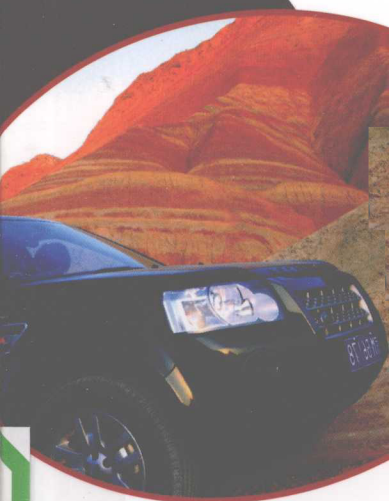




感悟自驾游 经典路线之西域风光

西域的 狂野与妩媚

张适哲 王平 张焱 著



 人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

帝企鹅经典自驾游系列



帝企鹅经典自驾游系列

——感悟自驾游经典路线之西域风光

西域的 狂野与妩媚

张适哲 王平 张焱 著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

西域的狂野与妩媚：感悟自驾游经典路线之西域风光 / 张适哲, 王平, 张焱著. — 北京：人民邮电出版社, 2010.6

(帝企鹅经典自驾游系列)

ISBN 978-7-115-22839-0

I. ①西… II. ①张… ②王… ③张… III. ①旅游指南—西北地区 IV. ①K928.94

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第068312号

内容提要

本书介绍了从北京自驾车去我国西部地区旅游的沿途风采和景点。书中提供了路线、费用、住宿等实用信息，对沿这条线路的自驾出行者有很高的参考价值和指导意义。

帝企鹅经典自驾游系列

西域的狂野与妩媚——感悟自驾游经典路线之西域风光

◆ 著 张适哲 王平 张焱

责任编辑 张国莉

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号

邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京捷迅佳彩印刷有限公司印刷

◆ 开本：690×970 1/16

印张：15

2010年6月第1版

字数：200千字

2010年6月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-22839-0

定价：39.80元

读者服务热线：(010)67172489 印装质量热线：(010)67129223

反盗版热线：(010)67171154

前言

谨以此书奉献给那些已经“走在路上”的人们，这些人可谓是走向社会、走向人生的挑战者和勇敢者。笔者通过本书希望告诉读者，如果你是对人生真意孜孜以求的人，如果你的生活已经小康，并且已经拥有了私家车，如果你想要领略西域的风光美景、民族习俗，如果你想感受人生旅途、品尝人生百味、丰富人生记忆，如果你想充实业余时间、游走于自然风光与历史文化之间，请学习那些“走在路上”的人们，并阅读本书。本书会开阔你的视野，激活、抚慰都市人渴望自然的心灵，并带给你全新的丰盈感受，帮助你“走在路上”时减少困难。

笔者在本书中用亲身的经历与体会，力求以内心自然的感悟与情怀，以图文并茂的形式，介绍西行自驾游的路线及其沿途的别样风采。笔者最大的心愿就是讲述并传播快乐，与读者分享旅途的愉悦，让读者在茶余饭后拥有无限的遐思和乐趣，并早日踏上自驾游之路。

张迺哲于北京

2010年4月

目 录

第一章 舞动丝绸 狂野妩媚

- 陕、甘、青、宁自驾游路书/6
- 筹划行程与行前情怀/12
- 游沙坡头腾格里沙漠/16
- 三上青海湖/20
- 冰雪祁连山/25
- 张掖马蹄寺与大佛寺/28
- 天下第一雄关嘉峪关/30
- 敦煌之神秘诱惑/34
- 大漠阳关故人来 情洒玉门站楼台/38
- 魔鬼雅丹的狂野/41
- 枯涩而美丽的月牙泉/42
- 张掖之丹霞烈焰/46
- 红军长征会师地会宁/50
- 道教第一名山崆峒山/51
- 黄土高原的眷恋/52
- 延安印象/53
- 人文初祖轩辕黄帝陵/54
- 壶口瀑布与山陕峡谷/56
- GPS与无线电台/60
- “神行者”的潜质与释怀/61
- 宠物狗/62
- 回家/63

