

CSPH 中国科学出版集团
新世纪书局

快意·畅行·至所未至
中国印象
CHINA IMPRESSION

中国最美

的100个地方

最受旅行者喜爱的中国胜境 ①

• 马琴 编著
2011年中国最新经典自

讲述最真实的中国最美旅行目的地

100个地方，领略风光之无限 100段历史，记录变幻之沧桑
100个典故，追溯人文之奇妙 443个景点，体验生命之精彩

实地考察 倾情打造

知名摄影师 + 高清高品位相片 + 资深旅行作家



科学出版社

赠
357
页电子书

- 2011年中国最新自助游经典攻略
- 41招补救失败数码照片的技巧
- 28种旅游、风光摄影技巧

快意·畅行·至所未至

中国印象
CHINA IMPRESSION

最受旅行者喜爱的中国胜境 ①

中国最美 的 100 个 地方



科学出版社

内 容 简 介

本书极具匠心地选取了中国最具代表性的 100 处自然与文化景观,在综合了地理与人文因素的前提下,用生动鲜活的笔触,展现山河的雄奇秀美,或透析文明的隽永内涵。全书共分十三个章节,每个章节下的各景观又都各自独立成篇,作者以一个全新的视角引领读者深入了解中华大地的地理与人文之美。

图书在版编目(CIP)数据

中国印象. 中国最美的 100 个地方/马琴编著. —北京:
科学出版社, 2011. 4

ISBN 978-7-03-030235-9

I. ①中… II. ①马… III. ①旅游指南—中国
IV. ①K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 020826 号

责任编辑: 张丽群 狄 兰 / 责任校对: 杨慧芳
责任印刷: 新世纪书局 / 封面设计: 张 竞

科 学 出 版 社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学出版集团新世纪书局策划

北京市彩和坊印刷有限公司印刷

中国科学出版集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2011 年 4 月 第 一 版 开本: 16 开

2011 年 4 月第一次印刷 印张: 21.5

印数: 1—6 000 字数: 150 000

定价: 49.90 元(含 1CD 价格)

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

前言

Preface



中国是一个历史悠久、幅员辽阔、地大物博的国家，在这片美丽的土地上，壮丽的山河湖海，丰富的文物古迹，绚丽的民族风情，悠久的历史文化，无不让人心驰神往，驻足流连，并渐渐沉淀成美好的记忆，弥足珍贵，且品且香……

如果你没有时间亲临这些地方，体验它的美丽，那么你可以选择本书。这本“中国印象”系列的《最美的100个地方》，通过读者投票，精心挑选了大家公认的100个国内最美丽的地方。为读者再现美景的同时，本书更从历史、文化、民俗、美食等多个角度分享了每个地方的逸闻趣事，每处美景都有一段有趣的典故，美不仅仅在于当下，更在于背后的人文衬托。“最美”更广更深的涵义由此打开。

本书附赠300多页电子书，收录了“2011年最新版国内自助游攻略”、“风光、旅行摄影技巧28法”、“用Photoshop补救失败的照片41招”。在欣赏美文和美图的同时，读者还可以获得更多的旅游资讯，更能了解到旅行中必须进行的活动——摄影带来的乐趣。全方位的精致内容带读者完成心中的最美之旅。

