**第一集：海南**

海南省位于中国版图的最南端，它带着南海众多岛屿贡献了相当于中国陆地面积四分之一的广阔海域。南部的南沙群岛，界定了中国最南的国界；北部的琼州海峡，隔开了海南岛与内陆。（疆域与行政区划，辽阔的国土）

我们的旅程从北部开始，探索火山如何塑造岛屿，前往一座洋溢着闯荡精神的城市。沿着北部海岸线，邂逅三座风格迥异的灯塔。

这是一条30公里宽的海峡，它的南岸是中国第二大岛——海南岛。海南岛本来是内陆的一部分，6000万年前，地壳运动让部分陆地下陷，海水淹没了这里，形成了古琼州海峡。伴随着塌陷和海峡形成，火山开始喷发。火山喷发物不断堆积，海南岛北部的面积随之扩大。

在海南岛的北部，火山运动的痕迹随处可见。这片面积仅有108平方公里的土地上，坐落着40多座火山。

马鞍岭火山是其中的明星，它由一座主火山、一座副火山和两座小巧的寄生火山组合而成。就像父母带着自己的一双儿女。如今，植被已经把火山层层覆盖，人们在这里建造了公园，沿着火山缺口处的步行通道，可以一直走到69米深的底部。大约在13000年前，马鞍岭火山完成了最后一次喷发，随后陷入沉寂。但不能小看它的威力，这是一座休眠火山，没有人知道它会在什么时候醒来。

轮渡是往返于内陆和海南岛之间的班车，只需要50分钟就能横渡琼州海峡。这是一艘载重量超过4000吨的轮船，除了汽车和旅客，船舱之中还有一列跟随它渡海的火车。跨海前，火车被拆分开装入船舱。轮渡靠岸后，首先完成铁轨的对接，接着列车车厢被拉出船舱，重新组接成完整的火车。海口是它们在海南岛旅程的第一站。（铁路运输）

海口是海南岛离内陆最近的城市，90％的进出岛货物都在海口中转。

全岛最大的淡水河南渡江从这里入海，“海口”因此得名。

在海口，有一条盛极一时的骑楼商业街。一楼是店铺，二楼以上是人们居住的地方，一部分向外探出，就像骑跨在人行道上，所以叫做“骑楼”。这是海南人从东南亚带回来的建筑样式。对于他们来说，大海并不意味着阻隔，而是通往远方的道路。从清代开始，这里就有下南洋的热潮。出海闯荡的人们捎回不少新奇玩意儿。小到咖啡，大到骑楼这种设计，甚至连造房子的水泥都是从南洋运回来的。闯荡南洋的人们脚步未远，从内地驶来的轮船已经响起靠岸的鸣笛。1988年海南建省，并成立了中国最大的经济特区。自由与梦想激励十万闯海人横跨海峡，从海口登陆，踏上这座充满无限可能的岛屿。如同“闯关东”、“走西口”，当年的闯海人勇于冒险，走在了开放的前沿。“下海”是他们贡献给那个时代最具代表性的流行词。

即便是最靠近陆地的地方，海洋的力量也不可小觑。北部是海南岛最凶险的海岸线之一，灯塔成为航海人最愿意看到的老朋友。

这是海南灯塔中最年长，相貌也最出众的一座，它守望临高角已经120多年，红白条纹是它最明显的标识。临高角灯塔见证了不少历史。1894年，法国人为了控制琼州海峡而修建了它。50多年后，解放军在临高角艰难登陆，解放了海南。激战过后，灯塔如旧，但海南已经成为一个全新的世界。

木兰头灯塔守卫着一片危险的水域。因为水流速度极快，不少船只在这里遇险。破损的木板被冲到海岸上堆积起来，这片水域被称为“木烂头”，后来人们将其改名为“木兰头”，期望海难不再发生。真正发挥作用的，是这座74米高的亚洲第一灯塔，它如同茫茫大海中的路牌，为远道而来的船只指引方向。

追寻一座岛屿和树木之间的奇妙缘分，平凡的椰子有着最传奇的身世。貌不惊人的红树林，在绝境中力挽狂澜。退潮后，加入螃蟹和鸭子的队伍，与它们一起重新发现海滩。

在海南岛东部，有一条绵延15公里的椰海长廊，200万棵椰树，演绎了极致的椰岛风情。椰树和海南岛的亲密关系众所周知，可关于它们相识的经历，却始终是个谜。有一种说法比较盛行，海南岛上原本并没有椰树，最早的椰子来自马来半岛。数千年前，一些成熟的椰子从马来半岛的椰树落下，被潮水带入海中开始漂泊。搭乘洋流的班车，它们必须在两个月之内遇见陆地，否则等待着它们的就是死亡。这样艰险的旅程失败了很多次，直到某一颗椰子率先登陆了海南岛。这是幸存者的胜利，一颗椰子最终繁衍出一片椰林。

告别椰林，继续向前，海水逐渐接管陆地，我们惊诧地发现，一片树林生长在海水之中。这片树林聚集了不同品种的红树科植物。它们或许是自然界最名不副实的树木，明明是绿色，却叫做红树林。其实，这些树木富含一种叫做单宁酸的特殊成分，树干或树枝断裂以后，便会氧化成红色。更不可思议的是，红树林已经习惯了海水的包围，为了活下来，它们进化成一座座海水淡化器，除了树根能从咸水中过滤出淡水，它们还能将多余的盐分排出体外。对人类来说，红树林是最好的海岸卫士，当台风来袭，它们消解了风浪的力量，保护着身后的农田和村庄。（农业的分布，林地；环境保护）

红树林还有一批忠实的拥护者。每天落潮后，鸭子们便浩浩荡荡涌向红树林旁的滩涂。海滩上滞留的小鱼虾，是它们挚爱的食物。大自然的馈赠，给鸭子提供了免费的天然饲料。这种赶海觅食的鸭子，有人称呼它为“跑海鸭”。寻求美食的道路从不孤单，退潮后，和尚蟹也开始扫荡海滩。并不是所有的螃蟹都只能横行，和尚蟹就很擅长向前直走。平均重量只有两克的身体，让它们能够迅速移动。它们喜欢集体出行，这样看起来更像是一只庞然大物，可以吓唬一些胆小的捕食者。

大海在每一次涨落之间将大自然的礼物馈赠给海边的人们。落潮时分，到海滩上就可以捡拾最新鲜的海产。潮水退得越远，留给赶海人的沙滩就越多。熟悉地形的渔民，甚至可以下到数百米外的海滩上采贝。以海为田，靠海吃饭，他们就这样过了数千年的赶海时光。

从古老的渔村到度假天堂，不断变化的风景里蕴藏着海南更新迭代的故事。和海上人家打个照面，探访不远处的南湾半岛，那里是猕猴的天堂。飞往中国顶级的旅游胜地，体验花样玩海的无穷乐趣。

这里原本只是一个小渔村，博鳌，正是鱼多鱼肥的意思。2002年，第一届亚洲论坛在博鳌举行，亚洲各国的政要、商人和学者齐聚于此。

之后这里被确定为亚洲论坛的永久举办地。博鳌一夜成名的传奇至今为人乐道。从渔村一步跨入现代城市，海南的许多地方都经历了急速的升级换代。

让我们去看看在此之前这座岛屿童年的模样。海南的大多数旅游地原先都是这样的小渔村。新村港是疍家人世代居住的港湾，疍家人是沿海地区水上居民的统称。数千年来，他们靠海为生，以船为家，从不上岸生活。这一个个木质方格，当地人称为鱼排，鱼排之下是养殖海产的网箱。今天的疍家人，以养殖和出海捕鱼谋生。他们在鱼排上搭建木屋，鱼排连成片，木屋连成村。祖辈们留下来的传统劳作方式依然在延续。只是如今，一些疍家人不再漂泊海上，他们上岸建了房子，过上了海上劳作，岸上生活的日子。

疍家人的邻居，住在不远处的半岛上。眼前这座山，就是猕猴的乐园。南湾半岛生活着上千只猕猴，它们分成24个群落，每群猴子都有自己的专属领地。每天下山，不同的猴群路过对方的地盘时，总要打上一架。南湾的猕猴个头较小，体重一般不超过10公斤。小个头更容易散热，这是他们为了适应炎热的海岛气候，在进化过程中做出的改变。中午时分，猕猴们纷纷下水避暑。猴王担负起教练的职责，它只在岸上观望，从不下水是它的原则。毕竟，湿漉漉的毛发有失猴王的威严。

为适应环境而进化，这是大自然不变的法则，海南的坡鹿就是最好的例子。从名字上看，很多人会以为坡鹿生活在山坡上。可是在海南方言中，坡是平地的意思，这是一种生活在平地的鹿。它们拥有敏锐的视觉和听觉，坡鹿奔跑迅速，还特别善于跳跃，一米多高的乔木灌丛，都能轻松地一跃而过。

往南飞行，逐渐靠近海面上的一座小岛，热带岛屿的风情扑面而来，向往蜈支洲岛的人们，很多是潜水爱好者。这里拥有极为透澈的海域，海水的能见度有时能达到20多米。初学者经过培训之后，下潜到十几米的深处，海底的世界便一览无余。见风使舵是帆船运动的关键，海上的风，隔二三十米便迥然不同。

有人喜欢风力条件上乘的岸边环境，有人愿意纵向深海以躲避大浪。在探索海洋的过程中，人类不断迸发出享受海洋的新灵感。玩海的方法层出不穷，海面之上可以随心所欲地绘画。辽阔的海没有束缚，玩家们可以体验最快的速度，人们以不同姿势投入海水柔软的怀抱。

一些前往三亚的航班，在降落前，首先会在这里绕行。108米高的南山海上观音，是全球最大的观音像。在环绕飞行之后，飞机将停在往东23公里的凤凰国际机场。

三亚市是人们常说的天涯海角，在古代，它是贬谪官员、流放囚犯的荒凉之地。千年后，人们看到它炙手可热的未来。旅游业的发展，重塑了人们对边远之地的浪漫想象。今天，三亚已经被打造成中国顶级的度假天堂。俯瞰三亚，这座城市正演绎着自己的快与慢。在快速发展的时代，变化无处不在。人们需要加快脚步，才能抓住涌动的财富契机。同一片土地上，另一群人却慢得出奇。他们不远万里来到这里享受假期，只为了寻得片刻宁静。这就是属于三亚的双城记。

离开现代都市，进入中部山区，除了蓝天碧海，海南还有另外的色彩。寻找第一批拓荒者的足迹，前往南渡江，参加一场夏日盛会。来到东部，看万泉河如何滋养一片生命的乐土。海南的中部，分布着大片山脉，它们占据着岛屿四分之一的土地。

苍茫的山林正在向我们靠近，这是一片由次生林和人工林组成的森林海洋。

寻找真正的原始森林，可以前往尖峰岭。这里保存着中国为数不多的原始热带雨林。凶险的地形，阻隔了热切的探索，中部山区的有些山峰，一百多年来很少有人踏足。与世隔绝未尝不是好事，这让大自然能以自己的节奏繁衍生息。

山林深处，生活着海南岛的第一批拓荒者，数千年前，黎族先民乘船渡海而来。据说在海南上岸后，他们把船反过来一扣，底下用四根柱子支撑起来就成了船型屋。传说寄寓的是美好想象，船型屋更像是黎族人为适应环境而做出的精心设计。屋顶边缘尽可能向外探出，既可遮阳，又可挡雨，十分适合海南炎热多雨的天气。（气候与人类活动）

采槟榔是黎族人擅长的高超技艺，人们常说，黎族的阿哥爬树比猴快，爬的就是槟榔树。槟榔树一般十几米高，最高的可以达到30米。为了采槟榔爬这么高的树，看来人们真的很喜欢槟榔。

黎族人原先以采集、狩猎为生，漫长的岁月中，他们学会了精耕细作。牙胡梯田见证了这种生活方式的转变。海南气候湿热，一年可以种植三季水稻，第一季水稻成熟的时节，正是端午前后。（农业的分布）

赛龙舟算得上此时海南岛最热闹的水上盛会，澄迈当地参赛的龙舟手大多是渔民，他们将和专业运动员同场竞技。赛龙舟不是花哨的表演，速度是它的最大看点，最快的龙舟，每秒可以前进4米。想要取胜，龙舟手的动作必须整齐，只有当两侧的划桨同时用力，龙舟才能保持直线前进。

中国的海岛超过7000个，但具备居住条件的海岛，不到500个，因为缺乏淡水，大多数海岛无法居住，海南岛的幸运在于，它拥有充足的淡水水系。从中部山区发源的四条大河，分别流向岛屿的四个方向，其中，万泉河在海南东部，冲积出一片片沃土，造就了海南最大的粮仓。（疆域与行政区划）

上天并非总是眷顾这里，偶尔它也会发发脾气，因为处于台风走廊的入口，海南东部一年要接受台风两三次正面袭击，得益于河流的滋养，这里依然成为仅次于海南北部的人口稠密区。

海南岛前进的每一步，都是充满挑战的智力游戏，为温饱开辟的盐田，为速度而飞驰的列车，为探索而升腾的火箭，古老和新兴的科技轮番登场。

1200年前，人们发现海岸边的许多石头，有天然形成的凹槽，退潮后，海水被留在了凹槽里，经过风吹日晒，残留的海水蒸发，留下了洁白的盐。这个现象启发了人们，他们搬来更多的石头，在石头上凿出盐槽，密密麻麻地排列在海边。这是古代儋州人取盐的好方法，潮水涨落之间，智慧的光芒闪现。

