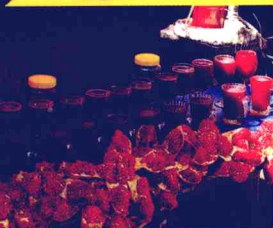


最新最完备的
新疆自助游手册!

知行图书工作室
编著

新疆

攻略



人气热荐 HOT!

玩家细致规划新疆4条畅游线路
200个人气必玩景点



完美出行 超实用!

大漠戈壁 雪山草原
河流森林 雅丹地貌
古国遗址 佛教洞窟
汉唐烽燧 古代墓葬

涵盖亚洲黄金腹地
自古以来引人入胜的所有景点



贴心资讯 超便利!

新疆背包旅行必备手册
飞机 火车 大巴 租车 搭车
新疆旅行交通工具详解
酒店 青年旅舍 毡房 露宿
特色住宿全掌握
民族服饰 乐器 和田玉
英吉沙小刀 特色淘宝必杀技

随书赠送
27幅
新疆吃喝玩乐全
手绘示意图

中国旅游出版社



责任编辑:王颖
装帧设计:正美设计公司
责任印制:闫立中

知行图书工作室:

策 划:摇滚驴
主 笔:卢一萍 铁梅
文 字:莫邪 陈亚洲 刘铁良 敖君 王新贺 孜吾列西
摄 影:陈志峰 沈桥 见军 卢一萍 米乐
信息收集:罗中山 罗欢 孟弘好 杨华 罗文梅 哈哈驴 唐晓丽

图书在版编目(CIP)数据

新疆攻略/知行图书工作室编著. —北京:中国旅游出版社,2009.1

ISBN 978-7-5032-3606-8

I. 新… II. 知… III. 旅游指南—新疆 IV. K928.945

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 197867 号

书名: 新疆攻略

编 著: 知行图书工作室

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> Email:cttp@cnta.gov.cn

发行部电话: 010-85166507 85166517

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 精美彩色印刷有限公司

版 次: 2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 889 毫米×1194 毫米 1/32

印 张: 18.75

印 数: 1-8000 册

字 数: 400 千

定 价: 48 元

ISBN 978-7-5032-3606-8

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

手绘地图检索

乌鲁木齐市中心手绘图	028~029
昌吉市中心手绘图	050
富蕴手绘图	069
阿勒泰市手绘图	074
布尔津县城手绘图	077
克拉玛依市手绘图	088
第二程旅行线路图	100~101
博乐市中心手绘图	102
特克斯县城手绘图	119
和静手绘图	129
塔里木盆地环游手绘图	140~141
库尔勒市中心手绘图	146
库车县城手绘图	158
阿克苏市手绘图	166
喀什市手绘图	174
塔什库尔干塔吉克自治县手绘图	189
叶城手绘图	199
叶城到狮泉河手绘图	201
和田市手绘图	205
于田手绘图	213
民丰手绘图	216
东疆环游手绘图	230
尉犁县手绘图	232
吐鲁番市手绘图	242~243
鄯善县城手绘图	257
哈密市中心手绘图	275
巴里坤县城手绘图	284

细节新疆

值得关注	001
行前须知	004
旅行装备	008
交通工具	011
住宿计划	014
必购乐淘	016
少数民族	019
传统节日	023
新疆话速学	025

第一程 准噶尔环游 人间天堂之旅

乌鲁木齐—昌吉—阿勒泰—克拉玛依 攻略

乌鲁木齐市中心手绘图	028
------------	-----

1 | 乌鲁木齐

地理	030
气候	030
交通	032
必赏景点	034
二道桥	034
新疆国际大巴扎	034
新疆丝绸之路博物馆	035
新疆民街	035
清真寺	036
新疆维吾尔自治区博物馆	037
红山公园	037
达坂城一线的风景	038
白水涧古镇	038
达坂城	038
盐湖	039
柴窝堡风车大世界	039
轮台古城遗址	040
亚洲大陆地理中心	040
新疆天山野生动物园	041
天山一号冰川	041
南山风景区	042