作者

2011年2月于青海







目录 CONTENTS

山——看上帝造物的雄伟神奇

001.珠穆朗玛峰——仰望的高度 / 026

历史上的珠穆朗玛峰 / 026

仰慕珠穆朗玛峰 / 027

美丽神奇的旗云→群峰围绕，如众星捧月→绒布寺上拍摄的日落金山 / 028

典故博士——长寿五仙女的宫室 / 028

002.梅里雪山——巍峨与神秘并存 / 029

历史上的梅里雪山 / 029

徜徉梅里雪山 / 030

浪漫的冰国仙境→令人肃穆的瀑布→畅游在神秘花园→野生动物的天堂 / 031

典故博士——莲花生大师的善事之举 / 031

003.张家界——上帝的画廊 / 032

历史上的张家界 / 032

游历张家界 / 033

形状奇特的喀斯特地貌→举世罕见的砂岩奇峰→世界最美的峡谷金鞭溪 / 034

典故博士——望郎峰的爱情传说 / 035

004.乔戈里——美丽的第二登山中心 / 036

历史上的乔戈里峰 / 036

勇攀乔戈里峰 / 037

中国最长的冰川→每3小时变化一次，最具挑战性的气候→乔戈里和金字塔之谜 / 038

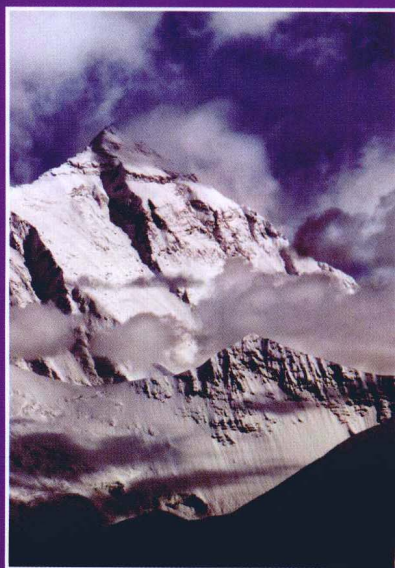
典故博士——冰山公主和雪山王子的童话 / 038

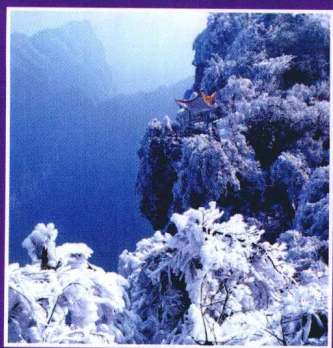
005.贡嘎山——“蜀山之王”的坚定 / 039

历史上的贡嘎山 / 039

登临贡嘎山 / 040

星罗棋布的湖泊与温泉→层次分明的植被→造型独特的





冰川→冰川有“三怪” / 041

典故博士——金刚手菩萨恶战巨蟒 / 041

006.冈仁波齐——神灵之山 / 042

历史上的冈仁波齐 / 042

征服冈仁波齐 / 043

流向四方的神圣河流→山的阳面终年积雪，背面无雪→至今无人登上此峰 / 044

典故博士——传说中的佛教须弥山 / 044

007.稻城三神山——千姿百态集于一身 / 045

历史上的稻城三神山 / 045

瞻仰稻城三神山 / 046

“文殊菩萨”央迈勇峰→“观世音菩萨”仙乃日峰→“金刚菩萨”夏诺多吉峰 / 047

典故博士——众仙弹奏天籁之音 / 047

008.南迦巴瓦峰——柄刺向天空的长矛 / 048

历史上的南迦巴瓦峰 / 048

仰视南迦巴瓦峰 / 049

雅鲁藏布大峡谷——天界之渡，云中天堂→众多的寺庙→具有传奇色彩的湖泊 / 050

