

CHINA ON FOOT



大益孚惠
生活信息咨询服务有限公司

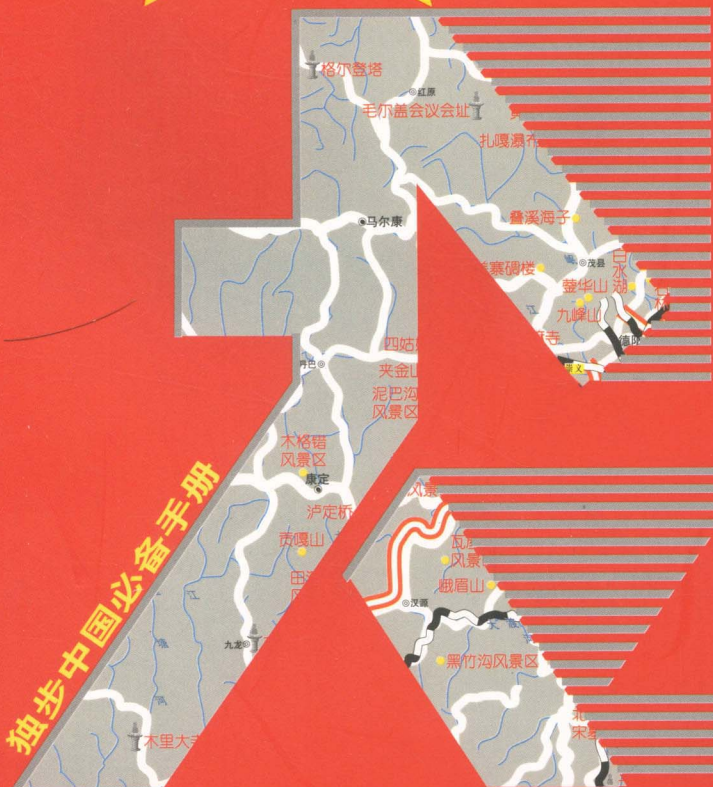
China on Foot

成都

CHENGDU
CHUANXI

川西

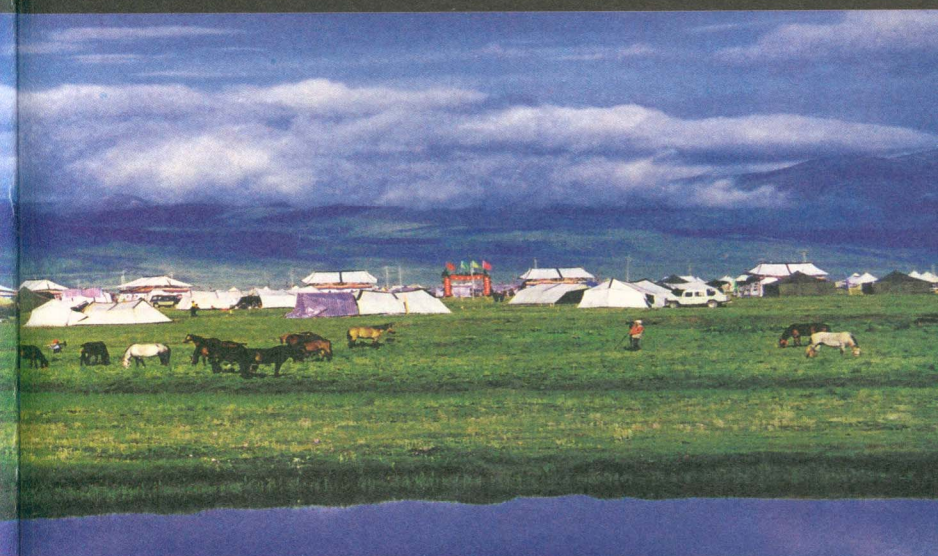
独步中国



China Travel & Tourism Press

中国旅游出版社

独
步
中
国



成都 川西

旅行是一种生存方式，是生命中不能缺替的重要体验。

日本绘画大师东山魁夷有一幅名作，题为“道”。画面中央是一条笔直的山野土路，通向前面未知的远方，道的两旁是青翠的绿地，再没有别的景色，令人有无尽的遐思。大师非常喜欢描绘道路的题材，他的许多作品如《冬之旅》、《菩提树》、《路标》等都是在表现艰难赶路的旅人的孤寂情状。东山魁夷的一生总是会有一种“在路上”的感觉，他认为自己的人生和艺术其实就是一段旅行，在这段旅途中只有两种情况会发生：有时是回望走来的方向；有时是面对前进的方向。而面对自己这幅很满意的作品时，大师这样说道：

