

Waters

中国名水

ZHONGGUO MINGSHUI

长江黄河

黄果树瀑布

西湖

日月潭

蝴蝶泉

東方出版社



中国名水

ZHONG GUO MING SHUI



水各國各國各國

水各國中



東方出版社

责任编辑 贺 畅
装帧设计 三石工作室
版式设计 贾玉杰

图书在版编目(CIP)数据

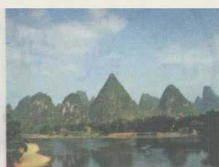
中国名水/韩欣 主编. —北京: 东方出版社, 2008.10

ISBN 978-7-5060-3202-5

I. 中... II. 韩... III. 水 (地理) —风景区—简介—中国 IV. K928.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第094442号

中国名水
ZHONGGUO MINGSHUI



主 编 韩 欣

出版发行 东方出版社 (100706 北京朝阳门内大街166号)

邮购地址 100706 北京朝阳门内大街166号 人民东方图书销售中心

邮购电话 010-65250042 65289539

印 刷 北京楠萍印刷有限公司 新华书店经销

开 本 787毫米×1092毫米 1/16 印张:15

字 数 350千字

版 次 2008年10月第1版 2008年10月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5060-3202-5

定 价 29.90元



编 | 委 | 会

BIAN WEI HUI

主 编 韩 欣
副 主 编 李 梅 高敬敏
编 委 阴海燕 刘浩冰 汪向华
刘淑敏 左 振 毛纪花
阮书平 邓 海 张建波
张典超 张欢欢

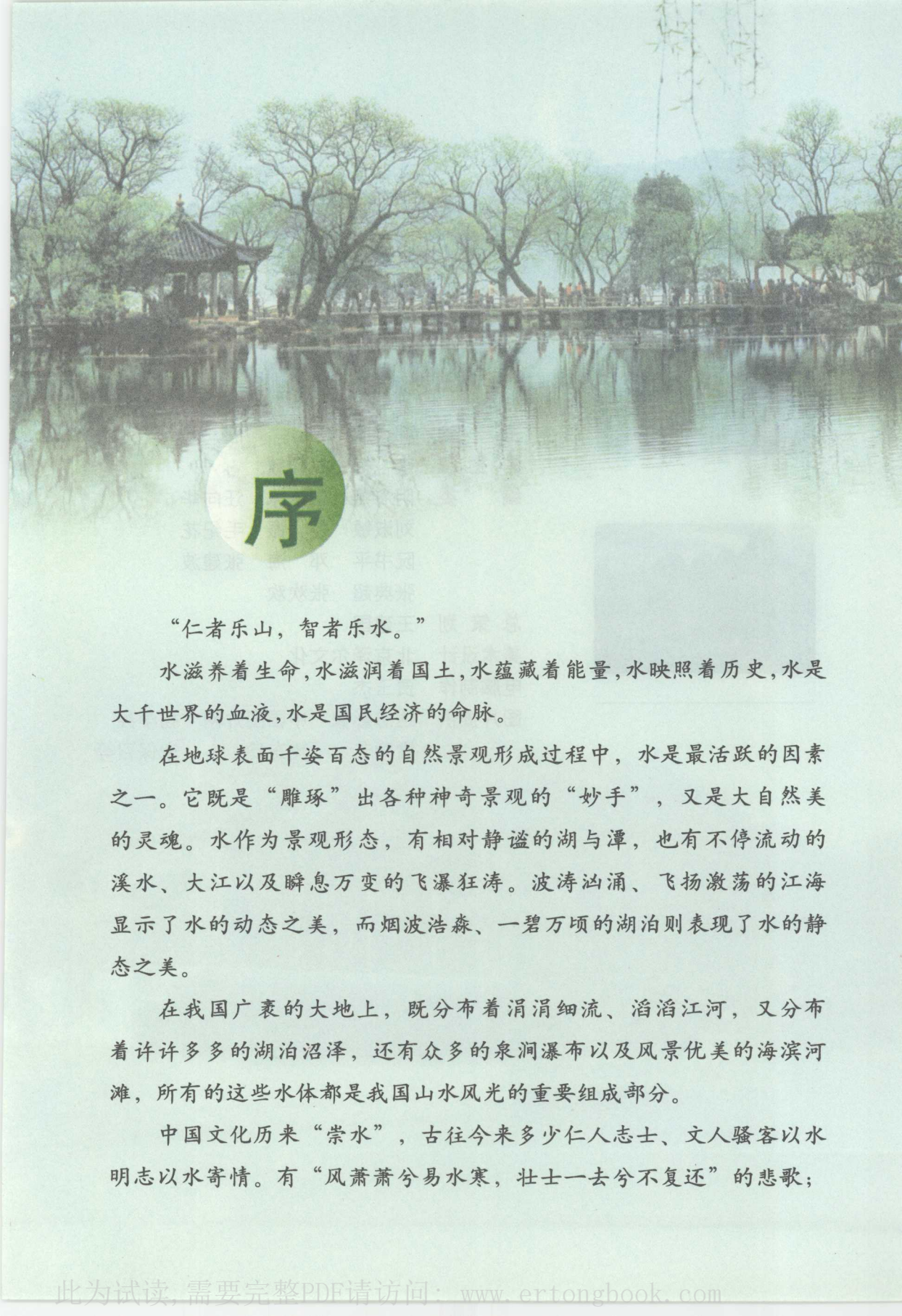
总 策 划 王建国

美术设计 北京泽尔文化

