



星球大观
GLOBAL VILLAGE

UNIVERSAL EXPLORATION
环球地理系列

自由是一个美丽的梦
旅行是现实梦境的入口
我们的心 万水千山走遍
身未动 心已远

中国极致之美 100地

星球大观·环球地理编委会 编著

中国林业出版社

 星球大观
GLOBAL VILLAGE

环球地理系列

20处自然形成的奇观

星球大观·环球地理编委会 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

20处自然形成的奇观 / 星球大观·环球地理编委会
编著. —北京: 中国轻工业出版社, 2009. 1
(星球大观·环球地理)
ISBN 978-7-5019-6825-1

I. 中... . 星... . 名胜古迹 - 简介 - 中国 . K928.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 001178 号



环 球 地 理 系 列

责任编辑: 刘忠波 王恒中 责任终审: 张乃柬 责任监印: 胡 兵 张 可
装帧设计: 刘金华 旭 晖 文案统筹: 瑞 雅 美术编辑: 杨 帆

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京圣地纸艺印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2009年1月第1版第1次印刷

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 12

字 数: 250千字

书 号: ISBN 978-7-5019-6825-1 定价: 19.80元

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85113293

发行电话: 010-85119845 65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

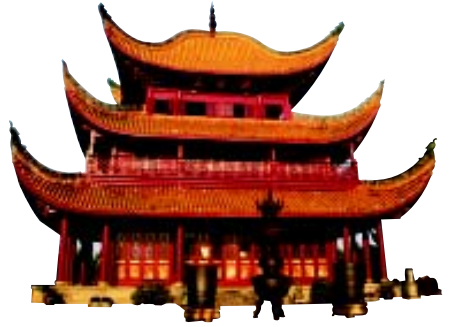
Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

81360S5X101ZBF

清水出芙蓉，天然去雕饰

20 处自然形成的奇观



- 1 天山神秘大峡谷
悬崖和神秘峡谷情未了
- 3 腾冲火山热海
在弥漫的蒸汽中悠然入梦
- 5 巴丹吉林沙漠
我国最美丽的沙漠
- 7 林芝
西藏的江南
- 9 丙中洛
怒江大峡谷上的“富翁”
- 10 太鲁阁大峡谷
让人灵魂出窍的幽峡
- 11 武夷山
茶香中飘出的悠悠历史
- 13 马岭河峡谷
地球上最美的伤疤
- 15 一号冰川
世界上离大都市最近的冰川
- 17 丹霞山
我国的红石公园
- 19 武隆喀斯特地貌
数亿年孕育出的大地杰作
- 21 荔波
水样民族的栖息地
- 23 坎布拉圣境
僧、密、尼同处的法地
- 25 昆仑山
中国第一神山
- 26 额济纳旗胡杨林
根植于大漠上的天长地久
- 29 乐业天坑群
世界上最大的天坑群
- 30 雪玉洞
无水无雪的冰雪气质
- 31 青海湖
我国最大的咸水湖
- 33 三江源
我国面积最大的自然保护区
- 35 本溪水洞
世界最长的地下充水溶洞

清水出芙蓉，天然去雕饰

——20处自然形成的奇观

千万年以来，天山峡谷一直都隐藏着，像一位羞涩的少女久久地躲藏着。直到20世纪末，千佛洞的发现，才拉开了神秘大峡谷接见游客的序幕。

天山大峡谷是天山支脉克孜利亚山中的一条峡谷。维语中“克孜利亚”意为“红色的山崖”，那些红褐色岩石正是由于亿万年风雕雨刻的磨砺，才形成今日之“神秘大峡谷”。站在谷底仰视高崖，只觉得陡峭的峰峦似乎随时随地都会压下来，那感觉直逼眼膜，令人眩晕。

步入其中，但见两侧百米高崖如斧劈刀削，奇险雄伟。顺着峡谷往里走，时而宽阔，可容纳千人，时而狭窄，仅容一人侧身而过；时而细流铺地，如行海滩，时而岩石为底，流水淙淙。悬崖壁中，有多处泉水或流或

滴，饮之清爽甘冽。间或出现的片片沙滩上，小溪如玩捉迷藏的小孩，时而在沙滩上静静地流淌，时而又偷偷地从细沙中浮出……真是洞天福地，变化万千！

大峡谷内现已定名的景点共有42处，较为著名的有神犬守谷、旋天古

堡、显灵洞、玉女泉、卧驼峰、月牙谷、一线天、悬心石、虎牙桥、情未了等。值得一提的是，此峡谷兼有怪石峥嵘和一峰多景、景趣超凡的独特风貌。如位于谷口右侧的佛面山，山上分布有长鼻将军镇谷门、天王托塔、狗熊背子攀顶峰以及应有的天兵天将影像，恰如一幅壮观的、立体的天宫画卷。总之，天山神秘大峡谷是我国罕见的自然风景奇观，谷内游程曲折，峰回路转，泉水丁冬，虫鸣鸟唱。夏日暑气不侵，冬季寒潮退却，奇情异趣，引人入胜，堪称天然幽境。

天山大峡谷的迷人之处，不仅仅在于它的雄奇、险峻、幽深，还在于它的神秘。

神秘之一是令人不寒而栗的“阴声”与“怪气”：“阴声”是指在峡谷半山坡乃至峡谷

内的客栈里，经常会隐约聆听到谷底行人般“嚓嚓”的脚步声或敲门声，而当定神细听、细看时，却是声、人皆无；“怪气”是指在幽灵谷底一带，有时突然会冒出一个状如八卦图的雾状球体，沿崖壁滚动上升，慢慢消失在峰体中。峡谷的神秘之二是“神风”

