

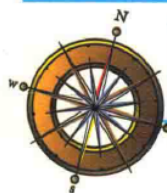
# 人一生要去的 100个地方

100 PLACES YOU SHOULD VISIT IN YOUR LIFE

辞溪  
——  
主编  
一生的  
旅游计划



中国华侨出版社



100 PLACES YOU SHOULD  
VISIT IN YOUR LIFE

人 | 一 | 生 | 要 | 去 | 的

1



个地方

辞溪 主编

中国华侨出版社  
北京

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

人一生要去的100个地方：纯美珍藏版 / 辞溪主编.  
—北京：中国华侨出版社，2017.12  
ISBN 978-7-5113-7195-9

I.①人… II.①辞… III.①旅游指南—世界 IV.  
K919

中国版本图书馆CIP数据核字 ( 2017 ) 第270924号

## 人一生要去的100个地方：纯美珍藏版

---

主 编：辞 溪

出 版 人：刘凤珍

责任编辑：泰 然

封面设计：李艾红

文字编辑：李翠香

美术编辑：张 诚

图片提供：[www.quanjing.com](http://www.quanjing.com) [www.icpress.cn](http://www.icpress.cn)

侯晓博 沈奇威

经 销：新华书店

开 本：720mm × 1020mm 1/16 印张：27 字数：630千字

印 刷：北京鑫海达印刷有限公司

版 次：2018年1月第1版 2018年1月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5113-7195-9

定 价：48.00元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

发 行 部：(010) 58815874

传 真：(010) 58815857

网 址：[www.oveaschin.com](http://www.oveaschin.com)

E-mail：[oveaschin@sina.com](mailto:oveaschin@sina.com)

---

如果发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

# 前言 Preface



著名作家萧乾说过：“人生就是一次不带地图的旅行。”的确，人生就是这样，一次次出发，一次次到达。每一次出发，就是一次梦想的发芽，而每一次到达，就是一次心灵的净化。都市的喧嚣，现实中的压力，使人们不自觉地产生一种本能的渴望，除了渴望物质的丰盈，更渴望强健的体魄和精神的乐土。所以，很多人选择用旅行来远离喧嚣，逃避困惑，而且既开阔心胸，又强身健体。虽然人的一生很短暂，而世界又是那么的广阔，人不可能走遍所有的角落，在时间和金钱还不允许的情况下，一个人也不可能到过太多地方。但是没有关系，本书会带给你和旅游有同样效果的感受，翻开浸着油墨淡香的书页，透过文字的呼吸，让我们一起去“旅行”。

人生是一次时光和地域交织、情感与经历融汇的旅途，每个人都期待这次旅途精彩而绚烂。世界上很多地方都是人生旅途不可错过的，是一个人需要停下脚步用心灵来欣赏、感悟和享受的。这些由自然、历史、人文沉积而成的人间仙境，是人们期待许久、寄放在心灵深处的梦幻之地，是召唤生命和生发梦想之地。我们根据《美国国家地理》和《中国国家地理》推荐和新浪网调查结果，选取了中外具有代表性的近百处自然与文化景观，编成本书，就是为帮助读者实现这一梦想。全书分为“神秘奇绝的大自然造化”“欢愉忘忧的人间天堂”“古代文明的斑驳遗痕”“历史与现代的都市交响”等几个大的篇章，每个篇章下的各个景观又

独立成篇，其中包括承载沧桑的历史名城、普度性灵的宗教圣地、伟大的世界奇观、传承文明的精神家园、优美宁静的人间天堂……这些地方不仅仅具有美丽的风光，而且其厚重的文化底蕴带给我们的感悟，仿佛具有一种神奇的穿透力，让我们的灵魂感到战栗，让我们的心灵得到抚慰。

为了给读者提供更多的实用的旅游资讯，我们还设置了“必去的理由”“适宜季节”“适宜人群”“旅游小贴士”“主要景点”等辅助性栏目，帮助读者多角度地了解这些地方的自然和人文魅力。同时，在有些景观之后我们还间或穿插名人名家的游记随想，正所谓：美景的魅力和图画的色彩一起流淌，文化的神韵和名家的灵魂激情碰撞。