这一交织着绝望和希望的道路，既是游历的结果，也是重新起步的征途。它既是通往未来的憧憬之路，也是诱发怀旧的乡愁之路……

人生无论荣耀或平淡，总难免会有挥之不去的孤独，这孤独在旅行中亦尤为深沉。或许跋涉了若干年头你会发现，也惟有在这孤旅之中，你才能够重新细读自己的心灵，把以前略过去的、早已深埋的篇章重新整拾。东山魁夷在人生孤旅中体悟到了自己生命的真实，“我”依存于旅途中的见闻，真正的自我非“常我”，而是随着远山的白雪、杉树的阴影、灰云、流雾和雨后飞架绿原的彩虹变幻着的。

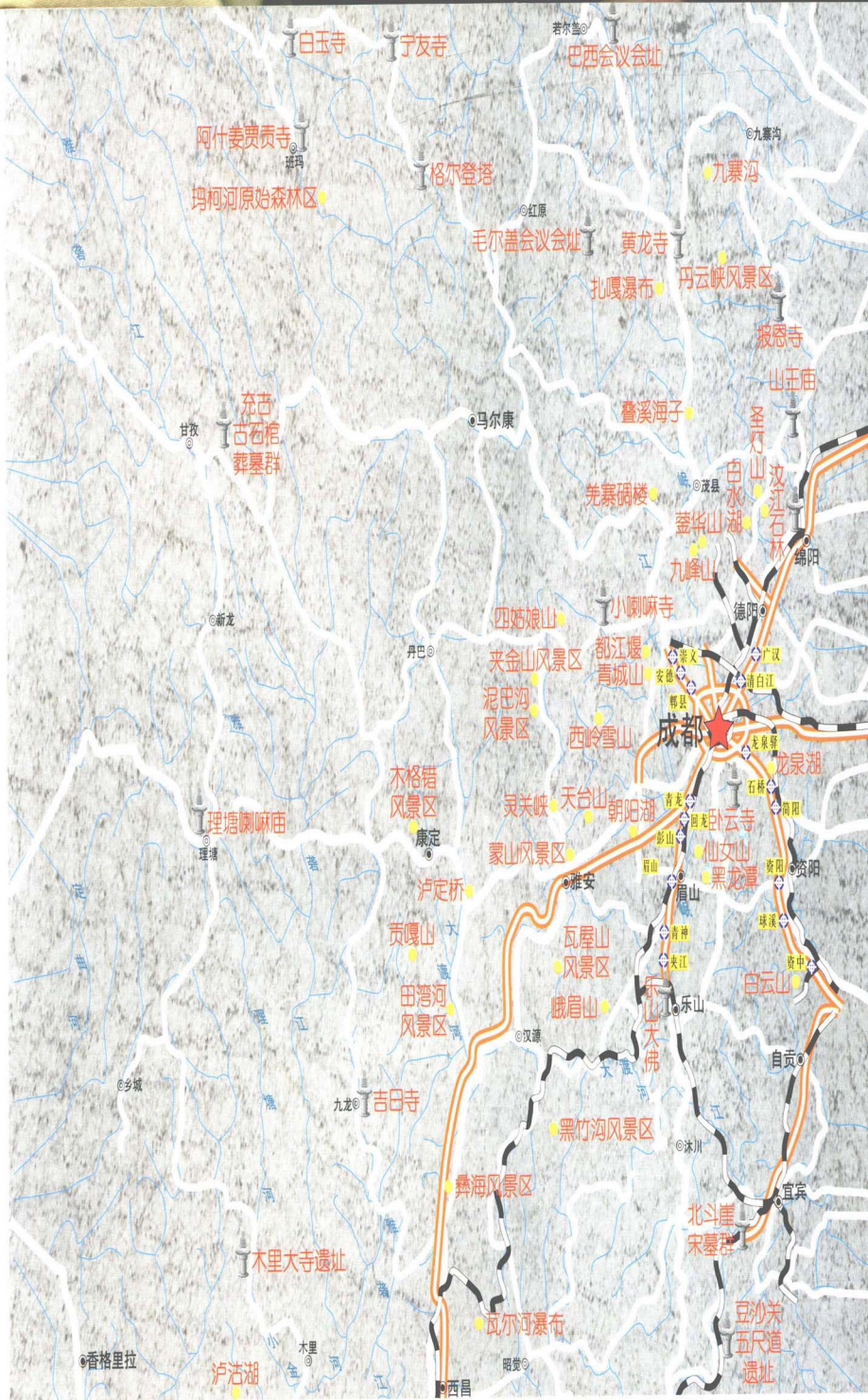
一部谈旅行的书，在付梓之前是作者回望走来的“方向”；一旦捧在了你的手中就会成为你未来的“憧憬之路”；亦终会有一日，它在书架上的位置挪高了，或可会在一个暖日斜照的午后寄托你无尽的“怀旧乡愁”呢？

