

DAOYOU
QianDongNan

导游

黔东南

黔东南州文化体育新闻出版(版权)局 编
卢先逢 主编



贵州民族出版社

导游黔东南

黔东南苗族侗族自治州文化体育新闻出版(版权)局 编
卢先逢 主编



图书在版编目（C I P）数据

导游黔东南 / 卢先逢主编. -- 贵阳 : 贵州民族出版社, 2010. 9

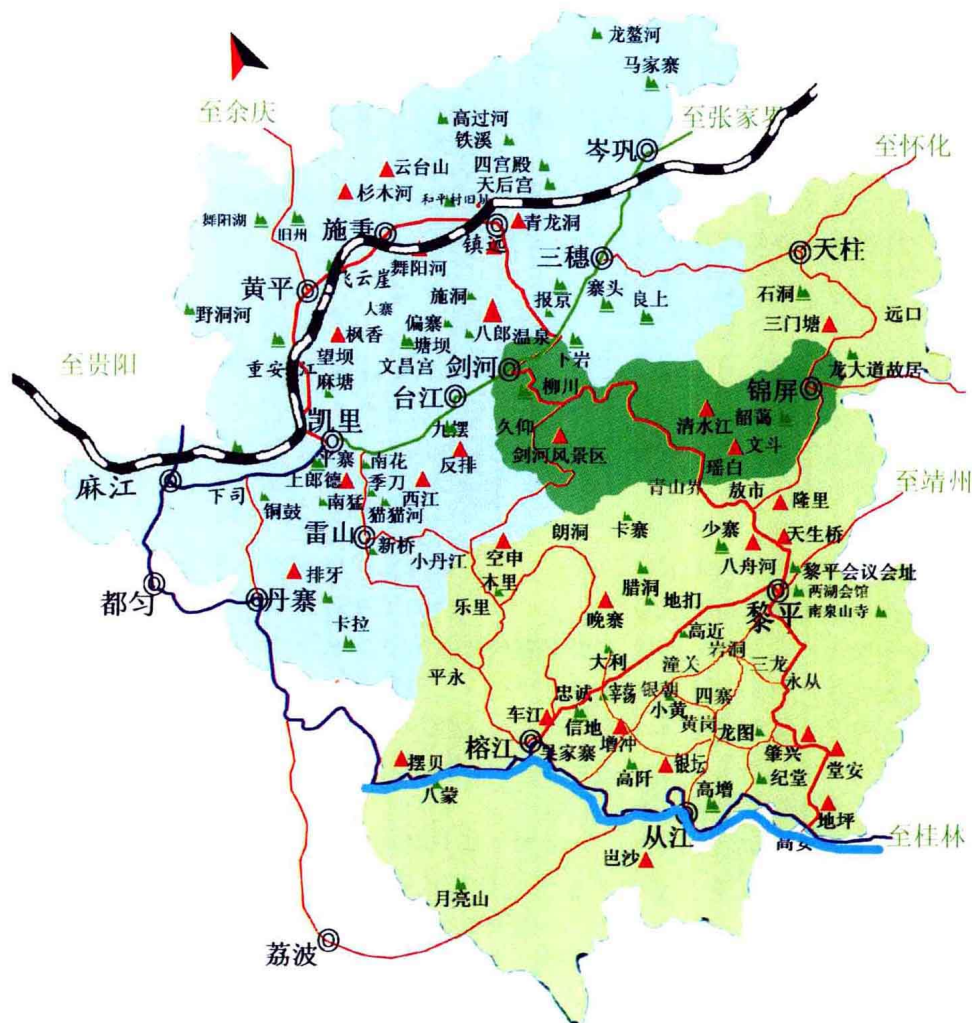
ISBN 978-7-5412-1813-2

I. ①导… II. ①卢… III. ①旅游指南—黔东南苗族侗族自治州 IV. ①K928.973.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第185555号

- 书 名 导游黔东南
作 者 黔东南苗族侗族自治州文化体育新闻出版(版权)局 编
卢先逢 主编
出 版 者 贵州民族出版社
地 址 贵州省贵阳市中华北路289号
邮 编 550001
责任编辑 杨成星
封面设计 李辉荣
经 销 贵州省新华书店
开 本 787×1000毫米 1/16
字 数 100千字
印 张 6.5
印 刷 贵阳佳美印务有限公司
版 次 2010年9月第1版
印 次 2010年9月第1次印刷
印 数 1~3000册
书 号 ISBN 978-7-5412-1813-2
定 价 38.00元

