



梦想之旅

广袤的中国大地上，所存的一切，都是华夏精神的脉动。面对的时候，她们在一瞬间都极具包容性，让你情愿在心底默念：多美，没错，我生来就要属于她们……

中国国家地理 精华

《梦想之旅》编委会 编著

有梦想，谁都是旅行家。

*Travel along the dreams
by heart and soul*



北京联合出版公司

图书在版编目(CIP)数据

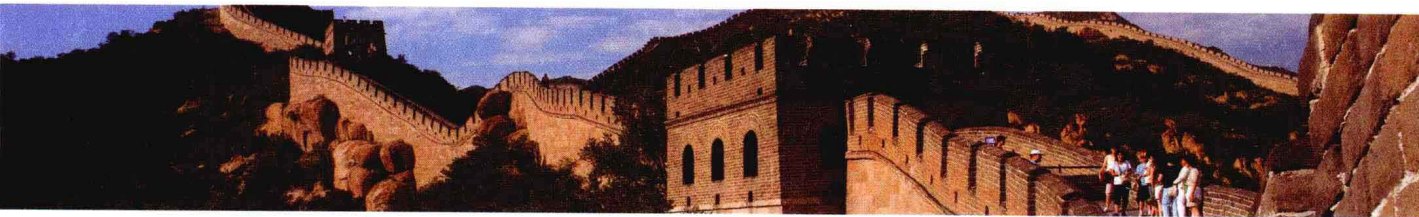
中国国家地理精华 / 《梦想之旅》编委会编著. —北京: 北京联合出版公司, 2011.10

(梦想之旅)

ISBN 978-7-5502-0341-9

I. ①中… II. ①梦… III. ①地理—中国—普及读物 IV. ①K92-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 192332 号



梦想之旅

中国国家地理精华

选题策划: 

策划编辑: 高霁月

责任编辑: 蔡又元

特约编辑: 苟志和

特约审校: 李燕妃 李世广

美术编辑: 罗小玲 张鹤飞 于 蕾

封面设计: 夏 鹏 张雪娇

版式设计: 孙阳阳 罗小玲

文稿撰写: 李晶晶 邢 晔 王秀丽 侯焕平

张 玮 孙玉梅 陶 涛 赵晓玉

严 昕 陈 宇 张绿竹 王连文

查文潇 项 星 刘 智

图片提供: 华盖创意图像技术有限公司

北京全景视觉图片有限公司

达志影像

千目图片

IMAGINECHINA

FOTOE

北京联合出版公司出版

(北京市朝阳区安华西里一区13号2层 100011)

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数240千字 787×1092毫米 1/12 20印张

2011年11月第1版 2011年11月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-0341-9

定价: 29.90元

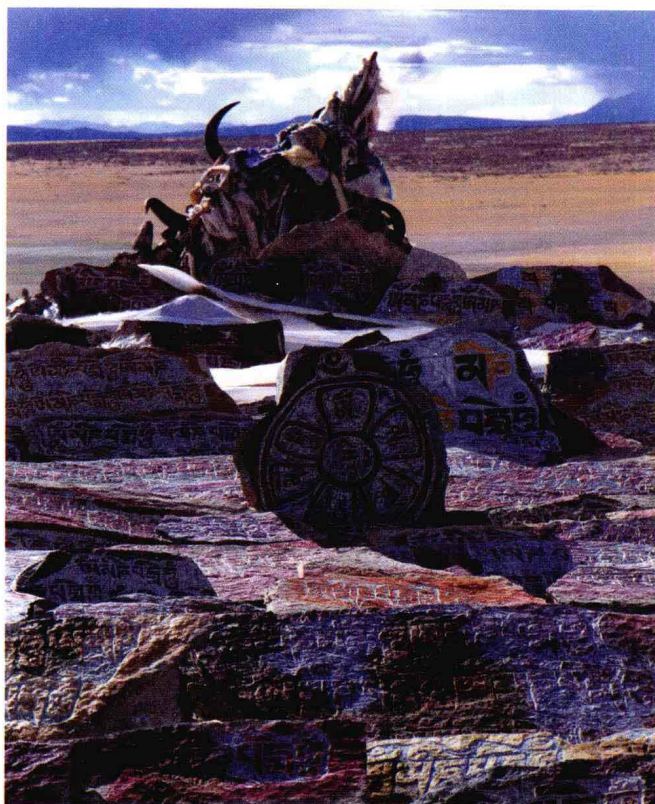
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本社图书销售中心联系调换。电话: 010-82082775

