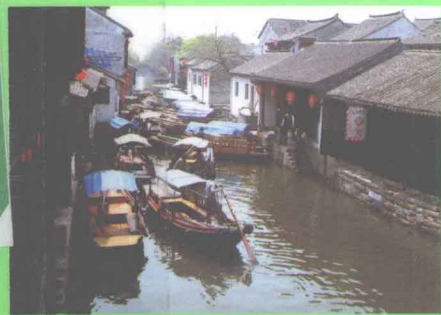


图说经典

彩色读书之旅

人一生要去的 60个地方



陆 芳 肖 航 编著

60个最具人气和旅游价值的地方

164千融汇情感和经历的文字

近300幅展示自然和人文特色的精美图片

思想和文字变得轻松亲切

文字的力量和图画的色彩一起流淌

开始一段愉快的彩色读书之旅

华文出版社

人一生要去的 60个地方

陆芳 肖航 编著



华文出版社

图书在版编目(CIP)数据

人一生要去的 60 个地方 / 陆芳, 肖航编著. —北京:
华文出版社, 2009.1

ISBN 978-7-5075-2558-8

I. 人… II. ①陆…②肖… III. 旅游指南—世界 IV. K919

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 001056 号

书 名: 人一生要去的 60 个地方

标准书号: ISBN 978-7-5075-2558-8

作 者: 陆 芳 肖 航 编著

责任编辑: 杜海泓

封面设计: 王明贵

文字编辑: 黎 娜

美术编辑: 潘 松

图片提供: www.imaginechina.com

www.quanjing.com

出版发行: 华文出版社

地 址: 北京市宣武区广外大街 305 号 8 区 2 号楼

邮政编码: 100055

网 址: <http://www.hwcbs.com.cn>

电子信箱: hwcbs@263.net

电 话: 总编室 010-58336255 发行部 010-58815874

经 销: 新华书店

开本印刷: 三河市华新科达彩色印务有限公司

720mm × 1010mm 1/16 开本 14 印张 164 千字

2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 19.80 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与发行部联系调换

目 录



C O N T E N T S

恒河	1
尼亚加拉大瀑布	3
长江三峡	5
天山天池	9
黄果树瀑布	12
阿尔卑斯山	15
富士山	19
科罗拉多大峡谷	23
武夷山	26
九寨沟	30
珠穆朗玛峰	33
雅鲁藏布江大峡谷	38
亚马孙丛林	41
大堡礁	44



日内瓦	48
拉斯维加斯	52
悉尼	55
苏州	58
杭州	63
大理	66
三亚	71
夏威夷	74
迪斯尼乐园	80
桂林	83
周庄	87
香格里拉	90
泸沽湖	94
日月潭	97
罗马	100
雅典	105
庞贝古城	108
马丘比丘	112



玛雅蒂卡尔	116
丽江古城	119
平遥	122
梵蒂冈	125
耶路撒冷	127
吴哥窟	130
莫高窟	135
曲阜三孔	137
金字塔	140
婆罗浮屠	145
泰姬陵	149
长城	152
秦陵兵马俑	154
巴黎	158
伦敦	163
莫斯科	168
开罗	173
曼谷	176



