

国家地理
National Geography

.Top 100 Holiday Paradises

全球100



度假天堂



《国家地理系列》编委会编

想象一个会让生命丰满起来的度假天堂，你可以在巴黎左岸的咖啡馆中品尝浓郁的咖啡，享受孤独的午后；也可以追寻传说中加勒比海盗的航海路线，寻找“黑珍珠”号巨大的骷髅船；或者与恋人偎依在巴厘岛洁白的沙滩上，看着落日余晖在天边染成金黄……时间仿佛停滞，人生如诗，所有关于天堂的神秘、旖旎、浪漫都凝聚其中了。



全球100度假天堂
国家地理系列
蓝天出版社
Top 100 Holiday Paradises



Top 100 Holiday Paradises

全球100 度假天堂



国家地理
National Geography

《国家地理系列》编委会 编 蓝天出版社

图书在版编目(CIP)数据

全球100度假天堂 / 《国家地理系列》编委会编. —北京: 蓝天出版社, 2008.12

(国家地理系列)

ISBN 978-7-5094-0116-3

I. 全… II. 国… III. ①名胜古迹—简介—世界②风景区—简介—世界 IV. K917

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第176018号

全 球

100度假天堂



【责任编辑】: 傅晓莉 魏汉鑫

【责任校对】: 李树林

【封面设计】: 韩少杰

【出版】: 蓝天出版社

【社址】: 北京市复兴路14号(邮编: 100843)

【电话】: 66987132(编辑) 66983715(发行)

【制作】:  (www.rzbook.com)

【印刷】: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

【开本】: 787×1092mm 1/16

【印张】: 24

【字数】: 220千字

【版次】: 2009年1月第1版

【印次】: 2009年1月第1次印刷

【印数】: 1-15 000册

【定价】: 39.80元

前言

爱琴海的点点岛屿是天空洒落在大海的泪滴，塞纳河畔的一缕浓香是永恒爱情的催化剂，普罗旺斯的薰衣草是春风献给大地的礼物，梵蒂冈是上帝在地球上的故居……

生活是平庸乏味的，而生命是跃动的。既然如此，我们何不抛弃世俗的烦恼，给自己的心灵放个假，去畅游欧洲，体会美洲，感受非洲呢？虽然，并不是每个人都有机会去领略我们祖先的创造和大自然的杰作，但是，只要我们有一颗向往美好的心，这些遥远的距离就不再是空间的阻隔。

翻开书页，让我们一起徜徉在尼罗河畔，追寻远古文明；漫步哲学家小径，与哲人一起沉思；遨游马尔代夫的碧波，洗去灵魂的尘埃；置身肯尼亚大草原的狮群，刺激懦弱的神经；步入天鹅堡的演奏大厅，冥想皇族的爱情……

我们反对把自己禁闭在火柴盒一样的房间，拒绝日复一日劳累体形，更讨厌整日置身污浊的空气。因为，我们活着并不是为了其他，而仅仅是为了幸福。我们需要幸福的色彩、幸福的味道、幸福的声音、幸福的感觉。或许，你正在为世俗事务而劳神，你正在为生活中没有激情而沉沦，你正在为周围缺乏爱而激愤，甚至，你正在为因不知道人生的目标而郁郁消沉，再或许，你正在……那么，就请加入我们的度假行列吧，因为，享乐无罪，快乐万岁！

FOREWORD



目录

全球100度假天堂

C O N T E N T S



chapter
01

千年古韵之回响

—— 追怀悠远文明

- ◆ 埃及/10
—— 千年究竟有多长
- ◆ 尼罗河/14
—— 我就是一切
- ◆ 突尼斯/18
—— 穿越时空的美丽与哀愁
- ◆ 爱琴海/22
—— 浪漫的蓝与纯洁的白
- ◆ 雅典/26
—— 西方文明的摇篮
- ◆ 罗马/32
—— 永恒之城
- ◆ 梵蒂冈/38
—— 先知之城
- ◆ 洪都拉斯/42
—— 神的国度，梦的秘境
- ◆ 坎昆/44
—— 连接美好假期的幸福彩虹
- ◆ 吴哥/46
—— 追寻高棉的微笑
- ◆ 泰姬陵/48
—— 永恒面颊上的一滴眼泪
- ◆ 克久拉霍/52
—— 性爱的艺术与哲学
- ◆ 布达拉宫/54
—— 我心高原

chapter
02

澄澈琴瑟诉悠扬

—— 漫步典雅之城

- ◆ 布达佩斯/62
—— 多瑙河畔的双子之城
- ◆ 哥本哈根/66
—— 童话王国
- ◆ 芬兰/70
—— 圣诞老人的故乡
- ◆ 慕尼黑/73
—— 啤酒之都