在这个读万卷书就类似行万里路的时代，我们都应该换一种眼光审视自己的旅行。一部好书可以使你为一段行程感动莫名，但它代替不了你自己的“行走”，走过以后旅行将成为你的记忆，而读过以后的“旅行”一切还只是理论上的。这就好像看戏一样，无论戏中的情节多么轰轰烈烈，人生的喜怒聚散还得你自己去品尝才能真正地体会到生存的意义。为了不使本书成为像儿时“夸父传说”一样的东西，我们的作者都尽可能地写下他们自己的亲身经历和切身感受，都尽可能地把旅途中最有价值的体验真实地告诉你。书中对各地景物和人文的记录描写，就好像东山魁夷笔下的“野草”和“小石头”一样，是你将要经过的一些事物。也许你不会留意它们中的每一个，但只要有缘曾经留意就好，毕竟我们都还在路上。

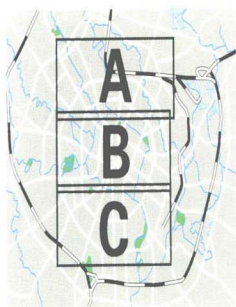
所谓“独步”，并不是说要你孤单单的一个人，而是说你的“旅行”必须要有个性，无论目的地的名声和旗号有多大，你的“旅行”必须对你自己有意义、有价值才行！这就是我们——“独步中国”的主张。我们从不建议你按照某种固定的模式去旅行，那种在围墙式开发的景点间赶场式的奔波走马，仅仅是一种消费而已。然而毕竟每个人都有一些或许比旅行更重要的事情要做，没有能力花很多时间去了解那些路上的“野草”和“石头”，因此我们需要“游侠”为我们做开路先锋。对于欧洲人来说，马可·波罗是他们了解中国的游侠；对于汉武帝来说，张骞是他了解中国西域以外地方的游侠；徐霞客是我们的游侠榜样，他用一生来为我们搜集路上的“野草”和“石头”；而我们——《独步中国》将成为属于你的游侠，并使你成为一个属于自己的游侠。

最后说一句，这是一本很实用的小书。书中的野草和石头是属于你的，总有一天你会发现，那些可爱的野草和石头已经埋在了你的小路上，成为你人生之路上的珍藏。

—— 编者



本书全境图



示意成都城区



示意眉山城区

■ SKETCH CHENGDU CHUANXI ■

导读篇

1

■ SKETCH CHENGDU CHUANXI ■

成都

3

地理——成都平原，天府之国 3，
历史——历史悠久，文化名城 4，
成都的交通——内外纵横，四通八达 5，
气候——雨量充沛，四季分明 6，
历史上曾有过的辉煌 6，
川茶与川酒 9，
国宝大熊猫 11，
巴蜀文人和川妹子 12

■ SKETCH CHENGDU CHUANXI ■

神秘川西

14

川西概述 14，
川西地理、气候 16，
川西交通 18，
川西历史 19，
异彩纷呈的民族文化 22

■ SKETCH CHENGDU CHUANXI ■

文人笔下的成都

30

成都是中国历史文化的丰盈偏仓……
——余秋雨《五城记》 30，
成都富庶小巴黎，花会年年二月期……
——吴芳吉《成都》 30，
我站在卡车的前面，迎着早春的风……
——黄裳《成都散记》 30，
假若我能哼上几句川剧来……
——老舍《可爱的成都》 32，
在成都人意识的深处更多东西更像
穿梭城中的府南河一样柔顺婉转……
——杨铮《少不入川，老不离川》 32，
蜀这块地域似乎命中注定不能留下自己的人才……
——肖平《人文成都》 33，
挑开地图一看，世界就是这么奇妙……
——林文询《梦幻天府——东方伊甸园》 33