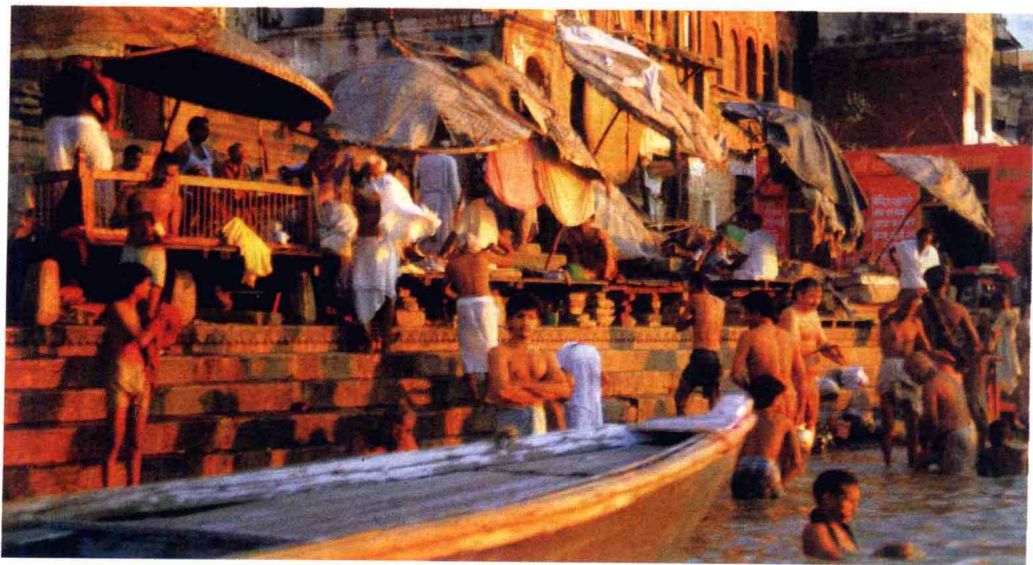
北京	179
南京	182
维也纳	185
威尼斯	188
佛罗伦萨	192
巴塞罗那	195
纽约	197
里约热内卢	200
香港	203
上海	208

恒河

〔必去理由〕 孕育了一个伟大的民族，已成为一个宗教象征，并被冠以神圣之名的河流
〔适宜季节〕 冬季
〔适宜人群〕 精神上的朝圣者

印度圣河——恒河是印度的灵魂。宗教传统成为印度文明的一个重要部分。恒河之于印度教徒，就如麦加之于穆斯林，耶路撒冷之于犹太人，梵蒂冈之于天主教徒，是最为神圣的象征。身为印度教徒，一生至少必须到恒河净身一次。所以千百年来，朝圣者的足迹遍布了恒河两岸，诗人、歌手常常行吟于河畔。至今，恒河沿岸仍是印度的精粹所在。

恒河蜿蜒流过印度北方的各邦和孟加拉，其中最神圣的一段是瓦拉纳西古城旁的河岸。沿着弯弯的河流，河沿西岸建造了一大片阶梯，紧接背后是一大排古香古色的房屋和庙宇，看不到多少现代气息。再加上河面上一艘艘小木船，浸泡于河里的信徒，岸上打坐的僧人，石阶上火葬仪式的迷烟，虚幻般的情景，仿佛时光倒流了几百年。对岸大片渺无人烟的荒地，与密集的市区和热闹的西河岸形成强烈的对比。



