

典藏中国

100个您一生必游的中国名景



丽江古城 玉龙雪山

丽江古城集中反映了纳西族的历史文化和民风民俗。

玉龙雪山因其形似一条银色蛟龙而得名。



丽江古城

耕读文化的经典遗存



山东画报出版社

典藏中国

100个您一生必游的中国名景

大雅文化策划制作

医院资讯

丽江人民医院

地址：福慧路

电话：5105085

地区医院二门诊

地址：古城东郊

电话：5125314

丽江中医院

地址：丽江古城东大街

电话：5163179

客店电话

第一湾酒店 5181688

和家客栈 5124063

东巴豪斯 5187630

木老爷客栈 5123877

古城旅社 5183947

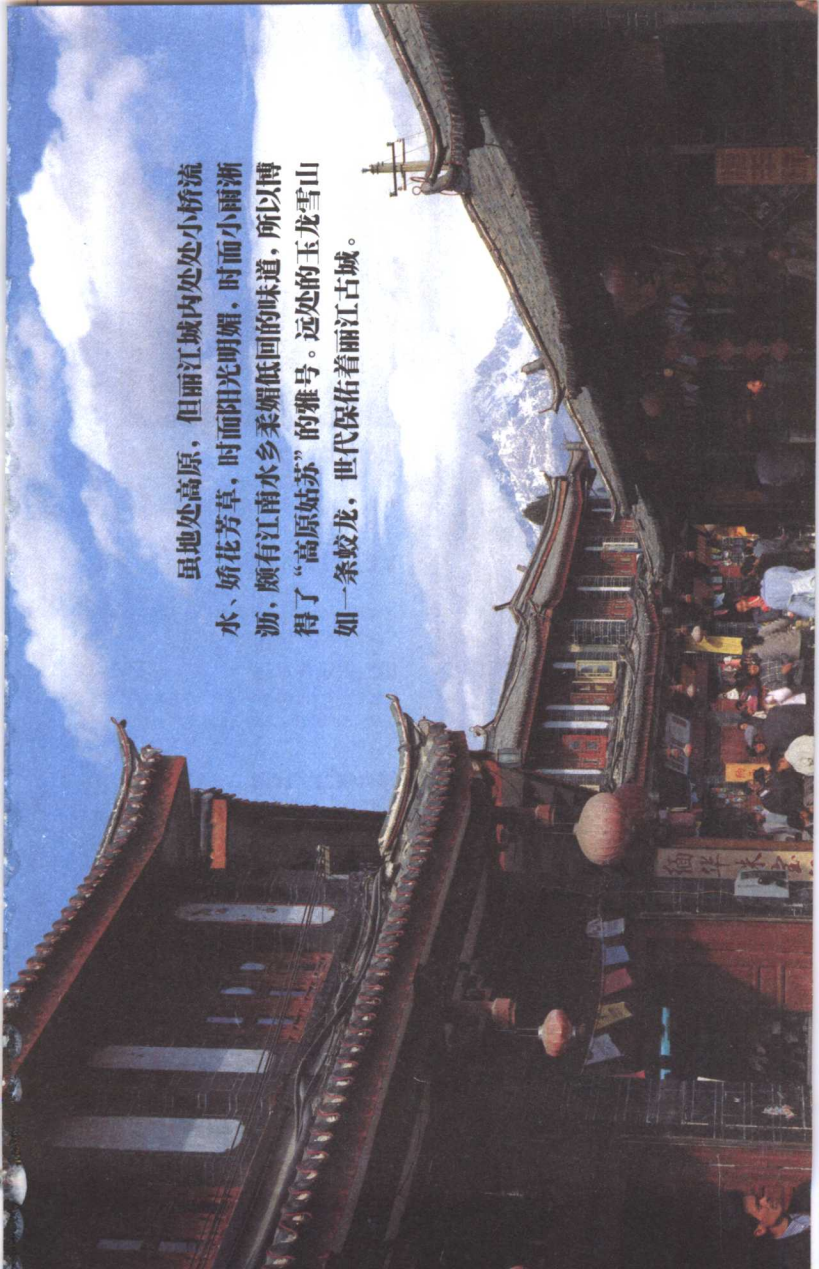
青年旅馆 5105403

注：丽江电话区号为0888

交通信息

始发	到达	发车时间	客运公司
丽江	昆明	14：40/16：00/17：20	丽江汽车客运服务中心
丽江	昆明	8：20/9：20/11：20	云南高快
丽江	中甸	7：00/8：00/12：00/13：30	丽江汽车客运服务中心
丽江	中甸	8：00	云南高快
丽江	成都	15：00	丽江汽车客运服务中心
丽江	攀枝花	6：45/7：30/8：30/12：20/17：00/18：00	丽江汽车客运服务中心
丽江	宁蒗	7：10/9：00	丽江汽车客运服务中心
丽江	大理	6：45—18：30	丽江汽车客运服务中心
丽江	石鼓	14：30	丽江汽车客运服务中心
丽江	大理	9：00/13：00	云南高快
丽江	黎明	10：30	丽江汽车客运服务中心
昆明	丽江	8：40/10：30/14：30/16：00/17：30/18：00	丽江汽车客运服务中心
昆明南窑	丽江	7：30/9：15	昆明汽车客运服务中心
昆明西站	丽江	8：30/10：00	昆明汽车客运服务中心
昆明关上	丽江	8：30/9：30	昆明汽车客运服务中心
大理	丽江	6：45-18：30	大理汽车客运服务中心
中甸	丽江	7：10-13：00	中甸汽车客服中心
宁蒗	丽江	7：10/7：30/9：30/11：00/13：00	宁蒗汽车客运中心
攀枝花	丽江	6：30/6：45/8：30/14：00/17：00/18：00	攀枝花汽车客运中心

虽地处高原，但丽江城内处处小桥流水、娇花芳草，时而阳光明媚，时而小雨淅沥，颇有江南水乡柔媚低回的味道，所以博得了“高原姑苏”的雅号。远处的玉龙雪山如一条蛟龙，世代保佑着丽江古城。



