

WILD CHINA

FROM MAGIC PLATEAU TO THE PLACE OF
A BLIZZARD BEYOND THE GREAT WALL

林乐乐
著

美丽中国

从神奇高原到风雪塞外

第30届艾美奖新闻
与纪录片大奖最佳自
然历史纪录片摄影奖
、最佳剪辑奖和最佳
音乐与音效奖

纪录片《美丽中国》同步作品

中国中央电视台 CCTV
英国广播公司 BBC

联袂巨制

北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

WILD CHINA

FROM MAGIC PLATEAU TO THE PLACE OF
A BLIZZARD BEYOND THE GREAT WALL

美丽中国

从神奇高原到风雪塞外

林乐乐

著

 北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

美丽中国. 从神奇高原到风雪塞外 / 林乐乐著. — 北京: 北京理工大学出版社, 2019.3

(美丽中国三部曲)

ISBN 978-7-5682-6590-4

I. ①美… II. ①林… III. ①中国—概况—通俗读物 IV. ①K92-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第001372号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街5号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京彩和坊印刷有限公司

开 本 / 889 毫米 × 1194 毫米 1/16

印 张 / 13.75

字 数 / 288 千字

版 次 / 2019 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

定 价 / 118.00 元

责任编辑: 陈 玉

文案编辑: 陈 玉

责任校对: 周瑞红

责任印制: 李志强







目录 contents

第一章 神奇高原

1

青藏高原，一片静谧而又神秘的土地，其独特的地形和气候，孕育了一个独一无二的生物区系，
这里绝非什么不毛之地，而是一片生命的乐土……



第二章 风雪塞外

98

严酷的自然气候条件，使塞外之地与江南水乡气质迥异，然而粗犷豪放的自然环境并没有使这里黯淡无光，反而孕育出了多姿多彩的生命华章……

A full-page background image showing a majestic mountain range with sharp, rocky peaks. The mountains are partially covered in green vegetation. A calm lake in the foreground perfectly reflects the mountains and the sky above. The sky is a deep blue, filled with scattered, bright white clouds. The overall scene is serene and awe-inspiring, capturing the beauty of a high-altitude environment.