乌鲁木齐实用信息 044

2 | 昌吉

昌吉市中心手绘图	050
气候	051
交通	051

必赏景点 052

天池	052
博格达峰	053

昌吉实用信息 054**呼图壁**

概况	055
交通	055
食宿信息	055

必赏景点 055

康家石门子生殖崇拜岩画	055
-------------	-----

吉木萨尔

概况	056
交通	056
食宿信息	056

必赏景点 056

北庭都护府故城遗址	056
五彩湾	057
卡拉麦里山有蹄类野生动物保护区	058
奇台魔鬼城	058
奇台硅化木恐龙国家地质公园	059

木垒哈萨克自治县

地理	060
历史	060
交通	060
食宿信息	060

必赏景点 061

木垒原始胡杨林	061
木垒鸣沙山	061

3 | 阿勒泰

概况	062
地理	062
气候	063

必赏景点 063

阿尔泰山千里岩画长廊	063
------------	-----

青格里河

概况	064
交通	064
食宿信息	064

必赏景点 065

三道海子巨石堆古墓	065
三道海子鹿石	066
草原石人和岩刻画	067
布尔根河狸自然保护区	067
卡拉先格地震断裂带	068

富蕴

富蕴手绘图	069
气候	069
地理	069
交通	070
食宿信息	070

必赏景点 070

可可托海国家地质公园	070
------------	-----

福海

概况	072
交通	072
食宿信息	072

必赏景点 073

乌伦古湖	073
------	-----

阿勒泰市

阿勒泰市手绘图	074
概况	075
交通	075
食宿信息	075

必赏景点 076

桦林公园	076
------	-----

布尔津

概况	077
布尔津县城手绘图	077
交通	078
食宿信息	078

必赏景点 080

喀纳斯风景区	080
卧龙湾、月亮湾、神仙湾	082
友谊峰冰川	084
白湖	085
白哈巴国家森林公园	086
禾木村	087

4 | 克拉玛依

克拉玛依市手绘图	088
地理	088
气候	088
交通	089
食宿信息	089

必赏景点 090

乌尔禾魔鬼城	090
白杨河大峡谷	091
黑油山	092
独山子泥火山	092

裕民

概况	093
气候	093
观景最佳时节	093
交通	093
食宿信息	094

必赏景点 094

库鲁斯台草原	094
吐尔加辽丘陵草原	095
阿克乔湖草原	096
塔斯提河谷	096
野巴旦杏自然保护区	097

第二程 天山环游 翡翠王国之旅

博尔塔拉—伊犁 攻略

5 | 博尔塔拉蒙古自治州

博乐市中心手绘图	102
概况	103
气候	103
交通	103
食宿信息	103

必赏景点 104

阿拉山口	104
艾比湖湿地自然保护区	104
怪石峪	105
赛里木湖	105

6 | 伊犁哈萨克自治州

概况	106
气候	106
最佳观景季节	106
安全	107
交通	108

必赏景点 109

果子沟	109
霍尔果斯口岸	109
阿力麻里古城	110
伊犁河	110
伊宁回族大寺	110
拜吐拉清真寺	111
靖远寺	111
惠远古城	112
琼博拉森林公园	112

伊犁实用信息 113

昭苏

概况	115
交通	115
食宿信息	115
必赏景点	115
圣佑庙	115
小洪纳海石人	116
格登山碑	116
夏塔古道	117

特克斯

概况	118
交通	118
食宿信息	118
特克斯县城手绘图	119
必赏景点	119
八卦公园	119
喀拉峻草原	120
科桑溶洞	120

巩留

概况	121
交通	121
食宿信息	121
必赏景点	122
恰西风景区	122
大小莫乎尔	122
库尔德宁自然保护区	122

尼勒克

概况	123
交通	123
食宿信息	123
必赏景点	124
唐布拉克草原	124
乔尔玛	124

新源

概况	125
交通	125
食宿信息	125
必赏景点	126
巩乃斯草原	126
则克台岩画	126
那拉提草原	127
野果沟	127

和静

概况	128
交通	128
和静手绘图	129

食宿信息	128
必赏景点	130
天鹅湖	130
巴音布鲁克草原	131
开都河上游风景	131
巩乃斯森林公园	132
阿尔先温泉	133
艾肯达坂	133
巴仑台黄庙	134
满楚克扎布汗王府	134
和硕金沙灘	135
金斯特避暑山庄	135

