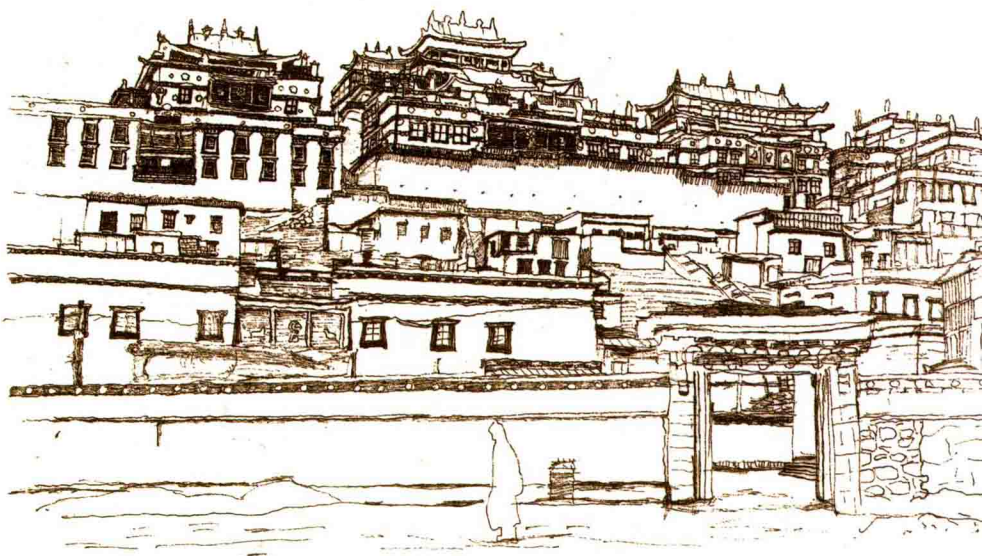


中国本土影像

ZHONGGUO XIANGTU YINGXIANG



# 香格里拉

吉祥如意的地方



张俊 ◇ 著

有一片乐土，它让世界上许多人寻找了半个多世纪吗？

有个神奇的地方不仅可以呼风唤雨，还能呼唤泉水吗？

这个神奇的地方诱惑了著名美籍地理学家、探险家洛克，不惜代价租飞机拍摄一个峡谷；让著名诗人、作家晓雪惊叹“在如此壮丽神奇的景观面前，任何语言都显得苍白无力”！

这个美丽神奇、吉祥如意的地方就是“世外桃源”香格里拉。

香格里拉以大山、大江、大峡谷、大草原的雄奇、壮丽震撼心魄！

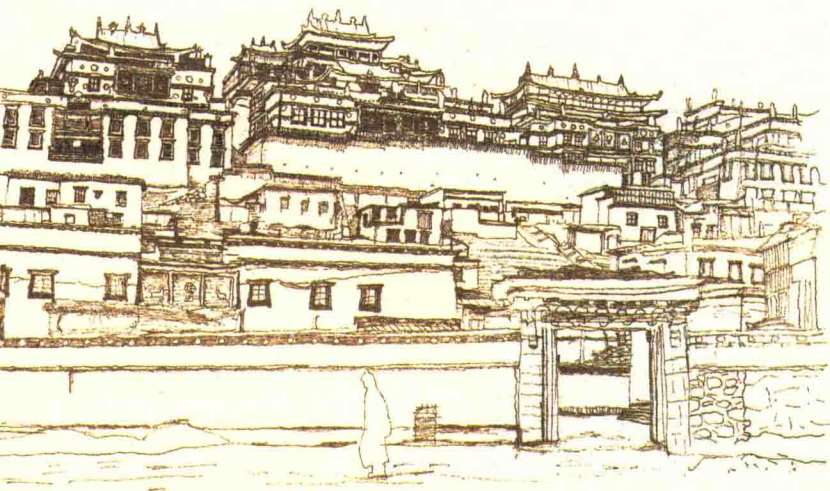
中国旅游出版社

中国古民居  
ZHONGGUO XIANGTU YINGXIANG

# 香格里拉

张俊 著

中国旅游出版社



责任编辑：吴博雅 王建华 王 丛 董星辰 占雪莲  
责任印制：冯冬青

---

**图书在版编目（CIP）数据**

香格里拉 / 张俊著. -- 北京：中国旅游出版社，  
2015.4  
（中国乡土影像）  
ISBN 978-7-5032-5265-5

I . ①香… II . ①张… III . ①旅游指南 - 香格里拉县  
IV . ① K928.974.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2015）第 033229 号

