

《这里是中国》摘抄

星球研究所中国青藏高原研究会 著

2025 年 2 月 9 日



书本封面

1. 美国古生物学家斯蒂芬·杰·古尔德曾说：“科学并不是无情地探讨客观信息，科学是一种创造性的人类活动，天才的科学家更像是艺术家……”
2. 源于太平洋的东亚季风，势力大大增强，它可以从海洋深入中华腹地，击退行星风系对中国南方的控制。充沛的水汽驱散了北纬 30 的干旱，一个烟雨江南诞生了。如果没有青藏高原这个巨型“抽风机”，一切或将不复存在。但大自然是追求平衡的，烟雨江南诞生的同时，青藏高原也阻挡了印度洋水汽的北上。地处内陆而干旱少雨的中国西北地区变得更加干旱，沙漠、戈壁大范围出现。

不仅如此。冬季，强劲的西风也受到青藏高原的阻挡，不得不改变路径。它们吹起西北沙漠中的沙尘，沿着青藏高原北部边缘向东推进，沙尘颗粒在太行山以西、秦岭以北降落，形成了黄土堆积厚度最高达 400 米的黄土高原。烟雨江南、大漠西北，再加上气候高寒的青藏高原，中国的三大自然区——东部季风区、西北干旱半干旱区、青藏高寒区，就此成形。

高原“抽风机”重塑了中国的气候。一座“超级水塔”又在高原上竖立起来，中国的水系也将为之一变。

3. 青藏高原究竟有多少冰川？答案是 4 万多条。其覆盖面积约 4.4 万平方千米，比一个台湾岛还大许多，占全国冰川面积的 80% 以上。同时，它也是全球同纬度最大的冰川作用中心。
4. 青海湖是中国面积最大的湖泊，湖泊面积达 4435.69 平方千米，相当于上海市陆地面积的 2/3。
5. 平均海拔超过 4000 米的青藏高原是众多河流的发源地。这些河流从高原向四周扩散，奠定了亚洲大部分地区的水系格局，黄河、长江、恒河、湄公河、印度河、萨尔温江、伊洛瓦底江等亚洲重要河流均发源于青藏高原。因此，青藏高原也被称为“亚洲水塔”。

6. 印度板块仍在以每年 44 ~50 毫米的速度北进，力量不断向外围扩散，使高原内部及其周围都成为地震高发带。近年来的许多具有破坏性的地震，如汶川地震、雅安地震、玉树地震、九寨沟地震等，大多受其影响。
7. 可可西里横跨青海、西藏、新疆，总面积约 25 万平方千米，与英国国土面积相当。即便只计算世界遗产地的核心区与缓冲区的面积，也高达 6 万平方千米，是瑞士国土面积的 1.5 倍。
8. 内流水系造就了遍地湖泊，外流水系造就了深切河谷，两种水系的影响也从此分道扬镳。切割能力较弱的内流水系地区保持了较高的海拔，人类难以在这些地区生存。“北方高地”就此诞生，这便是羌塘。而外流水系切割出的河谷使得海拔大幅降低，为人类的生存创造了相对适宜的条件。
9. 无数的土柱、土塔、土墙、土堡聚集在一起，一个从西北到东南绵延 175 千米、宽达 45 千米、面积约 2400 平方千米的超级土林群——札达土林诞生了。
10. 公元 9 世纪中叶，吐蕃的权贵们相互攻伐不休，由印度传入的佛教与本土宗教雍仲本教产生了激烈的冲突，吐蕃王朝分崩离析。王子吉德尼玛衮（[gun3](#)）逃至象雄故地建立割据政权，并改成象雄为阿里，意为“领地”。阿里之名正式出现。

基德尼玛衮分封诸子，其中一子统治了今日阿里地区，这就是古格王国。

11. 中国的西南部，便有这样一处土地，它是山的世界、山的王国，一个“偏跟山过不去”的地方，就连名字都透露着“霸气”——横断山。

横断山面积约 36 万平方千米，其中 98% 为山地。5000 米以上的极高山、3500 ~5000 米的高山，更是占到总面积的 73%。贡嘎山、梅里雪山、四姑娘山、玉龙雪山、雀儿山、格聂神山、央迈勇、雪宝顶……一种名山，密集相拥。

群山之间，还有无数闻名遐迩的人间胜地。九寨沟、黄龙、若尔盖、香格里拉、稻城亚丁、大理、丽江，一个赛一个，声名远播。

三条纵穿其中的公路——318 国道、317 国道、214 国道也因此一跃成为中国最知名的景观大道。它们在横断山的任意一处途经点，都有可能让东部一个 5A 景区自愧不如。

