

走遍中国 新疆

以文化引导旅行
中国背包客的金牌旅行指南

《走遍中国》编辑部

第三版

踩线作者全线更新
27幅详细权威地图
240余幅精美彩图

DISCOVER
CHINA

中国旅游出版社

走遍中国

新疆

以文化引导旅行
中国背包客的金牌旅行指南

《走遍中国》编辑部

中国旅游出版社

项目策划: 王 颖

责任编辑: 梁 媛 吴慧慧 陈 曦

文字作者: 丁 燕 李 方 大 路 冯 欣 孙 石

图片作者: 巴 戈 于 怀 滕卫华 刘 立 赫 沛
全景 CFP 达志影像/shutterstock 图文天下

封面设计: 何 睦

内文设计:  zhengmei 正美
www.zhengmeiart.com

地图绘制: ANYFOTO

责任印制: 闫立中

图书在版编目 (CIP) 数据

新疆 / 《走遍中国》编辑部编著. — 3版. — 北京:
中国旅游出版社, 2014.4

(走遍中国)

ISBN 978-7-5032-4944-0

I. ①新… II. ①走… III. ①旅游指南 - 新疆
IV. ①K928.945

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第050931号

审图号: GS (2008) 674

书 名: 新疆

编 著: 《走遍中国》编辑部

出版发行: 中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲9号 邮编: 100005)

<http://www.cttp.net.cn> E-mail: cttp@cnta.gov.cn

发行部电话: 010-85166503

排 版: 北京中文天地文化艺术有限公司

印 刷: 北京昊天国彩印刷有限公司

版 次: 2014年4月第3版 2014年4月第1次印刷

开 本: 889毫米×1194毫米 1/32

印 张: 9.75

字 数: 340千

印 数: 1~8000册

定 价: 49.8元

I S B N 978-7-5032-4944-0

版权所有 翻印必究

如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换

本书导读

作为一套以实用信息为主的自助旅行丛书,《走遍中国》尽可能地向读者提供最全面的信息,包括出发前需要了解的相关的人文地理知识,准备出发时所应掌握的衣、食、住、行的资讯以及大量来自“当地人”的景点推荐和特别提醒。



1. 新疆档案

决定去新疆旅行,总是希望能对它有一个大致的概念,什么样的地理特征造就了那样的美景,什么样的历史造就了这样的现今,“新疆档案”通过图文并茂的方式,为读者建立一个对新疆的具象感知。

2. 新疆解读

这片土地有着独具特色的风光、民俗和美食。“新疆解读”板块的设置就是想通过图文对照的方式,对新疆的人文地理进行梳理,以建立对新疆的感性认知。

3. 新疆经典

新疆有太多的美景值得去欣赏,有太多的民俗值得去品味,有太多的地方值得去旅行,如何在有限的时间里了解到最经典的新疆、最地道的新疆,正是这个部分的设想。

4. 准备出发

季节是影响旅行的关键因素之一,在不同的季节和不同的气候,风景会呈现出不同的韵味。此外,交通工具、交通状况、住宿条件和当地的美食风味,都是旅行者出发前最为关心的细节,因为这将决定旅行时间、行程安排甚至所需携带的衣物。至于花费,旅行专家们已经给出了一个建议性的预算方案。



5. 背包客推荐

《走遍中国》有众多的“背包客推荐”，来自旅行达人的亲身经验，为的是能为读者提供最贴心的旅行指南、最实用的旅行攻略。

6. 地图

地图是旅行中不可或缺的一个重要元素，给予旅行者最具象的旅行方向，也为旅行者提供最方便快捷的旅行定位。《走遍中国》包括大量的详细地图，便于读者阅读和规划行程。

内文地图图例

	高速公路及编号		湖泊水系		宾馆、客栈
	高等级公路		垭口		饭店
	国道及编号		山峰		酒吧、咖啡馆
	省道和县乡道		桥梁		商店
	铁路		隧道		银行
	快速路		绿地		文化娱乐
	大街		沙漠		火车站
	小街		首都		汽车站
	小巷和小路		省级政府驻地		机场
	徒步路线		市级政府驻地		码头
	地铁和轻轨		县级政府驻地		停车场
	索道和滑道		村镇		其他地点
	国界		旅游景点		
	省界				
	市界				
	长城				
	城墙				



