目　录

序
上篇：
长江：中华第一河 …… 3
黄河：华夏母亲河 …… 16
黑龙江：北疆黑色的蛟龙 …… 29
珠江：岭南文化的摇篮 …… 39
雅鲁藏布江：地上的天河 …… 48
淮河：一水居中分南北 …… 57
大运河：巧夺天工连京杭 …… 66
鄱阳湖：中华第一淡水湖 …… 76
洞庭湖：江南鱼米乡 …… 85
太湖：山水园林美如画 …… 95

下篇：
天池：天然的高山湖泊 …… 107
镜泊湖：中华第一堰塞湖 …… 112
五大连池：“火山博物馆” …… 118
杭州西湖：“人间天堂” …… 123
千岛湖：峰峦成岛屿 …… 128

需要全本请访问 www.ertongbook.com

东湖：景色优美内陆湖 …… 133
七星岩：画幅长留天地间 …… 138
滇池“高原江南” …… 143
日月潭：山中有水水中山 …… 150
黄果树瀑布：中华第一瀑 …… 156

长江：中华第一河

啊，长江！“你从雪山走来，春潮是你的丰采；你向东海奔去，惊涛是你的气概。你用甘甜的乳汁，哺育各族儿女；你用健美的臂膀，挽起高山大海。我们赞美长江，你是无穷的源泉；我们依恋长江，你有母亲的情怀……”这首早已唱遍神州大地的《长江之歌》，道出了祖国儿女对长江的无限深情。万里长江，是中华民族的第一河，它同古老的黄河共同孕育滋养了中华民族的灿烂文明，从而共同成为我们伟大祖国的象征。

源远流长第一河

长江以“长”而得名，它不仅是我国最长的河流，而且也是世界上著名的巨川。长江全长 6300 多千米，仅次于南美洲的亚马逊河和非洲的尼罗河，雄踞世界长河的第三位。

长江的源头，位于号称“世界屋脊”的青藏高原腹地。这里地势高峻，空气稀薄，气候恶劣，交通险阻，人迹罕至。长江的正源沱沱河、南源当曲、北源楚玛尔河都发源于此。沱沱河发源于唐古拉山主峰各拉丹冬雪山西南侧。在各拉丹东雪山的周围，簇拥着 20 座海拔 6000 米以

上的雪峰，共同组成了一个庞大的雪山群。远远望去，群峰耸峙，银装素裹，气象万千；近处细看，各拉丹东雪山则像玉雕的尖塔，直插云霄。正是这雪山群的冰川融水，成为万里长江的最初水源。

长江的干流从青藏高原蜿蜒东去，如势不可挡的滚滚铁流，一路过关夺隘，冲破重重险阻，倾泻于山高谷深的横断山区，劈开重峦叠嶂的云贵高原，越过丘陵起伏的四川盆地，切穿险峻挺拔的巫山山脉，来到广阔的长江中下游平原，最后汇入浩瀚无垠的东海。

长江如气势恢宏的矫健苍龙，伸展于千回百转的崇山峻岭之间，横贯神州大地。长江计流经青海、西藏、云南、四川、湖北、湖南、江西、安徽、江苏和上海 10 个省、市、自治区。长江每年输送入海的总水量约 10000 亿立方米，占全国河流入海总水量的 1/3 以上，是欧洲最大河流伏尔加河的 4 倍，仅次于亚马逊河（69300 亿立方米）和非洲的刚果河（13300 亿立方米），在世界上也排名第三。长江水系的水能资源极为充沛，干支流总蕴藏量达 2.68 亿千瓦，占了全国的 2/5，相当于美国、加拿大和日本三国水能资源的总和，在世界上同样位居第三。

长江自源头至入海口，跨越了我国地势三级阶梯。根据各段河流的水文特征，通常把长江分为上、中、下游三段：从江源至湖北省宜昌为上游；宜昌至鄱阳湖湖口为中游；湖口以东为下游。在不同的区段，长江又有不同的名称。青藏高原腹地内的一段，是河谷宽浅、水流较缓的通天河；从青海省玉树附近的巴塘河口到四川省的宜宾，是山高谷深、水流湍急的金沙江；自宜宾以下至湖北宜昌，

是宽谷与峡谷相间、水流较缓的川江；湖北枝城至湖南洞庭湖出口城陵矶一段，迂回曲折，水流平缓，称为荆江；而江苏省扬州、镇江一带的长江干流，又称扬子江。自近代起，扬子江又成为长江的通称。

