

Chinese Landscape

美丽风光

走进美丽中国 欣赏美丽风光



- 美丽的山川
- 美丽的江湖
- 美丽的海岛
- 美丽的冰川
- 美丽的瀑布
- 美丽的森林
- 美丽的沙漠
- 美丽的峡谷
- 美丽的奇洞
- 美丽的草原
- 美丽的地质公园
- 美丽的湿地公园



于铁红/编著 李锤/插画





Chinese Landscape

美丽风光

走进美丽中国 欣赏美丽风光

于铁红 / 编著
李锤 / 插画



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



图书在版编目 (CIP) 数据

美丽风光 / 于铁红编著. — 北京: 北京大学出版社, 2014.4
(美丽中国)

ISBN 978-7-301-23394-8

I. ①美… II. ①于… III. ①自然景观-中国-青年读物②自然景观-中国-少年读物 IV. ①K928.7-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第255254号

书 名: 美丽风光

著作责任者: 于铁红 编著

出版 统 筹: 高秀芹

丛 书 策 划: 于铁红

责 任 编 辑: 周 彬

装 帧 设 计: 付佳 蔡琪

内 文 制 作: 付佳 李俊红

标 准 书 号: ISBN 978-7-301-23394-8/K · 0987

出 版 发 行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址: <http://www.pup.cn> 新浪官方微博: @北京大学出版社

电 子 信 箱: pw@pup.pku.edu.cn

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62750112 出版部 62754962

印 刷 者: 北京宏泰印刷有限公司

经 销 者: 新华书店

889 毫米 × 1194 毫米 16 开本 5 印张 45 千字

2014 年 4 月第 1 版 2014 年 4 月第 1 次印刷

定 价: 58.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有, 侵权必究

举报电话: 010-62752024 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn



Chinese Landscape

美丽风光

走进美丽中国 欣赏美丽风光

于铁红 / 编著
李锤 / 插画



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

目录 Contents

1 美丽的山川

- P06 天下第一奇山黄山
- P08 五岳之尊泰山
- P09 道教圣地武当山
- P10 中国山水诗画的发祥地庐山
- P10 中国的阿尔卑斯山四姑娘山
- P11 至今无人征服的梅里雪山
- P12 以水为秀的云台山
- P13 三教合一的武夷山
- P14 灵秀和谐三清山
- P15 “世界中心”冈仁波齐山
- P15 最难征服的山峰乔戈里峰

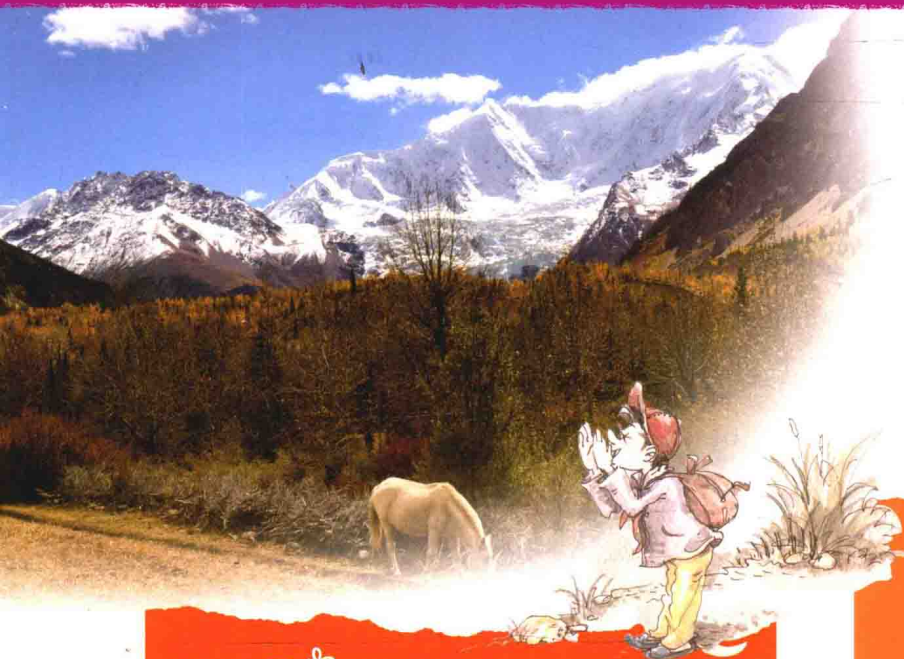
- P19 银白色的盐湖茶卡湖
- P20 纯美宁静的泸沽湖
- P21 人间瑶池九寨沟的海子
- P21 年轻的人工湖千岛湖
- P22 如诗如画的漓江
- P22 水美令人醉的太湖
- P23 宝岛明珠日月潭
- P23 古人吟诵最多的富春江