恒河是印度教徒心目中的圣河，他们相信在此沐浴能净化心灵，驱除邪祟，故此河里有信徒沐浴。

旅游小贴士

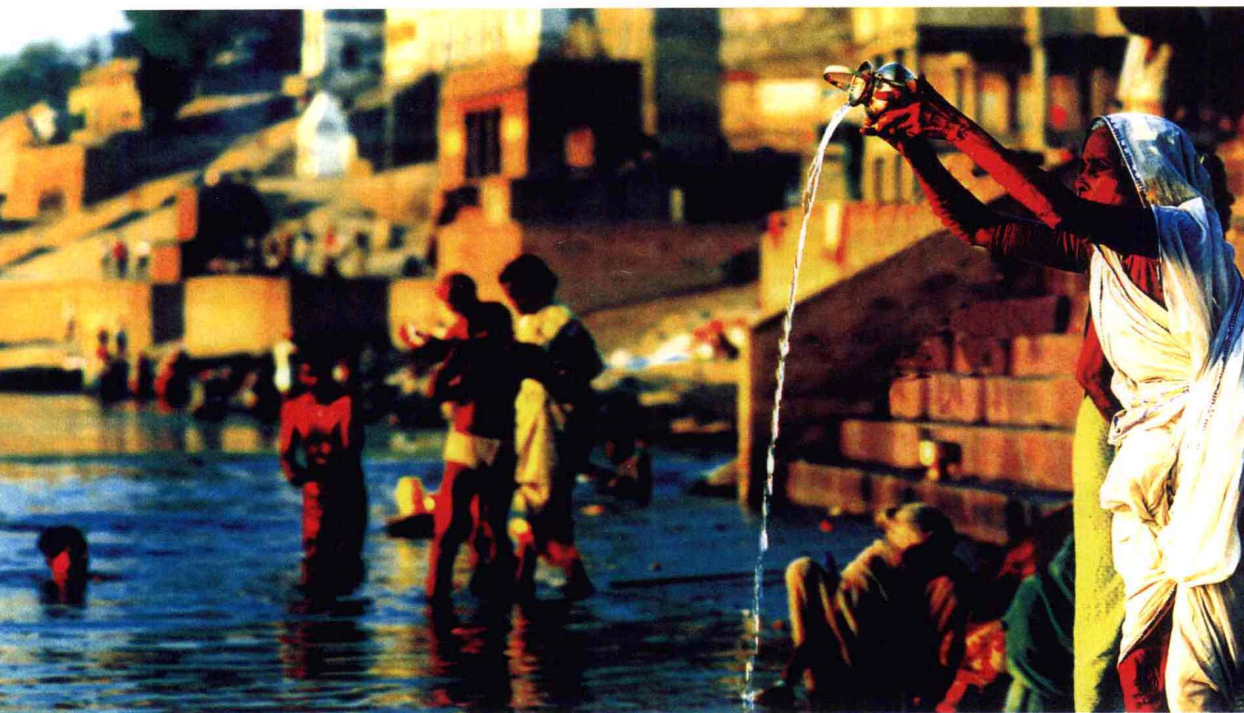
气候：印度分为三大季节：冬季（11～3月）、夏季（4～6月）、雨季（7～10月），冬季平均温度在15℃左右，气候干燥，凉爽宜人。夏季炎热，可前往高原避暑胜地旅游。

货币：印度的货币是卢比，1元人民币约为2.2卢比，兑换外币要去有牌的兑换处。凭兑换证明可在回国时将用剩的卢比换回。

旅游购物：印度以手工艺制品闻名，游客可选购的纪念品种类很多，大致可分为：手织制品——手绢、地毯、头巾、台布等；皮制品——皮包、皮鞋；青铜银制品——浮雕、水瓶、泰姬陵模型等；木制雕刻品——檀木笔、乐器等；珠宝玉石饰物等。

因为印度教徒虔诚地把用恒河水“冲洗身上的过失”看成是莫大的安慰和荣幸，所以来此朝圣的人们络绎不绝。每天清晨，成千上万的印度教徒，或男或女，或老或少，既有本地人，也有外乡人，来到恒河边，怀着虔诚的心情踏进恒河，以求用圣水冲刷掉自己身上的污浊或罪孽，达到人生超脱凡尘、死后到天国永生的愿望。在黎明时分河岸边的活动已经开始踊跃，加上层层薄雾笼罩河面，更增添一份神秘感。信徒们顾不上河水冰凉刺骨，向东方朝拜后便将身体浸没到圣水之中。男信徒一丝不挂地入水，女信徒则穿着五彩衣服。雾中只见河的浅水处影影绰绰全是人，但并不相互影响，都是各自祷告修行。

恒河两岸也很热闹，祷告、修行、洗衣、做饭互不干扰，还经常会见到一个一个的火化堆。外来者总不明白，即使上游正有火化仪式把骨灰撒下河，下游的信徒们也个个若无其事，各行其是，像是天经地义一般。