黔东南州旅游景点及交通示意图



▲	A级型	南线
▲	B级型	中线
▲	C级型	北线
—	公路	铁路

序 1:

流连于美

姜学东

一

《导游黔东南》付印之际，编者一直建议我写点文字，且催了数次。我答应了，心想一定得为家乡的展示写点东西。

写什么呢？想得最多的当是黔东南原生态的美。这种美婀娜百态、异彩纷呈。只要你投入她的怀抱，总能给你难以磨灭的印象。

二

黔东南的美，美在自然的凝炼。三万多平方公里的疆域上，分布着五百余座山峰，二千九百多条河流，三千二百三十八个村寨，以及近二百个大小坝子。无论你是飞驰于高速通道，还是兴驾于田野乡间，或者是驻足于山头村旁，映入眼帘的画面，总少不了这样的元素：山青水绿、寨祥人安，鸟鸣花艳、气爽心田……没有雕琢，无需粉饰，一切是那么清新，那么自然。

黔东南的美，美在文化的博大。这个以苗、侗为主体的三十多个少数民族聚居的自治州，虽然只占全球人口的万分之六、中国人口的千分之三，但他们却创造了无与伦比的文化奇迹。他们原本在山梁河边吟唱的苗族飞歌，被一个叫阿幼朵的姑娘唱到了维也纳金色大厅；他们原本在鼓楼树下即兴互对的侗族大歌，已被联合国列入了世界非物质文化遗产；他们在日常生活中创造的服饰绣品、村落建筑、美味菜肴、传统工艺、生活习俗等等，共有三十九项五十三个点被列入了国家非物质文化遗产名录，如此富有的文化资源积淀于此，实属罕见。

黔东南的美，美在历史的厚重。地处内陆腹地的这个自治州成立于公元一九五六年，时间虽不足六十年，但其在历史上作为府城之所竟有五座，早了近七百年；设县的历史就更可上溯到秦定巫建谭城县时，至今有长达二千二百八十多年的历史。在长达二千多年的历史进程中，这片疆土既繁衍了自身独有的文化，更沿袭了与汉、楚等文化融合发展的历史，如今仍有十万多子民生活在三座古城里（镇远、旧州和隆里），在续写着古城久远的史诗。此外，尚有黎平翘街、剑河柳基、岑巩中木召、榕江下河街、天柱三门塘等地还保留了当年古城堡或古码头宏大的形迹，仍可依稀感受到当时的繁华与别样天地。就在20世纪30年代，这片土地还护佑了三万多疲惫却又承载着中国新希望的红军队伍摆脱困境，并召开了在中共党史上受到高度评价的中共中央政治局黎平会议，由此开创了中华民族命运的大转折。经朝历代的黔东南，就是这样平实而悠然地诉说着一桩桩彪炳古今的历史事件。

黔东南的美，美在境界的升华。长期生活在高度工业化、城市化背景下的人群，走进黔东南，在这里得到的是另外一种境界的享受，雷公山洗肺、杉木河漂流、西江苗寨观舞、肇兴侗寨听歌、镇远古城探幽、剑河温泉洗浴……这里的一切都能让你轻松舒坦、飘然欲仙。困乏的身体得以伸展，伤烦的心绪可以释然，浓烈的物欲归于沉寂，人事的纷争处之泰然。在与山水的拥抱、与历史的对悟中，你会忘却烦恼和忧愁；在与村民的对饮歌舞、与田园村落的交流里，你对未来的征程又多了一份淡定从容。黔东南就是这样一次又一次的赋予你新的境界，新的升华。