托克逊

概况	136
气候	136
交通	136
食宿信息	136
必赏景点	137
盘吉尔怪石林	137
托克逊雅丹地貌	137

第三程 塔里木盆地环游 黄金腹地之旅

巴音郭楞—阿克苏—喀什—和田 攻略

塔里木盆地环游手绘图	140
------------	-----

7

巴音郭楞蒙古自治州

概况	142
气候	142

焉耆回族自治县

概况	144
食宿信息	144
必赏景点	144
七个星千佛洞	144
博斯腾湖	145

库尔勒

库尔勒市中心手绘图	146
交通	147
必赏景点	148
铁门关	148
孔雀河	148
库尔勒实用信息	149

轮台

概况	151
交通	151
食宿信息	151
必赏景点	151
塔克拉玛干沙漠	151
沙漠公路	152
草湖	153
塔里木胡杨林公园	154

8 | 阿克苏

概况	155
地理	156
气候	156

库车

概况	157
交通	157
食宿信息	157
库车县城手绘图	158
必赏景点	158
库车老城	158
库车原世袭回部亲王府	159
龟兹石窟	160
克孜尔千佛洞	160
库木吐拉千佛洞	162
克孜尔尕哈千佛洞	163
克孜尔哈烽燧	163
昭怙厘大寺	164
克孜利亚神秘大峡谷与阿艾石窟	164

阿克苏

概况	166
阿克苏市手绘图	166
交通	167
必赏景点	168
柯柯亚	168
天山神木园	168
汗腾格里峰、托木尔峰和托木尔峰自然保护区	169
阿克苏实用信息	170

阿图什

概况	172
气候	172
交通	172
食宿信息	172
必赏景点	173
萨图克·布格拉汗麻扎	173
喀喇汗王廷遗址和莫尔佛塔	173

9 | 喀什

概况	174
喀什市手绘图	174
地理	175
气候	175
交通	175
必赏景点	177
艾提尕尔清真寺	177
喀什东门大巴扎	178
喀什老城	178
香妃墓	179
玉素甫·哈斯·哈吉甫麻扎	180
穆罕默德·喀什噶里墓	181
伯什坎然木果园	181
帕米尔高原	182
奥依塔格原始森林	183
盖孜大峡谷	183
公格尔峰和公格尔九别峰	184
喀拉库勒湖	185
慕士塔格峰	185
喀什实用信息	187

塔什库尔干塔吉克自治县

塔什库尔干塔吉克自治县手绘图	189
地理	189
交通	189
食宿信息	190
必赏景点	190
石头城	190
公主堡	191
瓦罕古道	191
红其拉甫达坂	192

英吉沙

概况	193
交通	193
食宿信息	193
土陶	193
英吉沙小刀	194

麦盖提

概况	195
交通	195
食宿信息	195
刀郎木卡姆和刀郎舞	195
麦盖提农民画	196

莎车

概况	197
交通	197
食宿信息	197
必赏景点	197
阿勒腾麻扎	197
莎车老城	198

叶城

叶城手绘图	199
概况	199
交通	199
食宿信息	200
新藏公路攻略	200
叶城到狮泉河手绘图	201
乔戈里峰(K2)徒步探险攻略	202

10 | 和田

地理	203
气候	204

和田

和田市手绘图	205
概况	205
交通	206
必赏景点	206
英艾日克沙漠	206
和田地毯厂	207
洛浦艾德莱斯绸手工作坊	207
吉亚乡	207
核桃树王	207
无花果王	207
葡萄树王	208
赞木庙	208
玛利格瓦特故城	208
和田大巴扎	209
沿和田河穿越塔克拉玛干沙漠	210
和田实用信息	211

