

四川

来过就不愿离开的地方

A Wonderland Never-to-Forget, SiChuan

《图行世界》编辑部 编著

吴曦 李屏 文

中国旅游出版社

四川

来过就不愿离开的地方

A Wonderland Never-to-Forget
SiChuan

《图行世界》编辑部 / 编著 吴曦 李屏 / 文

中国旅游出版社

项目策划：王颖

责任编辑：梁媛

文字作者：《图行世界》编辑部 吴曦 李屏

图片作者：全景图片 视觉中国 shutterstock/ 达志 李屏 刘湘波 胡小平 王达军 杨树田

装帧设计：何睦

责任印制：闫立中

图书在版编目(CIP)数据

四川：来过就不愿离开的地方 /《图行世界》编辑

部编著. -- 北京：中国旅游出版社，2015.6

(图行世界)

ISBN 978-7-5032-5230-3

I. ①四… II. ①图… III. ①旅游指南—四川省

IV. ①K928.971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 022777 号

书 名：四川，来过就不愿离开的地方

编 著：《图行世界》编辑部

出版发行：中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲 9 号 邮编：100005)

<http://www.cttp.net.cn> E-mail: cttp@cnta.gov.cn

营销中心电话 010-85166503

经 销：全国各地新华书店

排 版：北京红方众文科技咨询有限公司

印 刷：北京翔利印刷有限公司

版 次：2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷

开 本：787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张：15.25

字 数：250 千字

印 数：1~6000 册

定 价：49.8 元

I S B N 978-7-5032-5230-3

版权所有 翻印必究

如发现质量问题，请直接与发行部联系调换

目录 Contents

序 | 天府之国 荣宠之地 / 001

情报快递

001 | 地理 / 004

002 | 历史 / 005

003 | 气候 / 007

004 | 交通 / 008

005 | 民族 / 009

006 | 节庆 / 010

四川，你一定要去的地方 TOP10

TOP1 | 成都宽窄巷子 / 014

TOP2 | 九寨沟 / 014

TOP3 | 稻城亚丁 / 015

TOP4 | 都江堰 / 015

TOP5 | 丹巴 / 016

TOP6 | 峨眉山 / 017

TOP7 | 四姑娘山 / 017

TOP8 | 泸沽湖 / 018

TOP9 | 若尔盖 / 019

TOP10 | 塔公草原 / 019

到四川一定要做的事情

TOP1 | 小街小巷里饕餮地道的民间美食 / 022

TOP2 | 成都宽窄巷子寻找老成都印记 / 023

TOP3 | 川北阆中古城听风辨水 / 024

TOP4 | 峨眉山感受佛教艺术 / 025

TOP5 | 九寨沟拍摄色彩之海 / 026

TOP6 | 听一曲地道川剧 / 027

