



行走中国



总策划：何承伟
作者：杨福泉
上海文艺出版总社

依山傍水凝古韵



灵境丽江



上海锦绣文章出版社 · 上海故事会文化传媒有限公司





品读《话说中国》 感悟历史文化

《话说中国》正成为中国图书市场的畅销品种

《话说中国》3大买点

买点一：馈赠亲朋好友的尊贵文化礼品

走亲访友送什么礼品，才更体面、更有文化品位？《话说中国》是好的选择：送亲人，礼重情更重，送朋友，体面又大方。更令人欣喜的是，2006年4月21日，国家主席胡锦涛访美期间，以《话说中国》等作为国礼赠送美国耶鲁大学，彰显《话说中国》尊贵品质。

买点二：留给下一代的宝贵文化财富

富爸爸穷爸爸教给我们父母如何为下一代打好坚实的物质基础，而我们同样希望能给后代留下些文化财富，能对孩子的成长有所启迪，使之终身受益。每一个做父母的一定懂得：读过历史的人就是不一样。读《话说中国》，也许会改变你人生的坐标和轨迹，奏响你人生的乐章。

买点三：犒劳自己的文化滋补品

在客厅，在旅途，在枕边，随时随地，《话说中国》都能带来无尽的享受。可以说，还没有一本书能够像《话说中国》这样，全书4800页，打开任何一个页面，都能轻松阅读，感受中国历史文化的非凡魅力。你可以与智者交谈，与伟人对话。拿起《话说中国》，你就是一个幸福的人。因为《话说中国》，你变得春意盎然，你生命中寂寞的光阴转变成巨大的享受时光。



《话说中国》购买方式

《话说中国》是家庭收藏、馈赠亲友、个人阅读的首选大作。全书共16卷，其中第16卷为全书索引卷

《话说中国》为广大读者安排了多种购买方式，以满足各种不同需求

① 各地书店整套、单册均有销售

② 故事会文化传媒有限公司负责《话说中国》的邮购业务（邮编：200020）

外地人士邮购《话说中国》整套及单册均免邮费

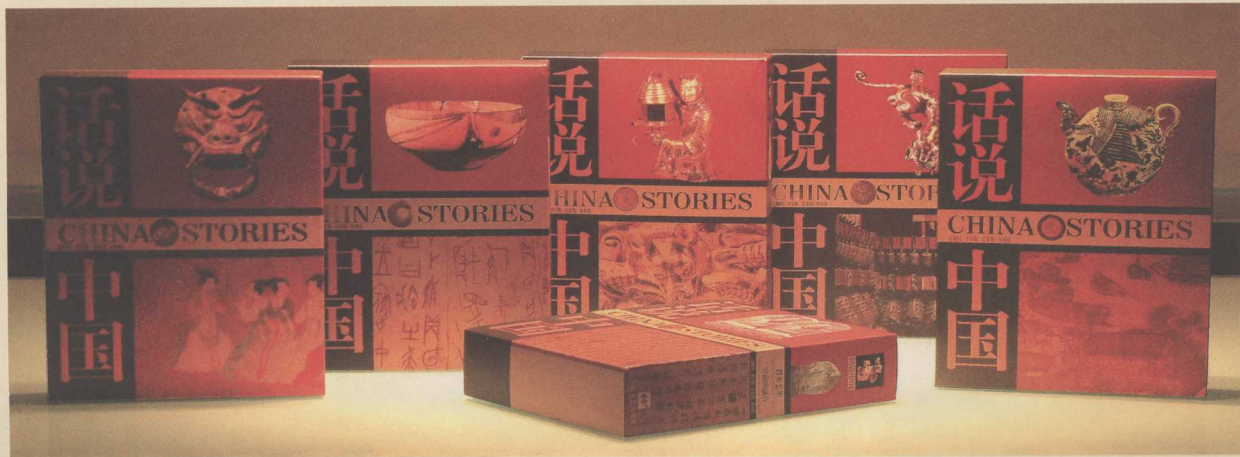
邮购地址：上海绍兴路74号故事会文化传媒有限公司

邮购联系电话：021-64375030

③ 门市部直销：您可以直接到上海绍兴路7号上海文艺出版社门市部购买《话说中国》

④ 批销业务：欢迎各地书店批销《话说中国》
业务联系电话：021-54667902 或 021-64375030
地址：上海绍兴路74号，邮编：200020

● 如果想了解更多的有关《话说中国》的信息，请登录“故事中国”网站（www.storychina.cn）《话说中国》专区，内有专家点评、内容精选、精彩书影、全书介绍等丰富内容，欢迎收看。