于田

于田手绘图	213
概况	213
交通	213
食宿信息	214
必赏景点	214
于田老街	214
达里雅布依	214

民丰

民丰手绘图	216
概况	216
交通	216
食宿信息	217
必赏景点	217
牙通古斯	217
伊玛目加法尔·萨迪克麻扎	218
尼雅古城	219

且末

概况	221
交通	221
食宿信息	221
必赏景点	221
莫勒切河河谷岩画	221

若羌

概况	222
交通	222
食宿信息	222
必赏景点	222
米兰遗址	222
米兰罗布人村	223
阿尔金山自然保护区	223

第四程 东疆环游 绿色火焰之旅

尉犁—罗布泊—吐鲁番—鄯善—哈密 攻略

东疆环游手绘图	230
---------	-----

尉犁

尉犁县手绘图	232
概况	232
交通	232
食宿信息	232
必赏景点	233
罗布人村寨	233
原始胡杨次生林	234

11 | 罗布泊

概况	236
地理	236
气候	236
罗布泊探险方案	237
罗布泊探险线路	237
概况	237

探险租车	238
探险方式	238

12 | 吐鲁番

概况	240
地理	240
气候	241
吐鲁番市手绘图	242
交通	244
必赏景点	245
额敏塔	245
坎儿井民俗园	245
交河故城	246
艾丁湖	248
葡萄沟	248
火焰山	249
柏孜克里克石窟	250
阿斯塔那—哈拉和卓古墓	251
高昌古城	252
吐鲁番实用信息	254

13 | 鄯善

鄯善县城手绘图	257
地理	258
气候	259
交通	259
必赏景点	260
库姆塔格沙漠	260
树柏沟村彩门	261
东巴扎回族清真大寺	261
赤亭口	262
柯柯亚古堡	263
汉墩	264
连木沁沟	264
苏巴什古墓群	265
吐峪沟村	266
吐峪沟阿萨吾勒开裴麻扎	268
吐峪沟石窟	268
洋海古墓	270

鲁克沁	271
迪坎尔村	272
鄯善实用信息	273

14 | 哈密

地 理	274
气 候	274
哈密市中心手绘图	275
交 通	276
必赏景点	276
哈密王陵	276
哈密回王府	277
盖斯麻扎	277
白杨河佛寺遗址	278
拉甫乔克故城	278
五堡古墓群和哈密古尸	279
哈密魔鬼城	279
哈密实用信息	282

巴里坤

巴里坤县城手绘图	284
概 况	284
交 通	284
食宿信息	285
必赏景点	285
白石头风景区	285
松树塘	286
天山庙	286
鸣沙山	287
巴里坤湖	288
怪石山	289

细节新疆

值得关注» Concern

1 先民岩画

在文字产生之前，新疆的先民就用岩画记录了他们对世界的感受。在天山、昆仑山、喀喇昆仑山和帕米尔高原这些辽阔山区和广大草原上，都发现了大量的岩画。这些“留在石头上的史诗”系统地记录了他们狩猎、放牧、征战、娱乐、信仰和生殖崇拜等内容，表现了他们对生命和大自然力量的赞美。

2 丝绸之路

季羨林先生说：“全世界历史悠久、范围广阔、自成体系、影响深远的文化只有四种。他们在中国、印度、希腊和伊斯兰国家。然而，这些文化的荟萃之处只有一个，就是中国的敦煌和新疆地区。”

张骞出塞，凿空西域，开辟了举世闻名的丝绸之路，丝路沿线留下了大量的佛窟、佛寺，并珍藏了大量精美的壁画，这些佛教文明的遗迹一直闪耀着灿烂的光辉；班超戍边，班勇西征，玄奘西行，都在这里留下了浓重的历史痕迹。伊斯兰教也是由此路东传的。

