

· 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

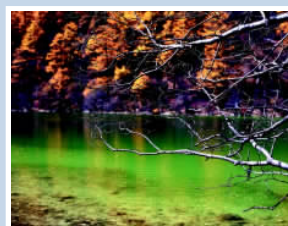
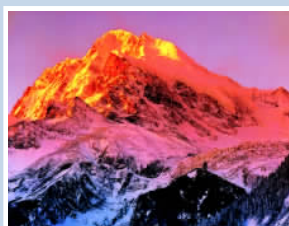
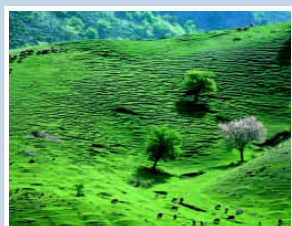
人的一生中会有很多能感受到美好的时刻，可以是喜极而泣的泪水，也可以是发自肺腑的放声大笑，可以是与家人紧紧拥抱，也可以是无拘无束地自由奔跑……

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

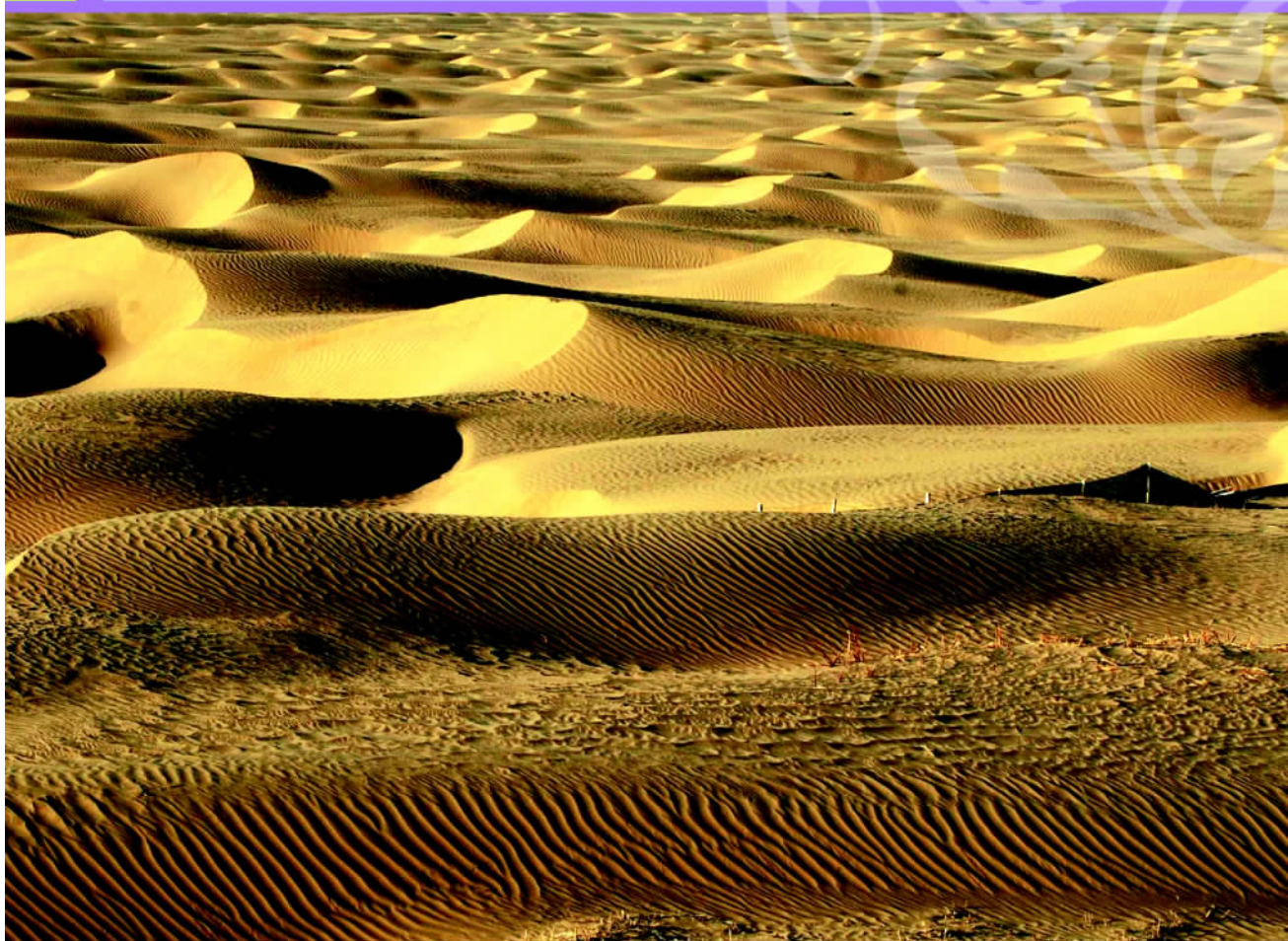
时间刻度

- 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





第二章
THE 大漠·荒原
BRILLIANT SCARS