通俗流畅的叙述语言、图文互注的编排形式、新颖独到的版式设计等多种视觉要素的有机结合，本书既可以成为你畅游世界的“窗口”，也可以成为你选择下一次旅游目的地的指南。

呼吸不同的空气，看看不同的景色，听听不同的语言，感受不同的世界。从千里冰封、万里雪飘的白山黑水到一望无际的茫茫草原，从小桥流水人家的江南水乡到高原大漠的粗犷风光，天南地北各个地方都展现着它独特的魅力。想象在某个孤独的午后从巴黎左岸的咖啡馆中溢出的咖啡香气；地中海岸，圆月从帕特农神庙顶上升起，清冷的光辉洒遍人类搭建过的永恒神话圣坛；一对对有情人依偎在爱琴海洁白的沙滩上，看着落日斜晖把天边染成金黄；洁白的悉尼歌剧院透出现代的幽谧和安然；珠穆朗玛之巅，圣洁的雪山遗世独立，接受千年万载不变的膜拜；夏威夷海滩，头顶着烈日去拥抱碧蓝的大海，晶莹的沙滩，随风摇曳的椰子树，逐浪起伏的冲浪板……一切都不再是梦幻，所有关于天堂的神秘、旖旎、浪漫都凝聚在这本书中。

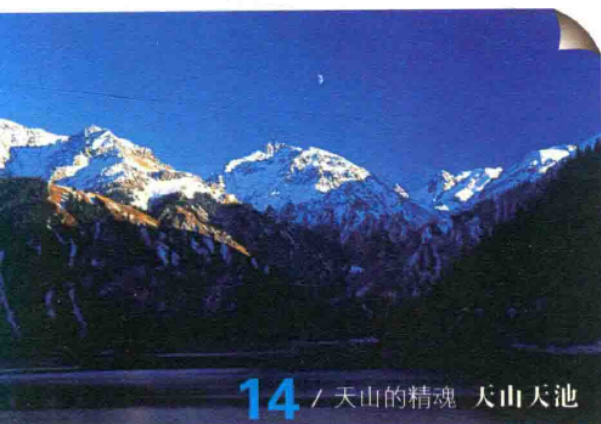
独立成篇，其中包括承载沧桑的历史名城、普度性灵的宗教圣地、伟大的世界奇观、传承文明的精神家园、优美宁静的人间天堂……这些地方不仅仅具有美丽的风光，而且其厚重的文化底蕴带给我们的感悟，仿佛具有一种神奇的穿透力，让我们的灵魂感到战栗，让我们的心灵得到抚慰。

为了给读者提供更多的实用的旅游资讯，我们还设置了“必去的理由”“适宜季节”“适宜人群”“旅游小贴士”“主要景点”等辅助性栏目，帮助读者多角度地了解这些地方的自然和人文魅力。同时，在有些景观之后我们还间或穿插名人名家的游记随想，正所谓：美景的魅力和图画的色彩一起流淌，文化的神韵和名家的灵魂激情碰撞。

通俗流畅的叙述语言、图文互注的编排形式、新颖独到的版式设计等多种视觉要素的有机结合，本书既可以成为你畅游世界的“窗口”，也可以成为你选择下一次旅游目的地的指南。

呼吸不同的空气，看看不同的景色，听听不同的语言，感受不同的世界。从千里冰封、万里雪飘的白山黑水到一望无际的茫茫草原，从小桥流水人家的江南水乡到高原大漠的粗犷风光，天南地北各个地方都展现着它独特的魅力。想象在某个孤独的午后从巴黎左岸的咖啡馆中溢出的咖啡香气；地中海岸，圆月从帕特农神庙顶上升起，清冷的光辉洒遍人类搭建过的永恒神话圣坛；一对对有情人依偎在爱琴海洁白的沙滩上，看着落日斜晖把天边染成金黄；洁白的悉尼歌剧院透出现代的幽谧和安然；珠穆朗玛之巅，圣洁的雪山遗世独立，接受千年万载不变的膜拜；夏威夷海滩，头顶着烈日去拥抱碧蓝的大海，晶莹的沙滩，随风摇曳的椰子树，逐浪起伏的冲浪板……一切都不再是梦幻，所有关于天堂的神秘、旖旎、浪漫都凝聚在这本书中。

