达武隆仙女山大自然度假酒店，酒店老板很是热情，安顿下来后，主动用车将我们送到游客中心。  
买票坐上景区区间车，前往天坑，虽然是淡季，但游客还是很多，这得益于武隆天坑的名气甚大的缘故。  
行至天坑门口，遇倾盆大雨，从车上跳下，立马跑到路旁的屋檐下躲雨，10多分钟后，雨只是见小，没有停下来的意思，于是只得冒雨跑到景区入口处，那里有一排十几家卖雨具的商户，买了雨具，穿戴起来，顺台阶开始往下下到天坑，慢慢地，透过树隙，天坑对面的一些景色开始映入眼帘。  
栈道对面的天坑绝壁  
到达天坑底部，见一古建筑--天福官驿，在天坑的北侧，这个驿站是古时从四川向湖南、湖北地区的主要驿站，因为电影“满城都是黄金甲”在此取景拍摄，更是成为游客必不可少的留影地。  
天福官驿，满城都是黄金甲的拍摄地，是古驿站  
在驿站右侧，是一个巨大的未完全塌陷的溶洞，在一次活动中，特技飞行员曾驾机从洞中飞过。  
天坑一头的溶洞，飞机曾飞过。  
顺着天坑向左走，慢慢地就出了天坑，进入地缝景区，和其他峡谷景区的景色类似，在栈道一侧为一条溪流，对岸时不时有些飞瀑，天生桥等景色，慢慢地走着，欣赏着，就出了地缝景区，在出口处，有区间车将我们送回游客中心，这种景区不走回头路的设计值得点赞。  
地缝-地狱之门？  
古驿道，可通湖北？  
D2 原计划是去仙女山大草原呆一天，但店主说，现在是雨季且气温很低，不是游玩的季节，草原上的游乐设施都还没开，故驱车前往恩施，参观恩施土司城，将仙女山草原留到下一次旅行。  
恩施土司城相当于现在的恩施州委，行署及警备司令部合在一起，还要加上州委主要领导家属楼（土司家）。  
土司城依山傍水，在城前有一道很宽的护城河将土司城与周围隔开，城内有数十栋建筑，主建筑为衙门，在大门附近还有土司的兵营（宿舍），后面为土司的办公、居住楼群，再向后，一座百余米高的山脉作为土司城的防护要塞，沿山脊修建了3米多高2米多宽的城墙，每隔一段距离，就有一个瞭望碉楼。  
进入恩施土司城，对面是一个岗楼，可控制入城通道（桥）  
顺着游步道参观各个楼房，或听或读楼里曾经发生的历史故事，慢慢地对苗族的土司文化有了些许了解，大概游览了一个一个多小时，离开土司城，冒雨驶向湖北。  
土司城部分建筑  
从一栋楼看另一栋楼  
恩施公路-风景画廊

评论：

## 105.长阳清江画廊包船二天一夜深度体验游

https://you.ctrip.com/travels/yichang313/3690261.html

来源：携程

发表时间：2018-6-17

天数：2 天

游玩时间：6 月

人均花费：300 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
题记：  
人生如修行，在每个人心中都有一处安放梦想的精神乐土，诗与远方，是每个人所追求的生活方式，如果你厌倦了城市的千篇一律，如果你想让时间变得缓慢下来，那不如放慢自己的脚步，找一处宁静淡泊的地方，让心灵得到洗涤，让梦想得到放飞。  
于世界我们都是过客与路归人，武林英雄年幼的追逐，惊世骇俗的壮举，青年时的梦想，不知不觉人已中年，喜欢一个人发呆、一个人静静的找个角落回想曾经的种种，向往一种天青色等烟雨的诗画意境。  
厌倦城市的喧嚣与浮躁，爱上呼吸一口新鲜空气，仁者爱山，智者爱水，山与水的融合，舟行碧波上，人在水中游，于是想到  
长阳  
清江画廊  
，水墨丹青的画卷总在网上看到，从没去实地体验，刚好端午小长假带着孩子与家人一起去旅行，来一场快乐的赏心、悦心、开心不同体验与感受之旅，厌倦了宾馆酒店千篇一律的住宿风格与饮食，出行住宿目标定在特色名宿，餐饮以当地土菜为主，考虑到节假日是景区游人高峰期，怕人山人海失去旅游体验性，浏览清江画廊风光以私人包船，慢旅漫游。按照心中的想法，就开始提前在携程上找清江画廊旅行攻略。  
  
清江画廊  
简介：清江,因河水清澈而得名。属于国家AAAA级景区，清江是长江上的一颗璀璨明珠，清江，更是一条有文化和历史底蕴的自然江河,是古代巴人的发祥地,是土家人敬仰和生存必需的一条母亲河，“八百里清江美如画，三百里画廊在  
长阳  
”。清江源头恩施利川、途径建始、长阳、巴东，在  
宜都  
市注入长江，全长423公里，有 “八百里清江美如画”的盛誉。流经长阳的清江水域长约148公里，三百里的清江画廊，境内峰峦叠嶂，数百翡翠般的岛屿星罗棋布，灿若绿珠。犹如黛江水烟波浩渺，高峡绿林曲径通幽。人称清江有  
长江三峡  
之雄，桂林漓江之清，杭州西湖之秀。这里被赞为东方的多瑙河,被称为桨声灯影的梦乡！  
梦幻土家，巴土天堂。  
清江画廊  
，一步一景，一里一画。景区所在的  
长阳  
土家族自治县历史悠久，文化璀璨，被誉为中国民间艺术之乡。山歌、南曲、巴山舞是长阳“文化三件宝”，还有哭嫁等众多的奇异风俗，则成为古代巴人遗存在清江画廊的活化石。  
启程：考虑到旅途带小孩，且端午节高速小车较多，为保障整个旅途的安全性，提前预定好了武汉至  
宜昌  
东的动车票，端午节第一天，兴冲冲的大清早整理好出发前所需的生活用品，来到  
武汉站  
开启长阳清江画廊之旅，因宜昌东至清江画廊还有半个多小时的车程，如到宜昌市区坐长途车去景区估计路程花费时间更长，行前直接通过朋友介绍，推荐了长阳本地高师傅来进行专车接送，据说她家还有个水上餐厅在清江边上，在靖江画廊景区拥有自己的私人游船及快艇，并且最令人兴奋的是可以住宿清江上，仲夏天热，白天玩累后，晚上可以吹江风，看江峰渔火，这些种种条件正适合我们此次出行要求：住特色民宿，乘坐私人快艇，独享此次旅行。  
出动车站的那一刻，看到高举的接人牌，因高师傅考虑与我们素未谋面，但怕车站人多，不能及时认出，安排老公亲自来接站，顿时亲切感油然而生。小车从  
宜昌  
到长阳的路途中，一路的平川逐渐出现高山耸立，师傅在路途中给我们当期了导游，介绍长阳的风土人情，特色美食，景区景点，经过二十分钟的车程，我们抵达高师傅家的  
水上人家  
餐厅，餐厅位于清江河上，布置非常的整洁，在餐厅上望清江，水清澈见底，山与水的倒映存现在江面上非常之美。  
二个小时的旅游，已又累又饿，联系高师傅后确定返程到他家水上餐厅用餐。  
餐厅厨房阿姨正在为游客调整绿色的豆制品供游客食用（豆浆、豆腐脑、豆腐），所用豆子是无公害，不含转基因的，制作工序每步都是看得见操作。  
高师傅专用码，需要游玩扫我，扫我，骚扰我。  
一次心灵之旅，一段感恩之旅，因风景美丽慕名而来，因高老板用心的全程服务而不虚此行。

评论：  
1.高师傅电话？  
2.欢迎来清江画廊体验不一样的感受  
3.欢迎👏  
4.欢迎您来参观旅游，让心灵度假，清江画廊线路分A线，b线，漫游不赶时间建议包船，二十多年水上老司机，稳  
5.爱步行、爱旅行，正打算去那儿走走呢。  
6.我感觉一个人旅行的体验也是很有趣的，你同意吗？  
7.欢迎到清江画廊来赏一池碧水青山环抱，清江画廊旅行分A线，B线，A线五个多小时，B线二个多小时，如不赶行程，建议包船游玩。高师付大船，快艇都有。驾驶员二十多年水上老司机。稳，安全！  
8.爱我长阳，爱我清江画廊。包船游玩可以不用赶时间，慢旅漫游，地道特色长阳原生态美食，爽心爽口。  
9.如诗，如画，确实很美。  
10.一辆车，一个包，一部手机走天涯

## 106.北京爷们单人20天（武汉、岳阳、荆州、宜昌、重庆、恩施、武当、神农架）

https://you.ctrip.com/travels/yueyang287/3689663.html

来源：携程

发表时间：2018-6-22

天数：20 天

游玩时间：5 月

人均花费：10000 元

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
湖北之前有太多地方吸引我 尤其是  
神农架  
已经种草很久了 这次毅然辞职 带上几件衣服 开始湖北之旅  
玩得时候有时候总觉得有的地方景色都差不多，回来以后看着照片，写着游记，却又觉得意犹未尽，所以有时候我经常在想，已经走了这么多地方，现在还是乐此不疲的一个人走走走，到底是为了什么？  
为了看那些没见过的风景！  
是啊，一个人在世几十年，宁可活的轰轰烈烈，也不愿意活的憋屈。有再多钱有什么用，赚钱的目的是什么？工作的目的是什么？不要忘了你的最终目的，趁着年轻，多走走。走到哪儿算哪儿，看了多少都是自己珍贵的记忆，就算老了，也会有所回忆。不要等老了、动不了了再后悔，世界上可没有后悔药。  
为了战胜软弱的自己！  
软弱么？在自然面前，其实每个人都是如此渺小，只有见识到了，你才能了解自己的软弱。挑战它，战胜它，这是对自己一种莫名的激励。即使之后生活中遇到什么困难，你会想到之前那么困难，那么多路、那么多山、那么多山湖河海都被我踩到了脚下，这点困难又算的上什么？坚持坚持就过去了，是么？  
为了自己那颗向往自由的心！  
就像《蓝莲花》里唱的，“没有什么能够阻挡，你对自由的向往”。是的，我从来都是一个“爱情诚可贵，生命价更高；若为自由故，两者皆可抛。”的人，不然也不可能会有这次20天自己说走就走的旅行。即使我们现实中有太多的束缚，太多的顾虑，没关系，在路上我们的灵魂是自由的！  
所以，走起来吧，瓷儿。走到哪儿算哪儿，走到哪儿就是哪儿！  
（里面有几百张照片，先用图片轰炸一波。另外，特别特别长，大概2w字左右。）  
一堆废话和吐槽：  
1、交通都是公交火车汽车，不含自驾。里面写的车费，一些公交打车我实在记不住准确数字了，能记住的我就写了，记不住的我就不写了。  
2、因为就我自己，所以住的基本是位置比较方便、性价比比较高的快捷、客栈，吃喝就是比较简单的简餐，没特殊说明的就是随便吃的快餐一类的。  
3、单人旅行很安全，没有任何问题，湖北交通很便利，基本都有直达车，所以没什么必要租车。我强烈建议不要报团，我觉得报团游就跟赶鸭子一样，还老有苍蝇蚊子在耳边叨叨，还有消费点，太恶心，自己想去哪去哪就好了。  
4、我是5月21日—6月12日出来的，属于淡季，基本没人，所以旺季出来的宾馆客栈价格方面每天自行加200左右，不建议节假日出行。  
5、少带行李，我只有一个单肩背，几件换洗衣物足够了，单反没有特殊需求没必要。本来我就是学摄像后期的，单反不配镜头不加三脚架，在我眼里就是个累赘，就是装b用的。现在手机像素足够，实在不行买个手机镜头，完全够用。除非你非要带着70—200或者其他各种镜头啥的爬山。  
武汉  
就是个中转站，没什么可玩的，而且这个城市建设我觉得很一般般，和一些二线城市都没法比。  
下了火车，打车直接到  
户部巷  
，我住在户部巷里面的七天。  
位置很方便，出门就能吃喝，溜达溜达就能看见  
武汉长江大桥  
，离  
黄鹤楼  
不远，离省博稍远，地铁可以到。  
一、  
黄鹤楼  
游玩时间：30分钟-1.5h  
门票：80元  
已经不是木质的了，基本是水泥的了，也就爬上去登高远望一下，30分钟足以，上面有各朝各代的复原模型，但是说实话和后面要说的  
岳阳楼  
比起来，真是low了好多。整体是一个公园，后面愿意去就走走，不愿意去也没损失。（我觉得元代的最好看）  
二、  
湖北省博物馆  
门票：免费  
游玩时间：2-4h  
地铁4号线直达，坐地铁就可以了，中间骑车路过胡同时候发现一个大狗的涂鸦，大狗的继续、freestyle真是超级好听。  
湖北省博物馆  
最重要的、最应该看的是勾践剑和编钟。  
勾践剑真是让我对青铜器的认识升级到了另一个高度，实在太精美了，夫差矛应该在它旁边一起展出，我去时候夫差矛出差了。。没看见（勾践算是春秋五霸里我比较喜欢的一个了，能屈能伸，够阴狠，一代枭雄）；  
编钟很震撼，时间问题没听到编钟演奏，感叹一下，几千年前，古人就可以按音阶演出这么宏大的乐器。  
另外里面的玉饰非常精美，雕工、款式设计比现在的首饰强太多了，也不知道我们现在到底是进步还是退步。  
青瓷虎子承包了我一天笑点，我觉得是穿越人士做的。  
三、  
东湖  
门票：免费  
游玩时间：0-3h  
本来我是计划去磨山的，因为太远了就放弃了，从博物馆出来骑着自行车，大概15-20分钟就能到东湖公园。里面没什么特殊的景观或什么，但是很宁静，雨后去里面走走很舒服，坐在湖边看看荷叶吹吹风思考思考人生也是极好的。我在里面大概呆了2个多小时，晚上6点才出来。觉得没什么意思的可以不去，没影响。  
四、  
户部巷  
从  
东湖  
地铁返回，  
户部巷  
吃饭，三鲜豆皮也就那么回事，热干面我也不爱吃，喜欢的可以尝尝，里面小吃很多，鸭肠还可以。  
五、  
武汉长江大桥  
其实我去的时候有的早，晚上灯光开了还是挺好看的，江边吹吹风也很舒服，户部巷出去就是，步行10分钟也就。建议9 10点钟去，灯光都开了。  
五、酤坊cocktail whisky bar  
晚上吃完逛完，大众一个清吧，蹬着自行车就去了，离户部巷也不远。一般whisky bar都比较隐秘，导航过去就行了。我去的有点早，没什么人，要了杯朱拉还是阿贝我忘了，大概120一杯左右吧，单一麦芽还挺全的，大致喝的都有，40年以上的或者限量版不知道，没仔细问。这种清吧鸡尾酒就不用说了，你随便说调酒师都能给你调出来，另外调酒小哥还是挺清秀、帅的。  
武汉  
总花费：  
261.5火车+157住宿+80  
黄鹤楼  
+30打车+4地铁+15中饭+225酒吧晚饭=772.5元  
岳阳  
属于湖南省，但是离  
武汉  
很近，我顺手就安排了一天来看看。正好四大名楼里面的  
岳阳楼  
也在这，黄鹤楼已经去了，两个可以比较一下。你可以选择动车也可以像我一样选择T、Z，  
岳阳站  
就在市区，特快比较方便，而且便宜。宾馆我选的是：  
美美时尚  
连锁（岳阳新路口店），在市中间，到哪都方便，去动车站也不远，打车20分钟就到了。另外岳阳没有共享单车，但是有城市单车，用支付宝就可以骑，还车需要到还车桩还，不是特别方便，有时候需要骑出去几百米，再走回来。  
一、  
岳阳楼  
门票：80元  
游玩时间：1-2h  
岳阳楼在建设和规划上，比黄鹤楼强太多太多了。  
进门是一个环形的人造小溪，小溪周围是各朝各代的复原建筑，比黄鹤楼的复原强太多了，也用心太多了。  
整个公园里面很漂亮，最外围是一圈城墙，城墙外面就是  
洞庭湖  
。里面也有很多徽式建筑风格（为啥是徽式风格我也很纳闷。）  
小乔墓  
也坐落在里面，但是已经让人扔了好多垃圾了。  
路过复原建筑就是岳阳楼主体，也是已经翻建过的，登上岳阳楼可以远眺  
洞庭湖  
。八百里洞庭，其实岳阳楼边上就是洞庭湖，如果不想坐船什么的，没必要特意去，从岳阳楼上远眺一下就行了。  
岳阳楼出来走一会儿就是  
巴陵广场  
，巴陵广场主要就是后羿射巴蛇  
（不了解的百度一下）  
的雕塑。  
二、  
张谷英村  
门票：50  
车票：汽车站小巴20元单程，来回40元。  
游玩时间：1-1.5小时  
号称江南第一村，名不副实。景区基本没规划，从车站走进村口，一路上都是拉客的，吃饭住宿巴拉巴拉的。  
进了村，古建筑群能看的，实际上也就是门口那一块，里面的商家基本都关门了，也有可能是因为我淡季去的，路上各种野狗，各种跟随。  
一个村子的历史典故，也没有展板展示，想了解只能花钱请当地村民导游，总之就是充满了铜臭味的一个地方。想去看看就去转转，不想去就不去，省了车钱门票钱，我建议不去，说实话，真不知道携程那些五星评价怎么来的，还不如在岳阳楼多待一会，或者去  
洞庭湖  
湖边转转。  
岳阳  
总花费：  
火车票32.5+岳阳楼80+张谷英20+20+50+住宿108+95吃饭超市=405  
说实话，  
荆州  
是我湖北最大的意外之喜，本来我只是当去  
宜昌  
的一个休息、过渡城市，但是没想到这个小城市让我很惊喜。这个惊喜就是  
荆州博物馆  
。里面藏品之丰富，一点不比湖北省博少，甚至有的还要优于湖北省博。另外荆州市正在规划，估计以后会以古城墙为界，变成一个类似古城的旅游区。和司机师傅聊了聊天，他说基本拆迁的还都赔了，我也是醉了。  
我住的宾馆是：  
吉楚快捷酒店  
（  
荆州古城  
店）  
荆州  
其实玩得地方不多，比较出名的是楚王车马阵。“北有兵马俑，南有车马阵”，说的就是它。但是我看了一眼携程评论，开放的很少，所以我就没去，有兴趣的可以去看看；  
洪湖  
，离着荆州100多公里，也不是很远，我对红色不太感兴趣，也没去。另外就是古城墙和  
荆州博物馆  
了。  
岳阳  
—  
荆州  
G1316 10:14-12:58 169元  
荆州博物馆  
门票：免费  
游玩时间：2-5h  
真是意外的大惊喜，里面藏品之多、之精，一点不比省博差。荆州作为楚文化和三国文化的中心，出土的文物实在是不少，湖北省博的勾践剑实际上就是荆州出土的，然后被湖北省博打劫走的。  
博物馆里面成套的陶俑、青瓷俑，非常精美，形态各异；  
玉饰也是和湖北省博的如出一辙；  
楚汉织绣更是惊为天人，完全想象不到是1200年前的编织水平；  
另外馆中还有汉朝男尸和清朝女尸展览，我去的时候清朝女尸馆在装修，很遗憾没看见。  
我个人觉得，其实湖北省博都可以不去了，直接来荆州博物馆就可以了。  
二、  
荆州古城  
墙  
游玩时间：1-2h  
荆州古城  
墙，实际上我打车过来时候就看见了，古城墙应该是可以上去，需要花钱，我没上去，骑着自行车在城墙下面转了转。有一条商业街，和各地的差不多。里面还有  
张居正故居  
和  
关羽祠  
，有兴趣的可以去走走。  
荆州总花费：  
火车票169+118住宿+37打车+100元吃饭超市=424  
如果说前面几个城市是顺道或者过渡的话，到了  
宜昌  
才代表我的湖北之行真正开始。我在宜昌一共停留了三天，除了  
清江画廊  
、方山没去，其余的基本都走了一遍。（清江画廊和  
三峡人家  
差不多，其实都是坐船，我选的是  
三峡人家  
，另外方山虽然叫清江方山，其实离清江很远。）  
首先  
宜昌  
是湖北省域副中心城市，我个人觉得其实比武汉强。虽然没有地铁，但是城市公交规划的相当好，站内换乘，一次2块，非常方便。其次城市建设的也很完整，旅游路线规划的很明确。当地有个游客中心，提供各个地方的一日游团，我当时理解错了，以为是有直达车，但是到了宜昌问了才知道是没有。所以其实住宿是可以换到  
夷陵广场  
周围，那有各个地方的直达车，车站也多，去哪都很方便。如果是喜欢跟团游的可以住在我定的宾馆。我建议不要报团，我觉得报团游就跟赶鸭子一样，还老有苍蝇蚊子在耳边叨叨，还有消费点，太恶心，自己想去哪去哪就好了。  
我定的宾馆是：宜昌云上小台精品酒店，就在万达写字楼，游客中心对面，周围有很多宾馆，可以自行选择。  
08:41-09:15 D633 25.5元   荆州到宜昌的车非常多，随时都可以走，看自己时间安排。  
第一天  
三峡大瀑布  
门票：93元（携程买的 当时是有5块的优惠券）+20元游览车（双程，建议坐）  
交通：  
夷陵广场  
b100路公交到夷陵客运站，客运站有直达车，大概50分钟到  
三峡大瀑布  
。车票5元，来回10元。  
游玩时间：2-4h  我因为走得比较快，而且不基本不自拍，所以1个半小时就玩完了，如果有老人或者各种拍拍拍的估计要3、4个小时，再算上交通估计需要半天多的时间，不会像我这样时间比较宽松。  
携程有套票  
三峡大瀑布  
+  
情人泉  
+  
金狮洞  
，但是三个其实并不在一起，大瀑布到情人泉7公里，到金狮洞20公里，不知道为啥捆绑卖的，估计是另外两个实在没人去圈钱的吧，只买三峡大瀑布的门票即可。  
我去的当天是濛濛细雨，里面风景非常棒，天然氧吧，像仙境一样。路也不陡，老年人也可以去，没问题。  
下游览车到大瀑布中间的一块景色，和荔波的小七孔有点像，是各种小的瀑布群。  
大瀑布叫白果树大瀑布，是中国十大瀑布之一，可以穿瀑，特别爽。我花5块钱买了个雨衣，鞋套，其实雨衣真不用，穿了也是浑身湿透，鞋套还是应该买一个的。如果不想湿身的话，就带个雨伞，不过也就没什么意思了，我前面有两个姑娘直接光脚穿过去的也没问题。  
另外说一句，鞋套雨衣别乱扔，穿过瀑布就有垃圾桶，人还是应该有点素质的，为什么现在小孩都是熊孩子，和家长关系还是挺大的。  
穿过大瀑布，继续走，里面还有一尊大佛，瀑布从大佛身上经过，落到水里，真是要感叹匠人的伟大。  
穿瀑真的特别爽！我当时出来真是湿透透了。  
玩完结束之后，原路坐车返回就是了，我住在万达，万达周围很多吃饭的地方，随便吃了一口米粉，第一天就休息了。  
宜昌第一天总花费：  
火车票25.5+三峡大瀑布93+20游览车+100元吃饭超市+138住宿=403.5  
第二天  
最开始我定的计划是  
三峡人家  
+  
三峡大坝  
一天玩完，然后在  
秭归住宿  
，第二天玩  
秭归  
的  
屈原故里  
和  
清江画廊  
。结果玩完  
三峡人家  
出门拼车时候，司机告诉我说  
三峡人家  
和三峡大坝中间路上有一个隧道检修，必须先回宜昌市里再去三峡大坝。所以这一天我就只玩了  
三峡人家  
。如果想像我计划那样的话，最好提前了解一下路况。  
三峡人家  
门票：155（携程定的，有15块钱优惠券）+30电梯（  
巴王寨  
那，可以到山上一多半）  
交通：  
夷陵广场  
10-1专线直达，6元车票  
游玩时间：4-8个小时 我走的比较快，而且  
巴王寨  
我没爬，电梯上去的，自己爬下来的，我花了3个半小时，一般人应该是需要一天左右的时间，如果你只玩  
龙进溪  
会快很多。  
三峡人家  
里面主要是  
水上人家  
、  
溪边人家  
和  
山上人家  
，水上人家就是检票口之前的那一块，溪边人家主要就是  
龙进溪  
，山上人家就是  
巴王寨  
。  
其实巴王寨都可以不去，主要就是  
龙进溪  
。  
里面的幺妹儿会穿着当地的服装，让你拍照，还会偶尔唱唱山歌，很好听，你也可以和她互动一下，招个手什么的。风景超级美，尤其配上小船、红衣幺妹儿、绿水青山，真是美爆了。  
另外里面的表演哭嫁，如果你后续有计划去  
重庆  
武隆  
看印象武隆的话，就不用等着看，没什么意思。里面的交通工具是船，在船上可以看两岸的景色，还遇着一只小可爱，但是没带猫粮。  
从  
三峡人家  
出来，门口马路上有到  
秭归  
和宜昌的公交，我直接去的秭归。  
我在  
秭归  
定的是：  
秭归众福快捷酒店  
，直接给我升级到江景房了。楼下好多小饭馆，我自己吃了个小炒肉，吃了四碗米饭，喝了2两白酒，哈哈，30块钱酒足饭饱。  
宜昌第二天总花费：  
三峡人家  
155+30+118住宿+100吃饭超市+30车费=433  
第三天  
屈原故里  
+  
三峡大坝  
我先说一嘴，  
屈原故里  
虽然是5A景区，但是完全可以不来，我去的时候博物馆基本都闭馆，而且是政府廉政培训中心，所以这个5A其实水分很大。如果不是自驾，也完全可以不住在秭归，秭归去  
三峡大坝  
是没有直通车的，你需要打车到216路公交终点站，然后坐216路公交车到三峡大坝游客换乘中心。我就被当地司机黑了，上车谈好50块钱说送我到三峡大坝，结果就把我扔在216路公交车总站就跑了，216路公交总站是三峡大坝的上游，好多当地的黑导游啥的会拉客，让你去坐船什么的，很坑，别信，踏实的等公交吧。  
屈原故里  
门票：53元（有携程15元代金券）  
游玩时间：1-3h  
从我宾馆出来，5块钱随便打辆车就能到。景区建设其实是不错的，从屈原故里里面可以远眺三峡大坝，历史人物也确实属于顶尖的历史人物。但是凭这些是根本够不上5A的，也不知道是怎么评上的。我个人觉得可能还是因为一些政治原因，比如爱国、廉政这些精神，多少有一些影响。  
门票65，里面还有游览车，你要坐的话还要多花20，太黑了。我去的时候，博物馆还都没有开放，就算开放的博物馆也就是一些文字叙述，没有什么实物。  
综上，如果对屈原没有特别大的研究或者兴趣，我非常不建议来。  
三峡大坝  
门票：35元景交车  
游览时间：3-5h  
交通：216路公交车到三峡大坝游客换乘中心  
三峡大坝是当今世界最大的水利发电工程，近距离参观第一感受就是震撼，可以看见三峡大坝雄伟、壮观的全景。  
从  
坛子岭  
最高处，可以俯瞰三峡大坝的全貌；  
从截流公园可以正面观看三峡大坝。另外里面还有关于三峡大坝的历史和一些使用的车辆、工具等。  
三峡大坝也是不收门票的，只收35元景交车。景区里面三个部分  
坛子岭  
、185平台和截流公园，顺序游览下来能切身感受到三峡大坝工程的浩大。  
从三峡大坝返回宜昌，在门口坐216路就可以了。216总站是夜明珠客车站，你可以选择再倒公交或者直接打车。  
宜昌第三天总花费：  
屈原故里53+75打车+10公交+35三峡大坝景交车+85吃饭超市+135住宿=393  
至此，宜昌完成，宜昌市还有  
清江画廊  
、方山、  
百里荒  
这些地方，但是和其他地方有一些雷同，可以自行选择。总体来说，我觉得宜昌很适合宜居，也很适合去玩，非常推荐。  
我先解释一下为什么我从湖北直接跑  
重庆  
去了。主要是我媳妇请假去重庆和同学去聚会了，然后我就屁颠屁颠跑过去了，嗯，就是这么回事。在重庆待了6天，除了去  
大足石刻  
、  
磁器口  
、  
洪崖洞  
，基本都是陪着我媳妇吃吃吃了。等我媳妇从  
重庆回北京  
去上班之后，我自己去把  
武隆  
玩了，所以重庆就整体说一下。  
重庆  
这座城市，到了以后我才懂为什么叫山城。你永远不知道自己到底在哪。完全分不清东南西北，你以为你在地上，你再走两步，你才发现你在大概五楼的位置，特别有意思。然后特别感谢媳妇的学姐和学姐的先生江老师，让我们各种吃喝玩。  
吃  
在重庆不说吃有点不正常，大致说说吧。  
重庆最有名的是火锅。最香的就是牛油火锅配上香油底料，其实好多人都只是吃，并不理解为啥重庆火锅涮的东西和北京的铜火锅差了很多。重庆火锅的起源实际上是川江的纤夫把一些下水，比如百叶、牛肚、肠子这些煮着吃，慢慢才演化成现在的重庆火锅和麻辣烫，所以虽然都叫火锅，实际上和北京的铜锅是两种完全不同的东西。作为一个北京人，吃火锅不吃麻酱、韭菜花、酱豆腐真是一种莫大的煎熬。（不用非找哪家，没必要，找当地人去的最多的就行）  
另外就是酸辣粉、重庆小面、老麻抄手这些小吃，这个其实也没啥可说的，找最脏的路边摊或者当地人去的地方，才能吃到最正宗的，和在西安吃羊肉泡、涮牛肚儿是一样的道理。  
我是觉得好吃，不是单纯的吃，应该对饮食文化有一定的理解。就像喝酒一样，你是喜欢红酒、白酒还是whisky，你连产地、酒庄、度数、制作物等等这些都不知道，其实也就是瞎喝瞎吃。  
洪崖洞  
实际上就是一个沿山修建的商业街，很有重庆特色。里面有各种小吃、酒吧一类的，晚上可以去逛逛吃吃，冰粉还可以，但是还是在贵阳路边小摊吃的冰粉最好吃。（进门竟然是全聚德，我也是醉了）  
mr.醉先生  
有一天晚上媳妇和她同学先回去了，我自己去的醉先生，位置其实就在  
洪崖洞  
旁边的桥下面，就是特别不好找。之前去太原，也是去过醉先生，那次真是受了教育，藏酒实在是太牛逼了。这次去重庆发现也有，直接就过来了。和吧台的妹纸聊天，她说重庆洪崖洞这家实际上是第一家，但是因为酒吧老板是太原人，所以藏酒基本都在太原，她之前去太原那个店也是惊着了。再说说酒，作为whisky吧，基本所有的whisky这里都可以喝到，从10年到40年的都有，单麦低地、高地、岛屿，波本，日威这里所有都齐全，调和就更不用说了，而且价格不贵，阿贝旋涡貌似是100，12、14年的酒大概也就是80，18年往上的就看你喝的什么酒了。（我现在是对岛屿热爱无比）旅途中能喝到一杯喜欢的酒不容易，强烈推荐。  
花费：240元  
大足石刻  
门票：135元  
游玩时间：2-4h  
大足石刻  
是世界八大石窟之一，主要修建于唐末、宋初时期，但是它的题材不是单独限定在佛教，儒家思想、道教学说也都有涉及。之前我也去过龙门、莫高窟和云冈，所以在我心里这几个地方和大足石刻相比还是有很大区别的。  
首先大足石刻基本是个人修建的，而另外的石窟都是国家或者皇帝修建的，所以大足石刻更像是“民窑”，另外几个更像是“官窑”。  
其次从历史角度来说，莫高窟是十六国时候开始修建的，云冈和龙门都是南北朝北魏时期开始修建的，而大足石刻是从唐末才开始修建，所以对于佛教的一些见解和其中一些石刻的刻画方面都有不同的地方。  
另外和其他几个石窟相比，大足石刻的面积和规模要小很多，但是在保存上面要好了太多，其他几个石窟在  
八国联军、文革和抗日期间都受到了很大的破坏，大足石刻损失就小了很多，还有就是上面说的时间问题。  
关于宗教问题，我是无神论者。信谁都不如信自己，你就算求神拜佛半天，出了事能帮你的除了家人朋友就是你自己了。佛看众生，众生看佛，它看见你什么？你又看见它什么？就是一个泥塑雕像而已。所以去这种地方，要把心态放平和，只看璀璨的历史就好了。  
磁器口古镇  
+撸猫  
磁器口  
没啥好说的，就是一个古镇，里面都是吃吃喝喝的，有当地人，但是基本完全商业化了，和洪崖洞差不多。（磁器口里面发现了哪吒的雕像！我的最爱，勇敢、刚直、单纯、不顾一切，说起来就没完没了了，太喜欢了）喵是上面提到学姐和江老师家的，可能是我本来就养猫跟我还挺和谐的。  
我之前其实没想去  
武隆  
，就是来重庆之后想着顺便去看看，结果各个方面真是给我太大的惊喜。我强烈建议在武隆住一天，到了以后可以先去  
天生三桥  
，然后接着去  
龙水峡地缝  
，晚上去看《印象武隆》。  
首先先说下交通，携程直接有到  
武隆仙女  
仙女山  
游客中心的直通车，50单程，很方便。到了以后周围有很多客栈农家乐，随便定一个就行，我住的是：  
武隆仙女  
山布鲁斯  
花园酒店  
，5月份去屋里也有点冷，没有空调，只有个风扇，冬天去可能会更冷。附上一张游览地图和所需差不多的时间。  
天生三桥  
门票：108（携程买，建议把  
龙水峡地缝  
的票一起买了，一起取票，然后玩完三桥，坐景交车可以直接去龙水峡，不用再回游客中心）  
交通：在  
仙女山  
游客中心凭票坐景观车直接到达。  
游玩时间：2-4h  
天生三桥  
实际上指的是纯天然形成的三座喀斯特石拱桥（  
神农架  
有个  
天生桥  
，是一样的，后面说），然后最奇特的是三座石桥中间还夹着两个天坑，形成了三桥夹两坑的景象。那么什么叫喀斯特呢？简单来说就是水对岩石的冲击形成的地质形貌。如果之前在  
大足  
是感叹古代匠人的技巧，那么在这里你会感受到大自然的伟大，也会感受到人类在大自然面前是多么的渺小、可笑。  
天生三桥分别是天龙桥、青龙桥、黑龙桥，这里也是满城尽是黄金甲和变4的拍摄地。售票处旁边是一个玻璃展台，需要单独买票（20还是30我忘了），接着从上面下到天坑，可以乘观光电梯，也可以步行。（我去的时候观光电梯维修，只能走，走大概需要一个小时下到底，如果有电梯推荐坐电梯，路上景色一般。）  
从这里开始提醒各位一句，常回头看看，很多有意思的景色都在背后，不要闷头一直往前走。  
到了下面就可以进行观赏了，走在天坑里，看着周围的怪石嶙峋、山峰耸立，石缝中流出的山泉水，偶尔飘来的一片云雾，让你对大自然的鬼斧神工赞叹不已，大自然实在是太伟大了。（变形金刚模型做的很不错，下来就能看见，因为人太多了我就没照。）  
里面最著名的是雄鹰地坑，图片在下面，可以很清楚看到天然形成的雄鹰图案，险峻、壮观、秀美。  
龙水峡地缝  
门票：111（携程买，建议和天生三桥一起取票，然后玩完三桥，坐景交车可以直接去龙水峡，不用再回游客中心）  
交通：在天生三桥出口凭票坐景观车直接到达。  
游玩时间：1.5-3h  
龙水峡地缝也是喀斯特地质，由于造山运动天然形成的  
地缝  
。说句自己的感受，站在上面向地缝里面看的时候，最大的感受就是太恐怖了，深不见底，里面不知道还藏了多少种人类未知的物种，没准有神话中的龙也说不定。  
从门口进来走了一段路之后，需要坐一段电梯，降到峭壁中间，然后顺着峭壁一直往下走，天气凉爽、潮湿，越往里走越觉得神奇，脚下就是暗河、  
地缝  
，旁边还有飞流而下的瀑布，周围都是悬崖峭壁，仰头只能看见一线阳光射进来，美的不可思议。往地缝里望去，深不见底，让我从心里感觉到对未知事物的恐惧还有对大自然神奇的赞叹。  
（  
恩施  
还有一个云龙河地缝，如果去了这的话，云龙河就可以不去了，差的太多了。）  
结束游玩以后，乘坐景交车，直接返回  
仙女山  
游客中心。游客中心周围有很多吃饭的地方，随便吃一口。然后边上有个玻璃房子，可以吃饭喝酒，装修的挺有逼格，东西也不便宜，其实就是个露天ktv，我进去本来想喝两杯酒，结果遇着一个要向妹纸献殷勤的男的，恶心的我够呛。酒也是巨难喝，还不便宜。  
《印象武隆》  
门票：170（宾馆直接买的，这的客栈应该都可以代买，到这买就行，买A区的就行）  
交通：在仙女山游客中心，有接送的大巴，好像是20块钱往返。  
游玩时间：70分钟  
印象系列，是张艺谋任艺术顾问，王潮歌、樊跃任总导演的实景山水剧，基本是去就要必看的，没有什么理由错过。  
去年刚刚在平遥看了《又见平遥》，从心里感受讲，《又见平遥》要好于《印象武隆》。《印象武隆》虽然是在山里，衬托于美丽的山水，但是整个剧没有太大的剧情，而且各个东西说得太散了。  
主线实际上就是两代人对于川江号子、纤夫工作的回忆和理解上的差异，主要体现的主题就是让人们保护非物质文化遗产，和去年《百鸟朝凤》所表达的思想是一致的。但是它想要囊括的东西太多了，川江号子、纤夫、哭嫁、重庆女人、重庆火锅等等，导致整体太散了。  
主线是川江号子、纤夫，其实很好，中间有一段老人回忆也很感人，但是突然穿插了一段特别闹腾的重庆火锅，特别跳戏和尴尬。  
另外从整体灯光、舞美、配色看下来，张艺谋的影子太重了。都知道张艺谋是摄像出身，他对色彩的运用、搭配确实是好。《印象武隆》里给我印象最深的一块就是红绿灯光的穿插，让我瞬间想到了《英雄》里面的情景。另外在开始老人回忆船的时候，配合背后的大山、烟雾和灯光投射出来的船，实在是太感人了。  
整体看下来除了中间跳戏那一段，大气、感人、尤其是川江号子唱起来时候，我身边一位老人一直在跟着唱，很感动。  
（我特别不建议带小孩去，第一小孩不懂；第二小孩会觉得无聊，闹腾。当时现场就有几个小孩一直在叫唤，家长也不管，说了好几遍，家长最后才说了两句，我也是无语了，有什么样的家长就有什么样的熊孩子。）  
总体来说能打到85-90分，绝对应该看一看。  
武隆总花费：  
50车+108三桥门票+111  
地缝  
门票+170印象武隆+50饭钱+143宾馆+60超市=692  
至此，武隆算结束，武隆的仙女山、  
芙蓉洞  
有兴趣也可以去，仙女山貌似就是个草原+度假的，芙蓉洞就是溶洞，因为看过太多了我就没去。  
从武隆返回重庆比较麻烦，仙女山游客中心对面有小巴，直接返回武隆县城，然后从县城坐火车可以到重庆。  
重庆动物园  
其实我也想去，后来因为火车中间坏在隧道里，耽误了两小时就没去成。重庆动物园是国内猫科第一动物园，而且  
有全国动物园仅存的四只云豹中的两只（另两只在台北动物园），所以其实还是值得一去的。  
我回重庆之后，直接就住在了  
重庆北站  
边上的快捷，可以提供接送服务，挺好的。  
我入住的是：  
重庆顺钛酒店  
124元  
恩施  
和  
神农架  
其实是我这次湖北之旅最期待的两个地方，但是其实玩下来觉得和宜昌、武隆都差不多，不算失望，也不能说完全满足吧，但是这两个地方以后我一定会再来，因为有的地方还是没玩透。  
重庆到  
恩施  
有很多车，我当时宾馆定在了航空道，但是现在航空道的汽车站已经拆了，所以其实并不方便，再来的话直接住在火车站周围就行了，火车站旁边的汽车站有到达各个景区的直通车，特别方便。当然航空道那边的挂榜岩汽车站也有发车，但是只是一个中转车，最终还是和火车站的车合在一起，所以建议还是直接在汽车站火车站周围住下就可以了，很方便。  
另外说一句，湖北不管哪个地方，买汽车票都很方便，也很正规，比我去河南啥的强太多了，都可以微信或者机器直接购票，网上订也可以。  
我入住的是：  
如家快捷酒店  
(恩施航空大道店)、  
7天连锁酒店  
(  
恩施火车站  
店)  
恩施有几个大的旅游地点，所以你来的时候一定要做好决定。因为里面有很多景色其实是雷同的或者交通特别不方便，那么就要有取有舍。  
1、  
恩施大峡谷  
：包含七星寨和云龙峡地缝，另外有《龙船调》演出，几乎是必去。  
2、  
腾龙洞  
：在  
利川  
，火车到了也不远，溶洞，因为看太多溶洞了，所以这里我没去。  
3、  
石门河  
：有玻璃栈道，峡谷、流水、绿植，其实就是小恩施峡谷，另外因为我去过宜昌了，景色太雷同，没有特色，所以也没去。  
4、  
神农溪  
：虽然是5A，但是其实也就是坐船玩完，如果真要去就秋天再去。里面已经没纤夫了，表演不知道还有没有，悬棺也只能远看，性价比太低。而且我建议你真要去的话不要从恩施出发，从神农架回来可以直接坐车到  
巴东  
县，再去也不迟。  
5、野三峡：包括清江蝴蝶崖、  
黄鹤桥峰林  
，很多人去了其实就为了看一眼蝴蝶崖，但是交通也不是很方便，性价比也低，而且又是坐船，只有几个地方能上岸，我已经去过  
三峡人家  
了，大同小异。  
6、梭布垭：天然形成的石林，我觉得特别好，像仙境一样，特别喜欢，我推荐去。  
7、  
恩施土司城  
：原来土司工作的地方，还可以，可以碎片时间去一下看一下当地的历史，就在市内，打车也很便宜。  
8、恩施女儿城：就是一条商业街，然后民俗博物馆门口会有表演，有兴趣可以去看看。  
\*9、  
屏山峡谷  
：也叫躲避峡，这个地方，应该是我这次最大的遗憾，本来就是冲他来的，但是确实因为各种原因。  
第一，这个地方是完全没有开发的，当地政府一直在开发，然后也没弄完，我看16年就有人去过，但是后来去的都是进不去，花了好多钱只能在最开始的地方拍拍照，还有可能被政府的人抓。  
第二，你去这个地方必须找当地人，所以你如果真要去就要组团去，然后找当地的户外联系当地人，让当地人半夜带你躲着政府人员钻进去。还要准备好大量的钱，人均奔着1-2000/天准备，肯定会被坑（吃住车船）。  
第三，因为没开发，所以非常危险，去之前请上最高的保险（100w回报那种），没有栈道，都是山路、水路、悬崖，我问了当地旅游公司，给我的回话就是只要是正规的旅游，都不让去这个地方，因为政府不让，如果组团去的都是私人野团，出任何危险，政府不负任何责任。  
最后，这次虽然没去成，但是我还是特别想去，如果有想组团去的一定联系我，一起去看看。附张网上流传的太空船照片。  
综上，我最后选择的就是  
恩施大峡谷  
、《龙船调》、  
恩施土司城  
、女儿城、梭布垭，第一天我到了以后直接去的土司城和女儿城，第二天我住在了恩施大峡谷，遇到一些情况，多花了一天，后边细说，其实一天是可以搞定的；第三天回来直接去梭布垭，然后我就直奔  
十堰  
了。  
第一天 张关合渣—  
恩施土司城  
—恩施女儿城  
张关合渣  
因为我住在航空路，所以就去了张关合渣，当地人也会经常去，所以值得一吃。合渣，实际上就是黄豆腐渣，泡当地的玉米饭吃，特别好吃，然后配着一个其他的火锅一起吃，也特别便宜，一桌子汤、小菜、凉菜加上两个锅才35块钱，两人吃都足够了。（有点虐狗，自己吃要加五块钱，靠，服务员姐姐特别好，我不会吃，还教我怎么吃）  
恩施土司城  
门票：45  
交通：打车、滴滴都行  
游玩时间：1.5-4h  
吃完饭，出来叫个滴滴直接就到了土司城，买票进城，说起来也是悲剧，走这一路荆州博物馆装修、天生三桥维护，到了恩施土司城也维护，但是不太影响。  
所谓土司，就是原来土家族的管事者，相当于我们原来的知府一类的。不用请导游，里面的文字描述的都很清楚，每一代土司的画像介绍都有，可以慢慢看。  
另外，这里也是全国土家族吊脚楼中规模最大、风格最典型的仿古建筑群，很有特色；  
里面有传统银饰展览，图案我看见的都是蝴蝶、蛇、蜥蜴这些，确实和其他民族的不太一样，走廊里的装饰也是蝴蝶，不知道为啥是蝴蝶；  
里面其实很大，你要都转一遍，大概需要3个小时，看你自己的体力定，我走了一多半，花了2个半小时，如果你只游览主体景观的话1.5小时足矣；  
顺着城墙爬上去，可以去看看烽火台，因为淡季，走这一路就我自己一个人，大概2公里左右的山路台阶，就走走走、看看看，特别舒服，一直走到烽火台上，可以俯瞰整个恩施；  
里面还有个太阳寨，类似古镇一类的商业街，有吃饭买东西的地方。  
整体还可以，绝对能值回门票。  
恩施女儿城  
其实就是一个类似古镇的商业街，但是很有特色，很多民俗的东西，比如建筑、雕塑、表演。另外还单开了一条女儿街，专给女性朋友做生意用的。女儿城也叫相亲之都、恋爱之城，没对象、有对象的朋友可以来试试，哈哈。里面也有住宿，想体验的可以住一天。可以稍微晚点来，晚上表演更多，表演集中在民俗博物馆周围，我去的时候赶上舞狮表演了，我还真是第一次看真人舞狮。小吃也不少，还有纪念品，都不算很贵，还可以的一条街。  
至此，第一天恩施结束，主要都集中在城里，吐槽一句，恩施没有啥夜生活，我大众了半天酒吧，也没找着一家有兴趣去的清吧。回去收拾收拾，准备第二天的  
恩施大峡谷  
之旅。  
第一天恩施总花费  
重庆到恩施99.5元 北广场+143  
如家  
航空道+24打车+60合渣+45土司城+70元晚饭超市=441.5  
第二天 恩施大峡谷—《龙船调》  
说恩施大峡谷之前，我先提醒一句，一定要早去！恩施大峡谷下午3点半左右就不让进去了。我当时就是因为坐车坐过了，结果去晚了没进去。其实一天是可以搞定的，第二天就可以返回，我是第一天到了啥也没干，直接去睡觉了，晚上去看的《龙船调》，第二天一大早直接去的恩施大峡谷，导致我后一天的火车行程有点赶。所以一定要早点来。  
恩施大峡谷，位于世界硒都--湖北省恩施市境内，被专家誉为与美国科罗拉多大峡谷难分伯仲。硒都是恩施的别名，主要是恩施盛产硒这种矿藏，所以在恩施到处都能看见硒酒、硒茶啥的。恩施大峡谷景区有2部分组成，云龙地缝和七星寨，两者都是喀斯特地貌。其实走下来发现这边基本都是喀斯特地貌形成，也和雨水多有关系。  
交通：火车站旁的汽车站有直通旅游车，挂榜岩也有车。注意我就是在挂榜岩坐的车，但是挂榜岩的车只到中间，需要换车，我当时不知道，一直听歌玩游戏，司机也没看见我，导致又把我拉回原来的车站了，还得重新坐一遍，耽误了时间。车票：单程25元。  
门票：恩施大峡谷成人套票（七星寨+云龙地缝一期+观光车+索道上行票） 265元，我当时买的也是套票，但是如果你前面去过武隆的龙水峡地缝，这里的云龙地缝就可以不去，可以单买七星寨+观光车的票。索道我建议做，会拉到半山腰，然后接着爬，上面还是挺高的，省点体力是一点。  
住宿：我建议是在这边住一天，不用太赶，而且《龙船调》表演也是在山上，离着游客中心相当远。不要在网上订，来了现找，因为你最好找个离游客中心近的住，因为携程上显示的都是直线距离，到这你才发现，游客中心在山下，客栈在山上，你得走20分钟、半个小时，或者网上订就找可以提供接送的，尤其是龙船调演出的。  
我住的是：TOWO上品酒店(恩施大峡谷店)  实际上就是一个农家乐，叫兄弟饭庄，加盟店。可以吃饭，不便宜，我一个人一个菜一个啤酒60块钱，也能接受。可以提供接送，不知道旺季能不能，最好提前打电话问问。  
云龙地缝  
游玩时间：0.5-2h  
和武隆仙女山类似，在游客中心取完票，直接坐车先到云龙地缝。云龙地缝和龙水峡地缝基本是一样的，而且长度要短很多，一路上除了几个瀑布没什么可看的，当然景色还是可以的，走走也可以，我走完全程不到40分钟，慢慢走的话1个半小时也应该差不多。  
七星寨  
游玩时间：3-5h  
主要就是爬山，我是坐缆车直接到山中间开始爬的，然后下山直接坐扶梯下去的，扶梯我记得是30元。  
悲剧的是，我去的时候，  
绝壁栈道  
关闭了。  
所以只能顺着正常山道往上走，风景非常棒，绿植覆盖面积非常大，里面也很凉快，喀斯特地貌形成的怪石、山峰很壮美、奇特，全部都爬山大约需要5个小时，索道加扶梯我一共用了2个半小时爬完，按照自己体力规划一下。  
里面的  
一炷香  
是镇山之宝，天然形成的像一炷香形状的岩石，所以上山时候注意景区内的提示，直奔一炷香就可以，其余像象山、手风琴、祥云火炬这些在路上都可以看见，不用担心走回头路；  
一线天，这边很多山上都有所谓的一线天，或者叫英雄关什么的；  
从山上往下远眺，可以看见周围的村庄，非常漂亮，云海没有赶上，云海这种东西还是要等下雨、下雪之后最容易出，晴天时候是没戏了。  
最后说个路上看见的趣闻，这里有当地人抬轿子、背筐，背筐就是帮你背拿不动的行李，全程貌似是3、400这样。然后我下面拍的照片里，就是一个背筐的背着一个萌萌的小女孩。当时我以为是她家人背着她，觉得挺有意思就拍下来了，后来才发现并不是。所以也提醒各位家长一句，别带小孩、老人之类的来这种地方，确实不是很合适，爬上太累，年轻人体力都不一定够，更别提小孩老人了。别到最后因为这种事再影响心情，还是等孩子大点吧。  
下山以后，直接到宾馆休息，然后等待晚上的《龙船调》。  
《龙船调》  
门票：178元（直接找客栈老板买的，携程买价格一样，买B区就行）  
交通：一定要接送，自己根本走不过去，离得特别远，还全是山路。也不推荐自驾，天黑、路不熟，出事的特别多。  
龙船调实际叫种瓜调，是一种湖北的民歌，在划龙船时候唱的。和印象系列一样，也是山水实景歌舞剧。剧情是特别狗血的穷小伙和白富美的爱情故事，小伙是普通土家族少年，幺妹儿是土司的女儿，土司本来打算把女儿嫁给一个有钱人，让有钱人出现给恩施修路啥的，然后小伙在相亲会上追求幺妹儿成功，最后是大团圆收尾，两人破除万险在一起。  
剧场特别高大上，确实很好，然后座位分A B区，扇形分布，其实是一样的，买B区的就行。舞台、演员、灯光、舞美都算很好，尤其是剧情最后那块整个舞台裂开，水流进舞台确实挺震撼的，而且把山利用的很好，不管是嫁人还是最开始的土司城，都可以算把舞台利用的很好了。  
台词基本用的是方言，但是字幕坐在后面基本看不见，太小了，好多时候就只能猜，尤其是歌词、唱词。  
作为这种剧的通病，剧情太狗血了。而且我一直认为爱情这种感情，写不好、做不好，就会觉得很无聊、很尴尬。就像之前的《大鱼海棠》一样，可能作者觉得挺感人的，其实观众看起来就挺尴尬的。这个剧虽然没那么严重，但是也是这样，中间一段时间没什么内容，就是两人恋爱时候，我也是走神了。这种男版灰姑娘的故事，也是写烂了，如果最后是悲剧，可能会稍微好一点，但是偏偏最后还是喜剧收尾。悲剧永远比喜剧更能让人记住，就像莎士比亚被记住的永远是他的悲剧而不是喜剧。所以我觉得剧情确实是一大缺憾。  
第二，就是和观众距离太远了，根本看不见演员的面目表情，灯光也有点散，这也是这种剧的通病了，所以之前我也说《又见平遥》要好于之前的印象系列。  
总体来说，我还是非常推荐看的，来到这个地方，需要通过一些办法了解当地人的生活习俗、习惯，这总归是一种不错的办法，而且里面的演员演得确实也不错。  
第二天恩施总花费  
150towo宾馆+178龙船调+80饭钱+25车钱+264恩施大峡谷+30电梯=727  
第三天  
梭布垭石林  
返回恩施市内，从游客中心直接坐直通车回去就好了，你说停在哪，司机师傅就会给你停在哪，提前要告诉司机师傅。梭布垭没有那么大，所以上午早点回恩施，下午去时间完全足够，路上有一段山路、土路，特别颠，我去的时候车上4、5个人都吐了，所以晕车的带着塑料袋和晕车药。  
门票：89（携程买，门票+景交车，景交车建议买，离着都挺远的，而且路上没任何风景，还有住在里面的人拉客、宰客）  
交通：汽车站直通车，非常方便，直达。25单程。  
游玩时间：2-5h  
之前去过云南的石林，但是  
梭布垭石林  
我觉得比云南的强的不是一星半点。首先是刚开发没多久的景区，人不多，里面也有好多山洞特别凉快（有的山洞挺黑的，我去时候前面有个小姐姐就是因为害怕不敢进去，然后跟着我进去的。）  
梭布垭石林  
形成是属于喀斯特沉积岩形成，说不上壮观，但是很秀美，尤其是天然的天窗加上斜射进来的阳光。再加上雾气、水汽，石缝中流淌下来的山泉，和天然形成的各种各样形态的怪石，感觉就像穿越回几亿年前一样。你可以想象一下，当你穿越过一个黑黑的山洞之后，突然有个天窗射进一缕阳光、山泉、雾气，是多么的美。我非常推荐去，即使你看过云南的石林，来这里也可以有不同感受。  
景区分四个地方：青龙寺、莲花寨、  
磨子沟  
、九龙汇。注意青龙寺和另外三个不在一个方向，我当时就是直接去的莲花寨，顺着玩下来以后发现青龙寺在另外一个方向，就没去成青龙寺。青龙寺不是寺庙，也是石林。  
坐车过去先到莲花寨，  
磨子沟  
走过去就行离着不远，再坐景交车到青龙汇，这三个点走下来，我一共用了2个小时多一点，如果再去青龙寺可能要3个小时，如果再走的慢的话，可能需要4-5个小时。  
其中最精彩的是莲花寨和九龙汇，最美的地方就是九龙汇，我当时去的时候是上午，阳光正好照在流下来的山泉上，拍照的时候还能拍出漂亮的光晕。  
梭布垭出去后，在门口等返回恩施的直通车就可以，和来时候一样，我当时从梭布垭回恩施以后直接就奔  
十堰  
了。如果你觉得累的话，可以在恩施再休息一天，第二天再去十堰。恩施到十堰没有直通车，我是先到宜昌，然后再去的十堰。  
第三天恩施总花费  
梭布垭89+75车费+116宾馆（  
十堰众生宾馆  
）+62.5宜昌到  
十堰  
+62.5恩施到宜昌东+60超市吃饭=465  
至此，恩施结束，其实遗憾还是挺大的，主要就是屏山没去成，而且因为大峡谷的问题，弄得时间有点赶。但是恩施绝对值得来，而且不止一次，在明年或之后，一定带媳妇或者组团来一次。  
这个目录写十堰其实不完全准确，十堰只是我的一个中转站，中转到哪呢？就是  
武当山  
和神农架。我是夜里2点到的十堰，到了以后直接入住到：  
十堰众生宾馆  
（还可以，离汽车站3 400米，没一次性拖鞋，比快捷稍微好点，房间够大，而且便宜，一晚上标间120不到）。  
关于住在哪：你去  
武当山  
要从火车站坐202路公交过去，4块钱，一个小时多直接到游客中心；你要去神农架木鱼镇，需要到汽车站坐汽车，只有早上9点一个车。所以可以自己选择，我选汽车站周围是因为去汽车站可以晚起会。  
武当山  
门票：225（刷二维码进门，留好当时携程发给你的二维码）  缆车上下170  
15  
紫霄宫  
27金顶  
交通：202路公交  4元单程  
游玩时间：5-10h  
去  
武当山  
之前你一定要决定是玩两天还是一天，是准备爬山还是准备缆车。如果你要看日出，一定要住山上。  
武当山  
里面很大，就算里面有景交车，来回穿行也需要很长时间，所以去之前一定要决定好。  
先给个玩完之后的个人评语：不去后悔，去了更后悔。和少林寺一样一样的。  
为什么这么说？本来来之前因为小时候特别痴迷金庸，而且金庸小说里就特别喜欢武当派。比如笑傲江湖里面的冲虚道长，博学不迂腐，仙风道骨。但是来了之后，发现这里充满了铜臭味，修道？呵呵呵。修钱才对。  
第一，先说门票225元，含景交车。说实话并不贵，里面交通做的很好，各个地方去都很方便，景交车都能到。但是可笑的是你的门票并不含  
紫霄宫  
和金顶，紫霄宫另说，竟然金顶都不含？爬了半天爬上去，结果要登顶时候突然跟你说要收费，你想想是什么心情？  
第二，缆车。真是绝了，上下往返170，门票已经那么贵了，缆车更贵。  
第三，从下面开始各种野导，各种拉客，各种卖茶、商场，进了武当一样的，到了金顶上面，求一个签30，从金顶下来还要经过一个购物点才能出来，出来以后司机给你拉回门口，还要在一个卖茶的地方停10分钟。  
第四，里面的道士什么的，我真是呵呵哒了。进  
紫霄宫  
有个女道士，买票进去她就磕着瓜子、玩着手机看你进去，等看你都走了10分钟了，把你叫回来检票，早tm干嘛去了？到了金顶上面，我去时候正好快下雨了，两个道士聊天说的是啥？赶紧下雨吧，缆车下不去把这帮人都留上面，不让他们下去。  
第五，道教名山河南栾川的  
老君山  
我也去过，也碰上过道士。说实话，在我眼里，那些才是值得尊重真正清修的人，和他们交谈时候，确实能体会到道家思想和对宗教的尊重，武当山？就是一棵摇钱树而已。如果说老君山是出世的仙人，武当山就是入世很久的一个混混儿。  
好了，下面说下怎么玩。武当山一共分为  
太子坡  
、  
逍遥谷  
、紫霄宫、南岩、乌鸦岭、琼台、金顶几个大的景区，每个景区之间都隔着几公里-20公里不止，所以想步行的是不可能的。  
太子坡  
：景交车中转站，从这出发可以去任何地方。  
南岩：爬山上山的地方。  
乌鸦岭：住宿聚集地。  
琼台：缆车的位置。  
两种游玩方案：  
一、一日游  
1、爬山上行，缆车下行：你需要非常早，最好坐首班车就来到武当山。进门之后，其他地方都先不去，直奔南岩，从南岩一直爬到金顶，金顶玩完以后直接缆车下行，然后坐车回返到  
太子坡  
，走太子坡。太子坡玩完如果还有时间，就去  
逍遥谷  
、紫霄宫转转，没有时间就直接出门，不然你就必须住在山脚下了。  
2、缆车上下行：我就是这么玩的，这么玩不用着急，先坐车到太子坡，把太子坡走了，然后去  
逍遥谷  
。逍遥谷是我觉得里面人最少、最好的一个地方，非常清净，据说有猕猴，但是我没看见。逍遥谷出来，回太子坡，从太子坡坐车去琼台，琼台缆车上去，玩金顶，金顶玩完下来直接出门。  
二、二日游  
1、不看日出：携程给的就是这个路线，没带行李的可以这么走，带着行李的到太子坡，直接转车去乌鸦岭。  
D1：山门-太子坡-紫霄宫-乌鸦岭  
D2：乌鸦岭-  
南岩宫  
-金顶-琼台-山门  
2、想看日出的：如果你想看日出，必须爬山上去。我建议你直接住在南岩或者山半途，带着行李的把行李直接存在山下，没行李的直接去客栈、农家乐，再下山把下面的几个点先玩了，然后存好体力，第二天4点左右起来，摸黑上山。（我个人觉得是没必要，想看日出还不如去黄山、  
老君山  
这些，武当实在没有什么特殊的日出景观）  
太子坡  
游玩时间：1h  
太子坡，又名  
复真观  
，景交车进来之后直接就开到这。得名就是因为  
传说中净乐国太子（真武大帝成仙前的身份）15岁时入山修道之初，就住在这山坡上。  
太子坡的建筑群确实值得一看，红墙绿瓦非常漂亮，但是要说的是里面很多红墙，墙面都已经脱落了，也没什么维修和检修。里面有太子殿什么的，还有学子烧香的地方。（有烧香时间，不如去好好学学习。）  
逍遥谷  
游玩时间：1h  
逍遥谷是武当山里面唯一一个我觉得值得玩得地方，这里也叫猕猴谷，但是我来时候没碰见有猴子。里面很清静，我走全程算上我不超过10个人，走在里面可以摘下耳机，听听流水、鸟鸣，走下来心情特别舒畅。进门时候那块太适合拍照了，如果有个穿着白色长裙仙气十足的小姐姐，再把下面的桥单独提出来，把饱和度调上去，青山、绿水、红桥、仙女绝对美爆炸了。里面还有老子的铜像，在前面站了一会，老子的《道德经》越到岁数大，越能体会到其中的伟大，不管是其中辩证思维，还是他提出的“无为”，可以说在现在时代看来都是与时俱进的。俗话总说佛道佛道，比起佛教那些不靠谱的学说，还是道家学说更值得学习，不管是养生还是平时生活。  
紫霄宫  
门票：15元  单独收费  
游玩时间：0.5-1h  
紫霄宫原来是皇家祈福的地方，供奉的还是三清。紫霄殿是紫霄宫的大殿（主殿），也是武当山唯一幸存下来的重檐歇山式木结构殿宇，它建在三层崇台之上，更显的宏伟壮观。在紫霄宫和金顶上都有父母殿，虽然对其他的不屑一顾，但是到了这还是尊尊敬敬的摘下墨镜，鞠个躬，父母才是对你最好的人，当然平时多孝顺更重要。  
金顶  
门票：27 单独收费  
游玩时间：1.5-2h  
缆车坐上来，买票，还得爬一小段台阶。登顶上去，第一感觉就是，虫子太多了。呼面而来的虫子，类似臭大姐那种的黑虫子，各处爬，满地钻。从金顶往下望，风景一般般（一般般都是说高了，应该说是我爬过山里面倒数的了）。然后金顶上面全是做生意，烧香的。只能说不来后悔，来了更后悔，转一下拍拍照就可以下去了。  
从金顶下来以后，心情特别差，所以南岩也懒得去了，  
龙头香  
就没看，而且本来来时候就不是特别想去。为了烧个香，摔死那么多人，我也是醉了。你摔死时候，你烧香拜的东西，保护你了么？  
游玩结束以后，出了门口走十分钟，到公交站坐202路回十堰就行了。  
去  
神农架  
木鱼镇的汽车票，携程可以定。十堰到木鱼镇的只有9点一班，所以一定不要错过，如果错过了你就只能先去  
房县  
，再倒车过去了。  
武当山总花费  
116宾馆+8公交+170缆车+225门票+50吃饭+15紫霄宫+27金顶  
+60超市吃饭=663  
神农架，不知道已经种草多久了。很早以前就把神农架、珠峰、怒江定位自己下三个目标，这次终于先行探索一个了。神农架对我来说一直是像一个戴着面纱的神秘女郎，北纬30度是一个神秘的数字，百慕大、神农架都是在这个纬度线上。所以这次来神农架的探路之旅，绝对满足了我的好奇心，但是绝对不足够。神农架是一个需要春夏秋冬各来一次的地方，也是一个需要深度游的地方，更是一个适合徒步穿越的神秘森林。以后肯定还会再去几次，尽量多走走。  
门票：269（6大景区通票，5天有效）  
香溪源  
30    大九湖景交车60  
交通：拼车、包车，没有公共交通工具，只能这样，但是很正规，当地有一个车队。你随便找个客栈就能联系到车队师傅。拼车价格：50-100/人，看你去哪，价格不同。  
玩的目的  
你来神农架，一定要对自己有个定位，你是为什么来玩神农架的。是自驾？穿越？探路？还是其他什么东西吸引你，根据你的目的会有不同的玩法。  
如果你想来自驾，我不建议你冬天来，这里冬天差不多零下30度，要用防滑链，开山路。虽然平时我觉得坐车下来，还没有去泸沽湖的路险，但是冬天就不一定了。（每年都死人，而且不止一个，别作死。）  
如果你想来穿越，一定要组团带当地向导，不要作死穿，神农架死人够多了，不差你一个。提前联系好当地向导制定好路险、负重、药品（尤其是防虫、蛇），再提醒一句，别作死。官方提供的穿越路线：  
住在那  
有很多人肯定和我一样，来之前都很蒙，先大概介绍一下，实际经常说的神农架应该是  
神农架林区  
，面积非常大，目前开发的地方非常少，绝大地方还是无人区。现在最出名的六大景区：  
天燕景区  
、  
神农顶  
景区、神农坛景区、  
官门山  
景区、  
天生桥  
景区、大九湖湿地。除了这六个外，还有  
红坪画廊  
、  
香溪源  
、  
神农架滑雪场  
、  
潮水河漂流  
等其他可选的。整个地区里面包含4个大型村镇，分别是木鱼镇、红坪镇、松柏镇和大九湖镇。总体地图如下：  
如果你是奔着穿越来的，一切听你当地向导的，他会指导你从哪去找他。  
如果你不是奔着穿越来的，那么请你先来木鱼镇。木鱼镇是最大的游客集散中心，拼车包车都非常多，住宿吃饭的地方也多，还有购物中心，干什么都方便，而且正规便宜。从下图看，除了天燕、  
红坪画廊  
距离远以外，也位于其他几大景区中心。  
木鱼镇住宿非常多，而且木鱼镇不大，到了以后再选就行，我这次住的：  
神农架  
山里寒舍客栈。  
有什么可玩的  
这个问题其实还是关于你对于神农架定位的问题上，我先对现在开发的六大景区做个大概介绍和个人推荐：  
1、  
官门山  
：非常无聊的一个地方，里面就是一些养殖场，比如大鲵和其他动物，而且非常少。还有一些博物馆，一些介绍，我个人建议去都不用去。  
0星  
2、神农坛：比  
官门山  
更无聊，人造景观，就是一个雕像，我连去都没去。  
0星  
3、  
天生桥  
：和我上面说的  
武隆天生三桥  
其实属于同一种喀斯特自然形成的石拱桥，如果你去过武隆，那么这里你可以完全不用来；如果没去过，这里还值得一来，不过也是一般般。  
2星  
4、  
天燕景区  
：天燕景区实际上就是  
天门垭  
和  
燕子垭  
的合称。天门垭到10月基本就会封了，因为里面会下雪，而且要看天气去，云雾缭绕才好看。燕子垭有  
燕子洞  
和彩虹桥，如果你是拼车来，一般拼车都是走马观花走一圈，也没什么意思。  
2星  
5、  
神农顶  
景区：这是神农架现在最核心的景区之一，是必来的点之一。其中的  
神农谷  
、神农顶、  
板壁岩  
、  
太子垭  
都是非常值得去的。  
5星  
6、大九湖：大九湖实际上是九个湿地湖的总称，很漂亮，但是其实和其他湿地比没有什么太大的优势，如果你想看晨雾，请提前联系，不一定每天都有。  
4星  
\*\*\*  
香溪源  
：离木鱼镇非常近的一个景区，需要单独买票，里面不大，景色还不错，是当地人水源头。  
4星  
大概有个了解，现在说说怎么玩。  
一天时间  
如果你只有一天时间来神农架的话，那么我建议你只去  
神农顶  
+大九湖，这两个地方拼车一天时间就能搞定，但是神农顶只能开车上去，青云梯你是肯定没时间爬；  
神农谷  
你也下不去，只能在上面观景台看一下。晚上可以去香溪源转一转。  
两天时间  
如果你准备两天来玩的话，那么我建议你把六个景区都走一遍，时间是足够的。一天神农顶+大九湖+香溪源，一天天燕+官门+神农坛+天生桥。和上面一样，神农顶只能开车上，青云梯没时间爬，  
神农谷  
无法下，  
太子垭  
也没时间走。  
三天及以上时间  
我强烈建议是这么玩，因为神农架值得。  
第一天，你可以把神农坛+官门山+天生桥直接搞定；  
第二天，直奔天燕，把  
燕子垭  
先走完，然后走  
天门垭  
，走完以后可以直接住在红坪镇；  
第三天，玩  
红坪画廊  
，然后返回木鱼；  
第四天，直奔神农顶景区，下神农谷，神农谷当地人说大概3小时走完，按照我的脚程、体力我算了下，大概需要4-5小时，神农谷走完以后，如果有体力就接着去神农顶青云梯，如果没有的话直接返回木鱼，第二天再去走神农顶青云梯、  
太子垭  
森林；  
第五天，直奔大九湖，在大九湖玩一天，住在大九湖，看看人品能不能看见第二天的晨雾；第六天返回。  
官门山景区  
官门山里面特别大，必须开车，而且景区内没有公共交通。里面基本就是一些养殖中心，比如熊猫（就一只）、大鲵（有个变色大鲵，会随温度变化而变化）、鲟鱼等等；还有一些博物馆，没什么特别大的看头，有时间就转转，反正联票里面含了，没时间不去也行。  
神农坛景区  
就是一个祭坛，到了时候里面下班了，就没进去，也没什么意思，可以不去。  
天生桥景区  
景区在  
老君山  
（不是河南那个，是神农架老君山）山脚下，也是喀斯特地貌，雨水冲刷形成的天然石拱桥。如果你去过  
武隆天生三桥  
，见识过三桥夹两坑，这里也就不算什么了。如果没去过来看看也不错，大概一个半小时，就能搞定了。风景还算不错，这里开始就有毒蛇出没的提醒了，下雨之后比较潮湿时候还是小心一点。  
这是一个稍微还可以的地方，但是商业气息特别浓，里面有个类似巴人寨的购物中心，你要走下来就必须都走完才能出去，都是卖酒啊啥的，不过当地苞谷酒确实挺好喝的，40度左右，可以尝尝。  
天燕景区  
天燕，实际上是  
天门垭  
和  
燕子垭  
的合称。天门垭得名主要是经常云雾弥漫，跟在  
天门  
一样，所以得名，一般拼车过去，就是停在路上，然后去观景台拍拍照；燕子垭，主要是  
燕子洞  
和彩虹桥，燕子洞里面有很多短嘴金丝燕，必须带大功率手电筒进去，里面没有灯照明。手机那点光跟萤火虫一样，啥都看不见。门口有租的，20一个，我去的时候本来想等后来人一起合租一个，结果后面人都不敢进去，我就想自己进去来的，最后来了两个大姐自己带着手电筒呢，让我省了20，结果她的手电筒功率还是不行，燕子有点傻，有可能会往你身上撞，尤其是黑的时候，注意保护自己的脸（燕子洞进去能走的只有200来米，在左边有个小洞，我爬上去看了一眼应该还可以走，但是再往前有游人止步的牌子，我怕没灯掉进洞里面没敢往里走，如果人多而且带着手电筒的可以再往里走走）；彩虹桥就是一座在两山中间的桥，拍照的好地方，又需要一个身穿白裙，仙气飘飘的小姐姐了。  
神农顶景区  
神农顶是我这次最大的遗憾，只是走马观花逛了一圈，实际核心的东西，当时被我忘了。神农顶景区并不是就是神农架的顶，里面还包含其他小景区，比如小龙潭大龙潭金丝猴、神农谷、太子垭、  
瞭望塔  
、  
板壁岩  
等。上神农顶时候，一定要穿长袖，我六月份去的，山顶上7、8度，我穿着两个长袖一会就开始冷了，有风。  
大小龙潭都没什么意思，金丝猴是养在笼子里的不是野生的，所以也就看一眼就可以撤了；  
神农谷，是可以下去的！当地人说大概3个小时，我下次去神农架一定下神农谷；  
太子垭，有个观景台可以看三省交界，拼车过来会停在观景台让你去拍照，下面是一片原始森林，下次去神农架一定要下去；  
瞭望塔  
，开车能到达的最高处；  
青云梯，3000节台阶到最顶，有个大鼎，喜欢挑战的可以去试试；  
板壁岩  
：这是这次神农顶最好的一个地方，是原始森林中的一片高山丛林，也是野人出没的地方之一（神农架哪都是野人出没点，这里是经常出没的地方。）里面有一些小山路，顺着走没关系，小心蛇和迷路就行了。风景很美，怪石嶙峋，绿草葱葱，还有茂盛的森林。  
大九湖景区  
交通：需要买60元景区内的景交车，开车进不去，稍微有点坑。  
大九湖，实际上是一个很大的湿地公园。里面一共九个湖，虽然介绍上分别起了不同名字，然后标明了不同看点，其实看起来是差不多的，没什么区别。也就是说其实你走了6-7个湖就可以准备撤了。另外大九湖里面景色可以算非常美，说不上惊艳，但是我要说一句规划的确实不错，可以看下面的照片，几张我觉得这次照的最好的照片都出自这，一些椅子、平台出现的正是地方。进了门先买票，然后坐着电动小火车（是电动的还是烧油的，反正并没有铁轨），然后会停到二号湖，顺着走就行了，七八九号湖，需要另做一段小火车，去不去都行，我去看了没什么不同；各处都是放养的牛、羊、猪啥的，不怕人那种的，小牛我没摸着，小猪我抱起来撸了撸；里面有成片的小紫花，还有不同颜色草，特别漂亮；晨雾不一定每天都有，一定要提前联系再住，别住了一天啥都没看见；里面有一处特别奇怪，旁边都是绿绿葱葱的，只有那块有一片枯木，特别诡异。（大九湖是可以住宿的，去之前一定要考虑好住不住）  
香溪源  
门票：30 不含在套票里，单独收费  
交通：离木鱼镇非常近，步行也就10-20分钟  
很小的一个景点，一个小时就能走完，里面特别舒服，有点像贵州荔波，全是小的瀑布群，山清水秀的。另外这里是当地人的饮水源头，千万别乱扔东西。里面人很少，特别安静，但是景色绝对是值得回票价的，我建议去。做个碎片时间的填充。  
至此，神农架结束，本来我还想去趟江西来的，结果没去成，最后从神农架—宜昌—武汉—北京。  
这次神农架之行，留下了太多的遗憾，没关系，春夏秋冬我还会各来一次，等我，神农架！  
这次走下来，太多的遗憾。不管是恩施，还是神农架，等着我。不久的以后，我还会再来。等我！

评论：  
1.写的真棒  
2.后悔没早点看你写的关于神农架的评论，昨天刚从神农架自驾游回来。觉得有机会还是选择秋天再去一次。大九湖拍照都棒棒哒！  
3.谢谢  
4.有一些东西 只能感受 语言文字能表达的毕竟不是全部  
5.绝对的心灵之旅，楼主一定颇多感悟吧，希望楼主可以和大家分享。  
6.不错，不错照片拍的都好棒

## 107.重庆金刀峡游记（13）

https://you.ctrip.com/travels/chongqing158/3690721.html

来源：携程

发表时间：2018-6-23

天数：1 天

游玩时间：3 月

人均花费：

和谁：夫妻

玩法：自驾，自由行，省钱

旅游路线：金刀峡，重庆，金刀峡

正文：  
重庆金刀峡两江假日酒店  
¥  
278  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
这也是一次临时决定的旅行，  
金刀峡  
位于  
重庆  
北碚，距重庆约60公里，可以当天来回。  
开车跟着地图，从高速转入乡道，然后路是越来越窄，路况也开始变差，有一段山路是在山体滑坡后用青石板重新垒起而成，路边有一人多高的植物，枝条藤曼已探到路中，我们一开始怀疑这个景区是不是已经关门了，在翻过又一个山头，看见河边有几栋建筑，似游客中心。  
停好车，有人问是否是来游玩金刀峡的？在得到肯定回答后，解释说这是景区南门，推荐付120元，坐他们的区间车去北门，由北门进，南门出这样整个路程是由上向下，可以节省体力。  
峡谷中的隧道，有一段栈道落石不断，故凿一隧道替代。  
在峡谷中间，景区发一个头盔防落石。  
借船通过天生桥  
完全是在一块巨石上冲出的沟槽。  
坐车约30分钟行至北门，进入景区，在路过“惊魂台”后，经陡峭台阶下至半山腰，然后沿山路转向北行，这是一段非常长的山路，有路牌指示，但不是非常清楚，在半路，遇一小伙，从对面来，问还有多远到藏刀洞，曰：他已走了一公里多，仍不见路尽头，怀疑走错路了，故折返。  
继续前行又约30分钟，见一人工楼梯向下，走完，便可见藏刀洞，藏刀洞其实是一大溶洞垮塌，坍塌部分为已圆坑，内有若干位置可以亲水，未完全坍塌部分便是藏刀洞。  
参观完藏刀洞，掉头南行，沿栈道顺峡谷一路南行。  
与黑山谷，恩施大峡谷相似，沿峡谷有飞瀑，溪水，各种奇岩怪石，但金刀峡谷更加狭窄，两侧绝壁更加陡峭，险峻，很多狭窄处不足两米。  
由于峡壁陡峭，常见落石滚下，游览峡谷，景区要求戴头盔，更是在险要处，凿有数百米坑道通行以确保游客安全。  
行至峡谷末端，景区推销一景点叫“天神桥，需买10元船票游览。  
过了天生桥，就到了峡谷终点，归还头盔。  
再往下，是漂流，现在季节不对，尚未营业。行至南门取车，突然见在南门背面一不起眼处写有“景区区间车35元/人”，看来我们被套路了，多收了我们50元的车费。

评论：

## 108.恩施土家族女儿会旅游攻略，2018梭布垭石林避暑季碰上土家女儿会

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3693753.html

来源：携程

发表时间：2018-6-26

天数：60 天

游玩时间：8 月

人均花费：98 元

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
恩施  
土家女儿会  
一年一度的  
恩施  
土家族女儿会，发端于恩施市东、西两个海拔1800米的高寒山区，两地因分别出产名贵中药材(当归、党参)而成为享誉中外的药王之乡，同时两地也分别孕育了奇特婚俗“女儿会”，而成为女儿会的故乡。女儿会一直承传不嬗，迄今已近300年。恩施市也因女儿会而声誉世界，恩施市全市多为土家族，故将人们习惯称呼的女儿会称为“恩施土家族女儿会”。数年来，女儿会的传承一直深入人心，弘扬四海，逐渐成为了中国乃至世界的一道靓丽而又独特的人文风景线。  
梭布垭石林  
旅游区的土家女儿会  
2018年的女儿会同以往一样，  
恩施  
各民族依然选择在风情独特、奇山丽水的旅游胜地  
梭布垭石林  
旅游区进行，恩施梭布垭石林是女儿会官方指定的举办地，也是目前周边城市热捧的武陵山区避暑金三角胜地之一，CCTV地理中国在此拍摄诸多地理奇景，也是湖南卫视《一路童行》及众多电影拍摄地，梭布垭石林是中国优秀民间艺术之乡，这里荟聚了恩施少数民族最古老而又热情的民族风情文化活动，女儿会就是其中之一，另外还有土家庙会，山民歌会、茅古斯、傩面舞、摆手舞、拦门酒、赶毛狗棚、牛王节、土家赶年节、土家开寨仪式、土家哭嫁等一系列的恩施民族文化活动。  
  
2018年的恩施土家女儿会，定在  
梭布垭石林  
统一举行，具体的时间2018年8月份，今年的女儿会周期是2018年8月15日~8月30日，正当盛夏，身处火炉的朋友们可以提前到来梭布垭石林避暑享清风、石林的乐趣，梭布垭石林旅游区也有日常的美食，住宿等等生活配套。至于费用嘛，山里人就是山里价，门票一直是98，吃饭住宿也很优惠，实在，在旅游区的吃三餐、喝、住、玩、乐、游加起来每天也不要200元就能搞定啦。  
仙居避暑游玩在梭布垭石林旅游区  
梭布垭石林旅游区天然的地理位置，平均海拔1017米，方圆数百里无任何工厂化工企业，盛夏气温在16~25度之间，近年来随着大众对所不要这个仙居胜地认知的提高，大家也逐渐的了解到梭布垭石林是一个穿越4.6亿年的历史冰箱，是人类及其它地球动物最古老的避暑地，同时从谷歌全球地图上也可以清晰显示梭布垭石林所处的恩施市太阳河乡是在北纬30°的纬线上，纵观世界北纬三十度是最适合人类居住的地理线，因此梭布垭石林旅游区也被美誉为“纵横北纬三十度的自然空调”。其夏季避暑的特性在国内外都尤为凸出，无需风扇，远离氟利昂，自然清凉... ...  
  
独特的地理结构，奥陶纪石林是梭布垭最大的亮点，4.6亿年前是大海，4.6亿年后的今天是美景，大自然的鬼斧神工在梭布垭石林被发挥到了极致。梭布垭石林因年代久远被誉为世界第一奥陶纪石林，景区得到政府的扶持和开发后，逐步完善了安全及配套设施，现已是国家AAAA级旅游景区。  
  
【避暑+女儿会】2018年的梭布垭恩施土家女儿会玩点解析：  
(一) 精心打扮，身着土家漂亮衣裳的漂亮的土家姑娘，将会大批量的出现在梭布垭石林！哇哦~  
(二) 精心装扮，身着特色民族衣裳的土家帅小伙儿，将会成堆的挤上梭布垭石林！哇哦~  
(三) 土家妹娃儿的爱情不是你想买就能买的！以卖山货为“引”实则挑选如意情郎！没相中的有钱也不卖，哈哈~  
(四) 情会石林，山歌传情对唱，漫山都是情，漫天歌在飞，壮观啊~  
(五) 浪漫而又富有特色的土家族定亲仪式，土家族婚礼；  
(六) 土家阿哥阿妹以歌为媒，陪十姊妹，坐十兄弟，哭嫁拜堂，忧伤的幸福甜蜜~  
(七) 夜晚有激情动感的民族音乐美食节，在4.6亿年的奇特石林里，欣赏动感的DJ，畅享美酒美食；  
(八) 夜间土家篝火舞会，围着篝火一起跳摆手舞；  
(九) 石林相会还可以和心爱的人一起体验石林的星空帐篷哦！在蝉鸣鸟叫声中入眠，在晨曦里与石林一起醒来~  
(十) 欣赏女儿会开幕的特色舞蹈，欣赏土家族的风情舞蹈~  
(十一) 全国56个民族的帅哥美女齐聚梭布垭石林土家女儿会，土家女儿会将成为跨民族的大狂欢~  
(十二) 欣赏梭布垭石林旅游区的特色美景，体验梭布垭石林地区的风土人情~  
(十三) 体验恩施地区的高山富硒茶叶，习大大招待印度总理的贡品哦~  
(十四) 体验恩施地区的特色产品，手工艺品，文化产品等~  
(十五) 体验在北纬三十度的梭布垭石林自然空调环境下度夏避暑的清爽灵气生活。  
(十六) 有机遇你还可以牵手一位土家妹子或者是一个土家帅小伙儿哦~  
相比往届而言这届女儿的规模更大，参与人员更多，从今年年初起就已经陆续有很多湖北人及外地人报名参与了我们的“东方情人节”——土家族女儿会，很多在外工作人员都说要请假也要回来参加女儿会，很多督促子女想抱孙子的父母也都纷纷的为自己的儿女涌向了女儿会。更加精彩是的有恩施硒产的加入，还有民族大合舞，今年的女儿会不再是以前的土家女儿会，随着社会的发展和信息化的通透，今年的女儿会已经走上了全国舞台。  
【梭布垭石林避暑+恩施土家女儿会】旅游路线：  
机场 —【  
恩施许家坪机场  
】 — 汽车恩施太阳河乡梭布垭石林  
高铁 — 【  
恩施站  
】 — 汽车恩施太阳河乡梭布垭石林  
客车 — 【恩施客运中心】 — 汽车恩施太阳河乡梭布垭石林  
旅游 —  恩施游客接待中心（地址：恩施奥山世纪城内）— 汽车恩施太阳河乡梭布垭石林  
自驾游 — 可直达【梭布垭石林景区】（地址：恩施太阳河乡梭布垭）  
恩施市区到太阳河乡梭布垭石林仅1个小时左右车程，全程柏油路面双行道，各种车型均可轻松同行。

评论：  
1.恩施土家女儿会就要开始了哦  
2.来人顶起哦  
3.来了啊  
4.恩施土家的女儿会是很有意思的哦  恩施这个地方夏天去也是非常合适的  很清爽不热 对人身体真的好。避暑顺便去看去玩 去参加女儿会那真是叫一个 妙 啊。  
5.什么时候去啊  可以约一下  
6.应该的，亲，希望你能玩得开心  
7.值得一看  
8.看到了新鲜事了吗？  
9.一定要来  
10.帮到我啦  感谢

## 109.发现鄂西，游山玩水正当时

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3695500.html

来源：携程

发表时间：2018-7-6

天数：2 天

游玩时间：

人均花费：600 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
鄂西，湖北西部，众所周知的  
三峡大坝  
，神龙架的神秘野人以及  
十堰  
道家圣地  
武当山  
。  
其实，鄂西处处是美景，有很多风景如画的好地方。远离大城市的喧嚣，这里让人流连不知返。  
在  
宜昌  
，美景与江水的滋润，巴楚文化的浸染，让这座江边之城涌动着独具一格的迷人魅力。  
【  
清江画廊  
】  
三百里清江美如画，三百里  
长阳  
似画廊。  
清江画廊  
是国家5A级景区，真正是人在画中游。  
青山绿水，空气清新的一尘不染。  
土家族的发祥地，  
武落钟离山  
四面环水，从远处看，通向山顶的376级青石台阶，又蕴涵有步步高升之意。  
如果把  
清江画廊  
比作一本画册，那  
倒影峡  
就是清江画廊的扉页。倒影峡的灵山秀水，是清江山水的点睛之笔。  
【  
三峡人家  
】  
感受“山塞疑无路，湾回别有天”的三峡原生态自然风光！  
白墙青瓦石板路，小桥流水吊脚楼，枯藤老树喜鹊窝，徜徉在仙境般的梦幻景致，这里的美让你心悸，这里的美更让人窒息。  
橹声帆影，渔歌唱晚，“龙溪桥下春波绿，曾是惊鸿照影来”。  
如梦似幻的美景，青山、绿水、伊人。  
世世代代居于峡江的人们，以一种靠山吃山、靠水吃水的生命状态繁衍生息，延续着古老的渔家文化。  
【  
三峡大瀑布  
】  
飞流直下三千尺，疑是银河落九天。原生态的大瀑布非常壮观，久违的大自然让人心旷神怡，心情愉悦。  
瀑布飞花泻玉，水雾缭绕，一道彩虹横跨山间，将瀑布衬托得愈加粗犷豪迈、美不胜收。  
与瀑布零距离融为一体，让人充分感受“集体湿身”的欢快和刺激，令人陶醉其间，流连忘返。  
瀑布下面是瀑布潭，潭水接近瀑布处白沫翻滚，皑皑如雪。  
【  
三峡大坝  
】  
位于  
宜昌  
市的  
三峡大坝  
是个规模宏大的水利工程，能抵御特大洪水，三峡大坝泄洪的场景波澜壮阔、非常壮观。  
近距离感受大坝的雄姿，体验“高峡出平湖”的浪漫情怀。  
身临其境体验  
葛洲坝船闸  
的绝妙感受，原始的三峡风光让人如痴如醉。  
恩施  
位于崇山峻岭之中，秀丽的山水养育着土家族、苗族等27个少数民族，这里民风纯朴、风景秀丽。吸引人们的不仅仅是她的貌美，更是神秘独特的少数民族风情。  
【  
恩施大峡谷  
】  
神秘险峻的  
恩施大峡谷  
，拥有【清江升白云】、【绝壁环峰丛】、【天桥连洞群】、【暗河接飞瀑】、【天坑配地缝】五大奇观。  
峡谷中遍布绝壁悬崖，流水飞瀑，千仞孤峰，壮观地缝，原始森林，乡村梯田，美不胜收。  
大峡谷的“镇谷之宝”  
一炷香  
，高150米，柱体底部直径6米，在同类喀斯特地貌中十分罕见，为  
恩施大峡谷  
标志性景观。  
【  
利川  
腾龙洞  
】  
腾龙洞  
要景区有二个：一为腾龙洞旱洞景区，一为落水洞水洞景区，水洞吸尽了清江水，形成了23米高的瀑布，清江水至此变成长16.8公里的地下暗流。  
人，在这大自然的鬼斧神工面前，显得特别渺小。  
神奇的是，水旱两洞仅一壁之隔，集山、水、洞、林、石、峡于一体，溶雄、险、奇、幽、秀于一炉，声誉远播，遐迩闻名。  
神农架  
因华夏始祖炎帝神农氏在此架木为梯，采尝百草而得名。神农架世界地质公园由五个园区组成，有云海，有峰峦，有奇山，也有碧水，有阡陌，也有深林，有山谷，也有平湖。  
神农顶  
景区：  
园区内的  
神农顶  
、杉木尖、大  
神农架  
、大窝坑、  
金猴岭  
、小神农架诸山峰，海拔都在3000米以上，是大巴山脉和  
神农架林区  
的夷平面，堪称“华中屋脊”，是长江与汉江的分水岭。  
天燕风景区：以原始森林风光为背景，以神农氏传说和纯朴的山林文化为内涵，集奇树、奇花、奇洞、奇峰与山民奇风异俗为一体。  
大九湖国家湿地公园  
：清新无比的空气，漫步于绿草如茵、牲畜成群、田畴交错、沟渠纵横的草地上，欣赏风吹草低见牛羊的美景，探究落水孔之谜。  
电影电视里常常会提到的地方，这里有着太极张三丰的传说，从小听着  
武当山  
长大的，必须来一趟。  
武当山  
被世人尊称为“仙山”、“道山”，因此，千百年来，武当山作为道教福地、神仙居所而名扬天下。历朝历代慕名朝山进香、隐居修道者不计其数。  
武当山高峰林立，悠久的时光造就了悬崖峭壁的断层崖地貌。这里气候温暖湿润，植物繁多。  
武侠电影场景重现，来此一探武当山道家风气。  
大美鄂西，这里的自然美景、人情风貌，是你不曾见过的，也是值得细细品味的，来此，将不虚此行。

评论：

## 110.恩施“硒”行，感受不一样的土家情

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3700069.html

来源：携程

发表时间：2018-7-7

天数：7 天

游玩时间：6 月

人均花费：2000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，人文，美食，小资，周末游

旅游路线：恩施，夷水侗乡

正文：  
有一个飘香的地方，  
生态茶园翠绿满山，  
清晨鸟鸣炊烟袅袅，  
小溪蜿蜒云雾起舞，  
这里便是  
恩施  
土家族，一个来了便想常住的地方。  
究竟是怎样的地方能让我动心停驻，今天就给你一一道来。  
你或许已经很久没有感受大自然的美丽了，你或许很久没有好好的在一个地方静静的住上几天了，并不是你不想常住，而是没有一处地方让你愿意停下脚步。  
其实，在恩施土家族，就有不少地方，能让你安静的住上一段时间，好好品味生活，清晨里山野乡间散散步，品一壶玉露茶，吃的都是纯天然绿色食物，这里或许有点过于安静，但是，却能让你真正理解生活的真谛。下午散步时，茶园里采摘嫩茶的老奶奶和老爷爷，这幸福的一幕，让我甚是感动。  
清风玉露一相逢，便胜却人间无数。  
我觉得修改成这样的一句诗歌，更能表达我对恩施枫香坡的感受。虽已是夏日，在恩施却一片清凉，清晨或是下午，泡一壶玉露茶，细细品味，便是最惬意的。  
玉露茶是恩施的名茶，也是中国十大历史名茶之一，汤色清，回甘淡雅，唇齿间茶香回味无穷。我坐在窗前，远眺山色，看清风阵阵轻抚树叶。  
恩施枫香坡  
茶花山居，一处走心，位于半山腰可欣赏山景的好客栈。中国风的装修，院子里种满了花花草草，后院的小山坡可以散步于松林间，感受大自然的宁静，客栈大堂可以在这里品一壶新茶。  
恩施枫香坡  
旅行也是生活，生活便需要融入当地人的生活中去。茶花山居有属于自己的菜园子，青椒、黄瓜、西红柿、萝卜、豆角、玉米等蔬菜，你可以提着菜篮子去菜地里采摘新鲜的食材。  
恩施枫香坡  
就如“向往的生活”一般，这里能体验到家一般的温馨，清洗好采摘回来的食材，自己动手做一份美食，选一个靠窗的位置坐下，一边欣赏着云卷云舒，一边品味生态美食，生活的安然，也不过如此这般惬意。  
客房，复式格局的两居室，是家庭出游或者三五好友旅行最佳的选择，原木的家装，简约的风格，这才是家的模样。特别适合周末，自驾来到这里，住上两日，回归田园的生活，享受一家人其乐融融的山居生活。  
如果说茶花山居是一处典雅别致的度假目的地，那么小溪古村便是品味古盐道文化的养生地。山谷间清澈小溪叮铃，故村名也由此而来。小溪胡家大院古村落是目前恩施州发现的保存最好的，最具规模的民居古建筑群落，它是巴蜀盐道上的古村落。  
恩施小溪古村  
青山岱秀，来形容这里最恰当不过了。早晚的温差，造就了这里清晨多云雾的气候，推开窗，就能欣赏这一幅山水画。  
胡家大院位于小溪河中游，由上坝、中坝、下坝三个大院落吊角楼群和河沙坝、梁子上、下河、茶园堡、三丘田等小院吊脚楼或单体木瓦结构建筑组成。巴蜀盐道是土家人文化传播路线，史学家称之为“中国内陆最重要的文化沉积带”。  
小溪是一个大聚居、小散居、土家、侗寨特色鲜明的古村落，以小溪河为轴线，依山临水，村寨与自然环境和谐共存，是原生态民族文化与生态文化高度融合的典范。青石作为路基以及房屋建造的基石，几百年的风雨洗礼，光滑的石梯和圆润的条石门槛显示出这些民居的古老。  
空气清新，夹杂着草木以及野花的清雅气息，在这里生活，会觉得每一口呼吸都是幸福的。我喜欢清晨坐在院子里的石阶上，闭上眼睛进行瑜伽呼吸，放松身心。闲暇的时光里，坐在门前的椅子上，翻阅书籍，自在的很。  
院子里生活着几只小猫，有时候它们就安静的躺在石板上睡觉，有时候会在阁楼上打闹嬉戏，也会在我安静的看书之际，来到你的身边蹭一蹭你的脚。  
夷水侗乡  
，位于恩施市芭蕉侗族乡高拱桥村，它集民俗展示、器物收藏、珍稀林木救护科研、林业科普、休闲养老于一体，景区内山清水秀、风景宜人，是以侗族文化、林业生态文化为主题的主题旅游景区。  
石磨，这是古代人生活的必要生活工具之一，现在却很难找到。不过在这里，你会感到惊喜，因为这里收集了几千个石磨。风雨桥，这是侗族儿女生活之地的标志性建筑之一，吊挂着的油纸伞，让这座风雨桥更有韵味了。  
除了在这里能感受到侗乡人民的特色之外，还能品味到特色的当地美食，夏日里，乘坐者小竹筏游于河流之中，感受一份夏日的清凉。  
昔日荒凉贫穷的土家山寨，悄然变身时尚靓丽的风情小镇。  
“山水养生、土苗风情、龙马精神”成为这个小镇的新标语。  
这是盐马古寨，如今已经焕然一新，在这里现在能看到飞檐黛瓦的土苗风情街。  
龙马风情小镇  
在这里还能感受到归乡发展人的热情和乡情。走的再远，也不忘家乡的情，所以越来越多的人选择了回家发展，风情街里有多家特色的民宿客栈，周末来这里小住两日，感受不一样的土家风情生活。  
风情龙马，慢漫生活。时光慢慢，是曲径通幽的古道老街，是飞檐黛瓦的丝丝乡愁；生活漫漫，是土苗儿女的情歌对唱，是一泓碧水的摇曳画舫。在这里，享受惬意的慢生活。  
“水碧绿而若宝玉，湖奇形而似游龙。玉龙湖之潋滟，似镜似璃；风情街之味韵，如楼如宇。”龙马风情小镇宛如一块碧玉，静卧于莽莽青山中，流光溢彩于山水间。  
北纬30°，总是有不一样的风土人情。在这里有一处神奇的茶叶生长地，这便是花枝山，它位于清江河畔，气候温暖湿润，土壤肥沃，四季分明，雨量充沛，土壤富含硒元素和有机质，常年云雾缭绕。  
群山似龙，清江如带，碧波清涧，茶香袅袅。靠山吃山，靠水吃水，生活在这里的土家族人民便开荒种茶，在山间开辟出大片的茶园，千百年来并建起了属于本土的花枝山茶文化。  
恩施玉露，能品味恩施土家族风情味道的好茶。玉露茶条索紧细、圆直，外形白毫显露，色泽苍翠润绿，形如松针，汤色清澈明亮，香气清鲜，滋味醇爽，叶底嫩绿匀整。  
阳光下，我被这山间的茶园所深深的吸引，于是走进茶园里，用手触摸这嫩绿的新芽，摘一片放进嘴里，嚼一嚼，清香的嫩叶，这大概就是恩施的味道之一吧。

评论：

## 111.恋上世界硒都，感受醉美恩施

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3700025.html

来源：携程

发表时间：2018-7-9

天数：6 天

游玩时间：7 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，美食，自驾，穷游，周末游

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，梭布垭石林，恩施土家女儿城，恩施土司城，夷水侗乡，七星寨景区，枫香坡侗族风情寨，绝壁长廊，迎客松，一炷香，母子情深

正文：  
前言  
北纬30°，是一条神秘而又奇特的纬线，贯穿四大文明古国。这里有着许多令人兴奋的景观，世界第一高峰珠穆朗玛峰、古埃及及金字塔群、狮身人面像之谜，神秘的撒哈拉沙漠达西里的“火神火种”壁画、死海、巴比伦的“空中花园”，横贯中华大地、日夜奔腾不息的母亲河长江……当然，还有闻名全球的“世界硒都”，被誉为”天然氧吧“、”最适宜洗肺的城市“---  
恩施  
。  
神秘的北纬30°给了恩施无限的惊喜，这里四季分明，冬无严寒，夏无酷暑，得天独厚的条件适宜多种动植物繁衍生息；这里是迄今为止发现的唯一独立硒矿床的“世界硒都”；这里空气质量优良，恩施州境内年均气温16.2℃，年平均降水量1600毫米。地处武汉和重庆两大“火炉”之间，是最适宜久居的“天然氧吧”。  
这里自然风光秀美，奇洞异穴光怪陆离。地质学家们称恩施是“喀斯特地貌中的精华，地质遗迹中的绝品，世界景观中的奇葩“。  
恩施大峡谷  
与美国科罗拉多大峡谷不分伯仲，是全球最美丽的大峡谷之一。  
这里有形成4.6亿年前的奥陶纪时期，堪称远古地质博物馆的  
梭布垭石林  
，狭缝秘境、化石古迹随处可见，整个石林犹如一座海底迷宫，美轮美奂。  
恩施市，位于湖北西南部，地处鄂、湘、渝三省（市）交汇处，是最近几年比较火热的一个旅游目的地。  
它不像丽江、大理、三亚那样热门，却像藏在深闺的姑娘一样美丽动人，但这样的低调丝毫不影响这里的韵味和精彩。  
-  
数年来多次打卡恩施，一次次走进这里，那种别样风情，独特的韵味和秀美的风光让人难以忘怀，每次的到来都能带来一种特别的惊喜……  
关于恩施  
恩施市，位于湖北省西南部，地处鄂、湘、渝三省（市）交汇处，是恩施土家族苗族自治州（简称恩施州）首府，是武陵山区经济、文化中心和交通枢纽。  
恩施市是湖北九大历史文化名城之一，历史悠久，人文底蕴浓厚。这里是巴文化的发祥地，巴楚文化、巴渝文化相互交融，有土家族、苗族、侗族、汉族、回族、蒙古族、彝族、纳西族、壮族等29个民族聚居于此，积淀了绚丽多彩的民族文化。  
恩施州森林覆盖率近70%，享有“鄂西林海”、 “华中药库”、 “烟草王国”、“世界硒都”之称，历史上曾被称为“楚川屏障”。恩施还拥有世界最大的独立硒矿床。  
吊脚楼、风雨桥是民族建筑的活化石，有富硒茶叶、板党、西兰卡普、云锦石等土特产，舞蹈、戏剧、曲艺、山民歌等民族民间艺术灿若星辰，恩施土家女儿会被誉为东方情人节。  
旅行攻略  
如何到达恩施  
飞机：  
恩施许家坪机场  
：已开通了武汉、西安、杭州、深圳、太原、等直航线路，北京、广州、上海、海口等地需经停武汉。  
-  
火车  
恩施火车站  
是宜万铁路的始发站之一，全线最大的市（地）级中间站，全国大部分城市都有动车或高铁直达恩施。发往武汉的车次最为密集，经成都、宜昌、武汉中转也是很方便。  
恩施部距城市中心舞阳坝10公里左右。  
-  
恩施大峡谷  
开放时间：8:00-16:00（旺季3月1日-11月30日）；8:30-15:30（淡季：12月1日-次年2月28日）  
门票：  
旺 季：七星寨 120元/张（3月1日--11月30日）  
云龙地缝 50元/张（1月1日--12月31日）  
淡 季：七星寨 80元/张（12月1日-次年2月28日）  
优惠票：七星寨 60元/张（学生、老年人）  
云龙地缝 25元/张（学生、老年人）  
景交车：30元/人·次（含往返）  
索道单程：105元/人·次（单 程），往返200元  
电扶梯：30元/人·次（单 程）  
-特殊人群优待政策：  
1、 现役军人武警伤残军人、军队离退休干部、在校学员凭有效证件免门票  
2、 60岁以上老人凭有效证件购买门票半价  
3、 70岁以上老人凭有效证件，免门票；1.2米以下儿童需成人带领免费参观  
4、 学生凭学生证购门票半价  
5、 国家新闻总署发的记者证免门票  
-  
龙船调  
票价：218--398元  
演出时间：20：10--21：20  
取票时间：8:00-19:30，19:30开始进场，请安排好时间。  
关于行程  
DAY1：  
武汉---恩施  
---  
恩施土家女儿城  
夜宿：恩施恋·清江民宿  
-  
DAY2：恩施梭布垭石林---龙马风情小镇  
夜宿：龙马风情小镇土司客栈  
-  
DAY3：  
恩施土司城  
---  
夷水侗乡  
---枫香坡生态旅游区  
夜宿：茶花山居精品民宿  
-  
DAY4：二官寨---小溪古村落  
夜宿：胡家大院农庄  
-  
DAY5：花枝山---恩施大峡谷云龙地缝景区---《龙船调》演出  
夜宿：恩施大峡谷女儿寨度假酒店  
-  
DAY6：恩施大峡谷  
七星寨景区  
---返程  
DAY1：恩施土家女儿城：相亲之都，恋爱之城  
对于武汉来说，，恩施无疑是一个绝好的避暑胜地，就在上周和好友一起背起行囊开启了为期六天的恩施之旅。  
从武汉出发，动车4个小时左右就可以抵达恩施，此行的第一站， 选在了土家女儿城景区，离  
恩施站  
仅10公里，不到半小时的车程。  
土家女儿城位于恩施市七里坪，距市区仅3公里，毗邻恩施市区，交通便利。这里是以土家族民族商业文化为核心，以“女儿会”为主线的特色风情古镇，也是恩施非物质遗产传承展演基地。“土家女儿会”、“赶场相亲会”定期在这里举办。城内土家特色小吃、餐饮、风情客栈、咖啡厅、酒吧、茶楼、夜宵城、运动中心、水上乐园一应俱全。  
虽为人造古镇，但这里仿古的建筑风格与土家吊脚楼相结合，完美的体现了土家族的民风民俗，是全国土家文化的雏形。  
土家民俗博物馆是免费开放的场馆，里面不仅陈列展示土家族人的生产生活、婚庆嫁娶等民俗用具，像打糍粑、做豆皮、切桃糕……这样的土家传统工艺，每天都有展示，还有一批非遗传承人在此现场展示土家族民俗技艺。  
再现了土家人熏腊味现场  
婚庆嫁娶等民俗用具  
这里还有一个特有的土家女儿会，被誉为东方情人节或土家情人节。  
传统的“女儿会”保存着古代巴人的原始婚俗遗风，一般会在每年的农历7月7日至12日这几天举行，是恩施土家族青年男女在追求自由婚姻的过程中，“以歌为媒，自主择偶”为主要目的的节日盛会。  
女儿会是恩施州土家族具有代表性的区域性民族传统节日之一，是一种独特而新奇的节俗文化。  
届时，以年轻姑娘为主，也有已婚妇女前往参加，通过对歌的形式寻找意中人或与旧情人约会，畅诉衷情。  
参加女儿会时，青年女子身着节日盛装，把自己最漂亮的衣服穿上，习惯把长的穿在里面，短的穿在外面，一件比一件短，层层都能被人看见，谓之“亮折子”或俗称“三滴水”，并佩戴上自己最好的金银首饰。  
女儿会这天，姑娘们把用背篓背来的土产山货摆在街道两旁，自己则稳稳当当地坐在倒放的背篓上，等待意中人来买东西。小伙子则在肩上斜挎一只背篓，形如漫不经心的游子，在姑娘面前搭讪，双方话语融洽，机缘相投时，就到街外的丛林中去赶“女儿会”，通过女问男答的对歌形式，互通心曲，以定终身。  
土家族哭嫁也是一大特色。  
土家族女儿出嫁时一定要会哭，谓之哭嫁，哭得动听，哭得感人的姑哭嫁有专门的“哭嫁歌”，是一门传统技艺。土家姑娘从十二三岁开始学习哭嫁。过去，不哭的姑娘不准出嫁。现在，哭嫁仅在僻偏的山寨还有此习俗。土家族女儿出嫁时一定要会哭，谓之哭嫁，哭得动听，哭得感人的姑娘，人称聪明伶俐的好媳妇。  
哭嫁的高潮是在新娘出嫁的日子。在出嫁的前一天，亲朋乡邻都前来祝贺和哭别。新娘家要邀请新娘九位最好的未婚女伴，陪着新娘哭，叫“十姊妹会”。这九位姑娘是陪哭的重要角色，因此无论她们家住远近，无论风雨阴晴，新娘家均要打轿派人去接。十姐妹聚齐后，新娘家将两张八仙桌拼在一起，摆在堂屋中间，比新娘年长的坐上方，与新娘年龄一般大的姑娘坐两旁，新娘坐在姑娘们中间。哭的内容主要是叙述姐妹友情，也有鼓励、劝慰的话语。  
街头还在特定时间有各种演出。  
土司巡城表演  
“摔碗酒”，缘于土家族，在古代是土家儿女上战场前的一种壮行酒。  
相传，很早以前，土家族的两个族长或是兄弟之间有了恩怨，为了民族的生存和发展，两人决定尽释前嫌，于是共饮一碗酒，以示今后的友谊与和谐，饮过之后，将碗摔碎，以泯恩仇，也显示了二人的肚量和豪气。  
现在演绎的是独特有趣的民俗，就是你喝完酒，把碗给摔了，摔得越碎越吉利。不过要小心碎渣渣别溅起来划伤自己或他人。  
最后分享下  
土家女儿城演出时间  
：  
土家传统劳作文化展示《打糍粑》 上午：9：00--11：00 演出地点：土家民俗博物馆  
国家非物质文化遗产保护名录《舞狮表演》 下午：17：00---17：30 演出地点：土家民俗博物馆正门  
土家传统民俗风情展示展演 下午：18：00--18：15 演出地点：女儿城巴人堂大门口  
大型土苗风情歌舞晚会《巴土恋歌》 下午：18：30--19：15 演出地点： 巴人堂  
大型实景剧《赶场相亲•女儿会》 晚上：20：00--21：00 演出地点：土家女儿城全城巡演  
民间曲艺表演《坝坝茶》 晚上：20：30--21：30 演出地点：施南茶局门口  
土家族传统习俗赶场文化街展演 晚上：18：00--22：00 演出地点：比兹卡大街  
国家非物质文化传承技艺展示展演《西兰卡普制作技艺》 全天 演出地点： 土家民俗博物馆  
《  
利川  
灯歌•龙船调》 上午：11：00--11：20 下午：15：00--15：20 16：00--16：20  
演出地点：土家民俗博物馆十大碗茶摊  
-----------------------------------------------------------------------------------  
恩施土家女儿城  
地址：恩施市城郊马鞍山路  
门票：免费  
交通：  
12路（航空路—华硒生态园）至华硒生态园下车  
21路（舞阳坝—柳州城）至华硒生态园站下车  
25路（舞阳坝—金桂大道—七里坪互通）至华硒生态园下车  
28路（官坡—华硒生态园）至华硒生态园下车  
夜宿恩施恋·清江民宿  
当天入住的是恋清江民宿，就在女儿城景区里面，逛起来相当方便。民宿的左侧紧邻大型停车场，对于自驾出行也是相当便利。  
恩施恋·清江民宿，不同于普通层面上的民宿，走的是高大上路线，内有15间客房，1个中型会议室，棋牌活动室、KTV等娱乐场所。  
一进去就是宽敞舒适的大厅  
清静的庭院，泡上一壶茶，可悠闲自在的静静发呆......  
房间宽敞简洁也很新，但里面一丁点不舒服的味道都没有。  
房间装修简约却不简单，每个布置，每个摆设，都是刚刚好的感觉。  
房间还为家庭出行的精心设计配备了单独的隔间，1.2m的单人床，对于一家三口出游甚是极好。  
不论是艺术挂画、灯带、香薰、茶几、台灯等都能营造出温馨氛围，感受到这就是自己理想的居住环境。  
淋浴和厕所巧妙地干湿分区，互不干扰。  
床垫软硬度刚刚好，床品也很亲肤，在这样的大床上睡觉，一夜好眠。  
恩施恋·清江民宿  
地址：恩施市马鞍山路41号土家女儿城28栋101A一楼  
DAY2：恩施梭布垭石林：四亿六千万年锻造的传奇  
来一个景区、读一部史诗，恩施梭布垭石林能够满足你，  
恩施梭布垭石林是一片神秘的天地：有着“世界第一奥陶纪石林”之称，狭缝秘境、化石古迹随处可见，堪称一座远古地质博物馆。形成于4.6亿年前的奥陶纪时期，总面积21平方公里，是仅次于云南石林的国内第二大石林。  
抵达景区时，雨后天空放晴，处处现云雾缭绕的景象。  
进入石林景区，一片片石林跃入眼帘，蔚然壮观。  
铁甲寨  
放慢脚步，细心地就会瞧见生物化石的遗迹，行走其中，仿佛穿越到了远古时代。  
梭布垭是4.6亿年形成的世界最古老的奥陶纪石林，比云南石林早2亿年；海枯石烂成为了梭布垭的真实写照。  
全世界奥陶纪成片石林十分稀少，2米以上谓之世间珍品，梭布垭石林由于特殊地质构造，石林达到了20米以上，是云南石林的10倍，堪称世界奇迹。  
梭布垭石林四周翠屏环绕，群峰竞秀。石林中遍布奇岩怪石，有的形若苍鹰望月，有的神似仙女回眸，有的状如龙争虎斗，有的酷肖莲花朵朵，千姿百态，风情万种，令人叹为观止。  
由岩溶地貌组成的溶纹景观，是梭布垭的稀世之宝。  
生物化石遗迹  
观赏石林的形状，有些需要用噫想。你看这块蘑菇石，还是极为相象的。  
自然的造化使这里每一片张扬的、含蓄的、温润的、嶙峋的石头、石笋、石柱、石龛，都深深地隐藏在这崇山峻岭中，如羞涩的少女，千百年来不以面示人。  
梭布垭石林植被良好，被誉为中国“戴冠石林”之首，终年树木常青，四季有花有果。  
虽是石林，但梭布垭石林更为神奇，看上去就是满眼绿色，那长在石缝中的草，立在石顶上的树，像披上伪装的奇兵，倘若不是身处其中，很难想象这是石林的景象。  
对歌台上还有对唱山歌表演。  
犀牛是土家族古老的图腾信仰之一，是吉祥如意的象征，当地人把此沟称为犀牛沟。这里早在远古时期，山体运动而形成的一条地缝，景色迷人，超级震撼。  
犀牛沟是地下石林的杰作，沿着狭窄石梯进入沟底，鬼魅般的石林一簇一簇丛生，黑乎乎的布满螺旋纹理，站在湿滑、冷浸的石沟里仰望，那状如犀牛和老鹰的石头正俯视众生，这就是俗称三峡石笋的中华震旦角石。  
如今，梭布垭石林景区所在地因丰富的非遗文化被称为中国优秀的民间艺术之乡，山民歌成为了如今文化之魂，年年在这里举办被誉为东方情人节的“土家女儿会”，已成为恩施市三张名片之一，当地遗留的古部落开寨仪式，茅古斯，傩戏等成为了景区的文化代表作。  
-------------------------------------------------------------------------  
梭布垭石林  
地址：恩施州城北54公里的恩施市太阳河乡境内。  
开放时间：旺季：8:30-15:30 淡季：9:00-15:00  
门票：成人景区套票（含大门票+景交车票） 108元  
交通：恩施挂榜岩车站或者恩施火车站旅游接待中心乘坐梭布垭石林专线车直达  
自驾:（恩施出发） 恩施市—龙凤坝-白杨坪（转白奉公路）-梭布垭石林。  
龙马风情小镇  
远离尘嚣，走进龙马小镇，品味慢城生活。  
龙马风情小镇距恩施市区30公里，位于恩施--龙马--梭布垭--大峡谷风景区连接线上，是古时川渝鄂盐茶古道的主要中转集散地，也是龙凤镇发展全域旅游的核心所在。  
龙马风情小镇以龙马清水河两岸为依托，按4A级旅游景区标准规划设计，是国家民委第二批确认批复的“中国少数民族特色村寨”。  
青瓦白墙，颇具风情  
风情龙马，慢漫生活。时光慢慢，是曲径通幽的古道老街，是飞檐黛瓦的丝丝乡愁；生活漫漫，是土苗儿女的情歌对唱，是一泓碧水的摇曳画舫。  
龙马风情小镇脱颖而出，给人眼睛一亮的感觉。她不仅为恩施全域旅游增加了一个景点，而且也为恩施的新型城镇化、特色小城镇建设提供了可借鉴的样本。  
龙马风情小镇形成独树一帜富有特色的农林休闲旅游集散地，是可以“看得见山，望得到水、记得住乡愁”，是目前乡村旅游休闲最佳目的地。  
这里能体验得到纯正的土家风情。也能吃的安心、住的舒服、玩的自在、养的悠闲。  
到达龙马风情小镇的当天，入住的是土司客栈，晚饭也一并在酒店解决。  
先晒个房间，低调奢华范儿的，床垫和床品都是高分选项。  
房间干净整洁，非常舒适  
至于菜式出品，慢慢往下看......  
就个人口味而言，味道还真不错，值得双手点赞。  
DAY3：恩施土司城：土司文化的圣殿  
恩施土司城，又称墨卫楼，是国内唯一一座规模最大、工程宏伟、风格独特、景观靓丽的土司文化标志性工程。属古迹与建筑类园林景观民俗风景区，由苏州园林设计院设计，地方民间艺人承建的土家族地区仿古土司庄园建筑群，集中反映了土家族丰富而独特的建筑艺术，展示了土家族的历史渊源和土家族古老而淳厚的民风民俗。  
恩施土司城的门楼，外观庄重华丽。门楼高25米，宽12米，是栋榫卯结构的木楼。高大壮观、结构精良；布局精巧合理。两边走马转角楼梯可盘旋至顶，层层相通相连。门楼门窗由镂空雕花图案组成，内容多为戏文及民间传奇故事。  
"恩施土司城" 牌匾是由著名社会学家、全国人大副委员长费孝通亲自命名并题写。  
桐族风雨桥，两座桥亭耸立于桥廊之上，飞檐翘角，画栋雕梁，十分精致美观。  
这是土家族十分崇尚的先祖廪君庙，坐西朝东，雄峙山腰，巍峨气势。  
历史记载廪君率领巴人开疆拓土，建立巴国。相传他的心愿已了，便坐化升天，死后化作白虎。巴人为缅怀他的功德，建此庙立像祭祀。  
顺便问了度娘，当时土家族地区的土司制度，起于元代，土司虽划疆分治，但在政治上依靠中央王朝，需按期缴纳一定的贡赋，承担一部分政治、经济、军事等方面的义务，生杀在掌、称雄一方。土司王实际就是一个地方的土皇帝。  
土司制度采用"以夷制夷"的策略，起初对少数民族地区的发展产生了一定的积极影响。随着社会生产力的不断发展，土司制度就不能适应社会发展的需要。广大人民不断的反抗斗争动摇了土司制度的统治，再加上土司又日益与中央王朝对立，至清代雍正、乾隆两朝的大力"改土归流"后，土司制度历经元明清三朝前后450余年就一步步走向衰落。  
土司城的核心部位就是九进堂了。九进堂建筑面积3999平方米，是目前国内罕见的规模宏大的纯榫卯结构的建筑。  
不巧的是到访的时候正遇上景区在整体修缮，可惜的是大的场景暂时无法展现出来，只好留到下次系统全面的再游一次好了。  
土司城门楼的守护神，两个彪形大汉，虎视眈眈。  
第三进是紧邻戏楼的"议事厅"，主要是供土司王与官员看戏和商议军政事务的地方。  
上了石阶，就是第四进的摆手堂。五层楼高，层层飞檐，亭亭而上。上三层是圆顶亭盖，下两层是四壁见方的厅堂。上圆下方，体现中国天圆地方的宇宙观。 这里展示了土家人的风土人情，文化艺术和历史故事。  
石阶上的龙上凤下以及彩金的龙刻柱子，更显皇家气派。  
窗户、屏风的雕刻是非常精致的。  
飞檐翘角，形如飞鸟展翅，建筑群中层层叠叠的飞檐更是营造出壮观的气势和中国古建筑特有的飞动轻快的韵味。  
----------------------------------------------------------------------------------------------  
恩施土司城  
-开放时间：夏季：8:00-18:30 冬季：8:30-17:30  
-门票价格： 成人票：50元；优惠票：25元  
-最佳时间： 一年四季均可  
-公交：恩施火车站30路公交车直达土司城站，共13站。  
恩施夷水侗乡  
恩施芭蕉侗族乡高拱桥村的夷水侗乡，是一个将侗族文化和原生态林业文化完美结合在一起的主题旅游区。  
山清水秀、风景宜人是它给人的第一印象。天蓝，云白，山绿，水清，一走进景区，整个人都觉得心旷神怡，神清气爽。  
远处的山峦云雾缭绕，美不胜收。近处的河水闪着翡翠般魅惑的绿光，水平如镜，美自天成。  
夷水侗乡的三个宝贝，鼓楼、风雨桥和大歌，有“侗族三宝”之称。  
鼓楼是侗族最重要的建筑，没有之一。它形似宝塔，最早是为了方便侗族人议事以及节日聚会而建，如今则是成为了侗族特色代表。常见的侗族鼓楼分为歇山式和攒尖顶式两种，夷水侗乡的鼓楼是典型的攒尖顶式。这座鼓楼高56米，共33层重檐，由混凝土和木质两部分组成。结构精巧，造型美观，楼中设有巴蜀民族民俗博物馆，展示浓郁的巴蜀文化，顶层悬有一面大鼓。  
风雨桥原名花桥，它是侗族建筑艺术的精华所在。在环绕侗族村寨的河流上，或者是在穿村寨而过的河流上都会有独具浓厚民族特色的花桥。花桥结构极其有讲究，桥身大多是用杉木横穿直套，卯眼相接，不用铁钉和铁部件。花桥的桥身上会建一个能把桥身遮盖起来的长廊，长廊上有供过路人休息的长凳，以供人民在桥上遮风避雨，所以花桥才会有风雨桥之名。  
侗族大歌和一般民间歌曲不同，它不仅仅是一种音乐艺术珙式，更是侗族文化的直接体现。在夷水侗乡，在宁静的河水上，竹排穿山过水，竹排上幺妹甜甜的歌声在山水间回荡，歌美人美，心情亦美～  
除了景美，夷水侗乡还有最让人称道的一个宝物，它是一幢民居......  
乍一眼看上去这幢民居似乎并没有什么特别的，老老旧旧的毫不起眼。可是，如果你足够识货，细细研究下就会发现，这样一整幢房，全屋都是由珍贵的金丝楠木打造。  
金丝楠木你可能没有那么熟悉，但八成也听说过它的大名。江湖传言，一根金丝楠木能换一套房。注意，是一根就能换套房，可见其珍贵。而这幢房子，全屋使用的木料，全部都是上好的金丝楠木。据不完全统计，里面总用楠木木料高达100余方，最大木柱直径50厘米，整个用到的金丝楠木多达30余根，最大年轮达千年之久。  
这是金丝楠木屋内的景象，很简朴的陈设，房屋的围墙也是楠木，距今已以有500多年历史，一丁点都没有腐坏也是相当神奇。  
安利下鉴定金丝楠木的小法子：如图，用手电筒照一下，能反射出金光的才是真品。  
据介绍，这幢房子原本位于恩施土家族苗族自治州来凤县大河乡栏马村，为了让它得到更好的修缮与保护，才从原址整体原位迁移进了夷水侗乡。据说，光搬迁费用，花费就高达近百万。  
---------------------------------------------------------------------------------------------  
夷水侗乡  
地址：恩施市芭蕉侗族乡高拱桥村  
-营业时间：08:30-17:30  
-乘车线路：硒都广场处乘坐恩施至芭蕉或者朱砂溪公交车，在恩施林博园站下车（30分钟车程）  
-发班时间：6:20-18:00  
-自驾线路：机场路-清江桥-六角亭-南门-恩咸公路-夷水侗乡景区  
恩施枫香坡生态旅游区  
枫香坡侗族风情寨  
和夷水侗乡相对。寨子是侗族人聚居地，也是个侗族风情浓郁的休闲景区，集休闲、娱乐、乡村体验于一体。  
寨内有推磨舂米、榨油、织布、垂钓、打铁、做瓦、水车汲水等可供游客体验休闲景点20余处；  
有300余亩生态茶园可供采茶、制茶；有为数不少的农家乐，可以参观传统农具展示，吃可口农家饭，品正宗油茶汤；可以欣赏原汁原味的侗族歌舞，可以在侗族小妹的美妙歌声里领戴侗带，豪饮拦路酒......  
生态茶园  
鼓楼，造型独特，共有九重瓦檐，一、二层呈四边形，三至八层好像是六边形，最上面是八边形，青瓦白檐，翘起的檐角在天空勾勒出一条条整齐的白线，而内部从第六层起，每层都是骑在下一层之上的，于是4—9层的柱子都是悬着的的，形成吊脚，相同角度的吊脚也形成一条条黄色线，既有层次美，又有错落美。  
生态茶园里茶农忙着采茶  
傍晚时分，在霞光的映照下，枫香坡又是另一番美丽的景象。  
-----------------------------------------------------------------------------  
旅游小贴士：  
恩施枫香坡生态旅游区  
地址：恩施市芭蕉侗族乡高拱桥村  
乘车线路：在恩施市清江桥硒都广场车展乘坐公交车前往，票价3元。  
自驾线路：从恩施城区出发，沿恩咸公路基层工作芭蕉方向行驶11公里后，抵达高拱桥集镇，向右进入朱砂溪方向约1.5公里，过风雨桥即到。  
恩施茶花山居精品民宿  
现在流行“有一种旅行，叫做住民宿”，能“像本地人一样去生活” 享受酒店所不能带来自己理想的居住环境。  
游完枫香坡后就近入住了茶花山居精品民宿。  
茶花山居依山就势而建，占地1000多平方米，是许多精致的小院落组成一个大院落群，房间散落在院落的四周，安静而清幽，每一个角落便是一处景致。  
在民宿里就能远眺群山，推窗即可闻茶香，还能享受无微不至的的管家式服务。  
住民宿比起酒店更有人情味，管家会把每一个前来入住的客人当作朋友对待，可以比较直观体验当地生活。  
13个房间分别取了动听的名字，“云落、风起、见山、听雨……”，主人说以此来映衬这里的景色，营造一种“云落了，长风起，见群山巍峨，听雨而安眠。“  
走进民宿客房，第一感觉是呼吸舒畅，有天然木香，一整面阳光墙，就是中式玻璃窗……  
简约装修，古朴典雅庄重，  
晚餐也在民宿解决的。  
餐厅菜品选用的蔬菜都是自家有机种植，而腊味也是采购农户家的山猪再熏制加工而成，最大限度的保证了菜品的新鲜以及口感。  
土豆饭是强烈推荐的必点主食，醇香可口  
选用山上散养的土鸡，清炖的土鸡汤香浓美味。  
而早上，管家精心准备了多彩早餐，南瓜粥配上红番茄、煎蛋饼、青豆角、白馒头、土豆泥，不仅色彩丰富，也是营养美味。  
在阳光下享用五彩早餐，怡然自得。  
置身美景，感受乡村精致慢生活！  
DAY4：盛家坝二官寨  
二官寨位于恩施市盛家坝乡。传清  
咸丰  
年间，恩施知县任海宴曾会同昔在新疆为官的本地人士康明达一同在此断过争田界纠纷案，遂得名“二官界”，后因兵燹筑寨，更名“二官寨”。2014年，该村被命名为中国传统古村落，更不乏秀美的田园山水。 境内至今仍保留有几处百年古寨，其中最具盛名的是小溪、旧铺两个古寨。  
二官寨境内有条小河原本无名。传当年康明达邀请任海宴去老家做客路过此河时，两人相互礼让不肯先行，遂挽手相扶而渡，后人便将此河唤作“官渡河”。溯河而上，有两股水流，便是该河的两个源头：北为“旧铺河”，岸边有座百年古寨——康家大院，由康明达于清咸丰年间所建；东为“小溪”，岸边亦有座百年古寨——胡家大院，由清乾隆年间秀才胡永连所建。  
据介绍，坐落在旧铺（地名）的康家大院是古时入川官道上的驿站，“当年石达开率太平军便是经此道入川的”；位于小溪（地名）的胡家大院亦为古时巴蜀盐道上的驿站。  
百年古桥，诉说着岁月的沧桑  
抵达康家大院时，不巧的是正遇上在此拍摄电影，古宅里都布置成电影场景，无奈随手拍了几张就返回了。  
村口的小溪边是夏日里嬉水玩耍的好地方。  
小溪古村落  
小溪村，以小溪河而得名。小溪地处小溪河中游，海拔1000米，是一个大聚居、小散居、土家、侗寨特色鲜明的古村落，由上坝、中坝、下坝三个大院落及河沙坝、梁子上、下河、茶园堡、三丘田等三五户小院组成。整个村庄呈现出一幅古朴、幽静的原始农耕文明图景。  
雨后的小溪古村落云雾缭绕，宛如仙境。  
在村庄，炊烟比任何一件事物都显得特别，但又不是乡村最醒目的事物，它不太让人关注，总是在不经意间悄无声音地出现。  
小溪古村落以小溪河为轴线，依山临水，一线串珠般自然形成6个大小不等的坪坝，有古建筑70多栋（吊脚楼）。小溪吊脚楼群特色鲜明，有双吊、单吊、“一”字形、撮箕口、亮柱子等多种样式。  
据记载，胡家大院建于清乾隆年间，为秀才胡永连（胡枝砚之孙）修建。据族谱记载，小溪胡氏源于安徽和州（今和县），明代洪武二年征蛮留居湖南芷江。其第六代胡文隆约于清康（熙）雍（正）间“避苗乱”迁恩施屯堡鸭松溪，育三子（胡枝砚、胡枝秀、胡枝英），后三子移居盛家坝，分别落户石门坝、秀溪塘、小溪。其中胡枝砚落户小溪，至今已传13代，有近300年历史。  
胡家大院是目前恩施州发现的保存最好的，最具规模的民居古建筑群落。为湖北省文物保护单位。  
最近正在胡家大院电影取景，现在里面呈现出的是“乡村小学”的模样。  
喵大人静静地发呆  
保存完好的吊脚楼  
住和吃的问题，统统是在胡家大院农庄解决的。  
这几样农家菜虽然摆盘没有那么精致，但都是家的味道。  
DAY5：花枝山  
恩施为中华贡茶文化发源地，优越的自然条件，浓郁的文化氛围，独特的资源优势，孕育了恩施富硒有机健康茶叶。  
恩施地处武陵山区腹地，土壤肥沃，四季分明，冬无严寒，夏无酷暑，终年云雾缭绕，温度、湿度等气候条件非常适合茶叶生长。 恩施素有“八百里清江，八百里画廊”之美誉，是生产名优茶的理想之地。  
花枝山位于恩施大峡谷，以盛产花枝茶而闻名。花枝茶基地分布在硒矿带上。硒具有抗癌、抗衰老、抗辐射的功效，能抑制大骨节病，克疝病等40余种慢性病。  
花枝茶品质高贵，良好的生态环境，造就出享誉世界的花枝茶系列富硒茶。  
恩施玉露是国内罕有的传统蒸青绿茶。选用叶色浓绿的一芽一叶或一芽二叶鲜叶经蒸汽杀青制作而成。成茶条索紧细，色泽鲜绿，匀齐挺直，状如松针；茶汤清澈明亮，香气清鲜，滋味甘醇，叶底色绿如玉。  
恩施花枝山生态农业股份有限公司位于恩施大峡谷黄鹤楼生态走廊入口处，是一家集茶叶等农副产品种植、加工、研发、销售和旅游产品开发为一体的综合型企业。公司采取O2O营销模式，实现网上销售、网下体验 。  
花枝茶多次在国际国内参评中赢得多项殊荣。  
茶艺表演  
恩施大峡谷（云龙地缝景区）：迷宫般的世界  
提起恩施，大多数人都只是知道地面上有一条雄奇壮丽的大峡谷，但在地面之下还深藏着另一道绝美景观——云龙河地缝。在中国的地缝中它并非最深最长，但却蕴藏着诸多独特的奇异景观：世所罕见的U形地缝、形态各异的瀑布群、多姿多彩的喀斯特象形石……  
恩施大峡谷是世界上唯一的“地缝—天坑—岩柱群”同时并存的复合型喀斯特地貌“天然博物馆”，恩施大峡谷云龙地缝被称“地球最美丽的伤痕”。目前已建成开放七星寨和云龙地缝两个景区。  
先从云龙河地缝说起。  
站在横跨地缝的风雨桥上向下看，只见地缝幽深，树木郁闭，看上去仿佛深不见底；顺着地缝的延伸方向看，一眼望不到头......  
从上往下看，峡谷还是挺深的，安全起见还是缓慢通行。  
瀑布群是云龙河地缝的另一大特色。在地缝底部穿行，时不时就可看到气势磅礴，姿态飘逸形形色色的瀑布出现在眼前。  
飞龙瀑布位于云龙河地缝上段，遇见丰水季节水流湍急，悬瀑飞溅，声势浩大。  
一路下来都是瀑布飞流直下，好在步行栈道是比较好走，都有护栏保证安全。  
据科考人员探索，云龙河地缝是龙桥暗河在进入恩施后，一段地下伏流在以暗河形式沉睡了两三千万年后，顶部坍塌形成的地缝。  
当时的发现者是这样描述云龙河地缝的:“其势险要，悬崖峭壁犹如刀砍斧削，白色的岩石裸露在外，蔚为壮观……一路上分布有瀑布十多处，谷底有金色石龟，煞是美观”,并预估这可能是世界上最长、最深的地缝。  
中国地质大学实地考证，这是世界上唯一两岸不同地质年代的地缝。右岸为1.8-2.3亿年前形成的三迭纪地层，左岸是2.5-2.8亿年前形成的二迭纪地层。原因是：在早期地壳变动中由于断裂作用，使三迭纪地层与二迭纪地层呈断层接触，后经过山地抬升和水流沿断裂薄弱带长期下切、侵蚀，而形成深谷地缝。  
云龙地缝具有奇异独特的喀斯特景观，囊括了诸多旅游资源单体；其外绝壁、巨壑环抱，山峦叠嶂，地形多变；其内流水淙淙，飞瀑跌落，奇石林立；雄奇险峻，厚重幽远。  
云龙地缝其体态呈“U”形，全长3.6千米、平均深75米，对外开放1.6公里。  
龙船调：山水实景音乐剧  
《龙船调》，原是恩施民歌，早在上世纪八十年代就被联合国教科文组织评为世界25首优秀民歌之一，歌唱家宋祖英在维也纳金色大厅唱响了《龙船调》，引发了世人对《龙船调》的热爱。  
而大型山水实景音乐剧《龙船调》，同名民歌改编而来，以恩施地区土司时代的一对土家少男少女的爱情故事为蓝本，描写他们挣脱封建束缚、追求自由爱情的感人故事。  
全剧不仅汲取了极具恩施地方特色的土家民族音乐元素，同时结合恩施大峡谷的景点特色，借助现代高科技舞台特效技术，营造出一场奇幻绚丽、生动感人、美轮美奂的艺术盛宴。  
全剧共分为四幕，第一幕：选瓜 定情  
宁静的夜晚，沉睡的村寨里，河岸上燃起火把，贫穷的艄公家和庄严的土司楼台中，同一声婴儿的啼器声打破了寂静的夜空......  
时光飞逝，美丽善良的土司女儿和勤劳朴实的艄公儿子长大成人。一年一度的土家情人节---女儿会。人们穿上节日的盛装，踏着歌声翩翩起舞，大峡谷中一片欢乐的海洋。豪放大胆的朴实瓠子引起了貌美的幺妹注意，两人四目相对一见钟情。  
第二幕 情殇 毒誓  
“千缕线，一腔情” “妹娃窗前来织绵，月光可知妹娃心，织绵为了心上人” 两人在龙船河边倾诉着相思之苦，情难自控，偷尝禁果，私定终身。  
土司老爷发现了缠绵的两人，即命巫帅梯玛下咒处置。龙船调上顿时燃起熊熊烈火，将整个河面燃烧成狰狞的火龙，誓要燃尽幺妹的思恋。  
幺妹为救心上人性命，违心起誓，今生不再相见。  
第三幕 重逢 犯神  
土司择日嫁女，看着心爱的人远嫁他方，瓠子肝肠寸断，伤心欲绝。  
幺妹违背誓言出现在心上人面前，誓言骤然应验，瓠子摔倒在地，一动不动。  
冰冷的焰火自一柱香发出。呼啸着，蜿蜒抵达河面。隐隐可见河神诡秘的面目。两人的爱情不能得到族人的祝福。愿在黄泉双宿双栖。  
第四幕 冰释 传奇  
大雪纷纷，寒风凛冽，龙船河一湾碧水凝结成冰，痴情的幺妹怀抱着奄奄一息的瓠子，祈求着河神。用自己赤裸的身躯温热河神冰冷的心......众乡亲高举火把，从四面八方闻讯赶来，以土家特有的方式声援幺妹，缄默的河神终于开口。龙船河应声裂开，山崩地裂，天地为之动容，咒语解除。  
得到了上天与众人的祝福，在《龙船调》的歌声中，幺妹与瓠子举行盛大的土家婚礼，为旷世的传奇爱情画上圆满的句号。  
恩施大峡谷女儿寨度假酒店  
在恩施大峡谷，入住在女儿寨度假酒店。这是一家集土家族苗族羌族建筑风格为一体的综合四星级酒店，也是景区里配套和设施最完善的一家酒店。  
宽敞明亮的大厅  
大厅休息区装饰上运用土家族独特的民族地域色彩和元素，以最风情的土苗文化方式营造最深刻的印象。  
民族个性化的房间，精致、温馨。  
景观房配有现代化液晶电视机、无线网络等，再加上独特的民族装饰，推开窗户就可享受大自然恬静与悠然。  
要想拍摄恩施大峡谷日出，住在山顶的峡谷轩酒店是最为方便的。  
峡谷轩酒店位于中楼门景区，是集餐饮、住宿、会议为一体的三星级度假酒店，酒店拥有客房32间。  
酒店装潢典雅、环境优美。  
DAY6：恩施大峡谷（七星寨景区）：世界最美的峡谷  
时隔多年，再次到访恩施大峡谷。  
七星寨绝壁为三叠系灰岩中发育的巨型柱状岩体群，直立于陡坡上，高耸林立，极为壮观。  
它不同于峰林及石林，而是一种柱状山体，正对的巨型岩柱块，长800米、宽150米、柱高近200米，顶面中央有个汇水小水塘、形成了表层洼地，看上去就是两头高、中间低的弧形平面。  
恩施大峡谷的日出格外绚丽  
七星寨景区是整个清江大断裂景观的精华，由小楼门、中楼门、大楼门组成。沿着8.5公里长的步道，可以欣赏小楼门群峰、龙门石浪、一线天、  
绝壁长廊  
、祥云火炬、  
迎客松  
、  
一炷香  
、双子塔、玉笔峰、玉女峰、玉屏峰等著名景点。  
当朝霞满天，霞光映照下的迎客松光彩夺目  
迎客松是恩施大峡谷的五大奇观之一，在喀斯特地貌里，有绝壁者无峰丛，有峰丛者无绝壁。而在这里兼而有之，不得不说是个奇迹。  
在晨光的映照下，云龙地缝格外醒目。  
索道是云龙地缝景区通往七星寨景区的重要交通工具  
索道上往下看，云龙地缝就像是用斧子劈开一条裂缝一般......  
祥云火炬  
这里上山途中也有挑夫提供服务，都是明码标价，价格你们感受下......  
一炷香  
“一炷香”，高约150余米，最小直径只有4米，由于长江、清江水系长期交错的影响，不断地侵蚀，不断地冲刷，才形成如今陡峭的石柱。风吹不倒，雨打不动，傲立群峰之中千万年，守护着这片神秘的土地。由于保存极度困难，所以地球上类似细长的石柱并不多见，而最长最大的莫过如此。  
相传，这根石柱是天神送给当地百姓的一根难香，如遇灾难将他点燃，天神看到寥寥青烟，就会下凡来救苦救难，所以当地百姓称它为“难香”，这难香又长又细，晴空万里时，一朵白云叠在峰顶，远远看去就像天上的香火，宛若仙境；阴雨天气时，升起的一层薄雾，就像一缕青纱，将它打扮得若隐若现，妩媚动人。  
上图就是  
母子情深  
，  
这副大自然的杰作就是一座摇蓝曲的雕塑，宛如一个土家女子抱着一个婴儿亲脸蛋，这深情的一吻，见证了天下母爱的伟大。  
整个行程大约需要4个小时左右，轻松刷出1万多步，对于体力和耐力是个小小的考验。  
下山省时、省力的话，可乘坐观光手扶电梯下行（需要单独购30元电梯票），，还能饱览沿途峡谷美景。  
整座电梯依山势而建，呈“∑”形布置，远观如山野卧苍龙，气势贯如虹。  
好了，这次就先和硒都告别了，恩施下次再见！  
舌尖上的恩施：特色美食  
张关合渣，恩施民间家常菜，由黄豆和萝卜菜做成，营养价值极高。张关合渣在黄豆选用和制作工艺上与其它豆制品不同，不压榨、不点卤，合渣清汤成型，鲜嫩爽滑、麻辣而不燥。  
榨广椒大刀肉，融合了土家族特有的历史文化，体现了“大口吃肉、大碗喝酒”的土家习俗。选用上等的黑猪肉和自制的榨广椒炒制而成，是土家人接待贵客或过年时必不可少的一道传统菜。  
土家腊蹄，一般选用家户自养的猪，采用当地传统方法熏制的腊味为原料，经火锅炖制，腊味浓郁，让人吃得都停不下来。  
再来说下恩施土鸡汤，采用本地散养土鸡，配上葛根粉、恩施党参、天麻、红枣、枸杞或糯米等原材料，煨制而成，绿色健康、清淡滋补。  
油茶汤，是土家族人特有的一种传统美食，又称为土家油茶汤。制作十分考究，先将茶叶、粉丝、黄豆等物，用油炸过，加煮熟的腊肉粒、豆腐颗和玉米泡，再加葱花、姜米等佐料，掺上烧沸的油汤，吃起来清香爽口。  
根粑凉粉，至今已有百多年历史，以天然高山蕨根为原材料，地地道道的绿色食品。  
山野莼菜，口感圆润，鲜美滑嫩，富有多种维生素和胶原蛋白，营养价值极高，具有抗癌、补锌、美容等保健作用。  
恩施豆干，传统做法，口感纯正。  
恩施特色美食  
实在太多了，在此就不一一罗列了，当然还有土家扣肉、土家年肉、粗粮粑、  
建始  
大饼、土家豆皮、土家香社饭......

