

神秘仵佬

养生道真

美

古朴生态

之

DAO
ZHEN





返樸
返法
自然
真

聰生書



曾任全国工商联党组成员、专职副主席，中国民间商会副会长庄聪生同志题词



秘境大沙河



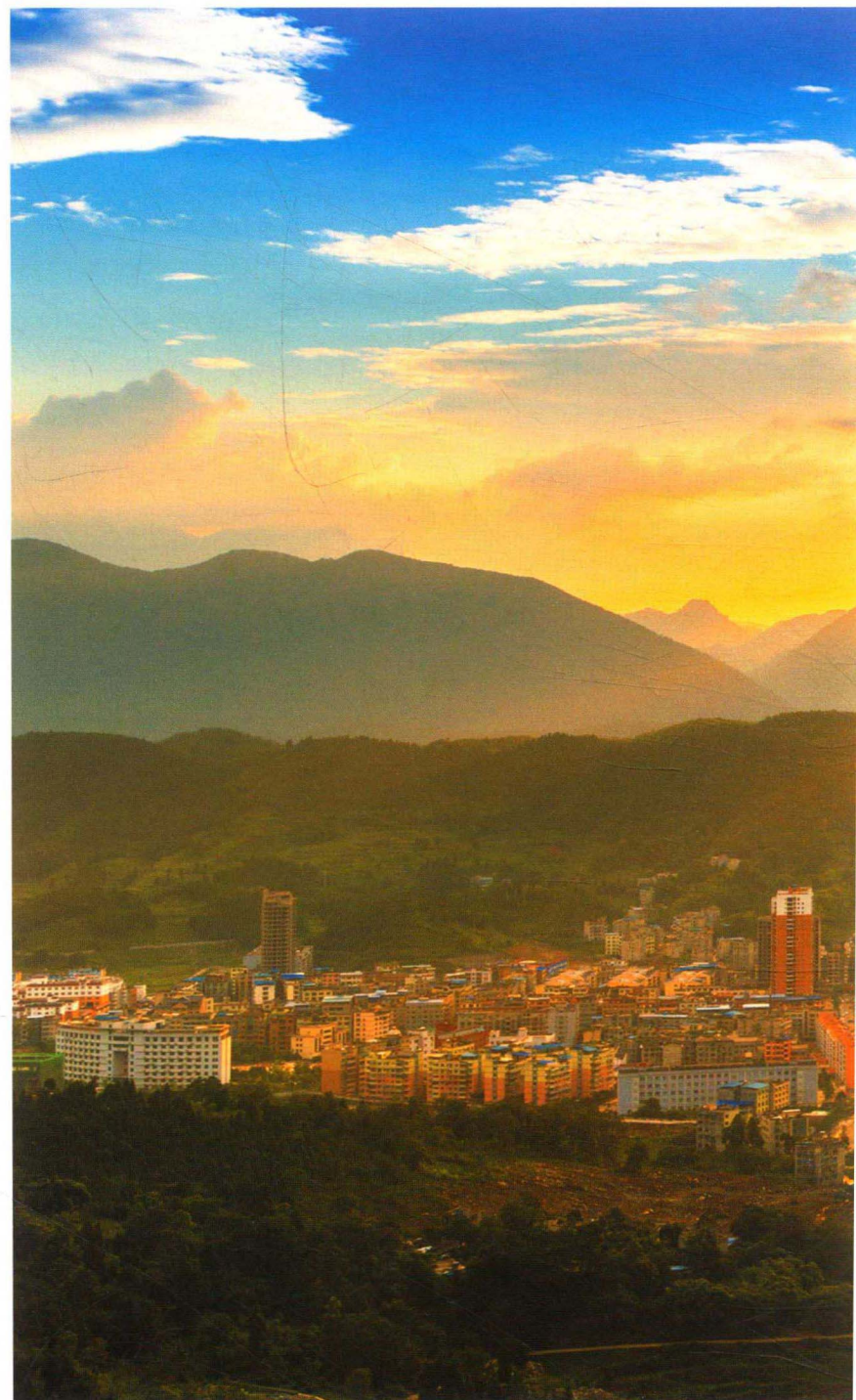
神秘佬 养生天堂
SHENMIGELAO YANGSHENG TIENTANG

道真自治县县情简介

道真地处黔北极地，位于云贵高原向四川盆地过渡的斜坡地带，全县总面积2157平方公里，辖12镇2乡83个村(社区)，现有人口35万人。道真是仡佬民族文化的发源地。道真秦属巴国，汉属巴郡，隋属信阳，唐、宋、元为真州，明置真安州，1941年置县，因纪念汉儒尹珍(字道真)先生在此兴教办学教化先民之功而得名，1986年撤县设仡佬族苗族自治县。道真是全国两个仡佬族苗族自治县之一，现有仡佬族17万人、苗族9万多人。仡佬人民世居道真，世代相承，民族民间文化意蕴深厚、独具特色。“道真傩戏”、“三幺台”、“高台舞狮”等分别被列为国家级、省级非物质文化遗产，全县登记不可移动文物84处，有一处为新石器时代人类生活遗址。