目录

TRAVEL AROUND 走遍中国·新疆 Xinjiang

CONTENTS

本书导读 / 2

向西，一直向西…… / 2

新疆档案

地理 / 6

气候 / 11

历史 / 13

大事记 / 23

主要少数民族 / 26

新疆解读

丝绸之路上的回响 / 30

故城与故国，那些失落的文明 / 34

《玛纳斯》：一首传唱到今天的千年
史诗 / 38

《十二木卡姆》：维吾尔族人唱不完的
情歌 / 41

在那遥远的地方，有位“民歌王” / 44

斯文·赫定与亚洲腹地 / 48

边塞与边塞诗 / 53

穿艾德莱斯绸的女人 / 56

新疆经典

新疆必访焦点 / 60

去新疆一定要尝试的事 / 65

新疆特色主题线路 / 67

新疆特色节庆 / 71

新疆最值得推荐的美食 / 74

准备出发

旅行与季节 / 78

到达与离开 / 82

住在新疆 / 84

吃在新疆 / 86

预算 / 88

乌鲁木齐及周边地区

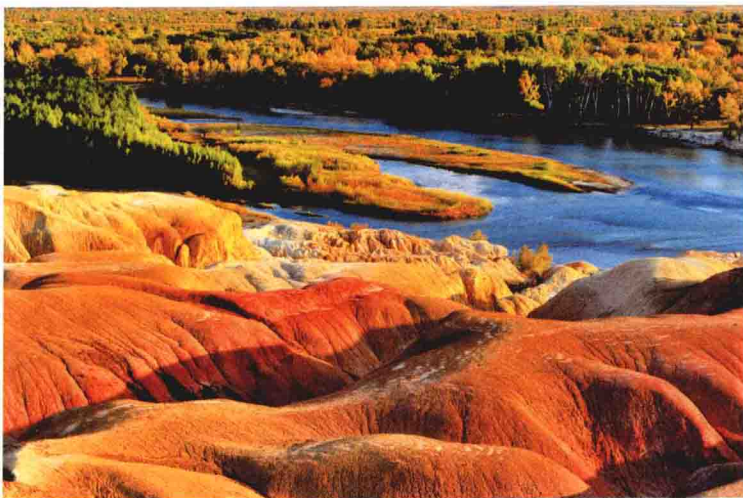
前世今生 / 93

旅行与季节 / 93

焦点 / 93

行程推荐 / 94

预算 / 95



乌鲁木齐

二道桥市场 / 96
新疆国际大巴扎 / 98
新疆民街 / 99
新疆维吾尔自治区博物馆 / 99
八路军驻新疆办事处纪念馆 / 100
红山公园 / 100
雅玛里克山森林公园 / 101
人民公园 / 101
陕西大寺 / 101
汗腾格里寺 / 102
水磨沟 / 102
亚洲大陆地理中心 / 103
乌拉泊古城 / 104
柴窝堡湖—达坂城谷地 / 104
一号冰川 / 105
南山风景区 / 106
天山天池 / 106

昌吉

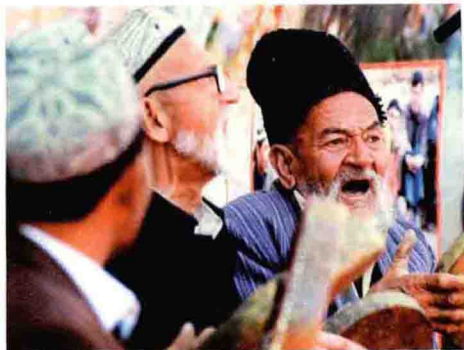
五彩湾 / 115
古尔班通古特沙漠 / 117
普氏野马场 / 117
将军戈壁 / 117
奇台硅化木—恐龙国家地质公园 / 117
卡拉麦里有蹄类动物自然保护区 / 118
北庭都护府故城遗址 / 119