最美理由

每位到天山神秘大峡谷猎奇的游者，都会在不意间被大峡谷绝世的容貌勾走魂魄，就那样痴痴地、找不到方向地踱步在它雄壮的身躯里，陶醉在它温柔的臂弯里，使你忘却尘世。那种飘动的怪，神秘的心颤，是大自然鬼斧神工的杰作。它展现在世人面前的，永远是深不可测的双眉紧锁或看透红尘的浅浅一笑。留在游人眼中的，也只有惊艳……

悬一崖一和—神—秘—峡—谷—情—未—了—

天山神秘大峡谷

绝美指数 /

绝美位置

天山神秘大峡谷位于新疆阿克苏地区库车县北部72千米处，由东向西纵深长约5.5千米，由经风雕雨刻的红褐色岩石组成，峡谷曲径通幽，山体千姿百态，峰峦直插云天，沟中有沟，谷中有谷，奇绝险峻。

绝美季节

大峡谷的秋天气候凉爽，因此9-10月是最佳旅游时节。



“神水”之谜：“神风”是指盛夏之际，谷外骄阳似火，进入一线天、月牙谷等景区，会感觉到这里吹着一股忽左忽右、忽上忽下类似天然空调的风，使人瞬间遍体生凉，暑汗全消；“神水”是指每逢枯雨季节，在谷内第一落差的下方，有一股神奇的含羞水沿谷底时隐时现，若用手在绵沙中轻轻堵拦，溪水则含羞而隐，用脚踩之，水则开始向后倒流。大峡谷的神秘之处还有很多，值得游人慢慢探究。

天山南麓群山环抱中的神秘大峡谷，集人间峡谷之险，兼天山奇景之精，蕴万古气魄之灵动，是古丝绸之路上一颗璀璨的明珠。

最美中的最美

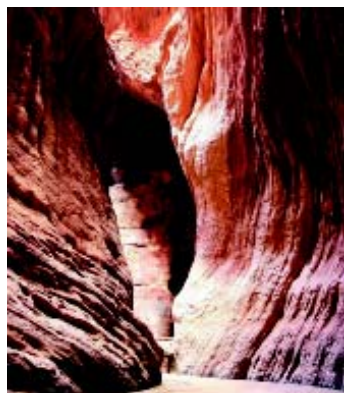
天山神秘大峡谷险峻、神秘、宁静，但吸引人眼球的除了罕见的自然

景观外，更有影响力的是使峡谷昭著天下的一处盛唐时期的千佛洞遗址，也被称作“阿艾石窟”。

千佛洞在峡谷一侧高约35米的崖壁上，是建于盛唐时期的石窟。石窟很小，深不足5米，只有1人高，洞顶呈拱形，洞底面积为16平方米。窟内三面皆有残存的壁画，色彩绚丽，形象逼真，端正华贵，其艺术水平可与同时代的敦煌壁画相媲美。更令人称奇的是，壁画上竟然出现了汉字，与古西域地区其他数百座石窟迥异。这充分体现出汉文化的痕迹，也体现了1000多年前古龟兹文化和佛教文化的融合，给人留下无限遐想。

④ 天山神秘大峡谷由红褐色的巨大山体群组成，在阳光的照射下，犹如一簇簇怒放的火焰。悬在峡谷半腰的阿艾石窟面积虽小，却被专家誉为西域“汉文化形象博物馆”。

⑤ 如图所示，这种在绝壁凌空之处突然峰回路转的奇观，大峡谷内比比皆是。





在一弥一漫的一蒸一汽一中一悠一然一入一梦一

腾冲火山热海

绝美指数 /

绝美位置

腾冲位于云南省，与缅甸山水相连。火山热海位于腾冲县城西南20千米，面积约9平方千米，较大的气泉、温泉群共有80余处，其中有14个温泉群的水温达90℃以上，到处都可以看到热泉在呼呼喷涌。

绝美季节

到腾冲火山热海旅游一年四季均可。

300多年前，大旅行家徐霞客走进腾冲，立即被这里的火山热海奇观所吸引，并将之记录成册，成为《徐霞客游记》中最精彩的篇章之一。腾冲的火山热海，也成为大旅行家游历我国名山大川中的得意发现。

腾冲地区气温适宜，四季如春，又是我国最为著名的火山密集地之一。这里共有休眠期火山97座，其中火山口保存较完整的达23座。正因为如此，腾冲也是我国三大地热区之一，以温泉遍布、热力强大、外形美观著称，深受游客的喜爱。

腾冲大地，处处都有火山活动的遗迹，留下了众多永恒的奇观。密集的黑空山、大空山火山群像一队队士兵，每隔1千米左右就有1座，有序地

排列成队。大空山是火山原貌保存得较好的一座山峰，在山顶，一个直径约400米、深达50余米的巨大火山赫然出现。如果不靠近看，很难相信在绿草如毯、野花繁多、森林密布的山顶上，竟会有如此大坑。站在山口向下望，火山坑四壁直立，好像被巨大的斧子自上而下砍削过，深深的黑洞如张开的大口。看着这些依然历历在目的痕迹，当年那山崩地裂、暗红色岩浆滚滚、烟尘飞溅的惨烈场景犹在眼前。不过，现在真实展现在大地上的的是肥沃的火山灰壤，挺拔的云南