三

春来秋往，黔东南深锁的山门久未开启。由于封闭，这里的山民还很不富裕；也由于封闭，才得以保留浓郁的本土文化，成为全球为数不多的生态文化保护圈。近年来，已有愈来愈多的国际组织、官员和著名学者来到这里考察和体验，给予了诸多赞誉。联合国教科文组织将其列为全球十大“返璞归真、回归自然”的旅游目的地之一；世界旅游组织秘书长弗朗西斯科·弗朗加利先生称“黔东南原生态、质朴本真的民族文化是人们为之神往的魅力所在，黔东南必将成为世界最具有吸引力的旅游胜地”；中国著名文化学者余秋雨先生曾到此地作了一次长达七日的考游，他对黔东南能“以敬畏来崇拜自然，以美丽来回答苦难，以微笑来面对陌生，以平静来彰显传统”赞不绝口。

不断的有人在传诵这里的美丽，也不断的有人来此寻找心灵的栖息。我同样为家乡的美丽感到陶醉，但每次骄傲之余又感到一丝复杂的隐忧，担心在快捷的交通、内外要素交汇撞击的作用下，因提升发展较快，而迅疾改变现存的一切，使和谐的自然会因过多的人工而退化，传统的文化会在物欲的泥潭里陷落；深怕熟睡的历史会在轰鸣的爆破声中断裂，静穆怡然的境界会在纷繁喧闹中一去不返。

四

我们当然会坚守，但却深感力量的不足，因为我们无法构筑起足以围护这方文化圣土的强大机制与财力。有时，我们不得不在现代化的冲击下频频退步。

我们真的希望，能持续地让人们来分享这片生态净土——度假、休闲、养生、感悟……但我们也顾虑，若干年之后，来过的和没有来过的人会不会从此不再光顾。

我们有时也在遐想，说不定哪一天，哪个国际组织，某项国家战略，某些有识之士，真的就注意了这片净土，看中了她拥有的文化价值，从而能统筹规划，投入巨资，加快整体的开发与保护，让传承了丰厚历史的山民，在分享现代化成果的同时，还能快乐地奉送原本是生活的文化；让饱受城市化之累的人群，在透支的奔波劳碌之后，还能找到这方放飞情趣的乐土！

愿更多的人流连于黔东南的美……

「作者系黔东南州人民政府副州长」

序 2:

为回归心灵指路

李文明

人类从童年开始，便一直向未知的领域探索，一直向茫茫宇宙和大自然发问：这是什么？为什么这样？打破了原来的存在又如何？重新排列会是什么样子？甚至追问自己：我是什么？从哪里来？到哪里去？等等等等。

于是，人类有了许多发现，许多发明和创造，出现了古代文明与现代、后现代文明，出现了农耕文明与城市工业文明与后工业文明。

人类社会像滚滚洪流迅猛地向前发展。而且就像高空坠落的物体，越到后来速度越快。

但是，人类的每一次发明与创造，特别是到工业文明和后工业文明，每一次革命都是以牺牲我们的生存环境作为代价的。空气受污染了，大气层遭到了破坏，冰川融化，气候变暖，海水上涨，自然灾害不断，污水横流，怪病多多。

除了环境给人类带来了压力以外，我们的心灵也蒙上了一层厚厚的尘埃，套上一层厚厚的皮囊。越往前走，心灵越感到空虚与孤独，灵魂漂泊无依。大量的人口涌向城市，使城市急剧膨胀，人满为患，不堪重负。

城市的人享受着优厚的物质生活，但他们却吃不到无公害食品，喝不到无污染的山泉，呼吸不到新鲜的空气。城市人衣食无忧，可是他们却缺乏安祥、宁静与快乐。还因为诚信危机而使那颗穿行在钢筋混凝土森林里的心灵，被隔膜包裹得越来越紧，于是出现各种各样心理失衡带来的暴力等现象发生。

随着全球化、一体化、信息化、城镇化的加速发展，地球变成了一个小小村落。人类生存的危机感也随之迅速漫延，总是觉得人活得越来越累，越来越迷茫。如此下去，何时才能“回家”？我们的家在哪里？

于是，人们在全世界各个角落寻找，寻找一个让心灵之锁打开，让全身心放松，与天、地、人和谐共生的地方。

找啊，找啊，最后在全球找到了十块“返璞归真，回归自然”的圣地。亚洲有两块，一块是西藏，一块是贵州黔东南。于是黔东南便成为世界十大“返璞归真，回归自然”的圣地之一，被誉为“人类疲惫心灵息栖的最后家园”。

