



九寨沟的瀑布秀丽神奇。周吉成摄（人民图片）

# 中国十大瀑布

## 山水有情 共生共融

### ——访旅游专家沈青

周 硕

瀑布在地质学上叫跌水，即河流溪水经过河床纵断面的显著陡坡或悬崖处时，垂直或近乎垂直地倾泻而下的水流。断层、凹陷等地质构造运动和火山喷发等地表变化造成河流突然中断，加之流水对岩石的侵蚀溶蚀也可造成很大的地势差，进而形成瀑布。

中国地形地貌多样，瀑布资源丰富。作为最受欢迎的旅游资源之一，瀑布不仅带给游客极大的观赏价值，更带来独特的历史文化体验。本报日前采访了旅游专家、北京金必德城市规划设计院院长沈青，探讨瀑布资源的保护和开发利用。

#### 瀑布保护： 山水有情草木香

“一道彩虹挂云间，沙鸥啾鸣涧水蓝。瀑布飞流冲天下，世界奇观一奇观。”在北美洲参观尼亚加拉大瀑布时，沈青有感而发赋诗一首。而对于中国境内的瀑布，沈青认为，最有代表性的要属北方极具震撼力的壶口瀑布，“它是中华民族黄河文明的象征”；其次为南方贵州的黄果树瀑布和以李白诗作闻名遐迩的庐山瀑布。

如何保护中国丰富的瀑布资源？在沈青看来，保护水源至关重要。中国很多地方曾出现瀑布断流、水量严重不足等问题，虽然现在生态环境改善，瀑布水量得以恢复，但这也提醒我们要做好瀑布上游水源的保护工作。

水质必须保持洁净。“有关部门应加强对水质的监测，建立生态屏障，有效隔离废水，杜绝瀑布源头污染。”沈青说。

人与自然是共生共融，自然资源的保护离不开人的参与。为保护好瀑布资源，景区要实施合理

有效的管理机制和方法，防止游客量超载。同时，游客自身也应自觉遵守景区秩序，敬畏、热爱瀑布资源，身体力行保护瀑布资源。“毕竟山水有情草木香，顺应自然，天人合一，才能实现人与自然的和谐共存。”沈青说。

#### 适度开发： 维护自然本色美

谈及瀑布资源的开发，沈青强调，一定要建立在保护的基础上，根据产业链的延伸，因势利导，防止过度开发。我们应把它看成一项系统工程，不能无限制地搞项目，破坏生态环境是瀑布开发的大忌。

“一些人造景观为了获取经济效益，破坏了自然之美，结果得不偿失。”沈青表示，我们可尝试在瀑布下游的河谷河滩，进行漂游项目开发、美食渔村开发、森林度假木屋和草屋别墅开发、梯田稻田戏水项目开发等，“但无论何种方式，都要做到适度、合理、有序，在维护生态环境的同时，挖掘瀑布资源的潜在价值。”

沈青强调说：“中国瀑布旅游虽然面临地形地势复杂和研究人员不足等现状，但我们仍要提升瀑布旅游的品质。例如，在保障安全的前提下，为游客提供全方位、多视角的观景平台，还可以开发直升机、热气球、船等多样化的瀑布观赏模式。”

沈青表示，除了带给游客视听觉的感官享受外，还可从瀑布的历史文化内涵出发，利用现代数字科技，开发4D电影院、播放相关纪录片等，“让游客从心灵上受到震撼，进而更加透彻地理解瀑布文化中所蕴涵的民族精神和历史使命感，让瀑布成为游客心中的美好记忆。”



