

走進大美青海 領略國家公園之美

在「詩和遠方」的最美邂逅中，來自各地的遊客在藍天碧水和五彩斑斕的秋意中掀開了青海神秘的面紗。國慶假期將至，雄踞「世界屋脊」的青海省，再次成為遊客打卡熱門地。作為內地國家公園最多的省份，遊客不僅可以在青海探尋三江源的神秘，感受大江大河的魅力，還能在祁連山區欣賞雪山冰川等如畫的風景，與野生動物不期而遇，更能漫步青海湖，品味倉央嘉措的詩歌，欣賞浩瀚無邊又蔚藍空靈的湖水。

◆文：香港文匯報記者張仕珍 青海報道 圖：張仕珍、鮑永清、青海傳真

地處青藏高原的青海省，廣袤草原綿延起伏，蒼涼戈壁無邊無際，萬水千山雄渾壯麗，充滿浩然之氣與和諧之美。多種多樣的地形地貌、多姿多彩的高原景觀、種類繁多的野生動植物，讓這裏成為了國家公園的聚集地，三江源國家公園、祁連山國家公園（青海片區）、青海湖國家公園（創建中）齊聚。甫一走進青海，遊客便置身美景之中，感受着來自青藏高原的壯美。



◆三江源區域內的冬格措納湖，湖水湛藍，風景優美。



◆祁連山草原牧場與雪山相映成趣。



◆青海湖仙女灣景區水天一色，猶如仙境，吸引眾多遊客前往。



◆「黃河源頭」牛頭碑



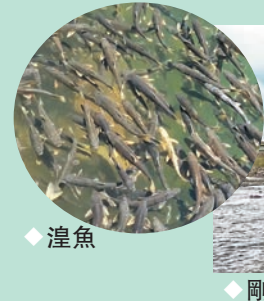
◆五彩經幡在黃河源頭隨風飄揚。



◆雪豹是祁連山的旗艦物種之一。



◆祁山國家公園內時常上演野生動物間的「生死對決」。



◆湟魚



◆剛察縣湟魚家園內水鳥飛舞，魚鳥共生。

探秘三江源 邂逅高原精靈

逃離城市的喧囂，在青藏高原上，看一眼崑崙山，望一眼三江源。三江源國家公園地處青藏高原腹地，是長江、黃河、瀾滄江的發源地，是世界上孕育大江大河最集中的地區，被譽為「中華水塔」。行走在天高地廣的山川間，觸摸母親河的前世今生，邂逅不期而遇的高原精靈，一幅人與自然和諧共生的美麗畫卷迎面而來。這不僅是一次視覺盛宴，更是一次心靈的碰撞，是一次對生命的探索。

「黃河之水天上來，奔流到海不復回。」驅車前往被譽為「千湖美景」的黃河源，這裏大小湖泊星羅棋布，是三江源保護區的核心腹地，雪山、冰川、河流、湖泊、濕地、草原，共同構成了黃河源靈動而壯美的風景。位於果洛州瑪多縣的扎陵湖和鄂陵湖，是黃河源頭地區兩個最大的姊妹湖。扎陵湖東西長、南北窄，酷似一隻美麗的大貝殼，鑲嵌在黃河上，水色碧澄發亮，湖心偏南是黃河的主流線，看上去像是一條寬寬的乳黃色帶子；鄂陵湖東西窄、南北長，猶如一個巨大的寶葫蘆。鄂陵湖藏語稱為「錯鄂讓」，意為「青藍色的長湖」，其湖水極為清澈，呈深藍色，天晴日麗時，天上的雲彩和周圍的山嶺倒映水中，清晰可見。

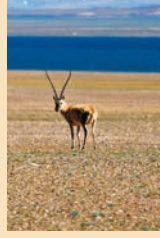
說起黃河源頭，牛頭碑亦是不得不提的標識。在海拔4,610米的措日尕則山頂峰，牛頭碑屹立，上面以漢文和藏文寫着「黃河源頭」四個大字，象徵着中華民族歷經滄桑的悠久歷史和勤勞樸實的品格。全銅鑄造的牛頭碑朝湖而立，圍欄上繫着純白聖潔的哈達，五彩經幡隨風飄揚。在這個制高點俯瞰四周，高山雪原環繞，扎陵湖和鄂陵湖湖天一色，盡收眼底。