↑ 正在恒河里沐浴的印度教徒

尼亚加拉大瀑布

- 〔必去理由〕 雷神之水、雾中少女、蜜月之都的三重诱惑
- 〔适宜季节〕 5月~9月
- 〔适宜人群〕 情侣或者向往大自然、富有冒险精神的人

尼亚加拉大瀑布位于纽约州西北部，横跨美国和加拿大两国边境，是世界上著名的自然景观。它由两个主流汇合而成，一是美国境内的“美国瀑布”，一是介于美、加边境的“马蹄瀑布”。这两个瀑布奔腾交织在一起，从高达35~38米的峭壁上倾注而下，一泻千里。

::瀑布溯源

尼亚加拉瀑布位于美加边界连结伊利湖与安大略湖的尼亚加拉河上。据测算，伊利湖水以每分钟1400万升的流量由长56千米的尼亚加拉河流入安大略湖，东西水位落差99米，流程的一半处正是尼亚加拉瀑布所在地，形成了尼亚加拉大斜坡最著名的自然景观——尼亚加拉瀑布。尼亚加拉大斜坡是最后冰川期留下的遗迹，它绵延起伏，东部向下倾斜，形成多岩石的陡坡。

尼亚加拉瀑布以山羊岛为界，分属加拿大和美国，由三股飞瀑组成。其中，在河东美国一侧悬挂二瀑，落差55米，叫“彩虹瀑”和“月神瀑”。在河西加拿大一侧的飞瀑最为壮观，其状若马蹄，称“马蹄瀑”，是世界上最宽的瀑布，落差54米，瀑布下面的水潭深56米。马蹄瀑与前两瀑相距约二三百米，但看上去基本是“三位一体”的半弧形。据计算，三股飞瀑总宽度1000多米，总流量为每秒6000立方米。

旅游小贴士

气候：加拿大四季分明，寒冷的冬季温度经常在下十几度，外出时一定要穿上厚大衣，穿好靴子，带上帽子、手套。夏天温度则经常在30℃以上，这时短裤和T恤衫处处可见。

饮食：加拿大本地的传统菜系属于西餐类，有服务员服务的餐馆结账时应另付10%至15%的小费，并直接留给服务员或签卡。

住宿：旅客可选择多种不同的住宿方式，包括豪华酒店、普通酒店、汽车旅馆、家庭式度假村、猎场小住、钓鱼营房、农场或郊野度假屋等。

交通：加拿大交通十分方便，有公共汽车、电车、地铁等公共交通，高速公路四通八达，当乘坐游览车时，及时系缚好安全带，确保自身的安全，避免被警察罚款。在交通工具内一般不可吸烟。

来到尼亚加拉瀑布处，人们可以从多个角度欣赏其壮丽的风采。那里有著名的“前景观望台”，巍峨耸立。如果想仰视大瀑布倾泻的景象，可以沿着山边崎岖小路，前往“风岩”，那就算站在大瀑布的脚下了。翘首仰望，便会看见大瀑布以磅礴气势、铺天盖地、飞流直下，不禁使人心里涌起一股激情，与大自然产生共鸣。游客在此必须穿上雨衣，否则飞珠落玉，衣衫尽湿。但是要看大瀑布正面全景，最理想的地方还是站在彩虹桥上。桥跨瀑布下游的尼亚加拉河，在桥上步行5分钟，便可从美国走到加拿大。

在大瀑布附近，还有一个规模较小，却享有盛名的瀑布，其名美丽动人，叫做“新娘面纱瀑布”，又叫“月光瀑布”。闻其名，便可想见它那流水潺潺、银花飞溅的迷人景色。同旁边蔚为壮观的瀑布相比，它显得别具一格，另有一番风韵。正如新娘的面纱，在微风中轻轻拂动；又似一片月光，柔和地洒在绝壁之上，令游客为之陶醉。