第二章 走马宁夏 探访贺兰

- “五一”宁夏自驾游路书/68
- 初识河套 跟着向日葵追赶太阳/72
- 乌海与四合木/73
- 独享玉皇阁/74
- 别样醉沙湖/75
- “土”得掉渣的镇西堡西部影视城/76
- 西夏文化与围棋/77
- 登拜一百零八塔/78
- 神奇的沙坡头/80
- 鸣沙/82
- 中卫高庙之神巧/84
- 乌梁素海/86
- 平“庸”与堵/88

第三章 雨雾麦积山 思慕青海湖

- 北京—麦积山、青海湖国庆节自驾游路书/92
- 夜宿运城/96
- 雾锁潼关/97
- 横贯秦川八百里/98
- 思慕青海湖畔/99
- 日月山与塔尔寺/104
- 东关清真大寺与玉石公馆/107
- 重返天水 叩拜伏羲/109
- 雨雾麦积山/110
- 普救寺与《西厢记》/113
- 风洞池神/114

第四章 秦晋之盟 追忆辉煌

- 黄河壶口瀑布、陕西韩城一线自驾游/118
- 三日自驾游路书/119
- 曾经的临汾与独享/122
- 怒吼的壶口瀑布/125
- 鲤鱼“跳”龙门/127
- 古老的韩城与司马迁/129
- 夜奔中原 疾驰京城/132
- 磧口、佳县、榆林——黄河流域自驾游/135
- 四日自驾游路书/136
- 磧口与黄河画廊/138
- 佳县之香炉寺/140
- 榆林镇北台与红石峡/141
- 红碱淖与成吉思汗陵/143
- 山西古城深度自驾游/144
- 三日自驾游路书/145
- 太行深处石头村/146
- 晋商与大院文化/148
- 燕北精华自驾游/150
- 云冈石窟/152
- 悬空寺/154
- 应县木塔/155
- 追忆五台/157
- 运城深度自驾游/159
- 三日自驾游路书/162
- 万固寺/163
- 鹳雀楼/164
- 关帝庙/165
- 永乐宫/166
- 陕西的精华/167
- 古都西安/168
- 兵马俑与华清池/169
- 畏途华山苍龙岭/172
- 雄关漫步/175
- 伴随父母共同追忆辉煌的印迹/177