电脑制作 贾玉杰

图片提供 达志影像 中国图片网 杨学兵
雷鸣艺 樊东玲 宋保召等





序

“仁者乐山，智者乐水。”

水滋养着生命，水滋润着国土，水蕴藏着能量，水映照历史，水是大千世界的血液，水是国民经济的命脉。

在地球表面千姿百态的自然景观形成过程中，水是最活跃的因素之一。它既是“雕琢”出各种神奇景观的“妙手”，又是大自然的灵魂。水作为景观形态，有相对静谧的湖与潭，也有不停流动的溪水、大江以及瞬息万变的飞瀑狂涛。波涛汹涌、飞扬激荡的江海显示了水的动态之美，而烟波浩淼、一碧万顷的湖泊则表现了水的静态之美。

在我国广袤的大地上，既分布着涓涓细流、滔滔江河，又分布着许许多多的湖泊沼泽，还有众多的泉涧瀑布以及风景优美的海滨河滩，所有的这些水体都是我国山水风光的重要组成部分。

中国文化历来“崇水”，古往今来多少仁人志士、文人骚客以水明志以水寄情。有“风萧萧兮易水寒，壮士一去兮不复还”的悲歌；



有“问君能有几多愁，恰似一江春水向东流”的怨曲；有“黄河之水天上来，奔流到海不复回”的豪情；有“请君试问东流水，别意与之谁短长”的柔意……

水，万千变化，形象多端，以人喻水、以水拟人，人与水方方面面相互映衬：有“巧笑倩兮，美目盼兮”的秋水伊人；有感叹花样年华似水流年的哀怨丽人；有“滚滚长江东逝水”淹没在历史长河之中的英雄人物……

子曰：“智者乐水，仁者乐山；智者动，仁者静；智者乐，仁者寿。”而智者何以乐水呢？《韩诗外传》曰：“水者，缘理而行，不遗小间，似有智者，动而下之；似有礼者，蹈深而不疑；似有勇者，蹈防而清；似知命者，历险致远；似有德者，天地以感，群物以生，国家以宁，万事以平，此智者所以乐水也。”

乐水之人，智者矣！



目录 Contents

江河篇

长江.....	2
黄河.....	10
漓江.....	18
松花江.....	23
雅鲁藏布江.....	27
楠溪江.....	32
赤水.....	37
并流的三江.....	46