发现之旅

神奇的土地

7

这里的人们热情好客，这里的景色四季如画；这里的泉水丁冬作响，山风清凉，这里的游人乐不思蜀，怡然自得。



小城故事多

11

丽江古城是一座海拔2400米的高原山城，是我国历史文化名城之一，同时也是世界文化遗产的一分子。

白沙明清建筑群和白沙壁画

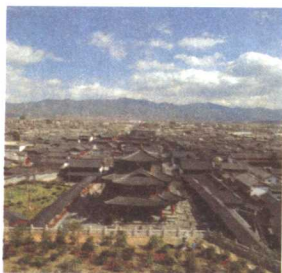
17

这些壁画多以佛教和道教的宗教内容为主。线条流畅，用色自然，历经数百年而不衰。

纳西服饰扮靓你

13

“七星羊皮”一般由整张黑羊皮制成，上方下圆，上镶黑边，下钉一排七个彩绣圆盘，圆盘各垂白色羊皮带两根，代表北斗七星。



浅酌轻饮好惬意

18

特别推荐云南柔红和产自大理的风花雪月啤酒。柔红适合浅酌轻饮，让红晕渐渐染上你的双颊……

东巴文字识字壁

23

“东巴”纳西语意为“山乡诵经者”，也就是说是东巴教的“经师”，他们是纳西族古代文化的创造者和传承者。

纳西古乐传承远

25

循着这些有着700多年历史，或苍凉或温柔或低回或激昂的乐声遗韵来到了宽敞的东大街。

篝火晚会赏民俗

26

在古城内，每逢周二、周四、周六晚和重大节日均有篝火晚会。

主题特写

玉龙雪山

30

以高山冰雪风光、高原草甸风光、原始森林风光、雪山水域风光使世人惊叹，是丽江自然景观的核心区域。

风景游历

丽江古城新韵

40

大研镇建于明清两代的石桥达300多座。街边建筑古色古香，不少是全土木结构的老房子。



了解土司衙门——木府 46

民间称三代才出一个贵族，按此说法，木氏已是七代贵族了。