第五章 神驰新疆 狂野无羁

新疆之旅——19日自驾游路书/184

神驰新疆之旅/188

进入新疆/189

奇妙的吐鲁番之最/191

天山天池/195

火烧五彩湾/197

秀丽神奇的喀纳斯湖/198

雅丹魔鬼城/202

大漠中的克拉玛依/206

赛里木湖果子沟 伊犁草原悠闲游/208

巴音布鲁克湿地草原与天鹅湖/210

沉沙岁泥折戟路 夜闯艰险跨天山/212

峡谷妩媚金光灿 地缝幽深水长流/216

胡杨妩媚千年染 塔里木河无羁艳/218

峥嵘铁门关无壁 西海金沙返哈密/222

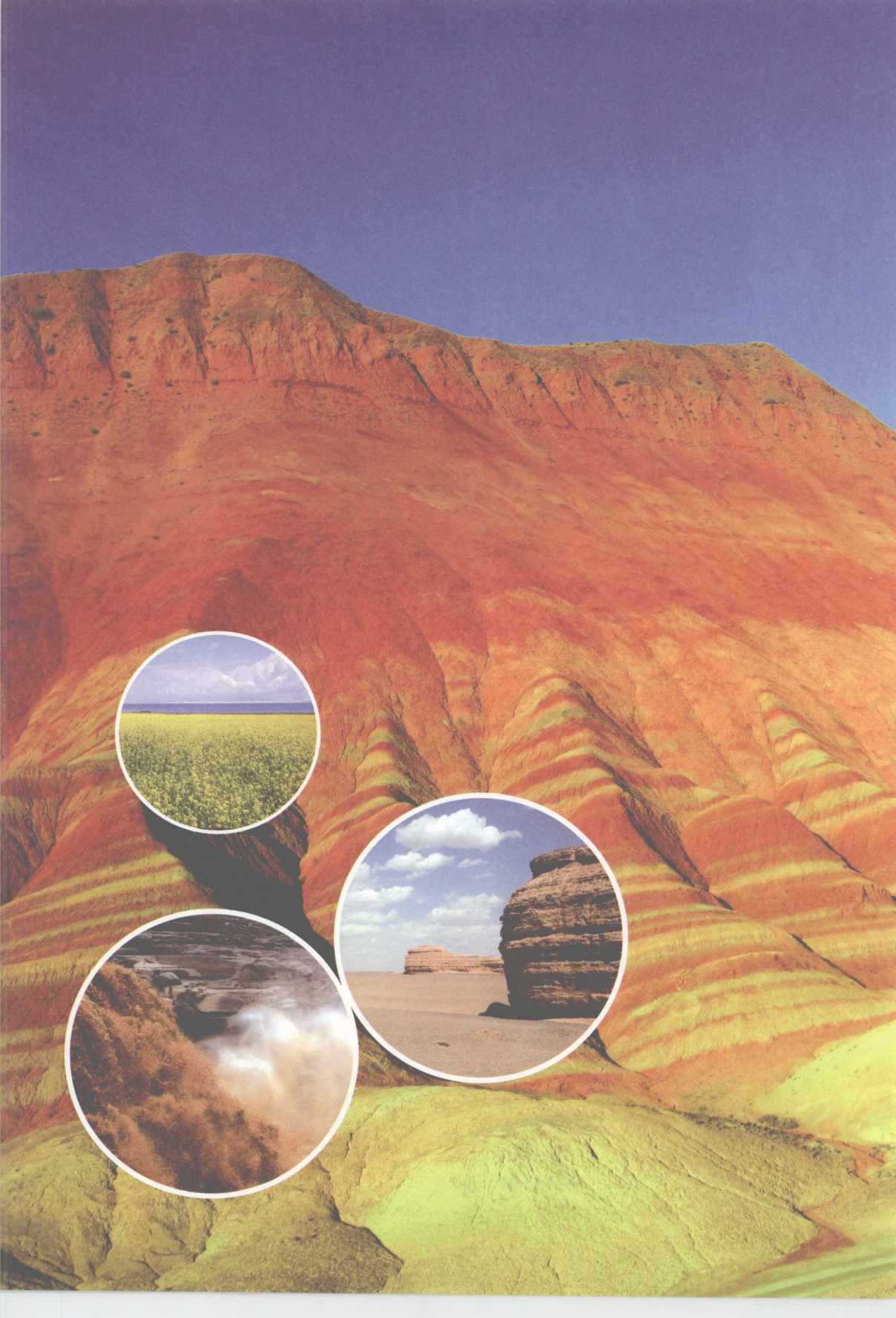
感悟新疆/223

附录：相关背景资料与名词解释/224

自驾游的户外设备及用品/232

各旅游景点门票等参考价格/233

后记/235



第一章

舞动丝绸 狂野妩媚



陕、甘、青、宁自驾游路书

D1 8月8日 北京—乌海 当日里程：1058公里

| | | |
|-------|-----------------|--------|
| 08:20 | 北京六环出发，途经内蒙古 | |
| 09:34 | 康庄收费站交费55元 | 101公里 |
| 11:00 | 东洋河收费站交费70元 | 253公里 |
| 13:50 | 榆林服务区加油50升，330元 | 475公里 |
| 17:30 | 临河东交费235元 | 866公里 |
| 19:20 | 乌海服务区加油62升，400元 | 1038公里 |
| 19:30 | 临河西—海勃湾交费90元 | 1048公里 |
| 19:35 | 入住乌海蓝梦酒店，房费338元 | 1058公里 |

