

中国出版集团
新世纪书局

边走边品

A Delicious Journey

最受 欢迎的16个 休闲旅游地

李杰臣◎编著

实地亲历
细致入微

资深旅行作家
+
知名摄影师
+
美高清相片

《中国国家旅游》杂志总策划

最有魅力的景点、最安逸的行程、最有情调的邂逅

享乐与休闲之旅
体验与文化之旅

品味旅行，从这里开始

龍門書局

边走边品
A Delicious Journey

最受
欢迎的

16个

休闲旅游地

李杰臣◎编著

龍門書局

图书在版编目(CIP)数据

边走边品: 最受欢迎的16个休闲旅游地 / 李杰臣
编著. —北京: 龙门书局, 2011.6

ISBN 978-7-5088-3016-2

I. ①边… II. ①李… III. ①旅游指南—全国
IV. ①K928.974

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第089108号

责任编辑: 王海霞 赵东升 / 责任校对: 刘雪连
责任印刷: 新世纪书局 / 封面设计: 张世杰

龍門書局 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学出版集团新世纪书局策划

北京市艺辉印刷有限公司印刷

中国科学出版集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2011年8月第一版

2011年8月第一次印刷

开本: 32开(140mm×210mm) 印张: 8.5

字数: 331 000

定价: 39.80元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

前言

有人说过，“旅行只要有决心就足够了”。人的内心其实都是渴望自由与发现的，于是才有那么多的人憧憬着在有生之年可以环游世界。愿望总是美好的，但是却总碍于眼前的一些困扰而无法迈出最艰难的第一步。张爱玲曾经讲：“出名要趁早”。那么，旅行不也是应该趁着年轻，抱着一颗勇敢的心，去一步一步地走出来吗？有时候，旅行需要一些忍耐和付出，当我们辗转在各地的交通工具上，身体也许会感到疲惫，而精神却是十分满足的；而大多时候，我们都可以旅途中收获成长和感悟，这是一笔宝贵的人生财富。

本书按照我国的地域划分为五大部分，分别是：西南地区、西北地区、华东地区、东北地区和华南地区，每个区域选择介绍的景点，不是以风景取胜，就是以人文见长。整本书的风格比较随意，希望能打破常规，不受过多的格式约束，将每个景点最有特色的地方都一一呈现给读者。

第一部分，西南地区包括了云南的泸沽湖、丽江，四川的成都、九寨沟，介绍了纳西族、摩梭人的民风民俗，川剧变脸、吐火、茶馆的文化，以及童话世界九寨沟的景色；第二部分，西北地区包括了陕西的西安，青海的青海湖，以及甘肃的敦煌，既有兵马俑、老城墙的沧桑，又有青海湖辽阔无边的大美，还有古丝绸之路的灿烂文明；第三部分，华东地区包括浙江的乌镇，山东的青岛，福建的鼓浪屿和霞浦，展现出江南水乡的韵味，东西方文化交融的青岛，鼓浪屿的浪漫情怀，以及霞浦的滩涂光影；第四部分，东北地区包括黑龙江的哈尔滨，一展“北国冰城”的风采；第五部分，华南地区包括广西的阳朔和涠洲岛，海南的三亚，香港，声名远扬的阳朔，淳朴海景之美的涠洲岛，海天一色的三亚，热闹非凡的香港，无不令人无限向往……

在一档电视旅游节目中，听过这样的一句话：“重要的不是你还要去哪里，而是你正在路上。”我想，这正是旅行者们一路向前，源源不断的动力之所在吧？收拾好行囊，随时出发，但是不要走得太快，要边走边品，免得把灵魂落下。