实用资讯

交通 / 120
住宿 / 122
餐饮 / 123
购物 / 127
娱乐 / 129

天山东线地区

前世今生 / 133
旅行与季节 / 133
焦点 / 133



行程推荐 / 135
预算 / 135

吐鲁番

苏公塔 / 136
吐鲁番博物馆 / 136
葡萄沟 / 137
坎儿井 / 138
火焰山 / 139
柏孜克里克千佛洞 / 140
交河故城 / 143
高昌故城 / 144
阿斯塔那—哈拉和卓古墓群 / 145
吐峪沟 / 146
艾丁湖 / 147
中国内陆海拔零点标志 / 148
鲁克沁小镇 / 148
迪坎尔村 / 148
库木塔格沙漠 / 149
车师古道 / 149

哈密

哈密博物馆 / 151
回王府 / 151
回王陵 / 151
盖斯墓 / 153

TRAVEL AROUND 走遍中国·新疆 Xinjiang

CONTENTS

哈密魔鬼城 / 153
巴里坤草原 / 154
巴里坤湖 / 155
怪石山 / 155
巴里坤古城 / 155
庙儿沟与八大石 / 156
白石头景区 / 156

实用资讯

交通 / 158
住宿 / 161
餐饮 / 163
购物 / 164
娱乐 / 165

北疆环线地区

前世今生 / 169
旅行与季节 / 170
焦点 / 170
行程推荐 / 171
预算 / 172

阿勒泰

桦林公园 / 173
青河三道海子与石堆墓 / 173
富蕴大东沟 / 174
可可托海 / 174
切木尔切克古墓、石刻、陨石群 / 174
乌伦古湖 / 175
阿拉善温泉与蝴蝶沟 / 175
阿克吐别克五彩滩 / 176
喀纳斯 / 176
阿克库勒湖 / 181
图瓦村 / 182
禾木乡 / 182
白哈巴村 / 183

克拉玛依

乌尔禾魔鬼城 / 185
黑油山 / 185

塔城

塔城伟人山 / 186
小白杨哨所 / 186

实用资讯

交通 / 188
住宿 / 190
餐饮 / 191

北疆西线地区

前世今生 / 195
旅行与季节 / 196
焦点 / 196
行程推荐 / 197
预算 / 198

博尔塔拉

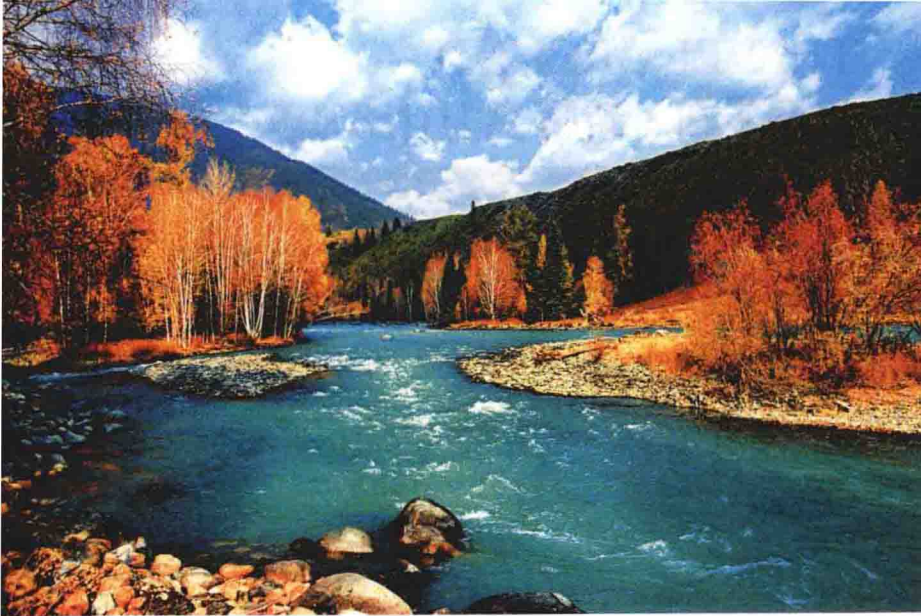
赛里木湖 / 199
怪石峪 / 200
艾比湖湿地自然保护区 / 200
阿拉山口口岸 / 201