“道真傩戏”原始而神秘，傩技“煞铎”、“上刀梯”等堪称一绝；“高台舞狮”、“打篾鸡蛋”等民族传统体育项目融健身、娱乐一体，技艺高超；仡佬族的居室、服饰、饮食、婚丧礼俗等生活习俗独具特色，仡山大宴“三幺台”每筵席经茶、酒、饭三席而终，味美情浓。

道真是休闲避暑旅游的目的地。常年雨量充沛，四季分明，平均气温16摄氏度，夏无酷暑，冬无严寒，气候宜人。全县植被广阔，3000多种物种，有濒临绝迹的银杉、红豆杉等珍稀植物550余种，有面积近300平方公里的大沙河省级自然保护区。良好的自然生态和突出的喀斯特地貌，形成了一幅幅优美的自然风光，全县有芙蓉江文化长廊、长岩十里峡、梦幻天城石林、黄泥洞、仙女洞、磨盘山等自然景观，是休闲娱乐、避暑度假、旅游的美好去处。

道真是黔渝开放合作的桥头堡。地处渝黔之交，南距遵义市区180公里，北至重庆市区106公里，是黔中经济区连接成渝经济区的“结合部”，是黔渝开放合作的桥头堡。道真至南川高速公路建成后，道真与重庆时空距离缩短在一小时内，道真融入“重庆一小时经济圈”，区位优势将进一步凸显。