Huangtu Tableland

黄土高原

▲ 全 称 黄土高原

🏠 所在地 中国中北部

民 俗 文 化 的 发 祥 地



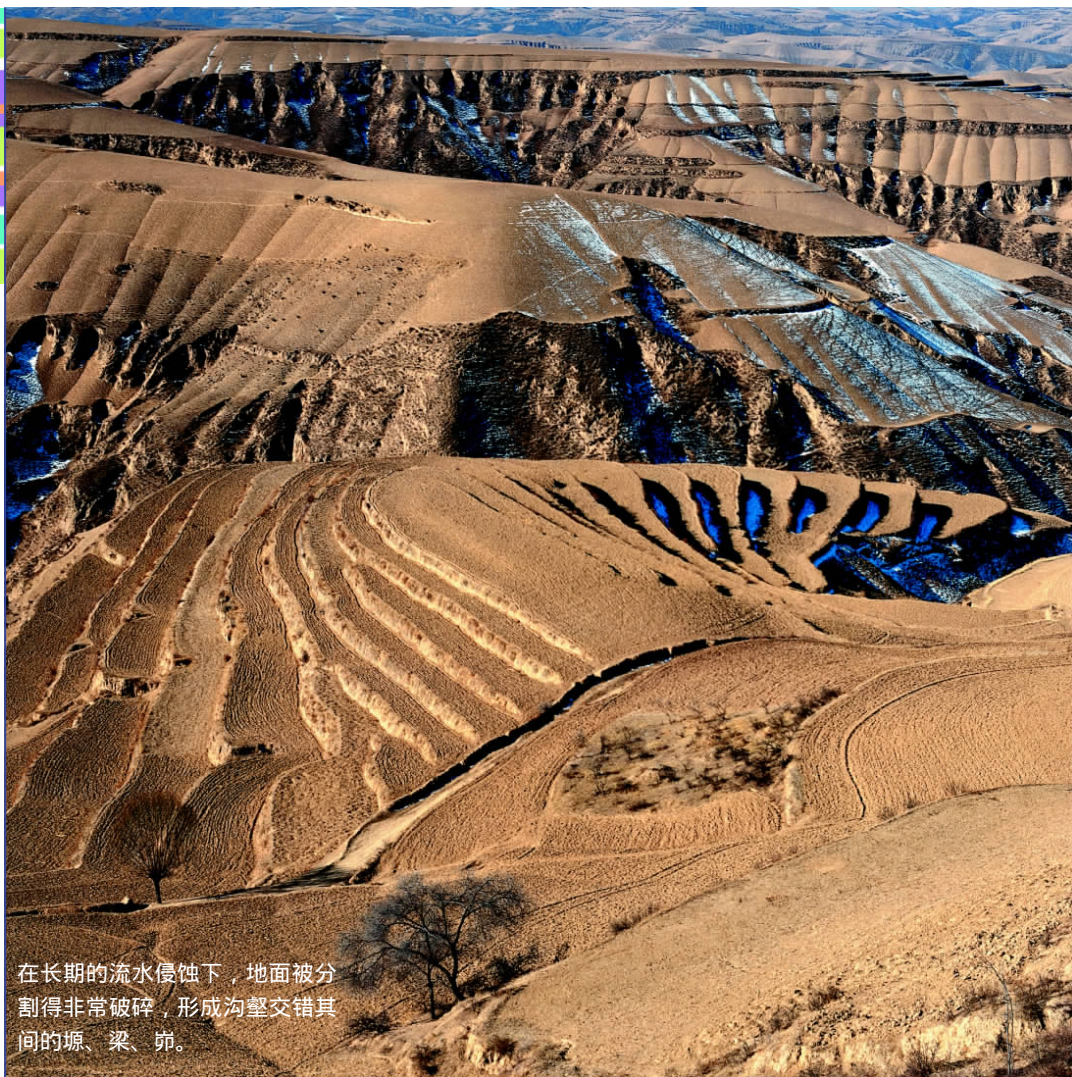
入 选
理 由

TOP 100 黄土高原是中国古代文明的摇篮，也是世界上最大的黄土沉积区。黄土高原和黄河都是中华民族的发祥地，千百年来，这片千沟万壑的黄色高原为中华民族的发展默默地提供着能量。

📍 纵横的沟壑是黄土高原典型的地貌，沟宽不过10米，但要到对面去，有时需要绕沟壑十几个小时，造成民歌里所唱的“见面容易拉话话难”的情景。

中国最美的

TOP 100 [100 个地方] PLACES OF CHINA



在长期的流水侵蚀下，地面被分割得非常破碎，形成沟壑交错其间的塬、梁、峁。



黄土高原是中国古代文明的摇篮，也是世界上最大的黄土沉积区。黄土高原位于中国中部偏北，跨越7个省区，包括了太行山以西、青海省日月山以东、秦岭以北、长城以南的广大地区。黄土高原按地形差别又分成了陇中高原、陕北高原、山西高原和豫西山地等区，大部分在海拔 1000 ~ 2000 米。

除了少数石质山地以外，高原其他部分上面覆盖着厚厚的黄土层，厚度大约在 50 ~ 80 米，最厚的地方甚至达到了 180 米。黄土的颗粒细，土质松软，含有丰富的可溶性矿物质养分，十分有利于耕作，因此黄土高原的盆地和河谷地区农垦历史悠久，养育了中国古代的灿烂文明。但同时，高原的水土流失也相当

严重。黄河的“黄”主要是来源于这里流失的黄土。黄河全河16亿吨泥沙中，90%以上的来自黄土高原。

大约在800万年前，强烈的地质作用、长期干旱的气候和异常猛烈的大风，使亚洲中部和中国西北部地区逐渐形成浩瀚无垠的沙漠或变成沙石裸露的戈壁滩。粉尘年复一年地堆积，经过200多万年的堆积和后期侵蚀，逐渐造就了新旧不同、形态各异、深浅分明的沟壑、黄土塬、黄土梁、黄土峁等千姿百态的地貌，形成蔚然壮观的黄土高原。地形高起而顶面平整的为塬，塬经过侵蚀成为梁，梁再经过侵蚀才成为峁。由于侵蚀，塬上出现了宽窄互异的沟。许多沟把塬分成许多梁，梁上再经侵蚀



