

玩全攻略



丝绸之路玩全攻略

墨刻编辑部 编著

第3版



■ 漫漫丝路 文明传承

古都的千年繁华，遥远的边境传说
璀璨的大漠明珠，神秘的荒凉故城
酷热的内陆城市，清凉的沙漠绿洲
传统的文化精髓，永恒的艺术宝库

■ 自然环境 壮美辽阔

充满灵气的北疆秘境
壮丽秀美的绝壁峡谷
鲜明奔放的壮丽景色
变化万千的地貌景观

■ 民族橱窗 风情无限

热情奔放的歌舞之乡
鲜艳靓丽的民族服饰

■ 美食盛宴 丰富多元

烤全羊、手扒羊肉、抓饭
奶皮子、奶疙瘩、酸奶子
葱花饼、拌面、羊肉
黄河大鲤鱼、米肠、西辣红

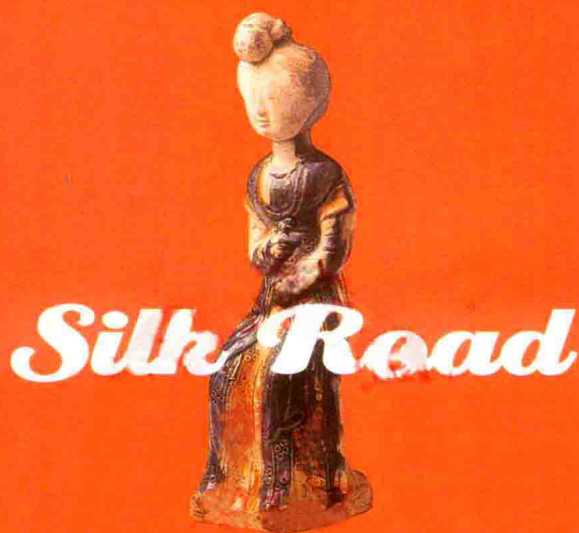


玩全攻略

丝绸之路

玩全攻略

墨刻编辑部 编著



第3版

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

丝绸之路玩全攻略 / 墨刻编辑部编著. -- 3版. --
北京: 人民邮电出版社, 2014. 6
(玩全攻略)
ISBN 978-7-115-35491-4

I. ①丝… II. ①墨… III. ①丝绸之路—旅游指南
IV. ①K928.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第081091号

版权声明

Copyright©2014 by Mook Publishing Ltd.

All rights reserved.

本书经城邦文化事业股份有限公司墨刻出版事业部独家授权, 同意经由人民邮电出版社出版中文简体字版本。非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。
本书中所附插图均为引进版图书原书插图。

内 容 提 要

本书详细介绍了丝绸之路的自然和人文景观, 并以专题的形式介绍了丝绸之路的历史、文化、美食等, 同时分区介绍了丝绸之路各地的景点, 尤其是西安、张掖、乌鲁木齐、吐鲁番等城市的风景名胜。本书提供了交通、住宿等实用信息, 图文并茂, 是读者了解丝绸之路, 畅游丝绸之路的最佳指南读物。

◆ 编 著 墨刻编辑部

责任编辑 张 军

执行编辑 李 新

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京精彩雅恒印刷有限公司印刷

◆ 开本: 889×1194 1/32

印张: 6.375

2014年6月第3版

字数: 202千字

2014年6月北京第1次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2009-4784号

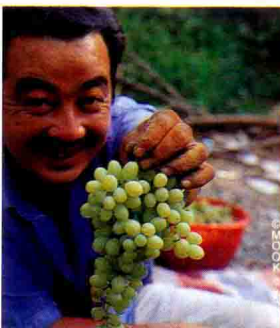
定价: 39.80元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