松、青果树和满山遍野的杜鹃花，生机盎然早已覆盖了满目疮痍。这巨大的反差，不由使人感慨自然变化之大，岁月流逝之无常。阳春三月，当你登上腾冲最高的火山——打鹰山时，还能见到丛丛、簇簇杜鹃花在火山口争相怒放。腾冲火山群，是充满诗情画意的、充满生机与活力的。

如果说腾冲火山群让游者领略到的是一道雄壮的风景，那么腾冲的地热温泉就是以其柔媚绝艳而勾魂摄魄，令天下游客堕入温柔之乡而流连忘返。

腾冲目前共发现80多处温泉群，最高水温达96.3℃。其中热力最猛、外部显示也最为奇妙的便是镶嵌在城西约20千米处的腾冲热海。这里青山环抱，热水喧腾，一片生机。在热海9平

方千米的范围内分布着大小滚锅、哈麻嘴、美女池、狮子头、鼓鸣泉、怀胎井、仙人澡堂及澡堂河瀑布等十多个景点。

在这些地热景观中，最吸引人的是黄瓜菁、硫磺塘一带

的热海沸泉。在一段状如黄瓜的狭长山菁里，热气泡穿砂破石，不断喷出，较大的气孔有10余处，温度高达94℃，接近当地的沸点。当地人利用热气、热泉建池沐浴。沐浴方法也别有趣趣：蒸浴和水浴相结合。这里蒸浴的床都是自制的，他们在气孔上铺以卵石、沙子，再铺1~2厘米厚的青松毛、牛筋

最美理由

腾冲历来是我国通往异国的要道，有“入关锁钥”、“九隘藩篱”之称，也曾因“中国翡翠第一城”而闻名于世。现在，且不说这里是人杰地灵、名人辈出，也不说这里物产丰富、资源多样，慕名来此的游客们最渴望体验的却是那罕见的自然奇观：热气腾腾的山和热浪滚滚的川。火山和热海带给游人的冲击力无愧于腾冲“天然地质博物馆”的美名。



草等，在这些青枝绿叶上再覆草席或蓑衣。入浴者爬在床上，盖上毛毯，蒸汽会徐徐而上，约10多分钟，人就开始发汗；半小时后，入浴者就会大汗淋漓；这时需简单搓一下，等汗垢除去后，再下地沐浴，此时即全身滑腻，通体光洁；浴后全身放松，疲劳尽消。在石墙温泉里，还有热水泉蒸床。泉从浴池旁缓缓流出，当地人凿沟将其引进浴池，沟上搭上竹床，热水从床下流过时，蒸汽就会沿床而上升，清洁、卫生，非一般的人工浴室所能相比！据专家检测，这里的汽泉与各种中草药配合，能治疗运动、神经、消化、呼吸、心血管等系统的二三十种病症，其中尤以风湿性关节炎、腰肌劳损、坐骨神经痛等疗效显著。

最美中的最美

在腾冲的地热温泉群中，声威最高的当推“大滚锅”。该温泉池宽约10

平方米，深约1.5米，锅内有3个喷水孔，锅底水温最高可达102℃，常年热浪滚滚。据说有一次一个牧童赶着牛群路过此地，一头贪吃的牛走到泉边舔吃带盐分的泉华，一不小心滑入滚锅内。待到牧童从村里喊来大人时，只捞起一副牛骨，泉中煮着一锅牛肉。

由于水温很高，当地群众在泉边的冒气孔上垫上稻草蒸红薯、洋芋，约10分钟就可品尝别具风味的“热海快餐”了。至于在“锅”中煮蛋，也是立即可食，非常快捷。

④ 腾冲热海大滚锅内水体呈蓝色，终年如浓烟卷雾，热气腾腾。此温泉水对多种慢性病有治疗功效。

⑤ 腾冲火山爆发后留下的火山口，呈盆状，众多火山口一字排开，可以想象当年爆发时的山崩地裂。



巴丹吉林沙漠

金字塔形的高大沙山，碧波荡漾的沙漠湖泊，随风摇曳的芦苇，潺潺流淌的神泉，悠闲嬉戏的水鸟，响声雷动的鸣沙，还有寺庙里不时传出的诵经声，无不让人们感受到这片土地的神奇。这就是巴丹吉林沙漠，当之无愧的沙漠灵魂。

巴丹吉林的必鲁特沙峰海拔高达1609.59米，是巴丹吉林最高峰，比撒哈拉沙漠中被称为世界最高的沙丘还要高出700多米。这座如刀削一般的沙脊，看之都令人头晕目眩，像是上帝刻下的一道伤疤，被誉为“沙漠中的珠穆朗玛”。这个拥有世界上最高沙峰，以高耸、广阔、险峻著称于世的美丽沙漠，带着粗犷的色彩，闪烁着挑战的诱惑，在等待着后人追根溯源，去探索千年的历史。

巴丹吉林沙漠是世界最大的鸣沙区，它的响声之大、面积之辽阔堪称世界鸣沙之最，著名的宝日陶勒盖鸣沙山高度达到了200多

米。徒手爬到沙山顶不是件容易的事，光滑的沙粒让人爬一步、退半步，如此反复，是名副其实的手脚并用。但从上向下滑行时却是很刺激的，乘着滑板风驰电掣般向下俯冲，身下的沙山会传出沉闷而悠远的轰鸣声，仿佛整个沙山被激活了，随着游者的滑动而欢呼。

