

◎东方的狂欢节
◎东方的休斯敦
◎东方的日内瓦
◎东方的女儿国

凉山

LIANGSHAN LUYOU ZHINAN

旅游指南

凉山州旅游局 编



中国旅游出版社

●东方的狂欢节 ●东方的休斯敦 ●东方的日内瓦 ●东方的女儿国

凉山旅游指南

凉山州旅游局 编



中国旅游出版社



图书在版编目(CIP)数据

凉山旅游指南/凉山州旅游局编. —北京: 中国旅游出版社, 2006.11 (2007.1 重印)

ISBN 978-7-5032-3023-3

I. 凉… II. 凉… III. 旅游指南—凉山彝族自治州
IV. K928.971.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 010898 号

书 名: 凉山旅游指南

编 辑: 凉山州旅游局

撰 文: 谢正东 穆 丹

摄 影: 胡小平 杨富通 魏 青
陈甫林 刘国强 白新华
叶昌云 胡 斌 刘伯良
游小军 冷新宇 冷文浩
龚威健

地图绘制: 张夜光

出版发行: 中国旅游出版社

地 址: 北京市建国门内大街甲九号

邮 编: 100005

电 话: 010-85166715/85166506

<http://www.cttp.net.cn>

E-mail: gwj8431@sina.com

制 版: 北京燕泰美术制版印刷有限责任公司

印 刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司

版 次: 2006 年 11 月第 1 版

印 次: 2007 年 1 月第 2 次

开 本: 889 毫米 × 1194 毫米 1/32

印 张: 6

书 号: ISBN 978-7-5032-3023-3/K·1124

定 价: 26.00 元

(版权所有 翻印必究)



目 录

序言	7
一、西昌——一座春天栖息的城市	9
(一) 邛海—庐山	13
1. 民族文化生态园	16
2. 天喜花卉博览园	19
3. 月色风情小镇	21
4. 邛海公园	24
5. 水电产业科技园	26
6. 青龙寺	28
7. 新沙滩	29
8. 月亮湾	31
(二) 凉山彝族奴隶社会博物馆	32
(三) 螺髻山仙人洞	33
(四) 黄联土林	37
(五) 大通门—仿古一条街	39
二、西线之旅	40
(一) 公母山	40
(二) 泸沽湖	41
(三) 香格里拉的最后家园	48
1. 历史的回顾	48
2. 博士的足迹	55
3. 最后的归宿	59
三、东线之旅	63
(一) 博什瓦黑	63
(二) 彝族服饰	64
(三) 毕摩文化	77
(四) 大风顶	80
(五) 百草坡	81
(六) 马湖	82

(七) 溪洛渡	84
四、北线之旅	85
(一) 卫星发射中心	85
(二) 冕宁灵山	89
(三) 彝海	91
(四) 成都—西昌	92
1. 凉山州北大门——甘洛	95
2. 九州之地——越西	95
3. 扇城——喜德	96
4. 彝海结盟圣地——冕宁	99
五、南线之旅	100
(一) 火把节	100
(二) 龙肘山	131
(三) 会理古城	132
(四) 螺髻山	134
(五) 温泉瀑布	146
(六) 西昌至德昌、会理	149
六、红色之旅	158
(一) 皎平渡红军渡江遗址	159
(二) 会理会议遗址	161
(三) 会理红军长征纪念馆	162
(四) 德昌	163
(五) 红三军团游击队遇难遗址	164
(六) 礼州会议旧址	165
(七) 冕宁红军长征展览馆	166
(八) 凉山第一红色政权 ——冕宁县革命委员会	167
(九) 彝海	167
七、旅游线路	171
(一) 常规旅游线路	171
1. 航天城二日游	171



2. 山水风光三日游	171
3. 航天科技、宗教文化、红色文化、 自然风光、温泉疗养三日游	172
4. 自然风光、民族风情三日游	172
5. 泸沽湖探奇四日游	172
(二) 专题旅游线路	173
1. 火把之乡二日游	173
2. 大凉山彝风之旅三日游	173
3. 火把节狂欢之旅四日游	174
4. 国际火把节之旅五日游	174
(三) 巨型水利工程建设景观观光之旅	175
1. 大渡河峡谷、瀑布沟电站一日游	175
2. 雅砻江峡谷巨型水利工程观光二日游	175
3. 金沙江峡谷巨型水电工程观光游	175
(四) 自驾车凉山之旅	175
1. 西线高山生态摩梭风情自驾游	175
2. 东线原始生态彝民族风情自驾游	176
3. 北线丝绸古道、民族风情之旅	176
4. 南丝绸古道、红军长征自驾游	176
(五) 凉山红色之旅	176
1. 中央红军主力过凉山红色旅游线路	177
2. 中央红军第九军团过凉山红色旅游线	177
3. 泸沽分兵，奔袭大树堡红色旅游线	177
(六) 徒步探险之旅	177
1. 螺髻山生态探险之旅五日游	177
2. 黄教喇嘛木里王国洛克之路徒步探险游	178
(七) 民族风情之旅	178
1. 月城西昌二日游	178
2. 彝乡之旅三日游	179