12. 在碳酸盐岩众多的山地，流水将岩石中的碳酸盐矿物逐渐溶解，不断在沿途沉积，形成钙华，钙华层层堆叠犹如梯田。于是，云南香格里拉的白水台诞生了。更为出众的则是黄龙、九寨沟，其钙华景观遍布数条沟谷，声名远播。根据生长在表面的微生物群落的不同，钙华会呈现出不同的颜色，配上周围植物的缤纷色彩，可以幻化出一个极为绚烂的世界。
13. 与此同时，更大量级的流水沿着横断七脉之间的谷地流淌，逐渐形成了六条大江——怒江、澜沧江、金沙江、雅砻江、大渡河、岷江，统称为“横断六江”。
14. 金沙江自进入横断山去后也被山脉挟持。它与怒江、澜沧江平行南流，中间相隔两条山脉，最窄处的三江两山约 70 千米，这便是著名的“三江并流”。
15. 至此，横断山脉地区七脉六江的格局正式形成。
16. 1869 年，法国传教士阿尔芒·戴维在横断山脉发现了大熊猫。
17. 1890 年，西方人在横断山脉捕获了滇金丝猴。它们栖息于海拔 3000 米以上的高山暗针叶林带，是世界上栖息海拔最高的灵长类动物之一。
18. 6000 年前，黄河流域的一些古人，沿着横断山脉河谷不断南迁，在之后的演化过程中，慢慢形成了包括藏族、彝族在内的多个族群聚居区。社会学家费孝通将其称为“藏彝走廊”。
19. 有一个真相：一般家庭烧水壶地的水垢与钙华为同一种物质，美与丑的差别在于它所处的位置。
20. 四姑娘山风景优美，人称“蜀山皇后”。

在高手云集的登山攀岩届，四姑娘山的名气甚至比珠峰还要响亮。来自西方的登山者、攀岩者喜欢将其称为“东方的阿尔卑斯山”或“中国的优胜美地”。

21. 20 世纪 90 年代，日本摄影大师大川健三来到四姑娘山。这里的极致风光让他很快决定要用一生来拍摄和推广四姑娘山。

22. 自 1981 年日本队从东南山脊首登成功，已有 12 支队伍完成了对幺妹峰的攀登。而这些攀登成果几乎都成为登山届的经典案例。

其中，最为著名的当属 2002 年英国人米克·富勒完成的难度极高的西北壁攀登，他也因此获得当年的金冰镐奖。中国人的首登则来得稍微晚一些，由马一桦等人于 2004 年完成。不过，最激励国人的还是周鹏、严冬冬在幺妹峰南壁上成功开辟的“自由之魂”线路。可以说，这次攀登点燃了中国阿式攀登的星星之火。有意思的是，2011 年，一支法国登山队再次成功挑战北壁后，将登顶线路命名为“你好漂亮”。

23. 可以说，如果没有清朝当年对伊犁雄心勃勃的经营，就没有今日之新疆。完成“旷世武功”的乾隆皇帝也颇为得意。他在官修文献中明定“伊犁”之名：

犁庭扫闾，一统西域。

24. 著名的雪岭云杉，其最大胸径可达 2.2 米，高度可达 60 余米，树龄超过 300 年。它仅凭一个树种之力，就在天山北坡形成了一条长度超过 1000 千米的森林带，全国独一无二。

25. 清王朝以惠远城为核心营建了伊犁九城，形成了当时新疆最宏大的城市群。

26. 这种核心地位一直保持到了清朝末年，直到俄国占领伊犁以外的中国领土，伊犁从新疆核心变为边防一线，新疆的政治中心、经济中心被迫迁移至迪化（今乌鲁木齐）。新疆的伊犁时代宣告结束。

27. 中国西部的一只“大耳朵”尤其瞩目。它长约 60 千米，宽约 30 千米，明暗相间的半环状线条，一圈一圈地向中心收拢，被誉为“地球之耳”。

人们既不知其为何物，亦不知其由谁人造就，只知其所在之地名为罗布泊。

28. 从 1876 年俄国探险家普尔热瓦尔斯进入罗布泊地区，到 1901 年在此沉睡千年的古城被瑞典探险家斯文·赫定发现，再到 1964 年中国在此成功试爆第一颗原子弹。无数探险家、科学家为之着迷，甚至付出生命。

