



中國旅遊
China

香港中国旅游出版社 授权出版

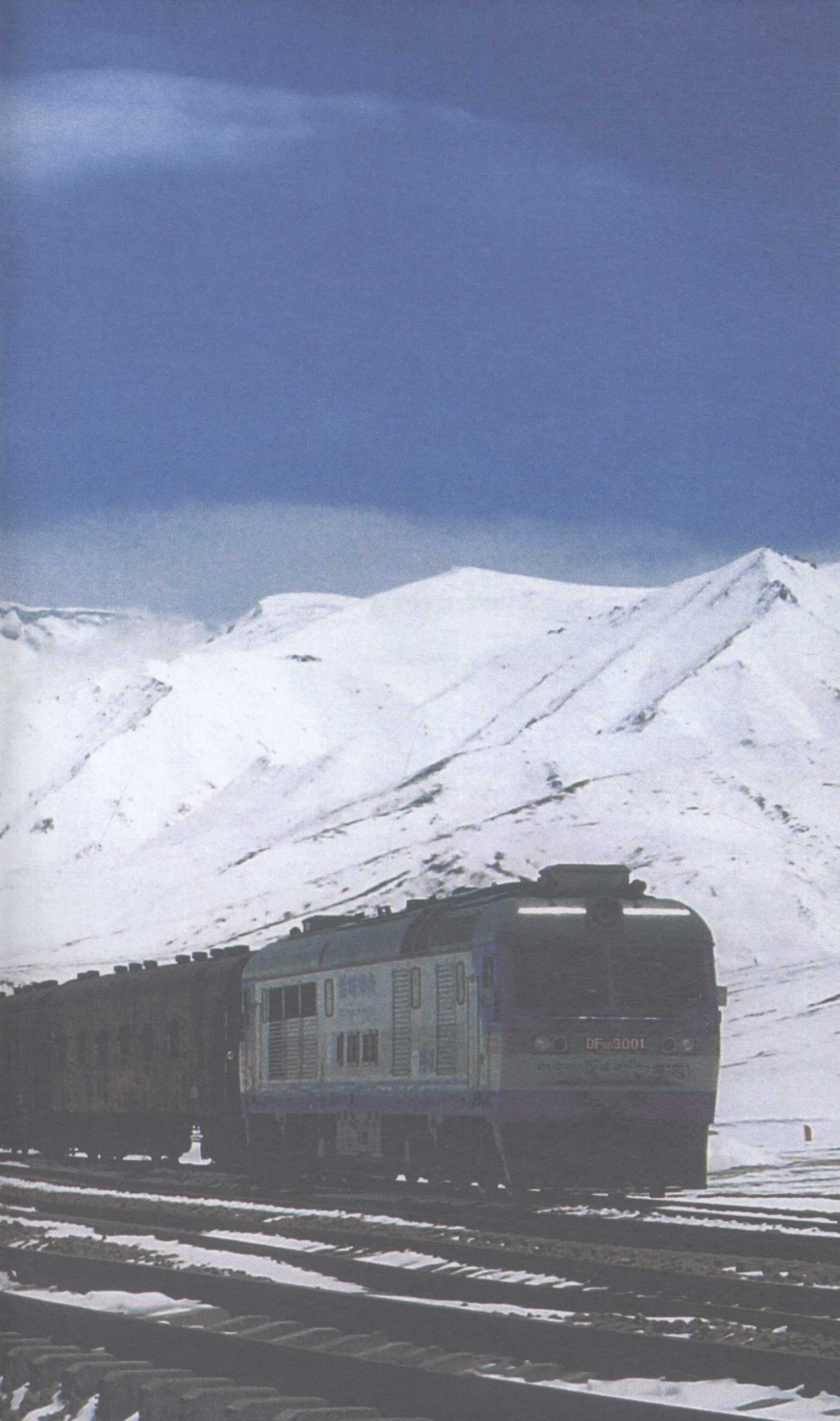
游走大西部系列

沿着青藏铁路

石宝琇等 著

汕頭大學出版社





图书在版编目(CIP)数据

沿着青藏铁路/石宝琇等著. —汕头: 汕头大学出版社, 2008.3

ISBN 978-7-81120-260-1

I. 沿... II. 石... III. ①青藏高原—铁路工程—概况 ②青藏高原—旅游指南
IV. F532.3 K928.97

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第019276号

本书中文简体字版由香港

中國旅遊

授权出版

图片代理:  www.fotote.com

所有权利保留

游走大西部 沿着青藏铁路

著 者 / 石宝琇 等

责任编辑 / 胡开祥

特约编辑 / 区 蕾

封面设计 / 陈汝容 王 勇

责任技编 / 杨荷花 姚健燕

出版发行 / 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内 邮编 515063

电话 0754-2903126

制 作 /  广州公元传播有限公司

印 刷 / 广州伟龙印刷制版有限公司

规 格 / 889 × 1194mm 1/32开 6印张

版 次 / 2008年3月第1版第1次印刷

书 号 / 978-7-81120-260-1

定 价 / 25.00元

(咨询电话: 020-38865309)