评论：

## 112.看腻了繁华的城市，觅一处宁静之美的它

https://you.ctrip.com/travels/hefeng1446199/3700848.html

来源：携程

发表时间：2018-7-10

天数：6 天

游玩时间：6 月

人均花费：2400 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
经常被问及，湖北除了武汉还有哪些值得去的地方？  
当然我会毫不犹豫，脱口而出：  
恩施  
。  
如果你看腻了喧嚣繁华的城市，来  
恩施  
寻觅一处大山深处的宁静吧。  
我是丹青，ChelseaChen,90后旅行达人，旅游自媒体，旅行摄影，愿我看到的世界也是你喜欢的。  
我爱旅行、爱摄影、爱捣腾攻略、爱记录、爱分享，我的足迹到过我国北京、上海、重庆、吉林、辽宁、黑龙江、河南、湖北、江西、山西、山东、陕西、四川、重庆、云南、贵州、安徽、广西、福建......世界那么大，总想到处跑，一直按捺不住蠢蠢欲动的心。我的生活中依然包围着柴米油盐和上班赚钱，目前只是把喜欢的变成了自己的事业，所以一年里旅行占据了大部分时间，全球旅行的步伐也一直在继续。其实当你真的热爱某件事，总会想尽办法去实现它。旅行和摄影对于我，就是这样必不可少的存在。希望我们都能用自己喜欢的方式过完这一生！  
微博：@丹青Chen         合作或交流，微信：DQ24Chen\_lofter  
恩施  
（士家族苗族自治州）  
春有“小仙本那”，夏为“世界凉都”，秋誉“南方喀纳斯”，冬比“中国阿尔卑斯”。这里是古巴文化的发源地，世界文化的遗产地；这里生态环境得天独厚，自然风光原始古朴；这里就是恩施。  
小时候，乡镇的美景唾手可得，却不曾珍惜；长大了，习惯了城市的喧嚣后才发现自己曾经拥有的便是现在向往的生活。如今来到恩施，一幅幅美景又再次重现。  
恩施的景点之间相对来说还是比较分散的，要去不同的地方需要转、乘、搭不同的车，所以有条件的话，还是建议自驾前往。当然，你也可以选择大交通抵达恩施后，在当地租车游玩，也是不错的选择。  
如果你玩三天左右，走完恩施经典的地方就差不多了；  
如果你玩六天左右，可以深度游玩一些小众的地方；  
如果你呆的时间更长，夏天正好可以避暑，你还可以找一个安静的客栈住个把月，慢慢游玩。  
恩施市  
● 玩在【土司城】，感受土司文化（游玩约2小时）  
远观土司城，迎面是一座赫然高耸的土司城门楼。走进土司城，门口屹立着一块土家第一城石碑。  
再往里走有土家族吊脚楼、钟楼、鼓楼、白虎雕像、土司王宫等，这些都彰显其独特的土司文化。  
土司城以展示民族文化为主，体现土家族人民的思想空间观念和聪明技术才智。  
土司城主要分民族文化展示区、宗教展示区、休闲娱乐区。  
土司城每天固定时间有民族文化表演，不得不说土家族是个能歌善舞的民族，演员们的表演非常精彩。一般表演时间在上午10:00和下午15:00，演出时间约为45分钟。  
看完演出继续登上城墙，从高处俯视整个土司城，沿着土司城墙暴走一圈，可以眺望烽火台、钟楼、风雨桥等景点。  
如果想节省体力，走一段也可以，风景其实差不多。虽然这是一个人造的景点，但来到恩施走走看看这些有当地民族特色的地方还是非常值得的。  
恩施土司城  
| 旅游小tips  
---土司城地址  
土司城位于恩施市西北，是恩施土司文化的标志建筑  
---土司城门票  
现场购买50，可以在网上优惠购买（注意网上的最晚预定时间）  
---土司城交通  
自驾  
恩施-东风大道-舞阳大道-航空大道-环岛-市府路-土司城(在道路左侧)  
利川  
-龙船大道-清江大道-东城路-G318-旗峰大道-土司城(在道路左侧)  
公交  
市内乘坐30、5、6、17路公交皆可到土司城站  
● 玩在【女儿城】，吃喝玩乐在其中（游玩约2小时）  
女儿城类似于中国各地的特色古城（丽江古城、凤凰古城），这里有很多小商品店、客栈、餐饮、街边小吃、民俗文化博物馆。当然要数晚上最热闹，女儿城民族文化表演时间一般在晚上19：30。  
土家族最负盛名的特色民俗相亲活动-女儿会也在这里上演。  
恩施女儿城 | 旅游小tips  
---女儿城地址  
位于恩施市七里坪，是土家族文化集聚地  
---女儿城门票  
开放式，无门票  
---女儿城交通  
市内乘坐12、21、25、28路公交皆可到华硒生态园站  
【土司城&女儿城的选择】  
白天去土司城游玩，晚上住在女儿城是最好的选择。如果二者要选其一的话，由于我之前去过丽江古城和凤凰古城，个人觉得大部分的古城商业化性质都差不多，所以在这里更偏向有当地民俗特色的土司城。  
● 玩在“东方科罗拉多”【  
恩施大峡谷  
】（游玩约5小时）  
远离都市的喧嚣，来到  
恩施大峡谷  
一定会令你心旷神怡、流连忘返。  
用四个字概括  
恩施大峡谷  
风光为  
雄、奇、险、秀。  
两大核心景点  
【七星寨】（游览约4小时）  
沿途可以欣赏龙门石林、一线天、  
绝壁长廊  
、  
鞠躬松  
、  
一炷香  
等壮丽的山水。  
【云龙河地缝】（游览约40分钟）  
世界地质奇观、喀斯特地形地貌天然博物馆。  
大型实景剧演出《龙船调》（周二至周日：每晚20:10）  
千回百转的山歌，恩爱似火的男女，色彩缤纷的岁月，永远恋爱的季节……这一切，只为“将真爱进行到底”。相识，相爱，相知，相守，释放欲望，撩拨相思。把普天下男女间的那些事，都浓缩在峡谷一场实景音乐剧《龙船调》里。  
露天席：B区挂牌价218元/人，提前网络预订178元/人；  
A区挂牌价268元/人；提前网络预订228元/人；  
贵宾VIP：挂牌价368元/人，提前网络预订300元/人；  
豪华VIP：挂牌价398元/人，提前网络预订368元/人；  
（网络预订时间当天18：00 之前，18:00之后不能购演出网络票咨询。电话：0718－8819009）  
恩施大峡谷 | 旅游小tips  
---大峡谷地址  
位于恩施市屯堡乡和板桥镇境内，距恩施车程约2小时左右。  
---大峡谷门票  
恩施大峡谷旅游景区票务须知  
（2018年）  
售票时间  
旺  季：08：00—16:00（3月1日--- 11月30日）  
淡  季：08: 00—15:00（12月1日---次年2月28日）  
票   价  
成人价：七星寨110元/张、云龙地缝 40元/张  
优惠票：七星寨55元/张、  云龙地缝 20元/张（学生、老年人）  
景交车：30元/人·次（含往返），景交车往返约1小时  
索道上行：105元/人·次、索道下行：100元/人·次、索道往返联票：200元/人·次  
手扶电梯：30元/人·次（单程）  
（微信、天猫、同程、携程、驴妈妈、去哪儿网等网络购票须在游玩前至少提前一天购买）  
因大峡谷七星寨道路升级改造，于2018年3月26日至2018年8月26日为施工工期，游玩七星寨需乘索道进入。施工完毕，如果乘坐索道，一般只买上行就可以，景区内就只有一条环山台阶路，游览时不走回头路。  
---大峡谷交通  
景区旅游专线车【恩施市区—恩施大峡谷】  
恩施火车站  
恩施客运中心站乘坐恩施—大峡谷专线车，直达恩施大峡谷游客中心，全程60公里，乘车约2小时，票价25元/人（单程）。联系方式：0718---8542036  
恩施许家坪机场  
可以拨打0718---8542036 联系专线车提供接站服务，或者乘坐机场大巴至火车站再转乘景区直达专线车。  
---大峡谷景区导览图  
游客中心→乘换乘车→客运索道上行→  
七星寨景区  
→小楼门→中楼门→峡谷轩酒店→  
一炷香  
→大楼门→下山手扶电梯→游客返程中心→乘换乘车→云龙地缝景区→游客中心  
● 玩在最美洞穴【  
腾龙洞  
】（游玩约3小时）  
腾龙洞  
集山、水、洞、林于一体，以雄、险、奇、幽、秀而驰名中外。  
诺大的洞，可以直接开直升机进入......  
还可以观赏洞中有山、山中有洞的景致。  
洞内有两场表演分别为土家族歌舞表演和激光秀。  
土家歌舞表演【夷水丽川】（时间约1小时）  
演出将场地选择在景区天然溶洞大厅内，整个溶洞壁就是一个巨型投影幕、天然录音棚。气势磅礴，蔚为壮观。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
【激光秀表演】（时间约15分钟）  
斥巨资打造的国内顶级激光综合表演秀，每场几乎都坐满了观众，整个激光秀表演给人一种视觉和听觉上的震撼。  
利川  
腾龙洞  
| 旅游小tips  
---腾龙洞地址  
位于利川市城郊，世界最大原生态洞穴。距恩施车程约2小时，距  
利川  
车程约20分钟。  
---腾龙洞门票  
票价180元，团体160 元，学生120元，电瓶车10元  
门票包含1小时的《夷水丽川》土家风情表演和20分钟的激光秀  
（每天只有下午有一场，节假日一天两场。激光秀是9:30、14:30；歌舞表演是10:50、15:50）  
---腾龙洞交通  
从  
恩施火车站  
乘坐动车抵达  
利川站  
火车站，从恩施汽车客运中心站乘坐汽车抵达利川市客运中心站  
景区旅游专线车【利川市区—利川】  
利川火车站  
乘坐旅游专线车，直达利川腾龙洞，乘车约50分钟小时，票价5元/人（单程）  
---特别提醒  
洞内终年恒温14-18℃，一般游玩时季节性穿搭外加一个披风。整个游程大概要 3小时，可以自带点水和食物补充体力。  
鹤峰  
县  
● 玩在“中国仙本那”【屏山大峡谷】  
屏山  
，位于  
鹤峰  
县东，因山顶平旷、山侧屏立而得名。如今还尚存许多土司爵府遗址。 屏山土地平旷，屋舍俨然，四周峭壁悬空，素有“东方诺亚方舟”的美称。  
躲避峡  
，位于容美镇屏山村，是数百年历史的容美土司爵府的天然护城河，因有利于容美土司躲避而得名。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
你一定不会相信，在湖北还有这样一个峡谷，船行在清澈见底的河上，犹如漂浮在空中。  
这里处于原生态保护之中，尚未完全开发；这里空气清新，河水清澈；这里是摄影者的天堂。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
徒步至躲避峡乘船点，坐满了六人的木质太空船出发啦。  
船慢慢行驶在峡谷中......  
峡谷中较浅的地方不能划船，便下船徒步行走在清澈见底的水中。  
● 玩在山水田园【董家河】  
位于  
鹤峰  
县东北，四面环山。  
董家河因董家村而得名。董家河穿村而过，在配上董家村独特的田园风光，真是美不胜收。  
环山的森林植被和雨后村庄，烟雨蒙蒙，让人流连忘返。  
董家河河水清澈见底，在温煦的阳光里，蓝天上悠闲的云、岸边姹紫嫣红的花草、轻柔的垂柳与水中的倒影构成了一幅绝美的图画。  
土家风雨桥，远远望去，似彩虹卧波，如果你在不同角度观赏就会看到不同的姿态。  
水中有树，树中有水的独特景观，这便是董家河的魅力所在。  
沉淀了数千年的土司文化，流传了数百年的土家文化，众多土生土长的民间艺术构成了鹤峰独特的文化景观。  
● 玩在【木耳山】  
位于鹤峰县走马镇，是湖北最大的连片茶园。  
作为生态观光旅游成为一道亮丽的风景线，吸引了不少外来客。  
行走在茶园，我被美丽的园景震撼了，被浓郁的馨香灌醉了。淡淡的、浅浅的、清清的，偷偷流进我的骨子里。  
【行程安排】  
前三天我们走的是恩施经典线路，必玩的恩施大峡谷和利川腾龙洞  
DAY1：恩施→土司城→女儿城→酒店（恩施市）  
DAY2：恩施大峡谷→酒店（恩施市）  
DAY3：腾龙洞→酒店（恩施市）  
后三天我们选择了鹤峰深度线路，去到网红“中国仙本那”屏山大峡谷躲避峡  
DAY4：恩施→彭家寨→酒店（鹤峰县）  
DAY5：鹤峰→屏山大峡谷（躲避峡）→董家河→酒店  
DAY6：鹤峰→木耳山→恩施  
该线路非常适合小长假度假参考，若想周末游的话可以适当筛选调整行程。  
【住宿】  
住宿一般要提前预定，特别是旅游旺季（寒暑假、节假日）。像家庭旅馆，客栈和民宿都很有特色，当然这些地方也分三六九等，所以如果在网上提前订房的，一定要注意看评价！  
恩施市住宿推荐  
酒店一：女儿城民宿（精品）  
地址：马鞍山路41号女儿城内24栋（土家民俗博物馆旁）  
价格：300元-400元  
酒店二：峡谷居游多多客栈（精品）  
地址：大峡谷景区内女儿寨酒店旁  
价格：180元-280元  
备注：也可在恩施航空路商圈、恩施舞阳坝商圈选择经济型酒店、商务酒店居住  
鹤峰县住宿推荐  
酒店：鹤峰洪家大院（农家乐）  
地址：鹤峰唐家铺村5组  
价格：100元-200元  
【费用】  
吃：六天五晚的行程，一共六顿正餐，有的餐吃的贵，有的餐吃的简单，整个行程约为300元，早餐有的住宿已经包含了。  
住：五晚住宿，人均的话500元左右。  
行：从武汉出发往返的高铁票为350元左右，当地交通人均300元左右。  
门票：景区门票的预算大概在600元左右。  
其他：400元左右（根据个人需要）  
总计：约2400元  
当然也不需要完全照着我的行程来，当地向导介绍了  
恩施鹤峰几条深度游玩的线路  
在这里推荐给大家。  
【推荐二日游】  
恩施→彭家寨→鹤峰→酒店  
鹤峰→屏山大峡谷（躲避峡）→董家河→酒店  
【推荐三日游】  
恩施→彭家寨→鹤峰→酒店  
鹤峰→  
芭蕉河  
→董家河→酒店  
鹤峰→屏山大峡谷（躲避峡）→木耳山→酒店  
【推荐四日游】  
恩施→彭家寨→鹤峰→酒店  
鹤峰→  
芭蕉河  
→董家河→酒店  
鹤峰→屏山大峡谷（躲避峡）→木耳山→酒店  
鹤峰→格子河→槽门寨子→酒店  
【交通】  
飞机  
恩施只有一个机场，  
许家坪机场  
，机场离火车站车程1小时。去机场可乘坐机场巴士或者公交车转乘，出机场可乘坐机场大巴到达市中心在转乘到旅游目的地，有多条路线可选择，价格不等；也可提前预约快车出租接送等方式。  
火车（高铁、动车皆可到达  
恩施站  
）  
北京、上海、广州、深圳、重庆、成都、武汉、南京、杭州、福州、宁波、青岛等  
汽车  
恩施汽车客运中心站（  
恩施火车站  
对面）

评论：  
1.普通的地方都能拍得好看，看来楼主真是很会拍照啊！  
2.图文并茂32个赞，看完之后让人有种马上就要出发的冲动！  
3.下次来的时候一定带上家人  
4.谢谢🙏支持  
5.好看，地方很好值得去  
6.不错，好看

## 113.欧洲浪漫之旅----德国阿尔卑斯湖快乐游记

https://you.ctrip.com/travels/germany100025/3700634.html

来源：携程

发表时间：2018-7-10

天数：10 天

游玩时间：7 月

人均花费：22000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，省钱，徒步，半自由行，跟团，小资

旅游路线：德国，旧天鹅堡，阿尔卑斯山，莱茵河，列支敦士登，阿尔卑斯湖，新天鹅堡，琉森湖

正文：  
P1. 奔波了不知多少公里，很多风景都错过了。即将到达霍恩施旺高小镇了，赶紧地，车拍一张新天鹅城堡外景。  
P2. 富森（Fuessen）是  
德国  
南部的一个小镇，离著名的新  
旧天鹅堡  
很近，因此也是去天鹅堡的必经之路。它位于山林、湖泊和  
阿尔卑斯山  
坡的交集处，四周是雄伟的高山，平缓的阿尔高山丘，宁静安逸的湖泊就像是人间仙境一般；是巴伐利亚地区最美丽的徒步旅行区之一。  
小镇因为天鹅堡而闻名，每年来此旅游和度假的人非常多，树林中、草地上，经常可以看见很多欧洲家庭在这里嬉戏玩乐。富森不同于那些街巷分明、商铺整洁的欧洲小镇，它的风格更加休闲自由，三三两两的小楼房点缀在阿尔卑斯山峦之中，既有城镇的现代，又有村落的随意。特色商店里的每一件小生活用品都被设计成童话世界的模样，处处透露浪漫的气氛。穿梭其间，让人仿如童话中的主人翁。追寻着天鹅堡的梦幻童话，你就能非常容易感受到这个小城散发的魅力，它有着大量童话风格的独特房屋建筑、非平时生活的小型艺术、许多小咖啡店和令人惬意的小酒馆。在高高低低的石块路面上散步，静静地听马路音乐家的乐曲，溜达地穿过富森的大街小巷。  
P3. 2016年8月初，我们跟随旅行社，长途跋涉来到了德国富森。途经广阔的  
法国  
农村、  
莱茵河  
、  
瑞士  
、  
列支敦士登  
，一天中行走在欧洲5个国家之间，亦成为有生以来我们1天之中跨越国家数目之最。  
P4.  
阿尔卑斯湖  
是如此美丽，立刻吸引了我们的目光。追求完美的朋友恰到好处地PS了俺另一张照片上的小船，画面立刻生动了不少，嘿嘿哈哈！  
P5. 美丽而健康的德国女孩儿与悠然自得地整理羽毛的白天鹅！  
P6. 很美的德国小镇照片。  
P7. 冯老师好会摆pose啊。。  
P8. 天鹅城堡景区的游人。妹妹撒娇中，姐姐说：快点给我起来，要去划船啦！淡定的母亲，则视而不见。。  
P9. 游湖的时候，视野开阔，是拍照的好时机。远眺旧天鹅堡，这个角度不错吧，近处还有游人与游船，感觉老好了！  
P10. 和谐美丽的一家人正在游湖之中。儿子争着抢着要划船呢。。这张，是我拍摄的最为喜爱的一张照片了。  
P11. 阿尔卑斯湖，我们来啦-----  
P12. 游玩正酣之时，水面上传来几声叫喊，原来啊，陡峭的悬崖上，有一位赤裸着上身的德国小伙儿 。貌似很勇敢啊，他好像在观察地形中，准备一跃而下呢！  
P13. 同伴们见到此情此景，个个兴奋起来，深谙西洋歌曲精髓的宋老师带领着我们放声高歌，为德国青年加油呐喊！  
P14. 游湖时，可以远眺新天鹅城堡。  
P15. 青山绿水，游人、绿色小船；与蓝色的大海、巨大的游轮以及飞驰的快艇，都是我们的最爱。。  
P16. 短暂而快乐的游湖之后，我们步行前往停车场。霍恩施旺高小镇上的建筑色彩很不错，这里应该是一家酒店吧？  
P17. 太阳伞的色彩与不远处的建筑互相呼应。  
P18. 德国老太太窗子里的小城堡和士兵模型很有意思。  
P19. 德国小镇上的鲜花，与国内的相比，并无二致。  
P21. 驾着马车的大胡子老头。  
P23. 全车的人都喜欢这位大个子司机伯伯，合影留念吧。  
P24. 大部队在旧天鹅堡的参观还没结束吧，正好利用剩下的一点儿时间，再到镇上转转。建筑很有特色，像酒店，亦或是镇子里人们集会的场所。  
P25. 这里应该是一家餐厅吧？  
P26. 从旧天鹅堡开往  
新天鹅堡  
的马车，棕色的马匹干净又强壮。  
P27. 这座城堡就是巴伐利亚国王路德维希二世的行宫之一---旧天鹅堡了。共有360个房间，其中只有14个房间依照设计完工，其他的346个房间则因为国王在1886年逝世而未完成。它是德国境内受拍照最多的建筑物，也是最受欢迎的旅游景点之一。  
P28. 这个白色的城堡，就是新天鹅堡了。新天鹅堡（英：New Swan Stone Castle 德语：Schloss Neuschwanstein）全名新天鹅石城堡，是19世纪晚期的建筑，位于德国巴伐利亚西南方，邻近年代较早的  
高天鹅堡  
（Schloss Hohenschwangau，又称旧天鹅堡），距离富森（Fussen）镇约4公里，离德国与奥地利边界不远。新天鹅城堡是德国的象征，世界上没有一个国家像德国那样拥有如此众多的城堡，据说目前仍有14000个。在众多的城堡中，最著名的就是如图所示的新天鹅城堡。由于是迪斯尼城堡的原型，也有人叫白雪公主城堡。建于1869年。  
P29. 登上新天鹅堡俯瞰旧天鹅堡和刚刚游罢的阿尔卑斯湖，终于明白同伴为啥力劝我们放弃瑞士  
琉森湖  
游湖而选择在富森游湖啦（摄影作品来自我的朋友）。  
P30. 欧洲旅游期间酷爱拍照的我，常常落在后面，感谢大家的包容啊！ 正好，可以记录下我们的旅程。。  
P31. 也曾在富森小镇前往因斯布鲁克的途中见到这个乡村的尖顶教堂并因为喜爱教堂所以印象深刻。  
P32. 再见了，美丽的阿尔卑斯湖，有机会的话，我们会再见！  
后记：这篇游记，很早就想写了，一直不得要领。在阿尔卑斯湖游玩时拍了很多照片，分享后朋友们非常喜欢，也促成了日后写一篇游记的想法。可是整理照片时，发现内容略显单调，这个时候，好友来帮忙了，不仅将他们拍摄的许多照片提供给我参考，而且提出了不少建议。所以，现在呈现给大家的，其实是我和朋友两人的作品吧。  
另外要给大家一个建议：最好是能在这里住一个晚上，时间比较充裕，既可以游湖尽揽湖光山色；又可以进入天鹅堡参观游览！如此，写出的游记，一定可读性和观赏性俱佳！

评论：  
1.和我们中国的花朵非常类似，因为小镇非常干净建筑美丽，映衬得花花也光彩夺目！  
2.花花好漂亮！

## 114.种草必读！华中地区超in网红酒店,有颜又有趣~

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3701541.html

来源：携程

发表时间：2018-7-11

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
“拍照好看”已经成为现在年轻人去旅行的一大重要动力，但大费周折跑去国外拍照未免太过辛苦，其实我们身边一些有质感的酒店已经悄悄变成了网红，在这里，酒店本身就是一景，随手一拍都好看，下面分享一波华中地区的高颜值酒店给大家，欢迎种草~  
一、  
利川  
大地乡居龙船调客栈  
坐标：湖北  
恩施  
利川  
东城路246号东城街道办事处白鹊山村5组  
亮点：依山而建，浓浓土家族文化  
《龙船调》是土家族灯歌，而  
利川  
被称为《龙船调》的故乡，酒店从土家族灯歌入手，将土家族文化融入文艺古朴的建筑风格，显得和谐自然。  
穿过曲折小径，酒店内部绝大部分由木制而成。精细的雕花，温黄的灯光，明亮的落地窗，每一处都让人感到舒适安心。  
闲暇之余可以体验土家织锦的手工制作，感受一丝一缕在自己手中诞生的感觉，别有一番趣味。  
酒店附近有白鹤山书舍、灯歌口述博物馆、水井集市和牛栏手作工坊，人与自然在此和谐相处，文化的气息随处可嗅。  
距离酒店几公里不远，就是著名的  
腾龙洞风景区  
，观溶洞，赏瀑布，清凉一夏。  
二、  
武汉  
东篱老屋  
坐标：  
武汉  
江夏区新华村北新路北行 ，近梁子湖大道  
亮点：距  
武汉  
市区近，适宜开展露营等户外活动  
酒店总面积600余亩，其中湖泊面积100余亩，建筑面积100余亩，果林苗圃面积300余亩。可以开展采摘垂钓、四季赏花、农俗体验、户外拓展、草坪露营、水上娱乐、篝火晚会、露天电影等等户外活动。  
这家酒店的建筑风格典雅别致，灯光和色彩的搭配恰到好处，简直是怎么拍都好看。  
除此之外，酒店自带超大泳池，躺在阳光下喝着冷饮，看碧波荡漾，仿佛置身于真正的海边沙滩。  
三、  
拾叁月·婺源厚塘度假庄园  
坐标：江西  
婺源  
江湾大道塘村  
亮点：徽派园林式酒店，新中式设计  
塘村已有近千年历史，村落四周群山环抱，内有森林、果园、农田、湖泊、溪涧、瀑布等生。态资源。水系纵横、古树参天。厚塘庄园充分结合塘村已有自然资源优势修建而成，美的像一幅泼墨画。  
整个厚塘书院共有16间客房，分处于徽派园林中的四栋宅院中，其中二栋分别为有着300多年历史的明末清初的官宅和书屋，通过亭台楼阁，荷塘，紫薇园，水榭，砚池……将四栋宅院联系起来，且每栋宅院有独立的共享空间，私密性好。每间客房都有不同设计，在老宅改造的基础上重新诠释“新中式”设计。  
除了自然的山林湖泊以外，还有百亩茶园和杨梅林，马场和厚塘书院精品客栈。喝杯小茶，写写字，去  
婺源  
看成片成片的油菜花，时间可以过得这样慢。  
四、  
景德镇  
玖间半民宿  
坐标：  
景德镇  
珠山区三宝路583号，近汉光陶瓷博物馆  
亮点：简约清新，自然古朴  
酒店设计感极强，合理运用了树枝、石块等元素来进行装修点缀，既保留了大自然的气息，又不显得杂乱无章。  
酒店客房简约但不简单，墙边的一处绿植，桌上的一壶清茶，别有情致。窗台上布满了盛开的鲜花，住在这里，你就是花房姑娘~  
酒店地理位置相当不错，交通非常方便，可以顺道去  
景德镇  
古窑民俗博览区  
了解一下景德镇的陶瓷文化。  
五、  
庐山  
颐朵云尚度假酒店  
坐标：  
庐山风景名胜区  
窑洼路72号  
亮点：现代简约风，足不出户看  
庐山  
酒店位于  
庐山  
山上，四周被峰峦环绕，透过窗户即可看到庐山美景，有时阳光普照，有时云雾缭绕，各有各的美。  
酒店内部装修以现代简约为主，融合绿色元素，和周围环境相得益彰。  
酒店的各种小物件也是别具特色，非常适合拍照！  
六、 自在  
平江  
野奢度假酒店  
坐标：湖南省长沙市  
平江  
县安定镇白茅塅村  
亮点：原生态自然景观，野于外奢于内  
酒店意在提供当地特色生活体验，呈现原生态自然景观，所有设计都与自然环境相结合，形成野于外奢于内的风格。  
酒店外部与自然连接，而内部则是现代简约的风格，白色的墙壁配上深色的木制家具，和谐舒适。  
值得一提的是酒店还拥有矶子塘水上餐厅，你可以吹着风，晒着太阳，吃着火锅，看着水里的红鲤，享受惬意的午后时光。  
夜晚灯亮起来时，酒店又呈现出另一番景致，梦幻又神秘。  
不尽兴的话，还可以去  
亚马逊水上乐园  
畅玩一天！  
七、  
张家界禾田居度假酒店  
坐标：  
张家界  
武陵源  
区三官寺乡张地坪  
亮点：风景秀丽，设计蕴含中国传统文化  
酒店整体设计以中国传统文化的精髓——“五行”，金、木、水、火、土为设计的起始和主源点，构建起一座完整美丽的度假山庄。例如水寨临  
索溪  
河而建；火寨在房间即可饱览山色，俯瞰酒店全景；土寨是隐在梯田式的茶园中间的一间木屋，名为耕读书院，是供品茶读书小憩的地方。  
酒店在装修设计上又巧妙地运用了湘西苗族、土家族的民族文化元素，极具地域文化风尚。  
酒店拥有雍容气派的园林式空中餐厅、9间约100平米别具湘西民族风情的超大型餐饮包房及优雅精致的亲水庭院西餐厅。  
酒店距  
张家界大峡谷玻璃桥  
不远，有机会可以去挑战一下自己！  
八、  
凤凰素履莲花度假酒店  
坐标：  
凤凰  
沱江  
镇江北东路杜田桥头 ，近云桥。  
亮点：古典中式，足不出户赏  
沱江  
美景  
古城依山傍水，  
沱江  
穿城而过，红色砂岩砌成的城墙伫立在岸边，南华山衬着清朝年间的城楼。酒店临沱江而建，古香古色。  
在酒店房间里即可观赏到沱江美景，夜晚江风袭来，呼吸一口凉爽的空气，沁人心脾。  
酒店整体是古典中式的装修风格，淡雅宁静。  
九、  
云台山  
纳里·有家精品客栈  
坐标：修武  
云台山  
镇回头山8号  
亮点：网红泳池+音乐餐厅  
有许多游客是因为这家酒店才选择来  
云台山游玩  
，它依山而建，拥有视野开阔的观景平台可以观山望远，优雅有情调，随手一拍都是风景。  
酒店设置有音乐餐厅，晚上有驻场小哥哥唱歌，也可以自己点歌，伴着歌声进食，真的很美妙呢。  
除了音乐餐厅，必须要说一下这家酒店的网红泳池啦，能在大山里的泳池尽情玩耍，实在太赞，更别说颜值还这么高，各种美照都少不了它！  
十、  
开封  
仟那·汴园酒店  
坐标：  
开封  
龙亭区法院街半亩园西园一号楼  
亮点：古朴雅致，近  
清明上河园  
酒店坐落于  
大宋御河  
河畔紧邻  
开封  
标志性景区：  
清明上河园  
，闹中取静，将古典中式风格与茶道相结合，韵味深远。  
客房清新典雅，静谧舒适。  
酒店的茶室、书吧质朴宁静，非常有格调，也是一个网红拍照圣地~  
精挑细选的华中网红酒店top10，一定有一家戳中了你的心，假期已至，喜欢哪里就去吧！

评论：

## 115.【盛夏玩】恩施女儿会，避暑梭布垭石林，观奇景、嗨尽兴

https://you.ctrip.com/travels/china110000/3700917.html

来源：携程

发表时间：2018-7-12

天数：15 天

游玩时间：8 月

人均花费：1800 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
不敢想象酷热的夏天  
重庆  
、南京、北京、杭州、长沙、  
武汉  
等火炉地区所承受的痛苦！  
反正我是经历过了~  
那年，轻狂的我在  
武汉  
的夏天，42度高温的情况下还在操场上打篮球...  
作为一个  
恩施  
太阳河乡的人我承认我真的尽力了...  
虽然输了~  
毕竟，我故乡  
恩施  
太阳河乡梭布垭 石林 这边是24度 ！  
一个在24度环境下长大的人去到一个42度的变态热环境下还能走几步我觉得已经成功 了。  
天气你自己看！体感温度最高也不会超过30度吧~  
说实在的，在去  
武汉  
之前我还真不知道有空凋这么个东西。  
来给你们看一张我今天拍的能看得到空气的照片。  
看得见空气，清新！  
摸得着温度，凉的！  
为什么说8月来这里最合适呢，其实凉快只是一个方面  
更重要的是【 2018  
恩施  
土家女儿会】盛大举行。  
如果说看空气，摸温度是一种享受  
那么来土家女儿会看幺妹儿和山娃子才真的是一种惬意。  
开心快乐，冲动激情，神秘气息的惬意美好体验~  
8月来恩施 ，政府主导，全民参与，  
在这个美丽的盛夏有太多的玩点，一般的我就不说了~  
避暑养生，吃喝住，民宿，星空露营，烧烤，种地耕田等等很多~  
徒步，团队锻造，真的攀岩，登山~~  
你思想中的除了大海以外在这里都将会很精彩的呈现！  
那么关于最盛大最特别的女儿会，我还是透露信息给你们吧：  
至于发誓，表白以及是否会遭雷劈这样的事情我就不多啰嗦了~  
2018的梭布垭恩施土家女儿会玩点：  
(一)精心打扮，身着土家漂亮衣裳的漂亮的土家姑娘，将会大批量的出现在  
梭布垭石林  
！  
(二)精心装扮，身着特色民族衣裳的土家帅小伙儿，将会成堆的挤上梭布垭 石林 ！  
(三)土家妹娃儿的爱情不是你想买就能买的！以卖山货为“引”实则挑选如意情郎！没相中的有钱也不卖，哈哈~  
(四)情会石林 ，山歌传情对唱，漫山都是情，漫天歌在飞，特别的爱啊~  
(五)浪漫而又富有特色的土家族定亲仪式，土家族婚礼；  
(六)土家阿哥阿妹以歌为媒，陪十姊妹，坐十兄弟，哭嫁拜堂，忧伤的幸福甜蜜~  
(七)夜晚有激情动感的民族音乐美食节，在4.6亿年的奇特 石林 里，欣赏动感的DJ，畅享美酒美食；  
(八)夜间土家篝火舞会，围着篝火一起跳摆手舞；  
(九) 石林 相会还可以和心爱的人一起体验 石林 的星空帐篷哦！在蝉鸣鸟叫声中入眠，在晨曦里与 石林 一起醒来~  
(十)欣赏女儿会开幕的特色舞蹈，欣赏土家族的风情舞蹈~  
(十一)全国56个民族的帅哥美女齐聚梭布垭 石林 土家女儿会，土家女儿会将成为跨民族的大狂欢~  
(十二)欣赏梭布垭 石林 旅游区的特色美景，体验梭布垭 石林 地区的风土人情~  
(十三)体验 恩施 地区的高山富硒茶叶，是有名的贡品哦~  
(十四)体验 恩施 地区的特色产品，手工艺品，文化产品等~  
(十五)体验在北纬三十度的梭布垭 石林 自然空调环境下度夏避暑的清爽灵气生活。  
(十六)有机遇你还可以牵手一位土家妹子或者是一个土家帅小伙儿哦~  
唉~文化有限啊  
写了这么多，还是没有说到重点，你自己来体验吧！  
太多太多你意想不到的惊喜~

评论：  
1.确实是个避暑的好地方  
2.恩施旅游，恩施女儿会真的可以来看看。花费少，奇景，美女，文化活动丰富。

## 116.2018年6月湖北恩施州+湖南张家界森林公园旅行攻略（一）

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3701939.html

来源：携程

发表时间：2018-7-12

天数：19 天

游玩时间：6 月

人均花费：6000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
【序】  
恩施  
州位于湖北省的西南面，地处神秘的北纬30度地带，湖南的张家界离  
鹤峰  
很近，只有180公里，根据老爸老妈的要求，6月带他们去玩一趟。做功课的时候，恩施州常规搜得到最出名的景点是  
恩施大峡谷  
，土司城之类，但是在深入搜了一把以后，发现恩施州境内好玩的地方太多了。恩施全州辖恩施市，利川市，  
巴东  
、  
建始  
、  
来凤  
、  
咸丰  
、  
宣恩  
、鹤峰6县2市。此次  
恩施  
的行程游玩了恩施市，利川市，  
鹤峰  
县，尤其是恩施的  
鹿院坪  
景区、  
利川  
的清江古河床景区、鹤峰县的屏山躲避峡、八角岩景区，景色太美了，真的是原生态的大自然美景！目前这些景区都属于刚开发或者待开发的原生态状态，非常值得一去。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
旅途中除了景色，我在  
恩施  
境内所遇到的当地人也都很好，  
鹿院坪  
的玉笔山庄的周哥，大峡谷古镇逸家的小余和他的小伙伴小李，  
鹤峰  
县八角岩大峡谷的缘之崖农家乐的方哥，都热情好客，根据我们的需求和时间安排景点，还带着我们玩，尤其是缘之崖农家乐的方哥，有好多好玩的地方不是他带着我们还真玩不到，方哥身兼多个角色：司机兼向导兼玩伴，真的是太全能了！感谢旅途中遇到的你们，有你们一路相伴，才有了这次完美的旅程。  
【行程】  
恩施+张家界19日深度游  
D1、6月13日（星期三）  
上海---------------恩施  
上海出发。  
D2、6月14日（星期四）恩施--------大峡谷  
包车前往  
恩施大峡谷  
，下午玩云龙地缝景区，住  
大峡谷  
景区古镇逸家。  
D3、6月15日（星期五）  
恩施大峡谷  
玩恩施大峡谷  
七星寨景区  
，住  
大峡谷  
景区古镇逸家。  
D4、6月16日（星期六）大峡谷----------  
鹿院坪  
早上包车到大庙，玩朱家河石拱桥，到鹿院坪景区玩水帘洞景区。住鹿院坪农家。  
D5、6月17日（星期日）鹿院坪  
白天玩鹿院坪四级瀑布景区，地缝景区，住鹿院坪农家。  
D6、6月18日（星期一）鹿院坪-------  
利川  
早上包车到大峡谷取行李后前往  
利川  
，游玩  
腾龙洞  
、（清江古河床），住利川。  
D7、6月19日（星期二）利川------恩施市区  
乘车回恩施市区，游玩土司城，  
连珠塔  
、女儿城、风雨桥。住恩施。  
D8、6月20日（星期三）恩施  
游玩  
恩施梭布垭景区  
，住恩施。  
D9、6月21日（星期四）恩施-------屏山躲避峡  
乘车到鹤峰县，包车游玩躲避峡和屏山周边景区，住屏山农家。  
D10、6月22日（星期五）屏山  
游玩躲避峡和屏山周边景区。住屏山农家。  
D11、6月23日（星期六）屏山-------张家界森林公园  
从鹤峰县乘长途汽车前往张家界市区。进入张家界景区，住天子山景区内。  
D12、6月24日（星期日）张家界  
张家界景区内游玩，住天子山景区内。  
D13、6月25日（星期一）张家界  
张家界景区内游玩，住天子山景区内。  
D14、6月26日（星期二）张家界  
张家界景区内游玩，住天子山景区内。  
D15、6月27日（星期三）张家界---市区  
张家界景区内游玩，下午到市区。住张家界市区。  
D16、6月28日（星期四）天门山景区  
游览天门山景区，住张家界市区。  
D17、6月29日（星期五）张家界----凤凰古镇  
乘车到凤凰古镇，游玩。住凤凰古镇。  
D18、6月30日（星期六）凤凰古镇  
古镇周边景区，芙蓉镇，沱江，苗寨，住凤凰古镇。  
D19、7月1日（星期日）乘火车返沪，回温暖的家。  
以上是原定的方案，事实是除了有2天晚上赶了下进度赶到下一天的住宿点外，基本上我们也是按照这个行程在走，佩服下自己。方案中既要考虑到双休日和端午节人多的环节，尽量端午节不安排热门景点，又要考虑恩施州景点分散避免来回反复赶路以及最短路线去张家界的的因素，还要考虑各个景点的天气原因等等，在调整了N次方案以后，最终确定了这个版本的行程。  
by 嘟嘟  2018.7.13

评论：  
1.顶顶~楼主等着你后面继续发别的游记哦！

## 117.在恩施建始寻觅北纬30度的秘境

https://you.ctrip.com/travels/jianshi2696/3701228.html

来源：携程

发表时间：2018-7-12

天数：3 天

游玩时间：7 月

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：徒步

旅游路线：建始，清江大峡谷，石门河，景阳画廊，小西湖国际

正文：  
恩施小西湖国际度假中心  
¥  
-1  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
前言  
去年7月的时候去了一次恩施，恰好今年7月又到恩施，算是与恩施的一年一约。不过这次去的是  
建始  
，继续在北纬30度的恩施寻找那些秘境之地。  
喜欢恩施的峡谷与峰林，这里的神奇地貌总能惊艳到我，就像是一个奇幻的绿色小星球裂出的伤痕。  
7月似乎到处都在下雨，逃离了天天下雨的成都，恩施也在下雨进行时，不过雨后的建始让我进入了一片仙境之地。  
我的微博/微信公众号：YIYI笔记  
笔直的峰林穿透云海直插云霄。  
先梳理一下建始的景点：  
建始的主要景区有野三峡和石河门，野三峡景区包括了清江大峡谷景区、  
景阳画廊  
景区、黄鹤桥峰林峡谷景区、小西湖国际度假中心和建始直立人遗址寻踪景区。而清江大峡谷和黄鹤桥峰林都是野三峡主要部分，小西湖主要是酒店和休闲的地方，刚好一条线游览。可参考以下景区地图。  
石门河大峡谷景区有着幽奇峡谷、绝壁古洞与八百里清江支流的石门河。  
十里画廊清江大峡谷  
烟雨蒙蒙的建始，到达景阳的时候恰好遇见了一片云海，云雾飘渺，若有若无。  
快靠近蝴蝶崖的时候，就能听到岸边响亮的流水声。去年夏天来到蝴蝶崖的时候，流水还只是一股涓涓细流，而这次遇上连续几天下雨过后，瀑布非常的壮观，这就是800八百里清江最高、最大、最为壮观的蝴蝶岩大瀑布，其瀑布壮观之势远超过黄果树大瀑布。  
听船上的导游讲，他们一年也遇不上几次瀑布如此震撼的时候。  
在溶洞上，惊奇的发现还有岩壁上的千年悬棺，这就是巴王悬棺，不过关于悬棺的千年之谜，就要你亲自去一探究竟了。  
下山的时候就可以坐水滑下，一直到天下第一洞的牌坊处，因为怕打湿衣服，所以我选择了走路下山，不过后来看其他小伙伴玩的，并没有打湿衣服，有雨衣可以穿。弯曲曲的道路就是水滑的道路。  
清江游船来回约3小时左右。  
蜀山之门黄鹤桥峰林  
黄鹤桥峰林是属于野三峡景区的一部分，进入景区之后就能看到水上娱乐项目，很适合带小朋友的一家人。  
黄鹤桥景区可以选择全程步行游览，也可以选择像我们一样坐缆车上山，再徒步下山，这样的话相对轻松很多。缆车就像是从云海中穿出来的一样，如空中漫步，坐在缆车上看山间的景色美轮美奂。  
缆车票价：25元/人  
云海的变化和天气变化一样摇摆不定，时而云雾散开些许，时而云雾又全部聚拢，包裹着峰林  
黄鹤桥的游玩时间大概为2-3小时左右，全程徒步的话大概3小时。  
石门河地心历险记  
石门河景区也是典型的喀斯特地貌特征，有人类起源遗址，中国南方最久远的“巴盐古道”，还有着八百里清江的支流石门河穿流而过。  
来到景区门口，恰好遇上一群土家族的大哥大姐们在这里跳舞，非常的热闹。  
实用攻略  
关于住宿  
小西湖酒店  
位于花坪乡  
小西湖国际  
度假中心，临近小西湖，环境很好，适合度假。缺点就是酒店开业很早，房间设施较老。  
高坪镇：天香源农庄  
离石门河景区不太远，在这里还可以吃到地道的土家酒碗，晚上还能看表演。  
关于美食  
前面有提到过恩施的富硒冷水鱼和乌鸡汤，这两样是到恩施必吃的，还有土家腊猪脚，这道菜可以说是土家的鲍鱼，放养的土猪肉腌制而成的，肉质很香嫩。  
关于交通  
建始旅游  
的交通很方便，从成都坐高铁到  
建始站  
下车，高铁站外可以坐汽车抵达各景区。  
关于门票  
清江大峡谷游船：180元/人  
黄鹤桥：80元/人  
石门河：155元/人  
野三峡景区在网上可以买联票比较便宜。

评论：  
1.避暑的一个好地方呀  
2.恩施居然还有我不知道的地儿？？  
3.请问8月份去这个地方如何？？？  
4.适合亲子游否？？？  
5.老年人去的话合适么，有没有什么推荐的轻松点的地方？  
6.游记写的不错！请问7月份去这里合适么？

## 118.恩施吸氧洗肺六日游经验之谈（附游玩攻略）

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3701392.html

来源：携程

发表时间：2018-7-12

天数：6 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
【导语】  
世界那么大，一起去  
恩施  
看看！神秘的北纬30度，给了恩施无限的惊喜。这里有奇特的自然景观、良好的生态环境、宜人的气候条件、浓郁的民族文化、丰富的物产资源......全市年平均气温16℃左右，空气质量优良，被誉为“天然大氧吧"！青山秀水、四季分明、奇峰异洞、悬崖飞瀑。是炎热夏季消暑纳凉的好去处。  
交通：  
（1）飞机直飞  
恩施  
，目前开通到恩施的航班有深圳、昆明、西安、天津、杭州、上海、西宁的直航，此外厦门、北京、海口、前往经停武汉后直达恩施，来恩施十分便捷。  
（2）火车，武汉方向-  
恩施  
、成都方向-恩施的火车车次多，乘车非常方便。  
行程规划  
【Day1 抵达恩施，入住女儿寨度假酒店】  
【Day2  
恩施大峡谷  
一日游 夜看龙船调，住女儿寨】  
【Day3 游土家最美的河—恩施大清江蝴蝶崖,住女儿城】  
【Day 4 探秘黄金洞 住坪坝营森林小木屋】  
【Day 5 穿越坪坝营观林海，深入天然氧吧，住恩施】  
【Day 6 返程】  
【Day1 抵达恩施，入住女儿寨度假酒店】  
恩施——大峡谷乘车路线  
恩施火车站  
马路对面恩施客运中心搭乘恩施-大峡谷专线车，单程25元，车程2小时，专线电话：0718——8542036 专线车直达  
恩施大峡谷  
游客中心。  
女儿寨酒店借助批判地域主义与鄂西土家“女儿会”文化及大峡谷神奇的自然景色相结合的设计理念，并充分融合原生态自然景观的整体建筑风格，是恩施建筑中的一大特色。酒店临山而建，推门观山景、卧榻听鸟鸣是常态。  
酒店均价400左右一晚，各大网站均可预定。  
前台热线：0718——8819688  
【Day2  
恩施大峡谷  
一日游 夜看龙船调】  
恩施大峡谷国家AAAAA级旅游景区,以雄奇险峻秀著名于世，被誉为“世界地质奇观、东方科罗拉多”。神秘险峻的恩施大峡谷，拥有【清江升白云】、【绝壁环峰丛】、【天桥连洞群】、【暗河接飞瀑】、【天坑配地缝】五大奇观。峡谷中遍布绝壁悬崖，流水飞瀑，千仞孤峰，壮观地缝，原始森林，  
迎客松  
、  
一炷香  
、情侣峰、  
绝壁长廊  
、  
大地山川  
、  
母子情深  
，步步为景，美不胜收。目前对外开放的区域主要有：  
七星寨景区  
及云龙地缝景区。  
恩施大峡谷票务信息：  
1、成人票285（包含七星寨 110元/人、云龙地缝(一期) 40元/人、景区换乘车 30元人、索道上行 105元/人）  
优惠票： 210元/人（学生、老人)  
2、选购票：索道下行 100元/人；手扶电梯 30元/人  
咨询电话：0718—8542333/400-0718-126  
Tips:  
1、恩施大峡谷游览全程约4~6小时，建议穿运动鞋或者方便舒适的鞋子。  
2、如果有老人小孩及身体较弱者，建议在山下买根拐杖，不少店铺可租可买。  
3、中途没有捷径下山，也不走回头路，  
七星寨景区  
内有滑竿服务。  
4、购买景区网络票的朋友可以通过恩施大峡谷景区天猫旗舰店及景区官方微信（微信名：恩施大峡谷景区）购票,(网络票需要提前一天购票）  
晚上观看中国最大峡谷山水实景剧《龙船调》，千回百转的山歌，恩爱似火的男女，色彩缤纷的岁月，永远恋爱的季节……这一切，只为“将真爱进行到底”。相识，相爱，相知，相守。释放欲望，撩拨相思。在细水微澜中，掀起心灵风暴。普天下男女间的那些事，都浓缩在峡谷地缝剧场，都浓缩在一场实景音乐剧《龙船调》里。  
龙船调票务信息：  
1、露天席：A区挂牌价268元/人；B区挂牌价218元/人，提前网络预订178元/人；提前网络预订228元/人；  
贵宾VIP：挂牌价368元/人，提前网络预订300元/人；  
豪华VIP：挂牌价398元/人，提前网络预订368元/人；  
网络预订时间当天18：00 之前，18:00之后不能购演出网络票。  
2、周二 —— 周日每晚20:10开演。  
咨询热线：0718－8819009  
【Day3 游土家最美的河—恩施清江蝴蝶崖,宿女儿城】  
恩施大峡谷至恩施大清江风景区车程2.5小时，恩施至恩施大清江风景区车程40—60分钟。  
自驾导航输入“浑水河大桥”即可。  
清江蝴蝶崖风景区西起恩施市汾水河，东至  
巴东  
县水布垭，全长87公里，是清江最美、最深、最具原生态特色的河段。全程共分为红花峡、千瀑峡、蝴蝶峡三个峡段，峡谷两岸屏峦入画，石峰雄奇，绝壁林泉，瀑布飘逸，更有两岸的吊脚楼群和土家田园掩映在青山碧水之间，风景迷人，风情醉人，被中外游客赞誉为：“中国最清江，土家最美河”。  
恩施大清江风景区票务信息：  
成人船票 180元/人  
优惠票 120元/人  
景区咨询热线0718---8277436 预定船位。  
Tips  
: 景区每天早上9:30准时开船。  
世间男子不二心，天下女儿第一城！中国  
恩施土家女儿城  
，位于湖北省恩施市区七里坪，是全国土家族文化集聚地，也是武陵地区城市娱乐消费中心和旅游集散地。女儿城的夜晚非常热闹，被称为恩施的不夜城。女儿城内特色酒店较多，环境干净卫生，一晚价格在200左右。  
【Day 4 探秘黄金洞 】  
恩施女儿城至黄金洞景区车程3小时。  
黄金洞-中国土司人文地质博物馆，这  
里拥有世界八大自然和人文奇观，是世界最大的七层洞穴大厦、武陵秘境中的秘境、鄂西山水中的福地、探索者的乐园...  
全程浏览约1.5小时。  
黄金洞八大特色：  
1、世界最大的洞穴人文地质公园，世界上最大的七层洞穴的洞穴大厦，以及世界上绝无仅有的洞内多层漂流水系；  
2、世界上最大的地心大峡谷漂流；  
3、世界上面积最大的地下钙化池；  
4、世界上最密集的地下古栈道群和神秘藏宝传说；  
5、世界上最大的火药工坊遗址群；  
6、世界上最长的洞中观光索桥；  
7、世界上面积最大的土司文化遗址——  
唐崖土司皇城  
；  
8、中国建筑奇葩、世界唯一的羌式吊脚楼山寨群落。  
景区门票信息：  
成人票：90元  
优惠票：45元  
咨询热线0718--6812888  
坪坝营森林小木屋，坪坝  
营森林树上  
宾馆位于湖北省恩施州咸丰县境内的  
坪坝营原生态休闲旅游区  
现为全国首家园林式全木质结构别墅型浪漫酒店。宾馆的小屋都悬在空中，狭窄的木桥连接着建在树上的小屋，一切都是木头做的。踩着木楼梯登高，步入奇妙的树上生活，空气中飘着花草的清香，令人心旷神怡。  
前台电话：0718——6811886  
【Day5 穿越坪坝营林海，深入天然氧吧】  
北纬30°线贯穿四大文明古国，是一条神秘而又奇特的纬线。地处地球特殊纬度的恩施坪坝营，有着绝景奇妙的观景。温婉宜人的气候， 坪坝营生态风景区，国家4A级景区，国家级森林公园，平均海拔1800多米，森林覆盖率达到96％，浩瀚的鄂西林海，富有“天赋氧吧，怡指天下”的美誉。置身其中，清爽怡人！绝佳的避暑胜地。景区主要分鳮公山、  
四洞峡  
、青云阁、流花溪。  
景区票务信息：门票＋车票+索道：180.00元  
开放时间：08:30~17:00  
咨询热线：0718——6811886  
【Day6 行程结束，返回温暖的家】

评论：

## 119.醉美建始，一起趣玩，四天玩转湖北恩施建始

https://you.ctrip.com/travels/jianshi2696/3701706.html

来源：携程

发表时间：2018-7-13

天数：

游玩时间：7 月

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：建始，小西湖国际，清江大峡谷，石门河

正文：  
恩施小西湖国际度假中心  
¥  
-1  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
【前言】 醉美  
建始  
，一起趣玩，网络大V，旅游KOL，来自武汉，重庆，湖南，郑州等全国各地的20余位旅游达人、网络大V齐聚建始  
小西湖国际  
度假中心，参加为期4天的醉美建始 一起‘趣’玩旅游宣传营销活动。体验醉美建始，将先后前往国家AAAA级景区——野三峡景区，登上黄鹤桥峰林，俯瞰幽深峡谷，远眺壮丽云海；乘船游览  
清江大峡谷  
景阳段，领略八百里清江最美河段；到蝴蝶岩景区近距离感受喀斯特地貌的神奇。。。  
飞飞本次也是十分有幸能够作为同程旅游验客的身份来到恩施建始，开启为期三天的采风体验。感谢薛子童鞋的推荐，感谢  
建始旅游  
局主办方的邀请，感谢遇见的小学妹晓晓。  
【行程安排】  
DAY1:武汉出发搭乘高铁抵达恩施建始，在野三峡小西湖大舞台观看热闹极富民族特色的传统生活文化歌舞表演，晚上入住小西湖  
DAY2:酒店早餐后，七点抵达清江大峡谷，乘船游览蝴蝶崖观看清江升白云的奇景，中午在蝴蝶岩景区悬崖玻璃餐厅用午餐，晚上抵达龙王淌入住  
DAY3:抵达恩施建始三里坪蓝莓采摘基地，采摘蓝莓，店子坪用餐游玩  
DAY4:  
石门河  
景区参观直立人遗址，下午抵达汪家寨，后返程 【摄影器材】  
相机设备：EOS佳能5D MASK III（24—105镜头，24-70镜头， 14/2.8镜头，35/1.4镜头，70-200镜头）  
相机配备三脚架：海普森碳纤维三脚架（可拆卸脚钉，独脚架）  
富图宝/FOTOPRO 迷你三脚架，万向球形云台  
使用的运动相机：小米的小蚁4K运动相机高清智能数码微型迷你yi便携摄像机  
滤镜：nisi耐司ND1000 减光镜，77MM。UV镜，偏振镜CPL，渐变镜GND中灰渐变滤镜  
当然了拍摄关键是看镜头后面的那颗认真的心. 关于作者  
体人】

评论：  
1.照片拍拍好好~~欣赏~这个地方我一定会去的！  
2.好，非常实用，感谢楼主！想知道领着3岁的孩子，住在哪儿比较好呢？  
3.楼主你这次旅行不算购物的话花了多少啊？我看看我得攒多久。。。  
4.请问有什么需要特别注意的地方么？我担心自己不了解。  
5.写的老用心的呀，看了你的文章我也不能偷懒，下次也写一篇记录下我的旅行！  
6.我也想去玩儿  
7.建始这两年景点开发很迅速嘛  
8.又是携程验客之旅，比不了😁

## 120.恩施大峡谷风景独秀，龙船调韵律千古流传

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3702177.html

来源：携程

发表时间：2018-7-14

天数：2 天

游玩时间：6 月

人均花费：1000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，摄影，周末游

旅游路线：恩施大峡谷，恩施，迎客松，一炷香，绝壁长廊

正文：  
金哪银儿梭银哪银儿梭！  
阳雀叫（哇咿呀喂子哟，那个咿呀喂子哟）！  
（女白）妹娃要过河哇，哪个来推我嘛？  
（男白）我就来推你嘛！  
一曲《龙船调》道出了土家男女的情和爱，  
能歌善舞的土家男女，爱情故事感人肺腑。  
「  
恩施大峡谷  
」  
感人的爱情故事，便这样悄悄的开始了。女儿会，  
恩施  
土家族特有的风俗习惯，也是男女青年谈情说爱的一种场所，被誉为东方情人节或土家情人节。在女儿会上，万千少男少女中，他们用歌声对话，表达相互之间的好感和爱意，如果相互之间看对眼，便用歌声对情。  
山歌对唱，在那个时代，便是最能打动人心的情书。男女主人公他们被彼此之间的情歌深深吸引着，双双忘情的共舞起来，大家也为之而感动和欣慰，也就在这忘情的时刻，男生情不自禁的亲了一口女生。  
就是这一吻，便引来了无数的危机。或许注定穷小伙不能喜欢上富家千金吧，这个时候，他们相爱的事情，被家里人发现了。棒打鸳鸯，要拆散这一对深深相爱的情侣，家里人要把女子许嫁到京城去，还让女生罚下毒誓，如再爱上男生，定遭天灾。  
相爱的人，怎能说忘就忘。就在出嫁的那天，千金小姐让丫鬟假装成自己出嫁了。他们爱的那么深，却就在两人相见之时，男生果然遭受到了赌咒而亡，而唯一能唤醒他的方式就是感动河神。村里人都被他们的爱情故事感动了，于是自发的来到河边向河神祈祷，希望可以感动河神。  
真爱不仅仅能感动人，也能感动神，大家的努力终于让河神显灵，男生复活了，村里人载歌载舞为之庆祝，从此他们幸福的生活在了一起。这就是土家人感人的爱情故事的典故，所以每年女儿会，便是他们最盛大的节日，希望这样的真爱，大家可以一直都拥有，不管经历多大的苦难，都不能放弃真爱。  
恩施大峡谷，峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收，被大家赞誉可与美国科罗拉多大峡谷媲美。峡谷内有近10公里长的地缝幽深奇绝，世所罕见奇山、异水、怪洞、珍禽数不胜数。  
从山脚乘坐缆车而上，可以节省大家登山的时间，同时当缆车缓缓上升的时候，视野也慢慢的变得开阔，风光也变得大气。来到第一个观景台，看着远处的山景，心情变得舒坦。  
登高山看远景，从古至今都是世人津津乐道的事儿，它的魅力就在于，高山之处，定有不凡风景。恩施大峡谷由于地质运动剧烈而形成，所以不仅能在这里看到地质层的景观，最大的景观特色是两岸典型而丰富的喀斯特地貌。  
陡峭石壁，风景也更显独特，在这里你能感受到的不是普通大山的那种宏伟，在这里更多的是它独特而不可取代美。当你站在山顶之上，你会为眼前看到的风景所感叹，世上竟然有这般奇特之景。  
高山之上，陡峭的喀斯特地貌本来就是生物和植物的禁地，能有植物已是不易之事儿，毕竟没有土壤，缝隙之间能有植物，也是千万年的风雨造化，才能生存下来，而在这里，居然还能欣赏到长于峭壁之上的  
迎客松  
，这我是第一次见到。  
一炷香  
，可谓是大自然的奇迹之美。高约150余米，最小直径只有4米，千万年来，它风吹不倒，雨打不动，傲立群峰之中，守护着这片神秘的土地。相传，这根石柱是天神送给当地百姓的一根难香，如遇灾难将他点燃，天神看到寥寥青烟，就会下凡来救苦救难，所以当地百姓称它为“难香”，当小雨过后，抑或是清晨云雾起时，它就像妙年少女一般妩媚动人。  
在这里除了能欣赏到险秀的风景，还能感受到这里空气的清新，行走在山间，呼吸的每一口空气也都带着花草的淡雅之味。不必行走匆忙，在平缓的路段，你可以慢慢散步，听听虫鸣鸟叫，微风轻拂你的脸颊，盛夏之时，这里只有清凉。  
下山的栈道，多了几分惊险，也不得不感叹修筑栈道工人的不易，是他们的血汗付出，才能让我们今天可以在这惊险的山间绝壁之上行走，欣赏大山之美。下到半山，可以乘坐扶梯而下，回头，峭壁连绵不断，于是想到了之前一首关于峭壁的诗歌。  
诗歌《  
绝壁长廊  
》  
云雾栈道  
尽去险处风光  
走一路危岩耸壁  
深谷高峡  
只似闲庭信步  
旁顾画廊  
惜恐高症者  
只求穿岩而行  
像醉汉满腹浊啤  
扶壁轻挪  
空叫仙界光景  
流逝身后  
从山上下来，回到酒店，晚饭过后，你可以闲坐于阳台之上，抑或是在路上散散步，这时的晚霞便是最美的风景，就这样看着晚霞一点点变深，又一点点淡下去，如巨幕电影一般，为你上演大自然的风景电影。  
云龙地缝至少形成于5千万年前，从地缝顶部到地缝底部的地层主要为形成于2.1－2.9亿年间、跨二迭与三迭纪的灰岩；全长3.6千米、平均深75米，平均宽15米，两岸陡峭，飞瀑狂泻、缝底流水潺潺，上通天水暗河，下联莽莽清江。  
走着走着，眼前便出现了一座桥，架于两绝壁之间，瀑布飞溅起的水雾弥漫着，感觉这就是仙桥一般。走上地缝绝壁之间相连的桥，站在桥中间，欣赏着峭壁、流水、飞瀑、绿植构造的风景，十分惬意。  
沿着栈道下山，慢慢深入地缝之中，你会感受到地缝吹来凉爽的风，栈道也会越来越险。地缝怪石遍布,五彩斑斓，古木苍翠，碧流潺潺，尤其是地缝两岸的数条飞瀑流泉，令人震撼而神怡。  
你可能在其他的高山或者峡谷见过瀑布，而在这里，你却能看到无数的瀑布从绝壁之上飞流而下，虽然没有黄果树瀑布的宏伟，当这里的瀑布如白丝绸一般挂在山谷地缝之间，特别的秀气唯美。  
在地缝之中处处都能听到瀑布的声音，整段峡谷都散落了水气雾气，崖壁上布满了茂盛的植物和青苔，像来到了热带雨林一般，继续在峡谷里探寻，希望在这个奇异的世界，有更美的风景出现。  
行走于地缝之中，不仅仅欣赏到秀美的瀑布，在这里，不得不提的就是钟乳石。但这些钟乳石却不是在岩洞里，它们在绝壁之上，由于长期暴露在空气中，经过亿万年岁月的打磨，已经变成褐色或黑色，但表面十分光滑，已成为这里的一景，而来到地缝底部，却可以在这里休息的同时欣赏溪流娟娟之美，也是欣赏悦目。

评论：

## 121.邂逅恩施，北纬30°最原始的美

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3703597.html

来源：携程

发表时间：2018-7-17

天数：4 天

游玩时间：7 月

人均花费：2500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
更多攻略在新浪微博：@旅途星菌  
也可以关注公众号：半亩布  
我们一起游遍世界。  
北纬30°，一条神奇的纬度线，在这条纬度线上奇观绝景比比皆是，自然迷团频频发生。如钱塘江大潮、巴比伦的“空中花园”、约旦的“死海”、古埃及的金字塔及狮身人面像、加勒比海的百慕大群岛和远古玛雅文明遗址……  
“靓女出阁,求者若渴，旅游  
恩施  
,一生相思”，初闻恩施，是被这句广告语吸引的，这座曾被CNN评选为“中国最美仙境”，被列入“世界文化遗产名录”、被《中国国家地理》评选为“中国最美的地方”，静静地流淌在北纬30°线上。  
最初萌生去  
恩施  
的想法，是看到了一张女儿城的照片，虽然已经耳闻“世间男子不二心，天下女儿第一城！”但仍然让我觉得像是西游记里的女儿国，那种“鸳鸯双栖蝶双飞，满园春色惹人醉”无限陶醉的爱慕。  
迫不及待地打开电脑搜寻关于  
恩施景点  
的时候，映入眼帘的第一条信息不是“  
恩施大峡谷  
”和“  
恩施  
女儿城”，而是看到了船在水面飘着仿佛悬在空中的青山碧水——有“中国仙本那”之称的躲避峡，  
如世外桃源，如喧嚣世间的最后一片净土，令人神往。  
时值炎炎夏日，到有山有水的地方避暑绝对是不二之选。  
由于  
上海到恩施  
每周一,三,五,日只有一班航班前往恩施，其他都是要到武汉转机，武汉热干面名气很大，而我又爱吃热干面，没有去过武汉的我决定择日不如撞日，决定坐最早  
上海——武汉  
的高铁，中午在武汉吃点儿小吃，再坐飞机到恩施。  
抵达武汉已经是是11点，临近饭点，也正是为了一口热干面，从火车站坐地铁到万松园美食街（又称雪松路美食街），直奔蔡林记热干面，对我来说这个味道已经很不错了（不知道武汉当地人还有其他的推荐吗？我下次再去尝尝）。  
它家不止热干面好吃，酸梅汤也正宗，像是果肉泡出来的，才3元一杯，三鲜豆皮可以尝尝，外边是豆皮，中间是糯米，味道是不错，只不过我不喜食米。中转武汉本来是奔着热干面去的，结果却意外被附近的烤羊排圈粉了。  
吃饱喝足踏上飞往恩施的航班，到达恩施已是下午5点半，在酒店收拾好行李，出发去行程第一站——  
恩施女儿城。  
女儿城位于湖北省恩施市区七里坪，作为全国第八个人造古镇，土家女儿城合理且精心的谋划了整体建筑风格，仿古建筑与土家吊脚楼相结合，完美的体现了土家族的民风民俗与自然和谐统一。土家女儿城囊括了恩施州八县市土家民风民俗，是全国土家文化的雏形。街道依山势而建，顺水流而设，以灰色角砾岩铺就。  
女儿街则是女儿城的代表，位于古城的核心位置，是城区最繁华的街道，同时也是恩施市区商业最为繁华的街区之一。土家女儿城整体布局为南北朝向，光线利用充分，城区各个街区相互贯通，交通便利，十分便于游客游玩。  
城内各种民俗民风活动气息浓重，有“土家民俗博物馆、也有“女儿城大剧院”、有大型实景剧《赶场相亲》、亦有火遍全国的“摔碗酒”，“摔碗酒”缘于土家族，在古代是土家儿女上战场前的一种壮行酒，可以说这里是“摔碗酒”的发源地了。除了琳琅满目的特色商品，各种当地美食更是让你挑花眼。  
早上约了司机拼车去  
鹤峰  
屏山躲避峡  
，70元/人，从恩施中心赶往鹤峰县，上午10点出发，上山的路只有一条，走起来比较费时间，到达鹤峰县城已经下午 1 点多，提前联系好的向导已经在等我们了，（200元包车，负责你在山上的所有的路程），到达躲避峡时已是下午 2 点。  
当天艳阳高照，这也是我祈祷了很久的天气，毕竟躲避峡只有在晴天的情况下才能显出它的仙境，浅水区清澈见底，深水区碧波荡漾。  
但是看了向导上午录的视频，没有下脚的地方，更别说可以好好游玩了，好多游客都选择前一天晚上住在山上，为了早起避开太阳去躲避峡玩，当游客都是这种心理的时候，可想而知躲避峡早上会聚集多少人。其实下午去躲避峡玩，晚上住山上休息也是不错的选择，可以错开游玩高峰期。  
迅速换好衣服拿好装备准备下山去期待已久的躲避峡时，本是蓝天白云的头顶，瞬时褪去了颜色，乌云如一副水墨画般铺开，向导提醒“我们要快点儿走了，马上要下雨了”。天气还算给力，没有下大，再加上我和鹏哥年轻，腿脚利索，在全是野路的山路走了半个小时到躲避峡，此时已经没有太多游客了。  
掌船的是向导的舅舅，我们到后没有等位，直接上了舅舅的木船，上岸的地方水位浅，面积大，适合拍照，船越往里划，峡谷越窄，划出去大概100米，水流变急，舅舅说“只能到这里了，再往里边去不安全”，我们就返回了。  
躲避峡山地形地貌奇特，整体呈狭长弧形地势，四周峭壁耸立，溪流环绕，峰峦与河谷底部的高差均在1000米以上，形成罕见的峡谷和地缝风光。  
船行至最窄处，能清楚的观察到岩石上的青苔、渗出的山泉，36℃的天儿，手放在水里感觉竟然有些冰凉。置身于此，会有一种返朴归真的梦幻感觉，可以说屏山就是古桃源，是一幅美妙绝伦的画卷，特别是当山里起了云雾的时候，宛若仙境。  
返回的时候，舅舅把我们放在安全的浅水区，可以在这里玩水、拍照，鹏哥从一开始就问可以不穿救生衣吗，舅舅千叮咛万嘱咐千万不要脱救生衣，峡谷深水区达十多米深，同时暗流涌动。这里的船有木船和皮筏艇，你要跟向导说你想坐什么船，她会帮你安排。  
大概玩了一个小时，我们就上岸了。回去时间没那么赶，走在山林里，伴着身边的虫鸣、鸟语、溪流，这种置身大自然的感觉可以让你忘了所有烦恼。  
向导开车带我们来到提前预订好的农庄，农庄是一对中年夫妻开的，我们到的时候，老板娘正在帮我们换床具，玩了大半天一放松下来饿意立马上来了，找老板报了晚饭，我们点的野猪蹄子，70元/人，送了我们两菜一汤，老板会根据你的口味来做，菜的分量很大，上菜的时候热情的老板又多送我们一道菜，都很美味，猪蹄是麻辣的，其他的都是清淡的，可以说口味很中和了。在城市野猪价格也很贵，而且我们上的菜里边主题大概有2斤，还有其他送的菜，价格还算合理。  
早餐也是在农庄吃的，10元/人，有面条、馒头、鸡蛋、粥，管饱。  
吃完早饭向导送我们下山，途径几处不错的景致，可以下车赏景、拍照。站在双桥上可以俯瞰到躲避峡的下游，也就是正在开发的景点，目前还不能进去。  
到达恩施中心已经是下午 1 点多了，因为躲避峡景点还没开发，路不太好走，早上起来两腿发软，我们本来定的行程是要去  
恩施大峡谷  
的，结果迈不开腿的我，一想到就算坐缆车、景区车也要自己爬个5、6个小时恩施大峡谷，还是算了。  
每次旅行在城市留些遗憾，可以作为下次到来的理由。  
让司机送我们到酒店，在酒店睡会儿觉已经5点多，到饭点儿了。查了附近有一家烧烤评价不错，就跑去了。  
运动量大的时候最适合吃肉补充能量了。  
土司城就在酒店附近，我们决定去土司城附近吃早饭，顺便看下要不要去土司城，毕竟这个是计划外的景点，到门口一看全是旅游大巴，而且和冰冷的墙壁相比，我还是更喜欢感受大自然的魅力。  
土司城北边有一家店看起来比较干净，人也多，我们就选择这里吃饭了，虽然大早上吃面条不太习惯，但是味道好吃就不计较啦。  
饱饱的踏上回家路喽。  
下次再到恩施，我要去  
恩施大峡谷  
爬高山、赏美景、观《龙船调》，去  
利川  
腾龙洞  
看石炭岩地貌、激光秀。  
你好  
恩施

评论：

## 122.盛夏就该来这个地方，避暑度假自驾游

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3704381.html

来源：携程

发表时间：2018-7-19

天数：15 天

游玩时间：7 月

人均花费：1200 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
盛夏来了，很多人的第一反应就是酷热难耐  
世界那么大，想出去走走瞧瞧  
却发现踏出家门就会难受！  
我们崇拜太阳的同时也厌恶“他”带来的酷热。  
其实太阳本身并没要错  
错的是“人” 高楼大厦，钢铁水泥。  
俨然铸造了一个积碳的火炉。  
而我们就处在水深火热之中....  
盛夏要想玩得嗨，第一反应还是得“避暑”。  
那么来  
恩施  
，你一定要留念这个地方  
避暑只是一个基本的要求  
更重要的是我们要玩得有激情  
玩得快乐 玩得开心 玩得有创意  
这几年，夏天很多激情，快乐，创意的事情在  
梭布垭石林  
悄悄的发生了  
不热 ，很开心...  
本来就是海拔1100米左右，夏季气温26度以下，体感温度不超过23度。  
还有夹缝，山洞，那个凉爽···比空调16度效果更好。  
比泼水更猛烈，此处有一万点暴击...  
当然 更重要的是释放自我，开心才好！  
五、精彩美好的自驾游  
从  
恩施  
城区通往梭布垭景区自驾游路线攻略：  
1、  
恩施  
-白杨坪-绕道麂子渡(前端道路宽4.5米，上坡宽3.5米)进梭布垭 石林 景区；  
2、 恩施 -大山顶(或板桥)- 兴隆 镇-太阳河-十大拐（ 恩施 “新马太”自驾线路，道路宽6米）通往  
梭布垭石林  
景区；  
3、 恩施 -龙凤坝-杉木坝-柑树垭（道路4.5米宽）-到达梭布垭景区；  
4、 恩施 -龙凤坝-龙马风情小镇-茶山河-百户湾林场-抵达梭布垭 石林 景区（道路宽4.5米）；  
5、 恩施 -龙凤坝-鲁竹坝董家店小学-爪龙坝-白马塘-老村-九根树（道路宽4.5米）；  
十大拐，体验下~  
一路激情驾驶，全部是美丽相伴  
（所有道路都是硬化路 无需越野 自行车 摩托车 三轮车 跑车 越野随便过）  
特别提醒：早上可能会有雾气缭绕，开车要慢行。  
自己看吧

评论：  
1.美丽恩施  魅力恩施，梭布垭石林是奇观  
2.我来了  在恩施等你来

## 123.CCTV央视地理中国记者来恩施了—梭布垭石林绝美呈现

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3704421.html

来源：携程

发表时间：2018-7-20

天数：1 天

游玩时间：8 月

人均花费：200 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
早上接到记者的时候  
感觉他颇有疲惫  
一大箱子，一大背包  
他说“大部分都是专业设施”  
这让我油然起敬...  
路程挺远~  
一路上赞叹我们  
恩施  
的美是目前国内少有的...  
能来  
恩施  
是件荣幸的事情。  
车还在高速上行驶时。  
记者就做了决定：下次有空要一定带全家人一起来！  
他就是 中国中央电视台地理中国随行记者——陆记者  
相对于一个北方人而言  
可以说在我们  
恩施  
，  
虽然沿途很美  
但是记者的心中只有一个目标那就是——梭布垭 石林  
路途我说停下来让你拍点照  
他拒绝了~“看看就好！我们还是快点去梭布垭吧！”。  
此刻我真想问问为什么~  
但是其实中众多 恩施 山林中  
梭布垭 石林 的奇景绝地是独一无二的  
那是一个连 恩施 自己人都向往的地方  
据说， 恩施 人去过五次及以上的占43%以上  
也不奇怪为什么他目的地清晰了~  
很快我们简单的吃了个饭就继续上路前往梭布垭了  
刚开始他还半眯着睡  
后来问了我还有多远 我说：“五十公里”！  
他立马精神起来了~ ~  
然后就开始倒腾背包里的一些东西~  
他问了我  
我说：天然空调，太阳顶多是有点晒的感觉，不会有热的感觉！  
那真好！  
恩施就地处北纬三十度上  
其实北纬三十度的故事我也知道  
但是他还是跟我讲了很多  
魔鬼三角洲、 法国 波尔多 ， 德国 法尔兹，沿地球北纬30°线前行，既有许多奇妙的自然景观，又存在着许多令人难解的神秘、怪异现象，存在着许多地球文明信息。地球陆块中心的古 埃及 金字塔群，以及令人难解的狮身人面像之谜，神秘的 北非 撒哈拉沙漠 达西里的“火神火种”壁画、 死海 、巴比伦的“空中花园”，传说中的大西洲沉没处，以及令人惊恐万状的“ 百慕大 三角区”，让无数个世纪的人类叹为观止的远古玛雅文明遗址等。  
很快我们就到了梭布垭 石林 ，映入眼帘的就是那风情而又威严的大门。  
然后我们休息一会儿了就来到了梭布垭景区内部  
说话了这话  
记者就开始倒腾他那些专业的设备  
这个地方比网上的照片更好看  
他说开飞机看 比自己看更全面更美好  
你们肯定会问记者穿那么多不热吗？  
其实真的不热，只是太阳有点晒而已  
仅仅的就那种晒感。  
传说中的避暑胜地绝对是名不虚传的。  
随后我们就开始了一段航拍的旅程  
一直到天黑~ 游玩了所有的地方  
他看到的可能比我们看到的更加清晰和生动  
因为他有高科技~  
最后他晚上的时候发了一段视频给我  
我也分享给大家看看  
看完了喜欢的和想来的记得给我留言 顶我。  
我会回复大家联系方式 和优惠出行的方式。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看

评论：  
1.真的好美

## 124.绿色仙境，大美恩施

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3705938.html

来源：携程

发表时间：2018-7-23

天数：3 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
盛夏平地卷起一阵风，把我吹落在这星球上的一条裂缝。  
山地从中间劈开，露出蔚蓝一线天。  
飞鸟挟着鲜花在日落时分掠过。  
凛冽的河水涌了进来，带着绿意穿越过森林。  
这一场梦境，来自  
恩施  
。  
一、  
恩施大峡谷  
，绝美裂缝  
沿着垂壁上的栈梯下到地缝中的渊谷深处，抬头看天，只是一条蔚蓝的缝隙。两边的高崖扭曲着冲向高天，岸边壁石乱牙交互，窄处侧身难过。而深谷中寒气袭人，几条瀑布从两边的绝壁上飞泻而下，形成阵阵水雾。  
在300米高的天然垂直悬崖上，有一条  
绝壁长廊  
，足下悬空，向远方望去，众山绵延，脚下是村庄田园。  
大峡谷内有一镇谷之宝，名为“  
一炷香  
”，是一个高达150多米，最小直径只有4米的峰柱，傲立于群峰之间，引无数人驻足观赏。  
入住推荐：  
1、  
恩施大峡谷  
女儿寨度假酒店  
酒店错落有致地分布在山脚下，旁边即是山道。  
拾级而上，来到安静的客房，里面有舒适的大床、干净的洗浴间及大阳台。远处连绵的青山，峡谷风光一览无遗。  
这里的早餐非常原生态，有营养丰富的五谷杂粮，还有爽口的小菜。饱餐一顿之后，还可以带着老人、小孩儿爬爬山，呼吸一下山间的清新空气。  
2、  
恩施大峡谷  
女儿寨峡谷风情酒店  
酒店正处于恩施大峡谷《龙船调》剧场，地理位置优越，交通便利。  
酒店依山而建，绕楼三面有悬空走廊，凭栏可观景。  
除了可以在优雅的环境中享用美食，住客还可观看山水实景音乐剧《龙船调》，体味悲壮的土家儿女恋情。  
二、土家女儿城，风情集聚之地  
女儿城街道依山势而建，顺水流而设，以灰色角砾岩铺就，各个街区相互贯通，十分便于游玩。  
在女儿城内，游客可以见识到各种各样的民俗展示，例如摔碗酒、摆手舞等，其中非常有代表性的土家女儿会，被誉为东方情人节。  
推荐入住：  
恩施  
女儿城土家客栈  
酒店位于“土家女儿城”，坐拥4栋土家风情四合院，装修蕴含浓浓的土家特色，入住其中，可好好感受当地文化与习俗。  
酒店庭院内回廊小桥交错，格外雅致。  
三、  
恩施土司城  
，历史的浓缩  
走进  
恩施土司城  
，迎面一座赫然高耸的是土司城门楼，是显示土司威仪和功德的纪念性建筑。  
九进堂是整个土司城的核心部分，由333根柱子、333个石柱础、330道门、数千块雕花木窗、上千根檩子、上万根椽木组合而成。举目望去，处处是亭台楼角，显得富丽堂皇，这里也是道地的一座土司皇城。  
景区内的吊脚楼多依山傍水而建，房前屋后多植果木与竹林，也非常值得一看。  
入住推荐：  
恩施  
国际大酒店  
酒店外观简约时尚，风格大气。  
酒店餐饮拥有中西自助餐厅，超大宴会厅等，以粤潮菜为主，结合本帮菜、川菜、湘菜等风味，汇南北大菜，待天下宾客。  
四、  
梭布垭石林  
，远古地质博物馆  
梭布垭以石林著称，景色十分壮观，整个石林如一只巨大的葫芦掩映在青山绿树之中，千奇百怪的石头让人过目难忘。  
景区不仅有亿年奇石可供观瞻，同时气候清凉，是个避暑的好地方。  
入住推荐：  
恩施瑞享国际酒店  
酒店位于湖北省金桂大道黄金地段，地理位置优越，交通便利。  
酒店拥有多间精美客房，日餐厅、冰激凌店、行政酒廊、SPA理疗中心、游泳池及健身房等配套设施完善，为住客提供无微不至的服务。  
五、  
水上恩施野三峡  
，野趣无穷  
野三峡保留着原始自然的生态美景和独特的民俗风情，集彩峡、奇峰、泉流、飞瀑、花树、莽藤、古关、老街和浓郁的土家文化于一体。  
山浮水，水环山，山水相映，这是一个自然景观和人文景观的大观园。  
入住推荐：  
恩施紫荆国际酒店  
这是一家全智能自动化酒店，采用现代化时尚建筑风格，为住客打造出精致舒适的居住环境。  
酒店内部每一个小小细节，都能体现出超强的设计感和为顾客服务的用心。  
六、  
腾龙洞  
中，千千世界  
亿年的地壳变化，使得  
腾龙洞  
内形成了“观彩峡”、“白玉石林”、“三龙门”等奇特景观。  
旱洞、水洞层层叠叠，在地下穿通崇山峻岭，形成一个自成体系的地下大千世界。  
洞内还有独特的梦幻激光秀和大型土家族歌舞剧的表演，令人目不暇接。  
入住推荐：  
利川  
大地乡居龙船调客栈  
《龙船调》是土家族灯歌，而  
利川  
被称为《龙船调》的故乡，酒店从土家族灯歌入手，将土家族文化融入文艺古朴的建筑风格，显得和谐自然。  
穿过曲折小径，酒店内部绝大部分由木制而成。精细的雕花，温黄的灯光，明亮的落地窗，每一处都让人感到舒适安心。  
闲暇之余可以体验土家织锦的手工制作，感受一丝一缕在自己手中诞生的感觉，别有一番趣味。  
酒店附近有白鹊山书舍、灯歌口述博物馆、水井集市和牛栏手作工坊，人与自然在此和谐相处，文化的气息随处可嗅。  
七、  
咸丰  
坪坝营，洗肺秘境  
坪坝营是一处绝佳的避暑圣地，目前开放的核心景区有鸡公山和  
四洞峡  
。  
穿过鸡公山半山腰一条林木掩映的小道，就到了  
四洞峡  
，四个形态各异的穿山深洞形成了一处极为罕见的穿洞群落景观。清凉休闲，非常适合吸氧发呆。  
入住推荐：  
咸丰  
坪坝营景区酒店(原坪坝  
营森林树上  
宾馆)  
酒店位于  
坪坝营原生态休闲旅游区  
内，采用全木质结构与周围环境融为一体。  
咸丰  
坪坝营景区酒店的小屋都悬在空中，狭窄的木桥连接着建在树上的小屋，散发木头的清香。客人踩着木楼梯登高，步入奇妙的树上生活，空气中飘着花草的清香，令人心旷神怡。  
宾馆内还配套建设有休闲露天广场、小酒吧，可以品茶、饮酒、跳舞，为您的入住更添许多乐趣。  
如果你还心怀探险的热情，来恩施，做完这次属于你的奇幻梦境吧！

评论：

## 125.2018年暑假云贵自驾游

https://you.ctrip.com/travels/yunnan100007/3704529.html

来源：携程

发表时间：2018-7-23

天数：11 天

游玩时间：7 月

人均花费：7000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
时间：2018年7月3日---------2018年7月13日  
出发地点：泰州、兴化  
车辆：7座GMC  
人数： 7人（4大3小）  
景点：  
泸沽湖  
、  
玉龙雪山  
、  
丽江古城  
、  
大理  
三塔、  
大理古城  
、  
洱海  
、  
石林  
、  
黄果树瀑布  
、  
梵净山  
所带物品：防晒霜、雨伞、衣帽、眼镜、零食、现金  
第一次写游记，就是个流水账，不要喷我！  
漫长的旅程开始了，兴化距离  
泸沽湖  
2514.3公里，开车需要32小时  
第一天（  
7月3日  
）：兴化凌晨5点出发，行驶1232.4公里，  
晚8点左右到达湖北省的恩施紫荆国际酒店入住。  
第二天（  
7月4日  
）：早6点从酒店出发，行驶1057.7公里，晚7点左右到达四川省的西昌名仁大酒店入住。  
一路从大山中穿过，一路的风景。  
第三天（7月5日）：早6点左右从酒店出发，行驶269.9公里，中午12点左右到达了我们旅途第一个景点  
（  
泸沽湖  
）入住  
Date One  
度假酒店。  
酒店工作人员，提供给我们一张泸沽湖游览线路图，按照前台小哥的建议我们一行驾车几分钟就到了  
大落水村  
，这个村子给我的映像全是饭店，景色倒是很不错。  
傍晚肚子饿了，找了家汽锅鱼店，吃了顿美味的汽锅鱼。吃完晚饭，天色渐暗，小朋友们累了一天，早早去酒店休息了，我们两位男同志跑出去参加当地摩梭人盛大的篝火晚会---走婚。走婚是摩梭人的一种婚姻制度。摩梭人是母系社会，在白天，男女很少单独相处，只有在聚会上以唱歌、跳舞的方式对意中人表达心意。男子若是对女子倾心的话，在白天约好女子后，会在半夜时分到女子的"花楼"(摩梭成年女性的房间，独立于祖母屋即"家屋"外)，传统上会骑马前往，但不能于正门进入花楼，而要爬窗，再把帽子等具有代表性的物品挂在门外，表示两人正在约会，叫他人不要干扰。然后在天未亮的时候就必须离开，这时可以由正门离开。若于天亮之后或女方家长辈起床之后再离开，则会被视为无礼。  
早上起来，吃完早饭，就迫不及待的开始了泸沽湖环湖之行。  
第四天（  
7月6日  
）   中午11点出发行驶5小时到达  
丽江丽王大酒店  
，这个酒店在  
丽江古城  
里，车子只能停到古城外的停车场自行缴费，好在酒店派了个保安用三轮车，出来帮我们拉行李。安顿好后跟前台打听了下，怎么去  
丽江  
千古情，前台告知古城门口有免费的直达景区公交车，大概20分钟后我们到达了丽江千古情景区，在景区里吃完晚饭演出时间也差不多要开始了。  
演出大概1小时左右，凭票再坐公交回去，好几路公交车，千万别坐错了。回到  
丽江古城  
，不逛逛古城就白来了，古城里的饭店环境都是不错的，带着老婆孩子，酒吧就没去了。  
这家叫夜猫的店离酒店最近，夜宵就这家解决了。  
第五天（  
7月7日  
）本来想自己开车去  
玉龙雪山  
的，后来怕麻烦，直接在携程包了辆车（门票、羽绒服、氧气瓶、水）这些都包含在内了。  
车子就在停车场呆着吧。一路上司机把注意事项都交代了一遍，到了大门口还给我们拍了合照，挺热情的一个老师傅。我们提着氧气瓶，穿着羽绒服就开始了登山之旅。  
下山大概下午3点多了，回到停车场，开上车直奔  
大理  
而去。大概晚上8点左右，我们到了  
风花雪月  
大酒店，酒店就在  
大理古城  
旁边，由于到的时间太晚了，累了一天没人愿意去逛古城了。  
第六天（7月8日）到了  
洱海  
不拍几张网红照就有点遗憾了，由于我们不知道网红照在哪儿拍，直接在酒店旁找了            家旅行社，包车带我们去是最省事的办法，380元带着我们转一天，还是不错的。  
拍完照片已经快12点了，我们让司机找一个环境好，比较有特色的饭店吃午饭，因为下午要玩  
大理  
三塔，司机就带我们去了三塔旁一家白族的饭店，环境很好，服务员全穿着白族的传统衣服，很有感觉。  
吃完饭，从饭店到三塔只有5分钟的行程，买好票坐上电瓶车来到传说中的这个皇家寺院。  
为了找到这个最佳拍摄倒影的水池，找了好久，里面有3个池子，这个池子倒影最美。结束三塔的行程，本来是准备去天龙八部城的，但听说影视城就几个破房子，没什么意思，我们就临时改了行程，来到了  
大理张家花园  
，有一集跑男就是在这儿拍的。  
在这里，我们了解了白族的建筑文化，品尝了  
张家花园  
的风花雪月茶和大理的三道茶，边喝茶边看表演，很快天色渐暗，回到酒店吃完饭，立马进入了逛街购物的模式-------  
大理古城  
第7天（7月9号）早晨从  
风花雪月  
大酒店出发6个小时后到达了  
石林  
风景区，在停车场的边上找了个彝族导游，没有导游的讲解，自己是无法看出石林的内在意义的。这个导游讲解非常详细，非常有耐心，160元我觉得特别值。  
阿诗玛给小朋友讲解了  
石林  
的形成和各种故事，小朋友们听得也非常仔细。看完主要几个景点后，我们开车来到  
昆明  
南亚风情豪生大酒店入住休息，准备第二天的行程。  
第八天（7月10号）从酒店出发，行驶5小时左右就到达了  
黄果树瀑布  
，在这里第一次坐了要付钱的电梯，直接坐到了瀑布下面。大自然的鬼斧神工，让我们太震撼了。  
游玩了  
黄果树瀑布  
，驾车来到了西江蚩尤王沐心居酒店，因为第二天我们要游玩西江的苗寨，这个酒店就在苗寨里面，比较方便。  
第10天（7月11日）  
西江千户苗寨  
风景区非常大，一开始我们自己转转，后来发现迷路了，没办法直接找个导游带我们逛吧。主路还是很干净的，但苗寨里面的小路就不怎么样了，其实这才是没有商业化的苗寨，原汁原味。  
中午在苗寨里吃了当地特色的长桌宴，需要提前预定的哦！出了苗寨一路向昊都国际度假酒店出发，昊都就在  
梵净山  
的脚下，第二天吃完早饭就可以直接登山了。在去酒店的路上，我们发现一个景点不错，而且到酒店时间还早，果断靠边停车，直奔景区------亚木沟  
这是一个刚刚开发的景区，进去到了山顶才知道，下山公交还没修好，我们只好原路返回，好在里面非常凉快，出了景区直接到酒店休息，准备第二天的登山了。  
第11天（7月12日）按计划吃完早饭直奔  
梵净山  
的售票处。一路大巴，一路索道，这个是最考验体力的  
景点，因为下了索道你会发现，要到金顶还有很远的路程。  
回去的路程就不说了，7月13日，我们终于回到了温馨的家。  
1：景点门票预算大概12000左右（  
贵州  
所有景点针对江苏游客免费，所以实际应该不到1万）  
2：酒店费用大概11000左右  
3：油费和过路费大概10000左右  
4：吃饭大概10000左右  
总共5万多，7个人。

评论：  
1.泸沽湖 四季都很漂亮，就看你什么时候有时间了！  
2.lz你觉得最适合哪个时候去这里啊？

## 126.第一次房车旅行，一路上海苏州皖南武汉恩施莫干山无锡，每一处停留都是最好的“家”

https://you.ctrip.com/travels/anhui100068/3706755.html

来源：携程

发表时间：2018-7-25

天数：12 天

游玩时间：6 月

人均花费：6000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
人的灵魂只在两处，  
要么在光怪陆离的书里，  
要么寄宿于游荡中的躯壳。  
  
当书本已经从泛着油墨香气变成了冷硬的触屏，  
当远方已经从漾着花香变成了网线的彼端。  
奔波和忙碌变成了我们自囚的藩篱，  
生命貌似只剩下枯燥的倒数。  
  
世界并没有多大，  
或许车轮就可以帮我们在有生之年丈量完毕；  
你想看的也并没有许多，  
或许只是想让爱的东西始终充满眼眶。  
  
把西装丢在驾驶座的下面，  
公文包丢进车里的马桶后面，  
笔记本电脑里面放满自己喜欢的音乐和电影，  
丢在车厢的床上大声地放一路也无人打扰，  
冰箱里放满爱吃的水果牛排和酒水……  
夜幕所致就是昨晚的宿营地，  
晨光熹微就是今天的出发点，  
征途其实并没有你想的那么远的……  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
【租赁平台】  
作为第一次房车旅行，比较了多家租赁公司，最终选择了本土最大的房车租赁平台，上汽大通旗下“房车生活家”，专业及靠谱深得我心。  
只需在“房车生活家”官方微信平台上，进行一站式操作，并可顺利预定房车。  
【  
预定步骤】  
【车型选择】  
目前国内大通旗下房车主要分为两种车型，B型房车及C型房车，均为自动挡，只需拥有C1驾照就可以驾驶哦。  
B型房车和C型房车主要的区别在于，C型房车更注重居住空间及增加房车的宽高，储物空间及蓄水能力优于B型房车，适合4-5人大家庭的长途旅行。  
B型房车则空间设计相对紧凑，适合2-3人小家庭短期旅途，但总体从行驶的性能及安全性而言，更推荐B型房车，在市区内通行也更为便捷，空间虽略小于C型房车，但各种吃住做饭洗刷储物等装备都应有尽有， 足以满足基本需求，此次我租赁的就是“B型房车RV80”款。  
【门店提车】  
按订单的约定时间，来到提车网点-上汽大通宝隆4S店（位于宝山区宝杨路2058号）。  
【提车手续】  
提车人需提供身份证、驾驶证、信用卡，两证一卡持有人必须与订单提车人为同一人哦。先签订租车合同，再进行信用卡预授权（需刷15000元的作为车辆担保费用，其中1万元为租车押金，5千元为车辆违章押金），另需收取车辆清洁费用100元。  
好啦，完成以上流程，工作人员就带我提心心念的房车喽。  
【房车内部】  
提车后工作人员会对房车的设备及使用操作进行一一讲解，所以初次使用者也不用担心哦，但务必要仔细聆听，像我听不明白时就不停的提问，十万个为什么的我嘿哈，好在工作人员姐姐非常耐心。  
针对Minnie此次租赁B型房车RV80”款，来一起揭开房车内部的面纱，到底房车内有哪些东东呢？  
同时还会提供备胎是悬挂在车下、拆卸工具在副驾驶座位下以及户外遮阳棚。  
【出行装备】  
洗护用品：  
除去平时旅游会携带的洗刷用品（洗面奶、化妆水、面霜、防晒霜等）、化妆品肯定是必备外，还携带了牙膏、牙刷、沐浴露、洗发露、毛巾、浴巾、电吹风、电卷棒等；  
生活用品：  
床单、毛毯、枕头、拖鞋、睡衣、衣架等；  
户外用品：  
折叠桌椅、野餐篮子、餐垫、灯具等；  
烹饪用品：  
厨具：平底锅、迷你电煮锅、碗筷勺等；  
食材：罐头食品（午餐肉、金枪鱼等），火锅底料、调味品、油糖盐等，休闲零食等；  
其他必备用品：  
驱蚊液、花露水、蚊虫喷雾、日常药品、雨伞、垃圾袋等；  
  
有部分物品比如帐篷、折叠桌椅等可在租车点提前预定进行租赁哦。  
  
用自己携带的床单、毛毯、枕头、娃娃等给卧室粉饰成粉粉嫩嫩，准备启程出发喽！Let’s  go！  
刚刚踏出樊笼的脚步除了欣喜还有一点怯生生的惶恐，与即将要朝夕相处好久的房车车也一样，雀跃中还带点小心翼翼，所以不清楚它脾气的情况下只得轻轻的踩下油门顺着逃离都市的大道一路向西，首站定在近在咫尺的姑苏。  
【裕兴记面馆】  
出发前打听着这个时节烟雨里最新鲜的味道，斟酌之下恐怕一碗清淡的三虾面最适合此情此景，据说此面是限量限期才供应一个月左右。  
88元一份的三虾面包含三虾浇头、面条、姜丝、青菜、汤各一份，丰盛满满。  
何谓三虾？即虾仁、虾籽、虾脑，都是虾身上最宝贵的东西儿。  
每年端午前后，是河雌虾的最佳时节。需手工拆出绿豆大小的虾黄、虾仁、虾籽，而且剥好的食材仅供当天使用，据说好几公斤虾也只能拆出一点虾籽。三虾面还真是典型的功夫面哦。  
阿姨端上来会告知三虾面正确吃法，只能将三虾浇头放入面中，其他均不能放入。  
面属于拌面和汤面之间，阿姨说如果汤汁过多会吃不到虾籽和虾脑，当三虾浇头与面搅拌后，虾籽星星点点的密布缠绕在面条上儿，一口面条一口Q弹鲜嫩的虾仁，吃一口烫青菜，喝一口用骨头熬制的高汤，很满足。  
店面虽小，但名声在外的老字号店，来往吃客络绎不绝。若要点小菜记得晚上前往，白天只供应面食哦。  
【皇城秘制鸡爪】  
平江路文化街上有名的小吃，面对河对岸的网红鸡爪店，去年来此家吃时觉得鸡爪软糯，卤制得非常入味，唇齿留香，心想都来到苏州一定要再去品尝，可惜这次真得失望，无论鸡爪、鸡胗、鸭架、豆干等没有昔日的味道，卤汁没有融合到肉中，干瘪难嚼，不推荐哦。  
【  
星角榴芒冰锅创造者】  
苏州网红美食，观前街的甜品冰锅，店铺不大，so造成排队人满为患的场景，谁让它是网红店呢？  
主打用老北京涮羊肉的火锅盛装着各式各样美味的甜品，点了人气最高的桂酿妃子笑，除了火锅装之前还配置了阿拉丁神灯，神灯里装的热水倒入锅内后满满的烟雾缭绕，仙气袅袅，颜值颇高，满满仙女赶脚，每桌都是拍拍的节奏啦。  
星角榴芒冰锅创造者星角榴芒冰锅创造者  
妃子笑首层是荔枝去核后囊包裹着菠萝块，加上紫色果冻条，很清爽，夏天的味道，下层是牛奶绵绵冰加芒果爆爆珠，冰打得很细腻。  
对于苏州而言这个沙冰价格会略高，但胜在果肉丰富，器皿创意，还是值得前去品尝呢。  
【江苏溧阳御水温泉房车营地】  
品尝完  
苏州美食  
已是傍晚时分，今晚准备体验房车营地生活，在“房车生活家“官方微信平台上根据前往的路线，找到了”江苏溧阳御水温泉房车营地“，一晚上提供露宿加水电桩共100元，性价比不错，便继续驱车前往营地准备休息。  
【预定方法】  
初次在房车上睡觉觉，以为会很难就寝入梦，但意外的睡得香喷喷。露宿的营地其实就是酒店的篮球场呢，如果时间充裕，还可在南山竹海环绕下的  
温泉酒店  
泡泡汤。  
既然预定的是带水电桩的营地，必须给房车车充充电加加水，让它充满续航能力。外接清水箱及及电桩操作还是比较便捷的，用钥匙打开水箱口或外插电口机盖，分别将一端插入房车上的口，另一端插入水电桩口即可，如果自行解决不了，可电话营地，会安排人员前来协助。  
全部搞定后，继续出发前行，赶往下一目的地。  
【溧阳1号彩虹公路】  
沿途经过溧阳传说中的1号公路，彩虹路，遇见彩虹便预示幸运呢，不仅感叹上游天堂，下有苏杭，走出苏杭，美在溧阳。  
插播一个tips，驱车路上要注意限高问题，我驾驶的是B型房车RV80，车高2.55m，开始都怕过不去这个栏杆呢，如果你是驾驶C型房车车高会接近3m哦，一定要留心观察。  
【皖南川藏线318】  
暴雨前行，考验驾驶技术，只为前往皖南川藏线318，又称“江南天路，皖南318“，东起  
宁国  
市的青龙乡，西至  
泾县  
的蔡村镇，其最神秘路段全长120公里，它穿行山谷之间，有着名山大川的雄壮；它青山绿水相伴，有江南烟雨的秀丽；它还有北疆的喀纳斯之貌，原始丛林的神秘感；这里的N道90度以上的连续弯道盘山公路，惊险不逊川藏公路。  
【青龙乡】  
终于进入青龙乡，又是傍晚时分，看到距离附近6km处有个罗陵湾自驾营地，也和安徽川藏线318相同方向，今晚就露宿此地吧。  
此时还是下着绵绵细雨，但丝毫没有影响闲情雅致，因为沿路的青龙乡可是原生态的仙境，让人心旷神怡。  
【罗陵湾自驾营地】  
抵达罗陵湾自驾营地，天也渐渐见晴，询问店家这里露宿营地一晚含水电桩是50元，便先步行前往附近秀丽的储家滩。  
【储家滩】  
雨后笼罩在薄雾中的储家滩，如梦如幻。  
【户外火锅】  
陶冶在秀丽的十里画廊中，故决定今晚将房车停在储家滩边露宿，车上繁星点点的灯光，透过车门把周遭打得炽亮，一天的旅程把脑子装的满满却空瘪了肚皮，悄悄地取出冰箱里的食材和底料，为自己炮制一顿野外火锅，却不成想四溢的味道还是惊动了贪吃的野外小兽。那就交换一下，用难得的惬意犒劳自己，用舌尖的触动  
来安  
慰被打扰的临时街坊吧。  
清晨在鸟语花香中醒来，虽然仍下着绵绵细雨，但一打开车门就能漫步于水天连成一片，仙雾缭绕的储家滩，吃上安徽特色鱼鱼，美哉。  
吃饱喝足继续赶路皖南318路线，路过市场，买些农家乐菜菜，储备晚餐食材，还发现家五金店，有售卖户外酒精炉子，果断入手。  
【青龙湾】  
经过沿路休息区，带无人机去跨过自带仙气的青龙湾。  
【惠云禅寺】  
带着房车车去惠云禅寺祈福，经过无数斜坡弯道，随处还可见掉落的碎石，  
总觉得发明盘山公路的人除了可以称作浪漫的工程师外，也许还可以叫做严肃的诗人。萦回在山脉间隙的公路少了一分工业的平实，却多了一点如丝的飘逸，就仿佛这山的脉络一般，遥遥的就能明悟这仙境的走势。  
【落雨杉湿地公园】  
沿路来到青龙湾落雨杉湿地公园隶属方塘村，如果在秋季9月-12月，乘坐小船前往湿地看到大片大片的红杉林在蓝天湖水映衬下，会有莫奈油画般的笔触，正所谓舟行水中林，人在画中游。现在时节只能看大片大片绿树林，此行略有可惜，遗憾美喽！  
【世佳果园】  
如果不是靠着可以跑来跑去的房车车，我可能永远也找不到隐藏在路上的世佳果园，也不会知道古桥上的老者垂钓只需要半截秀竹，更不知道枝头的果子除了可以饱腹还可以清心……这是家集住宿餐饮垂钓采摘于一体的度假村，现在时节可采摘李子和桃子，入园采摘10元/人，果子10元/斤。  
【户外晚餐】  
天色暗了，肚子饿了，就顺着山涧停下驻留，亲近大自然的怀抱。小酒精炉的热量本身不足以温热一晚，但是用它做出的菜肴却可以。就地取材烧上一锅沸水，翻翻车里的冰箱，还有从路上农家买的蔬菜土鸡蛋，成色鲜亮还没被时间侵染。以往用来勉强充饥的方便面在山水的映衬下也不再面目可憎，反而带满了城市的烟火气。当天色暗下来，带着饱足感和微醺的心情扑上车厢里的小窝，这一夜还是满满的幸福和期待。  
沿路318路线经过高峰山水的奇秀之美，石壁山的险峻之美，环抱在蓝天白云、绿水青山中，呼吸新鲜空气的感觉实在无与伦比，不愧为自驾的好地方。  
【石壁山】  
【板桥原始森林】  
板桥原始森林这里的一切都没有人工雕琢的痕迹，一切都是那么原始，目前路还尚未修好，需当地人带领且最少步行2-3小时，否则很容易迷失在板桥森林的神秘之美。  
【水墨汀溪】  
水墨汀溪地处安徽  
宣城  
市这个号称皖南最后一片原生态的“天地净土”，这里有十万亩原始森林，乃是江淮大地上仅存的原始林区，是中亚热带东北部最后一方。原生态的一切苦了车轮却让我找到了净土，郁郁葱葱的老树压碎了河岸的卵石却成了炎夏的浓荫，一饮一啄之间，仿佛都变回了纯粹的水墨的平衡感。山水之间忘了自己，怕也是能找回一个自己。  
景区入园门票60元/人，园内除了大自然景色外还有“南山第一漂”漂流项目，100元/人，漂流时长40分钟；“南山第一飞”空中索道，60元/人，来回飞翔，如果喜欢刺激的小伙伴，可和工作人员提需求选择飞速翱翔哦。  
潺潺溪水，悠悠鸟鸣，或许这样的地方值得你来回走两遭。水墨汀溪内还有众多农家乐，随意来到一家“简朴寨”餐饮住宿店儿，吃顿简单的便饭和喝着老板自酿的竹筒酒，稍作休憩。饭间和老板老板娘一对夫妻儿聊的甚欢，得知老板多年前一直在上海从事大厨职业也是位爱好钓鱼的高手，想学习的心油然而生了……  
【户外垂钓】  
野外的鱼怕是也没有城里鱼塘中的同类那么精明市侩，连房车车开来的声音都惊扰不到他们捕食新鲜鱼饵的兴致，坐在床上悠哉的垂钓，轻轻松松的上钩，轻轻松松的躺进盘子，轻轻松的成为我美味的晚餐安徽臭鳜鱼，味道倒是比城里的要鲜美许多，没有枉费我现学钓鱼的三分钟努力。  
美餐完后，夜已深，就此露宿一晚，床铺就在身后的安心让人不由自主的忘记了灯火之外的黑暗，卧室内喝着啤酒，看着世界杯，迎接美好的新一天。  
趁着晨雾未散，涓涓细雨，伸伸懒腰踩踩盛夏仍然沁人的溪水，这样的旅程哪怕是醉心于路途本身的人也不会拒绝。  
路上风景的一半来自于体悟，另一半来自于沿途的风土。没有沿着公路走过一遭，318对你来说只能是一串数字，永远不会知它连接的彼端到底归于何处，也不知你和哪里被它穿成了一线。略有遗憾的皖南318路线就此告一段落，没能前去体验曲折惊险，最具挑战性的海拔800米以上，上下坡都有10公里的桃岭公路，或许遗憾也是一种美。  
【自驾路线攻略】  
上海、苏州方向：G50/沪渝高速-S32/宣铜高速-  
宁国  
北下高速-青龙乡-储家滩-方塘乡-板桥村-桃岭-苏红村-汀溪乡-爱民乡-蔡村镇  
  
皖南川藏线（自青龙乡往蔡村镇方向）  
宁国  
段：万亩竹海-储家滩-惠云禅寺-世京果园-板桥原始森林-七星级弯道-磨盘山石林  
泾县  
段：盘山公路（桃岭）-黄田景区-  
宣纸文化园  
-水墨汀溪-月亮湾-S322省道-  
马头祥景区  
-赤滩景区  
为了能目睹国内传说中可媲美国外的仙境，直接转动方向盘让车轮笔直的冲向了湖北——这可能是乘上房车之后最嚣张的姿态了，说走就走，连买机票的时间也不给自己，每一分钟都要在通往向往之地的路上。最火热的夏天里每一分钟的犹豫都是最直接的炙烤，无论是身体还是灵魂。既然选择了找寻自我，那就给自己一个最舒适的姿态来舒展灵魂吧。  
【靓靓蒸虾】  
在驱车6小时左右，抵达途径的武汉，既来之则安之，必须给自己补充能量，激活味蕾，吃吃当地非常出名靓靓蒸虾，据说人气非常之高，经常人满为患，建议可以在路上预测好到达的时间使用“美味不用等”一键等位，免去排队时间。  
旗舰店整体环境会比老店大气，上下两层挺大，现在店里营造了世界杯的氛围。  
极品清蒸：  
个头比普通虾大好多，清蒸的做法及其考验小龙虾品质，鲜肥鲜嫩，每个都虾腮白净，有黄，肉质弹牙，能吃到虾肉本身的清甜，钳子里也满满的肉，再蘸上特制的香辣酱料，真的有惊艳到。  
油焖大虾：烧的挺入味，色泽鲜艳，虾都抽经处理过，与上海十三香小龙虾有点类似，香辣味，但口感会比上海的偏咸偏油腻点，没有汤水，个头和肉质与蒸虾相比会略逊色。  
蟹面：香辣味和蟹味的融合，蟹不大，但整盘量挺足，酱汁浓郁，但稍偏油腻。  
烤腰花：鲜嫩入味，汁水嘀嗒，好吃哦。  
烤鳝鱼：第一次出烤的黄鳝，烤得很脆，连肉带骨一起嘎吱嘎吱。  
烤脑花：挺普通，烤制的火候不够，不入味鲜嫩，没有入口即化的口感。  
老坛米酒：甜糯顺口，酒香浓郁醇厚，但酒精度数也不高，与小龙虾搭配很赞。  
【房车世界杯】  
半晚时分，世界杯的号角又被吹响，便沿途找个服务区作为今晚的露宿地儿。车载冰箱里空出一半的位置给啤酒不是因为我是酒鬼，而是因为时间是在仲夏。空调可以让人无惧炎暑，却不能让人在看到软脚虾一样的球队时平息纷乱的心绪。不要以为走出了聚居地就失去了与人间的联系，我爱的东西在这个移动的小家里面一样都不会少，啤酒、足球、小龙虾都在……  
在枝江服务区苏醒，匆忙用点自助膳食，继续赶路前往下一站  
恩施  
，不过这里要夸下大型服务区现在的自助餐性价比挺高呢。  
在山林之间的公路上行驶是不会存在疲劳驾驶这件事的，不仅仅是清凉——虽然空调也可以带来扑面的凉爽，但终归少了山麓里湿润的触感和沁人心脾。房车原本的厚重在仙境般的境地之中也变得轻灵了许多，从白昼慢慢的走进夜色，找到了一片云雾，和我一起躲在星月下的一角。  
如果有比每天都能在路上更惬意的事情，恐怕就是知道自己的惬意不会在今时结束吧。驱车6小时左右终于抵达湖北  
恩施  
，一路不停碰到会车，经过此行后车技肯定杠杠的。  
【户外烧烤】  
偶尔也怀念出发前的烟火气，烧烤BBQ，想到什么就想办法去找到，才是出发的目的。从山脚农家大院寻来些许枯木，上面架上准备好的烤架，烧烤的味道就开始随着自己喜欢的样子充斥进周围原始的净土。找寻自我的事情，原心不原迹，没有那么多的清规戒律。  
一早用完早膳，跟随当地人前往心心念的国内仙本那。躲避峡位于  
鹤峰  
县，因为还未被完全开发，需当地人带进峡谷，且没有直达车辆，如果是从  
恩施  
市区到躲避峡大概需要4小时车程，必须包车前往，在当地有很多农家乐会提供一站式接送游玩服务。  
【躲避峡】  
在进入真正的峡谷底前，必须先经过蜿蜒曲折的盘山公路，随后换上套鞋进行漫长的泥巴路之行，基本需步行半小时以上，道路非常滑及曲折，大家前去一定一定要租赁套鞋，携带登山棒或竹棒。我是被当地人坑了租错鞋，导致我一路是螃蟹式爬行下山，满身泥土，那时内心是一万个草泥马，还欣赏美景？还拍美照？一切浮云，撒由那拉。  
好在守得云开见月明，天光透下来的峡谷被打成了幽静的颜色，不仅感叹大自然的鬼斧神工。进入峡谷内需船工划皮划艇，100元/人，来回半小时左右，根据水的深浅，会需下船步行几步后继续前行。当然找个靠谱的船工很重要，一路不仅安全照顾，还会在每个最佳拍摄点帮你拍照。  
一路上山壁和水底的颜色交相掩映下始终变幻着色彩，没有打开滤镜镜头中也收进了梦幻的倒影。水底貌似清浅，但泛舟而过的时候却从没触及过沉寂了上千年的河石，似近实远的距离感让人始终把眼睛聚焦在清澈的水面之下，如果不是岸石突兀的投下隐隐，怕是小船打横撞在岸边都不一定能够回神。  
回到出发点后，就是重头戏坐小木船拍照，船工会把你推向湖中央，拍完美照后，再拉你回来。若是天气晴朗水便会更清澈、透明、轻盈，船的影子投射到了水底，小船就会像悬浮在空中一般。此时悠游的感觉弥漫全身，只想躺在小小的走舸之中安稳的睡上一觉，听着涟漪排在峡壁上的咕咚声……但这里的确是个让人又爱又恨的地方，不去会觉得后悔，特地前往又觉得后悔。  
傍晚时分，恩施的天色却如此惊艳，怀抱在蓝天绿树，品尝农家乐，用心感受大自然的恩赐。  
行程时间原因，在恩施无法逗留过久，如果有时间前去的朋友还可以去  
恩施大峡谷  
、恩施女儿城等景点逛逛哦，继续出发下一站。  
今晚露宿这儿可好？  
昨晚入住G351国道的苏家河自驾游驿站，设施挺全面有wifi，不过半夜碰到个奇葩事情，居然有人狂敲车门，一直屏住呼吸不敢出声，假装车内没有人，庆幸果然等他敲累了就走了，这时如果房车上有种能监控室外摄像设备该多好呢。  
【潜江生态龙虾城】  
驱车来到全国最著名的小龙虾基地，中国潜江生态龙虾城，放眼望去全是小龙虾店儿，这次想拔草的是一生必须吃一次的-虾皇，曾获《天天向上》虾王桂冠，但网上看评价位于生态城的虾皇是分店，没有总店味道好，立即调头去往老店，真是个爱折腾的我。  
【虾皇】  
来到虾皇总店，门面非常之大，据当地人说端午期间门口排队人山人海。室内布景处处呈现龙虾细节，墙上还贴有辟虾剑法、五不出等等。  
私房泡龙虾：从未尝过这种口味，抱着试试的心，却意外惊喜，应该是选用蒸虾后进行泡制而成，但泡制时间可以略微再久些，会更入味，个头非常饱满，肉质弹牙，每个都虾黄漫溢，每个钳子里都有汁水饱满的肉质，配菜的黄瓜很爽口。  
油焖大虾：与武汉的油焖大虾会有些许区别，不是过多佐料，而是油汁汤汁会过多，虾整体质量没有泡虾好，个头偏小，但非常入味，香辣味浓郁，舌尖会有回味。  
特色烤虾球：小小的一串有四只龙虾，外皮酥脆，微辣的孜然味，肉质偏干了。  
酱爆螺丝：底盘的辣油并没融入螺丝中，螺丝肉也很老不新鲜。  
红糖凉粉：晶莹剔透，口感凉滑，清凉解暑，也是解腻清口的最佳选择。  
品尝完当地正宗的小龙虾后，又要进行漫长的赶路，为了美食也是辛苦我的房车车，陪我天南地北闯荡，但这也是房车所赐予的魅力，让我随心所欲的佛系行走。  
驱车前往湖州  
莫干山  
，对于莫干山大家一定不陌生，翠竹遍山，清泉静流，除  
剑池  
、下渚湖湿地、大坑等打卡地标之外，  
裸心谷  
和  
法国山居  
等众多网红民宿也是它的代名词。去往又一片风景秀丽的土地时，我想除了能安安静静欣赏它美之外，还能做些什么呢？总想来点与众不同的体验方式……  
【户外UTV】  
刚驱车进入  
莫干山  
就被路边一辆UTV所吸引，房车给了我在野外生活的便利，但既然叫做野外，便总觉得这小家把自己保护的太好了些，偶尔想要撒野的时候扑面而来的泥泞总会被挡在车窗之外，更不要提被粗糙的路况颠得飞起的意外之喜了。所以在刚驱车进入莫干山时看到可以临时撒野的机会时果断的把小家停在外面让它稍作休息。  
这是一家叫大熊的户外俱乐部，老板是位酷爱户外运动的年轻小伙，经营着UTV、皮划艇、真人CS、户外骑行等能拥抱大自然的户外活动项目。果断选择了UTV全地形越野车，每辆车268元，可双人体验，来回30分钟左右，会有工作人员带路，一路能穿越丛林的曲径泥地，横渡浅滩溪流。  
开上一身泥泞却又精悍的UTV，顷刻间伴着油门声消失在山谷和河道之间。泥浆和溪水毫无保留的拍打在身上的时候，除了尖叫还想大呼过瘾。稍稍过火的放纵，总能够让人在兴奋的同时清晰的感觉自己还活着，这种感觉要么不要体会，要么不能停止。  
又是接近傍晚时分，驱车路过一家近期超火的民宿“宿里Fun集度假酒店“，民宿坐落在素有十里画廊著称的上皋坞村。由民宿设计圈特立独行的奥地利籍设计师Genco和上海世博会瑞士馆的设计师张旭联袂操刀。看路牌导视民宿会分为别墅区、客房区、餐厅、泳池、酒吧等。本想在此用餐体验，可惜如果不是住店客户，不提前预约，是没有多余食材可供想用。既来之，那就参观目睹番它夜晚的风采吧。  
来到泳池区域，并不是很大，但传统又现代、低调却不张扬的设计美感还是为之惊叹。泳池一墙之隔便是小酒吧，再往前走就是旋转楼梯拾级而上，独门独户的居所。继续前行可是拥有半山风景的世外桃源，可惜天色已晚，待我明日再来好好欣赏。  
【星空营地】  
今晚展开的房车小屋，我叫它星空营地。一直以来都在怀念小时候在露台上的草席上数星星的日子，时隔多年，星空一直在那里望着我，而我却满心久违的怀念。如果说野外有什么是绝对不可或缺的，那么这片星空必然在我的榜首而且丝毫不接受辩驳。看得到星空的人是空灵的，躺在草地上，面对着卷舒的云朵、闪烁的星河、北斗七星，仿佛能感觉到大地和天穹在随着自己的呼吸律动和旋转，哪怕性情再是急躁，在星空下也都变得静谧而安稳。涌动的思绪和平缓的心跳让人产生一种快乐的撕裂感，就像自己亲眼看到了自己的升华和平静，溶于这刹那间的永恒。  
清晨，睁开朦胧的睡眼，静听清脆的鸟叫声，打开车窗，一股清新之气扑鼻而来。收起昨夜清洗完毕晾在遮阳棚底下的衣服，整装待发继续前行。  
又驱车来到昨晚路过的“宿里Fun“是什么让我再次来打卡？是它的半山风景及休闲娱乐项目。走入后院，除了能呼吸着竹林的负氧离子，还能在竹林间畅玩Mini高尔夫、攀岩、蹦床、滑梯等小型娱乐设施。  
【森林滑滑梯】  
童年记忆里的滑滑梯，可这次它却是坐落在竹林间，从满山竹林中的楼梯缓慢走向半山腰处，瞬间将我的记忆牵引到了曾经，一点一滴在脑海里上演，沿着滑动一路尖叫而下，风在耳边轻轻呼唤，重温童年的欢乐就在此时。如果怕犹如小时候玩它把屁股坐痛或快速下滑的话，可问工作人员拿个布袋套上。这里不仅植根于乡土文化，而且融入时尚有趣的生活方式，很适合亲子前来游玩。  
【户外野餐】  
看到一片没有脚印的草地，日光又恰好到了午餐的时间。心血来潮的感觉让自己的行为充满了仪式感。故意做作的撑开了房车边的遮阳棚，抖开一张和纱裙搭配的餐布，把喜欢的零食放进出发前心机满满暗搓搓藏进车厢置物柜最里面的野餐篮，以天为庐地为席，坐下开始自己心意中的野餐。吃的什么并不重要，重要的是满足了自己一直以来的盼望。又有谁没想象过这种看似简单，实则对平日而言奢侈的近乎要被人贴标的闲适呢？  
【  
Discovery探索极限基地  
】  
如果是户外爱好者，那对于坐落在  
莫干山  
的全球首个  
Discovery探索极限基地  
肯定不陌生，步入园区整个是新加坡迷你版的滨海花园，导视图上写着多项探险极限项目，比如攀岩墙、丛林滑索、高空网阵挑战、地面障碍、计时越野挑战、热气球、徒步探索、荒野求生等等。本着想体验约200米，从空中俯瞰基地全景，拥抱纯净的大自然，高空自由飞翔的丛林滑索项目。进去询问，结果告知维修中，目前对于个人仅开放高空网阵挑战、地面障碍、攀岩墙三项，其他项目都需团建或定制才可，真是有些小小失望。  
在竹林间尽情地徜徉，呼吸最清新的勇气，边走边看，探索发现周围事物，去留随心，也许这就是旅行最好的样子，自由拥抱自由。  
【BEN LINK BEER PUB】  
沿路觅食时居然看到家啤酒吧BEN LINK BEER PUB，瞬间被吸引的还有门口一大块色彩斑斓的攀岩墙，必须前去体验一番。  
入内后店家说目前还属于试营业期间，只有简单的餐食，点了份牛柳意面和风味鸡翅，当然必不可少的还有啤酒啦，店内提供现酿生啤、进口精酿啤酒等，此家可是百威旗下经营的店，啤酒种类自然颇多。  
餐厅整体以蓝色为主基调，步入后院才会发现原来是一家集住宿餐饮与一体的集成店，餐厅和客房中有一个泳池，炎炎夏日在泳池边喝着啤酒沐浴阳光，是个不错的选择。在餐厅的三楼还有个露台可以远眺莫干山美景。  
驱车前往  
无锡  
，沿途晚霞似火映红天边, 美得一塌糊涂。旅行从不是匆匆的路过，而是用心感悟每一刻的美景。  
佛曰：一花一世界，一草一天堂，一叶一如来，一砂一极乐，一方一净土，一笑一尘缘，一念一清静。来到隐藏在  
无锡  
太湖  
之滨一座别具一格的小镇“拈花湾”。自然的风景、精致的布局、别致的小景，整体建筑风格与日本京都相似，又融入了江南水乡特有的气息，素有“小京都“之称。天气略有些阴郁，不过和坊间的禅意相映成趣，更觉幽静。车子固然是开不进狭小的巷弄的，不过脚踏实地的走走，倒是不错的体悟。入园需购买120元/张门票，园区不大，步行即可，无需乘坐30元/人的观光小火车。  
【梵天花海】  
梵天花海，则是整个禅意世界的点睛之笔，正赶上花海季5-6月的尾巴，还能欣赏到波斯菊、硫华菊、百日草等花簇，近看时花色不显，远远望去却仿佛无边无际插进了天边，一点一簇的无人照料却洋洋洒洒侵占了整个视野。它们随风摇曳，生生不息，装点整个盛夏时光，将最美的时刻归于平静的幸福。  
【禅食馆】  
小镇上美食餐饮店颇多，沿路来到体现禅文化的“禅食馆“，店内整体构造结合现代都市的简约，却又融入东方的禅韵，旨在营造用心吃饭的同时获得身心的满足与禅悦。  
午餐为套餐形式，共有五种可供选择，价位在68-168元不等，主要以素食为主，每个菜品名字颇有禅意。点餐完毕后需自行取餐，取餐处会提供自助泡、海带丝、酱料等。上菜速度有点慢，但盛菜的器皿及摆盘都挺精致，完全走日系风格，虽能体会师傅用心之处，但口味真的很一般，性价比不高。  
《聪慧》儿童套餐：蔬菜沙拉、虾仁水炖蛋、眨牛柳薯条、炒饭、布丁、水果。  
《静空》套餐：沙拉、狮子头、烤鳗鱼、鲜菇牛肉粒、薏仁青豆、佛饼、米饭、水果。  
【拈花福点】  
这里很多店家会与禅意相关的体验课程，如茶道、花道、佛教展示、坐禅、手工等。我选择了“拈花福点“将茶道文化与糕点完美结合的点心店，看着柜台内售卖的每一颗福点都绝对是颜值担当的艺术佳品。  
亲手制作一份自己的艺术福点，体验制作的乐趣，收费是78元制作2个成品，耗时半小时左右，老师会一步步讲解和操作，要会做其实并不难，但要做精致还需煞费苦工。  
【浣月山房】  
隐藏在平常居里的浣月山房和风禅意餐厅，是一家雕琢无国界的和风禅意料理，也是拈花湾里网红的日料店。步入庭院一派禅意的京都景象，在如此充满生活哲学和禅机的空间里品尝日料，实属惬意。  
店内小而精美，每晚只能接待6-7桌，尽量提前预约前往。晚餐是套餐形式，分别有198元、268元、358元，价位的区别主要在于刺身的种类和数量，以及牛肉的级别。  
精致的日式风格摆盘，精美小菜中比较中意甜虾醋物、芥末八爪。  
土瓶蒸盛装的器皿体现了浓厚的禅意文化，汤汁非常鲜美可口，还配有豆腐、虾仁、蟹肉等用料。  
刺身拼盘有牡丹虾、甜虾、三文鱼、金枪鱼、鲷鱼、北极贝、三文鱼籽等，最爱的是358套餐里的牡丹虾，虾肉肥硕，鲜爽无比。  
烤银鳕鱼和鳗鱼，肉质都还算细腻。  
鹅肝豆腐，豆腐外脆里嫩，中和鹅肝的油腻，汤汁调味也不错。  
358套餐是西冷牛排比较有嚼劲，268套餐是菲力牛排相对鲜嫩，量都挺足。  
套餐里涵盖的种类还是挺丰富的，饭后还会有甜品布丁，总体而言在景区能有这样的水准，性价比还算可以，但店家上菜速度实在太快。  
【灯光秀】  
夜幕降临，走在拈花湾的街道上仿佛穿越回了大堂最荣耀的时代。拈花塔的亮塔仪式、水幕灯光秀、莲花喷泉表演都一一上演，让你纵情感受拈花微笑的唯美禅意。记得留意景区内导视牌显示的观看时间。  
  
清晨从拈花湾停车场出发，回归上海，到达宝山还车地点，工作人员会来进行一一检查，无任何问题后将会退还出发前的押金。  
  
10多天的房车旅行将画上句话，第一次体验感觉非常不错，它最大的魅力在于户外的体验，看山看海随心情，火锅烧烤野餐随兴致，虽然不舍和每天朝夕相处的房车车分别，但我相信，这次的结束，就是下一次的开始，更美的风景，还在路上...  
  