名瀑篇

黄果树瀑布.....	58
壶口瀑布.....	66
德天瀑布.....	74
庐山瀑布.....	84
长白山瀑布.....	92
马岭河瀑布.....	98



名湖篇

黄龙.....	104
九寨沟.....	110
千岛湖.....	116
大明湖.....	121
瘦西湖.....	123





西湖.....	128
星湖.....	140
镜泊湖.....	146
红枫湖.....	149
泸沽湖.....	154
青海湖.....	161
纳木错.....	165
哈纳斯湖.....	172
日月潭.....	178

名泉篇

趵突泉.....	184
月牙泉.....	191
蝴蝶泉.....	196

海滨篇

北戴河.....	204
大连海滨.....	208
青岛海滨.....	214
连云港.....	220
三亚海滨.....	225

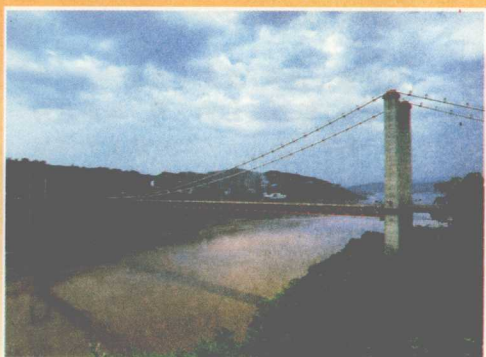
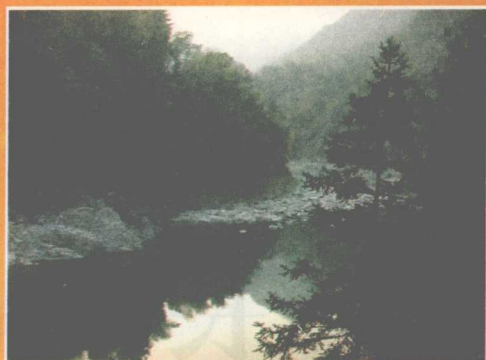


中国名水

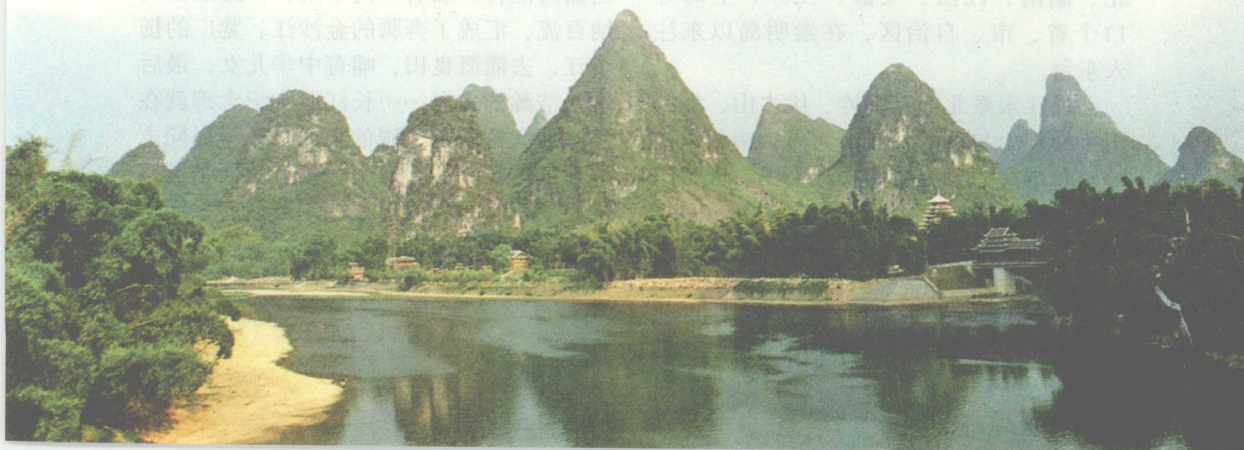
ZHONG GUO MING SHUI

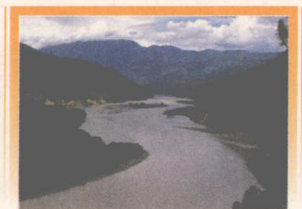
太湖石亭

浙江



江河篇





长江

中华民族第一河

你从雪山走来/春潮是你的丰采/你
向东海奔去/惊涛是你的气概/你用甘甜
的乳汁/哺育各族儿女/你用健美的臂膀
/挽起高山大海/我们赞美长江/你是无
穷的源泉/我们依恋长江/你有母亲的情
怀:……