伊犁

伊犁河 / 202
回族大寺 / 202
薰衣草之旅 / 203
恰西 / 204
果子沟 / 204
霍尔果斯口岸 / 205
惠远古城 / 205
那拉提草原 / 206
唐布拉草原 / 208
察布查尔 / 208
特克斯八卦城 / 210
喀拉峻草原 / 210
昭苏油菜花海 / 211
夏塔草原 / 212

巴州和静县

巴音布鲁克草原 / 213



巩乃斯草原 / 215
巴伦台黄庙 / 216

实用资讯

交通 / 217
住宿 / 219
餐饮 / 219
购物 / 221

阿克苏地区

前世今生 / 225
旅行与季节 / 225
焦点 / 225
行程推荐 / 226
预算 / 226

阿克苏

托木尔峰 / 227
天山神木园 / 228

库车

库车大寺 / 229
库车王府及龟兹博物馆 / 229
库车大巴扎 / 230
龟兹故城遗址 / 230
昭怙厘大寺 / 231
克孜尔千佛洞 / 231
克孜尔尕哈千佛洞 / 232
库木吐拉千佛洞 / 233

盐水沟 / 234
库车大峡谷 / 234
大、小龙池 / 235

实用资讯

交通 / 236
住宿 / 237
餐饮 / 238
购物 / 238

喀什地区

前世今生 / 243
旅行与季节 / 243
焦点 / 244
行程推荐 / 244
预算 / 245

喀什

艾提尕尔清真寺 / 246
喀什大巴扎 / 247
喀什老城 / 248
香妃墓 / 250
伯什克拉木果园 / 251
玉素甫诗人墓 / 251
喀什噶里墓 / 252
阿曼尼沙汗纪念陵 / 252
奥依塔克风景区（冰川公园） / 252
喀拉库勒湖 / 253
慕士塔格峰 / 255

TRAVEL AROUND 走遍中国·新疆 Xinjiang

CONTENTS

塔什库尔干 / 258
石头城 / 259
公主堡 / 260
红其拉甫口岸 / 260

实用资讯

交通 / 262
住宿 / 263
餐饮 / 264
购物 / 264

和田地区

前世今生 / 269
旅行与季节 / 269
焦点 / 269
行程推荐 / 270
预算 / 270

和田

和田大巴扎 / 271
和田河 / 271
和田三棵树 / 271
葡萄长廊 / 273
达瓦昆沙漠风景区 / 274
约特干遗址 / 274
达里雅博依 / 275
英尔力克沙漠 / 275
塔里木沙漠公路 / 276
塔克拉玛干沙漠 / 276
慕士山 / 277
尼雅遗址 / 277
民丰大麻扎 / 279
雅通古孜维吾尔族村落 / 279

实用资讯

交通 / 280
住宿 / 281
餐饮 / 281
购物 / 282

巴音郭楞

前世今生 / 287
旅行与季节 / 287
焦点 / 288
行程推荐 / 289
预算 / 289

巴音郭楞

塔里木河 / 290
加麦清真寺 / 290
巴州博物馆（巴州文物陈列馆） / 291
铁门关 / 291
沙伊东香梨园 / 292
高寺 / 292
博斯腾湖 / 293
轮台胡杨林森林公园 / 293
罗布人村寨 / 294
楼兰遗址 / 296
营盘故城 / 297
米兰故城 / 297