行走中国

依山傍水凝古韵 灵境丽江

上海文艺出版总社
上海锦绣文章出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

依山傍水凝古韵: 灵境丽江 / 杨福泉 著. 杨福泉等摄影. - 上海: 上海锦绣文章出版社, 2007.7

(行走中国地理文化系列)

ISBN 978-7-80685-821-9

I. 依... II. 杨... III. 乡镇 - 简介 - 华东地区

IV. K927.42

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 113319 号

总 策 划 何承伟
特约策划 罗小韵
监 制 吕石明
责任编辑 汤颐颖
特邀审读 王瑞祥
编 辑 李剑侠
封面设计 李鸿飞 孙艳武
版式设计 孙艳武

书 名

依山傍水凝古韵——灵境丽江

作 者

杨福泉

摄 影

杨福泉 卞志武 李丽元 和尚礼

出版、发行

上海锦绣文章出版社·上海故事会文化传媒有限公司

地址: 上海绍兴路 74 号

电子信箱: csbcm@public.sta.net.cn

网址: www.storychina.cn

印 制

北京雅昌彩色印刷有限公司

规 格

787mm × 1092mm 1/16 印张: 9

印 数

1-10000 册

版 次

2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

书 号

ISBN 978-7-80685-821-9/G · 048

定 价

39.00 元

告读者 如发现本书有质量问题, 请与印刷厂质量科联系 T: 010-80486788



STORIES

上海故事会文化传媒有限公司 出品
(00104)



总序

江山多娇 魂脉永系

历史文化图书《话说中国》的工作暂告一段落后，我随即开始了它的延伸产品——中国地理文化系列的图书出版工程《行走中国》的策划和编辑。与《话说中国》的策划思路一脉相承，《行走中国》系列丛书是要秉持“普及人文地理知识，弘扬祖国民族文化”的编辑方针，结合更多的文化资源，向广大读者倾力推出又一批大众文化精品力作。

《行走中国》，顾名思义，显然要讲祖国的地理知识，讲我们脚下的这块大地的故事。但如果光讲自然地理，不讲生活在这块美丽的大地上的人，不讲我们民族的先人在历史长河中创造的绚丽的文明，也许难以激发我们对中华民族生存的这块大地的激情，更难以激发对曾经为她付出辛勤劳动乃至献出自己生命的先驱们的崇敬，我们面对的这块大地会因此失去光彩，这套丛书也会因此失去灵魂。

显然，《行走中国》要做到人与大地的结合，也就是地理与文化的结合。这就是编辑出版这套地理文化系列丛书的宗旨。

面对祖国神秘的高原、险峻的峡谷、辽阔的草原、巍峨的群山、万年的冰川、奔腾的大河、澄净的湖泊、浩瀚的森林以及这自然界的万物，我们可以无比自豪地说，在中华民族生存的这块大地上，我们拥有着其他国家难以比拟的地质地貌和自然风光。

《行走中国》将带你走进被喻为“世界屋脊”和“地球第三极”的青藏高原，探寻世界上最幽深、最奇险、最壮阔的地质地貌：峻美的雪山、圣洁的湖泊，就像高原神灵的化身，神秘而美丽。而每逢盛夏，广袤的草原之上，杜鹃花盛开、点地梅争妍、黄羊奔突、野驴悠闲、云雀恬唱、雪鸡盘旋，又完全是一派动植物天堂的景象。

《行走中国》将带你走进中国乃至世界地理环境最复杂的地区之一——被联合国教科文组织列为世界自然遗产的“三江并流”地区。发源于青藏高原冰山雪峰中的怒江、澜沧江、金沙江这三条大江并肩南行，飞流直下、一泻千里。“三江并流”的名字由此而来。在这里，山河险阻，雪峰林立，高大的雪山和滚滚长河构成了滇西北地区大山大水大气派的地形地貌，也成就了一块神奇雄壮的土地。身临其境，人们的精神就会飞越万水千山，眼前展现的是一个圣洁的世界，那样洁净、明亮，没有一丝杂质。