丝绸之路玩全攻略



丝路风景之中，历史光影犹存 8

旅行资讯	12
基本信息	12
当地旅游	13
交通指南	14



认识丝路 16

丝路历史	18
丝路必游景点	20
丝路世界遗产	24
民族橱窗·风情无限	26



丝路6大风情 32

文明交流的一页传奇	32
永恒的艺术宝库	34
壮美的自然环境	36
热情奔放的歌舞之乡	38
丰富多元的美食盛宴	40
西游者的伟大足迹	48



分区导览

西安—河西走廊段 53

西安	54
天水	60
兰州	66
兰州周边	72

武威	86
张掖	94
酒泉·嘉峪关	100
敦煌	108

天山北路 125

乌鲁木齐	126
乌鲁木齐周边	132
伊宁	138
北疆	142

天山中路 151

吐鲁番	152
库尔勒	162
库车	166
阿克苏	172
天山公路	178

天山南路 185

和田	186
喀什	194

旅游示意图索引

丝路必游景点	P20
丝路世界遗产	P24
西安市街道图	P55
天水市街道图	P61
兰州市街道图	P67
兰州周边旅游示意图	P72
武威市街道图	P87
张掖市街道图	P95
张掖周边旅游示意图	P95
嘉峪关旅游示意图	P101
敦煌周边旅游示意图	P109
莫高窟导览图	P116
乌鲁木齐市街道图	P126
乌鲁木齐周边旅游示意图	P132
北疆周边旅游示意图	P143
吐鲁番市街道图	P152
吐鲁番周边旅游示意图	P153
坎儿井开凿结构图	P155
库车市街道图	P167
库车、阿克苏周边旅游示意图	P167
天山公路旅游示意图	P179
和田市街道图	P186
喀什市街道图	P195

索引

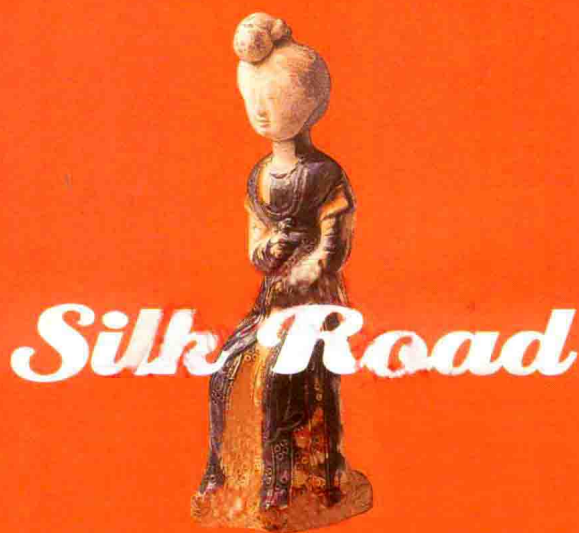
景点	200
美食	201
购物	201
住宿	202
游客咨询	202

玩全攻略

丝绸之路

玩全攻略

墨刻编辑部 编著



第3版

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

丝绸之路玩全攻略 / 墨刻编辑部编著. -- 3版. --
北京: 人民邮电出版社, 2014. 6
(玩全攻略)
ISBN 978-7-115-35491-4

I. ①丝… II. ①墨… III. ①丝绸之路—旅游指南
IV. ①K928.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第081091号

版权声明

Copyright©2014 by Mook Publishing Ltd.

All rights reserved.

本书经城邦文化事业股份有限公司墨刻出版事业部独家授权, 同意经由人民邮电出版社出版中文简体字版本。非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。
本书中所附插图均为引进版图书原书插图。

内 容 提 要

本书详细介绍了丝绸之路的自然和人文景观, 并以专题的形式介绍了丝绸之路的历史、文化、美食等, 同时分区介绍了丝绸之路各地的景点, 尤其是西安、张掖、乌鲁木齐、吐鲁番等城市的风景名胜。本书提供了交通、住宿等实用信息, 图文并茂, 是读者了解丝绸之路, 畅游丝绸之路的最佳指南读物。

