

解读新疆·深度行走

XINJIANG TRAVELLING HANDBOOK

新疆全攻略

丁燕 编著

BOOK

广东旅游出版社
GUANGDONG TRAVEL AND TOURISM PRESS

XINJIANG
TRAVELLING HANDBOOK

新疆全攻略

丁燕 编著

阅读—行走—自助
为读者量身打造的旅游全攻略图书



BOOK
廣東旅遊出版社
GUANGDONG TRAVEL AND TOURISM PRESS

图书在版编目(CIP)数据

新疆全攻略 / 丁燕编著. — 广州: 广东旅游出版社, 2007. 6

ISBN 978-7-80653-878-4

I. 新… II. 丁… III. 旅游指南—新疆

IV. K928.945

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 064920 号

摄影作者: 丁 燕、龙建强、韩连赞、张 帆、红 袖、谭祎波
艾尼瓦尔、王 昆、韩树恒、曹凤英、钟辉宇

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路 30 号之一 邮编: 510600)

深圳市普加彩印务有限公司印刷

(深圳市创艺路亿康工业园 B 座)

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

邮购地址: 广州市中山一路 30 号之一

联系电话: 020-87347994 邮编: 510600

965×1160 毫米 32 开 9.5 印张 184 千字

2007 年第 1 版第 1 次印刷

印数: 1-7000 册

定价: 30.00 元

[版权所有 侵权必究]

本书如有错页倒装等质量问题, 请直接与印刷厂联系换书。



丁燕

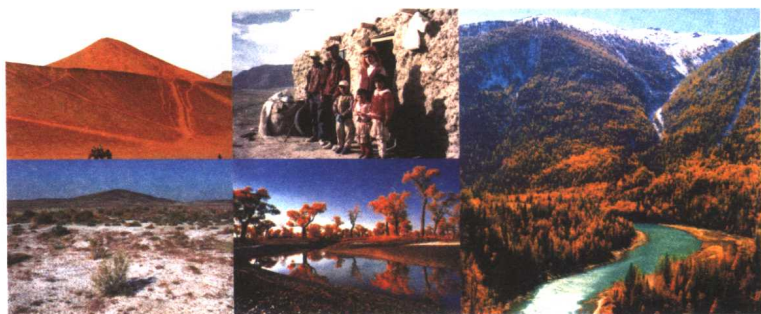
20世纪70年代出生于新疆哈密，毕业于中国人民大学新闻学院，后读中国古代文学研究生。创作百首葡萄组诗，被誉为“葡萄诗人”。热爱行走、写作、摄影，曾走遍新疆大地所有县、市，致力于王洛宾音乐文化研究。现任“丁燕文字工作室”室主，居乌鲁木齐葡萄山庄。

电子邮箱：dingyan0926@163.com

作品：

- 1.《饥饿是一块飞翔的石头》
(随笔，2000年，作家出版社)
- 2.《午夜葡萄园》
(诗集，2004年，新疆电子出版社)
- 3.《木兰》
(长篇小说，2005年，花城出版社)
- 4.《和生命约会40周》
(随笔，2006年，湖南文艺出版社)
- 5.《新疆》
(人文地理，2007年，中国旅游出版社)
- 6.《生命中第一个365天》
(随笔，2007年，浙江少年儿童出版社)
- 7.《新疆喀纳斯》
(VCD风光片，2007年，德威龙音像公司出品)

CONTENTS



1 引言：从西域到新疆

5 新疆 20 个必看景点

新疆旅游线路推荐

- 20 新疆旅游景点图
- 21 新疆常规旅游线路
- 22 新疆旅游线路分类游
- 36 新疆户外摄影路线
- 39 新疆非常规旅游线路

解读新疆

- 48 新疆大地
- 51 黄金季节
- 52 新疆动物
- 54 新疆植物
- 55 张骞、玄奘、左宗棠
- 56 斯文·赫定与楼兰
- 57 斯坦因与尼雅
- 60 “西部歌王”王洛宾
- 61 可克达拉의《草原之夜》

- 63 音乐之母：“十二木卡姆”

