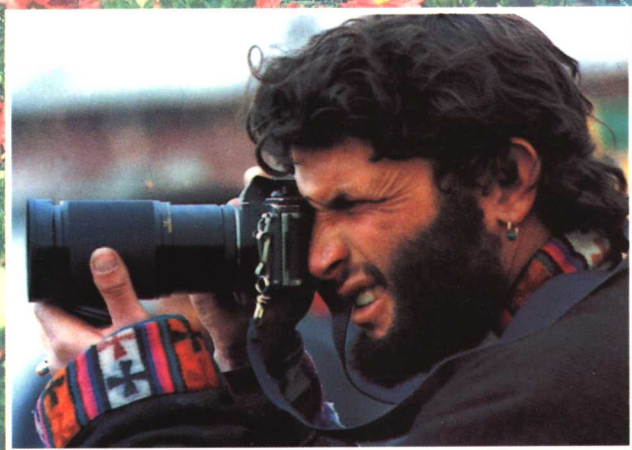


西藏丛书

西藏旅游

——揭开神秘的面纱



西藏人民出版社

西藏丛书

主 编: 金 晖

副主编: 静瑞彬 郭长建

编 辑: 雷 珈 汤贺伟

责任编辑: 夏剑锋 徐醒生

图书在版编目(CIP)数据

西藏旅游 / 李海瑞著. — 北京: 五洲传播出版社, 1995.7
(西藏丛书 / 金晖主编)

ISBN 7-80113-078-2

I. 西… II. 李… III. 旅游地理学—西藏
IV. F592.775

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (95)第 11379 号

西 藏 旅 游

—— 揭开神秘的面纱

李海瑞 著

*

五洲传播出版社出版
中国北京北三环中路 31 号
邮编: 100088

1995 年(48 开)第一版 1999 年 11 月第二版第二次印刷
(汉)