长江支流众多，集水面积超过 1000 平方千米的支流就有 437 条。其中尤以嘉陵江、雅砻江、岷江、汉水、大渡河、乌江、湘江、沅江和赣江为大。此外，长江流域内湖泊众多，总面积约 22000 平方千米，占全国湖泊总面积的 27.5%，形成了区别于其他大河的重要特点之一。

长江流域面积 180 多万平方千米，几乎占了全国面积的 1/5。整个流域有耕地 2500 万公顷，约占全国耕地总面积的 1/4 但是粮食产量却占了全国的 40%，棉花产量占全国的 1/3 以上。因此，称长江为我们中华民族第一河，它是当之无愧的。

雄奇险秀山水胜

浩浩荡荡的长江，不仅给我们以舟楫和灌溉之利，而且以其神奇的造化之功，在奔流东去的沿途，造就了众多美不胜收的山水名胜。

从雪山奔泻而来的长江，时而如利斧斫穿崇山峻岭，时而又如彩带蜿蜒于千里平原，或激越雄壮，或清秀绮丽。沿途所经，众多的名胜各具风姿，令人目不暇接。

四川盆地西南的峨眉山，雄踞于大渡河以北，因山势逶迤，“如蛾首娥眉，细而长，美而艳”，故名。峨眉山峰峦起伏，重岩叠翠，气势磅礴，雄秀幽奇，素有“峨眉天

需要全本请访问 www.ertongbook.com

下秀”的美誉。峨眉山上遍布寺院殿阁，明、清极盛时有大小寺庙近百座，被称为我国四大佛教名山之一。

如果说峨眉山以佛教寺院众多而被视为佛教圣地的话，那么乐山则以“大佛”而闻名天下。乐山地处岷江和大渡河汇流之处，古称嘉州，因风光绮丽而使无数文人墨客心驰神往。唐时名僧海通在临江的凌云山岩壁上凿就了大佛，前后历时 90 年。大佛头与山齐，脚踏大江，双手护膝，两目正视，通高 71 米，头高 14.7 米，肩宽 24 米。在大佛两侧的石壁上，还有几千个神态各异的摩崖石刻，与大佛构成了一个庞大的石刻艺术群。如此鬼斧神工，不能不令人惊叹先辈们的智慧和丰富的想象力。

告别了乐山大佛，长江继续东去，奔突激越，切穿巫山夺路而出，由此造就了长江三峡这一华夏大地上的惊世杰作。瞿塘峡、巫峡和西陵峡组成的长江三峡，堪称长江的珠冠。这里山势雄奇险峻，江流奔涌湍急，江中滩礁棋布，两岸峰插云天，峻岩峭壁，波光峰影，交织成一座壮丽无比的天然大画廊，是中外闻名的游览胜地。

三峡西起四川奉节的白帝城，东到湖北宜昌的南津关，全长 204 千米，沿途风光各具特色。瞿塘峡以雄伟险峻著称。瞿塘峡口上，为三峡最险处。杜甫《夔州歌》云：“白帝高为三峡镇，瞿塘险过百牢关。”古时歌谣说：“滟滪大如马，瞿塘不可下；滟滪大如猴，瞿塘不可游；滟滪大如龟，瞿塘不可回；滟滪大如象，瞿塘不可上。”这滟滪堆指的是一堆黑色礁石。它对准峡口，万水奔腾一冲进峡口，便直奔巨礁而来。你可想象得到那真是雷霆万钧，船如离弦之箭，稍差分厘，便撞个粉碎。现在，这巨

礁早已炸掉。不过，瞿塘峡中，激流澎湃，涛如雷鸣，江面形成无数漩涡，船从漩涡中冲过，仍不免令人有惊心动魄之感。

如果说瞿塘峡像一道闸门，那么巫峡简直就像江上一条迂回曲折的风景画。两岸山势奇绝，连绵不断。仪态万千的峰峦，最为引人入胜，正所谓“放舟下巫峡，心在十二峰”。巫山十二峰，各峰有各峰的姿态。突然是深灰色石岩从高空直垂而下浸入江心，令人想到一个巨大的惊叹号；突然是绿茸茸的草板，像一支充满幽情的乐曲；特别好看的是悬崖上那一堆堆红艳艳的野草，简直像是满山的杜鹃。