D2 8月9日 晴 乌海—宁夏—中卫 当日里程：392公里

| | | |
|-------|---------------------------------|--------|
| 09:00 | 乌海出发，蒙宁界收费15元 | 1095公里 |
| 12:30 | 宁夏中卫交费90元 红宝宾馆标间238元，午饭后稍事休息 | 1405公里 |
| 16:30 | 游玩沙坡头，门票65元 | |
| 19:00 | 返回红宝宾馆 | 1450公里 |

D3 8月10日 晴 中卫—西宁 当日里程：472公里

| | | |
|-------|----------------------------------|--------|
| 09:00 | 中卫出发，走202省道（约80公里山路），景致不错，一路的西瓜地 | |
| 10:30 | 上京藏高速，交费15元 | 1530公里 |
| 13:50 | 进甘肃海石湾收费站，交费95元 | 1802公里 |
| 14:50 | 进青海西宁，交费49元 | 1910公里 |
| | 住中发源酒店，房费520元 | 1922公里 |

D4 8月11日 阴/小雨 西宁—青海湖 当日里程：538公里

| | | |
|-------|------------------------------|------------------|
| 09:20 | 游青海湖（环湖） | |
| 10:53 | 日月山交费15元 | 1990公里 |
| 18:18 | 倒淌河—西宁交费15元 住中发源酒店，房费520元 | 2448公里 2460公里 |

注：为避免高原反应，减轻旅途劳累，好好做一番休整！

D5 8月12日 小雨加雪/阴 西宁—张掖 当日里程：388公里

| | | |
|-------|--|--------|
| 09:40 | 青海西宁出发 | 2467公里 |
| 10:28 | 大通交费14元 | 2510公里 |
| | 走227国道，路况一般，经常遇到修路的，景致很美，在祁连山西侧 翻越祁连雪山，穿越大坂山隧道交费6元（海拔3792米），山 | |



后景色更为迷人

- 17:30 游**马蹄寺**，门票35.2元
- 19:30 住张掖宾馆，房费381元

D6 8月13日 晴 张掖—嘉峪关 当日里程：258公里

- 09:00 游**张掖大佛寺**，门票41元
- 10:50 张掖加油45升，284元 2848公里
- 13:09 **嘉峪关**交费78元 3073公里
- 13:30 入住**花苑大酒店**，房费433元，午饭后稍事休息
- 下午游**悬臂长城**，门票25元
- 20:10 回**花苑大酒店**休息 3106公里

D7 8月14日 晴 嘉峪关—敦煌 当日里程：423公里

- 09:40 嘉峪关出发 3355公里
- 12:00 瓜州出口下高速，交费89元，走313国道，交费10元 3381公里
- 路况较好，但沿途较凄凉 3447公里
- 14:00 到敦煌交费5+5+5+5元，入住**敦煌宾馆**，房费298元 3505公里
- 14:45 游**莫高窟**门票160元，加油401元 3529公里
- 18:00 回宾馆

D8 8月15日 晴 敦煌 当日里程：391公里

- 09:00 宾馆出发 3591公里
- 10:20 阳关 3601公里
- 12:00 **玉门关**，门票45元 3752公里
- 14:00 **敦煌雅丹地质公园**，门票50元
- 15:30 返回，游玩**汉长城**，免费 3920公里
- 19:00 到**敦煌宾馆**，房费298元

D9 8月16日 晴 敦煌—嘉峪关—张掖 当日里程：664公里

- 06:40 游**月牙泉**、**鸣沙山**看日出，门票120元
- 10:15 开始返程，走**敦煌宾馆—嘉峪关—张掖**线 3929公里
- 11:10 瓜州站收费10元，进高速，嘉峪关收费89元，加油，午饭 4295公里
- 16:10 离开嘉峪关驶往张掖
- 18:00 临泽下高速，交费68元，走220国道转213国道
- 18:40 游赏晚霞中的**张掖丹霞地貌**，艳丽、壮观，非常值得一游 4515公里
- 20:15 走213国道，交费3元，住**张掖宾馆** 4584公里
- 房费381元（含教育费附加1元）