现代海盐场的规模，比古盐田要大得多，海水被引入蒸发池中，浓缩成含盐量极高的卤水。为了加快水分蒸发，人们需要常常翻动卤水。经过一周左右，卤水就能结晶成盐。（海洋资源）

阳光和温度是最好的加速器，热带气候让海南的植物飞速生长。在内地，培育一个农作物新品种需要八到十年；在这里，周期节省了三到五年。今天，我们食用的农产品里，有5000多个品种，是在海南问世的。（农业的分布）

这片土地，从来不掩饰对于快的热爱。这里的人们，也继承了快的基因。这是全球第一条环岛高铁，只需要3小时，就可以绕岛一周。海南岛中部高，四周低，人们多数生活在靠近岛屿边缘的平原上，沿着最外围的平原，海南建立了环岛交通系统，快速的交通网络，将分散的城市和乡镇串联起来，并覆盖了全岛大约90%的人口。（铁路运输）

跟随环岛高铁前往文昌，文昌拥有中国最接近赤道的航天发射场，在这里发射的火箭，可以更轻松进入轨道。总装厂房是发射场的核心区域，用来组装不同量级的火箭。准备发射前，火箭被推送到发射塔架，塔架四周有避雷塔，塔架下是深达20多米的导流槽，用来导流火箭发射时产生的巨大热量。这是目前中国最开放的航天发射场。2016年，两万多人近距离观看了“长征七号”火箭升空，2017年“嫦娥五号”月球探测器也将从文昌登天。（重要工业部门）

南海的旅程令人向往，在大洲岛发现年代久远的沉船，跟随潭门镇渔民，前往南海，俯瞰汪洋上的翡翠，凝视大海的瞳孔，在旅程的终点，我们将邂逅经验之外的震撼。

大洲岛的两侧，有着截然不同的风景，一面波涛汹涌，一面风平浪静，这正是所有航海者梦寐以求的天然良港。海南岛是海上丝绸之路的重要补给站，在它漫长的海岸线上，曾经有过不少像大洲岛这样的停靠站。沉没在大洲岛附近的古船，是那段岁月留下的标本。南海之下，还沉睡着许多比它还要大的船只，它们曾经是这片海域上勇敢的开拓者。

这从来不是一片寂寞的海洋，几千年前，中国人就开始了对南海诸岛的探索。潭门镇的渔民把南海叫做祖宗海，从宋代起，他们的祖先仅凭一个罗盘，就敢闯荡南海，依靠世代积累的经验，先人们总结出最佳航行路线。600多年前，潭门镇人就拥有了一本南海超级地图，天气好的时候，潭门镇的渔民会带着家中的男孩，到附近海域练习潜水。和其他地方的渔民不同，潭门镇人出海捕鱼，还有一项特殊的本事，他们可以潜到水面之下的珊瑚礁中，捕捞海珍品。据说，最厉害的渔民能下潜到10多米深的海域，等到男孩们练成这个本领，他们跟着父辈们到南海捕鱼的日子也就到了。

“三沙一号”是一艘交通补给船，每月4次往返于海南岛和三沙之间。海水颜色由浅变深，意味着轮船进入深海。当深蓝褪去，海水再次变回浅色，西沙群岛就在不远处了。经过大约13个小时的航行，“三沙一号”到达第一站——永兴岛。

永兴岛是三沙市人民政府驻地。

三沙市管辖着西沙群岛、中沙群岛、南沙群岛的岛礁及其海域。永兴岛上，中心主干道长约300米，两旁分布着银行、超市、医院等生活服务设施。

永兴岛北面的这几座小岛，看起来并不完全相连，但它们被称为七连屿。这是因为，在水面下有一个巨型礁盘，托住了这些小岛，这是它们共同的基座。西沙群岛的岛屿，大部分都由珊瑚虫的遗骸堆积而成，在新陈代谢中，珊瑚虫会分泌石灰质变为自己生存的外壳，它们聚居在一起，一代代生长繁衍，石灰质不断黏合压实，就成为如今我们看到的珊瑚礁。

七连屿中的赵述岛，绿树葱茏，岛上的居民主要是来自潭门镇的渔民。赵述岛的基础设施逐步完善，人们安居乐业，并于2009年成立了赵述岛居民委员会。

离开七连屿，前往永乐群岛。从高空看，这仿佛是大海的瞳孔，人们称它为蓝洞，这是一种形成于亿万年前的自然奇观。冰川融化后，海水灌满了曾经的溶洞，形成了一个蓝色的深渊。这是目前世界上已知的最深海洋蓝洞。它的深度超过300米，未知领域激发着科学家探索的兴趣，想要接近蓝洞，需要等待合适的时机。蓝洞四周岛礁密布，人们只有在潮水最高的时候，才能乘坐小船进入，沐浴着和煦的阳光，往日起伏的海面仿佛被熨平，大海变得安静。

飞行在这片蔚蓝之上，我们可以听到大海平缓的呼吸。面向海洋，更能感受到风的来向。一个新的时代正乘风破浪而来，海洋，愈加成为中国联通世界的桥梁。

**第二集：陕西**

陕西位于中国内陆腹地，秦岭横亘其中，秦岭以南称为陕南，一派江南景象，秦岭北侧是关中平原，号称八百里秦川，再往北，就是黄土高原的中心地带陕北，我们的旅程开始于秦岭深处，在太白山感受冰川运动的威力，与山林中的珍稀动物来次亲密接触。在云雾缭绕中寻觅隐士的踪迹，登上华山险峰，加入高空挑战者的行列。

超过1600公里的距离，是这条山脉从东到西的跨度，它比欧洲最大的山脉阿尔卑斯山还要长三分之一，秦岭横亘在中国中部，就像一道天然的屏障，冬季的冷空气不容易翻越它南下，夏季的暖湿气流也难以北上，因为秦岭，中国有了南方和北方。（秦岭-淮河的重要性）

太白山是秦岭的最高峰，这里曾经是一片冰封地带，它参与了12万年前的全球性冰川运动，当时的灾难让许多地区的生物大量死亡，但秦岭山区，幸运地保存了一些古老的物种。

1978年，一支考察队接到任务要在中国寻找一种失踪多年的鸟--朱鹮，3年时间，行程5万公里，考察队仅仅发现了3根羽毛，最终，他们幸运地在陕西发现了世界上仅存的7只朱鹮，朱鹮在地球上已经生活了几千万年，朱鹮喜欢在稻田里啄食小虫，为了留住它们，人们把旱地恢复成水田，在人类的保护下，现在这里的朱鹮已经超过1700只.

飞机继续爬升，进入大熊猫的领地，秦岭之中，生活着300多只野生大熊猫，这是地球上最容易遇到野生大熊猫的地方。生活在保护区的七仔，是全球现存唯一的一只棕色大熊猫。人们打趣说，大熊猫终于有了彩色照片。迄今为止，人们一共发现过5只棕色熊猫，它们都生活在秦岭山区。棕色有可能是秦岭熊猫独有的基因密码。棕色大熊猫也有可能生下黑白大熊猫。七仔的宝宝是什么颜色，现在还是个未知数。

从大熊猫的生活区域再往上走，到了海拔2000米左右，是金丝猴的天堂，冬季的秦岭寒冷漫长，金丝猴的食物来源是个问题，每天清晨，喂猴人会找到猴群的栖息地，把它们引向固定的投食点，一日三餐，准时开饭。不过金丝猴似乎更喜欢自食其力，一到夏天，山林里食物丰富，到投食点就餐的猴子就会越来越少。

有一天，一只“怪兽”闯进了佛坪县城，小城一片恐慌，火速赶来的警察用巡逻车驱赶，终于把这个不速之客撵回森林。这只所谓的“怪兽”，就是羚牛。羚牛其实不是牛，从亲缘关系上，它跟羊更接近，叫声也和羊差不多。它们一般生活在高海拔地区的密林中，平时不容易看见。我们看到的这群羚牛很可能是出来觅食的。羚牛是群居动物，如果遇见独自行动的羚牛，要小心一点，那可能是只失恋的羚牛，脾气会很暴躁。

继续飞行，我们进入秦岭中部，每个人都在按自己的意愿选择历练人生的方式，在这里，灯红酒绿化作了松涛白云，修行者隐居在终南山的密林里，终南山的隐居传统，从隋唐以来就从未断绝。20年前，这里就住着几百位隐士，最近几年增长到了5000多人。

从秦岭中部向东北飞行，这片拔地而起的巨石群，就是华山。浑然一体的花岗岩，从地层之下直接隆起，成为秦岭余脉中，风格最为独特的石头山。很多人登华山是想上来看个究竟。在武侠小说当中，华山之巅发生过不少武林高手的经典对决。大多数游客借助铁索的保护，就可以登顶。也有人选择缆车上山。更有一些希望体验惊险的游客，在峭壁上尝试挑战。这是一座非常难以攀登的山，公元7世纪前，几乎无人登顶。后来，道士们凿出了一条小路，这就是民间说的自古华山一条路。

沿着渭河，我们可以看见秦帝国的成长轨迹，封土堆下，是秦始皇和他的永恒世界。飞越直道与长城，发现秦王朝的精心布局，唐代创造了另一个巅峰。从乾陵到西安，看一座城市如何造就一个超级天下。

泾河与渭河在这里交汇，并且诞生了一个成语“泾渭分明”。泾河的清与浊，常常随着季节发生交替变化，夏天的丰水期，两条河含沙量都很高，界限不明晰。到了冬季枯水期，泾河的含沙量，会猛降到雨季的千分之一左右。这时候，就会呈现“泾渭分明”的标志性景象。渭河，接纳了它最大的支流泾河之后，缓缓东去，前往它的终点黄河。陕西人把渭河视作母亲河，不仅因为它是黄河最大的支流，更在于它携带的大量泥沙，用几千万年的时间，冲积出了一片3.6万平方公里的平原。（黄河）

“天府之国”的美称，最早就指关中平原。它曾经孕育出一个奇迹，那就是大秦帝国的崛起。今天，秦国军人的形象仍在被复制，这些作坊生产的兵马俑，按照等比例仿制，最小的只有几厘米，最大的高达3.6米，是为拍电影定制的。仿制陶俑的原型，来自这3座巨型土坑。近8000件兵马俑构建了一支规模空前的地下军团，承载着人们对于秦帝国的想象。兵马俑西面1500米的地方，有一座高87米的山坡，这是秦始皇陵的封土堆，封土堆下幽深的地宫，是秦始皇长眠之处。据司马迁记载，地宫顶部镶嵌着闪闪发光的宝石，模拟日月星辰。大量的水银在沟槽中循环，模拟江河湖海。建造秦始皇陵耗时39年，最多时工人达72万，陵园总面积相当于63个北京故宫。

从空中俯瞰，明长城战胜了岁月的侵蚀，留下断续的线条，而秦长城已难觅踪迹，我们只能通过明长城遗址，想象秦帝国绵延的防御工程，长城烽火台是当时最先进的通讯工具，一旦边境出现敌情，烽火台就会升起狼烟，戍边的人们在干柴中掺入狼粪，这样烧出的烟更浓厚，不容易被吹散。烽火狼烟像接力棒一样，迅速将信息传递到远方。历代驻扎长城的士兵，都住在这样的关堡中，关堡就在长城附近，骑马很快就可以抵达。

秦帝国的道路网四通八达，其中有一条从咸阳出发，到达今天的内蒙古包头市，全长700多公里，直道和长城，是同期进行的两项超级工程，一个隔绝一个通畅，长城拦住南下的匈奴，直道则连接了帝国的边疆与首都。

接下来的旅程，我们将逐渐靠近另一个闪耀的朝代，乾陵的主人，是武则天和她的丈夫唐高宗，这是中国唯一一对夫妻皇帝的墓葬，乾陵的神道两侧矗立着61尊石像，石像损坏的原因众说纷纭，据说是明朝年间，一场超过8级的大地震造成的。石像的原型是外来的使者，他们来自亚欧各国，看来，长安真的是具备非同一般的吸引力。

西安的名字被叫了600多年，而在之前的1500年里，它是以长安这个称呼被全世界认识并向往的。

大雁塔是唐长安的地标建筑，因为历史久远，大雁塔必须定期修缮，唐代的高僧玄奘主持修建了这座塔，用于保存他从印度取回的经书与佛像，当时，大多数建筑高度在10米以下，60米的大雁塔，在长安城中鹤立鸡群，从城市的各个方向都能看到它。在此后数百年间，大雁塔历经了重建和改造，增高并长胖了。如今，大雁塔保留着明代的造型，塔身的第4层，还存放着两页玄奘当年取回的经书。

作为丝绸之路的起点，长安拥有繁荣的贸易市场，在唐代，它的面积是当时欧洲最大城市君士坦丁堡的7倍，极盛时，人口超过100万。长安，这座独领风骚的超级都市，成为东方城市文明的源头。唐帝国的皇宫，曾经是世界上规模最大的砖木结构宫殿群。今天的人们将它缩小到十五分之一，安放在大明宫遗址的旁边，人们尝试复原了大明宫的局部，比如这座15米高的台基，台基之上曾经矗立着一座宫殿，那是唐帝国举办典礼的重要场所。今天，我们仍然能在日本的京都奈良等地，看到长安的影子。特别是京都，那是一座以唐长安城为模板建造的城市。

马拉松赛事已经成为许多城市的标签，上海马拉松赛简称“上马”，厦门的叫“厦马”，北京的叫“北马”，西安马拉松却被称为“城马”，因为在西安，马拉松赛事是在城墙上举行的。西安城墙历代都有修缮，我们现在看到的是明代的遗存。沿着城墙，人们建起了环城公园，也围出了西安老百姓的一个生活圈。