- ◆ 天鹅堡/78
——王子的童话与悲情
- ◆ 海德堡/82
——心灵的归宿
- ◆ 卢森堡/86
——欧洲最美的露台
- ◆ 荷兰/90
——随风绽放的郁金香
- ◆ 普罗旺斯/94
——薰衣草的浪漫爱情
- ◆ 尼斯/98
——一抹蔚蓝的童话世界
- ◆ 维也纳/102
——多瑙河上的女神
- ◆ 瑞士/107
——欧洲的公园
- ◆ 爱丁堡/112
——风笛之乡
- ◆ 威尼斯/116
——波光潋滟扬思绪
- ◆ 米兰/122
——南方的巴黎
- ◆ 佛罗伦萨/126
——花之城
- ◆ 圣彼得堡/130
——梦想之都
- ◆ 温哥华/136
——充满“湿”意的休闲城市
- ◆ 曼谷/139
——天使之城



- ◆ 南非/150
——狂野的彩虹国度
- ◆ 津巴布韦/154
——壮美的极致
- ◆ 毛里求斯/156
——上帝按照它造出了伊甸园
- ◆ 纳米比亚/158
——在撒旦的阳光下
- ◆ 卡萨布兰卡/160
——任时光流逝
- ◆ 墨西哥城/163
——众神之都
- ◆ 哈瓦那/166
——快乐无处不在
- ◆ 里约热内卢/169
——热情似火的桑巴节奏

chapter
03

白日放歌须纵酒

——寄情狂野之邦

- ◆ 巴塞罗那/144
——火辣的艺术之都
- ◆ 坦桑尼亚/148
——赤道上不融的积雪

chapter
04

踏歌弄影上云霄

——寻梦现代都市

- ◆ 伦敦/174
——泰晤士河畔的雾都
- ◆ 巴黎/178
——一席浮动的盛宴
- ◆ 莫斯科/186
——森林中的首都
- ◆ 拉斯维加斯/190
——黄金堆砌的沙漠之都

- ◆ 旧金山/196
——戴朵花，把心留下
- ◆ 纽约/200
——最繁华的都市
- ◆ 香港/204
——动感之都
- ◆ 新加坡/206
——热带阳光下的花园城市
- ◆ 迪拜/210
——富可敌国的奢华
- ◆ 马尼拉/213
——亚洲的纽约
- ◆ 悉尼/216
——南半球的英美风情
- ◆ 墨尔本/222
——粉红天空下的鸟语花香



- ◆ 巴巴多斯岛/242
——长胡子的小岛
- ◆ 巴厘岛/245
——南海乐园
- ◆ 冲绳岛/248
——追寻长寿的奥秘
- ◆ 西双版纳/252
——神奇的动植物王国
- ◆ 三亚/256
——东方夏威夷
- ◆ 普吉岛/258
——泰南珍珠
- ◆ 塞浦路斯/260
——爱神之岛
- ◆ 马来西亚/262
——热带旅游乐园
- ◆ 马尔代夫/267
——海水与天空的美丽童话
- ◆ 斯里兰卡/270
——印度洋上的珍珠
- ◆ 白山乡合掌屋/273
——清雅的童话之乡
- ◆ 宏村民居/274
——清泥小巷画中人家
- ◆ 汤加/276
——最早迎接日出的国家
- ◆ 塞班岛/279
——太平洋风情万种的佳人

chapter
05

执子之手，与子偕老

——共赴浪漫之旅

- ◆ 塞舌尔群岛/228
——最后的伊甸园
- ◆ 夏威夷/230
——美丽和浪漫的代名词
- ◆ 伯利兹/234
——潜进加勒比海的蓝色天堂
- ◆ 巴哈马群岛/236
——梦幻天堂
- ◆ 加勒比海/238
——充满冒险和神秘色彩的乐园

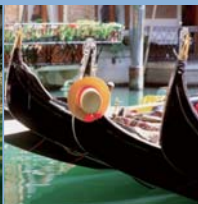


- ◆ 塔西提岛/282
——上帝的天堂小镇
- ◆ 所罗门群岛/284
——潜水天堂
- ◆ 新西兰/286
——世界边缘的国家
- ◆ 斐济/288
——南太平洋上一串璀璨的明珠

chapter
06

缓歌慢舞凝丝竹 ——品味域外闲逸

- ◆ 冰岛/292
——透彻尘世的冰火王国
- ◆ 莱茵河谷/296
——上帝赐福之地
- ◆ 巴登巴登/301
——德国的春天从这里开始
- ◆ 安道尔/306
——袖珍之国