印数: 3001-8000
ISBN 7-80113-078-2/Z·71
定价: 9.80 元

西藏旅游

—揭开神秘的面纱

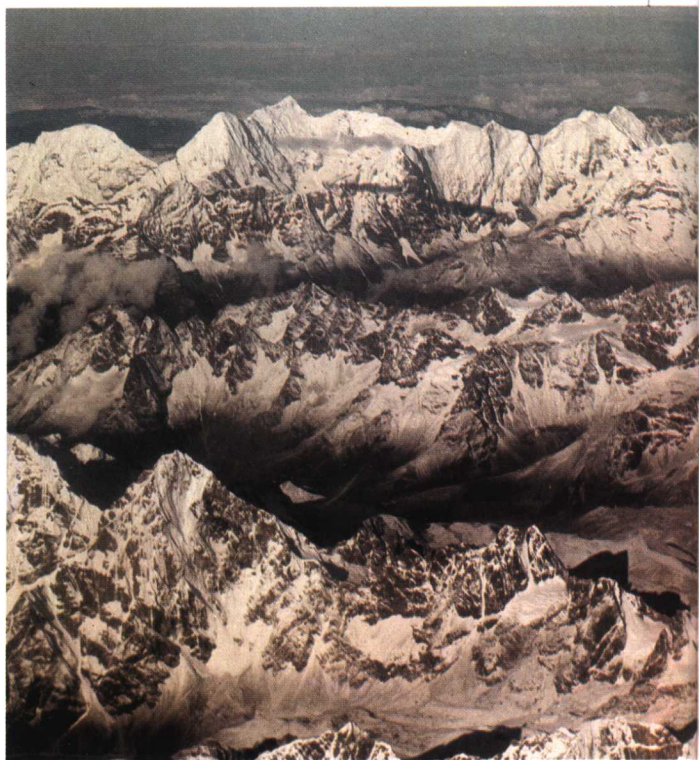
李海瑞 著

云南人民出版社

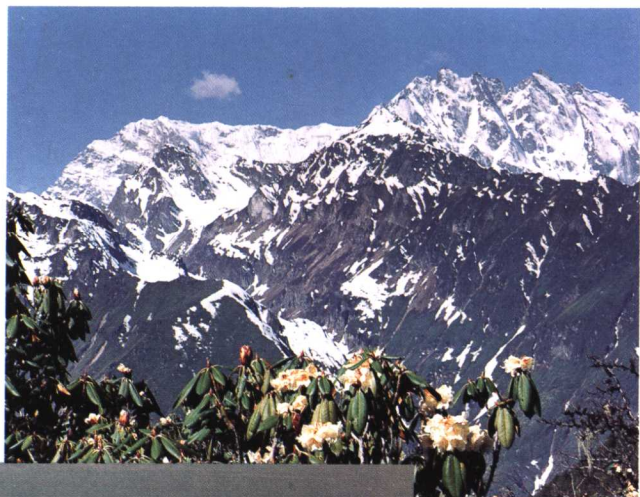
在当今以喷气客机、高速公路和联网电脑为标志的信息时代，世界上还能保持一点神秘色彩的地方所剩无几了。西藏就是这屈指可数的仅有的几个地方之一。

西藏地处中国西南部。13 世纪中叶，西藏正式归入中国元朝版图。嗣后，尽管中国经历了数代王朝

横亘在西藏南部的喜马拉雅山脉，终年积雪。



朗勃康日风光。



西藏
旅游

的更迭，多次更换过中央政权，但西藏一直处于中央政府的管辖之下，一直是中国领土不可分割的一部分。

人们头脑里对西藏的神秘感的形成，是由于它的地理区位和特殊的地形地貌的重重阻隔，由于它鲜为人知的依然保持着原始形态的自然风光和民俗风情，还由于本世纪初一些外国探险家从这里回去之后所作的种种宣传。

西藏与本国的新疆、青海、四川、云南等省区接壤。南部与西部同缅甸、印度、锡金、不丹、尼泊尔等国以及克什米尔地区毗邻，国境线长达 4000 公里。其面积 120 多万平方公里，相当于英国、法国、德国、荷兰和卢森堡 5 国面积的总和。



外国游客在拉萨河畔。



珠穆朗玛峰冰塔林。



羊卓雍湖的山色风光。



雅鲁藏布江大峡谷。

全境平均海拔 4000 米以上，是世界上面积最大、海拔最高的高原，被称为“世界屋脊”，与南极、北极并称为“地球三极”。它受高山峻岭的环护，北有昆仑山脉，南有喜马拉雅山脉，西有喀喇昆仑山脉，东面的横断山脉更是山高谷深。位于中尼边境的珠穆朗玛峰海拔 8848 米，为世界最高峰。这里是世界登山旅游的胜地。

由于地理条件的不同，藏南谷地和藏北高原气候差异很大。藏南温和多雨，年平均气温 8°C ，最低 -16°C ，最高的 7 月 16°C 以上，5-9 月为雨季。藏北为大陆性气候，年均气温 0°C 以下，冰冻期半年，最高的 7 月不超过 10°C ，6-8 月较温暖。降雨量较少。昼夜温差大。3-10 月为最佳旅游季节。

这里湖泊密布，江河纵横，大小湖泊 1500 多个，

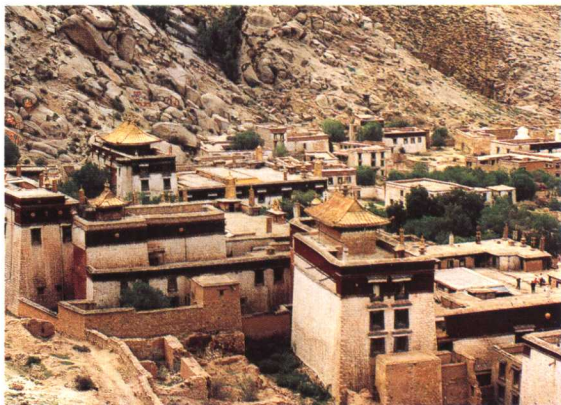
其面积约占全国湖泊总面积的 30%。主要河流之一的雅鲁藏布江长 2057 公里。这里是中国最大的林区之一，藏东林区和云贵高原森林连成一片。察隅、米林、墨脱、波密等县的森林覆盖率达 90% 以上。野生动物很多，有野牛、野驴、黄羊、羚羊、獐、鹿、豹、虎、熊、狼、豺、獾、水獭、雪猪、雪鸡、黄鸭等。是尚未开垦的生态旅游和狩猎旅游的处女地。