典故博士——南迦巴瓦峰的神奇传说 / 050

水——听大地杯中最温柔的声音

009.纳木错——被蓝色包围的圣灵之地 / 052

历史上的纳木错 / 052

膜拜纳木错 / 053

湖中五岛——五方佛的化身→湖滨平原——天然牧场→湖边四寺——愠、怒、权、势→迎宾石——纳木错的门神→合掌石——爱情之石 / 054

典故博士——纳木错的美丽传说 / 054





010.长白山天池 群峰中的碧玉 / 055

历史上的长白山天池 / 055

解密长白山天池 / 056

世界上落差最大的火山湖瀑布→能治病的温泉群→浮想联翩的水怪之谜 / 057

典故博士——爱美的姐妹俩造就了天池 / 057

011.青海湖 鸟的天堂 / 058

历史上的青海湖 / 058

畅游青海湖 / 059

独一无二的“湟鱼”→千鸟繁衍鸟儿王国 / 059

典故博士——青海湖岛屿的传说 / 060

012.西湖 上帝的泼墨水彩画 / 061

历史上的西湖 / 061

漫步西湖 / 062

不游西湖十景，算不得到过西湖→毫不逊色的西湖之山→传承历史的人文西湖→美轮美奂的四季西湖 / 063

典故博士——西湖明珠自天降，龙飞凤舞到钱塘 / 063

013.漓江 江作青罗带，山如碧玉簪 / 064

历史上的漓江 / 064

留恋漓江 / 065

浪石奇景似幻境→九马画山似骏图→漓江倒影似神话 / 066

典故博士——可爱又可恨的金龟大将军 / 066

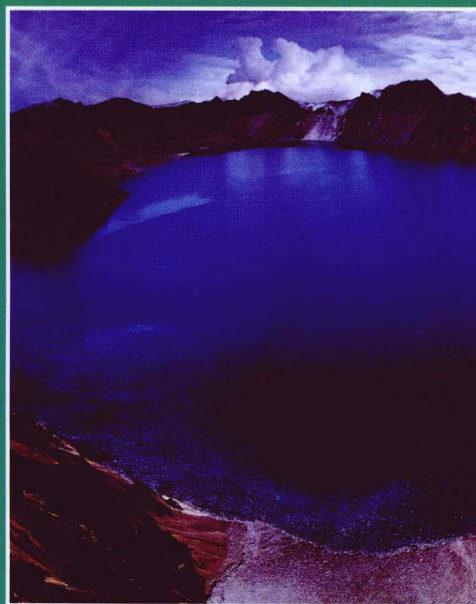
014.喀纳斯湖 美丽而神秘的王者之水 / 067

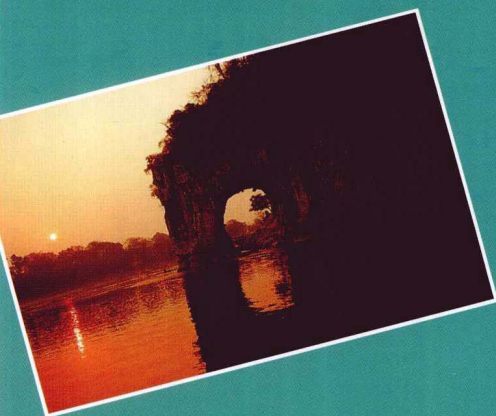
历史上的喀纳斯湖 / 067

揭秘喀纳斯湖 / 068

喀纳斯湖的众多唯一→梦幻般的云海佛光→神奇的变色湖→特殊的千米枯木长堤 / 069

典故博士——大脚印的传说 / 069





015.九寨沟 美丽的童话仙境 / 070

历史上的九寨沟 / 070

沉醉九寨沟 / 071

武士般的雪峰→仙境般的彩林→明丽见底的翠海→千姿百态的叠瀑→别具一格的藏情风俗 / 072

典故博士——九寨沟的动人传说 / 072

沙漠——观绵延千里的金黄沙岸

016.塔克拉玛干沙漠腹地 最具诱惑力的地方 / 074

历史上的塔克拉玛干沙漠腹地 / 074

探险塔克拉玛干沙漠腹地 / 075