- ◆ 西西里岛/308
——地中海的心脏
- ◆ 米科诺斯岛/313
——最接近天堂的小岛
- ◆ 长岛/316
——亿万富翁的豪宅
- ◆ 波多黎各/320
——海滩以外的精彩
- ◆ 北海道/324
——东方的普罗旺斯
- ◆ 济州岛/329
——神的休息处

- ◆ 丽江古城/332
——回归世外桃源

chapter
07

天地有声，山川幻绮 ——醇厚自然奇观

- ◆ 肯尼亚/340
——失落在东非大草原的爱
- ◆ 马达加斯加/343
——一片神奇的土地
- ◆ 沃特顿—冰川国际和平公园/346
——落基山脉的皇冠
- ◆ 落基山脉/350
——现代人心灵的庇护所
- ◆ 育空地区/353
——极光绚烂
- ◆ 加拉帕戈斯群岛/356
——生物进化博物馆
- ◆ 香格里拉/360
——西方人眼中的世外桃源

- ◆ 下龙湾/364
——海上伊甸园
- ◆ 墨脱/368
——青藏高原上的“孤岛”
- ◆ 大堡礁/370
——绝美的水下奇景
- ◆ 鲨鱼湾/374
——人与动物的和谐之道
- ◆ 南极/378
——冰雪帝国

F r o m E v e r l a s t i n g t o E v e r l a s t i n g



Chapter.01.....

千年古韵 之 回响

——追怀悠远文明



Egypt ...

埃及



千

年

究

竟

有

多

长

埃及有一句古老的谚语：“人怕时间，时间怕金字塔。”黯然耸立着的金字塔向人们静静诉说着法老时代的荣光，神庙淳朴的石柱上印下了数千年文明古国的沧桑。





地理位置—非洲

度假名片—金字塔、狮身人面像、萨拉丁城堡、国家博物馆

未见过开罗的人就未见过世界，她的土地是黄金，她的尼罗河是奇迹，她的妇女就像天堂里的黑眼睛圣女，她的房子就是宫殿，她的空气柔软得像芦荟木般香甜好闻，令人喜悦。开罗怎能不是这样呢，因为她是世界的母亲。这就是《天方夜谭》里的开罗。

关于埃及，人们一提到它马上就会想到金字塔，但不一定知道苏伊士运河和西奈半岛。不要忘了，埃及地跨亚、非两洲，只不过大部分位于非洲而已。所以，埃及是东西方文化的交会点，除了古埃及的灿烂遗迹，伊斯兰教、基督教都在这里留下了它的足迹。

作为非洲最大的城市，开罗地处尼罗河三角洲。整个开罗横跨尼罗河两岸，被分为东岸的旧城区与西岸的新城区两部分。东岸大部分是建于11到16世纪的古建筑，萨拉丁城堡和许多著名的清真寺就栖身在这里。西岸的新城区是近百年来发展起来的，高楼林立，近两百米高的开罗塔高高地俯瞰着整个尼罗河三角洲，宽阔的马路上高速奔驰着各种车辆，与东岸不时穿过古老街道的马车和骆驼形成鲜明的对比。这种现代文明与古老传统彼此并存的“矛盾”是开罗的一大特色。

萨拉丁城堡位于开罗城东郊的穆盖塔姆山上，是11世纪时期萨拉丁为抗击十字军东征而建造的。当时埃及已经伊斯兰化，这阻止了罗马教皇的东扩野心，甚至连基督教徒到圣城耶路撒冷朝圣都遇到困难。教皇发动了长达两



✿古埃及人并非现今的非洲人，这就是传说中的“天堂里的黑眼睛圣女”，她们可能是古埃及人历千年的混血繁衍之后的子孙，神秘又高贵，难怪当年恺撒会如此疯狂地爱上埃及艳后，可见她并非如我们想象的黑皮肤厚嘴唇卷头发。



✿库努姆神殿中巨大的柱子。库努姆神殿位于阿斯旺，2007年在这里有重大考古发现。



菲拉神庙是唯一一座融埃及法老时代的建筑风格和希腊—罗马建筑风格于一体的综合性建筑，它还带有伊斯兰风格，大概是后来的伊斯兰文明从它那里吸取了精华的缘故。它是埃及古建筑中的另类，风光旖旎。