# 目录 Contents



14 / 天山的精魂 天山天池

- 29 / 永恒的奇山 阿尔卑斯山
- 33 / 集自然之精华于一身 加拿大落基山
- 37 / 日本人的精神“圣岳” 富士山
- 40 / 奇伟瑰丽的自然景观 科罗拉多大峡谷
- 43 / 宝山雪峰，造化独钟 长白山
- 46 / 秀外慧中的南国佳丽 武夷山
- 51 / 只有传说没有历史的世界 神农架
- 54 / 世外桃源，人间仙境 张家界
- 59 / 神奇的人间天堂 九寨沟
- 64 / 神秘圣洁的地球第三极 珠穆朗玛峰
- 68 / 险峻神秘的世外桃源 雅鲁藏布江大峡谷
- 70 / 美丽的世界画廊 东非大草原
- 72 / 风吹草低见牛羊 呼伦贝尔草原
- 79 / 地球的绿色心脏 亚马孙丛林
- 82 / 冰川、海水和火焰 挪威海岸
- 86 / 全世界最大的珊瑚礁群 大堡礁
- 90 / 探险者的乐园 撒哈拉大沙漠
- 93 / 镌刻在生命里的神秘 罗布泊

## 神秘奇绝的大自然造化

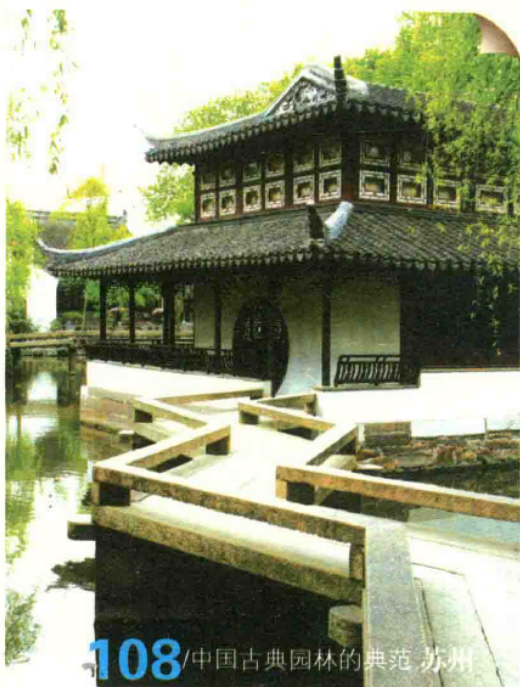
- 2 / 印度文明的摇篮 恒河
- 4 / 自然界的奇景 尼亚加拉大瀑布
- 7 / 最美的画廊 长江三峡
- 14 / 天山的精魂 天山天池
- 20 / 跌落在阿尔泰山的天庭翡翠 喀纳斯湖
- 23 / 壮丽与柔美的绝佳和声 黄河壶口瀑布
- 26 / 雷霆万钧的亚洲第一瀑 黄果树瀑布



59 / 神奇的人间天堂 九寨沟



90 / 探险者的乐园 撒哈拉大沙漠



**108** / 中国古典园林的典范 苏州

- 149** / 奇美海滨 北戴河
- 156** / 奇山奇水甲天下 桂林
- 163** / 小桥流水人家 周庄
- 166** / 天下名景第一山 黄山
- 172** / 匡庐奇秀甲天下 庐山
- 178** / 梦幻之地，孔雀之乡 西双版纳
- 182** / 永远的伊甸园 香格里拉
- 186** / 神奇的东方女儿国 泸沽湖
- 188** / 海上别有一洞天 日月潭

