




图说天下·国家地理系列

# 走遍中国



霍晨昕 著

 四川人民出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

走遍中国 / 霍晨昕著. — 成都: 四川人民出版社,  
2019.1

(图说天下·国家地理系列)

ISBN 978-7-220-10920-1

I. ①走… II. ①霍… III. ①旅游指南—中国 IV.

① K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 181323 号

ZOU BIAN ZHONGGUO

# 走遍中国

霍晨昕 著

责任编辑	陈欣
封面设计	周正
版式设计	周正
责任校对	冯珺 王璐
责任印制	李剑

---

出版发行	四川人民出版社 (成都市槐树街 2 号)
网 址	<a href="http://www.scpph.com">http://www.scpph.com</a>
E-mail	<a href="mailto:scrmcbs@sina.com">scrmcbs@sina.com</a>
新浪微博	@四川人民出版社
微信公众号	四川人民出版社
发行部业务电话	(028) 86259624 86259453
防盗版举报电话	(028) 86259624
照 排	
印 刷	艺堂印刷 (天津) 有限公司
成品尺寸	170mm × 240mm
印 张	14
字 数	260 千字
版 次	2019 年 1 月第 1 版
印 次	2019 年 1 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-220-10920-1
定 价	29.90 元

版权所有·侵权必究

本书若出现印装质量问题, 请与我社联系调换

电话: (010) 82021443

# 目录

走遍中国  
China Tour



C H I II A

## 京津漫步

朝向最经典的方向 → ... 5

Chapter 01

### 北京 6

故宫 / 6  
颐和园 / 10

• 专题:

触摸北京的历史印迹 / 14  
国家体育场 / 16  
北京的胡同 / 18

### 天津 20

海河 / 20  
大沽炮台 / 22

## 中原巡礼

寻一曲, 流转不息的华夏之歌 → ... 23

Chapter 02

### 山东 24

泰山 / 24  
曲阜孔庙 / 26

• 专题:

避暑胜地话山东 / 28

### 河北 30

白洋淀 / 30  
坝上草原 / 32  
承德避暑山庄 / 35

### 河南 38

龙门石窟 / 38  
少林寺 / 40

• 专题:

千年韶华——河南的古都 / 42

### 山西 44

五台山 / 44  
平遥古城 / 46  
• 专题: “大院”拾零 / 48  
壶口瀑布 / 50

### 陕西 52

华山 / 52  
西安 / 54  
秦始皇陵兵马俑 / 56

## 东三省拾趣

林海雪原的变奏 → ... 59

Chapter 03

### 辽宁 60

大连 / 60  
沈阳故宫 / 62

### 吉林 64

长白山天池 / 64

### 黑龙江 66

大兴安岭 / 66  
哈尔滨 / 68  
漠河 / 70

## 塞外风光

长风万里且放歌 → ... 71

Chapter 04

### 内蒙古 72

呼伦贝尔草原 / 72  
额济纳 / 74  
巴丹吉林沙漠 / 77



## 西南典藏

下一站，天堂 → ... 111

### Chapter 06

#### 四川 112

九寨沟 / 112  
稻城亚丁 / 116  
海螺沟 / 120  
峨眉山 / 122

#### 重庆 124

小寨天坑 / 124  
长江三峡 / 126

#### 云南 128

香格里拉 / 128  
丽江 / 132  
大理 / 134  
石林 / 136  
西双版纳 / 138

#### 贵州 140

黄果树瀑布 / 140  
梵净山 / 142

#### 广西 144

漓江 / 144

● 专题：桂林山水甲天下 / 146  
大圩 / 148

#### 甘肃 80

敦煌莫高窟 / 80  
鸣沙山与月牙泉 / 82

#### 宁夏 84

贺兰山 / 84

#### 新疆 86

塔克拉玛干大沙漠 / 86  
白哈巴 / 90  
喀纳斯湖 / 93  
巴音布鲁克草原 / 96

## 青藏高原之旅

迎接最纯粹的阳光 → ... 99

### Chapter 05

#### 青海 100

可可西里 / 100  
青海湖 / 102

#### 西藏 104

珠穆朗玛峰 / 104  
雅鲁藏布大峡谷 / 106  
拉萨 / 108  
纳木错 / 110



## 两湖山水

展开最美的水墨长卷 → ... 149

Chapter 07

### 湖北 150

神农架 / 150  
 武当山 / 152  
 黄鹤楼 / 154

### 湖南 156

洞庭湖 / 156  
 张家界 / 158  
 凤凰古城 / 160  
 德夯 / 162

## 东南沿海行

伴着海风去呼吸 → ... 195

Chapter 09

### 福建 196

武夷山 / 196  
 鼓浪屿 / 198

### 广东 200

丹霞山 / 200  
 广州 / 202

### 海南 204

亚龙湾 / 204  
 三亚 / 206

## 烟波江南

与时光一起，在此终老 → ... 163

Chapter 08

### 江苏 164

太湖 / 164  
 苏州园林 / 166  
 扬州 / 168  
 ● 专题：水乡的小镇 / 170

### 上海 172

夜上海 / 172  
 豫园 / 174

### 浙江 176

普陀山 / 176  
 西湖 / 178  
 ● 专题：钱塘自古繁华——杭州 / 180  
 嘉兴 / 182

### 安徽 184

黄山 / 184  
 九华山 / 187  
 西递与宏村 / 188

### 江西 190

庐山 / 190  
 婺源 / 192

## 港澳台之旅

加入，这场永不落幕的繁华 → ... 207

Chapter 10

### 香港 208

香港岛 / 208

### 澳门 210

大三巴牌坊 / 210

### 台湾 212

台北 / 212  
 日月潭 / 214  
 阿里山 / 217  
 野柳 / 220

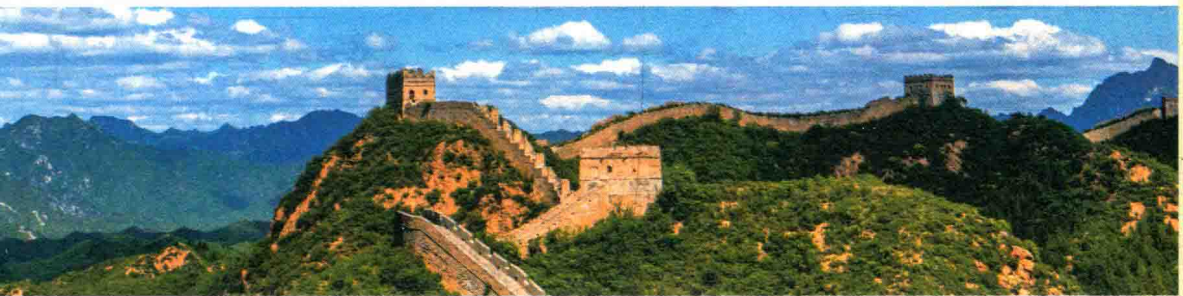


## 前言 Foreword

这些地方，你都耳熟能详吧。

可是，你真的了解它们吗？你的脚步，丈量过方寸中的几许？

毋庸置疑，这里，有我们中国大地上绝对值得人倾慕的地方：



北京、天津，是老祖先留下的经典中的经典；中原，有它传承的文明之歌；东北，是一片神奇的黑土地；塞外，既有大漠黄沙，又有全球这一纬度上仅有的江南天堂般的草原；青藏高原，那纯粹的阳光伴着圣洁的歌谣，传承到每个到过、期待过它的人的心间；西南，不仅有梦想中的香格里拉，还有许多赛过江南的“珍珠”；两湖山水，自有其人杰地灵的魅力；江南云烟，江南风物，“江南”本身便是标签，便有着毋庸置疑的韵致；海边，自有沙滩、阳光的温暖；而香港、澳门、台湾，让你带着无限的期许与顾盼，一睹那些带着历史的印记却鲜活依然的所在……