▲ 黄土高原上独具特色的民居——土窑洞

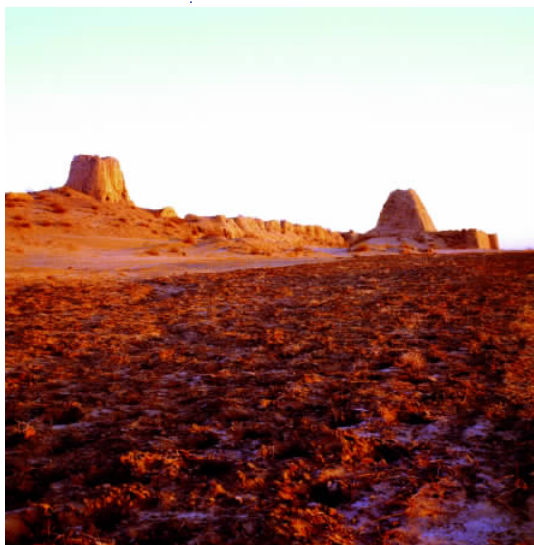
窑洞是黄土高原的产物，也沉积了古老的黄土地深层文化。

又有了沟，这些沟把梁切割成了若干段落，每个段落四周都为沟所围绕，仅剩下一个高土堆孤独矗立，因而就成了峁。

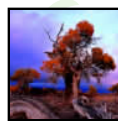
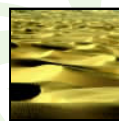
在这片黄土地上，居住着十几个民族，一亿多人口。人们依地就势，在这片土地上创造出了一种别具特色的民居——窑洞。窑洞是从古代的穴居发展而来的，其工程省工省料，冬暖夏凉，非常适合居住。窑洞类型以在黄土坡上开挖的靠崖式窑洞最常见。人们在向阳的山腰或山脚的坡面上动工开凿窑洞，往往数洞相连，或上下数层，内有隧道式的小门连通。窑洞是黄土高原的产物，也沉积了古老的黄土地深层文化。

黄土高原与黄河，是中华民族古老文化的发祥地。千百年来，这片千沟万壑的黄色高原，为中华民族的发展默默地提供着动力。

▼ 陕北地区的黄土高原地貌



Taklimakan



▲ 全 称 :塔克拉玛干沙漠

🏠 所在地 :新疆

塔克拉玛干

死 亡 之 海



入选理由

TOP 100 塔克拉玛干沙漠充满了奇幻和神秘的色彩。变幻多样的沙漠形态，丰富而抗盐碱、风沙的沙生植物，尚存于沙漠中的湖泊，穿越沙海的绿洲以及被深埋于沙海中的丝路遗址、远古村落都被笼罩在神奇的迷雾之中，有待于人们去探寻。



塔克拉玛干”是维吾尔语“进去出不来”的意思，人们通常称它为“死亡之海”。

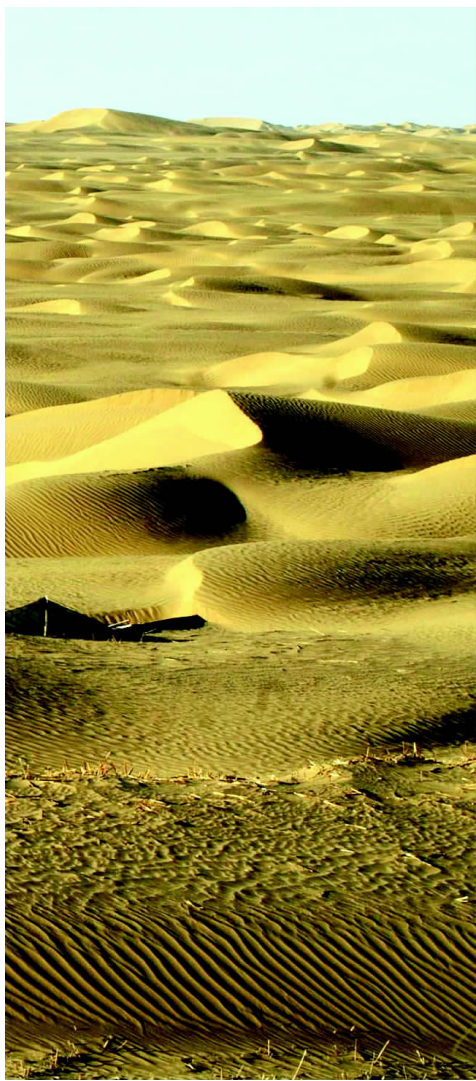
塔克拉玛干沙漠位于新疆塔里木盆地中央，东西长约1000千米，南北宽约400千米，面积33.76万平方千米，为世界第二大沙漠。

在这里，金字塔形的沙丘屹立于平原以上300米外，狂风能将沙墙吹起，高度可达其3倍。流动沙丘面积约占沙漠面积的85%，在其边缘和河谷附近，有生长着怪柳的固定小沙丘，又叫“红柳包”，高约2~4米。罗布泊洼地是塔里木盆地的最低部分，为盆地水系的最后归宿，海拔仅780米。广大湖积平原的东部和东北部，在流水侵蚀的基础上，长期受风蚀作用，形成了与风向大致平行的风蚀墩与风蚀凹地相间的“雅丹”地貌，因其形似龙，顶部多有白色的盐壳层，故又称“白龙堆”。