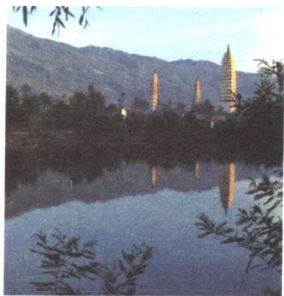
四方古街幽幽情 50

古镇在慢慢褪去重彩，明朗起来，仿佛从一幅凝重的水墨画渐变为一幅色调明快的粉彩画。

玉龙倒影显奇观 54

黑龙潭自然风光绝佳，景色怡人，山水秀丽，在晴天时可在水中清晰地看到玉龙倒影。





原始处女地——束河古镇 55

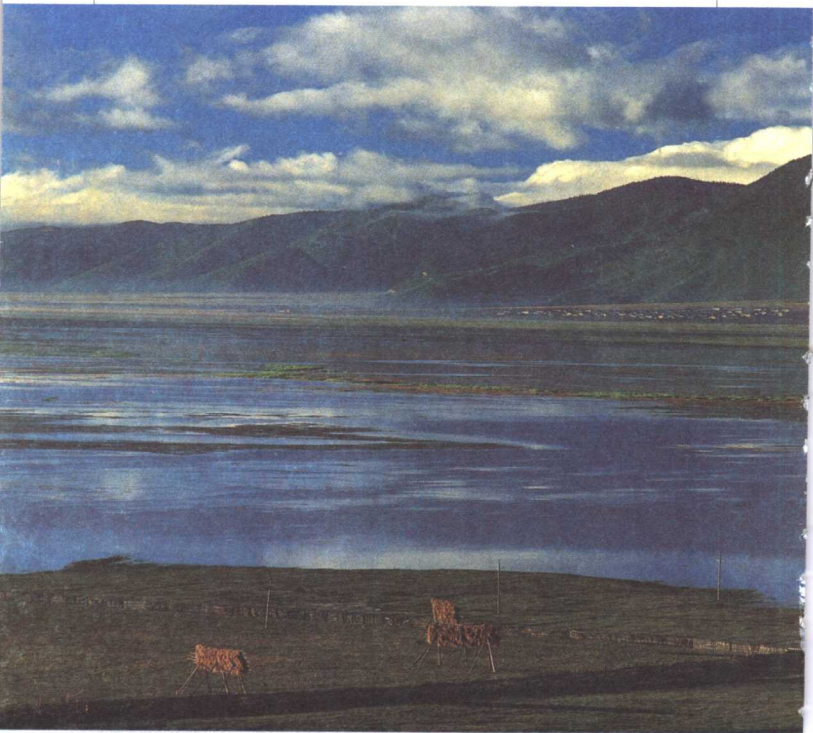
信步于街道上，时有纳西老阿妈三三两两坐在街角阳光中做着一些零碎的手工活。

精彩不断迪庆游 56

满目秋色，此时探访属都湖、小中甸、白茫雪山等地，都是美不胜收，肯定会拍掉你无数的底片。

追踪武侠之宗义——大理 57

大理著名四景就是“风花雪月”了，分别是“下关风，上关花，苍山雪，洱海月”。



资讯情报

搅动你的味觉蠢蠢欲动 60

粑粑是历史悠久的纳西族食品。用当地精表面杂以火腿、油、糖等佐料，调匀揉制成层。

远道的朋友请你留下来 62

天井多种花草和樱桃树。一到五六月间，户户院内争奇斗艳，颗颗樱桃如红宝石般点缀在绿叶间。



漫步古城方便多 63

步行在丽江，水声淙淙，清风习习。还可随时停下来走进琳琅满目的商铺淘个痛快，悠然自得。

沉甸甸的包袋乐煞人 64

云南的茶以普洱和红茶闻名，有诗赞曰：“雾锁千树茶，云开万壑葱。香飘十里外，味醇一杯中。”

典藏中国

NO.07

丽江古城

100个您一生必游的中国名景

图书在版编目(CIP)数据

丽江古城——耕读文化的经典遗存 / 张蓓莉著. — 济南: 山东画报出版社, 2004.1

(典藏中国丛书)