【房车使用Tips】  
1、初次驾驶房车者开始时行驶慢点，注意车量高度和宽度，随后慢慢适应后可提速；  
2、露宿尽可能找营地、服务站或酒店、餐厅停车场，以保证安全；  
3、定时关注控制面板清水箱、污水箱、电池等百分比，及时给予加水、清洗、充电。除去营地会有水电桩外，加水也可以向当地居民、餐饮店等求助，只要接上水管都可以操作；  
4、喜欢户外野餐的尽可能购置野外炊具酒精炉子，房车自带的电磁炉功率不高，加热速度会较慢。  
5、其他必备防蚊液、蚊虫喷雾，可以带副橡胶手套方便清理卫生。  
放不下的叫过往，  
挥不去的是远方。  
在路上这件事，  
其实就是在补全自己罢了，  
让自己变得丰盈而充实，  
在谈及过往的时候会变成他乡的向往。  
随着自己的脚步去丈量世界和自己的本心，  
随时随地的出发去下一个远方，  
随时随地停下归于下一个家乡。  
  
走走停停，  
就在车轮上变回了自己。  
把行囊都丢进房车的后箱，  
路程都放在车辙之下，  
心境系于车窗外的风景，  
归宿于夜幕低垂下的幕帘。  
没有踏不到的阡陌，  
也没有到不了的荒原，  
放开的脚步之下，  
最先被挣破的就是往昔的牢笼。  
  
如果愿意，  
你也可以随时出发去往下一个别处，  
让每一个值得停下来欣赏的地方，  
都成为最好的“家”。

评论：  
1.谢谢支持哇~  
2.写的很全面、很详细，让我这可颗不安定的❤再次躁动起来，出发！  
3.谢谢哇～  
4.来给楼主打气~楼主要继续去更多的地方哟！  
5.恩，随着车轮转动的每一圈，每天都能有未知的风景和际遇吧，无拘无束的随意前行~  
6.旅行方式有很多种，徒步，骑行，搭车，自驾，……唯独还没有尝试过房车呢，，，看完游记觉得，房车旅行才是真正把生活带在路上的旅行方式。。有机会找个可以相互陪伴的人，一起体验一下生活带在路上的旅行方式。。  
7.我也是第一次写呢～游记能把美好分享给每个人，也能记录自己一路上的点点滴滴～  
8.一直喜欢旅行，就是没有写游记的习惯，向你学习了！

## 127.避暑胜地慢游神农架

https://you.ctrip.com/travels/shennongjia147/3706331.html

来源：携程

发表时间：2018-7-26

天数：5 天

游玩时间：7 月

人均花费：1500 元

和谁：亲子

玩法：自由行，美食，省钱，火车

旅游路线：神农架，天生桥，香溪源，神农顶，官门山，神农谷，天燕景区，板壁岩，天门垭，天湖山庄，大九湖国家湿地公园

正文：  
神农架大九湖天湖山庄  
¥  
88  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
重点放在前面，本次  
神农架  
之行一共4大1小，本人是团长，团员依次是我老妈，我婆婆，我婆婆的妹妹，我女儿，游玩方式为纯自助游，为了充分照顾老人孩子，所以每个行程时间非常充分，共计6天5晚，其中  
神农架林区  
5天4晚，宜昌1天1晚，玩起来基本不累（但是哪儿有不累的旅行呀）。  
简单说一下花费，4大1小合计大概6k多，人均1.2k-1.5k吧  
车费：121\*4（武汉-宜昌东高铁）+78\*4（宜昌东-木鱼镇汽车票）+70(  
天生桥  
-  
香溪源  
顺风车)+400（  
神农顶  
一整天包车费）+60\*4（大九湖景区换乘费用）+80\*4（大九湖坪仟古镇-宜昌市内车费）+121\*4（宜昌东-武汉高铁）=2310元  
住宿：300\*2\*2（木鱼镇初见客栈2晚2标间）+198\*2\*2（坪仟古镇天湖山庄2晚2标间）+148（宜昌东乐高连锁酒店）=2140元  
吃饭：吃饭没仔细统计，就按照1000元算把（可能算少了）  
特产：大概600元吧  
下面按照时间顺序详细说一下行程和感受。  
神农架确实是避暑胜地，非常舒服。其实08年金秋10月我和男朋友（已升级为老公了）就去过神农架林区，十年了一直念念不忘，尤其大九湖，总想着再去一次。比起十年前，感觉路况好了非常多，坐起来基本不累，山路上走也不像之前那么晕，备用的晕车药竟然都没用上（提醒大家还是要备上，尤其是去往大九湖的山路，其实当时我们大家都晕车了，尤其是我老妈年纪大晕的很厉害，没提前吃，当时车上也不方便拿出来）。  
备用物品：薄外套（必带，怕冷的人可适当带中厚度的），晕车药，防蚊水（可带可不带，感觉蚊子不多），其他物品随意带  
2018年7月14日早上坐上9：30  
武汉站  
出发去宜昌东的高铁，中午12点左右到达  
宜昌东站  
，在永和吃了一顿午餐，然后坐上13点的汽车去往木鱼镇，16:30左右到达木鱼镇，联系了初见客栈工作人员，他们接上我们，我们定的是2个大标间，干净开阔舒服，靠窗就能看到远山和云层，整个木鱼镇就被群山环抱着，傍晚7点天还很亮,我们休息够了出来吃晚饭，木鱼镇遍地都是客栈酒店和餐馆，住宿、吃饭或者购物都算平价的了，另外说句，在神农架林区的4晚住宿我都是提前在网上预订的，木鱼镇大标间300元一晚，坪阡古镇是200元一晚，其实都订贵了，神农架尚未进入旺季，完全可以到了之后再找住宿，同等条件的住宿基本可以便宜一半，淡季普通标间价格大概在80-150元。另外不要怕麻烦客栈老板，他们都很热情，有什么需要都可以跟老板说的。晚餐点了清蒸冷水鱼，各种野菜、野山菇野山菌干锅，手撕包菜，另外在小摊上买了一碗炕小土豆，好吃，建议去神农架或者  
恩施游玩  
都要吃吃这种高山富硒土豆。这顿的花费大概是170元左右吧，每一顿都挺好吃的，感觉雷和坑很少，可以放心地选几家生意好的或者让客栈老板推荐一下也行  
以木鱼镇为中心，附近的景区有神农顶天燕、天生桥、神农坛、  
官门山  
，香溪源等，我是峡谷溪流爱好者，另外也考虑到老人小孩，所以我们计划第二天轻松点，就去天生桥和香溪源，可以坐班车，这两个景区都是以峡谷瀑布溪流为主，景区都不大，玩起来轻松，第三天包车去神农顶沿线景区，玩了神农顶沿线景区后直接去大九湖游客集散地坪阡古镇住宿。  
当天晚上我们在木鱼镇逛了逛，超市买了6个生鸡蛋，1元/个，煮出来很惊喜，土鸡蛋，非常香，还给墨买了一双塑料拖鞋和若干零食巧克力。镇上还是蛮方便的，物价跟武汉差不多。  
7月15日早上8点，我们在木鱼镇吃了一顿丰富的早餐，重庆拌面，豆浆，油饼，包子之后，9点在镇上车站附件等开往天生桥神农坛的班车，2小时一趟，也就是9点、11点、13点，15点……，哪儿想9点这趟人爆满，司机不让我们上去，说是打电话叫了一趟加班车来，一想下趟车可能到11点，我都已经开始跟边上的黑车司机谈去天生桥的往返价格了，还好班车司机果然守信10分钟内来了一趟加班车，大家愉快地上车，2元/人。到了天生桥景区，买了套票，套票260元/人，含天生桥、神农坛、官门山、神农顶、大九湖等景区的门票，5日内往返这些景区都有效，60岁（还是65岁？）以上老人半价。天生桥很美啊，10年前来，偌大景区内没几个人，当时我和Z先生坐在瀑布下面吃板栗，美好的回忆，这次再来，美景依然动人，景区内公共设施修缮的更好了，楼梯、厕所、休息的地方都很完善。  
我们大概9点40左右进景区内的，计划赶13点的班车回木鱼镇再去木鱼镇1公里内的香溪源（我们是慢游女团，其他游客完全可以再从天生桥景区坐班车去神农坛、官门山等景点）。天生桥景区快的话1个小时能游玩结束，慢的话像我们大概也在12:30时出来了，一出景区有送客人来玩的本地人私家车问我们去哪儿，可以送，问了一下价格说60元送我们回木鱼镇，娇气任性的慢游女团决定让司机直接送我们去香溪源，70元，坐上车就发现景区班车来了，其他游客不要效仿我们。  
香溪源传说是王昭君洗手的地方，景区非常幽静，因为是私营景点，所以不在套票里面，60元/人，一进景区，迎面就是双瀑布溪流，溅湿人的衣裳，游客非常少，一座山里也没几个人，有一种“空山新雨后，清泉石上流”的感觉，我和墨玩了一会儿溪水，冰凉彻骨，这个时候发现出现了一个小意外，我的背包丢在了刚才的私家车上了，幸而留了司机电话，小姨（婆婆的妹妹）说她有点累不想玩了她去景区门口等司机返回来还包，其实背包里面只有水和衣服，要不要得回来影响不大，但是再次赞美神农架的好人们，人家司机都已经快跑到天生桥了，硬是又把背包给我们送回来了，再次提醒大家出门在外手机钱包卡等贵重物品一定要放在随身小包里。  
从香溪源回木鱼镇我们是走回去的，大概走路20分钟左右，回镇上随便挑了一家山野菜馆吃了美味的一顿，干煸小土鱼，各种炒野菜，番茄蛋汤，女团成员们顿顿要吃野菜，团长我也没办法。  
回客栈大家伙各自拿起手机上网喝茶，我联系第二天的包车司机，商量价格和时间，最后定下来6点半司机来客栈接我们，6:30准时出发，一天包车（含司机）全部费用包干400元，淡季包车价格大概350-400左右吧，旺季可能会稍微高点。  
7月16日（第三天）早5:30我们就起床了，洗漱，打包所有的东西，在镇上买上早餐和午餐，午餐是凉面（提醒下，神农顶景区基本没有正经吃饭的地方，务必带点干粮），退房，6:20准时在客栈门口等司机来接了，我们和司机都很守时，非常愉快，司机师傅也是本地人，人很好，实在，神农顶沿线经典景点很多，有十几个，交给司机师傅就好，由他规划路线，印象中我们去了小龙潭看金丝猴（小龙潭金丝猴少，想看金丝猴的建议去大龙潭），神农顶，  
神农谷  
，  
天燕景区  
，  
板壁岩  
，  
天门垭  
（原始森林）……还有一些记不清楚了，下午4点左右直接去坪阡古镇  
天湖山庄  
。  
提醒一下，去神农顶景区时一定要带外套，山上很冷，看到无数冻得瑟瑟发抖的游客。另外神农顶华中屋脊和神农谷可以选一个爬，一个是爬2999级台阶登顶再爬下来，另一个是下楼梯到谷底再爬上来，都非常消耗体力，神农架最大的遗憾就是这两个景点都没有缆车，所以不愿意爬的人就会错过，好在车子已经到了神农顶半山腰了，随处都是景，云走山谷，凉风送爽，非常自在。  
华中屋脊最终只有我和我70岁的老妈登顶了，要不是因为担心老妈年纪大，我估计会中途放弃的，老妈威武呀，但是也导致我后面几天腿都是酸痛的，走路都是一瘸一拐的，爬了1800多台阶，有个休息亭子，可在此补充一些吃食，我吃了一版巧克力喝了一瓶红牛。整个登顶，耗时大概3小时，等我们原路再爬下来，婆婆，小姨和墨墨都已经吃过午饭了，各处玩遍了，在车上睡觉休息在。我们吃过美味可口的凉面（真好吃，可能是我们饿了），前往神农谷，看云从脚下生，瞬息间布满整个山谷，悠悠笼罩到了整个公路上，云就跟长了脚一样，四处游走，最后连我们也身在云海中了。后面又看了野人足迹，板壁岩和走了一遍原始森林，走原始森林大概1小时，山谷清幽，山林苍翠，走起来很舒服，司机直接把车开到出口处等我们。  
清晨的小龙潭，很冷  
从神农顶到坪阡古镇山路十八弯，经常能看到滑坡和落石区域，还是蛮危险的，我们正在大聊特聊晕车的话题，不说不觉得，一说结果老妈婆婆都说开始有点晕了，幸好司机说坚持一小会儿就能到坪阡古镇了，这一小会儿大概20分钟吧。坪阡古镇比木鱼镇小和安静，办理好入住，我们直接就在住的客栈吃饭，当初订这个天湖山庄就是因为网友们都说他家的饭菜好吃，第一顿饭发生了一点不愉快，我觉得有必要说说，出来玩肯定会有一些突发状况，也会有不愉快，重点是解决问题的态度和能力。我们坐在饭桌前，服务员小妹说因为他们接了4桌团餐，人马上要到，暂时没时间做其他客人的饭菜，让我们先去逛半小时再来吃，我们玩了一天又累又饿，只想吃饭，压根没有体力去逛，于是提出我们4大1小，也就三四个菜，可以在团餐的中间插空给我们炒了，小妹还是坚持让我们出去逛逛或者到别家去吃，老板娘出来了，一开始也跟小妹一样坚持要我们逛逛或者去别家吃，扯了半天，我确实累了也没耐心了，当时火了，对老板娘说“”我订你们家客栈就是冲着网上说你们家饭菜好吃订的，玩了一天又累又饿，放下行李就下来吃饭，你看都是老人小孩，也就三四个菜，穿插着炒了很快的，跟你们左说右说，结果你们说接了外面客人的团餐，把自家住店的客人往外赶，我今天要是到别家去吃饭了，我就再不会来你家吃了”，老板娘一听说好吧，转身去厨房，10分钟就把我点的菜炒出来了，顿时让我羞愧了，我累的时候任性脾气不好，结账时主动给老板道歉和解释了一下，老板也给我道歉说他们当时也是忙晕了，还主动给我们打了折。  
大九湖现在不允许私家车进入景区，统一换成景区内的换乘车，7月17日（第四天）早上在  
天湖山庄  
吃了满足的早餐，有面条，稀饭，馒头，煎鸡蛋，炒菜和咸菜，10元/人，按照人头收取。问了一下去镇上的换乘中心大概走路20分钟，老板娘贴心地安排自家车子把我们送到换乘中心，买了换乘票（60元/人，包含大巴车往返和景区小火车）坐上大巴车（大巴车大概10来分钟一趟）去往我牵挂10年的大九湖。大九湖全称  
大九湖国家湿地公园  
，是高山上的草甸和湖泊，很纯净。一共九个湖泊，有景区内的换乘车托马斯小火车随下随上，可以全程自己逛，也可乘车游览，或者中途下车游玩再乘车。里面没有餐馆，但是服务站里有各种干粮和小食，还有一个鹿苑，可近距离喂鹿，20元/人，我们家谨慎的墨墨童鞋进去了却不肯靠近鹿，害怕被攻击，特别惜命。她喜欢不停地坐小火车，总之这个景区大人小孩都会很开心。随处可见跑跑猪，牛，马儿，山羊在草地悠然吃草，为啥我想起了萧峰和阿朱的“”塞上牛羊空许约“，我没去过塞上，但觉得如果他们能如愿的话估计就生活在这样的人间仙境吧。  
其实很多人是把神农顶和大九湖安排在一天内的，一天有些赶，可能会留遗憾。我们是慢游女团，而且我私心觉得有必要给大九湖整整一天的时间。这个看自己的行程和预算。大九湖的晨雾和晚霞很美，可惜我们懒，都没看上，另外大九湖也是侯孝贤导演的《聂隐娘》的取景地，电影拍摄的是秋冬季节，也是非常美，尤其是最后一个背影镜头，枯黄的草原上慢慢走远。  
大九湖满足归来，晚上吃顿好的，点了一份高山跑跑猪腊排骨火锅，放萝卜和土豆，180元/份，蒸鸡蛋，野菜，太好吃了，我比平时多吃了2碗饭，腊排骨火锅分量太大，团员们吃饱都上去了，我一个人还坐在那儿使劲地吃肉，遗憾还是没吃完，跑跑猪我对不起你，你那么美味，慢游女团竟然没吃完。  
老实说，等大九湖游玩结束，我真的很累了，我睡眠不好，虽然2家客栈都不错（初见硬件设施比  
天湖山庄  
好，  
天湖山庄  
胜在老板人好，宾至如归）我照样失眠，腿酸痛，决定18号返回宜昌，19号高铁回武汉。  
坪阡古镇-宜昌的汽车是7月23日才开通的，也就是我去的那几天，从坪阡古镇回宜昌比较困难，要不重新包车经过神农顶返回木鱼镇坐汽车，但是我不愿意，遂找天湖山庄的老板打听，知道在离坪阡30分钟车程的板桥有车去宜昌，98元/人，每天早上7点从板桥出发，17号晚上请老板娘安排车子明天早上6:20送我们去板桥，老板娘想了想答应了，也意味着我们明天早上又要5:00左右起床洗漱吃早饭收拾行李了，再次感谢老板娘。第二天6点我们收拾好行李在客栈吃早餐，老板娘告诉我们昨晚有一个送17人过来的宜昌大巴车，司机就住在二楼，这个车子今天要返回宜昌，我们可以坐这个车，她把司机叫了下来，谈下来80元/人，直接从客栈到宜昌，非常完美，三赢。大家吃过早餐，也才7点，出发回宜昌。  
宜昌住了一晚，在宜昌东站边上的乐高酒店，宜昌车司机帮订的，他是旅行社的，可以以旅行社价格订，拿点回扣，标间148含早餐，房间非常好，大而舒服，非常实惠了（对外价格288元，网上价格180元），在宜昌就不多说了，可以去三峡人间和清江画廊，我们原本这么计划的，但是宜昌好热，再加上我们都累了，遂在附近逛了逛，吃了清江鱼虾，甜甜的小李子。  
19号愉快返程。  
有想去神农架避暑的，可以找我要包车师傅电话，客栈电话和宜昌旅行社师傅电话，8月份神农架进入旺季，可以提前联系他们帮忙订房间之类的，应该会便宜些。但是我跟他们也只是萍水相逢，不算了解。可以提供联系方式，其他任何问题，人身安全概不负责。

评论：  
1.宜昌东站就有汽车总站  
2.楼主，麻烦问问你，从宜昌东到木鱼怎么坐车，谢谢  
3.好想好想好想跟楼主出去旅游啊！！！真的好赞。  
4.楼主，我想要包车师傅和宜昌车司机的电话，谢谢  
5.😊😊已经出发  
6.以我7月中旬在神农架的体验，人不多，客栈都有空房，吃饭包车选择很多，景区也不拥堵，也无需排队，但是听当地人说8月份神农架就进入旺季了，游客可能会增多，会有一些拥堵排队等情况，建议去之前可咨询一下当地的客栈老板  
7.以我7月中旬在神农架的体验是人不多，客栈都有房，景区不存在排队等情况，本地人也说还没进入旺季，据说8月份是神农架的旺季，建议你可以提前咨询下当地客栈老板之类的  
8.可以在这上面联系的  
9.楼主写的不错。计划8月份去，现在人多么？  
10.我也是武汉的正准备去如何联系你？

## 128.鹤峰屏山峡谷

https://you.ctrip.com/travels/china110000/3708065.html

来源：携程

发表时间：2018-7-27

天数：3 天

游玩时间：7 月

人均花费：388 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
湖北省恩施市鹤峰县屏山峡谷，山青水美，风景宜人，您休闲度假的好去处

评论：

## 129.怦然入怀，醉美神农架

https://you.ctrip.com/travels/shennongjia147/3707702.html

来源：携程

发表时间：2018-7-27

天数：4 天

游玩时间：7 月

人均花费：1500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
行程安排的很突然，回来又有很多事情忙，怕自己再不写就真的忘了。周四上班时代教老师突然说要出国玩儿，让我们自行安排。事发突然，没有安排没有规划，我选了一个最靠谱的地方——  
武汉  
，因为那里有最靠谱的朋友，先买票，在考虑去武汉周边哪里玩儿，周四晚上临时准备衣物，然后疯狂的收集旅游攻略，去  
神农架  
还是三峡还是恩施？再还有10个小时出发了还没有想好。  
朋友悲凄的说  
武汉  
太热了，去  
神农架  
吧，哪里凉快，而且我们这种人对人文景观没有那么大兴趣，而且三峡需要提前订游船的票，我们实在是太突然没有准备，此处附上三峡游船行程安排，给需要的人参考：  
07:50普通游船（3星级普通游船）  
重庆到宜昌  
2天1晚￥900  
08:00普通游船（3星级普通游船）  
重庆到宜昌  
2天1晚￥850  
14:00新高湖号（4星级豪华游轮）  
重庆到宜昌  
2天1晚￥700  
14:00普通游船（3星级普通游船）重庆到宜昌3天2晚￥700  
好了，言归正传，继续我的思想斗争。恩施是我最近最想去的地方，是新晋的旅游胜地，想来有人相对较少，看图片风景还过得去，说实话没有惊艳到我。确定去  
神农架  
还是因为那里有野人传说，有华夏始祖神农，有珙桐，有金丝猴，有人类尚未踏足的原始森林（我胆儿小，原始森林不敢去，我就慕名看看）。  
在网上订票系统关闭前的几分钟，所有去程票都搞定，车票信息我会随后交代，这里炫耀一下，我没提前买返程票是因为我有九天假期，不着急回来哈哈哈。  
D1  
：  
G529 8:46~12:49石家庄到  
武汉站  
带点吃的火车上的饭  
太贵，我买不起，下了高铁上地铁去  
湖北省博物馆  
，这是我多年的传统，去一个新地方，博物馆是最能体现其文化特色的地方，了解了当地文化才能在游玩的过程中领悟它的伟大。博物馆早点去，尽量赶上2:00的曾侯乙编钟音乐会，就半个小时，记得带上学生证，音乐厅在博物馆院内西边，听完音乐会再进博物馆大厅，博物馆建议玩儿两到三个小时，看大家怎么玩了，我在里面听志愿者讲解，也自己转着走走看看，用了不到三个小时，此处主要看曾侯乙墓出土文物，还有越王勾践剑等，都是教科书上常见图片，当这些两千多年的东西跃然眼前的时候除了震撼再无他想。  
第二站去  
东湖  
，东湖就在博物馆东边，很近骑自行  
车去就行，本来想着等太阳落山的时候去  
东湖  
走走逛逛不会太热，事实证明我低估了  
武汉  
高温的霸气，我刚做的头发被汗水浸透，紫色染红了白上衣，东湖风景还好，没有西湖的名气大，但作为武汉的湿地公园是个休闲娱乐的地方。  
晚饭当然找同学蹭啦，联系武大的小伙伴：我来了你看着办。晚饭在  
楚河汉街  
旁的一个商场里吃的，吃什么不重要，重要的是老同学叙叙旧，交流一下业务经历，分享一年的临床实践经验毕竟我们专业武大是大哥呀。晚上转转楚河汉街，看看南方的灯红酒绿，别担心不会热，因为临街的商场里空调马力太大，整条街都降温了。跟老同学分别后回宾馆找我此次旅行的小伙伴儿——白宝宝。  
宾馆订在  
汉口火车站  
附近，  
如家快捷酒店  
，宾馆房间比较小，但是价格不算贵，这里要提醒大家去南方玩儿，尤其是夏天，找宾馆一定要找有吹风机的，你会发现袜子，内内都是需要吹风机吹干的，甚至卫生纸也需要吹干。  
D2  
：  
D5817 6:45～8:43汉口找到  
宜昌东站  
，早饭在附近小店买，糯米包油条。到宜昌东站后，出站东边就是汽车客运站，有9:00去木鱼镇的大巴车，四个小时到木鱼镇，到木鱼镇后，记得联系旅馆老板，让她帮你包车。  
这里说一下木鱼镇的情况，木鱼镇位于神农架景区的中央，玩儿神农坛，  
天生桥  
，  
官门山  
，只能包车玩，100一个人，门票自己买神农架通票，用学生证的话需要身份证核对。我们定的旅馆位于客运站的对面，很方便，旅馆干净，  
神农架同缘客栈  
88一晚。周围有小饭馆儿，山菌炒肉超级推荐，现在想想还回味无穷，这三个景点很普通拍的照片也是很普通的游客照，实在没有感受到神农架的气质。但是神农坛必须威武，我  
华夏始祖！  
神农架景区有个巨大缺点，就是游玩儿只能包车，去什么  
神农顶  
和大九湖要100块，包车就是有去有回。我们第二天去神农顶，大九湖，并且想住在大九湖，所以包车的话我们不回到木鱼镇也必须掏全部往返的钱。  
关于大九湖，我想着重交代，大九湖是值得住一晚的地方，值得旅游爱好者深度游玩，晚上可以看星空，早晨可以看晨雾，为了保护生态，景区内不能住人了，进景区只能坐景区交通，这种景区内旅游交通费是一天60，两天80，三天90，进景区是景区大巴车，9个湖之间是小火车，也可以骑共享单车，但是半小时10块钱，小火车在1.2.3.4.5.6.7.8.9号湖各站都停，但不走回头路，路线是环形的，若是仅仅走马观花的看看，大九湖3个小时就看完了，当然这样游玩大九湖也根本没什么意思，下面我要讲讲我的  
神农顶  
和大九湖的行程。  
D3  
:  
七点在旅馆门口坐上包的七座商务车，去  
神农顶  
，神农顶是一个统称，总之神农顶旅游价值要大得多，在这里才慢慢看到神农架的气质，旅程不用你操心，司机在该停的地方都停，时间也完全够玩儿各个景点，高山，云海，草甸，山谷，森林，想象着山里可能住着的野人……不说了放图片。  
下午我们到大九湖，先去  
神农架久福山庄  
99元 放下行李，换上美美的衣服，拿上三脚架和单反，哈哈哈哈。放照片。  
这天下午我们玩儿的7.8.9号湖，能走的地方都是用脚走的，自然看到美不胜收的风景。  
晚上回旅馆吃饭睡觉，很可惜，多云，没有看到美丽的星空。算啦，寄希望于第二天的晨雾，老板娘人超级好，你有任何问题都会全力帮助。  
D3  
:  
早上四点起床，赶5:00进景区的车，去看晨雾，天晴啦！没有晨雾！呵呵呵呵，算啦，星空和晨雾都是可遇不可求的，既来之则安之游玩顺序是6.5.4.3.2.1号湖，全是走下来的，大九湖是亚高山湿地，也是南水北调的源头之一，风景旋旎清丽，注意在6号湖附近有个鹿苑，可以进去喂鹿，我在这里还被鹿给踹了两脚。大九湖的风景随便拍一张就是大片啊，更何况我们能有幸看到完整一天的风景。2号湖有天鹅，在这里被一只黑天鹅咬了两口，出景区的时候从2号湖坐上小火车再次绕着个大湖最后看了一眼，别了，不知道还能不能再来看看你。  
终于回到旅馆，吃饭，睡觉，下午回武汉。2:00有从大九湖到溪丘湾的车50一人，从溪丘湾到宜昌也有大巴车，90一人。很复杂对不对，没关系，问旅馆老板娘，她会安排好一切。对此我只想说，这里的山路十八弯～～～，负氧离子很高，晕车到不会，就是太他妈危险了，我惜命啊，这次此出来我是偷悄悄出来的，家人老师都不知道，好怕怕，不过还好司机轻车熟路，应变能力强。  
晚上Z4 20:53～23:08宜昌东到  
汉口火车站  
，你以为这趟车晚嘛，不，所有的时间都刚刚好。晚上住汉口火车站附近的  
沐澜连锁  
酒店，108元。  
D4  
:  
玩武汉！一句话热并快乐着。去同济大学医学院附近的菜市场吃热干面，红豆沙，一品豆花，豆花就是甜豆腐脑！我一个北方人果断的背叛了咸豆腐脑，没办法，豆花太好吃了。然后坐公交车去  
武昌起义纪念馆  
，  
黄鹤楼  
，  
户部巷  
，在户部巷只有徐嫂糊粉值得吃，口味独特，我喜欢，不过吃完就中暑了，其他的小吃不建议在这里吃，这里是给游客吃饭的地方，来武汉当然要去当地人吃饭的地方啦。坐轮渡过江，  
古琴台  
，  
晴川阁  
，鹦鹉洲，这些地方都是后期重建的旅游景点，没意思，看看情怀历史就好了，不用刻意买票进去。重点在晚饭，去武汉大家都说去吃蔡林记热干面，但我要跟大家着重推荐的是万松园的沈记蟹脚热干面，68块钱一大份，两人吃完全可以，关键是里面的蟹脚真的量大啊，可以打包带走去他对面的老街烧烤吃！在这里可以记得吃烤鸡翅。这都是武汉人自己吃的东西物美价廉，在这里能吃到地道的美食，没办法武汉一线小吃都没吃完，白宝宝说等我下次来带我吃剩下的一线小吃，外加二三线的美味。  
吃完晚饭同学把我送上公交。Z4 32:35～7:25汉口到石家庄我回石家庄，她回学校，告别场景我一向不喜欢回忆，也不喜欢描述，不愿戳自己泪点，不写了，就这样吧，行程结束。

评论：

## 130.7月28日起至8月26日期间恩施大峡谷景区开园时间提前啦

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3708840.html

来源：携程

发表时间：2018-7-29

天数：2 天

游玩时间：8 月

人均花费：300 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
【关于调整景区开园时间的通告】为做好暑假旅游高峰接待工作，经研究，定于2018年7月28日起至8月26日期间将景区开园时间由原来的8:00提前至7:30分，景区运营时间相应提前，16:40停止售票

评论：

## 131.恩施、都江堰、成都-动车之旅

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3709461.html

来源：携程

发表时间：2018-7-30

天数：

游玩时间：7 月

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
上海在最东面，想去西面的话，关键又是在暑期，除了火车票不涨价，什么都在涨，因此我决定支持祖国的火车事业了。最早是想去  
成都  
玩，稻城亚丁是首选，但这个季节，7、8月份，实在不是去这个地方的好季节。尤其是今年，大雨下得厉害，318国道上有塌方的，要修路，而且水气太多的话，根本啥也看不见，大好河山就只剩下眼前的仙境。坐动车从  
上海到成都  
，最快需要12个小时，我看了一下中间的站，发现有  
恩施  
这个好地方。这样，出发的第一天就比较轻松，下午3点多就到达了恩施。当时在网上查的时候，没觉得恩施特别好玩，重点是放在成都的，后面真的去了恩施，发现恩施漂亮的景点还挺多的，玩个三四天没问题。而且好吃的也多，菜量也大，我只去了大峡谷，实在有点后悔。下次还得去。  
去  
恩施大峡谷  
的话，在火车站有旅游大巴，半小时一趟。我住的地方有个挂榜岩车站，也有去大峡谷的汽车，但8点以前的车没赶上的话，就不要去了，在那里一直等人，我们等了40分钟，人多了以后 拉到另外一个地方和火车站发的车汇合，然后下车，上了火车站发的车。回程就在大峡谷的停车场就有回火车站的车，上满人就走，都是25元，而且下车灵活，你想在什么地方下跟司机说一声就行，但必须顺路。恩施大峡谷分地缝和七星寨，地缝主要是往下走，有三、四个瀑布，今年下雨多，水量很大，很多瀑布都是冲到水里的，但这里有二个都是冲在黄色的石头上的，看着更震撼。更能感受到瀑布的冲击力。我们看的时候还出现了彩虹，因为这里确实空气很好。一般的游客都是看完地缝后再去七星寨，因为出了七星寨也就走不动了，上上下下的不少台阶。万一真走不动了，就花钱吧，有很多等着抬轿的。七星寨里有一种特殊岩石，叫土  
司，很有意思，比较特殊。七星寨的景色是跟张家界有些像，当时坐火车时，旁边的人就是  
恩施  
人，她说我们这里离湖南很近的，这里跟张家界很像的。不过没张家界那么累。因为下山时有电梯，25元，可以省不少腿力。 所以看下来，大峡谷跟三清山也有几分相似处。但在地质上不太一样，山的形状有些相似，尤其是坐缆车上去时看到的一排山，特别像三清山坐缆车时看到的，但这里的更多些。  
我住的是富源国宾酒店，中式建筑，非常安静，房间也挺大的，酒店的菜做得也不错，早餐一般。附近吃的也多，但就是到火车站比较远，打滴滴要25元，做车的时候司机就说，我们这里很安全，后来发现真的很安全，也很少见要饭的。挺不错的城市。航空大道上有一家华德酒店，酒店里面有施南轩大酒楼，味道真不错，价格也合理，菜量也大，餐前还送免费的花生一碟、还有一碟什么小菜想不起来了。他家的椒盐扇子骨、青菜炒豆子很好吃。青菜炒豆子是第一次吃，味道很不错。这搭配我也是第一次见。这里的菜都不是太辣，只要你说清楚，或者是干脆只点不辣的菜，一样很好吃。祖国各地都有不一样的菜的搭配，真是值得出本书了。我还发现  
恩施  
挺喜欢吃土豆饼，各大饭店都有，比薯条好吃太多，可惜上海没这个菜。  
  
恩施景点  
挺多的，而且距市内也不远，一天都能来回，下次一定再去住住，多吃点土豆饼。这次只安排了一天，实在有点可惜，后面去了  
都江堰  
。我一开始订票时没看清，直接订的就是到  
成都东站  
的火车票，结果发现从东站没有去都江堰的火车，汽车也没有。必须在一个叫犀浦的地方转城际高铁，这样最快，当然也可以去汽车站，我嫌太慢了。而且城际高铁便宜，只要10元。于是我们从东站乘2号线到犀浦，坐了有12个站吧，城际高铁也就20分钟，到了都江堰市。只为了看都江堰这个水利工程，因为雨下得太大，  
青城山  
已经停止进山了。都江堰市公交车挺发达的，道路也直，整个城市很新，好像是震后重建的，很整齐。就是这么一个富有爱国主义教育的基地门票要88元。都江堰的确值得一看，看完后发现古人好像比现代人更聪明，只用一个看似简单的鱼嘴就能让河水在平时是四六分，在洪水来时变为六四分。  
  
都江堰  
拍的不多，因为主要是看智慧所在，百度里都有。  
青城山  
没去成，很遗憾，因为如果不去青城 山的话，没必要住都江堰，住  
成都  
更方便些，有城际高铁过来时间也短，成都吃的更多些。在都江堰感受到了今年四川的雨是怎么下的，本来就挺潮湿的，那雨就跟泼水似的，一直下，没完没了，整整一晚，太厉害了。所以第二天在  
都江堰景区  
都是烟雾腾腾的。岷江的水势汹汹，很有气势。在都江堰呆了两天就回成都了。  
  
成都  
好玩的地方挺多的，去了  
武侯祠  
，锦里，  
春熙路  
，  
宽窄巷子  
，  
熊猫基地  
，  
青羊宫  
。市内的项目就挺多，坐地铁都能到，就是有一点不方便，成都没有地铁通票，弄个几日通什么的多好。不断地买票，真是很烦，最好能地铁和公交通用的就更好了。成都的公交基本要等很久，66路等过两次都等了半小时以上，没等到，打滴滴了。地铁已经比较发达了，所有的景点都能到，挺方便的。锦里，春熙路，宽窄巷子就是商业街，适合逛逛吃吃，旅游景点的话，还是看看武侯祠、熊猫基地、青羊宫什么的，还可以看看博物馆，我就去了三星堆博物馆，坐城际高铁到广汉，打个滴滴20元就到了，说是有公交车，可是也没等到。三星堆值得一看，出土的东西和我们其它朝代的有很大区别，和西方的比较接近。熊猫基地就是门票价格还行，但熊猫太少。而且我们去的那天正赶上下雨，九寨不能去了，好几个山都封了，结果大量的人都湧向了基地，里面比世博会人还多。进去之后大家都不清楚后面还有个月亮产房，全挤在前面的太阳产房，大热的天，还下着雨，大家肉贴肉，还有人不断在插队，进的门一次只能进一个，大量的人在后面挤来挤去。进去了也就看一眼，保安就在大声轰人走，连照个相的时间都没有。不过熊猫宝宝还挺可爱。后面在月亮产房终于看到了几只大熊猫在打架，挺好玩的。算是不虚此行吧。成都还是挺有艺术气息的，城市节奏也没那么快，但服务业还是挺发达的。在成都吃了一次  
钦善斋，味道挺好，感觉比较正宗。还吃了一个老码头火锅，到7点钟还得等位子，喜欢吃火锅的人可以去尝试一下，成都的火锅蘸料是一罐罐的油，没敢尝试。  
成都还值得再去，三天时间也是有些紧张，粗略地看看，市里的风情还没来得及体验。川剧也没时间看，想看的同志可以去锦里、  
宽窄巷子  
里都有。坐在方木桌旁，喝着店小二倒的茶，吃着小菜，再看看变脸或者其它的川剧，这也是旅游的一种啊。

评论：

## 132.从巴山到巫山，从汉水到汉江，6000里江山如画 ------郑州三口之家陕、川、鄂三省自

https://you.ctrip.com/travels/youyouctripstar10000/3709211.html

来源：携程

发表时间：2018-7-30

天数：9 天

游玩时间：6 月

人均花费：3000 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，阆中古城，汉中，饮马池，古汉台，褒斜道，张飞庙，锦屏山，恩施土司城，东湖，黄鹤楼

正文：  
一、缘起  
此次出行的目的地源自一张照片，是湖北  
恩施  
境内一座叫  
鹤峰  
屏山的照片，媳妇看后饱受刺激，发誓前往。再一深入了解，才发现最有名的是同在恩施的  
恩施大峡谷  
，而我们原先本打算去宜宾的。经过多轮磋商，在友好的气氛中，最后商定路线为：  
武汉  
---恩施大峡谷---四川  
阆中古城  
---陕西  
汉中  
---郑州，顺时针一圈。  
丫头暑假后就该上六年级了，七月份各补习班早已张网以待，时间安排真有些密不透风，所以趁刚期末考试结束，说走就走······  
俺们一家三口其实差不多每年暑假都会自驾游，有时长假也出行。像苏杭、安徽黄山一线等等地方，一般都在7--10天，所以自认为自驾经验还是比较丰富滴。  
临行前一天，突然发现出行期间近两天整个湖北省内大雨不停。所以改线路为逆时针方向，第一站---汉中！  
二、最累一天  
上午九点多出发，一路向西。需要特别指出的是，媳妇自带雨神气质。每年只要出行一上车，雨水便会不期而遇，或早或晚，而且雨刷是要用到最高档位的！这次当然也不例外，更有甚者整个三门峡段大雨大雾，驾驶甚是辛苦。  
在豫陕交界的雨雾中，山头伫立巨人般的风力发电机，或远或近，时静时动、亦真亦假，像童话中的巨人，也想动漫中的变形金刚······  
车过潼关，雨过天晴，也是这一天天黑前最后的雨过天晴。擦肩西安，渐渐阴云密布，突然大雨滂沱，雨刷器依旧忙碌，还好高速路上车很少，瞟两眼车中的娘俩儿，和周公聊得正欢。  
大雨中，不知什么时候已进山，也不知什么时候媳妇醒来，望着窗外大雨两人只有苦笑。而我也突然意识到我们已进入从没涉足过的山脉---秦岭。  
秦岭对于中国的地理和历史意义无需多言,见证了多少王朝的兴衰荣辱。从车中视角来看，相对于前些年走过的那些山来，秦岭更深遂、更绵延，不是很高，植被覆盖相对于南方的那些山有过之而无不及。细微处由于行车而无法比较，只能这样的总体感觉吧。  
隧道群来了！本想去年在安徽就过了太多的隧道，但和这次过秦岭相遇的隧道相比，简直是小巫见大巫（其实这话说得早了，后面有更猛的）。隧道带来的麻烦实际上是对车速的影响，因为进隧道前限速的太过分。安徽境内多为80，而陕川多为60，更有甚者后来在湖北大部分为40！所以在高德上显示，500多公里的路程经常显示7、8个小时。主要不是因为山路，而是山路上的隧道，影响行车速度！这样的情况伴随了此次出行的整个过程。  
晚上9点左右到了酒店---汉中昌海邦臣誉邸。我觉得挺累，媳妇丫头却兴致不减。因为她们发现了汉中名吃------热面皮！饭店旁边就是团结路小吃一条街（也叫  
饮马池  
小吃城），一通逛吃。  
汉中推荐  
古汉台  
和古栈道遗址吧。目前汉中著名的人文景点不很多。丫头因为“三国杀”对三国历史有些兴趣，古栈道指的就是诸葛亮当年出祁山六条路中的  
褒斜道  
，据说我们走的高速实际就是沿着古褒斜栈道修建的。古汉台就是当年刘邦的点将台，不收费，关键是里面还有  
汉中市博物馆  
，而且离酒店很近，步行即可。  
汉中依托秦岭资源，在秦岭中有两个森林公园之类的自然景观，在当地口碑不错。  
本来汉中就是作为中转和休整的地方，并没有计划过多停留。在品尝了热面皮、花生粥、核桃馍、菜豆腐、浆水拌汤、粉皮等小吃（好吃不贵），还有黄辣丁鱼火锅后（强力推荐），晚上再到汉水边上走走，当地修的沿河木栈道还有沿河相关设施还是有些特色的。过了两夜，出发，  
阆中  
······  
三、两个世界  
由陕入川比想象中时间要长，一路上坡，依旧是隧道，高速两旁也一直有人居住生活。但随着海拔越来越高，周边的景象也渐渐有所变化，直到我们看见川陕大门------巴山！  
这是不一样的山，高耸、棱角分明、彰显力量。植被颜色不是像秦岭或者南方的那些山葱绿，充满活力，而是绿色中有些发白的浅绿色，有一种苍凉的感觉。这里的高速公路真是天路，下面是一眼望不到底的柱子支撑，车辆就是在这样的路上疾驰，路面下就是万丈深渊。对于我们长时间生活在平原的人们来说，感觉很震撼。有时候会看到火车，因为也过隧道，所以在山谷的对面时隐时现，有时在上面，有时和高速平行。很可惜就是没有拍下照片。  
入川第一站是广元，不知道为什么广元真是很大，开了好长时间都没出去，而且告诉两边很少见人烟。我们基本是沿着四川盆地的“盆沿儿”由北向南。一出广元，再向南，山势又恢复往常的模样，沿高速的人家、村镇又多了起来，反倒让人觉得安心。不到6个小时，我们到了第二站---阆中古城。  
在阆中我们住的是一家民宿---九月客栈，两进的院子，全木质，天井，各类绿植，充满文艺情调和生活情趣。在古城的三天，丫头对民宿养的一只小小猫的兴趣比古城大得多，甚至都不想出去。不同的年纪对快乐的看法真是不同。  
以前古村、古镇、古城也都去过，阆中古城特点是比较大，都逛过来一天是不够的，规划还不错；二是有一些实实在在的历史古迹，如恒侯祠  
（  
张飞庙  
）；三是古城旁的嘉陵江景，白天和晚上都有不同的美，建议坐船观光。在张飞庙见到了张飞的真迹，三国演义把大家误导了多年，历史上真实的张飞和小说中的关羽实际上是互相颠倒的。庙后就是张飞墓，还真是没有脑袋的。听讲解员说墓至今还没有被盗过，每晚有7只大狼狗守卫。要是张三爷天上有知，不知该作何感想。庙里有不少名人题字，有的是在《三国演义》成书之前，比如曾巩的碑文，看来张飞并不是靠一本小说而走红，人家可是后主刘禅两任老丈人（他的两个女儿先后当了皇后）。  
美食推荐春怡火锅，它在古城东，出了古城步行即可到达。物美价廉，最高菜价为锅底38元，最为震撼的是千层肚，绝无冰块垫底，实实在在，强力推荐，强力推荐！我们一家三口点了一桌子菜还有饮料，最终130多元。古城内感觉比较好的小吃推荐方酥锅盔，点菜就去李家厨房吧。当然，卖牛肉的就太多了，实在分不清哪家强。  
吃完火锅那晚，沿着嘉陵江散步，江对面白  
塔山、  
锦屏山  
（可以俯瞰古城）上灯火摇曳，江边夜景很美。突然江上起了大雾，很短时间就延伸到了岸上。真是平生第一次见到，一切似乎都安静下来，朦胧中让人有些不安，丫头倒是兴奋的喊着“草船借箭”。本地人司空见惯，夜钓的、锻炼的、散步的按部就班，奇特的感受。不一会儿，就像来的时候一样，雾气又突然从岸上回到了江上，就像什么都没有发生。  
在阆中古城提醒诸位注意蚊虫叮咬，多备些驱蚊虫药品。虽然准备充分，但我还是被不知什么虫子叮咬，成片起包，奇痒，回来一个月有时还会痒一下。用热水烫一会儿再涂上药,效果会好些。  
四、重点来了  
从阆中到恩施大峡谷的这段路程是内容丰富的。才知道原来湖北恩施是和重庆相接，而不是惯性思维中的四川。在重庆段高速行驶中看到“重庆市区”的高速下口，让我和媳妇一阵心动，真有一把方向拐下去的冲动。  
一路“蜀道”，直到看见巫山，湖北到了。巫山山势没有巴山那样陡峭高耸，但却立体感十足，层峦叠嶂，植被也更加丰富。我考丫头用她上学期学的一句诗来形容，丫头脱口而出“五岭逶迤腾细浪”！是的，山势就像层层的波浪，向前，向左右迎面而来。  
需要特别指出，我们是从大峡谷以西上山的，新路，路况也好。但是道路急弯、发夹弯都很多，驾驶难度大，车况要良好，一路上也没有什么人烟。当我们下山时走的是向东的路，路况相对较差，但道路急弯、发夹弯较少，驾驶难度相对较小，一路也一直有人烟，甚至有的路段还比较繁华。行车时注意控制车速，多鸣笛，少超车。（因为很少有较长的直路）  
恩施大峡谷的景色很像张家界、庐山和五台山的综合体。风化形成各色造型，石笋，各具情态；山顶被人工开发的各色梯田、台地，甚至能够放牛放马，有些像五台山。最有特色就是雾，时时有，或浓或淡；看着雾气，不觉人已在雾气中了。索道也很有特色，坡度很大。下山的时候也很有趣，是我此生见过的最长下行的扶梯，但却是很有缓解疲劳的作用。关于恩施大峡谷的景色我不想用更多华丽的辞藻来赞美，只是特别希望诸位有时间能去看一下，用四个字来结束这段话吧------“叹为观止”。  
恩施大峡谷景区只有一个四星级宾馆------恩施大峡谷女儿寨度假酒店，其他都是民宿，条件一般。宾馆客房很紧俏，尽量提早预订。而且宾馆规模和建筑都很有特色，晚上还有篝火晚会，供游客自娱自乐。如果选择其他地方住宿，也尽量选择宾馆附近居住，因为上山和下山都靠景区大巴接送至游客中心，而酒店紧邻游客中心。景区目前有两个景点，游玩下来是比较辛苦的，要有点心理准备，号称“四上四下”。度假酒店内部有一个饭店叫“土司酒馆”，价格公道，饭菜就是当地特色，老板娘是本地人，  
老板是平顶山的，河南老乡。酒店周边饭店反而价格不菲，真是有意思。  
多说一句，现在恩施大峡谷游客众多，各类宾馆酒店、各类设施建设大兴土木。只是希望在这样的建设过程中多多注意环保，保护好这大自然慷慨的馈赠，不要舍本逐末。  
五、意外之喜  
恩施，全称“恩施土家族苗族自治州”，本地人自称“施州”。从高德显示，恩施大峡谷到武汉562公里要7小时40分！这在生活在平原地区的我们是很难想象的。我们也不想赶路太辛苦。再有，这次在恩施市的停留，我更多的考虑是让丫头见识一下不同的文化风格，因为以前我们还没有这样的机会能近距离接触我国少数民族的文化，共同学习一下。  
从恩施大峡谷到恩施市是一路下坡，路况前面已经提到过。只不过是长时间下坡路段，驾驶时还是要多注意。在恩施我们住的是富源国宾酒店，很有特色。先过一段隧道才能见到，有种豁然开朗的感觉。依山而建，古色古香，规模也不小。  
恩施土司城是我早就计划好的游览地。这里恐怕是了解土家族历史文化最好的“课本”了。土司城以九进堂为中心，比想象中的规模要大。当然，民族特色是很丰富的。  
本次出游给我留下印象最深的不是各处的如画江山，而是在  
恩施土司城  
内廪君殿内的偏殿所见。廪君在土家族中类似于汉人的先人大禹吧。在偏殿有三座雕像，从左至右分别为财神爷、太上老君、观音菩萨！什么是民族融合，什么是民族大家庭？不用宣传，百姓心中自有逻辑。最可惜的是当时光顾着感慨了，忘记了拍照！  
丫头一直很喜欢她先前在大峡谷见过的一套土家族服饰的娃娃，可在恩施市内我们没有买到。经当地人推荐我们到了市内的“土家女儿城”。这里实际上是依托于土家女儿城所建设的一个片区，包含餐饮、购物、酒吧文创等等，类似于西安的大雁塔文化休闲景区，现在全国很多景点都是这样。但里面有了少数民族元素就显得有趣得多，我们正赶上一家酒楼开业，那一通土家族民俗表演对于外地人来说还是有些震撼的，单从满大街穿土家服饰的男男女女，就足够引人侧目。小吃街也很不错，当然丫头也满意而归。我们是晚饭时间从那出来的，感觉这已经成了恩施市市民的一个休闲去处，步行、车载，行人摩肩接踵。  
放福利喽！！！在离开恩施去武汉的前一晚，虽然媳妇儿已经提前“锁定”了武汉的“巴厘”小龙虾，但已经是“饥渴难耐”，嚷着要在恩施先尝个鲜。记得当时已快九点，直接去总台询问附近可有。总台三个服务员竟无人知晓，还说本地人不太吃小龙虾。多亏从旁走过的一个服务员说酒店隔壁是恩施州民族医院，斜对面就有一家，名叫“清江虾王”，但不知道味道如何。饭店门头不大，过道走进去却豁然开朗。178元买一送一，两大盆，足量，个头也不小。关键是干净，不知道商家怎么把小龙虾整个“开了个背”，从尾部刀头部，虾线整个剔除。我一直在想这要一把多锋利的刀？！打开头部的壳，里面白白净净，连媳妇儿这个从来不吃虾头的也是一阵猛吸！我是眼睁睁看着这娘俩一人抱着一盆虾吃饱的！这样情形下，不用多说，肉质绝对新鲜。强力推荐，恩施市航空大道---恩施州民族医院斜对面“清江虾王”！！！光顾吃了，门头照片忘拍了！  
恩施的各色面食也很有特色，店里不仅提供各类调料，还免费提供一到两种泡菜，就在桌子上摆着，放在面里同吃，别有风味。  
六、驻足  
从  
恩施到武汉  
的高速，反而是这次全程中最为难走的一段。经常是几十公里的连续下坡，时常可见为防刹车失灵而修建的斜坡；隧道群众多，限速均为40；相对急弯较多，大车多。计划中在武汉的停留就是休息和调整，从恩施大峡谷出来天气也越来越热。在武汉的两天气温也达到高峰，媳妇儿和丫头都喊着受不了。所以我放弃了去  
东湖  
的计划，只去了  
黄鹤楼  
。晚上我们乘船夜游了武汉江景，  
很震撼。两岸夜景已经统一规划，从船上看两岸的各类建筑，灯光分红、蓝、紫等几种颜色不停的统一整体变换。更有甚者，在某些建筑物上还有动漫展示。虽然这些在其他的大城市也有，都能做到如此统一规模的还是第一次所见。这应该是武汉的新景观吧。  
在经历过“清江虾王”后，在品尝武汉的巴厘龙虾，就感觉有些“盛名之下，其实难副”了，可是价格却是恩施的翻倍。武汉的饭店推荐“汉口巷子”吧，也许它的口味并不是最好的，而是它集中了武汉最多的本地名吃，在这个店里都能吃到。在武汉应该也不止这一个店吧。  
七、总结  
十天，3000多公里，媳妇儿依然意犹未尽，要不是丫头补习班已经开始，估计还要再耍几天。  
自驾的好处在于自由，随性。这些年自驾游，我们也总结了几条原则，当然每个家庭习惯各不相同，作为参考，与诸位共享。  
1、不开夜车，安全第一。由于我和媳妇儿都能开车，这是个很大优势，现在能接近各一半驾驶时间，为媳妇点赞！  
2、注重住宿舒适，保证安全及休息，符合自驾游特点。在住宿选择上，媳妇首要保障以上两点，成本次要，我很赞同！  
3、尽量做到半箱油就加满，不论高速上和当地游玩。以防万一，比如堵车、道路施工等情况。  
4、未雨绸缪，在前一站就起码把下一站的宾馆定好，不要到当地再找，省去很多时间和麻烦。  
5、上车开导航，省时省力。特别在高速和各类道路行驶，限速提醒很重要。我们基本上是一路不停，充电宝随时助力。  
6、景点选择也最好在前一站就选好。我的经验是先选一到两个，到当地在结合当地人的介绍和经验再选择其他的景点。  
7、自驾游孩子的因素要注意，比如跑高速时孩子小，长时间待在后座会哭闹，我们第一次自驾游基本上一个休息区都要停一停，9个小时路程跑了近12个小时，这个因素会影响驾驶时间。今年妞大了，这方面表现的最好，媳妇总结为“上车睡觉，下车尿尿”！二是多注意身体，出外孩子生病很麻烦的也影响出游心情。  
8、  
在成本上，过路费加上加油的费用基本和所行驶公里数一样。不建议在风景区买土特产，可以去风景区所在县或市里，找个大型超市或者商场购买，在这些地方起码可以放心，一般不会买到假货。  
“流水账”记完了。书不尽言，就此停笔。希望诸位开心游玩，平安出行！

评论：

## 133.我在恩施大峡谷、大清江风景区：邂逅清凉，遇见最美一夏！

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3709966.html

来源：携程

发表时间：2018-7-31

天数：4 天

游玩时间：7 月

人均花费：880 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，周末游，半自由行

旅游路线：恩施大峡谷，恩施，迎客松，一炷香，七星寨景区

正文：  
2018年的夏天，确实来得有点生猛，到了七、八月全国都已经进入了高温模式。在这酷热难耐的夏天，到处都是热得不要、不要的，家里全天开了空调，还有西瓜、雪糕和冰冻饮料来助阵，可是还是没有解决炎热之困惑，我一直在寻找，寻找一处自然的清凉避暑之地。而地处北纬30度的  
恩施大峡谷  
，拥有21℃清凉的云龙地缝，凉快得让人心清怡爽，还有大清江风景区，碧绿泛幽的清江之水，看见后的第一感觉，就会从心里倍感清凉。  
这个夏天，我为大家推荐最佳的避暑之地就去  
恩施  
：去美丽的大峡谷、还有大清江风景区。这个炎热的夏天，对不起请你千万、千万不要拦我，因为我呆在城市里实在是太热了，得去恩施感受清凉了，这一夏玩转最美恩施的又一正确打开方式：去大峡谷、大清江风景区避暑、休闲、度假，看风景...  
住在恩施大峡谷的女儿寨度假酒店，尽享凉爽一夏：  
到了恩施，你去了大峡谷了吗？这里的夏天真的同比城市温度低了平均5℃。在这里晚上睡觉都还得要盖被子，如果你和我一样想要过一个清凉的夏季，想要寻觅一处最适合避暑、度假的好地方，就去恩施大峡谷吧，去住这里的女儿寨度假酒店。这里地处大峡谷，拥有得天独厚的自然、生态环境，这里更是无污染的天然大氧吧。这个夏天，我们一起去恩施大峡谷，入住在女儿寨度假酒店。这是一家民族文化色彩浓郁，“女儿会”文化主题展现的淋漓尽致，服务配套也相当完善的综合型度假酒店，来这里生态观光、休闲度假、民俗体验、健身娱乐、尤其是进入这个炎热的夏天，在这里尽享一季的清凉……享受受凉爽的气候，还有热情、贴心的服务。  
当我入住在恩施大峡谷女儿寨度假酒店时，我会很自然地去探索清新的世界，这里是人间又一仙境，更是远离了城市喧嚣的世外桃源，在大峡谷的原始中敞开心扉，去与这里的风景交流，呼吸最新鲜的空气，让山风取代了空调，伴着浩瀚星辰度过一个健康又愉快的夜晚。早上醒来，是鸟儿的嬉戏、歌唱声叫我起床，一切都是那么的美妙，真的比我想像中的感觉还要幸福，比住在城市的高楼大厦里要凉快了许多。  
走进恩施大峡谷云龙地缝，尽享21℃的清凉夏天：  
走进恩施大峡谷云龙地缝，尽享21℃的清凉夏天，当我们行走于地缝里，感受到的是舒适、舒心，飞流的瀑布漂泻出了美丽的诗行，这是地球表面最美丽的伤痕，地缝里幽深奇绝，凉自于心底的凉，夏天避暑一定要来恩施大峡谷云龙地缝。  
在这一季炎热的夏日里，我们满怀希望的心情走进大峡谷云龙地缝，这里真真切切的没有了城市的喧嚣和吵杂，闲庭漫步于这地球表面最美丽伤痕之间，看得见山，望得见水。一切的、一切只为拥有这一夏的清凉，我用心的发现了地缝之美，从心里享受和赞叹这非同寻常的美，在这里过上一天，能把时光过成诗一样的生活，吹吹地缝里清凉的山风，这是最最自然和环保的空调了，这微风吹过峡谷的地心，吹入地缝，一直吹散了我燥热的身心，把所有的炎热与急躁都躯走了，这里真是值得一去的避暑之地呀...  
在恩施大峡谷，看北纬30度上的奇貌地观:  
遇见最美恩施，邂逅怡人清凉。在大峡谷，看北纬30度上的奇貌地观，给追求品质生活、享受清凉，诗意的你，来一次非同寻常之旅，大自然的鬼斧神工勾勒出了大峡谷的五绝景观，峡谷、奇峰、绝壁、地缝完美的构造出了世界上最美的大峡谷，恩施大峡谷也是这个夏天最适合去避暑的度假圣地！  
大峡谷的五大奇观之一的“  
迎客松  
”，闻名于天下，这是生命的奇迹，是大自然神奇、伟大力量的象征和见证。迎客松是随时都在张开双臂喜迎天下的客人到恩施大峡谷来做客，大峡谷这棵“迎客松”也代表了好客的土家儿女向远方的游客深深地鞠个躬，既表示了欢迎，又表示了恭送。  
大峡谷最具有魅力的代表性景观“  
一炷香  
”，这是高约150余米，最小直径只有4米的峰柱，它的存在是一个奇迹，地球上类似细长的石柱并不多见，而最长最大的则就是恩施大峡谷景区里的“一炷香”。此地的岩石的抗压强度是800千克每立方厘米，历经了时间的考验，风吹不倒，雨也淋不动，傲立群峰之中千万年，守护着这片美丽、神奇的土地，这也是喀斯特地貌最完美的诠释。  
恩施大峡谷是“中国科罗拉多”，真的很壮美。在大峡谷的核心区域有五座山组成的  
七星寨景区  
更是让人叹服，在群山之间起起落落，翻过了一座山，又是一座山。一步、一景色，一山，一造型，很雄伟，大自然造物的鬼斧神工也是太厉害了。  
在大峡谷除了自然风景外，还有全球最长的旅游观光电梯不得不提，修建在上下连绵起伏的山体上，并带有拐弯的电梯。这个电梯，也是大峡谷内一道独特的、靓丽的人造风景，值得一去体验。  
《龙船调》，一生必看一次的演出：  
这个夏天，走进清凉恩施， 不得不看大峡谷实景音乐剧《龙船调》，“正月里是新年(哪咿哟喂)，妹娃(儿)去拜年(哪喂)……”一听到这开头，我的心也快陶醉了，上句还没有唱完，自然会哼唱、联想到下一句，还有妹娃要过河，是哪个来推我嘛？……这是多么熟悉又充满了灵动的旋律呀，还有炫彩的画面感，带人入戏的故事情节和实景音乐场景，每一幕都让人喜欢，让人回味……到了恩施大峡谷一定得看一回《龙船调》，真的是百看不压！  
去清凉恩施避个暑，度个假，在夏夜星空下观传情实景演出《龙船调》，这一生必看一次的演出，看过《龙船调》的人心里都会感动，甚至会感动得让人当场流泪，也会让我们收获幸福，珍惜自已的甜蜜爱情。  
恩施大清江风景区的清幽之美：  
恩施大清江风景区的美，让我们亲眼所见并感悟到了山、水之灵性，这是一次难忘的养眼旅行，更是一次幸福的清凉体验之旅，去恩施大清江风景区，爱上这里的一切景致，很清幽。  
恩施大清江风景区，这里的峡谷俊雄、石屏垂立、壁画神奇、瀑布飘逸、土家风情特色集聚浓郁！而清江蝴蝶崖真的是灵秀冠天下，还有这里的笑面睡佛、清江水的幽，浑然天成，构成一幅自然又让人陶醉的山水画卷。  
去恩施大清江，看这个夏天惊艳的风景，如诗、如画让人陶醉，这里更像是人间仙境，最后的静地，坐船游玩于大清江，仿佛置身于清幽的天堂中，这里的蓝天、白云、青山、绿水，真的是一幅浓墨重彩举世无双的绝版画。  
恩施美食  
：  
在恩施，除了享受清凉的夏天、欣赏美景外，还有美食等着大家去品尝。这里的土家美食很地道，很诱惑人，而且都是天然原生态的绿色食品，这里的每道菜之所以如此美味，与这里的食材是分不开的，每道菜品的食材里还富含了天然的硒元素，对人体的健康非常有益。  
世界那么大，想过清凉一夏，就去恩施，去大峡谷、大清江。这两个地方连在一条线上的像是人间的仙境，只要一去，便再难以忘怀这样的境地，因为远离了纷扰的都市，山青、水秀，这便是最理想的避暑、清凉之地。如果你想休闲、度假，还是去恩施大峡谷、还有大清江，你会发现这两个地方有着太多独特的魅力，心目中的归隐于山、水之间就在这里了！

评论：  
1.世界那么大，想过清凉一夏，就去恩施，去大峡谷、大清江。  
2.大清江风景区，碧绿泛幽的清江之水，看见后的第一感觉，就会从心里倍感清凉。  
3.这两个地方连在一条线上的像是人间的仙境，只要一去，便再难以忘怀这样的境地，因为远离了纷扰的都市，山青、水秀，这便是最理想的避暑、清凉之地。

## 134.恩施夏季送清凉，见此何须仙露与琼浆

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3711841.html

来源：携程

发表时间：2018-8-2

天数：2 天

游玩时间：

人均花费：500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
LittleBusyGirl：抵达  
恩施  
的第一夜，和朋友们围坐在饭桌边，一起探讨成都和恩施这两个休闲之地的差别，我感觉恩施是工作之余的休闲，而在成都，工作就是休闲。关于夏天21度和35度的城市对比，别说是土生土长的家乡子女愿意抛弃一线城市的既有事业，就连我这样一个无关的异乡人，也想要在这个安逸的城市里过简单清爽的日子。  
《龙船调》以山为幕，以水为媒  
看过太多的音乐剧，对于旅游目的地的音乐剧好像观影成为一种习惯，一种必然的追随，或许是害怕错过这里的每一寸精彩，又或许是贪念每一处精致害怕留下遗憾，然而看过的音乐剧，我能记住名字的少之又少，《龍船调》刚开始其实并不太吸引我，既然来了大峡谷那就看看吧，看看这听名字就能预测出催泪的剧情。  
然而出奇意外的精彩，一场视听盛宴！本来对音乐剧抱有偏见，没想到演员们意外地出彩！高贵的灵魂在爱、苦难与赦免中成就并升华。这部剧没有那些屡遭诟病的特写，那些浪漫、柔情、泪水、憔悴、封建、忏悔与挣扎、那些向着神发出的倾诉与追问。。。表演分毫细腻呈在眼前，以山为幕，以水为媒，角色个个饱满，感人至深。  
当我回头，看着邻座妹妹默默留下眼泪，我对自己说：Never give up hope.  
恩施大峡谷  
，惊艳了那时光  
第二天，头顶阳光，攀爬跋涉数个时辰，只为那惊艳一刻。脚酸腿痛，但看到美景那刻所有的一切都觉得值得。 记得，彼时，我在成都，从一张朋友的明信片中，遇见了  
一炷香  
。那时这个名字便在我的心中生根发芽。这次定制了旅行，终于让那喀斯特地形地貌天然博物馆的画面，照进了现实。  
一炷香  
很多人喜欢在夏天七八月份时，找个凉爽的地方静呆上几周，或清爽、或安静、或攀爬、或hiking……一般选择的地方，有山有水，而  
恩施大峡谷  
恰是绝佳之地。  
恩施大峡谷  
我也在这样的季节，从成都一路前行，来到这里。  
恩施  
土家族苗族自治州是这个地区的名字，这里被山脉环绕，山脚下点缀着农庄，而女儿寨度假酒店是山脚下最亮眼的一道风景。曾经喜欢目的明确、包容万有的路线，慢慢地，换成一种休闲安静、随心所欲的方式，喜欢定点在一个地方住几天，然后看状态，感觉好就出去，不喜欢就宅着……之于酒店，在这样的环境里宅着，也是一种幸福吧？  
恩施大峡谷适合定点环绕式的旅行，从云龙地缝再到缆车上山，数个小时，却似移步换景，恩施大峡谷有了云龙地缝的陪伴，似乎有了更高的灵气，也许，刚的山，遇见柔的水，会触动心底最柔软的那一部位吧。  
远看瀑布，它犹如行云流水般飞流直下，像一条硕大的白龙奋不顾身。走近，那震耳欲聋的声响，瀑布撞击岩石溅出的水滴落身上，打在脸上，就像沐浴在绵绵细雨中，恰似刚好开了最舒适的空调温度，什么烦恼都在这一刻抛到了九霄云外。  
有时会庆幸不是周末出游又或是一些景点的交通不便，这样就不会人潮汹涌，这想法虽说自私，但某种角度来说，也是一种享受。  
云龙地缝是柔软的，而大峡谷则是狂野的。 　　这里，hiking，拥抱大自然。随处皆是风景的地方，坐在索道上飞逝而过的画面，似一幅幅美丽的山水画，在脑海中，连成一幅画卷，又似一部唯美的电影，一帧帧地划过眼线，慢慢地，嘴角会不经意地上扬。  
爬山很累，但山顶的风景很美，山如人生，使我清醒，也使我在前行的过程中，更加坚定自己内心的路程。  
恩施大峡谷景区  
这次来到恩施大峡谷，一大半天都在山上，印象最深刻的是上山的阶梯。 无数次想过要放弃，无数次又说服自己坚持下去。 很多次都因为体力不支，而后悔当初的决定，可是心想，没有哪一条路是真正容易走的。 但凡容易走的，风景都不美。  
当爬上山顶，让我意外并给我惊喜的并不只是山上的风景，而是明确的知道，我挑战了自己心中所认为的不可能。  
生命总有无限的可能性，当走到路上，心里装着远方，就知道所走的路，有多么的值得。 或许也曾怀疑过这其中的意义，但是我心里清楚，很多年以后，我一定会感谢当初那般努力的自己。  
一朵花叫醒了一个季节。上山时，未料山上已是”春天”。整片整片的紫显得稠密，那山路两边的绿，一簇簇的嫩叶摸起来是柔软的。  
最简单的美好或许就是一朵花开。花开的夏天，紫色的浪漫，整片整片的紫开在心间。

评论：  
1.住的哪家酒店啊？？

## 135.从江南小镇到世界屋脊的19天自驾旅行

https://you.ctrip.com/travels/tibet100003/3712289.html

来源：携程

发表时间：2018-8-3

天数：19 天

游玩时间：7 月

人均花费：8000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
4车16人，从浙江绍兴出发，  
自驾  
前往  
西藏  
，  
川藏线进藏，青藏线出藏  
，返回绍兴，历时  
19  
天。  
行前准备：身份证、  
边境通行证（去  
珠峰大本营  
有用）、干粮（饼干、方便面等备堵车之需）、氧气瓶（备用，基本不用）、车载保温水壶、防晒霜、唇膏等保湿护肤品、防晒衣、毛巾、牙刷、牙膏、卷筒纸、睡袋（不一定用到）、冲锋衣、雨具、药品（葡萄糖、复方丹参滴丸、提前10天服用红景天）  
Day1 绍兴——恩施  
早上5:40在绍兴城南上高速，火力开车行驶17.5小时，里程1314km，到达湖北省恩施市。  
  
Day2 恩施——乐山大佛——雅安  
早上8:00从恩施出发，行驶667km，约下午4点半到达  
乐山大佛  
。  
景区门票：90元  学生证45元  
游玩时间：约2小时  
  
出门在外，拜乐山大佛祈求平安。佛像很是壮观，沿着山壁往下走，在栈道靠山的一侧，有很多不错的佛雕，神态姿势活灵活现，它们历经岁月沧桑，散发着独特的文化韵味。 大佛脚下岷江、青衣江、大渡河三江汇聚，水势相当凶猛。  
继续赶路120km到达四川省雅安市，入住雅安蜀西家园酒店。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
  
  
晚饭在廊桥停车场对面的土菜馆解决，满满一桌的菜400大洋，口味好，性价比很高。  
  
  
Day3 雅安——海螺沟冰川——新都桥  
早上8点出发，行驶155km，约3小时到达  
海螺沟冰川森林公园  
。（海螺沟的名声，对于刚从江南小镇来的我们很是吸引，不惜花精力花时间花金钱来到一号冰川，看到冰川时是惊艳和激动。但是，海螺沟景区其实真的没有必要去，之后在稻城亚丁看到的三座冰川或是  
八宿  
的  
来古冰川  
更为壮观，甚至在进入  
拉萨  
前的那段青藏公路边上，冰川随处可见，一座连着一座。）  
景区门票：160元  学生证130元  
索道门票：（可步行另一路线）150元  学生证140元  
游玩时间：约4小时  
从海螺沟开车到新都桥镇已是晚上十点（中间堵车1小时），途经浪漫灯光下的康定小镇（如果没有事先预定新都桥的青年旅社，在此居住是更好的选择）。这一段路程，是高海拔的初体验，最高海拔达4219km，基本无反应。  
  
Day4 新都桥——香格里拉乡  
全程397km，约10小时，最高海拔4700m，途径天路十八弯、海子山，景观从丛山转变为抹茶般细腻的草原，  
玛尼堆  
随处可见，小树丛像巧克力洒在抹茶上点缀在大片草原上。  
我们到时，香格里拉乡的松茸已经上市了，无论是松茸炖鸡，还是生吃松茸，都是既美味又滋补的。  
  
Day5 稻城亚丁  
景区门票：270元 学生证200元  
观光车：80元  
游玩时间：1天  
赶巧今年雨水多，游客少，起早进景区不用排队。坐景区内观光车约1小时到达扎灌崩，线路一步行1.5km到达4060km的珍珠海，我们选择了线路二，请了一名在兜生意的当地村民导游带我们上山（帮忙拎包带路），费用300元（人多划算），乘坐80元往返电瓶车（约1小时），到达洛绒牛场（海拔4180km）。从洛绒牛场到牛奶海（海拔4600km）徒步5km，上坡没几步便要大喘气，欣喜没有留下遗憾，爬到牛奶海天空开始放晴，三座冰川巍然屹立，湖水清莹碧蓝。  
继续徒步0.3km到达五色海（海拔4700km），由于湖底硫磺的流动,在阳光的照耀下, 不同时间湖面呈现不同的颜色。  
Day6 香格里拉乡——  
芒康  
（进藏）  
全程490km，约10小时。巴塘至  
芒康  
段连续下雨，部分道路坍塌变窄，通行缓慢。  
Day7  
芒康  
——  
八宿  
（  
来古冰川  
）  
易塌方路段，但也是沿途景色最丰富路段，358km，约9小时。  
遗憾天气不佳，未能看到  
来古村  
里漫天的星星银河系。  
来古村  
中只有一处客栈，由志愿者打扫管理，公益经营，多人床铺、悬空厕所，虽简易却蛮有意思。对面是希望小学，可以捐助一些衣物文具。  
  
Day8  
波密  
塌方封道，改G317进藏  
八宿  
——  
昌都  
一早赶到进  
波密  
检查站，被告知前夜又塌方两处，已无法通行，带队老大当机立断，改走G317。重回邦达，前往  
昌都  
，比原计划多行驶800多km。  
  
Day9  
昌都  
——  
巴青  
行驶在海拔4000m以上的G317上，连绵的山脉、山间成群的牦牛、热闹的林卡、不经意间出现的野生小动物...是和G318不一样的风景，甚至更出色。除隧道工程泥泞路段不易驾驶外，道路基本通畅平缓。  
Day10  
巴青  
——  
拉萨  
全程585km，11小时，一路通畅，公路右边是连绵不断的冰川，后半程区间测速70码。  
一点点向“日光城”靠近，对曾经只在纸币上图片中见过的  
布达拉宫  
好奇心和激动越来越强烈。  
晚上入住  
泰成饭店  
，是一家穆斯林特色的酒店。  
  
Day11  
拉萨  
（  
大昭寺  
、羊卓雍错）  
在拉萨城里，无论是去  
大昭寺  
还是  
布达拉宫  
，打车比开车更方便。  
大昭寺  
景区门票：85元  
大昭寺大殿的一层供奉由文成公主带入  
西藏  
的释迦牟尼十二岁等身金像，每一个殿中都有信徒们不断添加酥油。  
羊卓雍错景区门票：60元 （但是这60元有些亏，当地村民拦路收取，不停车不理会可逃票）  
开车山路十八弯，公路两边有未化的薄雪，  
来到山顶，俯望  
羊湖  
。  
  
  
游完大昭寺和  
羊湖  
，正好是不紧不慢的一天，晚上散步到  
布达拉宫广场  
欣赏  
布达拉宫  
的倒影夜景。  
  
如果天气好的话，找一个没有灯光的城市边缘，坐下来看星星喝喝小酒谈谈天也是超赞哒~  
  
Day12 拉萨（布达拉宫）——  
当雄  
布达拉宫门票：200元  
预约票：凭身份证提前一天预定  
进入布达拉宫总共分三道门，前两道门凭预约票进入，第二道门只能按预约票上的时间提前半小时进入，超过预约票上的时间按规定不可进入，需重新预约（本人看错时间迟到一小时侥幸进入）。在第三道门买门票正式进入布达拉宫内参观。  
  
  
  
走进距今已有1300年历史的布达拉宫，历代达赖喇嘛的灵塔着实震撼，黄金珠宝经文无数，让人叹为观止。  
结束了目的地拉萨的两日游玩，启程回绍，当日下午4点开车前往  
当雄  
居住，为第二天尽早赶到  
纳木错  
做好准备。  
  
Day13  
当雄  
——  
纳木错  
——  
安多  
西藏  
的早晨6点，天还没亮，启程从当雄开到  
纳木错  
，正好伴着日出，看着成群的牛羊起床赶场吃草。  
纳木错景区门票：120元  学生证：90元  
果然早起的鸟儿有虫吃，清晨的纳木错游客鲜少，更有天公作美，点点白云映衬蓝天，远处的雪山庄严屹立，蔚蓝的湖水令人心旷神怡，海鸥时而飞翔时而随波游荡。  
  
  
  
  
  
  
爬上山顶眺望纳木错圣湖，风景绝佳。  
  
驶离圣湖，内心是满足更多的是不舍，途中大波旅行团游客赶来，在半路便迫不及待拿起手机隔着山拍圣湖，殊不知前方的景色更美。  
安多  
海拔较高，不是很适合居住，但却是青藏线上不得不暂停的一点，是一个房价死贵的小县城，总共没几个宾馆，淡季价格还都在300以上，更别说旺季了。挑了一家江苏人开的  
安多宾馆  
，住宿条件一般，老板挺亲切的。  
  
Day14  
安多  
——  
可可西里  
——  
格尔木  
早晨5点，赶紧从海拔4700m的  
安多县  
逃了出来，这一觉时不时醒来，是缺氧的症状。  
  
从高海拔出来，公路两边慢慢出现了大草原，一望无际，天边被白云包围，头顶整片蓝天，这不就是歌里的  
可可西里  
吗，“梦中的绿洲是我生命的家园，蓝天白云下邦锦梅朵为你盛开，南来北往的风伴着牧歌与你同行。”  
  
  
  
  
经过昆仑山垭口，便进入戈壁滩，又是另一种风貌，但对其好感新鲜度远不及  
可可西里  
。  
晚上入住  
格尔木  
，宜景品质酒店是个不错的选择，干净舒适，周边多饭店小商铺，有卖当地  
柴达木盆地  
特产的大红枸杞，推荐！不要错过！！又大又甜，本人后悔只买了一袋，回到家都不够分。  
  
Day15  
格尔木  
——  
茶卡盐湖  
——  
青海湖  
大概驶出格尔木3个小时，一路荒无人烟、寸草不生的戈壁滩才渐渐披上“绿衣”，视野中重新出现小山岭。  
茶卡盐湖  
景区门票：凭浙江户口身份证免费进入  
茶卡盐湖  
被旅行者们称为中国“天空之镜”，被国家旅游地理杂志评为“人一生必去的55个地方”之一。  
“天空之境”的紫外线强，一定要注意防晒。由于等待进盐湖的小火车需排队一小时，我们决定步行1.5km进入盐湖深处。  
  
  
在盐湖的深处可穿鞋套进入20cm盐池拍照，最好不要赶在下午两三点，照不出湖面的美丽的镜像。  
  
  
从茶卡盐湖出来已是下午五点半，所幸  
青海  
的夜幕降临也比较晚，在日落时分赶到了  
青海湖  
，我们住在了近湖的  
共和  
金太阳客栈，比较简陋，但当地老板热情好客，邀请我们一起篝火跳舞，分享美食。  
从一路向西启程便已期待的烤羊排终于在  
青海湖  
品尝到了，一只烤完20斤左右的羊1800-2000元，不知道是吃不惯当地的烤羊排口味还是店家没有烤到位，烤羊排的口味并没有出乎意料的美味，有些塞牙不够焦脆，没吃完的羊排第二天借客栈高压锅上一煮倒是十分鲜美。  
  
Day16  
青海湖  
——天水麦积山  
在青海湖稍作停留过夜后，继续回程，前往天水市。  
推荐天水天顺阁酒店！！很别致的小院，院内装饰古典文雅，充满文人艺术风格，有一处每个女性都想拥有的后花庭院，且性价比高，房间舒适干净。  
  
Day17 天水麦积山——西安  
麦积山是路过临时增加的一个景点，对于从未见过石窟的我们也是新鲜感十足。  
麦积山景区门票：90元  学生证：45元  
观光车来回：15元  
  
  
其存有221座洞窟、10632身泥塑石雕、1300余平方米壁画，以其精美的泥塑艺术闻名世界。  
从麦积山石窟出来，我们便马不停蹄地向西安古城出发，回民街的羊肉串在召唤着我们。  
西安城内设置了限号通行，不巧正对上我们的车牌，晚上8点才能进城，再三思量，与其在外围景区闲逛，还不如被罚200元扣3分进城玩得痛快，可见古城和羊肉串是有多大的吸引力。就这样，第一次明知扣分毅然“顶风作案”。  
以下就是回民街美食啦↓↓↓羊肉超级好吃  
  
  
  
  
  
  
  
在回民街享受完一顿大餐后，来到西安古城墙伴着夜色散步吹风，欣赏精致的角楼，租上一辆双人单车在13km城墙上骑行一圈也是蛮有味道的一件事。  
城墙门票：54元  学生证：27元  
双人自行车租赁：90元   押金：200元  
  
Day18 西安——安徽肥东  
结束西安，便只顾风雨兼程，日行千里，一心回家。  
  
Day19 安徽肥东——绍兴  
  
曾梦想去西藏，看看雪域高原的雄壮，朝圣佛地的圣洁拉萨，却没想到梦想实现的这么快，好似做了一场梦，醒来又回到了江南。梦里，有一群热爱生活的俊男靓女，对于这个“一生一定要去一次的地方”，他们心生敬畏，志同道合，相伴同行，在西边的天空里留下一抹专属他们的云彩。

评论：

## 136.这个夏季去哪里玩？到重庆石柱过一个21℃的夏天！

https://you.ctrip.com/travels/shizhu120022/3713765.html

来源：携程

发表时间：2018-8-7

天数：3 天

游玩时间：6 月

人均花费：2000 元

和谁：和朋友

玩法：美食，自驾，周末游

旅游路线：石柱，云中花都

正文：  
写在正文开始之前  
这里拥有重庆最美的草地  
这里拥有重庆最美的森林  
这里拥有世界最大莼菜种植基地  
这里一年四季景美如画。这里的森林覆盖率57.8%，负氧离子含量平均每立方厘米3000个，每年空气质量天数超过350天，这里就是重庆  
石柱  
，这里被誉为中国的森林氧吧，这里是深受喜爱的避暑胜地，这里被赋予康养石柱，唯此一处的称呼，石柱主要以古代巴人为主体，与其他民族融合而成的土家族栖息地。来  
石柱旅游  
，不仅仅是避暑，更能在这里感受土家族的风情！  
关于行程  
一下飞机就感觉一股热浪袭来，重庆市内是真热，此次主要的行程为3天两晚的石柱行，基本将石柱较为有名有特色的点都走了一遍，具体如下：  
DAY1、  
14:00 到达石柱火车站  
14:30 万寿古寨办理入住  
19:00 晚餐并观看土家特色表演  
DAY2、  
08:00 酒店早餐  
08:30 中国高速第一自驾营地  
10:00 冷水八龙莼乡  
11:00  
云中花都  
、空中漂流  
13:30 花都人家午餐  
14:30 中国一号水杉母树  
16:00 大风堡  
19:00 武彩蓝莓营地晚餐  
20:00 观《天上黄水》土家歌舞演出  
22:00 宿武彩蓝莓森林木屋  
DAY3、  
08:00 酒店早餐  
08:30 采摘蓝莓  
09:00 油草河峡谷漂流  
12:00 天泉山庄午餐  
13:30 千野草场  
15:00 返程  
关于我：爱好摄影，爱好旅行，为了旅行而摄影，也为了摄影而旅行，雪山控，如果你喜欢我拍的照片，那么请多多支持我，我的微博：小小西瓜c  
微信：811209657 （添加请备注）  
关于交通  
作为一个旅游城市，  
石柱交通  
便捷，动车、汽车、市内直达旅游大巴一应俱全，不过能自驾就尽量自驾，自驾还是最舒服的旅行方式：  
【飞机】  
石柱周边较近的机场有三个，时间分别为1.5小时能到达恩施、  
万州机场  
，2小时能到达  
重庆江北国际机场  
；  
【火车】  
石柱的拥有高铁站，沪蓉高速铁路穿境而过，是成渝两地出海最便捷的快速通道，石柱县站每天有多达44趟动车组列车经过；  
【汽车】  
1、重庆龙头寺汽车站-黄水镇（全程约为3.5小时）；2、南坪四公里枢纽站-石柱县城（全程约为3个小时）  
【公路】  
沪渝高速公路、丰（都）石（柱）高速公路、沿江高速公路均已建设通车，武汉到  
石柱自驾  
路线：  
武汉—恩施  
—利川—石柱，重庆到石柱自驾路线：重庆主城G50s——涪陵——丰都——石柱；  
【县内交通】  
石柱县内没有网络打车，打车就打出租车，出租车大部分都是不打表，司机报价，如果是从动车站去县中心有人拼车一人10元即可；这次我们从动车站打车至万寿古寨30元一车。尽量说服司机打表。  
重庆土家第一寨，万寿古寨  
你是否已厌倦城市的喧嚣，是否看腻了古城的繁华。如果是，那就来万寿古寨吧。这里远离城市中的喧嚣，没有繁华的景象，有的只是属于自然的安静。  
这里是重庆市第一家少数民族特色山寨，以土家山寨与吊脚楼建筑为载体依山而建的万寿古寨，距离石柱县城不到10分钟的路程，汇集了土家特色餐饮、土家民俗歌舞表演、住宿等为一体，全面展示了土家族文化与石柱土司文化，最主要的是这里天气凉爽，交通便利，且重庆有直达石柱的高铁！  
  
万寿古寨为土家特色山寨，四周为林木包裹，郁郁葱葱，环境清幽静谧，宛若世外桃源。初到石柱，刚上的士就听到师傅对万寿古寨是一顿夸，一听我们来旅游那更是各种推荐，恨不得将石柱的好风景都让外地的游客所知，颇有宣传家乡人人有责的气势。  
初到古寨，迎着最美的蓝天，寨子建在半腰处，司机将我们放在路边就走了，孰不知，这里可以将车子直接开上客栈，so，我们得拉着箱子吃力的往上爬了，毕竟这里是山城。  
其实早在战乱年代，万寿古寨更像一座堡垒。寨子四面悬崖绝壁，仅寨东有独路可攀。寨子里的人将前、内、后三道寨门层层封锁，便形成了易守难攻之局势。如今漫步寨子，仍可见保存完好的白杆兵营、旗台、点将台、官厅、练兵场、杀人坝等遗址。传说中秀花和山柱化身的两块巨石，就位于寨子的南北两端。  
夜幕降临时，摆手堂前宽阔的院内，上百张方形餐桌挨挨挤挤地排开来。烟灰色的旧竹椅，土制的瓷碗，粗笨的长筷，一股浓浓的乡土味道扑面而来。  
没错，今晚我们将在这露天的院内享用晚餐，如此浩大的露天筵席，我也是第一次经历，今晚所以的菜品都是正宗的土家菜。  
而在古寨内最为特色的那就是土家族的摔碗酒了，每一张桌子前面都放置着满满的一箩筐瓷碗，在土家族的摔碗酒是为一种人与人的友情的表达，表示心的距离拉近。碗碰碗之后喝掉碗中的酒，直接将碗摔在地上，且必须将碗摔碎，意为岁岁平安，如果未将碗摔碎可是要被惩罚的哦，那就是再连饮3碗酒。伴着一声声豪爽的笑声与摔碗声一起，那种快意没有亲临现场真的实在是难以感受的到。  
从客栈踱步至桌前，舞台上的土家大戏也开场了。几只大鼓依序摆放，击鼓者女子披发，男子赤膊，所着衣裳颇似兽皮。狂野热辣之气迅疾铺排开来，似要将人带入某种原始而荒蛮的境地。  
夜越来越深，节目是一波接一拨的没有停歇过，还有更为接地气的是在这里可以点歌送给心爱的人，送与朋友，送与亲人，如果不怯场，还可直接上台演唱，也可将点的歌让主持人歌唱。  
如果你的旅行清单中有一个目的地是重庆，那不如来石柱看看，一个来过就不想离开的地方。  
人间净土，云中花都  
如果要说石柱的行程中印象最为深刻的莫过于云中花都了，除了花海的艳丽诱人，云中花都的夏天平均气温是21.3度，比想象中还要凉快，最最喜欢的还是空中漂流，头顶蓝天，全透明的玻璃滑道内享受水中乐趣。  
“云中花都”位于石柱土家族自治县冷水镇八龙村，处在齐耀山山脉，属于原始森林地区，也是湖北进渝的第一首站。园区依托花、果、山、水、林、菜六大产业元素，形成“五带一区”的“金木水火土”五行分布格局。主要包括空中花卉长廊、;五行坡、洛阳花梯、太阳花丘、云中栈道、婚庆广场和儿童水上乐园等板块。  
一眼望去，五颜六色，花儿灿烂，在这里将春夏秋冬24节气栩栩如生，展现在了世人眼前。云中花都海拔在1600米左右，整个园区就有200米左右的落差。  
在这里无论是花前漫步、还是林间探幽，都使人身心愉悦，而今年，云中花都经过了全面的升级，5D云端玻璃廊桥、空中漂流等新奇游乐体验设施，都带来了全新的旅游体验。  
这座玻璃廊桥是国内唯一一座具有闲、情、奇等特点的5D效果云端吊桥。它全长266米，其通过5D视觉技术，不断变化桥面呈现的风景，给人奇幻的游玩体验；它还拥有多个国内第一和多个西南地区第一殊荣，即是国内唯一一个在吊桥上开设露天酒店和星球帐篷给游客住宿体验的云端吊桥，带给游客休闲之享；也是国内唯一一个可在吊桥上开设浮云咖啡厅的云端吊桥；还是西南地区第一个建于花海中的5D云端吊桥。  
整座吊桥横跨景区主要景点洛阳花梯与杜鹃长廊，悬于花海上空，低头就可看见绣球花山谷，美不胜收，前可欣赏云中花都立体花海，后可远眺新巴渝十二景“黄水林海”，这是一场空前的视觉享受。  
空中漂流项目是国内最新开发的游乐体验项目，也是全国最长、最刺激、观光体验效果最好的花海3D空中漂流，全长约1000米，落差近100米，空高4—6米，空中漂流由景区上沿百花春色人工湖开始，浮于花海，依地势由高到低向花谷人工湖处蜿蜒，呈现“旋转”之美。这也是我最喜欢的体验项目，到现在为止我还是想再去感受一次。  
现在  
重庆北站  
有直达云上花都的旅游班车，每天两班，发车时间分别是8:50、13:30。在云中花都返程途中会经过中国一号水杉母树，已有140多年的历史，是世界上珍贵的树种，有世界“活化石”之称。  
而石柱也是莼菜之乡，可能很多人都没有听过这个菜，莼菜生长适温为20～30℃，水质清洁、土壤肥沃，要不然基本很难生长，莼菜嫩叶可供食用，莼菜本身没有味道，胜在口感的圆融、鲜美滑嫩，为珍贵蔬菜之一。  
重庆最美的草地，千野草场  
这里是典型的喀斯特地质地貌大观园，集山、林、草、石、畜于一体，这里被誉为“重庆最美的草地”，这里就是千野草场，带上帐篷，带上美食，去千野草场享受露营的乐趣，再看一场高山草原上的一场日出，那将是一个完美的假期。  
千野草场景区位于重庆市石柱县方斗山山脉岩口至瓦屋沿线，平均海拔1300米，地势宽广平坦，区域面积6600公顷。这里也是深得重庆人喜欢的绝佳避暑胜地，足够凉快，非常适合搭帐篷亲子游。  
只要有森林的地方就有人搭吊床，森林内超凉快，看着五颜六色的吊床倒是给森林中的树木增添了色彩，有人还说7月来到千野草场露营，不是凉快而是冷。到底是不是冷只有来露营了才知道。  
千野草场内有众多嶙峋怪石，千奇百怪的石芽、石笋、石林组成的十里石山。走进麻坪石芽区，只见成片的石芽汇集在一起，远远望去，犹如白浪滔天。  
草场内基本无任何人工打造，全是纯天然的景点，虽已开发成景区，但大部分都保留了原始的面貌，空气超级清新，实在是露营的首选之地。  
放眼望去，景区白云蓝天，芳草青青，花香鸟语，石芽石笋石林密布，俨然一幅天成国画。  
中国高速第一自驾营地  
无需去到欧洲国家，也无需去到马尔代夫，想要度蜜月，想要过极简的烟火日子，那不如来中国高速第一自驾营地，营地海拔将近一千五百米，全年最高的气温20度，同时拥有木屋房、星空房、房车、集装箱房、北欧式的帐篷等，这里是避暑纳凉的理想之所！  
一个可以露营的高速公路服务区，这个可以露营的高速服务区就是冷水服务区，整个服务区地处渝鄂交界处的石柱县冷水镇，位于泸渝高速重庆境内，如今这里是我国西部地区首个集自驾车、房车、帐篷营地以及运动休闲等功能于一体的五星级休闲露营地。  
最为养眼的还是星空房，从远处看像是外星人来袭，深夜，躺在星空房内，数着天空的繁星，倾听林间的虫鸟私语，何不是一种极致的享受呢？  
喜欢这里的空气，喜欢这里的气温，喜欢这里的草地，这里还有专门的露营台可搭帐篷。如果是开着房车来，可以停靠在专门的房车停车位，还配有充电桩。  
远处的风车，在蓝天之下，还有那鲜花遍地的自驾营地，舒适的微风，吹拂面容，仿佛有一种置身于川西的感觉。  
Let's go 游乐世界，任你嗨  
Let's go 游乐世界是重庆规模最大、滑道最全、设施最好的运动场，年平均气温10℃，覆盖着浓密的森林，空气清新，景色迷人，是重庆夏季康养避暑的好地方。  
滑雪害怕摔？那滑草可就完美的解除了你既想要速度与激情的刺激感又怕摔的顾虑，坐在滑草车上，从草地山坡上“嗖”的滑下来简直不要太刺激！  
乐园拥有西南地区最大规模的七彩速滑滑道，特制的滑草板沿滑道冲向山底时，由于坡度的变化和惯性的加大，速度越来越快，穿梭在七彩的滑道中感受风的激情，享受速度的快感。  
重庆第一室内演出，天上黄水  
天上黄水，中国海拔最高和最美的土家名镇。天上黄水，拥有最美原始森林和特色民居的土家古镇。天上黄水，最多情和最浪漫的风情土家小镇。  
到黄水，那就不得不看《天上黄水》土家大型歌舞演出了，它是重庆市第一个室内演出项目，演出总时长90分钟，分为序幕、石柱传说、风情土家、巾帼擎天、西兰卡普、天上黄水六个篇章。以石柱山水文化为“点”，以土家儿女追求美好生活为“魂”，展现了浓郁的土家情！  
《天上黄水》以石柱土家啰儿调经典代表作《太阳出来喜洋洋》为音乐主题，共有《石柱传说》《风情土家》《巾帼擎天》《西兰卡普》《天上黄水》5个篇章。  
百里不同风，十里不同俗，在土家族生活的世界里。孕有丰富而独特的民风民俗，每一个章节，都将土家族的生活习俗，生活气息紧紧相连。  
中场的摆手舞，更是带动所有群众的气氛，土家族姑娘将上前邀请大家进入台下的池子内摆手跳舞，一曲终了，观众还是不舍得从池子中回到座位上。  
而第四幕的《西兰卡普》更是让人久久难忘，西兰卡普、南京云锦、成都蜀锦、苏州宋锦、广州壮锦被人们誉称为“中国五大织锦”。编织西兰卡普是土家族人世代相传的纺织技艺。白色花青，绣花针落，蓝色的宁静、愚色的沉稳、红色的熟情，绘成美丽的西兰卡普，它编织的是土家人的类、土家人的情、土家人的梦。  
每到周末基本场场爆满，天上黄水”土家大型歌舞由国家级艺术团队倾力打造，舞蹈部分，既有摆手舞、玩牛、白虎、茅古斯等土家舞蹈特征，又有现代舞蹈元素的应用。  
倒是第一次在现场听《太阳出來喜洋洋》，舞起板凳龙，跳起玩牛舞，土家人踏着《太阳出來喜洋洋》的旋律，欢灭喜地迈向來，奔向远方。  
油草河峡谷漂流  
在这盛夏中，可万千游客却如潮水般涌向油草河峡谷，这里不仅山清水秀、风景独特，且平均气温仅15-20度左右，这里也曾是“巴盐古道”，游客在峡谷里穿行，仿佛走进一条神奇的画廊。  
油草河峡谷开放了长达5公里的峡谷漂流，全程漂流需要3个小时，虽然还未到正午时刻，可这里已是排满了漂流的游客，伴随着欢声笑语，在这刺激的漂流中度过轻快的3个小时。  
油草河位于黄水国家森林公园之中，享有“小九寨沟”的美誉，漂流全程水位落差100多米，激流险滩30处之多，这是在不断的挑战着心理极限，刺激中带着兴奋。  
当主城还是30多度高温炎热天气而油草河峡谷仅20度左右甚致更低，这也是继“天上黄水”之后重庆又一夏天的“世外桃源”圣地。  
武彩蓝莓森林木屋  
有一种旅行，不是让你走，而是帮你停下来，有一种旅行，需要的是自己出发寻找原生态的自然体验。这次我们三天两晚的第一位宿在万寿古寨，而第二晚我们就选择了武彩蓝莓森林木屋。  
光是听名字就该知道了，我们位于何处，没错，我们就位于采摘蓝莓之处。大小各异的别墅型小木屋立于树林之中，在森林地气的滋润中，点缀在林间，与摩围林海交融为一体，真的很有感觉！  
入驻小木屋，听着蝉鸣鸟叫，呼吸着新鲜的空气，享受真正的人间仙境，真的太安逸了，房间内还配置了机麻，好友出行还能约一波哦。  
一树一屋，早晨在树屋内，享受夏日里的第一缕阳光叫醒的感觉实在是太棒了，还有采摘蓝莓更是不能落下，蓝莓怎么吃，当然是装满手一口放进嘴里，那才是真正解锁蓝莓的新吃法。  
土家风味，花都人家  
如果你有来云中花都，那么我会建议你在花都人家享受纯自然的美食，在这里除了最为地道的土家族美食，还能享受到纯天然的野菜。  
这里的每一道美食都是经过店家亲手制作，腊肉腊肠不是购买，是选用了精致的土猪肉制作而成，入口贼香，有嚼劲。  
这里的每一样菜都深受大家的喜欢，扎扎实实的猪蹄胶原蛋白满满，采用土家族独特的制作手法，除了香还是香，盯着变胖的风险，吃了好几块。  
莼菜，古时为贡品，至今已有1600多年的历史，含蛋白质、糖、铁和天门冬、亮氨酸等多种营养成份，有消肿、解毒、美容、减肥之功效，虽然无味，可入口顺滑，实在清爽可口。  
溶洞餐厅，天泉山庄  
在户外用餐，在水中用餐，可有体验过溶洞内用餐？这还是人生第一次在溶洞内用餐，在前往千野草场的路上，将抵达的山脚下，有一个天泉山庄，生意爆满，基本都是需要等位。老板很任性，上菜都是一桌一桌上齐了才上另外一桌，我们可是足足等待了1一个小时。  
当吃到第一口时，觉得一切都值了，最推荐的是野生菌黑猪肉锅，量足，味美，猪肉与平常吃的完全不同，很有嚼劲。  
最喜欢的菜品之一，纯天然都巴粉，又名蕨根粉，是用珍稀植物———野生蕨的根制作的淀粉。被人们誉为“黑色食品”，古人以“堆盘吹熟紫玛瑙，入口嚼碎明琉璃”的诗句赞美。香甜有嚼劲。  
渝东第一峰，大风堡  
大风堡原始森林风景区，有着“绿色宝库”之誉。其主峰海拔 1934 米，属巫山山系七曜山余脉，群峦起伏，山岭叠翠， 沟壑纵横，有“渝东仙境”之称， 是石柱县最高峰和重庆市东部最高山峰，有“渝东第一峰”美誉。因常年大风吼鸣，山大惹人，树大招风，大风起时，风起云涌，林涛阵阵，山风呜呜，故名“大风堡”。  
这里被评为重庆市“最美森林”，2008年被评为“巴渝十二景之一”，并命名为“黄水林海”。最为特色的应该是悬空玻璃廊桥，拥有“世界第一长”的美誉。  
不来石柱不知重庆的凉爽，不来石柱不知重庆的别样风情，重庆并不是只有洪崖洞，更多好玩的景点需要进一步的解锁，期待石柱的冬天，不知雪后的石柱会是怎样呢？

评论：  
1.全是干货啊！期待楼主的行程游记~一定特别精彩~  
2.楼主加油～写游记挺辛苦的吧~不过也是比较有成就感的。

## 137.恩施建始石门河景区五星攻略！

https://you.ctrip.com/travels/jianshi2696/3716466.html

来源：携程

发表时间：2018-8-14

天数：2 天

游玩时间：8 月

人均花费：500 元

和谁：亲子

玩法：自驾，人文，自由行，周末游

旅游路线：石门河，建始

正文：  
石门河  
旅游区位于湖北  
建始  
县高坪镇，八百里清江的支流。景区总投资3.5亿元。景区是典型的喀斯特地貌特征，集“幽、险、奇、秀、古”于一体。  
石门河旅游区位于湖北建始县高坪镇，八百里清江的支流。景区总投资3.5亿元。景区是典型的喀斯特地貌特征，集“幽、险、奇、秀、古”于一体。景区有人类起源遗址，中国南方最久远的“巴盐古道”，中国巴人发祥地之一，中国土家族聚集区。 石门河旅游景区包括高坪游客接待中心（含自驾车旅游营地等）、石门河探幽赏桥游览带、巨猿洞访古怀旧游览带、石柱观道教、 养生休闲区、八角村农业休闲度假区，景区面积约180平方公里。素有“施南第一佳要”之称的石门关山水险峻幽美，是沟通重庆和  
宜昌旅游景区  
的重要节点。  
其实，对于恩施的印象，可能仅限于恩施大峡谷。到石门河景区之前，我从未听说过这里，并且没有太多的向往。我们走进景区，需要乘坐景区公交到达山间。景区的结构位于两座山之间的一条河流。我们需要从山间慢慢下山，沿着河流参观到最深处，然后从另外一端爬山出景区。  
景区集山、水、道、洞、情于一体。景区周边还有万亩平川孤峰独立的石柱观、神秘莫测的擦耳河、民国老街石垭子、名人故居凉水埠。石门河景区享有“世界第一古人，中国第一古河，巴楚第一古道，施南第一佳要”的美誉。景区内有三段幽奇峡谷，自然经典，天然奇观，约200多个景点。绝壁古洞，漫道雄关，蟒藤古树，鸟语花香，与世隔绝，一尘不染，游览景区有穿越时空之感。  
石门河景区核心景点：  
一、图腾寻觅——问心谷： 以“奇”著称。“问心”是佛家禅语，古德云：“佛在灵山莫远求，灵山只在汝心头，人人有个灵山塔，好向灵山塔下修。”心是红尘，亦是净土。听一曲梵音，清耳悦心；赏一路美景，沁人心脾；得一位知己，称心快意；守一方净土，兰质蕙心。沿途景点有问心台、九龙吐珠、盐神宫、石佛洞、石门卧佛、元宝圣山、问心桥及峡谷户外运动拓展基地等。  
二、涤尘去忧——洗心谷：以“幽”著称。从石门古桥至舒心桥以亲水栈道进入，途经阴阳泉、相思林、石臼群、亲水台、洗心潭、财神台等景点。绝壁高昂有仰天长啸之浩气，水质清幽有脱胎换骨之感受。两岸古木参差，奇花异草，神妙莫测，令人童心复苏，情景交融，仿佛置身于浩淼悠远的世外天地之间，如诗如歌如画。  
三、超凡脱俗——舒心谷：以“险”著称。踏悬空栈道，拾级而上，步入石门河空中景区。途经舒心桥、吉祥三宝、通天门、巴蛮洞、石门药谷、石门林海、喊歌台、白虎迎宾、石门巨猿、青龙抬头、日月门、天官赐福、佳音亭、宏佛齐天、步云桥、时空隧道等景点。穿越于时空之间，平步在青云之上，感悟苍生，傲视群雄，江山入画，层次分明，涛声阵阵起，爽风徐徐生，释风尘之俗念，陶超凡之雅兴。  
石门河旅游区与百慕大三角、埃及金字塔、珠穆朗玛峰、中国黄山同处于北纬30度线上。因北纬30度地区躲过了第四纪冰川运动的侵袭，成为许多珍稀植物的避乱所。被世界教科文组织评定为“最适合人类居住的环境之一”。  
石门古风旅游景区地域面积约180平方公里，自然旅游资源与人文旅游资源丰富且颇有特色。景区的旅游资源主要可分为地文景观类、水域风光类、生物景观类、遗址遗迹类、地域文化类这五大类型。  
石门河景区位于湖北建始高坪，北通豫陕，西襟巴蜀，东临江汉，南极潇湘，肩担重庆、武汉，比邻长江三峡。宜万铁路、沪渝高速横穿全境，318及209国道通过景区，距机场和火车站仅1小时车程。

评论：

## 138.恩施——那个令人叹为观止的大峡谷

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3717901.html

来源：携程

发表时间：2018-8-16

天数：6 天

游玩时间：8 月

人均花费：4500 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
今年经驴友推荐，想去一个小众的景区旅游——  
恩施  
。恩施的名字我只是听过，仅仅听过而已，那里有什么我完全不知道。抱着尝试的态度参加了湖北  
恩施大峡谷  
、  
神农架  
六天游。前面的两天是打酱油的两天，第一天是从广东揭阳飞到湖北  
宜昌  
。第二天是从湖北宜昌坐车前往恩施县城，然后参观一下土司城、女儿城。  
精彩是从第三天开始的。我们早上从  
恩施  
县城前往大峡谷，车程约两个小时，上午11点我们开始排队进入恩施云龙地缝。这个真是一个奇迹，看似平坦的地面，突然有一条深几十米的缝，缝的两边都是垂直的悬崖，人是不可能爬上去的。 很高很高，从上往下看有点恐高，一条长长，深深的深沟。我们通过人工修建的栈道往地缝的中间位置游览，一路游人如织，有小溪的地方就形成一条长长的瀑布，非常壮观，在观赏的路上有好几条这样的瀑布，令人叹为观止。等我们参观完成要重返地面的时候，排了一条长长的队伍，大约等了一个小时在从地底下返回地面。吃过午饭又排队一个多小时从索道到山上的  
七星寨景区  
，说实话七星寨远观还是挺雄伟的，那些石头山就像黄山、张家界那些山，笔直的悬崖，看起来很震撼，走到山上就没什么看头了，如履平地，丝豪感觉不到雄伟壮观。就是在山上看花花草草，偶尔看见比较好看的山峰，如此而已。  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
时间关系，先到这里，还会更新增加  
神农架  
美景及介绍。

评论：  
1.我那么用功，为啥没人点赞啊。

## 139.去或者不去，西藏就在那里(十九天的世界屋脊自驾游)

https://you.ctrip.com/travels/tibet100003/3718992.html

来源：携程

发表时间：2018-8-21

天数：19 天

游玩时间：7 月

人均花费：8000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
走吧，到  
西藏  
去。  
那里有  
灿烂的阳光，  
洁白的云朵，  
纯净的天空。  
走吧，到  
西藏  
去。  
那里有  
连绵的雪山，  
万年的冰川，  
安静的湖泊。  
走吧，到  
西藏  
去。  
那里有  
辽阔的草原，  
成片的牛羊，  
洁白的帐篷。  
走吧，到 西藏 去。  
那里有  
多彩的民族文化，  
浓厚的宗教情怀，  
朴实的 西藏 人民。  
西藏 ，神秘、圣洁、遥远，一直是我向往的地方。多少人这样向往着准备着，行走 西藏 已成为一种不同于别人的生活象征。6月时，朋友发起自驾去 西藏 ，朋友已进藏两次，很有经验是个“318老司机”，也便欣然应邀。  
7月中旬，4车16人，从 浙江 绍兴 出发，川藏线进， 青藏线 出，历时19天。  
人均花费8千。  
行前准备：  
证件(身份证、边境通行证-去  
珠峰大本营  
有用、驾驶证、行驶证)  
干粮（饼干、方便面等-备堵车之需）  
防晒用品(防晒霜、墨镜、帽子、防晒衣)  
保湿护肤品(唇膏、乳液等)  
洗漱用品(毛巾、牙刷、牙膏、餐巾纸、湿巾纸)  
其它（睡袋、冲锋衣、雨具、氧气瓶、车载保温水壶、水杯）  
药品（复方丹参滴丸、止泻药、感冒药、葡萄糖，可提前10天服用红景天）  
途径地区： 浙江 省、 江西 省、 湖北 省、 重庆 市、 四川 省、 西藏 自治区、 青海 省、 甘肃 省、 陕西 省、 河南 省、 安徽 省  
途径河流：长江、岷江、 大渡河 、 澜沧江 、 怒江 、 金沙江 、沱沱河、 黄河  
海拔体验：5m——5231m（ 唐古拉山 口）  
Day1绍兴——恩施  
7月的早晨，晴空万里，茉莉飘香。上午6点，我们出发了，一路向西。  
自驾游第一天，天高云淡，奔驰1328公里。高速畅通，只 宜昌 高家堰互通附近堵车近1小时。晚上11点半到达第一站一一 恩施 。  
Day2恩施——乐山大佛——雅安  
上午8点出发，经 湖北 、 重庆 、 四川 ，中途朝拜了被誉为“天下第一大佛” 乐山 大佛。  
乐山 大佛是一尊融入 中国 佛像特色的 弥勒 佛坐像，形体超凡脱俗，造型庄严，神情肃穆，低垂的眉目中，流露出慈悲之情。特色在于其”头上的发髻、高而长的眉毛、圆直的鼻孔、阔大的双肩”。  
乐山大佛地处岷江、青衣江、 大渡河 三江 汇流处，佛像就雕凿在此三条水系汇流处的岩壁上。大佛 临江 危坐，双手抚膝，双脚自然下垂，这种安定平稳的感觉，给予江上行船的船家一种安全感。关于大佛，有许多传说。  
门票90元 ( 学生证45元)，  
游两小时。  
一路群山巍峨，深谷秀丽。道路畅通，天晴转阴，快到 雅安 下起了小雨。  
全天行驶787km，晚8点半到达 雅安 市，  
入住 雅安 蜀西家园酒店，标间价198元(不含早)。房间整洁，停车方便。  
晚饭在廊桥附近的土菜馆解决，满满一桌的菜400元，菜量大口味好。  
Day3  
雅安—泸定桥—海螺沟冰川—新都桥  
上午8点从 雅安 出发，打卡 泸定 桥、 海螺沟 和折多山，晚上在 新都桥 住宿。  
泸定桥两岸的桥头古堡为传统木结构古建筑，为 中国 独有。大桥于1706年建成，康熙皇帝取御笔亲书“泸定 桥”三个大字，并立御碑于桥头。以22位勇士“飞夺 泸定 桥”，谱写了 中国 革命史上和世界军史上“惊、险、奇、绝”的战争奇迹，使之成为 中国 共产党重要的历史纪念地。  
泸定桥横跨 大渡河 ，桥下水流湍急，河水浑浊泛黄。  
门票：10元(学生票5元)  
停车费：10元  
游玩时间：1小时  
海螺沟位于  
贡嘎  
雪峰脚下，以日照 金山 、冰川倾泻、雪谷温泉、原始森林、康巴藏族风情“五绝”闻名于世。  
其中 海螺沟 一号冰川长14.7公里，面积16平方公里，其末端伸入原始森林达6公里，是世界上同纬度海拔最低、最大的现代冰川，冰川、森林、温泉共生。冰川上形成的冰面湖、冰塔、冰桥、冰洞、冰裂缝、冰宫、冰城门等千姿百态，惊讶璀璨。尤其是大冰瀑布的宽度和高度均超过了1000米，由无数巨大而光芒四射的冰块组成，仿佛是从蓝天直泻而下的一道银河，终日冰崩不断。  
巍峨的群山，冰川、原始森林一览无遗，有些零落的房子，景致美好。当天本是天阴，到半山腰下起小雨，山峰更显朦胧，拍景效果不佳。坐1小时公交车到半山腰，再坐缆车到山顶，也有步道到山顶。  
景区门票：160元 (学生票130元)  
索道门票：150元(学生票140元)  
游玩时间：约4小时。  
从雅安出发，无高速，走318国道，路上随处可见泥石流和滚落的石头，有好几处塌方，不得不绕道，耽误两个多小时。到折多山时天已晚，没有目睹它的风采，略有遗憾。  
途经康定时，同伴就哼起了“跑马溜溜”。 康定 历来是川藏咽喉、茶马古道重镇、藏汉交汇中心，更以一首《 康定 情歌》享誉国内外，成为 中国 独一无二的情歌之城。夜幕下的 康定 ，浪漫霓虹组成了一道色彩缤纷的迷人风景，使高原古镇颇有韵味，值得旅者细细品味。  
于当晚10点30分到达 新都桥 住宿地，海拔3500m，气温明显降低，穿冲锋衣。这一段路程，折多山口海拔最高，达4219m，是高海拔的初体验，有轻微的高原反应，头痛、胸闷，问题不大。  
Day4 新都桥——稻城亚丁（香格里拉镇）  
上午8点从新都桥出发，途径天路十八弯。蜿蜒飘逸的天路十八弯，海拔4500多米，而且拐弯多，走不了一公里，几百米就要拐弯；周围是翠绿的草地，格桑花开得正旺，牦牛悠闲自在，时有苍鹰贴地而飞，朵朵白云从我们头上飘过，一路向西，赏心悦目。  
关于格桑花，很有意思。当地藏民指着高原上的野花，都叫格桑花。后来我明白了，格桑花也叫幸福花，是高原上生命力最顽强的野花的代名词，长期以来一直寄托着藏族人民期盼幸福吉祥的美好情感。  
沿318国道经 雅江 、理塘 。  
理塘堪称世界高城，海拔4200米，可谓“悬在高空的城市”， 这里是七世和十世两位达赖转世之处。  
今日最高海拔4700m，全程428公里的路程，道路畅通，我们行驶了九个半小时，最后到达 稻城 的 香格里拉 镇。  
“太阳最早照耀的地方，是东方的天堂；人间最殊胜的地方，是奶子河畔的 香格里拉 。”自 美国 小说家詹姆斯·希尔顿的小说《消失的地平线》书中对稻城亚丁的描绘。  
天阴，途中有零星小雨。  
吃货们有福了，新鲜的松茸正是时候，当地人挑到镇上卖，炖、炒或生吃，都味美又滋补。  
Day5 稻城亚丁  
上午7点从 香格里拉 镇出发，前往 稻城 亚丁 风景区。5、6分钟车程，有地下停车场。坐景区内公交车到到达洛绒牛场（海拔4180km），再上面的景点可以坐车或步行，一般都选择坐景区的观光车。但观光车到达扎灌崩，距牛奶海还有近2公里上坡路，可以选择骑马(费用300元)。山上的天气说变就变，途中遇好几场雨，所以必须带雨具。海拔高的缘故，也有人撑不住，半路抱着氧气罐吸氧。顶上景区海拔4600多米，走几步停一下，看五色海、牛奶海成了一种挑战。景区很大，一天根本游不完。  
景区内景色很美。“三怙主雪山”，北峰仙乃山、南峰降边央、东峰夏纳多吉，三座雪山分别是观世音 菩萨 、文殊 菩萨 和金刚手 菩萨 的命名加持。高耸的雪山屹立在透明的苍穹之下，山顶上皑皑白雪在云雾中时隐时现，婆娑迷离。茂密的森林、清澈多彩的五色海、平静的牛奶海。山脚下的洛绒牛场是一片平坦草滩，白云飘渺，安然祥和。  
  
玛尼堆  
，是由大小不等的石头集垒起来的、具有灵气的石堆。在 西藏 各地的山间、路口、湖边、江畔，几乎都可以看到。这些石块和石板上，大都刻有六字真言和咒语、慧眼、神像造像、各种吉祥图案，它们也是藏族民间艺术家的杰作。每逢吉日良辰，人们一边煨桑，一边往玛尼堆上添加石子，并神圣地用额头碰它，口中默诵祈祷词，然后丢向石堆。  
稻城 ，一生之中需要去一次的圣地。  
门票加车票：270元(学生票200元)  
观光车：单程50元，来回80元  
停车费：20元  
游玩时间：一天  
Day6 香格里拉乡——  
芒康  
（进藏）  
上午7点从 香格里拉 镇出发。  
香格里拉的早晨小镇风情，天高云淡，霞光乍现，空气凉爽。  
从香格里拉出来,前一段沿路是石头山，绿植不多。后面路段是蜿蜒的山道，周围是翠绿的草地，纯朴自然的高原气息，白云缭绕，使人不由得沉醉在这神奇的地方。  
海子山位于 理塘 与 稻城 两县之间，平均海拔4500米，共有1145个大小海子。其规模密度在我国是独一无二的，故名海子山。  
姊妹湖也被称为“眼镜湖”，海拔4685米，难以想象经历数百万年沧海桑田后的安详宁静，如天堂宝石镶嵌在荒凉山原。  
沿途的白塔是藏式佛塔，是藏地符号。佛塔，除了它的使用性，可以盛放圣贤的舍利，还可以放置活佛骨灰或遗体以及经书圣物等外，它的更深层意义和象征性，是供广大信教群众朝觐的。  
跨过金沙江大桥，我们进藏了。  
四川路段道路畅通，进藏后沿 金沙江 路段，因连续下雨，道路被水流冲刷局部坍塌， 而且陡坡容易打滑，通行缓慢。时有小雨，气温适宜。  
从香格里拉到  
芒康  
，全程约472km，整段路海拔在二千多~四千多米之间。下午5点半平安到达目的地芒康 。  
Day7  
芒康  
——  
八宿  
（  
来古冰川  
）  
上午7点从芒康出发，前住  
来古冰川  
。途经海拔5130米  
东达山  
、海拔4300多米的乌拉山，天路72拐和怒江天堑。  
一条笔直的山路通向前方，既缓且长，一眼看不到尽头，这就是川藏线最长最缠绵的  
东达山  
。东达山是川藏南线 上最高垭口，垭口海拔标高5130米。草坪青绿，牦牛成群，风光极为美丽。  
天路72拐是在西藏自治区  
昌都  
地区的  
八宿县  
境内的一条路，这条路也称“川藏99道弯”。天路72道拐感受到的不仅是壮丽和艰险，更能感受到修筑这条路的先辈们的大无畏精神。  
天路72拐路段艰险，转弯频繁，开车要万分小心。汽车刹车片发热冒烟，中途停车数次。  
“江水滔滔千里远，乾坤朗朗万峰空。”一一 怒江天堑。 怒江大部河段奔流于深造峡谷中，落差大，流势急，多瀑布险滩，上游河流补给以冰雪 融水 为主，夏季降雨补给，水量丰沛。  
途中休息时，看到有藏民在卖雪莲花，花根上还带着新鲜的泥土。一蛇皮袋雪莲花几分钟就买完了。对面山坡的账篷里走下来一个藏族小女孩，身穿兰色拼黄格子的外衣，深色裤子和鞋子已看不出原来的颜色，手上拿着一个小铁盒子，铁盒里装着几根冬虫夏草，小女孩怯怯地推销着虫草。我们没有买虫草，拿了饼干和糖果送她，她低头微笑答谢。  
一路上多见勇敢的徒步者和骑行者，每每遇见，我们佩服的竖起大姆指。在  
东达山  
，遇见过一位60岁 江苏 籍骑行者，晒黑的脸上没有长途跋涉的艰辛，只有满是自信的笑容，那是信念的光芒在闪耀。  
过帮达时，遇泥石流，道路不通。这路段前不着店后不着村，没有通讯信号，手机不通。当时以为要在这荒山野岭过夜了，为了省油，停了汽车发动机。幸亏有特警巡逻路过，立马调推土机过来打 通道路。在滞留两小时后，特警保护下，终于安全通过危险路段。  
行驶358km，沿途景色丰富，路段艰险，晚上9点半平安到达目的地  
来古村  
。  
我们今晚住的是  
来古村  
中唯一的一处客栈，而且是公益性质，由志愿者打扫管理，一间房多张床铺、露天公共洗漱区、悬空厕所，各种简易。还好有三餐供应，有热水。客栈有卖虫草、藏贝等特产，质量价格尚可。客栈对面是希望小学，可以捐助学生用衣物文具。  
卖冬虫夏草的藏族小女孩，后面黑色的账篷是她的家  
Day8  
八宿  
——  
昌都  
（改道G317进藏）  
一早起来直奔  
来古冰川  
、  
然乌湖  
。  
  
来古冰川  
位于  
八宿  
，紧邻  
然乌湖  
，为世界三大冰川之一，是帕隆藏布的源头，冰雪 融水 流进然乌湖，湖畔是茂密的原始森林，还有很多原始的藏族村落。这几年全球气候变暖，导致冰川加速溶化，然乌湖的面积每年也在疯狂的扩张。也许在不久的将来，我们再也无法看到圣洁美丽的来古冰川。  
  
然乌湖  
的静与蓝是远近闻名的，湖水随季节的变换呈现出不同的颜色，时而碧蓝、时而青绿，湖中极少看到枯枝杂物，有许多岩石与小岛点缀其间。湖边如茵的草甸，碧蓝的湖水，白雪皑皑的雪峰构成了然乌湖丰富多彩的景致，令人神往。  
因往  
波密  
方向道路再次塌方而限制通行，原定从来古去 波密 的行程改道回 邦达 走317国道去  
昌都  
市，比原计划多行驶800多km。  
317国道上，时而是肥沃的草原，时而是贫瘠的石头山；颜色也是灰色和红棕色各不同。沿途寺院和藏民居住的帐篷较多，路遇的成年藏民大多不会说汉语。双手合十于胸前，口中念“扎西德勒”，是我们同当地藏民的唯一语言交流。今天在路上见一藏族小男孩，我们塞糖果给他，挥手告别时，他也挥手致意，并喊“byebye，byebye”，着实让我们惊奇。  
满坡的牦牛，散步的马儿，敏捷的鼠兔，黑色的牛粪堆成草原一景。惊喜的偶遇了藏狐，那狡猾的狐见人立马跑了，中途还停下回望。因多年来过度猎捕，藏狐的数量很稀少。  
更惊喜的是，今天一路与雪山遥遥相望。  
317国道路面坑洼不平，好在车辆少，一路顺畅。  
天气晴朗，偶有小雨。  
晚上9点，到达目的地昌都 。  
昌都市， 西藏 七个地区(地级市)之一，处在 西藏 与 四川 、 青海 、 云南 交界的咽喉部位，是川藏公路和滇藏公路的必经之地，也是“茶马古道”的要地，更是入藏区几天来，最繁华的城市。  
Day9 昌都——  
巴青  
早上7点半从昌都出发，走317国道，经  
丁青  
，到达  
巴青  
，全程近500km，都行驶在海拔4000m以上。  
道路不平，碎石满地，比昨天路段更差，坐车内像炒罗汉豆。  
沿川藏公路进 西藏 ，翻高山、跨急流，路途艰辛且多危险，远山雪峰突立，山峦起伏跌宕，纵横交错，林海茫茫。 317国道，称为川藏公路北线，这条线难度大，更加粗犷，非越野车不要挑战。  
高原上的雄鹰冲起盘旋的时候，湛蓝的天空就无比高远深遂。远远的斜坡上一片碧绿，晚归的牦牛缓缓而行，弓下的脊背驮起了宁静的黄昏，一派祥和的高原风光。  
海拔近5千米上的花花，虽然气候恶劣，土地贫瘠，还是顽强绽放，给雪域高原带来小欣喜。  
天气晴朗，无雨。  
没明显高反感觉，只是小跑几步有点气喘。  
按小时w5bv晚上9点多到达目的地  
巴青  
。  
Day10 巴青——  
拉萨  
上午7点从巴青出发，走317国道，经那曲 ，转109国道，全程585km，行驶11小时。路况尚可，车辆较多，区间限速。检查站很多。  
一抹纯白是悠悠云朵，一汪湛蓝是静水和天。远处的念青唐古拉雪山在阳光下，晶莹璀璨，时间好似凝固在这宁静的氛围中。  
快到  
拉萨  
时天空出现了彩虹。为眼前的美景，为即将看到的  
布达拉宫  
，为平安到达拉萨 ，我们欢呼雀跃。  
自驾游第十天，晚上8点，堆龙曲相伴到达“ 日光城”一一  
拉萨  
。  
Day11 拉萨（  
大昭寺  
、羊卓雍错）  
天晴。早上9点前往  
大昭寺  
。在拉萨城里，打车很方便。拉萨的外来务工人员以 四川 、 重庆 人最多，其次是甘肃人。  
  
大昭寺  
，因文成公主带给吐番释迦牟尼十二岁时的佛像而建，是西藏现存最辉煌的吐蕃时期的建筑，也是西藏最早的土木结构建筑。大昭寺内供奉众多佛像、圣物以使信徒们膜拜 的殿堂。  
一千多年后的今天，依然是香火旺盛，信徒摩肩接踵从入口涌来，虔诚跪拜。  
宗教信仰，是西藏这个神秘国度令人震撼的色彩。  
门票：85元。    下午1点半，往三大圣湖之一——  
羊卓雍措  
，一百公里左右，车辆不多，道路畅通。但有区间测速，限制了车速，行车需两个半小时到达景区。景区门票60元。峦叠嶂，天边点缀着白云，风光静美。  
“雪山 狮子 ”藏獒的尊贵高傲、勇猛刚毅荡然无存，被主人固定住，供游客拍照。  
晚饭后，散步到  
布达拉宫广场  
，灯光照耀下的布宫更显神秘和威严。  
Day12 拉萨（  
布达拉宫  
）——  
当雄  
天晴。  
早上8点半出发，打的去  
布达拉宫  
。 门票200元。当天的门票根本买不到，门票要预售。布达拉宫总共分三道门，前两道门凭预约票进入，第二道门只能按预约票上的时间提前半小时进入，超过预约票上的时间按规定不可进入。第三道门买门票正式进入布达拉宫内参观。  
布达拉宫，是 西藏 著名的宫堡式建筑群，被誉为世界屋脊的明珠。是世界上海拔最高、最雄伟的宫殿，象征着雪域之都及至整个青藏高原，体现着藏文化最辉煌的成就。宫内历代\*\*喇嘛的灵塔、无数的珠宝经文、成吨的黄金，让人叹为观止。  
布宫主要有三种颜色：红色代表统治三界，白色代表处于寂静，而黄色则代表 长寿 无疆、福源不断、繁荣兴旺。  
翘首仰望布宫，只见殿宇巍峨、金顶入云、曲径回廊重重叠叠。那拔地凌空的气势，那金碧辉煌的色调真如天上宫阙一般。  
下午4点前往下一站当雄县。  
Day13  
当雄  
——  
纳木错  
——  
安多  
早上6点从  
当雄  
县出发，往  
纳木错  
，天还没亮，路况尚可。  
西藏的  
纳木措  
，是藏民心目中的神湖，也是 上海 拔最高的咸水湖。  
  