著名的巫山十二峰，被极富想象力的人们描绘成十二位天上仙女的化身。特别是被称作“神女峰”的望霞峰，奇峰兀立，仪态万千，宛如一位妙龄少女正凝眸俯视着大江……这里还有一个美丽的传说故事呢：据说一个渔夫在江中打鱼，突遇狂风暴雨，船覆人亡。他的妻子抱了小孩从峰顶眺望，盼他回来，一天又一天，一月又一月，他终未回来，而她却依然不顾晨昏，不顾风雨，站在那儿等候着他——直到今天！神女峰就是这位善良女子的化身。

西陵峡比较宽阔，但滩多水急，江流至此变得特别凶恶，处处是急流，处处是险滩。最著名的三个险滩是：泄滩、青滩和崆岭滩。初下泄滩，那原先万马奔腾的江水突然变得好似旋转不前了，千万个漩涡使得游船剧烈震动起来。这里到处流传着许多优美的传说。据袁崧（宜都山川记）载：秭归是屈原的故乡，是楚王子熊泽建国之地。后来屈原被流放到汨罗江，死在那里。传说屈原死后，被一

条大鱼驮回秭归，终于从流放之地回到了家乡。这一切初听起来虽有些神奇怪诞，却正反映了人民对屈原的无限怀念之情。

秭归正面有一大片铁青色礁石，森然耸立江面，经过很长一段急流方绕过泄滩。急流刚刚滚过，前面有一奇峰突起，江水沿着这山峰右面流去，山峰左面却又出现一道河流，原来这就是王昭君诞生地——香溪。杜甫有诗云：“群山万壑赴荆门，生长明妃尚有村。”这儿完全是一条窄巷，只见黄石碧岩，高与天齐。再行驶一段，就到了青滩。江面陡然下降，波涛汹涌，浪花飞溅，江水像是滚沸了一样，到处是泡沫。这还不算凶险，因为早有俗谚云：“泄滩青滩不算滩，崆岭才是鬼门关。”崆岭滩上，乱石林立，游船不像在浩荡的长江上，倒像是在苍莽的丛林中找寻小径跋涉前进了。

长江从三峡瓶颈口——湖北宜昌南津关奔涌而出以后，峡尽天开，山低水阔，“江入大荒流”，“极目楚天舒”，别是一番景色。由此东去，再也不见高峰夹岸，峭壁遮天的景色，然而两岸的名山胜景仍然比比皆是。首先见到的，是“三楚名山”——湖北当阳玉泉山。这是一处极为幽雅的游览胜地，以历史悠久的玉泉寺和造型精美的玉泉铁塔而闻名。

在号称“云泽梦国”的湖北省境内，长江流经两处名扬天下的赤壁古迹。一处是蒲圻赤壁，为三国时期吴、蜀联军大败曹操的古战场，又称“武赤壁”。另一处是黄冈县的黄州赤壁，因宋代苏轼被贬为黄州团练副使，在此写下了前、后《赤壁赋》而名于天下，又称“文赤壁”。

来到江城武汉，不可不登临黄鹤楼。黄鹤楼临江而立，远山近水一览无余。江中百舸千帆，形影点点，历历在目，古往今来吸引了无数游人，更有文人墨客吟诗赞叹。“昔人已乘黄鹤去，此地空余黄鹤楼。黄鹤一去不复返，白云千载空悠悠。”这是被广泛传诵的唐代诗人崔颢的名篇《黄鹤楼》中的佳句；“黄鹤楼中吹玉笛，江城五月落梅花”，则是诗仙李白《与史郎中钦听黄鹤楼上吹笛》中的名句。

长江从群山万壑中冲出三峡以后，流淌在坦荡的平原之上，除了时远时近的低丘，两岸没有什么高大的山岭，唯独在九江附近，庐山拔地而起，仿佛天外飞来。耸峙江边的庐山，又名匡山、匡庐，山峰周围多悬崖峭壁，谷深峰陡，显得格外雄伟。庐山多险绝胜景，仙人洞石松横空，五老峰山姿奇特，龙首崖苍龙昂首，含鄱口势吞鄱湖，大天池霞落云飞，白鹿洞四山回合，玉渊潭惊波奔流，秀峰碑刻如林。

游罢庐山，继续顺江而下，观赏了湖口的石钟山、安庆的振风塔，就来到了世界著名的游览胜地黄山。黄山之名，因传说黄帝曾在此修身炼丹而来。黄山的山峰劈地擎天，云凝碧汉，气象万千；青松苍郁挺拔，千姿百态；烟云缥缈起伏，浩瀚似海；巧石星罗棋布，竞相崛起。奇松、怪石、云海、温泉，堪称黄山“四绝”。举凡泰岱之雄伟，华山之峻峭，衡岳之烟云，匡庐之云瀑，雁荡之巧石，峨眉之清凉，黄山无不兼而有之。故明代徐霞客赞誉说“:五岳归来不看山,黄山归来不看岳。”

