



摄影之旅

藏羚羊旅行指南编辑部 编著

第2版

新疆摄影之旅

自然风光、民族风情等8大摄影主题，11条旅行摄影路线

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

新疆摄影之旅(第2版)



藏羚羊旅行指南编辑部 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

新疆摄影之旅 / 藏羚羊旅行指南编辑部编著. -- 2
版. -- 北京: 人民邮电出版社, 2012.8
(摄影之旅)
ISBN 978-7-115-28834-9

I. ①新… II. ①藏… III. ①旅游指南—新疆②旅游
摄影—摄影艺术 IV. ①K928.945②J416

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第146180号

内 容 提 要

本书为《新疆摄影之旅》的第2版, 不仅延续上一版的特色, 介绍了沙漠、草原、湖泊、帕米尔高原、雅丹地貌、民族风情等摄影题材, 提供了摄影器材选择技巧、出行时间安排、经典摄影行程等信息供读者参考, 并且在上一版的基础上更新了目的地旅行资讯, 根据摄影器材技术的发展进行了内容的调整, 以便摄影爱好者能通过镜头更好地捕捉那些动人心魄的美景。

摄影之旅

新疆摄影之旅(第2版)

-
- ◆ 编 著 藏羚羊旅行指南编辑部
责任编辑 谢元琨
执行编辑 李 新
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京捷迅佳彩印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 690×870 1/16
印张: 14.5 2012年8月第2版
字数: 276千字 2012年8月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-28834-9

定价: 49.80 元

读者服务热线: (010)67172489 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

前言

关于本书的读者

本书主要是为爱好旅游摄影的读者准备的。为了更好地满足他们的需求，我是从以下三方面进行考虑，然后编写的。

第一，没有充裕的时间。普通游客花一两个小时游览的景点，摄影者为了拍出好照片，可能需要半天甚至一天。有时为了等待早、晚的黄金光效，可能还需要在拍摄点过夜。因此，如果和普通游客一样游览同样多的景点，旅游摄影者需要的天数就可能多出一倍。

第二，对旅游摄影者来说，能成为好作品的拍摄对象，不一定是在目的地，也可能在旅途中，这一点在新

疆的旅行摄影中表现得尤为突出。因此，以公共交通为主的旅游方式并不适合一个旅游摄影者。

第三，作为一个旅游摄影者，他们想首先得到的资讯是可以拍到什么、什么时候拍最好、每天的黄金拍摄时间是几点。之后才是怎么能够到那里、如何设计行程、在行程中能在当地得到什么样的帮助、如何合理地安排时间和花费。

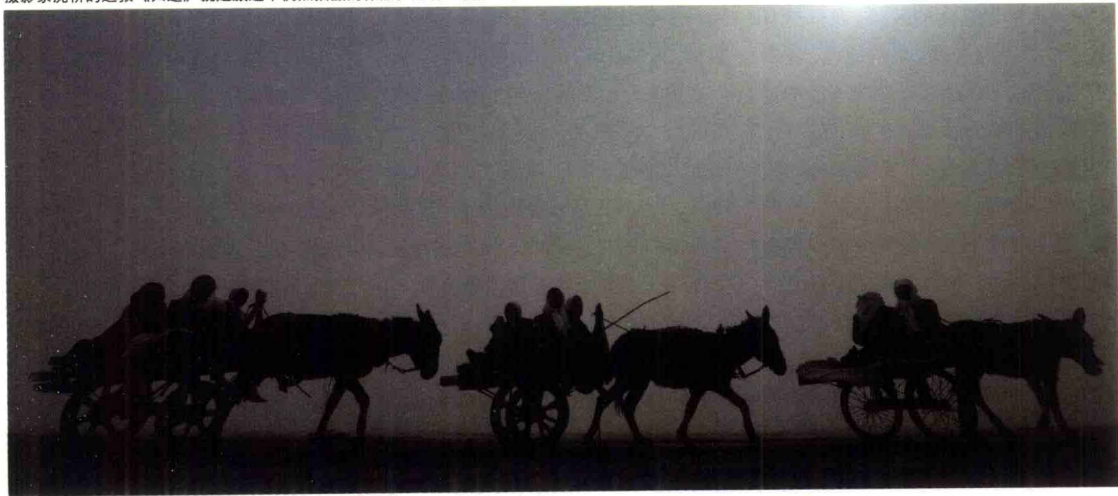
当我明白了一个旅游摄影者有不同于普通自助旅游者的需求以后，我认为在这本《新疆摄影之旅》中，要把省钱变成合理消费，同时提供更多与摄影有关的旅行资讯内容。在拍摄环节，我加入了很多自己的摄影体会，