- 65 高昌与交河
- 66 和田玉暖
- 67 天南地北新疆人
- 70 新疆人的节日
- 70 新疆人的刀
- 72 新疆歌舞
- 74 快乐的维吾尔族人
- 76 风一样的哈萨克族人
- 80 吃在新疆
- 83 在新疆吃馕
- 85 新疆大盘鸡
- 87 吐鲁番的葡萄熟了
- 88 穿在新疆
- 92 住在新疆
- 93 行在新疆

准备出发

- 96 如何装备
- 97 何时出行
- 98 资金预算

东疆游

100 哈密：阳光小城

- 105 哈密王陵
- 106 哈密王府
- 106 盖斯墓
- 106 哈密博物馆
- 107 哈密魔鬼城
- 108 白杨沟佛寺遗址
- 109 蒸汽火车
- 109 卡尔塔里
- 110 西路军进疆纪念馆
- 110 五堡古墓群
- 110 拉甫乔克故城
- 111 庙儿沟
- 111 边关墩烽燧
- 111 天山庙
- 111 白石头风景区
- 112 鸣沙山
- 113 松树塘
- 113 巴里坤古城
- 113 大河唐城
- 114 巴里坤湖
- 114 怪石山
- 115 寒气沟
- 115 八大石
- 115 焕彩沟汉碑
- 115 黑沟

117 吐鲁番：火洲

- 121 柏孜克里克千佛洞
- 121 交河故城
- 122 高昌故城
- 123 苏公塔
- 124 火焰山
- 125 艾丁湖
- 125 吐峪沟
- 126 坎儿井
- 127 吐鲁番博物馆
- 127 阿斯塔那古墓群
- 128 葡萄沟风景区
- 129 沙山公园

131 乌鲁木齐：亚洲中心

- 142 大十字
- 142 二道桥市场

- 142 国际大巴扎
- 143 新疆民街
- 143 新疆博物馆
- 143 红山公园
- 145 人民公园
- 146 儿童公园
- 147 水磨沟风景区
- 147 八楼
- 148 大西门
- 148 西大桥
- 149 新疆天山野生动物园
- 149 水上乐园
- 149 汗腾格里清真寺
- 149 天山天池
- 151 南山风景区
- 152 达坂城
- 154 1号冰川
- 154 亚洲地理中心
- 154 乌拉泊古城

北疆游

157 昌吉：昌盛吉祥

- 161 五彩湾
- 161 北庭故城遗址
- 161 硅化木群和古生物化石
- 162 卡拉麦里自然保护区
- 162 康家石门子岩画
- 162 北塔山原始胡杨林
- 163 杜氏旅游度假区
- 163 庙尔沟
- 163 将军戈壁风景区
- 163 西大寺

165 伊犁：塞外江南

- 169 伊犁河
- 170 巩乃斯草原
- 171 那拉提草原
- 171 唐布拉草原
- 171 大小莫乎尔
- 172 库尔德宁
- 172 乾隆格登碑
- 172 果子沟
- 172 秃黑鲁克铁木尔汗麻扎
- 173 靖远寺
- 173 惠远城
- 174 将军府遗址

- 174 霍尔果斯口岸
- 174 草原石人
- 175 圣佑庙
- 175 林则徐纪念馆
- 176 夏塔古道
- 176 特克斯八卦城
- 177 阿力麻里
- 177 乌孙山
- 177 洪纳海麻扎
- 178 海努克古城
- 178 察布查尔
- 178 金顶寺

180 博州：蒙古族风情

- 184 赛里木湖
- 185 怪石峪
- 185 艾比湖
- 186 阿拉山口
- 186 天泉
- 188 母亲石
- 188 新疆北鲛馆
- 189 阿尔夏提风景区

189 塔城：准噶尔门户

- 193 巴克图口岸
- 193 伟人山
- 193 玛依塔斯
- 193 铁厂沟石刻
- 194 石刻突厥石人像
- 194 热水泉子
- 194 鹿角湾
- 194 松树沟
- 194 九莲泉
- 195 绿坪
- 195 快活林
- 195 泥火山
- 196 瀚海柳浪风景区
- 196 巴尔达库尔岩画群
- 196 小白杨哨所