ISBN 7-80603-854-X

I. 丽... II. 张... III. 旅游指南—丽江地区
IV. K928.974.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第107581号

总策划 / 王仁定

策划执行 / 张芸

主编 / 刁兆彦

撰文 / 张蓓莉

摄影 / 王仁定 陆江涛

责任编辑 / 曹凌志

特约编辑 / 张芸

版式设计 / 盛文钢 熊俊

插图 / 白仕伟 刘琼

制版 / 秋南印刷(上海)有限公司

印刷 / 上海照相制版厂

出版发行 / 山东画报出版社

地址 / 济南市经九路胜利大街39号

邮编 250001

电话 / 总编室 (0531) 2060055-5420

市场部 (0531) 2053182 (传真)

(0531) 2906847

网址 / <http://www.sdpress.com.cn>电子信箱 / hbcbsdpress.com.cn

规格 / 112 × 175 毫米

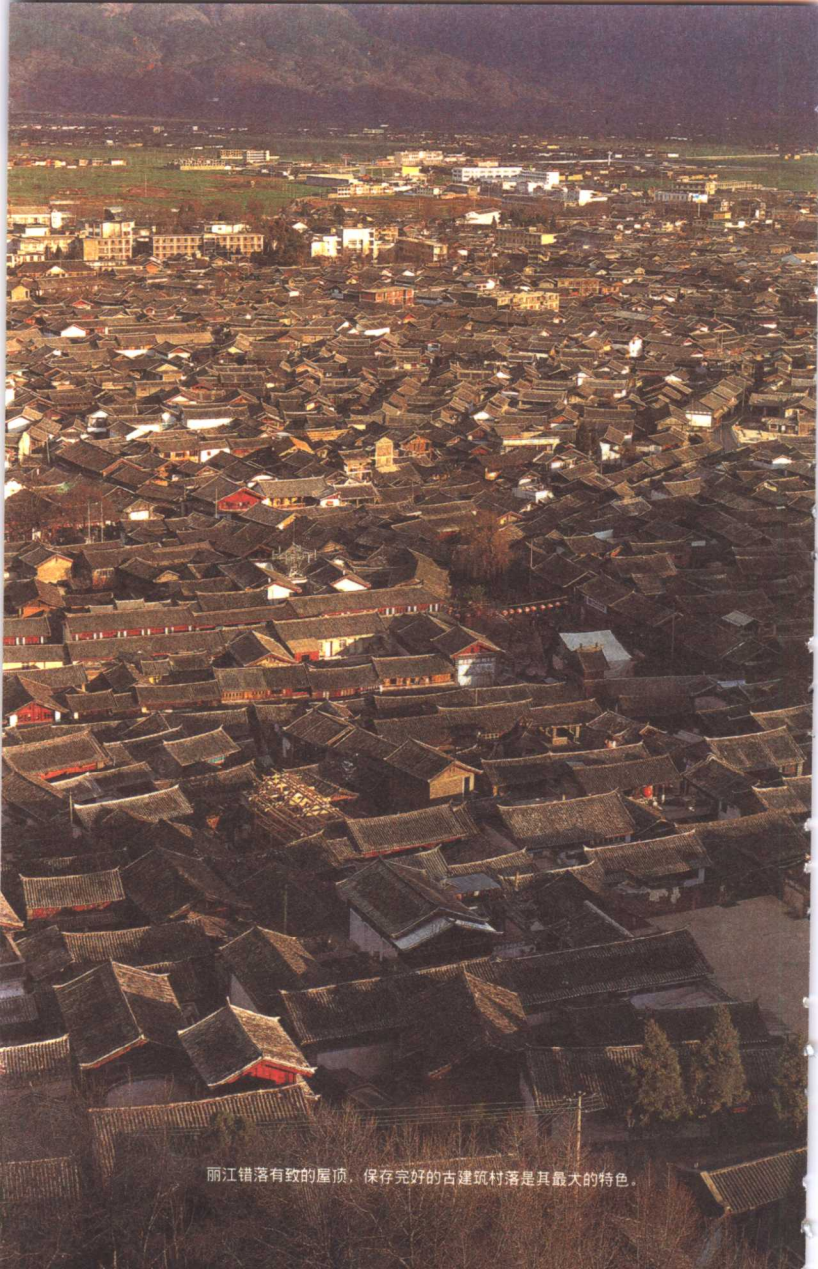
印张 / 2

版次 / 2004年1月第1版

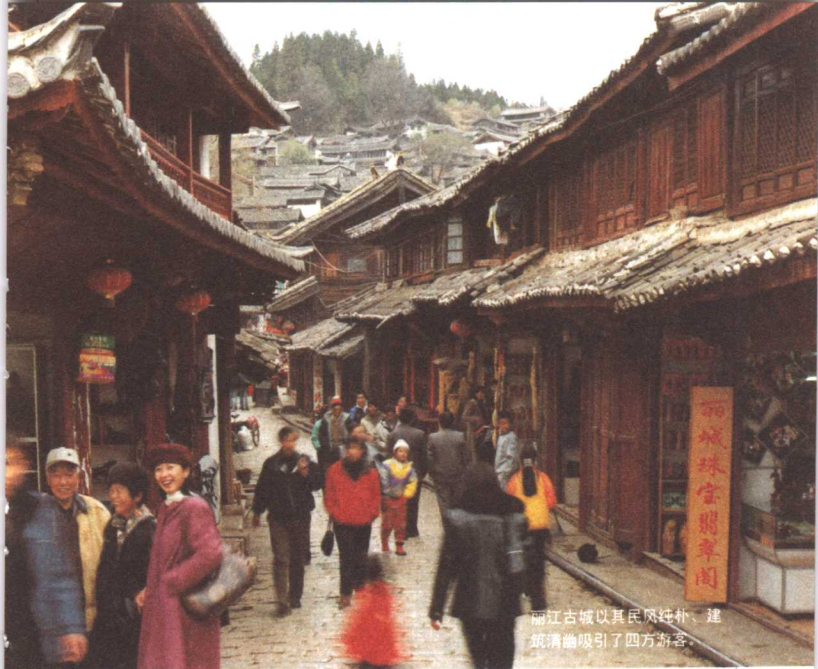