## 欢愉忘忧的人间天堂

- 96** / 和平之都 日内瓦
- 100** / 豪赌世界不夜城 拉斯维加斯
- 103** / 澳大利亚第一名城 悉尼
- 108** / 中国古典园林的典范 苏州
- 117** / 美妙的天堂 杭州
- 120** / 海外游子的梦中故乡 厦门
- 124** / 春城无处不飞花 昆明
- 128** / 亚洲文化十字路口的古都 大理
- 134** / 南海碧波边的奇观仙境 三亚
- 138** / 太平洋上的人间乐土 夏威夷
- 142** / 从童话到神话 迪斯尼乐园
- 146** / 阳光、雨林、黄金海岸 昆士兰海滩



**138** / 太平洋上的人间乐土 夏威夷

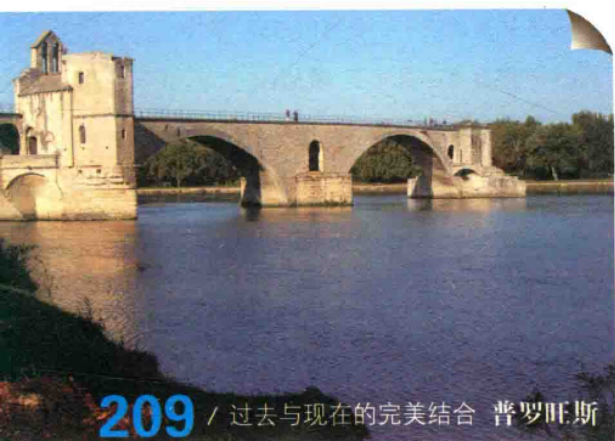
## 古代文明的斑驳遗痕

- 192** / 千年名城，永恒之城 罗马
- 199** / 爱琴海上的明珠 雅典
- 204** / 历史的化身 庞贝古城
- 209** / 过去与现在的完美结合 普罗旺斯
- 213** / 印加文明的宿命和智慧 马丘比丘