■ SKETCH CHENGDU CHUANXI ■

成都大事记

34

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

特色之旅篇

35

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

三国历史文化之旅

36

汉昭烈庙与武侯祠 36，
德阳庞统祠 37，
阆中桓侯祠和云阳张飞庙 38

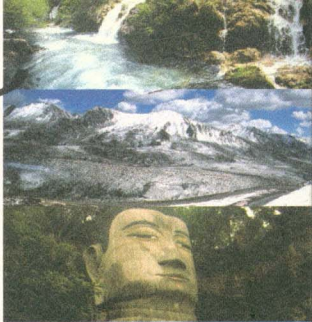


39

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

民俗文化之旅

悦来茶馆 39,
老成都民俗城 40,
锦里——风华绝代 40,
宽巷子、窄巷子的前世今生 41

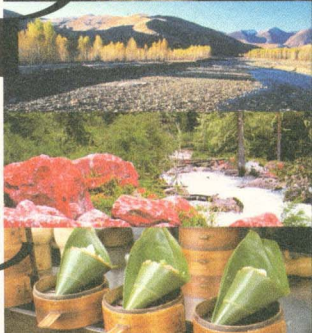


42

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

农家乐休闲之旅

春——龙泉花果香 42,
夏——避暑胜地青城山 43,
秋——东篱菊园赏菊 43,
冬——幸福梅林的幸福生活 43

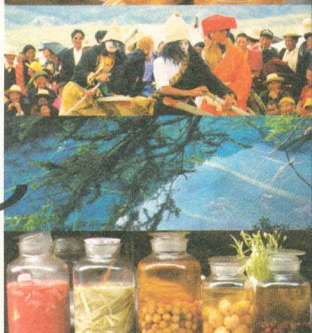


44

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

美食之旅

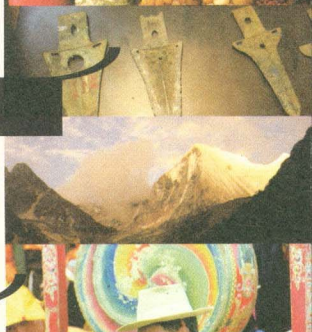
麻辣川菜 44,
回锅肉 44,
麻婆豆腐 45,
水煮牛肉 45,
火锅 45, 小吃 46



48

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

大熊猫之旅



49

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

香格里拉之旅

传说中的香格里拉——亚丁 49,
最后的香格里拉——木里 52



53

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

九寨沟之旅

童话世界九寨沟 53,
黄龙之旅 55



58

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

情歌之城——康定

溜溜康定城 58,
康定情歌 58,
老陕街和洋人公馆 59

60

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

跑马山转山会

情歌跑马山 60,
跑马山转山会 60



■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

61

野人海木格错

七色海 61,
药池沸泉 61,
杜鹃峡 61

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

62

走进世界高城——理塘

风雪康藏路 62,
理塘藏族风情 62,
“帐篷城”赛马会 62,
盛大的藏族转山仪式 64,
趣说理塘 65,
理塘小帖士 66,
夜色下的理塘草原 66

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

67

格聂朝圣之旅

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

69

海螺沟冰川温泉之旅

海螺沟冰川 69,
深山中的缥缈仙境 69

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

71

游走四姑娘山

长坪沟、海子沟和双桥沟 71,
摄在四姑娘山 73,
吃在四姑娘山 73

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

74

西昌古城之旅

古城建昌 74,
西昌火把节 74,
西昌月夜 74,
水景迷人的邛海 75

■ SPECIAL CHENGDU CHUANXI ■

76

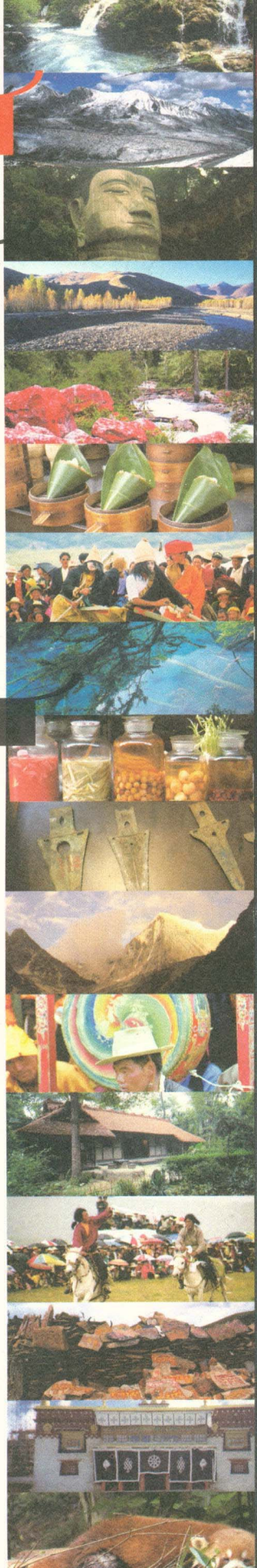
螺髻五绝

冰川湖泊 36,
古冰川刻槽 38,
冰川角峰、刃脊 38,
杜鹃花海 38,
温泉瀑布 38

77

■ CLASSIC CHENGDU CHUANXI ■

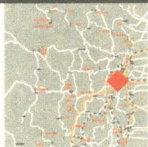
经典线路篇



78

■ CLASSIC CHENGDU ■

成都

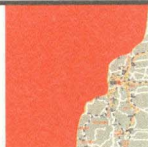


青羊宫 78, 琴台路 80,
杜甫草堂 81, 武侯祠 81,
锦里 83, 熊猫基地 84,
昭觉寺 86, 文殊院 87,
永陵 88, 春熙路 90,
盐市口 91, 府南河 92,
玉林酒吧街 92, 桂湖公园 93,
宝光寺 95, 三星堆博物馆 96,
情报站 98,
都江堰 102, 青城前山 104,
青城后山 106,
情报站 107,
乐山大佛 109, 报国寺景区 110,
清音阁景区 112, 万年寺景区 113,
金顶景区 115, 瓦屋山 117,
眉山三苏祠 118,
情报站 120