198 克拉玛依：黑石油

- 201 乌尔禾魔鬼城
- 201 黑油山
- 202 新疆第一浮雕墙
- 202 克拉玛依1号井

- 203 白杨河大峡谷
- 203 独山子泥火山
- 204 九龙潭
- 204 红山丘
- 204 巴音沟
- 204 阿依库勒景区

204 阿勒泰：金色山水

- 209 喀纳斯景区
- 218 额尔齐斯河
- 218 三道海子与石堆墓
- 220 桦林公园
- 221 吉木乃口岸
- 221 木斯岛雪山
- 221 乌拉斯特河谷
- 221 乌伦古湖
- 221 蝴蝶沟
- 222 阿拉善温泉
- 222 富蕴县地震断裂带
- 222 富蕴县大东沟
- 223 五彩城
- 223 白哈巴村
- 224 禾木乡
- 224 切木尔切克古墓
- 225 阿克吐别克五彩河岸
- 226 白沙湖
- 226 布尔根河狸自然保护区

南疆游

228 巴州：华夏第一州

- 234 孔雀河
- 234 铁门关
- 234 巴州博物馆
- 235 加曼大清真寺
- 235 沙伊东香梨园
- 235 博格达沁古城
- 236 七个星千佛洞
- 236 巴音布鲁克草原
- 237 巴轮台黄庙
- 238 采利勒克遗址
- 238 且末岩画
- 238 营盘故城
- 239 木孜塔格峰
- 239 博斯腾湖
- 240 莲花湖

- 240 金沙滩旅游度假区
- 240 塔克拉玛干沙漠
- 241 轮台沙漠胡杨林公园
- 241 罗布人村寨
- 242 罗布泊
- 243 楼兰遗址
- 244 米兰遗址
- 245 奎克乌苏石林
- 246 阿尔金山

248 阿克苏：白水之城

- 251 克孜尔千佛洞
- 252 鸠摩罗什
- 253 苏巴什佛寺
- 253 森木塞姆千佛洞
- 253 库木吐拉千佛洞
- 254 库车大寺
- 254 库车王府
- 254 库车大巴扎
- 255 龟兹都城遗址
- 255 克孜尔尕哈烽燧
- 255 默拉纳额什丁麻扎
- 255 天山神秘大峡谷
- 256 盐水沟
- 257 大、小龙池
- 257 天山神木园
- 258 乌什喀特古城
- 259 通古斯巴什古城
- 259 埃格麦里央达古城
- 259 铁热克温泉
- 259 乌什燕泉公园
- 259 托木尔峰
- 260 塔里木河

260 喀什：名副其实的城市

- 267 艾提尕尔清真寺
- 268 喀什大巴扎
- 269 香妃墓
- 270 玉素甫·哈斯·哈吉甫墓
- 270 喀什老城
- 272 伯什克拉木果园
- 272 穆罕穆德·喀什噶里墓
- 272 阿曼尼莎汗纪念陵
- 272 奥达木麻扎
- 273 莫尔佛塔
- 273 三仙洞

- 273 苏里唐麻扎
- 273 奥依塔克风景区
- 274 喀拉库勒湖
- 275 慕士塔格峰
- 275 公格尔峰和公格尔九别峰
- 275 玉其塔什
- 276 石头城
- 278 红其拉甫口岸
- 278 公主堡

279 和田：最远的地方

- 285 和田大巴扎
- 286 核桃树王
- 287 无花果树王
- 287 葡萄树王
- 287 梧桐树王
- 287 丹丹乌里克遗址
- 288 英尔力克沙漠
- 288 赞木庙遗址
- 288 约特干遗址
- 289 阿拉勒巴格佛寺
- 289 买力克阿瓦提故城
- 289 桑林岩画
- 289 慕士山
- 290 尼雅遗址
- 290 达里雅博依
- 291 阿其克库勒火山景区
- 291 克里雅人村
- 292 喀拉墩古城
- 292 渔湖
- 293 热瓦克佛寺遗址
- 293 雅通古孜维吾尔族村落
- 293 安迪尔古城