**163** / 小桥流水人家 周庄

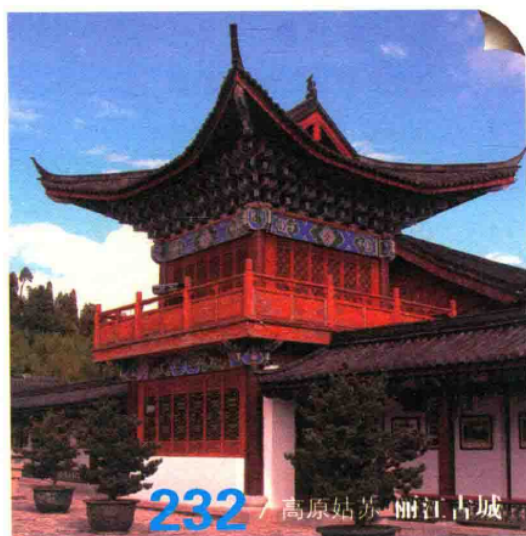




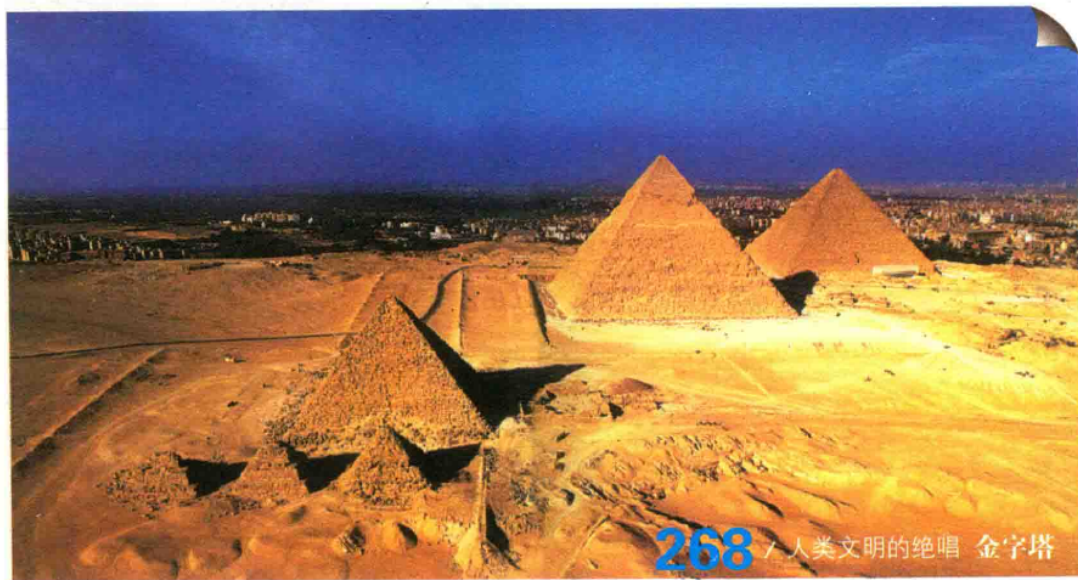
**209** / 过去与现在的完美结合 普罗旺斯

- 252** / 璀璨的东方艺术明珠 莫高窟
- 255** / 儒家文化的圣地 曲阜“三孔”
- 260** / 若即若离的神秘境界 武当山
- 264** / 秀绝北国的佛教圣地 五台山
- 268** / 人类文明的绝唱 金字塔
- 275** / 东方的金字塔 婆罗浮屠
- 279** / 世界的肚脐 复活节岛
- 282** / 中华民族精神的丰碑 长城
- 286** / 深埋地下的煌赫军威 秦陵兵马俑
- 290** / 天下第一名刹 嵩山少林寺
- 293** / 巍峨天下数第一 泰山

- 218** / 古老文化的覆灭与重生 玛雅蒂卡尔
- 222** / 众神创造的城市 特奥蒂瓦坎
- 225** / 约旦古国的玫瑰城 佩特拉古城
- 230** / 丝绸之路上的重镇 吐鲁番
- 232** / 高原姑苏 丽江古城
- 236** / 明清边镇风貌的完整遗存 平遥
- 240** / 《清明上河图》的梦中繁华 开封
- 242** / 天主教的中心 梵蒂冈
- 246** / 雕刻出来的城市 吴哥窟



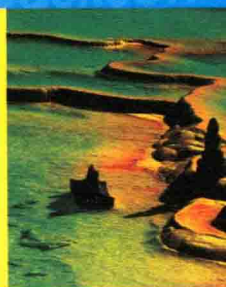
**232** / 高原姑苏 丽江古城



**268** / 人类文明的绝唱 金字塔

# 神秘奇绝的 大自然造化

恒河/尼亚加拉大瀑布/长江三  
峡/天山天池/喀纳斯湖/黄河壶口  
瀑布/黄果树瀑布/阿尔卑斯山/加  
拿大落基山/富士山/科罗拉多大峡  
谷/长白山/武夷山/神农架/张家界/  
九寨沟/珠穆朗玛峰/雅鲁藏布江大  
峡谷/东非大草原……