有梦想，谁都是旅行家

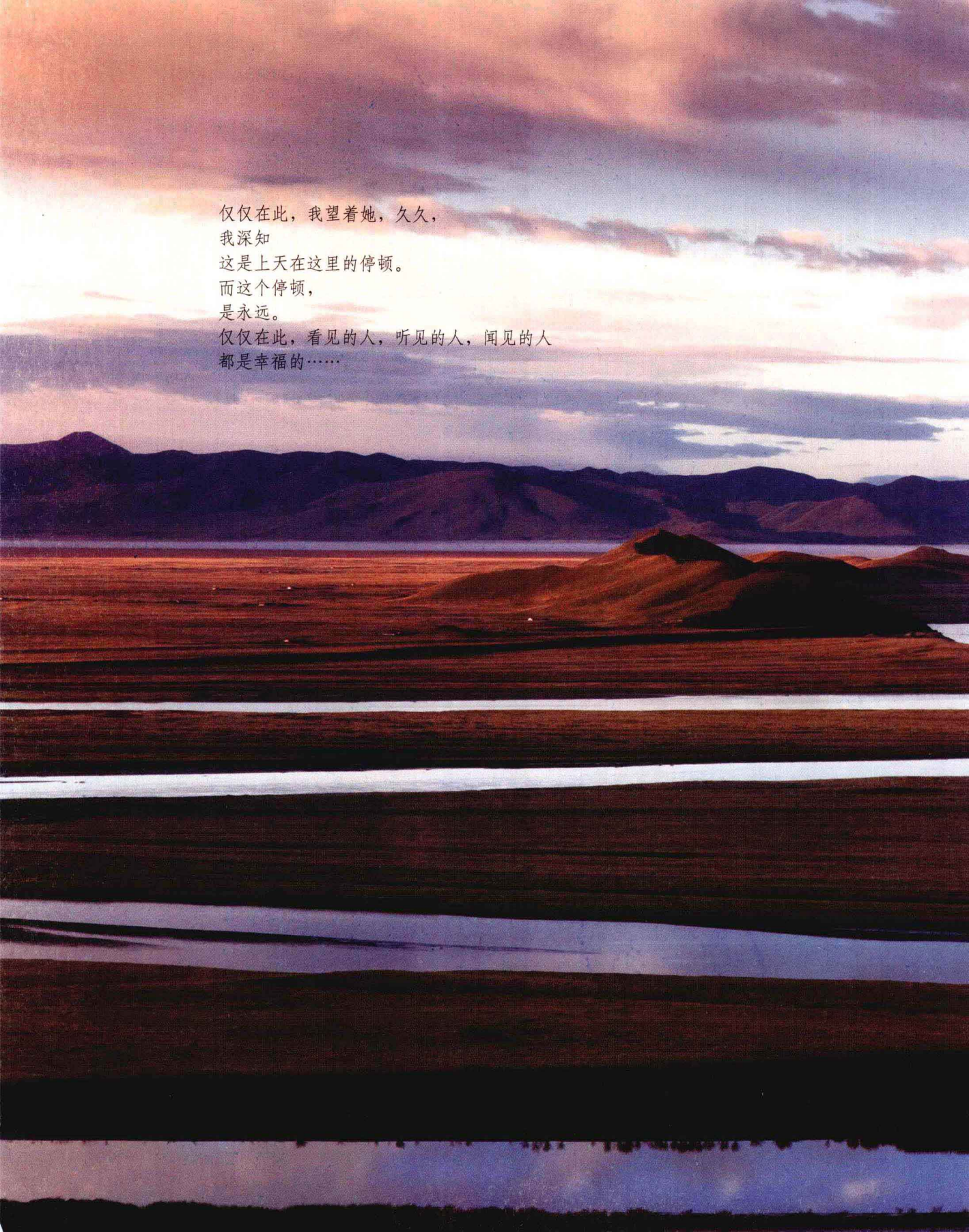
中国国家地理精华

*Travel along the dreams
by heart and soul*



北京联合出版公司

仅仅在此，我望着她，久久，
我深知
这是上天在这里的停顿。
而这个停顿，
是永远。
仅仅在此，看见的人，听见的人，闻见的人
都是幸福的……







An aerial photograph of a vast salt flat, likely in Tibet. The landscape is composed of numerous terraced salt pans, each bordered by thick, dark, crystalline salt walls. The pans are filled with a deep blue liquid, likely brine. In the lower-left foreground, a small figure of a person and a dark cow are visible, providing a sense of scale to the immense landscape. The overall color palette is dominated by the deep blue of the brine and the dark, almost black, salt walls.

