

· 影响一生的旅行计划 ·

# 中国最美的 100个地方

《知行天下》编委会 编◎  
蓝天出版社



TOP / 100 / PLACES / OF / CHINA

## 图书在版编目(CIP)数据

影响一生的旅行计划. 中国最美的100个地方 / 《知行天下》编委会编. —北京: 蓝天出版社, 2007.7  
ISBN 978-7-5094-0008-1

.影... .知... . 自然地理 - 中国 - 普及读物  
人文地理 - 中国 - 普及读物 .P942-49 K92-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第101372号

影 / 响 / 一 / 生 / 的 / 旅 / 行 / 计 / 划

# 中国最美的100个地方

责任编辑: 魏汉鑫 胡 敏

责任校对: 张春艳

封面设计: 夏 鹏

出 版: 蓝天出版社

社 址: 北京市复兴路14号(邮编: 100843)

制 作:  (www.rzbook.com)

印 刷: 北京汇昌印刷有限公司

开 本: 787 × 1092mm 1/16

印 张: 24

字 数: 220千字

版 次: 2007年10月第1版

印 次: 2007年10月第1次印刷

印 数: 1-13 000册

定 价: 48.00元



## 梦想没有极限， 用心去追逐

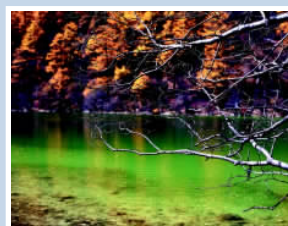
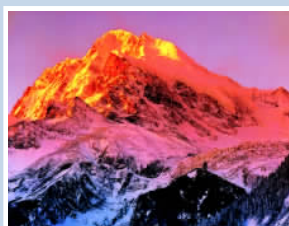
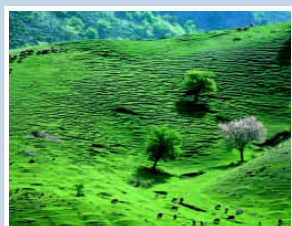
人的一生中会有很多能感受到美好的时刻，可以是喜极而泣的泪水，也可以是发自肺腑的放声大笑，可以是与家人紧紧拥抱，也可以是无拘无束地自由奔跑……

还可以是当你看到九寨沟海子中的一段残木，香格里拉草甸上烂漫的鲜花，黄山上吞吐朝阳的苍松，庐山瀑布四处飞溅的晶莹水珠，布达拉宫前被虔诚洗礼的石子路，龙门石刻中微笑着的大佛，婺源古镇上讲述着往事的马头墙……

我们精心打造了这两册《影响一生的旅行计划》丛书，本册《中国最美的100个地方》专为读者展现中华大地的各色美景。我们特别聘请了多位地理专家、资深的旅游爱好者及相关业内人士组成编撰组，以全新的视角从全国各地选取了100处最富有代表性的景观，它们有或雄奇、或秀美的山川美景，也有充满人文关怀的历史遗迹，饱经沧桑的文化古城……我们希望可以借此将我们脚下这片土地上各种臻于极致的“美”一一铺陈在您的面前。书中的图片从上万张摄影作品中披沙拣金、层层汰选而来，配合优美的散文诗式的文字，将带您展开激动人心的神游之旅。

有人说，人生是一出戏，你方唱罢我登场；也有人说，人生是一条漫长的路，要方向明确、直达终点，更要细细欣赏沿途的风景。本书为您介绍的100个地方正是由无数美丽各异的风景组成，必定值得您在匆匆路上驻足欣赏，流连其中。

也许书中的有些地方您曾经到过，有些地方已经在您前往的计划里，有些地方您之前并未曾留意，于是，翻开本书，您或许会与书中的讲述产生共鸣，忆起那一段美好的时光；或许会从书中获得更多的信息，在脑海中勾画出一完美的旅行；更或许汲取到新的灵感，激发了心中的梦想，开启那尘封的心灵之门。如此种种取其一，本书制作者的一番苦心便得以报偿，无所他求。