3 西域音乐

自汉代开始，中原音乐就开始吸收西域音乐的养分。隋朝吸收西域音乐成分，建立了新的音乐体系《九部乐》，这九部乐中有四部来自新疆，即龟兹乐、于阗乐、疏勒乐和伊州乐。唐承隋制，唐太宗增设高昌乐，合称《十部乐》。特别是龟兹乐的乐理对隋唐的音乐理论有很大的影响。它不仅为音乐调定了规范，而且对后来宋词、元曲乃至戏剧的发展，都产生了深远的影响。

4 音乐史诗

“中国新疆维吾尔木卡姆艺术”是一部流传至今、闻名中外的音乐史诗，是流传于新疆维吾尔族各聚居区木卡姆的总称，是集歌、舞、乐于一身的大型综合艺术形式。2005年11月25日，联合国教科文组织把“中国新疆维吾尔木卡姆艺术”选入第三批“人类口头和非物质遗产代表作”。

5 壮美地理

新疆面积160万平方公里。天山山脉横贯东西。天山以南，称为南疆；天山以北，称为北疆。

在昆仑和喀喇昆仑两大山脉与天山山脉之间，是面积达56万平方公里的塔里木盆地，盆地中央，便是流沙滚滚、面积达33.7万平方公里的世界第二大沙漠——塔克拉玛干沙漠。在阿尔泰山和天山之间是面积达38万平方公里的准噶尔盆地，盆地中央是我国第二大沙漠古尔班通古特沙漠。

在这里除了能看到这些庞大的山脉和广阔的沙漠外，你还能看到最壮丽的、高耸入云的托木尔、汗腾格里、乔戈里、慕士塔格等著名高峰。你还可以到帕米尔高原去看看，它有“万山之祖”、“世界扣结”的美誉。从喀什出发，即使坐班车，也只需四个小时就很容易到达。新疆的地貌一般用阿勒泰、天山、昆仑三大山脉和准噶尔、塔里木两大盆地（即通常所说的“三山夹两盆”）来概括。

6 西域古国

新疆有最古老的城，作为城邦王国——比如西域三十六国的王都，其中一些已被岁月的烟尘湮没，埋在了滚滚黄沙中；一些留下了让人惊叹的遗迹；还有一些得以一次次新生：比如疏勒、库车、于阗等，这些历史悠久的古城大多分布在天山以南。在帕米尔高原上，还有一座石头城，它是我国现存的三大石头城之一。伊犁的特克斯城则是一座真正的八卦城。南北疆都有一批诞生较晚的城市，清乾隆二十三年（1758），乌鲁木齐的雏形出现。石河子、奎屯、克拉玛依、库尔勒是20世纪五六十年代诞生的；米泉、阜康、乌苏诞生于20世纪90年代；五家渠、北屯、阿拉尔、图木舒克则是近几年诞生的。

7 河流湖泊

新疆还有 570 多条河流和 100 多个天然湖泊。发源于天山和昆仑山脉的河流气势磅礴，为内陆河，其中塔里木河是我国最大的内陆河。额尔齐斯河是我国唯一流入北冰洋的河流，伊犁河则是新疆流量最大的河流。新疆著名的湖泊有博斯腾湖、罗布泊、乌伦古湖、赛里木湖、喀纳斯湖、艾比湖和艾丁湖。其中博斯腾湖水域面积近 1000 平方公里，是我国最大的内陆淡水湖。罗布泊已经干涸。艾丁湖低于海平面 155 米，是我国陆地的最低点。

8 独特建筑

一般分为两大类：一种是牧区的房屋，另一种是农区的房屋。牧区的房屋大都以毡房为主，也有木头房，这是和他们的游牧生活有密切关系的。这种房屋便于搬迁，拆装方便，很适于牧区的特点。如蒙古族的蒙古包，哈萨克、柯尔克孜、塔吉克的毡房等。