摸不准脾气的流动沙丘→奇特壮观的风蚀蘑菇→亦真亦假的海市蜃楼→生机勃勃的沙海中的绿色走廊 / 076

典故博士——塔克拉玛干沙漠的古老传说 / 076

017.鸣沙山、月牙泉 沙漠中不枯的绿洲 / 077

历史上的鸣沙山、月牙泉 / 077

见闻鸣沙山、月牙泉 / 078

鸣沙山——自然中美妙的乐章→月牙泉——弯新月卧沙中 / 078

典故博士——鸣沙山和月牙泉的传奇故事 / 079

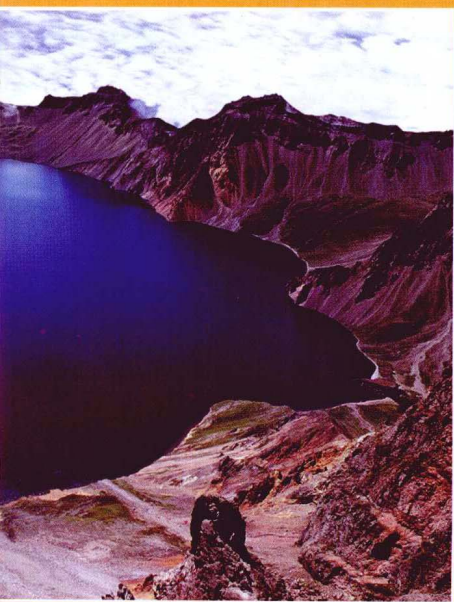
018.沙坡头 大漠孤烟直 / 080

历史上的沙坡头 / 080

感受沙坡头 / 081

中国最大的天然滑沙场→天下黄河第一索→北沙漠，南绿洲→羊皮筏子渡黄河 / 082

典故博士——洋人招手 / 082



019. 古尔班通古特沙漠——神秘的魔鬼之城 / 083

历史上的古尔班通古特沙漠 / 083

亲临古尔班通古特沙漠 / 084

毛骨悚然的魔鬼之城→驼铃梦坡沙漠公园→将军戈壁 / 085

典故博士——将军戈壁的壮烈之战 / 085

020. 巴丹吉林沙漠腹地——沙漠珠穆朗玛 / 086

历史上的巴丹吉林沙漠 / 086

横穿巴丹吉林沙漠 / 087

富庶的“聚宝盆”→“漠北江南”好风光→美术世界的活化石→世界鸣沙王国→沙漠腹地唯一的寺庙 / 088

典故博士——巴丹吉林沙漠的由来 / 088

民族建筑——赏雕栏玉砌五彩 绚丽的宫殿

021. 布达拉宫——世界屋脊上的瑰丽明珠 / 090

历史上的布达拉宫 / 090

向往布达拉宫 / 091

独特的建筑风格→伟大的艺术成就→珍贵的文物收藏 / 092

典故博士——野心勃勃的松赞干布 / 092

022. 傣族风情园——泼水节里的傣族风情 / 093

历史上的傣族风情园 / 093

游玩傣族风情园 / 094

田园好风光→玩转泼水节→不可错过的傣族歌舞 / 095

典故博士——泼水节的传说 / 095

023. 苗寨——吊脚楼中鼓笙悠悠 / 096

历史上的苗寨 / 096

玩转苗寨 / 097

独特的迎客礼俗→欢乐的“芦笙踩堂”→古龙坡会→斗马节和拉鼓节 / 098

典故博士——苗族节日的来源 / 098

024. 紫禁城——渗透历史沧桑的满族风情 / 099

历史上的紫禁城 / 099

探索紫禁城 / 099

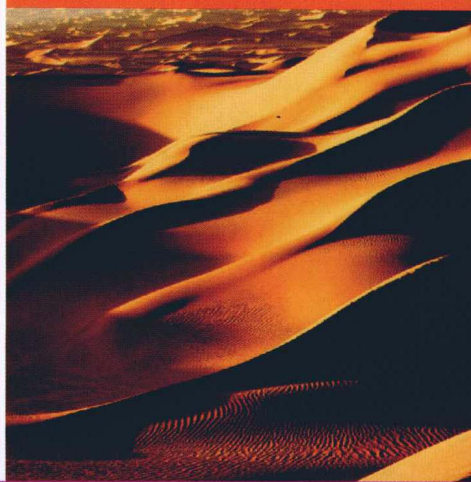