不是知道便了解，也未必到过就熟稔。

不过，如果你曾经到过这里，那你可以再多一份晓然；如果你未曾经历，那么这可以是一个向导，一个提点，提点你进入多姿的中国天地。

《走遍中国》，通过这一篇篇汨汨流淌的文字，通过这一张张精心挑选的图片，抵达你向往的内心，让它走向更远！

# 目录

走遍中国  
China Tour



C H I II A

## 京津漫步

朝向最经典的方向 → ... 5

Chapter 01

### 北京 6

故宫 / 6

颐和园 / 10

• 专题:

触摸北京的历史印迹 / 14

国家体育场 / 16

北京的胡同 / 18

### 天津 20

海河 / 20

大沽炮台 / 22

### 山西 44

五台山 / 44

平遥古城 / 46

• 专题: “大院”拾零 / 48

壶口瀑布 / 50

### 陕西 52

华山 / 52

西安 / 54

秦始皇陵兵马俑 / 56

## 中原巡礼

寻一曲, 流转不息的华夏之歌 → ... 23

Chapter 02

### 山东 24

泰山 / 24

曲阜孔庙 / 26

• 专题:

避暑胜地话山东 / 28

### 河北 30

白洋淀 / 30

坝上草原 / 32

承德避暑山庄 / 35

### 河南 38

龙门石窟 / 38

少林寺 / 40

• 专题:

千年韶华——河南的古都 / 42

Chapter 03

### 辽宁 60

大连 / 60

沈阳故宫 / 62

### 吉林 64

长白山天池 / 64

### 黑龙江 66

大兴安岭 / 66

哈尔滨 / 68

漠河 / 70

## 塞外风光

长风万里且放歌 → ... 71

Chapter 04

### 内蒙古 72

呼伦贝尔草原 / 72

额济纳 / 74

巴丹吉林沙漠 / 77





## 西南典藏

下一站，天堂 →... 111

### Chapter 06

#### 四川 112

九寨沟 / 112  
稻城亚丁 / 116  
海螺沟 / 120  
峨眉山 / 122

#### 重庆 124

小寨天坑 / 124  
长江三峡 / 126

#### 云南 128

香格里拉 / 128  
丽江 / 132  
大理 / 134  
石林 / 136  
西双版纳 / 138

#### 贵州 140

黄果树瀑布 / 140  
梵净山 / 142

#### 广西 144

漓江 / 144  
• 专题：桂林山水甲天下 / 146  
大圩 / 148

#### 甘肃 80

敦煌莫高窟 / 80  
鸣沙山与月牙泉 / 82

#### 宁夏 84

贺兰山 / 84

#### 新疆 86

塔克拉玛干大沙漠 / 86  
白哈巴 / 90  
喀纳斯湖 / 93  
巴音布鲁克草原 / 96

## 青藏高原之旅

迎接最纯粹的阳光 →... 99

### Chapter 05

#### 青海 100

可可西里 / 100  
青海湖 / 102

#### 西藏 104

珠穆朗玛峰 / 104  
雅鲁藏布大峡谷 / 106  
拉萨 / 108  
纳木错 / 110



## 两湖山水

展开最美的水墨长卷 → ... 149

### Chapter 07

#### 湖北 150

神农架 / 150  
武当山 / 152  
黄鹤楼 / 154

#### 湖南 156

洞庭湖 / 156  
张家界 / 158  
凤凰古城 / 160  
德夯 / 162

## 东南沿海行

伴着海风去呼吸 → ... 195

### Chapter 09

#### 福建 196

武夷山 / 196  
鼓浪屿 / 198

#### 广东 200

丹霞山 / 200  
广州 / 202

#### 海南 204

亚龙湾 / 204  
三亚 / 206

## 烟波江南

与时光一起，在此终老 → ... 163

### Chapter 08

#### 江苏 164

太湖 / 164  
苏州园林 / 166  
扬州 / 168  
● 专题：水乡的小镇 / 170

#### 上海 172

夜上海 / 172  
豫园 / 174

#### 浙江 176

普陀山 / 176  
西湖 / 178  
● 专题：钱塘自古繁华——杭州 / 180  
嘉兴 / 182

#### 安徽 184

黄山 / 184  
九华山 / 187  
西递与宏村 / 188

#### 江西 190

庐山 / 190  
婺源 / 192

## 港澳台之旅

加入，这场永不落幕的繁华 → ... 207

### Chapter 10

#### 香港 208

香港岛 / 208

#### 澳门 210

大三巴牌坊 / 210

#### 台湾 212

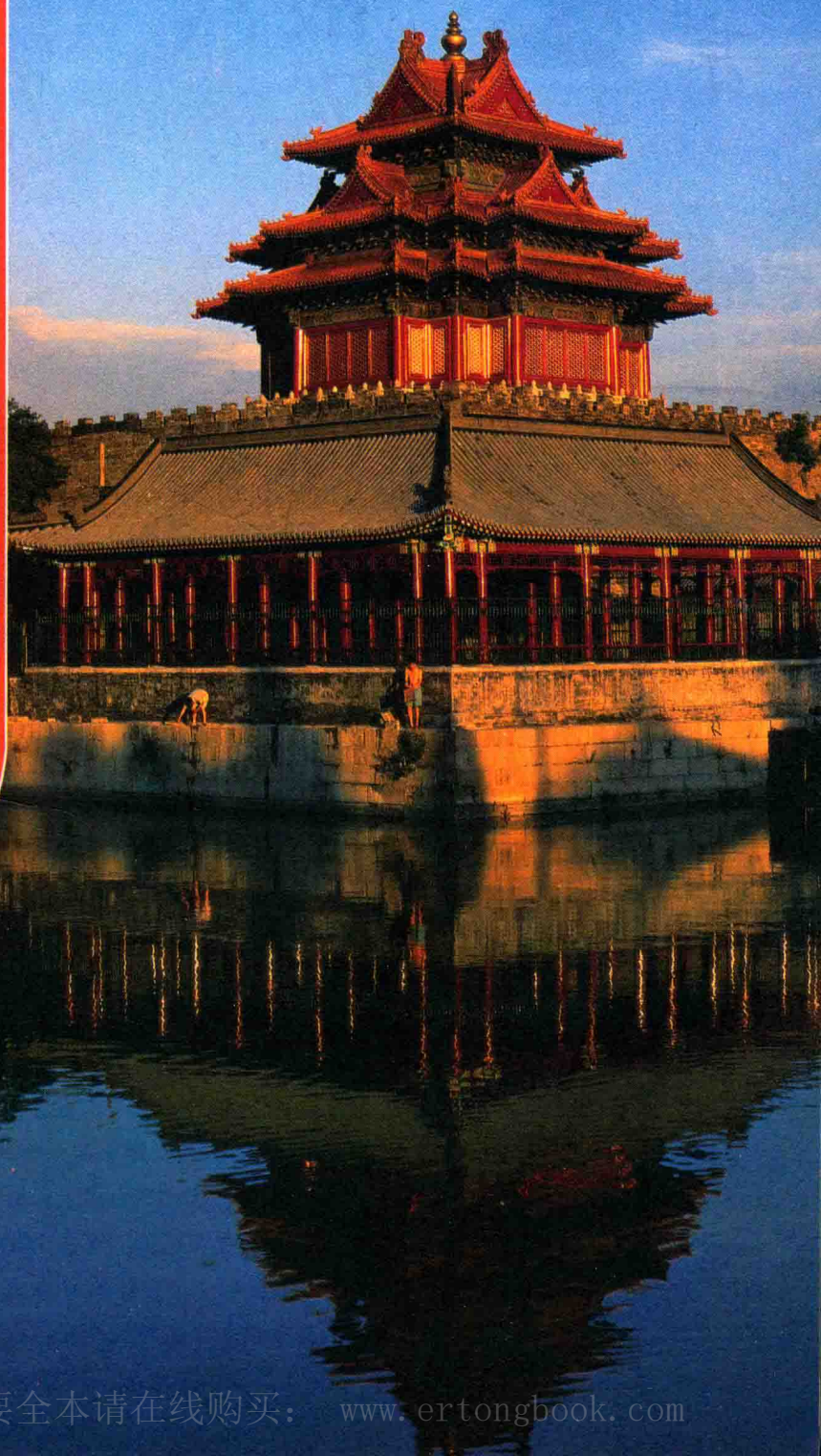
台北 / 212  
日月潭 / 214  
阿里山 / 217  
野柳 / 220