游客可以搭乘“雾中少女”号游览船穿梭于波涛汹涌的瀑布之间，到扑朔迷离的水雾之中去领略惊心动魄、涤荡尘嚣的感觉。微波荡漾的碧水渐渐波涛起伏。两岸礁石千姿百态，石壁上像有一层贝壳镶嵌。无数静伏的海鸥被浪花惊动后振翅飞起，它们有的贴近湖面翱翔，有的与缭绕的飞雾争高，有的与急浪搏击。

每年来尼亚加拉瀑布旅游的游客约400多万人，这就不难理解，靠着著名的维多利亚瀑布，附近建有维多利亚瀑布城；靠着这个尼亚加拉瀑布，加美两国也均设有尼亚加拉瀑布城。而且，它们同被称为“蜜月之都”。这两座瀑布城的经济发展很快。



↓在尼亚加拉瀑布参观的各国游客



长江三峡

〔必去理由〕 古老河流上的美丽画廊，飞跨两岸的雄伟大坝

〔适宜季节〕 春夏两季

〔适宜人群〕 热爱自然山水的人

长江三峡，是自然景观与人文景观最完美的结合。从神农峰的传说到屈原、昭君的故事，在人们面前展开了一部民间文学的瑰丽长卷；在这里，您可以欣赏到绝妙的天然之作，更可以探究历史人文在这里留下的深深印痕，以及惹人遐想的美丽故事……

长江，中国的第一大河，从世界屋脊——青藏高原的沱沱河起步，纳百川千流，自西向东，横贯中国腹地，全长6300多千米。它满载四季浪歌，永不停息地直奔东海，在流经四川盆地的东缘时冲开崇山峻岭，夺路奔流，形成了举世无双的大峡谷——长江三峡。壮丽雄奇的长江三峡被誉为山水画廊，是国家级风景名胜区。

::瞿塘峡

瞿塘峡(亦称夔峡)气势磅礴，险峰对峙，是三峡中最短的峡谷，但却“西控巴渝收万壑，东连荆楚压群山”。瞿塘峡号称“天下雄关”，峡中江流澎湃，涛声雷鸣。瞿塘峡特点是山势雄峻。两岸之山，如斧削而成，有的峰高1500米。夹江峭壁，甚为逼仄，致使江宽不过百米，最窄处仅有几十米。其中，夔门山势尤为雄奇，因而有“夔门天下雄”5字镌于崖壁。山势之外，瞿塘水势亦“雄”，它“锁全川之水，扼巴蜀咽喉”，有诗称之“众水会涪万，瞿塘争一门”。江水至

旅游小贴士

乘船游三峡注意事项：

1. 大三峡（瞿塘峡、巫峡、西陵峡）及其中的景点（如神女峰）均可在船上观看，不需要门票。
2. 有的景点需要下船游览，包括丰都鬼城、张飞庙、石宝寨、小三峡、白帝城、屈原祠、神龙溪、三峡工程大坝、岳阳楼、荆州古城等（不同的游轮及上下水游览的景点不尽相同）。每到一景点，您需要听船上广播和导游的忠告，记住游轮停靠的码头和游轮开航的时间，您必须在开航前返回游轮，切记。
3. 普通游轮上用餐很难令您满意，所以购买一些食品（如各种零食、酒类、矿泉水、方便食品等）上船是必要的，船上也有常用的食品和生活用品出售，但种类少而且价格较贵。





瞿塘峡栈道是明清时在长江北岸壁立如削的悬崖上开凿出的一条官道,起于奉节白帝城脚下,直通峡东口的巫山大溪古镇。



延伸阅读

主要景点

大溪文化遗址、昭君故里、石宝寨、黄陵庙、三峡大坝、兵书宝剑峡、大禹授书台、神女庙遗址、孔明石碑等。

此，水急涛吼，蔚为大观。对瞿塘峡的山水之“雄”，清代诗人何明礼有一首诗写得至为贴切：“夔门通一线，怪石插流横。峰与天交接，舟从地窟行。”顺江而下，水流湍急，云天一线，船过其间，游客会有“峰与天交接，舟从地窟行”之感。

