

“中国特色旅行地”丛书

一个旅游图书原创团队/二十余位旅游达人/八年走遍中国/奉献巅峰之作

最神秘探险地

TOP50

《旅游圣经》编辑部

中国最值得推荐的50个探险地
最恶劣的环境 最壮丽的美景
最糟糕的食宿 最淳朴的民风
最差劲的交通 最特殊的体验

明晰的星级评判
准确的文化解读
鲜活的私人体验
贴心的旅行攻略



人民交通出版社
China Communications Press



最神秘探险地TOP50

Zuishenmi Tanxiandi Top50

《旅游圣经》编辑部 著



人民交通出版社
China Communications Press

图书在版编目(CIP)数据

最神秘探险地TOP50 / 《旅游圣经》编辑部著. —

北京: 人民交通出版社, 2014.3

ISBN 978-7-114-11166-2

I. ①最… II. ①旅… III. ①旅游指南—西北地区②
旅游指南—西南地区 IV. ①K928.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第021233号

书 名: 最神秘探险地TOP50

著 作 者: 《旅游圣经》编辑部

策划编辑: 毛 鹏

责任编辑: 毛 鹏 李秀平

出版发行: 人民交通出版社

地 址: (100011) 北京市朝阳区安定门外外馆斜街3号

网 址: <http://www.ccpress.com.cn>

经销电话: (010) 85285988、85285997

总 经 销: 人民交通出版社发行部

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京市凯鑫彩色印刷有限公司

开 本: 880×1230 1/32

印 张: 11.75

版 次: 2014年3月 第1版 第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-114-11166-2

定 价: 39.00元

审 图 号: GS(2014)376号

(有印刷、装订质量问题的图书本社负责调换)

本图册中国界线系按中国地图出版社1989年出版的1:400万《中华人民共和国地形图》绘制

前言

这是一个优秀的旅游图书原创团队。《旅游圣经》团队于2005年成立，二十余位作者均为

资深背包客，主要成员多为硕士以上学历。从那时起，分批委派作者赴全国各地采线，从草长莺飞的江南到冰天雪地的塞北，从风光旖旎的东部海滨到充满神秘的雪域高原，短短几年间，走过了许许多多的城镇、村庄和山川，完成了全国所有重点旅游地区的采线，近年来又不断丰富和完善。至今已在多家出版社出版三十余本旅游图书，深受广大驴友好评。

这是一套集大成的特色旅游图书。二十余位旅行达人在历经八年时间走遍中国后，为深爱旅游的朋友们奉上了这些凝结了心血的作品。既有关于城市和乡村的《最爱古城镇TOP50》、《最美城市灵魂地TOP50》、《最迷人乡村TOP50》，也有背包客视角的《最神秘探险地TOP50》、《背包客珍藏地TOP50》，还有极具特色的



《小清新旅行地TOP50》、《最美隐居地TOP50》、《最震撼摄影地TOP50》。由于各类地方众多，而读者能去的地方却有限，为此，他们在每类中精心挑选了最好的50个地方。每篇文章不仅文字优美，充满了作者鲜活的私人体验，而且有精心的视角，对每个地方的交通、美食、住宿做出了星级评判，提供了贴心的小攻略。

这是一本荟萃了《旅游圣经》团队心目中最值得推荐的50个探险地的书。这些探险地多数集中在偏远的西部地区，如西藏、云南、新疆、四川、内蒙古等。去这些地方，要面对最差劲的交通，最糟糕的食宿，最恶劣的环境，进入高原可能还会有痛苦的高原反应。当然，相应的，你会收获最壮丽的美景，最淳朴的民风，最特殊的体验，那会成为你一生的精神财富。这些探险地是对于旅行者而非职业探险者而言的，都能提供最低限度的交通、食宿设施，但必须注意安全，不要擅入危险区域，留意陡峭路段，避开极端天气，有效克服高原反应等等。要记住，我们是在旅行而不是在冒险。唯有如此，才会不断收获那些人生中最美的记忆。

《旅游圣经》编辑部

目录

最神秘探险地
TOP

50

C O N T E N T S



一、西藏

→ 西藏交通旅游图	002
冈仁波齐峰	004
玛旁雍措	012
拉姆拉措	017
错高湖	025
南迦巴瓦峰	033
萨迦寺	039
珠穆朗玛峰	045
古格遗址	051
普兰	059
羊卓雍措	065
琼结藏王墓	071
雅鲁藏布大峡谷	075
然乌	080
察瓦龙	085
察隅	091
墨脱	095
桑耶寺	101
青朴	107
新藏线	113