Chapter 01

· 朝向最经典的方向

# 京津漫步



## 北京



Beijing · 觅古寻今路

当北京的阳光恣意倾斜在每个角落，那点点斑驳似乎淡忘了凝重的往昔，曾经那般深刻，如今终抵不过时间的轮回。轻轻地走着，轻轻地抚摸，古老京城的片片印记在视野中逐渐模糊，以为遗忘了的，却突然变得历历在目。蓦然发现，那行走在时光中的历史，依然古韵十足。

## 故宫

## The Imperial Palace

君 临 天 下

紫禁城曾经的辉煌已与那段历史时光一同远去了，可每当我们驻足在那座古老的宫殿前，依然会对她肃然起敬，也许是因为，如果抛开她所承载的时光，我们的今天，也便无从谈起。

**君**临天下，一种至高无上的权力。然而将斑驳的历史放大，也许就在某个不为人知的瞬间，细节之处的一片枯叶突然抖落，一种莫名的情愫涌上心头。除了淡淡的哀伤，还有对于过去的思索。过去，“故”去，留得一片红墙垒砌的城池，在人们的记忆中。

故宫，又称紫禁城，是明清两代的皇宫，堪称当今世界上无与伦比的建筑杰作，比起法国的凡尔赛宫、英国的白金汉宫、美国的白宫以及俄罗斯的克里姆林宫更胜一筹，被荣耀地尊封为“世界五大宫之首”。

很多人慕名来到故宫，就是为了欣赏中国古代建筑的辉煌与帝王的奢华。故宫始建于公元1406年，1420年竣工。这片堪称世界最宏伟的宫殿建筑群，南北长961米，东西宽753米，建筑面积有15.5万平方米，内有大小院落90多座，房屋980间。上等木材、琉璃瓦顶、青白石座与各种金碧辉煌的彩画交相辉映，尽显出故宫的富贵荣华。

故宫很大，在游览之初，它的庞大往往超出人们的



❖ 12米高、3400米长的官墙将宫殿与护城河隔开。俯视故宫，52米宽的护城河就像一条蛟龙，静卧在宫殿门外，静静地守护着整座宫殿。

想象。午门、东华门、西华门、神武门分守故宫东南西北四个方向，与神武门相对的，是用土、石筑成的公园——景山公园，里面种满松柏，象征着万古长青。

以乾清门为界，在故宫内部，“外朝”与“内廷”两部分的建筑风格迥然不同。外朝以太和殿、中和殿、保和殿为中心，是皇帝举行朝会的地方，也称“前朝”；内廷以乾清宫、交泰殿、坤宁宫为中心，是皇帝与后妃的住所。

太和殿俗称“金銮殿”，在这个高26.92米、东西63米、南北35米、贯穿72根1米长的柱子的宝殿上，依稀能看到当时举行大典的场景。造型精致的鹤、炉、鼎，雕刻精细的屏风与整个大殿相互映衬，显得庄严而又绚丽。太和殿，跨过那道门檻，眼前便是大好的锦绣前程。古往今来，太多的人走上仕