122

■ CLASSIC CHUANXI ■

川西



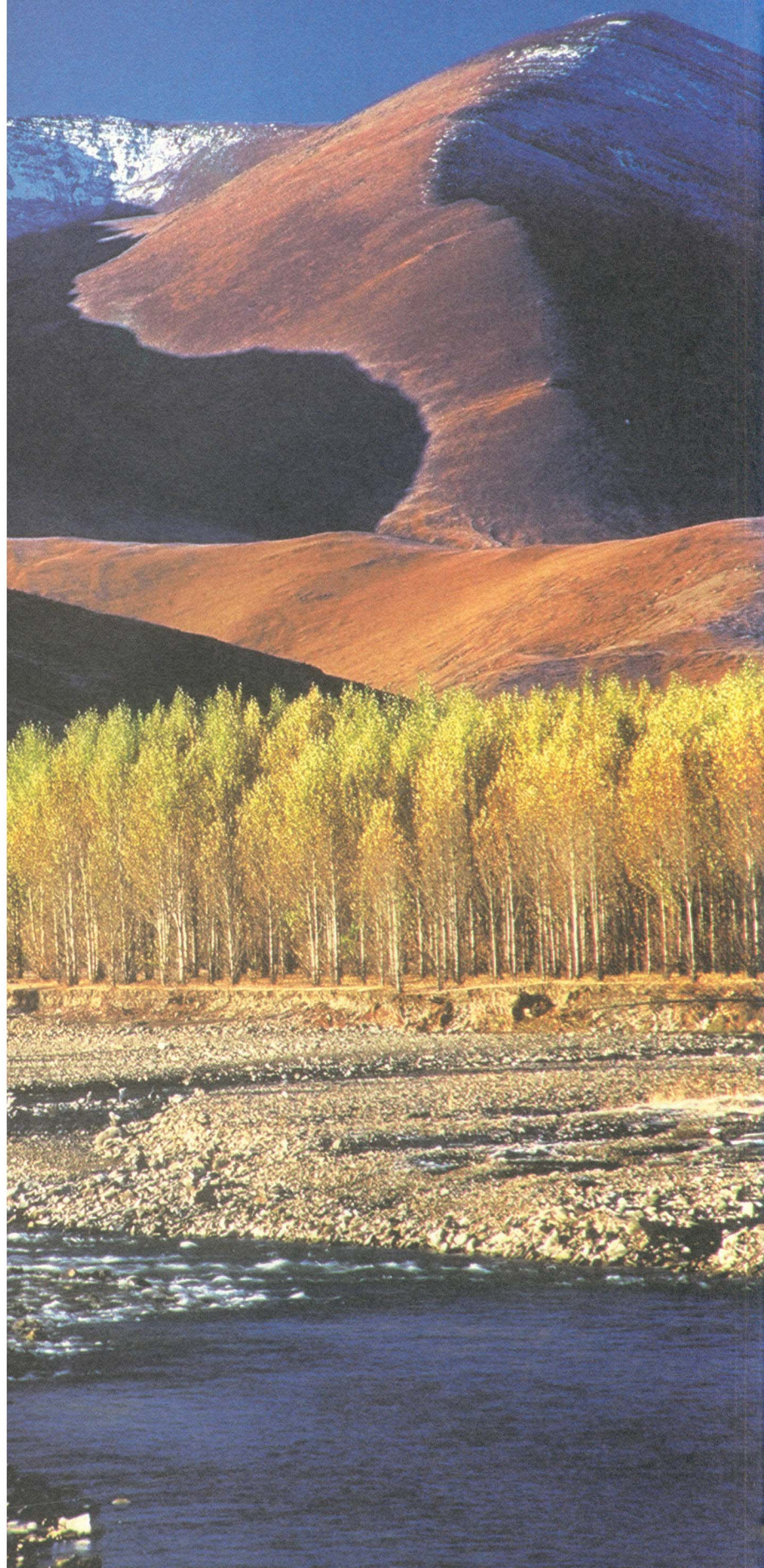
彝海 123, 灵山 123,
西昌卫星发射基地 123,
邛海 124, 泸山 124,
公母山 125, 泸沽湖 125,
情报站 127,
桃坪羌寨 129, 叠溪海子 129,
松坪沟 129, 牟尼沟 129,
九寨沟 130, 黄龙 130,
若尔盖草原 130,
红原草原 131, 米亚罗 131,
九寨沟 133, 黄龙 137,
情报站 140,
蒙顶山 142, 碧峰峡 142,
蜂桶寨 143, 泸定铁索桥 144,
海螺沟 144,
情报站 146,
跑马山 148, 木格措 148,
情报站 149,
白塔公园 150, 长春科尔寺 150,
情报站 151,
贡嘎郎吉岭寺 152, 亚丁 152,
情报站 155,
卧龙自然保护区 156,
四姑娘山 157, 丹巴 158,
情报站 160