◆ 编 著 墨刻编辑部

责任编辑 张 军

执行编辑 李 新

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京精彩雅恒印刷有限公司印刷

◆ 开本: 889×1194 1/32

印张: 6.375

2014年6月第3版

字数: 202千字

2014年6月北京第1次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2009-4784号

定价: 39.80元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号



导 引

Preface

丝绸之路简称“丝路”。漫漫古丝路承载着千百年来中西方文明交流的传奇史，旅者的足迹从来不曾停歇，无数的贩夫走卒、传教者、浪子，都在这条大路上留下了自己的痕迹。时至今日，以往要历尽千辛万苦方能抵达的西域，已成为广受欢迎的旅游胜地。本书以深入浅出、条理分明的语言，带领读者畅游这蕴含着丰富人文风情与壮丽自然景色的传奇地域。

在景点介绍方面，本书以天山为界，循着古丝绸之路，分为北、中、南三条线，介绍了丝路上的必游之地西安、嘉峪关、敦煌、吐鲁番、乌鲁木齐、巴音布鲁克大草原、克孜尔千佛洞、喀纳斯、喀什等地，并配有旅游示意图等旅游信息，让旅游者一书在手，即能通行无阻。此外，本书还介绍了丝路的历史文化、世界遗产和特色风情，是目前有关丝路最有深度与广度的游游书籍之一。

书中提示的各项资料，如交通、费用、开放时间、地址、电话等，均以本书出版前所收集的资料为准。如您在旅行中发现任何有变动的信息需要修正，欢迎随时指正和批评。

我们的联系方式是：shp@ptpress.com.cn。

如何使用本书

玩全攻略

每一地的分区旅游攻略索引，以色带分隔，置于左页边上。

分区名称

清楚列出景点相关实用信息

景点名称

景点简介

天山中路 吐鲁番

沙疗场

P133A1
6~8月

据说，吐鲁番的沙不但干燥高温，同时还“灵验”。炎炎夏日，只要将生鸡蛋埋进吐鲁番的沙堆，不到一小时，鸡蛋就熟了。更绝的是，这里的沙竟然能够治病，当地医生拿它来为病人治疗各种慢性关节病症。

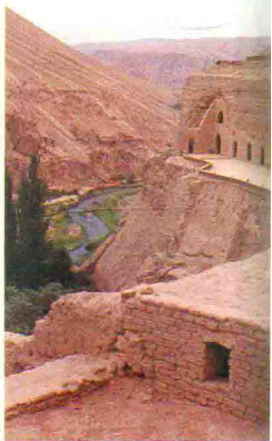
由吐鲁番市区往西北走，便来到五道岭附近的一座小沙丘。沙丘上插满五颜六色的遮阳布棚，棚下的人们或躺或坐，不约而同地拿起铲子将沙砾洒到身上。“每天埋2次沙，连续埋上10天才有效。”一位来自伊犁的老伯伯就住在沙丘附近的疗养所，每天伴着炙热的阳光来这里沙疗，只为了摆脱长年缠身的类风湿关节

炎。然而这里的沙质果真拥有如此神奇的疗效吗？经当地疗养所的医生化验分析之后发现，这里的沙砾富含磁铁矿粉末，透过高温传热可以扩张人体的末梢血管，改善酸痛部位的新陈代谢。现代医学证明，沙疗是一种结合热疗、磁疗、按摩与日光浴，达到通经活血、祛寒止痛的疗法。



160

柏孜克里克千佛洞



“柏孜克里克”是维吾尔语，有“山腰”的意思。巨大的石窟建立在火焰山千峰峻岭的山腰中，深藏于木头沟峡谷之内。建造者沿着峭壁垂直削切出一块平地，在背后凿出崖面，凿出一窟窟岩洞。岩洞群居高而下，脚边是静静流淌的木头沟水，沟谷对岸，土红色洞悉映着蓝天，环境清幽，非常适合僧侣坐禅修行。

石窟始建于公元6世纪的麹氏高昌时期，属于佛教圣地。14世纪回鹘高昌时期达到鼎盛，被尊为国王的皇家寺院。千佛洞的石窟目前仅7个设有编号，保存较完整的约40个，壁画总面积为1200平方米，仅对半开放形成其中的6个。

