



梦想之旅

是否因为人类的整个记忆太渺小？面对大地的雄伟之时，由衷的感叹总像呼吸一样自然地从心底散发出来。原生的大地之母，在我们奔波劳碌之后，依然不自觉地展开她可以供我们依偎的广阔胸怀，生命的肇始之处，仍是我们的归宿。

国家地理 100自然奇观

有梦想，谁都是旅行家。

《梦想之旅》编委会 编著



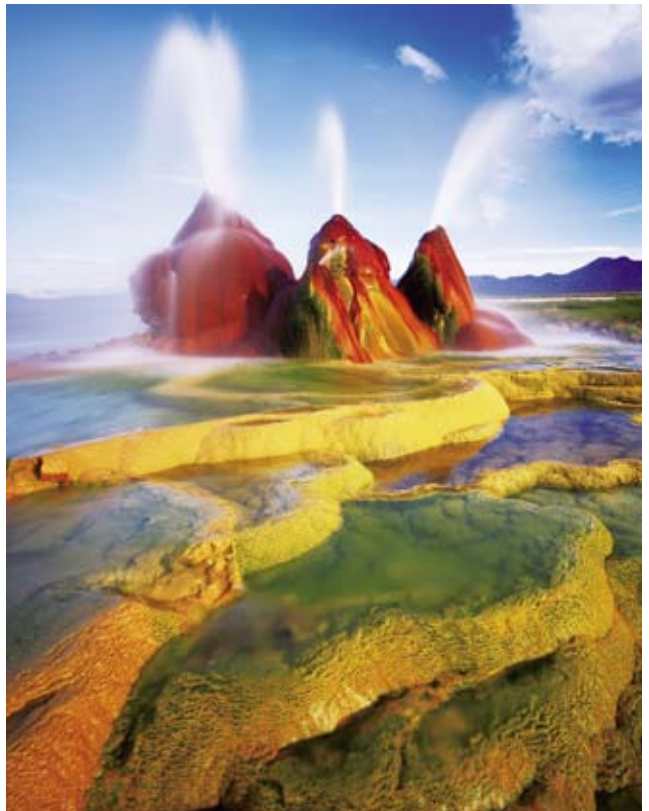
*Travel along the dreams
by heart and soul*

北京联合出版公司

有梦想，谁都是旅行家

国家地理100自然奇观

*Travel along the dreams
by heart and soul*





从南极到北极，
从东半球到西半球，
从日出到日落，
从新生代的造山运动
到略显“安分”的今天，
自然在动静之间积聚的魅力
是我们永远阅读不完的华美书卷。




山崩地裂的磅礴气势使人兴叹，
青山绿水的钟灵毓秀
也令人感叹造化的神奇。
奇迹也需要善于发现的双眼，
而伟大则成就于不断感悟的心灵。









原生的大地之母，
在我们奔波劳累之后，
依然不变地展开她
可以供我们依偎的广阔胸怀，
生命的肇始之处，
仍是我们的归宿。

Foreword



行走在每天都反复的轨道之上，习惯了没有波澜的生活，与其说，心，是静了，倒不如说，心，是倦了。我们在平淡的生活中变得麻木，在现实的世界里变得冷漠，徒留光阴的流逝，待到我们一梦初醒之时，才发现，手上的时光，已经所剩不多了。

旅行，它是一种自我的安慰，或许你身处的这座城市让你留下过伤心遗憾。但一声汽笛的鸣响，车窗外开始更迭的风景就会让你觉得，心，在解放。我们或许正是因为因为在岁月中变得成熟，才失去了青春时分那些最为疯狂的幻想。

但，你可不可以无所顾忌地疯狂一次？只背着不重的行囊，手拿着几年前买的相机，钱包里也只是一张驶向远方的车票和不多的旅费。当然，还带着一颗自由的心。然后，开始这一趟解放自我的旅程。

让手中的这一本《国家地理100自然奇观》做你最好的伴侣。陪着你一同以各不相同的15个角度俯瞰浩渺的世界，追寻人类生命本源的15个方向，开启自然赠予人类的26个礼物，尽享世间奇幻的22道风景，探秘地球上22处秘境。

我们用最精练的文字、最真实的影像、最精准的地图让你在旅程中放飞自己最初梦想，让你突破国与国的界限，文化和文化的阻隔，在绮丽的自然风光中，得到一种由心底散发的惬意，洗去城市生活之中的疲惫和倦意。我们同时希望，这一本书能够让你认识心灵中潜藏多年的另一个自己，让它带着你，带着一颗最自由的心灵，走向遥远而神奇的彼岸。

澳大利亚·岩塔沙漠（插页）

摄影：Panoramic Images

美国·亚利桑那州大峡谷（2-3页）

摄影：Alan Copson

澳大利亚·大堡礁（4-5页）

摄影：Gonzalo Azumendi

美国·怀俄明州（6-7页）

摄影：Lewis Kemper



Travel Along the Dreams.
by Heart and Soul.