3. 火把节之乡二日游	179
4. 德昌傈僳族风情一日游	179
5. 彝族风俗特色游	179
(八)冬春阳光之旅	180
1. 西昌邛海二日游	180
2. 邛海—泸山三日游	180
3. 西昌航天城三日游	181
4. 西昌观光度假四日游	182
(九)凉山生态观光之旅	183
1. 西部香格里拉生态游	183
2. 东部原始生态观光游	183
3. 北部生态观光游	183
4. 南部生态观光游	184
(十)凉山州“乡村游”旅游线	184
1. 历史文化古镇——西昌市礼州古镇游	184
2. 少数民族风情展示之旅	184
3. 乡村自然风光之旅——邛海小渔村	185
4. 农村新貌展示之旅	185
八、旅游服务	186
(一) 旅游饭店一览表	186
(二) 旅行社一览表	186
(三) 旅游车队	187
(四) 特色餐饮一览表	187
(五) 旅游购物	189
(六) 娱乐场所	190
(七) 医疗服务单位	190
(八) 汽车修理单位	190
(九) 航班时刻表	191
(十) 列车时刻表	191
(十一) 投诉电话	191



序 言

凉山，中国最大的彝族聚居区，雄秀于西南大地，北通成都，南达昆明，系川滇要塞。凉山是卫星升起的地方，“长征”火箭在这里一次次地刺破苍穹，威震太空；凉山厚重独特的文化积淀，孕育了豪情、淳朴的各族人民；凉山有不落的太阳、不缺的月亮、清新的空气、湛蓝的天空、碧绿的湖水，“不是海南、胜似海南”；凉山有泸沽湖、邛海、马湖、彝海，有螺髻山、泸山、龙肘山、恰朗多吉雪山，有泸沽湖和邛海——螺髻山国家级风景名胜区、大风顶国家级自然保护区，湖光山色、星罗棋布、美不胜收；红军长征路纵贯南北，南丝绸古道相依相伴；中国的“乌拉尔”、绿色王国的“基因库”——会聚成科学探索的奥秘；以溪洛渡电站为首的锦屏一级、瀑布沟、官地、乌东德等巨型电站构成庞大的水电王国、凉山旅游又添全国独一无二的“系列巨型水电工程”旅游产品。

这本《凉山旅游指南》把即将推出的六大精品景区，九个产品群，38条精品线路的优美风光和民族风情展现于您的眼前，成为您到凉山观光、休闲、度假的参考。

凉山，得天独厚，风景这边独好！

凉山各族人民热切盼望您的到来！



西昌奔月



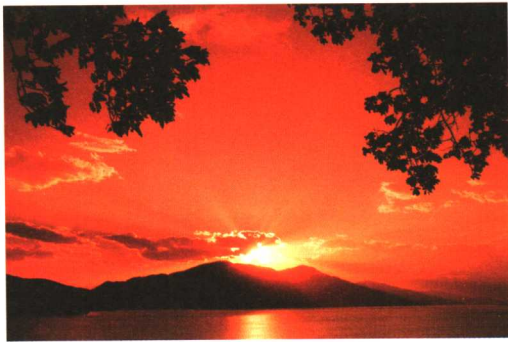
一、西昌——一座春天栖息的城市

西昌，是镶嵌在川南锦绣河山中的一颗璀璨明珠，自古以来就是川西南政治、经济、文化中心。它北接蜀地，南通滇黔，物产丰富，交通方便，为历代政治家、军事家、经济家所瞩目。

在西昌城南的泸山玉皇殿大门上，曾有西昌名士李雨村撰写的一副楹联：

“西汉文章两司骊，南阳经济一卧龙”，不仅指明了西昌行政建制的久远，也概括了西昌的开发与中国历史上三位著名人物的关系。即西汉时期的著名历史学家、思想家和文学家司马迁，西汉的政治家和文学家司马相如，蜀国丞相诸葛亮。

西昌的火是自由的，彝族人民对火的图腾从远古蔓延至今时，航天



西昌邛海晚霞



西昌火把节狂欢夜



城飞升的卫星把烈火从地面燃烧至天空；火把节充满了野性的火焰奔流四射；红军长征留下的火种经久不息；以火启发的动力锻造出绵延的高速公路和宽阔的机场；似火的阳光，不仅赋予西昌“春城”、“阳光之城”的盛誉，也赋予了西昌市民火一样的热情。