《行走中国》的力量，不仅使我们为祖国的壮丽河山所惊叹、所感动，为大自然的鬼斧神工、神奇造化所折服，更使我们的灵魂为一种人类文明的力量所震撼，那就是

中华民族在这片神奇的土地上披荆斩棘、生生不息，在历史长河里所创造的灿烂文明。

今天在中国的大地上，到处都留下了我们民族世代相承的文明遗迹。这些文明遗迹，有的是无形的、有的是具实的；有的深处崎岖险地、有的遗落于风景绝胜，它们长存于天地之间、和谐于自然之中，依附于大地也照亮了大地。而如果说最具代表性、最密切地关联着中国自然地理的古代文明遗迹，则无疑要数绵延万里连接中西商贸及文化交往的古代“丝绸之路”、被誉为“世界第八奇观”的万里长城，以及遍布祖国大江南北的旷世奇观——古代建筑地标。

这些也正是《行走中国》要带你穿过的必经之路。

在这几条路上，我们将充分了解中华民族在几千年前如何打通连接欧亚大陆之路，为世界文明发展所做出的贡献；我们将充分认知，中国古代建筑，如何独树一帜，并影响了许多亚洲国家，成为和伊斯兰建筑、欧洲建筑并列的世界三大主要建筑体系之一；我们会更加坚信：长城，不仅是为了抵御外来入侵而建造的，她绵延万里的雄伟身姿，已成为中华民族的形象符号，深深镌刻在人们的脑海里，挥之不去，每个中华儿女，都为祖国拥有万里长城而感到骄傲。

《行走中国》，让我们循着大自然的瑰丽，沿着古文明的踪迹，期待着一次次震撼和感动。与此同时，一路走去，我们将接触生活在这片土地上的，不同习俗、不同语言、不同信仰的不同民族，他们多姿多彩的生活，让华夏大地异彩纷呈、魅力无限。正是这些绽放在中国大地上绚烂的民族之花，给沉寂的大地带来了无限生机和魅力。一路走去，我们还将沿着历代英雄的足迹，遥想他们为民族的生存发展所创建的丰功伟绩，以激励自己为中华民族的振兴，做出自己应有的贡献。

壮丽的自然风光，灿烂的中华文化遗产，是我们祖国的瑰宝。在大地之上建设着家园、创造着文化、守护着文明、延续着民族精神的华夏儿女，更是这片神奇土地永恒的灵魂。《行走中国》，固然是对中国自然地理、历史文明的一次深刻的记录，更是一场关于中华民族精神的激情呈现。

我深深地相信，读完《行走中国》，你会更加热爱中华民族赖以生存的这块大地和生活在块美丽大地上的人民。



何承伟

上海文艺出版总社编审
《话说中国》《行走中国》总策划



品阅祖国大地华美篇章的途径

——本书导读示意图——

以地理文化为核心的《行走中国》系列，以生动活泼的讲述方式，汇集众多著名摄影家的珍贵摄影作品，向读者娓娓诉说祖国大地的起伏沧桑，人文风情，是一部熔地理、历史、生态、民族、考古、民俗、建筑等学科知识于一炉的中国地理百科丛书。

为方便读者迅速进入本书的阅读，我们特设计本导读示意图，为您一一解析本书丰富多样的构成元素，使您能够轻松自如地品阅华夏大地的秀丽河山。

随时感受地理文化的浓郁气息与编纂创意的独具匠心

整个版面构成灵动而不失规矩，大气中又着意细节，充分体现出本书知识信息密集、图文并重、元素丰富、检索便捷的特点，使读者在本书任何一个页面上，都能感受到地理文化的浓郁气息与编纂创意的独具匠心。

多元、密集的知识性信息，构成了全书另一个重要组成部分

专栏的设计，弥补了正文叙述中知识点不足的局限，使全书的信息得到有效的扩充和延伸。这些经过精心选择的练达的知识板块，内容丰富，不拘一格。或进一步注释正文的要点，或由某一处引申开去，广涉相关的人文地理知识；或讲述一地一物，或上下百年，跨越千里，使读者在享受畅快阅读的同时，从中感受到理性与感性的交织，获得丰富的地理文化知识。