D10 8月17日 晴 张掖—武威—定西 当日里程：698公里

- 10:00 张掖出发
12:00 武威，交费75元，访亲探友 4823公里
15:30 武威出发，双塔收费18元，下高速转312国道 4843公里
16:10 交费8元 4880公里
17:39 安远—十八里铺，交费91元 5196公里
20:00 入住定西宾馆，房费400元两间（含教育费附加3元） 5282公里

D11 8月18日 晴 定西—会宁—平凉 当日里程：201公里

- 09:00 定西宾馆出发，加油100元 5282公里
11:30 到会宁会师楼，免票游红色之旅
14:20 祁家大山、六盘山、蒿庄、平凉西分别收费8元、4元、8元、8元 5452公里
15:30 游崆峒山，门票120元
18:30 入住平凉宾馆，房费240元（含教育费附加3元） 5483公里

D12 8月19日 晴 平凉—乾县—咸阳—铜川—延安 当日里程：201公里

- 09:00 平凉出发
10:15~12:30 王家沟、冉店、彬县、永寿分别收费8元、5元、5元、5元 5680公里
由312国道永寿进“福银高速”
13:45 游乾县乾陵，门票46元 5694公里
14:56 乾陵—咸阳机场，交费20元 5754公里
15:40 铜川高速因修路堵车，下高速交费52元，改走210国道，
金锁关交费10元，到宜君再上高速
18:30 宜君—黄陵交费10元
20:06 黄陵—延安南交费50元 5948公里
20:15 入住延安宾馆，房费330元 6065公里

D13 8月20日 小雨 延安 当日里程：5公里

- 10:50 延安，小雨，游王家坪。休息、进补、睡觉，继续入住延安宾馆，房费330元

友情提醒：在自驾游行程中，适时的进补和休息很有必要，精力充沛才能保证行车安全。

D14 8月21日 晴 延安—宜川—临汾 当日里程：518公里

- 08:20 游延安宝塔山，门票41元 6070公里
10:22 黄陵交费50元，拜谒黄帝陵，门票91元 6216公里



- 13:00 午饭后,加油100元,在富县下高速,交费25元,走309国道,直奔宜川
- 15:30 到达**黄河壶口瀑布**,门票81元 6409公里
- 16:20 过黄河进山西奔临汾,309国道修路,不得不改走231省道,
路况不是很好,179公里竟走了5个小时
- 21:15 临汾交费5元
- 21:30 入住临汾宾馆,房费400元,6588KM 6588公里

D15 8月22日 晴 临汾—太原 当日里程: 312公里

- 10:50 临汾加油 6804公里
- 13:54 清徐交费75元
- 14:40 交费15元
- 15:19 交费10元 6900公里
- 16:30 入住新世纪宾馆