3 美丽的海岛

- P24 海上仙山长岛
- P25 中国的马尔代夫蜈支洲岛
- P26 火山岛组成的澎湖列岛
- P26 人间清净地普陀山岛
- P27 充满神秘色彩的西沙群岛
- P27 海上桃源西岛

2 美丽的江湖

- P16 美丽的天湖纳木错
- P18 瑶池仙境新疆天池
- P18 火山爆发形成的长白山天池



4 美丽的冰川

- P28 千米冰瀑的米堆冰川
- P29 奇异的冰塔林特拉木坎力冰川
- P29 海螺沟冰川
- P30 托起珠峰的绒布冰川
- P30 面积最大的托木尔冰川
- P31 神秘幻变的透明梦柯冰川

6 美丽的森林

- P39 天然生物资源“基因库”荔波茂兰喀斯特森林
- P40 天山上的活化石天山雪岭云杉林
- P40 大兴安岭北部兴安落叶松林
- P41 我国第一个国家热带雨林公园尖峰岭热带雨林
- P42 树中的英雄轮台胡杨林
- P43 天然氧吧蜀南竹海

5 美丽的瀑布

- P32 最大的钙华瀑布群九龙瀑布
- P34 世界最大的黄色瀑布黄河壶口瀑布
- P34 最柔美的银练坠瀑布
- P35 最大的玄武岩瀑布吊水楼瀑布
- P35 亚洲最大的跨国瀑布德天瀑布
- P36 中国最宽的诺日朗瀑布
- P37 可全方位观赏的黄果树瀑布



目录 Contents

7 美丽的沙漠

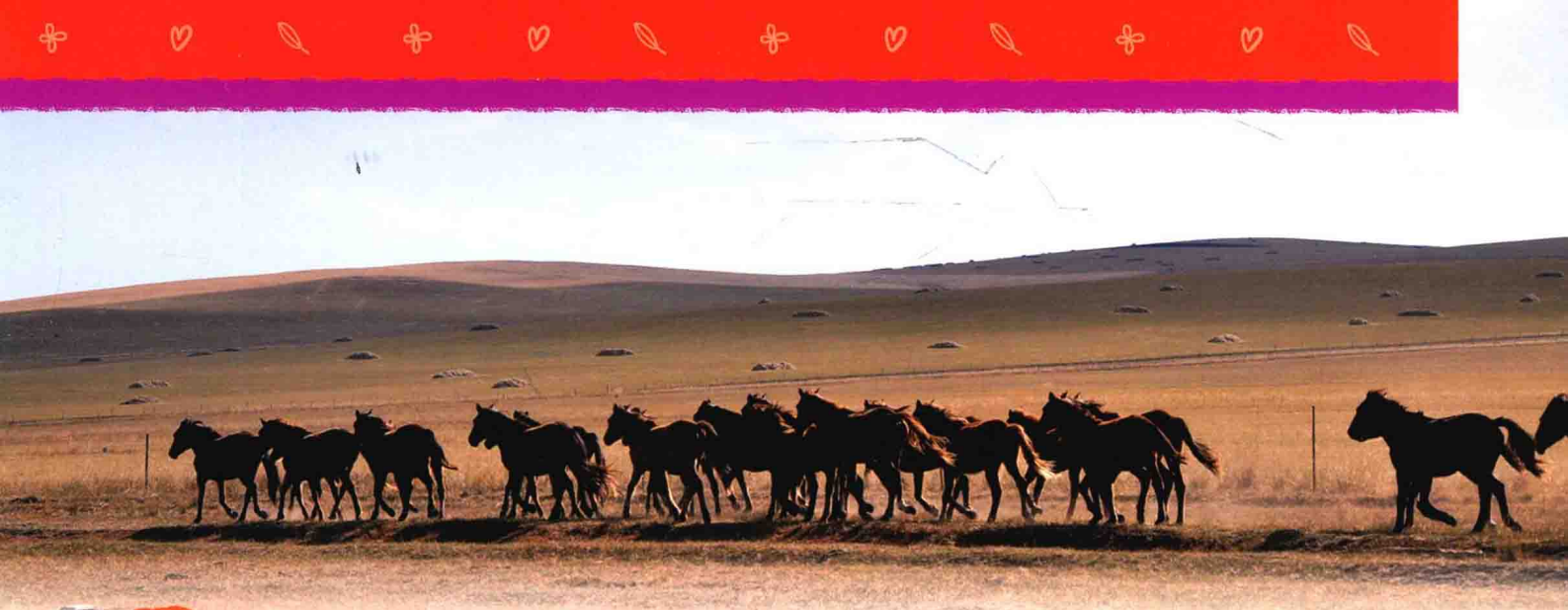
- P44 世界沙漠珠峰巴丹吉林沙漠
- P45 塔克拉玛干沙漠
- P45 黄河穿过的沙坡头沙漠
- P46 古尔班通古特沙漠
- P47 会唱歌的鸣沙山沙漠