纳木措  
海拔4718米，其 东北 部是海拔7111米，终年积雪的 唐古拉山 主峰，北部是连绵不绝的高原丘陵。湖东西长70多公里，南北宽30多公里，总面积1920平方公里。  
深蓝色的湖面，自由飞翔的海鸥，清澈澄明的湖水，与四周雪山相映，造就了  
纳木措  
的如画风景。  
门票120元(学生票90元)  
中饭后，去下一站。晚上8点到达那曲市  
安多县  
。  
  
安多  
海拔4800米(海拔3800米是人的生命禁区)，当地人说法“风刮石头跑，满山不长草，一步三喘气，四季穿皮袄”，不适合居住，但是 青藏线 上不得不停靠的一站。县城不大，宾馆少、设施差、价格高。稍好点的宾馆，淡季价格都在300以上，更别说旺季了。  
Day14  
安多  
——可可西里——格尔木  
安多海拔高，同行有缺氧的症状，身体不适。早上5点从 安多 出发，经海拔最高点 唐古拉山 口 5231米。  
在海拔5231米高原上的第一束阳光，将远山与蓝天染成了一副老旧的水墨画，这景色宁静致远。  
穿越可可西里无人区。可可西 的美是原始的美、粗旷的美。藏羚羊在蓝天白云下、在这片广阔的土地上撒欢。  
经过昆仑山垭口，便进入戈壁滩，又是另一种风貌，天气立马变，下起了零星小雨。山色也变成土黄色，干燥灰尘大，几乎寸草不生，只是路边有些人工树林。  
到格尔木 ，遇大堵车，停滞一个半小时，交警经疏通后，通过。  
安多 到 格尔木 109国道不平整，而且大货车很多。  
晚上8点到达 格尔木 住宿地。入住酒店不错，干净舒适。周边多饭店小商铺，可选择多。  
Day15 格尔木——茶卡盐湖——青海湖  
上午8点从格尔木出发，往茶卡盐湖。荒无人烟、寸草不生的戈壁滩才渐渐有了“绿意”。高速道路畅通，路面平整。天气晴朗，温度较高，最高达26度。  
下午1点半到达茶卡盐湖。景区内可乘坐小火车、电瓶车至湖深入；也可步行进入，步行来回需3、4个小时。晴天光线强烈，而且还有湖面的反射，需要防晒准备，同时最好准备一副墨镜保护眼睛；准备下盐湖的，要备好高帮鞋套，景区也有的买。  
茶卡盐湖，被旅行者们称为 中国 “天空之镜”。因它那神秘、美丽、纯净的景色，和奇妙的倒影世界，吸引着无数人神往。  
门票：50元( 浙江 省人可凭身份证免费)  
小火车票：35元  
停车费：10元  
沿途，碧绿的斜坡上，大片的绵羊像云朵一样漂浮在上面。夕阳、远山、草地、账篷和隐隐约约飘动的炊烟，让人不由得停下来，静享美好。  
晚上8点到达位于 青海 省109国道边上的客栈，客栈简陋，优势是面对 青海湖 。  
晚餐时吃到了当地有名的烤全羊，1800元左右一只。羊不错，就是烤得不熟的，想吃熟点的，可事先对餐馆老板叮嘱。  
晚餐后，老板邀请我们参加篝火晚会，老板热情而善舞，至半夜才散。  
Day16 青海湖——天水麦积山  
早晨5点起床，去青海湖边拍日出。从藏民的牧场进入，收费每人10元。  
日出时分，站在 青海湖 边远眺，霞光将湖水染成淡淡的粉紫色，远远望去水天一色，梦幻迷人。  
晨曦，牧场，挤牛奶的姑娘，在我的眼睛里变成文字。  
早餐是昨晚吃剩的羊肉烧汤，外加从藏民那里买的花卷。花卷做得很好、很大，3元一个。上午9点出发去 兰州 。  
晚上6点，到达天水市。入住酒店房间舒适干净。  
Day17 天水麦积山——西安  
麦积山石窟，因山形酷似麦垛而得名，其存有221座洞窟、10632身泥塑石雕、1300余平方米壁画，以其精美的泥塑艺术闻名中外。  
麦积山石窟也曾是“有龛皆是佛、无壁不飞天”。  
麦积山景区门票：90元(学生票：45元)  
观光车来回：15元  
西安 回民街，街道具浓郁的伊斯兰风格，各种美食、工艺品和使劲吆喝的店员“相映成趣”。  
在回民街饱餐一顿羊肉后，去古城墙散步是不错选择。在城墙上，除了欣赏精致的角楼，有兴趣的可租上一辆双人单车在城墙上骑行。  
城墙门票：54元 (学生票27元)  
双人自行车租赁：90元 押金：200元  
Day18 西安——安徽肥东  
  
西安，是中国历史上建都朝代最多、建都时间最长、以及影响力最大的都城，也是世界四大古都之一。 由于时间关系， 西安 是匆匆而过。  
日行千里，晚8点多到达 肥东 。  
Day19 安徽肥东——绍兴  
上午7点从 肥东出发，高速畅通，在杭州吃的中饭。  
下午5点，平安回到 绍兴 。  
  
后记  
要提醒注意的是，紫外线太强烈了，一路都要防晒；照片都是手机拍的，效果不是很理想，以后要带个单反；最好再带上望远镜。  
神秘而遥远的西藏 ，一路都是风景，辽阔的草原，圣洁的雪山，巍峨的群山，秀丽的深谷，幽静的寺院，庄重的佛像，远离了都市的嘈杂，让人耳目一新。  
领略异域的风情，享受沿途的风景，这是旅行带来的意义。  
2018年8月

评论：  
1.西藏真美，照片是手机拍的，实景更美。  
2.辣个...我看了你的图..更坚定了我要去的决心!!!!!!  
3.我是全程自驾游。  
4.订机票方面有啥心得嘛，撒时候定相对来说更划算，价格差太多了！

## 140.2018年夏神农架恩施避暑之旅—行程篇

https://you.ctrip.com/travels/shennongjia147/3720000.html

来源：携程

发表时间：2018-8-22

天数：10 天

游玩时间：8 月

人均花费：4500 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
夏天，赤日炎炎，骄阳似火，除了待在屋里吹空调，真是一步都不想动。但是，白白浪费这两个月的大好时光，又于心不甘。恰巧，先生武汉的好友建议我们两家一起去  
神农架  
避暑，而我又久闻神农架的美名，苦于一直没有找到合适的机会前往，于是，和先生商量后便决定今夏的旅行目的地就定在神农架了。  
后来，做攻略时翻开湖北省地图查看。我发现以宜昌为中点，宜昌西北是  
神农架  
，宜昌西南是恩施，恩施有高铁和动车直达，交通甚是方便，于是，顺便就把恩施也纳入为此行目的地。  
我们8月11日从上海出发，8月20日回到上海，前后总共10天的时间，把  
神农架  
与恩施的主要景点都玩了个遍，玩得可谓畅快淋漓，意犹未尽。  
旅途中，几乎每天我们都起早贪黑，一天当两天用，身体虽然疲劳，但心情却很愉快。整个行程，两处目的地皆采取前紧后松的策略，以让自己能够游刃有余地把握时间，所以，这组游记的开篇，我先把此次行程详细记录下来，给有需要的朋友参考。  
在记录行程之前，先要表扬下我家的一老一小。  
老太太65+，前几年还动过大手术，但是此次旅途，全程紧随，遇山爬山，遇路徒步，兴致高昂，没有拖过一步后腿。  
小姑娘6+，正处于幼升小阶段。旅途中，她跟着我们起得比鸡早，睡得比狗晚；在烈日下徒步，困倦中登山；蹲在找不到座位的候车室里吃盒饭。  
这一路她和我们一起辗转了N次火车和汽车，旅途劳顿，但是几乎没听到她喊过苦叫过累，甚至我们累趴下的时候，她还在活蹦乱跳。  
整个旅程小家伙始终兴致勃勃，游兴不减。到后期，她已经自然而然养成了上车睡觉，下车猛走的良好习惯。  
经此一役，我觉得她无论从身体上还是精神上都具备了成为一头小驴的潜质，以后应当可以胜任更长时间更耗费体力甚至更加艰苦的旅程。  
以下是我们此次的行程，记录了具体的时间节点，以供大家参考。  
Day1：  
早上4点起床，5点出发，赶6点半的动车去宜昌。  
下午将近2点抵达  
宜昌东火车站  
。出宜昌东火车站往左走几百米即可抵达宜昌客运站。  
站内有班车直达神农架木鱼镇，车程大约3.5-4个小时。  
汽车票事先可以在网上购买，携程上就有。唯一的缺点是网上无法购买儿童票，但是到了车站，可以带上孩子和孩子身份证去窗口办理半票。  
由于我开始不知道网上也能买汽车票，所以，当天只买到4点从宜昌出发的车次，晚上8点抵达木鱼镇，和朋友一家汇合，入住当地酒店。  
Day2：  
早上5点起床，6点从木鱼镇出发去大九湖，一路游玩神农架核心景区景点：小龙潭、  
神农谷  
、  
板壁岩  
、  
瞭望塔  
、  
太子垭  
等。  
神农顶  
听说有3000级台阶，来回要4个小时。考虑到此行有3位老人3个小孩，于是放弃。如果体力好的，建议爬下神农顶。  
说实话，好风光基本都得靠双脚才能抵达。  
为啥要那么早出发去神农架景区？  
这是我们的包车司机钱师傅给的建议。  
他的建议是对的，因为神农架景区一路都是自驾车，出发晚了，各个景区都没处停车，还容易拥堵。  
由于我们出发早，下午2点多抵达大九湖所在的坪阡古镇，吃午饭，并入住酒店。  
当天下午就在坪阡古镇休整和闲逛。  
Day3：  
早上7点起床，8点出发，从坪阡古镇到大九湖。  
（总算不用起得比鸡早了！）  
进入大九湖必须乘坐景区的大巴，所以，当天，我们先步行去游客中心买车票，然后排队上大巴。大巴从镇上开到大九湖大约要40分钟左右的时间，再加上买票和坐车人都不少，皆要排队，到达景区已经接近10点了。  
10点入景区是什么概念？  
就是正好赶上景区内游客高峰的概念。  
让你们不早起！  
下了大巴，要换乘景区内的小火车才能抵达大九湖的每个湖。由于我们不偏不倚恰巧赶上了高峰，所以，被告知要坐小火车起码得排20分钟以上的队。  
于是，作罢，一行两家共11人，老老少少开启了徒步大九湖的旅程。  
队伍中的大部分人完成了从一湖到四湖的徒步，包括吃午饭，大约花了4个小时的时间。  
送老人和孩子离开后，剩下我们几个体力好的，继续游玩。  
四湖到五湖和六湖都是徒步。六湖到七八九湖坐了景区小火车。七八九湖在一处，没有小火车，绕场一周皆靠两条腿走路。  
当天徒步完直接做景区大巴下山，抵达坪阡古镇大概在晚上7点半左右。  
Day4：  
要看大九湖晨雾必须早起，因为晨雾在早上8点后都将消散。  
当天4点起，5点出发，坐景区大巴，二上大九湖。  
清晨，景区小火车还没上班，大巴车直接开到二湖将游客放下。我们一路从二湖徒步到四湖，待晨雾散尽后，坐景区小火车，再换乘大巴回坪阡古镇。早上9点40左右抵达坪阡古镇。  
10点坐钱师傅的车出发去  
天燕景区  
。午饭在路上的饭店解决。这家饭店味道很好，是此行到目前为止吃过的最好吃的一家，腊排骨火锅尤其量足味美。可惜，这家店前不着村后不着店，没办法再去一次。  
下午抵达  
天燕景区  
。  
由于游览开始时走错了方向，当我们到达野人洞的时候，被告知小朋友们期待的  
燕子洞  
在另一个方向上。为了看燕子洞，我们一行老少又走了不少回头路，尤其两个小朋友毅力可嘉，经过几天历练，他们开始相信只要坚持到底，就能达成目标。  
终于，我们抵达  
燕子洞  
，还在燕子洞里看到了好多燕子，如愿以偿，不虚此行。  
从  
天燕景区  
出发回木鱼镇，大约在傍晚6-7点间抵达木鱼镇，并入住酒店。  
Day5：  
朋友一家和我们一起玩了3天后，终于意识到，我们是在自助游，而不是度假游了。他们表示佩服我们的体力，但跟不上我们的脚力，于是，当天，他们决定睡觉睡到自然醒，然后直接驱车回武汉。  
跟着我们，都快累成狗了！哈哈！  
而我们依然保持着起得比鸡早的好习惯。当天5点起，6点出发，一个上午依次游玩了  
天生桥  
、  
官门山  
和  
香溪源  
。  
之所以起那么早还是由于钱师傅的建议，他说晚了景区门口就堵了。果不其然，当我们抵达  
天生桥  
的时候，停车场才2辆车，景区里基本没有游客。  
可当我们玩好出景区时，停车场停满车不说，停车场外的车还绵延了好几百米，整个景区内也早已人声鼎沸。  
此时庆幸还好我们起得早！  
中午12点，钱师傅把我们送到木鱼镇汽车站，就此与钱师傅别过。  
下午1点，木鱼镇前往宜昌东的班车准时出发，下午4点半左右到达宜昌客运站。  
（汽车票建议在网上提前预约购买，暑假是旅行旺季，车票很容易就售罄了。）  
下午5点半的动车从宜昌东出发前往利川，晚上8点20抵达利川。前往酒店办理入住。  
这天时间上的衔接堪称完美，感谢老天，没给我出什么岔子！  
也就是从这天开始，我们从神农架转战恩施。  
Day6：  
早上7点起，8点出发去利川腾龙洞。  
晚起2小时当然很舒服，但是到了景区后就明白你将为自己的懒惰买单。  
没错，现实给了我一记响亮的耳光！  
这天，我们又不偏不倚地赶上了人流高峰。  
夹杂在人群中看了激光秀和土家族歌舞表演后，我们于中午12点左右出腾龙洞。先去酒店取行李，然后赶往  
利川火车站  
，坐下午2点左右的动车前往恩施。  
利川到恩施动车大约1个小时的车程，出  
恩施火车站  
，打车前往预定的民宿入住。大约下午4点左右抵达民宿。  
休息到太阳下山，我们打车去大名鼎鼎的女儿城。晚饭就在女儿城的张关合渣解决。  
吃完晚饭，打道回府，回到民宿大概在晚上10点左右。  
Day7：  
早上5点起，6点准时出发去恩施大峡谷。  
虽然这天起了个大早，但是直到8点半才赶到恩施大峡谷景区，9点还在上山索道处排队。  
为啥起了个大早，却赶了个晚集？  
说出来都是泪啊！  
具体原因可以写一篇公号或者游记，详情请见后续交通篇的报道。  
我们先游览七星寨景区，后游览云龙地缝景区，出景区大概在下午3点左右。  
坐车返回恩施市内民宿，下午5点左右抵达民宿。  
Day8：  
连夜换了个包车司机，和神农架的包车师傅一样，这位师傅也姓钱。  
依旧早上5点起，6点出发前往石门河景区。钱师傅将我们送到石门河的时候刚刚早上7点半，售票处的工作人员还在擦桌子扫地，做着上班前的准备工作。  
由于来得早，我们进入景区时几乎没有游客。  
整个石门河景区玩下来非常顺畅，下午1点出景区，钱师傅把我们送往恩施市内的土司城。  
2点半抵达土司城，逛了1个多小时后出来，打车前往风雨桥。  
逛完风雨桥，沿着清江走廊步行回民宿，大约下午5点左右抵达民宿。  
Day9：  
早上7点起，8点出发前往梭布垭石林景区，10点左右抵达景区。  
下午1点多逛完整个石林景区。钱师傅接上我们直接奔赴  
恩施火车站  
。  
3点多抵达  
恩施火车站  
。改签原来晚上7点的动车票到5点出发的班次，前往宜昌。  
晚7点多抵达宜昌东，入住车站边的酒店。  
Day10:  
早上8点的动车从宜昌东出发回上海，下午3点半抵达  
上海虹桥站  
。  
行程结束，未完待续。。。  
欢迎关注作者GongHao：  
妈妈是怎样炼成的  
ID：  
franceswu76

评论：

## 141.重庆云阳----天下龙缸、云上草原

https://you.ctrip.com/travels/yunyang120028/3720385.html

来源：携程

发表时间：2018-8-23

天数：6 天

游玩时间：8 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：自驾，自由行，火车

旅游路线：云阳，张飞庙，三峡梯城，三峡文物园

正文：  
云阳  
，一个好多人没听说过的地方，由于我们是对口支援地区的原因对云阳才有点知晓，但具体怎样我们也没印象，这次受朋友之邀专赴云阳，几天的旅行使我们感到云阳真是个不错的好地方，值得去一趟  
。  
我们是2018年8月15日到达云阳。  
云阳县位于重庆市东北部，距重庆主城九区310公里，东与奉节县相连，西与万州区相接，南与湖北省恩施州利川市相邻，北与开州区、巫溪县为界。  
天下龙缸、千年  
张飞庙  
、  
三峡梯城  
是  
云阳旅游  
的三张名片。  
第一天：早上，在晴朗的天气下我们坐上到湖北利川的动车。  
傍晚，经过十多小时的长途火车我们到达恩施的利川，坐上去重庆云阳的小车。  
在夏季，利川是个度夏的好地方，在下火车时碰到一批无锡人，他们专门到利川购房度假。听介绍利川有个叫谋道的地方原来只是个几十人的山上小村子现在变成了有20多万人的居集区。  
一个多小时的山间高速，在黑夜中我们到达云阳城。  
住宿：云阳两江假日酒店  
第二天：早上，打开窗帘，长江、大桥、青山展现眼前。  
今天的行程是龙缸行。我们自驾开车行走在美丽的山路上。一路风光一路景。  
云阳龙缸风景区是国家级的AAAAA级旅游景区，被旅行者称为长江三峡最后的“香格里拉”，被户外爱好者誉为重庆版的“小华山”。  
我们开车到云阳龙缸风景区南门，这次我们来的挺巧，由于云阳是江苏省的对口帮扶地区，因此，从今年8月起云阳所有的旅游景点门票对江苏人都实行半价优惠。  
1、龙洞  
龙洞由前后两厅组成，前厅成圆形，宽40余米，高近50米，长120米，面积4800平方米，内遍布千姿百态的钟乳石，神奇瑰丽，琳琅满目。后厅呈五边形，高30米，长300余米，面积6000平方米。里面的石钟乳形势如狮、如象、如龙、如凤，有的张牙舞爪，有的展翅欲飞。  
2、龙缸  
龙缸是以岩溶塌陷为主，溶蚀为次而形成的椭圆形岩溶天坑。在龙缸口最低处鹰嘴峰测得海拔高度1113m，深度大于335m。龙缸内壁如削，缸壁由峭壁拱成，最宽处2m余，最窄处不足40cm。人站于缸沿上，一边是千仞缸壁，一边是万丈深渊。林间百鸟争鸣，盘旋低飞，烟云升腾，景色优美，素有“天下第一缸”之称。  
3、映月洞  
映月洞位于龙缸东北100m处的悬崖峭壁之中，为第一层溶洞。 每一年的中秋之夜，月亮从东方升起不久，月光充盈了整个洞身，集束的银光就像手电一样，由北向南穿洞射出，人们把这一奇特的景观叫做“穿洞映月”。  
4、空中走廊玻璃栈道游览映月洞，移步在悬崖上约3200米长的空中绝壁栈道上，其中300米为玻璃栈道，是令人心跳的一条走道。  
5、云端廊桥  
云阳龙缸风景区建在海拔1010米高悬崖上的“云端廊桥”，以“天空之花”的花瓣作为造型，廊桥上可以720°欣赏周边美景。其悬挑长度26.68米，廊桥距离地面高度718米，比美国科罗拉多大峡谷玻璃廊桥悬挑长度还长5.34米，是世界最长悬挑玻璃廊桥。  
6、大安洞  
大安洞是一大型石灰岩溶洞，又名鱼泉洞，位于石笋河畔西岸的悬崖峭壁之中，洞口下距石笋河约200m，上距崖顶约100m。在洞口南侧有一季节性瀑布，每缝雨季，形成瀑布跌水，然后汇聚到石笋河内。全长3000余米，洞中套洞，九洞相连，各洞奇观有倒挂金猴、迎客柱、定海神针、金银瀑、沙洲滩、石笋会展、跑马场、艺术长廊、海狮神龛等。由天然石灰岩形成，被识者誉为“天下第一洞”。  
7、石笋河  
石笋河是长滩河中最美的一段，北起盖下坝、南至双河口，全长12.5公里。为岩溶地貌的峡谷景观。  
傍晚，我们继续开车赶往岐山草场。  
岐山草场  
岐山草场属山岳型自然风景区，为重庆市市级森林公园，海拨高度在1000米－1650米之间，面积12.5平方公里，景区有原始森林和高山草原。  
当晚我们就住在岐山草场内的铭雨龙缸假日酒店。  
山上空气真好，气温20度上下，在房间里找不到空调，只有暖气片和电热毯。  
第三天：早上，在高山草原上散步那是另一种感受。  
今天的日程是去云阳旁重庆万州区的一些景区。山间小路路途惊险、风光旖旎。  
1、潭獐峡位于重庆市万州区东南部，景区内峡谷、地缝、幽潭、溶洞颇具特色。2012年被评为为国家级风景名胜区。峡中多水潭又常有獐子出没，故称潭獐峡。  
很遗憾，由于2009年“驴友”在潭獐峡遭遇山洪遇险事件至今不开放。我们赶到景区门口有专人看守不让进入。只能在门口照了一张像。  
我们继续前往万州大瀑布群景区。  
2、万州大瀑布群景区  
万州大瀑布群景区山青、水秀、瀑宽、洞奇、潭幽、湖大、虹美。国家AAAA级旅游景区。  
万州大瀑布群宽151米，高64.5米，瀑布面积达9739.5平方米，称为“亚洲第一瀑”。  
水帘洞  
水帘洞洞阔1600平方米，深数十米，洞内观瀑，茫茫水帘。  
青龙潭  
甘宁像  
甘宁乡是三国东吴著名大将甘宁甘兴霸故里。  
陆安桥  
陆安桥始建于1871年，已有一百多年的历史，是一座大型的单孔圆弧拱桥，是世界名桥之一。原址位于三峡库区淹没线以下的苎溪河，后来被原样整体搬迁到这里。  
由于天气炎热我们在景区内上下都坐丛林飞车  
穿过万州大桥赶到万州市区顺水鱼馆体验重庆风味。  
晚饭后原准备高速回云阳，谁知导航提示在半路上下了高速，在黑暗的山路中赶回云阳两江假日酒店。  
第四天：市内游  
早上从酒店出发正好碰到一双新人。  
1、张飞庙景区  
张飞庙景区为国家AAAA级旅游景区。  
站在张飞庙可以看到云阳新城  
2、三峡梯城景区为国家AAAA风景名胜区。是一处集山、水、林、寺、游于一体，既有历史人文景观又有自然资源景观的旅游胜地。主要景点有磐石城、  
三峡文物园  
、登云梯、龙脊岭公园。  
三峡文物园  
三峡文物园位于登云梯顶端的云顶广场，包含文昌宫、帝主宫、东岳庙、陕西牮楼等建筑，被誉为“一部浓缩库区历史的活教材”。  
登云梯  
登云梯是世界上最长城市人字梯。梯道起于长江边的滨江大道，止于新县城至高点磐石城下，全长1388米、宽30米、共1975级，垂直高度达200多米，被誉为“万里长江第一梯”。  
磐石城  
磐石城位于云阳新城，形如磨盘，地势险要，向为兵家必争之地，此城始建于宋末，大备于明、清两朝，是冷兵器时代筑城守土的典型建筑。始建于南宋淳佑二年（1242年），有“万里长江第一古军寨”、“夔门之砥柱，东川之保障”之称  
在山顶上俯瞰长江和云阳城的两岸  
3、市区行  
在云江大道上老菜馆吃好晚餐在市中心闲逛  
夜游长江  
宿云阳两江假日酒店  
第五天：市内游  
路上：  
1、彭氏宗祠  
彭氏宗祠位于云阳县凤鸣镇黎明村，是反映中国清代农庄文化、民居遗迹和清代宗祠的建筑群。  
清代彭家老屋  
2、城市步道和人头石  
山顶晚餐  
第六天，在晴朗的蓝天下我们离开了云阳，赶到利川坐上回苏的动车，在晚上8点前到达温暖的  
苏州火车站  
。  
再过两年云阳将通高铁了，那时去云阳将更方便了。

评论：  
1.好地方好景致，会玩哒

## 142.恩施，神农架，三峡大坝7日游

https://you.ctrip.com/travels/yichang313/3720722.html

来源：携程

发表时间：2018-8-24

天数：7 天

游玩时间：8 月

人均花费：3700 元

和谁：亲子

玩法：自由行

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，七星寨景区，石门河，神农架，神农架，神农顶，斯维登，天生桥，官门山，天燕景区，燕子洞，三峡大坝，交运两坝一峡游船，长江三峡，坛子岭，185观景平台，三峡人家，葛洲坝

正文：  
神农架月海客栈  
¥  
118  
起  
立即预订>  
神农架宾馆  
¥  
197  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
楼下就是美食街，土家吊锅宴，按人头算，一个锅和配菜。边吃边看演出。  
取票地址  
恩施大峡谷游客中心售票处  
取票时间  
08:00~16:00(3月1日-11月30日);08:30~15:30(12月1日-次年2月28日)  
暑期旺季，2018.7.28-2018.8.26期间，开园时间提前至早上7:30，其余不变。因旺季人流量过大，为保证安全及游览舒适度，景区规定在2018.8.4-2018.10.1期间，每日入园人数峰值限定为1.2万人，超过此人数将无法接待，建议尽量早到景区游玩，错峰入园，合理安排行程.  
当天大峡谷回来，晚上夜逛女儿城，一个具有比较有民族特色的商业圈，建筑大多是土家少数民族风格的，有一条专门买特产的“梦想山镇”，一条专门买服饰的幺妹儿街，还有一条小吃街，天好的情况下，每天广场上有民族歌舞表演，主要内容是土家族的赶场，相亲的内容。女儿城免费对公众开放，适合晚上来，有各种小吃，到了晚上还有土家特色表演，可以根据时刻表依次观看。女儿城里有一家店叫巴人堂，在里面吃晚饭，既可以看到表演，还可以喝到土家摔碗酒，感受一下边喝酒边摔碗的豪迈，十分有趣的体验。就餐基本是按照人头来计算，50块一个人或者45块一个人，管饱管够。自己觉得人多嘈杂，就回到酒店附近的奥山酒店3楼，价格不贵，味道不错，还有19.9元的牛排。  
从恩施到  
神农架  
途中，去了朋友介绍的石门河景区。还没有完全修建好，可以参观的景点全程需要走三个小时。玻璃桥在景区进门地方，团体票80元，不走玻璃桥，可以走下面的悬桥，也能看到绿色的像丝带一样的峡谷，湍急的水。栈道分为两层，上一层可以看到崖壁上天然形成的形状各异的石头和古树木，下一层栈道可以看到碧绿湍流，冲撞在岩石上，并发出轰鸣声。 走完栈道后的上山路比较累，直达地面的电梯还在建设中。  
没有走玻璃栈道，感觉更好一些，可以在远处拍吊桥和玻璃栈桥，走吊桥没有多少人，适合拍照，就是要多走大约15分钟的路，（路线是直接进门后走玻璃栈道到对面的山上然后就是山腰走悬崖栈道，过一会下到谷底，最后再爬上公路，电梯还没修好，再做车回景区大门）全程不走回头路，楼梯挺多的。现在优惠不要景区交通费用。游玩大约4小时  
携程景区门票加玻璃桥套票150，携程当天可定。现场买票155元。  
神农架景区套票269元，携程264餐饮可以在客栈解决。  
D4.8月19号大九湖，  
神农顶  
，住木鱼  
斯维登  
度假公寓  
神农架  
心怡店 电话0719-3313888传真0719-3494883复式套房428/428有担保金856元2018-08-18 12:00前可免费取消修改，饮食周边餐饮很多，门口早餐多，重庆大碗面的牛腩苕粉很不错。  
神龙架太美啦，大九湖和神龙谷真的太美太美了，感觉人一直在山水画中，眼睛都不够用，恨不得眼睛就是摄像头。神龙顶小景点没去，爬不动了，留着下次再登顶。  
天生桥  
景区不错，有个鹰潭看到彩虹。神龙坛也一般。  
官门山  
景色最不好，不过有两只大熊猫和很多大鱼。  
天燕景区  
也很一般，  
燕子洞  
只能进去几百米，看到了几只燕子，彩虹桥人造景点没什么意思。因为看到网评一般，加上路途较远，后来选择没去。进出神龙顶大景区的山路也很美啊，真的很享受。所有景点的共同点是：太清凉了，空气太好了，呼吸不够啊啊啊！  
大九湖.5点半进景区，换成大巴后6点到第一个换乘点。眼前的美景惊呆了众人。一层如梦如幻的白雾笼罩在湖水之上，上面远处的山峰依稀可辨，近处脚下金黄的土地上是闪着晶莹露珠的绿色小草和各种不知名的小花。再到下一站，天鹅湖里黑天鹅，白天鹅优雅而缓慢地在湖中游弋，若不是旁边还有一些游客，我简直不知道自己身处梦境还是仙境。可以到了中午，雾气消散，太阳照在湖面上，可不就象是一个个水坑罢了，所以我们旅游就要在对的时间出现在对的地方。  
D5.8月20号天生桥，天燕，住  
宜昌  
麗枫酒店(宜昌火车东站店）367家庭房734两晚2018-08-20 18:00前可免费取消修改，酒店智能化，卫生服务都不错，洗漱用品也不错。  
加15元的可以早餐，酒店下面的饭店味道也不错，天生桥景色宜人，有庐山之美，九寨之水，雾气环绕，瀑布直流。整个景点环绕一圈，有土家族特产，戏台，土司王府。  
D6.8月21号游  
三峡大坝  
，住宜昌麗枫酒店(宜昌火车东站店）  
1份  
交运两坝一峡游船  
（  
长江三峡  
系列）+三峡大坝（成人票）：含两坝一峡船票+旅游巴士，午餐（三峡大坝内餐厅），三峡大坝景区中转车费。游览时间需1天时间。  
使用说明  
凭携程确认短信取票入园  
取票地址  
三峡游客中心集合，于交运两坝一峡接待前台报【手机号后四位数+姓名】  
取票时间  
集合时间以供应商通知为准  
出行当天每位游客都请一定随身携带好身份证原件。默认行程是【车去船回】，如您需更改为【船去车回】，请在出游前一天20点前联系短信中电话告知，尽量给安排，20点后不予处理，以船方安排为准。但如出行当天遇大雾等不可控情况，行程以当天安排为准  
退改说明  
如需取消，请登录携程账户申请取消。  
使用日期前1天18:00（含）之前申请取消，不收取损失费；  
使用日期前1天18:00之后申请取消，收取50元/份损失费；  
如需改期，请申请取消后重新预订。  
宜昌东站  
——乘坐三峡大坝直通车前往三峡大坝游客换乘中心。  
交运两坝一峡游船188，学生票178，提前一天预订。携程上买票无需去取票，很省事省时。其次，坐的大巴车子leg room很宽敞，而且很干净！长江三峡九号邮轮很高大上，但是也有很多消费，如果想让旅程舒适，7个以上的人推荐去3楼的包厢，有私密空间，而且有空调，不过价格有点高，668一间房。  
我们选择的车去船回，6人包车加门票船票180元，6个人在二楼坐268元的卡座，靠窗人少。车开1个半小时到三峡大坝，坐景交车到  
坛子岭  
.  
185观景平台  
，截留纪念园后约2个小时回到大坝游客中心，坐车到三斗坪码头，9号邮轮，一路欣赏西陵峡美景，远观  
三峡人家  
，到  
葛洲坝  
体验过船闸，看闸门慢慢开合，水慢慢减少（船前后开合不同，两头跑），返回宜昌市三峡游客中心，大约是晚五点，到万达广场吃粥堂里。味道不错，人均60元多点。  
郑信记是凉虾里面算得上是比较出名的一个牌子。 味道确实挺不错的，也很解渴。凉虾应该就是米，一口喝下去的时候凉虾进嘴的感觉真的挺不错的。万达广场有卖。小份3.5元，大份5元，招牌和桂花都不错。  
D7.8月22号上午自由活动，D3074 13:32分宜昌东-上海虹桥  
睡到自然醒，附近吃好饭，12点半从酒店出发。

评论：  
1.人均3700,请问包括包车费用吗?到恩施后,全程包车吗,这个没有写清楚,希望补充!谢谢!  
2.景交车有的，我们没乘不是很了解，由于景点之间比较远，包车比较多。包车就在淘宝上订的，很方便。  
3.请问神农架景区各景点之间有景交班车吗？还是需要包车？有包车师傅电话吗？费用大概多少？  
4.很多次从网上看信息，做攻略，一直说要上传自己的亲身体会，今天终于完成第一篇，但愿能帮到要去玩的人。

## 143.20个小众旅行地我竟然只去过......

https://you.ctrip.com/travels/china110000/3720833.html

来源：携程

发表时间：2018-8-24

天数：60 天

游玩时间：8 月

人均花费：

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
钢铁直男？  
大猪蹄子？  
不解风情？  
不懂浪漫？  
你身上是否贴有这些标签？  
它们曾让你在女神面前倍丢面子  
它们曾让你和朋友爱人不欢而散  
你想要去掉它们却不知道如何行动  
不要方！带TA来这些  
人少景美的小众旅行地打卡  
风光无限美好，浪漫自然生成  
在大好时光里，成为TA眼中最好的你  
国内  
湖北 | 恩施  
这里是北纬30°上的绿色仙境，云海之下，是百里绝壁、千丈瀑布的喀斯特地貌。  
这里还是《三生三世十里桃花》的取景地，屏山峡谷中，木船在水面上漂浮，美得如梦如幻。  
云南 | 瑞丽  
这是一座位于云南与缅甸交界的边陲小镇，四处飘散着傣族的朴素民风和异域风情，一不留神就像到了东南亚。  
这里有平缓的水流，婀娜的凤尾竹，还有随处可见的南传佛教特有缅式钟形佛塔和泰式金刚座佛塔。  
浙江 | 舟山花鸟岛  
摄/在远方的阿伦  
这座浙江最北面的小岛，还未经开发，全是原生态的碧海蓝天和遍地繁花。  
夜晚的花鸟岛，还会偶遇蓝莹莹的氤氲微光，好似大海的蓝眼泪，被称之为荧光海。  
辽宁 | 本溪绿石谷  
这里是现代的世外桃源，也是天然的生态氧吧。绿石谷四周群山环抱，悬崖峭壁环绕如带，将汤沟与外界隔绝。  
谷中青树翠蔓，苔藓碧绿，洗眼又洗肺，还有潺潺流水，奇形怪石，形成大大大小的清泉瀑布。  
内蒙古 | 恩和  
恩和是中国唯一的俄罗斯族民族乡，草场、湿地、河流、远山尽收眼底，傍晚云卷斑斓，深夜星光点点。  
这里有俄罗斯族居民用石板烤羊排，还有天南海北的人围坐烤炉，烤着额尔古纳河华子鱼。  
贵州 | 荔波  
荔波被喻为地球腰带上的绿宝石，森林覆盖率达63.85%，负氧离子每立方厘米最高达18万个。  
布依族、水族和瑶族的寨子穿插在这些绿野中若隐若现，连绵的吊脚楼透着古朴的民族风情。  
四川 | 达瓦更扎  
摄影/杨路铭  
达瓦更扎，藏语意为美丽的  
神山  
。站在山顶，可环顾北面的四姑娘山、南面的帕格拉神山、西面的贡嘎群峰。  
宁静的  
神山  
上，让人惊鸿一瞥便想放下一身的嘈杂纷繁，仿佛在这世界上，只有身边人，只有眼前景。  
新疆 | 喀什  
喀什古城，它是中国唯一的以伊斯兰文化为特色的迷宫式城市街区。  
中国最大的伊斯兰建筑艾提尕尔清真寺便在喀什，是全疆穆斯林“聚礼”之地。不可错过的还有高台民居，它是维吾尔族传统手工艺制作的绝佳场所，也是维吾尔族美化环境、雕刻与绘画艺术的殿堂。  
海南 | 文昌  
说到海南，  
大家  
首先想到的就是三亚、海口，往往忽略了被称作“椰子之乡”的文昌。  
在这里，你可以漫步东郊椰林，拥抱热情的七洲岛屿，在琼冬第一峰“铜鼓岭”看浪花腾雪，带着孩子去“海南第一庙”文昌孔庙祈福，还可以吃到最为地道的文昌鸡！  
广西 | 武宣  
这是一个名气不大的山水仙城，“仙文化”源远流长，仙风长存，境内以仙取名的古地名不下20多处，如仙人山、仙岩、八仙天池等。  
其中最值得一看的是八仙天池，八座山峰环着一池天然碧水，周围古树参天，草木葱茏，奇花异草无数。远远望去，像是蒙上了一层神秘的面纱，让人欲探个究竟。  
国外  
秘鲁  
遥远的秘鲁，太平洋沿岸而生，那里生长过最为复杂的文明，也失落过最迷幻的文化，是当之无愧的谜中之谜。  
在秘鲁的喀喀湖，一艘艘用芦苇材质制成小船熟练地在小岛间穿梭，船艏昂扬着美洲狮头像的传统金黄色大艇。  
卡塔尔  
作为“海湾地区最为开放的国家”，也是最早支持参与中国“一带一路”的国家之一，卡塔尔8月9日宣布向包括中国在内的80个国家实施免签。  
卡塔尔是一个袖珍小国，常住人口只有257万人。阿拉伯风情、欧式浪漫、茫茫大漠、曼妙海滩、繁华夜景……一次就能玩个遍！  
格鲁吉亚  
格鲁吉亚地处欧亚交界处，是一个格外神秘的外高加索小国。  
它还被称为”上帝的后花园“，由于其颜值高物价低近年来备受旅行达人的青睐。  
阿曼  
阿曼是阿拉伯半岛最古老的国家之一，距离  
大家  
都已经非常熟悉的旅游目的地迪拜不过一小时的飞机旅程，开车也只需要5个小时。  
在阿拉伯半岛，唯有阿曼拥有海滩、沙漠、戈壁、山峦、绿洲等多种景观，因此被誉为“地球博物馆”。  
  
波黑  
全名  
波斯尼亚和黑塞哥维那  
，是巴尔干半岛的一个国家。这里是昔日的“欧洲火药库”，今日的“欧洲耶路撒冷”。  
  
宁静秀美的欧式小镇，有着浓厚的宗教与历史韵味，游客很少，相当清净而且物价低廉。不管你喜好休闲游还是历史之旅，都能得到完美的体验。  
巴巴多斯  
巴巴多斯这个加勒比岛国，不仅是天后蕾哈娜的故乡，还曾被英国BBC评为“人生必去的50个国家”的海岛。  
面积虽小但却拥有碧海蓝天，其中的卡伦海滩更是被公认为世界十大美丽海滩之一。来这里，一键解锁加勒比海跳岛游也是很棒的选择！  
斯洛文尼亚  
Slovenia，这是世界上唯一一个名字里有LOVE的国家，自带浪漫！它是欧洲最美的神秘之地，依偎在阿尔卑斯山和地中海之间。  
比起热门旅游胜地，独具慧眼的旅行者更乐于独享此地的静谧和原始之美。  
缅甸 | 仰光  
仰光是缅甸的首都，从一座安静、古朴的城市渐渐也被感染上了作为国家首都特有的繁华韵味。  
城市天际线中独占鳌头的大金寺，佛塔的金色闪耀着的神圣的光辉。  
越南 | 富国岛  
有关富岛岛，国内人所知寥寥无几，却是欧美度假聚集之地。它是越南最大的岛屿，因岛上盛产珍珠又叫珍珠岛。  
这里拥有细质松软的粉质沙滩，没有过多观光客的喧扰，独占海天交错的辽阔，更能悠然享受祕境闲情。最关键的，它还是越南唯一免签地！  
日本  
| 纪伊半岛  
纪伊半岛是  
日本  
最大的半岛，传说中神武天皇进入大和时曾经路过，所以这里的神社古道、修行场所非常有名。  
在这里，不仅可以领略山海的壮美，还可以住在群山中古香古色的传统町屋内，体验丰富的  
日本  
文化。  
与其去标志性的景点看人山人海  
倒不如带着心爱的TA  
去这些小众却极具特色的地方  
发现它最本真的魅力  
寻找那份久违的感动

评论：

## 144.大连湖北自驾游

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3720748.html

来源：携程

发表时间：2018-8-24

天数：9 天

游玩时间：8 月

人均花费：3500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
每年到了寒暑假，出去放松自己，带孩子去领略大自然的美好风光的小想法就开始蠢蠢欲动。7月中旬孩子期末考完试出来成绩后，感觉考的不错，做为奖励，答应女儿带她出去转转。至于去哪儿这个问题在没放假时就开始思考，地处大连，最好的自驾路线就是山东和东北这一块，可是几年来，东北这一块都走遍了，没地方去了，而山东今年又特别热，距离也近了点，感觉不过瘾。于是就想找个环境优秀，文化深厚的地方去走走，首先想到了西藏，这是我多年的梦想，可是经过一番准备后，发现孩子的假期不够用。正在为行程伤脑筋的时候，在电视里看到了湖北  
恩施  
的广告宣传片，我的心一下子被湖北的美丽吸引住了，于是乎开始狂查湖北旅游攻略，越查越感觉这个地方挺好，可以做为去西藏的前奏和热身。目的地定好后，就开始定时间，定人员，定车辆，定路线等一系列准备工作。  
时间：因为有上班族，请不出太多的假，所以这次出去最多9天，8月10日出发，8月19日返回  
人员：同事加朋友共9人，三男六女（包括两孩子）  
车辆：两台车（一台别克君威，一台现代sonata）临行前对两台车进行了全面体检，换油，换火花塞，换轮胎等等，一个原则就是把安全隐患降到最低，把可能出现闹心的东西全换掉。  
路线：大连旅顺港-山东东营港-  
襄阳  
-  
武当山  
-  
房县  
-神农驾-木鱼镇-  
恩施  
-  
宜昌  
三峡-曲阜-蓬莱-旅顺，这是计划的路线，实际上计划没有变化快，本来是因恩施而去的，结果由于时间原因恩施没去，留下了一个为下一次再去的借口。  
一切准备就绪，万事俱备，只欠一脚油门了。  
8月8日，在大连港官网订了去东营的滚装船票，订东营的原因有二，一是发船时间运行时间合适，晚上10点30发船，早上6点30到东营，正好可以在船上睡一觉。二是东营到  
襄阳  
比烟台到襄阳要近不到200公理，可以省下2小时时间和大量体力（两台车就两司机，所以要精打细算啊）。我们订的四等舱每人200元，每舱上下铺8张床，虽说空间小了点，但睡觉休息没问题。每台车上船550元。  
8月10日下午5点在家吃的饺子（上车饺子下车面，我们这的规距）6点准时出发，一路高速，精神抖擞，豪无悬念的于晚上8点到了旅顺新港，下车去了趟厕所，拍了张照片，就开始检票了（提前2小时车上船，提前一小时客上船），说实在的旅顺新港一点也不新，就像是个78十年代的一个小火车站，虽然工作人员态度还算不错，但管理上感觉不科学，有点混乱。因为是网上订的票，所以带身份证到柜台领了客票，又找客服人员领了车票，然后我们两个司机就开车去安检上船，其他人只能在港客运中心等候检票，然后乘座港内大巴上船。友情提示，车在安捡前要把晚上在船上要用的吃的东西带好，因为上船后，直到下船，任何人都到不了车里了。经过漫长的排队等待车终于通过安检。过了安检口是一条漆黑的大道，也没有路标指示，就这样黑灯瞎火的跟着感觉走，估计港口管理者知道港口是封闭的，你再怎么转也转不丢，充其量多跑点路而已。好像是左转再左转，居然顺利到达了上船临时停车场。在停车场抽支烟的工夫，工作人员开始安排车辆有序上船，上船过程全程有工作人员指引，这就踏实多了，上了船以后才发现这个船着实太大了，上下两层全是大大小小的车，足足有百十多台车，估计如果不停车的话，船员会在里面踢足球。真是太大了。安放好车后，上到顶屋客舱，开始吃东西，跟孩子到甲板上疯了一会，11点准时睡觉，因为第二天要开10多个小时的车，要养精蓄锐啊。  
未完待续

评论：

## 145.2018年夏神农架恩施避暑之旅—风光篇（神农架）

https://you.ctrip.com/travels/shennongjia147/3721442.html

来源：携程

发表时间：2018-8-27

天数：10 天

游玩时间：8 月

人均花费：4500 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
行程篇发布后，有朋友留言说照片太少。别着急啊！在风光篇里，我就会可劲儿地放照片。  
不过在上照片之前，我觉得上一张地图会更有用，然后再给大家来点干货。  
什么是干货？  
对游记而言，我认为是让大家阅读后对景区内的风景和玩法有个大概的了解，并且在去目的地之前就能初步制定出游玩方案的内容才能叫干货。  
去  
神农架  
之前，我在携程上翻了好多攻略。游记作者们不是忙着上照片，就是忙着抒发感想，干货不多。  
我所能找到的干货都是从好几篇游记中扒拉下来的，但依然没找全，以至于在出发前我对  
神农架  
景区的玩法还是不清晰，很模糊，并且错过了一些值得玩的点，很遗憾哪！  
携程社区是不是没落了？  
这届写手不行啊！怀念10多年前混携程那会儿，当时有批作者可比现在的厉害得多！  
这张地图是我能找到的比较详细的  
神农架  
地区全貌图。  
从图中红色大字可以看到，整个  
神农架  
风景区主要包含  
神农顶  
景区、  
大九湖国家湿地公园  
、天燕红坪景区以及靠近木鱼镇的几个小景点（  
天生桥  
、  
官门山  
、神农坛和  
香溪源  
）。  
这里先介绍下木鱼镇。  
这个小镇是进入神农架景区的南大门。由于神农架的大多数景点离木鱼镇比别的镇更近，因此无论是自驾游游客还是从宜昌发往神农架的班车都会先抵达木鱼镇，然后再让游客从木鱼镇出发去各个景区。  
木鱼镇上聚集了无数旅店、餐厅、土特产商店，热闹程度堪比上海南京路。  
再来看神农架门票。  
如果你上携程或驴妈妈预定神农架的门票，你会看到有一种售价264元的套票。将套票上的景点与地图中的景区一一对应，你将发现套票包含了地图上除了  
香溪源  
以外的其他所有景点。  
所以，玩转神农架，差不多买一张套票就够了！  
一票在手，别无所求！  
现在的问题是神农架有那么多景区，怎么玩才比较顺呢？  
目前，神农架景区除了大九湖必须坐景区大巴才能到之外，其他的景区以自驾、包车或者拼车为主流的游玩方式。  
公共大巴听说也有的，但是由于景点比较分散，特别是  
神农顶  
景区，景点众多，景点与景点间都相隔一定的距离，如果乘坐公共大巴游玩，时间上就不太好把握。  
最关键的是公共大巴只能原路返回，如果你想游玩好  
神农顶  
景区直接去大九湖，公交就无法做到了。  
以我这次的旅行体验，如果按照先远后近的游玩策略，这么安排比较合理。  
第一天，从木鱼镇出发游玩神农顶景区，玩好后直接去大九湖所在的坪阡古镇。  
神农顶景区包含了  
金猴岭  
、大龙潭、小龙潭、神农顶、  
神农谷  
（风景垭）、  
瞭望塔  
、  
板壁岩  
、  
太子垭  
等众多景点。  
这些景点的入口都在公路边上，自驾游或者包车游客可以把车开到景点边上的停车场，下车游玩，玩好再开车上路。  
问题是神农顶这么多景点，究竟该重点玩哪几个呢？  
这里面有两个景点需要耗费较大的体力。  
一个是神农顶，听说有2999级台阶，来回3-4个小时。  
另一个就是  
神农谷  
，原来叫风景垭，是个U型山谷。需要先下到谷底再爬上来，谷底有多深，就得爬多高，但是据说风光特别漂亮。  
还有一个耗费体力少一点的是  
太子垭  
。游玩太子垭，人们可以行走在栈道上穿越一片原始森林，一头进另一头出，不走回头路。  
熟悉线路的司机会把你在一头放下，然后开到另一头去等你。全程穿越下来大概45分钟的样子，没有难度。  
景点内树木参天，释放出浓浓的负离子。行走其间，心旷神怡，一点不觉得累。  
其余几处景点，1小时以内基本都能玩完。  
如果你体力好或者时间多，比如，整个神农顶景区预留两天，那我建议神农顶和  
神农谷  
都应该亲自去走一遭。  
不走，怎能领略其中精髓？  
如果时间有限或者体力一般，那么至少该去走下神农谷。神农谷是整个  
神农顶风景区  
里最漂亮的地方，要知道人家以前可是叫风景垭的啊！听这名字，若此处无风景，何处才有呢？  
可惜的是，除了  
太子垭  
，我既没上神农顶，也没下神农谷，以至于第二天，家人问我昨天玩得累不累时，我想了想说：“我好像还没进入状态！”  
这里的重点在于没有包车司机会建议你去神农顶或神农谷。  
为什么？  
很简单啊，你若去，他们就得干等你4个小时。如果当天司机送你到达大九湖后还要返回木鱼镇，那时间就会很晚。  
所以，他们只会告诉你神农顶很难爬，神农谷很难下，像你们这样的，肯定走不动的，blablabla 。。。  
对于这种情况怎么办呢？也很简单。明确告诉司机这两个地方，你要去的。姐（哥）来这儿，就是来爬山的。  
爬不动？不存在的。  
关键得和司机师傅把话说在前头，让他对你的游览时间有所预期，双方达成共识也就不容易产生不愉快。  
如果第一天你游玩过神农顶景区后，顺利抵达了大九湖所在的坪阡古镇，那么第二天整天我建议你全部留给大九湖。  
当然，如果时间充足，留两天给神农顶景区也不嫌多，第三天再开始玩大九湖。  
大九湖值得花一天的时间好好走一走。  
大九湖是在群山包围之中硕大的一片平原，典型的高山草甸地貌。在这片高山平原上恰巧还分布着一片水系，大大小小九个湖，构成了完整的大九湖国家地质公园。  
整个景区内生态极为丰富，有山，有湖，有湿地，有沼泽，有草场，有众多叫不上名字的植被，还有牛、羊、猪、天鹅等一众动物。  
拥有如此丰富生态的大九湖理应受到游客追捧，但奇怪的是网上对大九湖的评价并不高。携程上大九湖只有4.4分，而玩不过半小时的  
板壁岩  
都有4.5分，可见这分数打得有多么得低。  
有游客评论说大九湖真没啥好看的，不就是看几个大水塘吗？水塘里的水还不是绿的。  
还有游客说大九湖真心令人失望。自驾车不让上，非要让游客乘坐景区大巴，下了景区大巴还要换乘小火车，折腾啊！而且坐上小火车走一圈也看不出个啥来。  
大九湖现在确实无法自驾抵达，必须在坪阡古镇的游客中心购买景区交通票。一天票价60元，如果想两天进入，票价80元。顺便说一句，我去的时候，80元交通票需要持身份证在小火车换乘处办理。  
那么游客对于大九湖的这些负面评论究竟中肯不中肯呢？  
当我在大九湖既凭两条腿徒步一圈又坐过小火车绕场一周后，终于知道为什么有些游客对大九湖印象不佳了。  
这里的命门在于徒步走栈道并且深入到栈道深处，和坐在小火车上看到的景色居然 totally different！  
坐在小火车上看大九湖，有时连湖都看不清楚，尤其在小火车行进的后半段，车道与湖面隔得老远，从车上望过去还以为远处是一片草甸。  
但是反过来，如果你行走在栈道深处，前景是湖，远景是行进中的红色小火车，再远处是深浅不同的绿色草甸和山峦，那意境倒是能让你快门按不停。  
当然，小火车不是重点，重点是大九湖。  
和别的游客相比，我们又更深入了一点点。由于我们懒得等上20分钟坐小火车，所以，从一湖就开启了大九湖的徒步之旅。  
大九湖大九湖，顾名思义，就是有九个湖，从一湖直接标号到九湖，但是，一湖却不是个景点。  
为什么？  
听介绍说，一湖正在开发还没完全建好，所以，并不建议游客游览。小火车的第一站是二湖，一湖直接飘过。  
景区这么说就太谦虚了！  
在我看来，一湖建得很好啊，至少栈道修得非常完整，和二湖也能无缝衔接，而且一湖在所有的九个湖中是水域最为辽阔的一个。  
我徒步下来最爱的恰恰是从一湖到二湖再到三湖的这一段栈道。  
爱的就是这片辽阔大气的景色，随便往哪里一站，四面八方都是风光。  
如果你有孩子，一定要带上他们来大九湖栈道上跑一跑。难得有这么开阔的地方，他们可以卯足了劲，撒一回野！  
在一湖我们还见到了传说中的跑跑猪。跑跑猪是大九湖独家出品，其他地方没有。在大九湖，跑跑猪和牛啊，羊啊，放养在一起，它们可以随处奔跑，随地吃草。  
话说你有见过不吃猪食，满地啃草的猪吗？这就是跑跑猪独特的地方。据说这么放养出来的猪，猪肉味道特别香。  
我们在栈道上走着走着，就不时遇见跑跑猪沿着栈道一路拱过来，还有些猪怕热，就躲在栈道底下的阴凉处睡觉。  
所有的猪都该祈祷，祈祷下辈子投胎到大九湖里来做一头猪，因为这里的猪生非常幸福。  
跑跑猪的猪肉在坪阡古镇可以买到。你只需在镇上管当地人打听下菜场的位置，找到菜场，就能在里面看到专门卖跑跑猪肉的摊位。  
用跑跑猪肉制成的腊排骨和腊肉也都方便携带，做菜时放一点，香气便扑鼻而来。  
大九湖的晨雾不得不提。但看晨雾需要赶早，因为通常晨雾在8点后就会消散。  
考虑到从落脚的坪阡古镇到大九湖景区要坐40来分钟的景区大巴，再加上走路到游客中心的时间，如果想6点赶到景区，那5点就必须从酒店出发，倒推4点或4点半起床就是看晨雾的必要条件了。  
我们徒步大九湖的那天晴空万里，烈日下的湖面，明亮得晃眼，缺少了些含蓄的风韵。但当第二天一早，我们来到同样的地点看大九湖时，湖面与远处的高山草甸被层层薄雾笼罩，湖面上水汽氤氲，大九湖呈现出了完全不一样的景致。  
我希望以下这组照片能让你鼓起4点起床的勇气。  
如果照片无法说服你，那请相信，这一定不是风景的问题，而是相机或者我拍摄技术的问题。  
我们玩到尽兴后，总结出了一套玩转大九湖的最佳攻略，适合有体力有耐力有脚力的游客。  
虽然我们分了两天进入大九湖，但如果想节约时间一天玩尽兴，那也完全可以。  
具体可以这么安排：  
前一天抵达坪阡古镇落脚，第二天一早5点出发，做景交大巴上大九湖。  
大巴会把游客在二湖放下，那么正好，从二湖开始边欣赏晨雾边沿着栈道往三湖方向徒步。  
从二湖徒步到四湖时，估计晨雾也就差不多散尽了。  
这时可以继续往五湖、六湖方向走。五湖与六湖仅隔一条马路，可以一起游览。  
六湖到七八九湖有一段距离，推荐搭乘景区小火车前往，因为这段没什么风景，也就没必要徒步了。  
七八九湖偏在一隅，犹如一处世外桃源。湖面虽然赶不上前几个湖那么辽阔，但是小有小的美，其间也有不少景点，值得一游。  
这么一圈逛下来，如果脚力好，估计下午2点左右就能逛完除一湖以外的其他八个湖。  
那一湖怎么办？好办。  
一种办法是先坐小火车回终点。从终点走到一湖大概10-20分钟的样子，走到后，沿着栈道往二湖方向走，慢慢玩，但这种走法需要原路返回，或者从二湖出栈道，再次搭乘小火车，绕场一周出景区。  
没事儿，反正景交票都买了，小火车多坐几回才能回本啊！  
另一种办法是小火车到终点后别下车，继续坐小火车前往二湖。在二湖下车走栈道，往一湖方向走。  
这种走法不用走回头路，可以一路走到景区换乘处，坐大巴下山。  
不过，还是算了吧！我估计你们徒步完其余八个湖后，就得缴枪投降，不愿再往前挪哪怕一步了！  
好了，第二天你在大九湖玩到了尽兴，那么第三天就可以去  
天燕景区  
了。  
天燕景区  
比较远，如果包车的话，需要事先和司机师傅约定，让他来坪阡古镇接你。  
单玩  
天燕景区  
，大约2-3个小时就够了。  
我和小朋友们都很喜欢那里的  
燕子洞  
，虽然为了抵达燕子洞走了不少回头路，而且燕子洞里黑灯瞎火，只能借助微弱的手机光源才能模糊地看到几只飞行敏捷的金丝燕，但是燕子洞里走一遭，绝对是不一样的体验。  
首先，  
燕子洞  
非常非常凉快。往深处走，用凉快已经不足以形容燕子洞了，只能用寒气逼人来描述。  
其次，虽然燕子飞行速度太快，很难看清，但是，它们煽动翅膀的声音非常美妙。  
你听着它们呼扇着翅膀由远及近的声音，基本就能判断出它离你有多远。用手机光源在燕子们的来路或者去路上一照，就能看到它们的飞行轨迹。  
相信我，你将发出这样的感叹：哇噻，它们飞得实在是太快太快了！  
好了，到此为止，我们把远的景点都玩过了，剩下的就是木鱼镇家门口的那几处景点：  
天生桥  
、  
官门山  
、神农坛和  
香溪源  
。  
由于这几处景点都在木鱼镇附近，可以安排在远方景点玩好后回木鱼镇的时候再游玩。  
如果按照推荐指数给这几处景点排名，我的顺序是  
天生桥  
-》  
官门山  
-》神农坛或者香溪源。  
香溪源其实也挺漂亮，但是它的景色和天生桥比较类似，而且门票不包含在套票中，需要额外掏钱，所以，如果时间不够的话，可以选择天生桥，放弃香溪源。  
神农坛我自己没有去，这是因为神农坛主要是看人文，像我这种文化水平不高的，看看自然就可以了，所以，直接飘过神农坛。  
如果说神农顶和大九湖看的是辽阔大气，那么天生桥和香溪源看的就是小桥流水。  
天生桥和香溪源景区内皆有瀑布飞泻，溪水潺潺，如果赶早进入，那真是一处幽静空灵的所在。  
官门山其实是个动植物博览馆，因此它也叫做官门山生态科普景区。这个景区很大，车要开到最上面的大鲵馆，然后，慢慢地一路往下玩。  
我们看了娃娃鱼、民俗馆、科考馆以及大熊猫馆，但没有全部看完，听说还有奇石馆、植物馆等景点。  
如果有时间，真的建议慢慢玩。  
顺便说一句，我在动物园里都没那么清晰地看过大熊猫啃竹子，倒是在官门山看到了。  
神农架的景点我去到的就是这些，还有些比较冷门的，比如  
红坪画廊  
、  
燕子垭  
、  
天门垭  
等我没有去，去过的小伙伴再补充吧！  
总的来说，神农架的自然风光磅礴大气，完全不似江南的小山小水，值得细细品味。尤其夏天去，神农架地区分外凉爽，真是个旅行+避暑的好地方。  
未完待续。。。  
若想获取更好的阅读体验，欢迎订阅个人号 “妈妈是怎样炼成的”  
ID：franceswu76

评论：

## 146.恩施大峡谷

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3722725.html

来源：携程

发表时间：2018-8-29

天数：1 天

游玩时间：8 月

人均花费：800 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
出发  
恩施  
，算是我年内最后一次去湖北了，因为，除了  
恩施大峡谷  
和  
神农溪  
，湖北的5A级景区我已经全部游完。  
说走就走的旅行，23日，从早晨7:18分高1669驶出宿州，到合肥南、宜昌东两次换乘，历经7个小时，动车353，下午15：19分正点到达湖北  
恩施  
。  
出站左转50米就能看到有一个车站---  
恩施旅游  
集散中心，车票25元，这是到景区的专线车，距离  
恩施大峡谷  
约60公里，历时90分（我们的车是15:40发车17:10到的）。  
  
  
随后入住农家，我们住的五楼，有一个大的公用阳台，正好可以观景，视野非常开阔。  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
晚上看的大型实景演出《龙船调》，开始时间20:10分，票是让客栈老板给买的，165，自己买可能更贵一些，节目还是不错的，演出时间一个小时多点。  
  
  
  
  
  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
次日六点，早早起床洗漱吃饭，赶往游客中心，买票前，我们就近拍了很多照片，景色确实很美，云遮雾罩，恍若仙境。  
  
  
  
  
  
  
套票285，含上山索道、七星寨和云龙地缝好像还有一个地质博物馆，不过，因为赶时间，最后我们没去。上了索道，就直奔一柱香，毕竟，整个七星寨就数一柱香算是经典了。去往一柱香的路有两条，一条走中楼门服务点，一条走  
绝壁长廊  
，遗憾的是绝壁长廊正在维修，禁止通行。  
  
  
  
  
  
同样遗憾的是，到了一柱香之后，因为湿气太重，照片拍的不够理想，于是，边休息边等，半小时的时间，雾仍然很浓，期间，占据最佳摄影位置收费拍照的小伙子一直不停的重复喊着让去拍照，就像收破烂的话匣子录制好的语音一样循环播放，这一点，非常不好，想休息一下的我们也一直处在噪音当中。  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
随后的路开始下山，大约还有半小时路程的美景。  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
很快，我们就到了乘坐扶梯的地方，在这里，只要花30块钱，就可以坐着扶梯，一级一级的下山。  
  
  
  
  
到了山下，就有交通车在那等着，只要几分钟，很快就拉到云龙地缝。  
  
  
  
  
  
瀑布中含有黄铁矿，天长日久冲刷卵石，石头就变成了五彩颜色，所以又叫  
五彩黄龙瀑布  
。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
  
  
  
  
  
  
  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
  
瀑布水质清澈，在阳光的照射下出现了彩虹，有人说，游客如果有幸见到这道彩虹，必然显贵发达。可见，更加美好的明天马上到来。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
  
  
  
  
  
  
时间比较仓促，我只能用最简单的语言，最通俗的描述，尽最大努力展现  
恩施大峡谷  
的美。  
有不明白的地方，可以拨打景区咨询电话：0718-8542333。

评论：  
1.那里住的大多是农家客栈，吃的腊肉多一些，你如果感兴趣，可以品尝品尝，吃的种类很多的。  
2.楼主的图片实在是太美了！恨不得马上买张机票飞过去。  
3.看了你的文章也想去呢，请问饮食方面有什么推荐的么？

## 147.2018年夏神农架恩施避暑之旅—风光篇（恩施）

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3725034.html

来源：携程

发表时间：2018-9-3

天数：10 天

游玩时间：8 月

人均花费：4500 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
当踏上  
利川  
的土壤，我们便正式开启了由神农架转战  
恩施  
的旅程。  
感谢高铁！感谢动车！感谢这两年大干快上的铁路网！  
由神农架转战  
恩施  
的计划执行得分外顺利，前后不过大半天。  
恩施  
土家族苗族自治州，位于湖北省西南部，再往西便是重庆地界。  
早在10多年前我就仰慕过恩施的大名，只是那时进入恩施很不方便，听说光汽车就得坐10多个小时，而现在一天有多班动车高铁直达恩施，实在不可同日而语。  
宜昌到恩施只需乘坐不到2个小时的动车，而到恩施再往西的  
利川  
也不过2小时40分钟。  
为什么我们会先去  
利川  
再到恩施？上一张地图你就明白了。  
利川有一个非常知名的景点叫  
腾龙洞  
，而我们此行的其余三大景点：  
恩施大峡谷  
、  
石门河  
、  
梭布垭石林  
则由恩施进出更方便。  
因此，我们在恩施地区的旅程是这么安排的：先从宜昌到最远的  
利川游玩  
腾龙洞  
，然后从利川到恩施，游玩  
恩施大峡谷  
、  
石门河  
、  
梭布垭石林  
以及恩施市内的土司城、女儿城、风雨桥等，最后从恩施回宜昌，取道  
宜昌回上海  
。  
恩施和神农架景区一样，拥有极为丰富的自然资源，洞穴、峡谷、石林皆是此次游玩的重点。  
先来说  
腾龙洞  
。  
腾龙洞是亚洲第一大旱洞，2005年被《中国国家地理》评为"中国最美的地方"，在“最美洞穴”排名中位列第四。  
腾龙洞气势恢宏，据介绍，其洞口高74米，宽64米，洞内最高处235米。  
如果你对这组数字毫无概念的话，那么我来换个说法。腾龙洞洞口开阔处可以放热气球，洞内有5座山峰，10个大厅。这样说你是不是对腾龙洞的大就有点感觉了？  
这些描述说的只是腾龙洞的旱洞，它的水洞也是一绝。  
长江有条支流叫清江，发源于利川市  
齐岳山  
，流经利川、恩施等7个县市后汇入长江。  
清江全长400多公里，江水清澈碧绿，宛若一条玉带蜿蜒而过。流域内山明水秀，号称八百里清江画廊。  
但是清江发源后不久，却在腾龙洞洞口猛然跌落，行成宽50多米、落差30余米的瀑布。  
由此，一条浩浩荡荡的大江跌落成长达16.8公里的伏河，这便是腾龙洞的水洞。  
当我们去腾龙洞游玩时，未见其洞，先闻其声。这声音便是清江水奔腾而过的咆哮声，声声入耳，气势磅礴。  
先上组照片，大家感受下腾龙洞的气势吧！  
可惜的是，这么一个奇妙的洞，我竟然没有玩好。。。没有玩好。。。没有玩好。。。  
为什么？这源于我犯了一个严重的错误。  
由于前两天一直早起，因此，玩腾龙洞那天我就让队伍7点起，8点出发，心想不就是一个洞嘛，半天时间足够了。  
哪想到我又一次严重低估了暑期旺盛的人流量。当我们抵达腾龙洞入口时，画风是这样的。  
我不仅低估了游客的多，还低估了腾龙洞的大。可见出发前功课没做好啊！  
腾龙洞里面大到什么程度呢？这么说吧，洞内交通靠坐车。当然，不坐车也可以，从洞口走到里面的激光秀剧场也就3公里吧！  
这沿途的3公里指的只是腾龙洞的前洞，腾龙洞还有个后洞，总长1公里左右，走完需要40-50分钟。  
腾龙洞除了洞本身，最大的看点是两场秀：一场是激光秀，其剧场位于腾龙洞后洞入口处；一场是土家族歌舞表演，舞台离出口不远。  
换句话说，激光秀剧场在前洞的最深处，也就是电瓶车的终点，而舞台秀剧场则靠近电瓶车的起点。  
既然是秀，那就有预定的演出时间。  
我们为了赶早上9点半开始的激光秀，买了电瓶车票，但是无奈等车的游客太多，直接导致赶到时，激光秀已过半场。  
接下来，又由于撤退得不够及时，当我们从激光秀剧场撤到电瓶车终点时，排队游客众多，等我们坐上车赶到10点半开演的舞台秀剧场时，歌舞表演已经开始了好一会儿。而此时座位就不用想了，整个剧场内早已座无虚席，我们就只能站在过道上看完整场演出。  
你们看，我的腾龙洞之旅非但两场秀没有看完整，连腾龙洞后洞都没去逛一逛，实在是失败啊！  
但即使如此，我依然很推荐腾龙洞，我们的队伍一致认为单单看土家族歌舞表演就已经值回票价。  
那么，偌大的一个腾龙洞究竟怎么玩才好呢？  
来来来，敲黑板敲黑板啊，我要开始上攻略了。  
如果你和我一样赶在什么国庆节啊，劳动节啊，或者暑假的旅游高峰来腾龙洞，那么切记入洞一定要赶早！赶早！赶早！  
记得首先在入口处记下当天两场秀的表演时间，通常一天会演好几场，但是去的季节不一样，演出时间和场次不一定相同。如果错过了早上的表演，可能只好等到下午了。  
进洞后一边欣赏美景，一边沿着游客步道来到电瓶车的起点。  
如果时间充足，那么可以慢慢走到激光秀剧场。3公里的路，估计要走40来分钟，加上边走边玩的时间，预留一个小时比较好。  
特别提醒的是除了步行的这一个小时，你还必须把游览后洞的40-50分钟时间也留出来。  
如果体力有限或者时间紧张，那么建议乘坐电瓶车前往。  
这是因为，第一，相对其他景区，腾龙洞的电瓶车票很便宜，10元包来回；第二，相比前洞，听说后洞更秀美更精彩，所以，在时间不允许的前提下，放弃前洞游览后洞。  
电瓶车抵达终点激光秀剧场后，先去腾龙洞后洞游览。  
从后洞出来差不多就到时间欣赏激光秀了，激光秀演出一共20来分钟。如果游客众多，切记提早5分钟离场，去电瓶车终点站，排队上车赶往土家族歌舞秀剧场。  
歌舞表演1个小时，极其精彩。整场演出分为上篇、中篇和下篇。  
这场秀是土家族风俗的集中展现，你可以从中领略比如哭嫁、跳丧等风俗习惯，以及由此引出的各种艺术形式。  
看完歌舞表演，也就基本结束了腾龙洞的游览。  
这么玩，你既欣赏了后洞的美景，又饱览了两场演出，而且时间上衔接完美，没有浪费一分钟在等待演出上。如此，花半天时间玩好腾龙洞，完全没有问题。  
P-e-r-f-e-c-t！  
你可以心满意足地撤退了。  
好了，这就是在我的失败体验基础上总结出来的腾龙洞游玩攻略，毫无保留全都告诉你了。  
希望我没能玩好的地方，你们去了一定要玩好啊！否则怎么对得起我码出来的那么多字！  
游玩腾龙洞的那天下午，我们坐动车从利川来到恩施。利川到恩施就一个来小时的火车，大概4点左右我们就抵达了之前预定的民宿。  
休息到太阳下山，打车去了女儿城。  
恩施女儿城属于恩施少数几个位于市内的景点，也是游人来恩施的必到之处。  
但在我看来，女儿城更是这样一处所在：政府在恩施某处圈了块地，仿照以前建筑的样子造了批仿古建筑，然后各种招商，让大家到这里来开饭店、开客栈、开酒吧、开土特产店等等，以此吸引游客前来游玩。  
在女儿城入口处，有一块不怎么显眼的牌子，上面写着“XXXX巾帼创业园”，可见，女儿城其实是个商业区，提供场所让大家来这里创业开店，搞旅游经济。  
我们去的时候，正好赶上当地的女儿会，女儿城算是个分会场，晚上有歌舞表演。傍晚时分，女儿城街上熙来人往，热闹程度堪比上海城隍庙。  
劈出一条街或者一块地方搞步行街，这似乎是当今中国城市的普遍做法。对于无步行街不城市的中国来说，恩施女儿城的这种玩法也就了无新意了。  
那么女儿城是不是就没意思了呢？倒也不是，至少有一个地方蛮有意思，这地方叫“张关合渣”。  
“张关合渣”是当地有名的一家餐馆，女儿城里就有一家。我们去的时候是晚上8点多，但还要等位，可见人气有多旺。  
这家餐馆提供一种别致的食物，叫“合渣”。  
“合渣”是土家族人常用的食物，又叫“懒豆渣”、“懒豆腐”，是将黄豆磨成豆浆后煮开，再加入各种菜丝制作而成。  
合渣制作简单，营养价值高还美味，因此很受土家族人的青睐。当地还有一种说法叫“辣椒当盐，合渣过年”，可见，“合渣”在土家人生活中的重要地位。  
那么“张关”指的又是啥？  
“张关”是当地的一个小集镇，以合渣火锅为典型特征。这个地方出品的合渣口味纯正，营养丰富，因此，名声在外。  
我们在“张关合渣”里吃到的合渣自然是改良过的，里面除了菜丝豆渣外还加入了很多营养成分，比如猪肉、仔鸡、鸡蛋等等。  
在“张关合渣”里点菜也是种新奇的体验：你不需要点别的菜，只要点个锅就行。等菜上齐了之后我才明白，我们点的锅其实就是合渣火锅中的火锅部分，而合渣另有一个锅。  
那么量够不够呢？  
非常够！这主要是因为它是根据人头来配菜的，好比我们点的五花肉有机花菜锅是35元每位，我们一行4大1小，小孩不算钱（这点很人性，赞一个），那么就按4个大人来配菜，米饭管饱。  
实际上菜，先上一锅合渣。  
这合渣怎么个吃法？难道一块块抓在手里吃吗？  
当然不是，这要捣碎了之后，让合渣与周边的红油浸润透了之后再吃。  
没尝过的一定要去尝一尝，风味独特，虽然我们几个吃了半天，也没能吃出合渣里究竟有啥。  
然后上的便是我们点的五花肉有机花菜锅和它的配菜了。配菜里有酸辣土豆丝、粉蒸排骨、豆腐皮、年糕等等，虽然都是一小碗一小碗的，但由于数量众多，因此，最后我们个个都吃撑了。  
总的来说，“张关合渣”很实惠，连米饭都有好几种可供选择，可惜我们去的晚，洋芋饭没有了，只吃到包谷饭。  
最后来张“张关合渣”的科普照以飨吃货们。  
酒足饭饱后，便打道回府。事实证明，女儿城进来容易出去难啊！  
为啥难？打车难。  
女儿城周围是单行道，道路很狭窄，有些地方停满了自驾车，因此，就容易发生拥堵。晚上，出租车都没有愿意来的，好不容易来一辆，司机就开个一口价，不给到位不走。  
我们只能绕着女儿城外围走了很远的路，直到大马路上才打到一辆车。  
对女儿城印象，减一分。  
接下去的三天里，我们便开启了  
恩施三日游  
。每天我们都去一个较远的景点，回来的时间早就再搭配玩一个市内的。  
恩施大峡谷  
自然是第一个我们迫不及待要去游玩的地方。它分为两个景区，一个是七星寨，一个是云龙地缝。套票包含了这两个景区+景区大巴+上山索道，携程售价265元。  
本来我是想省掉100多块钱的索道票，做景区大巴到  
七星寨景区  
入口，然后自己爬到索道上站的。看别人的攻略，这一段路也就半个小时的路程，没必要买索道票。  
不巧的是，我们去的时候，山路在修，索道就成了上山唯一的交通工具，于是只好买套票，窗口价285元。  
所以，如果山路一直不开放的话，我建议大家就直接网上订票吧，这样比窗口买还便宜20元钱。  
至于这两个景点怎么个玩法，我觉得见仁见智。  
以我的习惯，主要的景点放前面，因为开始的时候也是体力最好的时候，先玩主要的，次要的则放到后面，所以，我的游览顺序是先  
七星寨景区  
，后云龙地缝。  
从我们坐上索道开始，恩施大峡谷便展开了一幅壮美的画卷。  
下了索道后，沿着游客步道一路走就好，大峡谷内没有岔路。  
其中最有名的景点非  
一炷香  
莫属，除此之外，还有诸如古象岭、  
迎客松  
、玉女峰、玉笔锋、玉屏峰等景点。  
游览大峡谷，可以用移步换景来形容。  
如果你问我，恩施大峡谷究竟美不美？我觉得她应该算得上很美，而且是那种开阔大气的美，但若说美得有多么出人意料，倒也并不觉得。  
不过，这可能不是大峡谷的问题，而是个人感受的问题。因为，在整个游览过程中，我们基本都是在人堆里走的，所以，你懂的，再美的风景遇上再多的人，那也会打掉几分折扣。  
如果，我能够提早一小时开始游览，那相信对恩施大峡谷的感觉可能会再好上几分。  
恩施大峡谷只有上山索道，没有下山索道，但是在下山路上有一组共9段、每段长50余米的自动扶手电梯组成的大扶梯供大家乘坐，票价30元，1米2以下儿童免票。  
不得不佩服中国人民的勤劳智慧，为了解决大家的体力问题，各景点真是动足了脑筋、想尽了办法。  
这组扶手梯盖的算是好的，至少视觉上不违和。在接下去的景点里，我们还见识了360度无死角全玻璃垂直电梯。  
不得不表示佩服！  
体力不好的可以选择乘坐扶手梯。我们家老人带着小朋友坐了，剩下体力好的就直接走下山。走路下去也就15分钟左右，我们到了山脚下，老人孩子还没下来呢！  
七星寨景区  
我们大约花了4个小时走完全程，其中包含午饭和休息时间。  
下午1点左右从七星寨景区出来继续前往云龙地缝游玩。  
云龙地缝景区和七星寨相比就小了很多，1-2个小时就能游览完毕。这个景区的看点主要在于两岸高山绝壁夹持下的一条深谷，以及沿途的几处瀑布。  
游览时需要先往下走到峡谷的最深处，然后再爬上来。不过由于景点小，体力耗费并不大。  
在游玩云龙地缝的时候，我们突遇两场大雨，好在早有准备，进景区前10块钱买了4件雨衣。  
大峡谷地区阴晴不定，尤其夏天更是如此。游览前可以考虑备上一件一次性雨披，以防不时之需。  
在雨中游览倒也别有情调，但可惜没在彩虹瀑布那里看到彩虹。  
当天游览完恩施大峡谷的全部景点后，大概在3点左右出景区，然后坐车回恩施，5点前就到了入住的民宿，所以，大家游览  
大峡谷  
时可以从容一些，不用太着急赶路，一天的时间是完全够的。  
但是，友情提醒，高峰时节游览，还是要赶早。  
人堆里的恩施大峡谷多少令人有点失望，好在第二天的  
石门河  
完全弥补了游览大峡谷时留下的遗憾。  
可能是因为我们到得早，也可能由于石门河是三个主要景点里离恩施市最远的那个，整个景区游人稀少，尽管后面来了个旅行团，但是分散到景区里，一下子就不见了人影。  
游玩石门河景区的体验就一个字：爽！  
终于，移步换景的时候不再只见脑袋不见风光，终于，举起相机的第一要务不再是躲人头而是拍风景，这游览体验比前一天直接上升了好几个档次啊！  
抛开游览体验，那石门河究竟美不美呢？  
我个人觉得非常美，但她的美与恩施大峡谷不同，是一种秀美。  
石门河的景观其实和云龙地缝有点像，但她是放大了好几倍的云龙地缝。整个景区内  
绝壁长廊  
、深山峡谷与谷底清流，相互辉映，行走其间，能让精神与心灵得到一次彻底的解放。  
不过，现在想来，石门河最令人难忘的倒还不是这些，而是景区里触目所及那大片大片深深浅浅的绿色。  
石门河本身是八百里清江的一条支流，又处于深山幽谷之中，整个生态保护得特别好，因此，在石门河景区内，但凡眼力所及，皆满目青翠，而野生植物与生俱来的那种新鲜的绿色简直分分钟就能滴出水来！  
推荐你来石门河，在  
绝壁长廊  
上慢慢地走一遭，享受这份难得的幽静。当你逛完整个景区，相信我，你的眼睛和心肺都能得到一次净化。  
不过，石门河还有两处人造景观也是值得一提。  
一处是玻璃桥，在景区入口。另一处就是之前提到过的360度无死角全玻璃垂直电梯，在景区的出口。  
两处人造景观皆用玻璃建造，一个在入口，一个在出口，倒也首尾呼应哦！  
玻璃桥就是一处吊桥，看点在于桥的底面用玻璃建造，能够一眼看到脚下的风光。  
上玻璃桥要穿鞋套，这个好理解，桥面一旦被弄脏，那就没啥好看的了。  
桥上风光相当不错，但是考虑到光这一座玻璃桥就要收费几十大洋，没有它也不影响任何景观，不要也罢！  
出口处的全玻璃垂直电梯更是一个独特的存在。  
是不是没有这部电梯，游客就出不了景区了？当然不是，没有电梯还有楼梯嘛，爬上去也花不了20分钟。  
这部电梯的存在主要是照顾脚力不太好或者看到电梯就想坐的游客。40元坐一趟，儿童也是这个价，既不免票也没半价，鉴于此，我家就老太太一个人坐了，小朋友都被我们拖着爬上去了。  
我以为张家界开了个很坏的头，什么玻璃栈道啊，景观电梯啊，都是它家开的头，引得各大景区竞相模仿。这些人造景观，第一，破坏自然景观；第二，增加游客成本；第三，没啥卵用。  
整个石门河景区的游览时间大约在4个小时。  
由于游览石门河那天到得早，因此，逛完出景区才中午时分。于是，我们直接让司机送我们去市内的土司城，继续游玩。  
土司城在大修，六进之后就不让去了，不过还是值得过来游一游的。  
土司城的看点在于里面的古建筑，不过最好要找个讲解员，或者蹭个旅行团也行。里面旅行团一个接一个，土司城的来龙去脉可以来回听好几遍呢！  
恩施还有座风雨桥，横跨清江两岸。  
逛完土司城后，时间尚早，我们打车去风雨桥又逛了一圈。  
风雨桥是2004年新建的，是一座仿古建筑。  
虽然新建，但仿得不错，但大家注意到了没有，风雨桥前面杵着个充气广告横幅。  
我觉得这个横幅代表了当前国内审美的平均水平。只要够大够显眼，无论背景是自然景观、人文景观或者城市景观，总之都能杵上一个。至于会不会破坏风景，没人在意。  
恩施的这座风雨桥很大，在里面打牌的、下棋的、乘凉的本地居民好多。如果想了解当地民风，这倒是个很好的地方。  
与其说风雨桥是个景点，不如说她是个供大家聊天聚会的休闲场所，因此，比起别处景点，她更多了一分生活气息。  
恩施风雨桥东接施州大道，西临凤凰山森林公园。一层是供人行走的人行桥，二楼则是“清和园”茶楼。  
森林公园与茶楼我们都没去，有兴趣的倒是可以去茶楼坐坐。至于森林公园，听当地出租车司机介绍，那里甚是凉快，夏天去避避暑也很不错。  
既没去茶楼也没去森林公园，那我们去哪儿了呢？  
出了风雨桥，我们居然顶着烈日、沿着清江走了将近1个小时走回民宿。  
现在想想，也真是醉了！  
清江两岸风景如画，不过，我们顶着大太阳散步，也属精神可嘉。  
强烈建议夏天来此散步一定要等到太阳下山后再出动，否则就会和我们一样，差点被烤成了人干儿。  
梭布垭石林  
是此次恩施之行的压轴景点。  
整个石林分为四个景区，分别是青龙寺、莲花寨、  
磨子沟  
和九龙汇。除了青龙寺没有去以外，其余三个景区我们都走到了，整体游玩时间大致在3-4个小时。  
与恩施其它景点相比，梭布垭石林有自己的特色，而且特色异常鲜明，其典型的喀斯特地貌形程的石林景观在别处很难看到。梭布垭石林中的石林并不是以怪石著称，相反，她的石林一眼望过去总是整齐有序地排列着，充满了节奏和韵律。  
整个游览过程也不累，尤其在炎热的夏季，当人们穿梭在由石林形成的洞穴中会感到异常凉快。  
我们甚至还在一处洞口伴着凉风吃完了一顿自备午餐。午餐虽然简陋，但是秀色可餐，以至于这顿午餐大家都胃口大开，把带出来的干粮消灭得一干二净。  
梭布垭石林也是恩施女儿会的一个分会场。我们游览的那天，景区大门口就有热情的土家族人邀请我们一起喝碗摔碗酒。  
摔碗酒是当地的一种风俗。顾名思义，就是酒喝完了，把碗一起摔掉的意思。  
摔碗酒甜甜的，很是好喝，喝完，碗口朝下将碗摔碎，以示一摔泯恩仇，友谊共长久。  
当天，莲花寨景区内还有土家族歌手的现场表演。在这里，我们又一次听到《六口茶》那熟悉的旋律。  
这是首男女生对唱的当地民歌。  
整首歌中男生千方百计想问女生的芳龄，但又不好意思直接问，于是就绕着弯子，兜着圈子从女生的爹妈、哥嫂、姐姐、妹妹、弟弟一路问下来，最后才切入主题。  
男生喝了六口茶，问了六句话，问到第六句，才是他真正关心的问题。  
整首歌歌词诙谐，旋律优美，朗朗上口，好多游客一边听一边跟着唱，气氛空前热烈。  
我们第一次听到这首歌，是在腾龙洞的土家族歌舞秀上，当时就觉得很好听，现在莲花寨又听一遍，更是难忘。  
有意思的是，小朋友竟然也对这首歌情有独钟，在回去的车上，她要求《六口茶》单曲循环，不许停不许换，司机师傅说：没问题，我让你六口茶一路喝到  
恩施火车站  
啊喂！  
我们的恩施之旅也在《六口茶》动听旋律的伴随下完美收官。  
未完待续。。。  
若想获取更好的阅读体验，欢迎订阅个人号 “妈妈是怎样炼成的”  
ID：franceswu76

评论：

## 148.恩施5天自由行

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3726167.html

来源：携程

发表时间：2018-9-6

天数：5 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：和父母

玩法：

旅游路线：南昌，腾龙洞，磨子沟，恩施大峡谷，石门河

正文：  
高温休年假，计划出去玩玩躲避高温，网上看各位大侠的功略再自己做好功略，陪着父母去  
恩施自由行  
。本着休闲不累的原则，行程安排着比较宽松。  
第一天（180728）：  
南昌  
到  
恩施  
：早上10点多火车当天下午5点多到，出  
恩施火车站  
，左手边是汽车客运中心，走到汽车客运中心再向前一直走，几分钟就看到民俗街，许多酒店就位于此。订的七天，就在民俗街牌坊处可看到不远处高楼上有‘七天’挂牌。  
放下行李稍休整下外出吃晚饭。民俗街这个范围内好多吃饭的地方，找了一家‘硒都酒店’人不多但味道不错价格也实在。  
第二天（180729）：  
腾龙洞  
+土司城  
恩施到腾龙洞：坐最早一班恩施到  
利川  
的火车，半小时左右到利川。出站口后直接右转直走大概一百来米有小巴到腾龙洞（车票5元，出站后前面有个小广场，千万不要走过去，当时以为要过小广场后的站台有小巴车，走过去一看只是公交站台）。  
下小巴后（回火车站的小巴也在下车点坐），售票处买票进入景区。走一段上下坡路到洞口，入洞后买电瓶车票（10元坐两次），电瓶车载到激光秀表演处（个人感觉不好看，还不如后洞看看，激光秀舞台的方向通往后洞，越往里走越冷，建议穿个厚外披厚长裤，后洞走了一小段实在冷得受不了回转返回激光表演处），激光秀表演处返回下电瓶车处，此时已经有许多人排队等电瓶车，等了许久坐上电瓶车到歌舞表演处，表演已经开始外面站满了人，挤进人群看了会表演，人太多没看完，走几分钟路到洞口，按进入洞口的路线返回售票处，坐小巴返回火车站。  
临时买利川到恩施的火车票，只有无座票可售。买上车票距离发车还有一小时时间，在附近找个小店吃碗面，进站。  
第一次不急着上车，等快发车上车，找空座位，幸运找到。  
回到  
恩施站  
下午3点左右，火车站（出站右手边）坐30路公交到土司城，下车往回直走两三分钟就是土司城。买票参观（走马观灯看了下，上城墙的路也有看到，但看着好像要爬许多台阶放弃）。还是坐30路返回奥山世纪站，回酒店休息，团了奥山雅阁的套餐，到了后刚上凉菜夹了两筷，被告知附近挖路挖坏了煤气管道，做不了菜了。网上申请完退款，还在第一天吃饭的酒店吃。  
第三天（180730）：梭布亚+女儿城  
早上准备出发时发现下暴雨，买了把雨伞，怀着忐忑的心情走到汽车站，买了梭布亚石林的车票（25元），进站上车时，我们是最早的，等了几十分钟，期间雨一直下，而且是倾盘大雨，想想去了再说吧，保不定到时停雨呢。等到7点半，从另一个车站发出的车到，两车并一车开往梭布亚。  
一上车，司机师傅就说可以代买门票加景交80（比网上便宜些，只是在网上订好了）。两小时左右到景区。到景区时，小雨，后面雨停了，总算是天气照顾到了我们这些游客。  
坐上景区车，和司机说不去青龙寺，去莲花寨，哪知一车都去莲花寨。景区里就是在石头间台阶上去台阶下来，有些路仅容一人通过有些台阶稍高，只去了莲花寨和  
磨子沟  
。坐景交车回到入口处已经中午了，吃碗牛肉面（不好吃，填饱肚子而已）。返回到下车处，坐小巴回恩施（25元，回去的车费直接交给司机）。两小时左右到火车站，坐31路公交到女儿城（终点站，人全下了），跟着人流走到女儿城。  
女儿城就是个吃吃喝喝买特产的地方（据说晚上有表演），随便走了走，没多大兴趣，离饭点还有段时间，打车30元回住处。  
晚上在住处附近的人民公社吃（不好吃），吃完逛了逛回酒店休息。  
第四天（180731）：  
恩施大峡谷  
汽车站买票（25元），等到7点半开车，一个半小时左右到大峡谷（回去的车也在下车点等）。  
大峡谷售票处人太多了，分四个窗口，两个散客窗口，一个优免窗口，一个网上取票窗口。如果一起去的人中有享受优免优惠的，可以在优免窗口买优免票和散客票，或在散客窗口买散客票和优免票。  
只买了地缝门票加景交车，坐景交车坐到地缝入口处（也是七星寨缆车乘坐处）开始游玩。  
高估了地缝的游玩时间（个人感觉远不如重庆天坑地缝好玩），下台阶后绕着几个瀑布走，人最多堵在那要依次排队上的就是最后一处，排队上台阶走上来后地缝就算走完了（真心距离不长啊，走上来后都不敢相信这个景区就游完了？）。  
带的零食可怎么办？还准备地缝景区慢慢走慢慢吃的。不想背回去坐下休息开吃，还没吃多少下暴雨，躲进小店避雨，半小时左右停雨，坐景交车返回售票处。  
景区门口有小吃店，吃了点炒饭，面条。走到下车处正好有回程车（25元，车费交司机）。  
回到酒店休息，等到饭点，还不觉饿，还是找个小店吃碗馄饨（味道还是不错的，还提供小菜，虽只有三样但味道不错）。吃完饭散步，看了看恩施大戏台的演出（不错）。  
第五天（180801）：  
恩施到南昌：提早一天买票都是无票，只能当天走当天早上买。早上6点12306才能网上订票，买好当天票。在民俗街随便找小店吃完早点，打道回家。  
Tips：  
60到69岁门票半价，70岁以上全免。  
地缝景区不要计划一天，有这天时间还不如参加一日团玩  
石门河  
等景点。  
民俗街门口有司机师傅拼车去大峡谷（来回60，比在汽车站来回贵10，好像拼5人还是6人一车）  
个人觉着腾龙洞还是不错的，但好好玩的话厚外披厚长裤还是要穿上。穿暖和点往后洞走走，感觉像电影中的探险。  
南昌和恩施间不是起始和终点站，都是过路票，第一次买这种票才知道，提早一天买都买不到，但走的当天早上买好多票可买。也是头一次回程票当天来买而没有提前买。

评论：  
1.楼主的经历让我这个刚刚爱上旅游的人有点震撼，越发坚定了  
2.图片还可以的呢，不过多多益善哦~

## 149.郑州至神农架、宜昌6天自驾游详细攻略

https://you.ctrip.com/travels/china110000/3717059.html

来源：携程

发表时间：2018-9-12

天数：6 天

游玩时间：8 月

人均花费：2000 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
神农架  
宜昌  
两地游玩攻略  
  
最近工作繁忙，总想休息一下，瞅个合适的机会出去散散心，可哪有休息的时候，工作总是应接不暇，生活总是忙不及履。于是乎一狠心，啥都不管了，来一场说走就走的旅行。正好孩子也放假，和家人商量去哪，出国游现在哪都不太平，不如去看看祖国的大好河山。以前朋友推荐过  
神农架  
（传说是有野人出没的地方），风景优美，山峦起伏，如诗如画，以前去四川的时候路过恩施和  
宜昌  
没有机会去看看，正好这几个景点都在一条线上，就这样愉快的决定了。因为一直没找到合适的时间，提前两天才做决定，于是利用两天的时间查了一下攻略，什么东西都没有买，就家里的零食带了点，准备了几套衣服，就开始上路了，一套野营锅具，就出发了。我们本次的游玩时间只有6天，时间比较紧，原先计划了两个方案：  
方案一：  
神农架  
（第1天开车，第2.3天游玩）------恩施大峡谷（第4天开车，第5天游玩）-----  
宜昌  
（第6天一早赶赴  
清江画廊  
，游玩1天，开夜车回家）。  
方案二：神农架（第一天开车，第2、3天游玩）-----宜昌（第3天晚上赶赴宜昌，第4、5天游玩）-------返程（第6天）。  
经过商议，最终决定第二套方案，因为时间太短，第一套方案至少要8天才能很轻松的游玩，压缩到6天太累。并且很多都是山路，本来就是放松的，不必要把自己整的那么辛苦，那就第2套方案吧，留个念想以后还有机会。  
为了方便郑州的朋友到神农架、  
宜昌游玩  
，不走弯路，献上我的游玩心得。  
景点简介：  
神农架国家森林公园，位于湖北省西北部，由房县、  
兴山  
、巴东三县边缘地带组成，面积3250平方公里，林地占85%以上，森林覆盖率69.5%，区内居住着汉、土家、回等民族，人口近8万。由  
官门山  
、  
天燕景区  
、大九湖等景区组成，是以原始森林风光为背景，以神农氏传说和纯朴的山林文化为内涵，集奇树、奇花、奇洞、奇峰与山民奇风异俗为一体，以反映原始悠古、猎奇探秘为主题的原始生态旅游区。总面积13333.331公顷。建于1983年，为"森林与野生动物类型"国家级自然保护区。1992年，神农架自然保护区1990年被联合国教科文织织接纳加入世界生物保护区。是华中地区最大的原始森林，林中古树参天，野花遍地，珍禽异兽时有出没，是休闲避暑、滑雪赏景、探险猎奇的好去处。  
宜昌，古称夷陵，位于湖北省西南部、长江上中游分界处，建制历史逾两千年，是楚文化的发祥地。宜昌依长江而建，是湖北省域副中心城市，综合实力仅次于武汉，位居湖北省第二位，是中国中部重要的交通枢纽。宜昌是  
三峡大坝  
、  
葛洲坝  
等国家重要战略设施所在地，被誉为“世界水电之都”。宜昌是中国优秀旅游城市。境内有4处国家5A级旅游景区，被誉为“世界四大文化名人”之一的屈原，被称为“中国古代四大美人”的王昭君都出生在古宜昌境内，  
屈原祠  
、  
昭君村  
、读书洞、娘娘井等众多的历史文化遗迹向人们反复讲述着无数优美动人的传说。  
自驾路线：我们是从郑州文化北路上的连霍高速，向东行驶17公里转京港澳高速继续行驶（一定要在出城前下一次高速，这样可以减免绕城高速的费用，如果您钱多人傻又任性，您直走就行），沿京港澳高速行驶98公里转许广高速，沿许广高速直行，途径兰南高速、二广高速（这三条高速段一条线）行驶425公里，转沪蓉高速，继续行驶183公里，从神农架/  
兴山  
出口下，走保兴公路直走进入神宜公路，神宜公路已经是上山的路了，然后不用转路，就进入了呼北线，此段盘山路大约40公里（因为我们要住木鱼镇，这是最近的路线，6大景点都在木鱼镇周边），当然上山的路上有很多农庄，看你自己的选择了。  
景点  
六大景点主要包括：  
官门山  
、  
天生桥  
、  
神农祭坛  
（这3个景点非常的近）、  
神农顶  
、大九湖（经典中的经典）、  
天燕景区  
。门票  
一定要买联票，价格269/张，儿童凭学生证半票。如果一个景区一个景区的买是非常的不划算的。269的价格真的是超划算，只有你进去了就明白我为什么要这样说了，而且这里的景点几乎每个都要开车进出，真是太大了。  
第一天  
本来计划一早就走，早上7点出发，下午6点前会到，由于单位工作多，到中午11点半才正式上路，去程共780公里，预计时间9小时11分，但实际时间还要算上服务区吃饭和休息至少要11个小时。途中要经过许昌（许昌的驴肉）、方城（方城的烩面），南阳（炝锅面和黄牛肉）、新野（新野板面）、襄阳（牛油面）、荆门（十里风干鸡）等多个城市，如果你是个吃货，那这路可就有的走了。  
大约晚上21：30我们开始进入呼北线，谁走谁知道，可谓是百步九折萦岩峦，  
我们上来时又恰逢大雾弥漫，头一次开夜路上山，对这一带山路不熟悉，心里那个颤啊，后来给一位旅行社的朋友打了个电话咨询了一下啊，说山路还是很平稳的，开慢点就行了，由于提前让朋友订好了木鱼镇的酒店，这才狠了狠心，壮了壮胆，既然来了怕也没用，鼓足勇气上吧。就这样短短40公里路开了3个小时，到凌晨00：30才到，到了酒店已经累成一滩泥了，这是我们入住的酒店，环境还可以价位230元一晚。  
这是我们到酒店楼下，一只蝈蝈飞到了车倒后镜上，这是欢迎接我们的到来吗。  
木鱼镇  
第二天  
今天计划的行程是上午  
官门山  
、  
天生桥  
、神农坛三个景点，下午  
神农顶  
，前三个景点非常近开车相互间隔不超过20分钟路程，到神农顶景区需要1个小时行程。标识红五星的地方就是我们住的木鱼镇，6个景点，5个景点都在木鱼镇边上。  
木鱼镇：地处  
华中第一峰  
--  
神农顶  
南部山麓，平均海拔1200米，作为省级旅游度假区，是湖北"  
长江三峡  
、神农架、武当山"旅游黄金线上的重要节点和游客集散地，是鄂西生态文化旅游圈的核心板块，是  
神农架  
旅游接待服务中心。全镇辖8个村，2个居委会，总人口10841人，国土总面积437平方公里。木鱼镇区位优越，交通便捷。镇域东南与  
兴山  
县接壤，西南与巴东县相邻，西与下谷乡相连，西北与红坪镇、东北与宋洛乡连接，209国道、  
当阳  
河流域纵贯全境，镇区距宜巴高速最近入口50公里，到宜昌市区2小时车程，距神农架距飞机场75公里，距自然保护区入口13公里，距  
神农架国际滑雪场  
35公里。  
第一站官门山走起，由于起来的比较晚9点钟才开始正式出发。官门山可以把车开进去，因为景区内景点比较分散，没车的话恐怕一天都游不完。  
早上起来山中云雾缭绕  
官门山景区简介：景区由两条道路一条河流贯穿始终， 河两侧山峰林立，林木葱郁、遮天蔽日，河内流水潺潺、终年不断。全长8Km。沿线有典型的北亚热带常绿阔叶林、特色的神农架群地质剖面、古老的叠层石、秀美的龙头寨、奇特的地下暗河等自然景观;有野人雕塑母爱、生物多样性实林验室、自然生态博物馆、古清生茶园、民居、国际友谊园、  
中国交通  
林、中国自然保护区联盟林、名人名树区等人文景点9处;有兰花园、腊梅园、杜鹃园、神农药园、蔷薇园、樟树园、沧桑园、红枫园、百果园等珍稀植物保护园9处;有大鲵、梅花鹿、蛇、雉类、中蜂等野生动物乐园5处。  
山门处野人母子的雕塑  
悬崖边上的蜂巢，非常壮观，边上有一间小茅屋，全是卖蜂蜜的，就是太贵了，1斤就要150元。  
整个园区就2只大熊猫，和四川的熊猫基地真是没法比。  
各种博物馆区域，主要是反映神农架地区物种的博物馆，有民俗、植物、动物大大小小十几个博物馆。  
130岁的娃娃鱼  
时间关系，只能走马观花一遍，这个景区环境很好，景点三三两两的有的可去可不去，如果10分的话，我给打7分，注重了解人文历史、动植物分布的朋友非常适合来这个地方。大约用了2个小时游览了80%的景点。随后直奔  
天生桥  
景区。  
天生桥景区简介：天生桥景区位于神农架南部彩旗村，距神农坛4.8公里，景区海拔1200米，面积60平方公里，是一个以奇洞、奇桥、奇瀑、奇潭为特点的休闲、探险、揽胜的旅游区。天生桥山岩叠嶂，长满野花绿树，因遍生兰草，幽香四溢，起名为  
兰花山  
，兰花为花中四君子之一，属兰科植物。 在这里有风情万种的飞瀑，鬼斧神工的天然石桥，香飘万里的兰花山，险峻扼要的石壁栈道，组成了一幅绚丽多彩的山水画卷。  
天生桥下瀑布，所谓天生桥就是一个穿透性的恩斯特溶洞，说得明白点就山被水经过上万年的冲刷，形成了一个风洞。  
就一潭水，硬写一虎潭，实在看不出和老虎沾什么边，如果单看潭水的话还是很美的。  
土家族的幺哥。  
苞谷酒窖，就是玉米酿的酒。旁边有卖酒的，米酒免费尝，味道非常地道，价格也不贵30元一瓶，过了这个村就没这个店了。  
山中云雾飘渺，绿树成荫，百花争艳，百鸟争鸣，在这里烦恼早已在九霄外。  
天生桥游玩下来约2个小，此时已下午13：30，匆匆忙忙随便吃了点东西，赶赴下个景点神农坛，这个几点是个人文景观，游玩时间掌握在半小时为宜。  
神农坛简介：神农坛地处木鱼镇，整个景区内青山环抱，美丽而幽静。景区分为主体祭祀区、古老植物园、千年古杉、蝴蝶标本馆、编钟演奏厅五大部分，其主体建筑是神农巨型牛首人身雕像，像高21米，宽35米。雕像立于苍翠群山之间，以大地为身驱，双目微闭，似在思索宇宙奥秘。祭祀区内，踩在脚下的是代表天和地的圆形和方形图案，在代表地的方形图案中，五色石分别为五行学说中的金、木、水、火、土。  
  
神农祭坛  
千年杉王，始于毫末。  
由于天气太热，主要以人文景观为主，我们就没有网上爬，这个景点拍拍照，走走转转也就用了25分钟。由于时间安排的仅有两天，明天大九湖是景点重中之重，需要1天时间，所以今天下午必须去神农顶景区，虽然很累，但是头一天嘛，活力满满。  
大约驱车40分钟到达  
神农顶风景区  
，此时已经3：00，神农顶景区已经不让在上山了，因为这个景区游玩下来至少要6个小时，山里天黑回来可就看不到路了，给看门说了好长时间，只去到一半就回来，就是来了去感受一下，这才放行。  
爬到了1200梯实在是爬不动了  
人间仙境  
路边到处都是野花  
野生草莓，味道酸爽的很。  
我们没有继续往上爬，天色渐暗，等到我们下山已经7点了，虽然很遗憾没有时间登顶，但我们来过了，玩的就是心境。古人云：心中若有桃花源，何处不是水云间呢？  
下山后要往大九湖景区方向走，因为去大九湖景点需要一早5点30第一趟车（如果你想看水面上晨雾的话），必须要住到坪阡古镇。该镇是政府规划修建的旅游小镇，原来大九湖湖区的住宿餐饮都迁出湖区，避免了湖区湿地的污染。该镇也称为盐马古镇，是古代川鄂运输盐的古道，现在已建成颇具特色的小镇。游玩大九湖就要在这儿住宿，可以早起欣赏大九湖的美色。用了将近1个半小时的时间，我们到达了预定的汉江源大酒店，是四星级的，设施服务非常到位。因为有朋友的帮助，提前都已经预定好了，价格230一晚，价格都是旅行社的低价，在这里要非常感谢神农架兴国旅的方海朋友，使我们省去了找房子的时间。入住后，已经到了傍晚，走到镇上欣赏了小镇的夜景，拍摄了几张照片，亮化工程搞的很好，夜灯下小镇的仿古小楼，熠熠生辉。  
坪阡镇夜景  
道路修得非常好  
汉江源大酒店（四星级）  
环境和卫生很满意  
晚餐在酒店楼下左手边有一家吊锅鸡，味道很正宗，价格58一斤，我们要要了2斤鸡一斤排骨，然后店家告诉我们鸡是毛重，我擦，这么贵还毛重，当我SB啊，果断准备走人，无奈媳妇想吃，店家一看要走，又说多给点，没办法谁让咱不当家了，比郑州本地还贵，真是头一次遇到吃鸡还是毛重，出门在外图个快乐吧。  
店家很细心，炒肉的时候还盖个罩子  
色香味俱全  
这是当地比较有名的米酒，在本地俗称黄酒，度数比米酒高，又比黄酒好喝，38大洋一瓶。正所谓有酒有肉又有青山，有云有雾有佳人，贵点值了。  
第三天：本想一大早起来去看湖面上的雨雾，时间太紧有太累，一觉睡到8点，洗洗涮涮一番9点出发，直奔大九湖，开车15分钟就到了。  
大九湖简介：神农架  
大九湖国家湿地公园  
，位于湖北西北端大巴山脉东麓的神农架西南边陲，坐落于长江和汉水的分水岭上。在汉江流域的堵河上游，西南与重庆市巫山县、巫溪县接壤，东南是通向神农溪、大三峡的要冲，北与竹山、房县毗邻，素有"一脚踏三省六县"之说。总面积9320公顷，平均海拔1730米，属典型的亚高山沼泽型湿地气候。九湖坪四周高山环绕，最高峰2800米，形成一道天然屏障。在东西有九个大山梁，梁上森林密布，气势雄伟。山梁间九条小溪犹如九条玉带从云雾中飘舞下来。在这高山平原上也恰好有九个湖泊鳞光闪闪。大九湖由此而得名。大九湖既是木材基地，又是天然牧场。各种经济林木遍布山野，除金丝猴，华南虎等珍稀动物外，还建有人工养鹿场。  
大九湖里面是不让开车的，到了还需要单独买一张成车票，价格60每张，儿童凭学生证半价。需要做大约20分钟的景区公交，然后下车就有免费的小火车做了，小火车在每个景点都停车，15分钟一趟，很方便。  
大九湖国家森林公园  
免费的小火车  
风景如画  
风吹草低见牛羊  
遇到两只美丽的黑天鹅  
深不可测的沼泽湿地  
在大九湖游玩有一件非常重要的事要提醒大家，就是一定要打伞或者穿长袖，并涂抹防晒霜，我在这大半天就晒的受不了，这地方紫外线感觉比海南都厉害，当时晒后没什么感觉，第二天开始整个胳膊火辣辣的疼，碰都不敢碰，过了几天就像从非洲回来的，并且一周后开始脱皮，所以一定要做好防晒工作。  
这里曲径通幽，鸟语花香，仿佛置身世外，看繁华落去，听百鸟声鸣，赏一方天际，闻一林清净。  
看这个美女，魔鬼般的身材，修长的大腿，长而飘逸的头发，婀娜多姿，亭亭玉立，美艳若貂蝉。  
青山巍巍、河水漾漾，怎么感觉有点江南水乡的样子。  
在这山峦起伏的地方，竟有这么一大片花海。  
这是大九湖里的一个景点，就在花海的对面，带孩子的一定要去，门口有喂鹿的玉米，10元一包，这里的鹿非常亲近人，只要有吃的就围着你转，特别提醒一下，小鹿脾气暴躁，会踢人的，尽量不要逗，大鹿比较温顺。  
差不多游玩下来需要6个小时吧，游玩时建议不要老做小火车，大部分风景都在湖与湖之间的栈道上。当我们游玩出来已经4点了，还要开车奔赴宜昌。  
从大九湖到宜昌市约240公里，从大九湖去宜昌必走双神线这一段路至少有60公里全是山路，好在车不多，然后沿沿罗路上沪蓉高速行驶140公里到达宜昌市。我们在走双神线的路上无意中路过一个乡镇（我们以为是县城），经济发展看似较为发达，也是高楼林立，一问才知道是巴东县的一个乡镇，叫做官渡镇，主要以巴人后裔为主。在这里问了本地人当地人长去的饭店简单吃了一顿，名字叫“嫂子饭馆”，味道很好，特别是他们自己晒的腊肉，不像信阳那晒得比较干，属于烟熏后在晒的那种，同时还保留着一点水分。如果是5月-8月份你回家的路上建议带一块，如果接下来还有行程，建议你别买了，放在车里肯定会臭的，其他时间你想买一车都行。  
官渡镇（全国文明镇）  
辣椒荷心  
梅豆腊肉  
肉足饭饱之后，继续赶路，总共从大九湖到宜昌用了5个半小时，好在宾馆提前订好了，  
西屋假日  
酒店，离市区繁华区超级近，500米外各大商场，最主要的是这个地方是  
清江画廊  
和  
三峡人家  
的中间，先去哪边都方便。  
  
由于到这里太晚了，饭也不吃了，直接睡觉。第四天睡个懒觉，9点起床，赶上酒店走后一波自助餐，今天计划的去  
清江画廊  
，这可是每次上高速厕所里挂着画宣传的地方，宣传的堪比桂林山水。从酒店到清江画廊总共56公里，开车大约1个小时50分钟。  
清江画廊：风景区位于三峡·宜昌的  
长阳  
土家族自治县，涵盖  
隔河岩大坝  
以上至水布垭盐池温泉，沿清江一线的所有旅游景观及景区景点。当前重点打造的是  
倒影峡  
、  
仙人寨  
、  
武落钟离山  
等三大景点。清江画廊风景区属湖北省省级风景名胜区和旅游度假区，也是国家林业局批准建设的国家森林公园和湖北省旅游局命名的全省四大甲级旅游风景区之一。  
我们来到风景区的时候还淅淅沥沥的下着下雨，这个地方主要有  
倒影峡  
、  
仙人寨  
和舞落钟离山三个景点，分为A线和B线，A线包括以上三个景点，游玩需要５个小时，B线有倒影峡和仙人寨２个景点。我们去的时候由于是雨季，仙人寨已经封山路，有泥石流不允许上，以下是３各景点的介绍：  
倒影峡  
—清江的山水诗篇  
倒影峡是进入清江画廊风景区的第一个主要景点，其峡长５公里，以鱼游枝头鸟宿水的倒影著称，这里还有世界最大的天然弥勒佛。  
仙人寨——清江猕猴的乐园  
这里堪称动植物王国，走进  
仙人寨  
，人似寨中仙，相思仙人寨，千魂忘归来。  
武落钟离山  
——清江画廊画中画  
舞落钟离山是古代巴人廪君的出生之地，山上有  
向王庙  
、德济亭、石神台、巴人诞生之地赤黑儿穴、白虎石等景点。舞落钟离山是８００万土家儿女寻个机组的圣地。  
倒影峡中山倒影，瑶池疑落清江中。  
现在的钟离山上开发的有点过度，到处都是饭店。  
  
武落钟离山  
是武落山与钟离山的合称  
给大家解释一下为什么叫武落钟离山：武落钟离山又名“佷山”，因武落山就是五座山，或是一座有五个山峰的山。佷山有五个山峰，第一峰名"佷山包"，第二峰名"魁头山"。佷山原名五落山，"五"与"武"同音，后来就讹为"武落山"了。佷山东隔长杨溪有撞钟垴山，古传有鸣钟悬于其山，因其与清江北岸的佷山为长杨溪所隔离，故称"钟离山"。后来史家将武落山(即佷山)与撞钟垴山(即钟离山)总称为"武落钟离山"了。游玩过清江画廊还比较早大约四点钟就往宾馆赶了，还住在  
西屋假日  
酒店，明天要往相仿的方向去。  
回去的路上江面上烟雾飘渺，美不胜收  
云雾覆盖了整个江面，旁边的楼宇和山峦仿佛在空中漂浮，似仙境一般。  
江边垂钓的人们，这鱼绝对纯野生无污染，生活在江边幸福的人们呀。  
随后，便早早的赶回饭店。这么早回去当然是吃吃吃了，到酒店后放下行囊，直奔大洋百货，（紧挨着酒店呢），没想到在这里能遇到一家久违的非常好喝的酸奶店“一只酸奶牛”，这可是只有在四川才有的呀。  
酸奶紫米露（经典中的经典）  
大洋百货5楼都是饭店，特别推荐一家，秦妈火锅，店特别大，他家不仅光有火锅还有炒菜，特别是他家的烤鱼，一只大约4斤才68元超级划算，辣味鲜美，皮酥肉嫩。  
味香色俱全  
正宗的麻油鸡  
第五天的行程是去  
三峡人家  
，开车的朋友必须走三峡高速，这里提醒一下各位朋友，三峡高速要求必须办理通行证才能通过，办理通行证需要带身份证、驾驶证和保险卡，很多人都是没带保险卡，办理不了通行证。另外现在检查很严，直接把你的车牌号输入到了坝区系统里，过检查口的时候拍照显示你是否可通行，都是武警把守。  
到了三峡坝区一路上都是沿着江边走的，风景独好。  
三峡人家  
：  
三峡人家  
风景区，是国家AAAAA级旅游景区，湖北省宜昌市夷陵区西陵峡内，位于  
长江三峡  
中最为秀美壮丽的西陵峡境内，  
三峡大坝  
和  
葛洲坝  
之间，跨越秀丽的  
灯影峡  
两岸，面积14平方公里。  
三峡人家  
石牌之美，美在"湾急、石奇、谷幽、洞绝、泉甘"。景区包括  
灯影石  
、  
明月湾  
、灯影洞、石牌抗战纪念馆、  
石令牌  
、杨家溪、蛤蟆泉等景点。  
  
西陵长江大桥  
滚滚长江东逝水，浪花淘尽英雄。  
这猴子抢了孩子的红薯，还厉害得很。  
土家族传统的招亲节目  
但见长江送流水，白云一片去悠悠。  
孤帆远影碧空尽，唯见长江天际流。  
现在雨季水量大，过了雨季江面上也是一片碧绿。  
长江一帆远，落日五湖春。  
  
三峡人家  
就像一幅画，太美了，可谓青山巍巍、绿水漾漾，山山并肩、溪溪相连，这山、这水、这亭、这琴、这音就是一幅活生生的画卷。  
三峡人家  
分为  
水上人家  
和  
山上人家  
两个景区。刚才介绍的是水上人家的美景，接下来奉上山上人家的适境。  
这个山洞只有登到最上面才能从山上下来。站在洞口一阵阵凉风吹来，在这酷暑的天气里，真是冰爽至极。  
  
巴王寨  
议事堂  
巴望寨图腾  
古寨  
瞭望台  
  
巴王寨  
工匠铺  
看到这两边的门联没，这口气。  
这是上巴王宫路上的一家酒铺，他家的各种酒都可以免费尝一点，我就喝着他家的糯米酒好喝，土家人喝酒时候有一个习俗就是要喝摔碗酒，我就喝了他家的一碗，说实话是真便宜，但度数真的很高，如果你还想下山的话，建议酒量的大也就两碗吧，相信我一碗绝对能解你的忧愁。  
巴王宫里的各种古工艺品  
这个景点主要是人文景点，了解一下巴人部落的风土人情，山也不是很高，看过  
巴王寨  
就可以从太极猫洞下来了。也可以继续往上爬，巴人寨原始居民现在都已搬到山顶上居住了，想在山顶留宿的朋友要事先询问景区。  
落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色。回去路上江边的美景。  
说是正宗的清江洄鱼，也不知道真不真。吃着味道还可以，是在大众点评排名比较靠前的。  
这是我们入住最后一晚的酒店，要感谢朋友方海这么多天来的照顾，每一家酒店都很经济舒适。  
美好的时光总是短暂，今天是最后一天，要去看看我们祖国倾注了几代人的努力建成了的伟大工程“  
三峡大坝  
”。  
远观气势如此宏伟，近看势必万马奔腾。  
截流四方体，四面体可以分流江水的冲击力，抛入江底后不宜冲走，可有效提高龙口封堵的速度，在  
葛洲坝  
和三峡工程大奖截流中立下汗马功劳。  
三峡大坝五级船道中的一层  
三峡升船机是最新的过往船只升降航道，就好像我们的电梯，只是这种电梯技术难度极高，在全世界也仅有中国掌握该项技术。  
185米观景平台，185米水位线  
三峡截流用的大型施工机械  
伟大领袖毛主席的诗词《水调歌头·游泳》，是毛泽东在1956年巡视南方，三次畅游长江写下的词，该词描绘了1956年中国积极建设的现象，表达了毛泽东对中国人民建设祖国和改变山河的豪迈气概，体现出来毛泽东对未来景象的展望，也表达出了一桥贯通大江南北的历史意义。  
屈原祠  
在这里可以赛龙舟  
这个地方就是人文景观，没什么转的，三峡大坝分为AB套票，我们买的80元一张，包含5个景点，坝上温度至少40度以上，建议只买去大坝的票就可以了30元包括3个景点，5个景点转下来都下午2点了，就这样结束了6天愉快的行程，再往到郑州赶的路上，如果时间早的话，建议路过方城的去吃碗方城烩面，推荐方城烩面故事这家店，地道的很，下了高速口5分钟就到了。  
高汤熬制，油而不腻，面薄劲道，满口余香。  
烩羊肉，一个字，鲜。  
吃完已经晚上9点了，就赶紧往郑州赶，正常时间3个小时能到，由于高速事故，走了一段国道，到家已经将近凌晨1点了，第二天还要去上班。虽然时间很紧很累，但玩的很开心，孩子收获也很多，开阔了视野，增长了见识。在这里奉劝各位朋友们，只要有时间，带着家人多出去走走转转，钱什么时候都不是问题，穷的穷游，富的富游，不要总给自己找借口，单位少了你一样运转，地球少了你永远会转，关键是心态，等到你老的走不动了，再想想这些美好幸福的时光。余生很短，韶华易逝,光阴苒冉，年轻就要“以梦为马、不负昭华”。

评论：  
1.相对来说楼主你更喜欢拍人还是拍景呢？  
2.想去想去，一直想去的地方。看了楼主的游记更加想去了。  
3.感谢楼主分享呀~~有什么推荐的美食吗？吃货一枚尽想着吃了！

## 150.南滋北味相交会的台儿庄美食，快来开启你的逛吃旅行

https://you.ctrip.com/travels/taierzhuang143872/3728374.html

来源：携程

发表时间：2018-9-13

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
京杭大运河在  
台儿庄  
穿境而过，给台儿庄带来了坐商行贾的云集，带来了齐鲁文化、楚汉文化、伊斯兰文化、中原文化等不同地域文化融汇的机缘。  
正是这种多元文化的交融，成就了  
台儿庄  
“天下第一庄”的美名和“运河古城”的黄金名片，也使得南北各地菜系云集于此，成就了台儿庄南北交汇的风味饮食。  
所以，不管是北方人还是南方人，在  
台儿庄古城  
是肯定不愁找到自己喜欢的。更不用说像菜煎饼、运河石头大饼、黄花牛肉面、辣子鸡、羊肉汤这些具有浓郁特色的当地小吃，在  
台儿庄  
，南滋北味相融合的美食一定会让你的心和味蕾都充满愉悦。  
成为台儿庄人美食之一的还有黄花牛肉面。黄花牛肉面是南北饮食文化融合的成果，是大运河的恩施，北方人爱吃牛肉但不产黄花，南方人爱吃黄花但不爱牛肉，是大运河的渊源，给了江南江北饮食习俗融合的机缘。  
黄花牛肉面即精选上等焙干黄花菜，用冷水浸泡六七个小时，手工洗净捋成把儿，用刀切成寸断，备用。精选本地成年黄牛精肉，浸洗到水清，精刀切成厘米见方的肉丁，放到油锅里炒熟，加入佐料调味炖透。将黄牛大骨头洗净敲断放入冷水锅中文火炖煮15 个小时，熬成牛奶样的高汤。将精切的黄花、精炒的牛肉，配以十余种温胃暖中、理气通窍的名贵中药材和调味佐料一同汇入牛骨头高汤，继续炖煮，至汤、肉、菜、料完全融合，形成油而不腻、味感厚重、芬芳扑鼻的黄花牛肉汤。  
黄花牛肉面不仅口感清爽、味感厚重、余香绵长，而且对脾胃失和、气血阻滞具有良好的食疗作用。  
台儿庄古城  
辣子鸡，是当地名吃之一，亦是当地人酒席中必不可少的一道菜。在酒席中一般最后一道菜上辣子鸡，所以在台儿庄吃饭，如果你看到辣子鸡已经上桌，就说明菜已经上齐了。  
最好的辣子鸡是选用当年的黑腿红公鸡为主料。这种鸡肉味道鲜美，香嫩适口。辣椒必须选用枣庄台儿庄当地叫做望天猴的朝天椒，这种辣椒不像一般的辣椒灯笼一样挂在枝头，而无一例外朝天生长，因而得名。  
锅烧热放油，待油八成热时放入花椒，待花椒炸出香味稍稍变色时用漏勺捞出，然后放入八角、红辣椒，炸出香味后放入姜、切好的鸡块，迅速翻炒，待鸡肉变色后放醋、葱，继续翻炒，加入香叶、桂皮等调料，适当炒一会，就可以享用了。  
台儿庄古城  
辣子鸡，成名很早，相传在乾隆年间就已经在餐馆、酒店出现，成为独具特色的美食。一直到今日，枣庄甚至山东省内的其他城市处处可见“台儿庄辣子鸡”门店。  
游台儿庄古城，如果你不吃运河石头大饼那就太可惜了。运河石头大饼是将揉入各种佐料的饼胚放在燃烧的运河卵石上加工烙制而成的，因而得名为运河石头大饼。烤成的运河石头大饼，两面金黄，外酥里嫩，香脆可口，油香绕舌，百吃不厌。  
石头大饼被誉为运河文化的“食品活化石”，它的历史最早可以追溯到旧石器时代。  
台儿庄  
地理位置比较优越，有山有水，气候适宜，小麦种植历史悠久，据《峄县志》《台儿庄区志》记载：“本土一麦、菽、秫为大宗。”优质的食品原料为民间艺人制作石头大饼提供了有利条件，也使得面食成为运河两岸人的主食。  
石头大饼虽然看起来并不起眼，但是制作的每个环节、每道工序都是大有讲究。和面用的是百年的老引头，不同季节这引头与面粉的比例也要随时调整，在和面的过程中还要加入不同的材料。至于烤饼用的石头，是一种采自蒙阴的优质麦饭石，里面富含各种微量元素，在烤制的过程中，经过文火加工，能够被大饼充分地吸收，石头大饼的营养价值也因此而进一步地提高了，并且这些营养元素易被人体吸收。  
虽然是一张简单的大饼，但它的头衔儿可不少：山东省第三届、第四届“山东名小吃”，在全国非遗博览会上，还获得了“中华名小吃”称誉。如今更是研制出了甜味、咸味、五香等不同类别的品种，深受大家的喜爱。  
“人生，就像在枣庄台儿庄吃了一个塌菜煎饼一个菜煎饼，有的人百吃不厌。有的人就算是鸡蛋吊皮再加火腿肠和肉，还是吃不惯。人生就是这样，萝卜青菜，各有所爱。不要羡慕别人，过好自己的每一天……”  
枣庄是一个有着浓厚文化积淀的礼仪之地，枣庄人们热情好客，性格豪爽，菜煎饼在枣庄饮食文化的不断改进下，发展成了一种受人欢迎的特色美食，它是以鲁南地区煎饼为主料，配以种种蔬菜煎烤而成。老少兼宜，俗称“中国热狗”。既可作宴席食品，也可作普通家庭便饭。制作简便快捷且营养富余，色香味浓，最合适快节奏劳动人民的即时快餐！  
菜煎饼大体制作要领是：在烘烤的平锅上，摊进薄面糊，稍干后抹一层搅拌鸡蛋，熟后揭下备用。而后再制作一张煎饼，摊进事后调制的青菜馅（菜馅可用蔬菜，白菜，韭菜，菠菜，瓜类，萝卜，芹菜等，配以粉条，豆腐亦可，依个别口味定，加进五香粉，麻油，盐等佐料），上面再封闭摊好的煎饼，翻几下，折叠后切块，即可食用！  
《本草纲目》：“羊者，祥也”。羊肉大热大补，具有补中益气，安神止惊，开胃健力，壮阳益肾，消渴利水之功效，食之可延年益寿。 长腿白公山羊为枣庄所特有，是欧洲奶山羊与当地白山羊杂交之后，肉质细嫩，膻味轻微，是羊肉汤的首选原料。  
其中，“仙人洞三道汤”独树一帜，形成于康乾盛世，又称作“盛世羊肉汤”，被乾隆誉为“天下第一汤”。  
当然还有很多很多  
台儿庄的美食  
运河鲤鱼、枣庄脆皮鸡  
冯家驴肉、张家脆皮鸡  
……  
快来台儿庄古城  
开启逛吃逛吃的旅行吧！

评论：  
1.看的我都心动了，本来打算今年八月份去的，但是在纠结自由行还是跟团，有自由行的一起吗？  
2.支持你哦。继续更新吧！  
3.看你的游记勾起回忆啦，回头再走一遍！