这块广袤的土地上
留存着华夏先祖精神脉动的物证。
它们带出了我们深深的惦念，
以及不老的热忱，
和感动。
在这里，与其说它们属于我
倒不如说，
而且，我也更愿意说
我属于它们。





在这幅异彩纷呈的画卷中，
我们的未知总是太多，
总有想象需要去证实。
不管咫尺或是天涯，
大自然的真实
不会因我们的懵懂而褪色。
她以无言，让我们深知：
世界如此美丽
世界又不只如此美丽……

Foreword



地理，尤其国家地理，是一种知识概念，更是一种常识。作为一种常识，意味着一个人基本的知识构成，意味着一个人基本的学养、修养。而作为一个知识概念，地理是与人类共生的，作为一种文化，则是与人类共同发展的。正是因此，当人们对地理事物和文化现象进行深入探索时，地理便被赋予了更多的内涵。

那么，人们对地理知识的掌握也因此有所变化。需要了解的更多了，但同时，地理知识变得灵活有趣，和活生生的生活有了紧密的联系。出于这样的考虑，我们编辑了这套“国家地理精华”，包括《环球国家地理精华》和《中国国家地理精华》两种，希望能把更多、更有趣的知识融汇而出，以便读者更全面、整体而有效地了解国家地理。

《中国国家地理精华》按最通行的、最严谨的区域划分法，将中国划分为华北、华东、华中、华南、西南、东北、西北、港澳台八大地区。每个地区则以省（直辖市、自治区、特别行政区）为单位，从行政区划概况、人口民族、地形地貌、物产资源、历史文化、城市旅游、民俗风情等方面做了比较详尽的介绍。严谨而平易的语言，丰富而精美的图片，使本书通俗大方、美观易读。