编著者

2011.6







西南地区

泸沽湖——闯入摩梭女儿国

7

出发前的功课
传说中的女儿国
湖畔小结

丽江——就适合发呆和乱走

21

一些有用的信息
热闹背后的文化
大研镇小结

成都——确实不想离开了

35

收集的资料
最安逸的休闲生活
玩转蓉城小结

九寨沟——从没见过这样绚丽的水

49

九寨景点信息
一半仙境，一半人间
人间天堂小结



西北地区

西安——怀揣着一颗朝圣的心 71

西安旅游地图
文化交融的古城
古城西安小结

青海湖——找只鸟儿谈谈心 85

信息小版块
大美青海，边走边看
青海湖小结

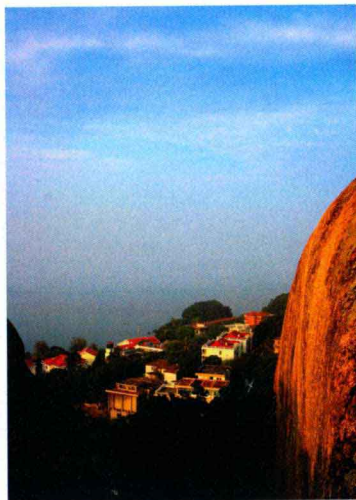
敦煌——抚摸历史的沧桑 99

敦煌出行手册
厚重的历史与文明
文化之旅小结

华东地区

乌镇——生活在梦里 121

水乡古镇信息
时光不曾改变这里
江南水乡小结



青岛——好想在八大关拍婚纱

135

青岛游玩资讯
东西方文化交融
魅力青岛小结

鼓浪屿——浪漫的钢琴之岛

149

环岛前的准备
浪漫的环岛旅行
鼓浪屿小结

霞浦——海边观滩涂

163

霞浦拍摄指南
令人惊艳的滩涂美景
霞浦小结

东北地区

哈尔滨——感受东方莫斯科

181

哈尔滨资料收集
异域风情的冰雪王国
冰城小结



华南地区

阳朔——找个老外练口语 203

阳朔的各种玩法

最适合背包客的旅程

阳朔小结

涠洲岛——意想不到的美 217

上岛旅行信息

邂逅涠洲岛的美

涠洲岛小结

三亚——面朝大海，春暖花开 231

出行信息

永远的热带天堂

三亚小结

香港——爱购物，爱迪士尼 245

香港食宿信息

独一无二的香港

动感之都小结

西南 地区

Southwestern
China

在我国自然区划中，“西南地区”包括：青藏高原东南部，四川盆地、秦巴山地和云贵高原大部。对应的行政区划上大致包括四川省、云南省、贵州省、重庆市、西藏自治区的大部以及陕西省的南部。

西南地区的地形比较复杂，但较为显著地分为三个地形单元：一是四川盆地及其周边山地；二是云贵高原中高山山地丘陵区；三是青藏高原高山山区。本篇主要介绍了云南和四川的景点，既有泸沽湖宁静的湖泊，又有九寨沟挺拔的雪山；既有丽江古朴的情调，又有成都现代的休闲……难怪中国的西南地区成为了全球旅行者心中的人间天堂。



云南 彩云之南

Yunnan

出发去云南之前，需要准备些什么？

→和云南相关的图书

云南有不少既悠闲又小资的地方，随身携带几本好书，是打发时间的好方法。



←DV数码摄影机

云南少数民族众多，只用相机无法记录下美妙的歌声和舞蹈，这时有DV数码摄影机拍摄最好。

→休闲舒适的衣服和鞋

云南的气候冬暖夏凉，但是昼夜温差较大。旅行者最好准备长袖T恤和开衫外套，根据气温来增减衣服。此外，衣物的颜色可以鲜艳一点，这样拍照的时候人会显得更漂亮。鞋子则选择柔软舒适的为好。



泸沽湖和丽江



左图为冬天的泸沽湖景色，右图则是丽江晒包谷的木头柱子。得天独厚的地理条件，舒适宜人的气候，成就了云南独特的自然风光和古镇风情，是小资们常常念叨并多次前往的地方。

云南省还有哪些地方值得一游？

昆明

昆明因夏无酷暑，冬无严寒，气候宜人，素以“春城”而享誉中外。

昆明作为云南省会城市，交通发达，很多旅行者都会把昆明作为云南之行的起点站或终点站。市内有世博园、金马碧鸡坊等景点可以参观。

西双版纳

西双版纳，古代傣语为“勐巴拉那西”，意思是“理想而神奇的乐土”。

这里因神奇的热带雨林自然景观和少数民族风情而闻名于世。特别是每年4月中旬举办的泼水节，更是吸引了众多国内外的游客前往参与。

梅里雪山

梅里雪山又称为“雪山太子”，位于迪庆藏族自治州德钦县西北方向。

梅里雪山平均海拔在6000米以上的有13座山峰，称为“太子十三峰”，主峰卡瓦格博则是云南的第一高峰。因为地形特殊，至今仍是无人问鼎的处女峰。

四川 天府之国

Sichuan

出发去四川之前，需要准备些什么？

→ 速干毛巾

四川盆地比较潮湿，湿的毛巾很难晾干，所以习惯随行李携带毛巾的游客，最好选用速干材质的。



← 止泻药和降火药

旅行者到了四川一定会品尝香辣的火锅，这样比较容易引起腹泻等，所以提前准备一个小药盒是十分必要的。

↓ 遮阳帽、墨镜和防晒霜

如果是要去川西高原旅游，旅行者就不可以像在成都市区那样穿着随意了。川西高原海拔较高，紫外线强烈，遮阳帽、墨镜和防晒霜都是必不可少的。



成都和九寨沟



左图为成都最热闹的步行街——春熙路，右图则是九寨沟的水。四川盆地好比是传说中的世外桃源，丰富的自然资源，风景如画的山水，足以让这里的人们尽情享受悠闲自在的生活了。