## 151.2018年夏神农架恩施之行住宿篇

https://you.ctrip.com/travels/shennongjia147/3728382.html

来源：携程

发表时间：2018-9-13

天数：10 天

游玩时间：8 月

人均花费：4500 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
和找车相比，找地方住实在要简单得多！  
先来说  
神农架  
地区的住宿。  
基本上，在  
神农架  
旅行会有两个落脚点。一个就是木鱼镇，另一个是大九湖所在的坪阡古镇。  
木鱼镇的热闹程度实在是非凡的。班车开进木鱼镇，只见街道两侧除了吃饭的就是住宿的，间隔有几间卖当地土特产的小店。  
因此，即使旅游旺季，来到木鱼镇，也不用太担心住宿。  
我们到木鱼镇那天，吃完晚饭已经9点多了，回旅店的路上，看到好多客栈还挂着“今日有房”的牌子，可见木鱼镇有巨大的接待能力。  
虽说不用太为住宿担心，但是旅游旺季大家也要做好价高质次的思想准备。  
我们在美团上订的木鱼镇住宿，350元一晚，房间很小，设施也很简陋，除了还算干净以外，找不出别的亮点。  
听人说，这样的房间要在平时也就70-80一晚吧！  
像这样的，我觉得还算可以忍的。毕竟每年旅行旺季也就五一国庆再加个暑假，旅店老板们此时不抬价更待何时？  
但是像龙泉山庄这种做法的，就属于我无法忍受的了。  
这家客栈是我们拜托包车司机钱师傅给介绍的。  
说实话他家的房间和设施比我们之前住的那家确实要好些，但问题是，这家客栈的1楼房间全都对着一个院子，这个院子看上去像是被废弃了的那种，堆满了垃圾。  
因此，我们4个1楼房间的窗外都是破烂，根本无法开窗。  
其中，我家老太太住的那间面积小不说，开门进去就看到窗户上爬着各种大个头的虫子。  
我们想换个房间，但老板说没房了，让服务员来解决。  
那笨蛋服务员情商低得居然和我家老太太说：  
这些都是益虫，就算被咬一口也没事的。  
老太太气死了，她说我是付了钱来你家住宿的，不是来被虫咬的！  
我们又去找老板理论。  
老板的态度更加蛮横，和我们说，你们不满意可以退房呀，退了房我挂到网上去卖，能卖更高！  
老太太一听就更气了，二话不说，背起包就到街对面找别的客栈去了。  
他们根本不了解我家老太太。老太太年轻时可是一个人走南闯北，外号“大姐大”的主啊！遇到这种事，搁以前，绝对要拍桌子翻台子的。  
我们当然不愿意老太太和我们分开住，就把她给劝回来了。不过，她还真的找到住处了，价格比龙泉山庄便宜了一半。不过只剩下一间房，如果有多一间，我们直接退房搬家。  
这时候，我们准备动之以情晓之以理地再和老板谈一次。  
做生意嘛都和气生财，大家让一步不就好了嘛！  
这轮谈判，老板态度倒是软下来了。我估计是天晚了，就算我们退房，他再挂到网上去卖，也未必能卖出个好价钱，能不能卖出去都是个问题呢！  
最后的结果就是老太太的那间房间在原来价格的基础上便宜50块钱，其它3间维持原价。  
按理说，这样处理是大家都让了一步的结果，也还算满意。  
退50元钱的时候，我听见老板说要和我们的司机钱师傅说一下这个事，毕竟我们是他介绍来的。  
但没想到的是，晚饭的时候碰到钱师傅，我们两边一对，那龙泉山庄的老板竟然和钱师傅说我们4间房每间都退了50，共退了200。  
怪不得钱师傅看上去不太高兴，他还以为他好心替我们找房间，我们却在搞事情！  
我们立马和钱师傅澄清了事情的真相，并且建议他以后客人有住宿需求，不要推荐这家。  
第一，老板为人不诚信，胡话连篇。  
第二，老板心态不好，损失一定要从其它地方找补。  
他和钱师傅说总共退了200，我猜就是为了少给返点，把退的50元从钱师傅身上补回来。  
第三，老板态度很差，很难说话。  
这一点我建议大家到携程上去看看他们对客人留言的回复就知道了。  
以上三点也是我给旅友的建议。  
在住宿问题上如何避坑？  
很简单，两个方法。  
一，找口碑好的，别人推荐过的。  
二，躲避那些口碑烂的。  
第一种方法未必始终有效，毕竟众口难调。  
一个人说好，未必人人都觉得好。  
第二种方法，胜率更高。  
但凡有人差评的，总是有原因的。  
避免选择那些差的，那么剩下的就是好的。  
再说，木鱼镇住宿何其多，何必找它这一家呢？  
行程篇发布后，有朋友就问我：大九湖那么美，你怎么不住在大九湖呢？  
不是我不想住，是大九湖现在根本不让住了。  
我也很无奈啊！  
大九湖景区里是有个镇子的，原来游客可以住在那里。但现在，可能是为了环境保护或者别的原因，整个镇子都被搬迁到山脚下的坪阡古镇。  
所以，现在，当我们说住到大九湖去时，说的其实就是这个坪阡古镇。  
坪阡古镇，别看它名字里有个“古”字，其实是个新镇，全新造的那种。  
它和木鱼镇风格完全不同。  
木鱼镇是那种野蛮生长，还长得毫无章法的集镇。房子各种姿态，有新有旧，有大有小，还有在开发的楼盘。  
坪阡古镇一看就是经过整体规划的小镇。一条小河流将主干道一分为二，道路宽敞，建筑统一。我不禁由衷地感叹这是个多么整齐划一的小镇啊！  
坪阡古镇和木鱼镇一样，满大街吃饭和住宿的地儿。所以，坪阡古镇的住宿也不用担心，我倒是建议大家去的时候可以多找几家对比对比，而且可以往街深处走一走。也就是说不要仅仅靠着主干道找，还有很多店在里面几条街上，性价比会更高。  
我们当时偷懒，没再费脚力去找住宿，而是直接住到吃饭的饭店楼上。房间倒是很大，但是卫生实在不敢恭维，价格也不算便宜。  
出门在外也就只好睁一只眼闭一只眼了。  
还有一点需要提醒的是，如果想离大九湖游客中心近一点，也就是说离坐大九湖的景交车近一点，那么可以考虑尽量住到镇子的西头，否则还要再开车过去，停车又是个麻烦事儿。  
和  
神农架  
相比，  
恩施  
地区的住宿倒是性价比高出了一截。  
先说  
利川  
。  
去  
利川  
主要是为了  
腾龙洞  
，而腾龙洞离利川市只有6公里，和离  
恩施  
动辄几十公里的其它几大景点相比，腾龙洞相当于就在利川市内了。  
既然这样，那我当然要住的离  
腾龙洞  
近一点，更近一点。  
网上找了一圈，订了城市便捷酒店。  
被  
神农架  
差强人意且乡土气息浓厚的酒店熏陶了几天后，一入住城市便捷，立马觉得高大上起来！  
虽然属于快捷酒店，但城市便捷房间宽敞，整体装修风格走简约路线，时尚、典雅、干净，深得我心。  
比起  
神农架  
私人酒店种种反人性设计，专业酒店呈现出来的风格和易用性，值得称道。  
我订的城市便捷是  
利川  
腾龙大道店，最大的好处是它位于利川市区通往  
腾龙洞  
的毕经之路上。  
从酒店走路7、8分钟就能到达腾龙洞游客服务中心，门口有免费公交车直接送到景区入口，非常方便。  
我们在  
恩施  
要住三天，是这次旅途单点住宿时间最长的城市。  
住那么长时间，自然要好好地找一家酒店。  
本来根据网上游客的推荐，我预订了女儿城的客栈。女儿城里住宿地方很多，但是暑期价格都偏贵，没有300以下的房间，我订的每间在400元左右，两间就是800块。  
后来我在途家看到恩施有很多民宿可供选择，价格便宜，设施也很不错。像我之后订的民宿，3房2厅2卫的格局，一天价格500出头。  
这种房型我们一行4大1小完全住得下，和女儿城的客栈相比，划算了好多。  
于是，我取消了女儿城的订单，预定了位于施南古城的民宿。  
到了当地后，我发现这个决定无比正确。  
不知道网上为啥有那么多人推荐住在女儿城。当然，女儿城也没啥不好，如果你喜欢住在上海城隍庙，北京王府井，武汉汉正街，那我觉得女儿城可能也很适合你。  
女儿城吃住确实很方便，但是，我个人觉得缺点在于，一来，太过热闹估计晚上有点吵，二来，出入不便。  
出入不便是最大的问题，进女儿城还有出租车去，但是出女儿城，就要走好远的路才能打到车，或者你能接受一口价也行。  
我订的民宿在网上叫做”邂逅丽江“，位于施南古镇里面一个叫”民族花园“的小区。  
施南古镇其实也不是什么正儿八经的的古镇。我发现神农架也好，恩施也罢，他们那里叫古镇的地方，其实一点都不古，完完全全是新建的。  
你把它仅仅理解成一个地点，而不是一个景点，更符合实际情况。  
施南古镇离清江倒是不远，可以徒步走到风雨桥。我们就曾从风雨桥走回来过，大概用时1小时吧，适合饭后散步走一走。  
恩施政府造这么个施南古镇，大概也是想把她打造成类似女儿城的所在，只不过目前无论从名气还是面积上来讲，都比不上女儿城，所以，这块地方相对就安静很多。  
民族花园是个商业楼盘，小区挺大，环境也不错。  
小区门口的超市从蔬菜到活鱼都有得卖，附近的居民全在那里买菜，每天都生意兴隆的样子。  
我就搞不懂，现在好多超市业零售业都在叫嚣”新零售“，可我到现在都没搞清楚什么是”新零售“？  
按我说，甭管新零售旧零售，能解决人们生活痛点的就是好零售。  
什么是痛点？买菜就是痛点啊！  
据我观察，撇开那些有的没的概念，但凡能劈出一块地方好好卖菜的超市，生意都很好。  
我们也在那里买菜，还买了两天的菜。  
住民宿最大的好处是什么？  
就是可以自己买菜做饭。  
在恩施，我们除了第一天晚上是去张关合渣吃的，其它两天都自己做饭。  
厨房里配备齐全，尤其锅碗瓢盆足够用，油盐酱醋也有。我们用掉一点，又买了一点，留给之后入住的客人使用。  
感谢队伍里的中华料理小能手。第一天晚饭给大家做了排骨，第二天又做了鱼。早饭不仅有粥喝还有油炸馒头吃，实在吃得太妥帖太开心了。  
所以，怎样让旅途更完美？  
法门就是带上料理小能手住民宿啊！  
住民宿的第二大好处是什么呢？  
就是可以洗衣服晾衣服。  
洗衣服晾衣服是普通酒店的一大痛点。不是洗的衣服没处晾，就是晾了没法干，因此，旅途中只住一天的地方基本就没法洗衣服。  
但是民宿能很好地解决这个痛点。  
我们住的民宿配备了洗衣机，还有个工作阳台可以晾衣服。晚上洗的衣服，第二天一早就会干，实在不能更完美了。  
不得不说，虽然民宿老板推荐的司机很烂，但是他的民宿确实很棒！  
这套名叫“邂逅丽江”的民宿无论从硬装还是软装上，都为客人提供了很好的舒适度和易用性。  
住了三天，也就发现了两个小问题吧！  
第一，无线网络信号覆盖面不够广，导致最里面的主卧经常连不上无线网络，需要开流量上网。  
第二，一个燃热水器覆盖了两个卫生间和一间厨房。夏天没问题，但是冬天的话，怕是同时洗澡做饭，热水会供应不上。  
现如今，住宿形态正变得越来越多样化！人们完全可以根据自己的需求，选择合适的住宿场所，比如传统的酒店，特色民宿，或者我们住的这种属于城市公寓类的民宿。  
这算不算社会进步的一种表现呢？  
我个人觉得有选择总比没选择好，选择多总比选择少好。  
总之，能够丰俭随意，各取所需的社会好过整齐划一的年代。  
未完待续。。。  
若想获取更好的阅读体验，欢迎订阅个人公众号“妈妈是怎样炼成的”  
公众号ID：franceswu76

评论：  
1.等不忙了一定要去一次，认真学习一下先。  
2.顶顶~楼主等着你后面继续发别的游记哦！  
3.也曾经去过一次，整体感觉也还是可以的。但是没有再去一次的冲动了。

## 152.4天3晚游恩施

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3728407.html

来源：携程

发表时间：2018-9-13

天数：4 天

游玩时间：7 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，半自由行

旅游路线：腾龙洞，恩施，恩施土司城，石门河，恩施大峡谷，大峡谷，七星寨景区，一炷香

正文：  
4天3晚  
游恩施  
开始了

评论：  
1.lz要是要省点钱的话，有哪些地方可以稍微节约点的么？  
2.这篇游记很不错，值得我参考，就是不知道带着两个孩子去能不能吃得消。  
3.支持一下~楼主棒棒哒，如果再多一点美图，那简直是大作

## 153.让时光慢下来 · 恩施小众旅游目的地——龙马风情小镇

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3728820.html

来源：携程

发表时间：2018-9-14

天数：2 天

游玩时间：9 月

人均花费：400 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自驾，自由行，小资，周末游

旅游路线：

正文：  
一、简介  
龙马风情小镇距离  
恩施自驾  
路程35公里，武汉联投投资了5亿多建设。李克强曾经两次来到这里关心过当地的扶贫工作。  
小镇里风景秀丽，有民族特色建筑，可以钓鱼、滑索、看书、，还有特色的西兰卡普文创馆，酒店、餐饮和会议室也不错。  
二、看看这里美丽的风景吧  
湖水清澈见底。  
三、很喜欢的西兰卡普文创馆  
这个小包35块钱，很可爱。  
还有西兰卡普的编织机，手巧的可以试试~  
四、酒店、咖啡书馆、和其他  
酒店的落地窗，价格两三百吧好像，想在这住一周有木有~  
还可以在咖啡馆里来一杯果茶，静静地看书一下午，惬意~~~  
现在真的还有人买这种框框吗？但是看到认真编织的老人，心里充满感动~时光一下子就慢了下来，谢谢你~  
相亲榜，真的有好多人留电话。。。。你要不要来试试。。。  
有两个会议室，一大一小，生日会啥的可以选择。  
钓鱼池，有时候会有比赛，好像今年十月份会有~~~  
敝人啦~~~~穿着冲锋衣和凉鞋~~~~

评论：  
1.好  
2.跟朋友开车去的  
3.意义？  
4.不仅仅只是看风景发感叹，要有意义的说~  
5.楼主是一个人去的吗？要是照片可以多发几张就好了哟。  
6.楼主可以多多上传图片吗？造福一下暂时去不了的我吧

## 154.灯戏茶乡——恩施洞下槽村两日游

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3728724.html

来源：携程

发表时间：2018-9-14

天数：2 天

游玩时间：9 月

人均花费：300 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自驾，自由行，周末游

旅游路线：恩施

正文：  
洞下槽村距离  
恩施  
市32公里，这里有国家级非物质文化遗产恩施灯戏班子和传承人，这里也是国家级非物质文化遗产恩施玉露的茶叶产地，“美丽乡村”等一系列名号更是不必说。  
1、说说灯戏  
恩施灯戏早已经和洞下槽村联系在一起，百度搜恩施灯戏出来的就是在洞下槽村的活态传承。孟永香的唱腔功底最扎实，许多灯戏班子都是她带出来的，有正式弟子30多人。村里经常会有灯戏经典曲目展演，我就记住了《雪山放羊》。。。  
2、说说恩施玉露  
恩施的好茶叶不少，  
建始  
的马坡茶、  
利川  
红、恩施玉露。。。都天然富硒养生。山里来一杯恩施玉露，据了解恩施玉露一半的茶叶都产自这里。  
茶园天路，去的时候还在修，但是真的很漂亮。。。  
来品杯茶吧，，好像还可以住在茶园里。很惬意。。  
3、说说住宿  
湖边的小木屋，清幽干净~~~绝对超值。。。

评论：  
1.楼主可以再多发点图片么？  
2.顶顶~楼主等着你再丰富一些图片呢，加油噢  
3.美丽的照片这种东西，那当然是多多益善啊，照片才能更直接的了解美景哟

## 155.走进恩施大峡谷，探秘神农架

https://you.ctrip.com/travels/shennongjia147/3729092.html

来源：携程

发表时间：2018-9-16

天数：7 天

游玩时间：9 月

人均花费：4000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，跟团

旅游路线：恩施，石门河，恩施大峡谷，神农架，清江大峡谷，神农谷，神农顶，板壁岩，天生桥，一炷香，彩虹瀑布，神农祭坛

正文：  
2018年9月5日，受我的老师之邀，从  
北京西站  
出发乘火车前往湖北  
恩施  
，开启了游览  
石门河  
、  
恩施大峡谷  
和  
神农架  
景区之旅。  
我们一行十个人，平均年龄72岁，是个实实在在的夕阳红团，也是开心快乐”和谐号”。  
我们到达湖北恩施后，地接导游是个学旅游管理的大学生。她在接团前就仔细看了我们十个人的相关信息，记住了我们每个人的姓名和年龄，所以接团后一上车就把自己比为我们这些人的亲孙女，在恩施游览期间一路细致入微的关照，方方面面的照顾，每天都忙上忙下的。  
我们游览的第一个景点是石门河景区，石门河景区位于湖北恩施  
建始  
县高坪镇，是近几年不断建设开发完善，成为了4A级景区，景区是典型的喀斯特地貌特征，集“幽、险、奇、秀、古”于一体，她与百慕大三角、埃及金字塔、珠穆朗玛峰、中国黄山同处于北纬30度线上。景区内有约200多个景点。绝壁古洞，漫道雄关，蟒藤古树，鸟语花香，游览景区有穿越时空之感。可惜我们一进景区没多久就下起了雨，雨下的时大时小，为了安全起见景区采取了闭园措施，我们只能一路听着湍急的滔滔流水声，紧赶慢赶的走出景区，没能好好欣赏景区之美。  
游览恩施大峡谷是此次行程的重点之一，恩施大峡谷位于湖北省恩施市境内，是  
清江大峡谷  
中的一段，峡谷全长108公里，面积达300平方公里，是国家5A级旅游景区。峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。其壮观的景色被有的专家誉为和美国的科罗拉多大峡谷难分伯仲。我们坐缆车登上景区入口，从下缆车处开始还需有三座山攀登，我们中的几位七八十岁的男士，为了更好欣赏和拍照，不坐滑竿，硬是沿着盘山步道爬上爬下的走满全程直至到下行电梯处。跟他们比我真是自愧不如，有几次我都差点放弃爬山想跟其他人一起坐滑竿了，他们可是七八十岁的年长者呀，只见他们几位身板挺直，步履稳健，边走边拍照，一路谈笑风生。引得游人对他们不住的赞叹。跟他们一路前行真的很让我敬佩。我们也真是幸运，天空作美，雨后的大峡谷，犹如仙境般的袅袅云雾，笼罩着奇峰异景，云雾在山间穿行，时聚时散，形成独特的云海景观，真是美啊！正当我们与坐滑竿的人汇合在一个平台休息时，意外捡到一个手机，手机满是韩文，好容易在通讯录中找到一个中文名字，用英文发信息告知，请机主速回复，这正是刚离开平台不久已下山的韩国游客，当韩国游客拿到手机后充满了感激之情。我们走出大峡谷，回望这奇峰异景百里画廊，累并快乐着。  
在恩施还游览了近些年建造的土司城和女儿国人文景观，其中的土司城属全国唯一一座规模最大、工程最宏伟、风格最独特、景观最靓丽的土家族地区土司文化标志性工程。该城于2002年建成开放的。这座仿古土司庄园建筑群，旨在再现土家族地区土司时期的政治、经济和文化，反映土家族的历史渊源，展示土家族古老而淳厚的民风民俗。女儿国也是2013年建造完成的，集餐饮、娱乐、购物、展现民间民俗文化、手工艺等多项功能的商业街，大多是仿古建筑和特色的吊脚楼等。  
从恩施乘高铁到了宜昌，走进了令人十分向往，充满神秘色彩的神农架景区。神农架因华夏始祖炎帝神农氏在此架木为梯，采尝百草，救民疾夭，教民稼穑而得名。神农架有“华中屋脊”之称，平均海拔1700米，最高处达3105米。提起神农架，人们不能不想到“野人”。从古至今，大量的关于野人的记载和野人的传说让人难辨真伪，1963年后才有部分林区对外开放。进景区必须坐林区的摆渡车，然后一个景点一个景点的游览，游览的较为轻松。进了景区体感温度越来越冷，在  
神农谷  
和  
神农顶  
景区看到不少人都是长短羽绒服穿着，真让人羡慕。看网上介绍，神农架气温偏凉而且多雨，年平均气温为12℃，海拔每上升100米，气温低1度，季节相差3~4天。所以我们越往上走越感觉冷。在整个景区内我们先后游览了金丝猴保护与研究基地、神农谷、神农顶、  
板壁岩  
、炎帝神农文化园、  
天生桥  
、大九湖等等主要景点。神农架景区一年四季都有其独特的景色。神农架的游览让我们心旷神怡流连忘返，我们这个十人团，大都是走南闯北，国际国内，浏览过无数个壮美景色的，来到神农架仍然是赞不绝口，真是不虚此行。  
结束了这次湖北著名景区的游览，真是意犹未尽，回味着这些比我大一二十岁有着丰厚的阅历、渊博的学识、不断的进取和不老的心态的大哥大姐们，和他们几天的同游同乐开心至极，他们是我的榜样！希望这样的开心快乐“和谐号”继续远航。  
P8.云龙地缝中的  
彩虹瀑布  
P11.神农谷  
P13.天生桥  
P14.  
神农祭坛

评论：  
1.想去这里呢，先看看你的游记感受下。  
2.我想细细的了解这个地方的美丽，可以多放些好看的照片吗？楼主  
3.楼主码字辛苦啦，还有更多照片分享吗？

## 156.七层洞穴，地心漂流：北纬30°上的地心环游记

https://you.ctrip.com/travels/xianfeng2720/3731500.html

来源：携程

发表时间：2018-9-21

天数：4 天

游玩时间：9 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自由行

旅游路线：咸丰，中国地心第一漂

正文：  
人类文明的发展总是依河而居，恩施州咸丰县的土苗人也不例外。唐崖河从远古的时代走来，作为  
咸丰  
人的母亲河，她承载着土苗人的激情与梦想，孕育了丰富多彩的土司文化。  
咸丰，中国唯一与皇帝帝号同名的地方。唐崖河风景区便位于咸丰县的黄金洞乡，是中国最大的原生态土司文化旅游区。 没来黄金洞之前，对于土家文化的认识，仅限于影视剧里的模糊印象。比如曾经在黄金洞拍摄的电视剧《血盟》里，俏丽的绣花围腰，叮咚作响的银器饰品以及肥头大耳的土司王。到了黄金洞景区，我对这一方水土才有了重新认识。  
七层洞穴大厦：低调奢华有内涵  
若不是黄金洞景区标志，你很难想象得到眼前的大山下是一座洞洞相连、山水循环的七层洞穴大厦，更想象不到上亿年前这里曾经在海洋的深处。沧海桑田，世事变迁。  
从中洞进来，是一个高一百多米的大厅，导游说我们此刻正站在第三层洞穴的洞口。向上看，巨大的岩溶洞穴裸露着真实的皮肤；向里望去，幽深宏阔的洞内在霓虹闪烁下更加神秘。向下看，百丈悬崖下一泓碧绿的河水潺潺流动。一时间，它的气势，它的深邃，给了我强大的眩晕感。在时空错落中，分不清方向，看不透古今。  
跟随着导游的讲解，一步步走进洞里，在盘根错节中，去寻找时光背后的印记。黄金洞的魅力在我看来并不像它的名字那样金光闪闪，我对它的评价用一句话来形容就是“低调奢华有内涵”。  
黄金洞在历史上叫做黑洞，据中外洞穴专家考证，这个洞穴形成于侏罗纪以前，迄今已有1.5亿年。洞口有一尊太上老君的神像，据说火药里的成分——硝的发明便是太上老君在此炼丹时发现的。这个洞历史也曾叫做硝洞，太上老君是否在此炼丹没有备案，但清代以来在这里熬制硝筋倒是有据可查。如今洞内还有120多处“硝坑”面积达20多万平方米的“火药遗址群”，堪称世界洞硝场之最。  
黄金洞主洞已探明长度为8000米，共7层，岔洞不计其数，若不是用心观察标识，很容易迷失在这些洞穴里。黄金洞至今仍有四层主洞尚未开发。大大小小的洞内，石笋林立，千姿百态，已命名景点200余个。走在洞里，高低起伏，遇水架桥，曲径通幽，神秘莫测。走进黄金洞，就像走进了一个巨大的迷宫，又像是在阅读一部厚重的历史书籍。每一处石壁，每一池流水，都是历史的遗存。  
如果说黄金洞的风景是低调有内涵，那么这“六个之最”便是它的奢华之处。这个洞穴是唯一有七层洞穴的洞穴大厦，拥有最大的地下大峡谷，面积最大的地下钙化池，最大的火药工坊遗址群，最长的洞中观光索桥，以及绝无仅有的洞内多层漂流水系。  
在霓虹闪烁下，黄金洞里发着幽幽的光。当年的土司把金银珠宝藏于洞中，曾经的土匪在这里坐上头把交椅。这里上演过多少惊心的故事，娃娃鱼，钟乳石，地心深处，还有多少秘密等待着人类去挖掘……  
世界地心大漂流：感受神奇中国第一漂  
漂流成了很多山水景区的标配，但是黄金洞景区的漂流却给人不一样的体验。  
一般漂流都在明处，阳光下体验漂流的惊险刺激。黄金洞漂流的神奇所在就是不仅让你体验阳光下的惬意，还会给你地心环游记般的梦幻感觉。  
唐崖河倒流三千八百里，与乌江会合后，在涪陵流入长江。  
中国地心第一漂  
就位于神奇倒流的唐崖河上游。作为古冰川故道的唐崖河，曾经是土司活跃的居所。在这俊秀的峡谷漂流，一边欣赏两岸风光，一边畅想土家的风土人情。  
漂流全程六公里，地上四公里激情闯滩，地心两公里梦幻穿洞。在这两个小时里一路由明到暗，再由暗到明，经历这世界上最大的地心漂流，心情变化万千，像是经历了一次梦幻奇遇。  
麻柳村：中国中部最后的香格里拉  
体验完惊险刺激的地心大漂流，自然要安抚一下受到惊吓的小心脏。湖北第一羌寨——麻柳村的吊脚楼和茶园给你的是另一番风情。  
麻柳村距离黄金洞漂流起点处不到四公里的车程，坐上观光小火车，穿行在原始古朴的村寨里，山脚下吊脚楼里飘起的那一片炊烟，小娃娃在妈妈背篓里的那一回眸，巷口特色小吃飘出的那一缕香气。瞬间让你的心柔软明亮起来。好想让小火车开得慢些再慢些，好想匀出一段时光虚掷在这乡村茶园里。  
吊脚楼背依着青山，溪水环绕在屋后，门前是碧绿整齐的茶园，茶园里行走的是背着竹篓回家的采茶女。此时已近黄昏，吊脚楼上那黛青色的瓦、深红色的柱，在斜阳下熠熠生辉。

评论：  
1.一个人去这里的话有什么特别要注意的地方么？  
2.我去了之后没写游记，楼主到是圆了我一个心愿呢！  
3.我觉得楼主的游记差一点就能成为美图呢！楼主还不赶紧加加油~~

## 157.来嘛，妹娃儿带你去寻《龙船调》里的那条河

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3731501.html

来源：携程

发表时间：2018-9-21

天数：4 天

游玩时间：9 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：美食，摄影，自由行，邮轮

旅游路线：恩施，恩施大峡谷

正文：  
“正月是新年哪咿哟喂，妹娃子去拜年哪喂！  
金哪银儿梭银哪银儿梭！阳雀叫哇咿呀喂子哟，那个咿呀喂子哟！  
妹娃要过河哇，哪个来推我嘛？”  
“我就来推你嘛！”  
“艄公你把舵扳哪！”  
“妹娃儿请上啊船！”  
……  
活泼俏丽的妹娃儿回娘家时途经渡口，请艄公摆渡过河，一唱一答中鲜明生动的情景如在眼前。山歌，是一个民族的精神IP。这首脍炙人口的民歌载着鄂西南土家人对爱情与生命的礼赞，一代代传唱在人们心中。这首起源于民间的《龙船调》由多少土家子女的深情传唱过，恐怕只有这绵绵清江水记得。  
从清代初期，  
恩施  
土家族人民每到逢年过节，都会举行傩事活动，一边观灯，一边唱歌跳舞。彩龙船上总会响起一首首动听的民歌。有些民歌经久不衰， 成为民族金曲。  
这首《龙船调》由著名歌唱家宋祖英唱到了世界音乐之都维纳金色大厅，唱到了悉尼歌剧院，唱到了世界人民的心中 。“妹娃要过河，哪个来推我嘛”，这一推，就向世人推出了美丽的大清江风景。  
清江全长八百里，是长江在湖北境内的第二大支流。清江古称夷水，《水经注》称：“夷水，即艮山清江也。水色清照十丈，分沙石。蜀人见其澄清，因名清江也。” 清江自西向东横贯恩施土家苗族自治州，哺育了世世代代土家儿女，被称为“土家人”的母亲河。  
清江时而潜伏地心，时而激荡明崖，一路奔流到恩施，像一个人到中年的男人，性情趋见宽广深沉。大清江国际旅游度假区就是清江最美、最具原生态特色的河段，它全长87公里，全程分为红花峡、千瀑峡、蝴蝶峡三个峡段。  
上了景区的轮船，首先被船上的设施惊到了，游船上功能齐全， VIP大包房、KTV包房、普通包房、棋牌室、多功能会议厅、会议观景室、阳光观景台一应俱全。坐在包房的沙发上，喝着恩施玉露茶，听着音响里的景点解说，窗外群峰竞秀，碧波荡漾，心中也荡起层层的波。  
船游大清江，往返五个小时的时间都在船上，这也是我最安逸的一次旅行。红花峡到了，这片神秘的石林竟然存在了一个多亿，被专家学者赞美为“稀缺性地质博物馆”。虽然不能去攀登，但望着眼前形态各异的石林，也能想象得到它的神奇。  
一缕缕瀑布从石壁中落下来，与巍峨的大山相比，更显得柔美细腻。这是“清江十景之一”的千瀑峡，雨水丰沛时期，这里处处都是流泉飞瀑。  
我最喜欢的是蝴蝶峡，不仅因为它是恩施大清江风景区的标志性景点，而且还有一个土家族的美丽传说。  
土家族，历史上称作巴人。相传，远古的时候，土家族的祖先巴务相被推为五姓部落的酋领，称为"廪君"。巴氏廪君为了扩大势力，率领五姓沿清江向西发展，在盐阳，和盐阳女部落首领发生了一段爱情故事。  
相传廪君西征经过盐池时，盐池女神化蝴蝶挽留他，希望在这个鱼米之乡和他永结为好。廪君雄心勃勃，虽然他对美丽的盐池女神也心生爱慕，但这里并不是他理想中的部落栖息地。为了部族的利益，他还是决定西行。盐池女神为了挽留巴务相，白天就化作七尺彩蝶，带领着盐池部落化成的蝴蝶遮住阳光，只是天空一片昏暗，巴务相迷失了前进的方向，如此七天七夜之后，巴务相终于被盐池女神的痴情感动，就和盐池女神结为夫妻，开始了一段幸福安宁的生活。  
清江水流永不歇，恩施民间故事多。《龙船调》不仅是一首脍炙人口的世界民歌，也是  
恩施大峡谷  
景区向世界人民演绎的一出大戏。这出大戏，也是一个感天动地的爱情故事。龙船调剧场是世界上最大的峡谷实景剧场；剧场中的土司楼，是世界上以风雨廊桥形式建立的最大土家吊脚楼建筑；剧情中有全世界跨度最大的开河系统，河道开裂后，流水瀑布骤然出现在观众眼前，戏中的妹娃儿最终赢得了自己的爱情。  
悠悠清江水，脉脉儿女情。  
船往前面走，岸向后面移，两侧的石峰像连环画一样一帧帧精彩不断，每一座山峰都姿态各异。站在甲板上，水面上吹来凉爽的风，在这瑰丽的山水间，好想高歌一曲。  
此时甲板上真的响起了激昂的歌声，“没有共产党就没有新中国……”，一群游客在甲板上自发地唱起了红歌。伴随着手风琴欢快的曲调，大合唱感染了在场的每一个人。  
“一条大河波浪宽，风吹稻花香两岸……若是那豺狼来了，迎接他的有猎枪……”。船上的  
日本旅游  
团也跟着鼓起了掌。不知道他们是否听懂了歌词的内涵，但是此时此刻，我发自内心的为我们的祖国骄傲。从充满乡土味儿的《龙船调》到船上激昂的红歌，同样是一条清江河，已经注入了更强大的民族精神。

评论：  
1.写得真棒，文字配照片看过了就仿佛身临其境了一次，很值得参考。  
2.想去这里呢，先看看你的游记感受下。  
3.还有更多图嘛 亲～

## 158.《三生三世十里桃花》取景竟在这地球最美伤痕里

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3731701.html

来源：携程

发表时间：2018-9-21

天数：4 天

游玩时间：9 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自由行

旅游路线：恩施大峡谷，恩施，大地山川，云龙风雨桥，一炷香，绝壁长廊，迎客松，母子情深

正文：  
2017年上映的电影《三生三世十里桃花》画面美轮美奂，神仙姐姐刘亦菲和小鲜肉杨洋时而神游天上时而漫步人间圈粉无数，每一个场景都如梦似幻浪漫非凡。电影中白浅、夜华在东方俊疾山相依相守、互许终身，背后同框的这座山峰有没有很面熟？哈哈，电影中“四海八荒”的多处实际取景地，都是在湖北  
恩施大峡谷  
完成的。  
恩施  
，这个北纬30°的神秘仙境，向世界静静展露着她的无穷魅力。她曾上榜CNN的“中国最美仙境”，她被列入《世界遗产名录》世界文化遗产，她被《中国国家地理》选为“中国最美的地方”，更被旅行者们盛誉为“湖北小西藏”、“湖北香格里拉”、“中国版小仙本那”。  
然而来恩施，真的不需要N个理由，随便拎起一个理由，都足够让你背起行囊来一次说走就走的旅行。  
云龙地缝， 上帝撕出的裂口，成为地球最美伤痕  
两亿年前，上帝在北纬30度撕开了一道深深的裂口，这里天坑与地缝同在，溶洞与暗河共存，石林与岩柱相依，飞瀑伴随着峰丛。凝聚日月精华，历经沧桑巨变，恩施大峡谷，从此成为全球最长最美丽的大峡谷之一。  
来到恩施大峡谷，给你的感觉不是怦然心动，也不是惊喜不已，而是由心底生发出的对大自然的敬畏之情。这种敬畏之心，令你立于天地之间，顿觉个人生命的渺小与卑微。  
大地山川  
万物，在上亿年光阴轮回里，依然加载着物华丰茂，个人一己恩怨相比之下，也只能算作这飞瀑中的一片落叶，瞬间被雨打风吹去。  
恩施大峡谷的形成，实属地球被青春撞了一下腰。  
在遥远的喜马拉雅运动时期，地壳发生强烈运动，鄂西山地迅速抬升，地层发生了变形，并伴生剪切破裂，由于产生陡倾形成追踪张开裂隙。这条巨大的裂隙以暗河形式沉睡地下二、三千万年。在多年的水流冲击掏蚀、地表剥蚀下，这条暗河顶部坍塌下来，这条神奇的地缝展现在世人面前。  
我们如今能欣赏到今天这壮观的美景，岂不是天地造化、岁月多情。  
云龙地缝，形成于5千万年前，是恩施大峡谷喀斯特地貌的一朵奇葩。从地缝顶部到地缝底部的地层主要为形成于2—2.9亿年间、跨二叠纪与三叠纪的灰岩。站在  
云龙风雨桥  
上向下望去，只见两岸壁立陡峭，水声潺潺，神秘至极。  
擎天  
一炷香  
，祈愿岁月长  
恩施大峡谷景区分为七星寨和云龙地缝两部分，前者上天，后者入地。云龙地缝峡谷中曲径通幽、瀑布飞旋。抬头仰望石壁中间的天空，一缕缕阳光洒在石壁上，一片苍翠。树上的叶子如精灵般伴随着飞溅的瀑布在空中飘舞。彩虹瀑、黄龙瀑布……，一条条瀑布各有各的姿态，水从头顶溅下来，像是一道道雨帘。在水丝飞溅下，一个个游人都变成了顽皮的孩子。  
《三十三世十里桃花》里，白浅和夜华在此盟誓：“ 三生若梦，十里桃花不见不散 ； 缱绻情深，相思相守不负不忘 ”。 这缥缈着仙气的一炷香，记住了这段光阴流转中的情恨痴缠。  
一炷香，是恩施大峡谷景区七星寨里的一大亮点。这个石柱高约150多米，最小处直径只有4米。《大话西游》里至尊宝给予爱情的期限是一万年，站在这矗立了千万年之久的一炷香前，你会觉得任何诺言都太轻飘，任何期限都太短暂。  
如果说点燃一炷心香是自己内心美好的祈愿，那恩施大峡谷里的一炷香便是恩施黎民百姓的美好寄托。  
据说这是天神送给凡间百姓的一炷香。如果人间百姓有困难就会点燃这根香，天神就会降临凡间普度众生。如今当地的土家族百姓依然会有敬香许愿活动。这炷香，在袤袤乾坤中守护着一方百姓，养育着一方水土。  
一炷香最细的部分也是最下端直径只有四米。凛立在风中，给人一种摇摇欲坠的感觉。它历经千万年的风吹雨打仍然屹立不倒？  
专家们研究发现，一炷香的岩石层密度巨大，已经和底下的山体连成了一体。而天然的大山屏障又成了它的一堵挡风的墙。造化钟神秀，在大自然面前，我们仅仅是匆匆过客。  
七星寨里土司城、  
绝壁长廊  
、  
迎客松  
、一炷香、  
母子情深  
等几十个景点处处给你新奇。留恋在石林里，听着恩施往事，两旁幽林丛生，云从头上起，飞鸟耳边鸣，天上仙境也不过如此！  
行走绝壁画廊，体验三生三世轮回  
谁的心里没有做过隐秘的仙侠梦，渴望自己从琴瑟山水间走来，一袭长袖，剑气如虹。像《三生三世十里桃花》里的白浅、夜华一样，用不食人间烟火的美丽，与这个世界平行。  
行走在恩施大峡谷的绝壁画廊上，兜兜转转，看不见终点，把握不了起伏。就像一段人生，有时幽幽暗暗，每走错一步都有可能是万丈深渊。但是你无力回首，只有一直向前。在前行的路上，且行且珍惜。珍惜的方式就是走好每一步，把眼前的一切都当做风景。  
下山时，我放慢了脚步。两旁幽深的树林吸引了我。一个人沿着长满苔藓的小路走去，一个一直想要探寻的秘境出现在眼前。  
一棵棵松树笔直地伸向天空，一缕缕光影落在林间的苔藓上，明明灭灭。树干上缠绕着绿藤，石头上长满苔藓。  
我游荡在这片原始古朴的秘境中，每一棵小草、每一朵野花、每一缕原野的风，都像精灵一般鲜活通透。在这缥缈的人间仙境里，何必三生三世，即便是短暂的拥有，也能够丰盈一颗向暖的心。

评论：  
1.看了你的游记，我也忍不住下次玩回来写一个了。  
2.要是11月份去的话，这边还是那么美腻么？  
3.我觉得楼主的游记差一点就能成为美图呢！楼主还不赶紧加加油~~

## 159.地球上最美的伤痕，海枯石烂只为见你|最全恩施大峡谷吃喝玩乐住

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3731871.html

来源：携程

发表时间：2018-9-22

天数：7 天

游玩时间：9 月

人均花费：4500 元

和谁：和朋友

玩法：美食，摄影，人文，邮轮，美食林

旅游路线：恩施大峡谷，一炷香，绝壁栈道，七星寨景区，恩施，石帘，唐崖土司皇城，中国地心第一漂

正文：  
地球上最美丽的伤痕，用三生三世守护十里桃花  
五千万年前，云龙河以暗河形式沉睡地下二、三千万年，后因水流在地下强烈掏蚀，在地表不断剥蚀、致使暗河顶部坍塌，地缝才得于面世。顺着云龙河流淌的方向，云龙河地缝上游与板桥暗河相连，下游一直通到清江，地处著名的地质断裂带沐抚断裂的核心区域。这一片断裂呈现出一个凹陷的心形，而地缝又从“心”上深切而过，给这颗“陷落之心”又添上了一道“伤痕”。这是地球上最美丽的伤痕。  
“累世情缘，谁捡起，谁抛下，谁忘前尘，谁总牵挂。忆当时年华，谁点相思，谁种桃花。这道地球上最美的伤痕也是《三生三世十里桃花》的取景地。  
恩施大峡谷  
中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点都美不胜收。被专家誉为与美国科罗拉多大峡谷难分伯仲。身处其中，不得不惊叹我们身为人之渺小和有限。  
我们常常困于自己眼前的事物中找不到出口，在面对人性中那些坏了又真实的思想，无论是自己的还是别人的，能够去正视、去接纳、去原谅、去悔改、去拥抱，如同此刻我们被这山、这水怀抱其中一样。  
七星寨的“一柱香”是恩施大峡谷中的镇谷之宝。这里海拔1647米，是三叠纪（2.5亿-2.3亿年前）灰岩经风化剥蚀、溶蚀及雨水冲刷乃至脱离主岩体而形成的独立岩柱。  
它有97米高，柱体底部直径最小却只有4米，在同类喀斯特地貌中十分罕见。《走进科学》栏目报道了“擎天一柱”千年不倒之谜；美国探险家迪恩．波特在“  
一炷香  
”旁创造了41米无保护措施的高空走扁带纪录。《美国国家地理》杂志推出了恩施大峡谷地貌风光片。2013年它被美国CNN评为中国最美的四十个景点之一，属世界级地质遗迹。  
“你看这高耸入云的大山，站在山顶一看，这世间一切都渺小至斯，不会令你心胸瞬时博大起来吗？不会令你觉得小儿女情伤不过是天边的浮云，一挥手便可抹去吗？？你看这飞流直下的瀑布，奔腾入河川，不舍昼夜，且从不回头，你看了这个瀑布，不会觉得人生亦是如此，不能回头，总是要向前看的吗？？你看这蝼蚁一般的凡人，能在世上走的不过数十载春秋，且还受司命排的种种命格所困，种田的大多一生穷苦，读书的大多志不能展，养在深闺的好儿女大多嫁个王八丈夫，可他们仍欢欢喜喜的过着，你可看了这些凡人，不会觉得自个儿比他们好上太多了吗？”《三生三世十里桃花》  
峡谷内有近10公里长的地缝幽深奇绝，世所罕见奇山、异水、怪洞、珍禽数不胜数。目前已建成开放云龙地缝和七星寨和两个景区。云龙地缝景区体态呈“U”型，全长3.6千米；  
七星寨景区  
由小楼门、中楼门、大楼门组成。  
当一缕光洒向瀑布，溅起的水花在阳光中那么自由那么清澈时，伤痕不再疼痛，它们成为生命的真实与鲜活，经历与成长，都是恩典的记号。神奇的自然界带着远古的魔力，安慰着今天的人类。  
这个世界的宇宙万物都是相互效力的，那些裂痕与不解之谜都有它存在的原因，最终留下自由而美丽的印记，铺满十里桃花。  
去  
恩施  
看一场世界上最大的峡谷实景剧《龙船调》  
金哪银儿索银哪银儿索听月光水面唱情歌……妹娃要过河，是哪个来推我嘛。  
施地区土司时代的一对土家少男少女的爱情故事为蓝本，描写他们挣脱封建束缚、追求自由爱情的感人故事。  
当坐在这里看着这个荡气回肠的爱情故事时，还是很被感动，毕竟在这个现实世界里，有的爱情像打麻将，手里捏着这张，眼里看着那一张。有的爱情像快餐，怎么省事怎么来，费尽心力去勇敢追求心中所欣赏和爱慕的并且还不知道能否追到的不确定与不用太费力就搞定的，往往后者会被选择。像《龙船调》中美丽善良的土司女儿爱上了平凡淳朴的土家汉子，为挣脱封建束缚、世俗的眼光、自由忠贞的爱情故事倒是感觉特别的久违，特别的珍贵，特别的勇敢。  
整个剧情共分四幕：选瓜 定情；情殇 毒誓；重逢 犯神；冰释 传奇。剧场中复刻了明清时期土家吊脚楼建筑风格的风雨廊桥式土司楼，将古代的亭、廊、牌坊等相互结合，与土司主楼、吊脚楼群等形成了具有地域特色的历史文化建筑群.....  
《龙船调》剧场也是世界上最大的峡谷实景剧场，让观众随着剧情的起伏都入了戏。  
在最后一幕，当众乡亲高举火把，从四面八方闻讯赶来，以土家特有的方式声援幺妹，缄默的河神终于开口。龙船河应声裂开，山崩地裂，天地为之动容，咒语解除时，全场观众为之震撼。为了表达这一幕，该剧采用有全世界跨度最大的开河系统---河道全长120多米，河道裂开后宽度达近10米，河道深度达到10多米，开裂后，可形成巨大的流水瀑布。配合精美的灯光设计，给观众的视觉感官上将上演一场山崩地裂、地动山摇的壮美景观.....  
终于在《龙船调》的歌声中，幺妹与瓠子举行盛大的土家婚礼，为旷世的传奇爱情画上圆满的句号。  
清江游船之行  
天上银河，人间清江。千瀑之峡，巴人故里。  
当我们穿越了巍巍武陵山脉，趟过了土家山寨，恩施人民的母亲河——清江就赫然出现在我们眼前。清江河谷之中瀑布众多，巴人在这里发祥，素有八百里清江八百里画廊的美称。  
悠悠龙船调，浓浓清江情。  
一路上我们会看到九曲岭、红花淌石林，大岩洞瀑布，景阳观，思过崖，蝴蝶瀑布、水布垭大坝等景点。  
“清江十景”之一的蝴蝶崖，这是恩施清江画廊的标志性景点，因山崖形似蝴蝶展翅而得名。  
一到雨季，水量增大，在蝴蝶翅膀的绝壁之间，一挂飞瀑从山洞中奔涌而出，声如雷鸣，极其壮观。而水量小的时候，则又是一种婉约和柔美。岸上的雄壮，水中的倒影，“蝶舞清江”的意境是多么的神奇！  
清江游船上的鱼宴  
游船上的鱼宴，对于一个属猫的孩子，觉得特别地幸福。清江黄骨头锅、野生鲢鱼锅、奶汤鱼丸锅、干锅桂鱼块、剁椒鱼头..........都是清江里最鲜美的鱼类烹饪而成。  
偶遇甲板上老者们的音乐，整个邮轮上上下下不分年龄与国际，其乐融融地将歌声回荡在清江八百里画廊之中。  
森林里的小木屋，走进儿时的童话梦  
到达  
咸丰  
的坪坝营景区后，我们住在树上森林宾馆里。一栋栋长在树上的房子，仿佛一下子走进了童话和儿时的梦想。  
雨中的小木屋别有味道，丝毫也不影响挂在晴天娃娃脸上的笑容。坐在院子里沏一壶茶，听雨声轻扣心房......  
咸丰的坪坝营景区属4A级森林公园，地处于世界神秘的北纬30度地带，被有关专家确认为国内最好的“天然养生”地之一。从住的地方到景区坐车大约十分钟。  
探秘世界之最黄金洞|海枯石烂只为见你  
每一方地土都有它特殊的风貌与气质，文化与历史。它们的现在带着过去的印记。1.5亿年前这里曾是一片海洋，而如今，经历了海枯石烂，经历了历史，经历了故事，呈现在我们眼前的唐崖河景区就更加珍贵了。有世界之最的地下大峡谷：地心大峡谷；世界上最大的地下钙化池；最大火药遗址群.......  
它位于中国唯一与皇帝帝号同名咸丰县黄金洞乡，是中国最大的原生态土司文化旅游区。  
黄金洞——“世界最大的七层洞穴大厦”  
曾经看过不少的溶洞，有时候也会视觉麻木，感觉都差不多。而走进黄金洞，越走就越觉得它神秘，越想去了解和探寻就越觉得自然的神奇和我们人类的渺小。整个洞穴有七层，而目前还有三层尚未开发。  
已经开发可供游览的有四层。而非常神奇的是每一层所呈现出的自然景观都完全不一样。第一层为水洞，地心漂流就会经过洞穴的第一层；第二层是钟乳石、石笋、石柱等自然景观比较集中的地方；第三层是世界上最大的地下钙化池、最密集的地下栈道群和藏宝洞、最大火药遗址群、最长的地下观光索桥等；第四层是千年硝道。第五六七层还尚未开发，其中六七层为水洞。  
这里也是火药的起源区。火药是中国的四大发明之一，其实火药起源于古代炼丹术，中国古代炼丹家在炼丹过程中，把硝石、硫磺放在一起燃烧时发生了爆炸，从而偶然地发明了火药。  
在第三层绝壁栈道的藏宝洞我们能够清晰地看到对面绝壁上有4根嵌入石壁中的木棍。它们都在一条垂线上，而且在洞口底部中间，还有一根很粗的绳子悬挂在那里。据说是在1735年，实行改土归流，最后一位金峒土司（覃邦舜）为给自己留一条后路，把所有的金银财宝藏在黄金洞的各个洞内。是世界上最密集的地下栈道群和神秘藏宝传说。  
站在第三层朝洞中大峡谷的谷底看：唐崖河在黄金洞中忽然转了一个180°的大弯，这也堪称黄金洞内的一道奇观。由于唐崖河属于乌江的支流，所以我们把唐崖河上的第一弯也称为“乌江第一弯”。这里是世界之最的地下大峡谷：地心大峡谷。  
土司时期在唐崖河上漂流是一个男人的成人礼，过去武陵山区的人，逐水而居、渔猎为生，在金峒土司辖地，一个男人能够独自驾舟漂流穿过黄金洞里的地心峡谷，才算成年，才能够娶妻生子，成家立业。所以黄金洞内的地心峡谷也被称为男人谷。  
黄金洞里还有太多可以去探寻的，比如地下长城，是世上独一无二地下长城，且完全是修筑在绝壁上的；比如  
石帘  
幽梦，米粮川，千年之吻…  
在倒流河上的地心大漂流  
唐崖河真是一条神奇的河流，大多数的河流都是向东流，而这条河却向西流，所以它有倒流河之称。唐崖河发源于  
利川  
境内的青岩和夹背，河流汇集而成的这条唐崖河，穿过世界上最大的地心大峡谷，流经有小故宫之称的  
唐崖土司皇城  
，进入重庆的黔江阿篷江、龚滩、乌江、涪林，进入长江，最后东奔大海。  
地心大漂流位于神奇倒流的唐崖河上游，唐崖河是古冰川故道，峡谷峻美，水流湍急，五彩卵石遍布，誉为  
中国地心第一漂  
。穿过黄金洞的第一层，探寻湍流曲折和洞穴幽深的神秘世界。  
时而激情闯滩，时而梦幻穿越。有浪漫有刺激有神秘。  
这里隐居着中国腹地唯一的羌族部落|麻柳溪茶园  
对于生活在城市里的我们，用大都市赋予我们的观念习惯着固有的生活模式。有时候我们的眼界像井底之蛙一样错过了种种可能性，关于生活的、关于情感的、关于工作的。陶渊明笔下的世外桃源终究只停留在课本里。  
而走进麻柳村，据当地的老人介绍，村子里姓姜的全部是羌族，清朝年间，为了躲避灾荒，他们的祖辈从贵州历经艰辛迁到这里来定居，“垒石为室、立木为架、编竹为墙、依山居之”，造出土家、苗族吊脚楼风格的羌式木屋，种茶为生，将世外桃源生活过得如此鲜活。  
这里被誉为“中国中部最后的香格里拉”，有着美妙的自然风光和浓郁的羌族风情。  
羌寨是一个多民族聚居的地方，令人惊奇的是这里隐居着中国腹地唯一的羌族部落。羌族的始祖为炎帝，据《左传》记载：“炎帝为火师，姜姓其后也”姜姓是我国古老的的姓氏之一，有近5000年的悠久历史，周朝的姜子牙，三国时有蜀汉的姜维（姜维天水人，本为魏将，后归蜀，得到诸葛亮的信任，曾继诸葛亮之后，继领其军，任大将军，是有名的大臣。）  
宋朝初期，公元1038年河西走廊的羌人建立了西夏王朝，公元1227年被元朝所灭，后羌人散居在全国各地，现在国际上公认羌族主要聚居在四川省阿坝藏族羌族自治州（茂县、汶川、理县、松潘、绵阳市等）。但这里的羌族是湖北省及中国中部唯一的一个羌族部落。  
茶园里的吊脚楼比较特别，融合了羌族房屋建筑、土家吊脚楼、苗楼的建筑理念，从而形成了土苗羌式吊脚。一整栋吊脚楼全是一户人家的，有山有水，有耕耘有收获。对于在都市里用高额房价才能换来一小块落脚之地的我们，此刻是何种感受啊！  
羌寨全村有三倍多户，每家每户都种有茶叶，放眼望去都是修剪得整整齐齐的茶园，一片清新的绿色海洋。  
在这里住上些许时日，和当地人一起采茶、制茶、品茶，一起劳作，一起收获，又是何等珍贵惬意的生活啊！  
@拿相机的尤（新浪微博知名自媒体/携程、图虫签约摄影师/各平台环球旅行家/自由撰稿人，摄影作品曾多次获奖，图文曾刊登于《  
西藏旅游  
》、《汽车自驾游》等杂志。

评论：  
1.看看先~为了以后自己去做功课。  
2.要是11月份去的话，这边还是那么美腻么？  
3.世界很大，要一一去看~顺便可以用图片记录一下~

## 160.坪坝营：北纬30°上的绿野仙踪

https://you.ctrip.com/travels/xianfeng2720/3732391.html

来源：携程

发表时间：2018-9-24

天数：4 天

游玩时间：9 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自由行，小资

旅游路线：鸡公山原始森林，四洞峡

正文：  
越来越喜欢在路上的生活。拖着沉重的行李箱，心灵却轻盈地追随着时光的飞舞。在这世界上不同的角落，认识不同的人，遇见不同的事。从每一个起点到终点，都是一次邂逅。邂逅一片风土，邂逅一段历史，邂逅一种美景。在抵达陌生的那一瞬，心绪开始自由飞翔，穿越不同时空，与天地万物链接在一起。而离开的的那一刻，便是沉淀的开始。每一处的物华风貌，每一处的风土人情，所有遇见的这一切，如无声的风，如细细的雨，如脚下湿润的泥土，在心灵的王国里，催生蓬勃柔韧的生命。  
坪坝营，是一场养心之旅。  
摄影/如画心语  
对于中国人来说，“房子”是一件很严肃的话题。倾其一生，我们都在置办自己的房子。我们想让它变得更大，我们想让它变得更富有。不知不觉中，它绑架了我们本该有的简约与轻松。  
摄影/如画心语  
走进恩施州咸丰县坪坝营旅游生态区，是在一个有雨的黄昏。车从密林中穿行，两侧的古树在空中交叉在一起，遮蔽了仅有的光线。车灯闪烁下，一条弯曲的柏油路伸向密林深处。  
摄影/如画心语  
坪坝营原始生态旅游区是中西部连接最大的原始森林群落，被称作湖北的大兴安岭。一棵棵树苍翠遒劲伸向高空，细雨蒙蒙中，那些搭在半空中的木屋在森林里若隐若现。  
摄影/如画心语  
脚下的木质台阶已被雨水浸湿，落叶在空中蝴蝶般飞舞。狭窄的木质台阶曲曲折折，将这些伸向密林深处的空中木屋连接在一起。踩着木楼梯拾阶而上，便开始了奇妙的树上生活。  
摄影/如画心语  
木屋内所有家具都是原木制造，推开窗户向外看去，森林里一片静寂，只有雨水伴着落叶的窸窸窣窣声。像是住进了一部童话，汤姆叔叔的小屋是否也如这般幽静空灵。  
摄影/如画心语  
清晨醒来，急忙推开窗户打量森林的模样。外面的雨已经停了，但是森林里的“雨”还在滴滴答答下个不停。树梢上，雨水晶晶发亮，从叶子上悄然滚落，渗到松软的泥土里。空气里的那种清新，令你沉醉不已。  
摄影/如画心语  
摄影/如画心语  
这里的生活是极简的，一杯茶，一把椅，一片密林，足够你消磨半天的光阴。这里的生活又是极丰的，它的丰盛是你在钢筋水泥的建筑物里追求不到的奢侈。  
摄影/如画心语  
摄影/如画心语  
鸡公山原始森林是坪坝营景区的一个景点，一条亚洲最大的V型凌空索道，带你感受林尖滑行的潇洒。人坐在缆车上，脚下是丛生的密林，云雾缭绕在山腰，忽然想起武林小说中大侠隐士树尖上凌波微步的身影。如今自己滑行在林尖，也如大侠般侠骨柔情。  
摄影/如画心语  
摄影/如画心语  
这里的景色处处都流露着原始的模样，硕大的古树，粗壮的藤蔓，厚厚的腐殖质层，倒伏千百年的枯木朽树，四散漫布的苔藓……，行走在这原生态的森林里，一泓泉水，一枝野花，都充满了灵性。  
摄影/如画心语  
摄影/如画心语  
北纬三十度塔，中央四台制作的《北纬30度中国行—远方的家》曾经在这里拍摄。巴人寨是土家吊脚楼的代表之作，这里浓缩了土家族的民俗风情。穿梭在木质步道上，处处都有新奇。  
摄影/如画心语  
四洞峡是坪坝营景区的又一个景点，人还没走进山谷，便听到了哗哗的水声。虽已是秋天，但是树木葱茏，处处充满生机。沿着溪流向下走，绿树掩映下，回环的石桥，起伏的小路，处处都是拍照的美景。  
摄影/如画心语  
山崖上不时有泉水涌出，自脚下淌过去，跌落到溪水中，激起雪白浪花。河水时而湍急，时而回漩，水浅处，彩石铺底，河水五彩斑斓，水深处潭水幽幽，深不见底。我们留恋在古树下、小桥上、溪水边，总以为看见的是最美的景色，然而前面还有更清幽的美景等着我们。  
摄影/如画心语  
摄影/如画心语  
一峡穿四洞，不来这里你无法明白它的存在。据考证，这些洞大约在一亿四千万年前形成。历经上亿年的冲刷，才成为世界罕见的天坑--穿洞群落。大自然鬼斧神工，在2000米的距离之内，一条峡谷从四座大山的山体对穿而过，形成了大小不同，形状各异的四个穿洞。四洞峡每个洞各有特色，发育畸形，集山、水、洞、溪、泉、瀑以及原始的生态于一体，处处体现出和谐、优美和神奇。  
摄影/如画心语  
在霓虹的映衬下，洞里的泉水瀑布更加神秘。每个洞里风景各有不同。我从最后一个洞口出去时天色已晚。猛回头，发现洞里霓虹已灭，洞内已是漆黑一片，只有轰隆隆的流水声震撼着天地。这里是动植物的王国，在大自然面前，我们只是一个匆匆的看客。  
摄影/如画心语  
摄影/如画心语  
神奇的北纬30°，人间仙境坪坝营，它绮丽的原始风光，它纯净的风土人情，让我在现世安稳下，感受了一次世外的绿野仙踪。  
【友情出镜：拿相机的尤 晓岚边画便游】

评论：  
1.收入可能不是最高，我在想可以怎么样才能更省钱呢？  
2.好好拍照，天天向上~~  
3.文字是无法代替照片的，对吗？

## 161.用脖子拔河，踩竹杆踢球……这个少数民族地区的运动会全世界少见

https://you.ctrip.com/travels/lichuan984/3732762.html

来源：携程

发表时间：2018-9-25

天数：3 天

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：美食，人文

旅游路线：利川

正文：  
湖北省第九届少数民族传统体育运动会于9月15至20日在  
利川  
隆重举行。为传承弘扬民族文化，还同时举办了利川市第二届龙船调文化艺术节。本届民族运动会将“会”与“节”相结合，是一场体育与文化的相融交织的精彩盛会。  
湖北省少数民族运动会是以土家族为特色的运动会，是全国乃至全世界特有的一种活动，趣味性、互动性极强。举办少数民族传统体育运动会，发展民族体育事业是让各族人民分享民族体育发展成果、享受民族体育带来的健康和快乐，形成健康文明的生活方式的重要举措。从某种意义上说，少数民族传统体育运动会所体现的社会意义远远超越了体育运动本身。

评论：  
1.这篇游记实在太实用了啊，果断收藏了，楼主你是一直有写游记的习惯么？  
2.交通很方便哒~  
3.交通方面方便吗楼主？已经打算去开始准备起来了。  
4.片片可以再发一点吗~~

## 162.不到晚上，你永远不知道武汉有多美！

https://you.ctrip.com/travels/wuhan145/3733111.html

来源：携程

发表时间：2018-9-26

天数：1 天

游玩时间：9 月

人均花费：

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
江汉路，位于湖北省  
武汉  
市汉口中心地带，是中国最长的步行街，也是武汉著名的百年商业老街，享有“武汉二十世纪建筑博物馆”的美誉。  
这个世界上，  
能够承载着时间、封存着记忆的东西唯三：建筑，摄影和文字。  
我格外中意建筑，所以总在追寻着各地的特色建筑，用我的眼睛、用我的内心去感受建筑的美，那种平地而起的震撼，那种代表不同时期历史的厚重气息，都能给我发自内心的崇敬。  
1210米的江汉路，最耐看的，便是一字排开的各种建筑：欧陆风格、罗马风格、拜占庭风格、文艺复兴式、古典主义、现代派……中心百货大楼、老亨达利等老字号、江汉关、步行街上的各种欧式建筑等老建筑，都见证了  
武汉  
的历史风云。  
如果你喜欢老式建筑，对人文有着浓厚的兴趣，可以选择一个宁静的午后来江汉路走一走。在夕阳的余晖中，漫步于江汉路，两侧的古典建筑随着你的前行不断切换各种风格，  
仿佛行走于时空隧道，切身实地的感受时光流转，这就是建筑的魅力。  
作为一条商业街，周围的喧嚣声也许会令你眉头一皱，可转念一想，却又平添一股生活气息，极富人情味。上世纪的江汉路，沿街的喧嚣叫卖声不断，要的不就是这种感觉嘛。  
一千余米的江汉路，对游客而言无需耗费太多的时间。夕阳西下的午后时光，和伴侣手牵手走一走，感受感受即可。当然，夜观步行街也是一种享受———这里汇集了50多种、万余盏灯。  
立足  
江汉关大楼  
北侧，前视江汉路，你的眼前一片流光溢彩。  
然而，晚上各色耀眼的广告灯光牌或多或少会影响些许美感，如果你不介意，当我没说。可晚上的  
武汉  
，你最不应该错过的是江城的绝美江景啊！  
  
下午游玩江汉路后，趁着夜色即将降临，坐轮渡从武汉关到中华路，感受一下大江/母亲河—长江。（光说码头名字，大家可能不明白，为什么推荐这条线路。但是武汉关连着  
汉口江滩  
，江汉路走到头是汉口江滩，  
户部巷  
离中华路只有一公里，大家应该就明白了推荐这条线路的原因。想同时去户部巷和江汉路玩的朋友，一定要体验这条线路。）  
轮渡对于长江边的武汉来说，可谓历史悠久，在万里长江第一桥  
武汉长江大桥  
未建成以前，只有轮渡或摆渡船联系了武汉三镇的交通与生活。  
所以，  
对于武汉人来说，轮渡早已成为他们生活的一部分。  
当然，随着交通的发展，做轮渡的人越来越少，现在轮渡的客户大都是那些辛苦的劳动人民们，还有一些纯粹体验轮渡的游人。  
在武汉关，花1.5元买票，排队进入轮渡，游客可进入轮渡后上二楼甲板，  
伴着夜色，感受着江风的吹拂，看着两岸的车水马龙，这是独属于武汉的罗曼蒂克。  
大概15分钟，便到了中华路，而著名的长江大桥，离中华路仅两百米有余。所以，如果肚子饿了的话，便可在  
户部巷  
饱尝一顿美食，然后与伴侣友人携手至江滩，看看美丽的长江夜景。  
户部巷  
美食尽管多，且大多口味尚佳，却并不能代表武汉本地的饮食。户部巷开发的早，名气大，带来巨大人流量的同时却也引入了大量来自外地的特色美食。臭豆腐，长沙烤香肠，广东烧麦，恩施炕土豆等，  
总归不是老武汉啊。  
所以，地道的武汉特色，户部巷略微欠缺，只当是饱尝各地美食也好。  
吃饱后，没有比散散步更舒服的了。而位于户部巷附近的长江大桥，没有比这更合适的去处了。  
武汉长江大桥  
位于湖北省武汉市武昌区  
蛇山  
和汉阳龟山之间，是万里长江上的第一座大桥，也是新中国成立后在长江上修建的第一座公铁两用桥，被称为“万里长江第一桥”。武汉长江大桥建成伊始即成为武汉市的标志性建筑。  
关于  
武汉长江大桥  
，有一个美丽的传说。在母亲河的见证下，情侣携手走过长江大桥，便是一生一世，永不相离。  
所以，亲们，还不收拾行囊，相约江城嘛？  
ps：关于武汉，和武汉的夜景，还有好多好多，我会后续补充完整。特别是汉口，我尤其中意。在我的认知中，汉口甚至能与宁静、小清新的成都相媲美，这完全扭转了居住在武昌的我对武汉的整体印象。后续，敬请期待！  
  
  
应部分读者要求，奉上后续美图。  
  
  
最后，还是感谢大家的支持！

评论：  
1.其实最主要的是此时的心态和正好的年华，钱永远赚不够，我们却不一定再有去看看世界的冲劲了✊️  
2.太棒了好想去，前提是将来等我有了钱，我想大部分都和我一样  
3.回去看看能不能继续上传些  
4.有的，但是携程有些照片大了传不上去😂可以私聊我微信发给你的😊  
5.有的  
6.好的👌会继续努力的💪  
7.有的，但是携程比较bug，好多照片大了传不上去😂喜欢的话可以私聊我，我微信发给你😊  
8.楼主码字辛苦啦，还有更多照片分享吗？  
9.希望看到楼主更多的美图哟~~鼓励一下，加油加油！

## 163.恩施到底怎样玩

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3733353.html

来源：携程

发表时间：2018-9-27

天数：7 天

游玩时间：

人均花费：3500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
到  
恩施  
来旅游已是近年来国内游客们的一个小梦想了， 江苏 很多地方这些年来 恩施 游玩的旅客不少，去年的国庆我们是自驾过去的，虽然沿途是比较辛苦，但是一路开心，去享受一下 恩施 美好的生态，爽一口特色的美式，看一眼北纬三十度上神秘而又震撼的奇景，美景也算是了却我人生的一个心愿吧，话不多说，立即行动！说实话去年也是国庆去过了，感觉没看够今年我还是想再去一次。  
随便在网上查了一下，从 苏州 出发去  
恩施  
旅游的其实也是挺容易的，查了下动车票直达的很多，机票没有直飞的需要转，所以还是动车好了更舒服点。  
6天  
恩施  
精彩计划开始  
之所以想去 恩施 主要是还是觉得 恩施 这个地方是一个十分美好的生态之城，更重要的是在地球神秘的北纬三十度上，北纬三十度不仅仅是很多神秘地所在的位置，也是全球最适合人类居住的位置。琢磨着去 恩施 呆上7天会不会多活七年呢！！！哈哈~  
免费的恩施向导  
我找了一个 恩施 当地的向导，加了微信，秒过，而且真的是很有 恩施 少数民族人的热情哦。哈哈，无需我多言，交流一切尽在不言中，我想问的问题全都很快的回复了我，而且表明是免费，我要为这个梭布垭 石林 景区的工作人员点个赞。  
恩施的6天行程分享  
去 恩施 游玩我的行程规划大概是这样的：  
苏州 出发直达到 恩施 后第一站傍晚到 恩施 女儿城，晚上宿女儿城。  
第一天：到达 恩施 游玩女儿城，住宿女儿城；  
第二天：上午8点去土司城游玩，下午去  
利川  
  
腾龙洞  
下午14点看表演，住宿 利川 ；  
第三天：前往出发 恩施 大峡谷游玩大峡谷 云龙 地缝，七星寨一整天，晚上宿大峡谷附近【驴友居】；第四天：从大峡谷回 恩施 并出发梭布垭 石林 景区，下午游玩梭布垭 石林 景区，晚上宿梭布垭 石林 景区民俗酒店，晚上在梭布垭 石林 烧烤和星空露营；  
第五天：在梭布垭 石林 景区早餐后前往 石门 河风景区游玩 石门 河晚上回 恩施 城住火车站附近的奥山雅阁酒店；  
第六天： 恩施 选择性的购物，然后返回 杭州 。  
第七天：在 江苏 家中休养一天，整理照片，发发攻略，然后准备第二天的工作咯。  
游玩过程中的亮点解析：据了解梭布垭 石林 有国庆活动，民族汇演，文化活动，祖国庆生活动。  
恩施自驾游  
的分享，一起出发  
一般情况下我们一行人直达 恩施 后会选择租车自驾前往也有全程自驾的：  
自驾相对来说，时间自由和行程轻松自由，但是也会有很多问题， 比如 ，山路较多，道路很窄，路况不好，修理不是很方便等，所以自驾之前要好好准备：  
①提前做好攻略：计划好大致的路线（下面有路线规划），看好天气及路况 ；  
②检查车辆：出行前要先检查车辆是否有问题，防患于未然，安心出行，才能玩儿的开心；  
③拒绝疲劳驾驶：养精蓄锐，最好有替换的驾驶员，防止疲劳驾驶；  
④注意驾驶安全： 恩施 弯道极多，冬季易结冰、易多雾、易发事故路段，小心开车。  
酷暑即来，收拾好行囊出发吧  
仙境已被发掘，赶在人山人海之前，这个暑期就出发，来一趟发现 恩施 之旅吧~  
恩施 自驾游线路推广：  
线路1： 恩施 →屯堡→ 恩施 大峡谷→  
鹿院坪  
→女儿湖→日天笋→大山顶→龙洞河→太阳河乡十大拐→梭布垭 石林 →麂子渡→白杨坪镇→ 恩施 （含游玩预计5天行程）  
线路2： 恩施 →白杨坪镇→梭布垭 石林 →日天笋→大山顶→ 恩施 大峡谷→  
利川  
  
腾龙洞  
→ 恩施 （含游玩预计4天）  
线路3： 恩施 →白杨坪镇→梭布垭 石林 →  
建始  
石门 河→野 三峡 →上红岩高速回 恩施 前往其它地方 （含游玩预计3天）

评论：

## 164.北京到恩施，十一国庆7天应该这样玩？

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3733669.html

来源：携程

发表时间：2018-9-27

天数：4 天

游玩时间：10 月

人均花费：3000 元

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
再圆  
恩施  
梦  
到  
恩施  
来旅游已是近年来国内游客们的一个小梦想了， 北京 作为国家的首都城市这些年来 恩施 这个后花园游玩的旅客不少，去年的国庆我们是自驾过去的，虽然沿途是比较辛苦，但是一路开心，去享受一下 恩施 美好的生态，爽一口特色的美式，看一眼北纬三十度上神秘而又震撼的奇景，美景也算是了却我人生的一个心愿吧，话不多说，立即行动！说实话去年也是国庆去过了，感觉没看够今年我还是想再去一次。  
北京  
恩施  
行交通攻略  
随便在网上查了一下， 西安 去 恩施 旅游的其实也是挺容易的，查了下动车直达的，非常合适。  
动车：G309 北京 西— 恩施 08:23—09:27 当日到达  
机票：推荐  
东方航空  
东方航空  
MU2460  
波音 737-800(中型) 空中客车 A320(中型) 08:10  
首都国际机场  
T2 经停 武汉 12:40到 恩施  
许家坪机场  
，机票含完不超过1000块挺划算的，当然还有其它趟的班机有些是要转乘的。交通真的是很方便了，不管是动车还是飞机都不会太久，开心了~  
之所以想去 恩施 主要是还是觉得 恩施 这个地方是一个十分美好的生态之城，更重要的是在地球神秘的北纬三十度上，北纬三十度不仅仅是很多神秘地所在的位置，也是全球最适合人类居住的位置。琢磨着去 恩施 呆上7天会不会多活七年呢！！！哈哈~  
免费的恩施当地向导  
我找了一个 恩施 当地的向导，加了微信，秒过，而且真的是很有 恩施 少数民族人的热情哦。哈哈，无需我多言，交流一切尽在不言中，我想问的问题全都很快的回复了我，而且表明是免费，我要为这个梭布垭 石林 景区的工作人员点个赞。  
我的6天恩施行规划  
去 恩施 游玩我的行程规划大概是这样的：  
北京 出发直达到 恩施 后第一站傍晚到 恩施 女儿城，晚上宿女儿城。  
第一天：到达 恩施 游玩女儿城，住宿女儿城；  
第二天：上午8点去土司城游玩，下午去  
利川  
  
腾龙洞  
下午14点看表演，住宿 利川 ；  
第三天：前往出发 恩施 大峡谷游玩大峡谷 云龙 地缝，七星寨一整天，晚上宿大峡谷附近【驴友居】；第四天：从大峡谷回 恩施 并出发梭布垭 石林 景区，下午游玩梭布垭 石林 景区，晚上宿梭布垭 石林 景区民俗酒店，晚上在梭布垭 石林 烧烤和星空露营；  
第五天：在梭布垭 石林 景区早餐后前往 石门 河风景区游玩 石门 河晚上回 恩施 城住火车站附近的奥山雅阁酒店；  
第六天： 恩施 选择性的购物，然后返回 杭州 。  
第七天：在 北京 家中休养一天，整理照片，发发攻略，然后准备第二天的工作咯。  
游玩过程中的亮点解析：据了解梭布垭 石林 有国庆活动，民族汇演，文化活动，祖国庆生活动。  
恩施租车自驾游分享  
一般情况下我们一行人直达 恩施 后会选择租车自驾前往也有全程自驾的：  
自驾相对来说，时间自由和行程轻松自由，但是也会有很多问题， 比如 ，山路较多，道路很窄，路况不好，修理不是很方便等，所以自驾之前要好好准备：  
①提前做好攻略：计划好大致的路线（下面有路线规划），看好天气及路况 ；  
②检查车辆：出行前要先检查车辆是否有问题，防患于未然，安心出行，才能玩儿的开心；  
③拒绝疲劳驾驶：养精蓄锐，最好有替换的驾驶员，防止疲劳驾驶；  
④注意驾驶安全： 恩施 弯道极多，冬季易结冰、易多雾、易发事故路段，小心开车。  
酷暑即来，收拾好行囊出发吧  
仙境已被发掘，赶在人山人海之前，这个暑期就出发，来一趟发现 恩施 之旅吧~  
恩施自驾游  
线路分享  
线路1： 恩施 →屯堡→ 恩施 大峡谷→  
鹿院坪  
→女儿湖→日天笋→大山顶→龙洞河→太阳河乡十大拐→梭布垭 石林 →麂子渡→白杨坪镇→ 恩施 （含游玩预计5天行程）  
线路2： 恩施 →白杨坪镇→梭布垭 石林 →日天笋→大山顶→ 恩施 大峡谷→  
利川  
  
腾龙洞  
→ 恩施 （含游玩预计4天）  
线路3： 恩施 →白杨坪镇→梭布垭 石林 →  
建始  
石门 河→野 三峡 →上红岩高速回 恩施 前往其它地方 （含游玩预计3天）  
去年恩施取景  
刚刚去把去年去的照片翻了一些出来分享给大家看看美丽而又奇特的 恩施 ：

评论：

## 165.十一恩施4日游最强攻略，畅玩梭布垭大峡谷土司城女儿城

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3733668.html

来源：携程

发表时间：2018-9-27

天数：4 天

游玩时间：10 月

人均花费：3000 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
前言  
天凉好个秋，最是一年乐游纪，夏季浮躁了两三个月的心，也开始慢慢变得沉静，是时候开始寻找一片静谧之地，来开启今秋十一黄金周的新旅程。  
恩施  
，大山里住着精灵的地方  
恩施  
，一个遗落在深山中的秘境，它有大清江的清秀柔美，也有大峡谷的气势磅礴，只有深入腹地，才能感知峡谷深山的魅力。 恩施 ，一个少数民族的聚集地，过着属于他们多姿多彩的生活，只有大口喝上一晚“摔碗酒”，跳上一段“摆手舞，才能感受土家族的热情洋溢。 恩施 ，一个经历数亿年沧桑的海底世界，古老而神秘的洞穴探秘，让人游走在大自然的变迁之中。于是，我们来到 恩施 ，看看那土家的吊脚楼，侗乡的风雨桥，看看这里的秀美山水，来到此才发现， 恩施 ，正如其名，它就像是得到了大自然的恩赐，集各种美貌与才华与一身，时而秀美，时而壮观，时而热情，时而沧桑，它就这样隐匿于崇山峻岭之中，等着我们去揭开它的面纱。  
行程  
行程安排  
Day 1 ： 杭州 搭乘飞机到 湖北  
恩施  
——前往 恩施 土家女儿城 —— 体验巴人堂“迎客歌”拦门酒及晚餐  
Day 2: 恩施 大峡谷一日游  
Day 3: 恩施 大清江景区游船——芭蕉侗族枫香坡景区  
Day 4: 土司城景区 ——梭布垭景区—— 恩施 搭乘飞机返回 杭州  
Day 1 初识土家女儿城  
清晨，搭乘飞机从 杭州 到 恩施  
许家坪机场  
，即使双眼惺忪，但想到后面几天的行程，便瞬间来了精神。到酒店稍做休息，便开始了我们正式的旅行第一站， 恩施 土家女儿城。  
土家女儿城，是全国土家族文化的集聚地，虽然是人造古镇，但是却融合了仿古建筑与土家吊脚楼的特色风格，依山势而建，顺水流而设。在古镇里，除了能感受别样的建筑风格，还能住上别有一番的客栈，吃上特色的土家美食，看上一场女儿城内的民族表演，一派喜庆的模样。  
到 恩施 土家女儿城，就一定要尝试一下当地的摔碗酒，知晓摔碗酒，还是在央视新闻里看到的，那时正值过年，电视里叮叮当当的，都是砸碗的声响，预示着岁岁平安，而要追溯摔碗酒的体验，那 恩施首当其冲，来这里的人若是不品上一碗摔碗酒，不响亮的砸上一个碗，那可真是算白来了。  
摔碗酒还有个非常贴切的名字，“biang当酒”，这一碗酒下肚，酒兴正浓，biang一下的将碗砸碎，一个漂亮的自由落体，瞬间四分五裂，砸的越碎，则越有好彩头。  
说起摔碗酒的起源，民间传说在古代，巴国发生内乱，巴蔓子就向楚国许诺三座城池，以此为代价，让楚国帮助巴国平息内乱。内乱平息之后，楚国让巴蔓子履行承诺，割让三座城池。巴蔓子为了保全国家，于是痛饮一碗酒，将碗摔碎，拔剑自刎。巴蔓子以头留城，重了信誉，保了国土，这忠信两全的故事，后成为巴渝大地传颂千古的英雄壮歌。从此，摔碗酒也成了人们膜拜英雄的一种仪式。  
而如今的摔碗酒，是一种对于情谊的表达，双手端碗，以示尊敬，一饮而尽，以示诚意。它更多的代表着人们祈求生活幸福平安的愿望，摔碗的同时，也寓意着岁岁（碎碎）平安。  
平时你上馆子喝酒，不小心砸了碗，那定是免不了自掏腰包，还要给人赔不是。但是在这里，却因为有着这样的风俗，没有人会用异样的眼神来看你，反而是不摔不痛快，不摔不喜庆，大碗的喝酒，豪迈的砸碗，颇有武侠小说内的仗义豪情。在这里，一年被顾客摔掉几十万个碗，也是司空见惯，店家却丝毫不心疼，还越摔越喜庆。  
饭店里，一群人围坐在餐桌前，品尝着土家美味佳肴，饭桌边，总会放上一箱土碗，斟满酒，大家一饮而尽，随即便是一串噼里啪啦的摔碗声，此起彼伏。  
喝到尽兴时，还有土家妹子上来唱歌助兴，原汁原味的山歌，配上这古朴的酒碗，尽情的领略 恩施 土家女儿城的热情~吃饱喝足，可以在 恩施 女儿城内逛逛，准点时分，还能看到极具当地土家特色的文艺表演。夜晚时分，华灯初上。灯火映衬下的古镇，华灯溢彩，熙熙攘攘的人群，穿梭在一座座土家建筑内，感受着古镇的质朴与繁华。  
Day 2 探秘  
恩施大峡谷  
今天，天气晴，又是一天美好的行程， 恩施 大峡谷就像是 恩施 的一张名片，曾被誉为全球最美丽的大峡谷之一。来到这里总要看看这个国家AAAAA级旅游景区，它位于湘、渝、鄂三省交界处，是清江流域最美丽的一段。  
景区很大，里面主要分为两部分，七星寨和 云龙 地缝景区，每个部分需要花上半天的时间来游览。大峡谷的通票包含了这两大景区及往返的景区交通。到达景区门口，便可搭乘景区的接驳车，便到了第一站， 云龙 地缝。  
云龙 地缝是非常独特的喀斯特景观，它整体造型呈“U”型，上下垂直一致，全长3600米，平均深75米。  
云龙地缝囊括了众多地质元素，外部绝壁巨壑环抱，山峦叠障，地形多变；地缝内流水淙淙，飞瀑跌落，五彩 黄龙 瀑布、  
彩虹瀑布  
、 云龙 瀑布、  
冰瀑  
、沐抚飞瀑都是观景的好去处。  
在 恩施 大峡谷内，无论是七星寨还是 云龙 地缝，都可以看到自然形成的天坑、地缝、绝壁、峰丛、岩柱群、溶洞、暗河等地质景景观，宛如一座喀斯特地形地貌的天然博物馆。  
在 恩施 大峡谷  
七星寨景区  
内，还能看到被外媒评为 中国 最美40个景点之一的“  
一炷香  
”，它高度150米，最小直径处只有4米，它像一炷香一样，傲立在群峰之中，风吹不倒，雨打不动，守护着这片神秘的土地。  
恩施 大峡谷雄奇秀美，千姿百态的自然风貌被堪称世界地质奇观。峡谷中遍布绝壁悬崖，步步为景，美不胜收。来到 恩施 大峡谷景区内，那必须得去走走著名的  
绝壁长廊  
，考验一下自己的勇气和胆量，这条栈道建于绝壁之上，一侧是山，另一侧则是万丈悬崖，在1700米的海拔之上，将峡谷美景一览无余。  
游览 恩施 大峡谷大约需要一天时间。游览时虽然能搭乘景区索道和下降电梯，但是仍然需要步行约8.5公里的山路，这对于平时不运动的我们，绝对是体能和耐力的一种考验。所以登山时，务必穿舒适的鞋子，减轻背包负重。大峡谷景区周边的配套非常齐全，可以就近选择度假酒店。大峡谷外面有很多度假酒店， 比如 外面的驴友居、女儿湖等，房间均价才两三百，非常实惠。  
Day 3 游船揽胜，畅游大清江  
在 湖北 恩施 ，有着这样一方净土，安静的让人向往。正如它的名字，大清江，这里的江水清澈无比，泛着蓝绿色的光蕴，纵横于层峦叠嶂之中。昨天，爬山爬到腿废，所以调整了行程安排，选择了不花力气的游船游，坐在船上品美食，看美景。  
清江古代称为夷水，宛如一条蓝色飘带，或咆哮奔腾，或飞珠溅玉，或潜伏明流，洋洋洒洒八百里，它也因此有了“八百里清江、八百里画廊”的美称。  
大清江从 恩施 州 利川市 逶迤而来，自西向东横贯 恩施 土家族苗族自治州，最后在 宜都 市汇入了长江。想要一饱大清江之眼福，自然不需要徒步800公里，只需要搭上游船，便可饱览两岸绿水青山，风景如画之美景。  
蜿蜒的清江在土家儿女心中，则是养育世世代代的母亲河。大清江游览时间大约在四至五个小时左右，拥有4条游览线路可供选择，可根据自身需求选择不同的线路及游船搭乘。我们搭乘景区的特色民族风游船，“悠悠龙船调，浓浓清江情”，一上船，船内便在播放着《龙船调》，“妹娃要过河，是哪个来推我嘛～”这首歌在上世纪八十年代就被评为“世界25首优秀民歌”之一，“清江”也是在那个时候红遍了世界。  
游船的配套十分完善，有沙发卡座、露天的茶座，还有非常舒适的包厢，多个角度欣赏清江。置身于美景之中，开启舒适休闲的度假生活。  
中午时分，游船上的大厨们，精心准备了一份这里特有的饕餮盛宴，全鱼宴。所有的鱼，都是由清江中捕捞，鲜嫩可口，令人食欲大增。品味清江鱼的同时，还可以亲自体验一把钓鱼的乐趣，游船上还特意准备了鱼竿，可以供游客钓鱼使用。坐在船头，看着船在长江 三峡 和 张家界 两大国际知名景区之间内行驶，两岸美景吸引着我们的目前，让人流连忘返。  
两岸江景有许多看点，例如著名的蝴蝶崖，是清江的标志性景点，因山崖形似蝴蝶展翅而得名。 一到雨季，水量增大，在蝴蝶翅膀的绝壁之间，一挂飞瀑从山洞中奔涌而出，声如雷鸣，极其壮观。而水量小的时候，则又是一种婉约和柔美。山的雄伟结 合水 中的倒影，一只完整的蝴蝶更是栩栩如生。  
而景阳大桥也是清江上的另一个著名景点，它全长519米，净跨度260米。 红色圆弧在跨与清江之上，漂亮的弧线在蓝天的映衬下，宛如一道彩虹，因此当地人又把它称为彩虹桥。  
游完船，已是下午3点多，乘车约1个小时，我们来到了 恩施  
枫香坡侗族风情寨  
，为了体验一下侗族风情，所以我们将今晚的住宿安排在了这里。枫香坡侗族风情寨位于芭蕉侗族乡高拱桥村，村寨为侗族人聚居地，因此侗族风情浓郁，在这里，有多家住宿可供选择。  
茶花山居是寨内其中一家非常有特色的名宿，整座散发着浓郁的侗族风情，也是我们今晚要入住的酒店。  
放好行李，我们便在寨内逛逛。花了一个小时的车程，当然不单单是来欣赏这里的特色建筑，在寨子里，还保留了许多当地特色的体验项目，例如推磨、榨油、采茶、织布、垂钓等等，都可以一一体验，在城市呆久了，这些最原始的保留，却成了最美好的乐趣。  
晚上，在寨内品尝正宗油茶汤、吃了可口的农家饭，还欣赏了原汁原味的侗族歌舞，在侗族小妹的拦路歌声中领戴侗带、豪饮拦路酒……  
夜晚民宿里还会举行的侗族特色的篝火晚会，五湖四海的人们，在此相聚，一同感受侗族人民的热情。  
Day 4 奥陶纪海底迷宫，探秘最古老石林  
梭布垭 石林 被称为世界第一奥陶纪 石林 ，国家AAAA级旅游景区。位于 湖北 省 恩施 市太阳河乡境内，总面积21平方公里，整个 石林 外形象一只巨大的葫芦，四周翠屏环绕，群峰竞秀。梭布垭 石林 拥有大小共100多个经典的自然景观，目前开放的有青龙寺、莲花寨、  
磨子沟  
、 九龙 汇四大景区，每个景区各具特色，景区内独特的“溶纹”、“戴冠”景观，是一大亮点，狭缝秘境、化石古迹随处可见，堪称一座远古地质博物馆。经 中山 大学、 中国 地质大学考证，确定 石林 形成4.6亿年前的奥陶纪时期，整个 石林 犹如一座海底迷宫，美轮美奂。  
为了早早领略到 石林 的美景，我早晨6点半就起床了，7点吃早餐，7点半乘车到清江桥下车，到 恩施挂榜岩客运站，前往梭布垭 石林 。这里发往太阳河的班车路过景区，车票每人25元，每半个小时一班。8点10分发车，将近10点到达景区大门。景区门票78元，另购30元的交通车费。  
青龙寺景区因青龙寺而得名，该寺庙因青龙而修建，也因青龙屹立一千多年后被天火焚毁，后仅剩断壁残垣，现在修复如初，青龙寺迎接四方来客，香火鼎盛。青龙寺景区面积之大，景点之丰富居四大景区之首。青龙寺主要景点包括青龙寺遗址、骆驼峰、镇龙玉珠、玉帝天书、廪君靴、田好汉巡山、廪君冠等。青龙寺景区就是一部土家族千年历“石”（史），记载着土家族盛衰的点点滴滴，赏亿年奇石，品千年历史。  
青龙寺景区因青龙寺而得名，该寺庙因青龙而修建，也因青龙屹立一千多年后被天火焚毁，后仅剩断壁残垣，现在修复如初，青龙寺迎接四方来客，香火鼎盛。青龙寺景区面积之大，景点之丰富居四大景区之首。青龙寺主要景点包括青龙寺遗址、骆驼峰、镇龙玉珠、玉帝天书、廪君靴、田好汉巡山、廪君冠等。青龙寺景区就是一部土家族千年历“石”（史），记载着土家族盛衰的点点滴滴，赏亿年奇石，品千年历史。  
最让人惊艳的是莲花寨景区的犀牛沟，人都说：不到梭布垭，枉到施南府；不游犀牛沟，枉游梭布垭，说得很贴切。沿石梯步道下到犀牛沟，石梯下到一半的时候，顿时一阵清凉袭面而来，一瞬间让人感觉走进了空调房，走进了大冰库一样，全身上下顿时清爽了起来，感觉走进了另一个世界。通过石洞，进入犀牛沟，一步一景，有天然形成的“坐井观天”，有长年滴水的水潭，手伸进去，清凉入骨。石壁上的苔藓吸饱了水分，青翠碧绿，一滴滴水垂落下来，碰撞到石壁上，化成阵阵水雾，在阳光的照耀下晶莹剔透。沟里的空气饱含负氧离子，吸一口醉人心脾，全身有着说不出的通透。真想找个垫子坐下来，盘腿而坐，冥想一天，享受大自然带给你的美妙时光。  
出犀牛沟，经过一条马路，就到了  
磨子沟  
景点的入口。磨子沟景区以溶洞和天然石缝为主，这里鸟语花香、集飞流、悬树、吊石、奇岩、异峰、峡谷于一体，这里的一峰一石、一草一木、一山一水，都是自然雕琢的精品。因为土家祖先傩公傩婆在此地定情，所以这里是土家的发源之地、古老爱情归属之所。主要景点有傩婆石、一线天、响水洞、磨子石等，猎奇七彩溶洞、回首奇石异峰、俯瞰万千 石林 、仰望一线长空。  
九龙 汇是 石林 最后一个景区，也是最小的一个景点。许多游客不在此停留，直接乘车返回景区大门，我还是以不遗漏为原则，坚持看完。其中的 九龙 汇，是一个怪石嶙峋的竖井，石壁造型独特，巧夺天工，淅淅沥沥的泉水随石壁垂落而下，在下面形成一个天然的水潭，让人惊叹大自然的神奇。  
看完最后一个景点，乘车返回景区游客中心。这时候也快过了午饭的时间，还好景区的餐厅还在经营。这个餐厅唤做龙溪酒馆，餐厅是木结构建筑，充满土家特色。里面供应的菜品很多，主要是 恩施 口味的特色菜肴，有炖腊肉、炒榨广椒、扣肉等等，人均消费不到五十元。我点了两个菜，花费才四十几元，菜品味道着实不错。  
景区石海宾馆下面有一个小而美的烧烤露营地。可以同时容纳80人露营和300多人烧烤。是一个星空露营的好去处。可是这次时间不允许，不然一定要在这里体验一下露营。  
午饭吃饭已是两点，从酒馆出来，在候车点等候回 恩施 的班车，因为景区不是班车的始发点，要从太阳河乡过来。在景区内看不到几个游客，等车时却有7、8人之多，果然过来的车上面已经有不少旅客，本来就是小巴，上不了几个人，动作慢了会没有座位，好在先上去找了座位。回到 恩施 市区，已是下午4点。  
Day 4 一座浓缩的土家族历史的建筑  
恩施 土司城是在 恩施 市区内的，所以将它安排在返程的最后一天，再合适不过。在这里，可以了解到土家文化的历史，它是目前国内规模最大、工程最宏伟、风格最独特、景观最靓丽的土家族土司城，走近她，仿佛看到了一个土家族社会文化、物质文化的缩影。  
整个土司城内，九进堂是城中的核心部分，由333根柱子、333个 石柱 础、330道门、90余个窗、数千块雕花木窗、上千根檩子、上万根椽木组合而成。进深99.99米、宽33米，总建筑面积3999平方米，是目前罕见的纯榫卯相接的木结构建筑。  
整个九进堂内亭台楼阁，错落有致，雕梁画栋，显得富丽堂皇。九进堂，也就是地道的一座土司皇城。  
除了九进堂外，土司城内还有很多景点值得参观，所以如果时间足够，可以预留3个小时左右时间，了解一下土司文化的精髓。  
九进堂内还有一处舞台，每天都会按时上演一场精彩土家族的文化表演。整套表演极具土家族风情，加上台上台下的互动，让人充分的体会到土家族的风土人情。  
景区实用攻略  
梭布垭 石林  
梭布垭 石林 门票： 门票78元，景交车票30元。  
地址： 湖北 省 恩施 州 恩施 市太阳河乡  
交通：  
1.飞机： 恩施 机场----- 恩施 旅游接待中心-----梭布垭 石林 景区专线车  
2.高铁： 恩施 火车站----- 恩施 旅游接待中心-----梭布垭 石林 景区专线车  
3.巴士： 恩施 至梭布垭 石林 石景区专线车 票价25元/人  
乘车地点： 恩施 旅游接待中心、奥山世纪城（火车站1路2号）  
4. 恩施 挂榜岩车站乘坐梭布垭 石林 专线直达车。  
恩施 大清江景区  
景区每天上午09:30准点开船（需提前24小时拨打景区热线预定船位和船期），所以务必提前到达码头，留出充足的购票取票时间。  
地址： 恩施 市三岔乡汾水 河北 岸旅游码头（汽车导航输入： 恩施 浑水河大桥）；  
景区船票可在现场购买或提前网上订票。门票180元/人。  
网络购票必须提前一天17：00之前购票。  
交通指南  
1、沪渝高速 恩施 城区出口——恩鹤旅游公路（S233）——茅坝——莲花池——三岔乡——浑水 河北岸旅游码头  
2、恩鹤旅游公路（S233）—— 恩施 土家女儿城—— 恩施 七里坪乡——茅坝——莲花池——三岔乡——浑水 河北 岸旅游码头  
3、 舞阳 大道——土桥大道——恩鹤旅游公路（S233）——茅坝——莲花池——三岔乡——浑水 河北岸旅游码头  
恩施 大峡谷  
恩施 大峡谷门票信息：  
1、必购票：门票+车票，200元/人（包含门票170元/人，景区换乘车车票30元/人）  
2、选购票：客运索道上行105元/人、索道下行100元/人，上下联票200元/人，手扶电梯30元/人（温馨提示：索道位于  
七星寨景区  
入口，欲乘索道下山必须原路返回）。  
3、景区对特定人群，有特殊优惠政策  
交通  
1）自驾游；使用导航都能驾车到 恩施 大峡谷。但 恩施 以山区地形为主，山路弯道较多，驾驶车辆时一定要注意路况减速慢行。  
2）自助游；经停 恩施 站的火车有动车、高铁、少量绿皮车，国内许多地方的航班都能直达 恩施  
许家坪机场  
。来往 恩施 非常方便。  
如果您身处 恩施  
许家坪机场  
或火车站该如何前往 恩施 大峡谷？  
【出租车】从 恩施 机场或火车站搭乘的士，到 恩施 航空路车站下车，全程约20分钟左右，费用在20——30元之间， 恩施 市区起步价：5元/公里。  
【公交车】 恩施 火车站，乘22路/6路/30 路公交车至航空路车站下车，全程约40分钟（2元/人）  
【 恩施 市区—— 恩施 大峡谷专线车】 恩施 航空路车站乘坐 恩施 ——大峡谷专线车， 恩施 到大峡谷属于短途，售票员在车内现场售票 ，专车直达 恩施 大峡谷游客中心， 恩施 市——大峡谷全程60公里，乘车用时1.5小时，票价25元/人（单程）  
【 利川市 区—— 恩施 大峡谷】  
利川  
火车站乘坐 利川 —— 恩施 大峡谷专线车，全程39公里，乘车用时1小时，票价20元/人（单程）每天车次较少。  
恩施 女儿城  
恩施 女儿城全天开放，而且无需门票。  
恩施 土司城  
门票价格： 成人票：50元  
交通  
恩施 火车站30路公交车直达土司城站，共13站。  
住宿推荐  
1、 恩施 市内  
我们这次入住的是 恩施 市内的奥山雅阁酒店，酒店周边就是就有一条美食购物街，买东西吃饭都比较方便，离机场打车大约20分钟。  
2、 恩施 大峡谷景区  
恩施 大峡谷景区周边，配套也非常齐全。附近就有不少度假酒店，游完大峡谷，可以选择就近休息。  
恩驴友居度假酒店，以“驴友”文化为主题，是景区按四星级标准建设的农家乐，价格实惠，环境优美。  
3、  
枫香坡侗族风情寨  
茶花山居是  
枫香坡侗族风情寨  
内其中一家非常有民族特色的名宿，整座散发着浓郁的侗族风情。  
4、梭布垭 石林  
景区内有一家畔山云隐酒店，每间房都有独门小院，环境很棒。景区外有一家硒世情缘山庄，可直接俯瞰 石林 ，也可看日出。

评论：  
1.楼主的照片好美，心动的不行，也想去了，准备安排行程了。  
2.看完之后又是各种按耐不住~~~~~想出去玩~~~~  
3.楼主的照片拍得美丽至极阿，看得我心生向往。

## 166.北纬30度，恩施大峡谷，梦幻之旅

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3733694.html

来源：携程

发表时间：2018-9-28

天数：3 天

游玩时间：8 月

人均花费：1000 元

和谁：和朋友

玩法：自由行，穷游，省钱

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，一炷香，绝壁长廊

正文：  
不管去什么地方心情对了，一路都是风景虽然一路很累，但累并快乐着  
对于很少看到高山巍峨的人来说，这里一路都是风景  
仙雾环绕，是大峡谷常态的风景，湖北  
恩施  
土家族苗族自治州号称世界仙都，大概也是因此得名吧  
恩施大峡谷  
评论写下一路的经历，希望为后来者带来帮助从恩施火车站到达恩施大峡谷  
从恩施火车站下车后，旁边就有一个汽车站，进车站直接去售票口可以购买去恩施大峡谷（沐抚）的汽车票，25￥/人。凭票进站，上车等个差不多一二十分钟就会发车，这个车是流水车，因为来恩施自助游去大峡谷的游客特别多。  
恩施汽车站，在这里坐车去大峡谷  
然后大概坐车一个多小时，就会来到恩施大峡谷的游客中心了  
恩施大峡谷游客中心  
停车场好像有8个，所以自驾游的朋友，不必担心来了没有停车位了。不过我们来的时候是暑假，也就是旅游的旺季，大峡谷会限流，游客控制在12000左右，到了数量就不会售票了，所以有时候还是要关注官方的最新消息，自己掌握一手消息。我是因为大峡谷的一个演出吸引而来，也是在这它上面看到的消息，这是恩施大峡谷龙船调演出的官方微信公众号，需要的朋友可以自己关注了解，我分享出来个二维码吧  
恩施大峡谷龙船调演出  
下车，我们会穿过一条楼梯路，他们当地人叫这条街为“天街”。这里有卖一些拐杖还有帽子，吃的什么，强烈建议可以买一个拐棍儿，或者租一个，这个爬山真的很累哦，非常需要体力的。走过这条街就会直接到达游客中心，进去就能取网上买好的票，或者自己去窗口临时买也行，我们买的是285￥/人（这是个套票，包含了景区里的所有交通了）。买了票，在游客中心的三楼乘景交车（这个费用是包含在门票里的）去往景区。  
恩施大峡谷的游客景区交通车  
游玩的话，不用我说，恩施大峡谷就是两个景点，一个七星寨，一个地缝，七星寨我们花了大概四个多小时，地缝差不多要个把小时。所以一路下来游玩景点就要六小时左右，一定要带好充足的水和干粮，不然真的会又渴又饿哦，当然景区里也有卖的，但是……你懂得~  
七星寨上去是要坐索道的，不过这个费用也包含在了门票费用里，不过后面下来的时候会有一个世界最长的悬浮电梯乘坐的话是要另收费30的，其他也不会产生任何费用了。  
坐索道对于不恐高的人来说绝对是一大视觉的享受，因为，在索道穿梭峡谷的过程里，满眼全是道不完的风景。  
索道，这张图真是没有诠释到所见的十分之一  
我们下了索道一路向上走，运气刚刚好，遇到了龙船调的小演员快闪  
龙船调的小演员快闪活动  
一路沿着景区的观光路线，看到的也就是大家可能早已了解的景点了  
这是个寓意非常好的地方，天地而成的一炷香，在这里许下的心愿，应该都能实现吧？  
绝壁长廊  
地缝里  
这些都是大家来了都会看到的，我就不赘述了，网上好看的图片一大把。  
反正下来之后。我们同行一党全都只想赶快休息，吃个晚饭，因为我们晚上还要去看《龙船调》，这个建议大家来之前可以在网上看看合适的农家乐什么的，我们住的也是很普通的，景区周边农家的房价差不多都是一两百左右。环境都还是可以的，有种向往的生活的感觉。如果要求高一些的朋友，这里最好的酒店当属女儿寨莫属了，毕竟就它是四星级的。  
游玩两个景点，所有的游客都要乘坐之前来的景交车回到游客中心，我们也刚好来这里买好龙船调的门票，这里说明一点，如果要看演出的朋友尽早买票，因为座位是固定的，就跟电影院看电影一样。龙船调的售票厅也是在游客中心里面  
游客中心龙船调售票窗口  
因为演出是20:10，我们差不多19:00就到了游客中心三楼，因为买票的时候，窗口的小姐姐19：00之后有景交车送往剧场的，因为剧场太大了，在离游客中心2公里的位置。（景交车在演出后也会送我们回到游客中心，都是免费包含在门票里的。我们买的B区的座位，218￥/人）  
龙船调剧场  
说实话，看到这个气势恢宏的剧场大门的时候，我就已经觉得票应该不会白买了。  
临近夜晚的深山里，后面是巍峨的峭壁，这种烘托美的让人无法形容  
演出时间70分钟，我们入这个大门进入观众席也走了5分钟左右的路程，可想而知剧场有多大  
因为演出开演前的提示要求不能摄影录像传播，只能拍几张，还有从公众号找到的剧照发出来让大家参考一下，反正我是觉得照片无法形容现场的感受，真的是很超值了  
这个演出里面的背景音乐真的都是超好听又有民族特色美  
宋祖英唱红的龙船调有着这么一个渊源的故事，确实有种无以言表的美感。  
恩施大峡谷，一生怎么都要来一次的地方，希望你的路过会有不一样的感触。  
PS：我自己拍的好多照片一点都不好看，手残党一枚，有些图就借用了网友的，请勿见怪，如果觉得有侵权，请告知，一定删除，谢谢。

评论：

## 167.恩施大峡谷七星寨，屹立在云端上的石林迷宫

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3733671.html

来源：携程

发表时间：2018-9-28

天数：3 天

游玩时间：9 月

人均花费：2000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
常住重庆的我，对于峡谷地缝已经见惯不怪，但  
恩施大峡谷  
，是我一直心心念念想要去游玩的，因为听说它很壮观、很神秘、很奇异，我想把所有的听说都变成眼见为实。  
真实的情况是：即使你见过很多壮美的峡谷地缝，你依然会被  
恩施大峡谷  
所震撼和吸引，它带给我很多惊喜和意外，我认为绝大部分的人都会不虚此行！  
首先，  
恩施大峡谷  
是国家5A景区，它囊括了地缝、瀑布群、石林、石峰、喀斯特等等大自然的鬼斧神工。主要分为两大部分的景区，云龙地缝和七星寨，二者一个在山巅，一个在地底，俯首向往、两两相依、同根同源。如果说云龙地缝是藏在地下的宫殿，那么七星寨就是云端上的石林城堡。这里，让我为你说说七星寨。  
七星寨不是一个寨子，而是一个石林密布、奇峰林立的世界，海拔1500-1900米，大约有4-5座山连绵而成，从云龙地缝出来后，不多远就是七星寨的入口，你需要做缆车到山顶，从山顶开始游览。缆车全程攀爬几座高山，因此随着山势跌宕起伏，可以俯瞰高耸如云的石峰，甚至从裸露的岩石顶部经过。  
进入山顶，我才发现，山中有山，我们所在的山顶，遍布各种绝壁、岩柱林、孤峰、石芽、石林、峰林洼地、溶洞，大部分是经过了2.03—2.5亿年，风化剥蚀、溶蚀形成的喀斯特景观。而且园内松木苍翠、云遮雾绕、引人入胜。  
这里的主要景点有小楼门群峰、土司堡、  
楼门石浪  
、石芽迷宫、壁立千仞、土司城堡、一线天、  
绝壁长廊  
、回音谷、金元宝、古象岭、祥云火炬、雌雄菇、相思鸟、峡谷鳄、  
大楼门群峰  
、  
迎客松  
、英雄道等，都深刻地反映了峡谷、绝壁、峰林、岩柱、石芽、溶蚀沟槽、溶蚀洼地等形成的每一个细节，可以说是喀斯特地貌演化的天然教科书，也是一个天然的博物馆。  
一线天：又称步云关，为三叠纪（大约2.03—2.5亿年前）灰岩中发育的直立裂隙构造，经风化剥蚀、溶蚀、崩塌形成了巨型裂缝，宽60厘米，高6米、长达40米。穿梭其间，抬头仰望，只见一线蓝天，高高的绝壁则从两边向中间挤压，彷佛随时要撞在一起。  
大峡谷的  
一炷香  
是七星寨的“镇谷之宝”，是一座高150米的石峰，柱体底部直径6米，中间一部分则瘦小，最小直径只有4米，远观就像一炷香立在群峰之间，置入云天。在同类喀斯特地貌中这十分罕见，为恩施大峡谷标志性景观。2009年10月17日CCTV-10《走进科学》栏目报了“擎天一柱”千年不倒之谜，2012年美国探险家迪恩．波特在“一炷香”旁创造了41米无保护措施的高空走软绳纪录；2013年美国CNN把“一炷香”评为中国最美的四十个景点之一；2014年《美国国家地理》杂志正式推出了恩施大峡谷地貌风光片。  
古象岭的外形如同一座健壮的猛犸象，耸立在群山之间，象头上有根小岩石如古象鼻，栩栩如生，该山岩体为三叠纪（2.5亿—2.3亿年前）灰岩山体地貌，灰质较纯、坚固，因而整体性强，垂直溶蚀痕发育，如同古象的毛发，岩体披挂毛茸茸的植物，更显生动。  
祥云火炬是岩溶石峰景观，也是三叠纪（2.5亿—2.3亿年前）灰岩经过风化剥蚀、溶蚀而形成的。它原本与大山是一体的，但因为灰岩层理较薄，质地不纯，断裂裂隙发育、部分岩块自然脱落，从而自然分离，形成一座“火炬”。  
七星寨里的每一座峰体，都是大自然的鬼斧神工，单独看壮观绮丽，放在一起又各具特色、宏伟磅礴，而且从不同的角度观看，会有不同的感受。因此穿过一山又一山，每一个转角都会有奇迹，每走一步都会是不一样的风景。

评论：

## 168.中国最美峡谷！湖北隐藏的这个旷世仙境——恩施

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3733940.html

来源：携程

发表时间：2018-9-28

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：摄影，人文，自由行

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，佛宝山，利川清江古河床，腾龙洞

正文：  
经常听到有人问我，人为什么非要去旅游呢？  
当我听到这个问题的时候非常诧异，但一时又想不出好的答案来说服她。所以在我们近几次出去旅行的时候就会带着这个问题去一处陌生的地方，在几天的旅途中，思考旅行的意义。  
其实，旅行没有什么实质的意义，但他可以从根本上改变一个人。我从来没有见过爱旅行的人是内向的，也没见过喜欢旅行的人会每天抱怨生活的无趣。相反，我们的同伴都是一个比一个有趣，他们有学识、见识更有一肚子的故事。  
这次旅行我们选择了  
恩施  
，随着天气渐凉，恩施的景色已经到了最美的时候，这个时候的恩施，婉如仙境，真的不愧是国家级AAAAA级旅游景区，它位于湘、渝、鄂三省交界处，是清江流域最美丽的一段，被誉为全球最美丽的大峡谷。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷是到  
恩施旅游  
一定不能错过的一处景区。节假日或者夏天的时候人会很多，我们9月中旬到这里，不算旺季，人也不太多，所以各方面玩的还是蛮顺利的。  
在这里真正感受到大自然巧夺天工的神奇和壮观，于悬崖峭壁处鬼斧神工，叹为观止；独特的喀斯特地貌山石，经上亿年风华剥蚀，雨水冲刷，各成形状，各有故事。  
恩施  
鹤峰  
走马镇  
大山深处有人家。如果不恐高，渔山索道一定要体验，这是曾经不通公路的渔山村村民往来外界的通勤交通，现在已经没什么人乘坐，票价低到不可思议。在空中吹着小风看着大山实在有点儿惬意。  
利川  
佛宝山  
简直集齐了各种网红元素：玻璃栈道，吊桥，巴厘岛同款鸟巢、类似款瀑布、升级款秋千（电动的能荡超级高，不过五花大绑的安全措施也很到位）。  
景区游客不多，虽然没有当地人才知道的野地儿幽静好玩，跟着小溪流和瀑布群走一走也不错。  
然鹅最期待的六公里漂流竟然因为天气转凉两天前刚结束本年度运营，听说超级刺激超级好玩的！不开心！今年跟漂流无缘，端午节在白音敖包景区就因为太旱水位不足没赶上，跺脚！感觉门票亏了一个亿！  
利川清江古河床  
徒步一天，手脚并用，翻山越岭。  
请了民宿老板帮我们做向导，除了带路，还带我们去探索了一个三层的大溶洞，据说当地人都可以从这儿直接逃票到  
腾龙洞  
，不过普通人还是不要尝试，洞太大路太远，肯定会迷路。洞里还看到了蝙蝠，有点儿鬼吹灯的感觉。  
大自然太神奇，部分从地上河改道成了地下河，有的地方可以听到地下轰隆的水声，民宿老板知道哪里最深，扔下一块石头，很久才听到落水的声音。据他说地下河流速很急，还有大瀑布，冬天水量小时可以去看。  
民宿老板超级幽默，爬山的时候有的挺陡峭，他有各种“教程”：手抓这个洞，先上右脚，后退一步…之类，果真这里是著名的徒步线路。不过已经被纳入腾龙洞地质公园规划，不知哪一天就会成正规景区。  
说起民宿老板，不得不向大家介绍他的民宿，因为之前出行一直在用这平台，所以也比较放心。  
这次订的是一套恩施新中式风格的两居室，房间里的设计都是由专业的设计师操刀的，房东精心挑选的饰品。最爱的就是这里会客接待茶室用的高端红木茶桌及艺术茶具，和整间房屋完美的结合，非常舒服。  
最后，Tips：  
1、出门记得带防晒、防晒衣、墨镜，即便现在天气凉，但到了正午太阳还是会很强的。  
2、带上驱蚊驱虫药，因为恩施山高水长树多，空气比较湿，虫子也会有，所以预防为主。  
3、记得带运动鞋、拖鞋，因为有些地方会蹚水，根据路程安排穿最合适的鞋子。  
4、关于住宿，记得一定要提前订好。可以向老板询问路程行程等自己不确定的一切

评论：  
1.楼主老板的民宿叫什么？  
2.请问有什么需要特别注意的地方么？我担心自己不了解。  
3.楼主是一个感情丰富热爱生活的人！感谢你的分享！  
4.我觉得楼主的游记差一点就能成为美图呢！楼主还不赶紧加加油~~

## 169.中秋渝鄂游

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3734684.html

来源：携程

发表时间：2018-9-30

天数：6 天

游玩时间：9 月

人均花费：2100 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
渝东鄂西处于大巴山脉和武陵山脉交界，属第二阶梯未端，海拨1000米左右。行政区划恰似阴阳八卦，相互交叉嵌入。渝东长江三峡历是旅游胜地，鄂西  
恩施  
土家族苗族自治州是新中国最年青的自治州（1983年成立鄂西州，1993年更名为恩施州）。由于交通不便，经济落后，长期鲜为人知。2015年宜万铁路通车，才渐渐进入人们视野。其原生态的额斯特地貌，清澈的清江，多变的峡谷而令游客纷至沓来。  
上海距  
恩施  
1300多公里，动车要9个多小时，太累！飞机每周二、四、六仅一个春秋直达航班。此次旅游社推出新线“一线跨两省”，又恰逢中秋节国庆前旅游低谷，价格实惠，即下订报团参游。  
9月23日，清晨早起自驾到浦东机场附近停车场（网上预订每天停车费25元，含机场接送），6：50  
东航  
MU9461  
起飞，2个多小时后抵达重庆万洲  
五桥机场  
。重庆万洲在三峡未筑坝前称万县，1994年暑假曾携妻子去重庆亲戚家拜访后沿长江顺流而下，江轮在万县码头停靠过夜等天明过三峡。半夜，我沿高高石阶上岸购买食物。而三峡筑坝后都已沉入江底，如今是蓄水173米后一个全新的万洲区。导游小李接团后，全团27人沿沪渝高速赴  
恩施  
，途中服务区自费简单午餐，车行三小时后到达恩施土家族苗族族自治州首府恩施市。首站恩施州博物馆，恩施文化广场是座集博物馆、大剧院、展览馆大型综合性建筑。展览分武陵足音、恩施记忆、生态恩施三部分，分别展示恩施历史文化、民族风情、革命风雷、荟萃人文、自然地貌、矿物特产。  
9月24日，晨起沿高速至  
建始  
后走县道近2小时到达野三峡游客中心，再继续前行到野三峡  
清江大峡谷  
景区，景阳游船码头登船游清江。由于淡季游客不多，且小雨天气，清江两岸烟雨朦胧，云雾缠绕，船行近一个小时经九叠瀑、蝴蝶岩等景点后弃船登岸，沿龙泉溪而上，经龙泉瀑、双龙瀑、龙泉三叠、洞穴人家到龙泉溪尽头。在玻璃餐厅午餐后原路返回恩施市区  
恩施土司城  
浏览，土家族土司文化起于元代，止于清朝，前后450多年。此土司城是座仿古土司建筑群，小李导游沿途介绍土司文化与历史，但无奈雨势渐大，也无心多游，返回车上赴酒店晚餐。今天是中秋夜，虽无法赏月，但有幸与团友共享摔碗酒，共度中秋夜。酒后，赴恩施大剧院参看大型民俗表演“爱上硒施”。  
9月25日，  
恩施大峡谷  
一日游。车行2小时翻山越岭抵大峡谷景区游客中心，雨势渐大，无奈行程无法更改。雨伞、雨衣、鞋套、手杖全套上程。浏览车先送到云龙地缝景区，拾级而下先游地缝。地缝内飞瀑如注，一路水景。从地缝出来简单自带干粮午餐后，迎接下一段更艰辛的  
七星寨景区  
。七星寨景区位于海拨1600米以上四座山峰，先坐缆车到达第一座，省去近1000米的爬坡。因  
绝壁长廊  
维修封锁，只能经土司城堡、回音谷等景点到中楼门休息片刻，继续下坡上坡前行，雨势更大，夫妻互相搀扶，好不容易抵达峡谷轩酒店大堂避雨。而后继续前行，到达七星寨景区最精华之处，  
迎客松  
、祥云火炬、  
大楼门群峰  
而后到最为壮观的一柱香景点。一柱香已成为大峡谷标志性象征，每位来大峡谷游客上下千余级台阶都为亲眼目睹该一景点。过一柱香景点下坡后只剩最后一座山峰了，经  
母子情深  
景点后到达大门楼扶梯，入景区到此已近6个小时，人已精疲力尽，赶快自费购买30元大扶梯票，省去几百级下坡道。自动大扶梯共有九段，上有风雨廊，既省时又省力，到达七星寨景区出口坐景区游览车返回游客中心。发车已近5点，全天在景区7小时，而且当天暴雨，是此次游程中最为辛苦疲劳的一天。大巴车仍翻山越岭，近晚7点抵龙船调故乡恩施利川市，耍乐堂晚餐后入住蓝波湾大酒店（四星），仍行程中最佳酒店。  
9月26日，今天要完成三个跟团购物点，分别是翡翠、乳胶和蚕丝。和泰国套路一样，虽自愿购物，只是浪费时间。其中还逛了下恩施女儿城，是参照土家族赶场相亲而打造的旅游购物街。有各式旅游纪念品、当地土特产、酒店、服饰和住宿。  
9月27日，晨起离开利川市赴重庆  
云阳  
县。走高速转318国道，再转县道、乡道。水泥路面越走越窄，越走越破，越走越险。直到重庆境内，才沥青路面平整一新，特别好走。经过2个小时行程，上到海拨1400米高度云阳县最南端岐山草场。由于海拨高夏季冷快，是重庆人避暑之地，冬季亦可滑雪。而现在则是一年中淡季，宾馆都空房，草场仅咱一团游客。也就散散步赏赏花，呼吸下新鲜空气，看看知青林后即离开往下一景点。车行约20分种即到  
天下龙缸景区  
南门。午餐后步行前往天下第一缸景点，龙缸也由额斯特地貌而形成大天坑，四周悬崖绝壁，深不可测。而有意思的是那  
绝壁栈道  
，其中有二段玻璃栈道，一叫月影栈道，一叫牵手栈道（问情崖）。而后到天河广场坐游览车前往廊桥景区，那是一座人工建造外挑式玻璃廊桥，号称天下第一廊桥，桥下是景色秀丽的石笋河，有恐高的需慎行。游完此二处景点后仍回到天河广场出景区北门，坐大巴返回万洲。天下龙缸和岐山草场二景点外省客人少，由于地处重庆云阳与恩施  
利川  
交界，不管从利川来，还是从云阳来都要2个多小时山路车程，交通不便。相对而言云阳来路面较好，适合自驾，利川来路面较差，需小心驾驶。大约6点左右到达云阳县城，也是座三峡筑坝后全新的城市，老县城在下游30公里处已沉入江底。云阳上沪蓉G42高速，约7点回到万洲市区。  
9月28日，早上8点司机到酒店接咱送机场。此次旅游从万洲起止，可惜没有更多时间看万洲市容，参观三峡移民博物馆，回忆一段世纪工程往事，只能在去机场途中匆匆一瞥。蓄水后的长江没有了昔日的波涛，沿江新市镇高楼林立，两岸筑起多座公路、铁路桥梁（94年从重庆出发，到湖北才看到长江大桥），20多年天堑已变通途。  
MU9462  
航班准点起降，到达  
浦东机场  
后联系停车场派小车接机，取回爱车顺利自驾返家。

评论：  
1.图文并茂，介绍的很详细，谢谢分享

## 170.秋季登庐山，雨游三叠泉

https://you.ctrip.com/travels/xingzi2390/3735861.html

来源：携程

发表时间：2018-10-6

天数：2 天

游玩时间：9 月

人均花费：750 元

和谁：夫妻

玩法：自由行，火车，穷游，周末游

旅游路线：庐山，庐山博物馆，三叠泉，三叠泉缆车，五老峰，花径，如琴湖，锦绣谷，庐山天桥，仙人洞，御碑亭，观妙亭，乌龙潭，黄龙潭，三宝树，好运石，庐山险峰，黄龙寺

正文：  
2018年的夏天终于过去了，武汉酷热的天气，把人的意志都能磨没了。整个夏季，我都在公司和家里，两点一线，在户外停留的时间少之又少，只有在空调房里待着，才是武汉夏季最好的度过方式吧。一转眼到了九月底，秋季悄悄的来临，中秋节在办公室里值班的时候，突然冒出一个想法，要不要趁着这个中秋补休，出门玩两天，想法一有，便开始了计划，两天可以去哪呢，周边的地方三峡，神农架，恩施，武当山。。。。。。在携程上偶然看到了---  
庐山  
。。。。。。  
庐山，在我的脑海里印象太模糊了，上次去大概是20年前的时候吧，都说庐山天下秀，这倒不失为一个好去处，下定决心，开始订票查看攻略。庐山之行就这样在半小时内决定了。。。。。。  
D1 ：武汉--庐山  
庐山博物馆  
  
三叠泉  
武汉距离庐山很近，动车往返速度快，大约两小时，还可以自驾，不过我还是喜欢乘坐公共交通出行，D3263汉口--庐山 二等座84元/人 8：08--10：11  
临近十一前夕，避开高峰出游，还是很赞的，人不多，只不过当天的天气有点阴沉，看了一下庐山的天气，有小雨，这个不影响我的心情，出发。  
经历了两个小时，抵达庐山火车站  
果不其然，下起了小雨，在这个时候有拉客的来了，20元/人到庐山景区，有两个小姐姐在我们的前头上了车，后来干脆上去算了。还可以在火车站乘坐公交车到达  
九江车站  
，再换乘庐山专线车抵达。下着雨，不考虑那么多了，奔向庐山......  
车辆行驶了一个多小时，抵达庐山售票大厅，门票现场买180元/人，携程优惠20元，160元/人，还是不错的。  
服务中心内景，里面还有饮水处，因为今天天气不好，所以大厅内的游客寥寥无几，正合我意，不喜欢凑热闹，哈哈哈  
这个是庐山景区导览图，景点有很多，无奈我只有两天时间，只好选择一些主要的景点，有时间的小伙伴，可以在山上多住几日，门票有效期7天。  
在这里换乘中巴车到牯岭镇，上山时间大约40分钟，全是盘山公路，晕车的小伙伴们自备晕车药哦，我是毫无感觉，路上雨越下越大，山路上起了雾，能见度很低，真是佩服开车的师傅，技术绝了，安全抵达牯岭镇。  
下车后才发现，穿少了，卫衣加牛仔裤，冻成狗......赶紧在路边找了一家超市，买了件雨衣，8元一件，颜色多样，价格嘛，还可以，没有想象中的那么不可思议。  
在雨中寻找吃饭的地方，沿路逛了一下，牯岭镇很漂亮，吃喝玩乐一条龙啊，三面环山，一面临谷，果然不负"云中山城"的美誉。各式异国风情的建筑，很是小资。街上居然有肯德基耶，二话不说，进去解决了温饱问题，还是这个靠谱啊，在山上又是景区，价格不贵，套餐40元/人。  
出门在路边发现两只抱在一起取暖的猫咪，哇喔，太可爱了~~~~~  
镇上有许多车站，可以前往各个景点，今天第一天来，就要攻克庐山最负盛名的景点---三叠泉，等车的时候，听到车站的工作人员说有一段在修路，建议先去参观一下博物馆，再在门口换乘观光车到三叠泉，好了，就这么决定了。  
观光车在景区内很多，如果想去那个地方不确定是否到达，可以询问在车站的工作人员，都会很热情的告诉你的。  
这就是庐山博物馆，是毛泽东在庐山期间曾住过的地方，人称芦林一号别墅。  
里面环境幽静，树木成荫，郁郁葱葱  
毛主席的卧室  
在走廊里向窗外看去，宁静的院落，闲适安逸，远处的山峰若隐若现，舒坦  
馆内藏品反映了庐山历史文化的辉煌，有当地出土和及从外地搜集的古代青铜器和历代陶瓷，有唐宋著名书法家颜真卿、柳公权、米芾、黄庭坚等在庐山的手书碑拓，有明清著名书画家唐寅、郑板桥、朱耷的字画卷轴，最珍贵的则是《五百罗汉罗图》，血书《华严经》和水晶佛珠，皆属国家一级文物珍品。可以逐个房间慢慢参观。  
出来后有个毛泽东诗词苑，可以一路参观一下，有毛主席和周总理的雕像哦  
下一站，三叠泉......  
秋雨淅淅沥沥的下着，穿着雨衣，阻隔了寒冷的风，在这雨天里，游客三三两两的漫步在山中小路，静谧的山林中，单单的雾气，很有仙境的感觉啊  
抵达了  
三叠泉缆车  
站，80元/人往返，这里提示一下各位小伙伴，是无座的哦，全程站着，幸好不一会就到了。（看看，这就是淡季的缆车站，没有人排队，有没有，真是爽）  
下了缆车后，要行走很长一段山路，切记，是很长很长很长的一段路，要有心理准备。需要步行1600级的下山台阶才能到达最底端。这一路十分险要，千万不要为了看风景而失了脚下的路，尤其雨季时更要小心。  
先是下行到一个地点，交2元钱买一张返程卡，回程时可以退还。然后就开始慢慢的下山路......  
雨还在下着，山路湿滑，沿途碰到几位大爷和阿姨，手牵着手互相鼓劲，好羡慕啊，如果我年纪大了，希望也可以如此这般，那就无憾了。  
初见三叠泉  
行走中，再望三叠泉  
终于到脚下了  
三叠泉被誉为“庐山第一奇观”。它其实并非泉而是瀑布，水流从  
五老峰  
北悬崖口落下，冲击三级盘石而形成“三叠”,总落差155米，十分壮美，有“不到三叠泉，不算庐山客”之说。  
要近距离感受三叠泉的视觉冲击，还需要下到谷底看三叠，是非常辛苦的过程，最好带点吃的。我是下到观景台后，稍作休息，吃了些零食，补充水分，才继续往谷底进发。此处观景台是拍摄三叠泉的绝佳地，虽是淡季，游客还是都汇集在这里，争相拍照。  
下到谷底，游客照来袭，哈哈哈  
雨越下越大，身在谷底潭边，仰望三叠泉，雨水夹杂着瀑布水打在脸上，这感觉，仿佛整个世界都无人存在，只剩我在这茫茫天地间，舒坦  
参观完三叠泉，体力尚可，可以继续下行至东门，沿途景观秀美，但是不要出去哦，明日还要继续游览，所以选择返程。  
上山的路，可想而知，我的腿都快走断了，一路上，碰到到浙江阿姨和东北大叔，一直在跟我聊天，鼓劲，我们互相加油，一路上走走停停，听大叔讲天南海北的旅行故事，阿姨跟我讲了她爬华山的经历，真是收获多多啊，喜欢这些在旅途中遇到的可爱的人。终于成功走到了缆车处......  
坐上缆车，慢慢的往回行驶，山中间的雾气散了许多，傍晚了，那真是冷啊，看到卖东西的小贩都穿着羽绒服，我还在流着鼻涕露着脚脖......雨中游三叠泉，别有一番情致啊  
今天的行程结束，到了牯岭镇，慢慢的走回酒店，酒店距离牯岭镇有点远，不过胜在价格划算，178元/晚，在山上，这个价格，划算  
天黑了，我还在不知疲惫的拍照，山间小路的夜景  
耳边的山风声呼呼的吹着，偶然间看到这条小路，来一张，山间小路的节奏，隐隐约约的路灯  
回到酒店，累到不想动弹，包里还有早上在武汉买的几盒卤味，拿出来当晚饭解决，忽然一想，我的惯例啊，打卡当地啤酒啊，不管了，赶紧下楼去，在酒店的小超市内，找到了这款冰镇的庐山啤酒，也许是一天的疲惫吧，喝上一口，清甜甘爽。云中小镇，夜间的山中，没有比喝上一罐冰啤酒加卤味更惬意的事情了吧......  
D2：  
花径  
---  
如琴湖  
---  
锦绣谷  
---  
庐山天桥  
---险峰---  
仙人洞  
---  
御碑亭  
---  
观妙亭  
---  
乌龙潭  
---  
黄龙潭  
---  
三宝树  
清晨起床，打开窗户，山风簌簌，只有在这里，才是真正的秋季啊  
早餐在酒店餐厅解决，自助餐，还是很丰富的。昨天爬山，腿部酸痛，可我还是秉承艰苦奋斗的思想，徒步走到了观光车站，其实也没有很远，大约2公里。等车的时候，随便逛了一下，早晨山间的空气真是舒服  
美丽的小镇，如果能多住几天就好了  
花径站下车，这里就是如琴湖了  
如琴湖秀丽雅致，因湖岸曲线玲珑，湖面酷似一把媚人的小提琴，加之湖边的石上有古人刻的“如琴”二字，故得名。  
花径相传是唐代诗人白居易咏诗《大林寺桃花》的地方。  
花径亭中一横石上刻有“花径”二字，传说系白居易手书。  
这便是花径亭  
园中繁花似锦，曲径通幽，湖光山色，风景如画。  
锦绣谷就在花径附近，可一并游览。从天桥开始进入锦绣谷，其实这里并没有桥，只有断崖，崖上有一块褐色巨石伸向深涧，远远望去像是断桥。相传朱元璋曾逃亡至此，巧遇金龙化作虹桥而绝处逢生。而不远处有一块立在悬崖边上的  
好运石  
，很多游客会用手触摸它。  
触摸好运石的游客们  
沿途景色秀丽，奇石耸立，还有很多巨石，是游客拍照的好地方  
远望  
庐山险峰  
，刚才路过时，游客超级多，对于人群密集恐惧症的我来说，基本是迅速逃离的，哈哈哈，那个地方的有块巨石，是拍照的好地方，小伙伴们不怕人多的，可以慢慢排队等拍照留念  
此洞高、深各约10米，幽深处有清泉下滴，名为“一滴泉”。 据说，这滴泉水滴了进上千年都不枯竭。泉下有池，围以石栏。洞壁有“洞天玉液”等石刻题词。  
而毛泽东的著名诗句“天生一个仙人洞，无限风光在险峰”，使仙人洞景点名扬四海，使仙人洞成为来庐山的客人必游之处。  
此处有很多游客拍照，可以在这里稍作休息，再继续前行。  
观妙亭，这里望下去，庐山美景，一览无余。  
御碑亭，听到旁边一位导游说，此处是影剧《庐山恋》中男女主人翁在此避雨，浪漫相遇的地方。  
亭中至今还保存着朱元璋的御碑。  
山顶风超级大，站在观景台上，吹着风，心旷神怡，拍下了这两张  
这就是庐山烟盒上的松树，上面写的是“飞云揽宗” ，庐山的迎客松，一般游人都会在那边留影，属于庐山的地标之一  
又到了中午吃饭的时候了，依然选择了肯德基，哈哈哈，明码标价，实在是大爱，里面的冰激凌真是美味啊，越是天气冷越要吃冰激凌，才能体现它的美味啊。  
吃完午餐，向乌龙潭进发。  
从电站大坝下车就来到了乌龙潭，是传说中的西游记拍摄地，潭水碧绿，怪石嶙峋，确实是拍照摄影的好地方，居然没什么游客，可以慢慢坐在这里休息一下  
这张照片是在去  
黄龙寺  
的路上拍的，各位小伙伴能看到什么玄机么  
这就是传说中的三宝树，苍天啊，我腿快爬断了。宝树是因三株特殊的古树而得名的，两棵柳杉，一棵银杏。因这三树在黄龙寺山门前,有“庙堂之宝”的称誉,故名“三宝树”。  
看宝树有多大，我168的身高，在这颗树前，好渺小  
黄龙寺  
黄龙寺游客很少，途中遇到很多因为体力不支，半途下山的游客，庆幸自己还是坚持下来了，才能看到如此美景  
此后还有黄龙潭，然而......没拍照......因为人全集中在那里了，各种摆造型，无奈，不凑热闹，用眼睛观赏了一下。黄龙潭瀑布悠长，秀丽，泉水流淌在石涧之间，无人时，坐在潭边，甚是惬意。  
回程的时候，看到庐山大桥  
路灯很有特色  
好了，回到牯岭镇，来两张  
在街上买了这个庐山茶饼，带回去给同事吃，没想到味道还不错，在牯岭镇的换乘中心等待下山的车  
回程D3288 庐山--汉口 84元/人 16:20--18:20  
本次全部花费：1500元左右（包含交通费，餐费，门票及杂项）  
欢迎大家浏览我的其他几篇游记，文笔不好，拍照技术有限，只是期望透过自己的眼睛，将看到的美景呈现出来，并能给各位喜欢自助游的小伙伴一点点参考，就心满意足了。  
云南（昆明-大理-丽江-香格里拉）  
http://you.ctrip.com/travels/dali31/3539814.html  
内蒙古（鄂尔多斯-乌兰察布-呼和浩特）  
http://you.ctrip.com/travels/huhehaote156/3552007.html  
山东（济南-泰山）  
http://you.ctrip.com/travels/jinan128/3489343.html  
甘肃（  
兰州-敦煌  
-嘉峪关-张掖）  
http://you.ctrip.com/travels/dunhuang8/3495467.html  
西安  
http://you.ctrip.com/travels/xian7/2853753.html  
河南 （洛阳--开封--少林寺）  
http://you.ctrip.com/travels/longmenshiku1445188/3618130.html  
  
此次庐山之行，就这么结束了，还有很多地方都没去到，第二天拖着酸痛的腿上班，瘫坐在办公室里，脑海里回想着庐山的种种，下着雨的山路，夜晚的山风，秀美的景色，好喝的庐山啤酒，还有遇到的可爱的人......我还会再来吧，那就下雪的时候吧，我想看一看雪中的庐山......

