

束河 快乐之旅

安妮 尹彤 著

束河在哪里
千古神韵话束河
古镇文化解读
束河印象
古镇里的名人
古镇购物
吃在束河
束河古镇周边游
客栈推荐
再远一点
最佳行走路线

在一个永远让人仰视的地方
那里有闻名遐迩的束河八景

有清冽可口的甜泉、土庙、土树

还有历尽岁月沧桑的歪马古道和大石桥

也许你就行走在一百年、甚至几百年的历史土



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



東河快乐之旅

安妮 尹彤 著



有些风景即使惊鸿一瞥；

足以铭记终生！



机械工业出版社



一次丽江的游玩，被山那边的异域风情所震撼，被亦真亦幻的美景所打动，遂将当时真实的感受记录下来，希望能给现代都市人一个来自束河的远古呼唤。

雕梁画柱、飞檐走壁无不述说着这里曾经有过的辉煌。碧水清潭、小桥长廊依然回味往日那柔肠百转的情愫。玉龙雪山威严挺立，一如孤傲的王者，默默地注视着每一名穿过岁月前来拜访它的旅人。它从容不迫，静静地面对过去、现在和将来。

这是一次幸福的抵达，更是一次心灵的旅行，我们愿将这所有感受与更多的人一起分享！

图书在版编目（CIP）数据

束河快乐之旅/安妮，尹彤著. —北京：机械工业出版社，2010.4
ISBN 978-7-111-30019-9

I. ①束… II. ①安…②尹… III. ①游记—作品集—中国—当代 IV.
①I267.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2010）第 050418 号

机械工业出版社（北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037）
策划编辑：宋晓磊 责任编辑：罗子超 责任校对：常天培
封面设计：鞠 杨 责任印制：乔 宇
北京汇林印务有限公司印刷
2010 年 4 月第 1 版第 1 次印刷
140mm×170mm·7.5 印张·248 千字
标准书号：ISBN 978-7-111-30019-9
定价：39.8 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换
电话服务

网络服务

社服务中心：(010)88361066

门户网：<http://www.cmpbook.com>

销售一部：(010)68326294

教材网：<http://www.cmpedu.com>

销售二部：(010)88379649

读者服务部：(010)68993821

封面无防伪标均为盗版

前言



安妮 绘画爱好者，曾经出过几本书，都是有关布艺制作方面的。

尹彤 是个搞音乐的，钢琴和古筝是她的最爱。

暑假期间两人结伴去丽江游玩，被山那边的异域风情所震撼，被亦真亦幻的美景所打动，遂将当时真实的感受记录下来，希望能给现代都市人一个来自东河的远台呼唤。

马克·吐温曾这样描写他所钟爱的大自然：“真是无法形容，这些美丽的树木和它们给人的感觉。这种感觉就像内心深处的满足感，明媚灿烂，好似孩子般的喜悦之情。”在东河，需要感叹的地方太多了，那山、那水、那人……步步皆是风景，在那块多情的土地上，上天给了它最丰富的色彩，最富饶的物产、最神秘的文化以及最淳朴的子民。行走在历经岁月磨砺而凹凸不平的石板路上，耳边仿佛又响起昔日那欢快的马铃声。无数的马帮曾经在此落脚，如今只有留下的深深马蹄印和不尽的岁月沧桑，依然在散发着历史的味道。

雕梁画柱、飞檐走壁无不述说着这里曾经有过的辉煌。碧水清潭、小桥长廊依然回味往日那柔肠百结的情愫。玉龙雪山威严挺立，一如孤傲的王者，默默地注视着每一名穿过岁月前来拜谒它的旅人，它从容不迫，静静地面对过去、现在和将来。