9 美丽的奇洞

- P54 溶洞奇观黄龙洞
- P55 天下第一洞芙蓉洞
- P56 岩溶瑰宝贵州织金洞
- P56 以石花闻名的石花洞
- P57 创造多项世界之最的雪玉洞

8 美丽的峡谷

- P49 微缩三峡洒金谷
- P50 名扬四海的长江三峡
- P51 险象环生的金沙江虎跳峡
- P52 天山大峡谷
- P52 “人类最后的秘境”雅鲁藏布大峡谷
- P53 奇峰竞秀的太行山峡谷
- P53 澜沧江梅里大峡谷

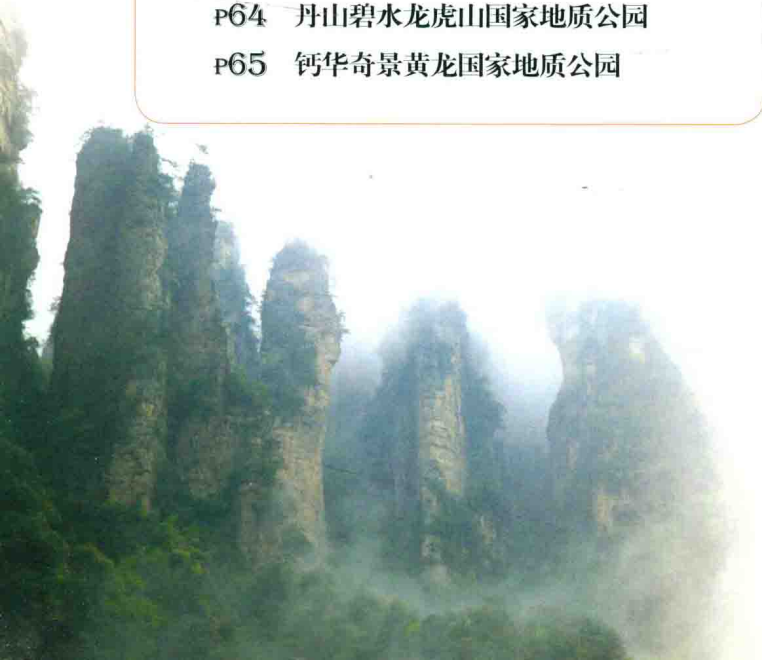


10⁺美丽的草原

- p59 北国碧玉呼伦贝尔东部草原
- p60 天堂般的锡林郭勒草原
- p61 最先见到太阳的伊犁草原
- p61 景象万千的川西高原

11⁺美丽的地质公园

- p62 以峰称奇的张家界地质公园
- p63 天然火山博物馆五大连池
- p64 丹山碧水龙虎山国家地质公园
- p65 钙华奇景黄龙国家地质公园



12⁺美丽的湿地公园

- p66 人间净土西溪国家湿地公园
- p67 百鸟天堂鸣翠湖国家湿地公园
- p67 最美的湿地花湖
- p68 最神奇的大地雕塑红河哈尼梯田湿地公园
- p68 世外桃源神农架大九湖国家湿地公园
- p69 天鹅的栖息地巴音布鲁克

p70 后记

✦ 美 丽 风 光 ✦

第 1 章

美丽的山川

“山川名片”

少年朋友们，你知道那些高高低低的山是怎样形成的吗？形成山的主要动力是来自地壳的水平挤压。一种是由于地球自转速度的变化而造成的东西向的水平挤压；另一种是由于在不同纬度上受地球自转的线速度不同，而造成的地壳向赤道方向的挤压。这两种挤压再加上地壳受力不均所造成的扭曲，就形成了各种走向的山脉。



沈凌 摄


1 ✦ 天下第一奇山 黄山 安徽

读者朋友们，你们去过黄山吗？它是中国最美、最令人震撼的十大名山之一。黄山虽然没有列入“五岳”，但它的名气一点也不逊色，明代大旅行家徐霞客曾赞叹：“五岳归来不看山，黄山归来不看岳。”