D16 8月23日

- 太原会友 加油300元 6946公里

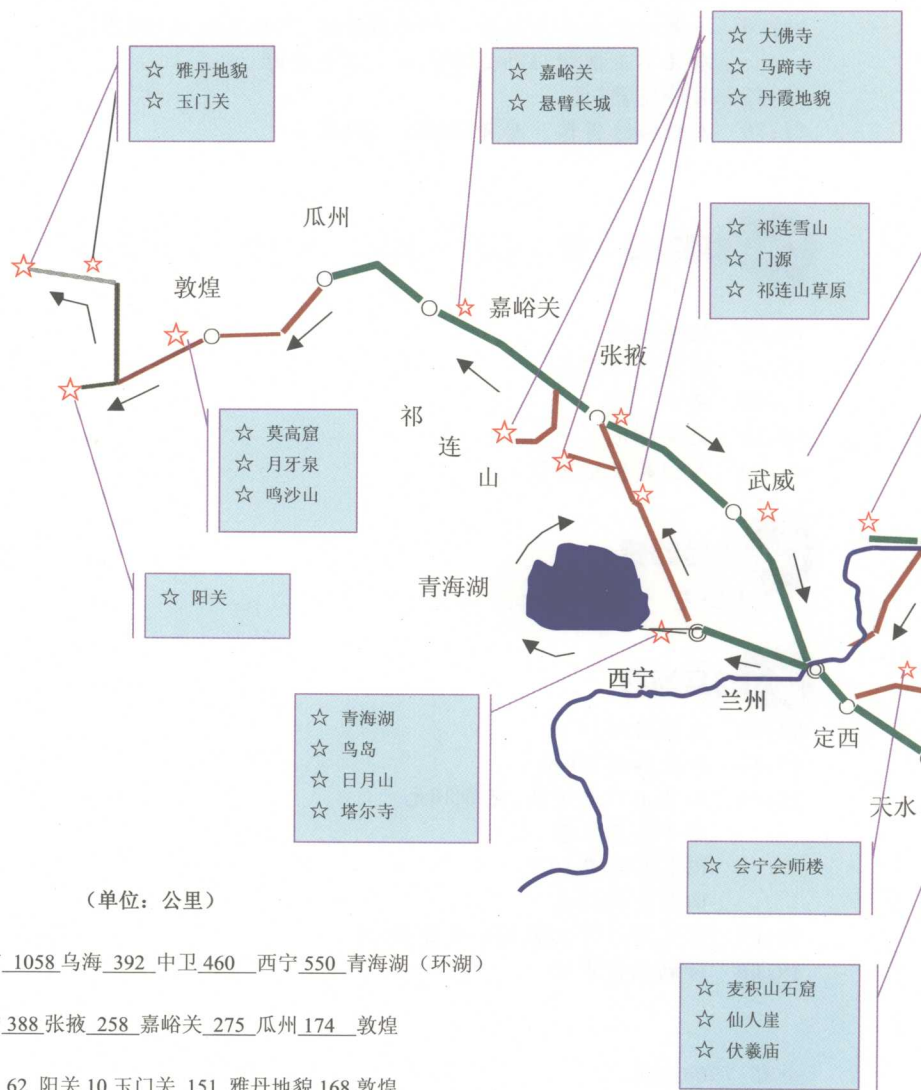
D17 8月24日

- 09:30 太原出发
- 10:45 阳泉加油300元
- 11:00 阳泉出口进市区,交费30元
- 中午会友聚餐 7068公里
- 阳泉东交费10元
- 旧关交费10元
- 18:00 京冀界(河北涿州)交费105元 7500公里
- 19:00 回到北京市区

全程:7500公里

时间:17天(8月8日~8月24日)

费用:15000元(3人)



里 程： (单位：公里)

北京 1058 乌海 392 中卫 460 西宁 550 青海湖 (环湖)