书不尽美，但开卷有益，希望读者朋友读此能有所获益。

颐和园·石舫（插页）

摄影：Alex Cao

若尔盖·黄河九曲第一湾（2-3页）

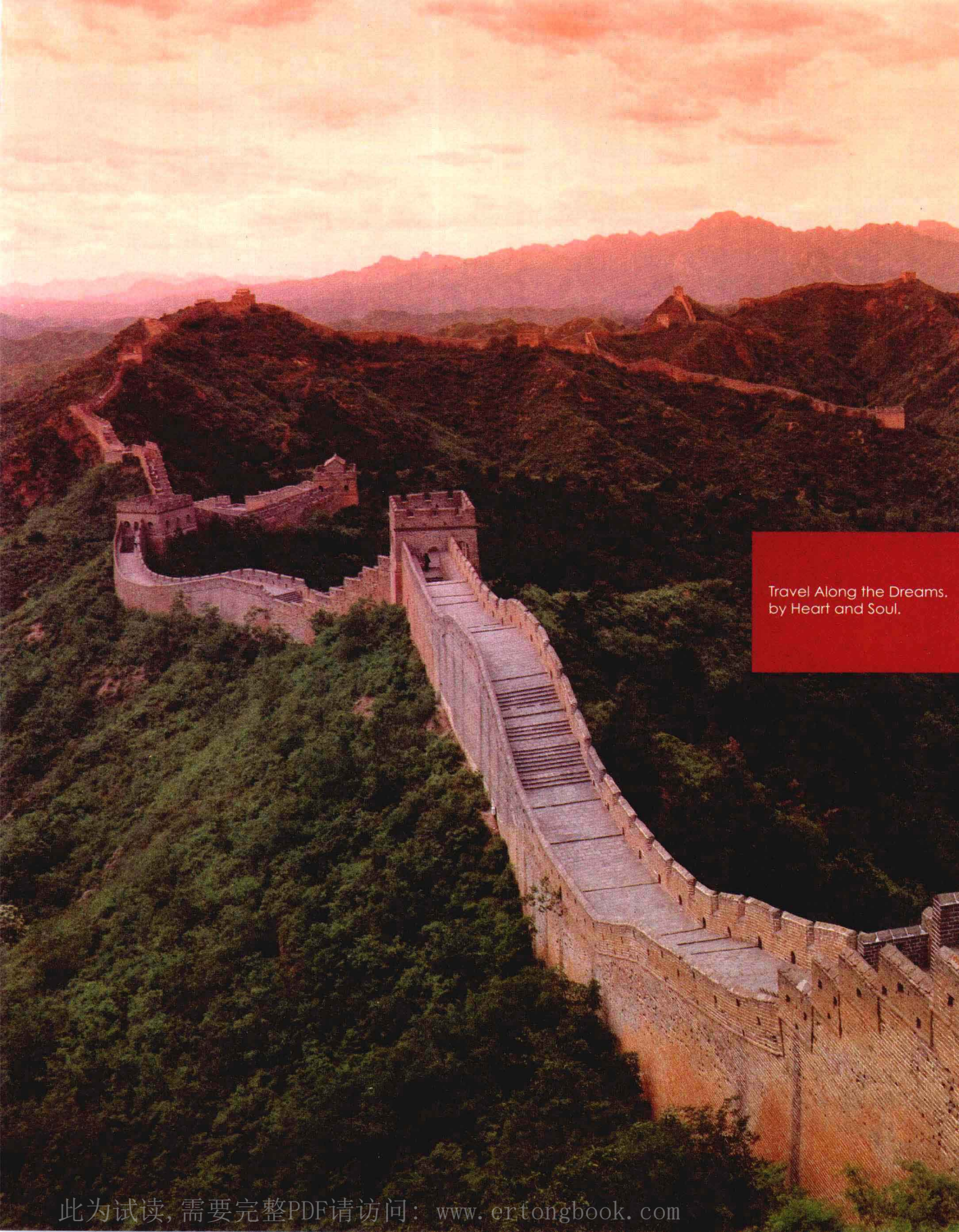
摄影：Chen Hanquan

元阳·哈尼族人的梯田（4-5页）

摄影：Keren Su

阿里·纳木错（6-7页）

摄影：Gettyimages



Travel Along the Dreams,
by Heart and Soul.

Chapter 1
华北地区

→ 北京

- 14 周口店北京人 | 香山
密云水库
黑龙潭 | 永定河 | 卢沟桥
北京四合院 | 北京的胡同
龙庆峡 | 灵山 | 八达岭长城
天坛
京剧 | 潭柘寺 | 卧佛寺
北京国子监 | 十三陵
- 22 皇家园林

