

走遍中国 四川

以文化引导旅行
中国背包客的金牌旅行指南

《走遍中国》编辑部

第四版

踩线作者全线更新
17幅详细权威地图
300余幅精美彩图

DISCOVER
CHINA

中国旅游出版社

走遍中国

四川

以文化引导旅行
中国背包客的金牌旅行指南

《走遍中国》编辑部

中国旅游出版社

项目策划：王颖
责任编辑：梁媛 陈曦
文字作者：吴曦 江华丽 高岭 蒋蓝 白郎 陈甜 黄红 刘乾坤 朱飞
图片作者：巴戈 于怀 滕卫华 梁媛 远流图库（刘乾坤 黄红 张锦能 袁蓉荪 冉玉杰 朱斌 凌谦 谢谦 郑良发）陈锦 全景 CFP 图文天下 达志影像 /shutterstock
封面设计：何睦
内文设计： zhongxinzheng
地图绘制：ANYFOTO
责任印制：闫立中

图书在版编目 (CIP) 数据

四川 /《走遍中国》编辑部编著. —4 版. —北京：
中国旅游出版社，2014.1
（走遍中国）
ISBN 978-7-5032-4886-3

I. ①四… II. ①走… III. ①旅游指南—四川省
IV. ①K928.971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 310538 号

审图号：GS (2008) 674

书 名：四川

编 著：《走遍中国》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：北京金吉士印刷有限责任公司

版 次：2006 年 5 月第 1 版 2014 年 1 月第 4 版第 1 次印刷

开 本：889 毫米 × 1194 毫米 1/32

印 张：11.75

字 数：396 千字

印 数：1~8000 册

定 价：49.80 元

I S B N : 978-7-5032-4886-3

本书导读

作为一套以实用信息为主的自助旅行丛书,《走遍中国》尽可能地向读者提供最全面的信息,包括出发前需要了解的相关的人文地理知识,准备出发时所应掌握的衣、食、住、行的资讯以及大量来自“当地人”的景点推荐和特别提醒。



1. 四川档案

决定去四川旅行,总是希望能对它有一个大致的概念,什么样的地理特征造就了那样的美景,什么样的历史造就了这样的现今,“四川档案”通过图文并茂的方式,为读者建立一个对四川的具象感知。

2. 四川解读

这片土地有着独具特色的风光、民俗和美食。“四川解读”板块的设置就是想通过图文对照的方式,对四川的人文地理进行梳理,以建立对四川的感性认知。

3. 四川经典

四川有太多的美景值得去欣赏,有太多的民俗值得去品味,有太多的地方值得去旅行,如何在有限的时间里了解到最经典的四川,最地道的四川,正是这个部分的设想。

4. 准备出发

季节是影响旅行的关键因素之一,在不同的季节和不同的气候,风景会呈现出不同的韵味。此外,交通工具、交通状况、住宿条件和当地的美食风味,都是旅行者出发前最为关心的细节,因为这将决定旅行时间、行程安排甚至所需携带的衣物。至于花费,旅行专家们已经给出了一个建议性的预算方案。



5. 背包客推荐

《走遍中国》有众多的“背包客推荐”，来自旅行达人的亲身经验，为的是能为读者提供最贴心的旅行指南、最实用的旅行攻略。

6. 地图

地图是旅行中不可或缺的一个重要元素，给予旅行者最具象的旅行方向，也为旅行者提供最方便快捷的旅行定位。《走遍中国》包括大量的详细地图，便于读者阅读和规划行程。

内文地图图例

	高速公路及编号		湖泊水系		饮品和酒吧
	高等级公路		垭口		商店
	国道及编号		山峰		银行
	省道和县乡道		桥梁		文化娱乐
	铁路		隧道		火车站
	快速路		首都		汽车站
	大街		省级政府驻地		机场
	小街		市级政府驻地		码头
	小巷和小路		县级政府驻地		停车场
	徒步线路		村镇		其他地点
	地铁和轻轨		旅游景点		
	索道和滑道		宾馆、客棧		
	国界		饭店		
	省界				
	市界				
	长城				
	城墙				