重要看点

★符号说明

- 🌟 特色
- ⚠️ 注意事项
- 📍 地址
- ☎️ 电话
- 📠 传真电话
- 🌐 网址
- ✉️ 电子信箱
- 🕒 营业时间
- 🕒 休馆时间
- 💰 最低消费
- 💳 可用信用卡
- 🚊 火车、地铁
- 🚌 巴士
- 🚗 交通方式

天山中路 库尔勒

铁门关

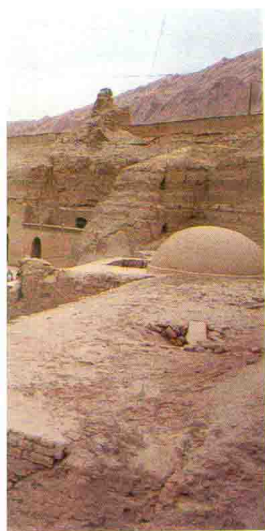
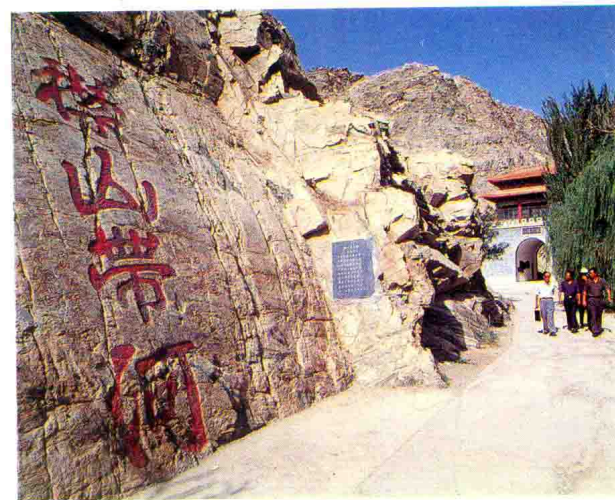
📍 位于库尔勒市东北8公里处
🏠 6元

在古代，铁门关是兵家必争之地，早在晋代就设立了木制关隘，驻军防守。关隘位于树木丛生的峡谷中，湍急的孔雀河水穿谷而过，沿着河畔的道路即是古代的丝路，古人在崖壁上刻下“崑山带河”四字，就是指这条古丝路一边依山，一边傍河。当年张骞出使西域曾西度经过此关隘，班超也曾饮马于孔雀河，所以孔雀河又称为“饮马河”。

铁门关入口处设有一座将军楼，是历代将军的居住地，登上二楼，游客可以参观当年班超在此驻兵的卧室，或听讲解员讲述发生在这里的民间爱情故事。

传说古代焉耆王国的公主左暴拉爱上了牧羊人塔依尔，阴险毒辣的宰相唆使国王将塔依尔处

死。公主得知后立即赶往解救，宰相派人紧追，没想到这对恋人出关后却不幸连人带马坠入断崖。后人在铁门关对面的公主岭筑建麻扎，以纪念这对恋人。



中，33号及37号两窟最具特色。33号的“第摩塞图”与“比丘举哀图”，画工细腻，深具西域民族色彩；37号的菩萨立姿画像，画中人物穿火红的衣裳，五官轮廓完全不同于东方人。