阿尔金山自然保护区 / 298

木孜塔格峰 / 299

实用资讯

交通 / 300

住宿 / 301

餐饮 / 301

地图目录

北丝绸之路示意图 / 32

乌鲁木齐地区旅行交通示意图 / 93

乌鲁木齐城区示意图 / 97

昌吉地区旅行交通示意图 / 115

天山东线地区旅行交通示意图 / 133

吐鲁番地区旅行交通示意图 / 137

坎儿井示意图 / 139

哈密地区旅行交通示意图 / 152

北疆环线地区旅行交通示意图 / 169

阿勒泰地区旅行交通示意图 / 173

喀纳斯湖地区景区示意图 / 178

塔城地区与克拉玛依地区

旅行交通示意图 / 186

北疆西线地区旅行交通示意图 / 195

博尔塔拉地区旅行交通示意图 / 200

伊犁地区旅行交通示意图 / 203

巴音布鲁克草原及周边景点示意图 / 214

阿克苏地区旅行交通示意图 / 225

库车城区示意图 / 229

克孜尔千佛洞石窟分布图 / 232

喀什与克孜勒苏地区旅行交通

示意图 / 243

喀什城区示意图 / 246

喀拉库勒湖周边进山示意图 / 254

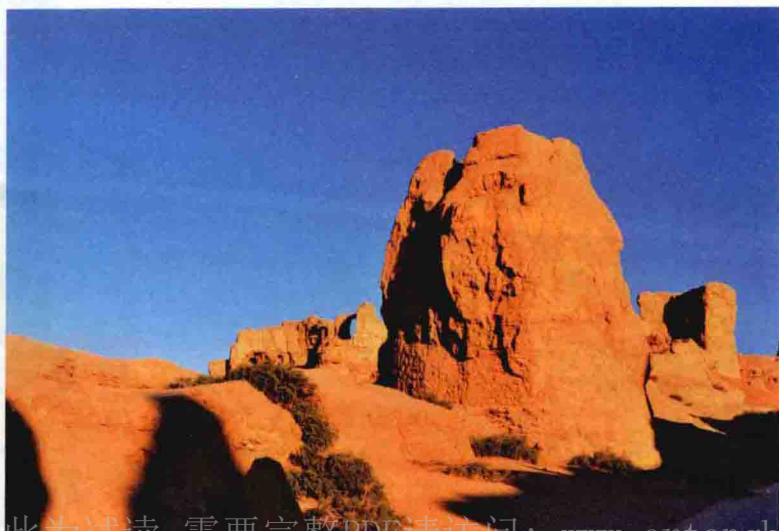
和田地区旅行交通示意图 / 269

和田城区示意图 / 272

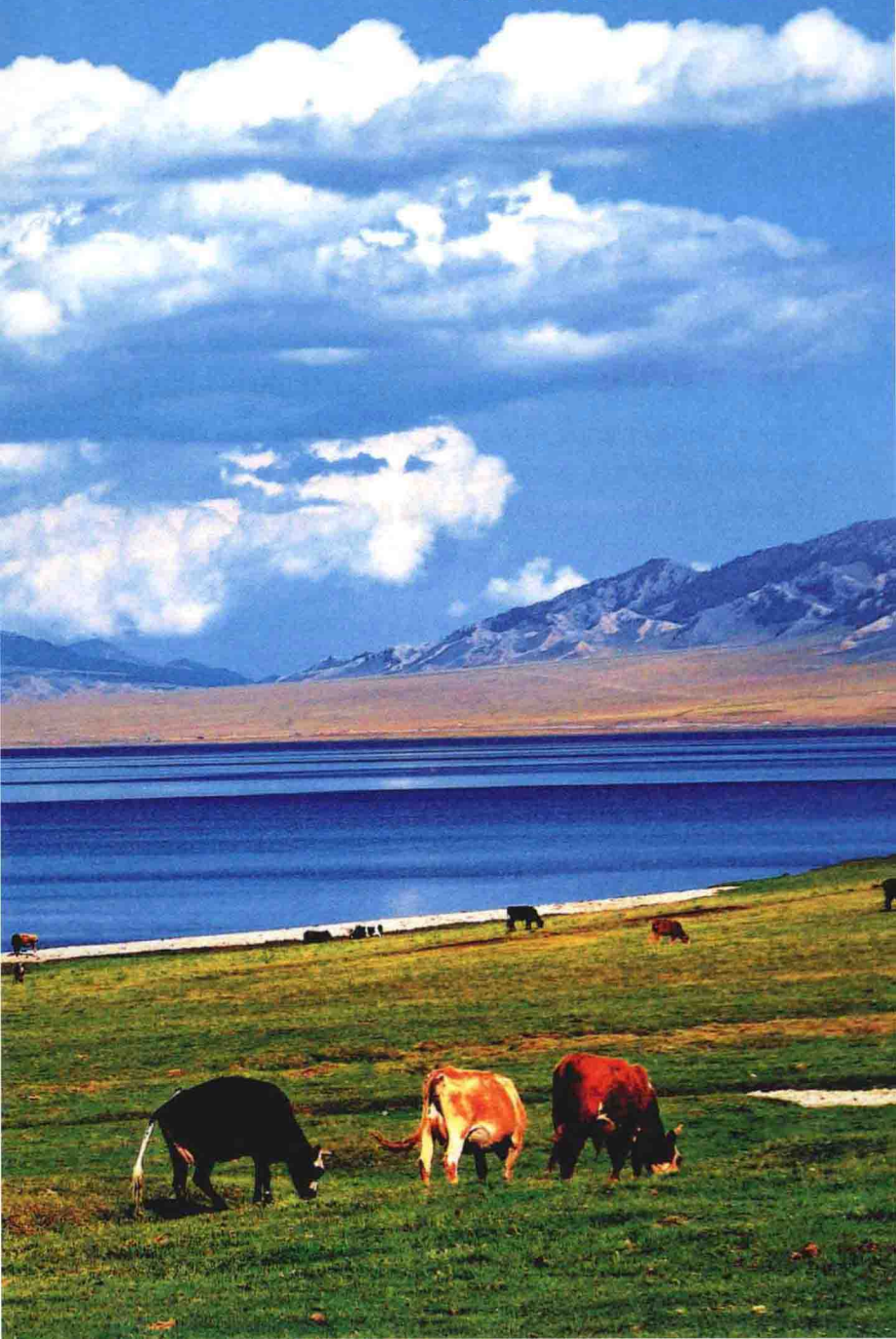
巴音郭楞地区旅行交通示意图 / 287

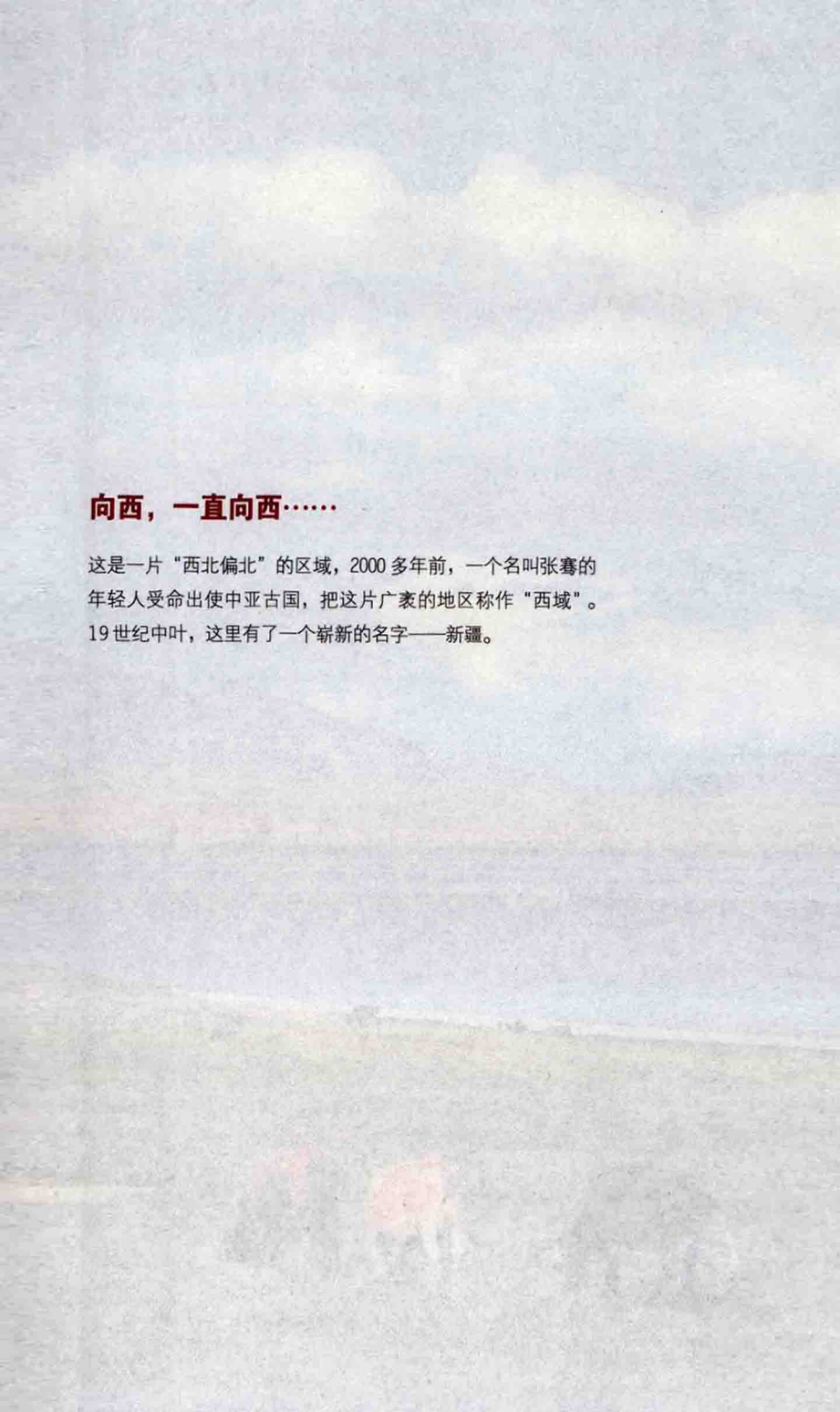
库尔勒城区示意图 / 291

博斯腾湖风景旅游区景点示意图 / 294



这是一片堪称“大地”的区域，因为它广袤
无限，因为它浑圆宽和，因为它艳丽简约。



The background of the page is a soft-focus photograph of a wide, open landscape. The horizon is low, and the sky is filled with light, wispy clouds. The ground appears to be a flat, grassy field. The overall color palette is muted, with soft blues, greys, and earthy tones.