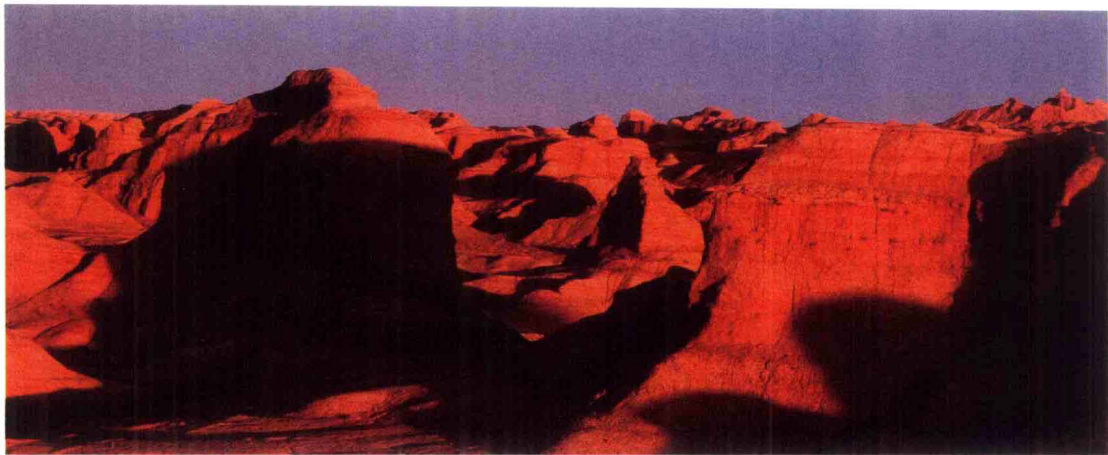
这些体会带有较多的个人色彩，一是供大家参考，二是与大家交流。当然，在书里我也把最新的长途班车等资讯内容提供给大家，假如你确实有很多的闲暇时间去旅行，那么你也可以采取普通背包客的旅游方式。

关于本书的内容

新疆是中国面积最大的省区，其丰富的旅游资源在全国也是数一数二的。如何选取适合游客拍摄的题材并予以推介，是很头痛的问题。每一个景点都是如此精彩，靠一本薄薄的手册很难全面介绍，同时大而全也未必是一个旅游摄影者所需要的。我思考再三，决定先对新疆的拍摄题材做一个归

摄影家沈桥的这张《归途》就是旅途中偶然拍摄的作品。这种“偶然”在新疆是经常会遇见的。





五彩湾。

纳，然后把该题材中最有代表性的经典拍摄地做一些相关介绍，并为大家提供可以借鉴的拍摄行程设计。在行程设计中，除了包含经典拍摄地外，还包括了沿途其他一些值得拍摄的景点。

关于实事求是原则

尽管有很多次新疆旅行摄影的经历，但对于偌大的新疆，我依然有很多地方没有去过。坦白地说，我最不擅长民族风情摄影，对此不敢胡说八道，免得误导大家。在本书的写作中，我得到多年好友、新疆著名的民族风情和人物摄影家沈桥先生的帮助。几十年来，他对拍摄民族风情的摄影作品乐此不疲，积累了丰富的经验，好作品非常多。通过他的讲述，我写出了“新疆民族风情摄影”一章，并使用了他的很多作品予以说明。限于篇幅，本书只能少量发表他的作品，对拍摄民族风情有兴趣的读者，不妨登录网站www.xjphoto.cn，网站里

面存放着沈桥先生的2600多幅新疆作品，无论是风情还是风光，一定会让大家有所收获。

关于摄影器材的技巧

今天，摄影早已没有了专业和业余的区别，我曾对一位摄影家朋友开玩笑说：“你现在一定感到很失落，因为一个摄影发烧友在一年拍摄的照片数量，可能比你10年拍摄的都多，他们在网上贴出来的作品，很多是大师级的！”这是玩笑，也是真实情况。摄影进入数码时代后，摄影的成本大大降低。高智能的数码相机使技巧变得简单，你可以在现场试验无数种曝光组合，并且当场就能看到拍摄效果。

虽然如此，传统的胶片机并未退出历史的舞台。不但有人仍在使用胶片机拍摄，而且多是一些较为专业的人士在用，彰显着他们对底片和不修片作品的热爱与忠诚。就像机工鞋大行其道的今天，内联升仍是很多人的

挚爱一样，传统的胶片机也仍有一群固定的追随者。本书中的照片，既有用传统120、135胶片机拍摄的，也有用数码单反相机拍摄的。正所谓“黑猫白猫，抓住耗子的才是好猫”，喜爱使用何种器材，或许是个人的偏好，但无论用哪种，拍出好片子才是王道。希望这些摄影作品的观赏性，不会让读者失望。

技巧虽然重要，但不是不能逾越。新摄影者和老摄影者之间的区别，仅仅是经验的差异。所以，本书在图片部分，摒弃了以前常常标明的“拍摄数据”之类的内容，而是更多地介绍摄影者在拍摄照片时的体会和经验，供读者和摄友参考借鉴。