蒙古包和哈萨克毡房从外形来说是有区别的。哈萨克毡房支杆为穹隆状，而蒙古包的支杆则是直的，所以蒙古包外形的角是尖的，而哈萨克毡房的角则是圆形的。其内部的住宿和放物处，两者之间差不多，但布置有些差别，一般前半部分放物品、用具，后半部分住人、待客，正中对天窗放炉子。牧民们在春、夏、秋三季住蒙古包和毡房，到了冬天则住土房、木屋、地窝子和石头房。

农区和城市的少数民族住房则比较讲究，如维吾尔族的住房多为长方形、开天窗，屋顶平坦，可以晾晒瓜果和粮食。室内砌土炕，墙上开壁龛，放置食物和用具。墙上喜挂壁毡，地上铺地毯或花毡。冬天以火墙或火炉取暖。

维吾尔族人的民居周围一般都种有白杨树或搭有葡萄架。房前屋后多引一条小渠，居住环境宁静优美。几乎每家都是独门独院，进入庭院，家家户户都种植着果木花卉。在屋前的葡萄架下，或门口两侧，大多砌有低矮的土台，铺着毛毡和地毯，供夏季休息。很多民居都筑有外廊，有木梁和排檐椽，有些家庭还雕梁画柱，绘以维吾尔族人的传统花纹图案。因伊斯兰教反对偶像崇拜，所以不绘画、也不张贴人物和动物的图像。一些古老的民居——如土峪沟和喀什老街，都是土木结构，生土筑墙或土坯砌墙，用草泥涂抹屋顶。住在吐鲁番的维吾尔族人家还把晾晒葡萄干的晾房建在屋顶上，形成了一道独特的风景。

伊斯兰教的建筑，无论是清真寺、陵墓，还是民居，都有自己鲜明独特的风格。清真寺和陵墓都以圆顶和圆柱形塔楼为主，配以方形结构的礼拜堂，从整体上体现了方圆结合、高低参差的形式美。其门侧大都有浮雕花纹，塔楼为砖砌几何纹浮雕，多面体的雕花廊柱，细密的木格窗棂，镶嵌琉璃花砖的壁面。

在新疆，你会看到一种与众不同的建筑，它的四壁都是用土坯叠砌的。较大的房屋约有两层楼高，远望像个奇特的古城堡，这就是为晾晒葡萄干而专门盖的房屋——葡萄干晾房。当地维吾尔族人称“群结”，汉语叫“荫房”。在新疆，凡有葡萄园的地方都有这种独特的露天建筑物。

行前须知

All About Xin Jiang

1 气候

新疆地处亚洲腹地，远离海洋，且被高山环护，印度洋和太平洋的暖湿气流很难到达这里。新疆日照强烈，降水稀少，是典型的内陆干旱半干旱气候。其气温南疆高于北疆，盆地高于山区。

新疆最冷的时间是1月，富蕴县可可托海的最低温度能达到 -51.5°C ；最热的时间是7月，吐鲁番的最高温度高达 49.6°C 。新疆的昼夜温差一般都在 12°C 以上，如果是在沙漠戈壁地带，其温差有时可达到 30°C 。

阳光对于新疆是很慷慨的，新疆的年日照时间长达3000多个小时，与西藏的日照时间差不多。雨水对于新疆而言，最为珍贵，吐鲁番盆地及罗布泊等地的年降水量只有20毫米左右。但北疆的年降水量则比较丰富，降水量最多的伊犁河谷，年降水量可达400毫米。

新疆的寒潮一般在11月份到来，但在高原地区或山区，它的时间是不定的，6月飞雪的事情时有发生，9月下雪当属正常现象，所以到这些地方去旅行一定要做好防寒准备。

新疆春秋季节短暂，且是南疆风沙肆虐的时节，所以建议你在这个时段最好不要去南疆。

2 最佳季节

5月至11月可去新疆，其中7月至10月较佳，8月至10月为黄金季节。

3 时差

新疆与北京的时差是两个小时。

新疆使用的是北京时间。但新疆的少数民族习惯用新疆时间，所以你在买车票、让服务员叫你起床时，一定要讲清是北京时间。

4 语言

对南方人特别要提醒这一点，新疆的不少少数民族能听懂普通话，但尽量要标准一些。

5 前往边境

新疆的边境都被大山阻隔，即使有通往邻国的通道，道路也是崎岖蜿蜒，很不好走。所以你可能去的边境地区除了与蒙古接壤的一些地方外，就是帕米尔高原了。到这些地方都要办边境通行证。只要你带了有效的身份证，到当地的公安局或边防大队很快就能办好。