黄山位于安徽省黄山市，为三山五岳中的“三山”之一。

黄山最美的景观是堪称“五绝”的日出、奇松、怪石、云海、温泉。黄山观日出是最令人兴奋的时刻，人们会早早地聚集在观日出的最佳地点光明顶，屏住呼吸注视着发亮的天边出现的每一细微变化，当





一个耀眼的红点跃出云海冉冉升上天空，变成一轮红日时，周围会爆发一片惊叹声。在欢呼的人群中欣赏这壮观的美景，会有一种非常美妙的感觉。

云海也是黄山非常著名的景观。云海，是指在一定的天气条件下形成的云层，当你登上山顶，眼前会看到无边无际的云，像壮阔的大海。有时风一吹过，云消散了，云层下的秀美山峦、松林怪石涌现出来，让人觉得好像在梦幻世界。

黄山观松一定不能错过。黄山最妙的观松处，要数曾被徐霞客称为“黄山绝胜处”的玉屏楼了。楼前悬崖上有“迎客”“陪客”“送客”三大名松。其中最著名的迎客松，有一丛青翠的枝干斜伸出去，就像好客的主人伸出手臂，欢迎宾客的到来。北京人民大会堂安徽厅陈列的巨幅铁画《迎客松》，就是根据它的形象制作的。

黄山的美和魅力还在于它的多变。有时人在山中，眼前被云雾笼罩，对面的山峦若隐若现，而瞬间风来云散，峻美的山峰和奇异的树木赫然在目，令人惊叹。更让人称奇的是，在山下感受的是暖意融融的早秋，而到了山上，却是冰凌挂枝、雾凇满目了。

黄山一年四季有不同的美，无论哪个季节去，都会收获独特的景致。

少年朋友们，不妨让爸爸妈妈为你准备一架小相机，随时把看到的最美的景色拍下来。

TIPS

黄山山名的由来

黄山古称黟山，相传中华民族的祖先轩辕黄帝率手下大臣来这里采药炼丹，并最终得道升天。唐天宝六年（747），唐玄宗根据这个传说，将黟山改名为黄山。

2 五岳之尊 泰山 山东

泰山，又称岱山、岱宗、东岳、泰岳，是我国的“五岳”之首，有“天下第一山”的美誉，我国的古代思想家孟子曾慨叹：“登泰山而小天下”。唐代著名诗人杜甫更是在《望岳》中留下“会当凌绝顶，一览众山小”的千古名句。

泰山的美，不仅在于它自然、雄伟、峻秀，有拔地通天的气势，更因为它是一座文化名山。2000多年来，先后有12位帝王登临泰山，更有李白、杜甫、辛弃疾、蒲松龄等数百位文学家在泰山留下华章名句。

我国著名的作家、戏剧家、文艺评论家、翻译家李健吾先生（1906—1982）曾在1961年创作了著名散文《雨中登泰山》，描绘了雨中泰山的独特风姿和雨中登山的特别情趣，这篇散文曾选入中学《语文》课本。有学者将《雨中登泰山》与姚鼐的《登泰山记》、杨朔的《泰山极顶》、冯骥才的《挑山工》并称为现代泰山四大著名散文。少年朋友们不妨找

TIPS

石敢当

石敢当，又叫泰山石敢当，是一种灵石崇拜。相传古代的人们认为东岳泰山之石具有独特的灵性和神力，人们就把泰山石摆放在街巷、路口、墙边用来压不祥，辟邪。国务院公布的首批国家级非物质文化遗产名录，“泰山石敢当”就榜上有名。