---

**书 名：**香格里拉

---

**作 者：**张 俊  
**摄 影：**张 俊 杨长福 曹国忠 周国能 于建明  
张 佐 刘扬武 王德佩 余 志 普 淇  
张 仪 张明昌 张 宾 梁馨文 王汝俊  
张 伟 马俊英 梁 虹 张永昌 杨 波  
马 华 梁建英 宋惠琴 杨云秀 谢 玲

**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](mailto:cttp@cnta.gov.cn)  
营销中心电话：010-85166503

**排 版：**北京中文天地文化艺术有限公司  
**印 刷：**北京金吉士印刷有限责任公司  
**版 次：**2015 年 4 月第 1 版 2015 年 4 月第 1 次印刷  
**开 本：**720 毫米 × 970 毫米 1/16  
**印 张：**9.75  
**字 数：**176 千  
**定 价：**49.00 元

**I S B N** 978-7-5032-5265-5

---

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

# 吉祥如意的地方

有一片乐土，它让世界上许多人寻找了半个多世纪吗？

有个神奇的地方不仅可以呼风唤雨，还能呼唤泉水吗？

这个神奇的地方诱惑了著名美籍地理学家、探险家洛克，不惜代价租飞机拍摄一个峡谷；让著名诗人、作家晓雪惊叹「在如此壮丽神奇的景观面前，任何语言都显得苍白无力」！

这个美丽神奇、吉祥如意的地方就是「世外桃源」香格里拉。

香格里拉以大山、大江、大峡谷、大草原的雄奇、壮丽震撼心魄！



## 序言：天地有大美

你知道有一片乐土，它吸引了世界上许多人半个多世纪吗？

它像童话一样纯洁，像天堂一样令人向往。那里有雪山、冰川、峡谷、森林、草甸、湖泊和纯净的空气；那里没有仇恨、战争、猜忌和嗜血的欲望；那里就是美与宁静、安然、知足、和谐的天堂。

这片乐土叫“香格里拉”！

虽然它出自英国作家詹姆斯·希尔顿的小说《消失的地平线》中令人向往的人间天堂，可是许多痴心的中外人士一直相信它并非无中生有的幻想，它的“蓝本”在中国，相信它并没有消失。为找到这人间天堂，人们一直苦苦地寻觅了半个多世纪，直至1997年才传出了振奋人心的消息，云南省政府宣布香格里拉就在迪庆。

一些专家、学者认为“香格里拉”的概念，可以泛指整个云南省迪庆藏族自治州，甚至包括其周边的更广大的地区。《英藏汉大辞典》也解读为“迪庆就是香格里拉”。本书的“香格里拉”也泛指迪庆藏族自治州。为防误读，作为县名的“香格里拉”则写作“香格里拉县”。