目录

DISCOVER CHINA 走遍中国·四川 Sichuan

CONTENTS

本书导读 天下山水在于蜀

2	四川最值得推荐的美食	91
2	四川特色节庆	96

四川档案

地理	6
历史	12
大事记	24
多元格局中的民族文化	26

四川解读

四川好耍	32
蜀道：连通古今的千年古道	37
三星堆——一个失落的文明	45
人文环境中的四川宗教	51
四川诗人与中国诗歌史	58
刚柔相济的盆地客	62
食在天府	65

四川经典

四川必访焦点	74
去四川一定要尝试的事	79
四川特色主题线路	84

准备出发

旅行与季节	102
到达与离开	105
住在四川	106
吃在四川	107
预算	113
旅行小贴士	115

成都及周边地区

前世今生	119
旅行与季节	119
焦点	120
行程推荐	121
预算	122

成都

武侯祠	123
锦里	123
青羊宫	125
琴台路	126
宽窄巷子	126
人民公园	127
大慈寺	127
杜甫草堂	128
望江楼公园	130
文殊院	130
宝光寺	131
永陵	131
昭觉寺	132
金沙遗址博物馆	132
大熊猫繁育研究基地	132
都江堰	133
青城山	134
泰安古镇	137
彭州龙门山地震遗址公园	137
龙泉花果山	138



三圣花乡	138
洛带古镇	139
黄龙溪古镇	140
三星堆遗址博物馆	141
大邑刘氏庄园	142
西岭雪山	142
崇州文庙	143
罨画池公园·陆游祠	143
圆通古镇	143
街子古镇	144
回澜塔	145
平乐古镇	145
火井古镇	146
蒲江石象湖	146
天台山	146

雅安

上里古镇	148
蒙顶山	148
碧峰峡	149
芦山县博物馆	150
王晖石棺	150
喇叭河自然保护区	150
望鱼古镇	151
红军长征翻越夹金山纪念馆	152
东拉山大峡谷	152
蜂桶寨自然保护区	152

眉山

江口古镇	153
仙女山	153
瓦屋山国家森林公园	154
三苏祠博物馆	154
柳江古镇	155

乐山

乐山大佛	156
东方佛都	158
五通桥	158



嘉阳小火车之旅	159
西坝古镇、桫欏峡谷	160
美女峰石林	160
牛华古镇	161
罗城古镇	161
峨眉山	162
夹江千佛岩	167
马边大风顶	168
黑竹沟	168

实用资讯

交通	169
住宿	173
餐饮	175
购物	181
娱乐	182

甘孜地区

前世今生	187
旅行与季节	188
焦点	188

DISCOVER CHINA

走遍中国·四川 Sichuan

CONTENTS

行程推荐	190
预算	191

康定及周边以西	
泸定桥	192
贡嘎山	192
海螺沟	195
燕子沟	196
田湾河	196
莲花海	197
九龙伍须海	197
牛背山	198
公主桥	199
康定安觉寺	199
跑马山	199
南无寺	199
金刚寺	200
二道桥温泉	200
塔公草原	200
木格措	202
木雅金塔	203
新都桥	204
郭岗顶	204
德差	205
帕姆岭生态旅游区	205
高尔寺山·黑石城	205
长青春科布寺	205
毛垭坝大草原	206
措普沟	206

稻城—亚丁	
海子山	207
稻城	208
傍河	209
茹布查卡温泉	210
雄登寺	210
蚌普寺	210
桑堆小镇·红草地	210
直贡寺	211



贡嘎郎吉岭寺	212
亚丁自然保护区	212
卡斯地狱谷	214

丹巴及周边以西	
丹巴甲居藏寨	215
梭坡、中路古碉	216
丹巴美人谷	216
党岭	216
墨尔多神山	217
乾宁惠远寺	217
八美·雅拉神山	218
灵雀寺	218
玉科草原	219
卡萨湖·觉日寺	219
旦都卡	219
马尼干戈	220
新路海	221