❖ 昔人已去，日晷却依旧行使着自己的职责。





❖ 故宫典雅大气，几百年来经历着时代变更，宫殿本身依然映衬蓝天。

途——这条功成名就的道路。于是，一个又一个年轻有为的青年不远万里进京赶考，为的是“独上高楼，望尽天涯路”后的豁然开朗。

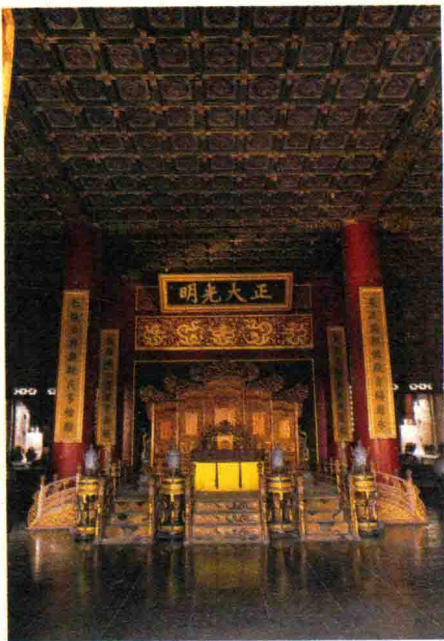
想象中的御花园，也许是姹紫嫣红，莺歌燕舞。可是跨入御花园才发现，满庭满院，处处是嶙峋的松柏和芬芳的芍药。或许，那曾代表一种单纯的寄托，在帝王的眉宇间，也流露出对于方古长青的盼念。松树，故宫中满眼苍劲的、四季常青的松。渴望永生、渴望长生不老、渴望益寿延年。一句“流水落花春去也，天上人间”似乎在不经意间便道出生命的真谛。而面前如此的恢宏气势，如此震慑人心。

走出神武门，登上景山，紫禁城的恢宏之气尽收眼底。一直以来，景山不仅闻名于滋养人心的地气，更闻名于它的三季花团锦簇，四季松柏常青。乾隆年间修筑的绮望楼，依山之势修建的五方佛亭，至今为人们所流连。那国色天香的牡丹在景山艳丽盛放，尊贵雍容的典雅瞬间便沐浴满园。一座人工修筑的皇家园林，就在这个偌大的京城低调地安享天年。每次途经崇祯帝自缢的古槐下，每次看着写满文字的石碑，都会不禁慨叹。

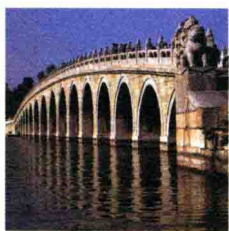


走出景山，看到护城河边石砖缝隙中钻出的嫩绿色小草，正在以顽强的姿态奋力生长着。心情突然觉得宽慰。这幸运的植物，天生便成长在充满帝王之气的紫禁城边，淡淡的绿色，洋溢着生命的色彩。夕阳西下，小草摇曳的腰身与紫禁城中斑驳的红墙、暗黄的琉璃一起，凝成一道别具韵味的风景。