这“世外桃源”还真有许多不寻常！

你知道世界上不数一也数二的转经筒在哪里？





你知道香格里拉不仅让游人醉，也能让游鱼醉吗？

你知道在香格里拉有的地方不仅可以呼风唤雨，还可以呼唤泉水吗？

为什么“柔情似水”的说法被虎跳峡颠覆了？

为什么 2005 年独克宗古城被央视评为“中国最佳民族风情魅力名镇”？

为什么 300 年前大旅行家徐霞客能寻访到虎跳峡，却没留下翔实的描述？

为什么 80 年前著名地理学家、探险家洛克，不惜代价租飞机拍摄一个峡谷？

为什么我们在一些高山上“不敢高声语”，是“恐惊天上人”吗？

为什么一直闯荡世界的洛克，赞誉梅里雪山“是世界上最美的山”？

为什么著名诗人、作家晓雪先生在雪山前惊叹“在如此壮丽神奇的景观面前，任何语言都显得苍白无力”？

为什么著名作家冯牧先生说“谁要是到了云南而没有去过碧塔海，谁就不能说真正领略了云南的无比奇妙的自然风光”？

为什么自 1997 年以来，数以百万计的中外人士络绎不绝地涌入这里“朝圣”？

为什么这片净土让我醉，又让我畏呢？

香格里拉最震撼我的是大山、大江、大峡谷、大草原！这是一种天地的大



美，一种原始、古朴、狂野的阳刚之美。它似一部豪爽、激昂、奔放的天地交响曲，让我豪情满怀、意气风发！也令我感到自己的微不足道，油然而生敬畏自然之心！

现代的某些景区被标榜为原汁原味，然而常常充满了脂粉味、奶油味、雕琢味，却嗅不出它的本味。香格里拉既有豪迈彪悍的一面，又有未经雕琢自然天成的一面。

香格里拉也不乏阴柔之美，它有云雾中神秘莫测的雪峰，雾霭里若隐若现的湖畔。

我以为香格里拉之美更受“驴友”（旅友的谐音）青睐，因为他们更喜欢有挑战性和刺激性的原始、古朴、狂野之大自然；他们更有吃苦耐劳精神，能走、能驮、能背。

有人说旅游好似钓鱼，好钓者其目的不完全在于钓到鱼，吃到鱼。旅游也一样，旅途中的等待、期盼、惊喜，“驴友”间的交流、互助之乐，有时并不亚于到达目的地本身。当今的“驴友”可谓深得旅游之妙，旅途中苦中之乐与到达目的地之乐，这是享受双重之乐。

作为“驴友”中的一员，我还是一名“好摄之徒”，我和哥们热衷于背着摄影包深入不毛之地寻幽探奇，已走遍了云南各州市的奇山异水、村村寨寨。

执笔神游之际，不仅香格里拉的雪山草原让我激情澎湃，与我多次走进这净土的影友和当地友人的音容笑貌也总是伴随着山山水水浮现到我的显示屏上。于是我有时连人带景定格于文稿之中。书中徒步梅里雪山和虎跳峡就是“好摄之徒”的“驴行”写照。

其实这种笔法正好与书名《寻秘香格里拉》扣题，寻的功夫与时间得花不少在路上。能定下这一书名，还得感谢



深谙旅游之道的出版社编辑的创意。

笔者行文一贯喜欢寓庄于谐，力求真实、准确、新颖、生动、有趣、实用。

据两位文友反馈：他们看重此书的两点。一是如读波浪迭起的游记散文，不仅见美景，还被悬念所牵，而进入书中与作者和游伴一起惊，一同喜。二是如有导游全天候陪伴，从行前准备到景区的交通、线路、里程、门票等，随问随答。也有人抱怨，要是早日见到书中的环形旅游线，他的四五天时间和千把块钱就不会白搭进去了。我不敢说这条线是我的发现，因为近年公路线正日益变得四通八达，那是客观摆在迪庆大地上的。也许在此之前，已有人提出来了，只是我所见有限罢了。

在此我要感谢云南的多位摄影家为本书的观赏性做出的贡献，其中有被称为“昆明摄影界掌门人”的摄影名家杨长福先生，还有曹国忠、周国能、刘扬武、王德佩、于建明、张佐、余志等先生。