壶口瀑布：世界第一黄色瀑布

壶口瀑布位于陕西和山西之间，汹涌澎湃，展现了黄河流域壮美的自然景观和深厚的历史文化积淀。吕桂明摄（人民图片）



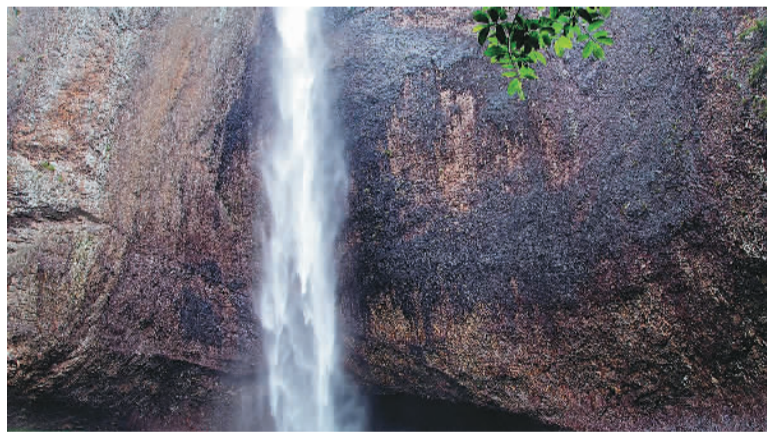
镜泊湖瀑布：中国最大的火山瀑布

位于黑龙江的镜泊湖瀑布让人震撼，八方湖水汇聚，水流飞泻而下，荡气回肠。步 美摄



黄果树瀑布：中国最大的瀑布

贵州黄果树瀑布享有“中华第一瀑”之美誉，也是世界最壮观的瀑布之一。陈 熙摄（人民图片）



雁荡山瀑布：最飘渺的瀑布

雁荡山瀑布是中国落差最大的瀑布之一。因落差大，山风吹拂时，上半段白练飞舞，下半段如烟如雾。（资料图片）



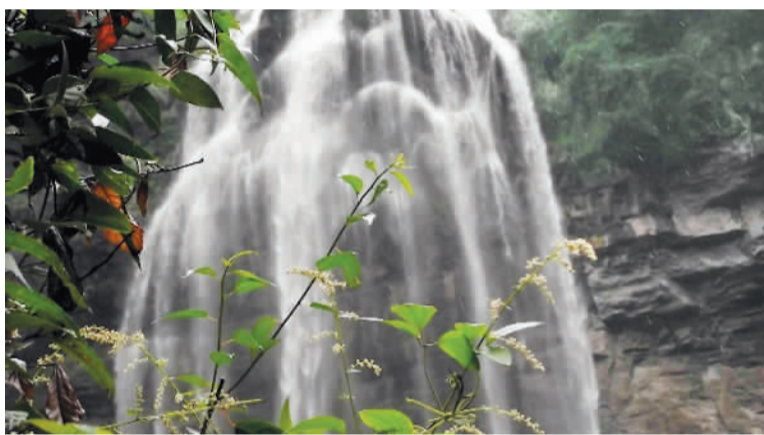
九寨沟瀑布：最洁净的瀑布群

九寨沟中的瀑布在1986年版《西游记》里有所呈现，为这里的美景增色添彩。周吉成摄（人民图片）



庐山瀑布：最诗意的瀑布

李白的千古名句“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”，展示了庐山瀑布的诗情画意。（资料图片）



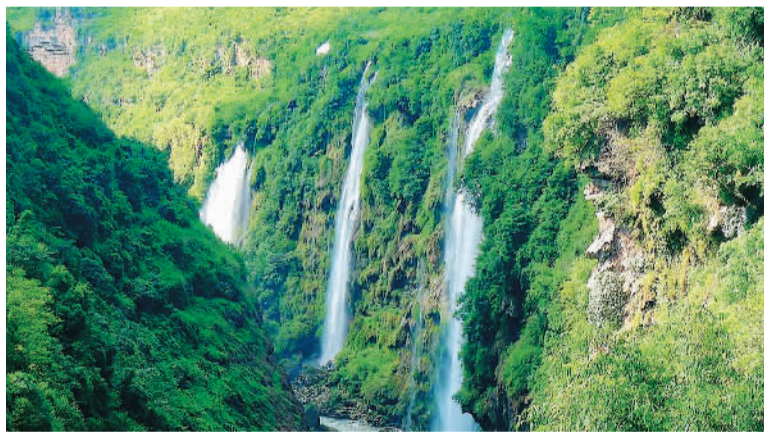
流沙瀑布：最细腻的瀑布

位于湘西的流沙瀑布，犹如九龙翻波，吞云吐雾。每当枯水时节，如轻纱拂面，似珠帘悬挂，温柔秀雅。醉享周游摄



银链坠潭瀑布：最柔美的瀑布

位于贵州安顺的银链坠潭瀑布离黄果树瀑布7公里，水围圆石而下，宛如条条银链坠入深潭，绚丽无比。（资料图片）



马岭河瀑布：中国最大的瀑布群

位于贵州省兴义市的马岭河峡谷有瀑布飞泉数十处，形成一片壮观的瀑布群。（资料图片）



德天瀑布：亚洲最大的跨国瀑布

德天瀑布位于中越边境，水势激荡，气势磅礴，声闻数里，蔚为壮观。珠 峰摄