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

## 印度文明的摇篮 恒河

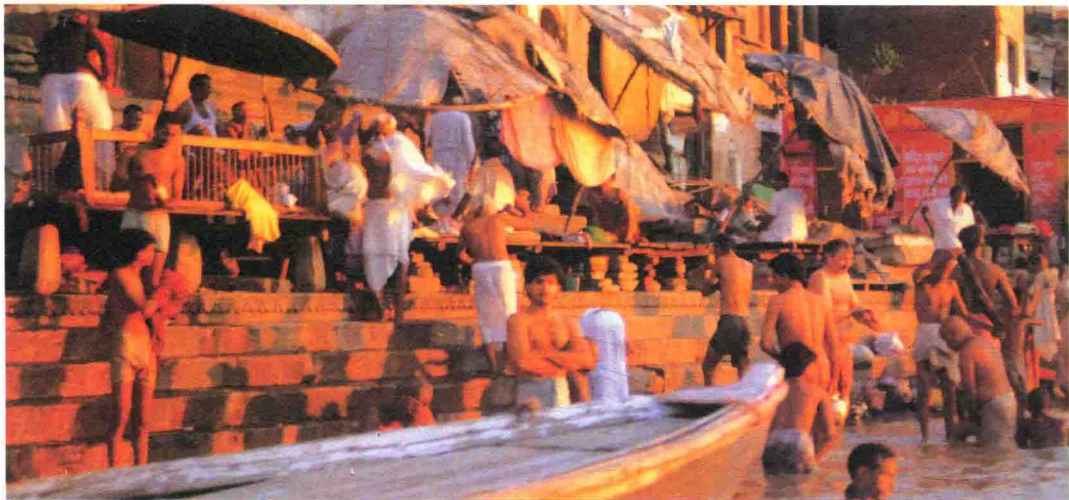
印度圣河——恒河是印度的灵魂。宗教传统成为印度文明的一个重要部分。恒河之于印度教徒，是最为神圣的象征。身为印度教徒，一生至少必须到恒河净身一次。所以千百年来，朝圣者的足迹遍布了恒河两岸，诗人、歌手常常行吟于河畔。至今，恒河沿岸仍是印度的精粹所在。

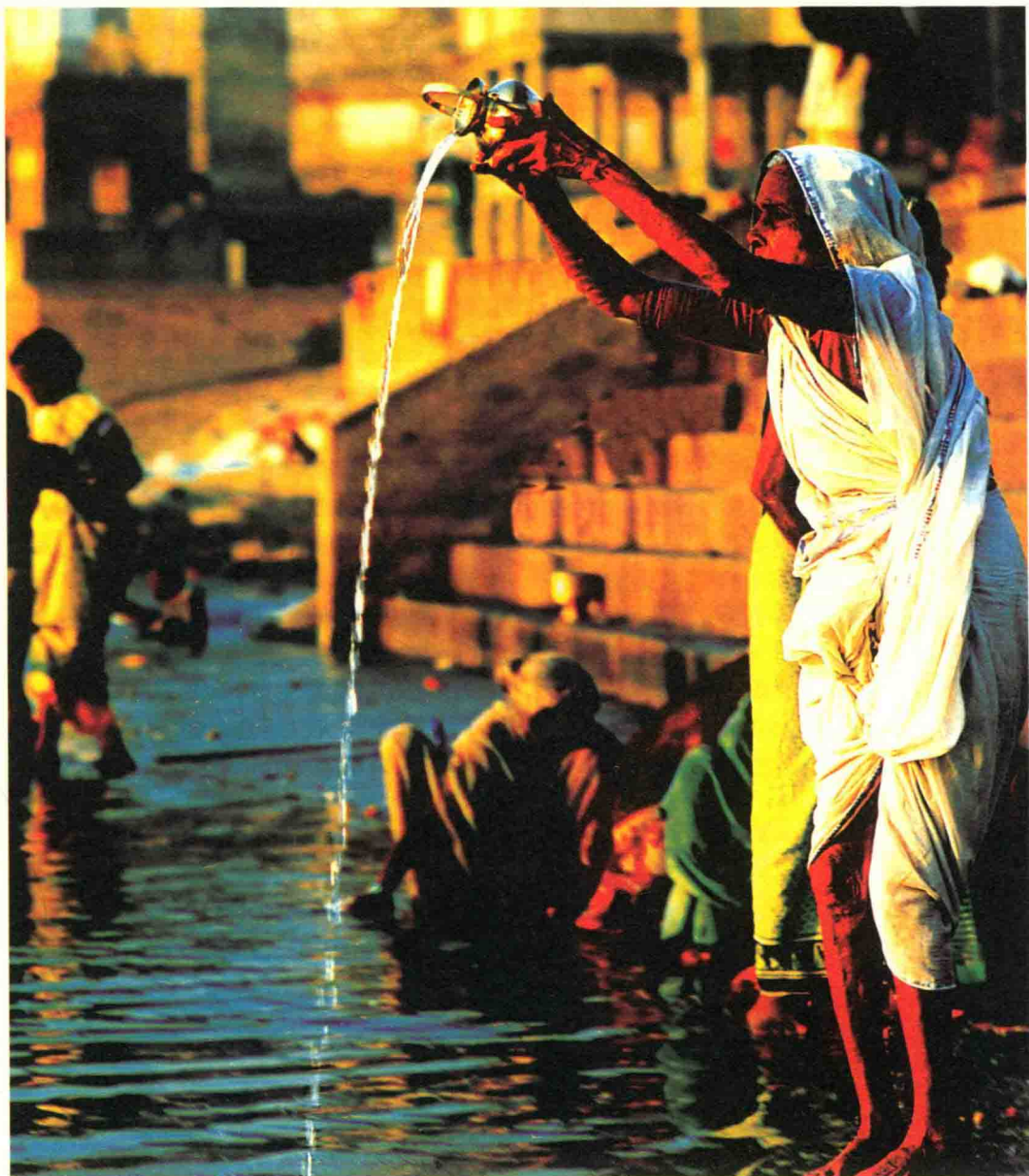
恒河蜿蜒流过印度北方的各邦和孟加拉，其中最神圣的一段是瓦拉纳西古城旁的河岸。沿着弯弯的河流，河沿西岸建造了一大片阶梯，紧接背后是一大排古香古色的房屋和庙宇，看不到多少现代气息。再加上河面上一艘艘小木船、浸泡于河里的信徒、岸上打坐的僧人、石阶上火葬仪式的迷烟，虚幻般的情景，仿佛时光倒流了几百年。对岸大片渺无人烟的荒地，与密集的市区和热闹的西河岸形成强烈的对比。