总之，“务实和帮助”是我写作本书的宗旨，至于是否真的做到了，还请读者来评定。



从这一刻起程

新疆旅行必读——写给第一次到新疆的旅行者 1

新疆旅游	4	北疆旅游	4	东疆旅游	5
南疆旅游的内容	4	北疆旅游的内容	4	特种旅游	5

出发前的准备

新疆旅行必备资讯	7	通信	19	新疆旅行的其他生活装备	23
新疆的旅游门票价格和景点开放时间	8	购物	19	摄影的器材装备	24
交通	12	新疆旅游相关机构咨询电话	19	关于相机的选择	24
气候和季节	15	旅行装备	21	关于镜头的选择	25
住宿	16	标准服装	21	三脚架	25
餐饮	18	特殊服装	22	包中常备摄影配件	25

如何制订你的“摄影家行程”

按照你想拍摄的目的地制订行程	27	了解你所要去的目的地之间的距离和交通方式	27	根据拍摄题材和季节制订行程	28
明确你的假期时间	27			根据你拥有的假期时间制订行程	28
明确你所能承担的费用	27				



专题摄影

29



新疆沙漠摄影 31

在沙漠中能拍什么 32

沙漠曲线	32
沙漠风纹	33
沙漠胡杨	33
沙漠故城	38
沙漠驼队	38

沙漠摄影的器材选择与保护 39

器材选择	39
器材保护	41

沙漠摄影的旅行装备 44

新疆代表性沙漠拍摄点 45

鄯善沙山公园	46
麻扎塔格山	48
达里雅布依乡	52
轮台胡杨林公园	56



新疆草原摄影 59

在新疆的草原上能拍什么 60

山脉、丘陵是新疆草原的特色 ...	60
草原河流如水墨写意	61

草原晨雾让你的作品如诗如画 ...	61
草原动物的拍摄	64
草原植物的拍摄	65

草原摄影的器材选择与保护 66

器材选择	66
器材保护	67

草原摄影的旅行装备 68

服装	68
野营及其他用品	68

新疆代表性草原拍摄点 68

巴音布鲁克草原	69
那拉提草原	74
巴里坤草原	76



新疆湖泊摄影 79

新疆湖泊摄影能拍摄到什么 80

湖泊+草原	80
湖泊+森林	81
湖泊+雪山	84
湖泊+沙漠+水生植物	84

湖泊摄影的器材选择 85

相机和镜头	85
其他配件	85

湖泊摄影的旅行装备 85

服装	85
野营及其他用品	85

新疆代表性湖泊拍摄点 86

天山蓝宝石——赛里木湖	87
中国的瑞士——喀纳斯湖	92
新疆标准照——天池	98



帕米尔高原摄影 101

在帕米尔高原可以拍摄到什么 ... 102

高原风光的代表——雪山、湖泊 ...	102
帕米尔高原的丝绸之路文化	103

高原摄影的器材选择 107

相机和镜头	107
其他摄影配件	107

高原摄影的旅行装备 107

服装	107
高原必带生活用品	107
高原民族风情	108

高原反应的应对 112



地

新疆地质景观摄影 ... 115

在新疆能拍摄到什么样的地质景观 116

雅丹地貌 116

赤砂山 116

风蚀花岗岩地貌 117

地质景观摄影的器材选择 121