长江，中华民族第一河，仅次于南美洲的亚马逊河和非洲的尼罗河，为世界第三大长河；入海水量约占全国河流径流量的37%，仅次于亚马逊河和非洲的刚果河，居世界第三位；水能资源极为丰富，相当于美国、加拿大和日本三国水能资源的总和，也位列世界第三位。

长江发源于世界屋脊——青藏高原的各拉丹冬雪山西南侧，正源沱沱河，南源当曲河，北源楚尔河。长江自西向东，流经青海、西藏、云南、四川、重庆、湖北、湖南、江西、安徽、江苏、上海等11个省、市、自治区，在崇明岛以东注入东海。

长江水系北部以秦岭、伏牛山、桐柏山、大别山与黄河、淮河为界；南部以南岭、黔中高原、大庾岭、武夷山、天目山等与珠江及浙闽水系为界，东西跨越31个经度，南北相距11个纬度，拥有180多万平方千米的流域面积。

长江跨越了我国地势的三级阶梯，根据各段河流的水文、地理特征，从江源至湖北的宜昌称为上游，长约4529千米；宜昌至江西的湖口称为中游，长约927千米；湖口至长江口称为下游，长约844千米。

长江源头

沱沱河

沱沱河是长江的正源。沱沱河发源于唐古拉山脉主峰各拉丹冬雪山西南侧的冰川丛中。“各拉丹冬”在藏语中意思是“尖尖的山”。每当夏日，冰川和周围的雪山，在阳光照耀下融化汇聚成沱沱河，沱沱河在向北流经约130千米后，受到乌拉山、乌拉山的阻挡又掉头向东，一直穿过青藏公路的沱沱河大桥，在以下约60千米处与当曲河汇合。然后一泻千里，一路汇百川纳百流，汇成了奔腾的金沙江、宽广的扬子江，去灌溉良田，哺育中华儿女，最后融入浩瀚的大海……长江源头纪念碑就在沱沱河大桥附近，碑的正面是江泽民同志题写的“长江源”三个大字，背面是国家测绘局、青海省政府、四川省政府共同撰写的铭文。

沱沱河沿为万里长江第一镇，海拔

4700米。原来这里荒无人烟，甚至连顶固定帐篷也没有。1954年青藏公路建成通车，来往车辆和旅客不断增多，现为唐古拉山乡政府驻地，青藏线上的要冲。1987年10月新建成的沱沱河大桥为长324米、宽11米的钢筋混凝土T形梁新桥，称为万里长江第一桥。

虎跳峡

虎跳峡位于丽江城北55千米处的玉龙雪山和哈巴雪山之间，由金沙江切割而成。因江心多处巨石兀立，传说曾有老虎借助礁石跳过大峡谷，便留下了虎跳峡的美名。

金沙江流域在距今大约2亿年前形成陆地后，仍经历了多次地壳挤压上升、褶皱断裂和地震、大滑坡等变化。雄伟险峻的虎跳峡，就是玉龙雪山大规模上升过程中金沙江强烈下切后的产物。

虎跳峡起自中甸桥头村，止于丽江大具村，迂回线长约20千米，其间落差210米，分上虎跳、中虎跳、下虎跳三段，18个险滩错落排列在峡谷中；江面海拔1500米至1800米，而两侧的玉龙、哈巴两大雪山海拔分别为5596米和5396米。

金沙江浩浩荡荡奔流至长江第一湾石鼓一带，江面宽达150米至350米，水流平缓，往桥头上行约35千米处江面上可通行300吨的机动船，而从桥头下行6千米至上虎跳峡口，金沙江被两大雪山挤压，江面急骤缩到30米，加上江心巨石的阻挡，江水狂驰怒号，激起排空浪花，发出阵阵轰鸣，成为虎跳峡最壮观的景致。

