

中国最早、最具权威性的旅游指南

坚持出版前由作者亲自踩线更新

贵州自助游



上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司编著

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

藏羚羊自助游系列
全新版

藏羚羊自助游系列

贵州自助游



上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

贵州自助游 / 上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2009. 11
(藏羚羊自助游系列)
ISBN 978-7-115-21426-3

I. ①贵… II. ①上… III. ①旅游指南—贵州省
IV. ①K928.973

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第170637号

内 容 提 要

本书介绍了贵州的主要景点, 为读者提供了贵州的历史、地理、气候、民俗等方面的背景资料, 并从旅行专家的角度为读者提出了一些旅行建议。本书适合自助旅行爱好者作为旅行指南用书, 也适合一般读者用以了解贵州的历史文化和风土人情。

藏羚羊自助游系列

贵州自助游

-
- ◆ 编 著 上海唐码城邦咨询有限公司北京分公司
责任编辑 任忠鹏
执行编辑 吴 昊
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京画中画印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 880×1070 1/32
印张: 7.5 2009年11月第1版
字数: 251千字 2009年11月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-21426-3

定价: 35.00 元

读者服务热线: (010)67172489 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

目录

话说贵州 2

历史 4

地理 5

气候 5

政区 6

民族 6

苗族 7

侗族 9

水族 10

布依族 11

禁忌 12

语言 13

宗教 13

饮食 13

特产 14

艺术 14

枫香染 14

挑花和刺绣 15

名人 15

海通 15

丁宝桢 16

李瑞荣 16

戏曲 16

黔剧 16

侗戏 17

侗戏 18

旅行计划 20

旅行季节 22

预算建议 23

到达与离开 24

航空 24

铁路 24

公路 25

区内交通 25

住宿 25

旅行装备表 26

节庆 29

银行 29

网吧 29

通信 30

旅行投诉 30

贵州旅行摄影攻略 32

贵阳地区 34

解读贵阳 36

到达与离开 37

航班 37



铁路 37

公路 37

市内交通 40

旅行预算 40

时间预算 40

消费预算 40

住宿 40

餐饮 40

丝娃娃 40

花溪牛肉粉 40

肠旺面 41

鱿鱼炖土鸡 41

干锅阳郎鸡 41

休闲娱乐 41

其他实用讯息 42

通信 42

银行和ATM取款机 42

网吧 42

书店 42

图书馆 42

旅游投诉 42

贵阳市区及周边

各景点介绍 43

黔灵山公园 43

贵阳森林公园 44

阳明洞、阳明祠 44

花溪公园 45

青岩古镇 46





红枫湖	48
息烽集中营	49
东南线	50
解读东南线	52
到达与离开	53
火车站	53
汽车站	53
旅行预算	53
时间预算	53
消费预算	53
特产	54
乐器	54
刺绣	54
苗银	54
凯里	55
到达与离开	56
住宿	56
餐饮	56
凯里民族博物馆	57
香炉山	58
南花苗寨	59
郎德上寨	60
西江	61
到达与离开	62
住宿	62
西江千户苗寨	62

雷山	65
到达与离开	66
住宿	66
麻塘侗家风情寨	66
雷公山	67
榕江	68
到达与离开	70
住宿	70
餐饮	70
车江三宝侗寨	70
丰登寨、宰荡	71
月亮山	72
从江	73
到达与离开	74
住宿	74
餐饮	74
岜沙苗寨	75
高增侗寨	76
歌乡小黄	77
增冲鼓楼	79
九洞侗寨旅游区	80
龙王潭瀑布	80
肇兴	81
到达与离开	82
住宿	82
餐饮	82
侗家酸鱼	82

牛瘪、羊瘪火锅	82
侗乡油茶	82
酸菜	82
肇兴侗寨	83
纪堂	84
堂安	84
上地坪、萨岁山	84
黎平	85
黎平翘街	86
茅贡侗乡	86
黎平会议会址	87
两湖会馆	87
飞龙洞	88
天生桥	88
地坪	88
隆里古城	89
隆里古城	90
东线	91
解读东线	94
到达与离开	94
其他实用信息	94
黄平	95
到达与离开	96
住宿	96
黄平浪洞温泉	97
飞云崖	97
黄平战役遗址	98
黄平泥哨	98
施秉	99
到达与离开	100
住宿	100
餐饮	100