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。

> 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，故此河里常有信徒沐浴。





➤ 正在恒河里沐浴的印度教徒

## 旅游小贴士

**气候：**印度的气候大体属于热带季风型，一年分为四季：冷季（12月至次年3月）、热季（4-6月）、雨季（7-9月）和西南季风退却季（10-11月）。到印度旅游的最好时间是每年11月到次年2月，但由于印度国土辽阔，各地气候略有差异，北部山区则以4月至7月天气最好。

**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；皮制用品——皮包、皮鞋；青铜银制品——浮雕、水瓶、秦姬陵模型等；木制雕刻品——檀木笔、乐器等；珠宝玉石饰物等。

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

## 自然界的奇景 尼亚加拉大瀑布

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米的峭壁上倾泻而下，一泻千里。

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，三股飞瀑总宽度为1160米，总的最大流量可达每秒6000立方米。

➤ 在尼亚加拉瀑布参观的各国游客



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。但是要看来瀑布正面全景，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，叫作“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的发展很快。

## 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度，外出时一定要穿上厚大衣，穿好靴子，戴上帽子、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。

► 雄伟壮丽的尼亚加拉“马蹄瀑布”



## 🌊 尼亚加拉大瀑布

尼亚加拉瀑布是我的旧游之地，那是在一九二四年夏，同游者闻一多早已下世。瀑布风光常在我想象之中。美国人称尼亚加拉瀑布为“度蜜月者的天堂”。度蜜月者最理想的地方应该是一个山明水秀而又远离尘嚣的地方，像尼亚加拉瀑布游人如蚁昼夜喧琢的地方，如何能让一对度蜜月者充分的全神贯注的彼此相互享受呢？这也许是西方人的看法，而度蜜月本是西方的产物。不过瀑布本身确是十分动人的。

我们到水牛城，立即驰往尼亚加拉瀑布（市镇名），傍晚在一家汽车旅馆住下。我上次来，一下火车站就听到澎湃的声音，如今旧地重游，夜阑人静，一点声音也听不到，是瀑布上的槛岩年年崩落减小了水势，还是我的耳朵渐聋以至于充耳不闻？任何名胜，游览一次有一次的情趣，再游便另是一种风光。