除了美麗的風景，三江源的另一大魅力則是高原精靈。在廣袤的三江源大地，隨處可見在天空翱翔的雄鷹、自由奔跑的藏羚羊和藏野驢、肥嘟嘟的土撥鼠，以及成群的犏牛和羊群。作為三江源國家公園的重要組成部分，可可西里國家級自然保護區因其神秘長期以來吸引着世界的目光。曾幾何時，這片寧靜的土地上盜獵槍聲不斷，而今，經過數十年的堅守與保護，可可西里重返寧安，再次成為藏羚羊等青藏高原特有野生動物的樂園。驅車行駛在青藏公路，時常可見藏羚羊等野生動物平靜而悠閒地生活。停下車來，拍張照打個卡，也是一番特別的體驗。據了解，每年的5月份開始，大批的藏羚羊會遷徙產子及回遷，在工作人員的保護下，其穿越青藏公路的景象尤為壯觀。

◆可可西里的自然風光



◆藏羚羊



壯美祁連山 冰川千姿百態

南有三江源，北有祁連山。在青海，綿延上千公里的祁連山，恰似一道屏障，將風沙的肆虐阻擋在了三江源之外，三江源「中華水塔」的美譽才名副其實。三江源和祁連山，一南一北共同形成了青海的生態大格局。隨着祁連山國家公園的設立，位於青海片區的祁連山國家公園景致更加優美，這裏不僅是生態屏障，更是中國濕島、物種樂園和多河之源。

在古老的民歌中，祁連山被稱為「灑滿乳汁的山川」。看祁連山，必看的是祁連山的冰川。在海拔4,500米以上的山峰，常年白雪皚皚，冰川千姿百態。據了解，祁連山著名的代表冰川有老虎溝12號冰川、七一冰川、八一冰川、十一冰川、擺浪河21號冰川、團結峰崗納樓冰川和團結冰川，分布在甘肅省和青海省境內。冰川和積雪融水滋養着森林、草原和萬千生靈，森林和草原又如巨型海綿蓄着地下水和降水，匯聚成一條條河流，這些河流滋養着西部乾旱荒漠，祁連山成為了伸向荒漠中的濕島，滋養着我們的美麗家園。

河流湖泊也是祁連山的必看風景之一。冰雪融化的七月，一川川雪融水，流得嘩啦啦，轟隆隆，奔出祁連山，交匯成奔湧的羊石河、黑河、疏勒河三大水系56條脈流，一路奔走在乾旱的河西走廊上，滋養出一個個綠洲。得益於充沛的水源，祁連山片區的河谷窪地一帶，成片的野生雲杉、圓柏、楊樹等林木，以及鞭麻、黑刺、山柳等灌木，還有叢叢簇簇的刺槐，讓人滿目蒼翠，心曠神怡。

這裏同時也是野生動植物的樂園。在祁連山，不僅有雪豹、野驢、白唇鹿、林麝、馬麝、黑頸鶴等旗艦物種，還有荒漠貓、禿鶯、藏野驢等眾多國家級保護動物。行走在祁連山間，不經意間，或許就能邂逅這些野生動物。



◆冬雪時節，祁連山上的野生動物成群奔跑。

漫步青海湖 人與自然和諧共生

碧波蕩漾的青海湖是「中國最美湖泊」之首，如一顆鑲嵌在高原大地上的藍寶石璀璨而耀眼，雪山、草原、湖泊錯落有致、交相輝映，盡顯湖光山色之壯美，青海也因青海湖而得名。

遊覽青海湖，感受獨特的「草—河—湖—魚—鳥」共生生態鏈是一種別樣的體驗。在青海湖眾多的物種中，湟魚是最特別的一種。湟魚又叫青海湖裸鯉，是青海湖特有的珍稀物種，也是青海湖「水—魚—鳥」生態系統中的核心物種。走進位於海北州剛察縣的湟魚家園，藍天白雲掩映下，沙柳河畔水鳥飛舞，棕頭鷗、漁鷗、鸕鶿等時而掠過水面，出水嘴裏便叼着一條湟魚。每到湟魚洄游的季節，成群結隊的湟魚上演着「魚翔淺底、奮力洄游」的奇觀，讓觀魚的人們感受生命的不易與頑強。

在剛察縣以南16公里的地方，高原濕地生態文化景區仙女灣也是青海湖的特色景點之一。相傳六世達賴喇嘛倉央嘉措當年被押解進京，在途經青海湖時，彷彿聽到了神的召喚，被透明的湖光吸引，而青海湖亦顯顯神靈，仙女奏琴吹簫，仙鶴結群飛舞，在仙女和仙鶴的接引下，倉央嘉措踏浪入海，再也不見了蹤跡。如今的仙女灣景區，以絢麗的高原草甸濕地、多彩的藏民族文化風情、特色的水—鳥—魚共生系統，展現出青海湖生態的生態人文畫卷，使其成為集高原典型濕地生態體驗和祭海文化於一體的高原濕地生態文化景區。