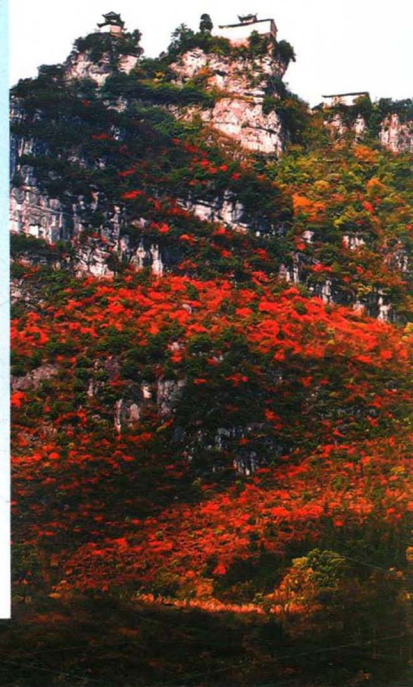


霞光中的道真县城

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

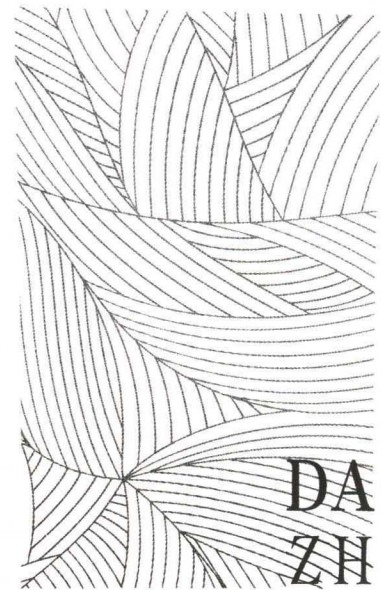


神秘侗寨 养生天堂
SHENMIGELAO YANGSHENG TIENTANG





贵华山晚霞



DAO
ZHEN



插旗山秋色



三河口风光



道真旅游

神秘佬佬 养生天堂

SHENMIGELAO YANGSHENGTIANTANG



国家级非物质文化遗产

State-level non-material cultural heritage

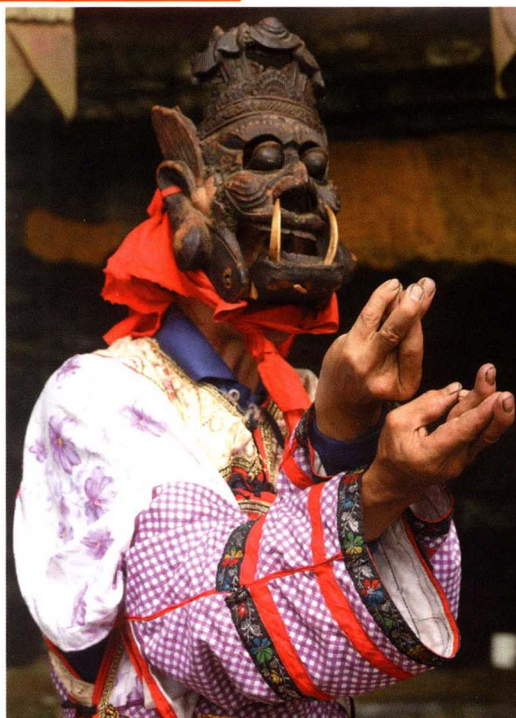
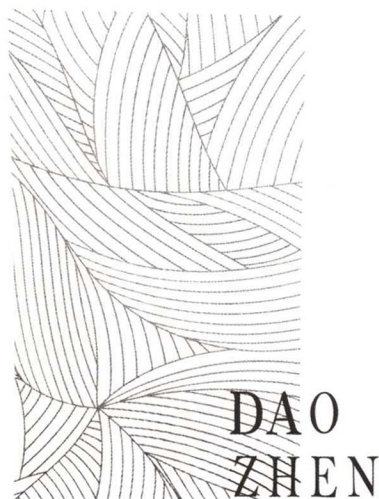
全市