过上虎跳沿江北上，经永胜村便到中虎跳的主要景点“满天星”滩。这里距上虎跳5千米，江水却下跌了近百米，由于江中礁石密布，似满天星斗，江水在其间往复跳跃，出现江水回奔倒流的奇特景观。



长江源头冰塔



洞寨吊脚楼



长江十大港口之一



港西镇民居



抬头看，两侧雪山，高插云端；下望脚下，悬崖陡壁，俨如刀削。只有置身如此险峻的峡谷，才能体会到“望天一条线，看地一条沟，猴子见了掉眼泪，老鹰见了绕道飞”的比喻是何等贴切。

过了中虎跳，经核桃园村，再行3千米即达下虎跳的主要景点“飞行滩”。爬上滩头的望峡台，可见两岸峭壁接天，形成天然石门，江水夺路奔腾，卷起千层浪。在这里，确实可以领略金沙姑娘轻歌曼舞、三回九转的情景和冲开石门、欢笑而去的快感。正如清代云南诗人孙髫翁在《金沙江》诗中所写：

劈开善域斧无痕，
流出犁牛向丽奔。
一线中分天作堑，
两山夹斗石为门。
波摇日月苍藤细，
沙走雷霆白昼昏。
倒峡翻浪自今古，
便从何处觅江源。

虎跳峡谷天下险，虽给航运带来不便，但却蕴藏着一种惊心动魄的壮美，吸引了无数勇敢者到此寻胜探险。20世纪30年代，美国著名人类学家洛克曾三次游历虎跳峡，并租用飞机从空中拍摄照片，获得大量资料，使虎跳峡闻名于世。

虎跳峡不但是壮美的自然风景区，而且是一个巨大的能源宝库。据专家勘测，虎跳峡可建亚洲第一高坝，成为金沙江上大型梯级电站的龙头水电站和调节水库。

同时，虎跳峡还是丽江远古文明的发祥地之一。峡中玉龙雪山一侧有许多大小各异的洞穴，是远古人类穴居的天然府地，有的洞壁上还留有表现古人生产生活的崖画。这一新发现，为虎跳峡又添奇观。

长江三峡

滔滔长江横切连绵不断的巫山山脉，形成三个险峻的大峡谷——瞿塘峡、巫峡、西陵峡，合称长江三峡。长江三峡西起重庆奉节的白帝城，东到湖北宜昌的南津关，总长193千米。

瞿塘峡

瞿塘峡雄踞长江三峡之首，亦称夔峡，西起白帝城，东至巫山大溪镇，全长8千米，以其雄伟壮观而著称。主要景点有奉节古城、八阵图、鱼复塔、古栈道、风箱峡、粉壁墙、孟良梯、犀牛望月等。瞿塘峡在三峡中虽然最短，却是一幅神奇的自然画卷和文化艺术走廊。

奔腾咆哮的长江，一进峡谷便遇上



气势磅礴的夔门。夔门两岸的山峰，陡削如壁，拔地而起，把滔滔大江逼成一条细带，蜿蜒于深谷之中。这里河宽只有一二百米，最窄处不过几十米，而两岸主要山峰高达1000~1500米。在这里，峡深水急的江流，绵延不断的山峦，构成了一幅极为壮丽的画卷。

瞿塘峡的名胜古迹，多而集中。峡口的上游有奉节古城、八阵图、鱼复塔。峡内北岸山顶有文物珍藏甚多的白帝城、惊险万状的古栈道、神秘莫测的风箱峡；南岸有题刻满壁的粉壁墙，富于传说的孟良梯、倒吊和尚、盔甲洞，洞幽泉甘的凤凰饮泉等。在风箱峡下游不远处的南岸，有一座奇形异状的山峰，突起江边，人称“犀牛望月”，惟妙惟肖。出瞿塘峡，峡口南岸的大溪文化遗址，是考古工作者最感兴趣的地方之一。距白帝城仅几千米的杜甫草堂遗址，更是世人流连忘返的所在。