这是一次幸福的抵达，更是一次心灵的旅行，我们愿将这所有感受与更多的人一起分享！

安妮



目 录

前言

去东河的八个理由

东河在哪里 1

在一个永远让人仰视的地方。那里有闻名遐迩的东河八景，有清冽可口的甘泉，古屋、古树，还有历经岁月沧桑的茶马古道和大石桥，也许你就行走在一百年、甚至几百年的历史上

千古神韵话东河 14

想了解东河吗？先去贴近神秘的东巴圣土，再去体验奇异的纳西风情，在这个孕育滋养多种民族情爱的神奇大地上，倾心追寻那历久弥新的爱的真谛

古镇文化解读 34

酒吧倾情、篝火打跳、纳西文化、东巴解读，各种风情古奥莫测，值得你去一探究竟

东河印象 60

说不尽的东河男人、东河女人、东河老人、东河孩子还有东河的马、东河的狗，还有……

古镇里的名人 104

专门说说古镇里的艺术家、教育家、当代大学生，客栈老板和一些平平常常的人

古镇购物 124

有钱干吗不买？面对五光十色的诱惑，谁能把持得住？宝物蒙尘、天上掉馅饼，这样的好事说不准你就会遇到，千万莫失良机。

吃在东河 146

既然来了，就该尝尝各种纳西小吃，民以食为天，食不厌精，毕竟“吃”也是一种“食文化”嘛！

东河古镇周边游 158

东河周边可玩儿的地方很多，丽江大研古城、白沙古村，拉市海、玉龙雪山、云杉坪、虎跳峡……还是你自己亲身去体验吧！

客栈推荐 172

衣食住行，样样不可缺，这里搜罗了各种规格和高低档次的客栈，也许能让你舒舒服服地往下，从从容容地回味古道情怀，然后再邂逅一段旷世真情。

再远一点 201

藏族、白族和纳西族原本就是同根生，当然也应该顺便看一看，领略各种不同的风情和习俗，也是一种快乐！

最佳行走路线 226

少走冤枉路，少花冤枉钱，是发生故事的最佳开始。

目 录



你知道玉龙山为什么晶莹剔透？因为它是一个背上插着十三柄宝剑的东巴汉子；你知道金沙江水为什么川流不息？因为它是一个多情女孩割舍不断的绵绵情思。

你知道虎跳峡为什么波涛翻涌？因为它记录着金沙江姑娘那远去的足迹；你知道云杉坪为什么空灵迷蒙？因为它见证了纳西青年神圣的盟誓。