仡佬族傩面具全图

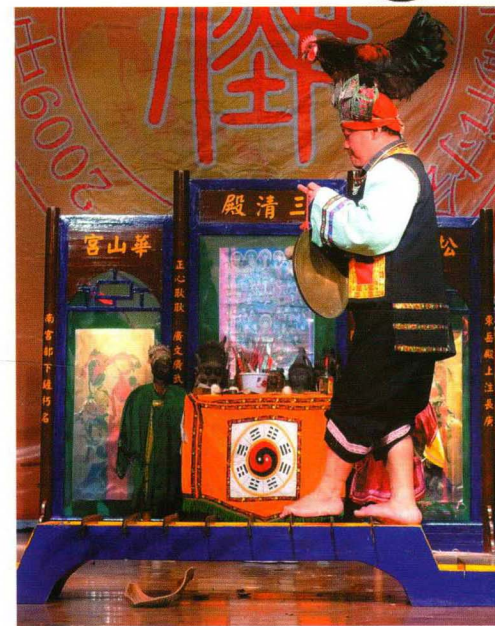
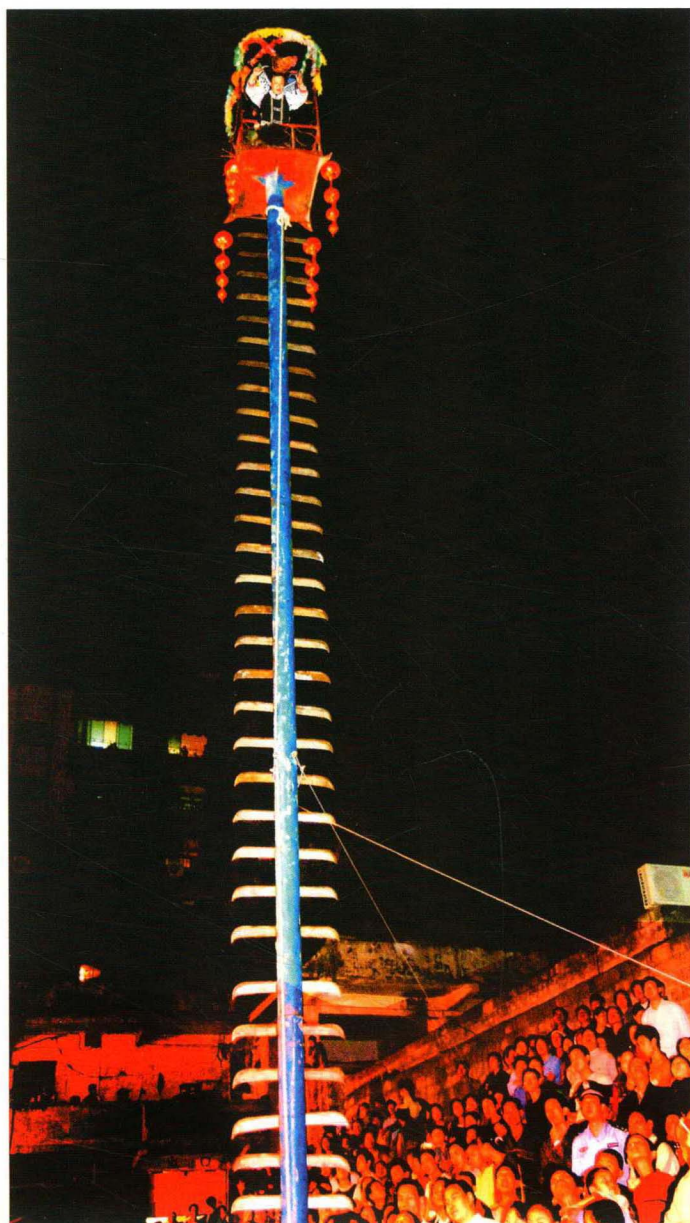
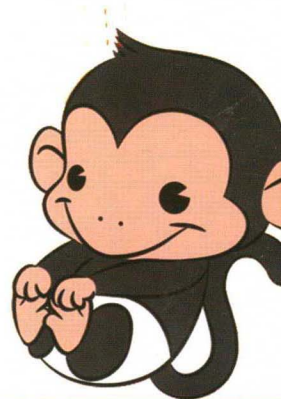
仡佬族傩戏