长江三峡夔门蓄水前风光

崖高500米，河宽只有百米，但流量多达50000多立方米/秒，可谓“两山夹抱如门阀，一穴大风从中出”。

“白盐赤甲天下雄，拔地突兀摩苍穹。”赤甲山因含有氧化铁的水溶液粘附在风化的岩层表面，土石呈红色，如人袒背，故名赤甲山。而白盐山因粘附在岩石上的水溶液，主要含钙质，色似白盐而得名。在灿烂阳光下，赤甲山略显红色，白盐山呈灰白色，隔江相望，一个红装，一个素裹，可谓奇景。

杜甫描绘夔门的水势，用“众水会涪万，瞿塘争一门”绝唱，勾勒出了夔门的伟岸雄姿。

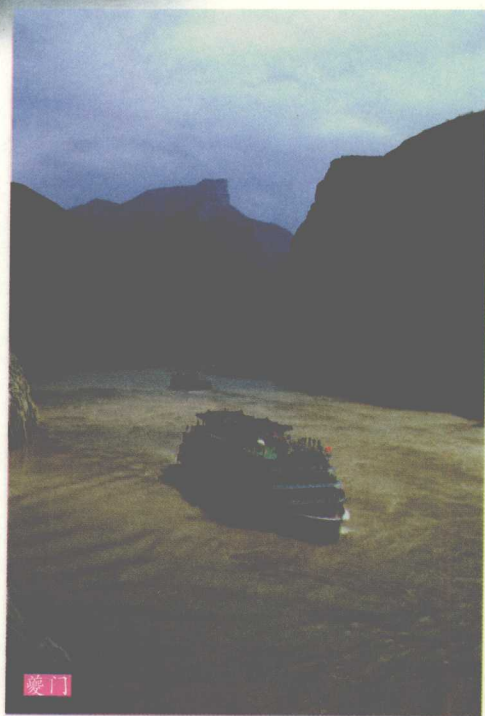
临江的石壁上，刻有孙元良的“夔门天下雄，舰机轻轻过”十个行书大字，李端浩的篆刻“巍哉夔门”和行书“夔门·瞿塘”也历历在目。

在白帝城下瞿塘峡口，有一庞然巨



天子殿

瞿塘峡谷窄如走廊，两岸崖陡似城垣，郭沫若曾发出了“若言风景异，三峡此为魁”的赞叹。瞿塘峡西入口处，白盐山耸峙江南，赤甲山巍峨江北，两山对峙，天开一线，峡张一门，故称夔门，古称瞿塘关，形成“西控巴蜀收万壑”、“瞿塘峡锁全川水”的险要气势。这里的



暖门

石，兀立江心，砥柱中流。船工中流传着这样一首民谣：

滟滪大如象，瞿塘不可上。
滟滪大如牛，瞿塘不可留。
滟滪大如马，瞿塘不可下。
滟滪大如袂，瞿塘不可触。
滟滪大如龟，瞿塘不可窥。
滟滪大如鳖，瞿塘行舟绝。

巫峡

巫峡位于四川巫山和湖北巴东两县境内，西起重庆市巫山县城东面的大宁河口，东迄湖北省巴东县官渡口，绵延40多千米，包括金盔银甲峡和铁棺峡，峡谷特别幽深曲折，是长江横切巫山主脉而形成的。

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，充满诗情画意。

清人许汝龙《巫峡》诗中说：“放舟下巫峡，心在十二峰。”这里群峰竞秀，气势峥嵘，云雾缭绕，姿态万千，令人神驰。北岸六峰依次为登龙、圣泉、朝云、望霞、松峦、集仙；南岸也有六峰，但在江中能见到的，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。唐代诗人赞美巫山十二峰，有“巫山十二峰，皆在碧虚中”；“巫山峨峨高插天，危峰十二凌紫烟”；“巫山案十二，合沓隐昭同”等诗句。