沿着青藏铁路

石宝琰等 著

沿着青藏铁路

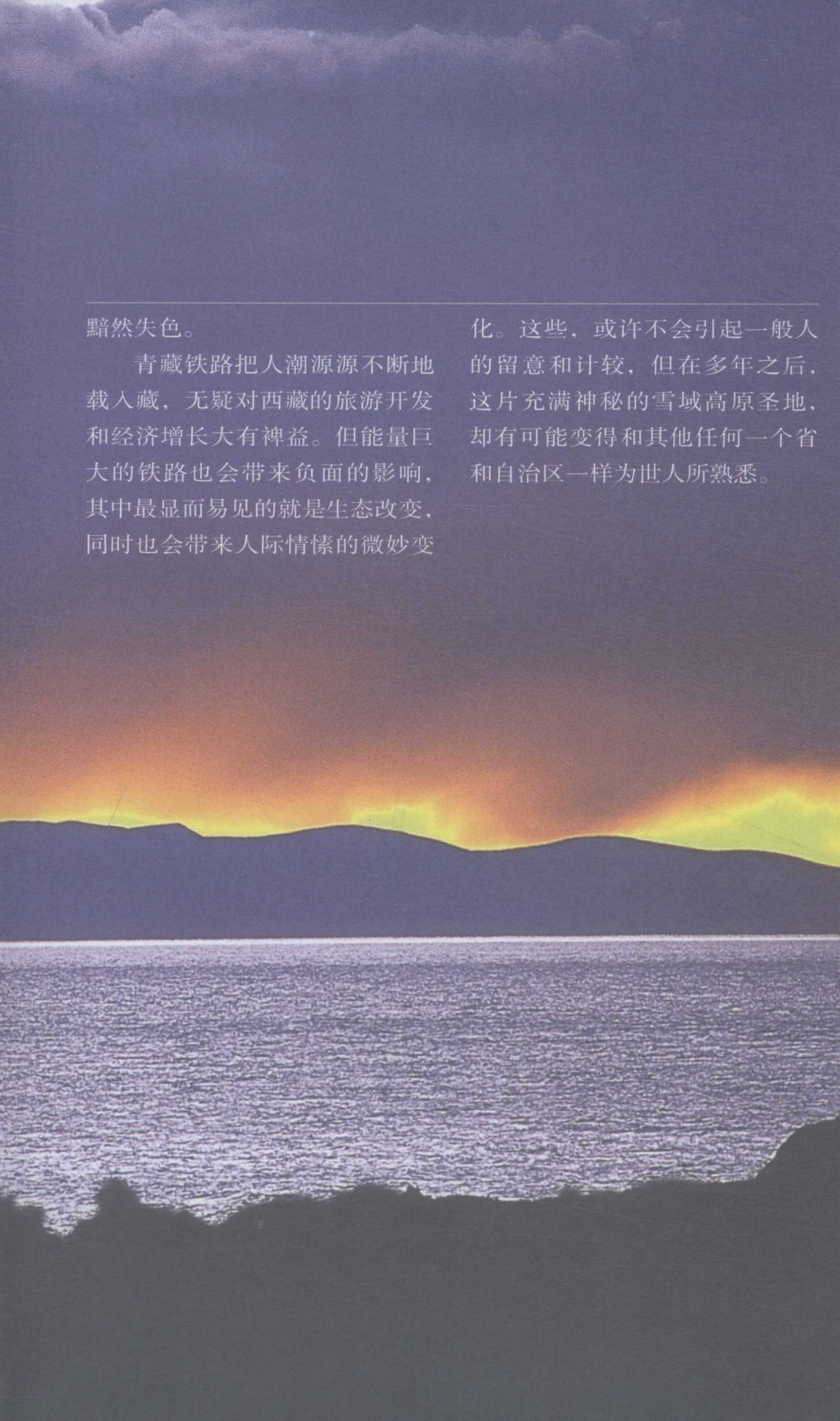
前言

兴建在世界屋脊上的青藏铁路，无疑是人类挑战自然又一令人惊叹的壮举，它应该比在世界第三大河——长江上拦腰设坝还要震撼人心。

青藏铁路的开发和修建尤其艰难，但它对青海和西藏两省区

的发展所起的作用也最显著。青藏铁路筑路时逢山开洞，遇水搭桥，劈开亿万年的冻土。从此，神秘的西藏不再遥远；公路上长途的跋涉和颠簸；空中航线上奢侈而短暂的飞掠，都在舒适、明亮、宽敞、快速的高原列车面前