清澈妩媚的拉什海是拉什和阿鲁深沉的爱情汇流而成；高耸云天的文笔峰是对善良夫妻对苍天的哀婉申诉。

玉湖龙女树和萨命石像是一场催人泪下的爱情悲剧，那生死相随、不离不弃的凄楚情怀令人潸然泪下，感怀不已。

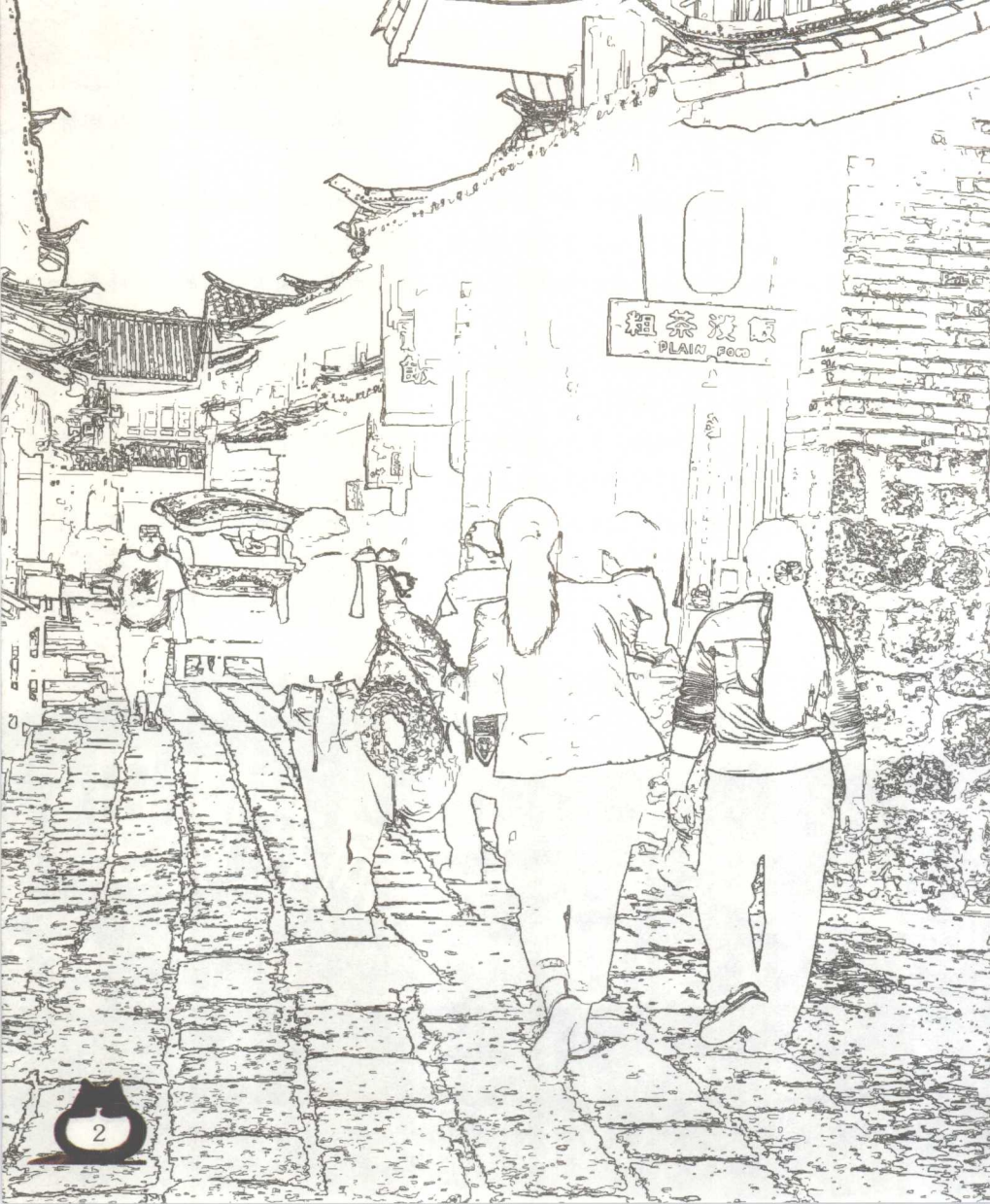
火把节为什么代代相传？因为它是纳西英雄捍卫家园、奋勇抗争的结果；七星披肩为什么光彩夺目？因为它是纳西女人自强不息、顽强果敢的象征。

当你在碧波荡漾的泸沽湖里划起独特的猪槽船，你就会想起那位急中生智、跳上猪食槽逃脱灾难的摩梭姑娘。要是你听到狮子山女神与周围众多男神有“阿注”关系的传说，就会明白那是摩梭人婚姻形式的解释，也是纳西民族经历原始社会最好的证明。

想不想聆听传说中的口弦说话、树叶传情？想不想欣赏享誉世界的象形文字，原始纸张？那就到束河来吧，在这块神奇的土地上，你将会邂逅一段旷古真情。



束河在哪里



古风古韵之束河

束河位于丽江城北约3.5公里处，是雪山脚下的古城，茶马古道上的重镇。

束河古镇三面环山，中间是聚宝山，两边是石莲山和龙泉山，远远看去，恰似一锭硕大无朋的金元宝，可谓“天人合一”，因此，人人都说这里是一块风水宝地。古镇里有九鼎龙潭、青龙河和疏河三条清泉，从北向南贯穿古镇。古街、古商、古道、古寺、古桥、古树、古画等随处可见，处处皆风景，令人叹为观止。

有人说束河古镇是散落在人间的天堂明珠，也有人说束河是人间仙境、世外桃源，凡是能来到这里的人都是有福之人。

束河有数不尽的碧水清泉，穿街走巷犹如玉带缠腰，束河还有熙来攘往的酒吧客栈，姹红醉绿好似春风拂面。阵阵古铃伴着禅寺悠悠的钟声，平滑的石板路仿佛还能照见往日的繁华，浓浓的诗意折射出古老的耀眼文明。

这里花香四季，涧清鸟鸣。这里有阳光倾泻的温暖，有清风拂面的清凉，有烟雨朦胧的迷离，有细雨霏霏的梦幻。这里民风淳朴，古风依然，犹如童话般的世界不染一丝尘埃。掬一捧清泉水喝下，让尘嚣和烦恼远去。