下了黄山，沿江东去，不远处就是虎踞龙盘的“六朝

古都”南京了。南京城内，山地、丘陵、湖泊、江河兼而有之，险要而不失妩媚。幽雅的秦淮河缓缓地从城边流过，玄武湖和莫愁湖，犹如两颗明珠，镶嵌于城的东北和西南。钟山、石头山、牛首山、幕府山分列在城的四面。城北的燕子矶，山石直立江上，三面临空似展翅欲飞之燕，为南京的一大著名景观。

出了南京，一路向东，镇江、常州、无锡、苏州，似长江下游的一串珍珠，虽无名山，却有玲珑剔透的园林、别致精巧的寺塔殿宇。其中，镇江的金山寺、甘露寺，无锡的鼋头渚、蠡园、惠泉，苏州的虎丘、拙政园、狮子林等等，都是绝佳的名胜，显示着秀丽的江南风光。

青山遮不住，毕竟东流去。“目送”长江入海流的是中国第一大都会上海。以豫园为中心的上海旧城区，不仅以城隍庙的殿阁园林、小商品市场、酒楼食档吸引着人们，即使那些弯弯曲曲的小巷里弄，漫步其中，也能领略到一种古色幽香的情韵。外滩沿岸巍峨的建筑群，素有万国建筑博览会之称。单是将它们与旧城的木屋、石库门、新式里弄联系起来，便能让人对晚清以来中国社会的演变，产生一种直观形象的感受。

中华文明的摇篮

早在旧石器时代，中华先祖就已经活动在长江流域。1975 年至 1980 年，在距金沙江不远的云南禄丰县，多次发掘出腊玛古猿化石，其中包括世界上首次发现的一个腊玛古猿头骨。它雄辩地证明：长江流域是人类起源的重要

地区之一。

在此之前，长江沿线发现了许多早期人类的化石。其中，在金沙江南岸的云南元谋县上那蚌村附近，发现了距今约 170 万年的“元谋猿人”化石；长江北岸的安徽和县，出土了与著名的北京猿人生活时代相当的“和县猿人”头骨化石；湖北长阳的窑洞中，发现了距今约 20 万年的“长阳人”化石，等等。

所有这些考古发现，都无可辩驳地证明，长江流域同黄河流域一样，自古就是中华民族的先祖们栖息、繁衍、生活的重要地区。把长江喻为孕育了我们伟大中华民族的摇篮之一，是当之无愧的。

进入到新石器时代以后，活跃在长江流域的先祖们，继续以自己的勤劳、勇敢和智慧，创造着古老而灿烂的中华文明。

分布在川东、鄂西至鄂中南一带的大溪文化遗址，出土了许多距今 6000 年左右的陶器，饰有绞索纹、平行带纹中夹横人字形、谷穗纹、齿状纹等，与中原彩陶常见的弦纹、绳纹、篮纹、堆纹判然有别。尤其是以各种形状的戳子戳印而成的戳印纹，更是大溪文化独有的纹饰。

其后的屈家岭文化，主要分布在湖北省，出土的彩陶器多数是两三色兼施，彩纹颜色往往浓淡相间，笔道不齐，整个色衣和彩纹都具有晕染的风格，为其他地区所罕见。

本世纪 70 年代发现于浙江余姚的河姆渡文化，更典型地反映了长江流域新石器时代文化的特色。在这里，丰富的稻作遗存，比大溪文化遗址的稻壳标本更令人信服

需要全本请访问 www.ertongbook.com

地证明，新石器时代中原以粟为主，长江流域则以种植稻米为主；栽桩架板的干阑式建筑，揭示了南方多雨多水的自然条件下，房屋建筑由巢居一半巢居一地面的发展序列，这是不同于北方由穴居一半穴居一地面的另一种建筑类型；以骨器为主的各种工具式样新颖，加工精巧，尤其是成批的骨耜，更为引人注目。这类骨耜用大型动物的肩胛骨加工制成，横凿方孔用来安装木柄，制作极为精妙，是中原地区所未见的。河姆渡文化的原始艺术丰富多彩，使用雕刻、捏塑等方法制作的许多陶、骨、木、象牙等原始艺术珍品，特别是一些象牙雕刻，如双鸟朝阳象牙雕刻、鸟形象牙圆雕，十分精致，极富地方特色。