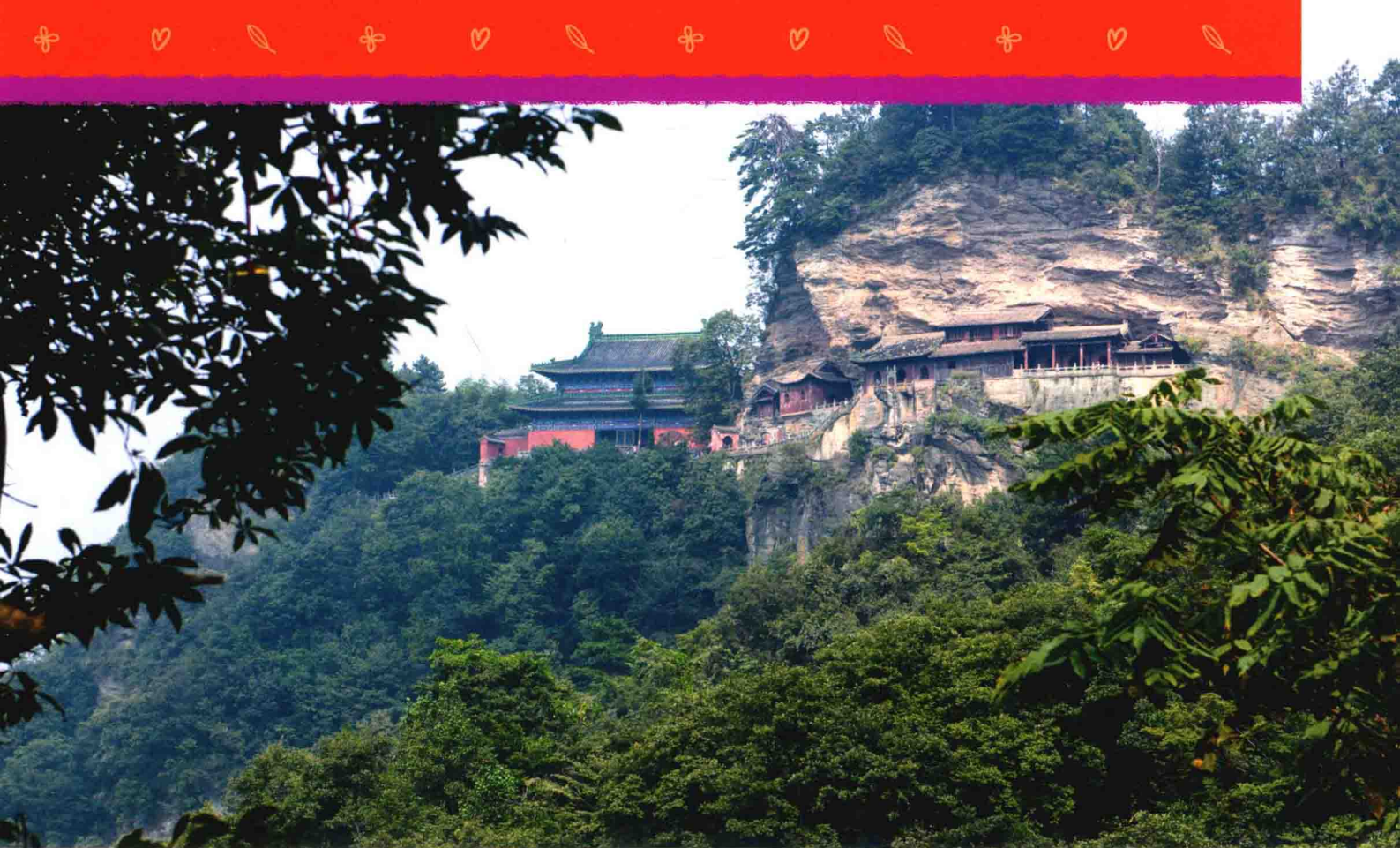
来读一读，会对泰山的美有多面的认识。

登泰山，你会看到山上的门、坊、亭、桥、阁星罗棋布，这些建筑闪烁着中华传统艺术（比如石刻艺术、书法艺术等）的璀璨光芒。

喜欢书法的朋友们更是不要错过去欣赏泰山石刻哦。书法艺术在泰山主要以石刻形式保存下来，泰山石刻涵括了整个中国的书法史，展示了中国书法艺术的发展脉络，其中最著名的是秦泰山刻石立于公元前219年，是泰山最早的刻石，被誉为“天下第一名刻”。泰山现存碑刻500余座、摩崖题刻800余处，碑刻题名之多居中国名山之首，是一处天然的书法博物馆。

了解了这些，我们就知道为什么人们把泰山赞美为中华民族的精神家园，民族文化的集中代表了。





3 道教圣地 武当山 湖北

在湖北省西北部，有一座“仙山”，明代旅行家徐霞客称它是“山峦清秀、风景幽奇”。山上的景观非常多，有七十二峰、三十六岩、二十四涧、十一洞、三潭、九泉、十池、九井、十石、九台等，这就是道教圣山武当山。

但是真正让这座山闻名的还不仅是这里的景色，而是读者朋友们都熟知的武林之中的著名门派武当派。武当山上遍布道教古建筑，1994年武当山被列入世界文化遗产名录。唐代贞观年间就开始在此建造道观，到元朝末年大多毁于兵乱。目前山上的宫殿多为明代所建，如玉虚宫、紫霄宫、遇真宫、太和宫等。