杉木河漂流	100
云台山	100
上舞阳风景区	102
镇远	103
到达与离开	104
住宿	104
餐饮	104
镇远古城	105
铁溪	105
青龙洞	106
舞阳河三峡景区	106
石屏山风景区	108
周达文故居	109
江口	111
到达与离开	112
住宿	112
江口	112
梵净山	112
餐饮	112
江口	112
梵净山	112
江口梵净山	113
黑湾河溪谷景区	114
太平河漂流	114
梵净山攀岩基地	114
铜仁	115
社饭	116
九龙洞	116
石阡温泉	116
思南乌江岩溶地质公园	117
乌江峡谷	117
思南石林	117
思南古城	117
铜仁龙舟赛	117

南线 119

解读南线	120
到达与离开	121
航班	121
旅行预算	121
时间预算	121
消费预算	122
餐饮	122
特产	122
布依族蜡染	122
其他实用信息	122
龙里	123
到达与离开	124
龙里草原	125
猴子沟	126
贵定	127
到达与离开	128
贵定洛北河	128
福泉	129
到达与离开	130
福泉洒金谷	130

都匀 131

到达与离开	132
餐饮	132
石板街建筑群	133
百子桥	133
文峰桥	133
文峰塔	133
榔木水寨	134
三都	135
到达与离开	136
三都水族自治县	136
板告水寨	136
怎雷水寨	136

荔波 137

到达与离开	138
住宿	138
餐饮	138
猪嘴鱼	139
竹筒饭	139
烧烤	138
荔波樟江风景名胜	139
拉雅瀑布	139





六十八级跌水瀑布	140
水上森林	140
瑶麓瑶寨	141
卧龙潭	142
小七孔古桥	143
天钟洞	143
大七孔	144
水春河漂流	144
茂兰(茂兰喀斯特森林自然保护区)	144
田园风光路线	145
喀斯特峰丛画廊	145
瑶寨、板寨风情	145
巴克原生态山水休闲区	145
原始森林穿越	145

西南线 147

解读西南线	148
到达与离开	149
旅行预算	149
时间预算	149
消费预算	149
餐饮	150
花江狗肉	150
休闲娱乐	150
特产	150
波波糖	150

织金	151
织金洞	152
织金古城	154

安顺	155
到达与离开	156
住宿	156
王若飞故居	156
文庙	157
天台山天龙屯堡	158
屯堡地戏	159
云山屯	160
龙宫观音洞	160
龙宫龙门飞瀑	160
龙宫漩塘	160

镇宁 161

黄果树瀑布景区	162
陡坡塘瀑布景区	164
天星桥景区	164
夜郎古洞	167
石头寨	168

六枝 169

到达与离开	170
梭戛长角苗	170

关岭 173

关索岭	174
滴水潭瀑布	174
红崖天书	174
花江大峡谷	175
三江口景区	175
上瓜风景区	175
下瓜风景区	175
瀑陵河峡谷	176
大桥风光	
(补母当河峡谷风光)	176

兴义	177
到达与离开	178
马岭河峡谷	178
万峰湖	179
万峰林	179

西北线 181

解读西北线	182
到达与离开	182
旅行预算	182
时间预算	182
消费预算	182

黔西 183

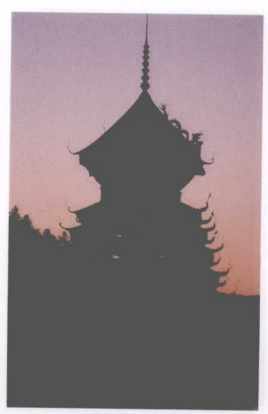
百里杜鹃	184
------	-----

大方 185

到达与离开	186
奢香夫人墓	186

威宁 187

到达与离开	188
住宿	188
餐饮	188
草海	189



北线	191	杨粲墓	200	辣壳面	212
解读北线	192	海龙囤军事古堡	201	虫茶	212
到达与离开	192	娄山关	203	大同古镇	213
大巴	192	桐梓	205	红石野谷	213
中巴车	194	到达与离开	206	观音沟生态瀑布群	213
旅行预算	194	住宿	206	红石野谷丹霞地貌	214
时间预算	194	餐饮	206	野谷漂流	215
消费预算	194	唐夜郎城址	206	宝源梯田风光	215
其他实用信息	194	仁怀	207	四洞沟	215
遵义	195	茅台	208	复兴古镇	216
到达与离开	196	盐津河温泉	208	十丈洞	217
餐饮	196	习水	209	燕子岩	218
遵义羊肉粉	196	到达与离开	210	鸡飞岩	219
红军街小吃	196	习水长嵌沟	210	仁友溪瀑布群	219
住宿	196	赤水	211	丙安古镇	219
遵义会议会址	197	到达与离开	212	竹海国家森林公园	220
遵义会议陈列馆	198	餐饮	212	桫欏保护区	221
博古、李德住址	199	竹制品	212	五柱峰	221
红军总政治部旧址	199	豆花	212	红军四渡赤水纪念馆	222
凤凰山	199				
红军街	199				
红军坟	200				