Chapter 1

俯视地球的15种高度

阿尔卑斯山脉Alps Mountains · 让脚步停滞 | 16

维苏威火山Vesuvius Volcano · 休眠的巨人 | 20

比利牛斯山脉Pyrenees Mountains · 纵横皆有奇趣 | 22

维龙加山脉Virunga Mountains · 非洲的缩影 | 23

恩戈罗恩戈罗火山口Ngorongoro Crater · 狂野伊甸园 | 24

鲁文佐里山脉Ruwenzori Mountains · 生灵栖息的月亮山 | 26

桌山Table Mountain · 开普敦的地标 | 28

苏尔斯山Mont-Aux-Sources · 险峻的“竞技场” | 29

哈莱阿卡拉火山口Haleakala Crater · 太阳升起的地方 | 30

蓝山山脉Blue Mountains · 蓝色的浪漫之山 | 32

邦格邦格山脉Bungle Bungle Range · 巨大的岩石迷宫 | 34

富士山Mountain Fuji · 锥形巨人 | 35

黄山Mount Huangshan · 上帝的盆景 | 38

泰山Mount Taishan · 天下第一山 | 40

桂林山水The Landscape of Guilin · 山水甲天下 | 42



Chapter 2

探索生命本源的15个方向

易北河Elbe River · 古典与现代的完美融合 | 48

普利特维采湖区Plitvice Lakes · 散落在人间的蓝宝石 | 50

尼罗河Nile River · 文明的曙光 | 52

纳库鲁湖Lake Nakuru · 观鸟的天堂 | 55

图尔卡纳湖Lake Turkana · 曾经的摇篮 | 58

马尼亚拉湖Manyara Lake · 飞禽的乐园 | 59

维多利亚瀑布Victoria Waterfalls · 声如雷鸣的雨雾 | 60



育空河Yukon River · 远离尘嚣的净土 | 63

火山口湖Crater Lake · 原始的放逐 | 64

明尼苏达州的边界水域Boundary Waters · 童话世界的梦幻仙境 | 66

埃尔湖Eyre Lake · 会变戏法的湖 | 67

红海Red Sea · 荒漠天际处的天使 | 68

黑海Black Sea · 饱览东欧风光 | 70

青海湖Qinghai Lake · 高原上的一泓温柔 | 71

黄果树瀑布Huangguoshu Waterfalls · 天上仙泉落人间 | 74



Chapter 3

打开自然母亲赐予的26个礼物

黄石Yellowstone Mountains · 万园之王 | 80

大雾山国家公园Great Smoky Mountains · 缥缈仙境 | 84

夏威夷岛火山Hawaii Volcanos · 喷涌的熔岩 | 87

红杉树国家公园Redwood National Park · 最高大的生命 | 90

大特顿Grand Teton · 远上寒山 | 92

锡安山国家公园Zion National Park · 上帝的天城 | 94

死谷Death Valley · 美洲“火焰山” | 97

化石林Petrified Forest · 化石，然后杂花生树 | 100

魔塔山Devils Tower · 天雕玉柱 | 102

沃特顿—冰川国际和平公园 · Waterton-Glacier International Peace Park | 104

伊瓜苏Iguazu · 疑是银河落九天 | 108

瓦斯卡兰国家公园Huascarán National Park · 最高的热带山脉 | 110

托雷德裴恩国家公园Torres del Paine National Park · 绝美的蓝色 | 112

卡奈马Canaima · 山水激荡 | 114

科托帕希火山Cotopaxi Volcano · 与蓝天对话 | 117

卡济兰加国家公园Kaziranga National Park · 神谕福地 | 118

格雷梅国家公园Goreme National Park · 奇石与信仰 | 120

哥根霍夫Keukenhof · 郁金香王国 | 122



湖区国家公园Lake District National Park · 欧洲灵感之源 | 124

大堡礁Great Barrier Reef · 珊瑚海的献礼 | 126

卡卡杜Kakadu · 史诗般的荒原 | 129

艾尔斯岩Ayers Rock · 巨大醒目的孤独 | 132

塔斯马尼亚Tasmania · 袋狼传说 | 134

峡湾国家公园Fiordland National Park · 音韵海岸 | 136

库克山Mount Cook · 新西兰屋脊 | 137