→ 天津

- 24 渤海湾
海河 | 天津卫 | 估衣街 | 狗不理包子
盘山 | 杨柳青年画 | 泥人张
大悲禅院 | 石家大院

→ 河北

- 28 河北平原 | 雾灵山 | 白洋淀 | 邯郸
北戴河 | 承德避暑山庄
山海关 | “天下第一关” | 燕塞湖

→ 山西

- 32 壶口瀑布 | 恒山
五台山
大槐树 | 晋祠 | 平遥古城
山西人为什么爱吃醋 | 应县木塔 |
大寨 | 云冈石窟
悬空寺 | 双林寺

→ 内蒙古

- 38 呼伦贝尔草原 | 呼伦湖 | 阴山
蒙古包 | 那达慕 | 敖包祭
蒙古族 | 驯鹿 | 昭君墓
河套文化 | 响沙之王 | 巴丹吉林沙漠

美岱召

→ 上海

- 44 浦东新区
黄浦江 | 滨海湿地 | 河口沙洲 |
崇明岛
东方明珠塔 | 城隍庙 | 多伦路文化街
上海世博园

→ 山东

- 48 山东半岛 | 莱州湾
济南·青岛 | 趵突泉 | 蓬莱仙境
戚家牌坊 | 珍宝之乡 | 曲阜三孔
蒙山 | 崂山道观
栈桥 | 成山头
- 54 泰山

→ 江苏

- 58 太湖 | 太湖平原 | 洪泽湖
桃花坞木刻年画 | 麋鹿 | 周庄
苏州园林
留园 | 狮子林 | 拙政园 | 虎丘





寒山寺 | 瘦西湖
栖霞山 | 沧浪亭
中山陵 | 鼋头渚公园 | 苏绣

→ 浙江

66 杭嘉湖平原 | 普陀山
天台山
钱塘江 | 富春江
千岛湖 | 舟山群岛 | 灵隐寺
万工花轿 | 乌镇

72 西湖

→ 安徽

74 皖中沿江平原 | 巢湖 | 九华山
齐云山
天柱山 | 小孤山
皖南古村落 | 宏村 | 西递
78 黄山

→ 福建

80 马祖列岛
闽江 | “八闽”的由来 | 武夷山 |
鼓浪屿
南普陀寺 | 土楼 | 妈祖文化
鸳鸯溪 | 清源山
开元寺 | 南山寺 | 九龙漈瀑布
梅花山自然保护区 | 安平桥
金湖 | 万石岩 | 水松