➞ 二、云南

→云南交通旅游图	120
雨崩	123
尼汝	128
虎跳峡	137
六库	145
丙中洛	151
独龙江	159
中甸	165
泸沽湖	173
元阳梯田	179

➞ 三、四川

→四川交通旅游图	188
九顶山	191
牛背山	197
德 格	207
白 玉	212
稻 城	219
理 塘	227

➞ 四、新疆

→新疆交通旅游图	236
帕米尔高原	239
米兰古城遗址	247





雅通古斯	251
赛里木湖	257
库车大峡谷	263

➔ 五、内蒙古

→ 内蒙古交通旅游图	272
奇乾	274
鄂温克猎民点	281
额济纳	287

➔ 六、其他

北红村	294
→ 黑龙江交通旅游图	302
年保玉则	305
→ 青海交通旅游图	318
郎木寺	320
拉卜楞寺	329
→ 甘肃交通旅游图	334
周至老县城	337
秦岭大寺	343
→ 陕西交通旅游图	348
元宝山	351
→ 广西交通旅游图	356
神农架	359
→ 湖北交通旅游图	364





西藏



→ 琼结藏王墓



→ 然乌



→ 察隅



→ 桑耶寺



→ 新藏线



→ 雅鲁藏布大峡谷



→ 察瓦龙

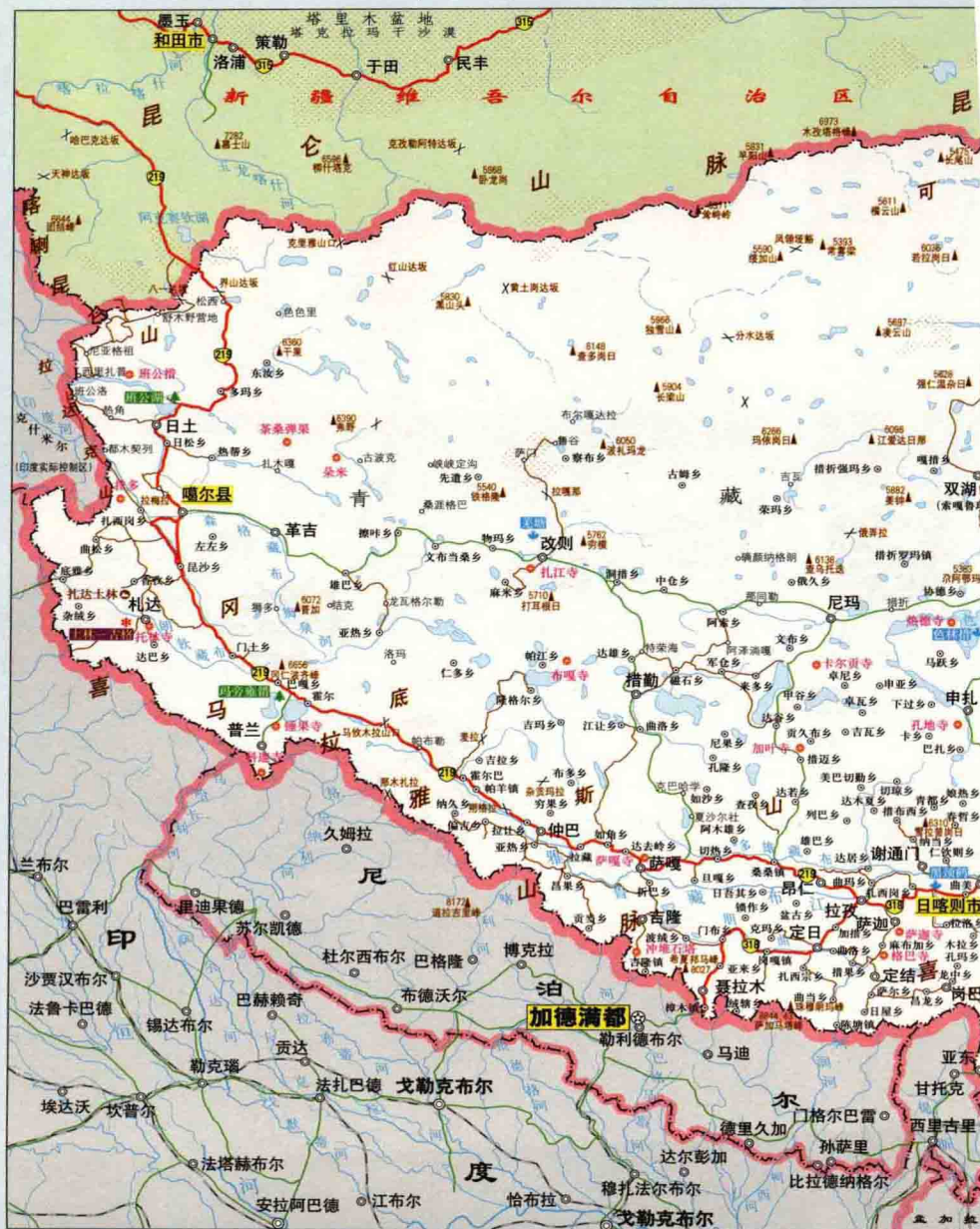


→ 墨脱



→ 青朴









冈仁波齐峰

神秘指数: ▲▲▲▲▲

交通指数: ▲

美食指数: ▲

住宿指数: ▲

解读冈仁波齐峰

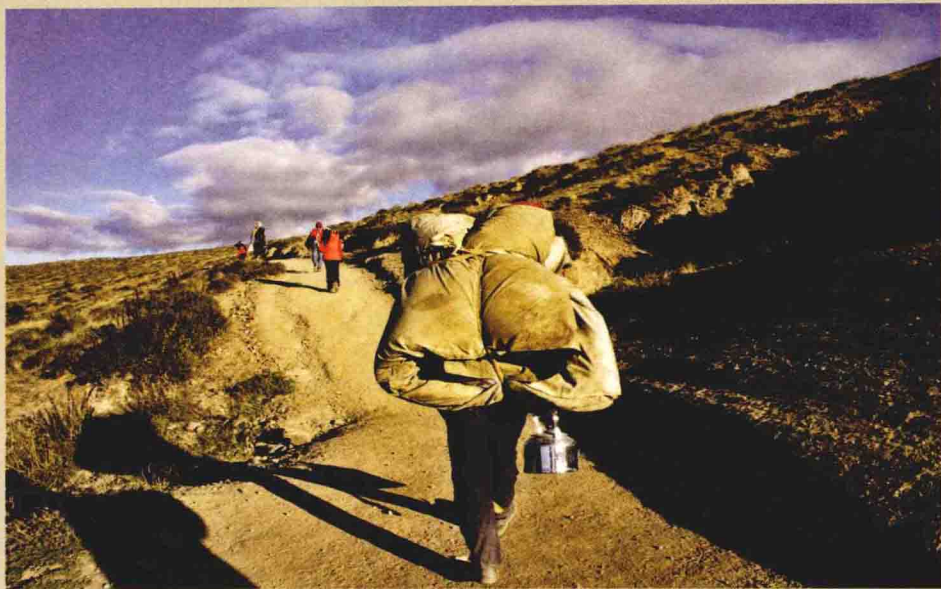
冈仁波齐，冈底斯山脉的主峰，海拔6656米，在藏语中意思为“雪山之宝”。从外貌上看，冈仁波齐呈橄榄尖状，在四周古城堡式的雪峰中显得格格外突兀，就像一个白色金字塔。藏传佛教、印度教、苯教和耆那教都把这里视为“世界的中心”。每年来冈仁波齐朝拜神山的人都络绎不绝，藏传佛教中称每转神山一圈，可以洗清这个轮回的罪孽，转十圈可洗清一劫（佛教用语）的罪孽，如果转上百圈则今生就能立地成佛。