相机和镜头 121

其他配件 121

地质景观摄影的旅行装备 122

服装 122

野营及其他用品 122

新疆代表性地质景观拍摄点 ... 123

库车的峡谷 124

库车盐水池 128

吐鲁番火焰山 132

雅

新疆雅丹地貌摄影 ... 135

雅丹地貌拍摄什么 138

拍具象 138

拍抽象 139

拍色彩 139

拍意境 142

雅丹地貌摄影的器材选择与保护 143

器材的选择 143

器材保护 144

雅丹地貌摄影中的旅行装备 146

服装 146

野营及其他用品 146

新疆代表性雅丹地貌拍摄点 ... 147

乌尔禾魔鬼城 148

惊世骇俗的雅丹地貌——五彩湾 154

罗布泊龙城雅丹地貌 158

丝

丝绸之路文化摄影 161

新疆能拍摄到哪些丝绸之路文化 162

故城遗址 162

佛教石窟 163

丝绸之路其他遗迹 164

丝绸之路文化摄影的器材选择 165

相机和镜头 165

其他摄影配件 165

丝绸之路文化摄影的旅行装备 166

新疆代表性丝绸之路文化拍摄点 167

交河故城和高昌故城 168

克孜尔千佛洞和库车克孜尔尕哈烽燧 172

昭怙厘大寺(苏巴什古城) 174

楼兰古城 176

人

新疆民族风情摄影 181

新疆民族风情的拍摄时机 182

在民族传统节日拍摄风情 182

在旅游节上拍摄民族风情 182

拍摄日常生活中的民族风情 183

新疆最重要的传统少数民族节日 184

肉孜节(开斋节) 184

宰牲节(古尔邦节) 184

诺鲁孜节 184

阿肯弹唱会和草原那达慕会 185

民族风情摄影的器材选择 186

相机 186

镜头 186

其他摄影配件 186

民族风情摄影的服装以及其他生活装备 186

新疆民族风情经典摄影题材 ... 188

维吾尔族风情 188

哈萨克族和蒙古族风情 192

塔吉克族和柯尔克孜族风情 194



经典摄影行程

197

新疆摄影行程设计 199

常规旅游摄影行程设计 200	线路2: 罗布泊楼兰摄影之旅 207	摄影之旅 215
线路1: 北疆摄影之旅 200	线路3: 喀纳斯湖— 天山山脉摄影之旅 208	线路7: 和田河沙漠摄影之旅 218
线路2: 南疆摄影之旅 203	线路4: 南北疆精华摄影之旅 211	线路8: 柯尔克孜猎鹰节摄影之旅 ... 218
线路3: 吐鲁番鄯善巴里坤摄影之旅 205	线路5: 罗布泊、阿尔金山及羌塘无人区 摄影之旅 211	虚拟行程设计 219
特种旅游摄影行程 206	线路6: 精编版罗布泊阿尔金山	线路1: 黄金周的7天行程 219
线路1: 南疆沙漠风情摄影之旅 ... 206		线路2: 6~8月的7天摄影线路 ... 219

新疆摄影心得 220

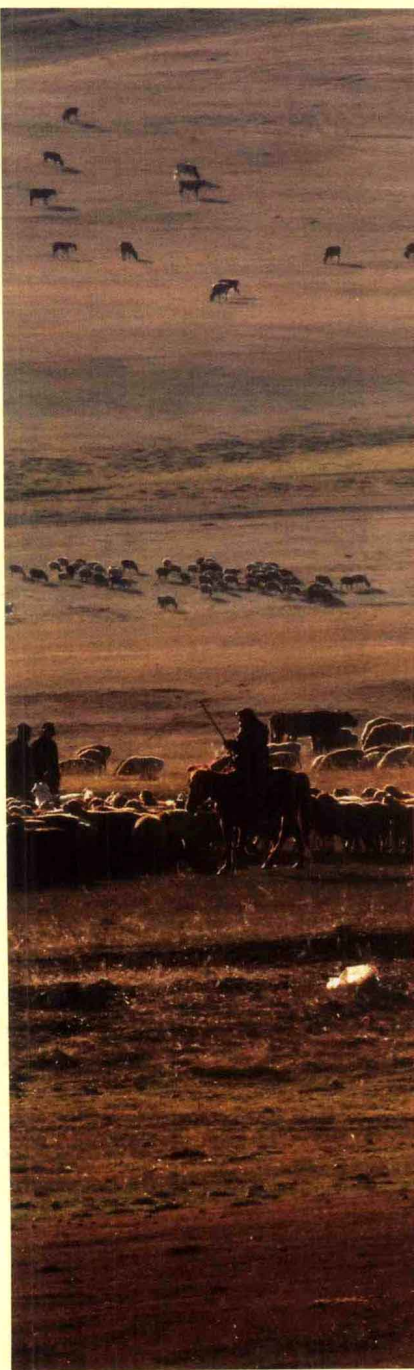
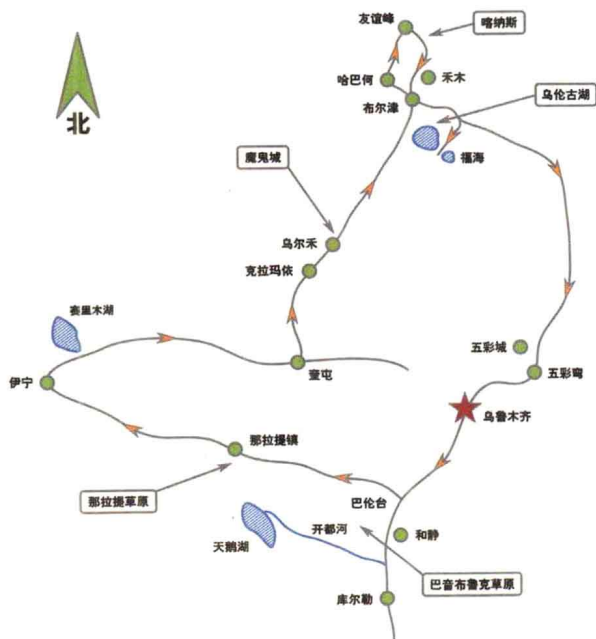