TOP7 | 成都鹤鸣茶社摆龙门阵 / 028

TOP8 | 撑着竹筏，在蜀南竹海做一个隐逸世外的船家 / 029

TOP9 | 三星堆寻找古蜀文明根系 / 030

TOP10 | 四姑娘山揭开大姑娘峰和二姑娘峰的面纱 / 031

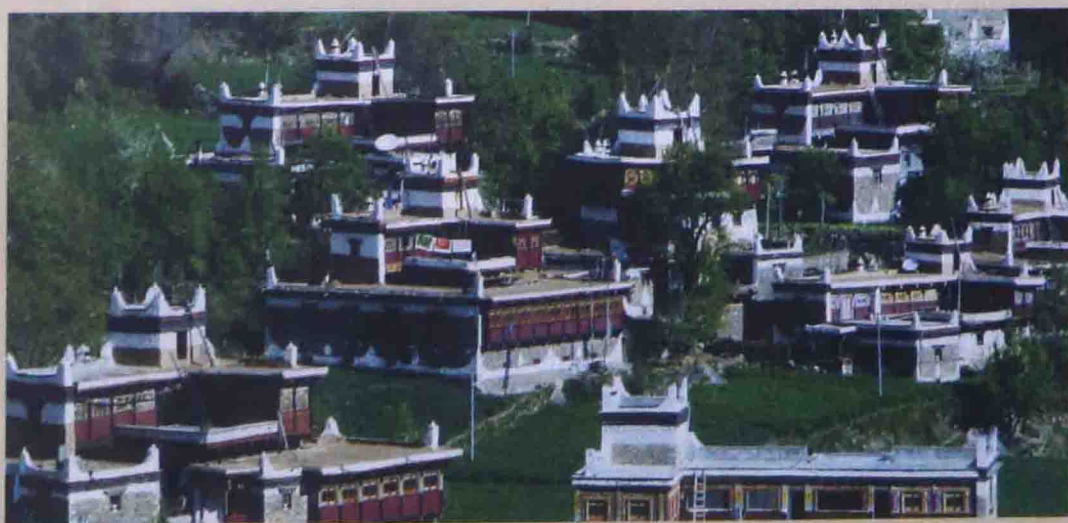
TOP11 | 和大熊猫来一次亲密接触 / 032

TOP12 | 朝拜稻城“三怙主神山” / 033

- TOP13** | 到海螺沟原始森林洗肺 / 034
- TOP14** | 住甲居藏寨，融化进绝色深闺里 / 035
- TOP15** | 牛背山，与满天星光相逢 / 036
- TOP16** | 理塘长青春科尔寺，梵呗长揖中纯净心灵 / 037
- TOP17** | 高庙古镇品味滋味醇厚的原生态酒 / 038
- TOP18** | 武侯祠里拜谒蜀国君臣 / 039

读懂四川的 16 个文化符号

- | | |
|--------------------------|------------------------------|
| 001 巴蜀文化 / 042 | 009 四川会馆 / 058 |
| 002 天府之国 / 044 | 010 灯会 / 060 |
| 003 蜀道 / 046 | 011 白马藏族 / 061 |
| 004 康藏风情 / 048 | 012 自贡井盐 / 062 |
| 005 碉楼 / 050 | 013 抗战大后方 / 064 |
| 006 四川人与茶 / 052 | 014 石刻神迹 / 066 |
| 007 变脸 / 054 | 015 熊猫故乡 / 068 |
| 008 火锅 / 056 | 016 茶叶故乡与茶马古道 / 069 |



赏趣地道四川

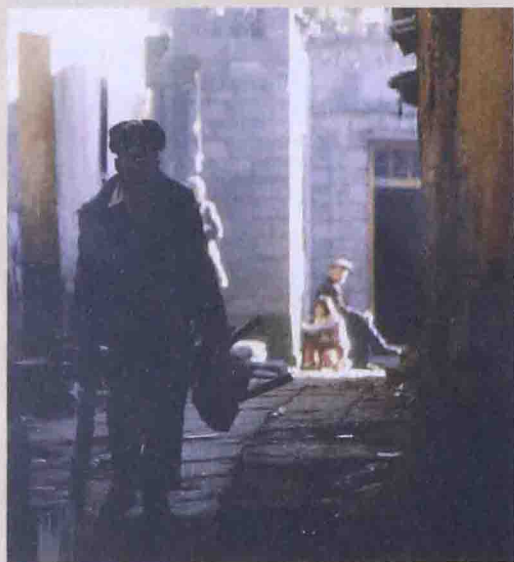
- 001 | 诸葛崇拜 / 072
- 002 | 猪肉还数熬锅肉 / 073
- 003 | 养花一样地养泡菜 / 074
- 004 | 四川茶馆里的茶博士 / 075
- 005 | 麻辣干碟 / 076
- 006 | 乡城白藏房 / 077
- 007 | 花椒 / 078
- 008 | 竹情两千年 / 079
- 009 | 送仙桥淘宝 / 080
- 010 | 会馆外的戏台 / 081
- 011 | 羌族咂酒 / 082
- 012 | 西羌神山崇拜 / 083
- 013 | 川西高原上的天浴 / 084
- 014 | 生态宝库雅安 / 085

巴蜀大地的前世今生

- 001 | 春熙路 / 088
- 002 | 锦里 / 090
- 003 | 宽窄巷子 / 092
- 004 | 武侯祠 / 094
- 005 | 杜甫草堂 / 096
- 006 | 青羊宫 / 098
- 007 | 成都大熊猫基地 / 100
- 008 | 都江堰 / 102
- 009 | 青城山 / 104
- 010 | 峨眉山 / 107
- 011 | 乐山大佛 / 111
- 012 | 广汉三星堆 / 113
- 013 | 刘氏庄园 / 116
- 014 | 成都金沙遗址 / 118
- 015 | 焚人遗迹 / 120
- 016 | 剑阁剑门关 / 122
- 017 | 安岳石刻 / 124