在巴丹吉林沙漠中，清澈见底的湖泊星罗棋布，镶嵌在大漠里如珍珠

般闪烁。其中常年有水的湖泊达70多个，淡水湖10多个，总水面4.9万亩。是水的作用让这里不仅芦苇丛生而且水鸟嬉戏、鱼游湖底。最为神奇的湖泊是音德日图湖（神泉），湖中有108个泉眼，每当人们对泉叫喊时，泉水就会汨汨涌流；喊声停，泉水也戛然而止，被当地牧民尊为神泉。据说，这口泉眼的水能够治胃病。

夕照时分，连绵不断、平滑温柔的沙丘被镀上了金色，房屋树木都拉出了长长的影子，骆驼在细沙上踩出的印迹从远处延伸过来，高大的沙山倒映在湖里，芦苇丛生的海子边有水鸟在嬉戏，这里变成了真正的“漠中江南”。向远处望去，夕阳映衬下的沙峰座座相连，有的像马群奔腾，有的

又像在演奏大型交响乐。奏弦乐的沙峰，线条舒缓悠扬，奏管乐的沙峰，线条粗糙急促。

坐落在黄沙碧水间的巴丹吉林庙建造的别出心裁，显得肃穆而有情

调。庙前的一片空地用铁丝围栏圈起，围栏上有用栅栏做的门，并上了锁。据说，巴丹吉林庙始建于清雍正年间，当时建筑所用的砖瓦石料全部靠骆驼从沙漠外驮运进来，可知其艰难程度。更令人称奇的是庙里的两口巨大的铁锅（一口已毁于“文革”时期），以骆驼之力是无法驮运进来的，它的到来也成为巴丹吉林庙之谜。

最美理由

巴丹吉林沙漠拥有奇峰、鸣沙、秀湖、神泉、古庙之“五绝”。它的完整性、典型性、原始性及不可复制性已被世人认可。来到沙漠，在入夜之际，聆听那寂寞的风独自咆哮着，隐隐还会从远处传来骆驼的低鸣声。深入巴丹吉林已经成为许多人的梦想，因为，巴丹归来不看沙。

绝美指数 /

绝美位置

巴丹吉林沙漠横跨甘肃、宁夏、内蒙古三省，是我国第三大沙漠，面积约4.7万平方千米，海拔1400~1600米，最高峰为2040米。

绝美季节

游览巴丹吉林沙漠最好在每年6~8月份，而徒步沙漠探险则最好在9~10月份。



丰富的动植物与大量的硅、铝、铁、钙等矿物资源使巴丹吉林沙漠远离“不毛之地”、“死亡之海”之称，摇身变为富庶的“聚宝盆”。

置身沙漠中，住在亲手搭起的帐篷里，品尝喷香的奶茶、鲜美的手抓肉，聆听荡气回肠的阿拉善长调牧歌，引起远古悠长、节奏铿锵的阵阵驼铃声。在深邃而宁静的夜色中躺在沙地上，仰望天空，布满星星的天际像沙漠一样安静、美丽而神秘。

最美中的最美

沙漠在大多数人的印象中都是干旱、缺水和了无生机的，而在巴丹吉林沙漠里，却水草丰美、生物多样。这里分布着大大小小 199 个咸水湖和淡水湖，湖泊里生长着芦苇、水草，还游弋着鲫鱼和鲤鱼。科考队通过研究发现，巴丹吉林沙漠之所以有如此多的海子，是因为大漠深处蕴含着丰富的地下水资源，而且极有可能存在一

条奔流汹涌的地下大河，这样才能解释这个旱荒之地却拥有如此众多湖泊的疑团。

巴丹湖是巴丹吉林沙漠中众多海子中的一个，如一颗碧绿的珍珠镶嵌在一望无际的沙漠中。它是由三个大小不一的湖组成的，当地的蒙古族牧民称其为“母子湖”，最大的是淡水湖，湖边有葱郁的绿树、茂盛的水草和芦苇，南北两侧两个较小的是咸水湖。等到夏季涨水期到来的时候，淡水湖水位上涨，连通两个咸水湖，就形成一个大湖泊了。但神奇的是，三个湖虽然混在一起，但淡水始终是淡水，咸水依然是咸水，互不掺杂。

④ 巴丹吉林的沙山间有诸多清澈见底的海子，与高大的沙山相映成趣，是秀丽与荒凉的绝配，景色瑰丽而又充满神秘感。

⑤ 风是巴丹吉林沙漠的美容师，不间断的微风、大风、狂风造就了沙漠鱼鳞状的纹路。





林芝

林芝最吸引人的就是它丰富的自然资源。这里有莽莽林海，是花之海洋，数不清的雪山、峡谷、河流横卧，从高寒地带生长的雪莲花，到亚热带盛产的香蕉、棕榈，都能在此找到踪迹。徒步环游巴松错，骑马寻访新错、钟错，穿越鲁朗林海、探访雅鲁藏布江大拐弯，处处充满新奇与刺激。

春天的林芝，天空似乎永远晴朗，苯日神山上和雅鲁藏布大峡谷中杜鹃怒放，尼洋河谷桃花绚烂，那些壮美的雪峰一览无余地展现在游者面前，让有幸相见的人们如痴如醉。在春日温暖的阳光下喝一杯香浓的甜茶，好不惬意；夏天的林芝会变成充满阴雨和云雾的世界，连一向美轮美奂的南迦巴瓦峰似乎也被披上了面纱，终日