百年之久的东征，萨拉丁作为埃及的英雄应运而生。他击退了基督教徒的多次进攻，在军事史上写下了可歌可泣的篇章。他修建了这座皇宫，但他并没有享用过它。在城堡竣工后，他就领兵穿越尼罗河三角洲和西奈半岛北部沙漠，这一去就没有回来。十年后他在大马士革身染黄热病不治而亡，一代战功显赫的英雄就这样客死他乡，令人歆歔不已。站在穆盖塔姆山坡上，看着至今坚固如初的萨拉丁城堡，感慨万千，5 000 多年的埃及历史造就了多少英雄，经历了多少苦难，孕育了多少两岸的文明，沉淀了多少古老的文明。

伊斯兰教是埃及的国教，在开罗分布着 1 000 多

座清真寺，寺顶的塔尖好似满天星斗点缀在城市上空，也为开罗这个古老的沙漠之都赢得了“千塔之城”的称号。

金字塔是埃及的名片，地处开罗西南的吉萨则拥有三座最大的金字塔，其中以胡夫金字塔最为著名。塔的四面分别朝向正东、正南、正西、正北，面与面之间竟如刀削般整齐。远远望去，三座金字塔巍峨壮观，庞大惊人的体积给人强烈的视觉冲击。徜徉在几吨重的巨石间，人类就如同蚂蚁般渺小无助。仰望着高不见顶、直插云霄的金字塔，令人不禁感叹千年不过是一瞬间而已。

哈夫拉金字塔前卧着的狮身人面像伴随着吉萨金字塔默默守护在尼罗河畔 4 000 多年了，在它饱经沧桑的脸上是一抹意味深长的笑容。数千年的风沙侵蚀在它身上留下了斑驳痕迹与累累伤痕，却无法磨平它独有的魅力。在世间无数轮回与沧海桑田之



中，只有它能够掌握并严守所有的秘密。

在金字塔前，裹着大头巾，穿着长袍的阿拉伯人牵着身边装扮得五彩缤纷的骆驼向游客招揽生意，让这里永远充满喧闹的气氛。阳光、蓝天、沙漠、金字塔、阿拉伯人与骆驼，这一切组合在一起形成的画面竟是这样熟悉，也许这就是所有人心目中的埃及。

从吉萨返回开罗，从市中心的解放广场向尼罗河方向望去，有一座两层楼高的暗红色建筑，独特的气质吸引着每一个过往的行人，那就是埃及国家博物馆。在这座博物馆参观，是一生中不可多得的经历。从古王国时期到罗马帝国，从埃及艳后到法国皇帝，踏着古老文明的沉重步履，这里曾经是世界科学与艺术的摇篮。这里曾闪过亚历山大大帝的剑影，留下恺撒大帝的头像；这里还记载着拿破仑的足迹，涌起近代世界的硝烟。这里浓缩着整个埃及数千年的历史，那些精致或大气的文物是那么精彩，而创造出这些伟大艺术品的文明却早已不知所终，让人不得不感叹时间的伟大和无情。

埃及是一个神秘却张扬的国家，她神秘蕴涵着太多的历史、太多的文化；她的张扬散发着亢奋的热情、过度的夸张。这一切的一切都隐藏在遥远的时间之中。在埃及，只想问一句——千年究竟有多长？



◆ 涅菲尔蒂是十八王朝法老阿赫那东之妻。据说世界雕塑史上有两件最美的女子雕像，一件是断臂维纳斯，另一件就是这座涅菲尔蒂（现藏柏林国家博物馆），她比断臂维纳斯要早1500年左右。

◆ 哈索尔神庙，神庙的正立面是6尊石像，其中4尊为拉美西斯二世，另两尊为他的爱妃妮菲塔利，神殿的入口处还刻着“阳光为她而照耀”的铭文。可惜的是，神庙还没有建成王后就去世了，只有这座遗址还证明着法老对她的爱穿越了时空。