从这一刻起程

这种路边的风景随处可见，起初我称它为“捡回来的风景”，时间长了，我发现“捡回来的风景”比到了目的地后拍摄的风景还多。

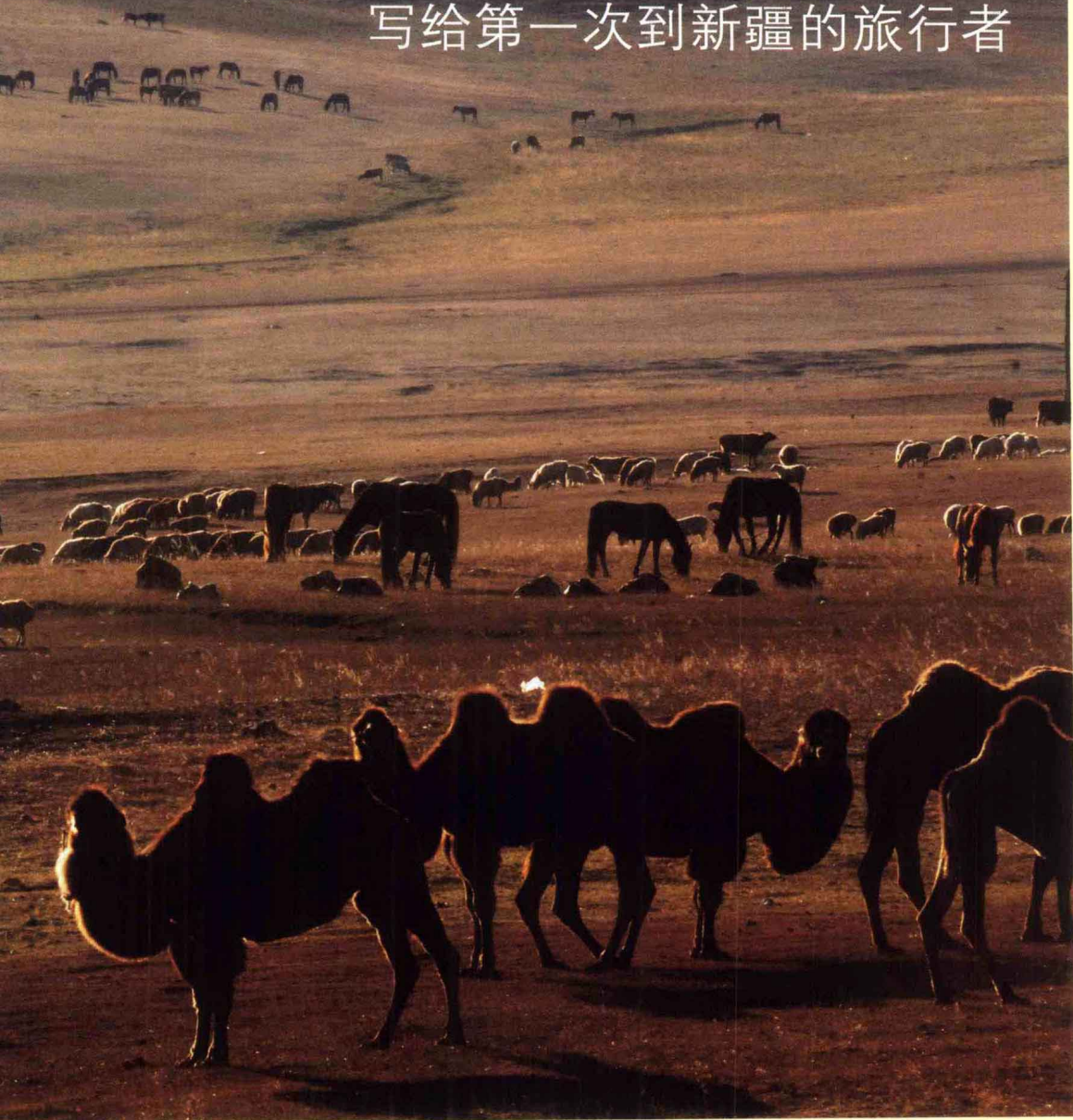
在动笔写这本书之前，我刚好看到一个新疆朋友的博客。他写了在北京遇到的一件事，让我哑然失笑。他说，他在北京出差时，有个招待所里的大姐知道他来自遥远的新疆后问他：“你们每天都骑马上班吗？”我相信能提出如此幽默问题的人一定是少数，但由此我也想到，中国太大了，了解新疆的人还很少，所以有必要在书里给没到过新疆的人先做个简单的介绍。

新疆旅游大致可以分为南疆旅游、北疆旅游、东疆旅游、特种旅游4部分。



新疆旅行必读——

写给第一次到新疆的旅行者



南疆旅游

通常说的南疆旅游基本上是围绕塔克拉玛干沙漠的环游。塔克拉玛干沙漠是世界第一大流动性沙漠，面积有33万平方公里左右，仅仅绕沙漠一圈就需要七八天的时间。如果是普通游客，若想玩得完整一些，至少需要18天到20天时间。假如你没有那么长的假期，就只能有选择地旅行了，如何选择，完全看你兴趣所在。

南疆旅游的内容

南疆旅游从内容上可以分成4类：丝绸之路文化、少数民族风情、沙漠风光、高原风光。有一点需要提醒的是，新疆旅游和许多地方不同，就是在新疆旅游不一定到景点才有意思，很多时候你是在体会旅途的感觉。也许临行前看看古代边塞诗词，

对你的旅行大有裨益，一路上“大漠孤烟直，长河落日圆”之类的西域景色随处可见。

丝绸之路从甘肃敦煌进入新疆后，分成3条路线，即北线、中线、南线，在南疆的就是中线和南线。中线是沿着塔克拉玛干沙漠的北缘，经过库尔勒、库车、阿克苏到喀什、帕米尔，然后出境；南线是沿着塔克拉玛干沙漠南缘，经过若羌、且末、民丰、于田、和田，到喀什和中线合并。