西藏历史文化悠久。考古发掘的遗物证明，远在 4000 年至 2 万年前，这里就已有人类生活栖息。勤劳勇敢的藏族人民创造了古代灿烂的文化。它有古老独特的文化传统，是一个能歌善舞的民族。

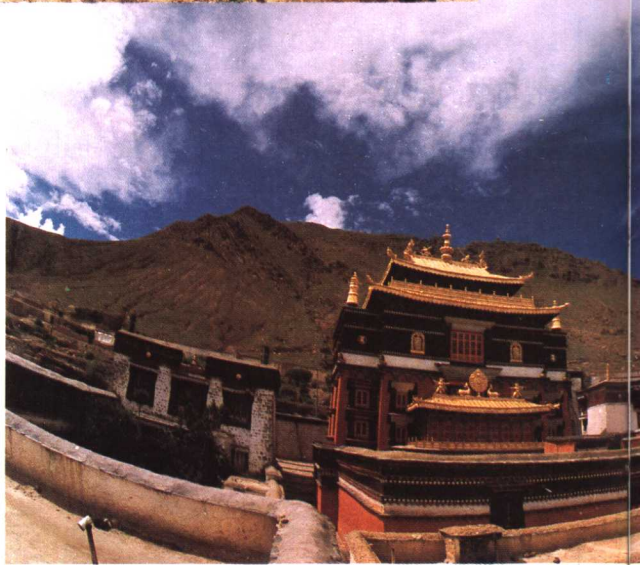
这里有成就突出的天文、历算、医学；有浩如烟海的历史典籍和文学作品；有艺术高超的绘画、建



每年藏历 4 月为“萨嘎达瓦”节，藏族信教群众转经祈祷。



色拉寺。



筑、雕刻；有令人陶醉的音乐、舞蹈、戏曲、曲艺；还有遍布全藏的名胜古迹。

最为著名的有拉萨的布达拉宫、罗布林卡、色拉寺、哲蚌寺、甘丹寺、大昭寺、小昭寺；日喀则的扎什伦布寺、日喀则宗；扎囊的朗色林庄园、敏珠林；

昌都的强巴林寺、卡若遗址；江孜的白居寺菩提塔；札达的托林寺、古格王国遗址；乃东的昌珠寺、雍布拉克，穷结的藏王墓等。这里的观光旅游和民俗风情旅游，是世界上最为独特的。

本世纪初，西方第一个闯入西藏的瑞典探险家斯文赫定，进藏时有130只牲畜，抵达后藏的日喀则

第十世班禅额尔德尼·确吉坚赞灵塔祀殿

“释颂南捷”外景。

拉萨机场。



时只剩下两匹马和一头骡。他在所著的《亚洲腹地旅行记》中宣称，在西藏“每走一步对于我们关于‘地球上的知识都是一种发现’，每个名字都是一种新的占领。直到1907年1月止，我们对行星上这部分与对月球背面同样的一无所知。”

历史已从本世纪初走到本世纪末，西藏的交通大变样了。斯文赫定入藏前后以至整个20世纪上半叶，西藏没有一里公路，没有一辆汽车，交通运输全靠肩背和牲畜驮运。从拉萨到雅安牦牛运输，一年只能往返一次。直到1950年以后，西藏结束了封建农奴制度，在很艰难的条件下，先后修筑了川藏、青藏、新藏、滇藏4条省际公路干线。同时区内也形成了以拉萨、日喀则、昌都、那曲等城镇为中心的公路网，98%的县城都通了汽车。青藏铁路也已开始修筑。雅