29. 小河墓地位于罗布泊地区孔雀河下游河谷以南约 60 千米的荒漠中，西南距若羌县城约 150 千米，是罗布泊地区著名的文化遗址。1934 年，瑞典考古学家贝格曼首次在此处发掘墓葬 12 座。2002-2005 年，新疆考古队对其进行了全面的发掘，出土了大量文物，包括以“小河公主”为代表的众多干尸。

30. 楼兰古城为古代“西域三十六国”之一的楼兰国的都城，位于干涸的孔雀河下游、罗布泊西北的干三角洲上。楼兰古城遗址（LA 城，即通常说的楼兰古城或楼兰故城）最早由瑞典探险家斯文·赫定于 20 世纪初偶然发现并公之于众。之后，众多探险家接踵而至，其中斯坦因于 1906 年和 1914 年到楼兰进行大规模考察，并将楼兰遗址逐个编号（LA、LB……编号后被沿用）。20 世纪 80 年代以来，中国考古学家对楼兰进行了大量考察、发掘。但一百多年来，关于楼兰国都究竟在哪里，LA 城是否为楼兰国都，一直存在争议。

31. 罗布泊的雅丹地貌总面积达 3000 平方千米，是中国第二大雅丹地貌分布区。它们或如万舰齐发，或如荒原孤岛。

32. 典型的如位于庆阳的董志塬，虽然水土流失导致它的面积不断缩小，但直到今天，其塬面面积依然高达 700 平方千米，被称为“天下黄土第一塬”。

33. 公元前 890 年前后，嬴氏部落的首领嬴非子因养马能力出众，被周孝王分封到秦，专门负责在秦给王室养马。当时的秦并非指陕西，而是指位于今天甘肃天水市清

水县境内的区域。

34. 其中最大的河流——黑河，是仅次于塔里木河的中国第二大内陆河，也正是古人所说的“弱水三千”。它从祁连山中孕育而生，一路穿越绿洲、盐泽、沙漠，直到内蒙古额济纳旗的居延海，所以其下游也被称为额济纳河。
35. 打通了河西走廊，中原王朝不再蜷缩一隅，开始与广阔的外部世界展开密切交流。这种交流在唐代达到了顶峰，也带动了河西走廊经济的发展。当时的凉州（武威）一跃成为河西最大的城市，整个河西地区的存粮甚至占到全国的 1/3，可谓富甲全国。
36. 窝阔台次子阔端从三面兵临吐蕃，阔端邀请西藏活佛萨迦·班智达来到凉州。经过会谈，双方约定吐蕃归附蒙古。作为交换，阔端皈依藏传佛教。此后，藏传佛教得以走出青藏高原，开始向蒙古高原乃至全国扩展。这次会盟被称为“凉州会盟”。
37. 盆地内湖沼遍布，河流纵横，沱河、涝河、漓河、漓河、浐河、灞河等，再加上北部的泾河，共同注入渭河，统称为“长安八水”。
38. 其中，大兴善寺为密宗祖庭，占地广阔，逐渐雄伟，是长安城里首屈一指的大寺。大慈恩寺为法相寺祖庭。玄奘担任首任主持时，参照印度样式，在寺中亲自设计了一座藏经塔——大雁塔，至今存世已超过 1300 年。另一座著名佛寺荐福寺在之后也建了一座塔，因塔身比大雁塔稍小而得名小雁塔。
39. 除此之外，原本席地而坐的长安人在胡人的影响下开始了以桌椅为基础家居品的起居生活。
40. “两山夹一平原”的成都占据了四川盆地内自然条件最好的区域，堪称“精华中的精华”。它风景秀丽，既有中国东部常见的青翠大山，又可仰望终年积雪的西部雪峰。海拔为 5353 米的大雪塘山势耸立，为成都市域内的最高峰。

41. 有学者认为，成都虽然紧邻地质活动活跃的横断山区，却由于地震能量在横向上快速衰减，以及平原上厚达数百米的砂石沉积层可能是有吸收和消减地震波能量的作用，因此极少发生破坏性地震。

42. 在随后长达 30 年的秦统一战争中，来自成都的粮草、兵器被源源不断地送往前线，秦王的统一大业最终完成。

不仅是秦王，与项羽争夺天下的汉王刘邦同样将成都视作大后方之一。他安排萧何“收巴蜀租，给军粮食”。而萧何也因“收租”得力，被刘邦定为汉朝开国第一功臣。

43. 1700 年前，魏、蜀、吴三国鼎立。足智多谋的诸葛亮以成都为中心经营蜀地，然而三国之争的关键并非智谋多寡，而是中原、吴越、巴蜀三大核心区的经济实力的角逐。蜀汉虽有成都平原的农业之利，终究疆域狭小，国力薄弱。诸葛丞相必须为蜀汉找到新的财赋来源。一种“上等奢侈品”进入他的视野，即“锦”。