巫峡两岸群峰，以十二峰为奇，而巫山十二峰又各有特色，千姿百态，妩媚动人，其中以神女峰最为著名。宋玉《神女赋》中楚襄王与神女幽会的故事、神女瑶



昭君像

姬下凡助禹治水的传说，加上酷如少女的巧石倩立峰侧的形态，使神女峰独领风骚千年。历代骚人墨客为此峰写了许多诗词歌赋以表赞美之情。神女峰远眺如少女，亭亭玉立，俯视长江。因为她站在群峰之巅，每天第一个迎朝霞，最后一个送晚霞，所以又名望霞峰。

相传神女峰是西王母幼女瑶姬的化身，曾助夏禹开鑿河道排除积水。水患消除后，为保行船平安而留在巫山，因而博得后人尊敬奉祀。神女峰对岸飞凤峰下现存授书台，据说是瑶姬授书夏禹处。

巫山十二峰壁立千仞，直插江底；峡中云雾轻盈舒卷，飘荡缭绕，变幻莫测，为它们平添了几分绰约的风姿；而流传至今的种种动人的神话传说，更增添了奇异浪漫的诗情画意。除十二峰之外，还有众多的险峰异壑，令人目不暇接。苍峡连彩霞，出峡复入峡。巫峡是三峡最连贯、最整齐的峡谷，分为东西两段，西段由金盔银甲峡、箭穿峡组成，东段由铁棺峡、门扇峡组成。

巫峡内名胜古迹众多，除十二峰外，还有陆游古洞、大禹授书台、神女



长江西陵峡灯影峡风光



西陵峡“兵书宝剑峡”风光

庙遗址、孔明石碑以及悬崖绝壁上的夔巫栈道、川鄂边界的边域溪及“楚蜀鸿沟”题刻，还有那刻在江岸岩石上的累累纤痕等，无不充满诗情画意。滋润了历代墨客骚人的生花妙笔，留下了灿若繁星的诗章。

巫峡谷深峡长，日照时短，峡中湿气蒸腾不散，容易成云致雾。云雾千姿百态，有的似飞马走龙，有的擦地蠕动，有的像瀑布一样垂挂绝壁，有的又聚成滔滔云纱，在阳光的照耀下，形成巫峡佛光，因而古人留下了“曾经沧海难为水，除却巫山不是云”的千古绝唱。



长江夕阳



西陵峡

西陵峡，得名于三峡名珠——宜昌市南津关口的西陵山。它是三峡中最长的一个峡，东起宜昌南津关，西至秭归香溪河口。峡谷内，两岸怪石嶙峋，险崖峭立，猿猴难攀。西陵峡滩多流急，以“险”出名，以“奇”著称。西陵峡中有“三滩”（泄滩、青滩、崆岭滩）、“四峡”（灯影峡、黄牛峡、牛肝马肺峡和兵书宝剑峡）。整个峡区都是高山、峡谷、险滩、暗礁。“西陵滩如竹节稠，滩滩都是鬼见愁。”

西陵峡中险峰夹江竖立，峻岭悬崖横空，奇石嶙峋，银瀑飞泻，古木森然，水势湍急，浪涛汹涌，景象万千。很多礁石险滩已得到了整治，惊险万状的“崆岭滩”、“鬼见愁”、“鬼门关”已成为历史陈迹。西陵峡中的兵书宝剑峡位于香溪东15千米、长江北岸的陡壁峭岩上，如

同石隙中有物叠置其间，状若书卷，名曰“兵书”，其右下方条形岩石凸起，宛如巨剑直插激流，名曰“宝剑”。“兵书”其实是巴人悬棺葬的遗迹。

从兵书宝剑峡向东过新滩不远，江北有岩壁，上有两块重叠下垂的赭黄色岩石，一块形似牛肝，一块形似马肺，故名牛肝马肺峡。

莲沱至南津关间有灯影峡及黄牛峡。灯影峡又名明月峡，峡虽不长，但景致不凡，可谓“无峰非峭壁，有水尽飞泉”。西陵峡南岸的牙牙山上有四块巨石，极像《西游记》中唐僧师徒四人的形象，悟空探路、八戒牵马、唐僧合十、沙僧挑经，姿态酷肖。每当落霞晚照，从峡中远望，极似灯影戏中人物，故名灯影峡。