藏在厚厚的云层后面呼呼大睡；金秋时节，林芝摇身而成为一个五彩斑斓的世界，红的果实、紫的叶子，还有姗姗来迟的小花，相聚一堂，层林尽染；冬天的林芝，低处的群山

依旧保持着生机勃勃的绿色，在山顶皑皑白雪的陪衬下显得更加青翠，洁白的“脖子”上，还挂着雅鲁藏布江和尼洋河这两串绿宝石项链，在清澈见底的水色的映衬下似乎更加妖娆。

工布江达是游人见到林芝的第一面。这个隶属于林芝的小城内，有著名的太昭古城——民国初期的藏地物

资交流中心，著名的“小八廓街”和4个香火极盛的庙宇是其建筑的主体，藏、汉、回和尼泊尔的客商就在这里经商交易，城后就是历史悠久的唐蕃古道。20世纪初，民国军队入藏，并长期驻扎于此，为这里带来一批最早的汉族居民。

聚居于此的工布人、门巴人和珞巴人至今还保存着原古的宗教信仰和独特的狩猎习俗，跳羌姆、转山转湖、祭拜等活动仍每年举行。所以，到林芝进行宗教旅游，首府八镇周边的苯日神山和布久喇嘛林寺是必去的圣地；如进行美景观赏游，美丽的南迦巴瓦峰和深不可测的雅鲁藏布江大峡谷便是林芝之行的高潮所在。

林芝还是一个鸟类的乐园，碧绿

的河水中落满了嬉水觅食的黄鸭、斑头雁，而田间地头更可以见到高原精灵——黑颈鹤的优雅身姿。这种唯我国高原独有的国宝级鸟类与大熊猫、藏羚羊一样珍贵，而想在几十

米内观赏到它们的身姿，恐怕也只有林芝才能实现。

林芝地区不但景美，人更美。由于这里气候湿润，阳光照射没有那么多强烈，在林芝姑娘的脸上是见不到高原地区特有的“高原红”的，这些水嫩白皙、温柔大方的林芝女子也一直是藏族男人们争相追逐的对象。在过

最美理由

在藏语中，林芝是“太阳的宝座”之意，这个位于“唐蕃古道”上人杰地灵的地方，水草丰饶，牛羊成群，民俗风情与众不同。这里空气清新没有污染，各种珍禽异兽和名花贵草汇聚一堂，独特的发展历程也造就了多样的民族节日和虔诚的神灵崇拜。这是一个没有仇恨、没有忧伤的地方，欢快的舞蹈是表示团结的凯歌。这里是西藏的江南。

绝美指数 /

绝美位置

林芝地区位于西藏的东南，平均海拔3100米，地处喜马拉雅山与横断山之间的高原谷地。在其境内，雅鲁藏布江在青藏高原南段“切开”了一道缺口，成为印度洋西南季风向北进入高原的“水气通道”，为这方宝地带来一片葱绿。

绝美季节

到林芝旅游，最佳时间为春末夏初和金秋时节。



去的一些大户人家里，如果能见到工布女人穿堂入室，对于主人而言是件很有面子的事情。

当地人的服饰也很特别，无论男女，都穿一种叫“果秀”的服装。这种服装制作简单，只需用毛皮缝制成套头长坎肩，再配以黑色或紫色的圆筒形工布帽就可以了。这种穿着和当地人的生活息息相关。过去的工布人大都以打猎为生，吃、穿、住、用都取自山林，两张动物的皮毛相叠而缝，中间掏个洞，再用绳子拦腰一拴，便成了最简单的衣服。不仅方便省事，还能隔潮保暖。

林芝地区的人热衷于养猪和猎狗，玲珑可爱的工布猎狗比一般猎狗的个头小，对人的依赖性也小，深得当地人喜爱。

最美中的最美

巴松错湖是林芝的一颗明珠，有

西藏九寨沟之美誉，是藏民们心中的神湖。湖的形状奇特，如镶嵌在高山峡谷中的一轮新月，湖水清凉明净，四周雪山倒映其中，沙鸥、白鹤浮游湖面，如织游鱼沉在湖底，情趣盎然。每到春季，烂漫的鲜花环绕四周，吸引无数蝴蝶飞翔；秋季万山红遍，天空碧蓝如洗，绚丽的晚霞照在火红的枫叶上，又倒映在碧蓝的湖面，景色美不胜收。

在林芝，除了佛教徒，也能见到大批的苯教徒，但似乎除了转湖方向不同之外（苯教徒是逆时针转湖，佛教徒是顺时针转湖），这两种宗教在外人眼里似乎并无太大区别。

④ 西藏林芝巴松错扎西岛，岛上奇形怪状的岩石和具有众多传说故事的山洞岩窟组成一道道奇特亮丽的风景线。

⑤ 鲁朗林海是一片典型的高原山地草甸狭长地带，两侧青山由低往高分别由灌木丛和茂密的云杉、松树组成，中间是整齐划一的草甸。草甸中，溪流蜿蜒，成千上万种野花竞相开放。