国家非物质文化遗产，道真仡佬傩戏，其形式有冲傩、打保福、阳戏、梓潼戏、和梅山、打粉火、打财神、开天门、抛牌、酬山、谢土、跳坛、上钱、煞铎等130余种。



仡佬族傩戏人物指法咒语2

四个，道真占了一半



仡佬传统绝技

	2	3
1	金鸡上剑	踩刀梯
上刀梯	4	
	煞铎	



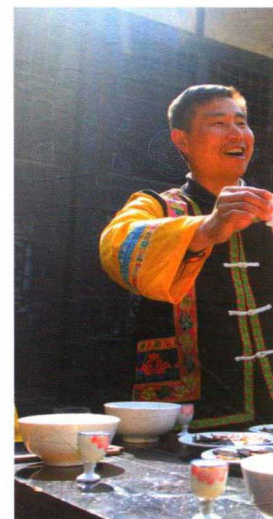
国家级非物质文化遗产

State-level non-material cultural heritage

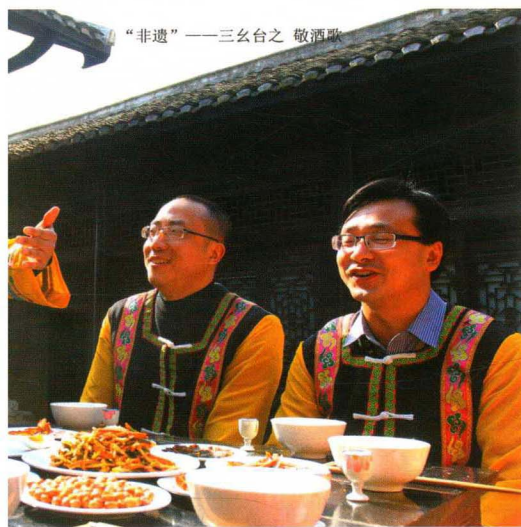
仡佬族三



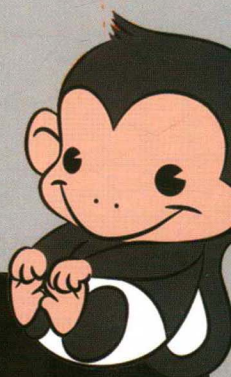
DAO
ZHEN



么台习俗



省级非物质文化遗产仡佬族哭嫁歌



神秘仡佬 养生天堂
SHENMIGELAO YANGSHENG TIENTANG

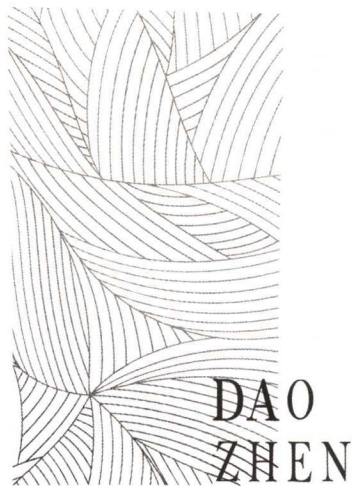


贵州省非物质文化遗产

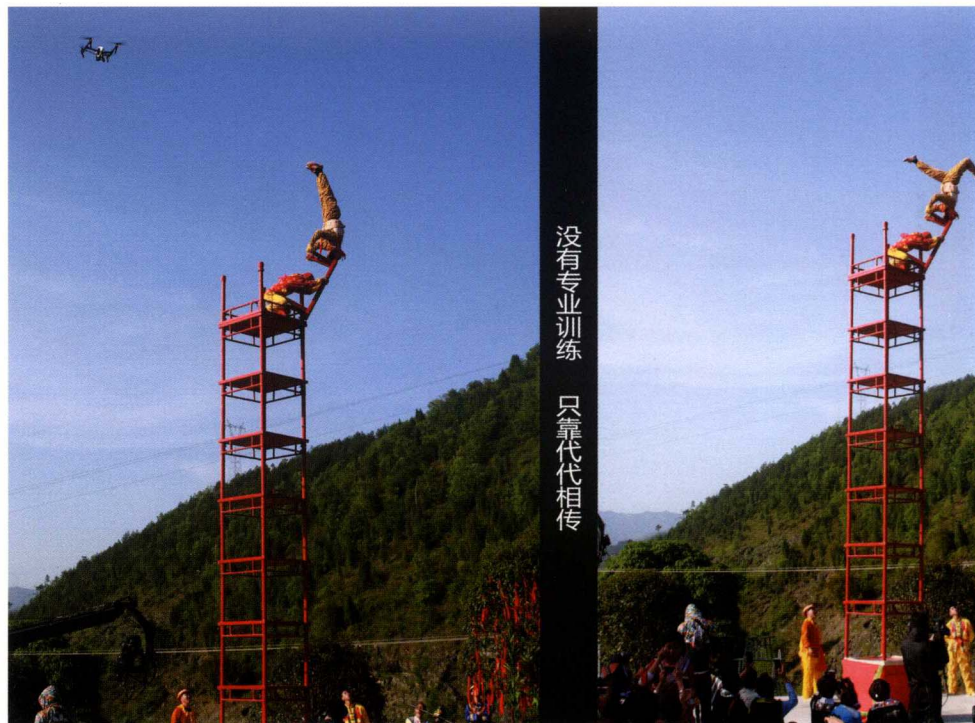
Guizhou province non-material cultural heritage