附录 223

贵州各地区节庆一览表 224

地图目录

贵州政区图	6	西南线旅行交通图	148
东南线旅行交通图	52	西北线旅行交通图	182
东线旅行交通图	94	北线旅行交通图	192
南线旅行交通图	120		

图例

景点信息图例

地图图例

-  高速公路
-  铁路
-  国道及标号
-  其他道路
-  徒步线路
-  轮渡
-  主要街道
-  次要街道
-  素城
-  河流、湖泊
-  绿地
-  建筑物
-  沙漠
-  首都
-  省级行政中心
-  地级行政中心
-  县级行政中心
-  其他定居点



指 北 针

-  公安局
-  医院
-  邮局
-  网吧
-  网络
-  停车场
-  出租车
-  火车站
-  长途汽车站
-  售票处
-  景区点
-  园处
-  间馆
-  厅屋
-  餐厅
-  酒吧
-  咖啡屋
-  娱乐场所
-  瀑布
-  温泉
-  位置标
-  遗址
-  港口
-  山峰
-  其他地点
-  方向
-  梁
-  礁
-  线

-  地 址
-  电 话
-  开放时间
-  交 通
-  景点门票
-  特别提醒
-  景区住宿
-  景区餐饮
-  景区购物
-  景区活动
-  景区火车
-  景区索道
-  景区徒步
-  自 驾 车
-  景区特色
-  景区网站

实用信息图例

-  地址
-  交通
-  邮编
-  特色
-  传真
-  电话
-  公交车
-  金钱
-  景点门票
-  网吧
-  行程
-  特别提醒
-  开放
-  酒店
-  餐饮
-  网址

贵州



话说贵州





话说贵州

历史

提起贵州，映入很多人脑海的首先是那创造人类历史奇迹的工农红军的万里长征。这是20世纪30年代的事情，辗转鏖战于贵州各地的工农红军由这儿开始了举世震惊的战略转移。贵州，这个中国西南高原的盆景，终于作为一个里程碑被后人铭记。

在中国，贵州是古人类发祥地之一，在贵州的古遗址中，旧石器时代文化遗址最为珍贵。至今考古工作者在贵州已发现的旧石器时代文化遗址有50处，已正式发掘20多处，其中较为著名的有观音洞旧石器遗址，以及“桐梓猿人”、“水城人”等人类化石。众多的考古发现表明，贵州各族人民的祖先很早以前就生活在这块土地上。而在2000年考古发掘出来的大规模可乐遗址古墓群，则让人们更加确定，起于战国时代的神秘古国夜郎国，便是在今日的贵州省境内。我

们熟知的“夜郎自大”这个成语，就出自贵州。

今日贵州的铜仁和东南部部分区域，在战国时(公元前475—前221年)属于楚国的黔中地方。秦王朝在此设立黔中郡。唐王朝(公元618—907年)则在今贵州设黔中道，建黔州郡，设黔州都督府。贵州的行政建制总离不开一个“黔”字，这是贵州简称“黔”的由来。后来明朝置贵州土司，后设贵州承宣布政使司，贵州乃正式得名。

贵州是具有光荣传统的革命老区，全省各族人民为中国革命胜利作出了重要贡献。1935年1月，中国工农红军转战贵州高原，中国共产党在长征途中于贵州遵义召开了具有伟大转折意义的“遵义会议”。确立了毛泽东同志在全党全军的领导地位，奠定了中国革命胜利的基础。二万五千里长征，使贵州拥有了独一无二的标记。