长江第一湾

从青藏高原奔腾南下的金沙江、澜沧江、怒江三大河流，在南北走向的云岭、怒山、高黎贡山三大山脉的夹持之下，在



滇西北境内形成了“三江并流”的举世奇观。金沙江，指长江上游从青海省玉树县巴塘河口至四川省宜宾市岷江口一段，全长约2308千米。相传过去沿江一带的居民曾取沙淘金，所以叫金沙江。它流出青海，经西藏从德钦县进入云南，继续南流于横断山区，在丽江县石鼓镇突然折向东北，形成一个V形大弯，人称“长江第一湾”。

前人有诗云：“江流到此成逆转，奔入中原壮观。”关于江湾由来，民间传说：怒江、澜沧江和金沙江三姐妹结伴出游，半途发生争执，大姐、二姐固执地往南走了，金沙姑娘立志要到太阳升起的东方寻找光明和爱情，到石鼓后，告别两个姐姐，毅然转身离去。金沙姑娘转身处，就成了长江第一湾。地质研究资料表明，在古代长江是沿横断山脉南下剑川、漾濞峡谷的，后因地壳运动使地貌改变，迫使江流突然改道，才出现了万里长江源流由南向东的伟大转折，成为发祥中华大地江南文明的母亲河。

长江流至沙松碧一带，水势宽舒，江水清幽，两岸青天柳成行，似丝条低垂，丝丝缕缕随风轻展。春天，沙松碧万顷平畴之上，油菜花开，金黄耀眼，映得半江碧黄，十里之外，即闻花香。渔舟往来于青江之上，金珠飞溅，景色奇美。如此景色，是长江在云南最壮美的地方。

沙松碧是看长江第一湾落日的极好所在，登临沙松碧村后的小山，长江第一湾尽收眼底。

金沙江犹如一条轻轻拂动的绸带，从青色的群山间飘然而下。两岸墨绿色的护堤林和碧绿的稻田为她镶上两条深淡相间的花边，更增添了她的魅力。

沙松碧渡口，是红二方面军长征时渡江的主要渡口。据说诸葛亮“五月渡泸”，忽必烈“革囊渡江”都选择了这里

为渡口。

丽江石鼓镇坐落在江湾转角处，因镇内有明代嘉靖二十七年（1548）丽江土知府刻制的鼓状汉白玉石褐而得名。纳西语称这里为“刺巴”，意为虎啸处或虎族之花。这里也是古代南下大理、北进藏区的战略要津。1253年忽必烈分兵三路偷袭南宋后方，西面兀良合台一路，即在巨甸、石鼓一带革囊渡江。1936年4月，贺龙率领红二方面军，在这里渡江北上，现建有红军长征纪念碑、文物陈列室和石鼓红军长征渡江雕塑，被列为云南省级文物保护单位和爱国主义教育基地。



石鼓一带不仅人文荟萃，而且风光秀丽，物产丰富，素有高原“小江南”之誉。这里江流平缓，河谷开阔，梯田层层。春天桃红李白，麦浪翻碧，油菜泛金；秋天稻谷飘香，瓜果满园，与村落瓦舍相映成趣。江边柳林如带，棵棵笔直挺拔，树冠茂密似盖，树下江滩，显得分外凉爽，是当年红军的宿营地，如今成为人们消夏避暑的理想场所。溯江而上3千米，便是一向以险要著称的石门关，相传隋朝大将史万岁征云南时曾开此关，元明清三代均在此设关驻防，为兵家必争之地。民间谚语云：“石门对石鼓，金银万万两，有人猜得出，买下丽江府。”此语生动地道出了石鼓对丽江的战略意义。