因时间、资料和作者的学识所限，谬误之处在所难免，事关探秘“人间天堂”的大事，望专家与读者不吝赐教！



## 迪庆概览

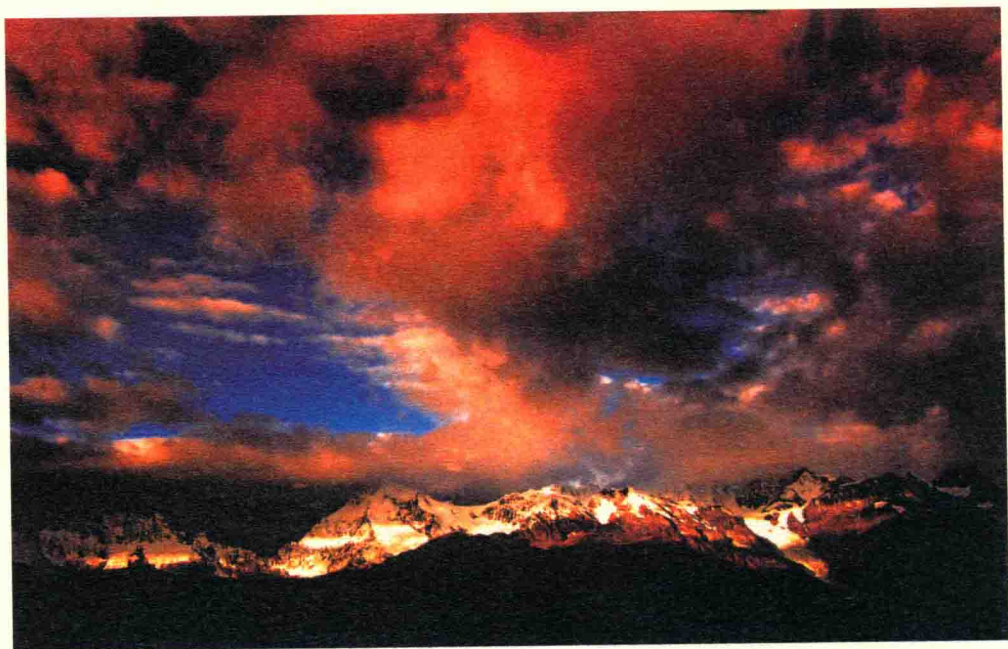
曾经鲜为人知的迪庆，自从中外人士知道了它就是香格里拉所在地后，立即闻名遐迩。

云南省迪庆藏族自治州的“迪庆”，藏语意为“吉祥如意的地方”，它位于云南省西北部，青藏高原南缘，横断山脉南段北端。迪庆地处滇、川、藏三省（区）交界处，在东经  $90^{\circ} 35' \sim 100^{\circ} 19'$ 、北纬  $26^{\circ} 52' \sim 29^{\circ} 16'$ ，东北部与四川省接壤，东南部与丽江市隔江相望，西南部与怒江傈僳族自治州交界，西北部与西藏自治区毗邻。总面积 23870 平方千米，辖香格里拉、德钦、维西傈僳族自治县三县。自治州州府设于香格里拉县建塘镇，距省府昆明市 584 千米。

迪庆位于世界著名景观“三江并流”之腹地，境内三山挟两江：梅里雪山山脉、云岭雪山山脉、中甸雪山山脉，其间有澜沧江、金沙江自北而南贯穿全境。形成“雪山为城，江河为池”，以山地、古高原和岭峰为主的特殊地貌，呈纵深切割之势。迪庆是滇西北高原上一颗璀璨的明珠，素有“高山大花园”、“动植物王国”、“有色金属王国”的美称。

迪庆山高谷深，高低悬殊，最高峰梅里雪山卡瓦格博峰，海拔 6740 米，是云南最高峰。最低谷海拔 1480 米，相对高差达 5260 米。州内气候属温带—寒温带气候，年平均气温  $4.7^{\circ}\text{C} \sim 16.5^{\circ}\text{C}$ ，年极端最高气温  $25.1^{\circ}\text{C}$ ，最低气温  $-27.4^{\circ}\text{C}$ 。太阳辐射强，干湿季分明，立体气候明显。

一山分四季，隔里不同天的立体气候，造就了奇妙的自然景观和丰富的植物、动物、微生物等生物资源。迪庆有高等植物 2183 种，其中有上百种珍稀树种；数百种中药材，其中有冬虫夏草、贝母、雪上一枝蒿、珠子参等名贵中药



材。野生花卉 1578 种。有数不胜数的珍禽异兽，国家一级、二级保护野生动物有 60 多种，被誉为我国第二珍兽的滇金丝猴数量占世界总量的 58%。

迪庆高原境内雪峰相连，雄奇挺拔；峡谷幽深险峻；江河蜿蜒奇秀；草原广袤无垠（是云南最大牧区），鲜花遍地，牛羊成群；原始森林成片，林海中湖泊清冽纯净。大山、大川、大峡，集雄奇、险峻、清幽、灵秀于一体，为多功能的旅游风景名胜。迪庆高原最佳游览季节是 5 ~ 7 月和 9 ~ 10 月的春秋季节。