在北岸的绝壁上，有一条人工开凿的古栈道遗迹，头顶是悬崖欲坠，脚下是汹涌江涛，这就是古时船夫拉纤、军事运输和客商行贾的唯一通道。崖壁栈道上清人所刻“开辟奇功”、“天梯津隶”8个大字。栈道旁是七道门深洞，峭壁岩石之间，有一天窗面对大江。登天窗而望，双峰插云，蓝天一线。向下俯视，江水奔腾，飞舟似箭。入洞观景，钟乳林立，如飞禽走兽，栩栩如生。

::巫峡

巫峡有大峡之称，以幽深秀丽而奇于天下。峡江两岸，青山不断，群峰如屏，船行峡中，时而大山当前，石塞疑无路；忽又峰回路转，云开别有天，宛如一条迂回曲折的画廊。

巫峡两岸群峰，以十二峰为奇。它们各具特色，尤以神女峰最为纤丽奇俏。像一串翠绿的宝石，镶嵌江畔。激流劈出的巫峡，深沉肃穆。濛濛烟雨，潺潺细流，飞虹流彩，把峡谷装扮得妩媚多姿！宋代诗人陆游诗云：“十二巫山见九峰，船头彩翠满秋空”；“秀峰岂止十二座，更有零星百万峰”。十二峰之外，还有众多的险峰异壑，令人目不暇接。苍峡连彩霞，出峡复入峡。巫峡是三峡最连贯、最整齐的峡谷，分为东西两段，西段由金盔银甲峡、箭穿峡组成，东段由铁棺峡、门扇峡组成。巫峡谷深狭长，日照时短，峡中湿气蒸郁不散，容易成云致雾，千姿万态，有的似飞马走龙，有的擦地蠕动，有的像瀑布一样垂挂绝壁，有时又聚成滔滔云纱，在阳光的照耀下，形成巫峡佛光，因而古人留下了“曾经沧海难为水，除却巫山不是云”的千古绝唱。

::西陵峡

西陵峡是三峡中最长的一个峡，其特点是滩多水急。其中的泄滩、青滩、崆岭滩，为三峡著名的三大险滩。过去船行其间，险象环生，舟毁人亡，时有所闻。建国后，航道经多年整治，大为改善；加之葛洲坝工程蓄水之后，回水百里，水位上升，险滩礁石沉入江底，不复为害。西陵峡中景观甚多。战国时期伟大的诗人屈原、西汉时和亲匈奴的美女王昭君，即诞生于西陵峡。因此唐代诗人杜甫过西陵峡时，曾有诗云：“若道世无英俊才，此处何来屈原宅？若道巫山女粗丑，此处何有昭君村？”船出西陵峡南津关，300里峡江航程即告结束，长江自此进入中游，视野豁然开阔，江流东去千里，两岸平野万顷，“极目楚天舒”，别有一番情趣。

天山天池

- 〔必去理由〕 群山环碧、雪峰倒影、苍松叠嶂、毡房点缀、羊群云游，天山第一胜景，瑶池不二仙境
- 〔适宜季节〕 夏秋季节
- 〔适宜人群〕 钟情于原始自然风光的人

到新疆来，如果没有去天池，那可以毫不夸张地说，是最大的遗憾。如果说天山是新疆赤裸着的脊梁，那么位于军康县境内博格达峰下半山腰的天池，则是新疆跳动着的灵魂。因为有了它，在这片人迹罕至的天山深谷里，才呈现出剔透的灵气，好奇者疲惫的视线才能丈量出更多的边塞风光，心灵的深处才能感受到更加瑰丽的万千风情。