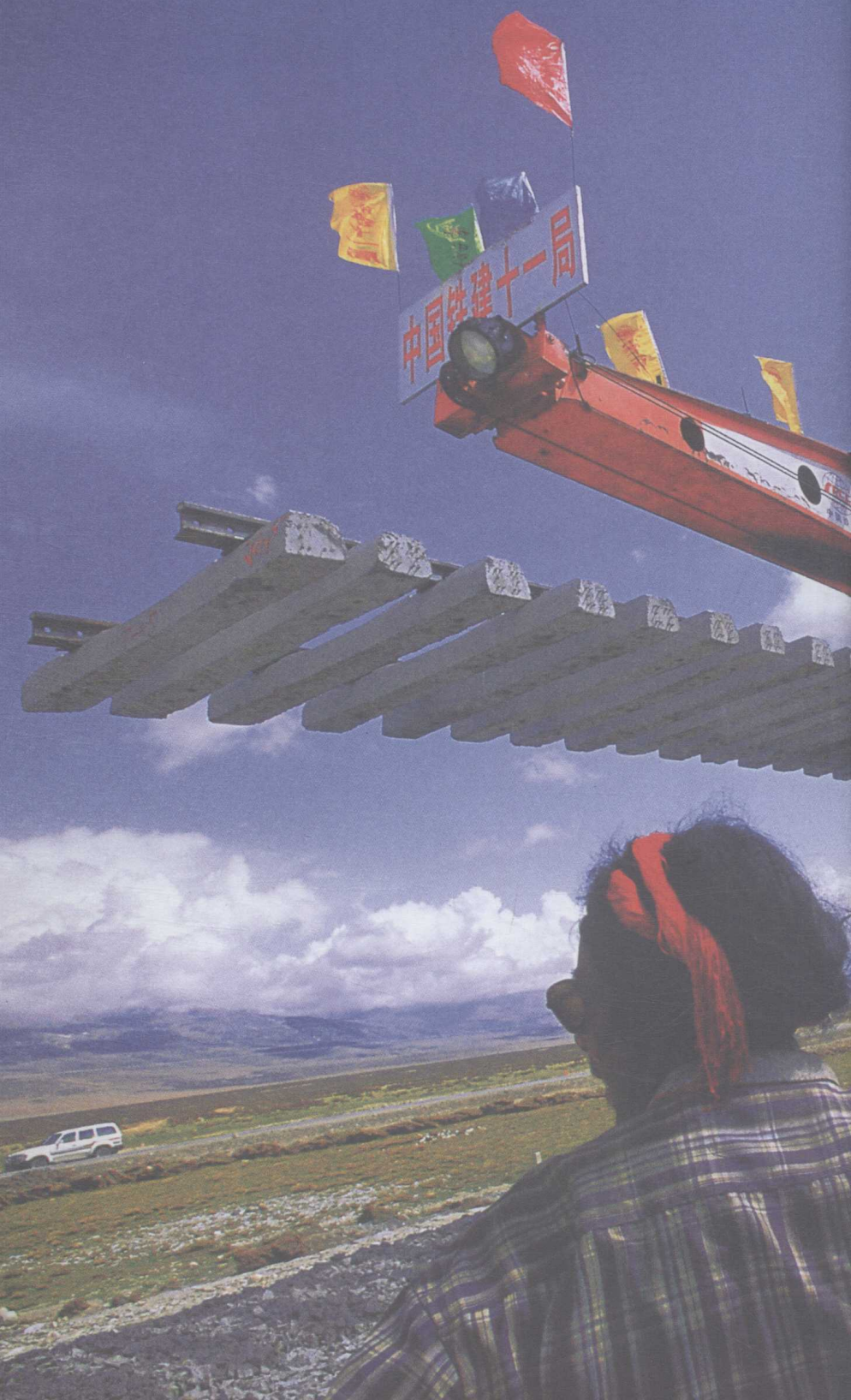




黯然失色。

青藏铁路把人潮源源不断地载入藏，无疑对西藏的旅游开发和经济增长大有裨益。但能量巨大的铁路也会带来负面的影响，其中最显而易见的就是生态改变，同时也会带来人际情愫的微妙变

化。这些，或许不会引起一般人的留意和计较，但在多年之后，这片充满神秘的雪域高原圣地，却有可能变得和其他任何一个省和自治区一样为世人所熟悉。





目录 Contents

13	修筑“天路”	54	如何处理垃圾
17	青藏铁路概况	57	非一般的“天路”列车
18	回溯1360年的天路史	58	舒适的高原旅程
22	人道的修筑：呵护生命	58	车厢全新设备先进
22	唐古拉山上的苦行僧	60	供氧系统自动供氧
23	最有效的减肥法	61	真空集便器环保排污
23	巧妇难为高原之炊	62	车窗防紫外线风沙
25	一个也不能少	65	10年内3条支线将衍生
26	艰难的工程：顺应自然	66	沿着青藏铁路旅行
26	天有不测风云	71	西宁及其周边
27	冻得脸上“哭笑不得”	71	汉唐边城
28	给列车穿上“保暖外衣”	71	土楼山和北禅寺
30	野狼也来添乱	72	青海最大佛寺塔尔寺
37	但愿冻土永远沉睡	74	互助：土族和花儿会
37	躁动不安的冻土带	76	门源：油菜花的海洋
37	冻土问题一直是青藏铁路修建的关键	77	坎布拉：丹霞深处藏密宗
37	新婚夫妻一别3年	81	同仁：热贡艺术之乡
38	经历10年磨难	84	从西宁到格尔木
41	《西藏的诱惑》再度勾起高原情结	84	海晏：原子弹、氢弹制造基地
41	冻土问题永远不会结束	86	金银滩草原
42	让桥基与万年冻土形成整体	88	青海湖
43	神奇的制冷“空调机”	91	鸟岛观鸟
47	青藏铁路的环保话题	92	天峻
50	致力打造环保铁路	94	茶卡盐湖
51	脆弱的青藏高原	101	格尔木
51	注重环保的青藏铁路	104	从南山口到拉萨
51	藏羚羊在迁徙中的障碍	104	南山口
52	草场过度放牧的加速	104	纳赤台
53	现代消费意识的影响	105	玉珠峰