向西，一直向西……

这是一片“西北偏北”的区域，2000多年前，一个名叫张骞的年轻人受命出使中亚古国，把这片广袤的地区称作“西域”。19世纪中叶，这里有了一个崭新的名字——新疆。



有条向西的路，横穿西域，连接起了亚洲和欧洲，因运输柔滑如水的丝绸而被称为“丝绸之路”。开通“丝绸之路”之前，东方的中国对于欧洲人来说是个“乌托邦”，一个“天方夜谭”。当张骞“凿空”西域后不久，商队的驼铃便响彻在这条路上。

东方的丝绸、陶器、铁器、桂皮、大黄……源源不断地通过驼背运到了西方；西方的黄金、象牙、琥珀、宝石……又传到了东方。在海上“丝绸之路”没有打通之前，这条穿过西域的道路，成为一条连接东西的金丝带，至今，人们还经常能看到遗留在荒漠中的骆驼尸骸。那些骆驼商队，曾经历了怎样的诡秘、坎坷、艰辛，我们却无从而知。

新疆是这条道路的承载者：一条通商之路，更是一条文化和信仰的融合之路。唐宋时期，阿拉伯商人们一手拿着货物一手捧着《古兰经》，随着商队从西方来，带来异域的货物和风情，而长安来到新疆龟兹的唐朝僧侣们却给这里带来了一股“汉风”。如今，这条沟通欧亚的大陆桥上，依然商旅不断，繁华如昨，只不过，驼铃声变成了火车和飞机的轰鸣。这条快捷而便