→ 江西

88 赣江 | 庐山 | 庐山名称的传说
三清山 | 井冈山 | 景德镇
滕王阁 | 钨都 | 罗霄山脉
婺源 | 五龙潭
石钟山



Chapter 3 华中地区

→ 河南

94 南阳盆地 | 殷墟
龙门石窟
函谷关
嵩山 | 少林寺 | 塔林 | 三门峡
猕猴 | 白马寺 | 云台山 | 关林
豫剧 | 相国寺 | 嵩阳书院

→ 湖北

100 江汉平原
洪湖 | 清江 | 武当山 | 武当拳
神农架 | 黄鹤楼
武昌鱼 | 明显陵 | 曾侯乙墓
九宫山 | 武汉长江大桥
归元寺 | 武汉市

→ 湖南

106 衡山 | 武陵山 | 雪峰山
九疑山 | 湘江
武陵源 | 土家族 | 岳阳楼
马王堆汉墓 | 凤凰古城
湖南花鼓戏



Chapter 4 华南地区

→ 广东

112 丹霞地貌 | 雷州半岛 | 客家人
客家七样菜
珠海市 | 珠江
斑石 | 肇庆星湖 | 开平碉楼
光孝寺 | 陈家祠

→ 广西

118 大瑶山 | 乐业天坑群 | 红水河
阳朔风光 | 黄姚古镇
德天瀑布 | 花桥 | 大士阁

→ 海南

122 五指山
南沙群岛 | 亚龙湾 | 鹿回头 | 军坡节
百花岭瀑布 | 天涯海角 |



天涯海角的故事

东郊椰林 | 热带海底世界

白石岭

南湾猴岛 | 奇妙的珊瑚 | 孔雀雉

→ 重庆

128 白帝城 | 丰都鬼城

三峡

小寨天坑 | 磨滩瀑布

大足石刻 | 神女峰 | 悬棺

芙蓉洞 | 张飞庙 | 三峡栈道

→ 四川

134 贡嘎山 | 大渡河 | 岷江

都江堰 | 稻城亚丁 | 九寨沟

海螺沟 | 黄龙

青城山 | 羌族 | 理塘

乐山大佛

佛光的形成原因 | 四姑娘山

蜀南竹海

小熊猫 | 大熊猫

144 峨眉仙境

→ 贵州

146 梵净山 | 乌蒙山

乌江

草海 | 侗文化

黄果树瀑布 | 黔灵山

织金洞

天星桥 | 苗族

→ 云南

152 红土高原 | 玉龙雪山

梅里雪山

哀牢山 | 滇池

三江并流 | 西双版纳 | 古城大理 |

苍山洱海

丽江古城 | 香格里拉

元谋文化



蝴蝶泉 | 钟情鸟 | 燕子洞

路南石林

→ 西藏

162 冈底斯山脉

横断山脉 | 念青唐古拉山 | 藏羚羊 |

雅鲁藏布江

纳木错 | 世界之巅阿里

大昭寺 | 哲蚌寺

献哈达 | 玛旁雍错

布达拉宫



→ 辽宁

170 辽西走廊 | 鸭绿江 | 千山 |

沈阳故宫

红海滩 | 金石滩 | 九连城

人参

→ 吉林

174 吉林丘陵

松花江 | 朝鲜族

雾凇 | 梅花鹿

“二人转” | 鸭园溶洞 | 净月潭

长白山 | 美人松 | 长白山天池

长白瀑布 | 灵光塔

→ 黑龙江

180 松嫩平原 | 黑龙江 | 大兴安岭 | 漠河

哈尔滨 | 东正教堂 | 东方第一

镇——乌苏 | 扎龙自然保护区

瑷珲古城

兴隆寺 | 五大连池火山群

牡丹峰 | 老黑山



China

西北地区

→ 陕西

186 关中平原 | 太白山 | 秦岭
渭河 | 陕北黄土高原
陕北窑洞 | 西安碑林 | 金丝猴
华山 | 黄帝陵
大小雁塔 | 安塞腰鼓

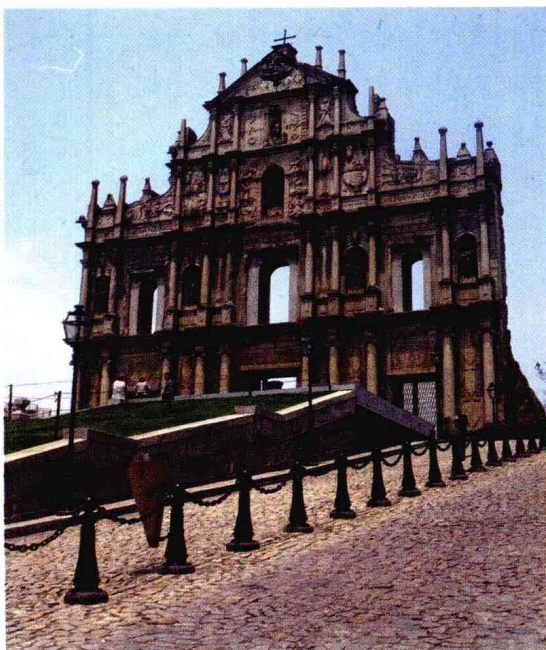
192 秦始皇陵

→ 宁夏

194 六盘山 | 三关口明长城
须弥山石窟 | 西夏文化
贺兰山岩画 | 一百零八塔
拜寺口双塔 | 小滚钟口

→ 甘肃

198 腾格里沙漠 | 祁连山 | 崆峒山
黑河 | 嘉峪关长城 | 敦煌莫高窟 |
鸣沙山
月牙泉 | 麦积山石窟
拉卜楞寺 | 庆阳剪纸
玉门关故址 | 雅丹地貌 | 花儿