中国历史跨入阶级社会以后，尽管政治、经济中心一直在当时的黄河流域，但长江流域并未因此而沉寂。沿江各地的考古发现表明，长江流域在受到中原文明广泛影响的同时，也表现出明显区别于中原地区的地方特色。其中，尤以四川广汉三星堆遗址和江西新干县商墓遗址最为典型。

三星堆遗址位于成都市北 40 千米，广汉市西 8 千米的三星村一带。自 1980 年至 1989 年，在这里相继发现了数千件陶、石、金、铜、玉器和几万件标本，揭示了 3000～4000 年前地处长江上游的蜀文化的发展概貌。这里的古城墙，采用的是平夯法，与中原习见的版筑法明显不同；除陶盉外，未发现任何其他的三足陶器，也区别于中原以鼎、鬲等三足器为基本组合的格式；祭祀坑内出土的大型青铜雕塑像群，更是前所未见的重大发现。

1989 年在江西新干县大洋洲商墓遗址进行的发掘，

同样显示了殷商时期长江中下游地区青铜文化的浓郁地方特色。遗址中出土的柳叶形矛、四棱锥形矛、长铤单翼镞、手斧、溜肩圆斧和犁铧等，为中原地区出土的商代文物中所未见；而中原地区常见的爵、觚、斛等酒器，这里却不见踪迹。青铜器物上盛行此地独有的带状燕尾纹，装饰附件上独多虎等雕塑性动物形象。

特别值得注意的是，三星堆遗址出土了青铜雕像群，大洋洲商墓也发现了双面青铜神像，造型奇特，形态逼真，颇富想象力。而同一时期的中原地区，并无青铜雕像出现。这一长江流域独有的青铜艺术品，突出地表现了青铜器制作上造型奇特、制作精巧这一不同于中原的特色，也蕴含了此后南方文化注重想象、富于神秘感的胚芽。

历史发展到春秋战国时期，长江沿线的巴蜀文化、楚文化和吴越文化，成为盛开在长江流域的三朵绚丽的区域文化之花。特别是中游的楚文化，际会风云，立异标新，与中原文化竞趋争先，显示了后来居上之势。

本世纪 50 年代以来，在长江中游地区发现了众多的楚文化遗存。拭去历史尘垢的楚文化遗物，无论是青铜器、木器，还是漆器、丝织品，都淋漓尽致地展现了楚文化清秀、诡奇、追求创新、神秘而富于浪漫色彩的基本特征。湖北随县擂鼓墩一号墓出土了尊和盘各一件，尊在盘中，如花蕊凸立于花瓣之间，相映成趣。尊唇和盘口布满精细的镂空蟠螭纹和蟠虺纹，纹饰互不接续，全靠铜梗支承，玲珑剔透，令人叹为观止，有极强的虚实结合、轻灵活泼的艺术效果。楚地出土的漆器，纹饰形态繁多，夸张变形，且刻意求新，体现了楚文化浪漫奔放的艺术风格，

激发起人们无穷的想象力。

长江流域南方文化的这些基本特色，至两汉已基本定型，它与中原地区的北方文化耦合而成的灿烂的中华文化，推动和促进了中华文明的发展。

兴利除弊赋新篇

奔流不息的长江，时而温良柔顺似绵羊，时而又狂躁暴怒似蛟龙。温顺时，它给沿岸地区带来了不尽的灌溉和舟楫之利；桀骜时，又给人民带来无穷的灾难，良田变泽国，人或为鱼鳖。自古以来，勤劳勇敢的长江儿女就为战胜天灾水患、变水害为水利而不懈地斗争，涌现了无数的能工巧匠，兴建了许多举世闻名的水利工程。其中，最令人叹为观止的古代水利工程，便是中外驰名的都江堰。

继都江堰之后，长江流域的人民发挥自己的聪明才智，又兴建了沟通长江和珠江的灵渠、纵贯南北的大运河等著名工程，趋利避害，让长江为人民造福。

新中国的建立，揭开了长江治理、开发史上的新的一页。“长江万里长，险段在荆江”。1952 年，30 万人组成的建设大军，仅用 75 天就一举建成了长江上的第一个大型分洪工程——荆江分洪工程，从而胜利地抗击了 1954 年长江发生的百年少见的特大洪水。

为了从根本上消除长江水患，在兴建众多水利设施的基础上，经过历时 10 年的辛勤劳动，在位于长江三峡的西陵峡出口南津关以下 3 千米的湖北省宜昌市西面，于 1981 年建成了葛洲坝水利枢纽工程，不仅为长江防洪作