利的物流通道继续让欧洲和亚洲亲密无间。

因着“远”，新疆保存了一种原初的味道，一种迥异的姿态，成为特别和不一样的代名词。中原文化的圆通、江南文化的精巧，在新疆，全都被消解了。

在新疆，你会发现一切看起来都是无序而具原生态的。用粗糙的铁器挤榨出百分之百的石榴原汁；加了奶酪的冰淇淋透着一股奶子烧焦的古怪味道；巨大的、被掏空的葫芦画着粗拙的图案是日常家用的水瓢；红柳木头做成的盛肉的盆，盆边还留着刀锋划过的痕迹……

因为和天地如此紧密地相连，因为和自然如此无间地接触，新疆人形成了一种浑圆的自然主义——对世间万物都有所敬畏；对不同信仰都能持宽和之态；对不同习俗都能兼收并蓄。他们简单明亮，简约节制。

新疆的魅力在于它的两重性：一方面，它充满了历史的沧桑之感。另一方面，又充满了现代的繁华，同时固守着自己的“地方性”，人们穿着自己喜欢的民族服装、过着自己民族的节日、用自己的方法来计算时间……这一切都让新疆成了一个拥有神秘心跳的地方。



XINJIANG ARCHIVES

新疆档案

走遍中国·新疆

XINJIANG ARCHIVES

新疆档案

地理 / 6

气候 / 11

历史 / 13

大事记 / 23

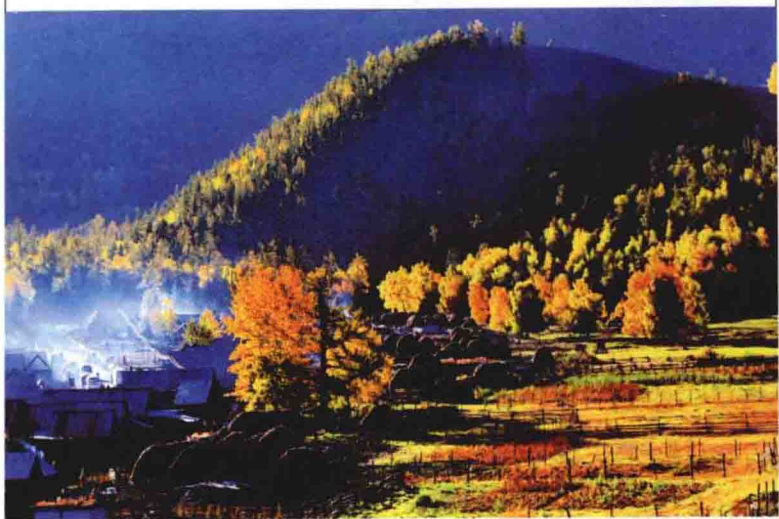
主要少数民族 / 26



走遍中国·新疆

XINJIANG ARCHIVES

新疆档案



地理

“不到新疆，不知道中国有多大。”从高处俯瞰地广人稀的新疆，这里周边被昆仑山与阿尔泰山伸出手臂环绕住，中间被天山山脉一刀切开，在南疆形成了塔里木盆地，北疆则是准噶尔盆地。

新疆地貌：三山两盆一条河

看过《西游记》的人都对火焰山、通天河、蜘蛛山有深刻的记忆，这些地名在新疆至今仍能找到。新疆的地貌依旧保持着远古时期的模样，这让新疆有了一种特殊的反差：一方面，现代化的进程让新疆的城市和其他城市几乎没有太大的差别；另一方面，在别处早已看不到的远古风貌，在新疆却随处可以见到。一脚油门踩过之后，就能离开城

市，马上坠入一个自然和蛮荒的世界。现代和原始，人工和自然，在新疆是一张牌的正反两面，正是这种差异，让新疆保持了一种属于自己的魅力。

新疆人非常喜欢唱《我们新疆好地方》：“我们新疆好地方，天山南北好牧场，戈壁沙滩变良田，积雪融化灌农庄……”天山是新疆的父亲山，以它为界，新疆分为南北两疆，南边是塔里木盆地，北边是准噶尔盆地。

很多武侠小说中的高人都居住在天山