迪庆是滇西北旅游的皇冠。它不仅是云南省 11 条国家级旅游线路的重要组成部分，更是半个多世纪来人们梦寐以求的世外桃源——香格里拉之所在，其神奇、美丽的魅力正吸引着千万游客的到来！

这里有“一台、两甸、三峡、三湖、五大雪山”：

东巴圣地白水台“仙人遗田”，是中国最大的华泉台地；

大中甸、小中甸连为广袤草原，鲜花遍地，牛羊遍野，牧歌醉人；

虎跳峡、香格里拉大峡谷、澜沧江大峡谷，谷深峡长，流急滩险，天地惊、鬼神泣；

属都湖、纳帕海、碧塔海，清幽、宁静、神秘，似三颗明珠镶嵌在香格

里拉；

梅里雪山、白茫雪山、哈巴雪山、巴拉更宗雪山、大中甸雪山，这群北半球纬度最低的雪山，雄赳赳地鼎立于迪庆高原；

梅里雪山腹地，明永、斯恰两条罕见的低海拔冰川从雪山走向江畔。

此外还有不少奇境、佳境：

松赞林寺有“小布达拉宫”之誉，是云南第一大藏传佛教寺庙，有“藏族艺术博物馆”之美名；

长江华丽急转，造就天下奇观，滚滚东流，孕育了中华文明，江畔小桥流水人家，垂柳稻香氤氲，一派江南风韵；

明代，徐霞客曾游虎跳峡，因为无路可行，所以许多精彩的景物徐老先生都无缘看到。但由此可见 300 多年前虎跳峡已名气不小。

20 世纪 30 年代，美籍奥地利地理学家洛克曾三游虎跳峡，为跨越路障拍美景，这位“老外”动了真格，不惜代价，跑到昆明租下飞机，拍下了虎跳峡全景。

走遍世界的洛克十分钟情梅里雪山，赞誉它“是世界上最美的山”！我攀登过据称是欧洲最美的瑞士铁力士雪山，它虽然美，却没有像梅里雪山那样让我震撼。我认为他说的不算过头，近些年梅里雪山获得的殊荣便是证据：“云南旅游皇冠上的一颗明珠”、“国际王牌旅游景区”、“中国最美的旅游目的地”、“中国文化生态旅游示范区”。

近些年香格里拉的游客日益增多，除了它自身的魅力外，还跟一本小说密切相关。1933 年，英国作家詹姆斯·希尔顿出版了《消失的地平线》，书中描绘了中国西南部雪山峡谷里的一个叫香格里拉的充满神秘色彩的乐园。这想象中的人间乐土，成了“世外桃源”的代名词。1997 年 9 月 14 日，英国广播公司发布了一条新闻：“举世寻觅的世外桃源香格里拉，被确认在中国云南迪庆藏族自治州”。同一天，迪庆藏族自治州欢庆成立四十周年之际，在新闻发布会上，云南省有关部门正式宣布：“香格里拉就在迪庆。”自此中外许多游客涌入了迪庆“朝圣”。

迪庆历史悠久，远在六七千年前维西县境内就有人类生息、繁衍。约在 2300 年前，吐蕃先民已在迪庆创造了丰富多彩的土著文化。





历史上，迪庆是“茶马古道”的必经之路，是西南“丝绸之路”的一个重要物资中转站。

汉朝，汉武帝在西南设置郡县。三国蜀汉时期，属云南郡地。隋时为南宁州总管辖。唐永隆元年（680），吐蕃在今迪庆境内维西塔城一带设“神川都督”。

元至元十四年（1277），设临西县，属丽江路军民宣抚司巨津州。

明代分属丽江府、永昌府，部分属云南都司。嘉靖至万历年间（1522 ~ 1573），迪庆地区为丽江土司木氏统治。

清康熙二十七年（1688），应赖喇嘛请求，云贵总督范承勋奏请“准于中甸互市”遂设“渡通商贸易”。清雍正四年（1726），迪庆地区划归云南省，设中甸厅；雍正五年（1727）设维西厅，设通判。