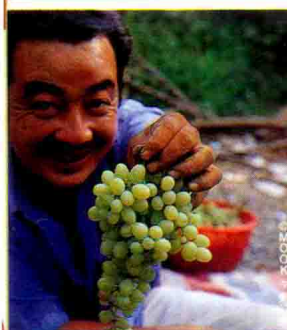
13世纪末，石窟遭受了前所未有的浩劫。世记时，窟再次遭到破坏。



161

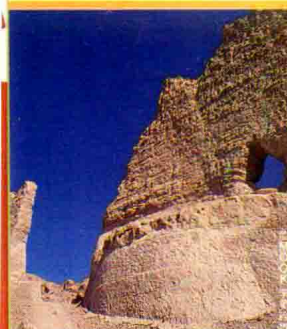
164

丝绸之路玩全攻略



丝路风景之中，历史光影犹存 8

旅行资讯	12
基本信息	12
当地旅游	13
交通指南	14



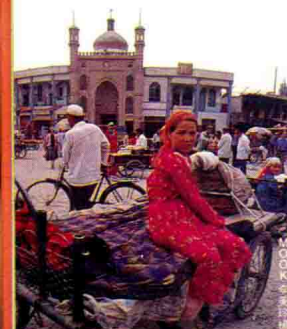
认识丝路 16

丝路历史	18
丝路必游景点	20
丝路世界遗产	24
民族橱窗·风情无限	26



丝路6大风情 32

文明交流的一页传奇	32
永恒的艺术宝库	34
壮美的自然环境	36
热情奔放的歌舞之乡	38
丰富多元的美食盛宴	40
西游者的伟大足迹	48



分区导览

西安—河西走廊段 53

西安	54
天水	60
兰州	66
兰州周边	72

武威	86
张掖	94
酒泉·嘉峪关	100
敦煌	108

天山北路	125
乌鲁木齐	126
乌鲁木齐周边	132
伊宁	138
北疆	142

天山中路	151
吐鲁番	152
库尔勒	162
库车	166
阿克苏	172
天山公路	178

天山南路	185
和田	186
喀什	194

旅游示意图索引

丝路必游景点	P20
丝路世界遗产	P24
西安市街道图	P55
天水市街道图	P61
兰州市街道图	P67
兰州周边旅游示意图	P72
武威市街道图	P87
张掖市街道图	P95
张掖周边旅游示意图	P95
嘉峪关旅游示意图	P101
敦煌周边旅游示意图	P109
莫高窟导览图	P116
乌鲁木齐市街道图	P126
乌鲁木齐周边旅游示意图	P132
北疆周边旅游示意图	P143
吐鲁番市街道图	P152
吐鲁番周边旅游示意图	P153
坎儿井开凿结构图	P155
库车市街道图	P167
库车·阿克苏周边旅游示意图	P167
天山公路旅游示意图	P179
和田市街道图	P186
喀什市街道图	P195

索引

景点	200
美食	201
购物	201
住宿	202
游客咨询	202



Silk Road

丝路风景之中，历史光影犹存



快乐的小孩

“我们再也不会浪迹江湖了，我现在就带你回家，回我们的家。”

——电影《英雄》

还记得当年英雄上映之时，影片中宏大的场面，强烈的色彩，视觉与听觉的双重冲击，使观影者为之惊叹、喝彩。漫漫黄沙，巍巍楼宇，古琴宝剑，围棋书法，那战国时代的沙场之势，乱世之中的可贵真情，无一不给整部影片增添了悲怆的色彩。影片结尾主人公残剑与飞雪满含真情，双双死在沙丘之上，感叹战乱已去，爱却只能来生再续时，使无数观众潸然泪下。或许人们只记住了这一幕，却不知这样悲壮与大气的电影场景，就拍摄于敦煌。也正是敦煌的历史沧桑感，造就了整部影片的升华。而敦煌，就位于我们所熟知的丝绸之路路上。

或许 2100 多年前中国汉代的张骞也没有想到，他两次出使西域后，开辟出

的这条连接欧亚的丝绸之路，如今已经成为了东西方文化文流的符号、象征和代名词。千百年来，丝绸之路仍在不断发展，古往今来不断被人追寻与铭记。它所形成的独具魅力的西域文化、丰富的自然与人文景观，吸引着来自世界各地的旅游者。在这漫漫探访路中，就有



无数光影制造者的足迹，他们用镜头记录着这片神奇的土地。在光影中，丝路也不再只是一片真实存在的风景与历史，更是一种我们能用心感受的沧桑、悲怆、豪迈、热情、释怀、包容、大气的情怀，是一种无声胜有声的情感。

“这都是女人和孩子。我们都是武士，从来不杀手中没有兵器的人。”

——电影《天地英雄》

《天地英雄》的故事发生在唐代，在纷乱的战事中，人性的恶与善，战争的残酷与掠夺，被淋漓尽致地展现，让人们在仁、信、义、忠有了更深层次的思考。

也许每个人都担负着自己的使命，使命结束之后就该回到属于自己的地方。这部影片有一句话说得好：“让思念的人得到安宁，让残暴的人死于温婉之手，让机关算尽的人死在即将成功之时，让可渡之人看到神迹。”这句话也从另一个侧面引发了大众对“英雄”二字的思考。