黔东南苗寨风光

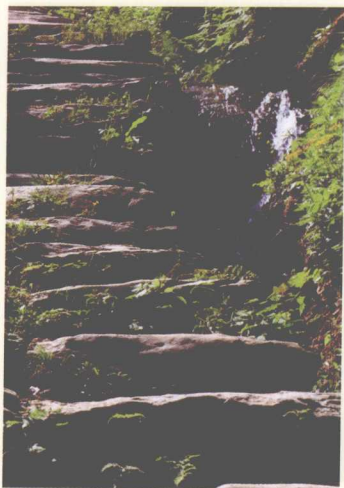


地理

贵州多山多水，素有“八山一水一分田”之称，很容易让人联想到“地无三尺平，天无三日晴，人无三分银”这句话。

贵州位于中国大西南东部，介于东经 $103^{\circ}36' \sim 109^{\circ}35'$ 、北纬 $24^{\circ}37' \sim 29^{\circ}13'$ 之间，东靠湖南，南邻广西，西毗云南，北连四川和重庆，东西长约595千米，南北宽约509千米。全省总面积176167平方千米，占全国总面积的1.84%。省会贵阳市距重庆长江口岸300多千米、距广西北海直距约500千米。是一个山川秀丽，气候宜人，资源丰富的省份。

贵州地貌属于中国西部高原山地，通称贵州高原，境内地势西高东低，向北、东、南三面倾斜，平均海拔在1100米左右。贵州地貌的特征之一是高原山地居多，全省地貌可概括分为高原山地、丘陵和盆地三种类型，其中92.5%的面积为山地和丘陵。境内山脉众多，重峦叠嶂，山高谷深。北部有大娄山，自西向东北斜贯北境，川黔要隘娄山关海拔1444米；南部苗岭横亘，主峰雷公山海拔2178米；东北境内有武陵山，由湘蜿蜒入黔，主峰梵净山海拔2572米；西部高耸乌蒙山，属此山脉的赫章县珠市乡韭菜坪海拔2900.6米，为贵州境内最高点。而黔东南州的黎平县地坪乡水口河处省界处海拔为147.8米，为境内最低点。除此之外，贵州境内岩溶地貌分布范围广泛。喀斯特(出露)面积109084平方千米，占全省总面积的61.9%，且形态类型齐全，地域分



堂安侗寨石径

异明显，构成一种特殊的岩溶生态系统。整个贵州，可以说是一个巨大的“天然公园”。

气候

贵州属于亚热带湿润季风气候，四季分明，平均气温在 15°C 左右，由于纬度较低，许多地区的气候冬无严寒，夏无酷暑，最冷的1月份，平均温度在 $3\sim 8^{\circ}\text{C}$ 之间，而最热的7月份，平均温度在 $18\sim 26^{\circ}\text{C}$ 之间。由于受季风影响，冷暖气流交汇频繁，年降水量在1100~1300毫米之间，但降水季节分配不均，80%的雨水都集中在5~10月。贵州的地势起伏较大，地形也较复杂，导致气温的垂直变化十分明显，“一山有四季，十里不同天”的气候差异十分普遍。贵州平均每天只有三四个小时能见到阳光，是全国全年阴天日数最多的省份，所以贵州有“天无三日晴”之说。所以旅游的时候对目的地

的小气候要有充分的了解。

对自助旅行者来说,贵州的天气尚算温和,最大的问题是没完没了的雨。在贵州旅行,雨具和防水靴都是必要的装备,还要有因雨天导致交通中断的心理准备。

政区

截至2005年12月31日,全省设4个地级市,3个自治州,2个地区,9个县级市,56个县,11个自治县,10个市辖区,2个特区;508个乡(其中含有252个民族乡),691个镇,92个街道办事处。

民族

贵州是一个多民族的省份。根

地级市	贵阳 遵义 安顺 六盘水
地区	毕节 铜仁
自治州	黔西南布依族苗族自治州 黔东南苗族侗族自治州 黔南布依族苗族自治州
县级市	都匀 凯里 铜仁 兴义 赤水 清镇 毕节 仁怀 福泉

据第五次人口普查资料,贵州总人口中,汉族人口为2191万,占62%;少数民族人口为1334万,占38%。少数民族总人口居全国第三位(仅次于广西、云南);少数民族占人口比重居全国第五位(次于西藏、新疆、青海、广西)。少数民族中人口较多的依次是:苗族430万、布依族280万、侗族163万、土家族143万、彝族84万、仡佬



族56万、水族37万、白族19万、回族17万。贵州的少数民族有土家族、苗族、布依族、侗族、彝族、仡佬族、水族、回族、白族、瑶族、壮族、毛南族、蒙古族、佤族、羌族、满族等16个。少数民族人口占全省总人口的38%。