如果说大多数城市的发展，是在高度和边界上的拓展，那么西安则是在同一个空间中叠加出来的时间之城。在城市之中盘旋穿行，秦，汉，唐，明，十三朝的时空，同时聚合在古城之中。全新的城市在过去的文化中继续叠加出新的价值。就像一棵树，长出新枝叶，抽出新芽。

这趟旅程，将领略秦岭南北的迥异风光，感受南方梯田的润泽，翻越秦岭，造访景致截然不同的北方梯田。飞上高山，我们将发现陕西省唯一的天然草原，横亘的秦岭，拦截了北上的水汽，发源了难以计数的溪流，这些河流成为汉江的源头。

汉江是陕西水量最丰沛的河流，2000多年前，汉江孕育了一个强盛的王朝，汉朝，汉人，汉族，汉字，这些称谓都来源于汉江。作为汉江的支流，旬河蜿蜒穿城而过，这里是汉江在陕西的最后一段路程。在闯过秦岭南麓的山谷后，它将在湖北冲积出4.6万平方公里的江汉平原。

汉江滋养的汉中盆地物产丰富，每年3月，是汉中油菜花最繁盛的季节。中国每年种植的油菜超过1亿亩，从2月开始，油菜花像候鸟一样，由南向北掠过中国大地，这趟旅程要跨越30多个纬度，无论是在最南端的海南，还是最北端的内蒙古，都能看到它的身影。汉中油菜花所在的北纬32度附近，分布着一条长达2000多公里的世界油菜花带，这条油菜花带每年出产的菜籽量，占世界总量的四分之一。地跨南北的陕西，同时拥有了两种气质，形成两种不同类型的梯田。在陕南，丰沛的水系灌溉了更多的水田，它们跟南方大多数梯田一样，种植水稻。

往北200多公里，是黄土高原上的旱地梯田，陕北的春天来得晚，春播之后的梯田，常常要铺上塑料薄膜保温，特殊的气候和地貌，造就了这片北方梯田。

向西飞行，抵达陇山，陇山海拔超过2000米，地势垂直抬升的过程中，气温逐渐降低，较冷的气候导致地表树木逐渐变少，形成了陕西境内唯一的天然草原。2000多年前，秦人就发现了这片牧场，开启了在这里放牧养马的历史。（农业的分布）

飞越黄土高原，开启寻根之旅。寻找黄帝亲手栽种的古老柏树，遇见黄土高原上的湿地绿洲，前往延安，追忆峥嵘岁月，在探访高原上的窑洞之后，我们将向南飞行，见识土地深处的别样生活。我们星球上70%的黄土都集中于此，这是全球最大的黄土高原。黄土层最深的地方可达180米。很难想象，它是风沙逐渐吹拂沉积的结果。经过数十年的绿化改造，黄土高原上的大部分地区，如今已被层层绿意覆盖。

数百万年前，西北方干冷的大风，携带着大量沙土，受到秦岭山地的阻挡，慢慢落下。它们以大约一万年一米的速度逐渐堆积，最终形成了黄土高原。人类历史上，风沙吞噬文明的悲剧一再重演，但黄土高原是个例外，河水流经的地方，沉积出了平坦的地带，这里有最肥沃的土壤。几千年前，我们的祖先就在这样的河谷中，开启了最早的农业。

历经数千年，古老的农作物粟，也就是今天的小米，仍然在这片耕地上生长。这可能是世界上最年长的柏树，它在这里已经生长了5000年，传说是黄帝亲手栽种了它。今天，全球超过五分之一的人，把黄帝奉为共同的祖先。黄帝建立的部落联盟，是华夏民族的雏形。从此，黄土高原迎来了文明的曙光。黄土高原所在的纬度附近，在5000年前大放异彩，它集中了人类最古老的几大文明。古埃及，古巴比伦和古印度文明都先后崛起。

飞行在黄土高原上空，一片滨河湿地进入我们的视野，关关雎鸠，在河之洲，诗中描写的地方，就是黄河中游的洽川。

2000多年前，我们的先民在黄河流域上春耕秋耘，过着慢悠悠的生活。他们记录下日常生活和真实的感受，吟唱出来便成为最早的诗歌。《诗经》就是这样一部诗歌总集。古老的田园牧歌，在这片生生不息的土地上传唱，民族复兴的力量也在这里凝聚。（农业，黄土高原）

这座明代的九层古塔，是延安的地标。1937年，长征结束一年后，中共中央进驻延安，长征中损失大半的红军，开始休养生息。十多年后，这支小小的队伍，壮大成了解放中国的千军万马。

在黄土高原上飞行，常常会遇上这些嵌在山坡中的窑洞，这是依托于黄土高原而存在的特殊建筑。黄土具有良好的保温性，而且结构紧密，凿挖后不易坍塌。于是，人们因地制宜，创造出了冬暖夏凉的窑洞。在一些平原地带，人们找不到开窑的山坡，于是发明了另类的窑洞--地坑院。修建地坑院时，人们先在平地上挖出方形的地坑，然后在地坑的四壁挖出窑洞。大多数人家的院中会栽一棵树，树冠冒出地面，以防外人不小心掉进地坑。（黄土高原，气候与人类活动）

前往荒凉与生机交织的北部地带，探寻隐藏在荒漠中的宝藏，造访匈奴人最后的王城，穿越能源走廊，寻找一种挑剔的水鸟，飞得太高，大地有时候会变得陌生，藻类和不同的矿物成分，让这里的盐田呈现出不同的颜色。

定边盐湖是西北的主要产盐区，盐储量足够全人类吃上整整3年，如今机器基本上取代了人工来完成繁重的打盐，这些盐湖原本是封闭的内陆湖，含盐量很高，由于蒸发量大约是降水量的8倍，湖水不断减少，湖泊逐渐走向生命的尽头。盐，是湖泊留给人类最后的礼物。（河流与湖泊）

飞行在陕西北部，大地有时会出现排列有序的图案，降低高度才能发现，这是生长着马铃薯的农田。为了节约用水，大型的喷灌系统以水源为中心，旋转灌溉，形成了圆形的农田。榆林北部，分布着多个沙漠农业试验田。这些实验，为人类改造沙漠提供了新的可能。（农业）

继续向东飞行，大地展示着它的古老和风霜，这里曾经是匈奴人的最后一座都城，逐水而居的游牧民族一般不建城，公元5世纪，匈奴人在建立大夏\*\*\*之后，开始修筑统万城，为了让墙体坚固，建筑材料除了常用的沙土和石灰，还加入糯米汁来增强黏性。统万城的修建，更像匈奴的回光返照。建成后不到20年，匈奴人就消失在茫茫戈壁之中，统万城附近的无定河畔，原本是一片绿洲，这条河流的位置，几乎划分出了游牧和农耕文明的界限。今天，这里仍然是农业和牧业的过渡区。河流北面以牧民为主，南面更多为定居耕作的农民。

进入工业时代之后，人们发现了黄土高原新的价值，这里是中国能源走廊的核心地带。亿万年前，黄土高原湖泊密布，生活着众多的远古生命，当这些生命一代代死去，它们的脂肪和蛋白质，变成石油和天然气。远古的生命消失之后，又以能量的方式穿越万年，今天，依靠充足的日照和强劲风力，太阳能和风能得以大力开发，新的能源模式，刷新了人们对黄土高原的印象。（黄土高原）

飞行在荒漠之上，一片湖泊突然登场，红碱淖是中国最大的沙漠淡水湖，每年夏天，全世界60%的遗鸥，千里迢迢地来到这里，在所有鸥类水鸟中，它是最后被人类发现的。人们觉得差点把它遗忘了，于是把它命名为遗鸥，也就是被遗忘的鸟。遗鸥对繁殖地的选择十分苛刻，它们只在荒漠地带的湖心岛上生育后代。湖心岛四周的水位不能太高，也不能太低，湖面还得风平浪静。可以说遗鸥是一种很挑剔的鸟。看来要想不被遗忘，遗鸥还得常出来转转。

这趟旅程，我们将从空中领略黄河的千姿百态，顺流而下，看河流画出的蜿蜒曲线。最后抵达壶口，拥抱黄河最奔腾的姿态，陕西的北部与内蒙古交界，这里是草原地貌向黄土高原过渡的地带，原本自西向东流淌的黄河，在这里也转为由北向南，开启一段700公里。

穿越陕西的漫漫旅程，黄河在此放缓了脚步，好像要努力避开位于它前行路上的这片岩体，这就是莲花辿。辿，是步伐缓慢的意思，不动声色的风光之下，掩藏着严酷的生存考验，这种颜色鲜艳的岩层叫做砒砂岩，它们极其贫瘠，就像剧毒的砒霜，只有生命力最旺盛的野草，才能在这里生长。这种蜿蜒曲折，百转迂回的河道，只有在高空才能窥见它的全貌。两点之间，线段最短。所以人类通行的道路尽量裁弯取直，而大自然很悠闲，它们有时候迂回前进，制造出九曲回肠的线条。其中，乾坤湾构成了一个太极图，以黄河为界，河东为山西，河西为陕西。

从青海发源的黄河，一路蜿蜒前行，到了壶口，已经流过4000多公里的路程。在这里，黄河的舒缓和平静完全消失，水流突然变得激烈，这是世界上最大的黄色瀑布，水面最宽时上千米落差50米。不羁的流水如同天河倒泻，壶口成为天险，许多慷慨激昂的故事在这里演绎，势不可挡的黄河，成为这个东方民族的精神象征。没有什么能阻挡一条长河奔流入海，万川归一的大海就在前方。（黄河）

**第三集：新疆**

**（整集都可以要，以后上新疆时用）**

新疆是中国陆地面积最大的省份，相当于101个北京的大小，南有昆仑山，北有阿尔泰山，中部是天山，这三座大山之间，环抱着中国最大的两个盆地，我们的空中旅程从天山开启，探寻水孕育生命的奥秘。在海拔5000米之上，亲近博格达峰，在冰雪之中，造访天池。向西飞进新疆最大的草原，比起山脉，河流似乎更经常被认为是文明的缘起。不过当我们谈论的是一座全长2500公里，横跨四国的巨大山系时，情况就另当别论了。

新疆深居亚欧大陆中心，处于极度干旱的地带。天山上的近万条冰川，就像巨大的固体水库，储存了大量水源。从这里发源了370多条河流和众多湖泊，水，将这片干旱之地的命运彻底改变。

天格尔峰，海拔4562米，因为攀登难度较小，很多登山者的雪山之旅从这里开始。而他们的更高目标，是135公里外的博格达峰。在海拔5000米级别的高山中，博格达峰的攀登难度排名第二。大气环境的变化和频繁的人类活动，加速了冰川消融。为了保护冰川，博格达峰不再对外开放。或许，远眺而不去打扰，是欣赏它的最好方式。

绕行过博格达峰，我们会看到镶嵌在它北坡山腰上的天池。天池是典型的高山湖泊，海拔高度1900多米，依靠天山冰川融水和雨水，天池为下游河流提供水源补给。从高到低，大地逐渐描绘出一幅蓬勃的生命图景。

飞行到天山中部，一个巨大的山间盆地出现在眼前，这是仅次于呼伦贝尔的中国第二大草原。在平坦的草原上，一个小小的外力，就能改变河流的方向。由天山融水汇成的开都河，全长500多公里，拥有弯道一万多处，太阳落山时，只要找准最佳观赏点，人们甚至能同时看到9个太阳的倒影。

草原中隐藏着天鹅自然保护区。此时，正值天鹅繁殖季节。今年，又有100多只小天鹅在这里出生。小天鹅要在未来几个月里学会飞行，冬天到来前，它们就要开启生命中第一次迁徙的旅程。喜马拉雅山将会是它们飞行途中的第一个挑战。

天山北坡是绿洲连缀的富饶之地。从乌鲁木齐到石河子，飞越一片色彩丰富的土地，最后，我们来到峡谷地带，看河流如何在大地上绘画。

乌鲁木齐，是全世界离海洋最远的大城市，最近的海洋在2000公里之外，但它也是离冰川最近的大城市。100多公里外的冰川，为它提供水源。很长一段时间，中央电视台天气预报，提到乌鲁木齐时，出现的图片就是这座国际大巴扎。巴扎，是集市的意思。当地有句俗话说，巴扎里除了父母，什么都可以找到。（新疆、山脉、地形区）

在新疆，万物都是色彩搭配的高手。9月，石河子的棉花率先登场，人们印象中的棉花是白色的， 其实自然界中存在彩色棉花，这些棕色棉花就是其中一种。棉花可以用来制作纸币，比如人民币的主要成分，就来自棉花。石河子阳光充足，每年产出的棉花需要9000辆卡车才能装完。

跟棉花相比，番茄是这片大地的新移民，它来到新疆只有短短几十年。番茄这类红色作物，喜好充足的日照和剧烈的温差。新疆全年日照时间超过2500小时，昼夜温差高达十几摄氏度。来到新疆，番茄算是找对了婆家。今天，新疆的番茄加工量，仅次于美国和意大利，全球每4瓶番茄酱中，就有1瓶来自这里。

人们喜欢把辣椒晾晒在戈壁滩上，炎热干燥的大地，是天然的脱水加工厂。并不是所有辣椒都甘心被吃掉，这里的辣椒尤其爱美。它们被做成色素，成为口红的原料。（农业）

沿天山北坡向西飞行，峡谷是常见的景观，发源于雪山的河流从陡坡冲下，在大地上切出万丈悬崖。从高空看，安集海大峡谷色彩最为丰富，河流将不同颜色的砂岩和泥岩冲刷溶解，形成了一副大地抽象画。