目录 >>

C O N T E N T S



第1章 山河掠影 8-127

第2章 大漠·荒原 128-153

第3章 自然杰作 154-195

第4章 永恒的生命 196-229

第5章 人间乐土 230-299

第6章 不朽的神话 300-351

第7章 时间刻度 352-383





## 山河掠影

- 珠穆朗玛峰 / 9
- 贡嘎山 / 14
- 博格达峰 / 18
- 南迦巴瓦 / 20
- 乔戈里 / 22
- 梅里雪山 / 24
- 阿里 / 28
- 贺兰山 / 34
- 泰山 / 36
- 华山 / 42
- 峨眉山 / 46
- 五台山 / 50
- 庐山 / 54
- 黄山 / 58
- 武夷山 / 66



## 大漠·荒原

- 黄土高原 / 129
- 塔克拉玛干 / 132
- 巴丹吉林 / 138
- 将军戈壁 / 140
- 火焰山 / 142
- 罗布泊 / 144
- 乌尔禾魔鬼城 / 148
- 鸣沙山 / 152

- 阿里山 / 72
- 长江 / 76
- 黄河 / 82
- 雅鲁藏布江 / 88
- 塔里木河 / 92
- 淡水河 / 94
- 长白山天池 / 98
- 天山天池 / 104
- 纳木错 / 106
- 青海湖 / 110
- 喀纳斯湖 / 118
- 茶卡盐湖 / 120
- 三江并流 / 122
- 西沙群岛 / 126





### 自然杰作

- 雅鲁藏布大峡谷 / 155
- 怒江大峡谷 / 158
- 蛇岛 / 160
- 乐业天坑群 / 162
- 五彩湾 / 166
- 小寨天坑 / 168
- 德天瀑布 / 170
- 黄果树瀑布 / 172
- 壶口瀑布 / 176
- 钱塘江潮 / 178
- 野柳 / 180
- 织金洞 / 182
- 石林 / 184
- 祁连山草原 / 188
- 坝上草原 / 190
- ▲ 呼伦贝尔草原 / 192



### 永恒的生命

- 大兴安岭 / 197
- 伊犁 / 200
- 神农架 / 204



### 人间乐土

- 西双版纳 / 208
- 四姑娘山 / 214
- 扎龙 / 218
- ▲ 卧龙 / 224
- 西湖 / 231
- 日月潭 / 234
- 苍山洱海 / 238
- 桂林山水 / 242
- 香格里拉 / 250
- 张家界 / 256
- 九寨沟 / 262
- 稻城 / 270
- 黄龙 / 276
- 天涯海角 / 284
- 鼓浪屿 / 286
- 亚龙湾 / 288
- 婺源 / 290
- 维多利亚港 / 294
- 外滩 / 296
- 海河 / 298



**chapter 6**

**不朽的神话**

- 万里长城 / 301
- 北京故宫 / 306
- 天坛 / 310
- 布达拉宫 / 314
- 避暑山庄 / 318
- 武当山古建筑 / 322
- 云冈石窟 / 326
- 龙门石窟 / 328
- 大足石刻 / 330
- 苏州园林 / 332
- 颐和园 / 336
- 都江堰 / 342
- 京杭大运河 / 346
- 元阳梯田 / 348

- 福建土楼 / 370
- 乌镇 / 374
- 屯溪老街 / 376
- 周庄 / 378
- 澳门古城区 / 382

**chapter 7**

**时间刻度**

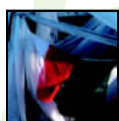
- 山西民居 / 353
- 平遥古城 / 356
- 凤凰古城 / 360
- 丽江古城 / 362
- 皖南古村落 / 366





VISION **第一章** 山河掠影  
OF GLORY





# The Everest

## 珠穆朗玛峰

▲ 全 称 珠穆朗玛峰

🏠 所在地 中国 / 尼泊尔

世 界 屋 脊



入选  
理由

**TOP 100** 威严、雄伟、圣洁、巍峨，当立于雪域高原的世界屋脊，置身在纯净的蓝天白云下，抬头眺望恍若梦幻的女神之峰时，罗列各种词汇，也无法尽述对她庄严华贵的赞美。千百年来，圣山珠穆朗玛赢得数不清的赞叹与崇敬，皑皑白雪，巍峨山峰，成就了一个不朽的地理传说。