地理位置：西藏自治区阿里地区普兰县。

神秘理由：藏传佛教、印度教、苯教、古耆那教等多种教派共同奉冈仁波齐峰为世界的中心。几个世纪以来，冈仁波齐峰一直是朝圣者和探险家心目中的圣地。

特色看点：日照神山、卓玛拉山口、寺庙。

从这个角度看过去，海拔6656米的神山冈仁波齐形似埃及金字塔，它傲视群山，威凛万峰之上。



○ 清晨的转山路上，背着包袱拎着水壶的藏民在我前面走得飞快

我一直犹疑着，该如何开启这一场关于转山的回忆之旅。越是难忘和珍惜的，反而越不易着笔，仿佛那么深刻而美妙的记忆，必须得经过一定时期的沉淀和积累，这是一个怪习惯。

那次转山本不是我阿里计划的必须事项，可就那样自然而然地转了。永远记得那个凌晨，经过半天一夜的班车颠簸劳顿，我们在凌晨四点多抵达塔钦。班车录像全程播放血腥的科幻片，我在梦中似乎也看见异形怪兽张着血盆大嘴。睡得正香，我们被司机的呼叫惊醒——下车下车，塔钦到了，转山的赶紧下车了！睡眠惺忪中瞥一眼手机时间，才凌晨四点多！

下车后好不容易找到旅店，没看条件没讲价钱，我们卸下大包，便一头栽进黑黢黢的简陋房间，关好房门，蒙头大睡。直到日上三竿的时候，我们迎着明晃晃的日光走出旅店。塔钦小镇一派安静祥和，纳木那尼温柔秀丽，神山露出微微的顶端。那天，我在塔钦无所事事地闲逛。镇上没有什么特殊景致，除

了微微露出小截山体的冈仁波齐。这里的住宿和饮食都相当简陋，仿佛只是一个因转山应运而生的小镇。好吧，我来塔钦做什么？

于是，就那么自然而然，翌日清晨九点，随着那些虔诚的信徒，我踏上了漫漫转山路的第一步。清晨的光线柔和美妙，回望纳木那尼，一抹浅红的云雾缭绕在山峰之上。小路绕着山腰蜿蜒，几乎没有什么坡度，最初的徒步也是轻松惬意的，边走边拍照，转山小道上投射出自己长长的身影。背着大包袱拎着暖水瓶的藏民在前面走得飞快，叩长头的同胞则双手套着木板，三步一叩首，他们要走多久呢？这样一队队人马让我感觉转山之路并不寂寞，扛铺盖卷的，背登山包的，挎编制口袋的，叩长头的……转山道上，我们同样平等。

一个小时左右，到达第一个神山礼拜台，这里只能看见冈仁波齐小小的顶端。经幡猎猎飘舞，藏民都停下来念经祈祷。天气好得出奇，神山上面没有一丝云雾，峰顶白雪皑皑，闪闪发亮。接下来的道路绕着一段开阔的河谷而行，白云在天空中变幻无穷，在光滑裸露的山坡制造出奇妙的光影效果。