评论：  
1.住的条件还不错，只不过距离牯岭镇有点远，晚上不方便外出  
2.住的怎样？

## 171.恩施，北纬30°的神秘仙境，寻土司城遗迹，开启洗肺之旅！|北青旅居美好时光

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3736900.html

来源：携程

发表时间：2018-10-9

天数：3 天

游玩时间：10 月

人均花费：

和谁：亲子

玩法：美食，摄影，人文，自由行，小资

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，屏山峡谷，齐岳山，恩施土司城

正文：  
（微信公众号搜索：北青旅居 或咨询 400-680-8718）  
湖北竟然有这样一个地方，虽然它不常被人们提起，但是却拥有诸多美誉：  
“湖北的小西藏”  
“湖北的香格里拉”  
“传说中的秘境”  
“中国版小仙本那”  
它还曾被美国CNN评为“  
中国最美的仙境  
”！被中国国家地理评为“  
中国最美的地方  
”！  
它就是湖北唯一的少数民族自治州——  
恩施  
土家苗族自治州。  
去恩施仔细走一遍，你会发现它一点都不像人间，这明明就是旷世仙境，世外桃源！  
赏最美仙境  
开启洗肺之旅  
恩施大峡谷  
来到恩施的第一件事情，就是去见见梦里的  
恩施大峡谷  
。恩施大峡谷的绝妙不是看照片就可以感受的，这个堪比美国科罗拉多大峡谷的地方，会让你惊叹不已。  
它是清江流域最美丽的一段，不仅在国内享有盛名，更是全世界都为之向往的最美峡谷之一，至于游览的方式，更是让人心跳加速。  
胆子太小，不敢走绝壁台阶的，你也可以乘坐  
“地缝观光梯”  
，或者  
“中国最长旅游观光电梯”，  
无论哪种方式，都会让你一睹绝色美景。  
碧水环绕，青山翠绿。恩施大峡谷承包了所有的绿色。舟行碧波上，人在画中游。这里的水是清澈见底的，每一张照片都不需要PS。  
鹤峰  
屏山峡谷  
很多人第一次认识恩施，或许就是因为——  
屏山峡谷  
！那一汪清澈如镜的河水，如同碧玉翡翠，又如同镜中画卷，美到窒息，美到没朋友！  
泛舟河上，会有悬空漂浮的错觉，宛如来到神秘幽静的世外桃源！它也一度被誉为  
中国的“仙本那”  
！  
屏山峡谷位于恩施的鹤峰县，与湖南省张家界毗邻，是巴文化发祥地之一。这个地方空气清新，河水清澈，森林覆盖率高，绝对是一个  
休闲养生的天然氧吧  
。  
望月桥是整个屏山峡谷最漂亮的地方，这里水清澈见底，明镜透彻，整个水面绿得如翠，亮得如玉。由于水太清澈，很难目测河水的深浅，  
没有涉水溯溪经验的话千万不要下水  
。  
齐岳山  
齐岳山是中国南方最大的山地草场，有南方人难得一见的草原风光，处处一派异国风光，被盛誉为  
“中国的阿尔卑斯”  
。  
在夏季，这里更是天然的避暑圣地，绿草茵茵，牛羊成群，身处其间犹如置身瑞士田园。  
坪坝营  
坪坝营被誉为  
"湖北的大兴安岭"  
，这里的森林覆盖率达到96%，群山逶迤，沟壑纵横，洞穴繁杂，负氧离子含量极高，是夏天国内最好的避暑吸氧圣地之一。  
走进其中，仿佛踏进了童话世界，森林里还有别具一格的吊脚小木屋，你可以在此留宿，和爱人共享浪漫。  
狮子关水上栈道  
在恩施州  
宣恩  
县的深山峡谷里，有一个山秀水碧的地方叫狮子关，这里有一条500米长的“水上栈道”蜿蜒穿梭在碧绿的水面上，它有一个诗意的名字叫“廊桥遗梦”，  
被称为湖北最美漂浮式“水上栈道”  
。  
走在这条木制的板桥上，犹如凌波微步于山水之间，青山绿水，悠悠荡荡，陶然自得，那真叫一个惬意！  
寻土司城遗迹  
感受土家风俗文化  
恩施土司城  
恩施土司城是中国新晋的  
“世界遗产”  
。它是目前国内保存最完整的土家土司王城，有着  
“中华土家第一城”  
的美誉。  
连绵的土家城墙，透漏着古朴的味道，隐隐诉说着土家族命运百年沧桑的故事。  
恩施土司城靠山而建，地处市区内，由苏州园林设计院设计，却不失大气豪爽，精致雕琢的亭台屋檐，无疑不展示着土家人民的智慧。  
来到这里不能只走一走，还要看一看，听一听，热情好客的土家人会用优美的歌声，唯美的舞姿让你忘记生活的烦恼。  
这些在平时中，基本是不可能看到的，却能在恩施  
领略到少数民族的文化  
，你会觉得非常有意思。  
彭家寨  
彭家寨是  
“湖北土家第一寨”，  
虽然全村只有45户人家，但却是一个山清水秀，人杰地灵的好地方。  
深入自然  
像当地人一样生活  
伍家台村  
伍家台村素来以茶香而闻名，但你若来这里，会发现它的田园风光一样绝美，落日伴着茶香，好像变得更有韵味了。  
你也可以  
背起茶篓，跟着村民一起去采茶  
，感受一下大自然田园的风貌，在这里没有城市的喧闹，只有沁人心脾的茶香和远处的美景。  
当然这些只是恩施的代表作  
而那些掩藏在秘境的美景还不止这些  
这就需要用你的脚步去一一探寻了  
-  
END  
-

评论：

## 172.2018年9月，武汉出发“川进青出”16天穿越西藏自驾之旅

https://you.ctrip.com/travels/tibet100003/3737989.html

来源：携程

发表时间：2018-10-10

天数：17 天

游玩时间：9 月

人均花费：10000 元

和谁：夫妻

玩法：自驾，摄影，小资，自由行

旅游路线：西藏，大昭寺，布达拉宫，羊卓雍措，纳木错，东达山，邦达草原，八宿县，泰洪主题，然乌湖，米堆冰川，然乌镇，米堆村，通麦天险，雅鲁藏布大峡谷，米拉山口，拉孜，八廓街，西藏大学，那根拉山口，唐古拉山口，安多县

正文：  
昌都泰洪主题酒店  
¥  
358  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
神奇天路：世界上的路有千万条，有什么能比踏上“青藏高原”之路，更让人砰然心动？藏地至美，天路至高，景色至绝，震心动魄。  
自驾  
西藏  
，朝思暮想了一年多，筹划了大半个月，  
我和妻以及好友阿布  
带着对神秘西藏的憧憬  
，  
在2018年的初秋，驾驶着保养一新的途观车，从武汉出发，踏上为期16天的穿越西藏的自驾之旅，去感受“  
一日不同季，百里不同天  
”的神奇世界。  
16天的时间，我们在自驾中开怀，在冒险中放飞，有惊无险地完成了7000公里的行程，在地图上留下了自己驶过的印记。期间，日均行车距离450公里，行车时间10.5小时。  
武汉-恩施-成都--新都桥-巴塘-  
左贡  
-  
八宿  
-  
波密  
-  
林芝-拉萨  
（住3晚，游  
大昭寺  
、  
布达拉宫  
、  
羊卓雍措  
、  
纳木错  
）-那曲-西宁-宝鸡-  
襄阳-武汉  
路线图  
汽车里程表  
在风尘仆仆的车窗上留下的LOGO  
行程记录单  
Day01：2018年9月21日，  
武汉-恩施  
天气：阵雨  
武汉-恩施，546.8km，7小时48分。  
朝思暮想了一年多，筹划准备了大半个月的  
西藏自驾  
之旅正式开始。  
中午13点08分，三个人、一辆车、一后箱物资、一后座的床垫，怀着兴奋的心情，我们出发了。  
从  
武汉到恩施  
，有500多公里的行程。过宜昌后，G50高速限速80和60，车速慢了下来，这让我们有更多的时间欣赏沿途的美丽风光。沿线的景致是其他高速路段无法比拟的。途观在崇山峻岭中一个接一个的隧道中穿梭，在半山腰中一座又一座大桥中前行，云雾在眼前，山谷在脚下，亦幻亦真。  
7小时48分的时间，546.8km的行程，20：56分，我们来到恩施，宿恩施国际大酒店，吃姥家大锅台。  
路线图  
汽车气床  
一后箱的物资  
山川、大桥、云雾、晚霞  
姥家大锅台的土灶饭  
Day02：2018年9月22日，恩施-成都  
天气：晴间多云  
游览：成都的锦里、宽窄巷子  
恩施-成都，623.6km，8小时26分。  
早上8点13分出发，从恩施到成都，历时8小时26分钟，途经G50沪渝高速、遂宁高速、G42沪蓉高速等，我们于16:39，来到成都。瑞熙酒店（成都市武侯区科华中路）位于四川大学（科华北路）旁，这里有太多的火锅店。来到武侯祠，这里人头攒动，我们没有进去观看；锦里游人如织，我们买碗凉粉尝一下，来个三大炮尝一尝，一下子就拉近了和成都的距离。  
从锦里出来，无法打车，我们三人骑着共享单车，来到文艺青年的成都必到之处——宽窄巷子。傍晚，成都的火锅是火爆的，电台巷火锅爆满得无法想象，我们退而求其次来到砍爷火锅，依然需要排位置等候。借着等位置的间隙，我和阿布去沃尔玛补充物资，火腿肠、可乐、薯片、话梅的四件套，让我们满载而归。在武侯区砍爷秘制火锅店享用晚餐是件快乐的事情，肉鲜嫩、味道足。不论是麻辣牛肉、秘制毛肚、芝士虾丸、霸王牛肝、冰之鹅肠、砍爷一口肉，还是九秒荷辛、海带芽、豆皮、酥肉，都让我们体验了四川火锅的魅力。  
晚餐时，阿布预定了新都桥的酒店。也是在晚餐时，我才知道明天就会经过高海拔的折多山了。  
318川藏线，我们就要来了！  
路线图  
锦里  
宽窄巷子  
砍爷火锅  
Day03：2018年9月23日，成都-泸定-康定-新都桥  
天气：多云间阴  
成都-新都桥，347.3km，11小时1分。  
清晨，在成都的大雨中出发，经过京昆高速、雅康高速、穿越二郎山隧道，我们来到泸定桥头。全长13km的二郎山隧道打通了雅安至甘孜藏族自治州的运输动脉，二郎山隧道开通后，人们不用再担心翻山越岭有危险了，5分钟就能穿越川藏线上的第一高山。也许现在的我们无法深刻地理解这条隧道所带来的便利，但曾经参加过修筑川藏路的人们却一辈子也不会忘记那段岁月。川藏线2000余公里的道路上，牺牲了4000余名解放军战士。  
当我们站在泸定桥摇晃的铁索桥上，望着桥下澎湃的河流，遥想长征的红军战士突破枪林弹雨在光秃秃的铁索上飞夺泸定桥的场景，泸定河水在咆哮，一切伟大都刻在了桥头的丰碑中。  
离开泸定桥，318国道沿着山谷的河畔一路蔓延，我们在一个河床旁吃自热火锅和自热饭，海底捞的自热火锅还是不错的。魂牵梦萦的318川藏线就在脚下，这是一条神奇的天路，像蜿蜒盘旋的带子在高原上弯曲、盘旋。沿途除了私家车自驾外，还有不少骑行者和徒步者，行走的力量的确让人震撼。另外，沿途的车祸让人触目惊心，自己也为自己在川藏线上行进而感到无比自豪。  
成都的大雨，没有阻挡我们前往泸定桥的脚步；而318国道上一段几小时的拥堵和滞留，没有牵绊我们跨越折多山4300米海拔的步伐。在大雾中，我们翻越折多山，在折多塘3200米观景台上，我们放飞无人机。临近傍晚，我们来到距离新都桥不远的摄影圣地木雅圣地景区，这里的蓝天、草甸让人沉醉；我们的到来也为此添色不少。  
19:19分，历时11小时1分，行程347km，我们来到新都桥松涧星月精品酒店，这是一个可以在屋里仰望星空的户外酒店。晚饭，是在等枫来牦牛肉汤锅享用的，很多自驾者在这里就餐，汤锅实惠。我有点微微的高原反应，依然很有兴致了地在这家饭店买了一张自驾游地图。感谢阿布，有条不紊地预定好了后面一天的酒店。三个人的团队，真是完美无瑕！  
路线图  
二郎山隧道  
泸定桥  
泸定  
泸定河  
在路上  
折多山  
因为大雾，错过在折多山的金幡和白塔旁留影，好歹在名字接近的“折多塘”留影了。  
摄影天堂-木雅圣地景区  
仰望星空的小屋  
等枫来牦牛肉汤锅  
Day04：2018年9月24日，新都桥-巴塘  
天气：晴间多云  
新都桥-巴塘，380km，10小时50分。  
昨天，新都桥下了一晚上的雨，直到清晨才停下。早上8点8分，我们向巴塘进军，途经  
贡嘎  
雪山观景台。在这里骑马上山，远眺贡嘎雪山。  
拨云见日，蓝天白云，绿草青山。海子山姐妹海与雪山相伴，不知名的河水和草地成为我们的野餐园地。  
从新都桥至巴塘，我们一路在4000米海拔的高原上飞驰。天路18弯，名不虚传。初秋的318国道，处处是景。高原、草甸、雪山、湖水，尽收眼底。  
18：58分到达，历时10小时50分钟，行程375km，我们来到巴塘，入住雅卓领酒店。正值中秋佳节，县城的餐馆个个爆满，我们只能随便找了一家餐馆有空位的川菜馆，简单地吃个晚饭，三个人回酒店再吃几个月饼，来点仪式感。  
路线图  
骑马登上贡嘎雪山观景台，眺望云雾中的贡嘎雪山。  
小河边野餐  
途中风光  
海子山的姐妹海  
Day05：2018年9月25日，巴塘-左贡  
天气：晴间多云  
巴塘-左贡，257.4km，11小时46分。  
清晨8点，从巴塘出发，过金沙江大桥，进入西藏地界，此处  
芒康  
段的海通沟是318川藏线的烂路扎堆处，也是塌方、落石和堵车的多发路段，路途也由此变得更加艰辛。好在我们的运气不错，今天晴空万里，我们只需要谨慎驾驶，便能安全驶过此路段。沿途逐渐开始出现一些故障车辆，或爆胎或汽车动力系统故障，这也提醒我们要多多爱惜车辆、保护轮胎。  
在顺利通过了芒康段后，我们沿着318国道一路翻越宗拉山垭口（海拔4150）、拉乌山垭口（海拔4376），此处的318国道像一根丝带系在悬崖峭壁上，一辆辆车在上面艰难前行的。我们在高原河流和草甸旁，和风尘仆仆的爱车合个影，天地之间只有我们和云彩。  
海拔最高的  
东达山  
（海拔5130），是最后一个通过的垭口。因为道路施工加堵车，我们在5000米海拔滞留了2个小时，天空还飘起了雪花。我们改道在行车难度极大的土路上前行，通过堵车点后不久，天色开始变暗，摸黑在崎岖蜿蜒的山路行进一小时，我们来到左贡的盛方大酒店。今天的行程有些艰苦，在酒店的餐厅吃了晚餐了事。  
初秋的西藏晴空万里，但318川藏线的塌方、落石、堵车，依然不可避免。一切的艰辛浓缩在了东达山段和芒康段的旅途中。但西藏处处是美景，美到无法用言语表达，一切的艰辛在美丽西藏面前都化为乌有了。  
晚上，在海拔3900米的左贡，我的高原反应加重，头疼、发冷。  
路线图  
由川入藏前的一条大河  
过了金沙江大桥，由川入藏，桥上有分界碑。  
海通沟的塌方路  
芒康的烂路  
回望发卡弯  
高原之上  
宗拉山垭口  
蓝天白云、高山草甸  
悬崖峭壁上的318国道  
高原上的溪流  
翻越东达山前，来到草地上，和爱车合影  
东达山，在这里堵车2小时。  
海拔5000多米的东达山垭口在修路，对汽车和驾驶员都是考验。  
Day06：2018年9月26日，左贡-八宿  
天气：晴间多云  
左贡-八宿，199km，6小时36分。  
从左贡出发，过  
邦达草原  
，领取限速卡，翻越业拉山（海拔4658），经怒江72拐，过怒江大桥，来到位于山谷中的  
八宿县  
城。业拉山雄伟壮观，怒江72拐宛若山间彩带，怒江如其名气势滂沱。  
我不知道是感冒了，还是高原反应有些重，一早起来，就昏昏沉沉的，头疼、恶心。从左贡出发没多久，我在玉曲河畔吐得胆汁都要吐出来了。11点25分，昏睡中我隐约知道阿布和金医生，领了限速卡。94km的路程，要求在2个半小时以上的时间完成。随着海拔的降低，加上吐了个痛快，吃了点药物，我的不适逐渐减弱。到下午的时候，基本恢复正常，又能充满活力的照相了，最后一段路程，也能开车了。  
今天是行程最轻松的一天，也给我的恢复提供了契机。来到八宿县城，入住八宿  
泰洪主题  
酒店后，找了一家名为“云香火飘牛肉”的饭店，来一份牦牛肉汤锅，肉、汤、菜、饭，俱全。物美价廉，可口至极！  
布达拉宫的门票需要提前一周预定，但网络票基本被垄断了，在官网上总是无法预定，只能通过网络中介预定，当然，付出的代价自然也要大一些！  
路线图  
滋养一方水土  
玉曲河  
小镇  
山巅  
怒江72拐  
怒江  
怒江旁的茶马古道碑文  
Day07：2018年9月27日，八宿-  
然乌湖  
-  
米堆冰川  
-波密  
天气：晴间多云  
八宿-然乌湖-米堆冰川-波密，247km，8小时35分。  
早晨8点28分，从八宿出发，前往90km外的  
然乌镇  
，下318国道，进入省道向东南方向行进9km，可见然乌湖环抱着雪山。  
在然乌镇吃过午饭，继续前往30km外的传说中的米堆冰川。色彩斑斓的  
米堆村  
的树木与冰川雪山、蓝天白云，构成了一幅完美的图画，让人珍视。陪伴了我们7天的无人机，在米堆冰川下、冰湖旁的树林边坠机失联了。能够葬身在这样美丽的地方，对于无人机来说，也是美好的归宿。  
下午17点，抵达波密。酒店位于冰川脚下的一条小河旁。晚餐是在“寓见花园餐厅”吃的，味道不错。  
路线图  
去然乌路上的草甸  
在路上  
然乌湖  
然乌湖自驾营地  
米堆冰川  
米堆冰川公园的牦牛  
通往米堆冰川的小径  
米堆冰川前的冰河，这也是无人机失联的地方。  
Day08：2018年9月28日，波密-  
林芝  
天气：小雨  
波密-林芝，232km，6小时22分。  
早晨9点38分，从波密出发。  
途中雨纷纷雾蒙蒙，一切美景都掩映其中。途观车EPC报警，就像外头的阴雨天气，潮湿了我的心情。  
细雨中，一桥飞架，  
通麦天险  
变通途；  
雅鲁藏布大峡谷  
林芝段激流澎湃、气势滂沱；鲁朗镇，风吹草低见牛羊；南嘎巴瓦峰，在雨雾中不见了踪影，唯有雨中的色季拉山口4720米的海拔在向我们问候。  
来到林芝，尼洋曲边，宁静致远！落日余晖下，我将在明日来到  
拉萨  
！  
路线图  
雅鲁藏布江  
雅鲁藏布大峡谷  
通麦天险  
鲁朗镇  
鲁朗林海  
林芝的尼洋曲  
Day09：2018年9月29日，林芝-拉萨  
天气：多云间晴  
林芝-拉萨，400km，5小时40分。  
早晨9点00分，从林芝出发。  
回到拉萨  
回到了布达拉  
回到拉萨  
回到了布达拉宫  
在雅鲁藏布江把我的心洗清  
在雪山之颠把我的魂唤醒  
爬过了唐古拉山遇见了雪莲花  
林拉公路是林芝通往拉萨的天路，除  
米拉山口  
段十几公里外，大部分路段为高速公路，全程免费。尼洋曲和318国道伴着林拉公路一路向西，唯一一段未通高速的林拉公路就是经318国道翻越海拔5013米的米拉山口，在此遥望雪山，美不胜收；来到拉萨，下午四点，正直当地时间的中午，我们前去参拜大昭寺。晚上，吃上一顿地道的藏餐（如意林卡藏餐吧），再去太阳路附近  
拉孜  
藏刀店买上几把藏刀，邮寄回武汉，也邮寄给我远方的哥哥。  
路线图  
林拉公路  
林拉公路旁的尼洋曲风光  
米拉山垭口  
大昭寺  
八廓街  
如意林卡藏餐吧  
太阳路附近的拉孜藏刀  
Day10：2018年9月30日，拉萨市内游布达拉宫、拉萨大学  
天气：多云间晴  
白天游布达拉宫，晚上欣赏其夜景。  
布达拉宫依山而建，外观气势恢宏。受个人知识水平的限制，在北斗语音讲解的陪伴下，我还是如听天书般地游览了一程，对里头的一些人物、佛像、故事、图案等只是一知半解。  
中午小憩一下，去拉萨大学新校区看了一下。这里的大学缺乏底蕴，只因它是中国海拔最高的大学，我们才到此地一游。晚饭是在大凉山火盆烧烤彝族餐享用的，羊排和烤肉都不错，素菜的味道就非常一般了。  
夜幕下，八廓街在灯光的渲染下，多了几分沉静，少了一些白天嘈杂喧闹的气息。而夜幕下的布达拉宫，则少了几分雄伟，多了几丝神秘。  
白天的布达拉宫  
登上布达拉宫  
在布达拉宫俯瞰拉萨城  
布达拉宫的转金筒  
西藏大学  
大凉山火盆烧烤彝族餐  
夜幕下的布达拉宫（和50元人民币图案同角度拍摄）  
Day11：2018年10月1日，拉萨-羊卓雍措-拉萨  
天气：晴  
拉萨-羊卓雍措-拉萨，276km，8小时50分。  
羊湖  
藏在山的另一侧，需要登上海拔4998的山口方能看见，需要翻越大山，方能接近。  
西藏三大圣湖之一的羊卓雍措，宛若翡翠，镶嵌在山间，太美了！  
晚饭在吉祥圣雪藏餐享用的，这家店因为有各界重要人物到访而闻名，一些知名或不知名人物的合影照片填满了墙壁。可惜味道着实一般，名大于实。  
路线图  
途中美景  
羊卓雍措山口  
宛若翡翠的羊卓雍措  
羊卓雍措的牦牛  
蓝天白云下，在羊卓雍措的碧水中，金医生骑牛远望。  
羊卓雍措近景  
吉祥圣雪藏餐  
Day12：2018年10月2日，拉萨-纳木错-那曲  
天气：晴  
拉萨-  
纳木措  
-那曲，446.8km，11小时4分。  
纳木措，西藏三大圣湖之一，从拉萨至那曲的路上，可以绕道前往。景区山高路远、路面颠簸，行程艰苦。但当海拔4700米的纳木措像大海一样依附着的雪山出现在我们的面前时，一切的艰辛都被喜悦给冲散。雪山、草地、蓝天、白云，像大海般的纳木措，这一切都在美丽的青藏高原。  
晚饭，在那曲的原格尔木老马烤羊排享用，味美至极。  
路线图  
和青藏公路并行的青藏铁路  
那根拉垭口  
在那根拉，可以摸到雪  
雪山、草地  
那根拉山口  
远眺纳木错  
从那根拉垭口到纳木错湖边的草甸  
纳木错宛若大海  
原格尔木老马烤羊排  
Day13，14：2018年10月3，4日，那曲-可可西里-  
格尔木-西宁  
天气：晴  
那曲-可可西里-格尔木-西宁，1618km，36小时。  
我们在  
唐古拉山口  
的高海拔看雪景，我们在可可西里的无人区遭遇堵车。从那曲至格尔木，原本15个小时的路程，我们从3日凌晨5点走到4日凌晨7点，比原计划整整多了11个小时。在可可西里的草原上，我们有幸看见藏野驴；在可可西里的寒夜里，夜空繁星点点，不经意间竟可见野狼出现在道路边。  
在3日下午两点时突如其来的堵车困局前，我们三人轮流开车轮流休息，历时12个小时，4日凌晨2点突破堵车困局；随后，在深夜里，我们马不停蹄地穿越可可西里，翻越昆仑山，终于在破晓前，来到格尔木。我们不敢懈怠，未做休息，直接由格尔木奔西宁。一路上，109青藏线上事故频发，我们均幸运躲过！  
4日下午18点，我们有惊无险地来到西宁，我为我们仨这36个小时的果断、耐心、冷静、信任、团结而骄傲。我很困，我终于可以躺在酒店的床上踏实地睡一觉了！  
依然记得出  
安多  
检查站时，那位警察跟我说：“前方因路滑堵车，建议不要前往。”我说：“我只有这一条路可以走，只能向前！”对方说：“好吧，这是无人区前的最后一站，出  
安多县  
前，给车加满油，人吃饱饭……”随后，在安多县加油的时候，有一个自驾者告诉我说，他打算折返走317，他的朋友已在可可西里堵了两天两夜了。  
我们在祈祷上天的眷顾，向可可西里无人区驶去。我们翻过唐古拉山口，经过沱沱河，进入可可西里，开始堵车。好在是我们运气不错，12小时的坚守突破了堵车重围，几个小时的坚持穿越了可可西里无人区，翻越了飘雪的昆仑山，来到格尔木，未做停留，在疲劳中我们直奔西宁。  
路线图  
风光无限，人迹罕至  
唐古拉山口，10月2号的下过的大雪让山峦银装素裹，气温在冰点之下。  
可可西里的藏野驴  
可可西里的堵车长龙，几段的累计距离有几十甚至上百公里。很多意图超近路的车深陷于我身边的这片草地中。  
4日清晨，26的小时的不停歇，由那曲来到格尔木。  
三个人拍照留念（我萎靡、金高昂、周平静）  
西宁清雅楼面皮炕羊排  
Day15：2018年10月5日，西宁-兰州-宝鸡  
天气：晴  
西宁-宝鸡，710km，9小时25分钟。  
过兰州、越黄河，穿越无数隧道，出陈仓收费站，来到宝鸡。离开了青藏高原，除了品尝沿途美食，更多的是归心似箭。  
晚上，品宝鸡“令氏家外家岐山面”，其中一份6碗的臊子面把我们整懵了，我们怎么可能料到一份不是一碗呢？  
路线图  
黄河穿越兰州  
两份一口香臊子面  
美食  
Day16：2018年10月6日，宝鸡-武汉  
天气：晴  
宝鸡-襄阳-武汉，942km，12小时40分钟  
有什么能比回家的感觉更好呢？有什么能比平安顺利地完成西藏自驾之旅更妙呢？西藏之旅，一步一景，但非一番坦途，藏地之美却暗藏危险。我们是幸运的，天公作美，地利人和，旅途顺利，平安归来！  
后记：三个人，一辆车，7000公里，16天的时间，川藏南线进，青藏线出，穿越西藏。在回到武汉整理游记的日子里，我依然感到不可思议，那种感觉妙不可言。出发前，20余天的时间里，我们仨日夜加班加点工作，只为了赢取可以去西藏的时间和空间，出发后，我们靠自己的力量成功自驾穿越了西藏，实现一个由“  
武汉-拉萨  
-武汉”的漂亮闭环。这满满的都是记忆，一辈子的记忆！  
是谁带来远古的呼唤  
是谁留下千年的祈盼  
难道说还有无言的歌  
还是那久久不能忘怀的眷恋  
我看看一座座山一座座山川  
一座座山川相连  
那可是青藏高原  
……  
在这高亢的旋律和悠扬的歌声中，我们完成了中国地图上最让人心醉神迷的自驾之旅。  
马智慧、金立亭、周步青  
2018年10月10日  
谨以此游记献给我最爱的妻子，祝我们结婚12周年纪念日快乐！  
附录：  
进藏前后必要准备工作  
1、提前半个月服用红景天；  
2、提前一个月停止体育锻炼；  
3、着秋冬季衣服，备羽绒服冲锋衣，感冒不宜前往；  
4、带葡萄糖口服液，带地塞米松等必要药品；  
5、个别地区需要检查“边防证”，社区派出所提前办理；  
6、尽量在中石油或中石化的加油站加油，避免油品问题导致发动机故障；  
7、车上备足水和食物，汽车备足汽油，以应对堵车；  
8、尽量驾驶越野车前往，很多路段，轿车不宜通过；  
9、手机中下载好离线地图，很多路段无手机信号；备纸质西藏自驾地图；  
10、车上配有2-3名驾驶经验丰富、习惯良好的司机；  
11、带好身份证、驾驶证、行车证等必要证件；  
12、西藏自驾时间宜安排在5-6、9-10月，雨季不要前往；  
13、提前做汽车大型保养（更换机油、清洗节气门、检查火花塞、电池），更换新轮胎；  
14、备足零钱，避免与当地藏民发生冲突。

评论：  
1.真的是很经典的路线，也是武汉出发。准备过年按这路线走一回，条件许可就加一个青海湖。。  
2.太厉害了  
3.超赞的攻略，我们正沿着此攻略进藏。  
4.这一年，我37岁！

## 173.我要去甘南、阆中、恩施、张家界

https://you.ctrip.com/travels/gannan426/3729759.html

来源：携程

发表时间：2018-10-10

天数：10 天

游玩时间：5 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自驾，人文，自由行

旅游路线：甘南，拉卜楞寺，桑科草原，尕海，郎木寺镇，扎尕那，扎尕那，兴盛酒店，腊子口，拉尕山，武陵源，天子山，袁家界，天下第一桥，杨家界，天门洞

正文：  
迭部兴盛酒店  
¥  
158  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
我是个不爱读书的人，因为读书过后会发现自己很无知，有时读完还会反思自己，弄的自己跟傻瓜似得，后来干脆就不读了。我更不是个爱学习之人，我有个毛病，就是一学习就不开心，一不开心就不学习，一不学习就开心，一开心一天就过去了。我身边有很多努力工作和爱学习的人士，他们都很优秀，也很努力，有时候我会想，你们本来就比俺优秀怎么还这么努力，我就是再努力也赶不上你们，我干脆也别努力了，我长期坚信努力不一定成功，但不努力一定会很轻松。我粗略的算了下，我一个月平均有30天都不读书也不学习，还会给自己找各种理由，比如天气很好，用来做这些无用的事情会不会太浪费了，还是出去走走吧。  
我是个凡俗之人，没什么多大的理想，愿意做的事情，会有一百条理由去说服自己，不愿意做的事，也会有各种借口去搪塞，这次的旅行我就又一次成功的把自己给说服了。  
甘肃这个地方前几年来来回回过了好几遍，但  
甘南  
从未系统的走过，这次几个小伙伴一致同意，去甘南。一车三人，我和韩还有孙。韩—羽毛球比我打的专业点，孙—呼噜比我打的专业点，跟他们比我又成了一个没啥特点的人。  
D1  
5月25号早上六点准点出发，韩和孙来接我时雨下的很大，走煤焦化快速通道从百善上高速，上了高速后雨也渐渐不下了，过了巩义太阳便出来了。高速上车很少，中午在洛阳服务区吃了肉夹馍和凉皮。进入甘肃境内已近傍晚，一路隧道很多，其中麦积山隧道长12公里多。  
今天跑的路程比较多，从街亭下高速，计划明天去麦积山石窟。在麦积村找了个农家乐入住，“见南山”客栈。因不是旅游季，房费很便宜，90元/间，房间很好，主要是这里距离石窟景区很近，大概600米左右，方便明天游玩。晚饭炒了两个小菜配上自带的烧鸡，一边咪着小酒一边跟客栈老板侃着大山，倒也很惬意。  
D2  
昨晚下了一夜的雨，早上空气很清新。  
麦积山石窟景区旅游不但有石窟而且还有麦积山云雾，有“烟云麦积”的美称，在山下35元跟别人拼了一个讲解，此时雨也停了，云雾慢慢的绕着麦积山腰，我们运气不错，今天真是个不错的观景天气。  
远看麦积山外形很像一个大麦垛，也因此得名，麦积山石窟也是中国四大石窟之一，细数了下这次到了这个石窟，四大石窟已去了三个，还剩云冈石窟没去，啥时候能凑够啊，想起来真伤神。  
麦积山石窟有两大特点,一是其地势险峻,二是其泥塑艺术岀类拔萃,洞窟之间全靠架设在崖面上的凌空栈道通达,麦积山石窟保存了从北魏以来数以千计的精美塑像,在中国著名石窟中,以麦积山周围的风景最为秀丽,在山顶可见重重叠嶂,云雾飘绕,构成了著名的风景——麦积烟雨。  
景区不大，两个小时可以游览完毕。出景区不到十一点。  
填饱肚子后去甘南藏族自治州的  
夏河  
县，那里有藏传佛教著名的  
拉卜楞寺  
。  
走G30（连霍）定西方向，行使200公里后转S14（陇渭高速）再接G75（兰海高速），一路车还是很少，途经临夏回族自治州，路两边随处可见大大小小的清真寺。  
六点抵达夏河县，拉卜楞寺距县城不到一公里，夏河县城分老区和新区，一条河把县城又分成南城和北城，布局和康定城很相似，但环境和卫生是比不上康定的。  
寺庙位于老城区西端。西部的天黑的都比较晚，我们觉的时间尚早，就决定先去拉卜楞寺外围转一圈，明天再进寺内游览。到了目的地后，发现寺周围交通很混乱，到处可见冒着黑烟的机动小三轮。下车后才发现周围汉族人很少，我们好像处在藏民和红衣喇嘛的包围之中，居然有种孤立的感觉，心一下子就悬了起来，这种感觉在西藏的时候也未曾有过。在寺庙门口，有个藏族小孩突然拽着我的衣服拉住我，说要给他一块钱，我可能是想尽快摆脱他，当时好像没有犹豫就拿了一元硬币给他，结果他说只要纸币不要硬币，我说只有硬币，他也没做太多纠缠，只好作罢。转了二十分钟，一致认为先离开这个地方，明天再跟大部队来吧。后来才得知藏区为什么不接收硬币的原因，说法很多，最靠谱的说法是纸币的背面含有藏文，而硬币上就没有，西藏人认为这是民族歧视，所以在西藏不接收硬币成为一种现象。  
找了一家新开的宾馆（威尼斯宾馆），位于国税局旁边，这个宾馆的名字似乎与当地的地方文化很不搭。房间倒是很干净也很宽敞，150元/间。来前也百度过当地的特色美食，多以藏餐为主，想起前年在拉萨吃的那回藏餐，还是就此打住吧。宾馆旁边有家重庆饭店，老板是四川人，我们在那里整了个水煮鱼和几个小菜，喝了点白酒。这个地方晚上气温很低，睡觉要开空调和电热毯的。  
D3  
早上起来后，小伙伴们都感觉嗓子干，头还有点晕，这里海拔3千多，有了去西藏的经验我知道这是高原反应，要多喝水少做运动，适应一会能缓解的，今天把羊绒衫穿上了。早餐后出发，继续拉卜楞寺。残疾证和记者证在这个地方都不好使，还好门票不是很贵，40元分时段有引导员带入寺庙。  
拉寺是藏传佛教六大寺院之一，西宁的塔尔寺在2014年去过一次，感觉拉寺和塔寺比起来，塔寺显得要豪华气派多了，但拉寺要大很多。拉寺拥有世界最长的转经廊，被誉为“世界藏学府”，鼎盛时期，僧侣达到4000余人，寺的周围是僧侣住宿的地方。在寺内能见到俯身磕头的信徒，千万次的俯首磕头使得他们对自己的信仰更加坚定，另外我感觉和他们比起来，平时工作和生活中出现的那些狗血剧情，此刻也瞬间变得微不足道，甚至有点可笑了。  
寺院有六大学院，为世界最大的喇嘛教学府，其严格的入学、教学、考试和毕业制度为藏区培养出了大量宗教人才，现已成为甘、青、川地区最大的藏族宗教和文化中心。  
从拉寺出来后前往甘南藏族自治州州府所在地  
合作  
市，那里有九层佛阁。从导航上看另外还有一条小路可以到达，而且还能从  
桑科草原  
腹地穿过，我们决定不走常规路线，走小路，后来验证了我们的路线是明智的，虽然路况要差一点，但一路的草原风光令我们流连忘返，路两边不时冒出肥肥的土拨鼠显得十分憨厚可爱。  
下午两点到了合作，在甘肃民族学院对面马永虎牛肉面吃了碗面，6元一碗很便宜，味道很好。合作市很干净，印象还不错。  
九层佛阁位于合作市区内，可以不用买门票，在佛阁外面就可看到全景。  
3点半左右出合作市前往  
尕海  
，5点多时途中j经过尕秀村，村子的建筑很整齐，我们临时决定去村子转转。进入村子正好遇到藏民们在搞年j祭，还不时的能听到他们在欢呼。在征得他们的同意后，我在旁边观看了会，后来得知年祭就是“烟祭”也叫“煨桑”，是一种宗教仪式，用松柏和糌粑的烟来祈福，是村子里的头等大事，当地常用这种形式来集结群众，加强团结。在古代当地部落行军中也经常举行，以祈求神灵保护获得胜利，在藏族史诗《格萨尔王传中》也有提过，但未曾见过，这次能亲眼所见实属偶遇也算是件幸事吧。  
离开村子驱车十几分钟便到了尕海，尕海是甘南的一个比较出名的景点，甘南第一大淡水湖，此时不是旅游旺季，人很少。尕海湖面开阔，草长莺飞，不时能听到鸟鸣虫叫。远处的山峦映衬着湖波粼粼，很是惹眼。  
再往前走就是  
郎木寺镇  
了，小镇因  
郎木寺  
得名，镇子属甘南藏族自治州  
碌曲  
县和四川阿坝藏族羌族自治州若尔盖县共同下辖的一个小镇，白龙江把小镇一分为二，镇子四周环山，很安静，一个不错的地方。入住隆达假日酒店，一番讨价还价100元/间，搞定。  
晚饭在镇子的小平故里饭店搞了点白酒，饭店老板很热情也很健谈，给我们介绍旅游攻略和路线，很实用，后来的阆中古城j就是按他说的路线走的。这里的宾馆都没有空调，晚上温度只有十度上下，我们开着暖风机度过了一个安静的夜晚。  
D4  
今天早餐我吃的很不舒服，早餐馆介绍特色是羊杂汤，韩点了一碗后，我也跟着点了一碗。吃第一口就觉得味道很重，就是那种藏餐特有的味道，怎么形容昵，用淮北话说就是有点污不啦叽的味道。喝了两口实在是吃不下，我对韩说，昨天你开车开的多，辛苦了，我这碗你也吃了吧，这小子说了一个字“嗯”，理所应当的接受了，这吃相让我想起前年在拉萨时大老王（W君）吃藏餐的样子了，唉！你吃吧，多吃点，吃坏肚子可别怪俺啊，是你自己愿意吃的。  
白龙江也是甘肃和四川在这里的界河，白龙江发源于四川境内的大峡谷。位于四川省内的是格尔底寺，全名是安多达仓郎木格尔底寺，而位于甘肃省内的郎木寺，全名是安多达仓郎木赛赤寺。两寺相距不过几百米。两座寺院已历千年，香火很旺。我们先是步行进入四川境内的寺院，这边不仅有藏族寺院还有白龙江的源头大峡谷。这边的寺院名气上比不上甘肃境内的郎木寺，但风景要比那边的好很多。  
再去游览江北边甘肃境内的寺院—安多达仓郎木赛赤寺，近年来这两个寺院都将各自的寺名冠以"郎木寺"来对外宣传，于是在概念上有些混乱。其实郎木寺是地名，并不是寺院的名字。两座寺院均有天葬台，我们本着对当地习俗的尊重，还是别去参观了。  
不到十一点出郎木寺镇，走省道313，下一站  
扎尕那  
，路上可以看到雪山。我们一路行驶在峡谷中，一边听着江水的流淌声一边欣赏着两边茂密的原始森林，景色和声音搭配的是那么的恰到好处，感觉很和谐很舒服。  
途中有段路滑坡，堵了一会，时间不长。这一段路我们讨论最多的话题好像不是沿途的风景，而是到处乱跑的藏香猪，我当时始终搞不明白，三个人为什么总能把这黑乎乎的家伙想象成被烹饪熟的样子。后来终于悟出来为什么了，都说民以食为天，万事吃为先，如果吃不好就不能好好的思考，其实吃货多数都是善良的人，因为他们多数时间都在研究吃，根本没有闲暇去算计别人，所以我们三个应该算得上是好人。  
出了省道，又走了近二十公里的烂路，下午一点左右到的扎尕那。扎尕那被誉为“离天堂最近的地方”，景区至今未被完全开发，景区告示说景区未具备售票条件，景区外是个古城，古城内房屋错落有致，青稞梯田和绿绿的草甸，从我们脚下铺开一直延伸到山边。10元/人，便可进入景区。在我看来这片世外桃源至今仍是一块净土，这就是我想要的景色，我想要来的地方。  
告别  
扎尕那  
，今晚计划住在  
迭部  
县城。进入县城选了一家宾馆，100元/间，  
兴盛酒店  
。稍作休息，搜了下当地的美食有蕨菜还有蕨麻猪肉，蕨麻猪就是用藏香猪肉为主要食材做成的，啥也别说了，三人立马就奔着想象中的“猪”去了，饭店名字叫“嗷嗷水帘洞饭店”，这名字起的可真够长。  
D5  
今天早餐清真牛肉面搭配当地小油饼，真的很正宗。  
继续走省道313，沿着白龙江前往  
腊子口  
，“腊子口上降神兵，百丈悬崖当云梯”说的就是这里，是当年我军长征途中出奇制胜，以弱胜强的战例，望着四周的峭壁，能想象的到当时战事的惨烈，我们一行三人均为新时期我党的忠诚战士，我们坚信理想，坚信腊子口是长征精神和红军的血肉之驱筑成的，我们跑了几千里路，在这里上了一堂生动的党课，那么回去组织会不会表扬我们一下昵......,此时，我凡俗的本质又显现出来了，唉！啥时候能改掉这瞎想的毛病昵，真愁人！  
如今的天险已大道畅通，柏油铺面，成为追怀往事，凭吊先烈的爱国主义教育基地。  
继续下一个景点-  
拉尕山  
。去拉尕山景区的路又是很烂，泥路加一路爬坡，这里海拔3千多，车子发动机燃烧所需的氧气不够，干加油不给力，只能龟速前行，在距景区几公里的地方，道路封闭，车辆进不去，我们的这次拉尕山之行也只能在山坡远观，不能尽情的玩耍了。  
由于拉尕山景区封闭，所以我们不能耽搁太长时间， 调整了下计划，今晚争取赶到阆中古城。出拉尕山，还是走省道313，下午2点路过  
舟曲  
县城，顺便进去转了一圈。舟曲是5·12”特大地震和“8·8”洪灾的重灾县，也是甘肃最贫困的县。为了防灾避灾，县城是另选址新建的，我们去的就是新县城，简单在这个地方吃了午饭，感觉这里虽然不富裕，但物价还是不低的。  
313省道接国道212过陇南（陇上江南）再转G75（兰海高速），一直是顺着白龙江走的。晚7点进入四川境内，接近9点到达阆中古城，入住古城内的大众假日酒店，128元/间。  
D6  
今天起了个早,六点多我自己就去古城转悠了,是因为我觉得古城的清晨应该更有味道。,加上这次的阆中古城，中国的四大古城我也算是都去过了。早上古城人很少，偶尔能见到晨练的当地人，很寂静，古城周围也没有高层建筑。独自漫步古城，青石古巷，看千年前的古文字刻在墙上，古巷阡陌纵横，在这份寂静安详里，仿佛听到马蹄声渐行渐近，又渐行渐远。  
早餐在小吃铺吃了碗张飞牛肉面，接着去了华阳楼、中天楼、张飞庙、贡院几个景点。贡院又称“考棚”，里面还有表演，内容是以前的科举考试场景，考生坐在布局跟牢房似得考棚里进行考试。看到此景，我觉得从古到今，最辛苦的莫过于学习了，其实学习本是件快乐的事，就是考试把它弄得丑恶了，我们认真学习为啥子还要考试，领导和老师们怎么就那么不信任我们昵。想到此，我还是认为从小到大，最好混的还是幼儿园时期，因为那时啥也不懂，也没有考试的烦恼，所以很快乐。  
十一点回宾馆又补了个觉，下午一点准时出发去恩施，还是G7（兰海高速）再转G42（沪蓉高速），过毕家坝收费站再过冷水收费站，基本就到湖北了，一路尽是桥梁和隧道，再接G50（沪渝高速），近晚8点到达恩施土家族苗族自治州的利川市，入住鑫源宾馆，128元/间，房间很大很干净，这几天住宿都不贵，而且都还很干净，也许不是旅游季节的缘故吧。  
宾馆旁边有家饭店“苗家部落”，特色菜酸汤鱼，烧血鸭味道超好，搭配当地的毛铺苦荞酒应该是绝配。  
D7  
从利川到恩施大峡谷有60公里，沿途的山间云雾缭绕，仙境应该就是这样的。  
8点多一点到达景区，景区游览快的话要五六个小时，先去云龙地缝再去七星寨，乘坐区间车可到达地缝，余下就是要走很长的步行栈道，地缝位于平地之下，此段峡谷的飞瀑很多，气势恢弘，整个峡谷上面绿荫蔽日，谷底水流湍急，别有一番洞天。  
游完云龙地缝坐索道去七星寨，下了索道还要走很长的山路，风景基本都在这条山路上。真所谓是山清水秀，风光无限。  
人们都说恩施大峡谷可与美国的科罗拉多大峡谷相媲美，俺没想过要去那个叫“煤龟”的国家，更不想去啥子“拉多”，就觉得这里的景色挺好，不赖，好的狠。  
整个游览下来大概5个多小时。出景区已是下午两点多，继续前行，去  
张家界  
。沿山间小路行驶30公里后穿恩施市，上高速182公里后接G55（二广高速），过鄂西南收费站进入湖南境内。  
6点多下高速，本来是直奔张家界  
武陵源  
景区  
天子山  
的，因为从功略上得知，从这个地方上山不但方便第二天游玩，还可以不用买100元的索道票，结果半路又是施工封路，只好又调头回到张家界市区住宿，来回多跑了差不多60公里。120元/间快捷酒店，湖南的特色美食“下三锅”不是一般的难吃。  
D8  
今天计划游览张家界的武陵源景区，要在天子山售票处上山，还是因为这里可以不用花索道的钱。从张家界市到天子山售票点有五十公里左右，不是很远，但路况很差，加上昨晚下了点雨，一路的烂稀泥。  
9点到的售票口，记者证在这不好使，门票加区间车花了我二百多块，很是心疼一大会。做区间车到三岔口，在从三岔口换乘到  
袁家界  
，这里有拍“阿凡达”的拍摄地有悬浮山和  
天下第一桥  
。  
再从停车点去  
杨家界  
和天子山，到达杨家界时已是中午，我们干掉了一只自带的烧鸡，在这个地方看着别的游客啃面包，我们吃烧鸡，感觉是很享受。有个游客问我，你们的烧鸡是自己做的吗，真香！唉，我们哪点像做烧鸡的了，我只想对他说：“”我们不生产烧鸡，我们只是烧鸡的搬运工”。  
出景区近下午五点了，昨天加今天山路走的比较多，明天还要去  
天门洞  
，发动车子回市区休息。此时不知从哪冒出三个小丫头，都是学校刚毕业出来旅游的，说没赶上回市区的末班车，要搭我们的车回市区。看着她们几个的狼狈相，搭就搭吧，顺利把她们送到市区后，她们坚持要给我们车费，被我们几个大叔拒绝了。唉，原本很简单的一件小事，非得跟钱搭上关系，助人为乐本来不就是我们应该做的吗，小时候老师有教的啊。我们也找了个宾馆，简单吃了点好好休息，明天去天门山景区。  
D9  
天门洞景区就在张家界市区。再这要重新买票，又是二百多啊，今天是星期六，游客明显的多了。景区分时段做缆车上山，这个索道站位于市内，索道要经过市区才能到山上，有点特别。  
我们走的是A线，这样可以不走回头路把所有景点都转过来，天门山的云雾还是很好看的。  
下了索道，继续走山路，天门山景色也慢慢的展现出来。  
坐扶梯下到停车场，然后乘坐区间车返回市区，整个游览过程大概5个小时。  
下到山下三点多，因为时间还早，我们计划提前返程，这样可以给明天的返程减少时间，继续走G55｛二广高速｝，晚8点到达湖北荆州市，这里有个古城，我们临时决定住在这里，明天返程再继续，晚上顺便还可以逛一下“荆州古城”。  
D10  
今天返程继续，从荆州到淮北还有800公里，计划在下午六点前到达。  
早上7点半准时出发，继续走G55(二广高速），经襄阳，过襄阳北收费站，进入河南，又见中原大地几个人心情大好。下午过淮阳、商丘，在下午5点进入大淮北，我们的此次旅行到这里也就完美结束了。在旅行结束之际，祝大家在今后的工作中顺顺利利，生活开开心心，做一个快乐的人！  
让我们放下俗世纷繁，放眼四海八荒。趁岁月静好，趁我心未老，趁内心的热情还在，去看看那些出现在梦中的场景，去感受那些未曾领略过的风土人情，去体验那些意料之外的小庆幸，去创造更多以后可供述说的故事！  
谢谢大家！

评论：

## 174.秋季旅行从这里出发

https://you.ctrip.com/travels/lichuan984/3737815.html

来源：携程

发表时间：2018-10-11

天数：3 天

游玩时间：10 月

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：美食，人文

旅游路线：利川，腾龙洞，鱼木寨，佛宝山，龙船水乡，苏马荡，齐岳山

正文：  
秋天是最适合旅行的季节，因为整个季节都充满着浪漫的气息，秋天也是收获的季节，硕果累累，春华秋实，到处能够感受到丰收的氛围，听着小编这样描绘，你是不是也有了想要旅行的冲动，接下来，小编就给大家介绍一下秋季旅行的最佳去处——  
利川  
。  
利川地处湖北西南边陲，西靠蜀渝，东接恩施，南邻潇湘，北依三峡，与重庆四县两区交界，自古以来为“有利之川”、“大利之川”，故名“利川”。利川是巫文化、土家文化的发源地，是八百里清江的源头,是世界优秀民歌《龙船调》的故乡。在这片神奇土地上，民族文化积淀深厚，旅游景观千姿百态，名优产品丰富多彩。  
利川市有 A级旅游景区9家，包括5家4A级景区，2家3A级景区，这里有亚洲第一溶洞—一  
腾龙洞  
；有神秘的土家古寨一一  
鱼木寨  
；有中国南方最大的山地草场。在这里，你可以尽情欣赏大自然的鬼斧神工，领略大自然赐予的千姿百态的秀丽景观。  
腾龙洞  
腾龙洞系国家AAAA级景区，是中国已探明的最大溶洞，在世界已探明的最长洞穴中排名第七位，是世界特级洞穴之一。腾龙洞景区由水洞、旱洞、鲤鱼洞、凉风洞、独家寨及三个龙门、化仙坑等景区组成，容积总量居世界第一。  
腾龙洞以其雄、险、奇、幽、绝的五大特点而闻名，腾龙洞洞外风光秀丽，洞口的卧龙吞江瀑布落差达20余米，吼声如雷，气势磅礴。可谓“雄”。腾龙洞洞口高74米，宽64米，洞内最高处235米，初步探明洞穴总长度52.8公里，其中水洞伏流16.8公里，洞穴面积200多万平方米，可谓“奇”。腾龙洞整个洞穴群共有上下五层，其中大小支洞300余个，洞中有山，山中有洞，无山不洞，无洞不奇，洞中有水，水洞相连，可谓“险”。腾龙洞主洞支洞互通，洞内常年恒温保持在14一18℃，空气十分流畅，可谓“幽”。腾龙洞洞穴公园总面积69平方公里，区内海拔均在1000米以上，可谓“绝”。  
佛宝山  
佛宝山原名福宝山，系国家AAAA级景区，总面积46平方公里，平均海拔1450米，是著名民歌“龙船调”的故乡。景区大小山脊30条，河流29条，自然胡泊5座，水天一色，浑然天成，景区森林覆盖率达90%以上，是湖北著名的森林氧吧，在这里，你可以尽情呼吸。  
龙船水乡  
龙船水乡系国家AAAA级景区，位于湖北省利川市凉城，面积15万平方公里，海拔高度1180米，因著名土家民歌《龙船调》而得名，龙船水乡有中国最大的天然水洞水莲洞，景区风景秀丽，气候宜人，是秋季旅行的好去处。  
苏马荡  
苏马荡位于利川市谋道镇药材村，海报1500多米，面积20平方公里。景区由秀丽奇绝的磁洞沟峡谷、了无边际的苍茫林海和南方最大的草场  
齐岳山  
组成。苏马荡景区万余亩的森林基本都是处在原始森林状态，植被保持原始的多样性，在这里你可以感受大自然最本原的状态。  
齐岳山  
齐岳山位于湖北省恩施的利川市西部海拔较高，是中国南方最大的山地草场。本名七曜山，现称齐岳山。齐岳山总面积562平方公里，主峰1911.5米，平均海拔1500米以上，其中草场面积50万多亩，有三处跑马场，让你在南方也可以领略一望无际的草原风光。  
利川的森林覆盖率已达62%，是最接近原生态的地方，也是最能唤起你儿时味道的地方。你来这里怎能不收获美食，品尝美食呢？  
利川莼菜  
利川被称为“中国莼菜之乡”。利川莼菜的特点是果胶丰富，芽粗壮，品质远高于杭州西湖莼菜，莼菜透明胶质中含有“莼菜多糖”是一种良好的免疫促进剂，能增强机体免疫力，对癌症有一定的抵抗作用。透明胶质中还含有丰富的维生素C和丝氨酸，具有保健美容的功能。利川莼菜被誉为“世界珍奇”、“中国一绝”。  
利川红茶  
利川红茶外形条索紧细匀整，锋苗秀丽，色泽乌润，内质清芳并带有蜜糖香味，上品茶更蕴含着兰花香，馥郁持久，有“冷后浑”的特点；成品茶条索紧细苗秀、色泽乌润、汤色红艳明亮、滋味鲜醇酣厚、香气清香特久，叶底（泡过的茶渣）红亮。利川红茶，是“红茶”中的佼佼者，以“香高、味醇、形美、色艳、冷后浑”五绝驰名。  
利川豆干  
利川柏杨坝出产一种五香豆干。这种豆干薄如纸片，色如柠檬，香有余味，独具特色。它的制作工艺不用食盐、卤水、石膏，将大豆磨成豆花，倒在方块模型中压缩后，用文火烘干，喷撒香料即成。别的地方也试用这个方法制做的豆干，没有柏杨豆干的特色，原因是柏杨坝特有泉水，清凉甜爽，四季涌流，只有用这股泉水制成的豆干才有色、香、味、形独具的特色。  
利川山药  
利川山药有着1500年的种植历史，生长在海拔800-1500m的无任何工业污染“世界硒都”之称的恩施山区，在这里种植出来的是富钾含硒的有机食品。利川山药的特点是皮薄、高粘液质、水分含量低、味清香怡人、口感绵和。现代药学营养学分析显示，利川山药含丰富的淀粉、维生素、胆碱及矿物微量元素，尤含丰富粘蛋白，是润养身心、营养保健价值极高的食药两用绿色植物资源。  
如果你现在去利川的话，那你可有口服了，除了上面介绍的这些  
利川特产  
，你还可以品尝到利川的各种野味儿，吃货的福利时间到啦~当你走在利川的山上可以看到八月瓜、饭巴托已经熟啦，你可以边吃边采摘，体验一下采摘的乐趣。当然来旅行肯定不能空手回去啦，来到利川这边，你根本不用去什么特产店，这个季节，大街小巷到处是特产，一种口味特别的地方野味儿洋荷、你在别的地方见不到的紫色的事莫子菜、炒腊肉的标配枞树菌、可以用来泡酒的刺梨儿等应有尽有，带着这些野味儿回去，自己留着品尝或者分享给朋友都是一种不错的选择呢~

评论：

## 175.贵州7天6晚自由行

https://you.ctrip.com/travels/liping1346/3743140.html

来源：携程

发表时间：2018-10-23

天数：7 天

游玩时间：10 月

人均花费：

和谁：和父母

玩法：自由行，半自由行

旅游路线：荔波小七孔景区，贵阳，卧龙潭，荔波古镇，鸳鸯湖，肇兴侗寨，一山一水，堂安侗寨，莫泰168，青岩古镇

正文：  
黎平肇兴一山一水一楼阁客栈  
¥  
89  
起  
立即预订>  
莫泰168(贵阳省府路店)  
¥  
113  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
去年因为工作忙的原因没有休年假，预计的出游也没有成行。今年高温休假时看到有报道说  
荔波小七孔景区  
相当多游人使得许多人都没好好玩，所以将行程改在恩施，和老妈说再休年假的时候我们再去贵州吧。十月时老妈问我今年可以休到年假吗，想想好像没有什么急于完成的工作，再看看机票在打折，果断决定当周请年假，下周一周时间去贵州。以往大概做了下贵州的功略，趁一周时间仔细做了下功略，买好机票和一些行程的火车票，订酒店。  
贵州景点  
间比较分散，一些行程又临时更改，订好的火车票取消（扣了一部分款），酒店取消。整趟行程下来，感觉10月中  
贵州游玩  
的人不多，火车票和酒店都可以提早一天订或当时订都订得到。这次旅行订飞机，火车票，酒店和门票大多在去哪儿上完成，特别是酒店，新用户订酒店还有减60的优惠。  
10/14：南昌-》  
贵阳  
，贵阳-》  
荔波  
南昌飞贵阳  
，7点的飞机，网上订的送机司机准时将我们送到机场。9点45到达的飞机，在10点20左右下飞机。  
网上订好的11点多点  
华夏航空  
的  
贵阳飞荔波  
，在  
贵阳机场  
急走找T2航站楼换登机牌过安检找到登机口，悲催的是到点时飞机不能飞，被告知荔波那边天气不好能见度低飞机不能起飞，等通知，等了几十分钟后告知飞机可能取消，退票的话可以退全款。又去找  
华夏航空  
的点办证明，办好证明后说在网上购票的再等两三个小时后可以在网上办取消。  
打车去贵阳东客运站（不打表，司机要收20才去），网上买汽车票，12点多的那趟全部买光，只得买2点多的  
贵阳到荔波  
，正好在客运站边上的美食广场吃饭（价格比较实在，味道也不错），再去客运站等到2点多上大巴，坐4个小时到荔波。6点多到达荔波汽车站。  
打的7块（不打表）到巷子里精品客栈（荔波二小对面的巷子里，很好找，走一点路就是美食街）。办好入住后休整下就去美食街找吃的。吃完饭从美食街按百度导航走到汽车站（美食街出口就是个路口，左拐直走，十多分钟后就到汽车站），打探下路。  
Tips：  
贵阳到荔波还是坐汽车稳妥些，我们的贵阳飞荔波是11点多的飞机，听机场工作人员说，11点前的两趟飞机都不能起飞被取消了。龙洞堡机场距离贵阳东客运站打车正常收费10元（听机场工作人员说的，只是司机10元不愿去，收20不打表才去）  
10/15:荔波大  
小七孔  
早起去汽车站的路上随便找了家早餐店吃早饭，吃完后走到汽车站，买荔波到小七孔的汽车票（9元/人），坐小巴一个多小时到大小七孔景区售票处不远（回程也在下车点等），到达售票处取好网上购票，并购买交通车票（60岁以上免门票，但要买40/人的交通票）。  
进入景区走一小会右边就是大七孔景区的入口，左边一直往前走就是小七孔的交通车，坐上交通车（上交通车时，会有工作人员问是跟团还是散客，说散客是东进东出，跟团是东进西出），我们是散客东进东出，交通车带到最远的  
卧龙潭  
景区，再往回一个景点一个景点玩，一个景点出来后就是交通车会带到下一个景点，最后一个景点就是小七孔桥。快到最后一个景点时开始下雨，出小七孔时虽然时间还早（下午1点），但雨下大了，老妈的鞋湿了，所以没有去大七孔，坐上回程的小巴（上车买票，10/人）回到荔波。  
回到荔波时时间还早，百度导航去  
荔波古镇  
，进入古镇走了走，几乎全是客栈,，没有看到游客，走了一小会就打道回府，回程的路上有邓恩铭纪念馆，进入瞻仰了下。出来后美团上团了个餐，等到饭点吃完早早回去休息  
Tips:  
网上找的小七孔交通路线觉着不错，和我们这次的路线稍有不同，我们此次交通车路线是：东门-》卧龙谷（观光车）-》  
鸳鸯湖  
（观光车）-》翠谷瀑布（观光车）-》水上森林（观光车）-》石上森林-》龟背山（观光车）-》68级叠水瀑布（步行）-》拉亚瀑布（步行）-》小七孔古石桥-》东门。  
鸳鸯湖主要是划船，30/人，我们没划过也怕耽误时间，也顾不到人划（网上有说可以顾人划，到了后问工作人员说没花钱顾人划的服务）  
水上森林进入后走一段路会有许多石头铺在水中的路，要走过这些石头路，后面才是平路。因为当时下雨石头上有些滑，老妈不想走，可到处也没找到出口，后来我走过石头路才发现后面就是通往出口的平路。  
小七孔很不错，值得一游，没去成大七孔，看图片应也不错。  
荔波古镇不好玩，没什么看的  
美团上的餐馆排名只能参考，按排名去吃的店真的是吃不惯  
10/16:荔波-》  
肇兴侗寨  
提前两天在去哪儿上订的荔波到三都高铁站的汽车票（38/人，加3元服务费，41/人，一天只有一班，怕买不到票提前在网上订好，此趟汽车直接到三都的高铁站，下汽车就是三都火车站入口），二个半小时到三都高铁站，怕时间赶不上，订的下午2点多从三都县到从江的火车，到的时候正好可以赶上10点40多的火车，马上改签，取票进站等了一小会就检票上车。  
在火车上买好肇兴侗寨的门票（网上购票要提前两小时买好，买晚了票导致在肇兴侗寨的售票处等了一个多小时才能取票）。出火车站右手边就有许多去肇兴侗寨的小巴，上车买票（10/人），小巴会将你先带到肇兴侗寨的售票处，下车买好门票后再上小巴，直接将你带入肇兴侗寨的景区入口。  
订的  
一山一水  
一楼阁，房间比较小，没有地方放行李，不过位置不错（进景区入口走一小段路过一个孔洞后，左边就是一条小路，沿着这条小路一直往前走100多米桥边上就是，而且附近就是蜡染体验馆），热水大，老板人蛮好的。  
办好住宿手续后出来找吃的，再逛逛，在蜡染馆看了看回去休息，稍早些出来吃晚饭，吃完早早地去大剧场占座等看晚上的表演，坐在第一排正中间，等了一个小时，八点开始表演，九点结束，有歌有舞再加上灯光，还是蛮不错的。  
Tips：  
荔波汽车站有到三都高铁站的汽车，再从三都高铁站坐火车到从江，整个行程不需多倒车，汽车票加火车票的费用还便宜。  
网上购票要提前两个小时买好，因为买肇兴侗寨门票的时间买晚了，在肇兴侗寨售票处等了一个多小时，不过售票处的。条件很好，有暖气有热水，不过没有找到卖吃的地方  
感觉肇兴侗寨的入口分两部分，一部分是售票处边上的入口（看到有开车来的游客，到达售票中心买票后旁边就是入口，入口有许多电瓶车停在那，看到有游客进入入口后要坐电瓶车要买10元一人的车票），另一部分是真正的景区的入口，因为我们是在火车站旁坐小巴来的，买好车票后再返回小巴,小巴再载到肇兴侗寨的景区入口  
进入肇兴侗寨的景区入口后，有电瓶车免费在景区坐，只是景区比较小的，不是赶时间可以不坐，因为等车的时间比较久。  
10/17 :  
堂安侗寨  
，肇兴侗寨-》贵阳  
吃完早饭走到景区入口准备坐小巴去堂安侗寨，到了后没看到小巴，问保安才得知去堂安的车不在此位，但可以坐景区电瓶车经过发车点。等了许久的电瓶车，快8点电瓶车才到，和司机打声招呼要到堂安发车点下，坐上电瓶车没多久就下车，坐上堂安侗寨的小巴（往返20/人），半个多小时到达堂安侗寨。  
堂安侗寨真的是原生态，路都是本地人走习惯的窄的比较陡的上下坡台阶。厕所都没有找到，还是找到一家当地人家里，问了能否使用下厕所，收了每人一块纸币（不要硬币只要纸币），主人家不好意思地说，本来不收钱的，但是现在要收水费，所以要收钱（感觉本地人还是蛮纯朴的）  
因为走不惯这种台阶，也就是随意走了走，就1个小时就坐上小巴返回肇兴侗寨（好笑的是，8点去堂安侗寨的一车人，9点半返回时还是相同的一拨人）  
回到肇兴侗寨时，时间还早，走到大剧场表演点，正好在进行早上的表演，早上的表演和晚上的表演不同，虽然是同一个故事但表演不同。看完表演，先吃饭再去取行李，到景区入口处坐上返回火车站的小巴（10/人），坐在汽车上订最近一趟从江到贵阳的火车票（订到从江到贵阳东，101/人），下小巴取票检票进站。  
在火车上在去哪儿上订的黄果树往返巴士（98/人）（下午5点网上选座，第二天早上6点40在水利局门口集合，7点发车，回程下午4点半在陡坡塘景区售票处集合，5点发车回贵阳）  
下午2点多到达贵阳东站，出站后按指示出租车的方向找到出租车停靠点，排队候车，打车花了49块到  
莫泰168  
（解放路店），选这个酒店是因为去黄果树的往返大巴的发车点距离这个酒店不远，而且住宿价格比较便宜。但这个酒店周边吃饭的地方少，当晚在饿了么上面订的外卖。  
Tips：  
肇兴侗寨值得玩，在售票处看到针对广东人还有半价优惠，而且优惠时间好像到2020年  
肇兴侗寨的晚上和早上的表演都不错，值得一看  
肇兴侗寨有一些店贴有到芭沙苗寨的联系方式（写有往返60），有向肇兴侗寨的售票人员打听去芭沙苗寨包车300，如果坐小巴去要人多才会有  
10/18: 黄果树  
赶早起来吃了买的点心，百度导航到水利局门口，7点发车去往黄果树（中间停靠一个休息点，随车助理会在大巴上讲黄果树怎么玩，下午4点半集合，5点回程），将近10点到达黄果树的陡坡塘售票处。  
在陡坡塘售票处取网上购票，并买景区大巴票（50/人），售票点有几个窗口，有一个优惠窗口，想着要买60岁以上的免票的大巴票，所以到优惠窗口排队，排在前面两个是办几十张票的，等了许久，看着边上只排了两三个人的窗口，想着真应问问其它窗口是否可以买优惠票的大巴的。  
按随车助理说的，拿到票后朝陡坡塘入口方向走过去，经过陡坡塘入口时，不要进去，继续往前走，走一段路会到等待天星桥巴士的位置，上了景区巴士到达天星桥入口处，此时记住先不要检票，在检票入口的右手边有一条路，走这条路可以到天星桥的下半段入口处（可以问下工作人员确认下）。我们就是跟着大队人马直接进入天星桥检票口，几乎全是旅行团的，走了一段路觉着不对（因为随车助理在车上有说，天星桥精华部分在后半段，前半段是人造景观），又原路返回到检票口，和工作人员说下我们只走后半段走错了，工作人员让我们通过了，然后才走到正确的直达后半段的路上。  
进入天星桥景区，跟着指示牌玩下来，快到出口时有索道（10/人）可以坐到出口位置，下索道走几分钟会有免费电瓶车送到出口，到达出口还要沿着往后半段相同的路走回去。再坐景区大巴坐到大瀑布景区。  
在大瀑布景区入口处，先不急着进去，坐下来吃了些带的点心，吃饱了进入大瀑布景区。跟着旅行团走到大扶梯购票处，买大扶梯往返票（50/人），下大扶梯后还要走十几二十几分钟就可以看到大瀑布了。只是10月时大瀑布的水量不够大，而且水帘洞关闭了。只得在大瀑布留下到此一游的相片后原路返回到大扶梯，再坐大扶梯返回到入口，出大瀑布景区。  
大瀑布景区门口等去陡坡塘的大巴车，下车往回走到陡坡塘景区入口，按指示牌走去看了看据说是‘西游记’中师徒四人经过的瀑布点。原路返回到陡坡塘入口处，走到陡坡塘售票处，等大巴回贵阳  
Tips：  
在去哪儿或其它的旅行网站都有订黄果树往返巴士98/人，价格实在也方便，而且随车助理在车上还会讲解下如何游玩黄果树。  
如果人不多排队等大巴车的时间少些，大瀑布一天来回时间足够。我们是10点左右到的景区，10月中旬旅行团还比较多，排队花了些时间，水帘洞关闭不让进。我们玩完三个景区后的时间是下午3点多，将近1个小时时间在陡坡塘售票处等4点半集合上车。  
10/19：  
青岩古镇  
这一天安排的是到青岩古镇，吃完早饭后，酒店附近的240，250公交车，坐一站到  
贵阳火车站  
，下车点就有203直达  
青岩  
的公交车（火车站是起点，青岩是终点，2元/人），不堵路花了1个半小时到达青岩，买了10元的普通票进入青岩古镇。青岩古镇比预期要大要好玩，还有蛮长的城墙，在青岩古镇吃了特色猪蹄，买了  
贵阳特产  
。感觉青岩古镇是性价比最高的景区，可以早点去多玩些时间。  
10/20：贵阳-》南昌  
早起，网上预订的送机司机准点到达酒店，到达  
龙洞堡机场  
。准点飞机回南昌。  
Tips：  
打车时听司机说的，贵阳火车站是老火车站，周边是老城区，龙洞堡机场距离老城区不远。贵阳东火车站和贵阳北火车站是高铁站。  
贵州60岁以上免门票，景区交通票要买。进入景区后记得交通票要拿好，坐车时有时会要求出示才能上车，看到有位老人交通票丢失了后来补票后产生纠纷。

评论：

## 176.恩施双卧五日行

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3736001.html

来源：携程

发表时间：2018-10-29

天数：5 天

游玩时间：10 月

人均花费：2500 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
  
恩施  
作为杭州的对口扶贫对象，政府放开了此地的职工休养，因此恩施成为今年杭州人民的聚集地。10月18日，我们一行30多人跟团出游啦！整个团费是2000元/人，加上一些自费项目，如玻璃桥80元，大峡谷索道加景区车135元，然后每天的晚餐我们自费，人均60元左右，三餐180元。基本上本次旅行花费在2400元左右。我感觉每天的晚餐真正是旅行的一部分，大家吃得嗨，平均下来也不贵。这次我把吃的每道菜都发上来，以后可以不时回味回味，免得不记得了。                                                                                                                                         第一天14个小时的车程，漫长的旅途也要自得其乐哦。  
早上09:13分抵达  
恩施火车站  
，  
恩施  
的民族主要是苗族和土家族，大姑娘小伙子以幺哥幺妹相称。导游接站后，前往【  
石门河  
风景区】。天开始下雨，说实在的，每次我外出旅行都不会下雨，这次碰到下兩还是第一次。简单团餐后，便入景区。景区入口可以走玻璃桥但80元/人另加，也可以不走，行程上差距不是太远。团队中只有6人选择了玻璃桥，我属于那种到一个地都想去看看，所以也选择了玻璃桥。走过玻璃桥，大家直呼上当，确实真谈不上什么险，走到桥尾只有几块很假的裂开的玻璃，广播里放着破碎的声音，呵呵。这玩意真心不值，还破坏景观。不过既来之则安之，认真拍拍照，体会下意境。  
  
过了玻璃桥，我们一直往谷底走去，它与百慕大三角、埃及金字塔、珠穆朗玛峰、中国黄山同处于北纬30度线上。因北纬30度地区躲过了第四纪冰川运动的侵袭，成为许多珍稀植物的避乱所。沿路的风景还是不错。  
一路行走，便到了谷底，景色便让人赞叹了。碧绿碧绿的水，层次分明的石幛，集"幽、险、奇、秀、古"于一体。  
走出谷底，便是上山的路。  
在往上走，要出谷底，可乘电梯，需要30元，或爬出谷底。鉴于不靠谱的玻璃桥，大家还是选择了走路。  
一路上山，可见石门虹桥、开门见佛等景观。  
走出谷底，就来到了  
石门河  
景区的石屋碑，该屋碑与石门虹桥连为一体。  
傍晚时分，我们来到了女儿城。主要是“  
恩施  
女儿会”的文化底蕴，建设了女儿会广场、土苗风情街、在这里也就是悠闲晃跶，发呆，体味各种民俗风情，品尝各种小吃。  
最后，我们退了团餐，来到了女儿城土家大牌档，进去之后，整个布置很有特色，大厅中间就是大彩楼，颇为喜庆。  
一直担心恩施的菜太辣,不合江浙清淡的口味，不过上来的菜还挺不错的，大家可以一道道品尝下。酒是自制苞米酒，据男士反馈还挺香的。酒足饭饱之后，众人打道回府。  
D3：  
恩施大峡谷  
早餐后，车赴【  
恩施大峡谷  
】，是恩施的核心景点。 今天仍然下兩，虽然加了一件羊毛衫，仍感到瑟瑟发抖。导游在车上提醒我们，景点很累，很陡，排队人多，最快爬完需要4-5个小时，大家心里都有点惴惴不安。大峡谷分为云龙地缝和七星寨二个景区。  
官方介绍：【大峡谷云龙河地缝】这条地缝形成于2.1-2.9亿年间世界上极为罕见的“U”字形段崖，这是世界上唯一两岸不同地质年代的地缝。右岸为1.8-2.3亿年前形成的三迭纪地层，左岸是2.5-2.8亿年前形成的二迭纪地层。该景观带构成了集水蚀峡谷、溶岩洞穴、绝壁峰丛、天坑地缝、瀑布跌水为一体的水文地质大观，加之独具特色的土家民居，景观丰富多样。全长3.6千米，平均深75米。  
进入景区，一路上比较奇特的地质景观就是  
石帘  
，地缝肩部植被茂密，常年有地下水从植物根部渗出，并沿主水流道有碳酸钙沉淀，在地缝崖壁上形成瀑布华，垂直悬挂，酷似门帘，故称为石帘。  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
沿途还可看见几个瀑布，在浙江人眼里，这些瀑布只能算小瀑布了呵呵。道路狭窄，大家撑着兩伞，等待时间更长了。  
下面的瀑布是彩虹瀑布，据说出太阳时，瀑布能惊现彩虹，今天下雨，自然不奢望了。  
从彩虹瀑布上去，路就更小，保安一路拦着行人。  
往上走，再现一条瀑布。  
整个云龙地缝，感觉是暗河接飞瀑，瀑布比较多，景色一般。出地缝后，我们再次返回入口处，准备乘索道前往  
七星寨景区  
。据导游说，索道只是让我们少爬了一座山，接下来还有三座山等着我们去爬。怪吓人的。                         进入与美国科罗拉多大峡谷相媲美的七星寨景区，一眼就见奇石。   还有滑竿，挑完全程是900元。而  
绝壁长廊  
等景点还在排隐患，没有对外开放，遗憾！  
接着往上爬，有镇谷之宝“一柱香”，  
大地山川  
，  
母子情深  
等景点。  
到达  
大地山川  
，就到了最高点，这时，雨也停了，心里有点小失望，景色不过尔尔。稍做休息，便往下走。  
  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
但下山之时，大片出现了，可能刚下过兩，云层慢慢出现。各位体验下图这些美景：  
往下望去，云层下面竟然是彩色的有木有，山底的景色真是五彩斑澜，在云雾缭绕中若隐若现。想不到差不多逛完全程，突现如此美景。  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
下山一路伴此美景，行至出口，竞然比导游约定的时间早了一个多小时。其实整个行程并不太累，被导游说怕了，一路赶着走，怕掉大部队。慢慢游时间足够了。  
每天的晚餐是我们的大戏，不能马虎。今天我们前往火车站附近民俗文化街的 土家风情用餐。虽然我们不喜欢吃辣，不过出来总是要吃点当地的特色，不辣恐显不出当地的饮食文化，所以还是点了微辣的牛肉纯萝卜。  
  
这里的吊锅是挑夫挑上来的，引发了我们的一阵阵好奇。  
这里还有一个特色是摔碗酒，游客酒喝完后，可以把碗摔于地下，模仿当年土兵抗倭出征喝大碗酒，摔碗壮行的情景。  
晚上七点，这里还有表演，大约半小时。  
今天的行程比较轻松，早餐后，乘车前往浦清江码头乘船游览【恩施大清江画廊风景区】。  
上午9点，轮船开始出发，甲板上到处是人，拍照的道具到处都是，人挤人，只能随手拍几张了。  
甲板上毕竟冷，拍照的人流基本都回了船舱，我们也溜回了船舱，一会儿，广播里有前方有一睡佛，便又跑上甲板，人三三二二的，找来找去找不到睡佛，便随便乱拍了几张。不过，经旁边游客提醒，还是看到了一尊睡佛，大家看像吗？  
还在讨论睡佛之际，船竟然行至蝴蝶崖处，这个无须点醒，真是太象了，中间还有一条瀑布流下，可不是蝴蝶的身子么？  
您的浏览器暂不支持播放，我们将尽快解决,建议使用Chrome或FireFox浏览器查看  
船行至蝴蝶崖处便调头折返，待再次走完蝴蝶崖、睡佛之后，我们返回船舱，发现大家都在吃盒饭了，怪不得上面人这么少呢，感觉船上安排有些问题，最核心景点出现时，居然安排大家吃午饭，为了这么个饭，没看上蝴蝶崖可不白来了么？  
船上历时5小时后，我们来到了土司城。这是个需要导游讲解的景点，否则来了也不知道是啥。  
往里走，是一堵介绍土司历史形成的墙。以及土家士兵练习的地方。  
接着就来到了核心地点九进堂，在堂前有上刀山，花木兰雕像等。整个九进堂都在装修加固，大大影响参观效果。  
之后的第九进，装修加固无法进入，出九进宫折回出口时，时间尚多，途中便进入土家始祖禀君祠一游，入门即见碑文，叙说了始祖一生征战及凄美的爱情故事。  
出了土家司，今天的晚餐我们安排在施南古城的毛家饭店，据说这家是分店，韶山总店是由曾受毛主席接见的汤瑞仁女士于1987年创办。里面毛主席的元素颇多，如WIFE密码是毛主席生日。  
吃完饭，在古城商业步行街溜哒一圈，赏夜景。  
最后一天，我们前往  
梭布垭石林  
。大巴无法进入，需由景区小车接送。途中险要，仅容两小车擦肩而过，早上吃多了稀饭，在车上憋着慌也不能停车。一下车，一群人都急急赶往卫生间，原来一路陡，车象过山车，大家都紧张着压迫膀胱内急得很呵呵。石林由奥陶纪灰岩组成，是中国第二大石林，其植被居全国石林之首；属典型的喀斯特地貌，景区因地质岩溶现象而形成，是以石林为主的自然生态风景区，溶纹景观是其最重要的景观特点。             整个景区由莲花寨、  
磨子沟  
、九龙汇组成，景点间需座景区观光车。总体给我的印象是黑，暗，主要是石林的颜色灰暗，今天天还放晴，不然更为灰暗，二是多象形石，发挥想象，你能想成什么就能是什么。                              首先进入莲花寨，在高处俯看，石林象一朵朵莲花。近看是不象的。  
走过对歌台，便进入犀牛沟。犀牛是土家族古老的图腾信仰之一，是神圣不可侵犯的神物，是吉祥如意的象征。所以当地人命名此沟为犀牛沟。此沟在造山运动时期，山体运动而形成的一条开然的地缝，景色怡人。全长400米，深39米。  
出地缝，坐景区车，便到了  
磨子沟  
景点。  
最后的小景点是九龙汇，天降九龙，守护九州，时光荏苒，千年之后九龙修炼有成，受上天召唤，相约汇聚于此，共同飞升。  
在梭布垭做的最多的动作就是侧身、低头，弯腰，不停地在缝缝中穿梭。最后的行程结束了，让我们来泡一杯恩施玉露，结束此篇游记。

评论：

## 177.“施南第一佳要”——恩施地心谷（石门河）

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3745702.html

来源：携程

发表时间：2018-10-29

天数：2 天

游玩时间：8 月

人均花费：300 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
恩施  
位于湖北省西部，是湖北唯一被纳入西部大开发的地区，地处武陵山区腹地，这里自古交通闭塞，“蛮不出洞、汉不入境”。  
恩施  
也是巴人的故里，早在5000年，巴人发现了盐巴、开凿了一条条的水上、路上交通，垄断了内陆地区的盐业贸易，如今这里遍布巴人的后裔——土家族。  
清朝改土归流后，这里的少数民族土司首领制度才被废除，  
恩施  
和宜昌等内陆地区的交往开始频繁，施宜古道出现，上世纪，这里是最美自驾国道318上最令人瞩目的一段、  
十几年前，宜万铁路、沪蓉高速开通，大大方便了恩施和重庆、武汉、宜昌等地的交通。  
恩施地心谷以前叫  
石门河  
，景区从2015年左右正式营业，但是这里却集多种宠爱于一身——  
清朝乾隆年间就有举人题词“施南第一佳要”，施南就是清朝年间的恩施  
这里保存了5000年前巴盐销楚的巴楚第一古道——巴盐古道  
这里还有恩施和宜昌交流往来的见证——施宜古道保存最完好的一段  
这里发现了距今200万年人类的牙齿，直接冲出亚洲、挑战非洲起源学说  
这里喀斯特地貌天然形成的大峡谷风景不输  
恩施大峡谷  
之前去的时候游客中心还是  
石门河  
景区的牌子  
石门河  
属于清江流域，景区入口处的玻璃栈道可以高空俯瞰河谷  
景区的占到依山而建，人没有那么多，来过的人都说比  
恩施大峡谷  
风景好  
雨天的地心谷雄浑  
晴天的地心谷神秘  
在古桥下荡会秋千  
乘着皮划艇去探寻地心谷的奇山秀水  
探访2亿年前形成的地质奇观  
恩施地心谷不负你~  
巴盐古道开凿于5000年前的巴国时代，在漫长的历史中，这里是盐道、也是官道、商道。  
背老二在这里运盐  
黄四姐的货郎哥通过这条路遇到了自己的爱情  
这里也是鄂西要道，自古是军事重地  
以前施南府的知府上任，恩施州下级官员会在此迎接，古道今日憩行人  
清朝乾隆年间路经此地曾提名“施南第一佳要”，如今，古迹斑驳、留后人敬仰  
建始  
直立人遗址，原名巨猿化石洞，为旧石器时代遗址。位于地心谷接待中心附近。  
1970年至2002年，共进行了九次调查与发掘。发现早期直立人牙化石5枚及石器、骨器，同时发现包括步氏巨猿在内的哺乳动物化石9目、37科、68属、87种，距今195-215万年，是首次发现的直立人与巨猿共生的化石地点，是我国发现的最早的古人类遗址之一。是典型的更新式洞穴堆积。  
建始  
直立人的发现，充实了人类进化史，说明中国是除非洲外最有希望找到解决人类早期进化历程的关键地区。同时证明人类的进化不再是单一支系的“一元论”，而是多元演化的。人属的历史不再是50万年，而是至少200多万年；人猿揖别则是在距今500万年至800万年之遥。  
2006年5月被国务院核定为第六批全国重点文物保护单位。（以上百度）  
建始  
直立人博物馆  
直立人片区讲解牌  
巨猿洞，200万年更早之前，人猿在此揖别  
博物馆旁边在建研学科普乐园，还有自驾车营地，这边有码头可以直通地心谷片区。  
门票：120大概  
住宿：接待中心旁边酒店、景区内在建悬崖青钢别墅  
大交通：建始高铁站有公交车直接到景区；2019年会开通高坪站，直达恩施地心谷  
小交通：景交车由接待中心到地心谷入口  
游玩景点：地心峡谷、巴盐古道、直立人遗址等  
建议游玩时间：2天  
纪念一下一起的小伙伴，这个效果绝对是拍摄视角问题，右边的大哥目前在电影学院，以后会不会火，哈哈~~~

评论：

## 178.秋游湘鄂西

https://you.ctrip.com/travels/wulingyuan120559/3745261.html

来源：携程

发表时间：2018-11-3

天数：12 天

游玩时间：10 月

人均花费：4600 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：恩施大峡谷，绝壁长廊，一线天，迎客松，一炷香，恩施，梭布垭石林，磨子沟，鬼谷栈道，云梦仙顶，李娜别墅，天门洞，天子山，老屋场，空中田园，神兵聚会，杨家界，乌龙寨，袁家界，迷魂台，天下第一桥，御笔峰，贺龙公园，西海，武陵源，十里画廊，溪布街，黄龙洞，新起点酒店，酉阳宫，凤凰古城，南华门，沱江，虹桥，万名塔，爱尚主题

正文：  
新起点酒店(永顺芙蓉镇店)  
¥  
164  
起  
立即预订>  
爱尚主题客栈(张家界天门山店)  
¥  
52  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
D1上海飞  
恩施许家坪机场  
。  
出机场只有出租车，而且不打表，价格不一，找了辆价钱还不算离谱的到酒店。入住城市便捷火车站店，出行方便，对面是汽车总站，旁边是公交枢纽，左侧是火车站。右侧斜对面是奥山世纪城，用餐方便。  
D2汽车总站有专线车去  
恩施大峡谷  
，25元每人，2个小时车程，还包括路上司机停车加水近半小时。恩施大峡谷有与美国科罗拉多大峡谷媲美的誉称，进景区乘景交车到云龙河地缝，  
顺着阶梯先下而上，约游四十分钟。出口正是上七星寨的缆车，缆车最好要乘坐，虽然价格不菲，但可少爬一座山。缆车到山顶，还有三座山要翻。漂亮的景点  
绝壁长廊  
因落石砸死人而封闭，连同  
一线天  
景点都给封了。其它景点都很一般，  
古象鼻：  
祥云火炬：  
迎客松  
：  
要翻过最后一座山，才能看到镇谷之宝“一柱香”，确实很美，但花费多少体力和时间才得以欣赏到，游玩大峡谷考验体力，确实很累。  
一炷香  
：  
玉笔锋：  
返程的司机进行了三部曲，加水，加油，检测，不是乘客急着要赶火车而嚷嚷，也不知这位仁兄何时才返回车站。晚上去“张关合渣”火车站店品尝  
恩施  
特色土家菜合渣，这合渣其实类似豆腐渣，拌在饭里吃，再给你配几小碟冷菜，如小辣椒，土豆片等，再给一碗海带汤。坐位时要点一份荤菜，如鸡鸭牛肉，放在锅里烧，把豆渣放进去，按人收费，价格不便宜，而味道真的不怎么样，只是尝了当地特色。  
D3汽车总站乘去被称为世界第一奥陶纪石林的“  
梭布垭石林  
”，25元每人，1个半小时车程，这线路的司机不加水。  
龙抬头：  
坐景区交通车到最远的青龙寺，进景点不走回头路，约1个半小时出景区，景色还可以。  
然后再乘景区交通车到莲花寨，景色最佳处，处处有惊喜。  
镇龙玉珠：  
恩施殿：  
帝王冠：  
蛟鳄探头：  
情深意切：  
灵光开窍：  
对歌台：  
出景区对面就是  
磨子沟  
，景色与莲花寨相似。  
磨子石：  
乘景区交通车到景区大门，返回市区。接着去土司城，主要观九进堂，去时九进堂正在修缮。  
傍晚奥山世纪城去吃黄家社饭，社饭口感不错价廉物美，值得推荐。前一天因做社饭的腊肉还未到货没吃到，今日如愿。  
黄家社饭：  
D4一早在汽车总站乘车到  
鹤峰  
，50元每人，三小时多点车程。入住汽车站斜对面东盛酒店，算鹤峰较好的酒店。下午包车去有中国仙本那之称的“躲避峡”，一路颠颇，路况很差，到了那里还要步行一段惊险的羊肠小道，下到谷底。那真叫惊艳，清澈的水见底，狭窄的山谷寂静无声，特别是木船，犹如悬浮在空气中，怎么看怎么神奇。接下乘皮筏进入峡谷腹地，另有一翻滋味。整个过程是惊，奇，险，美。  
躲避峡的花花：  
D5汽车站乘车去龙山，班车最早九点发车，八点半刚过车上人巳满座。三小时车程到来凤县，紧相连的就是龙山县，湖北和湖南在界河上交汇。正逢龙山县将举办西南五省名族运动会，全城在修路，布置，满城是警察纠察。龙山县感觉好大，司机称全拜前湖南省书记杨正午所赐，将他家乡搞得那么好。龙山转车来到  
永顺  
，汽车站步行十几分钟就可到“不二门公园”，公园正在规划改建，目前不收门票，半小时兜了一小圈。  
考虑因  
张家界  
明后二天不下雨，就转乘汽车30元每人到张家界(以前叫大庸市)，入住汽车站旁的绿博大酒店，该酒店设施不错，出路方便，性价比高，值得推荐。晚上在酒店步行300米的网红店“胡师傅三下锅”吃张家界特色三下锅，该店人气很旺。三下锅就是点三个菜放在锅里煮，口感一般，反正张家界满城尽是三下锅。  
D6一早步行十几分钟到天门山游客中心，买了A线的套票，即缆车上，汽车下。这是亚洲最长的缆车，穿过张家界市区到天门山，用时45分钟。  
到山顶走西线，先到玻璃栈道，收服务费5元，在栈道上观景拍照。  
再到倚虹关，  
鬼谷栈道  
，峡谷吊桥等景点到樱桃湾后乘山顶缆车25元到“  
云梦仙顶  
”全览天门山景，还可看到“  
李娜别墅  
”。  
仙顶下走即是东线，步行约20分钟可抵“穿山扶梯”上站，乘下山扶梯到“  
天门洞  
口”，这段扶梯是含在套票里的。再从“天门洞口”到“洞前广场”，可走999级台阶下去，也可买票32元乘下段扶梯免走路。在“洞前广场”处可观“通天大道”上天门洞的壮景。  
随后坐景区交通车行驶在99道湾下山。出站看到网红店“草帽面馆”，即去品尝波叔下的面与炒饭，味道还不错。  
拿好行李，坐车去  
天子山  
镇。入住峰林阁酒店，价格虽不高，酒店显得有点冷清，卫生状况不佳，床有点硬，虽有电梯，也难吸引人入住。放下行李，进张家界森林公园景区，门票4天内有效。  
我们坐景交车到三岔口，这儿有去“  
老屋场  
”的电瓶车，50元每人来回票，不含在门票中。远远地欣赏了“  
空中田园  
”美景，这是张家界不同其它的奇景，当地村民霸占着最佳拍摄地，收钱2元每人，才能进入拍照。  
再往下约走二十来分钟，可观看“神兵聚会”的景色。  
晚上酒店老板意思在他家用餐，就客随主便，只搞了一个下饭的菜，口感一般，价格有点贵。说好住宿含早竟然也要收费，据理力争后方才取消，这是诚信有问题。  
D7简单的早餐后第二次进景区，先去杨家界的“乌龙寨”，上山的路很窄很陡很险，“一夫当关，万夫莫开”啊。寨子里有条黄狗，会给游客引路前行。下山走另一条路，黄狗也会给你带路，真是好样的。  
接着去了袁家界的三观台，情人谷，玉女出征，迷魂台等景点，游人如织。  
仙女献花：  
有名的“天下第一桥”，从上到下都看不出有桥的形态。从袁家界到天子山，半小时车程，御笔峰，  
武士驯龙还可以，最佳的景点是贺龙公园内的西海，那“万船出海”的壮景绝对荣登张家界第一景宝座。  
在景区门外附近的一家饭店用餐，人气旺，生意很好，我们点了荤素二个菜，口感不错，价格比前一天酒店吃的菜还要便宜许多。  
D8提前告知酒店将行李托运至武陵源，每件30元。一早直奔天子山缆车站，下站坐景交车出景区武陵源标志门。  
再乘1路公交5站到汽车站，进站其他车道都是车等人，唯独去玻璃桥的却是人在等车，而且人很多秩序很乱，也不知要等多长时间。这时旁边到慈利去的的司机讲，我们车子也到玻璃桥，只是要换景区短驳车。我们就乘这部车，乘客很少，沿路上来乘客却很多，因为这条线的车巳经近1小时没来车。车开到大峡谷谷口，司机指给我们看，到山坡上铁架下即可乘景区免费短驳车，一路往上走到大峡谷派出所处转弯上山，再走到铁架处果然有短驳车，约走了十几分钟。短驳车半小时一班车，开十几分钟到游客中心。  
寄放好规定不好带的东西，进蛇形通道过安检，然后购票，检票，拿鞋套进玻璃桥。虽然玻璃桥也就那样，感觉一般，但上玻璃桥的人也是络绎不绝。  
返回武陵源，第三次进张家界景区，乘小火车游览十里画廊，  
只有栩栩如生的採药老人留下较深的印象。  
一家三口：  
景区门外街景:  
出景区乘2路公交到宝峰湖，景区的湖、山还是很美的。  
晚上逛了溪布街，  
在街口“乌龙寨酒店”用了餐，品牌酒店，味道果然不错。  
D9早餐后乘1路公交到“黄龙洞”，  
先乘游船，又爬山洞，领略了溶洞差不多的景色。  
随后乘班车返张家界，汽车站旁的浏蒸记饭店用了午餐，干净卫生，口感不错，价格不贵，值得推荐。  
随后班车到芙蓉镇(以前叫王村)，入住新起点酒店，离车站很近，总体感觉不错。傍晚，打车2元每人到芙蓉古镇门口，拍照留念。  
在“天下第一螺”二分店用了餐，这螺烧得又咸又老又辣，怎么也称不上天下第一，那个米豆腐也特难吃。  
用完餐已是晚上6点半，景区大门口站满了人，都在等保安刚下班，只见众人就蜂拥而至，省了80元每人的门票。进入芙蓉镇，走过土王桥，穿过跳岩，沿着青石板街，看到酉水河，往河边小路可达主景区，观看土司“酉阳宫”和瀑布，这里就是“挂在瀑布上的千年古镇”的出典处。古镇虽然有灯光，但不多不亮，感觉暗暗的阴森森的。  
D10前往红石林的班车巳全部取消，因不属于同一个县，只能包车前往。这个奥陶纪形成的红色碳酸岩石林景区还是很震撼得，虽然正逢下雨，景区游人很少，雨水下岩石颜色不怎么红，但它的外形，雨水淋不到的地方，还会显现出它动人的一面。  
整点有班车去吉首，一个小时多点车程，30元每人。先去有四千二百多年历史的乾州古城，火车站乘1路公交可到，古城免票。  
三开门：  
沿着青石板路看胡家塘，跳岩水坝，辛女桥，文庙等景点，最有特色的是由南大门，通济门，月城组成的“三门开”，是建筑史上的绝品。随后乘车25元每人到凤凰古城，我国四大古城之一，有“最美丽的小城”之誉。入住翡翠城附近的7天宾馆，车站出来因找不到2路公交站，打车竟然要20元。宾馆还不错，距中心景区公交车二站距离，价格不贵，我们走时遗忘东西，还特意电话告知，服务超好值得表扬。放下行李乘2路到南华门下车，走到江边，在浮桥上观南华桥，又往前走上南华桥上层，烟雨沱江展现眼前，往下游看跳岩和虹桥排列在沱江上，两边衬托的是美丽的吊脚楼。下桥往前步上跳岩，这是记录沱江美景的绝佳取景点。旁边就是游船码头，泛舟沱江，恍如进入仙境，在万名塔上岸，走回虹桥，步入桥那端，沿着虹桥中路到“俊子饭店”用餐，招牌菜“血粑鸭”，号称秒杀凤凰城，究竟味道如何，仁者见仁了。  
用完餐，凤凰城巳华灯齐放，住凤凰就是要看夜景。观夜景最佳处还是虹桥到万名塔一段。桥，塔，江水，吊脚楼，在灯光构勒下，显现出一幅无与伦比的美景，这绝对是芙蓉镇夜景所不能比拟的。  
D11.早餐后乘2路公交到城北车站回吉首，车站竟然有直接到常德的班车，这是做功课时没发现的，因巳买好火车票只能到吉首，乘下午的火车去桃花源里的城市常德。入住爱尚主题酒店，在汽车站旁的加油站对面，酒店已在后面盘下一幢楼，刚装修一新，从房间到被子，毛巾全部新的，干净又舒适，感觉很好。旁边有家“刘聋子粉店”，口感不错，去了多次。  
D12火车站附近原有去桃花源的车子，现巳全都取消了，只能乘47路到汽车南站，刚下汽车，见一辆到桃源的汽车被招呼上车，在桃源县城司机让我们下车乘对面一辆车，开到一个路口，司机又叫我们下车乘一辆停着的景区接驳车，来回折腾，倒了4辆车，化了二小时车程总算到了号称是正宗的陶渊明笔下的“桃花源”。  
细问之下，景区大门确实和市区火车站不能直达。景区大，有几个门，靠接驳车连接，很不方便，难怪景区冷冷清清，游客稀少。桃花源主景区是两山一湖，桃源山，桃花山，五柳湖。我们进的是北门，购买景交车先上桃源山，登上“水府阁”顶，可眺望沅江，因天气不好，看到的江都是烟雨朦胧，也许这也是天晴时看不到的美景，自嘲了。下桃源山，来到桃花山，到秦人洞要走许多路爬好高的山，只能放弃。下山沿着五柳湖出南门，等了近一个小时才来一辆接驳车，碰上一个好司机，听到我们要回市区，就开车来到一个直达车的站点，一看好像不启用了，就又带我们到镇上候车。这时看到一辆颜色和接驳车差不多的车子，有位姑娘坐着，姑娘也是回市区，就和她一路作伴。这辆车是景区外公交，1元每人，车子开到公路一条十字路口，有个小亭子，与姑娘一起下车，等候开往市区的车，约过了二十来分钟才等来一辆。姑娘讲此地车都到南站，到火车站还得乘47路公交。回到酒店，已近五点，这个桃花源景点，自游行的要慎重考虑，交通极不方便，而且景色也不怎样。拿好行李，到公交车站候H5路公交直达桃花源机场，非常方便，下车即是到达层，乘电梯上二楼就是出发层，只是该车的末班车是19点。晚上乘春秋航班返上海，乘客很多，基本满座。

评论：  
1.楼主辛苦了，你的行程很有参考价值，谢谢分享。

## 179.两湖之旅1—美丽的安康

https://you.ctrip.com/travels/zhangjiajie23/3747403.html

来源：携程

发表时间：2018-11-5

天数：13 天

游玩时间：10 月

人均花费：4400 元

和谁：和朋友

玩法：自驾

旅游路线：

正文：  
筹备了一个多月，方案几经变化的出游计划终于成行了，10月6日八点多黄陵出发，两个小时后到西安，和同学约定好，下午三点多西安出发，一路向南，因为我们选择的是错峰出行，一路基本畅通，在秦岭段测速太多，一路较慢，晚六点左右到达安康，安康虽说经济不景气，但环境优美，气候宜人，我们穿的较厚，一下车就觉得很热，看到大街上许多穿着短袖的人，真是觉得四百多公里气候差别确实很大。  
我们在携程上定的汉江旁边的房子，不到二百元的房子很是不错，大家都觉得很便宜，汉江的夜景非常漂亮，不说了，直接上图。

评论：

## 180.两湖之旅3—探访恩施大峡谷

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3747664.html

来源：携程

发表时间：2018-11-5

天数：13 天

游玩时间：10 月

人均花费：4400 元

和谁：和朋友

玩法：自驾，自由行

旅游路线：恩施大峡谷，恩施，七星寨景区，一线天，绝壁长廊，一炷香，迎客松

正文：  
10月8日，旅途第三天。今天目的地是  
恩施大峡谷  
，居  
恩施  
市约53公里，原计划7:30出发，同伙过于磨叽，出发时已8点有余，遇到上班高峰，一个字”堵”，9点多才出城，一路由省道变县道，再变成乡道，虽说等级不同，但都同样的窄，路一边是山，一边是崖，车也比较多，一路雨时续时断，翻山越岭，山间雾气很大，能见度低，车行驶都很慢，到达目的地时已经11点了。  
我们在游客中心买了防雨的塑料鞋套，一双10元钱，这是游客中心，是不是很嗨啊！  
门票是携程上买的，265元，比窗口便宜约20元，取票很简单，由于刚刚过完国庆假日，人也不是特别多，山上温度较低，我们准备好行李，取票出发。大峡谷有两个景区，一个是  
七星寨景区  
，另一个是云龙地缝景区，七星寨我们选的是a线，先坐索道上再走下去。七星寨景区主要有  
一线天  
，  
绝壁长廊  
，古象岭，祥云火炬大，龙门群峰，  
一炷香  
，  
迎客松  
，双子塔等景点，恢宏险立，秀美奇绝，云雾时有时无，山峰若隐若现，甚是壮观。有图为证……  
一路不走回头路，大约四个小时左右，返回游客集散中心，这一路基本全是台阶，长时间走台阶，膝盖有点酸。道集散中心后坐返程的景区大巴车，约十几分钟后到云龙地缝景区，又是下台阶，走到谷底，越有200米深，两边绝壁悬崖，流水飞瀑，千仞孤峰，步步景观。  
一个小时后又回到游客集散中心，坐上景区大巴，到了停车场。补充了点能量，由于怕晚上回去雾大，五点多钟就急忙驱车回恩施。还好回去雾没有早上的大，路也熟悉了，速度较快，一个小时就到恩施市，结束了今天的行程。

评论：

## 181.两湖之旅2—夜游吐司女儿城

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3747662.html

来源：携程

发表时间：2018-11-5

天数：13 天

游玩时间：10 月

人均花费：4400 元

和谁：和朋友

玩法：自驾

旅游路线：恩施

正文：  
10月7日，由于同学一家起床较晚，八点多吃早饭，是安康随处可见的热米皮（这个我挺喜欢吃的），快九点才出发，目的地是湖北  
恩施  
，途径陕西～四川~重庆~湖北界，行程680公里，一路上秋雨连绵，时大时小，开车较为疲劳，但这丝毫不影响我们欣赏沿途的美丽景色，我认为旅游不只是到景点游玩观景，沿途的景致也是必不可少的欣赏环节。  
一路一直在山中游走，山连山、洞连洞。山间云雾缭绕，美轮美奂，犹如仙境，感觉自己游走在云间。………上图……  
下午五点多到了恩施，这是一个以土家族和苗族聚居的自治州，民风非常彪悍。  
入住了携程上定好的“一路同行酒店”，就驱车前往吐司女儿城，女儿城在城边三公里处，保留了古代土家人的建筑风格，木质阁楼首尾相连，古风古色。晚饭吃了当地特色小吃，味道还是不错的。女儿城晚上有演出，内容以土家族民间爱情故事为原型改变的情景剧，很有民族韵味，说了这么多，还是一图为证吧。

评论：

## 182.两湖之旅4—宏伟的恩施土司城

https://you.ctrip.com/travels/hunan100053/3747230.html

来源：携程

发表时间：2018-11-5

天数：13 天

游玩时间：10 月

人均花费：4400 元

和谁：和朋友

玩法：自驾，自由行

旅游路线：张家界，常德之家

正文：  
张家界德源昌荣庐民宿  
¥  
79  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
10月9日，今天是出行的第四天，一大早起床吃完早餐就退了房，同行的一个姑娘因为要回去上班，今天晚上要坐航班回西安没有退房。  
今天的游览景点在市区，恩施土施城，不到八点驱车前往，10多分钟就到达景点，在携程上买的门票，比现场买便宜八块钱，现场取了票。  
恩施土司城，又称墨卫楼，属古迹与建筑类园林景观民俗风景区，由苏州园林设计院设计，地方民间艺人承建的土家族地区仿古土司庄园建筑群。属全国唯一一座规模最大、工程最宏伟、风格最独特、景观最靓丽的土家族地区土司文化标志性工程。  
走进恩施土司城，迎面一座赫然高耸的是土司城门楼。门楼前面左右两座神人牵着龙的雕像，叫作"天王送子"，表现的是土家人普遍存在"望子成龙"心理 。右侧墙上三幅壁画，除中间一幅表现的是民族团结外，右边一幅是反映土家先民生活的"毛古斯"。"毛古斯"就是称之为的稻谷神。民以食为天，稻谷便与人的生存息息相关。对稻谷神的崇拜，反映了土家先民在农耕初期对生命存在的强烈意识。左边一幅的两个彪形大汉，环眼突睛，虎视眈眈，像似瞄着每个过往行人，那是土家语称作的"努里巴嘎"和"柯斗毛人"，是土司城门楼的守护神。土司城门楼是栋纯粹榫卯结构的木楼。高大壮观、结构精良；布局精巧合理。两边走马转角楼梯可盘旋至顶，层层相通相连。门楼门内容多为戏文及民间传奇故事。有趣的是，整座门楼还隐含着许多奇巧而又寓意双关的数字，如门楼高4层、12根柱、24根梁，意味着一年中的4季、12个月和24个节气。还有门楼屋顶上数只蝙蝠拱托着一枚古钱的装饰雕塑，它叫"福在眼前"。  
廪君庙。坐落在游船码头对面山上的是土家族十分崇尚的先祖廪君庙，廪君庙为三层三进重檐廊柱式建筑，坐西朝东，雄峙山腰，巍峨气势。紧傍庙宇，沿山壁绘有巨大长卷壁画，壁画记载了廪君一生的豪情壮举，谓之"廪君开疆拓土胜迹图"。  
土家族民居。这里是典型的土家族民居建筑--吊脚楼。吊脚楼多依山傍水而建，房前屋后多植果木与竹林。在绿树掩遇中，一楼挑出，凸显出"小桥流水人家"的优美。这叫一开三间的单边吊脚楼。左边两间落在实处，右边一间悬空。左边是火房、中间为堂屋，右边即是厢房。厢房下面有柱无壁，即所谓吊脚楼了。楼上干燥，用来住人或堆放粮食。这样安排，既可避免毒蛇野兽对人伤害，楼下又可喂养牲口、安置粗重家具、堆放柴草，可算是一举几得。  
王府九进堂。九进堂是整个土司城的核心部分，由333根柱子、333个石柱础、330道门、90余个窗、数千块雕花木窗、上千根檩子、上万根椽木组合而成。进深99.99米、宽33米，总建筑面积3999平方米，是目前国内罕见的纯榫卯相接的木结构建筑。举目望去，亭台楼角、层檐飞爪，高低上下，错落有致，显出雄奇，巍峨和富丽堂皇。九进堂，也就是道地的一座土司皇城。  
九进堂有一千年神龟  
土司城墙。全长2320米，宽1.2米，依山取势修造，逶逶延绵，雄伟壮观。在城墙上还广设烽火台，实行狼烟报警。游土司城墙，观烽火台，难免让人"发古之幽思。"虽然，昔年土家兵丁，扼关戌守，烽火狼烟、刀光剑影厮杀的战斗场面已成过去，但土司兵丁的骁勇善战，那种凌凌威风，不能不令人敬畏景仰。  
钟楼。钟楼位于城墙最高处，为三层亭塔式建筑，底层为城墙，中层为城楼，顶层为亭。鼓楼正在维护没有游览。  
十点半出了景区，老婆要去买周黑鸭，说是当地一个名吃，上网查找买点，导航到专卖店，各买了一些，按照行程安排，驱车前往  
张家界  
，据此285公里，湖北境内基本是限速80公里，到了湖南限速100公里，沿途也是崇山峻岭，云雾缭绕，进了张家界景区内，一辆车挡住去路，车上坐一人带着警察帽，提醒我们路上限速70公里，说他妹妹在景区当导游，他要去找，要求搭便车，同行者急忙答应，我看穿了对方的真面目，拒绝了对方要求，开车走来开。经过五个小时的行程，到了张家界景区南门外两公里处的客栈“  
常德之家  
”。结速了一天的行程。

评论：

## 183.2018年深秋自驾游、行、食、住之一：淄博至郑州

https://you.ctrip.com/travels/zhengzhou157/3748747.html

来源：携程

发表时间：2018-11-7

天数：12 天

游玩时间：10 月

人均花费：6000 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，自驾，自由行

旅游路线：郑州，中州宾馆，中州国际，河南博物院

正文：  
郑州中州宾馆公寓  
¥  
58  
起  
立即预订>  
绿城中州国际大饭店(郑州CBD会展中心店)  
¥  
298  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
进入9月份，开始考虑下半年的自驾游，断续研究地图，犹豫不定去哪儿旅游。国庆节日期间无所事事，拟定了两条线路，准备节后出行。  
一条是南下，南京、上海、普陀山、黄山江浙一带转个圈。想再去黄山，黄山去过3次了，但西海大峡谷还没去游览过。  
另一条西南方向，上次湖北到了神农架，因持续大雨没去成恩施大峡谷，一直耿耿于怀。计划经  
郑州  
、恩施、重庆、经陕西转一圈回来。  
最终确定西南方向。还余9天年假未休，加上两个周末，共计13天。看游记，查宾馆信息，拟定计划。单位请好假，车简单做保养，准备好装备。  
10月16日（第一天，周二）早8点启程，手机导航定郑州  
中州宾馆  
。济青高速仍在扩建中，选择走新修的102，从临淄一直到淄川，车辆稀少。进入雅迪路后，红绿灯变多。  
转309国道，过了周村后，限速60千米/小时，学院附近限速40千米/小时，区间测速较多。  
过  
章丘  
后，约10点多一点，导航提示专入  
济南  
绕城高速，限速100千米/小时，车辆不少，但监控不多，可以跑到120千米/小时。接近济南东时，导航提示下高速，有点疑惑，但还是根据导航指示下了高速，下高速后经过一个红绿灯左转（左转道在最右边），前行100米，又回到了高速上。原来是路口封闭维修，导航还是很给力的。  
转到高速，车辆更少了，偶尔可以跑到140千米/小时。区间测速较多了，但有明显的提示，注意别超速就可以了。  
到  
平阴  
南，已是近中午十分，下高速不远进入一个小镇，路边有几个饭店。  
选择了一家看似门面很整洁的店，老豆腐和肉夹馍，经济实惠。  
饭后重新上高速，12点半到达东平服务区，稍事休息。  
下午3点，已行驶了450千米，到达鲁豫省界，ETC扣费71元。  
过了省界，没有了监控和区间测速，车辆稀少，可以快跑。  
下午4点，到开封服务区，休息20分钟。  
下午4点40到达柳林站，出高速进入市区。  
下午5点20，很快到达预订的  
中州国际  
酒店。整个行程580千米，总用时9个多小时；ETC汇总收费127.25元。  
稍事休息，导航选择步行到萧记三鲜烩面店，距离1.7千米。出酒店正门左拐，红绿灯左拐后直行1.2千米后，再左拐500米，到达烩面店。  
已是晚7点，店内仍有很多食客。先自己找座位，然后点餐，告知座号，交钱后，回座位等待上餐。  
不愧为网上点评排名第一的店，烩面确实很好，价格并不贵，很接地气。  
仍不断有食客到来，烩面上的很快，素煎饺上的有点慢了。  
餐后仍步行回酒店。  
酒店马路对面就是  
河南博物院  
；马路中间是公交车站，有8、11、18三路公交，交通方便。门前晚上可以停车，但停不了几辆；正门的西边进去有地下停车场，进出是一个通道；地下车位约有近30个；  
无线网络很快；床很舒服度；洗澡热水量超级大，非常爽；房间墙隔音尚可，但对面关门声音很响。  
宾馆的工作人员服务态度很好，见面微笑说一声“您好”，可见管理正规，培训到位。  
提示：淄川S325省道有收费站，站收费10元，持收据，经309章丘收费站可免费；回程也一样，请注意，一不留神，多交10元钱。  
山东高速经过整治，虽然监控和区间测速没有减少，但路面标识已经非常清晰了，不用提心吊胆，可以安心开车了。

评论：

## 184.琼山秀水仙境地，浪漫情怀别样天--锦里沟秋色美

https://you.ctrip.com/travels/wuhan145/3748798.html

来源：携程

发表时间：2018-11-8

天数：1 天

游玩时间：11 月

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
锦里沟  
旅游度假景区，国家AAAA级景区，位于  
武汉  
市黄陂区北部蔡店街道境内，总面积约10平方公里。土家族地区的两大土司施南土司下属的忠峒土司第十七代土司王在清朝雍正年间从鄂西恩施州宣恩县迁至在鄂东，选中了黄陂区蔡店街道，经过近300年的发展变迁，拥有大量的土家山寨。  
  
锦里沟  
由环湖风情体验区、峡谷游览区和寨王文化展示区三个部分组成。游线全长12公里，是  
武汉  
市唯一的土苗文化风情旅游区，也是最大的自然山水度假区。野樱花、中华樱花、杜鹃花、兰花、李花等山花满山遍野、竞相怒放，与景区内的土家吊脚楼、风雨桥、湖泊、溪流等交相辉映。  
  
锦里沟  
土家民俗文化旅游区位于黄陂区蔡店街，总面积约10平方公里，景区生态环境优美，人文特色鲜明，是  
武汉  
市唯一的土家文化风情旅游区。阳春三月，正值赏花踏青好时节。山花烂漫，锦里沟景区5000亩的樱花、桃花等次第盛放；亚洲第二、湖北地区唯一的游乐项目——山道滑车，全长1800米，沿高山自上而下，极具挑战性和刺激性；土家名俗表演异彩纷呈，土家姑娘抛绣球，接中的游客可以客串一回土家女婿，对唱山歌，体验一把土家婚嫁互动的乐趣。  
”三王寨“《改土归流》历史文化主题区、高端商务度假创意产业园区、巴楚河谷特色漂流区、环湖农家集并休闲集散区、现代农业观光区、其他参与性项目功能区。集旅游观光、休闲度假、商务会务、娱乐等综合功能于一体，打造中南地区顶级的高端商务休闲创意产业园区。  
锦里沟景区生态环境优美，人文特色鲜明，既是武汉市唯一的苗寨文化风情旅游区，也是最大的自然山水度假区。整个景区由环湖风情体验区、峡谷游览区和寨王文化展示区三个部分组成。游线全长12公里，串联大小景点48处，特别是民族歌舞及篝火晚会的展示，给人”琼山秀水仙境地，浪漫情怀别样天“的特别美感。  
锦里沟是武汉最北端最远的景区，一日游来回自驾约需6小时，时间很紧。我们从  
武汉大学  
出发坐地铁2号线40分钟到  
汉口火车站  
，出站即可坐292路公交到黄陂汽车客运中心，约需80分钟。本来可以换乘到锦里沟景区的802路公交，但此公交早晨只有两班车（8：30，和9：30），下午只有两班车（1：30，和3;30）。我们错过了早晨班车，为了不浪费时间，花了100元租了一辆小车约80分钟到景区。事先在网上定了  
近月楼  
酒店（170元一晚），如果现场定比此价贵很多。据说这是景区中心最好的酒店，房间面积较大，24小时供应热水，被子很干净，有电视，网上说有免费WiFi,实际根本上不去。房子旧点，木板地板走起来有响声。下楼就是演出的广场，晚上有篝火晚会。楼下有多家餐馆，很方便，价格不贵。一天可以看三场演出。

评论：

## 185.2018年深秋自驾游、行、食、住之四：游恩施大峡谷

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3748868.html

来源：携程

发表时间：2018-11-8

天数：12 天

游玩时间：10 月

人均花费：6000 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，自驾，自由行

旅游路线：恩施大峡谷，云龙瀑布，绝壁栈道，迎客松，利川国际大酒店，恩施

正文：  
10月19日（周五，第四天），天气阴，气温15至18度，有点冷。  
餐厅在一楼，早上就餐的人不多；餐品比较简单，但品种很好；尤其是羊汤，很好喝。  
退房，导航定  
恩施大峡谷  
游客中心，出城后进入山区，单幅道路，基本上无法超车。  
开始下小雨，并伴随着雾气。车辆一路上行，很多拐弯。行驶了约20分钟后，又开始下坡。转过了山后，持续是上坡路，仍是弯路多多。  
雨仍下个不停，路上能见度不高，山路行驶上上下下，有个别的本地车辆开的很快，瞅机会就超车。  
行驶了近2个小时，到达恩施大峡谷停车场。  
停车场内小车不多，但大客车很多，看来组团的游客多。  
在停车场和去游客中心的过道中，卖雨衣、鞋套的很多。  
云龙地缝、七星寨外加索道票价150元/位（看游记时，有建议可以不买索道票；云龙地缝和七星寨之间有摆渡车，是免费的。但不事先说明，售票员会把索道票给你，也不做说明）。  
车行驶5分钟，到达云龙地缝景区停车区。  
所有游客下车，在云龙地缝景区入口，排队有点拥挤，又检一次票。  
老年游客很多，没有任何岔路，大家往一个方向走。石板铺成的路面和台阶，非常平整。  
下台阶后有一座石拱桥，建于清光绪十年，已多次重新，上方建有檐廊，可以避雨。  
继续沿台阶路下行，下到峡谷修的栈道上，毛毛雨一直在下，石板路湿漉漉的，好在表面花纹粗糙，不滑，比较安全。  
比刚进景区时的游客流略少，可以停下来细细观赏。  
过桥后，上台阶，前方现行，游客挤成一团，在晴雨长廊上，前行蠕动，十分缓慢。  
直到过了  
云龙瀑布  
，人流拥堵才有所缓解。但上台阶路，比较陡，有年龄大的爬不动、就在台阶上休息，还是人挨人。  
上来后，到了休息区，实际上是出了云龙地缝景区了。  
已是下午1点半了，在一个小餐饮店，要了酸辣粉和馄饨，再加上自带的面包、肠、茶蛋，解决了午餐。  
穿过密集的餐饮区后，到达索道入口处。  
索道入口又得进行一次验票。游客人数已大大的减少了。  
索道轿厢能装8人，15分钟到达索道上站。游客比  
游云龙  
地缝时少了，不再拥挤。  
有滑竿，准备给走不动的游客，明码标价，公示清晰。  
  
绝壁栈道  
施工，一线天这一路封闭，禁止通行。  
用时10分钟，路线很平缓，到达土司城堡，典型的卡斯特地貌。  
到中楼门这一段，几乎全是上台阶路，从土司城堡到中楼门，用时20分钟。  
5分钟到达七星石芽，像一个大爪子，多条小路往上爬，最终汇总到一条栈道上。  
对面的栈道在维修中。  
又用时25分钟，到达溪谷轩酒店。  
这一段，有上有下，有点辛苦。  
雨基本不下了，仍是雾蒙蒙的。山上有雾看不太远，但深秋满山的绿色伴着点点红，景色很漂亮。  
穿过酒店，继续往前走，一路上行。  
15分钟路程，到达古象岭观景台；  
再行5分钟，到达祥云火炬观景台。  
15分钟的上台阶路，到达  
迎客松  
，此处海拔1704米。  
再往前开始下台阶路，10分钟时间，到达擎天一柱。  
约30分钟的下台阶路，到达了母子石。远眺山头，轮廓很相像。  
身体非常疲惫着，看到下面的提示牌，会振作起来。  
但是，这300米，可不是平路；是比较陡的下台阶路。但好在坚持就是胜利，咬咬牙就下去了。  
用时20分钟，到达扶梯入口处。可坐扶梯，票价30元；  
或继续沿台阶路下行，二选一。  
这一段下台阶路更陡，整走了20分钟，才到达停车场。  
从上午10点半开始，进入景区算起，走走停停，累了就歇会，总用时近7个小时，比较辛苦。  
摆渡车上满人就走，行驶了约20分钟，到达游客中心。  
此时已是近下午6点，天马上就黑了。出景区大门，返回停车场，导航定  
利川国际大酒店  
（已预订）。  
去往  
恩施  
方向的车辆比较多，去  
利川  
的路上车辆稀少。基本上是下山路，有几段是上山路，应该是转过了好几座山。路是单幅路，弯道多，超车困难。有当地车跑得飞快，天黑不熟悉路况，不敢跟。  
用时1小时40分钟，到达预订的位于利川城区的酒店。  
晚餐到酒店对面一个小餐饮店，点了包子和稀饭。  
回到宾馆，早早休息。  
淡季不淡，没想到恩施大峡谷游客这么多。旅游团多、老年团多。  
整个大峡谷路线比较单一，不会走错路。全走遍行程，就是坐索道，也很累人，平时不锻炼的肯定吃不消。但好像没有捷径可走，下山扶梯可以省点劲。  
景色很是不错，但与黄山和张家界比，还有差距。  
值得一游。  
不买索道票，从云龙地缝处坐摆渡车，到七星寨入口，多走不了多少路。

评论：

## 186.2018年深秋自驾游、行、食、住之三：郑州至恩施

https://you.ctrip.com/travels/zhengzhou157/3748655.html

来源：携程

发表时间：2018-11-8

天数：12 天

游玩时间：10 月

人均花费：6000 元

和谁：夫妻

玩法：美食，摄影，自驾，自由行

旅游路线：郑州

正文：  
10月18日（周四，第三天），夜间仍有电动车的断续报警声，休息的不好。  
早7点多，去一楼餐厅吃早餐，就餐的人不多，品种很多，质量很好。  
退房，前台给停车证明，交给停车场门卫，免费。  
郑州  
天气仍是阴，8点启程，前往  
恩施  
。  
很快进入机场路快车道，很顺畅地有郑州南站路口进入高速。  
高速路上车辆出奇地少，监控聊聊无几。行驶了2个多小时，进入  
方城  
服务区，稍事休息。  
继续行驶了近2个小时，已是中午12点。就近从邓州、新野收费站出来，右拐转入市区道路不到100米，看到有个农家餐馆。  
点了两个菜，就着米饭，解决了午餐。  
继续上路，下午1点，二广高速收费站，出河南进入湖北。  
过宜昌后，进入山区，限速100千米/小时，道路上车辆仍然不多。连续行驶了4个多小时，下午5点，到高家堰服务区休息了20分钟，小睡了一会。  
继续往恩施进发，有很多路段在维修，单幅封闭。近下午6点时，堵了近20分钟，原因还是修路，上坡大车跑不动造成压车。  
过去这一段后，大车少了可以跑到100千米/小时。连续经过隧道，出恩施收费站。从郑州南站至此，ETC总扣款296元。进入小镇，路很窄。加完油后，晚近8点，到达预订的清江源酒店。  
宾馆后面自家很大的停车场，停车方便，免费。前台服务员态度和蔼，一会儿就办理完了住宿手续。房间隔音尚可、虽然临街，但夜里没有车经过，还算安静。无线网络速度很快；房间插座少了点；床很舒服、洗澡热水充足。  
时间不允许了，晚餐吃自带的食物。早早休息。

评论：

## 187.背包客湖北自由行之恩施梭布垭石林

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3749156.html

来源：携程

发表时间：2018-11-9

天数：1 天

游玩时间：10 月

人均花费：300 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
2018.10.28日  
早上先退房，将背包寄存在酒店，然后到  
恩施  
汽车客运中心买到梭布垭的票，8点发车，9：48分到  
梭布垭石林  
。  
  
梭布垭石林  
位于湖北省  
恩施  
市太阳河乡境内，被称为世界第一奥陶纪石林，整个石林外形象一只巨大的葫芦。目前开放的有青龙寺、莲花寨、  
磨子沟  
、九龙汇四大景区。  
坐观光车到终点站青龙寺，然后依次莲花寨、  
磨子沟  
、九龙汇。  
到神龟送客这里，就意味着该走了！再见，神奇的梭布垭！  
回到酒店取背包，然后去  
恩施火车站  
，买到  
利川  
的票。  
  
利川火车站  
附件有很多所谓的商务酒店，其实都是民宿，很便宜，五六十就可以搞定，但条件很差，我们找了很久，最后入住鑫源宾馆，但条件一般，所以，去  
利川  
最好还是住在  
恩施  
，两地很近。

评论：

## 188.背包客湖北自由行之恩施州巴东县神农溪、恩施土司城、土家女儿城

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3748731.html

来源：携程

发表时间：2018-11-9

天数：2 天

游玩时间：10 月

人均花费：600 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
2018.10.25日  
早上来到木鱼客运站，买到9：50分开往  
巴东  
的车票。从大九湖到巴东要近一些，但有人说路况不好，所以我们还是决定从木鱼走。  
到  
巴东  
聚宝盆客运站后往回走，入住云聚宾馆。  
放下背包，就近吃午餐，顺便问一下酒店服务员，  
神农溪  
怎么样？答曰，原来的神农溪是可以趟着水走的，很好玩，现在的神农溪没意思。我又想起了那句话，“旅游就是从自己活腻了的地方，跑到别人活腻了的地方”，这里的一切对于当地人来说早已司空见惯，再美的景致也是了然无趣的，就像盘锦的红海滩，我们常常对那些千里迢迢赶来看喂猪草的远方游客百思不得其解一样。  
据网上介绍：  
  
神农溪  
堪称无污染的天然之流，溪水碧澈，一清到底，除“三色泉”外，几乎见不到一缕混水。溪底遍布五色石，如花似锦。湍湍处水流如雪似雾，船行如飞；水缓处形成幽静平湖，浓绿莫测，扁舟荡漾；浅滩处水深不及膝，船底与河中卵石相摩，格格有声，全靠拉纤。  
漂流  
神农溪  
所乘的船，形如半个剖开的豆荚，当地人称为“豌豆角”，小巧轻便，用坚硬耐磨的花栎木制成，浮力大而吃水浅，可在水不及膝的浅滩处行驶。“豌豆角”全凭人工操纵，每条船需六名船工，船工撑船是神农溪景观之“最”。神农溪水急滩险，船工几无立锥之地，全需涉水拉纤，走在最前边的“头纤”和船尾的“驾长”带头吼起号子，声震峡谷，船工前呼后应，力随声出，一鼓作气，拉上滩去。下水时船在呈“之”字形的水道中横冲直撞，“驾长”手中一把橹一杆篙控制着船的方向，船在急湍的水流中飞速窜行，船中乘客心跳如鼓。 神农溪经过两个土家族小村寨。掩映在凤尾竹、芭蕉叶、柑桔林、乌桕树中的村寨恍若世外桃源。此处溪水幽平，彩石满滩，游人可在土家吊脚楼中休憩，或游泳，或捡石，或去村中参观古老原始的水磨、石碾，观赏土家人粗犷的巴山舞、对山歌，品尝、苞谷酒和土家饭菜。  
如此诱人的美景岂能莽撞？我们决定利用下午的时间为明天的出行探探路，毕竟初来乍到，人生地不熟。  
坐上001公交车到巴东水陆客运站  
在客运站与右侧的楼房之间有一条狭缝，狭缝中间是一条长长的台阶，下到最底层左拐，就是巴东游客中心。  
售票大厅空无一人，售票员建议我们买票，坐3：30的游船，回来的时候可以看看两岸的夜景，我觉得有些仓促，如此美景岂可草率？再看售票员那不屑的表情，似乎又觉得此景也不过如此而已，于是买票登船。  
船上游客很少，似乎这条船是我们的专线，但起航不久，就与一条大游船接壤，从那里下来很多游客。游船往返3小时，整个过程几乎没有可圈可点之处，据船上导游介绍，神农溪水深多达90米，如此深的“溪流”不知何人敢在这里拉纤，漂流，如果有，那一定是亡命徒。  
在这里上岸，可以看到一个悬棺及演出。  
2018.10.26日  
告别了令人失望的神农溪，在  
巴东  
聚宝盆客运站乘车到  
恩施  
。  
11：30分到达  
恩施火车站  
，入住恩施火车站右侧、  
恩施  
汽车站对面的秋果酒店，秋果酒店是我们此次湖北行入住条件最好的酒店，听说我们从辽宁来，服务员给我们优惠价：158元/天。  
放下背包，坐30路公交到土司城。  
从土司城出来，已经是饥肠辘辘，先犒赏一下自己的胃，郎总是说跟我出来，不是旅游是玩命。哈哈，非常贴切！  
酒足饭饱之后，坐39路公交到土家女儿城。

评论：

## 189.游览湖北恩施大峡谷，寻访土家女儿寨新格调｜另附自驾游攻略

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3749177.html

来源：携程

发表时间：2018-11-9

天数：3 天

游玩时间：11 月

人均花费：500 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
11月，寒冬袭来。在山水  
恩施  
中，若要找寻一处心灵净化胜地，非  
大峡谷  
莫属。  
恩施大峡谷  
，这个被国家地理专家赞誉可与美国科罗拉多  
大峡谷  
媲美。被评为到  
恩施旅游  
最值得去的地方，因为这些年火爆的旅游热风兴起，而越发博得大众的眼球。  
其实我们走进  
恩施大峡谷  
才能知道，那个与城市日新月异的迅猛发展相比，恩施大峡谷显示出一如往昔的远离世事纷扰，更多的是想要给世人返璞归真感。对于那些喜欢旅行的人来讲，这里会使他们又忆起了尘世间的沧桑格调和岁月的轮回。  
一位是不甘于做一个平凡教师，摄影技术还算凑活的QG！  
（关于摄影技术这一点目前只是得到了同伴们的超级好评认证）  
一位在游戏界超一流水准、人气超高的阿诺  
一位在在校期间获得过写作二等奖的青涩小男孩。  
一位在旅游方面，省自治区旅发委层多次转发并收藏过文章的QG  
旅游博主，行摄爱好者，新浪微博：@资深编辑ZQ  
抖音短视频请关注：  
中国旅游  
环球旅行请关注：资深驴友QG  
一、高山与绿水  
不论是湖北还是在全国选择周边游或是周末游，自驾是最好的方式。免去了高铁换巴士的转车劳累，能更自由的感受乡间小道，也更适合全家出行。  
从  
恩施  
市出发进入屯堡乡和板桥镇境内的  
大峡谷  
，沿着一条山边的小路往前开，高耸的山峰已豁然出现在眼前。山路较为考验开车技巧，因此，驴友们应多注意一些。虽是入冬，但翠绿树林连接着青灰色远山，阳光透过树叶落下光斑婆娑，给人一种晕眩迷离的感觉。  
由于刚刚过完国庆假日，游人不多，山上温度较低，我们准备好行李，取票出发。大峡谷有两个景区，一个是  
七星寨景区  
，另一个是云龙  
地缝  
景区，七星寨我们选的是a线，先坐索道上再走下去。七星寨景区主要有  
一线天  
，  
绝壁长廊  
，古象岭，祥云火炬大，  
龙门  
群峰，  
一炷香  
，  
迎客松  
，双子塔等景点，恢宏险立，秀美奇绝。  
二、云端与日出  
站在峡谷高处向下俯瞰，峡谷风情尽现眼底，几乎都是绿油油的一片，云朵与峡谷山峰融合在了一起，宛若仙境。云雾时有时无，山峰若隐若现，甚是壮观。  
一、美食与住宿  
土家族饮食，生活在大湖北的  
恩施  
土家族人民，拥有悠久的土家历史和深厚的土家族文化，其独特的饮食习惯，可谓全国乃至世界餐桌上的一大特点。美食中有土家油茶汤、张关合渣、土家腊肉、柏杨豆干、社饭、鲊广椒、葛仙米、凤头姜、  
福宝山  
莼菜、年肉......等。  
  