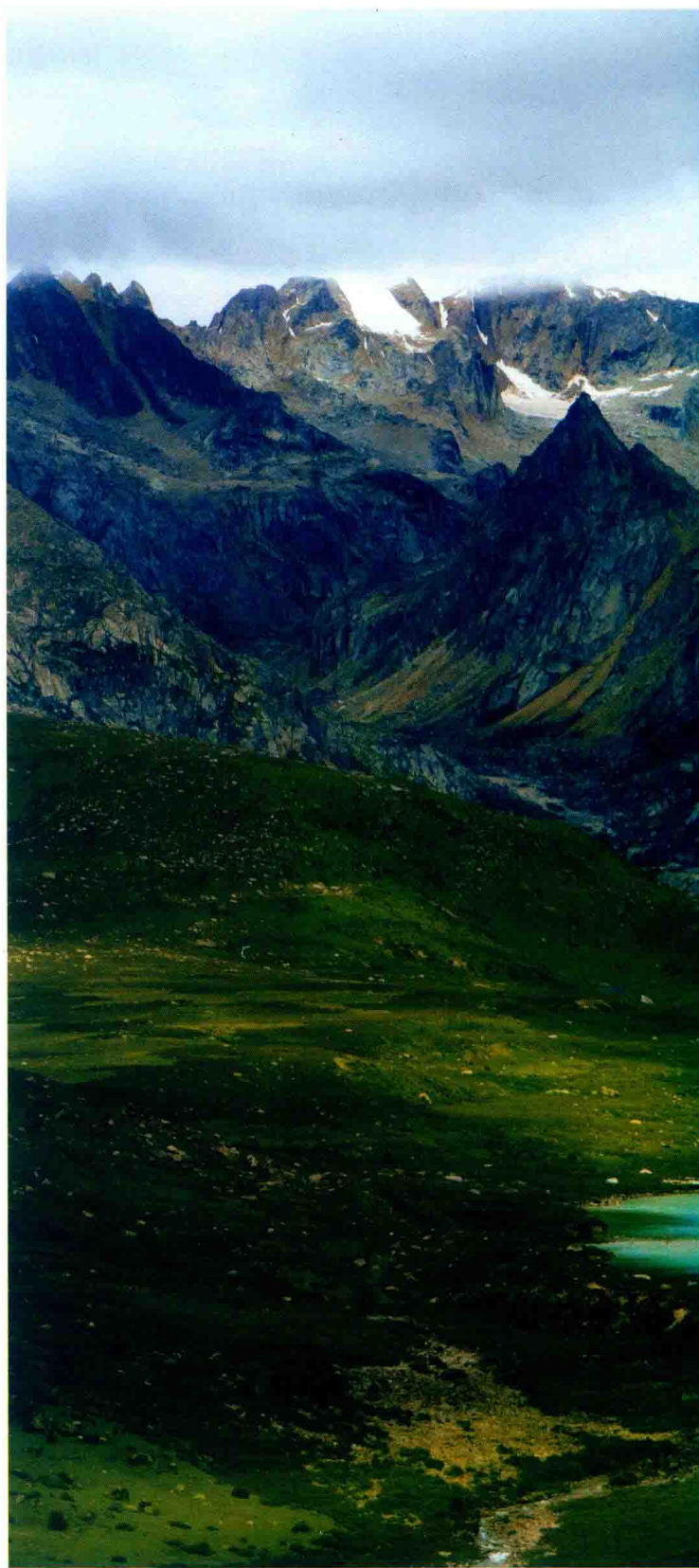
第一章
神奇高原

青藏高原，一片静谧而又神秘的土地，面积约250万平方千米，平均海拔在4000米以上，被称为世界屋脊。这片高原占据了我国四分之一的国土面积，南起世界上最雄伟的山脉——喜马拉雅山脉，北至昆仑山、阿尔金山、祁连山一线，西接帕米尔高原，东与秦岭、黄土高原相邻。青藏高原的名字透露出来，西藏和青海占据了整个高原的大部分面积，除此之外，四川、云南、甘肃、新疆的一部分也包括其中，并向南向西延伸到不丹、尼泊尔、印度、巴基斯坦、阿富汗、塔吉克斯坦、吉尔吉斯斯坦各国。

提起青藏高原，也许人们最先想到的是高原腹地猛烈的风雪、恶劣的气候、稀薄的空气、强劲的紫外线，然而事实上青藏高原是一个比想象中更加丰富多彩的地域。这里既有山地高原，也有河谷湖盆；既有终年积雪的冰峰、辽阔的永久冻土，也有气候湿热的热带、亚热带河谷；既有草地和荒漠，也有湿地和森林。青藏高原独特的地形和气候，孕育了一个独一无二的生物区系。这里绝非什么不毛之地，而是一片生命的乐土，这里拥有众多青藏高原特有的物种，这里的大型野生动物，远比中国其他任何一个地区都要多。

今天，青藏高原依然保持着自己独有的特殊风情。正是这一古老的风情，在这片纯净的天地间，孕育着地球上最具生态意识的文化。这里的人们一直保持着与周围的环境、动物以及植物和谐相处的传统，正是这种特殊的人文情怀，保护着青藏高原脆弱的生态环境。接下

右图：青藏高原，一片静谧而又神秘的土地。





来我们将和您一起去探寻这片野性与文化完美融合的神秘土地，揭示这一切对于我们这个星球具有的极其重要的意义。

盘羊

入冬的青藏高原，温度很快会下降到 -40°C 。这个时候，生活的一切目的都被简化到只要活着。尽管这里的冬天看上去荒凉贫瘠，但在边远地带的一些草场中，你甚至能发现许多在这个季节里很难寻觅到踪迹的稀有动物，比如世界上体型最大的羊——盘羊。

各种各样的羊，在分类学里都属于偶蹄目，

大多数的家畜都是由偶蹄目动物驯化而来的，比如猪、牛、羊、骆驼等。这个目的名字描述了它们共同的特点，偶数的趾。如果您留意这类动物的蹄，会发现它们有两个趾看起来非常明显，这是它们发达的第三趾和第四趾，两个趾几乎差不多大，是支撑身体重量的主力；剩余的趾中，第一趾已经完全消失，第二趾和第五趾也明显退化，小而向后排列。偶蹄目的动物大多都是严格的草食动物（杂食的猪是个例外），它们中的一些有结构复杂的反刍胃，比如牛科的牛、羊、羚羊等，具有十分强大的消化植物性食物的能力。

1273年，当前往中国的意大利旅行家马可波罗穿越帕米尔高原时，他在这里看到了一种

下图：入冬的青藏高原。



“体形巨大的野羊，它们的角可以长达六个手掌的距离”。这种动物被以他的名字命名，被称为马可波罗羊。马可·波罗看到的动物，是盘羊的一个亚种。盘羊生活在亚洲中部的山地环境中，在中国，它们广布于西部的高原山地。在西藏的高原，生活着盘羊的西藏亚种。它们浅褐色的毛皮上，搭配着白色的胸腹和臀部，雄羊的颈部还有白色的鬃，像是围了一条蓬松的围巾。