古镇川行



001 | 黄龙溪古镇 / 128

002 | 洛带古镇 / 131

003 | 平乐古镇 / 133

004 | 上里古镇 / 136

005 | 柳江古镇 / 138

006 | 昭化古镇 / 140

007 | 阆中古城 / 142

008 | 水磨古镇 / 145

009 | 李庄古镇 / 147

010 | 会理古城 / 150

011 | 西昌老城 / 153

012 | 嘉阳 / 155

绝色四川

001 | 瓦屋山 / 160

002 | 九寨沟 / 162

003 | 黄龙 / 164

004 | 若尔盖 / 166

005 | 红原大草原 / 168

006 | 四姑娘山 / 170

007 | 海螺沟 / 174

008 | 燕子沟 / 176

009 | 新都桥 / 178

010 | 木格措 / 180

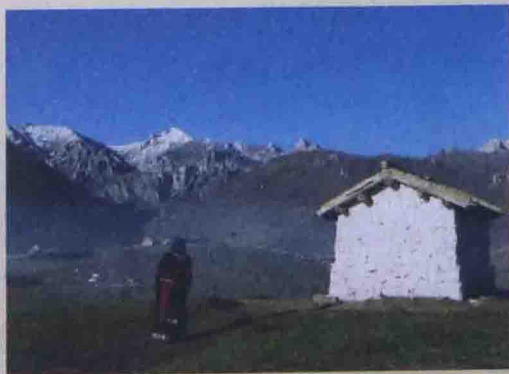
011 | 松坪沟 / 182

012 | 毕棚沟 / 184

013 | 泸沽湖 / 186

014 | 蜀南竹海 / 188

015 | 碧峰峡 / 190



藏地风情

001 | 丹巴 / 194

002 | 德格 / 198

003 | 木里 / 201

004 | 乡城 / 204

005 | 白玉 / 206

006 | 马尔康 / 209

007 | 石渠 / 211

008 | 得荣 / 213

009 | 金川 / 215

幽境秘踪

001 | 贡嘎西坡 / 220

002 | 稻城亚丁 / 222

003 | 牛背山 / 225

004 | 轿顶山 / 227

005 | 龙溪沟 / 230

006 | 牛角寨大佛 / 232

007 | 东拉山大峡谷 / 234

008 | 鼓城山 / 236



序

天府之国 荣宠之地



四川之异，在于山水、物产、风俗

四川之异，在于山水。环抱四川盆地的横断山脉、秦岭、大巴山和华蓃山，雪山连绵，山川高峻，雄险幽秀。咆哮奔腾于山涧峡谷的金沙江、雅砻江、大渡河、岷江和嘉陵江浪涛滚滚，势如游龙。若尔盖草原、红原草原和山间草甸碧若翡翠，仿佛是从天尽头铺挂下来的绿毯，拼接在川西高原的巍巍群山间，如诗如画。

四川之异，在于物产。自汉唐时四川即有“天府之国”的美誉。这里“水旱从人，不知饥谨，时无荒年，沃野千里，物产丰饶，宛然陆上的海洋”。昔日楚汉相争时，刘邦据汉中，得汉中西南之地巴蜀物产富饶优势，大败西楚，称霸天下。抗日战争时期，四川为抗战大后方，为全国抗战输送着人力、物

力、财力，延阻了日本快速占领全中国的企图，为八年抗战的最终胜利做出了卓越贡献。

四川之异，在于风俗。岷江上源的西羌文化也是古蜀文化延绵 3000 年之源头，古蜀人沿岷江南下，周徙迁转。古蜀国文化中心从广汉三星堆迁移到成都金沙地区，发展出迥异于中原文化的高度发达的青铜文明，亦在日后被秦国统一，并入中原后，形成与中原文化既相同亦有所区别的蜀文化。盆地四周，横断山脉的西南夷世居于此，后来在这里形成了藏羌夷民族文化迁徙走廊。现今，四川是全国最大的彝族聚居区、第二大藏族聚居区、唯一的羌族自治县所在地，有 14 个世居少数民族，民族风情浓郁而独特。