丙中洛

怒江第一湾，把丙中洛紧紧地抱在怀中，并为它提供了源源不断的营养成分。再经过漫长的地质变迁，终于使其成为一片富足的土地，养育着生长在这里的各族儿女。

走进位于怒江大峡谷深处的这个小村庄，用豁然开朗来形容是再合适不过了。的确，从怒江大峡谷的起点六库到丙中洛近300千米的行程，一路都是看天一条缝、看地一道沟，而到此处，却突然出现一块平地，绿树鲜花遍布，实乃让人眼前一亮。

丙中洛自然环境奇特、壮观，竟然一天内出现两次日出日落的奇妙景观。每年冬至这天的清晨，太阳准时从碧罗雪山上缓缓升起，在狭长的天空中行走不到两小时，就会匆匆落入矗立在丙中洛西南角的贡当神山背后。半个小时后，小憩过瘾的太阳又会从贡当神山背后露出万道霞光，照耀着这片土地。几小时后，太阳又会慢慢落入高黎贡山的背后。这样，就形成一天两次日出日落的奇妙景观。

丙中洛是典型的人神共居的仙境。在周围耸立的群山中，大多是有名有姓的神山，且每座神山都有自己的神主。除此之外，

这里的每块怪石、每棵大树甚至每条水沟，都有当地人赋予的附体神灵。

基督教的传播，信仰与文化的融合，更造就了这里水平极高的合唱技艺。听他们的歌，你的心会被一种神圣的力量牵引，变得虔诚而肃穆。

如今，茶马古道在云南大多数地

区已退出历史舞台，而从丙中洛通往藏东南地区的马帮队仍穿行在古道上。这条活着的茶马古道，始于丙中洛，沿峡谷溯怒江北上，通往西藏林芝地区察隅县察瓦龙。这条路既是

最美理由

狂傲的怒江滚滚而来，流到丙中洛地区甩了一下尾，尾巴打弯处形成一块小平坝。小平坝处水土丰润、气温适宜，吸引怒族、藏族、独龙族、傈僳族等少数民族在此长期居住。各族人民能歌善舞，又集高原之灵气，使丙中洛地区形成了多元文化，聚集了多种宗教，对原始图腾的崇拜便足以说明众教徒的虔诚。别具一格的“鲜花节”、石板粑粑、石片盖屋等风俗和景观与之相溶。

滇藏古驿道，也是今天察瓦龙沟唯一一条常年无阻通往外界的道路。

从丙中洛沿着怒江往上走，不远处就能看到重丁教堂。重丁教堂是典型的西式教堂，设计成夯土砖木结构，墙壁粉刷成白色。双塔形的钟楼在远处嘎瓦嘎普雪山的映衬下，让人感到似乎来到了《音乐之声》里幽静淡然的小镇。

Ⓜ 圣洁的高黎贡山主峰嘎瓦嘎普峰，冬至的第二次日出即从这里升起。



绝美指数 /

绝美位置

丙中洛位于云南怒江傈僳族自治州、贡山独龙族怒族自治县的北部，是滇西北三大山脉（高黎贡山、怒山、云岭）与三江（怒江、澜沧江、金沙江）形成倒“川”字的“三江并流”核心区。

绝美季节

丙中洛一带属亚热带山地季风气候，境内的“三江”峡谷地带从峡谷底到梁峰顶分布着各种不同类型的自然景观，温度适宜，夏天是旅游的最好季节。



让一人/灵魂/出一窍/的/幽/峡/

太鲁阁大峡谷

百万年以来，丰沛的立雾溪水不间断地向下侵蚀，终于切开了厚度超过1000米的大理石层，为后人展示了一个垂直壁立的“U”型峡谷，这就是太鲁阁大峡谷。

太鲁阁大峡谷风光由太鲁阁、长春祠、燕子口、大断崖、九曲洞、天祥等景观组成，是个约20千米长的由结晶石灰岩形成的峡谷。峡谷沿线山岭直入云霄，两岸呈千古绝壁，奔腾的水流顺壁而下，几乎已分不清是溪流还是缓瀑。

“太鲁长春”景区集山崖、寺庙、溪流、瀑布于一身，是峡谷内最迷人的景区。长春祠坐落于崖壁下，是为纪念在修筑时中横公路时殉职的141位工作人员而建的。黄瓦红柱的寺庙肃穆立，一直沉默在瀑布直泻的溪谷里。

从长春祠进入深谷，沿着溪流绕过险峰，一座壁立万仞的大断崖会倏然出现在眼前。这座被称为“屏风岩”的危崖，两岸皆是垂直的石壁，想要继续通过，唯有凿岩取道。如此艰巨的工程，是大自然对人类的考验。

燕子口是一系列长短隧道，两岸峭壁如斧劈刀削。在燕子口的悬崖边上，形成了众多大小不等的洞穴，燕子们都爱在此筑巢。到了春天，更有“百燕鸣春”的动人景观。

从燕子口往西，进入迎宾峡，就是“锥鹿隧道”。锥鹿隧道建于驰名世

界的大理石断崖上，高达1660米，俯看即万丈深渊。工程人员沿溪在崖缝中凿出凹槽，将中横公路嵌镶在岩石峭壁上，极其险峻。

太鲁阁大峡谷中最壮观的是“虎口一线天”。这里断崖紧接着残壁，站在峡中的人抬头看天，只能看见谷天一线。

天祥原高山族同胞的世居之所，是个小盆地。此处四面环山，花红草绿，气候温和，又有南宋时期的民族英雄文天祥的塑像屹立其中。

天祥附近还有梅园、福园、祥德寺、七级古塔、红色吊桥等景观。

太鲁阁大峡谷险峰重叠、碧水涌流、山雾迷蒙，美不胜收。点缀在美景中的，还有慈母桥、慈母亭等景观。峡谷之惊、之险，常常令游人惊喜连连。只能说，游太鲁阁没有一点勇气和胆略是不行的。