要拍摄丝绸之路文化，在南疆不能舍弃的地点是库车、阿克苏、喀什、且末、和田等，这几个地方集中保留了丝绸之路文化（佛教石窟、故城、古墓等）和丝绸之路遗风（贸易、工艺制作等）。

拍摄维吾尔族风情的最佳地点是喀什、和田、库车，这三个地方是维



如果说丝绸之路文化是历史上的灿烂，那么民族风情则是新疆今天最活跃的文化元素。

吾尔族的聚居地。而拍摄塔吉克族和柯尔克孜族风情，就要从喀什去帕米尔高原了。从喀什走中巴公路，大半天就可以到达塔什库尔干县，途中经过高原雪山、湖泊、牧场，景色十分壮丽。去一趟帕米尔高原，至少需要3天时间。

关于沙漠，新疆有太多拍摄的地方了，详见本书介绍拍摄沙漠的有关章节。

北疆旅游

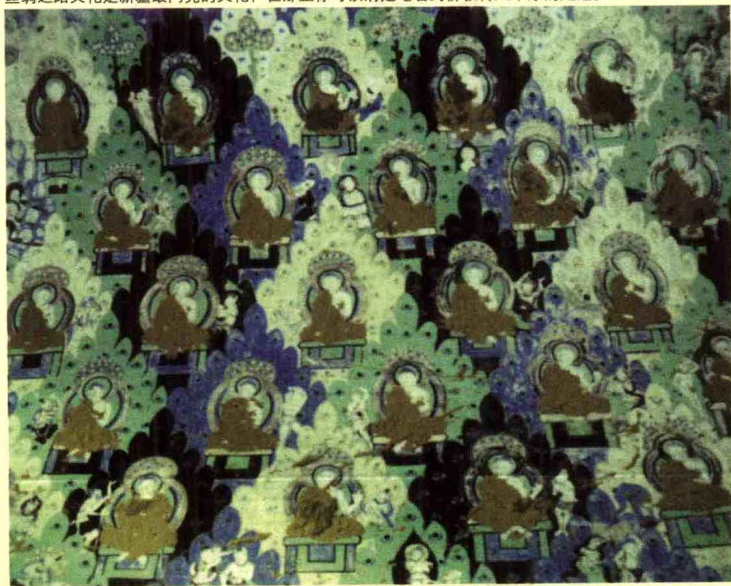
北疆旅游是指到天山以及天山以北的旅游。北疆线如果串起来，长度和南疆差不多，所以要好好拍摄也要15天以上。但是北疆的线路比南疆更容易组合。

北疆旅游的内容

北疆旅游最适合那些热爱自然风光的人，草原、湖泊、森林、雅丹地貌，还有人工种植的、一眼望不到边的向日葵，可以拍摄的地方太多了。

北疆湖泊最著名的有3个，1个是天池，1个是赛里木湖，1个是喀纳斯湖。草原就更多了，有巩乃斯、那拉提、唐布拉、喀拉峻等。著名的巴音

丝绸之路文化是新疆最闪亮的文化，在那里你可以清楚地看到佛教传入中原的足迹。





很多年前我和一个台湾摄制组在北疆拍摄时，巧遇了草原那达慕。但以后再也没有这么好的运气了。那是那次那达慕大会上的蒙古族摔跤手。

布鲁克草原在行政区划上属于南疆的巴音郭楞蒙古自治州，但在旅游行程上，通常把它划在北疆旅游线路中，因为经过巴音布鲁克草原前往北疆的旅行是十分精彩和经典的。

北疆的民族风情，主要是探访哈萨克族和蒙古族。如果赶上草原上每年农历六月初四到初六的那达慕大会和塔格楞节（俗称祭敖包节），那你在摄影上就有喜人的收获了。

东疆旅游

所谓东疆旅游，具体说就是吐鲁番、鄯善、哈密这条线的旅游。这条路比较短，路况也好，到吐鲁番是高速

公路，如果有一周时间，就可以玩遍。去东疆旅游很方便，且各方面旅游条件都很好，在此不做过多介绍了，后面

这张照片拍摄于1993年11月21日上午11点。这是个历史性的时刻——中英联合探险队在塔克拉玛干沙漠徒步60天，完成了历史上自西向东首次全程横穿塔克拉玛干沙漠的探险。这是到达终点罗布庄的情景。从这天起，新疆的沙漠旅游进入兴盛时期。