地图: 成都 179-181,
新都、峨眉山、都江堰 182,
乐山、广汉 183, 眉山 184
全境示意图 封3

附录: 川西加油站 27,
时刻表 161-167, 索引 168-173

导 读 篇







乐山大佛

成都

地理——成都平原，天府之国

成都是四川的省会，它位于四川省中部，川西平原腹地，东依龙泉山脉，西临邛崃山，南面云贵高原，北靠秦岭山脉，辖区总面积1.26万平方公里，是我国西南地区最大的现代化城市。

很多人把四川称为天府之国，其实，真正的天府之国仅指成都平原。成都平原是我国西南地区最大的平原，两千多年前，秦太守李冰在此建成了举世闻名的都江堰水利工程。修建都江堰之前，地形呈扇形的成都平原离天府之国差得很远：土层薄，卵石层厚；地势倾斜，易跑水跑肥；暴

流洪水危害严重。《华阳国志》记载，蜀国时代“江水初荡滴，蜀人几为鱼”。公元前320年至前316年，蜀王杜宇凿开玉垒山排洪；前316年，蜀为秦灭，李冰为蜀守，凿宝瓶口，成离堆，由鱼嘴分内、外两江，外江排洪，内江设飞沙堰在宝瓶口下，使内江洪水排回外江。旱则引水入灌整个平原，洪则塞住水门。《史记·河渠书》称：“蜀守冰凿离堆，辟沫水之害，穿二江成都之中，此渠皆可行舟，有余则用溉浸，百姓享其利。”从此往后，扇形灌溉网展开在成都平原上，分流出的府河与南河环绕成都，成都平原



唐代草堂遗址

的灌溉不再依靠巴山夜雨，而成为旱涝保收的自流灌溉区，灌溉区耕地由历史上三百万亩扩大到一千一百多万亩。正如《益州记》所记载：“水旱从人，不知饥馑，时无荒年，天下谓之‘天府’也。”

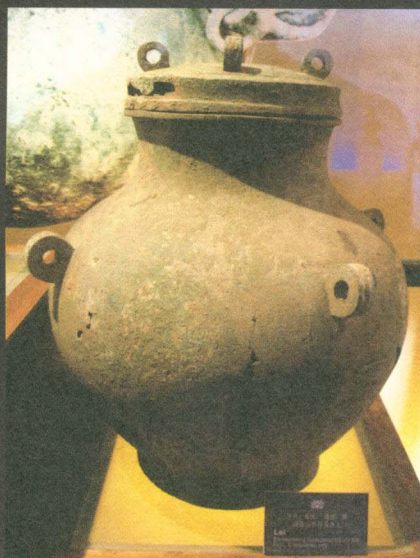
历史——历史悠久，文化名城

成都是历史悠久的文化名城，距今已有两千多年的历史。早在新石器时代，蜀族先民就在这一带生活居住。据《太平寰宇记》载，成都一名的来历是“周太王从梁止歧，一年成邑，二年成都，因之名曰成都”。成都作为一个城市的兴起，经历了漫长的过程，春秋末期古蜀国王开明九世从“广都樊乡”（今双流境）“徙治成都”。秦灭蜀后置蜀郡，前311年，张仪和张若对成都进行大规模修整，东为太城，是郡守官舍区，西为少城，是商业区，成都成为秦国有名的商业都市。

汉代时，成都的经济文化日臻繁荣，与洛阳、邯郸、临淄、宛并称为全国五大都会。成都发达的织锦业，成为朝廷贡赋的重要来源，朝廷在此设立专管织锦的锦官，在城西南修筑锦官城，于是，锦官城也成为了成都的别称，简称锦城。唐代，成都与长安、扬州齐名，当