接下来的旅程，将前往新疆最湿润的伊犁河谷，这座花园将改变你对新疆干旱之地的印象。一路向北，大西洋的水汽在盆地边缘聚集成一滴最美的眼泪。万里之外的大西洋，在伊犁河谷大展魔力，向西打开的谷口，最大限度迎接了大西洋带来的水汽。丰沛的降雨和雪山融水，打造了这片塞上江南。

一进入4月，伊犁河谷的杏花就迫不及待地绽放。在一些人的印象中，杏花是江南的象征，其实它们能够忍耐干旱与严寒，更适合生活在北方。杏花从开放到凋谢，只有短短一周时间，尽管如此，杏花依旧演绎了一幕别有风情的春意盎然。伊犁河谷的每一道沟谷里，都呈现着不一样的精彩。6月，熏衣草开始盛开，上世纪60年代之前，中国的薰衣草香料全靠进口，为了改变这种状况，人们在几个省份分别进行试种，等待了6年之后，只有伊犁培育成功。今天，中国95%的熏衣草都来自这里。（农业）

伊犁河谷的西部，有一座奇特的小城，要破解这座县城的玄机，需要从高空往下看，这是从八卦图中获得的灵感。70多年前，特克斯城的县长用20头牛拉着犁，从中心出发，划出了八卦城街道的雏形。8条主干道，加上4条环路，整座县城环环相连，道道相通。

伊犁河谷的冬季，想要收获更多惊喜，人类需要动物朋友的帮助。训练金雕捕猎，这是哈萨克人的传统。金雕是世界上最厉害的猛禽之一，两米的翼展，让它可以轻松地滑行。金雕还拥有8倍于人类的敏锐视觉，接近320公里的俯冲时速，很难有猎物能从这位高超的捕猎者手中逃脱。

赛果高速，是新疆第一条山区高速公路，它要经过许多险峻的山谷，其中最大的落差出现在果子沟，它是伊犁通往北疆的门户。

穿越这座大桥，赛里木湖就在前方。环湖自行车赛，在每年的春夏之交举行，骑手们一路翻山越岭，抵达赛里木湖湖畔，这段路程被称为最美赛段。赛里木湖，是喜马拉雅造山运动的结果。当时众多山脉隆起，在高山之间，形成了许多断陷的盆地。赛里木湖作为其中之一，逐渐演变成高山封闭湖。除了少量微生物，没有鱼类能在这里生存。后来人们在湖里成功投养了冷水鱼，鱼类的增多吸引了更多的鸟。它们追寻着食物的气息而来。

进入北疆的沙漠绝境，倾听野性的呼唤，这里有自然雕塑的魔鬼城，也有人类创造的奇迹之城。进入卡拉麦里，追上比狼跑得还快的蒙古野驴，寻找地球上仅存的野马种群。

新疆有多处魔鬼城，大风常年在此东奔西突，把岩层侵蚀出不同的样子，形成独特的雅丹地貌。海上魔鬼城，位于吉力湖东岸，湖水为它引来生命。峭壁上的洞穴，是鸟类栖息的家园。

飞行300公里，进入准噶尔盆地，另一座魔鬼城赫然可见。这里曾经也是水草丰茂的动物乐园，亿万年前的众多生命成为今天漆黑粘稠，贵比金子的原油。随着石油开采，戈壁上长出了一座城市--克拉玛依。

往东部飞行，深入中国第二大沙漠，在沙漠上空俯瞰大地，一片金色的叶脉，延绵十几公里，这些脉络其实是高度超过10米，长达数公里的沙垄。和流动沙漠不同，古尔班通古特沙漠的南部，主要是由固定和半固定的沙丘组成。受风向影响，曲线状的沙垄，沿着南北走向延伸。从高空看，褐色的大地上，布满了自由伸展的树枝。沙漠的东侧是卡拉麦里，它的外表看起来一片死寂，深入腹地，你将捕捉到它生机勃勃的一面。

蒙古野驴，是我们在这里最常遇到的动物朋友。到了冬季，野驴们组成一个声势浩荡的集体，一只信得过的野驴，肩负起首领的重任。一旦发生危险，它会迅速发出预警信号，在首领的带领下，野驴维持着整齐的队形，快速撤退。

超过60公里的时速，甚至连狼群都追不上它们。你可能以为这又是一群野驴掠过，其实这是地球上唯一存活的野马种类。普氏野马，已经繁衍生息了6000万年，黑色的小腿，是它区别于野驴的重要标志。普氏野马在中国一度灭绝。在30多年前，人们用阿尔金山野驴，从国外换回了18匹普氏野马，在人类的帮助下，普氏野马重新学会了野外的生存技能。一批批野马从这里毕业，走向荒原。

沿着阿尔泰山飞行，我们将去采集人与自然的故事。飞上雪山，体验滑雪起源的灵感，从空中一探传说中水怪生活的喀纳斯湖，前往乌伦古湖，见识渔民高超的捕捞技术，跟随哈萨克牧民，踏上转场的旅途。

由南向北穿过准噶尔盆地，我们将逐渐靠近新疆最北端的山脉--阿尔泰山，这里有中国最低的雪线，3000米之上终年冰封，150米深的三号矿坑，是一座稀有金属库，地球上已知的140种矿物，在这里就发现了86种。正是有了这些稀有金属，“神舟”系列航天飞船才能遨游太空。

在蒙古语里，阿尔泰山是金山的意思，数百年前，在山上淘金的人曾多达5万，但更多时候，这里是北方游牧狩猎民族的家园。一万多年前，人们脚踏毛皮包裹的木板，在雪地上快速行进，追逐猎物的踪迹。在这里发现的古老岩画，生动记录了这幅场景。阿勒泰地区，因此被公认为人类滑雪的起源地之一。

阿尔泰山的密林，掩映着一座看似平静的湖泊，喀纳斯湖水深将近190米，深水之下的世界不为人知，关于湖中水怪的目击事件层出不穷，据说，湖边饮水的马匹，也曾被水怪拖入水中，许多游客不远万里来到喀纳斯湖，希望一睹水怪的模样。大部分科学家认为，所谓的水怪，是生活在湖水深处的哲罗鲑鱼。这种鱼的体长，有的接近两米，它们性情凶猛，行踪诡秘，只是偶尔浮出水面，掀起白浪。（新疆，阿尔泰山）

阿尔泰山脚下的福海，是北疆最大的天然渔业基地。5月是禁渔期，池沼公鱼，是唯一允许捕捞的鱼类。这种鱼个头很小，寿命大多只有一年，但繁殖力惊人。傍晚是作业的最佳时机，此时大多数鱼都待在深水区，只有池沼公鱼会到浅水层，产卵和觅食。有经验的渔民，在这个时候找准位置下网，尽量避免误捕其它种类的鱼。来回几番调整，渔网里拉上来的就几乎全是池沼公鱼。

福海的夏季注定忙碌，在渔船驶向的前方，我们依稀可以听到哈萨克牧民的脚步声。每当季节变化，牧民们都要更换一次牧场，背上家当，赶着牛羊。这一次，他们要前往的是300多公里之外的夏季牧场。领路的常常是妇女，她们牵着骆驼，运输食物和日用品，走在最前面。天黑之前，她们可以在前方扎营生火，男人们负责在队伍后方看管牛羊，这是家中最重要的财产。根据牧草的生长周期，有序地为牲畜转移草场。每年这样大规模的转场，至少有4次，迁徙的路途，数百甚至上千公里。哈萨克族，算得上是世界上搬家最多的民族。高山之上有最优质的牧草，每年6月前后，新疆的夏牧场，会迎来超过1000万只牲畜。夏天是它们养膘的最佳时机。在冬天来临之前，牧民们将带着牛羊，从高山往下迁徙，回到温暖的河谷低地。新疆的转场，是在不同高度上的移动，牧民们总能敏锐地踩到季节的节拍。

雪岭云杉，生活在天山深处。它们的根系发达，每一颗大树都像是一座小型水库，可以储水2.5吨。它们蒸发水分的速度很快，甚至超过了同纬度海水的蒸发速度。升腾的水汽容易形成降雨，成片的雪岭云杉，在努力塑造湿润气候的同时，也涵养了草原。（农业，畜牧业，林业）

进入塔里木盆地，穿越中国最危险的沙漠，这趟飞行，将讲述绝处逢生的故事。跟随塔里木河，探访一种会装死的树木，往东进入罗布泊，搜寻失落的古城，想象丝路上曾经的繁华。塔里木盆地的中央，是中国最大的沙漠，沙漠的大小相当于江苏，浙江，安徽三省的面积之和。塔克拉玛干在维吾尔语中的意思是进得去，出不来，这是最危险的沙漠。超过80%的沙丘随风流动，1000年来，整个沙漠大约向南延伸了100公里。

在沙漠北边，沿着塔里木河的流向，继续我们的空中旅程。塔里木河是中国最长的内陆河，新疆将近一半的人口，在塔里木河流域生活。

秋日的胡杨林，是新疆最值得期待的景观，全世界超过一半的胡杨分布于此。追随水流生长，是它们的特性。一旦缺水，它们会假装放弃地上的身体，让地下的根继续维持生命。一些看上去旱死的胡杨，只要遇见水源，还会重新抽出新芽。

荒漠里的生命，有着惊人的耐渴能力，骆驼不喝水，也能在沙漠里行走一周左右。真正的储水器，不是骆驼的驼峰，而是它的体液系统。一只500公斤的骆驼，它的体液，至少能提供125公斤的水分。应对缺水，鹅喉羚的本事还不够强大，它们更多的是靠勤劳。冬天，它们还能依靠雪水解渴，但一到夏天，它们就必须不停地奔波在荒漠中，寻找含水的植物，在填饱肚子的同时获得水分。

这片蓝绿色的湖水，是罗布泊蕴藏的含盐卤水。它们从地下被抽取上来，在高温的炙烤下，形成天然结晶的盐。盐湖，只是罗布泊的一小部分，这片区域大多是茫茫的戈壁滩。从高空俯瞰，很多人会把罗布泊当作是外星球。罗布泊曾经是一个巨大的湖泊，塔里木河注入其中，60多年前，塔里木河下游断流，罗布泊最终干涸。在罗布泊西北岸，楼兰古城遗址中，有一处立着的墙壁，因为出土了不少文书，人们猜测，这可能是官府用来存放机密文件的库房。

丝绸之路上的古城因水而生，有的甚至因水得名。这座古城，建在柳叶形的河心洲上，曾经有两条河流，从它两侧交叉而过，它因此得名交河城。当时的人们采用了一种独特的建筑方式，直接从生土层向下掏挖，从街道到房屋，最终挖出整个城市，交河城静静坐落在这里。在我们飞行途中，还有许多失落古城的遗迹，它们依水而建，彼此接力，为丝绸之路上远行的商队提供补给。没有这些古城，文明和贸易不可能行走得如此之远。（地形分布，河流与湖泊）

这是一趟极致之旅，从炎热的极点前往寒冷高地，飞机从中国海拔最低的吐鲁番盆地，一路爬升，来到帕米尔高原，在天山南脉，我们将穿过地球上最高的石拱门，新疆之行的终点设在喀什，这是一个与四个国家接壤，外国邻居最多的地区。

大多数人是从《西游记》中第一次听到火焰山的名字，火焰山的热，自古有名，地表温度最高超过70摄氏度，从高大的温度计上，人们能实时地看到火焰山的气温。地势是造成火焰山酷热的主要原因。这里位于吐鲁番盆地的低点，它与周围山地之间的高度落差有5000多米。热空气在盆地中不易发散，火焰山因此成为同纬度中最热的地方。

火焰山寸草不生，但它附近的山谷，却是葡萄成荫。据说，吐鲁番出产中国最甜的葡萄，葡萄丰收后，被送往荫房晾晒，荫房的墙壁留有许多花孔，既能通风，又能避免阳光直射在葡萄上。短短40天，干燥的热风就能把鲜葡萄烘干。葡萄生长需要大量的水，2000年前，人们创造了一种地下水利工程--坎儿井，为了减少蒸发，人们将雪山融水引入地下沟渠，送往农田和村庄。据说，将坎儿井所有的水渠连起来超过5000公里。借助坎儿井，人们在干旱地带，创造出了农业奇迹。（气温分布、农业分布）

从吐鲁番盆地启程，飞行1300公里，我们来到中国的最西端--帕米尔高原。零下50摄氏度的极端气温，将大约24000亿吨水，以冰川的形式，冻结在群山之巅。慕士塔格峰被称作“冰山之父”，它拥有相当于280个天池水量的超级冰盖。登山者眼中，慕士塔格峰长得像一个大馒头。在7000米级别的高山中，它相对容易攀登。人们登顶后，可以直接滑雪下山，庆祝他们的成功。

这座石拱门，耸立在海拔3000多米的天山上，亲眼见过石拱门的人，更愿意称呼它为天门，干燥的空气，在狭窄的山脊间快速流动，侵蚀着岩壁，逐渐凿出了这个风的通道。1947年，一位英国探险家发现了石拱门，他曾三次试图登上拱顶，都以失败告终。2000年，一支美国科考队伍，借助现代攀岩技术，终于登上拱顶，并测量了石拱门的高度。457米的高度，让它当之无愧，成为地球上最高的天然石拱门。

离开高山，进入人烟稠密的绿洲地带，喀什已经静候我们多时，南北丝绸之路在喀什交会，往来西域的人们在这里落脚，古老的商业传统，今天还能在巴扎里找到，喀什的巴扎种类繁多，周日是牛羊巴扎的开放日，传统的买卖已经延续了数千年，一桩桩生意，成就了这座喀什城。