印次 / 2004年1月第1次印刷

印数 / 1-8,000

定价 / 9.00元



丽江错落有致的屋顶，保存完好的古建筑村落是其最大的特色。



丽江古城以其民风纯朴、建筑清幽吸引了四方游客。

典藏中国 发现之旅

神奇的土地

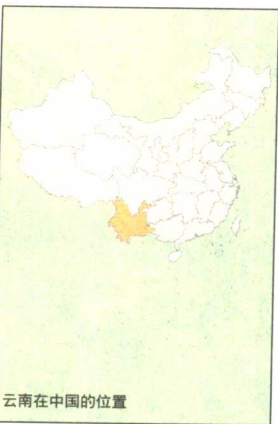
在中国这片辽阔而神奇的土地上，有着许多能带给你或震撼或温柔的景致，足以在你的一生中成为永远的记忆。近几年，云南的旅游业急度升温，中外游客争相一睹其迷人的风光及纯朴的民

风。特别是风景如画的丽江，尤其让人向往。丽江是纳西族文化的中心，也是汉、藏、白等少数民族文化艺术的交汇处，其建筑、音乐及壁画中都体现出民族相互融合交汇的特点。这里存留着享誉世

界的象形文字——东巴文和纳西古乐；保存着名扬四海的世界文化遗产——大研古镇；挺立着如玉龙腾跃的雪山十三峰；静卧着世界上最窄、最长、落差最大的虎跳峡。着实是一处景致丰富，人杰地灵、卧“虎”藏“龙”的宝地。

8 丽江就像一本精致的故事书，轻轻地翻开它，清新的画面和隽永的文字扑面而来。这里的人们热情好客；这里的景色四季如画；这里的泉水丁冬作响、山风清凉；这里的游人乐不思蜀，怡然自得。这里就像是桃花源，每个人都可以找到最适合的生活方式，拥有最纯真甜美的梦境。