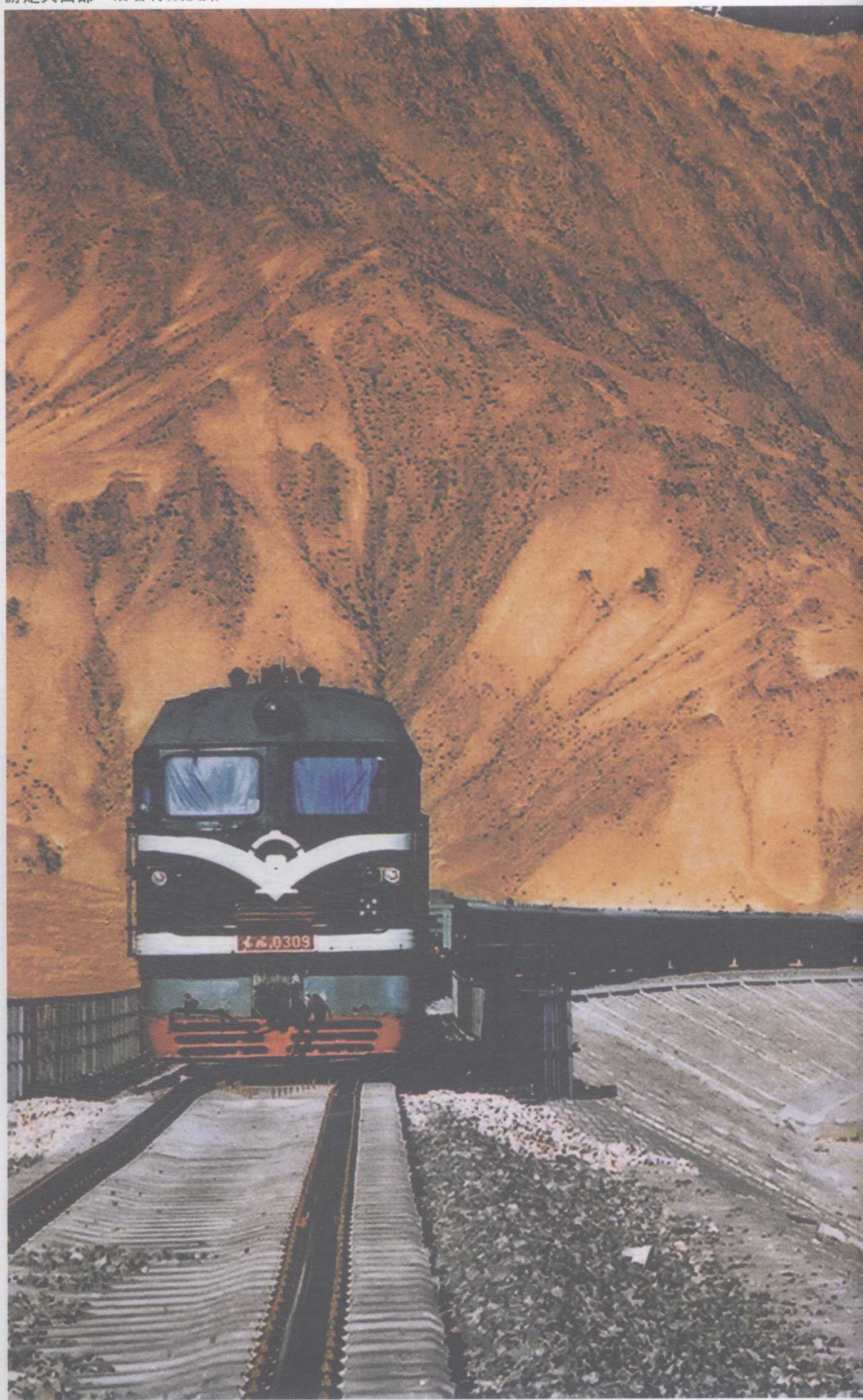


105	昆仑山
108	可可西里
109	沱沱河
109	雁石坪
110	安多
114	措那湖
114	那曲
115	当雄
119	羊八井
130	雪域圣地拉萨
130	大昭寺
134	小昭寺
134	布达拉宫
136	药王山
137	色拉寺
137	哲蚌寺
141	罗布林卡
145	四路游西藏
146	西线：日喀则—珠穆朗玛峰—阿里—普兰
149	羊卓雍湖
149	白居寺
150	抗英的圣地——宗山
150	扎什伦布寺
153	珠穆朗玛峰
156	走向遥远的阿里
158	高原商城
158	札达土林
159	古格王国
165	冈仁波齐峰

166	玛旁雍错
166	拉昂错
168	南线：雅鲁藏布江—泽当—琼结
171	桑耶寺
171	雍布拉康
173	琼结
174	东线：林芝—波密—昌都—丁青
176	拉萨河
176	甘丹寺
177	米拉山
178	巴松错
178	八一镇
179	南伊沟
180	巨柏林
180	林芝
181	拉月曲河谷
181	波密
182	然乌
183	八宿
183	邦达
184	昌都
187	丁青
188	北线：纳木错—那曲
190	纳木错
190	扎西岛
191	赛马节









修筑“天路”

石宝琇·文