喀什没有中轴线，艾提尕尔清真寺就是中心，曾经整个城市都围绕着它生长。平时，这里有两三千人做礼拜，到了古尔邦节或开斋节，数万人将会聚集在清真寺。多元文化，成就了喀什老城独特的建筑风格，老建筑见缝插针，以各种方式镶嵌在一起，街巷纵横交错，犹如迷宫。

东部延绵的临海地带，让中国与世界相连。西部深入腹地的内陆，让中国靠近更多的邻居。曾经，一条向西延展的古丝绸之路，承载了人们对于远方的所有激情和想象。今天，新疆成为新丝路的核心地带，这条道路将以前所未有的规模重新连接世界。

**第四集：黑龙江**

黑龙江省位于中国版图的最北端，大小兴安岭携手创造了一片森林的海洋，黑龙江和众多支流一起冲击出了两大平原，成为中国最大的粮仓。

我们的旅程从中国最北端出发，感受北境雪国气质，俯瞰大地的雾淞奇观。追赶滑雪者的速度，体验极致的冬日挑战。前往哈尔滨，加入冰雪王国的狂欢，最后来到雪的故乡，享受别样的玩雪乐趣。

如果说冬天也有故乡，那么它回家的路，一定会向北来到黑龙江。这是位于中国最北区域的一个村庄，虽然人们称呼它为北极村，但实际上，它距离北极圈还有1500公里。拥有这个名字，或许是因为它契合了人们对北极的印象。这片区域是中国最寒冷的地方之一。曾创下零下52.3摄氏度的中国最低气温记录。

随着季节更迭，漠河昼夜长短的变化尤其明显。冬季，漫长的黑夜，助长了严寒的威力。到了夏季，最长的白昼达到17个小时。阳光变得格外慷慨，大地展露出勃勃生机。（气温分布）

冷峻严酷的冰雪之下，是一片温暖的土地，这就是黑龙江。库尔滨也有着截然不同的两面，很多时候，它素面朝天，但如果来得恰逢其时，人们将被它的美貌所惊艳。冬季，库尔滨水电站排出热水，周围的河流常年不冻，大量聚集在空中的水蒸汽，正等待一场华丽的蜕变。夜晚，气温骤降，湿润的空气拂过大地，它们遇冷形成冰凌，聚集在树枝表面，形成雾淞奇观。冰花的美往往稍纵即逝，可在库尔滨，它却拥有4个月的漫长花期。严寒凝固水汽，形成了不同形态的水，它们塑造了黑龙江的极北气质。仿佛一颗冰冻的星球，被按下了暂停键，但人类总有办法让它重启。

滑雪是人们热衷的冬日游戏，下午是个不错的滑雪时间。经过一上午阳光照射，积雪微微发粘，这有利于增大摩擦力，让初学者更容易控制滑雪板。专业运动员滑雪的速度，可以轻松地突破每小时70公里。世界记录则超过了每小时250公里。不依靠其他动力装置，这是人类在陆地上，可以达到的最快速度。

生活在冰天雪地，有人在追赶风的速度，有人想拥抱水的温度，人们以10摄氏度气温为标准，定义冬泳。可到了黑龙江，等温度降至零下二三十摄氏度，才是跃入泳池的好时候。极寒的天气甚至让泳池都挨不住冻，如果没有人在里面游泳，水面很快就会重新结冰。

严酷的气候，不仅激励人们挑战自我，还引发了关于美的创造。封冻后的松花江，被切割成固定大小的方块。接下来，人工的力量开始登场，采冰工人用冰镩撞击冰槽，直至冰块和冰面彻底分离。每块冰都重达500公斤以上，要将它拖上岸，需要数人帮忙。离开江面的冰块，将被运往不远处的施工现场。即便是冬天，制造一个冰雪世界，仍需要造雪机的帮忙。大型机械负责确保效率，能工巧匠擅长将冰块打磨成不同模样。一万多名工人要在一个月内，将这片区域变成冰雪派对的现场。

1999年，为了迎接千禧年，哈尔滨第一次搭建了冰雪大世界，受到了超乎想象的欢迎。此后，它成为哈尔滨一年一度的冬日盛典。要保持见面的新鲜感，每一年都要推出新主题。2016年，哈尔滨迎来了第18届冰雪大世界。18座冰峰，如同庆贺生日的蜡烛，为它唱响祝福。2017年央视春晚的分会场也设在了这里，它为哈尔滨吸引了来自全世界的目光。这里的人们天生就擅长和雪打交道，他们以冰为砖，以雪为墙，创造了一个童话世界里的冰雪王国。作为老朋友，大雪有时还会带来出人意料的机遇与惊喜。

飞往黑龙江省的南部，我们来到雪乡，这是中国下雪最多的地方，一年中积雪天数长达两百多天，积雪最深时超过两米。雪乡的冬天，推土机最受欢迎，夜里突降大雪，第二天一早，房门常常打不开。这个时候，推土机就派上了用场。

狍子受到游客追捧，狗算是技术过硬的司机，驯鹿是这里的明星，它们的出现总能引起人们的好奇。这里原本是双峰林场的职工宿舍，因为拥有得天独厚的降雪，它成了炙手可热的旅游景区。宿舍变成家庭旅馆，伐木工人当上了老板，原本悠闲的冬季，反而成了他们一年中最忙碌的时候。

再寒冷的地方，快乐也不会缺席，竞技的渴望，驱动冰层上的激烈碰撞。龙舟不仅遨游于水上，只要前行的意念足够强，冰面也可以成为赛场。轮胎和拖拉机的配合，创造新的惊喜。低温凝固住了水面，也拉近了人与湖泊的距离。载人气垫船最受欢迎，冬天的工作只是它的兼职。冰雪化了，它将变身为水上快艇。春天一到，冰雪融化，大地开始更换它的主题皮肤，召唤即将醒来的生命。抓紧时间生长，趁年华尚在，趁阳光正好。

这趟旅程，我们将重温远古的自然力量，揭开镜泊湖的秘密，在大地的另一端，拜访一个庞大的火山家族，最后来到恐龙的世界，想象它们可能的模样。

镜泊湖是中国最大的高山熔岩堰塞湖，与它齐名的是瑞士的日内瓦湖。奔腾的水流陶醉于自己的壮观，全然没有察觉四季已悄然变换，水流和崖壁凝为一体，形成了冰瀑奇观。

悬崖之下，是60米深的黑龙潭，每天完成一次跳水，这位60岁的老者已经坚持了30年，这是勇敢者的游戏，但不必太过担心，深水之下，有着你意想不到的温暖。这里的冬季，气温低于零下20摄氏度，水底的温度却常年保持在10摄氏度以上。而且越往下，水温越高，因为那里有不断涌出的地下温泉。带来地下温泉的正是这片火山群。

黑龙江省是中国火山活动最活跃的地区之一，北面50公里之外，还有一座天然“火山博物馆”。这是中国最年轻的火山之一，它上一次喷发的时间，距今不过两百多年。

一位清朝的戍边将军，目睹了这个场景，并记载下来。上奏给当时的康熙皇帝，这成为中国为数不多，有史记载的火山喷发。当时，喷发的熔岩向四方蔓延，它们中的一部分，冷却凝固之后停留在这里，更多的熔岩顺着地势前进，阻塞了白河河道，最终形成了5个串珠状的湖泊，这就是五大连池的由来。

五大连池附近一共有14座火山，它们的外形各不相同，在药泉山火山口，人们建起了一座寺庙，从此阵阵梵音取代了大地的咆哮。

南格拉球山，被当作是五大连池的形象代表，不仅因为它是14座火山中最古老的一座，更在于它的山顶有一个天然形成的湖泊。历经百万年的时间，火山口形成了厚厚的腐殖土层，土壤孕育了植物，而植物阻止了雨水向外渗透，湖泊逐渐形成。火山拥有了属于自己的幽深眼眸。

人类对恐龙的探索从未停止，在这片恐龙的墓葬群中，我们也许还能挖出数百具恐龙化石。它们生活在6500万年前，当时，这里的气温比现在高出10摄氏度以上，气候更接近于今天的亚热带地区。在人们的想象中，恐龙的身体表面，类似于大象和犀牛的皮肤，真的是这样吗？2010年，科学家在恐龙化石中，发现了一种色素颗粒，与鸟类羽毛中的色素相同。人们推理，有些恐龙可能和鸟类一样，拥有彩色的外表，也许在不远的将来，这些恐龙塑像会被重新上色，并安插上斑斓的羽毛。

加入我们这一趟森林之旅，飞越大兴安岭，倾听绿色生命更迭的故事。秋日里，邂逅小兴安岭，斑斓的五色林海，亲近可爱的森林精灵。最后，和森林之王来一场追逐游戏。

飞行在大兴安岭的上空，才能直观地感受，它有多么辽阔。7.3万平方公里的森林海洋，相当于黑龙江省面积的六分之一。曾经，大自然花了亿万年的时间，塑造了一片原始森林。然而，砍伐和火灾，使它遭到极大的破坏。现在我们看到的，大多是新中国成立后，陆续栽种的再生林。这座城市幸运地保留了一片原始森林。它们是1987年大兴安岭火灾中的幸存者，那场大火烧毁了大兴安岭的十分之一，5万多军民用了28天才把大火扑灭。为了反思火灾，人们在森林旁修建了这座纪念馆。

往东南飞行，进入小兴安岭，这里被誉为红松的故乡。松鼠喜欢将松子藏在不同地方，但它们记性不太好，常常不记得自己把松子藏在了哪里。被遗忘的松子，在春天破土而出，这正好帮助红松不断扩展地盘。除了红松，小兴安岭还分布着众多品种不一的树木，秋天赋予它们斑斓的色彩。

在过去，这片森林更多意味着资源，当时穿越小兴安岭的火车，一心一意往外运送木材和煤炭。如今，这条铁路成为游览森林的最佳路线。在生态文明的进程中，大自然的美，重新回到了人们的视野。（农业分布，林业）

从空中俯瞰森林，很难发现动物的身影，我们只能前往一些人工圈养地，寻觅它们的踪迹。在小兴安岭的南坡，生活着一群梅花鹿，梅花鹿身上的花纹，是它们在进化过程中形成的保护色。夏天，这些梅花状的斑点，好像阳光透过树叶后形成的光斑。在树林中，梅花鹿只要静止不动，就不容易被发现。

大森林命运的起伏，直接关系着生长在其中的动物们。这座虎林园中，栖息着500多只东北虎，从出生起，它们就生活在人类建立的保护区。它们的祖辈是8只纯正的野生东北虎。在中国，野生东北虎一度濒临灭绝。为了保护东北虎，人们建立起繁育驯养基地。在人工圈养的同时，东北虎的野化训练仍在进行。人类希望唤醒它们的野性，看起来颇有成效。这群老虎逐渐在恢复“森林之王”的风采。飞行器这个闯入领地的不明物体，或许是个不错的假想敌，但要追上它的速度，老虎还需要多加努力。即将和这群东北虎告别，和它们分享一个好消息，如今，森林生态正在恢复，或许在不久的未来，我们将在森林迎来与它们重逢的契机。

这趟旅程，我们将拥抱肥沃的黑土地，它拥有的平原，创造农业奇迹，它哺育的湖泊，动静相宜。往西飞行，加入冬捕者的行列，赶赴一场和丹顶鹤的空中约会。不远处一座石油城市，正散发着迷人的湿地风情。

说到三江口，人们经常误以为，这里是三条江交汇的地方。事实上，只有黑龙江和松花江，两江在此交汇，汇合之后的双色江被当做第三条江，这才是三江口名字的来由。大量腐殖质让黑龙江呈现出青墨色，裹挟着泥沙的松花江则是黄色。由于它们密度不同，二者的相融过程，要持续很长的时间，直到十几公里之外，它们才握手言和。

往东飞行，来到黑龙江省最大的平原，它由黑龙江，松花江和乌苏里江冲积而成。很长一段时间，这里都被叫做“北大荒”。上世纪50年代，数十万人加入开垦“北大荒”的洪流，“北大荒”变身为“北大仓”，黑土地功不可没。当地流传一句话，捏把黑土冒油花，插双筷子也发芽。“北大仓”的粮食年产量，超过300亿公斤，可以让一亿人吃上一整年。曾经，生存的渴望激发了人们对土地的改造。今天，为了保护生态，“北大仓”的开发已陆续停止，因恳荒而消失的湿地，正在逐步恢复生机。（农业分布）

三江平原的南面，是黑龙江省最大的淡水湖，一道天然的堤坝，将湖泊分成了性格迥异的大小兴凯湖，从太平洋吹来的风，让大兴凯湖时常波涛汹涌，像大海一样蔚为壮观。风继续吹向小兴凯湖，却被湖冈上的植被阻挡。因此，小兴凯湖始终风平浪静。

我们继续向西飞行，气温下降，流水成冰，一场冬捕行动正在酝酿，湖面一望无际，想定位鱼群并不容易，这考验着捕鱼者的判断力，打冰眼，确定下网的位置，是冬捕的关键。早晨6点是下网的最佳时机，1500米的渔网缓缓沉入水底，五六个小时的漫长等待后，收网的时刻终于到来，第一只鱼出现了，头鱼象征着吉利，往往能卖出高价，今天的运气不错，捕获的鱼儿将近10万公斤，运送它们甚至动用了推土机。冬捕让沉寂的湖泊变成了欢乐沸腾的收获之地。

这是一座建在油田上的城市，6000多平方公里的油田里，分布着5万台磕头机，丰饶与奉献是这片土地的最佳注脚。半个世纪前，大庆油田的发现，让中国甩掉了“贫油”的帽子，它创造了连续27年高产的奇迹，石油是大庆的名片，（重要工业部门的分布）