在有关拍摄的章节会有所提及。

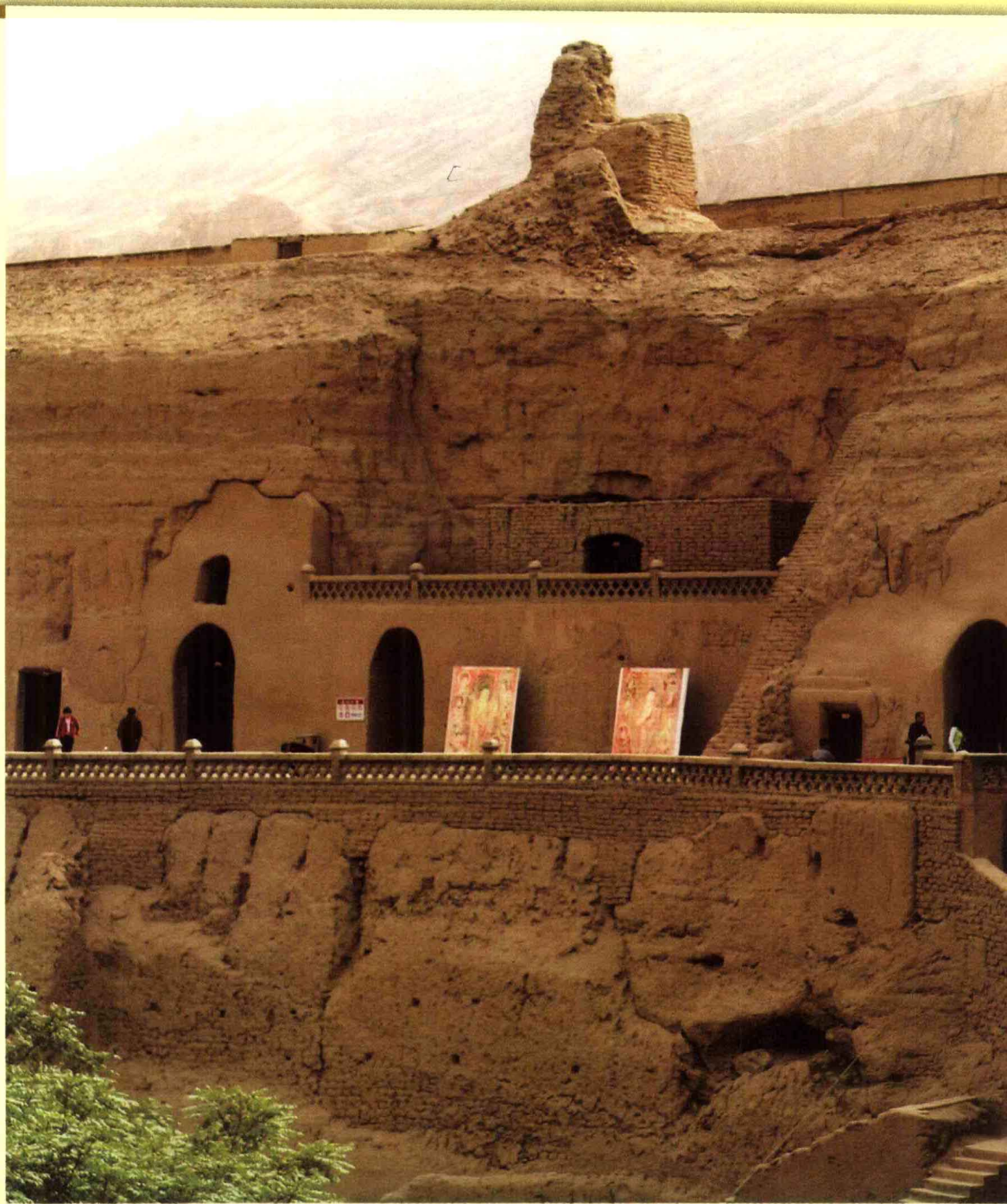
特种旅游

新疆的特种旅游是值得体验的。在新疆的特种旅游主要是探险旅游，因为新疆的探险旅游资源可以说是中国最好的。沙漠穿越、登山、漂流、高山徒步等都是新疆特种旅游的经典项目。

新疆的探险旅游，很多都具有一定的危险性，最好参加由一定资质的旅游团体组织的活动，以免遇到危险。

对喜欢汽车越野的人来说，罗布泊是他们的天堂。到楼兰的最后18公里，可称是达喀尔拉力赛线路的缩影版。





出发前的准备

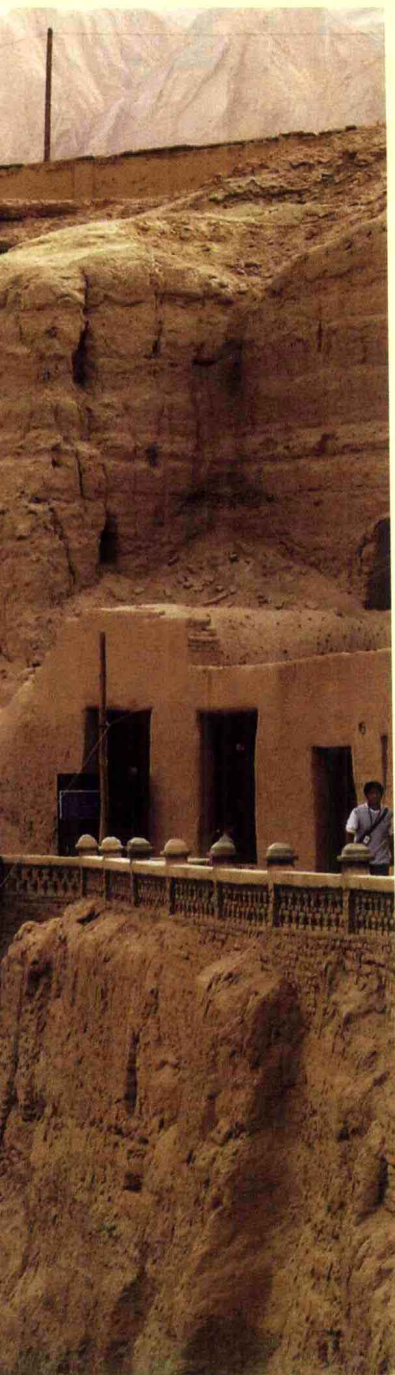
在你开始“新疆摄影之旅”之前，以下几个工作需要提前做好：第一，了解新疆必要的旅游资讯；第二，了解新疆的旅游服务机构；第三，准备好你的旅行装备；第四，准备好你的摄影器材。