来吧！朋友，来看看那泉水、那古道、那人家，为自己的人生寻找一刻逍遥吧。





烟柳平桥

青龙河两岸新柳吐绿，如浩渺烟波
随风飘摇，河水掩映在一片碧绿之中，
宛如人间幻境。

東河八景 天堂迷梦



夜市萤火

古时四方街赶
晚集，摆摊的点着火
把，火把摇曳似点点
萤火在青龙河畔晃
动。

龙门望月

村头有座龙泉寺，又称龙门寺，居高临下，
可以俯瞰整个丽江坝子。月圆之夜，银色月光洒
落大地，登临观望，旧韵悠长。



西山红叶

每到秋天，紧邻村子西边，像一幅巨绸
从玉龙雪山飘逸而下的绵延群山树叶一片
火红。



鱼水亲人

九鼎龙潭有一种本土鱼，体态修长，游姿舒畅。每当鱼儿抢食溅起阵阵水花，总能引来游人们惊喜的欢笑声。

断碑敲音

九鼎龙潭边有一块断碑，用石头敲击可以发出清脆的响声，据说可以让美好的愿望得以实现。



雪山倒影

九鼎龙潭之水常年不断，清澈透亮，待云开雾散之时，远处晶莹的玉龙雪山倒映潭中，景色十分壮丽。



石莲夜读

村后半山腰有一座石莲寺，寺里常年有夜读的学生，琅琅书声在寺中回荡，书香弥漫，让人真切地感受到千古文化的魅力。





胡同不大，却充满了沧桑美感，古老的岁月痕迹弥散其间。不管外面的世界怎样变化，这里的一切却是那样地自然天成，就像时钟在不紧不慢地舒缓着自己的节奏。当年的繁华已不在，茶马古道也已经成了过眼云烟，但这里依然是值得你停留的地方，因为这里有遥远的历史味道。

在这优雅的环境里，悠闲自得地漫步于古城的大街小巷，无论你有什么焦躁，都会被它的气闲神定所抚平，恍惚间竟不知此刻站在哪里，好像一下子走进了几百年前的胡同里，任凭思绪穿梭时光。一时间，青春的容颜，貌美如花的岁月，再次浮现在眼前。





青龙桥是束河乃至丽江境内最大的石桥，它经历了400年的历史沧桑，至今依然流露着赫赫威势。

桥面中央留有一块类似人脚印的石头，据说那是嘎玛巴大师追赶一个恶鬼，从石莲寺一步跨到青龙桥上，然后又追到玉龙山上留下的脚印。





纳西族信奉东巴教。东巴教是一种多神教，将天、地、山、水、风、火等自然现象和自然物视为神灵。“东巴”是纳西语，意为“智者”，也就是巫师和祭司的统称。纳西人凡遇婚、丧、年节、治病都要请东巴念经。

被称为清泉之乡的束河是纳西族最早的聚集点，也是木氏土司的发祥地。束河曾以发达的文化教育、皮革加工、竹编、铜雕、木刻等手工业闻名于世。

东巴经中有这样的规定：平时生活中要爱护大自然的给予，不许砍能够结果实的树，不许猎杀怀孕的母兽，春夏时节不许进山砍伐，水源不能污染，水源中的鱼不能捕食等。

“放水冲街”是纳西族流传已久的法定仪式，体现着族人敬畏自然，爱护环境的高尚情操和意识。

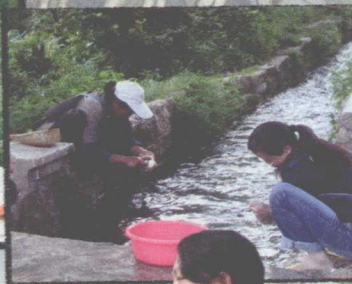




你相信吗？世上从来都没有过这么清的水！任何词汇在这里都显得那么苍白无力——那水清澈得让人不敢相信！

水是生命的源泉，古镇的人更是把水奉为神泉。纳西人喜爱干净，对水的利用十分讲究。古城的井一般都是三眼井式的结构，井水从地下涌出，从高到低隔成三段。第一眼用于饮用；第二眼用于洗菜；第三眼用于洗涤衣物。一水三用，绝不能乱用。





记住！每一眼井都有严格区分，千万
不能用错！