但这个城市不止一面，大庆60%的面积被湿地覆盖，“百湖之城”是它的美誉。

在飞行途中，常常有大片的湿地进入我们的视野。也许你想象不到，它们占据了黑龙江省面积的十分之一。扎龙湿地是丹顶鹤的故乡，野生丹顶鹤全球仅有2400多只，其中的300多只生活在扎龙，成年丹顶鹤展开翅膀能达到两米多，但体重只有10公斤左右，轻盈的身形使丹顶鹤的飞行高速可以超过5400米。湿地不乏迷人的风情，也盛产生命的奇迹。黑龙江省拥有中国五分之一的湿地，这些绿色宝藏构成了它丰实的家底，也改变着人们对于黑龙江的印象。

这趟旅程，我们将跟随黑龙江探访边境风光，前往一座与俄罗斯隔江相望的城市，顺流而下，加入一场火热的冰上马拉松。

黑龙江是一条国际河流，它流经中国，俄罗斯，蒙古，全长4370公里，黑龙江拥有200多条支流，这些河流紧密配合，冲积出了肥沃的黑土，也塑造了黑龙江省的底色。（中国的河流）

冰封的江面上，一场速度与力量的角逐正在上演，参赛队员来自两个不同国家，中国与俄罗斯。冰球比赛的场地设在黑龙江上，这是中俄两国的界江。今天，这里的人们通过体育交流拉近彼此的距离。冰球场所在的黑河市，是中俄互市的重要口岸。跨国生意，黑河人已经做了快两百年，地缘优势决定这座城市和俄罗斯的特殊关系。

在它的对岸，是俄罗斯远东第三大城市---布拉戈维申斯克市，两座城市相隔不到千米，它们被称为“中俄双子城”。沿着黑龙江前进，我们与一群马拉松爱好者不期而遇。将全程赛道设在冰封的江面上，是这场马拉松的亮点。待大地回春，冰雪融化，这条赛道将化为滔滔江水奔向海洋。（国际贸易）

这趟旅程连接着黑龙江省的昨日与今天，探访一座沉睡的机车库，沿着铁路的轨迹，抵达这片辽阔大地的心脏，听它诉说过往的荣光与未来的梦想。威虎山原本是一处无名高地，一部《林海雪原》让它家喻户晓，据说，小说里杨子荣剿匪的故事就是发生在这里。1967年，此地发现了土匪“座山雕”的巢穴遗址，这更加证实了人们的猜想。距离威虎山不远的影视城，是为了拍摄电视剧《林海雪原》而建造的。在这里，历史仿佛被按下重播键，智取威虎山的经典故事被一遍遍演绎。

威虎山脚下，坐落着一个百年小镇，小镇的历史，从这两百多座俄式建筑开始。19世纪末，俄国在中国境内修建中东铁路，横道河子成为铁路施工的指挥中心，大批的俄国工程技术人员来到这里生活，这个扇面建筑，曾是存放机车的库房，通过转盘，机车可以轻易地调转车头方向。随着蒸汽机被内燃机取代，机车库在20多年前已经停止使用，蒸汽时代在这里定格，但小镇与世界的联系并未中断。如今，横道河子依然是牡丹江通往哈尔滨的必经之路。

松花江是黑龙江在中国境内的最大支流，哈尔滨就依傍在它的身旁。松花江特大桥的3个白色大拱特别显眼。2014年，这座新桥建成通车，与它相隔几十米的百年老桥正式退休，这座老桥几乎与哈尔滨同龄，它是1901年由俄国人建成的。100多年来，它始终是中东铁路重要的组成部分。当时，地理位置优越的哈尔滨被选为这条铁路的中心。

哈尔滨马拉松赛事在秋天拉开帷幕，从老城出发，穿过松花江前往新城，3万多人正在穿越这座城市的昨天。

100多年前，中东铁路率先连接了哈尔滨与世界，铁路带来了货物，也带来了移民。最多的时候，这座城市曾云集19个国家的领事馆。20世纪30年代，这里是亚洲第二大国际都市，被誉为“东方莫斯科”。

100多年前，这里是松花江畔的一个临时码头，货船就停靠在今天的防洪纪念塔附近，卸下船的物资，通过人力车和马车运往工地。久而久之，原本的荒草甸子给蹚出一条道路，这就是中央大街的雏形。后来，涌入哈尔滨的外国移民买下了沿街的土地，这里逐渐变成一条洋味十足的商业街。

随着外国移民越来越多，各式教堂陆续在哈尔滨建起，这座城市留下了俄罗斯文化的印记，新的生活方式也被带到了这里。俄国人对于啤酒的巨大需求，催生了中国第一座啤酒厂，原本没有饮用啤酒习惯的哈尔滨人，现在人均每年消费啤酒超过100瓶。东西方文化的奇特交融，隐藏在这个叫老道外的区域，在那个洋人聚集，商贸盛行的年代，中国商人也学着将店铺临街的一面建成西式模样，而后宅则保留中式风格。这是中国人习惯的生活布局，

100多年来，肥沃的黑土地曾涌现出许多时代契机，直到今天，人们仍然相信这片土地蕴藏的潜力。在哈尔滨脚下，是一条生机勃勃的东北亚经济走廊，这座城市涌动着奋进的渴望，也寄托着一个国家对合作共赢的向往。

**第五集：江西**

江西地处中国东南部，它三面环山，庐山镇守北大门，北部平原坦荡，中部丘陵，盆地相间。数千条河流纵横交错，其中大部分汇入了鄱阳湖，从而与长江相连。进入江西的旅程，从庐山开始，发现一座云中小城，探访一所古代私立大学。向西飞行，看山水的相逢，擦出浪漫的火花。

庐山，大概是最受中国文人偏爱的一座山。历史上，曾有3500多位文人，登上庐山之后，留下超过16000首关于庐山的诗词。李白惊叹庐山瀑布“飞流直下三千尺”，他看到的是庐山的细节。苏东坡感叹“不识庐山真面目”，他从不同的角度，见识庐山变幻的形态。

今天，我们飞上高空，一睹庐山的真容，90多座高峰绵延不断，犹如一扇屏风，半掩江西的绿水青川。

中国最大的淡水湖--鄱阳湖，就在庐山脚下，东倚鄱阳湖，北临长江，丰沛的水汽让庐山一年中将近两百天被云雾缭绕。来到庐山之巅，一片平坦的谷地出现，600多栋彩色房顶的西式别墅，特别显眼。（中国的湖泊）

100多年前，西方人在这里建造了避暑胜地。因为夏季的平均气温只有22摄氏度，它被取名为牯岭，也就是英文“Cooling”，凉爽的意思。后来，不少大人物都来到牯岭的别墅避暑。美庐就是最有名的一座，蒋介石和夫人宋美龄在美庐度过了十多个夏天。1948年，蒋介石最后一次居住在这里。临走前，他为这座别墅题刻了“美庐”二字。

五老峰南麓的密林，掩映着一片古建筑群落，这是中国古代四大书院之一的白鹿洞书院。1000年前的书院，就像我们今天的大学。不同的是，这里的教室，只在讲学或辩论时开放。剩下的时间，学生通常待在宿舍里自习。

白鹿洞书院占地3000亩，面积接近北京大学，但建筑只占很小比例。90%以上的区域，都是山林，那是书院延伸的课堂。老师时常带领学生，走入山林，于山环水抱中讲学。

或许是因为庐山太过有名，周围的湖光山色，都想和它攀上点关系。1600多座岛屿散落湖面，这里原先叫作柘林湖，因为靠近庐山，便改名为庐山西海。从空中俯瞰，你会意外发现山与水的默契配合，创造了一座心形岛屿。大自然塑造的形状，有着与生俱来的浪漫。也许不久后，这里会成为甜蜜回忆的制造地。

这段旅程我们将前往风情各异的江西古村落，从开满油菜花的婺源出发，睁开发现美的眼睛，造访一座知足常乐的村庄，重温人与樟树的暖心往事。最后，抵达南丰，体验一次古老的中国年。

春天一到，婺源的油菜花就早早开放。这种用来榨油的农作物，能够抵御冬寒。头年秋天种下，来年初夏收成，正好将冬季闲置的土地利用起来。金黄色的油菜花，搭配徽派建筑的粉墙黛瓦，这是婺源旅游的招牌。婺源以前属于古徽州，徽派建筑，是那个时代留给婺源的遗产。（农业分布）

这种四周由高墙围起的建筑，最早的主人，大多是徽商，高高矗立的马头墙，隔断了邻里间的视野。对于低调的徽商而言，安全和隐私得到了有效的保障。马头墙还是名副其实的防火墙，徽派建筑常常连成一片，一旦发生火灾，马头墙可以阻止火势蔓延。要想更好的防火，把房子建在河边总不会错。婺源的房子常常临水而建，久而久之，村落就被河流环抱。婺源幸运地保存了古徽州的气韵，包括最传统的年俗。

正月十五，迎灯舞龙的庆典正在酝酿。按照传统，每户出一人，带着一条板凳和两三个灯笼，加入舞板凳龙的队伍。聚集而来的村民，将各家板凳连接起来，因为是一户一人一板凳，龙灯越长，就意味着这个村庄的人丁越兴旺。菊径村的板凳龙，要在祠堂三进三出，跟不上步伐的人，有时会跌倒。按照老一辈的说法，舞龙跌倒的人，新一年会交上好运。这个充满温情的解释，让每个人都大胆迈开步伐。

和板凳龙不一样，桥帮灯是专门用来庆祝添丁增口之喜。生男叫添丁，生女叫增口。在石上镇，只要家里增加一口人，就要制作一帮灯。头灯追逐尾灯，尾灯极力躲闪，整个过程一波三折。最终，头灯追上尾灯，寓意着无论经过多少曲折，都能迎来圆满的结局。

宜居的地方，不仅让人类留恋，还吸引动物纷至沓来。来到这里越冬，大多是野生鸳鸯，最多时有两千多对，成双成对的鸳鸯，常被当\*\*\*情的象征。但也有人提出异议，雄鸳鸯在交配之后立马销声匿迹，它们更像是不负责任的代表。实际上，交配后的雄鸳鸯，是在忙着更换羽毛。褪去鲜艳的外衣后，它们看起来和雌鸳鸯几乎一模一样。

和成群结队的鸳鸯相比，婺源的另一种鸟稍显神秘。因为长相酷似熊猫，白腿小隼又被称为“熊猫鸟”。面对飞行器，它们毫不怯场，频频点头来卖萌。其实，白腿小隼是不折不扣的小型猛禽。无遮掩的树枝是它们的猎场中心，拥有开阔的视野，才能快速锁定猎物。

篁岭，是一个坐落在山崖边上的古村落。9月，篁岭迎来收获的季节。因为山势崎岖，没有平地，村民们只好将就着把粮食晾在了自家窗台和晒楼上。这个农俗，有一个诗意的名字，叫作晒秋。晒秋不仅仅是秋天才有，篁岭的山里湿气大，晒匾一年四季都没有歇着。季节更替，晒匾里的主角也在不断变换，晒秋原本没什么讲究，赶上什么就晒什么。没想到今天成了一道风景，大米和黑豆召唤出萌宠熊猫。红辣椒不仅善于画自画像，搭档白萝卜丝，它还能把自己打造成鱼的模样。新春一到，篁岭的人们立马翻新图案，100斤朝天椒，80斤干辣椒，400斤大米，能创造出什么花样。看，这是一幅辣味十足的金鸡报晓。

过去，在山多平地少的村落，要吃上饭，就要给耕地留足面积，房子可以住小点，也可以挤一点。为了让空气流通，人们在屋子上方留出个口子，取名天井。这个设计还有另一层含义，当地人讲究风水，他们觉得水就是财。下雨的时候，雨水沿着屋面流入天井，这叫作“肥水不流外人田”。

江西的许多村落，都生长着几百年树龄的樟树。古时候，江西被称作豫章郡，豫章指的就是巨大的樟树。过去，在村里谁家生了闺女，就会在房前屋后种上一棵樟树，陪女儿一起长大。等到女儿出嫁时，樟树被砍下，打制成一个樟木箱，作为嫁妆。樟木箱也被人们叫作“女儿箱”。

恋旧的江西，在很多村落，都藏了点古老的秘密。石邮村里有一座明代傩神庙。相传，庙里供奉的是能驱除瘟疫的神灵。与傩神有关的活动，延续整个正月，其中最热闹的当属在正月十六举办的搜傩。除了本地村民，还有许多外来游客，慕名前来观看。傩班弟子们来了，他们要用古老的傩舞，演绎如何搜寻和驱赶鬼怪。庙里挤得水泄不通，我们的飞行器无法进入，但不必过于惋惜，今晚的重头戏才刚刚开始。傩班弟子开始挨家挨户来搜傩，来到百姓家门口，他们需要在门外跳跃3次。进入厅堂，戴上面具的傩班弟子，扮演的是捉鬼的钟馗。当地流传着一句俗语，一面鼓，一面锣，爆竹一响就跳傩。

在南丰，活跃着110多个这样的傩班。每一场傩舞，都是对于祝福生活的接力。从古至今，绵延不息。

接下来的旅程，我们将翻山越岭，读懂江西。徜徉三清山，品味奇峰怪林，前往铅山，见证竹子的生长奇迹。不远处，龙虎山为我们准备好了惊险之旅。抵达井岗山，见证革命征程峰回路转。