喜欢金庸、梁羽生小说的朋友，说不定会在游览这座名山时平添几分侠肝义胆呢。



TIPS

武当派开山祖师张三丰

喜爱武侠剧的朋友一定很熟悉张三丰吧。史料记载，北宋徽宗时的武当道士张三丰，曾看见鹤蛇相斗而悟通太极妙理，开创了以柔克刚的武当拳法，被尊为武当派开山鼻祖。

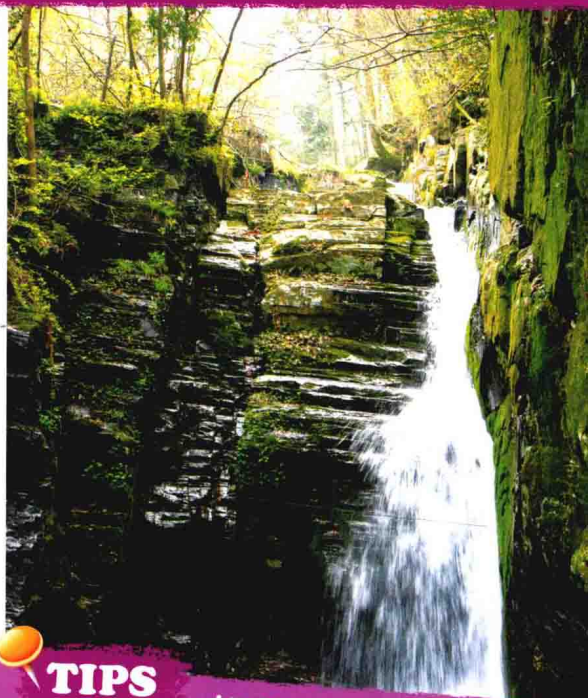


4 中国山水诗画的发祥地 庐山 江西

庐山，又称匡山或匡庐，是丰富的文化背景和美丽的自然环境并存的世界名胜，它以雄、奇、险、秀闻名。这里不仅有锦绣谷、五老峰、石涧瀑等自然景观，还有被列为中国四大书院之首的白鹿洞书院、唐寅《庐山图》中的观音桥、周敦颐写出《爱莲说》的爱莲池。伟大的诗人白居易曾把庐山放在了中国名山中的第一位，他赞美道：“匡庐奇秀甲天下山。”

庐山还是中国山水画的发祥地，东晋画家顾恺之创作的《庐山图》，是中国绘画史上第一幅独立存在的山水画，之后很多绘画大师如沈周、唐寅、张大千等都留下了描绘庐山的著名画作。

庐山的电影院是最特殊的电影院，它每天都放映《庐山恋》。2002年，世界吉尼斯英国总部授予《庐山恋》“世界上在同一影院连续放映时间最长的电影”的吉尼斯世界纪录。



TIPS

戴着面纱的庐山

庐山山势雄伟，风景奇丽，但它三面临江，江湖水气郁结，山上烟雾缥缈、云海弥漫，年平均雾日近200天，所以人们很难看清它的真实面貌。苏轼曾写下著名的《题西林壁》：“横看成岭侧成峰，远近高低各不同。不识庐山真面目，只缘身在此山中。”

5 中国的阿尔卑斯山 四姑娘山 四川



周建和 摄

四姑娘山在我国的四川省，它被当地的藏民敬为神山。四姑娘山像四位身披白纱的美丽仙女，雄峻挺拔，冰雪覆盖的山体延伸至蓝天，银光四射，被誉为“中国的阿尔卑斯”“蜀山皇后”。现在人们常说的四姑娘山实际上指的是“四姐妹”中最高的“小妹”。

四姑娘山景区由双沟桥、长坪沟、海子沟组成，景区里雪山、草地、牧场、森林相互映衬，景色美轮美奂。

我国举世闻名的卧龙大熊猫自然保护区就坐落在四姑娘山的东坡。



于杨 摄

6⁺至今无人征服的 梅里雪山

云南

梅里雪山的冰斗、冰川连绵，像一条玉龙盘踞在山上，非常壮观。它虽然很美，但至今没有人成功登顶。1991年1月，17名中日登山队员在攀登过程中遇难，这使得梅里雪山更显神秘森然。

梅里雪山海拔6740米的主峰卡瓦格博峰被尊奉为“藏传佛教八大神山之首”，每年秋末冬初，都会有很多藏民千里迢迢来雪山朝拜，在当地被称为“转经”。转经者一步一叩的登山场景令人叹为观止。