6 高山反应

高血压、心脏病患者和太胖的人最好别去。如果你感冒了，一定要等感冒完全好了再上去。还要注意的是，在高原一定不要感冒，因为感冒容易引发高原肺水肿。

在高原还有几个方面要注意：一是尽量减少徒步行走，即使要走，也要以轻缓的步速慢慢往前走，奔跑或从高于 1 米的地方往下跳都是危险的；二是即使你吃了就呕吐也还得吃；三是不要喝太多的酒；四是在海拔 4000 米以上的地方有了高山反应一定要小心。

7 旅游投诉

电话：0991-883190

地址：乌鲁木齐市金银大道 36 号。邮编：830001

E-mail: xjlyts@toxj.com

网上投诉: <http://www.toxj.com>

8 拍摄提示

拍摄照片最好选在清晨和傍晚。新疆北疆和高原的朝霞与夕阳都很美。如果要使胶片对于五颜六色的天空和高色调的云彩还原得更加真实，拍摄日落时要等到太阳落下地平线后约 15 ~ 30 分钟，天边的云彩完全变为明亮的金黄色时才开始拍摄。拍摄落日时，可以在镜头前加一个遮光罩，以避免天空中的杂光进入镜头。对于拍摄落日的曝光，千万不要使用点测光，要使用平均测光模式。对于普通的单反相机，如果没有平均测光模式，则可以在正常测光的基础上加 1 ~ 1.5 挡的曝光补偿。

9 有关新疆的书

《丝绸之路》

这是法国学者布努瓦尔夫人1963年出版的一本“真正科学的、具有严格限定意义的”关于丝绸之路的专著。她用优美的文笔讲述了丝路所承载的一切。已有多种译本，“是一部经久不衰的国际畅销书”。山东画报出版社2001年10月版，定价20.00元。

《亚洲腹地探险八年》

这是大名鼎鼎的瑞典探险家斯文·赫定的最重要的一部著作，虽是考察记，但完全可以当做优美的游记来读。新疆人民出版社1992年8月版，1996年11月第三次印刷，定价21.00元。



《大唐西域记》

玄奘著，这是一部世界性的经典，是新疆、中亚，包括印巴次大陆的百科全书。岳麓书社1999年7月出版，定价29.50元。

《捉不住的鼯鼠》

这是中国著名诗人、散文家周涛所著的、最新版的散文集中最为精粹的一本，是精选中的精选。从这本散文集中，可以充分领略这位栖居在新疆的诗人、散文家笔下飞扬的激情与恢弘的精神气象。其中有许多描写新疆之美的散文名篇。新疆人民出版社2004年6月版，定价24.80元。

《玄奘传》即《大慈恩寺三藏法师传》

慧立、彦惊著，该传详述了玄奘“西天”游学之勤劳艰辛，既被佛学者奉为鸿宝，也是世界历史研究者的珍藏。梁启超先生曾经评价该传说，“在古今所有名人谱传中，价值应推第一”。书中也记叙了玄奘途经鄯善的经历。中国社会科学出版社2003年10月出版，定价21.80元。

《木卡姆：巨灵如风吹过》

作者韩子勇，鲁迅文学评论奖获得者、著名作家、文学评论家。这是一部关于维吾尔族木卡姆艺术的最新解读，是一部充满诗意的文化散文，它能引领我们进入这个古老而宏大的艺术世界。新疆美术摄影出版社2006年6月出版，定价28.00元。

《新疆词典》

这是诗人沈苇所写的、具有“经典之美”的散文集，有一种传世的魅力，他用1000个词来诗意地表达了新疆。百花文艺出版社2005年1月版，定价18.00元。