太鲁阁大峡谷中的锥鹿隧道是中横公路中最险峻的地段，谷下溪险水急、林泉幽邃。

太鲁阁大峡谷中的锥鹿隧道是中横公路中最险峻的地段，谷下溪险水急、林泉幽邃。



最美理由

太鲁阁大峡谷两岸悬崖万仞，奇峰插天，山岭陡峭，怪石嶙峋。峡谷中的溪水从海拔3000多米的合欢山冲击而下，到入海口虽只有100千米的路程，落差每千米却能达到20~30米。水流的不断切割使峡谷越来越深，正在形成更为奇险壮阔的世界奇观。

绝美指数 /

绝美位置

太鲁阁大峡谷位于台湾省花蓮县西北部，连绵20千米，是太鲁阁公园的一部分，也是台湾著名的旅游胜地。

绝美季节

游览太鲁阁大峡谷四季皆宜。

武夷山

武夷山水体秀丽，岩壑幽深，集“奇、秀、美、古”于一身，是历代文人墨客寻找灵感、吟诗作画之地。

武夷山概括来说有“三三”、“六六”、“七十二”、“九十九”等美丽风景。“三三”指清凉碧绿、盘山绕林的九曲溪；“六六”指千姿百态、并排林立的36峰；“七十二”指山上72个神秘的洞穴；“九十九”则指99座奇异山岩。站在山上任何一个地方放眼望去，处处皆景，花红柳绿环绕，轻盈歌声飞扬。乘上一叶竹筏任其漂流，水随山转，山水之景交相辉映。

“山水幽奇武夷山为第一，武夷之魂又在九曲溪。”九曲溪是一条发源于武夷山脉主峰——黄岗山西南麓的溪流，一溪碧水，折为九曲，因此得名。

九曲溪中，每一曲都有不同景致，蕴藏着不同的诗情画意。乘竹筏漂流水上，不仅能领略到有惊无险的刺激，而且四面无遮无拦，九曲两岸之景色尽收眼里。看那与云

齐高的“齐云峰”，形似火焰的“火焰山”，常有白云在半腰飘悠的“白云岩”和岩后的“白云洞”（据说《封神演义》中提到的道人乔坤就曾在此洞修养），无不充满传奇。

竹筏漂至八曲，可看到夹溪两岸奇峰拱拱，怪石嶙峋。溪左屹立着卧狮笑猴、上下水龟石、猫儿石、鱼磕

石、海蛤石；溪右坐落着象鼻岩、骆驼峰等，惟妙惟肖，栩栩如生。据传，上下水龟石的来历还和朱熹有关呢。

铁板嶂下，临溪立着一块巨石，称为“水光石”。石上密密麻麻地题刻着历代名人的豪言壮语，其中尤以明代抗倭名将戚继光的“大丈夫既南靖岛夷，便当北平胡虏。黄冠布袍，再期游此”的题刻最为著名。选一个晴天的傍晚，西斜的阳光照在岩壁上，古岩壮观而秀气。

水是武夷山的魂魄，瀑布是武夷山的血脉，山上的瀑布水珠飞扬、千形百状，最大的青龙瀑布居然被分为两级。由于栈桥与山体的阻隔，加上二级瀑潭的宽敞，故远远望去，只能望见瀑源横断的那一截，似乎

瀑顶就是天空，水从天而降。用青龙瀑布水体的冲力做足底按摩，可以有效消除疲劳、促进血液循环和改善内分泌。

武夷山还是全球生物多样性保护的重要地区，是尚存

的珍稀、濒危物种的栖息地。目前为止，武夷山自然保护区总面积85万亩，区内动、植物资源十分丰富，被中外生物学家称为“世界生物之窗”。

武夷山上不但有丰富的自然景观，还有独具特色的民俗景观。在我国目前发现的十几处悬棺葬中，武夷山“架壑船棺”是年代最早、形制最

最美理由

置身武夷山，沿途山峦重重、嵌空而立，丹山、碧水、绿树、蓝天、白云相映成趣。那高低相错的奇峰，如雄鸡高鸣，那气势磅礴的山势，如万马奔腾。柔媚的九曲溪清澈见底。人坐筏上，沉浸在这清神幽境之中，抬头可见山色，俯首即观水纹，侧耳能听溪流，伸手就触清波。“竹筏水中流，人在画中游”，无论黄发还是垂髫，都可尽情漫游，遍览山水之美。

绝美指数 /

绝美位置

武夷山位于福建省西北部、闽赣两省交界处，通常所说的武夷山是指位于武夷山市西南15千米的小武夷山，就是我国著名的武夷山风景区。

绝美季节

每年6、7月是到武夷山旅游的最佳时节。



古朴的。在远古时代，武夷山的先民们就充分利用聪明才智和大自然作着斗争，朱熹是朱子理学的集大成者，而朱子理学的发源地即为武夷山。山中还有堪称我国古代书法艺术之宝库的历代摩崖石刻和星罗棋布的僧道宫观寺庙及其遗址，都是镶嵌在溪畔山涧的宝石。