卡盖拉国家公园Kagera National Park · 最后的丛林伊甸园 | 139



Chapter 4

享受探险的22处景观

挪威峡湾Norwegian Fiords · 挪威的灵魂 | 144

谢伊峡谷Canyon de Chelly · 风语精灵的故乡 | 148

冰岛The Republic of Iceland · 冰与火的缠绵 | 150

撒哈拉沙漠Sahara Desert · 世上阳光最多的地方 | 153

东非大裂谷Great Rift Valley · 美丽的地球伤疤 | 156

乞力马扎罗山Mount Kilimanjaro · 最纯净的阳光 | 158

骷髅海岸Skeleton Coast · 任荒凉拥抱荒凉 | 162

埃托沙盐沼The Etosha Pan · 幻影之湖 | 164

落基山脉Rocky Mountain · 让呼吸停滞的理由 | 166

科罗拉多大峡谷Colorado Grand Canyon · 当沧桑被如此复述 | 168

巴德兰兹劣地Badlands · 荒凉之美 | 171

猛犸洞穴Mammoth Cave · 与猛犸无关 | 174

罗斯格拉希亚雷斯冰川Los Glaciares · 冰之天堂 | 176

亚马孙雨林Amazon Rainforest · 地球之肺 | 178

昆士兰Queensland · 阳光之州 | 180

南极的冰雪Antarctica · 举世无双的纯净之美 | 182

南极洲干谷Dry Valleies in Antarctica · 万古的风情 | 184

罗斯冰架Ross Ice Shelf · 冰雪长城 | 187

死海The Dead Sea · 大地心窝里的一汪泪水 | 188

珠穆朗玛峰The Everest · 地球之巅 | 190

罗布泊Lop Nur · 瀚海无边水迹收 | 194

雅鲁藏布大峡谷Yarlung Tsangpo Grand Canyon · 人类最后的秘境 | 196



Chapter 5

另类地球的22处秘境

巨人之路Giant's Causeway · 通向大海的阶梯 | 200

塞伦盖蒂草原Serengeti Plain · 永远流动的土地 | 201

塞内加尔河三角洲Senegal River Delta · 鸟类的极乐世界 | 204

宁巴山自然保护区Mount Nimba Strict Nature Reserve · 非洲的地质奇迹 | 206

奥卡万戈三角洲Okavango Delta · 演绎着生命的闹剧 | 207

好望角Cape of Good Hope · 希望起航的海角 | 208

布莱德河峡谷Blyde River Canyon · 欢乐的河流 | 210

大盆地Great Basin · 奇妙之地 | 212

阿卡迪亚岛Arcadia Island · 避暑胜地 | 213

阿切斯岩拱Arches · 沙漠中的宝石 | 214

基纳尔峡湾Kenai Fiords · 在最纯粹的阳光下 | 216

约塞米蒂谷Yosemite · 美国最美之地 | 218

加拉帕戈斯群岛Galapagos Islands · 太平洋生态岛 | 220

弗雷泽岛Fraser Island · 美丽的沙岛 | 222

豪勋爵岛Lord Howe Island · 海鸟的栖息地 | 223

坎贝尔港Port Campbell · 一个美丽的传说 | 224

沙克湾Shark Bay · 海洋生物的乐园 | 226

巴布亚新几内亚地下洞穴Crypt of Papua New Guinea · 地底探秘 | 228

扎沃多夫斯基岛Zavodovski Island · 喧嚣的沃土 | 230

西伯利亚冻原Tundra of Siberia · 冰封雪盖之地 | 232

堪察加半岛Kamchatka Peninsula · 一半是火焰，一半是海水 | 234

张家界Zhangjiajie · 山川之秀甲湖南 | 236







俯视地球的
15种高度

Worship the
vision of eternity

阿尔卑斯山脉

让脚步停滞

Alps Mountains

地理位置：阿尔卑斯山脉是欧洲最高大的山脉，它位于欧洲中南部，西起法国东南部的尼斯附近地中海海岸，呈弧形向东、北延伸，经意大利北部、瑞士南部、列支敦士登、德国西南部，至奥地利的维也纳盆地。阿尔卑斯山脉长1200千米，宽120~200千米，平均海拔在3000米左右，总面积约为22万平方千米，最高峰是海拔4807米的勃朗峰。

入选理由：阿尔卑斯山脉山巅冰雪覆盖，山坡林木葱茏，山麓碧波荡漾。勃朗峰、阿莱奇冰川、泊莱芒湖均是这里的绝美景观，还有数不清的冰蚀崖、角峰、冰斗、悬谷、湖区、林地、河流等。这里是“大自然的宫殿”，是冰雪运动的圣地，也是探险者的乐园。

最佳旅游时间：7~10月

旅行指数：★★★★