民国元年（1912），中甸、维西改厅为县，直属云南省腾越道。民国二十一年（1932）阿墩子改为德钦，设治局。

1949年7月成立了维西县人民政府。1950年5月中甸和平解放，成立了县人民政府。随之德钦也宣布和平解放，仍称德钦设治局，1951年4月建立县一级的德钦藏族自治区，1952年改称德钦县。三县1949年~1957年8月归丽江



专员公署领导。

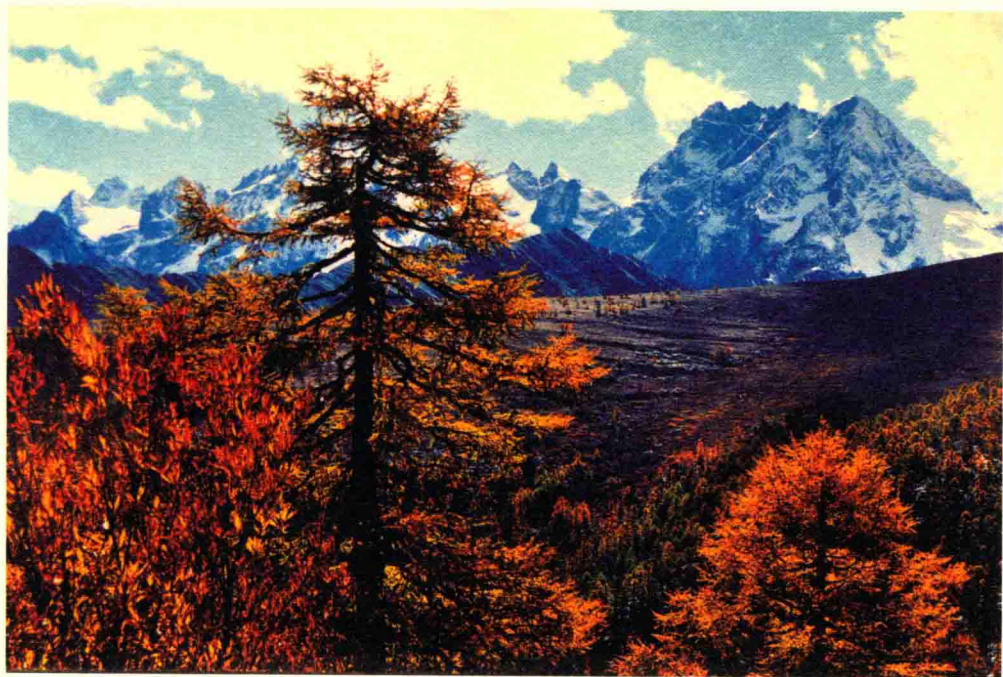
1957年9月13日设立迪庆藏族自治州，自治州人民委员会驻中甸县，原属丽江专区的中甸、维西、德钦3县划归迪庆藏族自治州领导。迪庆藏族自治州仍由丽江地区代管。1973年8月，迪庆藏族自治州为省直属管辖。