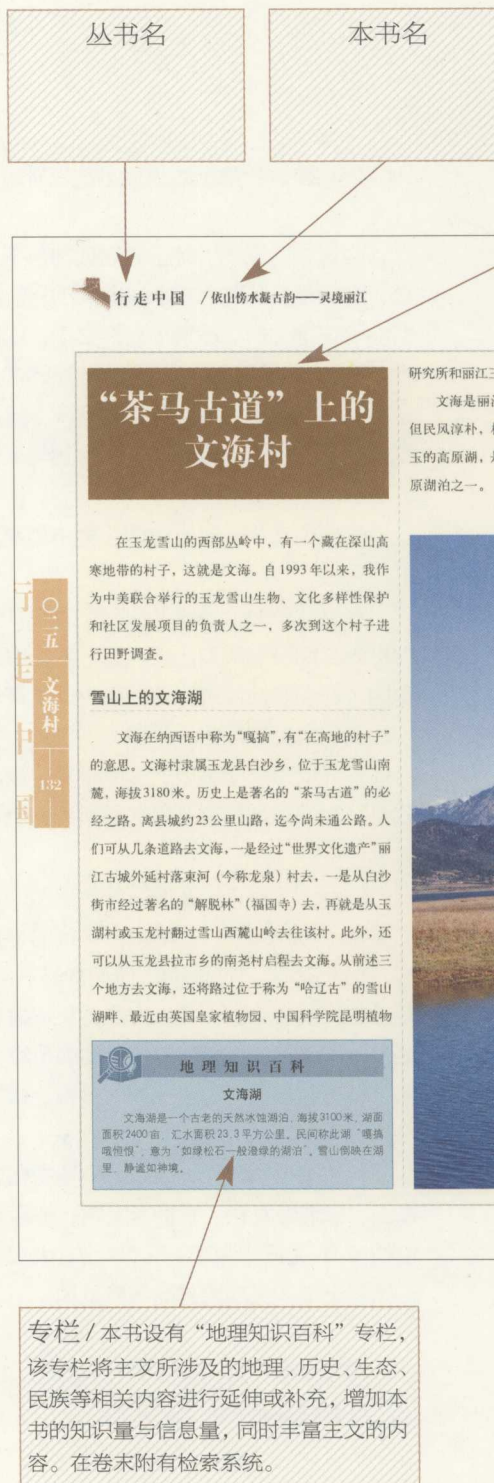
大量独具身临其境感受的图片系统

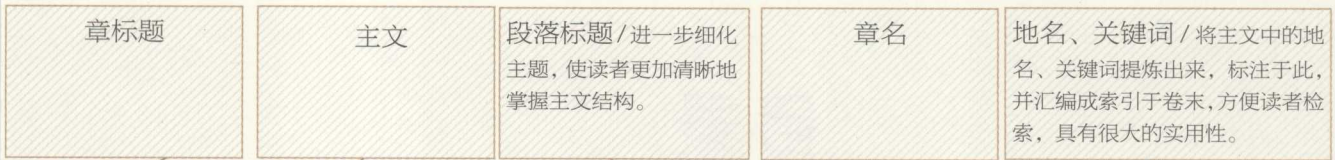
图片内容涵盖面广泛，能够深入呈现主题。拍摄角度细腻独到，极富现场感，立体凸现了中华大地上各种独具一格的地理地貌、自然风光，反映了文化、宗教、民风民俗、社会生活等各方面的发展变化，堪称是地理文化的全息图像。

索引系统提升本书的实用性

全书均备有索引系统，依不同内容，索引项的设置也各异。这些索引项不仅出现在页眉或页脚，对正文内容起到提纲挈领的作用，同时，还汇编成索引列于书末，从而迅速帮助读者检索到相关条目，具有很大的实用性。

《行走中国》以丰富精美的文字和图片，将中华大地独一无二的秀美景致和生生不息的文化传统，演绎得生动而传神。就用这张导图，来开启您一程赏心悦目的中国地理文化之旅吧。





独立的高山植物园基地。
所属之山区。村子虽然贫困,好客,加之这儿有个碧澄如第一个湿地保护区的三个高

文海湖畔观雪山

从文海湖畔观看玉龙雪山十三峰,另是一番不同的姿态。这里是观看民间所说的“黑雪山”最好的地方。“黑雪山”之名源于从此看到的雪山南端两角峰,其接合处恰恰是石灰岩与玄武岩交接处,黑白分明。此外,巨大的石灰石黑色峭壁与山顶积雪洁白的山峰形成了鲜明的“黑白”对比,黑雪山与白雪山共同构成了玉龙雪山神秘壮丽的容颜。