四川省还有哪些地方值得一游？

峨眉山

峨眉山地势陡峭、风景秀丽，素有“秀甲天下”的美誉。气候多样，植被丰富，其中还包括世界稀有树种。山路沿途有较多猴群，它们常结队向游人讨食，是峨眉山的一大特色。它还是中国四大佛教名山之一，有寺庙约26座，其中重要的有八大寺庙，佛事频繁。

海螺沟

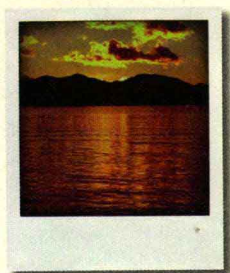
海螺沟位于甘孜藏族自治州东南部，贡嘎山东坡，是青藏高原东缘的极高山地。

海螺沟以“低海拔现代冰川”著称于世。巨大的冰洞、险峻的冰桥，使人如同进入神话中的水晶宫。特别有晶莹的现代冰川从高峻的山谷铺泻而下的壮观场景。

稻城亚丁

稻城亚丁被誉为“最后的香格里拉”、“蓝色星球上最后一片净土”。而它不愧是中国保存最完整、最原始的高山自然生态系统之一，呈现出绝美的高山峡谷自然风光。

景区内仙乃日、夏朗多吉和央迈勇三大神山。



泸沽湖有1/3在云南，2/3在四川。在摩梭人心中，
泸沽湖就是母亲湖。

位置：位于四川省凉山彝族自治州盐源县与云南省丽江市宁蒗彝族自治县之间。

气候：冬暖夏凉、四季如春，气候宜人，降雨较少。

主要景点：里格半岛 黑瓦吾岛 里务比岛 格姆女神山 走婚桥 草海

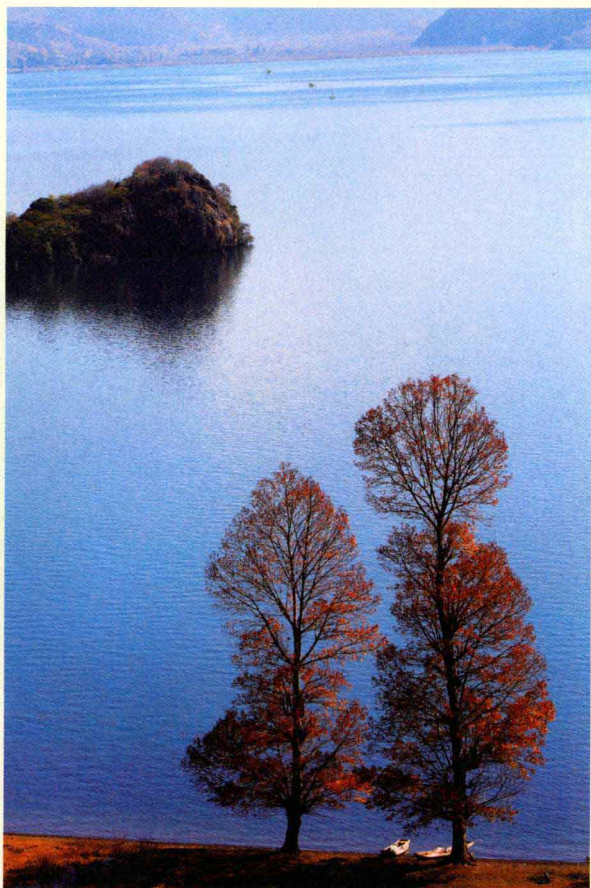
泸沽湖 闯入摩梭女儿国

Lugu Lake

泸沽湖是一处我计划已久的行程。

正因如此，在出发之前就看了许多关于泸沽湖的文字和相片。

然而，只有去了以后才能领略到真正的摩梭文化，简直超乎想象。



P8/出发前的功课
P10/传说中的女儿国
P19/湖畔小结