丽江美丽而神奇。远观，好像一位青春少女，矜持而又神秘；当我们揭开她的面纱，又会因一个个意外的收获而惊喜连连，这就是令人欲罢不能的丽江古城。



云南在中国的位置

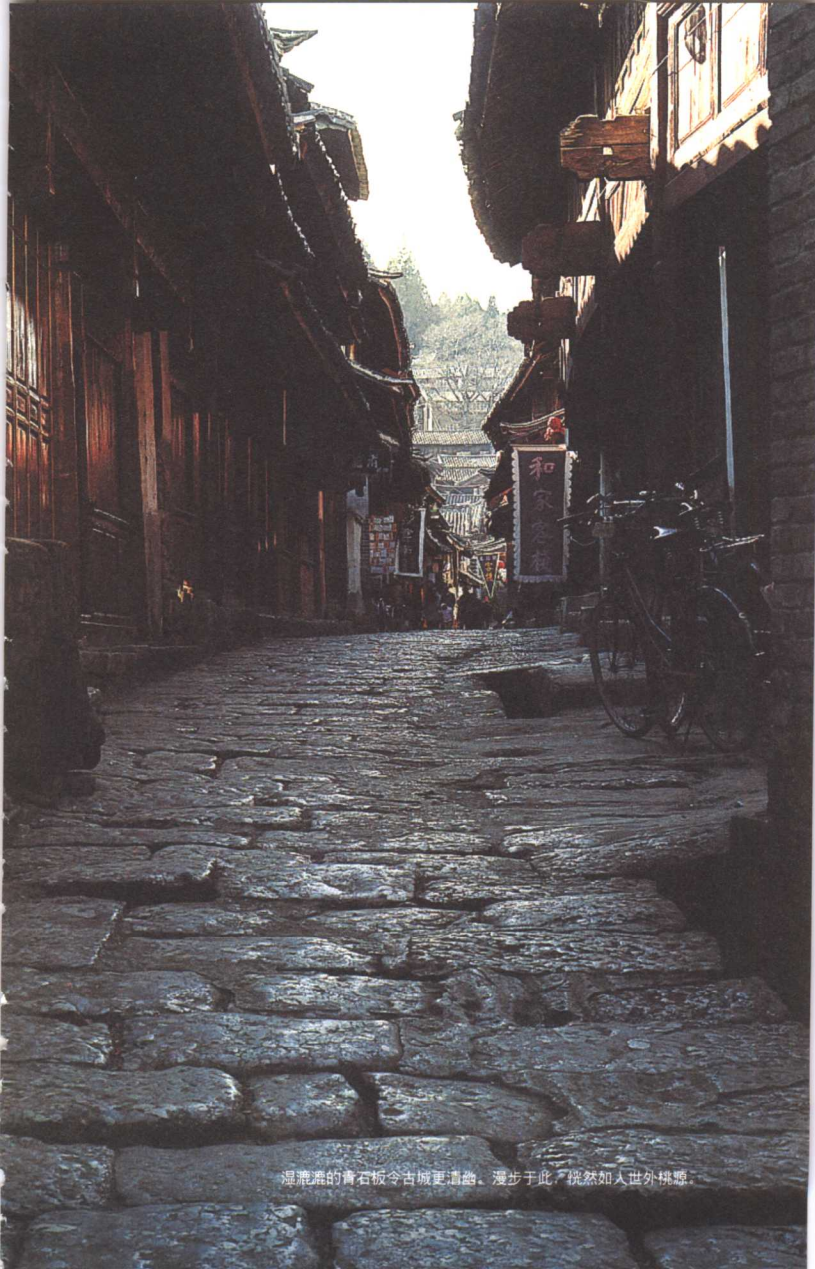
重要提示

位置：位于云南省西北部，北连迪庆藏族自治州，南接大理白族自治州。

特点：景色四季如歌，流水丁冬作响，小鎮静謐无声。就像是桃花源，带给你最纯真甜美的梦境。

必游景点：玉龙雪山、云杉坪、牦牛坪、丽江古城、白水河、白沙壁画、玉峰寺。

最佳游览季节：丽江四季如画，无寒暑之巨变，春秋最宜游玩。

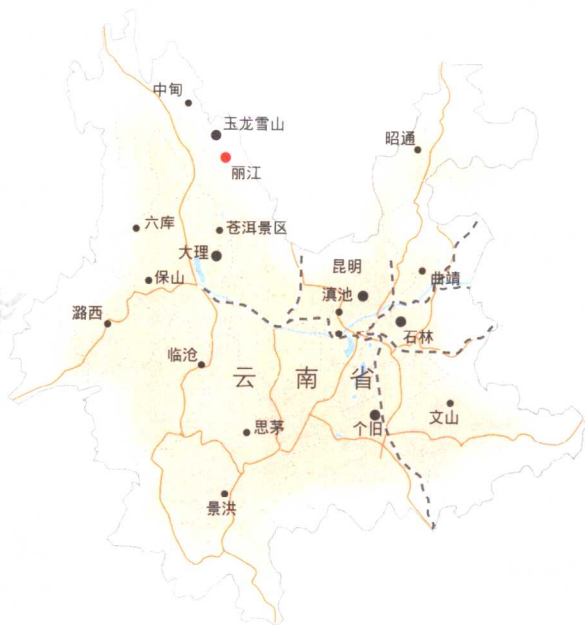


湿漉漉的青石板令古城更清幽。漫步于此，恍然如入世外桃源。

北



10



丽江在云南的位置

小城故事多

丽江位于云南省西北部，地处青藏高原南端横断山脉向云贵高原北部过渡的地带。丽江古城是一座海拔2400米的高原山城，是我国历史文化名城之一，同时也是世界文化遗产的一分子。现在就让我们上路吧，一起走进“彩云之南”的西北部，那个梦境一般的小城丽江。

丽江地区最低月平均温度4℃至12℃左右，最高月平均温度在18℃至26℃左右。因此游客无需带过多的保暖衣物，几件长袖T恤、一条牛仔裤足矣。如果是爬雪山，最好带上较厚的衣裤；如果是雨季，雨具是必不可少的。撑一把油纸伞，走过那悠长悠长的小巷，也许会遇着一位丁香一般的姑娘呢。由于地处低纬度高原，丽江地区终年太阳辐射较强，光能充足。全区面积2.06万平方公里，距离昆明市527公里。丽江境内群山起伏，平均海拔2400米。

虽地处高原，但丽江城内处处小桥流水、娇花芳草，时而阳光明媚，时而小雨淅沥，颇有江南水乡那柔媚低回的味道，所以拥有“高原姑苏”的雅号。