严谨的建筑格局→高超的建筑技术→令人惊叹的建筑艺术 / 101

典故博士——故宫角楼的传说 / 101

025. 侗寨风雨桥——溪流畔上的幽幽芦笙情 / 102

历史上的侗寨风雨桥 / 102

回眸风雨桥 / 103





纯天然的木石结构→侗族人的娱乐场所 / 103

典故博士——风雨桥的由来 / 104

026.摩梭“女儿国”——泸沽湖畔的“香格里拉” / 105

历史上的摩梭女儿国 / 105

迷恋摩梭女儿国 / 106

神秘的走婚习俗→美丽的泸沽湖→浪漫的情人滩和草海 / 107

典故博士——母亲湖 / 107

027.澳门历史城区——古朴典雅中的欧洲风情 / 108

历史上的澳门城 / 108

回味澳门历史城区 / 109

中西文化交流的结晶→独特的宗教特色→随处可见的中西式建筑 / 110

典故博士——妈祖庙妈祖传说 / 110

028.维吾尔族的喀什噶尔——丝绸之路上的楼兰风情 / 111

历史上的喀什噶尔 / 111

感受喀什噶尔 / 112



充满独特风情的城市→具有浓厚宗教色彩的城市→具有浓厚商业气息的城市 / 113

典故博士——这里是香妃的故乡 / 113

029.闽西客家民居——田园山水画大集合 / 114

历史上的闽西客家民居 / 114

游历闽西客家民居 / 115

造型多样的土楼→功能多样的土楼→价值珍贵的土楼 / 116

典故博士——余娘娘与五凤楼 / 116

古城镇——涤荡心灵的世外桃源

030.哈尼村落——看梯田荡起的涟漪 / 118

历史上的哈尼村落 / 118

信步哈尼村落 / 119

独特的梯田→热情的哈尼民俗→清代的园林建筑 / 120

典故博士——追逐光明的哈尼族 / 120

031.丹巴藏寨——平顶藏家村落的美 / 121

历史上的丹巴藏寨 / 121



闲游丹巴藏寨 / 122

三绝之一：甲居藏寨→三绝之二：碉楼群→三绝之三：绝色美女 / 123

典故博士——藏历年的传说 / 123

032.丽江古城——家家流水，户户垂杨 / 124

历史上的丽江古城 / 124

畅游丽江古城 / 125

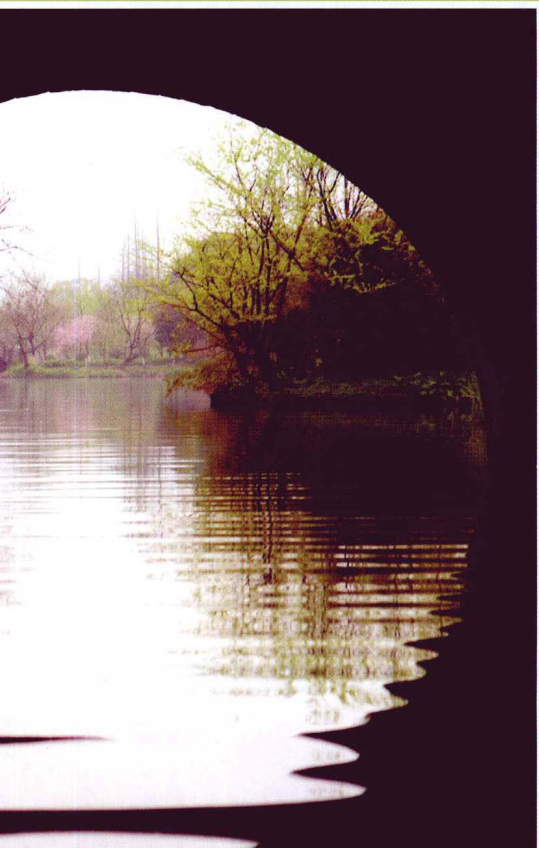
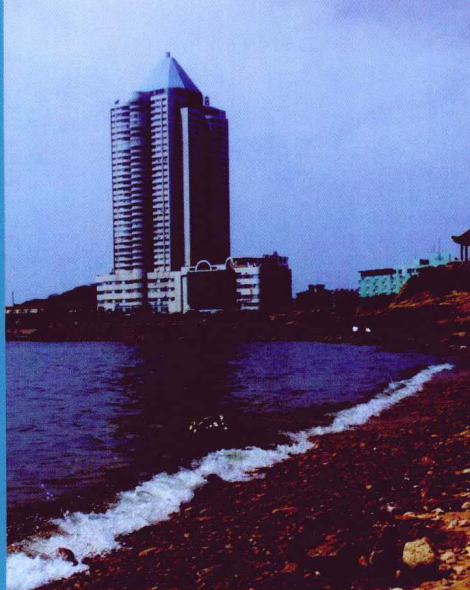
登高揽胜，尽看古城形势→临河就水，纵观古城水情→走街入院，欣赏古城建筑→入市过桥，一览古城布局 / 126