雅丹地貌是一种因风力吹蚀、磨蚀地表物质后形成的地壳形态。“雅丹”是中国维吾尔语，意为“陡峭的土丘”，因中国新疆孔雀河下游雅丹地区发育最为典型而得名。其发育过程是：挟沙气流磨蚀地面，地面出现风蚀沟槽；磨蚀作用进一步发展，沟槽扩展为风蚀洼地；洼地之间的地面相对高起，成为风蚀土墩。

塔克拉玛干沙丘形态复杂，东部和西部麻扎塔格山南北地带，多为延伸很长的巨大复合型沙丘链，最长可达30千米；

④ 广漠的塔克拉玛干沙漠，有着火一般的颜色；劲风的吹拂，又在沙漠表面留下了无数条波纹样的风痕，使它拥有了大海一般的形态。





▲塔克拉玛干沙漠虽然被称做“生命禁区”，但也并非彻底的不毛之地，有些地方还生长了一些低矮的耐旱植物。

中部东经 $82^{\circ} \sim 85^{\circ}$ 和西南部，主要为复合型纵向沙垄，长 $10 \sim 20$ 千米，高 $50 \sim 80$ 米，宽 $500 \sim 1000$ 米；南部邻近山岭地带发育有金字塔形沙丘；北部塔里木河老河床以南可见高大穹状沙丘。只在沙漠边缘和河岸边分布的以红柳沙堆为主的固定、半固定的灌丛沙堆，成为“沙漠中的绿洲”。

喀什是塔克拉玛干沙漠里最古老的绿洲之一，全称“喀什噶尔”，意为“玉石般的地方”。这里自然风光奇特，人文景观众多，民族色彩浓郁，有帕米尔高原，有叶尔羌河，有“冰川之父”——慕士塔格冰山，有世界第二高峰——乔戈里峰，有“死亡之海”——塔克拉玛干大沙漠，有新疆最大的清真寺——艾提尕尔清真寺，还有大型伊斯兰式古建筑——香妃墓，千年佛教遗址——莫尔佛塔，古代喝盘陀国的都城——塔什库尔干石头城等历史古迹。

喀什四季分明，夏无酷暑，冬无严寒，年均气温 11.8°C ，年日照时数为 2652 小时，年积温 4702°C ，年无霜期 224 天，年降水量 150 毫米左右。其水利资源丰富， 10 条河流年径流量达 117 亿立方米，地下水储量 55 亿立方米。这里的野生植物及矿产资源也十分丰富，盛产甘草、罗布麻等野生植物，石油、黄金、玉

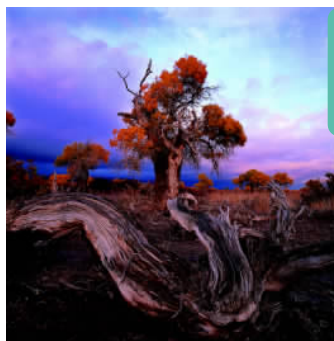
石、水晶、云母等矿产贮量很大，开发利用前景广阔。

喀什绿洲田地肥美，牧草丰饶，稼穡殷盛，瓜果繁多，是塞外著名的瓜果米粮之乡。大约在2000多年前，当地的游牧民族就放弃了随水草而迁徙、以畜牧狩猎为生的生活方式，转为定居，操持农商，成为城郭之民。张骞通西域后，随着中西方贸易、文化交流的兴起，喀什逐步成为丝绸之路上最活跃的一个中枢城郭。以喀什为中心，南到印度，西通中亚、欧洲，东与丝路的南道、北道衔接，几条通道在此会合和中转，百物丰饶的喀什为商队的集结提供了优越的物质基础。

商品的交流、文化的交融，带给了喀什丰富的内涵。这里诞生了闻名世界的古典巨著《福乐智慧》和《突厥语大词典》；这里是维吾尔文化的发祥地，为世界各地的民俗学家、文学家、艺术家提供了最真实、最完整的维吾尔生活风貌。

塔克拉玛干沙漠的外围是中国最干旱的地区，依次为冲积平原和山麓砾石戈壁，无霜期为180~240天，年日照时间为3000~3500小时，属暖温带沙漠。

塔克拉玛干沙漠东面有一巨大的碗形地，称为吐鲁番盆地，它比海平面低154米，是地球上最热、最低的地方之一。这里几乎从不下雨，温度能连续几周持续在40℃左右。该盆地的东部