时还有“扬（扬州）—益（成都）二”的说法。西汉末东汉初的公孙述，三国时期的刘备，西晋的李雄，东晋的李寿，五代时期的前蜀王建，后蜀孟知祥，都在四川建立过王朝，都城都是成都；明末张献忠也在成都建立过“大西”政权。后蜀主孟昶时，他的妃子花蕊夫人喜爱芙蓉花，于是在成都的城墙上遍种芙蓉，花开时节，成都“四十里为锦绣”，故成都又有“芙蓉城”、“蓉城”之称。

元、明、清三代，成都一直是四川的省治。1922年，成都、华阳两县



铜制器具

合并为市，成立市政公所，县治保留。1928年建立成都市政府，成都市为省辖市，1949年12月，成都解放，成为川西行政公署驻地；1952年撤销行署，恢复四川省建制，成都为四川省的省会至今。

如今，成都不仅作为省会城市发挥着重要的作用，还成为了国务院首批公布的24个历史文化名城之一。全市有重要的人文景观100多处，有全国重点文物保护单位和省级文物保护单位19处。

成都的交通——内外纵横，四通八达

成都是中国西南地区最大的陆路和空中交通枢纽，交通四通八达，极为便利。双流国际机场是全国大型机场之一，拥有160多条国际国内航线，飞往国内外60多个大中城市，还可抵达本省西昌、万县、南充、泸州等地，游客吞吐量居全国第4位。以成都火车站为起点的成渝、宝成、成昆、成达等多条铁路线分别通往重庆、贵州、云南、甘肃、陕西、河南、湖北等省市。川藏、川滇、川陕、川青、成渝等公路干线通往西南、西北各省；

省内有多条公路干线或高速公路通往省内主要城市。

成都市内有成都旅游客运站、北门汽车站、茶店子汽车站、金沙汽车站等客运中心，每天都有发往四川各地的班车。市内交通工具公共汽车、出租车、三轮车等交通工具。



资中石窟



茶店子客运站

气候——雨量充沛，四季分明

成都平均海拔500米，具有典型的盆地气候特征：热量丰富，雨量充沛，四季分明，春早、夏热、秋凉、冬暖，年平均气温16℃，年降雨量1000毫米左右。成都的气候还有两个显著特点：多雾，日照时间短；空气潮湿。因此成都夏季闷热，冬季多阴天。成都的雨水主要集中在7、8两个月，冬春两季干旱少雨，极少冰雪。每年3~6月，9~11月是来成都旅游的最佳季节。

历史上曾有过的辉煌

古蜀国

“蜀”名称的来历，史书记载有两种：一说蜀就是蚕，古蜀王蚕丛教民栽桑养蚕，使四川成为中国最早养蚕的地方，因此而得名；一说是形态像蚕，但能蜇人的毒虫，但这可能是中原王朝对蜀的一种贱称。

蜀的祖先据说是生活在黄河中上游的古代羌族的一支，被称为“氏

羌”。他们沿岷江南迁入四川盆地，并在成都平原建立了国家。据说最早这里称王的是蚕丛和柏灌，之后是鱼凫。到杜宇王朝的时候，中原王朝正是西周，而到了开明王朝，中原也已经是春秋战国时期了。

在古蜀国经历的蚕丛氏、柏灌氏、鱼凫氏、杜宇氏和开明氏五代中，对古代巴蜀发展贡献最大的是杜宇氏



三星堆文物



形状各异的戈

和开明氏。传说杜宇自立为蜀王，称为望帝。他为民治水，教民务农，后退隐西山，禅位给其相开明。

前316年，秦国趁蜀国与巴国战乱之际派司马错率军南下，灭掉了蜀国和巴国，古代巴蜀国历史到此结束，古蜀国的辉煌也到此结束。

三星堆

古蜀国时期，四川人民创造了璀

璨的青铜文明。三星堆出土的文物中，最引人注目的是青铜器，这里出土了大量的青铜器人物雕像、头像、面具、金杖和枝叶繁茂的青铜神树等大批珍贵文物，这些文物在冶铸方面，已经使用了范铸法和分铸法。以铅锡铜为主的三元合金一起冶炼，表明在商周时期，古蜀国即有了高度发达的青铜文明。

三星堆遗址考古的重大发现，将蜀国的历史推前了两千多年，填补了中国考古学、青铜文化、青铜艺术史上的诸多空白。三星堆遗址的发现震惊了全世界，被誉为“世界第九大奇迹”。

都江堰

战国后期，秦楚两霸争天下，秦为实现一统天下大业，便将“得蜀则得楚，得蜀先治水”列为根本国策。蜀居楚之山，而都江堰“北归无汉”，“蜀道难难于上青天”，但如水上运兵攻楚则旦夕即至。秦出于政治目的，于是派李冰治理岷江。李冰吸取治水经验，“引水以灌田，分洪以减灾”，带领百姓兴修了举世瞩目的都江堰水利工程。