西宁 388 张掖 258 嘉峪关 275 瓜州 174 敦煌

敦煌 62 阳关 10 玉门关 151 雅丹地貌 168 敦煌

敦煌 655 张掖 259 武威 439 定西 201 平凉 582 延安

延安 146 黄陵 193 壶口 179 临汾 312 太原 588 北京



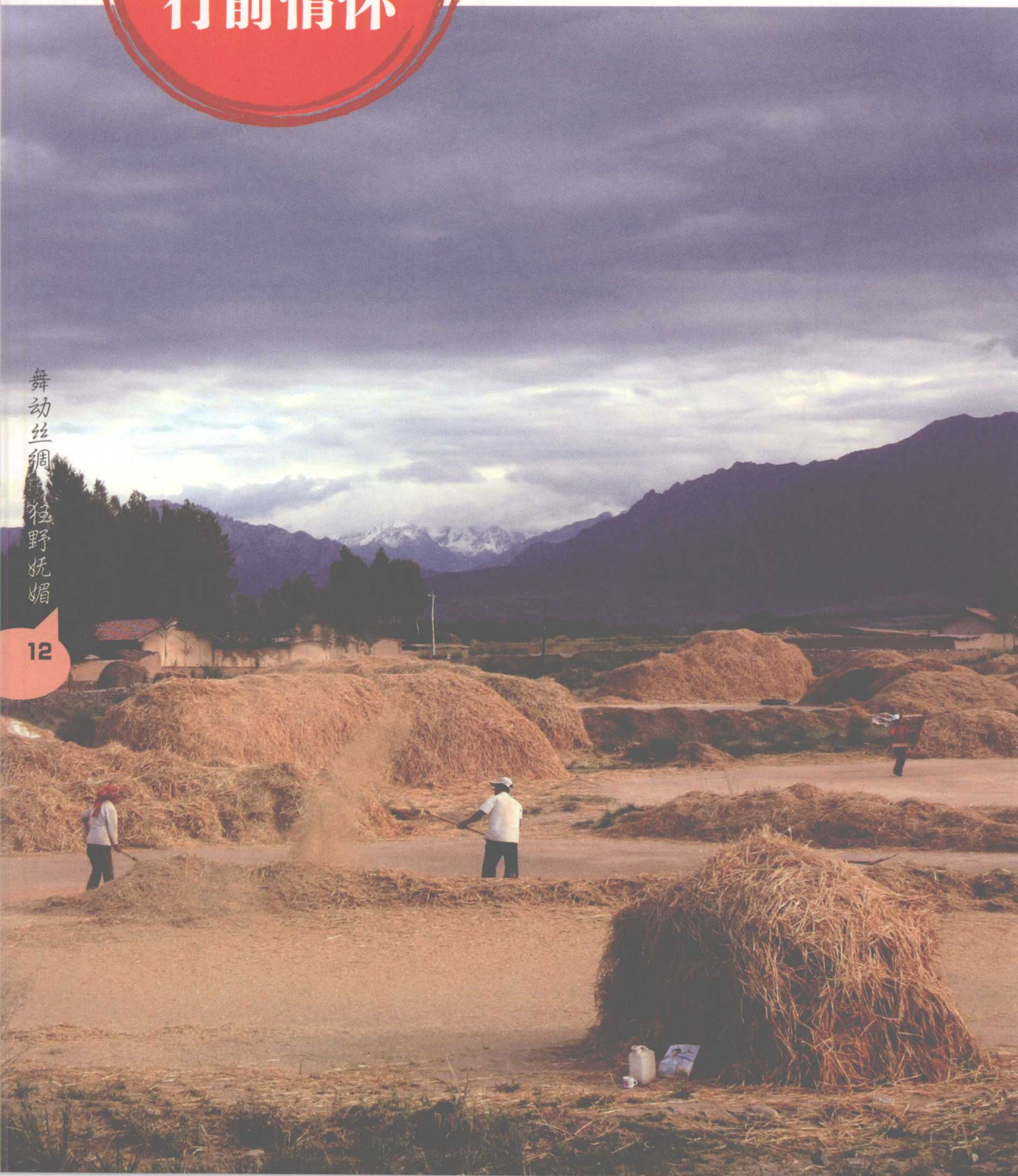
陕、甘、宁、蒙自驾游线路示意图

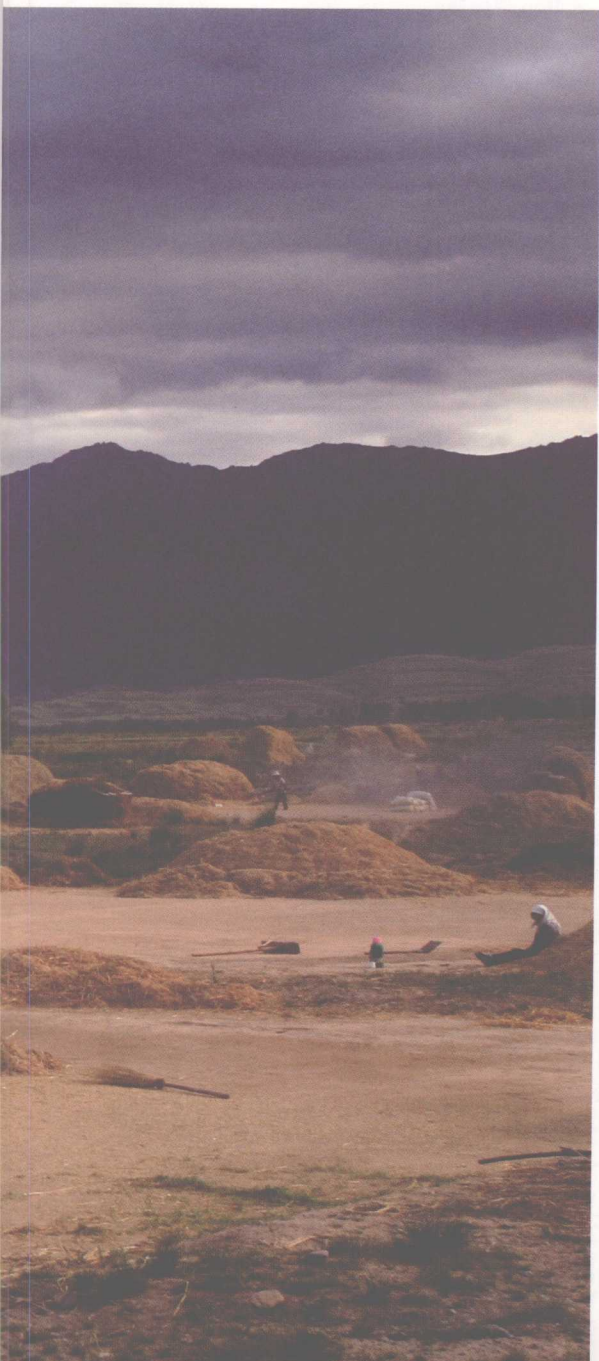
沙坡头·青海湖·祁连山·马蹄寺·丹霞地貌·嘉峪关·莫高窟
 月牙泉·玉门关·雅丹地貌·崆峒寺·乾陵·延安·黄帝陵·壶口

筹划行程 与 行前情怀

舞动丝绸
狂野妩媚

12





提起西域，人们心中恐怕早已是大漠孤烟、沧桑斗转的古老图景了。曾经辉煌鼎盛的美景盛世已淡然远去，留下的自然文化遗产和历史的辉煌与悲壮像书本的图片一样镌刻在了世人对西域的记忆之中，遥想起来不免让人神往。