294 附录

296 后记



引言：从西域到新疆

一说起西域，人们就会想到亚洲腹地、丝绸之路、西域三十六国，还会想到草原、绿洲、雪山、沙漠，想到葡萄、玫瑰、石榴、无花果……西域从古至今都是一个充满了神奇幻想的地方，是一个分外遥远的词语。那一片西北地方总是蒙着一层面纱，可以想象但却不能轻易抵达。

“西域”一词最早出现在中国史籍上是在汉代，也即张骞“凿空”西域之后。作为一个地理概念，西域泛指玉门关、阳关以西的广大地区。

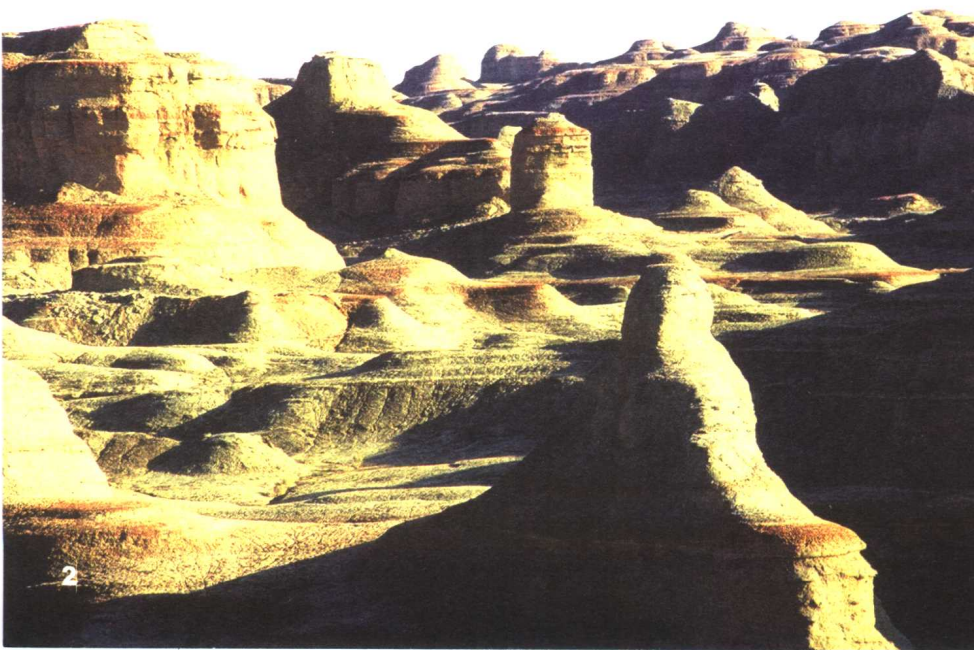
既然新疆自古被称作“西域”，那么“新疆”之名又是怎么得来的呢？这与清政府的平叛活动有关。17世纪末，准噶尔首领噶尔丹在沙皇俄国的拉拢煽诱下发动叛乱。1690年，噶尔丹派兵自内蒙古南下，直接进攻清朝中央政府。清廷决定出兵平定噶尔丹的分裂叛乱活动。历经康熙、雍正、乾隆三世反复、艰苦的征讨，于乾隆时期宣告平叛成功。乾隆把从前属于清朝，后来发生叛乱，经他在位时平定的地区一律命名为“新疆”，意为“故土新归”，后来终以“新疆”取代了西域旧称。

“没到过新疆，不知道中国有多大。”作为中国面积最大的省区，新疆所拥有的，是“有容乃大”的气魄。在这里，自然和人心都被开阔的空间放大了，面对着那些大山、大漠、大河、大谷……心胸宽广的新疆人不仅有北方人的骁勇，还有南方人的温柔；不仅容纳了农耕文化中守土为业的坚韧，更接纳了游牧文化中逐水草而栖的开拓。

“没到过新疆，不知道中国有多大。”