西藏宾馆。



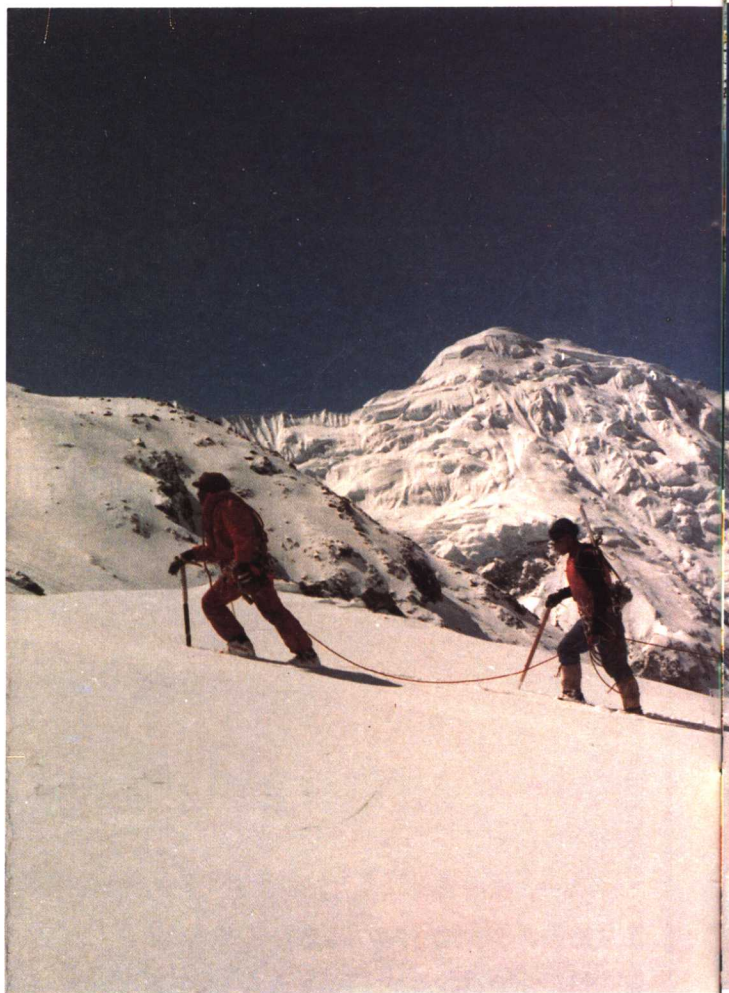
聂拉木海关。

鲁藏布江、拉萨河、年楚河、尼洋曲可通行皮筏和木船。1956年航空人员突破号称“空中禁区”的青藏高原上空，试航成功，打通了空中航道。现在拉萨与国内北京、成都、重庆、西安、西宁，以及国外的尼泊尔加德满都，都有定期航班往返。

同中国的其它地方一样，始于20世纪70年代末的改革开放大潮，也促使西藏发生很大的变化。西藏敞开了大门，迎接来自世界各地的旅游者。这里修整了许多名胜古迹和游览区，建造饭店，购置旅游车辆，培训导游和各种管理、服务人员，开始发展朝气蓬勃的旅游业。