高台舞狮、打蔑鸡蛋

高台舞狮：高台舞狮系仡佬族传统体育项目。因借助普通农家饭桌搭建高台，并于其上“狮”而得名。“高台”木桌，多取七张、九张，或十二张，总高10米左右。



“蔑鸡蛋”即是“打蔑鸡蛋”这一活动的又称“打蔑绣球”。其打法，总体说，相当比赛时，无论男女老幼，都可上阵。人员均传球方法，有手抛、手托、脚踢、木棍赶逐体打法，经挖掘整理，主要有“过河”、“换窝”、“打盘子”、“打呆子”五种，球类运动近似。



没有专业训练
只靠代代相传



神秘佬 养生天堂
道真旅游 SHENMIGELAO YANGSHENGTIANTANG

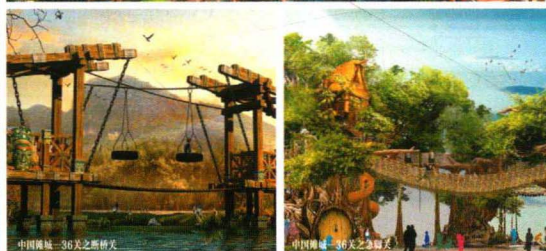
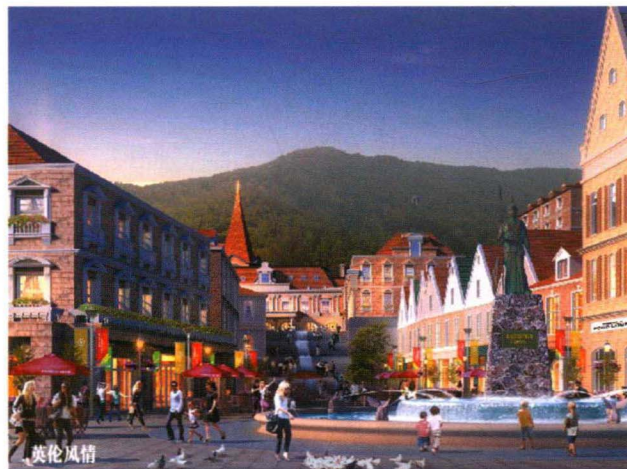
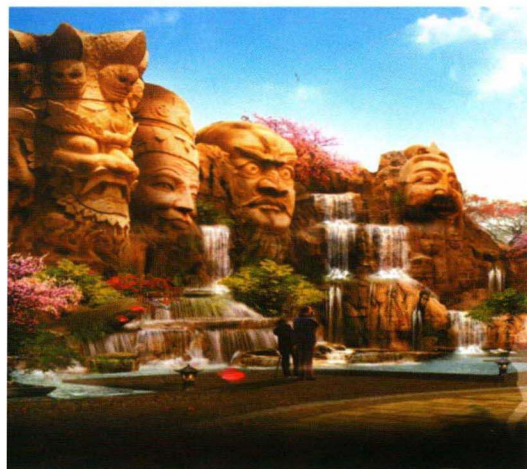
主要器材，
自由灵活。
分为两队。
等多种。具
“进缸”、
与现代诸多