往南飞行，一片花岗岩峰林拔地而起，亿万年的海陆浮沉，塑造了三清山百变的怪石。它们有的化作女子，静坐在缥缈云雾之中。有的从深谷蹿出，直冲云天。云雾缭绕的三清山，契合了道士们修仙炼丹的期望。早在1600年前，就有道士看中了这块宝地，三清山的名字，也因道教文化而生。

也许是竹子偏爱江西，飞行途中，我们总能遇上一片片竹海。竹子算得上是自然界生长速度最快的植物之一。要生长十几米的高度，一棵树木，也许要花上数十年的时间，而竹子只需要五六十天。5月，铅山的人们开始上山伐竹。运下山的竹子，将用来制作一种千年不腐的连四纸。从竹子中提取竹纤维，进行晾晒，再到造出连四纸，需要数十道工序，历时近一年才能完成。（农业的分布）

向西南飞行，我们抵达的是一座色彩鲜艳的山。丹霞地貌这种景观，在世界各地都能见到。不过，中国最受大自然厚爱，它是全球丹霞地貌，分布最广的国家。

龙虎山的峭壁上，安放着一口口悬棺，这是中国古代的一种独特葬式。古人如何将悬棺放到峭壁上，这让全世界好奇。今天的龙虎山景区，每天都有“悬棺表演”，人们尝试复原古人放置悬棺的过程，表演者借助滑轮和麻绳，顺利完成悬棺的安放。当然，这只是现代人的猜想。几位表演者是当地的采药人，有时，他们还会干回自己的老本行。

龙虎山的绝壁上，生长着各种珍奇草药，采药人依靠一根麻绳，把自己挂在半山腰，就能接近这些宝贝。这是他们祖祖辈辈靠山吃饭练就的本事。

井冈山闻名于世的重点，不在美景，而源于一次重大的选择。1927年，毛泽东率领的秋收起义部队突破重围后，来到井冈山。之后，革命的队伍聚集而来，胜利会师。年轻的中国共产党没有辜负这片山林的期待，井冈山诞生了中国第一个农村革命根据地。从此，革命的星星之火，渐成燎原之势。

接下来，我们将开启亲近水的旅程。前往鄱阳湖，和候鸟共度一段悠闲时光。抵达景德镇，看千年窑火生生不息。

江西紧靠长江，水运发达的时代，长江像是一条高速公路。而江西省内密布的水系，相当于国道和省道。它们共同构成了发达的交通网络，江西得以与整个中国快速连接。

在鄱阳湖和长江的汇流处，耸立着一座孤山，长江流经了5000多公里之后，在这里拐了第三个大弯。从石钟山开始，长江进入了下游，长江在中下游，连通了四大淡水湖。

鄱阳湖是其中容量最大的湖泊，它就像长江的肺叶，枯水期为长江提供水量补给。当洪水到来时，鄱阳湖吸纳江河里多余的水，这么一吞一吐，帮助维持了长江水势的相对稳定。洪水期，在鄱阳湖上，人们可以看到几座古建筑露出水面。事实上，它们建在一个叫落星墩的湖中小岛上。等到枯水期，水位下降，湖底裸露，茫茫草原出现，水下的小岛才会完全显露出来。

鄱阳湖是什么样子，取决于人们在什么季节看到它。这是一条穿过鄱阳湖的水上公路。每年夏天，进入汛期，湖水渐渐漫过公路，不少人趁机来这里，过一把水中驾车的瘾。水位持续上涨，半个月后，这条公路就将被彻底淹没。

每年冬天，鄱阳湖都会迎来一场盛大的候鸟“派对”。最多时，出席的候鸟有70多万只。它们拖家带口，诚意满满地来到这里。白鹤是这里的常客，红色的额头搭配洁白的羽毛，是它们最突出的标志。游走在白鹤身旁，拥有黑白相间羽翼的是东方白鹳，它们称得上是鄱阳湖的超级贵宾。全球东方白鹳仅有3000多只，白鹤展翅飞行时，翅尖会露出一小截黑色，那是它们的初级飞羽。而东方白鹳的黑色羽毛，则贯穿了它们展开的双翼。这些飞行家，让冬天的鄱阳湖，成了迷人的候鸟天堂。在鄱阳湖，最难碰上的是濒临灭绝的长江江豚。我们的搜寻持续了3天，终于捕捉到江豚露出水面的瞬间。它们的长相和海豚相似，1分钟左右出水呼吸1次，今天运气不错，还遇上了两只江豚一同出游。看来，鄱阳湖的水位上升，江豚的日子就会更好过了。（河流与湖泊）

往东南飞行，我们将去赶赴一场配合默契的捕鱼行动。鸬鹚捕鱼的传统，据说持续了数千年。竹竿击水，口令一出，鸬鹚心领神会，潜入水中。不一会，它们便带着战利品出现。捕鱼时，渔民一般不给鸬鹚喂食。一旦吃饱，它们很可能就不爱干活。有时候，捕到大鱼，鸬鹚会得到及时的奖励。傍晚，渔船满载而归，等待鸬鹚的是一顿丰盛的晚餐。

离开鄱阳湖，来到以瓷器闻名的景德镇。相传，宋朝时期，一批本地出产的青白瓷惊艳了当朝皇帝，它被赐予了皇帝的年号，从此改名叫景德镇。烧瓷的古窑依山势而建，阶梯状的结构，配合自下而上的烧瓷顺序，这样的设计有利于减少能耗。在古代，景德镇每年出产的瓷器高达数百万件。它们顺着不远处的昌江离开故乡，前往远方，成为世界眼中的中国形象。

这段旅程，我们将重温一群漂泊者扎根异乡的时光。上堡梯田，留存着客家人初到异地的足迹。探访围屋，看他们如何把日子过得风生水起。做客乡村，体验专属于客家人的节日游戏。

这是一片客家人打造的梯田。唐宋年间，为了躲避北方战乱，一群来自中原的移民，翻山越岭来到这里。由于客居他乡，他们被称为客家人。背井离乡总会感到辛酸，他们来了一看，平整的土地都有主了，再要弄出点种田的地方，只能叠上去。这么一叠，便叠出了垂直落差近千米的上堡梯田。有了田地，解决了温饱问题，客家人开始想着把家安在这里。错落在现代楼房中的这些深色建筑，就是客家人的传统居所--围屋。为了躲避土匪和猛兽的侵袭，他们用坚硬的围墙，圈起一方天地，开始聚族而居。

燕翼围，这是江西现存最高的围屋，与其说是民居，不如说它是一座军事堡垒。15米高的墙体，由坚硬的花岗岩和青砖筑造。整座围屋只留下一个进出口，围屋里的136间房屋，四分之一用来储存粮食。即使被围困，人们也可以在围屋里待上一年。可见，融入他乡的过程，是多么不易。乌石围将围屋的防御功能再次升级，东南西北，四座炮阁，相互呼应。一旦发现敌情，立刻以炮火还击。日子渐渐安稳了，围屋的设计也更加讲究。据说，关西新围的建造历时29年，耗费上百万两白银。围屋中间，套建了一栋前后三进，五组并列的大宅。在这座将近8000平方米的“豪宅”里，我们已经看不到当年客家人漂泊他乡的慌张。

正月里，来到赣县客家人的聚居地，寻觅独特的客家习俗。村民们手中的“井”字形木架，叫作打轿。在当地，打轿谐音“大发”，谁能把打轿抢回家，就意味着谁的运气会最好。眼下，双方的动作都略显夸张。曾经激烈的比赛，如今变成了逗趣的节日表演。你推我让之中，福气不再独占，好运众人分享。客家人的习俗大多传承已久，连仪式用的道具都有些年头。存放在阁楼里的老瓦片，年岁过百。每年中秋，烧瓦塔的时候到来，它们就会被派上用场。客家人用瓦片和砖头搭起一座3米高的空心瓦塔。白天，你很难猜到它的用途。夜晚，瓦塔显出它的真容，为了让气氛更热闹点，还有人往火里撒入硫磺。相传，数百年前，瓦塔的火焰，被当做客家人起义的号令。如今，烧瓦塔更像是一场篝火狂欢。它将人们聚集在一起，传递吉祥红火的新寓意。

接下来我们将探访赣江滋养的两座城市，在赣洲城，见识一座随机应变的浮桥。溯江而上，前往南昌，坐看历史与未来隔江对望。

赣江，江西省最大的河流，自南而北纵贯全省。江西简称“赣”，就是因为赣江。章水，贡水穿山越岭，在赣州城北相聚，汇集为一条江。左章右贡组成“赣”字，赣江由此得名。（中国的行政区划简称）赣州的老城区三面临水，城内城外最多的就是桥，117只木船，组成一座长400米的浮桥，连接贡江两岸。桥体靠木船的浮力支撑，随着江水涨落，上升或下沉。过去，水运繁忙，浮桥每天要断开两次，让船只通过。如今，浮桥取消了定时断开的惯例。只有特定需要，才会安排专门的船只，前来拆开浮桥。这是现实版的“过河拆桥”。

沿着赣江溯流而上，我们将迎来旅程的最后一站。在南昌，可以找到许多和“八一”有关的名字。包括桥梁，道路和公园，甚至职业足球队，也以“八一”为名。所有的“八一”都是为了纪念同一个日子，1927年8月1日，南昌城里的一声枪响，开启了一段革命岁月，这一天成为人民军队诞生的纪念日。

今天，我们在赣江东岸，看到的滕王阁，并非唐代的那座建筑，但它算是考究的复刻版。在唐代，诗人王勃路过此处，加入了滕王阁上举办的宴会，他写下的《滕王阁序》千年来被世人传颂。“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”，更是成为了旷世名句。此后，滕王阁建了倒，倒了又建，如今已是第29次重建。也许，只要《滕王阁序》还在流传，这座楼阁就会永远地存在下去。

夜晚的南昌，灯光重新勾勒出城市的轮廓。赣江东岸，是最负盛名的滕王阁。赣江西岸，是城市新区红谷滩。置身赣江之上，南昌城的繁华在这一刻，穿越古今。《滕王阁序》让我们记住了一个时代，今天的南昌也同样期待被憧憬，被怀念。

**第六集：上海**

**（上海乡土地理教学中，全部可以用）**

上海，位于中国东部。长江，在此入海。城市建立在平均海拔4米的冲积平原之上。苏州河自西而来，黄浦江穿城而过。江的西岸叫作浦西，江的东岸被称为浦东。我们的旅程，从黄浦江的终点开启，沿江而上，遇见上海第一条不同凡响的天际线。

长江在这里接纳了它的最后一条支流--黄浦江，当它流经这座灯塔时，意味着这条全长6300公里的大河，即将汇入东海。

一个世纪前，上海的价值从这里被发现。前方的海洋，让上海与世界相连。身后的长江，能够深入中国广阔的腹地，通达是这座城市最原始的资本。沿着黄浦江，溯流而上，不远处就是外滩。（长江）

飞行在黄浦江上，临江而建的20多栋西式建筑，是外滩最显眼的标志。曾经，中国近一半的财富，都被外滩揽入怀中。但它拥有的仅仅是1500多米的滨江地段。外滩的前身，是片泥泞的浅滩。鸦片战争后，上海被迫成为开埠通商的口岸。来华的英国人，一上岸，就看中了外滩。外滩的历史在这一刻发生转变。

气象信号塔，位于外滩的南端。19世纪末，这座信号塔通过悬挂不同的旗帜，为船舶提供气象信息。信号塔的顶部，曾经有一个巨大的黑色铁球。12点一到，铁球准时落下。那一刻，人们同时按下钟表，校准时间。20年后，外滩上的另一座大楼，装上了更先进的计时器。这座大钟从英国远道而来，并设置为东八区时间，也就是现在的北京时间。那时，全球化的世界正在形成之中，上海率先采用统一的标准时间，跟上了世界的步伐。

随着上海开埠，许多金融机构涌入外滩。这座白色穹顶的大楼，曾经入驻过一家实力雄厚的银行，源于罗马建筑美学的三段分划设计，使整栋大楼庄重而不失典雅。这种通过稳重的建筑外观，增强储户安全感的方法，今天的银行大楼仍在使用。

这条连接外滩的道路，是上海最繁华的商业街。租界时期，南京路只是条小土路，英国人喜欢在此遛马，人们就把它叫作马路。从马路起步，中国人奔跑在通往近代化的道路上。上海的第一盏电灯，第一条有轨电车线路，就诞生在南京路上。

接下来的旅程，将跟随河流，探寻上海最早的工业基因。古老的工业厂房，如今辐射艺术力量。传统的行业，正在努力成为标杆。

苏州河是古代上海通往临近城乡的主航道。开埠前，它被叫作吴淞江。来到上海的外国人发现，沿着这条河可以抵达苏州，于是给它取名苏州河。

苏州河的终点，有一座110岁高龄的大桥。1907年，大桥落成。因为不收过桥费，它被称作白渡桥。“白”在上海话中，是免费的意思。大桥前方的水闸，每天开合两次，调节河流水位。水闸打开时，苏州河就汇入前方，更加开阔的黄浦江。

黄浦江从浙江发源，一路向东，穿越上海。20世纪初，上海工业高歌猛进，人们需要更大的河流运输原料，提供水源动力。当苏州河捉襟见肘，精明的商人，转而选中了黄浦江。

这座烟囱高耸的建筑，曾经是一座发电厂。上海华界的第一盏电灯，就是由它点亮。如今，电厂变身为艺术馆，老厂房的巨大空间，最适合装下当代艺术的奇思妙想。古老的建筑被重新利用，而一些传统的行当，在岁月打磨中，重焕生机。