2001年12月17日，民政部批准将中甸县更名为香格里拉县。

这里生活着藏、傈僳、汉、纳西、彝、白等20多个民族，2010年11月1日第六次全国人口普查全州总人口为40余万。

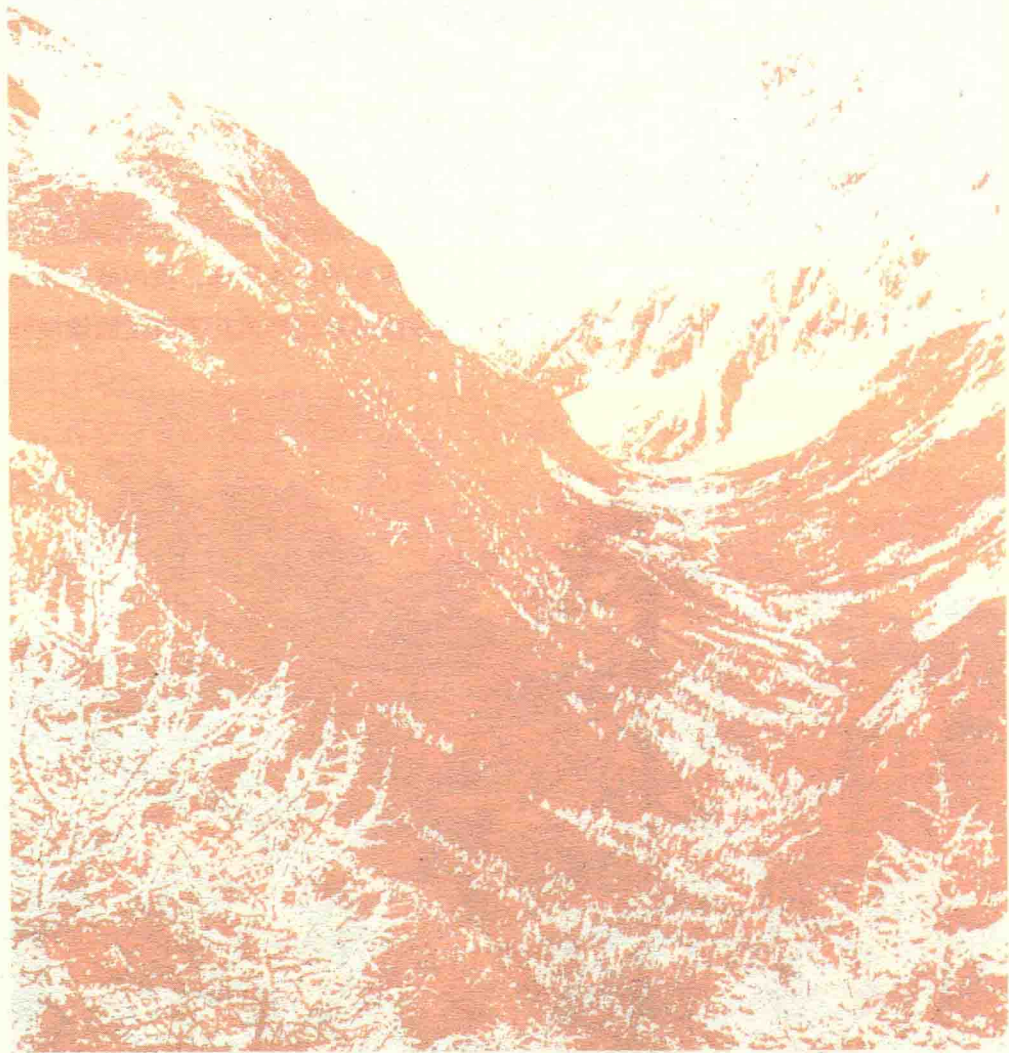
香格里拉的民族风情浓郁，民族节日独具魅力。每年藏族的赛马会“丹巴市”、“格冬节”，纳西族的“二月八”，彝族的“火把节”等节日都成为各民族人民宣泄自己情感的最佳方式。各民族人民能歌善舞，至今保留着许多优美的民间歌舞，有藏族的锅庄、热巴，纳西族的阿卡巴拉舞，彝族的葫芦笙舞，傈僳族的阿尺目刮、对脚舞等。热巴舞热情奔放，阿卡巴拉舞舞步古朴，葫芦笙舞、对脚舞，节奏明快，极富感召力。

历史上各民族文化的频繁交流，造就了多姿多彩的民族服饰，境内藏族服饰有7种之多，纳西族服饰有3种之别。境内藏族民居建筑样式几乎囊括除傣楼外



的中国民居样式，藏传佛教寺院建筑规范厚重，气势宏大。

香格里拉自古以来便是神秘的、诱人的，只因为大江阻隔、峻岭挡道，纵令香格里拉各族人民天性好客，也难以广交朋友。如今，天堑已变成通途，香格里拉神秘的面纱已撩起，人间仙境，香格里拉之旅，已经启动，开发香格里拉的潮头已涌起，香格里拉人欢迎来宾的歌喉已亮起，香格里拉奇山秀水翘首笑迎四方嘉宾的光临。