典故博士——世代相传的木府 / 126

033.婺源——古镇小桥流水 / 127

历史上的婺源 / 127

沉醉婺源 / 128



极具特色的四色特产→美丽的自然风光→独特的人文风光 / 129

典故博士——书乡闻名之地 / 129

034.鼓浪屿——琴声涛声应美景 / 130

历史上的鼓浪屿 / 130

走近鼓浪屿 / 131

人文之美——钢琴博物馆→风景之美——日光岩和古避暑洞→建筑之美——菽庄花园和皓月园 / 132

典故博士——郑成功的爱国主义 / 132

035.苏州老城——现代化包围的“人间天堂” / 133

历史上的苏州 / 133

漫步苏州 / 134

游在苏州——园林之美→听在苏州——昆曲之醉→看苏州——名人之荟 / 135

典故博士——寒山寺和枫桥的由来 / 135

036. 青岛八大关——殖民者留下的风情 / 136

历史上的青岛八大关 / 136

历数青岛八大关 / 137

红瓦绿树，碧海蓝天→万国建筑博览会→青岛钓鱼台 / 138

典故博士——八大关的由来 / 138

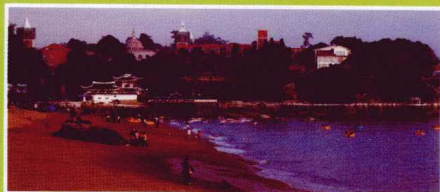
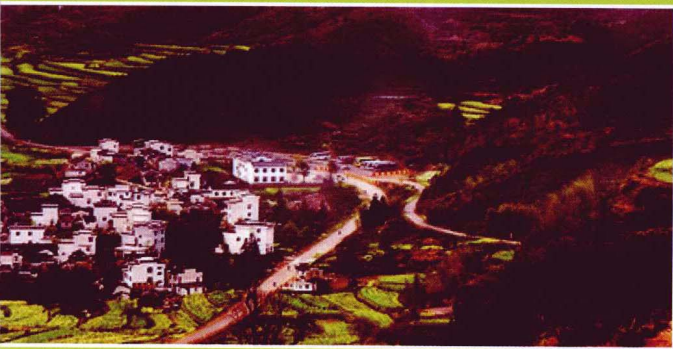
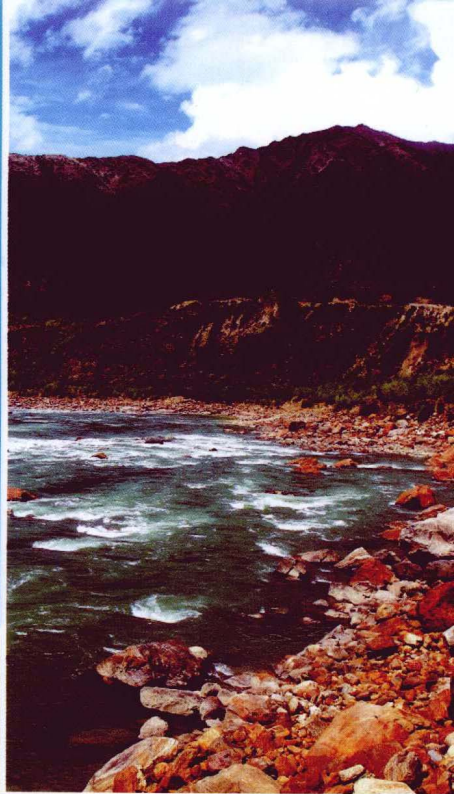
037. 图瓦村——碧湖边的世外桃源 / 139