提到青海湖旅遊，不得不提的還有哈爾蓋普氏原羚特護區。普氏原羚作為青海湖旗艦物種、國家一級重點保護野生動物，曾廣泛分布於內蒙、甘肅等地，但隨着人類活動的影響和棲息地惡化，一度被列入世界瀕危物種，如今僅分布於青海湖環湖部分區域。驅車行駛在國道315線上，時常可見普氏原羚在草原上奔跑。據了解，普氏原羚有時會橫穿馬路，以前常有被撞傷亡的事情發生，從2021年7月起，青海省專門設立了普氏原羚通道，通過在道路兩側設置反光警示標識牌、限速警示牌等措施，保護普氏原羚。綠水青山就是金山銀山，得益於特色的生態旅遊資源，如今，環湖自駕遊、騎行遊、徒步遊、自然生態研學遊等新興業態也在青海湖興起。閒暇之餘的你，不妨也來這裏體驗一下人與自然和諧共生的美好畫面吧。

◆青海湖的濕地



◆青海湖畔的普氏原羚



旅遊資訊 澳旅局宣傳大使袋鼠Ruby來港 帶領香港市民遊澳洲美麗風景

日前，澳洲旅遊局（Tourism Australia）全新旅遊推廣活動「Come and Say G'day」（來說聲你好）在香港北角匯「Briketenia」餐廳舉行開幕禮，這是澳洲於去年10月斥資1.25億澳元、面向全球推出的項目。當天，澳旅局東部市場及航空行政總經 Andrew Hogg、澳旅局香港區經理譚天慧及澳洲駐港總領事華怡德出席活動，並為設於北角匯一期一角匯內外大螢幕。



◆袋鼠Ruby出現在北角匯內外大螢幕。

樓的「澳洲體驗館」剪綵。

澳旅局還攜同1.8米高的全球品牌大使袋鼠「Ruby」與它的9分鐘旅遊宣傳短片《G'day》（澳洲俚語，Good day的縮寫，意為你好）來到活動。短片主角是CGI形象的Ruby和獨角獸「Louie」，分別由澳洲女演員Rose Byrne及加拿大演員Will Arnett配音。它們用別具特色的澳式問候「G'day!」親切友善地歡迎全球遊客，並遊覽了澳洲東海岸的大堡礁、悉尼歌劇院、塔斯馬尼亞的瑪利亞島、北領地烏魯魯—卡塔丘塔國家公園的烏魯魯岩等，全面展示了澳洲壯麗的自然風光與充滿活力的人文風情。影片結尾，Rose Byrne選用「G'day」歡迎大家。

Andrew在開幕禮上說：「澳洲是一片多樣化的土地，有各種旅遊產品和熱情好客的人們。」他還

提到澳洲原住民，並表示澳旅局尊重他們的風俗、文化與發展，並保證將這片瑰麗的故事展示出來。他還說，疫情後不少人去澳洲探親訪友，還有遊客去回味自己在澳洲的難忘經歷，並探索新景物；疫情期間，很多人無法登山徒步，而疫情過後，不少人從香港飛到澳洲，在壯觀的大自然中徒步，澳洲也一直歡迎大家來訪。

由即日起至10月6日，Ruby的「旅行紀錄」於「澳洲體驗館」播放，市民可現場免費獲取及集齊8款紀念明信片，收藏Ruby和Louie見過的美景。大家更可在二樓及地下的兩個、以悉尼海港為背景的「澳洲拍攝區」與Ruby合影。此外，可愛的Ru-



◆以悉尼海港為背景的「澳洲拍攝區」。



◆譚天慧、華怡德及Andrew Hogg為「澳洲體驗館」剪綵。

by還會不定時在北角匯一期的戶外大屏幕上跳躍穿梭，驚喜滿滿。而9月11日至10月5日，市民還可將於「體驗館」與「拍攝區」拍的照片分享到社交平台，並標記#Comeandsaygday及#HarbourNorth，便可在北角匯一期地下顧客服務中心，獲得20厘米的隨機款式公仔一隻，公仔共500隻，每日送出20隻，先到先得。

◆文、圖：實習記者趙雨竹