盘羊是各种羊中体型最大的一种，在盘羊



上图：一只独自活动的雄性盘羊。

众多的亚种中，又以帕米尔高原的马可波罗羊的体型为最。雄性盘羊的体型几乎是雌性的两倍，肩高达到120厘米，体重可达140千克。盘羊最令人印象深刻的，是马可·波罗描述的它们头上“六个手掌”长的巨大羊角。雌性盘羊也有角，但雄性的角更大，更夸张。那些螺旋状的大角形状如盘，可以终生生长，长度和弯曲程度随着生长而增加，有些盘羊的角甚至能环绕360°还有余。羊角的长度是指从角基

部沿着内侧边缘的弯曲量到角尖。盘羊角的最长纪录是1.7米，角基部最粗的地方，周长接近55厘米。羊角上那些深而细的凹槽，就像它们的年轮，通过这些凹槽的数目，能够推测它们的年龄。盘羊是绵羊的野生近亲，它们所在的盘羊属，也被称作绵羊属。家养的雄性绵羊也有螺旋状的角，但远没有盘羊那样威猛。

雄性盘羊的大角是争夺配偶的武器。到冬天交配的季节，雄性盘羊们在一起“角斗”，一番挑衅之后，双方加速奔跑，低下头以角相撞，哐哐的撞击声在山间回荡。大角是公羊赢得交配权的利器，但也会成为它们生活的累赘。头顶沉重的角，让它们在日常有如负重拉练，奔跑速度和攀岩的能力都受到了很大的限制，远不如它们在青藏高原上的邻居——岩羊那样走起来脚下生风，攀登峭壁如履平地。尤其当雄性盘羊步入老年时，大角就成了沉重的负担，它们将被羊角拖累得更加疲弱，再也无法以此为傲。雄性盘羊的角，就像雄性红腹角雉“华而不实”的外表。雄羊的羊角在为博取雌性欢心的无休止的“军备竞赛”中变得越来越夸张，越来越沉重。对于雌性来说，拖着如此沉重的角还能照常生存的雄羊，想必是更强大的，能为它们的后代提供更优秀的基因，后代中的雄羊也会拥有在交配竞争中占尽先机的大角。

盘羊生活在开阔的高山草地，逐水草而居，

后页：盘羊栖息在高山高原地带，厚实的皮毛能抵御冬天的严寒，白色的吻部、四肢和臀斑点缀在褐色的毛皮上。盘羊最令人印象深刻的是它们巨大的羊角，螺旋状的大角形状如盘，有些盘羊的角能环绕360°还有余。





夏季在较高的海拔活动，以草类和地衣为食；冬季迁到低处，它们厚实的毛皮是寒冷冬天的保暖“神器”。盘羊是群居动物，不过除了交配季节，雌性和雄性盘羊不在一起活动：雄性盘羊单独活动，或者结成小群体；雌性盘羊则带着幼崽结成稍大的群体。盘羊时常游走在陡峭的岩石山地，在这样的环境中，它们能得到更好的掩护，不易被狼、雪豹等天敌发现。

冬季的青藏高原寒风凛冽，皑皑白雪覆盖着大地一直伸向天际。岩羊的身影在狂风中缓缓移动，四肢在低垂的阳光下映出细长的线条，螺旋的大角在雪地里画着心形。公羊在风雪中昂首，小羊追随在“母亲”身边，在青藏高原这片残酷的土地上，并不缺少生命的力量和温存。

前页：岩羊比盘羊更轻健，非常善于攀登陡峭的山地，它们的毛色几乎与山地裸岩环境融为一体。

亚洲“水塔”

冬季的高原腹地荒凉严酷，千里之外的拉萨却是繁华热闹。每天，拉萨的寺庙前，都会聚集很多信众，这已经成为这座城市的一道独特风景。西藏有 270 万人口，他们中的大部分都保持着宗教信仰。藏传佛教的文化在精美的寺院、雕刻和画像中被表现得淋漓尽致，而这些信仰，更是与西藏的自然景观密不可分。