西昌的水是多情的，都说这里是山城，是水城，一城青山半城湖，松风水月齐相聚。坐落在城南的邛海，被意大利著名旅行家马可·波罗称为比地中海更美的“珍珠湖”。这一池玉液琼浆，无私地润泽西昌市民，滋养世间万物，净化了世俗尘埃。被誉为“深山围绕中之天真处女”，纯净的明眸，能映出天中皓月、银河繁星，青山轮廓、渔火帆影。当她含情脉脉时，轻波微皱，荡起翩翩小舟……

西昌的太阳是妩媚的，这里的太阳，既不像沙漠酷日那样如炙如烤，也不像南国暑热那样如蒸如煮。无论是在春寒料峭、秋雨连绵的阴霾时日，还是在千里冰封、万里雪飘的寒冬腊月，西昌都天天有艳

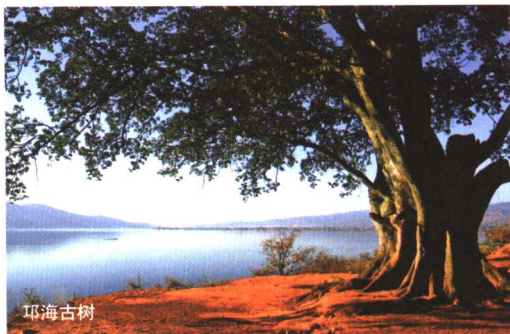


西昌邛海结盟雕像

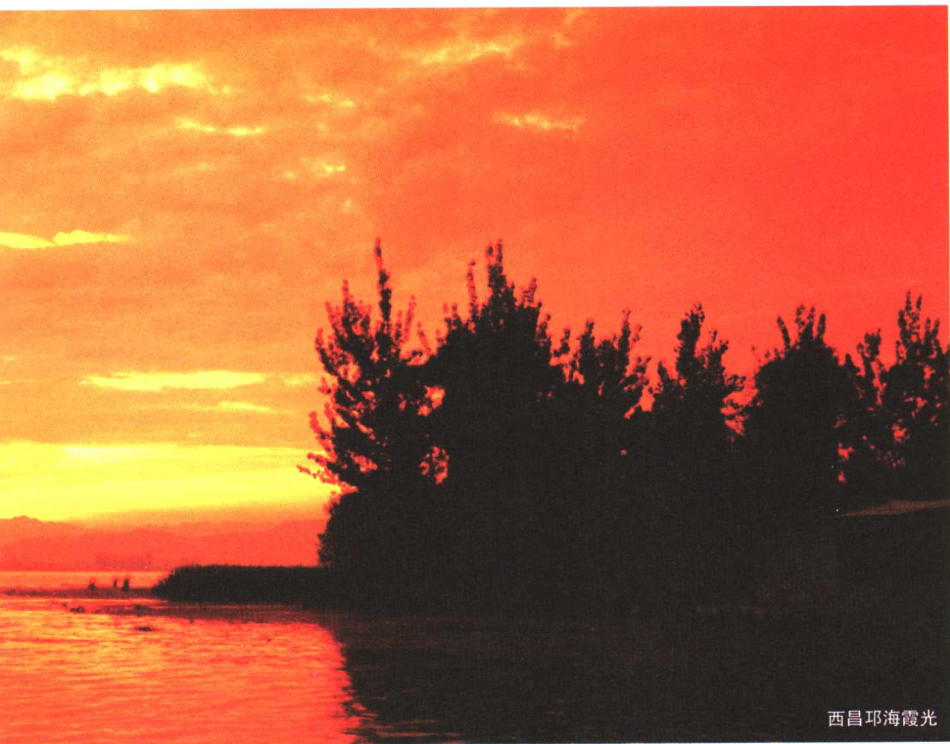


阳高照，给你春天般的温暖。

西昌的月是柔美的，入夜，月白风清，水平如镜，山色迷离，空明九霄，这时邀约亲朋好友，载酒泛舟，放浪形骸，弹琴高歌，吟诗说文，另有一番浪漫情怀。古人吟咏的“月出邛池水，空明彻九霄”正是抒发的这种情怀。



西昌汇集了凉山州各地的风采，她把时光雕成一座座塑像，见证了历史的进程。这里有月亮女儿的多情，彝海结盟的壮举，飞向太空的激情。这是水与火的交融，阴与阳的结合，刚与柔的交织，天与人的创造。走进西昌，畅游旖旎的湖光山色，一览中国航天城的风采。