而故宫中的坤宁宫在故宫内廷最后，是明朝的皇后寝宫，两头有暖阁，清代改为祭神场所。其中东暖阁为皇帝大婚的洞房，康熙、同治、光绪，均在此举行婚礼。

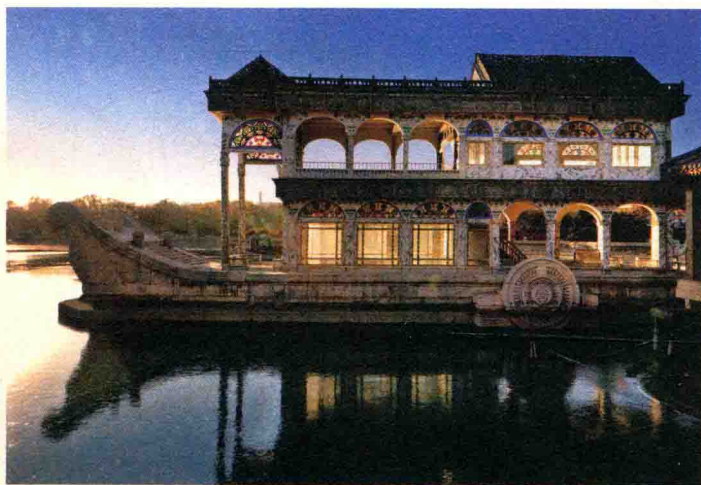


◆ 乾清宫



◆ 十七孔桥

◆ 清晏舫长36米，上下两层均用大理石雕刻堆砌，船顶为砖雕装饰，窗户为彩色玻璃，船底为花砖铺地，精雕细琢之技艺可见一斑。下雨时，船身的四个龙头会自动将雨水排入湖中，设计异常巧妙。



# 颐和园

## The Summer Palace

古 韵 清 风 拂 碧 波

古老的京城，斑驳的红墙，嶙峋的山园……任时光荏苒，这注定是一座古朴悠然中被满腹沧桑浸染的城市，却在前行的途中，愈加容光焕发。道路两旁的月季娇艳地盛开，园中的牡丹优雅舒展，一座座皇家园林，在太平盛世中，更显出无穷无尽的韵味。

**颐**和园，山清水幽，景色秀丽。它坐落在北京城的西北郊，因为京城的地势自北向南倾斜，因而成为名副其实的“风水宝地”，自古以来，这片土地集帝王将相万千宠爱于一身。1764年，时值中国最后一个封建盛世——康乾盛世，颐和园始建成。它原名清漪园，最初只是帝后宫妃们休闲避暑的场所。雍正帝继位后，长期居住在西郊园林中，连同政务、

读书、游乐一并在内进行，如此，这里逐渐成了政治和娱乐的双重中心。“颐和”的本意源自“颐养太和”。1860年，颐和园在第二次鸦片战争中被英法联军烧毁。1886年，清政府挪用军饷对其重修，并改名为颐和园，作为慈禧太后晚年的颐养之地。



除了紫禁城，这里是晚清统治者最重要的政治和外交活动中心，更是中国近代史的重要见证。

颐和园占地约308公顷，利用昆明湖、万寿山为基址，以杭州西湖风景为蓝本，汲取江南园林的设计手法和意境而建，是一座大型天然山水园，也是迄今为止保存得最为完整的皇家行宫御苑。

“虽由人作，宛自天开。”在造园艺术中，颐和园无愧于其“皇家园林博物馆”的美名，集万家之大成，尽显皇家园林的恢宏富丽，同时充满了和谐自然的盎然生趣。亭台、长廊、殿堂、庙宇和小桥等诸多人工景观与周围的自然山峦、粼粼湖面交相辉映，颐和园在中外园林艺术史上占有显著地位，自然在人们的意料之中。

规模宏大，是颐和园景区的第一大特色。在由万寿山和昆明湖两部分组成的景区中，水的面积便占到3/4。园内以佛香阁为中心，共有景点建筑百余座，院落20余处。佛香阁、长廊、石舫、苏州街、十七孔桥、谐趣园、大戏台等，都是后人游览时必须观的景点，可谓世界建筑文化中的珍品。

未进颐和园，就已经被它雄伟的气势所感染。大门两侧傲然伫立的两座狮子，公狮右爪握球，象征一统江山；母狮左爪扶幼，象征母仪天下。走入大门是一对猪猴石；走进第二道大



❖ 颐和园中，有很多地方是依照江南景观而建，而这座拱桥，却有着皇家古典气质。

❖ 万寿山下是长廊，长廊边上则是一波静默湖水。