不管秦兴修都江堰是什么目的，却使得成都平原从此成了“水旱从人，不知饥谨，时无荒年”的天府之国。李冰成就了千秋之业，造福了子孙。都江堰风光秀美，2000多年以来，一直发挥着它的作用，因此当之无愧地成为“独奇千古”的“镇川之宝”。

三国蜀

221年，刘备在蜀称帝，都成都，国号汉，史称蜀或蜀汉。222年，刘备以替关羽报仇为名，倾全部兵力东攻孙权，双方交战于夷陵（今湖北宜都北）。后刘备战败，几乎全军覆没，狼狈退回白帝城（今四川奉节）。不



青铜神树残件

璨的文化，在四川广汉南兴镇北，有一条古老的马牧河蜿蜒地淌过，在三星堆村形成一个月牙般的弯道，人们称之为月亮湾。在马牧河南岸有三个起伏相连的黄土堆与月亮湾相望，这就是清《嘉庆汉州志》记载的“三星伴月堆”。闻名中外的三星堆遗址就在这里，这里也是古蜀先民生息繁衍之地。

三星堆文化距今4800~2800年，持续时间约2000年，从新石器时代晚期一直延续至商末周初。三星堆遗址里发掘了大量古蜀国生产工具、生活用具、玉石礼器、陶器及其加工



三义庙

久，刘备死，子刘禅即位，虽然有诸葛亮辅政，蜀还是经二世而亡。

古今史学家认为，在魏蜀吴三国中蜀国是治理得最好的。蜀相诸葛亮在蜀20年使蜀经济迅速发展，百姓安居乐业。诸葛亮整顿法纪，发展经济，注意扶持农业生产，推行温和民族政策。因而受到百姓的尊敬。百姓为其修祠建庙，故三国之中，蜀国留下的遗迹最多。这些三国遗迹多在四川，著名的有成都武侯祠、阆中的张飞庙、剑门蜀道、姜维城、庞统墓、子龙墓等。

隋唐五代经济开始超过北方

隋唐五代是中原王朝动荡不安的时期，特别是五代，中原群雄并起，争夺天下。相对而言，后蜀的政权比较稳定的，受到的冲击比较小。中原王朝的巨大的创伤却给蜀提供了发展的大好时机。蜀国由此经济发达，文化繁荣，成为了真正的天府之国。



三国胜地

特别是到了唐朝，四川成为了全国经济最发达的地区之一，成都更是著名的商业都会之一，在这一时期面积扩大了约10倍，其繁华程度可与扬州并称，有“扬一益二”的说法。成都还是中国第一个造纸中心，益州麻纸闻名全国，被指定为官方用纸。当



刘备墓

时蜀的丝织业也很发达，处于国内领先地位，丝织品远销国外。

宋朝成都夜市繁华

到了两宋时期，天府之国除了王小波起义造成一些动荡外，经济在唐朝的基础上继续保持繁盛的局面。据历史文献记载，成都繁盛“与京师同”，在社会、经济、文化等各方面已经全面超过北方：蜀锦“穷工极巧”，印刷业高居全国之首，这里还出现了最早的纸币——交子。

这个时期，在成都还出现了夜市，街上店铺林立，灯火辉煌，行人穿梭在琳琅满目的大街上，商贩们张罗着自己的生意。人们三五一群，或吹牛（聊天）或喝茶饮酒，或猜拳罚

酒，到处是欢笑声，一片繁荣景象，哪还记得北方战火连天？到了蜀地，就等于到了一片乐土，什么战火都可以抛之脑后，只有尽情地享乐，这也难怪世人称四川为天府之国了。

川茶与川酒

茶

清初学者顾炎武考证说：“自秦人取蜀而后，始有茗饮之事。”这一结论，统一了中国历代关于茶事起源上的种种说法，也为现在绝大多数学者所接受。六朝以前的茶史资料也表明，中国茶业，最初兴起于巴蜀。

到了唐代，四川已有规模相当大的茶园，且闻名全国。据唐代陆羽《茶

成都加油站

成都方言：

纸飞儿 小纸条

吃烟 抽烟

啥子 什么

滴滴儿 一点

不消 不用

不认黄 不讲情面

做活路的 雇工

丁丁猫 蜻蜓

巴心巴肝 全心全意

把细 仔细

摆龙门阵 聊天

麻麻亮 天刚亮

打闪闪 发抖

打燃火 对人不客气，

当面指责

摸不到火门 没有掌握

关键问题

车转来 转过身来

扯把子 开玩笑

雄起 加油

幺儿 小儿子

要得 好，行

撇撇儿 辫子

说明：为了便于理解，我们采用普通话的标准发音来表示成都方言的近似发音。