说起来，我对西域的理解和认知，还是始于小时候看过的书本和图片里的故事，就知道那里很远很远，很荒很荒。后来，一次偶然的机，看到一个网友发了一张“月牙泉”的照片，大漠里的一弯清泉，看上去如诗画般的写意，很美很美。于是我便收藏了这张图片，同时也在心底铭刻下一种念想。我对这样一种充满着荒芜的野性美与凄凉的飘渺感的地域充满渴望。我因此而暗下决心：有机会一定要去看一看那遥远的大漠，去体会其中的狂野、神奇与奥妙，因为那里有我们祖先在鼎盛时期沟通西域的繁华的通商之路，即欧亚大陆的桥梁——鼎鼎大名的丝绸之路！而且，那里也是敦煌的所在！

我相信西域对我们每一个人而言都是诱惑之源，也是很多人的向往之地，“阳关故人”已成为我心头的情结，并时时隐隐为之向往。偶然的一天晚上，央视《新闻调查》栏目播出的“流逝的月牙泉”吸引了我，并让我震惊了！月牙泉四面被鸣沙山环抱，但却没有被流沙所掩，始终碧波荡漾，泉水粼粼，久雨不溢，久旱不涸，风景十分优美。它的神奇之处就在于流沙永远填埋不住清泉。然而随着时间的流逝，环境的恶化，现在的月牙泉已经奄奄一息了，不得不接受“输液”，通过人工输水来避免干涸的厄运。我心中的震撼，远不能