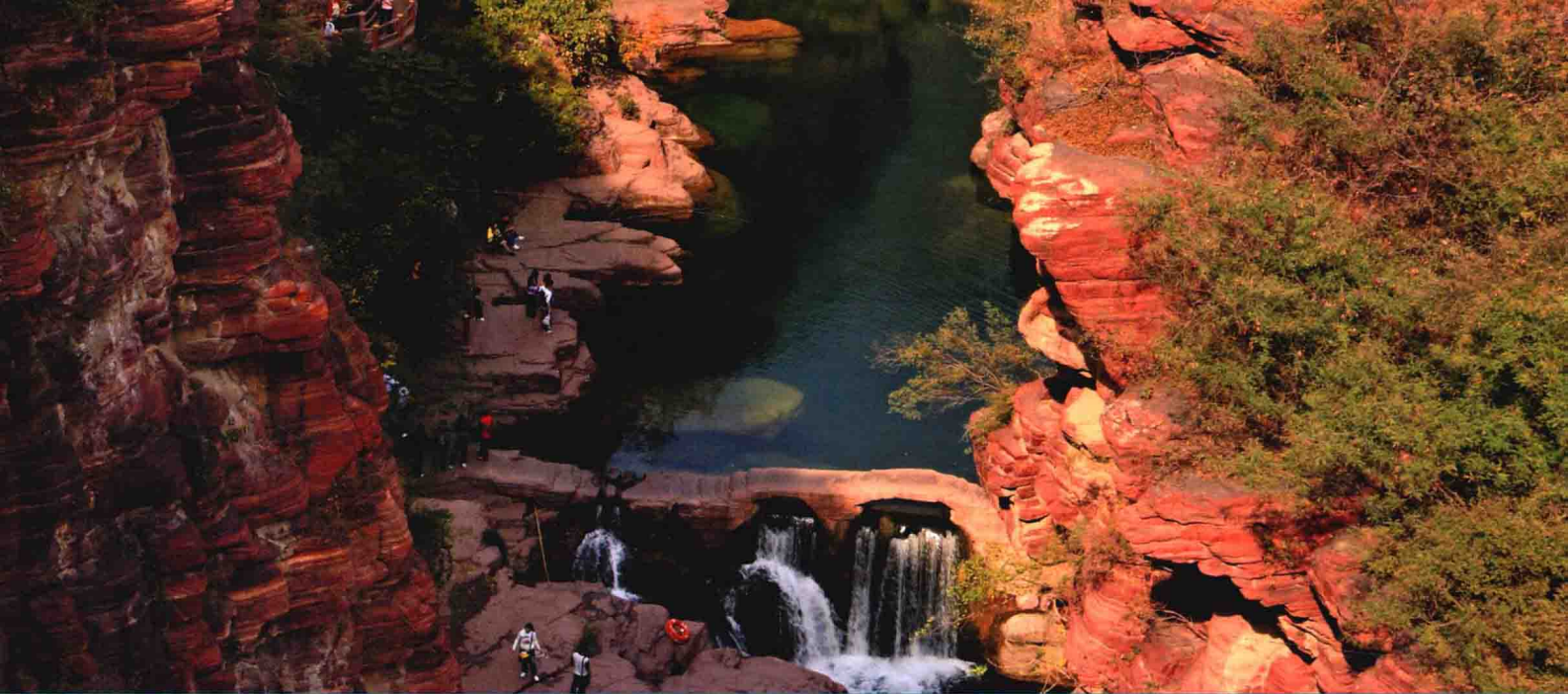
梅里雪山脚下的雨崩村是一片美丽的世外桃源，雪山、草甸、原始森林、冰川、瀑布等融为一体，十分壮美，牛、马、羊、猪、鸡在草甸上自由走动，画面安宁、祥和、纯美。

TIPS

转经

转经是藏传佛教中普及面最广的一种宗教礼仪，即围绕着某一特定路线行走、祈祷。信徒们认为，转经可以积累功德，也可以得到佛的佑护。

于杨 摄



7 以水为秀的云台山 河南

云台山以独具特色的“北方熔岩地貌”被联合国列入首批世界地质公园名录。云台山最著名的是水，景区内“三步一泉，五步一瀑，十步一潭”。落差 300 多米的“云台大瀑布”号称中国第一、亚洲第二。这座瀑布像擎天玉柱，水流狂泻，飞雾溅珠，飘飘洒洒，堪称天下奇观。

云台山不仅有水，还有奇峰秀岭 36 座，天然溶洞 20 余个。站在主峰茱萸峰峰顶，脚下是绵延浮云，山峦飘浮在云雾上，犹入仙境。云台山的青龙峡景点有“中原第一峡谷”的美誉，这里被原始森林覆盖，是生态旅游的好去处。