更庆寺	221
德格印经院	221
竹庆寺	222
阿须草原	222
色达五明佛学院	222
白玉山岩	223

实用资讯

交通	225
住宿	226
餐饮	229

九寨沟及周边地区

前世今生	233
旅行与季节	234
焦点	234
行程推荐	235
预算	236

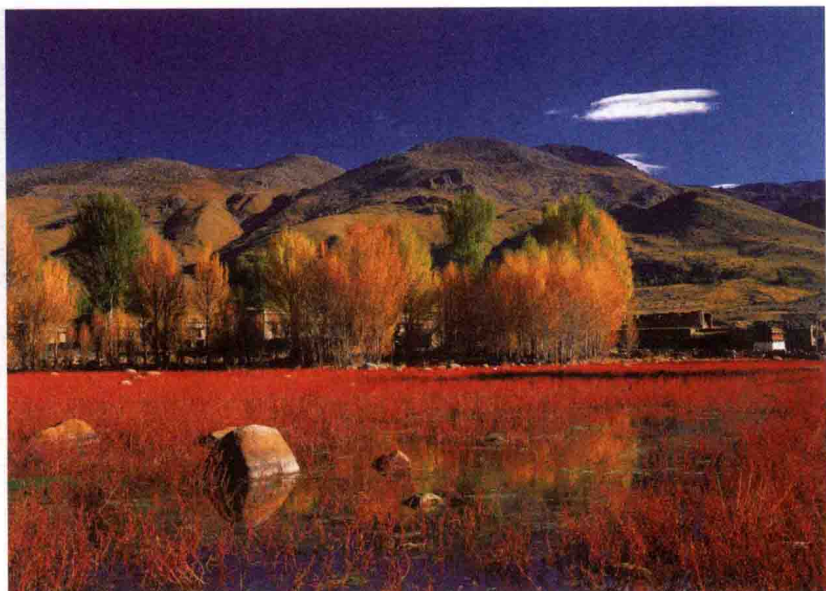
阿坝	
小金天主教堂	237
达维会师桥	237
三关桥	237
巴朗山	237
夹金山	237
四姑娘山	238
两河口会议遗址、虹桥沟	240
沃日土司官寨	242
卓克基官寨	242
桃坪羌寨	242
甘堡藏寨	243
米亚罗红叶景区	243
古尔沟神峰温泉	244
毕棚沟	244
“5·12”汶川地震震中遗址	244
九寨沟	245
松潘古城	251
黄龙	252
牟尼沟	256
松坪沟	257
瓦切塔林	257
万象大慈法轮林	258
阿坝寺庙与民居	258
年保玉则	259
若尔盖达扎寺	259
热尔大坝草原	259
花湖	260
黄河九曲第一弯	261
包座原始森林	261
降扎温泉	262
巴西会议遗址	262
班佑乡擦擦堆	263
郎木寺	263
绵阳	
千佛山	265
北川地震遗址	265
九黄山猿王洞	265