我们也许只能从电影中感受到，在残酷的战争面前，人类的脆弱与渺小。历史上不知有多少战争在丝绸之路上演，更不知有多少人在战乱中流离失所。如今生活在和平年代的我们，无法感受到当时人们命运的抉择与内心的挣扎，但是这种仁与信、义与忠的精神却影响着一次又一次人，这种坚毅的性格也成



Silk Road



为了我们的精神符号。也许丝路留给我们的不仅仅是历史书中一字一句的描述，还有在丝路上发生的无数人和事塑造出来的它数千年来独有的性格。

“不要迷恋哥，哥是个传说”。

——《三枪拍案惊奇》

我想这部电影很多人都看过，当年电影上映时也引来了众多批判，虽然关于剧情负面评论多于正面，但很多人也肯定了这部电影色彩绚烂的场景，这也是导演最擅长的地方。但是众人在赞叹之余，却不知道影片拍摄地究竟在哪里。

当然作为观众的你，在观看影片时也不会想到，电影拍摄地和丝路有关，这个地方就是张掖。

张掖历史悠久。西汉时期曾设置张掖郡以通西域。唐朝时期，西域的对外贸易地位达到前所未有的高峰，而张掖自然成为了对外贸易的重要场所。著名的玄奘高僧去印度（天竺）取经时，也曾途径张掖。唐朝末年，张掖与中原、西域的关系密切，而众多僧侣途径此地，往返于中原和西域，使得佛教文化得到进一步交流与发展。

张掖的政治经济发展不仅对西域的发展产生了至关重要的影响，而且当地的特色地貌也使世人赞叹称奇。《三枪拍案惊奇》就在张掖丹霞地质公园取景，这里也是国内唯一的丹霞地貌与彩色丘陵景观复合区。丹霞地貌气势磅礴，悬崖峭壁；彩色丘陵色彩艳丽，五彩斑斓；二者融为一体，在阳光下，熠熠夺目，这里也被《中国国家地理》杂志评为中国最美的7大丹霞地貌之一。在这部戏未上映之前，很多人并不知道此地如此美轮美奂，而当人们真正从银幕上看到如此壮观之美景时，竟无言以表其美。

这种感觉，正如小沈阳在剧中所唱，“不要迷恋哥，哥是个传说。”

漫漫岁月长河中，丝路已不再仅仅是最初沟通中原与西域进行交流的贸易



与文化的桥梁，不再仅仅是促进中原与西域政治、经济发展的纽带，从某些方面讲，它甚至已经演变成了一种精神、一种情感、一种寄托。当我们想到大漠黄沙、戈壁丘陵、苍茫沧桑时，我们的头脑里就一定会闪现出这条悠久的道路上的所有景象。无论是在风沙中飞檐走壁，还是在大漠中策马扬鞭，丝绸之路上的神秘厚重的历史沧桑感，在一部又一部影片中，被淋漓尽致地展现。

的确，丝路上的一草一木，一人一景，早已在光影中走向了全世界。这种历史塑造出来的性格，也造就了中国电影，尤其是中国武侠电影在世界影坛的地位。

畅游一回丝绸之路吧，看看当地的风土人情，听听当年的历史故事，跟着先人的足迹，在光影之中，在风景之中，回味历史，感受过去。





旅行资讯

Silk Road

基本信息

丝路贯穿陕西、甘肃、新疆三个省区，各地间的航空、铁路、公路交通网都相当发达，只要事先搜集好信息，皆不难抵达。要注意的是，西北地区温差较大，夏天高温超过 40 度，冬天则极为寒冷，出发前须注意气候变化，以免出现准备不足的情况。

● 陕西旅游网

 www.sxtour.com

● 西安旅游网

 www.xian-tourism.com

● 甘肃旅游网

 www.gsta.gov.cn

● 新疆旅游网

 www.xinjiangtour.gov.cn