▲ 胡杨是新疆古老的珍奇树种之一，树高一般15米以上，最高能达30多米。胡杨有着惊人的抗干旱、御风沙、耐盐碱的能力，能生存繁衍于沙漠之中，有“生而不死一千年，死而不倒一千年，倒而不朽一千年”之说。经年承受风沙的吹袭，使胡杨有着古劲、奇崛的姿态，如龙蛇欲变化，如熊虎踞高岗，缠绕扭曲，奇特非凡。

▼ 塔克拉玛干吐鲁番盆地绿洲中的胡杨林



中国最美的

TOP 100 [100 个地方] PLACES OF CHINA



▲ 塔克拉玛干沙漠边缘的胡杨林与驼队



▼ 塔克拉玛干沙漠边缘的雅丹地貌

边缘是吐鲁番绿洲，盛产葡萄。

塔克拉玛干沙漠是一个流动的沙漠，沙漠中，自然与人文资源类型丰富，景观壮美。

和田河是塔克拉玛干沙漠上的一条季节性河流，每年7~9月为洪水期，昆仑山的冰雪融水是它的径流源，因此径流洪峰的大小与每年的冰雪积累、夏季温度有关。在茫茫的沙漠荒原上，有这样一条洪流，给没有生机的沙海带来了生命。由于和田河由南向北流淌，自古以来它也成为人们穿越塔克拉玛干沙漠的捷径，尽管沿途环境十分恶劣。

到了近代，不少中外探险家常常沿和田河往来于和田和阿克苏之间，如1895年瑞典探险家斯文赫定，1903年日本大谷探险队的崛贤雄、渡边哲雄，1908年和1913年英国的考古学家斯坦因，1929年中国考古学家黄文弼等。近十多年，沿和田河穿越塔克拉玛干沙漠，更成为中外探险家的兴趣所在。1993年7月，中国探险协会组织“沙漠之舟”考察活动，从和田玉龙喀什河大桥下，经过11天漂流到阿拉尔，创造了有史以来首漂和田河的纪录。1994年9月，健力宝中国女子沙漠探险队也曾踏上征服和田河的征程。

和田河西侧有一列低山丘陵——麻扎塔格，它从西北向东南直插塔克拉玛干沙漠腹部，至和田河左岸戛然而止，全长140千米，相对高度100~300米。山脉南北坡颇不一致，南坡是一列

陡峻的山丘，而北坡高出塔里木盆地仅50~100米，甚至低到与沙丘高度难以区分。麻扎塔格打破了沙漠里单调的景观，其高大威严为之带来了神秘的色彩，早在唐代，此地就被命名为“神山”，宋代又被称为“通圣山”。

麻扎塔格东端有两个山嘴，置身其上可俯瞰和田河。北面的山由白砂岩组成，名为白山



嘴；南面的山由红砂岩组成，名为红山嘴。古戍堡坐落在红山嘴的东端，居高临下，形势险要，其下峭壁几立河岸。从麻扎塔格古戍堡的残垣断壁上，可以看出和田河在古代军事、交通和贸易方面曾经占有过重要地位，是丝绸之路上衔接南北的重要一环。

和田河沿线沙区生长着各种干旱区植物，它们的存在主要取决于水分，在河流流经的地方，荒漠河岸林受河流补给的地下水控制，形成一种走廊式的林带，一般宽度有数百米至数千米，出了这个范围，林带的覆盖率则马上缩小，变为灌丛或消失。

和田河中下游约有480千米的地方地形平缓，土层深厚，地下水水位高，为胡杨林的生长发育提供了有利条件。

有关资料表明，和田河的胡杨林在中下游南北延绵，有间断，在沙漠中形成一道“绿色走廊”，其宽度一般在0.5~3千米。这道沙漠中的林带，可以阻挡风沙，防止河岸倒塌，形成了良好的局部小气候。因此，加强对胡杨林的保护，将会在环境保护、治理风沙方面起到十分重要的作用。

▲ 塔克拉玛干沙漠中的地貌