仿佛没多久便到了曲古寺，几十上百只野狗躺在地上悠闲地晒着太阳，见

人走过，有的不理不睬，有的则如影随形跟在后面。很多都是身形巨大的黑狗，不跑也不吠，静悄悄走在你的身后，总是保持几米的距离。

午后时分，坐在路边石头上吃过简单干粮，

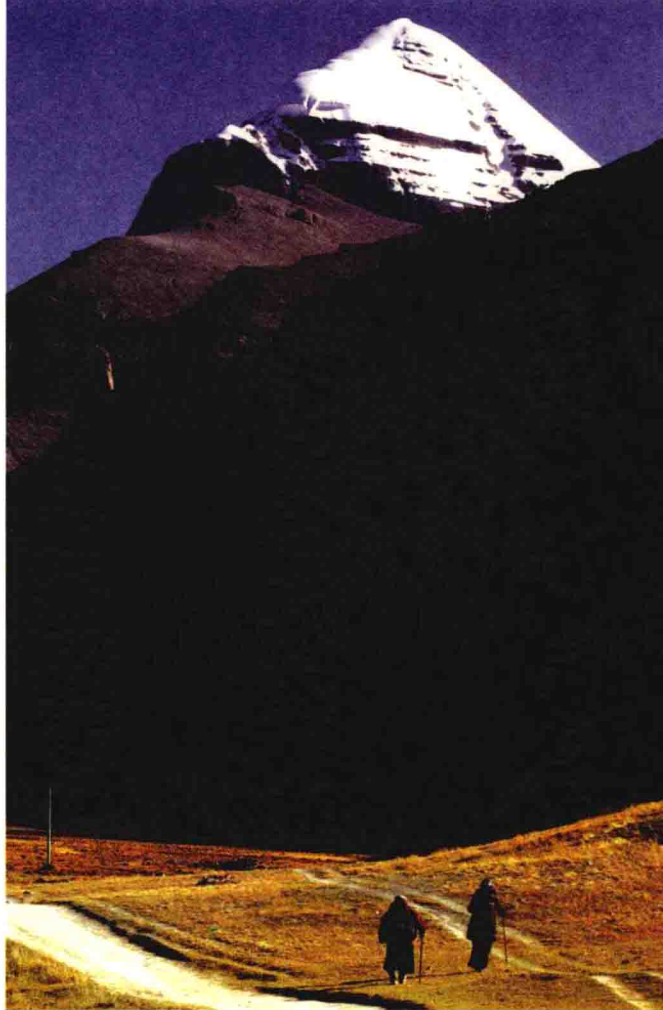


○ 牛头和玛尼石上刻满藏族经文，显得如此神秘

继续前行。阳光越发炽烈，山体荒凉干燥，经过德斯西方礼拜台、两头磐、释迦牟尼脚印等一些传说中的典故之地，终于在一座小桥边看见芝热寺的路标，心中一阵轻松——距离今日投宿地不远了。小桥上的木板已经破损，河滩边有很多石头。躺在河滩上，听着小河潺潺流过，天那样蓝，云那样白，说不出的舒服和惬意。

穿过一大片五颜六色的经幡，前方一排整齐的白塔在蓝天下那样耀眼，芝热寺到了。这里面对神山北壁，又被称之为“恰擦岗”——信徒在这里可以向神山进行五体投地的朝拜和许愿，同时这里也是观赏神山背风景色的最佳之地。

投宿芝热寺。戴着头巾、帽子和墨镜，我把自己捂得严严实实，全副武装坐在寺庙招待所前的石梯上，有一搭没一搭地跟其他投宿的旅人聊天。虽然阳光灿烂，寒风从对面神山吹来，感觉依然很冷。僧人提来满满一壶酥油茶，香浓而热气腾腾，一杯下肚，全身顿感温暖。傍晚的阳光投射在神山另外一端，给它锋利的山脊镶上一道金色的亮边。积雪覆盖山顶，硕大的山头仿佛离我们