DISCOVER CHINA

走遍中国·四川 Sichuan

CONTENTS

李白故里	265	翠云廊	289
窦圉山	266	朝天明月峡古栈道	289
报恩寺	266	皇泽寺	290
王朗自然保护区	267	千佛岩	290
白马人山寨	267	苍溪寻乐书岩	291
		昭化古城	291
实用资讯		唐家河自然保护区	292
交通	268	旺苍坝·红军城	293
住宿	270	旺苍木门古镇	293
餐饮	273		
广元—巴中地区		巴中	
前世今生	277	南龛摩崖造像	294
旅行与季节	277	米仓山—光雾山	294
焦点	278	诺水河	295
行程推荐	279		
预算	279	达州	
		石桥古镇	297
遂宁		真佛山	297
大英死海	280	百里峡	298
蓬溪县高峰山	280	八台山	298
广安		实用资讯	
邓小平故居	281	交通	299
宝箴塞	281	住宿	301
华蓥山石林	282	餐饮	302
肖溪古镇	283		
金城山	283	攀西高原地区	
		前世今生	307
南充		旅行与季节	307
陈寿万卷楼	284	焦点	308
西山十二峰	284	行程推荐	309
阆中古城	284	预算	310
朱德故里	287		
		凉山	
广元		西昌老城	311
广元红军纪念馆	288	泸山	311
剑门关	288	邛海	312
柏林沟古镇	288	礼州古镇	312
		西昌黄联土林	313



螺髻山	314	会理古城	323
喜德小相岭	315	云甸古法造纸	324
冕宁红军长征纪念馆	315	龙肘山	325
灵山寺	315	皎平渡	325
西昌卫星发射中心	316	木里	326
彝海	316	德昌钟鼓楼	327
冕宁泸沽孙水峡	317	花斑彩石	327
冕宁冶勒自然保护区	317		
甘洛尔苏人村落	317	攀枝花	
海棠古镇	318	国际长江漂流培训基地	328
马湖	318	攀枝花苏铁林	328
百草坡	319	龙洞石林风景区	329
布拖火把节	319	诸葛亮五月渡泸遗址	329
金阳—布拖白石滩	320	大黑山森林公园	329
博什瓦黑岩画	320	红格温泉疗养区	329
竹核温泉	320	二滩湖	329
泸沽湖	321	箐河瀑布	330
公母山	323	海塔	330

DISCOVER CHINA

走遍中国·四川 Sichuan

CONTENTS



实用资讯

交通	331
住宿	332
餐饮	333
娱乐	333
购物	333

宜宾—泸州地区

前世今生	337
旅行与季节	338
焦点	338
行程推荐	340
预算	341

宜宾

流杯池公园	342
五粮液厂	342
翠屏山	342
真武山	343
李庄古镇	343
蜀南竹海	345

石海洞乡	346
樊王山	347
樊人悬棺	347
川南特委旧址	347
龙华古镇	348
筠连岩溶	349
佛来山	349

自贡

盐业历史博物馆（西秦会馆）	350
中国彩灯博物馆	350
自贡恐龙博物馆	350
仙市古镇	351
富顺文庙	351

泸州

泸州老窖国宝窖池	352
方山	352
张坝桂圆林	352
佛宝森林公园	353
佛宝古镇	353



丹山风景区	354
笔架山	354
春秋祠	355
中国工农红军长征四渡赤水太平渡陈列馆	355

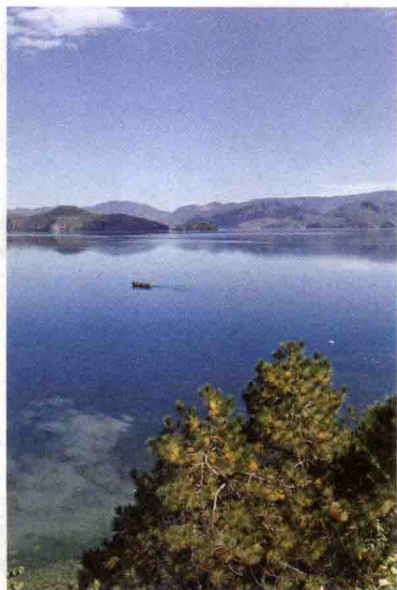
内江	
内江圣水祠	356
隆昌牌坊群	356
云顶寨	356
文庙	357
资中重龙山	357