走在新疆大地上，你会发现许多自己根本不知道的事情——人们穿着他们自己喜欢的民族服装，过着他们的民族节日，用他们自己的生活方式来打发时日……这种“独特性”让新疆成了一个拥有秘密心跳的地方。这里的人们仿佛过着一种人类童年时期的生活，史诗依旧流传在马背上那些牧民的血液中。当工业化的浪潮让世界变得整齐划一时，这里的人们依旧那么简单明亮，质朴纯真。

在地球的另一端，大洋彼岸的美国西部正好和新疆处于同一纬度，甚至地质成因都有惊人的相似之处。当摄影家把美国西部那些人迹罕至的大地原野变成了凝固的瞬间时，人们惊呼大地是如此之美，有无法用语言表达的惊奇。美国人认为西部是上帝送给美国人民的礼物，由此推动了国家公园的建立和自然环境生态的保护。



作为中国面积最大的省区，新疆所拥有的，是
“有容乃大”的气魄。

新疆同样是一块举世无双的珍宝。在这块巨大的西部疆域上，有高入云端的冰峰雪岭，有号称生命禁区、死亡之海的浩瀚大漠，有似脱缰野马奔腾涌流的长河，有烟波浩渺的绿洲和湖泊，还有丰富的地下宝藏。

走在新疆大地上，人们会感受到一种特别的震撼：在这里，自然界几乎是“裸体”的！新疆没有人为的装饰，没有草木遮掩，一切都是大地的本色。“反差”让新疆大地无处不存在一种戏剧性的变化。从低于海平面155米的吐鲁番艾丁湖洼地到海拔8611米的世界第二高峰乔戈里峰，从千年巨风吹成的雅丹地貌到伊犁河谷宁静富饶的田园风光……高耸与低洼并置，粗犷与秀美共存，远古洪荒与盈盈生机同在。

很多人来到新疆后，总感觉新疆的地名有点怪，什么星星峡、一碗泉、三间房、四棵树、鄯善、乌鲁木齐、塔克拉玛干等。其实，这些听起来奇特的地名，个个都有来由。

张骞通西域时，这里存在着“西域三十六国”。每个“国”实际上只是一块或者几块的绿洲和草原构成的地方政权，由王室贵族主宰。西域





三十六国的名称，在我国史籍《史记》、《汉书》中都有记载。现在，南疆的焉耆、轮台、若羌、且末、尉犁、疏勒、莎车、温宿、皮山等县的名称就是沿用汉代那些“城郭诸国”的国名。

新疆是个多民族聚居地，各民族的祖先都给他们居住的地方起过名字，所以新疆许多地名用的都是少数民族语音，包含着特定的意义。例如，塔里木盆地、塔里木河、塔克拉玛干沙漠，地名用的都是维吾尔语；“喀什噶尔”（即喀什）也是古维吾尔语，意思是“多颜色的砖房”。同样，在维吾尔语中，地名“阿克苏”的意思是白水河，“克孜勒苏”是红水河……元代，成吉思汗的后裔蒙古人统治过新疆的许多地方，这些地方后来都出现了蒙古语的地名。像“博尔塔拉”、“巴音郭楞”两个地名，蒙古语的意思分别为“银色的草原”和“富饶的河流”。“乌鲁木齐”一名据说来自蒙古准噶尔语，意为“美丽的牧场”。著名旅游胜地“喀纳斯”，也是蒙古语，意为“美丽富饶而神秘”。

揭开中国茫茫版图，新疆恰似一片舒展的叶片飘然其上。很少有地方能被称作“大地”，而新疆，却是一片当之无愧的大地。

新疆 20 个必看景点

↓ 交河故城

古老的城墙，久远的历史。为什么风沙吹拂了千年，却依旧没有带走古代西域人生活的印记？难道就是为了等你来探寻这片干燥城墙的秘密？面对这伟岸的城池，可以遥想当年西域曾有过的辉煌！