在秋、冬两季,文海湖满眼碧水,如一匹巨大的蓝天白云、雪山、湛蓝的文海湖和悠闲的马儿。



图片说明/深入揭示图片的内涵,使读者对图片产生新的认识;同时,对主文或专栏涉及的内容进行补充。

章标题关键词、章编号、页码/方便读者翻阅。

图片/图片丰富,与主文或专栏相互呼应,方便读者的理解,并以最直接的方式对读者造成视觉冲击。



目录

- 4 总序 江山多娇 魂脉永系
- 6 本书导读示意图
- 10 自序 丽江——多民族文化的灵境
- 12 总述 丽江山河概述
- 17 丽江地区示意图

雄奇壮丽的山水世界

- 20 / 〇〇一 纳西人的精神象征——玉龙雪山
- 26 / 〇〇二 “滇省众山之祖”老君山
- 30 / 〇〇三 大江传奇
- 36 / 〇〇四 东方大峡谷——虎跳峡
- 40 / 〇〇五 拉市高原湿地保护区

千年世界名城

- 44 / 〇〇六 山城的来历和土司府第
- 48 / 〇〇七 不拘一格的古城
- 52 / 〇〇八 没有城墙的“茶马古道”重镇
- 56 / 〇〇九 水之灵 桥之魂
- 62 / 〇一〇 淳厚的民风
- 64 / 〇一一 灵泉宝地黑龙潭

古老神秘的人文天地

- 68 / 〇一二 神秘的图画象形文古国
- 74 / 〇一三 东巴教圣地白墙



80 / 〇一四 纳西古乐

86 / 〇一五 白沙壁画

88 / 〇一六 佛教寺庙



天边有个“女儿国”

96 / 〇一七 独一无二的母系制社会

98 / 〇一八 神秘的“走访婚”

100 / 〇一九 高原母亲湖

104 / 〇二〇 美丽多情的格木山女神

古老的名镇名村

108 / 〇二一 世界遗产的一角——束河古镇

114 / 〇二二 江山奇迹石头城

120 / 〇二三 雪山第一村与“玉柱擎天”

126 / 〇二四 山青水灵玉龙村

132 / 〇二五 “茶马古道”上的文海村

136 后记

137 助读书目

138 索引

140 旅游黄页





自序

丽江——多民族文化的灵境

大千世界,哪里山川河流都有自己的独特风貌。丽江的山水非常美丽雄奇,历来被人所称道,但如果仅仅说它的山水田园,那同样壮美瑰丽的大自然风景在地球上是不不少的。作为一个土生土长的丽江人,我觉得,丽江之美,就在于天造地设的山水之美与丽江人千百年来所创造的人文之美非常协调地融合在一起,这种人文之美的多样性又使这自然和人文的融合显现出它一种独到的、不可替代的个性和魅力。

大自然的奇观和人类文明的神奇就这样融合成了丽江之美。1997年12月4日,联合国教科文组织授予丽江古城“世界文化遗产”的称号。2003年7月2日,第27届世界遗产大会正式表决通过云南“三江(金沙江、澜沧江、怒江)并流”列入“世界自然遗产”名录,丽江位于“三江并流”的核心区域;2003年10月15日,丽江市收藏的东巴古籍被联合国教科文组织列入《世界记忆遗产名录》。如今,荣膺这三项世界级桂冠的丽江,以其卓然独立的美丽和深沉,吸引了世界的目光和无数人的心灵……

丽江的主体民族纳西人,在历史的长河中谱写了古文明的辉煌乐章。他们的先民创造了一种介于原始图画文字和甲骨文等象形文字之间的“图画象形文字”,并用这种独特的文字书写了数万卷本土宗教经典,形成世界文明史上一幅壮丽神秘的人文画卷。