造船是上海的家传技艺。100多年前，黄浦江畔，诞生了中国第一家近代造船厂。如今，几乎所有种类的船舶，都可以在上海建造。这艘载重量32万吨的巨型原油船，正在进行船身结构的搭建，它的造价接近8000万美元。外高桥船厂每年产出二十多艘不同的巨型船舶。（重要工业部门的分布）

这是一趟时间之旅，建筑是岁月的时钟，融入这座城市，古老的生活秩序。辗转不同的楼宇，感受乱世中的城市胸襟，老房子看得见风景，更看得见传奇。

距离上海市区不到50公里，有一座古朴的小镇。开埠前，以“小苏州”自居的上海，就是这样的江南水乡。

朱家角已经度过了1700年的时光。在上海，和它年岁相当的还有一座古老的寺庙。相传，龙华寺始建于三国时期。唐朝年间，武则天为它捐建了第一座佛殿。千年来，龙华寺香火不绝，它成为上海人新春祈福之地的首选。

这座城市，常以年轻的面貌示人。实际上，它收藏着不少时光印记。

在上海的闹市区，隐藏着一座精致的江南园林。豫园原是明代的一座私人花园，它身处喧闹繁华的都市，但园内充满了山林野趣。豫园的热闹，在元宵节被推到极致。生肖彩灯是灯会的主角，今年是雄鸡当道。跟随着人群前进，前往熙熙攘攘的九曲桥。民间传说，鬼怪只能走直线，新年到九曲桥上走一走，可以躲避鬼怪，去掉晦气。豫园的灯会传统，从清末开始，一直延续至今。

变化的时代里，总需要一些不变的风景。它提醒每座前行的城市，时刻不忘初心。

飞行在上海的高空，时常能看见一栋栋红色屋顶的房子整齐排列，类似于今天联排别墅的布局。其实，这是上海的老房子。新中国成立前，它们容纳了这座城市60%的人口。大门以石头做门框，木头做门扇，因此得名石库门。

清末，江浙一带发生战乱，大量百姓逃往上海避难，一时间，房子成为紧俏货。为了节省空间，房地产商引进了英国联排建筑形式。富有的人家，可以买下一排石库门。条件一般的，往往十几户合住在一栋里。

石库门不仅安抚了生活，也见证了历史。1921年，13位来自全国各地的代表，在这里成立了中国共产党。28年后，一个崭新的人民共和国在东方诞生。

老建筑在上海并不罕见，长阳路一带的摩西会堂，是上海著名的历史遗迹。这座隐蔽的小院，常常吸引外国人驻足。院子里的墙壁上，镌刻着一万多个名字。这是一群曾经在上海生活过的犹太人。摩西会堂，是当时他们的宗教活动中心。二战时期，为了躲避纳粹迫害，3万犹太人辗转来到上海，这里是当时唯一不用入境签证的避难地。这座雕像，定格了一个感人的瞬间，一个上海女人，为犹太女孩遮风挡雨。一座城市，抚慰了一个民族的颠沛流离。

飞往城市的西南角，与上海的旧日时光迎面相逢。整座影视城，目之所及，都是上海滩的经典场景。不少有关老上海的影视剧，都在这里拍摄。有轨电车最受青睐，流水般的剧集里，它是雷打不动的出场道具。十几位演员，通过巧妙的调度，就能制造熙熙攘攘的上海街景。谍战剧，少不了飞檐走壁的动作戏。不用担心，身吊威亚，演员总能顺利脱险。变幻的场景，迷离的江湖风情。上海总能引发人们永不枯竭的好奇。

这趟旅程，我们将去触摸这座城市的金融王冠，上海的老面孔，正在追赶时代。飞上高空，俯瞰人类创造的垂直世界。

每天清晨，第一班轮渡，搭载着人们跨越黄浦江，赶赴各自的营生。轮渡，曾经是浦江两岸，最主要的交通方式。1976年，黄浦江上架起了第一座大桥。之后，大概以每三年一座桥的速度，人们不断丰富着两岸联结的节点。

越过卢浦大桥，前往上海的心脏地带，黄浦江在这里拐了一个接近90度的大弯，成就了中国的黄金弯道。

浦西的外滩，曾经是中国最富有的地区之一。上世纪90年代，浦东的陆家嘴接过了财富的接力棒。

东方明珠，是浦东资格最老的前卫建筑。它的本职工作，是向全上海传播电视信号。东方明珠造价8亿元，建成时，它的高度，在全球电视塔中排行第三。夜晚的东方明珠，变幻不同的色彩，蓝白灯光最常见，粉色一般出现在节假日。奥运会期间，东方明珠亮起国旗红。2015年，巴黎遭遇恐怖袭击，它则换上法国国旗色，为巴黎默哀。色彩转换之间，东方明珠，呈现一个有态度的上海。

这座淹没于高楼之中的建筑，是中国资本市场的起点。1990年，新中国第一家证券交易所，在上海挂牌开业。3年后，这座资本殿堂落成。一楼大厅，可以满足1600多位交易员同时交易。据说，股民们蜂拥而来，没能挤进场内的股民用上了望远镜，甚至购买对讲机，用于里外联系。

金茂大厦，是陆家嘴第一栋超过400米的超高层建筑。修长稳健的外观，酷似中国宝塔。八角形的建筑样式，楼高88层，中国人钟爱的数字8，在设计中被反复使用。你可能想不到将中国传统情怀，演绎得淋漓尽致的是一位来自美国的设计师。在大楼边缘，我们发现这群挑战者正在尝试云端漫步。他们身处的无护栏步道，距离地面340米。可以想象，他们迈出的每一步，都是心悬一线的奇妙体验。金茂大厦旁的环球金融中心，顶部有一个梯形洞口，人们给它取了个外号，叫作“起瓶器”。492米高的大楼，好比一张风帆，越高就越招风。设计师大胆地在建筑顶部，留出风洞，让风从中穿过，以此降低风力对大楼的冲击。

很快，环球金融中心的身旁，出现了一位更高的邻居，云端之上的世界，让我们重新认识，这座城市的高度。上海中心大厦高632米，是目前中国最高的建筑。超过50万平方米的室内空间，填满127层楼。整栋摩天大楼，可以容纳3万人，在此工作和生活。这是一座致力于降低能耗的高塔。大厦顶端的风洞口，安装了270台风力发电机，用来收集高空风能，提供大厦部分照明用电。楼顶的塔冠部分，设计了螺旋形的雨水收集系统，将雨水导入巨大的水箱，供大楼循环使用。

这块寸土寸金的土地上，每一栋大楼，都是站着的金融街。从陆家嘴辐射上海，这座城市的金融中心，正在创造属于自己的时代。时光倒回30年前，这里还只是一片茫茫田野。它幸运地赶上了上海急速发展的时代契机。浦东，成为新的造梦地。

摩登都市里，上演着传统的相亲，童话世界的欢乐颂正在唱响，动物王国的狂欢还在继续。上海的新奇之旅，永无止境。

人民广场，是上海公认的城市中心，它以开阔的胸怀容纳不同的风景。广场中央，分量十足的建筑正襟危坐。广场边的公园，承载着两代人的人生大事。相亲活动，在每个周末举行。真正的主角并不上场，父母是最操心的红娘。撑开的雨伞上面，贴着征婚者的信息，职业，身高，收入，以及择偶标准，一一列出。每一把伞都希望自己，是最早收工的幸运儿。

向南飞行，我们迎来了一座欢腾的乐园。在迪士尼乐园诞生的第60个年头，这座童话城堡终于来到了上海。园区里，耸立着全球最高的迪士尼城堡，它的原型是德国的新天鹅堡。但城堡顶端，安上了中国人最喜欢的牡丹花。迪士尼造价340亿人民币，极致的体验感，是它俘获游客的法宝。城堡旁的公园，借鉴了中国传统园林的设计。尽管已经声名远播，但每到一个国家，迪士尼从不忘入乡随俗。

离迪士尼乐园不远的地方，住着来自五大洲的动物朋友，难怪人们叫它动物联合国。首先迎接我们的是澳大利亚的国宝--袋鼠，对于飞行器的到访，袋鼠显示出极大热情。来自非洲的狐獴，害羞又好奇，它们眼眶边上的黑色暗斑，是一副天生的太阳镜。即便在烈日之下，它们依旧可以直视天空，保持视野清晰。并非所有的企鹅都生活在寒冷的南极，麦哲伦企鹅就来自温带。它们从南美洲而来，跨越半个地球，在这里安了家。接下来，我们去看望远道而来的火烈鸟，粉色羽毛的被称为大火烈鸟。红色羽毛的则被唤作古巴火烈鸟。其实，红色并不是火烈鸟的本来羽色，它们从食物中摄取的色素，被分解成红色和橘色的微粒，储存在身上。火烈鸟因此披上了一身亮丽的外衣。动物园里，生活着庞大的熊家族，穿着黄色“V领衫”的是东南亚的马来熊，手舞足蹈的是棕熊。这群来自不同国家的新移民，不仅和睦相处，还有着共同的爱好。为了美食，一起爬树，一起攀车。它们是动物园里，名副其实的“熊孩子”。

黄浦江南岸的林地里，生活着一群形似小鹿的动物，成语獐头鼠目，以它们为例，形容人相貌丑陋，神情狡猾，以貌取人并不公平。其实獐子十分胆小，战斗力几乎为零。它最擅长的是潜伏在树丛里，上海本地的獐子，早在100年前绝迹。2007年，20多只獐子从外地引入上海。如今，这支队伍壮大到了300多只。

没有人会拒绝一座永远年轻的城市，它生机蓬勃，活力四射，直教人忘记如何老去。

扬帆不一定非得远航，在上海西郊的淀山湖，帆船爱好者纷纷启程。最普通的跑道，也能变幻花样。这座城市的快乐，呈现出不同的色彩。为支持的球队加油呐喊，感受草坪上激烈碰撞。无论收获欢笑还是眼泪，上海都是我们共同的主场。

当灯光亮起，上海的魅力更加展露无遗。每一束光的背后，都是一个故事。两千多万人怀揣梦想，选择了这里。人才的聚集，是城市发展的底气。思维的激荡，资源的共享，造就这座城市真正耀眼的光芒。

最后的旅程，我们将感受这座城市的诗意与远方。一座岛屿，哺育南来北往的生命，探寻新兴的科技力量，感受令人振奋的中国速度。参观一座超级工程，见证它汇通天下的愿景。

这片静谧的土地，在飞行途中，与我们不期而遇。崇明岛位于长江入海口，距离上海市中心仅有40多公里，长江携带着泥沙，冲积出这座海拔不足5米的岛屿。1300年来，它从未停止生长。直到今天，仍然以每年两百米的速度，持续向东海推进。（长江）

在岛屿的最东端，是一片河口滨海湿地。夏天，东滩湿地，正在享受它的悠闲时光。可一到秋末，它就成为繁忙的交通枢纽。数万只候鸟来到这里过冬，声势浩大的迁徙中，小天鹅拥有最强的毅力。它们从遥远的西伯利亚出发，每天的飞行距离将近1000公里。就像我们熟悉的描述一样，它们一会儿排成个“人”字，一会儿排成个“一”字。借助顺风飞行，巧妙地变换队形。鸟儿在飞行中，可以省下不少力气。看来，实用性，才是成就这种经典队形的原因。

告别小天鹅，我们继续追赶上海前行的脚步。这栋建筑叫作飞机楼，从空中俯瞰，它名字的由来一目了然。1932年,“一.二八”事变中，日军的飞机轰炸，让上海损失惨重，国人由此萌生飞机强国的渴望。一年后，人们集资10万元建造了这座飞机楼，航空救国运动正是从这里起步。

向西飞行，来到中国最大的民用飞机总装制造中心。这是中国首款自主研发的喷气式支线客机，正在进行的是最后阶段的总装。2017年，这批飞机将交付成都航空，投入航线运营。厂房外的C919飞机体量更大，它同样由中国自主研发制造。此前，我们乘坐的飞机大多来自波音，空客两大公司，C919的面世即将打破垄断。

飞往城市西郊，海拔100米左右的佘山，是上海陆地上的天然最高山。在这不起眼的高度上，科学家们在寻找超乎人类视野极限的可能。117年前，法国人在佘山建立天文台，架起中国第一架大型天文望远镜，古老的东方，第一次将目光投向更深邃的太空。

今天，不远处的天马山脚下，亚洲最大的全可动射电望远镜正在倾听宇宙的动静。它通过接收来自太空的无线电信号，帮助人类感知百亿光年之外的天体。2013年，天马望远镜与北京，新疆等地的5台望远镜紧密配合，为“嫦娥三号”月球探测器指路，让它准确地降落在月球上。

飞行在东海之上，这座蜿蜒的大桥将带我们横跨大海，这是全球第二长的跨海大桥，S形的身段，让它在32公里的路程中尽可能少地受到洋流的正面冲击。

在它连接的小洋山岛屿上坐落着一个世界级集装箱大港，洋山港区附近的水域，深达16米，即便是目前全球最大的集装箱船，也能顺利靠港。这是一艘总长约400米的超级集装箱船，它可以搭载14000个标准集装箱。如果将这些箱子相叠，它们的高度至少是珠穆朗玛峰的3倍。每天有45000只箱子在洋山转运，而这个港区，只是上海港口链条的一部分。上海港的集装箱年吞吐量约占全球总量的十分之一。俯瞰洋山港区，上海引领世界的雄心，不言而喻。

上海，因河而兴，通江贯海。一百多年的时光，一个聚散离合的码头，变为吞吐万汇的港口。最大胆的梦想，展望未来。最务实的行动，拥抱现在。这就是上海。（重要工业部门的分布）