历史上的图瓦村 / 139

泼墨图瓦村 / 140

瑞士的田园风光→图瓦人的热情好客→独特的栅栏习俗 / 141

典故博士——成吉思汗的后代 / 141



038. 北京什刹海地区——紧邻中南海的时尚 / 142

历史上的什刹海 / 142

邂逅什刹海 / 143

典雅之美→人文之美→时尚之美 / 144

典故博士——沈万三和什刹海 / 144

峡谷——叹滚滚江水的壮怀豪迈

039. 金沙江虎跳峡——荒野中的奇美 / 146

历史上的虎跳峡 / 146

探险虎跳峡 / 147

两险之一：山险→两险之二：水险→险中之美：景色之美 / 149

典故博士——虎跳石的悲痛传说 / 149

040. 太鲁阁大峡谷——台湾宝岛的三峡 / 150

历史上的太鲁阁大峡谷 / 150

巡游太鲁阁大峡谷 / 151

太鲁阁的险峻崖壁→太鲁阁的溪水力量→太鲁阁的神秘丛林 / 152

典故博士——太鲁阁族关于彩虹桥的传说 / 152

041.天山库车大峡谷——红色山崖的美丽 / 153

历史上的库车大峡谷 / 153

感悟库车大峡谷 / 154

峡谷红岩→奇峰幽谷→佛洞壁画 / 155

典故博士——藏宝洞的传说 / 155

042.怒江大峡谷——原始古朴的东方大峡谷 / 156

历史上的怒江大峡谷 / 156

观摩怒江大峡谷 / 157

气势恢弘的高山深谷→曲折迂回的怒江第一湾→怒江大峡谷的风情画 / 158

典故博士——桃花节里的热闹气氛 / 158

043.澜沧江梅里大峡谷——急流中的壮丽之歌 / 159

历史上的梅里大峡谷 / 159

探索梅里大峡谷 / 160

这是一个神奇的峡谷→这是一个险峻的峡谷→这是一个充满生命力的峡谷 / 161

典故博士——古代商人留下的栈道 / 161

044.黄河晋陕大峡谷——中国最美的大峡谷 / 162

历史上的晋陕大峡谷 / 162

游走晋陕大峡谷 / 163

最长的连续峡谷→黄河的百里画廊→谷内的著名古镇 / 164

典故博士——镇妖除害状元塔 / 164

045.大渡河金口大峡谷——绝壁深涧一线天 / 165

历史上的金口大峡谷 / 165

见闻金口大峡谷 / 166

植物大观园→地理大奇观→人文大特色 / 167

典故博士——成昆铁路的修建 / 167

046.雅鲁藏布大峡谷——世界第一大峡谷 / 168

历史上的雅鲁藏布大峡谷 / 168

瞻仰雅鲁藏布大峡谷 / 169

植物类型的天然博物馆→生物资源的基因宝库→打开地球历史之门的锁孔 / 170

典故博士——雅鲁藏布大峡谷的发现和命名 / 170

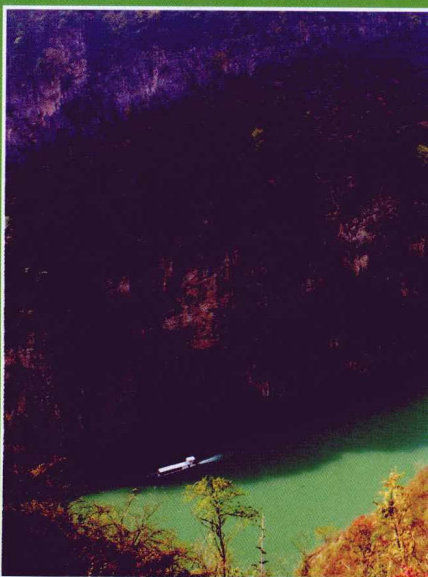
047.太行山大峡谷——自然与人文的结合 / 171

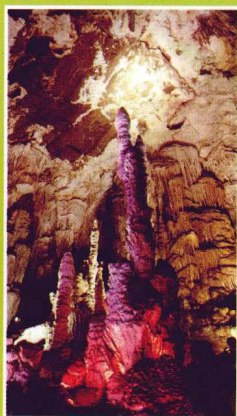
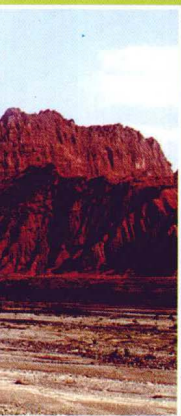
历史上的太行山大峡谷 / 171