◆ 位于萨拉丁城堡内的阿里清真寺，由于寺中盥洗室外墙壁是用雪花石瓷砖镶嵌的，所以又被称为雪花石清真寺。



尼罗河 Nile River

我 / 就 / 是 / 一 / 切



📍 地理位置—非洲

🏛️ 度假名片—阿布·辛拜勒神庙、卢克索

太阳升起在非洲蔚蓝的天空中，滚烫而耀眼的光芒洒在无边的沙漠上，而众河之父尼罗河就在这块土地上奔流着，在每年定期的泛滥中逐渐孕育出一个伟大的文明。

尼罗河畔的一座神像的基座上刻写着：“我就是一切——过去、现在、未来。”近5000年的岁月在金字塔上留下的斑驳痕迹与累累伤痕，却没能在这条河流上留下些许印迹。

作为世界上最长的河，尼罗河一词最早出现在2000多年前，关于它的来源有两种说法：一是来源于古拉丁语的尼罗（Nil），意思是不可能，因为古代居住在尼罗河中下游地区的人们认为要了解尼罗河的源头是不可能的，故名尼罗河；另一种说法则认为尼罗河一词是由古埃及法老尼罗斯（nilus）的名字演化而来。

位于东非高原的维多利亚湖是尼罗河水的源头，白尼罗河从这里曲折流下，绵延数千千米直至流入地中海。19世纪英国探险家斯派克在寻觅尼罗河源头时发现了维多利亚湖，并以英国女王的名字为它命名，而非洲当地人则自古就称其为“尼亚萨”，即大湖的意思。

离开乌干达的白尼罗河流入非洲面积最大的国家——苏丹。苏丹位于尼罗河的两条主要支流交汇处，青尼罗河与白尼罗河一条婉约，一条奔放，风格迥异。白尼罗河穿越了苏丹南部的丛林，流过苏丹北部的广阔沙漠，与青尼

🌸 位于尼罗河西岸的沙卡拉墓地。沙卡拉是埃及死神的名字，在古埃及时期举国上下无论贵贱都力求在此地安葬。它拥有埃及和全世界第一座金字塔，也是第一个用石材建成的墓葬群。





❖ 尼罗河干流进入埃及北部后，在开罗附近散开汇入地中海，形成了扇形的尼罗河三角洲。尼罗河三角洲土地肥沃，是古埃及7 000年灿烂文明的发源地，也是今天的旅游胜地。

尼罗河在苏丹首都喀土穆汇合，形成了世界第一长河——尼罗河。作为苏丹的母亲河，尼罗河在喀土穆弯了一下腰，孕育出了苏丹国的首都。

过去的喀土穆曾是繁华的象牙贸易中心，现在的喀土穆则是苏丹全国的政治、经济、文化中心以及交通枢纽。喀土穆市区内伊斯兰寺院和基督教教堂并存，这也是整个非洲的一大特色，地区的原始宗教文化能够与欧洲外来者的文化彼此共存于同一城市，甚至同一街区。

作为世界上有名的热都，喀土穆的气温常年在40℃以上。即使日落之后，大街上的柏油马路仍然是软软的，是名副其实的“世界火炉”。苏丹人为了抵抗酷热的侵蚀，在喀土穆大街小巷栽种了成片的榕树。这种榕树枝叶繁茂，从街道两侧伸向街心马路的上空，形成一种巨大的天然“遮阳伞”。这些树林既减少了烈日的炎威，又起到了美化城市环境和净化城市空气的作用。

苏丹人爱喝咖啡，这点在喀土穆体现得尤为明显，喀土穆

❖ 卢克索神庙长262米，宽56米，由塔门、庭院、柱厅和诸神殿构成，塔门两侧矗立着6尊拉美西斯二世的巨石雕像，是世界上最壮观的古建筑物之一。





图坦卡蒙陵墓中的黄金面具是墓葬品中最著名的一件。

的大街小巷遍布着大大小小各种咖啡馆和路边咖啡摊。在简易的木炭炉上放一壶水，咖啡摊的老板会端着盘子将咖啡杯递到你手里，同时给你一个甜美的微笑。在苏丹喝咖啡要有耐心，不然你就无法品出苏丹咖啡的味道，也就很难熟悉苏丹人的生活习俗，无法了解苏丹人的内心世界与情怀。

喀土穆是一座吸引游客的城市，青、白尼罗河在喀土穆汇合这一奇特景观吸引着无数游人。在两条尼罗河汇流处的跨河大桥上远眺，一边是清澈湛蓝的青尼罗河，一边是河水混浊的白尼罗河。河水交汇处一半是蓝色，一半是白色，彼此互不干扰地奔流向前，犹如两条色彩截然不同的锦带平铺在人间。一川双色，蓝白分明，波光粼粼，蔚为奇观。不过最终两条迥异的河流还是汇集在一起，继续向着北面的埃及流去。

埃及的尼罗河河畔坐落着一座伟大的建筑——阿布·辛拜

卢克索神庙的羊首斯芬克斯大道宽阔壮观，它连接着卢克索神庙和卡纳克神庙。