恩施大峡谷  
女儿寨风情小镇，处于恩施大峡谷的核心区域，毗邻游客换乘中心。有  
大峡谷  
住在小镇，是不错的选择。小镇吊脚楼式的房屋依山而建，别具韵味，透着土苗民风民俗的特色。漫步在清爽的山腰步道，徜徉于绿树花丛间，心旷神怡，优哉游哉。清晨，在房间的阳台上放眼望去，峡谷山色秀丽、云雾缭绕，雨后的空气格外清新。晚上，喝一碗“摔碗酒”，嗨一回篝火晚会，真叫人乐不思蜀、流连忘返。  
二、歌舞表演  
《龙船调》原是恩施民歌，上世纪80年代被联合国科教文组织评选为世界25首优秀民歌之一。实景剧《龙船调》自同名民歌改编而来，以恩施地区土司时代的一对土家少男少女的爱情故事为蓝本，描写他们挣脱封建束缚、追求自由爱情的感人故事。全剧不仅汲取了极具恩施地方特色的土家民族音乐元素，同时结合恩施大峡谷的景点特色，借助现代高科技舞台特效技术，营造出一场奇幻绚丽、生动感人、美轮美奂的艺术盛宴。  
国家AAAAA级旅游景区恩施大峡谷位于湘、渝、鄂三省交界处，是清江流域最美丽的一段，被誉为全球最美丽的大峡谷，万米绝壁画廊、千丈飞瀑流芳、百座独峰矗立、十里深壑幽长，雄奇秀美的世界地质奇观，与美国科罗拉多大峡谷不分伯仲。2004年8月，中法联合探险队来到恩施,在崇山峻岭之中,意外地发现了一条美得令人窒息的大峡谷,命名为“恩施大峡谷”。这里是“东方情人节——土家浪漫女儿会”的发源地之一，这里是中国最大峡谷实景音乐剧《龙船调》的所在地，这里是“地球最美丽的伤痕”—云龙  
地缝  
的所在地，这里是被外媒评为中国最美的40个景点之一“  
一炷香  
”的所在地，这里被誉为“世界地质奇观、东方科罗拉多”！  
恩施大峡谷，不偏不倚落脚于神秘的“北纬30度”，是全球最长、最美丽的大峡谷之一，距恩施市区49公里，距利川市区39公里。景区先后被评为国家AAAAA级旅游景区、  
国家地质公园  
，灵秀湖北的十大旅游名片之一。神秘险峻的恩施大峡谷，拥有【清江升白云】、【绝壁环峰丛】、【  
天桥  
连洞群】、【暗河接飞瀑】、【天坑配  
地缝  
】五大奇观。峡谷中遍布绝壁悬崖，流水飞瀑，千仞孤峰，壮观地缝，原始森林，乡村梯田，  
迎客松  
、  
一炷香  
、情侣峰、  
绝壁长廊  
、  
大地山川  
、  
母子情深  
，步步为景，美不胜收。  
恩施大峡谷已开放七星寨和云龙地缝两大核心景区，总面积35.2平方公里，天坑、地缝、绝壁、峰丛、岩柱群、溶洞、暗河等地质景观一应俱全，被称为“喀斯特地形地貌天然博物馆”，拥有众多世界级旅游资源。  
两条线路：  
A线：  
游客中心→乘换乘车→云龙地缝景区→客运索道上行→  
七星寨景区  
→小楼门→  
绝壁长廊  
→中楼门→峡谷轩酒店→一炷香→大楼门→观光电梯→峡谷春酒店→游客返程中心→乘换乘车→游客中心→乘换乘车→观看山水实景音乐剧《龙船调》（20:10）→游客中心→入住酒店（最佳游览线路）。  
B线：  
游客中心→乘换乘车→云龙地缝景区→乘换乘车→  
七星寨景区  
→小楼门→绝壁长廊→中楼门→峡谷轩酒店→一炷香→大楼门→观光电梯→峡谷春酒店→游客返程中心→乘换乘车→游客中心→乘换乘车→观看山水实景音乐剧《龙船调》（20:10）→游客中心→入住酒店。  
【  
恩施火车站  
到恩施大峡谷】  
  
恩施火车站  
出站后可直接在马路旁恩施汽车客运中心搭乘恩施——大峡谷专线车（发班时间每天06:：30—17:30）票价25元单程，直达恩施大峡谷游客中心，客运电话：07  
18  
——8542036  
恩施市内在恩施清  
江桥车站  
搭车，客运电话：07  
18  
——8542036  
【恩施大峡谷返回恩施市区】  
恩施大峡谷游客中心天街乘坐恩施——大峡谷专线车 （专线电话：07  
18  
—8542036）票价25 元。

评论：

## 190.背包客湖北自由行之恩施大峡谷

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3749342.html

来源：携程

发表时间：2018-11-9

天数：1 天

游玩时间：10 月

人均花费：550 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
2018.10.27日  
早上7：36分在  
恩施  
汽车客运中心坐车去  
恩施大峡谷  
。  
一路堵车，一直到11：18分我们才坐上景区的观光车。  
先去云龙地缝  
云龙地缝至少形成于5千万年前，从地缝顶部到地缝底部的地层主要为形成于2.1－2.9亿年间、跨二迭与三迭纪的灰岩；曾是云龙河的伏流段，以暗河形式沉睡地下二、三千万年，后因水流在地下强烈掏蚀，在地表不断剥蚀、致使暗河顶部坍塌，地缝才得于面世，成为  
恩施大峡谷  
一大奇观。  
坐索道到七星寨

评论：

## 191.一个石片堆起来的村子——石门村

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3749498.html

来源：携程

发表时间：2018-11-10

天数：2 天

游玩时间：11 月

人均花费：300 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
这里的山呈片状，村民就地取材用来建房  
幸福人民公社，斑驳的马头墙、墙上的二维码，现代文明与历史斑驳在这里交错  
这种风格的建筑叫不上名，但在这里很常见  
阳光照耀下的老屋  
走到石板尽头去跟狗交个朋友  
在时光的慵懒中，我愿做一只猫

评论：

## 192.为一座房·赴一座城——深秋的土岭美如画

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3749392.html

来源：携程

发表时间：2018-11-10

天数：2 天

游玩时间：11 月

人均花费：300 元

和谁：和父母

玩法：

旅游路线：

正文：  
10月底的银杏是极美的  
落满青石板台阶，在光影下写满诗意  
银杏边的老屋子百岁有余，屋后望去，送你一片秋天的颜色  
三五好友坐于屋内，斑驳的木墙、阳光下层层叠叠的青瓦，人间其实很值得  
闲来晒晒辣椒，推下玉米  
窗外的景色和你  
盛夏过去，葡萄架上唯余散落的藤蔓  
在古堡里有个极好的观景廊  
你看青山多妩媚，青山看你应如是  
这样的木屋能不能留得住你  
不行的话再来一间  
荒山野岭中，做一个农夫、采菊东篱下、晨兴理荒秽  
房子是翻修的，看够了高楼大厦、看看这些土色的房子也好  
仿佛远处的山那么近、又那么远，这里的山底稳健、山头密集，我起了个名字叫坨坨山  
屋子很老、树爷爷也很大年纪了吧~  
是的，故事到这里就戛然而止了……

评论：

## 193.灵秀湖北——陶醉山水如画之恩施大峡谷 | 附攻略

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3749850.html

来源：携程

发表时间：2018-11-11

天数：3 天

游玩时间：11 月

人均花费：500 元

和谁：亲子

玩法：

旅游路线：

正文：  
【前言】  
如果你问我  
恩施大峡谷  
什么季节最美，我会说四季都很美。春天的花海在峡谷乡间随处可见；夏天盛开的荷花和黑瓦白墙融为一体；如果你错过了春天的油菜花，请别在错过这里的秋天，茶树花开放的季节，层林渐变的红叶，想想画面都美到醉人心。冬天大雪覆盖了村落，黛瓦从银装的老屋顶下探出轮廓。相比之下，我更喜欢这里的初冬。  
【作者介绍】  
本人微博@资深驴友QG  
职业旅行自媒体，爱旅行、爱摄影、爱分享，如果您看到这篇游记，希望你能关注我，有机会我们一起去旅行。  
我的足迹：  
北京  
、河北、辽宁、湖北、陕西、山西、新疆、甘肃这些省市。  
【关于摄影器材】  
手机：360N7（喜欢国产）  
相机：Canon EOS5D MarkIII（Canon EF 16-35mm f4 L、Canon EF 24-70mm f/2.8L IS II USM、Canon EF 70-200mm f/2.8L IS II USM）  
【行程安排】  
Day1 到达  
武汉  
，入住我同学家  
Day2  
汉口车站  
——  
恩施  
州——入住  
恩施大峡谷  
女儿寨酒店  
Day3 赏峡谷风光——观云龙地缝——步行  
绝壁长廊  
——陶醉云海日出  
Day4 返程  
【实用攻略】  
1、尽量少带现金,贵重物品保管好。现在技术十分发达,刷卡结账依然成为了一种常态。因此在外旅行尽量选择少带现金。但是少带现金不等于不带现金,不然万一景点景区没有刷卡机就惨了。同时外出旅行,相机、电脑等贵重物品尽量不离身,妥善保管。  
2、车票类:确定好出行时间,提前选择出行的交通工具,飞机还是火车,最好下载个出行app，这样订票更方便一些。  
3、数码类: 单反相机，手机，笔记本电脑，移动硬盘，充电器，移动电源，插线板。  
4、 出门看好天气，  
恩施大峡谷  
山里易起云雾，最好要选天气晴朗的日子；  
5、若是自驾游，提前确定路线；  
6、冬季来临，虽没有北方那么冷，但也得要带好保暖衣物，如冲锋衣、保温杯等；  
7、走山路应穿舒适防滑的运动鞋，最好带有防水功能；  
【关于交通】  
火车  
【  
恩施火车站  
到恩施大峡谷】  
恩施火车站  
出站后可直接在马路旁  
恩施  
汽车客运中心搭乘恩施——  
大峡谷  
专线车（发班时间每天06:：30—17:30）票价25元单程，直达恩施大峡谷游客中心，客运电话：07  
18  
——8542036  
恩施  
市内在恩施清  
江桥车站  
搭车，客运电话：07  
18  
——8542036  
【恩施大峡谷返回恩施市区】  
恩施大峡谷游客中心  
天街  
乘坐恩施——  
大峡谷  
专线车 （专线电话：07  
18  
—8542036）票价25 元。  
【住宿方面】  
恩施大峡谷女儿寨风情小镇  
恩施大峡谷女儿寨风情小镇，处于恩施大峡谷的核心区域，毗邻游客换乘中心，是不错的选择。小镇吊脚楼式的房屋依山而建，别具韵味，透着土苗民风民俗的特色。漫步在清爽的山腰步道，徜徉于绿树花丛间，心旷神怡，优哉游哉。清晨，在房间的阳台上放眼望去，峡谷山色秀丽、云雾缭绕，雨后的空气格外清新。晚上，喝一碗“摔碗酒”，嗨一回篝火晚会，真叫人乐不思蜀、流连忘返了。  
女儿寨风情小镇在旅游事业大发展的形势下应运而生。它通过挖掘当地土家民族文化，以“女儿会”文化为主题，把土苗文化、传统旅游业、现代商业与新农村建设有机结合起来，着力打造以“女儿会”为主题的民俗村落。  
房间内饰、灯光布置非常温馨，双人床非常大，床垫软硬适中，贴合性好，睡着非常舒服。  
除了五星级的硬件配备外，奇墅仙境中的女儿寨酒店的周边环境也是非常幽雅，酒店大堂到处充满土家气息，到处都是当地特色的挂件，简直就是一处土家博物馆。酒店坐拥面对  
大峡谷  
，沿楼阁阳台闲庭信步抿一口清茶，赏一眼仙境，将会体验别有一番风情。  
酒店装修风格简洁大气，每个房间均配有豪华的布艺，家具和设施，浓重而不失活泼的色调，近似自然的优美线条，居住在里面，让一天的登山劳累的您瞬间烟消云散，尽享舒适体验。  
住女儿寨酒店还会免费车接车送，非常方便。  
恩施豆皮  
在湖北恩施地区，也有豆皮，但是和  
武汉  
的豆皮不一样，恩施的豆皮是用米粉和淀粉经过烙制出的一种粉。  
恩施豆皮，色泽乳白,有淡淡香味。恩施豆皮又分米豆皮，绿豆皮，包谷（玉米）豆皮，其中以米豆皮最受欢迎。  
土家炕洋芋  
“洋芋”就是土豆。“炕”是湖北  
宜昌  
地区、恩施地区的方言，是煎炒焖炸之外的一种做菜方式，介于用少量食用油煎与炸之间的一种烹饪方式。客人来了，奉上一碗，作为饭前压肚之食，是一种地道的土家风味食品。  
霉豆腐  
霉豆腐，又名淹豆腐，是  
萍乡  
的一道可口美味小吃。把水豆腐或卜干豆腐放进专门用于淹制豆腐的瓦罐到入雪水淹上半天，捞出漂去卤水，加上香油、蒜仁、辣椒粉，其中味道和其他地方的就是不同，吃过后回味无穷，“妙不可言”，淹豆腐既下饭，又解暑。  
椿芽炒蛋  
春芽炒蛋又名香椿炒蛋，是恩施当地特色家常菜。以新鲜香椿嫩芽和鸡蛋为材料的家常菜，春芽炒蛋制作简单，香气浓郁，具有丰富的营养价值。  
土家油茶汤  
油茶汤对土家族人来说一日三餐少不了。土家油茶汤是湖北省恩施土家族苗族自治州土家族具有代表性的文化现象之一，土家语称“色斯泽沙”，堪称中国茶文化一绝，源远流长。据清代的《来凤县志》记载：“土人以油炸黄豆，包谷，米花，绿焦诸物，取水和油，煮茶叶和汤泡之，饷客致敬，名曰：‘油茶’”。  
辣酒煮肥牛  
辣酒煮肥牛做法简单，是恩施当地特色菜之一。食材中含有金针菇、牛肉可以再寒冬季节尽情食用可暖胃，是该季节的补益佳品。  
巴东羊肉大面  
巴东  
羊肉大面，以肉嫩、汤辣、味鲜、不膻不腻，制作讲究而独具特色，历史上醉月楼面馆和黄开太的羊肉面，在川、鄂、湘一带享有盛誉。羊肉大面，乃以本地山羊肉为原料精制而成，《巴东县治》载“山羊作脯与鹿同美”。其特点是红、白、绿相间，不仅色、香、味俱全，诱人食欲，而且有滋阴补肾之功效。  
【烟雨兼程，期遇醉美的峡谷风光】  
恩施大峡谷，这个被国家地理专家赞誉可与美国科罗拉多大峡谷媲美。被评为到  
恩施旅游  
最值得去的地方，因为这些年火爆的旅游热风兴起，而越发博得大众的眼球。  
其实我们走进恩施大峡谷才能知道，那个与城市日新月异的迅猛发展相比，恩施大峡谷显示出一如往昔的远离世事纷扰，更多的是想要给世人返璞归真感。对于那些喜欢旅行的人来讲，这里会使他们又忆起了尘世间的沧桑格调和岁月的轮回。  
一、峡谷风光之高山与绿水  
不论是湖北还是在全国选择周边游或是周末游，自驾是最好的方式。免去了高铁换巴士的转车劳累，能更自由的感受乡间小道，也更适合全家出行。  
从恩施市出发进入屯堡乡和板桥镇境内的大峡谷，沿着一条山边的小路往前开，高耸的山峰已豁然出现在眼前。山路较为考验开车技巧，因此，驴友们应多注意一些。虽是入冬，但翠绿树林连接着青灰色远山，阳光透过树叶落下光斑婆娑，给人一种晕眩迷离的感觉。  
由于刚刚过完国庆假日，游人不多，山上温度较低，我们准备好行李，取票出发。大峡谷有两个景区，一个是  
七星寨景区  
，另一个是云龙地缝景区，七星寨我们选的是a线，先坐索道上再走下去。七星寨景区主要有  
一线天  
，  
绝壁长廊  
，古象岭，祥云火炬大，  
龙门  
群峰，  
一炷香  
，  
迎客松  
，双子塔等景点，恢宏险立，秀美奇绝。  
二、峡谷风光之云端与日出  
站在峡谷高处向下俯瞰，峡谷风情尽现眼底，几乎都是绿油油的一片，云朵与峡谷山峰融合在了一起，宛若仙境。云雾时有时无，山峰若隐若现，甚是壮观。  
【千里之寻，只为感受土家人的乡村古朴】  
在这里，你总能看到那一座座倚着山，傍着水的木头小楼。这就是独具恩施魅力的土家族吊脚楼。吊  
角楼  
的一般居住者土家族人，他们爱群居，爱住吊脚木楼。建房都是一村村，一寨寨的，很少单家独户。所建房屋多为木结构，小青瓦，花格窗，司檐悬空，木栏扶手，走马转角，古香古色。一般居家都有小庭院，院前有篱笆，院后有竹林，青石板铺路，刨木板装壁，松明照亮，一家过着日出而作，日落而息的田园宁静生活。  
“天上有个鹊桥会，土家有个女儿会；天上牛郎会织女，地上情哥会情妹。”历史悠久的土家族“女儿会”是俊男靓女聚在一起、谈情说爱的娱乐节会，是土家女儿独显女性文化特征的艺术奇葩。  
走进土家族地区,山青水秀给人一种灵气,迷人的风情——摆手舞、撒尔嗬、五句子情歌、女儿会让你真正的如痴如醉。  
“土家族女儿会”其主要特征是以歌为媒，自主择偶。土家姑娘赶“女儿会”时，穿着鲜艳的土家服装，戴着贵重的金银首饰，用背篓背着土特产品上街赶集，借此寻找如意郎君，通过对歌形式寻找意中情人。“女儿会”实际上是土家风采展示会，姑娘们在集会上选个郎君、约定终身。土家族姑娘把亲手绣的手帕、围巾等物品摆在面前，羞涩地等待小伙挑选。  
悠悠龙船调，浓浓清江情，相思一条河，相亲一画屏。七情六欲，前世今生，情景交融，生态客厅。绿岛星罗棋布，高峡曲径通幽，鸟鸣猿啼，野趣横生，虹桥卧波，舟楫如云。情缘相惜，风情醉人，泛舟览胜，魂牵梦萦。叹曰：雄奇险幽秀，神笔绘丹青。  
【后记】  
我为这里如画的风景着魔，但更吸引我的便是这里简约派生活。  
我明白旅行是一种说走就走的情绪，也是一种缓慢发酵，就像土家族人的千百年来的沉淀，浓情与韵味并存。  
虽然每一段旅途都有终点，但请在抵达终点前彻夜狂欢。  
期待下一个旅程中，与你不期相见。

评论：

## 194.千年土家女儿寨文化凭什么这么吸引人？

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3752385.html

来源：携程

发表时间：2018-11-20

天数：3 天

游玩时间：11 月

人均花费：500 元

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
虽然  
与你亲近需要非凡的毅力与心境  
但也只有亲近你  
并且置身在其中  
与高大的峡谷、弥漫的云海为作伴  
还有延绵甘甜的清江河中  
你才会感受到从未拥有过如此心灵的震撼  
喜欢如约而至这个词，典藏的暗香如同土司酒，随等的苦，是我心中那份对你的期盼，而你却从未辜负。  
我踏着轻歌远方而至，你为我演绎了一个置身桃园的美，虽是初见，但却十分温馨！  
我伴着细雨邀约而至，你为我诠释了一个芳香弥漫的美，虽是淡雅，但却浓韵飘香！  
——  
恩施大峡谷  
女儿寨——我心中的土家族文化印象诞生地！  
一张照片，一个故事，一段影像，一次旅行都记录着我们的过往，也会触动着我们的内心。背上行囊，带上相机，奔赴湖北  
恩施  
，追寻一段千年文化之旅。  
恩施大峡谷  
，这个被国家地理专家赞誉可与美国科罗拉多  
大峡谷  
媲美。被评为到  
恩施旅游  
最值得去的地方，因为这些年火爆的旅游热风兴起，而越发博得大众的眼球。  
其实我们走进  
恩施大峡谷  
才能知道，那个与城市日新月异的迅猛发展相比，恩施大峡谷显示出一如往昔的远离世事纷扰，更多的是想要给世人返璞归真感。对于那些喜欢旅行的人来讲，这里会使他们又忆起了尘世间的沧桑格调和岁月的轮回。  
这里是一步一景，一刻一画，特别是站在女儿寨酒店的广场上，村寨的风光任意扫光。这里历史悠久的建筑、  
地缝  
荫间的绿水、郁树葱葱的植被、雾气弥漫的云海、诗画一般场景。这些奇山异石、千姿百态，喀斯特地貌非常壮观。石墙林立，每座山都有着自己的特点，面向  
大峡谷  
方向，形同万川矗立的景象，十分壮观。  
醉美恩施大峡谷女儿寨，雨后的排楼清新脱俗，雾气弥漫，恍如置身隔世的仙境，古老的土家族村寨文明，孕育在  
大峡谷  
深处，纯粹又自然。弯曲盘行的小路，错落有致的格局，古朴别致的吊脚楼，凌空高挂纵横交错的包谷串，还有原始的腊肉坊，一砖一瓦一门一户，一切沉浸在静谧与神秘中，完整地保存着千百年土家族人宁静而悠闲的生活状态。我原以为古寨的风景已足以吸引我，没想到当地的文化、深厚的传统更加吸引着我。  
风味十足的“土司宴”  
土司宴——王的盛宴，是当地土司用来招待朝廷命官和周边土司的宴席,具有浓郁的地方特色,它风味独特、选料讲究、烹制精细、味道鲜美。土司宴综合汇聚了  
恩施  
土家饮食的特色精华。养生、环保、绿色、健康的养生食品:土家豆腐、土家刨汤、油茶汤、酸汤野鱼、糯米糍粑等都是色味俱佳的经典菜肴，带您领略土家风情与豪气。  
全席十八道，即六个冷蝶、三个大件、四个点心。其上菜程序是：席面上先摆六凉菜，接着上三个大菜，每上一个大菜，带二个中菜，名曰“带子上朝”。最后送上一道“送客汤”（油菜煮打糍粑，寓意清清白白，以示全席已经结束）。十八道连菜带汤，章法有序，好不紊乱。  
土司宴中最有名的当属“杀猪菜”俗称“三下锅”。是土家族重大节日家家逼制的民族菜。相传明嘉靖年间，土司出兵抗倭，为不误军机，杀猪提前过年。其制作方法是将猪肉、猪汤、猪肺、猪肚、猪血等合成一锅熬煮，即成“杀猪菜”。 “杀猪菜”除味道佳美，还别有深意,它象征合家团聚,又反映土家人不忘先民的光荣传统，“土司宴”也由此而得名。  
地地道道的“土司宴”目前只能在恩施大峡谷女儿寨度假酒店才能品尝到，因为那里每天都准备了很多好吃的菜肴。  
土家族的盛宴——刨汤宴  
在  
恩施  
地区，临近年末，“杀年猪”是一件很慎重的喜事，流传着一整套“杀年猪 吃刨汤”的特色民间习俗。“刨汤宴”更成为恩施人待客的最高标准。  
入冬就要玩——篝火晚会  
在旅游途中无论去哪里都少不了一场尽兴的篝火晚会，当熊熊篝火在黑夜中燃起，大家围成一圈牵着手又唱又跳，不但驱走了冬天的寒冷，更打破了陌生人之间尴尬的气氛。如果你到恩施大峡谷的土家女儿寨来，更有美食与美酒助兴，土家族小伙的热情、土家幺妹姑娘的能歌善舞，游客随着音乐唱起山歌跳起摆手舞，在热闹的篝火晚会也可以体验到当地的民族风情。  
土家女儿会  
恩施女儿会也叫土家女儿会，被誉为东方情人节或土家情人节，一般每年的农历七月十二这一天，是传统的“女儿会”吉日。女儿会是恩施州土家族具有代表性的区域性民族传统节日之一，是一种独特而新奇的节俗文化。起源于恩施市红土乡石灰窑、大山顶一带，如今已发展成全州性的民族节日。  
恩施大峡谷女儿寨没有民族的文字。女儿会，龙船调便成了文化交流和传承历史的重要载体。或许，回归生活是最好的保护，接轨现代是最好的传承。非物质文化遗产是人类文明的精髓，它承载着历史记忆，延续着文化血脉。如一杯陈酿，历久而弥香。土家族非遗文化作为我国非遗的重要组成的一部分，凝聚着连南瑶族先民的聪明才智，折射出土家儿女的文化底蕴。

评论：  
1.好的，兄台。  
2.我喜欢自由行，但也不排斥跟团游，自由行比跟团游相对贴近一些旅行的意义。我不知道你有没有感触！  
3.楼主觉得跟团游和自由行你更加青睐哪种啊？  
4.来给楼主打气~楼主要继续去更多的地方哟！

## 195.2018年10月张家界、神农架、武当山等湖南、湖北自驾游攻略

https://you.ctrip.com/travels/wulingyuan120559/3752077.html

来源：携程

发表时间：2018-11-21

天数：28 天

游玩时间：10 月

人均花费：

和谁：和朋友

玩法：自驾，人文，自由行

旅游路线：宜昌，三峡人家，长江三峡，枫林花海，张家界国家森林公园，天子山，三峡大坝，神农架，武当山，恩施大峡谷，岳阳楼，洞庭湖，湖南省博物馆，岳麓山，南岳，紫霄宫，桃花源，维也纳，杨家界，武陵源，杨家界索道，袁家界，天下第一桥，连心桥，乾坤柱，迷魂台，贺龙公园，御笔峰，天子阁，黄石寨，雾海金龟，五指峰，大氧吧广场，唐崖土司城，腾龙洞风景区，恩施土司城，七星寨景区，梭布垭石林，磨子沟，斯维登，神农架，天生桥，神农顶，官门山，大九湖国家湿地公园，天燕景区，太和宫，太子坡，玉虚宫，屈原故里，坛子岭，185观景平台，截流纪念园，屈子祠，湖南大学，岳麓书院，爱晚亭，橘子洲，南岳大庙，维也纳酒店，朝天宫，黄龙洞，榔梅祠，南岩宫，葛洲坝

正文：  
维也纳国际酒店(岳阳火车站店)  
¥  
230  
起  
立即预订>  
维也纳酒店(长沙步行街店)  
¥  
283  
起  
立即预订>  
神农架宾馆  
¥  
197  
起  
立即预订>  
展开更多酒店  
张家界天-门山国家森林公园-盘山公路  
宜昌  
-  
三峡人家  
风景区  
宜昌-  
长江三峡  
-西陵峡  
常德  
-  
枫林花海  
张家界-  
张家界国家森林公园  
-  
天子山  
宜昌-  
三峡大坝  
旅游景区  
钟祥-明显陵  
神农架  
-神农坛景区  
十堰-  
武当山  
-秋色  
神农架-秋色  
湖南、湖北两省，拥有众多的名山大川、经典的景区景点，其中不乏中国的世界文化和自然遗产。金秋十月，我们湖南、湖北的自驾游从广东省汕头市出发，途经湖南的常德、张家界，到了湖北的  
恩施  
、神农架、十堰、襄阳、宜昌和荆州。之后，又折回了湖南的  
岳阳  
、  
长沙  
、炎陵和衡阳等地。沿途游览了张家界、  
恩施大峡谷  
、神农架、武当山、古隆中、明显陵、三峡大坝、  
岳阳楼  
、  
洞庭湖  
、炎帝陵、  
湖南省博物馆  
、  
岳麓山  
和  
南岳  
衡山  
等几十处景区景点。边走边玩，优哉悠哉，一共走了28天，整个行程约6200公里。  
张家界-张家界国家森林公园-天子山  
十堰-武当山-  
紫霄宫  
神农架-秋色  
钟祥-明显陵  
钟祥-明显陵  
宜昌-三峡人家风景区  
襄阳-古隆中  
襄阳-襄王府-绿影壁  
具体行程如下：  
D1 10月12日（星期五）汕头—蓝山（720公里）  
住：蓝山世纪皇廷大酒店蓝山县南平西路498号电话：0746-2998666  
D2 10月13日（星期六）蓝山—紫鹊界梯田（新化）—新化（370+60共430公里）  
游：紫鹊界梯田  
住：新化新城洲际酒店新化县梅苑开发区梅苑北路  
电话：0738-3561111  
D3 10月14日（星期天）新化—  
桃花源  
（  
桃源  
）—枫林花海（桃源）—常德（260+60+25共345公里）  
游：桃花源、枫林花海  
住：  
维也纳  
酒店（常德武陵大道店）常德市武陵区武陵大道188号电话：0736-7121888  
D4 10月15日（星期一）常德—张家界（160公里）  
游：常德诗墙、大庸府城  
住：维也纳国际酒店（张家界天门山店）张家界市永定区子午西路18号电话：0744-8228888  
D5 10月16日（星期二）天门山国家森林公园（张家界）—  
杨家界  
（张家界）（45公里）  
游：天门山国家森林公园（通天大道“盘山公路”、天门洞前广场、上天梯、天门洞、穿山自动扶梯、凌霄台、玻璃栈道、鬼谷栈道、云梦仙顶）  
住：山水精品酒店（张家界国家森林公园杨家界店）张家界市  
武陵源  
区武陵源风景名胜区国家森林公园杨家界风景区，近  
杨家界索道  
电话：0744-5517899 1567448080  
D6 10月17日（星期三）张家界国家森林公园  
游：张家界国家森林公园（杨家界：天然长城；  
袁家界  
：三观台、  
天下第一桥  
、神龟问天、  
连心桥  
、  
乾坤柱  
、  
迷魂台  
；天子山：贺龙铜像、云青岩、石船出海、  
贺龙公园  
、  
御笔峰  
、仙女献花、  
天子阁  
）  
住：同上  
D7 10月18日（星期四）张家界国家森林公园  
游：张家界国家森林公园（  
黄石寨  
：天神布阵、  
雾海金龟  
、仙女献花、海螺峰、飞云洞、天桥遗墩、回音壁、前花园、  
五指峰  
、双门迎宾、六奇阁；  
大氧吧广场  
；金鞭溪）  
住：同上  
D8 10月19日（星期五）杨家界（张家界）—老司城景区（永顺）—芙蓉镇（永顺）（120+70共190公里）  
游：老司城景区、芙蓉镇  
住：芙蓉镇湘西创业大酒店湘西永顺县芙蓉镇商合社区  
电话：0743-5853366  
D9 10月20日（星期六）芙蓉镇（永顺）—  
唐崖土司城  
址（  
咸丰  
）—黄金洞景区（咸丰）—  
利川  
（240+45+65共350公里）  
游：唐崖土司城址、黄金洞景区  
住：利川希尔堡蜗居酒店利川县龙船大道179号  
电话：0718-7266669  
D10 10月21日（星期天）利川—  
腾龙洞风景区  
（利川）—恩施（10+75共85公里）  
游：腾龙洞风景区、  
恩施土司城  
住：  
维也纳  
酒店（  
恩施火车站  
店）恩施市施州大道998号  
电话：0718-3017666  
D11 10月22日（星期一）恩施（110公里）  
游：恩施大峡谷：云龙地缝景区、  
七星寨景区  
住：同上  
D12 10月23日（星期二）恩施—  
梭布垭石林  
景区（恩施）—木鱼镇（  
神农架林区  
）（50+310共360公里）  
游：恩施梭布垭石林景区 （莲花寨、  
磨子沟  
）  
住：  
斯维登  
度假公寓（  
神农架  
心怡店）神农架木鱼镇木鱼路48号，电话：0719-3313888  
D13 10月24日（星期三）神农架（95公里）  
游：  
天生桥  
景区、神农坛景区、  
神农顶  
景区  
住：同上  
D14 10月25日（星期四）木鱼镇（神农架林区）—大九湖镇（神农架林区）（90公里）  
游：  
官门山  
景区、  
大九湖国家湿地公园  
住：  
神农架  
九湖景苑酒店神农架大九湖乡坪阡古镇盐政街21号，近大九湖国家湿地公园电话：0719-3476999  
D15 10月26日（星期五）大九湖镇（神农架林区）—红坪镇（神农架林区）—武当山（十堰）（85+175共260公里）  
游：  
天燕景区  
、太极湖  
住：武当山朗怡度假酒店丹江口市太极湖新区环湖路特6号，近武当山体育交流中心电话：0719-5666299  
D16 10月27日（星期六）武当山  
游：武当山（琼台、  
太和宫  
、金顶、紫霄宫、  
太子坡  
“古建筑群‘四绝’：九曲黄河墙、一里四道门、十里桂花香、一柱十二梁”）  
住：同上  
D17 10月28日（星期天）武当山（十堰）—襄阳（130公里）  
游：  
玉虚宫  
、米公祠、襄阳古城、襄王府  
住：  
维也纳  
酒店（襄阳钻石大道店）襄阳市襄州区交通路88号时代天街斜对面电话：0710-3616666  
D18 10月29日（星期一）襄阳—隆中（襄阳）—长渠（宜城）—襄阳（30+65+70共165公里）  
游：古隆中、长渠  
住：同上  
D19 10月30日（星期二）襄阳—明显陵（钟祥）—宜昌（150+180共330公里）  
游：明显陵风景区  
住：维也纳国际酒店（宜昌夷陵店）宜昌市夷陵区发展大道与罗河路交叉口电话：0717-7717777  
D20 10月31日（星期三）宜昌—三峡大坝旅游景区（宜昌）—  
屈原故里  
（  
秭归  
）—宜昌（45+20+55共120公里）  
游：三峡大坝旅游景区（  
坛子岭  
园区、  
185观景平台  
、  
截流纪念园  
）、高峡  
平湖游  
船（船游西陵峡）、屈原故里  
住：同上  
D21 11月1日（星期四）宜昌—三峡人家风景区（宜昌）—荆州（35+145共180公里）  
游：三峡人家风景区  
住：  
维也纳  
国际酒店（荆州新天地店）荆州市沙市区新天地A区3栋电话：0716-8815666  
D22 11月2日（星期五）荆州（15公里）  
游：荆州古城、荆州博物馆  
住：同上  
D23 11月3日（星期六）荆州—岳阳（200公里）  
游：岳阳楼、洞庭湖、城陵矶  
住：维也纳国际酒店（  
岳阳火车站  
店）岳阳市岳阳楼区站前路497号（人保大厦）电话：0730-2916888  
D24 11月4日（星期天）岳阳—  
屈子祠  
（  
汨罗  
）—长沙（65+115共180公里）  
游：屈子祠景区、湖南省博物馆、  
住：维也纳国际酒店（长沙时代帝景店）长沙市岳麓区桐梓坡路399号（王府井对面）电话：0731-85056888  
D25 11月5（星期一）长沙（25公里）  
游：岳麓山风景名胜区（  
湖南大学  
、岳麓山、  
岳麓书院  
、  
爱晚亭  
）、  
橘子洲  
风景区  
住：同上  
D26 11月6日（星期二）长沙—炎帝陵（炎陵）—南岳区（衡阳）  
（270+150共420公里）  
游：炎帝陵  
住：衡阳南岳万怡清卿酒店衡阳市南岳区方广路101号  
电话：0734-5667799  
D27 11月7日（星期三）衡山—赣州（470公里）  
游：  
衡山风景名胜区  
、  
南岳大庙  
住：  
维也纳酒店  
（赣州金岭路店）赣州市经济开发区金岭西路15号电话：0797-8322999  
D28 11月8日（星期四）赣州—汕头（470公里）  
神农架-神农坛景区  
神农架-神农顶景区  
神农架-天燕景区  
岳阳-岳阳楼  
宜昌-三峡大坝旅游景区  
炎陵-炎帝陵  
荆州-荆州古城  
秭归-屈原故里  
小贴士  
1、10月份是秋高气爽的日子，这一程走过的大多数地方天气不冷不热，对于出游来说是比较舒服的。但10月下旬的神农架已是深秋，气候就比较冷了，日间的温差也特别大，有时会达到15度以上。在山上的气温不仅会降到只有2-3度，还经常刮风，遇到阴雨天会更冷。如果这个季节到那里的话，切记带足衣服。  
常德-枫林花海  
常德-常德诗墙  
2、紫鹊界梯田，一个近年才有点名声的景点，大家对其景色如何还不是很了解。如果不是我们游览的时候刚好碰上了阴雨天气，感觉应该还是不错的。而桃花源如果季节不对就没有多大看头，门票还忒贵呢。  
常德-紫鹊界梯田  
炎陵-炎帝陵  
3、张家界（武陵源）既是世界自然遗产，也是湖南最具特色的经典景点。主要包括张家界国家森林公园（武陵源核心景区）、天门山国家森林公园、张家界大峡谷等景区。各个景区相距甚远，分别售票。如果想全部游览的话一般需要4、5天以上的时间。这次我们安排了3天时间，选择游览了天门山国家森林公园和张家界国家森林公园2个景区。其中，天门山国家森林公园游览时间需要半天多，张家界国家森林公园游览时间要两天整。一共住了4个晚上，其中，一个晚上住张家界市区，方便一大早去天门山国家森林公园；在杨家界住3个晚上，从酒店到杨家界门票站才几分钟车程，门口还有免费的停车场。在这里进入张家界国家森林公园（武陵源核心景区），人少不用排队特别方便。（杨家界距离市区有40多公里，目前正在修高等级公路，其中有十几公里的路破破烂烂很不好走，明年上半年路修好了就会很便捷）。  
张家界-张家界国家森林公园-杨家界  
张家界-张家界国家森林公园-袁家界-擎天柱  
4、据介绍张家界国家森林公园（武陵源核心景区）有张家界国家森林公园、武陵源、天子山、杨家界等好几个景区入口也就是景区门票站，在任何一个门票站购买门票都可以进入景区。门票的有效期为4天，在有效期内可以从任何一个景区入口凭门票卡并检验指纹后进入，这是一个比较人性化的管理举措，极大地方便了来自四面八方的游客。  
张家界-张家界国家森林公园  
张家界-张家界国家森林公园  
5、游客最常选择的景区入口是张家界国家森林公园门票站（距离市区30多公里）特别是武陵源门票站（距离市区40多公里），因为从张家界市区乘车去这两个门票站最为方便。而武陵源门票站所在的武陵源区，酒店宾馆林立，许多人会选择在这里住宿。但是，这些地方也是旅行团最集中的地方，在旅游旺季的时候每天的旅行团多得不得了，到处都是人山人海的，不论是购买门票、入口检验还是乘坐景区车、索道都会排着老长老长的队，有时等上一两个小时的甚至几个小时都不足为奇。  
张家界-张家界国家森林公园-大氧吧广场  
6、据说天门山国家森林公园每天会实行限流、定时的措施，在旺季的时候要提前3天在网上预定门票。现在这些景区常年都是热门景点，虽然不是旺季但游客也挺多的。为了买到门票，当天起了大早就匆忙赶到游客中心去，幸好来得早人还不多，买到了心仪的上午8时B线门票（门票分为A、B两线。A线是索道上山汽车下山，B线则反之汽车上山索道下山，价格是一样的）。这个游客中心就在市区，有很大规模的停车场，停车方便。  
张家界-天门山国家森林公园-上天梯  
张家界-天门山国家森林公园-穿山自动扶梯  
7、不论是游览天门山还是张家界，凡是有区间车、索道或缆车等代步交通工具的都要尽可能乘坐，即便如此，整个游览过程还是要走很多山路爬很多台阶。这一次在这里游玩了3天，第一天在天门山走了15000多步；第二天玩杨家界、袁家界、天子山走了约16500步；第三天到了黄石寨、金鞭溪走了19000多步（金鞭溪仅仅是走了一小段而已）。接连几天每天都要爬上爬下走这么多山路，还是有些累的，对此要有思想准备。  
张家界-天门山国家森林公园-鬼谷栈道  
张家界-天门山国家森林公园-盘山公路  
8、张家界国家森林公园（武陵源核心景区），景观最精华部分在袁家界和天子山，如果行程时间安排紧张，黄石寨完全可以放弃。虽广告宣传口号是“不上黄石寨，枉到张家界”，但其景色并没有什么特别之处，而到那里还要另外购买上、下的索道票。  
张家界-张家界国家森林公园-黄石寨  
张家界-张家界国家森林公园-金鞭溪  
9、永顺老司城和唐崖土司城址这2处近年来刚被列为世界文化遗产的地方，仅是遗址而已，虽有历史研究价值，但从赏景的角度来看就很一般了，门票还收得很高哦。  
永顺-老司城遗址  
咸丰-唐崖土司城址  
10、芙蓉镇地形地势独特，被称为“挂在瀑布上的千年古镇”，有些特色，瀑布、夜景都很漂亮，值得一游。  
湘西-芙蓉镇-夜景  
恩施-土司城  
11、恩施大峡谷，一个自翊“世界地质奇观、东方科罗拉多”、甚至景观远胜于科罗拉多大峡谷的景区，近年来被炒得十分火热。而到了那里一看，不止景色只能说是一般而已，而且要看这么一点景色，虽然也坐了上山的索道，但仍要走几个小时的山路，爬几千级的台阶，真是很累很辛苦的。胃口被吊高了，如果没有令人震撼的景观，就会让人有失所望的。所以，到这个地方游玩期望值可不要太高哦！  
恩施-恩施大峡谷  
恩施-恩施大峡谷  
12、梭布垭石林景区位于恩施西北部约50公里的太阳河乡境内。石林原为古海，经海水冲刷形成了溶纹景观。这个景点宣传不多，知名度不高，游客也不多，但值得一看。  
恩施-梭布垭石林  
利川-  
腾龙洞  
13、神农架是中国的世界自然遗产。主要有神农顶、神农坛、天生桥、官门山、天燕、大九湖等景区，购买联票有优惠并有5天的有效期。这里的各个景区很分散，有的要相距几十公里，如果不是自驾游就需要包车，不然的话各个景点之间的交通会很麻烦。这片区域虽有较高的科研价值，而作为一般游客来说感觉观赏度并不高，幸好我们游览的时候是深秋季节，个把地方的秋色还是挺亮丽多彩的。  
神农架-秋色  
神农架-神农顶  
神农架-官门山景区-大熊猫馆  
神农架-天燕景区  
神农架-秋色  
14、武当山既是道教名山，其古建筑群也是中国的世界文化遗产。去年在中国名山的旅游收入排行榜中居然名列第二（第一名是张家界），其热门程度可略见一斑。根据网上的推介，我们游览的路线是：景区车-琼台-索道-太和宫-金顶，然后步行下山，经三天门-二天门-一天门-  
朝天宫  
-  
黄龙洞  
-  
榔梅祠  
-乌鸦岭游客中心-  
南岩宫  
，然后返回乌鸦岭游客中心乘景区车到紫霄宫，游完紫霄宫再乘景区车到太子坡。这个路线应该说是一个比较好的武当山一日游路线，该看的主要景点都看了，还包含了爬山的乐趣，但就是太辛苦了。步行下山要走7000多级台阶（好在仅有小部分是往上爬的），而且有许多台阶是比较原始、很陡的那种。这一天爬山总共走了18000多步。现在回过头来看，还是索道上、索道下的路径比较好，不用去爬那么多台阶，大大降低了运动强度，自然就不会感到那么辛苦那么累了。  
十堰-武当山  
十堰-武当山-秋色  
十堰-武当山-南岩宫  
十堰-武当山-玉虚宫  
十堰-武当山-太子坡  
15、游览三峡大坝旅游景区，当进入三峡枢纽管理区时，所有外来车辆的驾驶员都要凭身份证、驾驶证、机动车行驶证去门岗那里办理“车辆信息登记单”，2日有效，免费的哦。景区免票但每人需要购买35元的车票，由景区巴士送你到3个景点去，感觉挺壮观的多少还有些看头；而高峡平湖游船，船票高达每位150元，只是乘船在筑了大坝后上游高水位形成的“高峡平湖”转一圈而已，真的没有多大意思。三峡人家风景区位于长江三峡西陵峡段，居三峡大坝与  
葛洲坝  
之间，以其“一肩挑两坝”的独特地理位置优势，融合了三峡文化之精髓。这里山清水秀很有特色，是一个游览的好地方。  
宜昌-三峡大坝旅游景区-三峡大坝  
宜昌-三峡大坝旅游景区  
宜昌-长江三峡-西陵峡  
宜昌-长江三峡-西陵峡  
宜昌-高峡平湖  
16、现在的湖南省博物馆是2017年刚落成的新馆，馆藏最负盛名的当属70年代发掘出土的长沙马王堆汉墓陈列，被誉为汉初历史文明的标杆，是人们了解2200年前社会风貌的窗口，也是中国古代文明的历史见证，非常值得一看。  
长沙-湖南省博物馆  
长沙-橘子洲头  
岳阳-岳阳楼景区  
岳阳-城陵矶  
岳阳-洞庭湖与长江交汇处  
衡阳-衡山山门  
长沙-岳麓山-岳麓书院  
长沙-湖南大学  
神农架-秋色  
十堰-武当山-太子坡

评论：  
1.交通方面没问题的，去各个景区景点都很方便啊。  
2.交通方面方便吗楼主？已经打算去开始准备起来了。  
3.现在国内的旅游环境大多都挺好的，只要有景区景点的地方就有农家乐什么的，吃饭住宿很方便。应该说当地的居民普遍欢迎来自四面八方的游客，游客多了生意才好嘛。但在一些景区景点发生宰客的事情也不时见诸媒介，所以外出旅游一切还是小心为要。  
4.当地的居民都热情好客吗？环境怎么样？  
5.11月份去的话大部分地方的天气会比较冷，特别是到了11月下旬，大多数秋色漂亮的地方树叶可能会掉光了  
6.要是11月份去的话，这边还是那么美腻么？

## 196.两湖之旅14—回程

https://you.ctrip.com/travels/hubei100067/3753061.html

来源：携程

发表时间：2018-11-22

天数：13 天

游玩时间：10 月

人均花费：4400 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
10月19日  
早晨8:30吃过早饭，9:00出发，开启了回家之路，中午2点来到西安市凤城十路与文景路十字东南方约月50米的祥福牛肉酸汤水饺，每人吃了一碗香喷喷的饺子，休息了片刻，近4点驱车向北，6点多回到我们的大城市Jiaokouhe市结束了这次旅程。  
这次旅行，历时14天，地跨湖北湖南两省，行程3764公里，费用共记16886元，4个人一辆车，其中加油1800元（车排量1.8t），过路费799元（其中黄陵至  
恩施  
节假日免费）。  
这次出行遇到的旅店老板都很热情，在旅程途中给与我们很大的帮助，在此对各位老板表示感谢！出行避开了国庆高峰，逆向而行，吃住都较便宜，没有遇到堵车等闹心之事，也没有一个违章罚款（后来查的）。  
最后，我应该交代一下这次写游记的目的。目的有两个，一个是为己，我想当我人到暮年，垂垂老矣，能再看看自己写的游记，给自己一个美好的回忆；另一个目的是为人，当朋友们想出去旅行时，可看看我写的游记，为其做攻略提供参考，仅此而已。  
end。

评论：

## 197.寻访“龙船调”发源地---柏杨坝!

https://you.ctrip.com/travels/lichuan984/3753374.html

来源：携程

发表时间：2018-11-23

天数：3 天

游玩时间：6 月

人均花费：800 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自驾，人文

旅游路线：利川，大水井古建筑群

正文：  
“龙船调的家，就在  
利川  
柏杨坝”。  
柏杨坝历史悠久，人杰地灵。位于利川市西北部，北与重庆市奉节、云阳两县交界，东与恩施市接壤。  
古为巴国地，春秋属巴东郡，南北朝属巴州，唐属奉节县。  
柏杨坝文化灿烂，物华天宝。  
古老而神秘的巴楚文化在此交融，素有“民歌之乡”美誉，相继荣获“中国民间文化艺术之乡”、“湖北省民族民间文化生态保护区”等称号。  
柏杨是世界25首优秀民歌之一《龙船调》的发源地，是国家级文物保护单位  
大水井古建筑群  
的所在地，有被清康熙皇帝曾御赐"深山奇食金匾"的豆干。  
“龙船调”、“  
大水井  
”、“柏杨豆干”三张名片已享誉海内外。  
有鬼斧神工的自然景观“观音峡”、中国传统村落水井村、湖北省美丽乡村齐心村、利川市“十村百企万户”乡村民宿旅游示范点栏堰村等一大批生态环境优美的自然景点。  
全国知名特色文化小镇。

评论：  
1.楼主下次要多多拍美图呀，回来一定会是美好的回忆！  
2.继续努力，下次再来看你游记~希望看到更多更美的图片~~  
3.图片还可以的呢，不过多多益善哦~

## 198.湖北恩施旅游陷阱：1克三七5元怎么变成18元，你中招了么？！

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3753492.html

来源：携程

发表时间：2018-11-24

天数：3 天

游玩时间：11 月

人均花费：6000 元

和谁：亲子

玩法：自由行

旅游路线：恩施，恩施大峡谷

正文：  
一直听说湖北  
恩施  
是一旅游的好地方，所以也就在今年11月抽时间选择了一个  
恩施旅游  
团，为了避免恩施旅游陷阱，所以这次在报团时，还特意咨询了许多家，就是为了避免恩施旅游陷阱，本来我对于自己的选择还是挺有信心的，结果途中遭遇恩施旅游陷阱：恩施药托团的出现也是拍拍打脸够疼的。  
在选择好去恩施旅游团后，在第二天报名  
恩施大峡谷  
一日游，乘坐大巴车从  
恩施火车站  
出发，导游让我们称呼他小黄。在旅游大巴车行驶到一半路程的时候导游开始给我们介绍恩施茶叶和药材，然后就被告知旅游大巴车要暂停加水，顺便也方便车上的旅游上洗手间。接着就看见车停在了一叫萃隆富硒有机茶的店铺的地方，然后车上的人也就陆陆续续下了车，下车以后就发现停车的地方有卖茶叶的，同时也有卖药材的。  
看旁边同车的好几个人去看药材的，我也就跟着凑了个热闹直接过去了，当时还毫不知情的掉入了恩施旅游陷阱的坑里，就听着他们在说这种药材的种种好处，说以前在云南买过这种药材，原来在药材卖场三七以每克8元的价格卖出，在他们还价后，以每克5元的价格买入，并由店家免费将所买的药材打磨成粉，看到他们都买了，我也就跟着随手抓了把给店家，在经过打磨成粉之后重量达到360克，共计花费1800元人民币。我上车之后发现不太对，就只随手抓了一把，最多也就100多克样子，怎么会有360克，5元1克的三七粉硬生生被卖到了18元1克。  
而且同行的到达大峡谷玩的那几个一起买药的人也都不见了踪影，问旁边人，都说不清楚，当时就怀疑是不是在遇到专职的恩施药托团队了，后来回到家后，跟朋友说起这事，朋友一脸肯定的说，这肯定就是恩施药托团，通过这种方式，吸引你买药材，然后在打磨加工的过程中应该加入了其它东西，只有这样恩施药托团才能从中牟取更大的利益。这明显就是药托团给你设置的恩施旅游陷阱。  
为了证实是否遇到了真正的恩施药托，在隔了十天之后又报了一家同名的旅行社，结果在车上发现带队的导游跟上次是同一个人，并且用同一种说辞将车停到了萃隆富硒有机茶的店铺的地方加水，下车后我仔细观察了一下，车完全没有要加水的样子，而且在不远处，发现有几个人在说药材的种种好处，还说恩施的药材很出名。但我记得这几个人中就有一个就是第一次出现自称自己是安徽人和我一起买过药材的人，而他们这次的身份则是从  
上海自驾游  
来  
恩施游玩  
，在我准备开始看药材的时候他们说他们也要买药材，要买一些石斛和三七，他们就和药材店人员讨价还价，最后药材店人员以石斛每克10元的价格出售，原价格为每克20元。三七以每克4元的价格出售，原价格8元每克。后来我也每种药材各抓一把，在药材人员的免费加工打磨成粉之后发现石斛有226克，三七有175克，共计花费2960元人民币，当我们一起买完东西，付款完成之后他们就乘坐私家车走了。事实已经很明显了，果然他们就是恩施药托，专门在恩施这一条旅游线路上面，扮做路人来坑游客钱。  
发布这篇文章，就是希望大家能对恩施药托团有个警醒，在大家抱着愉快的心情去各地游玩的时候，一定要注意这样类似于恩施药托团的骗局。同时也希望有关部门严厉打击像恩施药托这样牟取暴利的行业，维护游客的利益，同时给游客一个愉快的旅游行程。

评论：  
1.等着看你更多的游记哇！不要让我等太久。。。  
2.楼主攻略实用、贴心周到、可资借鉴。同时，图文并茂、可读性强、文学气息浓郁、小资情调跃然。  
3.旅行的意义，不是逃避，不是艳遇，更不是炫耀，而是为了放松心情,洗一洗身体和灵魂  
4.有种上次白去的感觉！看到了去过的地方还是觉得蛮亲切的，哈哈哈  
5.皂片控表示不是很满足呢-。-  
6.楼主辛苦，但是还是想再辛苦楼主一下下，再传点照片给我过过眼瘾呗～  
7.关于这篇游记，如果有相关的问题，能问你吗？  
8.楼主下次多拍点好嘛~虽然拍摄是件很辛苦的事情，不过辛苦的同时能满足到那么多的观众呢~~  
9.好精彩，羡慕ing!!!!我请不出假期，比较苦恼

## 199.重庆涪陵武陵山大裂谷游记（20）

https://you.ctrip.com/travels/fuling120129/3753942.html

来源：携程

发表时间：2018-11-25

天数：1 天

游玩时间：11 月

人均花费：

和谁：夫妻

玩法：自驾，自由行，穷游，省钱

旅游路线：涪陵，武陵山大裂谷

正文：  
23日一早从家里出发，驱车近3个小时，来到重庆  
涪陵  
武陵山大裂谷  
游客中心时，已是上午10点多钟，停车场在游客中心前面，有三四个工作人员在停车场，服务态度很好，而且现在是免费停车，停好车后就买票坐景区摆渡车前往景区游览。  
武陵山大裂谷为4A景区，由于长江旅游节的缘故，套票价为110元，其中缆车45元，摆渡车20元，电瓶车10元，门票只35元。  
小夔门，形似三峡夔门。  
云雾阁  
鸡冠岭  
铜墙铁壁，山脊上一排神仙，打坐诵经。  
观音菩萨  
速降车轨道，据称在年底会运营，和八台山的一样。  
薰衣草  
唐僧在打坐诵经，后面是小弟  
云梦溪服务区，在谷底。  
山顶的佛光  
令人惊奇的平射光。  
谷底清澈无比的溪流。  
开门石？  
凌空栈道  
封天印  
老君洞  
老君洞右侧的时光隧道，在建成之前，游客要爬500梯到缆车站。  
缆车站对面的山，与恩施七星寨类似。  
乌江画廊  
武陵山大裂谷的游览线路设计的很有意思，总共有两条游览线路；可称为长线和短线，长线是不坐下山缆车，沿指示牌走下山去，这样在下山的过程中就可以看小夔门，铜墙铁壁，观音，鸡冠岭等景点，全长约9公里，其中有3公里可以坐电瓶车。另一条称之为短线，游客如果腿脚不便，可以在云雾阁坐缆车下山，然后坐电瓶车直接到达凌空栈道的起点。  
我们选择走路下山，在摆渡车的终点为云雾阁，就是一座庙建在山崖边，由于海拔的缘故，终日云雾缭绕，故称云雾阁。云雾阁对面就是蟒蛇山，中间的山谷就是武陵山大裂谷。  
沿山路一路向下，远处可见一垂直崖壁，呈黄色，在绿葱葱的山峦中很是显眼，由于其形极似三峡夔门，故称小夔门。  
看过小夔门，过一个山门，有一个吊桥连接两座山峰，在吊桥末端的观景台上回望，有一近200米的垂直断崖，寸草不生，右段呈黄铜色，左段为铁灰色，故称铜墙铁壁。在最左端，有一石柱似观音菩萨，在山脊上，有一组石柱状的岩石，形似多位神仙排队打坐。  
一路上有很多小景点，主要是岩石溶蚀形成的各种或动物形，或神仙形。  
下到山底，景区设立了中点服务区（云梦溪服务区），有餐厅及各种小卖部，吃过午饭，继续沿谷底前行在谷底道路左侧，有一小溪，水不大，清澈无比，走一会便到了古乐坊，这里古月有三个乐师定时演奏，我们到时，看台空无一人，但三个乐师还是尽心尽责地演奏规定曲目。  
过古乐坊，在山涧中行走，太阳被山峰遮挡，很容易拍出远观山顶，有佛光四射的感觉。  
经过电瓶车近三公里的摆渡，我们来到大裂谷的主要景点：青天峡地缝。  
青天峡地缝是典型的岩溶地貌，在碳酸盐岩地层中由溶蚀形成一道两边崖壁近乎垂直，高约300余米，宽度在宽阔处有十余米，狭窄处只有2米的大裂缝，景区在距涧底50余米处修建了栈道，游客行走栈道上，向上望，山顶似高入云霄，向下望可见乱石之中一股娟娟溪流。很是有点心惊胆战，栈道弯弯曲曲，绵延2公里，在栈道尽头有一溶洞，叫老君洞, 在右侧，景区打了一个隧道直通上行缆车处，在没有这个隧道时，游客得在步行6公里后，再爬500梯才能到达缆车处，很是考验体力。  
武陵山大裂谷的上行缆车是一个公共汽车形的缆车，在上行的末端，缆车上行角度在70度以上，在最后20余米处，缆车要急刹停住，由于惯性，缆车会向前荡一下，再向后荡一下，然后再重新启动进站。  
在近乎垂直的几百米高悬崖边，一个装有40多人的大铁箱忽然荡起秋千，虽然只有向前荡一下，向后荡一下两下，如果没有工作人员提醒，很多人的心脏估计会受不了。  
在回城的路上，看到乌江画廊观景平台，看了一会乌江，觉得乌江被埋没了，如此深邃，翠绿的滚滚乌江水，配上对岸郁郁葱葱的高山和国画一般的断崖，却被江这边稀稀疏疏，灰尘噗噗杂草及一栋接一栋的破烂矮小的房屋将画廊弄得乌七八糟，这点和彭水的乌江画廊有得一比，可惜了这汪乌江水。

评论：  
1.这里很清静的哦。  
2.我们真没认真准备，主要是换洗衣物，然后就是在出发前计划好行程，网上大致确定要住的酒店（这次是一日游，不住酒店），然后就出发了。  
3.顶顶~~写得不错哟！感受到风景，人文和你的心情。  
4.楼主出去前，有什么特地要带着的吗？求告知！  
5.敢问楼主现在去这里的人多么？我希望清静一些。  
6.继续努力，下次再来看你游记~希望看到更多更美的图片~~  
7.也曾经去过一次，整体感觉也还是可以的。但是没有再去一次的冲动了。  
8.谢谢各位的评论，总体而言，武陵山大裂谷是一个不错的景区，景区干净，游客也不多，值得一看。  
9.楼主肯定是私藏了好多好多美图舍不得放出来  
10.朋友推荐过来看，看了一下午，注册个账号支持一个。

## 200.走进汉郡合浦.海丝明珠—孟尝“珠还合浦”和海角亭

https://you.ctrip.com/travels/hepu965/3753764.html

来源：携程

发表时间：2018-11-25

天数：

游玩时间：

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：合浦

正文：  
孟尝“珠还  
合浦  
”和海角亭  
陈海春  
广西合浦县是南珠的故乡，是“珠还合浦”故事的发源地，素有“还珠故郡，海角名区”的美称。合浦郡设于西汉元鼎六年（公元前111年），设郡的同时设合浦县。合浦自古盛产珍珠，以其凝重结实，浑圆晶莹，光彩夺艳丽而闻名世界。是上等的贡品，自古有“东（日本）珠不如西珠，西（欧洲）珠不如南珠（合浦珠）”的美誉。  
“珠还合浦”这个故事原出《后汉书·循吏列传》：“（孟）尝迁合浦太守，郡不产谷实，而海出珠宝，与交阯比境，常通商贩，贸籴粮食。先时宰守并多贪秽，诡人采求，不知纪极，珠遂渐徙于交阯郡界。于是行旅不至，人物无资，贫者饿死于道。尝到官，革易前敝，求民病利。曾未逾岁，去珠复还，百姓皆反其业，商货流通，称为神明。以病自上，被征当还，吏民攀车请之。尝既不得进，乃载乡民船夜遁去。”孟尝，字伯周，浙江会稽上虞人，为官清廉，甚得人心。东汉永建年间（126—132年）合浦地方官吏贪婪成性，强迫珠民冒死采珠进贡朝廷或据为已有，由于连年滥采，自然资源惨遭破坏，珠苗无法繁衍生息，“珠遂渐徙于交趾郡界”。孟尝迁合浦太守后清正廉洁，去珠复还，遂发生了《后汉书·循吏列传》中记载的“珠还合浦”的故事。孟尝关心人民疾苦，人民自然舍不得他离去。所以当孟尝去任之日，百姓攀着孟尝乘坐的车辕换留他，使孟尝的车辆无法前进，他只好在夜间乘船偷偷离开合浦。  
“为官合浦去珠还，万古流芳天地间。……自是仁民恩到骨，至今祠屋祀天南。”之后，合浦人民为纪念清正廉明的孟尝太守，在合浦城内曾建有孟尝流芳坊、海角亭、还珠亭和孟尝太守祠，可惜斗转星移，时代变迁，今天留下来的只有海角亭。  
海角亭位于合浦县城廉州镇西南面，今廉州中学内，始建于北宋景德年间（公元1004～1007年），距今已千年。亭以海角为名，据《重建海角亭记》记载：“钦廉僻在百粤，距中国万里而远，郡南皆岸大洋，而廉又居其折，故曰海角也。”海角亭宋、元、明、清几个朝代都有重建、重修。现存的海角亭为合浦县人民政府于一九八一年重修。  
海角亭全亭为前后两进。第一进为门楼。门楼沿用原天妃庙门楼。（天妃庙位于海角亭后。天妃即海神，也即天后、妈祖。天妃为福建莆田人，林氏之女，中国南方沿江海多建庙祀之。）门楼正中是大拱门，两旁是耳门。屋檐由两层砖叠涩突出，古朴美观，墙面为朱红色。正门上方嵌着“海天胜镜”四字。正门对联是：“深恩施粤海，厚德纪莆田。”两耳门分别刻有有“漱月”、“澈云”字样。门楼内左门旁墙上镶有一块长约九十公分、宽约五十公分的石碑，上刻着清代陶冶一笔写成的“鹅”字。  
第二进是亭的主体建筑。朱红墙壁，琉璃碧瓦，雕梁画栋。亭成正方形，前后门相通，左右两大门窗对衬，四周有回廊，檐封板刻着各种动植物图案和历史故事人物。亭的正面两条古柱上镌着对联：“海角虽偏山辉川媚；亭名可久汉孟宋苏。”亭后方立有巨碑刻“古海角亭”。亭内后门上方悬挂着“万里瞻天”匾额。这是苏东坡于元符三年（公元1100年）获赦，从儋县到廉州，于海角亭挥毫而写的。但该亭几经兴废，匾额早已无存。现悬于亭中这幅字，是集苏东坡字体仿制的。  
海角亭是合浦名胜古迹，除亭外，亭周又是文物荟萃的地方，现尚有海门书院、魁星楼、天妃庙等。  
海角亭是省级文物保护单位，其历史悠久，文化底蕴深厚，寄托了人民对清官的热爱和盼望，正如留存于合浦的一副对联：“孟尝何处去了？珍珠几时回来！”“珠还合浦”与海角亭交相辉映，人文与建筑艺术交相辉映，是人们寄情、旅游的好去处。  
原载2007年8月1日《  
中国旅游  
报》

评论：  
1.朋友推荐过来看，看了一下午，注册个账号支持一个。  
2.美文！话说写这样一篇游记要花费公子多少精力呀？  
3.作为一枚吃货，请教下lz去这边哪些东东是必吃的呀？  
4.楼主我想看美图可以满足一下我嘛~~  
5.楼主是一个感情丰富热爱生活的人！感谢你的分享！  
6.楼主我超爱看照片的，再上点图呗～  
7.要不是看到您写的游记，我真不知道自己生长在这样宏伟的土地上……  
8.真美，看了心动。谢谢楼主的分享，踏着你的足迹也来这么一趟  
9.相信楼主再po上几张美图，一定会更棒

## 201.梦里几回清江画廊#旅行体验#

https://you.ctrip.com/travels/changyang2690/3754788.html

来源：携程

发表时间：2018-11-29

天数：1 天

游玩时间：9 月

人均花费：2000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自由行，跟团，邮轮，周末游

旅游路线：恩施，清江画廊

正文：  
湖北  
恩施  
，来过一次，有个地方梦见过几回。这一次带着梦境回到现实！这就是传说中的  
清江画廊  
！为什么称之为画廊，还是有说法的！这里有着一方净土，安静的让人向往，正如它的名字，大清江，这里的江水清澈无比，泛着蓝绿的光蕴，纵横于层峦叠嶂之中  
两岸江景有许多看点，例如著名的蝴蝶崖，是清江的标志性景点，因山崖形似蝴蝶展翅而得名。 一到雨季，水量增大，在蝴蝶翅膀的绝壁之间，一挂飞瀑从山洞中奔涌而出，声如雷鸣，极其壮观。而水量小的时候，则又是一种婉约和柔美。山的雄伟结合水中的倒影，一只完整的蝴蝶更是栩栩如生。  
大清江游览时间大约在四至五个小时左右，拥有4条游览线路可供选择，游客可根据自身需求选择不同的线路及游船搭乘。我们搭乘景区的特色民族风游船，“悠悠龙船调，浓浓清江情”，一上船，船内便在播放着《龙船调》，“妹娃要过河，是哪个来推我嘛～”这首歌在上世纪八十年代就被评为“世界25首优秀民歌”之一，“清江”也是在那个时候红遍了世界，期待下次的再会！

评论：  
1.游玩清江！就是欣赏两岸美景！大约四个小时都在船上！只能吃个盒饭！  
2.美丽的照片这种东西，那当然是多多益善啊，照片才能更直接的了解美景哟  
3.顶顶~楼主等着你再丰富一些图片呢，加油噢  
4.楼主这里玩有什么美食值得一吃吗？

## 202.追寻土家民俗风，给自己的人生做一次惬意之旅

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3754784.html

来源：携程

发表时间：2018-11-29

天数：3 天

游玩时间：11 月

人均花费：500 元

和谁：一个人

玩法：

旅游路线：

正文：  
前言  
说朝圣旅行有点过，但说净化心灵之旅一点都不为过。  
那么问题来了  
恩施大峡谷  
究竟有什么美妙之处，成为大家心中的焦点？  
来，这就来带你走进  
恩施大峡谷  
！  
一、朋友圈Top点赞支持率的文艺地标大集结！  
沿着清江河缓缓前进，欣赏  
恩施  
州最具魅力的画卷，等着左岸的人文艺术与右岸的峡谷风光在你眼中一一呈现。  
选择自驾车沿着  
盘山  
路一直向前，会遇见民族气息聚集的沐抚镇街道。这里到处都是土家族的吊脚楼。这里随处一拍抖音都会上涨几百甚至几千粉丝。穿梭在风景秀丽的蜿蜒小道，一抬头，便是高大巍峨的峡谷群屹立于眼前。  
二、都说土家人爱山歌，那一定是被这里隐世仙境所熏陶出来的  
土家族人的山歌绝对是荡气十足的，毕竟整座峡谷就是一个艺术宫殿，别人求之不得的文艺气息，在这里如同与生俱来。  
到  
大峡谷  
不去看龙船调大型山水剧，那可就是亏大了。这里距  
恩施大峡谷  
女儿寨紧几步之遥的全国唯一大型峡谷剧场，就能让你一饱土家人的民族风，也能满足你对这里的所有艺术需求。  
龙船调剧场简介  
实景剧《龙船调》自同名民歌改编而来，以  
恩施  
地区土司时代的一对土家少男少女的爱情故事为蓝本，描写他们挣脱封建束缚、追求自由爱情的感人故事。  
大型山水实景剧《龙船调》是由湖北  
恩施  
生态文化旅游发展有限公司投资建设。全剧总投资2.06亿元，剧场建在独具喀斯特地貌的  
大峡谷  
边，占地面积240多亩，总建筑面积4.9万平方米，演职人员300多位，拥有可容纳2580多名观众同时观看的观众席，是世界上最大的峡谷实景剧场。  
仿若走进的不是剧场，而是误入了某家私人艺术馆。  
三、唯有美食与舒适不可负，人人都爱的土家式安逸生活  
推开女儿寨度假酒店大门，别致的内饰＋细节之处点缀了的本土艺术，让你在每个转角都有惊喜发现。角落里放置的书架，随手翻开，便能变身穿越进土家人百年历史文化和艺术生活。  
在酒店的大堂，诗意且时尚的超大组合玻璃吊灯，诠释了酒店的奢华和永恒的理解。  
重点来了，酒店的墙壁画廊堪称全沐抚的艺术爱好者乐园，说成宝藏画廊一点都不为过！各种艺术展览几乎不断档，混搭风格的艺术品，点燃你的土家艺术灵感。  
倘若你的茶道艺术较为痴迷，这里还配备了可供三五人座的茶道小馆。品个茶、偷个懒、领个悟，都能在这里找到舒适的自己。  
入女儿寨酒店美食上的选择有障碍？酒店还专设了美食艺术盛宴，为你带来土家族最全最新颖的美食汇，让你的艺术气息到哪儿都不会“散”。  
想让你的假期完全沉浸在浪漫而悠闲的土家族式style里，一间源自土家娇韵的高格调的房间就在眼前。酒店提供满足全国各地的游客喜欢风格的房型，并且还可以观望对面的巍峨峡谷，每当早起便身处在云端之上，感受与圣人同在的意境。根据房型不同棋牌室、健身室一应俱全。这场深度体验的旅行，定能让你的元气满满！  
酒店餐厅精致美食搭配画廊艺术画，满足文艺吃货的所有需求，享受舌尖上的土家族美食。  
酒店内含239间宽敞的客房和套房，简洁的艺术家单间公寓房、复古的豪华典藏房、奢华的特色套房、舒适的普通套房……  
手工定制的个性家居，与雅致柔和的色彩巧妙融合的组合，给你带来“归家”的惬意。热情的工作人员，还会送上一本艺术杂志，让你从中领略土家人的美。  
四、你的文艺之旅安排上了，别傻等了！  
一段说走就走的旅程，一处充满爱与神秘的画境，  
想要体验属于土家人的艺术世界吗？  
恩施大峡谷女儿寨即将开启一场胜大的美食盛宴活动，  
一个套餐即可满足你对于恩施大峡谷吃喝玩乐的所有需求！  
而且重点是亲民价哦！  
还等什么？快快拿起车车滴票票行动吧！

评论：  
1.你好，请问有整个旅行的计划表吗？非常需要呀。谢谢！  
2.做好出游攻略，欢迎欢迎！  
3.得看你怎么玩儿了，这边住宿现在比旺季要便宜好多，而且活动也蛮多，毕竟现在是吃年猪宴的高峰期！  
4.觉得这次旅行哪块费用可以再节省点？  
5.风景秀丽，景色宜人，值得一去，一定要找时间去一次~  
6.下次我多放一些！  
7.我以前的文章里有的，可以去看一看  
8.唯一美中不足的就是图片没有看过瘾  
9.整体看，环境还是很不错的。  
10.全年旺季是5月到8月，其他季节的话热闹的活动相对多一些，12月16日这里会有全恩施州最盛大的泡汤宴要开启，活动开启后吃的住的就相对便宜很多，喜欢穷游或者家人亲子游的驴友们可以考虑一下！

## 203.山城重庆， 秘境恩施 （重庆、恩施 9日自由行超详细攻略 上）

https://you.ctrip.com/travels/chongqing158/3749950.html

来源：携程

发表时间：2018-11-30

天数：9 天

游玩时间：10 月，自由行最佳方案：火车去，汽车回。 游玩时间长。

人均花费：5300 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
因为懂得，一切美好；因为存在，温暖相随。  
累了倦了，就按下暂停键，找一个理想的地方，出发吧！  
放下，为心减负，轻松前行。做最好的自己，静静地守着一江春水的日子，让心云淡风轻，怡然自若。快乐活在当下，尽心就是完美。生命匆匆，放下了执念负累，心才能风清日朗；淡看世事沧桑，心自安然无恙。  
  
重庆  
市位于 中国 西南部，长江上游。曾是战时陪都，1997年成为了 中国 四大直辖市之一。 重庆 四面环山，依山而建，又因地处盆地边缘，两江在此汇合，常年雾气缭绕，故而有“山城”和“雾都”的之称。  
美食、夜景、美女是 重庆 的三 大名 片。  
重庆 是国内有名的美食圣地，尤其是天下闻名的火锅，麻辣鲜香，引无数食客尽折腰。山城夜色则是 重庆 最为夸赞的一景，无论是立于南山上，还是坐  
长江索道  
从空中俯瞰，都能领略到有“小 香港 ”之称的璀璨夜景。 重庆 更是盛产美女，  
解放碑  
、观音桥等热门商圈都是打望美女的好地段。  
除了  
重庆  
主城区，近两年 重庆 周边的  
武隆  
天坑  
地缝  
和  
大足  
石刻也名气大涨，且距 重庆 仅2-3小时车程，可当天往返，来 重庆 的游客几乎都会顺道串联一日游，去 武隆 感受大自然的鬼斧神工，到 大足 石刻领略古代摩崖造像的精致绝伦。  
印象里的  
重庆  
，似“雾都”般朦胧，又似火锅般“热辣”，重庆的美，美在绚烂的灯光和夜晚江景，美在鲜香麻辣的巴蜀川渝味道，美在山城标志的细雾朦胧，美在安逸的巴适生活...  
如果你向往的地方，山河相依，四季皆景，宜居舒适，既有老城的市井烟火，又有流彩的参天高楼，更有让人难以忘却的舌尖味道......  
山城雾都，独特的风景，独特的重庆。  
那么，当你见过了重庆，你会发现，这个，就是你想要的城。  
电影《从你的全世界路过》，但是重庆，我不想错过。  
重庆 旅游的最好的时候是在每年的三月份到五月份还有秋季的九月和十月，这两段时间之内 重庆 的气温多数会在二十度上下。  
重庆 因复杂的地形所限，市内道路并不宽敞，堵车是家常便饭，所以推荐出行以地铁为主，地铁线路几乎覆盖了所有热门景点，便捷畅通。 重庆 主城区基本都是山路，上下坡特别多，因此 重庆 也是国内仅有的几个没有自行车的城市之一。另外， 重庆 地形立体多样，目前常用的平面导航有时候不太管用，方向感不好的人很容易找不到路，所以不要一昧相信地图，最好多观察行人的出入或者多问路（一般没有东南 西北 ，而是上下左右）。  
重庆 偏居西南，外地游客通常要坐飞机到 重庆 ， 重庆  
江北机场  
距离主城区挺远，乘出租车前往一般要50分钟左右，当然也有轨道交通3号线连接机场和市区，不过晚上22:30点以后到达的话就赶不上了。  
★ 五大必游体验：  
①赏百万夜景； ②乘  
长江索道  
； ③吃江湖火锅； ④尝地道小面； ⑤走山 城步 道  
★ 五大美食街区：  
①八一路好吃街； ②  
磁器口古镇  
； ③  
南山泉水鸡一条街  
； ④ 三峡 广场； ⑤  
南滨路  
美食街  
★ 五大住宿热区：  
①  
解放碑  
商圈； ②  
人民广场  
； ③沙坪坝商圈； ④  
南滨路  
商圈； ⑤ 重庆 火车北站  
★ 五大购物商区：  
①  
解放碑  
； ② 三峡 广场； ③杨家坪； ④观音桥； ⑤  
南坪步行街  
  
  
行前攻略之“景点概况”  
多数人到 重庆 游玩，都是在主城区活动，主城区内的景点非常集中，尤其是在渝中区（地图上那个“鸟头”），游览市内各个景点的话3天足够。而如果还有闲暇游玩周边，  
大足石刻  
1天妥妥的，  
武隆  
1天比较紧张，想玩的尽兴，关键是要早早出发。  
  
★ 十大市内景点：  
①  
洪崖洞  
（巴渝传统吊脚楼）； ②  
磁器口  
（巴渝文化古镇）； ③解放碑（美女聚集地）； ④  
长江索道  
； ⑤朝 天门 （超大广场及码头）； ⑥  
南山一棵树  
（ 重庆 夜景观景台）； ⑦ 中国 三峡 博物馆； ⑧歌 乐山 森林公园（  
渣滓洞  
、  
白公馆  
）； ⑨ 重庆  
人民大礼堂  
； ⑩  
涂鸦一条街  
★ 五大远郊景点：  
① 武隆 天坑、地缝（世界自然遗产、国家地质公园）； ② 大足 石刻（世界文化遗产、 中国 八大石窟）； ③ 龚滩古镇 （ 重庆 第一历史文化名镇）； ④茶山竹海（天然氧吧）；⑤ 丰都 鬼城（民俗文化艺术宝库）  
★ 五大山 城步 道：  
①十八梯（山城历史教科书、老 重庆 的缩影，可惜正在拆除）； ②山城第三步道（最能体验 重庆 爬坡上坎特色）； ③南滨路步行道（ 重庆 外滩）； ④南山、枇杷山、鹅岭（城市山体公园）； ⑤ 中山 四路（近代名人遗址陈列街区）  
★ 五大迷人夜景：  
①  
洪崖洞  
； ②南滨路（野猫溪、喜来登酒店）； ③南山（  
南山一棵树观景台  
、大金鹰观景台、  
三块石  
观景台）； ④  
枇杷山公园  
（ 红星 亭）、  
鹅岭公园  
（两江楼）； ⑤  
磁器口古镇  
  
行前攻略之“美食杂谈”  
在 重庆 吃大餐，火锅、烤鱼、江湖菜是无可争议的三大招牌，那种独特的麻辣鲜香，绝对让人回味无穷。  
★ 火锅：  
重庆 的火锅店比比皆是，孰优孰劣见仁见智，根据大众口碑，知名连锁品牌以佩姐、德庄、秦妈、记忆老灶、小天鹅等人气最旺，老火锅店则是大龙、晓宇、洞亭、邓记莽子、朱氏胖子等名列前茅，而新派主题火锅中大队长、刘一手、朝 天门 、火锅英雄等评价较好。  
★ 烤鱼：  
烤鱼作为 新兴 美食，更多是受到年轻人的推崇，推荐谭记正宗  
万州  
烤鱼、  
巫山  
纸包鱼、探鱼、烤匠、炉鱼、馡渔等品牌。  
★ 江湖菜：  
吃辣子鸡、水煮鱼、毛血旺、回锅肉这些大菜，  
杨记隆府  
、渝信川菜、陶然居可以说是前三甲的存在；另外，外婆桥、顺风123、  
纯阳老酒馆  
、苗厨人家、从前慢小酒馆、舌尖记忆、小滨楼也是 重庆 美食界的扛把子；当然，林中乐辣子鸡、翠云水煮鱼、盛天毛血旺顾名思义是吃辣子鸡、水煮鱼、毛血旺的不二选择。  
吃泉水鸡当然要去南山泉水鸡一条街，推荐塔宝花园饭店、竹楼泉水鸡、老幺泉水鸡、南星泉水鸡、木楼第一家泉水鸡。  
吃古镇鸡杂最好还是去  
磁器口古镇  
，推荐多一家古镇鸡杂、古镇胖娃鸡杂、茂庄第一家古镇鸡杂、千年第一家古镇鸡杂，另外，市内的李子坝梁山鸡也是不错的去处。  
除了火锅、烤鱼、江湖菜三大样， 重庆 的各种小吃同样让人流连忘返， 重庆 小面、酸辣粉、红油抄手、烂豆花、山城小汤圆、烤脑花、  
磁器口  
麻花、  
江津  
米花糖等都好吃到爆。  
做美食攻略的目的并不是要全吃一遍，或者一定要吃某某家，而是对当地的美食有一个大致的了解，选择的时候更有针对性，而且还能避免路过网红店却视而不见，提供火锅美食分布图，还望对各位有所帮助。  
重庆、恩施  行程安排： 10月13（周六）- 21日（周日）  
13日Day1：  
福州 到 重庆  
12:30 从家出发,  20:30  到 酒店  较场口地铁站4号出口； 21：00  较场口地铁站附近  解放碑（历史和现代交汇）；  
14日Day2：  
大足石刻  
一日游，  
皇冠大扶梯  
，解放碑，  
洪崖洞  
（吊脚楼仿古建筑吃喝玩乐均有）；  
15日Day3：  
武隆一日游  
，游览  
天生三桥  
、  
地缝  
，解放碑；  
16日Day4： 磁器口古镇——  
坐高铁去恩施  
——恩施女儿城；  
17日Day5：恩施大峡谷一日游，恩施市内风雨楼；  
18日Day6：恩施梭布垭石林一日游；  
19日Day7：恩施土司城（上午）——回重庆（下午回）——  
朝天门  
码头（两江交汇、零公里标志），——过江索道（古老的过江方式，两岸江景尽收眼底），解放碑；  
20日Day8：重庆——2号线李子坝站——四川美术学院（  
涂鸦一条街  
）——  
人民大礼堂  
——  
三峡博物馆  
——  
中山四路  
——较场口——  
南山一棵树  
看夜景；  
21日Day9：  
山城步道  
（山城第三步道），洪崖洞，解放碑；16:15离开酒店，坐地铁去  
重庆江北机场  
。  
福州汽车北站到  
长乐机场  
http://fuzhou.8684.cn/x\_1cad61c1  
空港快线  
福州火车站  
/汽车北站专线  车程约60分钟  票价26元  
汽车北站出发：        咨询电话：96306。  
发车点：福州汽车北站；  
班次时刻：5:40、6:30、7:00、7:35、8:10、8:50、9:20、9:55、10:20、10:50、11:30、12:05、12:35、  
13:15、  
13:45、14:15、14:45、15:15、15:45、16:15、16:45、17:15、18:00、19:00、20:00；  
空港快线阿波罗专线    http://fuzhou.8684.cn/x\_bb90f35c  
福州市区发车点：五一中路锦颐大酒店（原阿波罗大酒店）  
咨询电话：96363  
班次时刻：首班5:15，末班22:00。 5:15-20:30，间隔约20分钟一班；20:30-22:00，间隔约30分钟一班（坐满提前发车）  
  
福州到重庆  
机票预订  
-- 携程国内机票预订  
（提前25-30日定票 或 提前5日购票 会较优惠）  
http://flights.ctrip.com/booking/FOC-CKG-day-1.html?DDate1=2018-06-06  
提前了解旅游目的地天气  
【重庆天气】重庆40天天气预报,重庆更长预报,重庆天气日历,重庆日历,15天天气预报,天气预报一周  http://www.weather.com.cn/weather40d/101040100.shtml  
【恩施天气】恩施40天天气预报,恩施更长预报,恩施天气日历,恩施日历,15天天气预报,天气预报一周  http://www.weather.com.cn/weather40d/101201001.shtml  
重庆旅游  
地铁、轻轨主要线路：  
1号线：连接 大学城 和小十字，途中经过鹅岭，去  
鹅岭公园  
（城市山体公园）、磁器口古镇（巴渝文化古镇）、歌 乐山 森林公园（  
渣滓洞  
、  
白公馆  
）的可以坐这条线。小什字站是一个很重要的换乘站，位于洪崖洞（巴渝传统吊脚楼）与 解放碑（美女聚集地）之间，如果要去南岸，需要在小什字换乘。  
2号线：就是风景最好的一条线路，途径 临江门、牛角沱，李子坝站（穿楼而过的网红轻轨），可以坐到曾家岩站步行前往  
人民大礼堂  
、  
三峡博物馆  
、  
中山四路  
，可以坐到 杨家坪站，转823路公交车从杨九路站坐到黄角坪站（四川美术学院、  
涂鸦一条街  
），夜晚坐2号线（临江门到佛图关之间）可以远望  
嘉陵江  
的夜景。  
3号线：  
连接  
江北机场  
和市区，途经  
重庆北站  
南广场（南广场一般是乘坐城铁和慢车停靠）、龙头寺站（实是重庆北站北广场则是乘坐高铁动车），在这要强调一下，机场的3号地铁站是在T2航站楼始发，如果你的航班在T3航站楼，请一定要预留好从T2航站楼到T3航站楼的时间，因为T3是 新建 的航站楼，3号线地铁不能直达，需要从T2航站楼转乘10号线（1站就到）到T3航站楼，当然也可以坐6号线转乘（不是太方便，特别对拎着旅行箱的游客）。          实用信息： 重庆 北站分为南广场和北广场，两者相隔有2公里的距离，坐车要10分钟，步行则至少半小时，南广场一般是城铁和慢车停靠，北广场则是高铁动车，地铁3号线的 重庆 北站是指南广场（站名就叫 重庆 北站南广场），如果要乘高铁，请务必在龙头寺地铁站下车转乘接驳665路公交车一站直达。  
重庆地铁、轻轨  发车时间 都是  6:30—22:30  
特别强调的实用信息：  
1、 重庆 多雾，只要不下雨就算是好天，阳光明媚那是真真的可遇而不可求；  
2、 重庆 主城区没法骑自行车，道路更是超级堵，地铁和步行才是最可靠、便捷的出行方式；  
3、山城地形立体复杂，不能一昧指望平面导航，地图上的一个点，可能代表不同海拔的几个地儿；  
4、解放碑其实更像是个CBD，相比之下，较场口要接地气儿许多，周边各类饭馆、餐厅、店铺云集，尤其建议各位游客住宿选在较场口日月光附近；  
5、 重庆 的夜景名满天下，夜生活自然不差，闹市区进入深夜时分也会灯火通明，好多店面都通宵营业；  
6、火锅和小面是 重庆 人的家常便饭，虽然各种排名版本繁多，但在路边随便选一家，基本上味道都不会让人失望；  
7、在 重庆 吃饭无辣不欢，外地游客务必及时排便、多喝水以及吃些柚子、橙子等败火水果；  
8、如果是单趟体验长江索道的话，建议从  
上新街  
索道站（南站）上，排队约1小时，新华路索道站（北站）排队的人超级多，排队约2-3小时；  
9、在很多站点，地铁换乘和出入站要走好多路，抬腿前务必看好交通指示，尽量少走些冤枉路；  
10、坐地铁赶高铁，一定要在龙头寺地铁站（上面是北广场）下车，而不是 重庆 北站地铁站（上面是南广场）， 重庆 北站南、北广场相距较远。  
11、住宿：推荐住解放碑附近，小什字、步行街、较场口均可，住这边的快捷酒店价格大约比其他地方贵大约三五十元，但是是重庆的母城，还是在解放碑附近，相信你会觉得非常方便的。  
13日Day1：  
福州 到 重庆  
12:30 从家出发,  20:30  到 酒店  较场口地铁站4号出口；  
21：00   较场口地铁站附近  解放碑（历史和现代交汇）  
；  
2018年10月13日  周六  
  
海南航空  
：  
HU7415  
16:25（  
福州长乐国际机场  
）  ——19：00 （  
江北国际机场  
T3）  
  
乘坐飞机到达  
重庆江北机场  
，T3航站楼 乘地铁10号线 往王家庄方向，坐1站到 T2航站楼站下车，转地铁3号线到两路口下车，转地铁1号线2站到较场口地铁站 ，从较场口地铁站4号出口出来，马路对面就是7天连锁酒店(重庆解放碑好吃街店)入住，非常方便。  
  
  
7天  
连锁酒店（重庆解放碑好吃街店）  
位于重庆解放碑CBD商务中心。重庆渝中区中兴路5号穆斯林大厦一楼，穆斯林大厦内。2011年开业，97间房，电话023-63721777 传真023-63728188。“远眺南山加黛，近闻江涛和语；日观渝州古貌，夜赏南滨灯光。” 酒店地理位置极佳，在渝中区（解放碑、洪崖洞、  
朝天门  
都在附近，坐索道也很方便。步行可到），酒店马路对面就是1号线和2号线 较场口地铁站 4号出口，在穆斯林大厦，9-13楼是7天的房间，上下200米左右也有公交站。朝解放碑方向走（酒店出门右转步行200米，左转500米到解放碑，步行约10分钟，再步行约15分钟到洪崖洞，一路上有好几个小吃街（30度街吧、较场口夜市、八一路好吃街等），吃货们可以一饱口福。离  
山城步道  
（第三步道）也不远，可步行前往。坐到各景点的地铁、轻轨、公交车非常方便，坐1号线可以直接到李子坝站、磁器口古镇，转地铁到各景点、  
重庆北站  
也非常方便，是自由行旅客非常好的选择。唯一不足，设施较陈旧，不是很讲究的旅客可选。2楼是  
如家快捷  
酒店的接待大厅，  
7天  
酒店经常客满，也可选择  
如家快捷酒店  
。  
★ 解放碑 ★  
属于重庆最具代表性的地标性建筑，是游客初到山城的首选之地，以解放碑为中心的十字路口，辐射出东西南北四条步行街，各种商场、酒店、商铺林立，是寻找美食、欣赏美女、体验 重庆 现代化生活的不二去处，尤其是晚上，整个解放碑商圈是 重庆 人流最扎堆的地段，没有之一。著名的八一路好吃街、较场口夜市等就在附近，洪崖洞距离解放碑也不算远，步行约15分钟。  
◆ 较场口商圈 ◆  
住宿选在较场口商圈附近，实乃明智之举，尤其对于吃货，周围方圆千米之内，各种美食店铺林立，绝对让你大饱口福，较场口夜市起与解放碑，止于较场口，是一条一眼望不到头的美食街区，赚足了游客的胃口。  
14日Day2：  
大足石刻  
一日游，  
皇冠大扶梯  
，解放碑，洪崖洞（吊脚楼仿古建筑吃喝玩乐均有）；  
重庆公路客运订票：愉客行重庆市公路客运售票网 http://www.96096kp.com/ecsite/control/searchTicket?fromAddressCode=&toAddressCode=&fromAddress=%E9%87%8D%E5%BA%86%E4%B8%BB%E5%9F%8E&toAddress=%E6%AD%A6%E9%9A%86&travelDate=2018-07-19  
交通：  
\*\*\* 因为受旅友的误导，以为往  
大足  
的头班汽车(早上6:30开始,) 早上06:10打的到重庆汽车站（即菜园坝长途汽车站，重庆市渝中区菜袁路8号），  
实际头班汽车发往大足石刻景区客运班车，时间是8:30，  
在车站等了约2小时，当然，也及时买到车票，第一班车 车票较为紧张，旅友应尽可能提前购票。  
往：重庆主城区到大足石刻景区客运班车：  
第一班车 重庆汽车站（即菜园坝长途汽车站，重庆市渝中区菜袁路8号）8:30发车，购票人的很多，淡季（10月中旬）上午6:30仅余3张车票，建议提前一天购票，也可使用重庆汽车购票 愉客行APP或通过携程购票，车程大概约2小时。  
若是常规 坐到大足县城再转车（客运站边上有205路公交车，终点站就是宝顶山石刻景区门口，大约半小时。车站有往返宝顶山石刻的中巴车。） 大足石刻景区，第一班车7:40发车，考虑中转、侯车等还不如购直达票大足石刻景区的票。陈家坪长途车站（离重庆主城区较远、较偏僻，不方便）也有发往大足县城的客运班车。  
  
购门票时原计划购买 宝顶山石刻与  
北山石刻  
门票 套票，售票员 提醒 宝顶山石刻与北山石刻之间交通极不方便，没有公交车、出租车等往返，不建议购买套票，故只买了宝顶山石刻门票，很遗憾没有游览北山石刻，若以后交通条件改善了，北山石刻还是非常值得游览的。以后有机会一定会去游览。  
游览大足石刻景区，参观摩崖造影，导游讲解必不可少，配合着导游的讲解，仔细看山刻造影，能够看出很多有意思的事情，就好像上了一堂结合了“天时地利人和”的佛教科普课程一样。建议大家最好能跟着导游听听讲解，但没有必要自己请导游，随便跟随一个旅行团走就行了（那里的旅行团比较多，完全可以听清楚讲解），  
本  
想去  
北山石刻  
看看（旅行团是不去的),没有往返的交通（没有公交车、没有的士）。大足石刻为人文景点，离重庆主城有一定距离，最好坐第一班车去，时间会充裕些。  
  
大足石刻 是唐末宋初时期的宗教摩崖石刻，以佛教题材为主，儒、道教造像并陈，是著名的艺术瑰宝，有“东方艺术明珠”之称，名列世界八大石窟之一。景区包含宝顶山、北山、南山、石篆山、石门山5块区域。  
1999年12月1日，大足石刻被联合国教科文组织作为文化遗产列入《世界遗产名录》，是重庆的第一个世界遗产。  
大足石刻主要精华在 宝顶石刻、  
北山石刻  
。  
大足石刻是佛教题材的石刻，非常精美壮观。每个雕刻都有自己的故事，而且还是彩色的，显得十分逼真，甚至活灵活现。特别是石洞中的佛像，表情神态自不必说，就连衣服的流苏都给人感觉是一阵风就可以吹起来。  
宝顶山 ，海拔527.83米，距大足区东北15千米。  
名僧赵智凤于此建石窟寺，历时70余年建成。  
宝顶山是佛教圣地之一，有“上朝峨嵋，下朝宝顶”之说。  
宝顶山石刻和中国其他石刻最显著的区别就是完整雕刻出一幅幅生活场景或完整雕刻出佛经中一则则佛学故事，是一部佛教理论基础教材，以连环画方式向观众宣传佛经。宝顶山摩崖造像所反映的社会生活情景之广泛，几乎应有尽有，颇似公元12世纪至13世纪中叶间（宋代）的一座民间风俗画廊。大足石刻中的"五山"摩崖造像，可以说是一幅生动的历史生活画卷，它从各个侧面浓缩地反映了公元9～13世纪间（晚唐、五代和两宋时期）中国社会生活，使源于印度的石窟艺术经过长期的发展，至此完成了中国化的进程。1999年12月1日成为联合国教科文组织世界文化遗产。  
宝顶山摩崖造影始于南宋年间，是由佛教僧人“赵智凤”主持的佛教密宗道场，前后历经70年才得以建成现在看到的形态。而现在的宝顶山石刻上，仍然有一些未完成的摩崖造影，便是由于赵智凤离世而停工未完成的。  
宝顶山石刻造像以大佛湾为中心，东有小佛湾、倒塔、龙头山、殊始山、黄桷坡，南有高观音，西有广大山、松林坡、佛祖岩，北有岩湾、龙潭、对面佛等，共13处景观。其中以大佛湾石刻造像规模最大，艺术价值最高，保存最完好。其主要包含：广大宝楼阁、华严三圣像、毗卢洞造像、圆觉道场菩萨像、孔雀明王窟、释迦牟尼涅槃圣迹图、父母恩重经变相、千手观音、释迦牟尼佛窟、三世佛、三清古洞、孔子龛、三身佛、地狱变相、六道轮回图、广大宝阁楼等石刻造像。  
牧牛图，以牛喻心，以牧牛人喻修行者，阐述佛教调伏心意的修正过程，从“未牧”到“双忘”的过程，共10组，全图长约30米。  
讲述六道轮回的造影，告知世人皆轮回于天人、人、畜牲、阿修罗（魔）、饿鬼、地狱，如车轮轮回不止。  
  
千手观音造像：  
距今已有800多年历史，一共有1007只手、眼，千余只手千姿百态。刻于88平方米的崖壁上，形若孔雀开屏，斑斓夺目，被誉为“天下奇观”。千手观音全称“千手千眼观世音自在 菩萨 ”，在每只手的掌心生有一眼，可观世间救苦救难之愿。观音发愿要造福一切众生，不论众生是祈求平安喜乐，还是求才若渴，是希望无病无灾，还是发愿智慧过人，千手观音都能大发慈悲，解除诸般苦难，广施百般利乐。而要达成众生众愿，便要有千手千眼来满足众生之愿。大足 石刻的“千手观音”则实打实有八百三十只手，犹如孔雀开屏一般散开于观音像背后，高低错落，甚为壮观。每只手姿势形态各异，手持不同的法器，变现出如意宝珠、日精摩尼宝珠、葡萄手、甘露手、白佛手、杨柳枝手等。和巨型卧佛急需大修相对的，千手观音像则是刚刚完成大修，重新接受众生朝拜。  
  
释迦涅盘圣迹图。  
“涅盘”实际上就是死了的意思，但它和一般人所说的死又不一样。涅盘是佛教的最高境界，是修行圆满，从生老病死以及各种欲望忧虑的苦海中解脱出来，进入“不生不死”、尽善至美的理想境地。这也是众生皈依佛法后所追求的最高理想。卧佛像上方虽然有突出的岩壁遮盖，但佛像全身仍然风化严重，脸部及身体多处已经脱落褪色严重，佛像内部情况可能更糟。  
  
  
返： 大足石刻景区回重庆主城区（解放碑），没有直达车。可以从大足石刻风景区派出所站（始发）第1站、博物馆站第2站、大足石刻站第3站等（路边均可以拦车）坐205路公交车到大足县汽车站（终点站）约需0．5小时转车，坐  
大足到重庆  
汽车站（即菜园坝长途汽车站）（中途停陈家坪汽车站）汽车，约需2小时，大足开往重庆主城区的最后一班车夏季18：30 。  
  
  
回到重庆汽车站（即菜园坝长途汽车站）后，经过  
重庆火车站  
(在菜园坝长途汽车站隔壁)，重庆火车站出站口直行通过地下通道，到达  
皇冠大扶梯  
，乘坐 皇冠大扶梯 往上，步行到 两路口站 乘坐轨道交通1号线途径2站到达较场口站。  
★  
皇冠大扶梯  
★  体验皇冠大扶梯（2元/人）。  
皇冠大扶梯又名  
两路口大扶梯  
，中国最长城市扶梯， 1993年2月动工，1996年2月18日建成运营，全长112米，提升高度52.7米，倾斜度为30度，每秒运行0.75米，全程运行2分30秒 ，  
是 亚洲 最长的一级提升坡地大扶梯。  
其实就是通往菜园坝火车站（  
重庆站  
）的路而已，连接了重庆 “上半城”轨道交通两路口站和“下半城”菜园坝火车站。单程2元/人，隐藏在商场里面不太好找，配套设施陈旧，环境脏乱差。是 重庆 特色交通之一。  
  
洪崖洞依山而建，看着不高，但也有11楼的分割。从解放碑步行去洪崖洞，最终到的是洪崖洞的楼顶，也就是11楼。换句话说，你到了洪崖洞也看不到洪崖洞的全貌。然后一路往下走到一楼，就是  
朝天门  
附近的另一条街上..洪崖洞在历史上著名的军事要塞，不论是从11楼出去还是从1楼出去，都能够走到大街上，这个非常有意思，其他地方倒是真不容易见到这种类型的建筑。  
  
★ 洪崖洞 ★  
以最具巴渝传统建筑特色的吊脚楼为主体，从底部到顶层共11层，依山就势，层叠璀璨，是逛山城老街、观两江风光、品当地美食的好去处，而其夜景尤其引人入胜，像极了 宫崎 骏动画电影《千与千寻》中不可思议之街的汤屋。旺季高峰时人多，电梯会比较难等。千厮门大桥与洪崖洞相邻，如果想拍摄洪崖洞夜景，最好在洪崖洞一楼的马路对面，而如果想拍摄千厮门大桥夜景，洪崖洞顶楼的观景台是个不错的去处。洪崖洞是逛山城老街、观赏两江风光、品尝当地美食的好去处。  
·由纸盐河酒吧街、天成巷巴渝风情街、盛宴美食街及异域风情城市阳台四部分组成。  
·以最具巴渝传统建筑特色的吊脚楼为主体，依山就势，夜晚时候灯火通明，堪称山城一景。  
·从最底到顶层共有11层，隔层功能不同，顶层是异域风情城市阳台，可乘坐电梯直达。  
·建议晚上去洪崖洞看夜景，灯光开启的时候，非常漂亮。  
  
洪崖洞1层和11层出去都是马路  
10F 洪崖洞异国美食街  
09F 洪崖洞异国美食街  
06F 心心咖啡厅（一家咖啡店占领了一整层，临街有很大的观景窗，小资情调浓厚，可以看到千厮门大桥的夜景，推荐）  
05F 北京 全聚德烤鸭店（全聚德烤鸭只占了半层，另外半层全部是 重庆 本地美食，一靠近鼻子和喉咙都被辣到不停咳嗽）  
04F 天成巷巴渝民俗美食街  
03F 天成巷百业工坊老街（巴蜀特色工艺坊，鼻烟壶，火锅底料，画扇之类的，可以购买旅游纪念品）  
02F 洪崖洞民俗特色商馆（和03F差不多的内容）  
01F 旅游大厅+古玩城+文创街+朝 天门 等等  
  
洪崖洞的最佳推荐拍摄地有两处，一个是在洪崖洞楼下的行人步道，可以拍摄洪崖洞局部；另一个就是走过千厮门大桥，去到洪崖洞的对岸，可以拍摄到洪崖洞的全貌+千厮门大桥+嘉陵江游船，内容更加丰富噢~ 步行过千厮门大桥到对岸的引桥，单程大约在15分钟左右。  
重庆 千厮门  
嘉陵江  
大桥，起于 重庆 市渝中区，在洪崖洞旁跨越嘉陵江到达江北区江北城。一层通车，下层通地铁。大桥主塔像一颗下坠的水滴，圆滑富有优美感。晚上亮灯后，红色的桥身用白色霓虹勾勒，和渝中区岸边的洪崖洞一起，现代桥梁和古代建筑交相辉映。  
15日Day3：  
武隆一日游  
，游览  
天生三桥  
、地缝，解放碑；  
  
  
自由行最佳方案：火车去，汽车回。 游玩时间长。  
重庆到武隆k73次列车在 南广场 进站  只能打的，乘地铁来不及。全程约 9公里，打车费约 23元。  
  
重庆北站  
北广场主要负责城际铁路、高速铁路客运，南广场运行特、快等普通列车的运营。重庆北站北广场运行包括“D、G字头列车及Z49/Z50、Z257/Z258、K503/K504次三对非动车列车”。南广场运行“T、K字头、Z96次等普通列车”。由于地铁建设，重庆北站南、北广场没有连通，两地之间的距离较远。 乘客取票时，需看清火车票上注明的乘车地点是南广场还是北广场。  
乘坐重庆轨道交通3号线时，到重庆北站北广场、龙头寺汽车北站的乘客在轨道龙头寺站下车后在4号出口乘坐公交665路；到重庆北站南广场、龙头寺汽车南站（原龙头寺长途汽车站）的乘客在轨道重庆北站下车。  
友情提示： 重庆 北站分为南广场和北广场，两者相隔有2公里的距离，坐车要10多分钟，步行则至少半小时，南广场一般是城铁和慢车停靠，北广场则是高铁动车，地铁3号线的 重庆 北站是指南广场（站名就叫 重庆 北站南广场），如果要乘高铁，请务必在龙头寺地铁站下车。  
重庆到武隆距离约220公里，采用公共交通游览天坑地缝的路线是重庆～武隆镇～游客中心～武隆镇～重庆。具体交通方式有两种，火车和汽车。  
去武隆汽车坐车时间长且没有太早的，回重庆火车没有时间合适的。所以，最佳方案是早早火车去，下午汽车回。如果没有买到早上的火车，只能汽车来回，因为回来坐火车是不太可行的，会逼迫你匆匆忙忙的，怎么能早点去是关键。  
  
  
往：  
重庆市区解放碑去武隆天坑：坐火车的话最早是 K73  7:00—9:14  的，历时2:14 小时，从重庆北站南广场进站。温馨提醒  
K字头车必须取票才能进站，取票口离进站口较远、较偏，不好找，  
建议需提前30分钟以上到达进站，K73 于  7:00  发车，需打的士前往（地铁第一班车6:30来不及），费用23元左右，打车时间约20分钟，一早路上车很少，从第三候车大厅出发。好久没有坐绿皮车了，咣当咣当慢悠悠开往武隆。提醒：重庆前往武隆的第一班 K73 火车，很难提前2天以上购票（不知是否被旅行团一下子包掉），一般只能提前一天（中午后放出车票），我是提前一天14:30左右才购买到票的。 武隆县火车站下火车，出站口就可看到非常明显的广告牌标识去仙女镇、天坑地缝的中巴车（应当是公营的，怕上当，问了维持交通的警察，他指引、推荐的），买到天坑地缝的游客中心车票，10元直接去，早上车很多，不用转到县汽车站，武隆县火车站到天坑地缝中巴车很密集，不建议打车。注意私营拉客的也比较多，价格高等待时间长。  
10:00 左右到达武隆游客接待中心，一进去就是在三楼了，坐扶手梯下到二楼是售票大厅，有咨询台，电子取票处等；购票或取票完需再坐扶手梯下一楼到达候车区，坐中转车（滚动发车）去地缝和天坑。天坑慢慢游玩约3小时。天坑出来出口坐电瓶车，还是不要省这个钱，这样体力时间都可以省下来，15元一个人。很快就到出口，买地缝门票，排队上车，然后再坐地缝的景区中转车，游玩地缝。你要先游地缝出口也是有中转车到天坑的。时间差不多是20多分钟左右。地缝慢慢游玩约2小时，天坑地缝体力好走的快的，差不多3个小时左右也能游玩完。不管你是先天坑还是地缝，最后那个点出来都是坐景区环保车会把你送到 游客接待中心。  
提醒：天坑、地缝两个景区的中转大巴运营时间最迟 17:00。  
  
武隆天坑由天龙桥、青龙桥、黑龙桥组成，气势磅礴、恢宏，是亚洲最大的天生桥群。还记得《爸爸去哪儿第二季》吗？第一集便是在武隆天坑拍摄。还记得《满城尽带黄金甲》吗？唯一的外景就是在天坑的  
天福官驿  
拍摄。还记得《变形金刚4》吗？擎天柱寻找原始龙的地方就是在天坑取景。  
武隆天坑，顾名思义是在坑里，现在修了数十层的电梯，可以直达坑底，很方便。  
何为“  
天生三桥  
”呢？其实是一种罕见的地貌，本来就是悬崖，但是从崖底往上，有三个大石洞，洞顶平坦就像桥一样，三座桥平均高200米以上，桥面宽约100米，场景十分壮观，被称为天龙桥、青龙桥、黑龙桥。“青龙桥”，垂直高差最大一座天生桥。桥高350米，宽150米，跨度400米，夕阳西下，霞光万道，忽明忽暗，似一条真龙直上青天，故名青龙桥。  
在天坑景区出口有大巴车作为中转车送游客至  
龙水峡地缝  
景区，车程大概20分钟，车费已经含在门票内，也就是说私家车是不能通过这条中转路段的。  
龙水峡地缝  
（地缝）  
  
龙水峡地缝  
地缝，也是在坑洞之中，常年不见阳光，植被丰富，尤其是藓类植物更是茂盛，全长4公里左右，人行栈道一侧是长满苔藓的悬崖，一侧是山泉汇聚的湍流小溪，山泉水在山涧滴答成流，或在头顶，或在身侧，水汽缭绕，真的如同仙境一般，既有一线天又有通天瀑布，曲径通幽，峰回路转。真的是词穷了也无法表达眼前场景的美妙。栈道、山泉、悬崖、栈道，美妙得不言而喻~  
  
返：武隆天坑、地缝游玩完回到游客中心16:45，游客出口处（有小摊点在此烤糍粑）的保安会推荐直接坐从游客中心到重庆解放碑的过路旅游车，后面了解到，介绍人会带客人到对面的大马路上坐一日游旅游团的空余的位子，最后一班车17:20，票价每人80元，中途为游客方便停3次车，时长约3.5小时，到解放碑20:45。不用坐车到武隆县城汽车站再转车去重庆四公里汽车站，还要坐地铁到解放碑，费用也差不多，很方便。  
行前攻略了解:  
重庆四公里交通换乘枢纽有直达武隆客运站的大巴，早上7:30开始（7:30、 8:20 、9:10），一直到晚上19:40之间每50分钟一班的滚动发车、随买随走。参考票价：60元   里程：160公里   历时：约3.5多小时。  
重庆四公里车站开通  
仙女山  
景区直通车，但游览时间比较短，不适合仔细赏玩的游客。单程票价75元，往返票价120元，四公里旅游集散中心发车时间：上午8点30分和10点30分，  
仙女山镇  
游客接待中心返程时间：下午2点30分和5点30分。  
武隆天坑、地缝游玩完回到游客中心，然后走路到外面的马路上，记得是到对面也就是回武隆县城方向而不是  
仙女山  
公园方向坐车回县城。有班车和私人小面的。班车差不多需要半个小时左右时间，但你们如果迟出景点可能没有班车了。没有班车的话你可以坐私人小车类似商务车回县城，票价10元左右。  
火车回重庆，最晚一班 是 K74  16:39——19:16 ，历时2:37小时左右到达重庆北站，这两个车次看你游玩的景点的时间安排选择合适的就可以。  
如果想坐汽车回的话，武隆汽车站晚上18:30分有一班车（武隆县城汽车站坐大巴车回重庆的，最迟一班是18:30，是到重庆四公里站。），两个小时左右到重庆四公里站，轻轨站就在附近方便。其实最主要是看行程安排，选择合适的回程方式即可。  
重要小贴士：武隆的体感温度普遍比重庆市区低5摄氏度左右，如果遇上阴雨天（大概率）体感温度会更低，注意防寒保暖。  提前做好准备，带好充电宝、饱带干粮、晴带雨具....，切记穿着防雨防滑的鞋子；  
  
解放碑步行街  
，较场口夜市。  
  
  
16日Day4： 磁器口古镇——坐高铁去恩施  
——恩施女儿城；  
  
  
★ 磁器口古镇 ★  
7天连锁酒店(重庆解放碑好吃街店)，步行146米到达较场口，乘坐轨道交通1号线(小什字-尖顶坡)途径14站到达  
磁器口  
，步行911米到达终点，重庆市沙坪坝区。  
每个城市都有一条古街，北京有王府井、武汉有户部巷、南京有夫子庙、西安有回民街，之于重庆，磁器口当仁不让。从古镇正门进去，石板路很窄，两边是各类摊贩店铺，  
陈麻花  
和鸡杂店尤其扎堆，主街上人流嘈杂，商业化严重，卫生也不敢恭维。不过，逛走旁街的小巷，倒也能品味一丝真实的古镇生活，随便选一个茶庄、酒吧或者咖啡店驻足歇息，让时光暂时停滞，其实也是好不惬意的。  
下午去往恩施。  
  
未完待续  
一花一世界，一木一浮生，一草一天堂，一叶一如来，一砂一极乐，一方一净土，一笑一尘缘，一念一清静。  
不系之舟  
2018年11月30日

评论：  
1.重庆 旅游的最好的时候是在每年的三月份到五月份还有秋季的九月和十月，这两段时间之内 重庆 的气温多数会在二十度上下。若十二月份去气温低，雾气会更重一些，景致会差一些。  
2.单人交通费用约2150元左右，主要是福州往返重庆机票费用1400多元。在重庆主要坐地铁、走路，赶时间才打的士。  
3.楼主这一趟的交通费用是多少啊？  
4.年底12月才抽的出时间旅游，到那时还可以和你一样愉快的玩耍吗？  
5.一年都会出去旅行二次，平常比较忙，想去的地方，断断续续做攻略，查资料、参考旅友的信息，自己慢慢做，也是种享受。  
6.楼主你的旅程安排全是你自己做的么？好厉害~~  
7.我们出去玩，带着行李箱，首先找交通方便住宿的地方，个人喜欢酒店，比较有保障，民宿也住过，有的评论比较虚。  
8.这里如果住宿的话，楼主你是更推荐酒店还是民宿呢？想听听过来人的意见！  
9.非常好的游记，有心人啊！我明天也计划出发，行程还要多一些。  
10.攻略做的详细些，也就没有什么需要注意的事项。当然以礼待人，文明礼让，是通行的标准。

## 204.冬季的湖北恩施旅游攻略——一次旅行让我难忘的回忆

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3756367.html

来源：携程

发表时间：2018-12-3

天数：

游玩时间：12 月

人均花费：

和谁：

玩法：

旅游路线：

正文：  
旅行是我们生命的一种表达方式，是一种享受，一种体验，更是品味、情怀和感悟……  
（一）旅行费用和旅行体验  
来谈谈，我们大家都很关心的一个问题吧，旅行费用和旅行体验的问题。  
旅行费用，无非就是交通、景点、住宿、美食、购物、玩乐这几项。不管我们是穷游还是富游，休闲游还是深度游，这些都是必不可少要开销的地方，但是我们应该要怎么样把钱花在刀刃上，花的值，最重要的就是花得心里舒服。乘坐的车是否干净舒适，景点门票最好是能有大折扣，住宿条件要干净舒适，吃的那就更不用说了，无论走到哪里，都得先把我们的馋嘴给伺候好，购自己喜欢的就好，不用太纠结……  
?  
≠  
,  
最低的旅行费用，必须是建立在高于旅行成本的基础上的，这个是我们都不愿意去面对的一个问题，却又是我们必须要清楚明白的一个道理。高于旅行成本的一趟旅行，他是不存在什么填补团费的空缺的，因此我们也不用担心什么强制购物进店之类的不愉快事件发生啦，整个旅行过程的重心当然就放在了如何安排好行程、酒店、等实实在在的服务上了，那么游客自然而然也会享受到好甚至是最好的旅行体验！  
)  
深度旅行可以分为自助游和预定当地靠谱的定制自由行。  
……

评论：  
1.楼主下次的图一定会比这次更多更美的对嘛～～  
2.景色很美的，要是能多po点更好看的图片就好啦。  
3.顶顶~楼主等着你再丰富一些图片呢，加油噢

## 205.游记那些事儿~~~活出青春态度

https://you.ctrip.com/travels/guangxi100052/3756643.html

来源：携程

发表时间：2018-12-3

天数：5 天

游玩时间：11 月

人均花费：2500 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自驾，自由行

旅游路线：广西，海滩公园，东兴口岸，北海老街，九马画山，世外桃源

正文：  
有人曾说过，旅行不是为了抵达目的地，而是为了享受旅途中的种种乐趣。  
在时间允许情况下，投身户外，享受自然美景，走别人没走过的路。看别人没看过的风景。  
这是我第一次在携程上发表游记，望大家多多指点。其实我去过的地方不算多，但每到一处，身历其境。都会给自己带来不同乐趣。今年由于时间原因，没有出门游。利用周末闲暇时间把近几年旅行的照片做了个整理，以下要写的是我个人游记中的心得体会和一些资料，算是给大家的参考和一种分享交流吧~~~~  
初到  
广西  
印象  
2017年11月，约上玩伴做好攻略（把工作和生活需要办理的事情处理完毕，这样我们才能开心游玩啊）广西我们来了（我们选择乘坐动车前往，这是一个明智决定，既经济实惠又方便）  
广西  
北海  
广西简称“桂”广西壮族自治区。广西北海，地处广西壮族自治区南段，气候属海洋性季风气候。北海最出名的景点当然要属银滩了。这里的沙呈银色，享有“天下第一银滩”美誉。东西绵延24公里，以滩长平、沙细白、水温净、浪柔软、无鲨鱼、无污染的特点称奇于世。银滩主要分为银滩公园和  
海滩公园  
。海滩宽度在30-3000米之间，由于沙滩面积比较宽，因此这里的海水也比较浅。平均水温23.7摄氏度，每年有9个多月可以入水游泳。但为了安全起见，最好在家人或朋友陪同下前行。另外北海的  
东兴口岸  
与越南交壤，站在海滩公园最高处与越南隔海相望。  
北海老街  
珠海路是一条有近二百年历史老街，全长只有200米，宽4米。北海老街的建筑主要受19世界末英、法等国家在当地建造的领事馆影响，其中建筑临街的骑楼部分，即是道路向两侧的扩展又是铺向外部的延伸，行人走在骑楼下，即可以遮风挡雨又可躲避烈日。  
广西  
桂林  
桂林是一个对外开放的旅游城市，当地一直都有很多桂花树，如林似海。于是名曰“桂林”。记得小学语文课本上有篇课文便是讲的桂林山水。当来到这里切身体会以后确实名不虚传。桂林山水是中国山水的代表，典型的卡斯特地貌更是别具一格。这里的山水范围广、  
九马画山  
历历在目。项目繁多。桂林山水因“山青、水秀、洞奇、石美”而被称之为桂林山水甲天下。一路即体会到当地浓郁的少数民族风情，又享受到美丽自然风光，  
世外桃源  
激情燃烧的岁月。  
之前我也说过，这是一个整理篇，接下来要说的是长江三峡。长江三峡、又名大三峡。位于中国重庆市、恩施州、宜昌市地区境内的长江干流上。由瞿塘峡、巫峡、西陵峡组成。我们乘坐的是美国  
维多利亚号  
游轮，游轮的基本设施比较齐全（餐厅、平台、舱房、体育活动馆，各种娱乐设施及其它）游轮上工作人员服务态度比较好，诚恳热情。每到一处景点，便会有导游带我们下游轮，来到当地具有特色的景区游览。  
游轮游印象最深刻的便是游轮在长江上前行，游客在游轮上欣赏景色。你从雪山走来，春潮是你的风采。你向东海奔去，惊涛是你的气概。  
旅游，是大多数人喜欢的字眼，旅游观光、领略山山水水，感受每一处风土人情。游一处风景，寻一处特色；见一 特色，悟一片心得。

评论：  
1.赞一下，我们假期也要去~，正好参考一下楼主的线路  
2.桂林米粉，螺蛳粉，罗汉果，香水这些都可以带  
3.楼主这里有什么东西是可以带回去给家人朋友做礼物的啊~？  
4.去过，看完想回去翻过去的照片，回到属于自己的回忆。  
5.楼主是一个人去的吗？要是照片可以多发几张就好了哟。  
6.楼主真的很用心的写了攻略啊，很感谢啊，赞啊！我们全家打算过两个月去。  
7.一般来说看游记我都是看图的，走了~~  
8.好的，谢谢你的鼓励哦~~~  
9.共勉哈  
10.已经被楼主的机智所打动了，智商情商双高啊！

## 206.刨汤宴，亦是初冬的味道也是过年的味道！

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3755365.html

来源：携程

发表时间：2018-12-6

天数：5 天

游玩时间：12 月

人均花费：500 元

和谁：和父母

玩法：

旅游路线：

正文：  
一、刨汤宴的来源  
"刨汤宴"，是我国西部地区土家族人历史悠久的一种民间习俗。所谓“刨汤”就是农村在快要过年的时候，家里杀年猪，猪主要是自己家喂的，用来家里过年吃的，一般都是用粮食来饲养的，杀猪时要请上亲朋好友，把猪的新鲜肉和内脏等煮一大锅，配其它菜，大家一起吃喝玩，边吃边谈，既联络友情，又互通信息，还增进一下相互之间的感情，颇有意义, 所以这种“吃刨汤”文化，能沿袭至今。  
猪肉，是中国家庭日常生活中必不可少的食材，一天不吃点肉就浑身不自在，从瘦到五花肉，从猪脚到猪头都被聪慧的中国人利用得淋漓尽致绝不浪费一丁点。  
八台山  
全猪宴，选用农村当地土猪，都是喂养的粮食，没有喂过丁点饲料，肉的口感绝对棒棒的，那么在这样一个风景秀丽的地方，众人围坐在一起，共享美食，味觉与视觉的完美结合，思思乡愁，岂不快哉！  
一谈起刨汤宴，脑海中想起了小时候的记忆，“刨汤肉”不仅是美味更是一种习俗，过年每家每户都会杀“过年猪”，除了感受那种独特的氛围，更多是它的味道，农家饲养的土猪在厨艺精湛的人们手里，让他更具特色，一道道美食让我们不禁闪过思思乡愁。  
在熙熙攘攘的人群中，在一阵阵欢声笑语里，不时飘过丝丝浓香。品尝到可口的美食，你还可以看到土家族本土的精彩文艺节目，能歌善舞的阿哥幺妹会把热情传递给大家，一种味觉与视觉的碰撞，你的旅途不虚此行。  
幸福就是心和胃，总有一个是满的，等待亦是美好的，在寒风和细雨中一道道美味不期而至。  
二、在哪儿能吃到正宗的泡汤宴  
想要吃到正宗的泡汤宴，那还必须得讲讲湖北省  
恩施大峡谷  
土家族人的泡汤宴。因为在这里你参与泡汤宴的同时还能感受到当地过年的氛围。  
三、  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
，位于世界硒都——湖北省  
恩施  
市境内，被专家赞誉可与美国科罗拉多  
大峡谷  
媲美，是  
清江大峡谷  
一段。  
华中科技大学  
（原华中理工大学）著名的建筑与旅游专家张良皋教授实地考察对比后认为，恩施大峡谷是世界上最美丽的  
大峡谷  
，“即使走马观花也令人如痴如醉”。与美国的科罗拉多大峡谷论壮观，  
清江大峡谷  
与之难分伯仲；若论风景之秀美、景观之丰富、层次之多样，恩施大峡谷的沐抚段则远胜于科罗拉多大峡谷。而且这里还是巴文化发源地，人文特色浓郁。  
四、恩施大峡谷女儿寨  
恩施大峡谷女儿寨风情小镇，处于恩施大峡谷的核心区域，毗邻游客换乘中心。看  
大峡谷  
住风情小镇，是个不错的选择。小镇吊脚楼式的房屋依山而建，别具韵味，透着土苗民风民俗的特色。漫步在清爽的山腰步道，徜徉于绿树花丛间，心旷神怡，优哉游哉。清晨，在房间的阳台上放眼望去，峡谷山色秀丽、云雾缭绕，雨后的空气格外清新。晚上，喝一碗“摔碗酒”，嗨一回篝火晚会，真叫人乐不思蜀、流连忘返了。  
恩施大峡谷女儿寨已经成功举办了两次泡汤宴大型活动。算上今年应该是第三年了。今年的泡汤宴与往年大有不同。首先其口味上主要以当地为主、各地为辅。其次在晚宴上还会有篝火狂欢，场面相当的足气。最后是为了响应各地游客的要求，改变了加大力度宰客现象，价格也是非常的亲民，住宿更是为了让大家远地慕名而来的亲朋好友能够为一睹土家族人的风采，价格也是非常的低，有兴趣的远方朋友可以来体验热热闹闹的土家族人的过年。  
活动当天现场会聚集近万名游客参加。大家围坐在桌旁，共品美食，共赏美景，颇有一番年味，场面极其壮观，现场还会有各种小的活动，并带有精美当地礼品。

评论：  
1.楼主是一个感情丰富热爱生活的人！感谢你的分享！  
2.非常好的游记，有心人啊！我明天也计划出发，行程还要多一些。  
3.楼主   写的漂亮  照片拍的很好    来做我们的导游  
4.楼主这次旅行累吗？我每次都感觉心有余而力不足啊。  
5.太赞了，我们打算4月下旬去呢，现在看到你这个好开心啊，已经做好安排了  
6.LZ辛苦了，码字累么？不用回答了，累。。。  
7.已经被楼主的机智所打动了，智商情商双高啊！  
8.看好你哦！  
9.一直喜欢旅行，就是没有写游记的习惯，向你学习了！  
10.别的不多说，点一波关注吧

## 207.这个初冬，来恩施大峡谷女儿寨用土家美食抵御严寒！

https://you.ctrip.com/travels/ensch1633354/3758074.html

来源：携程

发表时间：2018-12-8

天数：5 天

游玩时间：12 月

人均花费：500 元

和谁：亲子

玩法：美食，自驾，人文，自由行，跟团，火车，小资，奢侈，周末游，美食林

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，大峡谷

正文：  
  
前言  
秋去冬来，时间永不停歇，20  
18  
逝去的时光竟是这般匆匆，带走了握不住的岁月，留下了太多美好的回忆。  
在  
恩施  
，季节的变换远不如北国给人的感觉那么强烈，四季的轮回不会总让人轻易的察觉。因此，当你清楚的想问现在是什么季节时，实际上它已经走了一年当中大半个旅途。  
对于恩施的冬，我显然还是个初识者。这种初次的体验很是奇妙，即陌生又是舒服的，但有一点可以肯定的是它似乎不太把人想要拒绝，更多的便是想让人去亲近它，去抚摸它。  
来恩施已经有些日子了。心中逐步开始着许多的熟悉面孔，或许这里的除冬是本身就是这个样子。没有我们的伟大领袖毛爷爷提到的冰封千里、万里雪飘的梦幻。有些时候会一场微凉的细雨，接着便是永远不知道这场雨的缠绵何时结束。或许是今晚，或许是很长时间，长到你已经习惯了出门便打伞，习惯了微风伴着细雨与你相遇，习惯了这样的天气渲染着你那墨线勾勒的情绪·····  
本人介绍  
哈喽大家好，我是你们的老朋友：驴友QG  
我非常喜欢用自己的脚步走遍祖国的大好河山，如果说有哪件事情值得我一直坚持到底的，那就是旅行，如果说有哪件事值得让我高兴的，那便是在文章里与你们相会。  
喜欢旅行、特别是自由行，关于这个有些驴友曾经还问过我。在我国的版图上，还仍存在着各种不一样的美景…… 我喜欢探索发现每一处角落，途中遇到的点点滴滴会毫无保留的告诉给大家。如果你喜欢我的文字，喜欢我拍过的照片，就请关注我哦，有需要在旅行当中的遇到什么样的问题，我都愿意为你们一一解答并与你们一起分享旅行的快乐。  
我的便签  
旅游博主，行摄爱好者，旅游领域创作者  
新浪微博：@资深编辑ZQ抖音短视频：  
中国旅游  
  
环球旅行：资深驴友QG 今日头条：资深驴友QG  
土家独有的饮食文化聚集地  
恩施这个地方，光是想想就觉得很美。但真的亲临其境时，却又超乎想象。被誉为“人间仙境”，上古巴文化的发源地和世界优秀民歌《龙船调》的故乡。  
这次给大家介绍一下当地的比较有意思的特色美食。恩施地处于鄂西，靠近重庆，湖南，贵州，吃的方面集各地的风格于一身，她有贵州的酸，湖南的辣，重庆的麻，但是又不是简单的重合，又有着自己独特的特点。  
恩施大峡谷  
女儿寨风情小镇，处于恩施大峡谷的核心区域，毗邻游客换乘中心。游峡谷住小镇吃美食，是不错的选择。小镇吊脚楼式的房屋依山而建，别具韵味，透着土苗民风民俗的特色。漫步在清爽的山腰步道，徜徉于绿树花丛间，心旷神怡，优哉游哉。清晨，在房间的阳台上放眼望去，峡谷山色秀丽、云雾缭绕，雨后的空气格外清新。晚上，喝一碗“摔碗酒”，嗨一回篝火晚会，真叫人乐不思蜀、流连忘返。  
各种美食盛宴|勾起你的味蕾  
1.土家族的打粑粑  
土家年粑粑在土家人生活中有着重要的意义。土家人有这样的民谣：”腊月二十八又打粑粑又浇蜡，一个小小年猪杀“，说的是土家族在腊月二十八要”打粑粑“、”杀鸡（即小年猪）“。  
年粑粑做好，到了正月，走亲访友拜年的时候，便成了土家人必备的手信，也是土家人招待客人必不可少的食物。在农户家中，若是正月来了客人，主人会先泡上一杯茶，然后拿出年粑粑放在火上烤熟给客人吃。烤年粑粑的时候，如果家中有“打打糖”，敲下一小块，等粑粑烤热膨胀时，塞进去，打打糖变软，裹在粑粑中，吃起来又香又糯。没有“打打糖”放一勺白糖红糖，也别有一番滋味。不喜欢吃糖的人，放两勺土家人自制的腌酸菜，又是另一种滋味。又或者什么都不放，只等粑粑便软皮略带焦，外脆里软，口齿留香。  
2.吃刨汤宴（杀猪宴）  
全猪宴是一道色香味俱全的汉族名肴，属于粤菜系客家菜。全猪宴主要有选用猪最“精华”的八个部位的肉堡成全猪汤，蒸猪红、猪杂，红烧肉等，配吃一些青菜和家腌酸菜。这种吃法类似往时，客家人一年到头在春节钉杀猪时方有的口福。  
每年的初冬这里都会举办一次大型的万人刨汤美食宴。全国各地的慕名而来的游客络绎不绝。大家围坐在一起体验一番土家族的风味美食，为自己的旅途中留下一个深深的印象。  
3.富硒宴（养生宴）  
在经历了风景美如画的  
大峡谷  
旅途之后，一顿丰盛的晚宴必然是最能解乏身体的一剂良药。不过，下面给介绍的晚宴可不是一般的晚宴，它可是一顿注重养生的“富硒盛宴”。  
众所周知，恩施是被誉为中国硒都。硒对人体健康的重要作用不言而喻，而富硒宴的精髓就把“硒”这一微量元素融入到了可口的饭菜之中，使之又营养又美味。  
在宴会上边吃边喝个富硒茶。深深的享受一次这里传统的“茶文化、土家文化、养生文化”，将这三者融会贯通于美食，让注重养生的你把佳肴与家常菜完美地结合，为你的旅途美味与健康相伴，我相信爱旅行的你这趟恩施之旅的收获定会不少。  
土司宴具有浓郁的地方特色，深受广大消费者喜爱。“土司宴”是恩施特有的地方宴席，它风味独特、选料讲究、烹制精细、味道鲜美。  
土司宴，全席十八道，即六个冷蝶、三个大件、四个点心。其上菜程序是：席面上先摆六凉菜，接着上三个大菜，每上一个大菜，带二个中菜，名曰“带子上朝”。最后送上一道“送客汤”（油菜煮打糍粑，寓意清清白白，以示全席已经结束）。十八道连菜带汤，章法有序，好不紊乱。  
土司宴中最有名的当属“杀猪菜”俗称“三下锅”。是土家族重大节日家家必制的民族菜。相传明嘉靖年间，土司出兵抗倭，为不误军机，杀猪提前过年。其制作方法是将猪肉、猪汤、猪肺、猪肚、猪血等合成一锅熬煮，即成“杀猪菜”。“杀猪菜”除味道佳美，还别有深意，它象征合家团聚，又反映土家人不忘先民的光荣传统，“土司宴”也由此而得名。  
结语  
好了，介绍到这里，对土家人的饮食文化相信你们有了更深一层的了解。下期还会介绍更多的好吃又好玩的东西分享给你们。希望在大峡谷我们不约而见，拜拜！

评论：  
1.觉得挺不容易那就点一波关注吧，哈哈哈  
2.写的不错，有自己的感受，不是泛泛而谈，挺不容易呢！  
3.来个穷游，或者自由行来一场心旅  
4.大大的照片和行程让我心痒了啊。。。。果断要攒钱和女朋友走起了  
5.百度  
6.旅行中的主要攻略是来自哪里的呢？有点好奇。  
7.先点一波关注吧，往后也会持续更新的！  
8.多做好防寒措施，虽然恩施在我国的中部，但我一个北方人的感觉告诉你，其实还挺冷的  
9.也许过年去吧，不知道怎么样？  
10.希望看到楼主更多的美图哟~~鼓励一下，加油加油！