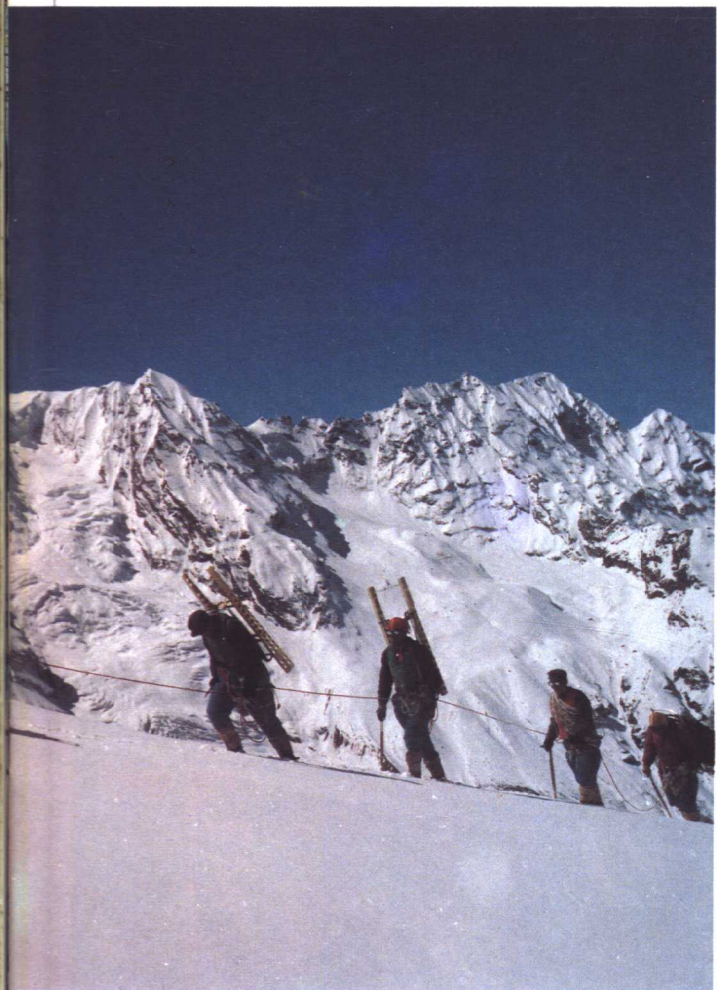
如今，旅游者可以多方位、多渠道进入西藏。乘汽车从新疆、或从青海、或从四川、或从云南，都可进藏。乘飞机可从北京或成都、重庆、西安、西宁直飞拉萨。通过国际公路，在西藏的南面，不丹、锡金和印度境内的

外国旅游者，可以亚东为进出口岸，到江孜、日喀则、定日或拉萨等地旅游；在其西南，尼泊尔境内的各国旅游者可从樟木进出，到聂拉木、定日、萨迦、



一支以藏族青年为主的西藏登山队在喜马拉雅山脉南段考察。

日喀则或拉萨等地旅游；在其西面、尼泊尔、印度境内各国旅游者还可从普兰进出，游览阿里地区的神山圣湖。若乘飞机，则可从加德满都直飞拉萨。



在西藏境内，除旅游部门进口的 350 辆旅游汽车可供游客乘车游览外，游客还可以骑马，骑牦牛，骑毛驴或徒步旅游。

现代旅游者渴望返朴归真，回归大自然。西藏地旷人稀，空气鲜净。这里有皑皑积雪的山峰，郁郁葱葱的原始森林，满坡的杜鹃花，奔流不息的河流和静谧的湖泊。这里绝大多数地方尚无现代社会那些扰人的污染，仍保持着原始的清静。旅游者可尽情地享受大自然的恩赐。现代旅游者向往异国情调、异质文化，追求新鲜的经历。西藏文化内涵非常丰富而独特，它是中华文化最富有特色的组成部分之一。西藏文化使西藏旅游魅力无穷。

坐落在西藏自治区首府拉萨市西北隅玛布日山上的布达拉宫，是世界上海拔最高、规模最大的宫堡式



珠穆朗玛峰下的杜鹃。



八角街上的居民住宅。

建筑群。它始建于公元 7 世纪，高 13 层，占地 41 公顷，全部用花岗岩砌筑，有上千间殿室。内有历代达赖喇嘛遗体的灵塔、灵塔殿和各类经堂。每座灵塔塔身饰表金箔，镶嵌珠玉，极为华贵。最大的达赖五世