→ 青海

206 青南高原

可可西里 | 巴颜喀拉山 | 沱沱河
澜沧江 | 柴达木盆地
塔尔寺 | 青海白马寺 | 青海湖
鸟岛 | 日月山
阿尼玛卿山 | 雪豹

→ 新疆

212 帕米尔高原 | 天山山脉
阿尔泰山 | 吐鲁番盆地
塔里木河 | 博斯腾湖
喀纳斯湖 | 新疆天池 | 楼兰古城
交河古城 | 五彩湾
雪莲 | 胡杨
塔克拉玛干沙漠



China

港澳台

→ 香港

222 大屿山岛 | 九龙半岛 | 香港岛 |
维多利亚港
太平山 | 浅水湾
海洋公园 | 宋王台 | 黄大仙祠 |
太空馆
香港会议展览中心 | 国际金融中心
山顶广场

→ 澳门

230 澳门半岛 | 氹仔岛和路环岛
妈祖阁

→ 台湾

232 台湾岛 | 玉山山脉
中央山脉
钓鱼岛列岛
浊水溪 | 台湾故宫博物院 |
台南四大名刹
台北孔庙 | 阳明山
大禹岭 | 太鲁阁峡 | 阿里山
日月潭

National Geography of China

华北地区 | Beijing

北京

北京是中国的七大古都之一，也是世界历史文化名城。作为燕国、辽国、金国、元朝、明朝、清朝的都城和中华人民共和国的首都，北京长期以来一直是中国的政治文化中心。北京位于内蒙古高原和华北平原的交界处，西、南、北三面与河北省相邻，东南毗连天津市。由于历史地位特殊，北京人口众多，民族成分复杂。悠久的历史与灿烂的文明给北京留下了大量的文物古迹，让人回味无穷。

周口店北京人

1921年北京市西南房山区周口店镇龙骨山北侧发现了周口店遗址。1929年又在洞中发现了“北京人”头盖骨化石、人工制作的石器和用火遗迹。它是到目前为止国内发现的材料最丰富、最系统的旧石器时代早期阶段人类遗址。“北京人”大约于距今20万~70万年前在此居住，头部特征虽然较为原始，不过已经明显带有现代蒙古人种的特征。后来人们又在“北京人”上方的洞穴里发现了距今1.8万年的山顶洞人遗址和介于两者之间的新洞人遗址。有趣的是，古人们似乎以年代从远到近的顺序，分别选择



居住在龙骨山的一层、二层和三层。

香山

香山是中国历代著名的皇家园林之一，位于北京西山。西面和北面的山峰挡住了寒风，很适合植物的生长。远在金代时，

这里就建有香山寺。清朝乾隆年间（1745）对该寺做了大规模扩建，改名静宜园。作为北京著名的“三山五园”之一，香山和静宜园内有多处古迹。香山四季景色不同，其中最为有名的就是香山红

+ Must Know !

北京市

Beijingshi

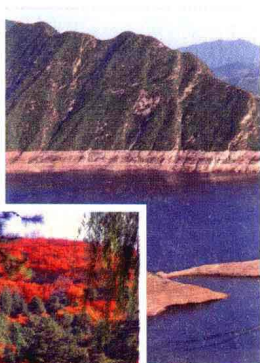
★市 府：东城区

二简 称：京

面 积：1.64万平方千米

人 口：1492.7万

民 族：汉、回、满、
蒙古、朝鲜等



叶。金秋时节，香山漫山红叶，层林尽染，美不胜收。

密云水库

作为山区城市，北京境内的天然水源明显不足，人工水库就变得必不可少。密云水库是北京主要水源，也是华北地区最大的一座水库。它位于北京郊区密云县城北，面积188平方千米，常年水面面积为9133万平方米，平均每年向市区供水10亿立方米，发电1亿多度，灌溉农田2666.7平方千米，1985年被列为国家一级水源保护区。千百年前，选择北京的人们唯一没有考虑到的就是供水方面的问题，如今这个缺陷已经被现代化手段填补了。