黔东南，像一块浑然天成的璞玉，隐藏在深山大菁之中。这里是人们梦寻千年的乐土，是魂系千里的故园。这里保存着最本色的自然生态，最纯朴的生产生活方式，最本真的人性和最古老的文明与艺术。这里山真水真人情真，是工业文明时代的桃花源，是最适合人类生存的地方。她延续着人类童年时代的纯真，保存了人类农耕时代

的梦想。只要你愿意离开喧嚣的都市，走进神奇的黔东南，风情万种的苗乡侗寨，会让你在诗意的行走之间释放心灵的沉重，消散尘世的烦恼。

在黔东南的土地上行走，你可以走村窜寨，可以探幽访古，可以日日醉在节日里，醉在风情中，你可以拥抱自然，深呼吸富氧的新鲜空气，让你那吸满尘埃的肺叶清洗一遍。清泉般闪亮的音乐会让你迷醉，激情飞扬的歌舞会让你倾倒，世代相传的服饰、建筑与习俗会给你层出不穷的新鲜感。在这里，天人和谐，人际和谐，身心和谐。在你尽情品味黔东南积淀深厚、博大灿烂、缤纷迷人的民族民间文化的同时，还会感受到浓浓人情的温暖和人文的关怀。

用余秋雨先生的话说，黔东南的苗村侗寨是一个纯粹的公民社会，出不闭户，路不拾遗，古风长存。

黔东南原始的自然生态，原生的民族文化，原貌的历史遗存共融共生，构成了独特的文化景观。其绚丽的民族民间文化，以其独特性、完整性、系统性、规模性、神秘性和可参与性、可体验性的特征而引起世人的关注。

因此，黔东南逐渐成为高端游人的最终旅游目的地，成为人们向往的旅游观光、休闲娱乐、体育健身，品味原生态文化与生活的心灵家园。

但由于多方面原因，黔东南在哪里，并不是所有的人都知道。很多人不知道怎么到黔东南来，到黔东南后怎么走，缺乏一块指路碑，缺少一个能引领游人的东西。

《导游黔东南》正是在人们需求和渴望的时候应运而生。它填补了行走黔东南无路标的空白，给回归的心灵指路。相信这本书会引来更多的朋友与游客，到黔东南分享祖先和大自然留给人类的这份馈赠。

〔作者系黔东南州文化体育新闻出版局 副局长〕





CONTENTS

目录

黔东南州旅游景点及交通示意图	I
序1: 流连于美	II
序2: 为回归心灵指路	IV
素描黔东南	1
简述黔东南	3
印象黔东南	4
怎样走进黔东南	6
首府凯里	
— 中国优秀旅游城市	7
三大精品旅游圈	8
中线: 苗族文化旅游圈	8
凯里——有条会唱歌的巴拉河	10
【南花苗寨】	11
【香炉山】	12
【麻塘侗家风情】	13
【民族体育场】	14
【石龙西家风情】	14
【民族博物馆】	15
线路推荐	15
雷山——苗族文化的中心	16
【千户苗寨西江】	17
【雷公山】	18
【民族艺术之乡郎德】	19
【雷山苗年】	20
线路推荐	20
雷山县旅游服务窗	21
台江——苗族文化的宝库	22
【姊妹节】	23
【反排木鼓舞】	24
【施洞独木龙舟节】	24

【南宫森林公园】	25
【翁密河】	26
台江县旅游服务窗	27
剑河——湖滨风光胜地	28
【仰阿莎湖】	29
【苗乡圣水——剑河温泉】	30
【小广侗族集体婚礼】	30
【水鼓舞】	31
【百里阔叶林】	32
【八郎古生物化石遗址】	33
剑河县旅游服务窗	33
丹寨——锦鸡舞的故乡	34
【石桥】	35
【丹寨芒筒芦笙】	36
【万亩杜鹃龙泉山】	36
【石桥古法造纸】	37
丹寨县旅游服务窗	37
麻江下司——旅游重镇	38
【农民画乡铜鼓村】	39
【激流回旋皮划艇基地】	39
南线：侗族文化旅游圈	40
黎平——中国侗都	42
【红色翘街】	43
【黎平会议会址】	44
【天生桥、八舟河】	44
【千户侗寨肇兴】	45
【堂安生态博物馆】	46
【地坪风雨桥】	46
线路推荐	47
黎平县旅游服务窗	47
重要链接	
【隆里古镇】	48
【苗族环保第一村——文斗】	48