西昌邛海霞光



西昌市全景



西昌泸山邛海风光



(一) 邛海—泸山

邛海是四川省第一大淡水湖，距西昌市中心约5公里，卧于泸山东北麓，螺髻山北侧。水质清澈透明，靠溪水及溶裂隙水补给，面积约30平方公里，蓄水量3.2亿立方米，平均深14米，最深处34米。邛海如同我国一些高原湖景一样，以恬静著称，景色四季各异，诱人的邛海泸山景色，西昌晚间皎洁的明月，形成“月出邛池水，空明彻九霄”的奇景。历史上不少的名人月夜泛舟湖上，留下许多诗意情怀。抗战期间著名教授朱契先生曾有“今见邛池景，疑从梦里还”的诗句和“我曾泛舟西湖，鼓棹洞庭，横绝太湖，登临鄱阳，觉



邛海候鸟





西昌新貌

得洞庭雄阔，鄱阳奇伟、太湖深秀、西子浓妆、邛海淡抹，各有千秋，邛海尤以恬静见胜”。邛海不仅景色秀美，还有许多美妙的民间传说，更烘托出它的神秘和美丽。邛海湖内有40多种鱼类，其中有特有的白鱼、鲤鱼、大虾、螃蟹等。秋末冬初有19种候鸟携家眷来此过冬。

数千年涛声依旧的母亲湖——邛海，今天已是旧貌换新颜了。以高原湖泊、阳光气候和彝族风情为主要景观特色，以观光、休闲、度假、会议为主要功能的城市型风景名胜区，将展现在世人面前。一个景区打造的整体水平达到国内一流，局部设施具有国际水平的休闲度假新兴旅游目的地，新异旅游的产品群犹如八颗巨大宝石穿成的项链。这八颗宝石就是：火把广场、天喜花卉博览园、邛海月色风情小镇、邛海公园、青龙寺（龙行甘雨）和月亮湾、新沙滩（邛海渔歌）、水电产业科技园。

素有“川南胜境”之称的泸山，海拔2317米，南依螺髻，东濒邛海，终年



水上芭蕾



绿树浓荫，遮天蔽日。自唐至清，依山势建有光福寺、蒙段祠、三教庵、文昌宫、观音阁、瑶池宫、玉皇殿、青羊宫、五祖庵等15座寺庙，多数保存完好。庐山的最大特色，莫过于儒、释、道三教合一。登峨眉方感是佛家天下，游青城尚



西昌庐山索道

觉是道家世界，访曲阜必然是尊儒敬孔，各地自成一体。唯独西昌庐山是三教合一，长期共存，别具一格。成为有别于他地的一大特色。山门右壁上书有“松风水月”四个大字，高度概括了庐山邛海的自然美景，庐山的松，安宁河的风，邛海的水，建昌（原西昌名）的月。清风掀松涛，湖水映明月。置身其间，犹如受到清风、松涛、海浪、明月的洗浴，贪心邪念为之一扫，心灵顿然为之净化。

晨光、曙色、朝云、暮雨装点着写不尽的庐山画。一游庐山，使人一舒胸怀，再游庐山令人精神振奋，美丽的庐山，怎不叫人常思常往。



西昌风貌



1. 民族文化生态园

凉山州民族文化生态园东望邛海，西临西昌市三岔口南街，北侧为



西昌民族风情园

航天大道东延线，是连接西昌城区与邛海、泸山的重要过渡地段。构成山是一座城，城是一座山，一城青山半城湖，波光云影画中行的美妙境界。是山城，是水城，常在青山绿水中的城景互动人造主题生态公园。

民族文化生态园区由民族演艺中心、彝族风情街、会展中心、体育休闲公园、花卉博览园、海河公园、民族文化生态园、曲水荷香等九大功能区组成。区域内建有景观草坪、特色水景、黑虎之门、公园主入口广场、景观柱、景观树阵、景观长廊、跌落看台、火把广场、浮雕墙、表演舞台、“凉山之鹰”主题雕塑、水池、民族风情街、街角广场、服务建筑、景观林、景观亭、民族演艺中心、生态停车场、花卉博览园、观赏温室、精品玫瑰园、花博园入口、产品交易中心，人工湖、休闲生活馆、亲水平台、花卉生产温室、苗木种植区、产品交易中心、棕榈风情、入口水景、火把山中心草坪、花田、游船码头、生态教育长廊、商业街、海河、木栈道、木平台、儿童游戏公园、林荫广场、网球场、综合体育馆、室外游泳池、篮球场、风筝草坪、健身草坪、度假木屋、游客服务中心、餐饮中心、听荷风巷、荷花荡、芦苇荡、环湖路、湿地观鸟区共59个参