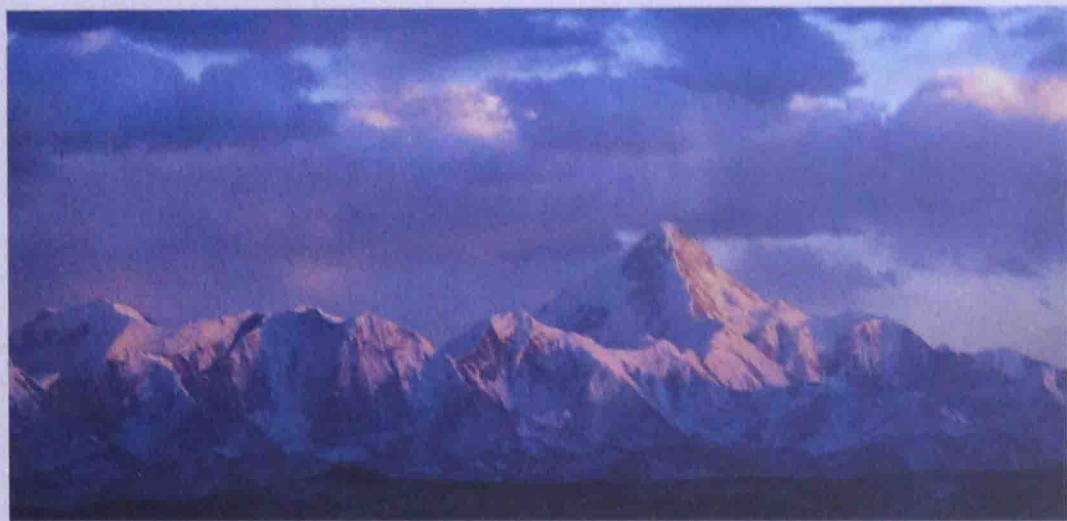


情报速递

这片得上天荣宠的天府之地，有水旱从人的成都平原，有风情独具的藏羌文化，有天高云阔的壮丽山河，也有秀美清丽的古镇风情。

地理

001



四川不只有平原、盆地，也有大山大河、峡谷雪峰

一提及四川，人们总会想到天府之国、成都平原，其实四川不只有平原、盆地，也有大山大河、峡谷雪峰。

四川省处于我国内地地势三大阶梯中第一级向第二级过渡的地带，即第一级青藏高原和第二级长江中下游平原的过渡带。平均海拔3000米以上的川西高原属于世界屋脊——青藏高原的一部分，分布着难以计数的海拔4000米以上的高山、极高山和高原，以及湍急的河流、深切的河谷。

邛崃山脉是川西高原与成都平原间的分界线，这使得从平均海拔500米的成都平原走向川西高原，就像登天的路程，在不足200公里的距离内，地势陡然上升到海拔2000米以上。而四川的东部，以龙门山—大凉山为界，绵延着的是海拔在1000~3000米的盆地边

缘山地，以及被群山、丘陵环绕形成的四川盆地。在四川盆地的中部，以龙泉山为界，向东是川中丘陵；向西是包含成都平原在内的川西平原。四川省境内地形复杂，高原、平原、盆地、山地纵横交错。四川盆地又被称作“紫色盆地”，因为盆地的底部沉积着来自高原的细沙和周围山地的泥土，这些泥土中富含的矿物质经过氧化后，变成了紫红色。

川西和川东，因为悬殊的地貌差异，而在自然、人文等方面形成迥异的特色，人烟稀少的川西地区，自古是藏、彝、羌等少数民族活动的区域，涵盖甘孜、阿坝、凉山3个州，总面积约30万平方公里，占到四川省总面积的3/5，人口不足千万。而占地不足四川省总面积一半的川东地区，却承载了7000多万的人口数量。

历史

002



西汉时期，四川即有“天府之国”的美誉

中国文明史以上下五千年来概括，而上五千年的远古神话、远古历史萌生在蜀地的历史之中。不必说黄帝的元妃嫫祖是否真的生于四川盐亭，也不必说治水的大禹究竟是北川的羌人还是故里在岷江上游的绵虬人。单单说起广汉三星堆，蜀地的可考历史就被确凿地推进到了公元前3000年，曾经迷雾一样的古蜀先民的历史自此清晰，顺着金牛古道进入蜀地的秦惠王，结束了古蜀国的历史，而他的后人，统一了中国的秦始皇，又用往巴蜀地区大移民的方式把蜀地文化纳入中原文化的序列。

西汉时期，四川地区经济繁荣，富比关中，被誉为“天府之国”。东汉末年，豪杰纷起，魏、蜀、吴三分天下，刘备在成都称帝，建“蜀汉”政权，疆域包括今重庆市、四川省、云南省大部，贵州省全部，陕西省和甘肃省小部。蜀相诸葛亮励精图治，蜀地经济一时