翌晨，旅馆特备小型游览汽车专为我们使用一天，导游兼任司机，取费甚廉，仅八元。这位蓄小胡子的导游可是一个人才，不但口若悬河，一路没有停嘴，而且下车之后他倒退着走路，面对着我们指手画脚的不嫌烦的详为解说一切，走到山羊岛上的时候，我生怕他一不当心仰跌到急流里去。山羊岛上曲折有致，忽然看到树丛里有野兔出没，君达君迈乐不可支，和野兔追逐起来。据导游说，兔子是买来放在这里的，借以增加野趣，就像城市公园草地上的鸽子松鼠一样供人观赏。随后我们就驱车过桥，进入加拿大境，观看美国瀑的正面，同时观看加拿大境的更壮观的马蹄瀑。观瀑一定要到加拿大才能看得一清二楚。这里有一座比较高的望塔，塔的正面悬一巨像，乃是加拿大著名的骑警队员的画像，在这观光胜地悬挂警察画像用意何在殊难索解。塔的形状颇似西雅图的太空针，而高度不及。我们买票登塔，遥望两个瀑布有如湍瀨。看完瀑布区便乘车沿尼亚加拉河东行，参观了一所公园，还有一所规模相当大的园艺学院，都宽调整洁。而隔河看美国的一边，则只见烟囱林立，黑烟漫空，凌乱的棚舍迤迳数十里，丑恶之态使这名胜之地蒙羞。从前英国工业化之后罗斯金（RusKin）为保存风景曾呼吁开筑铁路要审慎处理，实在不无见地。工业区的建立与风景区的保存是可以并行不悖的。

我们匆匆走玩一天，兴尽而返，而导游仍然兴致勃勃，絮聒不休。士耀在车里抬头一看，见一告白：“君如认此导游之服务为不能令人满意，则可不必惠给小费。”我们相顾而笑。下车时士耀付小费五元，导游雀跃而去。

回到旅舍，我们觉得瀑布还值得再看一次，决定明天搬到加境的一家旅馆再住一夜。这一天没有导游聒噪，反倒觉得自由了。最有趣的是坐缆车下峡谷，乘“雾中女郎”号汽船驶近马蹄瀑。每个游客都穿上长长厚厚的雨衣，罩上雨帽，等汽艇逼近瀑布的时候，但听得泅泅水响，继而滂湃沆溉，大水自上崩注而下，有电骛雷骇之势，俄而大风起处，雾雨咸集，每个人都兜头灌顶，浑身尽湿。入夜，瀑布下彩色电灯放出强光，照得五颜六色，有人认为绚烂壮丽，其实恶俗不堪。也许是我们看惯了水墨山水画，一着色反觉不雅。

尼亚加拉瀑布实在不高，马蹄瀑只有一百五十八尺高，两千九百五十尺阔，美国瀑一百六十七尺高，约一千四百尺阔。阔得可观，高则不足道。但是每分钟有五十万吨水倾注而下，不能不算是一大奇观。飞瀑流泉，世界上何处无之，但以言声势之壮，则无出此右者。

——梁实秋



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

# 最美的画廊 长江三峡

长江三峡，是自然景观与人文景观最完美的结合。从神龙峰的传说到屈原、昭君的故事，在人们面前展开了一幅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，全长六千三百多千米。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，是国家级风景名胜區。

## 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”五字镌于崖壁。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”。江水至此，水急涛吼，蔚为壮观。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。峰与天关接，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“峰与天关接，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。崖壁栈道上有着清人所刻“开辟奇功、天梯津隶”八个大字。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。



▶ 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。



## 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）。每到一个景点，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. 上岸游览的景点几乎都需要步行上坡、上台阶，您需要穿轻便一些的鞋子。三峡雨水较多，需带上必备的雨具。

4. 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。

## 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。巫峡是二峡最连贯、最