▲ 从空中俯视喜马拉雅山脉，但见群峰攒动、雪覆云挡、气势雄浑，无愧于“地球第三级”的美称。



▲ 飘荡在珠峰峰顶的旗云由对流性积云形成，随着高空风上升气流和天气系统的不同，形态会不断变幻，珠峰旗云因此又有“世界最高的风向标”之称。

**西**方人所称的埃佛勒斯特峰，西藏人叫她珠穆朗玛峰，意为“世界之母神”。

珠穆朗玛峰是世界第一高峰，位于中国西藏自治区与尼泊尔王国的边界上，尼泊尔称之为萨加玛塔峰。其海拔 8844.43

珠穆朗玛峰就是一个大角峰，峰顶突出，但不尖锐。

米，处喜马拉雅山脉中段，与洛子峰、马卡鲁峰、卓奥友峰及邻近许多 7000 米以上的高峰组成世界上最雄伟的高山区。

珠穆朗玛峰大致东西走向，北坡与青藏高原相连，地势比较和缓，南坡和东坡受冰川侵蚀及河流切割，在约 53 千米的水平距离内，相对高差达 6000 米以上。其峰体宽大，具有西北、

东北和东南3个走向的刃脊，是一座巨型金字塔状的大角峰。

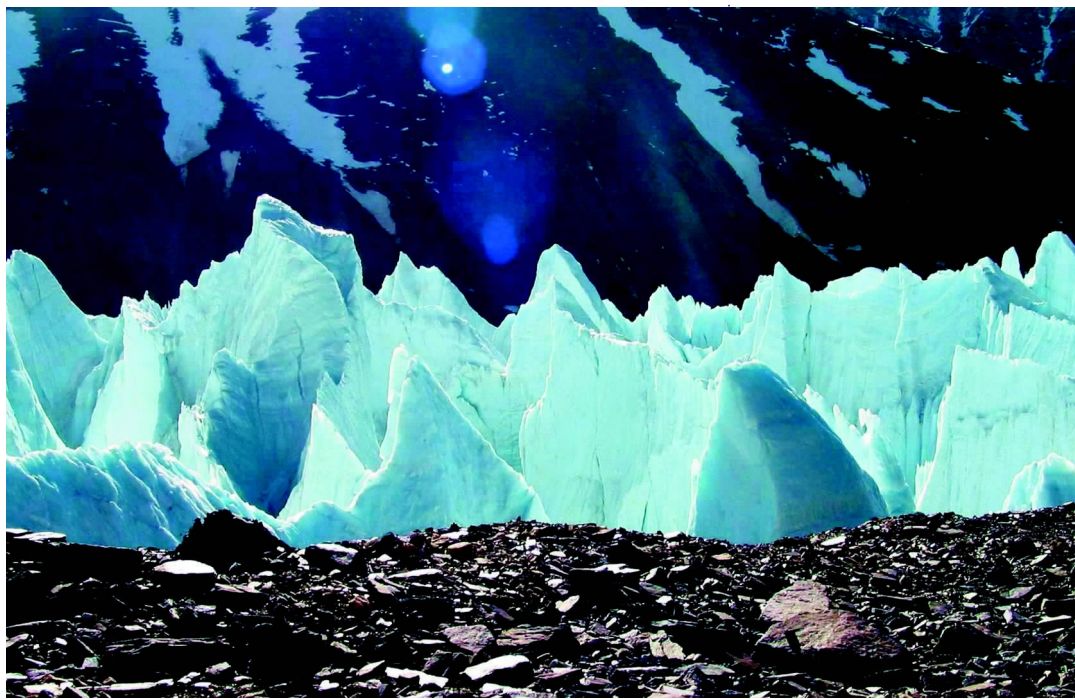
在地质构造上，珠穆朗玛峰主要由古老的变质岩系构成，海拔6400米以上被冰雪掩盖。6400~8200米为北坳组，以含黑云母石英千枚岩和黑云母石英片岩为主的岩石，一般呈黑色，构成金字塔形峰体宽大的下部。8200~8660米的岩层由石英大理岩等组成，一般为黄色。8660米以上全部由结晶岩、灰岩组成，一般为灰色或浅灰色。