景区风采

The scenic spot elegant demeanour

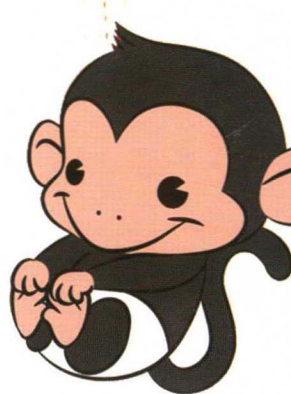
DASHA
RIVER



大沙河仡佬文化国际度假区全景鸟瞰图

贵州·大沙河仡佬文化国际度假区

DASHA RIVER GELAO CULTURE INTERNATIONAL RESORT OF GUIZHOU



60 平方公里的鸿篇巨制

看得见山 望得见水 记得住乡愁

大沙河仡佬文化国际度假区，位于贵州道真仡佬族苗族自治县，世界自然遗产金佛山南麓，距重庆约 60 分钟车程。

景区占地 60 平方公里，以原生态山水风光为基础，休闲、度假、养老功能为核心、中西方文化体验为灵魂，以旅游、休闲、度假、养生、养老、教育、医疗、体育运动、现代农业泛旅游九大产业集群发展为支撑。

景区规划年接待能力达 1500 万人次，常住人口将达 13 万人以上。

最神奇的地带——北纬 30°

最宜居的海拔——1000 米

最绝美的风景——

山、水、石、林、洞融为一体

雄、奇、幽、险、秀集于一身

最宜人的气候——

冬无严寒 夏无酷暑

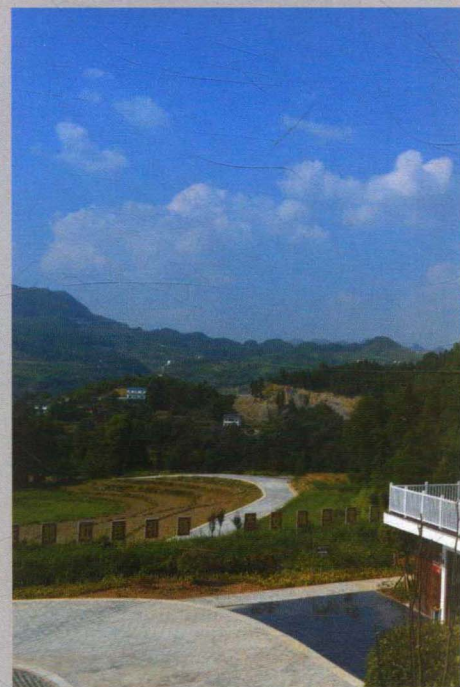
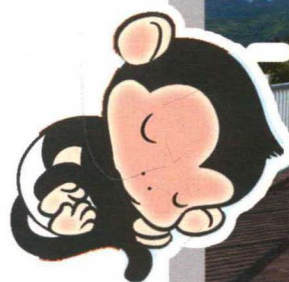




景区风采

The scenic spot elegant demeanour

云顶山景区：紧邻道真县城，项目充分挖掘仡佬文化的内涵，以云顶山为环境基地，积极推动仡佬文化与现代文化艺术、数字娱乐等的结合，整合道真县内外文化资源，全力发展文化旅游产业，以推动道真县经济的跨越式发展，塑造道真县的新形象、新动力、新品牌，打造仡佬文化休闲体验的第一王牌。