出了重大贡献，而且每年利用水力发电 138 亿度，为华中和华东地区提供了强大的动力。

与此同时，武汉长江大桥、重庆白沙沱长江大桥、枝城长江大桥、南京长江大桥相继建成，天堑变通途，浩瀚的长江再也不是阻隔南北的障碍了。

20 世纪 90 年代以来，长江的面貌正在发生一场翻天覆地的变化，为中华民族的振兴和发展作出更大的贡献，举世瞩目的三峡工程一旦建成，将在防洪、发电、航运等方面发挥巨大的作用。三峡工程的年发电量将达 840 亿度，占目前全国总电量的 1/9，将成为世界上最大的水电站。工程建成后，可抬高库区上游水位，昔日危及航行安全的暗礁险滩尽没水底，万吨级航队可直达重庆，单向年通过能力，将从目前的 1000 万吨增至 5000 万吨。现在，三峡工程正顺利进行。到 2009 年，“更立西江石壁，截断巫山云雨，高峡出平湖，神女应无恙，当惊世界殊”的宏伟工程将变成现实。

黄河：华夏母亲河

“遥远的东方有一条龙，她的名字就叫中国；遥远的东方有一条河，她的名字就叫黄河。”每当听到这首《龙的传人》，华夏儿女都难免心潮澎湃，热血沸腾。黄河是中华民族的骄傲、象征，黄河与长江一样同是我们的母亲河，她哺育滋养了悠久灿烂的中华文明。

黄河造就了英雄和史诗，激发了智慧与文化。它是一部流动的民族史的主题曲，一部华夏子孙的大家谱。中国没有黄河，就如同古印度没有恒河，古埃及没有尼罗河，古巴比伦没有幼发拉底河。

黄河之水天上来

黄河为中国第二大河，它全长 5464 千米。从源头的涓涓细流，沿途汇集了 40 多条主要支流和成千上万条溪川，形成每年平均约 480亿立方米水量的滚滚洪流，一泻万里。它源出青海省巴颜喀拉山北麓的约古宗列盆地，由此东流，经青海、四川、甘肃、宁夏、内蒙古、山西、陕西、河南、山东 9 个省区，在山东省垦利县注入渤海。其间，有水草丰美的天然牧场，有风光绮丽的崇山峻岭，有广阔无垠的肥土沃壤，有雄浑粗犷的黄土高原，有一马平

川的关中平原，有历史悠久的三大文明古都，有丰富的物产和地下宝藏。整个黄河流域，生息着 1.1 亿各族儿女。

黄河的源头在青海高原上的巴颜喀拉山北麓。山脚下几个泉眼溢出的清水，在绿草如茵的滩地上流淌，最终汇成了卡日曲，向东北流入星宿海。

星宿海不是海，而是一片辽阔的草滩和沼泽，东西长 30 多千米，南北宽 10 多千米。这些沼泽和大小不一的湖泊在月光的照耀下，反射发光，好像绿色天幕上嵌着闪烁的群星，故名“星宿海”。

卡日曲汇合了约古宗列渠、扎曲以后，水量大增，流向西南，流入我国高原最大的两个淡水湖泊——扎陵湖和鄂陵湖。史籍记载，这两个大湖，古称“柏海”，湖面海拔 4200 多米，是我国海拔最高的淡水湖。扎陵湖，藏族称“错加朗”；“错”意为湖；“加”为灰白色；“朗”是长形，所以“错加朗”意为灰白色的长湖。鄂陵湖藏语为“错鄂朗”，“鄂”为青蓝色，意为青色的长湖。扎陵湖面积为 526 平方千米，鄂陵湖面积为 610 平方千米。两湖蓄水量共有 150 多亿立方米。每年从鄂陵湖泄入黄河的水量达 6 亿多立方米，是理想的天然调节库。湖中鱼类资源丰富，主要有俗称大嘴鱼的花斑裸鲤和小嘴鱼，共计 8 种。过去藏民敬鱼为神，不捉不吃，鱼自然繁殖，从不怕人，若从岸边投入石块，鱼不但不惊散而去，反而向石子落水的地方聚集。这里气候寒冷，水温较低，湖水冰冻时间长，鱼类生长缓慢，一条一斤多重的鱼，需要七八年时间才能长成。

两湖岛上是青藏高原鸟禽聚集区之一。鸟中以鱼鸥和

需要全本请访问 www.ertongbook.com