## 208.情定女儿寨，梦回女儿国 | 这个冬天我要感受土家族的温情与浪漫

https://you.ctrip.com/travels/hunan100053/3760542.html

来源：携程

发表时间：2018-12-17

天数：5 天

游玩时间：12 月

人均花费：500 元

和谁：一个人

玩法：美食，摄影，自驾，人文，自由行，火车，徒步，骑行，穷游，周末游

旅游路线：

正文：  
前言  
一生究竟要走多远的路才能修成一段完满的尘缘！  
要错过多少风景  
才能在蓦然回首时看见心中的那片灯火阑珊  
说起恩施大峡谷女儿寨，无论你是背包客还是大众旅行，在旅途中都不能错过的一道风景线。不管你是爱旅拍的摄影师，还是充满激情的画家，亦或是思绪万千的诗人，都要来一次女儿寨，体验这里土家族的与众不同。  
本人介绍  
哈喽大家好，我是你们的老朋友：驴友QG  
我非常喜欢用自己的脚步走遍祖国的大好河山，如果说有哪件事情值得我一直坚持到底的，那就是旅行，如果说有哪件事值得让我高兴的，那便是在文章里与你们相会。  
喜欢旅行、特别是自由行，关于这个有些驴友曾经还问过我。在我国的版图上，还仍存在着各种不一样的美景…… 我喜欢探索发现每一处角落，途中遇到的点点滴滴会毫无保留的告诉给大家。如果你喜欢我的文字，喜欢我拍过的照片，就请关注我哦，有需要在旅行当中的遇到什么样的问题，我都愿意为你们一一解答并与你们一起分享旅行的快乐。  
我的便签  
旅游博主，行摄爱好者，旅游领域创作者  
新浪微博：@资深编辑ZQ 抖音短视频：  
中国旅游  
环球旅行：资深驴友QG 今日头条：资深驴友QG  
一、女儿寨的温情大有不同  
现在人们所说的女儿寨临近大峡谷景区游客服务中心的女儿寨度假酒店。酒店错落有致地分布在山脚下，旁边便是大峡谷。沿着柏油路的尽头女儿寨的整体形象便全部展现出来，安静的客房、舒适的大床及干净的洗浴间。阳台上能看到远处连绵的青山，峡谷风光一览无遗。  
值得一提的是，虽然在深山中，客房内也有高速无线WIFI，让你即时上传美丽的照片，或和家人、朋友聊天。  
这里早餐非常原生态，有营养丰富的五谷杂粮，还有爽口的小菜。饱餐一顿之后，还可以带着老人、小孩儿爬爬山，呼吸一下山间的清新空气。  
民以食为天，这年前的准备  
多半围绕这食字而忙碌  
当地的也一样  
一年一度的土家族人"杀年猪，迎新年"民俗活动  
给大峡谷寒冷的冬天增添了热烈的气氛  
刨汤宴，就是女儿寨的人在寒冬腊月用刚杀出来的新鲜猪肉置办的酒席，席中酒和肠是必不可少的(寓意久长久有)。  
热情好客的土家族人诚邀四邻及近亲好友，共享刨汤宴，同庆丰收。大峡谷里人厚道，遇谁家杀过年猪，不论生人熟人，只要赶上了就得入席就坐，如果过多谦让，主人反倒不悦，说你见外。真有点"有难同当，有福同享"的味道。  
在吃刨汤宴上热情好客的当地人跳起土家族代表性舞蹈—摆手舞，这是土家族最有影响的民间集体舞蹈，在土家语中叫“社巴”（音译，“舍巴”），完整的摆手舞已有千余年，是我国第一批国家级非物质文化遗产。跳摆手舞是土家人一件最隆重的事，有专门的摆手堂。摆手堂是一个大操场，又叫“神堂”，土家语称“耶搓”、“舍巴堂”。摆手堂实际上是土家族人供奉祖先神位的地方。  
摆手舞的特点是侧身摆和走同边手，躬腰屈膝重心下沉，以躯干扭动带动手臂甩动，中速稍快，节奏感强。表演者舞姿风格原始粗犷，在锣鼓、梆子声中唱着高亢激昂的摆手歌，观众们都无不为之动容。  
第二，大峡谷的浪漫在字里行间就能体会  
被专家誉为与美国科罗拉多大峡谷难分伯仲的湖北清江恩施大峡谷位于长江三峡附近的鄂西南恩施土家族苗族自治州恩施市屯堡乡和板桥镇境内，是清江大峡谷中的一段。峡谷全长108千米，总面积300多平方千米。  
在冬季，恩施大峡谷就会变得美轮美奂，银装素裹，犹如仙境。下过雪之后，大峡谷便会自带仙气儿；站在七星寨远眺小楼门，村庄与美景尽收眼底。当雾气遇上树枝上的冰雪便凝结成雾凇；穿行在绝壁栈道上，犹如穿梭在童话世界里一般。站在绝壁栈道上，能看见云海，云雾升腾，犹似天宫。  
如果来过，你才会惊叹大自然的鬼斧神工竟然如此美妙，沉醉于宛如仙境般的神秘色彩，还自己一个浪漫又梦幻的童话世界。

评论：  
1.如有需要的话，我可以根据你自身条件可以设计一条较为合理的线路  
2.你好，很喜欢你的游记，我也准备国庆节像这样走一趟，纯粹参照你的路线，请问这样会很赶吗？  
3.如果选择心旅或者孤旅的人，我比较推荐民俗，因为这里的民俗非常有情调。如果选择大众旅行或者家庭游、亲子游的可以选择女儿寨度假，女儿寨是景区较为近的一家，因此如果有老人或者小孩的较为方便，淡季的时候房价也非常可观  
4.这里如果住宿的话，楼主你是更推荐酒店还是民宿呢？想听听过来人的意见！  
5.楼主你有没有私人的微信号啊，想认识一下你哦，实在去的地方太棒了，膜拜！  
6.关注点一点  
7.还没看过瘾呢，照片要嗨起来呀  
8.支持支持!~跟lz行程差不多哇~~~加油写!!~~  
9.是么，那太好了  
10.美丽的照片会更吸引我的目光呢

## 209.相约恩施大峡谷，恋爱土家女儿城（重庆、恩施 9日自由行超详细攻略 二）

https://you.ctrip.com/travels/china110000/3755403.html

来源：携程

发表时间：2018-12-17

天数：9 天

游玩时间：10 月

人均花费：5300 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
因为懂得，一切美好；因为存在，温暖相随。  
累了倦了，就按下暂停键，找一个理想的地方，出发吧！  
放下，为心减负，轻松前行。做最好的自己，静静地守着一江春水的日子，让心云淡风轻，怡然自若。快乐活在当下，尽心就是完美。生命匆匆，放下了执念负累，心才能风清日朗；淡看世事沧桑，心自安然无恙。  
重庆、恩施  行程安排： 10月13（周六）- 21日（周日）  
  
13日Day1：  
福州 到 重庆  
12:30 从家出发,  20:30  到 酒店  较场口地铁站4号出口； 21：00  较场口地铁站附近  解放碑（历史和现代交汇）；  
14日Day2：大足石刻一日游，皇冠大扶梯，解放碑，洪崖洞（吊脚楼仿古建筑吃喝玩乐均有）；  
15日Day3：  
武隆一日游  
，游览天生三桥、地缝，解放碑；  
16日Day4： 磁器口古镇——  
坐高铁去恩施——恩施女儿城；  
17日Day5：恩施大峡谷一日游，恩施市内风雨楼；  
18日Day6：恩施梭布垭石林一日游；  
19日Day7：恩施土司城（上午）——回重庆（下午回）——朝天门码头（两江交汇、零公里标志），——过江索道（古老的过江方式，两岸江景尽收眼底），解放碑；  
20日Day8：重庆——2号线李子坝站——四川美术学院（涂鸦一条街）——人民大礼堂——三峡博物馆——中山四路——较场口——南山一棵树看夜景；  
21日Day9：山城步道（山城第三步道），洪崖洞，解放碑；16:15离开酒店，坐地铁去  
重庆江北机场  
。  
  
16日Day4：坐高铁去恩施——恩施女儿城；  
  
重庆 到 恩施 D634次 列车，从  
重庆北站  
高铁站（北广场）去恩施：乘坐重庆轨道交通3号线，在轨道龙头寺站下车后，从4号口出来，站口 转乘665路公交接驳车一站直达到高铁北站进站口，坐车约10分钟，从 重庆北站北广场进站。  
  
住宿：城市便捷酒店(  
恩施火车站  
店)  
http://hotels.ctrip.com/hotel/2998971.html#ctm\_ref=hd\_0\_0\_0\_0\_lst\_sr\_1\_df\_ls\_1\_t\_hi\_ne\_2\_t  
城市便捷酒店(  
恩施火车站  
店)  :  恩施市 国际商贸城E区 ，金桂大道恩施市城建监察大队火车站中队东90米。 【 恩施火车站商圈 】2017年开业， 99间房，电话0718-8966711。城市便捷酒店（恩施火车站店）位于国际商贸城E区，出酒店门向左步行5分钟就可到达恩施火车站。酒店位置很好，来  
恩施自由行  
旅客住宿的最佳位置。恩施火车站出来广场右前方绕过圆盘歩行5分钟就到，酒店门口有奥山世纪城公交车站，对面是  
恩施汽车客运中心和旅游集散中心，去大峡谷、梭布垭石林、各景区、各县城的客运汽车，都是在对面的恩施汽车客运中心坐车，去大峡谷的车每天早上6:30开始，25元，滚动发车。  
在门口的奥山世纪城公交车站坐31路去女儿城，坐30路到土司城。  
酒店很新，每天都会提供免费矿泉水并更换房间用品，非常好。对面有民俗一条街，吃饭推荐土家幺妹私房菜，味道好，经济实惠，购物都非常方便！  
  
恩施 景点分布：  
此次列入行程的景区  
1、土司城， 恩施市区内  
2、女儿城， 恩施市区内  
3、恩施大峡谷（七星寨+云龙地缝），  
恩施火车站  
附近恩施汽车客运中心发车票价25元，乘车时长约2小时，末班车18：00，游览时间6-8小时。可入住恩施火车站附近，当天往返。  
4.梭布垭石林，恩施火车站附近恩施汽车客运中心发车，票价25元，乘车时长约2小时。游览时间约4-5小时，可入住恩施火车站附近，当天往返。  
恩施城市快捷酒店（火车站店）去女儿城：在门口的奥山世纪城公交车站坐31路公交车去女儿城，半小时左右，回程打的士30元左右。  
【恩施女儿城】  
，吃喝玩乐在其中（游玩约2小时）女儿城是 恩施 的一张旅游名片，距离市区仅4KM左右，这里集合古建筑、民俗风情、休闲娱乐于一体，女儿城类似于中国各地的特色古城，这里有很多小商品店、客栈、餐饮、街边小吃、民俗文化博物馆。女儿城的夜生活十分热闹，商铺夜市琳琅满目，街上还有民俗表演，要数晚上最热闹，女儿城民族文化表演时间一般在晚上19：30。  
这家私房菜店，菜品味道好，量足，价格优惠，服务热情。在恩施的几天，都在这家店吃饭，十分推荐。  
17日Day5：恩施大峡谷一日游，恩施市内风雨楼；  
  
城市便捷酒店(恩施火车站店)对面就是恩施客运中心，有直达 恩施大峡谷、梭布垭石林等恩施各景区、各县的班车。  
  
  
恩施客运中心（恩施火车站傍边）搭乘恩施——大峡谷专线车，车程约2小时，车票25元/人，专线车直达恩施大峡谷景区游客中心。第一班车6:30左右。人满滚动发车，频次较高，每一班车间隔约0.5小时。回程最后一班18:00。坐景区交通车到索道约8分钟，七星寨到游客中心约15分钟。  
恩施大峡谷  
国家级AAAAA级景区  
拥有【清江升白云】、【绝壁环峰丛】、【天桥连洞群】、【暗河接飞瀑】、【天坑配地缝】五大奇观。峡谷中遍布绝壁悬崖，流水飞瀑，千仞孤峰，壮观地缝，乡村梯田，迎客松、一炷香、情侣峰、绝壁长廊、大地山川、母子情深，步步为景，美不胜收。玩在“东方科罗拉多”【恩施大峡谷】用四个字概括恩施大峡谷风光为雄、奇、险、秀。  
  
恩施大峡谷常规游览路线：  
游客中心——乘换乘车——云龙地缝景区——索道上行——七星寨景区——返程中心——乘换乘车——游客中心，为了避开人群拥挤，游玩时可选择先乘坐索道上行游览七星寨景区然后游览云龙地缝景区。  
因刚游览武隆云水峡地缝，就没有去恩施云龙地缝（一期），两个地缝差不多，而且云龙地缝刚开发第一期。  
  
一炷香  
，可谓是大自然的奇迹之美。高约150余米，最小直径只有4米，千万年来，它风吹不倒，雨打不动，傲立群峰之中，守护着这片神秘的土地。相传，这根石柱是天神送给当地百姓的一根难香，如遇灾难将他点燃，天神看到寥寥青烟，就会下凡来救苦救难，所以当地百姓称它为“难香”，当小雨过后，抑或是清晨云雾起时，它就像妙年少女一般妩媚动人。  
相约大峡谷，爱在一炷香  
恩施市内风雨楼：  
风雨桥，起到遮风挡雨作用的同时，也是一道靓丽的风景线。  
未完待续  
一花一世界，一木一浮生，一草一天堂，一叶一如来，一砂一极乐，一方一净土，一笑一尘缘，一念一清静。  
不系之舟  
2018年12月16日

评论：  
1.若做好详细攻略，一个人完全没问题！祝你旅行愉快！  
2.恩施 的最佳旅游时间是4-7月与10-11月，4-7月春夏之际，高山峡谷中，各类鲜花竞相开放，看杜鹃花、看油菜花、云海；10-11月金秋时节，枫树、杉树五颜六色，视觉盛宴。个人建议10月中旬去最好。  
3.旅程实在太精彩了，楼主我打算下个月去，你觉得时间合适哇？  
4.我准备一个人去，有什么要注意的吗？  
5.过奖，过奖，相互学习。  
6.这文字写得简直比作家还作家！看来我要好好向楼主学习一下了~  
7.人均开支5300元，主要是交通费（机票）、门票费（比较贵），住连锁酒店，饮食2人日开支180元，算是经济型旅游了。  
8.求问总共花费多少？大概数字有么？  
9.景区人比较多，要等人少景美，用苹果手机抢拍的，谢谢！  
10.楼主的照片不错哟，我要继续跟随你的脚步看世界~

## 210.冬游恩施州，“硒”提暖意融融的土家族年味！

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3760867.html

来源：携程

发表时间：2018-12-18

天数：4 天

游玩时间：12 月

人均花费：2700 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
许久之前在杂志上看过一张照片，一条碧绿如翡翠般的河带穿过形态各异的峰峦，由近至远漫延，每一座峰峦都有其独一无二的造型，仿若大自然的鬼斧神工在这片漫无边际的绿色之间开凿出的一件件艺术品，云雾缭绕，幻若仙境。  
后来我得知它有一个好听的名字——  
恩施  
州！地处北纬30度的湖北省西南部，是“鄂、湘、渝”三省的交汇地。这里聚居了大量的少数民族，其中比例最高的就是土家族，所以它也成为了湖北省唯一的少数民族自治州。这里“冬少严寒，夏少酷暑”，年平均气温在16.2摄氏度，是最适宜人类居住的地区之一。这里森林覆盖面积极广，素有“鄂西林海”、“华中药库”、“世界硒都”……等称号。更是被美国CNN以及《中国国家地理》评为“中国最美仙境”、“中国最美的地方”！  
因为各种社交平台，  
恩施  
被越来越多的人所知道，他们流连于恩施春日里的碧波倒影、夏日里的清凉凝翠、秋日里的漫山红叶，却不知，冬日的恩施，才是最富烟火味的“人间仙境”！  
土家女儿城位于  
恩施  
市的市区，是一座将仿古与土家吊脚楼完美融合而建造的古镇，古镇中琳琅满目的土家特产、风味小吃、手工作品……比比皆是，行走其间，亲切的土家风情扑面而来。  
当然最最打动我的不仅于此，载歌载舞的打糍粑、真情实感的哭嫁、暖意融融的火塘对歌……古镇通过这些最最原生态的方式，生活化的展示了土家人的风土民俗，让每一位游客不仅是游玩，更能在游玩的过程中切身感受土家人的喜乐与纯朴。  
说到恩施最有名的景点之一，必须是  
恩施大峡谷  
，当初火火见到的那张关于恩施的图片，也是源于此地，但是网上关于大峡谷的描述大都是夏春秋，峡谷冬天到底是什么样子呐？……在火火到达的前几天，听闻峡谷刚刚下过雪，久居广州的我，早已不知“雪”滋味，所以心中充满了万般的期待。但是当缆车逐渐向山顶靠近之时，我还是被眼前的景象震撼了！满山遍野的雾淞，晶莹透白。  
山峦、树木、建筑、岩壁……都仿佛在这雪白透明中凝固了一般。偶有山风刮过，树上抖落的雪屑，纷纷扬扬的散落在仰望的脸颊上，软软的、凉凉的，才想起这不是梦呀！  
沿着栈道前行，昔日壮观的峡谷，因为这雪，却是多了几分精致，美得令人挪不开眼。  
那些形状较为突兀的峰峦，因为高低落差较大，乌青色的崖壁挣脱了白雪的包裹，裸露了出来，与周围的雪白形成了一幅幅动人的水墨画。  
下山的时候，可以搭乘“中国最长旅游观光电梯”，穿梭于峡谷之间，身边的景致如滚动播放的电影，色彩由雪白至青绿……  
腾龙洞  
位于恩施州利川市，是中国已探明的最大溶洞、也是世界最大单体溶洞，更是被《中国国家地理》评为“中国最美的地方”、“中国最美六大旅游洞穴”。  
腾龙洞  
分水旱两洞，仅一壁之隔。进入腾龙洞景区，未见其洞，便已听到巨大的水声，奔涌而至的水流跌落至足有四十米的深涧，浪沫翻滚，碎玉喷雾，再汇集成一股磅礴有力的水流，滚滚奔向前方一个形似巨口的洞穴。  
这便是“卧龙吞江”，“卧龙”为  
腾龙洞  
的水洞，“江”即为清江。发源于  
齐岳山  
的清江奔流至此，猛然跌落，流入“巨龙”张开的大口之中。  
这里曾经是恩施土家族人的“母亲河”——清江的河床古道，经河水亿万年的冲刷而贯通，后由于地壳运动，河流改道，形而了水洞一旁的“旱洞”。旱洞全长59.8公里，洞口高72米，宽64米，可以容纳一架直升机，与一般溶洞不同，腾龙洞旱洞内十分的干燥，罕有滴水。  
洞中景致错综复杂、蜿蜒曲折，山体崩塌时形成的石块、自然风化而成的石柱……坐在景区的电瓶车穿梭于洞中，宛若穿越“时空隧道”。  
这里是人类的起源地，是中国鄂西南最为神秘的文化沃土，“石门锁千古，峡谷藏万象”，这里有着世界珍奇的高山喀斯特岩溶嶂谷地貌，这里深藏着“巴楚第一古道”，这里拥有“古、幽、险、奇、峻”的神奇美景！这里诞生了土家最美女儿“黄四姐”。  
景区内峡谷幽深、藤萝密布，栈道悬绕于陡峭的绝壁之上，错综曲折；蜿蜒的  
石门河  
臼嵌于深壑，将两侧的山谷间划上了一道深深的绿痕！  
中国最高的峡谷玻璃桥——云之瑞，便镶嵌于两侧的山谷之间，运用高科技打造的这座全国首座9D碎裂玻璃悬索桥，将游客的视、听、触融为一体，行走于桥上不仅可以感受到惊心动魄，更可以用上帝的视觉来俯瞰整个峡谷的幽深奇峻。  
刨汤宴、吊锅饭、摔碗酒，这些原汁原味的土家美食，不仅色香味俱全，还充分的体现了土家人的民俗风情，在食用方法上也是颇具特色。  
“杀年猪，吃刨汤”，刨汤宴是恩施人待客的最高标准，热气腾腾的小吊锅，色泽鲜艳的菜肴，香气扑鼻的土家味道。这充满仪式感的土家盛宴饱含了土家人对宾朋的美好祝愿，更是对未来的无限期许！  
吊锅饭，顾名思义与“吊”有关，将系有铁绊的铁锅吊于火塘之上，放入炒好的食材。不管多么寒冷的冬天，食物也一直都是暖暖的，围坐在火塘边，一边喝酒，一边享用热乎乎的美食，便是土家人冬日里最安逸的时光！  
摔碗酒是土家族古时上战场前践行的一种饮酒方式，象征着土家人的豪迈与热情。陶土制的小碗盛着土家人的琼浆，一饮而尽，再将碗摔于地上，随着碗清脆的破裂声，所有的不美好都随之而去，迎来的是幸福美满的新生活！  
恩施境内硒矿藏量居世界第一，也是迄今为止“全球唯一探明独立硒矿床”所在地，有着“世界硒都”的美誉。这些硒元素通过大地和水源的传导，渗透进了生长在这片土地上的所有动植物中，所以恩施本地所产的食材中几乎都含有硒元素。  
硒有抑制癌症，延缓衰老等多种功效，在恩施几乎很少有患癌的病人，心脑血管疾病也极其少见，这也是为什么恩施人多长寿的秘密所在。  
恩施不仅有着秀美的风景名胜，包罗万象的土家美食，做为越来越多人的“旅游目的地”，恩施近年来涌现了一大波颇具特色的客栈民宿。  
它们依靠大山为背景，结合土家的风土民情，将传统与现代、民族与时尚结合，打造出一座座温馨舒适又颇具风情的驿站。  
游客在这里不仅可以安放旅途劳顿的身躯，“热情似火的歌舞、朴实温暖的菜肴、雄雄燃烧的篝火……”在这里你还可以化身为一个地道的“土家人”，更深度的体验土家族的传统文化与生活细节。  
准备好了吗？这个春节带上家人一起来恩施吧，感爱一把“土味”十足，“硒”气洋洋的年味！

评论：  
1.写得太好了，学习了。特别是一家人出游，压力很大的~~  
2.看过路过，谢谢。  
3.我打算带上父母去的，可能还要再看看。  
4.想和楼主一起旅行，约吗？哈哈，不知道自己是否有一定吸引力。  
5.看了你的游记也想出发了，lz这里10月去好么？  
6.楼主几时再写下一次游记啊？我等着哦！  
7.好精彩，羡慕ing!!!!我请不出假期，比较苦恼  
8.留下一个携印，打算踏步走了。  
9.楼主大人，有什么推荐的美食吗？我对饮食比较注重的。  
10.那里一年四季都适合游玩，因为冬无严寒，夏无酷暑，是避暑纳凉的好时节。

## 211.自驾十九天由北至南游泰国（之五）

https://you.ctrip.com/travels/thailand100021/3760945.html

来源：携程

发表时间：2018-12-18

天数：26 天

游玩时间：10 月

人均花费：7000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
11月1日晴  
原订的 昨日住宿中不含早餐，早晨房东送来了新做的三明治和面包，让我们很感动。早餐后出发，  
今天的行程是楠府到帕府~素可泰  
第一个景点游帕府的诗南国家公园。这里的纳乃土林因奇特的地貌特征，受到很多游客的青睐。它是由土状堆积物组成的柱状地形地貌。像一个个大蘑菇。这里不收费，只是ー小块区域，让人感觉游性未了。  
在去素可泰途中经过程逸府，顺路逛了一个寺庙。  
中午十ー点左右到达  
素可泰  
。素可泰，是  
泰国  
的第一个王朝的首都。素可泰译为“快乐的开始＂。这是一处被列为世界文化遗产的遗址群，也是泰国最有名的世界遗产之ー。我们先去了索拉萨克寺，这个是免费景点，是一座素可泰时期非常普遍的斯里兰卡型佛塔，其底座为24头白色大象，整座佛塔由24头大象托起。在中心收费区外。  
然后又顺路逛了ー下周边散落的景点，  
进入中心区，  
素可泰历史公园  
，门票每个人100泰铢，外加自行车门票10泰铢，租自行车每人30泰铢，门外有观光车，问了ー下，ー个小时时间是200泰铢，外加30泰铢的车的门票。这里推荐骑自行车，方便实用。这里环境优美，骑自行车穿行在各个景点中，非常的惬意。  
我们大约用时一个半小时，因中午未吃饭，所以看完这里就直奔酒店了。这距酒店10公里的路程。今晚入住酒店是露伊恩施利希里2号旅馆。宿费是每间房410泰铢，合人民币大约86元左右。条件佳，距夜市约二公里，设施全，推荐。今日行驶里程320公里。加油32升，880泰铢。

评论：  
1.酒店方面我特别在乎床的舒适性，其他可以忽略，你呢？  
2.泰国美食多了去了，路边摊都很干净，都可吃，果汁都是真的，食品安全第一，什么都可吃，吃货的天堂。  
3.感谢楼主分享呀~~有什么推荐的美食吗？吃货一枚尽想着吃了！  
4.很好的，泰国的人对中国人已不陌生了，现在景点都有中国字，一般人都会说一两句简单华语，很亲切的。  
5.这个地方的人对游客友好么？  
6.不客气，我们也是读了别人的游记，才制订的行程的，大家互相学习。  
7.写得挺好的，对我蛮有帮助的呢，谢谢楼主。  
8.这我去年也过去的，哈哈~不过我当时没有想到写游记，趁着有活动我就补起来~  
9.写下来好，自己以后翻看也很方便的。  
10.用手机拍的，不是太专业。你喜欢就好。

## 212.【图说恩施】北纬30度的冬季秘境

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3761457.html

来源：携程

发表时间：2018-12-20

天数：4 天

游玩时间：12 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：美食，摄影，人文

旅游路线：恩施，恩施大峡谷，腾龙洞，石门河

正文：  
【图说  
恩施  
】北纬30度的冬季秘境  
图文：七月娃娃  
恩施州，曾经对我来说是一片陌生而神秘的土地，那里的河川、风俗以及传说，都像谜一样闪耀着诱人的魅力。几年前读野夫的《乡关何处》，读到他描述对恩施家乡的热爱，让我非常憧憬，是什么样的水土，造就了他对故土和亲人深沉壮阔的爱？他在访谈中提到：“我童年生活的那个小镇，也充满了沈从文笔下的那些边镇气息。我觉得我成长的那片土地，给我提供了一些性格上的力量。”这一年的冬季，大雪时节，我终于辗转经武汉，来到了恩施，这片曾经在我的脑海里构思了无数次的土地。  
恩施大峡谷  
：雪国的梦幻  
今年事情特别多，我一直以为我怕是没机会在大雪时节遇见一场冬雪了，没想到恩施大峡谷实现了今年初雪的愿望。时逢北方冷空气南下，各处都在大雪之日报了瑞雪兆丰年的喜讯，当我们坐上峡谷的索道，越过山峰和鸿沟，视线逐渐开朗开阔，即将抵达之时，满眼的白茫茫让在座的所有人都呼叫起来，索道因为我们的雀跃而晃动不已。处处是银装素裹，树枝上挂着冰挂，岩石上铺满积雪。走过变幻多端的山谷，一路拾级而上，沿着栈道行走于冰雪的王国，山峰叠峦，在白雪的映衬下显得更加秀美。就这样走了将近三个小时，穿行于梦幻的雪国之中，满足了我最大的一个心愿。流连于风景的朋友们千万别错过了下山观光电梯，这条被称为中国最长的旅游观光电梯，也是很值得体验一番。  
腾龙洞  
：鬼斧神工  
大自然的奇妙和鬼斧神工统统都体现在了腾龙洞上，跟恩施大峡谷的俊秀相比，这里的奇观让人更加叹为观止。位于  
利川  
城北的腾龙洞，是目前为止中国已探明的最大溶洞，在洞口就已经初见气势，洞内还有飞瀑，气势磅礴，奔流不止。跟其他溶洞水滴石穿的景象不同，走进旱洞内几乎见不到水，除了洞口偶见有滴水的现象。坐上电瓶车穿行于洞内，看到一侧当年勘探人员走过的路，可以想像当年发现这个洞穴带给人们的惊喜。我们同行的外国朋友也为这个奇观感到震撼，在洞口欢呼雀跃。  
石门河  
地心谷：童话般的世外桃源  
作为巴楚第一古道，这里被誉为鄂西南最神秘的土地，独特的喀斯特地貌，让这座山谷呈现出独有的险峻和秀美，石门河在山谷流淌，清澈湍急。把两侧的山峰横腰截断，气势非凡。而镶嵌在山谷中的玻璃桥，则让我们感受到了这里的惊险和趣味，玻璃桥上有模拟玻璃破裂的视听，行走在玻璃桥上，看脚下万丈深渊，突然觉得自己凌空于仙境，又似在完成一项惊险无比的任务。  
土家女儿城：感受土家独特的土味风俗  
“世间男子不二心，天下女儿第一城。”穿上隆重的土家族服饰，去市区的土家女儿城做客，跟随女寨主，感受了一遍土家民俗。打糍粑在很多地方都有，但土家的打糍耙更加热闹，人们载歌载舞，把沉闷无比的制作糍粑的过程，弄得风生水起，让人不禁跃跃欲试。土家独有的婚嫁风俗哭嫁，姑娘们的情真意切不知道有没有把咱们的乌克兰美女吓一跳。而坐在暖暖的火塘边上对歌，更是把这个体验推上了高潮，得过民歌大奖的老师亲自教几位外国朋友们演唱恩施情歌《六口茶》，至今这首歌的调子依然萦绕在我的耳边，久久未能散去。在土家女儿城，还能品尝到土家族的风味小吃以及这里最有名的恩施玉露茶，一杯热茶一口桃片糕，暖心。  
恩施美食  
：土味新年提前过  
恩施的美食是“土”的，是带着故乡情结的。所以在恩施吃美食，千万不要拘泥于各种礼节，有时候围着一桌菜，大家捧着碗站着吃，在暖暖的火炭周围，年的气氛都快要溢出来了。在我的感受中，摔碗酒是很独特的一种美食风俗，大家干为敬，一碗酒下肚，豪气便上来了，把碗摔地上，象征友谊地久天长，也象征祝福。小吊锅是用担子挑上来的，吊锅系在火塘之上，大家围坐火塘周围，食物在不断地加热，一边夹菜一边大口喝酒，想要的就是这种气氛，香味萦绕在身边，有亲人有朋友相伴。簸箕宴也是此次感受到的很独特的一种土家美食，各种菜肴装在簸箕中，中间有火炉烤炙，食客们围着簸箕转圈圈，那种场面，生动活泼。因为恩施产“硒”，所以大多数农作物都含有微量的硒元素，这种对身体非常有益的物质，造就了恩施人们健康的体魄，所以在恩施吃食，要多尝尝这里的农作物。这次恩施美食之旅，最大的感触就是，土味和风情，一种回到家乡过年的浓浓亲情。  
恩施民宿：文艺范的乡居时光  
在恩施我们入住的都是当地最有特色的民宿酒店，每一家都有自己独特的设计和风格，每一家都充满了隐居山中的乡居之乐。西顾望城山居位于恩施望城坡上，在民宿的平台可以俯瞰恩施全景，特别是在日出时分，霞光万丈在整座城市铺开，心情舒畅，店里有几只很憨厚的懒猫，茶余饭后跟它们玩一场捉迷藏，非常有趣。恩施利川的白鹊山龙船调民宿，藏在大片田野之中，民宿被竹林包围，还有当地风俗博物馆可以在闲时参观，看着池塘里已经枯去的莲花，冬日的清晨山林间的空气格外清冽，一种隐居的宁静充溢全身。最后一天入住  
建始  
汪家寨悬崖酒店，晚上我们在酒店的戏台观看了民俗演出，篝火升起，大家欢快跳起了摆手舞，凛冽的寒气化作温暖的月光。清晨起雾之后，汪家寨沉浸在一片朦胧之中，悬崖峭壁之处俯瞰河水，如仙境一般飘渺。  
此次恩施之行，感谢辛苦的工作人员，为我们安排了精彩的行程，让我们在四天三夜里感受到了土家恩施独特的美，还有同行的小伙伴，来自国外的小伙伴，你们单纯的快乐感染了我，让我走出了重重雾霾，一念放下，万般自在，新的一年是美好的一年。

评论：  
1.这篇不错的，我打算截取部分用上，多谢你啊~  
2.楼主几时再写下一次游记啊？我等着哦！  
3.你去过的地方我都留下过脚印，但就没想要写下来（￣▽￣）以后要多写写！  
4.我准备一个人去，有什么要注意的吗？  
5.楼主不海量爆照！让我们有点小小失落啊，多来点惊艳的皂片呗！~  
6.看来我要自己去一次了，看楼主的照片根本不过瘾。  
7.楼主在旅程中有遇到什么印象深刻的人或者事儿吗？  
8.如此美景、如此心境、如此文笔，令人有了如此美的感悟、感动、感激！  
9.楼主用什么拍的照啊？有的时候手机拍效果也挺好的呢。

## 213.秘境恩施：绝美梭布垭石林，民族特色土司城（重庆、恩施 9日自由行超详细攻略 三

https://you.ctrip.com/travels/china110000/3762036.html

来源：携程

发表时间：2018-12-23

天数：9 天

游玩时间：10 月

人均花费：5300 元

和谁：夫妻

玩法：

旅游路线：

正文：  
因为懂得，一切美好；因为存在，温暖相随。  
累了倦了，就按下暂停键，找一个理想的地方，出发吧！  
放下，为心减负，轻松前行。做最好的自己，静静地守着一江春水的日子，让心云淡风轻，怡然自若。快乐活在当下，尽心就是完美。生命匆匆，放下了执念负累，心才能风清日朗；淡看世事沧桑，心自安然无恙。  
重庆 、 恩施 行程安排： 10月13（周六）- 21日（周日）  
13日Day1： 福州 到 重庆 12:30 从家出发, 20:30 到 酒店 较场口地铁站4号出口； 21：00 较场口地铁站附近 解放碑（历史和现代交汇）；  
14日Day2： 大足 石刻一日游，皇冠大扶梯，解放碑，洪崖洞（吊脚楼仿古建筑吃喝玩乐均有）；  
15日Day3： 武隆 一日游，游览天生三桥、地缝，解放碑；  
16日Day4： 磁器口古镇 ——坐高铁去 恩施 —— 恩施 女儿城；  
17日Day5： 恩施 大峡谷一日游， 恩施 市内风雨楼；  
18日Day6： 恩施 梭布垭 石林 一日游；  
19日Day7： 恩施 土司城（上午）——回 重庆 （下午回）——朝 天门 码头（两江交汇、零公里标志），——过江索道（古老的过江方式，两岸江景尽收眼底），解放碑；  
20日Day8： 重庆 ——2号线李子坝站—— 四川 美术学院（涂鸦一条街）——人民大礼堂—— 三峡 博物馆—— 中山 四路——较场口——南山一棵树看夜景；  
21日Day9：山 城步 道（山城第三步道），洪崖洞，解放碑；16:15离开酒店，坐地铁去 重庆  
江北机场  
。  
恩施 土家族苗族自治州位于 湖北 省西南部，隐匿于崇山峻岭之中；她养育着土家族、苗族、汉族、侗族等27个民族，民风淳朴，她还是 中国 最年轻的自治州，现辖 恩施 、 利川 两市和 建始 、 巴东 、 宣恩 、 咸丰 、 来凤 、 鹤峰 六县。  
土家的吊脚楼、侗乡的风雨桥、七月的女儿会让这里变得多姿多彩；秀美的山水，一望无际的茶园美景，气势雄阔的悬崖峭壁又让这里多了几分勃勃英姿。当你踏上这片土地，你或许会沉醉在那片绝美的峡谷风光中，钟情于这里的一 方山 水，抑或着迷于古老而神秘的土司文化之中。 恩施 ，一如其名，大自然赠予了她一副绝世容颜，隐匿于崇山峻岭之中的她正待着人们前来揭她的面纱。  
  
恩施 的最佳旅游时间是4-7月与10-11月  
，4-7月春夏之际，高山峡谷中，各类鲜花竞相开放，看杜鹃花、看油菜花、云海；10-11月金秋时节，枫树、杉树五颜六色，视觉盛宴。  
恩施 州雨多、雾多，雨热同期，所以在此地旅游常会因为一连几天的坏天气而影响游览，所以前往 恩施 旅游最好避开雨季，但是 恩施 的大山如果没有雨也不好看，最好的天气就是雨过天晴，能看见云海飞瀑和云雾缭绕的美景。  
恩施 州以如诗如画的山水风光和光怪陆离的奇洞异穴的风景为主，集中在 恩施 、 利川 、 咸丰 三地，另外 巴东 、 鹤峰 还有一些分布。  
恩施 大峡谷、梭布垭 石林  
（4A景区， 恩施 所有景区中性价比最高，服务最好的景区。）、土司城等是当地著名的风景区。 恩施 隐匿于崇山峻岭之中，有着优美如画的风景，独特的土家吊脚楼，失落的土司文明，都会让你对这片土地产生向往之情。  
  
住：  
在 恩施 市区，推荐住在火车站附近，一方面是距离两个交通点很近（离飞机场搭车15分钟、火车站步行10分钟）；其次是道路通畅，时间好把控；去各个景区搭乘小交通很方便，火车站附近就是 恩施市客运站，有去 恩施 各个景点或者县市的客运车，非常方便，停车方便。  
住宿：城市便捷酒店( 恩施 火车站店)  
http://hotels.ctrip.com/hotel/2998971.html#ctm\_ref=hd\_0\_0\_0\_0\_lst\_sr\_1\_df\_ls\_1\_t\_hi\_ne\_2\_t  
城市便捷酒店( 恩施 火车站店) : 恩施 市 国际商贸城E区 ，金桂大道 恩施 市城建监察大队火车站中队东90米。 【 恩施 火车站商圈 】2017年开业， 99间房，电话0718-8966711。城市便捷酒店（ 恩施 火车站店）位于国际商贸城E区，出酒店门向左步行5分钟就可到达 恩施 火车站。酒店位置很好，来 恩施 自由行旅客住宿的最佳位置。 恩施 火车站出来广场右前方绕过圆盘歩行5分钟就到，酒店门口有奥山世纪城公交车站，对面是 恩施 汽车客运中心和旅游集散中心，去大峡谷、梭布垭 石林 、各景区、各县城的客运汽车，都是在对面的 恩施 汽车客运中心坐车，去大峡谷的车每天早上6:30开始，25元，滚动发车。在门口的奥山世纪城公交车站坐31路去女儿城，坐30路到土司城。酒店很新，每天都会提供免费矿泉水并更换房间用品，非常好。对面有民俗一条街，吃饭推荐土家幺妹私房菜，味道好，经济实惠，购物都非常方便！  
恩施 民俗街  
这家私房菜店，菜品味道好，量足，价格优惠，服务热情。在 恩施 的几天，都在这家店吃饭，十分推荐。  
恩施 景点分布：  
此次列入行程的景区  
1、土司城， 恩施 市区内  
2、女儿城， 恩施 市区内  
3、 恩施 大峡谷（七星寨+ 云龙 地缝）， 恩施 火车站附近 恩施 汽车客运中心发车票价25元，乘车时长约2小时，末班车18：00，游览时间6-8小时。可入住 恩施 火车站附近，当天往返。  
4.梭布垭 石林 ， 恩施 火车站附近 恩施 汽车客运中心发车，票价25元，乘车时长约2小时。游览时间约4-5小时，可入住 恩施 火车站附近，当天往返。  
18日Day6： 恩施 梭布垭 石林 一日游；  
在 湖北 恩施 ，自然风光数不胜数，但若是要找一个最有沧桑感，最能感受历史变幻的，那当属 湖北 恩施 梭布垭 石林 景区。在这里，你不但会感叹大自然的鬼斧神差，更像是游走在一条时间的隧道之中，满足你对于4.6亿年前的种种幻想。  
恩施 的梭布垭 石林 ，这是一个非常具有神秘感的地方，并且他还有着世界第一奥陶纪 石林 的美称，因为在这里秘境跟一些化石遗迹我们都能看到。把他形容成一座远古的地质博物馆是非常形象的，而且还有在4.6亿年前形成的奥陶纪时期。它的总面积，大约有21平方公里。是一个仅次于 云南 石林 的第二大石林 ，梭布亚 石林 ，它的地理构造非常的特殊， 石林 基本上都达到了20米左右，是 云南 石林 的，将近十倍，这一神迹也可以看成是世界上非常罕见的奇迹。整个 石林 外形象一只巨大的葫芦，四周翠屏环绕，群峰竞秀。它拥有着大小共100多个经典的自然景观，景区内独特的“溶纹”、“戴冠”景观，是一大亮点。狭缝秘境、化石古迹随处可见，堪称一座远古地质博物馆。经考古专家考证，梭布垭 石林 形成4.6亿年前的奥陶纪时期，是世界最古老的 石林 之一。  
梭布垭 石林 是 恩施 最美的风景，犹如一座海底迷宫，穿行期间，仿若走进了远古时代，令人惊叹不已。狭缝秘境 ，化石古迹，造型奇特，姿态万千，美轮美奂，叹为观止！大自然的神奇力量，让这里每一个石头没有水，每一棵树，都富有了生命力。有的就跟少女一样。看到人非常的害羞，所以从来不一面示人。这里的，森林植被也被保护得非常好，他被称为 中国 的戴冠 石林 之首。这里的树木一年四季都不会枯萎，而且每一年每一季都会有花有果，非常的丰富。海枯石烂成为梭布垭的真实写照。梭布垭石林 分四大景区，爬山强度不是很高，游客会比较少，游览时间3－5小时，游览主要景区青龙寺、莲花寨、磨子沟、 九龙 汇，莲花寨、 九龙 汇最美。到了 恩施 ，不去 恩施 ，那就太遗憾了。秘境 恩施 ，大美 石林 ！穿越4.6亿年的梭布垭 石林 ，真真正正见证了海枯石烂！  
恩施 城市快捷酒店（火车站店）去 梭布垭 石林 ：从对面的 恩施 汽车客运中心坐专线车直达。  
城市便捷酒店( 恩施 火车站店)对面就是 恩施 客运中心，有直达 恩施 大峡谷、梭布垭 石林 等 恩施 各景区、各县的班车。  
恩施 客运中心（ 恩施 火车站傍边）搭乘 恩施 ——梭布亚 石林 专线车，车程约2小时，车票25元/人，专线车直达梭布亚 石林 景区游客中心。第一班车发车时间7:10左右。人满滚动发车，频次较高，每一班车间隔约0.5小时。回程最后一班17:30。  
首先专线车会直接带大家到达景区的游客中心（售票处），大家下车后就能直接到窗口买票，非常方便。专线车驾驶员有代卖门票，一张80元，比景区便宜。建议大家购买套票（门票+区间车），因为这样一方面比较轻松，而且也节约时间，区间车一天有效，可以来回不限次数，很便利。  
梭布垭 石林 分为四大景区，从游玩顺序来说，分别是：青龙寺、莲花寨、磨子沟、 九龙 汇  
乘坐区间车的位子就在售票处背后，可以询问工作人员，感觉他们服务很好很热情。上车后，默认是把游客送到第一个景区：青龙寺。我们就先看看青龙寺的美景吧：  
梭布垭 石林 莲花寨景区 石林 分布密集，整个莲花寨以石莲为花、绿树为泉，犹如朵朵白莲生于碧泉，莲花摇曳间馨香万里。形态各异的 石林 ，让人浮想联翩，不由惊叹大自然的鬼斧神工。  
莲花寨景区中的犀牛沟，是莲花寨的精华所在。幽冥的 石林 谷底，阴暗湿润，各种苔藓植物展示着强大的生命力，在谷底中生长着。  
景区的核心景点-犀牛沟！一个让你感觉变成一只小鱼徜徉在深海之中的神奇地方！  
秘境恩施，大美石林。  
19日Day7： 恩施 土司城（上午）  
——回 重庆 （下午回）——朝 天门 码头（两江交汇、零公里标志），——过江索道（古老的过江方式，两岸江景尽收眼底），解放碑；  
恩施 土司城：最具有民族特色的古城  
恩施 土司城坐落在 恩施 市 西北 ，小地名叫土司路的地方，距市政府所在地500米。属全国唯一一座规模最大、工程最宏伟、风格最独特、景观最靓丽的土家族地区土司文化标志性工程。由 苏州 园林设计院设计，地方民间艺人承建的土家族地区仿古土司庄园建筑群。旨在以此为载体，历史地再现土家族地区土司时期的政治、经济和文化，反映土家族的历史渊源，展示土家族古老而淳厚的民风民俗。  
恩施 土司城包括门楼、侗族风雨桥、廪君祠、校场、土家族民居、土司王宫--九进堂、城墙、钟楼、鼓楼、百花园、白虎雕像、卧虎铁桥、听涛茶楼、民族艺苑等12个景区30余个景点。经全国人大副委员长、著名社会学家费孝通先生题写为" 恩施 土司城"。  
土家族历史悠久，为远 古巴 人的后裔。土司制度是历史上中央封建王朝，对少数民族地区，实行归属中央，权力自治的一种政治管理体制。土家族地区的土司制度，则起于元代止于清朝雍正13年的"改土归流"，历经元明清三朝，前后450余年。土司与中央封建王朝的关系，就是土司对中央封建王朝纳贡称臣，中央王朝对土司实行册封，准予自治。土司土地不入中央王朝版图，人口不入中央王朝户籍，生杀在掌、称雄一方。土司王：实际就是一个地方的土皇帝。  
  
恩施 城市快捷酒店（火车站店）去土司城：在门口的奥山世纪城公交车站坐30路公交车直达，回程仍坐30路公交车。  
【土司城】 感受土司文化（游玩约2－3小时）有土家族吊脚楼、钟楼、鼓楼、白虎雕像、土司王宫等，这些都彰显其独特的土司文化。土司城以展示民族文化为主，体现土家族人民的思想空间观念和聪明技术才智。土司城每天固定时间有民族文化表演，不得不说土家族是个能歌善舞的民族。一般表演时间在上午10:00和下午15:00，演出时间约为45分钟。  
走进 恩施 土司城，迎面一座赫然高耸的是土司城门楼。土司城门楼也称土司朝门或看楼，是显示土司威仪和功德的纪念性建筑。极其注重外观的庄重华丽，建筑内容上则集中体现了土家族的人文思想空间观念和技术上的聪明才智。  
土司城门楼高25米，宽12米，是栋纯粹榫卯结构的木楼。高大壮观、结构精良；布局精巧合理。两边走马转角楼梯可盘旋至顶，层层相通相连。门楼门窗由200扇门，189块镂空雕花图案组成，内容多为戏文及民间传奇故事。有趣的是，整座门楼还隐含着许多奇巧而又寓意双关的数字，如门楼高4层、12根柱、24根梁。那意味着什么呢？意味着一年中的4季、12个月和24个节气。还有门楼屋顶上数只蝙蝠拱托着一枚古钱的装饰雕塑，它叫"福在眼前"。福就是借指蝙蝠，钱就是那枚铜钱了。真算是无字胜似有字，于无声处说吉祥了。  
门楼前面左右两座神人牵着龙的雕像，叫作“天王送子”，表现的是土家人普遍存在“望子成龙”心理 。  
  
廪君庙  
坐落在游船码头对面山上的是土家族十分崇尚的先祖廪君庙，廪君庙为三层三进重檐廊柱式建筑，坐西朝东，雄峙山腰，巍峨气势。紧傍庙宇，沿山壁绘有巨大长卷壁画，壁画记载了廪君一生的豪情壮举，谓之"廪君开疆拓土胜迹图"。  
巴人及其后裔土家族崇尚的廪君，还有段十分神奇而动人的传说。相传廪君是生活在 长阳 武洛钟离山的巴姓人之子，名叫巴务相。钟离山上有赤黑二穴，分别住着巴、樊、覃、相、郑五姓人氏。巴姓住在赤穴，其余四姓住在黑穴。蛮荒之初，没有头领。于是五姓人氏商定以投剑于石穴，投中者尊为头领。经比试，唯巴姓之子巴务相一剑投中，其余四姓皆未投中。四姓不服气，再次约定乘坐土船游于江中，土船不沉的立为头领。比试结果，又是巴务相乘坐的土船不沉，其余四姓的土船下水即沉。四姓至此认为这是天意，于是推举巴务相作头领，统领巴人。巴务相胸怀大志，嫌钟离山狭小，决意要为巴人另创基业。便率领五姓巴人，沿古称为夷水的清江而上，去开疆拓土。途中经过叫盐阳地方，盐阳有位专司熬盐济世的女神，爱慕巴务相超凡豪雄，以身相许要与巴务相结为夫妻，并劝巴务相留居盐阳。巴务相虽感女神多情，但仍觉盐阳不够广大。非巴人久留之地。坚持溯江而上继续前进。女神无奈，便晚上前来陪宿，早上化成飞虫与诸虫同飞，遮天蔽日，令巴务相与众巴人不辩南北西东，寸步难行。巴务相于焦虑中断定是女神暗中阻挠，便乘女神陪宿之机割下自己一绺头发，作为信物赠与女神。女神即将头发系于项间。待次日诸虫再飞之时，巴务相瞄准系有头发的飞虫，挽弓搭箭，将化为飞虫的女神射落，天开明朗。巴务相便继续率巴人前行，直到古称夷城的 恩施 地方，巴务相觉得夷城地方广阔，便留住下来，建立了巴国。巴人由此便从以渔猎为生的原始落后生活方式转为了较先进的农耕生活。  
巴务相心愿已了，便坐化升天，死后化为白虎。众巴人为缅怀巴务相功德，建廪君祠立像祭祀，同时也感女神熬盐济世之恩，便也塑女神像陪于廪君之侧，称巴务相为廪君，称女神为德济娘娘，春秋饷祭，四时烟火不绝。从此，廪君即成了巴人及巴人后裔土家族世代尊奉的生命之神。  
王府九进堂  
九进堂是整个土司城的核心部分，由333根柱子、333个 石柱 础、330道门、90余个窗、数千块雕花木窗、上千根檩子、上万根椽木组合而成。进深99.99米、宽33米，总建筑面积3999平方米，是目前国内罕见的纯榫卯相接的木结构建筑。举目望去，亭台楼角、层檐飞爪，高低上下，错落有致，显出雄奇，巍峨和富丽堂皇。九进堂，也就是道地的一座土司皇城  
未完待续  
一花一世界，一木一浮生，一草一天堂，一叶一如来，一砂一极乐，一方一净土，一笑一尘缘，一念一清静。  
不系之舟  
2018年12月18日

评论：  
1.那里的人还算比较和善，我印象中也是挺美好的一次旅行。  
2.请问总费用大概多少？不包括购物的话~  
3.本次9日自由行没买什么东西，扣除购物人均总费用约4800元。  
4.恩施人民挺热情的，问路什么的都能详细告知，赞一个。  
5.秘境恩施，大美石林！穿越4.6亿年的梭布垭石林，真真正正见证了海枯石烂！恩施最美的风景！[愉快]  
6.喜欢这个帖子，打算明天去就用这个做攻略了！然后在来评价！  
7.不错也，希望自己有时间也能去亲自体验一下~~~  
8.秘境恩施，大美石林！穿越4.6亿年的梭布垭石林，真真正正见证了海枯石烂！恩施最美的风景！祝你旅行愉快！[愉快]  
9.重庆最具有代表性的特产：陈麻花（磁器口古镇大门入口左手边第一家），很多人买，我也买了各种口味的30多包，还有就是麻辣火锅料。  
10.谢谢楼主分享，求推荐当地比较具有代表性的特产~~~

## 214.赏北纬30°的自然恩赐4天3晚游恩施旅游

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3762340.html

来源：携程

发表时间：2018-12-24

天数：4 天

游玩时间：7 月

人均花费：1600 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自驾，人文，跟团，徒步，小资，周末游

旅游路线：恩施，神农架，武当山，恩施土司城，恩施大峡谷，清江大峡谷，绝壁栈道，七星寨景区，迎客松，一炷香，腾龙洞，齐岳山，鹿院坪

正文：  
知道湖北有一个叫作  
恩施  
的地方，源于大学时同寝室的女同学，她是恩施 人土家族，那时经常听她说 恩施 的美食、 恩施 的美景，每年寒假室友回到 恩施 老家过春节，开学回来必定会带一样 恩施 的特产，还有她们家自己做的酱料用来下饭，民以食为天，重口味如我，每次她带回寝室的特产，过不了几天便会被一扫而空。享用了美食，美景看不到也是遗憾，室友总说明年暑假，我带你们去 恩施 玩一圈，然后明年复明年，转眼大学四年光阴即逝，毕业后大家各奔东西，室友当了妈，在外地定居，每个人都守在一 方城 市奋斗打拼，于是，我们的 恩施 之旅就只成了我们青春时期最美丽的幻想。而如今，我终于拔足 恩施 ，心底多少是有些感慨和激动的，虽然来回只有四天，但 恩施 的山水、 恩施 的峡谷、 恩施 的土司文化，终于可以让我与大学室友描绘的最美 恩施 对上了号。  
走进土家族村落，品味古朴吊脚楼：在 恩施 崇山峻岭之中散落着一片一片安静的小村庄，这里有 恩施 土家族的特色建筑——吊脚楼。小溪，是 恩施 市盛家坝乡的一个自然村落，一条清溪从山谷中流过，数十栋保存完好的吊脚木楼，或聚或散在两岸茶园稻畴之间，春花无数，秋实满山，朝有山风吐雾，暮有溪水映霞，美得让人心醉。  
由于历史与地理的原因，“土司文化”一直徘回于我国主流文化的边沿，一直不被人所知。多处吐司城遗址在 恩施 特殊的地理环境中得以保存。走入土司城，犹如时光倒转，每一片砖瓦，每一个器物都向你诉说着历史，静静在城中游览，辉煌的土司文化逐渐在脑海中立体起来……  
土司城  
旅行之前的准备：  
1、恩施  
对外大交通  
简要攻略：  
从外地前往恩施咸丰县坪坝营景区一般都是要先到达恩施市，再从恩施市乘坐景区专车到达咸丰县或坪坝营景区。那我就把恩施的对外大交通简单的搜集一下了；  
①、地理位置：  
恩施市地处湖北省西部偏南，与重庆市、四川省接壤，距离陕西南部、湖南北部仅  
仅百公里的里程，周边有  
神农架  
景区、  
武当山  
等国家榜单级的风景名胜地。恩施是一个以土家族为主要民族的城市。其境内以铁路运输与公路运输为主，航空运输为辅。  
②、铁路客运：  
恩施火车站  
坐落于恩施市枫香坪村与小龙潭村之间，距离恩施市中心有一点路程。由于是新建的铁路线上的车站，因此难免显得有点冷清与偏僻。  
恩施站  
是沪汉蓉客运专线之中  
宜昌  
到重庆万州铁路联络线的重要车站，隶属于  
武汉  
铁路局宜昌车辆段管辖。其每天通勤的列车为102趟次，其中大部分以动车组编组列车为主，其他快速列车为辅。 整个火车站的面积超过4万平方米，其中包括站房、车站广场以及绿化广场等区域。其中车站广场有公交车车站和社会农班车临时停靠点等。形成了较为完整的综合运输体系。 车站的周边很多都是农村拆迁户的房子，这些房子大部分都改为酒店、客栈和餐厅了。而这附近的住宿方面几乎是不成问题的，而且价格比较便宜，价格一般在100元以内。这里的农村人比较淳朴到此选择酒店一般人身财产安全还是比较有保障的，而且车站旁边就是  
公安  
机关呢。 餐厅方面的话，车站广场的对面的楼房的下面全部都是大大小小不一的餐厅，其人均消费在20-35元之间，还算比较公道的消费水平，对于车站附近的餐厅的消费而言。 恩施火车站订票电话：027-9510 5105 ；客服电话：027-12306 。 恩施站的营业时间为06:00-23：30，自动取票机与取票机则为24小时全天候营业服务。而作为连接东部与西部地区唯一的客运专线恩施站占据了先天的客运优势，境内的宜昌-重庆万州的宜万铁路连接到武汉-广州、武汉-北京的高铁线恩施在铁路上可谓是承东启西、连南接北的铁路运输格局。因此，恩施在铁路运输方面优势很明显。  
恩施主要的客运路线是重庆、成都方向与合肥、南京，上海方向的客运通勤为主，到杭州、宁波方向为辅。每天始发/终到至重庆、武汉方向的动车组列车 不下于50趟，铁路出行非常方面的。  
③、公路客运：  
恩施境内的高速公路只要是G50沪渝高速（上海-重庆）以及G6911恩来（恩施-  
来凤  
）高速公路和G209国道（内蒙古呼和浩特-广西北海）以及多条湖北省内省道、二级公路筑建其连接对外交通的主要工具之一。  
从周边地区四川、重庆、陕西、湖南以及湖北其他省内城市等地前往  
恩施自驾  
的话基本上都是在4小时车程以内的。  
恩施长途汽车站的班次很多也是以到周边的重庆东部地区、四川东部地区、湖南北部地区、陕西南部、安徽西部地区以及湖北省内地区的长途运输为主。恩施长途汽车站还有少量的隔天发车到达上海、苏州、无锡、杭州、宁波、温州等长三角地区的客运大巴。  
恩施到其管辖的范围的县市均有流水班车班次，从恩施汽车站或者火车站广场的车站乘坐大巴前往坪坝营景区大约3小时左右即可到达，而火车站广场的大巴停靠站有到  
恩施土司城  
、  
恩施大峡谷  
等著名的景区、景点的大巴直达。  
④、恩施的航空客运：  
恩施机场  
是  
许家坪机场  
，为国家3C类客运机场，并办理大型的货运业务。机场的位置离恩施市区很近，大约6公里左右。恩施市区到许家坪机场有机场专线A线直达。恩施火车站、恩施汽车站到机场也有相互通勤的大巴车。  
恩施许家坪机场  
主要是到武汉、南京、上海、重庆等地的航班为主。详细航班以及运行时间可以登陆恩施许家坪机场官方网站http://www.esairport.cn/进行查询。  
土司城  
恩施最早了解到土司制度还是因为去了藏区，后来去了 泸沽湖 ，又了解了摩梭人的土司文化，而如今来到土家族人的地界儿，这里居然也有土司。土司，而非吐司，是一种政治体制，它是历史上中央封建王朝，对少数民族地区，实行归属中央，权力自治的一种，皇帝给予土司册封，土司对当朝皇帝称臣，尽管如此，土司的土地不会纳入中央王朝版图，人口不入中央王朝户籍，生杀在掌、称雄一方，也就是当地少数民族的土皇帝。  
土司城歌舞中的土家族民族史诗；来凤 县是摆手舞的故乡，摆手舞是土家族最具影响的大型歌舞，带有浓烈的祭祀色彩，以讲述人类起源，民族迁徙，英雄故事为主要内容。摆手歌长达数万行，堪称土家族民族史诗。跳摆手舞不拘人数多少，少则数百，多则上万，摆手时，以击大锣、鸣大鼓呼应节奏，气势恢宏壮观，动人心魄。  
利川  
利川  
利川  
知道要来 恩施 兴奋之情难于言表，正如前面所说，这是为了还青春期的一个梦，于是迅速的查询往返 恩施 的交通信息。其实从  
上海 出发去 恩施  
，有多种路线可以选择。  
比如 一：可以从 上海 乘坐高铁动车亦或是飞机前往 武汉 ，再从 武汉 乘坐动车前往 恩施 ，但这样有一个问题就是  
武汉 到 恩施  
只有动车，行程大约六个多小时，全程下来人还是相对比较疲劳的。  
比如 二：从 上海 乘坐高铁动车亦或是飞机前往 湖北 宜昌 ，再从 宜昌 乘坐动车前往 恩施 ，同样从 宜昌 到 恩施 也只有动车，行程大约两个多小时，唯一的问题就是  
上海 到 宜昌  
直飞的航班比较少，大多数需要在某地中转，如果乘坐高铁动车亦需要七、八个小时，加上 宜昌 到 恩施 的两个小时时间，真心累。  
再 比如 三：就是我选择的这趟行程，因为 重庆 到 恩施 的动车只需两个多小时，  
上海 飞 重庆  
的机票又及其便宜且都是直飞航班，所以我妥妥的选择了第三者，只唯一有一件需要看运气的事儿，就是 重庆 是雾都，12月时无论是 上海 或 重庆 ，都会有雾、霾天气会影响飞机起飞，所以飞机延误不延误，拼人品吧。  
事实上， 湖北景点很多，大多数也十分分散。作为资深旅行爱好者的我来说也会经常迷路，所以个人建议，如果两人或以上，可以选择一位私人导游，不但可以轻松地游览恩施的主要景点，还能听到生动有趣的讲解，当然拍照这种事情也可以麻烦导游朋友。 恩施的导游很多，甚至一路上能碰到几十个，这些路边拉客的“导游”大多是私拼团的员工，他们会把你带到旅行社拼团然后再招揽别的顾客，所以请大家不要轻信，因为他们根本就不是导游。  
LZ在网上看了很多的攻略，各式各样的都有，五花八门，网上看到很多人都推荐恩施小燕，说她是一名十分了解恩施的导游，为人和蔼，能说会笑，在  
恩施游玩  
三天，我们选择了小燕，省了不少心，提供三天的导游服务，而且重点是服务态度好。恩施小燕+威信：enshixiaoyanzi  
恩施 先知道；恩施 土家族苗族自治州位于 湖北 省西南部，隐匿于崇山峻岭之中；她养育着土家族、苗族、汉族、侗族等27个民族，民风淳朴，她还是 中国 最年轻的自治州，现辖 恩施 、 利川 两市和  
建始  
、  
巴东  
、  
宣恩  
、  
咸丰  
、 来凤 、  
鹤峰  
六县。  
土家的吊脚楼、侗乡的风雨桥、七月的女儿会让这里变得多姿多彩；秀美的山水，一望无际的茶园美景，气势雄阔的悬崖峭壁又让这里多了几分勃勃英姿。当你踏上这片土地，你或许会沉醉在那片绝美的峡谷风光中，钟情于这里的一 方山 水，抑或着迷于古老而神秘的土司文化之中。 恩施 ，一如其名，大自然赠予了她一副绝世容颜，隐匿于崇山峻岭之中的她正待着人们前来揭她的面纱。  
恩施恩施 旅行时间  
最佳旅游时间是4-7月与10-11月。  
4-7月，春夏之际，高山峡谷中，各类鲜花竞相开放，看杜鹃花、看油菜花、云海；  
10-11月，金秋时节，枫树、杉树五颜六色，视觉盛宴。  
恩施 州雨多、雾多，雨热同期，所以在此地旅游常会因为一连几天的坏天气而影响游览，所以前往 恩施 旅游最好避开雨季，但是 恩施 的大山如果没有雨也不好看，最好的天气就是雨过天晴，能看见云海飞瀑和云雾缭绕的美景。  
恩施 交通  
航空 恩施 许家坪机场  
渝、湘、鄂、黔四省交界处唯一机场，距离 恩施 市区仅4.5km。  
航线： 恩施 - 宜昌 / 武汉 / 广州 / 北京 / 上海  
火车 恩施 火车站  
宜万铁路的始发站之一，全线最大的市（地）级中间站，距市中心约7公里。  
线路： 恩施 - 成都 -  
重庆 - 武汉  
-  
广州 - 福州  
-  
青岛 - 郑州  
-  
厦门 - 杭州  
-  
上海 - 南昌  
汽车 恩施 - 重庆 - 武汉 - 宜昌 - 利川  
考虑到我们只有四天时间，然后 恩施 的景点比较分散，基本都需要时间比较久的大巴或者包车，所以我们提前在一嗨上预定了车，决定飞到 恩施 自驾 出行，这样来说行李好存放，然后行程的自由度也上升很多，三人分享一辆车，相对来说更加经济安全。  
具体 租车 的细节如下：  
租车 时间： 2017-07-08 18:00 ~ 2017-07-12 16:30  
租车 租金 455 + 油费 260  
我们行程的开始，导游为我们安排了两个景点，一个是人文景点 恩施 土司城，一个是自然景观： 石门 河风景区，一文一武搭配的刚刚好。早晨七点半，我们在酒店用完早餐，便踏着薄雾出发了。  
恩施许家坪机场  
恩施 第一顿 - 张关合渣，也是小伙伴推荐的本地特色菜，第一次尝试，还是很赞的！！！吃饱喝足，回青旅睡大觉，明天一早可是要直奔大峡谷去喽。  
恩施  
位于长江 三峡 附近的鄂西南 恩施 土家族苗族自治州 恩施 市屯堡乡和板桥镇境内的 恩施 大峡谷，是  
清江大峡谷  
中的一段。峡谷全长108km，总面积300多平方千米。峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。  
游览大峡谷最开始的一段路是最难的，石阶陡而长，一根登山杖可以为你节省不少体力。如果不想登石阶上山，可以从游客中心直接坐缆车上山，这样会轻松很多。  
绝壁栈道  
是整个峡谷最精华的部分，全长488米，118个台阶，位于海拔1700米、净高差300米的绝壁山腰间，行走其间“步步惊心”，步步是景，游览的时候可是要注意安全。  
门票  
旺季：170元（3月1日-11月30日） 优惠票：85元  
淡季：80元 （12月1日-次年2月29日）  
景交车：30元人/次（往返）  
手扶电梯：30元/次（自费项目）  
开放时间  
旺季（3月1日-10月30日）：8:00-16:00  
淡季（11月1日-次年2月底）：8:30-15:30  
景区有时会对开放时间进行微调，以景区当日公告为准。  
交通  
乘车路线： 恩施 市区坐公交车/出租到航空路车站，再转直达大巴到景区  
自驾 路线：  
①从 恩施 城走航空大道，经过土司路和旗峰大道上318国道，几分钟之后靠右手边的  
分叉路口，进入到大峡谷景区的路，一个小时左右就到了大峡谷停车场（马鞍龙停车场）  
②从 恩施 出发直接走318国道，到团堡镇后从右手下国道走大峡谷专用路，到马鞍龙停车场  
自驾的好处就是可以随走随停，自在，路上的风景可以不再错过，不留遗憾。对于恩施自驾 来说，最最重要的就是小心驾驶，慢一点，因为山路，弯路大概能占据80%山路十八弯大概就是这样的体验，所以你看导航不过50公里，你却要驾驶近2小时，的确是这样的。我们进入 盘山 路之后就看是尖叫，为两侧的风景打CALL！然后即兴停下，发现绝美的一幅画面。  
大峡谷通票包含了云龙地缝和  
七星寨景区  
，以及往返的景区交通，提前就预订好了门票，到了景区直接找游客中心取票专门的窗口，基本省去了排队，很是方便。取好票直接景区接驳车上等着发车，因为人还是蛮多的，所以大概5分钟左右车子就发动了，一路 盘山公路上去，来到第一站- 云龙 地缝。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷云龙 地缝  
云龙 地缝至少形成于5千万年前，从地缝顶部到地缝底部的地层主要为形成于2.1－2.9亿年间、跨二迭与三迭纪的灰岩，是世界上唯一两岸不同地质年代的地缝。 全长3.6千米、平均深75米，平均宽15米，两岸陡峭，飞瀑狂泻、缝底流水潺潺，上通 天水 暗河，下联莽莽清江。  
地缝上共有7条半瀑布(有一条瀑布叫“半流瀑”，丰水期有，枯水期无，故称半条瀑布)。 云龙 河地缝曾是 云龙 河的伏流段，以暗河形式沉睡地下二、三千万年，后因水流在地下强烈掏蚀，在地表不断剥蚀、致使暗河顶部坍塌，地缝才得于面世，成为 恩施 大峡谷一大奇观。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷从入口一路下去，经过廊桥，然后就一路台阶下去到地缝下面。  
恩施大峡谷  
站在桥上看地缝奇景，飞瀑激流  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
悬空栈桥人满为患，庆幸还能拍一张人稍微少一点的！后来人潮涌来，根本连站的地方都没有了。。。  
恩施大峡谷飞流直下三千尺  
跟大自然相比，人瞬间变得很是渺小。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
虽然人很多，即便天气一般，但是这个景还是很赞的，就这个点，好多人排队拍照，我们也不例外，不过！！！不要以为我们是到此一游打卡来了，请看咱们的成片《手机》  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷从云龙 地缝上来，直接就到 云龙 地缝服务中心了，然后搭乘接驳车去往七星寨景区，也就是目前开发的大峡谷核心景区。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
七星寨是目前 恩施 大峡谷的主景区，也是喀斯特地貌发育最佳的一片。  
恩施大峡谷不想爬山的搭乘索道  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷千回万转终于上山，远远的还能看到坐缆车的慢悠悠上来，这个时候只能对自己说：继续爬吧  
恩施大峡谷  
缆车下客的地方有很大的平台，适合休息，然后安心的撸一会片子，环顾四周，只有那云海与  
山丘  
，不见人烟，没有繁杂的琐事侵扰，心也舒坦喽。  
恩施大峡谷  
没坐索道，却在索道站看缆车来来往往，感觉超级好玩  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷恩施大峡谷恩施大峡谷恩施大峡谷躲在高处角落偷看小凉亭  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷恐高的孩子你可别跟我学哈，别人催着我们走，我们偏不走，赖在悬空栈道边上，脖挂5斤单反，双手持手机，一动不动！干哈呢？？？延时ING 为了记录点好玩的东西，又担心手机的安危（穷！！！掉下去回去要被打死）所以死命握紧手机，颤抖着撸延时，给自己打Call !!!  
从高空俯瞰，车子都变成MINI版了，跟移轴一样的一样的，看着车子移动就像看小电影一样。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷这样看过去，你会感叹人的创造力和实干的力量，就这样凭空打造出悬空的阶梯。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷走到这一段的时候，已经可以看到清江了，然后  
迎客松  
，各种林立的孤峰，地貌景观显得奇特而又新奇。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷无数人围着拍照的  
一炷香  
，远看还是蛮奇特的，照片实在拍不出什么特 别奇 特的感觉。  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷  
恩施大峡谷从大峡谷出来已经是4点多，然后等回程的接驳车，到景区出口正好是下午5点，我们是早上9点正式开始玩，整整8个小时，一直在运动，感觉腿已不是自己的了！  
直接去停车场 取车 ，去下一个目的地， 利川市 ，因为计划第二天去  
腾龙洞  
。一路上也是慢悠悠走，山路不急，这里日落也是比较晚，开了一个小时左右到了 利川 ，因为预定的青旅略坑爹，没地方停车，绕来绕去找不到地方，索性先去吃晚饭了。。。  
第二天睡到比较晚，因为腾龙洞比较近，从市区开车过去6公里路，而且都是公路，不是 盘山 路，20分钟到达。  
腾龙洞属 中国 目前最大的溶洞，世界特级洞穴之一。  
强大的清江河水塑造了腾龙洞群，其形成大致分为三个地质变化塌陷阶段：第一阶段发生在海拔1140-1150米之间，然后继续塌陷至1100米，即现在干洞入口的水平高度，那时，干洞是清江暗流 通道 。  
第二阶段，由妖雾山的大型岩崩引起，致使清江伏流廊道朝北改向，清江河道由1100米下降至1060米，即今天清江河床的高度。第三阶段塌陷发生在今暗流所处水面，河道标高140米，暗流河道的变更至今尚未停止。腾龙洞景区由水洞、旱洞、鲤鱼洞、凉风洞、独家寨及三个 龙门 、化仙坑等组成。洞口高72米、宽64米，洞内最高处235米，初步探明洞穴总长度59.8公里，洞穴面积200多万平方米。洞中有5座山峰、10个大厅，地下瀑布10余处。洞中有山，山中有洞，水洞旱洞相连，主洞支洞互通。洞内终年恒温14一18℃，空气流畅。  
门票  
成人票：180元/人  
优惠票：90元/人  
1.学生证（全日制本科以下在校学生）；  
2.身高1米2以下的儿童；  
3.60—69周岁老年人凭本人身份证。  
开放时间 9：00-17：00  
腾龙洞  
腾龙洞  
腾龙洞入口处的倒影真的是看看大师的作品就好，我死皮赖脸拍了好多张！！！最后实在找不到能说好看的，或者说看的下去的，心累。  
腾龙洞里面。。。太空旷，而且很多地方还在建设，也没有什么特别的地方，关键的是！特别冷在里面非常凉爽，外面35度，里面12度，12度！！！  
腾龙洞  
辛亏是有这一出表演，不然这腾龙洞绝对是8块钱！有了这场演出，我给18！  
腾龙洞  
利川  
利川  
利川  
腾龙洞  
腾龙洞  
利川  
腾龙洞  
看完演出赶紧出去，下午的激光秀也是放弃了，因为要等到下午，我估计我会被冻死，冻死，冻死  
腾龙洞  
腾龙洞  
齐岳山  
算是此行的意外惊喜！本来还没打算去，但是腾龙洞实在是太无聊，原本打算一天的行程，2小时就结束了，所以临时改行程，午饭后直接去齐岳山，又是几十里山路的奔波喽。齐岳山中国 南方最大的山地草场，位于 湖北 省 恩施 的 利川市 。齐岳山自 重庆石柱 进入 利川 境内后，由西南向 东北 绵延，主峰1911.5米，平均海拔1500米以上。  
恰似一壁巍峨的城墙横亘西天，成为古时荆楚、巴蜀中间地带的一大屏障和军事要地，故有“万里城墙”之美誉。这里夏季绿草茵茵、牛羊成群，现有跑马场三处。是南方人难得一见的草原风光。冬季白雪皑皑、 玉树琼枝，又是一派北国风光，是度假避暑休闲的理想之地。没有公交，对，除了 自驾 ，那就是包车了，因为还是没有开发的景点，但是，真的超赞，不花一分钱门票，秒杀腾洞！！！  
陪伴风车的 灯塔  
给我一分钟，给你无数个风车，就是这么拽  
齐岳山  
齐岳山  
今天离开 利川 ，因为腾龙洞这个坑爹的景点，让我们两天的行程变成了一天，一下子闲下来不知道去哪，然后就睡得晚一点，去吃个本地的早饭，然后一路开车一路看哪里好玩。利川 去 恩施 的路上，开着开着听到有异响，立马下车查看，然后发现轮胎扎了根钉子 然后开始一路找修车店，真是艰辛呢！好不容易找到一家，然后人家说停电了，修不了哎。。。继续前行，上天保佑，终于是给找到一家修车店，老板利索的帮忙修理好，20块，还是蛮公道的。就在老板修车期间，我们决定去女儿湖和  
鹿院坪  
走一遭，来多来了，就去呗，反正咱们有车，想走就走  
后来的后来，事实是残酷的，我们跟着导航走，驱车50公里，来到了女儿湖边上，对，就是边上，地图一直显示就在前方，可是前方只有大山，大山，大山，转了N久之后，算了，不找了，晕头转向，先去小镇上吃顿饭，接下来去鹿院坪吧，放弃女儿湖。然后来到鹿院坪，路边打麻将的大爷大妈说，哎哟进不去赖进不去赖，在施工赖，已经中午了，要进去要从另一条小道，要走3个小时才能走到村子入口，今天肯定来不及。。。哭晕在鹿院坪施工铭  
去往鹿院坪的路上，经过 恩施 大峡谷。  
恩施大峡谷  
恩施 大峡谷一段，愿意的看到好大的瀑布。  
恩施大峡谷  
这车看起来比我们的车6很多！  
鹿院坪属于 恩施 大峡谷的一部分，与世隔绝，暂时还没开发，目前正在修建鹿院坪生态景区，看这规划貌似很是不错。  
计划土司城，女儿城，然后就市区随便逛逛，直接驱车机场，回我大魔都。  
土司城墙有万里长城之雄浑，南方长城之神秘，意为土家依险而据，守险自立。城墙脚下的九进堂，布置着土司衙府的一应用品及各类居室的土家族衣食住行、婚丧嫁娶的古朴陈设，是土家族社会文化、物质文化的缩影。  
土司城是土家文化的展示区，土家苗寨风情博物馆，是目前国内规模最大、风格独特、景观壮丽、以休闲和修学旅游为主要功能、集土家族、苗族、侗族建筑艺术于一体的“中华土家第一城”。  
土司城依山而建，占地300多亩，距市中心仅500米，分为广场商务区、民族文化展示区、休闲娱乐区和宾馆接待区等四个功能区。主要景观有门楼、风雨桥、廪君祠、土家民居、土司王府(九进堂)、城墙、烽火台、钟楼、鼓楼、六角亭、百花园、白虎雕像、卧龙索桥等。  
成人票50元；儿童、老年票25元。我们在同程上买的门票，好像是35一张，还是蛮实惠的。  
土司城  
土司城  
土司城  
土司城  
土司城  
土司城  
土司城  
土司城  
土司城出来就直接去女儿城，因为女儿城是一个人工景点，类似于古色古香的购物街，进去的时候人也不多，还没逛我们就首先发现了一家点评推荐的餐厅，吃饱才是王道，所以就直接去吃饭了。  
女儿城  
女儿城  
女儿城  
女儿城  
女儿城  
女儿城没什么好拍的，逛逛倒还不错，就这么随意逛逛，到下午时间差不多了，直接去机场，早点 还车 ，在候机大厅在来几局农药也是不错的选择  
恩施 机场实在是小，单跑道，还好没什么航班，我们还是准时起飞，天气也很好，这个地方，你可能之前没听说过，但是知道了，请务必来一趟，真的是美死人不要钱！知道我们还没有玩尽兴，特地再送一场艳丽的夕阳，不枉此行！

评论：  
1.去过了嘛？？我觉得看攻略要选择性的看，楼主的观点肯定带了自己的主观想法，比如说腾龙洞，看你抱一种什么态度来看了，这样天然形成的大溶洞确实也有点震撼，但它也就是大的山洞而已，看你怎么想了~~如果不在乎这个所谓的世界第一，也可以去看别的溶洞，这边洞很多  
2.有个别路段比较难开，比如恩施大峡谷到利川腾龙洞路段，但开慢点就好了，路上景儿不错~~~~  
3.作为一个宝妈，我不建议你带三岁宝宝到这两个景点，因为确实累人，夏天带着他们过来避暑，住一段时间是不错的选择  
4.何止是凉快，哈哈，建议带长袖  
5.有一些路比较难开，比如恩施大峡谷到利川来的那段，有些绕山路段，开慢点就好了，路上景色不错  
6.那里车难开吗  
7.那个坪坝营森林木屋别墅在哪里啊作者？  
8.去没有？我打算过两天去，想看看你们是怎么安排的  
9.楼主的意思是不是就大峡谷还好，其余景点去的必要性不大是不是？打算明天出发，现在正在研究你的攻略  
10.峡谷里面会凉快一点吗

## 215.土家族风俗，年猪宴前先祭祀白虎

https://you.ctrip.com/travels/2015193/3762670.html

来源：携程

发表时间：2018-12-25

天数：2 天

游玩时间：12 月

人均花费：500 元

和谁：情侣

玩法：美食，周末游

旅游路线：

正文：  
我在黄陂的第一站实际上是木兰花乡。  
一、去锦里沟赴年猪宴  
入住的酒店着实让人欢喜，暖黄色的调子，独门独院，房前屋后花香袭人，几乎算是联排别墅。不过，冬季的木兰花乡还是有些萧疏，一个温柔的夜晚之后，我便将重点放在其他景区，首先去锦里沟赴“年猪宴”。  
黄陂人精明得很，他们以木兰文化为背景，将木兰花乡、锦里沟、木兰清凉寨、木兰云雾山、木兰山、木兰天池、木兰草原、木兰玫瑰园等景观打包，使生态农业、文化宗教及休闲娱乐“All in One”，统称为“黄陂木兰文化生态旅游区”，并将其打造成国家5A级旅游景区。  
锦里沟主要以土家族文化为核心。相传，当地土家族人系清朝雍正年间从西恩施迁移至黄陂蔡店，经过近三百年的生息繁衍和发展壮大，在锦里沟建起许多的土家山寨。所以，锦里沟的旅游元素，除花海、峡谷，还有民俗风情和山寨文化。我这次碰上的，就是土家族年猪宴。有土家族朋友看到我发的图片，说是又到土家族人“喝刨汤”的季节。  
所谓“刨汤”，是土家族风俗习惯。在“杀年猪，迎新年”活动中，用热气尚存的新鲜猪肉，精心烹饪而成的美食称为“刨汤”。我去年体验过苗族新年，与土家族不同，苗年是头人通过星象算出来的，每年时间不定。  
土家杀猪宴最经典的美食要数“土家抬格子”，类似粉蒸肉。老远就看到贴着对联的大门，联语通俗易懂，“忠孝王闻香下马，过路客知味停车”，横批是“吃好年猪宴”。“忠孝王”即指花木兰，因唐朝时封其为“孝烈将军”，黄陂人便将她当成忠孝双全的化身。  
门口有身着土家族服饰的男子招呼，给每位客人送一粒穿着红线的菩提子。其实，这里是个民俗村，正在举办“第二届锦里沟土家风情谷年猪宴”，与我参加过的苗族侗族人的长桌宴相似，相当于每位30元包括酒水的自助餐。  
二、先祭白虎后抬猪  
院子里灯笼高悬，锅炉沸腾，舞狮子的小伙子们正在操练。建筑别具风情，周围有粮仓、木雕、戏台、玩偶以及酒坛子和五谷作物等。此际碗已经摆好，酒已经上桌，只等客人们就座。有一种“摔碗酒”，用瓦碗盛装，喝完酒可以像绿林好汉那样将碗摔在地上，显得潇洒豪迈。  
客人们很快入席，主持人重点介绍来自武汉西藏中学的学生，并撺掇她们唱歌。果然，有两小女生架不住主持人的怂恿，唱了起来。没听懂歌词，但声音如天籁，赢得许多粉丝。  
一阵狮子舞过后，几个精壮汉子抬出一只白虎塑像，主持人说开席前要进行祭祀。于是，又上来几个戴着面具的祭司，手舞足蹈，走高伏低，大概是傩戏的一种。待念完祭文，抬出开剥好的肥猪绕场一周，才宣布开席。  
台上载歌载舞，台下吆五喝六。不大一会儿功夫，桌面如秋风扫落叶，已是杯盘狼藉。  
喝完刨汤，就可以去峡谷探险。现在无险可探，有座玻璃桥，可以在上面摆造型。不过，各地玻璃桥已经泛滥，走过去走过来，感觉不到新鲜。  
狮子滚绣球，好的在后头。最后才是压轴戏，以土家山寨为实景的战争剧。在我看来，重点内容是马术表演，但因为有故事情节，显得紧张刺激。寨主嫁女，结果遭到土匪抢劫，还打伤新郎官；于是寨主动员人们武装起来和土匪战斗；经过一番厮杀，打败土匪，还全寨人一个太平世界。  
演员们在奔驰的马背上或捉对厮杀，或上下翻飞，再加上烟火道具，场面惊心动魄，端得异常精彩。当土匪将新郎官绑在马后面拖着飞奔时，场上观众失声尖叫，甚至马匹也像受伤那样慢慢倒下，看上去训练有素，让人赞叹不已。  
实际上，锦里沟最美的季节是春夏时分，有樱雪长堤、兰浦花溪、桃源仙境、四季火棘，如果有机会，我将再来。这会儿则往木兰清凉寨，因为明晨要看日出。

评论：  
1.吃住还算不错，全部大概三千块  
2.这次和朋友，也经常独行  
3.我在草原拍到的相片最漂亮，所以推荐木兰草原，春夏时据说木兰花乡也不错，拓展训练去木兰水镇。  
4.楼主喜欢一个人出游还是和朋友一起呢？  
5.楼主你这次旅行不算购物的话花了多少啊？我看看我得攒多久。。。  
6.楼主最推荐的是什么啊？随便啥都可以，更精华的。  
7.自己扛相机拍哈  
8.这些节目都有，但估计有点冷  
9.啊啊，我一般挑最得意的相片  
10.浏览了一遍，图片要是可以再多一点就更好啦！

## 216.巴东纤夫文化走廊景区

https://you.ctrip.com/travels/enshi487/3763932.html

来源：携程

发表时间：2018-12-29

天数：1 天

游玩时间：10 月

人均花费：100 元

和谁：和父母

玩法：

旅游路线：

正文：  
九九重阳节随着峡州国旅来到  
巴东  
神农溪  
纤夫文化走廊玩一玩，早上8：30从宜昌出发经过2个多小时到达目的地。  
到达景区后，直接通过检票口检票，景区里的游客还挺多的。看见人聚集的地方，我们走过去，看见土家幺妹正跳着土家舞，台下的客人看得津津有味，每个人的眼光都被吸引过去了。  
到了最后一个节目是摆手舞，土家大哥站在舞台正中央，敲打着大鼓  铿锵有力，鼓声震如雷鸣，看其他的游客与幺妹跳得兴高采烈我也被这种气氛所吸引，也加入其中直到鼓声停止 。  
大爱无疆，助学巴东湖北峡州国旅九九重阳千人  
巴东  
行活动开始，最让我记忆最深的是一群活泼可爱的孩子，望着那天真无邪笑容感动了我，虽然我捐款不是很多，不能帮助他们解决大问题，但是我会持续关注他们。这次挺感谢峡州国旅和纤夫文化走廊景区能够举办公益活动，让这群孩子得到大家帮助和社会人士的关注。让我们一起过了不一样的重阳节。  
午饭时间到了，我们坐车到游客中心，听幺妹解释因景区今天游客太多，餐厅容纳人游客太少，所以把我们安排到游客中心，坐车过3分钟后到达游客中心，听我们的导游讲这里平时作为招待去往神农架的游客，还同时接待从  
巴东  
坐游船进来的游客，我们走到餐厅感觉少了一种说不出的氛围，我们吃得是当地的饭菜，味道就像自己家做饭味道一样，每桌都有洋芋、红苕但是唯有缺点是所装饭菜的餐具是用一次性饭盒。  
近回到景点，进入景点的门口却多了几位大哥拿着相机拍照，随着相机角度抬高，觉得自己从上午到这个时候没有好好看这里的山和水。觉得大自然的神奇是任何写作家无法用语言表达的。  
这里是纤夫的源地，我是从农民家庭走出来的我还是不忍心坐在船上，让几位大哥拉纤，但是纤夫的精神是我们所要学习和继承。超过小桥就会看见一栋土家吊脚楼，全都用木板所建造的，是我们小时候住过的木板房。一楼是可以观看电影，当我进去正播《漂洋过海来爱你》没有看几分钟就播完了，但估计我在拍摄的原地也有几分的感触。跨过门就是走廊，在走廊可以观赏景区的全景，一泻千里的自然瀑布，船上游客、幺妹、纤夫拉纤的情景唯有另一番风景。叮叮叮手机响了，通知我们该返程了，在返回的车上，其他伙伴都睡着了，唯独我拿出手机搜索着《漂洋过海来爱你》……

评论：  
1.顶顶~楼主等着你后面继续发别的游记哦！  
2.一看楼主就是特别厉害~给个赞  
3.交通方面方便吗楼主？已经打算去开始准备起来了。  
4.旅行中有什么感觉遗憾的地方吗？如果时光倒流，楼主会怎么再次安排呢？  
5.文字是无法代替照片的，对吗？  
6.感谢楼主的分享！希望楼主开心每一天！  
7.图片还不够多哟，楼主要加油~~  
8.片片可以再发一点吗~~  
9.想去这里呢，先看看你的游记感受下。  
10.好，非常实用，感谢楼主！想知道领着3岁的孩子，住在哪儿比较好呢？

## 217.泰国素可泰，大城自驾游

https://you.ctrip.com/travels/thailand100021/3763879.html

来源：携程

发表时间：2018-12-29

天数：26 天

游玩时间：10 月

人均花费：7000 元

和谁：和朋友

玩法：

旅游路线：

正文：  
有缘在网上结识了大哥，参加了平生第一次  
泰国自驾游  
，从大哥处了解到租租车平台，对广大自驾游群体帮助很大，大哥他们每次国外自驾租车都首选租租车平台，租租车平台是中国客服，对于我们语言不过关的客户有很大帮助。租租车有超级补充全险，使旅途无后顾之忧 ，租租车售后服务好。如出险了能很快得到理赔。  
11月1日晴  
原订的昨日住宿中不含早餐，早晨房东送来了新做的三明治和面包，让我们很感动。早餐后出发，今天的行程是楠府到帕府-  
素可泰  
第一个景点游帕府的诗南国家公园。这里的纳乃土林因奇特的地貌特征，受到很多游客的青睐。它是由土状堆积物组成的柱状地形地貌。像一个个大蘑菇。这里不收费，只是ー小块区域，让人感觉游性未了。  
中午十ー点左右到达  
素可泰  
。素可泰，是  
泰国  
的第一个王朝的首都。素可泰译为“快乐的开始＂。这是一处被列为世界文化遗产的遗址群，也是泰国最有名的世界遗产之ー。我们先去了索拉萨克寺，这个是免费景点，是一座素可泰时期非常普遍的斯里兰卡型佛塔，其底座为24头白色大象，整座佛塔由24头大象托起。在中心收费区外。进入中心区，  
素可泰历史公园  
，这是一处被列入世界文化遗产的遗址群，也是泰国最有名的世界遗产之一。数百年间一直静静地荒废在茂密的丛林中，泰国艺术局和联合国教科文组织合力对其进行了修缮，建成了现在的遗址公园。古迹周围都是草坪，池塘里荷花盛开，像个大公园。在城墙内的主要遗址有36处，城墙外有90处，如果包含其他小遗址总共有300处以上。 门票每个人100泰铢，外加自行车门票10泰铢，租自行车每人30泰铢，门外有观光车，问了ー下，ー个小时时间是200泰铢，外加30泰铢的车的门票。这里推荐骑自行车，方便实用。这里环境优美，骑自行车穿行在各个景点中，非常的惬意。这个区域要单独收费，只在门口照了这张像。公园内还有几处单独收费的 景点，门票都是100泰铢。建议多看看攻略，提前了解一下，再根据自己的时间和爱好决定要不要进去看。我们大约用时一个半小时，因中午未吃饭，所以看完这里就直奔酒店了。这距酒店10公里的路程。今晚入住酒店是露伊恩施利希里2号旅馆。宿费是每间房410泰铢，合人民币大约86元左右。条件佳，距夜市约二公里，设施全，推荐。今日行驶里程320公里。加油32升，880泰铢。  
11日2日晴  
早6：30分出发，今日行程多，原计划两天的路程拼到一天了，因为同伴第一次来  
泰国  
，没去过  
芭提雅  
，所以我老公做行程时，尽可能让他们这一次泰国之行在有限的时间内从北到南游遍泰国。今日行程是  
素可泰  
出发，八十九公里到达  
甘烹碧  
历史公园。门票每人100铢，车费50铢。甘烹碧历史公园是素可泰王国南部的守护屏障。遗址公园分为两部分，一部分是由古城墙包围的寺院遗址分布区，另一部分是西北部散布在山上的四十几座寺庙的森林区域。我们驾车驶入这个区域，就看到好多遗址，也许是早晨，没见到卖票的。然后用导航找遗址公园，距离九公里。公园内最壮观的是群象寺，保存的比较好。这是一座由圣象支撑的寺院，也是一座位于山丘上的宏大寺院，建造于素可泰晚期到  
大城  
王朝初期。由68头大象支柱的正方形台阶之上，建有素可泰样成的佛塔。游过这里下一个景点是  
华富里  
府的三峰塔。距离二百多公里。三峰塔是华富里的象征，13世纪由高棉人所建造，他是典型的  
游过这里下一个景点是  
华富里  
府的三峰塔。距离二百多公里。三峰塔是华富里的象征，13世纪由高棉人所建造，他是典型的高棉风格，在原有的建筑艺术基础上，当地的工匠进行了ー些变化，形成了华富里自己的风格。门票50铢，在外面就可拍到全景。这里有好多猴子，为景点增加了好多乐趣。  
下ー个目的地是  
大城  
。大城的第一个景点是  
亚柴蒙考寺  
。是  
胜利  
之庙的意思，为了纪念与细甸战争中杀死缅甸王子而建立的。寺庙内佛像保存完好。主塔的四周围了一排排坐的佛像，是最多人选择留影的地方，在电影泰囧中，他们的出镜让人印象深刻。  
第二个景点去了  
玛哈泰寺  
，是  
大城  
最大最著名的寺院之一，也是一座充满荣枯盛衰的寺庙遗址。大城著名的榕树包佛头就在这里一颗佛陀的头被包裏在树根中，就像从树中生长出来一样，已经和树是那么浑然一体。如果要留影，必须蹲下来，因为自己的头是不能超过佛祖的头的。景点收费每人50铢。  
接下来我们又去了，拉查布拉纳寺，普兰氏，大城  
卧佛寺  
。  
柴瓦塔娜兰寺  
,  
最后去了孟扣波比琵寺，这种寺庙是一个现代寺庙。寺中供奉一座青铜制的巨大坐佛像，高17米，是  
泰国  
最大的青铜佛像之一。逛完景点到酒店入住，今日酒店是  
大城府  
班坤旅馆，每间房价格是52泰铢，人民币110元左右。条件还可以，隔音不太好。今日行驶里程428公里，加油30升，810泰铢。

评论：  
1.一个人一辈子，总有些事情要做，总有些地方要去。  
2.想去这里不是两三天了，看你这么玩的很不错呢，做攻略的时候会好好参考的，谢谢分享！  
3.我大姑他们年初去过，工作有事我就错过了没去，很遗憾呢。  
4.不累，四个人都会开车。  
5.可以坐公交车，留足时间，每个地方住一宿，慢慢玩。  
6.楼主的游记写的真好，谢谢分享。  
7.留印，明年计划去一下。  
8.回帖赚个2分经验！嘿嘿~楼主可以关注我嘛~  
9.喜欢楼主的游记，问下楼主这些地方如果不租车，应该怎样玩？  
10.楼主这次旅行累吗？我每次都感觉心有余而力不足啊。

## 218.［武汉黄陂游］寻木兰故里，听木兰传说

https://you.ctrip.com/travels/wuhan145/3764272.html

来源：携程

发表时间：2018-12-30

天数：5 天

游玩时间：12 月

人均花费：3000 元

和谁：和朋友

玩法：摄影，自由行，周末游

旅游路线：木兰湖，武汉黄陂，锦里沟，木兰花乡，木兰山，木兰天池，木兰草原，武汉，汉口火车站，红楼，云雾山，木兰清凉寨

正文：  
序  
曾有诗赞：黄陂的木兰八景  
淙淙琤琤绕天池，心心诚诚祈木兰。  
怪石嶙峋藏古门，杜鹃啼血染云雾。  
碧波荡漾  
木兰湖  
，曲幽水青清凉寨。  
农耕旧院忆年华，恣意蹄马鸣草原。  
武汉黄陂  
是一座有4400年筑城史的文化名城，素有“千年古郡、木兰故里、滨江花都、孝信之城”的美誉，是楚文化的重要发祥地，世代才人辈出比如东汉，江夏太守黄祖北魏，花木兰女扮男装、替父从军的英雄事迹等等。  
我是一个爱吃爱玩90后摩羯座的妹子喜欢旅行喜欢分享每好的事物如果你也和我有同样的爱好可以关注我的微博:@Annie去旅行 wx:Anniewd66  
关于行程  
［线路］重庆——武汉黄陂——  
锦里沟  
——  
木兰花乡  
——木兰水镇——  
木兰山  
——  
木兰天池  
——  
木兰草原  
因为是寻木兰故里之旅，所以这次把黄陂的木兰八景都走完啦！每个景区离  
武汉  
主城区车距都只有1小时左右的车程，所以交通非常方便。  
［出行方式］  
重庆到武汉  
我选择动车出行比较方便省事，票价（270），也可以选择飞机只是相对于程序麻烦一些，票价300左右。  
［当地交通］武汉当地交通可以选择大巴车，自驾（建议自驾，玩得比较自由方便些）  
锦里沟的万人年猪宴，小时候过年的味道  
又是一年末了，年味也越来越重。“过年”其实就是意味着家人团圆，和亲人相聚！短暂的休整迎接新的一年！它也是祖祖辈辈延徙下来的习俗！现如今，年的氛围早以没有了以往的热闹和纯真，多数人应该都会在想，年前我们都怀揣翻山越岭也要回家的强烈愿望，回到家却又矛盾地发现年味儿越来越淡了。  
说起过年，这不在黄陂锦里沟这个与闹市隔绝的地方，没有市区的浮躁和冷漠，但却保留了过年应有的那份热闹~锦里沟是武汉市唯一的土家文化风情旅游区，里面的土家族者是曾经两大土司施南土司下属的忠峒土司第十七代土司王，在清朝雍正年间从鄂西恩施州宣恩县迁至在鄂东，经过近300年的发展变迁，所以这里拥有大量的土家山寨。  
土家祭司端着披戴大红花的干净年猪登场，土家族一直保留着杀年猪的风俗习惯，而且这种习俗沿袭至今，每年从农历十月起到腊月止便是土家族宰杀年猪的季节，春节的气息就会越来越浓，大人小孩都齐上阵，非常热闹，也让我们这些远道而来的游客大快朵颐，尝到了浓浓的土家年味儿。  
广场中间架着大大的蒸锅，引得大家纷纷围观，想来也是许多年没见过了，四周架着小格子蒸锅，抬格子都还没上场了，都已经闻到了里面的阵阵肉香~  
接开格子肉的瞬间，一股满满的年味飘散而来，格子肉其实就是(蒸土猪肉用红薯垫底) 除了格子外，还有正宗的农家炒菜，猪土匪猪肝、韭菜猪血、青椒肉丝、大蒜猪耳、酸辣土豆丝、麻婆豆腐、地皮菜鸡蛋、清炒时蔬、排骨藕汤、土家醉酒一瓶(一斤装)，据说猪都是现杀现在做的，难怪这些肉甚菜吃着非常新鲜可口。  
宴席上，还有土家醉酒，漂亮的土家幺妹会挨桌敬酒，看我们同行的小伙伴盛情难却，只好先干为敬了。土家人喝酒用的是土碗，喝的方式也不是慢慢咂，而是大口“闷”，似是百纳海量，颇有古人遗风。平常一顿酒喝下来，少说也要两三个钟头，菜凉了又热，火熄了又添。  
光吃菜喝酒怎么行了，当然还有土家族擅长的歌舞表演，土家族的特色表演舞蹈可以说是数不胜数，每个地方都有自己的特色，这次来到锦里沟，可要好好地欣赏一下。  
随着土家吹打乐响彻全场，舞狮表演吸引了全场游客的眼球，现场气氛热闹非凡。随后，“年猪祭祀”仪式开始，土家族人素来信奉鬼神、崇拜祖先，祈祷来年五谷丰登、百业兴旺，也是难得一见的稀奇场面，引得游客纷纷聚拢拍照。  
传说张飞是杀猪匠出身，这是屠夫们心中的偶像，所以祭祀的第一项就是在张飞的神龛面前跪拜祭刀。屠夫手提着竹篮，篮中放着屠刀，以红布掩盖，虔诚的走到张飞神龛面前跪拜。  
活动间隙，还穿插了现场抽奖活动，大家以0.1妙的速度拿起手机扫描桌子的二维码，揺起奖来，当然奖品有作为“年货”免费送给游客的，大家都玩得太嗨哒！”  
现场还能买到当地年货土特产，都是土家族的特色产品，原生态、纯天然、无污染，最关键还不贵，像我是比较喜欢吃糍粑的，这一大袋有三斤才二十元，超划算。特别推荐这黄陂豆丝，是黄陂人家家户户都会做的一道菜，也是当地非常有名的特产，一定要带回去尝尝哦，另外还有糍粑、猪肉、茶叶、蜂蜜都是不错的选择......  
还可以亲身体验一把打糍粑的乐趣，打糍粑是土家族人普遍流行着一种过年的习俗。这一次年猪宴，算是一次新的体验，年关又将至，可记得带些特产回去，与亲朋好友分享。  
年猪宴周边一条很漂亮的小伞巷子，有许多学生在此休息玩耍，这里很适合女生拍美美的照哟！  
吃完年猪宴，下午可以继续向锦里沟前进，其实景区很大有湖谷、土家风情寨、山寨民俗风情、王府文化展示、山道滑车等娱乐项目，不过这里环境真的是空气清新，青山绿水，比较幽静，周末爬山的好去处！  
喜欢刺激的朋友可以挑战一下自己的胆量，从这个玻璃桥贴地走、跪着走、尖叫着走，都可以，玻璃桥距地面还是有百余米的高空，而且玻璃透明，能一眼望到底，不过望下去景色非常不错哦!  
锦里沟的大型马战实景剧表演《风云土司寨》，是绝对不能错过的。精彩刺激的表演，让看的人都心惊胆战，完全是带给游客带来影视效果的享受。  
故事从土家王府开始，王府是一处绝佳的风水宝地。人们在这里过着自给自足的幸福生活，通过土司王封疆的做媒，把另一个土司王的儿子和土司王田璋的女儿结成秦晋之好，这本是一桩大好喜事，可就在婚礼当天，就有土匪前来抢劫，原来土匪早已对新娘子的美貌和这块风水宝地觊觎已久。  
土司王号召全族人，要誓死保卫自己美丽的家园，发出了：“宁肯站着死，决不跪着生”的豪言，和土匪在王府前展开了一场殊死搏斗，也就是下面的马术表演。  
不得不说，土司寨里的演员这演技堪比电影明星了，在整个马术表演中体现了高超的马上技艺，什么飞马倒立、飞马侧身、倒挂金钩、飞身跃马、马背横身、飞马站立、这些动作都做的十分完美，想来真正的电影明星也不过如此了。  
演员们在马背上的表演可谓是把土匪的邪恶与马战的惊险刺激表现得淋漓尽致，在配合气势恢宏的场面和爆炸的效果，这才是一场真正的刀光剑影，让我们大饱眼福啊！  
关于交通  
一、自驾路线（导航：武汉锦里沟景区）1.二环——竹叶山——岱黄高速——黄陂转盘往左拐——黄土公路——姚集左拐——锦里沟景区2.外环——岱黄高速——黄陂转盘往左拐——黄土公路——姚集左拐——锦里沟景区3.二环——竹叶山——岱黄高速——黄陂转盘往左拐——黄土公路——木兰天池方向——锦里沟景区4.外环——岱黄高速——黄陂转盘往左拐——黄土公路——木兰天池方向——锦里沟景区  
二、公交/旅游专车武汉市内---公交/地铁  
1、锦里沟公交路线：  
汉口火车站  
—292公交车—黄陂客运站—蔡店巴士—蔡店—面包车/快滴—锦里沟  
2、旅游专线车发班时间表黄陂客运中心---锦里沟上午发车 8:00，9:00；下午发车13:30，14:00景区直通车 （需提前一天预约哦~）  
木兰小镇遇上江南水乡，谁更胜一筹  
夕阳西下，落日的余辉洒满了整个木兰水镇，微风乍起，细波粼粼，满湖耀眼的碎金，让人舍不得摞眼，生怕错过了什么。小桥流水，两岸细柳随风飘扬，在看那一抹流云彩霞竟美得动人心魄，好似一副江南水乡画卷，韵味十足..  
木兰水镇，它坐落在黄陂王家河，地处于滠水河和长堰河的交汇处，镇如其名，他依山傍水、杨柳浓荫，还是首个华中地区以军事主题为风格的旅游景区。  
进入景区里面会发现，真的特别大，而且风景特色非常鲜明，河东是以自然生态观光为主，有民俗风情街，湖心岛，休闲长廊，古镇演艺广场，双龙戏水，竹园等等，还有许多的娱乐项目如铁索挑战桥，高空滑索，水上摩天轮、水上画舫及水上自行车；河西者是以军事体验为主，还包含了儿童游乐等，绝对是大人小孩来了都不想走的乐园。  
都说冬日难遇暖阳，很幸福我们来的时候天气正好，阳光十足；可能不是周末的原因，游客不算很多，湖中柳树倒影成阴，岸边的仿古亭，让人有种错觉仿佛进入了  
红楼  
梦中的大观园，景色如此诱人。  
沿着长长的九曲桥廊走过湖心岛，远处的青石拱桥安静的横跨于湖中，平如镜的湖面毫无波澜，一对巨大的双龙戏水雕塑落在湖的源头，不是江南却胜似江南水镇风光。  
长廊边的徽派古式建筑，白墙乌瓦飞檐，在假山流水园林的映衬有一种古典美感。农业博物馆内陈列了许多农耕工具，展示了中国农耕历史文化演变，而且游客还可以亲身体验打水车等农耕活动，感受最朴实的村落记忆。  
在国防知识馆中学习历史革命的发展，各种贫苦老百姓亲送儿子、丈夫参加红军的历史画面展现我们面前，还有当时红军长征时用过的牛皮、草鞋、铁锅、刺刀、马灯等，可以想而知当时红军过草地、爬雪山时艰难的步伐，让人肃然起敬。  
各种研制的坦克、战斗机、大炮、导弹、火箭和卫星，还有一些小型兵器，从军刀到机枪，从炸弹到小型导弹、火箭弹，手枪、步枪林林种种，在这里陈列着。  
都说学习和娱乐是劳逸结合，听着动人的歌声，古镇演艺广场正上演着精彩的表演，是现代与古典的完美融合，走累了可坐下来听听当地的民谣，现在正值冬天，演员们还穿着演出服，这敬业的精神值得一赞啦！  
一曲“水调歌头”配上华丽的服饰，灵动精彩；明月几时有，把酒问青天。不知天上宫阙，今夕是何年。我欲乘风归去，又恐琼楼玉宇，高处不胜寒。起舞弄清影，何似在人间。转朱阁，低绮户，照无眠。不应有恨，何事长向别时圆？人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。但愿人长久，千里共婵娟。  
喜欢刺激的小伙伴们，这个铁索桥和独木桥可不要错过了，还没开走就能感受到桥上晃动啦，铁索桥两边有安全网罩着，但是脚可以踩的地方只有三根铁索，这是比较考验平衡度的；旁边的独木桥也是比较恐怖的，每块木板间有若大的间隙，这个是没有安全网的，一眼就能看见下面的河水，你会选择哪一条道呢？  
河西的军事体验区总占地面积达1200多亩，是按照陆海空三大军种概念，分区而建，部署现代军事设施和器材，模拟军营训练科目等多种拓展项目，如水路两栖机动演练、野战飞车、高端真人CS、丛林穿越、野战露营、少年军训营、童子军马场、军事体验亲子乐园等，能满足不同人群不同强度的军事体验需求。  
各种军事模型在这里展示，让人误以为真。歼-15在外形上与俄制苏-33非常相似，但歼-15融合了歼-11B的技术。在歼-11的基础上新增鸭翼、配装2台大推力发动机，实现了机翼折叠，全新设计了增升装置、起落装置和拦阻钩等系统，使得飞机在保持优良的作战使用性能条件下， 实现了着舰要求的飞行特性。  
昌河武直-10（英文：CAIC Z-10，中方代号：霹雳火 Fiery Thunderbolt [1] ，亦有直接称之为直-10的叫法）是由昌河飞机工业（集团）有限责任公司中国直升机设计研究所（China Helicopter Research and Development Institute CHRDI，又称602所）进行研发，并由哈尔滨飞机公司负责设计规划的中国人民解放军新一代专业武装直升机。  
儿童乐园就比较有意思，远看一艘巨大的邮轮，其实是一个游乐园，看着特别壮观，相信每个小朋友心中都会有一个航海的梦吧。  
尖叫！心跳！刺激！在崎岖不平的战地上，体验一把特战飞车，经过第一个弯道时，战车突然减速，又突然一个急转弯，身体也随着跑车左右摆动，好似坐在翻滚列车的感觉，这就是现实版的速度与激情，有种畅快淋漓的节奏。  
小桥流水、沙滩玩耍、水上荡舟，户外烧烤（非常环保、无油烟）在享受蓝天与碧水间穿梭于丛林，耳畔鸟语的自然快乐，近距离感受原生态的自然魅力，这就是木兰水镇。  
关于交通  
1、乘车路线汉口火车站292路公交车--黄陂钓鱼台客运中心--步行440米--前川站乘坐6号公交--王家河-- 步行 500米--木兰水镇景区  
2、自驾路线岱黄高速：汉口竹叶山—岱黄高速—黄陂转盘第二个出口黄陂大道—火塔线—景区武麻高速：武汉城区—黄陂东下高速—火塔线—景区机场高速：武汉城区—黄陂转盘第二个出口黄陂大道—火塔线—景区  
木兰习武之地，千年香火胜地——木兰山  
唧唧复唧唧，木兰当户织..........这首脍炙人口的北朝名诗回旋在我脑海。花木兰生在北魏时期，北方游牧民族柔然族不断南下骚扰，北魏政权规定每家出一名男子上前线。但是木兰的父亲年事已高又体弱多病，无法上战场，家中弟弟年龄尚幼，所以，木兰决定替父从军，从此开始了她长达十几年的军旅生活，她代父从军击败入侵民族而流传千古，唐代皇帝追封为“孝烈将军”。  
关于木兰的传说也是众说纷云，但是木兰文化最为浓厚的首当木兰山了，据史料记载，木兰山始称于公元485年，历代都有众多文人墨客慕花木兰之名而来，并在此留下许多脍炙人口的诗篇，像唐代大诗人杜牧就曾登临木兰山，拜谒木兰庙，写下了《题木兰庙》等传世佳作。  
木兰山有着1500年的历史，是难得一见的佛道两教共处一山，山上建有七宫八观三十六殿，各宫观庙宇依山就势，高低错落，飞檐翘角，精巧宏伟，如南天门、斗姆宫、报恩殿、帝王宫、三清殿、三天门、金殿、玉皇阁等等名胜，行走在其中，可以感受浓厚的木兰文化韵味，而且这里的香火十分灵验，每年吸引鄂、豫、皖、湘、赣等地近百万游人朝山进香。  
我们是近下午4点才上的木兰山，一路向木兰山的金顶爬上去，木兰石阶上斑驳的树影，仿佛在诉说岁月遗留的历史记忆。  
石阶两旁都是依山势而建，高低错落有致的宫观殿堂，首先进入的是一天门，左边是雷祖大殿，右侧有讲经堂；向上就是二天门，过了二天门，都是“唐木兰将军坊”，上镌“忠孝勇节”四字，坊内便是木兰殿，殿中供奉木兰将军塑像。  
据当地志书记载，木兰将军乃西陵县（驻今黄陂）人，姓朱，父名寿甫，母赵氏。她从小生得身材魁梧，貌若男童，爱好武艺。幼时常与父上香，与山上铁冠道人、靖松道人很熟。道人见木兰身强体壮，性格刚直，便收她为徒，教授武艺，所以木兰山也因此得名。  
到了木兰殿，发现牌坊上面“忠孝勇节”四个大字，在历史的冲洗下早已模糊不清了。木兰殿是木兰山的重点庙宇，也叫木兰将军坊，是唐朝时立的，经文革时幸存下来的，用“忠孝勇节”四个字形容木兰将军的一生最恰当不过了，牌坊上面还雕刻有“双凤朝阳”，下有“二龙戏珠”，这种“凤上龙下”的建筑风格与中国传统建筑习惯相反，充分体现了人们对木兰将军的敬仰之情。  
木兰殿雄峙在绝壁之上，朝晖夕映，金光灿灿。殿内供奉着三尊木兰将军像，正面是木兰将军着官袍，手捧宝剑，左边是木兰将军一身戎装，手牵明驼，而右边是木兰将军解甲归田后着女装的肖像。三尊塑像，栩栩如生，静静地享受着供奉者的香火，与殿外雄伟大气的木兰将军坊相映衬。  
黄陂道教有两大流派，一是正一教，一是全真教。正一教的道士信奉张道陵（即张天师），不出家，可以结婚生子，在民间“画符念咒，降妖驱鬼，唱道斋醮，超度亡灵”，分布甚广。全真教者是唐、宋时进入木兰山，他们大兴土木，建造道观宫殿，香火渐旺，全真教的道士都是超世脱凡，隐居深山道观修炼，以图得道升天。  
而木兰山的宗教文化，是千年相传，香火不断，两教以南天门为界，佛教寺庙建筑大多在南天门下，道教宫观建筑多在南天门上，形成道中有佛、佛中有道的宗教格局，千百年来，佛、道两教和睦相处。  
这些建筑群有着“奇”、“险”、“虚”、“幻”的特点，虽然所建年代不同，但“木庐干砌”却是世代相袭，曾被称为“黄陂十景”之首。所谓“干砌”，即是寺观墙垣不用砂浆粘料，而是乱石干砌，大小间压、层叠相衬、彼此牵扯，结为整体。形成了独具匠心的“木庐干砌”青石素瓦与山混为一体建筑特色。  
位于木兰山北麓第一天峰的玉皇阁，始建于宋代，现存建筑建于明代，为五边形攒顶建筑形式，是木兰山建筑位置最高、地势最险要、影响最大的道教名观。道观内供奉玉皇大帝圣像，左右两边金童玉女相伴。  
传说玉皇阁是当年朝庭为木兰将军赐冠之所，木兰代父从军十二年，英勇善战，屡建奇功。她不受朝禄，解甲归乡，后来朝廷派遣文武大臣专程来木兰的家乡——木兰山赐冠木兰。为表明木兰“功悬日月”，赐冠之所便定在可触日揽月的最高峰。  
山不在高，有仙则灵，形容木兰山最为贴切了。在登上木兰山的金顶，体验一把“会当凌绝顶”的快感。诗人杜牧游历木兰山时，认为木兰山的气势与花木兰极为相似，并赋诗留痕："弯弓征战作男儿，梦里曾经与画眉，几度思归还把酒，拂云堆上祝明妃"。高度赞扬了木兰将军女扮男装，奔赴沙场英勇杀敌的高风亮节和孝敬父母的传统美德。  
在金顶殿内，供奉着披发跣足的真武大帝铜铸鎏金像，真武大帝两旁侍立有金童玉女和水火二将，各尊神像造型优美，铸工精细，金顶下有千险峰，峰上有玉皇阁。  
交通指南：在武汉客运港乘坐市郊旅游1路专线车，16元/人；或从武汉市内乘车至黄陂，汉口新华路长途汽车站每早7：50发车，13元/人，转当地巴士到木兰山，车费5元/人。  
木兰的外婆家——木兰天池  
石门锁大别，天池秀木兰。古道接悠远，山气入青岚。溪涧听天籁，飞雪落幽潭。空山不见人，但闻溪流声......木兰天池被称为“武汉的后花园"，当地人都口传”武汉人不游木兰天池，枉为武汉人”，而“  
游武汉  
不游木兰天池，枉称游武汉”一说，所以来了武汉，必来木兰天池。  
有关木兰的传说有许多，但这里真的是木兰从小长大、生活的地方，在天池里的小村庄中还有木兰外婆家的遗址，花木兰是中国古代的女英雄，从小时候起在课本、电影、动画片、电视剧里都能见到这个神话般的人物，能看到她从小生长的环境也是非常激动的。  
木兰天池距武汉市中心仅1个多小时的车程，是武汉近郊的一处浪漫山水地，她有着长达十余公里的森林山水大峡谷。这里沟壑纵横，林木茂盛，一年四季流水不断，呈现的是一种山水交融的湿地生态，平均气温介于15-22℃之间，夏季平均气温25.8℃左右冬暖夏凉了，休闲度假的好去处。  
清晨，木兰天池在薄雾中显得那么清新灵动，冬日的暧阳还没来得急照耀，但天池处处充满了生机与活力，其实这还不是真正的木兰天池，这只是天池下的一个小龙池，无数的倒影洒满了清澈的水面，好似仙境般的瑶池。架巨大的水转筒车，吱吱呀呀地摇着岁月，也吟唱着乡村古老的歌谣。  
继续往上，便是向真正的天池高山峡谷，景区内可以选择步行和坐索道到达，步行比较考验大家的体力，坐索道可以欣赏到整个峡谷的全景，都是不错的线路，可以根据自己的需求选择。  
到达山顶后，在天池旁边斜斜的草坡上，就是彩色滑道，这便是天池的娱乐项目，高台滑草。从100多米高处 一溜儿滑下来，那感觉是既惊险又刺激，胆子大的朋友们，可不要错过寻求这一刺激的机会哟！  
在峽谷上木兰天池两头挑着如明镜一般的高山湖泊，大小天池的上下落差约有380多米，这里素有“湖北的九寨沟”、“武汉的庐山”之说。相传木兰小时候经常到天池旁舞剑挥刀，操练十分刻苦认真，山上的一草一木皆有木兰的足迹。  
天池传说相传天池里有一条顽皮的小白龙，经常从水池子里钻出来嬉闹，搅得池水泛滥成灾，老百姓们怨声载道。自小，小木兰就有天不怕，地不怕的英雄气概，决定要教训一下兴风作浪的小白龙。于是，她提着外公用松木削成的一只长剑，日夜地守候在小天池的池水边。终于有一天，小白龙又从小天池的池水里钻了出来，小木兰“嗖”地一步腾跃到了半空，一个大亮相地骑坐在了小白龙的脊背上，手里的松木长剑一下子抵住了小白龙的喉管，喝道：“你的父亲在天上呼风唤雨，为民造福；你却潜在小天池里兴风作浪，祸害百姓。今天，我要好好地教训你！”平日，耀武扬威的小白龙立即卷缩在了这块石头上，至今石上还留有小木兰的脚印，小白龙的爪印。  
忠孝园中，木兰将军这一尊飒爽英姿的雕像，也蕴含着对木兰将军外婆家遗址的纪念和当地父老乡亲对来自五湖四海游客们的敬意和欢迎。  
唧唧复唧唧，木兰当户织。不闻机杼声，惟闻女叹息....上千年过去了《木兰辞》的作者早已不知是何人了，但她的作品却一直流传至今，这首木兰诗刻此处，让每位来的游客都能读到见到，十分有意义，不忘这位帼国女英雄。  
在漫长的中国封建社会中，女子不入史，所以木兰事迹也是很难流传至今的，唐代大诗人杜牧曾游到此处，并赋诗一首：弯弓征战作男儿，梦里曾经与画眉，几度思归还把酒，拂云堆上祝明妃。赞颂了木兰女扮男装，奔赴沙场英勇杀敌的高风亮节和孝敬父母的传统美德。  
冬日的草原上一片金黄，不得不说木兰天池是一步一景，百步一绝。远处便是木兰的外婆家，前面的小溪清波荡漾像是镶嵌在大片的绿野平畴之中，周边的群山耸翠，绿树含烟，这不正是一处世外桃源吗？  
外婆家的小路上摆放着农作的谷仓，小时候奶奶家里也这样子的谷仓，只是比这个要大得多，用于存放粮食，不过古时候有没有这样的储存方法，就不知道了，农家生活的气息还是很浓厚的。  
黄陂志中载：木兰，本县朱氏女，生于唐初……至今，其家犹在木兰山下，其外婆为龙池堰人氏姓黄等等，那此处应该就是木兰的外婆家啦！  
毛草屋、黄土墙的外观，颇有古时候的农家风格，虽然都知道这是翻新的，但怀着一颗好奇的心，也会认真的去看它每一处的足迹，想想木兰小时候在这里快乐的童年，和外婆一起幸福的生活。  
屋内有木兰和外婆织布的情景，我想当时的木兰应该对女工不感兴趣，因为她从小就爱舞刀弄枪，就像现在的女汉子一般。  
偏房的门前对联像是经过岁月的洗礼一般，失去了光亮，就像那两扇门一般古老。  
醉心的儿歌，又从这里唱起，摇呀摇，摇到外婆桥，外婆双手 将我抱，我在怀里睡觉觉……我们现在看到的就是外婆桥。相传当时朱冯山一带时发山洪，沟中流水涛涛，往来人等十分不便。勤劳善良的外婆每天上山砍柴，省吃俭用，积累了一些钱，修了这座桥。乡民们就叫它外婆桥，这座桥就是按原来的样子修复的。  
关于交通1、自驾指南从武黄高速、汉宜高速、京珠高速上武汉外环至黄陂木兰天池；从竹叶山上岱黄高速公路到黄陂前川，走黄土一级公路，过长轩岭到十棵松左转，然后前行六公里即到。2、公交指南乘坐轻轨一号线到达终点站汉口北轻轨站汉口北A出站口直达，在汉口北轻轨站有景区直达巴士，票价25/人。3、专线车指南武汉港集散中心有直达车 每天上午8点9点整点发班。汉口火车站乘公交292到黄陂客运站转乘专线巴士可到达木兰天池。木兰草原上的那一抹初阳  
木兰草原的日出不是一般的美，可惜贪睡起来晚了那么一点，不过恰好赶上有霜雾的清晨（冬天经常会有的哦），站在草原上的最高点，初阳如万道金光般升起，一面云雾袅袅的湖泊，如临仙境一般，远处若隐若现的小羊在晨雾中漫步，此情此景也只有在木兰草原才能得看到。  
荆楚名山——木兰山东面就是木兰草原，这个离武汉只有一个小时车程的蒙古民族风情景点。木兰草原春夏可赏格桑花(波斯菊)、平常的草原敖包、草原人家、草原跑马、篝火晚会，据说也是非常有乐趣的。  
又要马儿跑,又要马儿少吃草.. 那是不可能的，草原上的马儿早早的被放出去来遛弯，在辽阔的草原上无比自在，呼吸着每一丝清新的空气。这里的蒙古马与蒙古人一样，生活在冬季高寒夏季高温地带。它在暴风雪中驰骋如飞，烈日炎炎中行走如流。它有耐寒耐热的奇特本领，因而具有强大的环境适应性。蒙古马体小而又灵活，眼疾而能避险，矫健而有力量，敏锐而又迅捷。  
看来马儿之间也是有脾气的，这两匹烈马正打得不可开胶，估计是为了旁边的小母马，这大清早的就上演了一出夺妻大戏，好不精彩。  
小伙伴说这匹温顺的马儿，是不是失恋啦，看看它的眼神好像很抑郁的样子，马其实也是一种有灵性生物，它们鬃毛披拂，高大强健，豪迈彪悍，却对人类充满信任，亲善我们。  
这里的训马师是我看过比较优秀的，你会发现他在骑马时和马匹最细微的身体语言信号，并作出回应，在外人看起来，他们就像是会“读心术”一样的神奇。  
想当年花木兰曾是个骑兵，基本上每天都是在马背上度过的，所以这马背上的英姿飒爽，可不是一般人能演出来的，而木兰草原上的马训师都是蒙古族人，在草原上自由放飞早已成习惯，所以大家可以放心大胆的来木兰草原体验马背上的快感。  
相传，木兰小时候经常骑上她那匹心爱的白马飞奔来到木兰草原练兵习武，人们常常看到木兰驰骋草原的飒爽英姿。后来，木兰替父从军，在边关征战十二年。凯旋归来时，一群景仰木兰将军的将士，追随她一同来到将军的故乡—黄陂。  
将士中有很大一部分是来自草原的少数民族，为了让他们既能安居乐业，又能长期与自己朝夕相伴，木兰将军决定给他们一处理想的居所。就是这片水丰草美的草原，从此，他们就在这里建立起自己新的家园。再后来，朝庭一位钦差大臣来黄陂拜访木兰故居，当他看到这片美丽的草原，再联想到木兰将军动人的故事，于是将这里命名为“木兰草原”。  
冬季的木兰草原变成暧色调的金黄，清澈的白鹭湖、宁静的蒙古部落、飘扬的哈达雕塑，一片自然、宁静、祥和。  
各种马术表演、水上飞索、滑草、骑马、射箭等等娱乐项目十分齐全。小伙伴已经忍不住去体验啦，这个水上飞索，充满速度感和刺激性，可以轻松跨越山谷、河流、湖面等障碍，让您体会到凌空飞渡的新奇感受，太空失重的超级体验，是喜欢刺激的不二选择。  
看一场堪比影视大片的《花木兰—云中战歌》（这个表演只在特定的时间出演），云中战歌全篇分为《策马从军》、《山河血沃》、《马踏柔然》三个篇章，通过“从军”、“将军百战死”、“壮士十年归”等等片段，展现北魏时期花木兰与柔然之间保家卫国的战争，利用古战场、古城墙的恢弘气势，穿越千年，感受“但使龙城飞将在，不教胡马度阴山”的英雄气概与民族情怀。  
演出使用了大星的戏剧、烟火、特效、音响、音乐制造惊险瞬间，在刀枪剑戟中不断撞击着观众的视觉体验，向游客展示了花木兰飒爽英姿力拒强敌，被千千万万的人世代诵颂的巾帼英雄形象。她的精神激励着成千上万的中华儿女保卫国家，可歌可泣。  
尤为值得一提的是这里的烤全羊。烤全羊的历史非常悠久，相传是成吉思汗在征战胜利后用来犒赏有功大臣的。吃烤全羊还非常讲究礼节，首先要在客人中选一位德高望重的人，吃之前从羊腿上切一块肉敬天，并在羊头和羊背上划一个十字剪彩，接下来就要给这位选出来的客人敬上三杯酒，客人在喝第一杯酒时需用食指沾酒，一敬天，二敬地，三敬祖先。客人回座之后就开始分羊而食。  
娱乐游玩过后，在蒙古包餐厅品味正宗蒙古厨师精心准备的特色烤全羊、马奶酒，手把肉等等让您不出武汉享尽北国风味，最正宗的烤全羊，隔着屏我也能闻到烤羊的香味。蒙古包餐厅也是比较有特点的都是以“李广帐”、“卫青帐”、“霍去病帐”、“苏武帐”、“赎琰包”、“和亲包”、“煮茶包”、“赏月包”命名的，八个蒙古包，彰显民族风情，入住别样感受。  
关于交通  
1、自驾线路  
岱黄高速：汉口竹叶山—岱黄高速—黄陂转盘第二个出口黄陂大道—火塔线—景区（高速免费） 　武麻高速：武汉城区—黄陂东下高速—火塔线—景区（推荐）  
机场高速：武汉城区—黄陂转盘第二个出口黄陂大道—火塔线—景区（推荐）  
2、公交线路  
①、汉口火车站地铁站B出口292路公交车→（钓台道客运中心）→P801公交  
②、轻轨1号线→汉口北站→换乘K3公交车→（钓台道客运中心）→P801公交  
黄陂特色美食篇  
［豆丝］是黄陂的三大传统小吃之一，用大米、绿豆等打浆摊成饼，然后切 丝晾干。黄陂豆丝用纯天然野生葛根粉、精米、 黄豆、优质面粉、植物油等以传统手工工艺并结合现代先进生产工艺精 制而成。野生葛根粉营养价值高，含有大量淀粉多种维生素蛋白质及钙 铁锌硒等矿物质，是国家卫生部认定的药食二用植物也是一种传统中药 材。黄陂豆丝它营养丰富、口味纯正、口感细腻有劲道，由主料大米黄 豆配上绿豆、葛粉、山药、荞麦、芦笋等营养保健材料，采用纯手工操 作，没有任何污染源，实属天然绿色食品。  
豆丝食用方法：煮食冷水下锅，将豆丝放入水中，小火慢煮熟透即可加调料食用。煮食开水下锅：先将水烧开，再放入豆丝，中火煮熟即可加调料食用。炒豆丝：用凉水浸泡30分钟，滤干水份，用植物（动物）油中火炒，散 状柔和爽口。蒸豆丝：直接将干豆丝放入蒸锅中蒸6--9分钟，取出后蘸佐料吃，甜、 辣、咸均可。  
下火锅：先用温开水浸泡10分钟，滤干水份等火锅汤料滚开再把豆丝加 入，煮开即食。 炸豆丝：植物油炸，香脆可口。当然，我们并不是提倡此种吃法，炸制 过程会产生少量有害物质。 特别提示： 煮豆丝的时间要比煮面条稍稍长些，因为豆丝没有面条那么容易熟。食 用前按您的口味加入喜爱的辅料和调味品，最好加入青菜或是腊肉咸肉 ，加入蕃茄或是金针菇等味道更佳,也可与糍粑一起煮更有一番风味,还 可作配料与其它菜肴一起炒，也是不错的下酒菜。  
在  
云雾山  
的千人鱼宴上，按传统惯例，豆丝是黄陂人必不可少的年货，每年腊月，家家户户做豆丝，飘出浓浓的年味。  
［黄陂手工糍粑］黄陂糍粑是黄陂当地备年货时的必备美食。黄陂糍粑以糯米为主料，清洗浸泡后澡搁蒸笼里蒸熟，再迅速放在石舀里舂至绵软柔韧。趁热将饭泥切成小块儿，放入不同的模具制作成可大可小，文案各异的糍粑块，整齐摆放阴干即可。阴干后可浸泡在水中，能长时期保存。  
现场可以体验打糍粑的乐趣  
［黄陂三鲜］是武汉市黄陂区民间的传统佳肴，已经流传数百年。三鲜是鱼丸、肉丸、肉糕三样菜看合而为一的统称。在当地过年或红白喜事，都会有这样的菜上席：有“没有三鲜不称席，三鲜不鲜不算好“之说。三鲜各有其制作传统技艺。  
推荐景点  
一、清凉寨  
木兰清凉寨  
景区十里中华樱花 、映山红 、油菜花、茶花花花飘香，推出的攀水瀑布、古炭窑、滴水观音、九龙飞瀑等旅游景点，加入丰富多彩的祈福、采茶等活动。清凉寨深秋， 三角枫 等多种秋季红叶树种面积3000余亩，形成艳丽的秋季红叶景观。景区内刘家山和丁家山两个高山自然村银杏树达5万余株，其中，百年以上的古银杏近百株，是武汉市境内目前最大的高山古银杏群。  
二、木兰花乡木兰花乡景区位于湖北省武汉市黄陂区 姚家集街杜堂村葛家湾，景区占地7000亩，这里四季花香、梯田层层、雀鸟欢聚、房舍俨然、古色古乡，还有美丽动人的传说故事。深度结合民俗文化与自然文化，打造独具特色的武汉乡村游示范景区，创造性地建起一年365天，天天可赏花的花卉世界。巴黎左岸、梵高印象、彩虹花田三大主题花海，确保游客每天都有花赏，让爱花之人沉醉在各种鲜花的海洋之中。  
出行准备  
一、准备的物品  
（1） 钱和钱包；钱包，装上贵重物品，比如信用卡、身份证、现金等，贴身保存。带上比预算多20％的钱，再带上20张1元面额的小钞、硬币。为防止意外并留有余地，把备用的信用卡和身份证分开存放。  
（2） 旅行包；不同旅行包适合不同的旅行。明确你的旅行目的---体育、娱乐、野外活动还是探险旅游，然后挑选适用的旅行包。旅行包的大小最好可以放在座位下、飞机或火车的行李架上。  
（3）鞋子；穿上合脚的鞋子，带上一些干得快的袜子以免脚受潮。如果要走长路还要带点滑石粉洒在鞋上。最好多带双轻便鞋。  
（4）医药包；感冒药、止泻药、抗生素、绷带、苏打水、止血棉塞、防晒霜、驱蚊剂等。  
（5）消遣书；带本书路上阅读。最好是选一本跟目的地的国家、民族有关的书籍。  
（6）易干的外衣；易干的衣服便于路上换洗。某些织物可以防潮，在参加海上划船、漂流等衣服容易打湿的活动中，可以尽量保证身上又干又保暖。  
（7）适合各种天气的服装；你带的衣服取决于目的地的气候和你的旅行项目，一件轻便的雨衣是必须的，这件雨衣要有口袋、有帽兜。  
（8）塑料袋子；可以把脏内衣和湿的游泳衣分开存放，袋子也可以分门别类放旅行用具和化妆品等。记住带上塑料袋和橡皮筋等小物品。

评论：  
1.不同的心情带来不同的旅行感受，向楼主学习。  
2.我们都在自己喜欢做的事情上努力着，这样人生不知不觉就有了意义，旅行就是其中一件。  
3.好久去的呢？  
4.我去了之后没写游记，楼主到是圆了我一个心愿呢！  
5.哈哈，下次我努力呀。  
6.图片还可以更好，更精美！呵呵，可能我要求有点高，不过已经很不错啦~！  
7.有有，很多的，当地美食有那个掉锅，还有许多的当地的小吃，豆丝，黄陂三鲜很好吃  
8.楼主这里玩有什么美食值得一吃吗？  
9.我是比较小众的  
10.感谢，感谢