徜徉太行山大峡谷 / 172

峰的海洋→石的国度→水的宝库→动植物的乐园 / 173

典故博士——女妖洞的传说 / 173





048. 长江三峡——千里江陵一日还 / 174

历史上的长江三峡 / 174

沉醉三峡 / 175

瞿塘峡：雄奇之美→巫峡：幽深之美→西陵峡：险峻之美 / 176
典故博士——白帝城的由来 / 176

洞穴——赏地下水的织锦奇迹

049. 本溪水洞——世界最大的充水溶洞 / 178

历史上的本溪水洞 / 178

感受本溪水洞 / 179

宏伟之美——水洞之宽广→地质之美——地质之奇特→
钟乳之美——形状之逼真 / 180

典故博士——人间独此一洞天 / 180

050. 黄龙洞——地下魔宫，异彩纷呈 / 181

历史上的黄龙洞 / 181

漫步黄龙洞 / 181

世界溶洞全能冠军→神奇的地下魔宫→绮丽的黄龙迷宫 / 183
典故博士——黄龙洞的凄惨传说 / 183

051. 芙蓉洞——地下艺术家的画廊 / 184

历史上的芙蓉洞 / 185

揭秘芙蓉洞 / 185

多样的钟乳石类→众多学科研究之对象→接连的洞中奇观 / 186
典故博士——芙蓉洞的发现过程 / 186

052. 腾龙洞——地下的卧龙 / 187

历史上的腾龙洞 / 187

走近腾龙洞 / 188

洞口之奇→大厅之广→园堂美之绝 / 189
典故博士——腾龙洞的由来 / 189

053. 织金洞——幻影幻影似天堂 / 190

历史上的织金洞 / 190

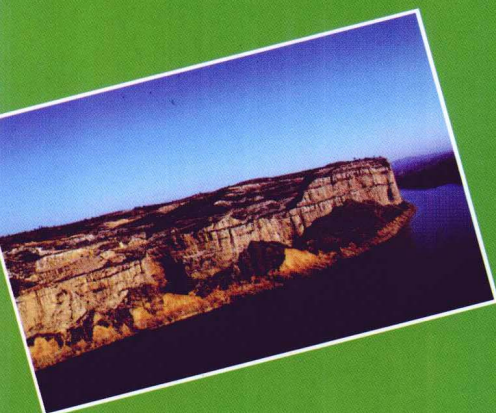
迷恋织金洞 / 191

溶洞奇观→大画卷，小场景→小桂林——织金古城→难忘
民俗风情 / 192

典故博士——织金洞的由来 / 192

054. 雪玉洞——谁在地下织锦 / 193

历史上的雪玉洞 / 193





踏寻雪玉洞 / 194

三个世界罕见之冰雪世界→三个世界罕见之汉白玉雕博物馆→
三个世界罕见之妙龄少女→四处世界级奇观之雪玉企鹅→四处
世界级奇观之沙场秋点兵→四处世界级奇观之鹅管林→四处
世界级奇观之石旗之王 / 196

典故博士——鳄鱼护洞之来历 / 196

海岸——看蓝天碧海金沙滩

055. 大鹏半岛——深圳的“桃花岛” / 198

历史上的大鹏半岛 / 198

闲游大鹏半岛 / 199

深圳最长的海滩——西涌→深圳唯一的国家级文物保护单位——
大鹏所城→珍珠岛上的火山——七娘山→深圳特色度假
休闲基地——西冲 / 200

典故博士——大鹏所城的历史 / 200

056. 野柳——奇石的艺术天堂 / 201

历史上的野柳海岸 / 201

采风野柳海岸 / 202

巨大的蕙岩→密密的蜂窝岩→独特的烛台石→美丽的风化纹 / 203

典故博士——不可错过的海洋世界 / 203

057. 昌黎黄金海岸——海洋大漠尽秀美 / 204

历史上的昌黎黄金海岸 / 204

畅游黄金海岸 / 205

精美沙滩——沙雕大世界→黄绿相间的翡翠岛——生态游乐园→
黄金海岸——滑沙活动中心 / 206

典故博士——七里海 / 206

058. 崇武半岛——古城与大海的艺术 / 207

历史上的崇武半岛 / 207

信步崇武半岛 / 208