珠穆朗玛峰地处低纬高寒环境，现代冰川发育较为完全，冰川作用区总面积约5000平方千米，最大的绒布冰川长约22千米，面积约87平方千米。这里的冰川以大型山谷冰川为主，一般具有大陆性冰川特征，冰川的补给量不大，消融量较小，进退变化较弱。在长期冰川作用的影响下，角峰、刃脊和冰斗等冰蚀地貌明显，珠穆朗玛峰就是一个大角峰，峰顶突出，但不尖锐。其北坡平均坡度为 $45^{\circ}$ ，由于冰雪不断下滑，形成了20多条雪崩槽，其中注入中绒布冰川粒雪盆的大雪崩槽，长2500余米，宽百余米，向上延伸几乎达到峰顶。南坡平均坡度为 $50^{\circ}\sim 55^{\circ}$ ，上部冰雪停积较少，均以雪崩、冰崩的形式补给冰川。东坡6500~6900米之间的坡度为 $20^{\circ}\sim 25^{\circ}$ ，这里基岩大量出露；6900米以



▲ 珠峰下的经幡

▼ 珠峰冰塔林



## 中国最美的

TOP 100 [ 100 个地方 ] PLACES OF CHINA



▲喜马拉雅山脉群峰中的珠穆朗玛

上平均坡度为  $40^{\circ}$  左右，全为冰雪覆盖。

珠穆朗玛峰地区日照充足，峰区气温低，降水量少，属于高寒半干旱地区，基本上全年均属冬季。由于地势较高，气温、降水及其对应关系随高度不同而发生有规律的变化，遂形成了比较完整的垂直自然带结构。

南翼湿润半湿润山地垂直自然带分布由上至下依次为：高山冰雪带、高山寒冻冰碛地衣带、高山寒冻草甸垫状植被带、亚高山寒带灌丛草甸带、山地寒温带针叶林带、山地暖温带针阔叶混交林带、山地亚热带常绿阔叶林带和山地热带季雨林带。北



喜马拉雅高原垂直自然带分布由上至下依次为：高山冰雪带、高山寒冻冰碛地衣带、高山寒冻草甸垫状植被带和高原寒冷半干旱草原带。

珠峰为每个走近她的人留下了无尽的叹息、感慨和追忆。人们在歌声中发出询问：“是谁带来远古的呼唤，是谁留下千年的期盼？难道说还有无言的歌，还是那久久不能忘怀的眷恋！”这歌声与其说是歌唱青藏高原的，不如说是献给珠穆朗玛峰的圣歌。

# Mount Gongga



▲ 全 称 : 贡嘎山

🏠 所在地 : 四川

## 贡嘎山

蜀 山 之 王



云气涌动的贡嘎山海螺沟，呈现一幅似真似幻的迷人景色。

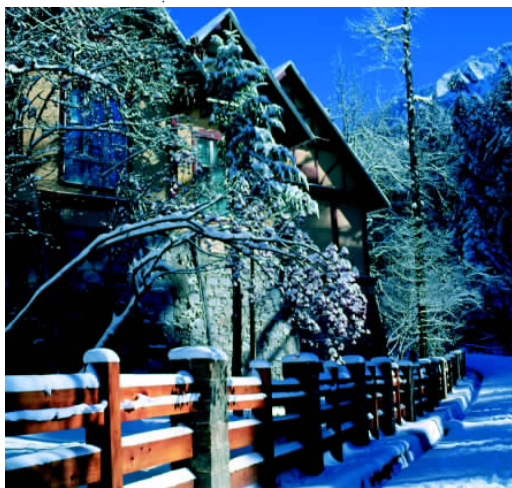
## 雪山脚下，冰川之畔， 森林环抱，蓝天白云……

**蜀**道之难难于上青天……尔来四万八千岁，不与秦塞通人烟。”李白诗中只顾感慨蜀境高山的险恶峭拔，却忘记了赞颂“蜀山之王”——贡嘎山的奇丽与庄重。

在藏语中，“贡”是雪，“嘎”是白，“贡嘎山”的意思便是“洁白的雪峰”。它位于川藏交界处，主峰海拔7556米，是闻名世界的横断山系第一高峰。贡嘎山主峰周围林立着145座海拔达到五六千米的冰峰，群山连绵起伏、险峰簇拥、白雪皑皑，是雪域高原上著名的神山，被视做世界第一高峰——珠穆朗玛峰的姊妹。