资阳	
安岳石刻	358

实用资讯	
交通	359
住宿	361
餐饮	362

地图目录

成都及周边地区旅行交通示意图	119
成都市城区交通示意图	124
青城山景区示意图	135
峨眉山景区示意图	163
成都地铁示意图	172
甘孜地区旅行交通示意图	187
贡嘎山景区示意图	194
稻城—亚丁景区示意图	208
九寨沟及周边地区旅行交通示意图	233
四姑娘山景区示意图	239
米亚罗红叶景区示意图	243
九寨沟景区示意图	246
黄龙景区示意图	253
广元—巴中地区旅行交通示意图	277
攀西高原地区旅游交通示意图	307
宜宾—泸州地区旅行交通示意图	337



这里的山，从挺拔的高度，这里的水，从辐射的广度，为世界展开了一幅雄奇而神秘的版图。



天下山水在于蜀

喜马拉雅地壳运动和秦岭的延伸在一片辽阔的滩涂上塑造了物华天宝的四川盆地。这里是秀外慧中、修身闲适的所在。氤氲的水汽和四季常青的环境催生了人们缓慢的生活节奏和川女白皙的皮肤。



这里有早在西方现代钻井技术出现几百年前就深达几百米的盐井；有世界上最珍稀的动物——大熊猫；有大海一样无边无垠的竹林。早在几千年前，祖先们就用古老的智慧和无与伦比的毅力创造了造福万世的都江堰工程，并开启了“天府之国”的文明之旅。而青城与峨眉两处宗教圣地在历经漫长岁月的洗礼后，更是留下了无数凝固的建筑和宗教人文意境。乐山大佛那博大高远的俯瞰气势，注视着川人的生活源源不断地流淌。神秘的三星堆、惊天骇世的金沙遗址、完整保存着明清建筑的阆中……这一切不过是四川的人文自然景观的一个小小缩影。

川西北高原孕育着牛羊骏马和繁衍不息的藏、羌民族，独特的民族文化和宗教信仰像那里的土地一样原始而神秘。康巴牧歌，抒发出悠远绵长的婉转情调；凉山火把，映红了浓浓激情的彝乡山水。

广袤的蜀中大地受三国时期的影响，整个成都市区呈现出八卦形的布局，据说这是诸葛亮的设计。在古老的宽窄巷子和黄瓦街坐落着明清时期的民居建筑。在有限的低矮的飞檐式建筑和吊脚楼旁边，建筑的“加法原则”为城市插上了现代文明的翅膀，没有人阻挡来自外部的声音。川剧的变脸在硬石铺就地面的高楼中向时尚和风潮致意。沿蔓延

在街道两旁的酒肆和茶坊一路追寻，可以看到没有了风霜的杜甫草堂与武侯祠。而玉林的酒吧一条街是小资们惯常光顾的地方，这里有美女、啤酒、音乐和懒汉……

四川人固有的包容心理不断丰富着自身的文化累积。城市的手脚向所有的方向缓慢延伸，但这不会消除这片广阔地域中令人神往的原始环境所在。

九寨沟与黄龙，倾斜多变的丘陵地势造就了物种丰富的动植物王国，清清澈碧水倒映蓝天，鱼翔水底、鹰击苍穹，呈现出谜一样的童话世界。素朴的原生生态民居和蓝天、流水、森林、草地和谐地融为一体。没有喧嚣的现代文明的噪声充斥，没有冷漠的距离感。旅行在这里将变成短暂的居住，就像海德格尔在内心为自己驻留的大地，你将实现“诗意的栖居”。

也只有在四川，你才能知道“吃”所带来的享受是多么简单与幸福，复杂多变的地理面貌孕育着丰富的饮食资源和辛辣多味的饮食文化。川人的爱吃源于他们的快乐主义生活原则。毋庸置疑，四川是一个适宜享乐休闲的地方，而这正是它令人向往之所在。也正因如此，这里才孕育了文人雅士。

四川山水壮丽、植物清华、气候温润、云霞低垂清灵，也是中国拥有世界自然和文化遗产最多的地区之一。