卷一 香格里拉县 / 1

走进独克宗古城 / 1

五凤山下赛马节 / 18

云南最大的藏传佛寺 / 20

依拉草原与纳帕海 / 24

石卡雪山览胜 / 35

普达措国家公园·属都湖 / 40

普达措国家公园·碧塔海 / 45

走进香格里拉大峡谷 / 49

东巴教圣地——白水台 / 54

徒步虎跳峡 / 57

长江第一湾——石鼓 / 64

卷二 德钦县 / 71

翻越白茫雪山 / 71

东竹林寺珍藏多 / 80

一夜飞来的佛寺 / 82

梅里雪山国家公园·太子十三峰 / 84

梅里雪山国家公园·两景 / 91

梅里雪山国家公园·明永冰川 / 93

梅里雪山国家公园·雨崩 / 99

大峡谷中的茨中教堂 / 108

卷三 维西县 / 114

悬崖上的古寺达摩祖师洞 / 114

走进国宝滇金丝猴的“餐厅” / 117

原生态的同乐村与阿尺目刮 / 121

寿国寺，多民族建筑艺术的结晶 / 128

在少数民族地区看汉族古戏 / 130

塔城的正统古典热巴舞 / 136





## 卷一 香格里拉县

### 走进独克宗古城

近年有一个和丽江古城有几分相似的“新星”正在升起，它是丽江的“邻居”，名叫“独克宗”，是香格里拉县城所在地，也叫“建塘镇”。2005年11月，独克宗古城在“中国魅力名镇展示”活动中获“中国最具民族风情名镇”的称号。

独克宗古城和丽江古城都有四方街，它们古代都曾经是滇、川、藏茶马古道的重镇。几十年来它们走的都是同一条独特的建城之路，独克宗和大研两个古城都没有大刀阔斧地推倒老城建新城，而是坚守着原生态的古城，在老城旁另建

◇上图

十多年前的独克宗古城，街头行人稀疏冷清，这里找不到茶马古道重镇往日辉煌的喧嚣，大街小巷十分萧条，整座城弥漫在一片被遗弃的沉寂中



新城。有人认为独克宗是中国保存得最好、最大的藏族民居群。

## 茶马古道上的重镇

2001年独克宗古城被批准为云南省历史文化名城。

我早年就到过香格里拉，2003年9月，因参加一个学术会，我才第一次走进独克宗古城。看到它，只恨相见太晚。

独克宗古城是什么样的呢？我迫不及待地跟随县政府的老杨一起造访了古城。

可是一开始有些泄气，我第一眼看到的古城到处是关闭着的店铺，街头行人稀疏冷清，这里找不到茶马古道重镇往日辉煌的丝毫痕迹，听不到一点喧嚣，大街小巷十分萧条，整座城弥漫在一片被遗弃的沉寂之中。这死气沉沉的古镇跟我从史料上了解的那个充满生机的繁华、喧嚣的独克宗毫无相似之处，我怎么也找不到历史与现实的对接点。

我向老杨讲了这些观感，问他为什么眼前萧条的现实跟辉煌的历史反差如此之大。

老杨说他听到不止一个外地专家和游客发出这样的感慨与疑问。接着他说出了一番深刻的道理。他认为古城萧条是一种历史的必然，进入现代社会后，公路代替了茶马古道，汽车代替了骡马，现代高楼也必然要取代昔日的土木建筑。香格里拉城也在与时俱进，建塘镇已在古城旁另建了一座带有民族特色又富于现代气息的城市。

香格里拉建了新城之后，人们想起了童年的故乡，产生了重新恢复昔日古城的愿望。可是历经沧桑的古城已经十分陈旧，现在采用北京古建筑专家的建议，修旧如旧，恢复古城的本来面目。幸好整座城市古代“八瓣莲花”设置的格局没有改变，现在是沿着这一框架，以大龟山为古城的中心，所有建筑从山脚的藏经堂开始，呈放射状有序而自然地展开。

我明白了，原来我看到的一些街道路面已被挖开，有的正在用旧条石重新铺砌，有些陈旧的房屋也在修整。

昔日辉煌的独克宗古城是什么样的呢？

老杨边走边向我介绍了香格里拉的历史及变迁。结合实地的讲述，让我从史料中得来的想象更立体、鲜活了。