人口最多的少数民族是苗族(430万),主要分布在黔东南、黔南、黔西南;其次是布依族(280万),主要分布在黔南、黔西南和安顺地区。另外主要分布在黔东南的侗族、分布在印江的土家族、分布在三都、荔波的水族以及分布在黔西北的彝族等,都是贵州主要的少数民族。少数民族的分布地以苗岭较为集中。苗岭西南是黄果树大瀑布,大溶洞和布依族的景区;苗岭东南是苗、洞、水等少数民族聚居地。到贵州旅行,观看各少数民族的节庆活动是重头戏,省内一年到头有上百个节日,值得旅行者关注。

苗族

苗族的历史悠久,在中国古代典籍中,早就有关于5000多年前苗族先民的记载,苗族的先祖可追溯到原始社会时代活跃于中原地区的蚩尤部落。商周时期,苗族先民便开始在长江中下游建立“三苗国”,从事农业稻作。苗族在历史上多次迁徙,大致路线是由黄河流域至湘(湖南)、至黔(贵州)、至滇(云南)。苗族有自己的语言,属汉藏语系苗瑶语族苗语支。苗族的音乐舞蹈历史悠久,群众喜爱的芦笙舞,技艺很高。苗族的挑花、刺绣、织锦、蜡染、首饰制作等工艺美术,瑰



苗族小孩

丽多彩,在国际上享有盛名。苗族节日较多,较隆重的有“花山节”、“四月八节”、“龙船节”等。

苗族是一个富有古老文明、讲究礼仪的民族,岁时节庆独特鲜明。大部分地区的苗族一日三餐,均以大米为主食。油炸食品以油炸粑粑最为常见。如再加一些鲜肉和酸菜做馅,味道更为鲜美。肉食多来自家畜、家禽饲养。苗家的食用油除动物油外,多是茶油和菜油。以辣椒为主要调味品,有的地区甚至有“无辣不成菜”之说。在青年男女婚恋过程中,必不可少的食品是彩色糯米饭。举行婚礼时,新娘新郎要喝交杯酒,主婚人还

要请新郎、新娘吃画有龙凤和奉娃娃图案的糯米粑。贵州苗族现今保存有完好的悬棺葬和洞棺葬，据说此举是为了方便苗家后人打回中原时将已故祖先带回故土入土为安。

黔东南苗族服饰不下200种，是我国和世界上苗族服饰种类最多、保存最好的区域，被称为“苗族服饰博物馆”。总体来看，苗族服饰保持着中国民间的织、绣、挑、染的传统工艺技法，往往在运用一种主要工艺手法的同时，穿插使用其他工艺手法，或挑中带绣，或染中带绣，或织绣结合，从而使这些服饰图案花团锦簇，溢彩流光，显示出鲜明的民族艺术特色。从内容上看，服饰图案大多取材于日常生活中各种活生生的物象，有表意和识别族类、支系及语言的重要作用，这些形象记录被专家学者称为“穿在身上的史诗”。从造型上看，采用中国传统的线描式或近乎线描式的、以单线为纹样轮廓的造型手法。从制作技艺上看，服饰发展史上的五种形制，即编制型、织制型、缝制型、拼合型和剪裁型，在黔东南苗族服饰中均有范例，历史层级关系清晰，堪称服饰制作史陈列馆。从用色上看，他们善于选用多种强烈的对比色彩，努力追求颜色的浓郁和厚重的艳丽感，一般均为红、黑、白、黄、蓝五种颜色。从构图上看，并不强调突出主题，只注重适应服装的整体感的要求。从形式上看，分为盛装和便装。盛装，为节日礼宾和婚嫁时穿着的服装，繁复华丽，集中体现苗族服饰的艺术水平。便装，样式比盛装样式素

静、简洁，用料少，费工少，供日常穿着之用。除盛装与便装之分外，苗族服饰还有年龄和地区差别。这也是苗族服饰是穿在身上的百科全书的原因。

说到“服”，不得不想到“饰”。头饰包括银角、银扇、银帽、银围帕、银飘头排、银发簪、银插针、银顶花、银网链、银花梳、银耳环和银童帽饰。假若盛装的苗族姑娘汇聚在一起，那一定会变成一个美丽的银色世界。苗家姑娘盛装的服饰常常有数公斤重，有的是几代人积累继承下来的。素有“花衣银装赛天仙”的美称。苗家银饰的工艺，华丽考究、巧夺天工，充分显示了苗族人民的智慧和才能。

苗族人民忌讳其他民族称他们为“苗子”，而喜欢他们的自称“蒙”。黔东南等一带的苗族在立

小黄女子的标准服饰和发型

