2026年11月14日 星期六
责 编:刘芝彤
忻州日报

长城两边是故乡

记者带你游忻州 自然风光



中台顶 杨国军摄

五台山古称“清凉山”,《水经注》载其“岁积坚冰,夏仍飞雪,曾无炎暑”。这里的底蕴,一半藏在五峰环抱的台怀谷地,一半散置于台外群山深处。亿万年地球演化的奥秘在此凝结,它是国家地质公园,是国家级森林公园,亦是无数珍稀野生动植物的栖居乐园。

萧萧秋深,且随记者循山风而上,去看层林染金,去抚崖石留痕,去听松涛漫语,去观红叶翩飞,去沐山涧清霜。在五台山的怀抱中,卸去尘世喧嚣,与天地悠然相逢。

登五台山 一览云水风光

岩石冰川:亿年岩层的无声证词

五台山的骨骼是裸露的。从海拔624米的河谷到3061米的北台顶,2437米的垂直落差,将一部地球史书“竖”在了天地之间。

太古宙的汪洋曾在此掀起巨浪,吕梁运动与五台运动的惊天碰撞,让海底轰然隆起——褶皱、断裂、岩浆侵入、变质作用交织叠加,为五台山造就了坚韧的骨架:片麻岩刚硬,花岗岩浑厚,石英岩透亮,层层叠压,裸露于绝壁之上。山间随处可见的“五台群”绿色片岩与“豆村板岩”,每一道纹理都是地球演化的密语,静候有心人破译。

登上中台翠岩峰,满目嶙峋乱石铺天盖地,当地人谓之“龙翻石”,流传着相关民间传说。而真实成因更具自然的气魄:第四纪冰期的极寒环境下,岩石裂隙中的水体反复冻融,将山岩肢解为碎石,如海啸凝固后的石浪铺满峰顶,成就了华北地区年代最久远的夷平面。放眼望去,冰斗如巨碗倒扣,角峰如利刃刺天,刃脊如龙脊蜿蜒,冰缘石堆与冻胀丘交错排布。风过石隙,仿佛能听见冰河时代的回响。

台顶风光:五方莲台的四季幻境

从高空俯瞰,五座台顶如五瓣莲花恰好聚成一个圆,圆心便是大白塔。每一瓣莲花,都盛开着迥然不同的风光。

东台望海峰(2795米),是当地迎接第一缕阳光的地方。黎明前登顶,云海苍茫如凝固的巨浪。倏忽间,朝阳从云际喷薄而出,霞光倾泻,群山镶上金边,云海霎时翻涌如潮。赵朴初先生诗赞“天着霞衣迎日出,峰腾云海作舟浮”,正是此情此景的绝佳注脚。

北台叶斗峰(3061米),傲立为“华北屋脊”。山下酷暑难耐,台顶却需棉衣御寒;九月飞雪即至,翌年五月方融;终年寒风凛冽,流云触手可及。风过五彩经幡,猎猎作响。冬日银装素裹时,更是人间绝景,天地间只剩蓝、白两色,纯粹得令人失语。

中台翠岩峰(2894米),地势平阔,巨石如磐,石翠岩碧。这里的天气最是调皮——山下雨骤,山上却红日高照,一道彩虹常横跨山谷,如天桥飞架。“万年冰”在盛夏依然坚挺,冰体周边却绿草如茵、繁花似锦。寒与暖、枯与荣在此同框,寸土之上,岁月交叠,堪称世所罕见的奇观。

南台锦绣峰(2485米),是五台中最柔美的一座。细草杂花,灿若铺锦。这里是天然的夏季牧场,牛马悠然啃食青草,偶尔抬头望向来人。台顶常有小狐狸出没,它们蹲坐路边,歪头打量过客,为五台山平添几分灵动与俏皮。

西台挂月峰(2773米),是属于夜晚的诗。月坠峰巅,清辉如练,天幕低垂,仿佛一伸手便能触碰那轮皎洁。



洞子沟秋景 马海明摄

森林公园:华北山地的生命王国

越过嶙峋的岩石地带,便一头扎进五台山丰腴的绿意里。五台山将北半球从暖温带到寒温带的典型植被集萃于一身——从山脚到台顶,农田与村落、灌丛与果树、白桦与山杨混交林、油松与落叶松林、亚高山灌丛草甸与台顶高山草甸,依次铺展,层次分明。

步入松林,一种奇异的静谧笼罩下来。参天古树棵棵挺立,阳光被针叶裁成碎金,洒落一地斑驳光影。鲜嫩的台蘑从厚厚的松针下探出头,空气中浮动着松脂的清香与泥土的潮润。一声清脆的鸟鸣划破寂静,又很快被林涛吞没。你忍不住放慢脚步,深深呼吸,仿佛自己也成了森林的一部分。

五台山孕育了种类繁多的野生动植物。盛夏的南台,金莲花漫山遍野,明黄的花浪从脚下一直涌向天边。褐马鸡拖着修长的蓝绿色尾羽,从容穿行花丛,在日光下流光溢彩。山林深处偶有华北豹夜间巡行的矫健身影,黑鹳在水边顾盼生姿,原麝在崖壁间跳跃腾挪。每一个生命都在自己的维度里自在生长,生机蓬勃。

河湖名泉:清凉世界的灵动表情

水是五台山的血脉,也是它最灵动的表情。水从雪峰来,从地心来,从石缝里渗出来,涌成泉,汇成溪,流成河,润泽万千生灵。全山两百多处泉眼,如星子散落幽谷。掬一捧沁凉的山泉水洗去风尘浮躁,身心皆觉舒朗安宁。

登临北台之巅,黑龙池如一面明镜静卧于高山草甸之上,四周青草环绕,池水平静澄澈,倒映流云与蓝天,仿佛天与地的界限在此消融。殊像寺东南的般若泉,千年不竭,活水奔涌,清冽甘甜。相传古时帝王登临,必取此水煮茶涤尘,一盏入喉,烦忧尽散。

清水河古称“鲜虞”,是五台山的母亲河。它发源于紫霞谷与东台沟,贯穿台怀谷地,水清如碧玉,潺潺流淌,穿林绕石,最终汇入滹沱河,归于浩荡。

霜染群峰,何不给自己一场奔赴山野的远行?来五台山吧,感受崖峦的沉静,聆听林海的絮语,饱览层林的绚烂,目睹台顶云卷云舒。在这片天地的大美之间,你会发现:心头的浮躁慢慢消散,俗世的喧嚣归于沉寂,而你,终将与内心那个沉静的自己,久别重逢。



清水河 王光宏摄



金莲花 史文勇摄



北台顶 焦瑾琦摄



五台山亚高山草甸

策划:刘 捷 李春平
文字:郭俊英
设计:马 瑞