极为富庶，是四川历史上最好的时期之一。

两晋以及南北朝时期，中原政权交相更迭，蜀地受政治动荡波及，战乱频仍，民不聊生，发生第一次社会经济大衰落。

隋、唐、宋朝时期，四川经济恢复，进入盛时，有“扬一益二”之说，益指的就是现在的成都。

元朝时期，四川地区反抗辽金、蒙元统治者的历史长达半个世纪，川人被元朝统治者大肆屠杀，四川人口锐减，不足南宋时总人口的十分之一，再次跌落到社会发展的谷底。

明初，明太祖朱元璋，封皇子朱椿为蜀王，向四川移民。明末清初，四川迭逢战乱，明朝朝廷与四川农民军打，四川的明朝朝廷兵与清军打，张献忠领导的农民军与四川普通百姓打，清军与四川抗清力量打，清初的30多年间，四川一直处于战乱之中，四川经济

凋敝，人口锐减，十室九空，甚至有虎豹出没于市镇的街道之上，居民们白天不敢出门。清康熙二十四年（1685年），康熙出台鼓励往四川移民的政令，即“湖广填四川”。湖广填四川的移民运动持续了一百多年，四川社会再度顽强复苏，当代四川的人口和社会基础由此确立。

新中国成立后，历来为藏族、羌族、彝

族等少数民族聚居区的西康省被撤销，西康省的金沙江以东各县并入四川省。1997年，原属四川省的重庆市被分出，单列为直辖市，辖万州、酉阳、黔江。

四川历史就这么从纯粹的巴蜀历史，走向包含着藏族、羌族、彝族等少数民族历史的当代社会，并且与已经单列为直辖市的重庆保持着藕断丝连的血脉联系。



三星堆文明，将四川的可考历史推进到公元前 3000 年

气候

003



最美不过秋意正浓时

由于四川地形复杂，所以，不可避免的，气候也堪称复杂。同样的冬季，既可以在川西高原上体验千里冰封、万里雪飘的北国风光，也可以南到西昌、攀枝花等地，感受南国艳阳，享受春秋季节才有的温暖，还可以在四川盆地体验无霜无雪，但却比霜雪更为蚀骨的阴冷潮湿。而在春、夏、秋三季，温润宜人的温度从川西

平原的坝子上开始，老天爷对成都平原钟爱无比，它让春天的脚步最先走进了这片天仓府地。渐次的，气温从盆地内部升高，地势高的地方，温度偏低，川西地区，年均温度小于 8°C ，即使在7月，平均气温也只有 $10^{\circ}\text{C} \sim 15^{\circ}\text{C}$ 。而川西南山地年均温度因地形而异，一般谷地为 $15^{\circ}\text{C} \sim 20^{\circ}\text{C}$ ，山地为 $5^{\circ}\text{C} \sim 15^{\circ}\text{C}$ 。

交通

004



曾经的“四塞之地”，如今已天堑变通途

曾经有“四塞之国”之称的蜀地，现如今的全省公路以成都为中心，干、支线公路呈网状向四川最偏远、最人迹罕至的地方辐射，除了川西高原上极少数地区至今需要依靠马匹和骡子交通之外，其余各乡镇基本上能开车抵达。成都航空业发达，双流国际机场是中国四大航空港之一，全省民用航空机场已发展到

12个。除公路和航空外，主要分布在四川东部和南部的铁路也是重要的交通方式，成都是西南地区最大的铁路枢纽，是成渝、宝成、成昆、达成等铁路干线的起点，全国20多个大中城市有列车直达成都。不过，目前四川西、北部广大地区都没有修建铁路，到这些地区需要坐火车到达成都后，换乘汽车抵达。

民族

005



藏族拥有自己独特的民族服饰、习俗

四川省境内除了生活着汉族以外，历史上还一直是少数民族活动和聚居的区域，特有的地理特征和历史背景，在这里形成了藏彝大走廊，孕育、诞生出多彩多姿的众多少数民族文化财富。

其中，彝族是四川境内人数最多的少数民族，主要聚居在大小凉山与安宁河流域；藏族居住在甘孜、阿坝州和凉山州的木里藏族自治县等高原地区；而中国历史上最悠久的民族之一——羌族，则祖祖辈辈地居住在岷江上游的茂县、汶川、黑水、松潘、北川等地。满族和蒙古族散居于成都市。

另外，泸州市、宜宾市、凉山州等地分布着苗族；回族散居在成都，广元的青川、苍溪县，广安的武胜，南充的阆中，宜宾，凉山州的西昌、德昌、会理，阿坝州的松潘、阿坝以及绵阳、内江、泸州、自贡等市、县。

凉山州内散居着省内最多族群的少数民族，包括傈僳族、纳西族、土家族、布依族、傣族、壮族。据第六次全国人口普查结果，至2011年止，全国56个民族在四川省生活的有55个（除高山族外），其中少数民族总人数达490.8万人，四川总人口约8000万人。