贡嘎山区是现代冰川较为完整的地区，以罕见的冰川奇观闻名于世。这片地区共有现代冰川71条。其中，海螺沟是原始冰川中最奇秀的成员，素有“海螺天下奇”之说。它是亚洲最低海拔的冰川，最低点为海拔2850米。这条冰川旖旎伸入原始森林6千米，形成了冰川与森林共存的奇观。

作为离城市最近的一条现代冰川，海螺沟内的自然风光非



▲海螺沟营地内的木屋

### 入选理由

**TOP 100** 在藏语中，“贡”是雪，“嘎”是白，“贡嘎山”的意思便是“洁白的雪峰”。多年以来，贡嘎山与海螺沟隐居在高原之上，覆盖着神秘面纱，不为世人所熟知。雪山脚下，冰川之畔清澈透明的高原湖水，既展现了地理史上的奇观，又造就了蜀境宛如香格里拉的人间乐园。

## 中国最美的

TOP 100 [ 100 个地方 ] PLACES OF CHINA



### ▲ 贡嘎山山坡上的红叶

但没有受到人为的影响，反而充满了原始与野性的气息。由于冰川运动，这里形成了冰川弧、冰川断层和冰塔、冰桥、冰川石蘑菇、冰城门等许多奇异的造型，或优雅，或怪异，或雄壮，气势磅礴，如同鬼斧神工雕琢而成。沟内有条凌空垂挂的“大冰瀑布”，落差1080米，宽1100米，由无数巨大的冰块组成。这条巨型冰瀑横亘天空，似乎奔腾咆哮的河水在一刹那间被神力冻结，雄伟壮观，气势恢弘，令人望而生畏，堪称举世无双的奇迹。而当冰崩时，冰体间的撞击与摩擦会产生放电现象，蓝光闪烁，山谷轰鸣，令人觉得似乎进入了一个梦幻般的冰雪神话世界。

在这一片天寒地冻、冰天雪地的世界内，竟然有数十处温泉常年蒸气氤氲，水温介于40~80℃，有的甚至达到90℃以上。其中二营地温泉一昼夜的流量达8900余吨，水温高达90℃，是世界上少有的温泉瀑布。

贡嘎山的一大奇特之处在于它的生态和气候都呈现出极其显著的垂直变化：从南坡大渡河河谷至主峰顶水平距离29千

米，而相对高度差却达到了6556米，因此产生了“山顶白雪皑皑，山腰秋木稀疏，山脚鲜花灿烂”的独特景观。在贡嘎山的山脚下，气候温和，植被茂盛；山腰中红叶纷飞，胜于香山；而到了山顶，却是一片银装素裹的严酷景象。各个植物带之间层次如此鲜明，甚至于爬上山峰就能一路感受四季变化，是世界上罕见的生态奇观。而海螺沟中甚至同时具有



亚热带到高山寒漠带的完整植物带谱，内有植物4800多种，动物400余种，其中还保存着许多第四纪时期的动植物，可以说是生物史上的活化石区。

多年以来，贡嘎山与海螺沟隐居在高原之上，覆盖着神秘面纱，不为世人所熟知。随着近年来的不断开发，贡嘎山附近已成为目前中国环境容量最大的风景区，总面积10000余平方千米，景区内还点缀着10个高原湖泊，如明珠般散落在冰川林海之中。雪山脚下，冰川之畔，森林环抱，蓝天白云，加上清澈透明的高原湖水，形成了原始、秀丽的自然风貌，既展现了地理史上的奇观，又造就了蜀境宛如香格里拉的人间乐园。

▲ 海螺沟冰川形成于大约1600年前，地质学上称其为现代冰川。在厚达40~150米的冰川舌上，分布有众多的冰面湖、冰川弧拱、冰塔林、冰川石蘑菇、冰川裂缝、冰洞、冰川城门洞等。图为海螺沟冰川上的冰洞。

▼ 各种野生植物把海螺沟装点成了五彩缤纷的世界。