历史上,这个图画象形文字古国后来发生了剧烈的文化和社会变迁,在政治、社会变迁、外来文化与本土文化冲突以及民族习俗、个性等诸多因素的综合作用下,在漫漫的岁月中发生了无数的殉情悲剧,年年岁岁,一曲曲感天地泣鬼神的爱情绝唱在冰峰雪岭间回荡着。因此,这个古王国的首府丽江,就被人们称为“殉情之都”。衰艳、痴情、真诚、悲怆与美丽,融合成这块土地一种旷世的凄美。

而在“高原母亲湖”——泸沽湖畔,与丽江纳西人同源同宗,属于纳西族一个分支的纳人(即现在普遍所称的摩梭人),则长久地生活在一个尊崇母亲、敬重女性的母系制社会里,过着一种“暮合晨离”浪漫多情的“走访婚”生活。他们以母亲为主心骨的家庭酿出的和睦温良之醇厚民风,以及在情爱方

面自由意志之张扬，使之成为很多人向往的一个世外桃源般的“女儿国”。

丽江是一个多民族、多宗教文化共存的乐土，在这高原之上，不仅有那举世瞩目的东巴文化之光，同时也闪烁着藏传佛教、汉传佛教、道教和民间纳西巫术文化的神秘之光。

步入21世纪的人们还可以在这个以纳西族人口占绝大多数的边地小城里看到不少早已在历史风尘中烟消云散的中原汉文化的古韵遗音。丽江古城中那无数条穿街过巷的清溪低吟浅唱，与每天古城里那些须发皆白的老乐师所弹奏的唐宋词牌古乐相呼应；许多保留着“唐宋古法”的明代建筑，气象萧森地肃立在这个“纳西古王国”的首府；那些汉传佛教、藏族佛教、道教等等的宗教神灵们与出没于山野林莽高山清流的纳西族东巴教神灵们合唱着一曲曲祥和的歌。

如果你走进白族人聚居的丽江市古城区金山乡、玉龙县九河乡等地，你将看到他们那别有特色的“本主”信仰；在玉龙县黎明、黎光的傈僳族聚居的丹霞地貌红岩群中，你会听到那随山风飘荡的基督教教堂的钟声，听到那圣诗的歌吟；在丽江市古城区大东乡的黑水、玉龙县拉市乡的南尧、白沙乡的文海等彝族山村，彝族巫师毕摩那与天地和精灵的对话，和那些身着如山花斑斓的服装的彝族姑娘的“打跳”，将使你看到山野中的另一片神秘和明丽；当你走进藏传佛教噶举派著名的五大寺或聚居在玉龙山周边的藏族村子时，那冥思的活佛和诵经的僧人，那面孔黑红，纵马驰骋的藏族骑手，那在山风中飘舞在玛尼堆和木屋上的佛教经幡，却又使你有宛如走进藏区之感。

纳西古国是一个清纯的艺术之苑，音乐之邦。如今闻名遐迩的“纳西古乐”，也是典型的多元文化相融汇的艺术结晶。它由“白沙细乐”和丽江洞经音乐、皇经音乐组成。音乐史家认为“白沙细乐”这套组曲是我国屈指可数的几部大型古典管弦乐之一，是“活的音乐化石”。

在千百年的历史长河中，各种不同的文化能在“纳西古王国”生根开花，发扬光大；各种信仰不同、文化背景不同的外民族移民能在这里找到自己身心皈依的安身立命之所，来自五湖四海各民族的工、医、学、艺、匠等种种人才都能在这里充分施展自己的技艺才智。

丽江以自己雄厚博大的文化内涵和深受多种文化熏染的各种不同社会形态，形成世界文明史上一道隽永的风景；奇情异彩的民族，瑰丽多元的文化，形成了丽江的山川精神和人文魅力。



总述

丽江山河概述

民族众多的丽江

丽江市地处云南省西北部云贵高原与青藏高原的连接部位。位于东经 $99^{\circ} 23' \sim 101^{\circ} 31'$ 和北纬 $25^{\circ} 59' \sim 27^{\circ} 56'$ 之间，东西最大横距 212.5 公里，南北最大纵距 213.5 公里。北连迪庆藏族自治州，南接大理白族自治州和楚雄彝族自治州，西邻怒江傈僳族自治州，东与四川凉山彝族自治州和攀枝花市接壤。全市总面积 20 603.74 平方公里，其中坝区 1 586.49 平方公里（含河谷面积 1 050.79 平方公里），占总面积的 7.7%；山区 19 017.25 平方公里，占总面积的 92.3%。