秦汉三国时期的成都生产蜀锦。其品质冠绝中华，不但被当地达官贵人竞相购买，还出口魏、吴，远销异域。

为控制蜀锦的生产，蜀汉政府在成都城西修筑官府作坊，名为“锦官城”。成都因此多了一个美丽的别称“锦城”或“锦官城”。大量冠以“锦”字的地名也开始在成都涌现。织锦作坊的所在地被称为“锦里”，织锦工人濯锦之江被称为“锦江”。

但是，诸葛丞相“出师未捷身先死”，蜀锦也在后来被苏浙丝绸超越。

44. 在杜甫达到成都 30 年后，女诗人薛涛也随父入蜀。不承想，她的父亲很快病逝于成都，随后她被迫沦为乐妓，在达官贵人的宴席间以侍酒作诗为生。

当时，人们作诗的纸张幅面宽大，占据主导地位的男性在其上挥毫洒墨，气势恢宏。内心细腻的薛涛认为应该有一种精致的、更符合自身喜好的纸张。她决定亲

自动手从井中汲水，自行制作小型纸张，并将纸张染为更为浪漫的桃红色。这种小型书写纸一经问世，便成为文人雅士手中的时尚之物，人称“薛涛笺”。

薛涛暮年居于浣花溪之侧，成都人在锦江边修建起一组壮丽的建筑群以资纪念，望江楼便是其中之一。

45. 在元明清朝代更迭之际，成都不再是安定的大后方。频发的大屠杀使得成都人口锐减，尤其以明末张献忠主导的两次屠城最为恐怖，成都几乎沦为空城。

元末明初、明末清初，一直到 20 世纪的抗日战争期间，来自湖广及其他省份的新移民大规模进入成都，成都的人口结构发生了前所未有的变化。

新的村镇在成都平原上迅速崛起，星罗棋布、大小错落。大地主们建立起超级庄园，客家人将土楼引入成都，满族人则按照北方的习惯建立起类似胡同的宽窄巷子。移民们带着各自原籍的生活习惯、方言，五方杂处，互相通婚，最终在成都这个熔炉中被塑造为全新的成都人。

46. 底层文化的兴盛，使得明清时期成都的小商品经济愈发繁荣。到了清末民国时期，川军将领杨森仿照西方在成都修建新式马路，时名“森威路”。江浙商帮、北京商帮、四川商帮沿路设店，仅此一条马路所集中的商业资本便占到整个成都的七成，形成了当时成都的中央商务区。森威路后来的名字——春熙路，更加广为人知。

47. 梵净山真正出众的不是外形，不是宗教，而是它所孕育的生命。

亘古至今，人世间滚滚红尘，梵净山如同一座孤岛。它在危急时刻接连三次出手，助力生灵繁衍存续。

正如生态学专家吉姆·桑赛尔在梵净山实地考察时所言：“梵净山就像一座生态孤岛，有很多物种在里面生存、发展，它的周边就是人类活动的海洋。”

48. 不过从历史的角度看，河南却有一个非常突出的特点。从公元前 21 世纪夏朝建都算起，河南作为中国的政治、经济、文化中心之一，引领中华风气之先超过 3000

年。而从公元 1127 年靖康之难算起，河南的衰落时期也长达 800 年，这种衰落几乎是断崖式的，即从北宋时期的繁华巅峰直接跌落谷底，从此成为中国内地最为动荡、最为保守的地区之一。反差之大，令人唏嘘，正所谓：