另外，你一定不要忘记去红石峡，全长 1500 米的峡谷，崖壁都是赤红色，这是我国北方地区少有的丹霞地貌峡谷景观。沿着蜿蜒的盘山小道向前，你会完全陶醉在这自然界的山水画廊之中。

但是要特别提醒一下，节假日这里游人摩肩接踵，可是没有停下来细细欣赏美景的机会和心情哦。

TIPS

丰富的植物和中草药



云台山植被茂盛，各种树木和奇花异草种类达四百多种。这里的中药材也非常丰富，除人参、灵芝外，还有闻名国内外的四大怀药（地黄、菊花、山药、牛膝），以及茱萸、连翘、天麻、当归等 200 多种。唐朝药王孙思邈曾在此采药炼丹，至今这一带山区还流传着他服仙丹升天的故事。





于铁军 摄

8 三教合一的武夷山

福建、江西交界处

武夷山是一座集儒、释、道三教于一身的文化名山，我们熟知的李商隐、范仲淹、陆游、辛弃疾、徐霞客等历代文人都曾游览过这里。

早在新石器时期，古越人就已在这里繁衍生息。如今悬崖绝壁上遗留的“架壑船棺”和“虹桥板”，反映了古越人特有的葬俗。唐代，唐玄宗

大封天下名山大川，武夷山也受到封表，并有刻石记载。武夷山属典型的丹霞地貌，它的美在于非常独特的红色的山。远古时期的地壳运动，使峰岩上升，沟谷下陷，山色因地热氧化而呈红褐色，山形因挤压而倾斜，形成了奇峰怪石的千姿百态……仔细观看武夷山的这些怪石，你会辨出很多有趣的形象呢。

你知道吗，武夷山还是乌龙茶的故乡呢，而大红袍更是荣膺“茶王”称号，在旧中国只有皇帝才可享用，充满了传奇色彩。

传说古时有一秀才晋京赶考，路过武夷山，病倒在这里。天心寺僧人将他抬回寺中，以九龙窠壁所产茶叶喂之。秀才很快恢复健康，头脑也倍感清醒，后高中状元。不久，他回天心寺还愿谢恩，又带了一些茶叶回京。当时京城惶惶不安，原来是皇后腹胀如鼓，疼痛不止，太医束手无策。状元向皇上献上茶叶并陈言武夷茶的神功，皇后饮用后，肚痛即止，积食日消。龙颜大悦，命状元前往嘉赏。状元至九龙窠以自己的红袍盖茶，顶礼膜拜。揭袍后，风茶树焕发红光，大红袍由此得名。

武夷山还是首批国家级重点风景名胜区之一，并荣膺“世界自然与文化双重遗产”称号。



于铁军 摄



TIPS

丹霞

丹霞，是地理学上很重要的名词，简单地说是陡崖的陆相红层地貌。它是指红色砂岩经长期风化和流水侵蚀，形成孤立的山峰和陡峭的奇岩怪石，是巨厚红色砂、砾岩层中沿垂直节理发育的各种丹霞奇峰的总称。

9 灵秀和谐三清山 江西

在江西省上饶市玉山、德兴交界处，有三座山峰俊秀挺拔，就像道教尊奉的三位天尊（玉清、上清、太清）列坐山巅，这就是著名的三清山。

三清山是道教名山，景色清幽静谧、纯美自然，一年中大约有 200 多个雾天，云雾使山峦浓淡明灭、变幻莫测，像一幅富有韵味的水墨画。尤其在日出时分更是群峰竞秀、景象壮美。

三清山经历了 14 亿年的地质变化运动，形成了举世无双的花岗岩峰林地貌，“奇峰怪石、古树名花、流泉飞瀑、云海雾涛”并称自然四绝。

到了三清山，一定要去看一下三清山的“巨蟒出山”，这可是三清山的标志性景观。100 多米的巨型花岗岩石柱，经过亿万年风雨，依然傲然挺立。石柱顶部扁平，颈部稍细，突兀跃立，形似一硕大蟒蛇破山而出，生动极了。



TIPS

和氏璧故事的发生地

传说战国时代著名的“和氏璧”，就是由楚人卞和从三清山玉台获得的。卞和采得玉璞后，怀着报国热忱献于楚王，却先后被楚成王、楚武王“以石为玉”的欺君之罪，砍去左脚和右脚。后来楚文王继位，卞和再次献玉璞，楚文王命人当殿琢开玉璞得和氏璧，卞和瞑目而逝，被葬于荆山下。后来才有了人们熟知的“完璧归赵”的故事。

周建和 摄

于铁军 摄