丽江市辖古城区、玉龙纳西族自治县、永胜县、华坪县、宁蒗彝族自治县。丽江自古就是一个多民族聚居的地方，共有 12 个世居少数民族，包括纳西族、彝族、傈僳族、白族、普米族、傣族、苗族、壮族、藏族和回族等。

据 2000 年中国第五次人口普查，纳西族人口共 308939 人。现在纳西族人口中的绝大部分居住在滇西北地区，其中丽江纳西族自治县（2000 年时丽江尚未撤地建市）有 201 066 人，占全县总人口的 58%，占全国纳西族总人口的 68.5%。

历史悠久的丽江

丽江具有悠久的历史，是滇西北政治经济文化中心，是汉唐时代通往西藏和印度等地的南方丝绸之路和茶马古道上的重要集散地。蜀汉时期丽江设遂久县，元代先设茶罕章管民官，后改丽江宣慰司、丽江路军民总管府，明初置丽江府，清朝设丽江军民府，1941 年设云南省第七行政督察专员公署，1949 年 12 月成立丽江人民行政专员公署，1950 年 4 月改为丽江专员公署，辖丽江、永胜、华坪、宁蒗、维西、兰坪、中甸、德钦、碧江、福贡、贡山、鹤庆、剑川 13 个县，1953 年泸水县划归丽江专区，后于 1954 年和 1957 年分设怒江傈僳族自治州和迪庆藏族自治州，归丽江专区代管，1973 年撤销代管，1956 年将鹤庆、剑川划归大理白族自治州，1980 年设立丽江地区行政公署，2002 年 12 月 26 日，经国务院批准，丽江撤地设市。

纳西族是丽江市的主体民族,1961年4月,丽江纳西族自治县宣告成立。2002年12月26日,丽江撤地改市,丽江县分为古城区和玉龙纳西族自治县。迄今,纳西族的自治地方和民族乡有如下几个:玉龙纳西族自治县,永胜县大安彝族纳西族乡、香格里拉县三坝纳西族乡、西藏芒康县盐井纳西族乡。

横断山中的明珠

丽江地区地处青藏高原东南缘,滇西北横断山纵谷地带的东部,地形总趋势为西北高东南低,最高点是玉龙雪山主峰,海拔5596米,最低点是华坪县民主乡塘坝河口,海拔1015米,最大高差4581米。玉龙山以西为横断山脉切割山地峡谷区的高山峡谷亚区,山高谷深,山势陡峻挺拔,河流深切其间。玉龙山以东属滇东盆地山原区的滇西北中山山原亚区,海拔较高,山势也较浑厚,宁蒗、永胜、华坪三县,属于此地貌区。全市内主山脉与水系多呈近北向及北东向排列,在主山脉两侧又广泛发育着东西向的沟谷,形成错综复杂的地块地貌景观。

名山雄峙

市内横亘着一系列南北走向的大山,自西向东主要有属云岭山脉的老君山、玉龙山以及绵绵山三大山系。老君山从北到南如屏障横列在西边,成为玉龙县与维西县、兰坪县的界山。老君山主峰海拔4247.4米。玉龙雪山位于丽江市政府所在地丽江古城以北15公里处,发育着高山冰川地貌,终年白雪皑皑,13座山峰首尾相连,直指云天。

玉龙雪山是北半球离赤道最近的雪山,有“现代冰川博物馆”和“植物王国”之誉。玉龙雪山是国家级风景名胜区、云南省省级自然保护区和旅游开发区,景区面积约2.63万公顷。景区内有北半球距赤道最近的现代海洋性冰川,分布有20多个保留完整的原始森林群落和59种珍稀野生动物。

老君山是“三江并流”的核心景区,总面积842.64平方公里,区内有独特的丹霞地貌、茂密的原始森林和种类丰富、未遭破坏的动植物群落,分布有种子植物79科167属280多种,其中很多是珍稀濒危植物。2003年7月2日,第27届世界遗产大会正式表决通过云南“三江(金沙江、澜沧江、怒江)并流”