若问古今兴废事，请君只看洛阳城。（司马光《过故洛阳城》）

49. 最为显著的一点便是许多人以为河南只是一望无际的大平原，殊不知它同时也是一个山地大省。其山地、丘陵合计占全省面积的 44% 以上，可谓一半山地、一半平原。这一地理特征正是理解“什么是河南”的关键。
50. 南北延绵 400 余千米的太行山，为古老的华北板块发生断层而形成。其中不断隆升的一侧即为太行山。至今，山脊海拔高 1500 ~2000 米，也构成了山西与河北、河南的天然界山。在河南境内，它如一把弧形弯刀悬于北部，山地面积达 1.5 万平方千米，与北京市的面积相当。这样的造山过程使得太行山面向河南的一侧，出现了一系列极为陡峭的悬崖绝壁。其中位于林州的太行山大峡谷气势尤为恢宏。其南北全长 50 千米，相对高度差接近 1000 米。山势伟岸，壁立万仞。在山中生活的人们只得劈山开路，道路或直挂绝壁，或盘旋山谷，上下艰难。
51. 公元前 1300 年左右，商王盘庚将都城迁至太行山麓的漳河、洹河冲积扇扇缘，史称“盘庚迁殷”。中国历史上第一个长期稳定的都城——安阳——出现了。
52. 在 3 亿多年前，华北板块与扬子板块发生碰撞，形成古老的造山带。在此基础上，约从 6000 多万年前开始，造山带的北侧相对沉降，而南侧相对抬升，形成了一条东西走向的大型山脉，此即秦岭，其长度超过 1000 千米。它西端插入青藏高原，在青海、甘肃两省边界与昆仑山相接。其东端直接深入河南西部，诞生了嵩山、崤山、熊耳山、伏牛山等一系列山脉，是河南面积最大、山地最密集的区域。
53. 在中国 34 个省市自治区中，你很难找到第二个能像浙江这样有如此多正面评价的地方。明代湖北人袁宏道初入浙江，便做出了“士比鲫鱼多”这样令人忍俊不禁的

类比。更不用提那个让全国人民向往了一千多年的杭州西湖了。但是浙江近乎完美的形象不是天生的。它在历史地理上曾有四大劣势，其中其中一个都足以颠覆其发展进程。

54. 此外，浙江海域辽阔，岛屿多达 3061 个，是全国岛屿最多的省份。其中面积为 502.65 平方千米的舟山岛为中国第四大岛。岛屿众多，加之海岸曲折，浙江海岸线更是长达 6700 千米。

55. 其中位于洞宫山脉的黄茅尖海拔为 1929 米，是浙江第一高峰。

56. 第一大江钱塘江全长 668 千米，不同河段分别命名为新安江、富春江、钱塘江。江水曲曲折折，“浙江”之名正是因此而来。

57. 江河冲击出平原，在浙江北部最为集中。但是，浙北平原并非像华北平原那样相对干燥，而是严重沼泽化。河姆渡先民所处的时代，浙江的气候比现在还要温暖，雨量也更充沛。浙北平原上，沼泽湿地遍布，连森林都只能生长于水中。即便到了现在，浙北的水网密度仍远大于浙江其他地方，是中国水网极稠密的地区。

浙江的第一大劣势出现了，那便是水太多。

58. 在现存的数以千计的东周青铜剑中，春秋晚期至战国中期的越剑最为精良。

59. 这便是浙江的第二大劣势——山地多而平原少。

60. 浙江是明清人口密度最高、人均耕地面积最少得省份。

61. 横店影视基地位于浙江金华东阳市横店镇，1996 年为配合导演谢晋拍摄历史巨片《鸦片战争》而建，现已成为中国最大的影视城。

62. 福建是一个多山的省份，山地、丘陵占总面积的 80% 以上。

两条大型山系斜贯中西，西部闽赣边界为著名的武夷山脉，中部则是鹫峰山、戴云山、博平岭组成的闽中山系。

武夷山的许多山峰海拔超过 1500 米，最高峰黄岗山海拔为 2161 米，是中国大陆东南六省一市中海拔最高的山峰。就山势而言，武夷山面向江西一侧非常陡峭，多有断崖；面向福建一侧则相对舒缓，呈梯级式下降趋势。福建就像一个人坐在一个有着高大靠背的椅子上一样，面朝大海，春暖花开。

63. 故中、晚唐诗人尤爱扬州。曾在扬州做官的杜牧留下了多篇诗作，写尽扬州的富庶、繁华，也写尽扬州的浪漫、多情。北方诗人张祜甚至还发出了“人生只合扬州死”的慨叹。

64. 出自宋代范成大《吴郡志》一书的谚语“上有天堂，下有苏杭”更是让杭州超越了他城市，成为中国文人雅士心目中的“理想国”。

65. 正如美国著名地理学家葛德石所说：

中国景观上最重要的因素，不是土壤、植物或气候，而是人民。（转引自《中国环境史》）

66. 色达喇荣寺五明佛学院位于四川省甘孜藏族自治州色达县境内。该佛学院创立于 20 世纪 80 年代，之后迅速崛起，一跃成为世界上著名的藏传佛学院。