::高山湖泊

天池是一个天然高山湖泊，海拔1980米，属冰碛湖。据地质工作者介绍：第四纪冰川以来，全球气候有多次剧烈冷暖运动。20万年前，地球第三次气候转冷，冰期来临，天池地区发育了颇为壮观的山谷冰川。冰川挟带着砾石，循山谷缓慢下移，强烈挫磨、刨蚀着冰床，对山谷进行挖掘、雕凿，形成了多种冰蚀地形，天池谷遂成为巨大的冰窖，其冰舌前端则因挤压、消融，融水下泄，所挟带的岩屑巨砾逐渐沉积下来，成为横拦谷地的冰碛巨壅。其后，气候转暖，冰川消退，这里便蓄水成湖。它就是今日的天山天池。

从乌鲁木齐向东驱车90千米，就进入了山口，汽车沿着盘山路盘旋而上，路边时而悬崖峭壁，怪石嶙峋；时而幽林曲涧，花菲鸟语。行至深山高谷，路右边突然闪现出一座方圆几十米，碧净玲珑的小圆池，池侧凌空飞挂着数丈高的一道瀑布，



↑天山天池景区地图

吐珠溅玉，这就是人们通称的“小天池”。再盘旋而上，穿过宽大的坎垅，天池赫然出现在眼前。

天池由三个湖面组成，东侧为东小天池，古名“黑龙潭”。潭下为百丈悬崖，瀑布

飞流直下，恰似长虹依天而降，壮丽无比，真有“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”的气势。传说这是西王母沐浴梳洗的地方，故又有“梳洗涧”、“浴仙盆”之称。西侧为西小天池，西小天池形似铜盘，池水清澄幽邃，塔松环抱四周。相传西小天池为西王母洗脚处，故又称“玉女潭”。

天池的湖水晶莹剔透，明丽如镜，宛如少女的肌肤，又如柔滑的美玉。整个湖面呈半月形，长有 3400 米，最宽处约 1500 米，最深处约 105 米。湖的四周群山环抱，气势巍峨，挺拔的云杉、塔松满山遍岭。如遇皓月当空，天高云淡，清明无限，因而可以欣赏到“龙潭碧月”的美景。池侧飞挂的道道瀑布，如银河落地，使人产生“玉带银帘”的幻觉。池上有闻涛亭，登亭观瀑别有情趣。真可谓眼可见帘卷池涛，松翠水碧；耳可闻水击岩穿，声震裂谷。

::天池风景区

天池风景区北起石门，南到雪线，西达马牙山，东至大东沟，总面积达 160 平方千米。立足高处，举目远望，整个景区融森林、草原、雪山和人文景观为一体。绿色海浪此起彼伏，一泓碧波半山高悬，宛如一只山岩巨手高高擎起的玉盏。沿岸苍松翠柏，怪石嶙峋，含烟蓄罩；环山绿草如茵，羊群游移；更有千年冰峰，银装素裹，神峻异常，整个湖光山色，美不胜收。若是天稍微暖和些，这里的雪就会慢慢消融，树叶呈现出墨绿色油亮亮的光泽。这是一种沉静又厚重的颜色。放眼看去，整个世界都是一片浓郁，苍翠无垠。湖那边的山色则显得淡了许多，如玉中的层层翠色，轻灵、温润，闪烁着青春生动的眸子，让人爱慕不已。来到天池，时而如登仙境，时而如临幽阁，真有“瑶池仙境世绝殊，天上人间遍寻无”的感觉。古往今来，



↑天山积雪图

此图表现雪山寒驼之景，皑皑白雪覆盖着耸入云霄的天山，山下一红衣旅人手牵骆驼正缓缓行进于冰天雪地中。苍凉的天宇中，一只孤雁冲霄而过，脆鸣声声，引得旅人与骆驼同时驻足仰观。天空的清冷与天山的白雪令人望而生寒，而旅人披身大氅那火焰般的红艳与骆驼黄褐色的暖色调却给人以温暖之感，强烈的对比构成了深远的意境。