新疆旅行必备资讯

我们幸运地生活在网络时代，所以了解一个地方的资讯，最快捷的方式就是通过网络查询。但是新疆的旅游网站建设似乎不能满足自助旅游者的资讯需求。尽管新疆的旅游网站也有“自助旅游交通”、“自助旅游住宿”等栏目，但你打开后会发现并没有细致的攻略介绍。例如，你打开一个新疆旅游的官方网站，在“自助游交通”栏目中的“喀纳斯—布尔津”子栏目里有这样的介绍：“早乘汽车赴禾木，

参观五彩河岸、草原石人，沿途观‘金山’——阿尔泰山的雄伟与秀丽，‘银水’——额尔齐斯河的自然风光。还能欣赏到美丽、迷人、纯净、自然的卧龙湾、月亮湾、神仙湾。坐游艇（自费）观赏喀纳斯湖曲折的三道湾。”

这样的介绍对我们这些摄影者没有什么帮助。本书尽量搜集新疆各方旅游资讯提供给大家，由于资讯总是在不断变化中，以下资讯仅供你制订计划时参考。



新疆的旅游门票价格和景点开放时间

新疆旅游,最大的支出除了交通费用以外,第二大支出就是门票了。以前门票免费的地方,比如很多路边的景点,现在都需要交纳门票费了。

新疆旅游景点门票以及部分旅游活动价格

	景点名称	旺季价格(元)	景点名称	旺季价格(元)	景点名称	旺季价格(元)
乌鲁木齐及周边	天池	100	大巴扎歌舞	198	吉木撒硅化木	30
	天池索道(往返)	35	麦西来莆烤全羊	1200	军垦博物馆	无
	照壁山	40	达坂城古镇	20	艾青诗歌馆	10
	一号冰川	20	盐湖漂浮	88	周恩来纪念馆	10
	天池游船	50	亚洲地理中心	30		
	天池快艇	35	天山野生动物园	30		
	牧场毡房家访	15	杜氏旅游(3种套票制)	120/85/65		
	骑马(人/小时)	40				
吐鲁番	葡萄沟	60	鄯善沙山公园	30	公主堡葡萄民俗园	25
	火焰山	40	万佛宫(含传承区)	45	维吾尔族家访	10
	交河故城	40	阿斯塔那古墓	20	L线(套票)	165
	坎儿井	40	土峪沟千佛洞	30	X线(套票)	165
	维吾尔古村	35	郡王府	30		
	高昌故城	40	柏孜克里克千佛洞	20		
	苏公塔	30	沙漠植物园	40		
哈密	巴里坤草原	20	鸵鸟养殖场	5	哈密怪石沟	10
	哈密王陵	35	哈密魔鬼城	30		
	鸣沙山、松树塘	10	哈密文物馆	15		
	白石头风景区	10	天山庙	5		
	盖斯墓	10	松树堂	5		
喀纳斯	喀纳斯湖	200	禾木	60	五彩湾	50
	喀纳斯湖区间车	90	禾木区间车	120	五彩湾温泉	80(含洗浴)
	观鱼亭	40	白哈巴	60	喀纳斯机场/贾登峪区间车	120元/人
	喀纳斯湖游船	120	白哈巴区间车	150		
	喀纳斯篝火	80	乌尔禾魔鬼城	30		
	喀纳斯漂流	200	野马养殖基地	30		
	三道湾漂流	100	五彩城	50		
	六道湾漂流	200	五彩滩	50		
	图瓦人家访	30	古尔班通古特沙漠景区	50		
伊宁	那拉提草原	80	惠远古城	通票80	林则徐纪念馆	20
	赛里木湖	40	昭苏草原	10		
	赛里木湖游船	20	唐布拉风景区	15		
	草原石人	20	怪石沟	45		
	巴音布鲁克草原	35	将军府	20		
	雪山天鹅湖	10	可克达拉风情园	15		
	九曲十八湾	11	汉家公主纪念馆	20		
	博乐怪石峪	20	靖远寺	10		