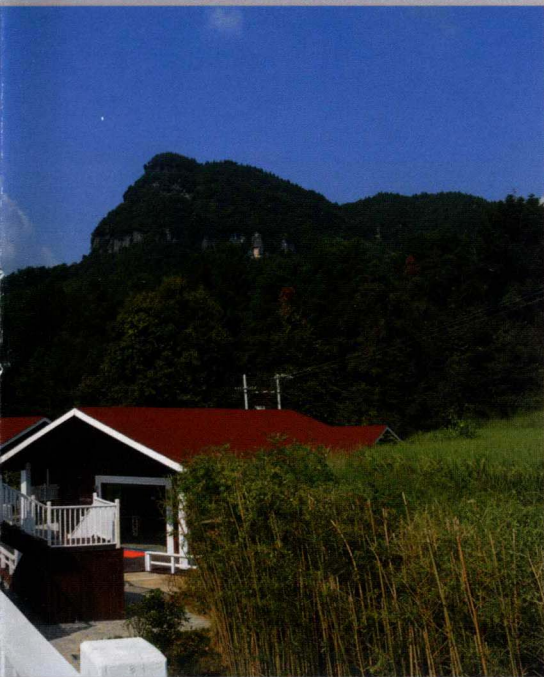


是不是
离天太近的原故
那云那光
那一草一木
透出的圣洁宁静
一如我朝圣时的心绪

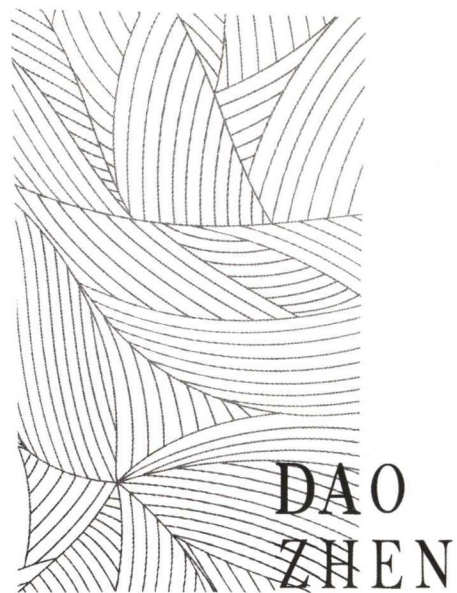
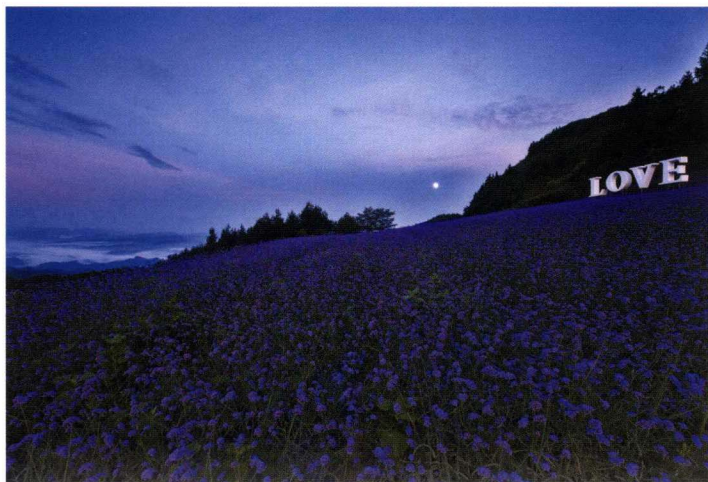
云顶山云海

平模镇油牡丹基地：油牡丹

朱阳台片区也种植有1000亩，
开花之时十分美丽壮观，且具



黔韵紫海景区：黔韵紫海位于道真县平模镇兴宝村，依托道真“神秘佬，养生天堂”的定位，大力发展养生、旅游服务，建成后满足年均30万人次旅游度假养生。打造中国香草农业有机养生示范区，涵盖农业开发、旅游观光、休闲度假、养生保健等综合建设项目。



基地在兴宝乡村的六角丫、冉七湾、是农民致富增收的重要举措，油牡丹有很高的经济和观赏价值。



神秘佬 养生天堂
道真旅游 SHENMIGELAO YANGSHENG TIAN TANG

15-16