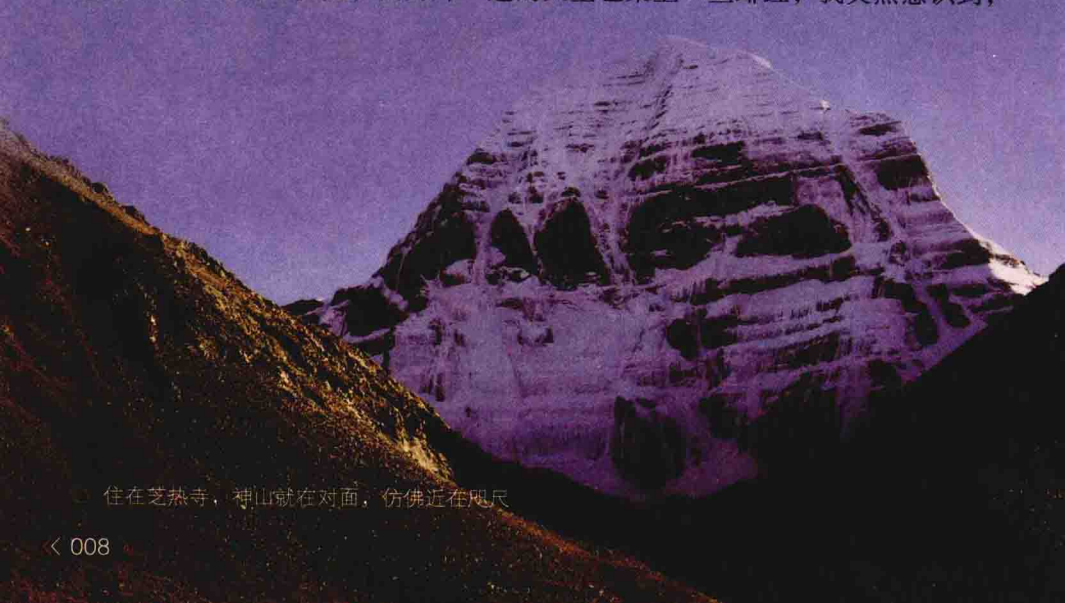
○ 两个寂寞的身影行走在白雪皑皑的神山之下

很近，让人误以为转眼就能去到它的脚下。山体某些部位裸露出黑色的岩石，就像黑色的眼睛，凝视着我。

傍晚时分，大家聚在招待所旁的小卖部，那里有温暖的炉火和热情的藏民。芝热寺不提供饭食，只能靠方便面果腹。小卖部的师傅不停把牛粪添加到火炉上，不停给大家的水杯掺水；转山的藏民手捏糌粑，喝着酥油茶和啤酒，还啃泡椒凤爪，乐呵呵跟大家一起聊天。小屋是那样温暖，大家都舍不得离开，直到晚上十点，炉火已快燃尽。

第二天清晨不到七点起床，喝几口热水，啃两个面包，天还没亮就匆匆出发。在黑漆漆的暗夜中，一行人马完全凭着感觉前行，离开芝热寺不久，便开始爬一座很有坡度的小山。在这样海拔超过5000米的高原行走，纵是平地也会感觉呼吸不畅，何况爬山急行军。没有人说话，黑暗中只听见自己沉重的呼吸声，幸亏领头的人行走节奏掌握得很好，跟着他不急不慢地前行，一步一个脚印，不知不觉便也翻过了这座陡峭的山坡。

大约八点多，被高海拔折磨得气喘吁吁的我本没有刻意等待神山日出，闷头前行，走着走着，突然感觉漆黑的夜幕变得深蓝继而逐渐发亮发白，对面一直黑暗的山顶有了亮光，而另外一边的天空也染上一丝绯红，我突然意识到，



住在芝热寺，神山就在对面，仿佛近在咫尺



神山就要亮了！静静坐在路边守候，仅仅几分钟时间，天空逐渐发红发亮，金色的阳光照射在冈仁波齐的金字塔顶端，然后从顶端一点点往下移动，白色积雪逐渐变黄变亮，直到整座山头完全笼罩成一片金色。我屏住呼吸，一点不能言语，完全忘掉一切思想，唯有机械地按下相机快门。

亲历日照神山的好运让我精神振奋，力量倍增。接下来的路段是一片荒凉的山坡，小路两旁怪石嶙峋，满山坡扔满各式各样的衣服、裤子和布条——藏民们认为，这样代表着一次象征性的死亡，留下一滴血、一束头发或一件衣服，就表示告别过去的苦难，开始新生。在幽蓝晨曦的笼罩下，这面山坡显得异常神秘和诡异。

卓玛拉山口，海拔5700米，是整个转山途中最具挑战性的垭口，正在前方虎视眈眈等着我。远望山口的经幡，仿佛路程并不太远，可是这一段道路海拔升高，坡度渐陡，每走一步仿佛都背了沉重的包袱，气喘吁吁。一步一个脚印，慢慢往上挪动，终于在一个小时后顺利到达垭口。满山的经幡让人震撼，对面山顶的积雪在阳光照耀下闪闪发亮。那一刻，我的心里有些激动。

高原上狂乱的风吹过垭口，我用帽子和头巾把自己裹得严严实实，还是觉得很冷。没有过多停留，沿一条狭窄陡峭的碎石小道下山，碧绿如玉的托吉措（慈悲湖）静静躺在谷底另一侧——藏民们传说，在湖中沐浴能洗净身上的污垢和孽障。这一段坡体陡峭，碎石难行，稍不留神就会滑倒，我走得十分小心翼翼，甚至无心路边的风景。下到平地，前方出现一段突兀的白色冰川，那样静静躺在乱石路上，就算有刺眼的太阳照耀，依然显得如此寒冷料峭。

我以为已经走下垭口，没想到最难走的路还在前面。前方坡度陡降，几乎无法称之为路，全是很小的碎石，滑溜难行，只有顺着前人的足迹，身体呈半蹲姿势，一步一步从坡顶滑到底部。每一步都走得胆战心惊，稍有不慎就会滑下坡去。终于顺利到达谷底，看见了平坦的河谷和小路，河边小桥旁扎有几顶帐篷，这就是传说中又一处帐篷客栈了，歇脚的藏民在里面喝着热热的酥油茶。

前方路远，不敢多加停留，接下来是一段遥远漫长的平路。没有垭口和陡