西藏南部边界的喜马拉雅山脉，就是这种联系的起点。喜马拉雅山脉，绵延三千多千米，



上图：拉萨的寺庙。

算得上是中国的又一道“长城”。数百座海拔超过七千多米的山峰，以及 13 座海拔超过八千米的山峰，组成了这令世人崇敬的山脉。

另外，青藏高原还分布着三万六千多个

下图：喜马拉雅山脉是一道天然的屏障，横亘在中国的西南边界，有效地防止了外敌的入侵，也许正是像喜马拉雅山脉这样的“天然长城”的存在，才使中国有了相对稳定的环境，能够成为唯一延续至今的古老文明。图中的画面，是人类第一次航拍喜马拉雅山脉，BBC《美丽中国》拍摄团队以不惧挑战的职业精神，将这些震撼人心的画面展现在我们面前。



冰川，面积约五万平方千米，最厚的地方有1000～1200米。这些冰川积蓄着四千五百多立方千米的冰储量，这是一笔巨大的财富。青藏冰川因此被形象地称为“亚洲水塔”，冰川是优质的淡水来源，而青藏高原显著高于周边地区的地势正如一座高塔，使冰川融水形成的地表径流能够顺势而下，汇集成江河。因此，冰川融水不仅是青藏高原主要的淡水来源，使得青藏高原上湖泊星罗棋布；也是亚洲地区的“万河之源”，是亚洲数十亿人口的重要水源。长江和黄河自此发源，奔流向海，成为华夏文明的摇篮。红河、澜沧江（湄公河）、怒江（萨尔温江）、雅鲁藏布江（布拉马普特拉河）、伊洛瓦底江、印度河、恒河这些孕育了东南亚、南亚文明的重要河流，同样是青藏冰川哺育的

“孩子”。青藏冰川，不仅仅是一座水塔，更是生命和文明得以萌生和发展的源泉。

青藏高原上，人类仰仗大自然的资源而生存。对于人类来说，高原上那些陡峭险峻、终年积雪、气候变幻莫测的山峰，显得庞大厚重，气势雄浑，让人望而却步；那些幽深的湖泊，显得庄严而神秘。也许正因如此，那些高山和湖泊，也在人们心目中，拥有着神圣不可侵犯的地位。在万物有灵的原始信仰中，人们敬畏拥有无穷力量的自然，同时对养育了自己的自然充满感激和珍视。自然地理的山川湖泊成为人们心目中的神灵居所，主宰着世间万物。而这种神山圣湖的信仰，在藏族聚居区一直延续了下来，成为一个庞杂的神山圣湖体系。

下图：青藏冰川被称为“亚洲水塔”，是亚洲数十亿人口的重要水源。



凤头鹮 (pì) 鹮 (tī)

遍布高原的神山圣湖，有大有小，有高有低，而玛旁雍错，是高原上的“圣湖之王”。“错”在藏语中是“湖”的音译，例如纳木错、羊卓雍措；而“雍”字，则是意指湖水碧玉般的颜色。青藏高原上的湖泊大都处在山脉之间的山间盆地和大型谷地中，地壳变化产生了地面的断陷，积水而形成了湖泊，湖岸陡峭，湖水幽深。玛旁雍错就是如此，它位于西藏的最西端，处在冈底斯山脉与喜马拉雅山脉之间的断裂谷地之中。深达 70 米的玛旁雍错身处海拔 4500 米的高度，是世界上海拔最高的淡水湖。

雪山环抱之中的玛旁雍错，静谧安详。天气晴好时，远山白雪皑皑，湖中碧波荡漾，蔚蓝的湖水犹如一块宝石，镶嵌在黄色的土地之中。一晨一昏，当霞光洒落时，在雪山和湖面映出不同的光影，色彩斑斓，如梦似幻。美丽的玛旁雍错不仅是人们心目中的圣地，也是水鸟们栖息的乐园。

下图：天气晴好时，蓝天白云倒映在玛旁雍错的碧波中。



上图：雪山环抱之中的玛旁雍错。

晚春时节，大批鸟类不顾湖水依然寒冷刺骨，从千里之外来到这里繁衍。在玛旁雍错平静如镜的湖面上，那些头顶扇子般的羽饰秀恩爱的鸟，就是凤头鹮鹮。鹮鹮是一类分布广泛的水鸟，长的有些类似鸭子（但鹮鹮并不是鸭科鸟类），尖尖的嘴，长长的脖子，羽毛柔软如丝。鹮鹮的足也有蹼，但不是鸭子那种连在一起的全蹼足，趾和趾之间都连在一起，鹮鹮的蹼像桨叶，每个趾上都有，但互相分开，称作瓣蹼。

凤头鹮鹮是鹮鹮中体型最大的一种，因头上深色的羽冠而得名。在中国，凤头鹮鹮有极