最美中的最美

武夷山盛产茶叶，唐朝诗人徐夔的诗句：“臻山川精英秀气所钟，品岩骨花香之胜”，即高度概括了武夷茶之韵。武夷山岩岩有茶，非岩不茶，故茶岩也被赋予了一定的韵致，“岩骨花香”就是岩韵的特色表现。宋代时，武夷茶叶进入京都皇室，元代又被列为朝贡珍品。明末清初，乌龙茶首先在武夷山问世，其中“茶圣”大红袍更

是茶中绝品。乘竹筏从武夷山九曲溪顺流而下，临近四曲时，游客便可见到一片依山傍水的平地，这就是元代皇家御茶园的遗址。

武夷产茶，自然也会滋生品茶艺术，品茶室也就如影随形。武夷山上的品茶室都摆有原木树根制作的茶桌凳，即使一个对饮茶无特别爱好的人，也会被这特别浓郁的茶香和爱茶的氛围所吸引，从而不知不觉中爱上品茶。品茶的背后，更多的是一种宁静致远，一种豁达。

④ 武夷山九曲溪中的第五曲，地势宽广，景区秀美，主要景点有云窝、武夷精舍、茶洞、隐屏峰等。

⑤ 九曲溪的第二曲水面清幽，两岸悬崖峭壁，抬头可见亭亭玉立的玉女峰，插花临水，极具风采神韵。



马岭河峡谷

马岭河峡谷是一条在7000多万年前燕山造山运动中地壳撕裂而形成的大裂谷地缝，两岸崖高100~200米，是一个集雄、奇、险、秀为一体的国家级景区。从谷底往上看，浩瀚无边的天空竟然变成了一条窄窄的沟；在山顶往下看，平地之间仅有条细缝，但和普通细缝不同的是，这条缝里有轰轰瀑布声和团团水雾。

走入峡谷，两侧巨崖对峙，迎面压来，赭红的岩石组成了似刀削如斧劈的岩壁。在这险峻的岩壁之间，耸立着千姿百态的古树名木，倒挂着苍翠欲滴的竹林，成群的瀑布飞流直下，大小溶洞巧妙相连，钙华奇观屡见不鲜，构成了马岭河最完美的喀斯特地貌，全球极为罕见。

由于“万峰环绕，千泉归壑，溪水溯蚀，江流击水”的作用，马岭河峡谷孕育着多姿多彩的“百画”、“百帘”、“百泉”奇观。

马岭河峡谷是从地面向下剖割深切的凹形河谷，在时间的作用下，河谷两壁深沟浅壑层层叠叠，仔细分辨，还可隐约辨出禽鸟展翅、走兽疾驰等100多幅不规则的图案，形似一幅幅形态各异的挂壁画，此即“百画”奇景；峡谷内的“百帘”奇景是指那100多个鲜为人知的水帘洞，如珍珠断线，淅淅沥沥，极富情趣；洗心泉、车榔温泉、千眼泉、天潭、地潭等120

多处泉水是峡谷内泉之精华，泉水一年四季清澈见底、温度适宜，尤其是车榔温泉分流出的左右两个小泉，从古至今都在为生活在此的布依族男女服务。他们在这里对河而浴，享受着天然温泉的滋养。

天星画廊是马岭河峡谷的核心景区，集规模宏大的瀑布群和岩页壁挂为一体，构成恢弘壮阔的天然画卷，堪称一绝。天星画廊景区长约1.7千米，但却有万马咆哮瀑、珍珠瀑、面纱瀑、间歇五叠瀑、捞月瀑、洗心瀑等13条瀑布，有的壮如银河缺口，有的柔似袅袅轻烟，雄壮美观。众多瀑布中最奇特的是画廊右侧那股飞泻而下的挂瀑，在阳光的直射下，居然能幻化出

上、中、下三弧彩虹，美妙极了。画廊两侧悬挂、堆积了无数钟乳石、石笋、石柱、石幔，构成一座座立体的“琼楼玉宇”，如一幅时尚的城市规划图，别致有趣。

峡谷景区

内还有享誉全球的“五最”奇景：亚洲最高铁路桥——清水河铁路高桥；最奇的天沟地缝；最美的雨布鲁天坑；最小最奇的清溪瀑布；悬崖上最小的梯田。这“五最”奇景位于马岭河峡谷上游，是享誉全球的奇景组合。

峡谷内还有长达7千米的栈道供游人漫步，著名的茶马古道栈道即在此处。在栈道上漫步，不但能看到翠绿

最美理由

马岭河峡谷有一个极具忧郁色彩的称号——地球上最美的伤疤，这个称号恰如其分，却让人心颤。踏入峡谷，看那连绵的瀑布从眼前或狂奔、或发怒、或飘逸而下，让置身其中的你，仿佛穿行在水帘洞。即使躲在峡谷的一个角落，也能感受到极大的刺激和诱惑。这个有桂林之秀、九寨沟之美、黄龙之奇、三峡之险、黄果树之壮的地方，是漂流、探险、观光的胜地。

绝美指数 /

绝美位置

马岭河峡谷位于贵州省兴义市南盘江支流马岭河上，谷长74.8千米，谷宽50~150米，谷深120~280米，总面积450平方千米，分为马岭河峡谷、万峰湖、万峰林三大景区。

绝美季节

马岭河峡谷内全年都可以漂流，最佳季节是在6月至10月期间，这个期间雨水充足，一次可以看到13条瀑布。