P.121





→ 克孜尔千佛洞

西域大地虽广阔寂寥，但西域人的内心却充满了信仰的力量。且看那凿在山崖上的一个个洞窟，都是人们在呼唤心中的佛陀。虽然有些洞窟现在已没有了塑像，但那些精美的壁画却依旧能够彰显当年的盛况！

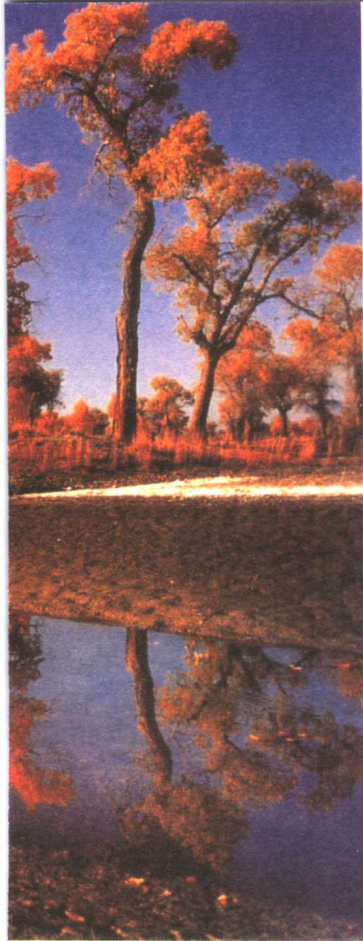
P.251



← 轮台胡杨林

胡杨树在秋天时叶子金黄，映衬得天空越发幽蓝。胡杨有一种旺盛的生命力：展开自己庞大的根系汲取水分，倔强地生长在险恶的自然环境之中。

P.241



P.257

← 天山神木园

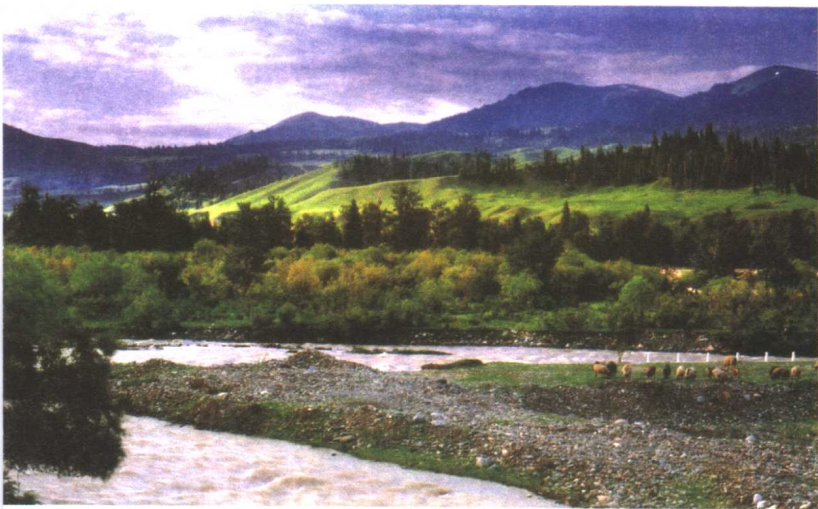
地里长出些树，原本没什么稀奇，然而周围都是戈壁沙漠，单单这块地方有几眼泉，有一片林，棵棵树龄都在百年之上，且树形千奇百怪，着实有看头！



↓ 那拉提草原

到处都有草原，到处都有牧歌，然而没有一个地方可以和那拉提相比。那美丽的草原之夜，并不遥远。在夏天任何一个夜晚来到那拉提，都将是你不能忘怀的“草原之夜”。

P.171



↓ 五彩湾

当《卧虎藏龙》中的章子怡出现在五彩湾时，人人都会为那美丽的色彩而惊叹。这里是滋生狂野恋情的地方，那山上燃烧的五色云彩，是大自然在为爱而喝彩！





↑ 赛里木湖

P.184

它是蓝色的，它是温柔的，它是纯净的，没有看到赛里木湖的人，无缘和仙女的眼睛对视。它是女性的，它是阴柔的，它的力量全都藏在那一汪沉默的温情中。

P.161