【天柱三门塘宗祠文化】	49
从江——神秘之地	50
【岜沙苗寨】	51
【小黄——侗寨大歌之乡】	52
【占里——计划生育第一村】	54
【增冲侗寨】	54
【月亮山】	55
【红豆相思在银潭】	56
从江县旅游服务窗	57
榕江——珠三角的后花园	58
【三宝侗寨】	59
【古榕群】	60
【大利侗寨】	60
【晚寨琵琶歌】	61
【摆贝百鸟长裙】	61
【空申短裙苗饰】	62
【苗王庙】	62
【红七军军部遗址】	63
线路推荐	63
榕江县旅游服务窗	63
北线：风光古迹旅游圈	64
镇远——古城神韵	66
【溁阳河风光】	67
【青龙洞】	68
【古民居与“歪门斜道”】	68
【高过河】	69
【太极古城】	70
【铁溪风光】	71
镇远县旅游服务窗	71
施秉——中国漂城	72
【云台山】	73
【杉木河】	75
施秉县旅游服务窗	77

黄平——且兰古国	78
【飞云大峡谷】	79
【飞云崖】	80
【重安江三朝桥】	81
【野洞河】	82
【浪洞温泉】	83
黄平县旅游服务窗	84
重要链接	
【三穗——杨至诚上将故里】	84
【岑巩——思州名砚之乡】	85
 附件	
黔东南旅游保健常识	86
黔东南民族民间传统节日	88
黔东南州特色餐饮一览	89
从数字看黔东南旅游	90
黔东南州各市县旅游局、旅行社联系电话	91
凯里市区特色餐饮店分布示意图	92
凯里市区宾馆分布示意图	93
列车时刻表	94
飞机时刻表	95
后记	96



素描黔东南

在贵州高原的东南部，有一片古老而神奇的原生态家园，称为黔东南。即：贵州省黔东南苗族侗族自治州。

黔东南苗族侗族自治州共3.033万平方公里，境内山高峻峭，云缠雾绕，沟壑纵横；林深幽秘，千姿百态，流水如歌。成千上万的苗村侗寨吊脚楼就分布在这奇山秀水之中。

山的刚毅铸就了山里小伙的粗旷豪情。吹芦笙、跳寨舞，已成为他们劳作之余的开心乐趣。水的柔情滋润了姑娘们的甜美歌喉。唱苗族飞歌，赛侗族大歌，几乎成了苗侗儿女养心修性的人生嗜好。

缘于此，赞美黔东南的溢美之词频频产生：“吊脚楼奇观，原生态家园”，“青山绕绿水，风光沐风情”，“歌的世界，舞的海洋”，“满目花鸟着彩裳，遍身银饰响叮当”……

当然，赞语归赞语，百闻不如一见。还是亲临其境才能验证这里的一切。





简述 黔东南



黔东南苗族侗族自治州位于中国西部的贵州省东南部，面积3.033万平方公里，辖16个市、县，人口近440万。全州总人口中苗族占42.08%，侗族占31.86%，还有其他如汉、水、布依、土家、仡佬、畲、壮、瑶等30多个民族和睦相处在这个共同的家园里。

黔东南属亚热带季风气候，温和多雨，动植物繁多。现拥有森林绿化面积2.24万亩，覆盖率达53.68%，已成为长江和珠江上游的绿地生态保护屏障。

就是这样的生态环境与人文地理，使黔东南成为一个风情浓郁、风光秀丽的旅游胜地。



印象黔东南

黔东南苗族侗族自治州的两大主体民族——苗族、侗族都是能歌能舞的民族，还是挑花绣朵制作服饰的能手。

这里的民族民间节日繁多，素有“大节三六九，小节天天有”之说。每逢节日，人们都会吹起芦笙跳起舞，牛角盛酒敬宾朋，这已成为到访客人的一项隆重的礼遇。

境内最具影响的有芦笙节、台江姊妹节、侗族萨玛节、龙舟节、过苗年等等。

在这些活动中，总少不了跳芦笙舞和斗牛比赛。面对那人山人海的场面，您才感到黔东南民族节日的魅力所在。