白沙明清建筑群和白沙壁画

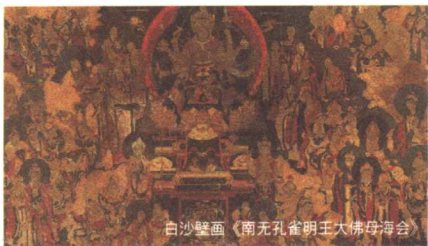
白沙镇距大研镇10公里左右，是纳西族最早的发祥地，木氏土司曾在此建有家园。在白沙镇方圆数里的范围内，曾建有几十座宫殿和庙宇，因年久失修多



白沙壁画《普贤菩萨》



白沙壁画《无量寿如来会》



白沙壁画《南无孔雀明王大佛母海会》



精细的雕功，历经岁月的洗礼、风霜的侵蚀，美丽依旧。

丽江壁画主要绘制于明代，少量为清初绘制，这也看出明末清初是丽江壁画的鼎盛时期，距今已有500年历史。现存的55幅壁画散见于古城周边的宗教建筑群大宝积宫、大定阁、琉璃殿、束河的大觉宫等4座寺庙之中。绘制年代最早的是琉璃殿壁画，应早于明永乐十五年（1417年），这是丽江壁画的初兴阶段。由于受中原及藏传佛教的影响，这些壁画多

半荒废了；但仍有一些明清时期的古建筑保存完好，如大宝积宫和玉峰寺。

1996年，国家公布第四批全国重点文物保护单位，位于大研古城以北5公里的白沙村大宝积宫的壁画就是其中之一。



一张白纸好作画，
这是古言；沉淀
百年之后，这些
美轮美奂的木雕
更深入人心。

以佛教和道教的宗教内容为主。线条流畅，用色自然，历经数百年而不衰。

看完了丽江壁画，相信你一定会意犹未尽吧！那颗跳动的心一定渴望着更多的新奇和美丽。没关系，矜持的丽江小城等待着您揭开她神秘的面纱。

纳西服饰扮靓你

纳西族男子的服饰与汉族大体一致，而女子的服饰又因分布地区不同而有所差别。中甸一带



纳西少女围成圈，载歌载舞。



此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertong.com